సంస్కార - పరివర్తన

మరియు

వ్యవహార - శుద్ధి

సంస్కార పరివర్తన మరియు వ్యవహార శుద్ధి

డిసెంబర్, 2013

ప్రతులు 5,000

టైప్ సెట్టింగ్ :
చినుకు పబ్లికేషన్స్
గాంధీనగర్,
విజయవాడ - 520 003

ప్రింటింగ్ :
స్వామీ ఆఫ్‌సెట్ ప్రింటింగ్
గాంధీనగర్, విజయవాడ - 3

సంస్కార పరివర్తన మరియు వ్యవహార శుద్ధి

సంస్కారాలే మానవుని మానసిక స్థితిని నిర్దేశిస్తాయి. సంస్కారాలే సుకర్మలు, లేక వికర్మలలో మునిగేటట్లు చేస్తాయి. ఈ సంస్కారాలే యోగాభ్యాసంలో సహాయకారిగా అవుతాయి. మరలా ఇవే బాగోలేక పోతే ఆటంకాన్ని కలుగ జేస్తాయి. సంస్కారాలకు లోబడిన మనిషి, వద్దనుకున్నప్పటికి ఏదో ఒక తప్పు పనిచేసి కూర్చుంటాడు. దీనినే పాశ్చాత్య మనో వైజ్ఞానికులు సబ్ కాన్షియస్ మైండ్ అంటే అర్ధచేతనావస్థ అన్నారు. ఇదే మనిషి ఆలోచనలకు, ఆచరణలకు మూలమైన ప్రేరణగా భావించారు.

ప్రజాపిత బ్రహ్మ కుమారి ఈశ్వరీయ విశ్వవిద్యాలయంలో ప్రభోదించబడే శిక్షణ అంతా సంస్కార పరివర్తన కోసమే. మానవులు రాక్షసత్వం నుండి దైవత్వం సాధించగలగాలని శుభాభిలాషతోటి ఈ చిన్ని పుస్తకము జన కళ్యాణం కోసం ముద్రించబడినది.

జగదీష్ చంద్ర

అమృత సూచిక

1. సంస్కారాలలో పరివర్తన 5

2. జీవితంలో పరివర్తన కోసం కొన్ని ఈశ్వరీయ ఉపాయములు 12

3. వికర్మల నుండి రక్షించుకునే ఉపాయము 24

4. అవ్యక్తమైన లేక విదేహిస్థితిలో అవరోధం సోమరితం మరియు నిర్లక్ష్యం 29

5. ఆలోచనా సాగరమథనం మరియు ఆత్మిక సంభాషణ 45

సంస్కారములలో పరివర్తన

"ఈనాటి మానవులు ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేసినప్పటికి జీవితంలో సంతోషం, ఆనందం పెంపొందుటలేదు, సంస్కారాలలో ఏ విశేష పరివర్తన రావటం లేదు, పవిత్రతా దివ్య గుణాల ధారణ కావటం లేదు. మానసిక చాంచల్యము వక్ర ప్రవర్తన తొలగి పోవుట లేదు" అని అంటుంటారు. జీవితము అలౌకికంగా తయారయి ఆత్మిక సుఖ అనుభవం చేసుకోగల సహజమైన ఉపాయములు ఏమయినా ఉన్నాయా? అని కూడా వారు ప్రశ్నిస్తారు.

కర్మలలో శ్రేష్ఠత్వము, స్వభావంలో దివ్యత్వం వచ్చేటటువంటి ఉపాయాలు చాలా వున్నాయి. కనీసం ఈ క్రంద వ్రాయబడిన 4 విషయాలనైనా సరే విశేషంగా స్వీకరించే ప్రయత్నం చేసినట్లయితే కూడా చాలా మేలు జరుగుతుంది. ఇందులో ధ్యాస వహించవలసిన ఒక విషయం ఏమిటంటే మనల్ని మనము పరమపిత పరమాత్మ సంతానముగా భావించాలి. ఎల్లప్పుడు నేను పరమపిత పరమాత్మ సంతానమును అనే నషాలో ఉంటే చాలు.

నేను ఈశ్వరీయ సంతానమును

ఈనాడు కొందరు "నేను ఇద్దరు పిల్లల తండ్రిని అంటే కొందరు నేను పంజాబ్ వాడిని మరికొందరు నేను ఫలానా సొసైటికి ముఖ్యుడను" ఈ విధంగా తమ తమ హెూదాలను పెద్దగా చేసి చెప్పుకుంటారు. మానసిక చంచలత్వం కోసం తమకుతామే వలపన్నుకుంటారు. ఒక చిన్న సాలె పురుగు తన నుండి తీసిన వలలో తనకు తానే చిక్కుకున్నట్లు ఈనాటి మానవుని పరిస్థితి కూడా ఆ విధంగానే వున్నది. తమకు తామే సంకల్పాల వల వ్యాపింపచేసుకొని తామే దానిలో చిక్కుకొంటారు. "నేను పిల్లలు గలవాడిని, నేను గృహస్థుడిని, నేను చాలా పెద్ద మేనేజర్"ని

అనుకుంటారు. పైగా నేను దేనికి పనికిరాను ఎందుకంటే నా జీవితంలో సుఖ శాంతులు లేశం కూడా లేవని ఆలోచిస్తారు. కావున ఇప్పటి నుండి అయినా సరే "నేను ఈశ్వరీయ సంతానమును" అనే స్మృతిలో వుండాలి ఎప్పుడైతే మిమ్మల్ని మీరు భగవంతుని పిల్లలుగా భావిస్తారో అప్పుడు మీ తనువు, మనస్సు, ధనమును కామక్రోధాది వికారాల మాయా పనులలో వినియోగించరు. ఎందుకంటే భగవంతునికి అర్పించిన వస్తువును మాయ కార్యలలో వినియోగించడం అనగా తాకట్టుపెట్టిన వస్తువును వాడుకొనుట వంటిది" అని భావిస్తారు. ఈ ఉపాయంతో చెడు సంకల్పాలను నిరోధించుటకు, పవిత్రంగా తయారగుటకు చాలా సహాయం లభిస్తుంది. శక్తివంతమైన మాయను ఈ అస్త్ర శస్త్రముతో ఒక్కసెకనులో జయించవచ్చు.

హిందుస్థాన్, పాకిస్థాన్ సరిహద్దులో రక్షణార్థం కాపలా కాసే ఒక మిలటరీ సైనికుడు శత్రువును అడ్డగించుటకు తన ప్రాణాలను కూడా పణంగా పెట్టుటకు కారణం ఏమిటి అని మీరు కొంచెం ఆలోచించండి? "నేను భారతదేశం యొక్క సైనికుడను ఈ దేశం లోనికి శత్రువును చొరబడకుండా చేయుటయే నా కర్తవ్యము" అనే నిశ్చయము, జ్ఞాపకమే అతనిని తన కర్తవ్యం కోసం ప్రేరేపిస్తుంది. అదే విధంగా "నేను భగవంతుని సంతానాన్ని మాయా వికారాలను నా మనస్సులోకి చొరబడకుండా చేయుటయే నా కర్తవ్యము" అనే నిశ్చయాన్ని తన జీవితానికి ఆధారంగా తయారు చేసుకునేట్లయితే అతని జీవితంలో కూడా పవిత్రత తప్పకుండా వస్తుంది. కార్య వ్యవహారం చేస్తూ "నేను భగవంతుని వాడిని నేను పరమపిత పరమాత్మ శివబాబా సంతానమును" అనే స్మృతి నిరంతరం ఉన్నట్లయితే మమకారాలు, ఆసక్తులు వుండవు. జీవితంలో గొప్ప పరివర్తన వస్తుంది.

నేను వెళ్ళాలి

జీవితంలో ఆధ్యాత్మిక పరివర్తన తీసుకు వచ్చుటకు "ఇప్పుడైతే నేను వెళ్ళాలి" ఈ భావం కూడా స్మృతిలో వుంచుకోవాలి. ఉదాహరణకు నేను రైలుబండికి వెళ్ళాలి అనే సంకల్పం దృఢంగా వుంటే అతని మనస్సు స్టేషన్‌వైపు మరలుతుంది. అదే విధంగా ఎవరైనా దుకాణంలోగాని, ఆఫీసులోగాని పని చేస్తుండవచ్చు. సాయంత్రం కాగానే గడియారం చూసుకోగానే ఇప్పుడు నేను ఇంటికి వెళ్ళాలి అనే సంకల్పం కలుగుతుంది. అలాగే సృష్టి అనే గడియారంలో చూస్తే ఇప్పుడు కలియుగం యొక్క అంతిమ సమయం వచ్చేసింది. ఇప్పుడు మన ఇంటికి లేక (పరంధామం లేక పరలోకం) తిరిగి వెళ్ళే సమయము కాబట్టి ఇప్పుడు నేను ఇంటికి తిరిగి వెళ్ళాలి అనే ధ్యాస ప్రతిధ్వనించాలి.

నౌక లేక ఓడ యొక్క లంగరు ఎత్తివేయకుండా తాళ్ళతో కట్టివేసి వున్నంత వరకు నావ ప్రయాణం ఎలా చేస్తుంది? గమ్యం ఎలా చేరుకోగలదు? అలాగే మానవ ఆత్మలు కూడా ముక్తికోసం ప్రార్ధిస్తూ వుంటారు. కాని మనిషి మనస్సులో వెళ్ళాలనే సంకల్పం లేకపోతే బుద్ధి అనే లంగరు ప్రపంచం నుండి ఎత్తివేయక పోయినట్లయితే అతని మనస్సు కర్మ బంధనాలనే తాళ్ళతో ఈ ప్రపంచంలో బంధింపబడి వున్నట్లయితే అంత వరకు ముక్తి మార్గంలో ముందుకు ఎలా సాగిపోగలడు? కావున మనస్సులో "నేనైతే పరంధామానికి వెళ్ళవలసిందే" ఈ ధారణ దృఢంగా వుండాలి ఈ స్మృతిలో మనస్సు నిలిచినప్పుడే మమతలు నశిస్తాయి. సన్యాసులు యోగ వాసిష్టం వినిపించి ప్రజలలో వైరాగ్యం కలిగిస్తారు. దానికి బదులు "మేము ఇప్పుడు పరంధామానికి వెళ్ళాలి". ఇదే ధ్వని ప్రతిధ్వనిస్తూ

వున్నట్లయితే మోహం నశిస్తుంది ఆచరణ శ్రేష్ఠమవుతుంది.

మొదటి సారి అంతరిక్ష యాత్రికులు అంతరిక్షానికి పయనించి నపుడు సమాచార పత్రికలలో అమెరికా రాకెట్ ద్వారా ఇద్దరు వ్యక్తులను అంతరిక్షయానంతో పైకి పంపించినది" అని వ్రాసాయి. ఆ యిద్దరు అంతరిక్ష యాత్రికులు నాలుగు రోజుల వరకు పైన అంతరిక్షంలో తిరుగుతూ వున్నారు. తరువాత వాళ్ళు వినిపించిన అనుభవాన్ని బట్టి కూడ ఇది ఋజువు అవుతుంది. వాళ్ళు ఎంతో పైన అంతరిక్షంలో తిరుగుతున్నప్పటికీ "మేము క్రింద భూమి నుండి పైకి అంతరిక్షానికి వచ్చాము. మరల మేము భూమి మీదకు వెళ్ళాల్సిందే" అనే మాట జ్ఞాపకంలో వున్నది. నాలుగు రోజుల కోసం కార్యార్థం వచ్చాము. పనికాగానే తిరిగి వెళ్ళాల్సిందే అని చెప్పారు. ఇదే విధంగా "మనం పరంధామం నుండి ఈ సృష్టియనే కర్మ క్షేత్రానికి వచ్చాము. ఇపుడు మరల తిరిగి పరంధామానికి వెళ్ళాలి" అని భావించాలి. అంతరిక్ష యాత్రికులు దేహంతోటే వెళ్ళారు. తిరిగి దేహంతోటే భూమిమీదకు వచ్చారు. కానీ మనకు జ్ఞానముంది "దేహరహితంగా పరంధామము నుండి వచ్చాము. మరల దేహరహితంగానే తిరిగి వెళ్ళాలి. దేహమనే వస్తువును మనం ఇక్కడే ధారణ చేశాము" ఈ విషయం మనకు జ్ఞాపకముంటే మనిషి జీవితం అతీతంగా ప్రియంగా తయారవుతుంది. అతనిలో పరివర్తన కూడా వస్తుంది.

నేను అతీతంగా,
ప్రియంగా తయారు కావాలి

వాస్తవానికి నేను అతీతంగా కావాలి అనే నిశ్చయం చేసుకున్న నాటినుండే ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థం ప్రారంభమౌతుంది. ఇది మరచిపోయినప్పుడే పురుషార్థం ఆగిపోతుంది. ఈనాటి మానవుని జీవితం ఎలాగు సంతృప్తిగా లేనే లేదు. కావున తప్పకుండా అతడు తన జీవితమును అతీతంగా తయారు చేసుకునే పరివర్తన చేయుట అవసరం. "కమల పుష్ప సమానంగా జీవితం అతీతంగా తయారు చేసుకోవాలి" అనే సూక్తి వుంది. అనగా కమలము నీళ్ళలో వుంటూ కూడా నీటికి అతీతంగా వున్నట్లు మనం కూడా ప్రపంచంలో వుంటూనే ప్రపంచానికి అతీతంగా అయి వుండాలి.

"జ్ఞాని జీవితము(న్యారా ప్యారా) అతీతమైనది. ప్రియ మయినది అని ఒక పురాతన సామెత వున్నది దీనికి అర్థం జ్ఞాని సభ్యతగా గౌరవంగా లేస్తూ కూర్చుంటూ, మాట్లాడుతూ, నడుస్తూ వుంటాడు". అతని కర్మలలో నీచత్వం ఉండదు. గంభీరంగా ఉంటాడు. అని సాధారణంగా భావిస్తారు. కాని చూడబోతే సభ్యత మరియు మర్యాద చాలా మంది నాస్తికులలో కూడా వుంటుంది. అప్పుడు జ్ఞానిలో ఏ నిగూఢత్వం వున్నది? అనే ప్రశ్న వస్తుంది.

ఈ విషయం గురించి ధ్యాస వహించవలసిన విషయం ఏమిటంటే జ్ఞాని ఇతరుల వలే కూర్చుంటాడు కాని అతను భూమి మీద కూర్చున్నప్పటికి బుద్ధి ద్వారా పరంధామంలో కూర్చుంటాడు. అతని మనస్సు ఈ ప్రాపంచిక విషయాది వ్యక్తులపై వుండకుండా ప్రియతముడైన భగవంతుని వద్దకు వెళ్ళి కూర్చుంటుంది. కాని అజ్ఞానులు ఒక దగ్గర కూర్చుని మనస్సుతో ప్రపంచంలో అనేక

వ్యక్తుల వైపుకు పరుగులు తీస్తుంటారు. అలాగే జ్ఞాని కూడా ఈ కన్నులతో శరీరమునే చూస్తాడు కాని దానితో పాటు బుద్ధి అనే నేత్రంతో లేక జ్ఞాన చక్షువుతో ఆత్మని కూడా చూస్తాడు. అతని స్మృతిలో “నా మాటలు వాళ్ళు వింటున్నారు లేక నన్ను చూస్తున్నారు” కానీ వాళ్ళు కూడా వాస్తవానికి ఆత్మలే నేను కూడా ఆత్మనే ఈ శరీరమనే రథంలో కూర్చుని పనిచేయిస్తూ వున్నాను. అనే స్మృతి వుంటుంది. ఈ విధంగా అతడు చూడటం కూడా ప్రాపంచిక వ్యక్తులకు అతీతంగా వుంటుంది. ఆత్మిక స్థితిలో వుంటూనే మాట్లాడుతాడు చూస్తాడు, వింటాడు. అందువల్ల అతని, దృష్టి, స్మృతి, స్థితి ప్రపంచానికి అతీతంగా వుంటుంది. ఈ విషయం చూడటానికి చాలా సాధారణంగా అనిపించినా ఈ ధారణతో జీవితంలో చాలా తేడా వస్తుంది. భోగి జీవితం నుండి యోగి జీవితంగా తయారవుతుంది.

నేను కర్మ యోగిగా కావాలి

పైన చెప్పబడిన ఉపాయాలే కాకుండా నడుస్తూ తిరుగుతూ "నేను కర్మయోగిని" అనే జ్ఞాపకం వుంటే దీని వలన కూడా జీవితంలో పవిత్రత వస్తుంది. ఈనాటి మానవుడు నేను అయితే గృహస్థుడను అంటాడు. ప్రతిరోజూ హారతి ఇస్తూ "మేము మూర్ఖులము, పాపులము, కాముకులము" అంటుంటారు. ఇప్పుడు తమ గురించి ఇలాంటి మాటలు అంటూ, ఆలోచించుటకు బదులుగా "నేను కర్మయోగిని" అనే నిశ్చయంతో వుండాలి. అజ్ఞాని మానవులు తమను వికారిగా భావిస్తూ మాటి మాటికి వికారాలలో మునిగి పోతూ వుంటారు. పనులను చేస్తున్నప్పుడు కూడా విషయ వికారాలు జ్ఞాపకం వుంటాయి. కాబట్టి నేను కర్మయోగిని నేను కర్మలు చేస్తూ కూడా పరమాత్మతో యోగం చేయాలి అనే నిశ్చయం పెట్టుకున్నట్లయితే అతని జీవితం యోగ యుక్తముగా కాగలదు. తనను తాను గృహస్థనిగా (వికారి గృహస్థునిగా) అనుకొనుటకు బదులుగా "నేను గృహస్థ ఆశ్రమంలో అనగా గృహమనే ఆశ్రమంలో వుంటున్నాను" అనే మాట జ్ఞాపకం పెట్టుకున్నప్పుడు అతని మానసిక చాంచల్యం నశిస్తుంది. ఈ విధంగా సహజమైన ఉపాయంతో మనిషి జీవితంలో సంస్కార పరివర్తన కలుగుతుంది. అతనికి అలౌకిక సుఖశాంతులు ఈశ్వరీయ అనుభవము సహజంగానే కలుగుతుంది.

జీవన పరివర్తన కోసం కొన్ని ఈశ్వరీయ ఉపాయములు

కొంతమంది ఈశ్వరీయ జ్ఞానం, సహజ రాజయోగ శిక్షణ పొందిన తరువాత "మాకు మా జీవితంలో చాలా పరివర్తన అనిపించింది" కానీ ఇపుడు ఉన్నతి వేగం మందగించినట్లు అనిపిస్తుంది అంటారు. "మేము పొందాల్సిన అవ్యక్తస్థితి చిత్రం మా ఎదురుగా స్పష్టంగా వుంది. కాని దానిని చేరుకొనే వేగంలో సంతోషించాల్సినంత తీవ్రస్థాయికి రాలేదు" అని అంటారు. "ఇపుడు వేగం పుంజుకొనాలంటే ఏ సాధనలు అవలంభించాలి" అనే విషయం తెలుసుకొనాలను కొంటారు.

జాగ్రత్తగా పరిశీలించినట్లయితే వేగం మందగించుటకు ముఖ్యంగా ఐదు కారణాలు అని తెలుస్తుంది. ఆ కారణాలను నివారణ చేసే ప్రయత్నం మనం చేసినట్లయితే ఆత్మోన్నది పరాకాష్ఠకు చేరుతుంది. మనందరి ధ్యాస యధోచితంగా మరలుటకు ఐదు విషయాల గురించి వర్ణన చేస్తున్నాము.

1 చర్యలు

మనిషి స్థితికి ఆధారమంతా అతని చర్యలు. చర్యలలో దినచర్య కూడా వుంది. సంధ్యా చర్య, రాత్రి చర్యకూడా కలిసి వుంది. మనం నిద్రించి కనులు తెరిచి సంకల్పం చేసింది మొదలుకొని దినచర్య ప్రారంభమవుతుంది. రాత్రి సుషుప్తావస్థ వరకు ఏ సంకల్ప వికల్పాలు, కర్మలు చేస్తారో అవన్నీ చర్యలుగా లెక్కించబడతాయి. అతడు కలగన్నది కూడ ఒక విధంగా చర్యయే. అర్ధచేతనావస్థలోని విస్తారమని

(Extension) గ్రహించాలి. మనచర్యలు నియమితంగా, సంతులితంగా, ఆజ్ఞానుగుణంగా లేకపోవుట వలన కూడా ఆధ్యాత్మిక పురుషార్థం సడలుతుంది. కావున అన్నిటికంటె ముందు మన చర్యల పైన ధ్యాస పెట్టాలి. ఇక్కడ మేము చర్యయొక్క కొన్ని అత్యావశ్యక విషయాలను గురించి తెలియచేస్తున్నాము.

సరియైన సమయానికి సరియైన మనసుతో నిద్రించుట

సరిగ్గా లేచుటకు మానసిక శారీరక చురుకుదనం కలుగుటకు మనం టైముకు నిద్రించాలి. నిద్రపైన ఎంత విజయం సాధించగలిగితే అంత మంచిది. రాత్రి నిద్రించే సమయం 10 గం॥ల సమయం ఒక ఆదర్శమైన సమయము. ఈ సమయంలో నిద్రించిన వారు ఉదయం 3.30 లేక 4 గం॥లకు తేలికగా లేవ గలరు. ఆ సమయంలోని ఏకాంతమైన, శాంతమయమైన సతోగుణీ వాతావరణంలో యోగాభ్యాసము మరియు భగవంతుని కలయిక యొక్క ఆనందాన్ని పొందగలరు. ఒక వేళ ఎవరైనా 10 గం॥ల తరువాత లేటుగా నిద్రపోతే ఉదయం లేటుగా నన్నా లేస్తాడు. లేకపోతే రోజంతా అలసట,నిద్ర, సోమరితనం, భారం భారంగా ఉన్నట్లనిపిస్తుంది. దీని ప్రభావం అతని దినచర్య మొత్తం మీద పడుతుంది. కావున తన దినచర్య పునాదిని సరిగా చేసికొనుట అవసరం.

రాత్రి నిద్రించే ముందు మానసిక తయారీ కూడా మనం జ్ఞానానుకూలంగానే చేసికొనాలి. నిదురించే పాన్పుపై కూర్చుని ముందు మనం కొద్దిసేపు శివబాబా యొక్క (పరమపిత శివ పరమాత్మ) మధుర స్మృతి అభ్యాసం చేయాలి. ఒక వేళ మనవద్ద ఎక్కువ సమయం లేకపోయినా,

అలసటగా అనిపించినా కూడా అయిదు నిమిషాలైనా సరే ఈశ్వరీయ స్మృతిలో తప్పకుండా కూర్చొనాలి. మంచం మీద వాలిపోయి పడిపోవడం ఇది యోగికి తగిన చర్య కాదు. యోగి ముందు తన బిస్తరును సరిచేసికొని చేతులు, కాళ్ళు, ముఖము కడుక్కొని తరువాతనే పరుపుపై కూర్చొంటాడు. అతి సహజంగా మాతా పిత పరమ ప్రియుని రూపంలో పరమాత్మునితో మానసికంగా కలుసుకొంటూ ఈ స్థూల లోకంలో నిద్రించుటకు ముందు తనను తాను సూక్ష్మమైన ప్రకాశమయ లోకానికి తీసికొని వెళ్ళుతాడు. తన స్వరూపమును, ప్రభు చింతనను చేస్తూ ఆ పరమ పిత పరమాత్మతో ఆజ్ఞను తీసికొని ఆత్మిక స్థితిలో నిద్రిస్తాడు. అనగా అతడు తన కర్మేంద్రియాలనే నౌకరు - చాకర్లకు విశ్రాంతి కోసం సెలవు ఇస్తాడు. మరియు స్వయం నిస్సంకల్ప స్థితిలో నిలిచిపోతాడు. ఈ విధంగా నిద్రించుటకు ముందు యోగినిద్ర కూడా సత్వగుణంతో యోగ నిద్రగా వుంటుంది. తమోగుణ స్వప్నాలు రావు. ఆయన సత్యయుగ పావన సృష్టిలో సూక్ష్మ దేవలోకం యొక్క లేక పురుషోత్తమ సంగమయుగ జ్ఞాన జగత్తులో స్వప్నాలే చూస్తాడు. ఏ సమయంలో లేవాలని సంకల్పం చేసి నిద్రిస్తాడో ఆ సమయానికే అతడు మేల్కొంటాడు.

(A) ఉదయం లేచే విధి విధానం

ప్రాతఃకాలంలో లేవగానే మొదటి సంకల్పం మనస్సన కళ్ళ ఎదురుగా అన్నిటికంటే మొదటి దృశ్యం. బుద్ధిలో ప్రధమంగా పరమపిత శివ పరమాత్మ స్మృతియే రావాలి. మంచం మీదనుండి లేచి యోగంతోటే తన దినచర్యను ప్రారంభించాలి. మరియు తన మనసులో "ఈ రోజు దినచర్య. మనోస్థితిని నిన్నటికంటే చక్కగా పెట్టుకుంటాను. ఎవ్వరినీ దుఃఖపెట్టను. అని ప్రతిజ్ఞ చేసికొనాలి. ప్రాతః కాలంలో

మన మానసిక స్థితి సతోగుణిస్థితిలో చురుకుగా, ఆనందంగా, సంతుష్టిగా వుంటుంది. ఆ సమయంలో ప్రతిజ్ఞ చేయుట అంటే శుభ సంకల్పం తీసికోవడమంటే కర్మక్షేత్రానికి దిగుటకు ముందుగా మనోబలానికి చాలా లాభదాయకమైన మార్గం చూపుట వంటిది. మనిషి ఆలోచనలను బట్టియే ఆచరణ అనేది ఒక సూక్తి. ఉదయం సమయంలో ఎలాంటి ఆలోచన తీసికొంటే అలాగే తయారవుతారు. కావున తన పురుషార్థంలో తీవ్రత తీసికొని వచ్చుటకు కృత నిశ్చయ సంకల్పంతోనే తన పాదాలను మంచం మీదనుండి భూమి మీదకు పెట్టాలి.

(B) రోజంతటిలో కనీసం ఏడుసార్లు విశేష యోగాభ్యాసం

"మనం మన దిన చర్యలో ఎక్కువ చేయలేకపోయినా కనీసం ఏడుసార్లైనా సరే ముఖ్యంగ ఈశ్వరీయ స్మృతిలో కూర్చొవాలి" అనే విషయంపై ధ్యాస వహించాలి. ప్రతి పరిస్థితిలో కూడా 8 గంటలు మనం దీనిని అభ్యాసము తప్పకుండా చేయాలి. సాధారణంగా లౌకికమైన స్థూల కార్యములలోనే అందరూ రోజంతా నిమగ్నమై వుంటారు. సాయంత్రము కూడా తమ బుద్ధిని మరియు కర్మేంద్రియాలను ఈ ప్రాకృతిక జగత్తు నుండి తొలగించి పరమాత్మ వైపు నిమగ్నము చేసే అభ్యాసము చేయుట లేదు. దీని కొరకు తీవ్ర ప్రయత్నముగాని ఎవరూ చేయలేక పోవుచున్నారు. కావున ఎంత వ్యస్థ జీవితము అయినప్పటికి రోజంతటిలో కనీసం 7 సార్లు అయినా మనం 15-15 నిముషములు ఈశ్వరీయ స్మృతికోసం తప్పకుండా సమయం కేటాయించుకొనవలయును. ప్రాతః కాలంలో ఈశ్వరీయ జ్ఞాన సేవా కేంద్రాలకు వెళ్ళి మనం ప్రతినిత్యం అభ్యాసము చేస్తూనే

వుంటాము. కాని రెండుసార్లు భోజనము చేసేముందుగా మరియు భోజనము చేసే సమయంలో, ప్రాతః కాలములో లేవగానే రాత్రి కూడా నిద్రించుటకు ముందుగా, సంధ్యా సమయములో అనగా పగలు, రాత్రి కలుసుకునే సమయములో, రాత్రి క్లాసులో లేక ఇంట్లో, ఒక సారి మధ్యాహ్నం ఈ విధముగా కనీసం 7 సార్లు 15 - 15 నిముషములు చొప్పున ఈశ్వరీయ స్మృతి అభ్యాసము చేయాలి. భోజనము మనముందు వడ్డించిన తరువాత ఆత్మిక స్థితిలో, పరమాత్మ స్మృతిలో కూర్చొనుట వలన మనస్థితి అవ్యక్తముగా తయారవుతుంది.

మనిషి కార్యభారానికి లోనై అనేక సాకులు చెప్పి యోగాభ్యాసము యొక్క ఈ సువర్ణ అవకాశమును కోల్పోవుచున్నాడు. దీని వలన అతని యోగము సూక్ష్మత్వములోనికి సాగిపోజాలదు. పైగా యోగాభ్యాసము తెగిపోవుటచేత, అతని మానసిక స్థితి వ్యక్తములోనికి జారిపోతూ వ్యవహారిగా సంసారిగా తయారు చేస్తుంది. కావున అన్ని కార్యాలకంటే కూడా ఈ అభ్యాసమును చాలా అవసరము అని భావించి, జన్మజన్మల సంపాదనకు, ఇదే సాధనముగా గ్రహించి ఈశ్వరీయ నిర్దేశమును తెలిసికొని ఏ విధముగానైనా సరే సమయమును పొదుపు చేసికొని, దీని కొరకు సమయమును సమకూర్చుకొనాలి. పరమపిత శివ పరమాత్మ నుండి "నాకు టెలిగ్రాము వచ్చింది, ట్రంకాలు వచ్చింది, లేక నా కోసం అత్యవసర మైన సందేశము వచ్చింది" అని భావించాలి. నేను నడుస్తూ తిరుగుతూ, లేస్తూ కూర్చుంటూయోగము చేస్తాను". అని ఈ విధముగా ఆలోచించి ముఖ్యముగా పరమాత్మను కలుసుకొనుటకు కూర్చొని యోగాభ్యాసముచేసే అలవాటును విడిచిపెట్టుట చాలా హానికరమైనది. పనులు చేస్తూ కూడా ఈశ్వరీయ స్మృతిలో ఉండే ప్రయత్నము చేయవలసిందే. ఇంతే కాకుండా రోజంతటిలో ముఖ్యముగా చాలా సార్లు సహజ సమాధి యొక్క అభ్యాసము మరియు అనుభవము చేసికొనుట చేత స్థితి చక్కగా తయారవుతుంది.

2 తనపై తనకు అంకుశం

మనస్థితిలో బలహీనతలు రావడానికి కారణాలు చాలా ఉంటాయి. ఉదా : - మనలను సావధాన పరిచేవాళ్లు లేకపోవుట మన లోపాలు చెప్పి మరల మనస్థితిని సరిగా చేసే ఆదేశ నిర్దేశాలిచ్చి అదుపాజ్ఞలలో పెట్టే సన్నిహితులుండరు. మనస్థితి సంపూర్ణంగా, నిర్దోషంగా తయారు కానంతవరకు తప్పకుండా అతనికి ఎవరో ఒక నిర్దేశకులుండుట అవసరం. వారి ఉన్నతికోసం వారికి హితోపదేశం చేసేవారు కావాలి కానీ చూడబోతే కొంచెం ఈశ్వరీయ జ్ఞానం విన్న తరువాత ఈశ్వరీయ సేవలో కొంచెం నిమగ్నమైన తరువాత ఏ మంచి సాంగత్యం ఉంచుకొనరు. ఎవరికీ తమస్థితి గురించి విడమరిచి చెప్పరు. దాని వలన తమ దోషాలు తాము చూచుకోలేరు. వాటిని దూరం చేసికొనలేరు. ఇలాంటి పరిస్థితి చూచి వారికి ఏ ప్రగతి సాధించలేక పోతున్నాననే నిరాశ కలుగుతుంది. తనలో తాను ఎక్కడున్న వాడిని అక్కడే ఉన్నాను". అనుకొంటాడు. కావున ముందు ఉన్నతి కోరుకొనేవారు తమ పురుషార్థంలో తీవ్రత తీసికొని వచ్చుటకు తనస్థితి యొక్క చార్టు ఇవ్వడం చాలా అవసరం.

3. పేరు, ప్రఖ్యాతి, గౌరవం కావాలనే ఆకాంక్ష

కొంతమంది ఈశ్వరీయ జ్ఞానం సహజయోగశిక్షణ లభించిన తరువాత ఈశ్వరీయ సేవకూడా చేస్తారు. కానీ దానితో బాటు తాము చేసిన పనికి ప్రతిఫలంగా పేరు - కీర్తి పొందాలనే ఆకాంక్ష కొందరు పెట్టుకుంటారు. వినయ వినమ్రతలతో ఒక సేవధారిగా, నిమిత్త సాధనంగా భావించుటకు బదులుగా తానొక గొప్ప తెలివిగల వానిగా ఎంతో యోగ్యుడైన కార్యకర్తగా భావించి

ప్రతిష్ఠ, హంగులు, గౌరవం పొందాలనే ఆకాంక్షలు మనసులో పెట్టుకొంటాడు. ఒక వేళ వారికి ఈ కోరిక నెరవేరినట్లయితే ఇంకా ఎక్కువ దాంట్లోనే అధికంగా చిక్కుకొని పోతాడు. అంటే ఎక్కువ కీర్తి పొందాలనే లాలసతో ఇంకా ఎక్కువ పనులతో నిమగ్నమవుతారు. దీని వలన వారి వద్ద యోగాభ్యాసం కోసం ఏకాంతంగా, ప్రశాంతంగా కూర్చొనే సమయం మిగలదు. ఆత్మ చింతన ఆత్మ నిరీక్షణ అలవాటు వుండదు. అతనికి ఒకవేళ గౌరవం, హోదా లభించకపోతే కోపం వస్తుంది. ఖిన్నుడై మనం చేసిన పనికి విలువలేదు. ఎవరికీ దానివైపు ద్యాసయే ఉండదు" అని ఈశ్వరీయ సేవను రోజు రోజుకూ వదిలి పెట్టుతుంటాడు. అదే విధంగా తన బుద్ధిని సేవాకార్యంతో ఖాళీ చేసికొని వ్యర్థ సంకల్ప వికల్పాలలో చిక్కుకొని తన స్థితిని పతనం చేసికొంటాడు. ఇంతే కాకుండా తన ప్రయత్నానికి తన సేవా కార్యానికి వెంటనే ఫలం దర్శించాలనుకొంటాడు. ఫలం లభించకపోయినా, ప్రత్యక్షతకు కొంచెం సమయం పట్టినా ఓర్పు లేక అసంతృప్తితో కార్యవ్యవహారమును కర్తవ్యమును విడిచి పెడ్తాడు. పైగా "ఏం ఫలితం లేనపుడు చేసి ఏం లాభం"అని అనడం మొదలుపెడతాడు. ఈ విధంగా అతడు నిరుత్సాహం, నిరాశ, పురుషార్థ హీనత చెంది తన ధారణలో బలహీనుడై తన జీవితంలో అధోగతి పాలవుతాడు. కావున మనపైన ఎవరిదైన అంకుశం అంటే అజమాయిషీ ఉంచుకొనుట చాలా అవసరం. కొద్ది రోజులు గడవగానే మనస్థితిని చెకింగ్ చేసికొనాలి.ఆధ్యాత్మిక ఔషధి మరియు ఉపచారాల ద్వారా తనను తాను సరిచేసికొంటూ ఉండాలి. పేరు ప్రఖ్యాతులు, గౌరవభావాలు కావాలనే కోరిక మన పురుషార్థంలో చాలా ఆటంకంగా తయారవుతుంది. దీనిని మనం త్యాగం చేయాలి.

4.అవరోధాలు - విశ్రాంతి ప్రయత్నం

లౌకిక యాత్రలో ఎంతెక్కువ నడిస్తే అంత అలసి పోయినట్లు, ఎంతెంతపైకి ఎక్కుతూ ఉంటే గమ్యం చాలా దూరంగా కఠినంగా అనిపించినట్లుగా ఈ ఆధ్యాత్మిక యాత్రలో కూడా వుంటుంది. ఈ యాత్రలో నడవడం అంటే ఉన్నత గమ్యంలో వెళ్ళుతూ వెళ్ళుతూ కొన్నాళ్ళు తరువాత అలసట, కష్టం అనిపిస్తుంది వాటిని మనసులో పెట్టుకుని విఘ్నాలను ఎదుర్కొనే ధైర్యం విడిచి పెడ్తారు. ఆ జీవితంలో నీరసత్వం అనిపించగానే నూతనత్వం, ప్రగతి, అతీతత్వం చూడజాలక నిరుత్సాహపడిపోతారు. కానీ అలా కావద్దు, అనేకానేక విఘ్నాలు, కష్టాలు, గమ్యాన్ని సమీపించే గుర్తులని, శిఖరాన్ని చేరుకొనే గుర్తులని గ్రహించాలి. అవి మనలో ధైర్యం ఆత్మ విశ్వాసం, మరియు ఉత్సాహం నింపే చైతన్యాన్ని, తేజస్సును ఇస్తాయి. వాటిని అధిగమించుట చేతనే మనం ఆ పరమాత్మ వద్దకు చేరుకోగలము. దానినే పిరికి సాధకులు అపరం అపారం అన్నారు. కావున మనోబలాన్ని ప్రయోగిస్తూ ఈశ్వరీయ సంఘటనా బలాన్ని తీసుకుంటూ విజయపతాకం చేతిలో తీసికొని సర్వశక్తి వంతుడైన పరమాత్ముని శక్తిశాలి సైన్యంలో విశ్వాసపాత్రుడైన సేనానిగా భావిస్తూ ఇంత వరకు ఎవరి పాదాలు పడని ఉన్నత స్థానాన్ని చేరుకొనే సాహసం చేయాలి. విఘ్నాలను నశింపచేయుటకు వాటితో తానే వినాశనం కావడమనేది కాగితపు పులిని నిజమైన పులిగా భావించి శక్తి హీనుడగుట వంటిది.

విఘ్నాలకు ఉద్వేగం చెందుట మన మానసిక స్థితియొక్క లోపం. ఆవగింజను పర్వతంగా భావించి దానిని దాటుకొనే సాహసం చేయలేకపోవుట ఇది మన దృష్టి దోషమే. విఘ్నాలు పెద్దగా చిన్నగా కనిపించుట అనేది మన దృక్పదానికి దృష్టి కోణానికి సంబంధించినది. ఉదా : - ఒక పుటాకార కటకం నుండి చూచినపుడు తన్నుతాను

చిన్నగా చూస్తాడు. కావున విఘ్నాలను విఘ్నాలుగా భావించకుండా వాటిని పురుషార్థమనే లూడో (LUDO) ఆటగా భావించాలి లేక నదిని దాటుకొనే వంతెనగా భావించి దానిపైకెక్కాలి.

మన ప్రస్తుత పరిస్థితిలో అసంతృప్తి పడుట కూడా ఒక విధంగా చూస్తే దీనికంటే ఉన్నతంగా అయ్యే సంస్కారం మనలో ఉందని మనం ఎపుడో ఇంతకంటే ఉన్నతమైన గమ్యమును చేరుకొన్నమనే దానిని ఋజువు చేస్తుంది. కావున ఈ అసంతుష్టత కూడా మనకోసం సంతోషదాయకమే కావాలి. ఎందుకంటే మనం ఈనాటి స్థితికంటే ఉన్నతంగా వెళ్ళగలము" అనేది సూచిస్తుంది.

మన మార్గంలో ఏదైన అడ్డుగోడలు తగిలితే దానిని మనం దాటుకోలేక పోతున్నాము అంటే దానికి కారణం మనం గ్రహించవచ్చు మనవేగం కుంటుపడిందన తెలుసుకొని ఆ గోడలను తొలగించుకొనే ప్రయత్నం చేయాలి. ప్రయత్నం చేయడమే తప్ప మరొక మార్గమే లేదు. నెపోలియన్ మార్గంలో ఒక పెద్ద పర్వతం అడ్డువచ్చి ఆటంకం కలిగించుట వలన అతని వేగం ఆగిపోయింది. కాని ఈనాడు నెపోలియన్‌ను పర్వతాలపైన తుపాకులు ఎక్కించి విజయ దుందుభి మ్రోగించాడని కీర్తిస్తారు. అతని సేనాపతికి పర్వతమనిపించినది నెపోలియన్‌కు కేవలం ఒక ఎత్తుపల్లాల భూమివలె అనిపించింది. సేనాధిపతి దీని తరువాత ముందుకు వెళ్ళడం అసంభవమన్నప్పుడు నెపోలియన్ "అసంభవమనే శబ్దము మూర్ఖుల శబ్దకోశములో ఉంటుంది." అని అన్నాడు. బుద్ధిబలం ఉపయోగించుటకు ముందు "అసంభవమనిపించిందే - బుద్ధిబలంతో, ఉపాయంతో, నీతి నైపుణ్యంతో, సాహసంతో చేసినది ఒకనాటికి సంభవమే అవుతుంది. మానవుడు చంద్రమండలంలో అడుగు పెట్టుట

దూరదేశాలలో ఉన్న వ్యక్తిని యంత్రాల ద్వారా చూచుట మాటలు వినుట ఒకనాడు అసంభవమే అనిపించింది. కానీ ఈనాడు వైజ్ఞానికులు ఓర్పు, సాహసం నిరంతరం బుద్ధితో యుద్ధం చేసిన దానికి ఫలితంగా సిద్ధిని పొందారు. అనేక క్లిష్టమైన ప్రశ్నలను మామూలు ప్రజల భావాలను, ఆర్ధిక ఇబ్బందులను, ప్రాకృతిక విఘ్నాలను దాటుకొనవచ్చు అనే దానికి నిదర్శనంగా తయారయ్యారు. కావున మనం కూడా ప్రయత్నం, అభ్యాసమును ఏనాటికీ విడిచిపెట్టరాదు. ఉదాహరణకు ఈనాడు ఒక గోడని మనం పది సుత్తి దెబ్బలు వేసినా పడిపోకపోతే మనం ప్రయత్నాన్ని విడిచి పెట్టరాదు. చివరికి నూరవ సుత్తి దెబ్బకైనా సరే ఆ గోడ పగిలి మనకు మార్గాన్ని ఇస్తుంది. కావున

"పరిశ్రమేణహీ సిద్దయంతి కార్యాణి నమనోరథైః

నతుసుప్తస్య సింహస్య ప్రవిశంతే ముఖే మృగాః" అన్నారు పెద్దలు. కృషి చేయుట వలననే అన్ని కార్యాలు మనో రథాలు నెరవేరుతాయి. ఏదో ఒక రోజున మన మానసిక ఆలోచనలు మన కంట్రోల్‌లో రానప్పటికీ, ఈశ్వరీయ స్మృతిలో మన మనస్సు స్థిరంగా లేనప్పటికీ, జ్ఞాన శ్రవణంలో మనకు ఆనందం లభించనప్పటికీ, మన చెడు సంస్కారాలు ఏవైన మనల్ని వదిలి పెట్టినప్పటికి కూడా, నిరాశపడవల్సిన అవసరం లేదనే విషయం ధ్యాసలో పెట్టుకొనాలి. అభ్యాసం అనే సుత్తి దెబ్బ ఏదో ఒక నాటికి సంస్కారం అనే గోడలను ధూళి ధూసరితం చేయగల్గుతుంది. ఇది తప్పదు. రాయి కూడా మట్టి ముద్దయే నిరంతరం రుద్దుట చేత అరిగిపోతుంది అటు వంటప్పుడు మన పురుషార్థం అనే ఉక్కు దెబ్బలముందు సంస్కారాలు తెగిపోకుండా వుంటాయా?

5.ఆహార విహార మరియు వ్యవహారములపైన పూర్తి ధ్యాస

మనిషి భారీ భోజనం చేసినపుడు, రోజుకు చాలాసార్లు తినే అలవాటు ఉన్నప్పుడు అతనిలో సోమరితనం ప్రవేశిస్తుంది. శరీరం బరువు అయినట్లు బుద్ధిమాంద్యం అయినట్లు తెలుస్తుంది. తరువాత నాలుకపై అదుపు లేనందువల్ల మెల్లమెల్లగా మిగతా కర్మేంద్రియాలు కూడా తిరుగుబాటు చేస్తాయి. మిగతా కర్మేద్రియాలను అదుపు చేసి నోటిని మాత్రం అదుపు చేయకపోవుట అంటే మొత్తం దేశాన్ని స్వాధీనంలోనికి తెచ్చుకుని శత్రువుకు కొంచెం భూమి ఇచ్చుట వంటిది. ఆహార పదార్థాలు ఆకర్షణ కూడా ప్రకృతి యొక్క ఆకర్షణే. ఈ ఆకర్షణ నుండి రూపాంతరం చెందుట కూడా సంభవమే కావున జ్ఞాన యోగ మార్గాలలో భక్తి మార్గం వలె వ్రతాలు, ఉపవాసాలు లేనప్పటికీ ఇంద్రియాలను స్వాధీన పరచుకొనుట అవసరమే. ఎందుకంటే భోజన లోలత్వం పానీయ పదార్థాల తృష్ణ, రుచికి లోబడుట కూడా ఒక విధంగా బాహ్య ముఖత్వమే. దేహాభిమానం యొక్క మారు రూపమే. ఇదే మనిషిని మాటిమాటికి స్థూలత్వం వైపుకు తీసుకు వెళ్ళుతుంది కావున యోగి కేవలం సాత్విక భోజనం యొక్క నియమం పెట్టుకొనాలి. వాటిని మాటి మాటికి తినుట త్రాగుట మొదలగు వాటిని పోగొట్టు కోవాలి.

ఇదే విధంగా మనిషి తన విహారమును కూడా సరిగా వుంచుకోవాలి. విహారమును సరిగా వుంచుకోవాలనే ఉద్దేశ్యంతో బౌద్ధ బిక్షువులు ఇల్లు వాకిలి వదిలి 'విహారాలు' తయారు చేసుకొన్నారు. సన్యాసులు పీఠాలు, ఆశ్రమాలు స్థాపించారు.

రాజయోగి అలా చేయకూడదు కాని ఇంటినే విహారముగా అనగా ఆశ్రమముగా తయారు చేయాలి. అనగా ఇంటిలో పవిత్రత వాతావరణము తయారు చేయాలి అని మా భావము. సాధనా సామగ్రి కూడా ఎక్కువ ప్రోగు చేసుకొనరాదు. అనేక వస్తువులను కొని ఇంటిని ఒక జనరల్ మర్చెంట్‌లాగ తయారు చేయుట యోగికి అనుకూలమైనది కాదు. మా ఉద్దేశం ఏమిటంటే ఎక్కువ అట్టహాసాలు, అలంకరణలు, కీర్తి, విశ్రాంతులు, ఆర్భాటాలు, మొదలగు సాధనాలతో మన ఇంటిని నింపు కోవడం అంటే అనవసరంగా మన బుద్ధిని భారం చేసుకోవడమే. మనం నివసించే విహారం ఎంత సాదాగా, సాత్వికంగా, స్వచ్ఛంగా స్వధర్మ స్మృతిని పెంచే విధంగా వుంటే అంత శ్రేయస్కరం.

పరస్పర వ్యవహారాలలో ఎక్కడైనా అనుమానం వస్తే విభేదాలు, విడిపోవడాలు వస్తాయి. వైమనస్యం లేక ఉల్టా వైరాగ్యం కలుగుతుంది. అటువంటి సమయంలో మనస్సు ఆనందస్థితిలో ఉండకుండా ఏదో ఒక సందిగ్ధంలో పడి యోగం తెగిపోతుంది. కావున అందరితో కలిసి మనం సరళత, మధురత, నమ్రత, స్నేహం, సానుభూతి సహనశీలత, గౌరవం, సహాయ సహకారాలను విడిచిపెట్టకుండా ఘృణ, ద్వేషం, ప్రతీకార భావన, నింద, చాడీలు, వైర విరోధాలు లేకుండా చూచుకొనకపోతే మన ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిలో ఇతరులపట్ల, మనయొక్క ఇతరుల యొక్క వ్యవహారంలో చాలా పెద్ద అవరోధాలవుతాయి.

ఈ విధంగా మనం ఈ అయిదు విషయాలను సరిచేసికొనే ప్రయత్నం చేస్తే మనస్థితి, కళలు పెంపొందుతాయి. మన సంస్కారాలు మారిపోవడం మాత్రం తధ్యం.

పాప కర్మల నుండి రక్షించుకొనే ఉపాయం

మనం చేసిన ప్రతి కర్మకు ప్రతిఫలం తప్పకుండా వుంటుంది. వెంటనే గానీ ఆలస్యంగా కానీ కర్మఫలం అనుభవించాల్సిందే. ఈ మాటను ఎవరూ కాదనరు. ఎవరు ఏ కర్మ చేశారో ఏయే ఫలాల్ని అనుభవించారో ఏ కర్మకు ఏ ఫలం ఎప్పుడు ఏ విధంగా ఇంకా అనుభవించాల్సి వుందో ఇది కూడ తెలియదని అందరికీ తెలిసినదే. కర్మ ఫలదాత మానవుడు తానే కాదు. అతనికి కర్మల గుహ్యగతి గురించి తెలియదు. పరమాత్ముడొక్కడే అజన్మ, అవినాశి, సాక్షి, అకర్త, అభోక్త, అందరి జన్మ పత్రి కర్మ పత్రి (జాతకం) తెలిసినవాడు. కావున గీతలో భగవానుని మహా వాక్యము "హే వత్సా! నేను నీ అనేక జన్మల గురించి తెలిసినవాడను. కానీ నీకు తెలియదు. నా ద్వారా కర్మల గుహ్యరహస్యాన్ని గ్రహించు" అని ఉన్నది. కావున స్వయంగా పాపకర్మల దండన నుండి రక్షించుకొనగల ఉపాయం ఉందా? లేదా అనే విషయం భగవంతుడే చెప్పగలడు.

ఈ సందర్భంలో భగవంతుని మరొక మహావాక్యం "హేవత్సా! నీ వెంత పాపివైనా కావచ్చుగాక నా శరణు పొందు (మామేకం శరణం వ్రజ) నేను నిన్ను సమస్త పాప విముక్తునిగా చేస్తాను. ఆలోచించాల్సిన విషయం ఏమిటంటే శరణు తీసుకోగానే మానవుల పాపాలు, వికర్మలు సమాప్తి అగుటలో ఏ మాయ మహిమ వుంది" అనేది. శరణు తీసికోగానే పాపభారం దిగిపోతుందా? శరణు పొందుట శరణాగతి ద్వారా పాపకర్మలు అంతమగుట ఇంత తేలికైతే 900 ఎలుకలను తిని పిల్లి తీర్థయాత్రలకు బయలుదేరిందన్న సామెత ప్రకారం మనిషి కూడా పాపాలు చేస్తూ ఒక రోజు పరమాత్మ శరణు పొందేవాడే కదా!

శరణు అనగా ఏమిటి?

శరణు అనగా తనదంతా సమర్పణం చేసి ఎవరి రక్షణలోనైనా వెళ్ళిపోవుట. పరమాత్మ శరణాగతి పొందాలనే దాని అభిప్రాయం తన మనసు – తనువు – ధనములను అతనికి సమర్పించి అతని ఆజ్ఞానుసారమే వాటని ప్రయోగించుట. ప్రపంచంలో తనువు, మనసు, ధనంతో సంబంధం లేని పనులుండవు. పాపకర్మలు జరిగేది కూడా వీటితోనే. సత్కర్మలు జరిగేది కూడా వీటి ప్రయోగంతోనే. ఇపుడు వీటి ద్వారా పాపకర్మలే జరుగకుండా శుభమైన కర్మలే జరగాలంటే మన జాతక చక్రం గురించి తెలిసిన వాడు కర్మల గుహ్యరహస్యం తెలిసినవాడునగు ఆ పరమాత్మ సలహా ప్రకారం నడిచినపుడే సంభవిస్తుంది. నేను ఎవరితో ఏ విధమైన ఇచ్చిపుచ్చుకొనుట చేయాలి. ముందు ముందు పాప కర్మల ఖాతా తయారు కాకుండా ఉండాలంటే ఏం చేయాలి? ఇది ఒక్క పరమపిత పరమాత్మ తప్ప నాకెవరు చెప్పగలరు? దేహ సంబంధీకులతో నాకిపుడు ఏ ఇచ్చిపుచ్చుకొనే కర్మబంధనాలున్నాయి? నా జీవిత నిర్వహణా ధనంతో ఎంత హద్దు వరకు ఏ విధంగా చేయాలి? అనే ప్రతి పైసపైన యొక్క సూక్ష్మ లెక్క ఖాతాలు పరమాత్మకు తప్ప ఇంకెవరికి తెలుసు? నేను ఎవరివద్ద ఎంత వరకు సేవ తీసికొనవచ్చు? ఇచ్చి పుచ్చుకునే అధికారం వున్నదా? ఇది ఏ మానవునకు తెలుసు? ఈ సర్వకర్మ బంధనాలనుండి విముక్తులగుటకు స్వయంగా కర్మ బంధనాలలో చిక్కుకొని యున్న మానవుల అభిప్రాయంపై నడిచినట్లైతే సఫలత లభిస్తుందా? ఏనాటికీ కాదని సమాధానం లభిస్తుంది.

ఒక్క పరమాత్ముని శరణులోనికి వెళ్ళుటవలననే అతని శ్రీమతానుసారం అడుగడుగు ప్రవర్తించుట వలననే మానవులు కర్మ బంధనాల నుండి ముక్తులు కాగలరు. మరియు పాప కర్మల

లెక్క ఖాతాలు సమాప్తి కాగలవు. దీనికి మించి ముక్తి - జీవన్ముక్తి కర్మాతీత స్థితిని పొందే ఉపాయం మరేది లేదు. ఈ కోట్ల విలువైన మాటలను బుద్ధిలో చక్కగా ధారణ చేసికొనాలి.

"పరమాత్మ అవతరించియే మానవులకు శరణు ఇస్తారు"

పరమపిత పరమాత్మ అవతరించుటకు ఇదే ముఖ్య కారణము. పరమాత్మ కేవలం లోక, పరలోకాల గుహ్య రహస్యం చెప్పుటకే అవతరించరు. అడుగడుగునా సావధాన పరుస్తూ మార్గోపదేశం చేస్తూ, సలహాలిచ్చుటకు స్థూల శరీరంను ఆధారంగా తీసికొంటారు. ఒక వేళ ఆయన సాకార రూపాన్ని ధారణ చేయకపోతే మానవులకు వారి వారి జాతకాలు, పరిస్థితులు, యోగ్యతలు కర్మబంధనాల ననుసరించి సర్వోత్తమ సలహా ఎలా ఇవ్వగలగాలి? ఒక వేళ సలహా ఇవ్వకపోతే కర్మ బంధనాలలో చిక్కుకొనిన మనిషి వికర్మలనే అంధకార కూపంలో పడిపోయిన అతడు బయటపడేదెలా? పరమాత్ముని సర్వోత్తమమైన అభిప్రాయం, సలహా (శ్రీమతం) లేకపోతే వికర్మలు తయారవుతూనే వుంటాయి. ఈ విధంగా ఏనాటికీ అతడు కర్మబంధన ముక్తుడు కాలేడు.

కావున పూర్తిగా దుఃఖ నివారణ కోసం పాప కర్మల లెక్క ఖాతాలు పరిసమాప్తి చేసికొనుట అవసరం. అతని మతం తీసుకొనుటకు అతని శరణు ముఖ్యంగా తీసుకొనాలి. అతని ముందు సమర్పణం కావాలి అతని పిల్లలుగా తప్పకుండా కావాలి. ఎందుకంటే తండ్రి, ఉపాధ్యాయుడు, గురువే తన పిల్లలకు లేక శిష్యులకు సలహా ఇవ్వగలరు. ఇతరులకు ఇవ్వజాలరు. సాకారు (స్థూల)లైన పిల్లలకు (వ్యక్తాత్మలు) సలహా చెప్పుటకు పరమాత్మ కూడా సాకార స్వరూపం ధరించుట తప్పని సరి. అప్పుడే తన సాకార రూపం ద్వారా ఆదర్శ కర్మలు చేసి చూపించి శ్రేష్ఠ కర్మలు

నేర్పు గలడు. పరమపిత పరమాత్ముని జ్ఞానమును మానవులే ధారణ చేయగలరు. కానీ మనిషి కర్మలు వికర్మలు కాకుండ, పూర్వ పాప ఖాతాలు సమాప్తి అగుటకు అన్యబద్ధులగు మానవులు మాయతో మోసపోకుండా ఉండాలంటే సద్గురువు పరమాత్ముని మార్గోపదేశం లభించాలి. ఆ కార్యార్థం పరమాత్మ సాకారంగా అవతరించక తప్పదు.

జ్ఞాన మార్గానికి భక్తి మార్గానికి గల తేడా భక్తులు కేవలం "ఓ భగవంతుడా! మేము నీ శరణులోనికి వచ్చాము. నీ ద్వారా చెంత నిలిచాము. కృప చూపించు తండ్రీ! పార బ్రహ్మ పరమేశ్వరా! దుఃఖహర్తా! అంటూ ప్రార్థిస్తారు, కీర్తిస్తారు. అంతే గాని యధార్థంగా పరమాత్ముని శరణు తీసికొనరు. అతని సలహా ప్రకారం నడవరు. ఎందుకంటే పరమాత్ముని శరణు లేక అభిమతం పైన శిక్షణ ప్రాప్తించాలంటే ఆయన స్వయంగా ఈ భూమిపై బ్రహ్మ యొక్క సాకార శరీరమును ధరించినపుడే సిద్ధిస్తుంది. అపుడే జ్ఞానం తీసుకొన్నటువంటి జ్ఞాని పిల్లలు క్రియాత్మకంగా అతని శరణు తీసికొనుట, ఒడిలోనికి వచ్చుట, అజ్ఞాను వర్తులై ముక్తి జీవన్ముక్తిని పొందుట సాధ్యమవుతుంది.

మానవాత్మలందరూ కర్మ బంధనాలలో చిక్కుకొనినపుడే పరమాత్మ అవతరిస్తారు. ఆ సమయమునే ధర్మాగ్లాని సమయమంటారు. అపుడే పరమాత్ముడు కర్మ బంధనాల నుండి విడిపించి జీవన్ముక్తి, సత్యయుగ సృష్టి స్థాపన చేయుటకు ముక్తి ధామమునకు తీసికొని వెళ్ళుటకు వస్తారు. కావున ముక్తి – జీవన్ముక్తి దాత ఒక్క పరమాత్ముడే, ఏ లౌకిక గురువులు గాని, మత స్థాపకులుగానీ, విద్వాంసులుగానీ కారు. కావున "మామేకం శరణం వ్రజ" ఇది ఒకే మహామంత్రం (సర్వోత్తమ సమ్మతి) దీనితోనే సమస్త దుఃఖ నివృత్తి అవుతుంది. ఈ మహా మంత్రమే వికారాలనే రోగమను దూరము చేసే ఒకే ఒక సంజీవినియొక్క పరమౌషధం.

కానీ కొందరు మూర్ఖులు రోగాన్ని దూరం చేసికొనుటకు మందులు వాడకుండా మందు చీటిని వల్లె వేసినట్లు కొందరు తెలివితక్కువవారు ఈ మహా మంత్రం యొక్క అమూల్యమైన సలహా ప్రకారం నడుచుటకు బదులుగా ప్రతిరోజు ఈ శ్లోకాలనే పఠిస్తూ వుంటారు. ప్రతి నిత్యం ఈ మహా మంత్రమునే వల్లె వేస్తుంటారు. ఉదా:– "నేను చేరుకుంటాను నేను చేరుకుంటాను" అన్నంత మాత్రాన ఏ వ్యక్తి తన గమ్యం చేరుకోలేడు. సన్మార్గంలో నడిచినపుడే చేరుకొనగలడు. అదే విధంగా పరమాత్మ మేము మీ శరణు అంటూ ఉన్నంత మాత్రాన ముక్తి లభించదు. కావున యిప్పటికైనా పరమపిత పరమాత్మ శివుని శరణు తీసుకొనకపోతే పాపాల మూట తలపైననే ధరించి ఉంటే తరువాత తల పట్టుకొని ఏడవాల్సి వుంటుంది. ఎందుకంటే ఈ మూటను ఎత్తుకొని ఇప్పటివరకు ఎవరూ ముక్తి ద్వారం చేరుకోలేదు. చేరుకోలేరు కూడా.

అవ్యక్తమైన విదేహి స్థితికి ఆటంకాలు

నిర్లక్ష్యం, సోమరితనం

శివబాబా మానవ కళ్యాణార్థం రోజంతటిలో ఎనిమిది గంటలు కార్య వ్యాపారాలకు, ఎనిమిది గంటలు విశ్రాంతి - నిద్ర కోసం, ఎనిమిది గంటలు ఈశ్వరీయ స్మృతి యాత్రలో నిమగ్నం చేయమని బోధించారు. అయినప్పటికి ప్రతిరోజు ఎనిమిది గంటలు ఈశ్వరీయ స్మృతిలో ఉండలేక పోతున్నట్లు మనం గమనిస్తున్నాము. శివబాబా దీనికి కారణం సోమరితనం, నిర్లక్ష్యం అని చెప్పారు ఈ సోమరితనం నిర్లక్ష్యం ఏయే రూపాలలో ఎదురుగా వస్తుందో వీటికి నివారణ ఎలా చేయాలో మనం ఆలోచిద్దాము.

1. అవకాశం లేదు అలసట వస్తుంది 'అనేసాకు'

సాధారణంగా ఎనిమిది గంటలు ఈశ్వరీయ యోగంలో ఉండలేకపోయే కారణం ఆఫీసు పనులలో బుద్ధి బాగా మునిగి వుంటుందనే ఒక సాకు చెబుతుంటారు. ఆఫీసునుండి తిరిగి వచ్చిన తరువాత ఇపుడు రోజంతా కార్యభారాలవలన బుద్ధి అలసిపోయింది కావున కొంచెం విశ్రాంతి కావాలి. లేకపోతే ఏదో కొంచెం వినోదంగా గడపాలి అనుకొంటారు. ఈ విధంగా తనకు తాను పొరబాటుగా అర్థం చేసికొన్న వారు ఈశ్వరీయ స్మృతి వైపు తక్కువ ధ్యాసపెట్టి తమ చార్టులో స్మృతి వేగమును పెంచుకోలేరు. వారు మనం వృధాగా నన్ను నేను సంతోష పెట్టుకుంటున్నాను. ఈ సాకు చెప్పి జన్మ జన్మాంతరాల వరకు నన్ను నేనే నష్ట పరచుకొంటున్నాను. నా భాగ్యం కోల్పోయేట్లు చేసికొంటున్నాను". అని ఆలోచించరు. ఎనిమిది గంటలు పనిలో

ఉన్నపుడు టెలిఫోన్ రింగ్ అయితే లేక ఎవరన్నా కలుసుకొనుటకు వస్తే టీ, కాఫీ, టిఫిన్ చేయాలనిపిస్తే అటువైపు మాత్రం ధ్యాస పెడతారు. రోజంతా బుద్ధి పనుల్లోనే నిమగ్నమై ఉండదు. రోజంతా అతని ఎదురుగా గిరాకి, ఆఫీస్ ఉండదు గంటకు 5,7 ని॥లు కూడా అవకాశం లేకుండ వుంటుందా? కావుననే శివబాబా కార్యవ్యవహారాలు చేసేటపుడు కూడా ఏమైనా కానీ, ఏవిధంగానైనా సరే ప్రతి గంటకు 5, 7 ని॥లు

"ఆత్మిక స్వరూపంలో ఉప స్థితులై ఈశ్వరీయ స్మృతికార్యం తప్పకుండా చేయవలసిందే" అని ధ్యాస పెట్టుకొనండని అంటారు. ఒక వేళ మనకు ఆఫీసులో ఏదో ఒక రోజు చాలా అత్యవసరమైన పనులుంటే, మన దుకాణంలో ఎక్కువ గిరాకీ వస్తే మనం అటువైపు ధ్యాస పెట్టడం లేదా? క పిల్లవాడు ఎక్కువైతే వాడిని చూసుకొనడం లేదా? మనడ్యూటి అనుకొని నిర్వర్తిస్తారు కదా? మరి మనం ఈశ్వరీయ స్మృతికి విలువనివ్వని కారణం ఏమిటి? దీని వలన వేరెవరికైన లాభం కలుగుతుందా? లేక దీనికోసం మనకు ఇంకొక జన్మ లేక మరొక యుగం వస్తుందా? శివబాబా కూడా ఒక గిరాకీ. మన దుకాణానికి వచ్చాడని మనతో కేవలం అయిదు నిమిషాలు ఈశ్వరీయ స్మృతియనే వస్తువు అడుగుతున్నాడని, అది ఇసేత అయిదు కోట్ల రూపాయిలు ఇస్తాడని ఎందుకు భావించి భావించరాదు. ప్రతి గంటలో ఒక ఫైలు ఈశ్వరీయ గవర్నమెంటు నుండి వస్తుందని దానిపైన వెంటనే (At Once) అనే చీటి పెట్టబడి వుందని ఫైలులో మనం మన గురించే ఆలోచించుకొనాల్సి వుంటుందని ఎందుకు ఆలోచించరాదు. ఆఫీస్‌లో కూడా వారం రిపోర్టు (Weekly Report) లేక మాసిక రిపోర్ట్ తయారు చేస్తారు గదా! గంటకు ఒకసారి మన గురించి కూడా ఈశ్వరీయ గవర్నమెంట్‌కు రిపోర్ట్ యివ్వాలని ఎందుకు భావించ కూడదు? ఈశ్వరీయ స్మృతితో మన నిర్ణయ శక్తి, కార్యశక్తి పెంపొందుతుంది.

మామూలుగా ఒక వ్యక్తి గంటకు చేసే పని ఈశ్వరీయ స్మృతిలో వుంటే దానిని తక్కువ సమయంలో చేయగల్గుతాడు కావున ఈశ్వరీయ స్మృతి మన వ్యవహారాన్ని చక్కపెట్టుటలో కూడా సహాయ పడుతుంది. శివబాబా ఆఫీస్‌లో మీరు కలాన్ని ఉపయోగించేటపుడు నేను కమల సమానంగా అతీతుడను దేనికీ అంటనివాడని" అని కలంతో బాటు కమలాన్ని కూడా జ్ఞాపకం పెట్టుకోండి అని అంటారు. మీ ఎదురుగా ఏదైన ఫైలు వచ్చినప్పుడు ఇపుడు శివబాబా నా జీవితమనే ఫైలు లేక రికార్డ్‌లో ఏ రిమార్కు ఇస్తుండవచ్చు? ఏ విషయంపై సంతకం చేస్తుండవచ్చు. ఎపుడైన మీరు వ్యాపార కార్యాల గురించి పరిగెత్తాల్సి వస్తే, బుద్ధిని పరిగెత్తించాల్సి వస్తే "మనం ఈశ్వరీయ స్మృతి యాత్రలో కూడా పరిగెత్తుతున్నామా? లేదా అని ఆలోచించండి. ఈ విధంగా పొరబాట్లను వదిలి సరిచేసికోకపోతే ఈ కలియుగ సృష్టియనే గృహానికి నిప్పు అంటుకోనున్నది. ప్రపంచ పరిస్థితులు మన ఎదురుగానే వున్నాయి. "ఇపుడు లేకపోతే మరెపుడు చేస్తారు".

2 అలసటకు మందు ఈశ్వరీయస్మృతి

ఆఫీస్ మరియు దుకాణ పనులు తరువాత అలసట వస్తే అలసటకు మందు లేక ఆహారమే "ఈశ్వరీయ స్మృతి". ఈశ్వరీయ స్మృతి అలసటను దూరం చేస్తుంది కానీ అలసట కలిగించదు. ఇంతే కాకుండా మనం ఈశ్వరీయ స్మృతి మహత్యాన్ని గ్రహించనపుడే అలసట, బాధ కలుగుతుంది. అలసట చెందిన వాళ్లు తమకు ప్రియమైన స్నేహితులు, సంబంధీకులకు రోగాలు వస్తే మేలుకొని ఉండాల్సి వస్తే మేలుకొనరా! ఒక అతనికి ఏదైన అత్యవసరమైన పనిగురించి టెలిగ్రాం వస్తే వెళ్ళరా! విద్యార్థులు

పరీక్షలు సమీపిస్తుంటే రేయింబవళ్ళను మరిచి అలసట శబ్దాన్ని కూడా తేలిక చేసికొని తమ భవిష్యత్తును ఆలోచించి పరీక్షా పరిణామాన్ని ఎదురుగా పెట్టుకొని మనసు పెట్టి ఎక్కువ పరిశ్రమ చేయుట లేదా? కావున "అలసట - అలసట" అనే శబ్దాలు ఎవరినోటివెంట వస్తాయంటే "ఈ సంగమయుగంలో స్మృతి యాత్ర చేయుటచేత మనకు భవిష్యత్తులో 21 జన్మల వరకు ఏ లోటు లేనటువంటి తరగని సుఖాలు లభిస్తాయి" అనే నిశ్చయం లేని వారి నోటివెంట వస్తాయి. మనకు ఆరోగ్యం, అందం,ఐశ్వర్యం, శాంతి అన్ని లభిస్తాయి. మనకు లభించని వస్తువుగానీ సుఖంగానీ ఉండదు. అపుడు మనం పొట్ట కూటి కోసం ఇంత చెమటలు కార్చాల్సిన అవసరం లేదు. ఈ విషయం చక్కగా అర్థం చేసికొన్న వ్యక్తి నేనిపుడు అలసిపోయాను. కొంచెం సేపు ముచ్చట్లు పెట్టుకొనాలి, విశ్రాంతి తీసికొనాలి అని ఎలా అనగలడు. ఇంతటి గొప్ప సంపాదన కోసం విశ్రాంతి హరించిపోవాలి. జన్మ జన్మాంతరాలుగా మానవులు విశ్రాంతి తీసికొంటూనే వచ్చారు. వ్యాపార వ్యవహారాలే చేస్తూ వచ్చారు. మరల వాళ్ళే "మేమే చిక్కులలో పడి వున్నాము" అని కూడా అంటారు. కల్పం మొత్తంలో ఇదే అంతిమ జన్మ. దానిలో కొంచెం మాత్రమే సమయం వున్నది. శివబాబా "మిగిలిన ఈ కొద్ది సమయంలోనైనా సరే కేవలం ప్రతిరోజు 8 గంటలు నన్ను జ్ఞాపకం చేసినట్లయితే నేను మీకు 21 తరాలవరకు సంపూర్ణ స్వర్గ సుఖాలిస్తాను" అంటున్నారు. ఇందులో కూడా శివబాబా లౌకిక వ్యాపారాలు వద్దని ఆటంకం చేయరు. అలాంటపుడు మనిషి బుర్రపాడైపోయిందా? లేక మాయ వారి తెలివిని పాడు చేసిందా? చాలా కాలం గడిచిపోయింది. ఇపుడు కొంచెం సమయమే ఉంది ఇపుడు నేను జ్ఞానం తెలుసుకొని నారాయణుని పదవి కోసం పురుషార్థం చేయాలి" అనే ఆలోచన రావడం లేదు. భక్తి మార్గంలో, నిర్లక్ష్యం లోనే ప్రవర్తిస్తూ వచ్చాము. కాని ఇపుడు స్వయంగా భగవానుడు ముఖ్యంగా మనకు నిధి ఇచ్చుటకు వచ్చారు. ఇపుడు ఈ నిర్లక్ష్యం చాలా హానికరమైనది.

3 నేను పురుషార్థిని, ఇపుడు సంపూర్ణుడను కాలేదు గదా?

మనిషి తన స్వరూపమును మరియు శివబాబాను మరిచి పోయే నిర్లక్ష్యము యొక్క ఒక గుర్తు లేక స్వరూపాలు చాలా వున్నాయి.

ఉదా : - అతడు "నేను పురుషార్థం చేస్తున్నాను. నేనేమైనా సంపూర్ణడను అయ్యానా? ఇపుడు నాలో ఏదో ఒక లోపాలుంటూనే ఉంటాయి" అని ఆలోచిస్తుంటాడు. ఈ విధంగా ఉల్టా ఆలోచించి తన సంపూర్ణ స్థితిని ఇంకా వెనుకకు త్రోసి వేసుకొంటాడు. ఇపుడే "నేను సంపూర్ణంగా అయ్యే లక్ష్యం ఎదురుగా పెట్టుకొని పూర్తి ప్రయత్నం చేయాలి. లేకపోతే సంపూర్ణంగా అగుటకు మరొక సమయం రాదు" అని ఆలోచించడు. ఇంతే కాకుండా పురుషార్థి అంటే పొరబాట్లు చేసేవాడు, లేక సోమరివ్యక్తి అని అర్థం కాదు. నిజమైన పురుషార్థి అంటే ఒకసారి చేసిన పొరబాటు మరల చేయని వాడు లేక సైగమాత్రంతో తన లోపమును గ్రహించి దానిని పూర్తిగా సరి చేసికొనే ప్రయత్నంలో తన లోపమును గ్రహించి దానిని పూర్తిగా సరి చేసికొనే ప్రయత్నంలో నిమగ్నమై యుండేవాడు అని అర్థం. పురుషార్థం (పురుష + అర్థం) యొక్క భావం ఆత్మకోసం తన ఆత్మహితం కోసం, ఆత్మిక కళ్యాణమును సదా ధ్యాసలో నిలుపుకుని ప్రకృతితో అనాసక్తుడై సదా పురుషత్వం అనగా ఆత్మనిశ్చయంలో ఉంటాడో అతడే పురుషార్థి. ఆత్మను ఆత్మ హితమును మరిచి ప్రాకృతికమైన దేహంలోనే కూరుకొని పోయేవాడు పురుషార్థి ఎలా అవుతాడు? శివబాబా ఆజ్ఞను ఉల్లంఘించే అతనిని పురుషార్థి అనవచ్చా? శివబాబా మన పురుషుల (ఆత్మల)

కళ్యాణార్థమే ఆజ్ఞాపిస్తారు. మనకు ఉద్యోగ వ్యాపారాలు చేసేవాళ్ళమని తెలుసు కాబట్టే కేవలం 8 గంటలు ఈశ్వరీయ స్మృతి చేయమన్నారు. కానీ 16 గంటలని చెప్పలేదు. శివబాబాకు ఇంటి పనులు, ఆఫీసు పనులు, వ్యాపారం పనులు ఉంటాయని తెలియదా? ఇవన్నీ ఆయన గ్రహించియే ఎనిమిది గంటలు స్మృతి చేయండని చెపితే చేయకపోతే మనం శివబాబా కంటే ఎక్కువ తెలివి కలవాళ్ళం అని భావించే వాళ్ళం కావచ్చు. ఆ పరమాత్ముని ఆజ్ఞను మరియు మన భవిష్యత్తును గురించి లెక్కపెట్టనంత నిర్లక్ష్యపరులం మనం కావున ఇప్పటికైనా పురుషార్థి యొక్క యథార్థమైన అర్థమును గ్రహించి చక్కని పురుషార్థం చేయాలి.

4. పోటీ పడుతున్నాము కాని పరిగెత్త లేక పోతున్నాము

కొంతమంది చాలాసార్లు తనకంటే ఎక్కువ గౌరవం లభించే మహారథి, జ్ఞాని సోదరులను చూచి "వాళ్లలో కూడా ఫలానా ఫలానా లోపాలున్నాయి. వాళ్ళు కూడా ఎనిమిది గంటలు ఈశ్వరీయ స్మృతిలో ఉండలేక పోతున్నారు. నేనైతే ఇంకా ఈ జ్ఞాన రంగంలో ఆయనకంటే చిన్నవాడిని. వెనుక వచ్చిన వాడిని. నాలో ఫలానా లోపముంటే ఏమి? పెద్దవాళ్ళు కూడా ఇలా చేస్తే మేమింకా చిన్నవాళ్ళం. మేము చేస్తే తప్పేమీ? ఇలా ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. కానీ పెద్దవాళ్ళలో పెద్దరికం వాళ్ళలో లోపమున్నందుకు కాదు - ఏ విషయంలో వాళ్లు గొప్పగా ఉన్నారో దానిలోనే వాళ్లు పెద్ద. దేని గురించి లోపముందో వాళ్లు ఆ విషయంలో చిన్నవాళ్ళే. వాళ్లు కూడా దానిని తొలగించుకొనే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు అని గ్రహించాలి. ఏ లోపం వలన వాళ్లు ఇపుడు చిన్నతనంలో ఉన్నారు. దానిని చూచి నా నుండి ఆ లోపాన్ని పోగొట్టుకొనాలా?

లేక ఇంకా నిర్లక్ష్యం చెందాలా? పెద్దలలోని ఈ లోపం మన కళ్ళకు ఇబ్బంది కలిగిస్తున్నప్పుడు ఒక వేళ మనలో కూడా ఈ లోపం ఉంటే ఇతరులకు కూడా నచ్చదని గ్రహించాలి. మనం ఇతరులలోని చెడును అనుసరించి మన రిజిష్టర్ పాడు చేసికొనాలా? లేక మన దైహిక మాతా పితలను మనకంటే ముందు వచ్చిన వారిని చూడాలా? నిరాకారుడైన పరమపిత శివ పరమాత్ముడే ఒకే ఒక సంపూర్ణాత్మ. ఆయనను చూచి మన పురుషార్థమును ముందుకు సాగింపజేయాలి. మనకంటే ఎక్కువ విలువ పొందిన వ్యక్తులతో లేక పెద్దవారినుండి మనం గ్రహించాల్సింది ఏమిటి? చెడ్డతనమా? గొప్ప తనమా? మనం వారినుండి కూడా మంచినే తీసికొని మనం కళలను పెంపొందింప జేసికొనాలనుకొంటే వారి చెడును చూడను కూడా చూడరాదు. వారితో గూడా రేస్ చేసి ముందుకు సాగిపోయే శు భ సంకల్పం మనసులో పెట్టుకొనాలి.

ఇదే విధంగా ఈశ్వరీయ స్మృతి మరియు అవ్యక్త స్థితిని సాధించే ప్రశ్న ఉన్నపుడు మనం మన వ్యక్తిగతమైన పురుషార్థం పైన నిరంతరం ధ్యాస వహించాలి. మనం రిజిష్టరును సదా ఎదురుగా పెట్టుకొనాలి. మన చార్టులో ఈశ్వరీయ స్మృతి పెంచుకొనే పురుషార్థంలో నిమగ్నమై ఇతరులను కూడ వినయ విధేయతలతో జాగృతి చేయాలి అంతేగాని వారు నష్టపరచుకొంటుంటే చూచి తమను తాము నష్టపరచుకొనరాదు.

5. నా పునాది గట్టిగానే వుంది సమయం వచ్చినపుడు ఎదుర్కొంటాను

చాలా సార్లు మానవులు "నా బుద్ధిలో జ్ఞాన పునాది బాగానే వుంది. దృఢంగానే వుంది. జ్ఞాన రహస్యాలన్నీ గ్రహించే ఉన్నాను. నాకు అన్ని పద్ధతులు, నియమాలు తెలుసు. సమయం వచ్చినపుడు సరి చేసికొంటాను. నాలోని లోపాలు పూర్తి చేసికొంటాను" అని ఆలోచిస్తుంటారు. కానీ వాస్తవానికి ఇది కూడా వారి వ్యతిరేక సంకల్పాలే. లోపం పూర్తి చేసికొనుటకు ఏ సమయం వస్తుంది. ఏ ఘడియ గురించి మనం ఎదురు చూస్తున్నాము? గడిచిపోయిన ఘడియలు మళ్ళీ వస్తాయా? మనకు మన జీవితం ఘడియలపై విశ్వాసం ఉందా? ఉంటే ఇంకా ఎన్నాళ్ళు ఉంటామో చెప్పండి?

ఒక వేళ ఈ రోజే మన ప్రాణాలు పోయాయనుకోండి. లేక ఏ దుర్ఘటనలోనో మనం దేహాన్ని విడిచిపెట్టాల్సి వచ్చిందనుకోండి అపుడు మన గతి ఏమిటి? తరువాత ఈ సంగమయుగ జీవితంలో మనం ఎన్నాళ్లనుండి సమయం తీసుకొని పవిత్రంగా ఉన్నామో, ఎంత ఎక్కువ సమయం నుండి మనం దివ్య నియమాల పాలన చేస్తూ వచ్చామో ఆ సమయానికే మనకు ఫలం లభిస్తుంది. పది సంవత్సరాల నుండి పవిత్రంగా ఉన్నవాడు. ఈ రోజునుండి పవిత్రంగా ఉన్న వాళ్ళు సమానమని కాదు. పది సంవత్సరాలుగా అనేక పరిస్థితులను ఈశ్వరీయ నియమపూర్వకంగా ఎదుర్కొన్న వాళ్ళు విఘ్నాలను జ్ఞానయుక్తమైన పద్ధతితో దాటుకొనిన వారికి ఈ రోజునుండే పురుషార్థం చేస్తున్న వారికి ఒకే ఫలం లభిస్తుందా? లేదు. కాబట్టి మా బుద్ధిలో జ్ఞానబీజం పడే వుంది మా నిశ్చయమనే పునాది బలంగా వుంది. మాకు ఫలాన పరిస్థితులు బాగయితే మేము పురుషార్థం చేయడం మొదలు పెడతాము" అనుట

తప్పుమాట. చిరకాల అభ్యాసంతోనే యోగస్థితి కూడా పరిపక్వమవుతుంది. తరువాత తలపై వినాశన కాలం వచ్చేస్తుంది. అపుడిక ఏమీ తయారు కాలేరు.

6. కేవలం నేను ఒక్కడినే కాదు ఇంకా చాలామంది కూడా వున్నారు

"నిర్లక్ష్య పరులు నేను ఒక్కడినేనా? ఇలా చాలామంది వున్నారు. వాళ్లకేమవుతుందో అదే నాకు కూడా అవుతుంది. ఇపుడు అందరి స్థితిగతులు చూస్తుంటే ఇంకా పురుషార్థం కోసం కొంచెం సమయముం దనిపిస్తుంది" అని ఆలోచిస్తుంటారు. ఇలాంటి ఆలోచనలతో మానవులు తమ బాధ్యతలను తేలిక పరుచుకొంటారు. నిర్లక్ష్యం యొక్క భావార్థం వాస్తవానికి బాధ్యతలను అర్థం చేసుకొనక పోవుటయే. ఏదైన ఈశ్వరీయ సేవ సమర్పించినపుడు నా పైననే ఈ కార్యం ఎందుకు పెట్టారు? అంటాడు. కానీ అతడు "వీళ్లు నేనే ఈ పని పూర్తి చేయగలరని ఆశించారు" అని ఆలోచించడు దీనితోటే నాభాగ్యోన్నతి కలుగుతుంది అనుకోడు. మాయా సంకల్పాలతో తన బుద్ధిని పాడు చేసుకొంటాడు. భాగ్యమును చెడగొట్టుకొంటాడు. అతడు సోమరితనంతో సంకల్పాన్ని గ్రహించలేక లభించిన భాగ్యాన్ని జార విడుస్తాడు.

ఈ విధంగా ఈశ్వరీయ సేవ పోగొట్టుకొంటాడు. కానీ ఎనిమిది గంటలు స్మృతియాత్ర చేయమని లేక అవ్యక్తస్థితిలో ఉండమని 'శివబాబా ఆదేశం' నా కోసమే అని ఆలోచించడు. ఇతరులు దానిని పాటిస్తున్నారా? లేదా? అనేది, ఈ విషయాలు గమనించుట

నాపని కాదు. నేను ఇతరులను ఎందుకు కాపీ చేయాలి? నేనెందుకు ఈ ఆజ్ఞా పాలన చేసి చూపించరాదు? ఇతరులు నన్ను చూచి గుణాలు గ్రహించరాదా? అని ఇలా చక్కగా ఆలోచిస్తే తన నిర్లక్ష్యం, సోమరితనం సంస్కారమును తొలగించుకొని చాలా ఉన్నతి పొందగలడు.

ఇదే విధంగా ఈశ్వరీయ సేవ విషయంలో 'సరే వీళ్ళు చేస్తున్నారు గదా చేయనీ నా పైన ఏమైన బాధ్యత వుందా. వీళ్ళు నా సలహా తీసికొన్నారా? నాకు చెప్పారా?" అని ఆలోచించరాదు. ఎవరైన చెప్పితేనే చేసేవారికి సగం ఫలం లభిస్తుంది. మిగతా సగం చెప్పిన వారికి లభిస్తుందని మనం గ్రహించాలి. ఇంతే కాకుండ ఇందులో ఎవరో చెప్పాల్సిందేముంది? "చేసుకొన్నవారికి చేసుకొన్నంత" (జో కరేగ సో పాయెగా) సామెత తెలుసు గదా! చేయండి అనే ఆహ్వానం అందరికీ వుంది. అవును పెద్దలకు గౌరవాన్నిచ్చి వారి అనుమతితో చేయాలి. కానీ "వీళ్ళు చేస్తున్న దానితో నేను స ంతృప్తిగానే వున్నాను" అనుట మనలోని కోపాన్ని ప్రకటిస్తుంది. కోపం రావడం, అలగడం అంటే మన భాగ్యంతోనే అలుగుట వంటిది. ప్రతి ఒక్కరూ తమ భాగ్యం తయారు చేసుకొనే ఆలోచన చేయాలి. దానికోసం ఛాన్సు తీసికొనాలి. అంతేగాని అలిగి ఒక మూలకు కూర్చొనాలా? లేక ఇతరుల స్వభావాలతో సంఘర్షణ పడి సోమరితనం, మరియు నిర్లక్ష్యం యొక్క హారాలు మెడలో వేసికోవాలా? ఆలోచించండి.

7 "ఇది సహజ మార్గం" దీనికి సరియైన అర్థం

శివబాబా అనేక మార్లు ఈ రాజయోగం సహజమార్గమని బోధించారు. చాలామంది అవగాహన సరిగా లేనందు వలన మనం ఏ కష్టాల్లో పడరాదన్న భావం తీసికొంటారు. మనం ఈశ్వరీయ సేవ చేయాల్సి వస్తే అందులో ఆకలిదప్పికలు సహించాల్సి వస్తుంది. నిద్రను త్యాగం చేయాలి. అనేక కష్టాలపాలు కావాలి. లౌకిక సౌకర్యాలు లేకుండా పని చేయాలి. ఎంత అలసిపోయినా పని చేయాలి. ఇవన్నీ చూచి వాళ్ళేమనుకొంటారంటే" మనం పనులు చేయవల్సిన అవసరం లేదు ఎందుకంటే మాది సహజమార్గం. మాది హఠయోగ మార్గం కాదు" అని భావిస్తారు. అలాగే "ఈశ్వరీయ స్మృతి యాత్రలో కూడా అవకాశం, వీలు, వసతి లభించినపుడే కుదురుతుంది" అని ఆలోచిస్తారు. కానీ వాస్తవానికి ఎన్నో కఠిన పరిస్థితులు ఎదుర్కొనుట వలననే ఆత్మలో బలం నిండుతుంది. సహజ మార్గమనుటలో గల భావం తెలిసి తెలిసి ఆకలితో ఉండటం ప్రాణాయామాలు, హఠ యోగాలు మొదలగునవి చేయనవసరం లేదని, అంతేగాని సేవాకార్యాలు చేయకుండా హాయిగా విశ్రాంతి ప్రియులు కమ్మని కాదు. ఇక్కడ మనం సుఖభోగభాగ్యాలలో విలాసంగా విశ్రాంతి అనుభవిస్తూ ఉంటే భవిష్యత్తులో మనకేం ప్రారబ్ధం లభిస్తుంది. ఇక్కడ మనం నిరాడంబరంగా శ్రమ జీవితం గడపాలి. ఈ విషయాన్ని ధ్యాసలో నిలుపుకొని ప్రతి పరిస్థితిలో ఈశ్వరీయ స్మృతి యాత్రలో ఉండే పురుషార్థం చేయాలి. "ఫలాన సమస్య పరిష్కారమైతే మనం ఈశ్వరీయ స్మృతిలో ఉండగలం, ఫలానా వీలు వసతులుంటే ఈశ్వరీయ సేవ చేయగలం" అని మనం ఆలోచించరాదు. ఇలా ఆలోచించుట కూడా సోమరితనం మరియు

నిర్లక్ష్యం యొక్క సూక్ష్మ రూపాలే.

ఒకవేళ శారీరక రోగాలుగానీ మరే ఇతర కారణాలుగానీ ఉన్నప్పటికీ "మనం ఈశ్వరీయ స్మృతియాత్రలో ఉందాము, తనువుతో కాకపోతే, మనసుతో, ధనంతో, వాక్కుతో, కొద్దిగానైనా కర్మలను చేస్తూ ఈశ్వరీయ సేవ చేస్తూ వుందాము. ముందు ముందు ఏవైన రోగాలు, కర్మభోగాలు, బలహీనతలు, దుర్ఘటనలు ఏమైన క్లిష్ట పరిస్థితులు రావచ్చు మనకేం తెలుస్తుంది" అని ప్రయత్నం చేస్తూనే ఉండాలి. అన్ని విధాలుగా తమ జీవితాన్ని తామే సఫలం చేసుకొనే ప్రయత్నం చేస్తూనే వుండాలి. ఇప్పుడు నిర్లక్ష్యంగా ఉండే, సోమరితనానికి లోబడే, సమయం కాదు - కానే కాదు.

8. ధైర్యం కోల్పోవద్దు మరల పురుషార్థం చేయండి

ఒక్కొక్కసారి మానవులు ఏవైనా ఆలోచనలను జయించాలని, సంస్కారాలని పోగొట్టుకొనాలని ప్రయత్నించినా ఫలితం ఉండక పోవచ్చు. అపుడు నిరాశ నిస్పృహలు కలుగుట వలన కూడా సోమరితనం నిర్లక్ష్యం వస్తుంది. కానీ రారాదు. ఈ విషయంలో రాబర్ట్ బ్రూస్ కథ ఒకటి ప్రసిద్ధి గాంచింది. అతడు ఒక సాలె పురుగు చాలా సార్లు క్రింద పడి పోయిన తరువాత కూడా మరల ఎక్కాలనే ప్రయత్నాన్ని చూశాడు. ఇపుడు శివబాబా "మీరు కూడా అధైర్య పడకండి" అని అంటున్నారు. చేతిలో జ్ఞాన ఖడ్గం తీసికొని డ్రామా అనే ఢాలు ధరించి మరల పురుషార్థం చేయండి. తప్పకుండ మాయపై మీకు విజయం సిద్ధిస్తుంది. మనం శివబాబా పిల్లల మయ్యాము అంటే సఫలత మన జన్మ సిద్ధాధికారం.

9 మాయ సంకల్ప - వికల్పాలు

మనిషి మనసులో బయలుదేరే సంకల్ప వికల్పాలు కూడా ఉత్సాహ ఉల్లాసాలను తక్కువ చేస్తాయి. అతనిని సోమరిగా చేసి నిరాశాభావాన్ని అంటీ ముట్టనట్లుగా కూర్చొనే భావాన్ని కలిగిస్తాయి. అపుడే పురుషార్థం చేయాలి. అని ఆలోచిస్తాడు. ఇలాంటి స్థితిలో ఈ దిగువ పేర్కొన్న ఉపాయాలను అవలంబించాలి.

(A) నేను ఎవరి వాడను?

లేస్తున్నా కూర్చున్నా ప్రపంచంలో ఎవరినైతే అందరూ స్మృతిస్తున్నారో అతనితో నాకు పితాపుత్రుల సంబంధం ప్రాక్టికల్‌గా వుంది. ఇపుడు నేను ఆ పరమోత్తముడైన తండ్రి బిడ్డనయ్యాను అని తలంచుకొనాలి. అపుడు బుద్ధి పైకి వెళ్ళుతుంది. దేహాభిమానానికి అతీతమై సాంసారిక విషయాల్లో తగుల్కొనదు. పరమాత్ముని ఒక్క క్షణకాల దర్శనం కోసం సాక్షాత్కారాల కోసం భక్తులు తలద్రెంచి పెట్టుటకు తయారవుతారు. ఆయన మనకు సహజంగా పరమపిత రూపంలో లభించుట అంటే మామూలు మాటలా? కోట్లమంది పరమాత్మను కొలుస్తుంటారు. కానీ గుర్తించలేరు. ఈశ్వరుని ఆరాధించే వాళ్ళు కూడా యధార్థంగా తెలుసుకొనలేరు, గుర్తించలేరు. ఇపుడు నేనెంత భాగ్యశాలిని "నాకు డైరెక్టుగా పరమపితతో సంబంధం కలిగింది" అనుకొనాలి.

(B) నా పాత్ర గొప్పది

తమ పాత్ర జ్ఞాపకం చేసికొనుట చేత కూడా ఉత్సాహ ఉల్లాసాలు కలుగుతాయి. కావున "నేను చాలా భాగ్య శాలిని, పరమపిత పరమాత్మతో మరియు ప్రజాపిత బ్రహ్మాతో నాకు పాత్ర లభించింది" అని ఆలోచించాలి. ఈ పురుషోత్తమ సంగమ యుగంలో పరమపిత శివ పరమాత్ముని సరియైన పరిచయం లభించింది. బ్రహ్మచర్యంతో మరియు యోగాభ్యాసంతో జీవితాన్ని గడిపే వారిలో నేనొక లెక్కింపదగిన వాడను అని ఆలోచించాలి.

(C) పరమాత్ముని కీర్తి

భక్తులు భగవంతుని కీర్తిస్తారు. కానీ మనం మనసులోనే పరమపిత పరమాత్ముని కీర్తించాలి. శివబాబా మీరు నిజంగా పతితపావనులు. మీరు మమ్మల్ని మాయా ఊబినుండి బయటకు తీశారు. మీరు సుఖశాంతి ప్రదాతలు. మీరు మా జీవితంలో సుఖసారం నింపారు. 'శివబాబా మీరు మా జీవితాలను కమల పుష్ప సమానంగా తయారు చేశారు". అని ఈ విధంగా శివబాబా గుణచింతనతో గూడా బుద్ధి వికసిస్తుంది. మరియు జీవితంలో ఆనందరసాస్వాదన కలుగుతుంది ఉత్సాహం పొంగుతుంది.

(D) మీరు నా కంటి రత్నాలు

భక్తులు భగవంతుని కాంతి మా కంటిలో ఇమిడి ఉందంటారు. ఆయన సదా మా కళ్ళకెదురుగా ఉన్నాడంటారు. భగవంతుని విగ్రహాన్ని ఎదురుగా పెట్టుకొని అలా అంటుంటారు. కానీ ఇప్పుడు మనకు వాస్తవిక స్వరూపం యొక్క పరిచయం లభించింది. అనుభవం కలిగింది కావున మనం కూడా సదా గద్గదం కావాలి.

అతని రూపాన్ని మన కళ్ళ నుండి అదృశ్యం కానీయరాదు. "ఆయన మన కంటి వెలుగు. మనతో ఎలా వేరు కాగలడు". అనగా మనం ఆయనను ఎలా మరిచిపోగలము.

(E) స్వర్గ దృశ్యాలు ఎదురుగా తెచ్చుకొనాలి

ఇంతేగాకుండ మనం స్వర్గ దృశ్యాలను ఎదురుగా తెచ్చుకొనాలి. మన మనసులో అక్కడ ఈ విధంగా భవంతులుంటాయి, కోటలుంటాయి, సరస్సులు, ప్రవహిస్తుంటాయి ఇలా అక్కడ ఎంతో శోభాయమానమైన దృశ్యాలుంటాయి... అక్కడ మనం ఇలా ఆటలాడుకొంటాము... అనుకుంటూ స్వర్గ చిత్రాలను దర్శించాలి. ఇపుడు విశ్వ వినాశ నానికి కొద్ది సమయం మాత్రమే ఉంది. ఇప్పుడు స్వర్గ సుఖాల రోజులు రానే వచ్చాయనుకోండి. కావున ఇపుడు మనం ఆ స్వప్నాలనే చూడాలి. మనసు లోనికి తెచ్చుకొనాలి. దాని వలన కూడా చాలా సంతోషం వస్తుంది. సోమరితనం సమాప్తమవుతుంది. మనం పురుషార్థం చేసినపుడే ఆ సృష్టికి వెళ్ళగలం. లేకపోతే ఎలా వెళ్ళగలం? అని గ్రహించాలి.

(F) ఇపుడు లేకున్న మరెపుడు లేదు

మనిషి స్వభావం ఇవ్వాళ చేసేదాన్ని రేపటికి వాయిదా వేయటం పైగా ఫలానా "పరిస్థితి దాటుకొంటే ప్రయత్నం చేస్తాను" అని ఆలోచించుట పొరబాటు. మనం నిరంతరం మన ఎదురుగా "ఇపుడు లేకపోతే ఎపుడూ లేదు" అనే నినాదం ఉంచుకొనాలి. "మనం రేపటి నుండి యోగం చేద్దాము" అనుకోకుండా ఇప్పటినుండే ఈశ్వరీయ స్మృతిలో ఉందాము అనే ఆలోచన చేయాలి. పరిస్థితులను స్వస్థితితో సరి చేసికొనాలి. అంతేగానీ పరిస్థితులు బాగయితే స్వస్థితి అభ్యాసం చేస్తామని ఆలోచించరాదు. వ్యవహారసిద్ధి అయితే మేము పరమార్థంలో మునిగిపోతాము అని ఆలోచించకుండా మేము పరమార్థంలో నిమగ్నమయితే వ్యవహారంలో కూడా తప్పకుండా ఈశ్వరుని సహాయం లభిస్తుంది అని ఆలోచించాలి.

ఈ విధంగా జ్ఞాన మథనం గావిస్తూ పురుషార్థంలో నిమగ్నం కావాలి. ఇపుడు ఎంత సమయం వ్యాపార వ్యవహారాలకిస్తున్నారో దానికంటే ఎక్కువ సమయం ఈశ్వరీయ స్మృతి మరియు ఈశ్వరీయ సేవకు ఇమ్మని శివబాబా అంటున్నారు. ఒకవేళ అలా చేయలేకపోయినా కనీసం దానికి వినియోగించినంత సమయమైనా ఇవ్వండి. లేకపోతే ఎంత సమయం వ్యాపారాలు, వ్యవహారాలు అంటూ దానిలోనే ఉంటే వెనుక పడిపోతారు - తరువాత పశ్చాత్తాపము చెందవలసి వస్తుంది.

ఆలోచన సాగరమధనం మరియు ఆత్మిక సంభాషణ

పరమపిత పరమాత్మ శివుడు అనేక పర్యాయాలు పిల్లలు! ఏకాంతములో కూర్చొని ఆలోచనా సాగరమధనం చేయమని చెప్పారు. దీని వలన కలిగే లాభాలు కూడా బోధించారు.

1. చెడు సంకల్ప వికల్పాల నుండి రక్షింపబడతారు. బుద్ధి పరిపరి
విధాల పరిభ్రమించకుండా ఈ అమృత మధనంలోనే నిమగ్నమవుతుంది.
2. సంతోషం పెంపొందుతుంది.
3. ఆత్మిక నషా ఎక్కుతుంది.
4. ఉన్నతి కలుగుతుంది
5. దివ్య గుణాలతో ఆత్మ పరిపక్వమవుతుంది.
6. ఆధ్యాత్మిక స్థితి ఉన్నతి చెందుతుంది
7. ఇతరులతో నషాగా హృదయపూర్వకంగా మాట్లాడగలరు. దీనివలన పాత సంస్కారాలు సడలి మెల్లమెల్లగా నశిస్తాయి. ఆ స్థానంలో సత్యయుగ సంస్కారాలు అలవడతాయి.

ఆలోచన సాగర మధనం వలన మనకి ఇన్ని లాభాలున్నపుడు మనం ప్రతిరోజు ఎందుకు కొద్ది సమయం ఈ శుభ కార్యానికి వినియోగించరాదు? అశుద్ధ సంకల్పాలు రావడానికి అవకాశమే లభించకుండా చేయవచ్చు గదా! ఈశ్వరీయ జ్ఞానం లభించక ముందు మన వద్ద ఇంతటి గొప్ప ఆలోచనలు లేవు. మనం

మనన చింతన చేయలేకపోయాము. ఇపుడు శివబాబా కళ్యాణకారి ఆలోచనలు ఇచ్చారు. వాటితో మానవుల ఆచారాలు వ్యవహారాలు చాలా ఉన్నతంగా తయారవుతాయి. జ్ఞాన సాగరుడగు పరమాత్మ ప్రసాదించిన ఆలోచనల వలన మన చిన్నబుద్ధి కూడా చిన్న ఆలోచనా సాగరమయినది. కావున ఈ పురుషోత్తమ సంగమయుగంలోనే మనం ఈ ఆలోచనా సాగరమధనం (High Thinking) చేయగలము. దీనితోనే ఆత్మలో చక్కని సంస్కారాలను ధృఢంగా చేయవచ్చు. మన ఆలోచనలే ఆచరణకు సుఖదుఃఖాలకు ఆధారం. కావున మన ఆలోచనలు ఉన్నతంగా ఉండాలి.

"ఆలోచనా సాగర మధనం" ఎలా చేయాలి?

ఆలోచనలను మధించడం ఎలా? మన ఆలోచనలు రూపురేఖలు, విధివిధానం ఎలా వుండాలి? అనేది ఒక ప్రశ్న. ఆలోచనా సాగర మధనం యొక్క పద్ధతి మేము దాని వలన కలిగే లాభాల గురించి, చెప్పిన వాటిని గురించి ఆలోచిస్తే మీకే తెలుస్తుంది. ఉదా : - ఆలోచనా సాగరమధనం చేయుట వలన సంతోషం పొంగిపోతుంది అనే లాభం గురించి చెప్పాము. ఇపుడు మీకందరికీ 'సంతోషం ముఖ్యంగా రెండు కారణాలు వలన పెంపొందుతుందని తెలుసు. ఏదైన సమస్య పరిష్కారమైనపుడు, లేదా ఏదైన ప్రాప్తి లభించినపుడు. కావున మనం ఈశ్వరీయ జ్ఞానం యొక్క ఏదో ఒక మహావాక్యం లేక ఒక రహస్యం తీసికొని ఆ జ్ఞాన బిందువులతో సమస్యలు ఎలా పరిష్కరించబడుతున్నవో, దానివలన మన జీవితంలో ఏయే ప్రాప్తులు కలుగుతున్నాయో

చింతన చేయాలి. సమస్యలు కూడా ముఖ్యంగా మూడు రకాలుగా వుంటాయి. ఒకటి మన వ్యవహారంతో సంబంధించినవి, రెండవది మన పురుషార్థానికి సంబంధించినవి. మూడవది మన సమాజము, దేశము, లోకానికి సంబంధించినవి. ఈ విధంగా ఏదో ఒక జ్ఞాన బిందువును తీసికొని మనం ఈ మూడు రకాల సమస్యలతో సంబంధించి చూచుకొనాలి. ఈ విషయం మేమొక ఉదాహరణతో స్పష్టం చేస్తాము.

శివబాబా జ్ఞాన మురళీలో ప్రతిరోజు వచ్చే ఒక ముఖ్య మహావాక్యం పిల్లలూ ! ఆత్మాభిమానిగా కండి! అంటారు. ఇపుడు మనం దీని గురించి ఆలోచనలను పరిగెత్తించి ఈ మహావాక్యం ఏ విధంగా మన సమస్యలను పరిష్కరిస్తుందో చూద్దాము.

"ఆత్మ నిశ్చయంతో వ్యవహారం ఎలా బాగవుతుంది?"

ముందు మనం మన వ్యవహారమును తీసికొందాము. మన వ్యవహారంలో ఆత్మిక దృష్టినవలంభించి, ఆత్మ నిశ్చయంతో ప్రవర్తిస్తే మనకు అలసట అనేది రాదు. మన దృష్టి చెడిపోదు. మూడవది మనం వికారాలతో, పాప కర్మలతో గూడా రక్షింపబడతాము. నిరాకారి స్థితితో నిరహంకారి, నిర్వికారి స్థితి లభిస్తుంది. కావున స్వయమును దేహానికి అతీతంగా ఆత్మ నిశ్చయం చేసికొనుటచేత మనలను వాళ్ళు కూడా ఇతరులకు అతీతంగా అనుభవం చేసికొంటారు. మనం వాళ్ళకు ప్రియంగా అనిపిస్తాము. ఈ విధంగా మన వ్యవహారంలో శాంతి, ప్రేమ, సద్భావన ఉంటాయి. చూడండి ఎన్ని రకాల అమూల్యమైన మహా

వాక్యాలో! దీనివలన మన వ్యవహారం రమణీయంగా అందంగా తయారవుతుంది. ప్రస్తుత సమయంలో కూడా శాంతి ప్రదాయకంగా భవిష్యత్తులో గూడా సుఖ ప్రదాయకంగా వుంటుంది. మన వ్యవహారం బాగుపడుటయేగాక మన జీవితంలో శుభ పరివర్తన కలుగుతుంది. మోసం, కపటం, లోభం, మోహం మొదలగునవన్నీ తొలగిపోతాయి. మన మనస్సులో ఒక విధమైన ఉల్లాసం వస్తుంది. శక్తి పెంపొందుతుంది. ఈ ఒక్క మహా వాక్యాన్ని ఆచరించడం వలన మన అనేక చింతలు, వ్యధలు, వాసనలు(కోరికలు) వేదనలు ఉపశమిస్తాయి. మరియు మనం బిందు స్వరూపాత్మలమై ఆత్మిక సుఖంలో ఆనందించుట నేర్చుకోగలము.

పరమార్థంలో "ఆత్మ నిశ్చయమునకు" గల మహాత్యం

ఇపుడు పరమార్థంతో ఈ మహావాక్యం యొక్క సంబంధాన్ని జోడించండి. మనం భక్తి మార్గంలో కూడ జపము, తపము, యజ్ఞం, పూజ, యాత్ర, భక్తి చేస్తూ వచ్చాము. కానీ ఆత్మనిష్ఠ లేనందువలన, ఆత్మిక దృష్టి లేనందువలన నిర్వికారిగా కాలేకపోయాము. సాధనా పథంలో ముందుకు సాగలేక పోయాము. ప్రతీ రోజూ "విషయవికారాలు పోగొట్టు, పాపాలు హరించు దేవా!" అని ప్రార్థన చేస్తూనే వున్నాము కానీ మన పాపాలు నశించలేదు. కారణమేమంటే అన్ని వికారాలు దేహాభిమానంతోటే జన్మిస్తాయి. ఆత్మ నిశ్చయంతో నశిస్తాయి.

కానీ మనం ఆత్మ నిశ్చయం యొక్క అభ్యాసమే చేయలేదు. మనం ఆత్మలం అని మాత్రం తెలుసు. కానీ నడుస్తూ, తిరుగుతూ, పనులు చేస్తూ, ఆత్మిక స్మృతిలో ఉపస్థితులమై ఉండే అభ్యాసం చేయలేదు. భక్తి చేయడానికి కూర్చునే వాళ్లం కానీ మనలను మనం "దేహానికి భిన్నమైన ఒక ఆత్మ" అనే నిశ్చయంతో కూర్చోలేదు. పూజలు, యజ్ఞాలు, అన్నీ దేహాభిమానంలో ఉండే చేసేవాళ్ళం. కావున మనకు పూర్వ వికర్మలు దగ్ధం కాకపోయేవి. ముందు కూడా అవి వదలక పోయేవి. శాంతి కూడా లభించేది కాదు. ఈశ్వరీయ స్మృతి యొక్క సుస్థిరమైన యథార్థమైన ఆనంద రసానుభూతి కలుగక పోయేది. పైగా ఎంతో ధనం ఖర్చు చేసినప్పటికీ, అనేక స్థానములలో వెళ్ళి తలలువంచి నమస్కరించినప్పటికి ఎన్నిచోట్ల తిరిగినప్పటికీ, శాస్త్ర గ్రంథాలు చదివినప్పటికీ, గురువులు స్వామీజీల వద్దకు వెళ్ళినప్పటికీ "మా మనసు చంచలంగా వుంది. మాకు మానసిక శాంతి లేదు. మాకు శాశ్వతంగా ఆత్మిక ఉన్నతి కలుగుట లేదు" అనేవాళ్ళం. ఇపుడు ఆత్మ స్వరూప స్థితి లోనికి వెళ్ళే అభ్యాసం చేయగానే చాలా శాంతి లభిస్తుంది. ఆత్మయొక్క స్వధర్మమే శాంతి. మన జీవితంలో పవిత్రత కూడా వస్తుంది. ఈశ్వరీయ స్మృతిలో ఉ ండగలం. ఎందుకంటే ఈశ్వరునితో మనకుగల సంబంధం దైహికమైనది కాదు ఆత్మికమైనది. అంతకు ముందు మనం దేహాభిమానంలో వుండేవాళ్ళం కాబట్టి మనస్మృతి పరమాత్మతో జోడింపబడకపోయేది. ఉదా :- ఒక కరెంటు తీగ జోడించుటకు రెండింటి పైనున్న ప్లాస్టిక్ రబ్బరును తొలగించి తీగలను

కలిపినపుడే విద్యుత్‌శ్చక్తి ప్రసరించినట్లు మనం శరీరానికి అతీతమైన ఒక ఆత్మగా భావించి కూర్చొనుట చేత మరియు పరమపిత పరమాత్మను కూడా నిరాకారుడు, శరీర రహితుడు మరియు సర్వ శ్రేష్ఠాత్మగా భావించి అతనితో స్మృతి ద్వారా సంబంధం జోడించుటచేతనే ఆత్మ లైట్‌మైట్ శక్తి యొక్క అనుభవం చేసుకొంటుంది. కావున ఈ ఒక్క మహావాక్యం చేత పరమార్థంలో చాలా తేడా వస్తుంది. ఉన్నతి కూడా కలుగుతుంది.

"ఆత్మాభిమానిగా అగుట వలన దేశము, సమాజము, మరియు ప్రపంచ పరిస్థితుల పరిష్కారం"

ఇపుడు దేశము, సమాజము, మరియు ప్రపంచ సమస్యలతో ఈ మహావాక్య సంబంధాన్ని జోడించండి. దేహ దృష్టిని విడిచి ఆత్మిక దృష్టిని అవలంభించుట వలన మనం అందరితో సోదర సంబంధం చక్కగా కలుపుకొనవచ్చు. ఈనాడు హిందు - ముస్లిం - సిక్కు - క్రైస్తవులలో గల తగాదాలు, గుజరాతీ, మహారాష్ట్రీయులు మొ॥లగు జాతి మత భేదాలు, కలహ క్లేశాలు ఇవన్నీ పరస్పరం ఆత్మిక స్నేహంతో ఆత్మిక దృష్టితో, సమాప్తి చెందుతాయి. ఎందుకంటే ఆత్మ స్వరూపంతో అందరూ ఒకే దేశం (పరంధామం) నుండి వచ్చారు. మరియు అందరికి ఒకే ఒక పరమపిత పరమాత్మయే తండ్రి కావున అందరూ సోదరులు. అందరి ఆత్మిక ధర్మం (వాస్తవిక లక్షణం) పవిత్రత మరియు శాంతి. అందరి భాష ఆత్మిక సైలెన్స్, ఆత్మిక దృక్పథంతో ఉండుటచేత బ్రహ్మచర్యంలో ఉండగలరు. ఈ విధంగా జనాభా నియంత్రణ కూడా జరుగుతుంది. ఈనాడు

ప్రపంచంలో భ్రష్టాచారం, కల్తీ, హింస మొదలగు దుఃఖానికి హేతువైన వన్నీ ఈ మహావాక్యానుసారం వ్యవహరించుటచేత నివారించ బడతాయి.

"సంతోషం పొంగి పోతుంది"

పైన చెప్పిన విధంగా మీరు ఆలోచనా సాగర మధనం చేస్తే మీ సంతోషానికి అవధులుండవు. "ఓహెూ శివబాబా నన్ను ఎంత గొప్పవాడ్ని చేశారు. ఎంత చక్కని అమూల్యమైన ఉపాయం చెప్పారు". అని ఆనందిస్తారు. ఇది వ్యక్తి మరియు సమాజ కళ్యాణానికి కాయకల్ప చికిత్స చేసే పరమౌషధం. నేను చాలా గొప్ప సౌభాగ్య శాలిని. నా బుద్ధిలో ఈ విషయం నిలిచింది. ఇపుడు నా వ్యవహారం పరమార్థం రెండు నెరవేరతాయి. ఇతరులకు కూడా ఈ మహావాక్యాలను గురించి పరిచయం ఇచ్చి నేను లోక కళ్యాణార్థం ఈ "ఆత్మిక సేవ చేస్తాను". అనే ఆలోచనలు వస్తాయి.

ఆత్మిక నషా

మీరు ఈ విధంగా ఆత్మ నిశ్చయం యొక్క లాభాన్ని గ్రహించి అదే స్థితి అభ్యాసంలో నిమగ్నమైనపుడు స్వాభావికంగా మీకు ఆత్మిక నషా పెరుగుతుంది. మీరు ఆలోచనా సాగర మధనం చేసి చూచినట్లయితే ఈ మహావాక్యంతో అన్నిరకాల సమస్యలు కూడా ఒక్క పైస ఖర్చు లేకుండ పరిష్కరించ బడతాయి. దీనితో అమూల్యమైన శాంతి లభిస్తుంది. భవిష్యత్తులో కూడా అపారసుఖం లభిస్తుంది. ఇపుడు కూడా సంతోషం ఉప్పొంగుతుంది మరియు ఆత్మ స్వరూప నిశ్చయంలో ఉపస్థితులగుటవలన ఆత్మిక నషా పెంపొందుట సహజ స్వాభావికమైనదే అవుతుంది. ఆత్మ

పరమాత్ముని సంతానం కావున మానవులు తమను తాము పరమాత్ముని సంతానంగా భావించి వికసితోన్ముఖంగా ఉంటారు.

ఆలోచనా సాగర మధనం చేయుట వలన సంతోషం కలుగుతుంది. ఆత్మిక నషా వస్తుంది. అనే విషయాలు స్పష్టంగా తెలుసుకొన్నారు. వ్యవహారం పరమార్థం మరియు ప్రపంచ సమస్యలు ఈశ్వరీయ జ్ఞాన పాయింట్స్‌తో ఎలా పరిష్కార మవుతాయో గ్రహించాము. దానివలన సంతోషం ఆత్మిక నషా కూడా పెంపొందుతుందని తెలుసుకొన్నాము. ఇందులో మేము మూడవ లాభం గురించి చెప్పాము. "ఉన్నతి కలుగుతుంది" అని మన ఉన్నతి కోసం శివబాబా జ్ఞానం, యోగం, దివ్య గుణధారణ మరియు ఈశ్వరీయ సేవ ఈ నాలుగు కావాలని చెప్పారు. కాబట్టి ఏ పాయింట్ గురించి మీరు ఆలోచనా సాగర మధనం మొదలు పెట్టారో దాని సంబంధం, వ్యవహారం, పరమార్థం మరియు దేశ సమస్యలను జోడించిన తరువాత మీరు జ్ఞానం, యోగం, దివ్యగుణాల ధారణ, ఈశ్వరీయ సేవతో జోడించాలి. ఇదే ఆలోచనా సాగర మధనం యొక్క పద్ధతి.

సంపూర్ణ జ్ఞానంలో "ఆత్మ నిశ్చయం" యొక్క మహత్యం

ఇపుడు మీకు ఆలోచన మొదలవుతుంది "ఆత్మ నిశ్చయంలో ఉండాలి" ఇది మొత్తం జ్ఞానానికి పునాది. ఎందుకంటే ఆత్మిక జ్ఞానం ప్రారంభమయ్యేదే ఆత్మతోటి. మనలను మనం ఆత్మగా భావించ కుండా దేహంగా భావించినట్లయితే జ్ఞానాధారమే నశిస్తుంది. ఆత్మయే లేకపోతే పునర్జన్మలు ఎవరివి ఎలాగ? ఆత్మయే లేకపోతే కర్మల ఖాతాలే తోడురావు. మరి మనం మంచి కర్మ ఎందుకు చేయాలి? చెడు కర్మలనుండి ఎందుకు రక్షించుకొనాలి? ఆత్మయే లేకపోతే మహాత్మ, పరమాత్మల, అస్తిత్వమే (ఉనికి) లేదు. ఆత్మగా భావించకపోతే పూర్వం మనస్థితి ఎలా వుంది? మనం ఎపుడు ఏ విధంగా అపవిత్రులు అయ్యాము. ఇపుడు పావనంగా అగుట వలన మనకు సద్గతి ఎలా కలుగుతుంది? ఇవన్నీ గ్రహించ జాలము. కావున "ఆత్మ నిశ్చయానికి" చాలా మహత్వమున్నది. ఇది లేకుండా ముక్తి – జీవన్ముక్తి, యోగం, దివ్య గుణాలు మొదలగు చర్చకూడా నిరర్ధకమవుతుంది. తరువాత జ్ఞానమనగా ఏ విషయము ఎలా ఉన్నదో దానిని అదే విధంగా గ్రహించుట. రోజంతా మనం వేలసార్లు నేను, నేను అను శబ్దాన్ని ప్రయోగిస్తుంటాము. ఈ నేను అనేశబ్దం దేనికి గుర్తు? నేను దేహాన్నా? లేక ఆత్మనా? ఈ విషయం గురించి ముందు తెలుసుకొనాలి. మనలను మనం సరియైన పద్ధతిలో గ్రహించుకోకుండా మిగతా వాటిని గురించి ఎలా తెలుసుకొన గలము? ఈ విధంగా ముందు ఆత్మ నిశ్చయం చేసుకొనే అవసరం చాలా వుంది. ఒక వేళ జ్ఞాన వంతుడైన వ్యక్తి తనను తాను ఆత్మ నిశ్చయం చేసుకోక పోతే జ్ఞానికి, అజ్ఞానికి భేదమే ఉండదు.

"యోగంలో ఆత్మనిశ్చయ మహత్త్వం"

యోగమంటే "పితాపరమాత్ముని స్మృతిలో ఉపస్థితులగుట" అని భావార్థం. పరమాత్మ శబ్దం పరం + ఆత్మతో తయారైనట్టిది. పరమాత్మను ఆత్మ సంబంధంతో పరమపిత అన్నారు కానీ శారీరక సంబంధంతో కాదు. కావున ఆత్మ నిశ్చయం లేకపోతే యోగం కూడా ఆరంభం కాదు. ప్రతిదిన వ్యవహారంలో ఆత్మనిశ్చయ బద్ధులై ప్రవర్తించకపోతే యోగాభ్యాస సమయంలో కూడా మనసు ఏకాగ్రం కాదు. వారికి ఈశ్వరీయ స్మృతి యొక్క ఆనంద రసాస్వాదన కలగదు. "నేను ఈ దేహానికి భిన్నమైన ఒక జ్యోతి బిందు ఆత్మను, నేను పరంధామం లేక బ్రహ్మలోకం నుండి ఈ సృష్టియనే రంగస్థలానికి వచ్చాను"... ఈ విధంగా నిశ్చయం కలిగి ఉన్నపుడే యోగ సోపానాలు అధిరోహించగలరు. ఇప్పటి వరకు కొందరు యోగాసనాలు మరికొందరు దేహధారులైన విష్ణువు, శంకరుడు, రాముడు, కృష్ణుడు, ఏసుక్రీస్తు, బుద్ధుడు మొదలగు - దేవీ దేవతలను లేక మహనీయులను భక్తి లేక పూజ చేయుటలో మునిగి యున్నారు. కావున పరమపిత పరమాత్మ శివుడు అన్నిటికంటే ముఖ్యమైన అమూల్య రహస్యం "మీరు దేహం కాదు, పరమాత్మకాదు మీరొక జ్యోతిర్బిందు ఆత్మ. భగవంతుడు కూడా పరమోన్నతమైన ఆత్మ" అని ప్రబోధించారు. కావున ఇపుడు మనం స్వయమును ఆత్మ నిశ్చయం చేసికొనాలి. భగవంతుని పరం + ఆత్మగా నిశ్చయం చేసుకొనాలి. ఇదే సత్యమైన యోగం. ఈ విధంగా ఆలోచించుట చేత యోగ విషయంలో (Subject) కూడా మన ఉన్నతి అవుతుంది.

"దివ్యగుణ ధారణ మరియు ఆత్మ నిశ్చయం"

ఆత్మాభిమానిగా అగుట వలననే దివ్య గుణ ధారణ అవుతుంది. సర్వగుణ నిధి భండారా శివ పరమాత్మయే. మనం ఆత్మిక స్వరూపంలో ఉన్నప్పుడు పరపమిత పరమాత్మ స్మృతి తప్పక కలుగుతుంది. ఈశ్వరీయ స్మృతితో మధురత, ప్రేమ, శీతలత్వం, అంతర్ముఖత్వం, సహనశీలత, అచంచలత్వం, నిర్భయత మొదలగు గుణాలన్నీ తప్పకుండ ధారణ అవుతాయి. ఆత్మ దేహానికి భిన్నమైన నిరాకార స్వరూపమయ్యే ఉన్నది. నిరాకార స్థితిలో ఉండుట వలన నిరహంకారత్వ స్థితి కలుగుతుంది. నిరహంకారత్వం అన్ని గుణాలకు నిధి వంటిది. కావున "దివ్య గుణాలనే వృక్షానికి బీజం ఆత్మ నిశ్చయము, రాక్షస లక్షణాల బీజం దేహాభిమానం" అని స్పష్టమవుతుంది. గనుక ఆత్మ నిశ్చయంలో తప్పకుండా ఉండాలి. దీనితోనే దివ్యగుణాల విషయంలో కూడా ఉన్నతి కలిగి మనం దేవతలుగా తయారవుతాము. జీవన్ముక్తి దేవపదవి ప్రాప్తికి ఆత్మచింతన ఒక్కటే సోపానము. పతితులయ్యే సోపానం పరచింతన. పరచింతనలో దేహ చింతన దేహాభిమానం అన్ని కలిసి వున్నాయి. దేహము వేరు మనం వేరు మనం దేహానికి అతీతమైన ఆత్మలము.

ఈశ్వరీయ సేవలో ఆత్మాభిమాని

ఈశ్వరీయ సేవ అనగా నేమి?

ఈశ్వరీయ సేవ అనగా ప్రజలకు పరమాత్ముని పరిచయం ఇవ్వడం, వారి జీవిత లక్ష్యాన్ని బోధించుట. పవిత్రులై దివ్యగుణ ధారణ చేసే పాఠాలు చెప్పుట, మరియు వారిని ఆత్మాభిమానిగా చేయుట. మనమే స్వయంగా ఆత్మాభిమానిగా కాకపోతే శుష్క పండిత జ్ఞానంతో విసే శ్రోతలు కూడా ఆత్మాభిమానులు కారు. వాళ్ళు కూడా వినీవిననట్లు చేస్తారు. మనం ఆత్మ నిశ్చయంలో ఉంటూ మనం దృష్టిఇస్తే ఆత్మభావంలో ఉండగలిగితే వాళ్ళు కూడా ఆత్మనిశ్చయంలో వుంటూ శాంతి, పవిత్రతల ప్రయోజనం గ్రహిస్తారు. పరమపిత పరమాత్మునితో మన బుద్ధి సంబంధమును త్రెంచి ఇతరులకు జ్ఞానం వినిపిస్తే అది వారిపై ప్రభావం పడదు. ఆ జ్ఞానం వారికి బాగనిపించినప్పటికీ వారిలో ధారణ కాదు. కావున తమ ఉన్నతి, ఇతరుల ఉన్నతి కోసం ఆత్మనిశ్చయంలో వుండుట తప్పనిసరి అని గ్రహించాలి.

ఈ విధంగా మనం ఈశ్వరీయ మహాకావ్యాలు "పిల్లలూ ఆత్మనిశ్చయం పెట్టుకోండి, దేహాభిమానాన్ని విడిచిపెట్టండి" అనే మాటను మన నాలుగు పాఠ్యాంశాలతో జోడించినట్లయితే ఇది ఒక మహత్త్వ పూర్వకమైన మాట చెప్పారని తెలుస్తుంది. ఈ మహా వాక్యాన్ని ఆచరించలేకపోతే మన విద్యలోని నాలుగు పాఠ్యాంశాలలో మనం బలహీనంగా అవుతాము. తక్కువ మార్కులు వస్తాయి. మన పాప కర్మలు దగ్ధం కావు. ధర్మరాజ పురిలో శిక్షలు అనుభవించాల్సి వస్తుంది. మనం సర్వగుణ సంపన్నులుగా కాజాలము. మనకు ఉన్నత దేవతా పదవి లభించదు. ఈ విధంగా

మనం ఆలోచనా సాగర మధనం చేస్తూ ఆత్మ నిశ్చయంతో వుండాలి అనే "ఆజ్ఞ" యొక్క మహాత్వం మనసులో ఇంకా స్పష్టమవుతుంది. అభ్యాసం చేయనారంభిస్తాము. సర్వతోముఖోన్నతి కూడా కలుగుతుంది.

దివ్య గుణధారణ పరిపక్వమై స్థితి ఎలా పెంపొందుతుంది.

ఏ విషయమైన సరే చక్కగా స్పష్టంగా అవగాహన కలిగితే దాని మహిమను గురించి నిశ్చయ బుద్ధి అవుతారు. మనసులో వారికావిషయం గాఢంగా నాటుకొంటే ఇక ఆచరించకుండా ఉ ండలేరు. ఏదో ఒక జ్ఞాన బిందువు ద్వారా అన్ని సమస్యలు పరిష్కారమగుట చూస్తున్నపుడు దానిని వ్యవహారానికి పరమార్థానికి మేలు కలిగించేదని తప్పకుండా భావిస్తారు. తమ ఆధ్యాత్మిక విద్యకు ఒక మహిమాన్వితమైన అంగముగా అంగీకరించుటచే అది మన ధారణగా తయారవుతుంది. అది లేకపోతే మనకు ఉన్నతి లేదని, కళ్యాణం లేదని గ్రహించి ఆచరిస్తాము. అంతకు ముందు మనకు జ్ఞానం ఒక పాయింట్ మాత్రంగా వుండేది. ఇపుడు ఒక సంస్కారంగా సహజ స్వభావంగా మారుతుంది. మన ముందు ఎన్ని కష్టాలు వచ్చినా ఎన్ని పరీక్షలు దాటుకోవలసి వచ్చినా మనం ఆ శ్రేష్ఠత నుండి తొలగిపోలేము. ఇంతటి పరిపక్వంగా మన బుద్ధిలో పాయింట్ ధారణ అవుతుంది. ప్రతి విలువలను ఆచరణలోనికి తీసికొని వస్తాము. ఆత్మనిశ్చయంలో ఉపస్థితులమై ఈశ్వరీయ మహా వాక్యాల గురించి ఆలోచనా సాగర మధనం చేస్తూ చేస్తూ ఇదే సర్వ సమస్యలకు ఒకే ఒక పరిష్కారం. ఇదే సుఖ శాంతికి ఏకైక

సాధనం. ఇది లేకుండా జీవితానికి కళ్యాణం లేక ఉన్నతి కలుగదు అనే నిష్కర్ష వద్దకు చేరుకొంటారు. ఇపుడు చెప్పండి, ప్రతి పరిస్థితిలో ఈ శ్రేష్ఠత గురించే ఆచరించే ప్రయత్నం చేస్తారు గదా?

ఈ విధంగా మనం దీనిని ఆచరించే తీవ్ర ప్రయత్నంలో మునిగినపుడు మన ఆత్మిక స్థితి కూడా పెంపొందుతుంది. మనస్థితిని పెంపొందించే పురుషార్ధంలో బలాన్నిచ్చే వస్తువే నిశ్చయం. ఒక్క మాట యొక్క మంచిలో ఎంతగా మనకు నిశ్చయముంటే అంతగా మనం దానిని స్వీకరిస్తాము. ఈ ఒక్క మాట ఎంతగా మనం తప్పనిసరి అనుకొంటామో అంతగా పాటించుటకు తీవ్ర పురుషార్థం చేస్తాము. ఆలోచనా సాగర మధనంతో మన నిశ్చయం కూడా దృఢమవుతుంది. మనం జ్ఞానం యొక్క ఏ రహస్యమును గురించైనా మహత్వ పూర్ణమైన దర్శనం చేసికోగలము. నిస్సందేహంగా మధనం యొక్క ఫల స్వరూపంగా మన ఆధ్యాత్మిక స్థితి కూడా పెంపొందుతుంది. ఉన్నత ఆలోచనల వలన మనం ఉన్నతంగా తప్పక తయారు కాగలము.

"సంకల్ప - వికల్పాల నుండి ఎలా రక్షించుకొనగలము".

మనం ఏకాంతంలో కూర్చొని ఆలోచనా సాగర మధనం చేసే అలవాటయితే పరచింతన, దోష దృష్టి, వ్యర్థ చర్చలో సమయాన్ని, శక్తిని నష్టపరుచుకొనకుండా రక్షించుకొన గలము. మన బుద్ధి జ్ఞాన రసం త్రాగుటలో మునిగిపోవుటచేత వ్యర్థం సంకల్ప వికల్పాలు రావడానికి అవకాశమేది? కావున మనసు వ్యాకులత్వంతో, చంచలత్వంతో, వ్యర్థత్వం, సందిగ్ధత్వం నుండి రక్షించుకొనే పద్ధతి ఒక్కటే "ఆలోచనా సాగర మధనం" అంతకు ముందు మన మనసులో పెంపొందిన వికారాలు నిర్జీవ మవుతాయి. మనలోని సంకల్పాల తుఫానులు క్షీణించి శాంతిస్తాయి. విషయవాసనలు తొలిగిపోతాయి. ఎన్ని లాభాలు విచార సాగర మధనం వలన ఉ న్నాయో చూడండి.

"ఆలోచనలనే బండికి బ్రేకు, లైటు, యాక్సిలేటర్"

ఆలోచనా సాగర మధనం యొక్క పద్ధతి మరియు సిద్ధిగురించి మేము పైన వివరించాము. ఆలోచనలు నడిపించుట ఒక మోటారు కారును నడిపించుట వంటిది. ఒక వ్యక్తి కారును నడిపిస్తున్నపుడు అతనికి బ్రేకు వేయుటగాని, బండిని మలుపు త్రిప్పుటగాని రాకపోతే, ఆ వ్యక్తి యొక్క ఆ కారు యొక్క పరిస్థితి ఎలా వుంటుందో మీరే చెప్పండి? బండిని త్రిప్పే స్థానంలో త్రిప్పలేకపోయినట్లయితే అతడు ఎలా పనికి వస్తాడు? వెనుక వచ్చే బండ్లను గురించిగాని, మరియు కారుకు పెట్టబడిన అద్దాల ప్రయోజనముగాని తెలుసుకొనలేక

పోతే అతని గతి ఏమి అవుతుంది?

ఈ శరీరం అనేది ఒక మోటారు కారు వంటిది ఆత్మ దాని యొక్క డ్రైవర్. డ్రైవర్‌కి దీనిని ఉపయోగించే విధానం కూడా తెలియాలి అని మనం చెప్పుతున్నాము కూడా. ఎవరైనా ఆలోచనా సాగర మధనం చేయటానికి కూర్చుని ఏదో ఒక జ్ఞాన బిందువును తీసుకొని దాని మీద పరిశోధన చేయుటకు కూర్చుంటారు. కాని అతని పూర్వపు చెడు స్వభావాల వలన అతనిలో అశుద్ధమైన ఆలోచనలు నడుస్తున్నందువలన దానిలోనే మనస్సు కొట్టుకుని పోతూ వుంటే అతనికి నష్టమేగాని లాభం కలుగదు. కాబట్టి ఆ సమయంలో ఆలోచనలను మలచాలి. అశుద్ధమైన ఆలోచనలకు బ్రేకు వేసి శుద్ధమైన ఆలోచనలను ప్రారంభించవలసి వస్తుంది. లేకపోతే దుర్ఘటనలు సంభవిస్తాయి. అనగా మన మనస్సు అశాంతి పాలవుతుంది. మూడ్ పాడవుతుంది. ఆరోగ్యం పైన కూడా చెడు ప్రభావం పడుతుంది.

కావున మన మోటారు కారు బ్రేకు ఎలాంటిది? బ్రేకు ఎప్పుడు వేయాలి? అనే విషయాలు గ్రహించాలి. మరొక విషయం కారులో స్టీరింగ్ ఎలాంటిది? మనం దానిని ఎక్కడ ఎప్పుడు ఎట్లా త్రిప్పాలి? అవి కూడా తెలుసుకోవాలి.

"మన్మనాభవయే బ్రేకు"

మన బండికి బ్రేకు మన్మనాభవ ఆలోచనా సాగరమధనం చేస్తూ - చేస్తూ వుండగా, మన మనస్సు పరచింతనలో, దోషాలలో, దేహాభిమానములో, లేక అజ్ఞానం వైపు వెళ్ళుచున్నట్లయితే మనం మన్మనాభవ అనే బ్రేకు వేసుకొనాలి. మన ఆలోచనల వేగమును తగ్గించి మనస్సును శివబాబా స్మృ తిలో నిమగ్నం చేయాలి. "నేను ఒక జ్యోతి బిందువును, శాంతి స్వరూప ఆత్మను" ఈ స్మృతి లోపల నిలపాలి. మరియు ఒక్క మారుగా సైలెన్సులోనికి వెళ్లిపోవాలి. సృష్టి అనే డ్రామా భావి(విధి) కూడా మన ఈ కారుకి హాండ్ బ్రేక్ వంటిది. "ఫలానా విషయం జరగకుండా వుండవలసినది. అది ఎందుకు అయినది? ఇలా జరిగితే బాగుండేది. ఫలానా వ్యక్తి లేక పరిస్థితి నా కిష్టంలేదు. ఇలాంటి విషయాలపై ఎక్కువ ఆలోచనలు వస్తుంటే డ్రామా" అనే పాయింట్‌ను బ్రేకుగా ఉపయోగించాలి. "ఈ సృష్టియనే డ్రామాలో ఏది జరగవలసి వుందో అదే జరిగింది. ఇపుడు విషయాన్ని విడిచిపెట్టి ముందు జరుగవలసినదాన్ని గురించి ఆలోచించాలి" అనుకోవాలి.

మన బండికి బ్రేకు గురించి తెలిసింది. దీని స్టార్టర్ నడిపించే పార్ట్స్ (భాగాలు) పద్ధతి ఏది? అది నిశ్చయం. మన నిశ్చయం ఏ విధంగా వుంటే ఆ విధంగా మన బండి నడుస్తుంది. మన నిశ్చయం బాగుంటే బండి బాగా నడుస్తుంది. లేకపోతే త్రోసుకుంటూ ఇతరులు త్రోస్తూ వుంటే నడుస్తుంది. మన బండికి పెట్రోలు ధైర్యం, సాహసం. ధైర్యం సాహసం లేకపోతే బండి ఆగి పోతుంది. పురుషార్థం నడవదు. జ్ఞానమే మన కారుకు పెట్రోలు. జ్ఞానమనే పెట్రోలులో

చెత్త (కచరా) కలిస్తే, అనగా మానవమతం కలిసినా బండి నడవదు. ఆలోచనా సాగర మధనం కాదు.

మన మార్గం జ్ఞాన యోగాలు. ఈ మార్గమనే పట్టాల నుండి మన ఆలోచనా సాగరమనే బండి దిగిపోతే దానిని మళ్ళీపైకి ఎక్కించాలి. మరియు అజ్ఞానం లేక దేహాభిమానం వైపు మనమధనం వెళ్ళిపోతుంటే దానిని మలిచి సన్మార్గం వైపునకు తీసికొని వెళ్ళాలి.

మన బండికి ముందు లైట్లు ప్రజాపిత బ్రహ్మా, జగదంబ సరస్వతి. వాళ్ళు ఎలా తమ జీవితాన్ని గడిపారో ఏ మార్గం మనకు చూపారో దేనిమీద మనసును ప్రకాశితం చేసారో దానిని అనుసరిస్తూ మనం మన జీవితాలను, మన ఆలోచనా సాగర మధనమనే బండిని నడిపించాలి.

మన బండి వెనుక లైట్ లేక డిక్కీ మనలోని ధారణలు లేక గుణాలు. వీటినే మన వెనుక లైట్స్ వేస్తూ అనగా ప్రకాశింప చేస్తూ ఇతరులను కూడా సావధానంగా చేయాలి. అపుడు మన వెనుక వచ్చేవారికి కూడా దీనివలన జాగ్రత్త లభిస్తుంది. కావున విచార సాగర మధనంలో వెనుక లైట్‌ను మనం వేశామా? లేదా అని ధ్యాస పెట్టుకొనాలి.

మన బండికి అద్దం సృష్టినాటకం యొక్క ఆది మధ్యాంత జ్ఞానం. ఈ జ్ఞానమనే అద్దమే ఆత్మయనే డ్రైవరు యొక్క మూడవ నేత్రం. దీని ద్వారానే మనం వెనుక వచ్చే వారిని చూడగలం. ముందు నుండి వెళ్ళే వారిని కూడా చూస్తూ రక్షణగా నడిపించగలం.

మన గమ్యంలేక మన లక్ష్య స్థానం ముక్తి – జీవన్ముక్తి. అంతేగాని పరమాత్మలో లీనం కావడం కాని పరమాత్మ కావడం కాని కాదు. ఆత్మ పరమాత్మలో లీనమగుట సంభవమను కొంటే ఊహాలో ఫలావు

వందుకొనుట వంటిది. ఆత్మ అవినాశి. పరమాత్మ కూడా అనాది అవినాశి. ఒకరు మరొకరిలో లీనం కావడం అసంభవం.

ఆలోచనా సాగరమథనమనే బండిని ప్రారంభించుటకు ముందు ఆత్మయనే డ్రైవరు ముందులైట్ వెనుక లైట్‌ను చూచుకొనాలి. మరియు బ్రేకులు, అద్దం, సరిగా ఉపయోగించాలి. తమ గమ్యం, మార్గం దృష్టిలో పెట్టుకొని తప్పుమార్గం వైపునకు పోనీయరాదు. దానిని మలచి మంచి మార్గం వైపు తీసికొని వెళ్ళాలి. మనం ఈ విధంగా అన్ని జాగ్రత్తలు పాటిస్తూ ఆలోచనా సాగరమథనం చేసినట్లయితే మనకు ఎంతో సంతోషం తప్పక కలుగుతుంది. శక్తి లభిస్తుంది. ధారణ పరిపక్వమవుతుంది. స్థితి పెంపొందుతుంది. మన మనసులో పొరబాటు సంకల్ప వికల్పాలు కూడా రావు. మన పాత సంస్కారాలన్నీ శ్రేష్ఠంగా పరివర్తన చెందుతాయి.

ఓం శాంతి

ఆ ధ్యా త్మి క జా గృ తి క లి గిం చే మా ప్ర చు ర ణ లు

★ నైతిక విలువలు - మానసిక వృత్తులు మరియు స్థితులు
★ ఆదిదేవ్
★ జ్ఞానరాజయోగముల సప్తపది
★ ఆధ్యాత్మిక చిత్ర ప్రదర్శనము
★ శ్రేష్ఠ సమాజ పునర్నిర్మాణం
★ భగవద్గీత యదార్థ సందేశము
★ అమూల్య జ్ఞాన రత్నములు
★ ఆత్మ పరమాత్మల తెలుసుకొనుట
★ పరమాత్ముని సాక్షాత్కారము
★ సహజ రాజయోగము
★ పవిత్ర యోగీ జీవితము
★ కర్మల గుహ్య రహస్యము
★ ఆత్మ మూడు కాలముల కథ
★ రాజయోగము
★ ఒక్క క్షణం
★ నిశ్చింత జీవితము
★ సంస్కార పరివర్తన మరియు వ్యవహార శుద్ధి
★ నేటి కోసం మేటి సంకల్పం
★ శివ శంకరుల తారతమ్యము
★ వజ్రతుల్య జీవితము
★ విషయవికారములనెలా జయించాలి?
★ సంస్థ పరిచయము
★ నేటికోసం శుభ సంకల్పం (టేబుల్ క్యాలెండర్)
★ శ్రీ సత్యనారాయణస్వామి సత్యకథ
★ ఆరోగ్య జీవితమునకు 10 సువర్ణ నియమములు
★ శాంతి
★ విద్యార్థులూ వీటిని ఆచరించండి!
★ ధనం సంపాదించండి కాని ఎలా?
★ పరమాత్మ పరిచయము
★ సత్యమైన మనశ్శాంతి

ప్రజాపిత బ్రహ్మాకుమారీ ఈశ్వరీయ విశ్వవిద్యాలయము

విశ్వకళ్యాణకారి భవనము

11-8-1, సుబ్బరామయ్య స్కూల్ దగ్గర, విజయవాడ - 520 001,
అంతర్జాతీయ ముఖ్యకేంద్రము : ఆబూ పర్వతము, రాజస్థాన్

Designed by Kaasi Digital Arts, SN Puram, Vja-11 Ph. 2533938