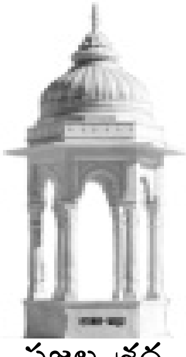
ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్

# యుగశక్తి గాయత్రి

ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రిత్వా ప్రణమామి ముహుర్ముహుః



ప్రఖర ప్రజ్ఞ     సజల శ్రద్ధ


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

ప్రధాన సంపాదకులు
**డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యా**

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

సంపుటి 18 - సంచిక 10
మార్చి 2014



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


## మంగళకరమైన నూతన సంవత్సరం

మంగళకరమైన 'జయ' నామ నూతన సంవత్సరము మానవునికి విజయాన్ని అందించే సూత్రములను వెంటబెట్టుకుని వచ్చినది. ఈ నవవర్షము యొక్క ప్రప్రథమ పాడ్యమినాటి అరుణోదయములో తపోసందేశము దాగి ఉన్నది. నవసూర్యునిలోని ప్రతి కిరణములోను కఠిన తపోసాధనలు చేయమనే ఆహ్వానము తొంగిచూస్తున్నది. వికారముల నుండి ముక్తి కొరకు తపస్సు ఆచరించాలి, యోగ-ఐశ్వర్యములను హస్తగతము చేసుకొనుటకు తపస్సును చేయాలి, సత్‌జ్ఞానము కొరకు తపస్సు చేయాలి. త్రిపదా గాయత్రి యొక్క మూడు చరణములు సాధకుని జీవితమును ఈ మంగళకరమైన దిశగా తీసుకువెళతాయి.

గాయత్రీ మహామంత్రములోని ప్రథమ చరణము 'తత్సవితుర్వరేణ్యం' అన్న చరణమునకు అర్థము 'మేము సవితాదేవతను వరిస్తున్నాము!' సాధకుడు సవితాదేవతను ఇలా వరించగానే అతని అంతరంగములో మహాకాలుని శక్తి అలా సక్రియం అవుతుంది. తక్షణమే వికారములనుండి ముక్తి చెందుటకు మహాసంగ్రామము ఆరంభమౌతుంది. ఈ యుద్ధమున విజయుడైన సాధకుడు వెనువెంటనే 'భర్గోదేవస్య ధీమహి' అనగా 'భగవంతుని యొక్క పరమ తేజస్సును తనలో ధారణ చేయుటకు' సమర్థుడు అవుతాడు. ఆ క్షణమున మాత మహాలక్ష్మి యొక్క శక్తులన్నీ సాధకునిలో సక్రియమౌతాయి. అవి సాధకుని ఒడిని యోగ-ఐశ్వర్యములతో నింపివేస్తాయి. దీని తరువాత సాధకుని అంతర్ మనస్సులో మహాసరస్వతీ దేవి సాక్షాత్కరించి 'ధియో యోనః ప్రచోదయాత్' అనగా 'సత్‌జ్ఞానము-ఆత్మజ్ఞానము'ను ప్రసాదిస్తుంది. సాధకునిలో ఆత్మజ్ఞానము వికసిస్తుంది.

తెలుగు నూతన సంవత్సర (ఉగాది) చైత్ర నవరాత్రి సాధనలోనే మంగళప్రదమైన క్రొత్త సంవత్సరపు రహస్యములన్నీ దాగి ఉన్నాయి.

*- అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు*

**విద్య - దొంగల చేతికి దొరకనిది**

# విషయ సూచిక


1. **సంపాదకీయం :**
మంగళకరమైన నూతన సంవత్సరం 1
2. **విషయసూచిక-సద్గురు వాణి :**
ధనవంతుల డబ్బు సదుపయోగం కావాలి 2
3. **వేదమంత్రం :** జ్ఞానకర్మల సంయోగమే ఆధ్యాత్మికత 3
4. **గాయత్రీ విద్య - 42 :** బిందు సాధన 4
5. **గాయత్రీ చిత్రావళి - 21 :** సత్సంతాన సౌభాగ్యము 7
6. **పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర - 21 :**
హిమాలయాల యాత్ర-2 8
7. **యుగనిర్మాణ యోజన :**
మహాకాలుని గీత-సత్సంకల్పాలు - 14 11
8. **కుండలినీ మహావిజ్ఞానం-7 :**
ప్రాణసత్తా యొక్క కళేబరం ఈ కాయ పంజరం 13
9. **చైత్ర నవరాత్రుల ప్రత్యేకం :** గాయత్రీ ఉపాసన
యొక్క అద్భుతమైన పరిణామములు 16
10. **వ్యక్తి వికాసం-4 :** సమయ సదుపయోగం 20
11. **కుటుంబ నిర్మాణం :**
పతివ్రత ధర్మం యొక్క ఆవశ్యకత 22
12. **యుగ పరివర్తన అంటే ఏమిటి?** 26
13. **దేవాత్మ హిమాలయములు** 28
14. **హోలీ ప్రత్యేకం :** హర్షోల్లాసాల పుణ్యపర్వం హోలీ 31
15. **మెస్మరిజం-8 :** స్వయంగా తనపై తానే
మెస్మరిజంను ప్రయోగించుకొనుట 33
16. **కలర్ ఇంజనీరింగ్ - 4 :** మీ వాక్కే దివ్యౌషధం 36
17. **పురాతన వైద్య విధానాన్ని పరిశోధించాలి** 39
18. **పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి:**
ఆధ్యాత్మికత యొక్క మొదటి పాఠం-కర్మయోగం-1 41
19. **నా వారితో నా మాట :** మన కుటుంబంలోని
విశిష్ట ఆత్మలకు ప్రత్యేక విజ్ఞప్తి 44
20. **నరసింహ శతకం-నవనీత సూక్తం - 6** 47
21. **వార్తలు :** రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు 48

## సద్గురు వాణి

### ధనవంతుల డబ్బు సదుపయోగం కావాలి

ఈనాడు ధనవంతుల డబ్బు తమ వారసులను విలాసవంతులుగా, బద్ధకస్తులుగా చేయడానికి ఉపయోగపడుతున్నది. లేకపోతే డాక్టర్లపై, బార్లలో, వేశ్యలపై పారేస్తుంటారు; రాజకీయ యుద్ధాలలో ఉపయోగిస్తుంటారు; వివాహాలలో దుబారా చేస్తుంటారు; పేరు కొరకు దానం చేస్తుంటారు. ఎలాగోలా సంపాదించిన డబ్బు ఎలాగొలా ఖర్చు అయిపోతుంది. ఈ డబ్బుని సద్వినియోగ పరచాలనే ఆలోచన వారికి సామాన్యంగా రాదు. కానీ మనం అటువంటి ప్రయత్నం చేయడంలో తప్పులేదు. ధనవంతులు కొంచెం ఉదారంగా, కొంచెం దయతో నవ నిర్మాణంలో సొమ్ము వెచ్చిస్తే ఎంతో పుణ్యాన్ని వారికి తీసుకు వస్తుంది.


## యుగశక్తి గాయత్రి

**చందా రుసుమును ఆన్‌లైన్ ద్వారా పంపించండి.**

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

ఖాతాపేరు : **శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు**

ఖాతానెం. : **32506416087**

IFSC Code : **SBIN-0013272**

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

**"శ్రీ వేదమాత గాయత్రీ ట్రస్టు"**

**గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము,** హెచ్.పి. రోడ్, మూసాపేట

అశ్విని హౌస్ దగ్గర, హైదరాబాదు - 500 018.

ఫోన్: 040-23700722, సెల్: 9949111175

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


**విద్య - దానం చేసినా తరగనిది**

వేద మంత్రం

# జ్ఞానకర్మల సంయోగమే ఆధ్యాత్మికత

**యత్ర బ్రహ్మ చ క్షత్రం చ సమయఞ్చౌ చరతః సహ ।
తల్లోకం పుణ్యం ప్రజ్ఞేషం యత్ర దేవాః సహాగ్నినా ॥**

**(యజుర్వేదం 20/25)**

**భావార్థం:** జ్ఞానం ద్వారా సత్కర్మలను జాగృతం చేయుట, శస్త్రముల ద్వారా దుష్టుల సంహారము రెండు అవసరమే, జ్ఞానకర్మల సంయోగము చేతనే సర్వాంగపూర్ణ ఆధ్యాత్మిక జీవనం లభిస్తుంది. బ్రాహ్మణ వర్ణం యొక్క జ్ఞానం, క్షత్రియ వర్ణం యొక్క తేజస్సు ఎక్కడ కలసిమెలసి ఉంటాయో, ఆ సమాజము ఎల్లప్పుడూ ఫలిస్తుంది, పుష్పిస్తుంది.

**సందేశం:** అవసరమైన సమయాలలో పృథ్విపై అవతరిస్తానని గీతలో భగవానుడన్నాడు. ఎందుకు? 'పరిత్రాణాయ సాధునాం, వినాశాయ చ దుష్కృతాం' ఆయన లక్ష్యం. ప్రపంచంలో సత్కర్మ చేసే వారిని, సాధు వ్యక్తులను రక్షించుట; దుష్టులను దురాచారులను, పాపులను సంహరించుట. నచ్చచెప్పినప్పటికి పనికాకపోతే, సామదాన భేద దండోపాయములతో వారిని సరియైన దారిలోకి తీసుకురాలేకపోతే, వారిని సంహరించుట ధర్మమే. 'నిశిచర హీన కరౌంమహి' యే ప్రపంచాన్ని సుఖంగా ఉంచే మూల మంత్రము. దీనితోనే రామరాజ్య స్థాపన జరిగింది.

పరమాత్మ ధనుర్బాణాలు ధరించి, వేణువు ఊదుతూనే అవతరించి భూమి నుండి పాపులను, రాక్షసులను తొలగించ వలసిన ఆవశ్యకత ఏమీ లేదు. ఆయన ప్రతిక్షణం అన్నిచోట్లా ఉన్నాడు. మన శరీరంలోని రోమరోమంలో, కణకణంలో, అణువణువులో వెలుగొందుతున్నాడు. ఆ పరమాత్మ యొక్క పవిత్ర అంశయే మన ఆత్మ. మనమే ఆయన ప్రతినిధి, ప్రియమైన రాజకుమారులం. ఆయన అసంఖ్యాక అనుదానాలు, వరదానాలు మనకు ప్రాప్తించాయి. మనమే, మనలోని ప్రతిభ, సామర్థ్యాలను ప్రపంచంలో సత్కర్మల వ్యాప్తికి, దుష్కర్మల నాశనానికి ఉపయోగించాలి. ఇదే సరియైన మానవధర్మం. జ్ఞానయోగం, కర్మయోగం సాధనలు కలిపి చేయుటలోనే మానవ శరీరం యొక్క ఉపయోగం ఉన్నది, లేకపోతే మనకు పశువులకు తేడా లేనట్లే.

మనిషికి, పశువుకి ముఖ్యమైన తేడా ఏమిటంటే, పశువు ఏ మర్యాద (నియమం)తో బంధించబడిలేదు. మనిషిపై వేలాది మర్యాదలు నైతిక నియమాల బంధన ఉన్నది. అనేక బాధ్యతలు మోపబడ్డాయి. బాధ్యతలు, కర్తవ్యాలు నిర్వర్తించుట అతని ధర్మం. శరీరం పట్ల మన కర్తవ్యం దానిని రోగరహితంగా ఉంచుట. మస్తిష్కం పట్ల మన కర్తవ్యం దానిని సద్గుణాలు కలిగిన దానినిగా చేయుట. దేశం, ధర్మం, సమాజం సంస్కృతి పట్ల మన కర్తవ్యం వాటిని సమున్నతంగా చేయుటకు సంపూర్ణ శ్రద్ధ వహించుట, లోభము, మోహముల పాశము నుండి తనను తాను విడిపించుకొని జీవాత్మను ఉద్ధరించుట కూడా మన కర్తవ్యమే. **భగవంతుడు మనలను ఏ పని నిమిత్తం ప్రపంచంలోకి పంపించాడో, ఏ పని కోసం మనుష్య యోని ఇచ్చాడో, ఆ పని పూర్తిచేయుట మన కర్తవ్యం.** మన జ్ఞానము ప్రతిభలను మరింత వృద్ధి చేసుకుంటూ తదనుసారము శ్రేష్ఠ ఆచరణ చేయుట కూడా మన పవిత్ర కర్తవ్యమే. ఇదే జ్ఞానయోగం, కర్మయోగం యొక్క నిజమైన సాధన. నిజమైన ఈశ్వర భక్తి. ఇదే మానవుడికి మానవత్వ శ్రేష్ఠతను ప్రదానం చేస్తుంది.

వర్ణవ్యవస్థలోని నాలుగు వర్ణాలు సమాజ ఉన్నతికోసం కలసి మెలసి పనిచేసే విధానము మనం మరచిపోతున్నాము. ఈ జ్ఞానం యొక్క అంకుశం ద్వారా సమాజం తేజస్వి, వర్చస్వి అవుతుంది, ఉన్నతమవుతుంది, ఫలిస్తుంది, పుష్పిస్తుంది.

★★★

## పండుగలు

**మార్చి 2014**

| | |
|---|---|
| 03-03-2014 | శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస జయంతి |
| 16-03-2014 | హోలి |
| 31-03-2014 | ఉగాది |

**ఏప్రిల్ 2014**

| | |
|---|---|
| 08-04-2014 | శ్రీరామనవమి |
| 18-04-2014 | గుడ్ ఫ్రైడే |
| 14-04-2014 | అంబేద్కర్ జయంతి |
| 15-04-2014 | శ్రీ హనుమాన్ జయంతి |

**ఆశ - కేన్సర్ ఉన్నవాడిని కూడా బ్రతికిస్తుంది**

## గాయత్రీ విద్య-42

# బిందు సాధన

బిందు సాధనకు బ్రహ్మచర్యం అనే అర్థం కూడా ఉన్నది. బిందువు అంటే వీర్యం అనే అర్థం అన్నమయకోశ ప్రకరణలో ఇవ్వబడింది. ఆనందమయకోశ సాధనలో బిందువు అంటే పరమాణువని అర్థము. సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన అణువు వరకు వెళ్ళినప్పుడు మాత్రమే బ్రహ్మ యొక్క సామీప్యత లభించగలదు, ఆయన సామీప్య సుఖమును పొందగలము.

ఏ వస్తువునయినా చూర్ణం చేసి మైక్రోస్కోప్‌లో చూస్తే చిన్న చిన్న ముక్కల రాశిగా కనిపిస్తుంది. ఈ ముక్కలను ఇంకా ఇంకా విడగొడితే చివరకు మిగిలేది పరమాణువులే. ఈ పరమాణువులో 100 రకాలు ఉన్నాయని ఇప్పటివరకు తెలుసుకున్నారు. వీటిని అణుతత్వమని అన్నారు.

అణువులలో రెండు భాగాలు ఉంటాయి. దానిలో ఒకటి సజీవం, రెండవది నిర్జీవం, ఒకటి ఋణకణం రెండవది ధనకణం. ధన కణం చుట్టూ (nucleus) ఋణ కణములు (electrons) సెకండుకు 186000 మైళ్ళ వేగంతో పరిభ్రమిస్తుంటాయి. ధనకణం కూడా ఊరికే శాంతంగా ఉండదు. పృథ్వి సూర్యుని చుట్టూ తిరుగుతున్నట్లుగా సూర్యుడు తన సౌరమండలంతో 'కృత్తిక' నక్షత్రం పరిభ్రమిస్తున్నట్లుగా ఋణకణములు ధనకణం చుట్టూ పరిభ్రమిస్తుంటాయి. అతివేగంగా నిరంతరం పరిభ్రమణలో నిమగ్నమైన ఋణకణం దానికి కావలసిన శక్తిని సూర్యుని నుండి గాని లేదా విశ్వ వ్యాప్తమైన అగ్నితత్వం నుండి గాని ప్రాప్తించుకుంటాయి.

పరమాణువులో ఉన్న శక్తిపుంజం బద్దలైతే లండన్ వంటి మూడు నగరములు క్షణకాలంలో భస్మమవుతాయని శాస్త్రజ్ఞుల అభిప్రాయం. పరమాణువు విస్ఫోటన విధి విధానం తెలుసుకున్న తరువాత ఆటంబాంబు ఆవిష్కరణ జరిగింది. పరమాణు విస్ఫోటనం ఎంత భయంకరంగా ఉంటుందో గత ప్రపంచ యుద్ధంలో తెలుసుకున్నాము. ఇప్పుడు ఇంతకంటే శక్తివంతమైన బాంబుల నిర్మాణంలో వైజ్ఞానికులు మునిగి ఉన్నారు.

పరమాణు శక్తి గురించే కాక అణువు యొక్క ఋణకణం, ధన కణముల సూక్ష్మ భాగముల గురించి కూడా తెలుసుకో బడింది. అవి కూడా అనేక రెట్ల సూక్ష్మ పరమాణువులతో తయారయ్యాయి. ఋణ కణముల లోపల కర్షాణువులు ఉన్నాయని విశ్వసిస్తారు. ఋణ కణముల, ధనకణముల వేగం, శక్తి పరమాణువుల కంటే అనేక రెట్లు ఎక్కువ. పరమాణువుల శక్తితో లండన్ వంటి మూడు నగరాలు భస్మీపటలమయితే, మరి సర్గాణువుల వేగం, శక్తి కల్పన కూడా చెయ్యలేము. వాటి అంతిమ సూక్ష్మకేంద్రం అప్రతిమం, అప్రమేయం, అచింత్యమేనని కూడా చెప్పవచ్చు.

చూడటానికి పృథ్వి బల్లపరుపుగా కనుపించినా అది బొంగరంవలె తన ఇరుసుపై తిరుగుతుంటుంది. 24 గంటలలో అది ఒకసారి తన చుట్టూ తాను తిరుగుతుంది. పృథ్వి తన చుట్టూ తాను తిరగటంతో పాటు సూర్యుని చుట్టూ కూడా తిరగటానికి ఒక సంవత్సరం పడుతుంది. పృథ్వికి మూడో నడక కూడా ఉన్నది. సూర్యుడు తన గ్రహ ఉపగ్రహములతో అభిజిత్ నక్షత్రం వైపు చాలా వేగంగా వెళ్తున్నాడు. సూర్యుడు కృత్తికా నక్షత్ర పరిక్రమ చేస్తున్నాడు. దీనిలో పృథ్వి కూడా ఒక భాగమే ఈ ప్రదక్షిణ 26000 సంవత్సరాలలో పూర్తవుతుంది. కృత్తికా నక్షత్రం కూడా తన సౌరమండలాలు, గ్రహాలు, ఉపగ్రహాలతో ధృవనక్షత్రం యొక్క ప్రదక్షిణ చేస్తుంది. ఇది పృథ్వి యొక్క పంచమగతి (movement).

సూక్ష్మ పరమాణువు యొక్క సూక్ష్మతమ భాగములైన సర్గాణువు వరకు మానవ బుద్ధి వెళ్ళింది. దానితో పాటు పృథ్వి యొక్క పంచమగతి కూడా విదితమయ్యింది. కానీ ఆకాశంలో ఉన్న అసంఖ్యాక గ్రహనక్షత్రాల పారస్పరిక సంబంధం ఊహించనలవి కాదు. అది అప్రతిమం, అప్రమేయం, అచింత్యం గానే చెప్పవలసి వస్తుంది.

సూక్ష్మం కన్నా సూక్ష్మం, అతి మహత్తు కలిగిన కేంద్రము నకు వెళ్ళినప్పుడు బుద్ధి నిశ్చలమవుతుంది. ఆ కేంద్రమును 'బిందువు' అంటారు.

అణువును యోగభాషలో అండమని కూడా అంటారు. వీర్యం యొక్క ఒక కణం "అండము". అది ఎంత చిన్నదిగా ఉంటుందంటే మైక్రోస్కోప్‌లో కూడా అతి కష్టం మీద కనబడు

**భయం - మామూలు కురుపు ఉన్నవాడిని కూడా చంపేస్తుంది**

తుంది. కానీ అది వికసించి స్థూలరూపం ధరించినప్పుడు అది పెద్ద అండమవుతుంది. ఆ అండములోపల ఉన్న శరీరానికి అనేక అంగప్రత్యంగముల విభాగములుంటాయి, ఆ విభాగాలలో అసంఖ్యాకమైన సూక్ష్మ విభాగాలు, వాటిలో అగణిత కోషాండములు ఉంటాయి. ఈ ప్రకారంగా శరీరం ఒక అణువు, దానిని అండమని పిండమని కూడా అంటారు. అఖిల విశ్వబ్రహ్మాండములో అగణిత సౌరమండలములు, ఆకాశగంగ, ధృవ-చక్రం ఉన్నాయి.

ఈ గ్రహముల మధ్య దూరం, వాటి విస్తారం గురించి ఏమి తెలియదు. పృథ్వి చిన్న పిండము. కానీ సూర్యుడు పృథ్వి కన్నా 14 లక్షల రెట్లు పెద్ద. సూర్యుని కన్నా పెద్ద గ్రహాలు ఆకాశంలో ఉన్నాయి. ఇవి పృథ్వి నుంచి ఎంత దూరంలో ఉన్నాయో కాంతి ద్వారా లెక్కిస్తారు. కాంతివేగం ఒక సెకండుకు 1,75,000 మైళ్ళు. ఆ గ్రహముల నుండి వెలువడిన కాంతి భూమిని చేరడానికి 30 లక్షల సంవత్సరాలు పట్టినట్లయితే దానిని బట్టి పృథ్వికి ఆ గ్రహానికి మధ్యనున్న దూరాన్ని లెక్కిస్తారు. ఒక గ్రహము ఈరోజు నాశనం అయిపోయినా, దాని అస్థిత్వం లేకపోయినప్పటికి దాని ప్రకాశ కిరణములు 30 లక్షల సంవత్సరముల వరకు వస్తూనే ఉంటాయి. కొన్ని నక్షత్రముల ప్రకాశం భూమి మీద కనిపిస్తుంది. అనేక నక్షత్రాలు అత్యధిక దూరంలో ఉన్నందువలన వాటి కాంతి పృథ్వి మీద దుర్భిణితో కూడా చూడలేము. ఇంత పెద్దగా ఉన్న, ఇంత దూరంగా ఉన్న గ్రహములు పరిక్రమ చేస్తున్నప్పుడు, తన గ్రహ మండలాలతోపాటు పరిభ్రమిస్తు న్నప్పుడు, ఆ శూన్యం యొక్క విస్తారం ఊహించుకొనడం మానవ మస్తిష్కానికి చాలా కఠినము.

ఇంత పెద్ద బ్రహ్మాండము కూడా ఒక అణువు లేక అండము. అందువలననే దానిని బ్రహ్మ+అండం = బ్రహ్మాండం అని అంటారు. మన బ్రహ్మాండముతో పాటు అగణిత బ్రహ్మాండములు ఉన్నవని పురాణాలలో చెప్పబడింది. ఆ బ్రహ్మాండముల సమూహాన్ని మహా అండమని అంటారు. ఇంత పెద్ద బ్రహ్మాండములో మన పృథ్వి ఎంత?

ఈ బ్రహ్మాండములన్నింటినీ సూక్ష్మమైన అణువుల నుంచి, పెద్ద పెద్ద గ్రహముల వరకు, నక్షత్రములను గతిశీలం (active) గా ఉంచే, వికసింపచేసే, పరివర్తనం చేసే, చైతన్యంగా ఉంచే ఆ సత్తాను "బిందువు" అని అన్నారు. ఈ బిందువే పరమాత్మ. దానిని చిన్నదాని కన్నా చిన్నదిగా, పెద్దదాని కన్నా పెద్దదిగా చెప్పబడింది. "అణో రణీయాన్ మహతో మహీయాన్" అని ఉపనిషత్తులో పరబ్రహ్మ గురించి చెప్పబడింది.

ఈ బిందువును చింతన చేయడం వలన ఆనందమయకోశ స్థితిలో ఉన్న జీవికి పరబ్రహ్మ గురించిన కొంత అవగాహన కలుగుతుంది. పరబ్రహ్మతో, మహాఅండంతో పోలిస్తే తన అస్థిత్వం, తన పిండం ఎంత తుచ్ఛమైనవో తెలుస్తుంది. అతని అహంకారం, గర్వం అణగారిపోతుంది. ఇంకొక పక్క సర్గాణువును తన పిండంతో, శరీరంతో పోల్చుకున్నప్పుడు అనంతమైన శక్తి యొక్క అక్షయ భాండాగారం అయిన సర్గాణువులు ఎన్నో శరీరంలో ఉన్నప్పుడు తనను అశక్తునిగా భావించడంలో అర్థం లేదు. ఈ శక్తి యొక్క ఉపయోగం తెలుసుకుంటే ప్రపంచంలో అసంభవమనేది ఉండదు.

అలాంటి మహాఅండముతో పోలిస్తే మన శరీరం అత్యంత క్షుద్రము, దాని విస్తారమును ఊహించుకోలేము. ఇదేవిధంగా సర్గాణువుల దృష్టిలో మన పిండం (శరీరం) ఒక మహా బ్రహ్మాండం. నేను ఒక మధ్య బిందువును కేంద్రమును, సూక్ష్మం కంటే సూక్ష్మమును, స్థూలం కంటే స్థూలమును అని అనిపిస్తుంది.

**లఘుత్వం – మహత్వం (लघुता-महत्ता) యొక్క చింతనను ఏకాంతంగా చేయడమే బిందుసాధనని చెప్పబడింది.** ఈ సాధన వలన సాధకునికి ప్రాపంచిక జీవనంలోని అవాస్తవికత, తుచ్ఛత బాగా అర్థమవుతాయి. దానితోపాటే అనంతశక్తికి ఉద్గమమై నందువలన ఈ సృష్టికి మహత్వపూర్ణమైన కేంద్రమునని కూడా అర్థమవుతుంది. ఈ శక్తిపుంజమును సదుపయోగం చేసి ప్రపంచంలో గొప్ప పరివర్తన తీసుకురావడం సంభవమవు తుంది.

విశ్వామిత్రుడు హరిశ్చంద్రుని పిండమును ఆటంబాంబుగా చేసి "అసత్య" సామ్రాజ్యం మీద విస్ఫోటన చేసిన లక్షల సంవత్సరాల తరువాత కూడా అతని యాక్టివ్ (active) కిరణములు ఇప్పటికి నశించిపోలేదు, అసంఖ్యాకులను ప్రభావితం చేస్తూనే ఉన్నాయి. మహాత్మాగాంధీ చిన్నతనంలో హరిశ్చంద్రుని గురించి చదివారు. ఆయన తన ఆత్మకథలో ఆ కథతో తాను ఎంతో ప్రభావితం అయినట్లు, తాను కూడా హరిశ్చంద్రునివలె తయారవాలని దృఢ సంకల్పం తీసుకున్నానని

**ఒక్క నిమిషం కోపంగా ఉన్నా 60 సెకండ్ల ఆనందాన్ని కోల్పోతావు**

చెప్పారు. తన సంకల్పం ద్వారా హరిశ్చంద్రుడు అయ్యాడు. హరిశ్చంద్రుడు ఇప్పుడు లేడు కానీ ఆయన ఆత్మ ఇప్పుడు కూడా ఆ మహాకార్యం నిర్వర్తిస్తూనే ఉన్నది. మనకు తెలియని గాంధీలు ఎంతోమంది ఉన్నారు. గీతాకారుడు ఇప్పుడు లేడు, కానీ ఆయన చెప్పిన గీత ఎంతమందికి ఇప్పటికీ అమృతం త్రాగిస్తున్నది? ఇది పిండం యొక్క సూక్ష్మ ప్రభావమే, ఇది ప్రకటిత లేక అప్రకటిత రూపంలో తనకు, ఇతరులకు కళ్యాణకరమైన మహత్వపూర్ణమైన కార్యక్రమాన్ని జరుపుతుంది.

కార్ల్‌మార్క్స్ సూక్ష్మ కేంద్రం నుండి ప్రస్ఫుటించిన చేతనత్వం ఈరోజు ప్రపంచంలో సగభాగాన్ని కమ్యూనిస్ట్ (communist)గా తయారు చేసింది. పూర్వకాలంలో ఏసుక్రీస్తు, మహమ్మద్, బుద్ధుడు, కృష్ణుడు మొదలైన అనేక మహాపురుషులు ప్రపంచంపై మహత్వ పూర్ణమైన ప్రభావాన్ని చూపించారు. ఇంకా అనేక అజ్ఞాతంగా ఉన్న ఆత్మలు కూడా ప్రపంచ సేవలో, జీవుల కళ్యాణంలో రహస్యంగా చాలా పెద్దపనులు చేశారు. మనదేశంలోని అరవిందుల వారు, రమణ మహర్షి, రామకృష్ణ పరమహంస, సమర్థగురు రామదాసు మొదలైన వారి ద్వారా జరిగిన పనులు స్థూల దృష్టికి అందవు. యుగ పరివర్తన కొరకు వారు చేసిన రచనాత్మక, ధ్వంసాత్మక ప్రవృత్తుల గురించి సూక్ష్మజగత్తు యందు ఎంతటి మహత్తర కార్యక్రమములు జరుగుచున్నవో, వాటిని కన్నులతో చూడగలిగితే ఎంతటి అనుపమ, అభూతపూర్వ పరివర్తన చక్రం తిరుగుతున్నదో, ఆ చక్రం సమీప భవిష్యత్తులో ఎటువంటి విలక్షణమైన పరివర్తనలు చేసి మానవజాతిని ఒక క్రొత్త వెలుగు వైపు తీసుకువెళ్తున్నదో తెలుసుకోవచ్చు.

విషయాంతర చర్చ వలన మనకు ఉపయోగం లేదు. లఘుత్వం-మహత్వముల చింతనలు బిందు సాధనతో ఆత్మ యొక్క భౌతిక అభిమానం, లోభాదులు కరిగిపోయి ఆంతరిక శక్తి విస్తారమవుతుంది. ఇది తనకు, ఇతరుల కళ్యాణమునకు అత్యంత ఆవశ్యకం, మహత్వపూర్వం.

'బిందు సాధనతో ఆత్మ స్థితి ఉజ్వలమవుతుంది. వికారములు నశిస్తాయి. ఫలస్వరూపంగా అతనికి అనిర్వచనీయమైన ఆనందం ప్రాప్తిస్తుంది. ఇదే జీవనం యొక్క ప్రధాన ఉద్దేశ్యం.

★★★

## దృష్టికోణం మారితే - భూమిపై స్వర్గావతరణ జరుగుతుంది

*ఒక వ్యక్తికి మరణకాలం సమీపించింది. అతని ప్రాణాన్ని కొనిపోవుటకై స్వర్గం నుండి దేవదూతలు వచ్చి, అతనితో ఇలా అన్నారు. "మేము, మిమ్ములను స్వర్గానికి తీసికొనిపోవుటకై వచ్చాం" స్వర్గం పేరు వినగానే మరణశయ్యపైనున్న వాని మనస్సులో లోభం మేల్కొని ఇలా అన్నాడు - "ఓ దేవదూతలారా! మీరు దయా సముద్రులు! జనన మరణ చక్రము నిరంతరం పరిభ్రమిస్తూ ఉంటుంది. కొద్దిపాటి ఆయువును, మరుజన్మ నుండి తీసి ఈ జన్మకు ఇచ్చి నా ఆయుష్యును పొడిగించినచో, నేను ఒక సంవత్సర జీవితాన్ని అదనంగా అనుభవిస్తాను! దీనికి దేవతలు నవ్వి తదాస్తు పలుకుతూ సంవత్సరం పాటు అనుభవించమన్నారు అతనిని. అతడు హాయిగా తింటూ త్రాగుతూ అనుభవిస్తూ చూస్తూ ఉండగానే సంవత్సర కాలం గిర్రున తిరిగిపోయింది. సంవత్సరం పూర్తికాగానే ఇప్పుడు యమదూతలు వచ్చి అతనితో "నిన్ను నరకానికి తీసికొని పోవుటకై వచ్చాం!" అని చెప్పారు. నరకం పేరు వినగానే అతనికి భయం వేసి యమదూతలతో "మీరు నాతో ఎందుకు వేళాకోళమాడుచున్నారు? నాకు స్వర్గంలో స్థానం సుస్థిరం గావించబడింది!" అన్నాడు. దీనిని సమాధానంగా యమదూతలు, "నీవు చెప్పింది నిజమే! కాని నీ పొడిగింపబడిన నీ జీవితకాలంలో నీవు ఏ మాత్రం పుణ్యాన్ని కూడబెట్ట లేదు. పై పెచ్చు ఈ స్వల్పకాలంలో నీ పుణ్యఫలాన్నంతా ఖర్చు చేసి అనుభవించావు. ఇప్పుడు నీ ఖాతాలో పాపం జమ పడి ఉంది. దీని ఫలితాన్ని ఇప్పుడు నీవు అనుభవించవలసి ఉన్నది" అన్నారు అతనితో.*

*మనుష్యులు దీనిని మరచి అనుక్షణం చేయకూడనివి చేస్తూ పుణ్యఫల ద్వారాన్ని మూసివేస్తూ ఉంటారు. దీనికి తోడు పాపాలను ప్రోది చేసుకుంటూ కూడా స్వర్గాన్ని కోరుతుంటారు. ఈ దృష్టి కోణాన్ని మార్చుకుంటే మనుష్యులు భూమిపైనే స్వర్గాన్ని అవతరింప చేసికొనగలరు.*

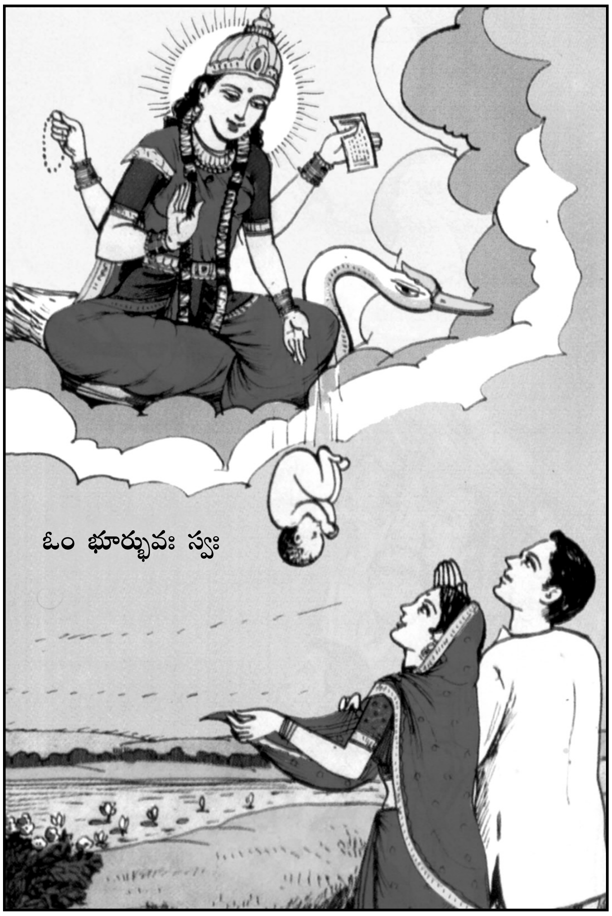
*- అఖండజ్యోతి, జనవరి 2014*

*అనువాదం: ఎ.వేణుగోపాలరెడ్డి*

**లక్ష్యసాధనకు తపనే ఊపిరి**

గాయత్రీ చిత్రావళి - 21

# సత్సంతాన సౌభాగ్యము




పిల్లల వలన ఇంటికి శోభ, ముంగిలికి అందము కలుగుతుంది. ఏ ఇంట్లో పిల్లలు ఆడుతూ-నవ్వుతూ ఉంటారో ఆ ఇంటిలో ఉత్సాహము, ప్రసన్నత ప్రతి ఘడియలో నాట్యం చేస్తూ ఉంటాయి. ఇంటివారికి సమయం ఇట్టే గడిచిపోతుంది. కష్టకాలములో కూడా పిల్లల మధ్య ఆడుతూ-పాడుతూ గడిపి వేయగలుగుతారు. పిల్లల కోసం మనుష్యులు ఉత్సాహ పూర్వకంగా ఎక్కువ పనిచేయుటకు ప్రేరేపించబడతారు. వృధావ్యయం, సోమరితనం, విచ్చలవిడిగా తిరుగుట మొదలైన బలహీనతల నుండి రక్షించబడతాడు.

నేటి పరిస్థితులలో, పెరిగిన జన సంఖ్యను దృష్టిలో ఉంచుకొని పిల్లలను ఎంత తగ్గించుకుంటే అంత మంచిది. సంతానము లేనివారు మాత యొక్క విశేష కృపగా భావించి, పిల్లలను పెంచే సమయాన్ని లోకసేవలో, ఆత్మసాధనలో వినియోగించాలి. ఒకవేళ పిల్లలు ఉంటే, వంశాన్ని వెలిగించే వారు, తల్లిదండ్రుల కీర్తిని పెంచేవారయి ఉండాలి.

వాసనలతో ప్రేరితులైనప్పుడు జరిగిన గర్భాదానం వలన భార్యాభర్తలలోని స్వార్థం, వాసనతో కూడిన నికృష్టభావనలే రూపుదాల్చి సంతానంగా వస్తుంది, వారు చిన్ననాటి నుండే పెద్దల మాట లెక్కచేయకుండుట, దుర్గుణాలు కలిగి పెద్దయిన తర్వాత తల్లిదండ్రులకు అవమానము, కష్టములు, అపకీర్తి కలిగించి కష్టపెడతారు. ఆ సంతానము గురించి తల్లిదండ్రులు తాము ఏ త్యాగం చేశారో దానిని స్మరించుకుంటూ తమ శ్రమ నిస్సారము, నిరర్థకము విఫలమైనదని దుఃఖిస్తారు. కుపాత్రులైన సంతానం కంటే సంతానం లేక పోవుట వేయిరెట్లు మేలు కదా అని వారికనిపిస్తుంటుంది.

గాయత్రీ ఉపాసకుడు అటువంటి విషమ పరిస్థితిలో పడడు. ఉన్నతమైన ఆలోచనల వలన సంతానం కూడా అటువంటి మనోభూమితోనే జన్మిస్తుంది. అర్జునుడు సుభద్రల గుణాలను గర్భంలోనే నేర్చుకొని అభిమన్యుడు పుట్టాడు. అలాగే గాయత్రీ సాధకుల, సతోగుణ సంపన్నులైన మాతా పితల సంస్కారంతో జన్మించిన సంతానం కూడా పెద్దయిన తర్వాత వారి గుణ-కర్మ-స్వభావములు, పరాక్రమము, ప్రతిష్ఠలు చూసి తల్లిదండ్రులు సంతోషిస్తారు. తమ శ్రమ సఫలమైనదని ఆనందిస్తారు. అటువంటి సంతానమే తల్లిదండ్రుల గౌరవం ఇనుమడింపచేస్తుంది. దారితప్పిన సంతానాన్ని బాగుచేయుటకు, వారి బుద్ధిని సరిచేసి, శుభసంస్కారాల స్థాపనకు గాయత్రీ ఉపాసన చాలా ఉపయోగకరమని నిరూపించబడింది.

*- అనువాదం : డా॥ తుమ్మూరి*

**మనిషిలో నిజంగా తపన ఉంటే కోరుకున్నది సాధించడం కష్టమేమి కాదు**

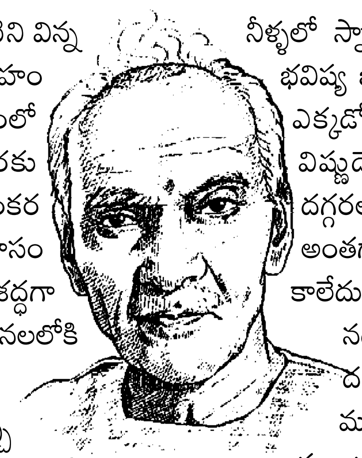
## పరమపూజ్య గురుదేవుల సుదీర్ఘయాత్ర-21

# హిమాలయాల యాత్ర-2

### శంకరమఠం

జ్యోతిర్మఠంలో శంకరాచార్యుల విగ్రహం, పీఠం మొదటి అధిపతి త్రోటకాచార్యుని విగ్రహం ఉన్నాయి. శ్రీరామ్ వెళ్ళినప్పుడు ఆలయంలో పీఠాధిపతి ఎవరూ లేరు. దక్షిణ భారతం నుండి నియమించబడిన పూజారి రావల్ పూజ, అర్చన చేస్తున్నారు.

సుమారు 150 సంవత్సరాలుగా అక్కడి ఆచార్య పరంపర విచ్ఛిన్నం అయింది. శంకరుని అవతారంగా పరిగణించబడే మహాపురుషుడు ప్రారంభించిన పరంపర దుర్గతి పాలుకావడం విన్న శ్రీరామ్ హృదయం వ్యధ చెందింది. రావల్ పురోహితులు ఆ వివరాలను తెలిపారు. వాటిని విన్న శ్రీరామ్ చాలాసేపు శంకరాచార్యుల విగ్రహం ఎదుట కూర్చుండిపోయారు. లేచి, మఠంలో స్థాపించబడిన స్ఫటిక శివలింగం దగ్గరకు వెళ్ళాడు. అక్కడ అభిషేకం చేశాడు. శంకర గుహలో స్థాపించబడిన శివలింగాన్ని కైలాసం నుండి తెచ్చారని చెప్తారు. ఈ విషయాన్ని శ్రద్ధగా విన్న తర్వాత శ్రీరామ్ ఏదో లోతయిన ఆలోచనలలోకి -మథనంలోనికి వెళ్ళిపోయాడు.



శ్రీరామ్ ఆలయం నుండి బయటికి వచ్చి కొద్ది దూరంలో ఉన్న ఒక చెట్టు నీడలో కూర్చున్నాడు. ఎటు వెళ్ళాలా అని ఆలోచించసాగాడు. బదరీనాథ్ యొక్క గౌరవం దెబ్బతినడం, నరనారాయణ పర్వతాలు కలసిన తర్వాత వినాశనం జరుగుతుందనే వదంతి-వీటిమీద కూడా దృష్టి వెళ్తుంది. పది-పదిహేను నిమిషాలు ఆయన తన అంతరంగంలో మునుగుతూ తేలుతూ గడిపిన తర్వాత కళ్ళు మూతలు పడ్డాయి, ఆ చెట్టును ఆనుకుని కూర్చుని శ్రీరామ్ నిద్రలోకి జారిపోయాడు. పర్వతాలలో ప్రయాణం వల్ల, ఎగుడు దిగుడుల దారిలో ప్రయాణించడం వల్ల శరీరం అపరిమితమైన అలసటకు గురి అయింది. రాత్రి బాగా నిద్ర పట్టింది. అయినా అలసట తీరలేదేమో. అరగంట తర్వాత మెలకువ వచ్చింది. జ్యోతిర్మఠం ఎదురుగా ఒక సెలయేరు పారుతోంది. దాన్ని దండధార అని పిలుస్తారు. శ్రీరామ్ ఆ నీటితో చేతులు, ముఖము కడుక్కుని ఆచమనం చేశాడు.

క్షణకాలం ఎటువెళ్ళాలనే ప్రశ్న వచ్చింది. మరుక్షణం లోనో, ఆ క్షణంలోనో సమాధానం వచ్చింది. భవిష్య బదరీ మీదుగా మానస సరోవరం వైపు వెళ్ళాలి. సమాధానం తన లోపలనే ఆంతరిక ప్రేరణవలె వచ్చింది. మార్గదర్శక సత్తా పంపిన నిర్దేశంగా కూడా దీనిని పరిగణించవచ్చు.

గమ్యం, మార్గం స్పష్టం కాగానే శ్రీరామ్ నీతిఘాట్ వైపు పయనించాడు. సుమారు పది కిలోమీటర్లు కొండదారిలో నడచి తపోవనం చేరాడు. అక్కడి తప్త కుండంలోని గోరువెచ్చని నీళ్ళలో స్నానం చేసి, కొంతసేపు విశ్రాంతి తీసుకుని, భవిష్య బదరి చేరాడు. నలువైపులా నీరవ నిశ్శబ్దం. ఎక్కడో ఒకరిద్దరు మనుషులు కానవచ్చారు. విష్ణుదేవాలయం ఇంకా తెరవలేదు. పూజారి దగ్గరలోనే ఉంటాడు. అయితే ప్రజల రాకపోకలు అంతగా లేనందువల్ల పూజ- హారతులు క్రమబద్ధం కాలేదు. ఆలయాలు పూజ-ఆరాధనల కోసం ఎక్కడ నడుస్తున్నాయి? వాటి వ్యవస్థకు, అనుశాసనానికి దర్శకుల అండ ముఖ్య ఆధారంగా ఉంటోంది. మథుర, బృందావనం, ఋషికేశ్‌లలో శ్రీరామ్‌కు ఈ వాస్తవం బాగా అనుభవంలోకి వచ్చింది. ఆలయం తలుపులు మూసి ఉండడం ఆయనను ఆశ్చర్యం కలిగించలేదు.

### భవిష్య బదరి

ఆలయం ప్రక్కనే ఒక రావిచెట్టు ఉన్నది. దాని క్రింద ఒక శిల ఉంది. శ్రీరామ్ ఆ శిలను పరీక్షించసాగాడు. రాయి మీద ఎప్పుడో సమర్పించబడిన పువ్వులు, పూజా సామాగ్రి కనిపించాయి. ఎండుటాకులు, గడ్డిపోచలు, గాలికి ఎగిరివచ్చిన దుమ్ము ధూళి ఆ శిలను ఆవరించి ఉన్నాయి. మూడు నాలుగు రోజులుగా ఎవరూ శుభ్రపరచినట్లు లేదు. ఆ శిల మామూలు రాయి కాదని శ్రీరామ్‌కు అనిపించింది. పూజా సామాగ్రి అర్పించబడినట్లు కనిపిస్తోంది కనుక అది దైవ విగ్రహం అయి ఉండాలి. ఆ శిలను శుభ్రం చేసి పరిశీలనగా చూస్తే – అది విగ్రహమేనని స్పష్టమయింది. విగ్రహం ఏ దేవతది అయినా,

**మృదు స్వభావం, చిరునవ్వుతో ఎదుటివారు ఆకర్షితులవుతారు**

అది సగమే తయారయింది. విగ్రహం పై భాగాన్ని గుర్తుపట్టవచ్చు. అదయినా అంత స్పష్టంగా లేదు. బాగా ప్రయత్నించిన మీదట అది విష్ణుమూర్తి విగ్రహం కావచ్చని అనిపించింది.

విష్ణుమూర్తి ఆలయం ప్రక్కనే ఉంది కదా, విగ్రహం లోపల ఉండకుండా బయట ఎందుకు ఉన్నది అనే ప్రశ్న వచ్చింది. అందుకు కారణం తెలియలేదు. శ్రీరామ్ ఆ ప్రశ్నను అలా వదలివేసి, ఆ చెట్టుదగ్గర కూర్చున్నాడు. భవిష్య బదరి ఎలా ఉంటుందో చూడాలని శ్రీరామ్ అనుకున్నాడు. శ్రీరామ్ పూజారి కోసం ఎదురుచూస్తున్నాడు. మధ్యాహ్న సూర్యుడు పడమటి వైపు జరగడం ప్రారంభించాడు. అప్పుడు పూజారి రావడం కనిపించింది. అతడు ఆలయం తలుపులు తెరిచాడు. అంతకు ముందు గుమ్మం మీద సమర్పించిన సామగ్రిని ప్రోగు చేసుకున్నాడు. అతడు ఏదో గొణుక్కుంటూ పోతున్నాడు. సామగ్రి తక్కువగా ఉండడం చూసి, యాత్రికులను ఆడిపోసు కుంటున్నాడేమో.

తలుపులు తెరవబడడంతో, శ్రీరామ్ దర్శనం కోసం ముందుకు వెళ్ళాడు. శ్రీరామ్ బయట నిలబడి చేతులు జోడించాడు. పూజారి ఇలా అన్నాడు – "లోపలికి రా. దగ్గరగా దర్శనం చేసుకోవాలంటే చేసుకోవచ్చు. రూపాయి పావలా అవుతుంది."

శ్రీరామ్ మౌనం వహించారు. ఈ అడవిలో కూడా భగవానుని దర్శనం నుండి సంపాదన! పూజారి మళ్ళీ గుర్తుచేశాడు – "ఆలోచించుకో, ఎవరూ లేరు కనుక అవకాశం వచ్చింది. లేకుంటే విష్ణు ఆలయంలో ఎవరినీ లోపలకు రానివ్వరు." శ్రీరామ్ ఇలా జవాబిచ్చాడు – "వద్దు. నేను నియమాలను ఉల్లంఘించను. అదే సరైన పద్ధతి."

పూజారి ఏదో గొణుక్కున్నాడు. అతడు ఏమి చెప్తున్నాడో శ్రీరామ్‌కు వినిపించలేదు. అయినా అతడి భావం అర్థమయింది. శ్రీరామ్ ఇలా అన్నాడు – "ఇబ్బంది పడకండి. మీరు కోరిన దక్షిణ ఇస్తాను." ఆయన సంచీలోనుంచి రూపాయి పావలా తీసి గర్భగుడి గుమ్మం మీద ఉంచాడు.

"ఉన్నత కుటుంబానికి చెందినవాడిలా కనబడుతున్నావు" – అన్నాడు పూజారి. అతడలా తన సంతోషాన్ని తెలిపాడు. మాట కలపాలనే ఉద్దేశ్యంతో ఇలా అన్నాడు – "ఒంటరిగా వచ్చావా? ఇంత చిన్న వయస్సులో తీర్థయాత్రకు వెళ్ళాలని ఎలా అనిపించింది? సాధువుగా, సన్యాసిగా మారాలని ఉన్నదా? ఇక్కడి బాబాలలో, యోగులలో ఎవరినీ గురువుగా స్వీకరించకు. వీరిలో ఎక్కువమంది దొంగ సాధువులు."

పూజారి ఒక్క గుక్కలో పెక్కు ప్రశ్నలు వేశాడు, సలహాలు కూడా ఇచ్చాడు. రూపాయి పావలా లభించిన సంతోషంతో అతడు ఆత్మీయతను ప్రదర్శిస్తున్నాడు. అతడు ఏ కారణం వల్ల మనస్సు విప్పి మాట్లాడుతున్నా – శ్రీరామ్ మాత్రం అతడిని ఆదరించాడు. శ్రీరామ్ ఇలా అడిగాడు –

"బయట ఉన్న విగ్రహం ఎవరిది?"

"ఆ విగ్రహం సగం తయారయింది. ఎవ్వరూ చెక్కలేదు. కాలం తనకుతానుగా దానిని చెక్కుతోంది. అది పూర్తయినప్పుడు బదరీ విశాల్ ఇక్కడ పూజింపబడతాడు." పూజారి ఇంకా ఇలా అన్నాడు – "అప్పుడు నర, నారాయణ పర్వతాలు కూడా ఏకమవుతాయి. లతాదేవి ఆలయంలో ఇప్పుడు 24 సంవత్సరాలకొకసారి ఉత్సవం జరుగుతోంది. బదరీ విశాల్ ఇక్కడ వెలసిన తర్వాత ప్రతి సంవత్సరం ఉత్సవం జరుగుతుంది."

వివరణ ఇస్తూ పూజారి ఒక్కసారిగా గాంభీర్యం వహించి ఇలా అన్నాడు –

"అప్పుడు నాకు కూడా గర్భగుడిలోకి మనుషులను పిలిచే పాపం తప్పుతుంది. ఉత్సవాలకు చాలామంది జనం వస్తారు. బదరీనాథ్‌జీని దర్శించేవారు కూడా ఇక్కడికి వస్తారు. వారు సమర్పించే డబ్బుతో నేను ధనవంతుణ్ణి అయిపోతాను."

శ్రీరామ్ అతడి మాటలను వింటున్నాడు. కొద్దిసేపటి క్రితం రూపాయి పావలా అడిగినప్పుడు వచ్చిన కోపం ఇప్పుడు జాలిగా మారింది. పేదరికం కదా, పాపం వీళ్ళు ఆశపడతారు – అనిపించింది. పూజారి ఇంకా చెప్పుకు పోతున్నాడు.

"కానీ, ఆ రోజు చూడడానికి నేను బ్రతికి ఉండను. నర, నారాయణ పర్వతాలు ఎప్పుడు ఏకమవుతాయో, బదరీ విశాల్ ఎప్పుడు ఇక్కడికి వస్తాడో తెలియదు. అయినా ఏమీ ఫరవాలేదు. వచ్చే తరాలు సుఖంగా ఉంటాయి."

రూపాయి పావలా దక్షిణ సంబరంలో మునిగి, పూజారి అలా మాట్లాడుతూనే ఉన్నాడు. శ్రీరామ్ అతడిని వదిలి, ఆలయం నుండి బయటకు వచ్చాడు. నీతిఘాట్ దాటి ఆ అజ్ఞాత స్థలానికి వెళ్ళాలి. అయితే ఆ స్థలం అతనిని లాక్కుని పోతోంది. ఆ దారి ఊహించినంత ఎత్తుకు పోతోంది. ఎన్నెన్నో కాలిబాటలు, దారినిండా ముళ్ళు, కంకర రాళ్ళు. ఆ దారిలో కొద్దిదూరం నడచినా అలసట వస్తోంది. జ్యోతిర్మఠంలో దండధారలో స్నానం చేసిన తర్వాత శ్రీరామ్‌ను అలసట మళ్ళీ

**మంచి లక్షణాలను విద్యార్థి దశలోనే అలవరచుకుంటే ఎంతో మేలు**

వేధించలేదు. రెండు భుజాలకు రెండు సంచీలు. చేతిలో లాఠీ. కాళ్ళకు దళసరి మడమల రబ్బరు చెప్పులు. వీటితో శ్రీరామ్ ముందుకు వెళ్తున్నాడు.

## హేమకుండసాహిబ్

సుమారు 25 కిలోమీటర్లు నడచి, శ్రీరామ్ ఒక సెలయేటి ఒడ్డున ఆగాడు. ఆ సెలయేటికి అన్ని వైపులా కొండలు. వాటి ప్రతిబింబాలు నీళ్ళలో కనబడుతున్నాయి. ఒడ్డున అక్కడక్కడ రాతి అరుగులు ఉన్నాయి. పూర్వం జనం కూర్చొనడానికి, ప్రకృతి సౌందర్యాన్ని చూచి ఆనందించడానికి, ధ్యాన ధారణలు అభ్యాసం చేయడానికి ఈ అరుగులను వాడుకునేవారని అనిపించింది.

శ్రీరామ్ కూర్చున్న చోటు నుండే అన్నివైపులా చూసి లెక్కపెట్టాడు. ఏడు కొండలు సెలయేటిని చుట్టి ఉన్నాయి. 24 అరుగులు ఉన్నాయి. ఈ స్థలం గతంలో తపస్థలంగా ఉండేదా అనే ఆలోచన వచ్చింది. ఇది హిమాలయం ఋషుల, మునుల నివాసం అయి ఉండవచ్చు. ఏనాడో కాక, ఇప్పుడు కూడా ఇక్కడికి ఋషిసత్తాలు వస్తూ ఉండవచ్చు అని అనిపించింది.

ఏడుకొండల మధ్య ఉన్న ఆ సెలయేరు గురించి తర్వాత తెలిసింది. ఖాల్సా పంథ్ సంస్థాపకులు గురుగోవిందసింగ్ తన పూర్వజన్మలో ఇక్కడ తపస్సు చేశారు. అప్పుడు ఆయన పేరు మేధసముని. ఇది తెలిసిన తర్వాత 1936లో ఇక్కడ సిక్కు తీర్థాల స్థాపన జరిగింది. ఈ స్థలమే ఇప్పుడు హేమకుండ సాహిబ్‌గా ప్రఖ్యాతి గాంచింది. ఇక్కడ గురుద్వారా కూడా నిర్మించబడింది. రాకపోకలకు, వసతికి చక్కని వ్యవస్థ ఏర్పడింది.

శ్రీరామ్ ఆ అరుగుమీద చాలాసేపు కూర్చున్నాడు. ఎవరి కోసమో ఎదురుచూస్తున్నట్లు అనిపించింది. ఎవరో తమతో మాట్లాడడానికి ప్రయత్నిస్తున్నట్లు ఆయనకు తట్టింది. అస్పష్టమైన ధ్వని వినిపిస్తోంది. చుట్టూ చూశాడు. ఎవరూ లేరు. అయినా ధ్వని వస్తోంది. చిత్తాన్ని అత్యంత ప్రశాంతంగా, నిశ్చలంగా చేసుకున్న తర్వాత ఆ ధ్వని స్పష్టమయింది. ఆ స్వరం ఎంత తగ్గు స్థాయిలో ఉన్నదంటే సంవత్సరాల తరబడి మౌనంగా ఉన్న కంఠం నుండి వస్తున్నట్లు ఉన్నది. మాట్లాడడం మరచి పోయిన కంఠం నుండి వస్తున్నట్లు ఉంది. ఆ ధ్వని ఏవైపు నుంచి వస్తోందో అంచనా వేశాడు. అయిదు అడుగుల దూరంలో నల్లరంగు గల ఒక ఆకారం కనిపించింది. అది శ్రీరామ్‌ను సంబోధిస్తూ తన వద్దకు పిలుస్తోంది. శ్రీరామ్ అరుగుమీద నుండి లేచి, ఆ ఆకారం దగ్గరకు వెళ్ళారు. ప్రణామం చేశాడు. ఆ ఆకారం నుండి ఇలా మాట వినవచ్చింది.

“నన్ను ఏ పేరుతో అయినా పిలవవచ్చు. నాకు పేరేదీ లేదు. ఈ మాట చెప్పాలనే నిర్దేశం నాకు అందింది నీవు గోముఖం వద్దకు వెళ్ళు. గోముఖం తర్వాత నందనవనం ఉన్నది. అక్కడ నీ కోసం ఎదురుచూస్తున్నారు.”

## గురుసత్తా ఆదేశం

ఆ ఆకారం చెప్పిన మాటను శ్రీరామ్ తన మనస్సులో యథాతథంగా స్వీకరించారు. దారి తెలియదని మాత్రమే చెప్పాడు. ఆ ఆకారం ఇలా అన్నది –

“దారి కష్టం కాదు. ఇక్కడి నుండి జ్యోతిర్మఠానికి తిరిగివెళ్ళు. చమోలీ, గుప్తకాశీ మున్నగు స్థలాలకు వెళ్ళనవసరంలేదు. అందువల్ల దూరం పెరుగుతుంది. జ్యోతిర్మఠంలో కొందరు కలుస్తారు. వారితో కలసి ప్రయాణించు. దగ్గర దారిలో వెళితే, రేపు రాత్రికి గోముఖం చేరగలవు.”

శ్రీరామ్ ఈ నిర్దేశాన్ని కూడా మార్గదర్శక సత్తా ప్రతినిధి ఇచ్చిన సంకేతంగా పరిగణించాడు. సరే అన్నట్లు తలూపాడు. ఆ ఆకారం ఇలా అన్నది –

“ఎక్కడా ఆగవలసిన అవసరం లేదు. సరాసరి గోముఖం చేరిన తర్వాతనే విశ్రాంతి తీసుకో”.

శ్రీరామ్ “జీ” (అలాగే) అన్నారు. ఆ ఆకారానికి ప్రణామం చేయడానికి తలవంచాడు. ఆ ప్రణామంపై ధ్యాస ఉంచ కుండానే ఆ ఆకారం సెలయేటిలో దిగిపోయింది. మోకాలు లోతు నీళ్ళలో అర్ఘ్య ప్రదానం చేయసాగింది.

శ్రీరామ్ సెలయేరులో స్నానం చేశాడు. కొంతసేపు జపం చేశారు. ఆ తర్వాత ధ్యానం చేశాడు. ఆ ఆకారం అవేవీ పట్టించుకోలేదు. మోకాలు లోతు నీళ్ళలోకి దిగిన తర్వాత వెనుదిరిగి చూడలేదు. సాధనా మార్గం పథికులు ఇలాగే నిస్సంగంగా ఉండాలి. శ్రీరామ్ కూడా తన సాధనలో నిమగ్నం అయ్యాడు. ఆ ఆకారాన్ని మనస్సు నుండి తప్పించడానికి, క్షణం క్రితం జరిగిన సమావేశాన్ని మరచి పోవడానికి శ్రీరామ్‌కు ఎలాంటి ప్రయత్నం చేయవలసిన అవసరం లేకపోయింది. నీటిమీద గీసిన బొమ్మలా ఆ జ్ఞాపకం దానికదే అదృశ్యం అయిపోయింది, సెలయేరు ఒడ్డున మరికొద్దిసేపు కూర్చుని శ్రీరామ్ జ్యోతిర్మఠానికి తిరుగుముఖం పట్టారు.

*(సశేషం)*

**నేర్చుకోవాలన్న తపన మనిషిని ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుస్తుంది**

యుగ నిర్మాణ యోజన

# మహాకాలుని గీత-సత్సంకల్పాలు - 14

## సంప్రదాయాల కంటే వివేకానికి ప్రాముఖ్యతనిస్తాము

ఉచితానుచిత నిర్ణయము, లాభనష్టాల నిర్ణయము, ఎక్కడికెళ్ళాలి, ఎక్కడికెళ్ళకూడదనే నిర్ణయము తీసుకునేందుకు అవసరమైన బుద్ధిని భగవంతుడు మనిషికి ప్రసాదించాడు. దీని ఆధారంగానే జీవితమంతా నడుస్తుంది. నిత్యజీవితంలో సాధారణ విషయాలయందు కూడా వివేకం బాగా పని చేస్తుంది. కానీ అత్యంత ముఖ్యమైన విషయాల్లో నిర్ణయం తీసుకోవలసి వచ్చినప్పుడు మాత్రం అది పనిచేయడం మానేస్తుంది. సంప్రదాయాలకు సంబంధించిన విషయాల యందు కొద్దిమందికి మాత్రమే వివేకము జాగృతమౌతుంది. మిగిలిన వారు మాత్రం ఆంతరికమైన వ్యతిరేకత ఎదురవుతున్నా పట్టించుకోరు. వారంతా నీటి ప్రవాహంలో కొట్టుకుపోయే గడ్డిపోచలవలె దిశలేని ప్రవాహంలో కొట్టుకుపోతూ ఉంటారు. గొర్రెల మందల్లో ఒక గొర్రె పొరపాటున బావిలో పడితే మిగిలిన గొర్రెలు కూడా చూసుకోకుండా దాన్నే అనుసరించి అలానే పడి ప్రాణత్యాగం చేసేస్తాయి. చూసి అనుకరించే ప్రవృత్తి కోతుల్లో ఉంటుంది. అది మనిషి ఏది చేస్తే చూసి అదే చేస్తుంది. మనిషి మనస్సు కూడా ఇదే పద్ధతిలో గ్రుడ్డిగా ఇతరులను అనుకరిస్తూ ఉంటుంది. మనిషి కూడా కోతి యొక్క సంతానమే. ఈ విషయాన్ని నిరూపించేందుకు మనిషి ప్రయత్నిస్తాడు.

సమాజంలోని కొన్ని రీతిరివాజుల వల్ల ఏ మాత్రం లాభం లేకపోగా అంతా నష్టమే వస్తుంది. ఇదంతా ఒకరిని చూసి ఒకరు అనుకరించడం వల్ల జరుగుతున్నది. బీడీలు, సిగరెట్లు, టీ త్రాగడమనే అలవాటు రోజురోజుకీ పెరిగిపోతున్నది. చిన్న పిల్లలు కూడా పెద్దవాళ్ళని చూసి అలవాటుగా త్రాగుతున్నారు. ఈ అలవాట్లన్నీ ఆడంబరానికి, సభ్యతకు చిహ్నంగా భావించ బడుతున్నాయి. సిగరెట్ త్రాగడమనేది ఒక ఫ్యాషన్ కనుక అది త్రాగేవారు తాము ధనవంతులమని, గొప్పవారిగా నిరూపించుకోవాలనుకుంటారు. ఇటువంటి భ్రమలలో పడి మజా కోసమో, అలవాటైపోయిందనో ఒకరిని చూసి మరొకరు మత్తుపదార్థాలకు అలవాటుపడిపోతున్నారు. చివరకు కుడితి తొట్లో పడ్డ ఈగలాగా గిలగిల కొట్టుకుంటారు. వాటిని వదిలించుకోవాలన్నా అవి మనలను వదలని పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. టీ, బీడి, భంగు, గంజాయి, సారాయివంటి మత్తు పదార్థాలన్నీ భయంకరమైన దుర్వ్యసనాలు. వీటివల్ల మానసిక, శారీరిక ఆరోగ్యం పాడైపోతుంది. ఆర్థికస్థితి అస్తవ్యస్తమైపోతుంది. మత్తుకు బానిసైన వ్యక్తి రోజు రోజుకీ మూర్ఖుడిగా మారతాడు. క్రోధము, ఆవేశము, చింత, నిరాశ, బద్ధకము, నిర్దయ, అవిశ్వాసమువంటి మానసిక దుర్గుణాలు ఎన్నో అతనిలోకి ప్రవేశిస్తాయి. వ్యక్తులకు ఇవన్నీ అర్థమయ్యేలా చేయగలిగితే చాలా మంచిది. ఇంతచేసి వారు అంగీకరించినా వారి వివేకము, సాహసములయందు జీవం ఉండదు, కనుక వారు ఏ పనీ చేయలేరు. గొర్రెల మందలోని గ్రుడ్డి గొర్రెవలె పోతుంటారు.

సామాజికపరమైన కురీతుల వల్ల హిందూ సమాజం పూర్తిగా శిథిలావస్థకు చేరుకున్నది. ఇలాంటి పద్ధతుల వల్ల మధ్యతరగతి వారికి జీవితం గడుపుకోవడమే కష్టమవుతుంది. అటువంటి స్థితిలో చాలామంది ఆడపిల్లల తల్లిదండ్రులను కొంతమంది మగపిల్లల తల్లిదండ్రులు నరమాంస భక్షణ చేసే పిశాచాలవలె పీక్కు తింటున్నారు. ఆడపిల్లల తల్లిదండ్రుల మీదికి కత్తులు దూస్తూ దూకుతున్నారు. వివాహం రోజున జీవితమంతా కష్టపడి సంపాదించిన మొత్తం ధనాన్ని హోలి రంగులవలె చల్లక తప్పడం లేదు. కట్నమనే ఆయుధానికి బాగా పదును పెట్టి మన ఆడపిల్లల రక్తం త్రాగేందుకు ఏ విధంగాను భయపడడం లేదు. విందు భోజనాలు, పార్టీలు వంటి ఎన్నో ఆడంబరాలకు పోతున్నారు. మిగతావారంతా

**తీవ్రమైన తపన ఉన్నప్పుడే లక్ష్యసాధన దిశగా అడుగులేస్తారు**

అలానే చేస్తున్నారు కదా, మేమెందుకు చేయకూడదు? అని ప్రశ్నిస్తారు. అంటే వివేకము మూఢాచారాల చేతిలో ఓటమిపాలైంది. మూఢాచారమనే మేక వివేకమనే సింహపు మెడ పట్టుకొని కొరికినట్లు ఈ సాంప్రదాయాల తుఫానులో వివేకం కొట్టుకుపోతున్నది. ఇది చాలా ఆశ్చర్యకరమైన విషయమైనప్పటికీ ఇదే జరుగుతున్నది.

శారీరిక రోగాలతో బాధించబడేవారు మానసికమైన మాలిన్యాలతో పీడించబడేవారు, సమాజమునందు కుసంస్కారులుగా భావింపబడేవారు, అలా తయారవడానికి కారణం అవివేకమే. వారంతా మేము చాలా పెద్ద చదువులు చదివాము కనుక మా తెలివితేటలేవో మాకున్నాయి అని ఎవరిమాట వినరు. కానీ అలాంటివారు జీవితము యొక్క అసలైన సమస్యలను లోతుగా అర్థం చేసుకోవడంలో అసమర్థులుగానే మిగిలిపోతున్నారు. బయటి విషయాలను గురించి బాగా ఆలోచిస్తారు, చర్చిస్తారు, అర్థం చేసుకుంటారు. కానీ దేని ఆధారం మీద మన జీవిత లక్ష్యం ఆధారపడి ఉన్నదో దానిని గురించి కాస్త కూడా పట్టించుకోరు. దీనినే అవివేకంతో కూడిన ఆలోచనా విధానం అంటారు. మనం సవ్యంగా ఆలోచించగలిగితే గుణదోషాలతో నిండిన మన వ్యక్తిగతమైన, సామూహికమైన సమస్యలను అర్థం చేసుకోవడం ప్రారంభిస్తాము. అప్పుడు మనకు మన బుద్ధిని ఎంతమేరకు పణంగా పెట్టామో అర్థమవుతుంది. ఎంత మూర్ఖత్వంతో కరుడుగట్టిపోయామో తెలుస్తుంది. సాధారణ ఆలోచనా విధానము ద్వారా కూడా మనిషి, సర్వతోముఖ సుఖశాంతులను పొంది సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఈ పృథ్విపైనే స్వర్గతుల్యమైన ఆనందాన్ని పొందవచ్చు. కానీ వారు కుటిలమైన, అనవసరమైన, ఉపయోగపడని ఆకాంక్షలతో జీవిస్తున్నారు. మన మనస్సును, దృష్టికోణమును మార్చుకోవడం కూడా మనకు కష్టమేనా? ఇతరులను సంస్కరించడమనేది కష్టమైన పని కావచ్చు, కానీ మనలను మనం సంస్కరించుకోలేమా? చక్కని ఆలోచనా విధానము లేకపోవడమే అన్ని సమస్యలకు కారణం. వివేకమనేది అంతఃకరణలో ఉదయించినట్లయితే దురాచారాలు దూరమైపోతాయి. అవే లేకపోతే జీవితం దైవసమాన జీవితంగా ఎందుకు మారదు?

కొన్ని మూర్ఖత్వాలు, నీతినియమాలు లేకపోవడం, గ్రుడ్డి సంప్రదాయాలు, మన జీవితంలోకి ప్రవేశించాయి. అవి చాలాలోతుగా పాతుకొని ఉన్నట్లు వాటిని పీకడం చాలా కష్టమని, అసంభవమని అనిపిస్తుంటుంది. కానీ నిజానికవన్నీ కాగితంతో తయారుచేసిన రావణాసురుని బొమ్మవలె భయపెడతాయి. కానీ బొమ్మ లోపలంతా ఖాళీగానే ఉంటుంది. ఆలోచనాపరుడైన వ్యక్తి వాటిని చూసి అసహ్యించుకుంటాడు. కానీ చుట్టుప్రక్కలున్నవారి భావావేశాన్ని చూసి తను ఒక్కడే అలా అసహ్యించుకుంటున్నాడనుకొని మౌనంగా ఉండిపోతాడు. సమస్యలన్నీ ఇలాంటివే. వివేకవంతులు కొద్దిమంది అయినాసరే సంఘటితమై, నిలబడి వ్యతిరేకించగలిగితే ఈ దురాచారాలన్నీ ఒక సామాన్యమైన ఘర్షణకే పిండిపిండైపోతాయి. గోవాయందలి ప్రజలు భారతీయ సైనికులకు చాలా అపూర్వమైన రీతిలో స్వాగతం పలికారు. ఈ మూఢాచారాల వల్ల పీడింపబడుతున్న ప్రజలంతా కలిసి ఈ అంధవిశ్వాసాలకు వ్యతిరేకంగా నడుం బిగించి సైనికులవలె ముందుకు సాగితే వారికి కూడా అంతటి ఘనస్వాగతం లభిస్తుంది.

కట్నమనే ఆయుధం రావణాసురునివలె భయభ్రాంతులను చేస్తుంది. కానీ అందరూ దానిని చూసి అసహ్యించుకుంటారు. కానీ దగ్గరకెళ్ళేందుకు మాత్రం భయపడతారు. సాహసం చేయగలిగేవారు దగ్గరికెళ్ళి దానికి నిప్పు పెడితే కనుక అది మూలాలతో సహా మొత్తం సర్వనాశనమైపోతుంది. మధ్య యుగపు కాలంలో దాస సంప్రదాయము, దేవదాసీ సంప్రదాయము, బహు-వివాహ సంప్రదాయములాంటివి మొదలైనాయి. దానితో పుట్టంగానే (ఆడపిల్లయితే) చంపేయడం, భూతపూజలు, పశుబలులు, మొదలైన సామాజిక మూఢాచారాలు ఎన్నో ఆ సమయంలో బలాన్ని పుంజుకున్నాయి. కానీ చూస్తుండగానే ఆ మూఢాచారాలు, అనైతికత ఇంకా బలంగా వ్రేళ్ళూనుకున్నాయి. అయినా సంగఠితమైన వివేకశీలుర యొక్క సమూహము చేసే యుద్ధంలో అవి ఎక్కువసేపు నిలబడలేవు. అద్దంతో చేసిన తలుపువలె అవి ఒక్క దెబ్బకే ముక్కలైపోతాయి. ఆలోచనా క్రాంతి అనే ఒక్క తుఫాను ఆ చెత్తకుప్పనంతటినీ ఎగర గొట్టేస్తుంది. ఈనాడు నూతన సమాజ నిర్మాణము మనకు కలగానే అనిపిస్తున్నది. ఆలోచనల యందు ప్రగతి జాగృతమైతే ఈ కల సాకారమై తీరుతుంది.

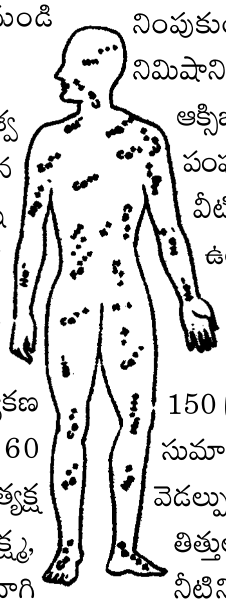
– అనువాదం: *శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్*

**నమ్మకంతో చేసే ఏ పని అయినా సఫలమవుతుంది**

కుండలినీ మహావిజ్ఞానం-7

# ప్రాణసత్తా యొక్క కళేబరం ఈ కాయ పంజరం

కాయకళేబరంలో ప్రాణాగ్ని సముదాయ రూపంలో కుండలినీ శక్తి మూడున్నర చుట్టలు చుట్టుకుని విరాజమానమై ఉన్నది. రక్త మాంసములతో కూడిన ఈ పిండం, సృష్టి యొక్క అనుపమ కళాఖండంగా చెప్పవచ్చు. దీనిలో అనంతమైన అలౌకికమైన శక్తుల భాండాగారం నిద్రాణస్థితిలో పడి ఉన్నది. స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరాల రూపంలో దీనిలో సక్రియత, వివేచన, భావన, నిష్ఠ, ప్రజ్ఞ, శ్రద్ధవంటి విభూతులు వెలుగొందు తున్నాయి. వీటిని జాగృతం, వికసితం చేసుకుని మనుష్యుడు క్షుద్రత్వం నుండి మహాత్ముడుగా; నరుడి నుండి నారాయణుడుగా తయారవ్వగలడు.



పంచతత్వములతో తయారైన ఈ కాయం విశ్వ బ్రహ్మాండం యొక్క అన్నింటికన్నా పెద్ద శక్తివంతమైన పవర్ హౌస్ (Power House). వైజ్ఞానిక మనీషి ఐన్‌స్టీన్ తన సాపేక్ష సిద్ధాంతం $E=mc^2$ లో ఒక పరమాణువు నుండి 3,50,000 కాలరీల శక్తి ఉత్పన్నం అవుతుంది అని చెప్పారు. మనుష్య శరీరం విశ్వబ్రహ్మాండంలోని సమస్త స్థూల, సూక్ష్మ అదృశ్యకణ సముదాయంతో నిర్మించబడింది. సగటున 60 కిలోగ్రాముల బరువు ఉండే స్థూలకాయంలో ప్రత్యక్ష రూపంలో, దివ్య తత్వములతో తయారయిన సూక్ష్మ, కారణ శరీరాలలో ఎంత అధికశక్తి భాండాగారం దాగి ఉన్నదో దానిని లెక్కించలేము. శక్తిపుంజం కావడం వల్లనే దానిని "జ్యోతిష్యాం జ్యోతిః" గా చెప్పబడింది. "శరీర మాధ్యం ఖలు ధర్మ సాధనం" అని చెప్పి ఋషులు ఈ కాయమును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకుని, జాగృతం చేసుకుని లోక మంగళ కరమైన పనుల కొరకు ఉపయోగించమని నిర్దేశం చేశారు.

మానవ శరీరంలో ఏ అంగం, అవయవం మీద అయినా దృష్టి సారిస్తే, దాని క్రియాకలాపములు చాలా ఆశ్చర్యం కలిగిస్తాయి. హృదయాన్ని తీసుకోండి. దానిలో రక్తప్రవాహం ఒక నదిలాగా ప్రవహించదు, ఒక శక్తివంతమైన పంపుతో ఒత్తిడిని కలిగింపచేసి నీటిని ప్రవహింపచేసే విధంగా పనిచేస్తుంది. గుండె ఒక నిమిషంలో సుమారు 72 సార్లు కొట్టుకుంటుంది. గుండె కొట్టుకోవడంతో అసంఖ్యాకమైన విద్యుత్తు తరంగములు వెలువడుతాయి. వీటిని ఎలక్ట్రో కార్డియోగ్రాం ద్వారా గమనించవచ్చు. గుండె కొట్టుకునే సమయంలో ఒక్కొక్క కొట్టుకోవడం మధ్య 0.83 సెకండు కాలం గుండెకు విశ్రాంతి లభిస్తుంది.

హృదయంవలె ఊపిరితిత్తులు కూడా ఆజన్మాంతం వరకు విశ్రాంతి తీసుకోవు. అవి 20-30 ఘనపు అంగుళాల గాలి నింపుకుంటుంటాయి, వదిలిపెడ్తుంటాయి. శ్వాస వేగం నిమిషానికి 18 నుండి 20 సార్లు ఉంటుంది. అవి శరీరానికి ఆక్సిజన్‌ను ప్రదానం చేస్తాయి, చెడు వాయువును బయటకు పంపుతాయి. వాయుకోశముల సంఖ్య వేలలో ఉంటుంది. వీటిని ఒక లైనుగా ఉంచితే శరీరానికి 55 రెట్లు ఉంటుంది.

మూత్ర పిండములు బూడిద రంగులో చిక్కుడు గింజ వంటి ఆకారంలో ఉంటాయి, సుమారు 150 గ్రాముల బరువు ఉంటాయి. ఒక్కో మూత్ర పిండము సుమారు 4 అంగుళముల పొడవు, రెండున్నర అంగుళాల వెడల్పు, రెండు అంగుళాల లావుగా ఉంటుంది. ఊపిరి తిత్తులు వాయువును శుద్ధి చేసినట్లుగా, ఇవి శరీరంలోని నీటిని శుద్ధి చేస్తాయి. ఇవి అనావశ్యక తత్వములను మూత్రం ద్వారా బయటకు పంపిస్తాయి. వీటిలో 10 లక్షలకన్నా ఎక్కువ నాళికలు ఉంటాయి. వీటన్నింటిని ఒక దానికి ఒకటి కలిపితే భూమి చుట్టూ ఒక రౌండ్ కొట్టగలదు. ఒక గంటలో మూత్ర పిండముల శుద్ధి చేసిన రక్తం బరువు, మన శరీర బరువు కన్నా రెట్టింపు ఉంటుంది.

పొట్ట యొక్క పని ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడం. కానీ ఈ పని అత్యంత జటిలమైనది, విలక్షణమైనది. ఈ చిన్న సంచి ఒక గొప్ప రసాయనశాలగా చెప్పవచ్చు. ఆహారాన్ని రక్తంగా మారడానికి ఎన్ని రకాల రసాయనిక పదార్థములు, క్రియా కలాపముల సమన్వయం జరుగుతుందో గమనించగలిగితే

**నమ్మకానికి వ్యక్తి ఆలోచనే పునాది**

అది మాజిక్‌గా చెప్పవచ్చు. ఇదేవిధంగా కళ్ళు, చెవులు పనిచేసే విధానం చూస్తే చాలా ఆశ్చర్యం వేస్తుంది.

చర్మం శరీరానికి రక్షణ కవచంగా పనిచేస్తుంది. చర్మాన్ని పరిచినట్లయితే సుమారు 250 ఘనపు అడుగులు ఉంటుంది. దీని బరువు సుమారు 2.75 కిలోగ్రాములు ఉంటుంది. ఒక అంగుళం చర్మంలో 82 అడుగుల పొడవుగల నాడులు 12 అడుగుల పొడవుగల రక్తనాళికలు ఉంటాయి. రోమ కూపములు రోజుకి సుమారు ఒక పౌండు (450 గ్రాములు) చమటను బయటకు పంపుతాయి. ఇది శ్వాస యొక్క బాధ్యత కూడా తీసుకుంటుంది. శ్వాస కేవలం ఊపిరితిత్తుల ద్వారా మాత్రమే కాక చర్మం ద్వారా కూడా జరుగుతుంది. శరీరం లోపలి ఉన్న నాడులను ఒక లైనుగా ఉంచితే దాని పొడవు 450 మైళ్ళు ఉంటుంది. చర్మం యొక్క 'మెలనిన్' అనే రసాయనం చర్మం యొక్క తెలుపు, నలుపు, పసుపు రంగులకు కారణభూతమవుతుంది.

సాధారణంగా చర్మం యొక్క మందం 0.3 నుండి 3.0 మి.మీ. ఉంటుంది. కాని శరీరం యొక్క వేరువేరు భాగములలో అవసరం బట్టి దీని మందం మారుతుంటుంది. అన్నింటికంటే పలుచగా చర్మం కనురెప్పలలో ఉంటుంది. అరికాలిలో చర్మం అధిక మందంగా ఉంటుంది. చర్మంలో లెక్కలేనన్ని రోమ కూపములు ఉంటాయి. ఆధునిక ఎనాటమీ ఆధారంగా మనిషి చర్మంలో ఆరు పొరలు ఉన్నాయి, వీటి పనులు వేరువేరుగా ఉంటాయి.

సువిఖ్యాత వైజ్ఞానికుడు డా॥ లోగన్ క్లేన్ డేనింగ్ చర్మాన్ని ఒక విలక్షణమైన రహస్యమైన అంగమని చెప్తాడు. చర్మం శరీరాన్ని అన్ని వైపుల ఆచ్ఛాదన ఇచ్చే పని కాక, ఒక సక్రియమైన అంగంగా ఆయన చెప్తాడు. చర్మం యొక్క ప్రముఖమైన కార్యం స్పర్శ. ఈ పల్చని అవయవంలో ఎన్నో విలక్షణ క్షమతలు ఉన్నాయి. వీటిని వికసింపచేసుకుంటే ఇతర ఇంద్రియముల పని కూడా చర్మం చక్కగా చేయగలదు. వికసించిన, శిక్షణ (ట్రైనింగ్) పొందిన చర్మం స్వాదేంద్రియ, ఘ్రాణేంద్రియ, శ్రవణం, దర్శనం మొదలైన పనులు చేయగలదు, దాని అతీంద్రియ క్షమతను తెలియచేయగలదు. రాబోయే రోజులలో చర్మం యొక్క విలక్షణ సామర్థ్యం యొక్క ఉదాహరణలు చూడగలుగుతారు. వీటిలో చర్మం ద్వారా, వాసన చూడటం, చూడగలగడం, వినడం, రుచి చూడడం మొదలైన పనులు చేయబడతాయి. కన్నులు లేని వారు కూడా చర్మం యొక్క ఈ సామర్థ్యాన్ని వికసింపచేసుకుంటారు. కన్నులు లేని లోటు వారికి ఉండదు.

మానవ మస్తిష్కం యొక్క సంరచన ఇంకా విలక్షణమైనది. 26 చదరపు అంగుళముల చిన్న బుట్టలో ఉన్న మూడు పౌండ్ల బరువుగల మస్తిష్కంలో భూత, భవిష్య, వర్తమానం యొక్క సమస్త జ్ఞానం ప్రసుప్త (నిద్ర) స్థితిలో పడి ఉంటుంది. దీనిలో సంపూర్ణ ఈశ్వరుని క్షమతలు బీజరూపంలో వెలుగొందు తున్నాయి. మానవ మస్తిష్కంలో 14 కోట్ల కోశికా తంత్రములు, 14 అరబ్బుల (1 అరబ్బు=100 కోట్లు) 5 లక్షల తంతువులు ఉంటాయి. ఇది గ్రే మేటర్ (grey matter) వైట్ మేటర్ (white matter) పేరుగల పచ్చని, తెల్లని ద్రవములో తేలు తుంటాయి. ఈ మస్తిష్కమే అన్ని శారీరిక క్రియాకలాపములను సంచాలనము చేస్తుంది; శ్వాస ప్రశ్వాసలు, ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసేవంటి స్వయం సంచాలిత ప్రక్రియలను నియంత్రిస్తుంది. ఇంతేకాక రూప, రస, గంధ, స్పర్శ, శబ్దముల మహాసాగరం ఎల్లప్పుడు మనుష్యుని నలువైపుల ఉప్పొంగుతుంటుంది, దానిలో నుంచే తుఫానులు మస్తిష్కాన్ని తాకుతుంటాయి. మస్తిష్కం వీటన్నింటిని తెలుసుకుని, గుర్తుపట్టి, విశ్లేషణ చేసి, తన నిర్ణయాన్ని తెలియ జేస్తుంది.

ఇంతేగాక నవీన, పురాతన స్మృతులు, ఆర్జించుకున్న జ్ఞానసంపద, వర్తమాన జన్మ, పూర్వజన్మల సంస్కారం, సుఖ దుఃఖాల అనుభవం మొదలైనవి అన్నీ మస్తిష్కంలో ఉంటాయి. దీనికి ప్రమాణం కూడా వైజ్ఞానికులు కనుగొన్నారు.

అంతః స్రావ గ్రంథుల, బహిస్రావగ్రంథుల నిర్మాణం. వాటి కార్య ప్రణాళిక చూచి వైజ్ఞానికులు వీటిని గారడి పెట్టెలుగా (पिटारियां) భావించారు. ఇవి కేవలం శరీర నిర్మాణంలో సహకరించటమే కాక చేతన, అచేతన మస్తిష్కాలను రహస్య రీతిలో ప్రభావితం చేస్తాయి.

శరీరంలోని కణాలు (cells) చాలా చిన్నవిగా ఉంటాయి. శరీరంలో ఇటువంటి జీవకణాల మహా సముద్రమే ఉన్నది. వీటిలో 65% జలం ఉంటుంది. దానిలో సైటోప్లాసం, ప్రొటో

**చేసిన తప్పును నిజాయితీగా ఒప్పుకోవాలి**

ప్లాసం, నాభికేంద్రం (nucleus) వంటి జీవంతమైన తత్వాలు తేలియాడుతూ ఉంటాయి. ఈ తత్వముల నిర్మాణంలో కార్బన్, హైడ్రోజన్, ఆక్సిజన్, ఫాస్ఫరస్ మొదలైన తత్వములు పాలు పంచుకుంటాయి. శరీర శాస్త్రజ్ఞుల అనుసారం మానవ శరీరములో 6,00,00,00,00,00,000 (6 नील) కోశికలు ఉంటాయి.

జీవ కోశికల (cell) యొక్క సైటోప్లాసం (cytoplasm) మధ్యలో దాని నాభి (న్యూక్లియస్ nucleus) ఉంటుంది. ఈ న్యూక్లియస్‌లో 23 లేదా 24 గుణ సూత్రములు (chromosomes) ఉంటాయి. ఇలాంటి ప్రతి జీవకోశంలో జీన్స్ సంఖ్య 5000 నుండి 1,20,000 వరకు ఉండవచ్చు. వీటి నిర్మాణం D.N.A, R.N.A వంటి రసాయనములతో జరిగింది. ఇది సూక్ష్మతకు చరమ సీమ. వంశానుక్రమరీతి అంతా వీటిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. పూర్వీకుల అనేక లక్షణాలు, ప్రత్యేకతలు ఈ జీన్సులో నిండి ఉంటాయి. అవి సమయానుసారం విభిన్న రూపములలో ప్రకటింపబడతాయి.

స్థూల రూపంలో మాతాపితలు బాలకునికి జన్మనిస్తున్నట్లు కనిపిస్తుంది, మరి అలా అయితే పిల్లలు తల్లిదండ్రులవలెనే ఉండాలి. కానీ అలా ఉండటం లేదు. దీనికి కారణం జీన్స్‌లో ఉన్న వంశానుగతంగా సంగ్రహించిన లక్షణాలుగా చెప్తారు. ఇంకా లోతుగా తరచి చూస్తే సంతతి యొక్క లక్షణాలు అతని పూర్వజన్మలలో సంగ్రహించుకున్న సంస్కారాలుగా చెప్పవచ్చు.

మనుష్యుని తయారుచేసిన ఆ జీవశక్తి సామర్థ్యమును చూసినట్లయితే ఆశ్చర్యంతో ముక్కుపై వేలు వేసుకొనవలసి వస్తుంది. బీజం అంకురంగా, అంకురం మొక్కగా, మొక్క చెట్టుగా మారడం గమనిస్తే ఆశ్చర్యంగా ఉంటుంది. అంతకన్నా అనంతమైన ఆశ్చర్యకరమైనది జీవి తన ప్రారంభ ముహూర్తం నుండి ఎదగడం.

శుక్రాణువు ఎంత చిన్నదంటే అది సూది మొనలో ఎన్నోవేల వంతు ఉంటుంది. రతిక్రియ సమయంలో యోనిలో విద్యుత్ స్పందనలు కలుగుతాయి. ఆ ఉత్తేజనతో శుక్రాణువు తన సహయోగి డింబం (ovum) కోసం వెదుకుతుంది. ఈ ప్రయాసలో అది ఎంత వేగంగా పరుగెడుతుందంటే, దాని వేగంగా ముందు చిరుతపులి వేగం తక్కువ అనిపిస్తుంది.

శరీరంలో ఉన్న అనేక రహస్యాలపై ఉన్న పరదా ఇప్పటి వరకు తీసివేయలేకపోయారు. హార్మోనులు, వంశానుక్రమం, జీవకోశముల అద్భుత క్షమత, అచేతన మనస్సు, భావ సంవేదన, అతీంద్రియ సామర్థ్యం, స్వసంచాలిత జీవన పద్ధతి, తేజోవలయం రసాయనిక పదార్థములు, ప్రాణాగ్ని రూపంలో ఉన్న దైవీ శక్తి పుంజములు ఏమి పనిచేస్తున్నాయి? వీటి గురించి కొంచెం మాత్రమే తెలిసింది. అవి ఏ ఆధారంపై తయారయాయి? వీటి గురించి మనిషికి ఏమి తెలియవు. ఈ రహస్యముల సూక్ష్మ సంచాలకుడు సూక్ష్మ శరీరమని చెప్పుకుని, మనం మౌనం వహించవలసి వచ్చింది.

మానవ శరీర నిర్మాణం గురించి వైజ్ఞానికుడు లార్డ్ హెర్బర్ట్ ఇలా అన్నాడు – "Who so ever study anatomy can never be atheist. అంటే శరీర నిర్మాణం గురించి తెలుసు కున్నవాడు, అర్థం చేసుకున్నవాడు ఎవడు నాస్తికుడు కాజాలడు అని. దానిని పరబ్రహ్మ సత్తాను ఒక మంచి చిత్రకారునిగా, సృజనాత్మక సత్తా రూపంలో స్వీకరించి, మానవకాయంలోని స్థూల, సూక్ష్మ భాగములను సముచిత రీతిలో సదుపయోగం చేసుకుని జీవనాన్ని సఫలం చేసుకోవాలి.

*– అఖండజ్యోతి, జనవరి 1987*

## కష్టే ఫలి - కృషితో నాస్తి దుర్భిక్షం

*ఫలాలతో నిండిన బరువును మోయుచున్న వృక్షాన్ని చూచిన బాటసారి ఇలా అన్నాడు – "నీవు పూలు పండ్లతో నిండి ఉన్నావు. నేను ఆకలితో చచ్చిపోతున్నాను, భగవంతుడు నా పట్ల ఎందుకింత అన్యాయాన్ని చేశాడు?"*

*వృక్షం చిరునవ్వు చిందిస్తూ బాటసారితో ఇట్లు అన్నది– శిశిరమాసంలో నేను పడ్డ శ్రమ, కష్టాలను చూస్తే నీకు అర్థమవుతుంది. ఈ ఫలాలకై, నేను ఎంతటి కఠోర తపస్సు (శ్రమను) చేశానో అర్థం చేసుకో. నీవు కూడా నా వలె తీవ్రశ్రమ చేసి చూడు. అప్పుడు నీ జీవితంలో కూడా సమృద్ధితో పాటు సంతృప్తి లభిస్తుంది.*

*– అఖండజ్యోతి, జనవరి 2014*

*అనువాదం: ఎ.వేణుగోపాలరెడ్డి*

**ఎదుటివారు చెప్పే మాటలను శ్రద్ధగా వినాలి**

చైత్ర నవరాత్రుల ప్రత్యేకం

# గాయత్రీ ఉపాసన యొక్క అద్భుతమైన పరిణామములు

మహాత్ముడు ఆనందస్వామి ఈ యుగములోని గాయత్రీ మంత్రము యొక్క గొప్ప ఉపాసకులలో ఒకరుగా సుప్రసిద్ధి చెందారు. ఆర్యసమాజమునకు చెందిన ఉన్నతపదవుల నన్నింటిని ఆయన అధిష్ఠించారు. అంతేకాదు సంపాదకీయ బాధ్యతలను కూడా విజయవంతముగా నిర్వహించినారు. 92 సంవత్సరముల వయస్సు వరకు ఆయన దేశ-విదేశములలో గాయత్రీమంత్ర ప్రచారం చేశారు. ఆయన సాధన మనోవాక్కాయకర్మలలో సమానముగా ప్రతిఫలించేది.

మహాత్ముడు ఆనందస్వామి 'గాయత్రీమహామంత్రము', 'ఆనంద గాయత్రీ కథ' వంటి పలు ఆధ్యాత్మిక గ్రంథములను రచించారు. 'ఆనంద గాయత్రీ కథ' అనే గ్రంథములో ఆయన గాయత్రీ సాధనా ఫలితముగా తమ జీవితములో ఆవిష్కరించ బడిన విశేషములను, అద్భుతములను కళ్ళకుకట్టినట్లుగా వర్ణించారు. ఆ కథను అందరూ ఏకాగ్రమనస్కులై విని గుర్తుంచు కొనవల్సినదే. రండి! ఆయన అనుభవములను ఆయన మాటలలోనే తెలుసుకుందాము.

'అది చిన్ననాటి సంగతి. నేను 6 లేక 7వ తరగతి చదువుతున్న రోజులవి. నేను చదువులో మందబుద్ధిని. నాకు చదువు అబ్బేదికాదు. బడిగంట కొట్టగానే తరగతులు ఆరంభము అయ్యేవి. ఉపాధ్యాయుడు తరగతిగదిలోకి రాగానే చదువులో వెనుకబడిన కారణముగా నన్ను బల్లమీదకు ఎక్కి నిలబడమని ఆదేశించేవారు. ఆ ఒక్క ఉపాధ్యాయుడే కాదు, అందరు ఉపాధ్యాయులు ఇలానే చేసేవారు. బడినుండి ఇంటికి వెళ్ళగానే మా తండ్రిగారు నన్ను కొట్టి, 'నువ్వు పూర్తిగా అయోగ్యుడివి! దేనికీ కొరగావు!' తిట్టేవారు. నేను వెక్కివెక్కి ఏడుస్తూ ఇలా జవాబు చెప్పేవాడిని. 'నాన్నగారు! నేను చాలా శ్రద్ధగానే చదువుకుంటున్నాను. కానీ ఏమి చెయ్యను. నాకు చదువుకున్నది ఏమీ గుర్తుండటము లేదు!' అప్పుడు మా నాన్నగారు 'నువ్వు అసలు చదివితేనేకదా! నువ్వు ఎందుకు పనికిరావు! మూర్ఖుడివి! అని అరిచేవారు. నిత్యము కొట్టడము, తిట్టడము వలన బాధతో విసుగెత్తిపోయిన నేను అంత చిన్న వయసులోనే ఆత్మహత్య చేసుకోవాలనే ఆలోచన చేయసాగాను. జీవితేచ్ఛ నశించిపోయింది. దుఃఖప్రదము, అవమానకరము అయిన ఈ జీవితమును సాగించేబదులు చనిపోతేనే బాగుంటుంది అని నిర్ణయించుకున్నాను. ఒకనాడు పాఠశాలకు 12 గంటలకే సెలవియ్యటముతో నేను నేరుగా మా ఊరి సరిహద్దులలో ఉన్న నదివైపుగా వెళ్ళాను. తుఫాను కారణముగా నది ఉధృతముగా ప్రవహిస్తున్నది. నది ఒడ్డును ఒరుసుకుని, గట్లు త్రెంచుకుని పరవళ్ళు తొక్కున్నది. నేను వంతెన మీదకు ఎక్కి వెంటనే నదిలోకి దూకేశాను. 'మరణిస్తాను' అని గట్టిగానే అనుకున్నాను. కానీ 'తానొకటి తలచిన, దైవమొకటి తలచే' అన్నట్లుగా భగవంతుని సంకల్పము మరో రీతిలో ఉన్నది. ఆయన ఈ శరీరముతో ఎన్నో కార్యములను చక్కబెట్టించదలచు కున్నాడు. అందుచేత ప్రయత్నించినప్పటికీ నేను మృత్యువాత పడలేదు. నేను స్పృహలేని స్థితిలో వరద నీటిలో మునుగుతూ-తేలుతూ రెండు మైళ్ళ దూరములో ఉన్న ఇస్లాయగెడ్ అనే ఊరి పరిసర ప్రాంతములో తేలాను. అక్కడి ప్రజలు నన్ను గుర్తుపట్టి తిరిగి మా ఇంటికి చేర్చారు.'

'మా ఊరి పేరు జలాల్‌పూర్! ఒకనాడు ఆర్యసమాజమునకు చెందిన నిత్యానందస్వామి మా ఊరికి విచ్చేశారు. మా తోటలోనే ఆయన బసచేశారు. 'నువ్వు స్వామికి నిత్యము భిక్షాన్నము సమర్పించు' అని మా నాన్నగారు నన్ను ఆదేశించారు. ఆ ఆదేశము మేరకు నేను రోజూ స్వామివారికి రొట్టెలు, అన్నం వంటివి సమర్పించి వస్తుండేవాడిని. ఒకరోజు మా తండ్రిగారు 'వెళ్ళి గేదెకు నీళ్ళు త్రాగించి తీసుకురా!' అని ఆజ్ఞాపించారు. నేను మా ఊరి వెలుపల ప్రవహిస్తున్న చెఱువు దగ్గరకు మా గేదెను తోలుకుని వెళ్ళాను. గేదె నీటిని త్రాగి ఉన్నట్టుండి చెరువు మధ్యలోకి ఈదుకుంటూ వెళ్ళసాగింది. నేనా చిన్నవాడిని. ఆ గేదెను ఒడ్డుకు ఎలా చేర్చగలను? గట్టిగా అరిచాను. కేకలు పెట్టాను. చివరకు గేదెను రాళ్ళతో కొట్టేటప్పటికి అది ఈదుకుంటూ ఆవలి ఒడ్డుకు చేరుకుని ఆ ప్రక్కనే ఉన్న జమిందారుగారి పంటపొలములో పండిన పంటను నాశనము చేయసాగింది. నేనుకూడా పరిగెత్తు

కాలానికి తగిన ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం చాలా అవసరం

కుంటూ అవతలి ఒడ్డుకు చేరుకున్నాను. ఈ కొద్ది సమయము లోనే అది పంటకు తీవ్రనష్టమును కలిగించింది. నేను ఇటు నుండి పరిగెత్తుకుంటూ వెళితే, అటునుండి జమిందారుగారు ఉరుకులు పెడుతూ వచ్చారు. ఆయన నన్ను పట్టుకుని ఎముకలు విరిగేటట్టు చితకబాదారు. ఎప్పటిలాగే ఆరోజు కూడా నేను పాఠశాలలో దెబ్బలు తిన్నాను. సరే, అప్పుడిక నేను తిరిగి ఇంటికి వెళ్ళాను. విషయము తెలుసుకున్న తక్షణమే మా నాన్నగారు కోపముతో ఊగిపోతూ 'ఇంతసేపటికా ఇంటికి వచ్చేది? ఇప్పటివరకు ఏమి చేస్తున్నావు?'అని బాగా కేకలేసి చితక్కొట్టారు. 'భగవంతుడా! నేనేమి చేయను?' అని ఆయన ముందు నా బాధను వెళ్ళగ్రక్కుకున్నాను. ఇంతలో తిరిగి నాన్నగారు తోటలో విడిది చేసిన స్వామివారికి భిక్షను సమర్పించిరా! అని ఆదేశించారు. నేను అలా ఏడుస్తూనే స్వామికి రొట్టెలను సమర్పించి, ఆయనను తినమని అర్థించి, నిరాశ-ఉదాసీనత నిండిన హృదయముతో ఒక మూలగా నిలబడ్డాను. భిక్ష స్వీకరిస్తున్నంతసేపు స్వామిజీ నావైపు నిశితముగా చూస్తూనే ఉన్నారు. భోజనానంతరము ఆయన 'ఖుశహాల్ చంద్! ఏమిటి విషయము? ఈరోజు నువ్వెందుకు ఉదాసీనంగా ఉన్నావు?' అని అనునయంగా అడిగారు. ఓదార్పుతో కూడిన ఆయన మాటలను వినగానే నా కళ్ళలో నీళ్ళు సుడులు తిరిగాయి. వెక్కివెక్కి ఏడ్వటము ఆరంభించాను. అప్పుడు స్వామీజీ నన్ను తమ ఒడిలో కూర్చోబెట్టుకుని 'నాయనా! నీకేమయ్యింది? ఎందుకు ఇంత దుఃఖిస్తున్నావు?' అని ప్రేమగా ప్రశ్నించారు. నేను వెక్కులు పెడుతూనే జరిగినదంతా వివరించాను. దానితోపాటే నా మందబుద్ధిని గురించికూడా మొర పెట్టుకున్నాను. 'నేను ఎంతగా ప్రయత్నించినా చదువుకున్నది నాకు జ్ఞాపకం ఉండటం లేదు. నాది మందబుద్ధి!' అని ఆక్రోశించాను. ఆయన అనునయిస్తూ 'ఖుశహాల్ చంద్! నా దగ్గర కాసేపు కూర్చో. నేను దీనికి చక్కని ఔషధమును ఇస్తాను. పరిస్థితి చక్కబడుతుంది' అని చెబుతూ, ఒక కాగితమును చేతిలోకి తీసుకుని దానిమీద గాయత్రీ మహామంత్రమును వ్రాసి నాకు ఇచ్చారు. 'ఇదే నీ రోగమునకు తగిన ఔషధము! మీ కుటుంబములోని వారంతా రాత్రి సమయములో నిద్రిస్తున్నప్పుడు నువ్వు 2 లేదా 3 గంటలకు నిద్ర మేల్కొని, స్నానము చేసి గాయత్రీమంత్రమును జపించు!' అని అన్నారు. అంతేకాదు ఆయన నాకు అప్పుడు గాయత్రీమంత్రార్థమును కూడా వివరించారు. ఆ అర్థము నాకు ఇప్పటికీ గుర్తున్నది.

'ఇక ఆరోజునుండి నేను అర్ధరాత్రి సమయమున నిద్రలేచి, స్నానము చేసి జపము ఆరంభించేవాడిని. కానీ నిద్రతో కనులు మూతపడుతుండేవి. నా శిఖ పొడవైనది. అప్పుడు నేను ఒక త్రాడు తీసుకుని ఇంటి పైకప్పుకున్న కొక్కెమునకు ఒక కొన కట్టాను. రెండవ కొనను నా శిఖకు కట్టుకున్నాను. ఇక నిద్ర వచ్చి నేను తూలగానే ఆ త్రాడు కట్టడము వలన కుదుపువచ్చి నిద్ర ఎగిరిపోయేది. ఇలా 5, 6 నెలలు జపము సాగినది. దాని ఫలితము నెమ్మదిగా కనిపించసాగినది. ఇంతకుముందు పరీక్షలలో నేను ప్రశ్నలకు వ్రాసిన జవాబులన్నీ తప్పులు తడకలుతో ఉండేవి. జప ప్రభావము వలన ఇక ఇప్పుడు నేను పరీక్షలలో ఉత్తీర్ణుడవుతున్నాను. 'నువ్వు ఎవరిదో చూసి వ్రాసి ఉంటావు. అందుకే పరీక్షలలో ఉత్తీర్ణుడవైనావు. అయినా నీ ఉత్తీర్ణత నమ్మదగినది కాదు' అని ఉపాధ్యాయులు నా ఉత్తీర్ణతను సందేహించారు. 'నేను ఎవరిది చూసి వ్రాయలేదు. అయితే గాయత్రీమంత్రమును జపించాను. అందుకే ఉత్తీర్ణుడను అయ్యాను' అని ఉపాధ్యాయులకు వివరించాను. ఉపాధ్యాయు లకు విషయము అర్థమై ఉండదు. కానీ అప్పటి నుండి నేను పరీక్షలలో మంచి మార్కులతో ఉత్తీర్ణుడను అవ్వసాగాను. ఆ రోజులలోనే నేను ఒక కవిత వ్రాశాను. మా గురువుగారు ఆ కవితను మెచ్చుకుని నాకు కొంత డబ్బు పారితోషకంగా ఇచ్చారు. ఇంటికి వచ్చి మా నాన్నగారికి నా కవితను, దానితోపాటే మా ఉపాధ్యాయుడు ఇచ్చిన బహుమతిని చూపించాను. మా నాన్నగారు కూడా సంతోషముతో నాకు కొంత డబ్బును బహూకరించారు.

ఇది జరిగిన కొన్నాళ్ళకు మరొక సంఘటన చోటు చేసుకున్నది. మా ఊరు జలాల్‌పూర్‌లో ఆర్యసమాజమునకు చెందిన సంస్థ ఉన్నది. అక్కడ ఒక ఉత్సవము జరిగినది. ఉత్సవములో హంసరాజ్ మహాత్ములు ప్రవచించారు. నేను ఆ ప్రవచన సారాంశమును క్రోడీకరించి ఒక కాగితముమీద వ్రాసి, దానిని ఆయనకు చూపించాను. 'నాయనా! నువ్వు ఎవరి బిడ్డవు?' అని అడిగారు ఆ మహాత్ములు. 'ఆర్య సమాజమునకు మంత్రియైన లాలాగణేశదాసుగారు మా తండ్రి గారు' అని జవాబిచ్చాను. ఇంతలో మా నాన్నగారే స్వయముగా

**అప్పగించిన పనిని సకాలంలో పూర్తి చేయాలి**

అక్కడికి వచ్చారు. 'ఈ పిల్లవాడితో ఏమి పని చేయిస్తున్నావు?' అని మా తండ్రిగారిని ప్రశ్నించారు హంసరాజ్ గారు. 'పిల్లవాడు చదువులో కాస్త వెనుకబడ్డాడు. అందుచేత బ్రతుకుతెరువు కోసము ఒక కర్మాగారమును ఏర్పాటుచేశాను' అని జవాబిచ్చారు మా తండ్రిగారు. 'ఈ పిల్లవాడు ఆ పని చేయడము సబబుకాదు మంత్రిగారు. ఈ పిల్లవాడిని నాకు అప్పగించండి. నేను ఆ పిల్లవాడు చెయ్యగలిగే పనిలో అతడిని నియోగిస్తాను' అని అడిగారు స్వామీజీ. 'నేను మీ ఆజ్ఞను శిరసావహిస్తున్నాను. ఈ బాలుడు మీ పిల్లవాడే అనుకుని మీతోపాటే తీసికెళ్ళి, మీ ఇచ్ఛానుసారము అతనిని తీర్చిదిద్దండి' అని జవాబిచ్చారు.

ఇది జరిగిన కొన్నాళ్ళకు 'ఖుశహాల్ చంద్‌ను లాహోర్‌కు పంపించండి' అన్న వర్తమానము అందినది. నేను అక్కడికి చేరుకుని 'ఆర్యగెజిట్'లో నెలకు 30 రూపాయిల వేతనమునకు ఉద్యోగములో చేరాను. దానిలో పనిచేస్తూ చేస్తూ చివరకు ఆ పత్రికకు సంపాదకుని స్థాయికి ఎదిగాను. ఆరోజులలోనే మోపలలోని ఒక ప్రాంతములో మత-సంఘర్షణలు చెలరేగాయి. ముసల్మానులు వేలాదిమంది హిందువుల తలలను నిర్దాక్షిణ్యముగా నరికివేశారు. ఎందరినో బలవంతముగా ముసల్మానులుగా మార్చివేశారు. ఈ స్థితిలో హిందూ-ముసల్మానుల ఐక్యత కోసము ఒక దృఢమైన అడుగు ముందుకు వెయ్యవలసిన ఆవశ్యకత ఎదురుగా ఉన్నది. దేశములోని మిగతా పత్రికలన్నీ ఈ విషయములో ఉదాసీనముగానే వ్యవహరిస్తున్నాయి. హిందువుల మీద సాగే మారణకాండను గురించి ఏ పత్రికా ప్రచురించే ధైర్యము చేయలేకపోయినది. నేను హిందువుల ఐక్యతకొరకు, వారిని సంఘటితపరచటానికి 'మిలాప్' అనే పత్రికను ప్రచురించడం ఆరంభించాను. దీని ద్వారా హిందూ-ముసల్మానుల ఐక్యతకొరకు పాటుపడాలని అనుకున్నాను. మనిషిలో ఉన్నతమైన ఆచరణ తీసుకురావాలి, సదాచారములను పూర్తిస్థాయిలో ప్రోత్సహించాలి, రక్షణ చర్యలు చేపట్టాలి అనే ఆకాంక్ష ఉత్పన్నమయ్యేటట్లుగా చూడాలి.

గాయత్రీమాత కృప వలన 'మిలాప్‌పత్రిక' విజయవంతముగానే ప్రచురించబడుతున్నది. ప్రారంభములో ఒక లక్షరూపాయిల నష్టమును చవిచూశాము. అయినాకానీ పత్రిక సజావుగానే ముద్రించబడుతున్నది. దేవుని దయవలన లాభాలు కళ్ళచూడసాగాము. మోటర్‌బళ్ళు, ఇల్లు, ఆవులు, గేదెలు సమస్తం సమకూరాయి. సంతానము వృద్ధిచెందినది. లక్షలాది రూపాయిల సంపత్తి సమకూరింది. ఒక్కముక్కలో చెప్పాలంటే 'నేను నా భక్తులకు సమస్తము అనుగ్రహిస్తాను' అని గాయత్రీమాత ఆశ్వాసన ఇచ్చినట్లుగానే మాకు సమస్తము ఒనగూరాయి.

జీవితము ఇలా సాగుతున్న తరుణములోనే లాహోర్‌లో ఉన్న విశ్వవిద్యాలయ భవనములో పంజాబ్ గవర్నర్‌మీద తుపాకీగుళ్ళు పేలాయి. నలుగురు యువకులమీద హత్యారోపణ గావించి, వారిని అరెస్టు చేశారు. నా కుమారుడు రణవీర్ కూడా వీరిలో ఉన్నాడు. న్యాయాన్యాయములను విచారించిన మీదట న్యాయమూర్తి అందరికీ ఉరిశిక్ష అమలుచెయ్యమనే తీర్పును వెలువరించారు. ఆ విపత్కాలములోనే మరో ప్రమాదకరమైన సంఘటన చోటుచేసుకున్నది. ఆర్యసమాజము తరుపున జోగేంద్రనగరములో జరుగుతున్న ఉత్సవములో పాల్గొనటానికి వెళ్ళాను. నా కాలు పొరపాటున ఒక రాయిమీద పడి అది ప్రక్కకు దొర్లిపోయినది. నేను వెంటనే కొండమీద నుండి లోయలోకి జారిపడ్డాను. వెన్నెముక ఎముకలు విరిగాయి. గాయాలపాలైన నేను లాహోర్‌లోని ఒక ఆసుపత్రికి చికిత్స నిమిత్తము చేరుకున్నాను. శరీరమునంతా కట్లతో నిండిపోయింది. రణవీర్‌కు ఉరిశిక్ష పడిన కారణముగా నాకు సానుభూతి తెలపటానికి అనేకమంది అక్కడికి రాసాగారు. వారు విచారవదనముతో మెట్లెక్కి పైకి వస్తుండేవారు. కళ్ళల్లో నీళ్ళు సుళ్ళుతిరుగుతూండగా వారు నా సమీపమునకు వచ్చేవారు. నేనేమో నవ్వుతూ ఉండటము చూసి 'ఒకవైపు కొడుకుకు ఉరిశిక్ష వేశారు. మరోప్రక్క నువ్వు మంచానపడ్డావు. అయినా నవ్వుతున్నావు. నీది హృదయమా లేక పాషాణమా?' అని వారంతా ఆశ్చర్యమునకు లోనయ్యేవారు. 'నా మాట ఒకటి వినండి. నా కుమారుడు నన్ను విడిచిపెట్టి వెళ్ళిపోవడములోనే నా మేలు దాగి ఉన్నది అని భగవంతుడు కనుక అనుకుంటే, అతను ఇక ఎప్పుడూ నాతోపాటు ఉండలేడు. లేదా నా కుమారుడు జీవించి ఉండాలని విధి తలంచితే కనుక ప్రపంచములోని ఏ శక్తి నా కుమారుడిని నానుండి వేరుచెయ్యలేదు!' అని సంపూర్ణవిశ్వాసముతో నేను వారికి జవాబిచ్చేవాడిని. బంధుగణము, స్నేహితులు రణవీర్ గురించి ఏడుస్తుండేవారు, నేనేమో నవ్వుతుండేవాడిని. జమ్ముకాశ్మీర్

**నాయకత్వ లక్షణాలకు మూలం సవాళ్ళను ఎదుర్కొనే ధైర్యం**

ప్రాంతములో గురువుగా బాధ్యతలు వహిస్తున్న స్వామీ సత్యదేవ్‌మహరాజ్‌గారు నన్ను కలవటానికి వచ్చారు. నన్ను చూస్తూనే ఆయన 'ఇంత ఆపత్కాలములోకూడా నువ్వు సదా ప్రసన్నతతో జీవిస్తున్నావు. పెదవుల మీద చిరునవ్వులు పూయిస్తున్నావు. మరలాంటప్పుడు నీ నుండి నీ కుమారుడిని ఎవరు విడదీయగలరు?' అని అన్నారు. తదనంతరకాలములో ఆయన మాట సత్యమైనది. రణవీర్‌కు ఏమాత్రము హాని జరుగలేదు. పైగా అతనిమీద ఉన్న అభియోగము కూడా తప్పని ఋజువై అతను విడుదల చేయబడ్డాడు.

'గాయత్రీమాత కేవలము ఇహలోక సౌఖ్యములనే కాదు, పరలోకమును కూడా ప్రసాదిస్తుంది. ఇహపరాలను రెండింటినీ చక్కదిద్దుతుంది. ఆత్మను పవిత్రము గావించే ఆ తల్లి 'ఆయువు, ప్రాణము, సంతానము, పశువులు, కీర్తి, ధనము, సంపత్తి మరియు బ్రహ్మవర్చస్సును ప్రసాదిస్తూ చివరన బ్రహ్మలోకము' నకు చేరుస్తుంది. ఇందుచేత కీర్తి, ధనము, సంపత్తి, సంతానము, మనుమలు-మునిమనుమలు, మనవరాండ్రు, వాహనములు, బంధుగణము మొదలైనవాటన్నింటిని అనుగ్రహిస్తూ, చివరిగా గాయత్రీమాత ఇలా సెలవిచ్చింది- 'తుచ్ఛులైన వారైనప్పటికి నన్ను శరణువేడితే నేను వారికి బ్రహ్మలోకమును అనుగ్రహిస్తాను!' నేను అందరిని విడిచిపెట్టి కాషాయవస్త్రములను ధరించి మాత చూపిన మార్గములో మున్ముందుకు సాగిపోయాను.'

'8 సంవత్సరముల వయస్సునుండి ఇప్పటివరకు నేను గాయత్రీమాత ఒడిలో కూర్చుని ఆడుతూ పాడుతూ నిత్యం అమృతపానము చేశాను, నేను ఈ కథను వినిపించడములో నా ఉద్దేశ్యము ఒక్కటే. ఇప్పుడు కలియుగము నడుస్తున్నది అన్నది వాస్తవము. అయితే కలియుగములో కూడా గాయత్రీ ఉపాసన చేసిన వారందరు మాత కృపవలన సమస్తం పొందుతారు. భీష్మాచార్యుల వారు ఈ విషయమునే యుధిష్ఠిరునకు చెప్పారు. జగద్గురువులు ఆదిశంకరులు, దయానందమహర్షి, ఠాగూర్, తిలక్, రామకృష్ణపరమహంస మొదలైన మహాత్ములు గాయత్రి గురించి చెప్పిన మాటలు సత్యము! ఆ సత్యమునే నేను నా జీవితములో స్వయముగా అనుభూతి చెందాను. 'అది సత్యమే! సత్యమే! సత్యమే' అని నేను ఘంటాపదముగా చెప్తున్నాను.

*- అఖండజ్యోతి, మార్చి 2006*

*అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు*

## డాక్టర్ పాయ్

*ఒకప్పటి మైసూర్ రాజ్యంలో మణిపాల్ అనే చిన్న గ్రామంలో జన్మించిన డాక్టరు పాయ్ ఉన్నత విద్యను అభ్యసించి, ఆ విద్య ద్వారా స్వంత లాభాన్ని ఆశించక లభించిన ఉన్నత ఉద్యోగాలన్నిటినీ నిరాకరించాడు. వెనుకబడిన ప్రాంతాలలో సేవ చేయాలనే సంకల్పంతో ముందుగా తన జన్మభూమి అయిన మణిపాల్ గ్రామాన్ని తన కర్మభూమిగా ఎంచుకొన్నాడు. ఒక చిన్న డిస్పెన్సరీని ప్రారంభించి ప్రజలకు సేవ చేయసాగాడు. పేద ప్రజలతో డిస్పెన్సరీ కిటకిటలాడేది. ఇక్కడ అడుగిడిన ప్రతి ఒక్కరు ఆనందంతో, ఉత్సాహంతో తిరిగి వెళ్ళేవారు. క్రమంగా తన గ్రామంలో కాక, ఇలా వెనుకబడిన అనేక ప్రాంతాలలో వైద్యంతోపాటు విద్య, ఉపాధి సౌకర్యాలను కూడా కలిగించ ఆరంభించాడు. నిస్వార్థభావంతో ఈ మహనీయుడు చేపట్టిన ప్రతి కార్యక్రమానికి ప్రభుత్వం, ప్రజలు పూర్తి సహకారాన్ని అందించసాగారు. ఈయన చేపట్టిన చిన్న చిన్న కార్యక్రమాలే అనేక విద్యాలయాలు, వైద్యాలయాలు సహకార బ్యాంకులుగా దినదినాభివృద్ధి చెందటం చూచిన వారిని ఆశ్చర్యంలో ముంచుతుంది. ఈయన ప్రత్యేకంగా మహిళల కోసం నర్సింగ్ స్కూళ్ళు స్థాపించాడు. గాంధీ మెమోరియల్ కాలేజి, మణిపాల్ మెడికల్ కాలేజీ ఆయన స్థాపించినవే. ఈయన అడుగిడిన చిన్న చిన్న ప్రాంతాలే ఈనాడు చూడవలసిన తీర్థస్థానాలుగా మలచబడ్డాయి. డా॥ పాయ్ శ్లాఘనీయుడే కాదు, మార్గదర్శకుడు కూడా.*

*- ప్రజ్ఞాపురాణం నుండి*

*అనువాదం: శ్రీమతి నేమాని గౌరీసావిత్రి*

**ప్రతిభ ఒక్కటే కొలమానం**

వ్యక్తి వికాసం-4

# సమయ సదుపయోగం

సమయం ఎప్పుడు ప్రవహించే ఒక అమూల్యమైన నిధి. ఎవరైతే ఈ నిధిని ఉపయోగించుకోగలుగుతారో, వారు సర్వోత్తమ లక్ష్యాన్ని సాధించగలరు. జీవితం ఒక భవంతి అయితే దానిలో ప్రతిగంట, ప్రతి నిమిషం ఇటుకలుగా ఉంటాయి. మనిషికి జీవితంపై ప్రేమ ఉంటే సమయం వృథా చేయకూడదు. వివేకవంతుడైన వాడు సాధ్యమయినంతగా సమయాన్ని మంచిగా ఉపయోగించి ఉన్నతి చెందుతాడు.

బుద్ధిమంతులు తమ సమయాన్ని సదుపయోగపడే విధంగా విభజించుకుంటారు. ఆరోగ్యం కొరకు, సంపాదన కొరకు, కుటుంబ వ్యవహారాలకు, సామాజిక సత్కార్యాలకు సమయాన్ని తగు విధంగా వెచ్చించి అన్ని బాధ్యతలు సవ్యముగా జరిగేటట్లు చూసుకుంటారు. వ్యవస్థీకరించిన దినచర్య శారీరిక మానసిక ఆరోగ్యాలపై మంచి ప్రభావం చూపుతుంది. జీవనోపాధికి సమయం కేటాయించి, సవ్యమైన మార్గం ద్వారా ధనాన్ని ఆర్జించాలి. అదేవిధంగా ధనాన్ని మంచి పనుల కొరకు సదుపయోగం చేయాలి. సమయం చాలటం లేదు అనేది సరికాదు. చక్కగా ప్రణాళిక వేసుకుంటే అన్ని పనులకు సమయం ఉంటుంది.

మానవుని అంతఃకరణలో మంచి-చెడు రెండు రకాల ప్రవృత్తులు ఉంటాయి. మంచి ప్రవృత్తులు జాగృతమైనప్పుడు వ్యక్తి మంచి పనులలో నిమగ్నమవుతాడు. కానీ మంచి ప్రవృత్తులు నిద్రిస్తుంటే చెడు ప్రవృత్తులు అనుచిత కార్యములు చేయుటకు ప్రేరేపిస్తాయి.

ఆస్ట్రియా వంటి బలమైన దేశాన్ని నెపోలియన్ యుద్ధంలో ఓడించాడు. ఎందుచేతనంటే శత్రు సైనికులు యుద్ధంలోకి దిగటానికి ఐదు నిమిషాలు ఆలస్యం చేశారు. వాటర్లూ (waterloo) యుద్ధంలో నెపోలియన్ ఓటమికి ముఖ్యకారణం అతని సేనాపతి ఆలస్యంగా రావటమే. పనులు వాయిదా వేయటం, పనులను తప్పించుకునే ప్రయత్నం మంచిది కాదు. అవకాశం ఉన్నప్పుడే ప్రయత్నించాలి. అవకాశం పోయిన తరువాత ప్రయత్నిస్తానంటే ఏమి ఉపయోగం ఉంటుంది?

పనులను ఒక ప్రణాళిక చేసుకుని, టైంటేబుల్ వేసుకుని పూర్తి చేయాలి. ఆ విధంగా చేస్తే పనులన్నీ పూర్తి చేయగలుగుతాము. నిరాశ వారి దరికిచేరదు, అలసటకు లోనుగారు. సమయం యొక్క విలువ తెలుసుకుని, సమయాన్ని సవ్యంగా వినియోగించుకుంటే జీవితం యొక్క లక్ష్యాన్ని సాధించగలుగుతారు. పరీక్షలకు ముందునుంచే ప్రణాళికగా చదువుకుంటే పరీక్షల ముందు హడావిడి పడవలసిన అవసరం ఉండదు.

## సమయం యొక్క సదుపయోగమే సఫలతకు రహస్యం

మనిషి సాఫల్యం కావాలంటే చాలా కష్టపడాలి. మంచి వ్యవసాయదారుడు సరియైన సమయంలో నాట్లు వేస్తే మిగిలిన పనులు సవ్యంగా జరుగుతాయి. పరీక్షలకు ముందు నుంచే చదువుకుంటుంటే చక్కగా పరీక్షలు వ్రాయగలుగుతారు. పరీక్షలు అయిపోయిన తరువాత చదువుతానంటే పరీక్షల కొరకు ఇంకొక సంవత్సరం ఆగాలి.

జీవితంలో ప్రతిక్షణం మంచిదే. వాయిదాలు వేయడం మంచి పద్ధతి కాదు. **సోమరితనం మనిషికి బద్ధశత్రువు.** చేయవలసిన పనిని వెంటనే చేయాలి. రేపటి పని ఇవాళే, ఈ రోజు పని ఇప్పుడే చేయవచ్చు.

మన వాతావరణం పనికి ప్రేరేపించేదిగా ఉంచుకోవాలి. **పనికిరాని కబుర్లు చెప్పే స్నేహితులు నిజానికి శత్రువులతో సమానం.** సమయాన్ని వృథా చేసుకుంటే తరువాత పశ్చాత్తాప పడవలసి వస్తుంది. **జీవితంలో ఏదైనా సాధించదలచుకుంటే ముందు వాయిదా వేసే గుణాన్ని వదుల్చుకోవాలి.**

అబ్రహం లింకన్ ఎంతలా సమయం పాటించేవారంటే ఆయన ఉదయాన నడకకు వెళ్ళడం (morning walk) చూసి గడియారాలు సరిచేసుకునే వారు. నిద్రలేవడం కానీ, నిద్ర పోవడం కానీ, భోజన సమయం ఇలా అన్నీ సమయానుసారం చేయడం వల్ల శరీరము, మనస్సు పనులకు సిద్ధంగా ఉంటాయి. తినడం, తాగడం, నిద్రలేవడం మొదలైన పనులు నిర్ణయించుకున్న సమయానికి చేసుకుంటే శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. లేకపోతే అనారోగ్యం పాలు అయ్యే అవకాశం ఎక్కువ.

**జిజ్ఞాస ఉండాలే కానీ చిన్న జీవుల నుండి కూడా పెద్ద పాఠాలు నేర్చుకోవచ్చు**

## సమయ సంయమం

అన్ని ముఖ్యమైన పనులకు ఆధారం సమయ సంయమం. అనగా సమయాన్ని వీలయినంత ఎక్కువగా ఉపయోగించుకో గలగాలి. కొంచెం ప్లాను వేసుకుంటే అనేక పనులు ఒకేసారి చేసుకోవచ్చు. సమయం కలసి వస్తుంది. నాలుగు వస్తువుల కొరకు నాలుగుసార్లు బజారుకి వెళ్ళవచ్చు. కానీ కొంచెం ప్రణాళికగా ఉంటే నాలుగు వస్తువులు ఒకేసారి తెచ్చుకోవచ్చు. రోజు ఒక పద్ధతిగా కొంచం సేపు చదివినా మంచి సాఫల్యం సాధిస్తారు.

ఒక్కొక్కసారి టైం లేదనిపిస్తుంటుంది. ఒక్కొక్కసారి టైం నడవటం లేదనిపిస్తుంది. నెమ్మదిగా పోతుందనిపిస్తుంటుంది. కానీ సమయం ఎప్పుడు ఒకే వేగంతోనే పోతుంటుంది. చేసే పని ఇష్టంతో చేస్తే ఎంత సమయం గడచినా తెలియదు. చేస్తున్నా పని ఇష్టం లేకుండా చేస్తుంటే టైం గడవడంలేదని పిస్తుంటుంది. క్షణములు యుగములుగా అవవచ్చు. యుగములు లక్షణములు కావచ్చు. చేస్తున్న పనిపై ఉన్న ఇష్టయిష్టాల మీద ఆధారపడి అటువంటి అనుభవాలు వస్తుంటాయి.

## ఇబ్బందులు

పనులు చేస్తున్నప్పుడు ఇబ్బందులు రావడం సహజం. వీటిలో కొన్ని శారీరికమైనవి, కొన్ని మానసికమైనవి, వీటిలో కొన్నింటిని తీసివేయగలుగుతాము, కొన్ని తీసివేయలేనివి ఉంటాయి.

## మానసికమైన ఇబ్బందులు

పెద్ద మానసిక ఇబ్బంది ఏమంటే మన పనులను పరిస్థితులను ఇతరులు నియంత్రిస్తున్నారనే (control) ఆలోచన. ఇది కొంతవరకు నిజం కావచ్చు, కానీ పూర్తిగా కాదు. మనం ఇతర వ్యక్తుల వలన, పరిస్థితుల వలన నియంత్రింపబడ కూడదు. మనం మన టైంటేబుల్ ప్రకారం నడుచుకోవాలి.

**వాయిదా వేసే అలవాటు మానసికమైనది.** పనులను వాయిదా వేయకూడదు. ప్రతి పని సకాలంలో పూర్తి చేయాలి. 'రేపు' అనకూడదు. 'బద్ధకస్తులకి పని ఎక్కువ' అనే వాక్యం గుర్తుపెట్టుకోవాలి. బద్ధకంతో పనులు పేరుకుపోతే వాటిని చేయడానికి చాలా కష్టపడవలసి వస్తుంది.

దీనికి విరుద్ధంగా పని పని అని ఆరాటపడేవారు (work holics) ఉంటారు. అన్నీ పనులు ఒక రోజులో చేయాలనుకుంటారు. దీని వలన మనుష్యులు అలసిపోతారు, కార్యదక్షత తగ్గిపోతుంది. పనులలో తప్పులు జరుగుతుంటాయి. పరిణామంగా మరురోజు తప్పులు సరిచేసుకోవడంలో సరిపోతుంది.

ఇంకా గుర్తుంచుకోవలసిది ఏమంటే చేపట్టే పనులు మన సామర్థ్యానుసారం ఉండాలి. పనిని బట్టి దానిని విభాగాలుగా చేసుకోవచ్చు. ప్రతి భాగానికి కొంత సమయం కేటాయించుకోవాలి.

మానసిక ఇబ్బందులలో భయం ఒకటి. దీనివలన ఏదో పోగొట్టుకుంటామని, కావలసినది పొందలేమని. చిన్న చిన్న విషయాల గురించి భయపడుతుంటారు. భయపడేవారు పెద్ద పెద్ద పనులు చేయలేరు. భయం వల్ల టెన్షన్ పెరుగుతుంది, ఆరోగ్యం పాడవుతుంది.

ఈ భయాన్ని దాటగలగాలి. ఆత్మవిశ్వాసం పెంచుకునే ప్రయత్నం చేయాలి. పనిని చక్కగా చేయడానికి ప్రయత్నించండి. **"యోగః కర్మసు కౌశలం" అంటే పనిని చక్కగా చేయడమే యోగం.** ఇతరులు మీ గురించి ఏమనుకుంటున్నారోనని ఆలోచించవద్దు. అక్కరలేని, ఉపయోగపడని వస్తువులను దగ్గర ఉంచుకోకండి, బయటకు పంపించండి.

## శారీరిక ఇబ్బందులు

శారీరిక ఇబ్బందులలోకి మన కార్యక్షమత వస్తుంది. మనుష్యుల సామర్థ్యములు వేరువేరుగా ఉంటాయి. కొందరు 8 గంటలు కొందరు 10 గంటలు, కొందరు 12 గంటలు కొందరు 14 గంటలు పనిచేయగలుగుతారు. మన కార్యక్షమతను బట్టి టైం టేబుల్ వేసుకోవాలి. అందరు అన్ని పనులు చేయలేరు. మనం చేయగలిగిన పనిని ఎన్నుకోవాలి. కొందరు ఆఫీసు పని బాగా చేయగలిగితే, కొందరు ఎకౌంట్స్ పని బాగా చేస్తారు. కొందరు బాగా పాటలు పాడవచ్చు, కొందరు వంటలు బాగా చేయవచ్చు. మీ మీ అభిరుచి, మీరు ప్రత్యేకతల బట్టి ప్రణాళిక వేసుకోవాలి.

మానవ జీవితం మితమైనది (limited). కానీ చేయవలసిన పనులు అనంతం. పనులు వ్యక్తిగతమైనవి, కుటుంబపరమైనవి, సామాజికపరమైనవి ఉండవచ్చు. ఎటువంటి పనులు చేయవలెనో నిర్ధారించుకున్నా, నిర్ణయించుకున్న లక్ష్యం వైపు నిరంతరం క్రమక్రమంగా అడుగులు వేసుకుంటూ లక్ష్యం చేరవచ్చు. మంచి ప్రతిఫలం పొందవచ్చు.

★★★

**జీవితంలో పెద్ద పెద్ద అడ్డంకులు వచ్చినా లక్ష్యాన్ని వదిలేసి పారిపోవలసిన పనిలేదు**

కుటుంబ నిర్మాణం

# పత్నీవ్రత ధర్మం యొక్క ఆవశ్యకత

స్త్రీకి పాతివ్రత్యం ఎంత మహత్వపూర్ణమైనదో, పురుషునికి పత్నీవ్రతధర్మం అంతే మహత్వపూర్ణమైనది. స్త్రీ పతివ్రతా ధర్మమును ఆలంబనగా చేసుకుని ఏవిధముగా తన ఆత్మ కళ్యాణమును సాధించుకుంటూ, కుటుంబమును స్వర్గములా, సంతులితముగా నిలబెట్టే పరిస్థితులను ఏర్పరుస్తుందో, అదే రీతిలో పురుషుడు పత్నీవ్రతధర్మమును పాటిస్తూ ఆ విభూతులను, సిద్ధులను హస్తగతము చేసుకోవాలి.'

'పతివ్రతాధర్మము-పత్నీవ్రతధర్మము' ఇవి రెండూ ఒకదానికొకటి పూరకములు! స్త్రీ-పురుషులిరువురు పరస్పర సహకారముతో తమలో ఉన్న అసంపూర్ణతను 'పరిపూర్ణత'గా మలచుకొని ఒక సర్వాంగపూర్ణమైన వ్యక్తిత్వమును నిర్మించు కొనుటకే భగవంతుడు స్త్రీ-పురుషులను సృజించాడు. వివాహితురాలిని 'అర్ధాంగి' అని పిలుస్తారు. వివాహితుడిని కూడా ఇలాగే పిలువవచ్చు. ఇద్దరి సమ్మిళిత స్వరూపము కలసి ఒక పరిపూర్ణమైన అంగముగా భాసిస్తుంది. రెండు చేతులు, రెండు కాళ్ళు, రెండు కళ్ళు, రెండు నాసికములు, రెండు ఊపిరితిత్తులు కలసి ఏ రీతిలో ఒకే జంటగా కనపడతాయో, అదేవిధముగా నరుడు-నారీ కలిసి జీవిస్తూ ఒక సర్వాంగపూర్ణమైన జీవితమును గడపగలిగే ఆవశ్యకతను పూర్తిచేసుకుంటారు. శరీరములో జంటగా ఉన్న అవయవము లలో ఏ ఒక్కభాగమైనా దెబ్బతిని రోగాలు, అశక్తత, నిర్బలత్వం మరియు అవ్యవస్థత చోటుచేసుకుంటే శరీరములో ఎగతాళికి తావిచ్చే కురూపత్వము పొడ చూపుతుంది. ప్రజలు అటువంటి మనిషిని 'ఒంటికన్నువాడని, కుంటివాడని, గొట్టాంగాడని, చట్టిముక్కువాడని' ఎగతాళి చేస్తూ అతనిని విసిగిస్తారు. ఆ ఎత్తిపొడుపు మాటలలో నిజమున్న ఉప్పటికీ, అవహేళనకు గురైన వ్యక్తి దానిని అవమానముగా భావిస్తాడు. ఎందుకంటే అపూర్ణత్వము అనేది అవమానింపబడే అంశమేకదా! మానవ జీవితము అనే బండికిగల రెండు చక్రాలవంటి భార్యాభర్తల రూపములో సరైన రీతిలో నడుస్తూ ఉంటుంది. రెండు చక్రములు సమంగా నడవనప్పుడు బండి కొద్దిదూరము వరకు బలవంతముగా ఈడ్చబడి, చివరకు ఆగిపోతుంది తప్ప, దానిమీద సుదూర ప్రయాణము చెయ్యటం అసాధ్యం, అసంభవం. భార్యాభర్తల మధ్య ఒకవేళ సంతులనము, అనుకూలత లేకపోతే ఏ గృహస్థ జీవితమైనా అంధకార బంధురమే అవుతుంది.

ప్రాచీనకాలపు చరిత్ర మీద దృష్టిసారించినప్పుడు సామాన్యంగా ఋషులందరు గృహస్థులే అన్న విషయము తేటతెల్లమవుతుంది. యోగసాధన చేస్తూ, అటవీప్రాంతములో ఆవాసము ఉండే సమయములో కూడా వారి భార్యలు వారితోనే కలసి జీవిస్తూ ఉండేవారు. బ్రహ్మచర్యమును పాటించటమా? లేక పాటించకపోవడమా? అన్నది మనిషి యొక్క మానసికస్థితిమీద ఆధారపడి ఉంటుంది. గృహస్థ ఆశ్రమములో ఆవశ్యకమైనప్పుడు బ్రహ్మచర్యము పాటించ బడుతుంది. అనగా గృహస్థులు కూడా శాస్త్రములలో చెప్పబడిన రీతిలో దాంపత్యజీవితమును సాగించవలసి ఉంటుంది. పైన చెప్పిన తథ్యములను దృష్టిలో పెట్టుకుని గృహస్థుడైన ముని తన ధర్మపత్నితో కలసి జీవించేవాడని తెలుస్తున్నది. వశిష్ఠ మహర్షి పుత్రులు విశ్వామిత్రుని చేత వధింపబడిన కథ సుప్రసిద్ధమైనదే కదా! లోమశమహర్షి కుమారుడైన శృంగిఋషి తన తండ్రికి జరిగిన అవమానమునకు కోపించి పరీక్షిత్తును శపిస్తాడు. ఇలాంటి పౌరాణికగాథలను ఇక్కడ ప్రస్తావిస్తే కనుక బహుశః ప్రతి ఋషి, ముని, తాపసిల యొక్క భార్యాపిల్లలను గురించి విపులముగా వర్ణించవలసివస్తుంది. భార్యాపిల్లలను విడనాడి పారిపోయే, బాధ్యతలను నుండి పలాయనవాదము చిత్తగించే వైరాగ్యము అవైదికం, అశాస్త్రీయం, అనైతికం అయింది. పత్నీ సమేతముగానే వానప్రస్థాశ్రమము స్వీకరించ బడుతుంది. సన్యాసాశ్రమ స్వీకరణకు భార్య ఆమోదము, అభిరుచి ప్రధానముగా నిలుస్తుంది. ఆమె కోరుకున్నట్లయితే తన పుత్ర-పౌత్రులతో కలసి జీవించవచ్చును లేదా భర్తతోపాటు పరివ్రాజక దీక్షను చేపట్టవచ్చును లేదా ఆశ్రమ కుటీరములో అతని సహచరిగా నివసిస్తూ వైరాగ్యధర్మమును అవలంభించ వచ్చు.

**పట్టిన పట్టు విడవద్దు**

అనేకమంది దేవతలు వివాహితులే! గృహస్థులే! భగవంతుని పలు అవతారములు తమ గృహస్థాశ్రమమును స్వీకరించాయి. బ్రహ్మదేవుని భార్య - సరస్వతి. విష్ణుభగవానుని అర్ధాంగి- మహాలక్ష్మి. శివుని ఇల్లాలు-పార్వతి. బృహస్పతి ధర్మపత్ని - అరుంధతి. ఇంద్రుని సతీమణి-శచీదేవి. వీరందరు సుప్రసిద్ధమైన జంటలే! శ్రీరామచంద్రుడు, శ్రీకృష్ణభగవానులను స్మరిస్తూ మనము భవసాగరమును దాటగలము. వీరుకూడా వివాహితులే. పైన చెప్పిన వారందరు దాంపత్యజీవితము యొక్క ఆవశ్యకతను మరియు ఉపయోగమును స్వీకరించిన వారే! వారంతా మర్యాదను పాటించే నిమిత్తము ఒక సత్ గృహస్థుని రూపములో తమ ఆచరణను తేటతెల్లం చేశారు. జీవితములో సుఖ సౌకర్యములు దాంపత్యజీవితం వల్లనే వృద్ధిచెందుతాయి. అంతేకాదు ఎన్నో జీవన లక్ష్యములను చేరుకొనుటలో సైతము గొప్ప సహాయము లభిస్తుంది.

పురుషుని సాన్నిధ్యములో ఉండుట చేత ఏ అవకాశములను, సుఖ-సౌకర్యములను స్త్రీ అందిపుచ్చుకుంటుందో, పురుషునికి కూడా అవన్నీ స్త్రీని ఆశ్రయించినప్పుడే లభ్యమౌతాయి. ఇద్దరిలో ఎవరు ఎక్కువా కాదు, ఎవరూ తక్కువ కాదు. ఇద్దరి అధికారములలో ఎవరి అధికారములు ఎక్కువా కాదు, మరొకరివి తక్కువా కాదు. ఎవరి గౌరవములలోను హెచ్చు తగ్గులు లేవు. కళ్ళు, ముక్కు, చేతులు, కాళ్ళలో ఏది గొప్పది? ఏది తక్కువది? అన్నది చెప్పలేము. బండికి ఉండే రెండు చక్రములలో ఏది గొప్పదని భావించాలి? ఏది తక్కువదని చెప్పాలి? ఏ ఒక్కదానిని తుచ్ఛమైనది అని అనలేము. రెండూ గొప్పవే అన్నది సత్యము. ఎవరు గొప్ప, ఎవరు తక్కువ అని పోలిస్తే కనుక త్రాసుసిబ్బె స్త్రీవైపే ఎక్కువ మొగ్గు చూపుతుంది. బిడ్డకు జన్మనిచ్చుటలో తల్లి పురుషార్థమే అధికముగా ఉంటుంది. ఇందువలన తండ్రికంటే తల్లే శ్రేష్ఠురాలని పెద్దలు చెప్తుంటారు. భార్యాభర్తలలో కూడా భార్యే ప్రధానము! దేవీదేవతల దంపతులను గురించి చెప్తున్నప్పుడు మున్ముందుగా 'దేవి' పేరే వినిపిస్తుంది. ఉదా॥ లక్ష్మీనారాయణులు, ఉమాశంకరులు, రాధాకృష్ణులు, సీతారాములు. స్త్రీయే ప్రధానము అని పై ఉదాహరణలన్నీ ప్రతిపాదిస్తున్నాయి. ఏవిధముగా ఇల్లాలు పతివ్రతాధర్మమును పాటిస్తూ తన జీవితమును సార్థకము చేసుకుంటూ, కుటుంబ వాతావరణమును స్వర్గసీమగా మారుస్తుందో, సరిగ్గా ఆ అంశమే పురుషునికీ వర్తిస్తుంది. అతను అలానే చేయగలడు. భర్త 'పత్నీవ్రతధర్మము'ను అనుసరిస్తూ అటువంటి ఫలితములనే పొందగలడు. ఇందుచేత శాస్త్రకారులు 'పతివ్రతాధర్మమును-పత్నీవ్రతధర్మమును' ఒకే న్యాయసూత్రములో ప్రతిపాదించారు, న్యాయమనే తక్కెడలో తూచి రెండూ సమానమనే ఉటంకించారు. సమానమైన నిష్ఠతో పాటు తమ తమ కర్తవ్యములను పాటించమని నరుడు- నారీలకు నిర్దేశించారు. స్త్రీ ఆత్మసమర్పణ చేసుకుంటూ, పాతివ్రత్యమును పాటిస్తూ మనుగడ సాగిస్తుంది. అలాగే భర్త 'భార్య'ను తన శరీరములో అర్థభాగముగా భావించి ఆమె ఆత్మతో మమేకమవుటలో, ఆమె ప్రగతి, సంతోషము, సుఖసౌకర్యములు, అవకాశములను ఆమెకు అందించాలనే సదాశయమును నిలుపుకొనుటలో పతి ఎంతెంత ఎక్కువ త్యాగము, బలిదానమును చేశాడు అన్న విషయము భార్య యొక్క సమర్పణాభావము, పాతివ్రత్యములతో పరీక్షించ బడుతుంది, పోల్చబడుతుంది. పురుషుడు ఏకాకి అయితే పైన చెప్పిన ఫలితములను పొందలేడు. అలాగే స్త్రీ కూడా. కర్తవ్య భావనతో బాధ్యతలను నిర్వహిస్తూ ఏకపక్షముగా ముందుకు సాగినా వికాసము పొందుట అసంభవము. రెండవ పక్షము యొక్క సహయోగమును పొందినప్పుడే వికాసము అన్నది సంభవమవుతుంది. రెండు చేతులు కలిస్తేనే చప్పట్లు వినబడతాయి. రాముని పత్నీవ్రత ధర్మమే సీతను పతివ్రతగా నిలబెట్టినది. భర్తకూడా పత్నీవ్రత ధర్మము పట్ల నిష్ఠను ప్రదర్శించినప్పుడే సువికసితమైన పతివ్రత సజీవముగా నిలిచి ఉంటుంది. సాధ్వీమణులైన మహిళామ తల్లులు తమ ధర్మకర్తవ్యముపట్ల ఎంతటి గాఢమైన శ్రద్ధ-విశ్వాసములను నిలుపుకుంటారో, పురుషుడు కూడా పత్నీవ్రత ధర్మము పట్ల అంతే నిష్ఠను కనపరచినప్పుడే స్త్రీ సంపూర్ణ పతివ్రతగా సజీవముగా నిలిచిపోతుంది.

గడచినకాలములో పరిస్థితుల ప్రభావము ద్వారా ప్రాప్తించిన అనుచితమైన లాభమును పొందాలనే దుష్ప్రవృత్తి మనిషి మనస్సులోకి చొరబడింది. తత్ఫలితముగా జీవితము లోని ప్రతిరంగములోను భయానకమైన చెడు ప్రవృత్తుల బాహుళ్యము పెచ్చరిల్లినది. సంతానము యొక్క పాలన- పోషణ, గృహకార్యముల నిర్వహణవంటి అత్యంత కఠినమైన,

**కష్టాలు కలకాలం ఉండవు**

ఉత్తమ బాధ్యతలు నిర్వహించవలసిన కారణముగా గృహసీమకే స్త్రీ కార్యక్షేత్రము పరిమితమైపోయింది. ఇంటిలోనే ఉండి పోవుట వలన బుద్ధివికాసము, చతురత, తెలివితేటలు, అనుభవము, డబ్బు సంపాదించే పరిస్థితులు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. తత్ఫలితముగా స్త్రీ బౌద్ధిక వికాసము చెందుటలో వెనుకబడింది. ఉరుకులు-పరుగులు పెడుతూ పురుషుడు చేసే కఠినశ్రమను స్త్రీ చెయ్యవలసిన అవసరము లేదు. కానీ పురిటి నొప్పులు పడటము, ఆ తరువాత బిడ్డ ఆలనాపాలనల ప్రత్యక్ష బాధ్యతలు తల్లిమీదే ఉంటాయి. తత్కారణముగా ఆరోగ్యము కూడా కొంచెం దెబ్బతింటుంది. ధనోపార్జన అన్నది ఇంటి బయట చెయ్యవలసి వస్తుంది. పురుషుని శారీరక, మానసిక స్థితులు ఈ పనిని నెరవేర్చేందుకు సమర్థుడిని గావిస్తాయి. ఇందువలన పురుషుడు 'సంపాదనాపరుడు' అన్న పేరు సంపాదించుకున్నాడు. స్త్రీ అతనికన్నా అధికముగా శ్రమిస్తున్నప్పటికీ 'ఆర్జనాపరురాలుకాదు' అన్న మిషమీద తక్కువదిగానే ఉండిపోతున్నది. పురుషుడు డబ్బు సంపాదిస్తూ గర్వపడుతున్నాడు. ఆ గర్వముతో అతడు తన వర్చస్సు మరియు అధికార ప్రదర్శనలు చేస్తున్నాడు. పరిస్థితులే స్త్రీని బుద్ధి పరముగా, ఆరోగ్యపరముగా, ఆర్జనాపరముగా పురుషునికన్నా వెనుకబడేటట్లు చేస్తున్నాయి. అయితే ఖచ్చితముగా దీని అర్థము 'పురుషునిలో ఉన్న సామర్థ్యములు స్త్రీలో లేవని కాదు, మహిళ తక్కువ' అనీ కాదు.

విద్య, ఆరోగ్యము, సంపాదన వంటి కార్యక్షేత్రములలో సమాజము స్త్రీని వెనక్కునెట్టివేసింది. పురుషుడిని ముందు వరుసలో నిలబెట్టినది. పురుషుడు తాను పొందిన ఈ లాభమునకు, కీర్తికి స్త్రీ పట్ల మరింత వినమ్రుడుగా, కృతజ్ఞుడుగా, ఉదారుడుగా వ్యవహరించవలసి ఉన్నది. స్త్రీ కఠినమైన కుటుంబ బాధ్యతలను తీసుకోవడం వలన పురుషుడు తనకు తాను అధిక సమర్థుడుగా అయ్యే అవకాశమును, పరిస్థితులను కల్పిస్తుంది. కనుక స్త్రీయే ఉదారపరురాలు అని చెప్పకతప్పదు! ఒకవేళ స్త్రీ కుటుంబబాధ్యతల నిర్వహణకు అంగీకరించక తన స్వీయ-వికాసము పైనే పూర్తిగా దృష్టిసారిస్తే కనుక పురుషుడు అప్పుడు వంటింట్లో వంటచేస్తూ ఇంటిని సంబాళించే కార్యక్రమములో మునిగిపోయి ఉంటాడు. ఎన్నో దేశములలో పురుషుడు శిశుపాలన, భోజనవ్యవస్థ ఏర్పాట్లు చేయుట, చుట్టుప్రక్కల ఇళ్ళలో పనులు చేయుట వంటివి కనిపిస్తాయి. ఆ దేశములోని స్త్రీ డబ్బు సంపాదిస్తూ, పలు సామాజిక సేవా కార్యక్రమములను సమర్థవంతముగా నిర్వహిస్తున్నది. ఆ దేశములో స్త్రీ ప్రతిభ మరియు స్థితి పురుషునికంటే మిన్నగా ఉన్నది. కనుక ఆ స్త్రీ పురుషునికి ధన్యవాదములు ఆవశ్యము చెప్పవలసినదే. ఎందుకంటే పురుషులు కఠినమైన కుటుంబ బరువును, బాధ్యతలను తమ భుజస్కంధముల మీద వేసుకుని, వాటికన్నా సరళమైన, మనోరంజనము కలిగించే బయటి పనులను చక్కబెట్టే అవకాశము స్త్రీలకు ఇచ్చారు. ఇదే రీతిలో ఆ సౌలభ్యము ఏ దేశములోని పురుషులకు లభించిందో వారంతా స్త్రీ ఔదార్యము, ఉదారత్వము కారణముగా ప్రాప్తించిన ఈ అవకాశమునకు సర్వదా కృతజ్ఞులై ఉండాలి. అంతేకాదు పొందినదానికి ప్రత్యుప కారముగా సౌహార్ద్రం, సజ్జనత్వం, ఉదారతలను చూపించ వలసి ఉంటుంది.

దుఃఖించవలసిన విషయము ఏమిటంటే స్త్రీ ఔదార్యము చేత తనకు ప్రాప్తించిన ఈ సువర్ణావకాశమునకు తగిన ప్రత్యుపకారము చెయ్యవలసినది పోయి, స్త్రీని మరింత హేయముగా, హీనముగా చూడటం మొదలుపెట్టాడు. పురుషుడు ఎంతో వృద్ధిచెందిన తన సామర్థ్యము కారణముగా అహంకారమును ప్రదర్శిస్తూ స్త్రీని కాళ్ళక్రింద తొక్కిపెట్టి, అణచివేస్తూ, ఆమె ప్రగతికి ఆటంకాలు కల్పిస్తూ వెనుకకు నెట్టివేశాడు. స్త్రీ యొక్క మానవోచిత హక్కులను సైతము తస్కరించే, బలవంతముగా లాగివేసుకునే రీతిలో చట్టములు, నియమాలను రూపొందించాడు. అందువలన ఒక మనిషి మరో మనిషి ముందర ముఖము కప్పుకుని జీవించవలసి వస్తున్నది. ఒక మనిషి ఇంకో మనిషి ఎదుట స్వేచ్ఛగా, మనస్సువిప్పి మాట్లాడలేని పరిస్థితి కల్పించిన అనైతికతను మనము 'ధార్మిక భావన యొక్క సంప్రదాయము' అని ఎలుగెత్తి చాటుతున్నాము. ఇది మానవీయ సభ్యతకు గొడ్డలిపెట్టు. తిరస్కరించతగినది.

భారతనారి నేడు ఎదుర్కొంటున్న వెనుకబాటుతనం పురుష వర్గము యొక్క క్రూరత్వమునకు ప్రతిఫలముగా దాపురించినది. ఈ వెనుకబాటుతనమును పురుషులు తమకు భగవంతుడు ప్రసాదించిన వరముగా భావిస్తున్నారు. లభించిన అవకాశములను అత్యంత నీచముగా దురుపయోగపరచే ప్రయత్నము చేశారు. 'పాతివ్రత్యధర్మము స్త్రీకి అత్యంత

**మీ చుట్టూ ఉండేవారితో మంచి సంబంధాలు ఏర్పరచుకోండి**

ఆవశ్యకమైనది' అని ప్రతిపాదించి పురుషుడు తను మాత్రం ఈ ప్రతిబంధకము నుండి బయటపడి స్వేచ్ఛగా ఉండాలను కుంటాడు. అంతేకాక ఈ కట్టుబాటును గాలికొదిలేసి అతను స్వయముగా అనైతికముగాను, స్వేచ్ఛగాను వ్యవహరిం చాలనుకుంటాడు. కాముకత, భోగలాలసత, లంపటత్వము, దురాచారం మరియు పలు అశ్లీల కార్యములలో నిమగ్నమై ఉండే పురుషుడు కూడా తన భార్య సీతమ్మతల్లి, సతీసావిత్రీల స్థాయిలో జీవించాలని కోరుకుంటాడు తప్ప అంతకు తక్కువస్థాయిని అంగీకరించడు.

బంధనము, అణచివేత, వేధింపు మరియు దమనము వంటి బలాలను ఆధారము చేసుకున్న పురుషుడు తన కామవాసనలను చల్లారుస్తూ పతివ్రతగా మెలగమని స్త్రీని శారీరకముగా వివశురాలిని చెయ్యవచ్చును. అయితే పాతివ్రత్యము అన్నది ఒక యోగసాధన! ఇది శ్రద్ధతో ముడిపడి ఉంటుంది. సజ్జనులపట్ల, సద్గుణముల పట్ల శ్రద్ధ ఉద్భవిస్తుంది. దురాచారులపట్ల ద్వేషము, అసహ్యము ఉత్పన్నమగుట స్వాభావికమే. భగవంతునిలో అనేకానేక శ్రేష్ఠతత్వములను తాను పొందటానికి సాధకుడు ఈశ్వరుని ఉపాసన, సాధన, ఆరాధన చేస్తాడు. భూత, ప్రేత, పిశాచ, రాక్షసులను దుష్టులు, దురాచారులే పూజిస్తారు. సర్వసామాన్యముగా వీటిపట్ల అందరూ ద్వేషభావనలనే కలిగి ఉంటారు. వాటికి ఎక్కడా మందిరములు ఉండవు, అంతేకాదు వివేకవంతుడైన ఏ వ్యక్తి వీటిని ఆరాధించడు. 'దురాచారులు–సదాచారులకు సైతము ఈ నియమమే వర్తిస్తుంది. తనకు తాను స్వేచ్ఛాపరుడినని భావిస్తూ శారీరకముగాను, మానసికముగాను వ్యభిచరించాలనుకునే వ్యక్తి పతివ్రతా ధర్మమునకు మూలమైన శ్రద్ధను భార్యనుండి ఆశించలేడు, ఆశించకూడదు కూడా.

మానవులలో ఉండే సద్భావనలే ఒకరిపట్ల మరొకరిలో ఆకర్షణను రేకెత్తిస్తాయి. ప్రేమ పట్ల ప్రేమ, ద్వేషము పట్ల ద్వేషము రగులుకొంటుంది. బలహీనుడికన్నా బలవంతుడికే బాధ్యతలు ఎక్కువ ఉంటాయి. ప్రస్తుతం పురుషుడు బలవంతుడు కనుక తన ఆచరణ, వ్యవహారములతో 'తాను పత్నీవ్రతధర్మము తప్ప మరేదీ ఆలోచించటము లేదు' అన్న విశ్వసనీయ పరిస్థితులను సృష్టించి తన భార్య మనస్సులో భరోసాను నింపుటయే అతని కర్తవ్యము. **స్త్రీ స్వాభావికముగానే దేవీ స్వరూపి! ఈ వాస్తవికతను ఆధారముగా చేసుకొని స్త్రీల పేర్ల చివర 'దేవి' అన్న సంబోధనను విధిగా జోడించే సంప్రదాయము, పరంపర చలామణిలోకి వచ్చినది.** ఉదాహరణకు: భగవతీదేవి, శకుంతలాదేవి, రాధాదేవి, సరస్వతీదేవి అన్న నామముల వలన 'స్త్రీలలో దేవీతత్వము అధిక మోతాదులో వెలుగొందు తుంటుంది' అన్న సత్యము ఘంటాపదముగా చెప్పబడుతున్నది. ఇది ఇలా అక్షుణ్ణముగా నిలిచి ఉండటానికి, సువికసిత మవ్వటానికి, పరిపుష్టి నొందటానికి పురుషుడు తన అంతరంగ స్వభావమును 'దేవుని' వలె మలచుకొని, అలాగే ప్రవర్తిస్తూ ఉండాలి. ఇది అత్యంత ఆవశ్యకమైన గుణము. భారతీయ స్త్రీమూర్తి స్వాభావికముగానే పతివ్రత! పురుషుల దుష్ట వాచాలత్వమే స్త్రీని 'వేశ్య' పేరున పిలుస్తున్నది. పురుషుని దుష్టమైన కోరికలను తీర్చటానికి ఆమె 'వేశ్య'గా తయారు చేయబడుతున్నది. పతిపరాయణత్వము అనే భావనలకు భంగము వాటిల్లకుండా పురుషుడు జాగ్రత్త వహించాలి. దానికి గాను పురుషుడు తనను తాను 'ఆదర్శపతి'గా నిలుపుకోవాలి. స్త్రీరత్నము ఏవిధముగా అయితే పాతివ్రత్యమును అవలంబిస్తూ మనుగడ సాగిస్తుందో, అదే రీతిలో పురుషుడు కూడా పత్నీవ్రత ధర్మమును నిష్ఠా పూర్వకముగా పాటించాలి. ఇరుపక్షముల వారు తమ కర్తవ్యములను నిశ్చలముగా అనుసరిస్తున్నప్పుడే మనిషి యొక్క గృహస్థధర్మము సార్థకమై, కుటుంబము స్వర్గసీమగా విలసిల్లే ఆనందకరమైన పరిస్థితులు ఉత్పన్నమయ్యే వాతావరణము సృష్టించబడుతుంది.

*– పూజ్య గురుదేవుల వాఙ్మయం నెం. 61 (1.22) నుండి*
*అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు*

## స్వామి వివేకానంద

*స్వామి వివేకానంద తన సాధన, ఉపాసనలను వదలి కలకత్తాలో ప్రకోపించిన ప్లేగు నుండి ప్రజలను రక్షించుట యందు నిమగ్నులైనారు. ఒక సోదరుడు ఆయననిలా ప్రశ్నించాడు–'స్వామీ! మీ ఉపాసన, సాధన ఏమయ్యాయి?' అప్పుడు స్వామి ఇలా సమాధానమిచ్చారు – భగవంతుని బిడ్డలు ఇంత దుఃఖంలో ఉంటే నేను ఆయన పేరు జపిస్తూ ఉంటానా, దీన్ని ఉపాసన అంటారనుకుంటున్నావా?*

*– అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్*

**మంచి స్నేహితులను సంపాదించాలి**

# యుగ పరివర్తన అంటే ఏమిటి?

యుగ పరివర్తన అంటే ఉన్న పరిస్థితిలో పూర్తిగా మార్పు రావటమే! చిన్న-చిన్న సంస్కరణల వల్ల, మార్పుల వల్ల పని జరగకపోతే యుగాన్నే పూర్తిగా మార్చవలసిన అవసరం వస్తుంది. ఇంతవరకు ఇలాంటి చిన్న-చిన్న మార్పులు, సంస్కరణలు చాలా చేసినప్పటికి ప్రపంచములో ఏ మార్పు గోచరించడము లేదు. వర్గరహిత సమాజ స్థాపనకు మార్క్స్ వాద సిద్ధాంతము ఒక ఉద్యమంగా ప్రపంచములోని కష్టాలన్నింటిని తీసేస్తాయని నొక్కి వక్కాణించినప్పటికి ఏ ఫలితం కనిపించలేదు. వారు ఈ ప్రపంచము ధనము లేకపోవటం వల్ల ఇలా ఉందని, డబ్బు ఉంటే అన్ని బాధలు వాటంతటవే తొలగిపోతాయని చెప్తారు, దీనికి ఉత్పత్తిని పెంచడానికి ప్రయత్నించకుండా ధనికుల బీదల మధ్య వర్గ విభేదాన్ని సృష్టించడము జరిగింది. ఈ వర్గ సంఘర్షణ ప్రపంచములో హత్యలు, దోపిడీలు, అశాంతిని ఈ ప్రపంచములో ఏ స్థాయిలో సృష్టించాయో అన్నది జగద్వితమైన సత్యమే.

ఇక పెట్టుబడిదారి విధానము ద్వారా కూడా ఈ ప్రపంచములోని బాధల, కష్టాల నివారణకి చాలా ప్రయత్నాలు జరిగాయి. విజ్ఞానము, వైజ్ఞానికులు కూడా ఈ దిశలో ఎన్నో రకాల ఆవిష్కరణలను చేయడమే కాక, వైభవానికి, సమృద్ధికి ఎన్నో వందల కొద్దీ కొత్త విధానాలను కనిపెట్టారు. ఈ దిశలో సాఫల్యము కూడా బాగానే లభించింది. మన పూర్వీకులతో పోలిస్తే మనతరం ఎన్నో రెట్లు సమృద్ధిని సాధించింది. ఇక వివిధ రూపాలైన సాధనాలు, సౌకర్యాలు దృష్ట్యా చూస్తే ఈతరం వారు ఇప్పటి వరకు ఎవరూ అనుభవించని సౌకర్యాలు అనుభవిస్తున్నారు. కానీ దీనివలన ఇంతవరకు బీదరిక నిర్మూలనే జరగలేదనేది వేరే విషయం.

మరొకవైపు పెరుగుతున్న అపరాధ ప్రవృత్తి, మనోరోగాలు ఈ వృద్ధి చెందిన వైభవము వ్యక్తిని సుఖంగా, సమృద్ధిగా మలచడంలో ఏవిధంగా సహాయపడలేదని నిరూపిస్తున్నాయి. అయితే మరొక వైపు ఈ వైభవాన్ని పెంచుకోవడానికి, ప్రకృతి సంపద పిండుకోవడం వల్ల, ప్రకృతికి విరుద్ధంగా ప్రవర్తించడం వల్ల పర్యావరణానికే ముప్పు ఏర్పడింది.

కుటుంబములో స్నేహం, సౌజన్యం, సహయోగం, సహృదయం రోజురోజుకి తరిగిపోయి చివరికి సమాప్తమైపోయే స్థితికి వచ్చి ఆగింది. ఒక గొర్రెల మందలాగా కుటుంబము లోని వ్యక్తులందరు ఒకే చోటు కలిసి జీవిస్తున్నప్పటికి, ఒకరితో ఒకరు ప్రేమతో సామరస్యముతో మెలగవలసిన స్థానంలో తమ మాటే నెగ్గాలనే పంతాలు, పట్టింపులు చోటు చేసుకున్నాయి. కర్తవ్యాన్ని ఉపేక్షించి అధికారాన్ని మాత్రం కాంక్షిస్తున్నారు. తత్ఫలితంగా కుటుంబ వ్యవస్థ చిన్నాభిన్నమై పోవటం ఈ శతాబ్దపు పెద్ద సమస్యగా పరిణమించింది. భార్యభర్తల సంబంధము ఒక ఆత్మ రెండు దేహాలుగా భావింప బడింది, కాని నేడు ఆ ఆదర్శము అంతరించి యవ్వన లిప్సకే పరిమితమై పోయింది. అంటే నేడు కేవలము శారీరిక సుఖాల కోసమే ఇద్దరు ఒకరితో ఒకరు సంబంధము కలిగి ఉంటున్నారు. ఇక పిల్లల విషయానికొస్తే వారి పట్ల ప్రాకృతిక మాయా మోహాలకి కట్టుబడి వారి కోసం భార్యాభర్తలు కలసి ఉంటున్నారు. కాబట్టి యవ్వన ఆకర్షణ, పిల్లల కోసమే తప్ప నేడు భార్యాభర్తల మధ్య సహజమైన సౌజన్యతతో కూడిన, భావభరితమైన దాంపత్య జీవితము ఎక్కడా కనిపించడం లేదు. గృహస్థ జీవితానికి సంబంధించిన భావనాత్మక ప్రేరణకి సంబంధించిన ఆనందము చాలా ఉన్నత స్థాయికి చెందినదై ఉంటుంది. ఈ విషయంలో అనుభూతి మాట అటుంచి, వర్తమానయుగములో కల్పనకి కూడా అందటం లేదు.

ఇదే పరిస్థితి సమాజానికి కూడా వర్తిస్తుంది. పెద్ద కాగితపు భవనమువలె విశాలమైన సమాజవ్యవస్థ కంటికి కనిపిస్తున్నా లోపల అది పూర్తిగా డొల్లగా మారిపోయింది. కుటుంబ సభ్యుల మధ్య సరి అయిన సంబంధ బాంధవ్యాలు లేక స్వార్థం, దురభిమానం రాజ్యమేలుతోంది. పెళ్ళి సంబంధాల విషయంలో ఇచ్చి పుచ్చుకునే వ్యవహారాలు దీనికి ప్రత్యక్ష సాక్షిగా నిలిచాయి. భ్రష్టాచారం, మత్తు పదార్థాల సేవన, ఫేషన్ల వ్యామోహం, విలాసవంతమైన జీవితం పట్ల కోరిక, ధూర్తత, విశృంఖలత వంటివి నేటి సమాజంలో భాగంగా మారిపోయాయి. నేడు పేరుకి సమాజం తర్కము, బుద్ధి ఆధిక్యత

**మంచి కాలం ఎప్పటికి ఉండకపోవచ్చు కానీ మంచి స్నేహితులు మనతోనే ఉంటారు**

గల యుగముగా భావించినా, అంధవిశ్వాసములు, చెడు విధానాలు నేటి సమాజములో విచ్చలవిడిగా రాజ్యం ఏలుతున్నాయి. అసభ్య, ఆదిమకాలీన సమాజములో కూడా ఇన్ని మూఢ నమ్మకాలు లేవేమో! మోసాలు, ముందుకి సాగాలనే కాంక్షతో చేసే పనులు, ఆధ్యాత్మికతని పూర్తిగా భ్రష్టు పట్టించాయి. ఇవన్నీ చూస్తే వివేకమనే అరుణోదయాన్ని తీసుకొనిరావడానికి మళ్ళీ ఇంకొక భగీరథునివలె ప్రచండ పురుషార్థము చేయవలసిన అవసరం ఉన్నది.

సామూహిక జీవితంలో శాసనతంత్రము ప్రాధాన్యత చాలా ఉంది. కానీ నేటి గవర్నమెంటుకి స్థిరత్వమే లేదు. రాజనైతిక అస్థిరత్వము ప్రబలిపోయిన ఈ యుగములో, శాసకులు లేక పాలకుల పూర్తి సమయము శాసన స్థిరత్వానికి, దానిని బాగుచేయడాన్ని గురించి ఆలోచించటానికే సరి పోవటము లేదు. ఇక దేశాన్ని గురించిన ఆలోచనకి సమయమేది? గవర్నమెంటు సామర్థ్యం కలిగి సుస్థిరంగా ఉన్న స్థానాల్లో వారి స్వార్థ సంకీర్ణతాపూరితా మనస్తత్వం వల్ల ఇతర దేశాల పట్ల శోషణ (exploitation) ఆధిపత్యము, వైరము, యుద్ధము వంటి భావాలకు తావిచ్చే పరిస్థితులను కల్పిస్తారు. ఇదే కుచక్రం త్వరితగతితో ముందుకి సాగుతుంది.

నేడు ఒక సమస్యను పోగొట్టేలోగా పది కొత్త సమస్యలు పుట్టుకొని వస్తున్నాయి. నేటి కష్టాలను దాటడం అంత తేలిక కాదు.

ఇటువంటి స్థితిలో సమాధానము ఒకటే – 'యుగ పరివర్తన' ఇప్పటి ప్రకృతి, వాతావరణం, పరిస్థితులు, ప్రవృత్తులు, సామాజిక గతివిధులు, రాజనైతిక సంరచన, వైజ్ఞానిక మరియు ఆర్థిక ఆలోచనా విధానములను సంపూర్తిగా మొత్తము (ఆద్యంతము) మార్చేటటువంటి మహా ప్రయత్నము జరగవలసి ఉన్నది. ఈ కార్యము అంత తేలికైనది కాదు, మానవీయ పురుషార్థం ఒకటే సరిపోదు, కానీ మనిషిలోని బాహుబలం తరిగిపోయినప్పుడు పతనము, వినాశము జరిగే పరిస్థితులు తీవ్రమైపోయినప్పుడు, ఈ ప్రవాహాన్ని తిప్పగలిగే పనిని దైవీచైతన్యం స్వయంగా చేపడుతుంది. ఈవిధంగా తిరిగి మరొకసారి మానవీయ అంతఃప్రకృతి, బాహ్య పరిస్థితులు, సామాజిక, రాజనైతిక మరియు ఆర్థిక వ్యవహారాలు కొత్త పంథాలో పునఃనిర్మించబడతాయి. ప్రకృతి మరియు పర్యావరణము భగవంతుని భావిసంకల్పాలకి అనుగుణంగా నిర్మించబడతాయి. సృష్టి మొత్తము యుగపరివర్తనమనే మోహన రాగాన్ని ఆలపించటం మొదలుపెడుతుంది. ఈ రాగములోని ప్రతిస్వరము, లయ మరియు తాళము ఉజ్వల భవిష్యత్తుని ప్రతిధ్వనింపచేస్తుంది. వర్తమాన క్షణాలలో ఈ ప్రతిధ్వనిని మనలో, ప్రకృతి వాతావరణములో, జీవితములో అనుక్షణం తీవ్రాతితీవ్రం అవుతున్నట్లుగా మనకి కనిపిస్తుంది, అనుభవం లోకి వస్తోంది. ఈ ప్రతిధ్వని నేడు నలువైపులా అన్ని చోట్ల ధ్వనిస్తోంది, **యుగ పరివర్తనమే యుగ నియతి, మానవ భవితవ్యత, ఇది నిశ్చయం.**

*– అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీ సుందరి*

## సన్యాసి జీవన విధానం

*ఒక పర్యాయము ఒక వ్యక్తి గురునానక్‌ను ఇలా ప్రశ్నించాడు. "మీ జాతి ఏమిటి?" దీనికి గురునానక్ జవాబిస్తూ ధర్మాత్ములకు లేక సన్యాసికి చెందిన జాతి నాది. వాయువు మరియు అగ్ని అందరికీ చెందినట్లు సన్యాసి కూడా అందరికీ చెందుతాడు. నేను వృక్షాల మాదిరి, నేల మాదిరి జీవనం చేస్తూ ఉంటాను మరియు వానిలా మంచి పనులు చేయుటకై ఎల్లప్పుడు త్యాగాలకు, కష్టనష్టాలను అనుభవించుటకు సంసిద్ధంగా ఉంటాను. నేను నదిలా అందరిని సమానంగా ఆదరిస్తాను. నాపై కొందరు పూలు చల్లుతారని, కొందరు బురద చల్లుతారనే చింత నాకు లేదు.*

*కొంతసేపు ఆగి గురునానక్ మరలా చెప్పసాగారు. "ఎవరి ఆలోచనలు పరిమితమై ఉంటాయో వారు జాతి–ధర్మం అనే బంధనాలకు బందీలై ఉంటారు. ఎవ్వరైతే ఒక్కసారి భగవంతునితో అనుసంధానింపబడెదరో వారు ఆకాశం, వాయువు, నది, పర్వతం, భూమిలా సమస్త విశ్వానికి చెందుతారు. సన్యాసుల జీవితం పైవిధంగా ఉంటుంది, వాస్తవంగా అలాగే ఉండాలి కూడా. దీనితో ఆ వ్యక్తికి సన్యాసి జీవిత ఉద్దేశ్యం అవగతమైంది.*

*– అఖండజ్యోతి, ఆగస్టు 2013*
*అనువాదం: ఎ. వేణుగోపాలరెడ్డి*

**కష్టాలు కలకాలం ఉండవు, మంచి కాలం దగ్గర్లోనే ఉంటుంది**

# దేవాత్మ హిమాలయములు

హిమాలయములు! సార్థకమైన నామధేయము! భూమికి దేవతలు ప్రసాదించిన అత్యంత శ్రేష్ఠమైన వరము 'హిమాలయములు!' ఈ హిమాలయములు తమ లోపల గూఢమైన ఆధ్యాత్మికతకు సంబంధించిన, బయటకు వెల్లడికాని కథలనెన్నింటినో తమలో ఇముడ్చుకుని మనలను పరిపాలించే చక్రవర్తివలె, రక్షణనిచ్చే ప్రహరీవలె స్థిరముగా నిలబడి ఉన్నాయి. హిమాలయములు మన అస్థిత్వములో ఉంటూ పోషణ ఇస్తున్నాయి. ఇవి మనకు ప్రాణవాయువు లాంటివి. స్థిరమైన, విరాట్స్వరూపము కలిగిన, సాటిలేని పర్వతములకు ఉదాహరణగా నిలబడట మేకాక, ఇవి మనకు ఒక సున్నితమైన, సంవేదనా పూరితమైన బాంధవ్యాన్ని కూడా కలుగజేస్తున్నాయి. వీనిని కేవలము పర్వతములుగా భావించరాదు. ఇవి చేతనత్వము యొక్క జీవంతమైన జాగృతాత్మలు! హిమాలయములు మన ఆత్మను స్పందింపజేయ గలవు.

హిమాలయముల కాంతి వలయము ఎంతో విస్తార మైనది. ఆధ్యాత్మికముగా చెప్పాలంటే ఇవి సృష్టియొక్క అమూల్యమైన, రహస్యమైన, రోమాంచపూరితమైన, తాపసులకు సంరక్షణ నిస్తూ, భగవంతుని చేతనత్వమును ధారణచేయ గలిగేటటువంటి అతి శక్తివంతమైన మాధ్యమము. హిమాలయముల నుండి వెలువడే నదులు ఎంతోమందికి జీవనాధారము కావటమేకాక, హిమాలయముల యొక్క పర్వత-ప్రకృతిని, పర్యావరణమును సంరక్షిస్తుంటాయి. ఈ పర్వతశ్రేణులు మన సమాజానికి ప్రతినిధులలాంటివి. అంతులేని ఆకర్షణ, రోమాంచపూరితమైన రహస్యములు వీని గుణధర్మములు! అంతేకాక వీటికి సంబంధించిన అనేక ఆయామములు మన భౌతికదృష్టిని దాటి ఉన్నాయి.

హిమాలయములు భగవంతుడైన సదాశివుడు, ఆదిమాత పార్వతీదేవిల స్వరూపమే! ఎందుకంటే వీటి కేంద్రము నయనాభిరామమైన కైలాసములో ఉన్నది. కైలాసములో హిమాలయములు ఒదిగి ఉంటాయి. కైలాసముతోనే ఇవి ప్రారంభమౌతున్నాయి. కైలాసము సృష్టికి కేంద్రబిందువుగా భావించబడుతున్నది. భౌతికముగా కనబడే కైలాసములో ఇమిడి ఉన్న దివ్యకైలాసము యొక్క రహస్యమైన కోణముల సౌందర్యము అద్భుతమైనది, అనుపమానమైనది. పార్వతీ పరమేశ్వరుల అనుగ్రహ మున్నవారు మాత్రమే వీటిని అనుభూతి చెంద గలరు. పృథ్వి జలతత్వము లతో కూడిన హిమాలయ ములు ఎంతో సుందరంగా ఉంటాయి. ఇక సూక్ష్మ హిమాలయములైతే ఊహింపశక్యం కానివి. అందుచేత దేవాత్మయైన హిమాలయములను దర్శించి మహాకవి కాళిదాసు 'హిమాలయములు సాక్షాత్తు శివస్వరూపమే!' అని వచించాడు. దిగ్దిగాంతాల వరకు వ్యాపించి ఉన్న హిమాలయముల యొక్క తెల్లని హిమ శిఖరములు మహాదేవుని యొక్క ఘనీభవించిన మహాట్టహాసమా అన్నట్లుంటాయి.

హిమాలయములు, గంగ, పరమేశ్వరుడు... ఈ మూడు లేకుండా కాళిదాసు వ్రాసిన ఏ గ్రంథమైనా సరే అది అసం పూర్ణమనే భావించవచ్చు. ఆయన వ్రాసిన కుమార సంభవం, ఋతుసంహారం, రఘువంశం, విక్రమోర్వశీయం, అభిజ్ఞాన శాకుంతలం, మేఘదూత మొదలైన అన్ని కావ్యములలోను హిమాలయములు తమ విరాట్ సౌందర్యము తోపాటు తమ సంపూర్ణ వైభవమును చాటుకున్నాయి. కాళిదాసు

**అంతా మంచే జరగబోతుందనే ఆశావాదాన్ని మనస్సులో నింపుకోవాలి**

'హిమాలయములను' ప్రాకృతిక, భౌగోళిక, సాంస్కృతిక, ఆధ్యాత్మిక, ఆత్మిక, పౌరాణిక రంగులను మేళవించి ఒక క్రొత్తరూపములో మలిచాడు. కాళిదాసు వాక్యాలలో హిమాలయములు అంటే పరమశివుని నివాసము, పార్వతీదేవి ముంగిలి, కస్తూరీమృగాలకు ఆలవాలము, సింహాల జీవన ప్రదేశము! కాళిదాసు మహాకవి కుమారసంభవములో హిమాలయములకు మానవాకృతి నిచ్చి, వాటిని దివ్యాత్మలకు చిహ్నాలుగా అభివర్ణించారు.

**అస్త్యుత్తరస్యాం దిశి దేవతాత్మా**
**హిమాలయో నామ నగాధిరాజః ।**
**పూర్వాపరౌ తోయనిధీ వగాహ్య**
**స్థితః పృథివ్యా ఇవ మానదణ్డః ॥**

అనగా 'ఉత్తరాన విలసిల్లుతున్న దేవాత్మ హిమాలయములు పర్వతాలకు రాజు! ఆయన ప్రాక్-పశ్చిమ సముద్రముల వరకు వ్యాపించి భూమికి మానదండమువలె వెలుగొందుతున్నాడు' అని అర్థము.

**తుషార సంఘాత నిపాతశీ తలాః**
**శశాఙ్కభాభిః శిశిరీకృతాః పునః ॥**

అని ఋతుసంహారములో హిమాలయాలలోని నీటి ఆవిరిని వర్ణించారు కాళిదాసుమహాకవి. అనగా 'అతి శీతలమైన పొగమంచు, దానికన్నా చల్లనైన చంద్రకిరణములతో నిండిన హిమాలయాలలోని రాత్రులు వర్ణింపనలవికానివి' అని అర్థము.

హిమాలయాల అద్భుత సౌందర్యమును, విస్తారమును కాళిదాసు మాత్రమే కాక, మరెందరో సాహిత్యకారులు వర్ణించారు. గొప్ప సాహితీవేత్త, హిందీ సాహిత్యానికి తండ్రి వంటివాడైన హజారీప్రసాద్ ద్వివేదీగారు "హిమాలయాలను భారతీయ సాహిత్యము, చరిత్రల నుండి తొలగిస్తే అవి ప్రాణహీనమవుతాయి. రత్నములకు గని, దేవభూమియైన హిమాలయములు భారతదేశమునకు రక్షణకవచము వంటివి. వీని చరిత్ర కేవలము బ్రహ్మకు మాత్రమే తెలుసు! ఇవి భారతీయ సంస్కృతికి మేరుదండము వంటిది.'

ప్రఖ్యాత సాహిత్యకారుడైన రామావధానిశాస్త్రిగారు 'హిమాలయ శిఖరాలను నీలాకాశముతో ముచ్చటిస్తూ రంగు రంగుల మబ్బులతో ఒరుసుకుంటూ చూసినప్పుడు, నాకు సప్తద్వారాల వెనుక వైకుంఠములో విరాజిల్లే భగవంతుని రూప దర్శనానుభూతి కలుగుతుంది. ఆనందముతో నేను పదేపదే ఆ హిమాలయాల సౌందర్యమును ఆస్వాదిస్తుంటాను. నా అంతరంగములో ఆవిధముగా హిమాలయాల సౌందర్యము స్థిరముగా ముద్రవేసుకున్నది' అని వర్ణిస్తున్నారు.

'విశాల భారతదేశము యొక్క ఏకత్వమును తెలియజేస్తూ గౌరవపూర్ణమైన సంస్కృతియొక్క ఎదుగుదలకు ప్రతీకయైన హిమాలయాలు క్రమముగా మసకబారుతున్నాయి. చీకటిపడింది, రేయి గడుస్తోంది. పక్షుల కుహుకుహు ధ్వనులతో ప్రకృతి మేల్కొంటున్నది. హిమాలయాలు మేల్కొన్నవి. వానితోపాటే భారతదేశపు జాతీయతకూడా! నగాధిరాజైన హిమవంతుడు ఒకసారి భారతదేశములోని కుల పర్వతాలను, రసవంతమైన కులకన్యలను ఒక మండపములోకి ఆహ్వానించి జోడించాడు. పృథ్వికి గీటురాయిగా చెప్పబడే సార్థకత మరొక సారి ప్రతిభాసితమై కాంతులీనింది' అని విద్యా నివాసమిశ్రా అనే సాహిత్యకారులు వ్రాశారు.

పరమపూజ్య గురుదేవులకు కూడా తమ జీవితములో ముగ్గురి ప్రేరణ లభించినది. వారిలో దేవాత్మ హిమాలయాలు ఒకరు. హిమాలయాలను వారు తండ్రిగా భావించారు. హిమాలయాలను పారసమణిగా వర్ణించారు.

హిమాలయాల ఈ సౌందర్యము, ఐశ్వర్యమే వాటికి శత్రువుగా పరిణమించాయి. దూరదృష్టి లేని మానవులు అభివృద్ధి పేరిట ఇచ్చటి అడవులను నరికి, కొండలను పగుల కొట్టి సొరంగాలను నిర్మించారు. ప్రకృతి యొక్క అందమైన లోయలలో ఎక్కువ మోతాదులో మందుగుండు సామగ్రిని ఉపయోగించి పెద్దపెద్ద రహదారులను నిర్మించారు. ఈ దారులలో నడిచే భారీవాహనాల నుండి వెలువడే పొగ వలన హిమాలయాలలోని స్వచ్ఛమైన గాలి కలుషితమవుతున్నది. అభివృద్ధి అనే అంతులేని తృష్ణ నదులను చిన్నవిగా చేసి కాలువలుగా మార్చివేసింది. కానీ ప్రళయభీకరముగా వచ్చిన వరద ఆ ఆక్రమణలన్నింటినీ క్షణకాలములో తుడిచిపెట్టి వేసింది. ఈ వినాశనాన్ని, నష్టమును ఏవిధముగా అంచనా వెయ్యగలము?

**శక్తివంచన లేకుండా శ్రమించాలి**

కొండల పైన ప్రవహించే నదుల తీరాన వ్యవసాయము చెయ్యడము అనేది అనాదిగా ఉన్నది. అంతకన్నా మరింత ఎత్తుమీద పల్లెలు ఉండేవి. ఇలా ఉంటుండగా శ్రమను తగ్గించుకొనటానికి నదుల తీరానే నివసించడము ప్రారంభించారు. ఆవిధముగా నదుల తీరాన రహదారులు పెరిగాయి. జనసంఖ్య బాగా పెరిగింది. దానితోపాటే ఆపదలు పెరిగాయి. హిమాలయాలలోని విశాలమైన మైదానాలు మట్టితో ఏర్పడి ఉన్నాయి. వాటిపైన మొలిచే అడవిగడ్డి వాటిని గట్టిగా తయారు చేసింది. దుప్పటివలె పైన కప్పబడే మంచు వీటిని సంరక్షిస్తుంది. వీనిలోని దట్టమైన అడవి హిమాలయాలలో ప్రవహించే నదులతో తడుపబడుతుంటుంది. ఎత్తున ఉన్న శిఖరాల మీదనుండి జాలువారే మంచు ప్రవాహములు వీటిని రక్షిస్తుంటాయి.

కానీ అభివృద్ధి పేరిట ఆక్రమణలతోను, తీర్థయాత్రల పేరిట విలాసవంతమైన పర్యటనల వలన హిమాలయాల కోపము పెల్లుబికినది. కాళిదాసుమహాకవి దేవాత్మగా, సాహితీవేత్తలు పర్వతాధిరాజుగా, భారతదేశము యొక్క ఆధ్యాత్మికతగా, సృష్టికి కేంద్రబిందువుగా భావించబడిన హిమాలయాలు నేడు మనం చేస్తున్న అకృత్యాల కారణంగా మనపై క్రోధము వహించినట్లు తెలుస్తున్నది. హిమాలయ శిఖరముల సంరక్షణములో భారతదేశము నిశ్చింతగా నిద్రపోతుంది. అటువంటి పుత్రసమానమైన మనము హిమాలయాలను బాధించి సుఖముగా ఎలా ఉండగలము? భావితరాలవారికి ఒక సుఖమైన భవితను అందించాలనుకుంటే అభివృద్ధిపేరిట శరవేగముగా జరుగుతున్న పనులను, దుష్కృత్యములను తక్షణమే నిలిపివేయాలి. అప్పుడే మనము హిమాలయాల సౌందర్యమును, ఐశ్వర్యమును, వైభవమును కాపాడుకొనగలము.

'హిమాలయాల గురించి ఎవరు ఏమి వ్రాసినా అది ఈ హిమచక్రవర్తి సమక్షములో అల్పమే అవుతుంది. మనస్సులో కమ్ముకుంటున్న మేఘములు పైకి ఎగసి హిమాలయాల ఎత్తును అందుకోవాలనే ప్రయత్నము చేస్తున్నాయి. హిమాలయాలు పెద్దన్నవలె ఎంతో ఎత్తుగా ఉంటే, నేను చిన్నతమ్మునివలె దిగువన నిలబడి ఉన్నట్లు సిగ్గు కలుగుతున్నది. పైకి ఎదుగగలిగే ధైర్యమున్నదా అని ప్రేమపూర్వకముగా సవాలు చేస్తున్నట్లున్నది' అని గొప్ప వక్తయైన ధర్మవీరభారతి వ్రాశారు.

*– అఖండజ్యోతి, డిసెంబరు 2013*
*అనువాదం: శ్రీమతి లక్ష్మీరాజగోపాలు*

## హజరత్ నిజాముద్దీన్

*ఢిల్లీలో ఒక సంత్ ఉండేవాడు. ఆయన పేరు 'హజరత్ నిజాముద్దీన్'. ఆయన నివాసంలో ఎప్పుడూ పరమాత్మ ప్రార్థనలతోపాటు సంగీత, భజనలు జరుగుతూ ఉండేవి.*

*ఆ కాలంలో ఢిల్లీని 'గయాసుద్దీన్ తుగ్లక్' పరిపాలిస్తూ ఉండేవాడు. ఈయన సంత్‌గారి గానా-బజానాను ఆపాలని ఫర్మా జారీ చేశాడు. సంత్ ఆ ఫర్మానాన్ని నిరాకరించాడు.*

*తుగ్లక్ ఆ సంత్‌కు తిన్నగా శిక్ష వేయుటకు భయపడి ఏదో ఒక కారణంతో ఆయనను బెదిరించాలని అనుకొన్నాడు. ఆ సంత్‌గారు ఒక దిగుడు బావిని నిర్మిస్తున్నాడు. ఆ బావి పనిచేయు కూలీలను తుగ్లక్ తన కోటలో పనిచేయటానికి పిలిపించాడు. దాంతో బావి పని ఆగిపోతుందని తలంచాడు. కానీ ఆ కూలీలు పగలంతా కోట పని చేసి రాత్రి సమయంలో బావి పని చేయసాగారు. రాత్రి సమయంలో పనిచేయాలంటే కాగడాల అవసరం ఏర్పడింది. అందుకని నూనెతో కాగడాలు వెలిగించి ఆ వెలుగులో బావి పని సాగుతూ ఉండేది. ఈ విషయం తెలిసిన తుగ్లక్ ఎవ్వరూ హజరత్‌కి నూనె అమ్మకూడదని ఆజ్ఞాపించాడు. అందుచేత హజరత్‌గారు కేవలం నీటితో కాగడాలను వెలిగింపజేసి బావిపనిని నిరాటకంగా చేయించగలిగాడు. ఈ విషయం విన్న తుగ్లక్ తల దించుకున్నాడు. నూతి పని పూర్తి అయ్యేంత వరకు నీటితోనే కాగడాలన్నీ వెలుగుతూనే ఉన్నాయి. అప్పటినుండి ఆ దిగుడుబావి ఉన్న దర్గాపేరు 'దీపాల నిజాముద్దీన్' పేరున పిలువబడుతుంది.*

*– అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు*

**ఇవ్వడంలో లభించే ఆనందం పొందటంలో లేదు**

హోలీ ప్రత్యేకం

# హర్షోల్లాసాల పుణ్యపర్వం హోలీ

ఒక దేశం నిర్వహించే ఉత్సవాలు, జరుపుకునే పండగలను బట్టి దాని జీవనశక్తిని కొలవచ్చు. దేశచరిత్ర, దర్శనాలు ఈ పర్వాల ద్వారానే ప్రతిబింబిస్తాయి. 'సత్యం శివం సుందరం యొక్క' అలౌకిక కోణాలన్నిటినీ భారతీయ సనాతన సంస్కృతి తనలో ఇముడ్చుకున్నది. ఈ సంస్కృతిలో లెక్కలేనన్ని పండగలు, ఉత్సవాలు, వాటిలో పెల్లుబుకే ఉత్సాహం, తపన, శాశ్వత జీవన దర్శనాన్ని, చరిత్రని ప్రదర్శిస్తుంటాయి. ఆనందం, హర్షోల్లాసాల పండుగలన్నింటిలో హోలీ తలమానిక మైనది.

వైదిక ఋషుల తపో సాధన మరియు సూక్ష్మ దృష్టితో ప్రేరితమైన పండగ హోలీ. వ్యక్తి, సమాజం, దేశం, సంపూర్ణ మానవ జాతిని అత్యుత్తమ ఉల్లాసం, ఆనందాలలో ఓలలాడిం చడమే ఈ పండుగ ఉద్దేశం. ఆరోగ్యకరమైన, నిస్సంకోచ వ్యక్తిగత జీవితం, సమానత్వం, ఐక్యత, సౌభ్రాతృత్వంతో కూడిన సామాజిక వ్యవస్థ; ఆనందోల్లాసాలతో నిండిన జనజీవనం; ఇదే దీని మూల ప్రయోజనములు.

ఋతుక్రమంలోని వైజ్ఞానికత ఇందులో నిహితమై ఉంది. చలిపోయి, గ్రీష్మ ఋతువు రాబోయే సంధికాలంలో ఈ పండగ జరుపుకుంటారు. ఋతువు మారే ఈ సమయంలో మసూచివంటి రోగాలు సంక్రమించే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ రోగాలు రాకుండా పూర్వం మోదుగ పూలతో చేసిన రంగును ఒకరి మీద ఒకరు చల్లుకునేవారు. యజ్ఞ సామాగ్రిలో కూడా ఈ పూలను ఎక్కువగా వాడడంతో గాలిలో ఉండే రోగకారక సూక్ష్మజీవులు నాశనమవుతాయి.

మన పూర్వీకులు హోలీని సామూహిక శుద్ధీకరణ పండగగా కూడా జరుపుకునేవారు. దీపావళికి ఇంటిని శుభ్రం చేసి, సున్నాలు, రంగులు వేసుకున్నట్టే హోలీ నాటికి ఊరిని, నగరాన్ని శుభ్రపరచుకునే సామూహిక కార్యక్రమాలు రూపొందించేవారు. వసంత ఋతువులో చెట్ల నుండి రాలిపోయే ఆకులు అన్ని వైపులా పేరుకుపోతాయి. వాటితో పాటే చెత్త చెదారం కూడా పేరుకుపోవడం సహజం. వీటన్నిటిని హోలీకి శుభ్రపరిచేవారు.

చాలాకాలం నుండే హోలీ ప్రేమను పంచే పండగగా జరుపుకునేవారు. సంవత్సరం పొడుగునా ఎప్పుడైనా విభేదాలు వల్ల గొడవలు, కొట్లాటలు జరిగినా హోలీ కల్లా అవన్నీ మరచిపోయి ప్రేమగా ఒకరి నొకరు కౌగలించుకుని, తప్పులను క్షమించి మళ్ళీ స్నేహితు లయ్యేవారు. సమాజంలోని అన్ని కులాలు, జాతుల వారు విభేదాలన్నిటినీ మరచిపోయి ఉల్లాసంగా కలిసి పోయేవారు. ఈ విధంగా సామాజిక సామరస్యానికి ఒక అద్భుతమైన అవకాశం ఏర్పడుతుంది.

మన వ్యవసాయ ప్రధాన దేశంలో కొత్త పంటల ఉల్లాసం కూడా ఇందులో ఇమిడి ఉంటుంది. సామూహిక యజ్ఞంలో కొత్త బియ్యాన్ని అర్పించాకనే వాడుకునే విధానాన్ని ప్రవేశ పెట్టారు. ఈ విధంగా యజ్ఞీయ సంస్కృతిలోనే ఔదార్యమనే ప్రేరణ ఇమిడి ఉన్నది.

భక్తుడైన ప్రహ్లాదుని కోరికపై నరసింహస్వామి ప్రత్యక్ష మవడం, హోలికా దహనం వంటి గొప్ప ప్రేరణాత్మక పౌరాణిక గాథలతో కూడుకున్న పండుగ హోలీ. ఇది ఋషుల సత్యం, శివం, సుందరం అనే భావదృష్టితో కూడుకున్న పండగ. దీనికి

**ఇచ్చేవాడి చేయి పైన ఉంటుంది. పుచ్చుకునే వాడి చెయ్యి క్రింద ఉంటుంది**

కేంద్రం సత్యం, మధ్యలో మంగళకరమైన శివత్వంతో వ్యాపించింది, అందమైన ఆకర్షణ అనే పరిధిలో ఉన్న పండగ. ఈ సత్యాన్ని ఋషులు బాహ్య ప్రకృతిలో 'ఋతువు'గా దర్శించారు, ప్రకృతి సహజమైన వసంతోల్లాసంలో ఓలలాడే మానవ చైతన్యానికి తగిన దిశను నిర్దేశించడానికే హోలీ పండగను ఏర్పాటు చేసారు. ఈ పండగ వల్ల వ్యక్తి యొక్క శక్తి నిస్సంకోచంగా ఊర్ధ్వగమనం చెందు తుంది. దానితో పాటే అడ్డంకులన్నీ తొలిగి ఆనందోల్లాసాలతో సమాజం, దేశము ఓలలాడుతుంది. అందమైన సనాతన సంస్కృతి పరిపూర్ణంగా అభివ్యక్తి కాగలిగే గొప్ప పర్వం.

ఋషి, కృషి చైతన్యాన్ని వహించే ఈ పండగ నేడు దుర్గతి పాలయింది. మన పూర్వీకుల, ఋషుల అద్భుత ప్రేరణలు, మహోద్దేశాలు ఎక్కడా కానరాని విధంగా వికృత రూపం దాల్చింది. ఆలోచనాపరులు, భావనాత్మకులెవరైనా ఈ పండగ జరుపుకోవడానికి నేడు సంకోచిస్తారు, దూరంగా ఉంటారు, ఎక్కడైనా ఏకాంతంగా గదిలో తాళాలేసుకుని ఉండటానికి ఇష్టపడతారు.

ఈ మధ్య మోదుగ పూలతో చేసిన రంగులు కాకుండా హానికరమైన కృత్రిమ రంగులనే వాడుతున్నారు. ప్రజలు వాటి ముదురు రంగులనే ఇష్టపడుతున్నారు కూడా. ఈ రంగులను ఇంకా ముదురు చేయడానికి బురద, ఇతర ప్రమాదకర ద్రవ్యాలను కూడా వాడుతుంటారు. అల్లరిమూకలు వీలైనంత ఎక్కువ మందిని రంగులతో ముంచేయడం గొప్ప అనుకుంటాయి. ఇష్టంలేనివారు కూడా వీరి నుండి తప్పించుకోలేరు, ఒక్కోసారి అల్లర్లు, గొడవలు, రక్తపాతాలు కూడా జరుగుతుంటాయి. ఈ విధంగా ఇది ఒక విధ్వంసకర, హింసాత్మక పండగగా మారుతోంది.

శుద్ధీకరణ పండగ కాస్తా బురద, ధూళి చల్లుకునే పండగగా మారుతోంది. ఎన్ని దెబ్బలు తగులుతాయో, ఎంతమంది అనారోగ్యం పాలవుతారో అనుభవించిన వారికే తెలుస్తుంది.

పరస్పర ప్రేమభావం పెంచుకుని, మనోమాలిన్యాలు చేరిపేసుకోవడానికి బదులు సాంప్రదాయ వివాదాలు, ద్వేషాల పండగగా మారుతోంది. రంగుల బదులు రక్తపు హోలీ అవుతోంది. ఇలాంటి ఎన్నో సంఘటనలు మర్నాడు వార్తా పత్రికల్లో చూస్తూనే ఉన్నాము. సామాజిక సామరస్యానికి బదులు హింస, విచ్ఛేదాలకే ప్రోత్సాహం లభిస్తోంది. ఆరోగ్య కరమైన హర్షోల్లాసాల బదులు అశ్లీల ఆనందం, అవాంఛనీయ దుష్కృత్యాలు పండుగ స్వరూపాన్ని మారుస్తున్నాయి. ప్రతి సంవత్సరం మత్తులో ఓలలాడే యువకులు హోలీ పేరిట ఇష్టమొచ్చినట్టు తమ క్షుద్ర వాసనలను అసహ్యకరంగా తృప్తి పరుచుకుంటున్నారు. ఈ విధంగా పండగ యొక్క మూల ప్రయోజనమే క్షీణించిపోతోంది.

కాలంతో పాటు హోలీ పండుగతో ఏర్పడ్డ వికృతులను రూపుమాపడానికి ప్రజ్ఞాపరిజనులు, సృజనసైనికులు సామూహికంగా ముందుకొచ్చి మొట్టమొదట హోలీ మర్మాన్ని తాము స్వయంగా అంతస్సులో ఆకళింపు చేసుకోవడం మొదలు పెట్టాలి.

ఈ క్రమంలో సామూహికంగా ఇళ్ళల్లో, నగరాల వీధుల్లో అంటించిన అశ్లీలచిత్రాలు, పోస్టర్లు, పుస్తకాలు హోలీ కావలసినదే. మనలో ఉన్న వాసనల (కోరికల) అసురుడిని తపస్సు, యోగాగ్నులతో భస్మంచేసి తీరాలి. వ్రతాలు, ఉపవాసాలు, స్వాధ్యాయం, జప ధ్యానాదులు వేటితోనైనా ఈ పని చేయచ్చు.

ఇంటి పరిసరాలు, కాలనీ, నగరాల శుభ్రతతో పాటు మన శరీరం, మనస్సు కూడా స్వచ్ఛంగా, నిర్మలంగా ఉంచుకుంటామనే సంకల్పంతో ఈ పండగని జరుపుకోవాలి. సంవత్సరం పొడుగున కొనసాగిన భేదాభిప్రాయాలను, మనో మాలిన్యాలను మర్చిపోయి వారిని కౌగలించుకుని హోలీ రంగులతో స్నేహసంబంధాల శుభారంభం కావించాలి.

ఎప్పుడైతే హోలీ పవిత్ర యజ్ఞాగ్నిలో మనుష్యులు తమ చెడు అలవాట్లు, దోష దుర్గుణాల హోలికను దహించే ధైర్యం చేస్తారో, ఎప్పుడైతే భక్త ప్రహ్లాదునివలె సన్మార్గంపై నడవాలని నడుం బిగిస్తారో, అప్పుడే నృసింహరూప మహాశక్తి అవతరిస్తుంది. అది వ్యక్తిగత మరియు సామాజిక జీవితాలలో అశాంతిని, ఆందోళనని రేకెత్తించే అసుర వర్చస్సును రూపుమాపుతుంది. ఉజ్వల భవిష్య వాతావారణం అప్పుడే నెలకొంటుంది.

*- అఖండజ్యోతి, మార్చి 2006*

*అనువాదం: శ్రీమతి జయలక్ష్మి*

**ప్రేమతో అనితర సాధ్యమైన పనులను సాధించగలరు**

# స్వయంగా తనపై తానే మెస్మరింజను ప్రయోగించుకొనుట

ఏ విధంగా విశ్వాసము మరియు సంకల్పశక్తిని ఆధారంగా చేసుకొని, ఇతరులను నిద్రింపచేసి, వారియందున్న చెడు సంస్కారాలను తీసివేసి మంచి సంస్కారములకు బీజారోపణ చేస్తామో, అదేవిధంగా ప్రతివ్యక్తి తనపై తాను కూడా మెస్మరిజంను ప్రయోగించుకోవచ్చు. ఎలాగైతే హిప్నటైజ్ చేయబడ్డ వ్యక్తికి ఒకలా ఉన్న వస్తువు మరోలా ఎలా కనపడుతుందో అదేవిధంగా తనకున్న సంకల్పశక్తితో తంద్రావస్థను కూడా పొందవచ్చు. అందులో సంకల్పముల యొక్క మూర్తీభవించిన రూపమే కనపడుతుంది.

ఒక గ్రామీణ వ్యక్తి ఒక సాధువు వద్దకు వెళ్ళి తనకు యోగసాధన నేర్పించమని అడిగాడు. ఆ సాధువు చాలా ప్రేమగా శ్రీకృష్ణుని యొక్క మూర్తిని ధ్యానం చేయమని చెప్పాడు. ఆ గ్రామస్తుడు ప్రయత్నించాడు కానీ అతనికి ఆ ధ్యానం చేయడం సాధ్యపడలేదు. అప్పుడా సాధువు అతనికి మరో ధ్యానవిధిని నేర్పించాడు. అది చేయడం కూడా అతనికి చేతకాలేదు. ఇలా ప్రతిసారి అతను విఫలమౌతూనే ఉన్నాడు. చివరికి నీకు ఏది ఇష్టమైతే దానినే ధ్యానించు అని చెప్పాడా సాధువు. గ్రామస్తుడికి తన ఎద్దు మీద విపరీతమైన ప్రేమ. అందువల్ల ఒంటరిగా తన కుటీరంలో కూర్చొని తన ఎద్దును ధ్యానించడం మొదలుపెట్టాడు. కొద్దిరోజుల తరువాత ఆ సాధువు 'నాయనా! ఏం చేస్తున్నావు, ఎలా ఉన్నావు? నీ కుటీరంలో నుండి బైటకు రా!' అని పిలిచాడు. అప్పుడా గ్రామస్తుడు 'స్వామీ! నేను ఇప్పుడు ఎద్దుగా మారిపోయాను. నాకు ఇప్పుడు పెద్ద పెద్ద కొమ్ములు వచ్చాయి. కుటీరంలో నుండి బైటకు రాలేకపోతున్నాను' అన్నాడు. అతడు సాధించిన విజయాన్ని చూసి సంతోషించిన సాధువు అతనిని బయటకు తీసుకువచ్చి అసలైన ధ్యానమును నేర్పించాడు. దీనినే స్వయం సమ్మోహన క్రియ అంటారు. ఇతరులను హిప్నటైజ్ చేసి వారు మనిషి కాదు ఏనుగులు అని అనిపించేలా చేయవచ్చో అదే విధంగా తమను తాము హిప్నటైజ్ చేసుకొని కూడా అటువంటి అనుభూతిని పొందవచ్చు. నిజం చెప్పాలంటే ప్రపంచంలో ఎక్కువ భాగం వ్యక్తులు స్వసమ్మోహన క్రియ ద్వారా అర్ధ మూర్ఛాస్థితిలో మునిగిపోయి ఏదో ఒక అనుభూతిని పొందుతుంటారు. మానవజీవితము యొక్క వాస్తవిక లక్ష్యము ఏమిటి? శారీరిక కర్తవ్యము ఏమిటి? అంటే అది దాదాపు అందరికీ తెలుసు. కానీ ప్రాపంచిక పరిస్థితుల వలన కలిగిన భ్రమలతో నిండిన భయాల వలన వారంతా సగం పిచ్చి పట్టినట్లుగా ప్రవర్తిస్తుంటారు. నిరర్థకమైన, హానికరమైన పనులు చేస్తూ జీవితాన్ని చేతులారా నాశనం చేసుకుంటుంటారు.

మానవతత్వము యొక్క సారము 'మనస్సే'. అది ఏ వైపు ప్రవహిస్తే జీవితము యొక్క దిశ అటువైపుగా మారుతుంటుంది. అందుచేత మనం ఏ దిశగా వెళ్ళాలనుకుంటామో అటువంటి సంస్కారాలనే మన మనస్సు పట్టుకునేలా చేయవలసిన అవసరం ఎంతో ఉన్నది. ఆత్మోన్నతికి తోడ్పడే యోగపరమైన సాధనలను మెస్మరిజం విజ్ఞానమునకు సంబంధించిన భాషలో స్వసమ్మోహనము (auto suggestion) అని చెప్తారు. సాధకులైన వారు మంత్రజపము చేసుకుంటూ, పుస్తకాలను పారాయణ చేసుకుంటూ, ధ్యానము చేసుకుంటూ, ఏవో అనుష్ఠానాలు, కర్మకాండలు ఆచరిస్తూ తెలియని సంస్కారాలను తమపై వేసుకుంటూ ఉంటారు. ఆ సంస్కారాలు ఎంత బలపడుతుంటే వారి జీవితములో అటువంటి పరిస్థితులు ఎదురవుతూ ఉంటాయి.

మనం ఏ దిశగా ఉన్నతి సాధించాలనుకుంటున్నామో అందుకు అనుకూలమైన సంస్కారాలను మనస్సుపై ఏర్పరుచు కునేందుకు ప్రయత్నిస్తుండాలి. **సంస్కారాలే అసలైన సంపద.** ఒకసారి ఒక వ్యాపారస్తుని బంగళాకి నిప్పంటుకుంది. పని వారంతా పారిపోయి వచ్చి అక్కడ జరిగిన విషయాన్ని, పరిస్థితిని అంతా యజమానికి తెలియచేశారు. కోట్ల రూపాయాల నష్టం వచ్చింది. వ్యాపారం తిరిగి చేయాలను కున్నా కూడా పైసా మిగలలేదు. ఈ వార్త విన్న తరువాత కూడా వ్యాపారి ముఖంలో ఎటువంటి మార్పులేదు. ఆయనిలా అన్నాడు 'బంగళాలు, సంపద ఉన్నాయి కనుక నేను ధనవంతుడినని

**భయపెట్టి, బలవంతం చేసి ఏ పని చేయించలేము**

మీరు భావించారు, అది మీ తప్పు. నేను నా అలవాట్లు, మానసిక సంపద వల్ల ధనికుడిగా ఉన్నాను తప్ప ధనం వలన సంపన్నుడిని కాలేదు. మీరు చూస్తూ ఉండండి, నేను తిరిగి అలాంటి బంగళాలను మళ్ళీ కట్టగలను'. వ్యాపారి చెప్పిన మాటలు నిజమైనాయి. అంతా పోగొట్టుకున్నప్పటికీ అతను తన ప్రయత్నం వల్ల మళ్ళీ ఇంతకుముందువలె ధనవంతుడు అయినాడు. ప్రతి ఒక్కరు మేము పరిస్థితులకు బానిసలం అని అంటుంటారు. అది పెద్ద తప్పు. **ప్రతి వ్యక్తి తన భాగ్యాన్ని తనే నిర్మించుకుంటాడు. ఎవరికి ఎటువంటి మానసిక స్థితి ఉంటే వారికి అటువంటి పరిస్థితులే లభిస్తాయి.**

క్రింద కొన్ని అభ్యాసాలు ఇవ్వబడ్డాయి. వాటిని అనుసరిస్తూ ఉంటే స్వసమ్మోహనము అనే సిద్ధాంతానుసారము తన మనస్సును తానే ప్రభావితం చేసుకొని సరైన దిశలో ముందుకు పోయేందుకు ప్రేరణనిచ్చుకోవచ్చు. తదనుగుణ్యంగా అప్పుడు అతనికి కావలసిన పరిస్థితులు, వస్తువులు లభిస్తాయి.

## 1. ఆరోగ్యమును పొందేందుకు

ఏకాంతమైన ఒక గదిలో పద్మాసనంలో కూర్చోండి లేదా ఒక పడక్కుర్చీలో విశ్రాంతిగా కూర్చోండి. శరీరములోని కండరాలు, నాడులు అన్నింటిని వదులుగా చేసి శరీరము శిథిలమయ్యే (relax) విధంగా చూసుకోండి. శిథిలమైన తరువాత మెల్లిమెల్లిగా దీర్ఘమైన శ్వాసను లోపలికి పీల్చుకోండి, అదే ప్రకారంగా నెమ్మదినెమ్మదిగా బయటకు వదలండి. శ్వాసను పీల్చుకునేప్పుడు ఆరోగ్యమును పెంపొందింపచేసే తత్వాలన్నీ శ్వాస ద్వారా లోపలికి వెళ్తున్నాయనే భావన చేసుకోండి. శ్వాసను వదిలే సమయంలో నాలోని రోగాలు, బలహీనతలు, మాలిన్యాలు అన్నీ శ్వాస ద్వారా బయటకు పోతున్నాయి అనే భావన చేయాలి. 10 నుండి 15 నిమిషాల వరకు ఈ ప్రకారంగా చేస్తుండాలి. దీనివల్ల శాంతి లభిస్తుంది. శరీరము చాలా తేలికగా, ఆరోగ్యంగా, చైతన్యవంతంగా ఉన్న అనుభూతి కలుగుతుంది. ఇప్పుడు మనస్సులో ఈ మంత్రాన్ని భావనాత్మకంగా జపించండి. **'నేను నా శరీరానికి యజమానిని. నేను బలవంతుడిని, రోగరహితుడిని, నా శరీరావయవములన్నీ చక్కగా పనిచేస్తున్నాయి. బలము, ఆరోగ్యము, సౌందర్యము నాలో నిరంతరం పెరుగుతున్నవి. నా ధమనులయందు శుద్ధ రక్తము ప్రవహిస్తున్నది. రోజురోజుకీ నా ఆరోగ్యము వృద్ధి చెందుతున్నది. నేను చాలా వేగంగా ఆరోగ్యమును పొందు తున్నాను.'** ఈ వాక్యాలను మనస్సులోనే అనేకసార్లు జపించండి (అనుకోండి). మీకున్న ఊహాశక్తిని ఉపయోగించి ఆరోగ్యాన్ని పొందే ప్రయత్నం చేయండి. ప్రతిరోజు ప్రాతఃకాల సమయంలో దీనిని అభ్యసించడం వల్ల ఆశ్చర్యపోయేంత తీవ్రమైన వేగంతో ఆరోగ్యము లభిస్తుంది.

## 2. ఐశ్వర్యమును పొందేందుకు

ఏకాంత స్థానములో చిత్తమును శాంతంగా ఉంచుకొని శరీరమును శిథిలము (relax) చేసి కళ్ళు మూసుకొని విశ్రాంతిగా కూర్చోవాలి. ధ్యానము ద్వారా అంతటా ఆకుపచ్చని రంగును దర్శించండి. ఆకాశము, భూమి, సూర్యుడు, నక్షత్రాలు, ఇళ్ళు, చెట్లు, పర్వతాలు, నదులు, జీవజంతువులు అన్నింటినీ ఆకుపచ్చ రంగులోనే దర్శించండి. ఈ రంగును ఎంత ఎక్కువ సేపు దృఢంగా అనుభూతి చెందగలిగితే అంతమంచిది. మనో వైజ్ఞానిక శాస్త్రవేత్తల అభిప్రాయం ప్రకారం **ఆకుపచ్చని రంగు ధనమునకు, వైభవమునకు, సాఫల్యములకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తుంది.** శుభకార్యములలో గుమ్మాలకు ఆకుపచ్చని తోరణాలు కడతారు. సున్నములో ఆకుపచ్చని రంగును కలిపి గోడలకు వల్లె వేస్తారు. దీనియందు వైభవమును వృద్ధి పొందించడమనే రహస్యం దాగి ఉన్నది.

ఆకుపచ్చని రంగును ధ్యానిస్తూ మనస్సును శిథిలం చేసుకొని మనస్సు లోపలే భావనాత్మకంగా ఇలా జపం చేయాలి (అనుకోవాలి). 'నా శక్తియందు లెక్కలేనన్ని రిద్ధిసిద్ధులు నిండి ఉన్నాయి. ఇప్పుడు నేను ప్రబలమైన నా ఇచ్ఛాశక్తి ద్వారా వైభవమును పొందాలనుకుంటున్నాను. దానితో అతి శీఘ్రముగా నా ఐశ్వర్యము వృద్ధి చెందుతుంది. నేను కోరుకున్న వస్తువులు, పరిస్థితులు పొందగలుగుతానని విశ్వసిస్తున్నాను. నేను నా సంపూర్ణ శక్తులతోపాటు వైభవమును పొందడములో నిమగ్నమై ఉన్నాను కనుక నా కోరిక తప్పక నెరవేరుతుందనేది నిర్వివాదాంశము.' ఈ వాక్యములను శ్రద్ధాపూర్వకముగా ప్రతిరోజు భావనాపూర్వకంగా చెప్పుకోవాలి.

## 3. మానసిక శక్తుల ఉన్నతి కొరకు

పైన చెప్పిన రీతిలో ఏకాంతస్థానములో కళ్ళు మూసుకొని కూర్చొని రెండు భృకుటుల మధ్య ఉండే త్రికుటి స్థానములో

**కృషి ఉంటే విజయం దానంతట అదే వెతుక్కుంటూ వస్తుంది**

చంద్రునితో సమానమైన మృదువైన చల్లని కాంతిని జ్యోతి రూపంలో ధ్యానించాలి. మనస్సులో ఈ వాక్యములను భావపూర్వకంగా మరల మరల చెప్పుకోవాలి. **'నా మస్తిష్కము ఆరోగ్యంగా, బలంగా ఉండి నా బుద్ధి తీవ్రత పెరుగుతున్నది. ఆలోచనాశక్తి, నిర్ణయాత్మకశక్తి, కల్పనాశక్తి మొదలైన అనేక మానసిక శక్తులు పెరిగి వికసిస్తున్నాయి. నా మానసిక వికాసం చాలా వేగంగా జరుగుతున్నది.** ఈ ధ్యానం వలన జపం వలన మానసిక శక్తులు చాలా త్వరితగతిలో వికసించడం జరిగింది.

### 4. ఆత్మబలమును పెంచుకునేందుకు

పైన చెప్పినట్లే ఏకాంతస్థానమునందు శరీరమును శిథిలము చేసుకొని కూర్చోవాలి. రెండు ప్రక్కటెముకలు కలిసే చోట అమాశయము ఉన్న స్థానములో సూర్యచక్రముపై సూర్యునితో సమానమైన తేజస్సు గల జ్యోతిని ధ్యానించి క్రింది వాక్యాలను భావపూర్వకంగా చెప్పుకోవాలి. **'నేను ఆత్మ బలముతో పరిపూర్ణుడిగా అవుతున్నాను. నా లోపల అపారమైన ఆత్మశక్తి ఉన్నది. నిద్రాణంగా ఉన్న ఈ మహాశక్తిని నేను ప్రయత్న పూర్వకంగా జాగృతము చేసుకుంటున్నాను. దుర్గుణాలన్నింటిని, కుసంస్కారములన్నింటిని తరిమితరిమి కొడుతున్నాను. వాటి స్థానమునందు సాత్వికమైన మంచి గుణములను స్థాపించు కుంటున్నాను. నేను దృఢంగా ఉన్నాను, నిర్భయంగా ఉన్నాను, ప్రయత్నశీలుడనై ఉన్నాను, సదాచార వంతుడనై, సత్య నిష్ఠాపరుడనై ఉన్నాను. నేను ఆత్మను, నేను నా మహత్తర ఆత్మశక్తులను దృఢపూర్వకంగా ధారణ చేస్తున్నాను.'**

### 5. ఏదైనా ప్రాపంచిక వస్తువులను పొందేందుకు

పైన చెప్పిన విధంగానే ప్రశాంతస్థితిలో కూర్చొని పసుపు రంగును ధ్యానిస్తూ మానసికంగా ఈ విధంగా అనుకోవాలి. – "నేను ఫలానా వస్తువును పొందాలనుకుంటున్నాను. నేను దానిని పొందేందుకు ప్రాణసమానంగా ప్రయత్నము చేస్తాను. **'దేనిని కోరుకుంటామో అది లభిస్తుంది'**నేను నిజమైన హృదయంతో ఫలానా వస్తువును కోరుకుంటున్నాను. కనుక దానిని పొందితీరుతాను." ఈ వాక్యాలను మరల మరల భావపూర్వకంగా చెప్పుకుంటూ చెప్తూ ఉండాలి. ఏది నిజంగా కోరుకుంటున్నామో అది లభిస్తుంది అనడంలో ఎటువంటి సందేహము లేదు.

### 6. ప్రార్థన ద్వారా కోరికలను తీర్చుకొనుట

పరమేశ్వరుని కానీ లేక మరే దేవతనైనా, ఫలానా వస్తువు కావాలనే పద్ధతి భారతదేశంలో అత్యంత ప్రాచీనకాలం నుండి వస్తున్నది. వేదాలయందు సగం పైనే మంత్రాలయందు ధనము, వైభవము, పుత్రులు, కీర్తి, ఆరోగ్యము, బుద్ధి, విద్య, సుఖము మొదలైన వాటికోసం ఈశ్వరుని ప్రార్థించడమనేది ఉన్నది. ఇటువంటి ప్రార్థనలు మెస్మరిజం సిద్ధాంతానికి సర్వ విధాలా అనుకూలంగా ఉంటాయి. ప్రార్థనయందు రెండు విషయాలు చెప్పుకోవాలి. 1. తనకు అవసరమైన వాని పట్ల పలుమార్లు గుర్తుకురావడం వలన అభిరుచి పెరిగి మనస్సు లగ్నమవడం పెరుగుతుంది. 2. ఈశ్వరుడు లేదా దేవత ద్వారా సహాయము లభిస్తుందనే ఆశాకిరణాలతో ఉత్సాహము కలుగుతుంది. కోరికను పూర్తి చేసుకోవడమునందు ఈ రెండు విషయాలు చాలా ముఖ్యమైనవి. చాలా విషయాలలో ప్రార్థనల వల్ల అనేక అంశాలు సంపూర్ణంగా సఫలమవుతాయి. **ప్రార్థనతో పాటు పురుషప్రయత్నం కూడా కలిస్తే మంచి ఫలితాలు లభిస్తాయి.** అకర్ముల ప్రార్థన ఈశ్వరుని దర్బారులో వినిపించ బడవు. మెస్మరిజం సిద్ధాంతానుసారంగా అవి నిష్ఫల మవుతాయి.

– *పూజ్యగురుదేవుల వాఙ్మయం 18 (9.15-9.18)* నుండి

*అనువాదం: శ్రీమతి వల్లీశ్రీనివాస్*

### విచిత్రం

*నిష్ఠతో కూడిన పురుషార్థంలో అద్భుతమైన ఆకర్షణ ఉంటుంది, దాని ప్రభావం, మంచిచెడు రెండింటిలో ప్రదర్శితమవుతుంది. దొంగలు-మోసగాళ్ళు, తిరుగు బోతులు-దేశదిమ్మరులు, దురాచారులు-వ్యభిచారులు, త్రాగుబోతు-వదరుబోతు కలసిమెలసి ఒక సమూహంగా ఏర్పడతారు. కాని విచిత్రమేమనగా, ఏ కారణం వల్లనో, మంచి సంకల్పశీలురైన ధనవంతులు, సత్యనిష్ఠాగరిష్ఠులు, మంచివారు మరియు ప్రతిభాశాలురు కలవరు. చివరి వరకు ఒంటరిగానే ఉంటారు.*

*– అఖండజ్యోతి, డిసెంబరు 2013*

*అనువాదం: ఎ.వేణుగోపాలరెడ్డి*

**పరులకు తెలియకూడదనే పనులు చేయనేకూడదు**

కలర్ ఇంజనీరింగ్-4

# మీ వాక్కే దివ్యౌషధం

ఈనాడు మానవజాతి అనేక రకాల రోగాలతో పీడింప బడుతున్నది. ఆస్పత్రుల సంఖ్య, రోగుల సంఖ్య నానాటికి పెరిగిపోతున్నది. చిన్న వయస్సులోనే హృదయానికి సంబంధించిన వ్యాధులు వస్తున్నాయి, వీటి కొరకు తీసుకుంటున్న మందుల సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ గురించి అందరికీ తెలుసు. 50 సంవత్సరాలలో ఆరోగ్యంగా ఉన్నవారిని చూస్తే "బి.పి. లేదా? షుగర్ లేదా? అని ఆశ్చర్యంగా ప్రశ్నిస్తుంటారు. ఎందుకైనా మంచిదని పరీక్షలు చేయించుకోమని సలహాలు ఇస్తుంటారు. ఇలాంటి పరిస్థితులలో ఒక సహజమైన, ఎటువంటి చెడు ప్రభావం చూపని, ఆరోగ్యాన్ని ఇచ్చే మంచి మందు కావాలి. అది మీ దగ్గరే ఉన్నది, నిజంగానే మీ దగ్గర ఉన్నది. చూడండి ఎక్కడ ఉన్నదో, ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో.

కానీ ముందుగా మనం మానవ శరీర నిర్మాణం, దాని అంగ అవయవాలు, వాటి పనిచేసే విధానాలు కొంచెం తెలుసుకోవాలి. ఈనాడు మానవ శరీర భౌతిక నిర్మాణం గురించి, శరీరం లోపలి అంగ అవయవాలు, వాటి పనితీరు వివరించే అనేక పుస్తకాలు (books on human anatomy & physiology) మన అదృష్టం కొద్దీ లభిస్తున్నాయి. ఇంటర్ నెట్‌లో కూడా అపారమైన జ్ఞానం అందుబాటులో ఉన్నది.

కానీ ఇది సరిపోదు. మానవ వ్యక్తిత్వంలో కంటికి కనుపించని భాగములు ఉన్నాయి. వాటిని సూక్ష్మ శరీరమని (astral body) కారణశరీరమని (మనస్సు, mental body) అంటారు. సూక్ష్మశరీరం మన కోరికల, భావనల నివాసం. కారణ శరీరమంటే ఆలోచనలు. ఈ ఆలోచనలు, భావములు మన ఆరోగ్యంపై, మన పరిస్థితులపై ప్రభావం చూపుతాయి. కంటికి కనిపించని కోపం, ద్వేషం, చింత, అసూయ, దయ, ప్రేమ, అభిమానం, దురాశ మొదలైనవి మన శరీరాన్ని, మన పరిస్థితులను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఆందోళన (tension) బి.పి.పై ఎంత ప్రభావం చూపిస్తుందో అందరికీ తెలిసిన విషయమే. కానీ ఈనాటి వైద్యశాస్త్రం ఇటువంటి ఆలోచనలకు, భావములకు ఇవ్వవలసిన ప్రాధాన్యత ఇవ్వడంలేదు. అది మానవుని భౌతిక శరీరానికి మాత్రమే ప్రాముఖ్యత ఇస్తున్నది, రోగి యొక్క ఆలోచనలను, భావములను పట్టించుకోవడం లేదు.

గత సంచికలలో ఆలోచనల, భావముల ప్రభావం మన శరీరంపై ఎలా ఉంటుందో చెప్పబడింది. అందువలన వాటి గురించి తిరిగి చెప్పబడటం లేదు.

**కలర్ ఇంజనీరింగ్ యొక్క ముఖ్యమైన పాయింట్స్**

1. మానవ శరీరం ఒక యంత్రం, జీవమున్న యంత్రం.

2. మానవ శరీరంలోని వ్యవస్థలలో సంతులన కోల్పోతే శరీరం వ్యాధిగ్రస్తం అవుతుంది.

మన శరీరంలో శ్వాసకోశం (Respiratory System), నాడీమండల వ్యవస్థ (Nervous System), జీర్ణకోశ వ్యవస్థ (Digestive System), రక్త ప్రసరణ (Cardio Vascular System), లింఫాటిక్ సిస్టం (Lymphatic System), కండరాలు (Muscular System), జననేంద్రియాలు (Reproductive System), వినాళగ్రంథులు (Endocrine System), రోగ నిరోధక వ్యవస్థ (Immune System), ఇంకా ఇటువంటి ఎన్నో వ్యవస్థలు ఉన్నాయి. ఈ వ్యవస్థలను అన్నింటిని మెదడు నియంత్రిస్తుంది. ఈ వ్యవస్థలన్నీ ఒకదానిపై ఒకటి ఆధారపడి ఉంటాయి. ఉదాహరణకు మెదడుకు కావలసిన పోషక పదార్థాలు జీర్ణకోశ వ్యవస్థ నుండి రక్తప్రసరణ ద్వారా వస్తే, ఆక్సిజన్ శ్వాసకోశం నుండి రక్తం ద్వారా వస్తుంది. ఈ అన్ని వ్యవస్థల మధ్య, శరీర అవయముల మధ్య సంతులన ఉంటే శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. సంతులనపోతే శరీరం రోగగ్రస్తం అవుతుంది.

**(disease = dis-ease = lack of ease)**

3. ప్రతి వ్యవస్థలో (system) అనేక అంగములు ఉంటాయి. జీర్ణకోశ వ్యవస్థలో పొట్ట, లివర్, పాంక్రియాస్ మొదలైనవి ఉన్నాయి. ఈ అంగములు సవ్యంగా పనిచేయడానికి పోషక పదార్థాలు, ఆక్సిజన్, నాడులు అవసరమవుతాయి. పోషక

**జీవితంలో తనకు ఇవ్వబడిన పనులను చేసుకుపోవడమే మానవ ధర్మం**

పదార్థాలు, ఆక్సిజన్ రక్తం ద్వారా లభిస్తే, నాడులు సంబంధించిన అంగం సవ్యంగా పనిచేసేటట్టు చూస్తుంది.

4. ఏదో ఒక కారణము వలన ఏదో ఒక ధమనిలో రక్త ప్రసరణ సవ్యంగా జరుగకపోతే, దానికి సంబంధించిన అవయవానికి కావలసిన పోషక పదార్థాలు, ఆక్సిజన్ లభించవు. అందువలన ఆ అవయవం నీరసించి చక్కగా పని చెయ్యలేదు. ధమనులలో అడ్డంకులు (arterial blocks) ఎక్కడయినా రావచ్చు. హృదయానికి సంబంధించిన ధమనులలో (coronary arteries) అడ్డంకులు ఏర్పడితే, వాటిని ఏదో విధంగా సరిచెయ్యవలసి వస్తుంది. (ఈనాటి బైపాస్ సర్జరీలు, స్టెంట్లు) లేకపోతే గుండె పనిచేసే తీరు దెబ్బతిని ప్రాణాంతకం కావచ్చు.

5. మనం తీసుకునే ఆహారంతో, నీటితో, గాలితో మాలిన్యాలు శరీరంలోకి పోయే అవకాశమున్నది. ఈ మాలిన్యాలు శరీర ఆరోగ్యాన్ని పాడుచేస్తాయి. ఈ మాలిన్యాలు చమట ద్వారా, మూత్రం ద్వారా, విరోచనం ద్వారా, శ్వాస ద్వారా బయటకు వెళ్తుంటాయి. కాని ఒక్కొక్కసారి ఏదో కారణం వలన మాలిన్యాలు శరీరంలో పేరుకుపోవచ్చు. (నిమ్మకాయ రసమును నీటితో కలిపి తీసుకుంటే మాలిన్యాలు చాలావరకు బయటకు పోయే అవకాశమున్నది. కానీ పంచదార, తేనె, ఉప్పు కలప కూడదు).

6. సరియైన పోషణ ఆరోగ్యంలో ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తున్నది. ఆహారం గురించి అనేక చోట్ల చదివే ఉంటారు. ఆహారంతో పాటు, నీరు కూడా ముఖ్యమే. మానవ శరీరంలో సుమారు 75% నీరు ఉంటుంది. శరీరంలో నీటి శాతం సవ్యంగా ఉండేటట్లు చూచుకోవాలి. (రోజు సుమారు 3 లీటర్ల నీటిని త్రాగాలి). శరీరంలో నీటి లభ్యత తగ్గితే అవయవాలు సరిగ్గా పనిచేయలేవు. ఇంకా శరీరానికి గాలి ఎంతకావాలి? ఎలాగయితే కడుపు నిండా అన్నం తింటామో శ్వాసకోశల నిండా గాలి నింపుకోవాలి. అంటే దీర్ఘశ్వాస (deep breathing) అలవాటు చేసుకోవాలి. శ్వాస ద్వారానే రక్తశుద్ధి జరుగుతుంది. రక్తశుద్ధి బాగా జరిగి, తగినంత ఆక్సిజన్ అందుబాటులో ఉంటే ఆరోగ్యం మెరుగవుతుంది. **పైసా ఖర్చు లేకుండా దీర్ఘశ్వాస ద్వారా రక్తశుద్ధి చేసుకోవచ్చు.**

### రోగ నిర్ధారణ

మన ఆరోగ్య సమస్యలకు కారణం బయట వెతుకు తుంటారు. వాతావరణంలో ఉన్న బ్యాక్టీరియ, వైరస్సులు మన అనారోగ్యానికి కారణంగా భావిస్తున్నాము. కొన్ని రకాల దోమల వలన మలేరియ, చికెన్ గున్యా వంటి రోగాలు వస్తాయని, మెదడు వాపు (brain fever) పందుల వలన వస్తాయని, టైఫాయిడ్ ఒక రకం బాక్టీరియ వలన వస్తుందని, వైరల్ ఫీవర్స్ కొన్ని రకాల వైరస్సుల వలన వస్తాయని భావిస్తున్నాము. కానీ ఇవి కనిపించే కారణాలు మాత్రమే (apparent cause). అసలైన కారణం ఏమిటంటే ఆ వ్యక్తిలో రోగనిరోధక వ్యవస్థ (శక్తి) (immune system) సవ్యంగా పనిచేయడం లేదు. ఇది సరియైన ఆహారం తీసుకుపోవడం వలన కావచ్చు. చెడు అలవాట్ల వలన కావచ్చు లేదా రెండు కారణాలు కావచ్చు.

దోమలు నిలవ ఉన్న మురికి నీటిలో గుడ్లు పెడతాయి. ఎందుకంటే అటువంటి ప్రదేశం దోమల గుడ్లకు అనుకూల మైనది. దోమలు ప్రవహిస్తున్న నీటిలో గుడ్లు పెట్టవు, పెడితే ఆ గుడ్లు నీటిలో కొట్టుకుపోతాయి. మనిషికి దోమ కుట్టినప్పుడు చాలా కొద్దిగానే మలేరియా కలిగించే క్రిములు శరీరంలోనికి చేరతాయి. కానీ శరీరంలో వాటికి అనుకూలమైన వాతావరణం ఉన్నప్పుడు అవి వందలుగా, వేలుగా, లక్షలుగా అయినప్పుడు రోగ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. రోగ నిరోధక శక్తి సవ్యంగా లేనప్పుడు మాత్రమే అవి అంతగా ఎక్కువవుతాయి. జ్వరం వచ్చే పరిస్థితి కలుగుతుంది. ఇంతకు చెప్పదలచుకున్నదేమి టంటే మన శరీరంలో హాని కలుగచేసే బాక్టీరియ, వైరస్సులకు ఆలవాలమవ్వకుండా చూసుకోవాలి. రోగ నిరోధక శక్తి పెంచుకోవాలి. మంచి ఆహారం ద్వారా, మంచి అలవాట్ల ద్వారా, మంచి ఆలోచనలన ద్వారా అది సాధ్యమవుతుంది.

బి.పి., డయాబెటిస్ వంశపారంపర్య రోగాలని చెప్పబడు తున్నాయి. (apparent cause, కనిపించే కారణం) కానీ అసలైన కారణం గత జన్మలలో చేసిన తప్పులు కావచ్చు. అవేమిటో మనకు తెలియకపోవచ్చు. తెలియవలసిన అవసరం కూడా లేదు. కానీ మన అనారోగ్యానికి మనమే కారణం అని గుర్తుంచుకుంటే చాలు. వంశపారంపర్యమనగా అనారోగ్యానికి బీజం మన పుట్టుక నుంచే మనలోనే ఉన్నది. అది ఎప్పుడో

**సద్గురువు సాంగత్యం లేకపోతే జ్ఞాన సంపద పొందటం అసాధ్యం**

ఏదో కారణం వలన ఆ బీజం అంకురించి, పెరిగి పెద్దయి రోగాన్ని తెచ్చిపెడుతున్నది.

అందువలన మనలోనే ఉన్న ఆ కారణాన్ని ఏదో విధంగా తీసివేయగలిగితే, మార్చివేయగలిగితే రోగ నివారణ సాధ్యమవుతుంది, కనీసం రోగ ఉపశమనం లభ్యమవుతుంది. అదృష్టవశాత్తు అటువంటి పద్ధతి కలర్ ఇంజనీరింగ్‌లో ఉన్నది.

ఆలోచనలు మార్చుకుంటే పరిస్థితులు మారతాయి. మనస్సు, దాని శక్తుల గురించి గత సంచికలో ఇవ్వబడింది. ఆరోగ్యాన్ని చేకూర్చే ఆలోచనలను, వాక్కుని ఉపయోగించి ఆరోగ్యాన్ని చక్కదిద్దుకోవచ్చు.

## ఆరోగ్యానికి సిద్ధాంతాలు

1. మానవ శరీరం తనకు తానే రోగ పరిస్థితిని సరిదిద్దుకో గలదు.
2. మన వాక్కుకి శరీరంలో కావలసిన మార్పు తీసుకురాగలిగే శక్తి ఉన్నది.

**రోగ నివారణకు పద్ధతి:** జనవరి 2014 సంచికలో శబ్దశక్తి – వాక్ శక్తి మీద వివరణ ఇవ్వబడింది. "యద్భావం తద్భవతి" భావం ఎలా ఉంటే అలా జరుగుతుంది. మన వాక్కుని భావనతో ఉచ్చరించి కావలసిన మార్పులు తీసుకొని రావచ్చు.

**హృదయానికి సంబంధించిన రోగాలకు (for self ఎవరికి వారు చేసుకునేవి):** సుఖంగా కూర్చుని క్రింద ఇచ్చిన వాక్యాలను భావ పూర్వకంగా, నెమ్మదిగా మనస్సులో ఉచ్చరిస్తే చాలు. ఒక్కొక్క వాక్యం మూడుసార్లు ఉచ్చరించాలి. ముచ్చటగా మూడుసార్లు. మూడుసార్లు ఒక డోసుగా (మోతాదుగా) భావించవచ్చు.

1. My heart is in fittest condition.
2. My heart is functioning perfectly.
3. Blood is flowing smoothly through all arteries of my body.
4. Blood is flowing smoothly through my coronary arteries.
5. My heart muscles get all the nourishment they need.
6. My physical body is in fittest condition.

తెలుగు భాషలో ఇలా అనుకోవచ్చు.

1. నా హృదయం ఆరోగ్యంగా, బలంగా, దృఢంగా ఉన్నది.
2. నా హృదయం అద్భుతంగా పనిచేస్తున్నది.
3. నా శరీరంలో రక్తప్రసరణ చక్కగా, సవ్యంగా జరుగుతున్నది.
4. నా హృదయానికి సంబంధించిన ధమనులలో రక్తం సవ్యంగా, చక్కగా ప్రవహిస్తున్నది.
5. నా హృదయ కండరాలకు కావలసిన పోషణ లభిస్తున్నది.
6. నా భౌతిక శరీరం ఆరోగ్యంగా, బలంగా, దృఢంగా ఉన్నది.

మామూలుగా రోజుకి మూడు మోతాదులు సరిపోతుంది. మూడుసార్లు ఉచ్చరించడం ఒక మోతాదుగా భావించవచ్చు. అంటే ప్రతి వాక్యం మూడు, మూడుసార్లు భావపూర్వకంగా అనుకోవాలి. అత్యవసర పరిస్థితులలో 10, 10 నిమిషాలకు కూడా అనుకోవచ్చు. మంచి ఫలితాలు సాధించవచ్చు.

**సూచన:** నకారాత్మకమైన (negative) పదాలు వాడకూడదు. అంటే రోగం పోయింది, జబ్బు తగ్గిపోయిందిలాంటి మాటలు వాడకూడదు. **ప్రస్తుతం మీరు వాడుతున్న మందులతో పాటు ఈ విధానం పాటించండి.** శరీరం సుఖంగా ఉంటుంది.

ఇతరుల కొరకు కూడా ఈ విధానాన్ని ఉపయోగించవచ్చు. అటువంటి సమయంలో ఈవిధంగా చేయాలి. ఎవరికి ఆరోగ్యం చేకూరాలనుకుంటున్నారో వారిని మనస్సులోకి తెచ్చుకుని పైన చెప్పిన వాక్యాలే భావపూర్వకంగా తృతీయ వాచకం (third person) లో చెప్పాలి.

1. His / Her heart is in fittest condion
2. His / Her heart is functioning perfectly.

etc... etc...

1. అతని / ఆమె హృదయం ఆరోగ్యంగా బలంగా, దృఢంగా ఉన్నది.
2. అతని / ఆమె హృదయం అద్భుతంగా పని చేస్తున్నది.

మొదలైనవి.......

ఆ వ్యక్తి ఎక్కడయినా ఉండవచ్చు, హైదరాబాదులో ఉండవచ్చు లేదా అమెరికాలో ఉండవచ్చు. ఫలితాలు ఒకే మాదిరిగా ఉంటాయి.

*– ముక్కామల రత్నాకర్*
*మొబైల్: 94405 20865*

**ఎదిగిన కొద్దీ ఒదిగి ఉండాలి**

# పురాతన వైద్య విధానాన్ని పరిశోధించాలి

"సోషల్ సైకియాట్రిట్స్ ఆఫ్ లీమ" పెరూ సంస్థానపు డైరెక్టరైన "డా॥ సీ.ఎ. సీగుయెన" ఒక ఇంటర్‌నేషనల్ కాంగ్రెస్ ఆఫ్ సైకియాట్రిట్స్" కు సంబంధించిన ఒక సమ్మేళనంలో ప్రసంగిస్తూ "మానవజాతి యొక్క ప్రాచీన పరంపరానుసారం వస్తున్న చికిత్సా విధానాన్ని తిరిగి పునరుజ్జీవింపచేసి ప్రస్తుత అవసరాలకు అనుగుణ్యంగా మార్చుకోవలసి ఉంటుందని, దానికి అవసరమైన పరిశోధనలు చేయవలసి ఉంటుందని" అన్నారు.

పెరుగ్వేలో "ట్రాయూప్‌మ్వేయ్" అనే పేరున్న ఒక విశ్వ విఖ్యాత "నాటు-వైద్యుడు" తన ముక్కు ద్వారా రోగి దుస్తులను వాసన చూసి రోగాన్ని నిర్ణయించగల శక్తిని వికసింపచేసుకొని వ్యాధి నివారణ చేస్తూ ఉండేవాడు. తన వద్దకు వచ్చేటువంటి భయంకర వ్యాధి సోకిన రోగినైనా, తనదైన "ఘ్రాణశక్తి"తో అతని వస్త్రాలను వాసన చూడగానే రోగ కారణాలను తెలుసుకొని, రోగ నివారణ కొరకు ప్రకృతిలో లభించే వన మూలికలతో చికిత్స చేసేవాడు. అతని వద్దకు వచ్చిన రోగులంతా నూటికి-నూరుపాళ్ళు రోగాల నుండి విముక్తి పొంది సంతోషంగా వెనుదిరిగే వారు. ఆధునిక వైద్యశాస్త్రజ్ఞులు, ఈయనలోని విలక్షణమైన ఈ చికిత్సా విధానాన్ని గమనించి ఎంతో ఆశ్చర్యపోయి, ఇతని రోగ నివారణను పరీక్షించిన పిదప, ఈ నాటు వైద్యుడిని గొప్పగా కీర్తించారు.

పురాతన కాలంలో వైద్యులు కేవలం తమ క్షమతా శక్తి ద్వారా వన మూలికల్లోని సూక్ష్మ గుణాలను గుర్తించి, వాటితో రోగాలను నివారించేవారు. అంతేగాక రోగికి 'పథ్యం' విషయంలో అసాధారణ మార్పులు చేసేవారు. తమలోని గొప్ప సంకల్పశక్తితో రోగులకు ఆశ్వాసనమిచ్చేవారు. ఆధునిక చికిత్సా విధానంలో రోగ కీటాణువులను నాశనం చేయు ప్రక్రియలో కొన్ని ఆరోగ్యానికి సహాయపడే కీటాణువులు కూడా నశించుట జరుగుతుంది. పురాతన చికిత్సా విధానం అధిక ప్రభావంతో హానిరహితంగా ఉండేది. పురాతన వైద్యులు తమ 'శ్రద్ధను' కూడా ఒక ఉపచారంగా ప్రయోగించేవారు. దైవ అనుగ్రహ ప్రాప్తికొరకు కూడా అనేక కర్మకాండలను రోగులతో చేయించేవారు. ఇవన్నీ రోగి మనోక్షేత్రం మీద, కుటుంబ వాతావరణం మీద కూడా, ఎంతో ప్రభావం చూపించేవి. సంగీతంతో చికిత్స కూడా ఇందులో ఒక అమోఘమైన ప్రయోగంగా ఉపయోగించేవారు. సంకీర్తనంతో పాటు రకరకాల సంగీత వాయిద్యాల ద్వారా చక్కటి సుస్వరాలతో కూడిన సంగీతం విన్న రోగి మనస్సు మీద ఇది మంచి ప్రభావం చూపి, త్వరగా కోలుకోవటానికి సహాయమయ్యేది.

ఇవేకాకుండా ఇంకా మూడవ రకమైన ఒక విచిత్ర చికిత్సా విధానం కూడా బాగా ప్రచారంలోకొచ్చింది. దాన్ని 'యానిమల్ మేగ్నటిజమ్' (ప్రాణి యొక్క విద్యుత్తు) అంటారు. ఈ శక్తి మనిషిలో ఎంత ఎక్కువగా ఉంటుందో. అతడు అంతే ప్రభావ శీలిగా, తేజస్విగా, ఉత్సాహిగా, ఆత్మవిశ్వాసిగా, ఆశావాదిగా, కార్యకుశలుడుగా ఉంటాడు. అతనిలోని ఓజస్సు, తేజస్సు (Aura), అతని ముఖాకృతిలో కళ్ళు, ముఖం, ముక్కు, మస్తిష్కం ద్వారా ప్రకటితమవుతూ ఉంటుంది. అంతేగాక చేతి ద్వారా, వ్రేళ్ళ ద్వారా కూడా ఈ విద్యుత్ కిరణాలు వెలువడుతూ ఉంటాయి. ఇటువంటి వ్యక్తి ఏ రోగినైనా స్పర్శించినంత మాత్రాన, అతనిని రోగ విముక్తునిగా చేయగలడు. మహా పురుషుడైన జీసస్ (Jesus) తన చేతి స్పర్శ మాత్రం చేత వ్యాధిగ్రస్తుల వ్యాధులను దూరం చేసేవాడు. జీసస్ రోగ నివారణ సమయంలో రోగులకు కొన్ని ప్రాయశ్చిత్త విధానాలు కూడా సూచించేవాడు.

ఇటువంటి చికిత్సా విధానాలేగాక మరొక చికిత్సా విధానం 'మెస్మరిజం' యూరప్‌లో మొదటగా ఆస్ట్రియాలోని 'వియన్నా నగరంలో 'మెస్మర్' అనే వ్యక్తి ఈ విధానాన్ని ప్రచారంలోకి తెచ్చాడు. ఈ విధానాన్ని అతని పేరుమీదనే 'మెస్మరిజమని', దాన్ని ప్రయోగించే వారిని 'మెస్మరైజర్' అని అనేవారు. ఈ విధానాన్ని 'మెస్మర్' 1770 సంవత్సరంలో

**గర్వం గరళం వంటిది**

మొదటగా కనిపెట్టుట జరిగింది. ఈ విధానంలో రోగనివారణ ప్రక్రియ తెలుసుకొనుట కొరకు "ఫ్రెంచి అకాడమీ ఆఫ్ సైన్సెస్" ఒక "ఎంక్వయిరీ కమిటీ" వేసి మంచి ఫలితమిచ్చినట్లు కనుగొన్నారు. "మెస్మర్" ఈ కమిటీ మీటింగ్‌లో ఒకసారి మాట్లాడుతూ ఇలా అన్నాడు. "అంతరిక్షంలో ఉన్న ఈథర్ శక్తి ఎంతో విశాలంగా విస్తరించి ఉంది. దాని మీద సంకల్పశక్తి తరంగాలు నిండి ఉన్నాయి. అందువల్ల మన ఆకర్షణ శక్తితో ఆ సంకల్పశక్తిని, అయస్కాంత శక్తిని ఆకర్షించి దానితో రోగులకు ఉపచారం చేయటం జరుగుతుందని" వివరించాడు.

మెస్మరిజం చికిత్సా విధానం నుండి తరువాత 'హిప్నోటిజమ్' చికిత్సా విధానం కూడా బయటకొచ్చింది. మాంచెస్టర్‌లోని డా॥ బ్రెడ్ అనే ఆయన 1841లో ఈ 'హిప్నాటిజమ్' విద్యను రోగిపై ప్రయోగించి రోగాలను నివారించవచ్చని తెలిపాడు. కొన్ని రోగ సూచనల ద్వారా (suggestions) రోగాలను నివారించవచ్చని తెలిపాడు. కృత్రిమ నిద్రను 'హిప్నోసిస్' అంటారు. ప్రయోగించేవారిని 'హిప్నాటెస్ట్'గా పిలవటం జరిగింది. ఈ చికిత్సా పద్ధతి ద్వారా రోగ నివారణ గమనించిన 'మేరీ బేకర్ ఎడ్డీ' అనే ఆమె ఎంతో ప్రభావితం చెందింది. దాంతో ఆమె ఒక క్రొత్త చికిత్సా విధానాన్ని వ్యాప్తిలోకి తెచ్చింది. ఈ విధానానికి ఆమె" క్రిస్టియన్ సైన్స్" అనే పేరు పెట్టింది.

అతీంద్రియ శక్తుల మీద పాశ్చాత్య ప్రయోగాలు ఉత్సాహంతో కూడిన పరిణామాలను కనబరుస్తున్నాయి. ఇది శుభ పరిణామం. ఈ ప్రతిపాదలనన్నింటిని సేకరించుకొని, పురాతన చికిత్సా పద్ధతులను లోతుగా పరిశోధించి, సాధారణ ప్రజల శారీరిక, మానసిక రోగాలను నివారించేందుకు, ఉపయోగపడే చికిత్సా పద్ధతులను తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నించవలసి ఉంటుంది.

*– అఖండజ్యోతి, ఆగస్టు 1985*
*అనువాదం: జి. చెన్నకేశవరావు*

## అహంకారం ఎప్పటికి నెగ్గదు

*ఋషి అంగీరా శిష్యుడు ఉదయనుడు గొప్ప ప్రతిభాశాలి. తన ప్రతిభను ప్రదర్శించాలనే కోరిక అతనిలో ఉండేది. సహచరుల ఎదుట తన ప్రతిభను, శక్తిని చూపించేందుకు ఏదో విధంగా ప్రయత్నించేవాడు. ఈ కోరికే అతనిని ఏదో రోజు ముంచుతుందని ఋషి అనుకొనేవాడు. సమయం వచ్చినప్పుడు అతనికి తెలిసేటట్లు చేయాలనుకొన్నాడు.*

*చలికాలపు రోజులు. కుంపటిలో బొగ్గులు కాలుతూ వేడి అందుతూ ఉంటే సత్సంగం సాగుతూ ఉన్నది. ఋషి అంటున్నారు. "ఈ కుంపటి ఎంతో అందంగా ఉండి అగ్నిజ్వాల ద్వారా మనకు వేడి అందుతుంది కదా, జ్వాల మండటానికి కారణం దానిలో వేయు బొగ్గు మహిమే కదా" అని అనగానే అందుకు అందరూ ఔనని అన్నారు.*

*ఋషి తిరిగి ఇలా అన్నాడు. "చూడండి బొగ్గు ద్వారానే అంత గొప్పగా ప్రకాశంతో జ్వలిస్తుంది కదా! ఆ కుంపటిలోని ఒక బొగ్గును నా వద్దకు తీసుకుని రండి! అటువంటి తేజస్సుతో కూడిన అగ్నిని చాలా దగ్గరగా చూడాలని ఉన్నది" అని అన్నాడు. పట్టకారుతో ఎర్రగా కాలుతున్న ఒక బొగ్గును ఋషి చెంత ఉంచారు. చర్చ నడుస్తుంది. అరే అదేమిటి? అగ్ని కణాలున్న బొగ్గు ఆరిపోతుందేమి? దాని మీద మసి ఏర్పడి కొద్ది సమయంలోనే చల్లారిపోయి నల్లగా మారిపోయింది.*

*ఋషి ఇలా అన్నాడు "పిల్లలు చూడండి... మీరు ఎంత తేజస్వులుగా ఉన్నా కూడా ఈ బొగ్గులాగా తప్పు చేయకండి. కుంపటిలో ఉన్నంతవరకు ఈ బొగ్గులు ఎర్రగా కాలుతూ ప్రకాశవంతంగా వెలుగుతూ చాలా సేపటివరకు వేడినిస్తాయి. కానీ ఇప్పుడు ఆరిపోయిన తరువాత దీనితో మనకు ఎటువంటి ఉపయోగం లేదు కదా! కలసి ఉంటే ప్రతిభలన్నీ సార్థకమవుతాయని, వ్యక్తిగత ప్రతిభ అహంకారం ఎన్నడూ నెగ్గదని తెలుసుకొన్నారా?*

– అనువాదం: *జి. చెన్నకేశవరావు*

**మహత్కార్యాలు తృటిలో నెరవేరవు**

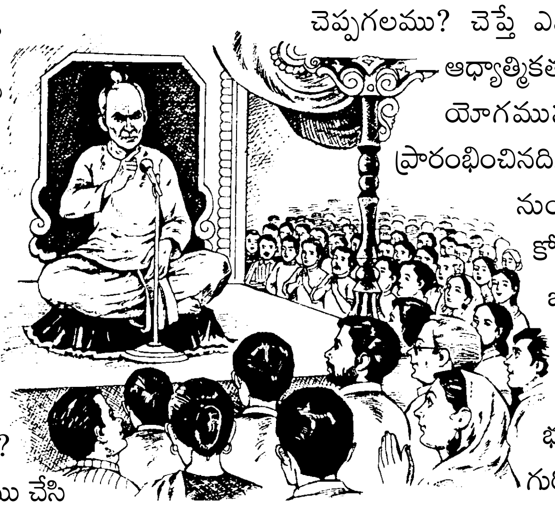
పూజ్య గురుదేవుల అమృతవాణి

# ఆధ్యాత్మికత యొక్క మొట్టమొదటి పాఠం-కర్మయోగం-1

***పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్యులవారి జీవితములో దృశ్యాదృశ్యమైన కోణములు అనేకం ఉన్నాయి. ఎంతోమంది వ్యక్తులు వారిని అనేకరూపాలలో దర్శించి, స్వీకరించారు. కానీ లౌకిక జీవనములో ప్రతిక్షణం అభివ్యక్తమయ్యే వారి రూపము 'కర్మయోగి రూపము'! ఈ ప్రత్యేక ప్రవచనములో గురువర్యులు 'ఆధ్యాత్మికతకు మొట్టమొదటి మెట్టు'గా చెప్పతగిన ఆ కర్మయోగమును గురించి 'మానవుడు ఆధ్యాత్మికతలో ఉన్నతస్థితికి చేరుకోవాలంటే శక్తిసాధన కంటే కర్మయోగసాధనను చెయ్యవలసి ఉంటుంది. కర్మయోగమంటే-నిరంతరము ప్రయాస, అలుపెరుగని మానవ ప్రయత్నము. ఈ సత్యమును జీవితములో అమలుచెయ్యగలిగినవారు భగవంతుడిని, ఆయన ఉద్దేశ్యమును తెలుసుకొనగలుగుతారు' అని పూజ్యగురుదేవులు ప్రవచిస్తున్నారు. రండి! యుగఋషి తేజోవంతమైన వాక్కులను హృదయంగమము చేసుకుందాము!***

## ఆధ్మాత్మికత యొక్క మొదటిపాఠము - కర్మయోగము

స్వామీ వివేకానందుడు అమెరికా వెళ్ళినప్పుడు అక్కడ తాను ఇవ్వవలసిన ఉపన్యాసమును తయారు చేసుకుంటున్నాడు. ఇంతలో అక్కడి పెద్దమనుష్యులు చాలామంది ఆయనను కలవటానికి వచ్చారు. వారిలో ఒకవ్యక్తి వివేకానందుడిని 'మీ భారతదేశములో ఈ బ్రహ్మ విద్యను బోధించారా? జ్ఞానమును, ధర్మమును ప్రచారము చేశారా? ఎందుకు ఇంతదూరము ప్రయాణము చేసి మాకు జ్ఞానమును, శిక్షణను ఇవ్వటానికి వచ్చారు? అని సూటిగా ప్రశ్నించాడు. ఇది చాలా సున్నితమైన ప్రశ్న. వివేకానందుడు దీనికి ఆషామాషీగానో, తమాషాగానో కాకుండా చాలా తీవ్రముగా సమాధానమిచ్చాడు.



మా భారతదేశము తమోగుణములో మునిగియున్నది. మీరు మాకన్నా ఒక మెట్టు పైన ఉన్నారు. అంటే రజోగుణములో ఉన్నారు. అందుచేత దానికన్నా ఉన్నతమైన సత్వగుణమును మీకు బోధించటానికై మేమిక్కడకు వచ్చాము. మీరు సమర్థవంతులు, శక్తివంతులు కాబట్టి మేము మీకు భజన చేయటమో, పూజ చెయ్యటమో నేర్పించటానికి రాలేదు. సమర్థవంతులైనవారికి త్యాగము చెయ్యటం, జ్ఞానము, ధ్యానము గురించి తెలియచెయ్యవలసి ఉన్నది. ఆకలితో అలమటిస్తున్నవారికి జ్ఞానం, ధ్యానం, త్యాగం గురించి ఏమి చెప్పగలము? చెప్తే ఎవరు వింటారు?' భారతదేశము ఆధ్యాత్మికత యొక్క మొదటి పాఠమైన కర్మయోగమును గురించి తెలుసుకొనడము ప్రారంభించినది. వేలసంవత్సరముల బానిసత్వము నుండి భారతదేశము ఇప్పుడిప్పుడే కోలుకుంటున్నది. అక్కడ ఘోరమైన జడత్వముతో నిండిన తమోగుణము అనే అంధకారము ఆవరించి ఉన్నది. అలాంటి స్థితిలో ఉన్నవారికి భక్తి, జ్ఞాన, కర్మ, ధ్యాన, వైరాగ్యముల గురించి, కుండలినీ గురించి వివరించి చెప్పడము వలన ప్రయోజనము ఏముంటుంది? చిన్నపిల్లవాడికి వాడి వయస్సునుబట్టి, బరువునుబట్టి మందు ఇచ్చినట్టే; ఆధ్యాత్మికత గురించి శిక్షణనివ్వటానికి వ్యక్తుల మనోభూమి ఏ స్థితిలో ఉన్నదో గమనించి చూడాలి.

## ప్రయత్నము, పురుషార్థముల యొక్క మారుపేరే - కర్మయోగము

ధనమును, సిరి-సంపదలను ప్రసాదించేదే కర్మయోగము! ఒకసారి దేవతలు, రాక్షసులు భయంకరమైన దారిద్ర్యములో చిక్కుకున్నారు. ధనాభావము చేత అశాంతితో వేదన చెందారు. లక్ష్మీదేవి ఎలా వస్తుంది? పందెము కట్టడము ద్వారానో, జూదమాడటం వల్లనో, లాటరీ వల్లనో లక్ష్మీదేవి (సంపద)

**జ్ఞానంతో వచ్చే గౌరవం శాశ్వతమైనది**

లభిస్తుందని భావించడము తప్పు. కష్టము చెయ్యకుండా, పరిశ్రమ లేకుండా, తెలివితేటలు లేకుండా ధనము సంపాదించగలమనుకుంటే అది మీ మూర్ఖత్వమే. లక్ష్మీదేవి మానవుడి ముంజేతులలో, భుజస్కంధములపై, తెలివితేటలలో ఉంటుంది.

దేవ-దానవులు పడుతున్న బాధను గమనించి బ్రహ్మదేవుడు 'మీరిరువురు కలిసి మీ భుజబలముతో సముద్రమును మథించండి!' అని ఆదేశించాడు. దేవదానవులిరువురు కలసి బ్రహ్మదేవుని ఆదేశమును శిరసావహించి సముద్రమంథనము గావించారు.

వారి శ్రమ ఫలితముగా లక్ష్మీదేవితోపాటుగా అమృతము, ఐరావతము మొదలైనవేకాక, ఇంకా మరెన్నో విలువైన వస్తువులు లభించాయని పురాణకథనము. అలంకార పూర్వకముగా, సంకేతపరముగా చెప్పబడిన ఈ పురాణోక్తి ద్వారా **'మనము సంపన్నులము, సమృద్ధులము, విద్వాంసులం కావాలంటే, సకల వస్తు సముదాయమును పొందాలనుకుంటే ప్రయత్నము-పురుషార్థము చెయ్యాలి. అది ఒక్కటే మార్గము'** అనే విషయమును మనము గ్రహించాలి.

స్వామీ రామతీర్థ ఒక పర్యాయం జపాను దేశమునకు వెళ్ళారు. టోక్యో విశ్వవిద్యాలయములో వారు బ్రహ్మవిద్య, వేదాంతముల మీద ఉపన్యాసం ఇవ్వవలసి ఉన్నది. ఉపన్యాసం ఇవ్వటానికన్నా ముందుగా జపాన్ దేశమును, అక్కడి ప్రజల జీవనవిధానమును చూడాలని ఆయన అక్కడి జనవాహినితో చెప్పారట. ఎందుకంటే ఉపన్యాసము ఇవ్వవలసిన ప్రదేశములో నివసించే ప్రజల ఆహార-విహారములు, రీతి-నీతులు, జీవనశైలి, ఆచార-వ్యవహారములు మొదలైన ముఖ్య విషయములను గురించి తగిన అవగాహన లేకుండా ఏమి చెప్పినా అది వ్యర్థమే అవుతుంది. స్వామీ రామతీర్థ జపాన్ దేశములోని అన్ని ప్రాంతాలను సందర్శించారు. 'జపాను' అనే దేశము ఆసియా దేశములన్నింటిలోకి మకుటాయమానమైనది అని వారు తెలుసుకున్నారు. శక్తివంతమైన, సమర్థవంతమైన, సంపన్నమైన ఆ దేశమును చూసి అప్పట్లో అమెరికా కూడా గడగడలాడింది. ఆ భయం వల్ల అమెరికా ఆ దేశమును ఎదుర్కొనటము కోసము పరమాణు బాంబును తయారు చేసింది. అప్పుడు జపాను అత్యంత శక్తివంతమైన, వస్తు సామగ్రిని కలిగిన దేశము. మంచి ధైర్యము కలిగిన, వైజ్ఞానిక సంపదను కలిగిన దేశముకూడా. ఇప్పుడు రష్యా, అమెరికా అటువంటి అగ్రస్థానములో ఉన్నాయి. ఇదంతా 25 నుండి 50 సంవత్సరముల క్రిందటిమాట. అప్పుడు జపాన్ యావత్ ప్రపంచమునకు మకుటాయమానముగా ఉండేది. ఆ దేశములోని సంపదను, సమృద్ధిని, ఆరోగ్యవంతమైన జీవనమును చూసి స్వామీరామతీర్థ 'భగవంతుని యొక్క సంపూర్ణమైన కృప ఈ దేశమునకు లభించినది' అన్నారట. శంకరభగవానులు, గాయత్రీమాత, హనుమంతుడు వీరందరి కృప వారిపై వర్షించినది. ఎలాంటి కృప అంటే మీరు ప్రతిరోజు స్మరించుకునే **'స్తుతామయ వరదా వేదమాతా ప్రచోదయన్తామ్ పావమానీ ద్విజానాం ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుమ్ బ్రహ్మవర్చసమ్ మహ్యమ్ దత్వా వ్రజత బ్రహ్మలోకమ్'** అనే గాయత్రీమంత్రము వల్ల పొందగలిగే కృప అది.

## సంతోషమే అసలైన ఆధ్యాత్మికత

'బ్రహ్మవర్చస్' తప్ప మిగిలిన 6 వారి దగ్గర ఉన్నాయి. జపాను దేశములో స్వామి ఎక్కడకు వెళ్ళినా ఉక్కువలె పోత పోసినట్లు, దృఢమైన, బలిష్ఠమైన, శక్తివంతమైన మనుష్యులే ఆయనకు కనిపించారు. అంత బలము, శక్తి వారికి ఎక్కడి నుండి వచ్చింది? రామతీర్థ కొన్ని కర్మాగారములలోకి వెళ్ళి చూశారు. ప్రతిదానిలోను ఇద్దరు రాక్షసుల మధ్య కుస్తీ జరుగుతున్నదా అన్నట్లు పని జరుగుతున్నది. కర్మాగారములోని యంత్రము ఒక రాక్షసుడైతే, దానిని పనిచేయించే కార్మికుడు మరొక రాక్షసుడు. యంత్రములోనుండి చమురు యొక్క చుక్కలు రాలుతుంటే, కార్మికుడి శరీరమునుండి స్వేద బిందువులు జాలువారుతున్నాయి. అంతటి కఠోరదీక్షతో పనిచేస్తున్నారు. మనిషి-యంత్రము ఒకరితో ఒకరు సవాలు చేసుకుంటున్నారా అన్న స్థాయిలో అలుపెరుగక పని చేస్తున్నారట జపాన్‌లో.

ఎఱుపు-పసుపు రంగు వస్త్రములలో వచ్చిన స్వామిని 'ఎవరో క్రొత్త వ్యక్తి వచ్చారు' అన్న భావనతో ఒకసారి చూసి తిరిగి తమ పనిలో నిమగ్నమైపోయారట. అంతటి కఠోరశ్రమ వారిది. తరువాత స్వామి వారి గృహజీవితమును కూడా తెలుసుకొనటానికి వారి ఇళ్ళకు వెళ్ళారు. ఇంత కఠినమైన శ్రమ చేసిన తరువాత మనుష్యులు నుగ్గునుగ్గయిపోయి అలసిపోతారు గదా. ఇంటిలో వారు ఎలా ఉంటారో చూడాలని వెళ్ళిన

సరదా శృతిమించకపోతే బాగానే ఉంటుంది

స్వామికి వారి ఇళ్ళలో ఎంతో ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణము కనపడింది. పనిచేసి అలసి ఇంటికి వచ్చిన యజమానికి ఇంట్లోని పిల్లలు అందమైన పూలతో స్వాగతము చెప్పారు. అందరికన్నా చిన్నపిల్ల పియానో వాయించసాగినది. భార్య వేడి వేడి టీ తయారుచేసి అందించినది. పిల్లలు పియానో వాయిస్తూ, పాటలు పాడుతూ, నృత్యము చేస్తూ మనోరంజకమైన వాతావరణమును తయారుచేశారు. ఒక అరగంటలో అలసట అంతా దూరమైపోయింది. అందరూ కలిసి మంచి భోజనము చేసి, ఆదమరచి నిద్రపోయారు. సుఖమైన మంచి నిద్ర. తిరిగి ఉదయమే లేచి పనిలోకి వెళ్ళటము.

'వీరి దగ్గర ఆధ్యాత్మికత' అని చెప్పుకునే అంశాలున్నాయి. ఆధ్యాత్మికతలోని మొదటి పాఠాలను వీరు చదువుకున్నారు' అని స్వామి అర్థము చేసుకున్నారు. అందుకని జపానును మీకు ఉదాహరణగా చెప్పాను. మీరు శక్తి, ధనసంపదలు, జ్ఞానము, చదువు మొదలైన భౌతిక వస్తువులన్నింటినీ ఆధ్యాత్మికత యొక్క ఫలములుగా భావిస్తున్నారు. అసలైన ఆధ్యాత్మికతను గురించిన జ్ఞానము మనకు లేదు. నిజాయితీగా చెప్పుకోవాలంటే భగవంతునితో మనకు దూరపు సంబంధము కూడా లేదు. మనము భగవంతుడిని పూజిస్తున్నాము, సేవిస్తున్నాము అని అనుకుంటున్నాము. నిజముగా మనం ఆయనను సేవించగలిగితే ఇవాళ మనకు ఈ పరిస్థితి ఉండదు.

### భగవంతుడిని గురించి తెలుసుకోండి!

సాధారణముగా మనుష్యులు రెండు రకాల ఫిర్యాదులను చేస్తుంటారు. అందులో పూజ చెయ్యటానికి అసలు సమయము దొరకటము లేదనేది ఒకటైతే, పూజ చేసేటప్పుడు మనస్సు నిలవడము లేదనేది రెండవది. ఈరకమైన ఫిర్యాదులు చేసేవారికి అసలు భగవంతుడిని గురించి ఏమీ తెలియదని మాకు సందేహము కలుగుతున్నది. నిజముగా భగవంతుడిని గురించి తెలిసినట్లయితే అసలు ఇలాంటి ఫిర్యాదులు చేసే అవసరమే ఉండదు. మీ ఇంటి వద్దకు ఎవరైనా పెద్దమనిషి వస్తున్నాడని తెలిస్తే మీకు సమయము దొరుకుతుందా? దొరకదా? సమయము లేకపోయినా కొన్ని పనులను వాయిదా వేసుకొని అయినా తీరిక చేసుకుంటారా? లేదా? ఆ వచ్చేవారి కోసం షామియానా వేస్తారు. రకరకాల తినుబండారాలు తెప్పిస్తారు. స్వాగతసన్నాహాలు చేస్తారు.

మరి అదేవిధముగా భగవంతుడు మీ చెంత కూర్చొనటానికి వస్తే మాకు సమయం దొరకటం లేదంటారు. మనసు నిలవడము లేదంటారు. అంటే దీనికి కారణం ఒక్కటే ఉంది. భగవంతుడిని మీరు అసలు గుర్తించటం లేదు. భగవంతుడిని గురించి మీరు నిజముగా తెలుసుకుంటే గనుక అనంత శక్తులకు, అనంత జ్ఞానమునకు అధిపతి, మనలను ఉన్నత స్థాయికి తీసుకొనిపోగలిగిన శక్తివంతుని చెంత కూర్చొనగలిగే తీరిక మీకు లేదనే మాట మీరు అనరు.

పూజ చేసేటప్పుడు మనస్సు నిలవడము లేదంటున్నారు. ఎవరైనా కరెన్సీ నోట్లు విసిరేసి, అవెన్నో లెక్కపెట్టగలిగితే అంత సొమ్ము మీకిస్తామని అన్నారనుకోండి. జాగ్రత్తగా మనస్సంతా కేంద్రీకరించి, ఒకొక్క నోటునే పదిలంగా లెక్కిస్తారా? లేదా? అంటే **'మనస్సు దేనిని ప్రేమిస్తుందో దానిలో లగ్నమౌతుంది'** అని అర్థము చేసుకోవాలి. ఉదయమునే టీ త్రాగటానికి దుకాణమునకు బయలుదేరతారు. అందరూ 40 పైసలకి టీ ఇస్తారు. మావద్ద 15 పైసలకే టీ ఇస్తున్నాము అని ఎవరైనా తమ దుకాణము యొక్క గోడమీద వ్రాశారనుకోండి, అక్కడికే వెళ్ళి టీ త్రాగి, చిల్లర జాగ్రత్తగా లెక్కించుకొని తీసుకుంటామా? లేదా?

కాబట్టి భగవంతుడిని పూజించటానికి సమయము లేదని, మనసు నిలవడము లేదని అంటే దానికి కారణము ఒక్కటే. భగవంతుడిని గురించి మీకు నిజముగా ఏమీ తెలియదు అని. తెలుసుకుంటే గనుక మీకు నిజమైన ఆనందము లభిస్తుంది.

*– అఖండజ్యోతి, జులై 2013*
*అనువాదం: శ్రీమతి కృష్ణకుమారి*


**యుగశక్తి గాయత్రి**
**మాస పత్రిక చదవండి !**
**చదివించండి !!**


ఎన్ని కష్టాలు పడ్డాం అన్నది ముఖ్యం కాదు, ఏమి సాధించాం అనేదే ముఖ్యం

నా వారితో నా మాట

# మన కుటుంబంలోని విశిష్ఠ ఆత్మలకు ప్రత్యేక విజ్ఞప్తి

మహాకాలుడు, దివ్య ఋషి సత్తా, మరియు వారి సక్రియతకు ధృవకేంద్రమైన దేవాత్మ హిమాలయాలు వసంత పర్వదినాలలో ప్రేరణని, అలౌకిక ఆధ్యాత్మిక అనుభూతులను మానవాళిపై కురిపిస్తారు. సాధనా రతులకు ఈ పుణ్యపర్వం ప్రాణదాయకమైనది. దివ్య లోకాలన్నీ వీరిపై ఈ ఋతువంతా అమృతాన్ని వర్షిస్తాయి. మన యుగనిర్మాణ యోజన యొక్క మూల కార్య కలాపాలు, సువర్ణ గతం, ప్రేరణాత్మక వర్తమానం, ఉజ్వల భవిష్యత్తు ఈ దివ్య శ్రేణిలోకే వస్తాయి. మిషన్‌లోని ప్రతి కార్యకర్త ఈ తథ్యాన్ని అనుక్షణం గుర్తుంచుకోవాలి.

2026లో జరిగే సాధనా శతాబ్ది సంవత్సరానికి నాంది 2014 సంవత్సరం. ఈ పన్నెండేళ్ళు విశిష్ఠ సాధన, కఠిన తపస్సు, జీవనసాధన చేయవలసిన సంవత్సరాలు. దివ్యదృష్టితో యుగఋషి పరమపూజ్య గురుదేవులు ఇచ్చిన హామీలు, దివ్య దర్శనాలు ఈ అవధిలోనే పూర్తికానున్నాయి. మహాకాలునికి, యుగదేవతకు ప్రత్యేకమైన సందేశవాహకులుగా జాగృతాత్మలు మారడానికి ఇదే విశిష్ఠమైన కాలం. నవజాగృతితో నవయుగ అభినవ అరుణోదయమయ్యేవేళ విశేషమైన ప్రయత్నం చేయాలి, విశేషమైన పరీక్షలు ఉంటాయి.

1926 వసంతపంచమి నాడు గురుదేవులు అఖండజ్యోతిని ప్రజ్వలించి తమ సాధనను మొదలుపెట్టారు. మనందరి మనస్సులను ప్రకాశింపజేసే ఈ అఖండజ్యోతి 2026 కల్లా శతవసంతాలు పూర్తి చేసుకుంటుంది. అప్పుడు జరిగే సూర్యోదయానికి పన్నెండేళ్ళ ముందు, అంటే ఈ 2014 వసంత పంచమికి అరుణోదయం జరగబోతోంది. 21వ శతాబ్దం తీసుకొచ్చిన ఉజ్వల భవిష్యత్తు తన నూలుపోగులు అల్లుకునే సమయమిదే. కానీ ఎన్నో ఆటంకాలొస్తాయి. ఇలాంటప్పుడే విశేషమైన ఆత్మల అవసరం ఉంటుంది. ఉన్నతమైన జీవన సాధన చేసి, కఠిన తపస్సు చేయగల వారిని దేవదూతలు, యుగపురుషులు అంటారు. యుగ పరివర్తనకు సూత్ర సంచాలకుడైన మహాకాలుడు ఇటువంటివారినే వెతుకుతున్నాడు. ఇటువంటి వారితోనే మహాకాలుడు తన సూక్ష్మ సంరక్షణలో పన్నెండేళ్ళు తపస్సు చేయించి కీర్తిని ప్రసాదిస్తాడు. అరుణోదయంలో మొదటి జాగరణ కిరణాన్ని స్వీకరించి మనలో ప్రతి ఒక్కరు ఈ కోవకు చెందినవారమే అని విశ్వసించాలి. మన కర్తవ్యాలను గుర్తించి, పాటించేందుకు జాగరూకతతో వ్యవహరించాలి.

ఈ అరుణోదయానికి రెండవ కిరణాన్ని అంతఃకరణంలో స్వీకరిస్తూ, మనందరి జన్మ ఒక ప్రత్యేక ఉద్దేశాన్ని పూర్తి చేయడానికే అని గుర్తుపెట్టుకోవాలి. ఈ అవకాశాన్ని చేజార్చుకోకూడదు. నిజానికి 84 లక్షల యోనులను దాటుకుని, ఎన్నో పరీక్షలను గట్టెక్కాక వరప్రసాదమైన మానవజన్మ లభిస్తుంది. అందులోను యుగ పరివర్తన కోసం, గురుదేవుల అవయవాలుగా సక్రియంగా ఉండడమంటే ప్రత్యేకతకే ప్రత్యేకత. మనందరికీ ఎన్నో కఠినమైన పరీక్షలు పెట్టాకే గురువుగారు యుగపరివర్తన కోసం మనలను ఎన్నుకున్నారు. జన్మజన్మల తపోసాధనకు పూర్ణత్వం కలిగించేది ఈ పన్నెండేళ్ళు. కాబట్టి ఎలాంటి స్వార్థం, అహంకారం, వాసన, తృష్ణలకు లొంగకుండా నవనిర్మాణ బాధ్యతలను సాకులు పెట్టకుండా మన భుజాలకెత్తుకోవాలి.

అరుణోదయపు మూడో కిరణం స్వీకరిస్తూ, మహాకాలుని సహచరుడిగా, స్నేహితుడిగా, భాగస్వామిగా మారమనే పిలుపు మన గుమ్మం తట్టిందని తెలుసుకోవాలి. ఈ పిలుపును స్వీకరించాలా, లేదా అనేది ఇప్పుడే నిర్ణయించేసుకోవాలి. దైవీతత్వాల భాగస్వామ్యం పొందిన సామాన్యులెందరికో మహాత్ములు, దేవాత్మలుగా మారి పరమేశ్వరుని కొలువు తీరే అవకాశం దక్కింది. కానీ ఇటువంటి గొప్ప వరాలు యాచించడం వల్ల లభించవు, పాత్రత సంపాదించుకోవడం వల్ల కలుగుతాయి. **యాచించడం కన్నా భాగస్వామిగా మారే ధైర్యం కూడగట్టుకోవడం వివేకవంతమైన పని.**

ఈ వసంత పంచమికి ఆ ధైర్యం తెచ్చుకోవడానికి కొన్ని కొత్త తథ్యాలను స్వీకరించాలి. సర్వవ్యాపకుడైన పరమాత్మ యొక్క ప్రతినిధి మనలోనే ఆత్మగా ఉన్నాడని అర్థం చేసుకోవాలి. నేను అనే అహంకారం జీవితాన్ని, వ్యక్తిత్వాన్ని పూర్తిగా

**విజయం పదికాలాల పాటు పదిలంగా ఉండాలంటే 100 శాతం నిజాయితీ ఉండాలి**

కప్పేసింది. ఆలోచనలలో లోభ, మోహ, వాసన, తృష్ణలు పూర్తిగా అధికారం చలాయిస్తున్నాయి. అందుకే ఆధ్యాత్మికంగా ఒక్క అంగుళం కూడా ముందుకెళ్ళటం లేదు. శరీర సౌకర్యానికి మించి ఆలోచించలేకపోయే నిస్సహాయతనే మాయ అంటారు. దాని పట్టునే భవబంధనాలు అంటారు. ఈ చిక్కుముడిలో ఇరుక్కుని జీవాత్మ ఒక దౌర్భాగ్యపు ఖైదీగా ఎన్నో కష్టాలను అనుభవిస్తుంది. ఈ బంధాలను ఎవరు, ఎంత వదిలించుకుంటే, అంతటి గొప్ప ప్రజ్ఞావంతుడు, పూర్తిగా తెంపుకునే పరాక్రమాన్ని కలిగిన జీవన్ముక్తుడు పరమపురుషార్థుడు.

మహాకాలుడి భాగస్వామిగా మారాలంటే శరీరంతోపాటు ఆత్మ యొక్క అస్తిత్వాన్ని, దాని అవసరాలను, విజయాలను, లాభాంశను స్వీకరించాలి. జీవితానికి ఉన్న ఐదు మూల సామర్థ్యాలు సమయం, శ్రమ, మనోయోగం, ప్రతిభ, సాధన. వీటిని శరీరం కోసం ఎంత ఉపయోగిస్తే, ఆత్మ కొరకు అంతే ఉపయోగించాలి. ఆత్మ పరమాత్మకు ప్రతినిధి, కాబట్టి దాని వాటా పెరుగుతూ ఉండాలి. భక్తి, ఈశ్వర పరాయణత అంటే ఇదే. భాగస్వామి మాట ఎంత బాగా వింటే, అంతగా భాగస్వామ్యం నిలుస్తుంది. వారి బాగోగులతో పాటు, లాభంలో భాగము విధిగా చేర్చాలి.

మనలను పోషించిన కుటుంబ ఋణం తీర్చుకోవడం కూడా అవసరమే. శరీరనిర్వహణ, కుటుంబ పోషణ ఇవి రెండూ ఒకే కోవకు చెందినవి. సామర్థ్యంలో ఎంత భాగం ఆత్మకి, ఎంత భాగం శరీరానికి, ఎంత భాగం కుటుంబానికి అనేది నిర్ణయించుకోవాలి. శరీరం పట్ల పక్షపాతం వహించి ఆలోచిస్తే, రోజుకి 8 గంటలు ఉపార్జనకు, 7 గంటలు నిద్రకు, 5 గంటలు మిగిలిన కుటుంబ పనులకు కేటాయించుకుంటే, మిగిలిన 4 గంటలు ఆత్మకు కేటాయించాలి. సమయం, శ్రమ, మనోయోగం, ప్రతిభ, సాధనలను కూడా ఈ విధంగానే కేటాయించాలి. డబ్బు విషయంలో కూడా ఇలానే కేటాయించాలి. ఆత్మను కూడా ఒక కుటుంబ సభ్యుడిగా భావించాలి. కుటుంబంలోని ప్రతి సభ్యుడి భోజనం, బట్టలు, ఆరోగ్యం, విద్య, వివాహం, వారసత్వాలకు ఎంత ధనం కేటాయిస్తారో అంతే ధనం, సామర్థ్యం ఆత్మకళ్యాణానికి, లోక కళ్యాణానికి కేటాయించాలి.

పరమార్థం, ఆత్మకళ్యాణానికి యుగ సాధనగా గురుదేవులు ప్రారంభించిన జ్ఞానయజ్ఞం తలమానికమైనది. మహాకాలుడు తన సహచరులను ఈ యజ్ఞానికే పిలుపునిస్తున్నాడు. ఆత్మహితం, లోకహితం రెండూ ఇందులోనే ఇమిడి ఉన్నాయి. సాధన, స్వాధ్యాయం, సంయమనం, సేవ ఈ చతుర్విధ జీవన సాధనలో ఆత్మ నిర్మాణం, సమాజ నిర్మాణం రెండిటి సమన్వయం ఉన్నది. ఈ వసంత పంచమి నుండి అంశదానం, సమయదానం పెంచాలి, ఇతరులచేత చేయించేలా ప్రేరేపించాలి.

ఈ వసంతపంచమి గురుదేవులతో భాగస్వామ్యం చేయమనే ప్రేరణతో వస్తోంది. ఇందులో ఎలాంటి నష్టానికీ అవకాశం లేదు. గురుదేవులు, మాతాజీ జీవితాంతం ఈ నీతినే పాటించి లాభం పొందారు. ఇప్పుడు సాధన వల్ల లాభాలు కోరుకునే వారు, ప్రేరణను గ్రహించి అవకాశాన్ని వదులుకో కూడదు. గొప్ప సఫలత పొందాలంటే ఔదార్యం, వివేకం, సాహసం ఉండి తీరాలి.

## పన్నెండేళ్ళ జీవన సాధనకు పన్నెండు సాధనా సూత్రాలు

అంతరంగ ప్రకాశాన్ని ఆశించే వారు, జిజ్ఞాస కలిగినవారు తమ జీవన విధానంలో కొన్ని మార్పులు తెచ్చుకుని తీరాలి. ద్వాదశ ఆదిత్యులతో సమానమైన ఈ పన్నెండు సూత్రాలను తప్పకుండా ఆచరించి పవిత్రమైన, ప్రఖరమైన, ప్రతిభా వంతమైన, ప్రజ్ఞావంతమైన జీవితాన్ని తప్పకుండా పొందవచ్చు. ఈ సూత్రాలను పాటించి గురుదేవుల సాధనా శతాబ్ది యొక్క పన్నెండేళ్ళ సాధనను అనుసరించే నిజమైన సంపూర్ణ సాధకులు కాగలరు.

**1. ఉపాసన**ను మిగిలిన నిత్య కర్మలవలే ఆచరించి తీరాలి. **ఉపాసన చేయని రోజు భోజనం, నిద్ర కూడా వద్దు.** ఎవరి సామర్థ్యాన్ని బట్టి వారు నిర్ణయించుకుని దృఢంగా, మనస్ఫూర్తిగా ఆచరించాలి.

**2. స్వాధ్యాయం**తో యుగానుకూలమైన ఆత్మకళ్యాణం సాధ్యమవుతుంది. దివ్య చైతన్య క్షేత్రాలనుంచి అవతరించే ఆలోచనలతో కూర్చబడ్డ సాహిత్యం ద్వారా ఖచ్చితమైన వైఖరి, పరిశీలనతో పాటు శిష్యుడిని వేలు పట్టుకుని నడిపించే సద్గురువు యొక్క సమర్థ మార్గదర్శనం కూడా లభిస్తుంది. నేటి యుగంలో ఇంతకుమించిన సుగమమైన, శ్రేష్ఠమైన సత్సంగ అవకాశం మరొకటి లేదు. **అఖండజ్యోతి, యుగశక్తిగాయత్రి వంటి మాసపత్రికలు చదవాలి, కనీసం ఐదుగురు చేత చదివించాలి.**

**నీకన్నా మెరుగయిన వాళ్ళతో తిరిగితే నువ్వు గొప్పవాడివి అవుతావు**

3. **ప్రతి ఉదయం ఒక కొత్త జన్మ, రాత్రి ఒక మృత్యువు అని అర్థం చేసుకుని ఒక శ్రేష్ఠమైన జీవన పద్ధతిని, వ్యవస్థని ఏర్పాటు చేసుకోవాలి.** శ్రద్ధ, నిష్ఠలతో దానిని పాటించాలి. నిద్రను దైనిక మృత్యువుగా భావించి సన్యాసి, వైరాగి, అనాసక్త, కర్మయోగి, ప్రభు సమర్పిత భక్తితో కూడిన మానసిక స్థితితో పడుకోవాలి. ఉదయపు జ్ఞాన చింతన – జ్ఞాన యోగం, పగటి కర్తవ్యనిష్ఠ – కర్మ యోగం, రాత్రి ప్రభు పరాయణత – భక్తి యోగం. జీవన సాధనలో మూడు ప్రముఖ యోగాభ్యాసాల సమన్వయంతో పూర్ణయోగి జీవితాన్ని గడపాలి.

4. కుటుంబంలో చిన్న పెద్ద అందరు ఆస్తికభావాలతో జీవించాలి. కుటుంబం అంతా కలిసికట్టుగా తప్పనిసరిగా కనీసం రెండు నిమిషాలైనా జపధ్యానాదులు చేసి భోజనం చేయాలి, ప్రార్థన, ఆరతివంటి నిత్య ఉపాసన చేయాలి. **ప్రతి రోజు వంట పూర్తయ్యాక అగ్నికి ఐదు ఆహుతులు సమర్పించి భారతీయ సంస్కృతికి తల్లి అయిన గాయత్రిని, తండ్రి అయిన యజ్ఞదేవుడిని నిరంతరం ఆరాధిస్తూ ఉండాలి.**

5. సంయమనం, సాధన, తపశ్చర్యలు వారంలో కనీసం ఒక్క రోజైనా పాటించాలి. **గురువారం లేదా ఆదివారాన్ని ఎన్నుకుని ఆ రోజు నిష్ఠగా ఉపవాసం, బ్రహ్మచర్యం, మౌన వ్రతాలు చేయాలి.** కనీసం అస్వాదం (ఉప్పు, తీపి లేని ఆహారం) అయినా ఆచరించాలి. మౌనం పాటిస్తున్నప్పుడు వీలైనంత ఏకాంతంగా ఉండి ఆత్మపరిష్కారం, ఆత్మవికాస సూత్రాల గురించి చింతన చేయాలి. దీనితో పాటు రెండు నవరాత్రుల వ్రతం, 24 వేల గాయత్రీ జపం, సంవత్సరానికి కనీసం ఒక నెల నుండి 3 నెలల చాంద్రాయణ వ్రతంతో పాటు గాయత్రీ అనుష్ఠానం చేయాలి.

6. వీలైనంత ఎక్కువ అంశదానం, సమయదానాలను ఇవ్వాలి. కుటుంబానికి సౌకర్యాలివ్వడం కన్నా వారిలో స్వావలంబన పెంపొందించాలి. **ఇల్లు అనేది పరిశ్రమ, సువ్యవస్థ, పొదుపు, శిష్టాచారం, ఔదార్యం వంటి సద్గుణాలు నేర్పించే విద్యాలయం అవ్వాలి,** నరరత్నాలు రూపొందే కర్మాగారం కావాలి.

7. **వీలైనంత త్వరగా కుటుంబ బాధ్యతలు పూర్తిచేసుకుని వానప్రస్థాన్ని స్వీకరించాలి.** ఆత్మ సాధన, లోక సాధన కూడా మన కర్తవ్యాలని నిరంతరం గుర్తుంచుకోవాలి. యుగనిర్మాణం సామూహిక ప్రయత్నంతో మాత్రమే సాధ్యం. మనకు కేంద్రమైన శాంతికుంజ్‌ను విస్తరింపజేయడానికి శక్తిపీఠాలు, శాఖలు అన్నీ సక్రియంగా ఉండాలి. ఒక్కో కార్యకర్త కనీసం మరో పది మందిని సభ్యులుగా చేర్చాలి.

8. యుగానుకూలమైన తీర్థయాత్రలు చేయాలి. **సత్ప్రవృత్తుల సంవర్ధన కోసం తిరగడం, మనుషులను కలవడం కూడా తీర్థయాత్రే.** సత్‌జ్ఞానాన్ని పంచడం కోసం కథలు, ప్రవచనాలు, గోష్ఠులు, సదస్సులు వంటివి ఏర్పాటు చేయాలి.

9. **పుట్టినరోజు సంస్కారం జరుపుకోవడం వల్ల వ్యక్తి నిర్మాణం, కుటుంబ నిర్మాణం, సమాజ నిర్మాణం అన్నీ నెరవేరతాయి.** గాయత్రీ హవనం, పెద్దల ఆశీర్వచనం పొందడం, ఒక చెడు అలవాటు వదిలేసి, ఒక మంచి అలవాటు స్వీకరించడం ఈ రోజు చేయాలి. పుస్తక పంపిణి చేయాలి.

10. ప్రజలను సంస్కరించడానికి ప్రసంగాలు, సాహిత్యం రెండిటిని ఉపయోగించాలి. గోష్ఠులు, సదస్సులు ఏర్పాటు చేయాలి. సమయానుకూల యుగనిర్మాణ వ్యాసాలను, కథనాలను స్థానిక పత్రికల్లో ప్రచురించాలి. ఆలోచనాపరులైన సాధకులు స్వయంగా కూడా రచనలు చేయవచ్చు.

11. కుటుంబ నిర్మాణానికి షోడశ సంస్కారాలెంత ముఖ్యమో సమాజ నిర్మాణానికి పండుగలు, ఉత్సవాలు అంత ముఖ్యం. స్థానిక శక్తిపీఠాలు 1. వార్షికోత్సవం, 2. ఆశ్వయుజ, చైత్ర నవరాత్రుల సాధనా శిబిరాలు, 3. వసంత పంచమి, 4.గాయత్రీ జయంతి, 5. గురుపూర్ణిమ ఉత్సవాలు తప్పనిసరిగా నిర్వహించాలి. సాప్తాహిక, మాసిక సత్సంగాలు ఏర్పాటు చేసుకోవాలి.

12. చర (నడిచే) గ్రంథాలయాలతో పాటు స్థానిక గ్రంథాలయాలు, సాహిత్య వితరణ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయాలి. సమర్థ శాఖలు, శక్తిపీఠాలు వీటితో పాటు సేవా కార్యాలను కూడా తప్పకుండా నిర్వహించాలి. **లోకసేవతోనే లోకసహకారం లభిస్తుంది.** ఎంత విస్తరిస్తే అంత ప్రకాశం ప్రసరిస్తుంది. ప్రతి కార్యకర్త, అన్ని శాఖలు దీనికి ప్రాణప్రదంగా కృషి చేయాలి.

ఇదంతా 2014కి అత్యల్ప కార్యక్రమ నిర్ధారణ. ఈ వసంత పంచమి నాడు వ్యక్తిగతంగా, సామూహికంగా కూడా ఈ పన్నెండేళ్ళ సాధన, పన్నెండు సూత్రాల గురించి ఆలోచించి, ఉత్సాహంగా అవలంబిస్తారని ఆశిస్తున్నాము.

*– అఖండజ్యోతి ఫిబ్రవరి, 2014*

*అనువాదం: శ్రీ ఎం.వి. ప్రసాద్*

**ఏ పని చేసినా దానిలో పూర్తిగా లీనమవాలి**

# నరసింహ శతకం-నవనీత సూక్తం - 6

శేషప్పకవి తన నరసింహ శతకంలో ఎన్నో జీవిత సత్యాలను, మర్మాలను సామాన్య పాఠకులకు అందించి కృతకృత్యులయ్యారు. ఈ లోకంలోకి మనం వస్తూ ఏమి తేలేదు. వెళ్తూ, వెళ్తూ ఏది పట్టుకు వెళ్ళం. కేవలం క్షణ భంగురమైన జీవితంలో డబ్బు, పదవి, సంపదలు మొదలైన వాటికోసం వెంపర్లాడడం మనిషి యొక్క అజ్ఞానానికి పరాకాష్ఠ. ఒక ఆధునిక కవి చెప్పినట్లు "పుట్టినప్పుడు బట్ట కట్టలేదు... పోయేటప్పుడు అది వెంటరాదు" అనే సత్యాన్ని కవి ఇలా అన్నారు.

*సీ॥ తల్లి గర్భము నుండి ధనము తేడెవ్వడు*
*వెళ్ళిపోయెడినాడు - వెంటరాదు*
*లక్షాధికారైన లవణమన్నమె కాని*
*మెఱుగు బంగారంబు మ్రింగబోఁడు*
*విత్తమార్జన చేసి విఱ్ఱవీగుటే గాని*
*కూడబెట్టిన సొమ్ము కుడువఁబోడు*
*పొందుగా మఱుగైన - భూమిలోపలఁబెట్టి*
*దానధర్మము లేక దాచి దాచి*

*తే॥ తుదకు దొంగలకిత్తుతో - దొరలకవునా*
*తేనెజుంటీగనియ్యవా - తెరువరులకు !*
*భూషణ వికాస! శ్రీధర్మపుర నివాస!*
*దుష్ట సంహార! నరసింహ! దురితదూర ॥*

పుడుతూనే, ఎవ్వరూ ధనాన్ని తనతో తెచ్చుకోరు. మృత్యువుతో తన వెంట ఏదీ తీసుకు వెళ్ళలేరు. లక్షాధికారులు కూడా లవణం (ఉప్పు)తో కూడిన అన్నాన్ని (భోజనాన్ని) తింటాడే తప్ప, బంగారపు కణికలను తినడు.

ఎన్నో కష్టాలకు, మనస్సును, దేహాన్ని పణంగా బెట్టి కూడబెట్టిన సొమ్ము కనీసం కడుపు నింపకపోగా, కన్నీరు నింపుతుంది. ఎంతో కష్టపడి సాధించిన సంపద, చివరకు దాయాదులకో, లేక దొంగల పాలవుతుంది. మనకు చెందదని తెలిసినా, దాని కోసం వెంపర్లాట అర్థం లేనిది అని కవి మనకు హిత బోధ చేశారు.

భర్తృహరి ప్రవచించినట్లు

*"దానము భోగము నాశము పూనికతో*
*మూడు గతులు భువి ధనమునకున్*

అనే అర్థాన్ని ఈ ప్రపంచంలో ధనము సద్వినియోగం కావాలంటే, దానిని మూడు స్థితులుంటాయి. అవి దానము, భోగము, ఈ రెండు కాకపోతే నాశనము అనే మూడు గతులున్నాయి" తెలుసుకున్నాం. అయితే శేషప్ప కవి మరికొందరి విచిత్ర వ్యక్తుల వ్యక్తిత్వాన్ని ఇలా వివరించారు. వీళ్ళు తమకు సంబంధం లేకపోయినా, దానం చెయ్యకపోగా, దానం చేసేవారిని పెడత్రోవ పట్టిస్తూ, యాచకులకు భిక్ష దొరకనీయకుండా చేస్తారు. ఇటువంటి దుష్టులను గురించి ఇలా చర్చించారు ఈ పద్యంలో మన శేషప్ప కవి.

*సీ॥ లోకమందెవఁడైన లోభిమానవుడున్న*
*భిక్షమర్థికిఁజేతఁబెట్టలేఁడు*
*తాను బెట్టకయున్న దగవు పుట్టదు గాని*
*యొరులు పెట్టగ జూచి యోర్వలేడు*
*దాత దగ్గఱఁజేరి తనముల్లె చెడినట్లు*
*జిహ్వతో జాడీలు చెప్పుచుండు*
*ఫలము నిష్ఫలంబైన - బలుసంత సంబంది*
*మేలుగల్గిన ఁజాల మిణుకుచుండు*

*తే॥ శ్రీరమానాథ! ఇటువంటి క్రూరునకును*
*భిక్షుకుల శత్రువని పేరు పెట్టవచ్చు*
*భూషణ వికాస! శ్రీధర్మపుర నివాస!*
*దుష్ట సంహార! నరసింహ! దురితదూర ॥*

\- సాధన నరసింహాచార్య

## శాంతికుంజ్‌లో సంజీవనీ సాధనా శిక్షణా శిబిరము

*01.05.2014 (గురువారము) నుండి 05.05.2014 (సోమవారము) వరకు శాంతికుంజ్, హరిద్వార్‌లో సంజీవని సాధనా శిక్షణా శిబిరము తెలుగుభాషలో నిర్వహించ బడుతుంది. శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యవంతులై సామాజిక సేవపట్ల మక్కువ కలిగి స్వచ్ఛందంగా నిస్వార్థ సేవ చేసెడివారు దీనికి అర్హులు. ఉపాధ్యాయులు, విశ్రాంత ఉపాధ్యాయులు, కళాకారులు, వ్యాసకర్తలు, విలేఖరులు, వృత్తి నిపుణులు మున్నగువారి స్వచ్ఛంద సేవలు కోరడమైనది. ఉత్సాహవంతులు, పై శిబిరములో పాల్గొని స్వచ్ఛంద సేవకులుగా వారి పేర్లను చేతనా కేంద్రము హైదరాబాద్ నందు నమోదు చేయించుకొన ప్రార్థన.*

*శిక్షణానంతరము వివరములకై గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము హైదరాబాద్ వారిని సంప్రదించవలసినదిగా కోరడమైనది. అభిలాష కలిగిన వారు 2014 ఏప్రిల్ 30వ తేది నాటికి శాంతికుంజ్, హరిద్వార్ చేరుకొనవలయును.*

**వివరాలకు సంప్రదించండి:**
***ఫోన్: 040-23700722, 9949111175***

**చేసేదేదో సంతోషంగా చేయగలిగితే, ఆ పని బాగా చేయగలుగుతారు**

వార్తలు

# రాష్ట్రంలో జరిగిన వివిధ కార్యక్రమాలు

## హైదరాబాదులో

2014, ఫిబ్రవరి 2 ఆదివారము నవకుండీ గాయత్రీ యజ్ఞము హైదరాబాదులోని సైదాబాద్‌లోని పూర్ణోదయ కాలనీలో నిర్వహించబడింది. యజ్ఞంలో దాదాపు 300 మంది పాల్గొన్నారు. వాతావరణ కాలుష్య నివారణార్థం, లోక కళ్యాణార్థం, ఆత్మకళ్యాణార్థమై ఈ యజ్ఞాన్ని నిర్వహించుట జరిగింది. యజ్ఞాన్ని శ్రీయుతులు విక్రమ్‌కుమార్, లక్ష్మణరావు, పూల్‌సింగ్‌గార్లు నిర్వహించారు.

గాయత్రీ చేతనా కేంద్రమువారు పూజ్యగురుదేవుల సాహిత్యస్టాల్‌ను నిర్వహించగా దాదాపుగా రూ.4000/- సాహిత్యం విక్రయించుట జరిగింది. శ్రీయుతులు లక్ష్మీవిక్రమ్ తదితరులు సహాయ సహకారములు అందించారు.

సీనియర్ వరిష్ట కార్యకర్త శ్రీ హనుమంతరెడ్డి, సంజీవరెడ్డి నగర్ కాలనీ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు జైపాల్‌రెడ్డి మరియు నర్సింహారెడ్డి, శంకరరెడ్డి, శ్రీమన్నారాయణరెడ్డి, జగన్మోహనరెడ్డి, ప్రతాపరెడ్డి తదితరులు యజ్ఞ నిర్వహణలో తోడ్పడ్డారు.

అదే రోజు సాయంత్రం 7 గంటలకు శ్రీమతి విజయా విశ్వనాథ్, ప్రతాప్‌రెడ్డి మరియు విక్రమ్‌కుమార్ తదితరుల సారథ్యంలో దీపయజ్ఞం నిర్వహింపబడింది. మహిళలు విశేష సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. 30 మంది యుగశక్తి గాయత్రి పత్రికలకు చందాదారులుగా చేరారు.

## గాయత్రీ చేతనాకేంద్రంలో

2014, ఫిబ్రవరి 4న వసంత పంచమి పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకొని గాయత్రీ చేతనా కేంద్రము, హైదరాబాదులో నవకుండీ గాయత్రీ యజ్ఞాన్ని నిర్వహించారు. దక్షిణ భారత గాయత్రీ పరివార్ కన్వీనర్ శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావుగారు, ప్రధాన సందేశాన్ని అందిస్తూ, సమయదానమే యుగధర్మమని, మరొకసారి పరివార్‌కు జ్ఞాపకం చేశారు. రాష్ట్రంలోనున్న వివిధ కేంద్రాలలో మరియు వారి వారి నివాస స్థానాలకు సమీపంలో సమయదానమిస్తూ పూజ్య గురుదేవుల సాహిత్య ప్రచారానికి పాటుపడవలసిందిగా కోరారు.

శ్రీయుతులు సోనీ హిందీలో మరియు శ్రీమతి తేజశ్రీ తెలుగులో యజ్ఞాన్ని నిర్వహించారు. జన్మదిన సంస్కారం, పుంసవన సంస్కారాలు నిర్వహించారు. 125 మంది యజ్ఞములో పాల్గొన్నారు.

శ్రీయుతులు భారత్ వికాస్ పరిషత్, సెక్రటరీ జనరల్ మరియు అధ్యక్షులు మరియు శ్రీ హనుమంతరావుగార్లు గాయత్రీ పరివార్‌ను ఉద్బోదిస్తూ వారి సేవలను కొనియాడారు. రూ. 2000/- సాహిత్యం విక్రయించుట జరిగింది.

## పొన్నూరులో

2014 జనవరి 24-25 వరకు గుంటూరు జిల్లా పొన్నూరు గాయత్రీ పరివార్ శాఖ 13వ వార్షికోత్సవ సందర్భంగా 24 కుండముల గాయత్రీ మహాయజ్ఞాన్ని భావన్నారాయణ మరియు ఆంజనేయస్వామి దేవాలయాల ప్రాంగణమందు అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు. శ్రీ డి.వి.ఆర్. మూర్తి, చీరాల మరియు శ్రీమతి అనసూయమ్మగార్ల సారథ్యంలో మహాయజ్ఞం నిర్వహించబడింది. రూ.3000/- గురుదేవుల సాహిత్యం విక్రయించబడింది.

## వరంగల్లులో

ప్రఖ్యాత సామాజిక కార్యకర్త అన్నాహజారే, రాలేగావ్ (మహారాష్ట్ర) ప్రముఖుని స్పూర్తిగాగొని, గాయత్రీ పరివార్ యుగశిల్పి శ్రీ మార్గం సదానందం, ధర్మసాగర్, వరంగల్లు జిల్లా వారి సారథ్యంలో స్థానిక ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల ప్రధాన ఉపన్యాసకులు శ్రీ పరశురాంగారు మరియు తదితర ఉపన్యాసకులు, విద్యార్థులు 2014 జనవరి 30న అవినీతి వ్యతిరేక ఉద్యమానికి శ్రీకారం చుట్టారు. అదే రోజు "ఓటరులారా (యజమానులారా)! మేల్కొనండి-ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడండి" అనే పూజ్యగురుదేవులు పండిత శ్రీరామశర్మ విరచిత పుస్తకాన్ని కూడా అచ్చుట పరిచయం చేయుట జరిగింది.

**సానుకూల దృక్పథాన్ని అలవరచుకోవాలి**