ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్

యుగశక్తి గాయత్రి

ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రిత్వా ప్రణమామి ముహుర్ముహుః

ప్రఖర ప్రజ్ఞ — సజల శ్రద్ధ

సంకల్పం - సంరక్షణ
వేదమూర్తి, తపోనిష్ఠ, పండిత
శ్రీరామ శర్మ ఆచార్య
శక్తి స్వరూపిణి
మాతా భగవతీ దేవి శర్మ

ప్రధాన సంపాదకులు
డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యా
సంపాదక మండలి
కందర్ప రామచంద్రరావు
డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ
పొన్నూరు హైమవతీశాస్త్రి
ముక్కామల రత్నాకర్
డి.వి.ఆర్.మూర్తి
సాధన నరసింహాచార్య

సంపుటి 16 - సంచిక 1
జూన్ 2011
విడిప్రతి రూ॥ 12.00
సం॥ చందా రూ॥ 120
3 సం॥ చందా రూ॥ 350
10 సం॥ చందా రూ॥ 1116

Please send Drafts & Money Orders in favour of
"SRI VEDAMATA GAYATRI TRUST"
GAYATRI CHETANA KENDRAM
H.P. Road, Moosapeta,
Near Aswini House, Hyderabad-18.

గంగా - గాయత్రి

గంగ మరియు గాయత్రిలలో భారతమాత చేతనత్వం ఇమిడివుంది. ఇవి రెండే దేవ సంస్కృతి యొక్క జ్ఞాన-విజ్ఞానముల పుణ్యధారలు. ఇవి దేవభూమి, భరతమాత పురాతన ఋషుల మహాతపస్సు ఫలితాలు. సూర్యవంశస్థుల యొక్క తరతరాల తపోసాధన భగీరథుని రూపంలో అవతరించినది. మహాతపస్వియైన భగీరథుని గొప్ప సాధన గంగామాత అవతరణను సంభవం చేసింది. గంగా తరంగాలు భారతదేశ చేతనత్వంలో నూతనప్రాణమును నింపాయి.

జ్యేష్ఠ శుక్ల దశమి పవిత్రదినమున భగవతి గంగామాత అవతరణతోపాటు ఒక దైవీసందేశం కూడా వచ్చింది. 'భారతవాసులారా! దేశ నిర్మాణమునకు నవతరం అలసిపోకుండా, ఎక్కడా ఆగకుండా నిరంతరం ప్రయత్నం చేయాల్సి ఉంటుంది. మీరు ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తు కొరకు ఇంకెక్కడ చూడవలసిన పనిలేదు. స్వయంగా మహాతపస్సు చేయుటకు సంకల్పించండి. భగీరథుని తపస్సే ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తునకు ఉన్న ఏకైక మార్గం.

జ్యేష్ఠశుక్ల దశమి యొక్క ఈ పుణ్యదినమున బ్రహ్మర్షి విశ్వామిత్రుని తపస్సు కూడా పూర్ణత్వం చెందింది. రాజస స్వభావంగల విశ్వరథమహారాజు బ్రహ్మర్షి విశ్వామిత్రుడైనాడు. ఆదిశక్తి గాయత్రీమాత ఆయన అంతఃకరణములో అవతరించి యుగశక్తి రూపంలో భరతమాత సంపూర్ణ చేతనత్వంలో వ్యాపించినది. మానవుని వ్యక్తిగత మరియు సామూహిక చేతనలో అవకాశముల క్రొత్త ద్వారములు తెరచినది. ప్రకృతి యొక్క క్షాళన గాయత్రితో సంభవమే. గాయత్రితో జీవితం పరివర్తన చెందుతుంది. మానవజాతి గాయత్రిమాత కొంగును ఒడిసిపట్టుకున్నది. 24 అక్షరముల గాయత్రీమంత్ర సాధనతో దౌర్భాగ్యం సహజంగానే సౌభాగ్యంగా తప్పనిసరిగా పరిణమిస్తుంది.

గంగానది జలములో మరియు గాయత్రీమంత్ర అక్షరాలలో భారతదేశం మరియు ప్రపంచమంతటా నివసిస్తున్న సమస్త మానవజాతికి సందేశం ఉంది, పిలుపు ఉంది. మీరు విశ్వామిత్రునివలె, భగీరథునివలె తపస్సు చేయగలరు. మీ తపస్సులో దేశం యొక్క సమృద్ధి ఉంది. మీ తపస్సులోనే దేశ సంస్కృతి ఉంది. భగీరథ-విశ్వామిత్ర వంశజులారా! మేల్కొనండి, పైకి లేవండి, మహాతపస్సనే కఠిన సాధన కొరకు సంకల్పితులవ్వండి. మహాతపస్సుతోనే గంగామాత జలధార నిర్మలమౌతుంది. మహాతపస్సుతోనే మాత గాయత్రి సాధన వరదాయినిగా సిద్ధిస్తుంది.

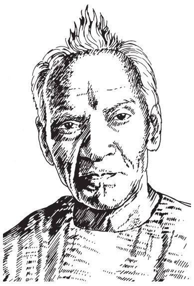
పత్రిక అందనివారు ఈ క్రింది నంబరును సంప్రదించగలరు.
9949111175

పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వదలచినవారు క్రింది నంబర్‌ను సంప్రదించగలరు. **9989659905**

మానసిక కాలుష్యం మానవ సంబంధాలను విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది.

విషయ సూచిక

1. **సంపాదకీయం :** గంగా - గాయత్రి 1
2. **విషయసూచిక-సద్గురు వచనామృతం :** భగవంతునికి శరణాగతి 2
3. **వేదమంత్రం :** దారితప్పిన దేవత 3
4. **వర్తమాన భారతం :** గుణపాఠం నేర్చుకోకపోతే మహావినాశనం జరుగుతుంది 4
5. **గాయత్రీ విద్య-9 :** ఉన్నతిని సాధించటానికి అనివార్యమైన గాయత్రీ సాధన 7
6. **బాలల భవితకు బంగారు బాట-20 :** నీతిని వెతుక్కోవాల్సిన తరుణం ఇది 9
7. **ధారావాహిక ప్రజ్ఞోపనిషద్ : ప్రథమ మండలం - 5వ అధ్యాయం :** ఉదారభక్తి భావన ప్రకరణం 10
8. **యుగ గీత-10 : రెండవ అధ్యాయం-సాంఖ్య యోగము:** స్థితప్రజ్ఞుడు శాంతి సాగరంలో విహరిస్తాడు 11
9. **సూర్య విజ్ఞానం - 9 :** సూక్ష్మాతి సూక్ష్మ దేవశక్తుల విజ్ఞానం - సూర్య విజ్ఞానం 13
10. **గాయత్రీ జయంతి ప్రత్యేకం :** జ్ఞానగంగా - పరమపావన భాగీరథీ అవతరణ మహాపర్వం 16
11. **మనం - మన ఆరోగ్యం :** విటమిన్ల ఖజానా - ప్రొద్దు తిరుగుడు గింజలు 18
12. **ఆదిశక్తి లీలా కథలు-12 :** నవార్ణ మంత్రం, గాయత్రీ మహామంత్రముల సారూప్యత 20
13. **బ్రహ్మవర్చస్ : పరిశోధనా సారాంశం-2** ప్రమాదకరమైన డిప్రెషన్ వ్యాధికి ప్రాణాయామ చికిత్స 22
14. **వ్యక్తి నిర్మాణం :** ప్రతికూల పరిస్థితులను ప్రతిభతో ఎదుర్కోవాలి 25
15. **జ్యోతిష్య విజ్ఞానం :** చికిత్సా విజ్ఞానము యొక్క దృష్టితో గ్రహ - జ్యోతిష్య అధ్యయనం 27
16. **స్వప్నజగత్తు :** నిగూఢ రహస్యములతో నిండిన స్వప్నముల యొక్క లీలా ప్రపంచము 30
17. **ధారవాహిక హనుమత్ కథామృతం-35 :** రామకార్యం కోసం హనుమంతునిలో భక్తి ఉరకలు వేస్తుంది 33
18. **పూజ్య గురుదేవుల అమృత వాణి :** బ్రహ్మవర్చస్సును అభివృద్ధి చేసే గాయత్రి ఉపాసన 35
19. **నా వారితో నా మాట: 2011-2012 జన్మశతాబ్ది సంవత్సర వేడుకల విశేషాలు-**ప్రతి ఒక్కరిలో ఉత్సాహము నింపేందుకై వస్తున్న జన్మశతాబ్ది రథయాత్ర 38
20. **ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం-7 :** హోమియో వైద్య సేవ 41
21. **వేమన వేదం-జీవన నాదం - 8** 43
22. **వార్తలు** 45
23. **అక్షరాల ఆట :** పదగాయత్రి-8 48



సద్గురు వచనామృతం

భగవంతునికి శరణాగతి

మనం మన ఆవశ్యకతలనూ, లాలసలనూ, కోరికలనూ, తృష్ణలనూ పెంచుకుంటూ పోవటానికి, వాటిని తీర్చుకోవటానికై రాత్రింబవళ్ళు సతమతం కావటానికే ఈ విలువైన శరీరం మనకు లభించలేదు. మానవ జీవితం యొక్క ఉద్దేశ్యమేమిటంటే జీవి, తన వివేకాన్ని జాగృతం చేసుకొని చాలాకాలంగా పేరుకుని ఉన్న చెడుసంస్కారాలను తన మనోభూమి నుండి నిర్మూలించాలి. భవబంధాలను తెంచుకోవాలి. ఇతరులకు సేవ చేయాలి. ఆదర్శవంతమైన తన శీలం ద్వారా ప్రపంచానికి ఉదాహరణగా నిలవాలి. తన కీర్తిని అజరామరం చేసుకోవాలి. మానవ జీవన లక్ష్యం ఇదే. ఈ లక్ష్యాన్ని సాధించటానికి ప్రయత్నించే వ్యక్తులే భగవంతునికి నచ్చుతారు. వారికే ఆయన తన నిజమైన ప్రేమను, వాత్సల్యాన్ని అనుగ్రహాన్ని ప్రదానం చేస్తారు. ఇటువంటి అనుగ్రహాన్ని పొందటమే జీవితానికి సార్థకత. ఈ మార్గంలో పయనించటానికై మానవుడు ఆరు కార్యక్రమాలను నిర్వర్తించవలసి ఉంటుంది. 1. తన అవసరాలను కనీస స్థాయికి తగ్గించుకోవడం 2. తన వస్తువులను భగవంతుని వస్తువులని, తాను వాటికి సంరక్షకుడను మాత్రమేనని భావించడం 3. తన ముందున్న కష్టాలకు కలత చెందకుండా వాటిని వివేకంతో పరిష్కరించుకోవడం, పరిష్కరించుకోలేని వాటిని ప్రారబ్ధాలుగా పరిగణించి ధైర్యంగా సహించటం. 4. మనస్సును భగవంతునిపై లగ్నం చేయటం. 5. తన చెడు ఆలోచనలనూ, దుర్గుణాలనూ, దుష్కర్మలనూ వదిలించుకోటానికి, తగ్గించడానికి, నిరంతరం ప్రయత్నించడం. 6. భగవంతుని సేవ అనుకొని నిత్యం ఇతరుల మేలు కోసం ఎంతో కొంత పనిచేస్తూ ఉండడం.

- అఖండజ్యోతి, అక్టోబర్ 1954

అనువాదం : శ్రీ ఊటుకూరి సత్యన్నారాయణ గుప్త

పండుగలు

జూన్ 2011

11-06-2011	**గాయత్రీ జయంతి**
15-06-2011	**కబీరుదాసు జయంతి**

జులై 2011

15-07-2011	**గురుపూర్ణిమ**

అనుమానాలు, అపోహలు అప్యాయతను కనుమరుగు చేస్తాయి.

వేద మంత్రం

దారితప్పిన దేవత

కో దదర్శ ప్రథమం జాయమాన
మస్థన్వన్తం యదనస్థా విభర్తి ।
భూమ్యా అసుర సృగాత్మా క్వ స్విత్కో
విద్వాంసముప గాత్ప్రష్టుమే తత్ ॥ (ఋగ్వేదం 1/164/4)

భావార్థం : ఆత్మజ్ఞానం ప్రాప్తించుకొనుట మానవ జీవితం యొక్క ప్రథమ లక్ష్యం. ఈ ప్రపంచం ఎలా ఏర్పడింది? పదార్థముల మూల కారణం ఏది? శరీరం, దానిలో శోణితం, మాంసం, అస్థి మొదలైన వాటి విచిత్రత, ఆత్మకంటే వాటి విభిన్నత మొదలైన జ్ఞానాన్ని మనుష్యుడు తప్పక ప్రాప్తించుకోవాలి.

సందేశం : మానవ శరీరం పరమాత్మ యొక్క సర్వశ్రేష్ఠమైన కానుక. పూర్వజన్మల, పుణ్యకర్మల ఫలస్వరూపంగా ఎన్ని యోనులలోనో తిరిగి వచ్చిన తర్వాత ఈ శరీరం లభించింది. ప్రపంచంలో ఏ ప్రాణి శరీరరచన ఇంత గొప్పగా లేదు. మనుష్యునికి మాత్రమే పరమేశ్వరుడు సర్వగుణ సంపన్నమైన శరీరం ఇచ్చాడు. దీనిలోని ఒక్కొక్క అంగం, ఒక్కొక్క ఇంద్రియం, సామర్థ్యంలో మరేవీ వీటికి సాటిరావు.

సామాన్యంగా మనుష్యులు ఈ శరీరాన్నే సర్వస్వంగా భావిస్తారు. అంతకు మించి ఆలోచించవలసిన అవసరమే లేదని అనుకుంటారు. సమయమంతా ఈ శరీరాన్ని సరిచేస్తూ, అలంకరిస్తూ ఉంటారు. ఇంద్రియాలను తృప్తిపరచుటలో నిమగ్నమవుతారు. కానీ దానిలో విరాజిల్లుతున్న ఆత్మను పూర్తిగా మరచిపోతారు.

శరీరం నశిస్తుంది, ఆత్మ అమరము అనేది వారు మరచేపోతారు. శరీరం నశించేదే, కేవలం కొంత కాలం కొరకు పరమేశ్వరుడు దయతో ఇచ్చాడు. ఇది ఒక పనిముట్టు, ఆత్మకు నివాస స్థానము. దీని ద్వారా మోక్ష మార్గంలో ముందుకువెళ్ళి ముక్తిని ప్రాప్తించుకోవచ్చు.

మానవ జీవిత లక్ష్యం ఏమిటి? అనేక మంది స్వర్గప్రాప్తిని ఏకైక లక్ష్యంగా భావిస్తారు. అసలు ఈ స్వర్గం ఎక్కడ ఉంది? ఇది కేవలం మన మనఃస్థితి చేత నిర్మించబడింది. మనము స్వయంగా మన ఆచరణ, పరిస్థితుల ఆధారంగా స్వర్గం లేదా నరకాన్ని తయారు చేసుకుంటాము.

జీవితం యొక్క ఏకైక లక్ష్యం మన లోపలి అవ్యక్తంగా ఉన్న దేవత్వాన్ని వ్యక్తం చేయుట, దాని వాస్తవిక శక్తిని సాక్షాత్కరింప చేసుకొనుట. ఒకే పరమాత్మ అందరిలోపల దాగి ఉన్నాడు, అందరిలో కలగలసిపోయాడు. అతడే అందరికి అంతరాత్మ, అతడే కర్మఫలప్రదాత, అందరిలోపల నివసిస్తున్నాడు. ప్రతి మనిషి దేవతా స్వరూపమే, కేవలం అతడు దారితప్పాడు. ప్రతి మనిషి దారితప్పిన దేవతయే. ఈ అద్భుత సత్యాన్ని తెలుసుకొని, ఈ దేవత్వాన్ని తన ఆచరణలోకి స్వీకరించుటయే అతని పరమ కర్తవ్యం.

మనస్సును, వాణిని, కర్మను పవిత్రం చేసుకోకుండా ఆత్మజ్ఞానం పొందడం సాధ్యం కాదు. మనస్సు ఎప్పుడూ ఖాళీగా ఉండదు. దానిలో పాపకర్మల రసాస్వాదన చేసే కోరిక లేదా సత్కర్మల సుగంధాన్ని వ్యాపింపజేసే ఉత్కంఠ ఉంటుంది. మనస్సు యొక్క ఈ ఆలోచనలు అతని వాణిని ప్రభావితం చేస్తాయి, తదనుసారము అతని కర్మలు జరుగుతాయి. ఆత్మజ్ఞానం వలన అతనిలో పవిత్రమైన ఆలోచనలే జాగృతమవుతాయి. అహంకారాన్ని త్యజించి 'ఆత్మవత్ సర్వభూతేషు' భావనతో ప్రపంచంలోని సమస్త ప్రాణులలో ఈశ్వరుని అస్తిత్వాన్ని అంగీకరించుట ద్వారానే మనుష్యుడు పాపకర్మల నుండి కాపాడబడతాడు. తనలో దైవీగుణాలను అభివృద్ధి చేసుకోగల్గుతాడు.

మనుష్య జీవనం యొక్క సార్థకత దీనిలోనే ఉన్నది.

★★★

నిరాశ

నావికుడు ఒక దీవిని ఉద్దేశించి "సోదరి! నలుదిక్కులా సముద్రమే చూస్తుంటే నీకు నిరాశగా అనిపించదా?" అని ప్రశ్నించాడు. నేను నిరాశకులోనైతే ఎంతో దూరం నుండి వచ్చే అతిథులకు స్వాగతం పలకడం, విశ్రాంతినియ్యడం వంటి ఉత్కృష్ట పనులు చేయలేను. కాబట్టి నిరాశను దరిచేరనీయను. నా లక్ష్యం ఏమిటో నాకు తెలుసు. అది తెలియని వారే నిరాశకు లోనవుతుంటారు అన్నది.

– ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

చిన్నతనం నుంచే ప్రేమను ఇచ్చిపుచ్చుకోవడం నేర్పాలి.

గుణపాఠము నేర్చుకోకపోతే మహావినాశనం జరుగుతుంది

జలప్రళయము గురించిన పురాణ కథ

సత్యయుగములో మహాప్రళయము సంభవించినప్పుడు మహామత్స్యావతార రూపం ధరించిన విష్ణుభగవానుడు వైవస్వత మనువుకు సృష్టియొక్క సమస్త బీజములను-జ్ఞానము యొక్క మూలమైన వేదాలను తీసికొని నావలో ప్రయాణించమని చెప్పినట్లుగా వర్ణన లభిస్తుంది. మనువు నావను ప్రళయకాలములో హిమాలయముల సర్వోన్నత శిఖరానికి కట్టివేశాడు. ఆ శిఖరము కూడా మునిగిపోతున్నప్పుడు మత్స్యావతారము మనువును, సృష్టిబీజాలను సంరక్షించి, వినాశనము కాకుండా కాపాడింది. ఈ మనువే తిరిగి సృష్టిని చేశాడు. శతపథబ్రాహ్మణములోని ప్రళయకాండలో జలప్రళయము యొక్క విపుల వర్ణన వస్తుంది.

అదేవిధముగా క్రీ.పూ. 2000 లో రచించబడిన గ్రంథము 'గిలగామేశ్' లో కూడా జలప్రళయ వర్ణన ఉంది. ప్లేటో వ్రాసిన 'టిమియస్' గ్రంథంలో ఇలా ఒక వర్ణన వస్తుంది. ఏథెన్స్‌లో ఒక ఆదర్శవంతమైన రాజ్యముంది. అట్లాంటిస్ అను పేరు గల ఒక సువికసిత సభ్యత గల రాజ్యమునకు, ఏథెన్సునకు మధ్య ఒక పెద్ద యుద్ధము జరిగింది. అయితే ఒక భయంకరమైన ఉప్పెన వచ్చి ఆ వైభవోపేతమైన సామ్రాజ్యము నీటిలో మునిగిపోయింది. 'అట్లాంటిస్' ఈనాడు కూడా నాశనమైపోయిన సభ్యతగా, పరిశోధనా విషయంగా ఉంది. ఈజిప్టు, మాయన్ మరియు ఎజ్‌టెక్ సభ్యతలలో కూడా జలప్రళయముల కథలు ఉన్నవి. జల ప్రళయము గొప్ప సభ్యతలున్న రాజ్యముల మహా వినాశనమునకు మరియు నవయుగ శుభారంభమునకు ప్రతీకగా భావించ బడుతుంది.

నిశ్శబ్దంగా వచ్చిన ఆపద

ఆ వర్ణన ఈ సందర్భమునకు కూడా వర్తిస్తుంది. 2011 మార్చి 11 వ తేదీన జపాన్‌లో ఒక భూకంపం వచ్చింది. దానితర్వాత వచ్చిన సునామి తరంగాలు అల్లకల్లోలాన్ని సృష్టించాయి. ఆపదలు అప్పుడప్పుడు చడీచప్పుడు చెయ్యకుండా వచ్చి మానవుల వ్యవస్థలన్నింటినీ కాలరాస్తూ మొత్తమంతటిని నాశనం చేస్తాయి అని ఈ భయానకస్థితి నిరూపించినది. ఈ సందర్భములో ఈ విషయం మరింత మహత్వపూర్ణమైనది. ఎందుకంటే జపానుకు చెందిన ఒక రచయిత 1973 లో 'నిప్పాన్ చిమ్బొత్సు' అన్న వ్యాసమును వ్రాశాడు. అందులో కవి ఇలా కల్పన చేశాడు. 'భూమి యొక్క విశాలమైన పలకలు (ప్లేట్స్) ఒకదానిలోకి ఒకటి చొచ్చుకునిపోవటం వలన వచ్చే భూకంపం చేత జపానులో ఒక భయంకర జలప్రళయము వస్తుంది. ఆ ప్రళయములో జపాను ద్వీపం మునిగిపోతుంది. వరదలో మునిగిపోతున్న మనుష్యులు ఏదోవిధముగా రక్షించబడాలి, జీవించాలి అనే తీవ్రతరమైన ఆకాంక్షతో ప్రయత్నిస్తారు.' ఈ సంఘటన గురించిన రోమాంచితం కావించే వర్ణన ఆ వ్యాసంలో ఉంది. 38 సంవత్సరములలోపే తన ఆలోచన, కల్పన సాకరమౌతుంది అనే విషయము ఆ రచయిత కూడా భావించి ఉండడు. జపాన్ నిరంతరం భూకంపములను సహిస్తువుంటుంది. అక్కడి భవనాలు, రైలుమార్గము, జాతీయరహదారులు మొదలైనవన్నీ తీవ్ర కుదుపులకి కూడా తట్టుకుని నిలబడ గలిగేటట్లుగా నిర్మించబడ్డాయి. కానీ ఈసారి వచ్చిన పెను భూకంపం అధునాతన పరిజ్ఞాన దృష్టితో వికసించిన జపానును వణికించివేసింది. విశ్వమంతటికి ఒక హెచ్చరికతో కూడిన గుణపాఠాన్ని కూడా నేర్పింది.

రెండవ ప్రపంచ యుద్ధ కాలంలో 1945 ఆగస్టు 6, 8 తేదీలలో పరమాణుబాంబు విస్ఫోటనము వల్ల హిరోషిమా, నాగసాకిలలో పెద్ద యెత్తున వినాశనము సంభవించినది. సుమారు 2 లక్షలమంది మరణించారు. రేడియేషన్ కారణముగా ఎన్నితరాలు వికలాంగులయినారో, కష్టములలో కొట్టుమిట్టాడుతున్నారో తెలియదు. ఈసారి భూకంపము, సునామీల మహావినాశకరమైన తరంగాలతోపాటు ఫుకుశిమాలోని రెండు పరమాణు రియాక్టర్ల నుండి వెలువడుతున్న అణుధార్మికత మరిన్ని విపత్తులను మోసుకొచ్చింది. 1945 సంవత్సరం తర్వాత జపాను తిరిగి లేచి నిలబడింది, మహాశక్తిగా ఎదిగింది. ఈసారి వచ్చిన ఆపదలకు వయోవృద్ధులతో నిండిన జపాన్ ఎదురునిలిచి సహించినది. ఇది ఒక గొప్ప సవాల్.

ఒక భయముతో కూడిన అనుభవము వచ్చింది

చరిత్రలో అన్నింటికంటే పెద్ద భూకంపము జపాన్ ఉత్తర సముద్రతీరప్రాంత మందు గల సెంద్రయీ నగర సమీపంలో

చెయ్యదలచిన పనిని సమయబద్ధంగా చేస్తే మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది.

మార్చి 11 శుక్రవారం సాయంత్రం సుమారు 2 గంటల 46 నిమిషములకు రెక్టర్ స్కేల్ మీద 8.9 తీవ్రతను సూచిస్తూ వచ్చింది. భూకంప మహావిపత్తుతోపాటు అదే సముద్రపు లోతులలో జలప్రళయం మొదలై జపాన్ భూభాగాన్ని ముంచివేసింది. పరమాణు రియాక్టర్లు దెబ్బతిన్నాయి. కొద్ది సమయంలోనే 7653 మంది మరణించారు, 11,746 మంది జాడ తెలియలేదు. నాలుగున్నర లక్షల కంటే ఎక్కువమంది ప్రజలు ఇళ్ళు పోగొట్టుకుని వీధులపాలయ్యారు. గవర్నమెంటు లెక్కలను అనుసరించి 18,000 మరణించినట్లుగా తెలుస్తుంది. జపానులో ప్రతీ సంవత్సరము 2000 భూకంపములు వస్తాయి. కానీ భూకంపము-సునామీలనే ఈ రెండు ఆపదలు ప్రపంచ ప్రజలకు ఒక భయంకరమైన అనుభవాన్ని మిగిల్చాయి. ఈ ఆపద ఎక్కడైనా, ఎప్పుడైనా రావచ్చును. అధునాతన సాధనములు కలిగి ఉన్నప్పటికీ ఎప్పుడు ఏమవుతుందో తెలియని పరిస్థితి. ప్రకృతికి-మనకి మధ్యగల సంబంధాలను మనం తిరిగి శీఘ్రంగా, చక్కగా నెలకొల్పుకోకపోతే, పారిశ్రామీకరణ మరియు నగరీకరణముల అంధకారపు పరుగును ఇలాగే కొనసాగిస్తూ ఉంటే ఈ భయానకస్థితి ఎక్కడైనా, ఎప్పుడైనా ఎటువంటి హెచ్చరిక లేకుండానే రావచ్చును.

వెయ్యిరెట్ల అధికాధిక శక్తి వెలువడింది

జపాన్ భూకంపంలో కలిగిన హాని, నష్టము ప్రాకృతిక ఆపదల చరిత్రలో ఇదే అన్నింటికంటే పెద్ద ఆర్థిక సంక్షోభంగా చెప్పవచ్చును. ఇందులో సుమారు 14 లక్షల కోట్ల రూపాయల నష్టం ఆ క్షణంలోనే జరిగింది. పునర్ నిర్మాణంలో అధిక మొత్తంలో ధనం ఖర్చు అవుతుంది. అది వేరే విషయము. దీని కారణంగా మొత్తం ప్రపంచ స్థాయిలో వ్యాపారరంగమునకు జరిగిన నష్టమూ అపారమే. విశ్లేషకుల అభిప్రాయాన్ని అనుసరించి ఈ భూకంపం ద్వారా 6.7 కోట్ల టి.ఎన్.టి. శక్తి వెలువడినది. అది ప్రపంచ దేశాలన్నింటి యొక్క పరమాణు రియాక్టర్లనుండి వెలువడిన శక్తికన్నా 1000 రెట్లు ఎక్కువ శక్తివంతమైనది. ఈ భూకంపం ఫసిఫిక్ మహాసముద్రంలో 'రింగ్ ఆఫ్ ఫైర్' అగ్నిపర్వతం నలుదిక్కులా సక్రియమైన విశాల భూగర్భ ప్రకంపనల పరిణామమే. ఈ వృత్తాకార భూకంపం మరియు 24,000 మైళ్ళలో వ్యాపించిన అగ్నిపర్వతశ్రేణులు ఫసిఫిక్ మహాసముద్రమును అల్లకల్లోలం చేశాయి. భూమి యొక్క అన్నింటికన్నా పెద్ద టెక్టానిక్ పలకలు ఒకదానిలోకి ఒకటి చొరబడటం వలన జపానులో ఈ పరిణామము సంభవించినది. ఈ భూకంప ప్రకంపనలు పృథ్వి యొక్క సంపూర్ణ ఉపరితలములో మార్పును తేగలగినవే. హిమాలయాలతో సహా ప్రపంచంలోని పర్వతపంక్తులన్నీ ఇదే రీతిలో ఏర్పడినవే.

భూకంపం - వినాశకరమైన సునామి

భూకంపముల చరిత్ర, వాటితో జోడించబడిన తథ్యములు విచిత్రమైనవి. మానవ ఇతిహాసములో అన్నింటికంటే వినాశకరమైన భూకంపం 13 జనవరి 1556 లో చైనాలోని శాంశీలో వచ్చింది. ఆ భూకంపంలో రమారమి 9 లక్షలమంది మరణించారు. అన్నింటికన్నా సుదీర్ఘ మరియు వేగవంతమైన భూకంపం(రెక్టర్‌స్కేల్-9.4) 1960 లో చిలీలో వచ్చింది. అందులో కూడా 10,000 మంది అసువులుబాశారు. 20 లక్షలమంది ఇళ్ళు కోల్పోయారు. ప్రపంచంలో ఎక్కడో అక్కడ ప్రతి 30 సెకండ్లకు ఒక భూకంపం చోటుచేసుకుంటున్నది. ప్రతి సంవత్సరము మొత్తం ప్రపంచంలో 10 లక్షల భూకంపాలు వస్తున్నాయి. అయితే వాటిలో నష్టం కలుగజేసేవి మాత్రం 100. మార్చి 15 న మాయన్మార్‌లో కూడా 7.8 తీవ్రతతో భూకంపం వచ్చింది. ఈ పెద్ద పెద్ద భూకంపాలు మహాసముద్రములలో ఎక్కువగా వచ్చి సునామిని సృష్టిస్తాయి. సు - అనగా సముద్రతీరం మరియు నామి అనగా అలలు. సునామి అలలు సముద్రతీరం మీద భీకరమైన రీతిలో ఆక్రమణచేస్తాయి. 2004 లో దక్షిణ భారతదేశంలో గంటకు 480 మైళ్ళ వేగం కంటే ఎక్కువ వేగంతో సముద్ర అలలు ఎగసిపడి సముద్రతీరాన్ని అట్టుడుకించాయి. అవి తీరప్రాంతాలకు అపార నష్టము కలుగజేశాయి. 2004 సునామి వలన 14 దేశాలలో 2,27,000 మంది మనుష్యులు మరణించగా, కోట్లాది రూపాయల నష్టము వాటిల్లింది.

పరమాణు విస్ఫోటం భయావహమైనది

పరమాణు ఇంధనం నుండి వెలువడుతున్న రేడియేషన్ జపానుకు ఇప్పుడు ఉన్న పెద్ద ఆపద. పరమాణుశక్తి ఉన్న దేశాలన్నింటికి ఇదొక హెచ్చరిక. జపాన్ చాలా ధైర్యంతో ఈ ఆపదను ఎదుర్కొంది. జపాన్‌లో 'వికిరణ అత్యవసర పరిస్థితి' (రేడియేషన్ ఎమర్జెన్సీ పీరియడ్) ప్రకటించబడినది. అయితే పరమాణు విస్ఫోటనం యొక్క పరిణామాలు చాలాకాలం ఉంటాయి. అంతర్జాతీయ పరమాణుశక్తి ఏజెన్సీని అనుసరించి సాధారణంగా రమారమి 88% రేడియేషన్ ప్రాకృతికశక్తులనుండి వెలువడుతుంది. ఉదాహరణకు సూర్యుని వెలుగు, భూమినుండి వెలువడే శక్తి, బండరాళ్ళ వేడి మొదలైనవి. అయితే 12% రేడియేషన్ పరమాణు ఉత్పాదక కేంద్రాలు, మొబైల్ టవర్స్,

ఆనందం మన సహజ ప్రవృత్తి కావాలి.

వైద్య ఉపకరణముల నుండి వెలువడుతుంది. న్యూక్లియర్ పవర్ ప్లాంట్స్‌లో పనిచేసేవారికి అన్నివిధాలా రక్షణోపాయములు తీసుకోబడతాయి. కానీ మన దేశంలో 5,000 కంటే ఎక్కువ ఎక్స్‌రే యూనిట్స్ మరియు 4,50,000 మొబైల్ టవర్స్ ఉన్నాయి. వీటిద్వారా ఏర్పడబోయే ఆపదను మనం అంచనా వెయ్యలేక పోతున్నాము. ఫుకుశిమా రియాక్టర్ వలన వచ్చిన ఆపద వంటి ఆపదనుండి బయటపడే సామర్థ్యము జపాన్ కంటే భారతదేశానికి ఎక్కువ ఉంది అని మన శాస్త్రవేత్తల అభిప్రాయము. అయితే పట్టణాల అభివృద్ధిలో దాగివున్న ఇతర అపాయములను మనం గుర్తించటం లేదు.

భారతదేశం మహావినాశము ఒడ్డున ఉన్నది

భూకంపములను ఎదుర్కొనే ప్రయత్నములో భారతదేశం వేల మైళ్ళ దూరాన వెనుకబడివుంది. భారతదేశ ఉపమహాద్వీపంలో భూకంపాల మహావినాశకరమైన చరిత్ర ఉంది. భారతదేశం ప్రతి సంవత్సరము 47 మిల్లీమీటర్ల వేగంతో ఉత్తరదిశగా సాగుతున్నది. జోన్-5 లో అన్నింటికంటే తీవ్రత కల్గిన భూకంపనలు వచ్చే ప్రాంతాలు ఉన్నాయి. అవి కాశ్మీర్, పంజాబు, పశ్చిమ మధ్య హిమాలయాలు, కచ్ ప్రాంతం, జోన్-4 లో ఢిల్లీ, జమ్మూ, బీహార్ మరియు గంగాపరివాహక ప్రాంతం. ఈ రెండూ తీవ్ర ఆపదలు వాటిల్లే జోనులు. 38 పెద్ద పట్టణాలలో సామాన్యమైన స్థితికంటే ఎక్కువ ఆపద వాటిల్లే ప్రాంతాలు ఉన్నాయి. భూకంపములను తట్టుకుని నిలబడలేని బలహీనమైన భవంతులను మనం నిర్మిస్తున్నాము. పర్యవేక్షించేవారు లేరు, సంరక్షకులు లేరు. మనం భూకంప నిరోధమునకు ఎటువంటి నిబంధనలను ఏర్పరచుకోలేదు. నిబంధనలను ఏర్పరచుకోవటం అనివార్యమని భావించటంలేదు. ఒకవేళ ఢిల్లీ మరియు హిమాలయపర్వత లోయలలో భూకంపం వస్తే ఎన్ని లక్షలమంది మరణిస్తారు, ఎంత నష్టం వాటిల్లుతుంది అనేది ఆలోచిస్తుంటే వణుకుపుడుతుంది.

చెడు సమయం ఆపదతోపాటు అంతమౌతుంది

పరమపూజ్యగురుదేవులు 1988 నవంబర్ అఖండజ్యోతిలో ఇలా వ్రాశారు. 21 వ శతాబ్దం సత్యయుగ ప్రతీకగా వస్తున్నది. యుగసంధి ద్వందముల సంఘర్షణల కాలము. దీపం కొడిగడుతున్న సమయంలో దీపపుకాంతి ఒక్కసారిగా పెద్దగా ప్రకాశిస్తుంది. చీమ మరణిస్తున్నప్పుడు రెక్కలు పుడతాయి. మరణ సమయంలో శ్వాస గతి తీవ్రమై, దీర్ఘశ్వాసలు వెలువడతాయి. కుళ్ళిన గాయం నుండి అత్యధికంగా చీము స్రవించినప్పుడు ఆ దృశ్యం ఎంతో జుగుప్సాకరంగా ఉంటుంది. ఇటువంటి పరిస్థితులను అంచనా వేసి సూక్ష్మజగత్తును దర్శించినవారు గగుర్పొడిచే భవిష్యవాణులు వెలువరించారు. క్రైస్తవమతంలో 7 టైమ్స్, యాంటీ క్రైస్టు, ఇస్లామ్‌లోని 14 వ శక ప్రళయఖండం మరియు భవిష్యపురాణంలో కూడా ఖండ ప్రళయవర్ణన ఉంది. ఇవన్నీ చూస్తే తేటతెల్లమయ్యే విషయం ఏమిటంటే చెడుకాలం అంతమౌతున్నప్పుడు అల్లకల్లోలం, ఆపద చోటుకుంటాయి. కానీ దానితరువాతి కాలంలో కష్టాలుపోయి, సుఖం నెలకొంటుంది.

ప్రకృతితో సంబంధం ఏర్పరచుకొనుటకు పునరాలోచించండి

చెడు కాలం యొక్క అంతము సమీపించినదని ఈ వ్యాసమును చదివే పాఠకులు గ్రహించే ఉంటారు. ఆపదలు ఎదురౌతున్నాయి. అందరూ వాటిని సహించవలసివస్తున్నది. గ్రామమంతటికి నిప్పు అంటుకుంటే ఒక్క ఇల్లూ సురక్షితంగా ఉండదు. బహుశా మన పృథ్వీవాసులమందరమూ కలిసి మన జీవనశైలి ఎలా ఉన్నది అన్నది తిరిగి ఆలోచించాల్సిన సమయం వచ్చింది. ఆపదలలోకి తోసివేసే భయంకరమైన అణుశక్తితో కలిసిన పదార్థములను తయారు చేసే ఉత్పత్తికేంద్రాల ఉనికి గురించి మళ్ళీ ఆలోచించవల్సిన అవసరము మానవులకు ఉంది. అడవుల నాశనం, కర్మాగారములనుండి వెలువడుతున్న కార్బన్-డై-ఆక్సైడ్, వాతావరణంలో ఇతర విషవాయువుల వ్యాప్తి, పెరుగుతున్న జనసంఖ్య, పరిశ్రమలనుండి వెలువడుతున్న అత్యధిక వేడి, వృద్ధిచెందుతున్న పట్టణాలు, పరిశ్రమల వృద్ధి, సముద్రమట్టం పెరుగుదల, సముద్రతీరాలలో ఉన్న పట్టణాలు, మహానగరాలకు ఉన్న ముప్పు మొదలైన ఆపదలను ఎలా ఎదుర్కోవాలి అన్న విషయమును గురించి మనమందరం మళ్ళీ మళ్ళీ ఆలోచించాలి. ఒక సామూహిక చర్చను ఏర్పాటుచేసి ప్రకృతితో మనకు గల అనుబంధాన్ని మనం లోతుగా పునర్విమర్శ చేసుకోవాలి. జపాన్ తిరిగి లేచి నిలబడుతుంది. అలాంటి ఆపదలు మళ్ళీ రాకుండా ఉండుటకు మనమందరము కలిసిమెలిసి ప్రయత్నం చేయాలి. ఇది నవయుగ ఆగమనానికి, సూర్య ధ్యానము చేయుటకు చక్కని సమయం. అందరి మనస్సులు ఏకమైనప్పుడు చేసే సామూహిక ప్రార్థనతోపాటు, మారిన మానవుని జీవనవిధానంతో ప్రకృతి వైఖరి తప్పక మారుతుంది. మీరు మీ జీవనశైలిని మార్చుకునేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నారా?

- అఖండజ్యోతి, మే 2011

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

నవ్వుతూ నవ్విస్తూ జీవించడంలోనే ఉన్నది సార్థకత.

గాయత్రీ విద్య-9

ఉన్నతిని సాధించటానికి అనివార్యమైన గాయత్రీ సాధన

భారతీయ సంస్కృతి యొక్క అత్యంత విలువైన సూత్రాలు, ప్రతిపాదనలు మరియు ఉపదేశాల సారాన్ని అన్వేషించాలని అనుకునేవారు 24 అక్షరాల గాయత్రీ మహామంత్రాన్ని మంథన చేయవచ్చు. భారతీయ సంస్కృతి యొక్క ఇతిహాసాన్ని అన్వేషిస్తే ప్రాచీనకాలం నుండి ఈ సముద్ర మంథనంలో ఎన్నో విలువైన రత్నాలు వెలువడ్డాయి. భారతభూమిని 'స్వర్గాదపి గరీయసి' అని అంటారు. అంటే స్వర్గము కంటే గొప్పదైనదని అర్థం. ఇలా తయారుచేయడానికి ఆ మంథనం నుండి వెలువడ్డ నవనీతాలు ఎంతో గొప్ప భూమికను నిర్వహించాయి. తద్వారా భారతీయులలో 'మనిషిలో దేవత్వ ఉదయం' అనేది జరిగింది.

భారతీయ సంస్కృతి యొక్క తత్త్వదర్శనాన్ని గాయత్రీ మహా మంత్రం యొక్క 24 అక్షరాల వ్యాఖ్య – వివేచనతో సహజంగానే వెదికి పట్టుకోవచ్చు. గాయత్రీగీత, గాయత్రీస్మృతి, గాయత్రీ సంహిత, గాయత్రీ రామాయణం, గాయత్రీలహరి మొదలైన రచనలను తవ్వితే నిరువు గప్పిన నిప్పువలె అదృశ్య – అవిజ్ఞాత స్థితిలో పడివున్న ఆ నిప్పురవ్వల మధ్య భాగం బయటపడుతుంది.

గాయత్రిని త్రిపద అంటారు. దీనిలో మూడు చరణాలున్నాయి. ఉత్పత్తి కేంద్రం ఒకటే అయినా మూడు దిశా ధారలు దీనితో కలుస్తాయి.

1) మొదటి చరణం – సవిత యొక్క భర్గ : దీని అర్థము తేజస్సును వరించడం. అనగా జీవితంలో శక్తి మరియు తేజస్సు ఎక్కువగా ఉండుట. అంతరంగములోని శక్తి అవాంఛనీయతలతో తలపడుట. మెరుగైన ప్రతిభ మరియు శౌర్యసాహసాలే దీనికి మరోపేరు. నైష్ఠిక గాయత్రి సాధకులలో ప్రతిభ ఎంత తీక్షణంగా ఉండాలంటే వారు అవినీతి ముందు శిరస్సు వంచకూడదు. పిరికితనంతో రాజీపడకూడదు.

2) రెండవ చరణం – దైవత్వాన్ని వరించడం : అనగా మర్యాదలను పాటిస్తూ ఉదారతతో, దయతో ఉండడం. తీసుకోవడం కన్నా ఇచ్చే ప్రవృత్తిని అభివృద్ధి చేసుకోవటం. అటువంటి స్థాయి ఉన్న వ్యక్తిత్వంతో కలిపేటటువంటి గౌరవమర్యాదలను మనస్సుల్లో ధారణ చేయడం. ఇదే 'దేవస్య ధీమహి'.

3) మూడవ చరణం – 'ధియో యోనః ప్రచోదయాత్' : అనగా తనలోనే కాక, తన సమూహం, సమాజం మరియు ప్రపంచం అంతటా సద్బుద్ధి ప్రేరణ ఉదయించాలి అని. మేధస్సు, ప్రజ్ఞ, దూరదృష్టి, వివేకశీలత, నీర–క్షీర వివేకబుద్ధి కలిగి ఉండుట.

ఈ మూడు కలిసినదే ఆధ్యాత్మిక త్రివేణి సంగమం, వీటిలో అవగాహన కలిగియుంటే మనిషి దైవీ ఆశీస్సులతో అనంత పుణ్యఫలానికి భాగస్వామి అవుతాడు. కాకి కోయిలగా, కొంగ హంసగా మారే ఉపమానాన్ని ఏ త్రివేణీసంగమ స్నానంతో పోల్చుతారో, అది వాస్తవానికి ఆదర్శవంతమైన సాహసం, దేవత్వ పక్షానికి చెందిన మర్యాద మరియు ఆదర్శవాదాలకు ప్రాముఖ్యతను ఇచ్చే మహాప్రజ్ఞ.

గాయత్రీ మంత్రములోని 24 అక్షరాలలో పైన చెప్పిన శక్తులను జాగృతం చేసే శక్తి ఉన్నది. దానితోపాటు గాయత్రిలోని ప్రతి అక్షరము ఒక సద్గుణం వైపు సంకేతాన్నిస్తుంది. ఆ సద్గుణంతో వ్యక్తి యొక్క వ్యక్తిత్వం ప్రతిరంగంలోను అత్యున్నత శిఖరాలవైపు పరుగులు తీస్తుంది. గాయత్రీమంత్రంలోని అక్షరశక్తి దానంతట అదే పనిచేయడం ప్రారంభిస్తుంది. అంతేకాక ఏదైనా దేవీ లేదా దేవత లేదా మంత్రారాధనతో ఆశించే విజయాలను సాధించడం సాధ్యమవుతుంది. వీటినే ఓజస్సు, తేజస్సు, వర్చస్సు అంటారు. ప్రథమ చరణంలో సూర్యునిలాంటి తేజస్సు, శక్తి మరియు నడవడిక మనిషిలో ఉదయించినప్పుడు ఉన్నతికి చేరడం, కష్టాలను ఎదుర్కొనడం సాధ్యమవుతుంది. ఇదేవిధంగా రెండవ చరణంలో దేవత్వమును వరించుట అనే విషయం ఉన్నది. మనుషులలోనే పిశాచాలు ఉంటాయి, దేవతలు ఉంటారు. మర్యాద, మంచితనం, విశిష్టతలు మరియు సృజనాత్మకత– దేవత్వ లక్షణాలకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తాయి. మూడవ చరణంలో సామూహిక సద్బుద్ధి పెంపొందించుకోవాలి అనేది నిర్దేశించ బడింది. ఒక గడ్డిపోచతో త్రాడు తయారవ్వదు. ఒక చీపురుపుల్ల ఊడ్చేపని చేయలేదు. కనుక ఏకాకి ఆలోచనలకు పరిమితం కాకుండా సామూహికత, సామాజికతలకు ప్రాధాన్యతనివ్వాలి. తన చుట్టుప్రక్కలున్నవారందరిని సద్బుద్ధితో అలంకరింపజేయాలి. దుర్బుద్ధి అనేది దుర్మార్గం వైపు, భ్రష్టత్వం వైపు ప్రేరేపిస్తుందని, అదే దుర్గతికి కారణమని మరచిపోకూడదు.

గాయత్రీ ఉపాసన సహజ స్వరూపం – వ్యాహృతులతో కూడిన త్రిపదా గాయత్రీ జపం. 'ఓం– భూర్భువః స్వః' అనేవి

మనలో ఉన్న తప్పులను సరిదిద్దుకోవడానికి కృషి చెయ్యాలి.

వ్యాహృతులు. 'ఓం భూర్భువః స్వః' - ఇది శీర్షభాగం. వ్యాహృతులకు తాత్పర్యం ఆకాశం, పాతాళం మరియు భూలోకం అనే మూడు లోకాలలో ఆ దివ్యశక్తి యొక్క వ్యాపకత్వాన్ని అనుభవించడం. న్యాయాధీశుడు, పోలీసుల సమక్షంలో అపరాధం చేయడానికి ఏవిధంగా సాహసం చేయలేమో, అదేవిధంగా సర్వవ్యాపి, న్యాయంపట్ల ఇష్టాన్ని చూపించే శక్తి మనకు అన్నివైపులా ఎల్లప్పుడూ ఉన్నదని అనిపించినప్పుడు ఎటువంటి తప్పు చేయలేము.

గాయత్రీమంత్ర అర్థం సరళమైనది. సర్వవిదితమైనది. సవితుః అనగా తేజస్వి. వరేణ్యం అనగా వరించడం, సొంతం చేసుకోవడం. భర్గో అనగా అనౌచిత్యాన్ని (అయోగ్యతను) తేజస్సు ఆధారంతో దూరంగా నెట్టివేయడం. దేవస్య అనగా దేవతా పక్షం వహించే శక్తులను; ధీమహి అనగా ధారణ చేయడం. ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ అనగా శుభ లక్షణాలు కలిగిన పరమేశ్వరుడు అందరి బుద్ధులను సన్మార్గంవైపు ప్రేరేపించుగాక, సద్బుద్ధిని ప్రదానం చేయుగాక అనే ప్రార్థన ఉన్నది. సద్భావనలు సజీవంగా ఉండి, భగవంతుని నుండి సద్బుద్ధిని పొందిన వ్యక్తి తన దృష్టికోణంలో స్వర్గంలాంటి నిండైన మనఃస్థితిని కలిగిఉంటూ చక్కని పరిస్థితులలో రసాస్వాదన చేస్తాడని చెప్పనవసరంలేదు. అతడు ఎక్కడున్నా తన లక్షణాల బలంతో స్వర్గవాతావరణాన్ని నిర్మించుకుంటాడు.

స్వర్గప్రాప్తి తరువాత దైవీ వరాల వల్ల ప్రాప్తించే రెండవ లాభం - మోక్షం. మోక్షం అనగా ముక్తి, కషాయ- కల్మషాల నుండి ముక్తి, దోషదుర్గుణాల నుండి ముక్తి, భవబంధనాల నుండి ముక్తి. స్వతంత్రంగా జీవించవలసిన మనుషులను కోరికలు, కుతంత్రాలు తమ బంధనాలలో బంధించడమే భవబంధనం. ఆత్మను శోధించి వాటిని తొలగించుకోగలిగితే, జీవిస్తూ ఉంటూనే మోక్షాన్ని పొందినట్లు భావించవచ్చు.

గాయత్రికి పూరకం మరొకటి ఉన్నది. అదే యజ్ఞము. ఈ రెండింటి కలయికతోనే ఒక పూర్ణ ఆధారం నిర్మించబడుతుంది. భారతీయ సంస్కృతికి జననీ - జనకులుగా యజ్ఞము - గాయత్రిలకు గుర్తింపు లభించింది. వీరే ప్రకృతి - పురుషులు. వీరికి మహామాయ మరియు పరబ్రహ్మల కలయికగా గుర్తింపు లభించింది. ఇందువలననే గాయత్రి నిత్య సాధనలో అగ్నిని సాక్షిగా ఉంచుకోవడం, దీపం వెలిగించుట, అగరుబత్తి మొదలైన వాటిని ఉపయోగించే ప్రక్రియ నడుస్తున్నది. గాయత్రి పురశ్చరణ తరువాత జపమునకు తగిన నిష్పత్తిలో హవనం చేసి ఆహుతులు ఇచ్చే విధానం ఉన్నది. రెండూ కలిపి గాయత్రి యజ్ఞప్రక్రియ తయారవుతుంది.

ఆలోచనా విప్లవం (విచార క్రాంతి) మన యుగానికి అన్నిటికంటే పెద్ద అవసరం. దీనిని సాధించడానికి గాయత్రీ యజ్ఞంలో ఉన్న తత్త్వజ్ఞానాన్ని ప్రజల మనస్సులలో ప్రతిష్ఠింప జేయాలి. దానితోపాటు ఆదిశక్తిగా పేరుగాంచిన గాయత్రీ ఉపాసనను కూడా ఆశ్రయించవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. ఎవరో కొంతమంది కఠోర తపస్సుచేసి కర్తవ్యాన్ని పూర్తిచేస్తే సరిపోదు. ఆలోచనలలో మార్పు తీసుకురావటానికి ప్రజలలో కూడా చైతన్యాన్ని తీసుకువచ్చి వారిని కూడా ఈ లక్ష్యంతో కలుపవల్సిన అవసరం ఉంది. అతి ఎక్కువమంది ప్రజలు ఒక స్థాయిలో ఉన్న సాధనా పద్ధతిని అవలంబించి, దాని సహాయంతో లభించే సామూహిక ప్రాణశక్తిని విస్తరింపజేస్తూ, తద్వారా లక్ష్యమును ప్రాప్తింపజేసుకోవాలి.

సాధనకోసం, ముఖ్యంగా గాయత్రీ ఉపాసన అనేది శాంతికుంజ్‌లో చేయడం వల్ల బంగారం మరియు సుగంధాన్ని మేళవించడమే అవుతుంది. ఈ తీర్థభూమిలో ఉండి సాధన చేయడం ఎందుకు గొప్పదంటే సాధనతోపాటు యుగసంధి మహాపురశ్చరణ యొక్క ప్రచార ప్రక్రియకూడా సులభంగా జోడింపబడుతుంది.

- అఖండజ్యోతి, ఫిబ్రవరి 2011
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

పేరు నిలిపిన గ్రంథం

వాచస్పతి మిశ్రులు భారతీయ దర్శనాలకు ప్రసిద్ధి భాష్యకారులు. పూర్వ మీమాంస మినహా అన్ని దర్శనాలకు భాష్యం వ్రాశారు. ఆ పుణ్య ప్రయత్నంలోనే నిమగ్నమైనారు. అదే సమయంలో వారి పత్నిసంతానేచ్ఛ ప్రకటించింది. ఆమెను వారు అడిగారు - "సంతానం కావాలని ఎందుకు కోరుకుంటున్నావు?" సంకోచంతోనే ఆమె చెప్పింది "తదనంతరం మన పేరుండాలని" వాచస్పతి మిశ్రులు ఆ రోజులలో వేదాంత దర్శన భాష్యం వ్రాస్తున్నారు. వారు తక్షణమే ఆ భాష్యం పేరు "భామతి" అని పెట్టారు. అది ఆమె పేరే. వారు భార్యతో అన్నారు - "చూడు, నీ పేరు అమరంగా ఉంటుంది. వ్యర్థ ప్రసవవేదన, పెంచి పెద్దజేయటంవంటి జంజాటం, తలనొప్పి తెచ్చుకొని ఏమి చేస్తావు? ఈ పేరు మన అనుబంధాన్ని శాశ్వతంగా ఉంచుతుంది, అందరికి తెలియజేస్తు ఉంటుంది.

- ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

చెప్పేదానికి చేసేదానికి పొంతన ఉండాలి.

బాలల భవితకు బంగారు బాట-20

నీతిని వెతుక్కోవాల్సిన తరుణం ఇది

దేశంలోనేకాదు. ప్రపంచంలోనే నీతికి చోటు లేకుండా పోయింది. ఏ రంగంలో చూచినా అవినీతి తాండవం చేస్తోంది. ఒకానొక రాష్ట్రంలో ఉన్నత విద్యా డైరెక్టర్ పోస్టు ఖాళీ అయ్యింది. క్రొత్తగా పదవిని చేపట్టిన విద్యామంత్రిగారు గొప్ప నీతిమంతుడిని మాత్రమే ఎంపిక చెయ్యాలి అనుకున్నారు. ఆ బాధ్యతను మాజీ డైరెక్టరు గారికే అప్పచెప్పారు.

మాజీ డైరెక్టరు గారు సెలక్షన్ కమిటీకి అధ్యక్షత వహించారు. అర్హులైన వారికి నోటీసులు పంపించారు. అందరికి పోటీ పరీక్షలు నిర్వహించి ఇద్దరు వ్యక్తులను సెలక్టు చేశారు. ఆ ఇద్దరినీ పిలిపించారు. ఒక్కొక్కరిని పిలిచి వేర్వేరుగా మాట్లాడారు. "చూడు నాయనా! నేను పెద్దవాడిని అయిపోయాను. మంత్రిగారు నా మీద, నా మాట మీద నమ్మకం పెట్టుకున్నారు. నేను ఎంత చెపితే అంత. ఈనాడు దేశమంతా అవినీతి రాజ్యం ఏలుతోంది. అందువల్ల ఇంత పెద్ద పోస్టులో నీలాంటి చురుకైన కుర్రాణ్ణి నేరుగా నియమిస్తే నిజాయితీగా బాధ్యతను నిర్వహిస్తాడని నా నమ్మకం. నేను పదవీ విరమణ చేయబోతున్నాను. ఇక నుండి రెండు చేతులా సంపాదించే అవకాశం లేదు. గతంలో సంపాదించినదంతా వినోదాలకు, విలాసాలకే సరిపోయింది. మిగిలిందల్లా పెండ్లికి ఎదిగిన కుమార్తె మాత్రమే. అందువల్ల ఆమె పెండ్లి నిమిత్తం 10 లక్షల రూపాయలు సర్దగలిగితే ఈ ఉద్యోగం నీకే వస్తుంది. ఈ విషయం మన ఇద్దరి మధ్యనే ఉండాలి సుమా! రేపు సాయంత్రం వచ్చి ఏ సంగతి నాకు చెప్పు" అన్నారు. రెండవ యువకునికి కూడా ఇవే మాటలు చెప్పి పంపించారు.

అనుకున్న ప్రకారమే మొదటి యువకుడు సాయంకాలం 5 గంటలకు వచ్చాడు. "సార్! మీరు చెప్పిన విషయం చాలా ఆలోచించాను. ఒక్కసారిగా 10 లక్షలు ఇచ్చుకునే శక్తి నాకు లేదు. ప్రస్తుతం 5 లక్షలు సర్దుతాను. 5 సంవత్సరాలు ఉద్యోగం చేసి, మిగతా 5 లక్షలు సర్దుతాను. దయచేసి ఆ ఉద్యోగం నాకే ఇవ్వండి నన్ను నమ్మండి అన్నాడు. ఒక గంట తర్వాత రెండవ యువకుడు వచ్చాడు. "నమస్కారం సార్! మీ అమ్మాయి పెండ్లి గురించి మీరే బెంగపడవద్దు. మీ అమ్మాయిని నేను పెండ్లి చేసుకుంటాను. కానీ కట్నం తీసుకోను. రెండు వైపులా పెండ్లి ఖర్చులు నేనే భరిస్తాను. కాకపోతే పెండ్లికి ముందుగా మీరు ఒక చోటకు వెళ్లి ఆతిథ్యం స్వీకరించి రావాలి" అన్నాడు వినయంగా.

"ఆతిథ్యమా? ఎక్కడకు వెళ్ళాలి?" అని అడిగారు డైరెక్టరుగారు ఆశ్చర్యంగా. ఇప్పుడే చెపుతా అంటూ జేబులో నుండి ఈల తీసి గట్టిగా ఊదాడు. బిలబిలమంటూ పోలీసులు, పోలీసులు వెనుకాలే విద్యామంత్రిగారు వచ్చారు.

"రండి సార్! వీరిని వెంటనే అరెస్టు చెయ్యండి. నీతి పాఠాలు వల్లిస్తూనే అవినీతికి పాల్పడ్డారు. నాకు ఈ ఉద్యోగం కాకపోతే మరో ఉద్యోగం వస్తుంది. నీతిగా బ్రతకడానికి ఏ చిన్న ఉద్యోగమైనా సరిపోతుంది" అన్నాడు ఆవేశంగా.

మంత్రిగారు ఆనందంగా డైరెక్టరుగారి భుజంతడుతూ ధన్యవాదాలు సార్! నిజాయితీ పరుడైన వ్యక్తిని వెదకడానికి చక్కని ఉపాయం పన్నారు. మనం ఇవ్వబోయే ఉద్యోగానికి ఇతడే అర్హుడు" అన్నారు డైరెక్టరు గారు నవ్వుతూ "ఉద్యోగానికే కాదు సార్! నాకు అల్లుడుగా కూడా ఇతడే అర్హుడు అన్నారు ఆ యువకుని ఆలింగనం చేసుకుంటూ. అందరూ సంతోషంతో హర్షధ్వానాలు చేశారు.

విన్నారు కదా! బాలలూ! లోకంలో నీతిని వెతుక్కొనే తరుణం వచ్చింది. భావిపౌరులైన మీరు నీతిగా, నిజాయితీగా మెలగడం ఎంతో అవసరం.

కం॥ అవినీతిని తొలగించగ
అవగాహన పెంచుకొనుచు యత్నముతోడన్
అవసరమగు నీతి నిలువ
అవినీతియె పారిపోదా? అవనిన బాలా!

– మధుర కవయిత్రి, పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

యుగశక్తి గాయత్రి
మాస పత్రిక చదవండి !
చదివించండి !!

భయం స్వేచ్ఛకు అడ్డుకట్ట వేస్తుంది.

ధారావాహిక ప్రజ్ఞోపనిషద్ : ప్రథమ మండలం-5వ అధ్యాయం

ఉదారభక్తి భావనా ప్రకరణం

వాసనాయాశ్చ తృష్ణాయా అతిరిక్తమయాపిచ ।
అహంతాయానజ్ఞాతుం స ప్రభవేత్ స్థితి రదృశీః ॥ 24

సాంసారిక వాసనలు, భవసాగరాలు, (అంటే లౌకికపరమైన బంధాలు, అనుబంధాలు సముద్రంలోని కెరటాలవలె మానవజీవితంలో అనునిత్యం ఎదురౌతాయి), అహంకార స్వభావము, నేనే నా జీవితాన్ని నడుపుతున్నాను అన్న అజ్ఞానం చేత అసలైన సత్యం తెలియకుండా పోతోంది. కేవలం, ఈరోజు గడిచింది, రేపటి సంగతి ఏమిటి? రాబోయే తరాలకు నేను ఎంత ఆస్థిపాస్తులను ఈయగలను" అనే చింత, మనిషి మనసు పొరలను కప్పివేసి, యదార్థాన్ని తెలుసుకోలేని స్థితిలో పడద్రోస్తోంది. దీనికి ఆత్మజ్ఞానం లేకపోవడమే కారణంగా తెలుస్తోంది.

ఆత్మజ్ఞానమిదం యేన స్వరూపం మానవః స్వకమ్ ।
కర్తవ్యంచ, భవిష్యచ్చ ద్రష్టుం పారయతి ధృవమ్ ॥ 25

పశువులకు లేనిది, మానవులకు దైవదత్తమైనదే ఆత్మజ్ఞానము. అనగా విచక్షణా జ్ఞానం. మంచి, చెడులను విశ్లేషించగలిగే అంతః చక్షువు. కేవలం భౌతిక అవసరాలకే పరిమితం కాకుండా, పారలౌకిక, పారమార్థిక ప్రయోజనాన్ని తెల్సుకోగలగడం, దానిని సాధించే ప్రయత్నం చేయడం మానవ కర్తవ్యం. ప్రస్తుత ధర్మం, భవిష్యత్తులో తాను చేరవలసిన గమ్యం (పరమపదం) మొదలైన విషయాలను గురించి నిరంతరం యోచించడమే మహనీయుల కర్తవ్యపరాయణతగా తెలుపబడుతున్నది. దాని సహాయంతో తప్పకుండా ఉజ్జ్వల, సార్థక భవిష్యత్తును చూసే శక్తిని పొందగలడు.

ఆధారేణ స ఏతేన సుషుప్తిం తాం విహాయహి ।
జాగృతౌ విశతి ప్రోక్తః దేవజన్మాత్మ బోధకః ॥ 26

ఆత్మజ్ఞాన కిరణాలు అంతఃకరణ శక్తిగా మారి, ఇహపరమైన చీకటితోకూడిన అంతరాత్మను వెలుగు కిరణాలతో ప్రకాశింప చేయగల్గితే, ఈ నిద్రావస్థలోనున్న మనస్సును మేల్కొల్పగల్గితే మానవ జన్మ, దైవత్వంతోకూడితే ఏ స్థితి పొందునో తెలుపగల్గుతుంది. అటువంటి దివ్యజ్ఞానాన్ని ప్రబోధించగలిగేదే అసలైన ఆత్మజ్ఞానం, జన్మించడం, బాల్యం, యౌవ్వనం, కౌమారం, వార్థక్యం, మరణించడం అనేక స్థితులు సర్వసాధారణమే అయినా, వీటికి అతీతమైనది, శాశ్వతమైనది పరమానందాన్ని చేకూర్చగలిగేదే దివ్యదైవాత్మక జీవనగతి అని తెల్సుకునే అవకాశాన్ని పొందగలగాలి.

ఆత్మప్రేరణ యోదేతి కృపయాచగురోరయమ్ ।
యోహి జీవనక్షేత్రస్య ప్రథమాభూతిరుచ్యతే ॥ 27

ఆత్మప్రేరణ శక్తి మనకు గురువు ద్వారా మాత్రమే లభిస్తుంది. మాతృగర్భం నుండి ఇహలోకవాసనాపరమైన జగత్తులోనికి ప్రవేశించిన మానవునకు దారి చూపి, సక్రమమార్గంలో నడిపించ గలిగేవాడే గురువు, దైవం. తన దివ్యత్వాన్ని, అద్భుత శక్తిని తెల్సుకోవడం కొరకు, మానవులకు ప్రసాదించిన మహత్తర వరమే గురువు. భగవంతుని సృష్టిని తెలుపగలిగే మహాశక్తి గురువు. ఎవరి వలన ఈ జన్మ ప్రాప్తించింది? ఎందుకొరకు మానవజన్మను భగవంతుడు ప్రసాదించాడు? ఎటువంటి శక్తిని మనం పొందే ప్రయత్నం చెయ్యాలి? అన్న పారమార్థిక సత్యాలను, చేయిపట్టి, ఇహలోక చీకటి నుండి దివ్యలోక వెలుగువైపు నడపగలిగే మార్గదర్శి, చుక్కాని గురువు. జీవన క్షేత్రంలో మొదటి స్థితి నుండి చివరి దశవరకు, జీవనరథాన్ని నడిపించగల్గే చోదకుడు గురువు.

ఇమంయే ప్రాప్నువన్త్యభ్యుదయద్వారమనావృతమ్ ।
కుర్వంత్యగ్రే సరంత్యేతే ముఖ్య లక్ష్య దిశిధృవమ్ ॥ 28

ఎవరి వలన ఈ జన్మకల్గినది? ఇట్టి ఉత్తమ జన్మకు కారణ భూతులైనవారు (తల్లిదండ్రుల కంటే అతీతమైన శక్తి) ఎవరో? వారిని తెల్సుకునే ప్రయ్నతం చేయడమే జ్ఞానాభ్యుదయ కర్మ. ఇటువంటి జ్ఞానాన్ని తెల్సుకునే ప్రయత్నంలో మనలను ముందుంచుతూ, ఎటువంటి ఇతర ప్రలోభాలకు లోనుకాకుండా రక్షించే ఆదర్శమూర్తి గురువు. యదార్థ జీవనలక్ష్యంలో ముందుంచుతూ, నిరాటంకంగా కొనసాగేటట్లు పర్యవేక్షించేవాడే గురువు.

ఆత్మప్రగతి సోపానం, ద్వితీయం కర్మయోచ్యతే ।
కర్మార్థాత్ కర్మయోగోఽయం కర్మయోగశ్చ సోఽర్థతః ॥ 29

ఆత్మజ్ఞానానికి ద్వితీయ సోపానమే 'కర్మ'. షట్కర్మయుక్తమైన నడవడి అవసరం. కర్మయోగముగా తెలుపబడుతున్న ఈ ప్రకరణం "యోగః కర్మసు కౌశలమ్" కర్మలయందు "యోగము" అనునది శ్రేష్ఠమన్న భగవద్గీత వాక్కును స్ఫురింపచేస్తోంది. సత్, చిత్ కర్మల ఆచరణే ఆత్మజ్ఞాన పరంపరకు సోపానమై, అర్థవంతమైన మానవతా జీవితానికి దారిచూపుతుంది.

– స్వేచ్ఛానువాదం : శ్రీ మారెళ్ళ కామరాజు

క్రమశిక్షణతో జీవిస్తే ఆనందం మీ స్వంతం.

యుగ గీత-10 : రెండవ అధ్యాయం-సాంఖ్య యోగము

స్థితప్రజ్ఞుడు శాంతి సాగరంలో విహరిస్తాడు

జీవితం పట్ల ఒక సామాన్య వ్యక్తికున్న దృష్టికోణానికి, స్థితప్రజ్ఞుని దృష్టికోణానికి చాలా తేడా ఉంటుందని భగవంతుడు అర్జునుడికి బోధిస్తున్నాడు. ఏ ఉద్దేశ్యంతో మనిషి జన్మనెత్తాడో మర్చిపోయి సామాన్యుడు నరకీటకంగా, నరపశువుగా ప్రవర్తిస్తూంటాడు. ఈ ప్రక్రియను పూర్తిగా మార్చివేయగలిగితే యోగిగా మారగలము. అందుకే గురుదేవులు, 'జీవితానికి శీర్షాసనమే ఆధ్యాత్మికం' అన్నారు. కాబట్టి భోగులు జీవించే ఉల్టా పద్ధతిని మళ్ళీ తిరగతిప్పి జీవించగలిగినవాడే దేవమానవుడవుతాడు. భోగాల పట్ల నిద్రావస్థలో, కర్తవ్యం పట్ల జాగృతావస్థలో ఉన్నవాడే నిజమైన యోగి, స్థితప్రజ్ఞుడు. ఏ విధంగా పరుగులు పెడుతూ సాగిపోయే నదులు నిశ్చలంగా, గంభీరంగా ఉన్న సముద్రంలో కలిసిపోయినా సముద్రుడు ఏవిధంగా చలించడో, అదేవిధంగా స్థితప్రజ్ఞుడు ధీరుడు, గంభీరుడై నిలిచి వికారాలకి, ఇంద్రియ భోగాలకి చలించడు. సాంసారిక ఇంద్రియ భోగాలన్నీ అతనిలో లీనమైపోతాయే తప్ప అతనిలో ఎట్టి వికారాలను కలిగించలేవు. 'న కామకామి' అని వివరిస్తూ - స్థితప్రజ్ఞుడే ప్రశాంతంగా ఉండగలడు తప్ప భోగలాలసుడికి శాంతి మిగలదు అని గీతాకారుడు చెప్పాడు. రెండవ అధ్యాయంలోని చివరి రెండు శ్లోకాల వివరణతో ఈ అధ్యాయాన్ని ముగిద్దాం.

సముద్రం ఏ విధంగా అయితే నలువైపుల నుంచి పరవళ్ళు తొక్కే నదులను తనలో సమీకరించుకున్నా కూడా తీరాన్ని దాటకుండా ఉంటుందో, అదేవిధంగా స్థితప్రజ్ఞుడు ఎన్నో కామనలు, కామభావాలు అతనిలో ప్రవేశించినా శాంత చిత్తాన్ని మాత్రం కోల్పోడు. విలాస వస్తువులకై వెంపర్లాడేవాడు శాంతిని పొందలేడు. స్థితప్రజ్ఞుని లక్షణాలను వివరిస్తూ భగవంతుడు ఉపయోగించిన ఈ 'కామ' శబ్దానికి నానార్థాలున్నాయి. 'కామా యం ప్రవిశంతి' అంటే విలాస వస్తువులు - విషయభోగాలు - బాహ్యసుఖానికి అవసరమయ్యే ఉపకరణాలు.

బాహ్య విషయాలను ఆశ్రయించడం వల్ల మనస్సులో కోరికలు ఉత్పన్నమవుతాయి కాబట్టి వాటిని కామనలకు ఆధారంగా పేర్కొన్నారు. మనలో ఉదయించే కామనలకు మూలకారణాలు - అనేక జన్మల పూర్వకర్మలు, కొత్తపాత అనుభవాల వల్ల జనించే సంస్కారాలు. అందుకే బాహ్యపదార్థాలను విషయ భోగాలు కలిగించేవి అంటారు.

మనస్సుపై బాహ్య పదార్థాల, విషయాల ప్రభావం సహజంగానే పడుతుంది. అవి ఇంద్రియాల ద్వారా మనస్సులోకి ప్రవేశిస్తాయి, అయినా స్థితప్రజ్ఞుని చిత్తంపై ఎటువంటి ప్రభావం ఉండదు. అదే స్థితప్రజ్ఞుని వైభవం. అతడు హృదయంలో జనించే కోరికలను, భోగేచ్ఛలను తుడిపేసుకుంటాడు. ఏ విషయానికి భయపడనవసరం లేదు. దూరంగా పారిపోనవసరం లేదు. మాయా సంసారంలోకి, విషయాల సంతలోకి అతన్ని తీసుకెళ్ళినా తొణకడు.

రుచిగా ఉన్నా లేకపోయినా స్థితప్రజ్ఞుడు ఆహారం వల్ల చలించడు. పరమపూజ్య గురుదేవుల జీవితంలో ఒక సంఘటన చోటు చేసుకుంది. ఒకసారి ఆయన పర్యటిస్తుండగా ఒక చోట అందరికి పాలు ఇచ్చారు. పంచదారకి బదులు అక్కడి పరిజనులు పొరపాటున ఉప్పు కలిపారు. వారి ముందే గురువుగారు పాలు మొత్తం తాగినా ఆ విషయం ఏమాత్రం వారి హావభావాల్లో తెలియలేదు. వారితో కూడా వెళ్ళిన పండిత్‌జీ, మరో కార్యకర్త ముఖంలో మార్పు రావడం చూసి గురువుగారు కనుసైగతోనే మొత్తం తాగమని, ఏమి తెలియనివ్వకూడదని ఆదేశించారు. ఈ విషయం ఇతరుల వల్ల తెలుసుకున్నాక ఆ తల్లి తను చేసిన తప్పును తలుచుకుని ఎంతో ఏడ్చింది. స్థితప్రజ్ఞ స్థితికి చేరుకున్న మన గురుదేవులు వారి భావాల్లో ఏ మాత్రం ఈ విషయం తెలియనివ్వలేదు. ఇటువంటి మహామానవులలో ఈ భోగాలన్నీ లయమైపోతాయి.

రామకృష్ణ పరమహంస యొక్క శిష్యులైన గిరీశ్‌బాబు, నరేంద్రనాథ్‌ల మధ్య ఒక వాగ్వివాదం చెలరేగింది. స్థితప్రజ్ఞుని లక్షణములు ఏమిటి? అతడిని ఎలా, ఎక్కడ చూడగలం? ఒక చర్చ నిమిత్తమై పరమహంస గిరీశ్‌బాబును అక్కడే ఉండమని, నరేంద్రనాథ్ (స్వామి వివేకానంద)ను పంచవటిలో ధ్యానానికి పంపించారు. చుట్టూ దోమల దండు చేరింది. దూరం నుంచి చూస్తే ఒక నల్ల దుప్పటి తెచ్చుకుని కప్పుకున్నట్లు అనిపించింది. అన్ని దోమలు కుడుతున్నా ఆయన ఏకాగ్రత చెదరలేదు. తరువాత కొంచెం సేపటికి గిరీశ్‌బాబును కూడా రామకృష్ణ పరమహంస అక్కడికే ధ్యానానికి పంపించారు. కాని ఆయనకు చాలాసేపు దోమల నుండి తప్పించుకోవడానికే సరిపోయింది. తరువాత లోపలి నుండి ఒక దుప్పటి తెచ్చుకుని కప్పుకున్నారు. అయినా ఎక్కడ్నించో వచ్చి దోమలు కుడుతూనే ఉన్నాయి. ధ్యానంలో

కాలానికి మనం ఇచ్చే విలువలను బట్టి విజయాలు లభిస్తాయి.

స్థిరంగా కూర్చోలేక పోయారు. ధ్యానానంతరం అలాంటి దోమలను తట్టుకుని వివేకానందుడు ఎనిమిది గంటలు ధ్యానంలోనే కూర్చున్నారు. గిరీశ్‌బాబు మాత్రం దోమల్ని తరుముతూనే ఉన్నారు, వివేకానందునికి ధ్యానం ఎలా నిలుస్తోందో తెలియక ఆశ్చర్యపోయారు. ధ్యానాంతరం వివేకానందుడు లేచి, చెయ్యి విదల్చగానే దోమలన్నీ ఎగిరిపోయాయి. గిరీశ్‌బాబును చూసి ఇక్కడేం చేస్తున్నావని అడిగారు. ధ్యానం చేయడానికి ప్రయత్నించాను కాని కుదరలేదు, ఇన్ని దోమలున్నా మీరెలా ధ్యానం చేయగలిగారని తిరిగి ప్రశ్నించాడు. ధ్యానం ఆత్మ చేయాల్సిన పని, దోమలు శరీరాన్ని కుట్టాయే కాని ఆత్మను కాదు కదా అని జవాబిచ్చారు. శరీర లోతుల్లోకి ప్రయాణించి ధ్యానం చెయ్యండి. ఆ స్థితి కలిగినప్పుడు ఆత్మరూప సముద్రం నిశ్చలమైనప్పుడు, ఎన్ని కష్టాలొచ్చినా, ఎన్ని అడ్డంకులొచ్చినా చిత్తం కాస్త కూడా చలించదు. స్థితప్రజ్ఞుని గురించి చెప్తూ ఇచ్చిన సముద్రుని ఉదాహరణ ఇక్కడ స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది.

స్థితప్రజ్ఞుడి అంతరంగం ఎల్లప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఆత్మస్థితి చెదరదు. సదా నిశ్చలంగా ఉంటుంది. "జాగృత వివేకశక్తి ద్వారా సత్ అసత్‌ల ప్రజ్ఞతో, సముద్రుని వలే విశాల, ధీర, గంభీర హృదయం కలవాడై ఉంటాడు" అన్న పరిభాషను మనం జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోవాలి. లేకపోతే స్థితప్రజ్ఞునికి ఎటువంటి ఆచార వ్యవహార నియమాలు ఉండవు అని తప్పుగా అర్థం చేసుకునే అవకాశం ఉంది. అతను ఏం చేసినా పర్వాలేదు. నిర్లిప్తంగా చేస్తాడు కాబట్టి అది ఒప్పే. నిజానికి స్థితప్రజ్ఞుడి దృష్టిలో ప్రపంచమంతా శుభప్రదంగానే ఉంటుంది. అందుకే అతను ఎల్లప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉంటాడు. శాంతికి ఇదొక్కటే మార్గం.

విహాయ కామాన్ యః సర్వాన్ పుమాంశ్చరతి నిః స్పృహః।
నిర్మమో నిరహంకారః స శాంతి మధిగచ్ఛతి ॥ 2.71

కోరికలన్నింటిని త్యజించి, మమత, అహంకార, స్పృహ రహితుడై చరించు పురుషుడు శాంతిని పొందినవాడగును.

మమకారం, అహంకారం, స్పృహ (వాసనలు, కోరికలు) ఈ మూడింటిని వదులుకుంటేనే శాంతస్వరూపం పొందగలము. ఇదే విషయాన్ని పుత్రేషణ, విత్తేషణ, లోకేషణ అని మరోవిధంగా కూడా చెప్తారు. జీవించాలనే వాసనను వదులుకున్న వారు జీవించి ఉండగానే జీవన్ముక్తులు పరమహంసలు అవుతారు. జీవితం ఆనందమయమవుతుంది. స్థితప్రజ్ఞుడంటే జీవితం మీద విరక్తి కలిగినవాడు కాదు, జీవితం మీద మమకారం వదులుకున్నాడు కనుక మృత్యుభయం లేనివాడు.

ఇటువంటి వ్యక్తి ఆడుతూ పాడుతూ ఉల్లాసంగా తుళ్ళుతూ ఉంటాడు. అతని జీవితంలో దుఃఖం ఉండదు. బాహ్య వాసనలు, జీవితం మీద అభిలాష తొలగిపోగా లోపల విశుద్ధమైన ఆనందం మాత్రమే మిగిలిపోతుంది. అందుకే అతను చిన్నపిల్లల్లాగా నిర్మల చిత్తంతో వ్యవహరిస్తుంటాడు. దేవమానవులవలె ఎల్లప్పుడూ నవ్వుతూ నవ్విస్తూ జీవించడం, పరులకు ఆనందం కలిగించే విధంగా జీవించడంవల్ల సాధకుడి జీవితంలో అహంకారం, మమకారం తొలిగిపోతాయి. శుభాశుభ కామనలు తొలిగిపోతాయి, ఇక మిగిలేది శాంతి మాత్రమే.

సాంఖ్య యోగంలోని చివరి శ్లోకం -

ఏషా బ్రాహ్మీ స్థితిః పార్థ నైనాం ప్రాప్య విముహ్యతి ।
స్థిత్వాస్యామంతకాలేఽపి బ్రహ్మనిర్వాణమృచ్ఛతి ॥ 2.72

ఓ అర్జున! బ్రాహ్మీ స్థితి అనగా ఇదే. (ఇదే బ్రహ్మప్రాప్తి కలిగిన పురుషుని స్థితి). ఈ బ్రాహ్మీ స్థితిని పొందిన యోగి ఎన్నడూ మోహితుడు కాడు. అంత్యకాలమునందును ఈ బ్రాహ్మీ స్థితియందు స్థిరముగానున్నవాడు బ్రహ్మానందమును పొందుతాడు.

సిద్ధ పురుషులు జీవించే స్థితిని బ్రాహ్మీ స్థితి అంటారు. ఉచ్చ చైతన్య జాగృతికి, భగవత్ చైతన్యంలోని అతిచేతనలో ప్రవేశానికి మరో పేరు. ఒక విధంగా చెప్పాలంటే ఇది పరివర్తిత జీవన దృష్టికి మరో పేరు. ఇది నిత్యమైనది, చిరస్థాయిగా మిగిలిపోయేది. ఈ స్థాయికి చేరినవాడు తిరిగి లౌకిక ధరాతలానికి రాడు. స్థితప్రజ్ఞుడు నిరంతరం ఉండే సహజ స్థితినే బ్రాహ్మీ స్థితి అంటారు. ఈ స్థితిలో మనిషికి జ్ఞానభారం ఉండదు. చివరి వరకు నిలిచి ఉండే ఈ స్థితిలో నిరంతరం ఒకరకమైన తేలికపాటుతనం ఉంటుంది, బ్రహ్మ నిర్వాణం అంటే బ్రహ్మంలో కలిసిపోవడం, కరిగిపోవడం, లీనమైపోవడం, ఏకమైపోవడం, వ్యాపించడం, దేహమనే పొర తొలిగిపోతుంది. వ్యవహారాలని, దేహభావాన్ని వదిలిన వ్యక్తి చివరకు అనంతంలో, బ్రహ్మంలో లీనమైపోతాడు. అటువంటి వ్యక్తి చుట్టూ జనం చేరతారు. కీర్తి పొందుతాడు. వైదిక సంస్కృతంలో బ్రహ్మనిర్వాణం అనే పదం చాలా విస్తారంగా వాడడం జరిగింది. దీని అర్థం, **'నేను' అనేది నశించిపోవడం, శూన్యమైపోవడం కన్నా అనంతంగా వ్యాపించడం అంటే మరింత సబబుగా ఉంటుంది.** పరమ పూజ్యగురుదేవులు స్వయంగా సూక్ష్మంలో విలీనమై అనంతమైన విరాట్ స్వరూపాన్ని ధరించారు అన్నది మనం చూసాము, చూస్తూనే ఉన్నాము. గురుదేవుల జీవన దర్శనంలో తొంగి చూస్తే స్థితప్రజ్ఞుని సమగ్ర దర్శనాన్ని అర్థం చేసుకోగలం. ఇక్కడితో రెండవ అధ్యాయాన్ని మనం ముగిస్తున్నాం. వచ్చే సంచిక నుండి మూడవ అధ్యాయమైన కర్మయోగం గురించి చదువుతాము.

- అఖండజ్యోతి, మార్చి 2000
అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోకపోతే జీవితం వృథా చేసుకున్నట్లే.

సూర్య విజ్ఞానం - 9

సూక్ష్మాతి సూక్ష్మ దేవశక్తుల విజ్ఞానం - సూర్య విజ్ఞానం

సూర్యుడు హైడ్రోజన్ – హీలియంతో మెరుస్తున్న గోళమే గాక వైదిక ఋషులు ఉపాసించిన దేవత కూడా. గుహ్య విద్య తెలిసిన వారికి ఈనాడు కూడా సూర్యుడే ఉపాస్య దేవత, సర్వవ్యాపియైన పరమాత్మ. గాయత్రీ మహావిద్య సాధకుడు ఆయనతో ఏకత్వ అనుభూతిని పొందుతాడు. ఈ మూడు ఏ విధంగా ఒకటి కావడం ఎలా సాధ్యమనేదే విచిత్రమైన ప్రశ్న. ప్రశ్న ఎంత జటిలమో జవాబు అంత తేలిక.

ప్రపంచంలో ఇతర తత్వములకు వలెనే సూర్య తత్వమునకు కూడా మూడు స్థాయిలు ఉన్నాయి, మూడు ఆయామములు (dimensions) ఉన్నాయి. ఈ మూడు ఆయామములు ఆధిభౌతిక, ఆధిదైవిక, ఆధ్యాత్మికములు. దేవసత్తా (శక్తి) ఆధిదైవిక రహస్యము. మూల కణములు భౌతిక ఊర్జా (శక్తి) కిరణములు సూర్యుని భౌతిక పక్షము. చేతనాత్మక వ్యాపకత ఇతని ఆధ్యాత్మిక వ్యక్తీకరణ (expression). సూర్యునివలెనె అగ్ని, వరుణ మొదలైన వారి సంబంధం కూడా ఇలానే ఉంటుంది. భారతీయ మనీషులు దీనిని అర్థం చేసుకుని మూడు స్థాయిలలో వీటి వివేచన, విశ్లేషణ చేశారు.

ఈ మూడింటిని తెలుసుకోవడానికి సాధనా పరికరాలు వేరువేరుగా ఉంటాయి. భౌతిక విజ్ఞానం ద్వారా మూడు స్థాయిల జ్ఞానం పొందడం సాధ్యం కాదు. ఈనాటి విజ్ఞానం రేపు రాబోయే విజ్ఞానం కూడా ఆధిభౌతిక స్వరూపానికే పరిమితం. ఆధిభౌతిక రహస్యాలను పట్టుకోవడానికి కావలసిన పరికరాలు కూడా ఆధిభౌతికమయినవే అయి ఉండాలి. భౌతిక పదార్థములతో చేసిన పరికరాలు ఎంత సూక్ష్మమైనవి అయినా పదార్థముల రహస్యాలను మాత్రమే పట్టుకోగలవు. భారతీయ తత్వదర్శనములలో వర్ణింపబడిన దేవోపాసన విజ్ఞానం ఆధిదైవిక రహస్యాలను వెదికే విద్య. దీని ద్వారా వరుణ, అగ్ని, ఇంద్ర, సూర్య, గణేశ్, సరస్వతి, సోమ, ఉష, ధన్వంతరి, బృహస్పతి మొదలైన దైవీ శక్తులతో సంబంధం స్థాపించుకోవచ్చు. అంతేగాక వాటి విశిష్ట సామర్థ్యములతో తనని తాను సమర్థునిగా, బలవంతునిగా చేసుకోవచ్చు. కాలప్రవాహంలో ఈ రహస్యమైన విద్య ప్రక్కకు పోయింది. కాని లుప్తం (నాశనం) కాలేదు. దేవతలంతా పరమాత్మ అలౌకిక శక్తులు. వీటిని ప్రాప్తించుకునే విజ్ఞానం ఉండేది కాని ఈ రోజులలో ఇది కేవలం కల్పనగానే భావింపబడుతున్నది.

కఠోపనిషత్తులో నచికేతుడు యముడిని ప్రశ్నిస్తాడు.

స త్వమగ్నిం స్వర్గమధ్యేషి మృత్యో
ప్రబ్రూహిం తం శ్రద్ధా నాయమ హ్యమే
స్వర్గలోకా అమృతత్వం భజతం
ఏతద్ ద్వితీయేన వృణే వరేణ (1-1-13)

ఓ యమధర్మ రాజా! మీకు స్వర్గం యొక్క సాధనాత్మకమైన అగ్ని తెలుసు. స్వర్గీయ పురుషుడు ఏ అగ్నిద్వారా అమృతత్వాన్ని ప్రాప్తించుకుంటున్నాడో ఆ అగ్నిని వర్ణించండి.

దీనికి జవాబుగా యమధర్మరాజు ఇలా అంటాడు.

ప్రతే బ్రవీమి తదుమే నిబోధ
స్వర్గ్యమగ్నిం నచికేతః పూజానన్ ।
అనంత లోకాప్తిభయో ప్రతిష్టా
విధి త్వామేతం నిహితం గుహాయామ్ ॥

ఓ నచికేతా! నీకు అగ్నిని గురించి చక్కగా ఉపదేశిస్తాను. ఈ అగ్ని స్వర్గమును ప్రదానం చేయగలదు, అనంత లోకాలను ప్రాప్తింపచేయగలదు. దీని ఆధారం బుద్ధి రూపంలో ఉన్న గుహలో ఉన్నది. నీవు దానిని చక్కగా తెలుసుకో.

మైత్రాయణి ఉపనిషత్తులో శాస్త్రకారుడు ఏమంటాడు అంటే అగ్ని హృదయ కమలంలో ఉంటుంది. అదే అన్నం తినేది. అదే మోక్షధామమగు ద్యులోకమందు కాలాగ్ని నామం కలిగిన పరమేశ్వర రూప అగ్ని. ఇదే ప్రళయకాలమందు సమస్త భూతములను కబళించి తనలో కలుపుకుంటుంది.

పైన చెప్పిన కథలో అగ్ని యొక్క తాత్విక విశ్లేషణ ఉన్నది. భౌతికమైన అగ్ని పదార్థాలను కాలుస్తుంది. వేడి, వెలుతురుగా తెలుస్తుంది. దైవిక రూపంలో ఇదే అగ్ని దేవత. దీని శక్తి సర్వవ్యాపకమైనది. అంటే అగ్ని ఒక వ్యాపక తత్వం, దీనిలో కనిపించేది ఉన్నది, కనిపించనిది ఉన్నది. అదృశ్య స్థితిలో ఉన్న అగ్ని దైవీ సత్తాను తెలియజేస్తుంది. దీని కృపచే శరీరం, మనస్సు,

ఆత్మన్యూనత భావం నమ్రత కాదు.

వాణి (వాక్కు) ల తేజస్విత వికసింపబడుతుంది. కాలాగ్ని రూపంలో ఇదే పరమేశ్వరుడు.

ఋగ్వేదమండలి 8-87-2 మంత్రంలో వరుణదేవుని స్తుతిస్తూ మంత్రద్రష్ట ఇలా అంటాడు. "సమస్త నదులు వరుణదేవుని ఆదేశము అనుసరించి ప్రవహిస్తూంటాయి. ఆయన ఆకాశదేవత. ఇతర దేవతలు ఆయన అనుయాయులు. ఆయన ఆదేశమునకు తిరుగులేదు. ఆయన సంరక్షించే వ్యవస్థయే ఋతువులు. విశ్వ సృజనమునకు ముందు కూడా ఋతువు ఉన్నది. ఈ రహస్యం తెలుసుకున్నవాడు ఋతాచారి అవుతాడు.

వరుణ శబ్దం 'వర' ధాతువుతో తయారయింది. దీని అర్థం ఆచ్ఛాదన (కప్పడం, కవర్). ఏ తత్వము సమస్త లోకములలో అవసరమయిన విధంగా పరివర్తన చెంది ఋతు నియమములను తయారు చేస్తుందో అదే వరుణ తత్వము. ఋతువు లేకపోతే ప్రపంచం శూన్యమైపోతుంది. ఈ విషయం ప్లాటో యొక్క యూనివర్సల్ సిద్ధాంతంలో వివరంగా కనిపిస్తుంది. ఈనాడు విజ్ఞానవేత్తలు ఋతువుల గురించి ప్రయోగాలు చేస్తున్నారు. ఈ ప్రయోగాల వల్ల ఎక్కడైన వర్షం ఎలా కురిపించుకోవచ్చునో తేటతెల్లమయింది. ఇది వరుణ విజ్ఞానంలో అతిచిన్న ప్రయోగం. ఋతువులను కలుగజేసే అదృశ్యశక్తిని వరుణదేవత అని ఋషులు అన్నారు. దానితో సంబంధం పెట్టుకున్న వ్యక్తి ఋతాచారి అవుతాడు. ఇటువంటి వ్యక్తిని వాతావరణ విజ్ఞానంలో నిష్ణాతుడు అనవచ్చు. నియంత్రకుడనవచ్చు.

సోమ, ఉష, అదితి గురించిన విస్తృత వివేచన శాస్త్రములలో లభ్యమవుతుంది. కాని నేడు చదువుకున్నవారు దేవతా శక్తుల స్వరూపాలను ఊహాగానంగా భావించి ఉపేక్షిస్తున్నారు. ప్లీడరట్, భ్లూమ్‌ఫీల్డ్ వంటి పశ్చిమ రచయితలు దేవతల విషయంలో భారతీయ తత్వజ్ఞానులు చెప్పిన విషయములతో ప్రభావితులై అవి సవ్యమైనవేనని భావిస్తున్నారు. ఈనాటి విజ్ఞానులు ఈ దేవతాశక్తుల భౌతిక స్వరూపాన్ని అర్థం చేసుకుని భ్రాంతులను పోగొట్టడం ముదావహం.

దేవతలు విశిష్ఠ గుణముల / శక్తుల ప్రతీకలు. ఆ శక్తులు సూక్ష్మజగత్తులో క్రియాశీలంగా (active) ఉంటాయి. విజ్ఞాన వేత్తలు వీటి దైవిక రహస్యములు తెలుసుకోలేకపోయినప్పటికి, వీటి భౌతిక స్వరూపాన్ని ఉపయోగించుకోవడంలో కృతకృత్యులయ్యారు. ఉదాహరణకు గణేశుని అసాధారణ స్మృతి, లేఖన (వ్రాయడం) శక్తిగల దేవతగా భావిస్తారు. పౌరాణిక కథలలో వ్యాసమహర్షి చెప్పిన 14 పురాణాలను విని శబ్దబద్ధం (వ్రాయడం) చేసే గురుతర కార్యం చేశాడు. కాని కొంతమంది మిడి మిడి జ్ఞానం గలవారు ఇలాంటి పని ఎలా సాధ్యమని శంకించవచ్చు, సందేహపడవచ్చు. కాని వైజ్ఞానికులు సందేహపడరు. ఈనాటి కంప్యూటర్ యుగంలో ఎలాంటి కంప్యూటర్లు వచ్చాయంటే ఆఫీసులలో, బ్యాంకులలో పనివేగం పదివేల రెట్లు పెరిగింది. 1600 ఫైళ్ళు పెట్టటానికి ఎన్ని అల్మరాలు కావాలి. కాని చిన్న కంప్యూటర్‌లో వీటిని చక్కగా సర్దిపెట్టుకోవచ్చు. ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు ఏ ఫైలు అయినా చూడవచ్చు, తీసుకోవచ్చు.

మనిషి చిన్న చిన్న లెక్కలు చేయగలడు. కాని కంప్యూటర్ పెద్ద పెద్ద సంఖ్యల కూడికలు, తీసివేతలు, భాగాహారాలు, హెచ్చవేతలు సునాయాసంగా చేసేస్తోంది. మనిషి మహా అయితే 5000 శబ్దాలను గుర్తుంచుకోగలడు కాని కంప్యూటర్ లక్షలాది శబ్దాలను గుర్తుంచుకోగలదు. మనిషి అతికష్టంపై 5-6 భాషలు నేర్చుకోవచ్చు, గుర్తుంచుకోవచ్చు. కాని కంప్యూటర్ 15 భాషల జ్ఞానం కరతాలమలకం. ఇంతేకాదు ఒకే సమయంలో ఒకే భాషను 15 ఇతర భాషలలోకి అనువాదం చేయగలదు.

ఇది స్మరణ శక్తి (జ్ఞాపకశక్తి) యొక్క చిన్న చమత్కారం. దీనిని గణేశ్ సత్తా యొక్క భౌతిక అణు పరమాణువుల యాంత్రిక సంపర్కంతో వైజ్ఞానికులు సాధించారు. గణేశుని దైవీశక్తి అనంతమైనది. ఈ శక్తిని సరియైన విధానంతో ఉపాసన చేస్తే ఏ వ్యక్తి అయినా తన బుద్ధి కుశలతలో చమత్కార పరివర్తన తీసుకురావచ్చు.

సూర్యుని శక్తులు అన్ని దైవీశక్తుల కన్నా కూడా ఎక్కువ సామర్థ్యం కలవి.

సప్త యుఞ్జన్తి రథమేక చక్ర
మేకో అశ్వో వహతి సప్తనామా ।
త్రినాభి చక్ర యజర భనర్వ
యత్రేమా విశ్వా భువామాధి తస్థు ॥(ఋ 1-164-2)

సూర్యుని ఒకే చక్రమున్న రథమునకు ఏడు గుర్రాలున్నాయి. నిజానికి ఏడు గుర్రాలు లేవు. ఒకటే ఏడు పేర్లతో లేదా ఏడు చోట్ల తిరిగే గుర్రం ఈ రథాన్ని నడుపుతున్నది. ఈ చక్రానికి మూడు నాభి కేంద్రాలున్నాయి. ఈ చక్రం పాడయిపోదు, అత్యంత దృఢమైనది, నాశనం కానిది. దీని వలననే అన్ని లోకాలు స్థిరంగా ఉన్నాయి.

ఆత్మవిశ్వాసాన్ని సాధన ద్వారా పెంపొందించుకోవాలి.

దీనిని వైజ్ఞానిక పరంగా ఆలోచిస్తే సౌరమండలంలోని సూర్యకిరణముల ప్రవాహమే సూర్యుని రథము. సంవత్సరాన్ని రథచక్రంగా భావించారు. వస్తుతః సంవత్సర రూపంలో ఉన్న కాలమే ఈ అఖిల జగత్తును త్రిప్పుతున్నది. కాలం వల్లనే జగత్తు నడుస్తున్నది. ఈ సంవత్సర రూప కాలానికి మూడు నాభి కేంద్రాలు ఉన్నాయి. అంటే ఒక సంవత్సరంలో మూడు సార్లు జగత్తు యొక్క స్థితి పూర్తిగా మారుతుంది. అవే మూడు ఋతువులు (శీతాకాలం – ఎండాకాలం – వర్షాకాలం) చక్రానికి నాభి కేంద్రాలు

సూర్య మండలం దేని మీద ఆధారపడలేదు. ఇది అజరము (ముసలితనం లేనిది), నాశనం కాదు. ఇదే అన్ని లోకాల స్థితికి ఆధారం. అన్ని లోకాలు సూర్యమండల ఆకర్షణతో ముడివేయబడ్డాయి. సూర్యుడు తన మీదే తను ఆధారపడి ఉన్నాడు. సూర్యుడు ఎవరి ఆకర్షణలో లేడు. నిస్సందేహంగా కాలం మీదే అన్ని ఆధారపడి ఉన్నాయి. కాలం దేనిమీద ఆధారపడిలేదు. కాలానికి వృద్ధాప్యం లేదు.

వైజ్ఞానికులు సూర్యదేవునితో సంబంధం పెట్టుకుని వెలుగు, ఊర్జా (శక్తి), ఏదో కొద్దిగా కాలజ్ఞానం ప్రాప్తించుకున్నారు. సూర్యుని దైవిక పక్షం అధిక శక్తివంతమైనది, రహస్యమైనది. సూర్యుని ఉపాసనతో పవిత్రత – ప్రఖరత, వర్చస్, తేజస్ వంటి సిద్ధులు పొందవచ్చు. లోకలోకాంతరముల రహస్యములు తెలుసుకోవచ్చు.

ఈ సృష్టిలో సూక్ష్మదైవీశక్తులు లెక్కలేనన్ని రూపాలలో వ్యాపించి ఉన్నాయి. వైజ్ఞానికులు ఈ దైవీశక్తుల భౌతిక రూపమును పట్టుకుని అనేకానేక ఆవిష్కరణలు చేశారు. కాని దైవీక్షమతలు (సామర్థ్యములు) భౌతిక క్షమతల కన్నా లక్షల రెట్లు చమత్కారం కలవి.

ఈ దైవీశక్తులు అంతరిక్షంలో అనంతకాలం నుంచి ఉన్నాయి. వాటి సూక్ష్మతత్వాలు మానవ శరీరంలో నిండి ఉన్నాయి. భారతీయ తత్వవేత్తలు ఈ శక్తులతో సంపర్కం (సంబంధం) పెట్టుకోవడానికి ఆధ్యాత్మిక స్థాయి ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. ఉపాసన తపశ్చర్య వస్తుతః అటువంటి జ్ఞానాన్నే ప్రతిపాదిస్తాయి. దీనికొరకు కావలసినది యంత్రాలు కావు. పవిత్రత, సాత్వికతతో నిర్మలం చేసుకున్న వ్యక్తిత్వాల అవసరం ఉన్నది. సూర్యుడు దేవాధిదేవుడు. ఆయనతో ఉపాసాత్మక సంబంధం మానవ వ్యక్తిత్వాన్ని అనంత అలౌకిక శక్తులకు అధిపతిని గావించుతుంది.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 1993

స్వాయిజర్ సేవావ్రతం

జర్మనీ దేశపు సేనాపతి అయిన స్వాయిజర్ అనేక విషయాలలో విజ్ఞుడు. ఆఫ్రికా అడవుల అధ్యయనం, అక్కడ ఉన్న మనుష్యుల చికిత్స ఆవశ్యకత గురించి కృషి చేశాడు. ఆఫ్రికనులు పట్టుబడి బానిసల్లాగా అమ్మబడుతుండేవారు. ఈయన తన ఉద్యోగాన్ని వదలి ఆఫ్రికాలోని వెనుకబడిన ప్రాంతాలలో తిరుగుతూ అక్కడ కావలసిన సేవా కార్యాలలో లీనమయ్యాడు. అక్కడ అనేక బాధలు, కష్టాలు పడవలసి వచ్చినా, పట్టుదలతో జీవితమంతా ఈ కార్యక్రమంలోనే నిమగ్నమయ్యాడు.

స్వాయిజర్ ఒక పుస్తకం వ్రాశాడు. ఆ పుస్తకంలో "పశు పక్ష్యాదులలో సామూహిక సేవ కొరకు తన ప్రాణాలను సహితం అర్పించే గుణమున్నది. అలాంటప్పుడు మనిషి సమాజ వేదనను గుర్తించకుండా నికృష్టంగా బ్రతికితే మానవ జన్మకు సార్థకత ఎక్కడుంది" అని ప్రశ్నిస్తాడు. ఆ పుస్తకంలో తన జ్ఞాపకాలను వ్రాశారు. "నేను సాయంకాలం అలా నడుస్తుండేవాడిని. ఒక ఏటి వద్ద కూర్చుని బాతుల జలక్రీడలు చూస్తుండేవాడిని. ప్రతిరోజు సాయంత్రం ఐదు గంటలకు పక్షులు తమ గూడుకు ఎగిరిపోతుండేవి. ఒకరోజు ఒక ఆకతాయి ఒక పక్షిపిల్ల రెక్కను తెగగొట్టాడు. ఆరోజు పక్షులన్నీ క్రిందకి మీదకి తిరుగుతున్నాయి. వాటి గూడుకు వెళ్ళటం లేదు. క్రొత్తగా ఉండటంతో దగ్గరకు వెళ్ళి విషయం ఏమిటని పరికించాను. గూడుకు వెళ్ళాలని ఉన్న వెళ్ళలేక పక్షి పిల్ల పరిస్థితిని చూచి ఆవేదనతో ఆక్రోశించాయి. వాటి ఆక్రోశంతో అడవిమొత్తం ప్రతిధ్వనించింది. క్రొత్త రెక్క ఏర్పడే వరకు అక్కడే ఉన్నాయి. ఘోర అరణ్యాలలో కూడా ప్రేమ, సంవేదన వంటి దైవీగుణాలు మిగిలి ఉన్నప్పుడు ఈనాటి సమాజం ఎలా ఉండాలి అన్న ప్రశ్న ఉదయించి తీరాలి. ఆ సంవేదన వస్తే తప్ప ఈ సమాజాన్ని ఎవరు మార్చలేరు" అని వ్రాశారు.

– ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

మన సమస్యలకు ఇతరులు కారణం కాదు.

గాయత్రీ జయంతి ప్రత్యేకం

జ్ఞానగంగా-పరమపావన భాగీరథీ అవతరణ మహాపర్వం

గాయత్రి మరియు గంగానది అవతరించిన పర్వదినమే గాయత్రీ జయంతి. భూమి మీద గంగామాత అవతరించినది ఈ రోజే, జ్ఞానగంగ గాయత్రీ కూడా అవతరించింది. నిక్షిప్తమైన జ్ఞానం బహిర్గతమై, పవిత్రత వ్యక్తమైన ఈ రోజు ఎంతో విశేషమైన రోజు, విశిష్టమైన పర్వం. గాయత్రి రూపంలో దూరదర్శిత, వివేకం, ప్రఖరత మరియు గంగామాత రూపంలో చల్లదనం, పవిత్రతలు పృథ్వీచైతన్యానికి ఒక కొత్తదిశను అందించాయి. ఈ అవతరణల వల్ల మానవీయ చైతన్యంలోని ఒక భాగము క్రొత్తగా క్రియాన్వితమైనది, కొత్త పరిణామాలకు దారి ఏర్పడింది. మానవ జీవితానికి సంబంధించిన నూతన వికాస శిఖరాన్ని అధిరోహించే రోజు ఇదే.

ఈ సృష్టిని నిర్మించిన బ్రహ్మదేవుడు, మనిషికి వివేకము ఆలోచనా విధానాలను అందించిన రోజు ఇది. చాలా రకాలుగా గాయత్రీ జయంతి ముఖ్యమైనది. ఎన్నో పౌరాణిక, ఆధ్యాత్మిక, మార్మిక ప్రసంగాలు ఈ పర్వదినంతో ముడిపడి ఉన్నాయి. పరిజనులమైన మనందరము సంకల్పం, శ్రద్ధాంజలి అర్పించవలసిన రోజు ఇది. మనందరి ఆరాధ్యుడు, పరమపూజ్య గురుదేవులు గాయత్రీమాతలో లీనమైపోయిన రోజు. స్థూలరూపాన్ని త్యజించి సూక్ష్మరూపంలో మనందరి మనస్సుల్లో స్థిరపడ్డారు. అశ్రుపూరిత నయనములతో వారి ఉద్దేశ్యాలను ఎల్లప్పటికి ప్రాణవంతంగా ఉంచుతామని, వాటిని ప్రతి మనిషికి తెలియచేయాలనే సంకల్పాన్ని స్వీకరించి, భావాంజలిని అర్పించిన రోజు. నేడు ఆ సంకల్ప జ్వాలలను మరింత ఉత్తేజపరచి, ప్రజ్వలింపజేయాల్సిన అవసరం ఉంది.

గంగ, గాయత్రీమాతలు మన ఆలోచనలలో, భావనలలో అవతరించి, జీవితం వివేకంతో, ఉన్నత ఆదర్శాలతో నిండాలి అనే సంకల్పం ఈ రోజు తీసుకోవాలి. ఈ సమన్వయాన్నే ఋతుంభర ప్రజ్ఞ అంటారు. ఈశ్వరుడు ఏ ఉద్దేశ్యంతో మనల్ని సృష్టించాడో, ఎందుకు మనం ఆ ఈశ్వరుని రాకుమారులం అని పిలిపించుకుంటున్నామో, దాన్ని గుర్తుంచుకోవడమే ఋతుంభర ప్రజ్ఞ. భగీరథుడు స్వర్గం నుండి భూమికి గంగను దింపినట్టు, ఋతుంభర ప్రజ్ఞ కూడా విశ్వవసుధపై అవతరించింది. ఈ ఆధ్యాత్మిక ధార మానవుల్లో ప్రవహించి గాయత్రీ విద్య, బ్రహ్మవిద్యగా పేరుగాంచింది. ఇది మనిషిలోని అనేక సుషుప్త శక్తుల్ని జాగృతపరచి వికసింపజేస్తుంది. మనిషిని సిద్ధులతోనూ, విభూతులతోనూ నింపి వేస్తుంది. మనిషికి తన నిజస్వరూపాన్ని తెలియజేస్తుంది, దారి తప్పిన దేవతని, తప్పుదోవ వదిలితే దేవమానవుడు కాగలవని తెలియజేస్తుంది. మనిషి నరుడి రూపంలో ఉన్న నారాయణని స్వరూపమే.

ఋతుంభర ప్రజ్ఞ అంటే బ్రహ్మవిద్య. రిద్ధి సిద్ధులతో నిండిన విద్య. ఈ విద్యకి మూడు చరణాలున్నాయి అవి అహంకారం నుండి దూరంగా, లోభం, తృష్ణ, కామనల నుండి దూరంగా, ఇంద్రియ దురుపయోగం నుండి దూరంగా ఉండడం. నేటి మనిషి అహంకారపు తోలుబొమ్మ. ఏమాత్రం ఉపయోగపడని గొప్పతనాన్ని సంపాదించుకోవడానికి మాత్రమే కృషి చేస్తున్నాడు, ఆలోచిస్తున్నాడు. తాను స్వయంగా సృజేత పదవిని అలంకరించాలనుకుంటున్నాడు. తన ఆదేశానుసారం సూర్యోదయ, సూర్యాస్తమాలు జరగాలని, గ్రహాలు, ఉపగ్రహాలు తన పరిధిలో తిరగాలని, ప్రకృతి నియమాలన్నీ తన ఆధీనంలో ఉండాలని కోరుకుంటున్నాడు. ఇది ఎన్నడూ సంభవం కాలేదు, కాదు కూడా. ఎందరో ఈ ప్రయత్నంలో నాశనమైపోయినప్పటికి అహంకార మాత్రం ఊరికే ఉండదు. అహంకారం సురస ముఖం వంటిది. ఒక్క జీవితం కాదు, వేల జీవితాలు నాశనమైపోయినా అహంకారం తృప్తిచెందదు. అటువంటి వ్యక్తికి అహంకారాన్ని పోషించుకోవడానికే సమయం సరిపోదు. ఇక లోకోపకారం, మానవకళ్యాణం వంటి వాటి ఆలోచనే రాదు. ఈ అహంకారాన్ని రూపుమాపడమే ఋతుంభర ప్రజ్ఞ యొక్క మొదటి చరణం.

రెండవ చరణం తన శరీర అవసరాల కోసం మనిషి సతమతమవకూడదు. వ్యాకులత చెందకూడదు. కాని వాస్తవానికి అలా జరగడం లేదు. తన శారీరిక సౌందర్యాన్ని మెరుగు పరుచుకోవడానికి, కడుపు నింపుకోవడానికి, పట్టెడన్నానికి బదులు తినకూడని అనేక పదార్థముల కొరకే జీవితంలోని బహుమూల్యమైన శక్తిసాధనలను ఉపయోగిస్తుంటాడు. ఇందుకై తన నైతిక విలువలకు, సిద్ధాంతాలకు తిలోదకాలిస్తున్నాడు. తన తెలివిని, భావాలను కూడా అందుకే వెచ్చిస్తుంటాడు. మనిషి తనను తాను శరీరం మాత్రమే అని భావిస్తున్నాడు.

దురభిమానం ఇతరుల లోపాలను ఎత్తి చూపిస్తుంది.

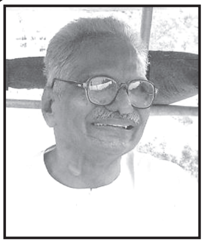
ఉన్నతాదర్శాలను అణిచివేస్తున్నాడు. ప్రపంచంలోని వైభవము, విలాస వస్తువులన్నీ తనకు లభించాలని ఉవ్విళ్ళూరుతున్నాడు. ఇది ఎలా సాధ్యమవుతుంది?

మూడవ చరణం మనిషి జీవితంలో ఆనందం పొంగిపొర్లుతూ ఉండాలని, అంతరం ఉల్లాసభరితతంగా ఉండాలనే ఉద్దేశ్యంతో భగవంతుడు మనిషికి ఇంద్రియాలను ప్రసాదించాడు. అవి జిహ్వా, చెవి, కళ్ళు, కామేంద్రియాలు మొదలైనవి. ఇంద్రియాలన్నీ ఆనందంగా ఉండటానికే లభించాయి. కాని ఆ ఇంద్రియాలలోని ప్రఖరత, దివ్యత్వం, సౌందర్యం సమసిపోయేదట్టు చేసుకున్న మన దౌర్భాగ్యాన్ని ఏమనాలి! మత్తుపదార్థాలు సేవించాం, వినకూడనివి విన్నాం, దృష్టి మర్యాదల్ని దాటాం, ముల్లోకాల్లో ఎక్కడా తలదాచుకోవడానికి వీలు లేనంతటి దుశ్చర్యలన్నీ చేసాం. శ్రేష్టమైన ఆదర్శాలన్నిటినీ మట్టిలోకలిపేసాం. ఉల్టా నడుస్తున్నాము.

త్రిపద గాయత్రిలోని మూడు ధారలు ఈ మూడు విషయాల నుండి ముక్తి పొందేందుకు శిక్షణనిస్తుంది. మనిషి ఇతరుల కోసం ఉత్కృష్ట భావాలతో సమర్పిత జీవితం గడపాలి. సామాన్య జీవన అవసరాలు తీరడానికి అవసరమైనంత శ్రమ, సమయం, బుద్ధిని ఉపయోగించి, మిగిలినది నిస్సహాయుల సేవకు దుఃఖితుల బాధలు తీర్చడానికి, ఇతర లోకోపకార కార్యాలకు ఉపయోగించాలి అనే సంకల్పం ఉదయించాలి. మనిషిలోని శారీరిక, మానసిక సామర్థ్యాలు, వాసనల వల్ల నాశనమైపోకుండా గాయత్రీ మంత్రం శిక్షణనిస్తుంది. మనలోని శక్తులన్నిటిని ఏకత్రితం చేసుకోవాలి. విచ్చలవిడిగా ఉపయోగించకూడదు. ఇంద్రియాల సామర్థ్యం, శక్తులు సదుపయోగపడాలి. ఈ విధంగా చేస్తే మన జీవశక్తి క్షయమవదు, సంరక్షించబడుతుంది. పెంపొందుతూ ఉంటుంది, మరియు మంచి ఉద్దేశ్యాలకు ఉపయోగపడుతుంది. మనలోని లోభం నాశనమయ్యేటట్టు శిక్షణ ఇస్తుంది. కామనలను, తృష్ణను నిగ్రహించుకోగలిగితే మనలోని ప్రతి ఒక్కరమూ దేవమానవులం కాగలం. గాయత్రీ జయంతి నాడు ఈ ప్రపంచంలో మూడు ధారలుగా త్రిపద గాయత్రి అవతరించిన నాడు మనము కీర్తి, ప్రతిష్టల వెనుక పరుగులు పెట్టకుండా కర్తవ్యాన్ని నిర్వర్తించాలి. లోకులేమనుకుంటారో అనే భయం లేకుండా వివేకాన్ని ఉపయోగించాలి. ప్రపంచమంతా విరోధించినా కూడా సదాచారాన్ని వదలకూడదు. పొగడ్తలకి సులువుగా లొంగే మనస్సు, ఈ ప్రపంచం ఎవరిని పొగిడితే వారే గొప్ప అనుకుంటుంది. నిజానికి పొగిడినంత మాత్రాన మనిషి గొప్పవాడు కాలేదు. అంతేకాక అసలు పొగిడేవాడికి అంతటి అర్హత కూడా ఉండదు. ఇటువంటి మిథ్యా విషయాల వెంట పడితే ఉపయోగం ఏమిటి? అంతర్ముఖమవడమే నిజమైన ప్రశంస. లోకోపకార కార్యాలు ప్రశంసనీయం. పైకి కనబడకపోయినా నిజానికి ఇవి చాలా గంభీరమైనవి. నేటి ఈ పర్వదినాన మనందరమూ మరోసారి ఆత్మవిమర్శ చేసుకోవాలి. భగవత్ ప్రసాదమైన మన శక్తి సామర్థ్యాలన్నీ సదుపయోగ పడుతున్నాయా లేదా అనేది వెయ్యి సార్లు గమనించుకోవాలి. ఈ సంకల్పాన్ని క్రియాన్వితం చేసుకునే మహాపర్వమే గాయత్రీ జయంతి. ఈ కర్తవ్య నిర్వహణే మన పరమకర్తవ్యం.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 2005

అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి



శ్రద్ధాంజలి

శ్రీ కందర్ప రామచంద్రరావు

శ్రీ కందర్ప రామచంద్రరావు గారు, ఎడిటర్, "యుగశక్తి గాయత్రి" 17.05.2011న స్వర్గస్తులైనారు. వీరి వయస్సు 83 సంIIలు.

శ్రీ రామచంద్రరావు గారు గణితశాస్త్రంలో పట్టభద్రులు. చిన్నతనం నుంచే ఆర్.ఆర్.ఎస్. కార్యక్రమాలతో ప్రభావితమై ఆ సంస్థ ప్రచారకులుగా 10–12 సంవత్సరాలు పనిచేశారు. ఇంతేగాక ఆ సంస్థా పత్రిక 'జాగృతి' కి కూడా పనిచేశారు. తరువాత ఇండియన్ ఎక్స్‌ప్రెస్, ఆంధ్రప్రభ గ్రూపులో సబ్ ఎడిటర్‌గా పనిచేశారు. వీరు హిందూధర్మంపై పలు పుస్తకములు రచించారు. వీరి వ్యాసములు అనేక పత్రికలలో ప్రచురించబడ్డాయి.

1997లో హైదరాబాద్‌లో జరిగిన గాయత్రీ యజ్ఞంలో పాల్గొనడం జరిగింది. అప్పటినుండి గాయత్రీ పరివార్‌కు దగ్గరయ్యారు. గాయత్రీ మంత్రదీక్ష, శాంతికుంజ్ హరిద్వార్‌లో స్వీకరించారు. 2000వ సంII నుండి 'యుగశక్తి గాయత్రి' మాస పత్రికకు ఎడిటర్‌గా పనిచేయుచున్నారు. గురుదేవుల అనేక రచనలను తెలుగులోనికి అనువదించారు. వీరి ఆత్మకు శాంతి ప్రసాదించాలని గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులందరం ప్రార్థిస్తున్నాము.

- గాయత్రీ చేతనా కేంద్రం, హైదరాబాద్

దురభిమానం మన లోపాలను కప్పిపుచ్చుతుంది.

మనం - మన ఆరోగ్యం

విటమిన్ల ఖజానా - ప్రొద్దు తిరుగుడు గింజలు

ప్రొద్దుతిరుగుడు మొదట్లో అక్కడక్కడ కేవలము ఒక పువ్వుగా తోటలలో సాగు చేయటం జరుగుతూండేది. కాని ప్రస్తుత కాలములో దేశవ్యాప్తముగా ప్రొద్దుతిరుగుడు పంటను దాని నుంచి నూనె తీసే ఉద్దేశ్యముతోనే సాగు చేయటం జరుగుతోంది. ప్రభుత్వాలు కూడా దీనిని సాగు చేయటాన్ని సబ్సిడీలు మొదలైనవి కల్పించడం ద్వారా ప్రోత్సహించటం జరుగుతోంది.

ప్రొద్దుతిరుగుడు పేరు ఇంత బాగా ప్రసిద్ధి చెందటం వెనక ఈ మొక్కలకు ఉన్న అనేక విశేషతలే కారణం. దీని పువ్వు పెద్దగా ఉండి అది ఎల్లప్పుడూ సూర్యుని వైపు తిరిగి ఉండటం వలన పొద్దును అనుసరించి తిరగటం వలన ఇది ప్రొద్దుతిరుగుడుపువ్వు అని పిలవబడుతోంది. ప్రాతఃకాలములో సూర్యోదయమునకు పూర్వమే ఇది తూర్పు వైపుకు తిరిగి ఉంటుంది. దీని వ్యవహారమును గమనిస్తే పూర్వ జన్మలో ఎవరో సవితా దేవత భక్తుడు ఈ రూపము దాల్చి ఆ దేవతా ఉపాసనలో సంపూర్ణముగా లగ్నమై ఉన్నట్లుగా అనిపిస్తుంది.

ప్రొద్దుతిరుగుడు మీద ప్రథమముగా విదేశాలలో అనేక పరిశోధనలు జరిగాయి. భారతదేశములో దీని నూనెను వంటనూనెగా ఉపయోగించటం జరుగుతోంది. అందుకే దీనిని కేవలము ఈ ఉద్దేశ్యముతోనే విశ్లేషణ చేయటం జరిగింది. ఈ విశ్లేషణ విదేశాలలో జరిగిన పరిశోధనల ఫలితాలను ప్రతిపాదించినప్పుడు ప్రొద్దుతిరుగుడు నూనెలో విటమిన్ 'డి' మరియు విటమిన్ 'ఎ' అధికశాతములో ఉన్నవని మరియు వంటనూనెగా దీనిని ఉపయోగించటం వల్ల ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు ఉండవని తేలింది. ప్రస్తుతము ఈ నూనెను అనేక రకాలుగా వాడటం జరుగుతోంది. ఈ నూనెలో అధికభాగము వనస్పతి తయారుచేయటానికి ఉపయోగించటం జరుగుతోంది.

అమెరికాలోని ఇండియానా విశ్వవిద్యాలయము యొక్క రసాయనిక విభాగము (కెమిస్ట్రీ) విద్యావేత్త ప్రొ. డా॥ ఇజారాలెబిన్ దీనిపై పరిశోధనలు చేశారు. ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజల యొక్క రసాయనిక విశ్లేషణ గురించి ఆయన వ్రాస్తూ అందులో 35% ఫాస్ఫరస్, 7.5% కాల్షియం మరియు కొద్ది శాతము క్లోరిన్ లభిస్తుందని తెలిపారు. రసాయనిక విశ్లేషణే కాక, ప్రయోగాత్మకముగా ఆయన స్వయముగా దానిని తింటున్నప్పుడు మొదటి వారము నుంచే ఆయన తనలో ఆశ్చర్యకరమైన మార్పులు జరగటం గమనించారు. వారి నోటి చిగుళ్ళ నుంచి రక్తం రావటం ఆగిపోయింది. కొద్ది వారాల తరువాత వారి దంతాలలో ఉన్న పగుళ్ళు మూసుకుపోయాయి. దీనివల్ల ఆయన దంతాలు పిప్పి పళ్ళుగా మారటం అంతటితో ఆగిపోయింది. ఆయన అవి తన కళ్ళపైన కూడా ప్రభావం చూపటం గమనించటం జరిగింది. ఆయన కళ్ళు తరచు అదురుతూ ఉండేవి, అది పూర్తిగా నయమవటం గమనించారు. అంతేకాక ఆయన చూపు కూడా మెరుగుపడింది. కళ్ళలో శుక్లాలు కూడా తగ్గటం కారణంగా ఆయన చత్వారం కళ్ళజోడు ధరించే బాధ నుంచి విముక్తులయ్యారు. శారీరకముగా శక్తి పెరగటం, మానసికముగా తన తత్వములో మార్పు ఆయనకు అనుభవంలోకి వచ్చింది.

ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజలు 2-3 గుప్పెళ్ళు మూడు సంవత్సరాల పాటు ప్రతిరోజూ తీసుకున్న తరువాత ఆయనకు కలిగిన అనుభవం గురించి ఈ విధముగా తెలిపారు.

ప్రొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలలో విటమిన్ 'బి' అధికంగా ఉంటుంది. విటమిన్ 'ఎ' కూడా అధిక శాతములో లభిస్తుంది. ఈ విటమిన్లు కళ్ళకు, చర్మానికి కూడా ఎంతో ఉపయోగకరమైనవి. వృద్ధాప్యంలో తలపై వెంట్రుకలు గరుకుగా మారి రాలిపోయే సమయంలో కూడా శరీరానికి తగినంత విటమిన్ 'ఎ' కనుక లభించినట్లైతే ఆ వ్యక్తి ఆరోగ్యంగా, దీర్ఘాయువుగా జీవించగలడు. వృద్ధాప్యం వల్ల శిథిలావస్థ చెందిన శరీరానికి ఇది ఎంతో ఉపయోగకరము.

నీరు, ప్రొటీనులు, క్రొవ్వు పదార్థములు, కార్బోహైడ్రేట్లు మరియు చక్కెర అన్ని కూడా ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజలలో లభిస్తాయి. వీటిలో ప్రొటీనులు 46%, క్రొవ్వు పదార్థములు 26% లభిస్తాయి. విటమిన్ 'ఎ', విటమిన్ 'బి' లు కూడా కలిసి ఉంటాయి. కాల్షియం మరియు ఫాస్ఫరస్ అనే ఖనిజాలు కూడా తగు మోతాదులో ఉంటాయి. అందుకే వీటిని ఒక ఉత్తమమైన ఆహారముగా పేర్కొనవచ్చు.

రష్యా దేశవాసులకు ఈ ప్రొద్దుతిరుగుడు యొక్క విశేషతలు చాలా కాలము క్రితమే తెలుసుకున్నారు. దీనికి ఉన్న ఈ విశేషమైన గుణముల కారణముగా వారు రెండవ ప్రపంచయుద్ధములో దీనిని విరివిగా ఉపయోగించటం జరిగింది. అత్యవసర ఆహారముగా వారి సైనికులకు వీటిని అందించేవారు. సైనికుల జేబులు ఎల్లప్పుడూ ఈ ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజలతో నిండి ఉండేవి,

ఉత్సాహం లేకపోతే జీవితం వ్యర్థమనిపిస్తుంది.

ఎప్పుడు అవసరమైతే అప్పుడు వాటిని తినేవారు. అందువల్ల రష్యాదేశములో వీటికి బాగా ప్రాచుర్యం లభించింది. కొంతమంది భారతీయులు ఏ విధంగా వేరుశెనగ గింజలను జేబులలో వేసుకుని తిరుగుతారో, అక్కడ ప్రజలు ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజలను అదే విధంగా జేబులలో నింపుకుని, ఇతరులని కలిసినప్పుడు ఆదరంతో వారికి కూడా ఇస్తూ కలిసి తింటూ ఉంటారు. వీటిని వేయించుకుని ఉప్పు, కారం వేసుకుని కూడా తినవచ్చు. కాని వేయించటం వల్ల వీటిలో ఉండే విటమిన్లు నశించిపోతాయి. ఇంకొక విధంగా చెప్పాలంటే పచ్చి గింజలను తినటమే ఎక్కువ లాభదాయకం.

ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజలను తినటం ద్వారా పాలలో లభించే పోషకాలను అన్నీ పొందవచ్చు. పాలలో ఉండే విటమిన్ 'ఎ' మరియు కాల్షియంలు అధికభాగము పాలను నిలవ ఉంచటం వల్ల, వాటిని వేడి చేయటం వల్ల నశించిపోతాయి. వాటిని కృత్రిమ పద్ధతులలో నిలవ ఉంచటం వల్ల వాటిలో ఉండే పోషక తత్వాలు తగ్గిపోవటం, పాడైపోవటం వల్ల వాటినన్నింటిని శరీరము గ్రహించలేదు. కాని ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజలలో ఉండే విటమిన్లు, పోషకాలు పాడైపోయే అవకాశము లేనందువల్ల వాటిని తీసుకున్నప్పుడు జీర్ణప్రక్రియలో అందులో ఉండే పోషకతత్వాలను అధికశాతములో శరీరం గ్రహించటం జరుగుతుంది.

నేడు దేశంలో పోషక ఆహారం సమపాళ్ళలో లభించటం లేదు అనే విషయంపై అనేక చర్చలు జరుగుతున్నాయి. దేశములో మూడు వంతుల ప్రజలకు ఆహారము ద్వారా సరిపోయే పోషక తత్వాలు లభించటం లేదు. అయితే దానికి అనేక కారణాలు. అయితే దీనివల్ల అనేక మంది అనేక రోగాల బారిన పడుతున్నారు అనేది తిరుగులేని సత్యం. రకరకాల రోగబాధలను ఎదుర్కొనే వారికి ప్రొద్దుతిరుగుడు గింజలు ప్రకృతి ఇచ్చిన వరదానమనే భావించాలి. దురదృష్టం ఏమిటంటే వీటిని పెంచే రైతులు తక్కువ ధరలకు వీటిని అమ్ముకుని, వారు స్వయముగా పోషకాహారము లేక అనేక కష్టాలను అనుభవిస్తున్నారు. ఈ విషయములో వారికి సరైన శిక్షణ, అవగాహనలను కల్పించినట్లైతే వారు దానిని సదుపయోగము చేసుకుని వారు పుష్టికరమైన ఆహారమును తీసుకుని లాభపడగలరు.

వనస్పతులలోని పూలను, పండ్లను ఇచ్చే ప్రతి ఒక్క మొక్క లేక చెట్టు సూర్యుని యొక్క వేడిమి గ్రహించే మొక్క తొడిగి, పెరిగి, పుష్పించి, కాయలు కాసినప్పటికీ, ప్రొద్దుతిరుగుడు మొక్కకు ఉండే విశేషమైన అభిరుచి ఏమిటంటే అది ఎప్పుడూ సూర్యునికి అభిముఖంగానే ఉంటుంది. **ఈ కారణంగా అది సవితా దేవత యొక్క విశేష తత్వాలను గ్రహించటం జరుగుతుంది.** దాని ద్వారా అది దృష్టి దోషాలను, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, ప్రొటీన్ల లోటును విటమిన్ 'ఎ' మరియు విటమిన్ 'బి' ల లోపము కారణంగా ఉత్పన్నమయ్యే దోషాలను పోగొట్టటానికి దీనిని ప్రయోగించవచ్చు. చర్మము మరియు జుట్టుకు సంబంధించిన రోగాలను కూడా దీనితో నయం చెయ్యవచ్చు. కాళ్ళు మరియు పాదాలు పగలటం కూడా దీనితో నివారించవచ్చు.

నేడు సమాజంలో వ్యక్తులు అధిక ధరలకు కృత్రిమంగా తయారుచేసే మందులను సేవిస్తూ శరీరానికి కావలసిన విటమిన్లు పొందుతున్నారు. అయితే శరీరం వీటిని సంపూర్ణంగా గ్రహించలేకపోవటం వల్ల, వీటిలో అధిక భాగము ఏ ఉపయోగము లేకుండా శరీరం నుంచి బయటకు పంపబడతాయి. ప్రొద్దుతిరుగుడు విత్తనాల ద్వారా శరీరానికి లభించే విటమిన్లను జీర్ణప్రక్రియ ద్వారా సహజంగా లభించటం వల్ల అవి అధిక ఉపయోగకరము. ప్రకృతి నుంచి నేరుగా విటమిన్లను పొందటానికి ఇది అత్యంత సులభమైన, అతి తక్కువ ఖర్చుతో కూడిన సాధనము. దీని ద్వారా పేదవారు మరియు ధనికులు అందరూ సమానంగా లాభము పొందగలరు.

ప్రొద్దుతిరుగుడు గురించి నూతనముగా తెలుసుకున్న ఈ విషయాల ద్వారా అత్యధికముగా లాభము పొందటానికి మనందరం ప్రయత్నించాలి. నగరాలలో, పట్టణాలలో నివసించే వాళ్ళు ఎవరికైతే సాగు చేయటానికి కొద్దిపాటి భూమి కూడా లేదో, వారు అందరూ కూడా దీని ద్వారా లాభము పొందవచ్చు. ప్రొద్దుతిరుగుడు మొక్కలను పెరట్లో పెంచుకునే కూరపాదులు మధ్యలో చాలా తేలిక పద్ధతులలో పెంచవచ్చు. ఇళ్ళముందు ఖాళీ స్థలంలోని పూలమొక్కల మధ్యలో, ఇంటి ప్రహరీ గోడ దగ్గర, లేక పూల కుండీలలో కూడా ప్రొద్దుతిరుగుడు మొక్కలను పెంచటం ద్వారా ఇంటిని అందంగా తీర్చిదిద్దుకోవటమే కాక గింజలను కూడా పొందుతూ రెండు విధాలా లాభం పొందవచ్చు. దీని పూలు చూడటానికి కూడా చాలా అందంగా ఉంటాయి. ఈ విధంగా ఎవరికైతే సాగు చేయటానికి భూమి లేదో వారు కూడా సామాన్యంగా దీని వల్ల లాభాలను పొందవచ్చు. ఈ కొద్ది ప్రయత్నము మరియు పరిశ్రమతో దీని నుంచి ఇన్ని లాభాలను పొందగలిగితే, అది చెయ్యటం తెలివైనపనే అని అనిపించుకుంటుంది. వీటి ఉపయోగకరమైన తత్వాల ద్వారా ప్రతి ఒక్కరికి పోషక ఆహారమును అందించడం లాభాన్వితులను చేయడం అత్యుత్తమ విషయం.

– పూజ్యగురుదేవుల వాఙ్మయం 39 నుంచి
అనువాదం: వి. సీతారాం

అనుకున్నది చేయగలిగినప్పుడు జీవితాన్ని ఆనందమయంగా గడపవచ్చు.

నవార్ణ మంత్రము, గాయత్రీ మహామంత్రముల సారూప్యత

ఆదిశక్తి లీలాకథ యొక్క అన్ని అర్థములు మరియు మర్మములు నవార్ణమంత్రములో ఉన్నాయి. **ఐం-హ్రీం-క్లీం చాముండాయై విచ్చె** - ఈ పరమమంత్రం అన్నిరకాలుగా అద్భుతమైనది, విలక్షణమైనది. లీలాకథ యొక్క గత భాగంలో దీని అర్థము యొక్క లోతును కొద్దిగా చర్చించటం జరిగింది. దానితోపాటే రాబోయే భాగంలో నవార్ణమంత్రము మరియు గాయత్రీమహామంత్రముల సారూప్యత గురించి వివేచన చేయుట జరుగుతుంది అన్న సూచన కూడా చెయ్యబడింది. నవార్ణమంత్రము మరియు గాయత్రీమహామంత్రములు రెండూ భగవతి ఆదిశక్తి స్వరూపమును మరియు మహిమను గురించి గానం చేస్తూ భగవతిపట్ల భక్తిని మరియు శరణాగతిని యాచించమని చెప్తాయి. భగవతి దుర్గాదేవి జీవితంలోని పాపాలను, మాలిన్యాలను నశింపజేసి, జీవనగమనంలో వచ్చే దుర్గమమైన మార్గాలను సుగమం చేస్తుంది. ఈ దుర్గాదేవి సాధకుని అంతరంగంలోని మాలిన్యాలను ప్రక్షాళన చేసి రక్షణ ఇస్తుంది. కనుక ఆమె గాయత్రి అని పిలువబడుతుంది.

'గాయత్రి మన అస్తిత్వమును పరిశుభ్రం చేసి, దానిలో ఆధ్యాత్మిక ప్రకాశం మరియు పరమేశ్వరి పరాచేతన యొక్క అవతరణను సంభవం చేస్తుంది' అని అనుభవజ్ఞులైన సాధకులు చెప్తారు. ఇదేవిధంగా నవార్ణమంత్ర సాధన సాధకునకు త్రిగుణాత్మిక ప్రకృతి తత్వమును-సత్యమును బోధించి, శక్తిని ప్రసాదించి సాధకుడిని త్రిగుణాతీత స్థితికి చేరుస్తుంది. సాధకుడు నవార్ణమంత్రము లేక గాయత్రీమంత్రము వీటిలో ఏది చేయాలనుకున్నా అతను తాపసిక జీవన రీతిని-నీతిని అలవరచుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఈవిధమైన భావనాత్మకమైన సమర్పణ లేకుండా ఏ సాధనా ఆశించిన ఫలితాలనివ్వదు. అంతేకాకుండా ఈ రెండు సాధనలకు సంబంధించిన మరో సత్యమేమిటంటే నవార్ణమంత్రము లేక గాయత్రీమంత్రములలో ఏది సాధన చేస్తున్నప్పటికి దాని అర్థమును, మర్మమును నిరంతరము మనన చేస్తూవుండాలి.

మంత్రాక్షరముల గురించిన చర్చ చేసినట్లయితే -ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్-గాయత్రీమహామంత్రము 'ఓంకార ధ్యానబీజం మరియు మూడు వ్యాహృతులతోపాటు తొమ్మిది శబ్దములను మూడు చరణాలలో 24 అక్షరాలుగా భగవతి యొక్క భావచేతనను తనలో మాలగా చేసుకున్నది. నవార్ణమంత్రము విషయానికి వస్తే ఈ మహామంత్రము త్రిగుణాత్మిక ప్రకృతి యొక్క మూడు మంత్రబీజాలను మేళవింపజేసి చాముండాయై విచ్చె పదంతోపాటు 9 అక్షరాలలో భావమయి భవాని యొక్క చిత్‌శక్తిని ప్రకటీకరించే సామర్థ్యమును కలిగి ఉన్నది. తమ భావనలలో, మంత్ర సంరచనలో మరియు అర్థగాంభీర్యంలో రెండు మంత్రాలు ఏకరూపతను, సమత్వమును కలిగివున్నాయి.

నవార్ణమంత్రములో వ్యాపించివున్న త్రిగుణాత్మిక ప్రకృతి యొక్క మంత్రశక్తే గాయత్రీమహామంత్రములోని మూడు చరణాలలో తెలియజేయబడినది. నవార్ణమంత్రములోని 9 అక్షరాలలో రహస్యమయమైన రీతిలో కూర్చబడివున్న తత్త్వము మరియు సత్యమే గాయత్రీమహామంత్రము యొక్క 9 శబ్దాలలో చెప్పబడినది. ఈ రెండు మహామంత్రాల సాధన, వాటి ఫలశృతులు కూడా సమానమైనవే. వీటి విపులీకరణ చేసినట్లయితే నవార్ణమంత్రములో ఆదిశక్తి యొక్క మూడు రూపాలు అయిన మహాకాళి, మహాలక్ష్మి మరియు మహాసరస్వతుల శక్తి, ఆ శక్తుల చరిత్ర బీజరూపంలో ఇవ్వబడివుంది. ఈ మంత్రం అర్థము యొక్క సంపూర్ణ వివరణే శ్రీదుర్గాసప్తశతి యొక్క మూడు చరిత్రలు మరియు 700 శ్లోకాలలో ఉన్నది. నవార్ణమంత్రము యొక్క ఈ సారూప్యత గాయత్రీమహామంత్రము యొక్క మూడు చరణాలలో ఉన్నది. గాయత్రీమహామంత్రములోని మూడు చరణాలలో కూడా మహాకాళీ, మహాలక్ష్మీ, మహాసరస్వతుల శక్తి, ఆ దేవతల చరిత్రయే విస్తారంగా వర్ణించబడివుంది.

నవార్ణమంత్ర క్లీం బీజం భగవతి మహాకాళి యొక్క శక్తిని స్వయముగా తనలో ఇముడ్చుకొనివుంది. గాయత్రీమహామంత్రము యొక్క 'తత్సవితుర్వరేణ్యం'లో కూడా ఈ భావమే వ్యక్తీకరించబడినది. గాయత్రీమహామంత్రము యొక్క ఈ ప్రథమ పదమునకు అర్థము ఏమిటంటే ' ఆ సవితాదేవతను వరించుము' అని. సాధకునకు తన ఆరాధ్యుని వరించుట అనునది అతని సాధనలోని ప్రథమ కర్తవ్యము. అయితే ఈ కర్తవ్యమును నిర్వర్తించడం తేలికైన పని కాదు. లోభ, మోహ, వాసన, తృష్ణల యొక్క జటిలమైన బంధనాలు సాధకుడిని తన కర్తవ్యమును పూర్తిచెయ్యనివ్వవు. మనస్సు పదేపదే సంసారికతలో చిక్కుకుని, దానిలో బంధించబడి, ఇరుక్కుంటూ ఉంటుంది. ఈ

సమయపాలన ఉత్సాహాన్ని పెల్లుబికిస్తుంది.

సమస్యలన్నింటికి సమాధానం ఉత్కృష్టమైన వైరాగ్యంలో ఉంది. మాతయైన మహాలక్ష్మి కృప లేకుండా ఎన్నడూ ఏదీ ఎవ్వరికీ లభించదు.

సాధన యొక్క సత్యమిలా ఉంది, 'సాధకుడెప్పుడైతే ఆ పరమదేవతయైన సవితను వరిస్తాడో అప్పుడు సాధనకు అవరోధమును కలిగించే తత్త్వములన్నీ మటుమాయమైపోతాయి. వాసనలన్నీ క్షయమైపోతాయి. కామనలన్నీ అణగిపోతాయి, వాసనలు ధగ్ధమైపోతాయి.

సాధకుని హృదయంలో కామనలు, వాసనలు మరియు తృష్ణలు పూర్తిగా నశించిపోయినప్పుడు అతని హృదయం మహాశాంతిని పొంది అతనిలో యోగ ఐశ్వర్య నవీన సృష్టి జరుగుతుంది.

గాయత్రీమహామంత్ర ద్వితీయ చరణము –'భర్గో దేవస్య ధీమహి'– లో ఈ భావాల అనుభూతే నిండివుంది. ఈ సత్యము నవార్ణమంత్ర హ్రీం బీజ మహాలక్ష్మి శక్తికి ఆధారము. మహాలక్ష్మి ఐశ్వర్యమునకు అధిష్ఠాత్రి. ఈ విషయం సర్వులకు తెలుసు. కానీ భగవతి ఉపాసకులు, యోగసాధకులు మాత్రమే మహాలక్ష్మి యోగ ఐశ్వర్య ప్రదాత అను సత్యమును అనుభూతి చెందుతారు. గాయత్రీ మహామంత్ర సాధకులు ఎవరైతే తమ హృదయంలో సవితాదేవత తేజస్సును ధారణ చేయుటలో సమర్థులో వారే యోగ ఐశ్వర్య వరదానమును పొందుతారు.

యోగ ఐశ్వర్యమునకు చివరి పరిణామము జ్ఞాన ప్రాప్తి. ఇది మాత సరస్వతి అనుగ్రహిస్తుంది. గాయత్రీమహామంత్ర తృతీయ చరణము – 'ధియో యోనః ప్రచోదయాత్' – లో ఈ సత్యమే అందంగా ఇమిడివుంది. నవార్ణమంత్ర ఐం బీజంలో ఈ భావమే వ్యక్తీకరించబడినది. యోగ సాధన చరమతత్త్వము జ్ఞానప్రాప్తి. సాధనను అష్టసిద్ధులు, నవనిధుల ప్రదాతగా భావించినవారు, వారు ఎంత మహాతపస్వులు, యోగులు అయినప్పటికి వారు అజ్ఞానులే. ఎవరికైతే ఆదిశక్తి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ అనే వరదానము నిస్తుందో వారే జ్ఞానమును పొందగలరు. జ్ఞానవంతుల చేతనాగర్భంలో ఐం బీజమంత్రము ఆకారము ధరిస్తుంది, అది సాకారమౌతుంది.

ఐం హ్రీం క్లీం అను మూడు బీజమంత్రాల శక్తి, సత్తా గాయత్రీమహామంత్ర మూడు చరణాలలో ఉందని గ్రహించినవారి స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరాలలో గాయత్రీ మహామంత్ర ఓంకార, భూర్, భువః, స్వః ప్రకాశము వ్యాపిస్తుంది. నవార్ణమంత్రము చాముండాయై విచ్చె అను పదం యొక్క అనుభూతి కూడా ఇదే. చాముండాయై విచ్చె అను శబ్దమునకు అర్థము 'అజ్ఞానమనే సేనను నశింపజేసే ఆదిశక్తికి శరణాగతి చేస్తున్నాను'. ఆమె సంపూర్ణత్వంలో తన అస్తిత్వమును విలీనం చేసి ఆమెలో కలిసిపోవుట. సాధకుడు తన స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరాలలో ఆ అనుభూతినే పొందాలి. ఏ సాధకుల అంతఃకరణము నవార్ణ మంత్రము మరియు గాయత్రీమహామంత్రముల ఏకత్వమును అర్థము చేసుకునే సామర్థ్యమును కలిగి ఉన్నరో, అటువంటివారు సాధనా పథంలో అగ్రగాములగుటకు స్వామి వివేకానందులు స్ఫూర్తిదాయకంగా ఇలా అన్నారు.

జాగో వీర్! సదా హీ సిర్ పర్
కాట్ రహా హై చక్కర్ కాల్।
ఛోడో అపనే సపనే, భయ క్యోం?
కాటో–కాటో యహ్ భ్రమ జాల్॥

– అఖండజ్యోతి, డిశంబర్ 2007
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

శ్రీ గాయత్రీ శతకం

51. *ఎవడు గాయత్రి శిక్షణ నెరుకగొనునో*
వాడు నాలుగువేదాల పండితుడగు
అట్టి పరమార్థ విద్యల నందజేయు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

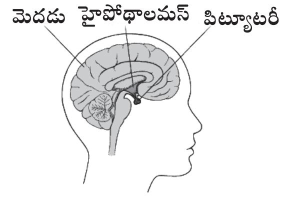
తా:– ఎవరు గాయత్రీ మంత్రమును సుశిక్షితుడై సంపూర్ణముగా తెలుసుకుంటాడో వాడు నాలుగు వేదాలు అధ్యయనం చేసిన పండితుడంతటి వాడగును. అటువంటి పరమార్థ సంబంధ విద్యలను అందజేస్తుంది వేదమాత తనను స్మరించే సాధకునికి.

52. *అధిక ధారణ శక్తిని అందజేసి*
ప్రస్ఫుటంబగు తెలివిని బడయజేసి
కవి జనావళి యందు నీ ఘనత బెంచు
విశ్వ జనయిత్రి గాయత్రి వేదమాత

తా:– విన్నటువంటి విషయాన్ని, చదివినటువంటి అంశాన్ని దీర్ఘకాలం జ్ఞాపక ముంచుకోగల ధారణశక్తిని, ఎదుటి వారికి విపులంగా, వివరంగా తెలియజెప్పగల తెలివితేటల్ని అందించి కవుల లోకమున నీ గొప్పదనాన్ని పెంచుతుంది గాయత్రీ మాతను నిత్యం స్మరిస్తే.

రచన : సహజ కవి, సాహిత్య రత్న,
శతక చతురానన, పద్య కవితాసుధానిధి
శ్రీ అయినాల మల్లేశ్వర రావు

చేస్తున్న పనిలో ఏకాగ్రత సాధించాలి.



బ్రహ్మవర్చస్ : పరిశోధనా సారాంశం-2

ప్రమాదకరమైన డిప్రెషన్ వ్యాధికి ప్రాణాయామ చికిత్స

(దేవ సంస్కృతి విశ్వవిద్యాలయములో 21వ శతాబ్దిలో ప్రమాదకరమైన డిప్రెషన్ వ్యాధిపై నాడీశోధనా ప్రాణాయామము, కపాలభాతి ప్రాణాయామముల ప్రభావము గురించి 2004 సంవత్సరంలో డా. అమృతలాల్ గుర్వేంద్రగారి ఆధ్వర్యంలో యోగవిజ్ఞాన విభాగపు విద్యార్థులైన భగవంత్ ఖండాయత్‌గారు పరిశోధనను నిర్వహించారు. ఇందుకై ఎంపికచేసిన 40మందిలో 20మందిచేత ప్రతిరోజూ అరగంట నాడీశోధన, కపాలభాతి క్రియలు నిర్దేశానుసారం చేయించారు. పరిశోధన ప్రారంభంలో, చివరిలో డిప్రెషన్ స్కేలును కూడా ప్రయోగించారు. పరీక్షల అనంతరం వచ్చిన ఫలితాలను విశ్లేషించి పరీక్షిస్తే నాడీశోధన, కపాలభాతి చేసినవారిలో ప్రమాదస్థాయి బాగా తగ్గిపోయింది.)

జీవితంలో ఆశనిరాశలు, కష్టసుఖాల అనుభవాలు చాలా సహజమైనవి. కఠినమైన ఆ పరిస్థితుల నుండి బైటపడిన తరువాత మనిషి తన సహజసిద్ధమైన సక్రియతను, స్ఫూర్తిని తిరిగి పొందుతాడు. కాని ఆ తరువాత దాని తాలూకూ అలసట, చేతకానితనం, నిరాశలను తట్టుకోలేక జీవితంలో ఏదో కోల్పోయినట్లుగా ఉంటాడు. ఆ మానసికస్థితి అలాగే కొనసాగితే నిరాశానిస్పృహలల్లోకి కూరుకుపోతాడు. ఆ స్థితిని ఇంగ్లీషు భాషలో డిప్రెషన్ అంటారు.

ఆధ్యాత్మిక పరిభాషలో ఈస్థితిని 'ఉన్నదాన్ని సదుపయోగం చేసుకోలేకపోవుట, లేనిది ఏదో పొందాలనే తీవ్రమైన ఆకాంక్ష' అని కూడా అంటారు. ఈ రెండు స్థితులలోనూ అపజయం వల్ల ఉత్పన్నమయ్యే నిరాశే తీవ్రమైన డిప్రెషన్‌గా మార్పు చెందుతున్నది.

నిజానికి డిప్రెషన్ ఒక మానసికస్థితి. దీని బారినపడ్డ వ్యక్తి సంవేదనలు బాగా దెబ్బతింటాయి. అకారణమైన ఉదాసీనత, ఉత్సాహం లేకపోవుటచేత అన్నింటిపట్ల విముఖత చెంది జీవించేందుకు కావలసిన ఆనందమును, ప్రేరణను కోల్పోతాడు. ప్రతి క్షణమూ అలసటగానే ఉంటుంది. చుట్టుపక్కల వ్యక్తులు, వస్తువులు ఏవీ అతడిని ఆకర్షించవు. ఆత్మవిశ్వాసమును కోల్పోతాడు, నిద్ర ఉండదు. గడిచిన జీవితంలోని విషాదభరిత అనుభూతులను గుర్తుచేసుకుని పీడను అనుభవిస్తూ ఉంటాడు. ఆకలి మందగిస్తుంది. తల తిరుగుతుంటుంది, విసుగు, తలనొప్పి, బలహీనత, ఉదాసీనత, ఏకాగ్రత లోపించుట, నిర్ణయించుకునే సామర్థ్యము లోపిస్తుంది. దీనినే డిప్రెషన్ అంటారు.

ఎవరూ తమనితాము కించపరుచుకునే ఆలోచనలు చేయకూడదు. తాము ఎందుకూ పనికిరామనే ఆలోచనల వల్ల ఆత్మహీనత పెరుగుతుంది. ఈ రకమైన ఆలోచనలు డిప్రెషన్‌కు దారితీసి ఆ తరువాత మనోవ్యాధిగా పరిణమిస్తాయి. ఈ రోగం బారినపడ్డ వ్యక్తి ఆత్మహత్యకు పాల్పడవచ్చు. ఇది అత్యంత ప్రమాదకర పరిస్థితి. ఈనాటి యువతరంలోని ప్రతి ఐదుగురిలో ఒకరు ఈ రకమైన స్థితికి చేరి ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు.

ఈ డిప్రెషన్ ఇతర వ్యాధులతో కలిపి వస్తే చికిత్స చేయడంలో చాలా సమస్యలు ఎదురౌతాయి. లోతుగా తరచిచూస్తే దీన్నే చింత అంటారు. ఒక అధ్యయనంలో 70% కంటే ఎక్కువమంది పిల్లల్లో ఈ లక్షణాలు ప్రస్ఫుటంగా కనపడుతున్నాయి. ఈ లక్షణాలకు, క్రోధము లేక విద్వేషమునకు (hostility) చాలా దగ్గర సంబంధముంది. క్రోధమైనా చివరికి మనోవ్యాధిగానే మారుతుంది.

పతంజలి మహర్షి తన యోగదర్శనంలో సంపూర్ణమైన మానసిక ఆరోగ్యం ఉన్న స్థితిని నిరుద్ధావస్థ అంటారని చెప్పారు. అన్నిరకాల మానసిక సమస్యలకు అవిద్యాదిపంచక్లేశముల ఆవరణయే కారణమంటారు మహర్షి. ఆ ఆవరణను క్షీణింపచేస్తే మానసిక రోగాలన్నీ తొలగిపోతాయి. దీన్నే **'తత: క్షీయతే ప్రకాశావరణమ్'** అనగా అజ్ఞానమనే ఆవరణను క్షీణింపచేస్తే జ్ఞానమనే ప్రకాశము ఉత్పన్నమౌతుంది, ఆ ప్రకాశములో మానసిక రోగాలన్నీ మాయమైపోతాయి.

ప్రాణాయామానికి శ్వాసప్రశ్వాసలకు చాలా దగ్గర సంబంధముంది. లోతైన శ్వాస తీసుకోలేకపోవడం వల్ల ఆయా శరీరభాగాలు నిష్క్రియంగా తయారౌతాయి. అందుచేత లోతైన శ్వాసతీసుకుని ఊపిరితిత్తులను ఎక్కువగాలితో నింపాలి. ప్రాణాయామము యొక్క ముఖ్యఉద్దేశ్యమేమంటే బ్రహ్మాండములో వ్యాపించియున్న ప్రాణశక్తిని (vital force) ఎక్కువ పరిమాణములో ఆకర్షించుకొని శరీరము మరియు మనస్సులోని ముఖ్యశక్తి కేంద్రాలను సమర్థవంతంగా తయారుచేసుకొని నియంత్రణలో ఉంచుకోవడం. ప్రాణశక్తికి మనిషియొక్క ఆరోగ్యానికి దగ్గర సంబంధముంది. శరీరంలోపల జరిగే కదలికలన్నింటిలోను ప్రాణశక్తులు విభిన్న రూపాల్లో పనిచేస్తూ ఉంటాయి. ఐదు మహాప్రాణాలు – ప్రాణ, అపాన, వ్యాన, ఉదాన, సమానములు. వీటిని 'ఓజస్' అంటారు. పంచఉప ప్రాణాలు – నాగ, కూర్మ,

కష్టపడకుండా తృప్తి లభించదు.

కృకల, ధనుంజయ, దేవదత్తములు. వీటిని 'రేతస్' అంటారు. ఈ ప్రాణములు రెండూ మానవశరీరంలో ఉంటాయి. ఈ ప్రాణములలో ఏ అసంతులన జరిగినా ఆ ప్రభావము శరీరముపై పడుతుంది.

మనస్సుకు, ప్రాణానికి చాలా దగ్గర సంబంధముంది. మనస్సును నిరోధిస్తే ప్రాణస్పందనలు ఆగిపోతాయి. ప్రాణ స్పందనలు తగ్గిపోతే మనస్సు ఏకాగ్రమౌతుంది. ప్రాణస్పందనలకు, శ్వాస ప్రశ్వాసలకు కూడా సంబంధముంది. శ్వాస నెమ్మదిగా తీసుకుంటే ప్రాణస్పందనల వేగం తగ్గుతుంది. ఈ ప్రాణస్పందనల వేగమును నియంత్రించేందుకు ప్రాణాయామము చాలా అవసరం.

ప్రాణాయామములలో నాడీశోధన ప్రాణాయామం చాలా ముఖ్యమైనది. దీని ద్వారా శరీరములోని మలినాలు బైటకు నెట్టబడతాయి, నాడులలో వున్న అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. అందువల్ల ప్రాణప్రవాహమునకు ఏ ఇబ్బంది ఉండకపోవడం చేత కార్బన్-డై-ఆక్సైడ్ బైటకుపోయి రక్తము శుద్ధి అవుతుంది. కపాలభాతి ప్రాణాయామం వల్ల మస్తిష్కము శుద్ధి చేయబడుతుంది, పొట్టలోని భాగాలు, శ్వాసక్రియ మెరుగుపడతాయి. మనస్సును శాంతంగా, జాగరూక స్థితిలో ఉంచుకునేందుకు ఇవి శక్తివంతమైన, సరళమైన ప్రక్రియలు.

ఈ విషయాలను దృష్టిలో ఉంచుకొని ఈ రెండు ప్రాణాయామాలను ఎంపిక చేయడం జరిగింది. వీటి అభ్యాసము ద్వారా ప్రమాదస్థితిలో వున్న డిప్రెషన్ లెవెల్స్ ఎలా తగ్గాయో ఈ అధ్యయనము ద్వారా వచ్చిన ఫలితాలను చూసి తెలుసుకోవచ్చు.

పరిశోధనా విధానము

ఈ అధ్యయన నిమిత్తమై 20 నుండి 25 సంవత్సరాల వయస్సున్న 40 మంది బ్రహ్మవర్చస్ విద్యార్థులను ఎంపిక చేయడం జరిగింది. ముందుగా షమీమ్‌కరీమ్, డా. రమా తివారీగారిచే తయారుచేయబడిన డిప్రెషన్ స్కేలునుపయోగించి వారి డిప్రెషన్ స్థాయిలను కొలవడం జరిగింది. ఆ 20 మందిచేత ప్రతిరోజూ అరగంటసేపు నాడీశోధన ప్రాణాయామము, కపాలభాతి ప్రాణాయామము అభ్యాసము చేయించారు. 20రోజుల తరువాత మరల వారిచేతనే డిప్రెషన్ స్కేలును నింపించారు. ఆ రెండు స్థితులను పరీక్షించిన తరువాత టి.టెస్ట్ ద్వారా సంఖ్యాపరమైన లెక్కలు వేశారు.

ఫలితాలు మరియు విశ్లేషణ

నాడీశోధన, కపాలభాతి ప్రాణాయామము చేసినవారిలో డిప్రెషన్‌స్థాయి 138.20 నుండి 117.97కు తగ్గిపోయింది. లభించిన టి.వాల్యూ కూడా 4.66గానూ, స్థిరత్వస్థాయి 39, 0.01గా వుంది. దీన్ని బట్టి మనకు తెలిసేదేమంటే నాడీశోధన ప్రాణాయామము మరియు కపాలభాతి ద్వారా ఆయా విద్యార్థులలోని డిప్రెషన్ స్థాయి తగ్గిపోయింది.

మన శరీరంలో మన ప్రమేయం లేకుండా వాటంతటవే పనిచేసే నాడీవ్యవస్థల్లో రెండు రకాలున్నాయి. 1. సింపథిటిక్ నెర్వస్‌సిస్టమ్, 2. పారాసింపథిటిక్ నెర్వస్‌సిస్టమ్. మొదటిది శారీరిక క్రియాకలాపాల్లో ఉత్సాహాన్ని కలుగచేస్తుంది. అందువల్ల హృదయస్పందన, శ్వాసక్రియల వేగం పెరుగుతుంది. రెండవది శారీరిక క్రియలను మందగింపచేస్తుంది. డా.హెర్‌వర్డ్ వెన్సన్ రిలాక్సేషన్‌రెస్పాన్స్ అనే పుస్తకంలో శ్వాస తీసుకునే సమయంలో సింపథిటిక్ నెర్వస్‌సిస్టమ్ సక్రియంగానూ, శ్వాస వదిలే సమయంలో పారాసింపథిటిక్ నెర్వస్‌సిస్టమ్ సక్రియంగానూ ఉంటుందని వ్రాశారు. **మనం ఈ శ్వాసక్రియల మీద నియంత్రణ సాధిస్తే కనుక వ్యక్తి యొక్క విభిన్న మానసికస్థితుల (చింత, డిప్రెషన్ మొదలైనవి) కారణమైన మెదడులోని లింబిక్ సిస్టమ్, హైపోథాలమస్ మీద కూడా నియంత్రణ సాధించవచ్చు. ఇదంతా కేవలం ప్రాణాయామం ద్వారా మాత్రమే సాధ్యమౌతుంది.**

ఇంతేకాదు ఈ ప్రాణాయామం ద్వారా హైపోథాలమస్‌ని మాత్రమే కాక అంతస్రావ గ్రంథులను నియంత్రించే పిట్యూటరీ గ్రంథిని కూడా నియంత్రించవచ్చు. ఈ పిట్యుటరి గ్రంథి నుండి వచ్చే అంతస్రావాలే హార్మోన్స్ రూపంలో మానవుని శారీరిక, మానసిక స్థితులకు కారణభూతమౌతాయి. ఇందువల్ల మనకు తెలిసేదేమిటంటే ప్రాణాయామం ద్వారా మానసిక ఆరోగ్యాన్ని ఉన్నతంగానూ, దృఢంగానూ తయారుచేసుకోవచ్చు.

ప్రాణాయామం ద్వారా ఊపిరితిత్తులను మంచి ఆక్సిజన్ కూడిన శుద్ధవాయువుతో నింపవచ్చు. దాని వల్ల శుద్ధరక్తము శరీరమంతటా ప్రవహిస్తుంది. ఈ విధంగా సరైన మోతాదులో శరీరానికంతటికి ఆక్సిజన్ అందడం వల్ల శరీరంలోపలి క్రియలన్నీ సజావుగా సాగుతాయి. మస్తిష్కము శాంతంగా, అలసట లేకుండా చింతారహితంగా వుంటుంది.

ఇందులో ముందుగా మనం నాడీశోధన ప్రాణాయామం గురించి తెలుసుకుందాము. దీనివల్ల మన శరీరంలోని నాడులన్నింటిలోనూ ప్రాణప్రవాహము సజావుగా సాగుతుంది. ఈ ప్రభావం వ్యక్తి యొక్క ఆలోచనలు, భావనల మీద ఉంటుంది. తద్వారా వ్యక్తి పరిపూర్ణమైన పరిపక్వస్థితి పొందగలుగుతాడు. ఆ స్థితిలో నిరాశ, చింత అనేవి మనిషిని ఆవరించవు.

సింపథిటిక్ నెర్వస్‌సిస్టమ్ అధికంగా క్రియాన్వితము కావడం వల్ల శ్వాసక్రియ, హృదయస్పందన, నాడీచలనము, రక్తప్రసరణ అన్నీ పెరుగుతాయి. పారాసింపథిటిక్ నెర్వస్‌సిస్టమ్

అపజయాలకు కారణం మనలో శక్తిలేకపోవడం కాదు.

క్రియాన్వితము కావడంవల్ల వ్యవహారాలన్నీ మందకొడిగా సాగుతాయి. ప్రాణాయామం ద్వారా శ్వాసను నియంత్రిస్తూ హృదయస్పందనను, వేగస్ అనే నాడిని నియంత్రణలోకి తీసుకురావచ్చు. దీనివల్ల సంపూర్ణ నాడీమండలమంతా మన అధీనంలోకి వచ్చేస్తుంది. ఉద్విగ్నతలు, క్రోధం, అలసట, చింత వంటివి మన దగ్గరికి కూడా రావు.

రకరకాల వైజ్ఞానిక అధ్యయనముల ద్వారా మనకు తెలిసిదేమంటే శరీరంలోని ఎడ్రినల్ మెడుల్లా అనే గ్రంథి నుండి స్రవించే ఎపినోఫ్రిన్, కార్టిజోల్ వంటి హార్మోన్లు చింతకు కారణాలు. గోల్డన్ మరియు గిల్‌మోర్ (1990) ఇలా చెప్పారు – ఎపినోఫ్రిన్ అధికంగా స్రవిస్తే మానసిక చింత ఎక్కువౌతుంది. సమస్యలకు సమాధానము లభించక అది ఇంకా ఎక్కువై నిరాశ, డిప్రెషన్‌కు దారితీస్తుంది.

నాడీశోధన, కపాలభాతి క్రియలను ప్రతిరోజూ అభ్యాసము చేస్తే మెదడులో రక్తప్రసరణ సక్రమంగా ఉంటుంది. హైపోథలామస్ వైపుగా రక్తప్రసరణ జరుగుట చేత పియూష గ్రంథిపై (పిట్యూటరీ గ్రంథి) మంచి ప్రభావము పడుతుంది. అందుచేత వ్యక్తిలో హార్మోన్లు సమతుల్యస్థితిలో ఉంటాయి. చింత అనేది ఇంక ఉండదు.

ఆచార్య పండిత శ్రీరామశర్మగారు ఇలా చెప్పారు – యోగగ్రంథాలలో చెప్పిన ప్రకారము మానవుని శరీరంలో 72,000 నాడులున్నాయి. వీటిలో 14 ముఖ్యమైనవి. అందులో మూడు మరీ ముఖ్యమైనవి. అవి ఇడ, పింగళ, సుషుమ్న. మన శరీరంలో సూక్ష్మకేంద్రీయ నాడీమండలము మస్తిష్కమును, మేరుదండము కలసి తయారవుతుంది. ఈ రెండింటిని మెడుల్లా అబ్లాంగేటా కలుపుతుంది. ఈ సంస్థానానికి శ్వాస ప్రశ్వాసల ప్రక్రియతో నేరుగా సంబంధముంటుంది. మస్తిష్కము, మేరుదండము రెండింటిలోను సెరిబ్రోస్పైనల్ ఫ్లూయిడ్ అనే పేరుగల ద్రవము ప్రవహిస్తూ ఉంటుంది. ఈ మేరుదండములో బోలుగా వున్న ప్రదేశములోనుండి బ్రహ్మనాడి మూలాధారము నుండి సహస్రారము వరకు ప్రవహిస్తుంది. మహాయోగవిజ్ఞానము ప్రకారము మలినములతో నిండిన నాడులు ప్రాణవాయువును నిరోధిస్తాయి. ఈ స్థితిలో ప్రాణాయామం ఫలితములనివ్వదు. అందుచేత ముందుగా నాడీశోధన ప్రాణాయామము చేయాలి.

నాడీశోధన ప్రాణాయామం చేయడం వల్ల మెదడులో ఉన్న రెండు హెమీస్ఫియర్ క్రియల్లో సంపూర్ణ సామరస్యము సాధించ బడుతుంది. అప్పుడు నాసికారంధ్రాలలో ఉన్న ప్రాణవాయువు సంతులితస్థితిని పొందుతుంది. ఈ సామ్యస్థితి వల్ల శరీరములోని అన్ని కోశాలకు, అంగాలకు ప్రాణశక్తి సమానంగా పంచబడుతుంది. దీనివల్ల చింత, డిప్రెషన్ దూరమౌతాయి.

ఊపిరితిత్తుల్లో 30కోట్ల కంటే ఎక్కువ వాయుకోశాలుంటాయి. మమూలుగా శ్వాస తీసుకుంటే ఇవి పూర్తిగా ఉపయోగంలోకి రావు. అలాకాక కపాలభాతి అభ్యాసం చేసినపుడు ఊపిరితిత్తుల లోకి గాలి లోతుగా పోయి ఊపిరితిత్తుల పనితనాన్ని పెంచుతుంది.

కపాలభాతితో శ్వాస–ప్రశ్వాసల క్రియ తీవ్రంగా, బలంగా ఉంటుంది. అది నాడీవ్యవస్థను ఇంకా బాగా పనిచేసేట్లు చేస్తుంది. కపాలభాతి వల్ల రక్తప్రసరణ ప్రక్రియ ఉత్తేజితమవుతుంది. అందువల్ల మస్తిష్కమునకు శుద్ధమైన రక్తము చక్కగా సరఫరా అవుతుండటంతో మస్తిష్కము శాంతంగా, జాగరూకతతో వుంటుంది.

ఇంతేకాక ప్రాణాయామము అభ్యసించడం వల్ల న్యూరోట్రాన్స్‌మీటర్స్ మీద మంచి ప్రభావముంటుంది. ప్రాణాయామముతో హైపోథాలమస్ బాగా పనిచేస్తుంది. అందువల్ల ఉద్దీపితమైన సింపథిటిక్ నెర్వస్‌సిస్టమ్ నుండి స్రవించే న్యూరోట్రాన్స్‌మిటర్ స్రావాలు ప్రభావితమౌతాయి. ఈ సందర్భంగా రక్తములో నారఎపినెఫ్రిన్ శాతం తగ్గిపోయి డోపామైన్ శాతం పెరుగుతుంది. ఇది మస్తిష్కం నుండి స్రవించే న్యూరోట్రాన్స్‌మీటర్. ఇది ప్రసన్నతను, ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది.

తుదినిర్ణయము

ఈనాడు సమాజంలోని వ్యక్తులలో పెరుగుతున్న డిప్రెషన్స్‌కి ముఖ్యకారణము పనికిరాని ఆలోచనలకు హద్దు, నియంత్రణ లేకుండా పోవడం. వీటికి, మనస్సుకి, ప్రాణానికి దగ్గర సంబంధముంది. ఆలోచనలపై నియంత్రణ తెచ్చుకోవాలన్నా, ఉన్నతంగా ఎదగాలన్నా ప్రాణాయామమే అన్నింటికంటే శ్రేష్ఠమైన మార్గము. దీనిని అభ్యసించుట వల్ల వ్యక్తి యొక్క శారీరిక, మానసిక ఆరోగ్యం మాత్రమే కాక మానసిక శాంతి, ప్రసన్నత, ఉత్సాహము, విశ్వాసము కూడా అభివృద్ధి చెందుతాయి. కానీ సంయమములేని జీవితము గడుపుతూ ప్రాణాయామాన్ని అభ్యసించినా ఫలితము లభించదు. యోగపరమైన జీవితం గడుపుతూ ప్రాణాయామాన్ని అభ్యసిస్తే మానసిక సమస్యలు తీరడమేకాక మానసికమైన సామర్థ్యం పెరిగి వ్యక్తిలో ఆధ్యాత్మిక వికాసము కూడా కలుగుతుంది.

– అఖండజ్యోతి, మార్చి 2009

అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

ఆత్మవిశ్వాసం పెంచుకుంటే శక్తికూడా పెరుగుతుంది.

ప్రతికూల పరిస్థితులను ప్రతిభతో ఎదుర్కోవాలి

ప్రగతి పథంలో ముందుకు సాగేందుకు మార్గంలో ఎదురయ్యే విఘ్నాలను, ఆటంకాలను సాహసంతో ఎదుర్కొవలసి వస్తుంది. కష్టాలను చూసి భయపడితే వారు లక్ష్యం చేరుకోవటం సందేహస్పదమే ఔతుంది. కానీ ప్రతికూల పరిస్థితులతో పోరాడుతూ, వారి యోగ్యతకు, ప్రతిభకు పదునుపెడ్తూ ముందుకు సాగేవారికి గౌరవం, శ్రేయస్సు, విజయం లభించటంలో ఎటువంటి సందేహం లేదు. ప్రపంచంలోని వైజ్ఞానికులు, పరిశోధకుల నుండి మహాపురుషుల వరకు చాలా మంది వారి జీవిత కాలంలో కష్టతరమైన పరిస్థితులను ఎదుర్కొనవలసి వచ్చింది.

విశ్వవిఖ్యాత జ్యోతిష్య శాస్త్రవేత్త, ఖగోళ శాస్త్రజ్ఞుడు ఎరిగ్మే చాలా దుర్భర పరిస్థితులలో పెరిగి పెద్దవాడయ్యాడు. చిన్నతనంలో ఎంతో కష్టపడి పనిచేస్తేనే రెండు పూటలా తినడానికి రొట్టె లభించేది. కుటుంబభారంఅంతా అతని పైనే ఉండేది. ఇటువంటి పరిస్థితులలో స్కూలుకు వెళ్ళే అవకాశం కూడా చాలా తక్కువగా ఉండేది. ముందుకు సాగాలని, శ్రేష్ఠతను పొందాలనే కోరిక ఎల్లవేళలా కుదిపేస్తున్నప్పటికి దారిద్ర్యం వలన ఆహార సంపాదనలోనే నిమగ్నమై ఉండాల్సి వచ్చేది. బాల్యం అంతా ఇటువంటి సందిగ్ధావస్థలో గడుపుతుంటే అతని యోగ్యతను ఎలా పెంచుకోగల్గుతాడు? ఏదో విధంగా ఒక పుస్తకాలు అమ్మేచోట పాత పుస్తకాలను బైండు చేసే పని లభించింది. ఒక రోజు పాత పుస్తకం బైండు చేస్తుంటే ప్రక్కన ఉంచిన చెత్తకాగితాల కుప్పపై చేతి రాత కల్గిన ఒక కాగితం ముక్క కనపడింది. అతను దానిని తీసి చదవడం ప్రారంభించాడు. అది ఒక ఉత్తరానికి నకలు. డి.ఎ.లంబర్ట్ అనే వ్యక్తి అతని మిత్రులెవరికో రాసినది. అందులో ఇలా రాసి ఉంది. **ముందుకు సాగండి. శ్రీమాన్ ముందుకు సాగండి. మీరు ముందుకు సాగుతుంటే మీ కష్టాలు వాటంతట అవే దూరంగా పోతుంటాయి. ఆ కష్టాలు – బాధల మధ్య నుండే వెలుగు ఉదయించి, ఆ తర్వాత కాలంలో మీ మార్గాన్ని వెలుగులోకి తెస్తుంది.**

ఎరిగ్మేకు ఈ వాక్యాలు మార్గదర్శకమయ్యాయి. అతని జీవితంలో కొత్త వెలుగు లభించింది. దుకాణంలో మరమ్మత్తుకు వచ్చిన పుస్తకాలన్నింటినీ అతను చదివేవాడు. దీని ఫలితంగా అతను విశ్వవిఖ్యాతిని పొందిన జ్యోతిష్యవేత్త, ఖగోళవేత్త, వివిధ విషయాలలో విద్వాంసుడయ్యాడు.

నిజానికి ప్రతికూలత, విపత్తులు, జీవితంలో ఎదురయ్యే పరీక్షలవలనే మానవుల వ్యక్తిత్వ రూపురేఖలు స్పష్టమౌతాయి. వీటిని పరిష్కరించుకోవాలనే ఇచ్ఛాశక్తి ప్రబలమై, గొప్ప కార్యసాధనకై శక్తి లభిస్తుంది. కష్టతరమైన పరిస్థితులలో మానవులలోని ఆంతరంగిక శక్తులు ఏకీకృతమై సంఘటితమై పనిచేస్తాయి. జీవితంలోని కష్టాల నుండి బయటపడతాడు.

అందువలన పరిస్థితులను లెక్కచేయకుండా ఏ వ్యక్తులైతే దృఢ నిశ్చయంతో, పని పూర్తి చేయాలనుకుంటారో, వారు ఎంత కష్టపడవల్సి వచ్చినప్పటికి, వారు వారి లక్ష్యాన్ని సాధించి తీరుతారు. ఈ సందర్భంలో ప్రముఖ గణిత శాస్త్రజ్ఞుడు శ్రీనివాస రామానుజం ఉదాహరణ అందరికి తెల్సిందే. మద్రాసులోని ఒక బీద కుటుంబంలో రామానుజం జన్మించారు. రాయటం–చదవటంలో వెనుకబడి ఉండేవారు. ఆంగ్ల భాషలో మంచి మార్కులు పొందలేని కారణంగా తర్వాత క్లాసులో ప్రవేశం దొరకలేదు. 15 ఏళ్ళ వయస్సులోనే అతని చదువు ఆగిపోయింది. నిరాశతో నిండి ఉన్న ఆ సమయంలో అతని చేతికి కొన్ని గణిత పుస్తకాలు అందాయి. ఈ పుస్తకాల సహాయంతో అతను గణితాన్ని అభ్యసించి, గణితంలో ఎంతో ప్రావీణ్యతను సంపాదించారు. దీనివలన కేంబ్రిడ్జి విశ్వవిద్యాలయం వారు గణిత అధ్యయనానికై ఆయనను ఆహ్వానించారు. తర్వాత కష్టించి పనిచేయటం వలన, ప్రయత్నాల వలన అతని జీవిత పుస్తకంలో విజయమనే అధ్యాయం జోడయ్యింది. ఇప్పుడు ప్రపంచంలో ఎక్కడైనా గణిత శాస్త్ర వికాస చర్చ జరిగితే రామానుజం గారి పేరు ప్రప్రథమంగా వినపడుతుంది. అల్పాయుష్కుడైనప్పటికి తన విలక్షణ ప్రతిభతో ప్రపంచాన్నంతా ప్రభావితం చేశాడు.

నిజానికి మానవుల జీవితంలో విఘ్నాలు, అడ్డంకులు వారికి పరీక్షలు పెట్టటానికే వస్తాయి. విపరీత పరిస్థితులలోనే వ్యక్తిత్వానికి ప్రతిభ, పరిపక్వత ఏర్పడతాయి. లయన్స్ నగరంలో ఒక విందు ఏర్పాటు చేయబడింది. నగరంలోని ప్రముఖ విద్వాంసులు, సాహిత్యకారులు, కళాకారులు ఆహ్వానింపబడ్డారు. ప్రాచీన గ్రీకు పౌరాణిక కథా చిత్రాలకు సంబంధించిన చిక్కును విడదీయటం ఎవరి వల్లా కాలేదు అప్పుడు ఆ గృహా యజమాని తన నౌకరును పిలిచి ఆ చిక్కును విడదీయమని కోరాడు. ఆహ్వానితులందరూ ఆ నౌకరు ఏం సమాధానం చెప్పగలడా అని ఆశ్చర్యపోయారు.

మనమీద మనకు విశ్వాసం ఉంటే శక్తి మనకు అండగా ఉంటుంది.

కానీ ఆ నౌకరు ఇచ్చిన తార్కిక వివరణ కేవలం వివాదాన్ని పరిష్కరించటమే కాక అతని తార్కికమైన ఆలోచనా విధానాన్ని విని అక్కడున్న విద్వాంసులందరూ ఆశ్చర్యపోయారు. వారిలో ఒక విద్వాంసులు నౌకరును ''మహాశయా, మీరు ఏ విశ్వవిద్యాలయంలో విద్య నేర్చుకున్నారని" అడిగాడు. నౌకరు ఎంతో వినమ్రతతో ''అయ్యా నేను చాలా స్కూళ్ళలో విద్యనేర్చుకున్నాను. కానీ నా పై అధికంగా ప్రభావం చూపిన చదువు 'విపత్తి' అనే పాఠశాలలో నేర్చుకున్నది. విపత్తులతో యుద్ధం చేసిన ఈ బాలుడే తర్వాత కాలంలో జీన్ బాక్ రూసో పేరుతో ప్రఖ్యాతి పొందాడు. ఇతని విప్లవాత్మకమైన ఆలోచనా సరళి ప్రజాతంత్ర ఆవిర్భావానికి కారణమైంది.

సుప్రసిద్ధ విద్వాంసుడు విలియమ్ కాబెట్ తన ఆత్మకథలో ప్రతికూల పరిస్థితులే మానవుల వికాసానికి ముఖ్య సహచరి అని, ఈ రోజున నేను ఏ కొంచెమైనా సాధించానంటే కష్టపరమైన పరిస్థితుల కారణంగానే జరిగింది అని వ్రాశాడు.

ఇదే విధంగా కార్ల్‌మార్క్స్ కూడా బీదరికంలోనే జన్మించాడు. చనిపోయేవరకూ సంకటాలు అతనిని వదలలేదు. ఇటువంటి కటిక దారిద్యంలో కూడా అతను తన ఆలోచనా సాధనను కొనసాగిస్తూ సమాజంలో నూతన వ్యవస్థ కమ్యూనిజంను ప్రతిపాదించాడు. జీవితమంతా సంఘర్షణ కొనసాగిస్తూ 'కాపిటల్' వంటి విశ్వవిఖ్యాత గ్రంథాన్ని రచించాడు. ఈ పనిలో ఆయన భార్య మేరి అతనికి పూర్తి సహకారాన్ని అందించింది.

పరిస్థితులు అనుకూలించకపోయినా, తగిన సాధన-సంపత్తి లేకపోయినా, బీదరికంలో ఉన్న పిల్లలు విద్వాంసులు, జ్ఞానులు, మహనీయులుగా మారినవారు మన భారతదేశ చరిత్ర పుటలలో ఎంతో మంది కనిపిస్తారు. జ్ఞానేశ్వర్, తుకారామ్, కాళిదాసు, సూరదాసు, తులసీదాసుల నుండి విద్యాసాగర్, ప్రేమ్‌చంద్, మహావీర్‌ప్రసాద్ ద్వివేది, నిరాలా మొదలైన వారి జీవితాన్ని పరిశీలించినట్లయితే కష్టాలు, విపత్తుల సజీవ చరిత్ర లభిస్తుంది. వారు ఈ సంకటాలకు కొంచెం కూడా లెక్కచేయకుండా వారి మార్గంలో స్థిరంగా నిరాటంకంగా ముందుకు సాగారు. ఫలితంగా విజయాన్ని సాధించి అభినందనీయులైనారు.

ఆపదలు, కష్టాలు మానవ జీవితానికి పదునుపెడ్తాయి. వీటితో పోరాడి విజయం పొందటం వలన ఏర్పడిన ఆత్మబలం ఒక అమూల్య సంపద అవుతుంది. దీనిని పొందటం అపార సంతోషాన్ని కల్గిస్తుంది. అవరోధాలను ఎదుర్కోవటం అనేది జీవితంలో ఒక ఉత్సాహాన్ని, వేగాన్ని, ఉత్పన్నం చేస్తుంది. అది మార్గంలో ఏర్పడే ముళ్ళ చెట్లను నరికి దూరం చేస్తుంది.

స్వామి వివేకానందుని జీవితం ఇందుకు ప్రమాణం. అతని తండ్రి చనిపోయిన తర్వాత నరేంద్రుడు అనేక విపత్తులను ఎదుర్కొనవలసి వచ్చింది. చాలా రోజుల వరకు ఆకలితోనే పడుకోవలసి వచ్చేది. ఉద్యోగం కోసం ఎంత తిరిగినప్పటికి ఫలితం లభించలేదు. సన్యాసం పుచ్చుకొన్న తర్వాత కష్టాలు అవరోధాలు ఇంకా ఎక్కువైనాయి. అమెరికాలోని చికాగో పట్టణంలో జరిగే సర్వధర్మ సమ్మేళనంలో పాల్గొనేందుకు వెళ్లినపుడు మొదటి రోజున చాలా కష్టంతో గడపవలసి వచ్చింది. బోస్టన్ నగరంలోని హోటల్‌లో రాత్రి గడిపేందుకు వెళ్ళి మెట్ల మీద కాలు పెట్టంగానే కాపలావాడు నల్ల భారతీయుడని వెళ్ళగొట్టాడు. రోడ్డు మీదకు వస్తే మంచు పడ్తోంది. ఆకలి దప్పులతో ఎక్కడకు వెళ్ళాలి? కళ్ళముందు చీకటి అలుముకుంది. పాదాలు కూడా ముందుకు సాగేందుకు నిరాకరించాయి. కానీ ఏం చేస్తాడు? కానీ ముందుకు సాగటమే లక్ష్యంగా నిర్ణయించుకుని, అతను ముందుకుసాగుతూ, ఒక మూతబడిన రైల్వే గోదాం బైటపడి ఉన్న ప్యాకింగ్ పెట్టెలో దూరి రాత్రి అంతా గడిపాడు. ప్రొద్దున బైటకు వస్తే చలితో గడ్డకట్టిన శరీరం స్పృహ కోల్పోయింది. ఒక మహిళ అతనిని ఆమె ఇంటికి తీసుకువెళ్ళి భోజనం పెట్టి, వెచ్చని బట్టలను ఇచ్చింది. రెండవ రోజు అతను వెళ్ళవలసిన ప్రదేశానికి పంపించింది. ఆ రోజు 11 సెప్టెంబరు 1893 అక్కడ వేలమంది శ్రోతలు అతని ఉపన్యాసం విని మంత్రముగ్ధులైనారు. ప్రపంచంలోని మహా పురుషులందరూ కష్టతరమైన పరిస్థితులలోనే పుట్టి పెరిగారని దీని అర్థం కాదు. సంపన్న కుటుంబాలలో పుట్టి, పెరిగి మహాపురుషులైన వారు ఎంతమందో ఉన్నారు. వారు కావాలనుకుంటే ఎటువంటి కష్టం లేకుండా, ఆ పరిస్థితులలోనే ఉండి పనిచేయగలిగేవారు. కానీ వారు ఆ విధంగా చేయక స్వచ్ఛందంగా ఇబ్బందికరమైన పరిస్థితులనే వరించారు. బుద్ధుడు, మహావీరుడు, అరవిందుడు, గాంధీ మొదలైన మహాపురుషులు కంటకాయుతమైన మార్గం ఎన్నుకున్నారు. సంకటాలపై సంకటాలు వచ్చినప్పటికి, వారు పట్టుదలతో వాటిని ఎదిరిస్తూ వారు చేరవలసిన మార్గం వైపుగా ముందుకు సాగారు. చివరలో వారి ఉద్దేశ్యాలను నెరవేర్చు కోవటంలో విజయులయ్యారు.

ప్రతికూల పరిస్థితుల మధ్యన, కష్టాల మధ్యన కూడా ప్రగతి సాధించవచ్చని అనేక ఉదాహరణలు మనకు తెల్పుతాయి. సుఖం, సమృద్ధి, ప్రతిభ, కీర్తి, యశస్సు కష్టపడటం వలనే లభిస్తాయని ఎప్పుడూ గుర్తుంచుకోవాలి.

– *అనువాదం: శ్రీమతి నిర్మల*

ధైర్యంతో సంకట పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటే అదనపు శక్తిని ఉత్పత్తి చేసుకొనవచ్చు.

చికిత్సా విజ్ఞానము యొక్క దృష్టితో గ్రహ - జ్యోతిష్య అధ్యయనం

భవిష్యత్తు వర్తమానంలోకి వచ్చినప్పుడు దాని అడుగుల సవ్వడి వినవస్తుంది, దాని తాలూకూ సంకేతాలు లభిస్తాయి. జ్యోతిష్యశాస్త్రం ఈ సవ్వడినీ, సంకేతాలనూ గుర్తించగలదు. ఇలా గుర్తించడంలో పలు తత్త్వములు, రహస్యములు ఇమిడి ఉంటాయి. ఇందులో భూతకాలానికి చెందిన కర్మలు, వర్తమానం యొక్క స్థితి, భవిష్యత్తుకు చెందిన ఊహలు - ఈ మూడూకూడా ఏకకాలంలో కూర్చబడివుంటాయి. ఈ విషయాన్ని జ్యోతిష్యశాస్త్రం తనదైన రీతిలో, విశిష్టమైన పదాలతో ప్రతిపాదిస్తుంది. ఇది జీవితంలో ఎదురయ్యే ప్రతికూలతలకు కారణాలను అన్వేషిస్తుంది, దానికి తగు సమాధానాన్ని మన ముందుంచుతుంది. దీని సమాధానాలు కూడా చాలా విలక్షణంగా ఉంటాయి.

జ్యోతిష్యం అంటే 'ప్రకాశం లేదా కాంతి' అని అర్థం. భూతకాలమనే పొగమంచులో కప్పబడి ఉండే కారణాలను సాక్షాత్కరింపజేసి, వానికి సమాధానాలు వెదికిపెట్టగలిగేదే 'జ్యోతిష్యం'. వర్తమాన జీవితాన్ని సుఖసమృద్ధులతో సమున్నతంగా తీర్చిదిద్దడమే దీనియొక్క లక్ష్యం. ఐతే అసలు దీని అవసరం ఉన్నదా, ఉంటే ఎంతవరకూ? అన్న ప్రశ్నకు; జ్యోతిష్య శాస్త్రజ్ఞులు సవివరంగా తమ అభిప్రాయాన్ని ఈ క్రిందివిధంగా వెల్లడిస్తున్నారు.

'ఈ యావత్ సృష్టి ఘనిష్ఠమైన శక్తియొక్క ఒక మహాపిండం. బ్రహ్మాండంలో ప్రవహించే ఈ శక్తి అఖండమైనది, విభజించలేనిది. దీనియొక్క రూపం మాత్రమే మారుతూ ఉంటుంది. విభిన్న తలాలలో, స్థాయిలలో, దీని ఆకృతి, స్వరూపాలు మాత్రమే రూపాంతరం చెందుతాయి. మూలరూపంలో ఇది ఒక్కటే, కాని దీనియొక్క రూపములో భేదములు అనేకం ఉన్నాయి. దీనియొక్క లోతుల లోలోపల మనందరం అవిచ్ఛిన్నరూపంలో ఒకరితో ఒకరం జోడింపబడి ఉంటాం. ఈ జోడింపబడటమనేది నిశ్చయమైనదా, అనిశ్చియమైనదా? ఎప్పుడు? ఏవిధంగా? శక్తియొక్క ఈ మహాపుంజంలో మన స్థితి ఏవిధంగా ఉంది? మనం ఎక్కడ నిలబడివున్నాం?' ఈ ప్రశ్నలన్నింటికీ సమాధానంగా జ్యోతిషశాస్త్రం ఉద్భవించింది.

జ్యోతిష్యశాస్త్రం ఉదయిస్తూనే బ్రహ్మాండంలో మానవుని స్థితిని ఆకళింపుచేసుకుంది. వెనువెంటనే మానవ శరీరంలో బ్రహ్మాండంలోని తత్త్వాలన్నింటిని గుర్తించింది. జ్యోతిషశాస్త్రంలో శక్తి ప్రవాహాన్ని 9, 12, 27 భాగాలుగా విభజించడం జరిగింది. ఇవే నవగ్రహాలు, ద్వాదశరాశులు, 27 నక్షత్రాలుగా భావించబడుతున్నాయి. ఇవి మానవీయ చేతనత్వంతో సంబంధం కలిగివుంటాయి. ఈ సంబంధం - సూత్రాల ఆధారంగానే జ్యోతిష్యశాస్త్రం అవతరించింది. జ్యోతిష్యం బ్రహ్మాండీయశక్తిని, మానవ శరీరంలో విభిన్న భాగాలలో స్థాపించింది. ఆయుర్వేదం ఈ గ్రహాలతోపాటు మానవ ప్రకృతిని అనుసంధానించింది. ఈ ప్రకారంగా ఆయుర్వేదం, జ్యోతిష్యం -- ఇవి రెండూ మూల రూపంలో సహజంగానే అవిచ్ఛిన్నమైన సంబంధాన్ని కలిగి ఉంటాయి. అందుచేతనే గ్రహాల ప్రతికూలతను ఉపశమింప జేయటానికి ఆయుర్వేద వనమూలికలను ఉపయోగించడం వాడుకలో ఉంది.

డాక్టర్ కె.యస్. చరక్‌గారు తాను వ్రాసిన 'ఎసెన్షియల్ ఆఫ్ మెడికల్ అస్ట్రాలజీ' అనే ప్రసిద్ధ గ్రంథంలో ఈ సత్యాన్ని వ్యాపకమైన, విస్తృతమైన రీతిలో ప్రతిపాదించారు. ఆయుర్వేద సిద్ధాంతాన్ని అనుసరించి వ్యాధులు ప్రకృతిలో జరిగే మూడువిధములైన అసంతులనం వల్ల కలుగుతాయి. అవి వాతం, పిత్తం, కఫం అనే త్రిదోషాలు. వాతం ప్రకోపించినప్పుడు నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కీళ్ళలో నొప్పి ఈ తత్త్వం వల్లనే కలుగుతుంది. పిత్తంలో దోషాలు ఏర్పడినప్పుడు జ్వరం, కాలేయం, గాల్‌బ్లాడర్‌కు సంబంధించిన సమస్యలు ఎక్కువగా వస్తూ ఉంటాయి. కఫం వల్ల శ్వాససంబంధమైన రోగాలు, చలి, ఆస్థమా మొదలైన ఇబ్బందులు తలెత్తుతు ఉంటాయి. జ్యోతిష్యశాస్త్రమునునుసరించి 'సూర్యుడు, కుజుడు' ఈ రెండు గ్రహాలు పిత్త ప్రకోపాన్ని కలిగిస్తాయి. చంద్రుడు శీతలగ్రహంగా భావించబడుతున్నాడు. ఈ గ్రహం కఫం, స్వల్పంగా పిత్తంతో సంబంధం కలిగియుంటుంది. బుధుడు, వాతం, పిత్తం, కఫం-- ఈ మూడింటినీ ప్రకోపిస్తాడు. బృహస్పతి కఫాన్ని, శుక్రుడు వాతపిత్తములనూ అధికం చెయ్యగా; శని వాతతత్త్వమును ప్రభావితం చేస్తాడు.

సాధారణంగా బృహస్పతి, బుధుడు, శుక్రుడు, చంద్రుడు -- ఈ నాలుగూ శుభగ్రహాలుగానూ; సూర్యుడు, కుజుడు, శని, రాహు-కేతువులు అశుభగ్రహాలుగానూ భావించ బడుతున్నాయి. ఈ అశుభగ్రహాలే రోగకారక గ్రహాలుగా చెప్పబడుతున్నవి. అనుకూల గ్రహస్థితి లేనప్పుడు అన్ని గ్రహాలూ తమతమ దుష్ప్రభావాన్ని చూపిస్తాయి. అలాంటి సమయంలో

ఆలోచనలలో చోటుచేసుకున్న మాలిన్యాన్ని పశ్చాత్తాపంతో కడిగివేయవచ్చు.

అశుభగ్రహాలనుండి ఎదురయ్యే వ్యతిరేకత మరింత అధికంగా ఉంటుంది. గ్రహాలయొక్క విభిన్న స్థితులు, సమయ విశేషాన్ని అనుసరించి 'దశ' అని పిలువబడతాయి. విశ్నోత్తరి, యోగిని అనే రెండు దశలుగా విభజించబడతాయి. విశ్నోత్తరి దశయొక్క సంపూర్ణ సమయం 120 సంవత్సరాలుకాగా; యోగినిదశ యొక్క కాలపరిమితి 36 సంవత్సరాలు. సూర్యుడు 6 సంవత్సరాలు, చంద్రుడు 10 సంవత్సరాలు, కుజుడు 7 సంవత్సరాలు, రాహువు 18 సంవత్సరాలు, కేతువు 8 సంవత్సరాలు, శని 19 సంవత్సరాలు, బృహస్పతి 16 సంవత్సరాలు, బుధుడు 17 సంవత్సరాలు, శుక్రుడు 20 సంవత్సరాలు తమ తమ దశాసమయంలో కొనసాగుతారు. విశ్నోత్తరిదశలో మరల మహాదశ, అంతర్దశ, ప్రత్యంతర్దశ అనే మూడు భాగాలు ఉంటాయి. యోగినిదశలో చంద్రుడు 1 సంవత్సర కాలం, సూర్యుడు 2 సంవత్సరాలు, బృహస్పతి 3 సంవత్సరాలు, కుజుడు 4 సంవత్సరాలు, బుధుడు 5 సంవత్సరాలు, శని 6 సంవత్సరాలు, శుక్రుడు 7 సంవత్సరాలు, రాహుకేతువులు 8 సంవత్సరాల కాలం తమ స్థానంలో ఉంటారు. వీటన్నింటి యొక్క సంపూర్ణ సమయమైన 36 సంవత్సరాలను 'యోగినిదశ యొక్క పూర్ణావధి' అని చెప్పడం జరుగుతుంది.

నవగ్రహాలకూ తమతమ ప్రత్యేక రాశులు ఉంటాయి. సూర్యునికి-సింహం; చంద్రునికి-కర్కాటకం; కుజునికి- మేషం, వృశ్చికం; బుధునకు-మిథునం, కన్య; బృహస్పతికి-ధనస్సు, మీనం; శుక్రునికి-వృషభం, తుల; శనికి-మకరం, కుంభం అని నవగ్రహాలకు వాటి సంబంధిత రాశులు చెప్పబడినాయి. ఆయా రాశులకు ఆ గ్రహాలు అధిపతులుగా ఉంటాయి. ఈ రాశులు మన శరీరంలోని విభిన్న భాగాలలో ఉంటాయి. మేషం-శిరస్సులోనూ; వృషభం-నుదుటిమీద; మిథునం-భుజములు, మెడ, ఛాతి పైభాగంలోనూ; కర్కాటకం-హృదయంలోనూ; సింహం-ఆయాశయం(పొట్ట)లోనూ; కన్య-చిన్నప్రేవులు, భుజం; తుల-పొట్టక్రింది భాగంలోనూ; వృశ్చికం-జననాంగం లోపల; ధనస్సు-తొడలపైన; మకరం-మోకాళ్ళవద్ద; కుంభం-కాళ్ళలో; మీనం-రెండు పాదాలలోనూ తమ ఉనికిని కలిగివుంటాయి. ఎవరి శరీరంలోని విభిన్న భాగాలలో ఈ రాశులు నివసిస్తూ వుంటాయో అతనే కాలపురుషుడు.

ఈవిధంగానే విష్ణుభగవానుడిని శరీరంలోని వివిధ అంగాలలో నక్షత్రాల ఉనికిని గుర్తించారు. వామనపురాణంలో నారదుడు-పులస్త్యుడు మధ్య జరిగిన సంవాదంలో లక్ష్మీపతియైన విష్ణుభగవానుని, నక్షత్ర శరీరునిగా వర్ణించడం జరిగింది. నారదుని కోరికను మన్నించి పులస్త్యఋషి విష్ణుభగవానుని శరీరాన్ని ఈ క్రిందివిధంగా వర్ణించారు. 'మూలా' నక్షత్రం ఆయన రెండు పాదాలలోనూ; 'రోహిణి' రెండు కాళ్ళలోనూ; 'అశ్వని' రెండు మోకాళ్ళలోనూ ఉంటాయి. 'పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ' అను రెండు నక్షత్రాలు ఆయన రెండు తొడలలో ఉండగా; 'పూర్వఫాల్గుణి, ఉత్తరఫాల్గుణి' అనే రెండు నక్షత్రాలు ఆయన జననాంగంలో ఉంటాయి. 'కృత్తిక' ఆయన వెన్నెముక మీద ఉంటుంది, 'పూర్వాభాద్ర, ఉత్తరాభాద్ర' రెండు పార్శ్వములలోనూ; 'రేవతి' చంకలలోను (arm pits) ; 'అనూరాధ' హృదయంలోనూ; 'ధనిష్ఠ' పృష్ఠభాగంలోనూ (back) ఉంటాయి. విష్ణుభగవానుని భుజముల యందు 'విశాఖ'; అరచేతులలో 'హస్త'; చేతివ్రేళ్ళల్లో 'పునర్వసు'; ముక్కుపుటలయందు 'ఆశ్లేష' అను నక్షత్రాలు ఉంటాయి. 'జ్యేష్ఠ' నక్షత్రం నాలుకయందు; 'శ్రవణం' చెవులయందు; 'పుష్యం' నోటి యందు; 'స్వాతి' దంతములయందు; 'శతభిషం' గడ్డములోనూ; 'భరణి' శిరస్సునందు; 'ఆరుద్ర' వెంట్రుకలలోనూ వెలుగొందుతూ ఉంటాయి. ఈ నక్షత్రాలన్నింటికీ వాటి వాటి ప్రకృతి(స్వభావం) ఉంటుంది. దీని ఆధారంగానే ఇవి భూమిని, మానవ శరీరాన్నీ ప్రభావితం చెయ్యగలవు. గ్రహాలయొక్క దశ ఈ నక్షత్రాల పైననే ఆధారపడి ఉంటుంది.

గ్రహాలయొక్క ప్రతికూలత మానవుడు-వాతావరణం ఈ రెండింటిమధ్య ఉండే శక్తిప్రవాహాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇందులో ఏర్పడే అసంతులనం వలన వివిధ రకాలైన రోగవికారాలు వ్యాపిస్తాయి. సూర్యుడు పిత్త స్వభావాన్ని అధికం చేస్తాడు. కాని ఇది ఎక్కువయినా తక్కువయినా ఏవిధంగా ఉన్నా ఇబ్బందినే కలుగజేస్తుంది. సూర్యుడు-హృదయాన్నీ, పొట్టనూ, ఎముకలనూ, కుడికన్నునూ నియంత్రిస్తాడు. అందుచేత ఈయన దుష్ప్రభావాన్ని చూపించినప్పుడు తలనొప్పి, బట్టతల, చికాకు, జ్వరం, నొప్పులు, మంట, హృదయసంబంధ వ్యాధులు, దృష్టి దోషాలు, ఎముకలకు సంబంధించిన వ్యాధులు, చర్మసంబంధిత సమస్యలు, రక్తప్రవాహంలో తేడాలు, స్పృహతప్పటం, కుష్ఠువ్యాధి మొదలైన రోగాలు సంక్రమిస్తాయి. సూర్యుడు ఆగ్రహించినప్పుడు దుర్ఘటనలు, శత్రువుల వలన భయం, విషం, దొంగతనాలు, పాముకాటు తగలటం వంటి ప్రమాదాలు కలిగే అవకాశమున్నది. చంద్రుడు కఫ స్వభావాన్ని కలిగివుంటాడు. ఆ కఫ స్వభావంలో వాతం కూడ మిళితమైవుంటుంది. అందుచేత చంద్రగ్రహం ప్రతికూలించినప్పుడు మానసిక సమస్యలు తలెత్తుతాయి. భావనాత్మకమైన అసహనములు, చికాకులు, వ్యథలు ఉత్పన్నమౌతాయి. నిద్రలేమి, టి.బి., డిసెంట్రీ, డయేరియా, డ్రాప్సీ, పీలియా, జ్వరం, చర్మరోగాలు, భయం మొదలైనవి పీడిస్తాయి. చంద్ర కుజ గ్రహాల కలయికవల్ల పలురకాలైన స్త్రీల వ్యాధులు తలెత్తుతాయి.

కుజుడు పిత్తకారకుడు. అత్యధికమైన కోపాన్ని, ఉత్తేజతను

ఆలోచనలలో చోటు చేసుకున్న మాలిన్యాన్ని క్షమాగుణంతో తుడిచి వేయవచ్చు.

కలుగజేస్తాడు. ఈయన తల, మజ్జ, పిత్తం, హిమోగ్లోబిన్, గర్భాశయం మొదలగువానిని నియంత్రిస్తాడు. అందుచేత వీటికి సంబంధించిన సమస్తమైన వ్యాధులు కుజదోషం వలన కలుగుతాయి. ప్రమాదాలు, గాయాలు, శస్త్రచికిత్స, మంట, అధిక రక్తపోటు, ఆయుధాలతో దాడి, విషం మొదలగువాటితో నష్టం కలుగజేస్తాడు. బుధుడు త్రిదోషాలను కలుగజేస్తాడు. బుధగ్రహం అనుకూలంగా ఉండటం వలన తెలివితేటలు అభివృద్ధి చెందుతాయి. కానీ వ్యతిరేకపరిస్థితులలో బుధుడు చంద్రునితో కలిసి మానసిక సమస్యలను కలుగజేస్తాడు. బుధుడు చర్మం, ముక్కు, మెడ, ఊపిరితిత్తులు, లలాటం – వీటి అధిపతిగా భావించబడతాడు. ఈయన కీళ్ళల్లో నొప్పులు, మానసిక అసంతులనం, నీచమైన భాష నుపయోగించటం, ఉత్తేజనం ఇంకా ఈ అంగాలకు సంబంధించిన వ్యాధులను ఉత్పన్నం చేస్తాడు. బుధగ్రహం యొక్క స్థితి బాగుండనప్పుడు భయంకరమైన స్వప్నాలు వస్తాయి.

బృహస్పతి కఫరోగాలను కలుగజేస్తాడు. మానవ శరీరంలో పిత్తాశయం, ప్లీహం, పాంక్రియాస్, చెవి, క్రొవ్వు మొదలైన అంశములు ఈయన అధీనంలో ఉంటాయి. ఈ గ్రహం మహాదశలో ఉన్నప్పుడు ఈ అంగాలలో వికృతులు ఏర్పడతాయి. ఊబశరీరానికి బృహస్పతియే ముఖ్యకారకుడు. భయంకరమైన తమోగుణం, జడత్వం ఈయనవలన ఉత్పన్నమౌతాయి. శుక్రగ్రహం వాతం, కఫాలను కలుగజేస్తాడు. కామప్రకోపానికి ఈయన కారకుడుగా భావించబడుతున్నాడు. కళ్ళు, జననాంగం, మూత్రాశయం, అశ్రుగ్రంథులు (కన్నీటి గ్రంథులు lachrymal glands) మొదలైవాటిని నియంత్రిస్తాడు. జలప్రధాన స్వభావమైన ఈ గ్రహం అంతఃస్రావాలను ఉత్పన్నం చేసే గ్రంథులను ప్రభావితం చేయగలదు. తత్ఫలితంగా అన్నిరకాలైన జననాంగ వికృతులు, మూత్రరోగాలు, బద్ధకం, అలసట మొదలగునవి అధికమౌతాయి. శుక్రుని అనుకూలం కావించుకొనడం ద్వారా మానవులు కామవికారాలనుండి విముక్తులు కాగలరు.

శని కఫప్రవృత్తిని కల్గినవాడు. ఛాతి, కాళ్ళు, పాదాలు, నరాల వ్యవస్థ, మలద్వారం మొదలైనవాటి అధిపతి. ఈయన యొక్క దుష్ప్రభావం వలన అత్యంత ఘాతకమైన అసాధ్యమైన వ్యాధులు కలుగుతాయి. క్యాన్సర్, పక్షవాతం, ట్యూమర్, అలసట, మనోవ్యాధులు మొదలైన వ్యాధులకు శని కారకుడు. రాహు–కేతువులు రెండూ ఛాయాగ్రహాలుగా చెప్పబడుతున్నవి. కుష్ఠు, అల్సర్, ఎన్నటికి నయంకాని జబ్బులు, ఏదో తెలియని భయం మొదలైనవి రాహుగ్రహ దుష్ప్రభావ కారణంగా కలుగుతాయి. పాముకాటుకూడా ఈయన వల్లనే కలుగుతుంది. జీవితాన్ని నరకప్రాయంగావించే కాలసర్పయోగమునకు ఈయనే ముఖ్యకారణం. రాహువు చంద్రునితో కలిసి పలువిధాలైన ఫోబియాలను కలుగజేస్తాడు. కేతువుకూడా జీవితాన్ని భయంకరమైన పరిస్థితులలోకి నెట్టివేస్తాడు. ఈయన కారణంగానే పలువిధాలైన వ్యాధులు కలుగుతుంటాయి. కేతువుకూడా కుజుని వల్లనే శస్త్రచికిత్సకు అవసరమయ్యే పరిస్థితులను ఉత్పన్నం చేస్తాడు.

ఈ ప్రకారంగా గ్రహదశలను గమనించి చూస్తే ఇవన్నీకూడా మానవునికి, మానవ జీవితానికి భయంకరమైన శత్రువులుగా పరిగణించబడతాయి. ఐతే వాస్తవం మరొకవిధంగా ఉంటుంది. ఇవి అనుకూలంగా ఉన్నప్పుడు మానవజీవితం సుఖసమృద్ధులతో గౌరవనీయంగా ఉంటుంది. శనిగ్రహస్థితి బాగునప్పుడు ఆయన 'మనిషిని రాజును' చేస్తాడు. బృహస్పతి అభిప్రాయాలను శుద్ధం గావిస్తాడు. శుక్రుడు కామవికారాలను తొలగింపచేయగలడు. చంద్రుడు మానసికశాంతిని, స్థిరత్వాన్ని ప్రసాదిస్తాడు. 'రాహుస్థితి' సరిగ్గావుంటే 'నిగూఢమైన జ్ఞానమనే ఖజానాయొక్క తాళాన్ని' మనకు అందజేస్తాడు. ఈయన మనలను దేశ–విదేశాలలో సంచారం చేయిస్తాడుకూడా!

సూర్యుడు గ్రహాధిపతి. ఈయన మంచిదశలో ఉంటే మిగిలిన అన్ని గ్రహాలనూ నియంత్రించి సరియైన పరిస్థితులలో నియమిస్తాడు. ఈయన సమస్త పాపాలను దహించి భస్మీపటలం గావిస్తాడు. మానవుడిని ఆధ్యాత్మిక పథం వైపు పురోగమింపజేస్తాడు. కానీ ఇది ఎలా సాధ్యమౌతుంది? వ్యతిరేకపరిస్థితులను తొలగించి, అనుకూలతను అభివృద్ధి చేసేందుకు మార్గమేది? చాలా సరళమైన, ఎటువంటి ఇబ్బందులూ లేని మార్గమున్నది. మంచి నిపుణుడైన మార్గదర్శకుని సారథ్యంలో వ్యక్తి వర్తమాన సమయంలోని మహాదశ, అంతర్దశ, ప్రత్యంతర్దశలలో పరిభ్రమించే గ్రహాలకు చెందిన ఉచితమంత్రాలు లేదా **గాయత్రీమంత్రాన్ని గురువుయొక్క అనుశాసనంలో జపించడం వల్ల ఆశ్చర్యకరమైన ఫలితాలను సాధించవచ్చు.** 'గ్రహాలకు సంబంధించిన మంత్రాలు ఎంతో ప్రభావవంతమైనవి, తక్షణమే ఫలితాలనందించేవి' అన్న విషయాన్ని గుర్తుంచుకోండి. గతకాలంలోని కష్టాలను రూపుమాపి, భవిష్యత్తును ఉజ్వలంగా తయారుచేయడం గ్రహాలకు సుసాధ్యమైన పనియే. భావపూరిత హృదయంతో సూర్యుని ధ్యానం చేస్తూ, మంత్రజపం చేసినట్లయితే తక్షణమే ఫలితాలు లభించగలవు.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 2005

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

మనను మనం గౌరవించుకోవాలి.

స్వప్నజగత్తు

నిగూఢ రహస్యములతో నిండిన స్వప్నముల యొక్క లీలా ప్రపంచము

స్వప్నములకు సంబంధించిన ప్రపంచము ప్రాచీన కాలము నుండి మనిషిలో కుతూహలాన్ని, జిజ్ఞాసను రేకెత్తిస్తూనేవుంది. ప్రపంచములోవున్న దార్శనికులందరూ తమ అనుభవాల ఆధారంగా దీనిపై అభిప్రాయాలను వ్యక్తపరస్తూనే ఉన్నారు. ఆధునిక విజ్ఞాన పరిశోధనలకు కూడా ఇది ఒక అంతుపట్టని విషయంగావుంది. వారు ముఖ్యంగా అచేతనమనస్సు యొక్క భాషను అంగీకరిస్తారు. అంతేకాక తమకు అంతుపట్టని రహస్యాలను ఛేదించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు కాని ఇంతవరకు ఎటువంటి నిర్ధారణకు రాలేకపోయారు. ఇందుకు సంబంధించి భారతీయ ఋషులకు మౌలికమైన దృష్టికోణంవుంది. మానవీయచేతనత్వము యొక్క రహస్యములు తెలిసిన ఋషులు దీనికి సంబంధించిన వివిధ స్వరూపాలపై దృష్టిసారించి సమగ్రమైన వివరణను మనకు అందించారు.

యూరప్‌కి చెందిన ప్రసిద్ధ దార్శనికుడు హిప్పోక్రటీస్ నిద్రించే సమయంలో ఆత్మ శరీరమునుండి వేరుపడి పరిభ్రమిస్తూ దేనినైతే చూస్తూవుంటుందో, వింటూ వుంటుందో అవే స్వప్నములు అని చెప్పాడు. ప్రసిద్ధ దార్శనికుడు ప్లేటో తన 'టైమిమస్' అనే పుస్తకంలో స్వప్నముల యొక్క, దైహిక, మానసిక లక్షణములకు సంబంధించి అత్యంత విలువైన అభిప్రాయములను వ్యక్తపరచారు. అరస్తు తన 'పశువుల చరిత్ర'అనే పుస్తకములో కేవలము మానవులేకాదు, మేకలు, ఆవులు, కుక్కలు, గుఱ్ఱములు మొదలైన పశువులకు కూడా స్వప్నములు వస్తాయని వివరించాడు.

భారతీయ ఆలోచనా విధానములో స్వప్నముల గురించి ఎక్కువ చెప్పడం జరుగుతుంది. సంహితలకు సంబంధించిన గ్రంథాలలో ఇది ప్రముఖవిషయము. ప్రాచీన దార్శనికులు ఆత్మ 84 లక్షల యోనులలో పరిభ్రమించి చివరగా మానవజన్మ తీసుకుంటుదని చెప్తారు. స్వప్నముల ద్వారా అది విభిన్న జన్మల ద్వారా పొందిన అనుభవములను తిరిగి గుర్తుచేసుకుంటుంది. దీనితో పాటే స్వప్నములలో భవిష్యత్తుకు సంబంధించిన సంకేతాలు కూడా వస్తాయి. రాబోయే శుభ, అశుభములను గురించి ప్రకృతి తనదైన రీతిలో తెలియపరుస్తుందని ప్రాచీన కాలములో విశ్వసించేవారు. వైదికసాహిత్యములో భవిష్యత్తులో జరగబోయే శుభాశుభ సంఘటనలకు సంబంధించి అమోఘమైన లక్షణాలను సూచించే వానిగా స్వప్నములు గుర్తింపబడ్డాయి. ఈ సందర్భంగా రామాయణము, మహాభారతము, వాయుపురాణము, మత్స్యపురాణము, విష్ణుపురాణము, భవిష్యపురాణము, బ్రహ్మవైవర్తపురాణము, గణేశపురాణము, జ్యోతిష్యతత్త్వము, భద్రబాహుసంహిత, జైనకల్పసూత్రాలు, అథర్వణపరిశిష్టము మొదలైన గ్రంథాలు అపురూపమైన వివరణను మనకు అందించాయి.

మహత్వపూర్ణమైన చారిత్రాత్మక సంఘటనల స్వరూపము ఈ రకమైన స్వప్నముల ద్వారానే ప్రకటీకరింపబడుతుంది. రామచరితమానస్‌లో మహానుభావుడైన తులసీదాస్ త్రిజట స్వప్న వృత్తాంతము ద్వారా రావణుడు మరియు రాక్షసకుల వినాశనము గురించి సంకేతపూర్వకముగా చెప్తాడు. త్రిజట తన స్వప్నములో రావణుడు నల్లని దుస్తులు ధరించి, గాడిదలతో పూన్చబడిన రథమునెక్కి దక్షిణదిశవైపు వెళ్తున్నట్లుగా చూసింది. కొద్దిదూరం వెళ్ళాక తలక్రిందులుగా పడిపోయాడు. తరువాత ఎర్రనివస్త్రములు ధరించిన స్త్రీ నిలబడివున్న చెఱువులోకి ప్రవేశించాడు. అతని శరీరమంతా బురదతో నిండిపోయింది. ఆ తరువాత త్రిజట చూసిన ఇంకో స్వప్నములో రావణుని పుత్రులందరూ జుట్టుతీయించుకొని నూనెలో స్నానం చేస్తున్నట్లు, రావణుడు, మేఘనాథుడు పందిమీద, కుంభకర్ణుడు ఒంటెమీద సవారీచేస్తూ దక్షిణదిశగా వెళ్తున్నట్లు చూసింది. రాక్షసజాతి మొత్తం పేడతో నిండిన కుండలో చిక్కుకుపోయినట్లు చూసింది.

మన దేశానికి చెందిన సుప్రసిద్ధ సాహిత్యకారుడు అమృతాప్రీతమ్ తన 'లాలాబాగోకా రిష్తా','అక్షరకుండలిని', 'సితారోం కే అక్షర కిరణోం కి భాషా' అనే గ్రంథాలలో స్వప్నముల గురించి విస్తృతంగా చర్చించాడు. అందులో ఆయన మనిషి యొక్క నిద్రపోతున్న కళ్ళు స్వప్నములో భగవంతుని రాతను చూస్తాయి, కానీ చదవలేవు అని చెప్తాడు. స్వప్నముల పృష్ఠభూమిలో ఎన్నో నిజాల నీడలు వుంటాయి. అవి కొన్నిసార్లు జరిగిపోయిన నిన్నటి గురించి, రాబోయే రేపటి గురించి సంకేతాలనందిస్తాయి.

మనకు మనమే మిత్రులం, మనకి మనమే శత్రువులం.

విదేశీమనోవైజ్ఞానికుడైన కార్ల్‌గంజ్ ఇందుకు సంబంధించి తన విద్యార్థి స్వప్నాన్ని ఉదాహరణగా చెప్తాడు. అతనికి స్వప్నములో తన మృత్యువును గురించి పూర్వజ్ఞానము కలిగింది. అతను తన స్వప్నములో తను చనిపోతాడు, స్కూలులో కూర్చొని వుంటాడు, తన పక్కనే బెంచి మీద చనిపోయిన అతని స్నేహితులు కూర్చొని వున్నారు. క్లాసులో వాతావరణమంతా చాలా ప్రశాంతంగా, గంభీరంగా వుంది. అతను తన ఉపాధ్యాయుని కోసం వెతుకుతున్నాడు కానీ అతను కనిపించడము లేదు. ఆ తరువాత అతనికి తనే ఉపాధ్యాయుడినని అర్థమౌతుంది. మృతి చెందిన వెంటనే అతను తన మొత్తము జీవితము యొక్క వృత్తాంతమునంతా అక్కడున్న వారికి వినిపిస్తున్నాడు. మిగిలిన చనిపోయినవారు లౌకికి జీవిత క్రియాకలాపాలు వింటున్నట్లు చాలా ఉత్సుకతతో అతని అనుభవాలను వింటున్నారు, అవి చాలా ముఖ్యమైనవి, మహత్వపూర్ణమైనవి. ఆ తరువాత అతను స్వప్నంలో దర్శించినదంతా సత్యమని నిరూపించబడింది.

'స్లీప్ అండ్ డ్రీమ్స్' లో శ్రీ అరవిందులు, శ్రీమాత ఒక యాత్రికుని అనుభవాలను ఇలా వివరించారు–'అతనికి స్వప్నంలో జరగబోయే ఒక దుర్ఘటన గురించిన హెచ్చరిక లభించింది. యాత్రికుడు హోటల్లో మకాం చేస్తాడు. అతను స్వప్నంలో ఒక చెవిటివాడిని అతని యాచిస్తున్న ఒక బిచ్చగాడి వైపు చూసి సైగ చేసి లోపలికి రమ్మని చెప్తాడు. తెల్లవారిన తరువాత అతను తన గదినుండి బైటకు వచ్చినపుడు స్వప్నంలో చూసిన వ్యక్తి కనిపించి లిఫ్ట్ వైపు చూపించి సైగ చేశాడు. లిఫ్ట్ వైపు వెళ్ళబోయిన యాత్రికుడు ఆ సైగ చూసి ఆగిపోయాడు. ఇంతలో అకస్మాత్తుగా లిఫ్ట్ క్రిందపడి ధ్వంసమైపోయి అందులో వున్నవారంతా మరణించారు. ఈ సంఘటన తరువాత ఆ వ్యక్తి తన స్వప్నములను చాలా గంభీరంగా తీసుకోవడం మొదలుపెట్టాడు.'

విఖ్యాతిగాంచిన పాశ్చాత్య స్వప్న విశ్లేషకుడు జె.ఆర్. బ్లైండ్ ప్రసిద్ధిచెందిన శాసకుడు నౌశేర్‌ఖాన్‌కు వచ్చిన ఇటువంటి స్వప్నమునే వివరించారు. నౌశేర్‌ఖాన్ స్వప్న విజ్ఞానాన్ని 'తాబీర్‌విజ్ఞానం' అనేవాడు. ఒకరోజు అతను స్వప్నంలో తాను బంగారు పాత్రలో మధువు త్రాగుచున్నట్లు కనిపించింది. అదే పాత్రలో ఒక నల్లని కుక్క కూడా మధువు త్రాగుతున్నది. ఆయన తన మంత్రి బుజుర్‌మిహిర్‌ను తరువాతి రోజు పిలిచి తన స్వప్నమును గుఱించి విశ్లేషించమన్నారు. మంత్రిగారి విశ్లేషణ ప్రకారం రాజుగారికి ప్రియమైన రాణి దగ్గర ఒక నల్లని దాసి వుంది. ఆమెకు అది అత్యంత ప్రియమైనది. ఇదే స్వప్నంలో ఇలా కనిపించింది. ఈ విశ్లేషకుడే విశ్వవిఖ్యాతి చెందిన జ్యోతిష్యవేత్త వరాహమిహిరుడు.

గౌతమబుద్ధుడు జన్మించేముందు ఆయన తల్లి మహామాయ స్వప్నంలో 7 దంతాలున్న ఏనుగు తన శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తున్నట్లు చూసింది. స్వప్న శాస్త్రజ్ఞుడు ఆ స్వప్నమును గుఱించి వ్యాఖ్యానిస్తూ జన్మించేముందే ఆ శిశువు చక్రవర్తి అయినా అవుతాడు లేదా గొప్ప సాధువు అయినా అవుతాడు అని చెప్పారు. భవిష్యత్తులో ఇది సత్యమని నిరూపించబడింది. స్వప్న ఫలితములను వివేచన చేసే సందర్భములో భారతీయ గ్రంథములలో ఆ సమయము, తిథి, స్థితి ఆధారంగా దానివల్ల కలిగే పరిణామముల సూక్ష్మవిశ్లేషణ చేయబడుతుంది. ఇక్కడ తిథి మరియు స్వప్నముల పరిణామముల మధ్య ఘనిష్ఠ సంబంధము వుంది. దీనిననుసరించి శుక్ల పక్షమందలి సప్తమి మరియు చతుర్దశి తిథుల యందు చూసిన స్వప్నములు శీఘ్రఫలితములను ఇచ్చేవిగా వుంటాయి. పూర్ణిమ రోజు దర్శించిన స్వప్నము యొక్క ఫలితము తప్పక వచ్చి తీరుతుంది. శుక్లపక్షములోని విదియ, తదియ మరియు కృష్ణపక్షములోని అష్టమి, నవమి యందు చూసిన స్వప్నములకు ఫలితము ఆలశ్యంగా వస్తుంది. అదేవిధంగా శుక్ల పక్ష చవితి మరియు పంచమియందు చూసిన స్వప్నము రెండు నెలలు మొదలు రెండు సంవత్సరములలో ఫలిస్తాయి. రాత్రి యందలి ప్రథమ, ద్వితీయ, తృతీయ మరియు నాల్గవ ఝాము యొక్క ఫలితము సామాన్యంగా సంవత్సరము, 8 నెలలు, 6 నెలలు లేదా 6 రోజులలోనే లభిస్తుంది. సూర్యోదయ సమయంలో వచ్చే స్వప్న ఫలితము 10 రోజుల్లో సూర్యోదయం ముందు వచ్చు స్వప్న ఫలితము అతి శీఘ్రంగా వస్తుంది.

భగవానుడైన మహావీరుని జీవితములో అస్థి గ్రామములోని శూలపాణి మందిరములో రాత్రియందలి చివరి ఝాములో చూసిన ఐతిహాసిక స్వప్నమును గురించి చరిత్రలో వ్రాయబడింది. మహావీరుడు స్వప్నంలో పిశాచము యొక్క మృతి, తెల్లనిరెక్కలు, కోయిల, రెండు పూలమాలలు, కమలములతో నిండిన సరోవరము, సముద్రము, రవికిరణాలు, బాహువులలో ఇమిడిపోయిన పర్వతము మరియు మేరు పర్వతమును ఎక్కుట అనే ఘటనలను చూశాడు. ఆ గ్రామంలోని జ్యోతిష్కుడు మహావీరునికి ఈ 9 స్వప్నములను విశ్లేషించి చెప్పాడు. రెండు పూలహారములు అనే స్వప్నమును స్వయంగా మహావీర భగవానుడే

మన పురోగతికి మనమే కారణం - మన తిరోగతికి మనమే బాధ్యులం.

ఇలా విశ్లేషించారు – 'నేను గృహస్థాశ్రమము, సన్యాసాశ్రమము రెండింటి పట్ల జనమానసములలో విశ్వాసమును ఉత్పన్నము చేస్తాను.'

మహావీర భగవానుని తల్లి మహారాణి తృషలకు వచ్చిన 14 స్వప్నముల వివరణ కూడా మనకు చరిత్రలో లభిస్తుంది. ఆ 14 స్వప్నములు ఐరావతమనే ఏనుగు, తెల్లని ఎద్దు, సింహము, లక్ష్మి, మాల, చంద్రుడు, రవి, ఇంద్రుడు, ధ్వజము, కమలము, కలశము, క్షీరసాగరము, దేవరథము, పొగలేని అగ్ని. నిజానికి ఇవి 14 ప్రతీకలు. ఎవరైనా తీర్థంకరుడు గర్భములో వుంటే ఆ తల్లికి ఈ ప్రతీకలు స్వప్నంలో కనిపిస్తాయనేది ఒక విశ్వాసము.

స్వప్నములు భావిసంకేతములను గురించి సూచించడమే కాక జీవితములోని సమస్యలకు సమాధానములను కూడా ఇస్తాయి. వైజ్ఞానిక ఆవిష్కారములయందు, సాహితీరచనల యందు స్వప్నములు ఎంత ప్రముఖపాత్ర వహిస్తాయో చూడవచ్చు. నీల్‌బోర్ పరమాణు సంరచన, ఫ్రెడరిక్ కెకులే యొక్క బెంజీన్ రసాయన నమూనా (Benzene Structure) అనేవి ఇందుకు ఉదాహరణలుగా చెప్పవచ్చు. మనోకోవిదుడైన నాటిపి యాపిల్ ప్రకారము కొందరు రచయితలకి, వైజ్ఞానికులు, కళాకారులు నిద్రావస్థలో వున్నప్పుడు వారి చేతనమనస్సుకి తెలియనిది అచేతనమనస్సుకి తెలుస్తుంది. సినిమా రచయిత జేమ్స్ కామరూన్ స్వప్నములలో వచ్చిన సంకేతాల ఆధారంగానే ప్రసిద్ధిగాంచిన ఆర్నాల్డ్ శ్యామ్‌నగర్ యొక్క సినిమా 'ది టెర్మినేటర్'కు స్క్రిప్ట్ రాశారు.

స్వప్నములలోని అద్భుతమైన రహస్యమయ ప్రపంచము యొక్క లోతైన ఉనికి మనయందే ఉన్నదనేది ఆశ్చర్యకరమైన విషయము. ఇందుకు కావలసిన సమాధానాలన్నీ క్రోడీకరింపబడే ఉన్నాయని చెప్పడం ఏ మాత్రం అతిశయోక్తి కాదు. అవసరమైనదేమిటంటే ఈ రహస్యమయ భావనను సరైన పద్ధతిలో అర్థము చేసుకోవాలి. అప్పుడు అది కేవలము కుతూహలమును రేకెత్తించేదిగా కాకుండా జీవితములో వచ్చే సమస్యలకు పరిష్కారాన్ని అందించే శక్తివంతమైన సాధనంగా ఉపయోగ పడుతుంది.

– అఖండజ్యోతి, జులై 2001
అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీ శ్రీనివాస్

అన్నింటికి మించినది పరాక్రమం

ఒక గురువుకు శిష్యులైన ఇద్దరు రాజుల మధ్య యుద్ధం నిర్ధారించబడింది. ఇద్దరు ఒకే దేవతను పూజించేవారు. విజయలక్ష్మి తమనే వరించేలా ఆశీర్వదించమని కోరారు. ఒక రాజుకి విజయం లభిస్తుందని మరొక రాజు ఓటమి పాలవుతాడని గురువు తెలియజేశాడు.

విజయం లభిస్తుందని ఆశీర్వాదం పొందిన రాజు నిశ్చింతగా తిని తిరగసాగాడు. ఓటమి తప్పదని తెలిసిన రాజు – ఇంతటి పరాక్రమవంతుడు వేరెవ్వరు ఉండడని కొనియాడబడేటట్లు పోరాడి మరణించాలని నిశ్చయించుకున్నాడు.

యుద్ధం ప్రారంభమయింది కాని జరుగవలసిన దానికి విరుద్ధంగా జరిగింది. గెలుస్తాడన్న రాజు ఓడడం, ఓడిపోతాడన్న రాజు గెలవడం జరిగింది. ఇద్దరు గురువు దగ్గరకు వెళ్ళారు. వారి మాటలు విన్న గురువు గంభీర స్వరంతో ఇలా అన్నాడు – "దేవతలు, గురువులు, ఆశీర్వాదాలు వీటన్నింటిని మించిన శక్తి ఒకటి ఉన్నది. అదే పరాక్రమం. అంతరంగంలోని సామర్థ్యమే ఇప్పుడు గెలిచింది. దాన్ని ఓడించగల సామర్థ్యం, ఆశీర్వదించగల స్తోమత గురువుకు, దైవానికి కూడా లేవు. పురుషార్థ పరాయణులైన వ్యక్తులలోని ఈ పరాక్రమం సర్వదా వారికి తోడుగా ఉండి గెలిపిస్తూ ఉత్కృష్టులను చేస్తుంది.

– ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

ఓటమి నేర్పిన పాఠం

ఒక సాలెపురుగు పెద్ద గూడును అల్లుతుంది. కాని అది పదే పదే తెగిపోతున్నది. నిరాశ చెందక అది చేసిన కృషి 14వ సారి ఫలించింది. పరాజితుడైన గ్రూసో ఈ దృశ్యాన్ని చూచి ప్రభావితుడై రెట్టింపు ఉత్సాహంతో 14వ సారి యుద్ధం చేసి విజయాన్ని సాధించాడు. గ్రూసో అనేవాడు "ప్రతి ఓటమి మనం పూర్తిగా ప్రయత్నం చేయలేదనే సత్యాన్ని తెలియజేస్తుంటుంది" ఎవరైతే తమ తప్పులను తెలుసుకుని సరిదిద్దుకుంటారో వారు అసంభవాన్ని సంభవం చేసి చూపగలరు. నిరంతర శ్రమకు అర్థం ఆత్మవిశ్వాసం. పనిని పూర్తిచేయగలననే విశ్వాసం ఉన్నవాడు ఎటువంటి నికృష్ట స్థితిలో ఉన్నప్పటికి ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించగలుగుతాడు. *– ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి*

కాలాన్ని వృధా చేసుకునేవారు ఎక్కువ మాట్లాడుతారు, తక్కువ పని చేస్తారు.

ధారావాహిక: హనుమత్ కథామృతం-35

రామకార్యం కోసం హనుమంతునిలో భక్తి ఉరకలు వేస్తోంది

శ్రీరాముని దర్శనం కోసం తహతహలాడుతున్న హనుమంతుడు ఉదయించే సూర్యుణ్ణి కన్నార్పకుండా తిలకిస్తూ ఉన్నాడు. హనుమంతుని మనస్సులో అనేకమైన భావాలు పొంగిపొర్లుతూ ఉన్నాయి. వాటివల్ల కలిగే ఆనందాన్ని ఆపుకోలేక పోతూ ఉన్నాడు. అలలు అలలుగా ఎగిసిపడుతున్న ఆలోచనలను అదుపుచేయలేకపోతూ ఉన్నాడు. సూర్యోదయం కాంతులు మరింత అందంగా, ఆహ్లాదంగా కనిపిస్తూ ఉన్నాయి. ఆ అరుణోదయవేళ ప్రకృతి పూర్తిగా కన్నులు తెరిచింది. దేవతలు, ఋషులు, మానవులతోపాటు పశుపక్ష్యాదులు కూడా మేల్కొని ప్రకృతి శోభను తిలకిస్తూ ఉన్నాయి. పక్షులు చేస్తున్న మధురమైన ధ్వనులు హనుమంతుని ఆకర్షిస్తూ ఉన్నాయి. ఆగలేక తలపైకెత్తి చూశాడు. అప్పుడే సూర్యకిరణాలు కొద్దికొద్దిగా వేడిని పుంజుకుంటూ ఉన్నాయి. మెల్లమెల్లగా భవనంపై నుండి క్రిందికి దిగి వచ్చాడు.

అప్పుడే క్రిందికి దిగివచ్చిన కుమారునివైపు తల్లి అంజనాదేవి చిరునవ్వుతో చూసింది. ప్రేమగా దగ్గరకు పిలిచింది. ప్రక్కన కూర్చోపెట్టుకుంది. కుమారుడు కూడా తల్లి చేతుల్ని తన చేతుల్లోకి తీసుకుని మమత యొక్క అనుభూతిని పొందుతూ ఉన్నాడు. అదేవిధంగా కొంత సమయం గడిచిపోయింది. అప్పుడే ఏదోపని మీద అటుగా వెళ్తూ ఉన్న ఒక పరిచారిక వీరిద్దరిని చూసింది. ఇద్దరూ అలా నిశ్శబ్దంగా కూర్చోవడం ఆమె ఎన్నడూ చూడలేదు. ఆశ్చర్యపోయింది. ఎప్పుడూ తల్లీ కొడుకులిద్దరూ మెల్లగా మాట్లాడు కుంటూ ఉంటే చూసేది. ఎప్పుడూ ఏం మాట్లాడుకుంటారబ్బా!" అనుకునేది. వారిమాటల మధ్యలో అప్పుడప్పుడు శ్రీరాముని పేరు వినిపిస్తూ ఉండేది. అంజనీమాత దినచర్య కూడా ఆమెకు బాగా తెలుసు. ఎప్పుడూ ఏవో వ్రతాలు, పూజలు చేస్తూ ఉంటుంది. ఉపవాసాలు చేస్తూ ఉంటుంది. దానధర్మాలు నిర్వహిస్తూ ఉంటుంది. ఋషులకు, సాధు సంతులకు సేవలు చేస్తూ ఉంటుంది. హనుమంతుని దినచర్యమాత్రం శ్రీరామునికి ధ్యానంతో మొదలై శ్రీరామధ్యానంతోనే ముగుస్తూ ఉంటుంది.

ఈ పరిచారిక అంజనాదేవికి, హనుమాన్‌కి కూడా మిక్కిలి ప్రియమైనది. అందువల్ల వారి మౌనాన్ని చూసి ఊరుకోలేక పోయింది. చిరునవ్వుతో – "అమ్మగారు ఈ రోజు తన గారాల పుత్రునితో ముచ్చటించడం లేదు. కారణం ఏమిటో?" అంటూ పలకరించింది. ఈ మాటలకు అంజనాదేవి ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడింది. తెప్పరిల్లి – "ఔను నేనీరోజు నిజంగానే కుమారునికి అల్పాహారం ఇవ్వడం కూడా మరచిపోయాను. మాటల సంగతి తర్వాత చూసుకోవచ్చు. నువ్వు త్వరగా వెళ్లి ఆ పని చూడు" అని సేవికను పురమాయించింది. ఆమె వెంటనే వెళ్లి యువరాజుకు అల్పాహారం తీసుకుని వచ్చింది.

ప్రియపుత్రునికి ప్రేమతో తినిపించి తల్లి తన పనికి తాను వెళ్ళిపోయింది. హనుమాన్ ఒంటరివాడయ్యాడు. వెళ్లి తన మిత్రులను కలుద్దామా! అనుకున్నాడు. కానీ మనసంతా ఏదో తెలియని భావాలతో ఉక్కిరిబిక్కిరి అయిపోతోంది. అదేంటో తెలియడం లేదు. తెలుసుకోవాలని ప్రయత్నం చేస్తూ ఉన్నాడు. అర్థం కావడం లేదు. ఈ అయోమయంలో ఎవ్వరిని కలవాలనిపించడం లేదు. అలాగే ఒంటరిగా కూర్చుని ఆలోచిస్తూ ఉన్నాడు. ఆ విధంగా కూర్చోవడంలోనే అతనికి కొంతలో కొంత ప్రశాంతత లభిస్తోంది. ఈ విషయాన్ని ఆతని మిత్రులు కూడా గ్రహించారు. అందుకని వారు తమ మిత్రుని ఆలోచనలు భగ్నం కాకుండా మసలుకునేవారు.

వరప్రాప్తి తర్వాత అనేక శక్తి ప్రవాహాలు తనలో ప్రవహిస్తూ ఉన్నట్లు హనుమంతునికి అనుభవంలోనికి వస్తూ ఉన్నాయి. దేవతలందరు ఇచ్చిన వరములతోపాటు వారి వారి శక్తులన్నీ తనలో సూక్ష్మరూపంలో వచ్చి చేరినట్లుగా అనిపించసాగింది. అతని శరీరం వజ్రంకన్నా బలిష్ఠంగా తయారయింది. పెద్ద పెద్ద వృక్షాల సంగతి చెప్పేదేమున్నది? నక్షత్ర మండలాన్ని, గ్రహ మండలాన్ని కూడా నుజ్జు నుజ్జు చేయగల సమర్థత చేకూరింది. ఆతని మానసిక స్థితి విచిత్రంగా తయారయింది. సృష్టిలో ఉన్న సిద్ధులన్నీ సునాయాసంగా అతన్ని చుట్టుముట్టాయి.

హనుమాన్ ప్రవర్తన మొదటి నుండి ప్రత్యేకంగా ఉండేది. ఇప్పుడయితే సంపూర్ణ బ్రహ్మాండం ఆతనికి ఎడమవైపుకు వచ్చేసింది. తలచుకున్న క్షణంలోనే బ్రహ్మలోకం, కైలాసం, క్షీరసాగరం ఎక్కడికైనా సరే చేరుకునేవాడు. అదేవిధంగా జగన్మాతలు ముగ్గురూ తమ తమ ఆశీస్సులు అందిస్తూ ఉన్నారు. త్రిమూర్తుల ఆశీస్సులు ఆయనకు ముందుగానే లభించాయి. తన పరిస్థితి తనకే చాలా విచిత్రంగా అనిపిస్తోంది. తనలోని శక్తిధారలన్నీ మహావేగంగా ప్రవహిస్తూ ఉన్నట్లు అనుభూతి కలగుతోంది.

ప్రచండ వేగంతో ప్రవహిస్తూ ఉన్న ఈ శక్తిధారల వేగాన్ని

జీవితం మనకిచ్చిన బహుమతి "సంతృప్తి".

ప్రయత్న పూర్వకంగా శాంత పరచాల్సి వస్తోంది. చివరకు ఒకనాడు తల్లిని అడిగేశాడు – "అమ్మా! ఈ వ్యర్థమైన శక్తి ధారలన్నీ నాకెందుకు ఉపయోగడపతాయి?" తల్లి – నాయనా! అలా వ్యర్థం అని అనకూడదు. వాటి ప్రయోజనం ఇప్పుడు కాదు. రామకార్య నిర్వహణలో నీకు ఉపయోగపడతాయి. రామకార్యం కోసమే నీవు జన్మించావు. అప్పటి వరకు నీవు వీటిని శాంతపరుస్తూ భరించాలి" అని సమాధానపరిచింది. కాని అలా భరించడం చాలా కష్టంగా ఉంది. అప్పుడు తన ప్రియ మిత్రుడైన పింగళుని దగ్గరకు వెళ్ళాడు.

"మిత్రమా! ఈ పరిస్థితిని నేను తట్టుకోలేకపోతున్నాను. శ్రీరామదర్శనం అయ్యేలోగా ఈ శక్తులు ఏ విధంగానూ నాకు ఉపయోగపడవా?" అని ప్రశ్నించాడు. శ్రీరామభక్తిని మించి అన్ని ప్రయోజనాలు హనుమంతునికి ధూళికణాలతో సమానం అని పింగళునికి తెలుసు. అయినా మెల్లగా – "మిత్రమా! ఎందుకు ఉపయోగపడవు? నీవు ఉపయోగించుకోవడంలో ఉంటుంది. ఈ శక్తులను ఉపయోగించి ఋషులు, మునులను సేవించు. ఋషులు, మునుల సంక్షేమం శ్రీరాముని అవతారంలో ముఖ్యమైన అంశం. "భక్తుల సేవయే భగవానుని సేవ" అని గుర్తించు. పెద్దలను సేవించు. కష్ట సుఖాలలో వారికి సహకరించు. అప్పుడు నీకు ఆ శక్తులన్నీ ఉపయోగపడతాయి. ఇక నీకు బరువే అనిపించవు" అంటూ చక్కని సలహా ఇచ్చాడు. హనుమంతునికి మిత్రుని మాటలు బాగా నచ్చాయి.

– అఖండజ్యోతి, జూన్ 2010

సాధనతో సిద్ధి

సాధన చేశాము. కాని సిద్ధి లభించలేదు. తపస్సు చేశాము. కాని తృప్తి లభించలేదు. పలువురు సాధకుల మనస్తాపం ఇదే. సంవత్సరాల తరబడి సాధన చేసిన తర్వాత వారిలో అనేక ప్రశ్నలు తలెత్తుతాయి. సాధనా విజ్ఞానం బూటకమా? సాధన ప్రక్రియలలో ఏదైనా లోపం ఉందా? ఇలాంటి ప్రశ్నలు ముళ్ళలా పలువురి అంతఃకరణలను వేధిస్తూ ఉంటాయి. నిరంతరంగా సాగే ఈ వేధింపు వల్ల వారి అంతరాత్మలు గాయపడతాయి. ఆ వేదన దుర్భరం అవుతుంది. దారుణం అవుతుంది.

మహాయోగి గోరఖ్‌నాథుని యువ శిష్యుడిని ఇలాంటి వ్యధ విపరీతంగా వేధించింది. ఆ వేదన అతడి ముఖంలో స్పష్టంగా కానవచ్చింది. ఒక పిల్లకాలువ దాటి అతడు ఒక పొలం గట్టున హతాశుడై కూర్చుండిపోయాడు. ఆ పొలం నుండి గోరఖ్‌నాథుడు వస్తుండడం అతడికి కనిపించింది.

అతడు ఆయన పాదాలపై తల ఉంచి ప్రణామం చేశాడు. ఇలా అడిగాడు – "గురుదేవా! సంవత్సరాల తరబడి నేను చేసిన సాధన ఎందుకు నిష్ఫలం అయింది? భగవంతుడు నన్ను ఇంతగా ఎందుకు కోపగించుకుంటున్నాడు?" మహాయోగి నవ్వారు. ఇలా అన్నారు –

నాయనా! నిన్న నేను ఒక తోటలోకి వెళ్లాను. అక్కడ పలువురు యువకులు ఉన్నారు. వారిలో ఒకనికి దాహం అయింది. అతను చేదను బావిలో వేశాడు. బావి లోతుగా ఉంది. చేదను పైకి లాగడానికి అతడు ఎంతో శ్రమించవలసి వచ్చింది. కానీ పైకి వచ్చిన చేద ఖాళీగా ఉంది. సహచరులందరూ అతడిని హేళన చేసి నవ్వసాగారు.

నేను చూశాను. అది పేరుకు మాత్రం చేద. దానినిండా చిల్లులే. చేద నీళ్లలోకి వెళ్లింది. దానిలో నీళ్లు నిండాయి. అయితే ఆ చిల్లుల గుండా ఆ నీళ్లన్నీ కారిపోయాయి.

నాయనా! సాధకుని మనస్సు స్థితి కూడా ఇలాంటిదే. చిల్లులు పడిన మనస్సుతో ఎంత సాధన చేసినా, ఆ చిల్లుల కారణంగా అతడికి సిద్ధి లభించదు. ఎంత తపస్సు చేసినా, తృప్తి లభించదు.

సిద్ధి, తృప్తి కావాలంటే, ముందు మనస్సుకు ఉన్న చిల్లులను మూసివేయాలి. నీలోని దోషాలను, దుర్గుణాలను తొలగించుకోవాలి.

మొదటిది సంయమనం. ఆ తర్వాత సాధన. అప్పుడే సిద్ధి. సాధన నుండి సిద్ధికి చేరడంలో ఉన్న పరమ రహస్యం ఇదే. మనస్సనే చేద చిల్లులు లేకుండా ఉంటే సాధన సిద్ధిని చేకూర్చుతుంది. మనస్సనే చేదలో చిల్లులు ఉంటే తపస్సు ఎంత జరిగినా ఫలితం ఉండదు. భగవంతుడు ఎన్నడూ ఎవరినీ కోపగించుకోడు. కావలసిందల్లా మనస్సనే చేద సవ్యంగా ఉండడమే. చిల్లులు లేకుండా ఉండడమే. బావి నీరు ఇవ్వడానికి ఎప్పుడూ సిద్ధంగానే ఉంటుంది. అది ఎన్నడూ నిరాకరించదు.

మానసిక కాలుష్యం అసంతృప్తిని కలుగజేస్తుంది.

పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి

బ్రహ్మవర్చస్సును అభివృద్ధి చేసే సాధన గాయత్రీ ఉపాసన

నేను నారదపురాణమును అనువదిస్తున్న సమయంలో ఒక చక్కని పెద్ద కథ వచ్చింది. అది ఒక బాలిక కథ. అశ్వపతి మహారాజునకు ఒక అందమైన కుమార్తె ఉంది. ఆమె గుణగణములు ఎటువంటి వంటే ఎవరైతే ఆమెను వరించి వివాహమాడి జీవితాంతం తోడుగా వుంటారో వారికి ధనం, యశస్సులకు లోటు ఉండదు. సమస్త శక్తులతోనూ చక్కగా అలరారుతూ ఉంటారు. ఆమె పేరు సావిత్రి. ఆమె పెరిగి పెద్దదై యుక్తవయస్సు వచ్చినప్పుడు ప్రపంచమంతటినుండి సావిత్రిని మా రాజకుమారునకు ఇచ్చి వివాహం జరిపించండి, సావిత్రిని మా రాజకుమారునకు ఇచ్చి వివాహం జరిపించండి అన్న వివాహ అభ్యర్థనలు వెల్లువెత్తాయి. తండ్రి వివాహపు ఏర్పాట్లను చేస్తున్నాడు. కుమార్తె ఒకనాడు 'నాన్నగారు! యువకుడు ఏ యువతిని వరిస్తాడో అతని వెంట ఆమె అత్తవారింటికి వెళ్ళాలా! లేక యువతికి కూడా తనదైన కోరిక ఉంటుందా!' అని ప్రశ్నించింది. 'పుత్రీ! అమ్మాయికి కూడా ఆకాంక్ష ఉంటుంది. నీ కోరికకు విరుద్ధంగా నేను నీ వివాహం జరిపించను' అని తండ్రి జవాబిచ్చాడు. అప్పుడు సావిత్రి 'నేను స్వయంగా నాకు కావల్సిన, తగిన వరుడిని అన్వేషించుకునేందుకు అనుమతిని ఇవ్వండి' అని అడిగింది. అశ్వపతి మహారాజు ఒక రథమును తెప్పించి సావిత్రిని అందులో కూర్చుండబెట్టి ఇలా అన్నాడు. 'పుత్రీ! నీవు ఎక్కడికైనా సరే వెళ్ళి నీకు తగిన వరుడిని అన్వేషించుకో!'

సావిత్రి రథములో ముందుకుసాగింది. అనేక రాజ్యాలగుండా ప్రయాణిస్తూ గొప్ప గొప్ప రాజకుమారులను చూసింది, కానీ అందరినీ తిరస్కరించినది. ఒకనాడు ఒక అడవిలో కట్టెలమోపును తలమీద పెట్టుకొని వెళుతున్న ఒక వ్యక్తిని చూసింది. ఆమె ఆ వ్యక్తి వైపు చూసి 'యువకుడా! నీ పేరేమిటి?' అని ప్రశ్నించినది. ఆ వ్యక్తి 'నా పేరు సత్యవంతుడు' అన్నాడు. నీ ముఖంలో గొప్ప వర్చస్సు గోచరిస్తున్నది. అదేమిటి? అని ప్రశ్నించినది. 'ఆ వర్చస్సు బ్రహ్మతేజస్సు, నేను నా సుఖసౌకర్యాలన్నింటిని త్యజించి తల్లిదండ్రుల సేవలో మునిగి సంపాదించిన తేజస్సు అది' అని అతను జవాబిచ్చాడు. సావిత్రి ఆ బ్రహ్మతేజస్సును చూసి, దాన్ని గుర్తించి అతని మెడలో వరమాలను వేసింది. సావిత్రి ఇంకా ఇలా అన్నది. 'నేను సత్యవంతుడిని అన్వేషిస్తున్నాను. సత్యవంతుడివైన నువ్వు నాకు లభించావు'.

కథలో తర్వాత ఏమి జరిగింది? ఒక సంవత్సరం తరువాత సత్యవంతుడు మరణించాడు. సావిత్రి యమధర్మరాజు వెన్నంటి వెళ్ళి మృత్యువును ఓడించి తన పతి ప్రాణములను తిరిగి తెచ్చుకున్నది.

ఈ కథను మీరందరూ వినేవుంటారు. ఇది ఎవరి కథ? ఈ కథ బ్రాహ్మణులైన మీ అందరిది. బ్రాహ్మణులు అనగా సత్యవంతులు. సావిత్రి – సావిత్రీమాత. ఆమె చరణములకు మనమందరము నిత్యము శిరస్సు వంచి నమస్కరిస్తున్నాము. ఆమెనే మనం బ్రహ్మశక్తి, ఆత్మశక్తి అంటాం. సావిత్రీమాతనే మనం వేదమాత, విశ్వమాత అని పిలుస్తాము. 'నేను ఎవరిని వరించాలి? ఎవరివెంట నడవాలి? ఎవరి పక్షం వహించి బలం చేకూర్చాలి? ఎవరి వెంట ఉండాలి?' అని సావిత్రీమాత అన్వేషిస్తూ ఉంటుంది. ఆమెకు సత్యవంతుని వంటి మనుష్యులు కావాలి. **సత్యవంతుడు అనగా బ్రాహ్మణుడు. బ్రాహ్మణ పదం ఏ వర్ణమునకు చెందదు, ఏ తెగ పేరూ కాదు, ఏ జాతి పేరూ కాదు. బ్రహ్మను తెలుసుకున్నవాడే బ్రాహ్మణుడు. బ్రహ్మతత్త్వమును తెలుసుకున్నవాడు బ్రాహ్మణుడు, బ్రహ్మ కర్తవ్యములను అవగాహన చేసుకున్నవాడే బ్రాహ్మణుడు.** అటువంటి బ్రాహ్మణుడిని వరించటానికి, అతని వెన్నంటి నడవటానికి, అతనిని కాపాడటానికి, రక్షించి వరమాల వేయటానికిగాను అటువంటి వ్యక్తి ఎవరైనా ఉన్నారా అని గాయత్రీమాత అన్వేషిస్తూ ఉంటుంది. ఆమె అన్వేషించే వ్యక్తి బ్రాహ్మణుడై ఉండాలి.

గాయత్రీమంత్రం శక్తిపుంజం అని వేదాలు వేనోళ్ళ నిరంతరం కీర్తిస్తూవున్నాయి. అథర్వణవేదంలో గాయత్రిని గూర్చి ఇలా ఉంది. **'స్తుతామయా వరదా వేదమాతా ప్రచోదయంతాం పావమానీ ద్విజానాం ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుం కీర్తిం ద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసం మహ్యమ్ దత్వా వ్రజత బ్రహ్మలోకమ్.'** సప్త విభూతులు, సప్త సిద్ధులను గాయత్రీమాత అనుగ్రహిస్తుంది. ఎవరికి? బ్రాహ్మణునకు అనుగ్రహిస్తుంది. బ్రాహ్మణునకు తప్ప అన్యులకు గాయత్రి ఇవ్వదు. ఇది షరతు. ఇంక ఎవరు వెళ్ళినప్పటికీ ఆమె అందరిని తిరస్కరిస్తుంది. గాయత్రి జపించు అధికారము బ్రాహ్మణులకు ఉన్నది అన్న మాటను మీరు వింటూవుంటారు. వారు గాయత్రిని జపించవల్సినదే. **ఇక్కడ బ్రాహ్మణ పదము ఏ వర్ణమునకు చెందదు. ఆమె విశ్వమాత. గాయత్రి బ్రాహ్మణులకు, క్షత్రియులకు, శూద్రులకు, హిందువులకు, ముస్లిములకు, పారశీలకు, యూదులకు మరియు**

ఉత్సాహం లేకపోవడమే పరాజయానికి మూలకారణం.

నిరర్థక జనులకు, ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే అందరికి చెందినది. విశ్వమాత ఏ ఒక్క వ్యక్తికో చెందదు. సూర్యుడు ఒక్క వ్యక్తికే చెందడు. చంద్రుడూ ఏ ఒక్క వ్యక్తికో చెందడు. గాలి కూడా ఏ ఒక్క వ్యక్తికో చెందినది కాదు. భూమి, భగవంతుడు, గాయత్రీమాత కూడా ఏ ఒక్క వ్యక్తికో చెందినవి కావు. అవి అందరివి. మరయితే గాయత్రి బ్రాహ్మణులకే చెందుతుందని ఎలా చెపుతాము? బ్రాహ్మణులకే గాయత్రి చెందుతుందని ఎందుకు చెపుతారంటే శక్తిని ధారణ చేయుట, శక్తిని గ్రహించుట, శక్తితో ఓతప్రోతమగుట అందరికి సాధ్యం కాదు. దానికి తగిన పాత్రత అవసరము. ఒకవేళ మనిషికి పాత్రత లేకపోతే మానవుడు పొందవల్సిన లాభం ప్రాప్తించదు.

గాయత్రి యొక్క లాభమును పొందటానికి ఏమి చెయ్యాలి? గాయత్రీ మంత్రమును జపించాలి. పురశ్చరణ చెయ్యవలసి ఉంటుంది. ధ్యానం చేయాలి. గాయత్రీ చాలీసా పారాయణ చేయాలి. నవరాత్రీ అనుష్ఠానం ఆచరించాలి. అయితే ఇంత మాత్రమే సరిపోదు. మరో పని కూడా చెయ్యవలసి ఉంటుంది. ఈ శక్తిని ధారణ చేయాలనుకునే మానవులు తమ అంతరంగంలో బ్రహ్మ-తేజస్సును ఉత్పన్నం చేసుకోవాలి. ఒకానొక సమయంలో ఈ దేశంలో బ్రహ్మతేజస్సు వెలుగులు ప్రసరింపజేసినది. క్షత్రియుడైన విశ్వామిత్రుడు అడవులకు వెళ్ళాడు. తన సేనతోసహా ఆకలితో అలమటిస్తూ ఒక చెరువు సమీపంలో విశ్రమించాడు. గురువైన వశిష్ఠులకు ఈ విషయం తెలిసిన వెంటనే విశ్వామిత్రుని వద్దకు వెళ్ళి 'రాజా! తమరు మా ఆతిథ్యాన్ని స్వీకరించాలి' అని అన్నారు. విశ్వామిత్రుడు 'మహర్షీ! మేము పదివేలమందిమి. మీ కుటీరంలో కందమూలములే ఉంటాయి. అవి తప్ప మరేముంటాయి?' అన్నాడు. 'రాజా! మా కుటీరంలో కంద మూలములే కాదు, ఇంకా చాలా రకాల ఆహారపదార్థములు ఉన్నాయి, కనుక మీ అందరికి భోజనములు ఏర్పాటు చెయ్యనా?' అని వశిష్ఠులవారు అడిగారు. విశ్వామిత్రుడు అంగీకరించడంతో అందరికి భోజనం అందించబడినది.

భోజనం చేసిన తరువాత విశ్వామిత్రుడు అన్నాడు 'గురుదేవా! ఈ శక్తి మీకు ఎక్కడినుండి వచ్చింది? 'కామధేనువు మా వద్ద ఉన్నది' అన్నారు వశిష్ఠులవారు. ఇది కామధేనువు పుత్రిక నందినీమాత. ఆమె సహాయంతోనే నేను మీ అందరికి ఆహారం సమకూర్చటంలో సమర్థుడనయ్యాను. అంతేకాక బ్రహ్మతేజస్సును ధారణ చేయుటలో సమర్థుడినైనాను. 'ఈ ఆవును మాకు ప్రసాదించండి, దానితో మేము మా మనోకామనలను తీర్చుకుంటాము' అన్నాడు విశ్వామిత్రుడు. 'ఈ గోవు మమ్ములను విడిచి మరెక్కడికీ వెళ్ళలేదు, కేవలం బ్రాహ్మణుల వద్ద మాత్రమే ఉంటుంది, ఇతరులెవ్వరూ దీనిని గ్రహించలేరు, ధారణ చెయ్యలేరు' అన్నారు వశిష్ఠులవారు. విశ్వామిత్రుడు బలవంతంగా లాక్కెళ్ళాలని ప్రయత్నించినప్పుడు నందిని గోవు ఒంటరిగానే పోరు సాగించినది. ఆ గోవు పేరే బ్రహ్మాస్త్రం. బ్రహ్మాస్త్రం - బ్రాహ్మణుల ఆయుధం అని భావించబడుతుంది. ఆయుధాలు చాలామంది వద్ద ఉంటాయి. కానీ బ్రాహ్మణుల ఆయుధం అత్యంత బలమైనదీ, వేగవంతమైనది. ఆ ఆయుధం పేరే గాయత్రి. విశ్వామిత్రుడు - నందిని గోవు మధ్యన యుద్ధం జరిగింది. విశ్వామిత్రుని సైన్యమంతా ఓడిపోయింది. వశిష్ఠునికి చెందిన నందినీమాత గెలిచినది. అప్పుడు విశ్వామిత్రుడు 'ధిక్‌బలం క్షత్రియ బలం, బ్రహ్మతేజోబలం బలం' అనగా క్షత్రియుల యొక్క బలం భుజబలం, ధనబలం. బ్రహ్మతేజమే నిజమైన బలం.

బ్రాహ్మణులు జగద్గురువులుగా ఉన్న కాలం స్మరణకొచ్చింది. జ్ఞానమును పంచటానికి వారు విశ్వమంతా పర్యటించలేదు, పైపెచ్చు ప్రపంచ ప్రజలందరు జ్ఞానోపార్జన చేయుటకు వారివద్దకే వచ్చేవారు. నలంద మరియు తక్షశిల విశ్వవిద్యాలయాలు సమస్త ప్రపంచమునకు జ్ఞానకేంద్రములుగా ఉండేవి. క్రీస్తును గురించి జరిగిన క్రొత్త పరిశోధనలను అనుసరించి జెరూసలెం నుండి ఒక బాలుడు తక్షశిలా విశ్వవిద్యాలయమునకు వచ్చి అక్కడ అనేక సంవత్సరములు విద్యనభ్యసించాడు. విద్యాభ్యాసం చేసిన తరువాత అతను రోమ్ మరియు ఇతర దేశాలలో బహు విస్తారంగా పర్యటించి సత్య-అహింసలను బోధించటం ఆరంభించాడు. ఆ వ్యక్తే తరువాతి కాలంలో ఏసుక్రీస్తుగా పిలువబడ్డాడు. విశ్వమంతటి నుండి విద్యార్థులు ఈ విశ్వవిద్యాలయములకు విద్యాభ్యాసమునకు వచ్చారు. ఆ విశ్వవిద్యాలయములలో అధ్యాపకులు, బోధకులు, వైస్‌ఛాన్సలర్స్ అందరూ బ్రాహ్మణులే ఉండేవారు. వారంతా ఋషులే. వారు సాధారణమైన వారు కాదు. గాయత్రీ శక్తిని జాగృతం చేసుకుని తమలో ధారణ చేసుకొన్న ఆ మహాపురుషుల గుణగానాన్ని చేస్తున్నాను నేను. ఈ వర్గం వారు తమ కర్తవ్యములను సవ్యంగా నిర్వహించి ఉంటే ఈనాడు ప్రపంచ పరిస్థితి, దిశ మరోవిధంగా ఉండేది.

పూర్వీకులు తమ తరువాత తమ సంతానములకు ధనధాన్యములు ఇచ్చివెళతారు, వస్తువులు ఇచ్చివెళ్తారు, అయితే వాటితోపాటు బాధ్యతను కూడా ఇచ్చివెళతారు. పూర్వకాలపు ఋషులు మనకు తమ బాధ్యతలని ఇచ్చివెళ్ళారు. అవేమిటంటే మనం ప్రపంచ సంరక్షకులుగా, విశ్వమునకు మార్గదర్శనం చేసి దిశనిచ్చే భారమును భుజముల కెత్తుకోవాలి. యజ్ఞోపవీత సంస్కారము జరుగుతున్నప్పుడు ప్రతి బ్రాహ్మణుడు **'వయం రాష్ట్ర**

ఆశావాదంతో, ఉత్సాహంతో సమస్యలను పరిష్కరించుకోవడానికి కృషి చెయ్యాలి.

జాగృయామ పురోహితాః – పురోహితులం, బ్రాహ్మణులైన మేము దేశమును జాగృతపరుస్తాము' అన్న ఒక ప్రతిజ్ఞ, ఒక వాగ్దానం చెయ్యవలసి ఉంటుంది. దేశమును, ప్రాంతమును జీవంతంగా, చైతన్యవంతంగా ఉంచే కర్తవ్యమును మన పూర్వీకులు మనకు ఇచ్చివెళ్ళారు. బహుశా మనం దాన్ని నిర్వర్తించి ఉన్నట్లయితే, మన శాస్త్రములు, ధర్మములు బ్రాహ్మణుల గొప్పతనమును వేనోళ్ళ ప్రశంసించినట్లుగా, మనం కూడా తల ఎత్తుకుని ఆ వాక్కులనే తిరిగి ఉచ్చరించేవారము. బ్రాహ్మణులు నిర్వర్తించిన బాధ్యతలను మనం కూడా చేయగలగాలి. ప్రాచీనకాలంలో బ్రహ్మతేజస్సు అనే సంపద కల్గిన చాణక్యుడు – దేశమంతటా నెలకొంటున్న అస్తవ్యస్థ పరిస్థితులను చూశాడు. భరతభూమి ఛిన్నాభిన్నమౌతున్నది. ఆయన చంద్రగుప్తుడిని పిలిచి 'ఈ పరిస్థితులను సవరించటానికి నీవు ముందడుగు వెయ్యాలి' అని ఆదేశించాడు. చాణక్యుడు చంద్రగుప్తుడి శిరస్సును స్పృశించి ఆశీర్వదించాడు. చాణక్యుడు యుద్ధం చేయకపోయినప్పటికి చంద్రగుప్తునిలో ఎటువంటి శక్తిని నింపాడంటే దానితో అతను ఎన్నో పనులు పూర్తిచేశాడు. మీ దగ్గర గాయత్రీ శక్తి ఉన్నప్పుడు మాత్రమే ఈ పనిని మీరు కూడా చెయ్యగలరు. అయితే మనం ఆ శక్తిని మర్చిపోయాం. **ప్రాచీనకాలంలో విశ్వమంతా మన చరణాల ముందు ఎందుకు శిరస్సు వంచేదంటే మనం శాసించేవారం కాదు, కానీ శాసకులను నియంత్రించేవారం.** కోసలదేశమును (రామరాజ్యమును) శ్రీరాముడు, రాముని తండ్రి దశరథుడు, దశరథుని తండ్రి రఘుమహారాజు, రఘువు తండ్రి దిలీపుడు రాజ్యపాలన చేశారు. తరాలు గడుస్తూ వచ్చాయి, అయితే గురు వశిష్ఠుడు రాజులందరి కాలంలోనూ రాజ్య నియంత్రణ చేశాడు. శాసకులు, శాసనములు నడుస్తూ ఉండేవి. కానీ నియంత్రించేది బ్రాహ్మణులే. ఇదంతా ఎప్పుడు జరుగుతుంది? ఎవరి ఆరాధన కొరకు మీరందరు సహస్రకుండీయ దీప ప్రజ్వలన చేసి ఆరతి నిస్తారో ఆ గాయత్రీ ఉపాసననే వారూ చేశారు. గడచిన కాలంలో బ్రహ్మశక్తి అనగా గాయత్రీ ఉపాసనతోనే మనం వెలుగులను విరజిమ్మాము, దేశములను నియంత్రించాము, శాసకులను ఉత్పన్నం చేసి పెంచి పోషించాము. పూర్వులందరూ గాయత్రీనే ఉపాసించారు. శాసకులను సింహాసనమెక్కించి, దింపేవారము. విభూతులు మన చరణాలనంటి ఉండేవి, ఎందుకంటే బ్రహ్మతేజస్సు మన వద్ద ఉన్నది.

గాయత్రీదేవి మీకు మాత! మీకు జన్మనిచ్చిన ఆమె తల్లికాదు, మీకు మాత శక్తిపుంజమైన విశ్వమాత గాయత్రి. గాయత్రిని, మన తల్లిని మనం విస్మరించాము. తన తల్లిని మర్చిపోయిన వ్యక్తి పాలను ఎక్కడినుండి గ్రోలతాడు? గాయత్రీమంత్రం ఒక శక్తిపుంజము, అయితే మన గాయత్రీమంత్రం ఎందుకనో తన చమత్కారములను చూపించటంలేదు. ఏదో లోటు ఉన్న కారణంగా **గాయత్రి తన చమత్కారములను చూపించటంలేదు. భూమిని దున్నకుండానే విత్తనాలను నాటాము. సదాచరణ భూమి అయితే, మంత్రం బీజం.** భూమి ఉన్నచోటనే బీజం మొలకెత్తి, పైకి పెరుగుతుంది. భూమి లేకుండా బీజం ఎలా అంకురిస్తుంది. **మనిషి ఆచరణ, స్వభావం అన్నింటికన్నా గొప్పవి. సదాచారం గల వ్యక్తి ఉచ్చరించిన వాక్కు, చెప్పిన మంత్రం సత్యమౌతాయి తప్ప వ్యర్థమవ్వవు.** శృంగిఋషి ద్వారా దశరథమహారాజు నిర్వహించిన పుత్రకామేష్టి యజ్ఞ కథ మీరు వినేవుంటారు. నేను మీకు ఇప్పుడు జీవించి ఉన్న నా అనేవారి వ్యక్తుల కథను సాక్షిగా మీముందు ఉంచుతాను. ప్రస్తుతం 50 లక్షలమంది మనుష్యులు నావారు. నిజం చెప్పాలంటే వీరిలో గాయత్రీమంత్ర విద్యను నేర్చుకోవాలనుకునేవారు, దాని లాభాలను పొందాలనుకుని వచ్చినవారు ఒక లక్షమంది కూడా లేరు. మరయితే మిగిలిన 49 లక్షలమంది ఎవరు? మిగిలిన 49 లక్షలమంది దు:ఖితులు, కష్టంలో ఉన్నవారు, ఆపదలలో చిక్కుకున్నవారు, సంసారిక మరియు మానసిక దుఃఖములతో చుట్టుముట్టబడి ఉన్నవారు. వారంతా కూడా వచ్చి 'మాకు ఈ కష్టములున్నాయి, మీరు ఏదైనా సహాయం చేయండి' అని అభ్యర్థిస్తారు. 'భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తాను' అని నేను వారికి చెప్పాను. భగవంతునికి చేసే ప్రార్థన ఫలితాలనిచ్చింది. ఈవిధంగా ఎంతోమంది దు:ఖములను పోగొట్టుకోవాలని వస్తారు. వారి దు:ఖ నివారణ చేయటం ఎలా సంభవమైనది? గాయత్రీమంత్రం ఎలా సిద్ధించినది? జపం చేసే విధానమును, దాని గొప్పతనమును కేవలం మేం ఒక్కరిమే అర్థం చేసుకున్నామా? మరింకెవ్వరూ జపం చేయలేదా? దానికి జవాబు – చాలామంది జపం చేశారు. మరియితే వారికి ఫలితం ఎందుకు రాలేదు? మానవులు తమ నాలుకను, నోటిని దహింపజేసుకున్నారు, అనగా దురుపయోగం చేసుకున్నారు. కనుక వారికి ఫలితం చేకూరలేదు. అబద్ధం ఆడారు, నాలుక దహించబడినది. పరుల అన్నమును భుజించారు, కుళ్ళిన ఆహారమును స్వీకరించారు, నాలుక దహించబడినది. అసత్యం మాట్లాడారు, ఇతరులమీద క్రోధం వహించారు, నాలుక మండిపోయింది. దహించబడిన నాలుకతో ఏవిధంగా మంత్రోచ్చారణ సాగుతుంది? మంత్రం ఏవిధంగా ఫలిస్తుంది? నాలుక దహించబడకుండా ఉండాలంటే మన స్వభావం, ఆచరణ ఉన్నతమైనవిగా ఉండాలి.

(సశేషం)

– అఖండజ్యోతి, మార్చి 1993

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మిరాజగోపాల్

మానసిక కాలుష్యం మన శక్తిసామర్థ్యాలను పరిమితం చేస్తుంది.

ప్రతి ఒక్కరిలో ఉత్సాహము నింపేందుకై వస్తున్న జన్మశతాబ్ది రథయాత్ర

ఏడు సహాయక వాహనములతో దేశములోని మూలమూలలకు చేరుకోనున్న రథయాత్ర

పరివర్తన అనే మహత్తర క్షణాలలో ప్రస్తుతం మనము జీవిస్తున్నాం. ఇటువంటి సమయము చరిత్రలో మళ్ళీమళ్లీ రాదు. భారతదేశంలోనేకాక ప్రపంచంలోని నలువైపులా పరివర్తన ప్రక్రియ మొదలైంది. ఇటువంటి సమయంలో గురుదేవుల జన్మశతాబ్ది సమారోహము వచ్చింది. గురుదేవులు ఒక వ్యాసంలో విప్లవాలు (క్రాంతి) అనేవి రైలుబోగీలవలె వస్తూ పోతూ ఉంటాయి అని వ్రాశారు. రాబోయే మూడు సంవత్సరాలలో చాలా చేయాలి. అందుకొరకు చక్కగా శిక్షణ పొందిన సమూహములు ఎన్నో పనిచేస్తున్నాయి. ఇప్పటికి మనకు స్వతంత్రం వచ్చి 65 సంవత్సరాలు అయింది. రాబోయే సంవత్సరాలలో మన జీవిత విధానం ఇప్పుడున్నట్లుగా ఉండదనేది సునిశ్చితమైన విషయం. ఎందుకంటే ఈనాడు స్త్రీశక్తి, ప్రజ్ఞావంతుల సముదాయము, యువశక్తి నవనిర్మాణ రంగంలో అభ్యుదయపథం వైపు అడుగులు వేస్తున్నది. యుగనిర్మాణమనేది నలువైపులా అందరిలోనూ చైతన్యాన్ని తీసుకువస్తున్నది. 'వాక్ ద టాక్' అంటే నోటితో చెప్పింది ఆచరణలో చేసి చూపించు అనే నినాదమును ప్రతి ఒక్కరూ ఆచరణలో చూపిస్తున్నారు. ఈనాడు ప్రజలలో చైతన్యము చరమావస్థకు చేరుకుంది. మహాపరివర్తనకు ఇదే సరైన సమయం. శతాబ్ది సంవత్సరంలో ఇంతకంటే గొప్పమార్పు ఇంకేముంటుంది.

జన్మశతాబ్ది రథయాత్ర

వాతావరణానికి ఒక దిశను ఇచ్చేందుకై కేంద్రమునుండి యుగఋషి జన్మశతాబ్ది రథయాత్ర దేశంలోని మారుమూల ప్రాంతాలను కూడా కలుపుకుంటూ సాగుతుంది. గురుసత్తా జ్ఞానశరీరము ఈ విధంగా ప్రతి వ్యక్తి దగ్గరికి చేరుతుంది. శతాబ్ది పురుషుని గురించి అందరూ తెలుసుకుంటారు. మన పరిజనులకు జనసహాయోగం పెరుగుతుంది. కలిసి నడిచేవారికి అవకాశాలు మెరుగ్గావుంటాయి. దేశములోని పవిత్రమైన మట్టిలో యుగఋషి యొక్క ఆలోచనలను బీజరూపంలో నాటేందుకు మొలకెత్తింప చేసేందుకు ఇది మంచి అవకాశము. ఈ తీర్థయాత్ర ఏడు రథాలలో ఏడు మార్గాలలో (రూట్లు) ఇతర స్థానిక వాహనాలతో కలిసి సాగుతుంది. మే 1 నుండి ప్రారంభమయిన ఈ రథయాత్ర నిర్ధారిత ప్రాంతాలగుండా సెప్టెంబరు చివరి వారంలో హరిద్వార్‌కు చేరుతుంది. 2011 నవంబరు 6 నుండి 10 వరకు జరిగే శతాబ్దిమహాకుంభ కార్యక్రమం పూర్తి అయిన తరువాత రాష్ట్ర జాగరణ నిమిత్తమై మళ్ళీ బయలుదేరుతుంది. 2012 మార్చి వరకు అదే కార్యక్రమాన్ని కొనసాగిస్తూ వుంటుంది.

శ్రద్ధారథంతో పాటు రెండు వేరే రథాలు

యాత్రలో ముఖ్యంగా ప్రత్యేకమైన మార్గాలను కలిపేందుకై మూడు వాహనాలుంటాయి. స్థానిక పరిజనులు ఏర్పాటు చేసుకున్న వాహనాలు వీటితో కలిసి యాత్ర చేయవచ్చు. ప్రథమ రథంలో ముఖ్యంగా గురుదేవుల 3 డైమన్షన్ కటౌట్ ఒకటి ఏర్పాటు చేయబడుతుంది. ఒక శక్తి కలశం వుంటుంది. అందులో గంగాజలము, శాంతికుంజ్ మరియు గురుదేవుల జన్మభూమియైన ఆవల్‌ఖేడా నుండి తెచ్చిన పవిత్రమైన మట్టి, స్వస్తివాచనము యొక్క పూలు, అక్షతలు ఉంచబడతాయి. రథములో పరమపూజ్య గురుదేవుల, పరమవందనీయ మాతాజీల చరణపాదుకలు ఉంటాయి. లాల్‌మషాల్ కటౌట్, గురుసత్తా సద్వాక్యాలతో అలంకరించబడుతుంది. రెండవదైన జ్ఞానరథములో పూజ్య గురుదేవుల విస్తృతమైన సాహిత్యము ఉంటుంది. మూడవ రథము ప్రవచనము, కర్మకాండలు, సంగీతవిభాగాలను నిర్వహించే పరిజనులతో కూడిన టోలీలను తీసుకుని కేంద్రమునుండి వస్తుంది.

ప్రచారకార్యక్రమ విభాగమునకు సంబంధించిన యుగఋషి యొక్క జీవనదర్శనం, ఆయన అందించిన సూత్రములకు సంబంధించిన ప్రదర్శన వుంటుంది. ఇది రథయాత్రకు ముందుగా కాని, రథయాత్రతో పాటుగాకాని ఉంటుంది. ఇందులో డి.వి.డి ప్లేయర్, వీడియో ప్రొజెక్టర్ కూడా వుంటుంది. వీలయినచోట్ల గురుసత్తా గురించి సంక్షిప్తంగా తెలియచేసే లఘుచిత్రం ప్రదర్శింప బడుతుంది. ప్రచారానికి కావలసిన ఆడియోక్యాసెట్లు, జన్మశతాబ్ది పాటల క్యాసెట్లు కూడా ఉంటాయి. ఇవి రథయాత్ర జరిగే సమయంలో వినిపిస్తారు. అందరికి పంచేందుకుగాను కరపత్రాలు, ఫోల్డర్‌లు, బ్రోచర్‌లు, జెండాలు, నినాదాలతో కూడిన స్టిక్కర్లు,

చిరునవ్వు ఆత్మవిశ్వాసాన్ని తెలియజేస్తుంది.

బ్యానర్‌లు వుంటాయి. ముందే నిర్ణయించబడిన కేంద్రములలో మాత్రమే ప్రవచనం ఉంటుంది. 70 సంవత్సరాల కంటే ఎక్కువ వయస్సు కలిగి 25 లేదా 30 సంవత్సరాల నుండి మిషన్ సేవకు అంకితమైన పరిజనులకు ప్రతిచోటా సన్మానంచేసి ప్రమాణ పత్రాన్ని అందచేస్తారు. సప్తవిప్లవాల కార్యక్రమాలను చేస్తున్న వ్యక్తులు లేదా సమూహములను కూడా సన్మానించి అభినందన పత్రాలను అందచేస్తారు.

ఏడు రథాల యొక్క ఏడు మార్గములు

మొదటి రథము మధ్యప్రదేశ్‌లో పర్యటనకు బయలుదేరింది. ఉత్సాహంతో స్వాగతిస్తున్న ప్రజల మధ్య ఆ యాత్ర అప్రతిహతంగా సాగిపోతున్నది. ఈ యాత్ర ప్రధానంగా పూజ్యగురుదేవుల పాదస్పర్శతో పవిత్రమైన ప్రాంతాలను కలుపుకుంటూ సాగుతున్నది. రెండవ రథము పశ్చిమోత్తర భారతదేశంలో యాత్ర చేయుటకై బయలుదేరుతోంది. మూడవ రథము రాజస్థాన్ మరియు గుజరాత్ ప్రాంతంలో పర్యటిస్తుంది. నాల్గవ రథము మహారాష్ట్ర మరియు గోవా ప్రాంతంలో పర్యటించి ఆగష్టు 15 తరువాత కర్ణాటకలోకి ప్రవేశిస్తుంది. ఐదవ రథము ఛత్తీస్‌గఢ్, ఒరిస్సా ప్రాంతాలలో పర్యటించి ఆగస్ట్ 25 తరువాత ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోకి ప్రవేశిస్తుంది. ఆ తరువాత దక్షిణ భారతదేశమంతటా పర్యటిస్తుంది. ఆరవ రథము బీహార్, బెంగాల్, పూర్వోత్తర ప్రాంతాలలో పర్యటిస్తుంది. మూడు రథాల జట్టు వెళ్ళేందుకు సిద్ధంగా ఉంది. అందులో ముఖ్యరథాల్ని, సహాయక రథాల్ని కేంద్రస్థానము పంపిస్తుంది. జ్ఞానరథము మాత్రము స్థానికంగా ఉన్న కార్యకర్తలు సిద్ధం చేసుకుంటారు. ఇందులో సాహిత్యము కూడా అమ్మబడుతుంది.

ప్రదర్శన

ఈ యాత్ర అన్నిచోట్లా పాలుపంచుకుంటున్నవారిలో ఉత్సాహాన్ని నింపుతుంది. మనదేశం చాలా విశాలమైనది కావడంచేత ఒక జిల్లాకు ఒకరోజు సమయం మాత్రమే కేటాయించడం జరిగింది. ఆయా ప్రాంతాల్లో ఉన్న మన పరిజనులు రథయాత్రకు ముందుగానే యుగఋషి యొక్క జీవన దర్శనము మరియు ఆయన స్థాపనలను ఆడియో, వీడియోల ద్వారా అందరికి పరిచయం చేస్తారు. ఈ ప్రదర్శనలు శాంతికుంజ్‌లో తయారుచేయబడి జోనల్–ఉపజోనల్ కేంద్రాలకు పంపబడతాయి. ఈ ప్రదర్శన సి.డిలను శాంతికుంజ్ కేంద్రము నుండి కూడా తీసుకొని అన్నిచోట్లా ప్రదర్శించవచ్చు. తద్వారా రథయాత్రకు అనుకూల వాతావరణం నిర్మింపబడుతుంది. ఇలా చేయడం వల్ల శతాబ్ది సంవత్సరంలో మాత్రమే కాక ఆ తరువాత కూడా వీటిని ప్రదర్శించుట సులభంగా ఉంటుంది. ప్రదర్శనలో ఉండే 40 ఫోటోప్యానల్స్ టెంటులోకానీ, నదీతీరంలోకానీ, భవనాల్లో కానీ ఒక డేరాగుడ్డపై వేసి చూపించవచ్చు. మీరు సంవత్సరమంతా చేయలేని పని ఒక్క ప్రదర్శన చేసి చూపిస్తుంది. అందువల్ల అందరూ వీటిని కొనుక్కొని తమ ప్రాంతాల్లో ప్రదర్శించుకోవాలి.

దినచర్య

ఈ చారిత్ర్యాత్మక రథయాత్ర యొక్క దినచర్య ఈ విధంగా ఉంటుంది. ఉదయం 5 గంటల నుండి 7.30 గంటల వరకు ధ్యానము, ప్రజ్ఞాయోగము, చరణ పాదుకలకు హారతి అయిన తరువాత అల్పాహారము తీసుకొని టోలీ రథయాత్ర ప్రారంభిస్తుంది. మధ్యాహ్నం 11 గంటలకు చేరవలసిన గమ్య స్థానమునకు చేరుతుంది. 11 గంటలనుండి ఆ ప్రాంతమంతా పర్యటించి సభాస్థలికి చేరుతుంది. అక్కడ వరిష్టులైన వారికి సన్మానము చేసి జ్ఞాపిక పత్రములు అందచేస్తారు. ప్రవచన కార్యక్రమం తరువాత భోజనం చేసి 3 గంటల వరకు విశ్రాంతి తీసుకొని బయలుదేరి ఆ తరువాత మజిలీకి బయలుదేరుతుంది. అక్కడికి సాయంత్రం 5 గంటలకు చేరి ఆ ప్రాంతంలో ఊరేగింపు, దీపయజ్ఞము నిర్వహించి, జన్మశతాబ్ది సంకల్పము చెప్పించి, దేవస్థాపనలు చేసి, స్థానిక పెద్దలకు సన్మాన కార్యక్రమం నిర్వహిస్తుంది. ఈ కార్యక్రమాలన్నీ రాత్రి 8.30 గంటల వరకు కొనసాగుతాయి. ప్రతి యాత్రలోను టోలీతో పాటు సహాయక బృందం కూడా యాత్ర జరుపుతుంది. ఈ యాత్రల ద్వారా కనీసం 51 గ్రామాలలో పర్యటించడం జరుగుతుంది. జీపు, మోటర్‌సైకిల్, సైకిల్‌ల మీద కూడా ఈ యాత్ర నిర్వహించవచ్చు.

రథయాత్రతో పాటు జరిగే ముఖ్య కార్యక్రమాలు

ఈ రథయాత్ర చేసే ముఖ్య కార్యక్రమాలు ఏమంటే ఎక్కడ వీలైతే అక్కడ యుగనిర్మాణ సత్సంకల్పాలపై సభ నిర్వహించి అందులో శతాబ్ది సంవత్సర ప్రణాళికలను గురించి సూత్ర ప్రాయంగా వివరించాలి. సప్తవిప్లవాలను గురించి వివరించి అందుకోసం చేపట్టవలసిన కార్యక్రమాలను గురించి వివరించడం జరుగుతుంది. అప్పటికే ఈ కార్యక్రమాలు చేస్తున్న వ్యక్తులను,

ప్రేమ, శాంతి ఉన్న చోట సంతృప్తి ఉంటుంది.

సమూహాలను, సంస్థలను గుర్తించి వారిని సన్మానించాలి. వారిని గాయత్రీతీర్థ్‌కు రమ్మని ఆహ్వానించాలి. గురుదేవుల స్మృతి చిహ్నంగా వృక్షములను నాటాలి. పరమపూజ్య గురుదేవులు ఎక్కడికెక్కడకి వెళ్ళారో అక్కడికి వెళ్ళి వారందరినీ పలకరించి వారితో తిరిగి సత్సంబంధాలు స్థాపించుకొని ఆ ప్రాంతాన్ని తిరిగి జాగృతము చేసేందుకు దీక్షనివ్వాలి. పూజ్యగురుదేవులు స్వయంగా వస్తున్నారన్నంత చక్కగా అన్నిచోట్లా తోరణాలతో ద్వారాలు ఏర్పాటుచేసి రథయాత్రకు స్వాగతం పలకాలి. ప్రతిజిల్లాలోని పరిజనులు యాత్రకు స్వాగతం చెప్పడం మొదలుకొని ఆ యాత్ర పక్కజిల్లాకు వెళ్ళేంతవరకు వారితోనే ఉండాలి. జన్మశతాబ్ది స్మృతిఉపవనమును ఏర్పాటుచేసేందుకు అవసరమైన మొక్కలు ఆయా ప్రాంతాలకు అందచేయబడతాయి. ఆయా ప్రాంతాల కార్యకర్తలు ఈ కార్యక్రమాలను ముందుగానే పూర్తిచేస్తారు. ఇందుకు సంబంధించిన పత్రాలు అందరికి ఈ పాటికే అందే ఉంటాయి.

రథయాత్ర చేరిన జిల్లాలో రెండు మూడు వేర్వేరు ప్రాంతాల్లో కార్యక్రమం జరుపబడుతుంది. ప్రజలందరికి ప్రజ్ఞాసంగీతంతో పాటు యుగఋషి సందేశము కూడా ఇవ్వబడుతుంది. టోలీ సభ్యులు స్థానిక పరిజనులతో కలిసి అక్కడి మందిరాలలోను, ఉపాసన చేసే గృహములలోను లాల్‌మషాల్‌ను స్థాపిస్తారు. ఈ కార్యక్రమం కొన్ని ప్రాంతాల్లో మధ్యాహ్నం, కొన్ని ప్రాంతాల్లో రాత్రిపూట జరుపబడుతుంది. దానిననుసరించి కార్యక్రమ నిర్ధారణ జరుగుతుంది. రథయాత్ర ఆ రాత్రికి అక్కడే విశ్రమించి తరువాతి రోజు ఉదయమే బయల్దేరి మధ్యాహ్న కార్యక్రమం చేసేందుకై వేరే మజిలీకి పయనమౌతుంది.

మూడు ఇతర మహత్వపూర్ణ కార్యక్రమాలు

శతాబ్దిసంవత్సరములో పాంచజన్య శంఖారావము చేస్తూ మొదలైన ఈ రథయాత్ర వలన అద్భుతమైన పరిణామాలు మనముందుంటాయనేది అనేది స్పష్టమౌతుంది. రాబోయే మూడు సంవత్సరాలలో దేశంలో ప్రతిచోటా యుగనిర్మాణము యొక్క వెలుగు ప్రసరిస్తుంది. ఈ ప్రణాళికతో పాటు మూడు అతిగొప్ప ప్రణాళికలను ఈ సంవత్సరంలో మనం అమలుపరచాలి. ఈ మధ్యలో వచ్చే గాయత్రీ జయంతిని కూడా గుర్తుంచుకోవాలి.

1. గాయత్రీ జయంతి: ఈ పర్వదినం జూన్ 11, 12 శని, ఆదివారాలు రెండు రోజులూ ఉత్సవంగా చేయబడుతుంది. ఇందులో ఆదివారం చాలా ముఖ్యమైనది. విశిష్టవ్యక్తులు, యువతను విశేషధ్యాన శిబిరమునకు ఆహ్వానించడం జరుగుతున్నది. జూలై 15 శుక్రవారం గురుపూర్ణిమ. 15,16,17 ఆదివారం వరకు మూడురోజులు గురుదేవులకు శ్రద్ధతో పుష్పాంజలిని సమర్పించుకునేందుకై ఆ మూడు రోజులను సాధనా-సమర్పణ పర్వంగా జరుపుకోవాలి. ఆ మూడు రోజులు గురుసత్తా అనుభూతులను అందరూ ఇచ్చిపుచ్చుకోవాలి.

2. వృక్ష గంగా కార్యక్రమం: గురుపూర్ణిమ పర్వదినం సందర్భంగా యుగఋషికి సార్థక శ్రద్ధాంజలి సమర్పించేందుకై దేశం మొత్తంలో ఒక కోటి వృక్షములు నాటాలనే ప్రణాళికవుంది. జూలై 15 నుండి 17వరకు ఈ కార్యక్రమం జరుగుతుంది. అందరూ తరు పుత్రులుగా, తరుమిత్రులుగా (తరు=చెట్టు) మారి వృక్షాలను పెంచాలనే సంకల్పం తీసుకోండి. ఇందుకు సంబంధించిన విస్తృతమైన వివరణ, మార్గదర్శనము లేఖల ద్వారా, ప్రజ్ఞా అభియాన్ పక్షపత్రిక ద్వారా తెలియచేయబడుతుంది. ప్రతి ప్రాంతానికి ఆయా వృక్షముల మొక్కలు సులభంగా అందించేందుకై కృషి చేస్తున్నాము. ఇందులో అందరూ భాగస్వాములు కావాలి.

3. ఆలయాలను దత్తత తీసుకునే కార్యక్రమం: ఇది ఈ సంవత్సరం జరగబోతున్న గొప్పకార్యక్రమం. పరిజనులు తమతమ ప్రాంతాల్లోని ఒక్కో ఆలయాన్ని దత్తత తీసుకుంటామని సంకల్పించాలి. ఆలయ పరిసరాలలో తులసిమొక్కలు, పూల మొక్కలే కాక శమీవృక్షము వంటి ధార్మికవృక్షములను, త్రివేణీ (రావి, వేప, మఱ్ఱి), పంచవటి (రావి, వేప, మఱ్ఱి, ఉసిరి, అశోక) మరియు హరిశంకరీ వంటి మొక్కలను నాటి వాటికి చక్కగా పాదులు చేసి నీరు పోసి పెంచాలి. అక్కడ ధ్వని కాలుష్యము, ప్లాస్టిక్ వాడకము ఉండకుండా చూసుకోవాలి. గోడలపై సద్వాక్యాలను వ్రాయాలి. ఆలయ ప్రాంగణమంతా పరిశుభ్రంగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. కుదిరితే సౌరశక్తితో నడిచే ఉపకరణాలనుపయోగించి ఆలయాలను ఆదర్శజనజాగరణ కేంద్రాలుగా తయారుచేయాలి.

ఈ సంవత్సరం ప్రజలందరిలో ఒక కొత్త జాగృతిని, ఉత్సాహాన్ని నింపుతుంది. ప్రతి ఒక్కరూ అవును నిజమే పరివర్తన మొదలైంది తమనోటితో తామే చెప్పి మరీ ఒప్పుకుంటారు. ఇందుకోసమే జన్మశతాబ్ది వచ్చింది.

- అఖండజ్యోతి, జూన్ 2011

అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

తన కోపమే తన శత్రువు.

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం - 7

హోమియో వైద్య సేవ

నా వయస్సు 25 సం॥లు నాకు తరచుగా తుమ్ములు, దగ్గు వస్తాయి. డాక్టరుని సంప్రదిస్తే ఎలర్జీ అన్నారు. అసలు ఈ ఎలర్జీ అంటే ఏమిటి దీనికి శాశ్వత పరిష్కారం హోమియోలు ఉందని విన్నాను. దీనిని పరిష్కార మార్గం పత్రికాముఖంగా తెలియజేస్తారని ఆశిస్తున్నాము.

– రాములు, కాకినాడ

చల్లని గాలి తెమ్మెరలు, పువ్వుల పరిమళాలు మనస్సుకు ఆహ్లాదాన్ని, శరీరానికి విశ్రాంతిని కలిగిస్తాయి. కాని కొందరికి మాత్రం చర్మంపై దద్దుర్లను, జలుబు, దగ్గు, ఆయాసాలను కలుగజేస్తాయి. రకరకాల రుచిగల భోజనాలు తృప్తి, ఆరోగ్యాన్నిస్తాయి. కానీ, కొందరికి మాత్రం అనారోగ్యాన్ని అతి విరేచనం కలుగజేస్తాయి.

అందరికీ అవ్వని విధంగా కొందరికి కొన్ని కొన్ని పదార్థాల వల్ల ఈ అనారోగ్యాలు, ఈ ఆయాసాలు ఎందుకు? కారణం ఎలర్జీ.

వ్యక్తి యొక్క రోగనిరోధక వ్యవస్థలో వచ్చే మార్పువల్ల శరీరం ప్రతికూలంగా ప్రతిస్పందించడం వల్ల జరిగే హైపర్ సెన్సిటివిటీ రియాక్షన్‌ను ఎలర్జీ అంటారు. ఇలాంటి వారు ఇతరుల కన్నా కొంచెం సున్నితంగా ఉంటారు. దుమ్ము, పుప్పొడి, కొన్ని రకాల భోజన పదార్థాల వల్ల అలర్జీ వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఇలాంటి వాటిని ఎలర్జెన్స్ అంటారు. నిలువ పదార్థాలు ఉంచే రిఫ్రిజిరేటర్ వల్ల, కొన్ని కూరగాయల వల్ల కడుపునొప్పి రావడం, కడుపు ఉబ్బిపోవడం, వాంతులు, విరేచనాలు చర్మంపైన అర్టికేరియా దద్దుర్లు రావడం జరుగుతుంది.

కొన్ని రకాల మందుల వల్ల, కొన్ని రకాల పురుగులు కుట్టడం వల్ల, ఆంటీ బయాటిక్స్ వాడటం వల్ల కూడా ఈ విధమైన లక్షణాలు రావచ్చు. పై సందర్భాల్లో శరీర పనితీరు స్తంభించి పోవడం, బీపీ తగ్గిపోయి కోమా లేదా మరణించటం కూడా జరగవచ్చు. లేటెక్స్, రబ్బర్ వంటి వాటి తాకిడి వల్ల పెదవులు ఉబ్బిపోవడం గొంతులో వాపు వల్ల ఊపిరి ఆడనట్లు ఉండటం జరుగుతుంది. ఇలా ఎలర్జీ వల్ల రకరకాల ఇబ్బందులకు గురవుతుంటారు.

వాతావరణంలోని కాలుష్యం వల్ల కూడా కొన్ని రకాల ఎలర్జీలు కలుగుతుంటాయి. చాలా మందిలో ఈ ఎలర్జీలు వంశపారంపర్యంగా సంక్రమిస్తాయి. ఏ వయస్సు వారికైనా వచ్చే అవకాశం ఉన్నా 10 నుంచి 30 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు కలవారు తరచుగా బాధపడతారు. చిన్న పిల్లల్లో అయితే మరింత బాధాకరంగా ఉంటుంది. వ్యాధి లక్షణాల ద్వారానే రోగనిర్ధారణ జరుగుతుంది. ప్రిక్ టెస్ట్ అనే చర్మపరీక్ష ద్వారా కూడా నిర్ధారణ ఖచ్చితంగా చేయవచ్చు. రక్తంలోని ఐజి యాంటీబాడీస్ అనే పరీక్ష ద్వారా కూడా నిర్ధారణ చేయవచ్చు.

ఎలర్జీని కలిగించే పదార్థాలకు దూరంగా ఉండటం వల్ల కొంతవరకు సమస్యలు అధిగమించవచ్చు. అయితే కొన్ని సందర్భాల్లో అలా చేయడం కష్టం కావచ్చు. అయితే శరీరానికి సరిపడని భోజన పదార్థాలను అంటే పాలు పడనట్లయితే పాలు, పాల పదార్థాలను దాన్ని కలిగి ఉన్న పదార్థాలన్నింటిని నివారించాలి.

కాలుష్యంలో బయటకు వెళ్ళినపుడు మాస్క్ ద్వారా దుమ్ము నుండి సంరక్షించుకోవడం, ఇంట్లో దుప్పట్లు, కార్పెట్లను క్రమంగా శుభ్రంగా చేయడం, పుప్పొడి ఇంట్లోకి రాకుండా తలుపులు వేసుకోవడం, బయటినుండి వచ్చినపుడు బట్టలు మార్చుకోవడం వంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

వ్యాధి తీవ్రతను తగ్గించే తాత్కాలికంగా తగ్గించే కొన్ని రకాల మందులు కూడా లభిస్తున్నాయి. అయితే వాటివల్ల పరిష్కారం లభించదు. శరీరంలో అలర్జీకి గురయ్యే తత్వం నుండి శాశ్వతమైన పరిష్కారం హోమియోపతి మందుల ద్వారా కలుగుతుంది. హోమియోపతి మందులు వ్యక్తిలో ఉన్న తీవ్రమైన ప్రతిస్పందనను తగ్గించి అలర్జీని అరికట్టడమే కాకుండా వ్యాధినిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. అందువల్ల వ్యక్తి ఎలర్జెన్స్‌ని ఎదుర్కొన్నప్పటికీ వాటిని అధిగమించే శక్తి కలుగుతుంది. ఎలర్జీ కలుగజేసే అవస్థలన్నింటి నుండి శాశ్వతమైన విడుదల లభిస్తుంది.

హోమియోపతిలో ఎలర్జీకి వాడే మందులు

ఆర్సెనిక్ ఆల్బమ్:

ఎలర్జీ ఎక్కువగా ఉండటం, చల్లగాలికి ముక్కు కారుతూ, తుమ్ములు, దురదలు రావడం, తరచూ దాహం వేసేవారికి సరిపోతుంది.

మన ఆనందాన్ని ఇతరులకు పంచాలి.

అలియమ్ సెపా:

ముక్కు కారడంతోపాటు కళ్ళలో నుండి నీరు కారడం, ముక్కు మంటగా ఉండడం, ముక్కు చివర నుండి చుక్కలు చుక్కలుగా నీరు కారడం వంటి లక్షణాలు వేడి వాతావరణంలో ఎక్కువయ్యే వారికి సరిపోతుంది.

యుఫ్రేషియా:

కళ్ళమంటలు, దురదలు, కళ్ళ నుండి నీరుకారడం, ఎక్కువగా తుమ్ములు రావడం, కళ్ళు ఎరుపెక్కడం మొదలైన లక్షణాలు కలిగి ముక్కు నుండి నీరు కారడం వంటి లక్షణాలు.

సబడిల్లా:

విపరీతమైన తుమ్ములు రావడం, చల్లగాలిలో తెల్లవారురుఝామున ఎక్కువవుతుంటే దానివల్ల విసుగు, కోపం వంటి లక్షణాలు.

పల్సటిల్లా:

అలర్జీ లక్షణాలు ఆరుబయట గాలిలో హాయిగా ఉండి, ఇంటిలోపల బాధగా ఉండి, అస్సలు దాహం వెయ్యకపోవడం, కొన్ని రకాల పండ్లు తిన్న తర్వాత బాధలు ఎక్కువవడం వంటి సమస్యలు.

హెపార్ సల్ఫ్:

అతి సున్నితంగా ఉండేవారు. ప్రతిసారీ రొంపచే గొంతు బొంగరు పోవడం వంటి ఇబ్బందులు కలిగి, చలిని భరించలేనివారు పులుపును ఇష్టపడేవారు.

బెల్లడోనా:

అకస్మాత్తుగా అలర్జీ రావడం, మొహం ఎర్రగా మారి తుమ్ములు, జ్వరం వంటి లక్షణాలు రావడం, తలనొప్పి, తీవ్రమైన బాధగా ఉన్నపుడు ఉపకరిస్తుంది.

సలహాల కొరకు సంప్రదించవల్సిన చిరునామా

డా॥ టి. నీలవేణి, బి.హెచ్.ఎమ్.ఎస్.
ఆర్.ఎన్..జి. అడ్వాన్స్‌డ్ హోమియో క్లినిక్
ఇ.నెం. 3-211, యశోద గార్డెన్స్ దగ్గర,
శాంతినగర్, కూకట్‌పల్లి, హైదరాబాద్ - 500 072.
ఇ-మెయిల్: drneelaveni@gmail.com

ఈ శీర్షిక హోమియో వైద్య విధానం మీద అవగాహన పెంచుకోవడానికే. దయచేసి స్వంత వైద్యం ప్రయత్నించవద్దని మనవి.

స్వామి భవానీ దయాల్

భవానీ దయాల్ స్కూలుకు వెళుతున్నాడు. త్రోవలో అతను ఒక దయనీయమైన దృశ్యాన్ని చూశాడు.

వృద్ధాప్యంలో ఉన్న ఒక కూలీ మోయలేని బరువును మోస్తూ వంగిపోయిన నడుముతో నెమ్మదిగా నడుస్తున్నాడు. అతని వెనుక తెల్లదొర ఒకడు బెత్తం పుచ్చుకుని వస్తున్నాడు. నెత్తిమీద ఉన్న బరువు వల్ల వృద్ధుని అడుగులు తడబడుతున్నాయి. వెనకనుండి కఠినమైన స్వరంతో వినిపిస్తోంది - 'అరే తొందరగా నడు. బండి దాటిపోయిందంటే నీ చర్మం ఒలిచేస్తాను.'

భవానీ దయాల్ ఇది చూసి సహించలేకపోయాడు. మనిషా, రాక్షసుడా అని అనుకున్నాడు. కొంచెం ముందుకు పోయి కూలీ కాళ్లు వణికి క్రింద పడిపోయాడు. ఆంగ్లేయుడు అతనిని లేపి బెత్తంతో కొట్టసాగాడు. ఆ స్థితిలో కూడా ఆ కూలీకి ఎవరూ సహాయం చేయలేదు.

భవానీ దయాల్ ఆ ఆంగ్లేయుని చేతుల్ని పట్టుకొనేందుకు ప్రయత్నించాడు. ఆంగ్లేయుడు ఎవరో అని వెనక్కి తిరిగిచూస్తే భవానీ దయాల్ కనిపించాడు. ఆ బాలుడు ముందుకు వచ్చి ఆంగ్లభాషలో చెప్పడం మొదలుపెట్టాడు - 'ఇతడు నిర్దోషి, ఇతనిని వదలిపెట్టండి. ఇతడు ఏ అపరాధమూ చేయలేదు.' ఆంగ్లేయుడు వృద్ధుడిని కొట్టడం ఆపి ఇలా అన్నాడు. - 'ఈ పశువు నా సామానులన్నీ పాడు చేశాడు. నీవు చెప్పావు కనుక వీడిని విడిచిపెడుతున్నాను.'

'లేదు సర్, సామాను పాడవటం ఇతని తప్పు కాదు. తప్పంతా మీది. ఈ వృద్ధుడు ఇంత సామాను మోయలేడని మీకు తెలుసు. తెలిసి కూడా ఇతని నెత్తిపై ఇంత సామాను పెట్టారు. మీరు మనిషిని మనిషిగా గుర్తించాలి.

తన మాట పూర్తి చేసి భవానీ దయాల్ స్కూలుకు వెళ్లిపోయాడు. కానీ అక్కడ ఉన్నంతసేపూ అతని మనస్సు చదువు మీద లేదు. ఆ సంఘటన అతని మనస్సు కలచివేసింది. ఈ అన్యాయాన్ని ఎదిరించాలని అతను సంకల్పించుకున్నాడు.

తరువాత కాలంలో అతను గ్రామ గ్రామానికి వెళ్లి జనజాగరణ చేయసాగాడు. ఆ కార్యంలోనే తన జీవితం అంతా గడిపాడు. సహాయనిరాకరణోద్యమం కోసం, స్వదేశీ ప్రచారోద్యమం కోసం శ్రమించి పనిచేశాడు. తరువాత సన్యాసాశ్రమాన్ని స్వీకరించాడు. ఆ తర్వాత ఆయనను స్వామి భవానీ దయాల్ అని పిలువసాగారు. దేశసేవకై సమర్పింపబడిన ఆ సన్యాసి జీవితం ధన్యమైంది.

ఇతరుల ఆనందాన్ని మనం పంచుకోవాలి.

వేమన వేదం-జీవన నాదం - 8

శక్తి సామర్థ్యములు ఉన్నపుడే, వ్యక్తికి గౌరవము, వ్యక్తిపట్ల అభిమానములు కల్గుతాయి. వయస్సు పెరిగే కొలదీ, రాబోయే క్రొత్త తరాల ఆలోచనలకు, అభిప్రాయములకు వీరి అభిప్రాయాలకు పొంతన కుదరక, వయస్సు మీదబడిన వారి ఆలోచనలను, అభిప్రాయాలను ఛాదస్తంగా పేర్కొనడం జరుగుతూ ఉంటుంది. అటువంటి సమయంలో పెద్దవాళ్ళే, క్రొత్త తరాల భావాలను అర్థం చేసుకుంటూ, సర్దుకుపోగల్గితే ఎటువంటి సమస్యలు లేకుండా కుటుంబాలు హాయిగా ఉంటాయి. లేకుంటే అనవసరమైన పట్టుదలకుపోతే, అవమానం కలిగి పెద్దల మనస్సు, మాట మూగపోతాయి. ఇదే తత్వాన్ని వేమన ఇలా వివరించారు. ఈ క్రింది పద్యంలో...

చిక్కియున్నవేళ సింహంబునైనను
బక్క కుక్కయైన బాధపెట్టు
బలములేని వేళఁబంతముల్ సెల్లవు
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

సింహము బలంగా లంఘించే శక్తి ఉన్నంతవరకు, ఇతర జంతువులన్నీ భయభక్తులను ప్రదర్శిస్తాయి. అదే సింహం చిక్కిశల్యమైపోయినపుడు, దానిని బక్కచిక్కిన కుక్క కూడా మొరుగుతూ, ఆటపట్టిస్తుంది. ఇది కేవలం ఆ సింహం శక్తి హీనమైనదన్న సత్యం ఇతరులకు తెలియడమే. అటువంటి స్థితిలో ఎలాంటి పంతాలకు పోరాదు అన్న జీవిత సత్యం నిత్య స్మరణీయమని అంటారు వేమన.

సత్సంకల్పంతో, చిత్తశుద్ధితో చేసే ప్రయత్నం చిన్నదైనప్పటికి, దాని ప్రయోజనం భవిష్యత్తులో బహుళ ప్రయోజనకరంగా ఉండాలి. అంతేకానీ ఆరంభ శూరత్వంతో, ఆర్భాటాలతో మొదలుపెట్టే ప్రయత్నం చిత్తశుద్ధిలేకుంటే అది నిష్ప్రయోజన యత్నమే అవుతుంది. ఆరంభంలో చిన్నదే అయినా, భవిష్యత్తులో దాని ప్రయోజనాలు అనిర్వచనీయం. నది పుట్టినపుడు బిందువే అయినా, బిందువు, బిందువు కలిస్తే అది సింధువు అవుతుందన్న విషయం మరువరాదు.

చిత్తశుద్ధి కల్గి చేసిన పుణ్యంబు
కొంచెమైన నదియు గొదువగాదు
విత్తనంబు మఱ్ఱివృక్షమునకునెంత
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

చిత్తశుద్ధితో చేసిన మంచి పని, "ఇంతింతై వటుడింతై" అన్న రీతిలో లోకోత్తర కార్యంగా మారి బహుళ జన ప్రయోజనకరమవుతుంది. విత్తనం చిన్నదే అయినా, అది భూమిలో నాటబడిన పిమ్మట, ఎందరికో నీడను, ఎన్నో పక్షులకు గూడును, శాఖోపశాఖలుగా విస్తరించే (మఱ్ఱి) వటవృక్షంగా మారడం సృష్టి విచిత్రం. అలాగే సర్ ఆర్థర్ కాటన్ మహాశయుడు గోదావరి, కృష్ణ నదీజలాల వినియోగంకొరకు నాడు కట్టిన ఆనకట్టల (డ్యామ్) వల్లనే నేడు ఆంధ్రప్రదేశ్ అన్నపూర్ణగా మారింది. సి.పి. బ్రౌన్ మహాశయుడు నాడు చిత్తశుద్ధితో చేసిన యత్నంవల్లనే మన తెలుగు భాషకు నిఘంటువు నిర్మాణం, వేమన పద్యాలను కాలగర్భంలో కలిసిపోకుండా కాపాడిన మహోపకారంగా మారింది. కావున చిత్తశుద్ధితో చేసే ప్రయత్నం చిన్నదైనా చిరుదీపంలా చుట్టూ ఆవరించి ఉన్న చీకటిని తొలగించే యత్నం చేస్తుంది అంటారు వేమన.

ప్రాప్తం ఎలా ఉంటే పయనం అటే సాగుతుంది. మంచి పనులు చేస్తూ, అందరికి ఇష్టుడయ్యే స్థితి నుదుటిపై వ్రాసి ఉంటే అలాంటి సాంగత్యమే కల్గి, సజ్జనుడుగా మారతాడు. ఎంతో ఉన్నత గుణాలున్నప్పటికి, దుర్జన సాంగత్యం వల్ల దుష్టచతుష్టయంలో ఒకడయ్యాడు కర్ణుడు. అది అతని లలాటలిఖిత మహిమ. రాక్షస వంశంలో జన్మించినప్పటికీ ప్రహ్లాదుడు విష్ణుభక్తునిగా పరమపదాన్ని పొందాడంటే అది అతని లలాటంపై సృష్టికర్త అయిన బ్రహ్మదేవుడు వ్రాసిన సృష్టిగీత. ఇదే సృష్టి సత్యాన్ని ఈ క్రింది పద్యంలో ఇలా వివరించారు.

చిప్పలోన బడ్డ చినుకు ముత్యంబయ్యె
నీటబడ్డచినుకు నీటగలిసె
బ్రాప్తి గల్గుచోట ఫలమేల తప్పురా
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

ముత్యంగా మారాలి అని బ్రహ్మచే సంకల్పించిన నీటిబొట్టు ముత్యపు చిప్పలోబడి ముత్యంగా మారతుంది. పంట పొలాలలో పైరుకు జీవాన్ని ఇవ్వాలి అని సంకల్పించబడిన నీటిబొట్లు వర్షపు చినుకులై పొలాల్లో కురుస్తాయి. నిరర్థకంగా, నిష్ప్రయోజనకరంగా ఉండాలి అని సంకల్పించబడిన నీటిబొట్లు, సముద్రంలో కలిసి ఉప్పునీరుగా మారి నిష్ప్రయోజనకారి అవుతుంది. కాబట్టి అది ఆయా నీటిబొట్టుల యొక్క అదృష్టంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. అంతేకాని అది ఆ ఫలితానిది కాదు. బృహస్పతి, శుక్రాచార్యుల వారు మంత్రద్రష్టలు, ద్రష్టలు అయినపుడు బృహస్పతి దేవగురువు కావడం, శుక్రాచార్యుడు రాక్షస గురువుకావడం సృష్టి ఆదేశమే తప్ప, సృష్టికర్త తప్పిదం కాదని గ్రహించగలగాలి.

మన బాధలను ఇతరులకు పంచకూడదు.

మూఢాచారాలను, జంతుబలిని, అంధవిశ్వాసాలను బాహటంగా నిరసించిన హేతువాది, యదార్థవాది వేమన. ఒకరి మోక్షం కొరకు మరొకరి ప్రాణాలను బలిచేయడం తప్పు అని, దానివలన జీవహింస మాత్రమే అవుతుంది కానీ, మోక్షం ప్రాప్తించదు. జీవుల ప్రాణాలను బలి గొనడం తద్వారా మోక్షాన్ని ప్రసాదించడం దైవత్వం కాదని, కేవలం అది పాశవికమైన మూఢ విశ్వాసం అని నినదించి, చాటి చెప్పిన యదార్థ వాది.

జీవి జీవి జంపి, జీవికి cబెట్టంగ
జీవితానబలిసి చెలగుచుండు
జీవహింసకులకు cజిక్కునా మోక్షంబు
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

"అహింసా పరమోధర్మః" అన్న వేదోక్తిని శాసించే పద్ధతిలో కాకుండా, బోధనాత్మకంగా వివరించారు వేమన పై పద్యంలో. కారుణ్యం ఉండాలే గాని, కాఠిన్యం ఉండరాదు అదే మానవునకు ఉండవలసిన కనీస ధర్మం. కర్మకాండల పేరుతో జీవులను వధించి, అది ముక్తికి మార్గమని నమ్మేవారిని నిర్ద్వంద్వంగా విమర్శించాడు వేమన.

ఒక్కొక్క జీవికి, ఒక్కొక్క ప్రత్యేక లక్షణాలను ఇచ్చిన విధాత సృష్టి ఎంత గొప్పదో ఆలోచించినకొద్దీ ఆశ్చర్యకరంగా ఉంటుంది. మానవ శరీరాన్నే ఒక అద్భుత యంత్రంగా సృష్టికర్త సృష్టి అనిర్వచనీయం. కాలికి తగిలిన మరుక్షణంలోనే మెదడు ఆ విషయాన్ని గ్రహించడం, వెంటనే నోరు స్పందిస్తూ బిగ్గరగా రోదించడం, మరికొందరి విషయంలో చేతులలో ఒక చెయ్యి దెబ్బతగిలిన ప్రదేశాన్ని చేరడం, మరోచెయ్యి ఆ వ్యక్తి స్వభావాన్ని బట్టి తిరుగుబాటును చేసే యత్నం చేయడం అనే విషయాలు క్షణాలలో జరిగిపోతాయి. కంప్యూటర్ కంటే వేగవంతంగా జరిగే ఈ చర్యలు బ్రహ్మసృష్టికి మూలకారణం.

అలాగే మనం పీల్చే గాలిలో ఆక్సిజన్‌ను మినహాయించి, ఇతర వాయువులను బయటలకు పంపే ఫిల్టరైజేషన్ పనిని ముక్కుద్వారా చేయించడం అద్భుతం.

అలాగే తేనె పట్టులోని తెరల సంగతి తేనెటీగలకే తెలుస్తుంది. ఏ పువ్వులో ఎంత మధువు ఉంటుందో మధుపము (భ్రమరానికి) మాత్రమే తెలుస్తుంది. అదే రీతిలో పరమయోగి యొక్క యదార్థ జాడ నిజమైన భక్తునకే తెలుస్తుంది.

తేనెతెరల జాడ తేనెటీగయెఱుంగు
సుమరసంబుజాడ భ్రమరమెఱుగు
పరమయోగి జాడ భక్తుదెరుంగును
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

ఇదే భావం మనకు వేరొక పద్యంలో **"గొఱ్ఱెలు పదివేలు...** అనే పద్యంలో **"పరమయోగినెరింగి భక్తుడు వచ్చురా..."** అనే భావం ద్వారా వేమన తెల్పి ఇపుడు మరొక దృష్టాంతంతో తెలపడం వేమనకే తెలుసు.

చాలా మంది మానవుల రెక్కలు ముక్కలు చేసుకుని, రేయింబవళ్ళు కష్టపడి సంపదలను పొందుతారు. అయితే వాటిని అనుభవించేందుకు వారి మనస్సులు అంగీకరించవు. పొదుపు పేరుతో పిసినారులలాగ భోగాలను అనుభవించకుండా దాచి చివరకు తమ సంతానానికి ధారపోస్తారు. కష్టంవారిది, అయాచిత సుఖం వీరిది. తేనెటీగలు ఎలా అయితే అతి కష్టంతో తేనెను దాచి చివరకు దారిన పోయే బాటసారులకు ఇస్తాయో అదే రీతిలో నేటి తరం తల్లిదండ్రులు పిల్లల భవిష్యత్తుకోసం అహర్నిశలు కష్టపడి తమ సర్వశక్తులు ధారపోస్తున్నారన్న విషయాన్ని ఇలా చెప్పారు వేమన ఈ క్రింది పద్యంలో...

ధనము కూడబెట్టి దానంబుసేయక
తానుదినక యిచ్చు తనయులకును
తేనెటీగ కూర్చి తెరివరికియ్యదా !
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

దానము యొక్క ప్రాధాన్యతను వేమన తన శతకం మొదటి పద్యంలోనే **"అన్నిదానముల కంటె అన్నదానమే గొప్ప, కన్నతల్లి కంటె ఘనము లేదు"** అని వివరించాడు. అయితే భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణుడు తెలిపిన సత్యాన్ని **"మాసానాం మార్గశీర్షోహం..."** అంటూ మాసాలలో మార్గశిరాన్ని నేను వేదంలో సామవేదాన్ని నేను" అని సామవేద ప్రాశస్త్యాన్ని వేమన స్ఫురింపచేశాడు. అలాగే పరమసత్య స్వరూపుడు, ఆద్యంత రహితుడు, సర్వాంతర్యామి, జగద్రక్షకుడు అయిన శివుని ధ్యానమే యదార్థ ధ్యానమని తెల్పుతూ, ఆ పరమేశ్వరుని ధ్యానమే శ్రేష్టమని ఈ క్రింది పద్యంలో వివరించాడు.

దానములను అన్నదానమె గొప్పది
గానములను సామగానమెచ్చు
ధ్యానములను శివధ్యానమే శ్రేష్టంబు
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ !

ఇలా లౌకిక, పారలౌకిక సత్యాలను సమన్వయం చేస్తూ, మానవ జీవన పరమార్థాన్ని ప్రతిపద్యంలో తెలుపుంది. మానవతా వాదాన్ని, మానవ జీవన లక్ష్యాలను సమన్వయ పరచి మార్గదర్శనం చేసిన వేమన "నవయుగ క్రాంతిదర్శి" గా మన మనసులలో నిల్చిన మహనీయుడు. – సాధన నరసింహాచార్య

(శ్రీ పావనిసేవా సమితి ప్రచురించిన 'వేమన శతకం' ప్రతి నుండి పద్యములు గ్రహించబడినది)

మానసిక ప్రశాంతత శారీరిక దృఢత్వాన్ని ప్రసాదిస్తుంది.

వార్తలు

రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు

హైదరాబాద్‌లో 108 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞము

యుగఋషి, పూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య జన్మశతాబ్ది వేడుకలలో భాగంగా ఏప్రిల్ 29,30 మరియు మే 1, 2011 తేదీలలో 108 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞమును కూకట్‌పల్లి పి.ఎస్.ఎమ్. హైస్కూలు ఆవరణలో గాయత్రీ తీర్థ్, శాంతికుంజ్ హరిద్వార్ వారి సారథ్యంలో గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము, హైదరాబాద్ వారు అత్యంత వైభముగా, కన్నుల పండువగా నిర్వహించారు. జంటనగరాలలో 1998లో మొదటిసారి 108 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞం నిర్వహించగా, తిరిగి 2011లో నిర్వహించటం జరిగినది. దీనిని అత్యంత నిబద్ధతో నిర్వహించతలపెట్టి, క్రొత్తవారిని గాయత్రీ పరివార్‌లోనికి ఆహ్వానించెడి లక్ష్యముతో 40 మందితో కూడిన ఆర్గనైజింగ్ కమిటీని, 126 మందితో కూడిన రెసెప్షన్ కమిటీని ఏర్పాటు చేశారు. వీనికి తోడు ఆధునిక ప్రచార సాధనాలను మాధ్యమముగా చేసుకొని, పెద్ద పెద్ద హోర్డింగ్‌ల ద్వారా, బస్సులలో, ఎలక్ట్రానిక్ సాధనాల ద్వారా ఎస్.ఎమ్.ఎస్.ల ద్వారా వేలమందిని, కరపత్రాల ద్వారా లక్షల మందిని, ఆహ్వాన పత్రాల ద్వారా వేలమందిని తేజ, భక్తి ఛానల్, దూరదర్శన్ ద్వారా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా లక్షలాది మందిని 108 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞానికి ఆహ్వానించుట జరిగింది.

జంటనగరాల ప్రముఖ కూడళ్ళలో ఏర్పాటు చేసిన హోర్డింగుల ద్వారా 5 నక్షత్రాల స్థాయికి చెందిన ప్రముఖ హోటల్ 'ఖత్రియా డి రాయల్' అధినేత శ్రీ శివరామరాజుగారు ఆకర్షితులై గాయత్రీ మహాయజ్ఞానికి తనవంతు సాయముగా 3 రోజులు భోజన ప్రసాద వితరణ చేయుటకు స్వచ్ఛందముగా ముందుకు వచ్చారు. **పూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య సూక్ష్మ జగత్తులో నిర్వహించుచున్న యుగ నిర్మాణానికి ఇది ఒక మచ్చు తునక.** ఇదే రీతిలో పలువురు వైజ్ఞానికులు, కవులు, కళాకారులు, ఆధ్యాత్మికవేత్తలు, పాలకులు ఈ యజ్ఞములో పాల్గొనుట మిక్కిలి హర్షదాయకము. దీనికి 29వ తేది సాయంత్రం అధిక సంఖ్యలో స్త్రీలు, పురుషులు, బాలబాలికలు వందల సంఖ్యలో భవ్య కలశయాత్రలో పాల్గొనుట ప్రత్యక్ష ఉదాహరణ. వందేమాతరం ట్రస్టు ద్వారా శిక్షణ పొందిన బాలబాలికల కోలాటం, అట్లే బాలబాలికల విచిత్ర వేషధారణ మిక్కిలి ఉత్తేజాన్ని కలిగించాయి.

అఖిల విశ్వగాయత్రి పరివార్ ప్రధాన సంచాలకులైన డా॥ ప్రణవ్ పండ్యాగారి ఆకస్మిక రాక (యజ్ఞ ప్రాంగణములోనికి) పరివార్‌ను ఎంతో ఉత్తేజపరచినది. దీనికితోడు వారు ప్రవచనములో కలశ ప్రాముఖ్యతను వివరిస్తూ బ్రహ్మాండమునకు ప్రతీకయైన కలశాన్ని శిరస్సుపై ధరించి ఊరేగుట ఎంతో ఉత్తేజదాయకం, ప్రేరణదాయకం అన్నారు.

రెండవరోజు ఉదయం 8 గంటలకు ప్రార్థనా గీతాలతో యజ్ఞము ప్రారంభమైనది. 3 వేలకుపైగా పరిజనులు యజ్ఞానికి విచ్చేసిరి. డా॥ ప్రణవ్ పండ్యాగారిని, శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావుగారు సభకు పరిచయం చేశారు. డా॥ ప్రణవ్ పండ్యాగారు మాట్లాడుతూ "పరమ పూజ్యగురుదేవులు ఆధ్యాత్మికతకు వైజ్ఞానికతను జోడించి, ఆధ్యాత్మికతకు పరిపూర్ణత చేకూర్చి పటిష్టపరచారు. దీనితో వైజ్ఞానిక శక్తి ధర్మ బద్ధతను సంతరించుకొని, విశ్వకళ్యాణదిశగా అడుగులు వేయుట ప్రారంభమైనది. దీనిలో భాగంగా మొబైల్ ఫోన్ల వ్యాప్తివలన సమాజంలో వచ్చిన అనేక పెనుమార్పులు ఉదాహరణలుగా చెప్పుకొనవచ్చును అని చెప్పారు. మానవజన్మ సాఫల్యతకు గాయత్రీ ఉపాసన, సాధన తప్పనిసరి. తద్వారా గాయత్రీ ఆరాధన ద్వారా ఇంటింటికి గాయత్రీ మంత్రాన్ని చేర్చి, భూమిపై స్వర్గావతరణకు శ్రీకారం చుట్టండి. దీనికి పరమ పూజ్యగురుదేవుల సాహిత్యము మనకెంతో తోడ్పడుతుంది. ఇదే గాయత్రీ పరివార్‌గా మనము చేయవలసినది" అని అన్నారు. ఇంకా పూజ్యగురుదేవుల వాఙ్మయమును సంక్షిప్తముగా తెలుగు భాషలో అందించాలనే ప్రణాళికలో తయారయిన జీవన దేవత సాధన–ఆరాధన (వాఙ్మయం 2), యుగ పరివర్తన ఎలా జరుగుతుంది? (వాఙ్మయం 27), సూక్ష్మీకరణ సాధన పుస్తకములను డా॥ ప్రణవ్ పండ్యా ఆవిష్కరించారు.

డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ మాష్టారు ప్రవచిస్తూ "పరమ పూజ్యగురుదేవులు సూచించిన సవితా శక్తి ఆరాధన ఒక్కటే మానవాళికి ప్రస్తుత సమయంలో తరగనిశక్తిని అందించెడి ఏకైక ప్రత్యామ్నాయము. గాయత్రీ శక్తి ప్రతిరూపము సవితా శక్తి అనగా సూర్యశక్తి – కావున అందరూ ఈ గాయత్రీ శక్తిని ఉపాసిస్తూ, సాధన ద్వారా, ఆరాధించండి. ఇంటింటికి ఈ సందేశాన్ని చేర్చండి. మీ జీవితాలను ధన్యం చేసుకొనండి" అని సెలవిచ్చిరి.

అనుమానాలు, అపోహలు మానసిక కాలుష్యానికి సంకేతాలు.

తదుపరి శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావుగారు ప్రసంగిస్తూ "మనిషి గాయత్రీ ఉపాసన, సాధన మరియు ఆరాధనల ద్వారా తనలోనున్న అసురీశక్తులైన ఈర్ష్య, అసూయ, క్రోధం, లోభం, మద, మాత్సర్యముల విడనాడి, ప్రేమతత్వాన్ని పెంపొందించుకొని దేవతగా మారాలి. తద్వారా భూమిపై స్వర్గావతరణకు పాటుపడాలి. సమయ, అంశదానములనిచ్చి నిజమైన దేవతలుగా ఎదగండి" అని ఉద్బోధించిరి. యజ్ఞము పూర్తియైనది.

సాయంత్రం 6 గంటలకు దీపయజ్ఞము నిర్వహించబడింది. డా॥ ప్రణవ్ పండ్యాగారు, డా॥ బ్రిజ్‌మోహన్ గౌర్‌జీ మరియు శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావుగార్లు పాల్గొన్నారు.

మూడవరోజు ఉదయం 8 గం॥లకు యజ్ఞ కార్యక్రమం ప్రారంభింపబడినది. దాదాపుగా 4వేల మంది హాజరైనారు. మాజీ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ కొణిజేటి రోశయ్యగారు, మాజీ కేంద్రమంత్రి శ్రీ బండారు దత్తాత్రేయగార్లు యజ్ఞవేదికకు విచ్చేసి తమ శుభాకాంక్షలను తెలియజేశారు.

డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ మాష్టారు పాల్గొని తమ ప్రవచనాన్ని అందించి రానున్న పరమ పూజ్యగురుదేవుల జన్మశతాబ్ది వేడుకలలో అందరూ పాల్గొనవలసినదిగా కోరారు. డా॥ బ్రిజ్‌మోహన్‌గౌర్‌జీ గారు ప్రవచిస్తూ "మనుష్యులు నరపశువులుగా, నరపిశాచులుగాకాక నరదేవతలుగా మారి భూమిపై స్వర్గావతరణకు పాటు పడవలసినదిగా కోరారు. గాయత్రీ పరివార్ భూమికను ప్రత్యేకంగా గుర్తుచేశారు".

శ్రీ పరమానంద ద్వివేది, శ్రీ ఉమేష్‌శర్మ, శ్రీ తోషన్‌జీ గార్లు యజ్ఞాన్ని నిర్వహించారు. అట్లే శ్రీ గోవింద కాకాజీ, శ్రీ ఉత్తమ్ గైక్వాడ్, శ్రీ పూల్‌సింగ్ మున్నగువారు యుగ సంగీతాన్ని ఆలపించారు.

శ్రీ హీర్‌సింగ్ రాజపురోహిత్‌గారి నాయకత్వంలో నర్సరావుపేట నుండి వచ్చిన శ్రీ పేరిశాస్త్రిగారి 50 మంది గాయత్రీ పరివార్, చీరాల పరివార్, విజయనగరం పరివార్ పరిజనులు యజ్ఞ సామాగ్రి పంపిణీ, మంచినీరు సరఫరా వగైరాలు పర్యవేక్షించారు.

దిల్‌సుఖ్‌నగర్‌లో

పరమపూజ్య గురుదేవుల యొక్క జన్మశతాబ్ది సమారోహములో భాగములో శ్రీరామకీర్తన ప్రజ్ఞాపీఠ్ (హైదరాబాద్, దిల్‌సుఖ్‌నగర్) నందు శ్రీ గురుదేవుల సందేశాలను ఇంటింటా చేర్చే కార్యక్రమాలను చేపట్టింది. వాటిల్లో భాగముగా శ్రీరామనవమి నవరాత్రుల మహోత్సవములో శ్రీ రామారావు గారిచే 'సుందరకాండ' పారాయణ తొమ్మిది రోజులు జరిగింది. శ్రీరామనవమి రోజున శ్రీ సీతారాముల కళ్యాణోత్సవము అత్యంత రమణీయంగా జరిగింది. 60 మంది పరిజనులు పాల్గొన్నారు. మరుసటిరోజు శ్రీరామ సహిత సత్యనారాయణస్వామి వ్రతము అత్యంత శాస్త్రోక్తంగా వైభవంగా జరిగింది.

ఏప్రిల్ 29,30 మరియు మే 1వ తేదీల్లో కూకట్‌పల్లినందు నిర్వహించిన 108 కుండముల గాయత్రీ యజ్ఞమునకు శ్రీరామ కీర్తన ప్రజ్ఞాపీఠ్, దిల్‌సుఖ్‌నగర్ మరియు పరిసర ప్రాంతాలవారి కొరకు బస్సును ఏర్పాటు చేశారు. డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ మాష్టారు, శ్రీ మారెళ్ళ కామరాజుగారు, శ్రీ విశ్వనాథ్ ప్రసాద్ గారు మరియు ఇతర ప్రముఖుల ప్రేరణతో 40మందికి పైగా ఈ యాత్రలో పాల్గొన్నారు.

శ్రీరామ కీర్తన ప్రజ్ఞాపీఠ్, ప్లాట్ నెం. 1, ఆంధ్రాబ్యాంక్ కాలనీ, మలక్‌పేట్ (ఫోన్: 040-24069011) నందు ప్రతి రోజు ఉ॥ 7.00 గం॥ల నుండి ఉ॥ 8.30 గం॥ల వరకు గాయత్రీ యజ్ఞము మరియు సంస్కారములు జరుగుతున్నాయి. పరిజనులందరికీ ఆహ్వానము.

తణుకులో

06.04.2011 పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా తణుకులో పంచకుండీ గాయత్రీ మహా యజ్ఞం శ్రీమతి రాజ్యలక్ష్మి, నాగమణి గార్లు నిర్వహించారు. సుమారు 1000 మంది పాల్గొన్న ఈ యజ్ఞ కార్యక్రమంలో 24 మంది దేవస్థాపన ఫోటోలను తీసుకున్నారు. ముందురోజు 05.04.2011 న 108 కలశాలతో భవ్యమైన శోభాయాత్ర అనంతరం 1000 దీపాలతో దీపయజ్ఞం శ్రీమతి రాజ్యలక్ష్మి, నాగమణి గార్లు నిర్వహించారు.

ఒంగోలులో

12.04.2011 శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ పీఠంలో సీతారామ కళ్యాణం వీనుల విందుగా, నయనానందకరంగా వరిష్ఠ కార్యకర్త శ్రీమతి సీతామహాలక్ష్మి గారు నిర్వహించారు. తదనంతరం గాయత్రీ యజ్ఞం నిర్వహించబడింది. సుమారు 170 మంది పరిజనులు ఈ వివాహ మహోత్సవంలో పాల్గొన్నారు. భోజనం ప్రసాదం స్వీకరించారు.

నెల్లూరులో

03.04.2011 నెల్లూరు చేతనా కేంద్రం కార్యాలయంలో పంచకుండి గాయత్రీ మహాయజ్ఞ అనంతరం కార్యకర్తల సమావేశం జరిగింది. గురుదేవుల జన్మశతాబ్ది పురస్కరించుకుని మండల స్థాయిలో "గురుదేవుల దిగ్దర్శన్" ఫోటోల ఎగ్జిబిషన్,

భ్రమలు, భ్రాంతులు మానసిక కాలుష్యాలు.

సాహిత్య పుస్తక ప్రదర్శన, గాయత్రీ యజ్ఞ విశిష్టత తెలిపే వీడియో ప్రదర్శన చెయ్యాలని తీర్మానించారు. ఈ కార్యక్రమానికి శ్రీమతి రాజ్యలక్ష్మి స్టేట్ కో-ఆర్డినేటర్ అధ్యక్షత వహించారు.

శాంతికుంజ్‌లో

శాంతికుంజ్ హరిద్వార్‌లో 11.05.2011 నుంచి 19.05.2011 వరకు సంజీవని సాధనా శిబిరం తెలుగు భాషలో నిర్వహించబడింది. 350 మంది ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

సాధనా కార్యక్రమం రెండవరోజు గాయత్రి సాధన ఎందుకు? ఎలా? అనే విషయంపై గౌరవనీయులైన డా॥ ప్రణవ్ పంద్యాగారు ప్రవచించారు. ముందుగా శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావు కన్వీనర్ సౌత్ ఇండియా, డా॥ ప్రణవ్ పంద్యాగారిని సాధకులకు పరిచయం చేశారు. హిందీలోని ఉపన్యాసమును తెలుగు భాషలోకి శ్రీమతి ప్రశాంతిశర్మ అనువదించారు. శ్రీ బ్రిజ్‌మోహన్ గౌర్‌జీ జన్మశతాబ్ది సందర్భమున ఇంటింటికి గురుదేవుల సాహిత్యాన్ని అందించేందుకు, ప్రతి దినం స్వాధ్యాయం నిర్వహించే సంకల్పం చేయించారు.

(మరికొన్ని విశేషాలు వచ్చే సంచికలో...)

మనో బలానిదే గెలుపు

ఆత్మ విశ్వాసాన్ని మించిన శక్తి మరేది లేదు. అసంభవాన్ని సంభవం చేసి చూపించగల అద్భుతమైన శక్తి ఆత్మ శక్తి.

జపానులో ప్రఖ్యాతిగాంచిన సేనాధిపతి నోబునాగ తక్కువ సైన్యంతో, అతి తక్కువ సాధనాలతో శక్తివంతులైన శత్రువులను గడగడలాడించి తరిమిగొట్టేవాడని ఖ్యాతిగాంచాడు. దీనికి కారణం ఇతను తనతో పనిచేసేవారి మనోబలాన్ని పెంచడంలో ప్రవీణుడు. ఒకసారి తన సైనికుల మనోబలాన్ని పెంచడానికి ఉపాయం ఆలోచించాడు. వారిని ఒక దేవతా మందిరంలోకి తీసుకుని వెళ్ళి, ఒక నాణేన్ని ఎగరేసి బొమ్మపడితే గెలుపని, బొరుసుపడితే ఓటమి అని, ఇదే దేవి మాత నిర్ణయమని చెప్తాడు. ఎగురవేసిన నాణెం మూడు సార్లు బొమ్మగా పడడంతో గెలుపు తమదేనని అందరు ఆనందంతో గంతులు వేస్తారు. తరువాత యుద్ధంలో తమకంటే నాలుగు రెట్లు ఎక్కువగా ఉన్న శత్రువులను చిత్తుచేసి విజయభేరి మ్రోగించారు. అభినందన సభలో విజయానికి గల రహస్యాన్ని చెబుతూ నాణెం మూడుసార్లు బొరుసే పడిందని కాని తను చాతుర్యంతో నాణెం బొమ్మగా పడినట్లు అందరికి చూపించానని, అందువలన వాస్తవానికి గెలుపు మనోబలానిదే తెలియజేశాడు.

నిరాశ, భయం చాలా హానికరమైనవి. వాటికి ఏ మాత్రం చోటిచ్చినా మనకున్న సాధనాలు, సహకారాలు అన్నీ నిరర్థకమే అవుతాయి.

- ప్రజ్ఞా పురాణం నుండి

కదిలించే కళ్లు

49 సీ॥ *మొదటియాత్ర సలిపి మోదంబుతోడను*
సూక్ష్మరూపుల చూచి మోకరిల్లి
రెండవయాత్రలో నిండుగా తెలిసిన
సందేశవాక్యాల సరణి నెరిగి
వారి మనములోని భారమున్ దించగా
మార్గమేదియనుచు మరిమరి యోచించి
పూర్వరుషులకేను వారసుండనగుచు
ముదముగూర్తుననుచు మదిని దలచి

తే॥ *గురువునాత్మలో నిలుపుచు గుహకు చేరి*
అశ్రుధారలు కార్చుచున్ అడలు విధము
మానవాళికి దెలుపుట మరువకనుచు
కవిని కదిలించె గురుదేవు కంటిచూపు

50 సీ॥ *గురుదేవుకృపతోడ మరియొక్క మారును*
రుషులయాత్మలజేరి రుజువుగాను
వారసుండను నేను వగవంగ పనిలేదు
బీజంబు మీరుగా తేజరిల్ల
భావి కార్యంపుమొలక భూమిపై మొలిపించి
పోషించి చూపగా కృషిని సేతు
దిగులునువీడుచు దీవించి పంపుడు
గురుదేవుకృపనేను కూర్చుకొందు

తే॥ *అనియనుచు వేడగా వల్లెయనుచువారు*
ఆదరంబులుగ నన్నింక యనుపువిధము
మానవాళికి దెలుపుట మరువకనుచు
కవిని కదిలించె గురుదేవు కంటిచూపు

రచన-మధుర కవయిత్రి
పొన్నూరు హైమవతీ శాస్త్రి

ఆలోచించిందే చెప్పాలి, చెప్పింది చేయాలి.

అక్షరాల ఆట

పదగాయత్రి-8

నిర్వహణ : సాధన నరసింహాచార్య

1	2	3	4			5	6
7				X	8		
	X	9			X	10	
	X		X	X			11
	X		X	12			X
X	X		13		14	X	15
16		X	17		X	18	
	19	X	20				X

పదగాయత్రి-7 సమాధానాలు

1 ధ	2 ర్మో	3 ర	4 క్ష	తి	5 ర	క్షి	6 తః
7 ర	క	ము	X	X	జ	X	అం
X	X	X	8 మే	ది	ని	X	X
9 డు	X	10 వి	శ్వ	11 దా	X	12 రా	13 మ
వు	X	14 ల్లి	15 అ	X	16 రి	మ	ద
17 దే	వ	త	X	X	18 భూ	జ	ము
యు	X	19 వే	20 లు	21 పు	X	భూ	X
22 జ	న	నీ	జ	న్మ	భూ	మి	శ్చ

పేరు : ....

చిరునామా : ....

....

.... పిన్ కోడ్ : ....

ఫోన్ నెం : ....

ఆధారాలు

అడ్డం

1. గురుదేవుల సతీమణి, గురుపత్ని (8)
7. పూవు (4)
8. చెల్లాచెదురైన శాశ్వతం (3)
9. .... చెడి పాండవులు (3)
10. కటకములోని 3, 4 అక్షరాలు (2)
11. ఎవరు ఏమి చెప్పిన వినమంటూ తిరగబడ్డాం (3)
12. గద్యం కానిది (3)
14. సత్యసాయి సేవా పరివారం (అటునుండి) (4)
16. పద్య నిర్మాణంలో ముఖ్యమైనది (2)
17. "కొలువుదీరి" లో చివరి రెండక్షరాలలో ఒకదానిని ఒత్తారు (2)
18. అర్థభాగం (2)
19. యానం తిరగబడింది (2)
20. పెద్దల దీవెన (4)

నిలువు

1. వసంతానికి సూచన (5)
2. నక్షత్రం (2)
3. హైందవధర్మ రక్షణ సంస్థలలో ఒకటి (6)
4. చెల్లాచెదురైన ప్రపంచం (3)
5. దేశ పర్యటన (5)
6. రవీంద్రుని ప్రసిద్ధ నామం (4)
8. మొదటి అక్షరంలోపించిన అతీతం (3)
12. చెల్లాచెదురైన పరివారం (4)
13. లోకకల్యాణం కొరకు వెన్నెముకను త్యాగం చేసిన మునీంద్రుడు (3)
14. క్రింద నుండి వ్యవసాయం (3)
15. యజ్ఞం (2)
16. అల్పప్రాణంతో ముగిసిన ప్రాణం (2)
19. క్రింద నుండి మాండలికం (2)
18. మాటలు రావడం కొరకు పిల్లలకు చిన్నపుడు పోసేది (క్రిందనుండి) (2)

నిబంధనలు :

1. *సమాధానాలు "కీ"తో సరిపోవాలి.*
2. *కూపన్లు చేరవలసిన చివరి తేది 18-06-2011*
3. *పత్రికలో పైన ఇచ్చిన కూపన్‌నే పంపవలెను.*
4. *దిద్దుబాట్లు / కొట్టివేతలు / తుడుపులు ఉండరాదు.*
5. *తెల్లకాగితాలు / జిరాక్స్ కాపీలు అనుమతించబడవు.*
6. *అన్ని కరెక్టు అయిన ఎంట్రీలు ఎక్కువ సంఖ్యలో ఉన్నచో లాటరీ ద్వారా ఎంపికచేసి* ***ప్రథమ బహుమతి రూ. 100/-లు, ద్వితీయ బహుమతి రూ. 50/-లు*** *ఇవ్వబడును.*
7. *తపాలశాఖవారి ఆలస్యానికి పత్రిక బాధ్యత వహించదు.*
8. *బహుమతుల విషయంలో తుది నిర్ణయం సంపాదకులదే. ఎలాంటి వివాదాలకు తావులేదు.*
9. *పేరు, చిరునామాలు స్పష్టంగా, పిన్‌కోడ్‌తో ఫోన్‌నెంబరుతో సహా వ్రాయాలి.*

పదగాయత్రి-7 విజేతలు

మొదటి బహుమతి : ---

ద్వితీయ బహుమతి : **నందగోపాల్ సి. హెచ్**, విశాఖపట్టణం

ఎంట్రీలు పంపవలసిన చిరునామా

పదగాయత్రి C/o. యుగశక్తి గాయత్రి, అశ్విని హౌస్ ప్రక్కన, గాయత్రీ చేతనా కేంద్రం, మూసాపేట, హైదరాబాద్-18.