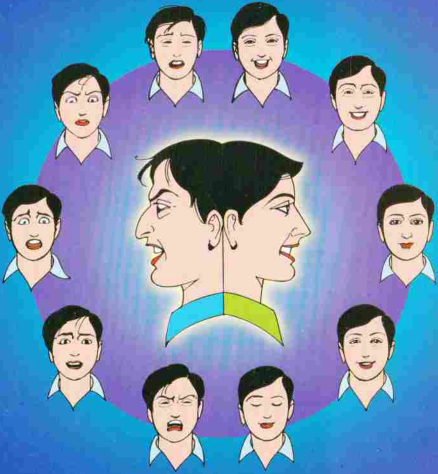
నైతిక విలువలు, మానసిక వృత్తులు మరియు స్థితులు



నైతిక విలువలు,
మానసిక వృత్తులు మరియు స్థితులు

ముందు మాట

నైతిక విలువలు

మన భూమి రెండింటితో తయారు చెయ్యబడ్డది – భౌతికము మరియు అభౌతికము. మనిషి కేవలం భౌతిక ప్రాణియేగనక అయితే నైతిక మరియు ఆధ్యాత్మిక విలువల గురించి ఆలోచించనవసరం లేదు. అదే నిజమైతే అతడు ఒక యంత్రంలాగానే పని చేసేవాడు. మనిషి చేసే అన్ని రకాల పనులలో – రాజకీయ, సామాజిక, ఆర్థిక, కుటుంబ, వివాహ, ఆచార సంబంధమైన పనులు – అన్నింటిలోనూ నైతిక పరంగానే నిర్ణయం తీసుకోవడం జరుగుతుంది. వాటర్‌గేట్ కుంభకోణం కారణంగా అమెరికా అధ్యక్షుడు నిక్సాన్ వైట్‌హవుస్ నుండి బయటకు రావలసి రావడం, అతడి సహచరులపై కూడా కేసు నమోదు కావడం ఒక చారిత్రక ఉదాహరణగా ఇప్పటికీ అందరి మనసులలో గుర్తుండిపోయింది. దీనిబట్టి చూస్తే ఒక వ్యక్తి ఎంత ఎత్తుకు ఎదిగినాకానీ, తిరుగులేని ప్రజాభిమానంతో అధికారాన్ని చేపట్టినా కానీ సమాజం అతడి కర్మలను నైతికపరంగానే చూస్తుంది అని అర్థమవుతుంది.

నైతిక దృష్టికోణం

మనిషి జీవితంలో కేవలం కాలమానాలే కాక నైతిక కోణం కూడా ఉంటుంది అని ఈ ఉదాహరణ ద్వారా అర్థమవుతుంది. వీటిని హార్స్‌పవర్‌తో కాక నైతిక పవర్‌తో కొలవడం జరుగుతుంది. మనిషి చేసే కర్మలు కేవలం కర్మేంద్రియాలు చేసేవి కాదు, వాటి వెనుక ఉన్న భావాలు అందుకు మూలము అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఆ కర్మ వెనుక అతడి మనస్తత్వము, అతడి నీతి ఉన్నాయి. దీనిని పట్టించుకోకపోతే మనిషి అపాయంలో పడినట్లే.

నైతిక విలువలను నిర్లక్ష్యం చెయ్యవచ్చా?

తెలియనివారికి లేక తెలిసినా కూడా తెలియనట్లుగా నటించేవారికి ఒక విషయం చెప్పదలిచాము. నాగరికతకు దూరంగా మారుమూల గ్రామాలలో నివసిస్తున్న మనుష్యులకు కూడా నైతిక తెలివి ఉంటుంది. కాలచక్రంలో మొదటి సూర్యోదయం జరిగినప్పటి నుండి నైతిక విషయము ఈ ప్రపంచంలో ఉంది. అన్ని నియమాలు, అన్ని ఆచారాలు, జీవ్యావరణము, అన్ని వృత్తిపరమైన పనులు, శిక్షణకు సంబంధించిన అన్ని శాఖలు – అన్నిటి మూలము నైతికతలోనే ఉంది. వీటికి మార్గదర్శనను ఇచ్చే నీతులూ ఉన్నాయి. వీటన్నిటి లక్ష్యము ఒక్కటే – మొత్తం కాకపోయినా కొంతలో కొంతైనా మనిషికి అతని కుటుంబానికి మధ్య బంధము, మనిషికి సమాజానికి, మనిషికి ప్రకృతికి, మనిషికి అతని మనసుకు సత్సంబంధాన్ని ఏర్పరచడమే. కనుక, నైతిక విలువల ఉనికి సర్వత్రా వర్తిస్తుంది అని ఒప్పుకోకపోవడం మన మూర్ఖత్వాన్ని చాటి చెప్తుంది.

ఒక పాఠం

నైతికత అను గీటురాయి ఆధారంగానే ప్రతి ఒక్కరి జీవితాలు నిర్ణయింపబడతాయి. అతడు మంచి చేసాడా, అందరికీ సహాయం చేసాడా లేక అల్లర్లు చేసాడా అన్నది ఈ గీటురాయిపైనే నిర్ణయించడం జరుగుతుంది. నైతిక మరియు ఆధ్యాత్మిక విలువలు అను కొలబద్ద వ్యక్తి యొక్క కర్మలను అర్థంలేని పనుల నుండి ప్రాముఖ్యమైన పనుల మధ్యన కొలుస్తుంది. అతని ప్రేరేపకులు, సలహాదారులు, తప్పును సమర్థించువారు, దుర్బోధకులు ఎవ్వరూ అతడిని రక్షించలేరు సరికదా అతడు చేసిన మంచి లేక చెడు పనులకు సత్ఫలితం లేక శిక్షలలో వారూ పాలుపంచుకుంటారు.

ఏది సరైనది–ఏది సరైనది కాదు, ఏది సుగుణము–ఏది దుర్గుణము అన్నది యుగానికి–యుగానికి, దేశానికి–దేశానికి, సమాజానికి–సమాజానికి మారుతూ ఉంది. అందుకే ఒక వ్యక్తి అనేక మత సంబంధమైన అనగా హిందూ నీతి, క్రిస్టియన్ల నీతి అంటూ అనేక రకాల నీతి సిద్ధాంతాలను చూస్తున్నాడు. ఇమ్మాన్యువల్ కెంట్, జాన్ స్టువార్ట్ మిల్, ఛార్లెస్ డార్విన్, ఫ్రెడ్రిక్ నెట్జీ, అరిస్టాటిల్ లేక ప్లాటో వంటి అనేక సిద్ధాంతపరుల ఆధారంగా కూడా నీతి మారుతూ ఉంది.

స్వానుభవం ఆధారంగా ఈ సందర్భంలో మీకు చెప్పదలచినదేమిటంటే ఉన్నతమైన నైతిక విలువలు అనేవి విశ్వవ్యాప్తమైనవి. వాటిని స్వయంగా భగవంతుడే బ్రహ్మ ద్వారా (వీరిని ఆడమ్ అని కూడా అంటారు) వినిపిస్తారు. కృతయుగ పునర్నిర్మాణానికి దివ్యమైన సామాజిక ఆచారాన్ని భగవంతుడు ఏర్పాటు చేసారు. కనుక, వారి నైతిక శిక్షణలో ఉన్న నీతి పలుకు ఇలా ఉంటుంది, "బ్రహ్మను ఆచరిస్తూ ఈ విశ్వంలో ఒక ఫరిశ్తా వలె, సత్యయుగంలోని దేవతవలె లేక రాజయోగి వలె కర్మలు చెయ్యండి."

ఈ పుస్తకంలో నైతిక విలువల గురించి, సుగుణాల గురించి వేర్వరుగా ప్రస్తావించలేదు. నైతికతను వ్యక్తిగత నైతికత, సామాజిక నైతికత, వ్యాపార నీతులు అంటూ వేరుగా చెప్పలేదు. భగవంతుడు నేర్పిన ఆధ్యాత్మిక నీతులను, వాటి ఆచరణ మరియు వికారాల సన్యాసము గురించి మాత్రం విడిగా చర్చించడం జరిగింది.

– రచయిత

దివ్య గుణాలు మరియు సరైన మనో వృత్తులు

నైతికత మరియు సుగుణాలు రత్నాలకన్నా అమూల్యమైనవి. అవి అతనికి సంతృప్తిని ఇవ్వడమే కాక భగవంతుడికి, జనులకు అతడ్ని ప్రీతిపాత్రుడిగా చేస్తాయి. అవి అతడికి ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని ఇవ్వడమే కాక ప్రాపంచిక బాధలు, కష్టాలనుంచి రక్షణను ఇస్తాయి.

ఉదాహరణకు, **సహనము** అను సుగుణాన్ని తీసుకుందాం. ఒక్క క్షణం సహనం వహించడంవలన కొన్నిసార్లు జీవితము మరియు ఆస్తులు సురక్షితమవుతాయి. వ్యక్తిలోని కోపం గొడవకు కారణమైనప్పుడు, ఆ సమయంలో ఎదుటి వ్యక్తి ఓర్పుగా లేకపోతే పరిస్థితులు ఎంతగా విషమించవచ్చంటే ఆస్తి నష్టం, శత్రుత్వం కారణంగా పొడుచుకోవడం కూడా జరుగుతాయి. అదే, ఆ ఎదుటి వ్యక్తి కొద్దిసేపు మౌనంగా ఉండి నిగ్రహంతో ఉన్నట్లయితే కోపం వచ్చిన వ్యక్తి శాంతిస్తాడు, పరిస్థితి మొత్తం చక్కబడుతుంది.

సత్యసంధత స్వచ్ఛమైన హృదయానికి గుర్తు అయితే కుటిలత్వము మురికిపట్టిన మనసుకు గుర్తు. మురికి నుండి క్రిమికీటకాలు పుట్టుకు వస్తాయి, అనారోగ్యం వస్తుంది అలాగే కపటత్వము మనిషిని అస్థిరంగా చేసి చెడు గుణాలకు జన్మను ఇస్తుంది. సత్యతతో ఉండటం వలన అతడు నిశ్చింతగా ఉంటాడు, అందరికీ ప్రీతిపాత్రుడవుతాడు. ఆరోగ్యాన్ని, మానసిక స్థిరత్వాన్ని పొందడానికి కోటీశ్వరులు కోట్ల రూపాయలు వెచ్చిస్తారు.

సంతృప్తి మనిషిని స్వతహాగానే సంతోషంగా ఉంచుతుంది. సంతోషంగా ఉండే వ్యక్తి తన చుట్టుప్రక్కలంతా సంతోషాన్నే చూస్తాడు అని అంటారు. సంతృప్తి లోపించిన చోట విశ్వరాజ్యం ఉన్నప్పటికీ అది కూడా సంతోషాన్ని తీసుకురాలేదు. మరి ఇది లెక్కకట్టలేని సుగుణమే కదా!

నమ్రత అనగా గర్వం లేకుండా ఉండుట – ఇది చాలా ఉన్నతమైన సుగుణము. ఎవరైతే మోస గుణంతో ఉండరో వారు ఎప్పుడూ నిరాశ చెందరు. అతడికి తనను తాను మల్చుకునే గుణం ఉంటుంది. కనుక అతడు వంగగలడు. అందరితో మంచిగా ఉంటాడు.

స్నేహము మరియు ప్రేమ మనిషి విజయానికి పునాదిగా నిలుస్తాయి. భగవంతుడిపై ప్రేమ ఉన్నవారు వారితో మనసు ద్వారా ఎప్పుడూ జోడింపబడే ఉంటారు. జీవన్ముక్తిని పొందుతారు. ఇందుకు కారణం అతడిలోని అణకువ, మోసం నుండి దూరంగా ఉండగలిగే గుణాలే. ఇటువంటి వారికి భగవంతుడి ఆశీర్వాదాలు, మనుష్యుల శుభ దీవెనలు ఉంటాయి. ఇందు కారణంగా అతడిలో దివ్య గుణాల సారము ఉంటుంది. అతనిలోని ప్రేమ కారణంగా అతడిలో ఆనందము, ఆధ్యాత్మిక శక్తి నిండుకుంటాయి. ఈ సుగుణాల మాల ముత్యాల మాలకన్నా అమూల్యమైనది. సుగుణాల మాలను ధరించినవారి వైపుకు అందరి దృష్టి వెళ్తుంది, అతని యశస్సు పెరుగుతుంది.

శాంతి అను గుణము ఒక ఫ్రిజ్‌వలె పనిచేస్తుంది. మనిషి విచక్షణలో ఉన్న శాంతి అను ఫ్రిజ్ కారణంగా అందులో ఉన్న జ్ఞానయోగాలు తాజాగా ఉంటాయి. గదిలోని కూలర్‌వలె మనిషి సామర్థ్యము పెరుగుతుంది. దీని ఫలితంగా ధర్మము మరియు శాంతి మెండుగా ఉన్న సత్యయుగంలో అతని ఖజానాలు లెక్కలేనన్ని నగలు, వజ్రాలతో నిండుగా ఉంటాయి.

చిరునవ్వు ముఖానికే అందాన్ని తీసుకువస్తుంది. అది మనిషికి అలంకరాము. నిరాశతో ఉన్నవారు నిజంగా అసహ్యంగా ఉంటారు.

అంతర్ముఖత అను సుగుణాన్ని తీసుకుందాము. ఈ గుణంలోని ఆనందాన్ని పొందడానికి ద్వాపర కలియుగ రాజులు తమ రాజ్యాలనే విడిచి వెళ్ళారు. మహళ్ళు, సంపద, ఆస్తులు, రాజ్యాలు కూడా ఇవ్వలేని సంతోషాన్ని అంతర్ముఖత ఖచ్చితంగా ఇస్తుంది.

సేవాగుణం ద్వారా వాస్తవ జ్ఞానాన్ని పంచవచ్చు. దీని ఫలితంగా దైవీ రాజ్యానికి అధిపతులుగా కాగలుగుతాము. ఇతరులకు సేవ చెయ్యడము అంటే మనకు మనమే సేవ చేసుకోవడము, ఎందుకంటే, ఈ విధంగా మనిషి తనకు తానే కాక అందరికీ, ఆఖరకు భగవంతుడికి కూడా ఆమోదయోగ్యంగా అవుతాడు. కనుక, విశ్వ రాజ్యాధికారానికి వారు సులభంగా అర్హులవుతారు.

దానము మరియు త్యాగము కూడా ఇటువంటి అమూల్యమైన సుగుణాలే. ఈ పతిత ప్రపంచంలో పిడికెడు ధాన్యాన్ని అయినా భగవంతుడి సేవ కోసం ఇవ్వడం వలన భవిష్యత్తులో బంగారు మహలు వస్తుంది. ఇందుకు కుచేలుడి ఉదాహరణ సందర్భోచితము. ఎవరైతే ఇస్తారో వారు ఒక గొప్ప అదృష్టాన్ని తయారు చేసుకున్నట్లే.

కనుక, ప్రతి ఒక్క గుణం మనిషికి ఎంతో సంతోషాన్ని తెచ్చిపెడ్తుంది అన్నది గమనించాలి. సుగుణాలను ఈ విధంగా చూడటం ద్వారా వాటిని ఆచరించాలన్న ఉత్సాహము, దానికి కావలసిన శక్తి కోసం పాటుపడ్తారు.

అమృత పట్టిక

1. ప్రగతి పథం – స్వ ఉన్నతి
2. సద్గుణానికి దుర్గుణానికి మధ్య భేదము
3. దుర్గుణాలు లేని స్వేచ్ఛా జీవితాన్ని మనం గడపగలమా?
4. మంచి గుణాలను ఎంచుకుని వాటిని నేర్చుకునే సామర్థ్యము
5. సంతోషము
6. అత్యాశ ఆరాటాన్ని కలిగిస్తుంది
7. సద్గుణమే సంపద
8. సంతృప్తి – ఒక స్వీయ మరియు సామాజిక విలువ
9. ఆహారంపై మనస్సు చూపే ప్రభావం
10. సత్యసంధత – నిజాయితి
11. అంతర్లీనమవడమే అంతర్గత శాంతికి సోపానము
12. యుద్ధం సమస్యలను పరిష్కరించదు
13. ప్రపంచపు సమస్యలు – వాటికి పరిష్కారాలు
14. గర్వాన్ని జయించడం ఎలా?
15. నిర్మోహత్వమే జ్ఞానానికి మార్గము
16. మనస్సుపై ఆహారం చూపే ప్రభావం
17. త్యాగము – ఉదారత – సేవాభావము
18. ప్రశాంతత–మధురత అను సుగుణాలను పొందడం ఎలా?
19. బంధనముల నుండి నిర్లిప్తత, స్వేచ్ఛ
20. క్రోధ నిర్మూలన
21. కామ వికారమును జయించడం ఎలా?
22. భయాందోళనల నిర్మూలన
23. బాధ, భయము, అధైర్యముల నుండి విముక్తి
24. సమభావం – సమతుల్యం
25. ఇతరుల లోపాలను ఎంచే అలవాట
26. నీతి మరియు జీవిత గమ్యము
27. గంభీరత – ప్రశాంతత
28. సంతోషము మరియు ఆనందభరితమైన మానసిక స్థితి
29. అసంతృప్తి
30. అణకువ
31. సహనము – ఓర్పు
32. సహనానికి హద్దు ఉంటుందా?
33. సహనము మరియు ధైర్యము
34. నొప్పిని భరిస్తూ దీర్ఘకాలిక రోగాలను ఎదుర్కోవడం ఎలా?
35. ఔదార్యము
36. గుణాలు, మర్యాదలు, ఆచారాలు
37. పురుషార్థము మరియు మనోవృత్తులు
38. దివ్యమైన సేవ
39. యోగికి మిత్రులు మరియు శత్రువులు
40. అశ్రద్ధను దరి చేరనివ్వకండి
41. నైతిక మరియు ఆధ్యాత్మిక విప్లవం
42. ఏమి చెయ్యాలి, ఏమి చెయ్యకూడదు!
43. స్వ ఉన్నతికి ఉపయోగపడే ఆలోచనలు

1. ప్రగతి పథం – స్వ ఉన్నతి

అభివృద్ధిపై మక్కువ చూపని వారు బహుశ ఈ ప్రపంచంలోనే ఎవరూ ఉండరు. అయితే కొందరు తాము నివసిస్తున్న వ్యక్తులు మరియు పని చేసే వారితో తమ సంబంధాలు మెరుగుపడాలని ఆశిస్తే మరికొందరు తమ ఆర్థిక పరిస్థితి మెరుగుపడాలని కోరుకుంటారు. కొందరు తమ వ్యక్తిత్వ వికాసమును కోరుకుంటే మరి కొందరు తమ ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి పాటుపడతారు. ఏ సందర్భంలోనైనా ఉన్నతి కావాలి అన్న కోరిక ప్రతి మానవునికి అత్యవసరము. ఉన్నతి కొరకు చేసే ప్రయత్నాలే జీవిత పురోగమనానికి చిహ్నాలు. ఉన్నతికొరకు మనిషి చేసే ప్రయత్నాలన్నింటికీ ఆధారము తాను ఎల్లప్పుడూ అత్యంత సంతోషంగా జీవించాలన్న అభిలాష అన్నది అందరూ ఒప్పుకోవలసిన సత్యము.

యథార్థమైన సంతోషమును పొందుట అనే ప్రశ్న గురించి మనం బాగా ఆలోచించినట్లయితే, బాహ్య పరిస్థితులకు వ్యక్తియొక్క ప్రవర్తన లేదా ప్రతిస్పందన, అతనిలోని ప్రేరణలు, అతని ఉద్దేశ్యాలు, అతడు పొందిన శిక్షణ, వీటన్నిటి ఆధారముగానున్న అతడి ఆలోచనా విధానం పైనే నిజమైన సంతోషము ఆధారపడి ఉంటుంది అన్న నిర్ధారణకు మనము రావలసి ఉంటుంది. కాబట్టి, ఒక వ్యక్తి తన జీవితంలో ఏ విధమైన ఉన్నతిని కోరుకున్నా అందుకు అతను తన దృష్టికోణంలో, తన అలవాట్లలో, తన పద్ధతులలో, తన విధానములో ఉన్నతిని తీసుకురావాలి. దీనికొరకు అతను కొన్నిటిని ఎంచుకుని వాటిని నేర్చుకోవాలి, కొన్నిటిని నేర్చుకోకూడదు. ఒకవేళ మనిషిలోని అభ్యసించే ప్రక్రియ (లేక చెడును నేర్చుకోకపోవుట) ఆగినా, తను నేర్చుకున్న వాటిని నిజ జీవితంలో ఉపయోగించటం ఆగినా లేక ప్రయత్నం చేయాలన్న తన తపన మరియు సామర్థ్యం అంతమైనా, అతని ఉన్నతి మరియు అభివృద్ధి కూడా నిలిచిపోయినట్లే. ఈ పరిస్థితిలో జీవితము నిస్సత్తువుగా మారి క్షీణ దశ ప్రారంభమవుతుంది.

గర్వం – ఓ పెద్ద అడ్డంకి

విశదపూర్వకంగా, మనిషిలోని నేర్చుకునే సామర్థ్యం, అర్థం చేసుకోగలగడం మరియు ప్రయోజనకరంగా ఉండటం అతి ముఖ్యమైనది. కానీ, ఈ మార్గంలో కొన్ని ఆటంకాలు ఉన్నాయి. అభివృద్ధి పథము కొన్ని ఆటంకాలతో పేర్చబడి ఉంది. కానీ ఆ ఆటంకాలన్నీ చాలా వరకు మనిషి స్వయంకృతాలే. వీటిలో ఒకటి – తన తెలివిపట్ల మనిషికి ఉన్న గర్వము – మనిషి అహంకారము. తన తెలివిపట్ల అహంకారము లేని వ్యక్తికి ఏదైనా చెప్పటం సులభమే, కానీ ఎవరైతే తనను తాను సంపూర్ణ మేధావిగా భావిస్తూ ఉంటాడో, అతడు ఇతరులతో – నాకు తెలియనిదంటూ ఏదీ లేదు. ఎంత వింత ! నీలాంటి వారికెందరికో నేనే చెప్పాను. నువ్వు నాకు చెప్పడమా ! అని అంటాడు. ఇటువంటి వ్యక్తులకు తప్పొప్పులను చెప్పడము కష్టము. ఎదుటివారు తమ ముందు మాట్లాడటానికే తటపటాయిస్తారన్న అపోహలో వీరు ఉంటారు. ఎవరైనా వీరికి ఏమైనా చెపుదాము అని అనుకునేంతలోనే ఇటువంటివారు తమ సహనాన్ని కోల్పోతుంటారు. కావున ఉన్నతి కావాలి అని అనుకున్నప్పుడు, ఆ లక్ష్యము కొరకు కొన్ని సవరణలను ఒప్పుకోగలగాలి. అహంకారమును త్యజించాలి, ఎందుకంటే ఈ అహంకారము జీవితంలోని అద్భుత విషయాలను గ్రహించే శక్తిని, చెడు విషయాలను గుర్తించే శక్తిని తొలగిస్తుంది.

అహంకారము, వక్ర బుద్ధి, చపలత్వము మనిషిలో నెమ్మది నెమ్మదిగా మృత్యు భయాన్ని నింపుతాయి. ఇవి మానవుడిని చంచలమైన దొంగవలె, కోతివలె మార్చేస్తాయి. ఈ అలవాటును మానుకోవడానికి మనమెందుకు ప్రయత్నించకూడదు ? ఈ అలవాటు మనిషి మనస్సును, తెలివిని ప్రతి విషయంలోనూ మూసేసింది, అతని వెన్నుముకను గూని చేసేసింది, అతని మెడ మరియు కాళ్ళను ఆకారము లేకుండా ఒక ఒంటె వలె మార్చేసింది. (ఒంటెకు శరీరములోని ఏ భాగముకూడా తిన్నగా ఉండదు అని అంటారు.) మరో విధముగా చెప్పాలంటే, ఇది మనిషి భాషను మరియు అతని వ్యక్తిత్వమును చెల్లాచెదురు చేసేసింది.

దేహము మరియు ప్రాపంచిక వస్తువులపై మోహము

ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిలో వెళ్ళే మానవుని పథములో వచ్చే మరో పెద్ద ఆటంకము – ప్రాపంచిక వస్తువులపై అతని మోహము. ఇంద్రియ సుఖాలపై వాంఛ మరియు దేహముపై అతి వ్యామోహములో చిక్కుకొనుట. కలికాలపు ఈ అంతిమ సమయంలో, మనిషి తన నీతులను పోగొట్టుకుని ఉన్న ఈ సమయంలో, ప్రాపంచిక వస్తువులన్నీ తమ మూల సారమును కోల్పోయాయని మనిషి అతి కష్టం మీద అర్థం చేసుకుంటున్నాడు. ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని కోరుకునే వ్యక్తి ఈ అధర్మ ప్రపంచంలో ఎటువంటి సారము లేదని ముందుగా తెలుసుకోవాలి. రసము తీసేసిన చెరుకుగడ పిప్పిని నమలడము అవసరమా? అలాగే, ఈ ప్రపంచము కూడా దాని సారమును, సత్యతను కోల్పోయి తమోప్రధానమయ్యింది. చెరుకుగడ చెక్కు తింటే దవడలు పాడవుతాయి. తామసికమైన ఇంద్రియ సుఖాల పట్ల ఆకర్షణ కూడా అంతే హానికరమైనది. అది విలువలేనిది. మన ఈ శరీరము వ్యాధులతో నిండి ఉంది, తామసిక పదార్థాలతో తయారు చేయబడ్డది, కామ వాంఛతో పుట్టినది కనుక అది చెడ్డది. తామసికమైన ఈ స్థూల ఆకారము పట్ల మమకారము, అధోగతిలోనున్న ఇంద్రియముల పట్ల మోహము, తద్వారా దైవీ స్వరాజ్యమును కోల్పోవుట పెద్ద

తెలివి తక్కువతనమే అనిపించుకుంటుంది. వినాశనమయ్యే పదార్థాలతో తయారైన ఈ దేహము వెనుక పరిగెట్టడం, దీని కారణంగా జీవన్ముక్తిని పొందే అవకాశాలను పోగొట్టుకోవడం, భగవంతుని మహా సభలో తప్పులు చేసాము అని ఒప్పుకోవడం ఏ విధంగానైనా జ్ఞానము అని అనిపించుకుంటుందా? కాబట్టి, ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని అభిలషించే వ్యక్తి ఒక దృఢ నిశ్చయంతో కూడిన ప్రయత్నంతో ఇంద్రియాలపై ఉన్న మోహమును, దాహమును పారద్రోలాలి. లేకుంటే అతడు తన విలువైన జీవితమును కేవలం అల్ప విషయముల కారణంగా పోగొట్టుకుంటున్నాడు అని అర్ధము.

దేహ–అభిమానము కేవలం ఒక్క రూపములోనే ఉండదు అని గుర్తించాలి. దీనికి అనేక రకాల ప్రతిరూపాలు ఉన్నాయి. మనిషి తెలివి అన్ని విధాలుగా సంకుచితమైపోయి అతడి దృష్టి మసకబారి ఉండటం దేహాభిమానం యొక్క ఒక రూపం. అతుడు ఎప్పుడూ తన ఇల్లు, భౌతిక బంధాలలోనే మునిగి ఉంటాడు. ఏ సమయంలోనూ, ఎటువంటి పనిలోనూ వీరికి ఈ ప్రపంచము తన సహ ఆత్మల ప్రపంచమనీ, ఆత్మలన్నీ తన సోదరులే అని, ఇతరాత్మల పట్లకూడా తనకు బాధ్యత ఉంది అని ఎప్పుడూ ఆలోచన రాదు. ఇందుకు విరుద్ధంగా, ఉదయం నుండి రాత్రి వరకు అతను తన చిన్ని ఇంటిని, తన బాగోగులను చూసుకోవడంలోనే మునిగి ఉంటున్నాడు, అదికూడా పూర్తిగా దైహిక దృష్టితోటే. తన ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి కూడా పాటుపడాలి. ఈ వసుధ అనే తన కుటుంబం పట్ల కూడా తనకు కొన్ని బాధ్యతలు ఉన్నాయి అన్న ఆలోచన నుండే తన మనసును తిప్పేసుకుంటున్నాడు.

వీటన్నింటినీ తెలుసుకున్న తరువాత మనిషి ముందుగా దేహాభిమానమునుండి దూరమవ్వాలి. ఇందుకు మొదటి మెట్టుగా, తన జీవితసారమును దోచుకుంటున్న దైహిక ధర్మములు, దైహిక సంబంధాలనుండి అతడు తన ధ్యాసను తొలగించి, తన మనసును, తనువును, ప్రాప్తులను ప్రపంచ క్షేమము కొరకు సమర్పించాలి. ఇది అతని జీవితంలో సేవ, సమర్పణ, త్యాగము, అణకువ, సహభావము మరియు మరెన్నో ఉన్నతమైన గుణాలగల గొప్ప వ్యక్తిత్వమును తీసుకువస్తుంది. ఈ గుణాలు స్వ ఉన్నతి కొరకు చేసే ప్రయత్నాలను వేగవంతం చేస్తాయి.

<u>ఓ గొప్ప ఆటంకము</u>

ఎవరైతే ఇటువంటి అడుగు తీసుకోరో, అతడు ఇంకా దేహాభిమానమును వదలలేదని, తన మనో బంధమును గృహము మరియు శారీరక బంధాలతో ఇంకా ముడి పెట్టి ఉంచాడని అర్ధమవుతుంది. అతనిలో ఇంకా భగవంతుని పట్ల ప్రేమ, భగవత్సంబంధము, అనంత విశ్వ పరివారముయందు సహభావము ఏర్పడలేదని స్పష్టమవుతుంది. కాలచక్రపు ఈ అంతిమ సమయంలోకూడా మనిషి ఈ చిన్నిపాటి త్యాగము చెయ్యలేకపోతున్నాడు. తద్వారా నిరంతరం అనేక విధాలుగా దుఃఖాలను పొందుతున్నాడు. దీని కారణంగా అతడు తన మనసునుండి పరమాత్ముని గొప్ప పరివారమును తొలగించుకుంటూ భగవంతుడు ఇచ్చే భవిష్య వారసత్వము నుండి వంచితమవుతున్నాడు. దేహాభిమానము ఎంత హానికారకమైనది! స్వ ఉన్నతి పథములో ఇది ఎంత పెద్ద ఆటంకము!

ఈ విధంగా ఆలోచిస్తూ, ఎటువంటి పరిస్థితిలో ఉన్నా కానీ ప్రతి ఒక్కరూ తమ దైహిక, వృత్తిపరమైన బంధాలనుండి కొంత విరామం తీసుకుని తమకు తామే శిక్షణను ఇచ్చుకోవాలి. ఇలా స్వ ఉన్నతికి మరియు ఇతరులకు ఆధ్యాత్మిక సేవ యందు సహాయం చేయాలి. దైహిక సంబంధీకులైన తల్లిదండ్రులు, పిల్లలపై ఇప్పటివరకూ చూపిన ప్రేమను ఇప్పుడు పరమపిత, పరమాత్మయందు మరియు అతని దివ్యమైన ఆత్మల పరివారమందు కూడా చూపించడం ప్రతి ఒక్కరూ నేర్చుకోవాలి. ఒకవేళ మనం భగవంతునితో ఆత్మిక తండ్రి అనే శక్తిశాలీ సంబంధము ఏర్పరచుకోకపోయినా, ఆత్మిక స్థితిలో స్థితి కాకపోయినా, మనలో మెచ్చుకోదగ్గ ఉన్నతి జరుగదు.

<u>జనాభిప్రాయానికి అతిగా స్పందించుట</u>

అతి బిడియము, సామాజిక పద్ధతులపై అతి ధ్యాస, సంకుచిత దృష్టి, నిందాస్తుతులకు గురికావడం, గౌరవము లేక అగౌరవము, జయాపజయాలు, ఇవన్నీ దేహాభిమానానికి అనేక రూపాలు. ఇవన్నీ ప్రగతి పథంలో ఆటంకాలుగా నిరూపణ అవుతాయి. ఒకవేళ మానవుడు వీటన్నింటినీ త్యజించి, నేను ఒక అవినాశి బిందువును, కళ్యాణకారి, సర్వ శక్తిమంతుడు, సర్వజ్ఞుడు అయిన శివబాబా ఆజ్ఞల అనుసారంగా నేను నడుస్తున్నాను అని అనుకుంటే చెడు స్వభావము, అవమానము, పొగడ్తల ప్రభావమునుండి స్వేచ్ఛను పొందుతాడు. అతని మనసు అనేక చిక్కుల నుండి దూరమై, భగవంతుని జ్ఞానమును గ్రోలడానికి, అనేక జన్మల నుండి వచ్చిన చెడు అలవాట్లను వదిలేయటానికి మరియు ఒక గొప్ప యోగిగా కావటానికి సంసిద్ధంగా ఉంటుంది.

వీటిని మరియు ఇటువంటి మరెన్నో విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని, పరమాత్ముని అమూల్య జ్ఞానము ఆధారంగా దివ్య గుణ ధారణకు కావలసిన కొన్ని సూచనలతో ఉన్న ఈ పుస్తకమును వ్రాయడం జరిగింది. స్వ ఉన్నతికి ఇవి ఎంతగానో తోడ్పడుతాయి.

– చందర్

2. సద్గుణానికి దుర్గుణానికి మధ్య భేదము

మంచి–చెడు, బాధ్యత–బాధ్యతారాహిత్యముల మధ్య తేడాను గుర్తించని వారు కొందరు ఉంటారు. మంచి, చెడు అనేవి కేవలం మనిషి ఆలోచనా విధానాలే అని వారి వాదన. అటువంటి వారికి మంచికి చెడుకు మధ్య ఒక నిర్దుష్టమైన తేడా అంటూ ఏమీ ఉండదు. కనుక అటువంటి వారు ఇచ్చే సలహా ఏమిటంటే మంచా చెడా అని ఆలోచించకుండా పని కోసమో లేక వినోదం కోసమో పనులు చేసుకుంటూ వెళ్ళండి అని.

వీరు ఇటువంటి సలహాను ఎందుకని ఇస్తుంటారు ? ఎందుకంటే వీరి సలహాను పాటిస్తే తప్పకుండా ఎంతో కొంత 'మంచి' జరుగుతుందని వీరి భావన. అంటే తప్పకుండా మంచికి చెడుకు మధ్య ఉన్న స్వాభావికమైన, నిత్యమైన భేదమును ఖండించడం తప్పే అవుతుంది కదా! మనం ఆలోచించే ఆలోచనలే మంచి–చెడు, పాప పుణ్యాలతో కూడి ఉన్నప్పుడు ఇక మన కర్మల గురించి ఏమని చెప్పాలి?

చేసిన పనికి కలిగే తక్షణ పరిణామాలనే కొందరు చూస్తారు. ఆ పరిణామాలు మంచిగా, తృప్తిగా కనిపించవచ్చు. కానీ నిజానికి అవి హానికరంగా పరిణమిస్తాయి. ఉదాహరణకు – దెబ్బతగిలి తగ్గే స్థితిలో ఉన్నప్పుడు ఆ వ్యక్తి గాయాన్ని గోకితే అప్పటికి అది అతనికి చాలా హాయినివ్వవచ్చు, కానీ నిజానికి అది హానికరం. కేవలం తక్షణ పరిణామాలను చూస్తూ, తర్వాత అవి ఎంత హానికరంగా మారినా, మంచి చెడు, పాపము, పుణ్యము అంటూ ఏమీ లేవు అని కొంతమంది అజ్ఞానులు అంటారు. ఇలా వాదిస్తూ వారు తప్పుడు పనులలో మునిగిపోతున్నారు. ఏది ఏమైనా, విశాల దృక్పథంతో ఆలోచిస్తే, ప్రతి పని మంచివి, చెడువి అంటూ ఉంటాయి అన్న సత్యాన్ని కాదనలేము.

బాధలే ప్రామాణికాలు

పుట్టుకతోటే శారీరికంగా, మానసికంగా వికలాంగులైన వారిని ఎంతో మందిని మనం చూస్తూ ఉంటాము. ఇటువంటి దురదృష్టవంతులు ఈ బాధలను అనుభవించటానికి కారణమేమిటి ? కారణం లేకుండా కార్యం లేదు. శారీరిక, మానసిక వికలాంగులకు ఇటువంటి దయనీయ పరిస్థితి ఎందుకు అని అడగవచ్చు. అంటే తప్పకుండా వారు వర్తమానంలో కానీ గతంలో కానీ చేసిన చెడు కర్మల ప్రభావమే ఇది అని చెప్పవచ్చు. వారు కొన్ని ఆరోగ్యపు సూత్రాలను ఖండించి ఉండవచ్చు. కనుక మంచికి, చెడుకు మధ్య తేడాను ఖండిస్తున్నాము అంటే ప్రపంచపు అత్యంత అధోగతి, దౌర్భాగ్యపు స్థితికి కారణమయ్యే అన్యాయపు మానసిక స్థితిని ఏర్పరుచుకుని వాస్తవమునందు కళ్ళు మూసుకుని ఉన్నట్లే. బాధ్యత–బాధ్యతారాహిత్యము, తప్పొప్పుల మధ్య భేదము తెలియనివాడు ప్రభుత్వపు నియమాలనూ ఉల్లంఘిస్తుంటాడు. మంచి చెడుల మధ్య తేడాను గుర్తించడం స్వ సంక్షేమముతో పాటు సమాజ శ్రేయస్సుకు కూడా అవసరమని గుర్తించాలి.

కర్మల విధి గురించి మానవులకు అల్ప జ్ఞానమే ఉంది

మంచి చెడు అనే రెండు రకాల కర్మల మధ్య తేడాను నమ్మనివాడు పాప పుణ్యాల మధ్య కూడా సరైన నిర్ణయాన్ని తీసుకోలేడు. ప్రాచీన కాలం నుండి పుణ్యము అంటే ఏమిటి, పాపము అంటే ఏమిటి అనే విషయంలో వివాదం జరుగుతూనే ఉంది. ఉదాహరణకు–మాంసము తినడాన్ని ఒక వ్యక్తి అంగీకరిస్తే, అది హింస మరియు నిర్దయతో కూడిన పని అని మరొక వ్యక్తి దానిని ఖండించవచ్చు. మరో ఉదాహరణకు వస్తే, గిట్టని శత్రువును చావు దెబ్బ కొట్టడం ధార్మిక పరాక్రమంగా, న్యాయంగా, మెచ్చుకోదగ్గ పనిగా ఒక వ్యక్తి వాదిస్తే అదే పని ఎట్టి పరిస్థితులలోనూ అహింస కిందకే వస్తుందని మరొక వ్యక్తి బోధించవచ్చు. కర్మల విధి గురించిన గుహ్య జ్ఞానము లేని కారణంగా మానవులలో ఈ విధమైన అగాధమంతటి భేదాభిప్రాయాలు నెలకొన్నాయి. మానవులకు కర్మల విధి గురించి కేవలం అల్ప జ్ఞానం మాత్రమే ఉన్నది.

అయినప్పటికీ, బాధ్యత–బాధ్యతారాహిత్యము, పాప–పుణ్యాల జ్ఞానము ప్రతి మానవాత్మకు అత్యావశ్యకము.

పాప పుణ్యాలకు గీటురాయి

మంచి పనులు మరియు చెడు పనుల విస్తారమైన జాబితాను తయారు చెయ్యటానికి ప్రయత్నిస్తే దానిని పూర్తి చెయ్యడం అసంభవం అనే చెప్పవచ్చు. ఎందుకంటే క్షణ క్షణానికీ ప్రతి మానవుడు కొత్త పరిస్థితులను, కొత్త సమస్యలను ఎదుర్కుంటూనే ఉన్నాడు. ఎదుర్కుంటున్న ప్రతిసారీ – నేను ఈ పనిని చేయాలా లేక మానుకోవాలా, ఇది నా బాధ్యతా కాదా అని ఆలోచిస్తాడు. కాబట్టి మంచి చెడుల జాబితాకన్నా దానిని గుర్తించగలిగే గీటుకాయి మానవుడికి ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది.

కర్మల జ్ఞానమును లేక మంచి చెడులను పరిశీలించగలిగే గీటురాయిని పరమ పాప పరిహారకుడు, ధర్మరాజు అయిన ఒక్క భగవంతుడే తెలియజేయగలరు.

చెడు భావాలతో ప్రేరేపితమైన కర్మలు, మాటలు మరియు ఆలోచనలు అనగా కామము, క్రోధము, లోభము, మోహము, అహంకారము, సోమరితనము వంటివి 'పాపాలు'. వీటన్నింటిలోకీ కామ వికారము మానవునికి ప్రధాన శత్రువు. ముఖ్య

పాపము. ఎందుకంటే ఈ ఒక్క వికారంతో మానవుడు మిగతా వికారాలకు సునాయాసంగా లోబడుతాడు.

దేహాభిమానము లేక అజ్ఞానమే మూల కారణము

'స్వయము అంటే శరీరానికి భిన్నంగా ఉండే ఆత్మ' అన్న జ్ఞానము లేని కారణమే, అనగా దేహాభిమానమే ఈ వికారాలకు కారణం. కాబట్టి స్వయాన్ని మరియు పరమాత్మను మరచి దేహాభిమానంలో ఉండి చేసే కర్మనే పాపము అని అంటారు. అలాగే ఆత్మిక స్థితిలో ఉండి పరమాత్మును సహవాసంలో చేసే పని పుణ్యము లేక మంచి పనిగా పరిగణింపబడుతుంది. ఒక వ్యక్తి ఆత్మిక స్థితిలో ఉన్నప్పుడు, ఇతరులు కూడా పరమాత్మని ఆత్మిక పిల్లలు కనుక, వారిని తన సోదరులుగా, ప్రేమ, దయ, సహకార భావాలతో చూస్తాడు. ఇందుకు విరుద్ధంగా, దేహాభిమానంలో ఉన్న వ్యక్తి తనకు సంబంధించిన వ్యక్తులపై మోహంతో కులము, రంగు, దేశము అనే దైహిక ధర్మాలకు ప్రభావితమవుతాడు. కొందరిపై మోహము, మరి కొందరిపై ఉన్న ద్వేషము, విరోధము తననూ ఇతరులనూ నష్టపరిచే కోపము, లోభమునకు దారి తీస్తాయి. కనుక, సంక్షేమానికి దారి తీసే అంటే, స్వధర్మానికి (పవిత్రత, శాంతి వంటి ఆత్మ యొక్క నిజ గుణాలను స్వధర్మము అని అంటారు) పరిమితమైనవి మంచి కర్మలు. అలాగే స్వధర్మానికి విరుద్ధంగా, బాధ్యతలకు దూరంగా ఉన్న వాటిని పాపములు అని అంటారు. రెండో రకమైన కర్మలు బంధనాలను సృష్టించే హానికరమైనవి కనుక దూరం చేసుకోవాల్సినవి.

వర్తమానంలోగానీ గతంలోగానీ చేసిన పాపాల సూక్ష్మ పాశమే బాధలకు కారణము. దివ్య జ్ఞానము మరియు యోగము అనే సూక్ష్మ ఖడ్గంతో తప్ప ఈ బంధనాలు తొలగవు. మనషికి ధార్మికత పట్ల ఉన్న శ్రద్ధకు చిహ్నాలైన అనేక రకాలైన పూజలు లేక భక్తి కర్మల సంకెళ్ళను ఛేదించటానికి అశక్తమైనవి. ఎందుకంటే మనిషికి యోగము ఇచ్చేంత ఆధ్యాత్మిక శక్తి భక్తి ఇవ్వలేదు. భక్తి మానవుడికి సరైన ఆత్మిక స్థితిలో, పరమాత్మ స్థితిలో ఉండగలిగే శక్తిని ఇవ్వలేదు.

కనుక, పాత చెడు సంస్కారాల నుండి, పాత చెడు కర్మల నుండి విముక్తి పొందాలంటే ఆత్మిక స్థితి మరియు పరమాత్ముని సహవాసము అత్యంత ముఖ్యమైనవి. ఆత్మిక స్థితిలో ఉన్న వ్యక్తి అతీంద్రియ సుఖాన్ని అనుభవిస్తాడు. అటువంటి స్థితిలో ఆ వ్యక్తి ఇంద్రియ సుఖాలకు బానిస కాడు.

ఆత్మిక స్థితికి పరమాత్మ జ్ఞానము అవసరము

తన బంధువుల వివరాలు తెలిసిన వ్యక్తికి వారిని గుర్తు చేసుకోవడం ఎలా అయితే సహజమవుతుందో, అలాగే స్వయమును గురించిన పూర్తి జ్ఞానము, ఆత్మకు పరమాత్మునితో ఉన్న అవినాశి సంబంధము వంటి ఇతర వివరాలు ఆ వ్యక్తిని ఆత్మిక స్థితిలో, పరమాత్ముని సహవాసంలో ఉండేందుకు తోడ్పడుతాయి. చెడు కర్మల నుండి విముక్తి పొందాలనుకున్నప్పుడు ఇటువంటి జ్ఞానమును పొందాలి.

3. దుర్గుణాలు లేని స్వేచ్ఛా జీవితాన్ని మనం గడపగలమా?

తప్పులు చెయ్యకుండా ఈ లోకంలో ఏ పనీ చెయ్యలేము అని చాలామంది అంటూ ఉంటారు. నిజానికి ఇది ఒక అపోహ మాత్రమే. ఆసుపత్రిలోని ఒక నర్సు ఉదాహరణను తీసుకుందాం. తనకు అప్పగించిన పిల్లలను ఒక నర్సు ఎంతో జాగ్రత్తగా చూసుకుంటుంది. తన వార్డులో ఉన్న రోగులను నర్సు ఎంతో శ్రద్ధతో, దయతో, ప్రేమతో చూసుకుంటుంది. ఇవన్నీ తను ఒక బాధ్యతగా చేస్తుందే కానీ మోహంతో కాదు. రోగులలో ఎవరైనా చనిపోతే ఆ నర్సు ఏడవదు. ఎవరైనా ఆసుపత్రి వదిలి వెళ్తుంటే వారిని దూరం చేసుకుంటున్నానే అనీ బాధపడదు. మరి ఒక తల్లి కూడా తన పిల్లల పట్ల, కుటుంబ సభ్యుల పట్ల ఈ విధంగా మోహం లేకుండా వ్యవహరించలేదా?

ఒక మంచి న్యాయాధికారి ఎలాంటి భావోద్వేగాలకు లోను కాకుండా తన బాధ్యతను నిర్వర్తించడం మనం చూడలేదా? నేరము చేసిన వారికి, చట్టాన్ని ఉల్లంఘించిన వారికి అతను అనేక రకాల శిక్షలను విధిస్తూ ఉంటాడు. సాక్షుల వాదనలను వింటూ నేరము మోపబడ్డ వారిపై న్యాయాధికారి ఎటువంటి కోపమునూ ప్రదర్శించడు. కొంతమందికి ఉరి శిక్ష విధించినా అతను ఏవిధమైన ఆరాటమునకు లోను కాడు. వీటన్నింటినీ అతను నిష్పక్షపాతంగా, నిర్మోహంతో బాధ్యతాయుతంగా నిర్వర్తిస్తాడు. మోహంలేని బాధ్యతతో కూడిన జీవితాన్ని మనం కూడా గడపలేమా? నేను చెయ్యగలను అని మన మీద మనకున్న నమ్మకంతో గనుక నిరంతరం ప్రయత్నించినట్లయితే, అలా తమకు తాము సహాయం చేసుకునేవారికి భగవంతుడు కూడా తప్పక సహాయం చేస్తాడు.

అలాగే, బ్యాంకులోని డిపాజిట్ కౌంటరు దగ్గర క్యాషియర్ రోజూ తన చేతులమీదుగా ఎంతో పెద్ద మొత్తాన్ని అందుకుంటున్నా నేను కోటీశ్వరుడ్ని అన్న అహంకారం అతనిలో ఏ మాత్రమూ కనిపించదు, బ్యాంకులోని డబ్బుపై లోభమూ కనిపించదు. ఇదంతా అతను తన ఉద్యోగాన్ని నిమిత్త భావముతో చేస్తున్నాడు కాబట్టి. ఇదే విధంగా, మనం కూడా భగవంతుని దగ్గర నిమిత్తమాత్రులము అని భావిస్తూ గర్వాన్ని, లోభాన్ని వదలలేమా! మన యజమాని అయిన భగవంతుడు, అతనితో మనకున్న శ్రేష్ఠ సంబంధాల గురించి తెలిస్తే మనం తప్పకుండా చెయ్యగలము. ఎటువంటి పొరపాట్లు చెయ్యకుండా మనం మన నిత్య జీవితంలో కొన్ని పనులను, బాధ్యతలను చేస్తున్నాము అని పై ఉదాహరణలతో స్పష్టమవుతుంది. కేవలం మనం మన పరిధిని పెంచుకోవాలి, కాదు కాదు, వికారాలను పూర్తిగా త్యజించి కమల పుష్ప సమానమైన జీవితాన్ని గడపాలి. ఎందుకంటే జీవితంలో శాంతి, సంతృప్తి, సంతోషాలకు ఇదొక్కటే మార్గం. భవిష్య దైవీ జీవితానికి కూడా ఇదే మార్గం. జీవితంలో ఇటువంటి పవిత్రత కేవలం రాజయోగముతోనే సాధ్యమవుతుంది.

స్వయంగా భగవంతుడు బోధించే రాజయోగంలో అమితమైన శక్తులు నిండి ఉన్నాయి. ఈ రాజయోగముతో మహా ప్రలోభకారి అయిన మాయపై పూర్తి విజయమును సాధించడమే కాకుండా, ఒక్క తుపాకి గుండును కూడా పేల్చకుండానే, ఒక్క వ్యక్తిని కూడా చంపకుండానే విశ్వ సామ్రాజ్యాన్ని పొందగలము.

4. మంచి గుణాలను ఎంచుకుని వాటిని నేర్చుకునే సామర్థ్యము

జీవితంలో మనం అవలంబించకూడని గుణాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. మనలో ఎన్ని మంచి గుణాలు ఉంటాయో అంతగా భగవంతునికి ప్రియమైన వారిగా అవుతాము, ఉన్నత దైవీ పదవిని పొందుతాము, ఎంతో సంతోషంగా ఉంటాము – ఇది నియమము. చెడు మార్గాలను మన జీవితం నుండి తొలగించుకుని వాటికి బదులుగా దివ్య గుణ ధారణ జరగాలంటే ప్రతి వ్యక్తికీ కావలసినది గుణ గ్రాహకత, అనగా మంచి గుణాలను ఎంచుకుని వాటిని నేర్చుకొను సామర్థ్యము. దివ్య గుణాలకు ఇది సన్నాహము.

ఒక సాదృశ్యము(ఉదాహరణ)

ఒక ఉదాహరణను తీసుకుందాం. విత్తనం చాలా మంచిదిగా, నీరు పోసే విధానం చాలా చక్కగా ఉన్నా కానీ భూమిని మాత్రం సరిగ్గా దున్నకుండా, ఎరువు వెయ్యకుండా ఉన్నట్లయితే విత్తనం ఎంత మంచిదైనా అది పనికిరానట్లే కదా. అలాగే, ఇతరుల ఉదాహరణలను చూసి వాటి నుండి నేర్చుకునే శక్తిని కనుక ఉపయేగించనట్లయితే, సద్గుణాలు అనే విత్తనాలను మరియు అవసరమైన ఆధ్యాత్మిక కృషిని అందించినా కానీ మనసు అనే భూమి తయారుగా లేనట్లే . ఒక వ్యక్తి ఇతరులలోని మంచి గుణాలను చూసే కళను అభ్యసించనంత వరకు, ఇతరుల పొరపాట్లను ఎత్తి చూపుతున్నంత కాలం, గుణాల గురించి అతను ఎన్ని ప్రసంగాలు వింటున్నా ఆ గుణాలను తన జీవితంలో అవలంబించటంలో మాత్రం విఫలమవుతాడు. కాబట్టి, ఆధ్యాత్మిక ప్రయత్నాలలో మునిగి ఉన్న వ్యక్తి మంచి గుణాలు ఎక్కడ కనిపించినా వాటిని ధారణ చేసుకునే సంస్కారాన్ని అలవర్చుకోవాలి, అలాగే అయోగ్యతలు అనే చెత్తను కడిగివేయాలి.

మనం మామూలుగా చూసేదేమిటంటే మనిషి చెడును గమనించి దానిని అనుకరించినంత త్వరగా మంచిని నేర్చుకోడు. కానీ ఇతరుల లోపాలను చూసిన వెంటనే దానిని అనుకరించడం ఎలా సాధ్యమవుతుంది ? మరి ఇది మంచిని నేర్చుకునే విషయంలో ఎందుకు వర్తించడం లేదు ?

ఒక వ్యక్తి ఇతరుల లోపాలను ఎందుకు అనుకరిస్తాడు ?

జీవిత లక్ష్యం పట్ల మరుపు, తనలోని గుణాల పట్ల ఉన్న కొంత నిర్లక్ష్యత కారణంగానే ఇతరుల లోపాలను ఎత్తి చూపించడం, వాటి గురించి అతిగా ఆలోచించడం జరుగుతుంటాయి. ఇతరుల పట్ల ఉన్న ద్వేషం మరియు శతృత్వం కూడా చెడును ఎత్తి చూపడానికి కారణమవుతుంటాయి. ద్వేషానికి బదులుగా ప్రేమ ఉన్నట్లయితే, ఆ వ్యక్తిలోని లోపాలు మనకు కనిపిస్తున్నా అవి అంతగా మనసులో ఉండవు. ఎవరిమీద ప్రేమ ఉంటుందో, వారిలో లోపాలు ఉన్నా కానీ వారి పట్ల దయార్ద్ర భావనతో పాటు వారు మారాలి అని కూడా ఆశిస్తాము.

ఇందుకు విరుద్ధంగా, ద్వేషము, పగ, అసూయ ఉన్నచోట, ఆ చెడు ఉన్న దానికన్నా ఎక్కువగా కనిపిస్తూ ఉంటే, ఎలా ఆ వ్యక్తిని క్రింద పడవేయాలా, అవమానించాలా అన్న ఆలోచనలతో మనిషి అసహనంతో, చికాకుతో ఉంటాడు. ఇతరులలోని లోపాలను ఆ వ్యక్తి పెద్దవిగా చేసి చూపిస్తూ ఉంటాడు. ఇటువంటివారు కాకి వలె, చెత్తను ఏరుకుంటూ,పెంటకుప్ప వద్దకు ఇతర కాకులను కూడా పిలుస్తూ విమర్శలతో రోజంతా బిజీగా ఉంటారు. అందుకే, విజ్ఞానవంతుల భాషలో, ఇతరులను నిందిస్తూ, ఇతరుల లోపాలనే చూసే వారిని 'కాకి' అని, ఎవరైతే ఇతరులలోని సుగుణాల ముత్యాలనే ఏరుకుంటారో వారిని 'హంస' అని అంటారు. ఇంతకన్నా ఉన్నతంగా, పరమాత్ముని దివ్య జ్ఞానము అందించే దివ్య గుణాలను అతి మధురంగా, సుస్వరముతో పాడే చకోర పక్షి వంటివారు ఉన్నారు. ఒక కాకి వలె జీవితపు అభిప్రాయాలను పాడు చేసే కాకి అరుపులతో ఉంటారా, హంసవలె సద్గుణాలనే ముత్యాలను ఏరుకుంటారా, లేక మానవులను అబ్బురపరిచే దివ్య జ్ఞానమును సుమధురముగా పాడే చకోరపక్షి అవుతారా అన్నది ప్రతి ఒక్కరూ నిర్ణయించుకోవాల్సిన విషయము.

అసలు మనిషిలో ఈ పగ, ద్వేషాలు ఎందుకు ఉన్నాయి? మనిషి ఎందుకు తన జీవిత లక్ష్యాన్ని మర్చిపోతుంటాడు? ఈ పరిస్థితిని తప్పించలేమా?

ఎందుకు ఈ పగ-ద్వేషాలు?

దేహాభిమానం కారణంగానే ఇవన్నీ మనిషిలో ఉన్నాయి. ఇంకా స్పష్టంగా చెప్పాలంటే ఏదో ఒక కోరికను నెరవేర్చుకోవాలన్న ఆశ, అది తన గౌరవం పట్ల కావచ్చు లేక దానికి సంబంధించిన ఇతర విషయాలు కావచ్చు. ఇవే పగ, ద్వేషాలకు మూలం. తనను

అసంతృప్తిపరిచిన వారి పట్ల ఉన్న అయిష్టము కాలక్రమేణా అసూయ, చెడు భావనగా మారి ఎదుటివారి దృష్టిలో అతడిని ఎప్పుడూ కించపరిచే విధంగానే మాట్లాడుతూ ఉంటాడు. తన శత్రువు ఎక్కడ మాట్లాడుతున్నా అతనిని అవమానిస్తూ మాట్లాడటం తన ధర్మము అన్నట్లుగా ఉంటాడు. ఈ విధంగా ఇతరుల లోపాలనే ఆలోచిస్తూ, వర్ణిస్తూ ఆ వ్యక్తి కేవలం పాపాలను మూట కట్టుకుంటున్నాడు. తన శత్రువును ముప్పుతిప్పలు పెడుతున్నాను అని ఊహించుకుంటూ తన విలువైన సమయాన్ని వృద్ధా చేసుకుంటూ తన పతనానికి తానే కారణమవుతున్నాడు. నిజానికి ఆ వ్యక్తి తన భవిష్యత్తును ముక్కలు ముక్కలుగా బద్దలు చేసుకుంటున్నాడు.

అవమానింపబడ్డ వ్యక్తి ఎలాగూ అవమానించిన వ్యక్తి నుండి దూరమవుతాడు. అంతేకాకుండా చాడీలకు భగవంతుని మనసులో చోటు లేని కారణంగా అవమానించిన వ్యక్తి భగవంతుడి దగ్గర నుండి కూడా నెమ్మదిగా దూరమవుతాడు. అందుకే విజ్ఞానవంతులు భగవంతుడిని తమ తప్పులను మనసులో పెట్టుకోవద్దు అని ప్రార్ధిస్తూ ఉంటారు. ఎప్పుడూ లోపాలనే చూసే సామర్థ్యమున్న కొనుగోలుదారుడు వంటివాడా ఈ నిందకుడు?

తన లక్ష్యం గుర్తున్న వ్యక్తి అందరితో ప్రేమగా వ్యవహరిస్తూ, ఇతరులలో లోపాలు కనిపించినా చికాకు పడకుండా ఉంటాడు. అతనిలో దయారసము ఉంటుంది. మర్యాద అనే గీత దాటడు. భగవంతునిలా, ఇటువంటి వారుకూడా ఇతరుల లోపాలను తమ మనసులో పెట్టుకోకుండా వాటిని సద్గుణాలతో నింపటానికి ప్రయత్నిస్తారు.

ఈ కల్మషాలను, మాలిన్యాలను ఎందుకు చూడాలి ?

ఇతరుల లోపాలపైనే దృష్టి ఉన్న వ్యక్తి ఇతరుల కోపానికి గురవుతూ ఉంటాడు. అతడు ఎక్కడకు వెళ్ళినా తన చుట్టూ కల్మషాన్ని, చెత్తను వ్యాప్తి చేస్తూ ఉంటాడు. ఇటువంటివారు కొంతమంది మధ్యలో పరస్పర ద్వేషమును, భేదాలను కలుగజేసి అనైక్యత మరియు విరోధ భావాలను ముమ్మరం చేస్తూ ఉంటారు. అటువంటి వారి సహవాసము ఎంతో హానికరం. చాడీలు చెప్పడమే అలవాటుగా ఉన్న వ్యక్తి ఎప్పుడూ భగవంతుని దగ్గర శరణు కోరడు. అంతేకాక తనతో ఉన్న వారి మనసును కూడా పాడు చేస్తూ, భగవంతుని వైపునుండి మరలుస్తూ మాయా విధేయులుగా మారుస్తాడు.

ఇతరుల లోపాలను ఎంచుట స్వ పతనానికి నాంది

కలియుగం ఇప్పుడు అంతిమ దశలో ఉన్నదని, మానవులంతా వికారపూరితమయ్యారని విజ్ఞానవంతులకు తెలుసు. అందుకే మనిషి తన ప్రార్థనలలో ఇలా అంటూ ఉంటాడు. " ఓ భగవంతుడా, నేను నిర్గుణుడ్ని, నాపై దయ చూపండి", స్వామీ, నా అవగుణాలను మనసులో పెట్టుకోకండి", "ఓ స్వామీ, నేను నీచుడను, పాపిని, మూర్ఖుడను, దయ చూపండి". ఈనాటి ప్రపంచంలో లోపాలు, నిజానికి వికారాలు ఎంతో ప్రబలిపోయి ఉన్నాయి. దీని కారణంగా దైవత్వము అనే ఉన్నత స్థితి నుండి ప్రతి ఒక్కరూ మానవ స్థితికి పడిపోయి రాక్షసులుగా మారిపోయారు. అందుకే మన ఈ ప్రపంచంలోకి కరుణామూర్తి అయిన పరమాత్మ దిగి రావలసి వచ్చింది. ఇంతటి దయనీయ స్థితిలో కూడా ప్రతి ఒక్కరిలో ఇంకా ఏదో ఒక సద్గుణము స్వల్పంగా ఉంది. ఈ ఒక్క మంచి గుణం కూడా లేకుండా అన్నీ కనుక ఆవిరైపోయి ఉంటే భగవంతుని అవతరణ ఈ ప్రపంచానికి అంతగా ఉపయోగపడేది కాదు. మనిషిలో అడుగంటుకుపోయిన, కృశించిపోయిన, విస్మృతి యొక్క అగాధమును చేరుకున్న , చచ్చుబడి ఉన్న సద్గుణాలను తిరిగి మేల్కొల్పడమే భగవంతుని ధర్మము. మనలో ఉన్న సద్గుణాలను గుర్తుకు తెప్పించే జ్ఞాన బోధను చేయడం, ఆ సద్గుణాల ఉన్నతికి కావలసిన సహాయమును అందించడం భగవంతుని కర్తవ్యము.

కనుక, ఇతరుల లోపాలను ఎంచే అలవాటును మానుకోవాలనుకుంటే ఈ విధంగా ఆలోచించండి – "లోపాలు లేని వ్యక్తులు ఎవ్వరూ లేరు. నాలోనే ఎన్నో లోపాలున్నాయి. ప్రతి ఒక్కరిలో ఏదో ఒక మంచి విషయం, మంచి గుణం ఉంది అన్నది నిజమైనా ఈ ప్రపంచము భ్రష్టుపట్టిపోయింది అన్నది కూడా నిజమే. కనుక, నేను చెడు విషయాలను గమనించకూడదు, వినకూడదు, వర్ణించకూడదు, ఆలోచించకూడదు. లేకపోతే నన్ను నేను అధోగతిపాలు చేసుకున్నట్లే. దయాళువైన పరమాత్మ చెడు చూడకు, వినకు, మాట్లాడకు, ఆలోచించకు, చెయ్యకు అని నన్ను ఆజ్ఞాపించలేదా? చెడును చూడటం, చెడు పనులను చేయడం జీవితమునే చెడుగా మార్చేస్తాయి. కాబట్టి, ఇతరులలో ఉన్న చిన్న విషయము, అది ఎంత చిన్నదైనా నేను దాన్ని చూసి నేర్చుకోవాలి." ఈ విధంగా ఆలోచించినట్లయితే, మనిషి తన జీవితంలో ఉన్నతత్వమును, నాణ్యతను పోషించగలడు.

సరైన దృష్టికోణం

నిజానికి ఆత్మలన్నీ కలిసి ఒక విస్తారమైన పరివారము అవుతుంది. ఆత్మిక దృష్టిలో ప్రతి ఒక్కరూ పరస్పరం సోదరులవుతారు.

ఈవిధమైన దృష్టికోణమును అలవర్చుకున్నట్లయితే ఒక రక్త సంబంధ భావన ఏర్పడుతుంది. భగవంతుడిని ప్రేమించడానికి ముందుకు వస్తాము. ఎందుకంటే బ్రహ్మాండమైన ఈ ఆత్మల పరివారానికి భగవంతుడు సంరక్షకుడు, పరమపిత. కనుక మనుష్యాత్మలందరి పట్ల శుభ భావన, సోదర భావన, సహయోగము, ప్రేమ ఉంటాయి. మనం ఇలా ఆలోచించాలి – "మేము పరమాత్ముని సంతానమే కాదు, పరస్పరం సోదరులం, ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో ఒక పరివారంలో ఉండే ప్రేమ, అనుబంధాలు ఒకప్పుడు సత్య, త్రేతా యుగాలలోని వారందరి మధ్య కనిపించేవి. ఆ తర్వాతి యుగాలలో మాయ మనుషుల మధ్య భేధాలను, అసూయ, పగ, ద్వేషాలను పుట్టించింది. ఇప్పుడు, ఈ యుగంలో, పరమపిత మళ్ళీ, పూర్వం వలె, మనమందరమూ సోదరులమని ఒకరినొకరు ప్రేమించుకుంటూ అందరూ కలసి మెలసి ఐక్యతతో జీవించాలని అర్థం చేసుకునే సామర్థ్యమును అందిస్తున్నారు." ఈవిధంగా ఆలోచించినట్లయితే మనం పరమపితను మరియు అతని సంతామును ప్రేమించగలం, ఇతరులలోని సద్గుణాలనే తప్పక చూడగలము. ఎందుకంటే మనిషి సహజంగా తనకు నచ్చిన వారిలో మంచినే చూస్తాడు, అలాగే తనకు నచ్చని వారిలో చెడునే చూస్తాడు.

పరమాత్మ ఎంతో దయతో మానవాత్మలకు జ్ఞాన బోధ చేసి సద్గుణాలను బహుమతిగా అందిస్తున్నారు. మనము కూడా, ఇతరుల లోపాలను పక్కనబెట్టి, వారి మనసులను దివ్యమైన జ్ఞానము వైపుకు మరలుస్తూ సద్గుణాలకు మనం ఒక ఉదాహరణగా నిలవాలి.

ఇతరుల లోపాలను ఎంచడమంటే మనకు మనమే ముళ్ళను గుచ్చుకోవడం

ఇతరుల లోపాలను ఎంచడము అంటే మనకు మనమే ముళ్ళతో గుచ్చుకున్నట్లు. ఆ లోపాలను మళ్ళీ ఎక్కడైనా వర్ణిస్తే వాటిని గుచ్చుకోవడం, దెబ్బగా మార్చుకోవడం, ఆ దెబ్బను మాయతో శక్తివంతంగా చేసుకుంటున్నట్లు లెక్క.

ఇప్పుడు భగవంతుడు ఈ భ్రష్టు పట్టిన ముళ్ళ అడవిని ఒక గొప్ప పూలతోటగా మారుస్తున్నారు. ముళ్ళలాంటి మానవులను పుష్పాలుగా మారుస్తున్నారు. ఇతరులను నొప్పించాలి అన్న ఆలోచనను మాని మంచి మంచి సంఘటనలను చూసి నేర్చుకొని అందంగా, మధురంగా తయారు కావడమే ఉత్తమం. లేకపోతే ధర్మరాజు యొక్క మహాసభలో మనం బాధలను, శిక్షలను అనుభవించాల్సి వస్తుంది. శిక్షలకు దారి తీసే పనుల వల్ల ఏమిటి లాభము? అటువంటిది అసలు ఒక ప్రయత్నం కిందకే రాదు.

కనుక దయ, ప్రేమ అనేవి సద్గుణాలు. ఇతరుల లోపాలను ఎంచుట దుర్గుణము. అది ఏ రూపం దాలుస్తుంది, వికారాలలోకి వెళ్తే వచ్చే పరిణామాలేమిటి, అటువంటి పనులు చేసే వ్యక్తి లక్షణాలు ఏమిటి వంటి విషయాలను మనసులో పెట్టుకుని అటువంటివారినుండి, అటువంటి పనుల నుండి దూరంగా ఉండాలి.

5. సంతోషము

సంతోషము అనే గుణం మనిషిలోని ధైర్యాన్ని నిలపడమే కాకుండా ఇతరులకూ ఉపయోగపడుతుంది. అది సేవా యోగ్యమైన గుణమని మనం చెప్పవచ్చు.

ముఖంలో సంతోషము అనేక హృదయాలను వికసింపజేస్తుంది.

సంతోషంగా ఉన్న వ్యక్తి ఒక్క మాట కూడా మాట్లాడాల్సిన అవసరం ఉండదు సరి కదా వారి వద్దకు వచ్చిన వారికి ఆ వ్యక్తిలోని మంచి భావాలు కనిపించి వారిలో కూడా సంతోషాన్ని తీసుకువస్తుంది. ప్రపంచమెంత అల్లకల్లోలంగా ఉన్నా కానీ భగవంతుని సహవాసంలో ఉండే ఒక యోగి జీవితం ఎలా సంతోషమయంగా ఉంటుంది అని వీరిని చూసి ప్రత్యక్షంగా నేర్చుకోవచ్చు. ఆనందసాగరుడు అయిన పరమాత్ముని దివ్య స్మృతి ద్వారా కలిగిన పరమానందము కారణంగా ఒక యోగి యొక్క ముఖ వర్చస్సు వికసించిన పుష్పము వలె ఉండి చింత, దుఃఖము, అలసట, కలవరం, అయిష్టము, నిరాశ ఏ మాత్రము కనిపించవు. ఇందువల్ల సంతోషము, కేవలం దాని ఉనికితో, జీవితాన్ని అద్భుతంగా మార్చుకునే దివ్య జ్ఞాన భాండాగారాన్ని పొందటానికి భగవంతుడు ఇచ్చే ఆహ్వానాన్ని స్పష్టంగా చాటి చెబుతుంది. ఎలా అయితే మనిషి రాసుకున్న అత్తరు సహజంగానే దాని సువాసనను వెదజల్లి అందరి మనసులను ఆహ్లాదపరుస్తుందో, అలాగే సంతోషంగా ఉన్న వ్యక్తిని ఒక్కసారి చూడగానే, చూసిన వారి మనసులు తప్పక పులకరిస్తాయి. ఇతర సద్గుణాలను పొందాలంటే వ్యక్తికి వాటి గురించి నేర్పించాలి, కానీ సంతోషమనే సద్గుణం మాత్రం దానంతటదే ముఖం వైపుకు ప్రయాణించి ఆ వ్యక్తిలో నిండిపోతుంది.

మనుష్యులకు, భగవంతునికి నచ్చుతారు

ఈ సద్గుణమున్న వ్యక్తి లోకులకు, భగవంతునికి మరియు స్వయానికి కూడా ఇష్టులు అవుతారు. సహనము, సంతృప్తి వంటివి ఉన్నచోట నిరంతర సంతోషం ఉన్నట్లుగా, ఈ ఒక్క గుణములోనే అన్ని గుణాలు ఉన్నాయి. ఎప్పుడూ మూతి ముడుచుకుని, నిరాశతో ఉంటూ చిన్న చిన్న పరిస్థితులకు కూడా కలవర పడే వారిని లోకులు మెచ్చరు. దివ్యమైన జ్ఞానము అందించే పరమానందమును వీరు కోల్పోయి భగవంతుని సహవాసము నుండి దూరంగా ఉంటారు కాబట్టి భగవంతుడు కూడా వీరిని చూసి హర్షించరు. దీని కారణంగా వారి జీవితం వారికే బడలికగా మారుతుంది. కనుక, జీవితంలో ఎదురైన పరిస్థితి ఎంతటి దుర్భరమైనదైనా, మనిషి ఎప్పుడూ అసంతృప్తి చెందకూడదు, నిరాశ పడకూడదు, జీవితంపై ఆశను కోల్పోకూడదు. ఇందుకు విరుద్ధంగా మనిషి ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉండాలి. ఇప్పుడు మనం ఏ భావాలను పొందుతామో, వాటిని మన మరుజన్మకు తీసుకువెళ్తాము. ఎప్పుడూ ఏడ్చేవారు, మరణం తర్వాత దుఃఖ ప్రపంచానికి వెళ్తారు. ఎప్పుడూ నవ్వేవారు సుఖ ప్రపంచములోకి అనగా స్వర్గానికి వెళ్తారు.

నిస్సందేహంగా, సంతోషము అనేది ఒక గొప్ప గుణము. కానీ అది ఎప్పుడూ మనతోనే ఉండటం లేదు. మనిషి ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఎలా ఉండగలడు?

సంతోషానికి మార్గము

నవ్వు ముఖం కావాలనుకుంటే మనం హంసలుగా మారాలి. హంస ముత్యాలనే ఏరుకుంటుంది, పాలను (సారమును) తీసుకుని నీళ్ళను వదిలేస్తుంది అని అంటారు. ఈవిధంగా, మనిషి చెడును ప్రక్కన పెట్టి మంచినే చూస్తూ, ఊరించే వ్యర్థమైన మాటలను వినడం మాని దివ్య జ్ఞానము అనే సారమునే తీసుకుంటూ, అతని వివేకము కాకిలా, కొంగలా కాక ఒక హంసలా పని చేసినప్పుడు అతను ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉండగలడు. బాగా ఆలోచిస్తే, ఇతరుల లోపాలను విన్నప్పుడు, ఇతరులు అంత మంచిగా చెయ్యని పనుల గురించి ఆలోచించినప్పుడు, కాకిలా మోసగాడిలా, కొంగలా దొంగ భక్తి చూపించినా అతని ఆనందమంతా ఒక్క క్షణంలో మాయమవుతుందని అర్థమవుతుంది. కాబట్టి, పరమహంస అయిన భగవంతుని దగ్గర తాను ముత్యాలను ఏరుకునే హంస అని తెలివైనవాడు ఎప్పుడూ గుర్తుపెట్టుకోవాలి. అతడొక రాజయోగి, రాజహంస–హంసలకే రాజు, అతను సత్యమైన సారము కొరకే అన్వేషించాలి కానీ నీళ్ళను కాదు, హంసలా వ్యవహరించే వ్యక్తికి రసజనకమైన ముఖ వర్చస్సు ఉంటుంది.

ఇటువంటి వ్యక్తులు తమను తాము రాజహంసలుగా గౌరవించుకుంటారని, ఎప్పుడూ సంతోషంలో ఉంటారని అనుభవం చెబుతుంది. కానీ ప్రస్తుత కలియుగం మన కొరకు వింత విషయాలను దాచి ఉంచింది. వీటి కారణంగా మన సంతోషం ఎల్లప్పటికీ నిలిచి ఉండటం లేదు. ఈ కలియుగం ఇచ్చినవి కాకుండా, మనం సంతోషంగా ఉండటానికి శివ పరమాత్మ మనకు ఏమైనా అనుగ్రహించారా అని తెలుసుకోవడము ఎంతైనా అవసరం.

సంతోషం ఎందుకు మాయమవుతుంది ?

భగవంతుని స్మృతి అనగా యోగము వలన సంతోషం కలుగునట్లు, మనం చేసిన పొరపాట్ల వలన సంతోషం మాయమవుతుంది. ఎప్పుడైనా పనికిరాని ఆలోచనలు మనసులోకి వస్తే వెంటనే వాటిని పెద్దల ముందుగానీ, సర్వశక్తిమంతుడైన శివ పరమాత్మ ముందుగానీ ఉంచి వారినుండి అవసరమైన సూచనలు పొంది మానసిక పరిస్థితిని మెరుగుపరుచుకోవాలి. ఇటువంటి పొరపాట్లు మళ్ళీ మళ్ళీ జరగకుండా ఉండేందుకు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకుని హృదయ భారాన్ని తగ్గించుకోవాలి.

గుర్తుంచుకోవలసిన మరో విషయమేమిటంటే, గడిచిన దాని గురించే ఆలోచిస్తూ, బాధ పడుతూ, దురదృష్టవశాత్తూ నేను ఇలా చేసాను, నా ఆధ్యాత్మిక స్థితి బాగాలేదు అని అనుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. గడిచిన దాని గురించి ఒక గుణపాఠం నేర్చుకుని, ఇక మీదట మళ్ళీ ఇటువంటి పొరపాట్లు జరగకుండా దృఢ నిశ్చయంతో ముందుకు సాగాలి. అపచారం చేసాను అన్న మనోభారంలో నిరంతరం ఉండట వలనే మన సహజత్వాన్ని కోల్పోతుంటాము. ఒక లోటును సరిదిద్దుకోవటానికి దాని గురించే ఆలోచించటం కాకుండా స్వయం యొక్క ఉన్నత స్థితి గురించిన ఆలోచన అవసరం. బుద్ధిని ఎప్పుడూ స్వచ్ఛంగా ఉంచుకుంటూ, కలవరంలో కొట్టుకుపోకుండా, ఏ వికారీ ఆలోచన ఆటంకంగా రాకుండా చూసుకోవాలి. ఇటువంటి అనిశ్చితమైన సంఘటనల నుండి జాగ్రత్తగా ఉండాలంటే దివ్య స్మృతి అనే జ్యోతికి ఎప్పుడూ దివ్య జ్ఞానము అనే నూనెను అందిస్తూ ఉండాలి.

అసూయ, కోపం, ద్వేషాలను వదిలిపెట్టండి

అసూయ, ద్వేషాలతో కూడిన ఆలోచనలు వచ్చినప్పుడు సంతోషం తగ్గిపోతుంది. ఇటువంటి ఆలోచనలు వచ్చినప్పుడు అవి తన పతనాన్ని సూచిస్తున్నాయి అని తెలివైనవాడు గుర్తించాలి. లోకోపకారము, విశాల హృదయము, సజ్జనత్వము, అందరి పట్ల శుభ భావన – వీటిలోనే గొప్పదనం దాగి ఉంది. అనాది నుండి ప్రతి ఆత్మ తమ తమ పాత్రలను నిర్వహిస్తున్నాయి. ప్రతి ఒక్కరూ, తమ ప్రయత్నాలకు గుర్తుగా, గత కర్మల ఫలితంగా ఉన్నతంగా ఎదగవచ్చు. మనకన్నా ఉన్నతంగా ఉన్న వ్యక్తి కనిపించినప్పుడు ఈ విధంగా అనుకోవాలి – తను చేసిన గొప్ప కర్మలకు ఫలితంగా ఇతను ఇంతటి ఉన్నత స్థితిలో ఉన్నాడు. నేను కూడా ఉన్నతంగా ఎదగడానికి ప్రయత్నిస్తాను కానీ అతనితో పోల్చుకోను. ఇక్కడ, ఈ ప్రపంచంలో, ప్రతి ఒక్కరికీ తమ తమ పాత్ర లభించింది, అందరూ ఒకలా ఉండరు. ఇతరులతో శతృత్వము లేక వారి పట్ల ద్వేష భావము వారి అదృష్టాన్ని తగ్గించదు, మన అదృష్టాన్ని పెంచదు. అసంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి నానాటికీ తన జీవితంలో దిగజారుతూ ఉంటాడు. అసంతృప్తి ఉన్న చోట ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి మరియు యోగము తగ్గుతూ ఉంటాయి. కాబట్టి, ఎదుగుతున్న వ్యక్తిని చూసినప్పుడు సహనము, ధైర్యముతో మనము మన ప్రయత్నాలు, అభ్యాసాలతో ఎదగటానికి శ్రమించాలి. ఇతరుల ఎదుగుదల చూసి మనం సంతోషపడుతూ వారితో మధురంగా వ్యవహరించినట్లయితే, తప్పకుండా ఈ సద్గుణము మనలను ముందుకు తీసుకు వెళ్తుంది. అన్నిటికన్నా ముఖ్యమైనది, వారితో ఎటువంటి భేదాభిప్రాయాలు లేకుండా, వారిని నొప్పించకుండా మనం ముందుకు వెళ్తాము. మనం అసూయను వదలాలి, కానీ వారితో పోటీ పడవచ్చు.

అలాగే, కోపం కూడా మనసులో ప్రవేశిస్తే కొద్దో గొప్పో మనల్ని నష్టపరుస్తుందా? దివ్య జ్ఞానము అందించే ఖజానాలను, సంతోషాన్ని దొంగలించుకుపోయే పెద్ద రాక్షసుడు ఈ కోపం అని అనుకోవచ్చు. అందుకే దీని నుండి ఎంత త్వరగా బయటపడితే అంత మంచిది. మన మనసును వికారాల నుండి దూరముగా ఉంచుకుంటేనే సంతోషము మన దగ్గర ఎప్పటికీ నిలుస్తుంది, ఆ సంతోషం మనసుకు అద్దం అయిన ముఖంలో కనిపిస్తుంది.

6. అత్యాశ ఆరాటాన్ని కలిగిస్తుంది

లోభి ఎప్పుడూ అసంతృప్తిగా ఉంటాడు. ఎందుకంటే అతని అత్యాశ ఎప్పటికీ అణగదు. ఇటువంటి వారు ఎప్పుడూ, ఎక్కడా – గ్రామంలో, పట్టణంలో, పగలు, రాత్రి సంతోషంగా ఉండలేరు. ఒక ఇల్లు కడితే మరో ఇంటిని కట్టడానికి ఆలోచిస్తుంటాడు. ఒక కారు కొంటే, తన పిల్లలకు ఒక్కొక్కరికి ఒక్కొక్క కారును కొనివ్వాలని ఆరాటపడ్తాడు. మంచి ధనవంతునికి తానొక ఫైనాన్షియర్ కావాలన్న ఆలోచన కలుగుతుంది. ఇటువంటివారు ఏ దశలోనూ సంతృప్తిగా ఉండలేరు. వారిలో నిజమైన శాంతి మరియు ఊరట ఉన్నాయి అని చెప్పడం తప్పే.

లోభి ఎప్పుడూ ఇతరుల పట్ల అసూయతో ఉంటాడు. లోభి ఇతరుల ధనాన్ని చూస్తూ వారి కంటే ఎక్కువ సంపాదించాలి అనే అనుకుంటుంటాడు, కనుక అతడు ఎప్పుడూ విచారంగా ఉంటాడు. ఒకప్పుడు తన సమానంగా ఉండి ఇప్పుడు తనకన్నా షాహుకారు అయిన వారి పట్ల అసూయే గాక శతృత్వాన్నీ పెంచుకుంటాడు. ఎప్పుడూ అసూయ, వైరంతో మండిపోయేవారు నిజమైన సంతోషాన్ని పొందగలరా?

దౌర్భాగ్యమైన అదృష్టం

ఇక్కడ ఆలోచించవలసిన మరో విషయం ఉంది. మొట్టమొదట, మనిషికి కేవలం డబ్బుపై అత్యాశ ఉండచ్చు. కానీ, నిదానంగా, ఈ లోభం అంతులేనిదిగా మారుతుంది. అంటే, కేవలం సంపదపైనే కాకుండా ఇతర విషయాలలో కూడా లోభం మొదలవుతుంది. ఒకవేళ, ఒక వ్యక్తి తన అత్యాశకు తగ్గ ధనవంతుడు అయితే, తన బంధువుల నుండి, మిత్రుల నుండి ముందు కన్నా ఎక్కువ గౌరవాన్ని ఆశించడం మనం గమనిస్తాం. అంటే ధనం మరియు పరువు పట్ల అత్యాశ అతని అంతర్భాగాలయ్యాయి. ఆ తర్వాత, తన కొడుకుకు ఎక్కువ కట్నం ఇచ్చే కుటుంబంతో పెళ్ళి నిశ్చయించాలని ఆశిస్తాడు. కానీ లోకులు మాత్రం కట్నం గురించి మాట్లాడకుండా, ఇతను పెద్ద వ్యాపారి అయినా తన కొడుకుకు ఒక పేదింటి నుండే వధువును తీసుకు వచ్చాడు అని అనాలి. అంటే ఇప్పుడు అతను పూర్తిగా అహంకారంలో కూరుకుపోయాడు. తనను తాను ఒక పెద్ద సేఠుగా భావిస్తూ, తన హోదాకు తగ్గ వారితోటే బంధుత్వాన్ని పెట్టుకుంటూ, అదే సమయంలో, బంధుమిత్రుల నుండి గౌరవాన్ని పొందుతుంటాడు. ఈవిధంగా అతని లోభం ఎప్పుడూ పై మెట్టు మీదనే ఉంటుంది, ఈ సమయంలోనే అసూయ, వైరం, అహంకారం మొదలైనవి మొదలవుతాయి. ఇటువంటివారిని మహా భాగ్యవంతులు అని భావించలేము.

నిస్సందేహంగా, ఒక లోభి, తనకు అవసరమైన ప్రపంచపు సంతోషాలన్నింటినీ పొందుపర్చుకోగలడు, కానీ సంతృప్తిలో ఉన్న అన్ని ఖజానాలను అతను కోల్పోతున్నాడు. మనశ్శాంతి కరువైన చోట ప్రపంచంలోని ఎంతటి గొప్ప వైభవమైనా అది అతనికి భారమే. సుఖ భోగాలన్నీ ఉన్న వ్యక్తికి ఒకవేళ సంతృప్తి కరువైతే , అతను ఈ భోగభాగ్యాల మధ్యే కొట్టుకుపోతూ నిజమైన ఆనందాన్ని కోల్పోతున్నాడు. అందుకే అంటారు – “నిజానికి మనిషి భోగభాగ్యాలను అనుభవించడం లేదు, కానీ ఆ భోగభాగ్యాలే అతని శారీరక శక్తిని, చివరకు అతని జీవిత ఆయుష్షును కూడా తినేస్తున్నాయి” అని. కనుక, ఎంత లోభం ఉంటుందో అంత లోతుగా అసంతృప్తీ ఉంటుంది. అతనికి నిద్ర కూడా పట్టదు, ఎందుకంటే నిద్రలో కూడా ఎలా డబ్బును సంపాదించాలా అనే ఆలోచిస్తూ ఉంటాడు. లోభం మానుకోవలసినటువంటి అలవాటే.

అత్యాశ ఆరాటాన్ని కలిగిస్తుంది

డబ్బు సంపాదించకూడదు అని దీని అర్థం కాదు. డబ్బు మనిషికి అవసరం. కానీ డబ్బు పట్ల ఉన్న లోభమే చెడ్డది. కల్తీ వ్యాపారం, ఒక వస్తువుపై బూటకపు అభిప్రాయాన్ని కలిగించగల నేర్పరితనం, చెడు మరియు దొంగ పద్ధతుల్లో డబ్బును సంపాదించడం, తక్కువ తూకాలు, అధిక రేట్లను మోపడం, కూలీలకు తక్కువ జీతాలు ఇవ్వడం, ఇతరుల వ్యాపార అవకాశాలను దెబ్బ తీయడం – వీటన్నిటితో ఒక లోభి ఎంత కావాలంటే అంత డబ్బును సంపాదించగలడు, కానీ, ఎప్పుడూ ఇంకా ఇంకా కావాలి అనే ఆశిస్తూ ఉంటాడు కాబట్టి అతను ఎప్పటికీ పేదవాడే. లోభానికి పరిణామంగా ఆరాటం కలుగుతుంది. రోజులు గడుస్తున్న కొద్దీ అతడు ఈ ప్రపంచంలోని ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు, చట్టానికి పట్టుబడవచ్చు లేక అతడు యమధర్మరాజు మహా సభలో ఉంటాడు.

కనుక, మనిషి ఎప్పుడూ నిజాయితిగా డబ్బును సంపాదించాలి. తద్వారా భగవంతునిపై తనకున్న ప్రేమ మరింత బలపడేందుకు ఉపయోగపడే ఆధ్యాత్మికతను పొందాలి. ఇందుకు విరుద్ధంగా, నిద్రలో కూడా డబ్బుపై ఆత్యాశను కనుబరిచే మనిషి భగవంతుని యందు ప్రేమ భావాన్ని కలిగించుకోలేడు. ఎప్పుడు ధ్యానంలో కూర్చున్నా అతడికి డబ్బే గుర్తుకు వస్తూ

ఉంటుంది కనుక అతను చేసేది ధ్యానం అని చెప్పలేము, అలాగే ఒక నిజమైన యోగి అనుభవించిన సత్యమైన ఆనందాన్ని అతను అనుభవించలేడు. మనస్సు, శరీరము సమతుల్యంగా పని చేయాలన్నా, మనిషికి కావలసిన కనీస అవసరాలను సమకూర్చుకోవాలన్నా అతను పని చెయ్యాలి. కానీ ఆ వస్తు వైభవాల వెంటే పరుగెడుతూ, ఆ క్రమంలో భగవంతుడినే మరచిపోవడమనేది చాలా చెడ్డ విషయం. డబ్బు కేవలం ఒక సాధనం మాత్రమే, అదే సర్వస్వం కాదు. ఎప్పుడూ డబ్బు గురించే ఆలోచిస్తూ, మన వర్తమాన విలువైన సమయాన్ని దాని కోసమే వ్యర్థం చేసుకోవడం తెలివైన పని కాదు. ప్రతి ఒక్కరూ తమను తాము ఇలా ప్రశ్నించుకోవాలి, " అంతులేని సంపద నా వద్ద ఉన్నా, దాన్ని అనుభవించడానికి నేను ఎంత కాలం ఉంటాను? ప్రపంచమే అంతమయ్యే సూచనలు స్పష్టంగా కనిపిస్తుంటే నా ఈ లోభం దేనికి పనికొస్తుంది?"

దురాశ అనే దురాచారాన్ని సంస్కరించండి

సాధారణంగా మనిషి తన వర్తమాన సమయంలో బాగా డబ్బును సంపాదించి, అవసాన దశలో అంటే వృద్ధాప్యంలో భగవంతుని స్మృతిలో గడపాలి అని అనుకుంటూ ఉంటాడు. కానీ ఎప్పుడైనా మనిషి తన వృద్ధాప్యంలో లోభాన్ని విడనాడాడా? లేదు. ఇంత కాలం అత్యాశ ఉన్న కారణంగా అది అతనికి అలవాటుగా మారిపోతుంది. అందుకే ఒక మంచి సామెత ఉంది – 'మనిషి వృద్ధుడు అవుతున్న కొద్దీ అతని అత్యాశ యవ్వనంగా అవుతుంది'. ఇప్పుడు, ఇక్కడ నువ్వు దానిని వీడితేనే అది నీ నుండి దూరమవుతుంది. లేకపోతే అది శక్తిలో, పరిమాణంలో కూడా పెరుగుతూ పోతుంది. ఇందుకు రాబోయే ప్రపంచపు వినాశనాన్ని చూడడం అవసరం. ప్రపంచం ఇప్పుడు నాలుగో దశలో అంటే అంతిమ దశలో ఉంది. ఇప్పుడు మనం కలియుగపు అంతిమ దశలో ఉన్నాం. ఈవిధంగా ఆలోచించినట్లయితే, జ్ఞానపరంగా మనమందరమూ ఇప్పుడు వృద్ధులమే, కనుక మన సమయాన్ని పరమాత్ముని స్మృతిలో సమర్పించాలి.

అంతేగాక, ఇక్కడ మరో విషయం కూడా ఉంది. అనేక జన్మల వరకు నిలిచి ఉండే సంతోష ధనాన్ని మాత్రం లోభి ఎప్పటికీ సంపాదించలేడు. ఈనాటి వైభవాలు సత్యయుగపు సంపద, సుఖం, సంతోషం ముందు ఎందుకూ పనికి రావు. సత్యయుగంలో ఉన్న నిత్య సంతోషం, దీనకి కారణమైన పవిత్రత, దివ్య గుణాలను భగవంతుని యందు మనస్సు నిలపడంతో మనిషి పొందాడు. కనుక, ఇది తెలుసుకున్న తర్వాత తాను కూడా పవిత్రత, దివ్య గుణాలతో సంసిద్ధం కావడానికి సర్వ ప్రయత్నాలు చేయాలి. అత్యాశ అనే ఆచారాన్ని డబ్బు పట్ల కాక దివ్య జ్ఞానాన్ని, గుణాలను, యోగమును పొందే విషయంలో ఉపయోగించాలి.

చివరకు ఓడినవాడే

ఒక లోభికి సంతృప్తి ఉండదు, త్యాగం చేసే అలవాటు ఉండదు. అతనికి వైరాగ్యం ఉండదు, సేవా భావం ఉండదు. అతనికి ఇటు వదులుకునే సామర్థ్యం లేదు , అటు ఆధ్యాత్మిక దృక్పథం కానీ దానికి సంబంధించిన దివ్య గుణాలు కానీ ఉండవు. ఎవరైతే ఈ సద్గుణాలను పొంది ఉండరో, వారు దైవత్వమును పొందలేరు, తద్వారా స్వర్గ సుఖాన్నీ అనుభవించలేరు. కేవలం ఎవరికైతే భగవంతుని పట్ల ప్రేమ ఉంటుందో, భగవంతుని పిల్లలైన మానవమాత్రులందరిపై శుభ భావన ఉంటుందో, వారే స్వర్గంలోని సంతోషాన్ని పొందగలరు. ఇతరులకు హాని కలిగిస్తుంది అని తెలిసినా ఒక లోభి మనస్సు ఎప్పుడూ ధన సంపాదన పైనే ఉంటుంది, కనుక అతడు నిజమైన ఆనందాన్ని పొందలేడు. వీటన్నిటినీ మనసులో ఉంచుకుని మనిషి ఒక యోగిగా అయ్యి అన్ని దివ్య గుణాలను పొందాలి. అప్పుడే ధర్మ ప్రపంచంలోని సంతోషాన్ని అతడు చవిచూడగలడు.

శాంతి కావాలి అనే దాహాన్ని జ్ఞానము అనే అమృతాన్ని తాగి తీర్చుకోవచ్చు. అదే కామం, క్రోధం అనే జ్వాలలు ఎప్పటికీ చల్లారవు సరికదా అవి మనిషి ఉనికినే బూడిదగా మారుస్తాయి. ఇటువంటివాడే ఒక పిసినారి కూడా. అతను ఎప్పుడూ బాధపడుతూ, ఇతరుల కీడునే ఆశిస్తూ ఉంటాడు. డబ్బుపై అత్యాశ లేనివాడు ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉంటాడు. అది ఈశ్వరీయ నియమం, ఈశ్వరుడు ఇచ్చే బహుమతి.

7. సద్గుణమే సంపద

ఈనాటి కలియుగపు మానవులకన్నా ద్వాపరయుగంలోని అనగా కాలచక్రంలోని మూడవ యుగంలోని వారు ఎంతో ధర్మపరంగా, అత్యాశ లేకుండా జీవించేవారు. ఈవిషయాన్ని వివరించే ఒక కథ ఉంది. ఆ కథ ఇలా సాగుతుంది. ఒకప్పుడు ఒక రైతు కొంత భూమిని మరో రైతుకు అమ్ముతాడు. కొన్న రైతు ఆ భూమిని దున్నుతుండగా భూమిలో బంగారు ఆభరణాలతో నిండి ఉన్న కుండ కనిపిస్తుంది. ఆ కుండను భూమిని అమ్మిన రైతు వద్దకు తీసుకువెళ్ళి ఇలా అంటాడు, " నేస్తమా, నీవద్ద నుండి కొన్న భూమిలో బంగారంతో నిండిన ఈ కుండ దొరికింది. ఈ కుండ నీ సొంతం, ఎందుకంటే నేను భూమికే డబ్బు చెల్లించాను కానీ ఈ బంగారానికి కాదు, ఇది నాది కాదు".

అమ్మిన రైతు – "నేస్తమా, ఇది నాది కాదు, నేను తీసుకోలేను, ఎందుకంటే ఆ భూమిని నేను నీకు అమ్మేసాను, ఆ భూమి ఏదిచ్చినా అది నీదే, వాటితో ఇక నాకు ఎటువంటి సంబంధం లేదు."

ఇద్దరూ తమ మాటపై నిలబడి ఉన్నారు. ఇద్దరిలో ఎవ్వరూ ఆ సొత్తును తీసుకోవటానికి సిద్ధంగా లేరు.

రాజు వద్దకు వెళ్తారు

కనుక ఇద్దరూ ఆ దేశ రాజు వద్దకు వెళ్ళి అతని ముందు తమ విషయాన్ని ఉంచారు.

అమ్మిన రైతు – రాజా, ఆ భూమిని నేను అమ్మేసాను కనుక ఆ సొత్తుపై నాకు ఎటువంటి అధికారం లేదు.

కొన్న రైతు – రాజా, నేను భూమికే డబ్బును చెల్లించాను కానీ ఈ బంగారానికి కాదు, అంత నేను చెల్లించుకోలేను, కనుక ధర్మంగా దీనిని స్వీకరించండి.

రాజు దీర్ఘంగా ఆలోచించసాగాడు. ఇద్దరి వాదన సరైనదే. రాజు ఆలోచనలో మునిగి ఉండటం చూసి ఆ సొత్తును దేశ కోశాగారంలో ఉంచమని ఇద్దరు రైతులు సూచించారు. ఆ సలహా నచ్చని రాజు రైతులతో ఇలా అన్నాడు," మీ సలహా తప్పు. ఈ సొత్తును తనదిగా చెప్పుకునే అధికారం రాజుకు లేదు. ఈ సంపదను తీసుకోకుండా మీరిద్దరూ పాపం నుండి ముక్తి కావాలనుకుంటున్నారు, మరి ఆ భారాన్ని నా మీదనో, దేశం మీదనో ఉంచాలని ఎందుకు చూస్తున్నారు? ధర్మపరంగా మీది కాని దానిని స్వీకరించటానికి మీరు నిరాకరిస్తున్నప్పుడు, అది రాజు స్వీకరించాలని ఎందుకు ఆశిస్తున్నారు? దేశానికి సంబంధించని దానిని నేను నా కోశాగారంలో పెట్టలేను. అది పిల్లలతో సమానమైన నా ప్రజలను బాధిస్తుంది." అంటే, వారిది కానటువంటిదాన్ని తీసుకోవడానికి ఎవ్వరూ సిద్ధంగా లేరు, మరి ఈ వింత వివాదాన్ని పరిష్కరించేదెలా?

ఆ ఇద్దరిలో ఒక రైతు కూతురుకు మరో రైతు కొడుకుతో నిశ్చితార్థం జరిగిందని రాజుకు మాటల్లో అర్థమవుతుంది. ఆ దొరికిన సంపదను కట్నంగా ఇవ్వాలి అని తక్షణమే రాజు తీర్పు చెప్పాడు. ఈ తీర్పు ఇరు పక్షాలకూ సంతృప్తినిచ్చింది. ఎందుకంటే ఈ తీర్పు వలన అందరూ లాభపడడమే కాక అది ధర్మపరమైనది కనుక.

కాలం మారింది

ఇప్పుడు మీరు ఆ యుగాన్ని ప్రస్తుత యుగంతో పోల్చుకుని చూడవచ్చు. ఇటువంటి పనుల నుండి మనిషి పూర్తిగా దూరమైపోయాడు. దొంగతనాలే జరగని ఆ యుగంలో ఇళ్ళకు తాళాలు ఉండేవి కావు. చట్టపరమైన కేసులు అరుదు. కానీ ఈరోజుల్లో కోర్టులు కేవలం డబ్బుకు సంబంధించి వచ్చిన లెక్కలేనన్ని కేసులెన్నిటినో చూసుకుంటుంది. ఎన్ని కోర్టులు పెరిగినా, ఎన్ని విచారణలు జరిగినా, ఒక తీర్పు ఇవ్వటానికి మాత్రం అంతకన్నా ఎక్కువ సమయమే పడుతుంది. ఈనాటి పరిస్థితి ఎంత ఘోరంగా తయారయిందంటే, రోడ్డు మీద నడిచి వెళ్తున్న ఇద్దరు వ్యక్తులకు రోడ్డు మీద ఒక్క రూపాయి నాణెం కనిపిస్తే దాని కోసం కొట్టుకుంటారు. అది నాదంటే నాదని ఇద్దరూ గొడవ పడతారు. మనిషి మనోవృత్తిలో, అతని అలవాట్లలో అత్యాశ ప్రవేశించిన కారణంగా ప్రపంచంలో మంచి విషయాలు అరుదైపోయాయి. ఒకప్పుడు ధాన్యం, పాలు అన్నీ ఎంతో సమృద్ధిగా లభించేవి. కానీ ఇప్పుడు, ధాన్యాన్ని చిన్న చిన్న సంచులలో కొనుక్కోవలసి వస్తుంది. ఎంతోసేపు క్యూలో నిలుచుంచే కాని ఒక సీసా పాలు దొరకడం లేదు.

నీతి

మళ్ళీ మంచి రోజులు రావాలనుకుంటే నీచత్వానికి చిహ్నమైన అత్యాశను, లోభాన్ని మనిషి వదలాలి. తనను తాను భగవంతుని సంతానము అని అనుకున్న వ్యక్తి లోభానికి గురి కాడు. ఎప్పుడైనా మీకు అత్యాశగా ఉండాలనిపిస్తే, ఆ అత్యాశను డబ్బుపై కాక భగవంతుని జ్ఞానమును, గుణాలను, యోగానుభూతులను ఇంకా ఇంకా పొందాలని పెట్టుకోండి. ఈ సిద్ధులు మన మృత్యువు తర్వాత కూడా మనతో వస్తాయి, అంతే కాక అనేక జన్మలకు మనల్ని ధనవంతులుగా చేస్తాయి. దివ్యజ్ఞానము, సద్గుణాలు, మానవ సేవ అనే సంపదలు ఎప్పటికీ నశించవు. ఎందుకంటే దీని ద్వారా 21 జన్మలకు సరిపడే సుఖం లభిస్తుంది.

మంచి ఆలోచనలు మంచి ఆరోగ్యాన్ని కూడా కలిగిస్తాయి. నిజాయితీ, నిష్కపటం, సత్యత యోగ్యతకు లక్షణాలు. అత్యాశ, స్వయాన్ని అతిగా పొగుడుకోవడం, ఇతరులను పట్టించుకోకపోవడం, కుటిలత్వం – ఇవన్నీ మనిషికి బాధను కలిగించడమే కాక సమాజంలో అల్లర్లను, చీలికలను తెస్తుంది.

8. సంతృప్తి – ఒక స్వీయ మరియు సామాజిక విలువ

ఒకే సమయంలో, ఒకే స్థలంలో ఇద్దరు అతిథులు ఉన్నారనుకుందాం. వారిద్దరూ విందును ముగించారు. అందులో ఒక అతిథి మరో అతిథితో ఇలా అంటాడు, " మనం ఇలాంటి భోజనం తింటామని నేనెప్పుడూ అనుకోలేదు. మనల్ని విందుకు పిలిచినవాడు మనల్ని ఫూల్స్ చేసాడు. ఇంతటి సాధారణ భోజనం కోసం మనం మన సమయాన్ని వృథా చేసుకున్నాం. అందిరి ముందు నేను ఇప్పుడేమీ అతనికి చెప్పను, కానీ రేపు చెప్తాను...." మరో అతిథి ఇది విని ఇలా అంటాడు, " నేస్తమా, అది తప్పు. మంచి తిండి కోసం మనం ఇక్కడకు రాలేదు, అతని హోదాను చూపించుకోవటానికి అతను మనల్ని ఈ విందుకు పిలువలేదు. అతను చెయ్యగలిగినదంతా చేసాడు. అంటే ఈ విందు అతనికి మన పట్ల ఉన్న గౌరవాన్ని చూపిస్తుంది. అతడు ఎంత ప్రేమ, స్నేహంతో మనల్ని పిలిచాడు అని ఆలోచించు కానీ విందులో పెట్టిన వాటి గురించి ఆలోచించకు. నీ టైం వేస్టు అయ్యింది అని అనుకోకు, మన మధ్య స్నేహం, ప్రేమ ఇంకా పెరగడానికి, మనందరం మనస్ఫూర్తిగా మాట్లాడుకోవటానికి ఈ విందు ఒక సాకు మాత్రమే......"

అసంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తికి, సంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తికి మధ్య ఎంత తేడా ఉందో మీరే నిర్ణయించండి. మొదటి వ్యక్తి తన తొందరపాటుతో ఇతరులను కోప్పడుతూ, చివాట్లు పెడుతూ వాతావరణాన్ని పాడు చేస్తూ ఉంటాడు. రెండవ వ్యక్తి తమకు ఆతిథ్యమిచ్చిన వ్యక్తిలోని మంచి గుణాలను మొదటి వ్యక్తి దృష్టికి తీసుకువస్తాడు, కాబట్టి ఇతడు ఎటువంటి పరిస్థితిలోనూ సంతోషంగా ఉంటూ తమకు ఆతిథ్యమిచ్చిన వ్యక్తికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుకుంటాడు.

అసంతృప్తి సంబంధాలను, వాతావరణాన్ని పాడుచేస్తుంది

మనుష్యులు సంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి సాంగత్యంలోనే ఎందుకు ఉండాలనుకుంటారో, అసంతృప్తిగా ఉన్న వారినుండి ఎందుకు దూరంగా ఉండాలనుకుంటారో ఇప్పుడు మీరు అర్థం చేసుకోవచ్చు. సంతృప్తి స్నేహితులను తయారు చేస్తే, అసంతృప్తి స్నేహ బంధాలను తెంచేస్తుంది. అటువంటివారిని ఎవరూ ఏమీ చేయలేరు. అసంతృప్తి ఒక కత్తెరలా తెంచితే, సంతృప్తి స్నేహంతో ముడి పెడుతుంది.

కుమ్మరి, అతని భార్య – ఒక ఉదాహరణ

ఒక కుమ్మరి వద్ద అప్పుడే బంకమట్టితో చేసిన కుండలు ఎండలో ఎండటానికి సిద్ధంగా ఉన్నాయి. కానీ అప్పుడే పెద్ద వర్షం పడ్తుంది. వెంటనే ఆ కుమ్మరి బిగ్గరగా, "నేను నష్టపోయాను, నేనెంత దురదృష్టవంతుడిని. ఈ కుండలు ఇక ఆరవు, నేను వీటిని అమ్ముకోలేను, ఒక్క రూపాయి కూడా సంపాదించలేను. ఇప్పుడు నా ఇల్లు ఎలా గడుస్తుంది?" అంటూ బాధపడసాగాడు, ఈ గందరగోళంలో ఉన్న ఆ కుమ్మరి తన ఇంటివారితో, పొరుగు వారితో చికాకుగా మాట్లాడుతూ ఉంటాడు. ప్రకృతిపై, తన అదృష్టంపై అసంతృప్తిగా ఉంటూ ఇతరులనూ బాధపెడ్తాడు. జరిగిన దానికి పరిష్కారం ఆలోచించకుండా, ధైర్యాన్ని కోల్పోయి, ఏదో అపజయాన్ని పొందినట్లు బాధలో ఉంటాడు.

కానీ అతని భార్య మాత్రం ఇలా చెబుతుంది,"ఇప్పుడు వర్షాలు చాలా అవసరం. లేకపోతే గింజలు ఎలా దొరుకుతాయి? ఇప్పుడు పంట తక్కువైతే మండీలలోని సరుకంతా ఖాళీ అవుతుంది. కేవలం కరెన్సీ నోట్లే మనకు తిండి పెట్టవు. అందుకు సరుకూ కావాలి. జరిగిన దాని గురించి సంతోషించు. జరిగిన దాన్ని నువ్వు తప్పించలేవు కదా, అటువంటప్పుడు నువ్వు ఒక బలహీనుడిలా చికాకుగా, నిరాశతో ఎందుకు ఉండాలి? అయితే, మనం కుండలను ఎప్పుడో ఎండలో పెట్టి ఉండాల్సింది. జరిగిపోయిన దాన్ని మనమేమీ చేయలేం. మిగతా అన్ని ఆలోచనలను పక్కన పెట్టి పని చెయ్యి, తృప్తిగా ఉండు. ఇక మీదట ఏమి చెయ్యాలో దాని గురించి మాత్రమే ఆలోచించు. మనిషికి కష్టపడి సంపాదించటానికి ఎంతో అవకాశం ఉంది. నేను అంట్లు తోమి లేక ఇంట్లో పనిమనిషిగా అయినా పని చేస్తాను. నువ్వు కూడా ఏదో ఒకటి ఆలోచించు. ఎట్టి పరిస్థితిలోనూ సంతోషంగా ఉండు. సంతోషం అనే ఆభరణాన్ని కోల్పోవద్దు. ధైర్యంగా ముందుకు వెళ్ళు. నువ్విలా ఉంటే ఇంటి వాతావరణం చాలా పాడైపోయింది. పిల్లలు చూడు ఎంత బాధగా ఉన్నారో...."

సంతృప్తిగా ఉన్నవారికి ,అసంతృప్తిగా ఉన్న వారికి మధ్య తేడాను ఇక్కడ గుర్తించవచ్చు.

ఈరోజుల్లో మనిషి ప్రతి చిన్న విషయానికి బాధపడటం అలవాటై తన సంతోషాన్ని కోల్పోతున్నాడు. ఈరోజుల్లో మనిషికి కోపం రావడం చాలా సహజమైపోయింది. ఇద్దరు వ్యక్తులు కలుసుకున్నప్పుడు, ఎదుటి వ్యక్తి ఎలాంటి కలతలతో, కష్టాలతో బాధగా లేడు కదా అని తెలుసుకోవటానికి 'ఎలా ఉన్నారండీ? బాగున్నారా?'అని అడుగుతారు. ఒకవేళ మనిషి కలత చెంది

ఉన్నట్లయితే, తప్పకుండా అతని సంతోషం తగ్గిందనే అర్థం కదా! అంటే ఎలా ఉన్నారు అని ఎవరినైనా అడిగినప్పుడు 'అంతా బాగానే ఉంది' అని జవాబు చెప్పాడనుకుందాం. అంటే అర్థం ఏమిటంటే అన్నీ బాగున్నాయి కాబట్టి తాను కూడా బాగున్నాను అని. సంతోషంగా ఉండాలంటే అసంతృప్తి నుండి దూరంగా ఉండాలన్నది సారాంశము.

సంతృప్తి అనేది స్వీయ మరియు సామాజిక సద్గుణం. సంతృప్తి అన్ని ఐశ్వర్యాలలోకల్లా గొప్పది. ఆధ్యాత్మిక సంతోషంతో మనిషి ఎల్లప్పుడూ సంతృప్తిగా ఉండాలి. ఎందుకంటే అన్ని సంతోషాలలోకి ఈ ఆధ్యాత్మిక సంతోషం ఉత్కృష్టమైనది. అన్ని గుణాలలోకి సంతృప్తి ఒక కిరీటం వంటిది. నిస్సందేహంగా, మనిషి ఆభరణాలన్నీ విలువైనవి, అందమైనవే. అందునా కిరీటం సర్వాధికారానికి గుర్తు. అటువంటిదే సంతృప్తి అనే గుణం కూడా. అది అన్ని గుణాలలోకి కిరీటం వంటిది. సంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి ఒక పరిపాలకుడి వలె, కాదు, అంతకన్నా ఎక్కువ సంతోషంగా ఉంటాడు. ఎందుకంటే అమితమైన సంపద ఉండి కూడా నిజమైన సంతోషాన్ని కోల్పోయిన రాజులు కూడా ఉన్నారు. సంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి ఆధ్యాత్మిక నియమాల అనుసారంగా నడుస్తూ ఉంటాడు. అతని సంతోషానికి మూలము ఎప్పటికీ ఎండిపోదు, అతనికి కొన్ని వైభవాలు లేకపోయినా, చూసేవారు అతనికి ఏ లోటూ లేదు అని కనిపెట్టెయ్యగలరు(అతని ముఖంలో వెలిగే సంతోషాన్ని చూసి). నిరుపేద కూడా దేశ రాజు యొక్క అస్థిర సంతోషాన్ని చూసి జాలి పడ్తాడు. రాజు దగ్గర ఉన్న ఖజానాలు అతనిని సంతోషపెట్టవచ్చు, కానీ ఇతరులను సంతోషపెట్టలేవు. సంతృప్తి అనే ఖజానా, అది ఉన్న మనిషిని సంతోష పెట్టడమే కాక అతని దగ్గరకు వచ్చిన వారిని కూడా సంతోష పెడ్తుంది. మరి ఈ సంతృప్తి ఎలా వస్తుంది?

<u>కోరికల నుండి ముక్తి</u>

కోరికలు, ఆశలు ఎవరినైతే ఇబ్బంది పెట్టవో అటువంటి వ్యక్తి మాత్రమే తృప్తిగా ఉండగలడు అనేది సత్యం. కాబట్టి, సంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి విషయంలో కోరికలు తీరకపోవడం, అసంతృప్తి వంటివి తలెత్తే ప్రశ్నే లేదు. ఎందుకంటే అతనికి అసలు కోరికలే ఉండవు కాబట్టి. అతని జీవితంలో దుఃఖం అనే పదానికి అర్థమే లేదు. ఎందుకంటే అసంతృప్తి అన్న భావన నుండే దుఃఖం కలుగుతుంది. సంతృప్తిపరుడు ఇటువంటి వాటికి దూరంగా ఉంటాడు కాబట్టి అతనికి ఎప్పుడూ దుఃఖం ఉండదు అన్నది స్పష్టమయ్యింది. అతని అలవాట్లు మరియు మనోవృత్తి ఎంతో ఊరటతో నిండి ఉంటాయి, కనుక నిలకడగా ఉంటాడు.

<u>అతను ఇతరులను ఎలా సంతోష పెట్టగలడు?</u>

ఒక సంతృప్తిపరుడి నుండి ఇతరులు ఎలా సంతోషాన్ని పొందగలరు అనే ప్రశ్న గురించి ఇప్పుడు చూద్దాం. ఒక సంతృప్తిపరుడు కష్టాలలో ఉన్న వారి ధైర్యాన్ని పెంచుతాడు. మంచి మాటలతో వారికి ఆధ్యాత్మిక ఆనందాన్ని కలిగిస్తాడు. వారిలో ఉన్న, వారిని బాధిస్తున్న కోరికలను శాంతపరుస్తాడు. వారికి కావలసిన శాంతిని ఇచ్చి వారి దాహాన్ని తీరుస్తాడు. తమ వల్ల సంతృప్తిపరుడికి కోపం వస్తుందేమోనన్న భయం ఎదుటివారికి ఉండదు. అతడు సంతృప్తిగా ఉంటూ చిన్న చిన్న విషయాలను పట్టించుకోడు అని ఎదుటివారికి తెలుసు కాబట్టి అతనితో ఏ అడ్డుగీతలు లేకుండా మనస్ఫూర్తిగా వ్యవహరిస్తారు. తనను పట్టించుకోవాలి అని కాక వారితో ఎంతో సాంత్వనంగా వ్యవహరిస్తాడు సంతృప్తిపరుడు.

నిజానికి, 'సంతృప్తి' అనే పదాన్ని ఉచ్చరించగానే మనసుకు ఎంతో శాంతి లభిస్తుంది. సంతృప్తి పట్ల ప్రేమ కలిగి ఆ గుణంతో నిండిపోవాలి అని మనకు అనిపిస్తూ ఉంటుంది. సంతృప్తి, శాంతి రెండూ కలిసే ఉంటాయి అని చెప్పడానికి బుద్ధి మరియు అనుభవాలే సాక్ష్యాలు. అన్ని పరిస్థితులలోనూ సంతృప్తిగా, సంతోషంగా ఉండటం, కోరికల నుండి దూరంగా ఉండటం అనేవి గొప్ప గుణాలు. ఇప్పుడు అసంతృప్తిపరుని లక్షణాలను చూద్దాం.

<u>అసంతృప్తిపరుని లక్షణాలు</u>

అసంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి పరిస్థితులలో, మనుష్యులలో ఎప్పుడూ తప్పులు పడుతూ ఉంటాడు. అతడు దుఃఖంతో, నిరాశతో, దీనంగా, బడలికగా ఉంటాడు. మీరు వారితో అనేకసార్లు ఎంతో మంచిగా ఉంటూ, ఏదోవిధంగా సహాయం చేస్తూ వచ్చి ఉండచ్చు. కానీ వర్తమానంలో మీవైపు నుండి ఏ కొద్ది లోపమున్నా అతడు మీతో అసంతుష్టంగా ఉంటాడు. మీవైపు నుండి కావాలని లోపం జరగకపోయినా, గతంలో మీరు చేసిన సహాయాన్నంతా సునాయాసంగా మర్చిపోతాడు. మరో ఉదాహరణ తీసుకుందాం. అతడు మంచి ఆరోగ్యవంతుడు, తెలివైనవాడు. అతనికి మంచి మిత్రులు కూడా ఉన్నారు. కాకపోతే అతనికి కొంచెం డబ్బు తక్కువ. ఇటువంటి విషయంలో అసంతృప్తిపరుడు తనకున్న అన్ని మంచి విషయాలను మరిచిపోతాడు. కేవలం తనకు లేని దాని గురించే ఆలోచిస్తూ తన మూడ్‌ను పాడు చేసుకుని ఎప్పుడూ దుఃఖంగా ఉంటాడు. జీవితంతో అలసిపోయి ఉంటాడు.

ఇంకొక ఉదాహరణ తీసుకుందాం.. ఒక అసంతృప్తిపరుడితో మీరు రోజూ కొంత సమయాన్ని గడుపుతూ, అవసరమైనప్పుడు

కావలసిన సహాయం చేస్తూ ఉంటున్నారనుకోండి. ఇలా ఎన్నో సంవత్సరాలు గడిచాయి. ఈరోజు మాత్రం మీ అతిథిని చూసుకోవడంలో మీరు మునిగి ఉంటే, పరిస్థితిని అర్థం చేసుకోవడానికి బదులుగా మీరు అతనిని మర్చిపోయారని, అశ్రద్ధ చేసారని, అగౌరవపరిచారని నిందిస్తాడు.

ఒక ముఖ్య విషయమేమిటంటే, వీరు ఇతరులలోని లోపాలను అతిగా ఎత్తి చూపుతుంటారు, అలాగే ఇతరులలోని మంచిని, వారి విజయానికి తోడ్పడిన విషయాలను అతి తక్కువగా గమనిస్తారు. దీనితో అతడు సహజంగానే అసంతృప్తిపరుడు అని అనిపించుకుంటున్నాడు. మరో విషయమేమిటంటే, ఎవరైతే స్వార్థపు ఆశలతో నిండి ఉంటారో, అధికారం కోసం పాకులాడుతుంటారో అటువంటి వారు ఇతరుల ఉన్నతిని చూసి ఓర్వలేరు. ఎంతోకాలంగా తనలో ఉన్న లోపాలను తొలగించుకోకుండా, తనకున్న దాన్ని ఇతరులతో ఎవరైతే పోల్చుకుంటారో, అటువంటి వారు ఎప్పుడూ అసంతృప్తిపరులే. అసంతృప్తికి సంబంధించి మరో ముఖ్య విషయముంది. తప్పనిసరి, కష్టమైన ఒక పరిస్థితిని ఎవరైనా ఎదుర్కొంటుంటే, అది చూసి ఇతడు కూడా బాధపడ్తాడు.

<u>అసంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి వాతావరణాన్ని పాడు చేస్తాడు</u>

ఒక వ్యక్తి అలవాట్లు, వారి పద్ధతులు నచ్చనప్పుడు వారి మీద కోపం వస్తూ ఉంటుంది. వారితో ఉండటమే చికాకును కలిగిస్తుంది. ఏ వ్యక్తి అయినా కష్టమైన పరిస్థితులను ఎదుర్కుంటున్నప్పుడు, లేదా నిస్సహాయ స్థితిలో ఉన్నప్పుడు కోపంగా, చికాకుగా, బాధగా ఉంటాడు. ఆ సమయంలో అతని ఉత్సాహం కూడా తగ్గిపోతుంది. అంటే, మనిషి తనలోని సంస్కారాలు, లోపాల కారణంగా అసంతృప్తికి లోనవుతుంటాడు. ధైర్యాన్ని, ఉత్సాహాన్నీ కోల్పోయి కనిపిస్తాడు.

ఒక వ్యక్తి మరో వ్యక్తితో అసంతుష్టంగా ఉన్నప్పుడు, తప్పకుండా అతని నుండి దుఃఖం, నిరాశ వంటివి వాతావరణంలో వ్యాపిస్తాయి. అతడు ఎప్పుడూ ఇతరులను విమర్శిస్తూనే ఉంటాడు. ఈ పరిస్థితులలో అతను ఉద్రేకానికి అలవాటు పడి ఉంటాడు కనుక ఇతరులకు సమస్యలను కలిగిస్తుంటాడు. ఇతరులతో మంచి గుణాల గురించి, దివ్య జ్ఞానం గురించి చర్చించడానికి బదులుగా ఎప్పుడూ తన అసంతుష్టత గురించే మాట్లాడుతుంటాడు. ఆనందాన్ని చంపడంలో విజయుడై తన పాప భారాన్ని పెంచుకుంటూ ఉంటాడు. దీర్ఘకాల రోగంతో బాధపడుతున్న ఒక రోగి ఉదాహరణను తీసుకుందాం. అతడు తన ఆరోగ్య పరిస్థితి గురించి అసంతృప్తిగా ఉన్న కారణంగా ఎప్పుడూ విచారంగా ఉంటాడు. అతను ఎక్కడకు వెళ్ళినా, ఎవరితో మాట్లాడినా, భగవంతుని గురించి మాట్లాడటానికి బదులుగా ఇలా మాట్లాడుతాడు,"నేస్తమా, నా చేతులలో, కీళ్ళలో ఉన్న నెప్పి నన్ను చాలా కలవరపెడ్తుంది. నా శరీరం నాకు సహకరించడం లేదు. నేనెంత దురదృష్టవంతుడినంటే...."

ఇటువంటి మాటలు వినేవారిని సులభంగా దేహాభిమానం వైపుకు తీసుకు వెళ్తాయి, అంటే భగవంతుడి నుండి మనసు దూరమవుతుంది. ఇందుకు భిన్నంగా అన్నివేళలా, అన్ని పరిస్థితులలోనూ ఎవరైతే సంతృప్తిగా ఉంటారో, వారికి శారీరక అనారోగ్యం ఉన్నా కానీ ఇలా మాట్లాడుతారు, "నేస్తమా, నేను చాలా బాగున్నాను. ఈ శరీరానికి తీర్చుకోవలసిన లెక్కాచారం ఉంది. అదే జరుగుతుంది. ఈ కలియుగపు తమోప్రధాన శరీరంలో ఏదో ఒక ఇబ్బంది అయితే ఉంటూనే ఉంటుంది. ఈ పాత శరీరం గురించి ఆలోచించవద్దు, మరో విషయమేదైనా మాట్లాడుకుందాం. భగవంతుడు మన ఆత్మలకు ఏమని ఉపదేశించారు. నేను నిజంగా చాలా అదృష్టవంతుడిని. ఈ శరీరం రోగమయమై ఉండవచ్చు, కానీ నా ఆత్మ మాత్రం భగవంతుని స్మృతిలో ఉన్న మాధుర్యాన్ని గ్రోలడంలో మునిగి ఉంది...."

కనుక, అసంతృప్తిపరుని లక్షణాలు – బాధ, కోపం, సహనాన్ని కోల్పోవడం. ప్రపంచం పట్ల ఒకరకమైన నిరాశ, ఉత్సాహాన్ని కోల్పోయి ఉండటం, కఠినమైన, అహంకారపూరిత మాటలను ఎక్కువగా మాట్లాడటం – తన అసంతృప్తిని, చికాకుని వ్యక్తపరుస్తూ అసహాయతను చూపడం అని ఇప్పుడు మీరు అర్థం చేసుకున్నారు. ఇటువంటి వ్యక్తి తప్పకుండా ఆనందానికి దూరమై వాతావరణంలో కూడా బాధను సృష్టిస్తాడు.

<u>అసంతృప్తిపరుడు కలవరపడ్తాడు</u>

అసంతృప్తిపరుడు చిరచిరలాడుతూ ఉండటమే కాక మానసికంగా గందరగోళంగా ఉంటాడు. అతడు ఎప్పుడూ ఇలా అంటూ ఉంటాడు. "నేను ఏం చెయ్యాలి అనే గందరగోళంలో ఉన్నాను. నేను ఎటువంటి పరిస్థితుల మధ్య ఉన్నానో, నేను నెరవేర్చాల్సిన బాధ్యతలు ఎన్ని ఉన్నాయో, నేను ఎటువంటి వారితో పని చెయ్యాలో చూడండి..." పరిస్థితులతో, తన తోటివారితో అసంతృప్తిగా ఉన్న కారణంగా అతను ఎప్పుడూ ఆ వ్యక్తుల గురించి, ఆ పరిస్థితుల గురించిన ఆలోచనలలోనే మునిగి ఉంటాడు. తనకున్న సదుపాయాలను పోగుచేసి ఉపయోగించటానికి బదులుగా ఎప్పుడూ కార్య నిర్వహణలో తన అసమర్థతనే వ్యక్తపరుస్తూ ఉంటాడు. తన కలవరాన్నే మళ్ళీ మళ్ళీ చూపిస్తూ ఉంటాడు.

తనకున్న మార్గాలను ఉపయోగించుకోవడం, పరిస్థితులకు తగ్గట్లుగా తనకు ఉపయోగపడే వాటిని వాడుకోకపోవడం – ఇవన్నీ అతని కలవరపాటును స్పష్టంగా చూపిస్తున్నాయి. చిన్న కష్టాలు, అల్ప విషయాలు అతనికి పెద్దవిగా కనిపిస్తాయి. తనకున్న

సదుపాయాలు, అతను పొందిన గొప్ప విజయాలు అతని కంటికి కనిపించవు. మంచితనాన్ని, విజయాన్ని అతను తక్కువ అంచనా వేస్తాడు. లోపాలను, ఆటంకాలను అతిగా ఊహిస్తాడు. అందుకే సంతృప్తిపరుడు మంచి పేరు పొంది ఉంటాడు అని అంటారు. అంటే అతను తన విజయాలు అనే కమ్మదనాన్ని తన మంచితనంతో పెంచుకోగలడు. అసంతృప్తిపరుడు ఉన్నవాటిని పెంచుకోవటం కాదు కదా, అసలు ఉన్న దాన్నే పోగొట్టుకుంటూ ఉంటాడు. అతనిలో సంతోషం, దివ్యత్వం లేని కారణంగా తనకున్న దానికి విలువ ఇవ్వలేడు. అతనికి ఉన్నది కొంచెమే అయినా అతని మాటలలో ఎప్పుడూ ఆ మంచి గురించి ఉన్నతంగా, గౌరవంగా మాట్లాడడు. సంతృప్తిపరునిలో ఒక్క మంచి విషయమున్నా, అతడు దానిని గౌరవిస్తూ తన మాటలలో, చూపులలో ఎంతో ఉన్నతంగా ఉంటాడు. అతని మాటలు ఎవరు విన్నా ఎంతో ఉత్సాహాన్ని పొందుతూ అతని సాంగత్యంలోనే ఉండాలని కోరుకుంటారు. అసంతుష్టంగా ఉన్న వ్యక్తిలో మంచి విషయాలు ఎన్నో ఉన్నా ఒక దరిద్రుడిలా, ఇరకాటంలో పడ్డవాడిలా ప్రవర్తిస్తుంటాడు. సంతృప్తిపరుడు తనను తాను కష్టాలనుండి దూరంగా ఉంచుకుంటే అసంతృప్తిపరుడు చిన్న చిన్న కష్టాలకు కూడా భయపడుతూ ఉంటాడు.

ఒకసారి ఒక వ్యక్తి నాతో ఇలా అన్నాడు, "సంతృప్తి గురించి మీరు చెప్పేదంతా నాకు చాలా నచ్చుతుంది. ఆ గుణాన్ని పోగొట్టుకోకుండా నాలో ఉంచుకోవాలనే అనుకుంటున్నాను. పరిస్థితి చిన్నదైనా, అన్ని గుణాలలోకీ ఉన్నతమైన సంతృప్తిని పొంది ఉండటం అవసరం, ఎలాంటి పరిస్థితులు వచ్చినా, ఎంతటి నీచులతో లేక తక్కువ వారితో పని చేయాల్సి వచ్చినా నేను మాత్రం కోపం, నింద, విసుగు, అసహనం వంటివి తీసుకురాను. కాబట్టి, ఇలా ఉండటానికి నాకు ఉపయోగపడే కొన్ని ఉపాయాలు చెప్పండి. అవి కష్టకాలంలో నాకు సహాయంగా, నా ఆలోచనలను కాపాడే విధంగా ఉండాలి. నిజం చెప్పాలంటే నేను ఎవరిని కలుస్తానో వారి స్వభావాలు, అలవాట్లు నాకు నచ్చవు. ఉదాహరణకు, ఒక ముఖ్యమైన ఫంక్షను రోజున అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేయాల్సిన వ్యక్తి చెయ్యకపోవడం, క్రమబద్ధంగా లేకపోవడం, కావలసిన అవసరాలను పట్టించుకోకపోవడం, చేయాల్సిన మార్పులను, అభివృద్ధులను చెప్పినా కూడా చేయలేకపోవడం, ఇటువంటి పొరపాట్లు ఎన్నింటినో నేను గమనిస్తూ ఉంటాను, అవి నా భావాలకు సరిపడవు. అటువంటప్పుడు నాలో అసంతృప్తి ఒక తుఫానులా లేస్తుంది. అటువంటి వారితో ఒకసారి కాదు, అనేకసార్లు అసంతృప్తి చెంది ఉన్న కారణంగా అతనిని ద్వేషించటం మొదలు పెడతాను. అతని చూపులు నచ్చవు, కోపంతో అతనికి దూరంగా ఉంటాను. అతడిని మార్చడానికి ప్రయత్నిస్తాను, కానీ ప్రయోజనం ఉండదు. పరిస్థితులు మెరుగుపడక పోవడంతో నా అసంతృప్తి ఇంకా పెరుగుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితులలో ఏం చెయ్యాలి ?

అప్పుడు నేను ఇలా చెప్పాను," మానవ ప్రపంచం వివిధ రంగులు, రూపాలతో ఉన్న వైవిధ్యభరితమైన డ్రామా లేక వృక్షం అనే సత్యాన్ని ఎప్పుడూ మర్చిపోకూడదు. ఇక్కడ వివిధ రకాల, వివిధ మనస్తత్వాల, వివిధ అలవాట్లతో ఉన్న వ్యక్తులు ఉంటారు. ప్రస్తుత పాపపు ప్రపంచంలో ప్రతి ఒక్కరూ చెడు అలవాట్లకు వశమై కర్మలు చేస్తున్నారు, ప్రతి ఒక్కరూ వారి వారి భావాల అనుసారంగా నడుచుకుంటున్నారు అని అర్థం చేసుకుంటే మీ మనసు బాధపడదు".

నేను ఇంకా ఇలా చెప్పాను,"మీరు మార్చాలనుకున్న వ్యక్తి మీరు ఎంత ప్రయత్నించినా అంత సులువుగా మారలేడు, ఎందుకంటే అతనిలో ఆ సంస్కారం బాగా నాటుకుపోయింది. మీలో కూడా అసంతృప్తి చెందే గుణం ఎక్కువగా ఉంది కాబట్టే అతనిని చూసి మీరు సంతోషంగా ఉండలేక పోతున్నారు, ఈ మండిపడే గుణాన్ని మీరెందుకు వదిలిపెట్టకూడదు? మీలో కూడా త్వరగా, సులువుగా మారని కొన్ని గుణాలు ఉన్నాయా లేవా అని మీ గుండె మీద చెయ్యి వేసుకుని మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోండి. వీటి కారణంగానే వారితో మీ ప్రవర్తన ఆ విధంగా ఉంటుంది. ఈ దృష్టికోణంతో చూసినట్లయితే మీకు వారంటే కోపం, చీదర ఉండవు, ప్రస్తుత ప్రపంచమంతా మాయ ఊపులో ఉందని, అందరూ అధర్మంగానే ఉన్నారని, మారడానికి సమయం పడుతుందని మీకు అర్థమవుతుంది. మీలో ఉన్న కొన్ని సంస్కారాలనే మీరు తొందరగా మార్చుకోలేనప్పుడు, అసమంజసమైన ఇతరుల అభివృద్ధి మిమ్మల్ని ఎందుకు నిరాశకు లోను చేస్తుంది? ఇప్పుడు మీరు అతనితో అసంతృప్తిగా ఉంటూ మీ సంతోషాన్ని పోగొట్టుకోవడం కాదు, అందుకు బదులుగా అతనికి దివ్య గుణాలను అందిస్తూ అతనితో వినయంగా వ్యవహరించాలి. దివ్య జ్ఞానమనే ఖడ్గాన్ని పారేసుకుని, యోగ శక్తిని వ్యర్థపరుచుకున్నప్పుడే మీరు అసంతృప్తికి లోనవుతూ, పరిస్థితులకు బాధపడుతూ ఉంటారు."

ఆ వ్యక్తి ఇందుకు ఒప్పుకున్నారు. ఇప్పటినుండి దివ్య జ్ఞానాన్ని, యోగబలాన్ని నిత్య జీవితంలో ఉపయోగిస్తూ సంతృప్తి అనే విలువైన సద్గుణాన్ని పొందడానికి ప్రయత్నిస్తాను అని అన్నాడు.

9. ఆహారంపై మనస్సు చూపే ప్రభావం

ఇటీవల కాలంలో మనస్సుకంటూ కొన్ని శక్తులు ఉన్నాయని, అవి వాతావరణానికి వన్నె తెస్తాయని నమ్ముతున్నారు. ప్రతి మనిషి తన నుండి కొన్ని ప్రకంపనాలను, మంచి చెడులను ప్రసరిస్తూ ఉంటాడు. మానవిక ప్రకంపనాలను అందుకునే వాటిలో ఆహారం కూడా ఒకటి. వాటి వల్ల ఆహారం ప్రభావితమవుతూ ఉంటుంది. విద్యుచ్ఛక్తి ఒక శక్తి వంటిది. ఒక కరెంటు ప్రసరిస్తున్న, కవచం లేని ఒక తీగను పట్టుకున్నా లేక ఒక విద్యుత్తు ఉపకరణాన్ని ముట్టుకున్నా అది ఆ మనిషిని వెనక్కి నెట్టేసి బాగా ఊపేస్తుంది(షాక్ కొడుతుంది). విద్యుచ్ఛక్తిలోని ఆకర్షణగానీ వియోగంగానీ రెండూ ఎంత బలమైనవంటే దాని పట్టులో ఉన్న వ్యక్తి జీవితాన్నే కోల్పోవచ్చు, కానీ, ఆ వ్యక్తి అదే సమయంలో ఒకవేళ చెక్కను పట్టుకుంటే అంతగా దెబ్బతినడు.

అలాగే అయస్కాంతాన్ని మనం గమనిస్తే, ఇనుప ముక్కలను ఆకర్షించుకోగలిగే శక్తి దానికి ఉంది. అయితే ఈ శక్తి అయస్కాంతంలో ఎక్కడ ఉంది అని మనం కళ్ళతో చూడలేకపోయినా అది ఇనుము, సూది వంటివాటిని ఏమి చేస్తుంది అనే దానిని బట్టి మనకు దాని శక్తి, దాని ఉనికి అర్థమవుతుంది. దీనితో అది ఇతర వస్తువులను ఆకర్షిస్తుంది అని మనం నిర్ధారిస్తాం. సరిగ్గా ఈవిధంగానే మనస్సు ఆహారంపై ప్రభావం చూపుతుంది అనే సత్యం మనకు తెలుసు. దివ్య జ్ఞానంతో, దివ్య దృష్టితో సంపన్నమైన వారిని చూస్తే మనకు ఈ సత్యం అర్థమవుతుంది.

ఈ ప్రపంచంలో కొన్ని శక్తులున్నాయి అని వైజ్ఞానికులు తమ పరిశోధనలతో, ప్రయోగాలతో నిరూపించారు. కానీ మనస్సు అనేది అతి సూక్ష్మమైనది. ఆత్మలోని శక్తులకు మనస్సు మారు పేరు. ఆత్మలోని భావాలకు, ఆత్మిక ప్రకాశానికి మనస్సు మారు పేరు. అయితే ఆహారంపై మనస్సు ఎలా ప్రభావం చూపుతుంది అనేది ఇప్పుడు ప్రశ్న.

ఇందుకు సంబంధించి, ఇప్పుడు వైజ్ఞానికులు కూడా మనిషి ఏకాగ్రతలో, అతని మనోవృత్తిలో ఉన్న శక్తిని ఒప్పుకోవటం ప్రారంభించారు అనేది మనం గుర్తు పెట్టుకోవాలి. కొంత కాలం క్రితం, వారాతపత్రికల్లో ఒక రష్యా యువతి తన ఈ శక్తుల ప్రయోగం గురించి పేపరు వారికి సమాచారం ఇచ్చింది.

మనోశక్తి చేసిన అద్భుతాలు, వార్తా పత్రికల సమాచారం

టాస్స్ ఏజెన్సీ నుండి వచ్చిన ఈ సమాచారాన్ని మాస్కో దేశం ప్రచారం చేసింది. మిఖిలోవా అనే రష్యా యువతి గడియారపు ముళ్ళను కేవలం తన చూపులతో ఆపగలదు, కదలికను తొందరగా జరిగేటట్లు చేయగలదు, లేదా ఆలస్యంగా తిరిగేటట్లు చెయ్యగలదు, లేక తను అనుకుంటే వాటిని పూర్తిగా ఆపెయ్యనూగలదు. తన శక్తితో ఒక టేబుల్ మీద ఉన్న ఉప్పు డబ్బాను, ఒక గ్లాసును లేక ఒక ఏపిల్‌ను చూస్తూ వాటిని కదిలించగలదు. వైజ్ఞానికులు, పత్రికల వాళ్ళు ఫోటోలు తీసారు. ఇంకా, ఆమె తన చూపును ఒక బ్రెడ్డు ముక్కమీదనే నిలిపింది. ఆ బ్రెడ్డు ముక్క పైకి లేసి సరిగ్గా ఆమె నోట్లోకి వచ్చి ఆగింది. ఆమె దృష్టి పడ్డ ఒక తక్కెడ ఎక్కువ బరువును చూపిస్తూ కిందకు ఒరిగింది.

ఈసంగతి 'టైమ్స్ ఆఫ్ ఇండియా'లో 28 మార్చి 1968న, 'ది ఇండియన్ ఎక్స్‌ప్రెస్'లో 9 ఏప్రిల్, 1968న ప్రచురితమయ్యాయి. ఈ సంగతితో పాటు ఇలా కూడారాసి ఉంది – మామూలుగా అయితే వైజ్ఞానికులు ఇటువంటి విషయాలను నమ్మరు, కానీ ఇప్పుడు వీటి గురించి ఆలోచించడం ప్రారంభించారు. "మొత్తానికి రష్యా ప్రభుత్వం ఈ విషయాన్ని యథార్థమని ఒప్పుకొని ప్రకృతిపై మానసికశక్తి ప్రభావం చూపగలదు అని ప్రకటించింది." ఆత్మలోని మూడు శక్తులు లేక స్థితులు అయిన సాత్వికం, రాజసికం, తామసికం ప్రకృతిపై ప్రభావం చూపటం అసంభవం అని అనుకుంటే మన ముందు ఉన్న పై ఉదాహరణ, ఆ యువతి నోట్లోకి బ్రెడ్డు ముక్క ఎగిరి రావడం, తన సంకల్పంతో నడుస్తున్న రైలును నిలిపివేయడం వంటివి బాగా ఆలోచించదగ్గవే.

మనిషి దృష్టికోణం, అతని ఆలోచనా విధానం ప్రకృతిని ప్రభావితం చేస్తుంది అని పై ఉదాహరణతో స్పష్టమవుతుంది. అంతేకాక ఆధ్యాత్మిక నిపుణుల వద్ద కూడా ఇటువంటి ఉదాహరణలు ఉన్నాయి. మీరు కూడా ఇటువంటివి వినే ఉంటారు. ఇక్కడ నేను ఒకట్రెండు ఉదాహరణలు చెప్తాను.

ఒక వృత్తాంతం

ఒకానొకప్పుడు ఒక సాధువు ఒక ఊరిగుండా ప్రయాణిస్తున్నాడు. ఊరిలోని పేటలో అతనికి ఒక బావి కనిపించింది. చాలా దాహంతో ఉన్న సాధువు అక్కడే ఉన్న త్రాడు, బక్కెట్టు సాయంతో నీళ్ళు తోడుకుని దాహం తీర్చుకుని బయలుదేరాడు. కొద్ది దూరం వెళ్ళగానే అతనికి ఒక ఆలోచన వచ్చింది. అతనికి మళ్ళీ దాహం వేస్తే ఆ బావి దగ్గర త్రాడు, బక్కెట్టు ఉండకపోవచ్చు కదా, అందుకని బావి దగ్గరి త్రాడు, బక్కెట్టు తనతో తీసుకు వెళ్తే మంచిది అని అనిపించింది. ఈ ఆలోచనతో ఆ సాధువు వెనుదిరిగి, వాటిని తీసుకుని మళ్ళీ ప్రయాణమయ్యాడు.

మరి కొంత దూరం వెళ్ళాక, అన్నిటినీ త్యాగం చేసిన నేను ఇప్పుడు పరుల వస్తువులను దొంగిలించానే అని పశ్చాత్తాపంతో ఆ సాధువు తను చేసిన దాని గురించి ఆలోచించసాగాడు. అతను వెనక్కి వచ్చి, వస్తువులను (త్రాడు, బక్కెట్టు) వాటి స్థానంలో

పెట్టేసాడు. తను చేసిన పని గురించి ఎంతో దీర్ఘంగా ఆలోచించసాగాడు, మునుపెన్నడూ ఏ చెడు సంస్కారాలు లేని నేను ఇప్పుడు ఎందుకు ఇలా చేసాను అని బాధపడ్డాడు. బావి దగ్గర ఉన్న గ్రామస్థులను ఆ బావిని త్రవ్వించింది ఎవరు అని అడిగాడు. పూర్వకాలంలో గ్రామస్థుల కోసం, ఒక దొంగ తను కూడబెట్టిన డబ్బుతో ఈ బావిని తవ్వించాడు అని తెలుసుకుంటాడు. దొంగ డబ్బుకు ఎంత బలం ఉంది! ఇప్పటికీ ఆ నీటిని తాగినందుకు నేను ఎంత ప్రభావితమయ్యాను! అని సాధువు అనుకున్నాడు.

ఇటువంటిదే ఒక సన్యాసి కథ. బండబూతులు మాట్లాడే వారి ఇంట్లో అతను ఒకసారి భోజనం చేసి, నిద్రలో బూతులు మాట్లాడుతాడు, అది చూసి అతని శిష్యులు ఎంతో ఆశ్చర్యపోతారు. దీని సారాంశమేమిటంటే మనిషి తీసుకునే ఆహారం తప్పకుండా అతని ఆలోచనలపై, అతని మానసిక స్థితిపై ఒక ముద్రను వేస్తుంది.

గుడిలో ప్రసాదం తయారు చేసే ఆచారం ఈ సత్యాన్ని గ్రహించిన కారణంగానే మొదలయ్యింది. గృహస్థులు మిఠాయిలు, తినుబండారాలతో పూజారి వద్దకు వెళ్తారు. వాటిని ఆ పూజారి భక్తితో దేవతామూర్తి వద్ద ఉంచి భగవంతునికి సమర్పిస్తాడు. పూజారి, గృహస్థులు ఇద్దరూ దేవతలను పవిత్రమైన వారిగా, నిర్వికారులుగా భావిస్తారు. వారి ఈ నమ్మకంతోటే భగవంతునికి అర్పించిన ఆహారం, స్థూలంగా కాక సూక్ష్మంగా పవిత్రంగా, సతోగుణంగా మారుతుంది. అది వారికి పవిత్రతను, సుఖ శాంతులను కలిగిస్తుంది ఎందుకంటే అది ఇప్పుడు భగవంతుని ప్రసాదం. వివిధ ధర్మాల వారు వారి వారి పద్ధతులలో భగవంతునికి నైవేద్యాన్ని సమర్పిస్తూ ఉంటారు. అంటే, పురాతన కాలం నుండి ఆహారంపై మనస్సు ప్రభావం చూపుతుంది అనే విషయాన్ని ఒప్పుకుంటున్నారు అని అర్థమవుతుంది. అందుకే భక్తులు ప్రసాదానికి ఎంతో విలువ ఇస్తారు. దానిని పవిత్రమైనదిగా గౌరవిస్తారు కాబట్టే వారంతట వారే వచ్చి ప్రసాదాన్ని అడిగి తీసుకుంటూ ఉంటారు. ప్రసాదం అంటే పవిత్ర హృదయులు తయారు చేసి ఆ తర్వాత దానిని భగవంతునికి అర్పిస్తారు కాబట్టి ఆ ప్రసాదంలో కొంత పొరపాటున క్రింద పడినా, దానిని ఎంతో గౌరవంతో క్రింద నుండి తీసుకుని, కళ్ళకు అద్దుకుని తింటారు. స్వార్థంతో నిండి ఉన్నవారు, మోహంలో ఇరుక్కున్న వారు, ఇంద్రియాలకు బానిసగా ఉన్నవారు దీనిని తయారు చెయ్యరు. నైవేద్యం తయారీ దగ్గర నుండి అందరికీ పంచే వరకూ పూర్తిగా భగవంతుని స్మరణలోనే జరుగుతుంది.

మనస్సు తన ప్రభావాన్ని ఆహారంపై చూపుతుంది అని భగవంతుడు మనకు పాఠాన్ని నేర్పించారు, కాబట్టి భోజనం విషయంలో వంట వండేవారి మానసిక స్థితి ఏమిటో మనం చూడాలి. ఈరోజుల్లో, పాత్రలు శుభ్రంగా ఉన్నాయా, బట్టలు శుభ్రంగా ఉన్నాయా, గిన్నెలలో ఉన్న వాటిపై ఏమీ పడకుండా మూతలు పెట్టి ఉన్నాయా అని చూసుకుంటున్నారు. ఇటువంటి శుభ్రత అవసరమే. దీనతోపాటు వంట చేసే వ్యక్తి మానసిక పరిశుభ్రత కూడా, చాలా కాకపోయినా, అవసరమే. తామసిక బుద్ధితో వంట చేసినా, పారిశుద్ధ్యాన్ని పాటించకపోయినా, దృష్టి అధర్మంగా ఉన్నా, అటువంటి ఆహారాన్ని తీసుకున్నప్పుడు అటువంటి సంస్కారాలే వచ్చే అవకాశం ఉంది.

సాత్విక దృష్టికి ఉన్న మహత్వం

పైన చెప్పిన విధంగా దృష్టి మంచిగా, భావం నిష్కల్మషంగా ఉండాలి. దీని అర్థం ఏమిటి? దృష్టి కానీ, భావం కానీ భోజనాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయా?

తప్పక ప్రభావితం చేస్తాయి. కళ్ళు మనస్సుకు కిటికీల వంటివి. ఆత్మ నుదిటిలో ఉంటుంది. కళ్ళు ఆత్మకు అతి దగ్గరైనవి. మనస్సు కోపంగా ఉంటే కళ్ళు ఎర్రబడతాయి. మనిషి మనసులో ప్రేమ ఉంటే అది అతనిలో మెరుస్తూ ఉంటుంది. ఒక వ్యక్తి ఎవరినైనా ద్వేషభావంతో చూస్తే అతడు చెడు భావంతో తనను చూసాడు అని అంటాడు. రష్యా యువతి చేసిన గడియారం, బ్రెడ్డు అద్భుతాలు ఆమె దృష్టితో, భావం(ఆలోచన)తో జరిగినవే. కాబట్టి, కళ్ళ ద్వారా ఆహారంపై మనసు లేక ఆత్మ ప్రభావం చూపుతుంది.

అందుకే భక్తులు పెద్ద మనుష్యుల వద్దకు పండ్లు, మిఠాయిలు, ఫలహారాలతో వెళ్ళి వాటిపై తమ కృపను చూపమని కోరుకుంటారు. గొప్పవారు, పవిత్రులైన వారి దృష్టిలో ఇటువంటి శక్తి ఉంటుంది అని వారికి తెలుసు. ఇంకా చెప్పాలంటే, ఆహారం వైపు ఆశగా, ద్వేషంగా లేక ఇంకేవిధంగానైనా చెడుగా ఎవరైనా చూస్తే, ఆ ఆహారానికి దిష్టి (చెడు దృష్టి) పడింది అని భావిస్తారు. అలా భావించి, వారు ఆ భోజనాన్ని స్వీకరించరు. ఎవరైనా మిమ్మల్ని ఎలా ఉన్నావు అని అడిగితే, " నేస్తమా, నీ కృపాదృష్టితో, నీ దయతో నేను బాగున్నాను" అని చెప్పరా! అదే పెద్దవారైతే, తమ చల్లని దృష్టితో మమ్మల్ని కనికరించారు అని అంటారు. మనసులోని భావం, దృష్టి విధానాన్ని పరిగణలోకి తీసుకోవలసిందే అని దీని అర్థం.

కనుక, ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి ఆహారం అనుకూలంగా ఉండాలంటే వంట చేసే వారి మనస్సు పవిత్రంగా ఉండాలి. అతను మంచి ఆలోచనలతో, అలవాట్లలో, మనోవృత్తిలో ధర్మపరంగా ఉండాలి. ఏ వికారమూ అతనిలో ఉండకూడదు. జిహ్వా చాపల్యంతోగానీ, మోహంతోగానీ, కోపంతోగానీ, ఇంద్రియాలకు వశమైగానీ, దేహాభిమానంలోకి వచ్చిగానీ వంట వండకూడదు. ఇందుకు భిన్నంగా, ఆత్మిక స్థితిలో, పరమాత్ముని స్మృతిలో, ఇతరుల హృదయాలను శుద్ధి చేసే బాధ్యత తీసుకుని, వంట చేస్తున్నంత సేపూ సంతోషంగా నవ్వుతూ చెయ్యాలి. అలా చేసినప్పుడు ఆ భోజనాన్ని స్వీకరించిన వారు నిజంగా లాభపడతారు. వారి బుద్ధి పవిత్రంగా, వారి

మనస్సులు పరిశుద్ధంగా, శాంతిగా అవుతాయి. భోజనం తయారు చేసేది స్త్రీలైనా, పురుషులైనా ఎవరైనా కావచ్చు, ఒకవేళ వారు కామానికి వశమైనా, క్రోధంగా ఉన్నా, భగవంతుని స్మృతిలో ఉన్న ఔన్నత్యాన్ని గ్రహించకపోయినా, వారు ఆధ్యాత్మిక సాత్వికులు కాదు, అపవిత్రులు.

<u>బ్రహ్మచర్య మహత్వం</u>

అంటే భోజనం తయారు చేసేవారు బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటిస్తూ, ఇతర నియమాలను కూడా పాటిస్తూ చేస్తేనే ఆ భోజనం సాత్వికమైనదిగా, ధార్మికమైనదిగా అవుతుందా?

అవును, అది భగవంతుని ఆజ్ఞ.

బ్రహ్మచర్య వ్రతం పాటించడం వలన, భోజనాన్ని భగవంతునికి సమర్పించినందువలన, ఎప్పుడూ పరమాత్ముని సహవాసంలో ఉండుట వలన కలియుగంలో దొరికే అపవిత్రమైనవన్నీ పవిత్రంగా అవుతాయి. భగవద్గీతలో భగవంతుడు ఇలా అన్నాడు, "ఎవరైతే భోజనాన్ని భగవంతునికి అర్పించరో వారు దొంగతో సమానం, అతడు సన్మార్గుడు కాదు, దుర్మార్గుడు". ఒక యోగి ఆహారపు అలవాట్లు, అతని వ్యవహారం పద్ధతి ప్రకారం ఉండాలి. నిజమైన వైష్ణవ ఆహారం –మామూలుగా దానిని శాకాహారం అని అంటూ ఉంటారు – అంటే యోగంలో ఉండి చేసింది. కనుక, మీరు భోజనాన్ని స్వీకరించే ముందు, నిశ్చలంగా భగవంతుడిని తలుచుకుని, అతనికి అర్పించి, స్వయాన్ని ఆత్మగా భావిస్తూ, ఆహారాన్ని యోగ దృష్టితో చూస్తూ అది భగవంతుడు దీవించినది అని అనుకుంటూ భోంచేయటం ప్రారంభించండి.

అంతేకాక, ఏ డబ్బుతో అయితే మీరు ఆహార పదార్థాలను కొంటున్నారో అది నిజాయితిగా సంపాదించింది అయి ఉండాలి.

సాత్వికమైన ఆహారంతో పాటు మీరు మితంగా భుజించాలి, అవసరమైనప్పుడే తినాలి. మాటి మాటికీ తినడం, అవసరం లేకపోయినా తినడం సరైన భోజనం కాదు. ఒక యోగి రుచికి బానిస కాకూడదు. అతను స్వ అధీనంలో (స్వాధీనం) ఉండాలి. తను తింటున్నది తన సొంత వంటింటి నుండి కాదు, భగవంతునిది అని భావించాలి. భగవంతుని ప్రసాదంగా, మిక్కిలి భక్తితో ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి.

10. సత్యసంధత – నిజాయితీ

ఒక కుటిలమైన వ్యక్తి నిజమైన శాంతిని అనుభవించలేడు. దారి, దిశ లేని అడ్డదిడ్డమైన తన ఆలోచనల పద్మవ్యూహంలో కొట్టుమిట్టాడుతూ ఉంటాడు. అతడి కుయుక్తులు అతడిని వాటి బంధాలలోనే బంధిస్తాయి. సత్యసంధుడు మధుర స్వభావంతో, సంతోష హృదయుడై భయం నుండి దూరంగా ఉంటాడు. వివేకానికి, మనసుకు సంబంధించి అతనిలో మరెన్నో విశేషతలు ఉంటాయి.

సత్యసంధుని అభిప్రాయాలు, పనులు ఒకే విధంగా ఉంటాయి. అతడు కపటి కాదు. బూటకం, కపటం, నీచత్వాన్ని అతడు ప్రయోగించడు. దీని కారణంగా, మనుష్యులు ఇతనిని చూసి భయపడాల్సిన అవసరముండదు. అతని భాష సరైనదిగా, మనోహరంగా ఉంటుంది. అతను చేసింది లేక చెప్పింది ఆ క్షణాన ఇతరులకు నచ్చకపోవచ్చు, కానీ ఒక కుటిల వ్యక్తిపై వచ్చినంత అసంతృప్తి సత్యసంధునిపై రాదు. ఎందుకంటే సత్యసంధుడు కపటం లేని వాడు అని, అతను చేసింది వారిని మోసగించడానికో లేక అగౌరవపరచడానికో కాదు అని వారికి తెలుసు. అతడు, నిజానికి, తన భావాలను తన సహజ స్వాభావికమైన నిజాయితితో వ్యక్తపరిచాడు. ఒకవేళ సత్యసంధుని మాటలపై ఇతరులు అసంతృప్తి వ్యక్తపరిచినా, తర్వాత వారు ఆలోచిస్తారు, "నిర్మల మనస్కుడు, నిష్కపటి అయిన ఈ వ్యక్తి చెప్పిన విషయం గురించి అతనిని కోప్పడటం, అతనిపై మండిపడటం సబబు కాదు". వారు, తమకు తామే మళ్ళీ అతనితో సత్సంబంధాన్ని ఏర్పరచుకుంటారు, ఎందుకంటే అతనిలోని సత్యసంధత, నీతి, నిజాయితీ వారిని ఆకర్షిస్తాయి.

నిజాయితీపరుడు సంతృప్తి మరియు ఇతర విలువలను కలిగి ఉంటాడు

ఒక నిజాయితీపరుడి పట్ల ఇతరులు ఎంత సంతృప్తికరంగా ఉంటారో, అంతే సంతృప్తి నిజాయితీపరుడికి తనపై తనకు ఉంటుంది. ఒకవేళ ఏ విధంగానైనా, ఏ సందర్భంలోనైనా అతనిలో అసంతృప్తి కలిగినా ఆ అసంతృప్తిని తనలోని నిజాయితి శక్తితో అధిగమించగలడు. ఇందుకు భిన్నంగా, కుటిల మార్గాలను ఎంచుకున్న వ్యక్తి ఇతరులు మంచి ఉద్దేశంతోనో లేక తన మంచి కోసమో చెబుతున్న మాటలలో కూడా ఏదైనా కుయుక్తి, మోసం, వంచన ఉన్నాయేమోననే ఎప్పుడూ వెతుకుతూ ఉంటాడు. ఇందుకు పరిణామంగా తన మంచి కోసం చెప్పిన ఏ మాటనూ కపటి తన మనసులోకి స్వీకరించలేడు. అతని సంస్కారాలలో ఏదైనా మార్పు వచ్చినా ఆ మార్పు చాలా మందకొండిగా ఉంటుంది. సత్యసంధుని మనసు నిర్మలమైనది కనుక ఇతర దివ్య గుణాలన్నీ అతనిలో సహజంగా చోటు చేసుకుంటాయి. కానీ ఏదో ఒక చెడులో ఇరుక్కున్న కపటి మనసు ఈ దివ్య గుణాలను అంత సులభంగా, అంత తొందరగా గ్రహించలేవు. ఇలాంటి కపటి ఇలా అనుకుంటూ ఉంటాడు, "గతంలో అతనెప్పుడూ నాతో మంచిగా లేడు. ఇప్పుడు మాత్రం అతడు నాకు మంచి ఎలా చేస్తాడు? ఇప్పటిదాకా నాతో మంచిగా లేని వ్యక్తి ఇకమీదట మాత్రం నాతో ఎలా మంచిగా ఉంటాడు?" కానీ కపటం లేని వ్యక్తి మాత్రం తనలో తాను సంతోషంగా ఉంటూ "మనిషి చేసిందే పొందుతాడు" అని భావిస్తాడు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ అతడు తన సత్యతను వీడడు. సత్యమైన భగవంతుడు సత్యసంధులను చూసి ప్రసన్నుడవుతాడు. కనుక, భగవంతుడు వారికి సహాయం చేస్తాడు. సత్యసంధుడైన భగవంతుని కృప వలన సత్యసంధుడు సంతృప్తిగా, సంతోషంగా ఉంటాడు. ఎందుకంటే అతనికి ఇతరుల పట్ల ఎటువంటి దురుద్దేశం ఉండదు. వారి మాటలకు, చేతలకు అతడు ప్రభావితం కాడు. సత్యసంధునికి మానసిక విభేదాలు ఉండవు. ఇతరుల గత ప్రవర్తన గురించి, వారి ప్రస్తుత స్వభావం గురించి, మామూలు మనుష్యులులా కాక, సత్యసంధుడు మళ్ళీ మళ్ళీ గుర్తుకు తెచ్చుకోడు. తన సత్యత, సాధుత్వం, నిర్మల మార్గాల కారణంగా అతనికి అందరినుండి దీవెనలు, ప్రేమ లభిస్తాయి. కనుక, సత్యసంధుడు తనతో తాను ఎంతో సంతృప్తిగా, సంతోషంగా ఉంటాడు.

సత్యసంధులు మరియు నిజాయితీపరులు సర్వుల ప్రియులు

మనుష్యులు సత్యసంధునిపై నమ్మకాన్ని ఉంచుతారు. అతని సహవాసాన్ని కోరుకుంటారు. ఎందుకంటే అతని నుండి పవిత్రతా ప్రకంపనాలు వస్తూ ఉంటాయి. వీరికి భిన్నంగా ఉండే వారిని అందరూ దూరంగా ఉంచుతారు. ఎందుకంటే అతడు కుయుక్తిపరుడు, అతి తెలివి కలవాడు అని అందరి భావన. అతడి మాటల వెనుక ఏదో ఒక స్వార్థ భావం ఉన్నట్లుగా అనిపిస్తుంది. అందుకే ఎవ్వరికీ నచ్చడు. ఒక తెలివైన కపటి ఎప్పుడూ తన అవసరాలను తీర్చుకోవడం గురించే ఆలోచిస్తూ ఉంటాడు. అదే నిష్కపటి అయితే, ఇతరుల సంతోషానికి తాను కారణమయినందుకు తనను తాను ఎంతోఅదృష్టవంతుడిగా భావిస్తాడు.

సత్యత ఉన్నవారిని చూసి భగవంతుడు ప్రసన్నుడవుతాడు అన్న నానుడి ద్వారా కూడా సత్యసంధత, నిజాయితీ ఉన్నతమైన గుణాలు అని నిరూపణ అవుతున్నాయి. అవి ఉన్న వారిని భగవంతుడే స్వయంగా దీవిస్తాడు. ఇతర గుణాలన్నీ ఈ గుణాన్ని అనుసరిస్తాయి కనుక ఈ గుణాన్ని 'సర్వ గుణాల పరిచయ కర్త' అని చెప్పవచ్చు.

ఒక కపటి తనను తాను నీతివంతునిగా, ఆధ్యాత్మికంగా మార్చుకోలేడు

సత్యసంధుడిలో మరో మంచి గుణం ఉంది. అతనిలో ఏదైనా లోపముంటే ఆ లోపాన్ని ఒక అనుభవజ్ఞుడికి స్పష్టంగా

వినిపించి, దానిని తొలగించుకోవడానికి కావలసిన సూచనలను అతని నుండి తీసుకుంటాడు. ఇతరులకు తన లోపం గురించి చెబితే వారి దృష్టిలో లోకువ అవుతానేమో అనే భయంతో కపటి మాత్రం తన లోపాన్ని చెప్పాలా, వద్దా అనే ఆలోచనల్లోనే ఉండిపోతాడు. దాని గురించి అతడు స్పష్టంగా తన టీచరుతో గానీ, గురువుతో గానీ, శుభ చింతకునితో గానీ చర్చించడు. ఇతడి విషయంలో పరివర్తన కష్టమైన ప్రక్రియే. కనుక సత్యత అనే గుణం ఎంతో ఉపయోగకరం.

ఈ సత్యత అనే గుణాన్ని మానవుడు తన సొంతం చేసుకోవాలంటే మొదటగా, అతడు ఇతరుల పొరపాట్లు, లోపాలు తన మనసులో ఉండకుండా ఉండేటట్లుగా చూసుకోవాలి. లేకపోతే అతని మనసు కలుషితమై నిర్మలంగా, సత్యంగా ఉండటం ఆగిపోతుంది. రెండవది, ప్రపంచంలోని వారందరూ పరమపిత, పరమాత్మ, సృష్టికి బీజరూపుడు అయిన భగవంతుని పిల్లలే, కనుక కపటత్వం వలన నష్టపోవడమే కానీ సాధించేదేమీ లేదు అని గుర్తుంచుకోవాలి. మూడవది, ఎవరు ఎంత సాధుత్వం కలిగి ఉంటారో అటువంటివారిని చూసి స్వయం మహా సాధువు అయిన శివబాబా సంతోషిస్తారు. చివరగా, ఇతరులతో తన సద్భావనతో కూడిన వ్యవహారమే, అతనితో వారి ప్రవర్తనను నిర్ణయిస్తుంది. ఈరోజు కాకపోతే కనీసం రేపటినుండయినా వారు అతనితో స్పష్టంగా ఉంటారు. సత్యత మరియు నిజాయితి మానవులను ఎంతగానో ప్రభావితం చేస్తాయి. సత్య పురుషుడు నిర్భయంగా, నిత్య సంతోషంతో నాట్యం చేస్తూ ఉంటాడు.

అతి తెలివి ప్రదర్శించే వ్యక్తి పనికిరాని ఆలోచనలతో వేధింపబడుతూ గందరగోళంగా ఉంటాడు. మృత్యువును పొందినంత భయంగా ఉంటాడు. ఎందుకంటే అతడెప్పుడూ కృత్రిమమైన ఆర్భాటాలలోనే మునిగి ఉంటాడు. కనుక ఎప్పుడూ సంతోషంగా, సంతృప్తిగా, నిర్భయంగా, నిశ్చలంగా ఉండాలంటే మానవుడు సత్యసంధతతో ఉంటూ కుయుక్తులను, ఇతరులను విమర్శించే గుణాన్ని వీడాలి. తన అభిప్రాయాలు, పనుల మధ్య ఒక సమతుల్యతను తీసుకురావాలి. ఒకవైపు ఈ రెండిటి సమతుల్యతతో పాటు మరోవైపు బుద్ధిని కూడా సమంగా నడిపించాలి.

11. అంతర్లీనమవడమే అంతర్గత శాంతికి సోపానము

ఈనాటి మానవుని దినచర్యను మనం గమనించినట్లయితే – ఒకప్రక్క అతడు తన ప్రార్థనల్లో భగవంతుడా, నేను మీ సేవకుడిని, మీరు నా స్వామి అని అంటున్నా – తన కర్మల వలన అతడు తన ఇంద్రియాలకు దాసిగా, మాయకు బానిస అయ్యాడని అర్థమవుతుంది. కొన్నిసార్లు అతని జిహ్వ అతనికి ఏదో ఒక రుచిని గుర్తు తెప్పించి, దాని అధీనంలో ఉంచుకుని దాని వైపుకు ఆకర్షిస్తూ ఉంటుంది. మరి కొన్నిసార్లు, అతని కళ్ళు అతడిని స్థూల వస్తువుల వైపుకు లేక వ్యక్తుల వైపుకు వెర్రిగా పరుగెత్తేటట్లు చేస్తుంది, లేక నామ రూపాలలో అతడు ఇరుక్కుంటాడు. అతని చెవులు ఇతరుల గురించిన ముచ్చట్లను అతి శ్రద్ధతో వింటుంది, అతని నోరు వ్యర్థ ప్రలాపనలో మునిగి ఉంటుంది. ఇలా రోజంతా ఇంద్రియాలకు బానిస అయిన వ్యక్తి తన నిజ స్వరూపాన్ని మర్చిపోయాడు. మరోవిధంగా చెప్పాలంటే, ఆత్మ అనగా అతని నిజ స్వరూపము తన భృకుటి మధ్యలో ఉంటుంది అన్న విషయమును పూర్తిగా మర్చిపోవడం జరిగింది.

పర్యవసానంగా, అతని మనసు అతని అంతరంగంలోకి చూసుకోలేక పోతుంది. తన అంతః స్వరూపంపై మనసు నిలువక, తనకిష్టమైన వంటకం గురించో, లేక తన శరీరాన్ని అందంగా ముస్తాబు చేసుకోవడంలోనో లేక ప్రపంచపు కళ్ళు తన వైపు పడే చోట్ల తిరగాలని అతని ఆలోచనలు ఉంటాయి. ఇలా, అతను ఏదో ఒక దాని గురించి ఆలోచిస్తూనే ఉన్నాడు. కొద్ది సమయమైనా తన ధ్యాసను తన ఆత్మపై నిలపడంలేదు. ఆధ్యాత్మిక ఆనందాన్ని గ్రోలే మాటలు మాట్లాడడు. అంటే, అతడు అంతర్ముఖిగా కాక బాహ్యముఖిగా ఉంటున్నాడు. ఇటువంటి వ్యక్తి నిశ్చల ప్రశాంతతను ఎన్నటికీ పొందలేడు. కనుక, మనిషి తన అంతరంగంలోకి చూసుకోవడం నేర్చుకోవాలి. అంతర్లీనము లేదా అంతర్ముఖతయే సర్వ సద్గుణాలకు మూలం. దీనిపై సరైన అవగాహన ఉన్నప్పుడు ఇతర సద్గుణాలను కూడా వస్తాయి.

అంతర్లీనమును అంతర్ముఖత అని ఎందుకు అంటారు?

శరీరంలో ముఖ్యమైన భాగం ముఖము. ఈ భాగంలో శరీరంలోని అతి ముఖ్యమైన మెదడు ఉంటుంది. దీని ద్వారానే మనం ఆలోచిస్తాం, అలాగే దృష్టి, వినికిడి, భాష మొదలైనవన్నీ దీని ద్వారానే జరుగుతాయి. ఈ ఇంద్రియాలు చాలా అవసరం. ఈ ఇంద్రియాల ద్వారా మనిషి మంచి పనులు చేస్తే అతడు సంతోషాన్ని సంపాదిస్తాడు, అలాగే అతడు చెడుగా ఆలోచిస్తూ కోరిక, క్రోధం, లోభం, మోహం, అహంకారం వంటి భావాలతో చూసినా, అసభ్యకర మాటలను విన్నా, పరుష మాటలను ప్రయోగించినా, జిహ్వ చాపల్యానికి బానిస అయినా అతడు ఇంద్రియ సుఖాల మధ్య తన జీవితాన్ని వ్యర్థపరుచుకుంటున్నాడు అని అర్థం. అదేవిధంగా, ఆత్మ జ్ఞానం తెలిసి, తనను తాను దేహంగా కాక ఆత్మగా భావిస్తున్న వ్యక్తి మాటలు, చూపు, ఆలోచనలు, వినికిడి అన్నీ విశేషంగా ఉంటాయి, అతడు, తనతో తను ఎంతో నిలకడగా వ్యవహరిస్తాడు. అందుకే ఇటువంటి వారిని 'అతని ముఖము అంతరంగం వైపుకు మరలి ఉంది' అని సామ్యముతో చెబుతారు.

టూకీగా చెప్పాలంటే, అంతర్లీనము వెనుక ఉన్న లక్ష్యము ఏమిటంటే, ముఖ భాగంలో ఉన్న వివిధ ఇంద్రియాల ద్వారా మనిషి ఏది చూసినా, మాట్లాడినా, తిన్నా అన్నీ దేహంలో నివసిస్తున్న ఆత్మ అభివృద్ధికి దోహదపడేలా ఉండాలి. లోన నివసిస్తున్న ఆత్మకు వెన్ను చూపేవిధంగా ఎటువంటి పనులు చెయ్యకూడదు. చెడు మాట్లాడకూడదు, ఆలోచించకూడదు అన్న ఆజ్ఞ అంతర్ముఖతలోని భాగమే. ముఖం తిప్పుకోవడమంటే ఇతరుల ధ్యాసను కోరుకుంటున్నాము అని అర్థం, అలాగే ఎవరినైనా ఎదుర్కోవడము అంటే జాగ్రత్తపడమని సూచన. కనుక మనం ఆత్మ దగ్గర ఎప్పుడూ హాజరై దాని ఉన్నతికి పాటుపడాలి.

అసలు అంతర్లీనము అంటే ఏమిటి?

అంతర్లీనము అనగా మనం నిరంతరం అంతరంగంలో లీనమై ఉండటం అనగా ఆత్మ స్థితిలో లీనమై ఉండటమని అర్థం. ఉదాహరణకు, బాహ్య ప్రపంచ దృశ్యాలను చూస్తున్నప్పుడు అందులోనే మునిగిపోక, వీటిని చూస్తున్నది స్వయం అనగా ఆత్మ, దేహం ద్వారా ఈ దృశ్యాలను చూస్తుంది అని గుర్తుంచుకోవాలి. కళ్ళు కెమెరా లేక లెన్సు వంటివి. చూసిన దృశ్యాన్ని ఈ కళ్ళు మెదడుకు పంపుతాయి, కానీ మనం అనగా ఆత్మలమైన మనం, చైతన్య స్వరూపులమైన మనం వీటికి యజమానులం. మనం మాట్లాడుతున్నప్పుడు, మన నోరు ఒక మైక్రోఫోను వంటిది మాత్రమే అని గుర్తుంచుకోవాలి. అంతఃస్వరూపము అనగా ఆత్మ నోటిద్వారా మాట్లాడుతుంది. కనుక ప్రతి కర్మలోనూ మనల్ని మనం ఒక దేహంగా కాక భృకుటి మధ్య నివసిస్తున్న ఆత్మగా భావించాలి. అంటే, అంతర్లీనము అనగా ఆత్మిక స్థితిలో ఉండడము అని అర్థం. ఈ శరీరం ద్వారా ఎన్నో పనులు చేస్తూ కూడా దానిపై నిర్మోహత్వమును కలిగి ఉండటమే అంతర్లీనములోని భావం.

సంకల్పాల సంధానము

రెండవది, ఈ గుణానికి మరో రూపం ఉంది. ఈ ఇంద్రియాల ద్వారా ఏది చూసినా దానిని ఆత్మ జ్ఞానముతో అన్వయించుకోగలగాలి. నేను నా ఇంటిని చూసిన వెంటనే ఆత్మ ఇల్లు పరంధామము అని గుర్తుకు రావాలి. ఒక కారును చూసిన

వెంటనే – ఈ శరీరం ఒక కారు వంటిది, నేను ఆత్మను, శరీరానికి భిన్నంగా ఉన్న నేను, దాని డ్రైవరును అన్న ఉత్సాహవంతమైన ఆలోచన కలగాలి. ఈరోజుల్లో మనిషి దృష్టి బాహ్యంగానే ఉంటుంది అన్నది మనం సర్వ సాధారణంగా గమనిస్తున్న విషయం. ఇంద్రియాల ద్వారా మనిషి తన మనసును బాహ్య ప్రపంచంలో ఉన్న ఒక వస్తువు నుండి మరొక వస్తువు వైపుకు మరలుస్తున్నాడు కానీ ఒక్కసారి కూడా తన స్వరూపం వైపు అనగా ఆత్మను గుర్తు చేసుకోవడం లేదు. వస్తు వైభవాల వెంట పరుగెడుతూ మనిషి తనను తాను మరియు తన తండ్రిని మర్చిపోయాడు. కనుక, అంతరంగంలోకి చూసుకోవడం అవసరం.

దేహము నుండి మరలుట

మూడవది, ఈ గుణాన్ని మరో దృష్టితో కూడా అర్థం చేసుకోవచ్చు. చేయాల్సిన పనినంతా చేసిన తర్వాత మనిషి ఆత్మిక ధ్యాసలో విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. ఈరోజుల్లో మనిషి తన కార్య కలాపాలను ఎంత విస్తరించుకున్నాడంటే తన ఇంద్రియాలను తిరిగి కూర్చుకుని ఆత్మిక స్థితిలో స్థితి కావడం అసంభవంగా అనిపిస్తుంది. అదే ఒక తెలివైన, ఆధ్యాత్మిక ధోరణి కలిగిన వ్యక్తి కేవలం తనను తాను ఆత్మగా భావించడమే కాక, తన సమయం వ్యర్థమైన ప్రలాపనలో, అనవసర మానసిక సంఘర్షణలలో దినచర్య వ్యర్థం కాకుండా చూసుకుంటాడు. తాను చెయ్యవలసిన బాధ్యతను మాత్రమే అతను చేస్తాడు, అలా చేసిన తర్వాత, తన ఇంద్రియాలను – ఒక తాబేలు ఎలా అయితే తనను తాను తన డిప్పలోకి తీసుకెళ్ళిపోతుందో అలా ఇతను కూడా బాహ్య పరిస్థితుల నుండి తనను తాను కొద్దిసేపు విముక్తి చేసుకుని, ఆత్మిక స్థితిలో విశ్రమిస్తాడు.

చివరిగా, ఈ గుణానికి మరో రూపం కూడా ఉంది. మనిషి తన మనసు, బుద్ధిలో ఎటువంటి వికారీ ఆలోచనలు రాలేదు కదా అని ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించుకుంటూ ఉండాలి. బాహ్యంగానే చూసేవారు జీవితపు ఈ భాగాన్ని మర్చిపోతూ ఉంటారు. అటువంటివారు తమ ఇంద్రియాలతో పని చెయ్యడానికి సర్వసన్నద్ధంగా ఉంటూ బాహ్య ప్రపంచాన్ని చూస్తూ ఉంటారు. తమ ఆత్మలో ఏమి జరుగుతుందని కానీ, తమలో ఏమైనా వికారాలు ప్రవేశించాయా అని కానీ పట్టించుకోరు.

సమాధానము

మీరు మీ దినచర్యను పాటిస్తూ కూడా స్వయాన్ని ఒక బిందు స్వరూపమైన ఆత్మగా భావించండి, అంటే భృకుటి మధ్యలో ఉన్న ఒక నక్షత్రంగా అన్నమాట. ఇతరులతో కలిసి పని చేసేటప్పుడు వారిని కూడా ఆత్మలుగా గుర్తించండి. ఆత్మనే చూడండి. అందరూ నిరాకార శివ పరమాత్ముని పిల్లలు, సోదర ఆత్మలు అనే భావనను పెంపొందించుకోండి. ఈ భావనలో దృఢంగా నిలిచి ఆ తరువాత ఇతరులతో కలిసి పని చేయండి. మీ దృష్టికోణం, జ్ఞాపకశక్తి, విశ్వాసం ఈవిధంగా ఏర్పడినప్పుడు మీ నిర్ణయశక్తి అద్భుతంగా పని చేస్తుంది. మీరు వారిని ఆధ్యాత్మికంగా అంటే మామూలు మనుష్యులకు భిన్నంగా, భౌతిక ప్రపంచంలో ఉంటూ, మాట్లాడుతూ, చూస్తూ కూడా మీరు వాటి మాయలో కొట్టుకుపోకుండా ఉంటారు. "నేను ఒక జ్యోతిర్బిందు స్వరూపాన్ని" – ఇది చాలు మీరు బాహ్య ప్రపంచానికి బానిసగా కాకుండా ఉండటానికి. అన్ని బంధాలు తొలగిపోయి మానవుడు ఒక్క పరమాత్ముని స్మతిలోనే విశ్రమించగలడు.

జ్యోతిర్బిందు స్వరూపుడైన పరమాత్ముని స్మృతి ఆఫీసులో, షాపులో, ఇంట్లో లేక మార్కెట్లో ఎక్కడైనా నిలవడం సంభవమేనా అని మీరు అడగవచ్చు.

దానికి జవాబు – సంభవమే. మనిషి తన జ్ఞాన నేత్రాన్ని తెరచి ఉంచుకున్నప్పుడు ఆత్మ పరిశీలన సంభవమవుతుంది. కానీ ఈ మూడవ నేత్రాన్ని మూసుకుని ఉన్నట్లయితే, తన శరీరంలోని రెండు కళ్ళు తెరుచుకుని ఉన్నా ఈ గుణాన్ని పొందడం సాధ్యం కాదు.

జ్ఞాన నేత్రాన్ని తెరచి ఉంచుకోవడం అంటే ఏమిటి?

స్థూలమైన ఈ రెండు కళ్ళతో మనిషి ఈ స్థూల ప్రపంచాన్ని, అందులో నివసిస్తున్న మనుష్యులను , భౌతిక వస్తువులను చూడగలడు. ఒకవేళ ఈ రెండు కళ్ళను కాకుండా మీరు మీ జ్ఞాన నేత్రాన్ని ఉపయోగించినట్లయితే ఆత్మ, పరమాత్మ, పరంధామం, ధర్మం, ముక్తి, పరమానందం వంటి అనేక విషయాలు మీ దృష్టి నుండి దూరం కావు. ప్రతి ఒక్కరిలో ఆత్మ నివసిస్తుంది అని అర్థం చేసుకున్నప్పుడు మీలో జ్ఞాన నేత్రం ఉంది అని అర్థం. ప్రస్తుతం కలియుగ అంతిమం అంటే సంగమయుగం జరుగుతుంది. సత్యయుగం అతి త్వరలో రాబోతుంది, దాని కొరకు మనం యోగిగా, పవిత్రంగా అయి కార్యం చెయ్యాలి అని అర్థమయినప్పుడు మీలో జ్ఞాన నేత్రం తెరుచుకుంది అని అర్థం. కొంతమంది తమ ధనాన్ని భోషాణంలో దాచి పెట్టుకుంటారే కానీ, ఆ ధనాన్ని వారు పెట్టుబడిగా పెట్టరు. అలాగే, కొంతమంది ఈ జ్ఞానాన్ని తమ బుద్ధి అనే భోషాణంలోనే దాచిపెట్టుకుని ఆ జ్ఞానాన్ని పనికిరాకుండా చేస్తారు. జ్ఞాన నేత్రం మూసుకుపోవడమంటే ఏమిటి అని ఇది తెలియజేస్తుంది.

కనుక, పవిత్రత మరియు అంతర్ముఖత స్థితిని జ్ఞాన నేత్రాన్ని తెరచి ఉంచడం ద్వారా పోషించవచ్చు. ఉదాహరణకు, మీరు మీ ఇంటివైపుగా వెళ్తున్నారు, మీ ఇంటిని చూసారు. కొద్ది సమయం తర్వాత మీ ఇంటి చిత్రాన్ని మీరు మీ మనసులో ఊహించుకోగలరు, ఇదంతా మీరు మీ రెండు కళ్ళు తెరుచుకునే చేస్తారు. అలాగే మీ జ్ఞాన నేత్రం తెరుచుకుని ఉన్నప్పుడు మీరు మీ ఆత్మిక ఇంటిని, మీ

ఆత్మిక తండ్రిని చూడగలుగుతారు.

విభేదము

భక్తి మార్గానికి చెందిన సాధు సన్యాసులు అంతర్ముఖత గురించి సాధారణంగా ఇలా చెబుతారు – రెండు చెవులను మూసుకోండి. రెండు కళ్ళను నాలుగు నాలుగు వ్రేళ్ళతో మూసుకుని ఆ తరువాత ధ్యానం చెయ్యండి, మీకు మధుర నాదం వినిపిస్తుంది, గంటల చప్పుడులా, తర్వాత మీరు ఓంకార నాదాన్ని వినగలుగుతారు, తర్వాత జ్యోతిని దర్శించుకుంటారు.

మానవమాత్రులైన సాధు సన్యాసులు నేర్పించే ఈవిధమైన అంతర్లీనము భక్తి మార్గంలో ప్రసిద్ధి చెందింది. కానీ భగవంతుడు చూపిన మార్గము జ్ఞాన మార్గము, దీనినే రాజయోగ మార్గము అని కూడా అంటారు. దీనిని జ్ఞాన స్వరూపుడైన శివ పరమాత్మ మనకు బోధించారు. సాధువులు నేర్పించే ఆత్మశోధనకు పూర్తిగా స్థూల కార్యాలు చెయ్యడం అవసరం. అంటే చేతిని కళ్ళపై లేక నోటిపై ఉంచుకోవడం లాంటివి. కానీ మనల్ని మనం ప్రశ్నించుకోవాలి – మన లోపల నుండి ధ్వని వినిపిస్తే దానిని ఆధ్యాత్మిక కృషి అని అనవచ్చా? అది దివ్య గుణాలు పెంపొందించుకునేందుకు పనికొస్తుందా? దానిని సద్గుణాలలో ఒకటిగా లెక్కించవచ్చా? కళ్ళు మూసుకోవడం వలననో లేక కళ్లను రుద్దుకోవడం వలననో ప్రకాశం కనిపించవచ్చు, కానీ ఇది మనల్ని దేవతలుగా మార్చగలుగుతుందా? ఇలా ఎవరైనా ఎంతకాలం తమ కళ్ళను, నోరును మూసుకుని ఉండగలరు? నిజానికి, ఈవిధంగా వినిపించే నాదానికి, కనిపించే ప్రకాశానికి ఆత్మతో కానీ పరమాత్మతో కానీ సంబంధము ఉండదు.

ప్రస్తుత పరిస్థితులలో అంతః దృష్టి కలిగి ఉండటం ఎలా?

నేటి వాతావరణం బాగా పాడై పోయింది. మనిషి ధ్యాసంతా పూర్తిగా ఆడంబరాలు, ఆభరణాలపైనే ఉంటుంది. వారి కోరికలు అధికంగా ఉంటున్నాయి. మీరు ఎక్కడకు వెళ్ళినా శబ్దాలు, గుంపులు. ప్రశాంతత, ఏకాంతము నిండిన ప్రదేశాలు ఎక్కడా కనిపించడం లేదు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఎవరైనా అంతః దృష్టిని ఎలా కలిగి ఉండగలరు?

ఇటువంటి విషయాల గురించి శివబాబా చక్కగా వివరించారు. అధిక కృత్రిమత, ఆడంబరాలు ఇవన్నీ మాయ చూపిస్తున్న దంభము, సొగసు. అతి అంత్యానికి దారి తీస్తుంది. మాయ యొక్క ఈ నజరానా దీపం యొక్క చివరి వెలుగు లాంటిది అని మీరు అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రస్తుత ప్రపంచ పరిస్థితి కూడా సరిగ్గా ఇలాగే ఉంది. ఈ దంభమంతటిలో ఎక్కడైనా, కొంచమన్నా దివ్యత్వపు ఛాయలు ఏమైనా కనిపిస్తున్నాయా? ఇందుకు భిన్నంగా, ఈ ఆటను రక్తి కట్టిస్తూ ఎప్పుడూ ఎక్కడో ఒక చోట వికారాలు దర్శనమిస్తూనే ఉంటాయి. ఇవన్నీ మాయ యొక్క వింతైన ఊరించే రూపాలు. త్వరలో అంతమొందుతున్న, దిగజారుతున్న ఈ ఆటలో మనం చిక్కుకోకూడదు.

కనుక, హద్దులు తెలిసాయి కాబట్టి, మనిషి ఇటువంటి ఆట నుండి దూరంగా ఉంటూ తద్వారా భగవంతుని జ్ఞానంలో సుఖాన్ని, విశ్రాంతిని అనుభవం చేసుకోవాలి. అంటే ఆడంబరాలు, గోల ఉన్న ఈ ప్రపంచంలో ఏకాంతంగా ఉండే అవకాశం లేదంటారా అని మీరు నన్ను అడగవచ్చు. పరమాత్మని గురించిన పూర్తి జ్ఞానం, ప్రపంచ వినాశనం గురించి అర్థం చేసుకున్నప్పుడే ఇది సంభవమని నేనంటాను.

అంతేకాక, ఉన్నతమైన సుఖం గురించి శివబాబా మనకు జ్ఞానాన్ని ఇచ్చారు. స్వర్గంతో పోలిస్తే ఇక్కడున్న ఆడంబరాలన్నీ చెత్తతో సమానమే. అక్కడ మహళ్ళు, జలపాతాలు, ఫల వృక్షముల తోటలు, పండ్లు, ఆహారం, సుఖం, అద్భుతమైన వస్తు సంపద, సేవకులు, పశుపక్ష్యాదులు – అన్నీ సతోగుణంతో ఉంటాయి. అక్కడి సారము, సాత్వికత, సంపూర్ణత, ఇక్కడ ఎందులో ఉంది? మన శరీరాలలో ఆరోగ్యం లేదు, సహజ సౌందర్యం, వృద్ధాప్యాన్ని తట్టుకునే శక్తి లేవు. ఏవిధంగా చూసినా, శివబాబా మనకోసం పునః స్థాపించబోయే స్వర్గ సుఖాల ముందు ఇప్పటి అధునాతన వసతులు, సుఖాలు, కాలక్షేపాలు అన్నీ రసం లేని చెరుకు గడ వంటివి మాత్రమే. ఇది మనసులో ఉంచుకున్నట్లయితే, వినాశన అంచుల్లో ఈ ప్రపంచపు ఆడంబరాలకు ఆకర్షితులవ్వరు. అంటే వికారాలు ఆ వ్యక్తిని తాకలేవు, దీని వలన అతడు అంతః దృష్టితో ఉండగలుగుతాడు.

12. యుద్ధం సమస్యలను పరిష్కరించదు

యుద్ధం ఎప్పుడూ ఏ సమస్యనూ పరిష్కరించలేదు. ఓడిన వారిలో పగ, ద్వేష భావాలను, గెలిచిన వారి మనసులలో గర్వాన్ని, అహంకారాన్ని మాత్రమే యుద్ధం మిగులుస్తుంది. కాబట్టి యుద్ధం తర్వాత ఉండే ప్రశాంతతను నిజమైన శాంతిగా పరిగణించలేము. ఆ ప్రశాంతత తుఫాను ముందు ఉండే ప్రశాంతత లాంటిది. కొద్దికాలం క్రితం, భారతదేశ చక్రవర్తి అయిన అశోకుడు ఒక గొప్ప యుద్ధం తరువాత ఇరువైపుల వారికి యుద్ధం ఎన్నో కష్టాలను మిగులుస్తుందని, దానివలన ఎన్నో సమస్యలు తలెత్తుతాయని తెలుసుకున్నాడు. మహా విజేత అయిన అలెగ్జాండర్ కూడా ఈ విషయాన్ని తన చివరి దశలో అర్థం చేసుకున్నాడు. అతడు తీవ్ర అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు తన సేనాధిపతులను పిలిచి ఇలా అన్నాడు, “నేను చనిపోయిన తరువాత నా చేతులను శవ పేటిక నుండి బయటకు పెట్టండి. మనుష్యులందరూ నేను ఖాళీ చేతులతో వెళ్తున్నాను అని తెలుసుకోవాలి. నేను దోచుకున్నవి, కొల్లగొట్టినవి, జయించిన రాజ్యాలను అన్నిటినీ ఇక్కడే వదిలి ఖాళీ చేతులతో వెళ్తున్నాను”. దివంగత అమెరికా అధ్యక్షులు అయిన మిస్టర్ డ్వైట్ డి. ఐసనహోవర్ రెండవ ప్రపంచ యుద్ధ సమయంలో అల్లీడ్ ఫోర్సెస్‌లో సేనా నాయకుడిగా ఉండి యుద్ధం వలన కలిగే కష్టనష్టాలను కళ్ళారా చూసాడు, “యుద్ధంతో నేరుగా సంబంధం ఉన్న నేను దాని వలన మానవులకు కలిగే కష్టనష్టాలను, దురవస్థను చూసాను, కాబట్టి నేను యుద్ధాన్ని వ్యతిరేకిస్తున్నాను”.

కానీ అధికారంలో ఉన్న ఈనాటి రాజకీయవేత్తలు ఇటువంటి వివేకవంతమైన ఆలోచన చేస్తున్నారా? లేదు, ప్రజాభిప్రాయం వలననో, లేక తప్పనిసరి పరిస్థితుల కారణంగానో, మనిషి మళ్ళీ మళ్ళీ యుద్ధంవైపుకు వెళ్ళాలనే నిర్ణయించుకుంటున్నాడు–బహిరంగంగా లేక అంతర్గతంగా. మనిషిలో ఉన్న పెద్ద బలహీనత ఇదే. మనుష్యులు, దేశాలు తమ సమస్యలను కేవలం శాంతియుతంగానే పరిష్కరించుకోగలరు. మనిషికి తన భావాలను వ్యక్త పరచటానికి భాష అనే శక్తివంతమైన సాధనం ఉన్నా, తన విషయాన్ని వాదించి ఇతరులను నమ్మించగల వివేకం ఉన్నా కానీ చివరకు మనుష్యులు పాశవికంగా, మూర్ఖంగా కొట్టుకుంటున్నారు. పశువుల కష్టం అర్థం చేసుకోదగ్గదే, ఎందుకంటే న్యాయం కోరడానికి వాటికి మనుష్యుల లాగా భాష, వివేకం లేవు, అభివృద్ధి చెందిన ధర్మశాస్త్రమూ లేదు. కాబట్టి, చరిత్ర నుండి నేను నేర్చుకున్న పాఠం ఏమిటంటే, ‘మనిషి చరిత్ర నుండి పాఠాలు నేర్చుకోవడం లేదు’ అని.

13. ప్రపంచపు సమస్యలు – వాటికి పరిష్కారాలు

ఈ ప్రపంచంలో అన్ని బాధలకు ఆరు దుష్కృత్యాలను ముఖ్య కారణాలుగా చెప్పవచ్చు – అవి ఆర్థికపరమైనవి కావచ్చు, రాజ్యాంగ సంబంధమైనవి కావచ్చు, సామాజిక లేక వ్యక్తిగతమైనవి కావచ్చు. ఆ ఆరు దుష్కృత్యాలు ఏమిటి? యుద్ధం ఈ దుష్కృత్యాలలో ఒకటి. వాస్తవానికి, యుద్ధానికి మూల కారణం 'క్రోధం'. క్రోధం భూకంపం కన్నా హానికరమైనది. అది ఎంతో విధ్వంసాన్ని సృష్టించి ప్రాణ హాని కలిగించడమే కాక అది చాలా క్రూరమైనది కూడా.

రెండవ దుష్కృత్యము – లోభము. ఆర్థిక సంక్షోభానికి ఇదే మూల కారణం. ప్రపంచంలో వనరులకు, సంపదకు ఎటువంటి లోటు లేదు, కానీ, ఇంకా కావాలి అన్న అంతులేని లోభమే ఇప్పుడు సమాజంలో ఉన్న అసమానతలకు కారణం.

మూడవది – కామ వికారం. మనిషి ఒకవేళ నియంత్రించుకోగలిగితే, అనేక దేశాలు ఎదుర్కుంటున్న అధిక జనాభా సమస్యను విజయవంతంగా అడ్డగించవచ్చు. మాదక ద్రవ్యాలకు, వెర్రి సంస్కృతికి బానిస కావడానికి కూడా కామ వికారం పాక్షికంగా కారణం.

నాల్గవది – మోహము. వస్తువుల పట్ల, వ్యక్తుల పట్ల మోహం – బాధకు, దుఃఖానికి, జీవితంలోని ఎదురు దెబ్బలకు ఇదే కారణం. మోహమున్న కారణంగా మనిషి నాణ్యతను, నీతిని పసిగట్టే గుణాన్ని కోల్పోతాడు.

గర్వము లేదా అహంకారము మరో పెద్ద దుష్కృత్యము. ఈ వికారమే మనిషిని లేక మనుషులను పగ సాధించమని ప్రేరేపిస్తుంది లేక ఇతరులపై అధికారాన్ని చూపిస్తుంది లేక ఇతరులను అణచివేస్తుంది.

ఆరవ దుష్కృత్యము – బద్ధకము. దారిద్ర్యానికి, వెనుకబడి ఉండటానికి ఇదే మూల కారణం – స్థూలంగా, ఆధ్యాత్మికంగా. 'సోమరితనము అనేక దేశాలను పాడు చేసింది' అని ఎంతో సరిగ్గా చెప్పారు.

ఈ ఆరు దుష్కృత్యాలు మరెన్నో వికారాలకు దారినిస్తాయి. ద్వేషం, అసూయ మొదలైనని వీటి కొమ్మల వంటివి. ఈ వికారాలు ప్రతి అడుగులోనూ, ప్రతి అంశంలోనూ – వ్యక్తిగతంగా, కుటుంబపరంగా, జాతీయంగా, అంతేగాక రాజ్యపరంగా, ఆర్థికంగా, సామాజికంగా కూడా ఉన్నాయి.

ఈ వికారాలు ఎలా వస్తాయి? తాను ఒక భౌతిక కాయమును అని మనిషికున్న భ్రమ కారణంగా, అజ్ఞానం కారణంగా లేక మనిషి ఆలోచనా విధానం కారణంగా ఇవి వస్తాయి. మరోవిధంగా చెప్పాలంటే, 'దేహ అభిమానము' వీటికి మూలము. దీనికి పరిష్కారం ఏమిటి? మనిషి, తాను ఒక ఆత్మనని, శరీరం వస్తువుల (అవయవాల) సముదాయమని, ఆత్మ కర్మలను ఆచరించడానికి ఇవి ఉన్నాయి అని అర్థం చేసుకోవాలి. అనగా, ఆధ్యాత్మిక రాజయోగం ద్వారా 'ఆత్మ అభిమానము'ను అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఆధ్యాత్మిక రాజయోగం యోగమునకు ఒక విశిష్ట పద్ధతి లేక మార్గం. ఈ రాజయోగమును ఎవరైనా చెయ్యవచ్చు. అనుభవించవచ్చు. ఎవ్వరైనా, కుల మతాలకు అతీతంగా – హిందువులు, క్రైస్తవులు, ముస్లింలు, బౌద్ధులు మొదలైన వారందరూ దీనిని చేయ్యవచ్చు.

14. గర్వాన్ని జయించడం ఎలా?

ప్రభుత్వ సంస్థలో ఇంజినీరుగా పని చేస్తున్న ఒక వ్యక్తి నన్ను కలవడానికి సమయాన్ని తీసుకున్నారు. అతనిప్పుడు ఏ సమయంలోనైనా రావచ్చు ఎందుకంటే వారు అడిగిన సమయం ఇదే. నా టేబుల్ మీద చిందరవందరగా ఉన్న పేపర్లను తీస్తున్నాను, ఇంతలో ఆ వ్యక్తి హడావిడిగా లోపలకు అడుగు పెట్టాడు. అతనికి కుర్చీ చూపించి, మర్యాదలు చేసి, తర్వాత ఇలా అడిగాను – నేను మీకు ఏ సహాయం చెయ్యగలను?

అతిథి – నాలాంటి వారికి శివబాబా ఏమి చెబుతారు అని తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నాను. అప్పుడప్పుడూ నా మనస్సులో బాధ కలుగుతూ ఉంటుంది. ఇలా జరిగినప్పుడల్లా, నన్ను బాధించే ఏదో ఒక పరిస్థితి జరిగింది అని నేను గమనించాను. ఈ సమస్యకు నాకు ఇప్పటివరకూ పరిష్కారం లభించలేదు. అటువంటి పరిస్థితులలో యోగం చెయ్యడం కష్టంగా ఉంటుంది.

నేను– ఈ బాధకుగల కారణమేమిటని మీరనుకుంటున్నారు ? సామాన్యంగా, మనిషి బాధకు అతని గర్వము లేక అత్యాశలే కారణము.

అతిథి – నిస్సందేహంగా, నేను అహంకారిని. ఇదే నన్ను బాధ పెడుతుంది. దీనికి నివారణ ఏమిటి?

నేను – అహంకారం చాలా భంగపరుస్తుంది. అది ఒక పెద్ద వికారమని తెలిసినప్పుడు దానిని మీరు ఎందుకు వదిలిపెట్టగూడదు? ఇంట్లోని చెత్తను, అనవసర వస్తువులను ఎలాంటి ఆలస్యం, సంకోచం లేకుండా పారేస్తారు కదా. ఒక తెలివైన వ్యక్తికి ఎంతో హాని కలిగించే అహంకారానికి మీరు ఎందుకు ఆశ్రయం ఇచ్చారు? మనిషి ఎంత ఎక్కువగా తనలోని అహంకార భావాలను తెలుసుకుంటాడో, అంత తక్కువగా మాయ పొరల్లో ఉంటాడు. అంతేకాక తన పతనాన్ని అర్థం చేసుకోగలడు.

అతిథి – అది దుఃఖాన్ని కలిగిస్తుంది కనుక నేను దానిని వదిలెయ్యాలని అనుకుంటున్నాను. కానీ నేను ఇంకా దానినుండి విడుదల కాలేదు. అప్పుడప్పుడూ దానిచేతుల్లో చిక్కుకుంటూనే ఉన్నాను.

నేను – దేనిని చూసుకుని మీకు గర్వమో చెప్పగలరా?

అతిథి – నేను మీకొక ఉదాహరణ చెప్తాను. ఆఫీసులో ఒక సమర్థమైన వ్యక్తి తన సామర్థ్యం గురించి చెబితే నేను నాలోని గొప్ప ప్రతిభ గురించి వాదించడం మొదలుపెడతాను. నా బంధువు ఎవరైనా తన దగ్గర ఉన్న డబ్బు గురించి గొప్ప చెప్పుకుంటుంటే, నేరుగా లేక అస్పష్టంగా నేను ఇలా అంటాను – "నువ్వు నీ గురించి చాలా గొప్పగా అనుకుంటున్నావు, నువ్వు మాకు పనులు చేసి పెట్టు అని మేమేమీ నిన్ను అడుక్కోవడం లేదు, మేము ఏవిధంగానూ నీకు తీసిపోము, నీకన్నా తక్కువ కాదు". మనిషి తాను శారీరకంగా బలంగా ఉన్నా లేక ఉన్నతమైన ఉద్యోగాలలో ఉన్నా ఇతరులపై అజమాయిషీ చలాయిస్తూ ఉంటాడు. కానీ నా విషయంలో ఎప్పుడూ ఘర్షణ జరుగుతూ ఉంటుంది. నేను ఇలా అంటాను, "నీకు ఎలా అనిపిస్తుందో అలా చెయ్యి, నువ్వు చాలా పెద్దవాడివని అనుకుంటున్నావు". కానీ ఎదుటి వ్యక్తి హాని కలిగిస్తే నాకు చాలా బాధగా ఉంటుంది. పిల్లలతో కూడా నేను గర్వంగా మాట్లాడుతాను, "మీరింకా చిన్నవాళ్ళు, జాగ్రత్త". వాళ్ళు పూర్తిగా అన్ని పరిస్థితులలోనూ నేను చెప్పిందే వినాలి అని నమ్ముతాను. ఒకవేళ పిల్లలు నా మాట వినకపోతే నేను చాలా అవమానంగా భావిస్తాను. వీళ్ళు నా పిల్లలే కానీ పనికిరానివాళ్ళు, అవిధేయులు అని అనుకుంటాను. కనుక, ఏదో ఒకవిధంగా బాధ ఉంటుంది!

నేను – జనాలు అతిగా తమ గురించి తాము గొప్పలు చెప్పుకుంటుంటే, మీరూ వారిలా మీ గొప్పతనాన్ని చెప్పుకుంటారు కదా. మీ హోదాను చూసుకుని మీరు నిజంగా గర్వపడుతుంటారా?

అతిథి – అవును, నా హోదాను చూసుకుని నేను గర్వంగా ఉంటుంది. ఈ విషయాన్ని నేను ఒప్పుకుంటున్నాను. నేను మా ఇంట్లో ఒక పనివాడిని పెట్టుకుంటే, నిస్సందేహంగా అతని పట్ల నా వ్యవహారంలో అహంకారం తప్పకుండా వస్తుంది. ఎందుకంటే నేను అతనికన్నా ధనవంతుడ్ని, అందుకే నా గొప్పతనాన్ని చూసుకుని గర్వపడుతుంటాను. మా పొరుగువారు మా పిల్లల గురించి ఫిర్యాదు చేసినా, వెంటనే నా ధ్యాస నా శరీర దృఢత్వంవైపు, నా యవ్వనంవైపు వెళుతుంది. నేను తెలివైనవాడినని భావిస్తాను.

నేను – నిజానికి, మనిషికి ఏవిధమైన గర్వము వచ్చినా అదంతా ఆధారం లేనిది, అంతా ఖాళీ. ఈరోజు అతడు ధనవంతుడు కావచ్చు, కానీ రేపు అతనికి నష్టం రావచ్చు, దొంగలు అతనిని దోచుకోవచ్చు లేదా అతని షాపు మంటల్లో కాలిపోవచ్చు. ఒక ధనవంతుడు తన దగ్గర ఉన్నదంతా కోల్పోయి బీదవాడు కావచ్చు, ఆతర్వాత బికారి కావచ్చు, దృఢమైన వ్యక్తికి రేపు దుర్ఘటనలో కాలు విరిగిపోవచ్చు, భరించరాని నొప్పితో జబ్బుల బారిన పడవచ్చు, లేక వృద్ధాప్యం కారణంగా మంచాన పడి, చూసుకునే వారు లేక అతని పరిస్థితి దయనీయంగా మారవచ్చు!!! ఈరోజు అతడు అందంగా, తెలివైనవాడిగా ఉండవచ్చు కానీ రేపు అకస్మాత్తుగా ఏదైనా బాధ కారణంగా లేక రోగం కారణంగా అతని ఆరోగ్యం, అందం మాయమై అసహ్యంగా, బలహీనంగా, ఎందుకూ పనికిరాకుండా పోవచ్చు. అన్ని కళలు నాలో ఉన్నాయి అని అనుకునే వ్యక్తి నేరం చేసేవిధంగా ప్రవర్తించవచ్చు లేక

సమస్య పరిష్కారం కొరకు ఇతరుల వద్దకు వెళ్ళవచ్చు. ధనం, యవ్వనం, శరీర దారుఢ్యం, అందం, తెలివి – ఇవన్నీ అశాశ్వతమైనవని, మనిషిని ఎప్పుడో ఒకప్పుడు అవి వదిలేస్తాయని మనకు అర్థమనుతుంది. మరి వీటిలో ఏది చూసుకుని మనిషి గర్వపడగలడు?

ఒక దరిద్రుడు క్షణంలో కోటీశ్వరుడు కావచ్చు. పూర్వకాలపు రాజులు ఈరోజు అధార్మికంగా ఉన్నారు, మరికొంతమంది వృద్ధాప్యం, బలహీనత, రోగాలు మొదలైన వాటి ఉచ్చులో చిక్కుకుని ఉన్నారు. మనిషి గర్వం అసత్యమైనది అని అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రపంచంలో మార్పు అనివార్యం. ఇక్కడ ఏదీ శాశ్వతం కాదు. భవిష్యత్తులో ఏమి జరగబోతుందో ఎవ్వరికీ తెలియదు. తన దగ్గరున్నదంతా మృత్యువు ఒక్కసారిగా కబళించివేయచ్చు.

మనం చేసిన కొన్ని మంచి పనుల వలన మనకు ధనం, ఇల్లు, హోదా మొదలైనవి ఉన్నాయి. కానీ మరుక్షణమే ఉన్నదంతా పోతుంది, ఎందుకంటే మన చెడు కర్మల ఫలితం. అంటే మనిషి దగ్గర ఉన్నదంతా, ఉంది అని భావిస్తున్నదంతా వినాశనమయ్యేదే అన్నప్పుడు, దూరమయ్యేదే అన్నప్పుడు, వాటిని చూసుకుని గర్వపడటంలో న్యాయం లేదు.

అతిథి – అవును, ఇది నిస్సందేహంగా నిజం. సమయం అనూహ్యంగా మారుతూ ఉంది. మార్పు ప్రపంచ నియమం. ఒకరు జీవితమనే నిచ్చెనను ఎక్కుతుంటే మరొకరు అకస్మాత్తుగా క్రింద పడవచ్చు. నిజం, మనిషి గొప్పలకు పోవడం వ్యర్థం.

నేను – అంతేగాక, ప్రస్తుత సమయం–కలియుగం, అది చివరి దశకు చేరుకుందని మీరు తెలుసుకోవాలి. మరికొద్ది సంవత్సరాలలో, మనిషి తనకున్నదంతా పోగొట్టుకుంటాడు. ఎటువంటి సమయం రాబోతుందంటే – ఒకరి సంపద అగ్నిలో బూడిద కావచ్చు, మరొకరిది దొంగలు కొల్లగొట్టవచ్చు, మూడవ వానిది ప్రభుత్వం వలన పోవచ్చు. జరగబోయే వాటి లక్షణాలు మీరు గమనిస్తున్నారనే భావిస్తున్నాను.

సత్య, త్రేతాయుగాలలోని సంతోషము ముందు ఈనాటి రాజహోదా, ఆడంబరాలు అన్నీ ధూళితో సమానము. అప్పటి ఆరోగ్యం, ఆహార పదార్థాలు, కోటలు, సంతోషం అన్నీ సాత్వికంగా, శ్రేష్ఠమైనవిగా, పవిత్రంగా ఉండేవి. ఈరోజు మనం దేనినైతే సంపన్నత, సుఖము అని పిలుస్తున్నామో ఇవన్నీ వాటితో పోలిస్తే అయోగ్యమైనవి ఎందుకంటే ఇవన్నీ అధర్మంగా సంపాదించుకున్నవి, తామసికమైనవి, నశ్వరమైనవి, అధమమైనవి. స్వర్ణిమ యుగంలో దుఃఖముగానీ, అనారోగ్యముగానీ అకాల మృత్యువులుగానీ ఉండవు. ఆరోజుల్లో అంతులేని సంపద ఉండేది. ఈనాటి రాజులకన్నా అప్పటి దాసీలు సంపన్నంగా,సంతోషంగా ఉండేవారు. ఆ ప్రపంచంలో ఉన్న అమితమైన సంతోషం కారణంగా దానిని వైకుంఠము (పారడైజ్) అని కూడా అనేవారు. కనుక, ధనాన్ని చూసుకుని గర్వపడే విషయమే లేదు. అప్పట్లో ప్రపంచాన్నంతా దేవతలే పాలించేవారు. కొన్ని బంగళాలు కలిగి ఉండటం, కొన్ని ఎకరాల భూమి ఉండటం ఈరోజుల్లో సర్వ సాధారణం. దీనిగురించి నాకు ఒక కథ గుర్తుకు వస్తుంది.

ఒకసారి, ముంబయిలో ఒక సంపన్నుడు ఉండేవాడు. ఒకరోజు అతను ఒక సాధువును తన ఇంటికి భోజనానికి ఆహ్వానిస్తాడు. భోజనము తర్వాత ఆ వ్యక్తి సాధవుకు తన ఇంటినంతా చూపిస్తాడు. స్వామీ, ఇది అతి పెద్ద భోజనశాల, ఇక్కడ ఒకేసారి ఎంతోమంది భోజనం చెయ్యవచ్చు. ఇది వంటగది, ఇక్కడ కనీసం వందమందికి భోజనం తయారుచెయ్యడానికి అన్ని సదుపాయాలు ఉన్నాయి. మూడు విశాల పడక గదులు డన్లప్ దిండ్లతో సహా, పెద్ద పండ్ల తోట, అతని ఫ్యాక్టరీ అన్నీ చూపిస్తాడు.

ఆ వ్యక్తి పూర్తిగా గర్వంలో మునిగి ఉన్నాడని సాధువుకు అర్థమవుతుంది, లేకపోతే సంపన్నుడు తన ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి అనుకూలమైనదేమిటో సాధువును అడిగి తెలుసుకోకుండా తన సంపదను చూపించుకోవటానికి తన గొప్పలు చెప్పుకుంటున్నాడు. సాధువు కొద్దిసేపు మౌనంగా ఉండిపోతాడు, ఇంతలో అతని దృష్టి గోడకు వ్రేలాడుతున్న ప్రపంచ పటంపై పడుతుంది. ఈ ప్రపంచ పటంలో భారతదేశం ఎక్కడ ఉంది అని సేఠుగారిని సాధువు అడిగారు. "ప్రపంచ పటాన్ని సరిగ్గా చూపించినా, చిన్నదిగా చూపించారు" అంటూ సేఠుగారు భారతదేశాన్ని చూపించారు. ఇందులో ముంబాయి ఎక్కడ ఉంది అని సాధువు అడిగారు. పటంలో చిన్న చుక్కలా చూపించబడిన ముంబాయిని సేఠుగారు చూపించారు. ముంబాయిలో నీ బంగళా, ఫ్యాక్టరీ ఎక్కడ ఉన్నాయి అని సాధువు అడిగారు.

సేఠుగారు సాధువు ఉద్దేశ్యాన్ని గ్రహించాడు. ప్రపంచ పటంలో ముంబాయి ఒక చిన్న బిందువుతో సమానం, అందులోనా బంగళా ముంబాయిలోని లెక్కలేనన్ని వాటిలో ఒకటి. నేను మూర్ఖంగా బడాయికి పోయాను. నేను నా పొరపాటును ఒప్పుకుంటున్నాను. ముంబాయి మొత్తం ఒక చిన్న బిందువు వంటిదైతే అందులో నేను ఎంతటివాడిని. నావంటి ధనవంతులు లేక నాకన్నా సంపన్నవంతులు ఎందరో ఉంటారు. కొద్దిపాటి భూములు, ధనము ఉంటేనే, నాకెంతో ఉందని ఉబ్బిపోయాను.

అతిథి – మీరు చెప్పదలుచుకున్న విషయం నాకు అర్థమయింది. గర్వం చాలా చెడ్డది అని నమ్ముతున్నాను. నా మనసులో ఎప్పుడు గర్వం వచ్చినా – ఈ ప్రపంచంలో మార్పు అనివార్యం. ఉన్న ధనమంతా అశాశ్వతమైనది అని గుర్తు తెచ్చుకుంటాను. మనిషి కర్మ ఫలితాలు ఒక రకంనుండి మరొక రకమునకు మార్పు చెందినప్పుడు ఈ పరిస్థితులు కూడా మార్పు చెందుతాయి అని అర్థమయింది. కనుక, అశాశ్వతమైన వాటిని చూసుకుని గర్వపడటం ఖచ్చితంగా అజ్ఞానమే.

రెండవది, ప్రపంచ వినాశనము కనుచూపు మేరలో ఉంది కనుక, మనవారు అని అనుకుంటున్న వారంతా మనల్ని వదిలి వెళ్ళిపోక తప్పదు.

మూడవది, స్వర్ణ యుగంలోని దైవీ స్వరాజ్యంతో పోలిస్తే ఇప్పటి సంపద, ఆరోగ్యం అన్నీ అయోగ్యమైనవి. ప్రస్తుతం ధనవంతులుగా చలామణి అవుతున్నా కానీ, నిజానికి మనం దరిద్రులము, వికారీ మనుష్యులం, కేవలం సంతోషం కోసం భగవంతుడిని పూజిస్తున్న వాళ్ళం, పవిత్ర ఖజానాలను పోగొట్టుకున్న వాళ్ళం, వేడుకునే స్థాయికి దిగజారిపోయిన వాళ్ళము. మన ఈ పొగడ్తలన్నీ నిరర్థకమైనవే, అన్నీ తెలిసి కూడా మళ్ళీ మర్చిపోతూ ఉంటాము. దీనికి పరిష్కారమేమిటి?

నేను – తన జీవితం ఎప్పుడు అంతమవుతుందో ఏ మనిషికీ తెలియదు. కనుక, తన స్వభావము మధురంగా ఉంచుకోవాలి కానీ అహంకారపూరితంగా కాదు. ఈ విషయాన్ని మనిషి గుర్తుంచుకోవాలి. మనిషి శిరస్సుపై మృత్యువు కనిపిస్తుంది. మన అంతిమ శ్వాసతో మనకున్నదంతా వదిలేసి వెళ్ళిపోతాము, మనం వదిలేసే వాటిని మనం ఎందుకు ఆధారం చేసుకోవాలి?

గమనించాల్సిన మరో విషయమేమిటంటే, మనిషి తాను గొప్పవాడు అని అనుకున్నంత మాత్రాన గొప్పవాడు అయిపోడు. ప్రజలు అతని గొప్పతనాన్ని గుర్తించి ఒప్పుకున్నప్పుడే అతడు గొప్పవాడవుతాడు. వినయ విధేయతలతో, మధుర స్వభావమున్న మనుష్యుల గొప్పతనాన్నే ప్రజలు ఒప్పుకుంటారు, ఇష్టపడతారు. అహంకారమున్న వ్యక్తి ఎప్పుడూ ఇతరులపై ఆధిక్యాన్ని ప్రదర్శిస్తూ ఉంటాడు. కనుక అతడంటే అందరికీ భయమే ఉంటుంది, అతని గొప్పతనాన్ని అంగీకరించలేకపోతారు. కనుక, మనిషి గొప్పతనం అతని వినయము, మధురతలోనే దాగి ఉంది. నిజానికి, పొగడ్తలు ఇష్టం లేనివాడే నిజంగా గొప్పవాడు. అతి పొగడ్త వలన త్యాగ భావన తగ్గుతుంది, పట్టుదల మందగిస్తుంది మరియు ముక్తి మార్గాలు తక్కువ అవుతాయి అని వారు నమ్ముతారు. అందరూ గౌరవించాలి అన్న తాపత్రయాన్ని, పేరు ప్రతిష్టల కోసమే పని చేయడం వంటివాటిని మానుకోవాలి. పొగడ్తలు మిమ్మల్ని అప్రయోజకులుగా మార్చకూడదు. ప్రజలు మీ ప్రవర్తన, నడవడికతో తృప్తిగా ఉన్నారని తెలిసి మీరు సంతృప్తి చెందితే అదే చాలు.

తనను తాను అతిగా ఊహించుకుంటూ పొగడ్తలలో మునిగి ఉండేవారు నిజంగా గొప్పవారు కాదు అన్నది సత్యం. భగవంతుడి దృష్టిలో కూడా అటువంటివారు గొప్పవారు కాదు. కానీ స్వర్గంలో తక్కువ పదవితో సరిపెట్టుకోవాలనుకునేవారికి, భగవంతుని దర్బారులో తల దించుకుని నిల్చోవాలని అనుకునేవారిని మాత్రం అహంకారంలో ఉన్న సంతోషంలోనే జీవించనివ్వండి.

అతిథి – జ్ఞానం లభించిన తర్వాత మనిషి అహంకారంతో వ్యవహరించకూడదు. లేకపోతే భగవంతుని దర్బారులో శిక్షలు తినవలసి ఉంటుంది. ఈ విషయాన్ని నేను ఖచ్చితంగా నమ్ముతున్నాను.

నేను – కనుక, మనిషి వినయంతో మెలగాలి. అందుకే అహంకారమున్న వ్యక్తిని వెదురు చెట్టుతో పోలుస్తారు. అది పండ్లను ఇవ్వదు, సువాసనను ఇవ్వదు, నీడను ఇవ్వదు కానీ నిటారుగా, ఎత్తుగా నిల్చుని ఉంటుంది. వినయమున్న వ్యక్తి పండ్లతో క్రిందకు ఒదిగి ఉన్న చెట్టు వంటివాడు, అది అందరినీ తన రసభరిత పండ్లతో అనుగ్రహిస్తుంది, చల్లని నీడను ఇస్తుంది, ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది. ఇప్పుడు మీకు జ్ఞానము లభించింది. ఇప్పుడు ఈ జ్ఞానము అనే వృక్షానికి వినయము అనే ఫలాలు రావాలి. ఓ బుద్ధిశాలి! మధురత, సహనము, క్షమ, ప్రేమ అనే దివ్య గుణఫలాలు మీలో ఎప్పుడు వస్తాయి?

అతిథి – తప్పకుండా అతి త్వరలో కనిపిస్తాయి. నా ప్రయత్నాలు ఆ దిశగానే ఉన్నాయి.

నేను – నా నమ్మకం కూడా అదే. ఈ దశలో నేనొకటి చెప్పదలుచుకున్నాను. భగవంతుని వద్ద నిమిత్తమాత్రులుగా ఉన్నప్పుడు గర్వం తొలగిపోయి వినయం, మధురత అనే సద్గుణాలు ప్రాప్తిస్తాయి.

"సాత్వికత ఈ ప్రపంచానికి కలుగుగాక".

అతిథి – నిమిత్తమాత్రం అంటే ఏమిటో నేను తెలుసుకోవచ్చా?

నేను – స్వయాన్ని నిమిత్తంగా భావించడమంటే – భగవంతుడు కర్త, నీ దగ్గర ఉన్నదానికంతటికీ భగవంతుడే నిజమైన యజమాని. నీవు కేవలం వాటిని మంచి కోసం లేక అతని ఆజ్ఞల అనుసారంగా ఉపయోగించుకోగలిగిన ఒక సాధనం మాత్రమే అని గట్టిగా నమ్మడం. ఇది నువ్వు నిరంతరం నమ్మినప్పుడు నీదంటూ ఇప్పుడు ఏదీ ఉండదు. ఉన్నదంతా నిరాకారుడైన భగవంతుడిది. ఇక నువ్వు గర్వపడటానికి కారణమే లేదు.

అతిథి – అవును, కారణమే లేదు.

నేను – కొంతమంది ధనవంతులు వారివద్ద ఉన్న ధనంతో ధర్మశాలలు, ఆసుపత్రులు, స్కూళ్ళను లేక ఒక సంస్థను స్థాపించి దానిని ఒక ట్రస్టుకు అప్పగిస్తారు. ట్రస్టీ కమిటీలోని వారు సంస్థను తమ ఆస్తిగా భావించక, కేవలం దానిని నడిపే మేనేజర్లుగానే తమను భావిస్తారు. కనుక, ఆ సంస్థను చూసి ఎప్పుడూ గర్వములోకి రారు, ఎందుకంటే దాని యజమాని, కర్త మరొకరు అని వారికి తెలుసు. అలాగే, మీరు కూడా మీ వద్దనున్న వస్తువులను వినియోగించండి. కానీ మీరు నిమిత్తమాత్రులు అన్న విషయాన్ని మాత్రం మరువకండి. మీవద్ద ఉన్నదంతా భగవంతునిది, అన్నీ భగవంతుని ఆజ్ఞ అనుసారంగా వస్తున్నాయి.

అతిథి – ఇప్పుడు నాకు అర్థమయింది, ధన్యవాదాలు.

15. నిర్మోహత్వమే జ్ఞానానికి మార్గము

ఒకవ్యక్తి ఒకవేళ ఏ వస్తువు పట్ల కానీ, వ్యక్తి పట్ల కానీ మోహమును పెంచుకుంటే, తను మోహము పెంచుకున్న వస్తువుకు ఏమైనా జరిగితే అతడు తట్టుకోలేడు. ఉదాహరణకు, తన బిడ్డ అనారోగ్యంగా ఉండటం చూసి తల్లి భరించలేదు, లేదా బాధతో ఒక్కోసారి చనిపోవచ్చు కూడా. దీనికి కారణం తన బిడ్డ సంతోషమే తన సంతోషంగా, బిడ్డ కష్టమే తన కష్టంగా స్వీకరిస్తుంది కాబట్టి. కేవలం ఒక్క తల్లే కాదు, ఈ ప్రపంచములోని ప్రతి వ్యక్తికి ఏదో ఒకదానిపై, లేక ఎవరో ఒకరిపై మోహము ఉంటుంది.

ఎందుకు మోహము?

మనిషి తన తుది శ్వాస వదిలేటప్పుడు తనతోపాటు తన ధనాన్ని, తన శరీరాన్ని, తన దగ్గరి బంధువులను ఎవ్వరినీ తీసుకుపోడు. అతడు చేసిన మంచి కర్మలను అనగా పుణ్యమును లేక సద్గుణాలను మాత్రమే తనతో తీసుకువెళ్తాడు. ఇవి తన జీవిత గమనంతోపాటు వెళ్తాయి. కానీ వీటిని ఎలా జమ చేసుకోవాలి? ఇందుకు ఆధ్యాత్మిక కూడికలు, తీసివేతలు ఉంటాయి. ఇంకా స్పష్టంగా చెప్పాలంటే, ఆత్మిక స్థితిలో పరమాత్ముని స్మృతిలో చేసిన ఏ కర్మ ద్వారా అయినా సద్గుణాలకు కూడిక అవుతుంది. దేహాభిమానానికి వశమై చేసే ప్రతి కర్మ వలన మనలో జమ అయి ఉన్న గుణాలలో తీసివేత జరుగుతుంది.

పరమాత్ముని స్మృతియే మార్గము

మన ఆలోచనలు, మాటలు మరియు కర్మలు ఒకే విషయం చుట్టూ తిరుగుతూ ఉండాలి – అదే పరమాత్ముని స్మృతి. ఇలా చేయడంవలన మనిషి సద్గుణాలను సంపాదించుకుని వికారాలు అనబడే వాటిని నాశనం చేసుకోగలడు. కనుక, ఇప్పటివరకూ వికారీ మార్గంలో నడిచిన ఆలోచనలే ఇప్పుడు పరమాత్ముని స్మృతి ద్వారా పరివర్తన చెందుతాయి.

అదేవిధంగా, మనిషి తన మాటలద్వారా ఒక వ్యక్తిని సరైన మార్గము వైపుకు తీసుకువచ్చి అతడిని ఆత్మ అభిమానిగా మరియు పరమాత్మ అభిమానిగా చేసినట్లయితే మాటల ద్వారా పుణ్యం సంపాదించుకున్నట్లు అవుతుంది. ఇతరులను బాధ పెట్టే మాటలు కాక వారికి శాంతిని చేకూర్చే మాటలనే మనిషి మాట్లాడాలి. కనుక పరమాత్ముని జ్ఞానమును అందించడం ద్వారా తనకు తాను సహాయం చేసుకుంటున్నట్లు, ఎందుకంటే ఇతరుల జీవతాలలోని కష్టాలను తొలగించేసాడు కాబట్టి. ఇటువంటి దివ్యమైన కర్మలు వాటి ప్రభావాన్ని అవి చూపిస్తాయి అంటే అది ఆ మనిషి సద్గుణాలకు కూడిక అయింది.

పై వాక్యాలలో నద్గుణాలను, దుర్గుణాలను జమ చేసుకోవటంలో రెండు విధాలు దాగి ఉండటం మనం చూసాము – మోహము మరియు నిర్మోహము. భౌతిక ప్రపంచం కన్నా ఉన్నతమైన ప్రపంచం తన కోసం వేచి ఉంది అని మానవుడు నమ్మినప్పుడే ప్రాపంచిక వస్తువులనుండి దూరం కాగలడు. ఆశ్చర్యకరమైన విషయమేమిటంటే, పూర్వ నిశ్చితమైన ఈ ప్రపంచ నాటకం అనుసారంగా, మన ప్రియతమ పారలౌకిక శివ పరమాత్మ మన కోసం వేచి ఉన్నారు. మనం ఎంత తొందరగా ఈ భవ బంధాలను తెంచుకుని దేహము నుండి అతీతమవుతామా అని వారు ఆసక్తిగా ఎదురు చూస్తున్నారు. “బుద్ధిని భగవంతునిపై నిలపడం ద్వారా నిర్మోహత్వాన్ని పెంపొందించుకోండి” – ఈ నియమాన్ని పాటించినట్లయితే అనాసక్తత చాలా సులువు అవుతుంది. ఈవిధంగా ముందు మనం మానసికంగా నిర్మోహమును పెంచుకుంటే, మనం తేలికతనాన్ని అనుభవం చేసుకోవడమే కాక జ్ఞాన మార్గమును కూడా పరిశోధించగలము.

16. మనస్సుపై ఆహారం చూపే ప్రభావం

సంపూర్ణంగా పవిత్ర ఆహార విధానాన్ని ఎల్లప్పటికీ పాటించడం ఎవరికైనా కష్టమే, తన ఎదురుగా ఉన్న వ్యక్తి అన్నిరకాల భోజన పదార్థాలను తింటున్నప్పుడు, సాత్విక భోజనాన్ని మాత్రమే తీసుకోవడం ఆ వ్యక్తికి ఒకింత ఇబ్బందికరంగానే ఉంటుంది.

మనిషికున్న ఆహారపు అలవాట్లు అతని ఆలోచనా విధానాన్ని, నడవడికను ఎంతో ప్రభావితం చేస్తాయి అని అనుభవం చెబుతుంది. అందుకే ఒక జ్ఞాని ఇలా అన్నాడు – 'ఒక వ్యక్తి ఏమి తింటాడో చెప్పు, నేను అతని మనస్తత్వాన్ని చెబుతాను' అని. కనుక, ఎవరైతే తమ ఆలోచనలను శుద్ధి పరుచుకుని, నడవడికను శ్రేష్ఠంగా చేసుకోవాలనుకుంటారో వారు సాత్వికం కాని భోజనాన్ని స్వీకరించకూడదు. 'ఆహారం ఎటువంటిదో మనసు అటువంటిది' అని ఒక నానుడి ఉంది. దీనినే మరోవిధంగా ఇలా చెప్పవచ్చు – 'మనిషి తీసుకునే నీటిని బట్టి మాట ఉంటుంది' అని. కనుక ఎవరైతే తమ మనసును వికారాల నుండి దూరంగా, ఎల్లప్పుడూ పరమాత్ముని స్మృతిలోనే ఉంచాలని ఆకాంక్షిస్తారో వారు తమ ఆహారపు అలవాట్లను పరిశీలించుకోవలసిందే. ఆహారం రాజసికంగా లేక తామసికంగా ఉన్నట్లయితే ఆలోచనలు అంధకారంగా, అపవిత్రంగా ఉంటాయి అంటే ఆధ్యాత్మికతకు అనుకూలమైనవిగా ఉండవు. ఆహారం ఊరించేదిగా, గొప్పగా ఉన్నప్పుడు మనసు చలిస్తుంది. పర్యవసానంగా, నడవడిక దిగజారిపోతుంది. బాధను, మౌనాన్ని భరించాల్సి ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మిక యోగంలో పొందిన సంతోషాన్ని ఇవన్నీ తగ్గించేస్తాయి.

ఒక ఉదాహరణ

ఎవరైనా మద్యం తీసుకున్నప్పుడు లేక ఇతర మత్తెక్కించే ద్రవాన్ని ఏదైనా తీసుకున్నప్పుడు అతడు తాగిన మైకంలో నిర్ణయ శక్తిని కోల్పోతాడు. వివేకము, నిర్ణయ శక్తులు సరిగ్గా పని చెయ్యవు. అతడు అవివేకిగా మారి గొడవ పడటానికి సిద్ధంగా ఉంటాడు. ఆలోచనలు, నడవడిక ఎలా దిగజారిపొయ్యాయో ఇక్కడ మనం గమనించవచ్చు. ఎలా అయితే మద్యం మనిషి మనసును, మాటలను, కర్మలను ప్రభావితం చేసిందో అలాగే మనం తినే ప్రతి వస్తువు దాని ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. అది స్వల్పంగా కావచ్చు, అధికంగా కావచ్చు లేదా అతి లోతుగా కావచ్చు. దీనిని మనసులో ఉంచుకుని, జ్ఞాన యోగాలను అభ్యసించే వ్యక్తి తనకు ఎటువంటి ఆహారము అనుకూలిస్తుందో చూసుకోవాలి.

త్రాగుడు మనిషి మనసును ఎంతగానో ప్రభావితం చేస్తుంది. అందుకు అనేక దేశాలలో మద్య నిషేధ చట్టాలు వచ్చాయి. మద్యం తాగడాన్ని, ఇతర మత్తు మందులను వాడటం నిషేధించారు. దీని వెనుక ఉన్న సత్యమేమిటంటే, మనిషి వీటిని వాడితే అతనికే హానికరం కాబట్టి అవి నిషిద్ధమైనవి.

తాగుబోతుతనము మనసుపై వికారీ ప్రభావమును చూపుతుంది అని అందరికీ బాగా తెలుసు. అలాగే మత్తు పదార్థాల సేవన మన కోపాన్ని మరింత ఉధృతపరిచి మనల్ని మైకంలో పడేస్తుంది. అదేవిధంగా మాంసం, క్రోడిగుడ్లు మరియు ఇతర సంబంధిత ఆహార పదార్థాలు ఆవేశాన్ని రేకెత్తించి వికారాలకు జన్మనిస్తాయి. ఒక త్రాగుబోతు తన విచక్షణను కోల్పోవడమే కాక తన తెలివినికూడా కోల్పోతాడు. అలాగే అపవిత్ర ఆహారాన్ని స్వీకరించే వ్యక్తి తన నిజ అస్తిత్వమును మరచి, ఈ ప్రపంచ నాటకంలోకి తాను ఎక్కడ నుండి వచ్చాడో, తిరిగి ఎక్కడకు వెళ్ళాలో మరచిపోతాడు. కనుక, పద్ధతి ప్రకారంగా, ఆధ్యాత్మిక స్థితి ఏర్పరచుకోవడానికి, పరమాత్ముని స్మృతిలో నిమగ్నమవ్వడానికి, వికారాల నుండి మనసును రక్షించుకోవడానికి అతడు పవిత్రమైన ఆహారాన్నే స్వీకరించాలి. ఆధ్యాత్మిక దృష్టికోణంతో చూస్తే ప్రతి ఒక్కరూ అనారోగ్యులే. కనుక, మనిషి తాను భుజించే ఆహారం పట్ల జాగ్రత్త వహించాలి.

ఒక అనారోగ్య వ్యక్తితో సాదృశ్యం

మనం రోగగ్రస్థులమెలా అవుతాము, మితాహారము అంటే ఏమిటి?

నిజానికి కామం, క్రోధం, లోభం, మోహం మరియు అహంకారాలే పెద్ద జబ్బులు. ఆత్మను బాధించేవి ఇవే. భగవంతుని జ్ఞానమనే మందు ద్వారా మరియు యోగమనే ఇంజెక్షను ద్వారా మనిషి ఈ వికారాల జబ్బును నయం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తుంటాడు. తద్వారా పరిపూర్ణ శాంతిని, ఆనందాన్ని పొందాలని ఆశిస్తాడు. ఒక రోగి తన రోగాన్ని తగ్గించుకోవడానికి తనకు నిర్దేశించిన ఆహారాన్ని, పత్యాన్ని ఎలా అయితే పాటిస్తాడో అలాగే వికారాలు అనే జబ్బుబారిన పడ్డ వ్యక్తి కూడా సాత్విక ఆహారాన్ని మాత్రమే స్వీకరించాలి, లేకపోతే భగవంతుని జ్ఞానయోగాల ద్వారా కూడా అతడు సంపూర్ణ లాభాన్ని పొందలేడు. భగవంతుని జ్ఞానాన్ని స్వీకరిస్తూ, కొంత యోగాన్ని చేస్తూ, సాత్విక ఆహార విధానమును పాటించని వారు తమ జీవితాల్లో పెద్దగా చెప్పుకోదగ్గ మార్పులు ఏమీ లేవు అని అంటూ ఉంటారు. వారు ఆంతరిక శాంతిని అనుభవించడం లేదు, పరమాత్ముని స్మృతిలో స్థిమితంగానూ ఉండలేకపోతున్నారు. ఆహారపు అలవాట్లకు ఉన్న పవిత్రతపై వారు చూపించాల్సినంత శ్రద్ధను చూపించటం లేదు అన్నది ముఖ్య కారణాలలో ఒకటి. పూర్వకాలంవారు తమ ఆహార విధానం పట్ల ఎంతో శ్రద్ధను వహించేవారు.

అయితే ఇక్కడ మీరు ఒక ప్రశ్నను అడగవచ్చు – ఆహారము ఘన పదార్థము. ఆలోచనలు, భావాలు, అనుభవాలతో కూడిన ఆత్మ భౌతికమైనది కాదు అని మనం అంటాం. అలాంటప్పుడు భౌతిక పదార్థమైన ఆహారము భౌతిక శరీరంపై ప్రభావం చూపవచ్చు. కానీ, మంచిగా అయినా చెడుగా అయినా భౌతికమైన ఆహారము చైతన్యమైన ఆత్మను ప్రభావితం చెయ్యగలదా?

ఆహారం మనసును ప్రభావితం చేస్తుందా?

ఇందుకు జవాబు – అవును, ప్రభావం చూపుతుంది. ఆత్మ ఒక చైతన్యమైన నక్షత్రము వంటిదని, అది భృకుటి మధ్యలో ఉంటూ మెదడుతో సంబంధము కలిగి ఉంటుంది అని ముందే వివరించబడ్డది. మెదడు ఒక నియంత్రణ గది. దానికి శరీరములోని నాడీ మండలంతో సంబంధము ఉంటుంది అన్న విషయము అందరికీ తెలిసిన సంగతే. కనుక, మెదడు యొక్క మాధ్యమము ద్వారా ఆత్మ పని చేస్తుంది, సుఖ–దుఃఖాలను అనుభవిస్తుంది అని అర్థం చేసుకోవాలి.

కనుక, మనం తీసుకునే ఆహార పానీయాలు మన నరాలు, మెదడుపై ప్రత్యేక ప్రభావాన్ని చూపుతాయి, దాని మూలకంగా ఆత్మను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఉదాహరణకు మద్యం తీసుకోండి. మద్యం మెదడుపై ప్రభావం చూపుతూ ఆవేశాన్ని రెట్టింపు చేస్తుంది. ఇలాగే మనం తీసుకునే ప్రతి ఆహార పదార్థము దాని ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది. మెదడు అనే ఏజెంటు ద్వారా ఆత్మ చేతులతో పని చేయిస్తుంది, తిరిగి ఆ మెదడు ద్వారానే ఆత్మ అనుభూతిని పొందుతుంది అని మనిషి అర్థం చేసుకున్నప్పుడు, మనిషి ఆహారపు అలవాట్లు అతని మనసును ప్రభావితం చేస్తాయి అన్న విషయం కూడా అర్థమవుతుంది.

పవిత్ర భోజనాన్ని అపవిత్ర మనసు ద్వేషిస్తుంది

పై వివరణ ఆధారంగా మీకు ఒక సందేహం రావచ్చు – "శాకాహారాన్ని కాక మాంసాహారాన్ని మరియు కోడి గ్రుడ్లను తీసుకునే వారిలో భావావేశాలకు వశం కానివారిని మనం చూస్తూ ఉంటాము కదా? మాంసాహారులకన్నా కొంతమంది శాకాహారుల వ్యక్తిత్వము, అలవాట్లు దారుణంగా ఉండటం మనం గమనించలేదా? మరి ఇది ఎలా సాధ్యం? ఆహార విధానము కొంతమందిని ప్రభావితం చెయ్యదా, లేక పైన వివరించబడ్డ నియమానికి ఆక్షేపణలు ఏమైనా ఉన్నాయా?

ఈ ప్రశ్న మనకు ఒక కథను జ్ఞప్తికి తెస్తుంది. ఒక రైతు రోజూ నూకల బియ్యాన్ని తన ఆహారంగా తీసుకునేవాడు. దానిపైన ఉప్పును, కారప్పొడిని చల్లుకుని తింటూ ఉండేవాడు. దీనితో పాటు ఏ కూరనూ తీసుకునేవాడు కాదు. పట్టణంలో ఉండే రైతు బంధువు ఒకరు అతని భోజన విధానాన్ని చూసాడు. రైతుకున్న శరీర దృఢత్వాన్ని ఆ బంధువు మెచ్చుకున్నాడు. రైతు ముఖం ఎంత ఎర్రగా, నునుపుగా ఉంది అని మెచ్చుకుంటూ తన ముఖం కూడా ఎర్రగా కావాలన్న కోరికతో బంధువు కూడా రైతు తినే విధంగా తినడం ప్రారంభించాడు. కానీ ఇతని ఆరోగ్యం నెమ్మదిగా క్షీణించసాగింది. ఆఖరకు బంధువు వైద్యుడు వద్దకు వెళ్ళాడు, తన దీనగాథనంతా వైద్యుడికి విన్నవించుకున్నాడు. తన కళ్ళు, పొట్ట, జీర్ణాశయం అన్నీ ఇబ్బంది పెడుతున్నాయి అని వాపోయాడు. అంతా విన్న వైద్యుడు నవ్వి ఇలా అన్నాడు – " నువ్వు ఎంత వింత మనిషివయ్యా! ఆ రైతు ఆరోగ్యానికి ఎర్ర కారప్పొడి కారణమని ఎలా అనుకున్నావు? అతను ఒక రైతు. అతను రోజంతా ఇంటి బయట చల్లని గాలిలో ఉంటాడు. అతను ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉంటాడు, భూమిని దున్నుతూ ఉండడం వలన అతనికి నిరంతర వ్యాయామం లభిస్తుంది, అంతేగాక తన ఆరోగ్యానికి కారణం వారి పూర్వీకుల ఆరోగ్యం కూడా కావచ్చు. ఇవన్నీ ఆలోచించకుండా నువ్వు తప్పు మార్గాన్ని ఎంచుకున్నావు". కనుక, కొంతమంది శాకాహారులు మాంసాహారులకన్నా ఎక్కువగా భావావేశాలకు లోనవుతున్నారంటే అందుకు మిర్చి మసాలాల భోజనము మాత్రమే కారణం కాదు. ఎందుకంటే మనసును అనేక విషయాలు ప్రభావితం చేస్తూ ఉంటాయి. ఉదాహరణకు, ఒకవేళ ఎవరైనా ఒక వ్యక్తి పోకిరిగా ఉంటూ తన శక్తినంతా వృథా చేసుకుంటున్నట్లయితే అతను అధికావేశానికి లోనయ్యే అవకాశం ఉంది. మరో వ్యక్తి అనాగరిక వ్యక్తి సహవాసంతో అసభ్య పదాలను వాడుతూ పోట్లాడే వైఖరిని పెంచుకుని ఉండవచ్చు. అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తి తొందరగా చిరాకు పడవచ్చు. నాల్గవ వ్యక్తి, తన జీవితంలో ఎన్నో ఎదురు దెబ్బలు తిని ఉండటం వలన అతని నిరాశ, నిస్సహాయత అధికంగా ఉండి ఓర్పు నశించి ఉండవచ్చు. ఇతరుల సంస్కారాలతో పోలిస్తే కొంతమంది గత జన్మనుండి వచ్చిన సంస్కారాలు పాశవికంగా, తీవ్రంగా ఉంటాయి. కనుక, భావోద్వేగాలకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. అందులో ఒకటి ఆహార విధానము.

కామ క్రోధాలను తొలగించుకోవడానికి అనేక మార్గాలున్నాయి. కానీ ఆహార విధానం హానికరంగా ఉన్నట్లయితే పరిపూర్ణతను పొందే మార్గంలో ఎన్నో ఆటంకాలు వస్తాయి. సంస్కార పరివర్తన అతి కష్టంగా జరుగుతుంది. ఉదాహరణకు ఒక వ్యక్తి బట్టలను రోజూ శుభ్రంగా ఉతుకుతున్నా కానీ వాటిని ఆరేసే చోటు ఎంతో దుమ్ముగా ఉంటే బట్టలు మళ్ళీ మురికి అవుతాయి కదా! అలాగే మానసిక పవిత్రత కొరకు ఒక వ్యక్తి ఎంత పాటుపడ్డా కానీ అతని అపవిత్ర ఆహార విధానం కారణంగా ఆ కృషి అంతా తుడిచి పెట్టుకుపోతుంది.

ఉల్లి, వెల్లుల్లి మాత్రం మనకు ఎంతో మేలు చేస్తాయి కనుక వాటిని మాత్రం వదిలిపెట్టకూడదు అని కొంతమంది

అంటారు. ఇవి లేని వంటలు రుచికరంగా ఉండవు అని కుటుంబ సభ్యులు కూడా అంటారు. ఇంకా చెప్పాలంటే ఇలా కూడా అంటారు, "ఈరోజుల్లో పోషక విలువలు ఉన్న పదార్థాలు చాలా తక్కువగా ఉన్నాయి, మనిషికి ఇష్టం లేకపోయినా, కోడిగ్రుడ్లు తీసుకోకపోతే అతనికి శక్తి ఎలా వస్తుంది?"

ఇందుకు సంబంధించి, మనిషి మానసిక స్థితిని బట్టి అతని విధానాలు ఉంటాయి అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఒక వ్యక్తి ఇతరుల నుండి ఆహార విధానము గురించి విన్నప్పుడు, అది అతనికి లాభదాయకమా లేక నష్టమా అని తాను ఆలోచించుకోవాలి. సాధారణంగా, మనిషి తన శరీరానికి, శరీర అవయవాలకు బానిస కాకూడదు. రుచికరమైన భోజనాన్ని ఉదాహరణగా తీసుకోండి. ఉల్లి, వెల్లుల్లిలేని ఏ వంటకమైనా రుచిగా ఉండదు అన్నది నిజం కాదు. ఇటువంటి ఘాటు వాసన, ఘాటుగా అనిపించే ఏ వస్తువు లేకపోయినా ఆ వంట మరింత రుచికరంగా ఉంటుంది అని నా అనుభవం చెబుతుంది. మంచి వంట గురించిన కళను, విజ్ఞానాన్ని మనం నేర్చుకోవాలి అని తెలుసుకోవాలి మరియు మనిషి తాను అలవాటు పడ్డ ఆహార విధానాన్నే ఇష్టపడతాడు అనేది కూడా మనం తెల్సుకోవాలి.

ఇక్కడ మరో విషయం కూడా ఉంది. గ్రుడ్లు, మాంసాహారంలో తప్ప ఇతర ఆహార పదార్థాలలో పోషక విలువలు లేవు అని అనుకోవడం, అలాగే వాటిని తీసుకోని వ్యక్తి శారీరిక దృఢత్వాన్ని పొందలేడు అని అనుకోవడం తప్పు. కూలి పని చేసేవాళ్ళు సాధారణ కూరలతో భోజనాన్ని తీసుకుంటారు, అయినా కానీ రోజంతా పని చెయ్యడానికి, బరువులు మొయ్యటానికి, ఎండను తట్టుకుని ఇతర ఇబ్బందులను ఎదుర్కోవటానికి వారి వద్ద శక్తి ఉంటుంది, అయినాగానీ వారు ఆరోగ్యంగానే ఉంటున్నారు. కనుక, ఒక వ్యక్తి సంతోషంగా ఉంటూ చింతలనుండి దూరంగా, కొంత వ్యాయామం చేస్తూ ప్రశాంతంగా ఉండే వ్యక్తి నీరసంగా కావడానికి ఏ కారణమూ ఉండకపోవచ్చు. మరో వ్యక్తికి పుట్టుకతోనే గడ్డ ఉన్నా లేక మరేదైనా అనారోగ్యం ఎప్పుడూ అతన్ని నిస్సత్తువుగా చేస్తుండవచ్చు. అన్నిరకాల వైద్యాలు అతడి రోగాన్ని నయం చెయ్యలేకపోవచ్చు.

వీటన్నింటినీ దృష్టిలో పెట్టుకుని, ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని సాధించాలని అభిలషించే వ్యక్తి ఇందుకు దోహదపడే ఆహార విధానాన్ని అలవర్చుకుని, ఇతర ఆహార పదార్థాలను అనాసక్త భావంతో త్యజించాలి. నిస్సందేహంగా ప్రతి ఒక్కరూ భగవంతుని వైపుకు మరలి ఆధ్యాత్మిక పథంలో శిఖరాగ్ర స్థానాన్ని చేరుకోవాలి అని అనుకోరు, అందుకే ఎంతోమంది వారి సిద్ధాంతమును ఇలా చెబుతారు – తిను, త్రాగు, సంతోషంగా ఉండు. ఇదే వారి జీవిత సూత్రం. ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాస కలిగిన వారికి, వారి ప్రయత్నాలకు ఈ సూత్రం విరుద్ధమైనది. మనిషి త్రాగటానికి, తినటానికి లెక్కలేనన్ని వస్తువులు ఉన్నాయి. అందులో ఎన్నో ఉపయోగకరమైనవీ, పోషక విలువలు కలిగినవి ఉన్నాయి. తన ఉద్దేశ్యాలకు అనుగుణంగా, అతడు తన కృషికి దోహదపడే భోజనాన్నే స్వీకరించాలి – సాత్విక భోజనము.

ఇందుకు, సాత్విక, రాజసిక మరియు తామసిక భోజనము గురించి, వాటి మధ్య ఉన్న తేడా గురించి తెలుసుకోవాలి. తద్వారా మనం చివరి రెండింటినీ వదిలిపెట్టి మొదటిదాన్ని తీసుకోవచ్చు.

తామసిక భోజనము

మత్తెక్కించేవి, కడుపులో మంట పుట్టించేవి, మగ్గిపోయినవి, ఘాటైనవి, భారాన్ని కలిగించేవి, కుళ్ళిపోయినవి, సులువుగా జీర్ణం కానివి, నిద్రను సోమరితనాన్ని కలిగించేవి, మాంసము, చేప, కోడిగ్రుడ్లు, వెల్లుల్లి, ఉల్లి మొదలైనవి తామసిక భోజనము. మద్యం మరియు పొగ త్రాగడం కూడా ఈ కోవకు చెందినవే. ఇవి మనిషికి పతనాన్ని కలిగిస్తాయి. యోగాభ్యాసం చేసే వ్యక్తికి, భగవంతునిపై మనసును నిలుపదలుచుకున్న వ్యక్తికి ఇవన్నీ పెద్ద ఆటంకాలుగా నిలుస్తాయి.

రాజసిక భోజనము

జిహ్వ చాపల్యాన్ని కలిగించేవి, ఇంద్రియాలకు వశమై తీసుకునే ఆహారము రాజసిక భోజనము. ఇవి వీర్యవృద్ధికరంగా ఉండి ఇంద్రియాలను చలింపచేస్తాయి.

సాత్విక భోజనము

పండ్లు, తాజా కూరగాయలు, సరైన ఆధ్యాత్మిక విధానములో వండిన భోజనము సాత్విక భోజనము. మనం ధార్మిక వ్యక్తులుగా కావాలని అనుకుంటున్నాము కాబట్టి, యోగ విధానాల అనుసారంగా మనసు మరియు బుద్ధిని పరమాత్మయందు నిలిపి దివ్య గుణ ధారణ చేయటమే ప్రప్రథమమైనది కాబట్టి మనం సాత్విక ఆహారాన్ని మాత్రమే స్వీకరించాలి. మత్తు, ఆవేశము, సోమరితనము, నిద్ర, కామము, భౌతిక ఆకర్షణ వంటి వాటి వలన ఆటంకాలు కలుగకుండా ఉండటానికి, మనసు ఉద్రేకపడకుండా ఉండటానికి, బుద్ధి అలమటించకుండా ఉండటానికి ఈ సాత్విక ఆహారము దోహదపడుతుంది. బుద్ధి పవిత్రంగా లేనప్పుడు, జాగరూకతతో, సమతుల్యతతో, ధార్మికంగా లేనప్పుడు పరమాత్మ నుండి శక్తిని, ఆనందాన్ని బుద్ధి పొందలేదు. అలాగే మంచి–చెడుల

మధ్య, సత్యాసత్యాల మధ్య ఉన్న తేడాను గుర్తించలేదు.

కొంచం పరిశీలించుకుంటే, మనసు మరో విధంగా ప్రభావితం అవుతుంది అని ఒప్పుకోక తప్పదు. ఉదాహరణకు, ఒక వ్యక్తి మాంసం తింటాడనుకుందాం, మాంసం తినాలంటే జంతువులను చంపాలి. మనిషికున్న ఈ అలవాటు మంచిదేనా? తప్పకుండా అది మంచి అలవాటు కాదు. కేవలం మనిషి తినటానికి పశుపక్ష్యాదులను చంపడం పూర్తిగా ఘాతుకమైనదే, స్వార్థపూరితమైనదే. అలాగే తాగుబోతులు వారి వ్యాపార వ్యవహారాలను పూర్తిగా మందు ప్రభావంలో ఉండి చేస్తూ ఉంటారు. ఉల్లి, వెల్లులి లేక ఇతర ఘాటైన ఆహార పదార్థాలను తీసుకోవడానికి అలవాటుపడిన వ్యక్తి చెడు అలవాట్లు అనే ఘాటును పెంపొందించుకుంటాడు. స్వచ్ఛమైన బుద్ధిని కలిగి ఉండాలని ఆకాంక్షించేవారు, సద్గుణాలు, సత్ప్రవర్తన కలిగి ఉన్నవారు వీటిని తీసుకోరు. ఎందుకంటే ఇటువంటి ఆహార పదార్థాలు తీసుకుంటే వారిలో స్వార్థం, కామం, హింసా వృత్తి, ఇతరుల చెడు సంస్కారాలకు తొందరగా అలవాటుపడటం వంటివి వచ్చి చేరి అవి అతని వ్యక్తిత్వంగా మారుతాయి. అందుకే శివ పరమాత్మ జిజ్ఞాసువులకు ఇలా బోధిస్తున్నారు – "మీరు తీసుకునే ఆహారమే కాక, దానిని వండే వారు, సంపాదించేవారు, వడ్డించేవారు అందరూ ధార్మిక సద్బుద్ధిని కలిగి ఉండాలి. ఎందుకంటే కేవలం భోజనం మాత్రమే మనసును ప్రభావితం చెయ్యడమే కాక మనసు కూడా దాని ప్రభావాన్ని ఆహారంపై చూపుతుంది."

ఆహారం మనసుపై ప్రభావాన్ని చూపుతుంది అని అందరికీ తెలిసినా కానీ మనసు కూడా ఆహారంపై ప్రభావాన్ని చూపుతుంది అని ఎంతమందికి తెలుసు?

17. త్యాగము - ఉదారత - సేవాభావము

ఒక వ్యక్తి ఉన్నతంగా కావాలన్నా, యోగిలా మారాలన్నా అతడు త్యాగ భావాన్ని కలిగి ఉండటం ఎంతో అవసరం. త్యాగానికి అనేక రూపాలున్నాయి. ఇతర సద్గుణాలకు ఎలా అయితే వాటి లక్షణాలు ఉన్నాయో అలాగే త్యాగము అనే ఈ సద్గుణానికి కూడా ఒక ప్రత్యేకత ఉంది. ఎందుకంటే త్యాగము అనే ఈ ఉన్నత సద్గుణాన్ని కలిగిన వ్యక్తిని అది ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుస్తుంది. ఈ సద్గుణం కారణంగానే ఋషులు మహాత్ములయ్యారు. పరత్వానికి శిఖరాగ్ర స్థానం ఉన్నట్లుగా, సైన్యానికి పెద్ద సేనాపతి ఎలాగో అలాగే అన్ని సద్గుణాలలోకి ఉన్నతమైనది ఈ త్యాగము. త్యాగ భావన కలిగిన వ్యక్తి గొప్పవాడు. పర్వతం ముందు నిలుచున్న వ్యక్తి తనను తాను మరగుజ్జులా భావిస్తాడు. అలాగే త్యాగ గుణం కలిగిన వ్యక్తి ముందు ఎవ్వరైనా తమను చిన్నవారిగానే అనుకుంటారు. అందుకే మహాత్ములకు సాధారణ వ్యక్తులు నమస్కరిస్తారు.

సత్యమైన త్యాగము

త్యాగము అంటే ఏమిటి? సన్యాసులు త్యజించే ఇల్లు, వాకిలి గురించి కాదు ఇక్కడ మనం మాట్లాడుకునేది అని ముందు మనం గుర్తించాలి. ఎందుకంటే అది కేవలం స్థూలమైన భౌతిక విషయాల త్యాగము మాత్రమే. ఆ త్యాగం హద్దులకు పరిమితమైనది కనుక, అది ఉన్నతమైన త్యాగము అని అనిపించుకోదు. గృహస్థంలో ఉంటూ కూడా వ్యక్తులు, పరిస్థితులతో వ్యవహరిస్తూ కూడా వాటిపై ఆకర్షణ లేనివాడే అందరికన్నా ఉత్తముడు. తన బాధ్యతలు సక్రమంగా నిర్వర్తిస్తూ కూడా ఆకర్షణ పరిచే వలలో అతడు ఇరుక్కోడు. అతనిలో పరిత్యాగము, నిర్మోహము నిండిన భావాలు ఉంటాయి. మరో ప్రక్క, సన్యాసులు కేవలం ప్రాపంచిక బంధాలు, వస్తువులను త్యజిస్తారు. నిజానికి, వాటి పట్ల ఉన్న మమకారాన్ని, బంధాన్ని, బాధ్యతలు నిర్వర్తించేటప్పుడు ఉండే అహంకార భావాన్ని వారు త్యజించాలి. కనుక, వారిది, మనం ముందుగా అనుకున్నట్లుగా, సామాన్య త్యాగము. వారు ఇంటికి, పరివారానికి దూరంగా ఉంటారు, కానీ వారిలో ఉన్న బాంధవ్య మమకారాన్ని మాత్రం దూరం చేసుకోలేరు.

రెండవది, ఒకవేళ వారు తమ భౌతిక వస్తు వైభవాల నుండి దూరమైనా కానీ వారు తమ చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం నుండి దూరం కాలేరు. వారి త్యాగము హద్దులు కలిగినది, సామాన్యమైనది. మనిషి ఈ ప్రపంచంలోనే ఉంటూ వాటి ప్రభావంలోకి రాకుండా, కమల పుష్పంలా చుట్టూ ఉన్న బురద అంటుకోనివ్వకుండా హుందాగా ఉండటమే ఉత్కృష్టమైనది, ధార్మికమైనది.

బుద్ధి ద్వారా త్యాగము

ఈ విధమైన త్యాగము అతి కష్టము అని కొందరు భావించవచ్చు. కానీ, నిజానికి దీనిని అతి సునాయాసంగా చెయ్యవచ్చు. సన్యాసుల కర్మలు మాయాజాలం నుండి దూరంగా ఉండేవిగా ఉంటాయి. ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో సుఖ దుఃఖాలు ఉంటాయి కనుక వారు ఈ ప్రపంచాన్ని త్యజిస్తారు. అటువంటి సందర్భంలో, వారు పరమాత్మ గురించి, వ్యక్తుల గురించి పూర్తిగా తెలుసుకునే అవకాశం ఉండదు. ఇక్కడ మేము వివరించే విధానము పరమాత్ముని జ్ఞానముపట్ల మరియు పరమాత్ముని పట్ల అవగాహన కలిగించే విధంగా ఉంటుంది. అర్థం చేసుకుని చేసే ఏ పని కూడా దుఃఖాన్ని కలిగించదు. సన్యాసులు అడవికి పయనమై, హఠయోగాన్ని చేస్తూ, దీర్ఘకాల ఉపవాసాలను ఆచరిస్తూ తమ దేహాలకు కష్టాన్ని కలిగించుకుంటూ ఉంటారు. రాజహంసలా తేజోమయంగా, నిష్కళంకంగా ఉన్న వ్యక్తి, మరో విధంగా చెప్పాలంటే రాజ-యోగి చేసే త్యాగము అతనికి కష్టం కలిగించదు. ఎందుకంటే, అతడు వస్తు వైభవాలను, స్థానాలను తన బుద్ధి ద్వారా త్యజిస్తాడు కనుక. ఈ విధమైన త్యాగము ఆకర్షణ, మోహము, ప్రాపంచిక కోరికలను త్యజింపజేస్తుంది. ఈ దృష్టికోణంతో ఆలోచిస్తే ఇటువంటి త్యాగము కష్టమైనదేమీ కాదు, కానీ ఇది సూక్ష్మమైన విషయము కనుక దీని గురించి తప్పకుండా కృషి చెయ్యవలసి ఉంటుంది.

మానసికంగా అన్నింటినీ త్యజించడం ఎలాగో తెలుసుకోవడం ఇప్పుడు చాలా అవసరం.

నిమిత్తభావన త్యాగ భావనను కలిగిస్తుంది

ఉత్కృష్టమైన ఈ త్యాగ విధానాన్ని క్రింద వివరించబడ్డ ఆరు విధానాలలో దేని ద్వారా అయినా అలవర్చుకోవచ్చు. మొదటగా, ఇంద్రియాలకు అవసరమయ్యే భౌతిక వస్తువుల పట్ల ఆకర్షణ, మోహము, కోరికను దూరం చేసుకోవాలి. మనిషి తన ఇంద్రియాల సహాయం లేకుండా ఏ కర్మనూ చెయ్యలేడు. కానీ తన కర్మలు వికారపూరితంగా కాకుండా ఉండేట్లుగా అతడు శ్రద్ధ వహించాలి. ఇంద్రియ సుఖాలకు అనగా చెవులు, కళ్ళు, జిహ్వ వంటి వాటికి బానిస కాకూడదు. ఈరోజు మనిషి బాహ్య సౌందర్యానికి, కృత్రిమ అలంకారాలకు, పిచ్చి పాటలకు ఆకర్షింపబడుతూ జిహ్వ చాపల్యంతో ఇంద్రియాలకు పూర్తిగా వశమైపోయాడు. ఇలా అతడు వశమై సంతోషాన్ని కోల్పోతున్నాడు. ఇందుకు భిన్నంగా, తన దేహము తన పరం చెయ్యబడ్డది అని, ఆ దేహానికి తినిపిస్తున్నప్పుడు, బట్టలు ధరింపజేస్తున్నప్పుడు అతడు దానిపై మోహాన్ని పెంచుకోకూడదు అన్నది మొదటగా పాటించాల్సిన విధానము. ఇందులో చెడు సహవాసం నుండి దూరంగా ఉండటం కూడా వస్తుంది. ఎందుకంటే వస్తు వైభవాలు, రుచుల పట్ల ఆకర్షణ కలగడం మానితే చెడు సావాసం యొక్క ప్రశ్నే ఉండదు. అవాంఛిత బంధాలను త్యజించినప్పుడు మోహపాశాల నుండి దూరం కావాలన్న భావం బలపడుతుంది.

తర్వాత, స్థూల ప్రాపంచిక బంధాలను మానసికంగా పరిత్యజించడం. మన సంబంధీకులతో వ్యవహరిస్తున్నప్పుడు, వారితో ఉంటున్నప్పుడు వారి పట్ల ఏ విధమైన మోహము మనలో ఉత్పన్నం కాకుండా చూసుకోవాలి. దీనినే బుద్ధి ద్వారా త్యాగం చెయ్యడము అని అంటారు. సంబంధాలలో ప్రేమ ఉండాలి కానీ శారీరక సంబంధాన్ని పెంచే వ్యక్తిగత ప్రేమ ఉండకూడదు. ప్రేమ పవిత్రంగా, నిస్వార్థంగా, ఒడంబడికలు లేకుండా ఆధ్యాత్మికంగా ఉండాలి. ఫలానావారు మా తాతగారు, మా మామగారు అన్న గౌరవభావన తప్పక ఉండాలి, కానీ వారి పట్ల ఉన్న ప్రేమ మనల్ని అవినీతిపరులుగా, ఇతరుల పట్ల చులకన కలిగించే విధంగా ఉండకూడదు. మనకిష్టమైనవారు ఎవరైనా మరణించినా లేక ప్రమాదానికి గురైనా మనం అతి దుఃఖానికి, ఆందోళనకు గురయ్యేంతగా మోహము ఉండకూడదు. అంటే మన మనసు ప్రాపంచిక, శారీరక బంధాలలో ఇరుక్కోకూడదు.

<u>నింద-స్తుతులకు ప్రతిస్పందించే వైఖరిని త్యజించుట</u>

మూడవది, ఇప్పుడు మనం లౌకిక మర్యాదల గురించి మాట్లాడుకుందాం. ప్రస్తుత అధర్మ ప్రపంచంలో ధార్మిక మార్గంలో నడిచే వ్యక్తిని అందరూ తెలివిమాలినవాడిగా, మోసపోయినవాడిగా చూస్తూ అతడిని ఎగతాళి చేస్తున్నారు. ఆ ధార్మిక వ్యక్తి ఏదో మాయాజాలంలో ఇరుక్కున్నాడని ఒక వ్యక్తి అభిప్రాయపడతాడు. అతడు తన తెలివిని కోల్పోయాడు అని మరో వ్యక్తి అంటాడు. అతడు అయోగ్యుడు అని మూడవ వ్యక్తి అంటే అసలు ఈ యోగము, దివ్య జ్ఞానము వంటివి అన్నీ పనికిమాలినవి అని మరో వ్యక్తి నిర్ధారిస్తాడు. "నువ్వు అసలు భగవంతుడిని చూసావా? నువ్వు అనవసరంగా వ్యర్థ పనులు చేస్తున్నావు, నువ్వు మూఢ నమ్మకంలో ఉన్నావు" అని ఒక చపలచిత్తుడు అంటాడు. దివ్య జ్ఞానము మరియు యోగ విధానాలను నలుగురిముందు ఖండిస్తూ ధార్మిక వ్యక్తిని ఎగతాళి చేసే వ్యక్తులు కూడా ఉన్నారు. హింసాయుత చర్యలతో ధార్మిక వ్యక్తి నడిచే మార్గంలో ఆటంకాలను కలిగించడం అతి అధర్మానికి నిదర్శనం. మనస్ఫూర్తిగా సర్వమును త్యజించిన వ్యక్తి గౌరవము-అగౌరవము, నింద-స్తుతి, హేళన వంటి వాటికి ప్రతిస్పందించడం మానుకుంటాడు. వీటి గురించి తన మనసులో ఎటువంటి అభిప్రాయాలు కలగవు. ఎందుకంటే ఇంతటి కోలాహలం మధ్య అతడు తన లక్ష్యాన్ని మాత్రమే గుర్తుంచుకుంటాడు కాబట్టి. అవమానాలు, ఆటంకాల మధ్య ఉంటూ కూడా అవి తనను అంటుకోకుండా ఉండేట్లుగా దూరంగా ఉంటాడు. ఇది ఉన్నతమైన త్యాగము.

<u>దేహ అభిమానమును త్యజించుట</u>

నాల్గవది, దేహ అభిమానమును త్యజించాలి. సన్యాసులు తమ ఇంటిని, పరివారాన్ని వదిలి అడవికి వచ్చేస్తారు. వారి కుటుంబ సభ్యులు తమ కళ్ళ ముందు ఉండరు కాబట్టి వారితో తమకు ఇక ఎటువంటి పని ఉండదు. మన ఈ శరీరంలో మృత్యువు వచ్చే వరకు ఆత్మ ఉంటుంది. శరీర మాధ్యమంతో ఆత్మ చూస్తుంది, మాట్లాడుతుంది, అయినప్పటికీ శరీరంలో ఉంటూ శరీరం పట్ల అనాసక్త భావాన్ని కలిగి ఉండటం చాలా కష్టము. అనేక జన్మల నుండి వస్తున్న దేహ అభిమానపు అలవాట్లు మనిషిలో బాగా నాటుకుపోయాయి. ప్రతి రోజూ, అనేక సార్లు అతడు, -"నేను పురుషుడిని(లేక స్త్రీను), నేను యువకుడను (లేక వృద్ధుడను), నేను ఫలానా వారి బిడ్డను" అంటూ దేహ అస్తిత్వమును గుర్తు చేసే భావాలనే కలిగి ఉంటున్నాడు. తన దేహము నుండి అతీతంగా, అంటే, స్వయాన్ని ఆత్మగా భావిస్తూ ఇంద్రియ ఆకర్షణలకు దూరంగా ఉంటూ వీలున్నప్పుడు ఏకాంతంలో ఉండాలి. తద్వారా ఆధ్యాత్మిక స్థితిలో స్థితులవ్వగలరు. వారినే రాజయోగ సన్యాసులు అని అంటారు.

మనిషి మరణించినప్పుడు ఆత్మ ఎలాగూ దేహాన్ని విడిచి పెడుతుంది. కానీ ఆత్మ దేహంలో ఉంటున్న సమయంలోనే దేహాభిమానాన్ని ప్రక్కన్న పెట్టి ఆధ్యాత్మికంగా ఉత్తేజితమవ్వడం అనేది నిజంగా ఒక అద్భుతమైన త్యాగము. బుద్ధి ద్వారా పూర్తి వికారీ ప్రపంచాన్ని త్యజించాలి. తన దేహాన్ని మరచిపోయి ఆధ్యాత్మిక స్థితిలో నిమగ్నమైనప్పుడే అతడు ఈ స్థూల ప్రపంచాన్ని త్యజించగలుగుతాడు. దేహమునే తన గృహముగా భావిస్తూ ఆత్మ ఆ దేహంపై పెంచుకున్న మోహాన్ని త్యజించడం ద్వారా త్యాగములో శిఖరాగ్ర స్థానానికి చేరుకోవచ్చు. సన్యాసులు, నిస్సందేహంగా, తమ ఆడంబరమైన వస్త్రాలను విసిరి పారేస్తారు, కొందరు దిగంబరులుగా కూడా ఉంటారు. దీనినే గొప్ప త్యాగముగా ప్రజలు భావిస్తూ ఉంటారు. నిజానికి, స్థూల దేహమును కప్పే స్థూల వస్త్రాలను త్యజించడము కన్నా ఆత్మకు వస్త్ర రూపమైన దేహము యొక్క అభిమానమును త్యజించడమే ఉన్నత విధానము. ఒక వ్యక్తి కళ్ళ ముందు ఉన్నప్పుడు అతని జీవితము, హోదా, కులమువంటివి కనిపిస్తాయి. వివేకాన్ని శపథపూర్వకంగా ఆజ్ఞాపిస్తూ నిరంతం ఆత్మిక స్థితిలో స్థితి అయి ఇతరులను ఆత్మిక సోదరులుగా చూడటమే ఉన్నతమైన త్యాగ విధానము.

<u>చెడు ఆలోచనలు మరియు సంస్కారాల త్యాగము</u>

ఐదవది, ఇప్పుడు మనం అపవిత్ర ఆలోచనలు, భావాల గురించి చూద్దాం. వీటికి దూరంగా ఉండటమంటే అది ఉన్నత స్థితికి నిదర్శనం. మీరు ఇతరులలోని లోపాలను గమనిస్తారు, కానీ అవి మీ మనసులో చోటు చేసుకునేందుకు మీరు అవకాశమివ్వరు. ఇతరులు చేసే పొరపాట్లు మీకు తెలుస్తాయి లేక వింటారు. అయినా కానీ వాటిని మీ మనసుపై ప్రభావము చూపనివ్వరు. సంకుచిత భావాలను మీరు ప్రోత్సహించరు. దివ్య జ్ఞానము లభించక ముందు మీకున్న చెడు అలవాట్లను, వ్యక్తిత్వాన్ని వదిలిపెడతారు

– ఇదే మీకు సర్వోత్కృష్టమైన శాంతిని అందిస్తుంది. ఉన్నతమైన పవిత్ర ఆత్మల గుర్తు ఇదే. ఉన్నతమైన మానసిక ప్రశాంతతను అనుభవించినప్పుడు మీరు స్వతహాగా వికల్పాలను, తుచ్ఛమైన కోరికలను త్యజిస్తారు.

మందిరానికి వెళ్ళిన భక్తులు తిరిగి ఈ అపవిత్ర ఆలోచనలతో, అపవిత్ర వస్తువులతో నిండిన ప్రపంచంలోకి వస్తారు. కానీ సన్యాసులు, వారి నియమానుసారంగా, చలింపజేసే వస్తువులకు దూరంగా ఉంటూ వారి కోరికలను నిషేధిస్తూ ఉంటారు. కానీ పరమాత్ముని జ్ఞానాన్ని పొందినవారు వారి త్యాగ విధానంలో ఈ దివ్యజ్ఞానాన్నే మార్గదర్శకంగా ఉంచుకుంటారు. వారు తమ మనసును ఖండిస్తూ, నిందిస్తూ ఒత్తిడి కారణంగా కాక స్వతహాగా త్యజిస్తారు. చలింపజేసే వస్తువుల మధ్య ఉన్నా కూడా వారు కోరికలను త్యజిస్తారు.

<u>భగవంతునికి సంపూర్ణ ఆత్మ సమర్పణ చేసుకోవడమే నిజమైన త్యాగము</u>

ఆరవది, ప్రాపంచిక ఆధారాల వద్దకు మనం వద్దాం. మనిషి తన మనుగడకు అనేక విధాల ఆధారాలను ఏర్పాటు చేసుకున్నాడు. కేంద్ర ప్రభుత్వంలో ఉన్నత హోదాలో ఉన్న తన స్నేహితుడు తన కష్టకాలంలో వచ్చి ఆదుకుంటాడు అని ఒక వ్యక్తి అనుకుంటాడు. “నాకు ముగ్గురు కొడుకులు ఉన్నారు, వారు బాగా ఆరోగ్యంగా ఉంటూ, బాగా సంపాదిస్తున్నారు. నా వృద్ధాప్యంలో వారే నాకు ఆధారము” అని మరో వ్యక్తి అనుకుంటాడు. ఇలా ప్రతి ఒక్కరూ వారి విధంగా వారి ఆధారాలను ఊహించుకుంటూ ఉంటారు. ఆ ఆధార బలంతోనే అతడు జీవిస్తూ వాటిపై ఆశలను పెంచుకుంటూ ఉంటాడు. కానీ సర్వమునూ త్యజించిన వ్యక్తి ఒక్క పరమాత్ముడినే తన ఆధారంగా పెట్టుకుని తన ఆధ్యాత్మిక శక్తి ఆధారంతో జీవిస్తాడు. అతని మూలాధారం భగవంతుడు, పరమాత్మ, దివ్య జ్ఞానము, యోగము, అతని దివ్య గుణాలు. తనను తాను సంపూర్ణంగా పరమాత్మకు సమర్పించుకుని, ఆఖరకు తన దేహము కూడా తనది కాక తనకు కేవలం అప్పగించబడ్డది అని భావిస్తాడు. ఇతర వ్యక్తుల సహవాసంలో అతడు పని చేస్తున్నా కానీ అతని బుద్ధి మాత్రం పరమాత్మ యందు నిరంతరం జోడింపబడి ఉంటుంది. అతని నమ్మకము సర్వశక్తిమంతుడైన పరమాత్మయందు దృఢంగా ఉంటుంది. సన్యాసులు అన్నింటినీ త్యజించినా కానీ కనీసం వారు ధరించిన కాషాయం, వారి శిష్య బృందము వారికి సంబంధించినవిగా భావిస్తారు. దెర్వషులు (ముస్లిం సాధువులు) కూడా వారితో పుల్లలను తమ ఆస్తిగా భావించి తీసుకు వెళ్తారు. శివ పరమాత్ముడు బోధించిన ఉన్నతమైన త్యాగ విధానమును ఎవరైతే అవలంబిస్తారో, వారు సంపూర్ణ ఆత్మ సమర్పణగావించి తమ వద్ద ఉన్నవన్నీ భగవంతుని ఆస్తిగా భావిస్తూ జీవితాన్ని గడుపుతారు. మానసిక సంబంధాలను త్యజించి వారు కేవలం ఒక్క సత్యమైన పరమాత్ముని సాంగత్యంలో ఉంటారు. మామేకం శరణం వ్రజ – నా ఒక్కడియందే శరణు పొందు. ఈ సూత్రమనుసారంగా నడుచుకునేవారు సత్యమైన విధానంతో సంపూర్ణంగా త్యాగము చేసినవారు.

18. ప్రశాంతత–మధురత అను సుగుణాలను పొందడం ఎలా?

మానసిక ప్రశాంతత మరియు మధుర స్వభావము అనేవి ఎటువంటి సద్గుణాలంటే అవి మనిషికి అన్ని పరిస్థితుల్లోనూ శాంతిని చేకూరుస్తాయి. వేడితో దహించుకుపోతున్న వ్యక్తి చల్లటి నీటి వలన ఎలా అయితే ఉపశమనం పొందుతాడో, దప్పికతో ఉన్న వ్యక్తి గుప్పెడు నీళ్ళతో ఎలా అయితే పునర్జీవం పోసుకుంటాడో, అలాగే ప్రశాంతత– మధురత అను సుగుణాలను కలిగిన వ్యక్తి తన సహవాసంలో వచ్చిన వారందరికీ ఈ సుగుణాలను అందిస్తూ ఉంటాడు. బాధ, ఆందోళనతో భారంగా ఉన్నవారికి ఈ గుణాలు సహాయపడ్తాయి. కోపంతో రగిలిపోతున్న వారికి ఈ గుణాలు అగ్నిమాపకదళంలా పని చేసి వారిని శాంతపరుస్తాయి.

<u>ఇవి ఒక మందులా పని చేస్తాయి</u>

తేనె లేక వెన్నలో ఒక అద్భుతమైన తియ్యదనం ఉంది. వాటిలోని పోషక గుణాలను ఆస్వాదించడానికి ప్రతి ఒక్కరూ వాటి వైపుకు ఆకర్షితమవుతారు. అలాగే, తియ్యని మాటలను వినడానికి కూడా మనుషులు తపిస్తూ ఉంటారు, ఎందుకంటే ఇవి ఎంతో మనోహరంగా, శక్తిదాయకంగా ఉంటాయి కనుక. అందుకే విశ్వపిత అయిన శివబాబా ఇలా అంటారు – "మీకు వీలైనంత మధురంగా ఉండండి" అని. మధురత ప్రేమను కలిగించి ఐకమత్యాన్ని పెంపొందించి తద్వారా సుఖ శాంతులను కలుగజేస్తుంది. మధురభాష, మానసిక ప్రశాంతత లేని చోట ఘర్షణ ఉంటుంది.

మనసులో చెలరేగే అలజడులు ప్రకృతి సృష్టించే భీభత్సంకన్నా తక్కువేమీ కావు. పరుష భాష వల్ల కలిగే బాధ రాళ్ళ వల్ల కలిగే నొప్పికన్నా తక్కువయినదేమీ కాదు. కనుక, సుఖమయ జీవితాన్ని గడపడానికి, ఇతరుల జీవితాలను సుఖంగా కొనసాగనివ్వడానికి ప్రశాంతత, మధురత గుణాలు అత్యవసరము.

<u>ఈ సుగుణాలను ఎలా పెంపొందించుకోవాలి?</u>

ఈ సుగుణాలను, ఇటువంటి ఇతర గుణాలను పెంపొందించుకోవటానికి ముఖ్యంగా మనమందరమూ పరమాత్ముని పరివారమునకు చెందినవారము అని గుర్తుంచుకోవాలి. పరమాత్ముడు ప్రేమసాగరుడు. ఒకే కుటుంబానికి చెందిన ఉత్తమ సోదరులు ఎలా అయితే ప్రేమతో మెలుగుతారో అలాగే మన వ్యవహారంలో ప్రతి ఒక్కరి పట్ల ఈ విధమైన ప్రేమ ఉట్టిపడాలి. విశ్వమానవ సౌభ్రాతృత్వపు భావాలు, ప్రేమ మన మనసులో కలగనంత వరకు మనం మధురతను, స్థిర ప్రశాంతతను పొందలేము. "హిందు, ముస్లిం, సిక్కు, ఇసాయిలు సోదరులు" అని గొంతెత్తి పాడుతున్నా ఈ సత్యం నిజ జీవితాలలోకి రావాలంటే వారందరూ ఆత్మలు అని మనం అర్థం చేసుకోవాలి. అసలు ఆ ఆత్మలకు తండ్రి ఎవరు, ఎవరి ఆజ్ఞ అనుసారంగా మనం ఐకమత్యంతో ఉండాలి అని ఇక్కడ మనం తెలుసుకోవాలి. ఈ జ్ఞానం లేని కారణంగా ఎన్నో ఘర్షణలు జరుగుతున్నాయి. ఒకరి మీద మరొకరు కత్తులు విసురుకుంటున్నారు. విశ్వపిత ఒక్కరే అన్న జ్ఞానము వలన సౌభ్రాతృత్వ బంధాలు బలపడి అందరూ ఒక్క త్రాటిపై నడుస్తారు. ఈ సోదర భావం ఆత్మ జ్ఞానము వలన, ఆత్మిక స్థితి వలన కలుగుతుంది. ఎందుకంటే, ఈ రోజుల్లో మనుషులు ఆత్మను గుర్తించట్లేదు, ఆత్మలుగా జీవించట్లేదు, ప్రేమ సాగరుడు, సత్యదాత, ఉత్తమ సలహాలను ఇచ్చే పరమాత్మ గురించి వారికి తెలియదు.

ఇప్పుడు ఆ విశ్వపిత గురించిన జ్ఞానమును తెలుసుకోవాలి. తెలుసుకున్న తర్వాత పరస్పరం పాలు, చక్కెరలా కలిసిమెలసి ఉండాలి. మన వ్యవహారంలో మధురత, ప్రశాంతత ఎంతగా ఉట్టిపడాలంటే మనం ఏమీ మాట్లాడకపోయినా కానీ మనం పరమాత్ముని పరివారానికి చెందినవారమని, మనం ధార్మికంగా మారాము అని మన కర్మలు ప్రత్యక్షం చెయ్యాలి. భగవంతుని తోటలో కాసే పండ్లు ఎంత తియ్యగా ఉంటాయో అంత తియ్యగా మన మాటలు ఉండాలి. బీజరూపుడైన పరమాత్ముడి నుండి వచ్చిన పండు మనము అని ఎదుటివారికి అర్థమయ్యేంతగా మనలో మధురత ఉండాలి.

<u>ఇతరులకు బాధను కలిగించే మన మాటలు మనకూ బాధను కలిగిస్తాయి</u>

ఇందుకు విరుద్ధంగా, ఈ రోజుల్లో మనుషుల మాటలు ఎలా ఉన్నాయంటే ఒకరి మీద మరొకరు రాళ్ళు విసురుకుంటున్నట్లుగా ఉంటుంది. అంటే ఇతరులతో మరీ ముక్కుసూటిగా మాట్లాడుతూ బాధను కలిగిస్తున్నారన్నది ఇక్కడ మనకు అర్థమవుతుంది. అందుకే పరమపిత పరమాత్మ ఇలా అంటున్నారు – "దుఃఖమును ఇవ్వకండి, దుఃఖమును తీసుకోకండి, ఎందుకంటే దుఃఖమును ఇచ్చేవారు దుఃఖముతో మరణిస్తారు". దీని అనుసారంగా, మనలో ఎటువంటి పరుష స్వభావము ఉండకూడదు. మనలో మధురత, తియ్యదనాన్ని నింపుకోవాలి. శివ పరమాత్మ తన పిల్లలను ఇలా సంబోధిస్తారు – నా మధురమైన పిల్లలు. కనుక మనం అవిధేయులమై చెడ్డ పిల్లలుగా ఉండకూడదు. మన భాష అమృతంలా సుమధురంగా ఉండాలి, అది విషపూరితం కాకూడదు.

<u>కోయిల తియ్యదనం</u>

మనిషి మనసును అతని భాష వ్యక్తపరుస్తుంది. మనిషి ఎలాంటివాడో అతని మాటలూ అలాగే ఉంటాయి. మానసిక ప్రశాంతత అతని మాటలలో సానుకూలతను తీసుకువస్తుంది. మనిషి మాటలు అతడిని సింహాసనంపై కూర్చోపెట్టగలవు లేక ఉరికంబానికైనా ఎక్కించగలవు అని అంటారు. అందుకే కోయిల వలె మధురభాషిగా కావాలని పరమాత్మ ఆజ్ఞాపిస్తారు. మాయ

దాడికి బలై పరుష భాషకు వశం కాకండి.

భగవంతుడు ఎంత మధురమైనవాడో గమనించండి. విశ్వంలోని ఆత్మలందరినీ పరమాత్మ సూదంటురాయిలా ఆకర్షిస్తాడు. నిజమైన భక్తులు అతడిని ఎంత గాఢంగా ప్రేమిస్తారు! అతని మధుర మనోహరమైన మాటలతో తయారైన భగవద్గీతను ప్రతి రోజూ ఎంతో మంది భక్తులు పఠిస్తూ ఉంటారు. ఎందుకంటే అందులో మధురత ఉంది కనుక.

<u>సామాజిక దుష్కర్మలను ప్రశాంతత-మధురత పారద్రోలుతాయి</u>

ప్రస్తుత ప్రపంచంలో అధర్మం తాండవిస్తుంది. ప్రేమ, మధురత, ప్రశాంతత ఎక్కడా కనిపించట్లేదు. ఇవి ఉన్న చోట ప్రేమ, సహభావము, సోదరభావము స్వతహాగా ఉంటాయి. అప్పుడు భ్రష్టాచారము, లంచగొండితనము, నల్ల బజారు, కల్తీ వ్యాపారము మొదలైనవి రూపుమాసిపోతాయి. అప్పుడు వస్తువులను కాల్చేయడము, భీభత్సం సృష్టించడం, రాళ్ళు విసరడం వంటివి జరుగవు. ప్రజలు ఒక ఆందోళనను ప్రారంభించి, ఒకరి మీద మరొకరు రాళ్ళను రువ్వుకుంటూ వస్తువులను కాలుస్తూ ఎంతో భీభత్సాన్ని సృష్టిస్తారు. వ్యాపారస్తులు లంచం తీసుకుని వస్తువులను కల్తీ చేస్తారు. ప్రభుత్వ అధికారులు లంచం తీసుకుంటారు. మనమంతా ఒక్క పరమాత్ముని పిల్లలమే అన్న సత్యాన్ని గ్రహించని కారణంగా ఇదంతా జరుగుతుంది. విశ్వపితను మర్చిపోయి ఆత్మిక స్థితిలో లేకపోవడమే ఇందుకు మూల కారణం. క్లుప్తంగా, ఆత్మిక స్థితి, పరమాత్ముని స్మృతి సోదర భావాన్ని జాగృతి చేసి సత్సంబంధాలను, మానసిక ప్రశాంతతను కలిగిస్తుంది.

<u>మధుర స్వభావంతో సేవ చెయ్యాలి</u>

మండుటెండలో అలమటిస్తున్న వ్యక్తి చల్లని చెట్టు నీడ క్రింద విశ్రాంతి తీసుకున్నప్పుడే సంతోషిస్తాడు. చల్లని మనసు, సంతోషంతో తేజోమయ ముఖాన్ని కలిగి ఉన్నవారు సుఖసంతోషాలను వెదజల్లుతారు అన్నది విదితం. నేటి మానవుడు అనేక విధాలుగా మాయలో కొట్టుకుపోతూ దుఃఖంతో ఉన్నాడు. అతనికి ఆనందాన్ని చేకూర్చే విధంగా మన ప్రవర్తన ఉండాలి. ఒక వ్యక్తి తన ఆస్తినంతటినీ తన కుటుంబసభ్యులకు రాసిచ్చినప్పటికీ అతని ప్రవర్తన సరిగ్గా లేకపోతే తన కుటుంబంవారు కూడా సంతోషంగా ఉండలేరు.

ఒక వైద్యుడు రోగానికి సరైన మందును సూచించినా కానీ రోగితో అతని ప్రవర్తన మొరటుగా ఉంటే ఆ రోగి మందులను వాడుతాడు కానీ పూర్తి లాభాన్ని పొందలేడు. అలాగే ఒక సమాజ సేవకుడు ఎంతో ఉత్సాహభరితంగా ఉన్నాకానీ అతని ప్రవర్తన మధురంగా, సమతూకంలో లేకపోతే అతడిని ప్రజలు ఆమోదించరు. అలాగే ఆధ్యాత్మిక సేవకుడు లేక జ్ఞానికి కూడా ఈ రెండు గుణాలు ఎంతో అవసరము. లేకపోతే ఒక పరుషంగా మాట్లాడే వ్యక్తి ఉన్నత జ్ఞానమును వినిపించినా కానీ ఎవ్వరూ వినరు.

అందుకే విశ్వపిత అయిన శివుడు తన ఆజ్ఞను ఇలా వినిపిస్తున్నారు –

<u>భగవంతుని సందేశము</u>

"మధురమైన పిల్లలూ, నేను మిమ్మల్ని విషయ వైతరిణీ నది నుండి సుఖ-శాంతుల సాగరానికి తీసుకువస్తున్నాను. సుఖశాంతులు రాబోవు సత్యయుగానికి గుర్తులు. ఆ ప్రపంచాన్ని విశ్వప్రేమ ఏలుతుంది. నావలోని నావికుడు తెడ్డును ఎప్పుడూ పట్టుకుని ఉన్నట్లుగా మీరు కూడా ప్రశాంతత, మధురత అను సుగుణాలను పట్టుకుని ఉండండి". అక్కడ ఎవ్వరూ ఇతరులను శత్రుభావంతో, ఓరగా, హేయ భావంతో చూడరు. వారి దృష్టి ఆనందాన్ని వెదజల్లుతుంది. పరస్పరం కలిసి మెలసి ఉంటారు. ఈ రెండు గుణాలు ఆ ప్రపంచంలో ఎంత మెండుగా కనిపిస్తాయంటే, బహుశా అందుకే ఆ ప్రపంచానికి సత్య ఖండము, స్వర్గము, క్షీర సాగరము (పాల సముద్రము), సుఖ ధామము అని అంటారు కావచ్చు. కేవలం ఈ పేర్లను విన్నంతనే మనసు ఆనందంతో పులకరిస్తుంది.

ప్రజలు మందిరాలలో ఈ ప్రశాంతమైన మరియు ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణాన్ని చూస్తారు. మట్టితో తయారు చేసిన దేవతామూర్తుల విగ్రహాలు శాంతమును, ప్రశాంతతను ప్రసరింపజేస్తున్నట్లుగా భక్తులు అనుభూతి చేస్తారు. ఆ దేవతా మూర్తులు నిజంగా జీవములో ఉన్నప్పుడు ఇంకెంత తియ్యదనంతో, మధురతతో ఉండేవారో కదా! దేవతలు నివసించే సమయాన్ని ఒక మంచి మాటతో వర్ణించబడింది –"పులి, మేక ఒకే కొలనులో నీరు త్రాగేవి."

ప్రియమైన పిల్లల్లారా, "ఇప్పుడు నేను అటువంటి ప్రపంచాన్ని పునః స్థాపన చెయ్యడానికి వచ్చాను. మీ నిజ జీవితంలో మీరు మధుర స్వభావంతో, ప్రేమ స్వరూపులుగా ఉండాలంటే పరస్పర వ్యవహారంలో పరుష స్వభావం, చెడు భావం, ద్వేషం అంశమాత్రము కూడా ఉండకూడదు. ప్రస్తుత ప్రపంచం ఎంత క్రూరంగా మారిందంటే ఒకరినొకరు తేళ్ళవలె బాధ పెట్టుకుంటున్నారు. విషాన్ని కక్కుతూ ఆ విషంతో ఎదుటి వారి ముఖాన్ని పేళవంగా లేక నీలంగా మార్చేసి వారి జీవితాలనే నరకం చేస్తున్నారు. ఇటువంటి శైతాను అలవాట్లకు ఇప్పుడు స్వస్తి చెప్పండి. ఇతరులను సంతోషపెడుతూ, సంతోషాన్ని అందరికీ పంచే నిజమైన పిల్లలుగా కండి."

<u>మధురత మరియు ప్రశాంతత – సంతోషానికి పురోసూచకములు(దూతలు)</u>

మనసుకు ఉపశాంతిని కలిగించే ఈ సందేశాన్ని విన్న తర్వాత మనం మన జీవితంలో ప్రశాంతంగా ఉండటం నేర్చుకోవాలి. అప్పుడే మన జీవితాలలో ఆనందాన్ని పొందగలుగుతాం. ఈ ఆనందం మన ముఖంలో సంతోషం రూపంలో కనిపిస్తుంది. మనం ఒకవేళ ఇతరులతో సరైన విధంగా ప్రవర్తించకపోతే, ఎదుటివారికి మన నుండి సంతోషం కలుగకపోగా దుఃఖమే కలుగుతుంది. దీని పర్యవసానంగా మనమూ మన సంతోషాన్ని పోగొట్టుకుంటాము. ఇతరులను బాధపెట్టేవారు ఎవరైనా సంతోషాన్ని పొందగలరా? ఖాళీగా ఉన్న గదిలో ఒక వ్యక్తి మాట్లాడితే అతని మాటలు అతనికే ప్రతిధ్వనించినట్లుగా, ఇతరులను బాధ పెట్టినవారికి అది అలాగే అతనికి తిరిగి కొడుతుంది అన్నది అందరికీ తెలిసినదే. కనుక, ఇతరులను సంతోషపెట్టినప్పుడు, ఇతరులకు సహాయపడినప్పుడు లేక ఏదైనా మంచి కర్మ చేసినప్పుడే మన మనసులో కూడా సంతోషం నిలుస్తుంది అని గుర్తుంచుకోవాలి. సంతోషంగా ఉండే వ్యక్తి నోటి నుండి ఎప్పుడూ ఉపశాంతిని కలిగించే మాటలే వస్తాయి.

మీ మొరటుతనాన్ని త్యాగం చెయ్యండి

బాధ, దుఃఖం, ఆవేదన అనే గ్రహణము పట్టినట్టుగా ఈ వికారీ ప్రపంచ భవిష్యత్తు అంధకారమయంగా ఉంది. అందుకే మనిషి తనలోని పంచ వికారాలను భగవంతుడికి దానంగా ఇవ్వాలి. దానమిస్తే గ్రహణం వీడుతుంది అని అంటారు. వికారాలను దానమివ్వడం ద్వారా (దేహ అభిమానం కారణంగా వచ్చినవి), మనసు ఎంతో ఉపశమనాన్ని పొందుతుంది. ముఖము తేజోవంతంగా కనిపిస్తుంది. హృదయం ఆనందంతో నిండినప్పుడు అది ప్రశాంతంగా, మధురంగా ఉండటానికి అలవాటుపడుతుంది.

మీ జీవితాన్నే మీరు ఇతరులకు ఉదాహరణగా చూపుతూ, వారికి దివ్య జ్ఞానాన్ని అందిస్తూ, సద్గుణాలను వారు నేర్చుకునేందుకు సహాయపడుతూ, వారికి ఆధ్యాత్మిక శక్తిని తోడుగా అందించినప్పుడు మీరు మీ ఆత్మను ఉద్ధరించినవారవుతారు. ఎన్నో యజ్ఞాలను చేస్తే పొందే ఆనందాన్ని ఇప్పుడు మీరు అనుభవించగలరు అని గుర్తుపెట్టుకోవాలి. ఎందుకంటే మీరు వారికి సేవ చేసారు లేక వారు సుఖసంతోషాలను పొందటానికి మీరు పరోక్షంగా కారణమయ్యారు కాబట్టి. ఇతరులకు దివ్య జ్ఞానాన్ని, యోగాన్ని, దివ్య గుణాలు అనే బహుమతిని ఇచ్చేవారు భగవంతుడిని అనుకరిస్తారు అని అర్థం. అతడు లోకోపకారిగా, గొప్పవాడిగా మారుతాడు. అతడు సుఖసంతోషాలను పొందుతాడు. ఇటువంటి వారే నిజంగా భగవంతుని ఆశీర్వాదాలకు పాత్రులు.

ఇక్కడ మరో విషయం కూడా ఉంది. మనిషి ఆనందం తన వద్ద ఉన్న ఖజానాల ఆధారంగా ఉంటుంది. ఆ ఖజానాలు సంపద అయినా కావచ్చు, మంచి కర్మలు లేక గుణాలైనా కావచ్చు. వ్యావహారిక జ్ఞాన సిద్ధాంతం అనుసారంగా, ఒక తెలివైనవాడు తన మనో నేత్రముల ముందుకు భగవంతుని జ్ఞానము మరియు సద్గుణాల ద్వారా కలిగే లాభాలను, యోగము ద్వారా ప్రాప్తించే అఖండ ఖజానాలను తెచ్చుకుంటాడు. అంతే కాక వీటి గురించి యోచించి జీవితంలో ధారణ చేసుకుంటాడు. ఇలా అతని సంతోషం మరింతగా వృద్ధి అవుతుంది. దివ్యమైన ఈ విధానము మధురతను, ప్రశాంతతను, మరెన్నో దివ్య గుణాలను తీసుకువస్తుంది. అంతే కాక ఇతరులకు జ్ఞానాన్ని బోధించడం వంటి మంచి కర్మలను చెయ్యాలి అన్న సంకల్పం అతనిలో స్వతహాగా కలుగుతుంది. జ్ఞాన యోగాలను, దివ్య గుణాలను ఇతరులకు పంచని వ్యక్తి, తన వికారాలను భగవంతుడికి అర్పించని వ్యక్తి ఎన్నటికీ సంతోషంగా ఉండలేడు.

19. బంధనముల నుండి నిర్లిప్తత, స్వేచ్ఛ

అహంకారం నుండి గర్వం పుట్టినట్లుగా వ్యామోహము నుండి మోహము పుడుతుంది. దైహిక రూపురేఖల ఆధారంగా ఉన్న ఒక వ్యక్తి దృష్టికోణం తన పిల్లలపై వ్యామోహాన్ని పెంచుతుంది. మొట్టమొదటగా, మనిషి తనను తాను ఒక దేహంగా భావిస్తూ, తనకు పుట్టిన పిల్లలనే తనవారిగా భావిస్తాడు. వారితో నివసిస్తున్నప్పుడు ఆత్మిక స్థితి లోపించడం కారణంగా వారి పట్ల వ్యామోహము, మమకారము నెమ్మదిగా బలపడుతూ ఉంటాయి. ఈ దైహిక మోహము సంబంధాలను పాడు చేస్తూ ఆధ్యాత్మిక సంతోషాన్ని, పరమానందాన్ని పొందనివ్వకుండా ఆటంకంగా మారుతుంది.

ప్రాపంచిక సంబంధాలతో పాటు వ్యక్తి తాను నిత్యం ఉపయోగించే స్థూల పదార్థాల పట్ల కూడా మోహము ఏర్పరుచుకుంటున్నాడు. చనిపోయిన వ్యక్తుల ఆత్మలు కేవలం మోహం కారణంగా వారున్న ఇంటి చుట్టూ ప్రేతాత్మలుగా తిరిగిన సంఘటనలు లేకపోలేదు. మృత్యు గుప్పెట్లో ఉన్న వ్యక్తిని కూడా వ్యామోహము అనే వికారము వీడక ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటుంది. పర్యవసానంగా, ఆకర్షణాబంధుడై తిరిగి ఈ జీవన్మరణ ప్రపంచం వైపుకు లాగబడుతున్నాడు. ఆ ఆత్మ తిరిగి ఈ ప్రపంచంలో జన్మ తీసుకున్నప్పుడు తనలోని మోహ అంశం మళ్ళీ ప్రారంభమవుతుంది. దీని కారణంగా అతడు మళ్ళీ మృత్యు వలలో ఇరుక్కుని పుట్టుకలోని కష్టాలను, బాధలను భరిస్తాడు. ఈ దృక్పథంలో ఆలోచిస్తే, జనన మరణాలకు సంబంధించిన అన్ని బాధలకు మూలం ఈ వ్యామోహమే. చూడటానికి ఇది చిన్న విషయంలా ఉన్నా కానీ, నిజానికి ఈ వ్యామోహము తన గతిలో అది ప్రలోభకారిగా ఉంటుంది. భగవద్గీతలోని ముఖ్య సందేశం కూడా ఈ వికారాన్ని త్యజించి స్వయం యొక్క యదార్థ అస్తిత్వాన్ని గుర్తించాలన్నదే. మోహము ఉన్నంతకాలం మనిషి భగవంతుని స్మృతిలో అనగా యోగంలో స్థిరంగా ఉండలేడు. యోగము సంపూర్ణం కానంత వరకు మనిషి ముక్తిని పొందలేడు.

<u>మోహమును వికారముగా ఎందుకు పరిగణిస్తారు?</u>

నిర్వివాదంగా, మోహం చెడ్డదే. అందుకే అది వికారాలలో స్థానాన్ని సంపాదించుకుంది (కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద మాత్సర్యాలు అనే షడ్ వికారాలు). వికారము అనగా అవ్యవస్థతో నిండినది, దూషితమైనది లేక పతనానికి దారి తీసేది అని చెప్పవచ్చు. ప్రేమ అంటే, ఆత్మిక ప్రేమ పవిత్రమైనదైతే దానికి దూషిత రూపము వ్యామోహము అనగా అతి ప్రేమ లేక మన పరిసరాలకు వశం కావడం. ఈ మోహ బంధాలు స్థూల నేత్రాలకు కనిపించని సూక్ష్మ బంధాలు. అవి ఇనుప కడ్డీలకన్నా, ఏనుగును బంధించే త్రాడులకన్నా బలమైనవి. ఈ వికారంతో బంధింపబడ్డ వ్యక్తి ఎల్లవేళలా బాధపడుతూనే ఉంటాడు. మొదట, ఒక వ్యక్తిని తన వైపుకు ఆకర్షించిన వస్తువు అది ఆ వ్యక్తికి ఎన్నో కష్టాల తర్వాతే దొరుకుతుంది. తర్వాత, ఆ వ్యక్తి ఆ వస్తువును భద్రపరుచుకోవడానికి ఎంతో ప్రయాస పడాలి. వీటన్నిటి తర్వాత, ఒకవేళ తాను ఎంతో ఇష్టపడ్డ వస్తువు పాడైతే అతడు ఎంతో దుఃఖపడతాడు. అంతే కాక, తను ఇష్టపడ్డ బంధు మిత్రులెవరికైనా అనారోగ్యం చేసినా లేక ప్రమాదం జరిగినా అతిని పరిస్థితి మరీ దయనీయంగా, పోగొట్టుకున్నదంతా తానే అనేలా తయారవుతాడు. ఇక వారిలో ఎవరైనా మరణిస్తే తన పరిస్థితి అలివి కానిదిగా మారుతుంది. కేవలం ఇతనే కాక, ఇతని పట్ల మోహ బంధంలో ఇరుక్కున్న వారందరి పరిస్థితి ఇలాగే ఉంటుంది. ఇతనిని చూసినప్పుడల్లా వారు కూడా బాధపడుతూ ఉంటారు. ఇలా, ఈ మోహం కారణంగా ఇతడు దుఃఖంతో పునర్జన్మ తీసుకుంటాడు. ఇతడు బాధపడుతూ, ఇతరులను తన మోహ బంధంలో బంధించిన కారణంగా వారిని కూడా ఇతడు శిక్షార్హులుగా చేసినవాడవుతాడు. క్లుప్తంగా చెప్పాలంటే ఈ వికారము దుష్టమైనది.

ఈ మోహము బారిన పడినవారు ఇతరుల అధీనంలో ఉంటారు. తను కోరుకున్న వస్తువు దొరికే దాకా, తను ఇష్టపడ్డ వ్యక్తి సహవాసం లభించేదాకా అతడు సుఖంగా ఉండలేడు. వ్యక్తి లేక వస్తువు కోసం అతడు ప్రయత్నించినా కానీ అతడు సంతోషాన్ని మాత్రం పొందలేడు. అందుకే శివ భగవానుడు తన పిల్లలను ఉద్దేశించి ఇలా అంటారు – "నా ప్రియమైన బిడ్డలారా, అత్యుత్తమ మనశ్శాంతిని పొందాలంటే ఈ వికారాన్ని త్యజించండి."

<u>మోహము లేకుండా ఇంటి బాధ్యతలను నెరవేర్చడం ఎలా?</u>

కూటి కోసం సంపాదించడం, తినడం, పిల్లలను పెంచడం, స్థిరపడటం – ఇటువంటివన్నీ పశు పక్ష్యాదులు కూడా చేస్తున్నాయి కదా! పిచుక తన ముక్కుతో ఒకట్రెండు వడ్ల గింజలను పట్టుకుని వచ్చి తన పిల్లల నోట్లో వేస్తుంది. పక్షులు కూడా తమ గూడ్లను ఎంతో నైపుణ్యంతో కళాత్మకంగా నిర్మించుకుంటాయి. మరి మనిషి వీటికన్నా ఏ విషయంలో భిన్నమైనవాడు? మనిషి తన బాధ్యతలను ధర్మబద్ధంగా నెరవేర్చి తద్వారా మహత్వపూర్ణ లాభాన్ని ఆర్జించాలి.

తల్లిదండ్రులు పిల్లలను తమ శక్తివంచన లేకుండా పెంచుతారు. ఇదంతా తమ పిల్లల సంతోషం కోసమే చేస్తారు. కానీ ఆ బిడ్డ అకస్మాత్తుగా ఏదైనా అనారోగ్యానికి గురి కావచ్చు, లేక ప్రమాదం కారణంగా అవిటివాడవ్వచ్చు లేక చనిపోవచ్చు. ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో తల్లిదండ్రులు నిస్సహాయంగా ఇలా అంటారు – "మేమేం చెయ్యగలం? వాడి కర్మ ఫలానుసారంగా వాడితో

మాకు ఋణానుబంధాలు తీరిపొయ్యాయి." లేక తమ బిడ్డ అనారోగ్యాన్ని పోగొట్టి అతనికి దీర్ఘాయువును ప్రసాదించాల్సిందిగా భగవంతుడిని వేడుకుంటారు.

ఒకవేళ తమ బిడ్డ స్వతహాగా కఠిన స్వభావుడై, గొడవలు పెట్టుకునే రకమైతే అతనికి మంచి బుద్ధిని ప్రసాదించమని తల్లిదండ్రులు భగవంతుడిని వేడుకుంటారు. అంటే, రోగము, బాధ, పతనము ఉన్న చోట భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తున్నారు అంటే అక్కడ వారి నిస్సహాయత కనిపిస్తుంది. మరి ఇది కూడా బాధ్యతలను నెరవేర్చడమే అని అందామా? తల్లిదండ్రుల ప్రవర్తనలో ఏదో లోపం ఉన్నట్లుగా కనిపించట్లేదా! తల్లిదండ్రులు తమ బాధ్యతలను నెరవేరుస్తున్నప్పటికీ రోగాలు, బాధలు, ప్రమాదాలు, పిల్లల మృతి జరుగుతున్నాయి. పిల్లలు బాధపడుతూ ఉండటం చూడలేకపోవడం, వయసులో ఉన్న తమ కొడుకు మృత్యువును ఆపలేని నిస్సహాయత తల్లిదండ్రులకు నెరవేర్చడానికి వీలు కాని బాధ్యతలు.

మోహము లేకుండా ఉండటమే మంచిది

సత్యయుగంలో అనగా స్వర్ణిమ ప్రపంచంలో అకాల మృత్యువులు, ప్రమాదాలు, రోగాలు, బాధలు ఏవీ ఉండవు. ఎందుకంటే అప్పటి తల్లిదండ్రులలో పవిత్రతా శక్తి ఉండేది. క్లుప్తంగా చెప్పాలంటే వారు ధార్మికమైనవారు. ప్రేమ ఉండేది, కానీ మోహము ఉండేది కాదు. మోహాన్ని వారు జయించారు. వారు వారి బాధ్యతలను నెరవేర్చారు. వారు తమ పిల్లలను ప్రేమించారు కానీ అతి వ్యామోహము లేదు, అందుకే ఆ ప్రపంచం సుఖాలతో నిండిన సుఖధామమైంది. బాధ్యతలను నెరవేర్చేందుకు ఇది సరైన పద్ధతి. అక్కడి వారికి దుఃఖమంటే ఏమిటో తెలియదు. ఎందుకంటే సత్యయుగంలో ఉన్నవారు సంగమయుగంలో ఉన్నప్పుడు పవిత్రతా శక్తితో తమ సంస్కారాలను ధార్మికంగా పరివర్తన చేసుకున్నారు. సత్య, త్రేతా యుగాలలో ఉన్నవారు దేవతలైనాగానీ వారికీ కుటుంబాలున్నాయి. వారి జీవన విధానము పవిత్రంగా, వారి గృహము ధార్మికంగా ఉన్నందుకే ఇప్పటికీ భారతవాసులు వారిని పూజిస్తున్నారు.

ఇప్పుడు స్వతహాగా వచ్చే అనుమానం ఏమిటంటే, వారు తమ కర్మలలో ఇంతటి శక్తిని, సంస్కారాలలో ఇంతటి ధార్మికతను ఎలా నింపుకున్నారు అని?

సత్యయుగంలోని వారు తమ గత జన్మలో సర్వశక్తిమంతునితో మనసును జోడించిన కారణంగా వారు ఈ వికారాన్ని సమూలంగా నాశనం చేసుకుని ధార్మికంగా కాగలిగారు. వారి కర్మలలో ఎంత శక్తి ఉండేదంటే మృత్యువు కూడా వారి పిల్లలను తమ నుండి దూరం చెయ్యలేదు. రోగాలు, ప్రకృతి వైపరీత్యాలు ఏవీ తమ ప్రభావాన్ని వారిపై చూపించలేవు. వారు సంగమయుగంలో (కలియుగానికి, సత్యయుగానికి మధ్య ఉన్న సంధి సమయము) ప్రతి కర్మను శివ పరమాత్మని స్మృతిలో చేసారు. అంటే వారు ఇక్కడ (సంగమయుగంలో) నిజమైన కర్మయోగులుగా ఉన్నారు. దీని కారణంగా వారి తర్వాతి జన్మలో అనగా సత్యయుగంలో కూడా వీరు ప్రాపంచిక బంధాల నుండి ముక్తులై జీవన్ముక్తులయ్యారు. ఈ రోజుల్లో ప్రతి తల్లి – కొడుకు కర్మ బంధనాలలో ఇరుక్కుని ఉన్న కారణంగా దుఃఖాన్ని అనుభవిస్తున్నారు. ఇక్కడివారు ఏమీ చెయ్యలేక నిస్సహాసంగా చూస్తూ ఉంటారు. కానీ సత్యయుగంలోని కర్మలు దేవతలకు సహాయక రూపంలో ఉంటాయి. అంటే దుఃఖమునిచ్చే కర్మలు ఏవీ అక్కడ ఉండవు.

ప్రస్తుత ప్రపంచంలో మనం కర్మలకు బానిసలుగా ఉన్నాము అన్న సత్యాన్ని అందరూ ఒప్పుకుని తీరవలసిన విషయం. మనం వద్దనుకునేది మనకు దొరుకుతుంది. సంతోషంగా ఉండటానికి మన శాయశక్తులా ప్రయత్నిస్తున్నాము, కానీ సత్యమైన సంతోషం మాత్రం కలలాగే మిగిలిపోతుంది. తరచూ మనం కర్మ బంధనాలను అనుభవిస్తూనే ఉన్నాము. ఇప్పుడు ప్రశ్న ఏమిటంటే – దేవతలు అనుభవించిన జీవన్ముక్త స్థితిని పొందటం ఎలా? మన కర్మలలో సమర్థతను ఎలా తీసుకురావాలి? వికారీ కర్మలను త్యజించడానికి కావలసిన ప్రయత్నాన్ని మనం ఎందుకు చెయ్యగూడదు?

కర్మలు చెయ్యకుండా కర్మలను పూర్తిగా సన్యసించడం అసంభవమే. కానీ వికారపూరిత కర్మలను త్యజించడం సాధ్యమే. కర్మలను ఆచరించడం మన బాధ్యత. కర్మలు జీవనోపాధి కోసం చెయ్యడం జరుగుతుంది. అందుకే గీతా భగవానుడు బోధించేదేమిటంటే, కర్మను సన్యసించక నిమిత్తంగా అయి కర్మలను ఆచరించి కర్మయోగిగా కండి అని. అంటే మన కర్మలు దోషరహితంగా ఉండాలి. కర్మలను ఆచరించేటప్పుడు కూడా పరమాత్ముని స్మృతి ఉండాలి. స్వయాన్ని నిమిత్తంగా భావిస్తూ సర్వస్వాన్ని అతనికి మనస్ఫూర్తిగా అర్పించాలి. ఈ ఉద్దేశ్యంతో కర్మను ఆచరించినప్పుడు నాది అన్న భావన అక్కడ రాదు. మోహము నశించి కర్మలు పరిపూర్ణతను పొందుతాయి.

భగవంతుడు వివరించిన ఈ పద్ధతి అత్యద్భుతమైనది. కానీ మన వ్యామోహపు సంస్కారాలు మనలో బాగా నాటుకుపోయి ఉన్న కారణంగా అవి మళ్ళీ మళ్ళీ తలెత్తుతూ ఉంటాయి. చింతించాల్సిన విషయమేమీ లేదు. ఈ సంస్కారాలు ఎంత దుఃస్సాధ్యమైనవైనా కానీ వాటి నిర్మూలనకు కావలసిన శక్తి మనం సర్వశక్తిమంతుడైన పరమాత్మ నుండి పొందవచ్చు. ఈ సంస్కారాలను ఇప్పుడు గనక పారద్రోలకపోతే తర్వాత చాలా ఆలస్యమైపోతుంది. ఎందుకంటే, తన నుండి ఎంత సులభంగా శక్తిని పొందవచ్చో సర్వశక్తిమంతుడు ఇప్పుడు వివరిస్తున్నారు కదా! ఇంతటి మహదవకాశాన్ని ఇప్పుడు జారవిడుచుకుంటే తర్వాత మరో అవకాశం

దొరుకుతుందా? లేదు. కనుక, ఇప్పుడు ఈ చెత్త నుండి మనల్ని మనం పూర్తిగా శుద్ధి పరుచుకోవాలి.

అయితే మీరు ప్రశ్న అడగవచ్చు – నేను మోహాన్ని త్యజించడానికి సిద్ధంగానే ఉన్నాను కానీ నన్ను భగవంతుడు వీటన్నిటి నుండి దూరం చేస్తాడా?

<u>భగవంతుడు మనకు సహాయం చేస్తారా?</u>

ఈ సందర్భంలో ఒక చిలుక కథ గుర్తుకు వస్తుంది. ఒక చిలుక చెట్టుకొమ్మ మీద కూర్చుని ఇలా అరుస్తూ ఉంది, "నన్ను ఈ కొమ్మ నుండి ఎవరైనా దూరం చెయ్యండి. నన్ను ఎగిరేట్లుగా సహాయం చెయ్యండి. నాకు రెక్కలను ఇవ్వండి." అటుగా వెళ్తున్న ఒక వ్యక్తి ఇది విని గట్టిగా నవ్వుతూ చిలుకతో ఇలా అన్నాడు, "ఓ చిలుకా! నీకు నువ్వే నీ గోర్లతో కొమ్మను పట్టుకుని ఉన్నావు కదా, అది నీకు అర్థం కావట్లేదా! నీకు రెక్కలు ముందు నుండే ఉన్నాయి. నువ్వు ఎవ్వరి సహాయం లేకుండా నీ అంతట నువ్వే ఎగురగలవు. ఎవరో వచ్చి నిన్ను ఎగురింపజేయవలసిన అవసరమేముంది?" మానవుని మానసిక స్థితిని ఇది అద్దం పడుతుంది. భగవంతుడు ప్రతి ఆత్మకు జ్ఞానము, యోగము అనే రెక్కలను ప్రసాదించాడు. తనను తాను ఈ ప్రాపంచిక స్మృతులలో బంధింపజేసుకున్న మానవుడు తననుతాను తప్ప మరెవ్వరూ విడిపించలేరు. స్వప్రయత్నములతోనే ముక్తి లభిస్తుంది. భగవంతుడు మనకు దారి చూపి మనశ్శాంతిని అనుగ్రహిస్తాడు. 'తమకు తాము సహాయపడే వారికి భగవంతుడు సహాయాన్ని అందిస్తారు.'

అందుకే శివ పరమాత్మ తన పిల్లలకు ఇలా బోధిస్తున్నారు – "పరంధామంలో ఉండే నేను కేవలం మీ కోసం, ఈ వికారీ ప్రపంచ పరివర్తన కోసం ఈ భూమి మీదకు వచ్చాను. మీ గృహాన్ని పరివర్తన చేసుకోవడంలో మీరెందుకు వెనుకబడి ఉన్నారు? నిజానికి మీరు శక్తిహీనులయ్యారు, అయినా మళ్ళీ మీరు మీ ఇంటిని చూసుకుంటూ, మీ బాధ్యతలను నిర్వహిస్తున్నారు! అంతే కాక మోహము లేకుండా ఇంటి బాధ్యతలను పూర్తి చెయ్యడం వీలు కాదు అని అంటారు. నిజానికి, ఇవన్నీ మీ దృష్టికోణాన్ని దూషితపరిచాయి. మీ ఇల్లు, వాకిళ్ళను వదలమని నేను అడగట్లేదు. పైగా సర్వశక్తిమంతుడనైన నా నుండి యోగము ద్వారా శక్తిని పొందండి, లేకపోతే మీ కఠిన సంస్కారాలను శుద్ధి చేసుకోవడం అసంభవము అని చెబుతున్నాను. వికారాలు మీ జీవితాన్ని విషపూరితం చేసాయి, అయినా కానీ ఈ విషం వెనుకే మీరు ఎందుకు పరిగెడుతున్నారు?"

<u>నిజంగా చెడ్డది</u>

స్వయాన్ని ప్రశ్నించుకోవాలి, "ఈ రక్త మాంసాలతో నిండి ఉన్న రూపంపై దృష్టి ఉండటం ఎంత వరకు సమంజసం? చర్మ సౌందర్యంపై అతి వ్యామోహాన్ని చూపేవాడు మరుజన్మలో చర్మ వర్తకుడిగా జన్మిస్తాడు. మట్టి, ఇనుముతో కట్టిన ఇంటిపై వ్యామోహమున్న వ్యక్తి కుమ్మరిగా, కంసాలిగా జన్మిస్తాడు. ధనాన్ని దోచుకునేవాడు బికారి అవుతాడు. తన బంధు మిత్రులలోనే మునిగి ఉండేవాడు ఖైదీగా జన్మ తీసుకుంటాడు. అంతిమ మతి (ఆలోచనలు)ని బట్టి మరు జన్మ యొక్క గతి ఉంటుంది అన్న సూత్రంపై ఇదంతా ఆధారపడి ఉంటుంది. అందుకే ఎట్టి పరిస్థితులలోనూ మనిషి మోహము నుండి దూరం కావటానికి ప్రయత్నించాలి.

శివ పరమాత్మ తన పిల్లలను ఉద్దేశించి ఇలా వివరిస్తున్నారు, "ఈ కలియుగీ దుర్భాగ్యమైన పాత ప్రపంచానికి సంబంధించిన వేటిపైనా మీకు మక్కువ కలుగకూడదు. వినాశనానికి ఇంకా సమయం ఉందిలే అని అస్సలు అనుకోకండి. ఎందుకంటే జీవితం అశాశ్వతమైనది. ఈ క్షణం కూడా మీది కాదు. ఏమైనా జరుగవచ్చు. మానవ మనుగడ ఇంకా కొంత కాలం నడుస్తుంది కదా అని మీరు అడగవచ్చు, కానీ ప్రపంచ వినాశనానికి ముందే మృత్యువు ఎవ్వరినైనా కబళించవచ్చు. ఉదాహరణకు, ఈ క్షణంలో ఎవరైనా మరణించారనుకోండి, తను పెంచుకున్న మమకారం కారణంగా ఇప్పుడు అతని ఆత్మ గతి ఏమిటి? తప్పకుండా ఆ ఆత్మ భగవంతుని దర్బారులో ధర్మరాజు అయిన పరమాత్ముని ఎదుట శిక్షార్హుడు. కనుక, ప్రాపంచిక ఆకర్షణలకు ఎవ్వరూ లోనవ్వకూడదు, లేకపోతే పూర్తి కల్పం అతడు దురదృష్టవంతుడిగా ఉండిపోవలసిందే. ఇదంతా ప్రక్కన పెట్టి చూసినా కానీ ఈ ప్రపంచంలో ఎక్కడా సారమనేది లేదు అని మీకు తెలుసు. ఈ ప్రపంచం అంతమొందేది ఉంది అని మీకు తెలుసు. ఇప్పుడు మనస్ఫూర్తిగా, నిజాయితిగా, శక్తిశాలిగా ప్రయత్నించి అతి ప్రేమను, వ్యామోహాన్ని త్యజించినట్లయితే అతడు రాబోవు ప్రపంచంలో సంపూర్ణ, అఖండమైన సుఖప్రదమైన దైవీ స్వరాజ్యాన్ని పొందగలడు. మానవుడు తన కర్మలను ఆత్మిక స్థితిలో స్థితి అయి పరమాత్ముని స్మృతిలో, నిమిత్త భావముతో ఆచరించాలి."

ఒక నర్సు ఉదాహరణ తీసుకుందాం. పిల్లలందరినీ తను ఎంతో శ్రద్ధతో చూసుకుంటుంది. పిల్లలను శుభ్రపరుస్తూ, తినిపిస్తూ కావలసిన అన్ని పనులను చేస్తూ కూడా నర్సుకు వారి పట్ల మోహము ఏర్పడదు. అంటే మోహము లేకుండా ఇంటి బాధ్యతలను నెరవేర్చడం అసంభవమని అనుకోవడం సరైనది కాదు. ఒక నావ ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు తనతో పాటు ప్రయాణికులను దానిలో తీసుకు వెళ్తుంది. కానీ అదే నావలోకి నీరు చేరితే ఆ నావ ప్రయాణికులతో సహా మునిగిపోతుంది. సరిగ్గా ఇలాగే, మానువుడి మనసులో మోహము ప్రవేశిస్తే అతడు జీవితము అనే నదిలో మునిగిపోతాడు. కానీ ఇదే వ్యక్తి మనసులో వికారాల ప్రవేశత లేకపోతే ఈ నదిని దాటగలడు.

మోహము గురించి శివ భగవానుడి వచనములు అతి ప్రభావము కలవి. వారు చెప్పినట్లుగా మనిషి తనకు మృత్యువు

ఎప్పుడైనా రావచ్చు అని గుర్తుంచుకున్నప్పుడు, ఒకవేళ అతని అంతిమ క్షణాలలో అతనికి మోహపు ఆలోచనలు వస్తే అతడు ముక్తిని పొందలేడు కనుక, మనిషి తనను తాను ఈ వికారం నుండి దూరంగా ఉంచుకుని మృత్యు భయం లేకుండా సంసిద్ధంగా ఉండాలి.

20. క్రోధ నిర్మూలన

కోధమున్నచోట నిండు కుండ కూడా ఎండిపోతుంది అని అంటారు. నిజానికి ఎండిపోయేది నీరు కాదు, క్రోధి శరీరంలోని రక్తం. అందుకే మనిషి తన శీతల స్వభావాన్ని వీడకూడదు, దానిని తన వద్దే ఉంచుకోవాలి.

మనిషి తన సహజ గుణాన్ని మరచినప్పుడు దాని వల్ల కలిగే పరిణామాలను విస్మరిస్తూ ఉంటాడు. క్రోధాగ్నిలో ఇళ్ళు తగులపడిపోవడం, దేశాలు నాశనం కావడం కూడా జరుగుతూ ఉంటాయి. జీవితంలోని ఆనందాలను కూకటి వ్రేళ్ళతో పెకలించి వేసేది ఈ క్రోధమే. క్రోధము ఒక క్రూర మృగం వంటిది. భుతం వంటి ఈ క్రోధమే అన్ని వివాదాలకు, కష్టాలకు కారణం కనుక దాని దాడి నుండి మనల్ని రక్షించుకోవడానికి అన్ని ప్రయత్నాలు చెయ్యాలి.

క్రోధం మనల్ని అనేక రూపాలతో, అనేక విధాలుగా బాధిస్తూ ఉంటుంది. ఆవేశం, శత్రుత్వం, అసూయ, పగ, అసంతృప్తి, హింస, విరోధం మొదలగు ఇటువంటి భావాలన్నీ క్రోధం యొక్క వివిధ రూపాలే. ఇవన్నీ మనిషిని అశాంతిపాలు చేస్తున్నాయి. కనుక వీటికి బలి కాకుండా ప్రతి ఒక్కరూ జాగ్రత్త పడాలి.

క్రోధం జ్వరం వంటిది, ఉబికే భావము వంటిది

ఇతరులతో తనకు భేదాభిప్రాయాలు ఉన్నాయి అని మనిషి తెలుసుకున్నప్పుడు అతడు ఆవేశానికి గురవుతాడు. తన అభిప్రాయంతో ఎదుటివారు ఏకీభవించకపోతే అతడు మండిపోతాడు, జ్వరమున్నవాడిలా. ఈ వేడిని తగ్గించుకోవడానికి ఒక అమోఘమైన మార్గముంది.

క్రోధమనే ఈ భావం ఉత్పన్నమైనప్పుడు శరీరంలోని సింపథిటిక్ (సహానుభూతి) నాడీ వ్యవస్థ ప్రతినిధిగా అయి మార్పులను తీసుకు వస్తుంది. ఒక భావము తీవ్రంగా ఉత్తేజితమైనప్పుడు అది అలాగే నిలిచిపోతుంది. ఆ స్థితిలో, ఆ భావము బైటపడటానికి ఎవరో ఒక బలి పశువును వెతుకుతుంది. తన పై అధికారితో విసుగెత్తి ఉన్నా లేక తిట్లు తిన్నా, తిట్లు తిన్న ఆ వ్యక్తి తన అసహనాన్ని తన క్రింది వారిపై చూపడం సహజమే. తన భార్యపై కోపంతో ఉన్న వంటవాడు అంట్లు తోమేవాడి చెవులు వాచిపోయేలా తిడ్తాడు. మన కోపం, ఉదాహరణకు, మన పనులలో ఆవేశాన్ని తీసుకు వస్తుంది. ఈ ఆవేశం వల్ల మనకు ఎవరి మీదయితే కోపం ఉందో వారి మీదకు విరుచుకు పడతాం, బాధపెడతాం. ఆ సమయానికి మన కోపం తగ్గిపోయింది అని అనుకుంటాం, అంతే కాక అలా కోపం వచ్చినప్పుడల్లా మండిపడటం అలవాటైపోతుంది. మరోసారి ఇటువంటి పరిస్థితి వచ్చినప్పుడు కోపాన్ని వెల్లగక్కకపోతే మళ్ళీ అసహనం మొదలవుతుంది. దీని వల్ల కోపం మరింత ఎక్కువై వివిధ రూపాలుగా బయట పడుతుంది. ఉదాహరణకు, మనకు ఎవరి మీదయితే కోపంగా ఉంటుందో ఆ వ్యక్తి గురించి అసభ్యంగా, కించపరిచే విధంగా మాట్లాడటం, గాయపరచడం, వారి అహంను దెబ్బ తీసే విధంగా మాట్లాడటం జరుగుతుంది. మన జీవితంలోని కొన్ని సత్యాలను మనం యథార్థంగా అర్థం చేసుకోలేనప్పుడే ఇటువంటి దురదృష్టకర సంఘటనలు జరుగుతూ ఉంటాయి.

కారణాలు

కోపం రావడానికి ముఖ్య కారణాలు – లోభం, మోహం, గౌరవం పట్ల అత్యాశ, స్వయమే ముఖ్యము అని అనుకునే భావము, ఆత్మ న్యూన్యతా భావము. ఉదాహరణకు, తల్లికి తన బిడ్డపై ఉన్న మోహము ఎటువంటిదంటే తన బిడ్డను ఎవరన్నా ఏమన్నా అంటే ఆ తల్లి అనవసరంగా చికాకుకు లోనై తన మనసును కలవరపరుచుకుంటుంది. ఆ క్షణంలో తనకు తాను చేసుకుంటున్న నష్టాన్ని ఆ తల్లి గ్రహించకపోవచ్చు. తాను మళ్ళీ ఉత్సాహపరుచుకోవలసిన అవసరం కలుగుతుంది. ఒక వ్యక్తిని మరొక వ్యక్తి సునాయాసంగా నిరుత్సాహపరచగలడు అనే మానవ ప్రవృత్తికి ఈ ఉదాహరణ తార్కాణం. ఈ దర్పం, ఆధిక్య భావాలే మానసిక రుగ్మతులకు కారణం.

తర్వాత, తన విరోధుల వద్ద కన్నా తన వద్దే ఎక్కువ సంపద ఉండాలి అన్న స్వభావం కారణంగా నీతివంతంగా కాకపోతే నీచ పనుల ద్వారా అయినా సరే తాను అనుకున్నది సంపాదించాలనుకుంటాడు. మనిషికి క్రొత్త పరిచయాలు ఏర్పడ్డప్పుడు అవతలి వ్యక్తి తనకన్నా ఏ విషయాల్లో బలహీనంగా ఉన్నాడు అనేది అప్పుడప్పుడు పరిశీలిస్తూ ఉంటాడు. మనిషి మనసులో మొదలైన న్యూన్యతా భావము హోదాను, స్వనిశ్చితిని ఆశిస్తూ ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు ఈ తపనే జీవన పురోగతికి ఆధారమవుతుంది. నెపోలియన్‌లో ఉన్న న్యూన్యతా భావము, అతను తన సహ విద్యార్థులతో అనుభవించిన అవమానాలే అతని విజయాలకు కారణమయ్యాయి. అలాగే డెమోథెసెస్ అనే ప్రసిద్ధ గ్రీకు ప్రాసంగికుడు తన చిన్నప్పుడు స్పష్టంగా పలుకలేని కారణంగా ఎంతో వ్యాకులతతో ఉండేవాడు.

నివారణలు

కోపోద్రేకమును తగ్గించుకోవడం పరిష్కారాలతో, ఆత్మ పరిశీలనతో మాత్రమే సాధ్యము కానీ మండిపడటం ద్వారా కాదు. శాంతిపూర్వకంగా పనులను చక్కబెట్టుకోవడం, సమాజంతో సత్సంబంధాలను కలిగి ఉండటంలోనే మానసిక ఆరోగ్యం

ఉంది. మనలోని న్యూనతా భావాన్ని పోగొట్టుకోవాలంటే మన శక్తి, మన ప్రాముఖ్యత గురించిన ఊహాత్మక కల్పనలు చెయ్యడం మానెయ్యాలి. ఆత్మానుభూతిని పెంచుకోవాలి. ఈ అధర్మ ప్రపంచంలో ఆత్మ ఉనికిని మరిచిపోయి ఆత్మిక తండ్రిని విస్మరించడమే ఈ కోపోద్రేకాలకు ముఖ్య కారణం. శాంతి సాగరుడైన పరమాత్మ యందు విస్మృతి కలిగిన కారణంగా మనం అశాంతిపాలయ్యాం. ఆత్మిక భావంతో వసుధనంతా మన పరివారంగా భావించక దేహాభిమానం కారణంగా మనల్ని మనం హద్దు యొక్క పరివారంలోనే బంధించుకుంటున్నాం. ఇప్పుడు ఈ తప్పును సరిదిద్దుకుని సర్వోత్తముడైన పరమాత్మ నుండి శక్తిని పొందాలి. మన సహజ స్వభావాన్ని మనం అర్థం చేసుకున్నప్పుడు విశ్వ మానవులందరి పట్ల ఐక్యతా భావం కలుగుతుంది. ఆత్మ జ్ఞానం మరియు సృష్టికర్త అయిన పరమాత్మ జ్ఞానాన్ని తెలుసుకున్నప్పుడు మనసు హద్దుల నుండి, బంధనాల నుండి ఉన్నతంగా వెళ్తుంది. జాతి, లింగ భేదాలు లేకుండా ప్రతి ఒక్కరినీ ఆత్మగా చూసే స్థితికి ఎదుగుదాం. తద్వారా భగవంతునితో తండ్రి బిడ్డల క్రొత్త సంబంధాన్ని మనం ఏర్పరుచుకోగలం. మంచి ఆలోచనలు కర్మలుగా పరివర్తన చెందినప్పుడు పరిసరాలను, వాతావరణాన్ని శుద్ధంగా మారుస్తాయి. అలాగే, మానవులందరూ ఆత్మలు అన్న శ్రేష్ఠ మనో క్రమశిక్షణ ద్వారా మానవాళిని సహజ ప్రేమకు ముడి వేస్తుంది. దీని ద్వారా మనం సహజంగా కోపంపై విజయాన్ని సాధించవచ్చు.

<u>ప్రతి కఠిన పరిస్థితిని కదిలే కాలంగా పరిగణించండి</u>

ఈ అనంత సృష్టి నాటకంలో ప్రతి దృశ్యానికి ఒక విశిష్టత ఉంది. ఈ జ్ఞానంతో ప్రతి పరిస్థితిని కదిలే కాలంగా పరిగణించాలి. కంపించే వస్తువు నుండి తరంగాలు వెలువడినట్లుగా పరమాత్మతో నిరంతర స్మృతి కారణంగా వాతావరణంలో శ్రేష్ఠ తరంగాలు వ్యాపించడమే కాక స్థూల ఇంద్రియాలకు అతీతంగా అతీంద్రియ సుఖాన్ని పొందుతాము.

<u>మీ మిత్రుడిని, శత్రువును యథార్థంగా గుర్తించండి</u>

క్రోధం ఆత్మకు శత్రువైతే సుగుణాలు దానికి మిత్రులు. కొన్నిసార్లు మనిషి పెద్దగా కారణం లేకుండానే చికాకు పడుతూ ఉంటాడు. అప్పుడు కూడా మనిషి మౌనం అనే సుగుణాన్ని వినియోగించాలి. కేవలం మానవుడికి మాత్రమే మంచి చెడులను ఎంచుకోగల అద్భుత అవకాశం ఉంది. కనుక, పాప పుణ్యాలకు శిక్షను, ప్రాప్తిని పొందుతాడు. ఇది మనసులో ఉంచుకుని, మనతో ఒకవేళ ఎవరైనా కోపంతో ఉన్నా కానీ మౌనం అనే సుగుణాన్ని మనం వీడకూడదు. శాంతిని స్వధర్మంగా కలిగిన ఆత్మలం మనము అన్న నిరంతర స్మృతి వలన కోపాన్ని జయించడం వీలవుతుంది, ఎందుకంటే ఈ రక్త మాంసాలతో కూడిన శరీరం మనం కాదు అని అర్థం చేసుకున్నందువలన. ఈ అనంత విశ్వంలో ఆత్మ ఒక ప్రయాణికుడు అయితే ఆ ఆత్మకు శరీరం నివాస స్థానం. ఈ సృష్టి నాటకంలో ఆత్మ తన పాత్రను నిర్వహించడానికి ఆత్మల ప్రపంచం నుండి వస్తుంది. తల్లి గర్భంలోని పిండంలో ఆత్మ ప్రవేశించినప్పుడు ఆ శిశువులోని కదలికలను తల్లి గుర్తిస్తుంది. ఈ మానవ రూపం విశ్వ నాటక రంగంలో ప్రవేశించిన మరు క్షణం తన తల్లిదండ్రులు, స్నేహితులు, బంధువులతో కలుస్తుంది. ఆత్మ స్వధర్మము పవిత్రత, శాంతి మరియు ఆనందము. కానీ విధి యొక్క విపరీత లక్షణం ఎటువంటిదంటే మనం కొంత మంది వ్యక్తులు, జాతుల పట్ల ఎంతగా ముడిపడిపోయి ఉన్నామంటే ఇందులో పడిపోయి అంతిమ విజయానికి కావలసిన మార్గాన్ని మర్చిపోయాం. సరైన ఆత్మిక క్రమశిక్షణ ద్వారా ప్రతి భావాన్ని సరైన విచక్షణా జ్ఞానంతో, నిర్ణయ శక్తితో పరిశీలించడమే కాక మనమందరమూ సర్వశక్తిమంతుడైన పరమాత్ముని పిల్లలం అన్న అఖండ సత్యాన్ని గ్రహించినప్పుడు కోపాన్ని సులభంగా నిర్మూలించవచ్చు.

స్వయం అనగా ఆత్మయే ఈ శరీరాన్ని నడిపించేది అన్న జ్ఞానం కూడా కోపాన్ని నియంత్రించుకోగల శక్తినిస్తుంది. మనసు, బుద్ధి, సంస్కారాలు, ప్రకాశము, శక్తి అనే ఐదు సూక్ష్మ శక్తులను కలిగి ఉన్న ఆత్మ ఒక పైలెట్ వంటిది. విమానం (ఆలోచనలు) బయలుదేరినప్పటి నుండి తిరిగి భూమి మీదకు చేరుకునే వరకు ఆత్మ తన శరీరాన్ని నడిపిస్తుంది, దాని కోసం ఆత్మ పని చేస్తుంది, నియంత్రిస్తుంది, దారి చూపుతుంది. దీని వలన కోపానికి మూల కారణమైన అహంకారము నుండి మనల్ని మనం జాగ్రత్త పరుచుకోగలము.

మన మనసు అద్దం వంటిది, కోపమును ప్రదర్శించినప్పుడు మనసు అనే అద్దంపై దుమ్ము పడుతుంది. ఈ అపోహలు అనే దుమ్ము పోవాలంటే ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానము అనే మంద సమీరము కావాలి. మన శాంత స్వభావము మనకున్న విలువైన అధికారము. దానిని పోగొట్టుకోకూడదు. కాలు జారితే వెనక్కు తీసుకోవచ్చు, కానీ మాట జారితే మాత్రం వెనక్కు తీసుకోలేము. ఎందుకంటే ఆ మాటలు ఆత్మలను అభిప్రాయాలతో, ప్రభావాలతో నింపేస్తుంది. వాటిని తుడిపెయ్యడం కష్టం. కనుక, నిరంతరం మాటలలో అంతర్ముఖత, భగవంతునియందు సమర్పణ భావం, సహనము, హర్షితముఖము వంటి దివ్య గుణాల ధారణ పట్ల అప్రమత్తత కలిగి ఉండాలి. మనం ఆధ్యాత్మిక సమాజ సేవకులం. నిరంతర పరమాత్మ స్మృతి, ప్రేమ, ఆధ్యాత్మిక ప్రకాశము మరియు శక్తి మనలో శక్తిశాలి స్థితిని తీసుకు వస్తాయి. ఇటువంటి స్థితిలో మనల్ని ఏ పరిస్థితి కూడా చికాకు పెట్టకూడదు. అందరితోనూ శత్రుత్వంతో కాక స్నేహశీలిగా ఉండేవాడు ధన్యుడు. ఇతరులను అభినందించే సద్గుణం కూడా కోపం నుండి దూరంగా ఉంచుతుంది.

ఇతర నివారణలు

కోపానికి కారణమైన భేదాభిప్రాయాలను ఇప్పుడు చూద్దాం. ప్రస్తుత ప్రపంచంలో మనిషి అభిప్రాయాలు ఎలా ఉన్నాయంటే వైవిధ్యము అనే నియమము నడుస్తుందా అన్నంతగా పెరిగిపోయింది. ఇది మనిషి గుర్తించుకోవలసిన విషయము. ఏ ఇద్దరి అభిప్రాయాలు ఒకటిగా ఉండట్లేదు, అంతెందుకు – ఒకే చెట్టులోని రెండు ఆకులు కూడా ఒకలా ఉండవు. ఒకే పోలికలతో ఉన్న ఇద్దరు మనుషులను కానీ, ఒకే విధంగా ఒక పనిని చేసే ఇద్దరు వ్యక్తులు ఉండటం కానీ అసంభవం. ఒక చెట్టుకు అసంఖ్యాకమైన ఆకులు ఉంటాయి, కొమ్మలు ఉంటాయి, కానీ చెట్టుకు విత్తనం ఒక్కటే, కాండం ఒక్కటే. అలాగే సృష్టి అనే వృక్షానికి కూడా పరమాత్మ బీజంవంటివాడు. ఈ సృష్టి అనే వృక్షము తన మొదటి దశలో ఉన్నప్పుడు అంటే సృష్టి ఆరంభ దశలో ప్రపంచంలో ఒకే మతము, ఒకే ధర్మము, ఒకే రాజ్యము ఉండేవి. మనం సమర్థవంతంగా ఉండటానికి, కోపావేశాన్ని తగ్గించుకోవడానికి, శాంతి సమైక్యతలను తిరిగి ఈ సృష్టిలో తీసుకురావడానికి బీజ రూపుడైన పరమాత్మను ధ్యానించాలి. దీనితోపాటు తప్పులు, పాపాలు ఈ కలియుగానికి ప్రత్యేకమని, ఇవే వినాశనానికి సూచికలు అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఇది మనసులో పెట్టుకుని మనిషి ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉండాలి, ఎందుకంటే సంతోషకర రోజులు, సత్యయుగపు మనోహర సమయము అతి త్వరలో ఆసన్నం కాబోతున్నాయి కనుక. దుఃఖము, ద్వేషముతో ఉన్న వ్యక్తి ఆ ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించలేడు. కానీ అతడు మళ్ళీ తిరిగి జన్మించినప్పుడు అసహన స్వభావం కలిగిన వారి మధ్యే ఉండవలసి వస్తుంది.

సోదర భావము

సత్యయుగంలో పులి, ఆవు ఒకే చెరువులో కలిసి నీరు త్రాగేవి. మరి పరమాత్ముని సంతానమైన మనం, పరస్పరం సోదరులమైన మనం కలిసి పని చెయ్యలేమా? సత్యయుగీ ప్రపంచం పాల సముద్రం వలె ఉంటూ అక్కడి వారు దివ్య గుణమూర్తులుగా ఉండేవారు. తియ్యని పాలలా కలిసిపోకుండా ఇక్కడ మనం పరస్పరం ఘర్షణ పడుతూ ఉండటం సబబేనా? మనం దైవీ స్థితి నుండి దిగజారిపోలేదా?

దేవతల ప్రతి అంగాన్ని పద్మముతో పోలుస్తారు, ఉదాహరణకు, కమలాక్షి, కమల నేత్రం, కమల ముఖం. పద్మములా దివ్యంగా ప్రకాశిస్తూ సుమధురంగా ఉండకుండా ముళ్ళలా కఠినంగా ఉండటం ఎంతవరకు సమంజసం? నిస్సందేహంగా కోపము ఒక దుష్ట మానవునికి గుర్తు. కోపానికి లోనవుతూ ఉంటే మనం ఎలా దేవతలుగా అవుతాము? స్వర్గ సామ్రాజ్యాన్ని ఎలా పొందగలం? ఈ విధంగా ఆలోచించినప్పుడు ఆత్మ జ్యోతి ప్రకాశిస్తుంది, కోపావేశాలు పారిపోతాయి.

కర్మ సిద్ధాంతం ఆధారంగా ప్రతి పరిస్థితిని చూడండి

ఇతరులు తనతో సక్రమంగా ప్రవర్తించనప్పుడు కూడా కొన్ని సార్లు కోపం వస్తూ ఉంటుంది. కానీ ఈ ప్రవర్తనకు కారణం తన కర్మ ఫలమే అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఇది నిజం. ఇతడు ఎప్పుడో అసభ్యకరంగా ప్రవర్తించి ఉండకపోతే ఎవ్వరూ ఊరికే తనను దుర్భాషలాడరు అనేది అర్థం చేసుకోవాలి, అది ఈ జన్మలో కావచ్చు లేక గత జన్మలలో కావచ్చు. ఈ విధమైన ఆలోచనా ధోరణి శాంతపూర్వకమైన మౌనాన్ని ఇస్తుంది, దీని వలన ఎదుటి వ్యక్తిలో మంచి ప్రభావాన్ని కలిగిస్తుంది. లేకపోతే ఈ కోపము అనే అగ్నిని ఆర్పడం అసంభవమవుతుంది.

ఇతరులలోని లోపాల పట్ల సరైన అవగాహన

ఇతరులలోని లోపాలను, బలహీనతలను సహించ లేకపోవడం కూడా కోపానికి గల కారణాలలో ఒకటి. ఈ పరిస్థితిలో ఇతరుల లోపాలను చూసి ఆశ్చర్యపడే బదులు మనలోని కోపము అనే అలవాటును చూసుకుని దానిని ఎలా అధిగమించాలి అని ఆలోచించుకోవడం ఉత్తమం. ఇతరులు ఏదైనా పొరపాటు చేసినా లేక ఒక విషయాన్ని అర్థం చేసుకోలేని కారణంగా ఆ విషయాన్ని ఖండించినప్పుడు మనం సహానుభూతితో, శుభ భావనతో, యుక్తిగా వారికి మన ఉద్దేశ్యాన్ని వివరించడం ద్వారా మాత్రమే మనం వారికి మన అభిప్రాయాన్ని తెలియపరచగలం. ఈ విధంగా మనం మన ఆధ్యాత్మిక శక్తిని, ప్రశాంతతను పెంచుకోవడమే కాక ఎదుటి వ్యక్తికి సరైన మార్గాన్ని చూపించడంలో సమర్థవంతులవుతాము. ఒక వ్యక్తి తనలోని కోపము అనే బలహీనతనే అధిగమించలేనప్పుడు ఇతరుల లోపాల గురించి అతడు ఎలా ప్రశ్నించగలడు? బలహీనతలు కలిగిన వ్యక్తి పట్ల అసహనం ప్రదర్శించడానికి బదులుగా అతనికి సహాయం చెయ్యి అని ఈశ్వరీయ జ్ఞానం బోధిస్తుంది. ఒక బావిలో పడిపోయినట్లుగా లోపాలు అనే అగాధంలో పడిపోయిన వ్యక్తికి ఆధారంగా నిలిచి పైకి లేపండి. లేకపోతే ఏదో ఒక రోజు మనమూ ఆ వ్యక్తి వలె అగాధంలో పడిపోతాము. ఇతరుల లోపాలను మనం భరించలేనప్పుడు మనం మనలోని కోపాన్ని పోగొట్టుకోవడం ఎంతైనా అవసరం. లేకపోతే, కఠినమైన ప్రవర్తనా శైలిని కలిగినవారిలా మనమూ బాధపడాల్సి వస్తుంది.

మర్యాదకర మాటలను వినియోగించండి

క్రోధాన్ని నిర్మూలించేందుకు మరో మార్గం – ప్రేమతో నిండిన మర్యాదకర మాటలను మాట్లాడటం నేర్చుకోవడం. మన సంభాషణలో స్నేహితుడు, మంచి సోదరుడు, ప్రియమైన తల్లిగారు, ప్రియ సోదరి వంటి మాటలను ఉపయోగించే అలవాటు

కావాలి. ముఖ్యంగా భిన్న అభిప్రాయాలు కలిగిన వారితో సంభాషించేటప్పుడు ఈ మాటలను సరైన అర్థముతో వాడాలి. మన సమతుల్య వ్యవహారముతో ఉద్రేకముతో ఉన్న వ్యక్తి కూడా చల్లబడ్తాడు.

<u>సహజ స్వభావము</u>

ముఖ్యమైన విషయము మరొకటి కూడా ఉంది. ఆత్మకు కావలసిన ఆవశ్యక సుగుణాలు – పవిత్రత, శాంతి. ఈ రోజుల్లో ఆచార వ్యవహారాలను ఆచరించడం మాత్రమే ధర్మంగా పరిగణిస్తున్నారు. ఉన్నత విలువలు, సత్ప్రవర్తన కేవలం పుస్తకాల వరకే పరిమితమయ్యాయి. కానీ శాంతి పవిత్రతలు వంటి ఆధ్యాత్మిక విలువలను కోల్పోయిన కారణంగా ఈనాడు మానవుడు దుఃఖాలలో మునిగి ఉన్నాడు. ఇటువంటి పరిస్థితిలో స్వయాన్ని ఆత్మగా, పరమాత్ముని సంతానంగా గుర్తించి, ఆత్మ స్వధర్మము పవిత్రత మరియు శాంతి అని తెలుసుకుని ఈ నిరంతర స్మృతిలో ఉండటం ఎంతో అవసరం. కోపము మనకు అవసరమైనదీ కాదు, మన స్వధర్మమూ కాదు. తన కోపం వల్ల ఇతరులు బాధపడటంతో పాటు తనకూ ఈ కోపము దుఃఖమును ఇవ్వట్లేదా? అలాగే శాంతముతో నిండిన మనసు ఇతరులకూ ప్రశాంతతను చేకూర్చదా? కనుక శాంతిని పెంపొందించే కార్యాన్ని మాత్రమే చేసే అలవాటు మనకు రావాలి. ప్రశాంతమైన మనసు నుండే విజయము ఉద్భవిస్తుంది. అందుకే అంటారు – ఎక్కడ ధర్మము ఉంటుందో, అక్కడ విజయము తప్పక ఉంటుంది అని. వేడి ఇనుమును కోసేది, వంచేది చల్లని ఇనుమే. కనుక, ఉద్రేకముతో ఉన్న వ్యక్తితో ప్రశాంతంగా వ్యవహరిస్తేనే విజయం మనల్ని వరిస్తుంది. మీ ధర్మము శాంతి అని గుర్తించండి. మన మాటలు ఆరంభమైనా, ముగిసినా ఓం శాంతి (అనగా శాంతి నా స్వధర్మము లేక నీకు శాంతి కలుగుగాక అని అర్థం) అను మధుర పలుకులతో కావాలి.

<u>కొద్దిపాటి కోపము కూడా చెడు కర్మల కిందకే లెక్క</u>

వివిధ దేశాల ప్రభుత్వాలు కేవలం ఉగ్ర రూపం దాల్చిన కోపానికి మాత్రమే దండన విధిస్తున్నారు – కోపావేశాలకు గురై ఒక వ్యక్తిని చంపినా లేక చంపడానికి ఏదైనా ఆయుధాన్ని ఉపయోగించినా వారు మాత్రమే శిక్షార్హులవుతున్నారు. కేవలం ఉగ్రరూపం దాల్చిన కోపానికి మాత్రమే కాక కొద్ది పాటిగా కోపం కూడా శిక్షార్హమే అని ప్రభుత్వం గనక కొత్త చట్టం తీసుకు వస్తే ఆ చట్టాన్ని అమలు చెయ్యడానికి అంటే న్యాయాధికారులు, మంత్రులు, ఉన్నతాధికారులు ఎవ్వరూ మిగిలి ఉండరు. నిజానికి అందరూ కోపానికి ఏదో ఒక మోతాదులో లోనవుతూనే ఉంటారు. కేవలం శిక్షలకు అతీతమని, ప్రభుత్వ శిక్షా స్మృతిలో లేని కారణంగా కొద్దిపాటి కోపానికి లోనై చేసే కర్మలను చెడు కర్మల కింద జమా చెయ్యకుండా ఉండకూడదు. సర్వోత్తముడైన పరమాత్ముని దర్బారులో అతి స్వల్ప కోపము కూడా క్రోధిని శిక్షార్హుడిగా చేస్తుంది. నిజానికి, కోపం వచ్చిన ఆ క్షణం కూడా క్రోధి అశాంతితో శిక్షను అనుభవిస్తున్నట్లే. కోపము, కొద్దిగా అయినా, ఎక్కువైనా, అది ఎప్పుడూ హానికరమైనదే. కనుక, మనిషి శాంతంగా, మధురంగా, మౌనంగా ఉండటం నేర్చుకోవాలి.

21. కామ వికారమును జయించడం ఎలా?

యోగికి కామ వికారము అధమ శత్రువు. ఒక బలమైన శత్రువు మనిషిని క్రిందకు లాగినట్లుగా ఈ కామ వికారము మనిషిని ఆధ్యాత్మిక ఉన్నత శిఖరముల నుండి దిగజార్చి దేహాభిమానము అనే అగాధంలోకి పడేస్తుంది. అతని నుండి దివ్య ఆనందాన్ని, ఆధ్యాత్మిక సంతోషాన్ని ఈ కామ వికారము దొంగిలించి అతడిని స్వర్గ దైవీ స్వరాజ్యము నుండి వంచితం చేస్తుంది. భగవంతునికి సమీపంగా చేరుకోవాలని ప్రయత్నించే వ్యక్తి ఒకవేళ ఇంద్రియ సుఖాలకు లోనైతే అతడు నీచుడిగా అవుతాడు అన్నది లోకోత్తర సత్యము, మర్చిపోకూడని విషయము. అటువంటి వ్యక్తి తిరిగి భగవంతునితో ఆధ్యాత్మిక కలయికను అనగా తన పూర్వ స్థితిని చేరుకోవాలంటే ఎంతో కృషిని చెయ్యవలసి ఉంటుంది, ఎంతో సమయం పడుతుంది. అందుకే మనం దేని గురించైనా ఆలోచించే ముందు మన దృష్టికోణాన్ని, అలవాట్లను శుద్ధి పరుచుకోవడం ఎంతో అవసరం. ఆధ్యాత్మిక యోగాన్ని అభ్యసిస్తున్న వ్యక్తి జ్ఞానానికి, నమ్మకానికి మధ్య సమతుల్యతను పాటిస్తూ తన కళ్ళు తనను మోసం చెయ్యకుండా దైహిక రంగు రూపులకు ఆకర్షితమవ్వకుండా చూసుకోవాలి. దృష్టి ఇప్పటికీ వికారభరితంగా ఉంది అంటే దివ్య జ్ఞానము మరియు బ్రహ్మచర్యపు పునాదులు ఇంకా బలపడాలి అని అర్థం చేసుకోవాలి.

<u>సూరదాసు చేసిన పొరపాటు</u>

పరమ భక్తుడు, పండితుడు అయిన సూరదాసు తనను తాను పవిత్రంగా ఉంచుకోవడానికి సూదితో తన కళ్ళను పొడుచుకున్నాడు అని అంటారు, తద్వారా ఈ ప్రపంచంలోని దేనినీ అతడు చూసే వీలు లేకుండా, ఈ ప్రపంచం తనను మోసం చెయ్యకుండా ఉండాలని. నిజానికి, కళ్ళను తప్పు పట్టడానికి వీలు లేదు. ఈ పొరపాట్లకు దేహాభిమానమే కారణము. దివ్య జ్ఞానము అనే సూదితో దేహాభిమానాన్ని తొలగించాలి. ఇందులో ఎటువంటి ఇబ్బంది ఉండదు.

<u>సరైన మార్గము</u>

ఉదాహరణకు, భార్యాభర్తలు భగవంతుని విగ్రహం ముందు నిల్చుని ఇలా ప్రార్థిస్తారు, "త్వమేవ మాతాశ్చ పిత త్వమేవ, పితు మాత సహాయక స్వామి సఖా, త్వమేవ శరణం మమ", భార్యాభర్తలు ఇరువురూ ఇలాగే ప్రార్థిస్తారు. అంటే ఆధ్యాత్మిక సంబంధాల అనుసారంగా వీరిద్దరికీ తల్లి-తండ్రి ఒక్క పరమాత్మయే అని అర్థమవుతుంది. (దైహిక బంధాల అనుసారంగా భర్త భగవంతుడిని తండ్రి అని పిలిస్తే మరి భార్యకు భగవంతుడు మామాగారు కావాలి కదా!) అలాంటప్పుడు వీరిరువురిలో కామపూరిత ఆలోచనలు రానేకూడదు. గురుద్వారలో కూడా, "మీరే మాకు తల్లి తండ్రి, మేము మీ పిల్లలము, మీ కృపతో మేము అపార సుఖాన్ని పొందాము" అని స్తుతిస్తూ ఉంటారు.

ఇవన్నీ సత్యాన్ని తేటతెల్లం చేస్తున్నాయి. స్త్రీ పురుషులిరువురూ స్వయాన్ని ఆత్మలుగా భావించి పరమాత్ముని సంతానమని, పరస్పరం సోదరులమని భావించినప్పుడు వారి మనసులో వికారపు ఆలోచనలు తలెత్తవు. మందిరంలోగానీ, చర్చిలోగానీ లేక గురుద్వారాలోగానీ ఉన్నప్పుడు అపవిత్ర ఆలోచనలు ఎందుకు రావో అర్థమవుతుంది. మనిషి తన ఇంటి వారిని ఆత్మలుగా భావించనంత కాలం, ఆత్మిక స్థితిలో సంబంధాలను నెరవేర్చనంతవరకు అతని ఉద్దేశాలు, అలవాట్లు నీతివంతంగా ఉండటం కాదు కదా అవి ఇంకా నేరభరితమవుతాయి అన్నది అతి స్పష్టమైన విషయము. కనుక, ఈ కామ వికారాన్ని పారద్రోలాలంటే మనం ఆత్మిక స్థితిలో ఉండి జ్ఞాన నేత్రాన్ని ఎప్పుడూ తెరచి ఉంచుకోవాలి.

శివుడు తన మూడవ నేత్రాన్ని తెరచి కామ వికారాన్ని దగ్ధం చేసాడు అని అంటారు. ఈ ఘటన నుండి నిజంగా ఒక పాఠాన్ని నేర్చుకోవలసిందే. ఆత్మలమైన మనం శివ పరమాత్మని పరివారానికి చెందినవారము. మన మూడవ నేత్రము అనగా దివ్య జ్ఞానము తెరుచుకుని ఉన్నప్పుడు కామ వికారము తప్పక నశిస్తుంది. ఈ జ్ఞాన నేత్రాన్ని మనం మూసుకున్నప్పుడు మనం చేసే ప్రతి ఒక్కటీ మనల్ని తప్పకుండా మోసగిస్తుంది. ఆ విషయాల పట్ల మన ఉద్దేశాలు కామ వికారం కారణంగా మసిబారుతాయి. మరో విధంగా చెప్పాలంటే, దేహాభిమానానికి వశమైనప్పుడే మన మనసు వికారాలతో నిండుతుంది. లేకపోతే అది పవిత్రంగానే ఉంటుంది.

<u>మంచి వాతావరణాన్ని సృష్టించడం ఎలా?</u>

అయితే మీరు ఒక ప్రశ్న అడగవచ్చు, "నాకు తప్పకుండా మానసిక పవిత్రతను పాటించి ఎప్పటికీ ఉన్నత స్థితిలోనే ఉండిపోవాలని ఉంటుంది, కానీ ప్రస్తుత వికారీ ప్రపంచంలో, అపవిత్ర వాతావరణంలో వికారీ ఆలోచనలు స్వతహాగా మనసులోకి వచ్చేస్తాయి." అయితే ఇప్పుడు ఇక్కడ మరో అనుమానం వస్తుంది - దేహాభిమానపు ప్రకంపనాల మధ్య ఉండే ఒక గృహస్థుడు నిరంతరం బ్రహ్మచర్యాన్ని, పవిత్రతను ఎలా పాటించగలడు అని.

దేహము గురించిన యథార్థమును ఆలోచించండి

మీ ప్రయత్నాలన్నింటి తర్వాత కూడా ఒక దేహము అడ్డుగా నిలుస్తుంది అనుకున్నప్పుడు దేహము గురించిన యథార్థమును మీ ముందు ఉంచుకోండి. మీ లోపల ఏమి జరుగుతుందో ఒక్కసారి ఆలోచించండి. మీరు దేహము గురించి ఆలోచిస్తున్నా లేక చూస్తున్నా కానీ మీరు మీతో ఇలా మాట్లాడుకోవాలి, "ఈ శరీరము ఒక ఎముకల గూడు, రక్త మాంసములతో తయారు చెయ్యబడ్డ రూపము. ఇది బూటకమైనది, రోగగ్రస్థమైనది, అపవిత్రమైనది. ఇది అపవిత్రమైన తమోగుణీ పదార్థాలతో తయారు చెయ్యబడ్డది. కామ వాంఛ కారణంగా ఈ శరీరం పుట్టింది. ఇందులో వివిధ దశలలో రక్తం ప్రవహిస్తూ ఎన్నో గడ్డలను, అసంఖ్యాకమైన క్రిమి కీటకాలను కలిగి ఉంది. ఈ చర్మం అసహ్యకరమైన ఈ దృశ్యాలన్నింటినీ కప్పేస్తుంది కనుక మనం వాటిని చూడలేకపోతున్నాము. కనుక, కేవలం రక్త మాంసములతో తయారైన ఈ శరీరంపై వ్యామోహాన్ని పెంచుకోవడం మూర్ఖత్వమే. నాశనం కాబోయే ఈ బహూటకమైన, వికారభరితమైన శరీరంపై మనం అనవసరంగా వెర్రి పిచ్చిని పెంచుకుంటున్నాం. మనిషిని ఆకర్షించే శరీర యవ్వనపు అందాలు, అలంకారాలు అన్నీ అశాశ్వతమైనవి, పరివర్తన చెందేవి. వినాశనం కాబోయే ఈ రూపానికి నేను బానిసను కాకూడదు. నేను పరమ పవిత్రుడను, సర్వశక్తిమంతుడను, ఆనంద సాగరుడైన పరమాత్ముని సంతానమును. నరకము నుండి ముక్తిని పొంది 21 జన్మల స్వర్గ భాగ్యమును పొందాలంటే నేను ఈ జన్మలో సంపూర్ణ పవిత్రతను పాటించాలి. నా నిర్ణయ శక్తికి తెరను వేసి నా దివ్య జ్ఞానాన్ని, ఆత్మిక స్థితిని బూడిదపాలు చేసేది మాయ. నన్ను భగవంతుడి నుండి దూరంగా లాక్కొని వెళ్ళి బానిసగా చేసి బంధనాలలో ఇరికింపజేసేది మాయ. ఇకపై మాయ నాపై రాజ్యమేలడానికి నేను అవకాశమివ్వను. ఎందుకంటే ఇప్పుడు నేను స్వయాన్ని ఆత్మగా భావిస్తూ ఇతరులలో కూడా ఆత్మను చూస్తున్నాను. ఎప్పుడో ఒకసారి నేను ఈ శరీరాన్ని వదలాల్సిందే. మరి ఇటువంటి శరీరం కోసం ఆత్మనైన నేను మంచితనం నుండి మరణించాలా?"

ఈ విధంగా మనిషి ఆలోచించినప్పుడు అతడి మనసు కామపూరిత ఆలోచనల నుండి దూరమై తనలో శక్తిని, అపారమైన శాంతిని అనుభవిస్తూ పరమానందాన్ని గ్రోలగలుగుతాడు.

వాస్తవిక స్వరూప జ్ఞానము

కామ వికారంపై విజయాన్ని సాధించి నిర్వికారీ జీవితాన్ని గడపాలంటే ముందుగా అసలైన వాస్తవిక రూపాన్ని తెలుసుకోవాలి. వాస్తవిక రూపము గురించి తెలుసుకోవాలంటే అవాస్తవికమైనదేమిటో కూడా తెలుసుకోవాలి. వాస్తవిక స్వరూపము అంటే ఇక్కడ స్వ స్వరూపము గురించిన జ్ఞానము అని అర్థం. అది ఒక ఆత్మ. పంచ తత్త్వాలతో తయారైన శరీరానికి భిన్నంగా ఆత్మ స్వయం ప్రకాశితమై నక్షత్ర రూపంలో ఉంటుంది. సర్వోత్తముడైన పరమాత్ముని సంతానము ఆత్మ. స్త్రీ పురుషుల రూపంలో కనిపిస్తున్న మానవులంతా కూడా నిజానికి ఆత్మలే. ఒక వ్యక్తికి వీరందరూ పరస్పరం సోదరులే. మనిషి ఇదంతా తెలుసుకున్నప్పుడే అతని దృష్టికోణము, ఆలోచనా విధానము, అలవాట్లు తద్వారా అతని సంస్కారాలు మారుతాయి. ఒక పురుషుడు ఒక స్త్రీని తన సోదరిగా చూసినప్పుడు, అలాగే ఒక స్త్రీ ఒక పురుషుడిని తన సోదరుడిగా భావించినప్పుడు మాత్రమే ఈ కామ వికారము నశిస్తుంది అన్నది అందరికీ తెలిసిన సత్యమే. కనుక, తమ జీవితాన్ని పవిత్రంగా గడపదలచిన వారు బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటిస్తూ, వాస్తవాన్ని తెలుసుకుని గుర్తుంచుకోవాలి. ఎందుకంటే నిరంతర ఆత్మిక స్థితి కారణంగా అతని ఉద్దేశాలు, అలవాట్లు అతడిని వికారము వైపుకు మరలనివ్వవు. ఇలా ఈ సులభమైన, సత్యమైన నివారణా పద్ధతిలో తన ప్రయత్నాలలో విజయాన్ని పొందుతాడు. ఒక రాజయోగికి వాస్తవిక జ్ఞానము (ఆత్మ) మరియు అవాస్తవమైన (శరీరం) దాని గురించి తెలుసు. కనుక, అతడు ఎటువంటి ప్రాపంచిక కోరికలతో జీవించడు.

వంశపరంపర గురించిన ఆలోచన

ఒకవేళ మనిషి తన వంశపరంపర గురించి ఆలోచిస్తే పవిత్రతను కాపాడే తన వంశపరంపరను అతడు నిలబెట్టినవాడవుతాడు. తన కుటుంబం గురించి ఆలోచించినప్పుడు అతడు ఈ విధంగా ఆలోచించాలి, "నేను ముందుగా ఆత్మల పరివారానికి చెందిన వాడను. ఇక ఈ దైహికమైన స్థూల వంశము గురించి ఆలోచిస్తే నేను బ్రహ్మా సరస్వతులు (ఆదమ్, బీబీ), శ్రీ లక్ష్మీ నారాయణులు, సీతా రాములు మొదలైన ఇతర దేవతల మార్గంలోనే నడుస్తున్నాను అని భావించాలి. కనుక, నేను కూడా దేవతల వలె పవిత్రంగా ఉండాలి. ఎట్టి పరిస్థితిలోనూ నేను దైవీ వంశానికి మచ్చ తీసుకురాకూడదు." అంతే కాక అతడు పవిత్రమైన బిందు సమానమైన ఆత్మయని, ఆత్మల లోకమైన పరంధామము అతని నివాస స్థానము అని నిరంతరం స్మృతిలో పెట్టుకోవాలి. అంతే కాక అతను ఇలా ఆలోచించాలి, "నేను నా విశ్వాసాన్ని పోగొట్టుకోను, కామమును నా మనసులోకి రానివ్వను." ఒక యోగి ఈ మాటపై నిలబడినంత కాలం అతడు పవిత్ర జీవితాన్ని గడుపుతాడు.

గృహ వాతావరణం

స్వయాన్ని పరమాత్ముని సంతానంగా భావిస్తూ దైవీ పరివారపు సభ్యుడిగా నమ్ముతూ ఒక యోగి తన ఇంట్లో శివ పరమాత్ముని చిత్ర పటాన్ని, లక్ష్మీ నారాయణులు, సీతా రాముల వంటి దేవతల చిత్ర పటాలను పెట్టుకోవడం ద్వారా అతడు

సతోప్రధానమైన ఆధ్యాత్మిక వాతావరణాన్ని ఏర్పరచుకుని ఆశ్రమ వాతావరణాన్ని, మందిరాన్ని తలపింపజేసే వాతావరణాన్ని తన ఇంటిలో ఏర్పరచుకోగలడు. ఈ చిత్రాలు అతనికి నిరంతరం తాను దైవీ వంశస్థుడనని, పరమాత్ముని సంతానమునని చెబుతూ ఉంటాయి. దివ్యమైన లక్ష్యం కలిగిన వ్యక్తి హానికరంగా, కామ వాంఛతో వ్యవహరించడు. దేహాభిమానాన్ని రెట్టింపు చేసే అసభ్యకర చిత్రాలన్నీ అతడు స్వతహాగానే తన ఇంటి నుండి తీసి పారేస్తాడు.

కనుక, నిజమైన యోగిగా కావాలనుకుంటే వారు తమ ఇంటిని ఒక మందిరంలా భావిస్తారు. పైన వివరించిన విధంగా చెయ్యనంత కాలం కామ వికారము ఇతడిని గురి చూసి దాడి చేస్తూనే ఉంటుంది. మనం స్వర్ణ ముకుటంతో మరియు పవిత్రతా కిరీటం కలిగి ఉన్నట్లుగా ఒక ఫోటోను కూడా తీసుకుని మన వద్ద పెట్టుకోవచ్చు. పవిత్రత ద్వారానే స్వర్గ దైవీ రాజ్యము ప్రాప్తిస్తుంది అని ఈ చిత్రము మనకు గుర్తు చేస్తూ ఉంటుంది. పవిత్రతకు దూరమై ఒకవేళ కామ వికారానికి లోనైట్లయితే దైవీ రాజ్యాన్ని పోగొట్టుకుని భగవంతుని దర్బారులో అనగా ధర్మరాజుపురిలో శిక్షలు తినవలసి ఉంటుంది.

<u>ఇంటిని, జీవితాన్ని ఇంద్రియ సుఖాలు లేకుండా గడపడం వీలవుతుందా?</u>

కొంతమంది ఇళ్ళల్లో కామ క్రియ లేకుండా గడవడం కష్టం అని అంటూ ఉంటారు. నిజానికి మన అసలైన ఇంటిని మనం మర్చిపోయాము కనుకనే ఇటువంటి ఆలోచనలు వస్తున్నాయి. బ్రహ్మలోకము, ఆత్మల లోకము అతడి నిజమైన నివాస స్థలము అని, అక్కడి నుండే అతడు ఈ భూమి మీదకు వచ్చాడు అని తెలుసుకోవాలి. ఈ సృష్టి ఆరంభంలో స్వర్గంలా అంటే పవిత్ర ప్రపంచంలా ఉండేది అన్న విషయాన్ని కూడా అతడు తెలుసుకోవాలి. అంటే అప్పుడు కామము అన్న విషయమే లేదు. అక్కడ యోగ శక్తితోటే పిల్లల జన్మ జరుగుతుంది. ప్రస్తుత ప్రపంచం అందుకు పూర్తి భిన్నంగా ఉంది. ఈ ప్రపంచం మాయ చేతుల్లో ఉన్న జైలు వంటిదే కానీ ఇల్లు ఏ మాత్రమూ కాదు. బ్రహ్మలోకంలో నివసించినట్లుగా, స్వర్గ స్మృతిని మరువకుండా ఉండటమే గృహస్థము అంటే గృహంలో నివసించడమంటే అర్థము. బ్రహ్మలోకాన్ని లేదా రాబోవు స్వర్ణిమ ప్రపంచాన్నే తన ఇంటిగా భావించే అదృష్టవంతులు ఎప్పుడు కూడా కామ వికారము లేకుండా జీవించడం కష్టం అని అనుకోరు.

<u>అత్యంత ఆవశ్యకం</u>

అణు బాంబులు, హైడ్రోజెన్ బాంబులు, విరోధులు, వామ పక్షాలు, నీటి కొరత, ధన ధాన్యముల దుర్భిక్షము, ఇటువంటి ఇతర పరిస్థితులు పెచ్చు పెరిగిపోతున్నాయి. ఇవన్నీ రాబోవు వినాశనానికి పురోభావి సూచనలు. గతం గురించి అనగా సృష్టి ఆరంభ సమయమైన సత్యయుగము నుండి ప్రస్తుత కలియుగము వరకు భగవంతుడు మనకు జ్ఞానాన్ని ఇచ్చి ఉన్నారు. ఇక రాబోవు వినాశనానికి సంబంధించిన చిహ్నాలను, దృశ్యాలను అందరూ ఎలాగూ ప్రత్యక్షంగా చూస్తూనే ఉన్నారు.

పరమాత్మ ఈ విధంగా తెలియజేస్తున్నారు, "ప్రస్తుత ప్రపంచం మహా సంకటంలో ఉంది. మృత్యువు పడగ విప్పి ఉంది. కష్ట కాలంలోనూ, అనారోగ్యంలోనూ లేక మరణావస్థలోనూ భగవంతుడిని స్మృతి చెయ్యడం, గీతను పఠించడం, దివ్య జ్ఞానము అనే తీర్థమును స్వీకరించడం అత్యంత అవసరము. ఈ కామ వికారము ఒక భరింపరాని రోగము. వినాశనము అంటే మృత్యువు దాని ఉగ్ర రూపాన్ని దాల్చి ఉంది అని అర్థం. పూర్తి ప్రపంచం దుర్భిక్షంలో ఉన్నప్పుడు మనిషి పవిత్రతను పాటించడం అత్యంత ఆవశ్యకం. ఈ భూమిపై జీవితమున్న ఈ కొద్ది సంవత్సరాలలోనైనా మనిషి మాయను జయించగలిగితే అతడు విశ్వాన్ని జయించినవాడితో సమానము.

ఒకవేళ ఎవరైనా వినాశనం రాబోతుంది అని నమ్మినప్పుడు అతడు ఈ విధంగా ఆలోచించాలి, "తనకు మృత్యువు ఎప్పుడు వస్తుందో ఎవ్వరికీ తెలియదు. తనకు ఏ క్షణం అంతిమ క్షణం అవుతుందో ఎవ్వరూ చెప్పలేరు. మరి అలాంటప్పుడు ఈ క్షణం నుండి పవిత్రంగా ఎందుకు ఉండకూడదు?" కామ వాంఛతో కలిగేది అశాశ్వత సుఖాలే అని తెలిసినా కానీ నేను ఇంకా యువకుడినే, నాకు ఇప్పుడే వివాహమయింది, నేను ఇంకా జీవితాన్ని అనుభవించేది ఉంది అని అనుకుంటే మాత్రం అది సంపూర్ణ మూర్ఖుడిలా ప్రవర్తించడమే అవుతుంది. ఎందుకంటే మృత్యువుకు యువకుడు, వృద్ధుడు అన్న తారతమ్యాలు ఉండవు. అది వచ్చే ముందు చెప్పి రాదు. కామ పిశాచం వలన కలిగిన గాయాలు కొన్ని శతాబ్దాలయినా ఇంకా మానకుండా ఉన్నాయి. కామ వికారములో పాల్గొనాలి అన్న ఆలోచన అసలు మనకు ఎందుకు రావాలి?

కనుక, కామ వికారముపై విజయాన్ని పొందడానికి, స్వ నియంత్రణ కలిగి ఉండటానికి కావలసిన ప్రయత్నాలను ఎప్పుడో కాక ఈ క్షణమే ప్రారంభించడం మనిషికి ఇప్పుడు ఎంతో అవసరము. లేకపోతే ఉన్నత ప్రాప్తిని అతడు చేజార్చుకున్న వాడవుతాడు. సమయం వృద్ధా అవుతుంది. రోజురోజుకూ పాప భారం పెరుగుతూ ఉంటుంది. భవిష్యత్తు అగమ్యగోచరంగా మారుతుంది.

22. భయాందోళనల నిర్మూలన

అనేక రకాల భయాలు నేటి మానవుడిని చుట్టిముట్టి ఉన్నాయి. నిర్భయంగా జీవించడం అసంభవము అని అనుకునే స్థితికి నేటి పరిస్థితి చేరుకుంది. దొంగతనాల భయం, వ్యాపారంలో నష్టాల భయం, సమాజంలోని చెడు అంటే భయం, ప్రకృతి వైపరీత్యాల భయం, అన్నింటినీ మించి మృత్యు భయం. ఇవి మనిషి జీవితంలోని ముఖ్యమైన భయాలు. వివిధ రకాల భయాలు వివిధ రకాల మనుష్యులను ఆశ్రయిస్తూ ఉంటాయి. వీటన్నిటిలోకి మృత్యు భయం సర్వ సాధారణం. ధనికులు–పేదలు, గొప్పవారు–సామాన్యులు అందరికీ ఈ మృత్యు భయం ఉంటుంది. మనిషి తన జీవన దశలలో మృత్యువుకు భయపడని దశలు ఉంటాయి. ఉదాహరణకు, ఒక వ్యక్తి తన యవ్వన ప్రారంభ దశలో ఉన్నప్పుడు లేక ఆరోగ్యంగా, సంపన్నంగా ఉన్నప్పుడు అతడు మృత్యువుకు భయపడకపోవచ్చు. కానీ దాని భయానికి గురయ్యే సమయం ఎప్పుడో ఒకప్పుడు వస్తుంది. తీవ్రమైన అనారోగ్యం ఒక వ్యక్తిని పరాజితం చేసినప్పుడు లేక తన సన్నిహితుల మృత్యు వార్త విని నిశ్చేష్టుడైనప్పుడు, రాజకీయ పరపతి కలిగి ఉన్నప్పుడు (రాజ్య శాసనంలో నియమ విరుద్ధ విప్లవాల భయం) మృత్యువు మనిషి మనసులలోకి దూరుతుంది. తాము ఈ క్లిష్ట పరిస్థితులను శాంతిపూర్వకంగా దాటలేము అని తెలిసినప్పటికీ ఎప్పుడూ మృత్యు భయంతోనే ఉంటారు. మానవునికి ఎదురయ్యే ఇటువంటి క్లిష్ట పరిస్థితులను క్రింద చర్చించడం జరిగింది. దీనిని సరైన దృష్టితో అర్థం చేసుకున్నప్పుడు మనిషి మృత్యు భయం నుండి దూరమవడం తథ్యం.

మృత్యువు అంటే ఏమిటి?

మనిషి అంటే అతడు కేవలం మానవ శరీరం మాత్రమే కాదు. అతడు రక్త మాంసాలతో తయారైన శరీరాన్ని కలిగి ఉండటమే కాక చైతన్య శక్తి అయిన ఆత్మను కూడా కలిగి ఉన్నాడు. ఈ శరీరం క్షీణిస్తుంది, శిథిలమవుతుంది కనుక నశ్వరమైనది. కానీ ఆత్మ అశ్వరమైనది, ఆత్మను ఖండించలేము, కాల్చలేము, తడపలేము. ఆత్మకు శరీరం ఒక గృహమువంటిది, ఒక ఆభరణము వంటిది, ఒక రూపమును ఇచ్చువంటిది. ఒక వస్త్రాన్ని ఎక్కువ కాలం వాడినప్పుడు ఆ వస్త్రం యొక్క జీవితకాలం పూర్తవుతుంది. అప్పుడు మనిషి ఆ వస్త్రాన్ని తీసేసి క్రొత్త వస్త్రాన్ని ధరిస్తాడు. అలాగే ఆత్మ తన కర్మలన్నింటినీ దేహ అంగముల ద్వారా చేస్తుంది. ఆ శరీరము అనే వస్త్రము ద్వారా పాత్రను నిర్వర్తించడం అయిపోయిన తర్వాత ఆత్మ మరో వస్త్రాన్ని అనగా క్రొత్త శరీరాన్ని ధరిస్తుంది. ఆత్మ ఒక శరీరాన్ని వదిలి మరో శరీరమును మార్చే ఆ వినియమాన్నే మృత్యువు అని అంటారు. ఈ పద్ధతి అతి సహజమైన పద్ధతి. ఈ పద్ధతిలో ఆత్మ వదిలేసిన శరీరము నశిస్తుంది.

ఆత్మ శరీరంలో ఉన్నప్పుడు, ఆ శరీరం ద్వారా చేసే ప్రతి మంచి–చెడు కర్మల ప్రభావము ఆ ఆత్మపైనే పడుతుంది. ఈ ప్రభావాన్నే సంస్కారాలు అని అంటారు. అంటే ఆత్మ ఒక శరీరాన్ని వదిలేటప్పుడు అది ఆ శరీరం ద్వారా చేసిన కర్మల అనుసారంగా దానిలో సంస్కారాలను నింపుకుంటుంది. ఈ సంస్కారాల ఆధారంగానే ఆత్మ క్రొత్త శరీరాన్ని ధరిస్తుంది అనగా క్రొత్త జన్మ తీసుకుంటుంది. కనుక, మన జీవితం సుఖ శాంతులతో నిండిన ఆనందభరిత జీవితమా లేక కష్టాలు, నష్టాలు, బాధలమయమా అన్నది మన గత కర్మల పైనే పూర్తిగా ఆధారపడి ఉంటుంది. మృత్యువు తర్వాత శరీరం నశిస్తుంది, ఆత్మ అమరమైనది అని తెలుసుకన్నాం. కనుక ఆత్మ తనతో పాటు కర్మల ప్రభావాన్ని అనగా సంస్కారాలను తీసుకువెళుతుంది. ఇలా ఆత్మ జనన మరణ చక్రంలోకి వస్తుంది. అంటే ఆత్మ ఒక శరీరాన్ని తీసుకుని దానిని వదిలేస్తుంది, మళ్ళీ శరీరాన్ని తీసుకుంటుంది....ఇలా కొనసాగుతూ ఉంటుంది.

మృత్యు భయానికిగల కారణాలు

మరణం తర్వాత ఆత్మ తాను చేసిన పాప కర్మలకు శిక్షగా పశు శరీరంలో ప్రవేశిస్తుంది అని కొందరు నమ్ముతుంటారు. ఈ విధమైన ఆలోచన కారణంగా ప్రజలు భయభీతులవుతూ ఉంటారు. మరు జన్మలో వారు పాముగానో, కుక్కగానో, పిల్లిగానో పుడ్తామన్న భయంతో ఏదో ఒక విధంగా మృత్యువు నుండి తప్పించుకోవడానికి చూస్తుంటారు. ఒకవేళ వారి ఈ అభిప్రాయం నిజమైనతే, మరు జన్మలో పశువుగా పుట్టకుండా ఉండటానికి ఈ జన్మలో పాప కర్మల నుండి, వికారాల నుండి వారు దూరంగా ఉండాలి కదా! కానీ ఏ ఒక్కరూ అలా ఉండట్లేదు సరి కదా రాను రాను ప్రజలు మరింత పాప కర్మలను చేస్తున్నారు.

పైగా ఇటువంటి భయం నిరర్థకమైనది. ఎందుకంటే, నిజానికి మానవాత్మ పశువుగా జన్మించదు అంటే మానవాత్మ తను చేసిన మంచి చెడుల కర్మ ఫలానికి సంబంధం లేకుండా తిరిగి మానవ శరీరంలోనే ప్రవేశిస్తుంది. ఇక్కడ శివ పరమాత్మ ఉపదేశించిన కర్మ సిద్ధాంతమును మనము పరిగణలోకి తీసుకోవాలి. మనిషి తాను చేసిన పాప పుణ్యాలకు ఫలితాన్ని మనిషి శరీరంలో ఉండే అనుభవిస్తాడు అయితే తేడా ఏమిటంటే చెడు కర్మలకు ఫలితంగా ఆత్మ పొందే శరీరం రోగగ్రస్థమై ఏదో ఒక లోపం ఉంటుంది. ఉదాహరణకు, శరీరం గుడ్డిదిగా, కుంటిగా లేక పక్షవాతంతోనో ఉంటుంది. ఒకవేళ శరీరమంతా ఆరోగ్యకరంగా ఉన్నా కానీ ఆత్మ ఒక కుసంస్కారాలున్న కుటుంబంలో జన్మించవచ్చు లేక బిచ్చమెత్తాల్సిన పరిస్థితి ఉండవచ్చు లేక దొంగతనాలకు

కూడా పాల్పడవచ్చు – ఇలా జీవితాన్ని దుఃఖంతో అశాంతిపాలు చేసుకోవచ్చు.

అయినప్పటికీ, ఈ దృశ్యాన్ని మనం మరో కోణంతో పరిశీలించినట్లయితే, అంటే ఆత్మ తాను చేసిన పాప కర్మలను తీర్చుకోవడానికి పశువుగా జన్మించింది అనే అనుకుందాం. పశు శరీరంలో ఉండి అన్ని పాప కర్మలను ప్రక్షాళన చేసుకున్న తర్వాత మానవ శరీరంలోకి ప్రవేశించినప్పుడు ఈ మానవ జన్మలో ఎటువంటి శారీరిక, మానసిక బాధలు, పేదరికం, అనారోగ్యం వంటివి ఉండకూడదు కదా! ఈ జీవితం పరిపూర్ణ సుఖశాంతులతో నిండి ఉండాలి కదా! అలాంటి ఏ ఒక్క వ్యక్తినయినా మనం ఈ ప్రపంచంలో చూడగలుగుతున్నామా? ప్రపంచంలోని అత్యధికమంది తమ మానసిక ప్రశాంతతను కోల్పోయి వివిధ రకాల బాధల నడుమ బ్రతుకుతున్నారు. వివేకము, తర్కము, ఈశ్వరీయ జ్ఞాన ఆధారము, శివ పరమాత్మ స్వయంగా బోధించిన జ్ఞానమాధారంతో మానవాత్మ మానవ శరీరంలోనే పునర్జన్మ తీసుకుంటుంది అని నమ్మకంగా చెప్పగలము. కనుక, పశువుల్లా జన్మిస్తామేమోనన్న నమ్మకం కారణంగా కలిగిన భయాలన్నింటినీ మనిషి తుడిచి వెయ్యాలి.

ఇక్కడ మరణించడము అంటే మరో చోట పునర్జన్మ తీసుకోవడము అని అర్థం

రెండవది, సన్నిహిత బంధువులెవరైనా మరణించినప్పుడు ఆ సంఘటన ఎంతో భయాందోళనలకు గురి చేస్తుంది. "నాకు కూడా ఇటువంటి గతే పడుతుందా?" అని ఆలోచిస్తూ మరింత కలవరపడ్తారు. ఏదో ఒక రోజు ప్రతి ఒక్కరూ మరణించవలసిందే అన్న నిజం తెలిసినప్పటికీ ఈ ఆలోచన వస్తేనే కంపించిపోతారు. నిజానికి, మనమందరమూ ఒక్క పరమాత్ముని సంతానమని, ఈ విశ్వ నాటక రంగంపై కొద్ది సేపటి కోసం తమ తమ పాత్రలను అభినయించటానికి వ్యక్తిగత పేర్లు, రూపాలు, బంధాలతో వచ్చారు అన్న సత్యాన్ని మర్చిపోయారు. నిజం, ఈ అనంత విశ్వ నాటకంలో మనమందరమూ పాత్రధారులం. ఈ కాల వ్యవధిలో ప్రతి ఒక్కరూ తమ పాత్రను అభినయించిన తర్వాత పాత శరీరాన్ని వదిలి తన క్రొత్త పాత్రను, క్రొత్త వాతావరణంలో అభినయించటానికి వీలుగా క్రొత్త శరీరాన్ని ధరిస్తారు. మన సొంత సోదరుడు లేక కొడుకు అని ఎవరినైతే మనం భావిస్తున్నామో (చనిపోయిన వ్యక్తి) అతడు తన గత జన్మలో వేరే పేరు, రూపముతో ఉండి ఉండాలి. అక్కడ కూడా తన పాత్ర పూర్తయిన తర్వాత తన నశ్వర శరీరాన్ని వదిలి ఇక్కడ మన మధ్యలో క్రొత్త రూపముతో కనిపిస్తాడు. ఇక్కడ కూడా తన పాత్రను పూర్తి చేసుకున్న తర్వాత మరో ప్రాంతానికి మరో క్రొత్త పేరు, రూపంతో వెళ్తాడు. ఎవరితో అయితే మనం మన బంధాలను ఏర్పరచుకున్నామో ఆ వ్యక్తి మన పరివారానికి దూరమై ఎక్కడో మరో పరివారానికి వెళ్తాడు. అలాగే మనం కూడా ప్రస్తుత ఈ దృశ్యం నుండి ఏదో ఒక రోజు తప్పుకుని మరో చోట జన్మించాల్సి ఉంటుంది. అక్కడివారు బిడ్డ పుట్టబోయే సంతోషంలో ఉంటారు. మరి అక్కడ భయానికి చోటెక్కడ ఉంది?

పదార్థాలన్నీ అస్థిరమైనవి అని మరువకూడదు

అంతే కాక, మనిషికి తన అందమైన యవ్వన శరీరంపై తెగని మోహము ఉంది. ఈ స్థితిలోనే ఎప్పటికీ ఉండిపోవాలని అతడు ఆశిస్తూ ఉంటాడు. ఇది శరీర క్షీణతా నియమాన్ని ఉల్లంఘించటమే. ఆ తర్వాత, అతడు తన హోదా మరియు విలాసవంతమైన జీవితాన్ని చూసుకుని గర్వపడుతూ ఉంటాడు. తన హోదా అనుసారంగా అన్ని వర్గాల వారు తనకు గౌరవాన్ని ఇవ్వాలి అని కోరుకుంటాడు. ఈ స్థితిలో అతను నిరంతరం కొనసాగాలని అనుకుంటాడు. కానీ ఇది కూడా అసంభవమే. మోహానికి వశమై ఉన్న కారణంగా తను కోరుకున్న వస్తువులు ఎట్టి పరిస్థితిలోనైనా తనకు దక్కాలని అనుకుంటాడు. అలెగ్జాండర్ చక్రవర్తి ఉదాహరణ మనందరికీ తెలుసు. కఠోర నియమమైన ప్రపంచపు అస్థిరత్వాన్ని మానవుడు మర్చిపోతున్నాడు. విశ్వ నాటకం ఎప్పుడూ ఒకేలా ఉండదు అని మర్చిపోతున్నాడు. దృశ్యాలు మారక తప్పదు.

శారీరక అనారోగ్యం వలన కలిగే భయం

ఇకపోతే, ఒక వ్యాధితో బాధపడుతున్న వ్యక్తి ఉదాహరణ తీసుకుందాం. ఆ వ్యాధి దీర్ఘ వ్యాధి కనుక గంభీరమైనది అని డాక్టర్లు తేల్చి చెప్పారు. ఇది వినగానే రోగికి భయంతో ముచ్చెమటలు పడ్తాయి. తన శరీరంపై అదుపును కోల్పోయి బిగ్గరగా ఏడుస్తూ తన హృదయం భయంతో కంపిస్తుంది అని అంటాడు. మృత్యు భయం ఆవరించిన కారణంగానే అతడు ఇలా ప్రవర్తిస్తున్నాడు. ఇతడి పరిస్థితిని తెలుసుకున్న అతని ఆప్త మిత్రుడి ముఖం పేలవంగా మారిపోయి భయంతో నోట మాట రాదు. తన మిత్రుడు ఎక్కడ మరణిస్తాడో అన్న భయంతో అతను ఉలుకుపలుకు లేనివాడైపోతాడు, కళ్ళు నీటితో నిండిపోతాయి. అయితే ఈ వ్యాధి అసాధ్యమైనది అని డాక్టర్లు చెప్పకపోయినా కానీ దీర్ఘవ్యాధి అన్న పేరు వినగానే అతని మిత్రులు కూడా భయాందోళనలకు గురవుతారు.

ఈవిధమైన ఆందోళనకు, భయానికీ మోహము ఒక కారణమైతే, చెడు కర్మల గురించిన చేతన స్మృతి మరో కారణం. మనిషి తన శరీరంపై పెంచుకున్న విపరీతమైన మోహం కారణంగా అతడిలో మృత్యు భయం కలగవచ్చు లేక, " నేను మరణించేకన్నా ముందు నాలో ఏ ఏ లోపాలు ఉన్నాయో, నేను మరణించిన తరువాత నా గతి ఏమవుతుందో " అన్న ఆందోళన కారణంగా పుట్టిన భయం కావచ్చు. బలహీనమైన నమ్మకమే ఈ భయాందోళనలకు కారణం.

లోకుల మాటలకు భయపడటం

ఇతరులు ఏమంటారో అని అనుకోవడం మరో రకమైన భయం. బలహీనమైన మనస్తత్వం కలిగిన కారణంగా తన పనులను చూసి ఇతరులు ఎటువంటి అభిప్రాయానికి వస్తారో అని భయపడుతూ ఉంటాడు. దృఢమైన మనస్తత్వం లోపించడం, దివ్య జ్ఞానం లోపించడం, తన మాటలలో శక్తి లోపించడం, నమ్మకం లేకపోవడం, తన మీద తనకే నమ్మకం లేకపోవడం – ఇవన్నీ భయాన్ని కలిగిస్తాయి. తను తీసుకున్న నిర్ణయం సరైనది అని పూర్తి విశ్వాసమున్నప్పుడు ఆ కార్యం చేసిన తర్వాత అతడు ఎటువంటి అపవాదులకు భయపడవలసిన అవసరం లేదు. అతని మాటల్లో, ప్రవర్తనలో, క్రియాశీలక శక్తితోపాటు వివేకవంతమైన నిర్ణయాలు ఉన్నాయి అని అతనికి నమ్మకమున్నప్పుడు ఎటువంటి విమర్శను ఎదుర్కోవడానికైనా అతడు వెనుకాడడు, అంతేకాక విమర్శకులకు వాస్తవాలను యథావిధిగా అర్థం చేయించగలుగుతాడు. కానీ అతని విధానాలు నమ్మశక్యంగా లేని పక్షాన అతని ఆత్మ విశ్వాసం లోపిస్తుంది. అంతేకాక దానికి సంబంధించిన సంపూర్ణ జ్ఞానం లేని కారణంగా లోకులను ఎదుర్కోవడం అసాధ్యమవుతుంది, కాబట్టి అతడు ఆందోళనకు గురవుతాడు. తన అభిప్రాయంపై నిలవలేని అతని అసమర్థత కారణంగా అతను భయానికి గురవుతున్నాడు అనే కదా ఇక్కడ అర్థం!

కష్టమైన పరిస్థితుల కారణంగా భయం

అనవసరమైన, దుఃఖదాయీ పరిస్థితుల కారణంగా కూడా భయం కలుగుతుంది. కొన్నిసార్లు మానవుడు భయాన్ని వెంటబెట్టుకుని రెడీగా ఉంటాడు అంటే అతనికి చిన్న పరిస్థితి కూడా భయంకరంగా కనిపిస్తుంది. ఒకవేళ నిజంగా భయంకరమైన పరిస్థితి వచ్చినప్పుడు భయంతో ఇలా అలమటిస్తాడు, “ ఏమి చెయ్యను భగవంతుడా! ఎప్పుడు ఏ పాపం చేసానో”. ఉదాహరణకు, కొడుకు ఇంకా స్కూలునుండి రాలేదనుకోండి, అంతమాత్రాన దిగులు పడాల్సిన అవసరం లేదు. కానీ దుఃఖపు ఛాయలు ముందుగానే మనసులో ఉన్న కారణంగా తల్లి ఆందోళన పడుతుంది. ప్రమాదమేమైనా జరిగిందేమో అని భయపడుతుంది. “ ఎక్కడైనా జారి పడ్డాడా, లేక ఇంటికి వచ్చే దారిలో ఉన్న నదిలో దూకాడా లేక ఎవరైనా వాడిని అందులోకి నెట్టారా” అని ఆలోచిస్తూ ఉంటుంది. ఇలా కొడుకుపై ఉన్న మోహం కారణంగా ఆ తల్లి ఏవేవో ఊహించుకుంటూ, భయాన్ని పెంచుకుంటూ ఉంటుంది. వీటిమూలంగా గుండె తీవ్రంగా కొట్టుకుంటుంది, ఇటువంటి పరిస్థితులలో కొందరు తమ ప్రాణాల్ని పోగొట్టుకున్నా వింత ఏమీ కాదు.

అలాగే కొంతమందికి చిన్న విషయాన్ని కూడా పెద్దదిగా చేసి చూసే అలవాటు ఉంటుంది. మరోవిధంగా చెప్పాలంటే, వారు తమ చేతల ద్వారానే భయానికి జన్మనిస్తారు. చివరకు ఆ భయమే ఈ వ్యక్తిని తన గుప్పెట్లో పెట్టుకుంటుంది. నిజంగా భయంకరమైన కొన్ని పరిస్థితులు ఉంటాయి అన్నది నిర్వివాదాంశము. ఉదాహరణకు, తన డబ్బును వ్యాపారంలో పెట్టుబడిగా పెట్టిన వ్యక్తి అది నష్టాలపాలు అయ్యింది అని తెలుసుకున్నప్పుడు అతడు తప్పకుండా భయాందోళనలకు గురవుతాడు. ఇక నాకు మిగిలిందేమిటి అని బాధపడ్డాడు. ఒక వ్యక్తి ఇంటి కప్పుపై కూర్చుని ఉన్నాడనుకుందాం. అకస్మాత్తుగా వచ్చిన భూకంపం అతడిని వణికించేస్తుంది. ఒక విధంగా చూస్తే గజగజ వణికిపోయే తన ఈ స్థితికి తన గత కర్మలు కూడా కారణమే.

ఇతరులేమైనా హాని తలపెట్టారేమోనన్న భయం

ఇతర వ్యక్తుల కారణంగా కలిగే భయం గురించి ఇప్పుడు మనం చూద్దాం. ఇతరులు తనకు హాని తలపెట్టారేమో అని లేక తనకు నష్టం కలిగిస్తారేమో అన్న ఆలోచన భయాన్ని కలిగిస్తుంది. దివ్య గుణాలు లోపించిన కారణంగా ఇటువంటి భయం కలుగుతుంది. దివ్యగుణాలున్న వ్యక్తితో అతి కొద్దిమంది అసంతృప్తి చెందుతారు. ఒకవేళ అటువంటి వ్యక్తితో ఎవరైనా శత్రుత్వంతో ఉన్నాకానీ ఆ వ్యక్తిలో ఉన్న దివ్య గుణాల కారణంగా అతడికి స్నేహితులుగా మారిపోతారు. తన సత్ప్రవర్తనతో శత్రువులనుకూడా మిత్రులుగా చేసుకొని, కలసిమెలసి పని చేస్తాడు. అంతేకాక అవసరమైతే తన ప్రాణాలను త్యాగం చెయ్యటానికి కూడా సిద్ధంగా ఉంటాడు. తనలోని సహనము, వినయము, సంతోషము, యోగము, సన్నిహితత్వము, పరోపకార గుణము, సేవా భావము తనపై వైరము పెంచుకున్న వారిలో కూడా పరివర్తన తీసుకువస్తుంది అని అతడు విశ్వసిస్తాడు.

ఆత్మ విశ్వాసము లోపించుట

కొన్నిసార్లు వ్యక్తి తన విచక్షణా శక్తిని కోల్పోయినప్పుడు కూడా భయం కలుగుతూ ఉంటుంది. ఆ వ్యక్తి ఎక్కడికి వెళ్ళినా అతని ప్రయత్నం లేకుండానే మనసులో భయం పుట్టుకు వస్తుంది. సరైన వివేకము, ఆత్మ విశ్వాసము లేని కారణంగా, ఎక్కడ తన పనులు విఫలమౌతాయో అని, ప్రజలకు ఆమోదయోగ్యంగా ఉండనేమో అని నిత్యం భయాందోళనలకు గురి అవుతూనే ఉంటాడు. భయం ఎటువంటిదైనా, ఒక్క విషయం మాత్రం స్పష్టం. భయానికి కారణమైన పరిస్థితి ఎటువంటిదైనాకానీ అందుకు దివ్య జ్ఞానము, యోగము, విశ్వాసము, సంకల్ప శక్తి, దివ్యమైన ఆహార వ్యవహారాలు లోపించడమే కారణము. ఇవి లోపించిన కారణంగానే దేహ అభిమానము, మోహము, వివిధ వికల్పాలు వంటివి రాజ్యమేలుతున్నాయి. అసంపూర్ణ త్యాగము అనగా భగవంతునికి అసంపూర్ణంగా సమర్పణ కావడమే భయాందోళనలను ఉత్పన్నం చేస్తుంది.

భయాన్ని తొలగించడం ఎలా?

"అన్ని భయాలను, ఆందోళనలను తొలగించడం ఎలా" అన్నదే ఇప్పటి ప్రశ్న. భయం మనిషి రక్తాన్ని పీల్చి అతడిని నిర్జీవంగా చేస్తుంది అని అంటారు. ఆందోళన, చింత అంటే అవి చితి అన్న మాటకు పర్యాయ వాచకము మాత్రమే.

ముందుగా ఏ ఏ విషయాలలో భయాందోళనలు కలుగుతున్నాయో పరిశీలించి ఆవిధమైన పరిష్కారాలను ప్రయోగిస్తే భయాందోళనలు తొలగిపోతాయి. మృత్యు భయాన్ని దివ్య జ్ఞానంతో, ఆత్మ అభిమానంతో పరిష్కరించవచ్చు. కలియుగ మరియు సత్యయుగ సంధి సమయమైన వర్తమాన సంగమయుగంలో మనిషి తన సంపూర్ణ విశ్వాసాన్ని ఒక్క సర్వశక్తిమంతునిపైనే ఉంచాడు అని, ఈ సంగమయుగంలో అతని దశ ఉన్నతి దిశగా వెళుతుంది అని ఆలోచించేంత వివేకము మనిషికి కలగాలి.

భగవంతునిపై విశ్వాసము – భగవంతునిపై సమర్పణ

ఒక వ్యక్తి అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నప్పటికీ అతను శివ పరమాత్ముని మార్గదర్శనలో నడుస్తుంటే ఆ భగవంతుడు అతని బాధలను తప్పక తన భుజాలపై వేసుకుంటాడు. ఒకవేళ ఆ వ్యక్తి మరణించినా కానీ భగవంతుడు మాత్రం అతని మరు జన్మలో అన్నీ మంచిగా, సవ్యంగా ఉండేట్లుగా ఏర్పాటు చేస్తాడు. ప్రాణమున్నంత వరకు మనిషి భగవంతునికి ఆజ్ఞాకారి అయి, తన తనువు, మనసును భగవంతునికి అర్పించి, భగవంతుడిని మాత్రమే తన ఆధారంగా చేసుకుని భగవంతుని చేతిని ఎన్నటికీ విడిచి పెట్టని వారికి భగవంతుడు సంపూర్ణ ముక్తిని అనుగ్రహిస్తాడు. అటువంటివారు జీవిన సుడిగుండాలలో ఇరుక్కోకుండా భగవంతుడు రక్షిస్తాడు.

అన్ని విధాలుగా, భగవంతునిపై సమర్పణ కావడమే శ్రేయస్కరం. సమర్పణ జీవితంలో ఈశ్వరుని కృప ఉంటుంది. అంతే కాక మరణించే బాధ ఉండదు. మృత్యువును తలుచుకుంటూ అతడు బాధపడాల్సిన అవసరం లేదు. మృత్యు భయం నుండి దూరంగా ఉండటమే కాక అతడు తన అంతిమ క్షణాలలో పరమాత్ముడి నుండి శక్తిని పొందుతాడు. భగవంతుడిని మరచిపోయిన క్షణాన మనసు దేహముపై మరలుతుంది. ఆ దేహ అభిమానము నుండి దేహముపై మోహము మొదలవుతుంది. ఇందు కారణంగానే మనిషిలోకి భయము అనే భూతము ప్రవేశించి అది అతని మరు జన్మలోకి కూడా ప్రవేశిస్తుంది. తద్వారా ఈ సంకల్పాలు అప్పుడు కూడా కొనసాగుతూ భయం నిరంతరం మనిషి మనసులోనే ఉండిపోతుంది. అందుకే నిరంతరం పరమాత్ముని స్మృతిలో ఉంటూ, తన భవిష్యత్తుపై ఆశావహ దృక్పథంతో ఉండాలి. సత్యాన్ని గ్రహించిన కారణంగా ఆత్మ అభిమానంలో ఉంటూ మన భవిష్యత్తులో భయానికి చోటు లేకుండా చూసుకోవాలి.

ఇక ఇతరులు ఏమంటారో అన్న భయం గురించి చూస్తే ముందు ప్రస్తావించినట్లుగా ఇటువంటి భయానికి మూలం స్వయంపై నమ్మకం, విశ్వాసం లోపించడమే. దివ్య జ్ఞాన ప్రదాత అయిన పరమాత్ముని ఆజ్ఞలనే తాను అనుసరిస్తున్నది అని మనిషికి సంపూర్ణ విశ్వాసము ఉన్నప్పుడు ఈ భయము స్వతహాగనే తొలగిపోతుంది. భగవంతుని విధానాలు ఉత్కృష్టమైనవి, అటువంటప్పుడు ఇతరుల అభిప్రాయాలకు, విమర్శలకు, నిందలకు ఎందుకు భయపడాలి? కుక్కలు మొరగవచ్చు, కానీ సాధువులు, యాత్రికుల సముదాయం తమ ప్రయాణాన్ని కొనసాగిస్తూనే ఉంటారు. కుక్కలు మొరిగినంత మాత్రాన తాము దొంగలమేమో అని సాధువులు కానీ యాత్రికులు కానీ భ్రమ పడనవసరం లేదు.

ఆత్మ విశ్వాసంతో ఉండు

ఒకవేళ వారు అలా అనుకుంటే వారికి తమ మీద నమ్మకం లేదు అని ఋజువవుతుంది. ఇప్పుడు ఇక భగవంతుడే మనతో ఉన్నప్పుడు మనకు ఇంక పొందాల్సిందేమీ లేదు, మనలను చలింపజేసేది ఏదీ లేదు. భగవంతునితో బుద్ధితో జరిపిన దివ్య కలియికతో పరమానందంతో నిండిన మనసు చింతలకు దూరంగా, లోకుల విమర్శలను పట్టించుకోదు. ఇటువంటి స్థితిలో శ్రీమతి అసంతృప్తి, శ్రీ నింద మాయమవుతాయి. నిస్సందేహంగా, విశ్వాసము మంచి పునాదిగా స్థిరపడ్డప్పుడే పరమానందం చిరస్థాయిగా నిలుస్తుంది. మనిషి స్పష్టమైన భావాలతో, అనుభవాన్ని ఆర్జించడంతో, ఆత్మ విశ్వాసమును పెంపొందించుకోవడంతో మనిషి భయాందోళనల శృంఖలాల నుండి విముక్తి కాగలడు.

మిమ్మల్ని నిందించే వారితో మీరు ఇలా అనాలి, "శ్రీ ఫలానా ఫలానా గారు, ప్రజలు నన్ను ఏ పేరుతో పిలుస్తున్నారో ఆ వ్యక్తి ఎప్పుడో చనిపోయి ఇప్పుడు భగవంతుని ఒడిలో క్రొత్త జన్మ తీసుకున్నాడు. నువ్వు నిందించే ఈ వ్యక్తి సర్వశక్తిమంతుని ఆజ్ఞలను పాటిస్తున్నాడు. ఇతడు ఆ భగవంతుడు చెప్పిన దానిని అనుసరిస్తున్నాడు. అతడు బుద్ధిశాలులకు బుద్ధిశాలి. విశ్వమంతా అతని దివ్య జ్ఞానాన్ని పొందటానికి ప్రార్థిస్తుంది. ఈ వ్యక్తి నువ్వనుకుంటున్నట్లుగా ఏ మానవుడినీ అనుసరించడంలేదు. అతి ప్రియమైనవారు, అసమాన్యుడు, గౌరవనీయులు అయిన ప్రజాపిత బ్రహ్మ కూడా ఆ సర్వశక్తిమంతుడైన పరమాత్ముని ఆజ్ఞలనే అనుసరిస్తారు. పరమాత్ముని దివ్యమైన ఆజ్ఞలను పాటించిన వ్యక్తి మాయా బంధాల నుండి విముక్తి పొంది నిర్వికారి, పవిత్ర, అత్యద్భుత జీవితాన్ని గడుపుతాడు."

మిమ్మల్ని నిందించే వారితో మీరు ఇంకా ఇలా చెప్పండి, “ నేను నిత్యం వెళ్ళే దివ్యమైన సంస్థలోని వారు పవిత్ర జీవితాలను గడుపుతున్నప్పుడు వారిని అలా తీర్చిదిద్దింది ఎవరో నీకు అర్థం కాలేదా? అలా తీర్చి దిద్దేది పరమాత్మ కాదు అని నీవు అనుకున్నా అది కనీసం ఒక మహాత్ముని కర్తవ్యమే కదా. ఇది కూడా నీవు అంగీకరించలేకపోతే చెడు నుండి విముక్తి పొంది మంచిగా మారే అవకాశం ఎక్కడుందంటావు? ఇప్పటికీ నువ్వు దీనిని విశ్వసించకపోతే మా నమ్మకాన్ని పాడు చేసి విద్వేషపూరిత ఆనందాన్ని మాత్రం పొందకు. ఇందుకు నువ్వు, మేము కాదు, ఫలితాన్ని అనుభవించాల్సి ఉంటుంది.

లోకులతో ధైర్యం నిండిన విశ్వాసంతో మాట్లాడు

ప్రస్తుత సమయంలో మనిషి తన బాధ్యతలనే సక్రమంగా నెరవేర్చలేకపోతున్నప్పుడు అతడు ఇతరుల కర్మలకు ఎలా బాధ్యుడు కాగలడు? మనిషిలోని అశుద్ధ ఆహార వ్యవహారాలు, బలహీన మనస్తత్వము కారణంగా అతడు ప్రస్తుతం బాధ్యతలను సక్రమంగా నెరవేర్చలేకపోతున్నాడు అని స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది. సన్మార్గంలో నడవాలి అని ప్రేరేపించే వ్యక్తి తాను మాత్రం నిజ జీవితంలో దివ్యమైన జీవితాన్ని గడపనప్పుడు అతడు ఇతరుల జీవితాన్ని ఉద్ధరిస్తాను అని ఎలా నమ్మబలకగలడు? పరమాత్ముని ఉత్కృష్టమైన ఆజ్ఞలతో మన జీవితాలను మనం అత్యద్భుతంగా, పవిత్రత, సుఖ శాంతులతో జీవిస్తున్నప్పుడు ఎవరో చెప్పారని మనం ఆ పరమాత్ముని ఎలా వదులుకోగలము?

కనుక, మన నిందకులతో ఇలా చెప్పాలి, “దుర్భేద్యమైన కర్మ సిద్ధాంతము గురించి మీకు తెలుసా? మేము ఎవరిని అనుసరిస్తున్నామో, ఎవరి ఆజ్ఞలను పాటిస్తున్నామో నీకు తెలీనప్పుడు మా మార్గంలో ఆటంకాలు వేస్తూ విమర్శిస్తూ ఎందుకు నీ మీద పాప భారాన్ని పెంచుకుంటావు? తెలివైన వ్యక్తి స్వీయ విషయాలను పరిశీలిస్తూ దాని గురించి ఒక మంచి నిర్ణయానికి వస్తాడు. నువ్వు విమర్శించేంతగా మాలో చెడు గుణాన్ని ఏమైనా చూసావా? నీ ఉద్దేశంలో పవిత్రత, బ్రహ్మచర్యము, క్రమశిక్షణ ఇవన్నీ అకృత్యాలా? ఒకవేళ నీ ఉద్దేశం ఇదే అయినా కానీ మేము మాత్రం మా ప్రాణాలను విడుస్తాము కానీ పరమాత్ముడిని, పవిత్రతను ఎన్నటికీ విడువము. నిజానికి మేము మా నిందకులను మా మిత్రులుగా భావిస్తాము, ఎందుకంటే మా పై మేము మరింత శ్రద్ధ వహించడానికి మీరు తోడ్పడుతున్నారు. అంతే కాక కర్మ సిద్ధాంతం అనుసారంగా మా పాప భారం కొంత తగ్గుతుంది కదా.”

మీరు కూడా మీ మనసును, ఆత్మను యోగానుభూతితో నింపుకుని మధు భాషిగా కావాలి. మీ నరనరాలలో నిర్భయము, స్వమానము, ఆధ్యాత్మిక శక్తి నిండాలి. అప్పుడే గంభీర రూపంలో ఉన్న మీలోని అసహజ శుద్ధత అనే గోడలు కూలిపోయి మీ ప్రాపంచిక బంధాలు తొలగుతాయి. పరమాత్ముని దివ్య స్మృతి మరియు మీ స్వశక్తి యొక్క స్మృతితో గొర్రెల మందెలో ఒకరిగా మూఢ సముదాయపు సాంప్రదాయానికి స్వస్తి చెప్పగలవు.

ఒకవేళ మనం ఈ బంధాలను సులువుగా తొలగించుకోలేకపోతే పరమాత్ముని దివ్య స్మృతితో మరియు అతనిపట్ల మనకున్న అమితమైన ప్రేమతో వికారీ అలవాట్లు అనే బందీఖానాను ఆత్మిక యోగంతో ఆశ్రమంగా మార్చాలి. విచక్షణ శక్తిని ప్రసాదించమని భగవంతుడిని కోరాలి. బంధింప వీలయినది శరీరమే కానీ మనసు కాదు అని మనిషి అర్థం చేసుకోవాలి. కనుక, ఒకవేళ శరీరం బంధింపబడి ఉన్నాకానీ భగవంతుడి స్మృతి అనే శక్తితో భయాన్ని పారద్రోలి పరిస్థితులు అనే పరీక్షలలో ఉత్తీర్ణులు కావాలి.

మనం ముందుగా అనుకున్నట్లుగా, అనవసరమైన పరిస్థితుల నుండి ఉత్పన్నమయ్యే భయానికి కారణం – మనకు ఇష్టమున్న వారిపట్ల లేదా ఇష్టమున్న దానిపై ఉన్న మోహము. అంతేకాక, సరైన తెలివి, పరిశీలనా శక్తి, ఆత్మ విశ్వాసము లోపించడము – ఇటువంటి భయాలకు ఇవే కారణాలు. క్లిష్ట పరిస్థితులలో భయం కారణంగా చేతులు ఎత్తేయడం వలన మనిషి చింతలకు, కలతలకు లోనవుతున్నాడు. అంటే ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో సమత్వంతో వ్యవహరించడమే సరైన పరిష్కారం.

సమభావంతో, సహజ స్వభావంతో నడుచుకుందాం

సహజ స్వభావాన్ని మరచి పర స్వభావాన్ని అవలంబించడం వలననే బాధ కలుగుతుంది. ఉన్న ప్రదేశాలకు తగ్గట్లుగా రంగులు మార్చే ఊసరవిల్లిలా కాక అన్ని పరిస్థితులలోనూ వాస్తవిక సహజ గుణమైన సమ భావంతో మసులుకోవాలి. ఎందుకంటే నిత్య సంతోషాన్ని పొందాలంటే మనపై మనకు నియంత్రణ ఉండటం ఎంతైనా అవసరం. స్వయంపై నియంత్రణ కలిగి ఉండటం వలన మనిషికి శక్తి లభిస్తుంది. స్వయానికి సరైన మార్గాన్ని నిర్దేశించుకుని, ఆలోచనలను భగవంతునితో జోడించే ప్రక్రియలో పరిశీలనా శక్తి పెరిగి సంకట సమయంలో సరైన మార్గదర్శన చేస్తుంది.

గుర్తుంచుకోండి: పూర్వ నిశ్చితమైనదే మళ్ళీ వస్తుంది

ఎదుర్కోవాల్సి వచ్చిన పరిస్థితిని చూసి భయపడటం అంటే మీరు చేసుకున్న దానిని చూసి మీరు భయపడుతున్నారు అని అర్థం. పూర్వ నిశ్చితమైనదే మీ ముందుకు వస్తుంది. “ఓ రామా, నా గతి ఏమిటి?” అని భగవంతుడిని ప్రాధేయపడటం పిరికిపందల ఆలోచనా విధానం. వర్తమాన అధర్మ ప్రపంచం వినాశనం జరగబోతుంది అని, సత్ధర్మ ప్రపంచ స్థాపన జరగబోతుంది

అని, ఇటువంటి సమయంలో భగవంతునిపై విపరీత బుద్ధి కలిగినవారు వినాశన తుఫానులో చిక్కుకుంటారు అని, భగవంతునిపై ప్రీతి బుద్ధి కలిగినవారు ముక్తిని, వరదానాలను పొందగలరు అని నిరాకారుడైన హృదయాభిరాముడు మనకు ముందుగానే చెప్పి ఉన్నారు కదా. సుఖదాత అయిన పరమపిత భూత, వర్తమాన, భవిష్య కాలాల గురించిన జ్ఞానాన్ని ఇప్పుడు మనకు ఇచ్చారు. భవిష్యత్తు గురించిన అయోమయం కారణంగా నిరాశకు తావివ్వడం మన మూర్ఖత్వానికి, విస్మృతికి నిదర్శనం.

ప్రతి వ్యక్తి తన మనసుతో ఇలా మాట్లాడుకోవాలి, "భగవంతుడు నాకు మేలు చెయ్యడానికే వచ్చాడు. మరి నేను నాలో మంచి పరివర్తనను తీసుకురాకపోతే అందుకు నేనే కదా బాధ్యుడ్ని! పరిస్థితులు మరోలా ఉంటే బాగుండేది అని గతం గురించి చింతించడంలో ఉపయోగం ఏముంది?" రాముడు అనగా భగవంతుడు అవ్యవస్థ నుండి సువ్యవస్థను స్థాపిస్తున్నారు. అయ్యో, మనం అతని నీడలో శరణు పొందకుండా అతని స్మృతిని మానుకుంటున్నామే! ఆ భగవంతుడి నుండి శక్తిని పొందడానికి బదులుగా భయం గుప్పెట్లోకి వెళ్ళిపోతున్నామే! జ్ఞానాన్ని ప్రక్కన పెట్టేసి, ఆధ్యాత్మిక యోగాన్ని నిలిపేసి, సద్గుణాలను మర్చిపోయి– యుద్ధంలో అర్జునుడు తన గాండీవాన్ని ప్రక్కన పడేసి, మనం చెయ్యవలసినదేమిటి, చెయ్యకూడనిది ఏమిటి అన్న గీతలోని మొదటి అధ్యాయ సారాన్ని మరచినట్లుగా – పరమాత్మ కూడా మనకు భయాందోళనల సమయంలో ఎలా ఉండాలి అన్న జ్ఞానాన్ని అందించారు. ఈ దివ్య జ్ఞానాన్ని మన నిజ జీవితంలోకి అనువదించుకోవడం మన పరమ ధర్మం. భగవంతుడు మనకు సన్మార్గాన్ని చూపిస్తారు. ఆ మార్గంలో నడవాల్సింది మనమే. మన బదులుగా భగవంతుడు ఆ మార్గంలో నడవాలి అని అనుకోవడం సమంజసం కాదు. గమ్యాన్ని చేరుకోవలసినది మనం కానీ భగవంతుడు కాదు.

<u>పరమాత్మ స్మృతి బలంతో కష్టం ఒక మాయలా మాయమైపోతుంది</u>

నిస్సందేహంగా, భగవంతుడు మనకు సహాయం చేస్తారు. కానీ మన కార్యాలను మనం ధైర్యంతో నిర్దేశించుకోవాలి. భగవంతుని నామాన్ని కేవలం నోటితో జపించినంత మాత్రాన మన గత కర్మల ఫలితంగా వచ్చిన వర్తమాన పరిస్థితులు తొలగిపోవు. భగవంతుని ఆజ్ఞలు పాటిస్తూ, అతని దివ్య స్మృతిలో విశ్రాంతిని పొందుతూ పరిస్థితులను ఎదుర్కున్నప్పుడు, వెన్న నుండి వెంట్రుకను తీసినంత సులువుగా ఈ పరిస్థితులు మాయమైపోతాయి. మరో విధంగా చెప్పాలంటే, బాకువంటి పరిస్థితి చిన్న మేకుగా అయి వాటి ప్రభావాన్ని మనపై అతి స్వల్పంగా చూపుతాయి. మనల్ని మనం భగవంతుడికి సమర్పించుకోకపోయినా, మన సంక్షేమ బాధ్యత అతనికి అప్పగించకపోయినా, మన బాధ్యతలను అతనికి అప్పగించకపోయినా, మనం అతని నుండి ఆశించిన సహాయాన్ని పూర్తిగా పొందలేము. అతనిపై ఉన్న సంపూర్ణ సమర్పణ అన్ని చింతలను సమాప్తం చేస్తుంది. భయం కలుగుతుంది అంటే మనకు అతనిపై ఉన్న విశ్వాసంలో లోపం ఉంది అని అర్థం చేసుకోవాలి.

<u>కనిపించని భయాలకు కారణం ఏమిటి?</u>

పై వివరణ ఆధారంగా మనం ఒక అభిప్రాయానికి రావచ్చు. పరిస్థితులు ఎటువంటివైనా, దేహ అభిమానం కారణంగానే మనిషి దుఃఖంతో బాధపడుతున్నాడు. తనను తాను ఒక దేహంగా భావిస్తున్న కారణంగా అతడు దైహిక బంధాలనే ఏర్పరచుకుంటూ, తద్వారా ఆత్మకు పరమాత్మతోగల సంబంధాన్ని మరచిపోతున్నాడు. దీనికంతటికీ మోహమే కారణము. నష్టం, ఓటమి, బాధవంటివి దుఃఖానికి కారణాలు అవుతున్నాయి. ఇందుకు కారణం దేహాభిమానమే. మనిషి తన జీవితకాలంలో ఒకవేళ ఆత్మిక స్థితిలో స్థితి అయి విశ్వ నాటక రంగంలో ఒక పాత్రధారుని వలె తన పాత్రను అభినయించినప్పుడు అతడు ఎంతో ఆత్మ విశ్వాసంతో క్లిష్ట పరిస్థితులను సైతం ఎదుర్కోగలడు. కుటుంబంలో, వ్యాపారంలో, ఆఫీసులో తన పాత్రను నిర్మోహత్వంతో అభినయిస్తాడు. తన భావోద్వేగాలు భయం వలన ఉత్తేజితం కాకుండా చూసుకుంటాడు.

కనుక, అన్ని విధాలుగా సంపూర్ణ నిర్భయులుగా కావాలంటే , ఆత్మ శక్తిని చెద పురుగులా తినేస్తున్న దేహాభిమానాన్ని నాశనం చెయ్యక తప్పదు. ఆత్మిక స్థితిని అభ్యాసం చేస్తూ స్థూల పదార్థాలు, స్థూల మనుష్యుల పట్ల ఉన్న మోహాన్ని దూరం చేసుకోవాలి. సర్వాత్మలకు తండ్రి అయిన పరమపిత స్మృతిలోనే మన పూర్తి సమయం గడిచిపోవాలి. ఇందుకొరకు ఆత్మ జ్ఞానమును, పరమాత్మ జ్ఞానమును తెలుసుకోవాలి. ఈ జ్ఞానం లేకుండా ఆత్మిక స్థితిలో ఉంటూ పరమాత్ముని స్మృతిలో నిమగ్నం కావడం అసంభవం.

<u>సమీప భవిష్యత్తులో పెద్ద పరిణామాలలో మృత్యువులు</u>

ఇప్పుడు మనం పరివర్తనా సమయంలో అనగా కలియుగ అంతిమం మరియు కృతయుగ ఆరంభ దశ అయిన సంగమయుగంలో ఉన్నాము. ప్రస్తుత ప్రపంచం వంద శాతం అధర్మంగా, అవినీతిగా, పాపభూయిష్టంగా, వికారిగా ఉంది. మనిషిలోని నైతిక విలువలు, నీతి నశించిపోయిన కారణంగా తూర్పు బెంగాలు, మిడిల్ ఈస్ట్, ఫార్ ఈస్ట్, ఇండో చైనా మొదలైన ప్రాంతాలలో కుల హత్యలు, పశుప్రాయంగా జన సంహారం జరిగాయి. విశ్వ నాటక నిర్వహణ సూత్రం అనుసారంగా సమీప భవిష్యత్తులో ప్రస్తుత లోహ యుగమైన కలియుగం మహా వినాశనానికి గురి కానుంది. ఈ మహాభారీ వినాశనానికిగానూ అతి శక్తివంతమైన అణు బాంబులు, క్షిపణులు 5000 సంవత్సరాల క్రితంలాగానే తయారవుతున్నాయి. ప్రకృతి వైపరీత్యాలు, అంతః

యుద్ధాల కారణంగా కూడా వినాశనం జరుగుతుంది.

ఇష్టమున్నా లేకపోయినా మనమందరం ఏదో ఒక రోజు ఈ వినాశీ శరీరాన్ని వదిలి మన ఆత్మల లోకమైన పరంధామానికి వెళ్ళాల్సిందే. సమకాలీనంగా, స్వర్గ రచయిత అయిన శివ పరమాత్మ ప్రజాపిత బ్రహ్మా మరియు అతని ముఖ వంశావళులు అయిన బ్రహ్మా కుమారీ మరియు బ్రహ్మా కుమారుల ద్వారా సత్యయుగ పునఃస్థాపనను గావిస్తున్నారు. కనుక మనం ఎటువంటి ఆలస్యం లేకుండా ఈశ్వరీయ జ్ఞానంతో, రాజయోగ అభ్యాసంతో మన ఆత్మ శుద్ధి కోసం పురుషార్థాన్ని ప్రారంభించి మనలోని పాత వికారాలను సంపూర్ణంగా నాశనం చేసుకోవాలి. తద్వారా సమీప భవిష్యత్తులో స్థాపన కాబోతున్న కృతయుగంలో(అమరలోకంలో) సంపూర్ణ నిర్వికారులుగా జన్మ తీసుకోవచ్చు.

రాబోవు దైవీ ప్రపంచంలో 100 శాతం పవిత్రత, సుఖశాంతులు ఉంటాయి. అక్కడ సంపూర్ణ నిర్వికారి ఆత్మలు జన్మ తీసుకుంటాయి. వారిని అమరులు అని అంటారు అంటే వారు ఆజన్మాంతాం వికారాలు, చింతలు, బాధలు లేకుండా జీవిస్తూ రోగాలు ద్వారా కానీ, ప్రమాదాల ద్వారా కానీ, మరే విధంగానైనా కానీ అకాల మృత్యువును పొందరు. వారు జీవన్ముక్తి స్థితిలో ఉంటారు – అనగా జీవిస్తూ కూడా జీవితంలోని అన్ని దశల నుండి ముక్తులై ఉంటారు. ఇటువంటి సుఖప్రదమైన జీవితానికి కారణం – వారు తమ గత జన్మలో అనగా కలియుగ అంతిమ సమయంలో అనగా సంగమ సమయంలో ఈశ్వరీయ జ్ఞానంతో మరియు రాజయోగ అభ్యాసంతో చేసుకున్న సుకర్మల ఫలితమే. వ్యక్తికి తన భవిష్యత్తుపై సంపూర్ణ విశ్వాసం ఉన్నప్పుడు , ఆ విశ్వాసం అతను చేసిన ధర్మపరమైన కర్మల ఆధారంగా ఉన్నప్పుడు ఇక మృత్యు భయం ఎందుకు ఉంటుంది?

కనుక, ఈ విషయాలన్నిటినీ దృష్టిలో పెట్టుకుని మృత్యువుకు సంబంధించిన అన్ని రకాల భయాలను తొలగించుకుని మనసు, బుద్ధిని పరమాత్ముని స్మృతిలో నిమగ్నం చేసి మన ఆలోచనలు, మాటలు, కర్మలను వీలైనంత పవిత్రంగా చేసుకోవాలి.

23. బాధ, భయము, అధైర్యముల నుండి విముక్తి

ఈ రోజుల్లో గుండె జబ్బులు మానవ జీవితాల నుండి పెద్ద సుంకమునే వసూలు చేస్తున్నాయి. ఒత్తిడితో కూడుకున్న సంబంధాల వలన కలిగే బాధ, చింత, టెన్షన్‌లు గుండె జబ్బులు రావడానికి గల ముఖ్య కారణాలలో ఒకటిగా కనుగొనడమైనది. బాధ, చింతలు మనిషి శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసి అతనిలో ఉన్న సుఖసంతోషాలను దోచేస్తాయి.

తమ కష్టాల కడలికి లంగరువేసే భగవంతుడిని నమ్మనివారికన్నా ధార్మిక విశ్వాసం ఉన్నవారు, భగవంతుడు తమ సంరక్షకుడిగా ఉన్నాడు అని నమ్మేవారికి ఎక్కువ మనశ్శాంతి ఉంటుంది అని నిరూపణ అయింది. వారి నమ్మకము షాక్ అబ్జార్బరుగా పని చేస్తుంది.

కనుక, మనం చింతల నుండి, భయాల నుండి దూరమవ్వాలనుకుంటే భగవంతుడు మన సంరక్షణను, బాధ్యతలను స్వీకరించారు అని భావించాలి. మీ బాధ్యతను వారికి అప్పగించినప్పుడు వారు చెప్పినవాటికి మధ్యలో అడ్డు చెప్పకుండా వారి ఆజ్ఞలను పూర్తిగా పాటించాలి అని మనసులో స్పష్టంగా ఏర్పరచుకోవాలి. వారి ఆజ్ఞలను పాటించడానికి మీరు సంసిద్ధులుగా ఉన్నట్లయితే ఇక మీరు దేనికీ భయపడాల్సిన అవసరం లేదు. మన జీవితమనే నావ మనం చేసిన గత కర్మల ఫలితం కారణంగా కెరటాల నడుమ ఊగిసలాడవచ్చు, కానీ నావకు చుక్కానిలా భగవంతుడు ఉన్నారు కనుక ఎప్పుడూ మునగదు. కానీ, ఒకవేళ మన ఆత్మ విశ్వాసాన్ని పోగొట్టే భయాలు మనల్ని ముట్టడించినట్లయితే, నావలోని ప్రయాణికులు భయంతో గాబరాగా పరుగులు తీసినప్పుడు నావ తల్లక్రిందులైనట్లుగా మన జీవితమనే నావ కూడా తల్లక్రిందులై కష్టాల కడలిలో మునిగిపోయే అవకాశం ఉంది. కనుక, మీ నావ తల్లక్రిందులవుతుందేమో అన్న భయం ఉంటే ఆ భయాన్ని తీసెయ్యండి ఎందుకంటే ఆ భయమే నష్టాలకు, భీతికి కారణమవుతుంది. ఉప్పెనలా ఎగిసిపడే కెరటాన్ని చూసి చింతించక అది మనం చేసిన గత కర్మల ఫలితమే అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఇటువంటి కెరటాలను దాటి వెళ్ళాలనుకుంటే భగవంతుడు మాత్రమే మనల్ని తీరాన్ని చేర్చగలరు. మిమ్మల్ని మీరు వారికి సమర్పించుకోండి, కానీ, జాగ్రత్త, వారి ఆజ్ఞలను ఉల్లంఘించవద్దు, మీ కోరికలను హద్దులు దాటనివ్వద్దు. మీ బుద్ధిని స్థిరంగా పెట్టుకోండి. మీ బాధలను, భయాలను భగవంతునికి అర్పించి వారి నుండి విముక్తిని వరదానంగా పొందండి.

<u>వ్యక్తుల భయం</u>

ఒక వ్యక్తి మరో వ్యక్తిని చూసి భయపడుతున్నాడంటే అందుకు అతనిలోని సుగుణాలు, ఆధ్యాత్మిక శక్తిలో లోపమే కారణము. తనలోని చెడు స్వభావాలకు ప్రభావితమైన వ్యక్తి మరో వ్యక్తితో చెడుగా వ్యవహరిస్తాడు. సహజంగానే అతడు తన ప్రవర్తనకు వచ్చే ప్రతిఫలాన్ని ఊహించుకుని భయపడతాడు. లేక ఎదుట ఉన్న వ్యక్తిలోని క్రూరత్వము, జగడాల స్వభావము, హాని కలిగించే స్వభావము కూడా భయపెడ్తాయి. ఎదుటి వ్యక్తిలోని దురాలోచన ఈ వ్యక్తికి, తోటివారికి హాని కలిగించవచ్చు. కానీ ఈ వ్యక్తి సుగుణాలు కలిగి ఉండి ఆధ్యాత్మికంగా శక్తివంతంగా ఉన్నట్లయితే దురాలోచనతో ఉన్న వ్యక్తిని సునాయాసంగా సంభాళించగల్గుతాడు. మనం చెయ్యాల్సిందల్లా అణకువతో, ఆప్యాయతతో, ఆపన్న హస్తాన్ని అందిస్తూ ఉండటము. మన వల్ల ఏదైనా తప్పు జరిగితే ఆ తప్పును ఒప్పుకోవాలి. ఒకవేళ ఎవరైనా తప్పును ఒప్పుకోకపోతే ఆ పరిస్థితిలో మనం సత్యతను, భగవంతుడిని ఆధారంగా తీసుకుని చింతించకుండా మనలోని సుగుణాలతో పరిస్థితిని ఎదుర్కోవాలి. సుగుణాలలో ఉన్న శక్తితో మనం ప్రేరేపితమై మధురత, ఓర్పు, వినయము, ప్రేమ, సేవా దృక్పథంతో నిండుగా ఉన్నట్లయితే అనేకులు మన వైపు నిలిచి మనకు గెలుపును చేకూరుస్తారు. మనమనుకున్న ఫలితం దక్కకపోయినా కానీ భయం కారణంగా మన బాధను పెంచుకోవాల్సిన అవసరమే ఉండదు. వచ్చిన పరిస్థితులను మనం ఎలాగూ ఎదుర్కోవలసిందే. మనం చూస్తున్నది, మన చుట్టు ప్రక్కల ఉన్నదంతా మరి కొద్ది సంవత్సరాలలో ఉండదు. ఏ పరిస్థితి అయినా అంత కాలం వరకు ఉంటుందా? దుఃఖభరితమైనదే అయినా కానీ ఇటువంటి చిన్న పరిస్థితులను చూసి మనం ఎందుకు జంకడము? పవిత్రత, దివ్య జ్ఞానము మరియు యోగముల ఆధారంతో మనం ఉన్నప్పుడు విశ్వ వినాశనము గురించి ఎందుకు బెదరడము?

<u>భయాన్ని ఎదుర్కోవడానికి ఆయుధాలు</u>

ఒక వ్యక్తిపై దాడి జరిగినప్పుడు ఆ సమయంలో అతని చేతిలో ఆయుధాలు లేకపోతే అతడు భయభీతుడవుతాడు. అదే ఆయుధాలు ఉన్నట్లయితే కొద్దిగా మాత్రమే భయపడతాడు లేక అస్సలు భయమే ఉండకపోవచ్చు. అలాగే, ఏదైనా పరిస్థితి మనిషి మనసులో భయాన్ని రేకెత్తిస్తే అందుకు కారణం అతని వద్ద దివ్యమైన జ్ఞానయోగాల ఆయుధాలు లేవు అని అర్థం. లేదా ఆయుధాలు ఉన్నప్పటికీ వాటిపై విశ్వాసము లోపించి ఉండవచ్చు లేక జ్ఞాన యోగాలు అనే ఆయుధాలను భద్రంగా ఏ పెట్టెలోనైనా పెట్టి ఉండచ్చు. ప్రస్తుతం అవి అతని వద్ద లేవు, చాలా కాలం నుండి వాటిని వాడటం లేదు కనుక అతడు వాటిని ఉపయోగించలేకపోతాడు. లేకపోతే పరిస్థితి వచ్చినప్పుడు అతడు చాలా ప్రశాంతంగా, ధైర్యంగా ఉండాలి కదా. మాయ ఏ

రూపంలో తనపై దాడి చేసినా కానీ మాయలోని శక్తియుక్తులను అర్థం చేసుకునే శక్తిని భగవంతుడు తనకు ప్రసాదించాడు అని అటువంటి పరిస్థితిలో అతడు అర్థం చేసుకుంటాడు. అంతేకాక, మాయను ఎదురుదెబ్బ తీయడానికి అవసరమైన శక్తిశాలీ ఆయుధాలన్నిటినీ శివబాబా మనకు ఇచ్చి ఉన్నారు అని మనం గుర్తుంచుకోవాలి. ఇప్పటికీ మనం భగవంతుడి నుండి శక్తిని పొందుతూనే ఉన్నాము. తప్పక విజయులుగా అవుతాము.

ఈ ఆయుధాలు ఏమిటి? శంఖ చక్ర గద పుష్పములు – ఇవే ఆయుధాలు. గద మరియు సుదర్శన చక్రముల సహాయంతో మాయా దాడులను ఎదుర్కోవచ్చును. దాడికి ఉపయోగించే ఆయుధాలతో పాటు ఆత్మ రక్షణకు ఉపయోగపడే ఆయుధాలు లేకపోతే భయం కలుగుతుంది. 'విశ్వ నాటకరంగ జ్ఞానము' అన్నదే ఆత్మ రక్షణకు ఉపయోగపడే ఆయుధము.

అధైర్యత నుండి విముక్తి

భయాందోళనలకు మరో రూపమే అధైర్యత. జరిగినదాని గురించి లేక భవిష్యత్తులో ఏమి జరుగుతుందో అని దిగులుపడటం భయంతో ఉన్న వ్యక్తికి గుర్తు. ఒక పరిస్థితి కొద్దిగా హానికరంగా కనిపించిన వెంటనే అధైర్యంతో ఉన్న వ్యక్తి "అయ్యో! ఇదేమిటి, ఇలా జరిగింది?" అని ఆశ్చర్యపోతాడు. అతడి కళ్లు, ముఖము బాధగా మారిపోతాయి. నిజానికి ఇలా జరుగకూడదు ఎందుకంటే జరిగిపోయినదానిని మనం మార్చలేము, అలాగే, మనిషి తను గతంలో లేక వర్తమానంలో చేసిన కర్మల అనుసారంగా ఏర్పరుచుకున్న ఫలితానుసారంగా జరగబోయే సంఘటనలు విశ్వ నాటకరంగంలో రచింపబడ్డ విధంగానే జరుగుతుంది. దీనిని అనుమానించడం తప్పు, ఇది ఇలా జరుగకూడదు అని అనడం కూడా తప్పే. ఈ నాటకం ఎంత చక్కగా తయారై ఉన్నదంటే అందులో ఏ విధమైన సర్దుబాట్లు, మార్పులకు అవకాశమే లేదు. ఈ విశ్వ నాటకరంగంలో ఒక దాని తర్వాత మరొకటిగా వచ్చే పరిస్థితుల వెనుక ఒక గుహ్యమైన కారణము, ప్రాముఖ్యత ఉంటుంది. అది మనం గమనిస్తామా లేదా అన్నది నాటకానికి సంబంధం లేదు. కనుక, ఇది ఇలా కాక మరోలా జరిగి ఉండాలి అని అనుకోవడం వ్యర్థము. ఇలా ఆలోచించడం సమయాన్ని వ్యర్థం చేసుకోవడమే. మన కర్మల అనుసారంగా ఏదైతే జరిగిందో అదే జరుగుతుంది, పూర్వ నిశ్చితమైనదే జరగబోతుంది కనుక, మన కర్మలు నిర్వికారిగా, నిర్దోషముగా ఉండాలి. విశ్వ యోజనలో మార్పుల గురించి మాట్లాడే బదులుగా మనిషి తన స్వ ఉన్నతిలో మునిగిపోవాలి. తద్వారా అతని భవిష్యత్తు చక్కబడి భయాందోళనల నుండి విముక్తిని పొంది ఒక స్థిరమైన, అచంచలమైన మానసిక స్థితిని ఏర్పరుచుకుని అధైర్యత నుండి దూరం కాగలుగుతాడు.

భయాలు, చింతలు, అధైర్యత పరిస్థితులను మార్చలేవు. మన శ్రమను మనం నమ్ముకుని, రాబోయే ఫలితంతో ప్రభావితం కాకుండా ఉండాలి ఎందుకంటే మనం చెయ్యగలిగిందల్లా ప్రయత్నం మాత్రమే. ఒకవేళ పరిస్థితిని మార్చగలము అంటే అది మన కర్మల ద్వారానే సాధ్యమవుతుంది. కనుక, మనం ఉన్నతమైన కార్యాలను అభిరుచితో చెయ్యాలి. అంతేకానీ భయపడటము, చింతించడము, అధైర్యపడటము, ఫలితాన్ని చూసి కన్నీళ్ళు పెట్టుకోవడము మంచి పని కాదు. అది చాలా అవివేకము అనగా వికారము. ఇలా స్వయాన్ని బాధపెట్టుకున్నట్లయితే ఒంటరి పక్షుల జాబితాలోకి వచ్చేస్తారు, అంతే కాక యోగ స్థితి నుండి క్రిందకు దిగి వచ్చినవారవుతారు. ఇలాంటివారు వారి మార్గంలో వారే అడ్డంకులు వేసుకుని వారిని వారే హాని పర్చుకుంటారు.

ఈ విశ్వమంతా ఒక నాటకము అని ఎప్పుడూ గుర్తుంచుకోండి

ఈ విశ్వము ఒక నాటకము అని మర్చిపోవడమే మనిషి భయాలకు, చింతలకు ముఖ్య కారణము. ఈ ప్రపంచంలో జరిగే సంఘటనలు అనే సినిమా మనిషి జ్ఞాపక శక్తికి అందని సమయంలో చిత్రీకరించబడ్డవి. ఇది మళ్ళీ తిరుగుతున్న డ్రామా. 5000 సంవత్సరాల క్రితం సినిమాలో జరిగినవి ఇప్పుడూ జరుగుతున్నాయి. అందుకే అంటారు, "పూర్వ నిశ్చితమైనదే ఇప్పుడు జరుగుతుంది, ఇప్పుడు క్రొత్తగా ఏమీ తయారు కావడం లేదు" అని. ఏ మలుపులోనూ మార్చలేము. ఈ కథంతా మనిషి చేసిన కర్మల ఆధారంగా తయారయింది. మనం గతంలో చేసిన కర్మలు మన భవిష్యత్తుగా రూపుదిద్దుకుంటాయి. జరగబోయేదాన్ని కాదనలేము. మరి ఎందుకు బాధలు, చింతలు?

పరిస్థితుల పట్ల సరైన అభిప్రాయం

కనుక, ఈ సృష్టి ఒక ఆట లేక నాటకమని, ఇందులో కలిగే గెలుపు ఓటములను ఒక క్రీడా ప్రవృత్తితో స్వీకరించాలి అని మనిషి గుర్తుంచుకోవాలి. విశ్వ నాటక జ్ఞానంతో బ్రతుకున్న వ్యక్తి అధైర్యత అను తన శత్రువును సులువుగా జయిస్తాడు. అతడు తన జీవితాన్ని, అలాగే ఇతరుల జీవితాన్ని కూడా నాటకంలోని పాత్రలుగా చూస్తాడు. అలజడిలో మునిగిపోయి నాకు ఎటువంటి పరిష్కారమూ కనిపించడం లేదు అని అతడు అనడు. శక్తి వంచన లేకుండా కృషి చేస్తూ కూడా కర్మ ఫలితం గురించి ఆలోచించుకుంటూ ఆందోళన చెందడు ఎందుకంటే క్రితంసారి సృష్టి చక్రంలో ఏదైతే జరిగిందో అదే ఇప్పుడూ జరుగుతుంది అన్న కాల జ్ఞానం అతని మనసులో ఉంది కనుక. "ఈ సృష్టి నాటకంలో నేను అనేక సార్లు నా పాత్రను అభినయించాను, నాకు ఎటువంటి చింత లేదు ఎందుకంటే భగవంతుడికి నాపై ఎంతో చింత ఉంది. అన్నింటినీ పరిత్యజించి ఏ భారములు లేని వాడిని కనుక నాకు ఎటువంటి భయాందోళనలు లేవు. నా భవిష్యత్తును, నా జీవితమును సంపూర్ణంగా అర్పించిన భగవంతుడి గురించి మాత్రమే ఇప్పుడు నేను

స్మరించాలి.”

నిజమైన యోగి భగవంతుని శ్రీమతమును ప్రతి అడుగులో పాటిస్తాడు. భగవంతుని ఉన్నతోన్నతమైన కళ్యాణకారి ఆజ్ఞలను పాటించేవారు భయం నుండి విముక్తిని పొందుతారు. కనుక, సర్వస్వమును పరిత్యజించిన యోగి బుద్ధిలో ఏ విధమైన నిరాశ ఉండదు. అతడు ఎప్పుడూ ఒక ఫరిశ్తాగా ఉంటాడు. పరిస్థితులు ఏ మలుపు తీసుకుంటాయి అని ఒక చంచల బుద్ధి ఇతడిని ప్రశ్నించినా కానీ ఇతడు మాత్రం ఎంతో నిశ్చింతగా 5000 సంవత్సరాల క్రితంవలె జరుగుతుంది అని బదులిస్తాడు! అంటే ఇతడు అన్నింటినీ సాక్షి స్థితిలో ఉండి చూస్తాడు. ఒకవేళ ఇతనికి ఏదైనా నష్టం గురించి లేక ఓటమి గురించి సమాచారం తెలిసినా కానీ, తనకు ప్రతికూలంగా పరిస్థితులు తిరిగితే, మీ ప్లాను విఫలమైనంది కదా, దీనిపై మీ అభిప్రాయం ఏమిటని ఎవరైనా ఇతడిని ప్రశ్నిస్తే, ఇతడు ఇలా జవాబిస్తాడు, “ప్రియ మిత్రులారా! ఇదేమీ క్రొత్త కాదు, ఎందుకంటే ఇలా అనేక సార్లు జరిగింది కనుక నేను అధైర్యపడనవసరం లేదు.పూర్వ నిశ్చితమైన సృష్టి నాటకంలో ఇదీ ఒక భాగమే. జరగబోయేదానిని మీరు, నేను కలిసి కలవరపడకుండా, అనవసరమైన ఆలోచనలు చెయ్యకుండా చేద్దాము. నేను చెయ్యవలసిందల్లా శివబాబాను స్మరిస్తూ మంచి కర్మలు చేస్తూ గతంలో చేసిన చెడు కర్మల ఫలితమును యోగము ద్వారా కడిగేసుకోవాలి, లేకపోతే ధర్మరాజు దర్బారులో నేను శిక్షలు తినవలసి ఉంటుంది. ఈ ఒక్క ఆలోచనయే నాకు మేలు చేసేది. మిగతా అంతా నిరర్థకమే.” ఇటువంటి సత్సంకల్పాలు మనిషిని అధైర్యత నుండి విముక్తి చేస్తాయి.

24. సమభావం – సమతుల్యం

ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా కానీ మనసు ఎందుకు నిలకడను కోల్పోతుంది అని తెలుసుకోవడానికి ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాసువులు తపన చెందుతూ ఉంటారు. ఈ సమస్యను ఉద్దేశించి, ఇందుకు కారణం మాయ అని శివ బాబా అన్నారు. అసూయ, ద్వేషం, అవమానం, పాప భారం, అభిప్రాయ భేదాలు ఇవన్నీ కలిసైనా, ఒంటరిగా అయినా దురాక్రమణ చేసి మనిషిని చలింపజేస్తున్నాయి. ఇవి మొదటగా మనిషి విశ్వాసాన్ని దెబ్బ తీస్తాయి. ఆ తర్వాత ఆధ్యాత్మిక ఆసక్తిని దెబ్బ తీసి అతడిని పరమాత్మ నుండి, యోగం నుండి దూరం చేస్తాయి. మనిషిలోని బలహీనతలను మాయ పట్టుకుంటుంది. మరి కొన్నిసార్లు, అతడిని జయించడానికి అతడిని నలువైపుల నుండి చుట్టుముట్టి అతడు ఓడిపోవడానికి, జీవితంతో అలసిపోయేట్లుగా చెయ్యడానికి కుటిలోపాయాలను రచిస్తుంది. కనుక, సమతుల్యతను పాటించడమంటే అసలు భగవంతుడు ఎవరు, మాయ అంటే ఏమిటి, మాయను ఎదిరించడానికి కావలసిన యుక్తులు, శక్తులు ఏమిటి అని మనిషి స్వప్రయత్నంతో తెలుసుకోవడం. నిజానికి, భగవంతుడి గురించి తెలుసుకోవడం కష్టమైన పనేమీ కాదు ఎందుకంటే వారొక్కరే నిత్యం అచలంగా ఉండేవారు కాబట్టి. సత్యమైన జ్ఞానం ఒక్కటే ఉంటుంది ఎందుకంటే దాని నిర్వచనం కూడా ఒక్కటే ఉంటుంది. కానీ మాయ అనేక మాయావీ రూపాలను ధరిస్తుంది. ఎంతగా అంటే ఒక్కోసారి దాని మాయావీ రూపం మనకు దివ్యమైన రూపంలా కనిపిస్తుంది. అంతర్ముఖత, సహనం, మనో ధైర్యం, సంతృప్తి, అణకువ, భయాందోళనల నిర్మూలన, పంచ వికారాల సన్యాసం వంటి సుగుణాల ధారణకు కావలసిన అనేక ఉపాయాలను మనం ఇప్పటికే చూసాం కాబట్టి సమతుల్య వ్యవహారానికి మనిషి అణకువ, ఇంద్రియ నిగ్రహం, సహనం, ఓపిక మొదలైన సుగుణాలు జీవితంలో ధారణ చెయ్యాలి. అన్నిటికన్నా ఉత్తమమైన ఉపాయమేమిటంటే పరమాత్ముని దివ్య జ్ఞాన రత్నాలను ప్రతి నిత్యం వినడము. రోజూ భగవంతుని దివ్య జ్ఞానాన్ని వింటూ, అనుభజ్ఞులైన సోదర సోదరీమణుల అనుభవాల నుండి జీవిత సత్యాలను నేర్చుకోవడం ఉత్తమం.

ఆధ్యాత్మిక స్థిరత్వాన్ని సంపాదించడం ఎలా?

వికారాలను ఎంతగా త్యజించి దివ్య గుణాలను ధారణ చేస్తామో, ఆత్మిక స్థితిలో ఉండి ఎంతగా పరమాత్మ స్మృతిలో నిమగ్నమై ఉంటామో అంతగా ఆధ్యాత్మికతలో స్థిరత్వం ఏర్పడుతుంది. అస్థిరమైన ఆలోచనల నుండి సంపూర్ణ ముక్తి, సమభావం కలిగి ఉన్నప్పుడే మనిషి తన అంతిమ లక్ష్యాన్ని చేరుకోగలడు. ఈ రోజు మనిషి తనకు ఆధారంగా చేసుకున్నవన్నీ అస్థిరమైనవే. అతని మనసు పవిత్రతా మార్గం నుండి తప్పిపోతుంది. ఏ దేహాభిమానంలో అయితే మానవుడు ఉన్నాడో ఆ దేహం అశాశ్వతమైనది, అస్థిరమైనది, అనిత్యమైనది. తన జీవితంలో మధుర విషయాలు అని అనుకుంటున్నవన్నీ అల్పకాలికమైనవే. ఇటువంటి పరిస్థితిలో అతడు సమతుల్యతను ఎలా పాటించగలడు? కేవలం ఒక్క భగవంతుడు మాత్రమే నిత్య సమతుల్యుడు. ఈ సమభావాన్ని, సమతుల్యతను జీవితంలో పొందాలంటే మన మనసును భగవంతునిపై కేంద్రీకరించి మన రక్తపు బొట్టు కూడా వారి గుణగానమే చెయ్యడము ఉత్తమ ఉపాయం.

మనల్ని ఇతరులు గమనిస్తూనే ఉంటారు

అనేక రకాల ఇతర ఉపాయాలను శివ బాబా మనకు ఇచ్చి ఉన్నారు. శివ బాబా అంటారు, “600 కోట్ల జనాభాకన్నా ఎక్కువగా ఉన్న ప్రేక్షక ఆత్మలు గమనిస్తున్న ఈ విశ్వ నాటక రంగంపై నువ్వు నీ పాత్రను అభినయిస్తున్నావు అని భావించు.” దీని వలన మీరు మీ శ్రద్ధను పూర్తిగా మీరు చేసే పనులపై ఉంచగలుగుతారు. తద్వారా అచంచలమైన మానసిక స్థితిని పొందగలరు. ఉదాహరణకు, ఒక వ్యక్తి ఇతర వ్యక్తులతో కలిసి స్టేజి మీద కూర్చుని ఉన్నాడనుకుందాం. అందులో ఒకరు వారి భాషణను ఇస్తున్నప్పుడు ఈ వ్యక్తి ఆవలిస్తూ కునికిపాట్లు పడుతూ ఉంటే ఎదురుగా ఉన్న ప్రేక్షకులందరూ అతనిని గమనిస్తున్నారు అని అతనికి చెప్పిన వెంటనే అతడు ఎంతో జాగరూకతతో కూర్చుని తనను గూర్చి అందరూ ఏమనుకొని ఉంటారో అని సిగ్గు పడతాడు. అలాగే మనం కూడా, శివ బాబా చెప్పినట్లుగా, మనం విశ్వ నాటక రంగంపై ఉన్నాము అని అనుకున్నప్పుడు అత్యంత శ్రద్ధతో వ్యవహరిస్తాము. దివ్య జ్ఞానాన్ని పొందిన వ్యక్తి ఇతరులకు ఆ జ్ఞానాన్ని అందిస్తున్నప్పుడు ఆ వ్యక్తి నడవడికను, ఆలోచనా ధోరణిని అందరూ గమనించడం ప్రారంభిస్తారు అన్నది సత్యం.

ఒక వ్యక్తి తన ఫోటో కోసం కెమెరా ముందు కూర్చున్నప్పుడు ఎంతో శ్రద్ధతో, తనవన్నీ మంచిగా ఉండేట్లుగా చూసుకుంటాడు. అంతేకాక, తన ఫోటో మంచిగా రావడానికి ముఖంపై ఒక చిరునవ్వును కూడా తీసుకువస్తాడు. అలాగే, శివ బాబా ఏమంటారంటే, భావి భవిష్యత్తును తయారు చెయ్యడానికి వర్తమాన సంగమయుగంలోనే మన భవిష్యత్తుకు కావలసిన చిత్రాన్ని తీస్తున్నారు. ఇది దృష్టిలో పెట్టుకుని, మన చిత్రం వెలువడుతున్న ఈ సంగమయుగంలో మన మనోస్థితిని ఎవ్వరూ చలింపజేయకుండా ఉండేట్లుగా జాగ్రత్త పడాలి.

హఠయోగులు, తత్త్వయోగుల ప్రకారం యోగాభ్యాసానికి మనిషి నిటారుగా కూర్చుని, కళ్ళు మూసుకుని శరీర కదలికలు

ఏమీ లేకుండా ఉండాలి అని అంటారు. ఇందుకు శివబాబా ఏమంటారంటే, "రాజయోగి ప్రప్రథమంగా తన శరీర స్మృతిని మర్చిపోవాలి, తన మనసును అటూ ఇటూ పోనివ్వకుండా, కలియుగీ వ్యర్థాన్ని చూసే నేత్రాన్ని మూసేసుకుని తన మనో నేత్రంతో పైన ఉన్న పరమాత్మను చూడాలి. ఈ విధంగా ఒక రాజయోగి అచంచలంగా ఉండగలుగుతాడు."

ఈ సందర్భంలో శివబాబా ఇలా అంటారు, "ఈ అధర్మ సమయంలో మాయా దాడులు తప్పకుండా జరుగుతూ ఉంటాయి. రావణ రాజ్యంలోని రాక్షస సమూహం అంగదుడి పాదాన్ని కదిలించడానికి విశ్వ ప్రయత్నాలు చేసినట్లుగా ప్రస్తుతం మాయ కూడా మనిషి మనో ధైర్యాన్ని, విశ్వాసాన్ని దెబ్బ తియ్యడానికి అనేక విధాలుగా ప్రయత్నాలు చేస్తూనే ఉంటుంది. అప్పుడు మనం అంగదుడి సమానంగా నిలిచి ఉండాలి. 'అంగదుడు' అన్న పేరు సందర్భోచితంగా రెండు భావాలను వ్యక్తపరుస్తుంది. అన్ని అంగాలు(అంగ–అంగం) భగవంతుడికి సమర్పించేయడం (దా–ఇవ్వడం). అంగద సమానంగా ఉన్న వారిని మాయ ఒక్క అంగుళం కూడా కదిలించలేదు. అంతే కాక, అతడు ఎంత స్థిరంగా ఉంటాడంటే అతని కనురెప్ప కూడా స్థిరంగా ఉంటుంది. ఇటువంటి సమతుల్యమైన, స్థిరమైన మనో స్థితిలో ఉండటానికి పరమాత్మునిపై సమర్పణ అయి, అతని సందేశాన్ని ఇతరులకు అందించే అంగదులుగా కావడమే సర్వోత్తమ ఉపాయం. అప్పుడు తప్పకుండా యుద్ధంలో మాయ ఓడిపోయి మనం సమభావంతో, సమతుల్యంగా ఉంటాము.

ప్రతి దుకాణుదారుడు తన దుకాణంలోని వస్తువులన్నిటిలోకల్లా ఉత్తమమైన వాటినే షోకేసులో ఉంచుతాడు. అంతేకాక, వాటిని మంచి పద్ధతిలో, మంచి వెలుతురులో ఉంచుతాడు. అలాగే ఈశ్వరీయ జ్ఞానము మరియు పరమాత్ముని సేవాకేంద్రాల షోకేసులలో మనం సజీవంగా ఉన్న ఉదాహరణమూర్తులం. షోకేసులో ఉన్న మనల్ని చూసిన ప్రజలు మనల్ని నచ్చి పరమాత్ముని దివ్య జ్ఞానాన్ని అందుకోవడానికి సాహసించాలి. విశ్వం ముందు మనం ఒక ఉదాహరణమూర్తులుగా అయ్యే బాధ్యతను మనం మన భుజస్కంధాలపై వేసుకోవాలి. షోకేసులో ఉండే యోగ్యతను సంపాదించాలి. మహనీయులు అమర్చి సిద్ధంగా ఉంచిన సన్మార్గంలో మనం పయనించి చెడు అలవాట్లను త్యజించి మంచిని నేర్చుకున్నట్లయితే మన జీవితం ఉన్నతంగా, ప్రశాంతంగా, సమతుల్యంగా ఉంటుంది.

25. ఇతరుల లోపాలను ఎంచే అలవాటు

ఇతరుల లోపాలను ఎంచడం చాలా చెడ్డ అలవాటు. తప్పులెంచువారి అహంకారం ఇక్కడ బయటపడుతుంది. ఎదుటివారిలోని లోపాలను ఎంచడం, చాడీలు చెప్పడం, విమర్శించడం, పరిహసించడం వలన విమర్శలకు గురైన వ్యక్తి బాధను, చిరాకును అనుభవించడమేకాక విమర్శించిన వ్యక్తి నోటిలో కూడా విమర్శ అనే వికారపు చేదు ఉంటుంది. దీనిని ఒక ఉదాహరణతో పరిశీలిద్దాం.

ఉదాహరణకు, 'ఎ' అనే వ్యక్తి స్వాభావికంగా మోటుగా, పొడిగా ఉండే వ్యక్తి. అతడిని ఏ సహాయం అడిగినా 'వీలు కాదు' అని చెబుతూ ఉంటాడు. 'బి' అనే వ్యక్తి 'ఎ' అనే వ్యక్తిలోని ఈ గుణాన్ని గుర్తించి దాని గురించి ఆలోచిస్తున్నాడు. 'ఎ'లోని ఈ నిరాకరించే గుణాన్ని, పొడి పొడిగా వ్యవహరించే గుణాన్ని చూసి 'బి' ఎంతో బాధపడుతూ, అశాంతిపాలవుతూ ఉంటాడు. ఇటువంటి గుణాలు కలిగి ఉంటే వచ్చే పర్యవసానాలను 'ఎ'కు తెలిపి అతడిని మార్చాలి అని 'బి' అనుకుంటాడు. దీని కోసం 'బి' అనే వ్యక్తి తన మానసిక ప్రశాంతతను కోల్పోయి తన ఒడంబడికలో ఓటమి పాలవుతాడు. 'బి' అనే వ్యక్తి సహజంగా, సంతోషంగా ఉండక అలసిపోయి, చికాకుతో, అవిశ్రాంతంగా ఉంటాడు.

ఇటువంటి చిత్తవృత్తి ఫ్లూ రోగం వంటిది

ఇటువంటి వికారం నుండి ఉత్పన్నమయ్యే చిత్తవృత్తి విష పడిసెము (ఫ్లూ) లాంటిది అని శివబాబా అంటారు. ఫ్లూ వచ్చిన వారికి తమ ఎముకలు విరిగిపోయినట్లుగా, రక్త నాళాల నుండి నొప్పి వస్తున్నట్లుగా ఉంటుంది అని ఆ రోగికే కాక అందరికీ తెలుసు. అతడొక ఖైదీలా, నోరు చేదుగా, తీవ్ర జ్వరంతో బాధపడుతూ ఉంటాడు. అలాగే, తప్పులెన్నువారు కూడా అనేక అస్థిరమైన ఆలోచనలతో, అలసిన మనసుతో, తన నర నరమూ అలసట, బడలికతో ఉండి చివరకు కుప్ప కూలిపోతాడు.

ఫ్లూ రోగంతో బాధపడుతున్న వారిని మనం మంచి మందులతో బాగు చెయ్యవచ్చు. అలా ఆ రోగం ఇతరులకు సోకకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు. అలాగే, ఇతరుల తప్పులను చూసి పండ్లిగిలించడం, దుఃఖంతో మూలగడం వంటి చెడు అలవాట్లు కూడా మానసిక రోగాలే. ఇది ఫ్లూ వలె తీవ్రమైన అంటు రోగం వంటిది. కనుక, మనం ఇతరుల లోపాలను గమనించడం మానాలి. లేకపోతే 'ఫీలింగ్' అనే చిన్న పురుగు ఈ రోగాన్ని తీసుకు వస్తుంది. రెండవది, తప్పులెంచువారితో మనకు ఎటువంటి సంబంధమూ ఉండకూడదు.

అన్ని జాగ్రత్తలూ తీసుకున్నా కానీ ఒకవేళ ఈ రోగం వచ్చింది అంటే వెంటనే మన ప్రేమను దివ్య జ్ఞానాన్ని అందిస్తున్న పరమాత్ముని వైపుకు, అతని దివ్య పరివారం వైపుకు మరల్చాలి. మనకున్న కొద్దిపాటి సమయాన్ని వ్యర్థ విషయాలతో వృథా చేసుకోకుండా పరమాత్ముని కర్మలను చూడాలి. తప్పులెంచువారిని చూసి ద్వేషించుకోకుండా, సంపూర్ణ ప్రేమ స్వరూపులుగా మారి ఎదుటివారిని పాపాల మూట నుండి బయటకు తీసేందుకు కృషి చెయ్యాలి. ఈ ప్రయత్నంలో ఇతరుల లోపాలపై ఒకవేళ మన మనసు పోయినా కానీ వెంటనే స్వయంలోని లోపాలను చూసుకుని, వాటిని ముళ్ళగా భావించి సరిదిద్దుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి.

ఈ దురలవాటుకు మరో రూపం – అసంతృప్తి

ఫీలింగ్ అనే మనో జబ్బును ఫ్లూ అనే శారీరక రోగంతో పోల్చి మనిషికి ఇతరుల లోపాలను ఎంచడం పట్ల ఉన్న ఇష్టం గురించి శివబాబా ఎంతో స్పష్టంగా విశదీకరించారు. తప్పులెంచు ఈ వికారానికి అసంతృప్తి మరో రూపం. 'ఎ' అనే వ్యక్తిలో ఏదైనా చెడు గుణం ఉంటే 'బి' అనే వ్యక్తి 'ఎ' అనే వ్యక్తితో అసంతృప్తి చెందుతాడు. దివ్య జ్ఞానాన్ని పొందుతున్న ఒక జ్ఞానిలో 'బి' అనే వ్యక్తి ఏదైనా చెడు గుణాన్ని చూస్తే, ఒక జ్ఞాని గుణాలు ఇలా ఉంటాయా అని చిరాకు పడతాడు. దివ్య జ్ఞానం కలిగిన వ్యక్తి మనసులో ఉన్న చెడు గుణాలు చూసిన 'బి' అనే వ్యక్తి దివ్య జ్ఞానం, యోగంపట్ల అనాసక్తతతో వ్యవహరిస్తాడు. పర్యవసానంగా, ఈ అసంతృప్తి కారణంగా అతడు భగవంతుడి నుండి, భగవంతుడు అందిస్తున్న దివ్య జ్ఞానం నుండి దూరమవుతాడు. చివరకు, అసంతృప్తి, చిరాకు కలిగి ఉన్న ఈ మనస్తత్వం కారణంగా తన అదృష్టం నుండి, స్వయంకృషి నుండి వంచితుడవుతాడు. ఇతరులలోని ఒక్క చెడు గుణాన్ని చూడగానే అతడు ఎంత అసహనంగా, క్రోధంగా వ్యవహరిస్తాడంటే అతడికి భగవంతుడు అందిస్తున్న దివ్య జ్ఞానం కూడా నిరర్థకంగానే గోచరిస్తుంది. చివరకు అతడు పరమాత్మ నుండి సత్సంబంధాన్ని కోల్పోతాడు. అతని ఈ నష్టం, దైవీ స్వరాజ్యాన్ని కోల్పోయేట్లు చేస్తుంది.

ఎప్పుడూ ఒక గొప్ప ఆదర్శాన్ని కలిగి ఉండండి

ఇతరుల లోపాలను ఎంచే అలవాటు నిజంగా చాలా పెద్ద హానికారకం. అందుకే దీనిని ఆధ్యాత్మిక భాషలో ప్రాణాంతక రోగంలా అభివర్ణిస్తారు. ఇతరుల ఆలోచనల్లో, అలవాట్లలో లోపాలను చూసినవారు మాయతో జరిగే యుద్ధంలో ఓడిపోయి భగవంతుడి దగ్గరి నుండే పారిపోయిన ఉదంతాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. యుద్ధ మైదానం నుండి పారిపోయిన వారు తమ అదృష్టం నుండి పారిపోయిన అభాగ్యులు. అందుకే, ఇతరుల లోపాలను ఎంచే ప్రాణాంతకమైన జబ్బు నుండి జాగ్రత్తగా ఉండమని

శివబాబా వారిస్తారు. శివబాబా అంటారు, "ఎల్లప్పుడూ ఒక్క విషయాన్ని గుర్తుంచుకోండి. ఇప్పటి వరకూ ఎవ్వరూ సుగుణాలతో సంపూర్ణంగా కాలేదు. ప్రతి ఒక్కరిలోనూ ఏదో ఒక లోపం, బలహీనత ఉండనే ఉన్నాయి. మీ మనసులో ఎప్పుడూ ఆదర్శమూర్తులనే ఊహించుకోండి కానీ ఇతరుల లోపాలను చూసి మీ మానసిక శక్తినంతా ఇందులోనే వృథా చేసుకోకండి. ఎందుకంటే వీరు మీకు ఆదర్శప్రాయులు కారు. ఇటువంటి వారిని మీరు అనుసరిస్తూ, చూస్తూ ఉంటే వారు ఒకవేళ పతనమైతే మీరూ ఓటమిపాలు కావలసి వస్తుంది". కేవలం ఒక్క పరమాత్మ మాత్రమే సంపూర్ణుడు. వారొక్కరే మనకు ఆదర్శప్రాయం. వారి తర్వాత మన ముందు ఉదాహరణమూర్తులుగా నిలిచి ఉన్నవారు ప్రజాపిత బ్రహ్మా మరియు జగదాంబ సరస్వతి (ఆదమ్ బీబీలు). వీరు మానవ సృష్టిలోనే అత్యంత జ్ఞాన స్వరూపులు, సద్గుణ సంపన్నులు. ఈ ఇద్దరిలో ఉన్న గుణాలను మనమూ మన జీవితంలో ధారణ చెయ్యడానికి ప్రయత్నించాలి.

ఒక చిత్రకారుడు ఒక చిత్రాన్ని చిత్రిస్తున్నప్పుడు, లేక ముందుగా తయారై ఉన్న చిత్రాన్ని అతడు మళ్ళీ చిత్రీకరిస్తున్నప్పుడు అతడు తాను చిత్రించిన ప్రతి అంగుళాన్ని అసలైన చిత్రంతో పోల్చి చూసుకుంటూ ఉంటాడు. చిత్రంలోని కళ్ళు, ముక్కు, ముఖము, హావభావాలు అన్నీ అసలైన చిత్రంతో సమానంగా ఉన్నాయా అని పరిశీలించుకుంటాడు. ఇదే విధంగా, మనం మన జీవితాలను పితాశ్రీ బ్రహ్మా మరియు సరస్వతి జీవితాలతో పోల్చి చూసుకుంటూ ఉండాలి. మన మనో ప్రవృత్తి అత్తిపత్తి చెట్టువలె అంటే ముట్టుకుంటే ముడుచుకుపోయే స్వభావం వలె లేదు కదా అని పరిశీలించుకోవాలి. మన మనో వృత్తి వీరిద్దరిలా సదా సంతోషంగా, స్థిరంగా ఉండాలి. వీరి కళ్ళు, వీరి మనసులోని ప్రశాంతతను, సభ్యతను, ప్రేమను తెలుపుతాయి. మనకు అటువంటి కళ్ళు ఉన్నాయా? ఇటువంటి ఆదర్శవంతులను మనం మన ముందు పెట్టుకున్నప్పుడు ఇతరుల లోపాలను, బలహీనతలను ఎంచడానికి మనకు సమయం కూడా ఉండదు. అంతేకాక మన లోపాలను సరిదిద్దుకోవడంలోనే మనం బిజీగా ఉంటాము.

మన జీవితాలను అత్యుత్తమంగా తీర్చిదిద్దుకోవాలంటే వీరిద్దరినీ ఆదర్శవంతులుగా పెట్టుకోవడం ఎంత విలువైనదో మనం చూసాం. కానీ దురదృష్టవశాత్తూ మనం మన ముందు తగని చిత్రాన్ని పెట్టుకుంటాము. తప్పులెంచు ఈ వికారం మరెన్ని రూపాలను ధరిస్తుందో ఇప్పుడు చూద్దాం.

<u>తగని ఊహలు – తప్పుడు నిర్ణయాలు</u>

అనేక సార్లు ఈ వికారము తగని భ్రమలుగా, మిథ్యా అనుమానాలుగా రూపం దాలుస్తూ ఉంటుంది. దీని అర్థం ఏమిటంటే, అనేక సార్లు, మనిషి ఇతరులను అపార్థం చేసుకుంటూ ఉంటాడు. ఎదుటి వ్యక్తిలో ఫలానా లోపం ఉంది అని ఈ వ్యక్తి అనుకుంటాడు. కానీ నిజానికి ఆ వ్యక్తిలో ఆ లోపం ఉండకపోవచ్చు. నిజాన్ని తెలుసుకోకుండా ఈ వ్యక్తి తన మనో భావాల అనుసారంగా ఎదుటి వ్యక్తి గురించి తప్పుడు అభిప్రాయం ఏర్పరచుకుంటాడు. ఆ వ్యక్తితో వ్యవహరిస్తున్నప్పుడు కూడా తన ఊహలకు ఫలితమైన ఇతరుల లోపాలను మనసులో పెట్టుకుని తదనుసారంగానే అతనితో వ్యవహరిస్తాడు.

ఉదాహరణకు, 'ఎ' అనే వ్యక్తి 'బి' అనే వ్యక్తి ఇంటికి భోజనానికి ఆహ్వానింపబడ్డాడు. తప్పులెంచు గుణమున్న 'ఎ' అను వ్యక్తి 'బి' అను వ్యక్తిని తన స్వార్థం కోసం పిలిచాడు అని భావిస్తాడు. నిజానికి, 'బి' అనే వ్యక్తి నిస్వార్థంగా, ప్రేమపూర్వకంగానే 'ఎ' అనే వ్యక్తిని విందుకు ఆహ్వానించాడు. కేవలం తన ఊహలతో ఇతరుల లోపాలను ఎంచే అలవాటు ఉన్న 'ఎ' అను వ్యక్తి 'బి' అనే వ్యక్తిని స్వార్థపరునిగా చిత్రీకరించుకుంటాడు. ఈ రోజుల్లో మనుష్యులు తమ ఊహల అనుసారంగా ఎదుటి వ్యక్తి గురించి ఊహిస్తూ ఆ కలుషితమైన మనసుతో చాడీలు చెబుతూ ఇతరుల పతనానికి కూడా కారణమవుతారు.

రామాయణం నుండి ఒక సంఘటన తీసుకుందాం. పట్టాభిషేకం తర్వాత రాముడు కైకేయిని, భరత శతృఘ్నులను దాసుల వలె చూస్తాడు అన్నది మంథర ఊహ. తన ఈ తప్పుడు భ్రమతో మంథర కైకేయి మనసును కూడా కలుషితం చేసింది. మంథర మాటలకు కైకేయి మనసు ఎంత విషపూరితమయిందంటే దశరథుడు చెప్పిన ఏ విషయమునూ ఆమె వినిపించుకోలేదు. దీని పర్యవసానం అతి దారుణంగా ఉంది. రాముడు దేశం నుండి బహిష్కరింపబడ్డాడు. భరతుడు రాముడి నుండి దూరమయ్యాడు. పాపం దశరథుడు, పుత్ర వియోగ బాధతో మరణించాడు. మంథర చేసిన అధర్మ ఊహలకు, క్రూరమైన భావాలకు పర్యవసానం ఇది. కైకేయి కూడా మంథర ప్రభావంలోకి వచ్చేసింది. ఈ రోజుకు కూడా మనిషి తాను విన్నదాన్ని, ఊహాగానాలను గుడ్డిగా నమ్మేస్తున్నాడు. అతడు తన విచక్షణా శక్తికి పని కల్పించడం లేదు. కైకేయిలా తమ సన్నిహితులు, హితులు చెప్పే విషయాలను పెడచెవిన పెడుతున్నాడు.

<u>అసూయ, స్వార్థమే కారణం</u>

మంథర ఎందుకు ఇలా తప్పుగా ఊహించుకుంది అని ఒక్క క్షణం ఆలోచిస్తే మనకు ఇక్కడ ఒక విషయం అర్థమవుతుంది. మంథర కైకేయి పరిచారిక. తన స్వార్థ కోరికలన్నీ కైకేయి కొడుకైన భరతుడు రాజు ఐతేనే నెరవేర్చుకోగలదు. దశరథుని భార్య, కైకేయి సహ పత్ని అయిన కౌశల్యపై కైకేయికి, మంథరకు అసూయ ఏర్పడింది. స్వార్థం వలన శత్రుత్వం, అసూయ కలిగాయి. దీని కారణంగా వారికి రాముడిలో లోపాలు కనిపించాయి. రాముడిని సింహాసనం నుండి దూరం చెయ్యడమే కాక దేశం నుండి

కూడా బహిష్కరించారు.

ఇలా తప్పుగా, తగని విధంగా ఊహించడం వల్ల కలిగే నష్టాలను చాలామంది గుర్తించలేకపోతున్నారు. ఇతరుల లోపాలను ఎంచడం వల్ల ఎంతటి భయానక పరిస్థితులు వస్తాయో వారు ఆలోచించలేకపోతున్నారు. పై ఉదాహరణలో, తగని ఊహలు, తప్పుడు అభిప్రాయాల కారణంగా కుటుంబమంతా చిన్నా భిన్నమైపోయి, రాముడిని బహిష్కరించే మహా పాపానికి ఒడిగట్టారు.

నేటికీ దేవాత్మగా గౌరవింపబడుతూ పూజలు అందుకుంటున్న రాముడు కైకేయి కళ్ళకు మాత్రం చెడ్డవాడిగా కనిపించాడు. ఇందుకు కారణం తను మంథర చెప్పిన చెడు మాటలు విని, వాటి ప్రభావంలోకి వచ్చి రాముడిలో లేనిపోని లోపాలను ఊహించుకోవడమే. రామాయణంలో వివరింపబడ్డ ఈ ఘట్టం చారిత్రక సత్యమా కాదా అన్న విషయం ప్రక్కన పెడితే, ఇక్కడ మనం ఈ సంఘటన వెనుక ఉన్న ఆధ్యాత్మిక మహత్వాన్ని గుర్తించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాం. ఇటువంటి కోట్ల సంఘటనలను మనం ఈ రోజు చూస్తున్నాం.

ఇతరుల తప్పులను ఎంచే అలవాటును ఎలా పారద్రోలాలి అని తెలుసుకునే ముందు ఈ దురలవాటు దాల్చే మరో రెండు భయంకర రూపాలను చూద్దాం.

ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థంలో పతనం

ఇతరుల లోపాలను చూస్తూ చూస్తూ కొన్ని రోజుల తర్వాత అవి మనలోకే వచ్చి చేరుతాయి. ఆ తర్వాత మన జీవితం మనకే నిస్సత్తువుగా, నిరాశగా అనిపిస్తుంది. మన ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థాన్ని సరైన మార్గంలో పెట్టుకోకుండా ఇతరులలోని నల్లని మచ్చలను చూసే అలవాటు ఉన్నప్పుడు కొన్ని రోజుల తర్వాత ఆ లోపాలే మనలో కనిపించినప్పుడు, మన ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థపు వేగం, తీవ్రత తగ్గినప్పుడు చిరాకుకు లోనవుతాము. ప్రారంభ దశలో, మనిషి ఎంతో ఉత్సాహంతో పవిత్రతా స్థితిని, దైవీ పదవిని పొందాలని ఎంతో ఆశతో ఉంటాడు. కనుక, ఎంతో ఉత్సాహంతో ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థంలో ఎగురుతూ చెడుతో ఎన్నోసార్లు రసవత్తరంగా యుద్ధం చేస్తాడు. తన ఈ ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణంలో, దురదృష్టవశాత్తూ అతని బుద్ధి చెడు మార్గం వైపుకు మరలుతుంది. తను చేసిన ఈ తప్పుకు పర్యవసానంగా దైవీ ప్రపంచానికి తన అభ్యర్థిత్వాన్ని కోల్పోతాడు. తనలోనే తనకు ఎన్నో లోపాలు కనిపిస్తున్న కారణంగా అతడు ఇలా ఆలోచించడం ప్రారంభిస్తాడు, “నేను పురుషార్థంలో ఇక మెరుగుపడలేను. ఈ జ్ఞానార్జన వలన ఏమీ లాభం లేదు. నేను ప్రస్తుతం ఎక్కడ ఉన్నానో అక్కడే బాగున్నాను. ఈ దివ్యమైన పురుషార్థాన్ని ఇక నేను చేసినా వ్యర్థమే. ప్రపంచంలోని వారితో పాటే కలిసి ఈదుతాను లేక మునిగిపోతాను.”

ఈ దురలవాటుకు మరో రూపం – ఇతరుల లోపాలను చూసి, అసహనంతో, “నేను వీళ్ళకు బుద్ధి చెప్తాను, ఛీ, ఛీ! వీళ్ళు తప్పు దారిలో ఉన్నారు” అని ఛీదరించుకుంటారు. నిజానికి ఇలా అనుకునే వ్యక్తి తన గురించి ఇలా అనుకోవాలి, “తప్పు దారిలో ఉన్నది నేను. ఎందుకంటే నేను ఆ వ్యక్తిలోని చెడునే చూస్తున్నాను. వారిని సరి చేసేందుకు నేనెవరిని? ఇతరులతో ఘర్షణ పడటం, గొడవ పెట్టుకోవడం వలన, నా ఈ కర్మలకు నేను ధర్మరాజు దగ్గర జవాబు చెప్పాల్సి ఉంటుంది. ఎందుకంటే గొడవ పడటం అంటే చట్టాన్ని చేతుల్లోకి తీసుకున్నట్లే కదా! పాపాత్ములను శిక్షించే పని పరమాత్ముని కోర్టుది.” ఇలా ఆలోచించడానికి బదులుగా, తప్పులెంచు వ్యక్తి ఇతరులను తిడుతూ ఉంటాడు.

జరిగిన అన్యాయం గురించి ప్రభుత్వానికి చెప్పాలి అన్న జ్ఞానం నిరక్షరాసులకు కూడా ఉంటుంది. పోలీసుల ద్వారా అయినా కోర్టు ద్వారా అయినా వారు రిపోర్టు చేస్తారు. ఒకవేళ ఎవరైనా చట్టాన్ని చేతుల్లోకి తీసుకునే ప్రయత్నం చేస్తే వారు కూడా శిక్షార్హులే.

ఈ దురలవాటును పోగొట్టుకోవడం ఎలా

తప్పులెంచు చెడు అలవాటు కారణంగా మనిషి దివ్య నియమాలను, ఉన్నత విధానాలను ఎలా విస్మరిస్తాడో ముందు పేజీలలో చూసాము. భగవంతుడి నుండి వేరుపడిన కారణంగా మనిషి ఆధ్యాత్మికంగా అనాథగా మిగిలి ఎంతో నైతికతను కోల్పోతాడు. ఈ దురలవాటును పోగొట్టుకునేందుకు ఉపయోగపడే కొన్ని ఉపాయాలను ఇప్పుడు మనం చూద్దాం.

పరమ పవిత్రుడైన పరమాత్మకు యోగ్యులైన పిల్లలుగా ఉందాం

మొట్టమొదటగా, మనిషి తాను పరమాత్ముని సంతానమును అన్న సంగతి మర్చిపోకూడదు. ఉన్నత కుటుంబంలో జన్మించిన యువకుడు తాను ఉన్నత అలవాట్లను, హుందా వ్యవహారాన్ని కలిగి ఉండాలని ఆశించినట్లుగా మనిషి తాను భగవంతుని కుమారుడను అని గుర్తుంచుకున్నప్పుడు దైవీ గుణాలను అలవర్చుకోవడానికి కృషి చేస్తాడు. అవసరాన్ని గుర్తించిన చోటనే అందుకు తగ్గ కృషి ఉంటుంది, దానిపై పూర్తి శ్రద్ధను ఇవ్వడం సాధ్యమవుతుంది. మీరు రోజూ ఉదయాన్నే లేచిన వెంటనే, మీ మంచం నుండి దిగి కాళ్ళను భూమిపై పెట్టకముందే ‘నేను పరమాత్ముని సంతానమును’ అని గుర్తుకు తెచ్చుకోండి. సర్వం పునరుద్ధరణ జరిగే ప్రాతః సమయంలో, ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంలో ప్రశాంతంగా ఉన్న మీ మనసులో నేను పరమాత్ముని సంతానమును అన్న

ఉన్నత భావనను ఆహ్లాదకరమైన ప్రాతః సమయ ఘడియలలో స్మరించుకున్నప్పుడు ఆ భావం రోజంతా కొనసాగుతుంది. వివిధ సమయాలలో మీరు మనసును ఈ ఉన్నత భావంతో తేజోవంతం చేసుకుని పరమాత్ముని ప్రేమలో మునిగిపోండి. మీరు సద్గుణ సంపన్నులుగా కావాలన్న ప్రేరణలు మీ అంతః మనసులో కలుగుతాయి. అందరూ భగవంతుడిని ప్రేమిస్తారు, ఎందుకంటే వారు ప్రేమ, శాంతి, దయా సాగరులు. వారు ఉదార స్వభావంగల గొప్ప ఉపకారి, సహృదయుడు, దయా స్వరూపుడు. కనుక, నీవు, అతని సంతానమైన కారణంగా నీ తండ్రి గుణాలను పుణికి పుచ్చుకోవాలి. నీ తండ్రిలా అందరితో ప్రేమగా వ్యవహరిస్తూ, విశాల హృదయంతో జీవనాన్ని సాగిస్తూ ఉదార జీవితాన్ని గడపాలి.

ప్రతి మనిషి పరమాత్మ వైపుకు ఆకర్షితమవుతాడు. ఎందుకంటే పరమాత్మ ప్రేమ మరియు జ్ఞాన సాగరులు. మీరు కూడా దివ్య జ్ఞానము, ప్రేమ, దివ్య గుణాల స్వరూపుడివిగా కావాలి.

<u>సావధానము – పరిశీలన</u>

రెండవది, మానవుడు తన జీవిత లక్ష్యమును సమున్నతంగా ఏర్పరచుకోవాలి. సమున్నత స్థాయి నుండి కొద్ది లోపం కూడా ఉండనంత స్థితికి అతడు తన స్వ పురుషార్థంతో చేరుకోవాలి. సర్వగుణ సంపన్నులైన శ్రీ లక్ష్మి, శ్రీ నారాయణుల వంటి ఆదర్శ దేవాత్మలను తన ముందు ఎప్పుడూ ఉంచుకోవాలి. ఎంత ఎక్కువగా అతడు దివ్య గుణాలను ధారణ చేస్తాడో అంతగా అతడు తన లక్ష్యానికి చేరువలో ఉన్నాడు అని అర్థం. ఎలా అయితే ఒక వ్యక్తి తాను సరిగ్గా ఉన్నాడా లేడా అని అద్దంలో చూసుకుని తన జుట్టును, ముఖాన్ని సరి చేసుకుంటాడో, అలాగే ప్రతి వ్యక్తి తన అంతః మనో దర్పణంలో తన ఆలోచనా విధానాన్ని, బాహ్య వ్యవహారాన్ని, దివ్య గుణ ధారణను పరిశీలించుకోవాలి. ఎలా అయితే ఒక నీటుకాడు సమయం దొరికినప్పుడల్లా తన జేబు నుండి చిన్న అద్దం తీసి అందులో తన ముఖాన్ని చూసుకుని అవసరమైతే సరి చేసుకుంటాడో, అలాగే ఆధ్యాత్మిక నీటుకాడు కూడా శ్రీ లక్ష్మీనారాయణుల వంటి దివ్య గుణాల అలంకరణ తన అంతః మనసులో ఉన్నదా లేదా అని ఘడియ ఘడియకు పరిశీలించుకుంటూ ఉంటాడు.

ఒకవేళ మన రోజంతటి దినచర్య కారణంగా మనలోని దివ్య గుణాలు ఆవిరి అయిపోయినట్లుగా మనకు అనిపిస్తే అప్పుడు మనం మన ఆత్మను జ్ఞానము అనే సబ్బుతో శుభ్రపరుచుకుని, జ్ఞాన జలంతో పవిత్రం చేసుకోవాలి. మనసులో ఏర్పడ్డ అడ్డంకులను దివ్య జ్ఞానంతో తొలగించుకుని, జుట్టులో నేరు పాపటి తీసుకున్నట్లుగా, దివ్య జ్ఞానము మరియు దివ్య గుణ ధారణతో చిక్కుముడిగా ఉన్న జీవితంలో ఒక చక్కటి మార్గాన్ని ఏర్పరచుకోవాలి. దివ్య గుణాలు కలిగినవాడే సత్యమైన బ్రాహ్మణుడు అని శాస్త్రాలు ఘోషిస్తున్నాయి. మస్తకంపై తిలకం పెట్టుకోవడం ఆత్మ అభిమానానికి చిహ్నం. దివ్య జ్ఞానాన్ని బోధించగల వారి ఉన్నత మానసిక స్థితికి పిలుక గుర్తు. మనం కూడా సత్యమైన బ్రాహ్మణులుగా కావాలి.

ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థాన్ని సుసంపన్నం చెయ్యడానికి మనం నిరంతరం ఆధ్యాత్మిక చిహ్నాన్ని తగిలించుకుని, ఆధ్యాత్మిక లక్ష్యాన్ని గుర్తు తెప్పించే ప్రేరణాదాయకమైన చిత్ర పటాలను ఇంట్లో పెట్టుకోవాలి. వీటితో పాటు మీ స్మృతులను తాజా చేసుకోవడానికి ఈ క్రింది వాటిని ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించుకుంటూ ఉండండి –

1. మీకు శివబాబా మరియు వారు ఇచ్చే దైవీ వారసత్వం గుర్తుకు ఉన్నాయా?
2. శ్రీ లక్ష్మి, శ్రీ నారాయణుల వంటి ఉన్నత దైవీ పదవిని పొందాలి అన్న మీ జీవిత లక్ష్యం మీకు గుర్తుందా?
3. ప్రస్తుతం మీరు సంగమయుగంలో అనగా కలియుగ అంతిమం మరియు సత్యయుగ ఆది సమయంలో ఉన్నారని గుర్తుందా?
4. పరమాత్ముని ఆధ్యాత్మిక పరివారం మీ మనసులో ఉందా?
5. మీరు పురుషార్థం చెయ్యాలి అని మీకు గుర్తుందా?
6. ఆరంభం నుండి అంతిమం వరకు మనం చేసిన కర్మలే మనల్ని నడిపిస్తాయి అని మీకు గుర్తుందా?
7. భగవంతుని స్మృతి వైపుకే మీ ప్రయాణం ఉందా?

ఈ పాయింట్లను మనం తరచూ నెమరు వేసుకుంటూ ఉన్నట్లయితే మనం సహజంగానే దివ్య గుణాలను ధారణ చేసుకోవచ్చు. మన దృష్టి కూడా నిర్వికారిగా ఉంటుంది. పరమాత్ముని స్మృతి ఆత్మకు దివ్య గుణాల ఇంజెక్షనుగా పని చేస్తుంది. కళ్యాణకారి అయిన సంగమయుగ స్మృతి మనలో అకళ్యాణదాయకంగా ఉన్న దుర్గుణాలను తొలగించుకోవడానికి కావలసిన ప్రేరణను అందిస్తుంది. పరమాత్మ వారసత్వాన్ని గుర్తు చేసుకున్నప్పుడు పురుషార్థంపై మక్కువ ఏర్పడుతుంది. ఇది ఈశ్వరీయ పరివారము, సత్యమైన బ్రాహ్మణుల పరివారము అని గుర్తుంచుకున్నప్పుడు మనం ఈశ్వరీయ విద్యార్థులము అని గుర్తుకు రావడమే కాక దివ్య జీవితాన్ని అవలంబించడం పట్ల మనకున్న బాధ్యత కూడా గుర్తుకు వస్తుంది.

ఇక్కడ ముఖ్యమైన విషయమేమిటంటే, వినియోగదారులు తమకు కావలసిన అరుదైన వస్తువుల కోసం అవి దొరికే సరైన దుకాణాలకే వెళ్ళినట్లుగా మనం కూడా సుగుణాల కోసం సరైన చోటుకే వెళ్ళాలి. దుకాణంలోని అద్దాల అలమారీలో అందరికీ కనిపించే విధంగా ఆ దుకాణంలోని అత్యుత్తమ వస్తువులను ప్రదర్శిస్తూ ఉంటారు. కొంతమంది వినియోగదారులు అత్యుత్తమ

నాణ్యత కలిగిన వస్తువులను మాత్రమే తీసుకుంటే మరి కొంతమంది కాస్త తగ్గు రకం నాణ్యత కలిగిన వాటిని కూడా తీసుకుంటూ ఉంటారు. అలాగే దివ్య గుణాలను తీసుకోవాలనుకుంటున్న మనం కూడా అత్యుత్తమ సద్గుణ సంపదను కోరుకుంటున్నామా లేదా అని పరిశీలించుకోవాలి. అలాగే అవి దొరికే సరైన చోటును కూడా నిర్దేశించుకోవాలి. ప్రపంచం అనే మార్కెట్టులో మనం మూడు రకాల వ్యక్తులను చూస్తూ ఉంటాం – సాత్వికులు, రాజసికులు, తామసికులు. మనం గమనిస్తే ఈ రోజు అందరూ పైశాచిక ప్రవృత్తికే అలవాటు పడుతున్నారు. మనకు నిజంగా ఏమి కావాలి అని మనల్ని మనం ప్రశ్నించుకోవాలి. అత్యుత్తమ నాణ్యత కలిగిన దివ్య గుణాల సంపద మనకు కావాలనుకుంటే దానికి తగ్గ కృషి కూడా మనం చెయ్యాల్సి ఉంటుంది. వాటిని మనం తీసుకుని, మన సొంతం చేసుకుని, మనం చెయ్యకూడనటువంటి వాటిని ప్రక్కన పెట్టెయ్యాలి. సంగమయుగంలో పరమాత్మ మనుష్యులకు జ్ఞానమును ఇచ్చి సత్యమైన బ్రాహ్మణులుగా తయారు చేస్తున్నారు. వారి వద్ద దొరికేదే నిజమైన, నాణ్యమైన సరుకు. ఈ విషయం గుర్తించి మనం మంచి కొనుగోలుదారులుగా కావాలి. మిగతా అంతా వ్యర్థమే. ఈ విధంగా, తప్పులెంచు దురలవాటు నుండి మనం బయట పడవచ్చు.

<u>ఎవరైనా మనకు ఇతరుల గురించి చెడుగా చెబుతున్నప్పుడు మనం ఏమి చెయ్యాలి?</u>

మరి ఎవరైనా మనకు ఇతరుల గురించి చెడుగా చెబితే ఏమి చెయ్యాలి? ఎదుటివారు చెప్పేది నిజమే అయినా కానీ మేము మా చెవులను మూసేసుకోవాలా? మరి వారు చెప్పేది విననప్పుడు కొంతమంది ఎంతో ఉద్రేకంలోకి వస్తారు అని కొంతమంది అడుగుతారు. మరి ఇతరులలో తప్పును చూస్తూ కూడా ఏమీ చెయ్యకుండా ఉండిపోవాలా? మేము గమనించింది ఇతరులకు చెబితే అది చాడీలు చెప్పినట్లా? అని మరి కొంతమంది ప్రశ్నిస్తారు.

ఈ విషయాన్ని ముందొక సారి చర్చించుకున్నాం. ఇతరులు మీ ముందు చెడు మాట్లాడుతుంటే వారు చెప్పింది విని వారిని జ్ఞానవంతులుగా చేసే శక్తి మీకు ఉండాలి. ఎదుటివారు మీకు చెప్పేది సత్యాధారితమైనదా కాదా అన్న ప్రశ్న ప్రక్కన పెడితే, వారు చెప్పే విషయాలతో మీ మనసు కల్లోలానికి గురి అవుతుంది అని అనుకున్నప్పుడు మీరు వినకపోవడమే మంచిది. ఈ విషయంలో మీరు చేసేదేమీ లేనప్పుడు నిమిత్తమైన పెద్దవారికి చెప్పమని సలహా ఇవ్వండి.

ఇతరుల లోపాలు మీరు వినాల్సి వచ్చినప్పుడు ముందుగా మీరు మీ మనో స్థితిని నిశ్చలంగా తయారు చేసుకుని చెప్పేవారి మనో స్థితి ఏమిటో పరిశీలించండి. ఎదుటివారు కోపంతో, అసూయతో చెబుతున్నారా? లేక ఫిర్యాదు చేస్తున్నారా లేక చాడీలు చెప్తున్నారా? లేక ఒక శుభ చింతకుడై తను గమనించిన లోపాలను వారు సరిదిద్దుకోవాలి అన్న శుభ ఆశతో ఉన్నారా? అన్నది ముందుగా గమనించండి. ఈ విధమైన పరిశీలన ద్వారా మీరు సమస్యను యథార్థంగా అర్థం చేసుకోగలుగుతారు. ఒకవేళ పరివర్తనయే ఎదుటివారి భావం అని మీకు అనిపిస్తే అటువంటివి వినవచ్చు. సమయం, సందర్భం చూసి ఆ వ్యక్తికి తగిన సలహాలను ఇవ్వవచ్చు. అంతే కాకుండా, ముఖ్యమైన విషయమేమిటంటే, ఎదుటివారి భావం మంచిదే అయినా కానీ ఇతరుల లోపాలను విన్న తర్వాత వాటిని మీ మనసులో ఉంచుకోకండి.

రెండవ ప్రశ్నకు సమాధానం కూడా పై వివరణలోనే ఉంది. సారాంశమేమిటంటే, మనం శుభ చింతకులుగా, సమయం, సందర్భం చూసుకుని మధురంగా ఎదుటి వారు తమ తప్పులను సరి దిద్దుకునేందుకు అవసరమైన సలహాలను ఇవ్వాలి.

26. నీతి మరియు జీవిత గమ్యము

వ్యాపార వ్యవహారాలలో తనమునకలై ఉన్న నేటి మానవుడికి తను చేసే కర్మల వెనుక దాగి ఉన్న అంతిమ ప్రయోజనం ఏమిటో తెలియదు. జీవితమంతా అనేక కార్య వ్యవహారాలలో మునిగి ఉంటున్న మానవుడికి తన జీవిత గమ్యం గురించి స్పష్టమైన అవగాహన లేదు. తన జీవిత లక్ష్యము, ఉద్దేశ్యము మరియు గమ్యము తెలియని కారణంగా ఆ దిశగా ప్రయాణించడానికి కావలసిన సామర్థ్యము మానవుడిలో కొరవడుతుంది. ఎన్నో సందర్భాలలో తప్పొప్పులను, చెయ్యదగ్గవి మరియు చెయ్యకూడనివి ఏమిటో నిర్ణయించుకోలేని సందిగ్ధ పరిస్థితులను ఎదుర్కుంటున్నాడు. తన లక్ష్యము గురించి స్పష్టమైన అవగాహన ఉన్నట్లయితే తను చేయాలని ఆశిస్తున్న పని తన లక్ష్యాన్ని పరిపూర్ణం చేస్తుందా లేదా అని అతడే నిర్ణయించుకోగలుగుతాడు అనగా ఆ పని అతనిని తన గమ్యానికి దగ్గరగా తీసుకువెళ్తుందా, సరైనదేనా అని నిర్ణయించుకోగలుగుతాడు.

మీ జీవిత లక్ష్యం ఏమిటి అని మీరు మీ పరిచయస్థులను ప్రశ్నిస్తూ ఉంటారు. మామూలుగా మనం వినే సమాధానమేమిటంటే, డాక్టరు, ప్రొఫెసర్, ఇంజినీర్, అడ్వకేటు, వ్యాపారవేత్తగా కావలనుకుంటున్నాము అని. ఇవన్నీ జీవనాధారానికి దోహదపడే వివిధ వృత్తులే కానీ తమ జీవిత లక్ష్యము కాదు అని వారికి తెలియదు. డబ్బు సంపాదించడానికి ఇవన్నీ రకరకాల విధులు మాత్రమే, ఇవి పరిపూర్ణ జీవితాన్ని సూచించవు. ఇవి మనకు తిండి మాత్రమే పెట్టగలవు, కానీ 'మానవుడు' అన్న పదము దీనిని మాత్రమే సూచించదు. తన అవసరాలను తీర్చుకోవడానికి మానవుడు పని చెయ్యాలి, కానీ, డబ్బులు, ఆరోగ్యము, గృహ సంతోషము కన్నా మనశ్శాంతి, నిర్ణయ స్వేచ్ఛ మొదలైనవి మిన్న అని మర్చిపోకూడదు. కనుక వృత్తిని, వ్యాపారాన్నే తమ జీవిత లక్ష్యంగా భావిస్తే అజ్ఞానంతో తమను తాము మోసగించుకున్నట్లే.

<u>సంపూర్ణ సుఖ శాంతులను పొందడమే లక్ష్యము</u>

పరిపూర్ణ సుఖ శాంతులను పొందడమే ప్రతి మానవుని జీవిత లక్ష్యము అని ఆలోచన ఉన్న ఏ వ్యక్తి అయినా చెబుతాడు. ఈ లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడానికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ తమ విధానాలనుసారంగా శ్రమిస్తారు. మానవుని సర్వ ప్రయత్నాలూ ఈ దిశలోనే ఉంటాయి. ఇంతవరకు బాగానే ఉంది. కానీ "సంపూర్ణ సుఖ శాంతులు" అంటే ఏమిటి? దీని గురించి స్పష్టమైన అవగాహన అందించదలుచుకున్నాము. గతంలో, ఎవరి జీవితంలోనైనా సంపూర్ణ సుఖ శాంతులు స్థిరంగా, పరిపూర్ణంగా ఉన్నాయా? ఇలా ఉన్నవారు ఎవరు? వారు ఎప్పుడు జీవించారు? సంపూర్ణ సుఖ శాంతులను పొందడమే మన జీవిత లక్ష్యము అన్నప్పుడు అలా జీవించి ఉన్నవారి జీవితము మన ముందు ఉదాహరణగా నిలుస్తుంది. వారి జీవితము మనకు ఒక స్పష్టమైన అవగాహనను అందిస్తుంది.

<u>ఆత్మ పరమాత్మలో లీనమగుట అసంభవము</u>

కొంతమంది ధార్మికవేత్తలు మానవుని అంతిమ ధ్యేయము మోక్షమును (ముక్తి) పొందుట అనగా ఆత్మ పరమాత్మలో లీనమగుట అని అంటారు. ఆత్మ నిత్యమైనది, అవినాశి అయినది, కావున, ఏ విధమైన ఊహ ఆధారంగానూ అది పరమాత్మలో లీనమవడం అసంభవం. ఆత్మ ఏ విధంగానూ తనకు తాను మరో వస్తువుతో అంతమును పొందలేదు. పైన వివరించిన అర్థంతో మోక్షమును పొందాలి అని అనుకోవడం సరైనది కాదు.

'ప్రాప్తి' మరియు 'లీనము' అన్న పదాలకు గల భేదమేమిటో ఇప్పుడు మనం చూద్దాం. ఒక వ్యక్తి తన వ్యక్తిత్వాన్ని నిలుపుకుంటూ కొంత అనుభవాన్ని సంపాదించి, కొంత ధనాన్ని సంపాదిస్తే దానిని ప్రాప్తి అని అంటారు. 'లీనము' అని అంటే తన అస్తిత్వమునే పూర్తిగా కోల్పోవడం జరుగుతుంది, ఈ సందర్భంలో 'ప్రాప్తి' లేక 'ముక్తి' అనేవి ఉండవు. కనుక, లీనమగుట అన్నది ఒక కాల్పనిక కథనం మాత్రమే, అది ఆత్మ స్వధర్మానికి అసహజమైనది. లీనమవడమే లక్ష్యము లేక అనివార్యము అంటే అసలు పరమాత్మ నుండి రావడంలో అర్థమే లేదు. సత్యమేమిటంటే, ప్రాచీన కాలం నుండి, ప్రతి ఆత్మ తనలో వ్యక్తిగత అంశాలను భద్రపరుచుకుంటూ వస్తుంది. ఈ వ్యక్తిగత అంశాలలో ఉన్న భేదము కారణంగా ఒక ఆత్మకు మరో ఆత్మకు మధ్య తేడా ఉంటుంది. ఆత్మ ఉనికి ప్రారంభమైనప్పటి నుండి వాటి అస్తిత్వాలు వేరుగా ఉన్నాయి మరియు అనిత్యంగా ఉన్నాయి. ఎంతటి వైవిధ్యభరితమైన సంస్కారాలు, వ్యక్తిగత అంశాలు ఆత్మలో ఉన్నాయి! వీటి ఉనికి ఎలా పరమాత్మలో కలిసిపోతుంది?! పరివర్తన చెందని పరమాత్మ నుండి వైవిధ్యం కలిగిన ఆత్మలు ఎలా ఉద్భవిస్తాయి?!

<u>ముక్తి – జీవన్ముక్తి :– ఈ రెండింటిలో ఏది?</u>

ఇప్పుడు మనం ముక్తి గురించి చూద్దాం. ముక్తి స్థితిలో కర్మల విశ్రాంతి ఉంటుంది. కానీ జీవన్ముక్త స్థితి ఉండదు. శాంతి ఉంటుంది కానీ సర్వోత్తమ సుఖము ఉండదు. అంటే, ఆత్మ ముక్తిని పొందింది కానీ జీవన్ముక్తిని పొందలేదు. కేవలం ముక్తి కోసమే పాటుపడడము అంటే పరిపూర్ణములో అర్థ భాగం కోసమే కృషి చేయడం అవుతుంది.

మానవాత్మ ఎంత ఎత్తును చేరుకోగలదు?

పరమాత్మ అంత ఎత్తుకు ఎదగాలి అని కొంతమంది అభిప్రాయపడతారు. ఇది సరైన అభిప్రాయం కాదు. ఎందుకు? అమరుడు, సంపూర్ణుడు అతడొక్కడే కాబట్టి. ఆత్మలు ఎన్నో ఉన్నాయి, వాటిలోని జ్ఞానం మరియు గుణాలు పరిమితంగానే ఉన్నాయి. పరమాత్మలా అయ్యే లక్ష్యంతో ఉన్నాము అంటే గతంలో మనం పరమాత్మలా ఉన్నాము, ఇప్పుడు అలా లేము, తిరిగి ఆ స్థితికి ఎదగడానికి కృషి చెయ్యాలన్న అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తపరుస్తుంది. ఇది కూడా సరైన అభిప్రాయం కాదు. ఎందుకంటే, పరిపూర్ణుడైన పరమాత్మకు ఎప్పుడూ పతనము ఉండదు. పరమాత్మ పరిపూర్ణుడు, సర్వజ్ఞుడు, సర్వశక్తిమంతుడు అయిన కారణంగా అతడికి మరపు కానీ పతనము కానీ ఉండవు. మానవుడు తన స్వయంకృషితో ఉన్నత ఆత్మగా (మహాత్మ), దేవతగా (దేవాత్మ)గా కాగలడు. కానీ ఎప్పటికీ పరమాత్మగా కావడము, అలా కావాలని అనుకోవడం కూడా పొరపాటే. మానవుడు ఉన్నత స్థితికి ఎదగగలడు కానీ పరమాత్మ సమానంగా ఎదగాలనుకోవడం పొరపాటు.

అయితే మరి మానవుని లక్ష్యము ఏమిటి? ప్రతి నరుడు శ్రీ నారాయణునిగా, ప్రతి నారి శ్రీ లక్ష్మిదేవిగా తయారు కావడమే మానవుని లక్ష్యము.

శ్రీ నారాయణుడు మరియు శ్రీ లక్ష్మి తమ జీవితాలను సంపూర్ణ సుఖ సంతోషాలతో గడిపారు. వారి సమయంలో మిగతా అందరూ కూడా సంపూర్ణ సుఖ శాంతులను, సమృద్ధిని అనుభవించారు. అటువంటి ఉన్నత జీవితాన్ని పొందాలన్న లక్ష్యమునే మానవుడు కలిగి ఉండాలి. గతంలో ఉన్న పవిత్రత, శాంతి, సమృద్ధులను నేటి మానవుడు కోల్పోయాడు. కావున అటువంటి సంపూర్ణ పవిత్రత, సుఖ శాంతులు నిండిన శ్రీ లక్ష్మి మరియు శ్రీ నారాయణుని జీవితమును ఆదర్శంగా తీసుకుని జీవన్ముక్తి స్థితిని పొందడమే మానవుని అంతిమ లక్ష్యము. మానవాత్మ దేవాత్మగా కావడానికి కావలసిన మార్గదర్శనను పరమాత్మ ప్రస్తుతం వివరిస్తున్నారు. ఎవరి కర్మలయితే ఈ లక్ష్యం దిశగా ఉంటాయో వారు స్వతహాగా మరియు అవశ్యముగా ముక్తిని, తద్వారా జీవన్ముక్తిని పొందగలరు. అతని కర్మలలో అవసరమైన నైతిక ప్రమాణము కనబడుతుంది.

27. గంభీరత – ప్రశాంతత

ఒక వ్యక్తి తన వ్యవహారంలో ప్రశాంతతను, గంభీరతను కనబరచాలి. ఉదాహరణకు, భాగస్వాముల మధ్య గొడవ ఉందనుకుందాము లేదా ఒక ఆఫీసులో జరుగుతున్న అవినీతి, అమిత్రత, పరుషత్వమును ఒక వ్యక్తి గమనించాడనుకుందాము లేక కుటుంబ కలహాలు ఉన్నాయనుకుందాము. ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో గంభీరంగా లేక సీరియస్‌గా ఉండటము అంటే సహోద్యోగులలోని తప్పులను ఎంచడము, పిల్లలను తిట్టడము, తమ అసంతృప్తిని ఎదుటివారి వద్ద వ్యక్తపరచడము, జీవిత భాగస్వామిపై తమ ఆధిపత్యాన్ని చూపించడము, ఇతరుల పొరపాట్లను గమనించి వారికి ఎప్పుడూ వారు గతంలో చేసిన పొరపాట్లను ఎత్తి చూపించడము అనుకుంటారు. కానీ గంభీరత అంటే అర్థం ఇది కాదు.

ఇందుకు భిన్నంగా, ఒక ప్రశాంతమైన వ్యక్తి ఒక్కసారిగా ఇతరుల తప్పులను చూపించడు, వారిని నిందించడు. కేవలం అతడి వద్దకు సలహా కోసం లేక పరిష్కారం కోసం వచ్చినప్పుడో లేక పరిస్థితులు వారించినప్పుడే అతడు తన సలహాలను, పరిష్కారాలను ఒక తియ్యని పండును అందించినట్లుగా వారికి అందిస్తాడు. ఇలా చేస్తున్నప్పుడు ఇతడు ఎదుటివారిని తన సోదర ఆత్మలుగా భావించి మధురంగా, వినమ్రతగా, పరుష గళంతో కాక, దర్పమును లేక, ఆధ్యాత్మిక భావమును వీడక వ్యవహరిస్తాడు. ఒకవేళ అతడిని నిందించినా కానీ, అతడిని కోప్పడినా కానీ, గంభీరత ఉన్న వ్యక్తి స్పందించడంలో తొందరపడడు. గంభీరత అంటే అర్థం ఏమిటంటే అది ఉన్న వ్యక్తి తాను సర్వోత్తమమైన పరమాత్ముని పరివారమునకు చెందినవాడను అన్న స్మృతిలో ఉన్న కారణంగా చపలచిత్తముతో ఉండడు. దివ్యత్వమును పొందడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్న కారణంగా అతడు దివ్యమైన సభ్యతను కలిగి ఉంటాడు అనగా అన్ని ఉన్నతమైన, హుందాయైన సద్గుణాలను కలబోసి ఉంటాడు. ఒక వ్యక్తిలోని లోపాలు ఇతని ఎదుటకు వచ్చినప్పుడు చిరాకు పడడు, వారిని కోపగించుకోడు, కనీసం అతని ముఖంలో కూడా కోపము కనిపించదు. ఇతడు దోషిని మాటిమాటికీ నిందించడం కానీ, ఇతరుల ముందు వారిని కించపరుస్తూ మాట్లాడటం కానీ చెయ్యడు. సరైన సమయము వచ్చే వరకు ఇతడు తన సలహాలను, తన భావాలను వ్యక్తపరచడు. అప్పటి వరకు అసలు ఏమీ జరగనట్టుగానే అతడు వ్యవహరిస్తాడు. తన సలహాలను వినిపించాల్సిన సమయము వచ్చినప్పుడు కూడా వారు చేసిన తప్పును ఎంతో మధుర స్వరంతో, దయా భావంతో, పరివర్తన చెందాలన్న దృష్టికోణంతో వివరిస్తాడు. ఇది జరిగిన వెను వెంటనే ఇతడు సముద్రమంత గుహ్యతలోకి వెళ్ళిపోతాడు.

తన భావాలను వ్యక్తపరచడానికి ఇతడు తొందరపడడు. అన్ని విషయాలనూ ఉచిత రీతిలో పరిశీలించిన తర్వాతనే వ్యక్తపరుస్తాడు. కనుక, ఇతని మాటలలో మెరుగైన ప్రాముఖ్యత ఉంటుంది. ఇతరులు తమను అడగకుండానే సలహాలు ఇస్తే ఇతడు మాత్రం తన అభిప్రాయాలను ఇవ్వమని కోరినప్పుడే ఇస్తాడు. అంటే, ఇతడు తన అభిప్రాయాలను వ్యక్తపరచడంలో అతి కుతూహలాన్ని కనబరచడు కనుక ఇతరులతో ఇతనికి ఘర్షణ ఉండదు. ఎదుటివారు ఇతని పట్ల అసంతృప్తి చెందటానికి అతి తక్కువ అవకాశం ఉంటుంది. కావున, గంభీరత అనే గుణంతో వ్యక్తి అంతర్ముఖతలో స్థితి అయి ఉండగలడు.

ఇంట్లో మీరు మీ పిల్లలను చులకన చేస్తూ, విమర్శిస్తూ ప్రతి అడుగులో భయపెడితే వారు మరింత అల్లరి చేస్తారు. మీరు వారి పట్ల ప్రశాంతంగా అనగా గంభీరంగా వ్యవహరించినట్లయితే వారు మిమ్మల్ని, మీ మాటలను మరింత గౌరవిస్తారు.

కనుక, ఈ సద్గుణానికి ఎంతో ప్రాముఖ్యత ఉంది. గంభీరమైన, ప్రశాంతమైన వ్యక్తి మాట్లాడే ప్రతి మాట ప్రాముఖ్యతను కలిగి ఉండి వారి మాటలలో సత్యము నిండి ఉంటుంది. అరటి చెట్టు కాండానికి అరటి ఆకులు పొరలు పొరలుగా ఉండటము మీరు గమనించే ఉంటారు, అలాగే అరటి పువ్వు కూడా. బాగా ఆలోచించిన తర్వాతే గంభీరమైన వ్యక్తి మాట్లాడుతాడు కనుక అతడి మాటలు ప్రాముఖ్యతను సంతరించుకుంటాయి. ఈ క్రింది నానుడి ఆ భావాన్ని సంగ్రహించుకుని ఉన్నది, “అరటి చెట్టు ప్రతి పొరలో ఆకు ఉన్నట్లుగా తెలివైన, గంభీరమైన వ్యక్తి మాట్లాడే ప్రతి మాటలో సత్యత యొక్క పొరలు ఉంటాయి.” బహుశా అందుకేనేమో పూజకుగానీ, శుభకార్యానికిగానీ అరటి ఆకులను, అరటి కొమ్మలను ఇంటి తోరణాలుగా గుమ్మాలకు కడతారు.

ప్రశాంతత లేక గంభీరత చాలా మంచి సద్గుణము ఎందుకంటే అది దివ్యత్వానికి గుర్తు. అవును, ఇది సత్యము. ఎందుకంటే గంభీరత ఉన్న వ్యక్తి సమతుల్యతను పాటిస్తాడు. ఒక ఆలోచనాపరుడిని లేక గంభీరంగా ఉన్న వ్యక్తిని సీరియస్‌గా, పొడిగా ఉన్నట్లుగా ఎందుకు అందరూ చూస్తారు?

ప్రశాంతంగా లేక గంభీరంగా ఉన్న వ్యక్తి పొడిగా, రసహీనుడిగా ఉంటాడని అర్థం కాదు. ముఖంపై చిరునవ్వు లేకుండా, ఆకట్టుకునే మాటలతో ఎదుటివారిని సంతృప్తి పరచకపోయినా కానీ వారు అందరికీ ఆకర్షణీయంగా ఉండరు.

గంభీరంగా ఉన్న వ్యక్తిని చూస్తే మౌన దీక్షను ఆచరిస్తున్న సన్యాసి గుర్తుకు రాకూడదు. అతడితో వ్యవహరిస్తున్న వ్యక్తులకు ఒక తెలివైన వ్యక్తితో తమ చర్చ దివ్యంగా, ఆకర్షణీయంగా జరిగింది అని అనిపించాలి. అనగా గంభీరత ఉన్న వ్యక్తి రాజ పరివారంలోని సభ్యులకు ఉండే హుందాతనాన్ని ప్రదర్శిస్తాడు. ఎవరి వ్యవహారాలైతే సరైనవిగా, దివ్యంగా ఉంటాయో వారు

ఎప్పుడూ గంభీరంగా, ప్రశాంతంగా ఉంటారు. ఇందుకు విరుద్ధమైన గుణాలు కలిగి ఉన్న వ్యక్తి చాడీలు చెబుతూ ఉంటాడు. అతని కుటుంబ విషయాలను కూడా ఒక్కోసారి అవివేకంగా బయటకు చెప్పుకుంటాడు. అంతే కాక, ఎదుటివారు ఏమన్నా అంటారేమో అని ముందే ఊహించి వారు ఏమీ అనకముందే ఇతడే గొడవ పడతాడు. తరచూ, అతడు ఆ గొడవకు కారణాన్ని వివరిస్తూ ఉంటాడు. నిజానికి ఇటువంటి వ్యక్తులు అంతర్ముఖులై ఉండరు. కానీ ఒక ఆలోచనాపరుడు తనకు తెలిసిన విషయాన్ని తనలోనే ఉంచుకుంటాడు, ఒక బ్యాంకు లాకర్‌లో ఉంచినట్లుగా. మొదటి వ్యక్తి వినేవారి వద్ద ఏదో ఒకటి మాట్లాడుతూనే ఉంటాడు, "నేను ఈ విషయాన్ని నీకు మాత్రమే చెబుతున్నాను. ఎట్టి పరిస్థితులలోనూ ఈ విషయాన్ని నువ్వు ఎవ్వరికీ చెప్పద్దు. నేను నీ దగ్గర మాట తీసుకుంటున్నాను." ఇలా, అనవసర ప్రేలాపన చేసేవారి కారణంగా కొంత మంది వ్యక్తుల మధ్య రహస్య శత్రుత్వాలు చోటు చేసుకుంటాయి తద్వారా సమభావము లోపిస్తుంది.

సారంలో వివరించాలంటే, గంభీరత లేక ప్రశాంతత అనగా ప్రతి పరిస్థితిలోని సాధ్యాసాధ్యాలను పరిశీలించి, వాటిని పూర్తిగా అర్థం చేసుకున్న తర్వాతే తమ అభిప్రాయాలను వ్యక్తపరచడము. అంటే దీనర్థము మౌనంగా ఉండమనో లేక సంతోషాలకు, ఆనందాలకు దూరంగా ఉండమని కాదు. దీని భావమేమిటంటే బాహ్యత వైపుకు మనలను లాగే అనేక విషయాలు మనల్ని దేహ-అభిమానంలో ముంచి పరమానందభరితమైన ఆధ్యాత్మిక స్థితిని దూరం చెయ్యకూడదు అని అర్థం. ప్రశాంతత, సహనం మరియు మాధుర్య గుణాలతో కలిసి ఉండాలి. అప్పుడు అందులో చమత్కార రసం ఉంటుంది.

28. సంతోషము మరియు ఆనందభరితమైన మానసిక స్థితి

ఒక ఫలానా సమయంలో ఎటువంటి మానసిక స్థితీ లేదు అని అనే వ్యక్తులు ఈ ప్రపంచంలోనే ఉండరు. యోగి కానటువంటి వ్యక్తి యొక్క మానసిక స్థితి సాధారణంగా రెండు విషయాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది – బాహ్య ప్రోత్సాహకాలు లేక ప్రాపంచిక పరిస్థితులు మరియు అతని గత స్వభావాలు లేక మనోవృత్తి. కావున, ఒక సాధారణ వ్యక్తి యొక్క మానసిక స్థితి పరిస్థితుల అనుసారంగా రోజంతా అనేక సార్లు మారుతూ ఉంటుంది. మంచి శుభవార్త విన్నప్పుడు మనిషి యొక్క మానసికి స్థితి సంతోషంగా ఉంటుంది. అదే అతడు నష్టాన్ని చవిచూస్తే దుఃఖంగా ఉంటాడు. ఇలా, అతని మానసిక స్థితి స్థిరంగా ఉండదు.

<u>నకారాత్మక మానసిక స్థితులు ఆరోగ్యం మరియు వాతావరణంపై ప్రభావాన్ని చూపుతాయి</u>

నకారాత్మక మానసిక స్థితులు మనిషికి అసౌఖ్యమును, అశాంతిని కలిగించడమే కాకుండా అవి అతని ఆరోగ్యాన్ని, అతని చుట్టూ ఉన్న వాతావరణాన్ని దెబ్బ తీస్తాయి అని కనుగొనడం జరిగింది. ఎందుకంటే అవి క్రియాశీలక ప్రకంపనాలను తయారు చేస్తాయి. ఉదాహరణకు, ఒక వ్యక్తి ఒక ఉదయము చాలా టెన్షన్‌గా ఉన్నాడనుకుందాము. అందుకు కారణం బహుశా అంతకు మునుపు రోజు ఆఫీసులో అతని బాసు ఇతనితో ఘర్షణ పడటము కావచ్చు. అతని మనసులోని టెన్షన్, చిరాకు అతని ముఖంలో స్పష్టంలో కనిపిస్తాయి. ఇలా ఇతను తన మానసిక స్థితి ద్వారా వ్యాపింపజేసే ప్రకంపనాలు ఇతరులకు కూడా భయాన్ని, సావధానాన్ని, టెన్షన్‌ను కలిగిస్తాయి. అతని భార్య తన కొడుకునుపిలిచి తన తండ్రికి టేబుల్ మీద ఉన్న టీను ఇవ్వమని చెబితే అందుకు ఆ కొడుకు చిరాకుగా ఉన్న తన తండ్రి వద్దకు వెళ్ళడానికి జంకుతాడు. ఇంట్లోని పూర్తి వాతావరణం ఆ సమయంలో నిరుత్సాహంగా ఉంటుంది.

ఇటువంటి మానసిక స్థితులతో ఉన్న వ్యక్తి అతడు ఇబ్బంది పడటమే కాకుండా తన సహోద్యోగులను, స్నేహితులను, సమాజంలోని సభ్యులను, తద్వారా పూర్తి ప్రపంచాన్ని తెలియకుండానే ప్రభావితం చేస్తున్నాడు అని ఈ సాధారణ ఉదాహరణతో మనకు స్పష్టమవుతుంది. కావున, మానవుడు సదా సంతోషంగా ఉంటూ సకారాత్మక మానసిక స్థితులలో ఉండే కళను నేర్చుకోవాలి.

ఈ లక్ష్యమును చేరుకోవడానికి యోగ కళ దోహదపడుతుంది. సంతోషము అనేది మార్కెట్టులో దొరికే వస్తువు కాదు, డబ్బుతో కొనగలిగేదీ కాదు. సంతోషాన్ని యోగముతో సునాయాసంగా సాధించవచ్చు. మానసిక స్థితులను నియంత్రించుకోగల కళను యోగ భాషలో 'మానసిక వృత్తులపై నియంత్రణ' అని అంటారు. అన్ని పరిస్థితులలోనూ ప్రశాంతమైన, నిశ్చలమైన, ఆనందభరితమైన మానసిక స్థితిని కలిగి ఉండాలి అంటే అందుకు ముందుగా యోగము యొక్క మూలమును తెలుసుకోవాలి.

<u>ఆలోచనలు మానసిక స్థితిని తయారు చేస్తే మానసిక స్థితి ఆలోచనలకు సువాసనను ఇస్తుంది</u>

రాజయోగ విధానము లేక రాజయోగ అభ్యాసము సకారాత్మక ఆలోచనలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ అభ్యాసము రాజసిక భావాలను, సంతోషకరమైన మానసిక స్థితిని కలిగిస్తాయి. 'నీ ఆలోచనలు ఎలా ఉంటాయో అలాగే నీవు తయారవుతావు' అని అంటారు. ఉదాహరణకు, ఒక వ్యక్తి తనను తాను బలహీనుడిగా భావిస్తూ ఉంటే అతని ఆత్మ న్యూనతా భావము కష్ట కాలంలో అతడిని వణికించేస్తుంది. మానసిక శాస్త్రవేత్తలు చేపట్టిన పరిశోధనలు ఈ సత్యాన్ని ధృవీకరిస్తున్నాయి. ఒకవేళ ఒక వ్యక్తి తాను తన ఆరోగ్యాన్ని కోల్పోతున్నాను అని ఆలోచిస్తూ ఉంటే అతడు తప్పకుండా కొంత మేరకు తన ఆరోగ్యాన్ని కోల్పోతాడు, అది అతనికి అర్థం కావడానికి కొద్ది సమయం పట్టవచ్చు. సరైన మానసిక స్థితులను ఏర్పరచుకోవడానికి ఎటువంటి విధానాన్ని అవలంబించాలో ఇటువంటి పరిశోధనలు, ఉదాహరణలు ఉపయోగపడతాయి. నకారాత్మక ఆలోచనలను సకారాత్మకంగా మార్చుకోవాలి. ఒక రాజయోగి చేసేది సరిగ్గా ఇదే. అతనిలోని సకారాత్మక ఆలోచనలు పరమాత్మలోని సద్గుణాల గురించి లేక ప్రపంచం గురించి సద్భావన లేక తన భవిష్యత్తు గురించి మంచి ఆశలతో నిండిన సకారాత్మక ఆలోచనలతో కలుస్తాయి. ఈ విషయాన్ని ఈ క్రింది ఉదాహరణతో ఉదహరించవచ్చు.

ఒక వ్యక్తి తనకు వచ్చిన కష్టాన్ని ఎదుర్కొనే శక్తి లేదు అని భావించి టెన్షన్ పడుతుంటే, తనను ఆదుకునేవారు ఎవ్వరూ లేరు, తనకు సహాయం చేసేవారే లేరు అని అనుకుంటే ఈ ఆలోచనలు అతని సంకల్ప శక్తిని నాశనం చేసి అసలు సమస్యపై అతని శ్రద్ధ ఉండకుండా చేస్తాయి. ఎంతగా సమస్యను వదిలేస్తాడంటే సమస్యకు దీటైన పోటీ ఇవ్వడానికి మునుపే అతడు చేతులెత్తేసి పూర్తిగా సమస్యకు బానిస అయిపోతాడు.

కానీ ఒక యోగి అవలంబించే విధానం మాత్రం ఇందుకు భిన్నంగా ఉంటుంది. భగవంతుడు తన అద్భుతమైన సహచరుడు, తప్పక సహాయం చేస్తాడు అని యోగికి అపారమైన విశ్వాసం ఉంటుంది. భగవంతుడు సర్వశక్తిమంతుడు, అజేయుడు కనుక నేను గెలవనేమో అన్న పిచ్చి ఆలోచన కూడా మనసులోకి రాదు. ఈ విశ్వాసం వెయ్యి ఏనుగుల బలాన్ని ఇస్తుంది. తనలోని ఆత్మ విశ్వాసంతో, ఏకాగ్రత శక్తితో పరిస్థితికి కారణమైన హేతువును ప్రక్కకు తోయగలడు. అధిక శాతంలో వీరు విజయులుగా

నిలిచినట్లు మనకు తెలుస్తుంది.

ఇటువంటి ఆలోచన కేవలం ఒక ఊహ మాత్రమే అని కొందరు అంటూ ఉంటారు. ఎందుకంటే చరిత్ర పుటలలో భగవంతుడిపై విశ్వాసాన్ని ఉంచి కూడా విఫలులైనవారు ఉన్నారు కదా అని అంటారు. ఈ సందర్భంలో ఒక విషయం చెప్పాలి, ఎవరైతే సమస్య పరిష్కారానికి కావలసిన కార్యాన్ని చెయ్యకుండా అన్నిటికీ భగవంతుడే ఉన్నాడు అంటూ మనస్ఫూర్తిగా ఉండకపోతే అది సమంజసం కాదు. 'స్వయానికి సహాయం చేసుకోగలిగినవారికే భగవంతుడి సహాయం లభిస్తుంది' అని అందుకే అంటారు. భగవంతుడి సహాయాన్ని నమ్ముకున్న వ్యక్తి తనకు తాను సహాయం చేసుకోవాలి అని ప్రేరేపితమవుతాడు తద్వారా భగవంతుడి సహాయాన్ని కూడా పొందగలుగుతాడు.

భగవంతుడి మనిషి అనగా యోగి కూడా కొన్నిసార్లు అపజయాలు చవి చూస్తూ ఉంటాడు అన్నది కొట్టిపారేయలేము. కానీ కాల క్రమములో ఈ వైఫల్యాలే అతనికి విజయాలు తెచ్చిపెడ్తాయి లేక ఈ పరిస్థితులు మారు వేషంలో ఉన్న ఆశీర్వాదాలుగా కూడా ఉంటాయి. ఒకవేళ అతని గత కర్మల ఫలితం అనుసారంగా అవి అతడిని హానిపరిచినా యోగికి భగవంతుని సహచర్యంపై ఉన్న ప్రగాఢ విశ్వాసం అతడికి ఆంతరిక శక్తిని ప్రసాదించి బాధపడకుండా చేస్తుంది. మానసిక స్థితులు అనేకం ఉంటాయి. ఒక సామాన్య వ్యక్తి వాటికి లోబడినట్లుగా ఉంటే యోగి మాత్రం వాటిలో అతి కొద్ది వాటికే ప్రభావితం అవుతాడు. యోగి మనసులో వచ్చే ఆలోచనలు ఎక్కువగా సకారాత్మకంగానే ఉంటాయి. ఈ ఆలోచనల కారణంగా ఇతడు సంతోషంగా, విశ్రామంగా, అంతర్ముఖిగా ఉంటూ సమతుల్యతతో వ్యవహరిస్తూ విశ్వాసంతో, ప్రశాంతతో ఉంటాడు. తనలోని రమణీకతను పోగొట్టుకోడు.

<u>దివ్యమైన సంతోషాన్ని కలిగించే ఆలోచనలు</u>

ఈశ్వరీయ జ్ఞానాన్ని పొంది వ్యక్తి అతీంద్రియ సుఖాన్ని అనుభవం చేస్తాడు. స్థూలంగా బీదవాడే అయినా కానీ అతడు తనకు తానుగా ఒక రాజే. తన మనసును, శారీరక ఇంద్రియాలను శాసిస్తూ ఎటువంటి కోరికలు లేకుండా చింత లేని చక్రవర్తిగా ఉంటాడు. ఈ భూమి మీదున్న అత్యంత పెద్ద వైభవం కూడా అతని సంతోషకర మనోస్థితి ముందు తుచ్ఛమైనదే. ఈశ్వరీయ జ్ఞానము అనే దివ్యామృతమును సేవించి ఉన్న కారణంగా అతడు ఎప్పుడూ ఒక దివ్యమైన నషాలో ఉంటాడు. అన్ని స్థూల ప్రాప్తులకు మించిన ఈశ్వరీయ జ్ఞాన రత్నాలతో, ఖజానాలతో సంపన్నంగా ఉన్న కారణంగా అతడు తన స్వరాజ్యానికి రారాజుగా భాసిల్లుతూ ఉంటాడు. జ్ఞానంతో నిండిన ఆలోచనలు అతడికి షాక్ అబ్సార్బర్లుగా ఉపయోగపడతాయి. కనుక, అతని సంతోషము ఎప్పుడూ తగ్గదు. పరిస్థితులకు, మాటలకు తనకంటూ ఒక నిర్వచనాన్ని ఏర్పరచుకుని ఎప్పుడూ సంతృప్తిగా ఉంటాడు. జ్ఞానిని ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉంచే ఆలోచనలను ఇప్పుడు మనం చూద్దాం.

నిజానికి, శివ భాగవానుడు అందించే దివ్య జ్ఞానమంతా సంతోషాన్ని కలగజేస్తుంది. షుమారుగా 600 కోట్లకు పైగా ఉన్న ప్రపంచ జనాభాలో ఎంతోమంది నాస్తికులుగా తమ జీవితాలను వికారాలతో గడుపుతున్నారు. భగవంతుడిపై విశ్వాసంతో వారిని మన తోడుగా పెట్టుకున్నందుకు మనం చాలా అదృష్టవంతులము. మనం బీదవారిమే కావచ్చు, లోక జ్ఞానం లేనివారిమే కావచ్చు, కానీ ఎవరినైతే విశ్వమంతా ప్రేమిస్తుందో ఆ భగవంతుడు మనల్ని ఎంచుకున్నాడు! ఇది అద్భుతమైన విషయము కాదా? తప్పకుండా మనకు చక్కని భవిత ఉంది. మన అదృష్టం పెరుగుతుంది. కోట్లాదిమందిలో భగవంతుడు మనల్ని తీసుకుని వారి అమూల్యమైన జ్ఞాన రత్నాలను మన చేతుల్లో పెట్టారు. పాప భారంతో మునిగిపోబోతున్న మన జీవిత నావలను సర్వశక్తిమంతుడైన భగవంతుడు నావికుడిగా అయి తీరానికి చేరుస్తున్నారు.

<u>భగవంతుడిని కలుసుకున్న మనం అదృష్టవంతులం</u>

భక్తులు ఎవరినైతే స్వామి అని పిలుస్తారో ఆ పరమపితను మనం కలుసుకోవడం అమితమైన సంతోషాన్ని కలిగించే విషయం. నిజంగా, మనం పొందాలనుకున్నదంతా పొందాము, తీసుకోవడానికి మరేమీ మిగలలేదు. పరమాత్మను పొందిన తర్వాత మనకు అన్నీ లభించినట్లే, కనుక, మనం అపారమైన సంతోషంలో ఉండాలి. ప్రాప్తి మరియు సంతోషము రెండూ కలిసి ఉంటాయి. పరమాత్ముడిని పొందిన తర్వాత మన సంతోషం రాత్రింబవళ్ళు తారాస్థయిలో ఉండాలి. చిందరవందరగా అయినదానిని భగవంతుడు బాగుచేయడా? కష్టాలకింద నలిగిపోతున్న వారి దుఃఖాలను తీర్చే దుఃఖహర్త అని భగవంతుడిని అంటారు. అతడు జీవననావను నడిపే నావికుడు, సుఖకర్త. వారిని అనేక వివిధ పేర్లతో కూడా పిలుస్తారు. తండ్రి–శిక్షకుడు–సద్గురువు అయిన భగవంతుడు ఎంతో ఉన్నతమైనవారు. అంతటి ఉన్నతోన్నతుడిని కలుసుకున్నామన్న అమితమైన సంతోషం ఆత్మలలో ఉండాలి. తన తండ్రి ఒక చిన్న పట్టణాన్ని పరిపాలించే వ్యక్తి అని తెలిసినప్పుడు ఆ కొడుకు ఎంతో సంతోషంగా ఉంటాడు. మన ఆత్మల తండ్రి అయిన భగవంతుడు రాజులకే రాజు, దైవీ రాజ్యాన్ని అందించేవారు అని తెలిసినప్పుడు మనం ఎంత సంతోషంగా ఉండాలి! మనం వారి ఆత్మిక దత్త పుత్రులము అనగా ధర్మపరంగా వారికి పిల్లలమయ్యాము.

ఒకవేళ ఎవరికైనా వారి జీవితంలో ఒక సమర్థవంతమైన శిక్షకుడు లేదా గురువు లభిస్తే తాను కూడా ఎంతో ప్రావీణ్యంతో,

పాండిత్యంతో, ఆరోగ్యంతో ఉండగలను అని భావిస్తాడు. ఒక్కసారి మనం మన గురించి ఆలోచిద్దాం. మనకు ఎవరు లభించారు, సర్వజ్ఞుడైన పరమాత్మ, జ్ఞాన సాగరుడు మనల్ని చదివించి సద్గురువుగా అఖండ శాంతిమయ ప్రపంచానికి దారిని చూపిస్తున్నారు. మనకు వారు లభించారు, మనం అమితమైన సమృద్ధితో భాసిల్లడం తథ్యం. మనం కూడా సర్వజ్ఞులుగా, దివ్య జ్ఞాన భాండాగారంగా, తండ్రికి తగ్గ పిల్లలుగా, మాస్టర్‌గా అవుతాము. మూడు కాలాల జ్ఞానం మనకు లభించలేదా? సృష్టి యొక్క ఆది నుండి అంతిమం వరకు మనం తెలుసుకున్నాము కనుక మనం సర్వజ్ఞులమయ్యాము. మనమెంత అదృష్టవంతులము! మనం ఇక్కడ పొందిన ఈ అమృతము లేక ఈశ్వరీయ జ్ఞానము మనల్ని దైవీ రాజ్యమైన స్వర్గానికి తీసుకువెళ్తుంది.

<u>ప్రకాశవంతమైన వర్తమానము మరియు అద్భుతమైన భవిష్యత్తు మనకు ఉన్నాయి</u>

మనం ఎంత గొప్పవారిగా అయ్యామో తల్చుకుంటేనే చాలా సంతోషంగా ఉంటుంది. దివ్య జ్ఞానము, యోగము మరియు పవిత్రతలో ఉన్న శక్తితో వర్తమానంలో మన మనసుకు మనం అధిపతులుగా అవుతున్నాము. భవిష్యత్తులో స్వర్గానికి అధిపతులుగా అవుతాము! అందుకే శివబాబా ఎప్పుడూ మనల్ని ఉన్నతులుగా భావించమని అంటారు ఎందుకంటే మనం స్వర్గంలో అధిపతులుగా కాబోతున్నాము కదా!

శివబాబా తన పిల్లలకు అనగా మనకు ఇలా తెలియజేస్తున్నారు, “జ్ఞానయోగాలు, సేవ కారణంగా మీరు మీలో పవిత్రతను, సద్గుణాలను పెంపొందించుకుంటున్నారు. అందుకు ప్రతిఫలంగా మీకు శాలిగ్రామాల రూపంలో అనగా నిరాకార రూపాలైన ఆత్మలుగా మీ పూజ జరుగుతుంది. అంతేకాక, మందిరాలలో దేవతలుగా పూజ జరుగుతుంది. ఈ దివ్య జ్ఞానాన్ని ఆచరించడం వలన మీకెంత అదృష్టం కలుగుతుంది – మీకు రెండు రూపాలలో – శాలిగ్రామాలు మరియు దేవతలుగా – పూజ జరుగుతుంది. నాకు కేవలం నిరాకార శివుని రూపంలో లేక బ్రహ్మాండానికి అధిపతిగానే పుజ జరుగుతంది, కానీ, మీరు చేసిన ఉన్నత పురుషార్థం కారణంగా మీరు బ్రహ్మాండానికి మరియు స్వర్గానికి కూడా అధిపతులుగా అవుతున్నారు, అంతేకాక నిరాకార రూపంలో మరియు సాకారీ దేవతా రూపంలో కూడా పూజ జరుగుతుంది.”

కనుక, మనం మన అద్భుతమైన భవిష్యత్తును, ప్రాప్తిని గుర్తుంచుకున్నప్పుడే మనకు అమితమైన ఆనందం ఉంటుంది. మన వర్తమాన పురుషార్థీ జీవితము ఎంతో మహత్తరమైనది, అనేకుల నుండి ప్రశంసలు అందుకున్నది. మన అనేక గత జన్మలలో మనం భక్తులుగా భగవంతుడి గుణగానాన్ని చేస్తూ వచ్చాము. ఇప్పుడు స్వయంగా ఆ భగవంతుడే మనకు దివ్య జ్ఞానాన్ని అందించి రాజయోగ మార్గాన్ని అవలంబించమని సూచిస్తున్నారు. వారు మనల్ని ఎంత ఎత్తుకు ఎత్తారంటే వారే మనల్ని ప్రశంసిస్తున్నారు. మనం ఎంతో అదృష్టవంతులమని, వారికి అతి ప్రియమైనవారిమి అని, వారి కనుపాపలము అని, వారి గారాల సంతానమని, బ్రాహ్మణ కులభూషణులమని వారే చెప్తున్నారు. స్వ చరిత్రను, స్వదర్శన చక్రాన్ని ఎప్పుడూ చేతిలో పట్టుకుని దానిని త్రిప్పుతూ అనగా దాని స్మరణ చేస్తూ ఉంటాము, కనుక, భగవంతుడు మనకు దైవీ రాజ్యాన్ని ఇవ్వడానికి మనతో ఉండవలసిందే. మన పురుషార్థీ జీవితంలో స్వయంగా భగవంతుడే మనకు ఇన్ని బిరుదులు ఇస్తుంటే మన భవిష్యత్తును విజయపథంలో చూసుకోవడం సందర్భోచితమే. కానీ, భగవంతుడు మనకు ఇచ్చిన బిరుదులను మర్చిపోకుండా ఉన్నప్పుడే ఇదంతా సాధ్యమవుతుంది.

<u>భగవంతుడి వారసత్వానికి మనం వారసులం</u>

అంతేకాక, భగవంతుడి అత్యద్భుతమైన వారసత్వాన్ని మనం లెక్కలేనంతగా పొందుతున్నాము. పతనమవుతున్న ప్రస్తుత ప్రపంచంలో అనేక రోగాలు ఉన్నాయి. కానీ భగవంతుడు మనల్ని తీసుకువెళ్ళే ప్రపంచంలో ఎప్పుడూ రోగము అన్న మాట కూడా ఉండదు. ఎందుకంటే అక్కడ మనకు లభించే శరీరాలు దైవత్వంతో వెలుగుతూ, ఆరోగ్యంతో శోభిల్లుతూ ఉంటాయి. ఇక్కడ అకాల మృత్యువులు సంభవిస్తున్నాయి, కానీ దేవతలు మాత్రమే నివసించే ఆ ప్రపంచంలో వస్త్రాలను విడిచిపెట్టినంత సులువుగా వారు వారి శరీరాలను ఎటువంటి దుఃఖము లేకుండా విడిచిపెడ్తారు. మానసిక ఒత్తిడి, సంపద కోసం ఆరాటం, భౌతిక సంబంధాల కారణంగా కలిగే ఆవేదన, అధిక పన్నులభారం వంటివి ఈనాటి ప్రపంచంలో జరిగేవి. భాష, కుల, దేశంలోని బేధాలు అనేక గొడవలకు కారణమవుతున్నాయి. కరువు, అధిక వర్షపాతం, క్షామము, అగ్ని ప్రమాదాలు, ప్రకృతి వైపరీత్యాలు పేదరికానికి కారకాలు. కానీ, సత్యయుగంగా పిలువబడే స్వర్ణయుగంలో పవిత్రత, ఒకే ధర్మము, ఒకే భాష, ఒకే రాజ్యము ఉంటాయి. అక్కడ ప్రకృతి దాసిగా ఉంటుంది, చెప్పలేనంత సంపద ఉంటుంది. ఆనందించడానికి శాంతి, సమృద్ధి – ఇవన్నీ అక్కడ వాటి సంపూర్ణ రూపంలో ఉంటాయి.

కటిక దరిద్రాన్ని వారసత్వంగా కలిగి ఉన్న ప్రస్తుత వికారీ ప్రపంచాన్ని, అపారమైన సంతోషాలు నిండిన నిర్వికారి ప్రపంచమైన సత్యయుగాన్ని పోల్చి చూసినప్పుడు, పతితులను పావనంగా చేసే భగవంతుడు మనకు 21 జన్మలకు సరిపడా సుఖ సంతోషాలను ఇస్తున్నారు అని తెలిసి మన మనసు ఆనందంతో గంతులు వేస్తుంది. భగవంతుని ప్రేమతో నిండిన మన మనసు అతీంద్రియ సుఖాన్ని అనుభవం చేస్తుంది. ఇంతటి గొప్ప భాగ్యము ఒక బండరాయికి కలిగినా అది కూడా సంతోషంతో నాట్యం

చేస్తుంది. సంతోషపడకుండా ఉండటానికి మనం అభాగ్యులం కాదు కదా! కానీ మాయ వశంలో ఉన్నవారు నిజంగానే అభాగ్యులు, ఎందుకంటే వారు ఇంకా దాని గుప్పెట్లో బంధీలై అజ్ఞానము అనే గాఢ నిద్రలో గురకలు తీస్తున్నారు. కానీ మనం మాత్రం శివబాబా ద్వారా మేల్కొనబడ్డాము. జీవితంలో మంచి చేయాలి అన్న లక్ష్యంతో మనం దివ్య గుణాల ఆచరణలో మునిగి ఉన్నాము. అంటే, భగవంతుడు తమ స్వహస్తాలతో మనకు స్వర్గ రాజ్యాన్ని అందిస్తూ మనకు గౌరవాన్ని కలగజేస్తున్నారు. కనుక, ఆనందం అనేది మన ముఖాలపై తాండవిస్తూ ఉంటుంది.

<u>మనం బ్రహ్మ ముఖవంశీయులము, మానసపుత్రులము</u>

ఎంతటి ఆనందము! మనకు శివబాబా లభించారు. వారు బ్రహ్మ ముఖారవిందం ద్వారా మాట్లాడుతారు. అంటే మనం బ్రహ్మ ముఖవంశీయులయ్యాము, భగవంతుని వారసత్వానికి వారసులయ్యాము. భగవంతుడు స్వయంగా బ్రహ్మ ద్వారా ఇలా ఉపదేశిస్తున్నారు, “నా పిల్లల్లారా! ముక్తి, జీవన్ముక్తి మీ జన్మ సిద్ధ అధికారాలు.” ఎవరైతే వాస్తవిక అర్థం అనుసారంగా బ్రాహ్మణులుగా అవుతారో అనగా ఎవరైతే దివ్య జ్ఞానంతో పవిత్రులై, భగవంతుని సేవ ద్వారా ఇతరులను ఉన్నతంగా చేస్తారో, అటువంటి బ్రాహ్మణులు ఎంతటి ఉన్నతులవుతారో కదా! ఇప్పటికీ, సనాతన ధర్మానికి చెందినవారు బ్రాహ్మణుల సమక్షంలోనే ప్రతి ధార్మిక కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తారు. కానీ దైహికపరంగా ఈరోజు ఎవరైతే బ్రాహ్మణులు అని పిలవబడుతున్నారో, వారు తమ వారసత్వంగా ఎన్నో భౌతిక సుఖసాధనాలను, గౌరవాన్ని పొందుతున్నారు. మరో వైపు, మనం నిజమైన బ్రాహ్మణులుగా ఎంతో సంతోషం, ఆనందంతో నిండి ఉండాలి ఎందుకంటే ఈ సృష్టి నాటకంలో మనకు ఎంతో విశిష్టమైన పాత్ర ఉంది.

<u>మనకు అన్నీ ఉన్నతమైనవే లభించాయి</u>

మన జన్మ మాత్రమే అద్భుతమైనది కాదు (పరమాత్మ అయిన భగవంతుడి ద్వారా లభించిన జన్మ), మనం జన్మ తీసుకున్న సమయం కూడా ఎంతో గొప్ప మహత్యం ఉన్నది. ఒక బిడ్డ జన్మించిన తర్వాత అతడు పుట్టిన సమయము, స్థానాన్నిబట్టి జ్యోతిష్యులు అతని జాతకాన్ని అంచనా వేస్తారు. మన జన్మ అమృతవేళ (భగవంతుడు అమృతాన్ని పంచే వేళ), బ్రహ్మముహూర్తంలో, పురుషోత్తమ సంగమయుగ సమయంలో జరిగింది. అన్ని పండుగలు ఈ సమయానికి సంబంధించినవి. అందుకే, ఎవరైతే ఈ సమయంలో మళ్ళీ జన్మ తీసుకుని (మనసు ద్వారా), భగవంతుడి పిల్లలుగా అవుతారో వారు తప్పకుండా ఉన్నతులవుతారు. ఇంతటి ఉన్నత సమయంలో జన్మ తీసుకున్న కారణంగా దైవీ పదవికి అర్హులుగా అవుతాము. ఇప్పుడు మనం నేర్చుకునే రాజయోగము ఇంతటి ఉన్నత అదృష్టాన్ని మనకు అందిస్తుంది. కనుక, మన జన్మ, మనం జన్మించిన సమయము, ఆధ్యాత్మిక అంచులకు చేరడానికి మనం చేసే పురుషార్థము, మన తండ్రి, మన టీచరు మరియు సద్గురువు సర్వశక్తిమంతుడైన భగవంతుడు – ఇవన్నీ మన అదృష్టం చాలా గొప్పది అని చెప్తున్నాయి. మరి ఇది సంతోషాన్ని కలిగించే విషయమే కదా!

మన ఆభరణాలు కూడా ఉన్నతమైనవే. శివబాబా మనకు ఇలా నేర్పించారు, “మీరు స్వదర్శన చక్రాన్ని ధరించినట్లయితే మీరు చక్రవర్తులుగా అవుతారు. జ్ఞాన శంఖాన్ని పూరిస్తే సద్గుణ సంపన్నులుండే రాజ్యాన్ని పరిపాలిస్తారు. జ్ఞానానికి గుర్తుగా నిలిచే గదను మీ చేతిలో పట్టుకుని ఉంటే మీరు మాయను జయించి తద్వారా జగజ్జీతులుగా అవుతారు. కాలచక్రంలోని ఈ అంతిమ భాగంలో కమల పుష్పంలా పవిత్రులుగా నిలిచి ఉన్నట్లయితే మీరు రాజులుగా, లక్ష్మీనాథులుగా అవుతారు. మిమ్మల్ని పవిత్ర ప్రపంచానికి తీసుకువెళ్ళే పూచీ నాది.” ఈ అలంకరణలన్నీ – శంఖ చక్ర గదా పుష్పములు– మనల్ని స్వర్గపు పూదోటలోకి తీసుకువెళ్తాయి. అల్లాదీన్ అద్భుత దీపంలా, ఇవి స్వర్గ ద్వారాలను తెరుస్తాయి. ఈ అలంకారాలను ధరించినవారు స్వర్గంలోని సంహాసనాన్ని అధిష్టిస్తారు.

ఇదంతా ఎంత ఆనందకరంగా ఉంది! కల్పం మొత్తం (సత్య, త్రేత, ద్వాపర కలియుగాలు) నేను ముఖ్యమైన పాత్రలనే పోషిస్తాను. సత్యయుగంలో మనయి పూజ్యనీయులం. త్రేతాయుగంలో చంద్రవంశీయులుగా, స్వర్గవాసులుగా మనం మహిమాయోగ్యులుగా ఉన్నాము. ద్వాపరయుగంలో అపారమైన భక్తిశ్రద్ధలతో ఒక్క భగవంతుడికే అంకితమై ఉన్నాము. ఇప్పుడు కలియుగ అంతిమంలో, అనగా సంగమయుగంలో – కలియుగము మరియు సత్యయుగ సంధి సమయంలో – ఈ సృష్టి నాటకరంగంపై మనం ఉన్నతమైన బ్రాహ్మణులుగా ఉన్నాము. భగవంతుడితో మరియు పూర్వజులతో కలిసి ఇప్పుడు మనం మన పాత్రను పోషిస్తున్నాము. అందుకే మనం చాలా అదృష్టవంతులము. ప్రముఖ హాలీవుడ్ యాక్టర్లను కూడా మనల్ని చూసినంతమంది చూడరు! వారు పాత్రను పోషిస్తారు, కానీ కొద్ది సమయం మాత్రమే. మన పాత్ర పూర్తి కల్పం ఉంటుంది. ఈ భూమిపై నివసిస్తున్న షుమారు 600 కోట్ల జనాభా మన ఉన్నత పాత్రను గుర్తించి, మనం మాయపై సాధించే విజయాన్ని చూసి ఆశ్చర్యపోయే రోజు వస్తుంది.

ఈ విధంగా మనం ఈ దివ్య జ్ఞానాన్ని నెమరు వేసుకుంటూ, స్మరించుకుంటూ ఉంటే మనం సంపూర్ణ ఆధ్యాత్మిక ఆనందంలో ఉంటాము. మనం ఈ భౌతిక శరీరం నుండి వేరుగా, దివ్య జ్ఞానంలో మునిగిపోయినంత అనుభవాన్ని పొందగలము. మనం ఎప్పటికీ ఆనందంగా ఉండవచ్చు.

29. అసంతృప్తి

నేను భారతదేశంలోని ఒక ఈశ్వరీయ సేవాకేంద్రంలో 'సంతృప్తి' గురించి ప్రసంగించిన తర్వాత ఒక వ్యక్తి నా వద్దకు వచ్చి ఇలా అన్నాడు, "నేను ఎప్పుడూ అసంతృప్తిగా ఉంటాను. నా అంసత్రుప్తికి ఒక కారణం నా ఆర్థిక ఇబ్బందులు. ఈరోజుల్లో ధరలు పెరిగిపోతున్న విషయం మీకు తెలిసిందే, కానీ అందుకు తగ్గట్టుగా నా జీతం పెరగట్లేదు. మంచి కార్యాలకు ఆర్థిక సహాయాన్ని నాకు వీలైనంత అందించాలనే నాకు ఉంటుంది. కానీ అలా చెయ్యలేకపోతున్నాను, నిత్యావసరాలను కూడా నేను సమకూర్చుకోలేకపోతున్నాను. అందుకే నేను సంతృప్తిగా ఉండలేకపోతున్నాను. ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో, ప్రతి రోజూ ఈ విధమైన సమస్యలను ఎదుర్కుంటూ ఎవరైనా ఎలా తృప్తిగా ఉండగలరు?"

నేను ఈ వ్యక్తిని సముదాయించి ఇలా చెప్పాను, "అన్ని సదుపాయాలు ఉన్న వ్యక్తి, ఎటువంటి విషమ పరిస్థితులను ఎదుర్కోవలసిన అవసరం లేని వ్యక్తి, ఎటువంటి లోటు లేకుండా గడ్డు రోజులను అస్సలు ఎదుర్కోని వ్యక్తి తృప్తిగా ఉండే అవకాశాలు చాలానే ఉన్నాయి. అయినా ఇది సర్వత్రా వర్తించదు. కానీ సంతృప్తి అనే సుగుణాన్ని అలవర్చుకునే సందర్భం అవాంఛనీయ పరిస్థితులు వచ్చినప్పుడే కదా వస్తుంది. ఇటువంటి పరిస్థితులలో ప్రశాంతంగా ఉండటం వీలు కాదు అని ఎందుకనాలి? ఇలాంటి పరిస్థితులు వచ్చినప్పుడు ఆ గుణం మీలో లేనందుకే దానిని అలవర్చుకోవలసిన అవసరం వస్తుంది. ఇదైతే మీ చేతుల్లోనే ఉంది. కాబట్టి, ప్రయత్నించండి అని సలహా ఇవ్వడం జరుగుతుంది. అస్సలు వీలు లేదు అని అనుకుంటే అన్ని ప్రయత్నాలు వ్యర్థ ప్రయాస అవుతాయి కదా! మంచి జీతం లేక నిత్యావసరాలను సమకూర్చుకోలేకుండా ఉన్నప్పుడు అసంతృప్తిగా ఉంటే అవన్నీ వచ్చేస్తాయా?"

"రావు" అని ఆ వ్యక్తి అన్నారు.

"మరి అలాంటప్పుడు అసంతృప్తితో చింతించడం ఎందుకు? అసంతృప్తి ఒక అలవాటుగా మారిన వ్యక్తికి సంతృప్తి ఉండదు అని గుర్తుంచుకోండి. అతని కోరికలు పెరుగుతాయి, రోజులు గడుస్తున్న కొద్దీ ఆ కోరికల రూపాలు మారుతూ ఉంటాయి. కోరికల జ్వాలలో దహించుకుపోతూ అసంతృప్తితో, చిరాకుతో ఉండవలసిందేనా?"

అప్పుడు ఆ వ్యక్తి ముఖంలో చిరునవ్వు కనిపించింది. ఈ జవాబుతో వారు సంతృప్తి చెందినట్లుగా అనిపించింది.

<u>అసంతృప్తి మానసిక సంతులతను పోగొడ్తుంది</u>

అసంతృప్తి మనసులో చిరాకును తీసుకువచ్చి బుద్ధిలో సమతుల్యతను పోగొడ్తుంది. పర్యవసానంగా, మనిషి నిరాశతో క్రుంగిపోయి, నిరుత్సాహం, టెన్షన్, పగ, ఆవేదన, ఆవేశంతో రగిలిపోతూ ఉంటాడు. బాగుపడే మార్గాలను అన్వేషించే విచక్షణను కోల్పోయి ఆచరణ శక్తిలో బలహీనుడవుతాడు. ఇటువంటి పరిస్థితులలో అతడి ఆలోచనలు, పనులు సవ్యంగా ఉండని కారణంగా గొడవలు జరుగుతాయి. గుణాలలో ఎంత బీదగా ఉన్నా కానీ గాలిలో మేడలు కడుతూ ఉంటాడు. కృషితోనే ఏదైనా సాధించవచ్చు. సరైన అవగాహన శక్తి ఉన్న వ్యక్తి మాత్రమే సక్రమమైన మార్గంలో నడవగలడు. అంతేకానీ మీ వివేకాన్ని మోహము అనే మబ్బుల చేత కప్పేసి తద్వారా సంతోషాన్ని పోగొట్టుకోవడం మాత్రం తప్పు.

<u>సంతృప్తి ఒక సంపద</u>

సంపద వలన సంతోషం కలుగుతుంది అన్నట్లుగా సంతోషానికి ఒక గొప్ప కారణము సంతృప్తి అనవచ్చు. మరి సంతృప్తి అనే సంపదను మరో సంపద కోసం వదులుకోవడం సరైనదేనా? నిజమైన సత్ప్రవర్తన ఏమిటంటే ప్రస్తుత ఆపద్కాలంలో మనిషి ప్రశాంతంగా ఉంటూ ఆపదలను ఎదుర్కునే లేక అంతం చేసే సక్రమమైన మార్గాన్ని ఏర్పరచుకోవడం. మన వర్తమానం మన గత కర్మల ప్రభావము అని భావిస్తూ భవిష్యత్తు గురించి జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాలి. భోజనము శరీరానికి పోషణ ఇచ్చినట్లుగా మనసుకు సంతోషము పోషణను కలిగిస్తుంది. అందుకే సంతోషంవంటి ఆహారం లేదు అని అంటారు. సంతోషంగా ఉండటానికి సంతృప్తిగా ఉండాలి. శారీరిక ఆరోగ్యం కోసం మనిషి భోజనాన్ని స్వీకరించినట్లుగా మానసిక సంతోషం కోసం సంతృప్తిని స్వీకరించాలి.

<u>కర్మల గతిని, నిత్య మార్పుల నియమాన్ని గుర్తుంచుకోండి</u>

మన ఈ ప్రపంచం నిత్య మార్పులతో కూడుకున్నటువంటిది. ప్రతి మానవుడు తను చేసిన అనుసారంగానే పొందుతాడు. కనుక, ప్రతి మానవుడు తన వర్తమానాన్ని ఎంతో పవిత్రంగా, మంచి కర్మలతో గడపాలి, అప్పుడు భవిష్యత్తులో అతడు ఎటువంటి అవాంఛనీయ పరిస్థితులను ఎదుర్కోవలసిన అవసరం ఉండదు. మార్పు తథ్యం అని అతడు గుర్తుంచుకోవాలి ఎందుకంటే ప్రపంచం ఎప్పటికీ ఒకేలా ఉండదు. ప్రతి రోజూ, ప్రతి గంట కూడా మారుతూ ఉంటాయి. అంతేకాక, అతి సంపదను కూడబెట్టడం వలన గొడవలు, బాధ్యతలు, బంధాలు, డాబు, ఆడంబరాలను పెంచుతుంది. ఎవరైతే తమ శక్తి సామర్థ్యాలన్నింటినీ డబ్బు సంపాదనకు,

పొదుపుకు వెచ్చిస్తూ ఉంటారో వారు భగవంతుడి ధ్యానం కోసం కొద్ది సమయాన్ని కూడా కేటాయించలేరు.

పేదల పెన్నిధి ఒక్క భగవంతుడు మాత్రమే

సాధారణంగా ధనవంతులు అతి కోరికలతో ఉంటూ భగవంతుడికి దూరంగా, కలల కార్లలో వికారీ ప్రపంచంలో తిరుగుతూ ఉంటారన్న విషయాన్ని మనం మర్చిపోకూడదు. ఒక వ్యక్తి తనతో ఇలా మాట్లాడుకోవాలి, “నా మనసు పరి పరి విధాలుగా పరిగెత్తడం లేదు. నేను అతి ధనవంతుడిని కాను కనుక నాకు అతిగా స్నేహితులు లేరు. ఈ విషయం నాకు ఎంత సహకరిస్తుందంటే భగవంతుడు ఒక్కడే నా రక్షకుడు అని భావించగలుగుతున్నాను. నన్ను నేను ఆ భగవంతుడికి అంకితం చేసుకోవడం నాకు కష్టం కాదు. ఇటువంటి అదృష్టం దొరికినందుకు నేను చాలా అదృష్టవంతుడిని. మట్టిలో కలిసిపోయే ధనాన్ని చూసి మిడిసిపడకుండా ఈశ్వరుడు నన్ను ముందునుండే కాపాడాడు. రాబోయే కృతయుగంలో నేను ఎంతో సిరిసంపదలను కలిగి ఉంటాను. దయా సాగరుడైన భగవంతుడు పేదలను తప్పకుండా ఉద్ధరిస్తారు. సంపదలను ఒసిగే భగవంతుడిని పొందాక నేను ఇక చింతించాల్సిన అవసరమే లేదు. ప్రస్తుత విపరీత పరిస్థితులలో ఇటువంటి సంతృప్తి నన్ను రాబోవు ధర్మ ప్రపంచంలోకి తీసుకువెళ్తుంది.”

పెద్ద తలలు, తమ ధనగర్వంతో భగవంతుడికి దూరమై తమ సంపదలన్నిటినీ ఇక్కడే వదిలి వెళ్ళవలసి ఉంటుంది అని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. నేను చాలా అదృష్టవంతుడను, వారికన్నా కోటానురెట్లు అదృష్టవంతుడను ఎందుకంటే అతి సంపదవంతుడైన భగవంతుడికి నేను సంతానంగా అయ్యాను.” ఈ విధమైన చింతన ద్వారా మనిషి సంతృప్తిని, సంతోషాన్ని పెంపొందించుకోగలడు.

అనారోగ్యం కారణంగా అసంతృప్తి

“మీరు చెప్పేదంతా బాగానే ఉంది, కానీ ఇక్కడ మరో చిక్కు ఉంది. మన ఈ శరీరం కూడా సమస్యలను కలిగిస్తుంది. ఎవరైనా దీర్ఘకాలిక రోగాల నుండి బాధపడుతూ, ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా కానీ దాని నుండి బయటపడలేకపోతే వారు ఎలా సంతృప్తిగా ఉండగలరు?” అని మీరు ప్రశ్నించవచ్చు.

ఇందుకు జవాబుగా, ఇక్కడ మనం గుర్తుంచుకోవలసినది ఏమిటంటే అనారోగ్యం కారణంగా అసంతృప్తి ఉంది అంటే, ఈ ఆలోచనలు శరీరాన్ని తప్పకుండా ప్రభావితం చేస్తాయి. కనుక, అసంతృప్తి వలన హాని కలుగుతుంది కానీ మంచి కాదు. శరీరంలోని భాగాలు ముందునుండే అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు మనసుకు కూడా ఆ రోగాన్ని అంటిచడం తెలివైన పని అవుతుందా? దీని వలన సమయం వృథా అవుతుంది. అనారోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు మనసును భగవంతుని వైపుకు మరల్చి అతని శక్తితో మనసును నింపుకుని ఈ మానసిక శక్తితో కూడా రోగాన్ని నయం చేసుకోవాలి. అప్పుడే నూతన ఉత్సాహము, తేజస్సు జీవితంలో వస్తాయి.

కొందరు నిస్సహాయ స్థితిలో ఇతరుల సహాయంతోనే జీవిస్తూ ఉంటారు, అటువంటి వారికి తృప్తి ఎలా ఉంటుంది అని మీరు అడగవచ్చు. ఇటువంటి నిస్సహాయ స్థితిలో ఉన్న వ్యక్తి తను తృప్తిగా ఉంటూ తనకు సహాయం చేస్తున్న వారితో కూడా తృప్తిగా ఉండాలి. లేకపోతే సహాయం చేసేవారి మనసు కలవరం చెంది సహాయం చెయ్యాలి అన్న ఉత్సాహాన్ని కోల్పోతారు. “ఇతనికి ఎంతటి వైద్యము, సహాయము అందినా కానీ అసంతృప్తిగానే ఉంటున్నాడు” అని వారు అంటారు. మునుపటికన్నా వారు తక్కువ ఉత్సాహంతో ఉంటారు.

మీకు వీడ్కోలు చెప్పడానికి అనారోగ్యం వచ్చింది అని అనుకోండి

ఇది కలియుగము అని ఇప్పటికే మీ మనసులో ఉంది. ప్రకృతి కూడా తమోప్రధానంగా అనగా తుచ్ఛంగా తయారైంది. మనసు కూడా అపవిత్రంగా అయింది. ఆత్మలో ఇంకా తీర్చుకోవలసిన గత కర్మల పాప భారాలు ఉన్నాయి. కనుక, అనారోగ్యాలు శరీరానికి వస్తాయి లేక వీడ్కోలు చెప్పి వెళ్ళిపోవడానికి వస్తాయి. అప్పు తీసుకున్న వ్యక్తి దేశం విడిచి మరో దేశానికి వెళ్తున్నప్పుడు అప్పిచ్చినవాడు తన అప్పును తీర్చి వెళ్ళమని అంటాడు కదా! ఇది కూడా అలాగే! కనుక, ఇక్కడ మనకు స్పష్టంగా ఏమని అర్థమవుతుందంటే అసంతృప్తి చెందే బదులుగా తన చుట్టూ ఉన్నవన్నీ మాయమైపోనున్నాయి అని భావించాలి. అప్పుడే సంతృప్తి జీవితంలోకి తీసుకురావడం వీలవుతుంది.

30. అణకువ

అన్ని దివ్య గుణాలు, ఒక్కొక్కటిగా మరియు కలిసికట్టుగా, మనిషిని భగవంతుడికి దగ్గరగా తీసుకువస్తాయి. ఇవి మానవాత్మను ఉన్నతిలోకి తీసుకువెళ్తాయి. సుగుణాలను పొందిన వ్యక్తి సంతోషంగా ఉండటమే కాక తన వద్దకు వచ్చిన వారికి కూడా దానిని పంచుతాడు. ఇదే విధంగా, అపవిత్రమైన మార్గాలు మనిషిని భగవంతుడి నుండి దూరంగా తీసుకువెళ్తాయి. అవి అతని పతనానికి కారణమై మనసును విచలితం చేసి ప్రపంచానికి కూడా ఎంతో హాని కలిగిస్తాయి. అసురీ గుణాలలో ఒకటైన అహంకారము దేహాభిమానానికి ప్రతిరూపము. ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి ఈ అహంకారము అతి పెద్ద శత్రువు. దివ్య గుణాలలో, అణకువ అనగా అహంకారము నుండి విముక్తి పొందిన మానసిక స్థితి భగవంతుడి శిక్షణలను జీర్ణం చేసుకోగలుగుతుంది. పతన స్థితి నుండి పైకి ఎదిగే మానవుడికి అణకువ ఎంతో దోహదపడుతుంది. కనుక, ఒక జ్ఞాని అహంకారంతో కాక అణకువతో మెలగాలి.

<u>గర్వి ముఖస్తుతిని ఇష్టపడతాడు</u>

ఒక అహంభావి తనను తాను ఎప్పుడూ గొప్పగా, తెలివైనవాడిగా చూపించుకుంటూ ఉంటాడు. పొగడ్తలకు అతడు తొందరగా పడిపోతాడు. ఎదుటి వ్యక్తి మాట్లాడేకన్నా ముందే ఈ వ్యక్తి తన గొప్పతనాన్ని చూపించుకోవడానికి మాట్లాడేస్తాడు. తనను తాను గొప్పగా చూపించుకునే ఆదుర్దాలో అంతర్ముఖతను కోల్పోయి ఇతరులు తనను ఏమంటారో అని గమనిస్తూ తన అభిప్రాయాల గురించి ఎప్పుడు అడుగుతారా అని వేచి చూస్తూ ఉంటాడు. మరి ఇతని మాటలకు, అభిప్రాయాలకు నిజంగా గౌరవాన్ని ఇస్తారా? వారు ఇతన్ని అసలు అర్థం చేసుకుంటారా? వారు ఇతన్ని ఆహ్వానిస్తారా? అంటే, అహంకారి ప్రశాంతతకు, అంతర్ముఖతకు మైళ్ళ దూరంలో ఉంటాడు. హుందాతనాన్ని కోల్పోయి ఉన్న కారణంగా, గర్వం కారణంగా ఇతడు తన అనాలోచత్వాన్ని, సంకుచిత భావాన్ని, భౌతిక ప్రపంచం వైపే ఉన్న తన మానసిక స్థితిని చూపించుకుంటూ ఉంటాడు. ముఖస్తుతి చేసేవారు ఇతని చుట్టూ చేరి ఉన్న కారణంగా నిజమైన స్నేహితులకు, సలహాదారులకు, శుభ చింతకులకు ఇతడు దూరమై చీకటిలో ప్రయాణిస్తుంటాడు.

<u>గర్వం అనేక చెడు గుణాలను, దుఃఖాన్ని తీసుకువస్తుంది</u>

అణకువ లేని వ్యక్తి సహనము, ధైర్యాన్ని కోల్పోయి ఉంటాడు. ఎందుకంటే ఎవరైనా తనకన్నా ఎక్కువగా ఎదుగుతుంటే చూసి తట్టుకోలేడు ఈ అహంభావి. కనుక అసూయతో దహించుకుపోతూ ఉంటాడు. ఓర్పు నశించిన కారణంగా అసహనంతో కూడిన మాటలను మాట్లాడుతూ ఉంటాడు. అహంకారికి సరైన గౌరవం లభించకపోయినా లేక సరైన ఆతిథ్యం లభించకపోయినా, తను అనుకున్న సదుపాయాలు లభించపోయినా, అతనికున్న 'విలువైన' అభిప్రాయాలను తెలుసుకోకపోయినా, అతడు సహనము అనే పీఠము క్రిందకు దూకి మహిమ కోసం పాకులాడుతూ ఉంటాడు. అతడి వింత ప్రవర్తనకు లోకులు ఎలా స్పందిస్తారు అని కూడా ఆలోచించడు. అతడికి ఇప్పుడు తారాస్థాయిలో ఒకే ఒక్క ఆలోచన – అతడికి అందరూ గౌరవాన్ని ఇవ్వాలి, అందరూ అతడ్ని పట్టించుకోవాలి. మనసును తన గుప్పెట్లో పెట్టుకునే ఈ అహంకారము అనే రోగం సహనము మరియు ధైర్యము అను సుగుణాలు లేక ఇతర దివ్య గుణాలు మనసుకు ఇచ్చే శక్తిని హరించేస్తాయి. అహంకారం అను మానసిక రోగంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తికి దానిని పారద్రోలే మానసిక శక్తి ఉండదు. నిశ్చయంగా, గర్వంలో దహిస్తున్న వ్యక్తి నిజమైన సంతోషాన్ని కోల్పోతాడు. తాగి ఉన్న కోతి, పాము కాటుతో దెబ్బ తిన్న కోతి పిచ్చిగా గెంతుతూ, వెర్రిగా శబ్దాలు చేస్తూ ఉంటాయి. అహంకార మత్తులో ఉన్న వ్యక్తి, అహంకార కాటు పడ్డ వ్యక్తి స్థితి కూడా ఇలాగే ఉంటుంది. ఇటువంటి తోచని స్థితిలో అతడు ఎదుటివారి మీదకు ఎగసిపడుతూ ఉంటాడు. ఎవరైనా అతనికి సహనాన్ని, ధైర్యాన్ని ఆచరించమని సలహా ఇస్తే, అతడు కోపోద్రిక్తుడై, “నువ్వు నాకు సలహాలు ఇస్తున్నావా?” అని అంటాడు. మరి అతడు గుణాల పాఠాన్ని ఎలా నేర్చుకుంటాడు? దివ్య జ్ఞానాన్ని యథార్థంగా పొందిన వ్యక్తిలో మాత్రమే ఈ అణకువ అనే గుణం ఉంటుంది.

భగవంతుడు అందించే జ్ఞానాన్ని ఆచరిస్తూ రాజయోగ సాధన చేస్తూ, దివ్య గుణ ధారణకు పాటుపడే వ్యక్తిలోనే అణకువ మరియు ఇతర సుగుణాలు నిండి ఉంటాయి. దివ్య జ్ఞానం కలిగిన వ్యక్తికి డంబములు చెప్పడం, ఇతరులను తన వైపుకు ఆకర్షించడం లేక ఇతరులపై అధికారాన్ని చూపించడం ఇష్టముండవు.

<u>దివ్య జ్ఞానము మరియు యోగము గర్వాన్ని ఎలా తొలగిస్తాయి?</u>

స్వయాన్ని ఒక చైతన్యమైన నక్షత్రము, ఆత్మ, భగవంతుని సంతానముగా, ఈ శరీరము కాదు అని తెలుసుకోవడానికే జ్ఞానాన్ని పొందేది. ఈ విషయాన్ని బుద్ధిలో నిలుపుకోవడమే యోగ సారము. దేహ అభిమానం కారణంగా వచ్చిన గర్వాన్ని జ్ఞాన యోగాలతోటే తొలగించుకోవచ్చు. దివ్య జ్ఞాన స్మరణతో, సంపూర్ణ పవిత్ర ఫరిశ్తాలుగా సూక్ష్మలోకంలో విహరించేవారిగా మనం తయారుకావాలి అని మనకు అది చెప్తుంది. మనం మనలను భగవంతుడికి సమర్పించుకున్నాము కనుక ఏది వచ్చినా కానీ అది

భగవంతుడి ప్రసాదమే.

ఈ సత్యమైన జ్ఞానాన్ని జీవితంలో ఆచరించినప్పుడు అనగా మనం ప్రకాశ స్వరూపమైన ఆత్మలము అన్న విశ్వాసంతో రాజయోగులుగా జ్ఞాన చింతన చేసినప్పుడు స్వతహాగా అణకువ వచ్చేస్తుంది. మనం ఆత్మలము అన్న ఒక్క స్మృతి అహంకారాన్ని పూర్తిగా తీసేస్తుంది. ఈ అహంకారము అనే భూతము మన దగ్గరకు రావలసిన అవసరమే లేదు ఎందుకంటే మనం సంపూర్ణ ఫరిశ్తాలుగా అయ్యేదుంది. మనం భగవంతుడి ఎదుట సమర్పణ అయ్యాక, మన జీవితంలో ఏది వచ్చినా కానీ అది భగవంతుడి ప్రసాదమే అన్న విశ్వాసము ఉన్నప్పుడు ఇక గర్వం రావడానికి అవకాశమే లేదు కదా! ఎవరైతే యోగ స్థితి నుండి క్రిందకు పడిపోతారో, స్వయాన్ని ఆత్మగా మర్చిపోయి ఉంటారో, దేహ స్మృతిలోనే ఉంటారో వారే అహంకార వీధులలో విహరిస్తూ ఉంటారు.

దివ్య జ్ఞానాన్ని సరైన విధంగా అర్థం చేసుకున్నప్పుడు, యోగాన్ని సరైన విధంగా అభ్యసించినప్పుడు వ్యక్తి గర్వం నుండి విముక్తి పొంది అణకువ తెచ్చుకుంటాడు. ఇది నిజంగా భగవంతుడి బహుమతి కనుక, మనిషికి అహంకారంలోకి రావలసిన అవసరమే లేదు. 'శాస్త్రి', 'వ్యాకరణాచార్య' లేక 'న్యాయాచార' వంటి బిరుదులు మనకేమీ వద్దు, శాస్త్రాలను కంఠస్తం చేయవలసిన అవసరమూ లేదు. శాస్త్రాలను చదివినా, విన్నా కానీ ఇన్ని రోజులూ భగవంతుడు చెప్పిన యథార్థ జ్ఞానాన్ని పొందలేదు. ఇప్పుడు మనకు లభించిన జ్ఞానం స్వయంగా భగవంతుడు ప్రజాపిత బ్రహ్మ ద్వారా వినిపిస్తున్న జ్ఞానము. మన కోసం భగవంతుడు మనకు ఇచ్చిన వాటిని చూసి గర్వపడటం దేనికి? సాధారణంగా మనిషి తనకున్న వాటి గురించి గొప్పలు చెప్పుకుంటూ, గర్వపడుతూ ఉంటాడు. పసి పిల్లలే వారికి బహుకరించిన వాటిని చూసుకుని గర్వపడుతూ ఉంటారు. అలాగే భగవంతుడు మనకు బహుకరించిన వాటిని చూసి మనం గర్వపడటం ఎంతవరకు సమంజసం? దయా సాగరుడైన భగవంతుడు మనలను అజ్ఞాన నిద్ర నుండి మేల్కొల్పారు. మనం ఇంకా ఎంతో దివ్యంగా మారాలి కనుక వారు చూపిన మార్గంలో పూర్తిగా నడుస్తూ ఉండాలి. లేకపోతే మన ఆచరణ కొద్ది కొద్దిగానే ఉన్నట్లయితే మన ద్వారా పొరపాట్లు జరుగుతూ ఉంటాయి.

జ్ఞాన యోగాల పునాదులు చక్కగా వేయబడ్డప్పుడు ఆ వ్యక్తి సాధుతుల్యుడుగా ఉంటాడు అని పైన వివరించడం జరిగింది. "దేహాభిమానమే అన్ని రకాల అహంకారాలకు కారణం ఎలా అవుతుంది? అన్న ప్రశ్న మీకు రావచ్చు. దేహ అభిమానం కారణంగా వచ్చిన గర్వం ఇలా బయటపడుతుంది – "నేను ఫలానావారి కన్నా పెద్దవాడిని, నేను తండ్రిని, భర్తను, పెద్దన్నయ్యను, కనుక ఎక్కువ అనుభవం ఉన్నవాడిని, నేను ఎంతో జీవితాన్ని చూసాను కాబట్టి నా మాటనే వినాలి." కానీ శారీరక వయసు, సంబంధాలు, ఆరోగ్యం, అందంతో పాటు సంపద, హోదా, కుటుంబం, జాతి, దేశ గర్వాలు కూడా ఉన్నాయి. కాబట్టి ఇవన్నీ దేహ అభిమానం ద్వారా ఎలా వచ్చాయి? అన్నది ఇప్పుడు ప్రశ్న.

<u>దేహాభిమానమే అన్ని రకాల అహంకారాలకు కారణం ఎలా అవుతుంది?</u>

ముందుగా కుటుంబం, ప్రాంతం మరియు దేశము ద్వారా వచ్చే అహంకారాన్ని చూద్దాం. మనం ఆత్మలము అన్న భావన ప్రకారంగా మనందరిదీ ఒకే ఆత్మల పరివారము, ఆత్మలకు తండ్రి ఒక్క భగవంతుడు. ఆత్మల నివాస స్థానము పరంధామము, దానినే బ్రహ్మలోకము అని కూడా అంటారు. నిరాకారీ వంశానికి చెందిన ఆత్మలం మనం. ఇందుకు భిన్నంగా, మనిషి ఎప్పుడైతే తనను తాను ఒక భౌతిక శరీరంగా భావిస్తాడో అప్పుడు అహంభావం పుట్టుకువస్తుంది, అంటే ఈ దైహిక దృష్టిలో ఉన్నత జన్మ, ధనిక కుటుంబ సభ్యులు, ఫలానా రాష్ట్ర వాసి, ఉన్నత జాతి అను భావాలు వస్తాయి. అదే, స్వయాన్ని భగవంతుడి పరివారానికి చెందినవారిగా భావించినప్పుడు, ఆత్మలుగా పరంధామ నివాసులము అని గుర్తు పెట్టుకున్నప్పుడు, ప్రతి ఒక్కరితో ఆత్మిక భావంతో జోడింపబడినప్పుడు అహంకారం వచ్చే అవకాశమే లేదు.

అదే విధంగా, సంపద, హోదా వలన కలిగే అహంకారము – వ్యక్తిగత దాబు, గౌరవము మన ఈ భౌతిక శరీరంతోటే జోడింపబడి ఉన్నాయి. భౌతిక వృత్తిపరంగా చూసుకుంటే ఒక వ్యక్తి పేరున్న లాయర్ కావచ్చు, డాక్టర్ కావచ్చు, రాజకీయవేత్త కావచ్చు – కానీ ఆత్మిక దృష్టిలో అందరూ సోదరులే. ఆత్మిక సంబంధంలో హోదా వలన కలిగే అహంకారమే ఉండదు. ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో అనేక బంధాలను సంపద తీసుకువస్తుంది. అందరూ జ్యోతి స్వరూపాలే అన్నప్పుడు పరంధామంలో ఆత్మకు ఎటువంటి సంపద ఉండదు. ఆత్మ ఈ దేహాన్ని ధరించినప్పుడే సంపద, హోదాలు కలుగుతూ ఉంటాయి. ఎవరైతే స్వయాన్ని ఆత్మగా, శాంత స్వరూపంగా భావిస్తారో, సంపద మరియు హోదాపై మోహాన్ని తొలగించుకుని తిరిగి పరంధామానికి వెళ్ళాలి అని అనుకున్నప్పుడు ధన గర్వం, స్థాన గర్వం ఉండవు.

ఈ విధంగా దేహ అభిమానమే అన్ని అలజడులకు కారణం అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఆత్మగా కాక స్వయాన్ని శరీరంగా భావించే పొరపాటు చేసిన కారణంగా అపవిత్రమైన మార్గాలు పుట్టుకు వస్తాయి. నేను భగవంతుడి పరివారానికి చెందినవాడను అన్న విషయం దృఢంగా మనసులో నాటుకున్నప్పుడు అతడి అలవాట్లు పరివర్తన చెంది దివ్య గుణాలు నిండుతాయి.

అహంకారం లేకుండా ఉండటం వీలవుతుందా?

నిత్య జీవితంలో ఇంతటి సాధుతుల్యత వీలవుతుందా అని ఆలోచిస్తూ, "ఈనాటి ప్రపంచం మనకు పోటీతత్వాన్ని నేర్పిస్తుంది. మనకూ కొన్ని అధికారులు, శక్తులు ఉన్నాయని చూపించకపోతే నిత్య జీవితం సజావుగా సాగదు. నింద, నిరాకరణవంటి ఆయుధాలను ఉపయోగించవలసి వస్తుంది. పిల్లలకు, భార్యకు, తోటివారికి, మా క్రిందివారికి భయపెట్టడానికి గదమాయించి అధికారంతో మాట్లాడవలసి వస్తుంది. ఎదుటివారి భాషాదాడి, కుప్రవర్తనను ఎప్పటికప్పుడు గమనిస్తూ దానిని అడ్డుకోవాలంటే మేము అధికులము అన్నది చూపించవలసి వస్తుంది. ఇవన్నీ చూస్తూ కూడా సాధువులా ఉంటే మమ్మల్ని పిరికివాడిలా, బలహీనుడిగా జమ కడ్తారు. మరి గర్వం, అధికారం లేకుండా ఉండటం వీలవుతుందా? ఇవి రెండూ ఉంటే చెడుగా ఉన్నట్లా?" అని ప్రశ్నిస్తారు.

నా మిత్రుడు ఒకడు ఇలా చెప్పాడు, "మాతో రోజూ జరిగేది ఇదే. మా పై అధికారులు లేక మా పెద్దవారు మా వద్ద అధికారాన్ని చూపిస్తారు. అది మాకు నచ్చదు ఎందుకంటే బహుశా అది మా అహంను దెబ్బతీస్తుంది కాబట్టి. మాకంటూ ఒక గౌరవము ఉంది, దాన్ని అధికార దర్పంతో పాడు చేస్తే మాకు నచ్చదు. ఎవరైనా మమ్మల్ని అతిగా భయపెడితే మేము అస్సలు సౌమ్యంగా ఉండేదే లేదు. ఇలాంటప్పుడు మేము ఏమి చెయ్యాలి?"

వారు మీతో ఎలా ఉండాలని మీరు అనుకుంటారో మీరు వారితో అలా ఉండండి

నేను వారితో ఇలా చెప్పాను, "ఇతరుల దురహంకారాన్ని మీరు సహించలేనప్పుడు మీ క్రిందివారి వద్ద మీరు అహంకారాన్ని చూపిస్తే లేక ఎవరి దగ్గరైతే మీరు అధికారాన్ని చూపిస్తారో వారికి కూడా మీ ప్రవర్తన నచ్చదు అని అర్థం చేసుకోగలగాలి. మీ క్రిందివారిని అదుపులో పెట్టుకోవడానికి, లేక అధికార గర్వంతో మీ గొప్పలు చూపించుకుంటే అది వారికి ఆమోదయోగ్యంగా ఉండదు. ఒకవైపు అధికారం, అహంకారం చూపించకపోతే పనులు జరగవు అని అంటారు, మరోవైపు అలాంటి ప్రవర్తన మిమ్మల్ని గాయపరుస్తుంది అని అంటున్నారు. ఈ రెండింటిలో మీరు దేనిని ఇష్టపడతారు?"

పెడసరులకు పెడసరులే తగులుతారు

నేను అతనితో ఇంకా ఇలా చెప్పాను, "ఈ రోజుల్లో ఎవ్వరినీ భయపెట్టి అదుపులో ఉంచలేము. ఇది మీకు కూడా బాగా తెలుసు. అతిగా లేక అసమంజస అదుపు వ్యక్తులకు చికాకు తెప్పిస్తుంది. ఎవరైతే భయపెట్టి అదుపులో ఉంచుకోవాలని చూస్తారో, వారు అందరి గౌరవాన్ని అతి త్వరగా కోల్పోతారు. దీని కారణంగా వ్యాపార సంఘాలు, లేబర్ యూనియన్లు ఏర్పడుతున్నాయి. ఎవరినైనా పక్షపాతంతో చూస్తే ఒకట్రెండు సార్లు గెలవచ్చునేమో, కానీ మూడోసారి అతడిని అందరూ ఘెరావ్ చేసేస్తారు, అతడి బొమ్మను తగులబెడ్తారు. అలాగే, ఇంట్లో కూడా ఎవరైనా చిన్నవారిపై ఎప్పుడూ పెత్తనం చెలాయిస్తూ ఉంటే, కొంత కాలం తర్వాత చిన్నవారు వారికి తప్పక ఎదురు తిరుగుతారు. ఎందుకంటే అతడిపై వీరికి గౌరవం పోవడమే కాక అతడిని ద్వేషింషడం కూడా ప్రారంభిస్తారు. కనుక, బిగువుగా, గర్వంగా ఉంటే తప్ప ఎదుటివారు మీరు చెప్పింది వినరు అని అనుకోవడం ముమ్మాటికీ తప్పు. సత్యమేమిటంటే అణకువతో ఉన్న వ్యక్తి దగ్గరే అందరూ ఒద్దికగా ఉంటారు కానీ పెడసరిగా ఉండేవారి దగ్గర కాదు. ఈ విషయాన్ని మరింత స్పష్టంగా అర్థం చేసుకోవడానికి ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో ఒక పోలిక ఉంది. పండ్లతో నిండి ఉన్న చెట్టు క్రిందకు వంగి ఉండి తన కింద నీడ కోసం కూర్చోవడానికి వచ్చిన వారెవరైనా, ధనిక, పేద ఎవ్వరికైనా నీడను అందిస్తుంది. తాటి చెట్టులా నిటారుగా నిల్చున్న చెట్లు ఎటువంటి నీడను ఇవ్వవు. ఎవ్వరూ దానిక్రిందగానీ, దగ్గర కానీ కూర్చోవడానికి ఇష్టపడరు. వెదురు చెట్టు ఎటువంటిదంటే దాని ఏ భాగమూ పూజకు ఉపయోగపడదు. బహుశా, ఒక గర్విలా అది నిటారుగా నిల్చుంటుంది కాబట్టేమో.

మరోవైపు, ఇతరుల వద్ద అణకువగా ఉన్న వారి దగ్గర అందరూ విధేయతతో ఉంటారు. ఎవరైతో మోసపూరిత విధానాలతో ఉంటూ అందరినీ తన అదుపులో పెట్టుకోవాలని చూస్తారో వారిని ఎవ్వరూ హర్షించరు. ఒక వ్యక్తి ఎంచుకోవలసిన మార్గమేమిటో ఇప్పుడు మీరే నిర్ణయించండి."

నేను ఆ వ్యక్తిని ఇలా అడిగాను, "మీ స్నేహితుడు, మీకన్నా చిన్నవాడు మీపట్ల గౌరవంతో మీ ముందు తల వంచి మీ పాదాలు పట్టుకోవాలని క్రిందకు వంగితే మీరు ఏమి చేస్తారు? మీరు కూడా వెంటనే కొంచెం ముందుకు వంగి అతడి చేతులను పట్టుకుని, మీ రెండు చేతులతో అతడికి పైకి లేపుతారు. అతడు మీ ముందుకు వంగకపోతే మీరు వంగేవారా? ఒకరి ముందు ఇలా వంగాలి అని నేను అనడం లేదు కానీ మనం అణకువగా ఉండటం వలన ఇతరులు మనతో అణకువతో ఉంటారు అని దీని ద్వారా అర్థమవుతుంది. ఒక గర్వి ముందు ఒక వ్యక్తి తల వంచితే అది కేవలం ఒక ఆచారంగా చేస్తాడుగానీ మనస్ఫూర్తిగా చెయ్యడు. "

పూజ్యనీయులైన దేవతల ఉదాహరణను ఇస్తూ నేను ఈ విషయాన్ని మరింత విశదీకరించాను, "ఈ రోజుల్లో మనుష్యులు మందిరాలకు వెళ్ళి శ్రీ లక్ష్మి, శ్రీ నారాయణుల విగ్రహాల ముందు మోకరిల్లుతున్నారు. ఎక్కడ శ్రీ లక్ష్మి, శ్రీ నారాయణుల మూర్తులు కనిపిస్తాయో అక్కడ వెంటనే మ్రొక్కుతున్నారు. ఎందుకని? శ్రీ లక్ష్మి, శ్రీ నారాయణులు తమ గత జన్మలో అనగా

సంగమయుగంలో – ఆత్మిక ఉన్నతి కోసం పురుషార్థం చేసిన సమయము – భగవంతునికి మనస్ఫూర్తిగా అనేకసార్లు విధేయులయ్యారు. పర్యవసానంగా, లక్షలాది భక్తులు ఈ రోజు వారికి పదే పదే మొక్కుతూ ఉన్నారు. ఈ దేవతలు సంగమయుగంలో ఉన్నప్పుడు నమ్రత అను సుగుణాన్ని కలిగి ఉన్నారు. దాని కారణంగా వారు పూజ్యనీయులుగా, గౌరవనీయులుగా అయ్యారు. భక్తులు దేవతల పాదాలను తమ రెండు చేతులతో స్పర్శించి, తమ తలను పాదాలపై పెట్టి తమను తాము అదృష్టవంతులుగా భావిస్తారు."

అతనికి నేను ఇలా సలహా ఇచ్చాను, "కనుక, ఇతరులను భయపెట్టడం, బెదిరించడం, ధన గర్వంతో అదుపులో పెట్టుకోవాలని చూడటం ఇవన్నీ ఆధ్యాత్మిక జీవన విధానానికి విరుద్ధం. అణకువ ఉన్న వ్యక్తి ముందు అతనికన్నా ఎక్కువ యోగ్యత, కళలు ఉన్న వ్యక్తి కూడా విధేయతతో ఉంటాడు. ఇతరులను మన పట్ల విధేయతతో వ్యవహరించేట్లు చేయడం మన లక్ష్యం కాదు, సత్యమైన మనసుతో కర్మలను చేస్తూ అణకువతో ఉండటమే మన లక్ష్యము. నేను అలా చేసినప్పుడు, నా క్రిందివారు నన్ను చూస్తారు. వారికన్నా నాలో ఎక్కువ యోగ్యతలు ఉన్నప్పటికీ నేను అహంకారంతో వ్యవహరించకుండా అందరితో సాత్వికంగా ఉండటం చూసినప్పుడు వారి ఇలా అనుకుంటారు – ఇది వారి గొప్పదనాన్ని చాటుతుంది. మనం అతని గోటికి కూడా సరిపోము. అతడు మనల్ని ఎంతగానో ఆదరిస్తున్నాడు, మనకు సహకరిస్తున్నాడు. అతడు నిజంగా ఒక దేవత! మానవ రూపంలో ఉన్న దేవుడు. అతడి కోసం మన జీవితాలను ఇచ్చినా నష్టంలేదు."

కనుక, ప్రేమ మరియు నమ్రత అను సుగుణాలు జీవితానికి ఒక హుందాతనాన్ని తీసుకువస్తాయి. మన మీద భయంతో కాక మన పట్ల ఉన్న ప్రేమతో వారు మనస్ఫూర్తిగా పని చెయ్యాలి. అధికారం, అదుపు చెయ్యడం వంటివి పని చెయ్యవు అని అర్థం చేసుకోవాలి. ఇంతే కాదు, మనకన్నా వయస్సులో పెద్దవారు, హోదాలో కూడా పెద్దవారు మనకు గౌరవాన్ని ఇస్తారు ఎందుకంటే మనకు అతడి పట్ల గౌరవం, ప్రేమ ఉన్నాయి కాబట్టి. ఒకవేళ, ఎప్పుడైనా, మోసం మధ్యలో వచ్చిన కారణంగా అతడు మనతో సక్రమంగా వ్యవహరించకపోతే తర్వాత తన అహంకార మాటలకు అతడే పశ్చాత్తాపం చెందుతాడు.

ఉన్నత పదవులను చేరుకున్న కొంతమంది వారి హోదాను చూసుకుని అహంకారంతో మిడిసిపడుతూ ఉంటారు. అతని అహంకార చేష్టలను చూసి అందరూ తన పతనం ప్రారంభమయింది అని అనుకుంటారు. కానీ, జనులు కురిపించే పొగడ్తల ప్రభావంలోకి రాని వ్యక్తి అందరి మన్ననలు పొందుతూ హోదా ఉన్నాకానీ అహంకారం లేదు అన్న మంచిపేరును తెచ్చుకుంటాడు. మన సంబంధాలు పరస్పర ప్రేమ, అనుబంధాలతో ఉండాలా లేక అధికారదర్పంతో, ఆజ్ఞాపిస్తూ ముఖస్తుతిని కోరుకుంటూ ఉండాలా?

నమ్రత మరియు ప్రేమపై ఆధారపడి ఉండాలి అని ఇద్దరూ అంగీకరించారు.

<u>అణకువ ఉన్నవారిలో భయం ఉండదు</u>

అణకువ వలన మరో లాభం కూడా ఉంది. నిగర్వి ఎప్పుడు కూడా నాకు ఫలానా వారి ద్వారా సరైన గౌరవం లభించలేదు అని అనడు. తను చెప్పిన వాటి వల్ల చెడు పరిణామాలు వస్తాయేమో అన్న భయం అతనికి ఉండదు. అహంకారికి తన మాటల ఫలితం ఎలా ఉంటుందో అని భయం ఉంటుంది. ఒక గర్వికి గౌరవం లభించదు, అతని మనసంతా భయాలతో నిండి ఉంటుంది. ఇంట్లోని వారితో సఖ్యత లేని కారణంగా ఇంటివారు ఎక్కడ విడిపోతారో అని ఇంటి భయం ఉంటుంది. గర్వం నుండి విముక్తి కావడానికి కావలసిన కృషిని తప్పక చెయ్యాలి. ఎందుకంటే గర్వము అనేది బాధాకర లోపము. ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో హోదా, ఉద్యోగమును చూసుకుని గర్వంలోకి రావడం పొరపాటు ఎందుకంటే గర్వము పతనానికి మూలము.

<u>చేసే పనులలోనే మునిగిపోయి అవి తెచ్చే గుర్తింపుతోటే ఉండకూడదు</u>

హోదాను త్యజించమని శివబాబా ఎప్పుడూ మనకు చెప్పలేదు. బాబా ఏమంటారంటే ఆత్మ యొక్క ఆంతరిక స్థితిలో మనసు విశ్రాంతిని పొందాలి అనగా ఆత్మలన్నీ సర్వశక్తిమంతుడైన పరమాత్మ సంతానము అన్న విశ్వాసము ఉండాలి. ఈ స్మృతిలో ఉంటూ కూడా వ్యక్తి తాను చెయ్యవలసిన బాధ్యతలను విస్మరించకూడదు. ఈ విశ్వ నాటక రంగంలో అందూర పాత్రధారులే అని అర్థం చేసుకుని అహంకారాన్ని విడనాడాలి. ఉదాహరణకు, ఒక యాక్టరును రాజు వేషము వేయమని అడిగామనుకోండి. అతడు నిజ జీవితంలో రాజు కాకపోయినా నాటకరంగంపై రాజులా అభినయిస్తాడు. చేతనంగా, అంతఃమనసులో అయినా కానీ అతడు రాజు కాదు అని, ఫలానా వాడిని అని అతడికి గుర్తుంటుంది. రంగస్థలంపై మాత్రమే, కొద్ది సేపటికే నేను రాజును, నాకు ఈ పాత్ర ఇవ్వబడింది అని అతడికి తెలుసు. నాటకం అయిపోయిన తర్వాత కూడా అతడు రాజుగానే వ్యవహరిస్తే ఎవ్వరూ అతడి ప్రవర్తను ఇష్టపడరు. అతడి ఈ వింత ప్రవర్తన చూసేవారందరికీ ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తుంది. ఇదే విధంగా, మనమందరమూ ఆత్మలము, మనం పరంధామం నుండి వచ్చాము. ఈ భౌతిక శరీరమనే వస్త్రాన్ని ధరించాము. ప్రతి ఆత్మ తన తన శరీర వస్త్రాలలో అనగా, లాయర్‌గా, డాక్టర్‌గా, జడ్జిగా తమ తమ పాత్రలను అభినయిస్తున్నారు. ఈ పాత్రలను అభినయిస్తున్నప్పుడు మనం ఆత్మలము అన్న సత్యాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. మనం ఆత్మలం కనుక పాత్రలనుండి, నాటకరంగం నుండి మనం వేరుగా ఉన్నాము. ఈ విధమైన

నిరాకారీ ఆత్మిక స్థితిలో స్థితి కాగలిగినప్పుడే మనం అహంకారం నుండి దూరం కాగలము. లేకపోతే అహంకారాన్ని అధిగమించడం కష్టమవుతుంది.

ఇతర ప్రాక్టికల్ పరిస్థితులు

దురదృష్టవశాత్తూ మనిషి రోజంతా సంపాదనలో, ధనార్జనలోనే బిజీగా ఉంటున్నాడు. డబ్బు మెండుగా ఉన్నవారు, లేక ఎక్కువ సంపాదన చేసేవారు ఆ డబ్బును చూసుకుని అహంకారులుగా మారుతున్నారు. వారి మాటలలో అహంకారం నిండి ఉంటుంది. అవి ఇతరులను గాయపరుస్తున్నాయి. గాయపడ్డ మనసు గర్వాన్ని చూపిస్తుంది. మనం ఎవరినైనా సంబోధించేటప్పుడు ఠాకూర్‌గారు!, శర్మగారు! ఛటర్జి సాహబ్! కృపలానీ సాహబ్! మిస్టర్ మీనన్! అని అంటూ ఉంటాము. అంటే ఒక వ్యక్తిని అతని ఇంటిపేరుతో పిలవడం ఆచారం, అవే కులాలు, ఉపకులాల పేర్లు. దేహాభిమానానికి మూలం ఇదే. అంతేకాక, మన స్నేహితులను పరిచయం చేసేటప్పుడు మనం ఇలా అంటాము, "ఇతడు భూస్వామి, వీరి తండ్రి రాష్ట్రపతి లేక పేరుమోసిన రాజకీయవేత్త లేక రచయిత." అంటే, ఆచారాలు పరిపాలించే ఈ ప్రపంచంలో మనిషికి తన సంపద చూసుకునైనా, కుటుంబ గౌరవం చూసుకుని లేక ఇతర ప్రాపంచిక వైభవాలను చూసుకుని గర్వం వస్తుంది. ఇప్పుడు ప్రశ్న ఏమిటంటే మనిషి తన ఉద్యోగాన్ని చేస్తూ, సమాజంలో ఉంటూ ముఖ్యంగా ఇటువంటి సందర్భాలలో తన ఆత్మిక స్థితిని నిలుపుకోవడం ఎలా?

ఇందుకు సమాధానంగా, మనం మొదటగా ఇక్కడ గమనించాల్సిన విషయమేమిటంటే, భగవంతుని జ్ఞానమును పొందిన వ్యక్తి ఆ భగవంతునితో సత్సంబంధాన్ని కలిగి ఉన్నాను అనుకుంటూ ఇటువంటి సందర్భాలలో అహంకారానికి లోనయితే అసలు అతడు జ్ఞానయోగాల నుండి ఏమీ పొందలేదనే చెప్పాలి. ఇప్పుడు జ్ఞానికి, అజ్ఞానికి తేడాయే ఉండదు. ప్రస్తుత కలికాలంలో, ధనము లేక డబ్బు త్వరగా చేతులు మారుతూ ఉంటుంది, రెండూ త్వరగా పోతాయి కూడా అని తెలిసినప్పుడు జ్ఞాని అహంకారంలోకి రాడు. ఒక ధనవంతుడు తన దుకాణంలో అగ్ని ప్రమాదం జరిగితే రేపటికల్లా బికారిగా మారిపోతున్నాడు. ఈనాటి లక్షాధికారి రేపు దివాలా తీయవచ్చు – లోకం పోకడ ఇలాగే ఉంది. డబ్బు యొక్క రాకపోకలను మృత్యువు ఆపుతుంది. ఒక ప్రమాదం వలన అశక్తుడైన వ్యక్తి ఎంతటి సంపదవంతుడైనా క్రుంగిపోతాడు. అటువంటప్పుడు వైభవాలను చూసి ఎందుకు గర్వం తెచ్చుకోవాలి? మనిషి సంపదను ఉపయోగించుకోవాలి, సరైన విధంగా వాడుకోవాలి. భౌతిక వస్తువుల మధ్యలోనే కొట్టుకుపోకూడదు. ఒకవేళ అతడు, అతని సంపద ఎప్పటికీ నిలిచి ఉంటే అతడికి అహంకారం రావచ్చు కానీ అవన్నీ అతడు చనిపోదు అన్నంతవరకే. ఇప్పుడు ఈ అధర్మ ప్రపంచంలో అతి భయానక పరిస్థితులు రానున్నాయి. ఎంత భారీగా వినాశనం జరుగుతుందంటే ఉన్న సంపద, ధనము మొత్తం మట్టిపాలైపోతాయి, లేక ప్రభుత్వం దగ్గర ఇరుక్కుపోవచ్చు లేక అగ్నికి ఆహుతి కావచ్చు. వినాశనం చెందే వాటిని చూసి గర్వంలోకి రావడం తెలివితక్కువతనం కాదా? కృతయుగంలోని సంపదతో చూస్తే నేటి ధనం ఎంతో స్వల్పమైనది. దానితో చూస్తే నేటి రాజులు బికారులే అని చెప్పవచ్చు. దైవీ రాజ్యంలో మనకున్న ఉన్నత హోదాతో చూస్తే అప్పటి సేవకులకన్నా ఇప్పుడు మనం తక్కువ స్థితిలోనే ఉన్నాము.

కనుక, ఒక జ్ఞాని అణకువతో ఉండాలి. కృతయుగంలోని ద్వికిరీటధారులైన దేవతలకున్న సంపదతో చూస్తే ఈనాటి మానవుని వైభవాలు తుచ్ఛమైనవి. ఈ పోలిక మనకు అణకువను నేర్పుతుంది. సత్యమైన పురుషార్థాన్ని చెయ్యడానికి ప్రేరణను ఇస్తుంది.

ఒక ప్రాక్టికల్ ప్రశ్న

ఒక ఈశ్వరీయ సేవాకేంద్రంలో ఉదయం సత్సంగం ముగిసిన తర్వాత ఒక వ్యక్తి నన్ను ఇలా ప్రశ్నించాడు, "ఒక్కోసారి ఏమవుతుందంటే ఒక వ్యక్తి వచ్చి ఎంతో గొప్పగా తానే పనంతటినీ పూర్తి చేసానని చెప్పుకుంటాడు. నిజానికి ఆ పని పూర్తి కావడానికి నేను ఎంతగానే చేసాను. నేను సహాయం చేసి ఉండకపోతే ఆ పని అసంపూర్ణంగానే ఉండేది. నేను అందించిన సహాయం గురించి ఆ వ్యక్తి ఏ మాత్రం వ్యక్తపరచలేదు. ఎందుకంటే ఆ గొప్పతనమంతా తనకే కావాలని అనుకుంటున్నాడు. లేదా, నన్ను మెచ్చుకోవడం మానేసి నేను చేసిన పనిలో లోపాలను ఎత్తిచూపిస్తూ ఉన్నాడు. ఇది నాకు ఎంతో కోపాన్ని తెప్పిస్తుంది. నేను ముందుకు వచ్చి నేను చేసిన సహాయం గురించి యథార్థంగా వివరించి, ఒక బాధ్యతగా నా రికార్డు మంచిగా ఉంచుకోవడానికి చెప్పాలనిపిస్తుంది. కానీ ఇలా చేస్తే అతడు క్రుంగిపోతాడు. మరి నేను చేసిన ఈ పని స్వ స్తుతి అని అంటారా? నా సహాయం తీసుకుని అతడు ఇతరుల దృష్టిలో గొప్పగా ఉండాలనుకుంటాడు అని నాకు అనిపిస్తుంది. నా ఈ భావనను తీసెయ్యడం ఎలా?"

నేను అతడితో ఇలా చెప్పాను, "ఒక ప్రకాశవంతమైన వస్తువును సముద్రపు నీటిలోకి విసిరేసినప్పుడు, దానిని ఎంత ఫోర్సుగా విసిరేస్తామో అంతగా ఆ వస్తువు నీటిలోకి వెళ్తుంది. కానీ పూర్తిగా మునిగిపోయి అడుగుకు చేరిపోదు. కొద్ది సేపటి తర్వాత ఆ వస్తువు నీటి ఉపరితలానికి చేరుతుంది. ఇదే విధంగా, నిజమైన అణకువ, నిశ్చల స్థితి ఉన్న వ్యక్తి ఎదుటి వ్యక్తి ఇచ్చే నిందాస్తుతులకు కదిలిపోడు. నింద–స్తుతి రెండింటికీ ఇతడు ప్రభావితం కాకుండా ఎంతో తేలికగా ఉంటాడు. ఒకవేళ ఎదుటి వ్యక్తి

అంతా తనవలననే మంచి జరిగింది అని గొప్పలు చెప్పుకున్నప్పుడు, అణకువ ఉన్న వ్యక్తి నిజంగా ఎంతో చేసినా కూడా ఎంతో తృప్తిగా ఉంటాడు. డంబాలు చెప్పుకునే వ్యక్తి మాటలు విని అందరూ అతడిని తిట్టుకుని నిజమైన మెప్పు ఎవరికి దక్కాలో వారికే అందిస్తారు. ఎంత చేసినా కానీ అణకువగా ఉండటంలోనే గొప్పతనం దాగి ఉంది అని అందరూ గుర్తిస్తారు.

ఇక్కడ గమనించాల్సిన మరో విషయం ఉంది. ఎదుటి వ్యక్తి తనను తాను పొగుడుకుంటూ, అందరి కళ్ళలో మిమ్మల్ని తక్కువ చేసి మాట్లాడుతూ ఆనందాన్ని పొందుతూ ఉంటే మీరు బాధపడే అవసరం లేదు. ఎందుకంటే అతడి ఆనందానికి మీరు కారణమయ్యారు కదా. అప్పుడు మీరు ఇలా ఆలోచించాలి, "నిజం నిలకడ మీద తెలుస్తుంది. ఈలోపు ఓర్పును కోల్పోవలసిన అవసరం లేదు." సుగుణం లేని ఆ వ్యక్తి కోసం మీరు మీలోని సుగణాన్ని వదుల్కోవలసిన అవసరం లేదు. గౌరవాన్ని పొందాలి అన్న మీ కోరికను పూర్తిగా వదిలెయ్యాలి. ఆత్మను ఆనందంలో ముంచెత్తండి. సేవా దృక్పథాన్ని, అణకువను మీరు ధారణ చేసినప్పుడు అవి మీకు ఓర్పును, చిరునవ్వును ఇత్యాది సుగుణాలను తెచ్చిపెడ్తాయి. అప్పుడు మీకు నిజమైన ముక్తి లభిస్తుంది.

నేను చెప్పిన ఈ జవాబు అతనిపై ఎంత ప్రభావం చూపింది అన్నది నాకు తెలియదు కానీ అతని ముఖంలో సంతోషాన్ని, కళ్ళలో మెరుపును నేను గమనించాను. కొంత సమయం తర్వాత నాకు వేరే పని ఉన్న కారణంగా నేను అక్కడ నుండి బయలుదేరాల్సి వచ్చింది. నేను అతడిని మళ్ళీ కలిసినప్పుడు నేనేమీ అడగలేదు. అతడు అడిగిన దానికి నేను చెప్పిన జవాబు సరిపోయిందా అని మళ్ళీ ఎప్పుడూ అడగలేదు ఎందుకంటే ఇప్పుడది పాత విషయం అయిపోయింది.

31. సహనము – ఓర్పు

ఎవరైనా మనల్ని అవహేళన చేస్తున్నప్పుడు మనం సహనంతో, మౌనం వహించకపోతే ఈర్ష్యాద్వేషాలను, కోపతాపాలను మనలోకి రానిస్తున్నామని అర్థం. బాధాకర పరిస్థితిని మనం ఓర్చుకోకపోతే మనకు ఆవేశం వస్తుంది. ఈర్ష్య, కోపం, ద్వేషం – ఈ ఉద్వేగాలన్నీ అపవిత్రత క్రిందకు వస్తాయి. అంటే అసహనం వికారాలకు జన్మను ఇస్తుంది, సహనం మనలోని పవిత్రతను పెంచి మనలోని ఆధ్యాత్మిక శక్తికి దోహదపడుతుంది అని స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. ఈ సుగుణాన్ని తెలుగులో సహనశీలత అని అంటారు. ఎందుకంటే సహనం మనలోని శక్తిని (సహించే శక్తి) మరియు మానసిక పవిత్రతను (శీలము) పెంచుతుంది.

అంతేకాక, ఎవరైనా పరుష పదజాలంతో మిమ్మల్ని అంటున్నాకానీ మీరు మాత్రం మౌనం వహించినట్లయితే అది మీలో సంతోషాన్ని పెంచుతుంది. మీ మౌనం గొడవను సద్దుమనిగేట్లు చేస్తుంది. గందరగోళం తీరిపోతుంది. అసహనం అనే గాలులకు కోపమనే అగ్ని మరింత వేడెక్కి మనిషిని ఒక భయంకర పరిస్థితిలో పడవేస్తుంది. సహనంతో బాధను ఓర్చుకునే వ్యక్తి ఎదుటి వ్యక్తి బాధను హరించడమే కాక అందరికీ సుఖాన్ని ఇస్తాడు. అతడు అందరి మన్ననలను పొందుతాడు. ఎవరైనా ఇతడితో సక్రమంగా ప్రవర్తించకపోతే అందరూ ఈ సహనమూర్తికి అండగా నిలుస్తారు. ఇతడు అందరినీ తన మంచితనంతో సంతోషపెడ్తూ ఉంటాడు, ఇతడూ సంతోషంగా ఉంటాడు ఎందుకంటే తాను అసంతృప్తిగా, అసంతోషంగా ఎప్పుడూ లేను అని అతనికి తెలుసు. అతడు ఎవ్వరినీ నిందించలేదు, అవమానించలేదు కూడా కాబట్టి. కనుక, సహనం అనునది ఎంతో గొప్ప సుగుణం. ఇటువంటి ఉన్నతమైన, ముఖ్యమైన సుగుణాన్ని అలవర్చుకునే ముందు ఆ గుణాన్ని కలిగిన వ్యక్తి లక్షణాలను చూద్దాం.

<u>సహనమూర్తి లక్షణాలు</u>

మనం జాగ్రత్తగా గమనిస్తే, సహనమూర్తిలోని ముఖ్య గుణం ఏమిటంటే అతడిని ఎవరైనా నిందిస్తున్నా, తిడుతున్నాకానీ అతడు పేలముఖం పెట్టుకోడు. దుఃఖం అంశమాత్రం కూడా అతనిలో కనిపించదు. ఓటమి, బాధ, కష్టాలు, స్వభావాల కారణంగా వచ్చే ఘర్షణలు – ఇలా ఎన్ని ఉన్నాకానీ అతడి మాటలలో బాధ, భయం, గందరగోళం కనిపించవు. అతడి కళ్ళలో దివ్య జ్ఞానపు మెరుపు కనిపిస్తూ ఉంటుంది. అసంతృప్తి, బాధ, బలహీనత, ఒంటరితనము అతనిలో కనిపించవు. అతడి వైఖరి చూస్తే అసలేమీ జరగలేదన్నట్లుగానే ఉంటాడు. ఎట్టి పరిస్థితిల్లోనూ తన కృషిని వదలిపెట్టడు. సామాన్య మానవునిలో బాధను, అసహనాన్ని పుట్టించే పరిస్థితుల్లో కూడా సహనమూర్తి నిశ్చలంగా ఉంటాడు. దుఃఖపు అలలు అతని మనసును కదిలించలేవు ఎందుకంటే అతడి మనసు ఒక కోటలో ఉన్నట్లుగా ఎప్పుడూ సురక్షితంగా ఉంటుంది.

ఏమి జరిగినా కానీ ముఖంలో మాత్రం ఎటువంటి బాధను తీసుకురాకపోవడం అనేది చాలా కష్టమైనపనే. ఈ గుణాన్ని తెచ్చుకోవాలంటే వ్యక్తికి తప్పకుండా యోగము, ఆత్మిక శక్తి ఎంతో అవసరం. బలహీనంగా అయిపోయిన ఆత్మ ఇప్పుడు సర్వశక్తిమంతుడైన పరమాత్మ నుండి శక్తిని పొందవచ్చు. ఇందుకోసం మన మనసును అతడివైపు మరల్చి ఉంచాలి. అంతేకాక, మనం ఈ ప్రపంచాన్ని మనసు ద్వారా త్యజించి ఆధ్యాత్మికంగా క్రొత్త జన్మను తీసుకున్నాము. చనిపోయినవారికి ఏమైనా భావాలు ఉంటాయా? బ్రతికి ఉన్నవారు చనిపోయిన వారి గురించి మంచిగాగానీ, చెడుగాగానీ అంటే అతడు వినగలడా? కనుక, ఈ ముళ్ళ ప్రపంచం నుండి మనం అనాసక్తులుగా అయ్యాము మరియు సంగమయుగంలో అనగా పాతది క్రొత్తగా తయారయ్యే సంగమ సమయంలో మనం జన్మించాము. ఈ విధానమును మనం పాటించినట్లయితే సహనము మనలో ఎంతో సులువుగా వచ్చేస్తుంది.

<u>సహనము – ఆత్మ గౌరవము</u>

వ్యక్తి తన పరువు గురించి, హోదా గురించి ఆలోచిస్తూ సహనము మరియు ఆత్మ గౌరవం మధ్యన ఘర్షణ పడుతూ ఉంటాడు. ఉదాహరణకు, ఒక వ్యక్తి ఇలా అంటాడు, "ఎవరైనా నన్ను ఇతరుల ముందు అవమానిస్తూ మాట్లాడితే, నన్ను ఎగతాళి చేసినా, పరుషంగా మాట్లాడినా నేను భరించలేను ఎందుకంటే అతడు నాకు ప్రతికూలంగా మాట్లాడుతూ ఇతరుల దృష్టిలో నన్ను కించపరుస్తూ నన్ను వెర్రివాడిగా జమ కడుతూ ఉంటాడు. అందరిలాగే నాకూ ఆత్మ గౌరవం ఉంటుంది కదా, అలాంటప్పుడు నేను ఇటువంటి మాటలను ఎలా తీసుకోవాలి?"

ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని కాంక్షించని వ్యక్తి అనగా ఒక సామాన్య కలికాలపు మనిషి దృష్టి ప్రకారంగా చూస్తే పైన చెప్పింది సబబైనదే. కానీ ఒక జ్ఞాని అజ్ఞానిలా ప్రవర్తిస్తే లేక భగవంతుని పరివారంలో ఉంటూ అతడి కర్మల గుహ్య జ్ఞానమును అర్థం చేసుకున్న వ్యక్తి పై ప్రశ్నలను అడిగితే మంచి వ్యక్తికి, చెడు వ్యక్తికి మధ్య ఉన్న తేడాను గుర్తించడం కష్టమైపోతుంది. ఒక ఆత్మ మరో ఆత్మతో కలుస్తుంది అంటే అందుకు ఆ ఆత్మకున్న కర్మల బంధనమే కారణం. కర్మల లెక్కాచారాలను ఇప్పుడు కాకపోతే మళ్ళీ ధర్మరాజపురిలోనే అనుభవించవలసి ఉంటుంది. ఇప్పుడు భరించినవారికి భవిష్యత్తులో తప్పకుండా పవిత్రమైన, ఉన్నతమైన పదవి లభిస్తుంది. వర్తమానంలో లెక్కాచారాలను తీర్చుకోని వారు భవిష్య పదవిని జారవిడుచుకుంటారు ఎందుకంటే అతడు సహనం

అను గుణాన్ని పూర్తిగా తన జీవితంలోకి తీసుకురాలేదు కాబట్టి.

కనుక, ఎవరైనా మనతో చక్కగా మాట్లాడకపోయినా, సక్రమంగా ప్రవర్తించకపోయినా, పరుషంగా మాట్లాడినా కానీ మనతో మనం ఇలా అనుకోవాలి, "వారి పరుషపదాలు, నిందలు పూల వర్షంలాంటివి ఎందుకంటే దీనిద్వారానే ఆ ఆత్మతో నాకున్న కర్మల లెక్కాచారాలు తీరిపోతున్నాయి. ఈ విధానంతో నాలో సహనము నిండుతుంది. సహనము అను దివ్య గుణంతో నేను పూజ్యనీయంగా అవుతాను. ఇప్పుడు నాకు తిట్లను ఇస్తున్న వ్యక్తి ఒకరకంగా భక్తిమార్గంలో అనగా ద్వాపరయుగంలో నన్ను పూజిస్తూ పుష్పాలను అర్పిస్తాడు. అలాంటప్పుడు సహనము అను సుగుణంతో నేనెందుకు దేవతగా కాకూడదు?" మనం గమనిస్తే, విష్ణువు మరియు శంకరుని భక్తులు, పురాణాలలో ఈ దేవతలకు విరుద్ధంగా వ్రాయబడిన అనేక విషయాలను తెలిసో తెలియకో పఠిస్తూనే ఉంటారు. అదే విధంగా ఎవరైతే ఈరోజు మనల్ని నిందిస్తారో లేక తీవ్రంగా విమర్శిస్తారో వారే రేపు మనల్ని పూజిస్తూ పూలగుచ్ఛను సమర్పించుకుంటారు.

అలాగే, ఒకసారి ఆలోచించండి – వికారాలకు వశమై, దివ్య జ్ఞానము లేక చెడుగా ప్రవర్తిస్తున్న వారిని చూసి మనం కూడా చెడుగా అవ్వాలా? మనం మాయతో అనగా పంచ వికారాలతో యుద్ధం చేస్తున్నాము. మనం ఏ మానవుడితోనూ యుద్ధం చేయడంలేదు. మన పనంతా మాయను భయపెట్టి దానిని మన దగ్గరకు రానివ్వకుండా చేస్తూ మనలో ఏ విధమైన చేదు మరియు ద్వేష భావాలు ఉత్పన్నం కాకుండా చూసుకుంటూ మాయకు బానిస కాకుండా జాగ్రత్తపడటమే. వికారాలకు వశమైన మానవులను మనం అనుసరించడం లేదు కనుక అతని చెడు అలవాట్లకు కూడా మనం ప్రభావితం కాకూడదు. దివ్య జ్ఞానం మరియు యోగం యొక్క ఆధారంతో ఎవరైతే మనసులోని చెడు ఆలోచనలకు అడ్డుకట్ట వేస్తారో వారు ఎప్పుడూ బాధపడరు. అన్ని పరిస్థితులను వారు సంతోషంగా ఎదుర్కుంటారు లేకపోతే తన అదృష్టాన్ని తానే పాడుచేసుకున్నవాడు అవుతాడు.

<u>మన స్థితిని మనం చెప్పుకోవద్దా?</u>

ఒకసారి నేను ఒక సభలో సహనము గురించి మాట్లాడుతూ ఉంటే సభలోని ఒక వ్యక్తి లేచి ఇలా అడిగాడు, "కానీ నేను గమనించినదేమిటంటే, నిందించేవాడికి గట్టి జవాబు దొరకనంత వరకు అంటూనే ఉంటాడు. మనం మౌనం వహిస్తే చూసేవారు కూడా మనదే తప్పు ఉందేమో అని అనుకుంటారు. కొన్నిసార్లు సహనాన్ని, మౌనాన్ని అపార్థం చేసుకుంటారు."

వీరు చెప్పింది కూడా నిజమే ఎందుకంటే ఇప్పుడు ప్రపంచం అలాగే ఉంది. కానీ నేనంటాను, "కలకలం చెలరేగినప్పుడు నిందింపబడుతున్న వ్యక్తి మాటలను ఎవరైనా వింటున్నారా? ఆ సమయంలో అతడు ఏమి చెపుతున్నాడు అని ఎవ్వరూ పట్టించుకోరు. అలాంటప్పుడు ఆ సమయంలో మౌనం వహించి కొద్దిగా సహనం పాటిస్తే మంచిది కదా!"

అందుకే నేనా వ్యక్తితో ఇలా అన్నాను, "మీరు చెప్పాలనుకున్నది చెప్పద్దు అని నేను అనడం లేదు కానీ దానిని మీరు ఎంతో గంభీరంగా, ప్రశాంతంగా, సహనంతో వివరించాల్సి ఉంటుంది – సోదరా, మీకేమనిపిస్తుందో అది మీరు అనవచ్చు, కానీ వాతావరణం పాడవకుండా మనం చూసుకోవాలి. నా అభిప్రాయం కూడా నన్ను చెప్పనివ్వండి. మనమంతా సోదరులమే కదా, ఒక్క భగవంతుని సంతానము. అందరమూ ఒక్క చోటినుండే వచ్చాము, మనందరి లక్ష్యము ఒక్కటే. మరి, ఆధ్యాత్మిక నియమమైన పవిత్రతను పాటిస్తూ శాంతి సహకారాలను అందించుకోలేమా?" ఈ విధంగా మాట్లాడుతూ మీరు మీ భావాన్ని వ్యక్తపరచవచ్చు. వారసలు మీ మాటలను వినే స్థితిలోనే లేనప్పుడు మీరెందుకు మీ సమయాన్ని, మీ మాటలను వ్యర్థంగా పోనిస్తారు? మీ మాటలకు సరైన విలువ వచ్చే సమయం కోసం మీరు వేచి ఉండాలి. సమయం వచ్చినప్పుడు మీరు మీ భావాలను వ్యక్తపరచాలి అని చెప్పినప్పుడు వారు కూడా మీ వైపున ఏదో సత్యత ఉంది, కానీ ఇంతకాలం వీరికి సమయం లభించలేదు, అపార్థంలో ఉండిపోయాము అని అర్థం చేసుకోగలుగుతారు.

32. సహనానికి హద్దు ఉంటుందా?

నిస్సందేహంగా, సహనము అనేది చక్కని సుగుణమే. కానీ ఒక వ్యక్తి తనను అవమానిస్తున్నప్పుడు కొంతకాలం వరకే సహించగలడు. ప్రతిరోజూ ఇదే విధంగా రెచ్చగొట్టే విధంగా ప్రవర్తిస్తూ కఠిన మాటలతో దూషిస్తూ ఉంటే ఎవరైనా ఎంతకని సహనంతో ఉండగలరు అని మీరు అడగవచ్చు.

సహనము అనునది నిరంతర మరియు సంపూర్ణ ప్రక్రియ అని ఈ ప్రశ్న అడిగే వ్యక్తి తెలుసుకోవాలి. పది సార్లలో తొమ్మిది సార్లు భరించి ఒక్కసారి భరించకపోయినా కానీ అతడిని సహనమూర్తి అని అనలేము. ఎలా అయితే ఒక వ్యక్తి వారమంతా సిగరెట్లు త్రాగకుండా ఒక్కరోజు మాత్రం త్రాగితే అతడు సిగరెట్లు కాల్చడు అని ఎలా అయితే అనమో ఇది కూడా అటువంటిదే. సహనము చాలా గుహ్యంగా మరియు అనంతంగా ఉండాలి. అప్పుడే ఈ సుగుణం నుండి పూర్తి లాభాన్ని పొందవచ్చు. ఈ ప్రశ్నలను వేసే జ్ఞాని తాను కేవలం నిమిత్తమాత్రుడను అని, సత్ధర్మ స్థాపనలో అతడు సహయోగిగా ఉన్నానని మర్చిపోతున్నాడు. అందుకే అతడు అధర్మ ప్రపంచంలో ఎంతో సహించవలసి వస్తుంది. బుద్ధ మహాత్ముని కథ మనం వినలేదా! కథ ఈ విధంగా సాగుతుంది:

ఒకసారి, ఒక వ్యక్తి బుద్ధుడి వద్దకు వెళ్ళి తిట్టడం మొదలుపెట్టాడు. షుమారు అరగంట వరకూ ఏకధాటిగా అతడు బుద్ధుడ్ని దూషిస్తూనే ఉన్నాడు. చలించని బుద్ధుడు అంతా అయిపోయిన తర్వాత ప్రశాంతంగా ఆ వ్యక్తిని ఇలా అడిగాడు, "నేను చెప్పదలుచుకున్నది ఇప్పుడు చెప్పవచ్చా?" ఆ వ్యక్తి కోపము, ఆవేశపూరిత స్వరంతో బుద్ధుడ్ని చెప్పమన్నాడు. ఒక చిరునవ్వుతో, గంభీరంగా, ప్రశాంతంగా అతడిని బాగుచెయ్యాలన్న శుభ భావనతో బుద్ధుడు ఇలా చెప్పారు, "సోదరా! ఎవరైనా ఒక వస్తువు ఇచ్చినప్పుడు ఎదుటి వ్యక్తి దానిని స్వీకరించకపోతే, ఆ వస్తువు ఎక్కడ ఉంటుంది?" "ఎంత విచిత్ర ప్రశ్న! ఆ వస్తువు ఇచ్చిన వ్యక్తి వద్దే ఉంటుంది కదా!" అప్పుడు బుద్ధుడు ఇలా జవాబిచ్చాడు, "మీరు నాకు ఇంతసేపు ఇచ్చినదానిలో నేను కొద్దిగా కూడా తీసుకోలేదు. మరి అది ఇప్పుడు ఎక్కడ ఉన్నట్లు?" ఆ వ్యక్తి తన తెలివితక్కువ పనికి సిగ్గుపడి బుద్ధుడికి శిష్యుడిగా అయిపొయ్యాడు.

పై సందర్భంలో నిందించే వ్యక్తి ఆవేశంలో ఉన్నప్పుడు బుద్ధుడు తను చెప్పాలనుకున్నది చెప్పాలనుకుంటే ఎదుటి వ్యక్తి మరింత ఆవేశానికి లోనవుతాడే కానీ శాంతించడు.

సారమేమిటంటే, మనం తప్పకుండా మన భావాలను వ్యక్తపరచాలి కానీ సహనంతో, వినయంతో, సరైన సమయము, సందర్భము చూసుకోవాలి. ఒక వ్యక్తి పదే పదే మనల్ని నిందిస్తున్నప్పటికీ మనం అచంచలంగా ఉండాలి. మన సహనానికి ఇది పరీక్ష అని అనుకోవాలి. ఆ పరీక్షను మనం మంచి మార్కులతో పాస్ కావాలి. మనలో ఎంతగా ఈ సుగుణం ఉంటుందో అంతగా మనకు దైవీ పదవి లభిస్తుంది.

సహనాన్ని ఒక సుగుణంగా తప్పకుండా ఒప్పుకుంటాము కానీ ఎదుటివనారి పరుషమైన మాటలను వినే ఓపిక కొన్ని సందర్భాలలో ఉండదు అని కొందరు అంటారు. ఒకట్రెండు సార్లయితే ఫర్వాలేదు, కానీ ప్రతిరోజూ ఇటువంటి గొడవే అయితే తట్టుకోవడం కష్టమవుతుంది అని అంటారు.

సాధువైన నామ్‌దేవాగారి ఉదాహరణ ప్రస్తావించడం ఇక్కడ సందర్భోచితంగా ఉంటుంది. ఈ సాధువు ఒకసారి గంగానదిలో స్నానమాచరించి తిరిగి వస్తుండగా ఒక పఠాను తన నోట్లోని కిళ్ళీని సాధువు మీద ఊస్తాడు.నామ్‌దేవాగారు మళ్ళీ వెళ్ళి స్నానం చేస్తారు. ఇలా చాలాకాలం ప్రతిరోజూ జరిగింది. ఒకరోజు ఈ పఠాను ఆరు సార్లు అదే పని చెయ్యగా అన్నిసార్లు సాధువు వెళ్ళి స్నానం చేసి వచ్చేవారే కానీ పఠాన్‌ను మాత్రం ఒక్క మాట కూడా అనలేదు. చివరకు, పఠాన్‌కు సాధువులోని సహనము, ఓర్పు ఎంతో ఆశ్చర్యం కలిగించాయి. పశ్చాత్తాపం చెందిన పఠాన్ అప్పటి నుండి తన ఈ దుశ్చర్యను చెయ్యడం మానేసి సాధువులోని గొప్పదనాన్ని పొగడసాగాడు. ఇది నామ్‌దేవా గారి విషయము. వీరు కూడా మానవమాత్రులే. దేవతలుగా తయారుచేసే భగవంతుడి నుండి ఉన్నతమైన దైవీ పదవిని పొందాలని అందరికీ ఉంటుంది. అలాంటప్పుడు చెడ్డవి, ఆశించని వాటిని కూడా సహించవలసి ఉంటుంది.

భగవంతుని విశ్వవిద్యాలయంలో తమ జీవితాలను భగవంతుని సేవ కోసమై అర్పించిన సోదరసోదరీల జీవితగాథలను వింటే వారి వ్యక్తిగత అనుభవాలు ఎంతగానో ఆధ్యాత్మిక శక్తితో నిండి ఉంటాయి. వీరందరూ వారి జీవితాలలో ఎన్నో కష్టనష్టాలను ఓర్చుకుని అందులోనుండి రంగుల సీతాకోక చిలుకల్లా బయటకు వచ్చారు. వారి ఈ గత అనుభవం ప్రస్తుతం వారు గడుపుతున్న పవిత్రమైన, ప్రేరణాదాయకమైన, ఉన్నతమైన స్థితిని చూపుతుంది. వారి జ్ఞానము, వారి అనుభవాలు ఎంతో దృఢంగా, సంపూర్ణంగా ఉన్నాయి. ఎంతో క్రూరత్వాన్ని, కష్టాలను ఎదుర్కున్నప్పటికీ వారు ఈ భయానక పరిస్థితులను సహనంతో, భగవంతునిపై వారికున్న అచంచల విశ్వాసంతో ఎదుర్కున్నారు. కనుక, వారు ఎదుటివారిని కూడా ఆధ్యాత్మిక జీవితాల వైపుకు విజయవంతంగా నడిపించగలుగుతున్నారు. భగవంతునితో బుద్ధియోగము శూలంవంటి పరిస్థితిని కూడా చిన్న ముల్లుగా మార్చివేస్తుంది. మానవుడికి అత్యద్భుతమైన వరాన్ని కూడా ప్రసాదిస్తుంది. కనుక, కష్టాలను భరిస్తేనే మనం దైవ సమానులుగా అవుతాము అని సదా గుర్తుంచుకోండి.

33. సహనము మరియు ధైర్యము

చాలావరకు, ఒక పరిస్థితి వచ్చినప్పుడు మనం అనాలోచితంగా వ్యవహరించో లేక త్వరగా పరిష్కారం కావాలన్న ఆత్రంతోనో పరిస్థితిని మరింత విషమంగా చేసుకుంటాం. ఇంట్లో ఒకరికి జ్వరం వస్తే, జ్వరం వచ్చిన వ్యక్తి ఎంతో అసహనంతో, కలవరపడుతూ ఉంటాడు. త్వరగా డాక్టరును తీసుకురమ్మంటాడు. డాక్టరు రావడం కొద్దిగా ఆలస్యం అయితే వెంటనే మరో డాక్టరును తీసుకురమ్మంటాడు. హడావుడిగా ఇలా ముగ్గురు డాక్టర్లు ఒకరి తర్వాత ఒకరు వచ్చి చూసినప్పుడు అతడు గందరగోళంలో పడ్తాడు. మొదటి డాక్టరు ఖచ్చితంగా వస్తాడు అని తెలిసినప్పుడు మిగతా వారినెందుకు పిలిచావు అని తన నౌకరును కేకలేస్తాడు. అతడికి జ్వరం ఒక్క రోజులో తగ్గకపోతే 'ఆ పనికిరాని డాక్టరుని వదిలేస్తాడు'. మరో డాక్టరు దగ్గరకు వెళ్తాడు. అనాలోచితంగా, త్వరగా పరిష్కారాలను ఆశించే నేపథ్యంలో డాక్టర్లను మారుస్తూ, ఎంతో డబ్బును ఖర్చు పెడుతూ, చివరకు గందరగోళంగా తయారవుతుంది అతడి పరిస్థితి.

<u>కంగారు వలన చింత, అసంతృప్తి కలుగుతాయి</u>

ఇదే విధంగా, ఎవరైనా తమ కర్మలకు ప్రతిఫలాన్ని త్వరగా కోరుకుంటే, ఆ ఆత్రంలో అతడు సహనాన్ని కోల్పోతాడు. ప్రతిఫలాన్ని చేరుకునే మార్గంలో ఆటంకాలు ఎదురైతే మరింతగా మనసు బాధపడుతుంది. ఇప్పుడిప్పుడే రచనలు వ్రాయడం మొదలుపెట్టిన ఒక వ్యక్తి ఉదాహరణ తీసుకుందాం. ప్రారంభం కాబట్టి అతడికింకా అనుభవం పూర్తిగా లేదు, కనుక అతని రచనలో అంతటి పటుత్వం కనిపించడం లేదు. వార్తాపత్రిక ఎడిటర్ ఎప్పుడూ ఇతని పేరును వినలేదు. అందుకనే అతడి రచనను ప్రచురించలేదు. ఈ రచయితకు ధైర్యంలేని కారణంగా అతడి ఆశలన్నీ ఆ రచన ప్రచురితమవ్వడం పైనే ఉన్నాయి. ఆలస్యాన్ని, తిరస్కారాన్ని భరించలేని ఆ వ్యక్తి ఇలా అంటాడు, "ఈ ప్రపంచమంతా అంధకారంలో మునిగి ఉంది. నేను వ్రాసిన ఇంతటి అద్భుత రచన ప్రచురణ కాలేదు. నేనిక ఏ రచనలనూ వ్రాయను." ఈ విధంగా సహనాన్ని కోల్పోయి తన ఉన్నతికి తానే అడ్డుకట్ట వేసుకుంటాడు.

ఒక బాలుడు స్కూలునుండి ఇంటికి ఇంకా రాలేదు. స్కూలులో టీచరు పరీక్షలకు కావలసిన ముఖ్యమైన సమాచారాన్ని అందిస్తూ క్లాసును ఎక్కువ సేపు తీసుకున్నారు. కానీ ఇక్కడ ఆ బాలుడి తల్లి కంగారుగా పక్కింటికి వెళ్ళి కన్నీరుమున్నీరుగా విలపిస్తూ తన కొడుకు ఇంకా ఇంటికి రాలేదని బాధపడుతుంది. ఆలస్యము ఆ తల్లికున్న ధైర్యాన్ని ప్రక్కకు నెట్టేసింది. స్కూలుకు వెళ్ళి ఒకసారి విచారిద్దాము అని ఆ తల్లికి తట్టలేదు. ఎంతగా ఆ తల్లి బాధపడుతూ ఉందంటే తన ముఖమంతా ఉబ్బిపోయి కళ్ళు ఎరుపెక్కేస్తాయి.

కష్టాలలో ఉన్న వ్యక్తి ధైర్యాన్ని కోల్పోతాడు. పరిశీలనా శక్తిని, నిర్ణయ శక్తిని కోల్పోతాడు అన్నది స్పష్టమవుతుంది. త్వరగా ఫలితాలను పొందాలన్న కోరికతో తనకు తానే సమస్యలను కొనితెచ్చుకుంటున్నాడు. మానసిక దృఢత్వాన్ని కోల్పోతున్నాడు. పరిస్థితులు మరింత విషమిస్తాయేకానీ చక్కబడవు. ఇప్పటికే పరిష్కారాల నుండి దూరమైపోయిన పరిస్థితి మరింత జటిలమై, భయానకంగా మారుతుంది.

కనుక, మనిషి ప్రశాంతంగా మరియు నిశ్చలంగా ఉండాలి. ఈ ప్రపంచం నిత్యం మారుతూనే ఉంటుంది. ఎప్పటికీ ఒకలా ఉండదు. ఈ రోజు వచ్చిన ఉపద్రవం రేపోమాపో వెళ్ళిపోవలసిందే – ఎందుకంటే ఈ ప్రపంచానికి చెందినదేదీ, ప్రపంచంలో జరిగేదేదీ శాశ్వతం కాదు. అటువంటి సమయాల్లో కావలసిందల్లా అచంచలమైన మనసు. ఈరోజు అతి క్రూరంగా ఉన్న వ్యక్తి రేపు సాధువుగా మారిపోవచ్చు. సారమేమిటంటే, మంచి రోజులు వచ్చే వరకు మనం క్రూరుడ్ని సహించాల్సి రావచ్చు. అప్పటివరకు మన సకారాత్మక ఉత్సాహాన్ని, నమ్మకాన్ని పోగొట్టుకోకుండా, సహనంగా, నిరాశ చెందకుండా సదా చిరునవ్వుతో ఉండాలి.

34. నొప్పిని భరిస్తూ దీర్ఘకాలిక రోగాలను ఎదుర్కోవడం ఎలా?

ఒక ప్రశ్నోత్తరాల కార్యక్రమంలో ఒక వ్యక్తి నన్ను ఈ విధంగా అడిగారు, "మా అమ్మగారికి దీర్ఘకాల వ్యాధి ఉంది. తట్టుకోలేని నొప్పి ఉంటుంది. వారి బాధను చూసి నేను సహించలేను. దీనికి మీరిచ్చే సలహా ఏమిటి?"

అతని పరిస్థితి నాకర్థమయింది. సానుభూతి కలిగి ఉండటం వేరే విషయము కానీ ఇక్కడ వీరికి ఉన్నది మోహము. కానీ వారి తల్లిగారు ఏమి చెయ్యాలో అది నేను ముందుగా చెప్తాను. నేనిలా చెప్పాను, "అనారోగ్యం మంచినే మిగిల్చి వెళ్తుంది ఎందుకంటే దాని కారణంగా మన కర్మల లెక్కాచారాలు తీరిపోతున్నాయి అని గుర్తుంచుకోవాలి. ఇప్పుడు మనం సుగుణాలతో, పవిత్రులుగా అయితే స్వర్గంలో మనం సంపూర్ణ ఆరోగ్యవంతమైన శరీరాన్ని ధరిస్తాము. మనం చేసిన యోగం ఫలితంగా మరియు అందరిపట్ల మనకున్న శుభ భావన కారణంగా మనం ఆనందభరితమైన ప్రపంచంలోకి వెళ్తాము. నొప్పిని భరించకపోతే ఒక సుగుణాన్ని విడిచిపెట్టినట్లే. ఈ ఒక్క లోపము మనల్ని స్వర్గములోకి అనగా నిత్య ఆరోగ్యవంతమైన ప్రపంచంలోకి వెళ్ళనీకుండా ఆపుతుంది. కనుక, ఈ అంతిమ జన్మలోని అంతిమ కాలంలో ఈ నొప్పిని సహించడం వలన మీ తల్లిగారికి మేలే జరుగుతుంది. ఒకవైపు సరైన వైద్య సదుపాయాలను అందిస్తూనే దానితోపాటు మానసికంగా ఓరిమి అలవాటు చేసుకోవాలి. వారి ఆలోచనలను వారి శరీరంవైపుకు, నొప్పి, బాధ వైపుకు కాక మనసు భగవంతుని స్మృతితో నిండినట్లయితే ఎంతో హాయిగా ఉంటుంది."

"నా భగవంతుడు నా ప్రియమైన తండ్రి కూడా. నేను నా లెక్కాచారాలను తీర్చుకుంటున్నాను. భగవంతుడా! మీరు నా కోసం ఒక సంతోషకరమైన ప్రపంచాన్ని తయారుచేస్తున్నారు. ఇప్పటి నుండి నేను సదా సంతోషంగా ఉంటాను. నా శరీరం కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఎంతటి మంచి జీవితాన్ని మీరు నాకు ప్రసాదిస్తున్నారు! చెడు విత్తనాలను నాటిన కారణంగా దానివలన వచ్చిన ముళ్ళు ఇప్పుడు నన్ను బాధిస్తున్నాయి. కర్మలు, వాటి ఫలితాల గురించి ఇప్పుడు నాకు తెలిసింది. వికారాల నుండి నన్ను నేను విముక్తి చేసుకోవడంలో మునిగి ఉన్నాను. భగవంతుడా! నిజానికి నా జీవితం చాలా అమూల్యమైనది. ఎందుకంటే నేను మిమ్మల్ని కలిసాను కదా! ప్రస్తుత ప్రపంచం ఇంతటి దుఃఖము, బాధతో ఉండకపోతే మీ అవతరణ జరిగేది కాదు కదా. మరింకెలా నేను మిమ్మల్ని కలుసుకునేది? బాధ ఉన్నాకానీ, నన్ను నేను అదృష్టవంతురాలిగానే భావిస్తున్నాను ఎందుకంటే నా 84 జన్మల రహస్యాన్ని తెలుసుకునే అవకాశం లభించింది. కాల చక్రం గురించి ఆది నుండి అంతిమం వరకు తెలుసుకున్నాను. మీరిప్పుడు అన్ని బాధలను, దుఃఖాలను, కలతలను, పేదరికాన్ని ఎప్పటికీ నిర్మూలించడానికే వచ్చారు. కనుక, మీ రాక, మా అదృష్టానికి, రాబోవు మంచి రోజులకు గుర్తు. నా ఈ అనారోగ్యం కారణంగా మిమ్మల్ని స్మరించుకునే అవకాశం లభించింది లేకపోతే నేను అనేక విషయాలలో బిజీగా ఉండిపోయేదాన్ని."

ఈ విధంగా భగవంతునితో యోగము చేసినప్పుడు మీ తల్లిగారు వారి అనారోగ్యం గురించి ఆలోచించడం మానేస్తారు. ఆత్మను శరీరం నుండి వేరుగా చూసే అభ్యాసమును చెయ్యమని మీరు మీ తల్లిగారికి చెప్పాలి. ఆధ్యాత్మిక స్థితిలో మనసును నిలుపుకోవడానికే ఇటువంటి పరిస్థితి వచ్చింది అని వారు అర్థం చేసుకోవాలి. ఇటువంటి అనారోగ్య పరిస్థితిలో వారు తమ శరీరం నుండి అతీతంగా ఉండే అభ్యాసం చేసినట్లయితే, అంటే ఒక నిమిత్తమాత్రుడిలా ఉంటూ యోగశక్తితో అనారోగ్యాన్ని జయించగలిగితే మాత్రం సుగుణాలు అను సబ్జెక్టులో మీ తల్లిగారు ఎన్నో మార్కులను సాధించగలరు. కనుక, నిరాశ కలిగించే సమయాలలో కూడా మనిషి తన మానసిక సమతుల్యతను కోల్పోకూడదు. తనలోని ఆధ్యాత్మిక శక్తితో తనకు అడ్డుగా నిలుస్తున్న దానిని తొలగించెయ్యాలి.

ఇటువంటి అన్ని పరిస్థితుల్లోనూ, మనిషి ఈ క్రింది విధంగా ఆలోచించాలి అని శివబాబా సూచిస్తారు, "ఈ ప్రపంచం తుచ్ఛంగా అయిపోయింది. పేదరికం, అవ్యవస్థ, ఉపద్రవాలు ఇలా ఎన్నో ఉన్నాయి. కామం కారణంగా వచ్చిన ఈ దేహము మనకు దేహ అభిమానాన్నే కలిగిస్తుంది. సంపూర్ణ ఆరోగ్యం లేని కారణంగా ఎక్కువ కాలం జీవించలేకపోతుంది." కనుక, ఈ శరీరంపై మోహం అవసరం లేదు. ఈ వికారీ ప్రపంచాన్ని, అందులోని తుచ్ఛమైన సంతోషాలను త్యజించగలగాలి. అప్పుడే అనారోగ్యాన్ని సుగుణాలబాటగా చూసే దృక్పథం ఏర్పడుతుంది. కానీ అనారోగ్యాన్ని అనారోగ్యంలా కాక ఒక పరీక్షగా తీసుకుని స్వయాన్ని ఒక రోగిలా కాక ఒక విద్యార్థిగా, పరీక్షలు వ్రాసేవాడిగా భావించి సహనమూర్తిగా ఉన్న వ్యక్తికే ఇది సాధ్యపడుతుంది. ధైర్యము, ఓర్పు ఉన్నవాడినే సహనమూర్తి అని అనడం జరుగుతుంది. ఆత్మ విశ్వాసము అనారోగ్యాన్ని తగ్గించలేదా?

<u>దేహాభిమానము మరియు మాయతో చేసే అంతిమ పోరు</u>

ఏడవడం వలన ఏమీ సాధించలేము అని అందరూ గుర్తుంచుకోవాలి. అనారోగ్యం కలిగించే నొప్పిని చిరునవ్వు మరియు యోగముతోటే సహించగలము. సాధారణంగా, ఎవరైనా దీర్ఘకాలిక రోగంతో బాధపడుతున్నా, లేక స్వల్ప నొప్పితో బాధపడుతున్నా వారి ధ్యాస పూర్తిగా శరీరంపైకే పోతుంది. ఆ సమయంలో ఎంత ప్రయత్నించినా కానీ భగవంతునితో బుద్ధియోగము కుదరదు. దేహ అభిమానము మనిషికిచ్చే అంతిమపోరుకు పిలుపు ఇదే. ఈ పోరును అతడు యోగము అను ఆయుధంతో పోరాడుతాడు.

ఒక యోద్ధుడిలా, దేహాభిమానాన్ని అతడు ఎదుర్కోవాలి. శివబాబా నిరంతరం తనకు తోడుగా ఉంటూ శక్తిని ప్రసాదిస్తున్నాడు అని గుర్తుంచుకోవాలి. లేక, దివ్య జ్ఞానాన్ని బోధించే సత్సంగాన్ని వినాలి. ఈ విధంగా అతని మనసు భగవంతుని స్మృతిలో నిలిచి ఉండగలదు. శరీరం నుండి వేరుగా అయిన భావన ఉన్న కారణంగా నొప్పి తక్కువగా కనిపిస్తుంది ఎందుకంటే శరీరం తక్కువ భారాన్ని కలిగి మెరుగైన పరిస్థితి ఉంటుంది.

వైద్యులు కూడా అనేక వ్యాధులకు కారణం మనిషి భావాలలో జరిగే అలజడే కారణం అని తేల్చి చెప్తున్నారు. అనేక జబ్బుల పుట్టుక మనిషి మానసిక వ్యాకులతను సూచిస్తున్నాయి. ఈ ప్రకారంగా చూసినా కూడా మనిషి ప్రశాంతంగా ఉంటూ యోగమును అభ్యాసం చెయ్యడమే అన్నిటికన్నా ఉత్తమమైనది అని స్పష్టమవుతుంది. ఇది అతనిలో శక్తిని తిరిగి నింపుతుంది. భగవంతునితో ఒక తండ్రిలా, స్నేహితుడిలా, సహాయకుడిలా చర్చించుకునే వ్యక్తి తన మనసులోని భారాన్ని చాలావరకు తగ్గించుకోగలుగుతాడు.

35. ఔదార్యము

ఔదార్యంగల వ్యక్తియే ఇవ్వగలడు, పిసినారి ఏమీ ఇవ్వలేడు. దాతృత్వంగల వ్యక్తులు ధనాన్ని దానం ఇచ్చినట్లుగా విశాల హృదయం కలిగిన వ్యక్తులు వికారీ ఆలోచనలను, అన్నిటినీ విడిచిపెట్టగలరు. ఒక లోభి తన ధనాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోలేడు, ఇతరులనూ చెయ్యనివ్వడు. అలాగే, ఉదారత లేని వ్యక్తి తన దగ్గర ఉన్నదంతా వ్యర్థంగానే పోనిస్తాడు. నిజానికి దేనినీ సద్వినియోగం చేసుకోలేడు. అతడు దానిని ఇతరుల మేలు కోసంగానీ, ధార్మిక కార్యాలకుగానీ వెచ్చించడు, కనుక, దానిని తన భవిష్య ఉన్నతికి ఉపయోగించుకోలేకపోతాడు. అందుకే త్యాగము అను సుగుణానికి అగ్రగామిగా దాతృత్వము స్థానం సంపాదించుకుంది. ధర్మబద్ధమైనది, అనంతమైనది అయిన త్యాగ గుణాన్ని పొందడానికి వ్యక్తిలో ఔదార్యము ధారాళంగా ఉండాలి. ఔదార్యము ఎక్కువగా, జ్ఞానము మెండుగా కలిగిఉన్న వ్యక్తులు వారి భవిష్యత్తును ఎంతో చక్కగా తీర్చిదిద్దుకోగలరు. ఈ గుణంలోని ప్రత్యేకత ఏమిటంటే ఇది చక్కని భవిష్యత్తును తయారు చేస్తుంది.

ఔదార్యమును కలిగినవారు రకరకాలుగా ఉన్నారు. కొంతమంది వెంటనే ఔదార్యాన్ని చూపిస్తే మరికొందరు ఆ గుణాన్ని అవలంబించడానికి కొంత సమయాన్ని తీసుకుంటారు. సమయాన్ని తీసుకునేవారు ధర్మపరమైన, సుఖప్రదమైన ప్రపంచంలోకి రావడానికి కూడా సమయాన్ని తీసుకుంటారు. మొదటిరకం వారు సత్యయుగపు ఆరంభంలోనే వచ్చి అనంతమైన ఆనందాన్ని చవిచూస్తారు. కొందరు వారి మనసుతో మాట్లాడుకుని, ఇతరులతో చర్చించి ఆ తర్వాత ఇస్తారు. మరికొందరు 'త్వరితదానం చేసేవారికి మహాపుణ్యం లభిస్తుంది' అన్న సిద్ధాంతాన్ని పాటిస్తారు. త్యాగం చెయ్యడానికి అతి ఆలోచనలు, గందరగోళంగా ఉండే ఆలోచనలను వీరు తమ మనసులోకి రానివ్వరు. రెండోరకంవారు శుభభావనలు నిండిన ప్రపంచంలో ఎంతో ఆనందాన్ని పొందుతారు. కొందరు ఈ గుణాన్ని చూపించుకుంటూ డాబుకు పోతారు, కానీ నిజానికి వారి లోపల స్వార్థ భావం ఉంటుంది. ఏదైనా దానం చేసినా కానీ ప్రజల సంక్షేమానికి చెయ్యడానికి ఉండదు. ఇటువంటివారు, ఈ సృష్టి నాటకంలో త్రేతాయుగంలో వస్తారు. వారు దానం చేసిన దానికి తప్పక వారికి ప్రతిఫలం లభిస్తుంది కానీ సత్యయుగంలో ఉన్న అమితమైన, సంపూర్ణ ఆనందం ఉండదు. మరికొంతమంది చర్చల్లోనే సమయంతా గడిపేస్తూ ఉంటారు. ప్రపంచం వినాశం అయ్యేవరకు కూడా వారు ఎప్పుడు దానం చెయ్యాలా అన్న ఆలోచనలోనే ఉంటారు. అటువంటివారికి ప్రతిఫలాన్ని ఇవ్వడానికి భగవంతుడికి కూడా చాలా ఆలోచించాల్సి ఉంటుంది.

ఔదార్యంగా ఉండే విషయంలో మనం ఆలోచించకూడదు. కానీ అసలు విషయం అర్థం కానంతవరకు, సరైన విశ్వాసం లేకుండా ఆ విషయాన్ని తెలుసుకున్నప్పుడుకానీ లేక అర్థం చేయించే వ్యక్తి సక్రమంగా చెప్పనంతవరకు ఆలోచనలు మనసులో వస్తూనే ఉంటాయి. ప్రస్తుత సమయం గురించి, భగవంతుడి గురించి, ఏ కర్మ చేస్తే ఎటువంటి లాభము ఉంటుంది అని కర్మల గతిని గురించి తెలుసుకున్నప్పుడు, దివ్య జ్ఞానంలోని విధులను మరియు సత్యాలను తెలుసుకున్నప్పుడు పరిణామం గురించిన గందరగోళం ఉండదు. అతిగా ఆలోచించడము అనేది నిజానికి అవిశ్వాసానికి, మూఢ నమ్మకానికి గుర్తు.

అన్నిటికీ మించి, మన త్యాగము కేవలం వికారాలను త్యజించడమే కాక సమస్త విశ్వ కళ్యాణం కోసం కనుక ఇటువంటి సత్కర్మ గురించి అతిగా ఆలోచించాల్సిన అవసరమేముంది? సేవయే అత్యుత్తమైన బాధ్యత. ఇతరులకు సహకరించడం అను సుగుణం ద్వారా ఆశీర్వాదాలు పొందగలరు.

36. గుణాలు, మర్యాదలు, ఆచారాలు

మనిషి అవలంబించాల్సిన సుగుణాల పట్టిక నిజానికి చాలా పెద్దది. ఈ పట్టికలో శుభ భావన, ప్రేమ, ఐకమత్యము, విశ్వాసము మొదలైనవి ఉన్నాయి. వీటితో పాటు మనిషి మనస్ఫూర్తిగా పాటించాల్సిన మంచి అలవాట్లు, మంచి మర్యాదలు, ఆచారాలు కూడా ముఖ్యమైనవే. లేకపోతే నివురుగప్పిన నిప్పువలె మనిషి స్వతహాగా పొంది ఉన్న సుగుణాలు, మర్యాదలు దాగి ఉండిపోతాయి. చెడు అలవాట్లు, చెడు పద్ధతులు కలిగిన వ్యక్తి తనకు తాను నష్టపరుచుకోవడమే కాక తనతో ఉన్నవారికి కూడా కీడు కలిగిస్తాడు. గుణ గ్రాహకుడు మంచి మర్యాదలను నేర్చుకోవాలన్న ఆలోచనను ఎప్పుడూ కలిగి ఉంటాడు. గుణాలను తక్కువచూపు చూడడు, వాటిని ఆచరించడంలో ఎంతో జాగ్రత్తను వహిస్తాడు. ఎందుకంటే మర్యాదలు ఏదో ఒక గుణాన్ని ప్రతిబింబిస్తాయి అని అతనికి తెలుసు. గుణాలకు సంబంధించిన కొన్ని మర్యాదల గురించి, వివిధ రకాల ఆచారాల గురించి ఇప్పుడు మనం చూద్దాం.

ఎప్పుడు, ఎలా మాట్లాడాలి?

మాట్లాడే విధానాన్నే ఉదాహరణగా తీసుకుందాం. ఇద్దరు వ్యక్తులు మాట్లాడుకుంటున్నప్పుడు వారి మధ్యలోకి రావడం, లేక వారి మాటలను మధ్యలోనే ఆపివెయ్యడము, ఒక వ్యక్తి తన అభిప్రాయాన్ని చెపుతున్నప్పుడే మధ్యలో ఖండించి తమ అభిప్రాయాన్ని చెప్పడం – ఇవన్నీ సహనం తక్కువగా ఉండటాన్ని, తాను పెద్దవాడిని అని తనకున్న పిచ్చి నమ్మకాన్ని సూచిస్తాయి. ఓర్పు, అణకువలేని వ్యక్తి ఎదుటివారు చెప్పేది వినకుండానే తాననుకున్నది చెప్పడం మొదలు పెట్టేస్తాడు. వినయంలేని వ్యక్తి ఇతరుల అనుమతి కోసం వేచి ఉండకుండానే మాట్లాడేస్తాడు. సభ్యత ఉన్నవ్యక్తి తన అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తపరచడానికి అనుమతి కోరుతాడు. ఇంతటి చిన్న సభ్యత కూడా పాటించని వారు తప్పకుండా అహంభావియే. ఎందుకంటే అతడి దృష్టిలో అతడి భావాలే గొప్పవి, కానీ వాటిని అసందర్భంగా ఎదుటివారి మీదకు విసిరేస్తాడు.

నిబద్ధత లోపము

ఉదాహరణకు, నేనొక సభలో ప్రసంగించాలి అనుకోండి. ప్రతి సభకూ ఆలస్యంగా వెళ్ళడం నాకు అలవాటు అనుకోండి. ఛైర్మన్ వచ్చి ఉన్నారు, కానీ నేను ఆలస్యంగా వెళ్ళాను. అక్కడ నా పద్ధతి ఖచ్చితంగా సరైనది కాదు! ఛైర్మన్ వచ్చి ఉన్నారు, కానీ స్పీకర్ ఇంకా రాలేదు! ఇది అహంకారం కాకపోతే తప్పకుండా బద్ధకము, అజాగ్రత్తే అవుతుంది. ఇది గర్వాన్నే చూపిస్తుంది ఎందుకంటే నాకు ఛైర్మన్ పట్ల గౌరవం లేదు, సభలోని వారి సమయానికీ నేను విలువ ఇవ్వలేదు అని అర్థం. ఇది సోమరితనం కూడా ఎందుకంటే బద్ధకం ఉంది కాబట్టి. మరో విషయమేమిటంటే నేను సమయాన్ని గౌరవించడం లేదు, అది నా సమయం కావచ్చు, ఇతరులది కావచ్చు. ప్రస్తుత సమయం అనగా సంగమ సమయం చాలా విలువైనది, అలాగే మన వర్తమాన జీవితం కూడా ఎంతో అమూల్యమైనది. కానీ దురదృష్టవశాత్తూ మనం ఈ విలువను తెలుసుకుని నడుచుకోము. ఒక్క చెడు అలవాటులో ఉన్న అనేక దుర్గుణాలను ఇక్కడ మీరు చూడవచ్చు. ఒక్క దానిలో ఇలా ఎన్ని సుగుణాలు మరుగున పడిపోయాయో!

ఇతరుల నుండి సహాయాన్ని తీసుకోవడం

మనకు సమయం, శక్తి ఉన్నా కానీ ఇతరుల సహాయం తీసుకోవడం కూడా అహంకారానికి, సోమరితనానికి గుర్తు. మనకున్న గర్వం కారణంగా ఎదుటివారిని మనం తక్కువగా, చిన్నవారిగా చూస్తాము. కనుక, వారు మనకు చెయ్యచ్చులే అని భావిస్తాము. మనకు సేవ చెయ్యడం వారి ధర్మం అని కూడా భావిస్తాం. పని చెయ్యలేక, అతి సోమరితనం వలన, మనకున్న గర్వం కారణంగా ఇది మనం చేసే పని కాదులే అని అనుకుంటాం. ఇటువంటి వ్యక్తులు ఎదుటివారి సేవలను నిరభ్యంతరంగా స్వీకరించి కృతజ్ఞతా భావాన్ని కూడా కలిగి ఉండరు. అతడు కర్మల గుహ్య గతిని మర్చిపోయాడు. ఈ విధమైన కర్మలతో అతడి భారం పెరుగుతూనే ఉంటుంది. తన అనాలోచిత కర్మల ద్వారా ఈ భారం మరింత పెరుగుతూనే ఉంటుంది అని అతడు గుర్తించలేకపోతున్నాడు.

కొన్ని పనులు చెయ్యడాన్ని తిరస్కరించడం

ఒక పని కేవలం అది చిన్నది కాబట్టి చెయ్యను అని అనడం దేహ అభిమానాన్ని సూచిస్తుంది, గర్వాన్ని చూపుతుంది. పనులు చేయించుకోవడం అన్నది తమకున్న సాంప్రదాయ హక్కుగా కూడా కొంతమంది భావిస్తూ ఉంటారు.

ఇతరుల అభిప్రాయాలకు విలువ ఇవ్వకపోవడం

ఇతరుల అభిప్రాయాలకు విలువ ఇవ్వకపోవడం, పట్టించుకోకపోవడం వెనక ఉన్న రహస్యమేమిటంటే ఇతరులు తాము చెప్పేది వినాలి అన్న కోరిక వీరికి ఉంటుంది. ఎదుటివారు చెప్పేది వినకపోవడానికి లేక మధ్యలోనే జవాబు ఇవ్వడానికి కారణం వారు వేరే విషయం గురించి చర్చించదల్చుకున్నారు అని అర్థం. ఇతరుల నుండి గౌరవాన్ని ఆశించడం వలన ఇటువంటి ప్రవర్తన

వస్తుంది. ఈ ప్రక్రియలో ఇతరులను ద్వేషించడం, తమను తాము చూసుకుని గర్వపడటం కూడా జరుగుతూ ఉంటాయి. కానీ సభ్యత తెలిసన వ్యక్తికి ఒకవేళ ఎవరి ఆలోచనలైనా నచ్చకపోతే అతడు వారు చెప్పేదంతా వింటాడు, తర్వాత "మీరు చెప్పేది బాగుంది, కానీ ...." అంటూ చెప్తాడు. ఈ విధంగా వీరు ఇతరులకు గౌరవాన్ని ఇస్తూ తమ భావాన్ని వ్యక్తపరుస్తారు.

మా కృతజ్ఞత భావము

సభ్యత తెలిసిన వ్యక్తికి ఉండే కొన్ని మర్యాదలు, పద్ధతులను గురించి పైన మనం చర్చించుకున్నాం. ఇలా ఎన్నో ఉన్నాయి. కానీ వీటన్నింటికీ మేము శివబాబాకు, బ్రహ్మా బాబాకు కృతజ్ఞులై ఉంటాము. బ్రహ్మాబాబా ద్వారానే దివ్య గుణాలు నిండిన జీవితాన్ని ఆచరించడం ఎలాగో మాకు తెలిసింది. పవిత్రతను చేరుకునే మార్గమును, దివ్య గుణాలను ఆచరించగలిగే శక్తిని పొందే పద్ధతిని శివబాబా తెలియజేస్తారు. గృహస్థంలో ఉంటూ కమల పుష్ప సమానంగా పవిత్ర జీవితాన్ని గడపే విధానాన్ని వారు వివరించారు. మన కోసం బ్రహ్మాబాబా మరియు జగదంబ సరస్వతి ఎన్నో కష్టాలకు ఓర్చుకున్నారు. ఈ ఉన్నతమైన ఆధ్యాత్మిక శిక్షణను వారు ఎంతో చక్కగా, ప్రేమగా అందరికీ బోధించారు – వారి జీవితాలు అందరికీ ప్రత్యక్ష ప్రమాణాలు. జీవితంలో మనం ఎదుర్కోవలసిన కష్టాల గురించి ఎంతో అద్వితీయమైన పరిష్కారాలను తెలియజేసారు. వారి జీవితాలలో ఈ సుగుణాలను మేము చూసాము, మేము కూడా కృషితో వాటిని మా జీవితంలోకి తీసుకురావాలి అని నిశ్చయించుకున్నాము. బ్రహ్మాబాబాను చూసిన తర్వాత ఫరిశ్తా స్థితి లేక అవ్యక్త స్థితి అంటే ఏమిటి అని తెలిసింది? కానీ, అన్నిటికీ మించి, ఇక్కడ మనం గుర్తుంచుకోవలసిన విషయమేమిటంటే మనకు లభిస్తున్న శిక్షణలు, సూచనలు అన్నీ స్వయంగా శివబాబా ఇస్తున్నవే.

అవ్యక్త అవస్థ అంటే ఏమిటి?

ఫరిశ్తా స్థితి లేక అవ్యక్త స్థితి అంటే ఏమిటో తెలుసుకోవాలని ఇప్పుడు మీకు అనిపిస్తుండవచ్చు.

అవ్యక్తము అనగా వ్యక్తము కానిది, భౌతికము కానిది, కంటికి కనిపించనిది. అవ్యక్త అవస్థకు మరో పేరే ఆత్మిక స్థితి, ఎందుకంటే ఆత్మ ఈ స్థూల ఇంద్రియాలకు అతీతమైనది, సూక్ష్మమైనది, స్వయం ప్రకాశం కలిగినది. ఇది భౌతికమైన పదార్థము కాదు, సూక్ష్మమైనది. దానిని ఈ స్థూల నేత్రాలతో చూడలేము. ఈ స్థితిని ఆత్మిక స్థితి అని అనడం జరుగుతుంది ఎందుకంటే అది ఆత్మ అభిమాని స్థితిపై ఆధారపడి ఉంటుంది కనుక. ఈ శరీరంలో ఉంటున్నప్పటికీ ఈ భౌతిక భావాలకు అతీతంగా ఉండాలి, దానినే అతీత స్థితి లేక అవ్యక్త స్థితి లేక ఆత్మిక స్థితి అని అంటారు.

ఆత్మ అభిమానంతో ఇటువంటి స్థితిని ఎలా తయారు చేసుకోవాలో ఇప్పుడు మనం చూద్దాం. భగవంతుని ఆజ్ఞ ప్రకారంగా, ఒక వ్యక్తి స్థితి అతని భావాలపై, అవగాహనపై ఆధారపడి ఉంటాయి. నేను స్వయం ప్రకాశవంతుడను, మెరిసే నక్షత్రమును, భగవంతుడి సంతానమును, వారు కూడా జ్యోతిర్బిందు స్వరూపుడే, వారు బ్రహ్మలోకం నుండి ఈ విశ్వ నాటక రంగంపైకి వస్తారు అన్న అవగాహన ఎవరికైతే ఉంటుందో వారు పుణ్య జీవులు, అదృష్ట సితారలు.

కనుక, ముఖ్యమైన విషయమేమిటంటే నేను ఒక ఆత్మను అని విశ్వసించడం. భగవంతుడు నా తండ్రి, బ్రహ్మలోక నివాసి అని కూడా నమ్మాలి. జ్ఞానం యొక్క సారమంతా ఆత్మిక స్థితిలో స్థితి అయి ఉండటంలోనే ఉంది. మిగతా అన్నింటినీ ప్రక్కన పెట్టేసి విశేషంగా ఆ భగవంతుడిని స్మరించాలి. ఒక వ్యక్తి భవిష్యత్తుకు ఇదే పునాది. అనంతమైన ప్రాప్తిని పొందడానికి కూడా ఇదే ఆధారము. మాయతో జరిగే యుద్ధంలో మనం విజయులుగా బయటకు రావడానికి కూడా ఇదే మూలం. ఈ స్వ స్థితి చాలా మధురమైనది. ఈ స్థితి కోరికలు, లోభము, మానావమానాలకు దూరంగా సంతోషంగా, వికారాలకు దూరంగా ఉంటుంది. ఇటువంటి ఆనందంతో మనసు ద్వారా నాట్యం చేస్తూ ఆత్మ విశ్వాసము, శక్తితో అతడు నిండుగా ఉంటాడు. అంటే అతడు ఫరిశ్తా, విముక్తి పొందిన ఆత్మ యొక్క స్థితిని అనుభవం చేస్తాడు. కనుక, దివ్య గుణాలు అనేవి ఫరిశ్తా స్థితిని తయారు చెయ్యగలవు. ఆ స్థితిని చేరుకోవడానికి అవసరమైన కొన్ని పాయింట్లను క్రింద ఇస్తున్నాము.

ఫరిశ్తా స్థితిని చేరుకోవడానికి కొన్ని ఉపాయాలు

మొదటగా, మనం త్వరలో ఇంటికి తిరిగి వెళ్తున్నాము అని గుర్తుండాలి. మనం అవినాశి ఆత్మలము. ఈ విశ్వ నాటకరంగంపైకి వచ్చాక మనం పాత్రలను అభినయించాము. ఈ విశ్వ నాటకం ఇప్పుడు ముగింపుకు దగ్గరలో ఉంది. ఈ శరీరాన్ని ఇక్కడే వదిలి ఆత్మలమైన మనం ఇంటికి తిరిగి వెళ్ళాలి.

మనం తేలికపాటి ఆహారాన్ని స్వీకరించాలి. ఆ భోజనాన్ని వృథాగా పోనివ్వకూడదు. మళ్ళీ మళ్ళీ తినడం, ఎక్కువగా తినడం వంటివి చేసి సోమరితనాన్ని పెంచుకోకూడదు.

కార్య వ్యవహారాలలోకి అతిగా వెళ్ళకూడదు. అన్ని బాధ్యతలను చూసుకుంటూ కూడా యోగానికి, జ్ఞాన అధ్యయనకు, సేవకు సమయాన్ని కేటాయించాలి. వ్యాపారంలో ఉన్నప్పటికీ మధ్య మధ్యలో కొంత సమయాన్ని ఏకాంతంలో గడుపుతూ ఆత్మిక స్థితిని పెంచుకుంటూ ఉండాలి.

మనం అన్ని కర్తవ్యాలను చెయ్యాలి, ఎటువంటి మోహము ఉండకూడదు. కేవలం ఒక నిమిత్తమాత్రుడిగా కార్యాన్ని చెయ్యాలి. ఎటువంటి అపేక్ష లేకుండా, మీ కార్యాన్ని గుర్తించాలి, మెచ్చుకోవాలి అన్న కోరిక కూడా లేకుండా చేసినప్పుడే ఆ కార్యానికి ప్రతిఫలంగా మీకు వెయ్యిరెట్ల పుణ్యం లభిస్తుంది.

జరిగే పరిస్థితులను ఉన్నది ఉన్నట్లుగా అర్థం చేసుకోవాలి, ఇవన్నీ పూర్వ నిశ్చితమైనవే అని గమనించాలి. గత కల్పంలో కూడా ఇవి ఇలాగే జరిగాయి, వచ్చే కల్పంలో కూడా ఇలాగే జరుగుతాయి అని మర్చిపోకూడదు. కనుక, ఇందులో కొత్త ఏమీ లేదు. ఈ సత్యాన్ని మనసులో పెట్టుకుందాం!

అంతే కాక, మన మానసిక స్థితి మోహము, అహంకారంతో ఉండకూడదు. అంటే, ఒక కమల పుష్పంలా ఉండాలన్నమాట! భగవంతుడు ఇచ్చే జ్ఞానాన్ని చక్కగా అర్థం చేసుకుని, నెమరు వేసుకుంటూ ఏకాంతంలో భగవంతుని స్మరణలో మునిగిపోవాలి. ఈ పద్ధతుల ద్వారా మనం ఫరిశ్తా స్థితిని అనగా అవ్యక్త అవస్థను చేరుకోగలము.

37. పురుషార్థము మరియు మనోవృత్తులు

భగవంతుని స్మృతి అనగా యోగము ఆత్మకు ఆనందాన్ని కలిగించునట్లుగా వికారము లేక మనం చేసే పొరపాటు ఆ ఆనందాన్ని కనుమరుగు చేస్తుంది. కనుక, ఏదైనా వ్యర్థమైన, అనవసరమైన ఆలోచన మీ మనసులోకి వస్తే, ఆ అలజడిని సమాప్తం చేసుకోవడానికి సేవాకేంద్రాలలోని బ్రహ్మాకుమారీ సోదరీల ద్వారా ఆ పరిస్థితిని బాప్‌దాదా (శివబాబా మరియు బ్రహ్మాబాబా) ఎదుట ఉంచాలి. ఈ విధమైన బలహీన మానసిక స్థితిని అతి తక్కువ సమయంలో జయించడానికి, మళ్ళీ అటువంటి పరస్థితి తలెత్తకుండా ఉండటానికి, మీ మనసులోని భారాన్ని తొలగించుకోవడానికి కావలసిన శిక్షణను, సూచనలను తీసుకోవాలి. జరిగిన దానినే తలుచుకుంటే, నేను తప్పు చేసాను, నా పురుషార్థం మంచిగా లేదు అని అనుకోవడం వలన లాభం ఉండదు. ఈ విధంగా ఆలోచించడం ద్వారా మనసులో బాధ తగ్గకపోగా ఆ విషయం గుర్తుకు వస్తున్నంత సేపు మరింత భారం, బాధ పెరుగుతాయి. కనుక, కేవలం పొరపాటు లేక లోపము గురించి మాత్రమే ఆలోచించడాన్ని వదిలి పెట్టండి. సమస్యను పరిష్కరించండి, ముందుకు సాగండి. జరిగిన తప్పును గురించే తల్చుకుంటూ ఉంటే అది మనల్ని సహజత్వం నుంచి దూరంగా తీసుకువెళ్తుంది. లోపమును సరి చేసుకోవాలంటే ఆ లోపము గురించి ఆలోచించడం కాక మన సంపూర్ణ ఉన్నత స్థితిని చూసుకుంటున్నప్పుడు బుద్ధి స్పష్టంగా పని చేసి గందరగోళాలకు లోను కాకుండా, ఎటువంటి వికారీ ఆలోచనలను ఆటంకంగా పొందము. కనుక, ఇటువంటి అనిశ్చయ ఘటనల నుండి స్వయాన్ని రక్షించుకోవాలంటే యోగమనే దీపమును అనగా భగవంతుని స్మరణను దివ్య జ్ఞానము అను నూనెతో ఎప్పుడూ వెలిగించి ఉంచాలి.

మనసులో ద్వేషము, శత్రుత్వ భావాలు ఉత్పన్నమైనప్పుడు సంతోషం తగ్గుతుంది. కానీ ఒక జ్ఞానికి ఇటువంటి ఆలోచనలు వస్తున్నాయంటే అవి అతని పతనానికి గుర్తు. దానగుణం, విశాల హృదయం, ఉదారత, అందరి పట్ల శుభ భావన ఉంచడంలోనే గొప్పదనం ఉంది. ప్రతి ఆత్మ తన తన పాత్రను అభినయిస్తుంది. ఎవ్వరైనా తమ స్వయంకృషితో, గత కర్మల ప్రభావంతో ఉన్నత స్థాయిలకు ఎదగవచ్చు. మీకన్నా గొప్ప వ్యక్తిని మీరు చూసినప్పుడు అతడు చేసిన మంచి కర్మల ఆధారంగా ఈ రోజు అతడు మంచి స్థాయికి చేరుకున్నాడు, నేను కూడా నా వంతు కృషి చేస్తాను. నేను అతనితో నా జీవితాన్ని పోల్చుకోలేను అని భావించాలి. ఇక్కడ, ఈ ప్రపంచంలో ప్రతి ఒక్కరికీ తమ తమ పాత్ర ఉంది. అందరూ ఒకలా ఉండరు. ఇతరులను ద్వేషించుకోవడం, వారిని దుర్భావంతో చూడటంవలన వారి అదృష్టం తగ్గదు, మీది పెరగదు. దీనికి తోడు అసంతృప్తిగా ఉన్న వ్యక్తి తన జీవిత విలువలను కోల్పోయి తన జీవితాన్నే నాశనం చేసుకుంటాడు. అసంతృప్తి ఉంటే అది అతనిలో కనిపిస్తుంది. అతని ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి, యోగము క్షీణిస్తాయి. కనుక, ఎవరైనా ఎదుగుతుంటే వారిని చూసి మనం కూడా కృషి చెయ్యడం, ఓర్పును, మాధుర్యాన్ని తోడుగా పెట్టుకుని అతనితో చక్కగా వ్యవహరించడమే సరైన పని. ఇతరుల ఎదుగుదలను సంతోషంగా స్వీకరించి వారితో మధురంగా వ్యవహరించే మనోవృత్తి ఉన్నప్పుడు ఆ శుభ వృత్తి మనల్ని తప్పకుండా ఉన్నతిలోకి తీసుకువెళ్తుంది. అది కూడా ఎటువంటి బేధాభిప్రాయాలు, బాధ, హీనభావము, తారతమ్యాలకు తావు లేకుండానే ఇదంతా జరుగుతుంది. మనం అసూయను వదలాలి, కానీ వారితో తప్పకుండా ఆరోగ్యవంతమైన పోటీ పెట్టుకోవచ్చు.

అలాగే, తక్కువో ఎక్కువో, కోపం మన మనసులోకి వస్తే, ఆ కోపము ఒక పెద్ద భూతం అని భావించాలి. కోపం వచ్చినప్పుడు అది మనలో ఉన్న జ్ఞానము, సంతోష ఖజానాలను దోచేస్తుంది. అందుకే కోపాన్ని దూరంగా ఉంచాలి. వికారాలకు మనసును దూరంగా ఉంచినప్పుడే సంతోషం నిలుస్తుంది, ఆ సంతోషం ముఖంలో ప్రతిబింబిస్తుంది.

ఈ చెడు అలవాట్లు సంతోషాన్ని హరిస్తాయి. మనిషి జీవితంలో పెను తుఫానువంటి పరిస్థితులు వచ్చి మనసును అలజడిలోకి తీసుకువస్తాయి. నిజానికి, ఈ పరిస్థితులన్నీ మనం కొనితెచ్చుకున్నవే. మనం చేసిన కర్మల ఫలితం వచ్చినప్పుడు దానిని చిరునవ్వుతోనైనా, బాధతోనైనా అనుభవించవలసి ఉంటుంది. కానీ ఒక్క విషయం మాత్రం నిజం – రోదన బాధను మరింత పెంచుతుంది. కనుక, పరిస్థితులను, కష్టాలను, అనుభవాలను మార్చలేనప్పుడు మనం మన మనోవృత్తిని మార్చుకోవడమే ఉత్తమం. సరైన దృక్పథాన్ని అలవర్చుకోవడమనేది ఎప్పటికీ మన చేతుల్లోనే ఉంటుంది.

ఒక రోగంతో బాధపడుతున్న వ్యక్తి ఉదాహరణే తీసుకుందాం. రోగాన్ని చూసుకుని బాధపడుతూ, నిరాశతో విలపించడం ఒక మనోవృత్తి. మరో మనోవృత్తి ఏమిటంటే తన ఈ రోగం తనకున్న మితిమీరిన అలవాట్ల కారణంగానే అని అర్థం చేసుకుని ఆ పరిస్థితిని సహనంతో ఎదురీడటము. లేక గత జన్మల ఫలితం కారణంగా ఈ బాధలు వచ్చి ఉండచ్చు కనుక తన లెక్కాచారాలు తీరిపోతున్నాయి అని భావించడము. రెండవ దృక్పథాన్ని అలవర్చుకోవడం తెలివైన పని, అది మనిషిని సంతోషంగా ఉంచుతుంది.

మరొక ఉదాహరణ తీసుకుందాం. మన స్నేహితుడు, బంధువు లేక తోటివారు చనిపోయారనుకుందాం. ఒక దృష్టికోణం ప్రకారం ఈ మృత్యువు అనుకోని నష్టాన్ని తీసుకువచ్చింది, భరించలేని కొరత ఏర్పరచింది అని మోహంతో విలపించడము. మరో

దృష్టికోణం ప్రకారం ఆత్మ అవినాశి, ప్రస్తుతం ఆత్మ శరీరమనే వస్త్రాన్ని మార్చింది. మనల్ని వదిలి వెళ్ళిపోయిన ఆత్మతో మన ఋణం తీరిపోయింది. ఆ ఆత్మ తన పాత్రను వహించడానికి మరో చోట, క్రొత్త పేరు, ఊరు, శరీరంతో, కొత్త సంబంధీకులతో ఉంటుంది. ఈ ఆత్మ మన మధ్యకు రాక ముందు మరో చోట తన శరీరమనే వస్త్రాన్ని విడిచి ఇక్కడకు వచ్చింది. పాత్ర అనుసారంగా ఆత్మ ఏదో ఒక రోజు వెళ్ళిపోవలసిందే. కర్మక్షేత్రమైన ఈ ప్రపంచంలో ఆ ఆత్మ ఫలానా పేరు, రూపంతో ఉన్న సంబంధమంతా ఇప్పుడిక తీరిపోయింది. జ్ఞానంతో కూడిన ఇటువంటి మనోవృత్తి ఉన్నప్పుడు దుఃఖము అంశమాత్రమైనా ఉండదు. ఒకే పరిస్థితిలో, జ్ఞాని చిరునవ్వుతో ఉంటే అజ్ఞాని బాధగా, నిరాశగా ఉంటాడు. ఎందుకంటే తన రోదన వలన వెళ్ళిపోయిన ఆత్మ తిరిగిరాదు, ఆ ఆత్మకు శాంతి చేకూరదు అని జ్ఞానికి తెలుసు. కనుక, భగవంతుని స్మృతిలో ఉంటూ ప్రశాంతంగా ఉండుటలోనే అందరి మంచి ఉంది – విడిచి వెళ్ళిన ఆత్మకు మరియు మనకు అందులోనే మంచి ఉంది.

38. దివ్యమైన సేవ

మనం ఎంతో ఉదారతతో దివ్యమైన సేవను చెయ్యాలి. ఎందుకంటే దాని ఫలితం అమరమైనది, అనంతమైనది. ఇటువంటి సేవతో చెడు ఆలోచనలను సునాయాసంగా పారద్రోలవచ్చు. దీని ఫలితం సదాకాలం ఉంటుంది. లేకపోతే మనిషి ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు అసహ్యమైన ఆలోచనలు అతడిని చుట్టుముడ్తాయి. సేవ ద్వారా మనం పొందే ఆశీర్వాదాలు మన ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి తోడ్పడుతాయి. ఈ సేవా క్షేత్రం ద్వారానే మనిషిలోని అణకువ, సహనము, సత్యసంధత మొదలగు సుగుణాలు మరింత పటిష్టమవుతాయి. కేవలం సంతోషమే కాక ఆత్మోన్నతి కూడా జరుగుతుంది. కనుక, ఈ ఆత్మిక సేవను ఎడతెగకుండా చెయ్యాలి. ఎందుకంటే సృష్టిచక్రంలో ఒక్కసారి మాత్రమే ఇటువంటి అత్యద్భుతమైన సేవను చేసే అవకాశము వస్తుంది. జ్ఞాన దానము, యోగ శిక్షణను ఇచ్చే ఇటువంటి దివ్యమైన సేవ ద్వారా అంతర్గతంగా ఉన్న కొన్ని అలవాట్లు సక్రమంగా అవుతాయి.

ఎవరైతే సర్వులకు సేవను చేస్తూ ఉంటారో వారు ఎప్పుడూ మోసపోరు. ఎదుటివారి నుండి నిందాస్తుతులు వినాల్సి వచ్చినా కానీ సేవ చెయ్యడం తన బాధ్యతగా భావిస్తారు. ఇతరులలో దివ్యమైన గుణాలను నింపడమే మన బాధ్యత. అంటే, ఈ విధమైన సేవ చేసేవారు ముందుగా తమలో సుగుణాలను నింపుకునే పురుషార్థం చెయ్యాలి. కనుక, సేవ చేస్తే అది ముందుగా స్వయాన్ని పైకెత్తుతుంది. జ్ఞాన సాగరుడు, శాంతి, ఆనందాల సాగరుడు, సర్వజ్ఞుడు, సర్వశక్తిమంతుడు, కళ్యాణకారి అయిన శివబాబా మనకు ప్రజాపిత బ్రహ్మాబాబా ద్వారా ఈ విధంగా తెలియజేస్తున్నారు, "నేను ఇక్కడ విశ్వ సేవకై ఉన్నాను. నేను మీ వినమ్ర సేవకుడను. ఆత్మలకు ముక్తిని ప్రసాదించువాడను. పతితులైన వారిని పావనంగా చేసి తిరిగి ఆత్మల నివాసమైన శాంతిధామానికి తీసుకువెళ్ళమని నన్ను మీరు పిలిచారు." అలాగే ప్రజాపిత బ్రహ్మా కూడా ఇలా అంటారు, "నేను మీ సేవకై ఉన్నాను. నేను బికారి యువరాజును." శివబాబా మరియు బ్రహ్మాబాబాయే ఇంత నమ్రతగా మాట్లాడినప్పుడు మనం కూడా ఎంతో వినయంగా, అణకువగా ఉండాలి.

భగవంతుడు గావించిన నూతన సృష్టి రచనలో మనం కూడా నిమిత్తమాత్రులమని గుర్తుంచుకోవాలి. భగవంతుని వద్ద నిమిత్తంగా ఉన్నవారు ఎంతో వినవలసి వస్తుంది, సహించవలసి వస్తుంది. ఎవ్వరినీ నొప్పించనంతగా అతడు ఎంతో మధురంగా, విధేయతతో వ్యవహరించాలి. తన వ్యవహారం వలన ఎవ్వరూ భగవంతుడి నుండి దూరంగా వెళ్ళిపోకుండా, తన కారణంగా ఎవ్వరూ గాయపడకుండా ఉండే విధంగా ప్రవర్తించాలి. ఇతరులకు మంచి చెయ్యాలి అన్న మంచి కార్యాన్ని సంపూర్ణం చెయ్యాలంటే మనం నిమిత్తమాత్రులము అని, అణకువతో ఉంటూ, అంకిత భావంతో, ఉత్సాహంతో సేవ చెయ్యాలి.

39. యోగికి మిత్రులు మరియు శత్రువులు

తోటివారిని స్నేహితులుగా చేసుకుని శత్రువుల నుండి సురక్షితంగా ఉండాలన్నది మనిషి నైజం. కానీ, ఒక యోగికి మాత్రం మిత్రులు కానీ శత్రువులుకానీ ఉండరు అని అంటారు. ఒక విధంగా చూస్తే ఇది నిజమే. కానీ మరో విధంగా ఆలోచిస్తే యోగికి మిత్రులూ ఉన్నారు, శత్రువులూ ఉన్నారు. ఉన్నతి సాధించే మార్గంలో తనకు తోడ్పడేవాటి గురించి, అలాగే తన గమ్యాన్ని చేరుకోనివ్వకుండా అడ్డుకునే అంశాల గురించి యోగి తెలుసుకుని ఉండాలి.

గీతా జ్ఞాన దాత అయిన భగవంతుడు ఇలా చెప్పారు, "సుగుణాలు ముక్తికి సోపానాలు, పైశాచిక ప్రవృత్తి బంధనాలకు, వినాశనానికి దారి తీస్తాయి." ఆత్మ ఈ శరీరమును వదిలేకంటే ముందే స్వభావ రీత్యా దివ్యంగా అవ్వనంత వరకు ఆ వ్యక్తి అతి పవిత్రమైన దైవీ ప్రపంచంలో తిరిగి జన్మించలేరు. కనుక, 'మరుజీవులు'గా అవ్వాలి అనగా వ్యక్తి తనలోని చెడును సంహరించి దాని స్థానాన్ని దివ్యమైన సుగుణాల స్వభావంతో నింపాలి.

మనసును నిరంతరం మెడిటేషన్‌లో లేక రాజయోగంలో నిమగ్నం చేసినప్పుడు దివ్యమైన గుణాలు స్వతహాగా కనిపిస్తాయి. అదే మనసు సత్కాలక్షేపంలో లేకపోతే ఇందుకు విరుద్ధంగా జరుగుతుంది. ఈ దివ్యమైన గుణాలను ధారణ చేసినప్పుడు ఆ వ్యక్తి ఎంతో త్వరగా, ఉన్నతంగా ఎదిగి 'నిర్వికల్ప సమాధి' అనగా చెడు ఆలోచనలకు చలించని యోగ స్థితిని చేరుకోగలుగుతాడు.

ఎవరైతే, ఒక వ్యక్తి ఆస్తులను దోచుకుంటాడో, అతడి ఆరోగ్యాన్ని పాడుచేస్తాడో, అతడికి మనశ్శాంతి కరువయ్యేలా చేస్తాడో, అతడి జీవితం దుర్భరం చేస్తాడో ఆ వ్యక్తి శత్రువు అవుతాడు. మరోవైపు ఎవరైతే ఇతరులకు సహాయపడుతూ, సంతోషపెడ్తాడో అతడు మిత్రుడు. అదే విధంగా కామం, క్రోధం, లోభం, మోహం, అహంకారం, ఈర్ష్య, ద్వేషం, హింస, కఠిన స్వభావం మొదలైనవి మనిషికి హాని కలిగించే శత్రువులు. ఎందుకంటే అవి మనిషి సంతోషానికి, ఆరోగ్యానికి, ఉన్నత స్థితికి ఆధారమైన యోగాన్ని కలవరపెట్టి, అతడి మనసును కదిలిస్తాయి. సూక్ష్మంగా పరిశీలిస్తే, మనిషికి మెడిటేషన్ కుదరకపోవడానికి కారణం అతనిలోని ఈ వికారాలే. అలాగే ఇందుకు విరుద్ధమైన విషయం కూడా సత్యమే. అంటే సుగుణాలు మనిషికి సహాయపడే స్నేహితులు. అవి ఆత్మకు యోగంలో తోడ్పడుతాయి.

కనుక, ఇక్కడ కొన్ని సుగుణాలను ప్రస్తావించడం ఎంతో సందర్భోచితం. వీటిని ప్రతి ఒక్కరూ తమ స్వభావపరంగా ధారణ చేసి వాటితో ఎనలేని స్నేహాన్ని పెంచుకోవాలి.

బ్రహ్మచర్యము లేక ఇంద్రియ నిగ్రహము

సత్యత్రేతాయుగాలలోని దైవీ ప్రపంచంలో మానవ జన్మ యోగ బలంతో, దివ్యమైన ప్రేమతో జరుగుతుందే కానీ కామ వికారం కారణంగా కాదు. కనుక, సంపూర్ణ నిర్వికారులు, అహింసామూర్తులు, 16 కళా సంపూర్ణులైన పవిత్ర దేవతలు నివసించే దైవీ రాజ్యంలోకి రావాలనుకున్నవారు ఇంద్రియ నిగ్రహాన్ని, పవిత్రతను ఇప్పుడే, ఇక్కడే ధారణ చెయ్యాలి. శ్రీ లక్ష్మీనారాయణులు, శ్రీ సీతారాములలో ఉన్న బ్రహ్మచర్యము, పవిత్రత కారణంగా ఈరోజు వారు పూజ్యనీయులుగా ఉన్నారు. కనుక, ఎవరైతే తమను తాము దైవీ వంశస్థులుగా భావిస్తారో, వారు యోగ్యులైన తమ పూజ్య దేవతల అడుగుజాడలలో నడుస్తారు. శ్రీ లక్ష్మి మరియు శ్రీ నారాయణుల కంబైన్డ్ రూపమైన విష్ణువును పూర్తిగా పాటించేవారే నిజమైన వైష్ణవులు. తమ పంచ కర్మేంద్రియాలపై విజయాన్ని సాధించడానికి నడుం బిగించిన వారే నిజమైన పాండవులు.

ఈ దివ్యమైన ఆచారాన్ని పాటించేవారిని భోగపరాయణులు, వికారాల ప్రియులు అడ్డుకునే అవకాశం ఎంతైనా ఉంది. కానీ అంతర్మథనంలో వికారాలపై జరిగే ఈ పవిత్రమైన పోరును ప్రస్తుత సంగమయుగం ముగిసే లోపలే ముగించాలి అనగా విజయులుగా కావాలి.

ఈ కాలచక్రంలో ఇదే మానవుని అంతిమ సమయము. ప్రపంచ వినాశనం అతి సమీపంలో ఉన్నది. మరణశయ్య మీద ఉన్నవారు భగవంతుడిని స్మరించాలి కానీ కామపు కోరికల గురించి, ఇతరత్ర వికారాల గురించి కాదు అని అందరికీ తెలుసు. ఈ విషయాన్ని ఒప్పుకోనివారిని రాబోవు మహా ప్రళయమే ఒప్పిస్తుంది. కానీ ఎవరైతే కామ వికారాన్ని భగవంతుడికి విధేయుడై వదిలిపెడ్తాడో, ఆ వ్యక్తి తప్పకుండా రాబోవు నూతన కాలచక్రంలో 2500 సంవత్సరాల వరకు ఉన్నతమైన పావనతత్వాన్ని, శాంతి, సమృద్ధిని పొందుతాడు.

ద్వాపరయుగం నుండి మానవుడు కామము మొదలగు వికారాలకు వశమయ్యాడు. ఇప్పుడు ప్రతి ఒక్కరూ తమలోని దివ్యత్వాన్ని మేల్కొల్పుకోవాలి. ఈ అంతిమ జన్మలో నిర్వికారిగా, యోగిగా అయితేనే ఇది సాధ్యమవుతుంది. జన్మ జన్మాంతరాలూ మనిషి వికారాలకు బానిస అయ్యాడు. కానీ ఇప్పుడు పరమపిత అయిన భగవంతుడు అవరించారు కనుక ప్రతి ఒక్కరూ తమ ఈశ్వరీయ జన్మహక్కు అయిన పవిత్రతను స్వీకరించాలి.

గీతా దాత ఏమన్నారంటే కామంతోటే క్రోధం వస్తుంది, క్రోధంవలన బుద్ధిహీనత వస్తుంది. దీని వలన ఆత్మ అభిమాని స్థితి కొరవడుతుంది. ఆత్మిక స్థితి లేనందువలన ఆత్మ శాశ్వతంగా పతనమైపోతుంది. కనుక, ఎవరైతే ఆత్మ ఉన్నతిని ఆశిస్తారో వారు బ్రహ్మచర్యమును పాటించాలి.

<u>అహింస</u>

కృతయుగంలోని దేవతలు మనసా, వాచా కర్మణ సంపూర్ణ అహింసామూర్తులు. వారు ఎప్పుడూ ఇతరుల భావాలను కించపరచలేదు. ఎదుటివారికి ఇబ్బంది, హాని కలిగించలేదు. వారి భాష మధురం. వారి కర్మలు దైవ సమానం. కనుక, దైవీ పదవిని కోరుకునేవారు అన్ని విధాలైన హింసలను విడనాడాల్సి ఉంటుంది.

<u>స్వచ్ఛత – పవిత్రత</u>

దేవతల భక్తులు వారి మందిరాలను ఎంతో స్వచ్ఛంగా ఉంచుతారు అని మనందరికీ తెలిసిందే. దేవతా విగ్రహాలను వారు ఎంతో శుభ్రంగా స్నానం చేయించి అలంకరిస్తారు. మందిరాలకు వెళ్ళేటప్పుడు కూడా వారు ఎంతో పరిశుభ్రంగా వెళ్తారు. సుగంధాన్ని ఇచ్చి మనసు ఆహ్లాదపరిచే ధూపమును వేస్తారు. దేవతలకు అర్పించే భోజనంలో అన్నీ సాత్వికమైన ఆహార పదార్థాలే ఉంటాయి. దేవతలు ఎంతో స్వచ్ఛమైన, పవిత్రమైన జీవితాన్ని జీవించారు అని మనకు అర్థమవుతుంది. జీవన్ముక్తి కోసం భగవంతుడిని స్మరించే వారు అన్ని విధాలుగా స్వచ్ఛతను, పవిత్రతను పాటించాలి.

<u>నిర్మోహత్వము</u>

దేవతలు కమల పుష్ప సమానంగా మోహం లేకుండా జీవించారు అన్నది సర్వ విదితము. కనుక, ఒక యోగి కూడా తన జీవితాన్ని కమల పుష్ప సమానంగా లేక తాబేలు వలె గడపాలి. ద్వేషం, ఈర్ష్య లేక సంపద పట్ల మోహం వంటివి మనసును ఆకర్షించకూడదు. భౌతిక కర్మలలోనే మనిషి మునిగిపోకూడదు.

<u>ప్రవర్తనలో మాధుర్యం</u>

తన చుట్టూ ఉన్నవాళ్ళను ఆత్మలుగా భావించాలి. తను కూడా ఆత్మిక స్థితిలో ఉండాలి. ప్రతి మానవుడిలో ఉన్న అవినాశి ఆత్మను చూస్తూ స్నేహితులను, శత్రువులను ఒకే విధంగా అనగా సమదృష్టిని కలిగి ఉండాలి. ద్వేషము, హింసావృత్తి, పగ సాధించాలి అన్న ఆలోచనలను కూడా మనసులోకి రానివ్వకూడదు.

సాత్వికంగా, అనుకూలంగా, హితకరమైన భాష ఉండాలి. ఎదుటివారు రెచ్చగొట్టినా కానీ మాటలలో ఉత్సాహం, ముఖంలో చిరునవ్వు, మనసులో ప్రశాంతత ఉండాలి ఎందుకంటే ఇదే దేవతల స్వభావం కనుక.

<u>మనసు మరియు ఇంద్రియాలపై నిగ్రహం</u>

దేవతలను, అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలు కలిగిన భక్తులు పూజలు, పునస్కారాలను చేసే సమయంలో వారి మనసును, ఇంద్రియాలను అదుపులో ఉంచుకుంటారు. అటువంటి పూజ్యనీయమైన ఉత్తమ దైవీ జీవితానికి పాటుపడేవారు చెడు వినకూడదు, చెడు మాట్లాడకూడదు, చెడు చూడకూడదు, చెడు చెయ్యకూడదు మరియు చెడు ఆలోచించకూడదు.

<u>సంతృప్తి, దృఢత్వము మరియు ప్రసన్నత</u>

జీవితంలో అనుకోనివి ఎన్ని ఎదురొచ్చినా కానీ సంతృప్తిగా ఉండాలి. “ఇచ్ఛా మాత్రమ్ అవిద్య” అనగా కోరిక అంటే ఏమిటో తెలియని స్థితిలో ఉండాలి. దేవతలు ఎప్పుడూ అడగరు, దబాయించి తీసుకోరు. అంతేకాక, ఈ విశ్వనాటకం పూర్వ నిశ్చితమైనది, నిర్దోషత్వము కలిగినది. ఒక్క భగవంతుడిని ఆధారం చేసుకుని అనుకూలమైన, ప్రతికూలమైన పరిస్థితుల్లో కూడా మానసిక సమతుల్యతను పాటించాలి. దేవతలు ఎప్పుడూ చిరునవ్వుతో ఉంటారు, అలాగే మనం కూడా మనస్ఫూర్తిగా, తృప్తిగా జీవించాలి.

40. అశ్రద్ధను దరి చేరనివ్వకండి

వర్తమాన సమయం సంగమయుగము అనగా కలియుగ అంతిమం మరియు సత్యయుగ ఆరంభాల సంధి సమయం జరుగుతుంది. కలియుగం ఇప్పుడు సత్యయుగానికి దారినిస్తుంది. భగవంతుడు బోధిస్తున్న ఆధ్యాత్మిక చదువును నిజ జీవితంలో ఉపయోగిస్తూ నిర్వికారులుగా అయ్యే కృషిని చేస్తూ జీవితాన్ని దివ్యంగా చేసుకునే పురుషార్థం మనం చేస్తున్నాము. సత్యయుగంలో మాత్రమే మనం సతోప్రధానమైన సుఖాన్ని, దైవీ జీవితాన్ని చవిచూస్తాము. సంపూర్ణ ఫరిశ్తాలుగా అయ్యే పురుషార్థాన్ని ప్రస్తుతం మనం చెయ్యాలి. ఇలా తయారు కావడానికి మనం సుగుణాలకు, సత్య జ్ఞానానికి దర్పణంలా కావాలి. సుగుణాలు రానంతవరకు మనం ఫరిశ్తాలుగా కాలేము, దేవతలవంటి జీవితాన్ని పొందలేము.

జ్ఞానము సుగుణాన్ని తీసుకువస్తుంది

భగవంతుడి జ్ఞానానికి, సుగుణాలకు ఎంతో సంబంధం ఉంది. జ్ఞానము అను బీజము ద్వారా దివ్య గుణాలు వస్తాయి. గుణాలు కనిపించడం లేదు అంటే వారిలో జ్ఞాన బీజము పడలేదు అని, లేదా సక్రమంగా బీజమును నాటలేదు అని లేక నాటిన విత్తుకు సరైన పాలన అంది ఉండదు అని అర్థం చేసుకోవాలి. సద్గుణ ధారణ కోసం జ్ఞానాన్ని చక్కగా అర్థం చేసుకోవాలి. జ్ఞాన బీజం ఎంత లోతుగా, గట్టిగా నాటుకుంటుందో అంతగా గుణాల నిర్మాణము ఉంటుంది. ఏదైనా ఒక గుణం మనలో పూర్తిగా లేదు అంటే జ్ఞానంలోని ఏదో ఒక విషయాన్ని మనం ఆకళింపు చేసుకోలేదనో లేక మన అవగాహన పరిపక్వంగా లేదనో లేక ఆ జ్ఞాన విషయాన్ని కార్యంలో వినియోగించే యోగ్యత మనలో కొరవడిందనో అర్థం. విచక్షణతో జ్ఞానాన్ని పూర్తిగా అర్థం చేసుకోనంత వరకు, మనకు అందే జ్ఞానంపై పూర్తి విశ్వాసం లేనంతవరకు మన పురుషార్థం సంపూర్ణంగా, సక్రమంగా, స్థిరంగా ఉండదు. అందుకే పరిస్థితి వచ్చేవరకు అశ్రద్ధగా ఉండటం జరుగుతుంది.

అశ్రద్ధ, అజాగ్రత్త వద్దు!

ఈరోజుల్లో "కృషి" అన్న పదాన్ని అనేక సందర్భాలలో ఉపయోగించడం జరుగుతుంది. నిజమైన కృషి అంటే గతంలో జరిగిన పొరపాట్లను మళ్ళీ చెయ్యకుండా ఉండగలగడము. కానీ చాలామంది తరచూ పొరపాట్లను చేస్తూ ఉంటారు. అందుకు వారిచ్చే సమాధానం ఏమిటంటే, "మేమూ పురుషార్థీలమే కదా, ప్రయత్నిస్తున్నాం కదా. ఇంకా సంపూర్ణంగా కాలేదు కదా." ఈ విధంగా చెబుతూ వారు అజాగ్రత్తగా, వదులుగా అయిపోతారు. అలా చెప్పుకుంటూ స్వ ఉన్నతికి వారే ఆటంకం వేసుకుంటారు. వినాశనం అయ్యే వరకు కూడా ఇలాగే చెబుతూ ఉంటారు ఎందుకంటే అప్పటికీ వారు వికారాలతో యుద్ధం చేస్తూనే ఉంటారు, కానీ విజయులుగా అవ్వరు. అలా సంపూర్ణ పవిత్రులుగా అనగా నిజమైన బ్రాహ్మణులుగా కాలేరు. వారు కేవలం క్షత్రియులుగానే ఉంటారు (వికారాలతో యుద్ధం చేస్తూ ఉండేవారు). ఈ విధంగా వారు నిజమైన ప్రాప్తి నుండి వంచితమవుతారు. వారిలోని అశ్రద్ధ, అజాగ్రత్త కారణంగానే వారి అదృష్టానికి అడ్డు గీత వేసుకుంటారు. భగవంతుడే స్వయంగా దిగి వచ్చి ఉన్నతమైన జ్ఞానాన్ని బోధిస్తున్నా కానీ ఉత్తమ ఆధ్యాత్మిక స్థితికి చేరుకోలేకపోతారు.

పరీక్షల సమయంలో ఒక విద్యార్థి రాత్రింబగళ్ళు కష్టపడతాడు. తన లోపాలను పూరించుకుని మంచి స్థితిని చేరుకోవాలన్న లక్ష్యంతో కష్టపడతాడు. అదే విధంగా, మన ఆధ్యాత్మిక చదువు సమాప్తం కావస్తుంది, నేర్చుకున్న చదువును జీవితంలో వచ్చే పరీక్షలలో ఉపయోగించడానికి చాలా కొద్ది సమయం మాత్రమే మిగిలి ఉంది. ఒక్క క్షణం కూడా వృథాగా పోనివ్వకుండా మన లోపాలన్నింటినీ తొలగించుకుని సద్గుణమూర్తులుగా కావాలి. చరిత్ర, భూగోళము, గణితము, విజ్ఞానము, రాజనీతి మొదలైన అంశాలను చదివే విద్యార్థులు ఒకవేళ పరీక్షల్లో పాస్ కాకపోతే అదే పరీక్షను మళ్ళీ వచ్చే సంవత్సరంలో వ్రాస్తారు. కానీ ఎంతో పశ్చాత్తాపము, బాధ ఉంటాయి. కానీ ఇక్కడ మన ఆత్మిక చదువులో పాస్ కాకపోతే మనకు రెండవ అవకాశం ఉండదు. కలియుగం సత్యయుగంలోకి పరివర్తన అయ్యే సమయంలో జ్ఞాన సాగరుడైన పరమాత్మ కృతయుగ స్థాపనకై మనల్ని చదివిస్తున్నారు. కనుక, ఈ ప్రపంచ వినాశనంకంటే ముందే సర్వగుణ సంపన్నులుగా కాకపోతే మనం ఉన్న అవకాశాన్ని జారవిడుచుకున్నట్లే. దీని వలన సరి చేయలేని వైఫల్యాన్ని తీసుకువస్తుంది! మరొక తేడా కూడా ఉంది – భౌతిక చదువుల విషయంలో, చదువు మాత్రమే జీవితానికి ఆధారం కాదు. కానీ రాబోవు 21 జన్మల పదవి మాత్రం ఇప్పుడు మనం చదువుకునే ఆధ్యాత్మిక చదువుపైనే ఆధారపడి ఉంటుంది. మన ఆరోగ్యం, ఐశ్వర్యం మరియు సంతోషం ఇప్పుడు చదువుకున్న చదువుపైనే ఆధారపడి ఉంటాయి. ఇంతటి గొప్ప అదృష్టాన్ని పొందటానికి ఎంతటి కృషి అవసరం! మనం చేసే ఈ కృషి వలన మన రాబోవు 21 జన్మలు సుఖసంతోషాలతో ఉంటాయి అన్నప్పుడు ఈ కృషిలో అశ్రద్ధ ఎందుకు!

ఆటంకాల వలన కృషిని బలహీనపడనివ్వదు

ఇద్దరు ప్రేమికులు ఒకరినొకరు అమితంగా ప్రేమించుకుంటున్నారనుకోండి. ఆ ప్రేమ కారణంగా పెద్దవారు పెట్టిన కొన్ని

సాంఘిక కట్టుబాట్లను కూడా లెక్కచెయ్యరు. మనం భగవంతుడిని ప్రేమిస్తున్నాం. అతడు అందరి సంరక్షకుడు. అటువంటప్పుడు లోకులు పెట్టే ఆటంకాలు మన ప్రేమను ఎందుకు తగ్గించాలి? మనం నిరంతరం ఆ పరమాత్మతో జోడింపబడి ఉండాలి. అతనిద్వారా మనకు ఏది కావాలో అది వచ్చేస్తుంది. మనకు జ్ఞానాన్ని ప్రబోధించి అందరికీ ముక్తిని ఇవ్వడానికి వారు ఈ భువిపైకి వచ్చారు. భగవంతుడు నేర్పించే జ్ఞానయోగాలలో మనం అశ్రద్ధ వహించడం సమంజసం కాదు. కోట్లలో కొద్దిమంది మాత్రమే పురుషార్థం చేస్తారు అన్న నానుడి ఉంది. కనుక మన చుట్టూ ఉన్న కోట్లాది సోమరులు ఏమంటారో అని మనం భయపడాల్సిన అవసరం లేదు అని ఇక్కడ స్పష్టమవుతుంది.

ఈ విషయాలన్నిటినీ పరిగణలోకి తీసుకుంటూ అజాగ్రత్త అను మన అలవాటుకు స్వస్తి చెప్పాలి. అలసట, తమోగుణి ఆచారాల పట్ల అర్థంలేని గౌరవం, లోకుల మాటలను తలుచుకుని భయపడటం వంటివాటిని వదిలిపెట్టాలి. కృషి సలపడంలో అలసత్వం పనికిరాదు. ఎంతో మనస్ఫూర్తిగా, ఉల్లాసంగా, మాటిమాటికీ గుర్తు చేయించే అవసరం తెచ్చుకోకుండా కృషిని పెంచాలి ఎందుకంటే అది మన పరమ కర్తవ్యము. అంతేకాక దానివలన మనకు ఎంతో లాభం చేకూరుతుంది.

ప్రతి సద్గుణము ఎంతో అమూల్యమైనది. వాటిని సక్రమంగా ధారణ చేసుకున్నప్పుడు అవి మనకు శాంతిని, ఆనందాన్ని, స్వర్గ రాజ్యాన్ని ప్రసాదిస్తాయి. అవి మనల్ని అంతులేని అదృష్టవంతులుగా చేస్తాయి. ఇది గుర్తున్నప్పుడు మన కృషిలో ఎంతో తీవ్రత స్వతహాగా కనిపిస్తుంది.

41. నైతిక మరియు ఆధ్యాత్మిక విప్లవం

గత రెండు శతాబ్దాలుగా ఈ ప్రపంచంలో ఎన్నో విప్లవాలు జరిగాయి. అందులో ఒకటి – "గ్లోరియస్ రెవల్యూషన్". 1688–89 మధ్య ఇంగ్లాడులో జరిగిన ఈ విప్లవం నిరంకుశత్వానికి బదులుగా సంవిధాన ప్రభుత్వ ఏర్పాటు కోసం జరిగింది. ఈ విప్లవం కారణంగా ఇంగ్లాడ్ రాజు తన రాజకీయ అధికారాన్ని, అద్భుత హక్కులను కోల్పోయాడు. ఈ రాజు ఇప్పటికల్లా ప్రకాశ కిరీటాన్నే కాక బంగారు కిరీటాన్ని కూడా కోల్పోయాడు.

ఈ విప్లవం జరిగినప్పటికీ, ఇంగ్లాడ్‌లో ఇప్పటికీ తీరని సమస్యలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఆ విప్లవం వలన కలిగిన సమస్యలు, ఇబ్బందులు కూడా ఉన్నాయి. ధర్మం నుండి విడిపోయిన రాజకీయానికి ఒక విధంగా లాభం కలిగింది. కానీ పూర్తిగా నీతి, క్రమశిక్షణ నుండి దూరమైపోయింది.

<u>పారిశ్రామిక విప్లవం</u>

పారిశ్రామిక విప్లవం అను మరో విప్లవం జరిగింది. షుమారు 1750–1850 సమయంలో ఇది జరిగింది. దీని కారణంగా ఇంగ్లాండ్ మరియు యూరప్‌లోని ఇతర స్థానాలలో ఆర్థికపరమైన మార్పులు చాలా జరిగాయి. ఆర్క్‌రిట్స్ కనుగొన్న రాట్నం, కార్ట్‌రిట్స్ కనుగొన్న మగ్గము, పొగ పడవలు, రైలు, విద్యుత్తు మొదలైనవి ఇంగ్లాండ్ మరియు యూరప్‌లోని అనేక ప్రాంతాలను పారిశ్రామిక సమాజంగా మార్చివేసాయి. ఇవి మనిషి స్థాయిని పెంచేసాయి, కానీ దానితోపాటు క్రొత్త సమస్యలు కూడా తలెత్తాయి. వీటి కారణంగా వాతావరణ కాలుష్యం, నీటి కాలుష్యం, శబ్ద కాలుష్యం, పరిశ్రమల అనిశ్చితి, అనేక మానసిక, సామాజిక సమస్యలు మొదలయ్యాయి. పారిశ్రామిక దేశాలు అతి భౌతికత వైపుకు తీసుకువెళ్ళాయి. నైతికత పూర్తిగా కనుమరుగైంది.

<u>ఫ్రెంచ్ విప్లవం</u>

మరో ప్రసిద్ధ విప్లవం – ఫ్రెంచ్ విప్లవం. 1789లో జరిగిన ఈ విప్లవం అనేక భారీ ఒడిదుడుకులు, రక్తపాతాలు, భయాలను కలిగించింది. ఈ విప్లవం స్వేచ్ఛ, జనప్రియమైన ప్రభుత్వం, సమానత్వం కోసం జరిగింది అని చెప్తారు. కానీ మానవాళి ఈ విషయాలను ఎంతవరకు అర్థం చేసుకున్నది అని అందరికీ తెలుసు. రాజకీయ ఒత్తిళ్ళు, ధనం, కేసుల పరిష్కారంలో ఆలస్యం, బహుళ శ్రేణుల న్యాయవ్యవస్థ (దీని వలన లాభాలు లేకపోలేదు), న్యాయాన్ని పొందడానికి పెరుగుతున్న ధరలు, రౌడీ మూకలు అధికారాన్ని చలాయిస్తూ ఉండటం – ఇవి, ఇటువంటివి మరెన్నో ఇంకా మనిషిని సమానత్వాన్ని పొందడంలో వంచితం చేస్తూనే ఉన్నాయి.

<u>రాజకీయ మరియు ఆర్థిక విప్లవాలు</u>

ఆర్థిక ఆలోచన ఆధారంగా మరో విప్లవం వచ్చింది. మార్క్స్ మరియు ఏంజెలెస్ అను ఇద్దరు కలిసి ఏర్పాటు చేసిన సిద్ధాంతాలు, విధానాలతో ఇది ప్రారంభమయింది. లెనిన్ మరియు అతని సహచరులు కలిసి వీటికి కార్యరూపాన్ని ఇచ్చారు. దీనిని ఇప్పుడు "ది గ్రేట్ బొల్‌షివెక్ రెవల్యూషన్" లేక "అక్టోబర్ (1917) రెవల్యూషన్" అని అంటారు. దాని లక్ష్యాన్ని ఈ విధంగా చెప్తారు, "ప్రతి ఒక్కరి సామర్థ్యం నుండి ప్రతి ఒక్కరి అవసరాల వరకు". ఈ విప్లవం కొంతవరకు తిండిలేనివారు పడే కష్టాలను తీర్చగలిగింది. కానీ మనిషి తన అంతరాత్మను, ధార్మిక ఆచారాలను పాటించే హక్కును, భావవ్యక్తీకరణ స్వేచ్ఛను కోల్పోయాడు.

<u>విజ్ఞాన విప్లవం</u>

ఇలా మరెన్నో చిన్న, పెద్ద విప్లవాలు జరిగాయి. సాంకేతిక శాస్త్రము, జీవశాస్త్రము మొదలగు రంగాలలో మానవుడు విజయం సాధించినప్పుడల్లా విప్లవాత్మక మార్పు వచ్చింది అని అంటారు. మానవుడు చంద్రుడిపై అడుగు పెట్టడం, జన్యు రహస్యాన్ని ఛేదించడం, లేజర్ కిరణాలను కనుగొనడం ఇతరత్రా ఆవిష్కారాలు మనిషిని నూతన యుగానికి తీసుకువెళ్తున్నాయి అని అంటారు. టెస్ట్ ట్యూబ్ శిశువులు, కంప్యూటర్లు, గుండె మార్పిడి, రసాయన సంశ్లేషణం ద్వారా ఆహార పదార్థాల ఉత్పత్తి, లింగ మార్పిడి వంటివి వచ్చే వరకు ఇవన్నీ ఊహా లోకాలకు, కల్పిత ప్రపంచాలకు మాత్రమే పరిమితం అనుకున్నాం. ఇప్పుడు ఇవన్నీ ఈ ప్రపంచంలో ఒక క్రొత్త విప్లవాన్నే తీసుకువచ్చాయి.

"గ్రీన్ రెవల్యూషన్" గురించి కూడా ఎంతగానో చెప్పుకుంటారు. వ్యవసాయము, పంటను పండించేందుకు ఉపయోగించే ఎరువులు, మట్టిలోని సామర్థ్యాన్ని పెంచడం మొదలైనవి కనుగొనడం జరిగింది. దీని కారణంగా ప్రపంచం అతి త్వరలో వ్యవసాయ ఉత్పాదనలో ఎంతో ముందడుగు వేస్తుందని, ఏ ఒక్కరు కూడా తిండి దొరక్కుండా ఉండరు అని ఆశించారు.

ఇలా ఎన్నో విప్లవాలు జరిగాయి. "మరి ప్రపంచం మానవుడి కోసం మెరుగైనదిగా మారిందా? ఇప్పుడు మానవుడు ప్రశాంతంగా జీవిస్తున్నాడా? ప్రేమ, సఖ్యత, సహకారంవంటి సుగుణాలను అర్థం చేసుకుని మానవుల మధ్య కానీ దేశాల మధ్యగానీ సఖ్యత పెరిగిందా? మీడియా కారణంగా ప్రపంచం చిన్నదిగా అయినాగానీ మనుష్యుల మధ్య దూరం తగ్గిందా? పెద్ద సైన్యాన్ని తయారు చేసుకోవడం, అణ్వస్త్రాల తయారీ నిలిచిపోయిందా? కత్తులు నాగలిగా మారాయా? యుద్ధ రాకాసిని అణచి

వెయ్యడానికి చేసే భారీ ఖర్చు వలన దేశాలు ఆర్థికంగా దెబ్బతినడం లేదా? ఉన్నవారి కారణంగా కోట్లాది లేనివారు అనేక విషయాల నుండి వంచితం కావడంలేదా?"

రాజ్యాధికారాలు, రెడ్ రెవల్యూషన్ కారణంగా ఈ ప్రపంచం ముక్కలు ముక్కలుగా విడిపోయింది, అవి దేశాన్ని రక్తంతో ఎర్రగా చేసాయి అన్న సత్యాన్ని ఎవ్వరూ ఖండించలేరు. పారిశ్రామిక విప్లవం వలన కలిగిన నష్టాలు కూడా చాలానే ఉన్నాయి. మనిషి ఇంచుమించు ఒక యంత్రంలా మారిపొయ్యాడు. యంత్రంలా గడుపుతున్న జీవితంలో ఎటువంటి అందం, ఉత్తేజం, రుచి లేక నిస్సారంగా, కృత్రిమతతో నిండి ఉండి ఆత్మహత్యకు కూడా పాల్పడుతున్నాడు. ఇప్పటికే మానవుడు విషయ వికారాలు అనే సముద్ర మధ్యలో జీవిస్తున్నాడు. నెలల నుండి మూతపెట్టబడి ఉన్న టిన్లలోని, ఫ్రిజ్‌లోని ఆహారాన్ని తీసుకోవడం, తన కుటుంబంలోనే కేవలం పరిచయస్థుడిలాగే ఉంటున్నాడు. ఈ విప్లవాల ద్వారా జరిగిన లాభాలను ఇక్కడ మనం ఖండించడం లేదు. కానీ ఈరోజు ప్రపంచం ఎంతటి బురదలో ఇరుక్కుని ఉంది అని చెప్పడానికి సరైన మాటలే లేవు. లేక కృత్రిమ వాయువు ద్వారా ఈ ప్రపంచానికి ఊపిరి అందుతుంది అని చెప్పవచ్చు.

ఇందుకు కారణం నైతికతను, నీతిని మర్చిపోవడమే.

<u>నైతిక మరియు ఆధ్యాత్మిక విప్లవం</u>

కనుక, ఇప్పుడు ప్రపంచానికి అతిగా కావలసింది 'నైతిక మరియు ఆధ్యాత్మిక విప్లవం". ఈరోజు మనిషి నల్లధనం, నల్ల బజారు, ఆధ్యాత్మిక వెలుగు లేక చీకటిలో బ్రతుకుతున్నాడు. మనష్యులు తమ మనసును చీకటిమయం చేసుకుని, బుద్ధిని మబ్బులతో కప్పేసుకుని, అంధకార విధానాలను ఆచరిస్తున్నాడు. మనిషి తన మార్గాన్ని గమనించుకుంటూ గమ్యాన్ని చూసుకునే ఆధ్యాత్మిక వెలుతురు కావాలి. ఇతర విప్లవాలన్నీ మనిషి భౌతిక పరమైన సుఖసాధనాలను ఇచ్చే విషయంపైనే శ్రద్ధపెట్టి అతడి ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని పూర్తిగా ప్రక్కనబెట్టేసాయి. పర్యవసానంగా, ధైర్యహీనత, నైతిక బలహీనత, నైతిక పతనము చోటుచేసుకున్నాయి. ఈరోజు ప్రపంచం కష్టాల కడలిలో ఉంది.

విజ్ఞానానికి ఆశా కిరణమైన విప్లవం ఇప్పటికే ప్రారంభమయింది అని మేము ఈ పుస్తకం ద్వారా మీకు చెప్పదలిచాము. నైతిక పునర్నిర్మాణాన్ని ఆశించే ప్రతి ఒక్కరూ ఇందుకు నడుం బిగించి ఈ విప్లవానికి శక్తిని, వేగాన్ని అందించాలని మనవి! భారతదేశ కన్యలు, స్త్రీలు, మాతలు, సోదరీలు దీనిని నడిపిస్తున్నారు. నాయకత్వం వహించేది, ఉత్తేజితం చేసేది వీరే. భగవంతుని సూచనలు, ఆజ్ఞల మేర వీరు ఈ గొప్ప కార్యాన్ని చేపట్టారు. ఇప్పటికే ఎంతోమంది ఆత్మిక సోదరసోదరీలు ఇందులో పాల్గొని మానవాళికి తమవంతు సేవను అందిస్తున్నారు.

ఇక్కడ ఒక హెచ్చరిక ఇవ్వవలసి ఉంది. శీలమును, విశ్వాసమును కోల్పోయి ప్రస్తుత ప్రపంచం ఒక పెద్ద విపత్తు వైపుకు పయనిస్తుంది. మనుష్యులు చేసిన చెడు కర్మల కారణంగానే ఇది సంభవిస్తుంది. ఎవరైతే స్వ ఉన్నతిని, విశ్వ పునరుద్ధరణను ఆశిస్తారో వారు సమయాన్ని వ్యర్థంగా పోనివ్వకుండా సఫలం చేసుకుంటారు.

42. ఏమి చెయ్యాలి, ఏమి చెయ్యకూడదు!

ఏమి చెయ్యాలి, ఏమి చెయ్యకూడదు అని ప్రతి ఒక్కరూ తెలుసుకుని ఉండాలి. కుటుంబంపట్ల, దేశంపట్ల, సమాజంపట్ల తనకున్న బాధ్యతను గుర్తించనంతవరకు, తనపట్ల తనకున్న బాధ్యతను కూడా గుర్తించనంత వరకు మనిషి తన జీవితంలో ప్రశాంతతను కోల్పోవడమే కాకుండా దేశం, సమాజం కూడా కలహాన్ని, క్షోభాన్ని ఎదుర్కుంటుంది.

ఈ ప్రశ్న తలెత్తినప్పటి నుండి దీని గురించి భిన్నాభిప్రాయాలు వినిపిస్తూనే ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు, అహింసయే మనిషి యొక్క ప్రథము కర్తవ్యము అని కొందరంటే అన్యాయం, అక్రమాల నుండి స్వయాన్ని రక్షించుకునే సమయం వచ్చినప్పుడు హింస వైపుకు మరలడం తప్పు కాదు ఎందుకంటే ఆ సమయంలో అహింసతో ఉన్నట్లయితే అన్యాయానికి, అక్రమాలకు చేయూతనిచ్చినట్లే అని మరికొందరు అంటారు. అహింసావాదులు ఈ అభిప్రాయాన్ని కొట్టిపారేస్తారు. "ఎదుటి వ్యక్తి తన బాధ్యతను మర్చిపోయి హింసా ప్రవృత్తిని ప్రదర్శిస్తే మనం కూడా అతనిలాగే ఎందుకు చెయ్యాలి" అని అహింసావాదులు అంటారు. సాధారణ పరిస్థితులలో అందరూ అహంసామూర్తులే. హింసను ప్రేరేపించే పరిస్థితులు వచ్చినప్పుడే మనిషిలోని అహింసా ప్రవృత్తికి పరీక్ష జరుగుతుంది. ప్రేమ, శాంతము, తియ్యని మాటలు, సహనము, ఓర్పు వంటి సుగుణాలనే ఒక జ్ఞాని తన శస్త్రాలుగా ఉపయోగిస్తాడు కానీ అసూయ, హింస, ద్వేషము, పగ, విరోధంవంటి దుర్గుణాలను ఉపయోగించదు. గీతలో స్వయంగా భగవంతుడే ఇలా ఆజ్ఞాపించలేదా, "నిజమైన బాధ్యత అంటే ఏమిటి అన్నది పండితులు, విద్వాంసులు, బుద్ధిశాలురు ఎవ్వరూ పూర్తిగా వివరించలేరు – అందుకే కర్మ–అకర్మ–వికర్మల జ్ఞానాన్ని మీరు నా ద్వారానే నేర్చుకుంటారు."

మనిషి బుద్ధి మితమైనది. అది విచక్షణను కోల్పోయి పదే పదే అసత్య జ్ఞానానికి ప్రభావితమవుతూ ఉంటుంది. కనుక, మనిషికున్న బాధ్యతలలో ఏమి చెయ్యాలి– ఏమి చెయ్యకూడదు అన్న విషయంలో జ్ఞాన సాగరుడైన శివ పరమాత్మయే స్వయంగా ఈ సమాజానికి, వ్యక్తికి జ్ఞానాన్ని అందించాలి. అయినప్పటికీ ఈ ఈశ్వరీయ జ్ఞానాన్ని వినడానికి రండి అని మేము ఎవరికైనా ఆహ్వానాన్ని పంపితే వారు ఇచ్చే సమాధానం ఏమిటంటే, "మేము ఇప్పుడు అన్నీ సక్రమంగానే చేస్తున్నాము. మా భార్యాపిల్లల పట్ల మాకున్న బాధ్యతను మేము నిర్వర్తిస్తున్నాము. మా సంపాదన ద్వారా వారికి ఇల్లు, తిండి, బట్ట, విద్య, వైద్యం మొదలైనవి సమకూరుస్తున్నాము. వీలైనంత వరకు మేము ఎవ్వరినీ మోసం చెయ్యము. ప్రపంచ పోకడ ప్రకారంగా కొన్నిసార్లు మేమూ పద్ధతుల నుండి తప్పుకుంటూ ఉంటాము, అయినా అది కూడా తప్పనిసరి అవుతుంది."

<u>నిజంగా మానవుడు ఈ రోజు తన బాధ్యతను నిర్వర్తిస్తున్నాడా?</u>

పైన చెప్పబడిన సమాధానికి భగవంతుడు ఇచ్చే జవాబు ఏమిటో చూద్దాం – మీరు చెప్తున్నది కొంతవరకు సరైనదే, కానీ మీరెప్పుడూ కోపం, మోహానికి వశం కావడం లేదా? మీ భార్యాపిల్లల ముందు ఇతరులను దూషించడం, అపకారం తలపెట్టడం చెయ్యలేదా? కోపము, మోహము అను రెండు మహా వికారాలను వదలాల్సిన అవసరం లేదా? మీ పిల్లలు కూడా వారి భావి జీవితంలో మిమ్మల్ని చూసి అదే విధంగా నడుచుకుని వారి జీవితాన్ని కూడా దయనీయంగా చేసుకోరా?" మీరు వారి ఆర్థిక, సామాజిక అవసరాలను తీరుస్తూ వారిని తృప్తి పరుస్తుండవచ్చు, కానీ వారు ఎదుర్కోబోయే రోగాలు, ప్రమాదాలు, బాధలు, దురదృష్టం నుండి మీరు వారిని ఆపగలరా? అంటే మీరు పూర్తిగా మీ బాధ్యతను నెరవేర్చడం లేదు అని అర్థమవుతుంది. మీ పిల్లలకు అవసరమైన తిండి, గూడు సమకూర్చినంత మాత్రాన మనిషి జీవితం యొక్క ఉన్నత లక్ష్యాన్ని నెరవేర్చినట్లు కాదు. అది తీసుకువచ్చే తృప్తి మితమైనది, అల్పకాలికమైనది. ఒక పిచ్చుక కూడా తన పిల్లలకు తిండిని సమకూరుస్తుంది. ఎంతో శ్రమకోర్చి ప్రేమతో తన పిల్లలకు గూడును కడ్తుంది. తన ముక్కుతో ఒక్కొక్క గింజను తెచ్చి ఎంతో ప్రేమతో పిల్లలకు పెడుతుంది. ఎంతో కష్టపడి తన తర్వాత తన పిల్లలకు ఇచ్చే ఆస్తిగా ఆ గూడును కడ్తుంది. కనుక, పిల్లలను పెంచడం అనేది పశుపక్ష్యాదులు కూడా మనిషివలె చేస్తాయి. సృష్టికర్త అయిన భగవంతుడు మనిషిని అన్ని జీవాలలోకల్లా గొప్పవాడిగా నిలిపాడు. మనిషి ఉనికి తప్పకుండా ఒక ఉన్నత లక్ష్యాన్ని కలిగి ఉండాలి. మనిషి తన బుద్ధితో, ప్రవర్తనతో ఎదగవచ్చు. ఒక ఆదర్శంతో మనిషి తన జీవితాన్ని నడపకపోతే, భగవంతుని జ్ఞానంతో తన బుద్ధిని నింపుకోకపోతే విచక్షణ, తెలివి రెండూ లేని జంతువులకూ అతడికీ ఉన్న తేడా ఏమిటి?

<u>వారు రక్తపాతాన్ని సృష్టించకపోయినా కానీ ఒక మనసును నలిపేసారు</u>

మనుషులంటారు, "మేము ఎవ్వరినీ చంపలేదు, హింస చెయ్యలేదు" అని. తప్పకుండా వారు ఈ పనిని పదునైన కత్తితో చెయ్యరు. కానీ నాలుక విసిరే పదునైన, అమానుషమైన మాటల విషయమేమిటి? ఒరలో నుండి బయటకు వచ్చిన కత్తి యొక్క పదునుకన్నా నాలుక నుండి వచ్చే పదునైన మాటల వల్ల కలిగే గాయం ఏమైనా తక్కువగా ఉంటుందా! నిజానికి, ఒక సున్నిత మనసుపైకి విసిరే కఠినమైన మాటలు బాణాలకన్నా విషపూరితమైనవి, తుపాకీగుళ్ళకన్నా ప్రాణాంతకమైనవి. ఇటువంటి

అమానుషత్వాన్ని తలపెట్టని మనష్యులు అరుదుగా ఉంటారు. కానీ, బ్రహ్మచర్య వ్రతాన్ని పాటించాలనుకున్న భార్య పవిత్రతను భంగం చెయ్యని భర్త ఉన్నాడా? తన ఓర చూపులతో స్త్రీ శరీరంపై దాడి చెయ్యని మగవాడు ఉన్నాడా? తన మనసులోని కామ క్రోధ, మోహ, లోభ, అహంకారాలు అను సైన్యాన్ని ఇతరుల శరీరము మరియు మనసు అను క్షేత్రంపైకి దాడికి పంపనివారున్నారా?

మనుష్యులంటారు, "మేమెప్పుడూ అబద్ధాలు చెప్పలేదు, ఎవ్వరినీ మోసగించలేదు" అని. ఒక వర్తకుడు తను అమ్మే భోజన పదార్థాలలో ఎటువంటి కల్తీ కలవకుండా జాగ్రత్తపడటం సాధ్యమే. అతడి అమ్మకాల గురించిన సక్రమమైన లెక్కాపత్రాన్ని వ్రాయడం కూడా సంభవమే. ఆఫీసులో పని చేసే వ్యక్తి నీతి, నిజాయితిగా పని చేస్తూ తన సెలవు కోసం అనవసరమైన సాకులు చెప్పకపోవడం కూడా సాధ్యమే. కానీ నేను భగవంతుడి సంతానమును అని భావిస్తూ, చెప్పుకుంటూ ఉండే వ్యక్తి ఆ తండ్రినే మర్చిపోవడం లేదా! ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో ఉంటూ స్వయాన్ని ఆత్మ అని మర్చిపోయి శరీరంగా భావిస్తూ భగవంతుడితో ఉన్న తండ్రి-పిల్లల సంబంధాన్ని మర్చిపోవడంకన్నా పెద్ద మోసం మరొకటి ఉంటుందా? ఈ పొరపాటు కారణంగా మనిషి తనకు, సమాజానికి ఎంతో తీరని నష్టాన్ని చేకూర్చాడు. అంతేకాకుండా భగవంతుని అమితమైన ప్రేమ మరియు దివ్యమైన వారసత్వం నుండి వంచితమవుతున్నాడు. ఆత్మ మరియు పరమాత్మల ఉనికిని విశ్వసించే వారున్నారు. కానీ అనుకోవడానికి, నమ్మడానికి ఎంతో తేడా ఉంది. ఇంకా చెప్పాలంటే, తెలుసుకోవడానికి మరియు తన ఆలోచనా విధానాన్ని, ప్రవర్తనను అందుకు అనుగుణంగా మల్చుకోవడానికి ఎంతో తేడా ఉంది. ఈనాడు ఎంతోమందికి ఆత్మ మరియు పరమాత్మల యథార్థ జ్ఞానం తెలియని కారణంగా భగవంతుడిని సర్వవ్యాపి అనగా అతడు కుక్క, నక్క, పాము, చెత్త చెదారం, ఆఖరకు మనిషి- పశువుల విసర్జనలో అన్నింటిలోనూ ఉన్నాడంటున్నారు. సర్వోన్నతమైన గౌరవాన్ని అందుకునే యోగ్యత, విశ్వ కళ్యాణకారి అయిన భగవంతుడు సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్నాడు అనడం నిజానికి అతడిని నిందించడమే అవుతుంది. కనుక, ఎవరైతే నేను ఎవ్వరినీ నిందించను, మోసగించను అని అంటున్నాడో అతడు భగవంతుడిని సర్వవ్యాపి అంటూ అన్నిటికంటే పెద్ద నిందనే చేస్తున్నాడు. కానీ నేను నిందిస్తున్నాను అని కూడా మనిషికి తెలియకపోవడం ఎంతటి విడ్డూరం!

<u>గత జన్మల పాపాలను చెరిపివేసుకునే బాధ్యత</u>

ఒక వ్యక్తి పైన వివరించిన పొరపాట్లను తన జీవితంలో చెయ్యలేదనుకుందాం, కానీ వాటిని తన గత జన్మలలో చేసాడన్నది ఒప్పుకోవలసిన సత్యం. ఎందుకంటే ఈ జన్మలో అతడు అనుభవిస్తున్న బాధ, దుఃఖము కారణం లేకుండా రావు కదా! కనుక, ఈ జన్మలోని పాపాలను, అలాగే జన్మజన్మల నుండి తలపై ఉన్న పాపాల భారాన్ని తుడిచేసుకోవడం మనిషికున్న బాధ్యత. అంతేకాదు, తన భార్యాపిల్లలకు ఈ జ్ఞానాన్ని తెలపడం అతడి పరమ కర్తవ్యం. ఏది బాధ్యత, ఏది బాధ్యత కాదు అని తెలుసుకోవడంకన్నా ముందుగా శరీరానికి భిన్నమైన అవినాశి ఆత్మ అసలు ఉన్నదా, గత జన్మలలో చేసిన మంచి లేక చెడు కర్మల ఫలితాన్ని ఆత్మ తర్వాత జన్మకు తీసుకువస్తుందా అని తెలుసుకోవడం ముఖ్యము. ఈ భౌతిక ప్రపంచంకన్నా 'మరో ప్రపంచం' ఏదైనా ఉందా? ఆత్మలు శరీరాలను ధరించకుండా, ధర్మాధర్మాల కర్మ ఫలితాలను అనుభవించే స్థితి నుండి అతీతంగా ఉండే 'పరంధామం' అనే ప్రపంచం ఏమైనా ఉన్నదా అని తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. భౌతికమైన తండ్రికొడుకు, సోదరుడు-సోదరి, భార్యాభర్త మొదలైన బంధాలే వాస్తవమైనవా లేక వీటికి మించి శాశ్వతమైన సంబంధమేదైనా ఉందా? ఇటువంటి ఆదర్శవంతమైన సంబంధాన్ని అర్థం చేసుకోగలిగినప్పుడే మనిషి తనకు ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో ఉన్న బాధ్యతలను సక్రమంగా నెరవేర్చగలడు. ఈ ప్రశ్నలన్నీ బాధ్యతకు సంబంధించిన అంశంలోకి వస్తాయి. ఎప్పటివరకైతే మానవుడు ఈ ప్రశ్నలకు సమాధానాన్ని తెలుసుకోడో అంటే ఈశ్వరీయ జ్ఞానాన్ని అధ్యయనం చెయ్యడో అప్పటి వరకు అతడు పొరపాట్లు చెయ్యడం నుండి దూరం కాలేడు.

ఈరోజుల్లో కొందరిలా అంటారు, "పేదవారికి తిండి, డబ్బు అందించడం, రోగుల కోసం ఆస్పత్రులను తెరవడం – అంటే సమాజంలోని నిరుపేదలకు, ఆపన్నులకు, పీడితులకు సహాయం చెయ్యడమే మనిషి యొక్క కనీస కర్తవ్యము." కానీ ఇక్కడ మనం అర్థం చేసుకోవాల్సిన విషయం ఒకటి ఉంది. మానవుడు నిరంతరం సహాయాన్ని అందిస్తున్నాకానీ పేదరికం, రోగం, బాధ తగ్గడానికి బదులుగా ఎందుకు పెరుగుతున్నాయి? ఈరోజు పేదవారు, నిరాశ్రయులు కోట్లాదిమంది ఉన్నారు. సహాయాన్ని, సామాజిక భద్రతను ఆశిస్తూ ఆస్పత్రులలో రోగాలతో బాధపడుతున్న వారి సంఖ్య కూడా కోట్లల్లోనే ఉంది. ఆస్పత్రులు పెరుగుతున్నాయి, అలాగే జనాభా కూడా పెరుగుతుంది. దాని కారణంగా ఆకలి, రోగాలు కూడా పెరుగుతున్నాయి. సారంలో చెప్పాలంటే ఈ ప్రపంచం మెరుగుపడే బదులు మరింత దయనీయంగా తయారైంది. పేదవారు, నిరాశ్రయులకు సరైన సహాయం అందకపోగా వారిపై మరింత కర్మల భారం పెరుగుతుంది. జరుగుతున్నంత వరకు ఇటువంటి సమాజ సేవ మంచిదే. ఈనాటి పరిస్థితుల్లో కావలసినది మనిషి యొక్క ఆత్మోన్నతి. ఈశ్వరీయ జ్ఞానంతో మంచి చెడులను అర్థం చేసుకుని కృషి, పట్టుదలను నమ్ముకుని గత జన్మల పాప భారాన్ని తొలగించుకోవడానికి సహాయపడాలి.

ఈ విధంగా మాట్లాడే వారిని మనం చూస్తుంటాం, "మనిషి ఏమీ ఆశించకుండా తన కర్తవ్యాన్ని చేసుకుంటూ వెళ్ళాలి.

దీనినే కర్మయోగము అని అంటారు. ఇదే అతడికి అంత్య సమయంలో ముక్తిని ప్రసాదిస్తుంది." కానీ పైన అడిగిన ప్రశ్న ఇంకా ఉంది – ఈ ప్రపంచానికి కావలసిన సహాయాన్ని అందిస్తూ, నివసించడానికి మరింత మెరుగైన స్థానంగా చెయ్యడానికి ఇంతటి కృషిని చేస్తున్నా కానీ ఎందుకు ఈ ప్రపంచం ఇలా ఉంది? అంటే కర్మ జరుగుతుంది, కానీ సరైన కర్మ అనగా ధర్మపరమైన కర్మ జరగడంలేదు అని మనకు స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది. "ఏమీ ఆశించకుండా కర్మను చెయ్యడం" అన్న మాటలో ఆశించకుండా కర్మను చెయ్యాలన్న ఆశను కనబరుస్తుంది. కర్మక్షేత్రమైన ఈ ప్రపంచంలో కర్మల నుండి తప్పించుకోవడమన్నది అసాధ్యము. చేస్తున్నది సుకర్మ లేక వికర్మ అని మాత్రమే మనం చూసుకోవాలి. ఒక వ్యక్తి ఆఫీసులో పని చేస్తాడు, మరొకరు ఫ్యాక్టరీలో పని చేస్తాడు, మరొక వ్యక్తి ఒక దుకాణంలో అమ్మకాలు సాగిస్తుంటాడు – వారందరూ వారి కర్మలు చేస్తున్నారు, వారి వృత్తి అనుసారంగా ఆ కర్మలను విభజించడం జరిగింది. కానీ ఆ పనులను చేసేవారిని ఏ విధంగానూ కర్మ యోగులు అని అనడానికి వీలులేదు. ఎందుకంటే ఆ కర్మను చేసే సమయంలో వారి మనసు–బుద్ధి యోగము అనగా భగవంతునితో జోడింపబడిలేదు.

ఇప్పటి వరకు చర్చించుకున్న విషయాల సారాన్ని ఈ విధంగా కూర్చవచ్చు –

ఒక వ్యక్తి వీటిని తెలుసుకోవడం తప్పనిసరి – (1) కర్మ–అకర్మ–వికర్మల మధ్య ఉన్న తేడా – అంటే బాధ్యత మరియు అబాధ్యత లేక కర్మ మరియు ధర్మము మధ్య ఉన్న తేడా(2) ఆత్మ–పరమాత్మకు ఉన్న తేడా (3) కర్మక్షేత్రము లేక అనుభవాల పాఠశాల అయిన ఈ భౌతిక ప్రపంచం గురించి తెలుసుకోవడం. మనిషి ఎప్పటి వరకైతే ఈ జ్ఞానాన్ని పొందడో అప్పటి వరకూ అతడి కర్మలలో వాస్తవ పునాది లోపిస్తుంది. బాధ్యత లేక ధర్మము గురించిన ఉన్నత జ్ఞానాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి. అది తెలీనంత వరకు అతడు యోగి కాదు కదా, కర్మయోగి కూడా కాలేదు ఎందుకంటే యోగి అంటేనే ఆత్మకు పరమాత్మతో ఉన్న సంబంధాన్ని సూచిస్తుంది.

రోజంతా ఆఫీసులో పని చేసిన ఒక వ్యక్తి ఇంటికి తిరిగి రాగానే తన భార్యా పిల్లలతో అతడికి ఉన్న భౌతిక బంధాలలోకి తిరిగి వచ్చి తండ్రిగా, భర్తగా వ్యవహరించడం మనం చూడలేదా! మరుసటి రోజు ఆఫీసుకు వెళ్ళినప్పుడు తన పై అధికారి ఎవరు, తన తోటివారు ఎవరు, తన మిత్రులు ఎవరు అని ఆ సహజ స్మృతిలోకి వచ్చేసి తదనుగుణంగా ప్రవర్తిస్తాడు. ప్రతి ఒక్కరితో ఆత్మయే శరీరం ద్వారా వ్యవహరిస్తున్నప్పటికీ ఈ వివిధ బంధాల అవగాహన అతడికి దేహ అభిమానం ద్వారా వస్తుంది. అదే విధంగా, ఎప్పుడైతే వ్యక్తి – తన నిజమైన వాసము 'శాంతిధామము', తాను ఒక పాత్రధారిని, శరీరమనే వస్త్రాన్ని ధరించి విశ్వ నాటకంలో పాత్రను అభినయిస్తున్నాను అని తెలుసుకుంటాడో అప్పుడు ఇతరులతో కూడా ఆత్మిక స్మృతిలో వ్యవహరిస్తాడు. కనుక, ఆత్మిక స్థితిలో ఉన్నప్పుడే ప్రపంచంలో ఇప్పుడున్న కలహాలు, దుఃఖాలు, బాధలు, కష్టాలు అన్నీ పరివర్తన చెంది పవిత్రత, సుఖశాంతులు నిండిన స్వర్గం స్థాపన అవుతుంది.

<u>మంచి చెడులను వేరు చేసే గీత</u>

పైన వివరించిన విధంగా, స్వయంగా భగవంతుడే మంచి చెడులకు మధ్య గీతను గీసారు. యుగాలనుండి వస్తున్న బాధలకు కారణం మానవుడి దేహ అభిమానము. ఇప్పుడు భగవంతుడు మనకు ఒక మంత్రాన్ని ఇచ్చారు – దుఃఖాలకు కారణమైన దేహాన్ని మర్చిపోయి స్వయాన్ని ఆత్మగా భావిస్తూ దాని నిజ గుణాలైన శాంతి, ఆనందము, ప్రేమ, శక్తుల స్మృతితో కర్మలు చెయ్యాలి. ఇదే సర్వ రోగాలను నయం చేసే దివ్య ఔషధము. రోగాలతో ఉన్న ఈ ప్రపంచానికి భగవంతుడు ఇచ్చిన మందు ఇదే. దీనిని ఉపయోగించడం వలన ఈ ప్రపంచమే స్వర్గంగా మారిపోతుంది. ఈ మంత్రాన్ని తమ జీవితాలలో ఉపయోగించిన వేలాదిమంది సోదరసోదరీల అనుభవం ఇది.

అన్ని రకాల పరిష్కారాలను ప్రయత్నించి చూడటం జరిగింది, కానీ ఇంకా సరైన మందు కోసం వెతుకుతూనే ఉన్నారు. స్వయంగా భగవంతుడు ఇచ్చిన ఈ మంత్రాన్ని మన జీవితాలలో ఉపయోగిద్దాం, లాభాన్ని పొందుదాం!

43. స్వ ఉన్నతికి ఉపయోగపడే ఆలోచనలు

స్వ ఉన్నతికి అనేక చక్కని మార్గాలున్నాయి. వాటిని సక్రమంగా ఆచరించినట్లయితే అవి మనకు మంచి అలవాట్లను, మంచి గుణాలను ప్రసాదిస్తాయి. ఈ క్రింద ఇవ్వబడిన విధానాలను ఆచరించడానికి కృషి చెయ్యగలిగితే మనకు మనం మంచి చేసుకున్నట్లే. ఇవి చూడటానికి సాధారణంగా, సహజంగానే కనిపించినా కానీ వీటిని ఆచరించడానికి ఎంతో పురుషార్థం చెయ్యాల్సి ఉంటుంది.

1. నేను భగవంతుడికి చెందినవాడను

పరమాత్మ అయిన భగవంతుడి సంతానమును నేను అని భావించడం మొదటి విధానము. ఈ స్మృతి నిరంతరం మనసులో నిలిచే విధంగా కృషి చేసినట్లయితే మనసు ఎప్పుడూ ఉత్సాహంగా ఉంటుంది. మీరు భగవంతుడికి చెందినవారు, వారికి మాత్రమే మీరు సొంతం అని గుర్తుంచుకోండి. అప్పుడు మీ శరీరాన్ని, మనసును, ధనాన్ని మాయావీ విధానాలలో ఉపయోగించరు. లేకపోతే భగవంతుడి నమ్మకాన్ని మీరు వమ్ము చేసినవారవుతారు. ఈ విధంగా చెయ్యడం వలన సతోప్రధానంగా అయ్యే మార్గంలో అడ్డుగా నిలిచే అశుద్ధ ఆలోచనలను మీరు మీ దరికి రానివ్వరు. సాధారణంగా అయితే గుర్తించడమే కష్టంగా ఉండే మాయను మీరు సునాయాసంగా జయించగలరు.

భారతదేశము మరియు పాకిస్థాన్ సరిహద్దుల్లో ఉండే ఒక సైనికుడిని చూడండి. తన జీవితాన్నే పణంగా పెట్టి శత్రుదాడిని అరికట్టడానికి ఎందుకు అక్కడ ఉన్నాడు? “నేనొక భారతీయుడిని, శత్రువులను రానివ్వకుండా ఆపడమే నా బాధ్యత” అని అతడి నమ్మకము. ఈ నమ్మకము అంటే ఈ స్మృతి అతడిని ప్రేరేపిస్తుంది. అదే విధంగా, ఎవరైనా తాను భగవంతుడికి చెందినవాడను, ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ మాయను రానివ్వను అన్న స్మృతిలో ఉన్నట్లయితే తప్పకుండా పవిత్రత అతడి జీవితంలోకి వస్తుంది. నేను భగవంతుడికి చెందినవాడను, శివబాబా సంతానమును అని రోజంతా కూడా మధ్యమధ్యలో నెమరు వేసుకుంటూ ఉన్నట్లయితే వ్యామోహము, ఆకర్షణ మాయమై అతడి విధానంలో చెప్పుకోదగ్గ మార్పు కనిపిస్తుంది.

2. నేను నా మధురమైన ఇంటికి తిరిగి వెళ్ళాలి

ఆధ్యాత్మిక మార్పును తీసుకురావాలి అని అనుకున్నప్పుడు స్వయాన్ని ఆత్మ అనుకుని, తిరిగి ఆత్మల ఇంటికి వెళ్ళే సమయము ఆసన్నమైంది అని గుర్తుంచుకోవాలి. ఫలానా సమయానికి రైలు ఎక్కాలి అని తెలిసిన వ్యక్తి రైల్వే స్టేషను గురించే ఆలోచిస్తాడు. తన బట్టలు సర్దుకుంటూ కూడా స్టేషన్ గురించే ఆలోచిస్తూ ఉంటాడు. ఆఫీసులో, దుకాణంలో పని చేసేవారు దుకాణాన్ని లేక ఆఫీసును మూసివేయాల్సిన సమయం దగ్గరపడుతున్నప్పుడు ఇక మూసేసి ఇంటికి వెళ్ళాలి అని ఆలోచిస్తాడు. ఇదే విధంగా మనిషి ఈ ప్రపంచపు గడియారాన్ని చూసి కలియుగ అంతిమ సమయాన్ని గుర్తించినట్లయితే తాను తిరిగి ఆత్మల లోకమైన పరంధామానికి వెళ్ళే సమయం వచ్చింది అని అర్థం చేసుకుంటాడు. ఇప్పుడు తిరిగి వెళ్ళాలి అన్న స్మృతి మాత్రమే అతనిలో ఉండాలి.

ఒక నావ (లేక అందులో ప్రయాణించే ప్రయాణికులు) యొక్క లంగరును తీయనంత వరకు అది గమ్యానికి ఎలా చేరుతుంది! లేక నావను త్రాళ్ళతో ఒడ్డుకు కట్టి ఉంచితే ఎలా చేరుతుంది? మనిషి నిస్సందేహంగా ముక్తిని కోరుకుంటాడు కానీ వదిలిపెట్టాలి అన్న సంకల్పం చెయ్యనంతవరకు, ఈ ప్రపంచానికి తనను కట్టిపడేసిన మనసు అనే లంగరును ఎత్తనంతవరకు, కర్మల ప్రభావంతో మరింత బంధింపబడుతున్నప్పుడు అతడు ముక్తి మార్గంలోకి ఎలా రాగలడు? కనుక, నేను తిరిగి వెళ్ళిపోవాలి అని తన మనసులో తయారుగా ఉండాలి. ఈ సంకల్పం మనసులో స్థిరంగా నిలిచినప్పుడు మోహపాశాలు తుడుచుకుపోతాయి.

మొట్టమొదటిసారిగా అంతరిక్షంలో అడుగుపెట్టిన వ్యోమగాముల గురించి అమెరికా వార్తాపత్రికలు ఏమని వ్రాసాయంటే ఇద్దరు వ్యోమగాములు మరో గ్రహంలోకి రాకెట్ ద్వారా అంతరిక్షంలోకి వెళ్ళారు అని. ఈ ఇద్దరు వ్యోమగాములు అంతరిక్షంలో నాలుగు రోజులు, నాలుగు రాత్రుళ్ళు గడిపారు. తిరిగి భూమి మీదకు వచ్చినవారు వారి భావాలను పంచుకున్నారు. అంతరిక్షంలోకి వెళ్ళాము అని, మళ్ళీ తిరిగి భూమి మీదకు వెళ్ళిపోవాలి అని వారికి గుర్తుంది. అక్కడ ఉన్నాకానీ మేము ఇక్కడకు పని మీద వచ్చాము, ఎక్కడ నుండి వచ్చామో అక్కడకు మళ్ళీ తిరిగి వెళ్ళిపోవాలి అని వారి మనసులో ఉంది.

సరిగ్గా ఇదే విధంగా మనిషి తన నిజధామమైన పరంధామాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. కర్మలు చెయ్యడానికి ఈ కర్మక్షేత్రానికి వచ్చాను, తిరిగి వెళ్ళిపోవాలి అని గుర్తుండాలి. పరంధామము మన తండ్రి ఇల్లు, మన ఇల్లు కూడా – ఆ ఇంటిలో శరీరాలు ధరించి లేము – ఇక్కడకు వచ్చి శరీరాలను ధరించాము మళ్ళీ తిరిగి వెళ్ళేటప్పుడు ఈ శరీరాలను విడిచి వెళ్తాము. ఈ శరీరాన్ని మనం ఈ భూమి మీదకు వచ్చిన తర్వాతే ధరించాము అన్నది గుర్తుంచుకోవలసిన విషయము కాదా? ఈ దృష్టికోణాన్ని మర్చిపోకపోతే ఖచ్చితంగా మనలో సర్వాంగీణ పరివర్తన వస్తుంది. మోహ బంధాల నుండి విముక్తులమై జీవితాలను ప్రేమమయంగా, సుగుణాలమయంగా చేసుకుంటాము.

నైతిక విలువలు, మానసిక వృత్తులు మరియు స్థితులు

ప్రజాపిత బ్రహ్మాకుమారీ ఈశ్వరీయ విశ్వవిద్యాలయము

విశ్వకళ్యాణకారి భవనము

డోర్ నెం: 11 - 8 - 1, సుబ్బరామయ్య స్కూల్ దగ్గర, విజయవాడ 520 001, ఫోన్: 0866 : 2564338,

అంతర్జాతీయ ముఖ్యకేంద్రము : ఆబూ పర్వతము, రాజస్థాన్.