మేడం బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు

రచన :

బ్రహ్మర్షి

తటవర్తి వీరరాఘవరావు

మేడం బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు

రచన & ప్రచురణ : బ్రహ్మర్షి తటవర్తి వీరరాఘవరావు

మొదటి ముద్రణ : డిశంబరు, 2025

ప్రతులు : 2,000

వెల : రూ.70/-

పుస్తకముల కొరకు :-

తటవర్తి వీరరాఘవరావు,

తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం - 534 201.

సెల్ : 94901 71853, 9440309812

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) ఆత్మ జ్ఞానం పొందలేకపోవడానికి కారణం?	-	రూ.70/-
10) మనసుకు వున్న మూడు దోషాలు	-	రూ.60/-
11) గురుపౌర్ణమి విశిష్ఠత	-	రూ.60/-
12) మానవుడు యోగిగా ఎదగాలంటే?	-	రూ.60/-
13) ఏది సరైన సాధన?	-	రూ.60/-
14) పంచకోశాలు	-	రూ.60/-
15) మానవుని కర్తవ్యాలు	-	రూ.50/-
16) చిత్తవృత్తులు ఎలా ఏర్పడతాయి?	-	రూ.50/-
17) ప్రీతి,భీతి, నీతి	-	రూ.40/-

పుస్తకముల కొరకు :-

తటవర్తి వీరరాఘవరావు,

తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం - 534 201.

సెల్ : 94901 71853, 9440309812

మేడం బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు

::1::

"ఆత్మ జ్ఞానికి ప్రాపంచికమైన కోరికలు, అధికారాలు, ప్రేమలు, బాధ్యతలు లాంటి వాటిపై ఆసక్తి ఉండదు. ఎక్కడా స్వార్థం ప్రదర్శించడు."

ఈ సందేశాన్ని బట్టి ప్రాపంచికమైనవి అన్నీ కూడా అశాశ్వతం, ఉండేవి కావు, ఆత్మ అయిన మీ కూడా రావు అనే విషయాన్ని ఆత్మజ్ఞాని తెలుసుకుంటాడు.

ఎక్కడా స్వార్థం అనేది ఉండదు. ఇటువంటి లక్షణాలు ఎవరికి ఉంటాయి అంటే ఆత్మజ్ఞానికి ఉంటాయి.

ఇలాంటి వారి సందేశాలు తెలుసుకుంటే మీరు ఎంత ఎదిగారో, ఎంత జ్ఞానం పెంచుకున్నారో అనే దానికి ఉపయోగపడతాయి. అందుచేత బ్లావెట్స్కీ చెప్పినవన్నీ ఆచరించగలగాలి అంటే జ్ఞానాన్ని పొందాలి.

ఈ భూమ్మీద ఉన్నవన్నీ అశాశ్వతం, అంటే శాశ్వితంగా ఉండేవి కావు, ఆత్మ అయిన భగవంతుడే శాశ్వతంగా ఉండేది అని తెలుసుకోవాలి. అందుకే ఆవిడ చెప్పిన ఒక్కొక్క పదాన్ని విశ్లేషించుకుందాం.

ప్రాపంచికమైన కోరికల మీద ఆసక్తి ఉండకూడదు. ఎవరికైనా కోరికలు ఉంటాయి కాని అవసరాల వరకు కోరికలు ఉండొచ్చు, అంటే తినటానికి తిండి, కట్టుకోవడానికి బట్ట, ఉండటానికి ఇల్లు లాంటి కోరికలు ఉండొచ్చు. కానీ వాటి పైన ఆసక్తి, వ్యామోహం, మమకారం ఉండకూడదు.

ఉంటే వాటిని తీర్చుకోవడానికి తప్పులు, పాపాలు చేస్తూ అధర్మంగా వ్యవహరిస్తారు. వాటి ఫలితంగా కష్టాలు తెచ్చుకొని విపరీతమైన దుఃఖానికి లోనవుతారు.

ఇంకా అందరి మీద పెత్తనం చేయాలి, అందరూ నా మాట వినాలి,

నా మాటే శాశ్వతం, నా పదవి గొప్ప, నేను చేసే ఉద్యోగమే గొప్ప , నేను అనుకున్నది జరగాలి అనుకుంటూ అధికారాన్ని సంపాదించడానికి ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తారు, సృష్టి విరుద్ధంగా ప్రవర్తిస్తారు, చివరకు దుఃఖానికి లోనవుతారు.

ఆఖరికి భార్య మీద భర్త, భర్త మీద భార్య అధికారం చెలాయించాలని చూస్తారు. కొంతమంది భర్తలు భార్య తను చెప్పినట్టు వినాలి అని అనుకుంటారు. కానీ ఆత్మజ్ఞానికి ఇలాంటివి ఏమి ఉండవు. అందరితో స్నేహ భావంతో ఉంటాడు, అందరూ ఒక్కటే అని తెలుసుకున్నవాడు.

చాలామంది తనవారిని ప్రేమించడం, ఇతరులను ద్వేషించడం చేస్తారు. అలా తన వారని, తన మతస్థులని, తన కులం వారని, తన ప్రాంతం, తన దేశం వారనే అభిప్రాయంతో మిగతా వారిని ద్వేషిస్తూ ఉంటారు.

కాని అలా ద్వేషించేవారి మీద కూడా ప్రేమగా ఉండడమే ఆత్మజ్ఞాని లక్షణం. కాని ప్రతిఒక్కరిని ద్వేషించే వారు చేయకూడని కర్మలు చేయడం వల్ల, చనిపోయిన తరువాత గొప్ప లోకాలకులు ఎలా చేరుకుంటారు ? అటువంటి వారి జీవితం ఎలా బాగుంటుంది? చనిపోయాక వారు ఎలా లాభం పొందుతారు ?

మరణానంతర భవిష్యత్తు బాగుండాలి అంటే ఖచ్చితంగా జ్ఞానం పెంచుకోవాలి. అలా ఆత్మ జ్ఞాని యొక్క ప్రవర్తన ఎలా ఉండాలో ఆమె చెప్పారు.

చాలా మంది జ్ఞానమార్గంలోకి వచ్చినవారు కూడా, ఇంకా జ్ఞానం పొందకపోవడం వలన ఎన్నో గొప్ప విషయాలు వింటున్నా, తెలుసుకుంటున్నా మాకు ఇంకా బాధ్యతలు ఉన్నాయి అంటూ జ్ఞానాన్ని నేర్చుకోవడం వాయిదా వేస్తారు. ఉదయం పూట మన జూమ్ లో రెండు, మూడు గంటలు కూడా ఖాళీ చేసుకోలేక పోతున్నారు, అదేమంటే బాధ్యతలు అంటారు.

సహజంగా అందరూ ఉదయం పూట 10 గంటల వరకు జూమ్ లో ఉంటున్నారు. మీతోపాటు నేను కూడా ఉంటున్నాను, మరి నాకు ఎన్నో పనులు ఉన్నా, అవి అన్నీ ప్రక్కన పెట్టి మీకు ఎంతో జ్ఞానాన్ని చెబుతున్నాను. ఒక జ్ఞానికి ప్రాపంచిక బాధ్యతల మీద ఆసక్తి ఉండకూడదు, ఆత్మ బాధ్యతలే సరి అయిన బాధ్యతలు. ఎందుకంటే ఈ శరీరం మీరు కాదు, మీరు ఆత్మ కాబట్టి, ఆత్మ లక్ష్యం సత్య లోకం చేరడం, అదే మీ బాధ్యత.

ప్రాపంచకంగా ఉన్న బాధ్యతలు మీద ఆసక్తి చూపిస్తే అజ్ఞానంలో ఉన్నట్టే. అలా అజ్ఞానంలో ఉన్నవారు దుఃఖము కలిగినప్పుడు ఆ గురువులు, ఈ గురువులని ఆశ్రయించి ఎంతో నష్టపోయాము అని బాధపడతారు. అందుకే మీరు కూడా ప్రపంచ బాధ్యతల మీద ఆసక్తి లేకుండా జ్ఞానంపై దృష్టి ఉంచాలి.

అలానే మేడమ్ బ్లావట్స్కీ ఇంకొక విషయం చెప్పారు ఆత్మజ్ఞాని స్వార్థం ప్రదర్శించకూడదు అని. ఆత్మజ్ఞానికి ప్రకృతి సహకారం ఉండాలి, అంటే నిస్వార్థంగా జీవించాలి, స్వార్థంతో ఉండకూడదు.

ఇలా పైన చెప్పిన విషయాలన్నీ మీలో ఉన్నాయా? తక్కువగా ఉన్నాయా? అసలు మీలో మార్పు వచ్చిందా? ఇంకా లోపాలు ఉన్నాయా? అని మీరు పరీక్షించుకోవాలి. ఏవైనా లోపాలుంటే వాటిని సరిచేసుకోవాలి. అప్పుడే మీరు ఆత్మ జ్ఞానులు అవుతారు.

::2::

"ఆత్మజ్ఞాని తన కోసం కాకుండా తాను నివసిస్తున్న ప్రపంచం కోసం జీవిస్తూ ఉంటాడు"

ఈ సందేశం యొక్క సారాంశం ఏమిటంటే ఆత్మజ్ఞాని ఇతరులకు సేవ చేయడానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తాడు. ఇక్కడ ఆవిడ ఏమన్నారంటే ఆత్మజ్ఞాని "తన కోసం కాక" అని అన్నారు. అంటే ఆత్మజ్ఞాని తన సుఖం, తన ఆనందం, తన సంపాదన, తన బోగము కోసం చూడడు. కానీ భూమీ్మద ప్రతిఒక్కరూ వీటి కోసమే ఉదయం నుండి సాయంత్రం దాకా నిరంతరం ఎంతో శ్రమిస్తూ సంపాదిస్తున్నారు.

భార్య, భర్తలు ఇద్దరూ కష్టపడుతున్నారు. ఇద్దరూ కలిసి ఎన్నో బిల్డింగ్ కట్టి, ఏసి లు పెట్టి, కార్లు కొని, ఇంకా వాటికోసం లోన్లు పెట్టి, వాటిని తీర్చడం కొరకు జీవితమంతా శ్రమించి చివరకు ముసలివారైపోయి చని పోతారు. అలా చనిపోయి పై లోకాలకు వెళ్లిన తర్వాత, ఆత్మలుగా ఉన్న వారిని అక్కడ ఉన్నవారు నువ్వు భూమి మీదకి ఎందుకు వెళ్లావు? వెళ్లి ఏం చేశావు? అని ప్రశ్నిస్తారు. అలా ప్రశ్నించినప్పుడు నేనూ, మా ఆవిడా కలిసి ఎన్నో ఆస్తులు, బిల్డింగ్ లు సంపాదించాం అంటే మరి అవి ఏవని వారు అడుగుతారు. అప్పుడు భూమీ్మద ఉన్న వాటిని వీళ్ళు తీసుకు వెళ్లలేరు, చూపించలేరు. అప్పుడు వారు కిందికి వెళ్లి నువ్వు చేసిన పని ఇదేనా అని అంటారు. పత్రి గారు ఎప్పుడూ శంకరాచార్యులు వారు బోధించినటువంటి ఒక బోద చెబుతారు. ఏమిటంటే?

భగవద్గీతా కించిదధీతా;
గంగా జలలవ కణికాపీతా ।
సకృదపి యేన మురారి సమర్చా
క్రియతే తస్య యమేన;న;చర్చా ॥

తాత్పర్యం: భగవద్గీతను కొంచెము అధ్యయనము చేసినను,

గంగానదీ జలములోని ఒక బిందువునైనా పానము చేసినను, ఒక్కసారి అయినను మనసా కర్మణా భగవంతుని పూజించినను చాలు! అట్టివానికి యమునివలన ఎంతమాత్రము భయము లేదు.

"భగవద్గీతలోని ఒక్క శ్లోకాన్ని చదివినా, గంగా జలాన్ని ఒక బిందువును త్రాగినా, యముడు నిన్ను ప్రశ్నించడు" అని.

అంటే భగవద్గీత చదివి జ్ఞానాన్ని సంపాదించినవాడు, గంగా జలం ఒక్క బొట్టు తాగినా అంటే తీవ్ర సాధన చేసినప్పుడు వారిలో ఊరే లాలాజలం ఆ విశ్వశక్తితో ఏకమై అమృతబిందువుగా మారుతుంది. అది ఒక్క బొట్టు త్రాగినా చనిపోయిన తర్వాత ఆ పై లోకాలలో మిమ్మల్ని ప్రశ్నించేవారు ఎవరూ ఉండరు, లేకుంటే పైకి వెళ్లిన తర్వాత మీరు సమాధానం చెప్పుకోవాల్సి వస్తుంది అని చెప్పారు.

ఇక్కడ దేహం ఉంటుంది కానీ పై లోకాల్లో ఆత్మ మాత్రమే ఉంటుంది, పై నుండి క్రిందకు వచ్చేది కూడా ఆత్మే. భూమ్మీద దేహం ఉన్నప్పుడు మాయలో ఉంటారు. శరీరం వదిలిన తర్వాత పైకి వెళ్ళినప్పుడు వాస్తవంలో ఉంటారు. పై లోకాలలో ఆత్మతో ఉంటారు కాబట్టి అన్నీ గుర్తుకు వస్తాయి, కానీ భూమ్మీద గుర్తుండవు. దానికి కారణం ఆత్మ పైన మనసు ఆవరించి ఉంటుంది. ఈ మనసు ఒక్కొక్కరికి ఒక్కొక్క స్థాయిలో ఉంటుంది అంటే రకరకాల గుణాలతో ఉంటుంది. ఇలా మనసు అనేది ఒక్కొక్కరికి ఒక్కొక్కలా ఉంటుంది.

ఆత్మను ఆవరించిన మనసు మురికిగా ఉంటే ఆత్మ సందేశాలు వారికి అందవు. ఆత్మ... నువ్వు వీటన్నిటి కోసం రాలేదు అని చెబుతూనే ఉంటుంది. అయినా వారికి అ సందేశాలు అందవు. కారణం ఆత్మ పైన ఉన్న మనసు మురికిగా ఉండటం వలన అది గ్రహించలేక వారు చేయవలసిన పని అదే అనుకుంటారు. గురువు చెప్పినా అర్థం కాదు. పై లోకాలకు వెళ్లిన తర్వాత బాధపడతారు.

ఆ పై లోకవాసులతో మీరు మాట అనిపించుకోకుండా ఉండాలి

అంటే ఎవరైనా సరే భూమ్మీద తన కోసం కాకుండా తాను నివసిస్తున్న ప్రపంచంలో ఉన్న వారికోసం జీవించాలి. అందరి ఎదుగుదల, ఉన్నతి కోసం, అందరి లాభాల కోసం జీవిస్తున్నప్పుడు పై లోకవాసులు, ఊర్ధ్వలోకవాసులు కూడా ఎంతో ఆనందపడతారు.

మానవులు చనిపోయిన తర్వాత వారిని తీసుకొని వెళ్లడానికి మూడు రకాల సహాయకులు వస్తారు. భూమి మీద పాపాలు చేసిన వారిని తీసుకు వెళ్లడానికి భువర్లోక వాసులు అంటే యమభటులు వస్తారు. భూమ్మీద పుణ్యాలు చేసిన వారిని తీసుకు వెళ్లడానికి స్వర్గలోకవాసులు అంటే ఇంద్ర భటులు వస్తారు. కానీ ఎవరైతే జ్ఞానం సంపాదిస్తారో, లోకకళ్యాణకరమైన, జ్ఞానపరమైన పనులు చేస్తూ ఉంటారో వారు జనా లోకము దాటి ఊర్ధ్వలోకాలకు వెళ్లడానికి అర్హత సంపాదిస్తారు. వారిని తీసుకువెళ్ళడానికి ఊర్ధ్వలోకవాసులైన యోగులు వస్తారు.

అక్కడకి యోగులు, యోగాన్ని అభ్యసించిన వారు మాత్రమే చేరుకోగలరు. అలా ఎవరి అర్హతను బట్టి ఆయా లోకవాసులు వచ్చి ఆ లోకాలకు తీసుకొని వెళతారు. ఇక్కడ యోగులు వచ్చి మిమ్మల్ని తీసుకు వెళ్లడానికి అర్హతను సంపాదించుకుంటే మీ జీవితం ధన్యం అయినట్టే. మరి వాళ్ళు ఎలాంటి వారిని తీసుకువెళతారు అంటే? ఆత్మ జ్ఞానులను తీసుకు వెళతారు.

మీరు భూమ్మీద ఏ తప్పూ చేయకుండా పుణ్యకార్యాలు చేసినా జనలోకం క్రింద ఉన్న సువర్లోకానికి చేరుకుంటారే గాని జనలోకము దాటి పైలోకాలకు వెళ్ళలేరు. అందుకే పత్రి గారు చెప్పారు పాపం చేస్తే దుఖం అనుభవిస్తారు, పుణ్యాలు చేస్తే భోగాలు అనుభవిస్తారు, ధ్యానం చేసి జ్ఞానం సంపాదించుకుంటే మోక్షాన్ని పొందుతారు అని.

కనుక ధ్యానం చేసి మనసులోని మురికిని తొలగించుకొని, మనసును శుద్ధి చేసుకోవాలి. మనసు శుద్ధి అయ్యే కొద్ది సూక్ష్మం అవుతుంది. మీ మనసు సూక్ష్మం అయ్యేకొద్ది ఊర్ధ్వలోకాలకు వెళ్లగలరు. మనసు సూక్ష్మాతిసూక్ష్మం అయితే తపోలోకం, శూన్యం అయితే సత్య లోకం

చేరుకుంటారు. మీ సాధన ఆ స్థాయిలో ఉండాలి కానీ మీరు మీ కోసం, మీ కుటుంబం కోసం, మీ సంపాదన కోసం సమయాన్ని వెచ్చిస్తే మీకు ఊర్ధ్వలోక అర్హత రాదు అని అర్థం చేసుకోవాలి.

ఎప్పుడైతే మీరు ప్రపంచం కోసం జీవిస్తారో అప్పుడే ఊర్ధ్వలోకాల అర్హత లభిస్తుంది. మీరు ఎప్పుడైతే బుద్ధిని పెంచుకుంటారో ఇలాంటి విషయాలు మీకు అర్థమవుతాయి, అప్పుడు మీ ప్రవర్తన మారుతుంది. ఇంకా మీ ప్రవర్తన మారట్లేదు అంటే మీకు ఇంకా అర్థం కాలేదని లెక్క. మీరు భూమ్మీద చేసిన పనులను బట్టి మీకు పైలోకాల అర్హత లభిస్తుంది.

మీరు దేహం అని జీవిస్తున్నారు కానీ మీరు ఆత్మ అన్నట్లు జీవించండి. దేహము అన్నట్టు జీవిస్తే ఇంకా అజ్ఞానంలో ఉన్నట్లే, ఆత్మ అని జీవించగలుగుతుంటే మీరు జ్ఞానాన్ని పొందుతున్నట్టే.

అందుకే మేడమ్ బ్లావట్స్కీ "తన కోసం కాకుండా తాను నివసిస్తున్న ప్రజల కోసం జీవించమని చెప్పడం జరిగింది" అంటే ఇక్కడ అందరూ ఆత్మలే, అందరూ ఉన్నత లోకాలకు చేరుకోవాలి. నేను ఎలా ఎదిగానో వారూ అలానే ఎదగాలి అని ప్రతిఒక్కరూ కృషి చేయాలి.

పత్రిగారు అలాగే తిరిగేవారు. ఒకసారి పత్రి గారు గోవాలో బయలుదేరి భీమవరం దగ్గరలోని పేరుపాలెం వరకు ప్రయాణించారు. అప్పుడు ఆయన నేను అరేబియా సముద్రం నుండి బంగాళాఖాతం దాకా వచ్చాయన్నయ్యా అన్నారు. అంటే గోవా అరేబియా సముద్రం ప్రక్కన ఉంది, పేరుపాలెం బంగాళాఖాతం ప్రక్కన ఉంది.

తాను నివసిస్తున్న ప్రపంచంలో ఉన్న ఆత్మలు కూడా తనలాగే ఉన్నతమైన లోకాలకు చేరుకోవాలి అనేదే పత్రి గారి ఆశయం. ఇది నేను ఆత్మని అని తెలుసుకున్న ఆత్మ జ్ఞానులకే సాధ్యం. ఇది ఇంకా అర్థం కాకపోతే వారు జ్ఞానం పొందనట్లే లెక్క. జ్ఞానం అనంతం. యోగులు ఎవరైనా సత్యాన్నే చెబుతారు, ఎవరి స్థాయిలో వారు వివరిస్తారు. అందుకే పత్రి గారు "ఏకం సత్ విప్రాః బహుధా వదంతి" అన్నారు.

::3::

“ఆత్మజ్ఞాని పరిసరాలను బట్టి ప్రవర్తించడు, అంతరాన్ని బట్టి ప్రవర్తిస్తాడు.”

ఇక్కడ పరిసరాలు అంటే మన చుట్టూ ఉండే ప్రపంచం, అంతరం అంటే అంతరములో ఉండే ఆత్మ. ఈ ప్రపంచంలో మానవులకు అనుభవించ డానికి ఎన్నో సుఖాలు, భోగాలు, సరదాలు, ఎన్నో వనరులు ఉన్నాయి. మానవుడికి ఐదు జ్ఞానేంద్రియాలు ఇవ్వబడ్డాయి. వాటితో ఈ ప్రపంచంలో ఉన్న ఎన్నో ఆకర్షణలకు ఆకర్షితుడౌతున్నాడు.

అలా అయిదు రకాల ఇంద్రియాలతో ఈ ప్రపంచంలో ఉన్న వాటిని తృప్తితీర అనుభవించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాడు. ఈ జన్మలోనే కాదు పూర్వ జన్మ నుండి కూడా ఎంత అనుభవించినా తృప్తి లేదు, ఇంకా అనుభవించాలి అనుకుంటాడు.

ఇక్కడ మీరు గమనిస్తే ఎన్నో జన్మల్లో మీకు ఇటువంటి భార్యలు, భర్తలు, పిల్లలు ఎంతోమంది ఉన్నారు. ఇప్పుడు తింటున్న రకరకాల మధురమైన పదార్థాలు ఎన్నో జన్మల్లో తిన్నారు. ఈ ప్రకృతి అందాలు, సంగీత మాధుర్యం కలిగిన రకరకాల శబ్దాలు ఎన్నో జన్మల్లో చూశారు, విన్నారు.

ఎవరైనా సరే 350 జన్మలు దాటితేనే ఈ ధ్యాన మార్గంలోకి వస్తారు. అంటే ఇన్ని జన్మలనుండి ఇవన్నీ అనుభవించారు. చూడండి ఒక్క ఇంద్రియ వ్యామోహం ఉన్న జీవే నాశనం అయిపోతుంటే, మరి ఐదు ఇంద్రియాలు కలిగిన మానవుడు ఎంత నాశనం అవుతాడు? 350 జన్మల్లో నుండి ఇలాంటి ఆకర్షణలతోనే మీ జీవితాన్ని నాశనం చేసుకుంటున్నారు ఇంకా తృప్తి తీరడం లేదు!

- ♦ అందుకే లేడి వేటగాడి పాటకు ఆకర్షితురాలై వాడి వలలో చిక్కుకుని నాశనం అవుతుంది అంటారు.

- చేప జిహ్వా చాపల్యం చేత వేటగాడి వలలో పడుతుంది అంటారు.
- మగ ఏనుగు స్త్రీ ఏనుగు వ్యామోహంతో మంచెలో చిక్కుకుంటుంది అంటారు.
- మిడత దీపపు కాంతిని చూసి పండు అనుకొని మంటల్లో పడి నాశనం అవుతుంది అంటారు.

అలా ఒక్కొక్క ఇంద్రియ వ్యామోహంతో ఒక్కొక్క జీవి నాశనం అవుతుంటే ఐదు ఇంద్రియాల వ్యామోహంలో ఉన్న మానవుడు ఇంకెంత నాశనం అవుతాడు? ఇది ప్రతి ఒక్కరూ గమనించుకోవాలి ఇప్పటికైనా జ్ఞానం సంపాదించుకోవాలి.

మేడం బ్లావెట్స్కీ చెప్పినట్టు మానవుడు పరిసరాలను బట్టి కాకుండా అంతరాన్ని బట్టి ప్రవర్తించగలిగితే ఆ రకంగా జీవించ గలుగుతాడు. అందుకే ఆత్మజ్ఞాని అంతరాన్ని బట్టే ప్రవర్తిస్తాడు అన్నారు. గమనిస్తే ప్రతి మానవుడికి అంతరంలో మనసు, ఆత్మ అనేవి ఉన్నాయి. మనసు అనేది ఈ ప్రపంచాన్ని బట్టి ఉంటుంది, ఆత్మ అనేది సత్యాన్ని, ధర్మాన్ని బట్టి ఉంటుంది.

అందుకే మేడమ్ బ్లావట్స్కీ ఆత్మజ్ఞాని మనస్సును బట్టి కాకుండా ఆత్మని బట్టి ప్రవర్తిస్తాడు, మనసుకు కాకుండా ఆత్మకు ప్రాముఖ్యం ఇస్తాడు అన్నారు. ఎందుచేతనంటే మనసు నుండి వచ్చేవి ప్రాపంచికమైన కోరికలు,

కాని ఆత్మ ఎప్పుడూ ఆధ్యాత్మికమైన విషయాలే కాదు, ధర్మం గురించి బోధిస్తుంది. అందుకే అంతరాత్మ ప్రబోధం అనుసరించినవారు ధర్మంగా జీవిస్తారు. అటువంటి వారు అన్ని సందర్భాల్లో కాపాడబడతారు, రక్షింపబడతారు.

అందుకే మేడమ్ బ్లావట్స్కీ ప్రపంచంలో ఉన్న వాటికి ఆకర్షితులు కాకండి, వాటి మీద వ్యామోహం పెంచుకోకండి, ధర్మంగా జీవించండి అని చెబుతున్నారు. దానికి అంతరాన్ని బట్టి ప్రవర్తించు, అలా ప్రవర్తించినప్పుడు

నీ జీవితానికి తిరుగుండదు అనే ఆవిడ అలా చెప్పారు.

అందుకే గొప్ప గొప్పవారు చెప్పే సందేశాలు సామాన్యమైనవి కావు. వారి సందేశాలు ఆత్మ దృష్టితోనే ఉంటాయి, మీరు కూడా ఆత్మదృష్టితో వింటేనే అర్థం అవుతాయి. అందుకే ప్రతి ఒక్కరికీ "విషయ విరక్తి, ఆత్మ ఆసక్తి" ఉండాలి అని మేడం ఎప్పుడూ చెబుతుంది.

అంటే ప్రపంచంలో ఉన్న విషయాల మీద విరక్తి, అంతరంలో ఉన్న ఆత్మ విషయాల మీద ఆశక్తి ఉండాలని తెలుసుకోవాలి. ఎందుచేతనంటే మీరు ఎన్ని పొందినా, ఎంత సంపాదించినా, ఎంత కూడబెట్టినా, ఎంత దాచుకున్నా, అన్నీ వదిలి వెళ్ళవలసిందే, ఏవీ నీ కూడా రావు, అందుకే వాటి మీద వ్యామోహం వదులుకోవాలని తెలుసుకోవాలి.

నేను రెండు సంవత్సరాల క్రితం యూట్యూబ్ లో ఒక విషయం చూశాను. తిరుమలలో ఒక దేవస్థాన ఉద్యోగి తిరుపతిలో నివాసం ఉండేవాడు. అతనికి తనవారంటూ ఎవరూ లేరు. అతను బ్రతికున్నప్పుడు తన అంతరం చెప్పినట్టు వినకుండా మనసు చెప్పినట్టు విని ఉద్యోగంలో తప్పులూ, పాపాలూ, మోసాలూ చేసి ఎంతో డబ్బు, బంగారం సంపాదించి చనిపోయాడు. అతను చనిపోయిన తర్వాత అతని ఇంట్లో కోట్లలో సంపద దొరికింది. అంటే అతను సంపాదించినదంతా ఇక్కడే వదిలేసి వెళ్లాడు, చేసిన పాపాలు మాత్రం కూడా పట్టుకెళ్లాడు.

చాలా మంది నెలకు మూడు రోజులు భీమవరం రమ్మంటే ఏదో ఒక కారణం చెప్తారు. దేహ సంబంధమైన బాధ్యతలు, వ్యామోహాలు వలన రాలేకపోతున్నాము అంటారు. కానీ ఆ మూడు రోజులు ఆత్మజ్ఞానం గురించి, ఆత్మ లాభం గురించి, ఆత్మోన్నతి గురించి తెలుసుకుంటారు, జీవితాన్ని తరింప చేసుకుంటారు.

శంకరాచార్యులు వారు కూడా

"త్రిజగతి సజ్జన సంగతి రేకా

భవతి భావార్ణవ తరుణే నౌకా" అని అన్నారు.

అంటే ఈ మూడు లోకాలలో మిమ్మల్ని తరింపచేసేది సజ్జన సాంగత్యం మాత్రమే అని చెప్పారు, అంటే సత్యం చెప్పగలిగిన వారి సాంగత్యం అన్నారు.

ఆ సాంగత్యం లేకే లోకంలో ప్రాపంచిక వ్యామోహం నుండి బయట పడలేకపోతున్నారు. అంటే ఇంద్రియ వ్యామోహం ఎంత బలమైనదో ఆలోచించండి! మరి ఎన్ని జన్మలకు ఆ వ్యామోహం పోతుందో! ఎప్పటికి వీటినుండి బయటపడతారో! ఎప్పటికి మీ లక్ష్యం సాధిస్తారో ఆలోచించండి!

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.

::4::

"ఆత్మ జ్ఞానికి స్వ పర బేధాలు, అసూయ ద్వేషాలు సంపూర్ణంగా ఉండవు. నేనే అంతా, అంతా నేనే అనే స్థితిలో ఉంటాడు".

ఆత్మ జ్ఞానికి స్వ పర బేధాలు ఉండవు అంటే నేను వేరు, వాడు వేరు అనే భావం ఉండదు. మీరు గమనిస్తే ప్రపంచంలో అందరూ కూడా వాడి కులం వేరు, నా కులం వేరు అనుకుంటారు. ఇంకా కులం ఒక్కటైనా వాడి ఇంటి పేరు వేరు, నా ఇంటి పేరు వేరు, వారి కుటుంబం వేరు నా కుటుంబం వేరు అనుకుంటారు. ఇంకా నా మతం వేరు వాడి మతం వేరు, నా ప్రాంతం వేరు వాడి ప్రాంతం వేరు, నాది ఈ దేశం వాడిది వేరే దేశం, వాడి భాష వేరు నా భాష వేరు అని ఎన్నో భావాలతో జీవిస్తున్నారు.

కానీ ఆత్మ జ్ఞానం పొందినవాడు అంతా ఒక్కటే అనే భావనలోనే ఉంటాడు. పైకి దేహాలు వేరు వేరుగా కనపడినా అందరు ఆత్మలే అని తెలుసుకుంటాడు.

ఉదా: బంగారపు వస్తువులు రకరకాల ఆకారాలలో ఉంటాయి. గాజులు, గొలుసులు, చెవి పోగులు ఇలా రకరకాలుగా ఉంటాయి. గాజులను చేతికి, గొలుసులు మెడలో, పోగులు చెవులకు ధరిస్తారు. ఇక్కడ గమనిస్తే వాటి ఆకారాలే వేరు వేరు కానీ అన్నీ బంగారంతోనే తయారు చేయబడినవి. అలానే కులాలు, మతాలు, దేశాలు, భాషలు వేరు వేరుగా ఉన్నా అందరు ఆత్మలే. స్త్రీ లు, పురుషులు వేరు వేరుగా ఉన్నా అందరూ ఆత్మలే.

ఇది తెలుసు కాబట్టే ఆత్మ జ్ఞాని స్త్రీ పురుషులను వేరు వేరుగా భావించదు. భార్య భర్తలు కూడా వేరు, వేరు కాదని భావిస్తాడు.

సహజంగా సమాజంలో మగవారు నేను భర్తని, నా భార్య నేను చెప్పినట్లు వినాలి, నడచుకోవాలి, నా పర్మిషన్ తోనే పనులు చేయాలి అనే భావంతో ఉంటారు. తనకు విరుద్ధంగా ఏ పనైనా చేస్తే భార్య మీద అరుస్తారు.

అలా వేరు భావం ఉండటం వల్లనే సహజంగా సంసారంలో గొడవలు జరుగుతుంటాయి.

కానీ ఆత్మ జ్ఞానం పొందినవాడు నేను పురుషుడిని కాదు, స్త్రీనికాదు నేను ఆత్మని అని తెలుసుకున్నవాడు. ఈ జన్మలో కొన్ని అనుభవాల కోసం పురుష జన్మ తీసుకున్నాను, మరు జన్మలో స్త్రీ శరీరం తీసుకొని ఆ అనుభవాలు కూడా పొందుతానని తెలుసుకుంటాడు. తన భార్య కూడా ఆత్మే అనే భావం ఆత్మజ్ఞానికి వస్తుంది. ఇలాంటి భావంతో ఉన్న వాడు ఆవిడ మీద పెత్తనం, దౌర్జన్యం చెయ్యడు, స్నేహంగా అన్యోన్యంగా ఉంటాడు. అటువంటి వారి సంసారం స్వర్గం అవుతుంది.

అలా కక్షలు, కార్పణ్యాలు, పగలు, ప్రతీకారాలు ఉండకుండా ఉండాలి అంటే అందరూ జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవాలి. అందరూ జ్ఞానవంతులైతే ప్రపంచమే ఒక స్వర్గం అవుతుంది.

చాలా మంది పుణ్యం చేస్తే భోగాలు అనుభవించవచ్చు అనుకుంటారు కానీ, వారు జ్ఞానవంతులు కాకపోతే ఆ భోగాలలో కూడా నరకం అనుభవిస్తారు. కొంత మంది భార్యాభర్తలు ప్యాలస్‌ల లాంటి ఇంట్లోనే ఉంటారు. కానీ వారు ఆనందంగా జీవించలేరు, కారణం రోజూ గొడవలే! ఎందుకంటే వారికి ఆత్మజ్ఞానం లేకపోవడం వల్ల..

భార్యాభర్తలు అన్న తర్వాత గొడవలు పడకుండా ఎలా ఉంటారు? అని కొంతమంది అంటూ ఉంటారు. కానీ అలా అనుకునే వారందరూ అజ్ఞానులే. అందరిని జ్ఞానవంతులను చేయడమే పత్రి గారి ఆశయం. ప్రపంచంలో ప్రకృతి వైపరీత్యాలు, యుద్ధాలు, మారణహోమాలు గొడవలు, కొట్లాటలు ఉండకూడదంటే ప్రతిఒక్కరూ జ్ఞాన వంతులు కావాలి.

పత్రి గారు ధ్యానం చేస్తేనే జ్ఞానం వస్తుందని, అందరినీ జ్ఞానవంతులను చేయడం కోసం ఊరూరా తిరిగి జ్ఞానం నేర్పారు. పిరమిడ్

లో ధ్యానం చేస్తే తొందరగా ధ్యాన శక్తి పొందుతారని పిరమిడ్లు నిర్మింపచేశారు. మాంసాహారం తీసుకుంటే ఎప్పటికీ జ్ఞానం రాదని అందరినీ శాకాహారులుగా తయారుచేసే ప్రయత్నం చేశారు.

ఈ విషయాలు అన్ని బోధించడానికి అవసరమైన ధ్యాన కేంద్రాలను నిర్మించి, అందరూ జ్ఞానం నేర్చుకొని, జ్ఞానాన్ని అందరికీ బోధించాలని చెప్పారు. పత్రి గారు చెప్పిన ఈ విషయాలు అర్థంకాక చాలా మంది ధ్యాన జగత్, పిరమిడ్ జగత్, శాకాహార జగత్ అని అన్నారని చెబుతుంటారు. కానీ ఈ మూడింటి యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశం జ్ఞాన జగత్ కావడమే అని అర్థం కావడంలేదు.

జ్ఞానం లేని వారు జీవులు, వేరు నేను వేరని వాటిని చంపి తింటున్నారు. ఒక్క జ్ఞానికి మాత్రమే జీవులు, పక్షులు కూడా ప్రకృతిలో ఒక భాగమే అని, నాలాగే అవి కూడా వాటి అనుభవాల కోసం ఈ భూమ్మీద జీవిస్తున్నాయని తెలుసుకుంటాడు.

పత్రి గారు గొప్ప యోగీశ్వరులు, పూర్ణాత్మ లాంటి వారు. సమస్త ప్రకృతి గురించి అవగాహన ఉన్నవారు, ప్రకృతి నియమాలు, ధర్మాలు తెలిసినవారు, గమ్యం చేరుకున్న వారు. అటువంటి సద్గురువులే గమ్యాన్ని చేరుకునే మార్గాన్ని చూపెట్టగలరు.

మరి ఎవరైనా సరే అటువంటి సద్గురువులను పట్టుకున్నప్పుడు ఏ లక్ష్యంతో భూమ్మీదకు వచ్చారో దాని సాధిస్తారు, జన్మ ధన్యం చేసుకుంటారు.

::5::

“ఆత్మ జ్ఞానికి నేను అనే అహంకారం, నా వారు అనే మమకారం ఏ మాత్రం ఉండవు”

అహంకారం, మమకారం అన్నవి ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలకు అవరోధాలు. ఆత్మజ్ఞానికి నాది-మాది అనేవి గానీ, నేను-నావారు అనేవి గానీ ఉండవు. అవి ఉన్నవాడు ఆత్మజ్ఞాని కానట్టే. పత్రి గారు కూడా నేను, నాది అనే నామాలను వదిలేయాలి అని స్పష్టంగా చెప్పారు. అలా వదిలిన వారే జ్ఞాన పరంగా ఎదగగలరు.

మన పురాణాలు తీసుకుంటే బ్రహ్మర్షి విశ్వామిత్రుడు ఏక దీక్షగా వెయ్యి సంవత్సరాలు తపస్సు చేశాడు. అపారమైన శక్తి సంపాదించాడు. అంత శక్తివంతుడైన విశ్వామిత్రుడిని పరీక్షించ డానికి ఇంద్రుడు మేనకను పంపుతాడు. ఆవిడ అందాన్ని చూసి విశ్వామిత్రుడు ఆవిడ కోరికలు తీర్చటానికి వప్పుకుని వివాహం చేసుకుంటాడు. మేనక కోరికలు తీర్చడానికి తనకున్న శక్తిని అంతా ఖర్చు పెట్టి మామూలు మనిషి అవుతాడు.

తాను చేసిన తప్పు తెలుసుకొని విశ్వామిత్రుడు మళ్ళీ వెయ్యి సంవత్సరాలు తపస్సు చేసి శక్తివంతుడు అవుతాడు. ఈసారి ఇంద్రుడు రంభని పంపుతాడు. అది ఇంద్రుడి పన్నాగమని తెలుసుకొని తన అహంకారంతో రంభను శపిస్తాడు. వెంటనే రంభ శిలగా మారిపోతుంది. అలా క్రోధం వల్ల విశ్వామిత్రుడు తన శక్తిని మళ్లీ కోల్పోతాడు. అహంకారం వలన తన శక్తిని కోల్పోయాను అని తెలుసుకొని తపస్సు చేసి మరలా శక్తిని సంపాదించుకుని విశ్వామిత్రుడు బ్రహ్మర్షి అవుతాడు.

దీన్ని బట్టి ఎంత శక్తిని సంపాదించినా కామము, అహంకారం ఉంటే సంపాదించిన శక్తిని కోల్పోతారని తెలుసుకోవాలి. అందుకే సద్గురువులు తమ దగ్గరకు వచ్చిన శిష్యులకు మొదట అహంకారాన్ని తొలగించే ప్రయత్నం

చేస్తారు. ఈ విషయాన్ని నేను పత్రి గారి దగ్గర బాగా గమనించాను. అహంకారం ఉన్న వారు ఆధ్యాత్మిక సందేశాలు, ఆత్మజ్ఞానం చెప్పినా అర్థం చేసుకోలేరు.

అహంకారం గురించి బుద్ధుని జీవితంలో జరిగిన ఒక సంఘటన వివరించుకుందాం. ఒకసారి బుద్ధుడు ప్రసంగిస్తున్నప్పుడు ఒక శిష్యుడు లేచి స్వామి మేము ఆధ్యాత్మిక సందేహాలు అడిగినప్పుడు ఎందుకు దాటవేస్తున్నారు? అని అడిగాడు. అప్పుడు బుద్ధుడు "రేపు నీ ఇంటికి వచ్చి, నీ ఆతిథ్యం తీసుకొని, నీ ప్రశ్నకు సమాధానం చెబుతాను" అని అంటాడు.

శిష్యుడు ఎంతో ఆనందంతో మరుసటి రోజు బుద్ధుని కొరకు ఎన్నో మధురమైన పదార్థాలను తయారుచేసి ఆయన రాక కోసం ఎదురు చూస్తూ ఉంటాడు. బుద్ధుడు వచ్చిన వెంటనే ఎంతో సంబరపడి బుద్ధుడిని కూర్చొబెట్టి, తాను తయారుచేసిన మధురమైన పదార్థాలు బుద్ధుని భిక్ష పాత్రలో వేయబోయి ఆగిపోతాడు. కారణం ఆ భిక్ష పాత్ర నిండా దుమ్మూ, ధూళీ ఉండడంవల్ల. అప్పుడు శిష్యుడు స్వామి ఈ భిక్ష పాత్ర దుమ్మూ, ధూళితో ఉంది, ఒకవేళ ఈ పదార్థాలు వేస్తే అవి పనికి రాకుండా పోతాయి, కనుక ఆ పాత్రను శుభ్రం చేసుకొని వస్తే భిక్ష వేయగలనని శిష్యుడు అంటాడు.

అప్పుడు బుద్ధుడు ఈ దుమ్మున్న పాత్రలో మధురమైన ఆహార పదార్థాలు వేస్తే అవి ఎలా పనికి రాకుండా పోతాయో! అలానే నువ్వు అహంకారం అనే దుమ్ముతో నన్ను ఎన్నో ప్రశ్నలు అడిగావు. అటువంటి అహంకారమనే దుమ్ముతో ఉన్న నీకు నేను జ్ఞానాన్ని బోధిస్తే అది నిరుపయోగం అవుతుంది కదా! అందుకే నిన్న నువ్వు ఎన్ని సార్లు ప్రశ్నలు అడిగినా నేను సమాధానం చెప్పలేదు అన్నాడు. అలా బుద్ధుడు శిష్యుడిలో ఉన్న అహంకారం గురించి అర్థమయ్యేలా చెప్పడం జరిగింది.

ఆత్మ జ్ఞానం పొందే వారికి అహంకారం అన్నది పెద్ద అవరోధం, అడ్డం. అహంకారమే ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలకు అడ్డంకి అని మేడం కూడా ఎప్పుడు చెబుతుంటారు.

"మమకారం"

నాది అనే మమకారం కూడా ఉండకూడదు. భార్య, భర్త, పిల్లలు, ధనం అన్నీ ఉండాలి. కానీ వాటి మీద వ్యామోహం ఉండకూడదు. ధనం మీద వ్యామోహంతో అధర్మంగా జీవిస్తారు. తప్పులు, పాపాలు, మోసాలు చేస్తారు. వాటి వలన భవిష్యత్తు పతనం అవుతుంది.

పిల్లల్ని ప్రేమగా చూసుకోవాలి, వారి అవసరాలు తీర్చాలి కాని వారి మీద మమకారం ఉండకూడదు. అలా పెట్టుకుంటే వారి కోసం తప్పులూ, పాపాలూ చేసి చివరకు నష్టపోతారు. భార్య, భర్తలు ఒకరికొకరు అన్యోన్యంగా ఉండచ్చు కానీ ఒకరి మీద ఒకరికి మమకారం ఉండకూడదు. ఆధ్యాత్మికంగా పరిపూర్ణులు అవ్వాలంటే తప్పనిసరిగా అహంకార, మమకారాలు వదలాలి అదే మేడమ్ బ్లావట్స్కీ చెప్పారు.

అహంకార, మమకారాలు నీకు తెలియకుండానే నీలో పెరుగుతుంటా యని పత్రి గారు కూడా చెప్పడం జరిగింది. వాటిని తొలగించే శక్తి ఒక్క సద్గురువుకి మాత్రమే ఉంది. అహంకారం ఉందా? లేదా? అన్నది సద్గురుకే తెలుస్తుంది. అందుకే ప్రతిఒక్కరూ సద్గురువుని ఆశ్రయించాలి.

సద్గురువు శిష్యుడిలో ఉన్న అహంకారానికి పరీక్ష పెడతాడు. శిష్యుడు గురువును అపార్థం చేసుకోకుండా తనలోని లోపాన్ని సరిచేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తే ఎంతో గొప్పగా ఎదుగుతాడు. అలా కాకుండా "గురువు నన్ను అంటాడా? నేను ఏమి చేశాను?" అని శిష్యుడు అనుకుంటే ఎదగలేడు. అందుకే ప్రతీ ఒక్కరికి గురు సాంగత్యం ఉండాలి అంటారు.

దూషించి, దండించి అయినా నిర్మొహమాటంగా మీలో ఉన్న లోపాలను సరిచేసేవాడు అసలైన సద్గురువు. పత్రి గారు కూడా నాలో ఉన్న ఎన్నో లోపాలను సరిచేశారు.

ఒక్కొక్కసారి ప్రకృతి కూడా కొన్ని సంఘటనల ద్వారా మీ లోపాన్ని తెలియజేస్తుంది. మీలో ఉన్న అహంకారాన్ని తొలగించడానికి కొన్ని సంఘటనల ద్వారా బుద్ధి చెబుతోంది. పూర్ణాత్మ కూడా ఎప్పుడు గమనిస్తూనే ఉంటుంది. అందుచేత మీలో అహం పెరిగిందా? లేదా? అని ఎప్పటికప్పుడు గమనించు కోవాలి. మీరు కూడా విశ్వామిత్రుడి స్థాయికి ఎదగాలి అంటే మీలో ఉన్న అహంకార, మమకారాలను తొలగించుకోవాలి.

తటవర్తి దంపతుల YouTube ఛానెల్ Subscribe చేసుకోవాలంటే

a) Whatsapp group లో మీకు పంపబడుతున్న Youtube లింక్ మీద నొక్కినప్పుడు Tatavarthy Veera Raghava Rao ఛానెల్ open అవుతుంది. Open అవ్వగానే subscribe కనిపిస్తుంది. దాని మీద నొక్కితే subscribe అవుతారు. ప్రక్కనే వున్న bell button నొక్కితే ప్రతీ రోజు వచ్చే వీడియోలు చూడవచ్చు.

లేకపోతే www.tst.org.in/videos/ ఓపెన్ అయిన తరువాత I లో Tatavarthy Veera Raghava Rao పేరు మీద నొక్కండి. II & III లో వున్న పేరు మీద నొక్కండి. ఛానెల్స్ Open అవుతాయి. Open అవ్వగానే subcribe కనిపిస్తుంది. దాని మీద నొక్కితే subscribe అవుతారు. ప్రక్కనే వున్న bell button నొక్కితే ప్రతీ రోజు వచ్చే వీడియోలు చూడవచ్చు.

::6::

"ఆత్మజ్ఞాని ప్రతి మనిషి సమానమే, ప్రతి ప్రాణి ముఖ్యమే అన్నట్టుగా భావిస్తాడు, ఆ రకంగా ప్రవర్తిస్తాడు".

ఆ స్థితికి మీరు రాగలిగితే ఆత్మ జ్ఞానం సంపాదించుకున్నట్లే లెక్క. మీరందరూ దేహాలు కాదు, ఆత్మలు అని తెలుసుకున్నాక కూడా ఆత్మలుగా ఎందుకు ప్రవర్తించలేకపోతున్నారంటే? మీరు కొంత జ్ఞానాన్నే పొందారు, కొంతే అర్థం చేసుకున్నారని తెలుసుకోవచ్చు. అందుకే ప్రతి ఒక్కరికీ సజ్జన సాంగత్యం అవసరం అని పత్రి గారు, ఆది శంకరాచార్యులవారు చెప్పడం జరిగింది. మరి మీరంతా ప్రతి రోజూ ఉదయం జూమ్‌లో ఎంతో జ్ఞానాన్ని వింటున్నారు, మెల్లిగా ఆచరణలో కూడా పెట్టుకుంటున్నారు.

బయట చూస్తే దేహం కనబడుతుంది, ఆత్మ కనిపించదు. మరి నేను ఆత్మను ఎలా అవుతాను? అని కంటికి కనబడే దాన్నే మానవుడు నమ్ముతాడు, విశ్వసిస్తాడు. ఏ మానవుడైనా కొన్నాళ్లు భూమ్మీద జీవించి తరువాత చనిపోతాడు అన్న విషయం నమ్ముతాడు. భూమ్మీద పుట్టుకా, చావు చూసి పుట్టిన నేను కొన్నాళ్లకు చనిపోతాను అన్నంత వరకే తెలుసుకుంటాడు.

అందుకే ప్రతి మానవుడు చనిపోయేలోపు ఉన్నంతలో ఎంత వీలైతే అంత సుఖపడటానికే ప్రయత్నిస్తాడు. ఎంత బాగా సుఖపడితే అంత బాగా జీవించినట్లు అనుకుని తాను, తన కుటుంబం సుఖంగా జీవించాలని జీవితంలో ఎక్కువ సమయాన్ని ధన సంపాదనకే కేటాయిస్తాడు. ఆ ధనంతో వీలైనంత సుఖంగా ఉండాలి అని ప్రయత్నిస్తాడు.

అలాగే అందరూ వేరే, నేను వేరే అనే భావంతో అందరికన్నా గొప్పగా ఉండాలి, గొప్పగా జీవించాలని కంటికి కనిపించే జీవితానికే ప్రాముఖ్యం ఇస్తాడు.

ప్రతి ఒక్కరూ యుక్త వయసు వచ్చిన తర్వాత పెళ్లి చేసుకుని, పిల్లలను

కని, వారిని పెంచి పెద్దచేసి చివరకు వార్ధక్యంలో చనిపోతారు. ఈ మార్పు అంతా కంటికి కనబడుతుంది కాబట్టి దాన్నే నమ్ముతారు.. అలా చనిపోయిన వ్యక్తిని వారివారి మతాచారాలను బట్టి దహనం చేయడం లేదా, పాతిపెట్టడం చేస్తుంటారు. అంటే చనిపోయిన తర్వాత దేహము బూడిద అవుతుందని తెలుసుకుంటారు. అంతకు మించి వారికి అవగాహన ఉండదు.

కానీ అప్పటి వరకు పనిచేసిన శరీరం చనిపోయిన తర్వాత ఎందుకు పనిచేయడం లేదు అని కొంచెం బుద్ధితో ఆలోచిస్తే బ్రతికున్నప్పుడు ఈ శరీరంలో ఏదో శక్తి ఉంది, ఆ శక్తి ద్వారానే అప్పటి వరకు పనులన్ని చేయగలిగాడు, ఆ శక్తి ఎప్పుడైతే తప్పుకుందో శరీరం ఏమీ చేయలేకపోతుందన్న విషయాన్ని మాత్రమే తెలుసుకుంటాడు. ఆ శక్తినే ప్రాణము అంటారని, ఆ ప్రాణం ఉన్నంత వరకే మనిషి బ్రతికి వుంటాడని, లేకుంటే చనిపోతాడని, అంటే ప్రాణం పోయిందని తెలుసుకుంటాడు.

ఈ జ్ఞానమార్గంలోనికి వచ్చిన తర్వాత గురువుల ద్వారా ఈ శరీరంలో, మనసు కాక ఆత్మ అనేది ఉంది అదే శక్తి అని తెలుసుకుంటాడు. ఆ శక్తే శరీరాన్ని నడిపిస్తుందని, అది శరీరం నుండి తప్పుకుంటే శరీరం శవం అయిపోతుందన్న విషయం తెలుసుకుంటాడు. తన శరీరంలో మనసు కాకుండా ఆత్మ ఉందని తెలుసుకుంటాడు.

జ్ఞానం లేనివాడు చనిపోయిన వారి శరీరం కాలిపోయింది, ఆత్మ పైకి పోయిందని అని అనుకుంటాడు, అంత వరకే ఆలోచించగలుగుతాడు. కొంచం బుద్ధితో ఆలోచిస్తే బూడిద అయిన శరీరమే నేనా, లేక పైకి పోయిన ఆత్మ నేనా అనే ఆలోచనలో పడతాడు.

ఇక్కడ గమనిస్తే ఎవరికైనా జీవితంలో కష్టాలు వస్తే "ఏ జన్మలో చేసుకున్న పాపమో, ఇంత కష్టం వచ్చింది" అని అప్రయత్నంగా అంటారు. అంటే ఇంతకు ముందు జన్మ ఉందని, ఆ జన్మలో చేసిన పాపమే ఈ జన్మలో

కష్టానికి కారణం అని తెలుస్తోంది.

దేవుడున్నాడని, ఆయన ఎంతో గొప్పవాడని అన్ని మతాల వారు ఒప్పుకుంటారు. ఆ దైవానికి అందరూ సమానం అని కూడా అంటారు. మరి ఆ దైవానికి అందరూ సమానమే అయినప్పుడు అందరి జీవితాలు ఒకే రకంగా ఎందుకు ఉండటం లేదు? అనే సందేహం రావాలి. అందరూ ఒకే రకంగా ఎందుకు పుట్టడం లేదు? కొందరికి కష్టాలు, కొందరికి సుఖాలు ఎందుకు ఉంటున్నాయి? కొందరు అందంగా, కొందరు అంద విహీనంగా ఎందుకు ఉంటున్నారు? కొందరు రోగాలతో బాధపడుతుంటే కొందరు ఆనందంగా ఎలా జీవిస్తున్నారు? మానవుడి జీవితం ఇన్ని రకాలుగా ఎందుకు ఉంటుంది? అని ప్రశ్న వేసుకుంటే అర్థమయ్యే విషయం ఏమిటంటే?

ఎవరైతే పూర్వజన్మలో పుణ్యం చేసుకుంటారో వారికి మరుజన్మ మంచి జన్మ వస్తుందని, ఎవరైతే ముందు జన్మలలో పాపాలు చేస్తారో వారు ఈ జన్మలో కష్టాలపాలవుతారని గురువుల ద్వారా తెలుసుకుంటారు. ఆ విషయాన్ని విశ్వసిస్తారు. మానవుని జీవితాల్లో తేడాలు అన్నీ ముందు జన్మలలో వారు చేసిన కర్మలను బట్టే ఉంటాయని దీన్ని బట్టి అర్థం అవుతుంది.

శ్రీకృష్ణులవారు కూడా “పుట్టిన వాడు గిట్టక తప్పదు, గిట్టిన వాడు పుట్టక తప్పదు” అని చెప్పడం జరిగింది. పుట్టడం అంటే తల్లి గర్భం నుండి బయటకు రావటం కాదు. గిట్టిన వాడు పుట్టక తప్పదు అంటే చనిపోయిన శరీరాన్ని బూడిద చేస్తారు, బూడిద అయిన శరీరం మరల ఎలా వస్తుంది? ఇది ఆలోచిస్తే శరీరం వాడు కాదు అని అర్థమవుతుంది.

గిట్టిన వాడు పుట్టడం అంటే శరీరం భూమ్మీదే బూడిద అయి పోయింది, శరీరంలో ఆత్మ అనేది ఉంది, ఏ ఆత్మ అయితే శరీరం నుండి బయటకు వచ్చిందో అదే నేను అనే విషయం ఆలోచిస్తే అందరికీ అర్థం అవుతుంది.

ఆత్మ తల్లి గర్భంలోనికి ప్రవేశించి శరీరము తీసుకొని బయటకు వస్తుంది. ఆ తల్లి గర్భంలోనికి ప్రవేశించడాన్నే జన్మ అంటారని, ఆ శరీరం నుండి ఆత్మ నిష్క్రమించడాన్నే చావు అంటారని సుమారు 300 జన్మల దాటిన వారికే అర్థం అవుతుంది.

ఏ ఆత్మ అయితే శరీరం నుండి బయటకు వస్తుందో ఆ ఆత్మ పైకి వెళ్తుందని అందరూ ఒప్పుకుంటారు. శరీరం బూడిద అయ్యింది, ఆత్మ పైకి వెళ్లింది మరి అది ఎక్కడకు వెళ్లింది? అనే సందేహం ప్రతి ఒక్కరికీ వస్తుంది.

ఎంతో గొప్పగా ధ్యాన సాధన చేసి ఎన్నో శక్తులు సంపాదించి కనిపించని వాటి గురించి తెలుసుకున్న గురువులను ఆశ్రయిస్తే, వారు చెప్పిన సందేశాలు వింటే, ఆత్మ పైలోకాలకు వెళ్లి, అక్కడ కొన్నాళ్లు ఉండి, మరలా కొన్ని కర్మలను తీసుకొని, దానికి అనుగుణమైన జన్మ తీసుకుంటుందన్న విషయం తెలుస్తుంది.

కనిపించని వాటి గురించి తెలుసుకోవడమే జ్ఞానం, ఆ జ్ఞానాన్ని పొందితే ఆత్మే తాను అనే సంగతి అర్థమవుతుంది. అసలు ఆత్మ అంటే ఏమిటి? అది ఎక్కడి నుంచి వచ్చింది? అనే ప్రశ్న వేసుకుంటే ఆత్మే భగవంతుడని, ఆత్మ అనంతమైన శక్తి కలదని తెలుసుకుంటాడు. సృష్టికి మూలమైన ములాత్మ నుండి విడివడిన అంశే ఆత్మ అని, ఆయనే సృష్టికర్త అని, ఆయనే ఎన్నో ఆత్మలను సృష్టించి వాటిని రకరకాల శరీరాల్లో ప్రవేశపెడతాడని, అలా అన్ని జీవులలో, జీవరాసులలో, క్రిమికీటకాలలో, పక్షులలో, జలచరాలలో, మానవులలో అన్నింటిలోనూ ఆ ఆత్మ ప్రవేశిస్తుందని, వాటికి జీవం కలిగిస్తుందని, అవి జీవించేలా చేస్తోందని తెలుసుకుంటాడు.

బుద్ధి ఉన్నవాడు అన్నిటిలో ఉన్న ఆత్మ ఒకటే అని అర్థం చేసుకుని, ఇటువంటి జ్ఞానాన్ని గురువుల ద్వారా నేర్చుకొని ఆచరణలో పెట్టుకుని, వాడి యొక్క ప్రవర్తనను మార్చుకుంటాడు. జ్ఞానం లేనివాడు శరీరమే నేనని, అందరినీ

వేర్వేరుగా చూస్తాడు, వేరు వేరు అన్నట్టుగా ప్రవర్తిస్తాడు. జ్ఞానం పొందినవాడు అంతా నేనే, నేనే అంతా అని అర్థం చేసుకుంటాడు. అందరూ సమానమే ప్రతి ప్రాణి ముఖ్యమైనదే, ఏది తక్కువా కాదు, ఏదీ ఎక్కువా కాదు అని అర్థం చేసుకుంటాడు.

అన్నమాచార్యుల వారు కూడా ఒక పాట ద్వారా "హీనాధికములు ఎందూలేవు, అందరికి శ్రీహరే అంతరాత్మ" అని చెప్పడం జరిగింది. అంటే హీనమైనవి, అధికమైనటువంటివి ఏమీ లేవని ఆత్మజ్ఞాని మాత్రమే అర్థం చేసుకుంటాడు.

జంతువులు హీనమైనవి మానవుడు అధికమైన వాడని, డబ్బులేని వాడు హీనమైన వాడిని డబ్బున్నవాడు అధికమైన వాడని, స్త్రీ జన్మ హీనమైనది అని పురుష జన్మ అధికమైనదని, రాజు గొప్పవాడని బంటు హీనమైనవాడని జ్ఞానం లేని వాడు అనుకుంటాడు. ఏదీ తక్కువా కాదు, ఏదీ ఎక్కువా కాదు, అందరూ సమానమే, అన్నీ సమానమేనని జ్ఞానం పొందినవాడు తెలుసుకుంటాడు.

::7::

“ఆత్మజ్ఞాని తన నైతిక బాధ్యత అయిన సత్కార్యాలు ఆచరిస్తాడు. అంతేకాదు సరళమైన స్వభావంతో మంచి మనసు కలిగి ఉంటాడు”

సత్ అంటే ఆత్మ, కార్యాలు అంటే సేవలు అని అర్థం. అంటే ఆత్మ జ్ఞాని ఆత్మ సేవలే చేస్తాడు. అలాగే ఆత్మజ్ఞాని సరళమైన స్వభావంతో మంచి మనసు కలిగి ఉంటాడు. అంటే అందరికీ మంచి చేయాలని, అందరి ఆత్మలకు లాభం కలిగించాలి అని చూస్తాడు. మంచి మనసుతో మంచి పనులే చేస్తాడు. ఇతర ఆత్మలకు లాభం కలిగించే సేవలే చేస్తుంటాడు.

పాపకర్మలు దుఃఖాన్ని, పుణ్యకర్మలు భోగాన్ని కలిగిస్తాయని, పాపకర్మలు, పుణ్యకర్మల వలన మరల జన్మ తీసుకుంటారని తెలుసు కనుక ఆత్మజ్ఞాని జన్మలకు కారణమైన కర్మలు చేయడు. శుభాన్ని, అశుభాన్ని వదలి మోక్షాన్ని కలిగించే ఆత్మకర్మలే చేస్తాడు. తాను ఆత్మ అని, తన లక్ష్యం, గమ్యం తెలుసు కనుక దానికి అనుగుణమైన కర్మలే చేస్తాడు. పత్రి గారు కూడా ఆత్మకు లాభం చేకూర్చే పనులు చెప్పేవారు.

మానవుడు ఈ జన్మలో చేసే పుణ్యకర్మల ఫలితాన్ని మరుజన్మలో వచ్చే దేహంతో అనుభవిస్తాడని తెలుసు కనుకే చాలా మంది పుణ్యకర్మలు చేయడానికే ఆసక్తి చూపిస్తారు.

ఆత్మజ్ఞానికి తాను ఆత్మని అని, తాను జన్మ లేని స్థితిని పొందాలని తెలుసు. అందుకే తనకి నిర్దేశించిన లక్ష్యమైన పూర్ణాత్మగా ఎదగాలని, తన గమ్యమైన సత్యలోకం చేరుకోవాలని ప్రయత్నిస్తాడు. అందుకే ఆత్మజ్ఞాని ఆత్మకర్మలే చేస్తాడు. అది తన బాధ్యత అని భావిస్తాడు.

కానీ ఆత్మ జ్ఞానం లేనివాడు కనిపించే దేహమే నేను అనుకొని “నేను ధనాన్ని సంపాదించి, నా కుటుంబాన్ని పోషించాలి, వారి అవసరాలని

తీర్చాలి, అది నా బాధ్యత" అని అనుకుంటాడు. ధన సంపాదన కోసం ఉద్యోగం కానీ, వ్యాపారం కానీ చేయాలి అని, అది కూడా తన బాధ్యత అని అనుకుంటాడు.

ఇక్కడ మనం గమనిస్తే దేహమే నేను అనే వారి బాధ్యతలు ఒక రకంగాను, ఆత్మే నేను అనే అవగాహన ఉన్నవారి బాధ్యతలు ఇంకొక రకంగా ఉంటాయి.

ఎవరైతే ఆత్మజ్ఞానం పొందారో వారి పనులు, ఆలోచనలు మారిపోతాయి. ఆత్మకు లాభం కలగాలి అంటే ధ్యానం, సజ్జన సాంగత్యం, స్వాధ్యాయం చేయాలి అని తెలుసుకుంటారు, అందరికీ చెబుతుంటారు.

ఆత్మ జ్ఞానికి అందరూ ఆత్మలే, ప్రతిఒక్కరూ ఒక లక్ష్యంతో భూమ్మీదకు వస్తారు, ఎవరి లక్ష్యాన్ని వారు పూర్తి చేసుకోగలరు, వారి బాధ్యత ఇంకొకరు తీసుకోవాల్సిన అవసరం లేదు అన్న విషయం బాగా తెలుసు.

పిల్ల పక్షికి రెక్కలు వచ్చే వరకే తన బాధ్యత అని తల్లి పక్షి ఎలా తెలుసుకుంటుందో, అలానే మీరు కూడా మీ పిల్లలు వారి కాళ్ల మీద వారు నిలబడే స్థాయికి వచ్చినప్పుడు వారి గురించి ఆలోచించవలసిన పని లేదు. అప్పటి నుండి మీ బాధ్యత ఏమిటో మీరు తెలుసుకుని మీరెవరు? ఈ భూమ్మీదకి ఎందుకు వచ్చారు? అన్న విషయం విచారణ చేసుకోవాలి.

అదే విషయాన్ని శంకరాచార్యులవారు స్పష్టంగా చెప్పారు. ఆత్మజ్ఞానికి పిల్లలు, భార్య భర్త, ఆత్మీయులపై ఉండే లోలోతుల్లోని ప్రేమలో కూడా ఏ మాత్రం స్వార్థం ఉండదు. లోలోతుల్లో అంటే పేగు బంధాలు, రక్త సంబంధాల విషయంలో స్వార్థం కనపడదు. ఈషణత్రయం ఉండదు అంటే దారేషణ, ధనేషణ, పుత్రేషణ ఉండదు అంటే వారి మీద మమకారం ఉండదు. లోలోతుల్లో

కూడా స్వార్థం కనిపించదు.

శంకరాచార్యుల వారు

శ్లో: కా తే కాంతా కస్తే పుత్రః
సంసారేయమతి విచిత్రః ।
కస్య త్వం కః కుత ఆయాతః
తత్త్వం చింతయ తదిహ భ్రాతః॥

తా: ఓయి సోదరుడా! ఎవరు నీ భార్య, ఎవరు నీ పుత్రుడు, ఈ సంసారం అత్యంత విచిత్రమైనది. ఇంతకీ నీవెవరవు? ఎవరికి చెందినవాడవు? ఎక్కడ నుండి వచ్చావు? ఈ తత్వవిచారణ చేస్తే నీ భ్రాంతి మోహాలన్నీ పటాపంచలవుతాయి అని శంకరాచార్యులవారు భ్రాంతి, మోహాలు పోవడానికి ఈవిధమైన విచారణ చేయమన్నాడు. అదే ఆత్మవిచారణ.

తల్లి గర్భం నుండి వచ్చిన శరీరం నువ్వు కాదు, ఆ తల్లిగర్భంలో తయారయ్యే శిశువులో ప్రవేశించిన ఆత్మవి నువ్వు. నీ లక్ష్యసాధన కొరకై ఒంటరిగానే తల్లి గర్భంలోని శిశువులోకి ప్రవేశించి జన్మ తీసుకున్నావు.

భూమ్మీదకి ఒంటరిగా వచ్చిన నీకు, మిగతా వారితో సంబంధం ఏమిటి? వారంతా నీ కుటుంబ సభ్యులు అన్నట్టు నీకు అనిపిస్తారు. ఆత్మ అయిన నువ్వు ఎవరికి చెందుతావు? అనే విచారణ చేస్తే వారి మీద భ్రాంతి, వ్యామోహాలు పటాపంచలవుతాయి.

శ్లో: కస్త్వం కోఽహం కుత ఆయాతః
కా మే జననీ కో మే తాతః ।
ఇతి పరిభావయ సర్వమసారం
విశ్వం త్యక్త్వా స్వప్నవిచారం ॥

తా: నేనెవరను? ఎక్కడ నుండి వచ్చాను? నా తల్లి ఎవరూ? నా

తండ్రి ఎవరు? అని సారహీనమైన స్వప్న తుల్యమైన ఈ విశ్వాన్ని ఈ విధమైన విచారణ ద్వారా విడిచిపెట్టాలి.

నువ్వు ఎవరూ? ఎక్కడ నుండి వచ్చావు? అనే విచారణ చేయి. ఆ తల్లి ఎవరూ? తండ్రి ఎవరు అని? ప్రశ్న వేసుకుని విచారించు. ఇవి అన్నీ సారహీనమైనవని, స్వప్న తుల్యమైనవని అర్థమవుతుంది.

నీవు నిద్రలో కల కంటున్నంత సేపు ఆ కల అంతా నిజమే అనిపిస్తుంది. కల అయిపోగానే ఏమి ఉండవు. కలలో నిజం అని వేటినైతే అనుకున్నావో మెలుకువ రాగానే అవి అన్నీ మాయమైపోతాయి.

అలాంటివే నీ జీవితంలో ఉండే బంధాలు కూడా. అది రాత్రి కల, ఇది పగటి కల. ఏదీ నిజం కాదు, ఏదీ వాస్తవం కాదు అన్న విషయం తెలుసుకుని వాటి మీద వ్యామోహం, మమకారం వదిలివేయి. జీవితం స్వప్నం లాంటిది, ఉన్నట్టుగా ఉంటుంది కానీ ఏమీ ఉండదు. దానికోసం ఎందుకు ఆరాటం? అందుకే శంకరాచార్యులవారు విచారణ చేసి వాటిని వదిలి పెట్టమని చెప్పారు. మేడమ్ బ్లావట్స్కీ కూడా అదే విషయం చెప్పారు.

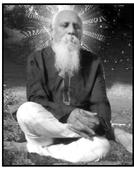
శ్లో॥ కా స్థే కాంతా ధనగతచింతా
వాతుల కిం తవ నాస్తి నియంతా ।
త్రిజగతి సజ్జనసంగతిరేకా
భవతి భవార్ణవతరణే నౌకా ॥

తా: ఓ వెర్రివాడా! నీ భార్య గురించి, ధనసంబంధ విషయాల గురించి ఎందుకు ఆలోచిస్తావు? ధర్మపాలన చేసే నియంతలేడని అనుకున్నావా? త్రికాలాలలో కూడా భవసాగరాన్ని దాటించగల నౌక సజ్జన సాంగత్యం మాత్రమే అని తెలుసుకో. వారందరి గురించి నీకు ఆరాటం ఎందుకు? వారిని సృష్టించినవాడు ఉన్నాడు కదా! నారు పోసిన వాడు నీరు

పోయడా? నువ్వు ఎందుకు భూమ్మీదకు వచ్చావు దానికోసం కృషి చేయి.

ఈ విషయాలన్నీ తెలుసుకోవడానికే సజ్జన సాంగత్యం. అందుకే ఆత్మ జ్ఞానం చెప్పేవారితో సాంగత్యం చేయాలి. అందుకే ప్రతినెలా 1,2,3 తారీకుల్లో భీమవరం లో జరిగే ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా తరగతులకు వచ్చి జ్ఞానాన్ని పొందండి, ప్రతి రోజు ఉదయం జరిగే జూమ్ క్లాస్ లో పాల్గొని జ్ఞానం వినండి.

ఆత్మజ్ఞాని తన నైతిక బాధ్యతైనా సత్కార్యాలు చేస్తుంటాడు. సరళ స్వభావంతో అంటే మంచి మనసు కలిగి ఉంటాడు. అందరికీ మంచి చేస్తాడు. వారి ఆత్మలకు లాభం చేకూరే పనులే చేస్తాడు. అందుకే మీరందరూ ఈ విషయాలన్ని విచారణ చేసి మీలో ఉన్న భ్రాంతి, వ్యామోహాలను తొలగించుకోండి.



ధ్యానం చేసే పద్ధతి
శ్వాస మీద ధ్యాస

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

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

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

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

::8::

"ఆత్మజ్ఞాని తన తోటివారిని ప్రభావితం చేయగలుగుతాడు"

ఆత్మజ్ఞాని తన జ్ఞాన పరిధి పెరిగే కొద్దీ ఇతరుల చేత ఆకర్షింప బడతాడు. ఆత్మజ్ఞాని ఎక్కడకు వెళ్లినా తన చుట్టూ ఉన్న ఎంతోమందిని ప్రభావితం చేయగలుగుతాడు. అందుకే పత్రి గారు బోదించే జ్ఞానానికి ఎంతో మంది ప్రభావితం అయ్యారు. ఆత్మజ్ఞాని చూడటానికి సామాన్యంగా ఉంటాడు కానీ వాడు చెప్పే విషయాలు ఎంతో ఆసక్తిగా ఉంటాయి. ఎందుకంటే వారికున్న జ్ఞానంతో ఎదుటివారిలో ఉన్న అజ్ఞానాన్ని, దుఃఖాన్ని తొలగిస్తాడు. అందరికీ సత్యాన్ని బోధించి సరైన మార్గంలో నడిపిస్తాడు, వారిలో మంచి మార్పు తీసుకు వస్తాడు. వారి జీవితంలో ఎన్నో లాభాలు పొందే అవకాశం కలిగిస్తాడు. అందుకే ఆత్మజ్ఞాని అందరిని ఆకర్షించగలుగుతాడు.

మానవుని జీవితం గురించి, వాడి జీవితంలో వచ్చే సమస్యల గురించి ఎంతో అవగాహన కలిగినవాడు ఆత్మజ్ఞాని. సహజంగా మానవుడు ఈ లోకంలో కనిపించే వాటి గురించే తెలుసుకుంటాడు. కానీ ఆత్మజ్ఞాని తన శక్తితో ఈ లోకంలో కనిపించని వాటి గురించి కూడా తెలుసుకుంటాడు. ప్రతి ఒక్కరి కర్మలు ఆకాశిక్ రికార్డ్సలో రికార్డ్ అవుతాయని, సృష్టిలో ఎన్నోరకాల లోకాలు ఉన్నాయని తెలుసుకుంటాడు.

మానవులు భూమ్మీద నుండి నిష్క్రమించిన తర్వాత పైలోకాలకు చేరుకున్నాక, ఎటువంటివారు ఎటువంటి లోకాలకు వెళ్తారు? అక్కడ ఎన్నాళ్ళు ఉంటారు? ఎటువంటి కర్మలు చేసినవారు అక్కడ ఎలా ఉంటారు? ఎటువంటి అనుభవాలు పొందుతారు? అక్కడ ఎలాంటి కౌన్సెల్లింగ్లు జరుగుతాయి? అనేది తెలుసుకుంటాడు.

అందువల్ల సామాన్య మానవులు తెలుసుకోలేని విషయాలన్నీ ఆత్మజ్ఞానులు తెలుసుకుంటారు, ఇతరులకు బోధించగలుగుతారు. కనుక

సామాన్య మానవులు వారికి ఆకర్షితులు, ప్రభావితులు అవుతారు.

ఆత్మ జ్ఞాని మరణం తర్వాత జరిగే విషయాలు తెలుసుకున్న వాడు కనుక వాటి లాభాల గురించి చెప్పి జ్ఞానం మీద దృష్టి పెట్టి, జ్ఞానాన్ని పొందండి అని చెబుతాడు. మరి ఆత్మజ్ఞాని ఏమేమి బోధిస్తాడో? వారి బోధలు ఏమిటో? తెలుసుకుందాం.

జ్ఞానం లేనివారు నా భార్య, నా భర్త, నా పిల్లలు అనే విపరీతమైన మమకారంతో మరణించిన తరువాత వారిని తీసుకు వెళ్ళటానికి వచ్చిన సహాయకుల కూడా వెళ్ళటానికి ఇష్టపడరు. భూమ్మీదే ఉండిపోయి, ప్రేతాత్మలుగా అవుతారు. అలా ఎన్నో వందల సంవత్సరాలు భూమ్మీద ఉండిపోవటం వలన వారు ఎంతో సమయాన్ని వృధా చేసుకుంటారు.

ఆత్మజ్ఞాని నేను దేహం కాదు, నేను ఆత్మ అని, అందరూ ఆత్మలే అని తెలుసుకోవడం వల్ల కుటుంబ సభ్యుల మీద, ధనం మీద మమకారం ఉండదు. చనిపోయిన తర్వాత సహాయకులతో పైలోకాలకు వెళ్ళిపోతాడు, ప్రేతాత్మగా అవ్వడు. తాను చేసిన కర్మలను బట్టి చేరాల్సిన లోకాలకు చేరుకుంటాడు. ఆ తర్వాత చేయవలసిన పనులు చేస్తాడు.

ఆత్మజ్ఞానం పొందితే జీవిత లక్ష్యం సాధిస్తాడు, జీవిత గమ్యం చేరుకుంటాడు. పూర్ణ జ్ఞానం పొంది, పూర్ణాత్మ కావడం జీవిత లక్ష్యమని, సత్య లోకం చేరుకోవటం జీవిత గమ్యం అని తెలుసుకుంటాడు. ఈ సృష్టిలో ఎన్నో లోకాలు ఉన్నాయని, మరణించిన తరువాత ఊర్ధ్వ లోకాలైన మహాలోకం, తపోలోకం చేరుకోవాలని అవి జనాలోకం దాటి ఉంటాయని, తరువాత మెల్లిగా సత్య లోకం చేరుకునే అవకాశం లభిస్తుందని, అది చేరుకుంటే మరలా జన్మ ఉండదని తెలుసుకుంటాడు.

జనాలోకం దాటి ఉన్నటువంటి మహాలోకం, తపోలోకం చేరుకున్నప్పుడు అక్కడ గొప్ప గొప్ప యోగుల, మహర్షుల, ఋషుల, జ్ఞానుల

వంటివారితో సజ్జన సాంగత్యం లభిస్తుందని, వారి ద్వారా జ్ఞానం పొందే అవకాశం కలుగుతుందని చెబుతాడు. అలా జ్ఞానం పొందినవారు భవిష్యత్తులో ఎంతో లాభం పొందుతారని, తమ గమ్యమైన సత్య లోకం తొందరగా చేరుకోవడానికి అవకాశం కలుగుతుందని తెలుసుకుంటాడు.

ఆత్మజ్ఞాని ఇంకా ఏమి చెబుతాడంటే? మరణించిన తర్వాత ఆత్మ ఉన్నత లోకాలకు చేరుకోవటం వల్ల మరుజన్మ తనకు నచ్చిన జన్మ తీసుకునే అవకాశం ఉంటుందని చెబుతాడు. అంతేకాదు మీరు ఉన్న ఈ భూలోకం మీ లోకం అనుకుంటున్నారు కానీ ఇది మీకు పరలోకం, జ్ఞానం సంపాదించు కోవడానికి ఈ భూలోకానికి వచ్చారు అని చెబుతాడు.

ప్రతిఒక్కరూ ఒక ప్రణాళిక ప్రకారం ఈ భూమ్మీదకి వస్తారని, ఆ ప్రణాళిక ప్రకారం జీవించినవారు వారి జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకుంటారని, ఆత్మజ్ఞానం పొందినవారికి వారి ప్రణాళిక ఏమిటో తెలుస్తుందని, అలా తెలుసుకుని జ్ఞానం సంపాదించుకుంటే వారి జీవితంలో ఎంతో లాభాన్ని పొందుతారని చెబుతాడు.

ఆత్మజ్ఞానులు ఎవరి నిర్ణయం ప్రకారం వారు భూమిమీదకి వస్తారని, ఎవరి నిర్ణయం ప్రకారం వారు నిష్క్రమిస్తారని తెలుసు. వారి ప్రణాళిక ప్రకారం ఎప్పుడు జన్మించాలో అప్పుడే జన్మిస్తారు, ఎప్పుడు నిష్క్రమించాలో అప్పుడే నిష్క్రమిస్తారు. వేరేవారి ఇష్టాయిష్టాలతో వారికి సంబంధం ఉండదు. అలానే వారి కుటుంబంలో ఎవరైనా నిష్క్రమించినా వారు బాధపడరు, దుఃఖపడరు. వారి నిర్ణయం ప్రకారం వారు నిష్క్రమిస్తారు అని తెలుసుకుంటారు. తన భార్య/భర్త, పిల్లలు ఎవరితో సంబంధం లేకుండా తనకుతానుగా వచ్చాను అని, తనకుతానుగా వెళ్లిపోతానని తెలుసుకుంటారు.

భూమ్మీద చేసిన కర్మలన్నీ ఆకాశిక్ రికార్డులో రికార్డు అవుతాయని, ఆ కర్మలలో కొన్ని కర్మలను తీసుకొని మరల జన్మ తీసుకుంటారని ఆత్మజ్ఞాని

చెబుతాడు. ఇది అర్థం చేసుకున్న సామాన్యుడు తాను చేసే ప్రతి కర్మ రికార్డు అవుతుందని, దాని ఫలితం అనుభవించవలసి వస్తుందని, తప్పులు, పాపాలు చేయకుండా జాగ్రత్తగా జీవిస్తాడు. భవిష్యత్తులో ఎంతో లాభం పొందుతాడు.

అలాగే ఆత్మజ్ఞాని "మీరు దైవ అనుభవాల కోసం వచ్చిన మానవులు కాదు, మానవ అనుభవాల కోసం వచ్చిన దైవాలు" అని చెబుతాడు. అది తెలుసుకున్న మానవుడు సరిగ్గా జీవించడం వల్ల ఈ లోకంలోనే కాదు పరలోకంలో కూడా ఎంతో లాభం పొందుతాడు.

ఆత్మజ్ఞాని భూమ్మీద హింస చేయడం వల్ల పైలోకాలకు వెళ్ళాక ఎలాంటి పరిస్థితి ఉంటుందో, ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉంటుందో వివరించి చెబుతాడు. ఇది అర్థం చేసుకున్న వారు భూమ్మీద తప్పులు, పాపాలు చేయకుండా వారిలో గొప్ప మార్పు తెచ్చుకుంటారు.

మరణించినవాడు భువర్లోకంలో "తాను జీవించి ఉండగా భూమ్మీద తాను చేసిన పనులన్నీ ఒకసారి సమీక్షించుకుంటాడు". తాను ఎలా పుట్టాడు? ఎలా పెరిగాడు? ఏ పనులు చేశాడు? పుట్టిన దగ్గరనుండి, తాను చేసిన తప్పు పనులు, పాపపు పనులు, మంచి పనులన్నింటినీ ఒకసారి చూసుకుంటాడు.

భూమ్మీద తాను హింసించిన వ్యక్తి , వాడి కుటుంబ సభ్యులు ఎంత బాధపడ్డారో చూస్తాడు. ధనం సంపాదించడం కోసం ఎంత మందిని మోసం చేశాడో, ఎంత మందిని చంపాడో అన్నీ చూసుకుంటాడు. తాను ఏ పరిస్థితుల్లో ఎలా చనిపోయాడో కూడా చూసుకుంటాడు. భూమ్మీద తన శరీరంతో చేసిన పనులన్నీ చూసుకుంటాడు. యమలోకం లాంటి భువర్లోకం చేరినప్పుడు వాడి సినిమాలో ఫస్ట్ హాఫ్ అయిపోతుంది.

వాడికి సెకండ్ హాఫ్ సినిమా యమలోకంలో మొదలవుతుంది. అక్కడ కూడా మాంసాహారం మీద భ్రాంతి పోక మటన్ బిర్యానీ తినాలని

అనుకోగానే, వాడిముందు ఒక గొర్రె ప్రత్యక్షమవుతుంది. దాన్ని చంపాలని దాని మెడ నరకబోతాడు, అప్పుడు ఆ గొర్రెలో కూడా తానే ఉన్నానని తెలుసుకుంటాడు. ఆ గొర్రె మెడపై పడే కత్తివేటు వీడి మెడపై పడుతుంది. అప్పుడు ఆ గొర్రె పడ్డ బాధంతా వీడు అనుభవిస్తాడు. అలా భూమ్మీద వాడు చేసిన పాపం అంతా అక్కడ అనుభవిస్తాడు.

అలాగే తన చేత పీడింపబడి ఆత్మహత్య చేసుకున్న అమ్మాయిని చూస్తాడు, అమ్మాయి లో కూడా తానే కనపడతాడు, ఆ అమ్మాయి వేసుకున్న ఉరితాడు తన మెడనే చుట్టి తన ప్రాణాలు తీస్తుండగా, తాను గిలగిలా కొట్టుకుంటాడు. ఆ బాధను భరించలేక నరకాన్ని అనుభవిస్తాడు.

అలా తాను భూమ్మీద చేసిన తప్పులు, పాపాలు అనుభవించి తనలో ఎంతో పరివర్తన తెచ్చుకొని ఎవరినీ బాధించకూడదని, హింసించ కూడదని నిర్ణయించుకుంటాడు.

ఆత్మజ్ఞానం పొందటం వల్ల ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయి అని తెలుసు కోండి. అలా మేడమ్ బ్లావట్స్కీ చెప్పినట్టు "ఆత్మజ్ఞాని చెప్పే విషయాలకు ప్రభావితమై అందరూ ఆత్మ జ్ఞానం పొంది, ఈ లోకంలోనే కాదు పరలోకంలో కూడా ఆనందంగా జీవించండి.

::9::

"నీళ్లకు భయపడి గట్టుమీద కూర్చుంటే ఏం లభిస్తుంది? సాహసం చేసి లోతుల్లోకి వెళితేనే లభించేది లభిస్తుంది."

ఈ ముక్తి మార్గంలోకి దేనికి వచ్చామంటే? ఎన్నో లాభాలు ఆశించి వచ్చాము, కానీ మీరు ఈ ధ్యానం చేయడానికి భయపడి చేయకుండా కూర్చుని ఏవేవో పనులు చేస్తే ఏం లభిస్తుంది? అంటే ఏవి రావు, ఏ లాభము రాదు. "సాహసం చేయాలి" దేనికి? ధ్యానం చేయడానికి.

మీకు ఒక డౌట్ రావచ్చు? ధ్యానం చేయడం కూడా సాహసమేనా? అని. ఊరికే కళ్ళు మూసుకొని కూర్చోవడమేగా? అని మీరు అనుకోవచ్చు. కానీ పత్రిగారు... ధ్యానం చేయడం కూడా సాహసమే అన్నారు. అందరూ ధ్యానంలోకి రాలేరు. ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయని చెప్పినా కూడా రాలేరు. సాహసం చేయగలిగిన వాళ్ళే దీంట్లోకి రాగలరు, సాహసవంతులకే ధ్యానం చేయడం సాధ్యమవుతుంది. మీరు గమనిస్తే భీమవరం ఎన్నో గ్రామాల నుంచి, ఎన్నో పట్టణాల నుంచి, ఎన్నో రాష్ట్రాల నుంచి వస్తున్నారు. ఆ గ్రామాలలో చూస్తే జనం లక్షలే కాదు కోట్ల మంది ఉంటారు. అందులో ఈ కాస్త మందే రాగలిగారు అంటే అర్థం ఏంటంటే? "వచ్చిన వారంతా సాహసవంతులు."

మానవుడికి ఏదైనా సాధ్యం, కానీ మనస్సుని అదుపు చేయడమే చాలా కష్టం. కానీ మీరు ఆ ప్రయత్నమే చేస్తున్నారు. ప్రపంచాన్నైనా జయించవచ్చు కానీ మనస్సును జయించడం అంత సామాన్యమైన విషయం కాదు. కానీ ఆ పనే మీరందరూ చేస్తున్నారు. మీకందరికీ తెలుసు ఇక్కడ గంటలు గంటలు ధ్యానం ఉంటుందని అయినా సరే లెక్కచేయకుండా వస్తున్నారు. ఇంత వేసవికాలంలో వచ్చారు. ఇది కరెక్ట్ గా రోహిణి కార్తె! అలా రోహిణి కార్తిలో ఇక్కడికి వచ్చి గంటలు గంటలు కూర్చోవడం అంటే

సాహసం కాకపోతే ఇంకేంటండి? ఏసీలు కూడా పనిచేయట్లేదు. అయినా దడవడంలేదు.

పత్రిగారు అన్నారు "ఎండలోను ధ్యానం అంట" మనం దాన్ని ఆచరించి చూపిస్తున్నాము. ఎంత సాహసం అండి. హిమాలయాలైన తేలిగ్గా ఎక్కవచ్చు కానీ కళ్ళు మూసుకొని కూర్చోవడం అలా కష్టమండి. అందుకే చాలామంది ధ్యానం చేయమంటే రారు. గట్టుమీద కూర్చొని నీళ్లలో దిగడం అంటే ఎంత భయమో? ధ్యానం చేయడం అంటే కూడా అంతే భయమండి. కాకపోతే చెప్పండి మీ ఊర్లో, మీ ఫ్రెండ్స్, మీ ఇంట్లో మిగతా వాళ్ళకి ఏమంటారు చూడండి? మీరు సాహసం చేస్తున్నారు అనరు. మిమ్మల్ని పిచ్చోళ్ళు అంటారు. హాయిగా సంపాదించుకోవచ్చుగా, ఎంజాయ్ చేయొచ్చుగా, అన్ని మానేసి కళ్ళు మూసుకోవడానికి భీమవరం దాకా వెళ్ళాలా అంటారు? మీ అందరికీ ఇళ్లలో ఏసీలున్నాయి అయినా వచ్చారు. ఎంత సాహసం అండి.

అలా సాహసం చేసి ధ్యానంలో లోతుల్లోకి వెళ్తేనే లభించేది లభిస్తుందండి. "ఎప్పటికీ లభించనిది లభిస్తుందండి." కొంతమందికి డబ్బు లభించవచ్చు. మంచి మంచి ఉద్యోగాలు లభించవచ్చు. మంచి వ్యాపారాలు ఉండొచ్చు. ఎన్నో ఉండొచ్చు. ఎన్ని ఉన్నా "ముక్తి" లభించదండి. అటువంటి "ముక్తే మనకు లభిస్తుందండి." గొప్పది ఏదైనా లభించాలి అంటే సాహసం చేయాలి. "మానవుడు చేసే సాహస కార్యాలన్నింటి కంటే గొప్ప సాహసమే" ఇప్పుడు మనం చేసే ఈ శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానమండి. లోతుల్లోకి వెళ్ళిన వాడికి ఆ లోపల ఏముందో తెలుస్తుంది. గట్టు మీద ఉన్న వాడికి ఏం తెలుస్తుంది?

ధ్యానం లోతుల్లోకి వెళ్తే ముందుగా అంతులేని ఆనందం పొందుతారు. అనిర్వచనీయమైన ఆనందం పొందుతారు. అందుకే మీరు గంటలు కూడా నిమిషాల్లా కూర్చుంటారు. నిమిషాలు కూర్చున్నట్టు

కూర్చుంటారు. ఆ ప్రశాంతత, ఆ ఆనందం అంతే కాదు. రాత్రి నిద్రపోయి ప్రొద్దున్నే లేచేటప్పటికీ ఎంత ఫ్రెష్ గా లేస్తాము, హుషారుగా లేస్తాము. నా వల్ల కాదంటూ రాత్రి ఇంకేమీ చేయలేక పడుకుండిపోతాము కానీ ఎంత ఫ్రెష్ గా లేస్తామో? అలాగే ధ్యానంలో లోతుల్లోకి మీరు వెళ్ళగలిగితే? లోతుల్లోకి వెళ్ళకుండా పై పైనే ఉంటే నేను చెప్పలేను గాని లోతుల్లోకి వెళితే? ఎంత రిఫ్రెష్ అవుతారో, ఎంత రిలాక్సేషన్ అవుతారో వెళ్ళిన వాడికి తెలుస్తుంది. అందుచేత కోల్పోయిన శక్తి మీరు పుంజుకోగలుగుతారు.

సహజంగా ప్రస్తుతం మీరు చూస్తే కనుక కలియుగ ప్రభావమో మరి ఏ ప్రభావంటారో తెలియదు? కానీ ఎన్నో రకాల ఒత్తిళ్ళు, అలజడులు, అశాంతి ఇలా ఎన్నో రకాల ఒడిదుడుకులతో జీవితం సాగుతుంది. ప్రశాంతంగా జీవిస్తున్నాను అనేవాళ్ళు చాలా కొద్ది మందే ఉంటారు. అటువంటి పరిస్థితుల్లో కూడా ఈ ధ్యానంలో లోతుల్లోకి వెళ్తే ఎంతో రిలాక్సేషన్ పొందుతారు. మీ శక్తి అపారంగా పెరుగుతుంది. ఏ శక్తి అయితే మిమ్మల్ని వ్యాధుల నుంచి కాపాడుతుందో, మీ శరీరంలో ఉన్నటువంటి క్రియలు అన్నింటినీ నడిపిస్తుందో అంటే ఏ క్రియలు అయితే మన శరీరం ఇలా ఉండడానికి కారణం ఆ శక్తే.

శరీరంలో రెండు వందల క్రియలు జరుగుతున్నాయి. శ్వాసక్రియ, రక్తప్రసరణ క్రియ, జీర్ణక్రియ, విసర్జన క్రియ ఎన్నో గ్రంధులు పనిచేస్తున్నాయి. అన్నింటికీ ఈ శక్తి అవసరం. ధ్యానం ద్వారా మనం సంపాదించుకునే శక్తి వీటన్నింటికీ అవసరం. మనకి ఏదైనా జబ్బు చేసినప్పుడు డాక్టర్ల దగ్గరికి వెళ్తే వాళ్ళు ఏమంటారు అంటే? నీలో "వ్యాధి నిరోధక శక్తి" తగ్గిపోయింది అంటారు. గుర్తుపెట్టుకోండి ఇప్పుడు ఏ శక్తి అయితే మనం ఈ ధ్యానం ద్వారా సంపాదించుకుంటున్నామో ఆ శక్తే డాక్టర్లు చెప్పే వ్యాధి నిరోధక శక్తి. ఆ శక్తి ఎంత ఎక్కువ ఉంటే మీకు ఏ జబ్బులు రావు. ఏ కర్మవశాన వచ్చినా వాటి

నుంచి తొందరగా బయట పడగలుగుతారు.

చాలామంది ముక్తి, మోక్షం తర్వాత ముందు మనకు వచ్చిన దాంట్లో నుంచి బయటపడితే చాలు అంటారు. దానికి ప్రత్యక్ష ఉదాహరణ ఈ మధ్యే నా జీవితంలో జరిగింది. ఇన్ని తెలివితేటలు ఉండి నేనేం చేశాను అంటే? మీ అందరికీ పెద్ద మేధావిలాగా ఇన్ని పాఠాలు చెప్తున్నాను కానీ నీళ్ళు అనుకుని "యాసిడ్" నోట్లో పోసుకున్నాను. చూడండి ఎంత తెలివి తెలివితేటలు.

అనుకున్నా ఏదో కర్మ మీద పడింది అందుచేత అలా చేయవలసి వచ్చిందని. డాక్టర్లు ఏమన్నారంటే కోలుకోవడానికి రెండు, మూడు మాసాలు పడుతుంది. ఒకవేళ ఇంకా ఏమైనా డ్యామేజ్ అయితే ఆపరేషన్ చేస్తే ఇంకా ఎక్కువ టైమ్ పడుతుంది అన్నారు. అలాంటిది డాక్టర్లే ఆశ్చర్యపోయే విధంగా నెలలోనే బయట పడిపోయాను! నార్మల్ గా బయటకు వచ్చాను! ఏంటిది అప్పుడే నార్మల్ అయిపోయిందా అని ఆశ్చర్యపోయారు! ఏ శక్తి అయితే ఇన్నాళ్ళు ధ్యానం చేసి సంపాదించుకున్నానో, ఆ శక్తి నాకు బాగా ఉపయోగపడింది అని నాకు అప్పుడు అనిపించింది. డాక్టర్లు ఈ వయస్సులో రికవరీ అవ్వడం చాలా కష్టం అన్నారు.

వయస్సులో ఉన్న వాళ్ళు కొంచెం తొందరగా రికవరీ అవ్వొచ్చు కానీ ఈ వయసులో ఎవరికైనా సరే రోగనిరోధక శక్తి ఎక్కువ ఉండదు. అంత తొందరగా బయటపడడం అంటే ఆశ్చర్యమే. హైదరాబాద్ లో నెలపోయిన తర్వాత ఒకసారి, మూడు నెలలు పోయిన తర్వాత ఒకసారి టెస్టులు చేయించుకోవాలని అన్నారు. హైదరాబాద్ వెళ్ళనేలేదు. వెళ్ళకపోతే ఎలాగా? అని పిల్లలు కంగారు పడుతున్నారు. మనకేం అవ్వదు లేరా అన్నాను? ధ్యానం ద్వారా లోతుల్లోకి మనం వెళ్ళగలిగితే ఆనందమే కాదు ఇంకెన్ని లాభాలు ఉన్నాయో ఒక్కసారి చూడండి. ఇంచుమించు మనం నాలుగేళ్ళ నుంచి జూమ్ చెప్పుకుంటున్నాం. ఇరవై ఏళ్ళ నుంచి ఈ మూడు రోజుల

క్లాసులు చెప్పుకుంటున్నాము. అన్ని క్లాసుల్లోనూ ధ్యానంలో వచ్చే లాభాల గురించి చెప్పుకుంటున్నాము. ఇన్ని లాభాలు ఉంటాయా అని ఆశ్చర్యపోతున్నారు!.

మొదట్లో పత్రిగారు అనేవారు... "ధ్యానం చేస్తే కోటి లాభాలు ధ్యానం చేయకపోతే కోటి నష్టాలు." అప్పుడు నాకు కొంచెం ఆక్షేపనగా అనిపించింది. కోటి ఎక్కడ వస్తాయి? ధ్యానం చేస్తే కోటి లాభాలేంటి? ఇలా చెప్తున్నాడు కానీ ఆయన చెప్పింది కరెక్ట్ అని ఇప్పుడు అర్థం అవుతుంది.

సింపుల్ గా మీకు లాభాల గురించి చెప్తాను. మనం ధ్యానం చేస్తే? మనలో ఉన్న చెడు పోతుందని ఒక టాపిక్ చెప్పుకున్నాం. "చెడు పోతుంది" రెండు మాటలే కానీ ప్రతి ఒక్కరిలో ఎన్ని రకాల చెడులు ఉంటాయని మళ్ళీ వివరంగా చెప్పుకున్నాము. ఎన్ని రకాల చెడులు అంటే ఇంచుమించు 80 రోజులు చెప్పుకున్నాం. అవన్నీ విన్నాక ఏంటి? నాలో ఇన్ని ఉన్నాయా అని మీకు ఆశ్చర్యమేస్తుంది! ఒకరకంగా చూస్తే మీలో అందులో చాలా ఉన్నాయి. ఉంటాయి. కచ్చితంగా ప్రతి ఒక్కరిలో అన్ని రకాల చెడులు ఉన్నాయి. ఇప్పుడు ఈ మార్గంలోకి వచ్చిన వాళ్ళు వాటిలోంచి బయటపడి ఉంటారు. మరి ఇన్ని రకాల చెడులతో జీవిస్తే చివరికి మీ కూడా జీవితం ఎప్పుడు ఆఖరు అవుతుందంటే? చెడులేని స్థితికి మీరు ఎదిగినప్పుడు.

మీరు భీమవరం దేనికి వస్తున్నారు అంటే? మీలో ఉన్న చెడులు తొలగించుకోవడానికే. అసలు భూమి మీద ఈ జన్మ ఎందుకు తీసుకున్నాము అంటే? "ఈ చెడు తొలగించుకోవడానికే." ఒక జన్మలో ఎవరు ఎన్ని రకాల చెడులు తొలగించుకుంటే వాళ్ళకి అన్ని జన్మలు తగ్గిపోతాయి.

అందుచేత కబీర్ చెప్పినటువంటి ఈ సందేశం చాలా గొప్పదండి. నువ్వు గట్టుమీద కూర్చొని నీళ్ళలోకి దిగడానికి భయపడితే? ఎలా? అందుకే లోతుల్లో ఉన్నటువంటివి ఏవి నీకు లాభించవు అన్నారు. అలాగే నువ్వు ధ్యానం

చేయడానికి భయపడితే? ధ్యానంలో పొందవలసింది ఏది నువ్వు పొందలేవు. పత్రిగారు చెప్పారు... ధ్యానం చెబితే కోటి లాభాలు. నేను ఒక్కటే చెబుతున్నాను. తీవ్రాతితీవ్రంగా సాధన చేయండి. మీలో వచ్చిన మార్పు, మీలో వచ్చిన తేడాలు స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. ఎవరు చెప్పక్కర్లేదు.

నేను అందుకే మూడు మాసాలు వరుసగా రండి అంటూ ఉంటాను. తర్వాత ఏమవుతుంది అంటే? మూడు మాసాలు వస్తేనే ఇంత మార్పు వస్తే, ఆరు మాసాలు వస్తే ఇంకెన్ని మార్పులు వస్తాయో! ఆరు మాసాలు వచ్చినవాళ్ళేమో ఇది మనం కంటిన్యూ చేస్తే ఇంకా ఎన్ని లాభాలు అని నిజంగా కంటిన్యూ చేసేవాళ్ళు వందల మీదే ఉన్నారు. ఇక్కడికి వచ్చే వాళ్ళేమీ తెలివి తక్కువై రావడం లేదు. ఎంత చిన్న వయసులో వస్తున్నారు చూడండి. అసలు ఈ పాప వయస్సు ఎంత? నీ పేరు? మేఘన, ఏ ఊరు? పెనుగొండ. మరి ఆ వయస్సులో వస్తున్నారు అంటే చూడండి.

ఇక్కడ చిన్న వయస్సులో వచ్చేవాళ్ళు చాలామంది ఉన్నారు. మరీ చిన్న వయస్సులోనే వచ్చారనుకోండి నాకు ఏమనిపిస్తుంది అంటే వీళ్ళకి "వివేకానంద లక్షణాలు" వచ్చాయి అనిపిస్తుంది. స్వామి వివేకానంద కూడా చాలా చిన్నవయస్సులో, యవ్వనంలోనే వచ్చాడు. రమణ మహర్షి కూడా అంతేనండి. అందుచేత మరి మహానుభావులు ఏ విషయం చెప్పినా మనకు అర్థమయ్యే రీతిలో, ఉపమానాలతో చెబుతూ ఉంటారు. ఇది చాలా అద్భుతం.

నువ్వు జడిచి నీటిలో దిగకపోతే లోతుల్లోకి వెళ్ళకపోతే! నీకేం లభిస్తుంది. అలాగే ధ్యానానికి జడిచి, ధ్యానం యొక్క లోతుల్లోకి వెళ్ళకపోతే నీకు ఏ లాభం వస్తుంది? వెళ్తేనే కదా వచ్చేది.

::10::

"కబీర్ కానీ, బుద్ధుడు కానీ, పత్రిగారు కానీ ఇలాంటి వాళ్ళు ఎవరు ఏది బోధించినా చూడ్డానికి సింపుల్‌గా ఉంటుంది, కానీ దాంట్లో ఎంతో అర్థం దాగి ఉంటుంది. అది అర్థం చేసుకొని ఆచరిస్తే మీ జీవితాలు ఎంతో మారిపోతాయి. ధన్యం అవుతుంది".

"మీకు దుఃఖముంది అంటే లోపం మీలోనే ఉంది, ఎవరిలోనూ లేదు. అంటే మీ ప్రవర్తన లోనే ఉంది. దాన్ని సరి చేసుకోండి, మీ జీవితంలో ఏ సమస్యలు రావు."

మీరు ఈ భీమవరం క్లాస్‌లకి మానకుండా కొన్ని నెలల పాటు వస్తే మీ బుద్ధి ఎంతో గొప్పగా ఎదుగుతుంది. చేయకూడని పనులు చేయరు, చేయవలసిన పనులే చేస్తారు. అలాంటి వాళ్ళకి కష్టాలు రావు, అన్ని లాభాలే కలుగుతాయి. ఇంకా అంతకంటే జీవితానికి కావాల్సిందేముంది? మీ సాధన ఇంకా కొనసాగిస్తే మీకు జ్ఞానం కూడా పెరుగుతుంది. జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ మీ కర్మలు దగ్ధమవుతాయి. మీ జీవిత లక్ష్యమైనా ముక్తిని, మోక్షాన్ని పొందగలుగుతారు, ఆ మహానుభావులు చెప్పినవన్నీ ఆచరించగలుగుతారు.

"ఏ విధంగానైతే ఒక చేట సారాన్ని గ్రహించి పొట్టును వదిలి వేస్తుందో! సాధువులు అంటే సాధు స్వభావం కల సాధువులు కూడా చెడును వదిలివేసి మంచి గుణాలను మాత్రమే స్వీకరిస్తారు. మంచినే తీసుకుంటారు."

సాధువు అంటే సాధు స్వభావం కలవారు అని చెప్పుకున్నాము. అంటే సాత్విక గుణంలో చాలా ఎదిగినవారు అని మనం చెప్పుకుంటూ ఉంటాము. సాధు జంతువులు, క్రూర మృగాలు అని అన్నాడు. సాధు జంతువులు అంటే ఆవు, మేక, లేడీ ఇవన్నీ కూడా శాకాహారాన్నే తీసుకుంటాయి. ఇవి తమ పని తాము చేసుకుంటాయి కానీ ఎవరికి హాని చేయవు. ఏమైనా చేస్తే ఉపకారమే చేస్తాయి. కానీ వాటి వల్ల ఎవరికి అపకారం కలగనివ్వవు.

సాధు జంతువుల యొక్క స్వభావం లాగే సాధువుల యొక్క స్వభావం కూడా అలాగే ఉంటుంది. చెడు చేయమన్నా చెయ్యరు, మంచే చేస్తారు. మీరు కూడా ఆ స్థాయికి రావాలి. అటువంటి వారి జీవితంలో తిరుగు ఉండదు.

ఇతర జంతువులకి చంపి నష్టం కలిగించే, జంతువుల్ని జంతువులు అనరు. క్రూరమృగాలు అంటారు. పత్రిగారు మాంసం తినే మృగాలని "క్రూర మృగం" అన్నట్టే జంతువులను, పక్షులను చంపి వాటి మాంసం తింటే వారిని క్రూర మానవులు అంటారని చెప్తారు. క్రూర మృగంలాగా మీరు తయారవ్వకూడదు, సాధు జంతువుల్లా తయారవ్వాలి. ఒక చేటలా తయారవ్వాలి. చేట చెడును వదిలేస్తుంది. మంచినే తీసుకుంటుంది.

మీరు కనక "శ్వాస మీద ధ్యాస" ధ్యానం కొన్ని నెలల పాటు తీవ్రాతితీవ్రంగా చేసినట్లయితే దానితో పాటు సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకుంటూ ఉంటే మీరు చెడుని తొలగించుకుంటారు, మంచినే గ్రహిస్తూ ఉంటారు, చెడు జోలికి పొమ్మన్న పోరు. మానవులెఉ చెడు చేయడానికి కారణమేంటంటే? చెడు గుణాలయిన తమోగుణము, రజోగుణంలో ఉండబట్టే. చేట చెడుని ఎలా తొలగిస్తుందో అలాగే మానవుడు ధ్యానం ద్వారా తనలో ఉన్న చెడును తొలగించుకోవాలి. ధ్యానం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం అదే. రోగాలు తగ్గించుకోవడం, ఏదో మనశ్శాంతి సంపాదించు కోవడం, కోరికలు తీర్చుకోవడం, అనుభవాలు పొందడం ఇది కాదు కావాల్సింది. ముందు మీలో ఉన్న చెడు తొలగించుకోవాలి. దానికోసమే ఈ ధ్యానం.

ఒకరిని బుద్ధుడిని మీరు ధ్యానం చేశారు కదా? మీరు ఏమి సంపాదించుకున్నారు అని అడిగాడంట? అప్పుడు బుద్ధుడు బాబూ నేనేమి సంపాదించుకోలేదు, కానీ ఎన్నో పోగొట్టుకున్నాను అని అన్నాడట. వాడు ఆశ్చర్యపోయాడు! ఏం పోగొట్టుకున్నారు అడిగాడట. అప్పుడు బుద్ధుడు నాలో వున్న కోపాన్ని పోగొట్టుకున్నాను, ద్వేషాన్ని పోగొట్టుకున్నా, గర్వాన్ని

పోగొట్టుకున్నా, స్వార్థాన్ని పోగొట్టుకున్నాను, లోభాన్ని పోగొట్టుకున్నా, గర్వాన్ని పోగొట్టుకున్నా, ఇలా వరుసపెట్టి చెప్పాడట. వాడు ఆశ్చర్యపోయి, బుద్ధుని కాళ్ళ మీద పడ్డాడట. అంటే ఈ సందేశం నుంచిఇ మనం తెలుసుకోవలసిందిఇ ఏమిటంటే? ధ్యానం చేస్తే ముందు మీ లోని చెడు పోవాలి.

చెడు ఎన్ని రకాలో చెప్పుకున్నాము. చెడు అలవాట్లు, చెడు లక్షణాలు, చెడు తిండ్లు, చెడు గుణాలు, చెడు వ్యసనాలు ఇలా ఒక్కొక్కటి ఒక్కొక్కటి తెలుసుకుంటూ ఉంటే ఎన్నో రకాల చెడులు ఉన్నాయి. మీరు ఆశ్చర్య పోతారు. బుద్ధుడు ధ్యానంలో పోగొట్టుకున్నాడు, మీరూ అదే చెయ్యాలి. అసలు ఏ లాభం వచ్చింది కాదు, లాభం ఏం చేసుకుంటారు? రోగం తగ్గింది. రోగం తగ్గినా మీలో చెడు ఉంటే చేయకూడని పనులు చేస్తారు, వాటి ఫలితంగా మళ్ళీ రోగం వస్తుంది. మరి ఉపయోగం ఏమిటి? అదే చెడు లేకపోతే చేయకూడని పనులు చెయ్యరు, కష్టాలు, రోగాలు రావు.

ఎవరో రోగం వచ్చిందని ధ్యానం చేశాడట. ధ్యానం చెయ్యి, నీ రోగం తగ్గిపోతుంది అని ఎవరో సలహా ఇచ్చాడు, చేశాడు. మొత్తం మీద వాడు 40 రోజులు ధ్యానం చేసేసరికి కారణమేదైనా ధ్యానం చేయడం వలన తగ్గిందో, దేని వలన తగ్గిందో మొత్తం మీద తగ్గింది. ఎప్పుడైతే తగ్గిందో వాడు ధ్యానం మానేసాడు. తగ్గిపోయాక వాడికి ధ్యానం ఎందుకు? చూడండి ఎవరైనా డాక్టరు మందు వేసుకున్నాక జబ్బు నయమవుతుంది, వాడు మళ్ళీ మందు వేసుకుంటాడా? తెలివైనవాడు వేసుకోడు. అలాగే రోగం కోసం ధ్యానం చేసాడు, రోగం తగ్గిపోయింది, ఇప్పుడు ఏం చేస్తాడు? ధ్యానం మానేస్తాడు.

దేనికి ధ్యానం మానేస్తాడు, వాడికి ఆ రోగం దేనికి వచ్చింది అంటే ఈ మాంసం కోళ్ళు, మేకలు తినడం వల్ల వచ్చింది. దానివలన రోగం వచ్చింది. ధ్యానం చేశాడు అవి తినడం మానేశాడు, ఇప్పుడు తగ్గిపోయింది మళ్ళి ఏం చేస్తాడు? మళ్ళీ తింటాడు. మళ్ళీ తింటే మళ్ళీ వస్తుంది. మరి ఎందుకు

తిన్నాడు? వాడిలో చెడు ఉంది కాబట్టే తిన్నాడు.

చెడు అలవాట్లు అదే చెడు పోతే మళ్ళీ ఆ పని చేయడు. మళ్ళీ ఆ కష్టం రాదు. అందుచేత మీరు గుర్తుపెట్టుకోండి చేట ఎలా చెడుని తొలగిస్తుందో మీరు కూడా ధ్యానంతో మీలో ఉన్న చెడుని తొలగించుకోవాలి. మీ సాధన ఆ స్థాయిలో ఉండాలి. చాలామంది అంటారు నేను రెండు నెలలు వచ్చానండి, మూడు నెలలు వచ్చానండీ అంటారు. నువ్వు మూడు నెలలు రా, ఆరు నెలలు రా, ఆరు సంవత్సరాలు రా. నీలో చెడు ఎంత పోయింది? నేను అదే అడుగుతాను.

మనవాళ్ళు మన క్లాసులో చప్పట్లు కొట్టలేరు కారణం వ్రాస్తూ ఉంటారు. వ్రాస్తూ ఉంటే ఎలా చప్పట్లు కొడతారు చెప్పండి? ఎవరైనా చప్పట్లు కొట్టాడు అంటే వాడు వ్రాయట్లేదు అని లెక్క. గట్టిగా కొట్టాడు అంటే అసలు వ్రాయట్లేదు అని లెక్క. అందుచేత చప్పట్లు కొట్టటం లేదని ఏం బాధపడక్కర్లేదు, చప్పట్లు కొట్టినవాడు ఏం సంబరపడక్కర్లేదు. వ్రాస్తూ ఎలా చప్పట్లు కొడతారు. చప్పట్లు ఎక్కువ మంది కొట్టారు అనుకోండి వారు ఏమి రాయట్లేదని. చప్పట్లు ఎవరు కొట్టలేదు అంటే అందరూ వ్రాసుకుంటున్నారు కాబట్టి.

మనం నెక్ట్సఇయర్ ఒక పని చేద్దాం. మొన్న కంటిన్యూ కొన్ని నెలలు, సంవత్సరాల పాటు భీమవరం ఈ క్లాసుకు వచ్చిన వాళ్ళకి శాలువాలు కప్పాం. నెక్ట్సఇయర్ ఏం చేద్దాం అంటే? చప్పట్లు కొట్టిన వాడికి శాలువాలు కప్పుదాం అంటే? ఇప్పుడు కొంతమంది అలాగైతే చప్పట్లు కొడితేనే శాలువా వస్తుంది అనుకుంటారు. అందుచేత మీ సాధన చేటలా అయిపోవాలి, చెడు తొలగించుకోవాలి, మంచి స్వీకరించాలి. మీలో చెడు తొలగిపోతే ఉండేది మంచే? అందుచేత మంచి సంపాదించుకోనక్కర్లేదు. చెడు తొలగించుకుంటే చాలు.

అందుకే బుద్ధుడు తను పోగొట్టుకున్నవి చెప్పాడు కానీ సంపాదించుకున్నవి చెప్పలేదు. పోగొట్టుకోవాల్సినవన్నీ పోతే ఉండవలసినవన్ని ఆటోమేటిక్ గా ఉంటాయి. సకల దుర్గుణాలు పోతాయి, సకల సద్గుణాలు వాడిలో వస్తాయి. అంత గొప్పది ఈ ధ్యాన శక్తి. నా లెక్క ప్రకారం మీరందరూ కూడా మీరు చేసే సాధన ఒక చేట లాంటిది అని నేను గమనిస్తున్నాను మీలో చాలా మార్పులు వచ్చాయి. మీరు చేయకూడని పనులు ఎన్నో మానేసారు అంటే మీ ప్రవర్తనలో మార్పు వచ్చింది. మీ మాట్లాడే విధానంలో మార్పు వచ్చింది. మీ చేతలలో మార్పు వచ్చింది. నాకు ఎంతోమంది ఇదివరకు ఇలా ఉండేవాడిని. ఇప్పుడు ఈ రకంగా మారిపోయాను అని చెప్తున్నారు. ఏమండీ అదంతా నెలల తరబడి ఇక్కడికి వచ్చి చేసిన సాధన ఫలితమే. మనం ఎంతవరకు ధ్యానం చేయాలి అంటే మనలో ఉన్న చెడు పూర్తిగా తొలగిపోయే వరకు, అది పెద్ద కష్టమేమీ కాదండి. మీరు శుద్ధ సాత్వికంలోకి రాగలిగితే వీసమెత్తు చెడు కూడా మీరు చేయరు.

శుద్ధ సాత్వికంలో మూడు రకాలు. సాత్వికము, పరిసాత్వికము, మహాపరి సాత్వికము దాన్నే శుద్ధ సాత్వికము అంటారు. జఆంజనేయ స్వామిజ స్థాయికి ఎదగడమే శుద్ధ సాత్వికము. మీరు ఎటువంటి గుణాల్లో ఉన్నా తమెగుణంలో ఉండనివ్వండి, రజోగుణంలో ఉండనివ్వండి అంటే మీరు ఇంతకుముందు తీసుకున్నటువంటి ఆహారం వలన అయితే వ్యవహారాల వల్ల అయితే ఆ లక్షణాలు ఏమైనా ఉంటే మీరు ఇక్కడకి కొన్ని నెలలు వచ్చారంటే చాలు. సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకుంటూ కచ్చితంగా సాత్విక గుణంలోకి వస్తారు.

తమోగుణ లక్షణాలు పోతాయి, రజోగుణ లక్షణాలు పోతాయి. ఆ రెండూ పోతాయి. సాత్వికమైన లక్షణాలలోకి వస్తారు. అక్కడ తప్పులు, పాపాలు ఉండవు కానీ ఈ సాత్విక గుణ దోషాలు కొన్ని ఉంటాయి. ఆ చెడు

కొంత ఉంటుంది. ఇంకా మీరు నెలలు కాదు, సంవత్సరాల తరబడి చేస్తే అందులోంచి బయటపడి "పరిసాత్వికంలోకి" వస్తారు. ఇంక మీరు కొన్ని సంవత్సరాల తరబడి పట్టు వదలకుండా అలాగే చేసుకుంటూ ఉంటే "మహా పరిసత్వికంలోకి" "ఆంజనేయ స్వామి" స్థాయికి వస్తారు. అది ధ్యానం చేసే వాళ్ళకి సాధ్యమవుతుంది. మామూలు వాళ్ళకు సాధ్యం కాదు. కొన్ని చెడులు పోవడానికి కొన్ని జన్మలు పడతుంది. అన్ని పోవాలంటే ఎక్కడ సాధ్యమవుతుంది కానీ ఎవరికి సాధ్యమవుతుందంటే? ఈ శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం చేసిన వాళ్ళకి.

అందుకే భగవద్గీతలో రెండో అధ్యాయం 45వ శ్లోకం లో ఏమని చెప్పబడింది అంటే

"త్రైగుణ్యవిషయా వేదా నిస్త్రైగుణ్యో భవార్జున ।
జనిర్ద్వంద్వో నిత్యసత్వస్థో నిర్యోగక్షేమ ఆత్మవాన్ ॥"

"త్రైగుణ్య విషయా వేదా" అంటే మూడు రకాల గుణాలను అధిగమించమని చెప్పారు. ఆయన సాత్విక గుణాన్ని కూడా అధిగమించమని చెప్పారు. "నిస్త్రైగుణ్యో" అంటే నిర్గుణంలోకి రా. సాత్విక గుణం కూడా మానవ స్థితే మంచి మానవులు. తమోగుణం, రజోగుణం వున్న మానవుడే చెడ్డ మానవుడు. నిర్గుణంలోకి మీరు వస్తే అదే దైవ లక్షణం, దివ్య లక్షణం. దివ్యత్వాన్ని మీరు పొందినట్టు లెక్క. ఆయన అదే పొందమన్నారు. మనకి సాధ్యం కాదా? అంటే మానవుడికి సాధ్యం కానిది ఏంటి? ఏదైనా సాధ్యమే. కానీ మీరు ఇంత కష్టపడి ధ్యానం చేస్తున్నారు కచ్చితంగా, మీరు చాలా శక్తి సంపాదిస్తారు. అందులో డౌట్ లేదు.

ఇన్ని గంటలు కూర్చొవడం మామూలు విషయం కాదు. కానీ మీరు చేయవలసింది ఏంటంటే? నీవు సంపాదించుకున్న శక్తిని కోల్పోకూడదు, నష్టపోకూడదు, పొరపాట్లు వల్ల కానీ, తప్పుల వల్ల కానీ, లోపాలు వల్ల కానీ,

సంపాదించుకున్న శక్తి కోల్పోకూడదు. సంపాదించుకోవడం గొప్పకాదు, సంపాదించుకున్న శక్తి కోల్పోకుండా ఉండడం గొప్ప. మీరు సంపాదించుకున్న శక్తి కొద్దిగా ఉండొచ్చు, కానీ అది కోల్పోకుండా ఉంటే మీరు గొప్పవాళ్లే.

మీరు దీక్షగా ఆరు మాసాలు ధ్యానం చేశారు. ఎంతో శక్తి సంపాదించారు కానీ అంతా వెళ్ళిపోయింది. ఉపయోగం ఏమిటి? చెప్పుకోవడానికి ఉంటుంది. నేను ఆరు మాసాలు చేశానని చెప్తారు. ఎన్నాళ్ళు చేస్తే మటుకు ఏమిటి ఉపయోగం?

చూడండి డబ్బు సంపాదించడం గొప్పకాదు, సంపాదించిన డబ్బులు ఖర్చు పెట్టకుండా వున్నవాడు గొప్పవాడు. మీరు సంపాదించింది కొద్దిగానే ఉండవచ్చు. ఆ కొద్దిగా కూడా ఖర్చు పెట్టకపోతే మీరు గొప్పవాడు అవుతారు. పది లక్షలు సంపాదించాడు, పదిలక్షలు ఖర్చు అయిపోయింది. ఇంకొకడు పదివేలే సంపాదించాడు కానీ వీడు ఖర్చు పెట్టలేదు. వీళ్ళిద్దరిలో ఎవరు గొప్పవాడు చెప్పండి? పదివేలు సంపాదించిన వాడే గొప్పోడు అవుతాడు.

అలాగే ఇక్కడ కూడా అంతే. ఎంత సాధన చేశాను అన్నది కాదు, మీరు సంపాదించిన శక్తి కోల్పోకుండా ఎంత ఉంచుకున్నారు అన్నదే ముఖ్యం. నేను ఎక్కువ దాని మీద కూడా ఫోకస్ చేస్తూ ఉంటాను. మీరు వేటి వల్ల శక్తి కోల్పోతున్నారని అని అనుకోవచ్చు. అందుచేత వాటిని తెలుసుకుందాం.

- మీరు మాంసాహారం, కోడి గ్రుడ్లు తీసుకుంటే మీ శక్తి కోల్పోతారు.
- శాకాహారంలో కూడా వెల్లుల్లిపాయ తీసుకుంటే మీ శక్తి కోల్పోతారు.
- మాంసాహారం వండిన పాత్రలలో వండిన శాకాహారం తిన్నా కూడా మీ శక్తిని కోల్పోతారు. చాలామందికి తెలియదు మాంసాహారం మానేశామండి అంటారు. వారి పాత్రలు కూడా వాడకూడదు. పత్రిగారు స్పష్టంగా చెప్పారు... అంతకుముందు నీకు అలవాటుంది. మానేశారు కానీ ఆ పాత్రలు కూడా మార్చేయాలి అన్నారు. అప్పుడు ఆ చాకులు,

స్పూన్‌లు వాడేవారు కూడా చాకులతో సహా మార్చేయాలి. వాటిని తినేవారికి ఇచ్చేయండి. మీరు సంపాదించుకునే శక్తి కంటే కొత్త పాత్రలు కొనడానికి ఖర్చుపెట్టే డబ్బు పెద్ద గొప్పదేం కాదు, కారణం శక్తి అంత విలువైనది.

- అలాగే చల్లారిపోయిన, నిలువ ఉన్న శాకాహారమైనా సరే తినకూడదు. అలాగే పాసిపోయిన, పులిసిపోయిన ఆహారాన్ని తీసుకోవద్దు. పులిసిపోయిన అంటే పాడైపోయిన అని లెక్క వస్తుంది.
- నిమ్మకాయ పిండుకుంటే వుండే పులుపు చెడ్డ చేయదు. కానీ నిల్వ వున్న అట్ల పిండి పనికిరాదు. నాలుగు రోజులు ఉంటే అది పులిసి పోతుంది, డ్యామేజ్ అవుతుంది పనికిరాదు.
- పెరుగు తోడు పెడతారు, అది కొంచెం నిల్వ ఉంటే పులసిపోతుంది, మీరు బయటపడేయడం ఇష్టం లేక దాంట్లో ఉప్పు కలుపుకొని తినేస్తారు. మీరు ఉప్పు కలుపుకొని దాంట్లో ఉన్న పులుపు ఏమవుతుంది? ఇలాంటి కక్కుర్తి పనులు చేస్తే మీరు శక్తి కోల్పోతారు.
- వండుతారు, మిగిలిపోతే పడేయడానికి మనస్సు ఒప్పదు. మనసొప్పక తినేశారు అనుకోండి. కష్టపడి సంపాదించిన శక్తి అంతా నష్టపోతారు. అందుచేత ఇలాంటి చోట్ల కక్కుర్తి పడకండి. తక్కువగా వండుకోండి, వేడివేడిగా వండుకోండి, వేడిగా తినడం అలవాటు చేసుకోండి. కొంతమంది ఆడవాళ్ళు బద్ధకించి పూట పూట చేయడానికి బదులు ఒకేసారి చేసేస్తారు. వండి ఫ్రిజ్ లో పెడతారు. ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి తరువాత మళ్ళీ వెచ్చబెడతారు. తాజా అన్నట్టుగా తింటారు. ఇలాంటి పనులు చేయకండి, మీ శక్తి కోల్పోతారు, గుర్తుంచుకోండి ముఖ్యంగా మీ శక్తి కోల్పోకూడదు అంటే "ఆహార నియమాలు" చాలా కఠినంగా పాటించాలి.
- కంబైన్డ్ హోటల్స్ అంటే వెజ్, నాన్‌వెజ్ ఉంటుంది. అక్కడ కూడా

శాకాహారం తీసుకోవద్దు. ఇది చాలా ఇంపార్టెంట్ కాబట్టి మళ్ళీ మళ్ళీ చెప్తున్నాను.

- కొంతమంది ఉడిపి హోటల్స్‌కు వెళ్తారు. అక్కడ నాన్ వెజ్ ఉండదు కానీ వెల్లుల్లిపాయ వేస్తారు.
- చూడండి రైల్వే ప్రయాణాల్లో లోపల ఆర్డర్ ఇస్తారు. అదేమో కంబైన్డ్ మెస్, ఈ గిన్నెలలోనే వండేస్తారు, మీకు వెజ్ అని పట్టుకొస్తారు. కానీ అవి కూడా పని చేయవు.
- అందుకే మేము ఫ్రూట్స్ గాని, పాలు కానీ, ఏ బిస్కెట్ లో, బ్రెడ్ ఇలాంటివి తీసుకు వెళతాము. లేకపోతే పుల్కాలు, చపాతీ ల్లాంటివి ఉంటాయి. అవి అంత డ్యామేజ్ అయ్యేవి కావు, అలాంటివి చేసుకొని తీసుకెళ్లొచ్చు.
- అందుకే మీరు చూడండి భీమవరంలో అమ్మ కూడా వెళ్ళేటప్పుడు పులిహోర ప్యాకెట్లు కట్టి ఇస్తుంది. మరి ఏం చేస్తారు? ఇంటికి వెళ్ళేటప్పటికి తెల్లారిపోవచ్చు, ఎక్కడో అక్కడ తినాల్సి వస్తుంది. ఏం చేస్తారు? ఆ ప్లాట్ ఫారం మీద ప్రొద్దున ఎప్పుడో చేసినవి అమ్మేస్తూ ఉంటారు. వాళ్ళకవి అయిపోయేదాకా అమ్ముతూనే ఉంటారు. వాటిని తింటే మీరు అయిపోతారు. వాళ్ళకి అవ్వడం మాట దేవుడెరుగు? మీరు అయిపోతారు. మీ ఎనర్జీ మొత్తం పోతుంది. అందుచేత అలాంటి కక్కుర్తి పడకండి.
- ఇంకా ఎన్ని మిగిలిన సరే వెంటనే ఎవరికైనా ఇచ్చేయండి, మిగిలిందని మధ్యాహ్నం తినడం, సాయంత్రం తినడం చేయకండి. నేను కచ్చితంగా చెప్తున్నాను.
- తర్వాత మీరు ఎక్కువ మాట్లాడుతున్నా మీ శక్తి పోతుంది. పత్రిగారు చాలా స్పష్టంగా చెప్తూ ఉంటారు, ఎక్కువ మాట్లాడకండి అంటారు. మీరు సంపాదించే శక్తి తక్కువ, మీరు ఖర్చు పెట్టేది ఎక్కువ. ఎన్నాళ్ళు

ధ్యానం చేస్తే మటుకు ఉపయోగం ఏమిటి? ఆ చేసే కొద్ది ధ్యానం కూడా ఎక్కువ చేసేసామని ఫీల్ అయిపోతూ ఉంటారు.

- అందుకే నేను చెప్తాను. ధ్యానం చేసేటప్పుడు మీకు శక్తి ఎక్కువ రావాలి అంటే ఆలోచనలు లేని స్థితిలో, ఆలోచనా రహిత స్థితిలో గంటలు గంటలు కూర్చోవాలి. అప్పుడు మీకు శక్తి బాగా వస్తుంది. ఆఖరి రోజు మార్నింగ్ 3 గంటలు కూర్చోబెడతాం. అప్పుడు మీకు శక్తి బాగా వస్తుంది. మూడు గంటలు మీరు కూర్చున్నా కూడా మూడు నిమిషాలు కూర్చున్నట్టు ఉంటుంది. అప్పుడు మీకు అంతులేని శక్తి సంపాదించుకున్న వారు అవుతారు. మూడు గంటలు మీలో శక్తి ప్రవహిస్తూనే ఉంటుంది. ఎంత శక్తి అంటే అంత శక్తి వస్తుంది.

కూర్చున్న దగ్గర నుంచి మీరు ఆలోచిస్తున్నారు అనుకోండి. ఏంటి మూడు గంటలు కూర్చోబెట్టేసాడు? చచ్చిపోతున్నాము, ఆయనకేం పోయింది కూర్చో అంటాడు, మళ్ళీ పైకి లేవనివ్వడు, ప్రక్కకెళ్ళనివ్వడు, కూర్చోలేను, అనుకుంటూ చచ్చీ చెడి కూర్చుంటారు. ఏం చేస్తారు? వచ్చాక ఇంక వెళ్ళడానికి లేదుగా! అలా వాడు ఏదో కష్టపడి కూర్చుంటాడు.

చాలాసేపు కూర్చున్నట్టు అనిపిస్తుంది. ఆలోచనలు కదా ఎన్నో ఆలోచనలు వస్తాయి. అన్ని ఆలోచనలు వచ్చేసరికి అబ్బో! మూడు గంటలు అయిపోయి వుంటుందని అనుకుంటాడు. ఈయనేంటి ఇంకా ఓకే చెప్పడు. మరీ ఆయన లీనం అయిపోతే నా బ్రతుకేంటి? నేనైమీ పోవాలి అనుకుంటాడు.

మెల్లిగా కళ్ళు తెరుస్తూ, మళ్ళీ కళ్ళు తెరుస్తాడు ఎవరికైనా కనబడుతుందే మోనని ఏమీ ఎరగనట్టు తలను క్రిందకు వంచుతారు. ఆ ఫోనో, వాచో చూస్తారు. ఇంత చేస్తే పది నిమిషాలు అవుతుంది. చచ్చిపోతారు. ఏంటి మూడు గంటలు అనుకుంటే పది నిమిషాలు అయిందా? ఇంకా రెండు గంటల పైన కూర్చోవాలా? ఇదే చచ్చి చెడు కూర్చున్నామే? ఏం చేయాలో

తోచదు, కూర్చోలేదు, ఉండలేదు. అప్పుడు వాడికి ఐడియా వస్తుంది. ఏం చేస్తాడంటే? లేచి బయటకు వస్తాడు. ఆ దారిలో ఉన్న వాళ్ళందర్నీ లెగ్గొట్టేస్తాడు. అవతల ఉన్నవాడిని తోసేస్తాడు, వెనుకున్న వారిని నెట్టేసి బయటికి వెళ్తూ, వస్తూ ఉంటాడు. పొరపాటున నేనేమైనా చూశాను అనుకోండి, అప్పుడు ఏం చేస్తాడు అంటే ఇలా చిటికెన వేలు చూపిస్తాడు.

లేకపోతే ఏమంటాడంటే? ఏమండీ లోపల అంతా మండిపోతుంది, చచ్చిపోతున్నాను అంటాడు. అలా మొత్తం మీద వెళ్తాడు. ఒక పది నిమిషాలు సాగదీసి వస్తాడు. మళ్ళీ కూర్చుంటాడు. ఇంకో పది నిమిషాలు కూర్చుంటాడు. ఈసారి గ్యారెంటీగా మూడు గంటలు అయిపోయింది అనుకుంటాడు. మళ్ళీ చూస్తాడు. ఈసారి అంతే పది నిమిషాలే! మొత్తం మీద ఒక అరగంట అయింది. ఆహా! అనుకుంటాడు. ఈసారి ఏం వంక పెట్టాలి అని ప్లాన్ వేసి మళ్ళీ నేను ఏమైనా చూస్తే ఇంకో వేలు చూపెడతాడు. ఇలా వేళ్ళన్నీ చూపిస్తాడు. దానివల్ల ఏమీ లాభం లేదు. కూర్చున్నా ఎనర్జీ కూడా రాదు.

కూర్చుంటే ఎలా కూర్చోవాలంటే? మూడు గంటలు కూర్చున్నా మూడు నిమిషాలు కూర్చున్నట్టు ఉండాలి. మూడు గంటలు అయిపోయాక ఓకే చెప్తే అదేంటి? ఇప్పుడే కదా కూర్చోబెట్టారు. అప్పుడే మూడు గంటలు అయిపోయిందా? అనుకున్నాడు అనుకోండి కచ్చితంగా వాడు అద్భుతంగా ధ్యానం చేసినట్టు. అంతులేని శక్తి సంపాదించినట్లు, మీ సాధన ఆ స్థాయికి వెళ్ళాలి. అప్పుడు మీరు గొప్పగా చేసినట్టు. అలా సంపాదించిన శక్తిని కోల్పోకుండా జాగ్రత్త పెట్టుకోవాలి.

నేను అందుకే ఏమంటుంటానంటే? ప్రొద్దున్నే జూమ్‌లోకి రండి, భీమవరంలో మూడు రోజులు బాగా పట్టు సంపాదించుకొని, మంచి శక్తి సంపాదించుకున్నారు, కానీ ఇంటికి వెళ్ళారంటే మామూలు జీవితంలో పడిపోతారు. ఎన్నో వ్యవహారాలు ఎన్నో సమస్యలు, ఎన్నెన్నో ఇబ్బందులు,

గొడవలు ఎన్నో వస్తుంటాయి. వాటి వల్ల డిస్టర్బ్ అయిపోతారు. ఇక్కడ కూర్చుని చేసినట్టుగా అక్కడ చేయలేరు. మీరు ఆశ్చర్యపోతారు! అదేంటి? అక్కడ అలా చేసాను. అలా కూర్చున్నాను. ఇక్కడ కుదరట్లేదు అనుకుంటారు.

అందుకోసమే మీ పట్టుపోకుండా ఉండడం కోసం మార్నింగ్ జూమ్ పెట్టాము. 4:00 నుంచి 6:30 వరకు రెండున్నర గంటలు. ఈ రెండున్నర గంటలు మీరు చేసేది ఏంటంటే ఆ రోజు, ముందు రోజు జరిగిన సంఘటనలు అన్నీ ఖాళీ చేసుకుని ఎంతో కొంత శక్తి సంపాదించుకుంటారు. ఆ సంపాదించిన శక్తి ఆరోజు మీ మాటలు, మీ ఇంద్రియాలు ఉపయోగించిన దానికి సరిపోతుంది. కానీ మూడు రోజుల్లో సంపాదించుకున్నది మాత్రం అలా ఉంటుంది. అలా ఎన్ని నెలలు వస్తే అన్ని నెలలు ఆ శక్తి అలా పెరుగుతూనే ఉంటుంది.

శక్తి పెరిగే కొద్దీ మనస్సు శుద్ధి అవుతుంది. మనస్సు శుద్ధి అయ్యే కొద్ది గుణం మారుతుంది, గుణం మారే కొద్దీ బుద్ధి వికసిస్తుంది. అప్పుడు మీలో ఊహించని మార్పులు వస్తూ ఉంటాయి. ఏవైతే మీలో చెడు ఉంటుందో ఆ చెడులన్నీ పోతు ఉంటాయి. అదే మీకు కావలసింది. దానికోసమే ఇంత కష్టపడుతున్నారు. ఎంతో దూరాల నుంచి వస్తున్నారు. అలా పాటిస్తే సాధించిన వారు అవుతారు. అందుచేత ధ్యానంలో మంచి పట్టు సంపాదించాలి. మార్నింగ్ జూమ్ లో ఏ రోజు కా రోజు వ్యవహారాలైతే నేమి, సమస్యలు అయితే, ఏవైతే వాటన్నింటినీ ఖాళీ చేసుకోవడానికి ఉపయోగించుకుంటారు.

ఇంకా కొంత శక్తి కూడా ఉదయం సంపాదించుకుంటారు. అలా ప్రాక్టీస్ చేస్తూ పడుకునేటప్పుడు కూడా ఓ గంటో, రెండు గంటలో మీరు కూర్చోగలిగితే మంచిది. చాలామందికి పనులు ఉంటాయి, వ్యవహారాలు ఉంటాయి, పడుకునేటప్పటికి లేట్ అయిపోయి నిద్రలోకి వెళ్ళిపోతూ ఉంటారు. ఒకవేళ అవకాశం ఉంటే మటుకు ఈవినింగ్ కూడా ఓ గంట రెండు గంటలు

కూర్చోవడానికి ప్రయత్నం చేయండి. మీ మంచికే అంతకన్నా ఇంకేమీ లేదు. నేను మీకు ఇంకోకటి కూడా చెప్తున్నాను, ఎప్పుడైతే మీరు ఇలా అను నిత్య సాధన చేస్తూ ఉంటారో, ప్రతిరోజు కూడా మీకు ప్రకృతి యొక్క సహకారం లభిస్తూ ఉంటుంది. అంటే మీకు అనుకూలమైన పరిస్థితులు కల్పించబడుతూ ఉంటాయి.

దానికి ముఖ్య కారణం మీరు ఊరికే ధ్యానం చేయడం కాదు. సృష్టిలో దేవుళ్ళందరి కంటే గొప్పవాడైనటువంటి "పరబ్రహ్మను" ఆశ్రయించిన వారు అవుతారు. మీరు దేవుళ్ళే గొప్పవాళ్ళు అనుకుంటారు. ఆ దేవుళ్ళలో గొప్పవారైన బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులు కంటే కూడా గొప్పవాడు "పరబ్రహ్మ." ఆయనే సృష్టికర్త, సృష్టికి మూలమైనవాడు, సృష్టికి ఆధారమైన వాడు, సృష్టిని నడిపిస్తున్న వాడు. అంత గొప్పవాడు అయినటువంటి ఆ పరబ్రహ్మను ఆశ్రయించిన వారు అవుతారు.

మీరు లోకంలో దేవుడు అంటే విగ్రహాన్ని ఆశ్రయిస్తున్నారు కానీ ఎవ్వరూ పరబ్రహ్మను ఆశ్రయించడం లేదు. కానీ మీరు అంత గొప్పవాడైన పరబ్రహ్మను ఆశ్రయించిన వారు అవుతారు. కాబట్టి అది సామాన్యమైన విషయం కాదు.

మరి మీరు ఏ స్వార్థం లేకుండా, ఏ కోరికలు లేకుండా ఆయన మీద దృష్టి ఉంచితే అంటే "శ్వాస మీద ధ్యాస" ఉంచితే ఆయన యొక్క అనుగ్రహం ఆటోమేటిక్ గా మీకు కలుగుతుంది. మీరు పొందని లాభాలు అంటూ వుండవు.

కానీ ఇది తెలియని చాలా మంది కొంచెం వంక దొరికితే మానేయాలి అనుకుంటారు. కొంతమంది ఏం వంక దొరుకుతుందా? మానేద్దామని చూస్తారు. అంటే వారు పరబ్రహ్మను ఆశ్రయిస్తున్నాను, అంతటి గొప్పవాణ్ణి ఆశ్రయిస్తున్నాను, అంత గొప్ప భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయిస్తున్నాను అన్న విషయం

కూడా వాళ్ళకు అవగాహన లేదు.

ధ్యానం ఒక పవిత్రమైన కార్యంగా భావించి, గుడికి వెళ్తే విగ్రహం దగ్గర ఎంత పవిత్రంగా వుంటారో! సాక్షాత్తు పరమాత్మ దగ్గరికి వెళ్తున్నారే? ఎంత శ్రద్ధ, పవిత్రత వుండాలి. పరబ్రహ్మ అంటే ఎవరో కాదు పత్రి గారు జ్ఞాన నవరత్నాల్లో "ఆత్మే పరబ్రహ్మ" అని చెప్పారు. ఆయన ప్రతి ఒక్కరి హృదయంలో ఉన్నారు. ఆయనను ఆశ్రయించడమే మీరు చేసే "శ్వాస మీద ధ్యాస".

"శ్వాస మీద ధ్యాస" ధ్యానం తప్ప మీరు గైడింగులు చేస్తే మనస్సును ఆశ్రయిస్తారు కానీ పరబ్రహ్మను ఆశ్రయించరు. గైడింగ్ చేసే వారికి శక్తి రాదు, ఏ మార్పులు రావు. "శ్వాస మీద ధ్యాస" బుద్ధుడు చెప్పినట్టు, పత్రిగారు చెప్పినట్టు ఉంచితేనే వారు పరబ్రహ్మను ఆశ్రయిస్తారు.

పరబ్రహ్మ గొప్పతనం తెలుసుకోవాలంటే? నేను వ్రాసిన "బ్రహ్మ జ్ఞానం", "సత్యం" అనే పుస్తకాలు చదవండి, పరబ్రహ్మ గొప్పతనం తెలుస్తుంది. పరబ్రహ్మనే ముస్లింలు "అల్లా" అంటారు, క్రిస్టియన్లు "తండ్రి" అంటారు.

అందుచేత "శ్వాస మీద ధ్యాస" వుంచండి, శక్తి సంపాదించుకోండి, లాభాలు పొందండి.

::11::

"చేసిన కర్మ ఎప్పుడు నిష్ఫలం కాదు, సప్త సముద్రాలు అడ్డుగా ఉన్నప్పటికీ సమయం వచ్చినప్పుడు ఆ ఫలితం అనుభవించి తీరాలి."

మానవుడు చేసే కర్మలు కొంచెం వివరించుకుందాం. రెండు రకాలు ఉంటాయి పుణ్యకర్మలు, పాప కర్మలు. దీనిమీద, కర్మ సిద్ధాంతం మీద కచ్చితంగా అవగాహన ఉండాలి. లేకపోతే జీవితంలో దెబ్బ తింటారు. ఈ కర్మ సిద్ధాంతం మీద ఎంత అవగాహన ఉంటే మీ జీవితం అంత బాగుంటుంది. ఎందుకంటే ఏ పని చేస్తున్నా, ఏం మాట్లాడుతున్నా ఆలోచించరు, వాళ్ళకి ఇష్టం వచ్చినట్టు, వాళ్ళకి నచ్చినట్టు చేస్తారు. చేతలు వాళ్ళకు ఇష్టం వచ్చినట్టు చేస్తారు, మాటలు కూడా వాళ్ళకు ఇష్టం వచ్చినట్టు మాట్లాడతారు. ఎవరైనా అడిగితే నా ఇష్టం నీకేంటి అంటారు. కానీ చేసిన ప్రతిదీ.. ప్రతి కర్మ దాని ఫలితం అనుభవించ వలసిందే.

మీరు చేసింది పుణ్యకర్మ అయితే అది మీకు నష్టమేమీ కలిగించదు, లాభమే కలిగిస్తుంది. మీరు చేసేది పాప కర్మ అయితే అనుభవించేటప్పుడు భరించలేనిదిగా ఉంటుంది. అందుచేత ఎవరైనా సరే చేసే పనుల మీద దృష్టి పెట్టాలి. ఎలాంటివి చేస్తున్నాను? ఇది నాకు లాభమా? నష్టమా? కొంచెం ఆలోచించాలి.

పుణ్య కర్మ అంటే ఇతరులకు లాభం కలిగించేది, సంతోషం కలిగించేది, మంచి చేసేది. పాపకర్మ అంటే నీవల్ల ఇతరులకు, అంటే ఇతర మానవులే కాదు ఇతర జీవులకు అంటే జంతువులు, పక్షులు, జలచరాలకు కష్టం, నష్టం, బాధ కలిగిస్తే అది పాప కర్మ అవుతుంది. కానీ ఇక్కడ "కర్మ సిద్ధాంతం" నియమం ఏమిటంటే? చేసినప్పుడు ఏమీ జరగదు. చేసినవాడు చాలా తృప్తి పడతాడు. కానీ కబీర్ ఏం చెప్తున్నాడంటే నువ్వు చేసినటువంటి ఆ కర్మ సప్త సముద్రాల అవతల ఉన్నప్పటికీ కూడా ఆ సమయం వచ్చేటప్పటికి దాని ఫలితం అనుభవించి తీరుతావు అని చెప్తున్నారు.

ఇవాళ నువ్వు ఒకరిని అవమానించావు, ఆ టైమ్ వస్తే మళ్ళీ నువ్వు అవమానించబడతావు. నీకు అవమానం జరిగినప్పుడు నువ్వు ఎంతో బాధ

పడతావు, నన్ను వాడు అవమానించాడు అని నువ్వు బాధపడతావు. కానీ ఇంతకుముందు అటువంటి పనే నేను చేశానన్న ఆలోచన రాదు. ఏది చేశావో అదే ఇప్పుడు నీ జీవితంలో జరుగుతుంది. దీన్ని బట్టి మీ జీవితంలో ఏ విషయంలో మీకు కొద్దిపాటి బాధ కలిగినా అది అంతకుముందు మీరు చేసిన పనే. ఆ టైమ్ వచ్చింది, ఇప్పుడు అనుభవిస్తున్నావు, ఒక జీవిని చంపండి, ఒక జంతువును చంపి దాని మాంసం తినండి, ఓ మనిషిని బాధ పెట్టండి, వారిని హింసించండి, అనుభవించి తీరవలసిందే.

అందుచేత జీవితం అంటే అంత తేలికగా లేదు. మీ ఇష్టం వచ్చినట్టు వ్యవహరించడానికి వీలు లేదు. ఎందుచేతనంటే, ఈ సృష్టి ఆ సృష్టికర్తచే సృష్టింపబడింది. ఆయన సృష్టి చేయడమే కాకుండా కొన్ని "నియమాలు" ఏర్పాటు చేశాడు, కొన్ని "ధర్మాలు, సిద్ధాంతాలు" ప్రకారమే సృష్టి నడపబడుతుంది. ఆయన శక్తి అనంతం కాబట్టి ఇది పైకేమీ కనిపించదు, కానీ ఆటోమేటిక్ గా జరిగి తీరుతుంది. కానీ అన్ని రికార్డు అవుతాయి. ఆ టైమ్ వచ్చినప్పుడు దాని ఫలితం కష్టాల రూపంలో అనుభవిస్తారు.

ఈ సృష్టిలో "కర్మ సిద్ధాంతమే" కాకుండా ఇంకొక సిద్ధాంతం కూడా ఉంది. దాన్నే "పునర్జన్మ సిద్ధాంతం" అంటారు. అంటే ప్రతి ఒక్కరు ఎన్నో జన్మలు తీసుకుంటూ ఉంటారు. పురుష జన్మలు అవ్వొచ్చు. స్త్రీ జన్మలు అవ్వొచ్చు. తీసుకునేది ఎవరంటే? ఆత్మే అంటే మీరే. మళ్ళీ ఇది అర్థం కావాలంటే "ఆత్మ సిద్ధాంతం" గురించి తెలుసుకోవాలి. వీటన్నింటిమీద అవగాహన ఉంటేనే మీ జీవితం మీకు అర్థమవుతుందండి. ఆత్మ సిద్ధాంతం మీద అవగాహన ఉండాలి. పునర్జన్మ సిద్ధాంతం మీద అవగాహన ఉండాలి. కర్మ సిద్ధాంతం మీద అవగాహన ఉండాలి. ముందు జీవితం బాగుండాలి అంటే ఈ మూడు సిద్ధాంతాల మీద అవగాహన ఉండాలి.

"ఆత్మ సిద్ధాంతం" అంటే ఇప్పుడు మీకు కనిపిస్తున్న ఏ దేహమయితే ఉందో ఏ దేహంతో అనుభవిస్తున్నారో ఆ దేహం మీరు కాదు. మరి నేనెవరంటే? ఆత్మ. ప్రతి ఒక్కరు ఇది గుర్తుపెట్టుకోండి "కనిపించే దేహం నేను కాదు, నేను ఆత్మను." ఇది అర్థం కాకపోతే నీ జీవితం అంతా

గందరగోళమే. ఆత్మైన మీరు రకరకాల జన్మలు తీసుకుంటూ ఉంటారు. అదే "పునర్జన్మ సిద్ధాంతం." మీకు ఇదొక్కటే జన్మ కాదు. ఎన్నో జన్మలు తీసుకుంటారు. స్త్రీ గానో, పురుషుడు గానో, ధనవంతుడుగానో, పేదవాడిగానో ఇలా రకరకాల జన్మలు తీసుకుంటారు. ఇది కూడా అవగాహన ఉండాలి. భగవంతుడు ఏర్పాటు చేసిన ఈ సిద్ధాంతాల మీద అవగాహన లేకపోతే అక్కర్లేని బాధపడతారు, అక్కరలేని దుఃఖం వస్తుంది. నేను స్త్రీ అయిపోయాను, నా బ్రతుకిలా అయిపోయిందే అంటూ! నువ్వు స్త్రీ అవ్వలేదు, నువ్వు ఆత్మవి. స్త్రీ జన్మ తీసుకుని నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాలు కొన్ని ఉన్నాయి, పొందవలసిన అనుభవాలు కొన్ని ఉన్నాయి. ఆ అనుభవాలు పొందడానికి, ఆ పాఠాలు నేర్చుకోవడానికి ఆ రకమైన జన్మ తీసుకున్నారు.

ఇంకా కొంతమందికి నేను ఎక్కువ కులంలో పుట్టాననే గర్వం ఉంటుంది. కొంతమందికి నేను తక్కువ కులంలో పుట్టాననే బాధ కూడా ఉంటుంది. ఇక్కడ ఎక్కువ కులంలో పుట్టినా, తక్కువ కులంలో పుట్టినా నువ్వు ఆత్మవే. నీకు ఆ కులానికి సంబంధం లేదు, నువ్వు ధనవంతుడివైనా, పేదవాడివైనా నీకు అది సంబంధం లేదు. నువ్వు ఎవరు? ఆత్మ. స్త్రీ అయినా, పురుషుడైన గుర్తుపెట్టుకోండి. కొంతమంది స్త్రీ అయినందుకు బాధపడతారు. నువ్వు స్త్రీ కాదు ఆత్మవి. అలా జన్మ తీసుకున్నాక మళ్ళీ కర్మ సిద్ధాంతం పనిచేస్తూ ఉంటుంది. జన్మ తీసుకొని పుట్టినప్పటి నుంచి చచ్చే వరకు ఎన్నో కర్మలు చేస్తూ ఉంటారు. పుణ్య కర్మలు చేస్తారు. పాపకర్మలు చేస్తారు. ఈ కర్మ సిద్ధాంతంలో చేసిన ప్రతి దానికి ఫలితం ఉంటుందని తెలుసుకోవాలి. ఇన్ని రకాల అవగాహనలు ఉండాలి.

మీకు ఇంకా వీటి మీద అవగాహన ఉండాలంటే మీరు శరీరం ఒకటే అనుకుంటారు. శరీరమే కాకుండా మనస్సు ఒకటుంది, ఆత్మ కూడా ఉంది. మూడు కలిపితే "మానవుడు" అంటారు. మీరు ఈ మూడింటితో అనుభవాల కోసం జీవితం తీసుకుంటారు.

మళ్ళీ మనస్సు దగ్గరికి వచ్చేసరికి ఈ మనస్సు నాలుగు రకాల గుణాలతో ఉంటుంది. తమోగుణం, రజోగుణం, సాత్విక గుణం, నిర్గుణం.

ఈ గుణాలను బట్టి వీరి పనులు ఉంటాయి. ఇక్కడ మళ్ళీ కర్మ సిద్ధాంతం అప్లై అవుతుంది, మీరు చేసిన పనులను బట్టి దాని ఫలితం ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ కర్మ సిద్ధాంతంలో ఇప్పుడు చేస్తే ఇప్పుడే అనుభవించాలని లేదు. ఆ జన్మలోనైనా, భవిష్యత్తులోనైనా అనుభవించొచ్చు.

ఇది చాలా విచిత్రంగా ఉంటుంది. స్త్రీగా కర్మలు చేసి పురుషుడిగా అనుభవించాల్సి వస్తుంది. పురుషుడిగా కర్మలు చేసి స్త్రీగా కూడా అనుభవిం చాల్సి వస్తుంది. స్త్రీ గా అనుభవించినా, పురుషుడిగా అనుభవించినా నువ్వు ఆత్మ అన్న సంగతి మర్చిపోకూడదు. ఆత్మైన నీకు ఇవేమీ సంబంధం ఉండదు. శరీరంతో చేస్తావు మళ్ళీ ఇంకో శరీరంతో అనుభవిస్తావు. ఇవన్నీ అవగాహన ఉంటే ఆ అవగాహనతో జీవిస్తే చెయ్యవలసింది చేస్తారు. చెయ్యకూడనిది మానేస్తారు. అప్పుడు నీ జీవితం సాఫీగా సాగుతుంది. ఏమీ అవగాహన లేకుండా, ఏమీ నేర్చుకోకుండా, ఏమి తెలుసుకోకుండా జీవిస్తే గుడ్డి ఏద్దు చేలో పడ్డట్టు ఉంటుంది జీవితం.

గుడ్డి ఎద్దు చూడండి ఆ చేలో పడుతుంది. ఎక్కడ గొయ్యి ఉందో తెలియదు? ఎక్కడ ముళ్ళకంప ఉందో తెలియదు? ఎక్కడ గుట్టలు ఉన్నాయో? ఏమున్నాయో? దానికి తెలియదు. ఆ గోతిలోనైనా పడిపోవచ్చు. ఆ ముళ్ళల్లోనైనా చిక్కుకుపోవచ్చు. దానికి ఎక్కడికి వెళ్తుందో తెలియదు, నానా కష్టాలు పడతుంది. అదే కళ్ళున్న ఎద్దు అయితే దానికి అటువంటి పరిస్థితి రాదు, అటువంటి కష్టాలు రావు, హాయిగా తిరిగిఇ వస్తుంది. అవగాహన లేని జీవితం గుడ్డెద్దు లాంటిది, గుర్తుపెట్టుకోండి ఆ అవగాహన కోసమే మీరంతా ఇక్కడికి వచ్చారు, ఉత్తినే రాలేదు. ఇక్కడ మీరు కొన్ని నెలల పాటు ట్రైనింగ్ తీసుకుంటే ఇవన్నీ అవగాహన రావడం వలన చాలా జాగ్రత్తగా జీవిస్తూ ఉంటారు, కష్టాలు రమ్మన్నా రావు.

అందరూ జీవితమంటే రెండే అనుకుంటారు. ఎర్నింగ్, ఎంజాయ్ మెంట్ అంటే సంపాదించడం, అనుభవించడం అనుకుంటారు. ఆ రెండింటి మీదే దృష్టి పెడుతున్నారు. వ్యాపారం చేస్తున్నాను, సంపాదిస్తున్నాను. ఉద్యోగం చేస్తున్నాను, సంపాదిస్తున్నాను అనుకుంటున్నారు. ఇవి నేర్చుకోరు? జీవితం

గురించి ఏం తెలుసుకోరు? 27 రోజులు ఉద్యోగం చేసి సంపాదించుకుంటారు కానీ మూడు రోజులు భీమవరం రండి, ఎన్నో విషయాలు తెలుస్తాయి. ఎంతో జాగ్రత్తగా ఉంటారు. చాలామంది ఏం చెప్పమంటారండి? మా అమ్మాయికి ఇలా ఉంది, మా అబ్బాయికి ఇలా ఉంది, నా భర్త ఇలా ఉన్నాడు, నా భార్య ఇలా ఉంది అని వీళ్ళ మీద, వాళ్ళ మీద పడి ఏడవడం తప్ప తెలుసుకోవడం లేదే? తెలుసుకోకపోతే ఎలా జీవిస్తారు? మీకు ఏం తెలుస్తుంది? మీకు ఏది ఎందుకు జరుగుతుందో ఎలా తెలుస్తుంది?

అందుకే వాళ్ళ జీవితం బాగోకపోతే వీళ్ళు ఏడుస్తారు. మా పిల్లలు అంటారు. వీళ్లకే పుట్టినట్టు? ఇంతకీ ఎవరు వాళ్ళు? ఆత్మలు. ఈవిడ కన్నదా ఆ ఆత్మని? మా పిల్లలు, మా పిల్లలు అంటారు. ఏమండి పెళ్లి ఒక రోజు చేస్తారు, మహా అయితే ఒక వారం రోజులు చేస్తారు. వీళ్ళకి మూడేళ్ళు రోజూ పెళ్ళి పనేనా? అంటే బుర్ర పనిచేయదు. వాళ్ళు ఎవరో ఆవిడకు తెలియదు? ఆవిడ దేనికోసం వచ్చిందో తెలియదు? అమ్మాయి అమ్మాయి అంటారు. అవగాహన లేని జీవితం అంటే అదే. మీరే కాదు పత్రిగారు పరిచయం కాకపోతే నా బ్రతుకు అంతే. అప్పుడు ఎన్ని ఉన్నా శాంతి ఉండేది కాదు, వ్యాపారాలు చేసేవాడిని, బోలెడు సంపాదించేవాడిని, డబ్బు ఉండేది, కానీ శాంతి లేదు.

ఇప్పుడు నేను వ్యాపారాలు మానేసినా శాంతిగా ఉన్నాను, జీవితం మీద అవగాహన వచ్చింది. ఏది ఎందుకు జరుగుతుందో తెలుస్తోంది. మొన్న పెద్ద సంఘటన జరిగింది. సరే దేహం ఏదో చేసుకుంది, అనుభవిస్తున్నారు. రమణ మహర్షి గారు అన్నారు కదా? మరి మన వరకు వస్తే అర్థం కాదా?

ఇంకా మీరు ఎన్నో తెలుసుకుంటున్నారు. ఏదీ శాశ్వతం కాదు అని, మరి ఎందుకు ఏడుస్తు కూర్చోవడం? ఇప్పుడు ఈ సంఘటన జరిగింది. ఇలాగే ఉంటుందా? అలాగే ఉంటానా? అది కొంతకాలమే ఉంటుంది. మళ్ళీ మామూలు స్థితికి వస్తాం.

మనకు ఇది తెలుసు, ఇంకెందుకు ఏడవడం? మరి అంత జరిగినప్పుడు బాధ ఉంటుంది కదా అంటారు. నువ్వు బాధ పెట్టినప్పుడు

వాళ్ళ పరిస్థితి ఏంటి? అది తలుచుకుంటే ఇక నువ్వు బాధపడవు. నీ శక్తి పెంచుకుంటే తట్టుకుంటావు. కొన్నాళ్ళు ఓపిక పడితే బయటపడిపోతావు. ఏ కష్టం మిమ్మల్ని ఏం చేస్తుంది? కబీర్ ఏమంటారంటే **"ఎవరైనా సరే చేసిన కర్మ ఫలాన్ని అనుభవించి తీరాలి. జ్ఞాని సంతోషంగా అనుభవిస్తే, అజ్ఞాని దుఃఖంతో అనుభవిస్తాడు"** అని చెప్పారు. మీరు ఇది కూడా ఎప్పుడు గుర్తు పెట్టుకోవాలి. జ్ఞాని అంటే అన్నింటి మీద అవగాహన ఉన్నవాడు, అజ్ఞాని అంటే అవగాహన లేనివాడు. ఈ అవగాహన లేని వాడికి ఎందుకు జరిగిందో తెలియదు? ఆ కష్టం ఎందుకు వచ్చిందో తెలియదు? ఏంటో నా బ్రతుకు ఇలా అయిపోయిందని ఏడుస్తూ కూర్చుంటాడు. బాధ తట్టుకోలేడు, విలవిలలాడిపోతాడు.

ఒకరు నా మొగుడు కొట్టాడు అంటారు. ఇంకొకడు నా పెళ్ళాం నన్ను ఇబ్బందులు పెడుతుంది అంటాడు. ఒకళ్ళు నా కొడుకులు నా మాట వినట్లేదు అంటారు. నా భర్త పోయాడని ఒకరు ఏడుస్తారు, నా భార్య పోయిందని ఇంకొకడు ఏడుస్తారు, ఇంకొకడు ఇంకా సంతోషంగా ఉంటాడు, జనాలు ఇలా రకరకాలుగా ఉన్నారు. ఇంకొకరు నా మొగుడు నన్ను వదిలేశాడు అంటారు, ఇంకొకడు నా పెళ్ళాం నా దగ్గరికి రావట్లేదు అంటాడు, ఇలాంటి కేసులు ఉన్నాయి. ఇవి ఉన్నాయి, అవి ఉన్నాయి. బయట ఎక్కడో అక్కర్లేదు. మన దగ్గరే కేసులు వున్నాయి. ఏం చేయమంటారు అంటారు? ఏం చేస్తారు చెప్పండి.

కబీరు ఇంకో విషయం చెప్పారు. ఇవన్నీ డీటెయిల్ గా లోపలికి వెళ్తే మీకు అర్థం అవుతాయి. వారు ఉత్తినే చెప్పరు.

"చేయాల్సిందంతా చేసి దేవుళ్ళకు మొక్కితే ఉపయోగం ఏముంది అంటారాయన."

చేయాల్సిందంతా చేసేసావు. ఏం చేయమంటావు అంటే? ఎవడు ఏం చేస్తాడు? గురువుగారు ఏం చేయమంటారు అంటాడు. ఏం చేస్తాడు గురువు. వాడి నెత్తి మీద టోపీ ఒకటి పెట్టాలి. అంటే వాడి డబ్బులు కాజేయాలి. అంతకన్నా ఏమీ చేయలేడు. ఏ గురువు కాళ్ళ మీద అయినా పడితే ఆ టోపీ

పెట్టించుకోవడానికే ఆయన దగ్గరికి వెళ్ళాలి. అప్పుడు వాడికి తృప్తిగా ఉంటుంది.

చేయాల్సిందంతా చేసేసి డాక్టర్ గారి దగ్గరికి వెళ్ళి అంతా మీ చేతుల్లోనే ఉందంటారు. అవును ఆయన చేతుల్లోనే ఉంది బిల్లు వేయడం అన్నది. అందుకే డాక్టరు గారు నేను చేయవలసింది అంతా చేశానని చెప్పి. ఆఖరులో ఏమంటారంటే? పైవాడి దయ అంటాడు. అయితే వీడికి బిల్లు ఎందుకు ఇవ్వడం. అదే చెప్తున్నారు కబీరు. చేయాల్సిందంతా చేసి దేవుడికి మొక్కితే ఏంటి ఫలితం? అని. పొలంలో విత్తనాలు చల్లకపోతే పంట వస్తుందా? ఎంత అర్థమయ్యేటట్టు చెప్పారుచెప్పండి. నువ్వు విత్తనాలు చల్లితే పంట వస్తుంది. ఏ విత్తనం చల్లితే ఆ పంట వస్తుంది, అసలు విత్తనాలే చల్లలేదు. పంట ఎక్కడ వస్తుంది? పంట రాలేదంటే ఎవరు ఏమి చేస్తారు?

ఇప్పుడు నీకు దుఃఖం అనే పంట వచ్చింది అర్థమేంటి? దుఃఖం అనే విత్తనం నాటుకున్నావు, ఆనందమనే పంట వచ్చింది అంటే ఆనందం అనే విత్తనం నాటుకున్నావు, ఏమి నాటుకోలేదు ఏమీ రాదు. నువ్వేమి చెయ్యకపోతే నీకేమి అవ్వదు.

అందుకే అంటారు అత్త ఒకనాటి కోడలే అని. ఈ కోడలు అత్తగారు పెట్టే బాధలన్నీ భరిస్తూ ఉంటుంది. మళ్ళీ ఈవిడ అత్తగారు అయ్యాక పోనీలే మా అత్తగారు ఇలా పెట్టారు, మా కోడల్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవాలి అని అనుకుంటుందా? అనుకోదు. మళ్ళీ అత్త అయిపోతుందిగా. హోదా చూపిస్తుంది, కోడల్ని లోకువగా చూస్తుంది. ఇది కొన్నాళ్ళకి ముసలిది అవుతుంది, కోడలు పెద్దది అవుతుంది, అవన్నీ గుర్తుతెచ్చుకుంటూ ఆవిడని సాధిస్తుంది.

ఇప్పుడు మనం రాజకీయాల్లో చూడట్లేదా? వెళ్ళిపోయిన వాడిని అలా పీడిస్తూనే ఉంటారు, నువ్వు చేసావు ఇలాగ అయ్యింది అంటారు. వాడు మళ్ళీ వీడు వెళ్ళిపోయాక మళ్ళీ కొత్తవాడు వస్తాడు, వాడు మళ్ళీ వీడిని పట్టుకుంటాడు. ఇలా ఎవడు ఆలోచించడు.

అందుచేత కబీరు చెప్పినట్టు చేసింది అనుభవించి తీరాలని తెలుసుకోండి.

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.

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.

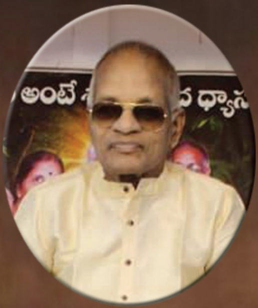
d) తటవర్తి దంపతుల సందేశాల సారాంశము కొటేషన్స్ రూపంలో ఇవ్వడం జరిగింది.

e) తటవర్తి దంపతుల ఫోటోలు కూడా చూడవచ్చు.

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

తేటవర్తి 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) మానవునిలోని చెడు -రూ.70/-
41) మేడమ్ బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు -రూ.70/-
42) దుఃఖ నివారణామార్గం - రూ.60/-
43) బ్రహ్మజ్ఞానం - రూ.60/-
44) ధ్యానం (పత్రీజీ) - రూ.60/-
45) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - రూ.60/-
46) అతీంద్రియ శక్తులు - రూ.60/-
47) ఆలోచించండి - రూ.60/-
48) నిర్వాణ మార్గం - రూ.60/-
49) ధ్యానులకు సూచనలు - రూ.60/-
50) యోగీశ్వరుల సందేశాలు - రూ.60/-
51) మాస్టర్‌గా ఎదగాలంటే? -రూ.50/-
52) భగవంతుని ఇష్టులవ్వాలంటే-రూ.50/-
53) సంకల్పమంటే? - రూ.50/-
54) ఈ జీవితం ఎందుకు? - రూ.50/-
55) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం - రూ.50/-
56) మూడురకాల భవిష్యత్తులు -రూ.50/-
57) అరిహంత్ - రూ.50/-
58) మూడురకాల జీవితాలు -రూ.40/-
59) ఆర్థిక పరిస్థితి పెంచుకోవాలంటే- రూ.40/-
60) ఛాంపియన్ అవ్వాలంటే? -రూ.40/-
61) బ్రహ్మం అంటే? -రూ.40/-
62) శంకరాచార్యుల వారి జాగ్రత పంచకం -రూ.40/-
63) శంకరాచార్యుల వారి నిర్వాణ షట్కం -రూ.40/-
64) మహాత్ముల సందేశాలు - రూ.40/-
65) సత్యం - రూ.40/-
66) చక్రాలు - రూ.40/-
67) గురువును గుర్తించడం ఎలా? - రూ.40/-
68) భాగవత సన్నివేశాల అంతరార్థం- రూ.40/-
69) మౌన ధ్యానం - రూ.40/-
70) మనం ఇహలోకవాసులమా? పరలోకవాసులమా? -రూ.20/-
71) శాకాహారమే మానవాహారం - రూ.15/-
72) అహింస మరియు శాఖాహారం- రూ.15/-



మేడం బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు

- "ప్రాపంచికమైన కోరికలు, అధికారాలు, ప్రేమలు, బాధ్యతలు లాంటి వాటిపై ఆసక్తి ఉండదు. ఎక్కడా స్వార్థం ప్రదర్శించదు."
- "ఆత్మజ్ఞాని తన కోసం కాకుండా తాను నివసిస్తున్న ప్రపంచం కోసం జీవిస్తూ ఉంటాడు"
- "ఆత్మజ్ఞాని పరిసరాలను బట్టి ప్రవర్తించడు, అంతరాన్ని బట్టి ప్రవర్తిస్తాడు."
- "ఆత్మ జ్ఞానికి స్వ పర బేధాలు, అసూయ ద్వేషాలు సంపూర్ణంగా ఉండవు. నేనే అంతా, అంతా నేనే అనే స్థితిలో ఉంటాడు".
- "ఆత్మ జ్ఞానికి నేను అనే అహంకారం, నా వారు అనే మమకారం ఏ మాత్రం ఉండవు"
- "ఆత్మజ్ఞాని ప్రతి మనిషి సమానమే, ప్రతి ప్రాణి ముఖ్యమే అన్నట్టుగా భావిస్తాడు, ఆ రకంగా ప్రవర్తిస్తాడు".
- "ఆత్మజ్ఞాని తన నైతిక బాధ్యత అయిన సత్కార్యాలు ఆచరిస్తాడు. అంతేకాదు సరళమైన స్వభావంతో మంచి మనసు కలిగి ఉంటాడు"
- "ఆత్మజ్ఞాని తన తోటివారిని ప్రభావితం చేయగలుగుతాడు"

- బ్రహ్మర్షి తటవర్తి వీరరాఘవరావు

రూ.70/-