ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్

పరమపూజ్య గురుదేవులు
పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య

దేవమాత, విశ్వమాత, వేదమాత
గాయత్రీమాత

వందనీయ మాతా
భగవతీదేవిశర్మ

ప్రపంచాన్ని స్వర్గంగా మార్చుకునే సాధనా విధానం

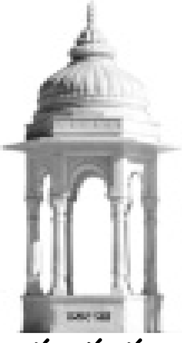
"బ్రహ్మముహూర్తములో నిద్రలేచి యథాశక్తి శరీరము, మనస్సులను శుద్ధిపరచుకొని కనులు మూసుకుని ప్రాతఃకాలంలో ఉదయిస్తున్న స్వర్ణిమ సవితను ధ్యానము చేయాలి. ఆ స్వర్ణిమ సూర్యకిరణములు తన శరీరము లోపలికి ప్రవేశించడము వల్ల దాని స్థితి చంద్రునివలె అవుతున్నదని భావన చెయ్యాలి. సూర్యునినుండి ప్రకాశమును గ్రహించిన చంద్రుడు మెరుస్తూ, తన శీతల ప్రకాశముతో రాత్రిని ప్రకాశింపజేసి అమృతమును కురిపిస్తాడు. ధ్యానస్థితిలో భావన ఎలా ఉండాలి అంటే సూర్యకిరణములు సాధకుని శరీరములో ప్రవేశించాయి. శరీరములోని అంగప్రత్యంగములలో చంద్రుని అమృతజ్యోతి నిండిపోయింది. ఈ అమృతజ్యోతి ప్రపంచమంతా వ్యాపించి అనుకూలమైన వాతావరణమును నిర్మిస్తోంది. దానితో పదార్థములు, ప్రాణులు అనుప్రాణితమవుతున్నాయి. అవాంఛనీయతలు తొలగిపోతున్నాయి. (వాతావరణ కాలుష్యం, నీటి కొరత, విద్యుత్ కొరత, కుల వ్యవస్థ, మాదక ద్రవ్యాలు, ఆడపిల్లలపై, మహిళలపై అత్యాచారాలు వగైరా, వగైరా ఏదో ఒకటి లేదా ఒక్కొక్కటిగా చెప్పుకోవాలి.) అనుకూలమైన పరిస్థితులు (స్వర్గీయ వాతావరణం) నిర్మించబడుతున్నాయి.

గాయత్రీమంత్రము సూర్యమంత్రము. ఎవరికి గాయత్రీమంత్రముపై శ్రద్ధ ఉంటుందో వారు పైన చెప్పిన ధ్యానముతోపాటు గాయత్రీమంత్రమును మానసికంగా జపించవచ్చు. ఎవరికి మంత్రజప విధానము నచ్చదో వారు కేవలము సూర్య కిరణములను తమ శరీరములోకి ఆవాహనచేసి దానిమూలముగా తయారయ్యే చంద్రోపమశరీరముతో అమృతజ్యోతి వితరణ ధ్యానమును మాత్రమే చేసుకుంటూ ఉండవచ్చు.

దీనికొరకు 15 నిమిషాల సమయమే నిర్ధారించబడినది. అందరూ దీనిని ఆచరించుటకు వీలుగా ఉండాలి అన్న కారణముతో ఇలా చెప్పబడినది. లక్షల, కోట్లమంది కలిసి ఒకే భావన ఒకే సమయములో చేస్తే ఆ సంయుక్తశక్తి నుండి ఉద్భవమయ్యే సూర్యచేతన మానవసమాజముపై అధిక అనుగ్రహమును కురిపించగలదు, ఇటువంటి నమ్మకము మనకు ఉండాలి.

- క్రాంతిధర్మి సాహిత్యం 2వ పుస్తకం '21వ శతాబ్ది-ఉజ్జ్వల భవిష్యత్తు-2' నుండి

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
డాక్టర్ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ
ముక్కామల రత్నాకర్
డి.వి.ఆర్.మూర్తి
సాధన నరసింహాచార్య
శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాల్

సంపుటి 18 - సంచిక 12
మే 2014

పత్రిక అందనివారు మరియు పత్రికకు సూచనలు, సలహాలు ఇవ్వదలచినవారు ఈ క్రింది ఫోన్ నంబర్లలో సంప్రదించగలరు
040-23700722
99491 11175
94407 69798

తత్త్వమసిః

'తత్త్వమసిః' అనగా 'అదే నీవు!' ఈ వాక్యం సమస్త ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం మరియు అనుభవం యొక్క సారము. దీనిగురించి నిరంతరము మనన-చింతనలను చెయ్యవలసిన అవసరము ఉన్నది. ఈ సత్యమును అనుభూతి చెందవలసిన ఆవశ్యకత ఉన్నది.

మనము ఏదో ఒకటి పొందాలి అనే దానిని విడనాడినప్పుడే ఆధ్యాత్మికక్రాంతి లేక పరివర్తన సంభవమౌతుంది. అలాగే ఏదో అవ్వాలి లేదా ఏదో పొందాలి అనే ఆలోచన సమసిపోయినప్పుడే ఆధ్యాత్మికతలో పెనుమార్పులు సంభవిస్తాయి. మనము స్వయముగా అదే! మనమే అది అయి ఉన్నాము! ఇందువలన ఏరకమైన ఉపలబ్ధియైనా నిరర్థకమే అవుతుంది. మనము దేనినైతే పొందాలని ప్రయత్నిస్తున్నామో, మనము ఎప్పుడూ అదే అయ్యున్నాము. మనము ఎప్పుడూ అది తప్ప మరేమీ కాదు. పరమాత్మ ఇప్పుడు ఈ క్షణములోను, ప్రతి క్షణములోను వెలుగొందుతున్నాడు. భగవంతుడు మన జీవితము నుండి మరియు మననుండి విడిగాలేడు. ఆయనను పొందటానికి లోభమే పెద్ద సమస్య. మనిషికున్న ఈ లోభగుణము కారణముగానే ధర్మము మరియు ఆధ్యాత్మికత పేరుమీద పీడించే వ్యక్తులు ఈ భూమిమీద ఉన్నారు.

'తత్త్వమసిః-నీవు అదే!' దీనిని నిరంతరము స్మరణలో ఉంచుకుంటూ ఉండండి. దీనికి సంబంధించినంతవరకు జాతిభేదము, ధర్మభేదము, స్త్రీ-పురుష భేదము అనే మాటలు విడనాడండి. 'నీవు స్వయముగా ఆ పరమతత్త్వమైన పరమాత్మవి!' అన్న ఒకే ఒక్క విషయమును మాత్రమే గుర్తుంచుకోండి అంతే!

- అఖండజ్యోతి, డిసెంబరు 2013

శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

నిద్ర రాకుండా పడుకోవద్దు, నిద్ర వచ్చేంతవరకు ఏదైనా పని చేస్తుండాలి

విషయ సూచిక

1.	**సంపాదకీయం :** తత్త్వమసిః	3
2.	**విషయసూచిక-సద్గురు వాణి :** సద్గుణముల అభివృద్ధి	4
3.	**వేదమంత్రం :** సోమరితనాన్ని పారద్రోలాలి	5
4.	**గాయత్రీ విద్య - 44 :** కళాసాధన-2	6
5.	**గాయత్రీ చిత్రావళి - 23 :** పరమప్రియమైన పుత్రికలు	8
6.	**పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర - 23 :** హిమాలయాల యాత్ర-4	9
7.	**యుగనిర్మాణ యోజన :** మహాకాలుని గీత-సత్సంకల్పాలు - 16	13
8.	**కుండలినీ మహావిజ్ఞానం-9 :** ఏడు రత్న భాండాగారముల ఖజాన ఈ దైవ శరీరం	15
9.	**వ్యక్తి నిర్మాణం :** మనిషి గొప్పవాడు, భగవంతుడు అంతకన్నా గొప్పవాడు	17
10.	**మనం - మన ఆరోగ్యం :** వంట చేయడంలో మెలకువలు	21
11.	**బుద్ధపూర్ణిమ ప్రత్యేకం :** యుగపరివర్తన బుద్ధుని నైతిక, బౌద్ధిక, సామాజిక విప్లవ కార్యక్రమం	24
12.	**మెస్మరిజం-10 :** హిప్నోటిజంకు సంబంధించిన మూడు ఆటలు	27
13.	**సమాజ నిర్మాణం :** నారీ జాగరణతోనే సమాజనిర్మాణం జరుగుతుంది	31
14.	**మహా వినాశనాన్ని ఆపవచ్చు**	33
15.	**బోధ కథ :** శ్రేష్ఠత్వాన్ని వరించాలి	35
16.	**గ్రహ ప్రభావములను అధ్యయనం చేయండి**	36
17.	**కలర్ ఇంజనీరింగ్ :** మీ వాక్కే దివ్యౌషధం-2	39
18.	**జీవనపథం:** ఇస్తూనే ఉండండి, సత్కర్మల బీజాలు నాటుతూ ఉండండి	40
19.	**పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి:** ఆధ్యాత్మికత యొక్క ప్రథమ పాఠం కర్మయోగం-3	42
20.	**నా వారితో నా మాట :** ఈ సంవత్సరంలో మనకు నిర్ధారింపబడిన ముఖ్య ఆధ్యాత్మిక కర్తవ్యాలు	46
21.	**స్ఫూర్తిదాయక గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులు - 1**	49
22.	**వార్తలు :** రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు	50

సద్గురు వాణి

సద్గుణముల అభివృద్ధి

సద్గుణముల ద్వారానే అర్థవంతమైన, శాశ్వత ఉచ్ఛస్థాయి సఫలతలు ప్రాప్తిస్తాయి. శ్రమశీలత, సాహసం, ధైర్యం, ఓర్పు, సంయమం, మనస్సు పెట్టి పనిచెయ్యడం ద్వారానే అనేక లాభములు ప్రాప్తిస్తాయి. ప్రగతి పథం ప్రశస్తమవుతుంది. సచ్ఛరిత్రత, పనులు చేపట్టే విధానంపైనే విశ్వాసం సంతరించుకుంటారు. అటువంటి వారినే సమాజం విశ్వసిస్తుంది, వారికే మహత్వ పూర్ణమైన పనులు అప్పగిస్తుంది, సహాయ సహకారాలు అందిస్తుంది. అందువలన మనము సద్గుణములను పెంపొందించుకోవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నది.

యుగశక్తి గాయత్రి

చందా రుసుమును ఆన్‌లైన్ ద్వారా పంపించండి.

బ్యాంకు పేరు: **ఎస్.బి.ఐ., ఎర్రగడ్డ శాఖ**

ఖాతాపేరు : **శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు**

ఖాతానెం. : **32506416087**

IFSC Code : **SBIN-0013272**

అట్లే మని ఆర్డరు ద్వారా కాని, బ్యాంకు డ్రాఫ్టు ద్వారా కాని చందా రుసుమును పంపవచ్చు. ఆన్‌లైన్ ద్వారా పంపునప్పుడు బ్యాంక్ కమీషన్ క్రింద రూ. 20/- చందాకు అదనంగా పంప ప్రార్థన. ఆన్‌లైన్‌లో పంపినప్పుడు బ్యాంకు చలాన జిరాక్సు కాపీని మీ చిరునామాను (పిన్‌కోడ్‌తో సహా) తెలుపుతూ మాకు తప్పక పంపించండి.

"శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు"

గాయత్రి చేతనా కేంద్రము, హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట

అశ్విని హౌస్ దగ్గర, హైదరాబాదు - 500 018.

ఫోన్: 040-23700722, సెల్: 9949111175

విడి ప్రతి రూ॥ 12/-	3 సం॥ చందా రూ॥ 350/-
సం॥ చందా రూ॥ 120/-	10 సం॥ చందా రూ॥ 1116/-

లక్ష్యం సాధించిన తరువాత జీవితం పూలబాటవుతుంది

వేద మంత్రం

సోమరితనాన్ని పారద్రోలాలి

యో జాగార తమృచః కామయన్తే
యో జాగార తము సామాని యన్తి ।
యో జాగార తమయం సోమ ఆహ
తవాహమస్మి సఖ్యే న్యోకాః ॥ ***(ఋగ్వేద 5/44/14)***

భావార్థం : ఎవరు మేలుకొని ఉన్నారో, సోమరితనం అజాగ్రత్తల నుండి ఎల్లప్పుడూ అప్రమత్తంగా ఉన్నారో, వారికే ఈ ప్రపంచంలో జ్ఞానం, విజ్ఞానం ప్రాప్తిస్తాయి. వారే మహా పురుషులు అనబడతారు.

సందేశం : 'ఉత్తిష్ఠత జాగృత ప్రాప్యవరాన్ని బోధత'. లే! మేల్కొను! లక్ష్యం సాధించేదాక ఆగబోకు. ఇది వివేకానందుని మూలమంత్రము. ఒక ఆశ్వాసన ఉన్నది – "ఓ యాత్రికుడా సూర్యోదయం కాబోతున్నది లే! మేల్కొన్నవారికే లభిస్తుంది'. నియమమేమిటంటే లేచి మేల్కొను. అప్పుడు మాత్రమే కొంత పొందగలుగుతావు. లేకపోతే ఈ మనుష్య జీవనమే వ్యర్థమవుతుంది. మొదట లే, తరువాత మేల్కొను" ఈ వరుస సరిగ్గా లేదనిపిస్తుంది. మనుష్యుడు మొదట మేల్కొంటాడు, తర్వాత పక్క నుండి లేస్తాడు. కానీ మనం నిజంగా మేల్కొన్నామా? అజ్ఞానం, సోమరితనం, అజాగ్రత్త, తమోగుణం యొక్క మత్తువలన మనకళ్ళు ఇంకా మూసుకునే ఉన్నాయా? మరి మనం మేల్కొన్నదెక్కడ? మనం మన శక్తి కొద్దీ ఎల్లప్పుడూ జాగృతంగా ఉందాం. ఎల్లప్పుడూ అప్రమత్తంగా, నడుం బిగించి ఉందాం. మన కర్తవ్యపాలనలో ఎన్నడు సోమరితనానికి గురికాము. **'కల్ కరే సో ఆజ్ కరే. ఆజ్ కరే సో అబ్' (రేపు చేయాల్సింది ఈ రోజు చెయ్యి, ఈ రోజు చెయ్యవలసింది ఇప్పుడే చెయ్యి).** ఈ భావనతో ఎల్లప్పుడు పనిపట్ల సమర్పణతో ఉద్యుక్తులమై ఉందాము, జాగ్రత్తగా ఉందాము. ఈ విధంగా అభ్యాసం చేస్తూ ఉంటే, మనం పరమేశ్వరుని గుణాలను మనలో ధరించి, సాఫల్యపు మెట్లు ఎక్కుతాం.

ఈ ప్రపంచం జాగరూకులైన వ్యక్తులకోసం చేయబడింది. వారే సోమరితనం వదలి తమ పురుషార్థం చేత నిజమైన జ్ఞానం ప్రాప్తించుకొనుటలో సమర్థులవుతారు. జ్ఞాన విజ్ఞానాలతో అందరి సుఖశాంతుల కొరకు అనేకానేక వస్తువులు తయారుచేస్తారు. సుఖం, శ్రేయస్సు, ఐశ్వర్యం అన్నీవారికే లభిస్తాయి. ప్రపంచంలో సమస్త సౌకర్యాలు వారికి సహజంగా లభిస్తాయి. సోమరులు సుఖసౌకర్యాల వెంబడి పరుగెత్తుతూ ఉంటారు. లాలస ఉంటుంది, కోరికలు ఉంటాయి అయినా ఏదీ చేతికందదు. వారు తామసికపు మత్తులో పడి ఉంటారు. సాత్వికతామృతం వారికి అందనే అందదు. సోమరితనానికి మించి అధిక నష్టాన్ని కలుగజేసే, అధిక సమీప శత్రువు మరొకటి లేదు. సోమరితనం, అజాగ్రత్తను వదలి 'నిరంతర కృషి'ని ఆశ్రయించకపోతే ప్రగతి సంభవం కాదు. పరమాత్మ కృపను ప్రాప్తించుకోవడానికి ఆయన చరణాల వద్ద మన కృషి, సాహసం, ధైర్యం, బుద్ధి, శక్తి, పరాక్రమం అనే పూలను సమర్పించాలి. స్వయంగా పురుషార్థం చేసేవారికే భగవంతుడు సహాయం చేస్తాడు. వేదం యొక్క స్పష్టమైన ఘోషణ ఏమంటే – 'న ఋతే శ్రాంతస్య సఖ్యాయ దేవాః'.

కానీ నేడు స్థితి అత్యంత విషమం అవుతూ ఉన్నది. చిన్న చిన్న పిల్లలు, విద్యార్థులు కూడా తమ సమయాన్ని నిరర్థక విషయాలలో పాడుచేసుకుంటున్నారు. అశ్లీల సాహిత్యాన్ని ఆసక్తితో చదువుతున్నారు. తమ అభిప్రాయాలను కలుషితం చేసుకుంటున్నారు. వీరేకాదు చాలామంది డాక్టర్లు, అధ్యాపకులు, వ్యాపారులు, రైతులు, కూలీలు, అధికారులు మొదలైన వారిలో పని ఎగవేత, సోమరితనం రోగంలాగా బాగా వ్యాపిస్తున్నది.

సమాజం నుండి సోమరితనం అనే రాక్షసుడిని పారద్రోలడం మన కర్తవ్యం.

★★★

పండుగలు

మే 2014

04-05-2014 ఆది శంకరాచార్య జయంతి

14-05-2014 బుద్ధ పూర్ణిమ

జూన్ 2014

08-06-2014 గాయత్రీ జయంతి

13-06-2014 కబీర్‌దాస్ జయంతి

నీ జీవితాన్ని మార్చే శక్తి ఒక్కరికే ఉన్నది, అది నువ్వే

గాయత్రీ విద్య-44

కళాసాధన-2

(గత సంచిక తరువాయి...)

ఐదు కళల ద్వారా తాత్త్విక సాధన

పృథ్వీతత్వం

ఈ తత్వం యొక్క స్థానం మూలాధార చక్రం అనగా గుదం నుండి రెండు అంగుళములు అండకోశముల వైపు ఉన్నది. సుషుమ్న యొక్క ప్రారంభం ఇక్కడి నుండి మొదలవుతుంది. ప్రతి చక్రం యొక్క ఆకారం కమల పుష్పం (తామర) వలె ఉంటుంది. ఇది భూలోక ప్రతినిధి. పృథ్వీతత్వం యొక్క ధ్యానం మూలాధార చక్రంలో చెయ్యాలి.

పృథ్వీతత్వం యొక్క ఆకృతి చతుష్కోణం, రంగు పసుపు, గుణము గంధం. అందువలన దీనిని తెలుసుకోగలిగే జ్ఞానేంద్రియం నాశిక, కర్మేంద్రియం గుదం (anus). **పసికరలు (jaundice), బోదకాలు మొదలైన రోగములు పృథ్వీతత్వం యొక్క వికృతి వలన ఉత్పత్తి అవుతాయి. భయం మొదలైన మానసిక వికారములలో దీని ప్రాధాన్యత ఉన్నది. మూలాధార చక్రంలో ధ్యానం చేస్తే ఈ వికారాలు శాంతిస్తాయి.**

సాధనా విధానం : ఉదయం ఇంకా చీకటి ఉండగానే ప్రశాంత స్థానంలో, పవిత్రమైన ఆసనంపై రెండు కాళ్ళు వెనకకు మడచి కూర్చోవాలి (వజ్రాసనం). రెండు చేతులు బోర్లించి, మోకాళ్ళ మీద పెట్టుకోవాలి. చేతివేళ్ళు లోపలికి మడచి పొట్టవైపు ఉండేటట్లు ఉంచుకోవాలి. తరువాత నాశిక అగ్రభాగం మీద దృష్టి ఉంచి మూలాధార చక్రంలో 'లం' బీజంతో కూడిన చతుష్కోణ పసుపురంగుగల పృథ్విని ధ్యానం చెయ్యాలి. **పృథ్వీతత్వం ధ్యానం వలన నాశిక సుగంధభరితమవుతుంది. శరీరం బంగారు పసిమి అవుతుంది.** ధ్యానం చేసే సమయంలో పృథ్వీతత్వ సమస్త గుణములను ధ్యానంలో తెచ్చుకోవాలి. 'లం' బీజ మంత్రమును మనస్సులోనే (శబ్ద రూపంలో కాక ధ్వని రూపంలో) జపం చేయాలి.

జలతత్వం

పొట్ట క్రింద, జననేంద్రియముల పైభాగంలో స్వాధిష్ఠాన చక్రం ఉంటుంది. ఇది జలతత్వ స్థానం. ఈ చక్రం "భువః" లోక ప్రతినిధి. రంగు తెలుపు, ఆకృతి అర్థ చంద్రాకారం, గుణము రసము. చేదు, పులుపు, వగరు మొదలైన రుచులు ఈ జలతత్వ కారణంగా వస్తాయి. దీని జ్ఞానేంద్రియం జిహ్వ (నాలుక), కర్మేంద్రియం లింగము. మోహాది వికారములు ఈ తత్వ వికృతి వలన వస్తాయి.

సాధనా విధానం : పృథ్వీతత్వ సాధనా విధానంలో చెప్పినట్లుగా కూర్చుని 'వం' బీజ మంత్రాన్ని, అర్థ చంద్రాకార తెల్లని చంద్రునివంటి జలతత్వమును స్వాధిష్ఠాన చక్రంలో ధ్యానం చెయ్యాలి. **జలతత్వ ధ్యానం వలన ఆకలి దప్పికలు ఉండవు. సహన శక్తి ఉత్పన్నమవుతుంది.**

అగ్నితత్వం

నాభిస్థానంలోని మణిపూరక చక్రంలో అగ్నితత్వ నివాసం. ఇది "స్వః" లోక ప్రతినిధి. ఈ తత్వం యొక్క ఆకృతి త్రికోణం, రంగు ఎరుపు, గుణము రూపము. జ్ఞానేంద్రియములు నేత్రము, కర్మేంద్రియం పాదము. **క్రోధాధి మానసిక వికారములు, వాపులు మొదలైన శారీరిక వికారములు ఈ తత్వం యొక్క గడబిడల వలన వస్తాయి. దానిని సరిచేసుకోవడం వలన ఆకలి లేకపోవడం అజీర్ణం మొదలైనవి దూరం అవుతాయి. కుండలినీ శక్తి జాగృతం కావడానికి సహాయం లభిస్తుంది.**

సాధనా విధానం : పృథ్వీతత్వంలో చెప్పిన విధంగా ఆసనంలో కూర్చుని 'రం' బీజమంత్రంతో కూడిన త్రికోణాకృతి గల, అగ్నితో సమానమైన ఎరుపుగల అగ్నితత్వమును మణిపూరక చక్రంలో ధ్యానం చెయ్యాలి. **జలతత్వం సిద్ధించడం వలన అత్యంత ఆహారమును స్వీకరించగలిగే శక్తి, అత్యంతంగా త్రాగగలిగే శక్తి; అత్యంత అగ్నిని సహించగలిగే శక్తి లభిస్తుంది.**

వాయుతత్వం

ఈ తత్వము హృదయస్థానంలో ఉన్నటువంటి అనాహత చక్రంలో ఉంటుంది. ఇది 'మహః' లోక ప్రతినిధి. రంగు ఆకుపచ్చ, ఆకృతి గోళాకారం, గుణము స్పర్శ, జ్ఞానేంద్రియం చర్మం, కర్మేంద్రియము చెయ్యి. ఉబ్బసం మొదలైన రోగములు ఈ తత్వం వికృతి వలన సంభవిస్తాయి.

సమస్యలతో ఎదిగిన వాడికి ఏదీ సమస్య కాదు

సాధనా విధానం : పృథ్వీతత్వంలో చెప్పిన విధంగా కూర్చుని 'యం' బీజంతో కూడిన గోళాకారపు ఆకుపచ్చని కాంతిగల వాయుతత్వమును అనాహత చక్రంలో ధ్యానించాలి. **వాయుతత్వం సిద్ధించినప్పుడు పక్షులవలె ఎగిరి ఆకాశగమనం చేయగలుగుతారు.**

ఆకాశతత్వం

శరీరంలో దీని నివాసం విశుద్ధిచక్రం. ఈ చక్రం కంఠ స్థానంలో ఉన్నది. ఇది 'జనః' లోక ప్రతినిధి. దీని రంగు నీలం, ఆకృతి అండాకారం (కోడిగ్రుడ్డు), గుణం శబ్దం, జ్ఞానేంద్రియం చెవులు, కర్మేంద్రియం వాణి (నాలుక).

సాధనా విధానం : పృథ్వీతత్వంలో చెప్పిన విధంగా ఆసనంలో కూర్చుని 'హం' బీజ మంత్రమును జపం చేస్తూ చిత్ర విచిత్ర రంగులు గల ఆకాశ తత్వమును విశుద్ధి చక్రంలో ధ్యానం చెయ్యాలి. **ఆకాశతత్వ ధ్యానం వలన త్రికాలజ్ఞానం, ఐశ్వర్యం అణిమాది సిద్ధులు ప్రాప్తిస్తాయి.**

ప్రతినిత్యం పంచతత్వములను ఆరు మాసములు అభ్యసిస్తే తత్వసిద్ధి కలుగుతుంది. తత్వములను గుర్తించుట సరళ మవుతుంది.

తురీయ స్థితి

మనస్సును సంకల్పరహితం చేయడం వలన కలిగే స్థితిని తురీయస్థితి అంటారు. ధ్యానం, భావము, ఆలోచనలు, సంకల్పం, ఇచ్ఛ, కోరికలను పూర్తిగా వదలి, కేవలం ఆత్మపై, తన అంతఃకరణను పూర్తిగా కేంద్రీకరించితే తురీయ స్థితికి చేరతారు. ఈ స్థితిలో ఎంత ఆనందం కలుగుతుందంటే ఆ ఆనందాతిరేకంలో అన్నీ మరచిపోతారు. పూర్ణమనోయోగం జరిగినప్పుడు చల్లాచెదురైన ఆనందం ఏకీభూతమై ఆనందంలో ముంచెత్తి వేస్తుంది. ఈ స్థితినే సమాధి అని అంటారు.

సమాధి కాలంలో సంకల్పమే ఒక సజీవ అనంత శక్తిశాలియైన దేవతగా తయారవుతుంది. అది దృశ్యజగత్తు కంటే స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. నేత్రదోషం వలన, చంచలత్వం వలన మనకు కొన్ని వస్తువులు మసకగా కనిపిస్తాయి. కానీ సమాధి స్థితిలో ఏ సంకల్పంలో పరిపూర్ణ దివ్య ఇంద్రియముల, చిత్తవృత్తుల ఏకీకరణ జరుగుతుందో, ఆ సంకల్పం అన్ని రకములుగా మూర్తివంతమై సక్రమంగా సాక్షాత్కరిస్తుంది. ఎవరికైనా, ఎప్పుడైనా ఈశ్వరుడు సాక్షాత్కరించితే అది అతని సమాధిస్థితిలో అతని సంకల్పమే మూర్తివంతమయింది అని తెలుసుకోవాలి.

భావావేశంలో కూడా క్షణిక సమాధి జరుగుతుంది భూత ప్రేత ఆవేశం, హర్ష శోకములయందు; నృత్యవాద్య తరంగాలలో ఊయలలూగడం; ఆవేశంలో ఆత్మహత్య లేక ఇతరులను హత్య చేయడం మొదలైన భయంకర కృత్యములలో, వియోగం తరువాత జరిగిన కలయికలోని ప్రేమావేశం; కీర్తన, భజనలలో సమయాన్ని మరచిపోవడం, ఛీత్కారం, ఆర్తనాదం, కరుణ, ఆక్రందన, మనోవేదనలయందు ఆంశిక సమాధి కలుగుతుంది. సంకల్పములలో, భావనలలో ఆవేశం ఎంత అధికంగా ఉంటే అంత లోతుగా సమాధి దాని ఫలములు సుఖం లేక దుఃఖ రూపంలో అంతే అధికంగా ఉంటాయి. చచ్చిపోతానేమో అనే భయంతో చనిపోయిన వారున్నారు. కొందరు ఉరికంబం ఎక్కక ముందే భయంతో ప్రాణత్యాగం చేస్తారు.

ఆవేశస్థితిలో ఆంతరిక శక్తుల, ప్రవృత్తుల ఏకీకరణ జరగడం వలన ప్రచండమైన భావోద్వేగం కలుగుతుంది. ఈ ఉద్వేగం భిన్నభిన్న దశలలో మూర్ఛ, ఉన్మాదం, ఆవేశం మొదలైన పేర్లతో పిలువబడుతుంది. కానీ అది దివ్య భూమికతో ఆత్మతన్మయతతో జరిగినట్లయితే దానిని సమాధి అని అంటారు. పూర్ణసమాధిలో పూర్ణ తన్మయత్వం వలన పూర్ణానందం కలుగుతుంది. దైవీ భావనల ఏకాగ్రత, తన్మయతా పూర్వకమైన భావావేశం కలిగినప్పుడు కునికిపాట్లు వచ్చి, చేతిలోని జపమాల జారిపోతుంది, జపం చేస్తూ చేస్తూ నాలుక ఆగిపోతుంది, తన ఇష్టదైవం యొక్క దర్శనం స్వల్పంగా కలుగు తుంది. ఆ సమయంలో ఎలాంటి ఆనందం కలుగుతుందంటే అలాంటి ఆనందాన్ని ప్రపంచంలో ఏ పదార్థం ఇవ్వలేదు. మొదట్లో ఇలాంటి స్థితి స్వల్పంగా లభిస్తుంది. కానీ నెమ్మది నెమ్మదిగా వికసించి పరిపూర్ణ తురీయస్థితి వైపు వెళ్ళడం జరిగి, చివరకు సిద్ధి లభిస్తుంది.

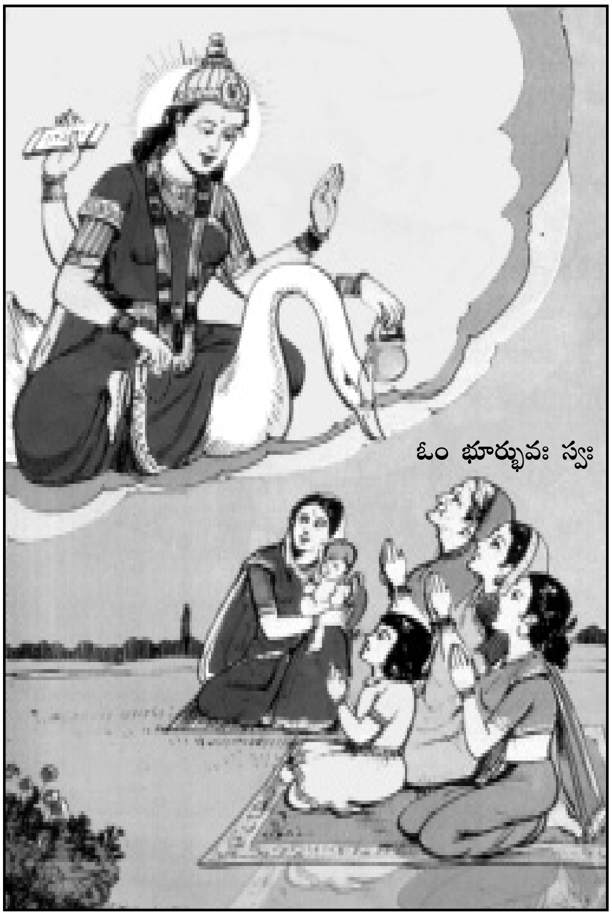
ఆనందమయ కోశ సాధనలో నాలుగు ప్రధాన అంగములు (1) నాద (2) బిందు (3) కళ (4) తురీయస్థితి ఈ సాధనల ద్వారా సాధకుడు తన పంచమ భూమికలో ఉత్తీర్ణుడు కాగలడు. గాయత్రి యొక్క ఈ పంచమ ముఖం వికసించినప్పుడు సాధకుడు ఒకటి తర్వాత ఒకటిగా పంచముఖముల నుండి ఆశీర్వాదం ప్రాప్తించుకుంటాడు. దాని తరువాత ఆ సాధకుడు ప్రాప్తించుకోవడానికి ఏమి ఉండదు.

★★★

భౌతికమైన సమస్యలకు కుంగిపోకూడదు

గాయత్రీ చిత్రావళి - 23

పరమప్రియమైన పుత్రికలు



తండ్రికి కొడుకులు, తల్లికి కుమార్తెలు ఎక్కువ ప్రియమైన వారు. స్త్రీ హృదయాన్ని స్త్రీ ఎంతబాగా అర్థం చేసుకోగలుగు తుందో అంతగా పురుషుడు అర్థం చేసుకోలేడు. గాయత్రీ మాతకు తన పుత్రికలు అధికప్రియము. వారి కొద్దిపాటి సాధన కూడా పరమ కరుణామయి మాతపై విశేష ప్రభావం చూపుతుంది. స్త్రీలలో స్వభావతః కోమలత్వము, సాత్వికత, భక్తిభావములు అధికమగుటచే వారు మాత యొక్క కృపను శీఘ్రంగా పొందుతారు.

పురుషులవలె స్త్రీలకు కూడా గాయత్రీ సాధనకు అధికారమున్నది. తల్లికి కొడుకులు, కూతుళ్ళు ఇద్దరూ ప్రియమే. ఇద్దరూ ఆమె కంటికాంతులే. ఇద్దరినీ సమాన ప్రేమతో ఆమె తన ఒడిలోకి తీసుకుంటుంది. ఆత్మను పరమాత్మతో కలిపే గాయత్రీ రూపసోపానం అధిరోహించుటకు పురుషులకు వలెనే స్త్రీలకు కూడా అధికారమున్నది.

ప్రాచీన కాలములో అనేకమంది మహిళలు గాయత్రీ ఉపాసన ద్వారా పరమ సిద్ధావస్థ ప్రాప్తించుకున్నారు. నేడు కూడా అనేకమంది మహిళలు మాతయొక్క ఉపాసన చేసి ఆత్మోన్నతి, ప్రాపంచిక సమృద్ధి, అనేక ఆపదల నుండి విముక్తి పొంది, ప్రసన్నతను అనుభవిస్తున్నారు. విధవలైన సోదరీ మణులకు గాయత్రీ సాధన ఒక తపశ్చర్య. దీనితో వారి మనోవికారాలు శాంతిస్తాయి. వియోగశోకాగ్ని ఆర్పి వేయబడి, బుద్ధిలో సాత్వికత వస్తుంది, సాధ్వివలె ఈశ్వర పారాయణ జీవనం జీవించుట సరళమవుతుంది.

గాయత్రీ ఉపాసన చేసే స్త్రీల జీవితం ఎంతో సుఖవంతము శాంతిమయము అవుతుంది. మంచి ఆరోగ్యం, ముఖంలో కాంతి, సంతానము, సుఖశాంతి, మాంగల్య సౌభాగ్యము, దుస్స్వభావంలో మార్పు, కుమార్తెలకు మంచి భర్త-అత్తవారిల్లు, దారిద్ర్యనివారణ, అత్తవారివైపు, పుట్టింటి వైపు శుభము, ప్రతిష్ఠ పెరుగుట, పతిప్రేమ, భూతప్రేతాది బాధానివారణ వంటి అనేక లాభాలు కలుగుతాయి. ప్రాపంచిక కష్టాలు తొలగి పోతాయి. ఇంతేకాక వారికి ఆత్మిక ప్రగతి కలుగుతుంది. దానివలన వారికి పరలోకములో దివ్య సుఖము, రాబోవు జన్మలో రాజవైభవం, స్వర్గము, జీవనముక్తి ద్వారములు తెరుచుకుంటాయి.

కన్యలు, సుమంగళులు, విధవలు, వృద్ధులు, అన్ని శ్రేణుల స్త్రీలు గాయత్రీ మాత పూజ ఉపాసన చేసి సుఖము పొందగలరు. తమ కుటుంబాన్ని సుఖవంతం చేసుకోగలరు.

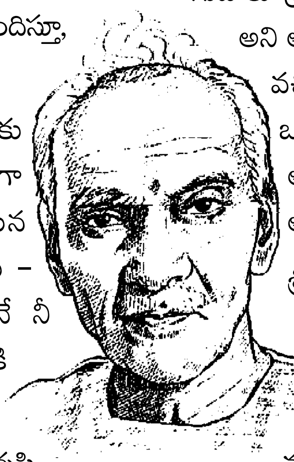
- అనువాదం : డా॥ తుమ్మూరి

కష్టనష్టాలను ఎదుర్కొని ఏటికి ఎదురు ఈదాలి

పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర-23

హిమాలయాల యాత్ర-4

గుహ లోపలకి ప్రవేశించిన, శ్రీరామ్ అక్కడ కొన్ని రాళ్ళు ఉంచబడినట్లు చూసాడు. గురుదేవులు ఆ రాళ్ళలో ఒకదానిని చూపి, "అక్కడ కూర్చో" - అన్నారు. శ్రీరామ్ ఆ రాయిపై కూర్చున్నాడు. వెంట తెచ్చిన బట్టలు, ఇతర సామాను క్రిందనే ఉంచాడు. శ్రీరామ్ గురుదేవులవైపు పరకాయించి చూడసాగాడు. వారు తమ చలిమంట దగ్గర ఉన్న పాత్రలో దేనినో చూస్తున్నారు. వారు ఆ పాత్ర పుచ్చుకుని లేచారు. వెనుక ఉన్న గోడవరకు వెళ్ళారు. గుహలో తగినంత వెలుతురు లేదు. అంతా మసక మసకగా ఉంది. గురుదేవులు గోడవద్ద కొద్దిసేపు నిలబడి తన వద్దకు వచ్చినట్లు మాత్రం శ్రీరామ్ చూడగలిగాడు. వారు ఆ పాత్రను శ్రీరామ్‌కు అందిస్తూ, "ఇది త్రాగు, నిద్రపో" - అన్నారు.



పాత్రలో ఏమున్నదని అడగాలని శ్రీరామ్‌కు అనిపించలేదు. త్రాగగా ఆ ద్రవం వెచ్చగా ఉన్నది. ఉప్పగా-తీయగా ఉంది. ఆయన త్రాగడం చూచి, గురుదేవులు ఇలా అన్నారు - "ఇది సంజీవనీ రసం. దీనిని త్రాగగానే నీ ఆకలిదప్పులు తీరిపోతాయి. నీ శరీరానికి అవసరమైన పోషణ లభిస్తుంది."

ఆ సంజీవనీ రసం త్రాగగానే, శ్రీరామ్‌కు తృప్తి అనిపించింది. నిద్ర వస్తోంది. గురుదేవులు తమ చలిమంట వద్ద కూర్చున్నారు. ఎండు పుల్లలు వేయడంతో మంట పెరిగింది. వాతావరణంలో వెచ్చదనం వస్తోంది. నిద్రపోయే ముందు శ్రీరామ్ గురుదేవులకు ప్రణామం చేశాడు. తన ఎడమచేయి తలక్రింద పెట్టుకుని పడుకున్నారు.

శ్రీరామ్ నిద్రలేచేసరికి గుహలో ఎవరూ లేరు. గురుదేవులు లేరు. ఆయన సూచన కాని, నిర్దేశం కాని లేదు. నిద్ర లేచిన వెంటనే శ్రీరామ్ చటుక్కున కూర్చున్నాడు. నిద్ర లేచేటప్పుడు ఉండే బద్ధకం లేదు. కూర్చొనగానే ఆయన తన చుట్టూ చూసాడు. శిల దగ్గర ఒక దొన్నెలో రెండు పండ్లు ఉంచబడ్డాయి. ఆ దొన్నెను ఏదో అడవి పండు తొక్కతో తయారు చేశారు. ఆ పండు కొబ్బరికాయ కన్నా పెద్దదిగా ఉన్నది. కనుకనే ఆ దొన్నె అంత పెద్దదిగా ఉన్నది. ఆ పండ్లు తినాలనే కోరిక కలిగింది. అయితే మనసు, బుద్ధి ఆ కోరికపై అంకుశం ప్రయోగించాయి. తాను ఎంతసేపు నిద్రపోయిందీ శ్రీరామ్‌కు తెలియలేదు. సంధ్యావందనం తర్వాతనే ఆహారం తీసుకోవాలి.

శిల నుండి లేచి, శ్రీరామ్ గుహ ద్వారం వైపు వెళ్ళాడు. ఆ గుహ అంత పద్ధతి ప్రకారం అమర్చబడి లేదు. అయినా శుభ్రంగా ఉంది. గాలికి ఎగిరి రావడానికి ధూళి, మట్టి ఆ ప్రాంతంలో లేనేలేవు. శ్రీరామ్ గుహ బయటికి వచ్చాడు. గుహకు త్రోవ ఎత్తు పల్లాలుగా ఉంది. జాగ్రత్తగా నడవాలి అని అనిపించింది. గురుదేవులతో పాటు గుహ లోపలికి వచ్చినప్పుడు ఇలాంటి ఆలోచన రాలేదు. ఎవరో ఒడిలో ఎత్తుకొని తీసుకువెళ్తున్నట్లు అప్పుడు అనిపించింది. ఇప్పుడు బయటికి వెళుతూ జాగ్రత్తగా అడుగువేశాడు.

శ్రీరామ్ గుహ బయటికి వచ్చి చూచాడు. కనుచూపు మేరకు మంచు వ్యాపించి ఉన్నది. మధ్యమధ్యలో రంగురంగుల పువ్వులు, పొదలు ఉన్నాయి. ఆకాశంలో సూర్యుడు మెరుస్తున్నాడు. ఇక్కడికి వచ్చినప్పుడు దృశ్యం మరోవిధంగా ఉన్నది. గుహలో ఎంతసేపు ఉన్నది తెలియడం లేదు. లోపలికి వచ్చినప్పటికీ, ఇప్పటికీ బయటి దృశ్యం ఎలా మారిందో చూస్తే, చాలా సమయం గడచినట్లు అనిపించింది.

సిద్ధభూమికి ప్రవేశ ద్వారం

శ్రీరామ్ కొద్దిసేపు ప్రకృతి అందాలను తిలకించాడు. ఆ తర్వాత గుహ పరిసరాలపై దృష్టి సారించాడు. కొద్దిదూరంలో సెలయేరు పారుతోంది. దానిదగ్గరకు వెళ్ళాలనే కోరిక కలిగింది. సెలయేటి ఒడ్డుకు చేరి, నీటిని తాగాడు. నీరు బాగుంది. చల్లగాను లేదు, వేడిగాను లేదు. మైదాన ప్రాంతాలలో మార్చి-ఏప్రిల్ నెలల వేడిలో సెలయేళ్ళలో, నదులలో నీరు ఎలా ఉంటుందో అలా ఉంది. లోయలో చలి ఉన్నది కనుక

విశ్వాసం వ్యక్తిలోని దివ్యత్వాన్ని, చైతన్యాన్ని వెలికితీస్తుంది

ఆ నీరు మరింత హాయి అనిపించింది. నీరు తాకగానే, సంధ్యావందనం చేయాలని గుర్తుకు వచ్చింది.

శ్రీరామ్ వెంటనే స్నానం చేశాడు. అక్కడే కూర్చుని సంధ్యా వందనం చేయసాగాడు. సూర్యునికి అర్ఘ్యం ఇచ్చాడు. ప్రదక్షిణం చేశాడు. నిర్ణీతమైన జపం చేశాడు. జప నివేదన పూర్తయింది. అప్పుడు ఎదురుగా ఒక యువ సన్యాసి నిలబడి ఉండటం చూశాడు. 25-26 సంవత్సరాల వయస్సు ఉండవచ్చు. శరీరం సన్నగా ఉన్నది. అయితే ఎముకలు దృఢంగా ఉన్నాయి. ఎగుభుజాలు, నిలబడిన తీరు, హావభావాల వల్ల అతడి శరీరం పుష్టిగా, బలంగా ఉన్నట్లు కనబడింది. అతడి చేతిలో ఏదో కందమూలం ఉంది. శ్రీరామ్ లేవగానే, అతడా కందమూలాన్ని ఇస్తూ "దీనిని తీసుకోండి" - అన్నాడు.

శ్రీరామ్ ఇలా అన్నాడు - "క్షమించండి. నేను నా మార్గదర్శక సత్తా వద్దకు వచ్చాను. వారి అనుమతి లేకుండా తినలేను." "వద్దంటే సరిపోయేది; గురుదేవుల వద్దకు వచ్చాననే సంజాయిషీ ఎందుకు" అని ఆ మాట అన్న తర్వాత అనిపించింది. ఆ యువ సన్యాసి ఇలా అన్నాడు - "మీ గురుదేవులే దీనిని మీకు ఇవ్వమని నన్ను ఆదేశించారు."

"గురుదేవులు తమ ప్రతినిధిని పంపవలసిన అవసరం ఏముంది? ఇంతవరకు ఇస్తూ వచ్చిన విధంగా ఆయన సరాసరి తనకే నిర్దేశం ఇవ్వవచ్చు కదా" అనే ప్రశ్న మనసులో ఉదయించింది. ఈ అనుమానం రాగానే, యువ సన్యాసి ఇలా అన్నాడు -

"నేను మీ సహశిష్యుడను. వారి నిర్దేశం అందగానే మీ వద్దకు వచ్చాను. ఈ కందమూలం సాధకులకు బాగా ఉపకరిస్తుంది. ఆకలి దప్పులను తీర్చుతుంది. చలి నుండి కాపాడుతుంది. శరీరంలోని కండరాలను యోగసాధనకు అనుగుణంగా వదులు చేస్తుంది."

తన మనసులో వచ్చిన అనుమానాలను శ్రీరామ్‌కు కొంచెం బాధ కలిగించింది. మనసులోని మరో మూల నుండి ఇలా వినిపించింది - "సిగ్గుపడవలసిన అవసరం లేదు. జాగ్రత్తగా ఉండటం మంచిదే కదా."

మనసులో మరో ఆలోచన మెదిలింది "ఎవరి ఆశ్రయం వల్ల ఇంతవరకు రావడం సాధ్యపడిందో, వారిపై నమ్మకం ఉంచవలసిందే."

ఆ యువ సన్యాసి ఇచ్చిన కందమూలం రుచి సింఘాడే పండు రుచిలా ఉంది. అయితే అది తృప్తినిస్తోంది. ఒక ముక్క తినగానే కడుపు నిండినట్లు అనిపించింది. శ్రీరామ్ యువ సన్యాసిని ఇలా అడిగాడు.

"గురుదేవులు ఈ గుహలో నివసిస్తారా?"

అతడిలా జవాబిచ్చాడు -

"నివసించరు. వారిక్కడ ఉండరు. వారికి ఉన్న అనేక ఆవాసాలలో ఇది ఒకటి. వారు ఏ సమయంలో అయినా వస్తారు. అవసరం ఉన్న చోటికి వెళ్ళిపోతారు."

"మీరు వారి సన్నిధిలో ఎంతకాలం నుంచి ఉంటున్నారు?" - అని శ్రీరామ్ అడిగారు.

"ఇక్కడ రోజులు, నెలలు, సంవత్సరాల లెక్క ఉండదు. దానిమీద దృష్టి ఉండదు. సూర్యోదయ, సూర్యాస్తమయాలు మాత్రమే గుర్తుంటాయి. అది చాలు."

"మరి, ఒక వ్యక్తి వయస్సు ఎలా తెలుస్తుంది?" - అని శ్రీరామ్ అడిగారు.

యువసన్యాసి ఇలా అన్నాడు -

"దాని అవసరం రాదు. ఒక విశిష్ట ఆత్మిక స్థితిని చేరుకున్న సాధకులే ఇక్కడికి రాగలుగుతారు. ప్రతి వ్యక్తి రాలేడు. ఇది సిద్ధభూమికి ప్రవేశద్వారం. ఈ స్థితికి చేరిన సాధకుని శరీరం సమయం, స్థలముల ప్రభావం నుండి విముక్తి పొందుతుంది."

శ్రీరామ్ చింతనలో లీనమైనాడు. ఒక పిలుపు అతనిని ఆ స్థితి నుంచి వెలికి తెచ్చింది. గురుదేవుల పిలుపు అది. మేలుకోమని వారు చెప్తున్నారు. వారు కేవలం "శ్రీరామ్" అని మాత్రమే పిలిచారు. గాఢ నిద్రలో ఎవరో కుదిపి లేపినట్లు - శ్రీరామ్ లేచి నిలబడ్డాడు. ఎదురుగా గురుదేవులు నిలబడి ఉండడం చూచి, శ్రీరామ్ సహజంగా చేతులెత్తి ప్రణామం చేశాడు. "ఇక్కడ నుండి ముందుకు వెళ్ళవలసిన సమయం వచ్చింది" - అని వారన్నారు. తమ వెంట రమ్మని సైగ చేశారు.

ఈ సంబోధన వైఖరీ వాణిలో జరిగిందో, పరావాణిలో జరిగిందో స్పష్టంగా లేదు. ఆ సంబోధన సరాసరి ఆంతరిక చేతనకు పంపబడి ఉండవచ్చని శ్రీరామ్ అనుకున్నాడు. అలా పంపడానికి స్వరం, కంఠం అవసరం ఉండవు.

గురుదేవులు సైగ చూచి, శ్రీరామ్ ఉన్నవాడు ఉన్నట్లు

"నేను అశక్తుడను" అని ఏనాడు అనుకోవద్దు

వారి వెనుక నడవసాగాడు. ఆవల్‌ఖేడా నుండి వెంటతెచ్చిన బట్టలు, సంచులు అసలు గుర్తుకు రాలేదు. గురుదేవులు వేగంగా అడుగులు ముందుకు వేస్తున్నారు. వారు నేలపై అంత సహజంగా నడవడం లేదని గురుత్వాకర్షణ ప్రభావం వారిమీద పడడం లేదని అనిపించింది. గాలిలో ఈదుతున్నట్లు అడుగులు పడుతున్నాయి. దూది పింజలవలె, పొగతో ఏర్పడిన ఆకారం వలె వారు ముందుకు వెళుతున్నారు. ఆయన వెంట నడవడానికి శ్రీరామ్‌కు శ్రమపడవలసి రాలేదు. సెలయేటి ఒడ్డు చేరిన తర్వాత ఇద్దరు ఆగారు.

దివ్యభూమి: దివ్య గమనం

గురుదేవులు సెలయేరులో ప్రవేశించారు. వారు నీళ్ళమీద కూడా భూమిమీదవలె నడుస్తున్నారు. వారు నడవడం వల్ల సెలయేటి నీళ్ళలో కదలిక రావడం లేదు. గురుదేవుల పాదాలు నీళ్ళలో దిగుతున్నట్లు కాని, తడుస్తున్నట్లు కాని అనిపించలేదు. శ్రీరామ్ ఒడ్డున నిలబడ్డాడు. గురుదేవులు ఒక బ్రహ్మకమలం వద్ద ఆగి, దానిని తాకారు. చెయ్యి పైకెత్తారు. ఆ పువ్వు వారి చేతిలోకి లేచి వచ్చింది. అది మామూలు పువ్వులకన్నా బాగా చిన్నది. పువ్వురేకు పరిమాణంలో ఉన్నది. బ్రహ్మ కమలాన్ని తీసుకుని వారు ఒడ్డుకు వచ్చారు. దానిని శ్రీరామ్ చేతుల్లో పెట్టారు.

బ్రహ్మ కమలం తాకగానే శరీరం బాగా తేలికయి పోయినట్లు శ్రీరామ్‌కు అనిపించింది. చలికూడా పోయింది. నలువైపులా మంచు, చలిగాలులు విస్తరించి ఉన్నప్పటికీ శరీరం వణకడం లేదు. గురుదేవుల ఉనికివల్ల నలువైపులా వేడిమి వలయం అంతకుముందే ఆయనను ఆవరించి ఉన్నది. బ్రహ్మ కమలం చేతుల్లోకి తీసుకున్న తర్వాత ఒక క్రొత్త స్ఫూర్తి అనుభవమయింది. వేగంగా అడుగులు వేస్తూ నడవడం వల్ల వచ్చిన కొద్దిపాటి అలసట కూడా మాయమయ్యింది. మార్గదర్శక దివ్యసత్తా ముందుకు సాగారు. శ్రీరామ్ వారిని అనుసరించాడు. పాదాలు నేలను తాకడం లేదు. నడవడానికి శ్రమపడవలసి రావడం లేదు. "సిద్ధులు ఎందుకు అవసరం అవుతాయి" అనే ప్రశ్న మనసులో మెదిలింది. "ఎత్తుపల్లాల దారులలో నడచి శరీరం అలసిపోకుండా, ఇబ్బంది కలుగకుండా" అని జవాబు వచ్చింది.

ముందు నడుస్తున్న గురుదేవులు కొద్దిగా ఆగి, ఇలా అన్నారు –

"కారణం అది మాత్రమే కాదు. సిద్ధులు సాధకుని యాత్రలో సూచనలవంటివి కూడా. సిద్ధులు లభిస్తే సాధన సక్రమంగా జరుగుతున్నట్లు అనుకోవాలి. అయితే అక్కడే ఆగిపోకూడదు. సిద్ధులను చూసి మాత్రమే సాధన స్థితిని తెలుసుకోవలసిన పనిలేదు. అవి లేకుండా కూడా సాధన సాగవచ్చు."

వాయుతత్వంతో తయారైనట్లు తేలికయిన శరీరంతో శ్రీరామ్ గురుదేవులను అనుసరించి నడుస్తున్నారు. కొన్ని మైళ్ళు వెళ్ళి ఉండవచ్చు. ఆ దుర్గమ ప్రదేశం అంగుళం అంగుళం పరిచయం కాసాగింది. వందమైళ్ళ పరిధిలో తిరుగుతూ ఉంటే కాలగమనం తెలియలేదు. అరగంట గంటలో యాత్ర పూర్తయినట్లు తోచింది. అది పూర్తిగా నిర్జన ప్రదేశం. మనుష్యుల జాడ ఎక్కడా లేదు. అయినా జనం అక్కడ నివసిస్తున్నట్లు, వారు ఎక్కడితో వెళ్ళినట్లు అనిపించింది. వారి శ్వాసల వెచ్చదనం, కొద్దిసేపటి ముందు వెళ్ళిన జాడ అనుభవం అవుతోంది. వాతావరణంలో రకరకాల వాసనలు వ్యాపించి ఉన్నాయి.

సూక్ష్మదేహాలు ధరించిన సత్తాలు ఇక్కడ యజ్ఞం – అగ్నిహోత్రం చేస్తూ ఉంటాయి. వారి సత్తా ఎంత సూక్ష్మమో, ఆ యజ్ఞం, అగ్నిహోత్రం అంత సూక్ష్మం. శ్రీరామ్ మనసులో ఈ భావన సహజంగా ఉదయించింది. అయినా ఆయన మళ్ళీ ప్రశ్న అడగలేదు. ఆ ప్రదేశమంతా తిరిగిన తర్వాత, లేదా ఎన్ని పరిక్రమలు (ప్రదక్షిణలు) చేయాలో అన్ని చేసిన తర్వాత గురుదేవులు ఒక స్థలంలో ఆగమని సైగ చేశారు. వారు స్వయంగా ఒక శిలమీద కూర్చున్నారు. శ్రీరామ్ వారి ఎదుట చేతులు కట్టుకుని నిలబడ్డాడు. కూర్చున్న గురుదేవులు భౌతిక శరీరాన్ని ధరించి ఉన్నారు. ఆయనను చూచి, తాకి ఆయన ఉన్నట్లు తెలుసుకోగలుగుతాము. శ్రీరామ్‌వైపు చూచి, వారు సైగ చేశారు, అటు దృష్టి సారించమని చెపుతున్నారు.

శ్రీరామ్ వారు సూచించిన దిశకు దృష్టి మళ్ళించారు. దృష్టి తగలగానే వేద మంత్రాల ధ్వనులు నినదించసాగాయి. ఎదురుగా లోయలో ఇరవైనలుగురు సన్యాసులు వేరు వేరు కుండాల వద్ద కూర్చుని యజ్ఞం చేస్తున్నారు. ఆ సన్యాసులలో అన్ని వయస్సులవారు, అన్ని దేహస్థితులవారు ఉన్నారు. శరీరాల స్థితి చూస్తే, వారి వయస్సులు 30 నుంచి 80 సంవత్సరాల వరకు ఉన్నట్లు తోచింది. వారి స్వరం, మంత్రోచ్చారణ శైలి

ప్రతి మనిషి అపారశక్తిమంతుడే

అతి ప్రాచీనయుగం నాటివని అనిపించింది. ఆహుతులు చేస్తున్న తపస్వుల శరీరాలు దృఢంగా, ఆరోగ్యంగా ఉన్నాయి. వారు దీర్ఘకాలం ఉపవాసాలు చేసినట్లు లేదా శరీరాలను ఏదోవిధంగా కష్టపెట్టినట్లు అనిపించలేదు.

విశిష్టమైన నిర్దేశం

అగ్నిహోత్రాన్ని చూసి, శ్రీరామ్ తనను తాను మరచి పోయాడు. శిలమీద కూర్చున్న గురుదేవులు ఇలా అన్నారు –

"వీరు ఋషిసత్తాలు. విశ్వంలో సత్‌ధర్మ పోషణ కోసమై వీరు తపస్సు అనుష్ఠానాలలో నిమగ్నులై ఉంటారు. తమ మోక్షం కోసం, తమ పుణ్యం కోసం సాధన జరపవలసిన అవసరం వీరికి లేదు. వీరు ఆ స్థితిని పొందే ఉన్నారు. పరమ కారుణ్య భావంతోనే వీరిక్కడ తపం–జపం జరుపుతున్నారు. ప్రపంచంలో సంతులనాన్ని సాధించడానికై ఇకముందు తపస్సు, యజ్ఞ అనుష్ఠానాలు అవసరం అవుతాయి. ఆ బాధ్యతను నీవు నిర్వహించవలసి ఉంటుంది."

గురుదేవుల మాట విని, శ్రీరామ్ తల వంచాడు. వారి ఆజ్ఞ శిరోధార్యం అని చెప్పడానికి సంకేతం అది. గురుదేవులు తిరిగి ఇలా అన్నారు –

"సూక్ష్మ వాతావరణాన్ని క్షాళన చేయడానికై కర్మకాండ చాలదు. అందులో ప్రాణం కూడా ఉండాలి. యజ్ఞాలలో, అనుష్ఠానాలలో, ధార్మిక కార్యక్రమాలలో శక్తిని ఉత్పత్తి చేసే సామర్థ్యం తపఃపూతమైన ఆత్మలకే ఉంటుంది. ఆ మహాతపస్సు నీవు ప్రారంభించావు. సూక్ష్మ జగత్తు యొక్క సంస్కరణ కోసం, నిద్రాణమైన ఆత్మలను మేలుకొల్పడం కోసం నీవు విశేషమైన కృషి చేయవలసి ఉంటుంది. తగు సమయంలో వాటి విధి – విధానాన్ని నీకు తెలియజేస్తూ ఉంటాను."

ఈ మాటలలో గురుదేవులు తమ నిర్దేశాన్ని ముగించారు. వైఖరివాణిలో ఇంతవరకు చెప్పింది చాలు అనే భావం వారి ఆ ముగింపులో సూచితం అయింది. ఇకముందు ఇవ్వవలసిన సందేశాలు ఆంతరిక చేతనలో తమకు తాముగా ఉదయిస్తాయనే భావము అందులో ధ్వనించింది.

మార్గదర్శక సత్తా ప్రయాణానికి సిద్ధమైనారు. యజ్ఞం చేస్తున్న సిద్ధ ఆత్మలు తమ స్థలాలను వదలి దగ్గరకు వచ్చినట్లు శ్రీరామ్‌కు అనుభూతి కలిగింది. ఇంతకుముందు వారి సంఖ్య 24గా కనబడింది. ఇప్పుడా సంఖ్య పెరిగింది. వివిధ దిశల నుండి వారు వచ్చినట్లు అనిపించింది. వారు వ్యక్తం అయ్యారని చెప్పడం మరింత సముచితంగా ఉంటుంది. వారందరు గురుదేవులకు వినయంగా, శ్రద్ధగా ప్రణామం చేశారు. అది చూసి, శ్రీరామ్ కూడా వారి చరణాలకు ప్రణమిల్లాడు.

గురుదేవులు ఇలా అన్నారు –

"ఇక మీదట నీవు నీ అంతర్ మనస్సును అనుసరించు. అక్కడ నుండి వచ్చే ప్రేరణ ప్రకారం పయనించు."

శ్రీరామ్ వారి నిర్దేశాన్ని విన్నాడు. "నీవు ఎక్కడకు వెళ్ళినా, మా సంరక్షణ, ఋషిసత్తాల పరిమార్జన తంత్రం నీకు అందుతాయి" అనే ఊరడింపును కూడా విన్నాడు. ఆ యాత్రా పథంలో పయనిస్తూ గంగోత్రి వెళ్ళాలనే ప్రేరణ కూడా అందింది. కొద్ది సమయం అక్కడ గడపాలని అనిపించింది.

గంగోత్రి చేరడానికి శ్రీరామ్‌కు ఎక్కువ సమయం పట్టలేదు. బ్రహ్మకమలం చేతిలో పుచ్చుకున్న తర్వాత శ్రీరామ్‌కు తాను నిరంతరం తేలిక అవుతున్నట్లు అనుభూతి పొందుతున్నాడు. సంకల్ప మాత్రంతో ఆయన తన వేగాన్ని పెంచగలుగుతున్నాడు. తగ్గించగలుగుతున్నాడు. హిమాలయక్షేత్రం సరిహద్దు దాటిన తర్వాత ఈ సామర్థ్యాన్ని వినియోగించడం నిలిపివేయాలి. బ్రహ్మ కమలం చేతిలో ధరించగానే ఈ సంకల్పం ఉదయించింది. అది గుర్తు వచ్చింది. శ్రీరామ్ వాయువేగంతో గంగోత్రి చేరాడు. అక్కడ రెండు మూడు రోజులు ఆగి, శ్రీరామ్ ఆవల్‌ఖేడా తిరిగి వచ్చాడు.

తన కుమారుడు క్షేమంగా తిరిగిరావడం చూచి, తాఈజీ సంతోషించింది.

★★★

యుగశక్తి గాయత్రి

మాస పత్రిక చదవండి !

చదివించండి !!

అపజయాలను, కొద్దిపాటి వెనుకంజను లక్ష్యపెట్టవద్దు

యుగ నిర్మాణ యోజన

మహాకాలుని గీత-సత్సంకల్పాలు - 16

దేశ ఐకమత్యము, సమానతల ఎడల శ్రద్ధ చూపుతాము. జాతి, లింగ, భాష, ప్రాంతం, సంప్రదాయాల కారణంగా పరస్పరం ఎలాంటి భేదభావాన్ని కలిగి ఉండము

రాబోయే శతాబ్దంలో (21వ శతాబ్దం) అద్భుతమైన, అపూర్వమైన సంఘటనలు ఎన్నో జరగబోతున్నాయి. వైజ్ఞానిక, భౌతిక రంగాలలో ప్రగతి పెరిగింది. కానీ మానవులలో ఉదారత్వం తగ్గిపోయింది. చేతికందిన అవకాశాలన్నీ దురుపయోగం చేయబడి మనకు అన్నీ వ్యతిరేకఫలితాలు వచ్చాయి. సుఖ సౌకర్యాలకు సంబంధించిన సాధనాలు బాగా పెరిగాయి కానీ నీచమైన మానసికస్థితి వల్ల వ్యక్తిత్వం దిగజారింది. లభ్యమైన సాధనా సంపత్తిని చేతులారా దుర్వినియోగం చేసుకోవడం వల్ల మన పూర్వీకులతో పోలిస్తే మనం ఇంకా ఎక్కువ సమస్యల్లో కూరుకుపోయే స్థితి వచ్చింది. మానవజన్మ అనేది దైవత్వానికి ఒక మెట్టు క్రింద ఉంటుంది. అంత ఉన్నత స్థితిలో ఉండవలసిన మానవుడు తన సర్వనాశనాన్ని తనే చేసుకోకూడదు. ఇంకా సమయముంది కనుక అతను సక్రియుడు కావాలి.

అసామానత్వం, అన్నీ చెల్లాచెదురుగా ఉండడమనేవి (ఏకత్వము లేకపోవడం) ఈనాడు మనముందున్న రెండు పెద్ద సమస్యలు. వీటివల్ల మరెన్నో సమస్యలు ఉత్పన్న మవుతాయి. అన్ని రంగాలను పట్టి పీడిస్తున్న ఈ రెండు సమస్యలను పరిష్కరించాలంటే చెల్లాచెదురైన వాటిని ఏకం చేయడం, సమత్వమును తీసుకురావడం ఒక్కటే మార్గము. నవయుగంలో ఏకత్వము, సమత్వము అనే సిద్ధాంతములను ఇష్టమున్నా, లేకున్నా ప్రతి వ్యక్తి పాటించి తీరవలసినదేనని మనీషులు, భవిష్యవేత్తలు చెప్తున్నారు. చట్టాలను, సమాజమును, వ్యక్తిగత విశ్వాసములను, అన్ని వ్యవస్థలనే కాదు చివరకు మన స్వభావాన్ని కూడా ఈ సిద్ధాంతాలకనుగుణంగా మనమే మలుచుకోవాలి. ఇటువంటి వ్యవస్థలను ఏర్పాటు చేసేటప్పుడు ఆటంకాలు వస్తుంటాయి. వెలుగుతున్న దీపపుకాంతిని ఆర్పేందుకు గాలిపటాలన్నీ ఒక సమూహంగా ఏర్పడి ప్రయత్నించినా ఫలితం ఉండదు. ఈ ప్రయత్నంలో అవి తమను తాము అగ్నికి ఆహుతి చేసుకోక తప్పదు. తుఫానును ఆపేందుకై భూమిపైన కదలకుండా ఉండే గుడిసెలు, వృక్షాలు కూడా గాలిలో ఎగరి ఆపాలని ప్రయత్నించడాన్ని రాబోయే రోజుల్లో చూడవచ్చు. మహాకాలుని నిర్ధారణలను, అనుశాసనాలను ధిక్కరించి ఆటంకాలను కల్పించడం, అడ్డుపడడం వంటి సాహసాలు ఎవరు చేయరు. ఈ విషయంలో ఎవరికీ ఎటువంటి అనుమానాలు అవసరం లేదు.

21వ శతాబ్దము యొక్క సంపూర్ణ వ్యవస్థ మొత్తం ఏకత్వం సమత్వం అనే సిద్ధాంతముల మీదనే ఆధారపడి ఉంటుంది. ప్రతి రంగమునందు, ప్రతి మాటయందు ఆ సిద్ధాంతాలే మనకు గోచరమవుతాయి. ఆ రాబోయే భవిష్యత్తుకు అనుగుణంగా మన ప్రయత్నాలను మెల్లిగా మొదలుపెడితే మనకే మంచిది. బ్రాహ్మీముహూర్త సమయంలో లేచి నిత్యకర్మలు పూర్తిచేసుకునే వ్యక్తి సూర్యోదయానికల్లా మామూలు పనిలోకి వెళ్ళిపోతాడు. అదే సూర్యోదయమయ్యాక నెమ్మదిగా లేచే వ్యక్తి ఎన్నో విషయాలలో వెనుకబడి ఉంటాడు. మేధావుల కథనం ప్రకారం రాబోయే రోజుల్లో ఏకత్వమనేది అందరిచేత అంగీకరించబడే ఒక వ్యవస్థగా రూపుదిద్దుకుంటుంది. అందరూ కలిసి పనిచేసేందుకు వివశులవుతారు. సభ్యత పెరుగుతున్నప్పుడు అందరు ఒక్కటిగా అడుగులు వెయ్యడమనే ఏకత్వమునే అందరూ ఇష్టపడతారు. తోలుబొమ్మలాటలో తెర వెనుక ఉండి ప్రదర్శనలిచ్చే ఆటగాళ్ళకు ఎలాంటి గుర్తింపు ఉండదు. **అనేకత్వము, వేరుకావడము అనే పద్ధతులను ఎప్పుడూ సమర్థించకూడదు.** సంకుచితమైన స్వార్థముతో తన అభిప్రాయాన్నే అందరూ ఆమోదించాలని కోరుకోవడం ఏ రంగంలోను ఉండదు. **కలిసుంటేనే శాంతి, సౌకర్యము, అన్నీ లభించి ప్రగతిమార్గం సులువు అవుతుంది.** వసుధైవ కుటుంబకం అనే ఆదర్శము ఇప్పుడు సమాజవాదంగా, సామూహికవాదంగా, ఏకీకృతమైన ఒక విధానంగా మారి సమయానుకూలంగా కార్యరూపం దాలుస్తున్నది.

ఆదర్శాన్ని అంటిపెట్టుకోవాలి

రాబోయే ప్రపంచం ఏకత్వమనే లక్ష్యాన్ని స్వీకరించాలనే నిర్ణయం జరిగిపోయింది. ఇప్పుడిక ఆటంకాల నుండి తప్పించు కోవాలి. కానీ ఈ ఆటంకాలన్నీ ప్రవాహములో ఎండుటాకుల వలె ఎటో కొట్టుకుపోతాయి. చక్రవాతాన్ని ఎదుర్కోవాలనుకునే మూర్ఖులు సుడిగాలికి కొట్టుకుపోయే పండుటాకులవలె ఉనికిలేకుండా పోతారు. ఏకత్వమనేది ఇప్పుడు అనివార్యమైన ఒక అంశం. జాతి, మతాల పేరుతో వర్ణవ్యవస్థల పేరుతో, లింగభేదాల పేరుతో వేరుకావడం ఆదిమకాలం నాటి మాట. ఉచితానుచిత విచక్షణకు ప్రాముఖ్యతనిచ్చే ఈ యుగంలో అటువంటి వేర్పాటు ధోరణి పనికిరాదు.

ప్రపంచమంతటా ఒకే జాతి మనుగడలో ఉంటుంది. అదే చక్కగా సంస్కరించబడిన సభ్యతను పాటించే మానవజాతి. తెలుపు, నలుపు, పసుపురంగు ఉన్న చర్మాల ఆధారంగా వేరువేరు జాతులుగా విభజించాలనుకోవడం కుదరదు. వివేకముతో కూడిన న్యాయం మాత్రమే నిలుస్తుంది. ఉచితానుచిత విచక్షణే అందరి మెప్పును పొందుతుంది. అదే అందరినోట పలుకుతుంది, ఆచరించబడుతుంది.

ధర్మసాంప్రదాయాలు, భాష, జాతి, ప్రాంతాల పేరుతో కృత్రిమంగా ఏర్పాటు చేయబడ్డ విభేదాలనే అడ్డుగోడలు ఎంత స్థిరంగా నిలబడాలన్నా నిలబడలేవు. ఈ విభేదాలన్నీ నీళ్ళల్లో కలిగే అలజడివలె, నీటిపై ఏర్పడ్డ బుడగలవలె కాసేపు గందరగోళం సృష్టించి తిరిగి ఆ నీటిలోనే కలిసిపోతాయి. మానవజాతి ఈనాడు ఐకమత్యంతో లేకపోవచ్చు, కానీ రాబోయే రోజుల్లో ఖచ్చితంగా ఏకమై తీరుతుంది. పృథ్వి మొత్తం ఒకే దేశంగా మారుతుంది. దేశాల మధ్య ఏర్పాటైన కృత్రిమమైన అడ్డుగోడలన్నీ విరిగి ముక్కలై పోతాయి.

కొన్ని దేశాలలో అపారమైన భూసంపద ఉన్నది. కొంతమంది తమలోతామే కొట్టుకుంటున్నారు. కొంతమంది దగ్గర అపారమైన ఖనిజసంపద ఉంది, వారంతా తమ తమ దేశాల్లోని ప్రాకృతిక సంపదపై అధికారాన్ని ప్రకటించుకొని కుబేరులు కావాలని ఆశిస్తున్నారు. మరికొంతమంది ఎంత శ్రమపడ్డా ప్రకృతి సంపద లభించక అలమటిస్తున్నారు. భగవంతుడు తన బిడ్డలందరికీ సమానమైన సౌకర్యాలను సృష్టించాడు. ప్రకృతి సంపదపై అందరికీ సమానమైన హక్కు ఉన్నది. కానీ కొన్ని దేశాలు అనుచితంగా అధికారాన్ని చేజించుకొని సంపదను అందరికి ఇచ్చేందుకు నిరాకరిస్తున్నారు.

ఈ విభజన చాలా అన్యాయమైనది కనుక ఎక్కువ రోజులు నిలబడదు. దౌర్జన్యం చేసి తమ అధికారాన్ని చెలాయించ గలమని అనుకోవడం వారి భ్రమే. విశ్వమంతా ఒకే ప్రపంచ మవుతున్నది. అందులో నివసించే వారంతా ఆయన పిల్లలే కనుక ఆయన ద్వారా ఇవ్వబడిన సాధనములను అన్నింటిని ఉపయోగించుకునే హక్కు అందరికీ ఉంటుంది. వారి వారి శ్రమ, నేర్పరితనాన్ని బట్టి కొందరికి కొంత ఎక్కువ, కొందరికి కొంత తక్కువ రావడమనేది సహజం. కానీ పితృ సంపదపై అందరికీ సమానమైన అధికారం ఉండితీరాలని మనీషులు ప్రకటించారు.

నీటి బిందువులన్నీ వేరువేరుగా తమ ఉనికిని నిలబెట్టు కోవాలనుకోవడం కష్టం. ఇదే సూత్రం మానవులకు కూడా వర్తిస్తుంది. ఈ సత్యాన్ని మానవజాతి మొత్తం ఏకత్వమనే కేంద్రముపై కేంద్రీకరించి చూపించగలగాలి. ఇందుకు చాలా సాహసించాలి. అప్పుడు మాత్రమే ఏకత్వమనే లక్ష్యం సంభవమని అందరికీ అర్థమవుతుంది.

ప్రారంభంలో సర్వధర్మాలను అనుసరించేవారు తమ మధ్య ఎటువంటి గొడవలు లేకుండా సమభావంతో, ఓర్పుతో తమ తమ ఇష్టానుసారం జీవించగలిగేవారు. ఆ పద్ధతి కొనసాగాలి. అప్పుడు విశ్వమానవులందరినీ కలిపే ఒక మానవధర్మం వచ్చి తీరుతుంది. ఆ మానవధర్మము అధర్మములతో కూడిన సిద్ధాంతాలు, ఆలోచనలు, వ్యక్తిత్వములను కలిగి ఉంటుంది. విశ్వాసాలు, పరంపరలలో ప్రతి ఒక్కటి తర్క, తథ్య, ప్రమాణాల ఆధారంగా పరీక్షింపబడి, అనుభవములనే గీటురాయిపై పరీక్షింపబడిన తరువాతనే అందరిచేత విశ్వ ధర్మాలుగా అంగీకరించబడతాయి. సంక్షిప్తంగా చెప్పాలంటే ఆదర్శములతో నిండిన వ్యకిత్వం, న్యాయమైన నిష్ఠ అందరు అంగీకరించి పాటించగలిగేందుకు వీలుగా రూపొందించబడతాయి. గాఢాంధకారము అలముకొని ఉన్న ఈ స్థితిలో ఇంత గొప్ప విశ్వధర్మము తీసుకురావడమనేది చాలా కష్టమైన పనిగా అనిపిస్తుంది. కానీ ఏకత్వమనే సూర్యోదమయ్యేందుకు ఎక్కువకాలం పట్టదు. అప్పుడు ఈ సమయంలో మన కంటికి కనిపించనివి, ఇది చాలా అసంభవం అని అనిపించేవన్నీ ప్రత్యక్షంగా, ప్రకాశవంతంగా కనిపిస్తాయి. రాబోయే సత్యయుగ సమాజవ్యవస్థకు సంబంధించిన కొన్ని దృశ్యాలివి. ప్రతి ఆస్తికుడికి ఇవి భవిష్యత్తుపట్ల ఆశను కలిగిస్తాయి.

– అనువాదం: *శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్*

ప్రయత్నంలో వందసార్లు విఫలమైన పట్టువదలక మరొకమారు ప్రయత్నించాలి

కుండలినీ మహావిజ్ఞానం-9

ఏడు రత్న భాండాగారముల ఖజాన ఈ దైవ శరీరం

కుండలిని గురించి మాట్లాడుకుంటున్నప్పుడు షట్చక్రముల గురించిన ప్రస్తావన తడవ తడవుకు వస్తుంది. సహస్రార చక్రం, సహస్రదళ కమలం వీనిలో ముఖ్యమైనది. ఇది శీర్షంలో ఉన్నది, పెద్దది, సూత్ర సంచాలనం చేస్తుంది. అసమాన్యమైనది. వీటిలో మేరుదండంలో (వెన్నెముక) ఐదు, భృకుటికి నేరుగా త్రికుటిలో ఆజ్ఞచక్రం, సహస్రార రూపంలో మస్తిష్కంలో ఉన్నవి. ఇవి అన్ని ఒక్కటిగా లేవు, చెల్లాచెదురుగా ఉన్నట్లు భావించాలి.

సప్తలోకాలు వర్ణించబడ్డాయి. అవి భుః, భువః, స్వః, మహః, జనః, తపః, సత్యంగా చెప్పబడ్డాయి. పృథ్వి ఒక్కటే. కాని దానిపై ఇసుక, రాళ్ళు, వృక్షములు, వనస్పతులు, ఖనిజములు, ప్రాణులు, జలం అనే ఏడు రకాల సముదాయాలు ఉన్నాయి.

ఆకాశంలో గ్రహ నక్షత్రములలో ఈ లోకములు ఉన్నట్లు భావించకూడదు. వాటిని క్రింద కూడా వెతకకూడదు. అవి మానవ సత్తాలోనే ఉన్నాయి. వాటిని క్రిందపైన చూసినప్పటికి కూడా బ్రహ్మాండం యొక్క శక్తి అంతా పిండంలోనే ఉన్నది. అందువల్ల ఎక్కడెక్కడో వెతకటం మాని మనిషి తన లోపలే అన్వేషించవచ్చు, వాటితో సంపర్కం పెట్టుకోవచ్చు.

ఆయుర్వేదం ప్రకారం శరీరంలో సప్తధాతువులు ఉన్నాయి. అవి రసం, రక్తం, చర్మం, మాంసం, ఎముకలు, క్రొవ్వు, శుక్రము. అవి వేరువేరుగా కనిపించిన ఒకదానితో ఒకటి గట్టి సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఈ ఏడు కలసి సమగ్ర శరీరం తయారవుతుంది. వ్యక్తి యొక్క సత్తాను ఏడు ఆయామములుగా భావిస్తే – పొడవు, వెడల్పు, ఎత్తుతో కూడిన త్రిఆయామములు (three dimensions) కాక నాలుగవది టైం–స్పేస్ (time-space spacial orientation); ఐదవది పరోక్ష జగత్తు యొక్క యాంటి మేటర్ (anti matter). ఈ ఐదవ ఆయామం వ్యక్తిగత రూపంలో ఛాయా శరీరం, అతీంద్రియ సామర్థ్యం ఇత్యాది రూపంలో వెలుగొందుతుంది. ఆరవ ఆయామం విచారణ (**विचारण**); ఏడవది భావ సంవేదన (**भाव संवेदन**). రసోవైసః, బంధనముక్తిగా భావిస్తారు. మొదటి నాలుగు జడములకు సంబంధించినవి, చివరి మూడు చేతనత్వ ఆయామములు.

శ్రీరాముడు వాలిని చంపేముందు ఒకే బాణంతో ఏడు తాటిచెట్లను పడగొట్టి, తన పరాక్రమాన్ని నిరూపించుకున్నాడు. ఈ ఏడు తాటిచెట్లు వస్తుతః సూక్ష్మ శరీరం యొక్క ఏడు చక్రములే. అభిమన్యుడు ఇలాంటి భేధనం చేయలేక కౌరవుల చక్రవ్యూహంలో చిక్కుకుని బయటకు రాలేకపోయాడు. కుండలిని ఎంతో బహుమూల్యమైన సంపద, ఇది చక్రాల రూపంలో ఉన్న ఇనుప పెట్టెలో మూతపెట్టబడి ఉన్నది.

ఏడు చక్రాలు పేర్లు (1) మూలాధారం (2) స్వాధిష్ఠానం (3) మణిపూరకం (4) అనాహతం (5) విశుద్ధి (6) ఆజ్ఞ (7) సహస్రారం. ఆజ్ఞాచక్రంతో పాటు ఒక బిందుచక్రం కూడా లెక్కలోకి వస్తుంది. ఇదేవిధంగా సహస్రారం, బ్రహ్మరంధ్రం యొక్క ఊర్ధ్వగమనం యొక్క అంతిమ పరిణితి సహస్రదళ కమలం, సహస్ర ఫణి సర్పంగా భావిస్తారు. వస్తుతః దీనిని కలుపుకుని ముఖ్య చక్రములు ఏడు. ఎండోక్రైన్ గ్లాండ్స్ యొక్క (వినాళ గ్రంథులు) మాస్టర్ గ్లాండుగా పిట్యూటరి గ్రంథిని భావిస్తారు. అదే విధముగా సహస్రారాన్ని క్రింది ఆరు చక్రముల అధిపతిగా భావిస్తారు. ఈ ఆరు చక్రములు ఆరు ఋతువులవలె ఒక శృంఖలలో గ్రుచ్చినట్లుగా భావించవచ్చు. కానీ అవి ఒకదానితో ఒకటి వేరువేరుగా ఉన్నాయని కూడా భావించవచ్చు.

ఈ ఏడు చక్రాలను కొంతమంది యోగులు ఏడు శరీరములుగా భావిస్తారు. (1) స్థూల శరీరం (Physical Body) (2) సూక్ష్మ శరీరము (Etheric Body) (3) కారణ శరీరము (Astral Body) (4) మానస శరీరము (Mental Body) (5) ఆత్మిక శరీరం (Spiritual Body) (6) దేవ శరీరం (Cosmic Body) (7) బ్రహ్మ శరీరం (Divine Body). స్థూల శరీరాన్ని ప్రత్యక్షంగా కన్నులతో చూడవచ్చు. రెండవ శరీరంలో ఆలోచనలు జన్మిస్తుంటాయి. రాగ ద్వేషములు, మానవమానాలు, తనవారు–ఇతరులు, సంతోషం–

బలహీనతకు పరిష్కారం బలహీనతను గురించి చింతించడం కాదు

దుఃఖం, కలయిక-విడిపోవడం, తీపి-చేదు మొదలైన అనుభూతులు కలుగుతాయి. ఇదే సూక్ష్మశరీరం. దీనినే ఈథరిక్ బాడీ అని ఈథరిక్ డబుల్ (Etheric Double) అని థియోసఫిస్ట్స్ (Theosophists) అంటారు. దీనిని ప్రాణమయకోశం యొక్క సమతుల్యంగా భావిస్తారు. ప్రాణమయకోశం దీనికన్నా విస్తృత పరిధి కలది. దీనినే బయోప్లెక్స్ (bioplex) రూపంలో చూడవచ్చు. లెడ్‌బీటర్ మాన్ విజిబుల్-ఇన్‌విజిబుల్ (man visible-invisible) పుస్తకంలో దీనిని గురించి చర్చిస్తాడు.

మూడవ శరీరం ఆలోచనలు, తర్కము, బుద్ధి, ప్రజ్ఞలకు సంబంధించినది. దీని వికాసంతో సభ్యత, అభిరుచి, సంస్కృతి మొదలైనవి కలుగుతాయి. ఈ శరీరంలో కళాత్మక రసానుభూతులు కలుగుతాయి, కోమలమైన భావసంవేదనలు మేలుకొంటాయి. ఇది భావలోకము. కరుణ, దయ, ఉదారత, ఆదర్శవాదం ఈ శరీరంలోనే నివసిస్తాయి. నాలుగవ శరీరం మానస శరీరం. దీనిలో మహాత్వాకాంక్షలు ఉప్పొంగుతాయి. సాహసం, పరాక్రమం పరిపక్వమవుతాయి. ఈ ఆధారంపైనే వ్యక్తి తన భవిష్యత్తును నిర్మించుకుంటారు. దీనిని సవ్యంగా ఉపయోగించుకుని మహాత్ముడు కాగలడు లేదా దుర్వినియోగం చేసి పతనం చెందవచ్చు.

ఐదవ శరీరం ఆత్మిక శరీరం. ఇది అతీంద్రియ శక్తుల భాండాగారము. అచేతన మనస్సు దీనిలోనిదే. ఆరవది దేవ శరీరంలో ఋషి, తపస్వి, యోగి, సంయమి తయారవుతాయి. భూసురులు అని పిలువబడే మహామానవుల కార్యక్షేత్రం ఇదే. ఏడవశరీరంలో స్వపరభేదములు నశిస్తాయి. ఆత్మవత్ సర్వభూతేషు, వసుధైవ కుటుంబకం అనే భావన జాగృతమవుతుంది. ఆత్మస్వరూపం, బ్రహ్మశరీరం అనుభూతిలోకి వస్తాయి. స్వర్గం, ముక్తి క్షేత్రం ఇదే.

శివపురాణంలో స్కంధుని లేక కార్తికేయుని విచిత్ర జన్మ వృత్తాంత కథ వస్తుంది. అసురుల దమనం కొరకు, దైవీశక్తుల కొరకు శివుని యొక్క పుత్రుని జన్మ అవసరమయింది. శివుడు దేవతల ప్రార్థనను స్వీకరించాడు. ఆయన రేతస్సు అగ్ని రూపంలో బయటకు వచ్చింది. పార్వతి దానిని ధారణ చేయుటకు అసమర్థురాలయితే వైశ్వానరుడు స్త్రీ రూపం ధరించి తన గర్భంలో ఆ అగ్నిరూపంలో ఉన్న రేతస్సుకు స్థానం ఇస్తాడు. స్కందుడు జన్మించినప్పుడు అతనిని ప్రపంచ తేజస్సును చూసి ఎవరు అతనిని పోషించగలరనే ప్రశ్న ఉత్పన్నమయింది. పార్వతికి అనుభవం లేదు. అందువలన ఆ కార్యమును ఆరు కృత్తికలు స్వీకరించాయి, అతనిని పెంచి పెద్ద చేశాయి. ఆరు కృత్తికల పాలను త్రాగటానికి ఆరు ముఖములు వచ్చాయి. అందువలనే అతనిని షణ్ముఖుడని పిలుస్తారు. సమర్థుడు కాగానే దుర్దాంత దైత్యులతో యుద్ధం చేసి ఓడించాడు, దేవతల శాసనాన్ని స్థాపించాడు.

ఈ స్కంద అవతరణే కుండలినీ మహాశక్తికి సంబంధించిన షట్చక్రముల యొక్క ప్రభావమని అర్థం చేసుకోవాలి. రేతస్సు శివుని కుండలిని, దానిని ధారణ చేసుకునేందుకు వైశ్వానర సత్తాని ఆహ్వానించింది. షట్చక్రములు ఆరు కృత్తికల రూపంలో పాలు త్రాగించాయి. ప్రచండ ఆత్మిక క్షేత్రంలో మహాపరాక్రమవంతుడై, జాగృతమైన కుండలినీ శక్తిగల సాధకుడు దేవ ప్రయోజనములను నిర్వర్తిస్తాడు.

వెన్నెముక యొక్క సూక్ష్మభాగంలో ఉన్న ఈ చక్రాలను విద్యుత్ ట్రాన్స్‌ఫార్మర్స్ (Electric Transformers) తో పోల్చవచ్చు. ఇవి సూక్ష్మజగత్తు నుండి రహస్యమయ శక్తిని ఆకర్షించి స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరాలు యొక్క విభిన్న ఆవశ్యకతలను పూర్తి చేస్తాయి. ఈ దివ్యశక్తుల సమన్వయ పుంజాన్ని ఇంగ్లీషు భాషలో లోగాస్ (logos) అని అంటారు.

తంత్ర విధానాన్ని అనుసరించి, విశ్వంలోని ప్రముఖ శక్తులను ఏడు రకములుగా విభజించారు. అవి పరాశక్తి, జ్ఞానశక్తి, ఇచ్ఛాశక్తి, క్రియాశక్తి, కుండలినీ శక్తి, మాతృకాశక్తి, గుహ్యశక్తి. వీటన్నింటి ఏకీకరణే గ్రాండ్ యూనిఫికేషన్ ఆఫ్ ఫోర్సెస్ (Grand Unification of Forces)గా తెలుసుకోవచ్చు.

ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రములో సప్తలోకముల, సప్తద్వీపముల, సప్తపర్వతముల మొదలైన వర్ణన వస్తుంది. భూగోళానికి వీటికి సంబంధం లేదు. ఇవి ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రమునకు సంబంధించిన శక్తి ప్రవాహముల వర్ణన. ఇవి రత్న భాండాగారముల ఇనుప పెట్టెలు. వీటి అవసరం మనిషి యొక్క ప్రత్యక్ష పరోక్ష జీవనంలో ఉంటుంది.

- అఖండజ్యోతి, జనవరి 1987

బలహీనతకు పరిష్కారం బలాన్ని పొందే ఉపాయాలను ఆచరించాలి

వ్యక్తి నిర్మాణం

మనిషి గొప్పవాడు, భగవంతుడు అంతకన్నా గొప్పవాడు

నిజం చెప్పాలంటే, ఈ ప్రపంచంలో వస్తువులు రెండే. అత్యంత మహత్వపూర్ణమైనవి. ఒకటి 'భగవంతుడైతే', రెండవది మనము. ఈ రెండూ కాక ఇంతకన్నా ఆశ్చర్యకరమైనవి, శక్తి సంపన్నమైనవి ప్రపంచంలో ఇంకేమీ ఉండకపోవచ్చు. తనయొక్క శక్తిని, సామర్థ్యాన్ని తెలుసుకోగలిగితే, వాటిని తెలివితేటలతో సరి అయిన పద్ధతిలో ఉపయోగించగలిగితే, ప్రపంచంలో అందరితోపాటు, మనము దాని యొక్క ఫలితాన్ని చూసి ఆశ్చర్యపడతాము. మనిషి చూడటానికి ఎంతో అల్పంగాను, హేయంగాను కనిపిస్తాడు, కాని వాస్తవానికి అది సరికాదు. అతని యొక్క శక్తి సామర్థ్యాలు అనంతమైనవి. వ్యక్తి తనయొక్క శక్తి సామర్థ్యాలను సరిగ్గా అర్థం చేసుకోలేక పోవడం, ఎంతో కొంత తెలుసుకున్నా దానిని సద్వినియోగం చేసుకోవడం కొరకు, ప్రస్తుతం అమలులో ఉన్న విధానాన్ని మార్చుకోవాలి. అందుకోసం తగినంత మనోబలం, భావనాత్మకమైన సాహసాన్ని కేంద్రీకృతం చేసుకొనలేక పోవడం వల్ల గందరగోళం ఏర్పడుతున్నది. ఈ చిన్న పొరపాటును కనుక సరిదిద్దుకోగలిగినట్లయితే, వ్యక్తి యొక్క అద్భుతమైన వికాసం యొక్క అన్ని మార్గాలు తెరుచుకొనబడతాయి.

దేవతలను గురించిన అనేకమైన కథలు చెప్పడం, వినడం జరుగుతున్నది. కానీ వారిని ఎవ్వరూ చూడలేదు. ఒకవేళ చూడటం అనేది జరిగితే, మన యొక్క వికసించిన రూపంలో మనలను మనమే దర్శించుకోవడమవుతుంది. ఈ చిన్న శరీరంలో సమస్త దేవతామూర్తులు ఒకే ప్రదేశంలో, కేంద్రీకృతమై ఉంటారు. స్థూల, సూక్ష్మకారణ శరీరాలలో, భూః భువః స్వః అనగా భూమి, పాతాళము మరియు స్వర్గలోకము కలసి ఉన్నాయి. బ్రహ్మ, విష్ణు, శివ... ఈ ముగ్గురి శక్తులు కూడా ఈ శరీరంలోనే ఇమిడి ఉన్నాయి. మానవ జీవితం ఒక సముద్రం వంటిది. ఇందులో ఆది శేషుడు, మేరు పర్వతం, దేవతలు, రాక్షసులు మరియు తాబేలు రూపంలో ఉన్న భగవంతుడు చిరకాలం నుండి విరాజిల్లుతూ, ఎవరైనా ఆత్మబలసంపన్నుడైన వ్యక్తి, వారిని సదుపయోగం చేసుకొని, అందులోని రత్నాలను వెలికితీయగలడేమో అని ప్రతీక్షిస్తూ ఉంటారు. సముద్ర మంథనమనే పౌరాణిక కథ పాతదై పోయింది. జీవితంలోని సంఘర్షణను తెలుసుకొని, దానిని సద్వినియోగం చేసుకోగలిగిన విధానమును, పద్ధతిని తెలుసుకోగలిగినట్లయితే, ఈ కథానికను మనలో ఎవరైనా పునరావృత్తి చేయగలరు. సముద్రాన్ని మథించినప్పుడు 14 రత్నాలు వెలికి వచ్చాయట. ఈ రత్నాలను మనమందరం పొందగలగాలి.

దీనికన్నా కూడా ఎక్కువ ఆశ్చర్యం కలిగించే విషయం, మన యొక్క "భగవంతుడు", ఆయన కల్లోలభరితమైన ఒక వినోదాన్ని వీక్షించటానికి, ఊహించటానికి కూడా వీలు కానంత, విశాలమైన ఇంత పెద్ద విశ్వాన్ని సృజించాడు ఆయన ఒక్కడే! ఆయన తనలో తాను విహరించడానికి, తన యొక్క వ్యాపకత్వాన్ని వీక్షించాలని కోరుకున్నాడు. ఆయన తన ఇచ్ఛా మాత్రం చేతనే ఈ ప్రపంచాన్ని సృష్టించాడు. ఇది ఆయన కోరిక యొక్క చమత్కారమే. మానవుడు యుగాల నుండి ప్రకృతి యొక్క రహస్యాలు తెలుసుకోవాలని, మరియు ప్రకృతి లోని ఈథరు, విద్యుత్తు, అణుధార్మికత మొదలైన శక్తులను ఉపయోగించుకొనడానికి కావలసిన రహస్యాలను అర్థం చేసుకోవాలని చిరకాలం నుండి ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాడు. ఈ ప్రయత్నాలతో అతను ఎంతో కొంత సాధించాడు కూడా! కానీ ప్రకృతిలో తెలుసుకోవలసిన రహస్యాలు మరెన్నో మిగిలి ఉన్నాయి. ఇప్పటివరకు తెలుసుకున్నవి, పర్వతంతో పోలిస్తే ధూళికణం ఎంతో, అంత మాత్రమే! భగవంతుడు సృష్టించిన అనేకానేకమైన కృతులలో, అన్నింటికన్నా అల్పమైనది ఈ భూమి యొక్క వైభవం. అది ఎంత విశాలమైనదంటే, మానవుని యొక్క కోరిక, కల్పన, కాంక్షలకన్నా ఎన్నో రెట్లు ఎక్కువ వైభవం అందులో ఇమిడి ఉన్నది. మరి, ఈ సమస్త బ్రహ్మాండములన్నీ కలుపుకొని, ఏర్పడిన ఈ గొప్ప సృష్టిలో, నిండి ఉన్న సంపదల గురించి, అసలు ఊహించగలమా?

ఇంత పెద్ద వైభవంతో నిండి ఉన్న ఈ విశ్వాన్ని ఒక ఉల్లాసకరమైన క్రీడలా నిర్వహిస్తున్న ఆ పరమేశ్వరుడు ఒకవేళ,

"నేను దుర్బలుడను" అని అనుకోవడం పాపమే

సంపూర్ణమైన స్వరూపంతో మానవుని కల్పనలోకి రాగలిగితే, ఎంత ఆనందంగా ఉంటుంది? కాని మానవుడెక్కడ! అతని కల్పన ఎక్కడ? మానవుని యొక్క అల్పత్వము, భగవంతుని యొక్క అనంతత్వము, ఈ రెండింటి మధ్య ఎప్పుడూ పోలిక ఉండదు. ఆ భగవానుని యొక్క పరిపూర్ణమైన స్వరూపము, సత్ చిత్ ఆనందంతో, సత్యం శివం సుందరంతో, ఎంతగా ఓతప్రోతమై అలరారుతూ ఉంటుందంటే, దానిలో ఒక్క బిందువును పొందినా సరే, మానవుడు కృతకృత్యుడు కాగలడు!

నిస్సందేహంగా మనయొక్క చేతనత్వం గొప్పది. మనయొక్క భగవంతుడు మరింత గొప్పవాడనేది ఇంకా నిస్సందేహమైన సత్యం. ఈ రెండింటికన్నా ఆశ్చర్యకరమైన మూడవది మరొకటి ఉంది, అది ఈ రెండింటి యొక్క కలయికతో ఉత్పన్నమయ్యే శక్తి ప్రవాహం. అందులో సంతోషము-శాంతి, ఆనందము-ఉల్లాసము, మరియు సుఖ సాధనములతో కూడిన అంతులేని తరంగాలు నిరంతరం పెల్లుబుకుతూనే ఉంటాయి. ఈ విధంగా ఎప్పుడైతే రెండు శ్రేష్ఠమైనవి దొరుకుతాయో, వాటి కలయిక యొక్క ఫలితం కూడా విశిష్ఠంగానే ఉంటుంది. ధన ధృవము, ఋణ ధృవము- ఈ రెండింటినీ కలుపుతూ ప్రవహించే విద్యుత్‌ధారలు గగుర్పొడిచే శక్తి ప్రవాహంగా మారుతుంది. తద్వారా ఎన్నో పనులు చేసుకోగలుగుతున్నాము. స్త్రీ, పురుష సమాగమము, హృదయాలను వికసింపచేయటమే గాక, ఒక కొత్త కుటుంబాన్ని సృష్టించి, నూతన సమాజాన్ని ఆవిష్కరిస్తుంది. ఆత్మ, పరమాత్మల యొక్క కలయిక, ఎంత సుఖకరమైన, శక్తివంతమైన అద్భుతంగా ఉంటుందో ఊహించటం కనుక సాధ్యమైతే, కోరికల, వాసనల మయమైన మలినమైన ఈ భౌతిక సుఖాల పరితృప్తి కోసం వెంపర్లాడటం మానివేసి, మన యొక్క కర్తవ్య కర్మలను, భగవంతుని యొక్క కలయికతో వచ్చే అపారమైన శాంతి, శక్తుల యొక్క ప్రాప్తి కొరకు తపనపడటం జరుగుతుంది.

'ఆత్మ', 'పరమాత్మ' అనే రెండు గొప్ప శక్తుల యొక్క కలయిక కోసం చేసే ప్రయత్నాన్నే 'యోగము' అంటాము. ఈ ప్రక్రియను గనుక మనం సాధించగలిగితే, దాని ఫలితం కూడా చాలా అద్భుతంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే ఈ రెండు తత్వాలు దేనికదే అద్భుతమైనది కాబట్టి. నీటిబిందువు సముద్రంలో పడినప్పుడు అది పోగొట్టుకొనేదేమీ ఉండదు. పైపెచ్చు తాను సముద్రంగా మారుతుంది. నీరు పాలల్లో కలసినప్పుడు కోల్పోయేదేమీ ఉండదు. పైగా తన విలువ పెరుగుతుంది. ఇనుము, పరసువేదితో స్పర్శ కొద్ది సమయమే ఉంటుంది, కానీ ఆ స్పర్శ వల్ల దాని విలువ అనంతంగా పెరుగుతుంది. ఆత్మ పరమాత్మల యొక్క కలయిక నిస్సందేహంగా ఆత్మకు ఎంతో శ్రేయస్కరమైనది. కానీ, ఆత్మ యొక్క ఈ కలయిక వల్ల, పరమాత్మ కూడా ఎంతో ప్రీతి చెందుతాడు. కంటికి కనిపించే ఈ ప్రపంచంలో కనిపించని ఆయన యొక్క శక్తి ఎంతో రహస్యమైనది. ఏదైతే జరుగుతున్నదో అది తెరవెనుక అదృశ్యంగా మాత్రమే జరుగుతూ ఉంటుంది. దానిని మూర్తివంతమైన దృశ్యంగా చేయటానికే ఈ ప్రపంచం సృష్టించబడింది. కానీ జడమైన పదార్థాలు ఈ పనిని నెరవేర్చలేవు. చైతన్యవంతమైన 'ఆత్మ' మాత్రమే చేయగలదు. 'మానవుడు' మాత్రమే ఈ ప్రపంచమంతటా నిండి ఉన్న చైతన్యమునకు ప్రతీక! ప్రతినిధి. మనిషి యొక్క సహకారం లేనిదే, పరమాత్మ ఉద్దేశించిన ఈ పనికి ప్రయోజనం సమకూరదు. ఒక్కడే అయిన పరమేశ్వరుడు అనేకం కావాలని కాంక్షించాడు. అనేకమైనప్పుడు తప్పనిసరిగా ఆయనకు తగినట్లుగా, అచ్చం ఆయనలాగా లేకపోతే, ఇక ఈ సృష్టి యొక్క ఉద్దేశ్యం ఎట్లా నెరవేరుతుంది? ఆనందం అనేది సమానమైన స్థాయిలో ఉన్నదానిని పొందినప్పుడే లభ్యమవు తుంది. కోతి, పంది ఎట్లా సమానమవుతాయి? నీటిలో లోహం కలుగుతుందా? పిల్లలు పిల్లలతో ఆడగలరు, విద్వాంసులు విద్వాంసులతో గోష్ఠి చేయగలరు. హల్వా అమ్ముకునేవాడు, పహిల్వానుల స్నేహం ఎంతకాలం కొనసాగుతుంది? కసాయివాడు, పండితుడు వీరిద్దరి మార్గాలు వేరు. పరమేశ్వరుని కోరికకు, నిర్దేశానికి పూర్తిగా విముఖంగా నడిచే వాళ్ళు కూడా తక్కువేమీ లేదు. నిజం చెప్పాలంటే మాయ అందరి బుద్ధిని అంధకారంతో ఆచ్ఛాదించి, అజ్ఞానాంధకారంలో బంధించి వేసింది. అందుచేత వారు ఆత్మతత్త్వంలో కాక, జడ పదార్థాలలో సుఖాన్ని అన్వేషిస్తారు. కాని అది దొరికే అవకాశం అక్కడ ఎంత మాత్రము ఉండదు. నిజానికి మనమంతా తెలివిగలవాళ్ళముగా చెప్పబడినప్పటికీ, తెలివితక్కువతనమునే వ్యక్తం చేస్తూ ఉంటాము. అంతేకాకుండా, ఆత్మానుభూతిని పొందగలిగే ద్వారం తెరువకుండా, జడ పదార్థాలలో సుఖాన్ని పొందటానికి, "వెంట్రుకలలో నుండి నూనెను తియ్యడం"

బలమే ప్రాణం - బలహీనతే మరణం

లాంటి వ్యర్థ ప్రయత్నాలలో చిక్కుకుని ఉన్నారు. అందులో ఏ కొంచెమైనా సుఖము, శాంతి పొందలేరు. పైపెచ్చు దుఃఖము, బాధలతో నిండిన సమస్యలనే ఉత్పన్నం చేస్తాయి.

ఈ పరిస్థితులలో చిక్కుకుని, ఈశ్వరునిచే నిర్దేశింపబడిన మార్గంలో నడవటానికి, అతని యొక్క వినోదంలో సహచరుల మవ్వటానికి, సిద్ధపడే వ్యక్తులు ఎక్కడ ఉన్నారు? భగవంతుని యొక్క లీలా వినోదమనే ప్రయోజనం ఎట్లా పూర్తి కాగలదు? ఆయనకు స్నేహితులు, సహచరులు ఎక్కడ దొరుకుతారు? సృష్టి అయితే పూర్తి అయింది. జడమైనవి, చేతనమైనవి కూడా సృజింపబడ్డాయి. అయితే, వినోద ఉల్లాసములతో కూడిన ఝరి, నిరంతరం ప్రవహించవలసిన భగవంతుని యొక్క లీలా విలాస కార్యక్రమము ఏది? మనిషిలోని రాక్షస ప్రవృత్తి ఆయన యొక్క ఈ లీలను ధ్వంసం చేస్తున్నది. ఇది నిశ్చయంగా ఒక క్రీడయే, కానీ భగవంతుడు కోరుకున్న విధంగా జరగటం లేదు. ఈ అడ్డంకిని తొలగించగలిగిన శక్తి సామర్థ్యాలు కలవారు, పరమాత్మ యొక్క వినోదంలో పాలు పంచుకోగలిగిన వారు, భగవంతుని యొక్క కృపకు పాత్రులు కాగలరు. తమని తాము భగవంతుని సమీపమునకు చేర్చుకోగలిగినవారు ఈ ప్రపంచాన్ని మరింత సుందరంగా తయారు చెయ్యటమనే భగవంతుని యొక్క పనిలో సహచరులవుతారు. నిస్సందేహంగా భగవంతుని యొక్క ఆనందాన్ని పెంచగలరు, అంతేగాక ఆయనచే సృజింపబడిన ఈ ప్రపంచం యొక్క గౌరవాన్ని పెంచగలరు. ఇటువంటి ఆత్మల యొక్క సంగమం, భగవంతునికి కూడా ప్రీతి కలిగించేదిగా సంతోషదాయకంగా ఉంటుంది.

భక్తుడు భగవంతుడిని వెదికితే, భగవంతుడు భక్తుని కోసం శోధిస్తాడు. ఎవరు, ఎవరికీ దొరకనటువంటి, ఒక దాగుడు మూతలాంటి ఆట ఇది. భక్తులకు లోటేమీ ఉండదు. వారు వెదుకుతూనే ఉంటారు కానీ పొందలేరు. ఎందుకంటే, వారికి భగవంతుని యొక్క స్వరూపము, ఆయనను పొందటం వల్ల కలిగే ప్రయోరజనము, చేరటానికి కావలసిన మార్గము తెలియదు కాబట్టి. మోసగాంద్రు, లంచగొండులైన మనుష్యులను ఆకర్షించే చెడు పద్ధతులే ప్రజలకు ఆకర్షణీయంగా ఉంటాయి. వాళ్ళు వాటినే భగవంతుడిపైన ప్రయోగిస్తారు. పెద్ద పెద్ద సమాసాలతో కూడిన శబ్దావళితో భగవంతుడిని బుట్టలో వెయ్యటానికి ప్రయత్నం చేస్తుంటారు, ఎందుకంటే వారి సృష్టిలో భగవంతుడు ఉచ్చారణ మాత్రం చేత ప్రభావితుడవుతాడని వారి ఆలోచన. స్తోత్రాలు, కీర్తనలు వినబడతాయి కానీ, వాటి యొక్క మూలమైన, భగవంతునితో ఐక్యమయ్యే భావన కూడా సన్నిహితమైతే ఎంత బాగుంటుంది? కానీ సంగమం యొక్క సరైన అర్థాన్ని జనులు తెలుసుకోలేక పోతున్నారు. సంగమం యొక్క అర్థము సమర్పణ. సమర్పణ అనగా విలీనం కావటమే. నీటి బిందువు సముద్రంలో పడిన మరుక్షణమే తన స్వరూప స్వభావాలను కోల్పోయి సముద్రంలో కలిసి, ఆ సముద్రపు అలలతో కదులుతూ ఉంటుంది. నీటి బిందువు సముద్రపు ఉప్పదనాన్ని గ్రహించి, తన అస్తిత్వాన్ని గుర్తింపచేసే ఏ ఒక్క అంశము మిగలకుండా, తాను కూడా ఉప్పగా మారి, సంపూర్ణంగా సముద్రంలో విలీనమవుతుంది. భగవంతునితో ఏకమవ్వటం అంటే గుణ కర్మ స్వభావాలతో, తాను భగవంతుని వలె తయారుకాగలడం లేదా భగవంతుని అభీష్టానికి తగినట్లుగా తన యొక్క కోర్కెలను కర్మలను మార్చుకోవడం. 'సంగమం' అనే పదానికి ఇంత మాత్రం పరిధిని తీసుకోవచ్చు. అతని పనులు అందుకు అనుగుణంగా ఉంటాయి.

తుచ్ఛమైన మనుష్యులకు కొంత ప్రలోభము, ఆశ చూపించి వారిని ఏదో విధంగా తమ మార్గంలోకి తెచ్చుకోవటం రెండవ పద్ధతి. ఇటువంటివారు భగవంతుడికి కొంచెం ప్రసాదం, వస్త్రాలు మందిరాలు, ఛత్ర చామరులు వంటి చిన్న చిన్న బహుమతులను అర్పించి, తమ యొక్క భౌతికమైన కోర్కెలను నెరవేర్చుకునే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటారు. వారు కోరే కోర్కెలు వారి వారి ప్రయత్నాలకు తగినట్లుగా ఉన్నదా లేదా అని కానీ, లభించిన వరాలను చక్కగా నిర్వహించి, వినియోగించ గలమా, లేదా అని కానీ, అవినీతి, న్యాయములతో కూడి సముచితమైనవా కాదా అని కానీ ఆలోచించే తీరిక వారికెక్కడుంది? భగవంతుడు మన కోర్కెలను నెరవేరుస్తూ ఉంటే, అందుకు బదులుగా అంతో ఇంతో ఆయనకు కానుకల రూపంలో అర్పిస్తూ ఉంటాము. పైన చెప్పబడిన భక్తుల బుద్ధి ఇంత మాత్రం వరకు పనిచేస్తూ ఉంటుంది. వాళ్ళు శబ్దాడంబరములతో, కానుకల ప్రలోభములతో, తేలికపాటి ప్రయత్నాలతో గొప్ప పనులను సాధించాలని చూస్తారు. తత్ఫలితంగా వారికి రిక్తహస్తాలు మాత్రమే మిగులుతాయి. ఈ భక్తులలో ఎవ్వరికీ భగవంతుడు దొరకడు, అంతేగాక,

వ్యాయామం శరీరానికి శక్తిని ఇస్తుంది

వారి యొక్క అన్ని పనులు, సేవలు నిష్ఫలమవుతాయి.

భక్తుడు లభ్యం కానందువల్ల, భగవంతునికి కూడా తద్వారా వచ్చే ఆనందం దొరకదు. పిల్లవాడు ఒళ్ళు పాడుచేసుకుంటే, దాన్ని శుభ్రం చేశాకనే తల్లి వాడిని ఒడిలోకి తీసుకుంటుంది. అంతవరకు వాడు ఎంత ఏడ్చినా, మురికినిండిన ఒళ్ళు ఉన్నంతవరకు, ఎత్తుకోదు. దానిని తల్లి యొక్క కఠినత్వం అనుకున్నాగాని, అలా చేయటమే ఉత్తమం. శుభ్రం చేయటం అనేది అత్యవసరం. అది లేకుండా బండి ముందుకు సాగదు. మానవుడు తన యొక్క కషాయ కల్మషాలను కడిగి వేసుకొని తీరాలి. హృదయాన్ని నిర్మలంగా, నిశ్చలంగాను ఉంచుకోవాలి. ఇలా చేయనంతవరకు, అతను భగవంతునితో సమాగమం పొందగలిగినప్పటికీ, పరమేశ్వరుని యొక్క ఆంతరంగిక భక్తుల కోవలోనికి రాలేడు.

రెండవ అడుగు – భగవంతుని యొక్క నిర్ణయానికి అనుగుణంగా తగిన సాహసం కలిగి ఉండటం. పతివ్రత అయిన స్త్రీ, తన స్వభావాన్ని, ఆచరణను, కార్యకలాపాలను తన భర్తకు అనుగుణంగా మార్చుకుంటుంది. అలా చేయలేకపోతే దాంపత్య జీవనం కొనసాగదు. కలయికలోని ఆనందం ఎట్లా దొరుకుతుంది? సమర్పణ ఆధారంగానే, అద్వైత రూపంలోకి మార్పు చెందుతుంది. భగవంతుని కోరికనే తన కోరికగా మార్చుకొని, ఆయన యొక్క సంకేతాలను ఆజ్ఞలను తన యొక్క కోరికలతో, పనులతో జోడింప చేసుకొనుటను సమర్పణ అంటారు. కలయిక (సంగమం) అనే సాధనం, దీనితోనే పరిపూర్తి చెందుతుంది. తన కోరికలను తీర్చమని దేవుడి ముందు రోదించటం, ప్రాధేయపడటం వంటివి చేసేవాడు ఎంత మాత్రపు భక్తుడు? కేవలం **భౌతిక సుఖాల కొరకు, భగవంతుని గూర్చి చేసే సాధన, ఈశ్వరుని యొక్క కొలువులో 'భక్తి' అని పిలువబడదు. భక్తుడు అనబడదగిన వాడు, తన యొక్క కోర్కెలకు, తృష్ణలకు తిలాంజలి నొసగి, భగవంతుని యొక్క సంకల్పమనే తన సంకల్పంగా మార్చుకొని, ఆయన యొక్క లీలకు అనుగుణంగా కదలటానికి తనను తాను ఒక కీలుబొమ్మలాగా మలచుకోగలగాలి.** ఎవరైతే ఈ పరీక్షకు నిలబడి నెగ్గుతారో, వారే నిజమైన భక్తులు. భక్తుడైన వాడు, భగవంతుడిని, తన ప్రార్థనకు అనుగుణంగా జరిపించమని బలవంతం చేయడం కాని భగవంతుడిని ఇచ్ఛకు అనుగుణంగా తన యొక్క ఆలోచనలను, కార్యపద్ధతిని పునర్నించుకుంటాడు. అప్పుడు అతనికి ఈ ప్రపంచాన్ని మరింత సుందరంగా, సమున్నతంగా, ఇంకా శ్రేష్ఠమైన దానినిగా తయారు చేయాలనే, ఒకే ఒక్క కోర్కె మిగులుతుంది. తనని తాను శరీరానికి లేదా కుటుంబానికి మాత్రమే పరిమితం చేసుకోడు. ప్రతి ఒక్కరిలోను తనని లేదా తనలో ప్రతి ఒక్కరిని చూడగలిగేతత్వాన్ని పెంచుకుంటాడు. ప్రపంచంలోని ప్రతి ఒక్కరి క్షేమం కొరకు జీవిస్తూ "వసుధైవ కుటుంబకం" అనేటటువంటి స్థాయికి, తనను తాను విస్తరించుకుంటాడు. అప్పుడు అతనికి తన శరీరం ఒక దైవమందిరంలాగా అనిపిస్తుంది. తనకున్న సంపదనంతా, ఈశ్వరుని యొక్క పవిత్రమైన విభూతివలె భావించి, దానిని భగవంతుని సేవలోనే అర్పిస్తాడు.

ఈ భావనలనన్నింటినీ అత్యంత శ్రద్ధగా హృదయాంగము చేసుకొనగలిగినవాడే "భక్తుడు". ఏదో ఒక అవతార రూపంలోనో ఊహించబడిన దేవతామూర్తిలోనో, భగవంతుడిని దర్శించటానికి అతని బుద్ధి ఎంత మాత్రము అంగీకరించదు. ఆ ప్రయత్నాన్ని అతడు పగటికలవలె నిరర్థకంగా భావిస్తాడు. అతనికి భగవద్దర్శనం మరింత వాస్తవికంగా, బుద్ధి గోచరముగా అనిపిస్తుంది. అతడు తన యొక్క ఆలోచనల యందు, కార్యకలాపాలయందు, భగవంతుని యొక్క ప్రేరణ చరితార్థమైనట్లుగా అనుభవిస్తూ ఉంటాడు. భగవంతుని యొక్క సన్మార్గంలో నడవవలెననే ఆత్మగతమైన పిలుపును వింటూ ఉంటాడు. అర్థం చేసుకోగలిగితే, భగవంతుడు అతనితో మాట్లాడుతూ ఉంటాడు, వెన్నంటి ఉంటాడు, తన ఒడిలోనికి చేర్చుకుంటూ ఉంటాడు. భక్తి యొక్క సార్థకత ఇటువంటి స్థితిని పొందగలగటమే.

– *అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి*

స్వార్థపరుడు

స్వార్థపరుడు తన యోగ్యతకన్నా, కష్టానికి మించి అధిక ఫలాన్ని కోరుకుంటాడు. అందుచేత అతడిని లోకులు నీతి బాహ్యునిగా, లోభిగా ఎంచుట జరుగుతుంది. ఈ రెండు గుణాలు ఎవరిలో ఉన్నా, వారిని నిండా ముంచుతాయి. దీని కారణంగానే స్వార్థపరుడు తక్కువ పొంది, అధికంగా పోగొట్టుకుంటాడు.

విజయాన్ని సాధించాలంటే అద్భుతమైన పట్టుదల, సంకల్పశక్తి ఉండాలి

మనం - మన ఆరోగ్యం

వంట చేయడంలో మెలకువలు

ఆహార పదార్థములను ఏరకముగా, ఏ రూపములో వండాలి అన్నది కూడా ఒక గొప్ప కళే! ఆధునిక సమాజములో ఎంతోమంది విద్యావంతులు 'మనిషి వండిన ఆహారమును భుజించరాదు' అని తమ పరిశోధనల అనంతరము తేల్చి చెప్పారు. వండుట వలన ప్రతి ఆహార పదార్థము తనలోని జీవనతత్వములను పోగొట్టుకుంటుంది లేదా అవి బాగా తగ్గుముఖము పడతాయి. ఏదో ఒక రూపములో లాభముతో పాటు కొంత హాని కూడా కలగచేస్తాయి.

మానవ సభ్యత ఉదయించిన ఆరంభకాలములో మనిషి అడవులలో లభ్యమయ్యే ఫల-పుష్పములు, ఆకులు, కంద మూలములను ఎక్కువగా భుజించేవాడు , అంతేకాదు వాటిని వండకుండా, పచ్చివిగానే స్వీకరించేవాడు అన్నది అందరూ అంగీకరించే వాస్తవమే. ఇప్పటికీ అటవీజాతులవారు వండిన పదార్థములను తక్కువగానే తింటారు. అయితే వేలాది సంవత్సరముపాటు చేసుకున్న అలవాటు కారణముగా ఇప్పుడు సభ్యసమాజములో నివసించే మనుష్యుల జీర్ణశక్తి ఇదివరకు వలె అన్నిరకములైన అపక్వ ఆహారపదార్థములను తిని స్వాభావికముగానే హరాయించుకునే స్థితిలో లేదు. జీర్ణశక్తి బాగా మందగించినది. నేడు పరిస్థితులకు తలవొగ్గి మనిషి ఫలములు మరియు ఆకులకు బదులు వండిన ఆహారమునే ఎక్కువగా తీసుకొనుట అన్నది కూడా జీర్ణశక్తి మందగించటానికి మరో కారణం అయింది.

భోజనములోని సారమును సురక్షితముగా అట్టిపెట్టుకోవడము తప్పనిసరి

ఈనాడు ఆహారపదార్థములను వండివడ్డించటమును మనము సర్వత్రా చూస్తూనే ఉన్నాము. ఆహార పదార్థములను చాలాసేపు ఉడికించి, వేయించి, మగ్గబెట్టి వండుతున్నారు. అధికశాతము మంది ప్రజలు ఆరోగ్య పరిరక్షణకు సంబంధించిన విషయముల మీద అంతగా దృష్టిపెట్టకుండా కేవలము నోటికి రుచిగా అనిపించే రీతిలోనే వంట చేస్తున్నారు. ఇది చాలా విచారించవలసిన విషయము. మరింత నెయ్యి వెయ్యటము, ఘాటైన మసాలాలు బాగా దట్టించడము, అధిక మోతాదులో తాలింపు పెట్టడము వలన భోజనము మరింత రుచికరముగాను, ఉత్తమముగాను ఉంటుందని భావిస్తుంటారు. ఈవిధముగా అనుకోవడము వలన జనులు రకరకాలైన కూరలను, ఉప్పు-తీపి పదార్థములతో తయారు చేసేవాటిలోని జీవనతత్వములు చాలా ఎక్కువ పాళ్ళలో నశించిపోయే రీతిలో వండుతున్నారు. తత్కారణముగా వాటిని జీర్ణము చేయటం కాలేయమునకు చాలా కష్టమౌతుంది. ప్రత్యేకించి కూరగాయలను ఉడికించి, వేయించి, నూనెలో దేవి వండుతున్నారు. పైపెచ్చు వాటిలో అనేకరకాలైన మసాలాలను దట్టిస్తున్నారు. తత్కారణముగా వాటిలో ఆరోగ్యమును చేకూర్చే తత్వములన్నీ నష్టమైపోతున్నాయి, సారహీనమైన, వ్యర్థపదార్థములే తినటానికి మిగులుతాయి. ఆకుకూరలు, కూరగాయలు మానవ శరీరమునకు అవసరమైనంత పుష్టినిచ్చే బహుమూల్యమైన క్షారములు, విటమిన్స్‌కు నిధులవంటివి. వాటితో మన ఆరోగ్యము నిలకడగాను, స్థిరముగాను, దృఢముగాను ఉంటుందన్న విషయము పైన చెప్పబడినది. కూరగాయలను ఉడికించడము వలన ఈ తత్వములన్నీ నీటిలో కలసిపోతాయి. ఈ విషయము తెలియనివారు సాధారణముగా ఆ నీటిని పారబోసేస్తారు. అజ్ఞానము వలన ఈరకముగా చేయడం చేత మనము స్వయముగా మన ఆరోగ్యమునకు హాని కలిగించుకుంటున్నాము. ఆరోగ్యమును దెబ్బతీసే పనులు చేసి రోగాలకు బీజారోపణ చేసుకుంటున్నాము.

సన్ననిమంట మీద వండుటలో గల మహాత్యము

'సన్ననిమంట మీదే వంట చెయ్యాలి' అన్న విషయమును చాలా జాగ్రత్తగా గుర్తుపెట్టుకుని వంట చెయ్యాలి. పెద్ద మంట మీద వంట చేస్తే విటమిన్స్ చాలా ఎక్కువగానే నష్టమై పోతాయి. ఎందుకంటే అవి ఎక్కువ వేడిమిని భరించలేవు. పూర్వకాలములో పొయ్యిలో పిడకలు పేర్చి లేదా దాలిలో వంట చేసే ఆనవాయితి ఉండేది. సాధారణముగా పిడకల వంటివి సన్నగా కాలుతుంటాయి. కట్టెలమీద, రాతిపొయ్యిలను

కష్టపడి పని చేయండి, మీ గమ్యాన్ని తప్పనిసరిగా చేరుతారు

ఉపయోగించి పని పూర్తిచేస్తున్నారు. అవి కూడా పెద్ద మంటనే ఇస్తాయి. ఇంకొంతమంది స్టవ్‌లను వాడుతున్నారు. కిరసనాయిలు పోసి వెలిగించిన ఆ స్టవ్ పెద్దగా మండుతుంది. ఇంకా గ్యాస్ స్టవ్ ఇంకా ఎక్కువ వేడి ఇస్తుంది. సౌకర్యము, ఖర్చు, సమయములను దృష్టిలో పెట్టుకుని లోకులు ఈవిధముగా చేస్తున్నారు అన్నది వాస్తవము. వీటిని మాత్రమే పరిగణనలోకి తీసుకుంటూ ఆరోగ్య పరిరక్షణ అన్న ముఖ్యాంశమును మర్చిపోతున్నారు. ఆరోగ్యము కోసము కదా మనుష్యులందరు ఉద్యోగములు, వ్యాపారములు చేస్తూ ధనోపార్జన చేసి అమితముగా ఖర్చు పెట్టేది. ఈరకమైన భోజనము తినుట వలన మన శరీరమునకు అవసరమైన (తగినంత) శక్తి చేకూరదు, మనము బయట-లోపల కూడా నిర్బలురమై పలురకాలైన రోగాల బారినపడితే కనుక మనము చివరికి అంతా నష్టపోతామన్న విషయమును మనము ఇసుమంతైనా గుర్తించడము లేదు. వ్యాధిబారిన పడినప్పుడు డబ్బు ఖర్చవ్వటమే కాదు, ఆరోగ్యము దెబ్బతిన్న కారణముగా ఇంటికే పరిమితమౌతాము. అప్పుడు మన ఆదాయమునకు గండిపడుతుంది. అంతేకాదు మనస్సు శరీరములలో దుర్బలత్వము ఏర్పడి, మన జీవనశక్తి సైతము తప్పక క్షీణదశకు చేరుకుంటుంది.

ఆవిరిమీద వంటచెయ్యటము

భోజనములో ఉండే తత్త్వములన్నీ సురక్షితముగా ఉండటానికిగాను వాటిని నేరుగా పొయ్యి మంటమీద వండే బదులు ఆవిరిమీద ఉడికించడము అన్నది అత్యంత సరళమైన విధానము. పుల్కా రొట్టెలను నిప్పుల మీదే కాల్చుతారు. కానీ పప్పు, బియ్యము, కూరగాయలు మొదలైనవి ఆవిరిమీద చక్కగా ఉడుకుతాయి. కనుక వాటిలోని గొప్ప పోషక తత్త్వములన్నీ ఎక్కువ పాళ్ళలో సురక్షితముగానే ఉంటాయి. ఇలా వండుకునేందుకు వీలుగా బజారులో 'ప్రెజర్ కుక్కర్' అనే వంటపాత్ర దొరుకుతుంది. కుక్కర్‌లో అన్నము, పప్పు, కూరలు... అన్నీ ఆవిరి వలన ఉడుకుతాయి. అలా ఉడికిన తర్వాత వాటికి రుచిని అనుసరించి కొద్దిగా ఉప్పు, కారము, పసుపు కలిపి తాలింపు పెడితే సరిపోతుంది. ఈ భోజనము ఆరోగ్యమునకు మంచిది, పోషకతత్త్వములన్నీ మిగిలే ఉంటాయి. కానీ ఎవరి నోరు దట్టమైన మసాలాలు, ఘాటైన రుచిగల కూరగాయలను తినటానికి అలవాటుపడి ఉంటుందో వారు కుక్కర్‌లో వండిన పదార్థములను తినటానికి అంతగా ఇష్టపడరు.

గోధుమలు-బియ్యములోని పోషకపదార్థములను పారబొయ్యకూడదు

చాలాకాలము నిల్వ ఉన్న గోధుమపిండితో రొట్టెలను చెయ్యరాదు. మరపట్టించిన గోధుమలు, అలాగే బాగా వేయించినవి రెండూ సమానమే. వీటితో చేసిన పదార్థములు కూడా అంత సత్ఫలితములనియ్యవు. ఎందుకంటే గోధుమలను మెత్తని పిండి చేసి, ఆపైన జల్లించి పొట్టు తీసేస్తే కనుక చివరికి అది సారహీనమైనదిగా, వ్యర్థమైనదిగా మిగిలి పోతుంది. ఆ పిండితో చేసిన రొట్టెలు త్వరగా జీర్ణము కావు. వాటిద్వారా తక్కువ లాభము చేకూరుతుంది. గోధుమల మీద ఉండే పైపొట్టులోనే పోషణను ఇవ్వగలిగే తత్త్వములన్నీ ప్రోది చెంది ఉంటాయి. ఆ పొట్టును వేరుచేసి జల్లించగా మిగిలిన మైదాపిండితో రొట్టెలు చేసుకుని తినడము అంటే గొడ్డలితో మన కాళ్ళను మనము నరుక్కున్నట్లే! అందుచేత గోధుమలను మరీ మెత్తగా అయ్యేట్టు మరపట్టించరాదు, అతిగా జల్లించరాదు. కేవలము కాస్త మెత్తగా మరపట్టించి పైనున్న కొద్దిపాటి గరుకు పొరుసులు, పొట్టుపోయేటట్టు మాత్రమే జల్లించాలి. అంతే తప్ప పై పొట్టును పూర్తిగా తొలగించరాదు. అది ఉండాల్సినదే. అందుచేత రెండుసార్లు మరపట్టించిన గోధుమపిండి ఆరోగ్యమునకు మంచిదికాదు.

బియ్యమునకు కూడా ఈ షరతే వర్తిస్తుంది. నేడు ధాన్యమును పరిశ్రమలలో పెద్ద పెద్ద మరయంత్రాల ద్వారా మరపట్టించి బియ్యమును-పొట్టును వేరుచేస్తున్నారు. అలా చేయడము వలన బియ్యము మీదున్న పొట్టుతోపాటు సన్నని ఎఱ్ఱని పొరకూడా తొలగిపోతుంది. అసలు బియ్యముపైనున్న ఈ సన్నని-ఎఱ్ఱని పొరే శరీరమునకు అత్యంత పుష్టినిచ్చే పొర. దానిలో ఆరోగ్యమును చేకూర్చే పలు పోషకతత్త్వములు, బి-విటమిన్ ప్రోదిచెంది ఉంటాయి. ధాన్యమును పైవిధముగా మరపట్టించడమేకాదు, దానిని ఇంకా బాగా మరపట్టించి సన్నబియ్యముగా మారుస్తారు. రుచికరమైన భోజనము చేయాలనుకునే వ్యక్తులు ఈ సన్నబియ్యమును వండుకుని తినటానికే ఇష్టపడతారు. ముత్యమువలె మెరిసిపోయే ఈ

ఆత్మవిశ్వాసం పెంచుకో-శక్తి అంతా నీ లోపలే ఉన్నది

బియ్యము ఆరోగ్యమునకు గొడ్డలిపెట్టువంటిది. అయినాసరే దానిని తినేవారు ఈ విషయమును ఇసుమంతైనా పట్టించుకోరు. అందుచేత బియ్యము యొక్క స్వాభావికమైన లాభమును పొందాలనుకునే వ్యక్తులు దంపుడుబియ్యమునే తినాలి. ఆ బియ్యమును వండుతున్నప్పుడు గంజివార్చి పారవేయకూడదు. ఎందుకంటే బియ్యములో ఉండే పోషకపదార్థములన్నీ గంజిలోకి చేరుకుంటాయి. పప్పుదినుసులనుకూడా పోషకవిలువలు నశించిపోని విధముగానే వండుకుని తినాలి. అలాకాకుండా పప్పుదినుసుల మీదున్న పొట్టును తొలగించి తినేవారు మలబద్ధకము బారిన పడతారు. పెసరపప్పును మెత్తగా వండితే కనుక రుచికి–రుచి; ఆరోగ్యమునకు–ఆరోగ్యము! పప్పు ధాన్యములను పైపొరతోపాటు వండుకుని తింటే త్వరగా జీర్ణమౌతాయి. విరోచనము సాఫీగా అవుతుంది. ఎందుకంటే అన్నము ఒక్కోసారి మలబద్ధకమును కలిగిస్తుంది. అందుచేత అన్నముతో పాటు పైపొరతో ఉన్న పప్పు తినడమే శ్రేయస్కరము.

పాలను మరగకాచడం మంచిదికాదు. అలా చేస్తే పాలలో ఉండే బహుమూల్యమైన విటమిన్స్ అన్నీ నశించి పోతాయి. అందుచేతనే పాలను ఒక్క పొంగురానిచ్చి, వాటిని త్రాగటమే మంచిదని విజ్ఞులు చెప్తుంటారు. పాలనుకూడా సన్ననిమంట మీదే కాచాలి లేదా పాలకుక్కర్‌లో కాచాలి. గంటల తరబడి పొయ్యిమీద కాచిన పాలు, మందముగా మీగడ కట్టిన పాలు శ్రేష్ఠమైనవని చాలామంది భావిస్తుంటారు. నిజానికి అవి ఆరోగ్యమునకు ఏమంత ఉపయోగపడవు. వీలైతే పచ్చిపాలను త్రాగటమే మేలైన పని లేదా గోరువెచ్చగా చేసుకుని త్రాగినా మంచిదే. గుమ్మపాలు త్రాగటం మంచిది అని వైద్యశాస్త్రము చెపుతుంది. నిస్సందేహముగా పిండిన తాజా పాలను గ్రోలటము వల్లనే నిజమైన లాభమును పొందగలము. అయితే గోమాతను ఇంట్లో పెంచుకుంటున్నప్పుడే ఇలా చేయడము సాధ్యపడుతుంది. బజారులో అంత శ్రేష్ఠమైన పాలు దొరకడము అన్నది సందేహాస్పదమే. ఇందువలన బయట కొనుగోలు చేసే పాలను సన్ననిమంటమీద ఒక్క పొంగురానిచ్చే వరకు కాచి, ఆపైన త్రాగటమే మేలైన పని. పై విషయములను అన్నింటినీ దృష్టిలో పెట్టుకుని జాగ్రత్తగా వంట చేసుకుని తింటే ఆరోగ్యముగా ఉంటారు.

– పూజ్య గురుదేవుల వాఙ్మయం 39 (1.5) నుండి

అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

సహాయం అందిస్తే సహాయం లభిస్తుంది

*జ్యోతిర్మఠం శంకరాచార్యుని శిష్యుడైన కృష్ణ బోధాశ్రమం 120 సంవత్సరాలు జీవించారు. ఒక పర్యాయం ఆయన తీవ్ర అనావృష్టి బారిన పడిన ప్రాంతాన్ని సందర్శించుట జరిగింది. ఏకధాటిగా నాలుగు సంవత్సరాలు వర్షాలు పడలేదు. బావులు మరియు చెఱువులు ఎండిపోయాయి. అందరు ఈ మహనీయుని సందర్శించి మార్గోపదేశము చేయమని ప్రార్థించగా, ఆయన చిరునవ్వు నవ్వుతూ ఇలా అన్నారు. "మంచి పనులు చేస్తే భగవంతుడు అనుగ్రహిస్తాడు" అన్నాడు. "ఎటువంటి పనులు చేయాలి స్వామీ?" అని అడిగారు. సమాధానంగా స్వామి ఇట్లు సెలవిచ్చారు – "దగ్గరలో ఒక చిన్న చెఱువు ఉన్నది. దానిలో అతిస్వల్పంగా నీరు ఉన్నది. దానిలోని చేపలు చచ్చిపోతున్నాయి. ఆ చెఱువులో కొంత నీటిని చేర్చి ఆ చేపలను రక్షించండి" అన్నారు. జవాబు విన్న గ్రామస్తులు నిశ్చేష్టులై "స్వామీ! మాకే గుక్కెడు నీరులేక అల్లాడుతుంటే, చెఱువులోని చేపలకు నీరు అందించి, వానిని రక్షించమంటున్నారు? ఏమి? ఈ వింత పరిష్కారం స్వామీ!" అని మూకుమ్మడిగా ప్రశ్నించారు. సమాధానంగా స్వామి ఇలా బదులిచ్చారు. "ఎక్కడ నుంచైనా తేవలసిందే దీనికి మరో మార్గం లేదు" అని తేల్చి చెప్పారు. స్వామి చెప్పిన మాటలపై పరిపూర్ణ విశ్వాసముంచి, గ్రామస్థులంతా సుదూరంలోనున్న బావుల నుండి నీటిని తెచ్చి ఆ చేపల చెఱువులో పోయసాగారు. మూడవరోజున ఆకాశం మేఘావృతమై వర్షించి నెలరోజుల పాటు ఆ ప్రాంతాన్ని నీటిమయం చేశాయి. అనావృష్టి ప్రాంతమంతా సస్యశ్యామలంగా మారిపోయింది. ఇదే ప్రకృతి ధర్మం. **ఆపదలోనున్న వారికి, నీవు సహాయమందిస్తే, ప్రకృతి నీకు తిరిగి ఆ సహాయాన్ని పదింతలుగా అందిస్తుంది.***

– అనువాదం: ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి

కష్టకాలంలో ఆలుమగలు ఒకరినొకరు ఓదార్చుకోవాలి

బుద్ధ పూర్ణిమ ప్రత్యేకం

యుగపరివర్తన బుద్ధుని నైతిక, బౌద్ధిక, సామాజిక విప్లవ కార్యక్రమం

నేటికి సుమారు 2000 సంవత్సరముల క్రితము బుద్ధ భగవానుడు జన్మించాడు. అప్పుడుకూడా ప్రజల ఆలోచనా విధానము, పనితీరు నేటివలెనే ఎంతో హీన స్థాయిలో ఉండేవి. తాంత్రికము, వామమార్గముల పేరిట అవినీతి అంతటా వ్యాపించి ఉండేది. ప్రజలు నికృష్టమైన భ్రష్టజీవితము గడుపుతున్నప్పటికీ, కర్మకాండలు, పూజా విధానములు మొదలైన భౌతిక కార్యక్రమములను ఆచరిస్తూ తమకు స్వర్గము, మోక్షము లభించగలవని ఆశపడుతుండేవారు. తంత్రములో అలంకారిక రూపములో వర్ణించబడిన పంచ మకారాలు అనగా మద్యము, మాంసము, మదిర, ముద్ర, మైథునము మొదలైన వాటికి బహిరంగముగానే అంగీకారము ఉండేది. వ్యక్తిత్వము, సదాచరణ మొదలైనవి హాస్యాస్పదమైన మూర్ఖత్వంగా భావించబడుతుండేవి. యజ్ఞము పేరిట మద్య మాంసాలను తృప్తిగా సేవించడము జరుగుతుండేది. దేవీదేవతల పేరిట బలులు జోరుగా ఇవ్వబడుతుండేవి. భైరవ చక్రము వ్యభిచారమునకు పూర్తిమద్దతు ఇచ్చేది. ఆయా దురాచారములు, అనాచారములకు ఫలితముగా ఏమి జరగాలో అదే జరుగుతుండేది. ప్రజలు రోగ-శోకములు, పాపతాపాలు, క్లేశకలహములు, దుఃఖదారిద్ర్యములలో పూర్తిగా కూరుకుపోయి ఉండేవారు. సర్వత్రా అశాంతితో కూడిన హాహాకారములు నిండి ఉండేవి.

ఇటువంటి భీషణమైన, ఉద్విగ్నపూరితమైన, ప్రతికూల పరిస్థితులలో గౌతమబుద్ధుడు జన్మించాడు. ఆయన ముక్తిని సాధించాలనే లక్ష్యముతో గృహమును త్యజించాడు. రోగిని, ముసలివానిని, మృతశరీరమును చూసి కలతచెందిన ఆయన మానవుడు వీటినుండి రక్షించుకునే(తప్పించుకునే) మార్గమును గురించి ఆలోచించసాగాడు. వ్యాధులు, వార్ధక్యము, మృత్యువు మొదలైన అంశములను మాధ్యమముగా తీసుకొని మహాకాలుని ద్వారా పంపించబడిన ప్రేరణల ద్వారా ఆయన 'మానవుడు అజరామరముగా, రోగరహితముగా, సదా యౌవనముగా ఉండగలిగే ఫలితాలు లభించేవిధముగా తపస్సు, సాధన చెయ్యాలి' అని ఆకాంక్షించాడు. అన్యాయమునకు విరుద్ధముగా ప్రతీకారరూపములో జన్మించిన ఈ అవతారము యొక్క వికాసము తపస్సుతోనే ప్రారంభమైనది. ఆయన దానినే ఆచరించాడు. తపస్సు ద్వారా ఆయన ఆత్మ పవిత్రమయ్యేకొద్దీ యావత్ ప్రపంచములోని మానవులందరి యొక్క బాధ, వేదనలు స్వయముగా తనవిగానే ఆయన అనుభూతి చెందసాగాడు.

నాటి సమాజములో ప్రజలు ఎటువంటి హీనమైన, పతనావస్థలో ఉన్నారో, ఆ స్థితిని ఆయన స్వయముగా ఆత్మానుభూతి చెందసాగారు. విశ్వమంతటా నిండిన వేదన ఆయన వేదనగా మారిపోయింది. తన యొక్క మోక్షమును గురించి ఆయన ఆకాంక్ష క్రమముగా ప్రజాహితము గురించిన భావనగా మార్పుచెందసాగినది. ఆత్మ కేంద్రితముగా ఉండే ఆయన ఆలోచనా ప్రవాహములో మార్పు వచ్చింది. 'నేను ఒక్కడినే మోక్షమును పొంది ఏమి చెయ్యగలను? అజ్ఞానమనే దృఢమైన బంధనాలలో బంధించిబడిన ప్రాణికోటి ఇంతటి నరకసదృశమైన యాతనలను అనుభవిస్తున్నప్పుడు నా స్వంత సమస్యల వరకే పరిమితము కాకుండా ఉండటమనేది నా కర్తవ్యము. తపస్సు ద్వారా లభించిన ఆత్మశక్తిని లోకకళ్యాణము కొరకు ఉపయోగించడము మంచిది' అని ఆయన ఆలోచించ సాగాడు. ఈ ఆలోచన అధికమయ్యేకొద్దీ ఆయన సంకల్పము మరింత తీక్షణమై పరిపక్వతను పొందింది. జనుల హృదయాలను సంస్కరించి, స్వచ్ఛము గావించాలని ఆయన నిర్ణయించుకున్నాడు. మోక్షమును పొందాలనే ఆకాంక్షతో, తపస్సాధన చెయ్యటానికి ఇంటిని వదిలి బయటకు వచ్చిన బుద్ధునికి, ఆయన చేసిన తపస్సు 'విశ్వమానవ శ్రేయస్సే తన శ్రేయస్సుగా దర్శింపజేసింది. స్వహితమును గురించిన ఆయన ఆలోచన సమిష్టిగత హితసాధనగా రూపుదాల్చింది.

బుద్ధుడు 'ధర్మచక్రప్రవర్తన'ను మాధ్యమముగా తీసుకొని తనదైన రీతిలో ఒక అద్భుతమైన గొప్ప విప్లవాత్మకమైన ప్రయోగమును అమలుచేశాడు. ఆ పుణ్యక్రియలలో మునిగి తరించిన అసంఖ్యాకమైన ఆత్మలెన్నో స్వర్గీయశాంతిని అనుభవించగలిగాయి. తాంత్రిక, వామమార్గముతో కూడిన అవినీతిపరమైన దావానలము ఆరిపోయి, దాని స్థానములో దయ, కరుణ, క్షమ, అహింస, సత్ప్రవర్తన, తపస్సు, సంయమనము, ఔదార్యములతో కూడిన సురగంగ ప్రవహించ సాగింది.

శ్రమే నీ ఆయుధం అయితే విజయం నీ బానిస అవుతుంది

తన ఆత్మవికాసమునకు చెందిన ఈ క్రమములో బుద్ధ భగవానుడు 'స్వర్గము, మోక్షముల గురించిన ఆకాంక్ష నాకు కించిత్తైనా లేదు, ప్రజాహితము కోసము నేను మరల మరల జన్మిస్తాను, మరణిస్తాను. ఒక్క ప్రాణియైనా బంధనాలలో చిక్కుకుని ఉన్నంతవరకు నా వ్యక్తిగతమైన మోక్షమును నేను స్వీకరించను. పరమార్థములో లభించే ఆత్మసంతోషము నాకు ఈ లోకములోను, పరలోకములోను లభించగలిగే అన్ని సుఖాలకన్నా అత్యంత ప్రియమైనది' అని ప్రకటించాడు. ప్రకటించడమేకాదు, ఆయన జన్మ చాలించేవరకు అందుకు అనుగుణముగానే పనిచేశాడు. వ్యక్తిగతముగా ప్రారంభించిన తపస్సు వృద్ధిచెంది ప్రజాహితమునకు ఉపయుక్తమయ్యే సేవా-సాధనగా మార్పుచెందింది. ఆవిధముగా ఆయన ఆ కాలమునకు సంబంధించి అందరికన్నా గొప్ప సంఘసంస్కర్త, యుగనిర్మాత అయ్యాడు. పతనదిశగా పయనిస్తున్న జనుల హృదయములను సవ్యమార్గములోకి మరల్చి, వారిని తీర్చిదిద్దటములో ఇంతకు మున్నెన్నడు ఎరుగని విజయమును సాధించాడు. 'తపస్సు, ఆధ్యాత్మికత' ఈ రెండింటి యొక్క సర్వశ్రేష్ఠమైన వ్యావహారిక స్వరూపమును ప్రజల ముందు ప్రస్తుతీకరించడములో బుద్ధుని స్థానము అసాధారణమైనది. ప్రజల మనస్సులను ఉన్నతస్థాయికి తీసుకొనిపోవటానికి చేసిన ప్రయత్నాలను 'తపస్సు-యోగాభ్యాసము' అనే ప్రవచించేవారు. వారి శిష్యులైన లక్షలాదిమంది బౌద్ధభిక్షువులు, ఆయన ఉపదేశములను ప్రపంచమంతటా వ్యాప్తిచెయ్యటానికి శ్రద్ధా భక్తులతో పనిచేశారు.

బౌద్ధధర్మములో ముఖ్యమైన మూడు మూల మంత్రములు ఉన్నాయి. 1) ధర్మం శరణం గచ్ఛామిః అనగా ధర్మమును శరణు వేడుతున్నాను! 2) బుద్ధం శరణం గచ్ఛామిః అనగా వివేకమును శరణు వేడుతున్నాను! 3) సంఘం శరణం గచ్ఛామిః అనగా సంఘమును శరణు వేడుతున్నాను! ఈ మూడు సిద్ధాంతములు మానవుని వ్యక్తిగత జీవితమును ధర్మమయము గావించటానికి, అందులో వివేకమునకు(బుద్ధికి) సర్వోన్నతమైన స్థానమును ఏర్పరచటానికి, సంఘశక్తిని దృఢతరము చెయ్యటానికి ప్రేరణను ఇవ్వగలవు. ఈ మూడు ఆదర్శములు లేకుండా వ్యక్తిగత జీవనము సుఖశాంతులతో పూరించబడదు, ప్రజల సాంఘికపరమైన ప్రగతి, సమృద్ధి వృద్ధిచెందలేవు. ఈ మూడు సిద్ధాంతములను జీవితములో అమలు చేసుకొన గలిగినప్పుడే మనిషి స్వర్గీయ వాతావరణమును పొంద గలుగుతాడు. వీటిని వదిలివేయడము ద్వారా మానవుడు పతనోన్ముఖుడై నరకసదృశమైన బాధలను సహించవలసి వస్తుంది.

అధర్మమైన ఆచరణతో జీవించే పాపులు, స్వార్థపరులు, సంయమరహితులు, కపటులు, ధూర్తులు, దురాచారులైన వ్యక్తులు శారీరక మానసిక ఆరోగ్యములను, ధనసంపదలను, కీర్తిప్రతిష్ఠలను అన్నింటినీ పోగొట్టుకుంటారు. భౌతిక ప్రపంచములో వారికి అందరినుండి ద్వేషం, తిరస్కారం లభిస్తుంటాయి. అంతరంగములో 'వ్యతిరేకత' ఎదురవు తుంటుంది. ఇలాంటి వ్యక్తులు అనుభవించటానికి ఎలాగో ఒకలాగా కొంత సాధనా సామగ్రిని సమకూర్చుకున్నప్పటికి, అన్యాయమార్గమును అనుసరించడము వలన వారి అణువణువు అశాంతితో నిండి ఆత్మప్రతాడనం అనే అగ్నిజ్వాలలకు దహించుకుపోతుంది. నలుదిక్కులా ఎటు చూసినా ద్వేషము, తిరస్కారము, వ్యతిరేకత ఎదురవుతుంటాయి. దౌర్జన్యముతో ఏదో కొంత సాధించుకున్నా, అనుభవించిన తర్వాత అది అతనికి విషతుల్యమై దుఃఖదాయకం అవుతుంది. ఆత్మశాంతిని పొందటానికిగాను మానవుడు చక్కని నియంత్రణతో జీవనము సాగిస్తూ, ధర్మమయమైన జీవన క్రమమును అనుసరించటానికి తత్పరతతో కృషిచెయ్యాలి. నైతికత, మానవత్వము, కర్తవ్య పరాయణత - ఈ మూడింటికి జీవితములో సముచితమైన స్థానమివ్వాలి.

రెండవ మంత్రమైన 'బుద్ధం శరణం గచ్ఛామి'లో వివేకము అనగా బుద్ధికి అన్నింటికన్నా అధిక ప్రాముఖ్యత ఇవ్వబడినది. ప్రాచీనమైన మంచిఅలవాట్లు, ఆచారములు కూడా కాలక్రమములో మూర్ఖమైన సంప్రదాయములు, అంధ విశ్వాసముల చేత అణచివేయబడతాయి. అప్పుడు వాటిని సంస్కరించడం, వానిలో మార్పులు తేవటమనేది అనివార్యమైన పని. ఆ కాలములో అసంఖ్యాకమైన చెడుపద్ధతులెన్నో అమలులో ఉండేవి. ఏనాటినుండో అవి మన సమాజములో ఉన్నాయి అన్న వంకతో జనము వాటిని సమర్థిస్తూ, ఆచరిస్తూ ఉండేవారు. ప్రాచీనకాలము నుండి ఆచరించబడుతున్నది అన్న ఒక్క సాకుతో ఏ సంప్రదాయమును మనము అనుసరించ కూడదు అనేది బుద్ధుని ప్రవచనము. అన్నింటికన్నా ప్రముఖ మైనది వివేకము. వివేకసమ్మతము కాని విషయము ఎంత ప్రాచీనమైనది అయినా సరే దానిని స్వీకరించవలసిన అవసరము లేదు. 'తంత్రపరమైన హింస వేదసమ్మతమే' అని ప్రజలు చెప్పినప్పుడు ఆయన వేదాలను కూడా అంగీకరించ వలసిన అవసరము లేదు అన్నాడు. పండితులు వేదాలకు

విజయపు విశ్వాసాన్ని కేవలం శ్రమ మాత్రమే తెస్తుంది

తప్పుగా అర్థములు చెప్తున్నప్పుడు బుద్ధుడు వారి ప్రతిపాదనలను అంగీకరించలేదు. ఈవిధముగా ఆయన తన సమయములో ఉన్న ఎన్నో మూఢసంప్రదాయములను, పనికిరాని భావాలను చీల్చిచెండాడివేశాడు. దీనిని బౌద్ధికవిప్లవము అనే చెప్పవచ్చు. ఆయన నైతికవిప్లవముతోపాటు బౌద్ధికవిప్లవానికి కూడా దారి చూపించాడు.

బౌద్ధమతములోని మూడవ ధర్మమైన 'సంఘం శరణం గచ్ఛామి'లో ప్రతి ఒక్క వ్యక్తీ 'సంఘమునకు బద్ధుడై, క్రమ శిక్షణకులోనై ఉండవలెననే' ప్రేరణ ఉన్నది. విశృంఖలత్వము, సంకీర్ణస్వార్థపరాయణత్వము, క్రమశిక్షణా రాహిత్యము, ఔదార్యహీనత మొదలైన దుర్గుణములతో నిండిన మహమ్మారి వేళ్ళూనుకుని పాతుకుపోయిన సమాజములో నష్టమే వాటిల్లుతుంది. విశృంఖలముగా ఉండటానికి అలవాటుపడిన వ్యక్తులు పరస్పరసహకారము లేకపోవడము చేత అభివృద్ధిని సాధించలేరు, సుఖముగా జీవించలేరు. అందుచేత సాంఘిక బద్ధత లేదా సామూహికత అనేది బౌద్ధ ధర్మములో ఒక అత్యవసరమైన సద్గుణముగా భావించబడినది. దూరదూరంగా వేర్వేరు గుహలలో ఎవరిపాటికి వారు నివసించే పద్ధతికి భిన్నముగా బౌద్ధభిక్షువులు పెద్ద పెద్ద సంఘారామములలో సామూహికముగా నివసిస్తూ అందరు కలిసి తమ కార్యకలాపాలను నిర్వహించేవారు. ఒంటరిగా ఉండే వ్యక్తులు స్వార్థపరత్వమునకు లొంగిపోయి ప్రజాసేవకు దూరముగా ఉండటమేకాక, ఆధ్యాత్మికపరముగా కూడా హీనులు అవుతారు. సత్పురుషులు, శ్రేష్ఠులైన మహాత్ములుకూడా ఒక సంఘముగా ఏర్పడి ఉండటము చాలా అవసరము. పతనం దిశగా పయనిస్తున్న జనుల హృదయములను సంస్కరించటానికి ఒంటరి వ్యక్తుల ప్రయత్నము అతడు గొప్ప ప్రతిభావంతుడై నప్పటికీకూడా ఎంతమాత్రం చెల్లదు. అందుకోసం సంఘశక్తి, సంఘటితరూపములో ప్రయత్నములు చాలా అవసరముగా భావించబడుతుండేవి. త్రేతాయుగములో శ్రీరామచంద్రుడు, కోతులు, ఎలుగుబంట్ల యొక్క సమూహ సహకారమును పొందగలగటం వల్లనే రాక్షసులను అరికట్టగలిగారు. ప్రజల సహకారముతోనే అభీష్ట లక్ష్యములను చేరుకొనగలమనే విషయమును బుద్ధుడు చక్కగా అర్థము చేసుకున్నాడు. త్యాగధనులు, లోకసేవాతత్పరులు, సదాచారసంపన్నులు అయిన జాగృతాత్మల యొక్క పెద్ద సైన్యమువంటి సమూహమును తయారుచేశాడు. వారి విస్తృతమైన, ప్రబల ప్రయత్నములతో సంఘములోని అవాంఛనీయమైన పరిస్థితులను మార్చివేశాడు. అసురతత్వములను తరిమితరిమి వెళ్ళగొట్టాడు. ఈవిధముగా బౌద్ధధర్మమును 'సాంఘిక విప్లవానికి సూత్రధారిగా' చెప్పుకొనవచ్చు.

బుద్ధుడు తాను ప్రవచించిన మూడు ముఖ్యమైన మంత్రములను, మూడు ఉద్దేశ్యములను పరిపూర్ణముగా సఫలీకృతము గావించటానికి తమ జీవితాంతము శ్రమ పడుతూనే ఉన్నాడు. నైతిక, బౌద్ధిక, సామాజిక విప్లవము కోసము ఆయన చేసిన శ్రమ, సత్ప్రయాసలు నిష్ఫలం కాలేదు. జనుల హృదయాలను సంస్కరించటానికి ఆయన చేసిన నిజమైన సేవ తద్వారా లోకకల్యాణమనే గొప్ప కార్యమును సఫలీకృతము చేసింది.

ఈనాటి పరిస్థితులు కూడా దాదాపు బుద్ధుని కాలములో వలెనే ఉన్నాయి. అన్యాయం, అక్రమం, అవివేకం మొదలైన దుర్గుణములు సర్వత్రా ప్రజల మనస్సులలో వేళ్ళూనుకుని పాతుకుపోయాయి. ఇటువంటి విపత్కర సమయములో మహాకాలుని ప్రేరణ జాగృతాత్మలను తీవ్రముగా కదిలిస్తుంది. విశిష్టమైన ఆత్మలు అవతరించి ఎల్లెడలా వ్యాపించి ఉన్న సమస్యలకు సమాధానము చెప్పటములో నిమగ్నమై ఉంటాయి. మహాకాలుని నుండి అందుతున్న ప్రబలమైన ప్రేరణ కారణముగా జాగృతాత్మలు నైతిక, బౌద్ధిక, సామాజిక విప్లవాలలో నిమగ్నమై ఉండటమును గమనించవచ్చు. దుష్ప్రవృత్తుల నిర్మూలన, సత్ప్రవృత్తుల అభివృద్ధికి సంబంధించిన క్రియాకలాపములు దృష్టిగోచరమౌతుంటాయి. నైతికక్రాంతి విప్లవచక్రము అత్యంత వేగముగా తిరుగుతూ గతిశీలమై ఉన్నది. యుగపరివర్తన సమీపించినట్లుగా తెలుసుకొనవలెను.

ప్రస్తుతము ఇదే జరుగుతూ ఉన్నది. మహాకాలుని చేతనత్వము సూక్ష్మజగత్తులో ఏర్పరచుతున్న ఆటుపోట్లు, అలజడుల ప్రభావమును, వాటి తాలూకు పరిణామములను గమనిస్తే అవి ఎంత అప్రహతమైనవో, అద్భుతమైనవో మనకు అర్థమౌతుంది. ఈనాడు ఉన్న విపత్కర పరిస్థితులలోనే అవతారము దిగివస్తుంది. అవతారమూర్తులు, జనుల చేతనత్వములో ఉపయోగము లేనిదానిని ఉపయోగకరమైన దానిగా మార్చివేయగలిగే అవకాశమును సాకారము చేయగలరు. యుగాంతరీయ చేతనత్వము గంగావతరణము వలె పృథ్విపై అవతరణను దివ్యచక్షువులతో వీక్షించవచ్చు.

– అఖండజ్యోతి, మార్చి 1981
అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

అపజయాన్ని ఎదుర్కొనే ధైర్యం ఉన్నవాళ్ళే గొప్ప విజయాన్ని సాధించగలరు

మెస్మరిజం-10

హిప్నోటిజంకు సంబంధించిన మూడు ఆటలు

విశ్వాసము యొక్క శక్తిని ఉపయోగించి మనోవైజ్ఞానిక శాస్త్ర ఆధారంగా డా॥ మెస్మర్, ఆ తరువాత వచ్చినవారు కొన్ని చమత్కారాలను ఆవిష్కరించారు. ఇవి ప్రజలలో కుతూహలాన్ని రేకెత్తించాయి. కొంతమంది వీటిని కేవలం చమత్కారాలనే అనుకున్నారు. సాధారణ వ్యక్తులు, కొద్దిపాటి జ్ఞానమున్నవారు, అంధవిశ్వాసమున్నవారు వీటిని నమ్మారు. కొంతమంది ఈ పరిశోధనలను వ్యాపారంగా మార్చుకున్నారు. దీనికి తోడుగా విజ్ఞానశాస్త్రానికి చెందిన విధానాలను కూడా జోడించి ఒక గొప్ప క్రీడను తయారు చేశారు. ఈ చమత్కారాలకు, డా॥ మెస్మర్ విజ్ఞానానికి ఎటువంటి సంబంధము లేదు. మన దేశంలో చాలామందికి ఇందుకు సంబంధించిన విషయాలపై పూర్తి అవగాహన లేకపోవడం వల్ల మెస్మరిజం పట్ల అనేక విభేదాలున్నాయి. ఈ చమత్కారాలన్నీ హిప్నటిజం విధానాలలో ఒక భాగం మాత్రమే.

మెస్మరిజంకు, హిప్నోటిజంకు మధ్య ఉన్న తేడాను పాఠకులు చక్కగా అర్థం చేసుకోవాలి. **మానవీయ విద్యుత్‌శక్తిని ఇతరులకు ఉపయోగపడేరీతిలో వారిపైనే ప్రయోగించి అవసరమైన ఫలితాలను సాధించడాన్నే మెస్మరిజం అంటారు.** హిప్నోటిజంకు ఇటువంటి శక్తి యొక్క అవసరం ఏ మాత్రం లేదు. అందులో వ్యక్తులను దండించి కూడా వారియందు కొన్ని నమ్మకాలను ఉత్పన్నం చేయవచ్చు. హిప్నోటిజం చేసే వారు పాత్రుడు తమ మాట వినాలని, విశ్వాసము ఎంత దృఢపడితే ఆట అంత చక్కగా సాగుతుంది. అదే విశ్వాసము కుదరకపోతే అంతా గందరగోళమైపోతుంది. ఇప్పుడు హిప్నోటిజంకు సంబంధించిన కొన్ని విధానాలు క్రింద ఇవ్వబడుతున్నాయి.

1. దృష్టిబంధము (signtism): నల్లగా, గుండ్రంగా, మెరుస్తూ ఉండే వస్తువుపై దృష్టిని ఏకాగ్రం చేసి చూస్తూ ఉంటే బాహ్య మనస్సు శిథిలమైపోతుంది. ఈ సిద్ధాంతము ఆధారంగానే దృష్టిబంధము అనే చమత్కారము జరుగుతుంది.

ఇందుకొరకు 10 సంవత్సరాల వయస్సు నిండిన ఒక పిల్లవాడిని ఎన్నుకోవాలి. ముందుగా కొంతమంది పిల్లలను ఎంపిక చేసుకొని వారిలో అనుకరించే స్వభావం కలిగి, అమాయకంగా ఉన్న పిల్లవాడిని గుర్తించాలి. అతనిని చమత్కారము చేసేందుకై ఎన్నుకోవాలి. చాంచల్యత, బలము, వేగము కలిగిన పిల్లవాడు ఇందుకు బాగా ఉపయోగపడతాడు. మగపిల్లల కంటే ఆడపిల్లలు ఇందుకొరకు చక్కగా అమర గలుగుతారు.

పిల్లవాడిని విశ్రాంతిగా ఒక కుర్చీలో కానీ, చాపమీద కానీ, ఆసనము మీద కానీ కూర్చోబెట్టండి. అతని కుడి చేతివ్రేలు బొటనవ్రేలు గోరు మధ్య మధ్యలో ఒక నల్లని సిరాతో చుక్కను పెట్టండి. ఆ చేతి పిడికిలి మూసి ఉంచి ఆ నల్లని చుక్క రెండు కళ్ళ మధ్య ఉండేలా ఉంచి ఆ నల్లని చుక్క మధ్యలో ఒక మెరుపు వస్తుంది దానిపై దృష్టి ఉంచమని చెప్పండి. మూడు నాలుగు నిమిషాలు అయిన తరువాత ఇలా చెప్పండి – 'దీని లోపల నీకు ఒక పూతోట కనిపిస్తుంది, అది కనిపించినప్పుడు చూసి నాకు చెప్పు అని చెప్పాలి. వాడు కొద్దిసేపటి తరువాత అవును అంటాడు. ఇంకా బాగా చూడు ఒక మైదానం కూడా కనిపిస్తుంది అంటే కొద్దిసేపటి తరువాత అవును అంటాడు. ఇంకొంచెం సేపు ఆగి ఆ మైదానం శుభ్రం చేయడానికి ఒక పనివాడు వచ్చాడు, వాడు నీళ్ళు పెడుతున్నాడు, నీకు కార్పెట్, చాప ఏదైనా కావాలంటే తెప్పించుకోవచ్చు అని చెప్పండి.

ఆ పిల్లవాడు కనుక బలహీనమైన స్వభావమున్నవాడైతే ఆపనివాడు ఆలస్యం చేస్తున్నాడు అందువల్ల ఇంకా రాలేదు అని చెప్తాడు. అప్పుడు మీరు నెమ్మదైన స్వరంతో 'బాబు చూడు పనివాడు ఆ మూల నుండి వస్తున్నాడు' అని చెప్తే కనుక ఆ పిల్లవాడు అవునవును ఆ మూల నుండి వస్తున్నాడు అని చెప్తాడు. ఇదేవిధంగా ఏదైనా వస్తువును అడిగించాలంటే కొద్దిసేపు ఆగు ఆ వస్తువు కూడా వస్తుంది అని చెప్పాలి.

ఈ విధంగా అడిగేవారు ఏ దేవీదేవతలనైనా పిల్లవానితో పిలిపించి మాట్లాడించవచ్చు. వారికి ప్రమాణాలు కూడా చెప్పించవచ్చు. అంతేకాదు, దొంగిలించబడిన వస్తువుకు సంబంధించిన వివరాలు, భూత, భవిష్యత్తు, వర్తమానాలకు సంబంధించిన విషయాలు, పోగొట్టుకున్న ధనము, రోగాలు, జన్మ, మృత్యువు, అదృష్టం ఎప్పుడు కలిసి వస్తుంది, లాభనష్టాలు, కోర్టు కేసులు, భూతబాధలు, పరీక్షలో ఉత్తీర్ణులు

విమర్శలు ఎదుర్కొనకపోతే పొగడ్తలకు అర్హులు కాదు

కావడం, కాకపోవడం, వివాహాలవంటి అనేక విషయాలు పిల్లల ద్వారా అడిగించవచ్చు. ఆ దేవత బోర్డుపై వ్రాసి కాని, నోటితో చెప్పడం ద్వారా కాని, సైగల ద్వారా కాని వారి ప్రశ్నలకు జవాబులు చెప్తుంది. వారి కోరికలు తీరే ఉపాయము చెప్తుంది. కొన్ని షరతులు చెప్పి సహాయము చేసేందుకు సిద్ధపడుతుంది. చివరలో ఆ దేవతకు ప్రణామాలు అర్పించి వీడ్కోలు చెప్పించడం జరుగుతుంది. ఇంతకుముందు చెప్పినట్లే నౌకరును పిలిచి వేసిన కుర్చీని కాని, ఆసనాన్ని కాని తీయించడం జరుగుతుంది. ఆ తరువాత ఆ ఆటను ముగించడం జరుగుతుంది. ఈ క్రియను 'హజారత్' అనే పేరుతో పిలుస్తారు.

మీకు దేవీదేవతలను పిలవడం ఇష్టం లేకపోతే వేరెవరినైనా మహాపురుషులను పిలువవచ్చు. వారితో ఏ సమస్య గురించి అయినా అడగవచ్చు. సరైన జవాబు లభిస్తుంది. బొటనవ్రేలి మీద నల్లనిచుక్క పెట్టడానికి బదులుగా మాయా ఉంగరమును కాని, త్రికాలదర్శి దర్పణమును కాని వాడవచ్చు. ఈ దర్పణమును లేదా ఉంగరమును తయారు చేయడం చాలా సులువు. నల్లని రత్నముతో చేసిన ఉంగరమును మాయా ఉంగరము అంటారు. వెనుకభాగంలో నల్లని రంగు పూయబడ్డ అద్దము త్రికాలదర్శిదర్పణము అంటారు. ప్రయోగము చేసే సమయంలో గుండ్రంగా ఒకటి రెండు చుక్కల నూనె వేస్తే మెరుపు వస్తుంది.

ఈ చమత్కారము యొక్క రహస్యం ఏమిటంటే మెరుస్తున్న నల్లని ఉపరితలం మీద దృష్టిని కేంద్రీకరించడం వలన బాలకుని యొక్క బాహ్య మనస్సు నిద్రిస్తుంది. చూడడానికి మెలకువగానే ఉన్నా వారి మనస్సు మాత్రం నిద్రావస్థలో కాని, అర్ధ స్వప్నావస్థలో కాని ఉన్నట్లుగా ఉంటుంది. ఈ స్థితిలో మీరు ఏ ఆదేశాన్ని ఇచ్చినా ఏ విధంగాను తర్కించకుండానే స్వీకరిస్తాడు. మీ సంకల్పము అతని విశ్వాసంతో కలిసిపోతుంది. విశ్వాసము వల్ల ఆ నల్లని ఉపరితలం మీద అన్ని వస్తువులు పిచ్చి మొక్కల పొదల భూతాల్లానే కనిపిస్తాయి. వాస్తవానికి ఎటువంటి తోటమాలులు కాని, పనివారు కాని, దేవతలు కాని అక్కడ లేరు. అది కేవలం బాలకుడు మేలుకొని కన్న స్వప్నము మాత్రమే. ప్రశ్నలకు వచ్చే సమాధానాలు బాలకుని యొక్క ఆలోచనలే. ఇటువంటి కలలు కనేది అమాయక స్వభావము, బలహీన స్వభాము ఉన్న బాలకులే. కొంతమంది స్త్రీల మీద కూడా ఇటువంటి ప్రయోగాలు ఫలితాలను ఇస్తాయి. ఒక్కోసారి పెద్ద వయస్సున్న మగవారు కూడా ఇలాంటివి చేయగలరు.

2. ప్రేతవిద్య : తేలికగా ఉండి మూడు కాళ్ళుండే గుండ్రటి బల్లను తీసుకోవాలి. దానికుండే కోళ్ళు తీరాల వెంబడి దొరికిన కొయ్యతో కాకుండా ఉండాలి. కోళ్ళ చివర్లు గుండ్రంగా, సన్నగా ఉండాలి, ఆరు అంగుళముల లోపల ఉండాలి. గుండ్రటి బల్ల దొరకకపోతే సాధారణమైన, తేలికైన బల్లతో కూడా పని సాధించవచ్చు. అందులో ఒక కోడు క్రింద కంకరరాయి ఉంచాలి. బల్ల కదిలితే ఆ రాయి వల్ల వచ్చే కంపనాల వల్ల కొన్ని సంకేతాలు మనకు అందుతాయి.

కోళ్ళ క్రిందభాగం గుండ్రంగా, నున్నగా ఉంటే బాగుంటుంది. ఈ బల్లచుట్టు ప్రేతమును ఆవాహన చేసేవారు కూర్చుని తమ అరచేతులను బల్లమీద ఆనించి ఉంచాలి. చేయి ఈ విధంగా చాచి ఉంచితే అది గోళాకారచక్రమువలె కనిపిస్తుంది. ఇలా కూర్చున్నవారిలో ఒకరు నేతృత్వము వహించాలి. కూర్చున్నవారంతా 10 నిమిషాల పాటు శాంత చిత్తులై బల్ల యొక్క మధ్యబిందువుపై దృష్టిని ఏకాగ్రం చేసి మీకు తెలిసిన లేదా తెలియని ఒక ప్రేతాత్మ వచ్చి ఆ బల్లపై కూర్చుని మాట్లాడాలి అని భావన చేయాలి.

ఈ స్థితిలో కొద్దిసేపు కూర్చున్న తరువాత బల్లలో కొద్దిపాటి కంపనం కనిపిస్తుంది. తరువాత ఒక కోడు టకటకమని కొట్టుకుంటుంది. ఈ శబ్దం ప్రేతాత్మ యొక్క రాకను సూచిస్తుంది. దానికి నమస్కరించిన తరువాత నేతృత్వము వహించేవారు కొన్ని ప్రశ్నలు అడుగుతారు. తరువాత వారే ఆ ప్రశ్నలకు రెండు, మూడు, నాలుగు, ఐదు సమాధానాలు ఒక కాగితంపై వ్రాసుకుంటారు. బల్ల యొక్క కోళ్ళు ఎన్నిసార్లు కొట్టుకుంటే ఆ సంఖ్యపై ఉన్న దానిని సమాధానంగా తీసుకోవాలి. ఉదాహరణకు ఎలాంటి ప్రశ్నలు అడగబడ్డాయి అంటే వచ్చిన ప్రేతాత్మ ఏ కులానికి చెందినది అనే ప్రశ్న మనం అడిగి అందుకు నాలుగు సమాధానాలుగా 1) బ్రాహ్మణ 2) క్షత్రియ 3) వైశ్య 4) శూద్రులు అని వ్రాసి ఉంచాలి. బల్లకున్న కోడు ఒక్కసారి కొట్టుకుంటే బ్రాహ్మణ వర్ణమని, రెండుసార్లు కొట్టుకుంటే క్షత్రియులని అర్థం చేసుకోవాలి. ఇదేవిధంగా మిగిలిన ప్రశ్నలకు కూడా సమాధానాలు లభిస్తాయి. ఒకసారి కొట్టుకుంటే 'అ', రెండుసార్లు కొట్టుకుంటే 'ఇ', మూడుసార్లు కొట్టుకుంటే 'ఉ', ఈ విధంగా వర్ణమాలను తయారుచేసుకొని కూడా ప్రత్యుత్తరమును పొందవచ్చు. ప్రేతాత్మ వెళ్ళిపోవాలి అనుకుంటే ఒక్కసారిగా బల్లను కుదిపేస్తే వెళ్ళిపోతుంది. ఈ విధంగా ప్రేతాత్మలతో మాట్లాడవచ్చు.

ఏ విషయాన్ని అయినా నిశితంగా లోతుగా అధ్యయనం చెయ్యాలి

2) రెండవ విధానము ప్లేన్‌చిట్ (planechet) కు సంబంధించినది. ఇది తమలపాకు ఆకారంలో ఉండే ఒక కర్ర ముక్క. దీని వెనుక భాగంలో ఒక చిన్న రంధ్రము నుండి దానిలో పెన్సిల్ పెట్టబడి ఉంటుంది. బల్ల లేదా కొయ్య మీద ఒక తెల్లని కాగితమును ఉంచి దానిమీద ప్లేన్‌చిట్ యంత్రమును అమరుస్తారు. ప్రయోగము చేసేవారిరువురు తమ వ్రేళ్ళ కొనలను దానిపై ఉంచి కూర్చుని ఏకాగ్రతతో ధ్యానం చేస్తారు. కొద్దిసేపటి తరువాత చేతుల్లో కదలిక మొదలవుతుంది. ప్లేన్‌చిట్ ముందుకు కదిలి పెన్సిల్ ద్వారా ప్రశ్నలకు సమాధానాలు వ్రాయబడతాయి.

3) మూడవ విధానము ఏమిటంటే ఆటోమేటిక్ రైటింగ్ అనగా తనకు తానే వ్రాసుకోవడం. ఒక వ్యక్తి చేతిలో పెన్సిల్ తీసుకొని బల్లమీద కాగితం పెట్టి కూర్చుంటాడు. తెలిసినదో, తెలియనిదో ఏదో ఒక ప్రేతాత్మను ధ్యానించి ఆవాహన చేస్తాడు. శరీరము రోమాంచితమవుతుంది. చేతిలో ఉన్న పెన్సిల్ ద్వారా సమాధానం వ్రాస్తాడు. అలాకాకుండా ఒక వ్యక్తి ప్రశ్న అడిగి, మరో వ్యక్తి ఆత్మ యొక్క ఆవేశంలో ఉండి సమాధానం వ్రాయవచ్చు.

సాధారణంగా ఈ మూడు విధానాల ద్వారానే ప్రేతాత్మలను ఆవాహనం చేస్తారు. ఆత్మను లాగడం, ప్రత్యక్షంగా చూడడం, ట్రాన్స్‌లోకి పంపి చెప్పే మాటలు వినడం, స్పృశించడం అనే అనేక విధానాలు వ్యాప్తిలో ఉన్నాయి. చాలావరకు పైన చెప్పిన విధానాలే ప్రస్తుతం అమలులో ఉన్నాయి. ఈ ప్రేతాత్మవాదమును కూడా మెస్మరిజంలోని అంతర్భాగంగా తెలుసుకోవచ్చు. అందువల్ల క్రింది విషయాలను గమనించాలి.

బాగా అనుభవమున్న మహానుభావులెవరైనా అసలైన ప్రేతమును పిలువగలుగుతారు కానీ సాధారణంగా అలా జరగదు. చాలా ప్రయోగాలలో మానసిక ఆవేశమే పని చేస్తుంది. ధ్యానము, ఏకాగ్రత, విశ్వాసముతో కూడిన చింతన చేయడం వల్ల ఒక రకమైన ఆవేశము ఉత్పన్నమవుతుంది. ఈ మానసిక ఆవేశము యొక్క ప్రభావము శరీరము మీద పడుతూ ఉంటుంది. దానిని అనుసరించే బల్ల, ప్లేన్‌చిట్, పెన్సిల్ వంటి క్రియలు జరుగుతాయి. లభించే సమాధానాలు అన్నీ ప్రయోగము చేసేవారి మస్తిష్కము నుండి ఉత్పన్నమయ్యేవే. అది ఎలాగంటే హాజ్‌రాత్‌లో బాలకునికి భంగుత్రాగేవారు, నీళ్ళు మోసేవారు, దేవతలు కనిపిస్తారు, వెంటనే ప్రేతాత్మల యొక్క ఆవేశము మీద సమాధానాలు వ్రాస్తూ ఉంటారు. ఇక్కడ బయటకు కనిపించే రూపాలు రెండుగా ఉన్నా సిద్ధాంతము మాత్రం ఒక్కటే. ప్రేతాత్మల ఆవాహనలోని వాస్తవాలను చాతుర్యంతో కప్పిపుచ్చేవారు పరీక్షించే దృష్టితో ప్రశ్న అడగడం జరిగినప్పుడు ప్రేతాత్మల ఆవాహనలోని వాస్తవాలు బయటపడతాయి. ఒక్కోసారి బ్రతికి ఉన్నవారి ఆత్మలు కూడా రావడం జరుగుతుంది. అవి ఖచ్చితంగా తప్పుడు సమాధానాలే ఇస్తాయి. అది గమనిస్తే ఆ సమాధానాలన్నీ ప్రయోగించే వారి మస్తిష్కములోంచే వస్తున్నాయి అని అనుకోవలసి వస్తుంది. శ్రీ ప్రియరత్నజీఆర్య అనేవారు విద్యుత్, వాయువు మొదలైన జడతత్వాలన్నింటికీ ఆదేశాలనివ్వడంలో విజయవంతమైనారు. ఆయన ప్రయోగాలలో విద్యుత్, వాయువు మొదలైన ప్రయోగాలన్నింటికి సమాధానాలు వచ్చాయి.

3. సమ్మోహనము (hypnotism): ముందుగా కొంచెం అమాయకత్వము, సరళ స్వభావము ఉన్నవారినందరినీ ఒక లైన్లో నిలబెట్టాలి. ఆ తరువాత వారిలో ఏ వ్యక్తి మీరు చేసే చమత్కారానికి ఉపయోగపడతాడు అనేది క్రింది విధానాల ద్వారా వర్ణించవచ్చు.

1) మీ బొటనవ్రేలి మీద నల్లని చుక్క పెట్టి ఒక్కొక్కరికి రెండేసి నిమిషాల సేపు చూపించండి. అందులో ఎవరికి ఆ చుక్కలో బంగారపు మందిరం కనపడుతుందో వారు మీకు ఆ విషయం తెలియపరచాలి. వారిని మీరు ప్రయోగానికి యోగ్యులు అని తెలుసుకోవచ్చు.

2) లైన్లో నిలబడి ఉన్న వ్యక్తుల ముందు మూడడుగుల దూరంలో మీ అరచేతిని విప్పార్చి ఇలా చెప్పండి. 'ఈ చేతి యొక్క ఆకర్షణ శక్తి ద్వారా మీలో చాలామందికి తలలు క్రిందికి వంగిపోతాయి'. ఇలా చెప్పిన తరువాత అక్కడ ఉన్నవారిని పట్టుకొని లాగుతున్నట్లు భావిస్తూ అరచేతిని అలా లాగండి. ఈ విధంగా 5 నుండి 10 సార్లు చేయండి. ఎవరి తల వంగుతుందో వారు ప్రయోగానికి యోగ్యులని భావించండి.

3) ఒక గ్లాసులో నీళ్ళు తీసుకొని దానిపై మూడుసార్లు చేతిని త్రిప్పి అందులోని నీటిని ఒక్కో చెమ్చా చొప్పున అందరికీ ఇవ్వాలి. ఆ తరువాత ఆ నీరు ఎవరికి కొద్దిపాటి తియ్యగా అనిపించాయో వారిని చెప్పమనాలి. ఎవరికైనా తీపి తగిలితే వారు ఆ ప్రయోగానికి అర్హులని భావించాలి.

ఏ వ్యక్తి ప్రయోగమునకు యోగ్యుడని భావిస్తారో వారిలో శ్రద్ధ, సరళత్వము ఉన్నవారిని ఎన్నుకోవాలి. వారిని సాధారణమైన కుర్చీమీద కూర్చోబెట్టాలి. మీరు ఆ వ్యక్తికి దగ్గరగా నిలబడి తల నుండి ఛాతి వరకు 10 నుండి 11సార్లు మార్జనము

అభిరుచిని కూడా క్రమశిక్షణతో చేయడమే విజయరహస్యం

చేయాలి. ఆ తరువాత ధృఢమైన కంఠస్వరముతో "మీరు ఇప్పుడు సంపూర్ణంగా నా ఆజ్ఞలను పాటిస్తున్నారు, మేము ఎలా చెప్తామో, ఎలా కోరుకుంటామో, తదనుగుణ్యంగా మీ క్రియాకలాపాలన్నీ ఉండాలి. మేము మెస్మరిజం ప్రయోగించి మిమ్మల్ని సంపూర్ణంగా మా వశం చేసుకున్నాము.' అని చెప్పాలి. ఈ మాటలు చెప్పి 2,3 నిమిషాలు దృష్టి నిలిపి వారి ముఖమును పరీక్షగా గమనిస్తూ ఉండాలి. వారి ముఖంలో కనిపించే భావాలు మీ ఆజ్ఞలను పాటించే విధంగా ఉన్నాయా లేదా అని చూడాలి. అలా ఉండకపోతే ఒకటికి రెండుసార్లు అదే ఆదేశాన్ని ధృఢమైన మాటలలో చెప్పాలి.

పాత్రుడి ముఖం వాలిపోయి అతను ఇంక మీ ఆజ్ఞలను పాటిస్తాడు అని అనిపించినప్పుడు ఇలా చెప్పాలి, 'మీ చేయి బరువుగా ఉండి అసలు ఎత్తలేకపోతున్నారు. మీరు దాన్ని ఎత్తలేరు.' ఇక ఆ వ్యక్తి చేయి ఎత్తాలని ప్రయత్నించినా ఎత్తలేడు. మీరు ఎప్పుడైతే నీ చేతిని నేను తేలికపరిచాను అని అంటారో అప్పుడే ఎత్తగలుగుతాడు. మీరు ఎప్పుడైతే చాలా చలిగా ఉంది అంటారో అప్పుడు అతను గడగడ వణికిపోతాడు. వేడి తగిలేలా ఉండాలని ఆదేశించగానే వేడికి తట్టుకోలేక దుస్తులు కూడా విప్పేస్తాడు, ఫ్యాను వేసుకుంటాడు. మట్టిబెడ్డను తీసుకొచ్చి అది తియ్యగా ఉంది తినమంటే మిఠాయిలానే తియ్యగా, రుచిగా ఉంది అని తింటాడు. మిఠాయి ఇచ్చి చేదుగా ఉన్నదని చెప్తే దాన్ని రుచి చూస్తూనే ఉమ్మేస్తాడు. కర్రను చూపి పాము అని చెప్తే చూసి భయపడతాడు. మనిషి చూపించి పశువు అని చెప్తే ఆ వ్యక్తిని పశువులానే పరిగణిస్తాడు. పూలను చూపించి కోయిల అని చెప్తే అతనికి అది కోయిలవలెనే కనిపిస్తుంది. మీరు ఆదేశిస్తే రుమాలుకు అత్తరు వాసన, మట్టికి కస్తూరివాసన వస్తుంది. చెవులకు కూడా అనేక రకాల సంగీతాలు వినపడతాయి. కళ్ళు మూసి పడుకోబెట్టి నిన్ను బొంబాయికి పంపిస్తున్నాను, నువ్వు బొంబాయి మొత్తం తిరిగి అక్కడి విశేషాలన్నీ చెప్పు అంటే అన్నీ చెప్తాడు. అలాగే యుద్ధభూమికి వెళ్ళి అక్కడి యుద్ధాన్ని వర్ణించమంటే అలానే వర్ణిస్తాడు. ఆఫ్రికాలోని అడవులకు పంపి అక్కడ ఉన్న పరిస్థితులన్నీ చెప్పమంటే అలాగే చెప్తాడు. స్వర్గంలోకి, నరకంలోకి, పాతాళంలోకి ఎక్కడికైనా పంపించండి. అక్కడకు వెళ్ళి అక్కడి సమాచారం తీసుకువస్తాడు.

సాధారణమైన ఒక వ్యక్తి ఈ రకమైన అద్భుతాలు చేసి చూపిస్తే ప్రజలు చాలా ఆశ్చర్యపోతారు. కానీ ఇందులో అంత ఆశ్చర్యపడవలసినదేమీ లేదు. ఇదంతా విశ్వాసమునకున్న శక్తి. హిప్నోటిజం చేసేవారు తమకున్న ఈ శక్తితో పాత్రుని యొక్క విశ్వాసమును తమ వైపుకు లాక్కుంటారు. ఇంద్రియాలు మనస్సు యొక్క ఆజ్ఞానుసారం పనిచేస్తాయి. అంతేకాదు పాత్రుని యొక్క ఇంద్రియాల మీద ప్రయోగము చేసేవారికి ఆధిపత్యము ఉంటుంది. కళ్ళు, ముక్కు, చెవులు, జిహ్వా, చర్మము అన్నీ ప్రయోక్త యొక్క ఆదేశానుసారము శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధ అనుభూతులను అనుభవిస్తాయి. వేడిమి విపరీతంగా ఉండే రోజుల్లో కళ్ళకు నల్ల కళ్ళద్దాలు పెట్టుకొని బైటకు వెళ్ళినా ఎండ ఎక్కువగా లేదేమోననే భ్రమ కలుగుతుంది. ఈ భ్రమతోనే మిట్టమధ్యాహ్నం కూడా కొంతమంది ఉత్సాహంగా తిరుగుతుంటారు. వారికి వేడి అనిపించదు కూడా. ఇటువంటి నమ్మకమే హిప్నోటిజంలో చమత్కారాలు చేసి చూపిస్తుంది. చాతుర్యమును కలిగి, బాగా ఉన్నతస్థాయి ప్రయోగములు చేయగలిగేవారు తమ ఇచ్ఛాశక్తితో ఒకేసారి వేలాదిమంది వ్యక్తులను హిప్నోటైజ్ చేయగలరు, ప్రజలు ఆశ్చర్యపోయేంతటి తమాషాలను చేసి చూపించగలరు. వారు అలా చేస్తున్నప్పుడు ఫోటోలు తీసి చూస్తే వారు తమాషాలేవీ చేయట్లేదు అని, కేవలం మాటలతోనే చూసేవారి బుద్ధిని భ్రమింపచేస్తున్నారు అని అర్థమవుతుంది.

హిప్నోటిజంలోని మూడు తమాషా ఆటలను గురించి ఇక్కడ చెప్పడం జరిగింది. ఇవి కేవలం కుతూహలాన్ని కలిగించేవి మాత్రమే. ఇవన్నీ మిథ్యయే. వీటివల్ల ఎవరికీ ఎటువంటి లాభము కలుగదు. పైన చెప్పిన మూడు తమాషాల కంటే మానసికశక్తి యొక్క తమాషాలు ఇంకా ఉన్నాయి. అయితే మేము మా పాఠకులకు ఇటువంటి తమాషా ఆటలలో తమ యొక్క, ఇతరుల యొక్క శక్తిని దుర్వినియోగం చేయవద్దని చెప్తున్నాము. ఇందులో కుతూహలం తప్ప మరే లాభం కలుగదు, హాని మాత్రం ఇద్దరికీ జరుగుతుంది. అవును నిజమే ఇది ఒక మనోవైజ్ఞానిక సిద్ధాంతమని నిరూపించబడింది. దాని ప్రకారం విశ్వాసములో బలమైన శక్తి ఉంది అని తెలిసింది. ఎవరు ఎలా నమ్మితే వారికి బయటి వస్తువులు అలానే కనపడతాయి. **'ప్రతి వ్యక్తి తనదైన ప్రపంచమును తనే తయారు చేసుకుంటాడు'.** ఈ సామెతకు ప్రమాణము హిప్నటిజంలోని తమాషా ఆటల్లో కనపడుతుంది. దీనివల్ల మనకు లభించే శిక్షణ ఏంటంటే మనం ప్రపంచాన్ని ఏ విధంగా చూడాలనుకుంటామో ఆ మూసలోనే మన విశ్వాసాలను కూడా ఏర్పరచుకోవాలి.

- పూజ్య గురుదేవుల వాఙ్మయం 17 (9.21) నుండి
- అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్

గెలిచినప్పుడు ప్రపంచమంతా తోడుంటుంది

నారీ జాగరణతోనే సమాజనిర్మాణం జరుగుతుంది

అనాదికాలమునుండి సభ్యతను, సంస్కృతిని ప్రగతిపథాన నడిపించి ఈనాటి సభ్యయుగము వరకు చేర్చుటలో స్త్రీ-పురుషుల ఇరువురి పరిస్పర సమానమైన, భూమిక ఉన్నది. ఇరువురు పరస్పరము ఒకరికొకరు సహాయసహకారములను అందించుకుంటూ కుటుంబ వ్యవస్థకు రూపకల్పన చేస్తారు. పరివారమనే రథము యొక్క ఈ రెండు చక్రములు సమానముగాను, సంతులితముగాను ముందుకు కదులుతున్నంతవరకు కుటుంబము మరియు ఆత్మీయబంధువులు సముచిత రీతిలో వికాసమును పొందుతారు. కుటుంబవ్యవస్థకు చెందిన రెండు అభిన్న ఘటకములైన నరుడు-నారీల నడుమ విలసిల్లే గాఢమైన సహయోగము మీదనే సామాజిక ప్రగతి, సమున్నత స్థితి కూడా ఆధారపడి ఉంటాయి.

పరివారము యొక్క సమగ్రాభివృద్ధి మీదనే సమాజ ప్రగతి ఆధారపడి ఉంటుంది. ఎందుకంటే సమాజము అంటే పలు కుటుంబాల సముచ్ఛయమే తప్ప మరేమీ కాదు. ఎటువంటి కుటుంబాలో-అటువంటి సమాజము! సమాజపు నమూనా విచ్ఛిన్నమైపోతే సామాజిక ప్రగతిలో అవరోధములు ఉత్పన్నమవుతాయి. స్త్రీ-పురుషుల నడుమ పరస్పర సహయోగము, చక్కని వ్యవహారశైలి ఉన్నంతవరకే కుటుంబ సంతులనము అన్నదికూడా ఉంటుంది. నరుడు-నారీ ఇరువురు తమ కర్తవ్యములను సముచితమైన రీతిలో నిభాయించినప్పుడు కేవలము కుటుంబములోనే కాదు, సమాజములో సైతము సుఖశాంతులు, ప్రగతి, సమున్నతి సాధ్యపడుతుంది. దీనికి విరుద్ధముగా ఒకవేళ దంపతులు ఒకరిపట్ల మరొకరు ఉచ్ఛ-నీచాలతో నిండిన, భేదభావములు పెచ్చరిల్లేవిధముగా వ్యవహరించినట్లయితే కుటుంబమువలెనే సమాజములో కూడా అమంగళకరమైన వాతావరణము తయారవుతుంది, విద్వేషాలు చెలరేగుతాయి.

మన దేశములో ఒకవైపు స్త్రీని దేవీస్వరూపముగా భావిస్తూ దుర్గ, సరస్వతి, కాళీ మున్నగు రూపాలలో పూజింపబడుతుంటే; మరోవైపున పురుషునితో పోల్చినప్పుడు మహిళ యొక్క జీవంతమైన ప్రతిభ అన్నిరకాలుగాను హీనమైనదని, నీచమైనదని అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఇది హాస్యాస్పదమైన విషయము. ప్రాచీనకాలమునుండి ఋషులు, మహర్షులందరు కూడా స్త్రీని సర్వదా శ్రద్ధాపరమైన దృష్టితోనే వీక్షించారు. ఆత్మపరిపూర్ణత్వమును పొందుటకొరకే స్రష్ట నర-నారీలను సృజించాడు అన్న అభిప్రాయమును సమాజములో పాదుగొలిపారు.

ప్రస్తుతము మన దేశములో మహిళలకు ఉన్న పరిస్థితి సంతోషకరమైనదని చెప్పలేము. చట్టపరముగా స్త్రీ-పురుషులిరువురకు సమానాధికారములున్నాయి అని చాలా చక్కగా నినదించినప్పటికిని జనుల మనస్సులలోని అణువణువునా ఉచ్ఛ-నీచముల భేదాభిప్రాయము అనే విషము బాగా రంగరించిపోయింది. పురుషవర్గములోని అధిక శాతము మంది మనస్సులో 'స్త్రీ కార్యక్షేత్రము కేవలము ఇంటి నాలుగు గోడలవరకే పరిమితమై ఉంటుంది' అని భావిస్తున్నారు. ఎందుకంటే పురుషుడు ధనోపార్జనాపరుడు. స్త్రీ అతనిమీద ఆధారపడి బ్రతుకవలసి ఉన్నది. కానీ పురుషుని ప్రతి ఆజ్ఞను పాటించటానికి మహిళ సర్వదా శిరస్సు వంచి ఉంచాలి అని దీని అర్థము కాదు. సౌకర్యమును అనుసరించి ఒకవేళ బాధ్యతలను, కార్యక్షేత్రమును విభజించినచో, స్త్రీ ఇతర పనులు చేయలేదు అని భావించడం ఒక భ్రాంతియే.

మహిళలు పురుషులను మించిన ధైర్యసాహసాలను, వీరత్వమును, తెలివితేటలను, యోగ్యతను ఆవిష్కరించారు అన్నదానికి చరిత్రలో మనకు ఎన్నో ఉదాహరణలు దర్శనమిస్తాయి. అనేకానేక ప్రతిబంధకములు ఎదురు నిలిచినప్పటికినీ సమయం వచ్చినప్పుడు, ఆవశ్యకత ఏర్పడినప్పుడు స్త్రీ గొప్ప గొప్ప కార్యములను అత్యంత నైపుణ్యముతో చేసి చూపించినది అన్న విషయము కళ్ళెదుట నిలుస్తుంది. నిస్సందేహముగా మహిళామణులు శారీరిక శ్రమ చేయుటలోను, విద్య, యోగ్యతలను సముపార్జించుటలోను పురుషులకంటే తక్కువే కాదు. ఈనాడు స్త్రీలు వెనుకబడి ఉండటానికి కారణము పురుష వర్గము యొక్క పీడన, స్త్రీలలో ఉండే నమ్రత, త్యాగములే!

ఒకవేళ పరిస్థితుల కారణముగా ఇల్లాలు తన ఇంటికే పరిమితమై, కార్యములను చక్కబెట్టుకొనవలసి వచ్చినప్పటికి కుటుంబ బాధ్యతల భారము కూడా తక్కువైనదేమీ కాదు. సంతానోత్పాదన, చిన్నారుల భావిజీవిత నిర్మాణము, కుటుంబీకుల సేవానిర్వహణ, ఆరోగ్యపరిరక్షణ మొదలైన

ఓడినప్పుడు ఒంటరితనమే వెంట ఉంటుంది

పనులన్నీ కూడా ఎంత మహత్త్వపూర్ణమైనవంటే ఆ పునాదుల మీదనే దేశము, సమాజముల ప్రగతి ఆధారపడి ఉంటుంది. ఒకవేళ పురుషుడు విద్యా-బుద్ధులనే మిథ్యాహంకారములోపడి కొట్టుకుపోతూ ఇల్లాలిని తన కాలి క్రింద అణచిపెట్టి, దెబ్బతీసి ఆమె అధికారములను కాలరాయటానికి ప్రయత్నిస్తే అది సమాజమునకు కూడా చేటుగా దాపురిస్తుంది.

మధ్య కాలమునకు చెందిన అంధకారయుగమునుండే భారత స్త్రీలను కాలి క్రింద అణచిపెట్టడము జరిగినది. ఈనాడు కూడా అనేకచోట్ల ఈ అనాచారమే కొనసాగుతున్నది. వందలాది సంవత్సరాల నుండి చదవటము, వ్రాయటము అనావశ్యకమని, దుష్కార్యమని వారికి బోధించటము జరిగింది. అందువలన పురుషునితో సమానమైన ప్రాపంచిక జ్ఞానము ఉండదు. తత్ఫలితముగా అవసరమొచ్చినప్పుడు ఆవశ్యక కార్యములను సైతము ఇల్లాలు సరైన రీతిలో నిర్వహించలేకపోతున్నది. ఇట్టి అవికసితమైన స్థితిలో ఒకవేళ వైధవ్యమనే దురదృష్టము దాపురించినప్పుడు కుటుంబపరమైన బాధ్యతల నిర్వహణ మాట అటుంచి, స్వీయ-పోషణే కష్టమైపోతుంది. ప్రతి గడపనా ఎదురుదెబ్బలు తింటూ, అందరి ఉపేక్షకు గురవుతూ, పంటి బిగువున బలవంతంగా బాధను అణచిపెడుతూ జీవితమును వెళ్ళదీయవలసి వస్తుంది.

అవిద్య, అజ్ఞానము అనే లోయలలోకి జారిపడిపోయిన వనితలో తన కుటుంబ సమస్యలను అవగాహన చేసుకుని, కాలానికి అనుగుణ్యంగా వాటిని పరిష్కరించగలిగే నేర్పు ఉండదు. గృహిణి అజ్ఞానము చేత అపసవ్యదిశలో వెళ్తూ తన పరివార ప్రగతిలో విఘ్నాలనే కలిగిస్తుంది. కృత్రిమ అలంకరణ పట్ల ఆసక్తి, ఆడంబరము, నగలలో దురుపయోగ మయ్యే డబ్బంతా కాలక్రమములో ఆమె యొక్క అజ్ఞానమునే వేలెత్తి చూపిస్తుంది. ఈ కారణము చేతనే మధ్యతరగతికి చెందిన వ్యక్తుల భార్యలు కూడా ధనవంతుల భార్యలతో సమానముగా కనబడటానికి, విలువైన ఆభరణములు ధరించటానికి, వస్త్ర ధారణ కావించటానికి, ఇతర ఆడంబరాలను ప్రదర్శించటానికి పోటీ పడుతుంటారు. ఇంతేకాదు, అజ్ఞానము, అవిద్యల కారణముగా రకరకాల మూఢవిశ్వాసములు, రీతి రివాజులలో కూరుకుపోయి కూడా తమ సమయము, ధనమును దుర్వినియోగపరచుకుంటుంటారు. చివరికి స్వయముగా దుఃఖములో మునిగిపోయి పశ్చాత్తాపపడటమే కాదు, మొత్తము కుటుంబానికి ఈ దుష్పరిణామాలను ఎదుర్కొంటూ, ఆర్థికముగా చితికిపోయే దుస్థితి దాపురిస్తుంది.

'జరుగుతున్న దుష్పరిణామములకు కారణము నువ్వే' అని జనులు ఇంటి ఇల్లాలినే నిందిస్తారు, దూషిస్తారు. కానీ ఇలా చేయుట అనుచితమే. ఎందుకంటే జన్మించిన వ్యావహారికమైన విద్యనుండి కూడా వంచిచబడే ఆ స్త్రీ నుండి ఏదైనాసరే ఎలా అపేక్షించగలము? బాలికలను విద్యావంతురాళ్ళుగా తీర్చిదిద్దక పోవటము వెనుక గల కారణభూతమైన భ్రాంతి ఒక్కటే- ఆమె ఏ ఉద్యోగము వెలగబెట్టాలి? చివరకి ఆమె ఇల్లాలై ఇంటినే చక్కదిద్దుకోవల్సినదేగా? ఆమె ఇంటిని, కుటుంబమును చక్కబెట్టాలి, సంతానము ఆలనాపాలనా చూడాలి, అంతవరకే ఆమె పరిమితము. మరి మహిళకు విద్యాజ్ఞానముల ఆవశ్యకత ఏమున్నది? ఇట్టి స్థితిలో పిల్లల పాలన పోషణ ఏదోవిధముగా సాగుతుంది. అయితే మాతృమూర్తి సాన్నిధ్యములో సంతానము ఏ విద్యాబుద్ధులు, సుసంస్కారములు పొందాలో అవి పొందుట అసాధ్యమవుతుంది.

అవికసితురాలు, వెనుకబడిన స్త్రీ వలన కేవలము కుటుంబానికి మాత్రమే హాని జరుగుతుంది అన్నది సత్య దూరము. సమాజము, దేశముల ప్రగతిమీద దానిని మించిన దుష్ప్రభావము పడుతుంది. ఇది స్వాభావికమైనదే. ఎందుకంటే ఏ దేశములో అయితే సగము జనాభా అవిటివారుగా, అంగవికలురుగా పడి ఉంటారో మరి ఆ దేశపు పురోగతి, సమున్నతులలో ఎటువంటి సహాయము వారి నుండి లభిస్తుంది? దేశము యొక్క ఉత్తమమైన ప్రగతి కొరకు కేవలము పురుషులు సుయోగ్యులైనంత మాత్రమున పని జరుగదు. చక్కని పురోగతే అభిలాషణీయమైనచో స్త్రీ పట్ల గల దృక్కోణములో మార్పు ఆవశ్యకమైనదేకాక, అనివార్యమైనది కూడా! మహిళా వికాసము అనివార్య ఆవశ్యకత అని అవగాహన కల్పించాలి. తదనురూపముగా పరిస్థితులను మలచవలెను. ఒకవేళ స్త్రీ కనుక ఇట్టి అవికసిత, అజ్ఞాన మయమైన స్థితిలోనే కూరుకుపోయి ఉంటే కనుక దేశ పురోగతి అన్నది ఎన్నటికీ సాధ్యము కాదు.

స్త్రీ అట్టి దయనీయమైన, ఉపేక్షించబడిన దుస్థితినుండి బయటపడవలసిన సమయము ఆసన్నమైనది. జీవనరూప రథమునకు చెందిన ఒక చక్రము విరిగిపోయి ఒక మూలన పడుంటే మరి ఏవిధముగా పురోగతిని ఆశించగలము? సమాజములోని ఈ అభిన్న ఘటకము వికాసము చెంది, విద్యాబుద్ధులను ఆర్జించటానికి సమగ్ర ప్రయత్నము చేసినప్పుడే ప్రగతి చక్రాలు ముందుకు సాగి అత్యున్నతస్థితి అనే లాభము ఒనగూడుతుంది.

- యుగనిర్మాణయోజన, ఫిబ్రవరి 1981
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మిరాజగోపాలు

ఓడినా గెలిచేంతవరకు ప్రయత్నాలు చేయాల్సిందే

మహావినాశనాన్ని ఆపవచ్చు

చంద్రమండలం యాత్రలో తెలిసిన విషయం - చంద్రుని మీద సీమిత గురుత్వాకర్షణ ఉందని, కానీ అక్కడ ప్రాణరక్షణకు కావలసిన శక్తివంతమైన అంతరిక్ష కవచ ఆచ్ఛాదన లేదని నిర్ధారణగా తెలిసింది. ఇది లేని కారణంగా అక్కడ వనస్పతులు గాని ప్రాణి సమూహం గాని బ్రతుకుటకు వీలులేని పరిస్థితి నెలకొని ఉన్నది. సూర్యుని ఎండ అక్కడ పడగానే వాతావరణం అత్యంత వేడిమిని పొందుతుంది. అది తొలగి రాత్రికాగానే అత్యంత చల్లదనం ఉత్పన్నమవుతుంది. గడచిన కాలంలో అక్కడ జరిగిన ఉల్కాపాతంతో దాని ఉపరితలం మీద మైళ్ళ లోతుల్లో గోతులు, కందకాలు ఏర్పడ్డాయి. ఆచ్ఛాదన లేని కారణంగా ఇటువంటి భయంకర వాతావరణం అక్కడ నెలకొని ఉన్నది. కాని భూమిపైనున్న అంతరిక్షంలో రక్షాకవచం విస్తరించి ఉన్నందున సమస్త ప్రాణికోటి మనుగడ సాగించగలుగు తున్నాయి. ఇతర గ్రహ, ఉపగ్రహాలలో కూడా చంద్రునివంటి వాతావరణం ఉండుటతో, అటువంటి చోట్ల కూడా ఇటువంటి సంకటాలే ఉండి ఉండవచ్చు.

పృథ్వీపై ఒకదానిపైన మరొక సురక్షా కవచాలు ఉన్నందున భూమి మీద ప్రాణశక్తి నిలవటానికి ఆశ్చర్యకరమైన మంచి పరిస్థితులు ఏర్పడుటకు కారణమయ్యాయి. అందువలన ఈ కవచ ఆచ్ఛాదనలతో 'వేళాకోళాల-ఆటలు' ఆడకూడదు. అలా చేయువారిని తెలివిలేని మూర్ఖులుగా భావించవలసి ఉంటుంది.

అంతరిక్షంలోనికి భూమి నుండి పంపే వివిధ రకాల రాకెట్లు చిన్న-పెద్ద ఉపగ్రహాలతో రక్షణ కవచం పూర్తి కాకపోయినా కొంతవరకైన బలహీనపర్చి, అందులో రంధ్రాలు పడేటట్లు చేయగలవు. ఇటువంటి రంధ్రాలు ఎంత చిన్నవైనా, వాటి ద్వారా అసాధారణ సంకటస్థితి ఏర్పడటానికి అవకాశం ఉంది. ఎప్పుడైనా ఉల్కాపాతం జరిగి, చిన్నబఠాని గింజలంత ముక్కలు ప్రకాశవంతమైన కాంతిని వెదజల్లుతూ ఆకాశంలో పరుగులు తీస్తూపోతూ ఉంటాయి. కొన్ని పెద్ద ఉల్కలు రాలితే మాత్రం అనేక అణుబాంబులు ఒక్కసారిగా పేలిన విధంగా ఎంతో నష్టాన్ని కలుగచేయగలవు. ఈ శతాబ్దంలోనే కొన్ని దశాబ్దాల పూర్వం 'నైజీరియాల'లో పెద్ద ఉల్కాపాతం రాలింది. ఇది ప్రపంచ మొత్తాన్ని ఉలికిపాటుకు గురి చేసింది. సముద్రంలో రాలే ఉల్కలు సముద్ర తుఫాన్లు గాను లేక భూమి మీద వాయు చక్రవాకాలను ఉత్పన్నం చేస్తాయి. వాటి శక్తి చాలా ఆశ్చర్యజనకంగా ఉండి ఎంతో నష్టాన్ని కలిగిస్తాయి.

ప్రస్తుతం వైజ్ఞానికుల దృష్టి అంతరిక్షం వైపుకు మరలింది. వారు భూమి, సముద్రం మీద ఆధిపత్యం సంపాదించిన తరువాత, తమ కార్యక్షేత్రాన్ని ఆకాశం వైపుకు మరలిస్తున్నారు. కేవలం సృష్టి రహస్యాలను తెలుసుకొనే ఉపగ్రహాలనే కాకుండా, ఇక ముందు రాబోవు మహాయుద్ధాల కొరకు కురుక్షేత్రాన్ని అంతరిక్షంలో ఏర్పాటు చేయుటకు ప్రయత్నాలు మొదలు పెట్టారు. ఆకాశమార్గం నుండి విడవబడే అణ్వస్త్రాలు కొన్ని క్షణాల సమయంలోనే, భూమి ఒక చివర నుండి మరొక చివరకు చేరగల ఆయుధాలను కురిపించి భూక్షేత్రాలన్నిటిని సర్వనాశనం చేయటానికి సిద్ధపడుతున్నారు. లేజర్ కిరణాలకు, మృత్యుకిరణాలకు కూడా కార్యక్షేత్రం ఆకాశమే అయ్యింది. ప్రస్తుతం ఈ పరీక్షలకు కొంత హద్దు ఏర్పాటు చేసుకోవడం జరిగింది. ప్రస్తుతం తయారు చేయబడిన మారణాస్త్రాలు కొంత సీమిత శక్తిగలవే. కాని ఎప్పుడైనా యుద్ధం ప్రబలితే, లేక అంతరిక్ష రహస్యాలు తెలుసుకో కోరితే అందుకు కార్యక్షేత్రం ఆకాశమే అవుతుంది. అలా జరిగితే మటుకు పృథ్వీ మీదున్న రక్షణ కవచానికి పూర్తిగా నష్టం జరగనప్పటికి, దానిలో బీటలు ఏర్పడి, తెరచిన కిటికీలాగా లేక గజదొంగ ఇంటికి కన్నం వేసినట్లుగా మారటం అసంభవమేమీ కాదు. ఆ విధంగా జరిగిననాడు పృథ్వీ మీదున్న అత్యంత విలువైన సంపద గురుత్వాకర్షణ శక్తి, ఇంకా సముద్రాల జలరాశి ఆ అంతరిక్ష ద్వారా గుండా పైకి ఎగిరిపోవచ్చు. లేక ఆ ప్రమాదం క్రిందకు దిగి భూమి యొక్క విశిష్టతలన్నీ చిందర-వందరగా సర్వనాశనం చేసి, భూమిని చంద్రగ్రహంవలె జీవరాశుల మనుగడ లేకుండా చేయు పరిస్థితులు ఏర్పడవచ్చు.

అంతరిక్షంతో వేళాకోళమాడి దానిలోని ప్రాణవాయువుని నష్టపరచుటకు ఇంకా అనేక పిల్లచేష్టలువంటి ఆటలు సర్వ సాధారణ వ్యక్తులతో జరగని పని. ఇటువంటి భయంకర,

జీవితంలో లేనిదాన్ని గురించి బాధపడటం వృథా

ప్రమాదకర ఆటలాడేవారు కేవలం విశిష్ట వైజ్ఞానికులు, ఇంకా రాజనీతిజ్ఞులు ద్వారానే ఆడబడగలదు. అయితే గ్రహించ వలసింది ఈ మొత్తం పృథ్వీ వారి స్వంత సంపద కాదు కదా. సామాన్య జనులకు కూడా అందులో హక్కు ఉన్నది. ఈ భూమండలం ఎవరో ఒక వ్యక్తికి గాని, లేక సముదాయుల కొరకుగాని తయారు చేయబడిలేదు. లేక ఎవరి పిత్రార్జితం కూడా కాదు. ఒకవేళ అలా తయారుచేయబడి ఉన్నా దానిని పాడుచేసే అధికారమెవ్వరికీ లేదు. ఆత్మహత్యకు తలబడుట అపరాధం క్రిందకు వస్తుంది. అటువంటప్పుడు ఇంటి మొత్తానికి లేక మొత్తం గ్రామానికి నిప్పు పెట్టి, అందులో ఉండే వారందరిని చంపే పని ఇంకా పెద్ద అపరాధం. గృహం గాని, గ్రామం గాని అతని చేతనే నిర్మించబడి ఉన్నప్పటికి వాటిని నాశనం చేయు హక్కు అతనికి కూడా ఉండదు. అంతరిక్షాన్ని విషతుల్యంగా చేసి, అందులోని ప్రాణవాయువులో విషం నింపటం, లేక పృథ్వీపైనున్న రక్షిత ఆవరణ కవచంతో ఆటలాడుట ఎవరికీ మంచిది కాదు. సమస్త చరాచర సృష్టి వ్యవస్థను నష్టపరచుట వంటిదే. ఇలా చేయు వారెవరైనా క్షమార్హులు కారు. పరమాత్మ ద్వారా నిర్మించబడిన ఈ సుందర కళాకృతిని పాడు చేస్తే వారిని, అపరాధులుగా లెక్కించి, వారికి తగిన దండన తప్పక ఇవ్వగలడు.

ఈ పృథ్వి మీద జల, నేల, వాయువులతో కూడిన ఒక సుందర సమన్వయమున్నది. వీటిమీద అన్ని ప్రాణులకు సమాన అధికారముంది. ఈ సంతులనాన్ని స్థిరంగా ఉంచుకోవటంలోనే విశ్వనాగరికత యొక్క మనుగడ ఆధారపడి ఉంటుంది. ఒకవేళ దీన్ని నష్టపరచుకొంటే మాత్రం ఉత్పాదనలు, ఉన్మాదాలు ప్రబలి ఏది జరిగినా వాటికి అందరు బాధ్యత వహించవలసి ఉంటుంది. అలాగే దీనికి మినహాయింపులు ఉండదు. అలాగని మిగిలిన వారు మౌనంగా చూస్తూ ఉండజాలరు. వీరందరి కర్తవ్యం అటువంటి అకృత్యాలను ఆపగల వాతావరణం తయారు చేయవలసి ఉంటుంది. ఇటువంటి భయంకర పరిస్థితులతో ఆడుకొనేవారు, ఎంత గొప్పవారైనప్పటికి వారిని ఆపగలిగే శక్తివంతులుగా మారి, వారి ప్రయత్నాలన్నిటిని వమ్ము చేయగలగాలి.

ప్రస్తుతం అత్యంత భయంకర అణు విస్ఫోటనం ఏర్పడే ప్రమాదం జరిగే అవకాశం కనిపిస్తూ ఉంది. లేజర్ కిరణాల వంటి తరంగాలను కూడా దీనితో నాశనం చేయవచ్చు. ఇది ఒక విధంగా కళ్ళు కనిపించని పక్షివలె పొంతనలేని విధంగా ఎగురుతూ ఎక్కడెక్కడకో చేరి పోతూ ఉన్నట్లుగా ఉంటుంది.

పురాతన కాలం నాటి అస్త్రాలు, ఈనాటి అస్త్రాలులాగా భయంకరంగా ఉండేవి కాదు. వాటితో ఒకరినొకరు ఎదురెదురుగా నిల్చి పోరాడటమేగాని, పెద్ద యుద్ధాలు జరపటంగాని, సర్వనాశనం జరుపుటకుగాని అవకాశం ఉండేది కాదు. ఈనాటి మందుగుండు సామాను 'డైనమేట్' వంటి ఎన్నో ఉపలబ్ధులు చేతికి అందిన మీద మహాయుద్ధాలుగా మారే పరిస్థితి ఏర్పడింది. జపాన్ దేశం మీద రెండు అణు అస్త్రాలను వేసిన ఫలితంగా, దాంతో ఏర్పడిన పరిణామం చూసిన మీదట, క్రొత్త ఆలోచనల ప్రక్రియకు మార్గాలను వెదికే పనిలో పడ్డాయి. 'విరోధిని' ఎంత తీవ్రంగా నిరోధించ గలగాలనే 'వ్యూహాల' గురించి ఆలోచనల్లో నిరంతరం మునిగి ఉన్నాయి. దీని ఫలితం గానే ఎన్నో రకాల మారణాయుధాలు తయారు చేయబడి, సర్వనాశనానికి ఉరకలు తీస్తున్నాయి.

ఈవిధంగా తయారు చేయబడుతున్న మారణ ఆయుధాలతో అంతరిక్షాన్ని మరొక కురుక్షేత్రంగా మార్చుటకు సిద్ధమవు తున్నారు? ఇటువంటి అంతరిక్ష యుద్ధాలను, అణు ఆయుధాల ప్రయోగాలను ఆపని ఎడల, ఈ సమస్త విశ్వపు సర్వనాశనం ఎప్పుడో ఒకనాడు జరిగి తీరుతుంది అనే విషయం అందరు గ్రహించగల సమయం ఆసన్నమైంది. పెద్ద తలకాయలుగా ఉన్న వారి మస్తిష్కంలో దీని నివారణ మార్గం గాఢంగా దిగితే, వారు తప్పక మంచి మార్గంలోకి మారగలరు. విశ్వహితంలోనే తమ హితం కూడా ఉందనే విషయం వారు తెలుసుకోవలసి ఉంటుంది. ఇది గ్రహించితే వారు తమ వ్యూహాలలో మార్పు తెచ్చుకొని, తమ కార్యకలాపాలన్నిటిని శాంతిమార్గంలోకి తెచ్చుకోగల మంచి బుద్ధి కలిగిననాడు ఈ పృథ్వీ మీద జరుపతలపెట్టిన మారణ హోమానికి తెరపడగలదు.

మనమంతా విశ్వసించాలి ఇటువంటి భయంకర నల్లటి కారు మేఘాలు తప్పక తొలగిపోయి, ఆ స్థానంలో ప్రకాశపు తొలి వెలుగు కిరణ పుంజాలు మరు క్షణంలోనే దర్శనమీయగలవు అని ఆశిద్దాం.

– అఖండజ్యోతి, ఆగస్టు 1985

అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు

జీవితంలో లభించిన వనరులను ఉపయోగించగలిగితే బాగుంటుంది

బోధ కథ

శ్రేష్ఠత్వాన్ని వరించాలి

మగధ రాజకుమార్తె సుహాసినికి యుక్తవయస్సు వచ్చినందున రాజు ఆమెకు తగిన వరాన్వేషణకు ఉపక్రమించాడు. కాని రాకుమారి మాత్రం తనకు కాబోయే వరుణ్ణి తానే ఎన్నుకొనుటకు అవకాశమిమ్మని తండ్రిని కోరింది. ఆమె సర్వ స్వతంత్ర్యంగా జీవించే వ్యక్తినే వివాహమాడాలని కోరుకుంటుంది. పరాధీనులుగా ఉండేవారు కష్టాల పరంపరను అనుభవిస్తూ జీవనం గడుపు వారికి జీవితంలో ఆనందం ఎక్కడుంటుంది?

రాజుగారు అమ్మాయి స్వయంవరానికి అన్ని ఏర్పాట్లు చేసి, రాజకుమారులకు, గొప్ప వ్యవసాయ భూస్వాములకు, పండిత శ్రేష్ఠులకు, ప్రఖ్యాత కళాకారులందరికి ఆహ్వానాలు పంపించారు. అందరకి విడిదులు ఏర్పాటుచేసి, సభా మంటపంలో ఒక్కో సమూహానికి విడివిడిగా ఆసనాలు వేసి సిద్ధం చేసినందున, రాకుమారి ఏ వర్గం వారిని ఉపయుక్తమని అనుకుంటుందో వారిలో నుండి ఒకరిని వరమాల వేసి భర్తగా ఎన్నుకునే అవకాశం కల్పించబడింది.

ప్రథమంగా 'సుహాసిని' రాజకుమారుల సమూహం ముందు నిలచి ఇలా అడిగింది. మీ అందరికీ 'రాజ్యాధికారం సమస్త ప్రజాజీవనం మీద, సామంతరాజుల, సభాసదుల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది గదా. మీ మీద ఒకవేళ వారంతా కోపిస్తే, అలిగితే, మీ స్వాతంత్ర్యాన్ని ఏవిధంగా నిలుపుకొంటారు? మీరు వారి సహాయ సహకారాలు స్వీకరించకుండా, పరాధీనపరులుగా కాక ఎలా అధికారాన్ని తిరిగి పొందగలుగుతారని" ప్రశ్నించింది. కోపగించిన వారి సహాయ సహకారాలు తీసుకోకుండా అనగా ఇతరుల మీద ఆధారపడకుండా రాజ్యాధికారాన్ని పొందటం అసంభవమని తలంచి, ఆమె ప్రశ్నకు ఎటువంటి జవాబు ఇవ్వక మొదటిసారిగా, 'తమ పరాధీనతను' అనుభవం పొందిన వారై, నిరాశతో వెనుదిరిగి వెళ్ళిపోయారు.

ఈసారి ఆమె విద్వాంసుల వర్గం వారి చెంతకు చేరి వారిని ఇలా అడిగింది - మీ పాండిత్యాన్ని అర్థం చేసుకోలేని వారికి మీరు మీ పాండిత్యాన్ని ఏవిధంగా పరిచయం చేస్తారు? అటువంటి వారి నుండి ఏవిధమైన లాభాన్వితులవగలరని అడుగగా అందుకు వారు జవాబు ఇవ్వలేకపోయారు. విద్య ఉపయోగం దానిని స్వీకరించే వారి మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. అందుచేత వారు కూడా పరాధీనులని తలంచి, వారికి వీడ్కోలు పలికింది.

ఇప్పుడు సంపన్న వ్యవసాయదారుల వంతు వచ్చింది. ఆమె వీరినిలా అడిగింది. దుర్భిక్షం ఏర్పడి, అరాజకత విస్తరించి పంటలు పండని కాలంలో, మీరు వ్యవసాయమెలా చేస్తారు? అనగా మీరు వర్షం మీద ఆధారపడినందున మీరు కూడా పరాధీనులేనని చెప్పుటతో వ్యవసాయదారులు, దేనిమీద ఆధారపడకుండా వ్యవసాయమెలా చేయగలమని అనుకొంటూ, ఆమెకు సమాధానం చెప్పలేక అచ్చట నుండి నిష్క్రమించారు.

ఇక కళాకారులకు కూడా పండితులకు ఎదురైన కష్టమే వీరికి కూడా ఎదురైంది. తమ కళను గుర్తించేవారు లేకుండా పోయిననాడు, వారికళ కేవలం ఉన్మత్త ప్రేలాపనలుగానే మిగిలి పోగలవు. వారిలో ఎవరికి ఆత్మనిర్భరత లేనందున, ఇక పరాధీనతలో సుఖమెక్కడిది? ఎవరు సుఖంగా ఉండరో, అటువంటి వారి నుండి ఏం లాభం? ఈవిధంగా అన్ని వర్గాల వారిని నిరాశలో నింపిన రాజకుమారి చివరకు తన కోరిక మేరకు తగిన వరుడిని ఎన్నిక చేసుకోలేకపోయినందున నిరాశకులోనై, ఖిన్న మనసుతో ఏకాంత సేవలో నిమగ్నమైంది.

కొన్ని రోజులు తరువాత మహాత్ముడైన కౌదమ్య ఋషి అక్కడకు రావటం జరిగింది. మగధరాజు తన కుమార్తెతో కలసి ఆయన దర్శనార్థం ఋషి చెంతకు చేరి అన్ని విషయాలతోపాటు 'వర' ఎన్నిక స్వయంవరంలో జరగని కారణం కూడా వివరించారు. దాంతో తాము ఎంతో నిరాశకు లోనైనామని ఋషికి వినిపించారు.

కౌదమ్యుడు రాకుమారితో ఇలా చెప్పాడు. "ఇతరుల నుండి సుఖసంతోషాలను ఆశించుట ద్వారా నీవు కూడా పరాధీనవే కదా" ఇది విన్న ఆమెకు ముల్లులాగా గుచ్చుకొంది. తన పరాధీనతను మొదటిసారిగా ఆమె ఋషి వాక్కు ద్వారా తెలుసుకోగలిగింది. ఇంకా ముందుకు ఆలోచించుకోగా తన ఆత్మ మీద శారీరిక, కోర్కెల బంధనాలు ఆధారపడినట్లు తెలుసుకోగలిగింది. ఆలోచన చేసింది. భవబంధనాల నుండి తనను విముక్తి పొందుట కొరకు, ఏదో విధంగా వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసుకొని 'ఆనందం' పొందగల విషయం మీద ఆలోచించుకోవాలని నిశ్చయించుకొంది.

అన్ని రకాల ఆలోచనలను ఆపి, భవ-బంధనాల నుండి విముక్తి పొందగోరి చివరగా 'తపోసాధనలో' నిమగ్నమైంది. ఆత్మకళ్యాణంతోపాటు, లోకకళ్యాణపు సమన్వయాలను ఒకే పరమార్థంగా తన జీవన సహచరిగా భావించి, వివాహపు కోర్కెలు పూర్తిగా మనసులో నుండి తొలగించివేసింది.

- అఖండజ్యోతి, ఆగస్టు 1985

అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు

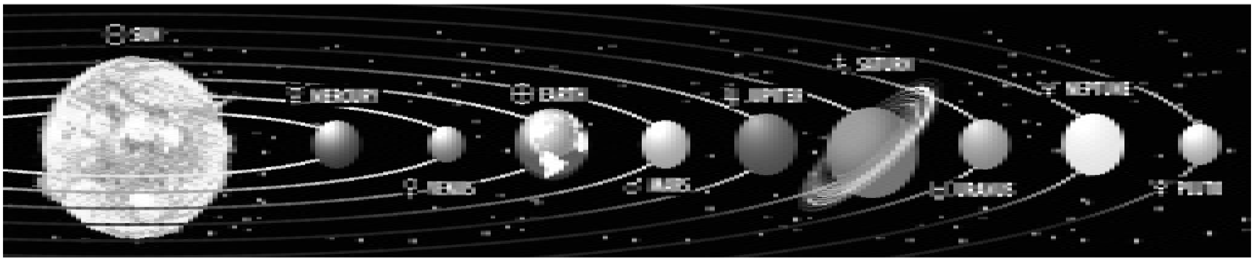
మనకు తెలియనది నేర్చుకుంటూ ఉండాలి, పది మందికి నేర్పుతుండాలి

గ్రహ ప్రభావములను అధ్యయనం చేయండి

తన పురుషార్థ బలం ఆధారముగా మానవుడు పరిస్థితులను సృష్టించుకొనగలడు. ఈ అభిప్రాయము ఒక పరిధివరకే సరియైనది. సృష్టిలోని ప్రత్యేకమైన సంఘటనలు ఒకదానితో మరొకటి అ భిన్నరూపములో జోడింపబడి ఉంటాయి. వాటికి వేర్వేరు పరిస్థితులుంటాయి. అయితే అవిచ్ఛిన్న అంగములైన కారణముగా ఒకదాని పరిస్థితి యొక్క ప్రభావము మరో దానిమీద తప్పక పడుతుంది. మానవుని భౌతిక ప్రయత్నము, శ్రమ తన సమీప వాతావరణమును అనుకూలముగా మలచు కొనుటలో సమర్థవంతమైనవే. ఇది నిజమే అయినప్పటికీ గ్రహాల ప్రభావము నుండి కూడా అతను తప్పించుకొనలేడు. భౌతిక ప్రయత్నాల ద్వారా అంతర్ గ్రహాల ప్రభావమును నియంత్రించగలగటము అసంభవము. అంటే మనిషి భాగ్యము సమిష్టితో ముడిపడి ఉంటుంది. గ్రహ-నక్షత్రాల చెడు ప్రభావమును నిలువరించుటకు వ్యక్తిగతమైన భౌతిక ప్రయత్నాలతో పోలిస్తే సామూహిక-ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థమే అధిక సఫలప్రదమైనది మరియు సమర్థవంతమైనది.

చంద్రగమనము కారణముగా పృథ్వి యొక్క అయస్కాంత క్షేత్రములో జరిగే 27 రోజుల చక్రములో ఏర్పడే గందర గోళములు కూడా దుర్ఘటనల మీద ప్రభావమును చూపిస్తాయి' అనే అంశమును పై నివేదికలో జోడించారు. లోతైన పర్యవేక్షణ చేసిన తరువాత ఈ చక్రములోని మొదటి వారం రోజులు, 13వ, 14వ, 20వ మరియు 25వ రోజులలో ఎక్కువ దుర్ఘటనలు చోటుచేసుకుంటాయి అని తెలిసింది.

మియామీ విశ్వవిద్యాలయానికి చెందిన ఆర్నాల్డ్ లివర్ మరియు కైకోలిన్ శెరిన్ అనే ఇద్దరు మనోవైజ్ఞానికులు అమెరికా జనరల్ ఆఫ్ సైక్రియాటిక్ విభాగములో 'చంద్రుని కళలు మనిషి జీవితము మీద ఏవిధమైన ప్రభావమును చూపిస్తాయి?' అనే అంశమును గురించి పరిశోధించారు. లభించిన ఫలితాల ఆధారముగా వారికి తెలిసినదేమనగా-కేవలము చంద్రుని కళలు ఆటుపోటుల రూపములో సముద్రజలాలను ప్రభావతము గావించటమేకాదు, మనిషి మనో-మస్తిష్కాల మీద కూడా



అమెరికాకు చెందిన సాండియా అణుకేంద్ర ప్రయోగశాలకు చెందిన వైజ్ఞానికులు ఈ విషయమును తెలుసుకునేందుకు 'సౌరమండల గతివిధులు (activities) పృథ్వీమండలము మీద ఏవిధమైన ప్రభావమును చూపుతాయి?' అనే అంశము గురించి విస్తృత అధ్యయనము సాగించారు. వారు అపరాధముల మరియు దుర్ఘటనలకు సంబంధించిన 20 సంవత్సరాల గణాంకాలను సేకరించారు. 99 పుటలు గల ఒక పెద్ద నివేదిక తయారయ్యింది. ఈ నివేదిక ఆధారముగా 'సౌరక్రియలు మరియు చంద్రుని కళలు మానవుని వ్యవహారము మరియు దుర్ఘటనల మీద ప్రభావమును చూపిస్తాయి' అనే నిర్ధారణకొచ్చారు. ఈ శాస్త్రవేత్తలు

వాటి ప్రభావము పడుతుంది. పూర్ణిమకు మూడు రోజుల ముందునుండి హంతకుల సంఖ్య పెరుగుతుంది. అత్యధిక హత్యలు-ఆత్మహత్యలు జరిగే సంఘటనలు పూర్ణిమ నాడు ఎక్కువగా సంభవిస్తాయి. పౌర్ణమినాడు మనోరోగుల మానసిక వ్యగ్రత, ఆందోళన ఇతోధికమౌతుంది. కొంతమందైతే హింసకు పాల్పడతారు. **'పూర్ణిమనాడు ఎద్దులచేత పొలము పనులు చేయించరాదు'** అని గ్రామీణప్రాంతాలలో భావిస్తుంటారు. వైద్యరంగములో శస్త్రచికిత్స మొదలైన చికిత్సలు చేసినచో శరీరములో రక్తపోటు మిగతారోజులకంటే ఎక్కువగా ఉంటుంది' అనే అభిప్రాయానికొచ్చారు. దీనికి కారణము సుస్పష్టంగా తెలియరానప్పటికి, పూర్ణిమనాడు విశేషమైన

సమస్యను సవాలుగా తీసుకొనగలిగే ధైర్యాన్ని పెంచుకోవాలి

కిరణాలు అధిక మోతాదులో భూమిమీదకు ప్రసరిస్తాయి, తద్వారా రక్తములో ఉంటూ రక్త స్రావమును ఆపగలిగే ప్లేట్‌లెట్స్‌ల పని నిలిచిపోతుంది అని విశ్వసిస్తారు. దీని కారణముగా రక్తము అధికంగా ప్రవహిస్తుంది. పైన సాగించిన అధ్యయనములో తేలిన విషయమేమిటంటే ప్రతి మాసములో 14వ రోజున సూర్యచంద్రులు భూమిమీద అధిక గురుత్వాకర్షణ ప్రభావమును చూపిస్తారు. అపరాధుల సంఖ్య పెరుగుతుంది. పూర్ణిమనాడు మస్తిష్కములోని న్యూరాన్‌ల సక్రియత అధికమౌతుంది. 'చంద్రమా మనసో జాతః' అనే పురుష సూక్తమంత్రం ఈ తథ్యమునే ప్రతిపాదిస్తున్నది.

'ద కేస్ ఫర్ అస్ట్రాలజీ' అనే పేరుగల పుస్తకములో పృథ్వి మీదున్న వాతావరణము జీవులు, వృక్ష-వనస్పతులపై, గ్రహ-నక్షత్రములు ప్రభావమును చూపిస్తాయి అన్న అంశమును బలపరుస్తూ, ఉదాహరణలు కోకొల్లలుగా చెప్పబడ్డాయి. బ్రౌన్ అనే వైజ్ఞానికుడు బఠానీగింజలు, బంగాళాదుంపలు, ఎలుక, ఎండ్రకాయ మరియు ముత్యపుచిప్పలు మొదలైనవి చంద్రుని ద్వారా ప్రభావితమవుతాయని నిరూపించాడు. సూర్య కాంతికి, చంద్రుడు చూపించే ఈ ప్రభావాలకు ఎటువంటి సంబంధమూ లేదు. ప్రాణులను చీకటిగదిలో బంధించినప్పటికీ కూడా వాటి చర్యలు, పనులు చంద్రుని కళలను అనుసరించే సాగుతాయి. సూర్యచంద్రుల గతి (movement) యొక్క ప్రభావము జీవుల మీద పడుతుంది తప్ప, వాటి ప్రకాశము ప్రభావము చూపించదు అని దీనివలన నిరూపించబడింది. ఈ తథ్యమును వైజ్ఞానిక పరీక్షల ద్వారా పరీక్షించటానికి బ్రౌన్ ఒక ప్రయోగము చేశాడు. ముత్యపుచిప్పలను సముద్రము నుండి వేలమైళ్ళ దూరములో నున్న చీకటిగదిలో పెట్టాడు. అయితే అవి తెరుచుకునే లేదా ముడుచుకునే క్రమంలోగాని, సమయములోగాని ఏవిధమైన మార్పు రాలేదు.

భౌతికశాస్త్రవేత్త జాన్‌ఎల్సన్ ఒక అంతర్జాతీయ సమ్మేళనములో ఇలా చెప్పాడు. 'అయనో మండలము (Iono sphere) నుండి వచ్చే తుఫానులు రేడియో ప్రసరణలో అవరోధాలను కలిగిస్తాయి. సూర్యునితో ముడిపడిన గ్రహస్థితులకు మరియు ఈ తుఫానులకు నేరుగానే సంబంధమున్నది. ఒకటి లేదా రెండు కంటే ఎక్కువ గ్రహాలు సూర్యరాశిలో ఉన్నప్పుడు, 180 లేదా 90 అక్షాంశముల దూరములో ఆ రాశులున్నప్పుడు అటువంటి తుఫానులు చెలరేగుతాయి. గ్రహాలు సూర్యుని రాశినుండి 60 అక్షాంశములు లేదా 120 అక్షాంశముల దూరములో ఉన్నచో అయనో మండలము శాంతంగా ఉంటుంది. 90 మరియు 180 అక్షాంశ సంబంధము కఠోరముగాను, 60 మరియు 120 అక్షాంశముల సంబంధము కోమలముగా ఉంటుంది అని పాశ్చాత్య జ్యోతిష్య శాస్త్రము కూడా నమ్ముతుంది.

గ్రహాల మంచి-చెడుల ప్రభావము సర్వత్రా ఒకేలాగా ఉండటము అనేది ఎక్కడా కనిపించదు. అలా కనుక కనిపించినట్లయితే అన్ని స్థానాల్లోనూ సముద్రపు ఆటు-పోటులు ఒకే సమయములో రావాలి. తుపానులు, భూకంపాలు వంటి సంఘటనలు కూడా అన్నిచోట్లా ఒకేమారు రావాలి. దానికి కారణము ఏమిటంటే - సూర్యచంద్ర కిరణములు పృథ్వీమీద విభిన్న భాగాలలో ప్రసరిస్తుంటాయి. ఇటలీకి చెందిన రసాయనికవేత్త 'పిచ్చార్దీ' 1958 లో ఇలా అంటాడు-రసాయనిక క్రియలు సైతము సూర్యచంద్రుల గతిద్వారా ప్రభావితమవుతాయి. విత్తనాలు, ఫలాల లోపల వెలుగొందుతున్న ప్రాణతత్త్వముల మీద కూడా ఈ ప్రభావం పడుతుంది. ఇందుచేతనే ఋతువులననుసరించి మొలకెత్తే మొక్కలు, ఫలాల మీద సూర్యరశ్మియొక్క సుకోమల ప్రభావము పడుతుంది కనుక ఆహారధాన్యాలను ఆరోగ్యవృద్ధి కారకాలు అని భావిస్తాము.

ఇతర గ్రహాల అయస్కాంతశక్తిలో వచ్చిన కొద్దిపాటి మార్పు చేర్పులు లేక హెచ్చుతగ్గుల వలన భూమిమీద పెద్ద ఉత్పాతములు చోటుచేసుకుంటాయి. 1990 తరువాత బెంగాలు లోని ఖాడిలో 8 మారులు సముద్రపు అలలు విరుచుకు పడ్డాయి. తత్కారణముగా 4 లక్షలమంది మరణించారు. 1997 లో మహారాష్ట్రలోని కోయనా నగరము భూకంపముతో నాశనమయ్యింది. భూశాస్త్రవేత్తలు భూకంపాలు సంభవించవు అని చెప్పిన ప్రాంతములో ఈ దుర్ఘటన జరిగినది. 1975 జనవరి 19న కాంగడాకు చెందిన కిన్నౌర్‌లో పెద్ద భూకంపము వచ్చి పడింది. చైనాలో వచ్చిన భూకంపము వలన లక్షలాది మంది మృతులయ్యారు. 1971 లో ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో వచ్చిన భీకర తుఫాన్ వేలాదిమంది ప్రాణాలను బలిగొన్నది. ఈ దుర్ఘటనలనన్నింటిని అధ్యయనముచేసి సమీక్షించిన పిమ్మట శాస్త్రవేత్తలు చెప్పినదేమనగా పైన చెప్పిన ప్రాంతాలమీద అంతరిక్షము నుండి అధికంగా ప్రసరించే రేడియోకిరణాల

ఎవరికి వారు తనను తాను సరిదిద్దుకునే ప్రయత్నం నిరంతరం చేయాలి

బాహుళ్యము అధికము. ఈ స్థానాలమీద సూర్యుడు 60 డిగ్రీలు, 180 అక్షాంశరేఖ మీద ఉంటాడు. భౌతికశాస్త్రవేత్త జాన్ అభిప్రాయం ప్రకారము 'సూర్యుడు ఈ రాశులలో (అక్షాంశ రేఖలో) ఉన్నప్పుడు సూర్యకిరణాలు శీఘ్రంగా, సూటిగా ప్రసరించే భూభాగాలలో తుఫాన్, భూకంపము వంటి సంఘటనలు చోటుచేసుకుంటాయి'.

ఈ ప్రభావము అన్నిచోట్లా సమస్త ప్రాణులమీదా లేదా భూభాగాల మీద ఒకేలా ఎందుకుండదు? అన్నది చర్చనీయ అంశము. జవాబు సుస్పష్టము. స్వాభావికముగా ఎండు కట్టెలున్న ప్రాంతములోనే అగ్ని ప్రజ్వరిల్లుతుంది. అదే అగ్ని నీటిలో పడితే ఆరిపోతుంది, అదే అగ్ని చిన్న రాతి దిబ్బ మీదపడితే దానంతట అదే కొద్ది సమయము మండి తరువాత పూర్తిగా ఆరిపోతుంది. వర్షము కురిస్తే చాలా సమయము వరకు మట్టి తడిగానే ఉంటుంది. నున్నని చలువరాయి అయితే వర్షము వెలవగానే తడారిపోవటమును మనము చూస్తూనే ఉంటాము. రైతులు వర్షము కురవటానికి ముందు తమ పొలమునంతటిని శుభ్రపరచి, అవి వర్షపు నీరు సంపూర్ణంగా గ్రహించేందుకు వీలుగా పంట వెయ్యకుండా ఖాళీగా వదిలివేసే వారు. సామూహికరూపములో గ్రహ-నక్షత్రాల వలన లాభము పొందటానికి ఇదొక ఉదాహరణగా నిలుస్తుంది. భారతదేశము ఈ లాభమును సర్వదా పొందుతూనే ఉన్నది.

అంతర్గ్రహ దుష్ప్రభావాలను సామూహిక ఆధ్యాత్మిక సాధనల ద్వారా నివారింపవచ్చు. గ్రహణము మొదలగు సమయాలలోను, తరువాత కూడా సాధన చేసే ఒక పరంపర ఈ భరతభూమి మీద ఉన్నది. ఆ సమయములో సూర్య చంద్రుల నుండి వెలువడే హానికారక కిరణ సముదాయము నుండి రక్షణను పొందేందుకు ఈ సాధనలు చెయ్యబడతాయి. గ్రహ-నక్షత్ర ప్రభావము ఈ విషయమును మరింతగా నిరూపిస్తున్నది. ఎప్పుడు ఏ గ్రహస్థితి ఎలా ఉంటుంది? గ్రహములు పరస్పరము చూపించే ఆ ప్రభావములు పృథ్వి మీద, మానవజాతి మీద ఎటువంటి ప్రభావములను చూపిస్తాయి? పరిస్థితి ఎలా ఉంటుంది? అనే విషయములను తెలుసుకునేందుకు ఆధునిక ప్రయోగశాలలు ఏర్పాటు చేయటము ఎంతో అవసరము. ప్రతిక్షణము వాటి పరిధిలో జరిగే పరివర్తనలను గురించి సరైన అధ్యయనము సాగించటానికి ఆధునిక ప్రయోగశాలలు ఎంతో ఆవశ్యకమైనవి!!

ఈ విషయమును దృష్టిలో పెట్టుకునే శాంతికుంజ్‌లో ఆధునిక యంత్రాలు అమర్చబడిన ఒక ప్రయోగశాల నిర్మాణము జరిగినది. ఈ ప్రయోగశాలలో సౌరమండల గతివిధులు మరియు పుడమిమీద అవి చూపించే ప్రభావమును గురించి సరైన రీతిలో అధ్యయనము సాగించవచ్చు. ఈ ఆధారముగానే దుష్ప్రభావాలనుండి రక్షణ పొందేందుకు, వాటినుండి బయటపడేందుకు, ఆధ్యాత్మిక ఉపచారములు చేసేందుకు కూడా ఒక విధానము రూపొందించబడుతున్నది. ప్రకృతి విపత్తులను అధిగమించేందుకు లేక నిరోధించేందుకు ఈ సామూహిక సాధన, ఉపచార ప్రణాళిక సమర్థవంతమైనది అని తప్పక నిరూపించబడుతుంది. మనము తప్పక సత్ఫలితాలను పొందుతాము.

– అఖండజ్యోతి, ఆగస్టు 1980
అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు

సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా
(Super Brain Yoga)

సూపర్ బ్రెయిన్ యోగా అమెరికాలో చాలా ప్రాచుర్యం పొందినది. దీని వల్ల మెదడులోని ఎడమభాగం, కుడిభాగం బాగా పనిచేస్తాయని, జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుందని, ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని నిరూపించబడింది. ఇంతకీ ఇదేమిటంటే మనం మరచిపోయిన గుంజీలు. 30,40 సంవత్సరముల క్రిందట కూడా ఇవి స్కూళ్ళలో విద్యార్థి చదువులో సవ్యముగా లేకపోతే చేయించేవారు. కాని దానిని ఒక దండనగా భావించి దీనిని వదలివేయటం జరిగింది. ఈ పద్ధతిలో కుడిచేతి బొటనవ్రేలు, చూపుడువ్రేలుతో ఎడమచెవి పట్టుకోవాలి. ఎడమ చేతి వేళ్ళతో ఈ విధంగానే కుడిచెవి పట్టుకోవాలి. తరువాత గాలి నెమ్మదిగా పీల్చుకుంటూ కూర్చోవాలి. గాలి నెమ్మదిగా వదులుతూ లేవాలి. ఈ ప్రక్రియ అంతా నెమ్మదిగా చేయాలి. రోజుకు ఇలా 14సార్లు చేస్తే చాలు. అద్భుతమైన ఫలితాలు చూడవచ్చు. ఈ విధంగా చేయడం వల్ల జీవితంలో వచ్చే అనేక అడ్డంకులు విచిత్రంగా తొలగిపోతాయి. ఈ విధానానికి సంబంధించిన వీడియోలు ఇంటర్‌నెట్‌లో **YouTube-Super Brain Yoga**లో *చూడవచ్చు.*

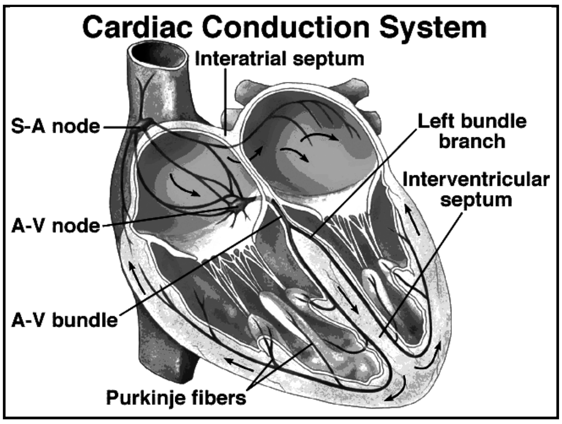
అనుకోలేదని ఆగవు కొన్ని

కలర్ ఇంజనీరింగ్

మీ వాక్కే దివ్యౌషధం-2

2014 మార్చి సంచికలో హృదయం యొక్క పనితీరును మెరుగు పరచగలిగే పదముల కూర్పును గురించి చెప్పుకున్నాం. ఇప్పుడు ఇంకొంచం లోతుగా హృదయం గురించి చెప్పుకుందాము.

హృదయమునకు 4 గదులు ఉంటాయి. (four chambers), పైన రెండు ఉంటాయి. క్రింద రెండు ఉంటాయి. పైన వాటిని ఎట్రియం (atrium or auricles) అని క్రింద వాటిని వెంట్రికల్స్ (ventricles) అని అంటారు. హృదయం యొక్క కండరాలకు పోషణ కొరకు ధమనులలో మంచి రక్తం ప్రవహిస్తుంటుంది. (coronary arteries) ఈ ధమనులలో వచ్చే అడ్డంకులను తొలగించుకునేందుకు గతంలో ఇచ్చిన ఆటో సజెషన్స్ (auto suggestions) ఉపయోగిస్తాయి.



గుండె కొట్టుకోవడానికి రక్త ప్రసరణ మాత్రమే సరిపోదు. గుండె నిమిషానికి సుమారు 72 సార్లు కొట్టుకుంటుంది. దీనినే పల్స్‌రేట్ (pulse rate) అంటారు. ఈ గుండె ఇలా కొట్టుకోవడానికి కారణం ఎస్.ఎ.నోడ్ (Sino Atrial Node - SA Node) నుంచి వచ్చే విద్యుత్తు తరంగములే. ఈ ఎస్.ఎ. నోడ్ (SA Node) కుడి ఎట్రియం (Right Atrium) పైన మూలగా ఉంటుంది. దీనినే పేస్ మేకర్ (Pace Maker) అని కూడా అంటారు. ఇంకా గుండెలో (Atrio Ventricular Node (AV Node), Atrio Ventricular Bundle (AV Bundle) అనేవి ఉన్నాయి. ఇవి SA Node నుంచి వచ్చే విద్యుత్ తరంగములను హృదయమంతా వ్యాపింపచేస్తాయి.

హృదయమును మెదడులోని మెడుల్లా అబ్లాంగేటాలోని కార్డియో వాస్క్యులర్ సెంటర్ (Cardio Vascular Centre) నియంత్రిస్తుంది. ఈ నియంత్రణ వేగస్ నెర్వ్సు (Vagus Nerves) ద్వారా జరుగుతుంది.

అందువలన గుండె సవ్యంగా పనిచేయడానికి రక్త ప్రసరణ ఎంత అవసరమో, సవ్యమైన విద్యుత్ స్పందనలు అంతే అవసరము. ఒక్కొక్కసారి గుండెదడగా ఉండటమో, పల్స్‌రేట్ పడిపోవటమో జరుగుతుంది. డాక్టర్లు పేస్ మేకర్ వెయ్యాలి అన్ని సందర్భములు వస్తుంటాయి. అప్పుడు ఆ ఆ భాగములు సవ్యముగా పనిచేస్తున్నాయని భావపూర్వకముగా అనుకో గలిగితే అవి మరల సవ్యముగా పనిచేస్తాయి. ఆటో సజెషన్ ఇలా చేసుకోవచ్చు. (మార్చి 2014 సంచికలో ఇచ్చిన సజెషన్స్‌తోపాటు)

1. My SA node is in fittest condition
2. My SA node is functioning perfectly
3. My Vagus Nerves are functioning perfectly
4. Cardio Vascular Centre in my medulla oblangata is functioning pefectly.

భావ పూర్వకంగా అనుకున్నట్లయితే అది అప్పటికప్పుడే ఫలితాలను అందిస్తుంది. ఈవిధంగా అనుకునే టప్పుడు ఆ ఆ శారీరిక భాగము లపై మనస్సు లగ్నం చేసుకోవాలి.

గతంలో చెప్పిన విధంగా ఇతరులకు కూడా మేలు చేయవచ్చు. ఎవరికి సహాయం అవసరమో, ఎవరికి సహాయం చేయాలనుకుంటున్నామో వారిని ఊహించుకోవడం, తృతీయ వాచకంలో (third person) లో చెప్పాలి.

My అనే స్థానంలో His / Her అని మార్పు చేసుకోవాలి.

ఇలాగే తెలుగు భాషలో గాని, ఏ భాషలో అయినా చెప్పుకోవచ్చు. కావలసినదల్లా భావన.

ముఖ్యగమనిక: ఏది చేసినా డాక్టర్ల వైద్యంతోపాటే చేయాలి

– ముక్కామల రత్నాకర్, సెల్: 9440520865

అనుకున్నామని జరుగవు అన్నీ

జీవనపథం

ఇస్తూనే ఉండండి, సత్కర్మల బీజాలు నాటుతూ ఉండండి

ఇచ్చి పుచ్చుకోవడమనేది సృష్టి నియమం. తీసుకుంటే మూల్యం చెల్లించి తీరాలి. చెల్లించనిదే ఎవరూ తప్పించుకోలేరు. ఎక్కడికని తప్పించుకుంటాడు? ముల్లోకాలలో ఎక్కడికెళ్ళినా ఖాతా అక్కడికి చేరుతుంది. కళ్ళుగప్పి మోసం చేయడం కుదరదు, తిరిగి ఇవ్వక తప్పదు. అలా జరగని పక్షంలో సృష్టి వ్యవస్థ కుప్పకూలిపోతుంది. పంట కోసుకోవడానికి ముందు విత్తనాలు నాటాలి, లేకపోతే అసలు పంట ఎలా పండుతుంది? ఈ విషయం అర్థం చేసుకున్నవాడు తీసుకున్న దానికి మూల్యం చెల్లించి తీరతాడు. తీసుకోవడం తప్ప ఇవ్వడం తెలియని వాళ్ళు తెలివిలేని వాళ్ళే.

ఎవరైనా ఇష్టంతో ఏదైనా ఇస్తే అది వేరే సంగతి కాని, అప్పు తీసుకుంటే మాత్రం అసలుతో సహా వడ్డీ కూడా ఇచ్చి తీరాల్సిందేగా. కర్మ సిద్ధాంతం ప్రకారం ఈ జన్మలో తీర్చకపోతే తరువాతైనా మరో రూపంలో చెల్లించి తీరాల్సిందే. సౌరాష్ట్రకు చెందిన ఒక వ్యాపారి జీవితంలోని యదార్ధ సంఘటన ఇది. ఒక రాత్రి ఆ వ్యాపారి కలలోకి నూనె దుకాణం దగ్గర ఒక ఎద్దున్నట్టు కనిపించింది. యజమాని దానితో చాలా బరువులు మోయించడం వల్ల అది చిక్కి శల్యమైపోయింది. శక్తి నశించిపోయింది. అది అతనితో, "నాయనా! నేను నీ తండ్రిని. నీ చదువు కోసం ఈ నూనె వ్యాపారి దగ్గర 14 రూపాయలు అప్పుగా తీసుకున్నాను. అది అప్పుడు చెల్లించలేదు. అందుకు బదులుగా అతని దగ్గరే ఇప్పుడు పని చేస్తున్నాను." అన్నది. మరుసటి రోజు మళ్ళీ అదే ఎద్దు అతని కలలోకి వచ్చి, "నాయనా! నేను నీ తండ్రిని. ఇప్పుడు ముసలివాడిని అయ్యాను. ఇక ఇక్కడ పని చేయడం నా వల్ల కాదు. నువ్వు దయచేసి వచ్చి ఈ యజమానికి 14 రూపాయలు ఇచ్చి నా ఋణం చెల్లించు." అని చిరునామా కూడా చెప్పింది. పొద్దున లేచి వాకబు చేస్తే అప్పు విషయం నిజమని తెలిసింది. ఆ ఎద్దు చెప్పిన చిరునామాకి వెళ్తే అక్కడ అదే ఎద్దు తన కోసం ఎదురు చూస్తున్నట్టు కనిపించింది. ఇతనిని చూడగానే కళ్ళ నీళ్ళు పెట్టుకుంది. అతను కూడా ఆ ఎద్దుని వాటేసుకుని ఎంతో బాధపడ్డాడు. యజమానికి 14 రూపాయలు ఇచ్చి ఆ ఎద్దును కొంటానన్నాడు ఆ యువ వ్యాపారి. రెండు రూపాయలు కూడా ఖరీదు చేయని ఈ ముసలి ఎద్దును తక్కువ ధరకే అమ్ముతానన్నాడు యజమాని. అప్పు చెల్లించి తీరాలి కాబట్టి మొత్తం 14 రూపాయలు తీసుకోమని బలవంతంగా ఆ యజమాని చేతిలో పెట్టి ఆ ఎద్దును తీసుకొచ్చేస్తూంటే ఆ ఎద్దు కళ్ళల్లో ఆనంద భాష్పాలు రాలాయి. తిరిగి వెళ్ళే దారిలో ఒక శివాలయంలోని లింగం మీద ఆ ఎద్దు దృష్టి పడింది. రెప్ప వాల్చకుండా ఆ లింగాన్ని చూస్తూ ఆ ఎద్దు కన్ను మూసింది. ఆ రోజు రాత్రి మళ్ళీ ఆ వ్యాపారికి కలొచ్చింది, అందులో తన తండ్రి తనతో "నాయనా! నా అప్పు తీర్చి నాకు ఎద్దు యోని నుండి ముక్తిని ప్రసాదించి, నాకెంతో మేలు చేసావు" అన్నాడట.

తీసుకున్న అప్పు తీర్చి తీరాలి అన్నప్పుడు ఎంత త్వరగా వీలైతే అంత త్వరగా తీర్చడమే మంచిది. మరో యదార్ధ సంఘటన–ఒక రైతు పొలం దున్నుతున్నాడు. కాని తన ఎద్దుకు మాత్రం మహాబద్ధకం. నాలుగడుగులు కూడా వేయకుండా కూర్చుండిపోయేది. ఎంత కొట్టినా లాభం ఉండేది కాదు. విసిగిపోయిన రైతు గట్టు మీద దిగాలుగా కూర్చున్నాడు. అటుగా వెళ్తున్న ఇద్దరు ఇతనిని చూసారు. ఒక మామగారు కోడలిని పుట్టింట్లో దింపటానికి వెళ్తున్నారు. ఆ కోడలు ఎద్దు దగ్గరకెళ్ళి చెవులో ఏదో చెప్పింది. వెంటనే ఆ ఎద్దు పని చేయడం మొదలెట్టింది. ఆపే ప్రస్తావనే తేలేదు. దాని బద్ధకమంతా ఎగిరిపోయింది. ఆ రైతుకీ, మామగారికీ ఆశ్చర్యంతో పాటు ఆనందం కూడా కలిగింది. కాని అసలు ఆ ఎద్దు చెవులో ఏ మంత్రం నూరిపోసావు అని కోడల్ని అడిగాడు మామగారు. ఆమె చెప్పింది – "ఆ ఎద్దు పూర్వ జన్మలో నా భర్త. అప్పుడు ఆ రైతు ఒక జమీందారు. నా భర్త అప్పుడు కూడా ఈ జమీందారు దగ్గరే పని చేసేవాడు. కాని అప్పుడు కూడా బద్ధకంతో పని ఎగ్గొట్టేవాడు, అంతే కాక గుట్టు చప్పుడు కాకుండా డబ్బు కూడా దొంగలించేవాడు. ఆ బాకీ తీర్చుకోవడానికి ఇప్పుడు అదే రైతు దగ్గర ఎద్దుగా పుట్టాడు, కాని పూర్వ జన్మ సంస్కారాల వల్ల ఇప్పుడు కూడా బద్ధకంగానే ఉన్నాడు. ఆ విషయం అతనికి గుర్తు చేసి, తీర్చి తీరాలి అన్నప్పుడు అదేదో బాగా పని చేసిగా త్వరగా తీర్చేసుకుంటే మంచిది కదా అని చెవిలో చెప్పాను. అది అర్థమై ఆ ఎద్దు పని చేస్తోంది" అన్నది. వినడానికి వింతగా ఉన్నా ఇది కల్పించి చెపుతున్న విషయం కాదు.

కర్మ భారం తీరనంత వరకు మనిషికి ముక్తి లేదు. కర్మ

ఇతరుల జాలి భరించకండి, మీ కాళ్ళమీద మీరు నిలబడే ప్రయత్నం చేయండి

చక్రం చాలా నిగూఢమైనిది, అగోచరమైనది. ఈ కర్మ వ్యాపారం ఎంతో జటిలమైనది, ఎప్పుడు ఏ రూపంలో ఎదురవుతుందో అర్థమే కాదు. విజయకృష్ణ గోస్వామి ఒక ప్రఖ్యాత యోగి. ఒక సారి ఆయన గోవర్ధన పర్వతానికి ప్రదక్షిణ చేస్తున్నారు. ఈ ప్రదక్షిణ వల్ల కోరినవన్నీ తీరతాయంటారు. మాటిమాటికీ ఒకతను ఆయన ముందుకొచ్చి ఉన్నట్టుండి మాయమై పోయేవాడు. చివరికి గోస్వామి గారు, "ఎవరు నువ్వు? నా ముందుకొచ్చి అసలు నీకేం కావాలో చెప్పు " అన్నారు. ఆ వచ్చింది ఒక ప్రేతాత్మ, "నేను మీ ముందుకు రాలేను, కానీ రావాలని ఉన్నది. నేనో పెద్ద చిక్కులో ఇరుక్కున్నాను. యోగి రాజా! నాకు సహాయం చేసి నా మీద దయ చూపించండి." అన్నాడు. గోస్వామి గారు తమ యోగబలంతో ఆ ప్రేతాత్మని తమ ముందు ప్రకటింపజేసారు. అప్పుడది చెప్పుకొచ్చింది, "పూర్వ జన్మలో నేనొక షాహుకారి ధనాన్ని దొంగలించాను. పట్టుబడతానన్న భయంతో ఆ ధనాన్నంతటినీ ఒక గొయ్యి తవ్వి అందులో పూడ్చి దాని మీద ఒక పెద్ద రాయిని పెట్టాను. మీరు దయచేసి ఆ ధనాన్ని తీసి ఆ షాహుకారి కుటుంబీకులకు అప్పజెప్పండి. అప్పుడు కాని నాకు ఈ ప్రేత యోని నుండి ముక్తి లభించదు. ఇలా ప్రేతాత్మగా తిరిగి తిరిగి అలసి పోయాను." అన్నాడు. గోస్వామి అలానే చేసి అతనికి ముక్తి నిచ్చారు. మరు జన్మల్లో సదా సత్కర్మలనే చేయమని లేకపోతే ఇలాగే జరుగుతుందని ఉపదేశించారు.

నాదిర్‌షా కాలంలోని మరో సంఘటన చూద్దాం. ఒకడు అందరిని కష్టపెట్టి, సతాయించి ఆనందిస్తుండేవాడు. అతని పనే అది. అందరి దగ్గర అప్పు తీసుకుని చచ్చినా చెల్లించేవాడు కాదు. ఇవ్వనన్న వాళ్ళ దగ్గరి నుండి బలవంతంగా లాక్కునే వాడు. ఇలా రోజూ కల్లోలం సృష్టించేవాడు. అతనికి అంత్య కాలం వచ్చింది. చనిపోయాక యమధర్మరాజు దగ్గర నిలబెడితే 3000 సంవత్సరాల ప్రేత జన్మ జీవించాలని శిక్ష వేశారు. ఎవరైనా సాధువులు, మహాత్ములు ఎదురైె తలుచుకుంటే వారు ముక్తిని ప్రసాదించగలరని చెప్పబడింది.

ఒక వెయ్యి సంవత్సరాలు ప్రేతాత్మగా తిరిగి తిరిగి విసిగిపోయాడు. ఒక రోజు ఒక చెట్టు మీద కూర్చుని ఉండగా దాని కింద ఒక సిక్కు గురువు సేద తీర్చుకుని ధ్యానానికి కూర్చున్నాడు. ఆ గురువును ప్రేతాత్మ ముక్తి కోసం వేడుకుంది, తన గతాన్ని చెప్పుకుంది. ఆ గురువు తనకి ప్రేత యోని నుండి ముక్తిని ఇస్తానని అభయమిచ్చాడు. ఆ గురువు తన శిష్యులలో ఎవరికైనా సంతానం కావాలా అని అడిగారు. అక్కడున్న దంపతులొకరు సంతానానికి సమ్మతించారు. గురువు తన తపోబలంతో ఆ ప్రేతాత్మను వారి ఇంట్లో జన్మించేలా చేసారు. పుట్టుకతోనే ప్రత్యేకంగా వ్యవహరించాడు ఆ బిడ్డ. పెద్ద వాడయ్యాక చదువు మీద ఏ మాత్రం అభిరుచి చూపించే వాడు కాదు. స్కూలుకు వెళ్ళినా తిరిగి పరిగెత్తుకు వచ్చేవాడు. గురువాణి మాత్రమే చదివేవాడు, జపం చేసేవాడు, తనలో తానే మునిగిపోయేవాడు. అతని వ్యవహారానికి తల్లిదండ్రులు ఎంతగానో బాధపడ్డారు, అతని భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచించి భయపడ్డారు.

అదే సమయంలో వారికి మళ్ళీ ఆ సిక్కు గురువుగారి దర్శన భాగ్యం లభించింది. పిల్లవాడి వ్యవహారం గురించి చెప్పి చింతించారు. గురువు ఆ పిల్లవాడిని ఈ విషయమై ప్రశ్నిస్తే, అతను, "అక్కడ ఈ చదువులకి ఎలాంటి అర్థం లేదు. నేను ఇప్పుడు ఏది చదువుతున్నానో, అక్కడ అదే ముఖ్యం. కాబట్టి అక్కడేది పనికొస్తుందో, నేనిప్పుడు అదే చేస్తున్నాను" అన్నాడు. పిల్లవానికి తన గతం గుర్తుంది. అందుకే అతని కర్మభారం తీరే విధంగా కర్మలు చేయడంలో నిమగ్నమై ఉన్నాడు. గురువుగారు పరిష్కారం చెప్పారు, "ఈ పిల్లవాని స్మృతి కొద్దిగా కప్పేద్దాం, అప్పుడు అతనికి చదువు మీద అభిరుచి కలుగుతుంది. కాని అతన్ని ఎక్కువగా విసిగించకండి, తన పూజా పునస్కారాలలో ఆటంకం కలిగించకండి. అతను ఒక దుఃఖ జీవి, తన దుఃఖాన్ని తగ్గించుకోవడానికి ఇక్కడికి వచ్చాడు." అని చెప్పి ఆ సిక్కు గురువుగారు ఆ పిల్లవాడికి తన గత స్మృతిని తగ్గించాడు. అటు పిమ్మట ఆ పిల్లవాడు బాగా చదువుకుని ప్రయోజకుడయ్యాడు.

జీవితంలో ఇచ్చి పుచ్చుకోవడం అక్కడికక్కడే పూర్తి చేసుకోవాలి. తీసుకునేడప్పుడు ఇచ్చి తీరాలన్న విషయం మర్చిపోనేకూడదు. తీసుకోవడం అనేది గుర్తుంటుంది కాని ఇవ్వవలసినప్పుడు ఎక్కడ లేని సాకులు గుర్తుకువస్తాయి. **నిజానికి తీసుకున్న దానికి అనేక రెట్లు ఇచ్చేసి ఋణం తీర్చుకోవాలి.** ఏ కర్మ ఎప్పుడు చీకటి కూపంలోకి నెట్టేస్తుందో తెలియదు, ఎన్నాళ్ళు ప్రేతయోనిలో కొట్టుమిట్టాడాలో తెలియదు. కాబట్టి **జీవితంలో ఎప్పుడూ ఇస్తూనే ఉండాలి, సత్కర్మల బీజాలు నాటుతూనే ఉండాలి. ఏదో ఒక రోజు సత్కర్మల బీజాలు మొలకెత్తి ఫలాన్నిస్తాయి.** అప్పుడు మనం పండించుకున్న ఫలాన్ని ఇష్టం వచ్చినట్టు ఉపయోగించు కోవచ్చు. కాబట్టి సత్కర్మలు చేయడంలో పిసినారితనం చూపించ కూడదని గుర్తుంచుకోండి. ఇచ్చే అవకాశాన్ని చేజార్చుకోకండి.

– అఖండజ్యోతి, మే 2009

అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి

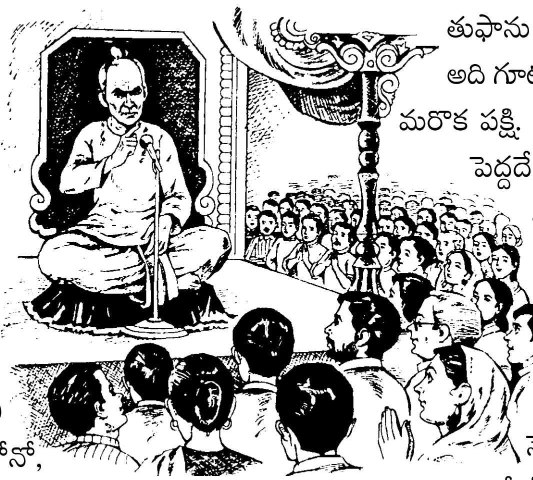
మనతో కటువుగా ఉన్నవారే మన ఉన్నతికి దోహదపడతారు

పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి

ఆధ్యాత్మికత యొక్క మొదటి పాఠం-కర్మయోగం-3

గత సంచికలో పండిత శ్రీరామశర్మఆచార్యులవారు తమ ప్రవచనాక్రమములో కర్మయోగమును ఆధ్యాత్మికత ప్రథమ సోపానముగా వివరించినట్లు చదువుకున్నాము. కర్మయోగమును శ్రమయొక్క పరాకాష్ఠగా చెప్పవచ్చు. అటువంటి శ్రమను త్యజించినవాళ్ళు జీవితములో ఏ రంగములోను అభివృద్ధిని సాధించలేరు. వ్యక్తిత్వమును సమగ్రముగా తీర్చిదిద్దుకోలేరు. పనిని నిర్లక్ష్యము చెయ్యడమే మన సమాజంలోని దారిద్ర్యానికి మూలకారణము. గురువర్యులు మన అంతరంగాలను కుదిపివేస్తూ 'మన భారతీయ సమాజములో అభివృద్ధిపథమునకు కొన్ని గీటురాళ్ళు నిర్ణయించబడ్డాయి. మనము కష్టపడేవారిని చూసి అసహ్యించుకుంటాము. ఎలాంటి శ్రమ చేయకుండా, విశ్రాంతిగా కూర్చుని తినడమే గొప్పగా భావిస్తుంటాము. అందుచేతనే ఈ దేశము ఎలాంటి సమృద్ధి లేకుండా దారిద్ర్యములో పడి కొట్టుమిట్టాడుతున్నది. ఆధ్యాత్మికత యొక్క మొట్టమొదటిపాఠము 'శ్రమపడటము'. తరువాతి అంశము నిజాయితీతో పొందగలిగిన సమృద్ధి. 'ఇవి రెండూ కర్మయోగముతోనే సాధ్యము కాగలవు' అని ప్రబోధిస్తున్నారు. రండి! వారి వాక్కులను మరింతగా హృదయంగమము చేసుకుందాము!

బాధ్యతను సరిగ్గా నిర్వహించడం



పనిపట్ల ఉండవలసిన ఉత్సాహం, అప్రమత్తత, ప్రేమ మనలో లోపిస్తున్నాయి. లోపించుట వలన ఏమౌతుంది? శారీరిక శ్రమ వలన పొందగలిగే స్వల్పమాత్రపు లాభమే మనకు లభిస్తుంది. కానీ అందులో ప్రత్యేకతగాని, విలువ గాని ఉండవు. అలసిపోయిన మనస్సుతోనో, ఓడిపోయిన హృదయముతోనో, నిర్లక్ష్యముగానో లేదా అనవసరపు భారముగానో భావిస్తూ ఏదో ఒకవిధముగా పని పూర్తయ్యింది అనిపించే రీతిలో చెయ్యబడే పని అసలు పని అని ఎంతమాత్రము అనిపించుకోదు. అది పనిలో నాలుగవ భాగము మాత్రమే.

'బయా' అనే పక్షి ఒకటున్నది. దాని గూడును బహుశా ఎప్పుడూ మీరు చూసుండరు. చూడకపోతే ఒకసారి చూడండి, చాలా అద్భుతముగా ఉంటుంది. కావటానికి పక్షి ఎంతో చిన్నది, కానీ గూడును నిర్మించుకునే తీరు అసామాన్యం. ఆ గూడులోకి ఒక్క చుక్కకూడా నీరు వెళ్ళదు. తుఫానువల్ల దానికి ఎటువంటి ప్రమాదము ఉండదు. 'గాలి వాన వస్తే నాకేమి, తుఫాను వస్తే నాకేమి?' అన్నంత నిశ్చింతగా అది గూట్లో నిద్రపోతుంటుంది. పావురం కూడా మరొక పక్షి. అది 'బయా' కన్నా పరిమాణములో పెద్దదే. కానీ పావురము కట్టుకునే గూడు ఏమంత దృఢముగా ఉండదు. అందులోనే గ్రుడ్డు పెడుతుంది. కొద్దిపాటి గాలికే గ్రుడ్లన్నీ క్రింద పడతాయి. గ్రుడ్లమీద గూడు, గూడు మీద పావురము. అన్నీ తునాతునకలై నేలమీద పడిపోతాయి. 50 తరాలు గడిచినా అదే తీరు. పావురానికి గట్టిగా గూడు కట్టుకోవడమే చేతకాదు. బయాపక్షి తన గూడును ఏదైనా మిషన్‌తో కడుతుందా? లేదు, అన్ని పిట్టలలాగే అది తన ముక్కుతోనే కడుతుంది. కానీ ఎంతో చురుకుగా, తెలివిగా మనస్సునంతా కేంద్రీకరించి ఏకాగ్రతతో కడుతుంది. అలా చేయబడిన పనంతా ఎంతో ఘనంగా ఉంటుంది. **మనస్సు లగ్నము చేసి శ్రద్ధగా పనిచేసినప్పుడు ఆ శ్రమకు సార్థకత చేకూరుతుంది.** ఒక వ్యక్తి తాను చేసే పనిని భారమైనదిగానో, వ్యర్థమైనదిగానో అనుకోకుండా చేసినట్లయితే అది కర్మయోగమవుతుంది. అది మన గౌరవానికి సంబంధించిన అంశమవుతుంది. ఆ గౌరవము మనము చేసే పని యొక్క వాసి పైన ఆధారపడి ఉంటుంది. దానిని మన మర్యాదకు సంబంధించిన

ఎవరిని తక్కువగా చూడవద్దు

సవాలుగా తీసుకున్నప్పుడు ఆ పనిని బాధ్యతగా భావించి సక్రమముగా నిర్వహించి చూపిస్తాము.

కర్మయోగములోని మొదటి పాఠము

'పనే దైవము' అంటారు. పని పూజ ఎప్పుడవుతుంది? ఏ పని పెద్దదీకాదు, చిన్నదీకాదు. 'మనము మన పనిని బాధ్యతతో మనస్ఫూర్తిగా నిర్వహిస్తున్నాము' అని భావిస్తూ చేసే పని 'పూజ' అవుతుంది. ఈ సందర్భముగా 'యోగాభ్యాసము' యొక్క ప్రాముఖ్యతను తెలియజేసే కథ ఒకటున్నది.

ఒక స్వాములవారు ఒక అడవిలో కూర్చుని తపస్సు చేసుకుంటుండేవారు. తపస్సు చెయ్యగా చెయ్యగా ఆయనకు కొన్ని అద్భుతాలు సిద్ధించాయి. ఒకరోజు తన తల పైకెత్తి చూడగా చెట్టుమీద ఒక కూర్చునున్న ఒక పక్షి కాలి క్రిందపడి పోయింది. 'నేను గొప్ప యోగినయ్యాను' అనుకొన్న ఆ స్వామికి చాలా గర్వము వచ్చింది. ఒకరోజు ఒక గృహస్థు ఇంటికి వెళ్ళి భిక్ష వెయ్యమని కోరాడు. జబ్బుపడిన తన భర్తకు భోజనము తినిపిస్తున్న ఆ ఇంటి ఇల్లాలు 'తమరు కొంచెము వేచి ఉండండి. ప్రస్తుతము నేను యోగాభ్యాసము చేస్తున్నాను. ఇది పూర్తయిన పిదప తమకు భిక్ష వెయ్యగలను' అన్నది. 'యోగాభ్యాసము చేస్తున్నాననటున్నది, కానీ సంభాషిస్తున్నదే' అనుకున్న స్వామి కిటికీలో నుండి దృష్టిసారించి 'అమ్మా! నువ్వు చేస్తున్నది యోగాభ్యాసమా?' అన్నాడు. మీరు నిశ్శబ్దముగా కూర్చోండి. తమరు కళ్ళెత్తి చూస్తే కాలిపోవటానికి నేనేమీ చెట్టుమీది పక్షిని కాదు. ఈ సంగతి నాకెలా తెలిసింది అనుకుంటున్నారా? నేను కూడా యోగినే' అన్నదామె. ఆ స్వామి అక్కడే కూర్చున్నాడు. ఆమె భర్తకు భోజనము పెట్టడము ముగించి వచ్చి ఈయనకు భిక్ష సమర్పించింది.

'అమ్మా! నా దృష్టితో పక్షి కాలిపోయిందన్న విషయము మీ కెలా తెలిసింది?' అని స్వామి అడిగాడు.

'నేను చెయ్యవలసిన పని ఏదైతే ఉందో, దానిని నా బాధ్యతగా, కర్తవ్యముగా తలచి, దానివలన సమాజానికి కలిగే హితాన్ని గుర్తించి, సంపూర్ణనిష్ఠతో నిర్వహిస్తున్నాను, అదే నేను చేస్తున్న యోగాభ్యాసము' అని చెప్పింది గృహిణి.

ఈవిధమైన యోగాభ్యాసమును నాకు కూడా నేర్పమని అడిగిన స్వామిని, తన గురువైన తులాధారవైశ్యుని వద్దకు వెళ్ళమని చెప్పిందా ఇల్లాలు. సరే అని స్వామి తులాధారవైశ్యుడు ఉండే ప్రదేశమునకు వెళ్ళాడు. వైశ్యుడు వర్తకములో నిండా మునిగియున్నాడు. రోజంతా ఇంగువ, లవంగాలను తూస్తూనే ఉన్నాడు. స్వామి! మీరు కూర్చోండి. నా చేతిలోని పనైపోయిన తరువాత మాట్లాడుకుందాము. మీ దృష్టితో పక్షి కాలిపోయిన వైనము నాకు తెలుసు, కూర్చోండి, తరువాత అన్నీ నేర్పుతాను' అన్నాడు ఆ వైశ్యుడు. 'ఇప్పటిదాకా మనిద్దరికీ పరిచయమే లేదు. నాగురించిన సంగతులు మీకెట్లా తెలిశాయి?' అని ఆశ్చర్యపోతున్న స్వామితో 'నేను చేస్తున్నది యోగాభ్యాసమే! ఇదే కుండలినీ జాగరణకూడా!' అని చెప్తూ అతడు సాయంత్రము పూర్తయ్యేంతవరకూ తన కర్తవ్యములో నిమగ్నమయ్యాడు. పని అంతా అయిన పిదప 'స్వామి! నేను చదువుకున్నవాడిని కాదు. మీరు అడుగుతున్నారు కాబట్టి యోగాభ్యాసమును గురించి చెప్తున్నాను. **మనస్ఫూర్తిగా, తదేకనిష్ఠతో, నిజాయితీగా, బాధ్యతలను నిర్వహించడమే యోగాభ్యాసము.** నేను చేస్తున్నది అదే. ఇదంతా ఏదైనా పుస్తకములో వ్రాయబడున్నదా? అంటే అది నాకు తెలియదు. కాశీలో ఉండే నా గురువైన శ్రీనాథఛండాలురవారి ఉపదేశముతో నేను నా కర్తవ్యాలను నిర్వహిస్తున్నాను' అని చెప్పాడు వైశ్యుడు.

స్వామి ప్రయాణము చేసి కాశీకి చేరి శ్రీనాథఛండాలుర వారిని కలుసుకున్నాడు. స్వామి వెళ్ళేసరికి ఆయన చీపురుతో కొంత ప్రదేశమును శుభ్రము చేస్తున్నారు. స్వామి ఆయనకు సాష్టాంగ ప్రణామము చేసి, మీరు దేనికోసమైతే అన్వేషిస్తున్నారో అది మీకు లభించదు. ఒంటరిగా ప్రయత్నించడములో మీకు చాలా కష్టము కలుగుతుంది. నేను మీకు సహాయము చేస్తాను' అన్నాడు ఆయన. అంతేకాదు, 'తులాధారవైశ్యుడు మిమ్మల్ని ఇక్కడకు పంపించాడు. తులాధారవైశ్యుని వద్దకు గృహిణి పంపించినది. మీరు పక్షిని కాల్చివేసిన విషయము వారికీ, నాకు కూడా తెలుసు. ఎలాగంటే-మేము యోగులము కాబట్టి. భూతభవిష్యత్ వర్తమాన కాలాలన్నింటినీ తెలుసుకోగలము' అని కూడా చెప్పాడు. స్వామి యొక్క ఆశ్చర్యమునకు అవధులు లేవు. ఆయన వెంటనే 'ఇటువంటి యోగాభ్యాసమును నాకు కూడా నేర్పండి' అని ప్రార్థించాడు. సాయంకాలము ఆయన స్వామిని తీసుకెళ్ళి తాను చేసే పనులన్నింటినీ చూపించాడు. శ్రీనాథుడు మురికిని, చెత్తాచెదారమును శుభ్రము చేశాడు.

కష్టం ఫలించినప్పుడు అది మధురానుభూతిగా మారుతుంది

'ఏ పనినైనాసరే మనము మనస్ఫూర్తిగా ఇష్టముగా చెయ్యకపోతే అది మనకు భారమౌతుంది. అటువంటి పని మనకు దుఃఖమునే మిగులుస్తుంది. అందుచేత మనము ఆ పనిని చెయ్యటానికి ఇష్టపడము' అని పలికాడు శ్రీనాథుడు.

ఉత్సాహముగా చేసే పనే కర్మయోగము అవుతుంది

'చేసే పనిలో కౌశలమును సదా కనబరచటమే కర్మ యోగము'. పనిలో నాణ్యత అంటే పనిపట్ల మన మనస్సులో ఉత్సాహమును ఉత్పన్నము చేసుకొనగలగటము. ఉత్సాహము లేకుండా చేసిన పని మనకు ఏవిధంగా లాభము చేకూర్చ గలదు? ఒకసారి అమెరికా దేశస్థుడొకడు జపానుదేశమునకు వెళ్ళి అక్కడి కర్మాగార యజమానులతో 'మీరు వారానికి ఆరురోజులు పని చేస్తారు. మేము 5 రోజులే పని చేయిస్తాము. కానీ 6 రోజుల వేతనము ఇస్తాము, వారానికి రెండురోజుల సెలవు కూడా ఇస్తాము' మీరు కూడా అవిధముగా చెయ్యవచ్చు కదా? అన్నట్లు చెప్పారు. అప్పుడు జపనీయులు, మీరు మాలో బలహీనత ఉత్పన్నము చెయ్యవద్దు. మేము సోమరితనముగా కాలము గడపాలని, విశ్రాంతి తీసుకుంటూ డబ్బు ఆర్జించాలని కోరుకొనటము లేదు. విశ్రాంతిగా ఉన్న సమయమును అటూ ఇటూ తిరుగుతూ కాలక్షేపము చెయ్యటము మా నియమాలకు విరుద్ధము. మీరు డబ్బు ఇవ్వకపోయినా మేము ఆరురోజులు పని చేస్తాము' అని ఖచ్చితముగా తేల్చిచెప్పారు. ఆరురోజులకన్నా తక్కువ పని చేస్తే, మనము సోమరులము, పనిదొంగలము అవుతాము.

నేను మీకు ఒక ఉదాహరణ చెబుతాను వినండి. పంట భూమి భారతదేశములో ఎక్కడైనా ఒకేలాగా ఉంటుంది. గుజరాత్ రాష్ట్రములో కూడా అలాగే ఉంటుంది. కానీ గుజరాత్ లోని రైతులు మరో ప్రదేశములో ఉన్న రైతులకన్నా అధిక సంపన్నులు. అక్కడ ఇంటిలోని వారందరు స్త్రీలు, పురుషులు, పిల్లలు అన్న విచక్షణ లేకుండా అందరు కష్టపడి పొలములో పనిచేస్తారు. ఒకసారి మేము అహమ్మదాబాద్ దాటిన పిదప బరోడా, ఆనంద్ అనే ప్రదేశములకు వెళ్ళాము. అక్కడ మాండలి అనే ఒక చిన్న పల్లెలో ఒక వ్యక్తి ఉన్నాడు. ఆయనకున్న 14 సంవత్సరముల పిల్లవాడు మరణించాడట. అక్కడి వారందరు ఆయనను 'గురువుగారిని కలిసి వారి ఆశీర్వాదము తీసుకుంటే తిరిగి పిల్లలు జన్మిస్తారు' అని చెప్పడముతో అతను వచ్చి మమ్మల్ని కలిసి తన బాధను, తన ఇల్లాలు పడుతున్న వేదనను గురించి చెప్పి, సహాయము చెయ్యమని అర్థించాడు. 'భగవంతుడు తలచుకుంటే తప్పక సహాయపడతాడు' అని చెప్పి ఊరడించి పంపించివేశాము. అదృష్టమేమోకానీ అతడికి 14 సంవత్సరముల తరువాత తిరిగి పిల్లలు కలిగారు. మేము కొన్ని సంవత్సరముల పిదప రెండవసారి 'ఆనంద్'కు వెళ్ళినప్పుడు ఆ వ్యక్తి వచ్చి మరల మమ్మల్ని తన గ్రామమునకు రావల్సిందిగా పట్టుబట్టి వెంటతీసుకెళ్ళాడు. అతనికి ఎంత పొలమున్నది అని అడిగితే, '50 సెంట్లు' అన్న సమాధానము వచ్చింది. అదే మన ప్రదేశములో అయితే 50 సెంట్ల పొలమున్న వ్యక్తి ఎంతో దారిద్ర్యముతోను, ఆకలిదప్పుల తోనూ బాధపడుతూ, సరియైన బట్టలు కూడా లేకుండా దుర్భర జీవితమును సాగిస్తుంటారు. మరి వారికి ఇంత సంపత్తి ఏమిటి?

అందుకు సమాధానముగా ఆ వ్యక్తి మమ్మల్ని తన పొలానికి తీసుకువెళ్ళాడు. అక్కడ ఆ వ్యక్తికున్న ఎమ్.ఎ చదువుతున్న ఇద్దరు ఆడపిల్లలు, బి.ఎ. చదువుతున్న ఒక కొడుకు అందరూ పొలంలో దిగి కూలివాళ్ళతో సమానముగా పనిచేస్తున్నారు.

'గురుదేవా! నేల ఎక్కడైనా ఒక్కటే. కానీ చెమటోడ్చి పనిచేసే ఈ మనస్తత్వము మీ ప్రదేశములో లేదు. సోమరితనము, పనిదొంగలుగా ఉండటము వలన మీ దేశములో రైతులు దరిద్రులుగా మారిపోయారు' అని చెప్పాడా వ్యక్తి.

మనము చేసే పని ఎడల అంతరంగములో ఇష్టము ఉండటము చేత సత్పరిణామములు లభిస్తాయి. స్వామీ సత్యదేవులవారు ఒకసారి జర్మనీకి వెళ్ళారు. అక్కడ ఆయన ఒక పిల్లవాడి దగ్గర వార్తాపత్రిక కొన్నారు. ఆ పిల్లవాడి హావభావములు, తీరుతెన్నులు చూస్తే సంపన్న కుటుంబములో నుండి వచ్చినట్లుగా అనిపించసాగింది. ఇంటినుండి అలిగి పారిపోయి బయటికి వచ్చి ఈ పనిని చేస్తున్నాడేమో నసే ఆలోచనతో స్వామి అతనిని ప్రశ్నించగా, ఆ పిల్లవాడు 'స్వామి! మీరు భారతదేశమునుండి వచ్చినట్లున్నారు. ఇక్కడ మా జర్మనీలో ప్రతి ఒక్కరూ కష్టపడి పనిచేస్తారు. మనిషి ఎప్పుడూ పరిశ్రమశీలిగా ఉండాలి. మా నాన్నగారు ఉన్నతన్యాయ

అంతరాత్మ ప్రబోధాన్ని అనుసరించేవారు ఇహపర లోకాలలో సాఫల్య శిఖరాలను అధిరోహిస్తారు

స్థానములో న్యాయమూర్తులు. ఆయన నిర్దేశానుసారమే నేను పత్రికలు అమ్మి డబ్బు సంపాదించి మా నాన్నకి ఇస్తున్నాను. ఆయన నా పేరిట ఈ డబ్బును బ్యాంక్‌లో జమచేస్తున్నారు. **మనిషి తాను స్వయముగా కష్టపడి పనిచేసి సంపాదించిన డబ్బును వృథాగా తన చేతులతో ఖర్చుచెయ్యలేదు.** అలాకాక, తను కష్టపడకుండా సోమరిగా కూర్చుని విశ్రాంతిగా కాలము గడిపే వ్యక్తి ఎవరినుండో తనకు సంక్రమించిన డబ్బును వృథాగా ఖర్చు చేసేస్తాడు. జూదమాడతాడు, పేకాట ఆడతాడు. మద్యము త్రాగి మొత్తము సంపదనంతా నాశనము చేస్తాడు' అని చెప్పాడు.

సోమరితనముతో వచ్చిన డబ్బుకు, పాపము చెయ్యగా వచ్చే డబ్బుకు పెద్దగా తేడా ఏమీ ఉండదు. అందుచేత మీ పిల్లలకు ఆస్తులను ప్రోగుచేసి ఇస్తే వారిని సోమరులుగా తయారుచేసినట్లే. చెమటోడ్చి కష్టపడి డబ్బును సంపాదించినప్పుడు, ఆ డబ్బును దేనికి ఖర్చుచెయ్యాలో, దేనికి చెయ్యకూడదో మనిషికి అర్థమౌతుంది. అందుచేతనే మేము మీకు జపాను, జర్మని దేశముల ఉదంతాలను తెలియజేస్తున్నాము.

కష్టపడి పనిచెయ్యండి

పైన చెప్పబడిన ఉదాహరణలను అనుసరించి ప్రతి వ్యక్తీ అర్థము చేసుకొనవలసినదేమిటంటే, 'మనము పనిచెయ్యడమనేది అత్యవసరము. అదేపనిగా లక్ష్మీదేవిని పూజిస్తూ మన కోరికలన్నింటినీ తీర్చమని పదే పదే ప్రార్థించడము వలన మన మనోరథములు నెరవేరవు. ఈ సందర్భముగా ఒక చిన్న కథను వినండి.

ఒకసారి లక్ష్మీదేవి స్వర్గమునుండి భూలోకమునకు వచ్చి ప్రజలందరినీ 'మీకు ఏమేమి వరాలు కావాలో కోరుకోండి' అని చెప్పింది. ప్రజలకు ఇంతకన్నా కావలసిందేముంది. అంతా వరుసగా నిలబడి ఎవరెవరి కోరికలను వారు విన్నవించుకుంటున్నారు. అప్పుడు పృథ్వీమాత ప్రత్యక్షమై ఇలా అన్నది. 'మీరు ఈ దురాశ అనే జంజాటములో చిక్కుకోవద్దు. ఇది మిమ్మల్ని నాశనము చేస్తుంది. స్వీయ-కష్టము మీదనే ఆధారపడి జీవించండి. మీ కాళ్ళ మీద నిలబడి సంపాదించండి. చెమటోడ్చి సంపాదించిన డబ్బే మీకు శ్రేయస్సునిస్తుంది.' కానీ ఎవ్వరూ ఆమె మాటలను ఖాతరు చెయ్యలేదు. అందరూ సంపదనే కోరుకున్నారు. ఆమె అందరికీ వారి కోరిక ప్రకారము కావలసిన ధనమును ప్రసాదించి అదృశ్యమైంది. ఇక ఎక్కడ చూసినా సంపదే. సంపద ఉన్నదన్న ధీమాతో అందరు సోమరిపోతులు, బద్ధకస్తులు అయ్యారు. పని చెయ్యటము మానేసి హాయిగా తిని, కులాసాగా కాలక్షేపము చెయ్యటము మొదలుపెట్టారు. ఎవరి మనోవాంఛలను వారు తీర్చుకుంటూ విలాసముగా జీవించసాగారు. పొలములోకి దిగి పనిచేసే వారెవరు? డబ్బు వచ్చిందికదా? హాయిగా అన్నీ కొనుక్కోవచ్చు అనుకున్నారు. ఫలితముగా వ్యవసాయము ఆగిపోయింది. ఎద్దులను అమ్మివేశారు. బావులన్నీ ఎండిపోయాయి. కొద్దిరోజుల తరువాత ఏమైంది? భూమి నెర్రెలువారింది. ధాన్యము, సరుకులు ఉన్నవారి దగ్గరనుండి జనము కొనుక్కుంటున్నారు. ఉన్న ధాన్యము కొంచెమే. కొనేవారు అధికము. ధరలు ఆకాశమునంటాయి. ఒకానొక పరిస్థితిలో యావత్ప్రపంచమంతా గాలించినా ఒక్క గింజకూడా ధాన్యము లభించలేదు. ప్రజలు ఆకలితో మరణించసాగారు. అందరి దగ్గర డబ్బు చాలానే ఉన్నది. కానీ ఉపయోగమేముంది? ఆకలితో శోషించి, జబ్బులతో కుంగికృశించి జనము మరణించసాగారు. భూదేవి మళ్ళీ వచ్చింది. ఏడుస్తూన్న తన సంతానమును చేరదీసి 'మూర్ఖులారా! సోమరితనముతో డబ్బు సంపాదించాలని మీరు కోరుకుంటే అది మిమ్ములను ఆపదలోకి త్రోసివేస్తుంది' అని నేను మీకు ఇంతకుముందే చెప్పాను. ఇప్పటికైనా మించిపోయిందేమీ లేదు. మీరు కష్టపడి పని చెయ్యండి. ఇతరుల మీద ఆధారపడవద్దు. మీ శ్రమతో సంపాదించిన ధనముతోనే జీవితమును సాగించండి అని భూమాత సెలవిచ్చింది. మిత్రులారా! ఇదే కర్మయోగము అంటే! పనిని కర్మయోగములోకి మార్చుకోవాలంటే మనము చిన్న చిన్న సిద్ధాంతములను జోడించుకోవాలి. మనము చేసేపనిలో అభిరుచి కలిగి ఉండటము మొదటి సిద్ధాంతము! ఉత్సాహంతో, ఉల్లాసంతో పనిచెయ్యాలి. మనము చేసేపని ఎంతో ముఖ్యమైనది, ఉన్నతమైనది అన్న భావనతో పనిచెయ్యటము అనేది చాలా అవసరము.

(సశేషము... వచ్చే సంచికలో ముగింపు)

– *అఖండజ్యోతి, సెప్టెంబర్ 2013*

అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి

అంతరాత్మ ప్రబోధాన్ని పట్టించుకోనివారు అథః పాతాళానికి దిగజారిపోతారు

నా వారితో నా మాట

ఈ సంవత్సరంలో మనకు నిర్ధారింపబడిన ముఖ్య ఆధ్యాత్మిక కర్తవ్యాలు

ఇది అసాధారణమైన సంవత్సరం

జయనామ సంవత్సరం మొదలైంది. దీనితో పాటే మన దేవ కుటుంబీకులు ప్రధానంగా జరుపుకునే నవరాత్రి సాధన కూడా మొదలవుతుంది. సామూహిక సాధనతో ముడిపడి ఈసారి మరింత ప్రాధాన్యతను సంతరించుకుంది. అందుకే ఈనాడు సాధకుల్లో మరింత ఉత్సాహం, ఉల్లాసం కనిపిస్తున్నాయి. ఈ 2014 సంవత్సరం, మరియు జయనామ సంవత్సరం రెండూ చాలా ముఖ్యమైనవి అని విశేషజ్ఞులు చెప్తున్నారు. అంటే రాబోయే శుభ పరిణామాలను సూచిస్తున్నాయి. ఆంగ్ల సంవత్సరం 1947 క్యాలెండర్‌తో ఈ సంవత్సరం 2014 క్యాలెండర్ సంపూర్ణంగా పోలుతుంది. పంచాంగం కూడా చాలావరకు కలుస్తోంది. ఎన్నో శుభ ముహుర్తాలు కూడా అప్పటి లాగానే వచ్చాయి.

1947లో లాగానే ఈ సారి 53 బుధవారాలు వచ్చాయి. ఈ సంవత్సరానికి రాజు, మంత్రి రెండు స్థానాల్లోను చంద్రుడు ఆసీనుడై ఉన్నాడు. కాబట్టి ఈ సంవత్సరం దేశానికి అత్యంత శుభకరమైనదని జ్యోతిష్యులు భావిస్తున్నారు. మనకు 60 సంవత్సరాలుంటాయి. ఒక దాని తరువాత ఒకటి 60 సంవత్సరాలు పూర్తయ్యాక మళ్ళీ మొదటి నుండి 60 సంవత్సరాలు ప్రారంభమవుతాయి. వీటిలో ఇరవైయ్యేసి సంవత్సరాలు బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులకు సంబంధించినవి. ఇప్పటివరకు విష్ణుమూర్తి యొక్క ఇరవై సంవత్సరాలు గడిచాయి. 31 మార్చి నుండి మొదలైన నూతన సంవత్సరం మహేశ్వరుని సంవత్సరాలలో మొదటిది. శివవింశతి మొదలైంది.

భవభంధనాల నుండి తరింపజేసే సంవత్సరం

ఈ సంవత్సరానికి రాజు, మంత్రి స్థానాల్లో చంద్రుడు నెలకొన్నాడు. చంద్రుడు ప్రేమకు, అమృతానికి దేవత. యుగ పరివర్తన ప్రక్రియకు సూత్ర సంచాలకుడు, సూత్రధారుడు, నియామకుడు అయిన మహేశ్వరుడు చంద్రుడిని ధరిస్తాడు. ఈ సంవత్సరం దేశ ప్రజలను, ప్రపంచ జనాభాను కూడా రోగాలు, బాధలు, దుఃఖాల నుండి తరింపజేసి, కొత్త శుభారంభం కావిస్తుంది. ఈ ప్రక్రియలో సామూహిక సాధన ప్రముఖ భూమికను నిర్వహించబోతోంది. సామూహిక సమర్ధత, సామూహిక అభ్యుదయంతో పాటు కలిసి మెలిసి ప్రకాశపథంలో పయనించాలని ప్రేరేపిస్తుంది గాయత్రీ తత్త్వదర్శనం.

సాధనకు ఆధారం - సంకల్పశక్తి

కొన్ని సంవత్సరాలుగా మనం గాయత్రీ సాధన చేస్తున్నాం. ఇన్నేళ్ళ మన అనుభవం, గురుదేవుల ఆలోచనాసరళి, సాధనకి ఆధారం సంకల్పశక్తే అని మనకు చెప్తున్నాయి. ఇది మానవ చైతన్యపు అత్యద్భుతమైన, ప్రచండమైన శక్తి. ఊహలు, కోరికలే అర్ధం లేనివి. సంకల్పసిద్ధి విషయంలో అనుమానించడానికి ఏమీలేదు. వివేకంతో, ప్రణాళికా బద్ధంగా నిశ్చయించుకున్నది, ప్రతిజ్ఞాపూర్వకంగా చేయాలనే మానసిక స్థితి రూపొందినప్పుడు దాన్ని సంకల్పం అంటారు. సూర్యోదయమయ్యాక ఆ ప్రకాశాన్ని ఎవరూ ఆపలేరు. గాయత్రీ సాధకుడు తన ప్రచండ సంకల్పశక్తిని పూర్తిగా ఏదైనా లక్ష్యంపై ఎక్కుపెడితే, ఆ దిక్కులో కలిగే అవాంతరాలు దాగుడుమూతలు మాత్రమే ఆడగలవు. సంకల్పపూర్తినిగాని, ప్రగతిపథాన్నిగాని అడ్డుకునే సామర్ధ్యం వాటికి లేదు.

సంకల్పించుకున్న సాధకులు లక్ష్యాన్ని చేరడానికి చాలా మూల్యం చెల్లించవలసివస్తుంది అన్నమాట వాస్తవం. కానీ వారు ఎప్పుడూ విజయాన్నే పొందారన్నది మరో వాస్తవం. చరిత్రలో సువర్ణాక్షరాలతో లిఖింపబడ్డ ఇలాంటి సత్యాలెన్నో మనం చూడవచ్చు. నవనిర్మాణానికి ఆధారభూత సామర్ధ్యం మనందరి సామూహిక సాధన సత్సంకల్పాల శక్తి. దీనినే తాపసికుల ప్రాణశక్తి అంటారు. ఇదే గాయత్రీ సాధకుల బ్రహ్మవర్చస్సు. దుష్టులు, దురాగ్రహులు తమ కుట్రలలో సఫలమవగా లేనిది నిష్ఠావంతులైన గాయత్రీ సాధకులు తమ ప్రచండ మహాసంకల్పాన్ని పూర్తి చేయలేకపోయే ప్రశక్తే లేదు.

పంచుకునే హృదయం తోడుంటే ఎంతటి కష్టమైనా తట్టుకుని నిలబడవచ్చు

సామూహిక సాధనతో సమిష్టి సంకల్పం

ఈ సంవత్సరం మనం చూడబోయే ఆశ్చర్యకర సత్పరిణామమే సామూహికంగా సాధన చేస్తూ తీసుకున్న సమిష్టి సంకల్పం యొక్క పరిణామం. దానిని ఇదే సంవత్సరంలో ప్రత్యక్షంగా నిరూపించాలి. అద్భుతమైన సామర్ధ్యం గల ఆధ్యాత్మిక చైతన్యాన్ని సృజనాత్మక ప్రయోగాలకు ఉపయోగిస్తే ఎటువంటి సత్పరిణామాలు కలుగుతాయి అనేది, మన సమర్ధ సాధనతో నిరూపించాలి. త్రిపద గాయత్రిని అనుసరించి మూడు కార్యక్రమాలు నిర్ధారించబడ్డాయి. అవి ఆత్మ నిర్మాణం, కుటుంబ నిర్మాణం మరియు సమాజ నిర్మాణ క్షేత్రాలను సమానంగా ప్రభావితం చేస్తాయి.

గాయత్రీ మంత్రంలో ఉచ్చరించబడే 'ఓం భూర్భువః స్వః' సర్వ సమర్ధుడైన పరమేశ్వరుని సర్వవ్యాపకతను స్పష్టీకరిస్తుంది. పరమపూజ్య గురుదేవులు దీనినే పంచాక్షరీ గాయత్రి అన్నారు. గాయత్రీ సాధకులందరు దీని వెనకున్న ఆలోచనను మరియు దర్శనాన్ని సమీకరించుకోవాలి. గాయత్రీ మంత్రానికి ఆధారమైన సవితా శక్తి, గాయత్రీ మహాశక్తికి మూలమైన పరమేశ్వరుడు సర్వవ్యాపకుడు.

సకలజన శ్రేయస్సు, సకలజన సౌఖ్యం

సృష్టి అణువణువునా, ప్రకృతిలో ప్రతి పరమాణువులో, పదార్ధంలో, చైతన్యంలో ఆ పరమసత్తా స్వరూపం సమానంగా విస్తరించి ఉన్నది. ఈ ఉపస్థితిని అనుభూతిగా నిలుపుకోగలిగిన వాడే నిజమైన గాయత్రీ సాధకుడు. అతని సాధన ఫలిస్తుంది. అతని సంకల్పాలు ఆశ్చర్యకరమైన సత్పరిణామాలు చూపిస్తాయి. ఇటువంటి దివ్య అనుభూతిని పొందిన సాధకుడు సంకీర్ణమైన స్వార్ధాన్ని తన జోలికి రానివ్వడు. సమగ్ర సంకల్పం, ఉద్దేశం, గమ్యం కలిగినవాడే గాయత్రీ సాధకుడు. నిష్ఠావంతుడైన గాయత్రీ సాధకుడి వ్యక్తిత్వానికి సరైన నిర్వచనం 'సకలజన శ్రేయస్సు, సకలజన సౌఖ్యం'. అతని సంకల్పానికి ఆధారం ఇదే.

గాయత్రీ మంత్రంలోని మొదటి చరణం - ఆత్మనిర్మాణం

'తత్సవితుర్వరేణ్యం' ఆత్మనిర్మాణానికి పర్యాయం. ఈ మొదటి చరణంలో ఆత్మనిర్మాణం కోసం, జీవితంలోని తమస్సును నివారించుకోడానికి అవసరమయ్యే అనంతశక్తి ఉన్నది. ఆత్మనిర్మాణం కోసం నియమిత సాధన చేయడం, ఉదయం మేల్కొన్నప్పటి నుండి ఉత్కృష్ట దినచర్యని నిర్ధారించుకోవడం, రాత్రి నిద్రపోయే ముందు రోజంతా చేసిన పనులను పర్యవేక్షించుకోవడం, జీవితపు ఆద్యంతాల తత్త్వం గురించి ఆలోచించడం, దైనిక జీవితాన్ని గంభీరంగా పరిశీలిస్తూ అందులో అవ్యవస్థ, అవాంఛనీయతలు లేకుండా జాగ్రత్తపడడం – ఇదే మంత్రం మొదటి చరణం యొక్క సమగ్ర వ్యాఖ్య, సార్ధక క్రియావిధానం. ఎంతోకొంత చేయడం మొదలు పెట్టినప్పటికీ ఈ నిర్ణయాన్ని మాత్రం తప్పక క్రియాన్వితం చేయాలి.

గాయత్రీ మంత్రంలోని రెండవ చరణం - కుటుంబ నిర్మాణం

'భర్గోదేవస్య ధీమహి' – పరమాత్మ తేజస్సును ధరించాలి. పుణ్యాన్ని, తపస్సును ధారణ చేయాలి అన్న సందేశాన్ని ఇస్తుంది. కుటుంబ నిర్మాణానికి ఆధారం సవ్యంగా సంపాదన, రచనాత్మక వ్యయం. దీనికోసం ఇళ్ళల్లో పూజా స్థలాలను స్థాపించి, సామూహిక ఆరతి, ప్రార్ధనలతో పాటు చిన్నపాటి కథాకాలక్షేపాలతో పరమాత్మ కృపా తేజస్సును ధరించే ఏర్పాటును కుటుంబంలో చేసుకోవాలి.

ఇళ్ళల్లో నియమానుసారంగా స్వాధ్యాయ కార్యక్రమం కొనసాగుతుండాలి. దీనికొరకు ఇంట్లోనే జ్ఞానమందిరాలు, స్వాధ్యాయానికి ఉపయోగపడే కుటుంబ గ్రంథాలయాలు స్థాపించుకోవాలి. కుటుంబ పంచశీలాలైన శ్రమ, సహకారం, సువ్యవస్థ, నిశ్చలత్వం, మితవ్యయం అనే ప్రవృత్తులు కుటుంబంలో వృద్ధిపొందేటట్లు చూసుకోవాలి. వ్యక్తినిర్మాణానికి తగిన ప్రయోగశాలలుగా కుటుంబాలు సక్రియంగా ఉండాలి, అప్పుడే గాయత్రీ మంత్రం రెండో చరణాన్ని అర్ధం చేసుకుని నెరవేర్చినట్టవుతుంది. ఈ శుభకార్యాన్ని ఇప్పుడే ఆరంభించాలి. మన ఇల్లు కుటుంబం వీలైనంత త్వరగా ప్రజ్ఞా మందిరంగా వికసించే ప్రయత్నం నిరంతరం చేస్తూ ఉండాలి.

గాయత్రీ మంత్రం తృతీయ చరణం - సమాజ నిర్మాణం

ధియోయోనః ప్రచోదయాత్–ప్రకాశపథంలో, సన్మార్గంలో అందరూ కలిసిమెలిసి నడవాలి, ఇదే సమాజ నిర్మాణానికి ఆధారం. సమాజాన్ని సంస్కరించడం దీని వ్యావహారిక

ఘర్షణలు ఉంటే సంసారం ఛిద్రమైపోతుంది

స్వరూపం. జ్ఞానయజ్ఞాలు, విచారక్రాంతి అభియానం (ఆలోచనలలో క్రాంతి) సమాజ నిర్మాణానికే రూపొందించ బడింది. అందుకుగాను పరిజనులందరు భారీగా తోడ్పడాలి. జ్ఞానకేంద్రాల స్థాపన, సంచి పుస్తకాలయాల ఏర్పాటుతో బొట్టు బొట్టుగా నవయుగ ప్రేరణ మనిషి మనిషికీ అందాలి. ఈ విధమైన ప్రయత్నాలు పెరగాలి. ఎంత ఎక్కువ వీలైతే అంత సమయం, సాధనకు కేటాయించడానికి సంసిద్ధతను చూపాలి. బద్ధకాన్ని, భోగాలను వదిలేస్తే ప్రతి ఒక్కరు అత్యధిక అంశదానం, సమయదానాలను మహాకాలుని చరణాలకు సమర్పించుకోగలరు. 21వ శతాబ్దం నవనిర్మాణ పథంలో చాలా త్వరగా పయనిస్తోంది. కాబట్టి అంశదాన, సమయ దానాలలో రూపాలలో వీలైనంత ఎక్కువగా తోడ్పడే ఔదార్యాన్ని తప్పక చూపాలి. ఇదే గాయత్రీ సాధకుని ప్రమాణం. ఆత్మిక ప్రగతికి పరీక్ష, లోకకళ్యాణనికి చూపే ఔదార్యం మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.

సామూహిక సాధనా సంవత్సరంలో తప్పకుండా నిర్వహించవలసిన ఆధ్యాత్మిక కర్తవ్యాలు

ఈ మూడు తప్పనిసరి ఆధ్యాత్మిక కర్తవ్యాలను సాధనా సంకల్పంగా నిర్వర్తించాలి. మన ప్రస్తుత పరిస్థితులలో వీలైనంత సువ్యవస్థిత పరుచుకోవాలని సంకల్పించాలి. ఆలోచిస్తూ కూర్చుంటే ఏమీ జరగదు. సంచిత కుసంస్కారాల ఆధారంగా నికృష్ట అలవాట్లు చాలా తేలికగా నెత్తికెక్కేస్తాయి. కానీ ఉత్కృష్టంగా ఎదగడానికి మాత్రం సాధన చేయాలనే ప్రచండ సంకల్పం ధైర్యంగా తీసుకోవాలి. తీసుకున్న సంకల్పాన్ని మనసులో దాచుకోకుండా దానిని అందరికీ తెలియపరచాలి. అప్పుడు దానిని పూర్తి చేయకపోతే మర్యాద పోతుంది, పూర్తి చేస్తే ఆత్మగౌరవం పెరుగుతుంది. కాబట్టి మనం చేసే సత్సంకల్పాల గురించి చుట్టుపక్కల అందరికీ ప్రకటించాలి.

అఖండజ్యోతి పాఠకులు (యుగశక్తి గాయత్రి) ఈ మాత్రం తప్పక చేయాలి

ఇది సామూహిక సాధనా సంవత్సరం. సాధనతో పాటు సంకల్ప సంవత్సరంగా భావించి పాటించాలి. సామూహిక సాధనతో పాటు ఈ సంవత్సరం ఆత్మనిర్మాణం, కుటుంబ నిర్మాణం, సమాజ నిర్మాణాలకోసం ధైర్యంగా ముందడుగు వేయడానికి సంకల్పించాలి. తీసుకున్న సంకల్పాలకు ప్రణాళికాబద్ధమైన కార్యవిధానాన్ని రూపొందించుకోవాలి. సంకల్పం చిన్నదైనా, పెద్దదైనా నెరవేర్చి తీరాలి, దానికి తగ్గ ఉత్సాహం, ధైర్యం, ప్రయత్నం అనే మూడు ప్రాణతత్వాల సముచిత సమన్వయం ఉండి తీరాలి.

అన్నం, నీళ్ళు, గాలి, ఈ మూడింటి సమన్వయం సంతులిత పోషక అవసరాలను తీరుస్తుంది. ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి ఆత్మనిర్మాణం, కుటుంబనిర్మాణం, సమాజనిర్మాణం ఈ మూడు ధారల సమన్వయం ఉండాలి. ఈ మూడింటిలో దేనిని వదిలేయలేము. ఏదో ఒకదాని ఆధారంగా ఆత్మిక ప్రగతి లక్ష్యాన్ని ఛేదించలేం. ఈ మూడు క్షేత్రాల ప్రగతి కోసం నిర్ణయించుకున్న సంకల్పాలను ఇప్పుడే మీ చుట్టుపక్కల వారికి, శాంతికుంజ్‌కి, అఖండజ్యోతి (యుగశక్తి గాయత్రి) సంపాదకులకు తప్పక తెలియజేయండి.

ఈ కొత్త సంవత్సరంలో కొత్త శుభారంభంతో పాటు ఎన్నో గొప్ప మార్పులు రాబోతున్నాయి. తగిన సమయంలో దేశం లోనే కాక ప్రపంచమంతటా కూడా మార్పులు కనిపిస్తాయి. ఇది మహాకాలుని విస్తృత, వ్యాపక ప్రణాళిక. దానికి తీవ్రమైన ఆధ్యాత్మిక శక్తి కావాలి. ఇది అందరం కలిసే సాధించగలం. మనలో ప్రతి ఒక్కరు మహాకాలుని సేవక-సహచరుడి బాధ్యతను వ్యక్తిగతంగా మరియు సామూహికంగా నిర్వర్తించాలి. సంకల్పాలకు తగిన సలహాలు, సహకారానికి అఖండజ్యోతి సంపాదకులను తప్పక సంప్రదించగలరు. ఇటువంటి ఉత్సాహం స్ఫురించిన వారు వెంటనే దానిని సాధన సంకల్పంగా పరిపక్వమైన, ప్రగాఢరూపాన్ని కల్పించండి.

- అఖండజ్యోతి, ఏప్రిల్ 2014
అనువాదం: శ్రీ ఎం.వి. ప్రసాద్

వినోబాభావే

వినోబాభావేను కొందరు ''మీరు మహారాష్ట్ర బ్రాహ్మణులా, కొంకణులా లేక వేరే దేశస్థులా?'' అని అడిగారు. దానికాయన 'నేను ఈ దేశంలో ఉన్నాను కనుక నేను ఈ దేశపువాడినే, శరీరంలో ఉన్నాను కనుక శరీర ధారినే, అన్నింటికంటే ముఖ్యంగా ఆరోగ్యంగా ఉన్నాను కనుక ఏ ధర్మానికి, జాతికి, దేశానికి సంబంధించినవాడిని కాను' అని బదులిచ్చారు. ఈ ప్రశ్న అడిగిన వారు తమ అవివేకపూరితమైన జాత్యహంకారానికి సిగ్గుపడ్డారు.

భగవంతుడు అనుగ్రహించిన జీవితాన్ని వృథా చేసుకోకూడదు

స్ఫూర్తిదాయక గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులు - 1

యుగశక్తి గాయత్రి మాసపత్రికలో 2014 మే నెల సంచిక నుండి ప్రేరణతోకూడిన, స్ఫూర్తిదాయకమైన గాయత్రీ పరివార్ సక్రియ కార్యకర్తల పరిచయాన్ని ప్రారంభించుచున్నామని తెలియ జేయుటకు సంతసించుచున్నాము.

1) శ్రీ ఆడెపు గంగారామ్, సెల్: 99593 68122

గాయత్రీ పరివార్‌తో తొలి పరిచయం 1969లో చంద్రపూర్, మహారాష్ట్రలో జరిగింది. ఆ పరిచయం ద్వారా అందిన పరమపూజ్య గురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య విరచిత హిందీ సాహిత్యాన్ని దీక్షగా చదువుట జరిగింది. దీని ప్రభావంతో అప్పటి వరకు భగవద్గీత ప్రచార కార్యక్రమంలో నిమగ్నమైయున్న వీరికి పూజ్య గురుదేవుల సాహిత్యంలోని లోతుపాతులు, జ్ఞానము మరింత అవగాహనకు దారితీసి, పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య గురుదేవుల పట్ల విశ్వాసం మరింతగా బలపడింది. దీనితో తన శేష జీవితాన్ని గాయత్రీ పరివార్ కార్యక్రమాలకై వెచ్చించి, యుగ నిర్మాణ కార్యరంగంలో చురుకుగా పాల్గొనాలనెడి నిర్ణయానికి వచ్చారు. అప్పటి గాయత్రీ ప్రముఖులైన డా॥ తుమ్మూరి శివరామ కృష్ణారెడ్డి మరియు శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావుగార్ల వ్యక్తిత్వం వీరిని మరింతగా ప్రభావితం గావించింది. వీరిని స్ఫూర్తిగాగొని తమ పూర్తి సమయాన్ని గాయత్రీ పరివార్ కార్యక్రమాలలో వినియోగించనారంభించారు. 2001లో తిరుపతి అశ్వమేధ యజ్ఞంలో పాల్గొన్నారు. దీనితో గాయత్రీ పట్ల, గురుదేవుల పట్ల విశ్వాసం మరింత దృఢతరం కాగా జగిత్యాల పట్టణంలో గాయత్రీ ప్రజ్ఞాపీఠం రూపుదిద్దుకొంది. ప్రస్తుతం గంగారామ్ గారు తన 78వ పడిలో ఉన్నారు. శరీరం సహకరించకున్నా మనస్సు సేవా పథంలో పరుగులిడుతూ ఉంది. మిగిలిన పరిజనులకు ఎంతో ప్రేరణనందిస్తూ గాయత్రీ పరివార్ జగిత్యాల శాఖకు మూల స్థంభంగా నిలిచిన ధీమంతుడు మన గంగారామ్. వారికి గాయత్రీ మాత, పరమపూజ్య గురుదేవులు, పరమవందనీయ మాతాజీల ఆశీస్సులు పూర్తిగా లభించుగాక.

2) శ్రీ బి.ఎస్.పి. లింగం, సెల్: 92464 93453

వీరి జీవితం, వినియోగదారుల మనస్సులను చూరగొని తన సరకులను అత్యధిక ధరలకు వినియోగదారులకు అందించెడి సంస్థగా పేరుగాంచిన స్పెన్సర్ అండ్ కంపెనీ, విజయవాడ పట్టణ శాఖ మేనేజరుగా ప్రారంభమైంది. తదుపరి అనేక దేశాలలో వ్యాపారం చేసెడి బయర్ ఇండియా, విజయవాడ శాఖకు తన సేవలనందించి విశేషానుభవాన్ని గడించి ఆ రీతిగా డస్సిన మనస్సునకు సేద తీర్చుటకై మార్గాన్ని వెతుకుచుండగా విజయవాడ వాస్తవ్యులు శ్రీ సోమిశెట్టి సాంబ శివరావుగారి సాంగత్యం ద్వారా గాయత్రీ పరివార్ సంస్థకు పరిచయమై, 2001లో జరిగిన తిరుపతి అశ్వమేధయజ్ఞం ద్వారా వీరి ఆధ్యాత్మిక జీవన యాత్రకు అంకురార్పణ జరిగింది. తదుపరి డా॥ తుమ్మూరి గారి ప్రభావానికి లోనై మరింతగా గాయత్రీ పరివార్ పట్ల ఆకర్షితులై తన నిత్య జీవితంలో సింహభాగాన్ని గాయత్రీ ప్రచారానికి వినియోగించ నారంభించారు. దీనితో బందరురోడ్‌లో గాయత్రీ ప్రజ్ఞామండలి కార్యాలయ ప్రారంభానికి బీజం పడి, అనతి కాలంలోనే ప్రముఖ వ్యాపారస్తులు శ్రీ తొండెపు హనుమంతరావు, విజయవాడ వాస్తవ్యుల ఆదరణతో గాయత్రీ కార్యాలయాన్ని వారి గృహంలో ఏర్పాటు ఏర్పాటుతో మొగ్గతొడిగి పుష్పించసాగింది. ఈ మొక్కకు శ్రీ లింగంగారు, నీరు ఎరువు అందించి, మామాజీ తదితరుల సహకారంతో గాయత్రీ పరివార్ వృక్షంగా ఎదిగి ఫలాలను అందించుట ప్రారంభించింది. నేడు స్వావలంబియై ఆధ్యాత్మిక బాటసారులకు నీడనిస్తూ ఆధ్యాత్మిక ఆకలిగొన్నవారికి ఫలాలను అందిస్తూ క్రమక్రమంగా లబ్బీపేటలోని తన నూతన ప్రాంగణంలో తన ప్రాభవాన్ని మరింతగా చాటుకొనుచున్నది. విజయవాడ గాయత్రీ తోటమాలి శ్రీ లింగంగారు సర్వదా అభినందనీయులు, ఆదర్శప్రాయులు గురుసత్తా కృపకు పాత్రులు.

3) శ్రీ టి.వి.ఎస్.నాగేశ్వరరావు, సెల్: 99487 08999

ముక్తసరిగా తేటకవి వెంకట సూర్యనాగేశ్వరరావు, యలమంచిలి గ్రామం, విశాఖపట్నం జిల్లా వాస్తవ్యులు చార్టర్డ్ ఎకౌంటెంట్ విద్యను అభ్యసించెడి సమయంలో వారి జీవితం ఆధ్యాత్మిక దిశగా మళ్ళింది. దీనితో స్నేహితుల ద్వారా పరమపూజ్యులు, గురు సమానులైన డా॥ మారెళ్ళ శ్రీరామకృష్ణ మాష్టారిగారి కృపకు పాత్రులై 2006లో, గాయత్రీ శక్తిపీఠము నారాకోడూరులో గురుదీక్ష తీసికొనుట జరిగింది. ఆనాటి నుండి నిరాటంకముగా గాయత్రీ మంత్రాన్ని పఠిస్తూ, పూజ్య గురుదేవుల సాహిత్యాన్ని చదువుచూ, యుగశక్తి గాయత్రి మాసపత్రికను ప్రతి నెల 500 నుండి 600 ఇళ్ళకు చేర్చుతూ గురుదేవుల వాణిని ఇంటింటికి చేర్చెడి అత్యంత మహత్వపూర్వకమైన కార్యక్రమాన్ని నిర్వర్తించు చున్నారు. గత 7 సంవత్సరాలలో దాదాపు రూ. 50,000/- విలువగల సాహిత్యాన్ని విక్రయించి గురుదేవుల జ్ఞాన ప్రచారంలో ప్రముఖ పాత్రను చిన్న వయస్సులోనే పోషించుట ముదావహం. పదుల సంఖ్యలో గాయత్రీ యజ్ఞాలను నిర్వహించుటలో ప్రముఖ పాత్రను పోషించుచూ తోటివారికి ఆదర్శప్రాయంగా తన జీవితాన్ని మలచుకున్న ధన్యజీవి. వీరికి వీరి కుటుంబానికి పూజ్య గురుదేవులు ఆశీస్సులు లభించుగాక.

ఒక దారి మూసుకుంటే ప్రక్కనే ఇంకొక దారి ఉంటుంది

వార్తలు

రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు

భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞాన పరీక్షకు విశేష కృషి చేసిన శ్రీ చౌదరి దంపతులకు అభినందనలు

ఖమ్మం పట్టణంలో శ్రీ చౌదరి, పద్మ దంపతులు సంకల్పము గైకొని ప్రప్రథమంగా 25 పాఠశాలల్లో 2500 మంది విద్యార్థుల చేత భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞాన పరీక్ష 2013 సంవత్సరములో వ్రాయించారు. దీనికి సంబంధించిన బహుమతి ప్రదానోత్సవము 6 ఏప్రిల్ 2014 ఆదివారము ఉదయం ఖమ్మం పట్టణంలో, భావ సంవేదనల నడుమ జరిగింది.

సభకు అధ్యక్షత వహించిన శ్రీ చౌదరిగారు మాట్లాడుతూ పట్టణంలోని ప్రైవేటు పాఠశాలలు అధిక సంఖ్యలో తమకు సహకరించాయని, గణనీయమైన సంఖ్యలో ముస్లిం బాల బాలికలు ఈ జ్ఞానపరీక్షలు వ్రాయుట తమకెంతో సంతోషాన్ని కలిగించిందని చెప్పారు. ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన శ్రీ బసవ రావు జిల్లా ఉపవిద్యాశాఖాధికారి (డిప్యూటీ ఎడ్యుకేషనల్ ఆఫీసరు) గారు మాట్లాడుతూ భారతీయ సంస్కృతి పునరుద్ధరణకై గాయత్రీ పరివార్ చేయుచున్న కృషిని అభినందిస్తూ ఈ కార్యక్రమ వ్యాప్తికై తన వంతు సహకారాన్ని అందించెదని సభాముఖంగా ప్రకటించారు. ఈ పరీక్షలు బాల బాలికలలో చక్కని వ్యక్తిత్వ వికాసానికి తోడ్పగలవని ప్రకటించారు. రెండవ వక్తగా మాట్లాడిన శ్రీ శేషుకుమార్, జిల్లా ప్రభుత్వేతర పాఠశాలల సంఘ అధ్యక్షులు, తమ ప్రసంగంలో మార్కుల సంస్కృతి పెరిగి మానవతా విలువలు తరుగుచున్న నేటి విద్యార్థులకు, వారి తల్లిదండ్రులకు, ఈ భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞానపరీక్ష ఒక కనువిప్పు కాగలదనెడి ఆశాభావాన్ని వ్యక్తపరచారు. సభలో శ్రీ వెంకయ్యగారు, శ్రీమతి పద్మాచౌదరి గారు, శ్రీ నరసింహారావు గార్లు తదితర గాయత్రీ పరివార్ సభ్యులు పాల్గొని తమ వంతు సహకారాన్ని అందించారు.

శ్రద్ధాంజలి

కీ॥శే॥ రతన్‌లాల్ ఖండేల్వాల్

జననం: 22.11.1933 మరణం: 01.03.2014

ఇల్లందు పట్టణం, ఖమ్మం జిల్లా వాస్తవ్యులైన గాయత్రీ యుగనిర్మాణ మిషన్ ఇల్లందు వ్యవస్థాపకులైన శ్రీ రతన్‌లాల్ ఖండేల్వాల్ తమ 81వ యేట పరమపదించారు.

వీరు ఇల్లందు పట్టణంలో గాయత్రీ పరివార్ వ్యాప్తికై బహుముఖ కృషి చేశారు. గాయత్రీ పరివార్ ప్రముఖులైన శ్రీ సతీష్ ఖండేల్వాల్ వీరి సంతానములో ఒకరు. శ్రీరతన్‌లాల్‌గారి ఆఖరి కోరిక మేరకు వారి నేత్రాలను వారి మరణానంతరం, నేత్రనిధికి అందించటం జరిగింది. ఈ రీతిగా వారి చివరి శ్వాస కూడా సమాజ సేవలో విడిచి పెట్టుచూ అందరికి ఆదర్శప్రాయులైనారు.

వారి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని భగవంతుని ప్రార్థిస్తున్నాము. **ఇట్లు**

గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము & గాయత్రీ పరివార్

అనైక్యత - ఆపదలకు మూలం

పేష్వా సైన్యం ఉన్న ప్రాంతానికి వస్తున్న పొగను చూసి ఆ సైన్యపురాజు అయిన తైమూర్ లంగ్ అక్కడ ఏం జరుగు తున్నదని ప్రశ్నించాడు. అందుకు ఖుఫియా అధికారులు “హిందువులు ఒకరు వండుకున్న ఆహారాన్ని మరొకరు తినరు, అందుచేత ఎవరి ఆహారాన్ని వారే వండు కుంటున్నందువల్ల వస్తున్న పొగ అది’ అని చెప్పారు. అందుకు తైమూర్ ‘ఏ జాతి విభజించబడి ఉంటుందో దానిని గెలవడం ఏ మాత్రం కష్టంకాదు’ అన్నాడు. తక్షణమే దాడి మొదలుపెట్టాడు, వెంటనే పేష్వా సైన్యం విజయం సాధించింది.

ప్రయత్నించేవాడికి సముద్రంలో కూడా ఊతం లభిస్తుంది