

మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశాలు

1



రచన :
బహ్మేశ్వరి
తటవర్తి పీరరాఘవరావు



మాణిక్యశ్వరి మాఫ్ సందేశాలు

(పార్ట్-1)



రచన & ప్రచురణ: బ్రహ్మాల్లి తటవల్లి పీఠరాఘవరావు, B.Sc.,

మొదటి ముద్రణ : మార్చి, 2026

ప్రతులు : 2,000

వెల : రూ. 60/-

పుస్తకముల కొరకు :-

తటవల్లి పీఠరాఘవరావు,

తటవల్లివారి వీధి, భీమవరం - 534 201.

సెల్ : 94901 71853, 9440309812

విషయ సూచిక

1) “నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో?”	3
2) “హింసతో కూడుకున్న మాంసాహారం తినవద్దు”	15
3) “శుద్ధ శాకాహారాన్ని తీసుకోండి”	24
4) “మీరు చేయవలసిన పనులు, ప్రేమతో, అంకిత భావంతో చెయ్యండి”	28
5) “మీ ఆహారాన్ని అందరితో పంచుకోండి”	30
6) “మీ శరీరాన్ని ఇంటిని పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోండి.”	31
7) “అతిగా నిద్రపోవద్దు”	31
8) “మీ మనసును, శరీరాన్ని చెడగొట్టే వ్యసనాలకు బానిస కాకండి”. ...	32
త్రాగుడు	32
“పేకాట, లాటరీలు, గుట్కా, నల్లమందు!”	33
9) “మాటల ద్వారా, చేతల ద్వారా ఎవ్వరినీ హింసించవద్దు”	40
10) “సాత్విక గుణాలు ఉన్న వారితో స్నేహం చేయండి”	41
11) “ధ్యానాన్ని మీ జీవితంలో ఒక ముఖ్య భాగం చేసుకోండి”	46

తటవల్లి పీఠరాఘవరావు, రాజ్యలక్ష్మి గార్ల పుస్తకములు

వెబ్సైట్ నుండి డౌన్‌లోడ్ చేసుకొనుటకు

ఈ QR codesను google lens లో స్కాన్ చేయండి.



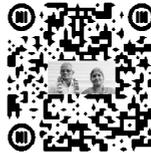
**Telugu
Books**



**English
Books**



**Hindi
Books**



**Kannada
Books**



**Tamil
Books**

“నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో?”

ఇదే రమణ మహర్షి గారు చెప్పింది, పత్రిగారు కూడా మనందరికీ ఇచ్చే సందేశాల సారం. మనం ఎవరో అన్నదే వారు ఎప్పుడూ చెబుతూ ఉంటారు. అదే మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్పింది, ఆమె నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో? అన్నారు. ఎందుచేతనంటే సహజంగా లోకంలో నువ్వు ఎవరు? అంటే పేరు చెప్తారు. నువ్వు ఎలా ఉంటావు అంటే ఫేస్ బుక్ లో లేదా వాట్సాప్ లోనో ఫోటో పెడతారు, పెట్టి నా ఫోటో పెట్టాను చూసుకో అంటారు.

ఆ పేరు, ఫోటోలో కనిపించే ఆ దేహానిది. అంటే వాళ్ళ ఉద్దేశ్యం ఆ దేహమే తాను అని. కానీ నిజంగా దేహమే నువ్వు అయితే ఆ ప్రశ్న వాళ్ళు వేయవలసిన అవసరం లేదు, దీని గురించి ఆలోచించవలసిన అవసరం లేదు. ఈ ప్రశ్న ఆవిడ వేశారు అంటే ఖచ్చితంగా నువ్వు అనుకున్నట్టు ఈ దేహం నువ్వు కాదు. పత్రిగారు స్పష్టంగా ఈ దేహం నువ్వు కాదు అని చెప్తారు. అప్పుడు నేను ఎవరు అన్నది ప్రశ్నించుకుంటే నీకు అర్థమవుతుంది.

23 సంవత్సరాల క్రితం పత్రిగారి నుంచి నేను తెలుసుకున్నటువంటి ఆశ్చర్యంగాల్పేవిషయం నువ్వు దేహం కాదు అని ఆయన అన్నప్పుడు. అప్పుడు నేను ఆశ్చర్యపోయాను. తర్వాత మరి నేను దేహం కాకపోతే, నేను ఎవరండీ? అని అడిగాను. అంటే నువ్వు ఆత్మవు అని చెప్పారు, ఇంకా చాలా ఆశ్చర్యం వేసింది. ఈ దేహం నేను కాదా? నేను ఆత్మనా? ఇంకా కొద్దిగా లోతుగా అధ్యయనం చేస్తే పత్రిగారు చెప్పింది సత్యము అని తెలిసింది.

అప్పుడు నేను ఆలోచించాను! సుమారు 50 సంవత్సరాలు రాత్రి పగలు చాలా కష్టపడి కోట్ల మీదే ఆస్తులు సంపాదించాను. మరి ఈ కోట్లు నాకు అంటే ఆత్మకు ఏమైనా లాభమా? అని ఆలోచిస్తే ఏవీ నాకు లాభం లేదు అన్నది నాకు అర్థమైంది. అరే! ఇంతకాలం నేను పడిన శ్రమ మొత్తం

వృధాయేనా? అంతా దండగేనా అని ఆలోచిస్తే ఖచ్చితంగా దండుగే అని అర్థమైంది. అంటే ఇన్ని సంవత్సరాల నుంచి ఇంత కష్టపడి సంపాదించిన ఆస్తులు, ఏవి నాకు ఉపయోగపడవు అని తెలిసింది.

నేను అంటే ఆత్మకు ఎమీ లాభం లేదు అని తెలుసుకున్నాను. అప్పుడు ఆలోచించాను, మరి నేను అంటే ఆత్మ లాభం పొందాలి అంటే ఏం చేయాలి? అని ప్రశ్నించుకున్నాను. ఏం చేస్తే నాకు లాభం కలుగుతుంది? అసలు ఆత్మ అయిన నాకు ఎలాంటి లాభం కావాలి? నేను ఏమి సంపాదించుకోవాలి అన్నది ఆలోచిస్తే ఎన్నో విషయాలు నేను తెలుసుకోగలిగాను.

ఇవన్నీ తెలుసుకున్నాక అప్పటిదాకా నేను చేసేటటువంటి వ్యాపారాలు అన్ని ఆపేశాను. నాకు ఉపయోగపడనివి ఎందుకు? చేసి ఉపయోగం ఏమిటి? నేను ఎన్ని వ్యాపారాలు చేసినా, ఎంత సంపాదించినా కూడా నాకు ఉపయోగం పడవు. పైగా అవి సంపాదించడానికి ఎన్నో తప్పులు, పాపాలు, అధర్మమైన పనులు చేస్తే పాపం పెరిగి చివరకు నాకు లాభం కంటే నష్టమే ఎక్కువ అన్న సంగతి అర్థమైంది.

పత్రికారు పరిచయమైన తర్వాత మొత్తం నా జీవితం “యు టర్న్” తిరిగింది అంటే పూర్తిగా మారిపోయింది. ఇప్పుడు అంతకుముందు చేసే పనులన్నీ పూర్తిగా మారిపోయాయి. ఈ ఏరియాలో రైస్ మిల్ ఇండస్ట్రీ పెద్దది. మరి అంత పెద్ద ఇండస్ట్రీ మూసేయడం, అలాగే మిగతా వ్యాపారాలు అన్ని మూసేయడం చూసేవారికి ఆశ్చర్యం కలిగింది. మీకు నచ్చినవి మీరు చేసుకోండి. నాకు మటుకు ఈ వ్యాపారాలు అక్కర్లేదు అని పిల్లలకి చెప్పాను.

అలా వాళ్ళకి ఇవ్వాలింది అప్పజెప్పి, నాకు మటుకు కొద్దిగా పెట్టుకుని ఆత్మయిన నేను లాభం పొందాలి అంటే ఏం చేయాలి? అని ఆలోచించాను. అప్పుడు పత్రికారి దగ్గర నాకు కావలసింది ధనం కాదు,

జ్ఞానము అన్నది తెలుసుకున్నాను. నేను లాభం పొందాలి అన్నా, నాకు ఉన్నతి కలగాలి అన్నా, నేను గొప్ప స్థితికి చేరుకోవాలి అన్నా “జ్ఞానం” సంపాదించుకోవాలి అన్నది నేను అర్థం చేసుకున్నాను. అప్పుడు మళ్ళీ పత్రిగారి సందేశాల ద్వారా ధనం సంపాదించాలి అంటే ఏదో ఒక వ్యాపారం చేయాలి కానీ నేను జ్ఞానం సంపాదించాలి అంటే ముఖ్యంగా “నాలుగు విషయాలు” ఆచరించాలని అర్థం చేసుకున్నాను.

ముఖ్యంగా “శ్వాస మీద ధ్యాన” ధ్యానం చేయడం, అంటే మనసు ఏమాత్రం పనిచేయని స్థితిలో గంటలు, గంటలు కూర్చోగలగాలి.

ధ్యానం ద్వారా బాహ్యంలో మనకి ఏమీ కనిపించదు కానీ అంతరంలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి. అంతరంలో ఉండేది మనసు. ఆ మనస్సును బట్టే మనిషి యొక్క ప్రవర్తన జీవితం ఆధారపడి ఉంటుంది. ఆ మనసులో కలిగే అద్భుతమైన మార్పులు, ఆ మార్పుల వల్ల జీవితంలో ఎన్నో లాభాలు పొందగలుగుతారు. అందుచేత అటువంటి గొప్ప మార్పు రావాలి అంటే తీవ్ర ధ్యాన సాధన చేయాలి.

దానితో పాటు ఆత్మ అయిన మనకు లాభం కలగాలి అంటే “ఆత్మ జ్ఞానానికి సంబంధించిన పుస్తకాలు” చదవాలి. గొప్ప గొప్పవాళ్ళు, ఆత్మ జ్ఞానులు వ్రాసినటువంటి, ఆత్మ జ్ఞానానికి సంబంధించిన పుస్తకాలు చదవాలి.

దానితో పాటు పత్రిగారు “సాంగత్యం” చేయమన్నారు. ఆ జ్ఞానాన్ని, ఆత్మ జ్ఞానాన్ని బోధించగల వారి సాంగత్యం చేయమన్నారు. అటువంటి వారి సాంగత్యం చేసినప్పుడు మనకు ఎన్నో సందేహాలు నివృత్తి అవుతూ ఉంటాయి.

అలాగే జ్ఞానమార్గంలో ఎంత చేయగలిగితే అంత “సేవ” కూడా చేయమన్నారు. అటువంటి సేవలు కూడా చేస్తూ ఉంటే కొద్ది కొద్దిగా జ్ఞానం పెరుగుతూ ఉంటుంది. మాకు గత 25 సంవత్సరాల నుంచి ఇంకో పని

ఏమీ లేదు. మాకు ఉన్నవన్నీ అంటే? మా సమయం, శక్తి, వాక్కు, జీవితం, ధనం అన్ని వీటికి వినియోగిస్తున్నాము. ఎప్పుడైతే వీటికి వినియోగిస్తున్నామో ఇద్దరం కొద్ది కొద్దిగా జ్ఞానాన్ని పెంచుకోగలిగాము, ఎంతో జ్ఞానాన్ని సంపాదించు కోగలిగాము. అదే ఇప్పుడు అందరికీ మేము బోధించడం జరుగుతుంది.

మేము సంపాదించుకున్న జ్ఞానం వల్లనే ఇన్ని విషయాలు మేము బోధించగలుగుతున్నాము. ఈ ధ్యానంలోకి రాకముందు మాకు ఏమీ తెలియదు. నేను వ్యాపారంలో ఉండేవాడిని, ఆవిడ సంసారంలో ఉండేది. డబ్బు సంపాదించి హాయిగా ఉంటే అదే గొప్ప అనుకున్నాము. కానీ ఎంత హాయిగా ఉన్నా అశాంతి మటుకు తప్పేది కాదు. ఏదో ఒక విషయం గురించి చాలా అశాంతిగా ఉండేది. కానీ ఈ మార్గంలోకి వచ్చాక ఎప్పుడు శాంతిగానే మేము జీవించగలుగుతున్నాం.

ఈ స్థాయికి ఎలా రాగలిగాము అంటే పత్రికారి పరిచయం అయ్యాక మేము ఎవరో మేము తెలుసుకోగలిగాము. మేము ఏం చెయ్యాలో కూడా మాకు తెలిసింది. ఆ విషయాన్నే మాణిక్యేశ్వరి మాత నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో? అని స్పష్టంగా చెప్పింది. ప్రతి ఒక్కరికి ఇది చాలా ముఖ్యం. రమణ మహర్షి గారు కూడా ఎవరు ఏ సమస్యతో వచ్చిన ఇదే ప్రశ్న అందరికీ వేసేవారు. లోకంలో సహజంగా సమస్యలు లేని వారంటూ ఉండరు. ఎంత డబ్బున్నా ఏదో ఒక సమస్య ఎదురవుతూనే ఉంటుంది. ఏం చేయాలో అర్థం కాదు, పాలు పోదు. అప్పుడు గొప్పవారిని ఆశ్రయిస్తూ ఉంటారు. అలాగే రమణ మహర్షి దగ్గరికి కూడా ఎక్కడెక్కడ నుంచో, విదేశాల నుంచి కూడా వచ్చేవారు. వచ్చి వారి సమస్యల గురించి చెప్తూ ఉంటే ఒక్కటే మాట అనేవారు. ముందు నువ్వు ఎవరో తెలుసుకో అనేవారు. అంటే దాంట్లోనే మొత్తం దాగి ఉంది అన్నది అర్థమవుతుంది.

ఒక మహానుభావుడు ఒక విషయం చెప్పారు అంటే దాంట్లో ఎంతో

అర్థం ఉంటుంది. దాని గురించే నేను ఇంచుమించు ఎన్నో విషయాలు చెబుతున్నాను. పత్రిగారి ద్వారా ఎన్నో విషయాలు తెలుసుకున్నాను. అవే అందరికీ నేను చెప్పడం జరుగుతుంది.

తెలుసుకున్న విషయాలు ఒక్కొక్కటి అవగాహన చేసుకునే కొద్ది మీ జీవితంలో ఎంతో మార్పు వస్తుంది. అందుచేత మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్పినటువంటి ఈ ఒక్క మాటనే మీరు ఎంతైనా చెప్పుకోవచ్చు. నువ్వు ఎవరు? అన్న దాంట్లో ఎంత అర్థం ఉంది. నేను ఎవరు అంటే? నేను ఆత్మను. ఇది అసలు తెలుసుకుంటేనే మీలో ఉన్న దుఃఖం సగం పోయినట్టు. అది అనుభవంలోకి వస్తే అంటే ఆచరణలోకి తెచ్చుకుంటే మీకున్న 100% దుఃఖం పోయినట్టే లెక్క.

మీకు వచ్చే సమస్యలు కానీ, కష్టాలు కానీ, బాధలు కానీ ఏవైనా దేహానికి సంబంధించినవే, ఆత్మకు సంబంధ లేదు. మీరు ఆత్మ అయినప్పుడు మీకు ఏమి ఉంటాయి? ఏమి ఉండవు. రమణ మహర్షి గారికి ఆఖరులో క్యాన్సర్ వచ్చింది. ఆ క్యాన్సర్ పుండు చూసి అందరూ మీకు బాధ లేదా? డాక్టర్ కి చూపించుకోవచ్చు కదా? అనేవారు. అప్పుడు ఆయన ఆ శరీర ఏదో చేసుకుంది, అనుభవిస్తుంది. దాని గొడవ నీకెందుకు? నువ్వు ఎందుకు వచ్చావో ముందు అది చెప్పు అని అనేవారు.

అంత క్యాన్సర్ పుండు ఉన్నా, నిజంగా అంత పెద్దది అవుతుంటే ఎవరైనా అయితే విలవిల లాడిపోతారు నా బ్రతుకు ఇలా అయిపోయిందే అని అనుకుంటారు. కానీ ఆయన దాన్ని చాలా తేలికగా తీసుకున్నారు, అసలు అది ఉన్నట్టుగానే ప్రవర్తించేవారు కాదు. కారణం ఆయన “నేను ఆత్మ అన్నది అనుభవంలోకి తెచ్చుకున్నారు.” ఆ క్యాన్సర్ ఆత్మకు వచ్చింది కాదు, ఆయన ఆత్మస్థితిలో జీవిస్తున్నారు, అందుకే ఆయన దానిని పట్టించుకోలేదు.

శ్రీ కృష్ణులవారు భగవద్గీతలో చెప్పారు కదా? “ఆత్మను అగ్ని

దహించలేదు, నీరు తడవలేదు, శస్త్రం చేధించలేదు, వాయువు ఆర్పివేయను లేదు” అని. మీరు కూడా అటువంటి ఆత్మలే మీరు కూడా అటువంటి ఆత్మస్థితిలోకి వెళితే మీకూ ఈ బాధ ఉండదు.

అదే మనకు పత్రిగారు చెప్పినా, ఎవ్వరు చెప్పినా! ధ్యానం ఎందుకు అని అడిగితే అదే చెప్తారు. పత్రిగారిని ఏ ప్రశ్న అడిగినా చివరికి ధ్యానం దగ్గరికి తీసుకొస్తారు. ఏ సమస్య గురించి అడిగినా, దానికి పరిష్కారం ధ్యానమే అంటారు.

చాలామంది అడగడానికి ఏముంది? ఆయన అదే చెప్తారు కదా అనుకుంటారు. అలాగే రమణ మహర్షి గారు నువ్వు ఎవరో తెలుసుకో అంటారు.

అందుచేత నువ్వు ఎవరో అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవడానికి చేయవలసింది “స్వాస మీద ధ్యానం” ధ్యానం అని పత్రిగారు మనకు చెప్పారు. అది అర్థం అయితే ఆ స్థితికి మీరు వెళ్తే ఇంకేం ఉంటుంది.

జీసస్ క్రైస్ట్ కి శిలువ వేసి మేకులు కొట్టారు. మీకు “సూది” గుచ్చుకుంటేనే విలవిలలాడి పోతారే! మరి అలాంటిది శిలువకి మేకులు దిగేస్తుంటే ఆయనేమీ ఏడవలేదే! పైగా ఆయన తండ్రిని ప్రార్థించాడు. “వీళ్ళకి తెలియక అజ్ఞానంతో ఇలా ప్రవర్తిస్తున్నారు, వారిని క్షమించు తండ్రి” అన్నారు. అంటే ఆయన కంటే గొప్పవాడైనటువంటి, అందరికీ తండ్రి అయినటువంటి ఆ పరమాత్మను క్షమించమని ఆయన కోరడం జరిగింది. మరి జీసస్ మేకులు దిగవేసినా ఎందుకు పట్టించుకోలేదు? అంటే ఆయన ఆత్మస్థితిలో ఉన్నాడు కాబట్టి.

అలా ఎవరైతే దేహస్థితి నుంచి ఆత్మ స్థితికి చేరుకుంటారో వారు ఈ కష్టాలు, బాధలు లెక్క చేయరు. నేను ఏమంటానంటే? “అసలు నువ్వు ఎవరో తెలుసుకుంటే, సగం దుఃఖం పోయినట్టే” అంటాను. మీరే కనుక

ధ్యానం చేస్తూ, అనుభవంలోకి తెచ్చుకుంటే మీరు దుఃఖం నుంచి పూర్తిగా బయట పడినట్టే అంటాను, అదే పత్రిగారు కూడా చెప్తారు.

అలాంటి స్థితి మనకు రావడం కోసమే మాణిక్యేశ్వరి మాత మొట్టమొదట చెప్పిన సందేశం “నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో!” అని.

కారణం నువ్వేదో దేహం అనుకుంటున్నావు. నీకు ఈ దేహం సుఖపడాలి అనేటువంటి బ్రాంతిలో ఉంటావు. నువ్వు సుఖపడాలి అంటే కావలసింది ధనం కాబట్టి ఎంత ధనం సంపాదిస్తే అంత బాగా సుఖపడవచ్చు అనే ఉద్దేశంతో సంపాదించడానికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వడం, ఆ సంపాదన కోసం చెయ్యకూడని పనులు చేయడం, తప్పులు చేయడం, పాపాలు చేయడం, అధర్మంగా వ్యవహరించడం, సృష్టి విరుద్ధమైన పనులు చేయడం చేస్తే చివరికి ఏమవుతుంది.

వాటి ఫలితంగా మళ్ళీ జీవితంలో కష్టాలు, రోగాలు, బాధలు, సమస్యలు, ఇబ్బందులు ఇలాంటివి ఎన్నో వస్తాయి, విలవిల లాడిపోతారు. చేస్తున్నప్పుడు బాగానే ఉంటుంది కానీ అది అనుభవించేటప్పుడు చాలా దుఃఖానికి లోనవుతారు. అందుచేత ముందు మీరు ఎందుకు ఇన్ని తప్పులు చేస్తూ డబ్బు సంపాదించడం? అన్నది ఆలోచించాలి. కానీ సంపాదించ వద్దు అని ఎవరూ అనరు.

పత్రిగారు కూడా అదే అంటారు. ఆయన డబ్బు సంపాదించవద్దు అని అనరు, సంసారం చేసుకోవద్దని అనరు, సుఖ పడొద్దు అనరు, నీకున్న దాంట్లో నువ్వు సుఖపడు. సంసారంతో ఉండు, సంసార సుఖాలు అనుభవించు. అవి ఏమీ వద్దు అనరు, కానీ వాటికోసం నువ్వు తప్పులు, పాపాలు చేయవద్దు అంటారు. అది మీ సుఖాన్ని పెంచకపోగా చివరికి నిన్ను దుఃఖంలోకి తీసుకువెళ్తుంది.

చాలామంది సంపాదిస్తే ఏదో సుఖపడవచ్చు అనుకుంటారు. కానీ

నువ్వు పడే సుఖం కొద్దిగాను, అనుభవించే దుఃఖం చూస్తే చాలా ఎక్కువ ఉంటుంది. అందుచేత ప్రతి ఒక్కరు ముందు ఇది తెలుసుకోవాలి. “నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో!” అని చెప్పిన మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశం విని వదిలి వేయడం కాదు. వాళ్ళు ఎందుకు చెప్తారు? మన కోసమే, మన భవిష్యత్తు కోసమే!

అందరూ వచ్చి అలాంటి వాళ్ళ కాళ్ళ మీద పడుతూ ఉంటారు. అమ్మా మీరే ఆదుకోవాలి, ఆశీర్వాదించండి, కరుణించండి, కాపాడండి, రక్షించండి, ఆదుకోండి అని ఆవిడ వెళ్ళినప్పుడు ఆవిడ “నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో!” అన్నారు. ఇంతమంది ఆవిడ దగ్గరికి వస్తూ ఉంటే, ఇలా అడుగుతూ ఉంటే, అర్థిస్తూ ఉంటే మరి దానికి పరిష్కారం చెప్పాలిగా. వాళ్లు కోరుకునే దానికి మార్గం చూపించాలిగా. అందరూ ఏమనుకుంటారంటే ఆవిడ ఏదో చెయ్యి ఊపితే, నెత్తి మీద చెయ్యి పెడితే, కాళ్ళ మీద పడినప్పుడు ఆశీర్వాదిస్తే వీళ్ళకు ఉన్నవి అన్నీ తొలగి పోతాయి అని అనుకుంటారు.

పత్రిగారు ఏమన్నారంటే? ఎవ్వరూ ఎవరి దుఃఖం తొలగించలేరు, ఎవరి దుఃఖానికైనా కారణం వారే. వారి దుఃఖం పోవాలి అంటే దానికి వారే కృషి చేసుకోవాలి. మహాత్ములు, మహానుభావులు, యోగులు మార్గం చూపిస్తారు. అంతేకానీ మీ కష్టాలు వాళ్ళేమీ తొలగించరు. లోకంలో ఉన్న అవగాహన ఏమిటి అంటే మనం వారిని ఆశ్రయిస్తే వారు మనల్ని అనుగ్రహిస్తారు. ఆ కష్టాలలో నుంచి, ఆ రోగాలలో నుంచి, ఆ బాధలలో నుంచి బయటపడేస్తారు అనుకుంటారు. కానీ అవి నీకు ఎందుకు వచ్చాయో వాళ్ళకి తెలుసు కాబట్టి ఆ పనులు చేయొద్దు అంటారు.

వాళ్ళు చెప్పినట్లు మీరు నడుచుకుంటే ఖచ్చితంగా అందులోంచి మీరు బయటపడతారు. భవిష్యత్తు జీవితంలో ఎన్నో మార్పులు వస్తాయి. వాళ్ళకి అన్నీ తెలుసు. వాళ్ళు “పూర్ణజ్ఞానులు.” ప్రతిఒక్కరి జీవితం ఎందుకు

అలా ఉంది? ఎందుకు వాళ్ళ జీవితం అలా అయింది. ఆ రకమైన దుర్భరమైన పరిస్థితి ఎందుకు ఏర్పడింది అన్నది వాళ్ళకి తెలుసు. అందుకే వాళ్ళు స్పష్టంగా చెప్తారు. కనీసం ఇక్కడి నుంచైనా సరిచేసుకోమంటారు, ఆ మార్గమే చెప్తూ ఉంటారు.

అందుచేత అలాంటి వాళ్ళు చెప్పే మాటలు మీరు వ్రాసుకొని పుస్తకాలలో ఉంచుకోవాలి, రోజూ చదువుకోవాలి. దాని మీద అధ్యయనం చేసే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉండాలి. అటువంటి సందేశాలు చెప్పేవారు ఎవరైనా ఉంటే వాళ్ళవి వింటూ ఉండాలి, వింటూ ఉంటే మీకు ఇంకా ఇంకా అవగాహన కలుగుతూ ఉంటుంది, అర్థమవుతూ ఉంటుంది, మెల్లగా ఆచరణలో పెట్టగలుగుతారు. మరి వాళ్ళంతా ఆ స్థాయికి ఎలా వచ్చారు? అన్నది తెలుసుకోవాలి. మాణిక్యేశ్వరి మాత నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో! అన్న ఈ ఒక్క మాటని ఎంతైనా వివరించుకోవచ్చు.

మీరు తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నం చేస్తే 'నేను ఆత్మను-ఈ దేహం కాదు' అన్నది అర్థమవుతుంది. దేహం కోసమేగా పాపాలు చేస్తున్నారు. ఈ దేహం యొక్క పేరు ప్రఖ్యాతుల కోసం, గొప్పల కోసం, సుఖం కోసం, ఈ దేహ ఆరోగ్యం కోసం, దేహ అందం కోసం, దేహ సౌష్ఠ్యం కోసం ఉదయం నుంచి రాత్రి దాకా చేసే పనులన్నీ దేహం కోసమే. ఇంతకీ నువ్వు దేహమా అంటే కానే కాదే? నువ్వు ఆత్మవి.

ఆత్మ కోసం ఏం చేస్తున్నారు? ధ్యానం చేస్తున్నాం కదా అని చాలామంది అంటారు. నేను చూస్తున్నాను ఇంచుమించు 95% ఆ చేసే ధ్యానం అంతా కూడా దేహం కోసమే చేస్తున్నారు. దేహానికి ఏవో రోగాలు ఉంటాయి, సమస్యలు ఉంటాయి, కోరికలు ఉంటాయి. ధ్యానం చేస్తే అవన్నీ నెరవేరుతాయని వారి ఉద్దేశ్యం. అందుచేత వాటికోసం ధ్యానం చేస్తూ ఉంటారు కానీ ఆత్మ నేను అని తెలుసుకుని, ఆత్మ కోసం ధ్యానం చేసేవారు చాలా

తక్కువ. ఆత్మ కోసం ధ్యానం చేసేవారు ఆత్మజ్ఞానం పొందాలని చూస్తారు. అంతేకానీ దేహ లాభాలు పొందాలని కాదు.

మా పరిస్థితి ఎలా అని మళ్ళీ అడుగుతూ ఉంటారు కానీ జ్ఞానమే మీ దగ్గర ఉంటే అన్ని మీ దగ్గర ఉన్నట్టే. ఆ జ్ఞానం లేకపోతే ఈ ప్రపంచంలో ఎన్ని ఉన్నా దండగే. అందుచేత జ్ఞానం సంపాదించుకునే ప్రయత్నం చేయాలి. పత్రిగారు చెప్పినటువంటి మార్గంలో మీరు పయనించాలి. ఇది అనుభవంలోకి వచ్చేదాకా మళ్ళీ మళ్ళీ నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో అనే ఆ పదాన్ని చదువు కోవాలి. నువ్వు ఆత్మ అన్నట్టుగా జీవించేదాకా చదువుకుంటూనే ఉండాలి.

ఎలాగండి? అంటే పెద్దలు చెప్పారు. నేను అవే ఈ క్లాసులో చెప్తూ ఉంటాను. మనం ఆత్మ అన్నట్టుగా జీవిస్తున్నామా? లేదా? ఆ స్థితిలో ఉన్నామా? లేదా? అని తెలియడానికి 'వశిష్టల వారు' 'శ్రీరామ చంద్రుడికి' చేసినటువంటి బోధ "ఆత్మ జ్ఞాని యొక్క ప్రవర్తన ఎలా ఉంటుంది?" అన్నది యూట్యూబ్ లో చెప్పాను, అవి మీరు వినండి. ఆ రకంగా మీరు జీవించగలిగితే నిజంగా మీరు జ్ఞానవంతులు అయినట్టే లెక్క. ఆ రకంగా కొద్దిగా మీరు జీవించినా కొంత జ్ఞానం మీ దగ్గర ఉన్నట్టు. పూర్తిగా మీరు ఆ రకంగా జీవిస్తే మీరు "పూర్ణ జ్ఞానులు" అయినట్టే లెక్క. కొద్దిగా కూడా జీవించకపోతే మీ దగ్గర కొద్దిగా కూడా జ్ఞానం లేనట్టే లెక్క.

ఎంత జ్ఞానం ఉంటే మీరు అంత ఎదుగుతున్నట్టు లెక్క. ఆత్మైన మీరు ఎదుగుతున్నారు అనడానికి మీరు సంపాదించుకున్న జ్ఞానమే కొలమానం. ఆ జ్ఞానం అన్నది మీ ప్రవర్తన ద్వారా తెలుస్తుంది. ఆ ప్రవర్తన ఎలా ఉండాలి అన్నది వశిష్టల వారు చెప్పడం జరిగింది. మరి పత్రిగారు కూడా ఒక సందర్భంగా "నీలో వీసమెత్తు దుఃఖం ఉన్నా నువ్వు ఇంకా అజ్ఞానంలో ఉన్నట్టే" అన్నారు.

ఏ సందర్భంలో, ఏ విషయంలో, ఎక్కడైనా సరే. కొద్దిపాటి దుఃఖాన్ని

అనుభవిస్తున్నా, దుఃఖపడుతున్నా నువ్వు ఇంకా అజ్ఞానంలో ఉన్నట్టే! కాని జ్ఞాని, పూర్ణజ్ఞాని అయిన వారికి దుఃఖమే ఉండదు అని అర్థమవుతుంది. ఈ విషయం ఆషామాషీగా తీసివేయకూడదు. ఎవ్వరు చెప్పినా అదే చెప్తున్నారు. అంత గొప్పవారు ఊరికే చెప్పి తేలికగా వదిలేయరు కదా? ఎంత అద్భుతమైన సందేశం అంటే ఈ ఒక్క మాటలో ఎంతైనా ఉంది.

ఇంక నువ్వు అసలు ఇది తెలుసుకుంటే తెలుసుకోవాల్సింది ఏముంది? అందుచేత మీరు చేసే పనులు, మీ మాటల్లో, చేతల్లో అలా అన్నింటిలో కూడా నేను ఆత్మ అన్న భావంతోటే చేస్తూ ఉండాలి. సహజంగా ఎన్నో ఫంక్షన్ లు మీ ఇంట్లో, మీ కుటుంబంలో, మీ గ్రామంలో, టౌన్ లో జరుగుతూ ఉంటాయి. నువ్వు ఆత్మ అన్నది అర్థమైతే ఆత్మసంబంధమైన ధ్యాన కార్యక్రమాలకి ప్రాముఖ్యమిస్తావు. నువ్వు దేహం అనే భావంలో ఉంటే ఆ పెళ్ళిళ్ళకి, ఫంక్షన్లకి ప్రాముఖ్యం ఇస్తావు. వాటికే వెళ్తూ ఉంటావు, కానీ నువ్వు ఆత్మ అని అర్థమైనప్పుడు వాటిని పెద్దగా పట్టించుకోవు, ధ్యాన కార్యక్రమాలకే నువ్వు వెళ్తూ ఉంటావు.

అలా ఏ పని చేసినా సరే ప్రతిదీ కూడా ఇది “ఆత్మకు లాభమా? కాదా?” అన్న ఆలోచన చేస్తూ ఉంటావు. అలాగే టీవీల్లో, సెల్ ఫోన్లలో కార్యక్రమాలు వస్తూ ఉంటాయి. అవి చూస్తున్నప్పుడు ఎంటర్ టైన్మెంట్, ఎంజాయ్ మెంట్ ఉంటాయి కానీ నేను ఆత్మ అన్న అవగాహన ఉన్నవారు వాటిని ప్రక్కన పెట్టేస్తారు, వాటికి అంత ప్రాముఖ్యం ఇవ్వరు. ఈ ఆత్మజ్ఞాన సంబంధమైన సందేశాలు, కార్యక్రమాలు మీద ఆసక్తి చూపిస్తారు.

అలాగే నవలలు, పుస్తకాలు ఇవన్నీ ఉంటాయి. ఆత్మ నేను అని అర్థమైనవాడు “ఆత్మ జ్ఞాన పుస్తకాలే” చదువుతూ ఉంటాడు. దేహం నేను అనుకున్నవాడు దేహ లాభాలు అంటే నీ ఆరోగ్యం నీ చేతుల్లో, నీ సంపద నీ చేతుల్లో ఇలాంటి పుస్తకాల మీద ఆసక్తి చూపిస్తూ ఉంటారు. ఆత్మ నేను

అనుకున్నవాడు ఆత్మ జ్ఞానానికి సంబంధించిన పుస్తకాల మీద ఆసక్తి చూపిస్తూ ఉంటాడు. లేకపోతే థాట్ పవర్ అని, మైండ్ పవర్ అని “మనసుకు” సంబంధించిన పుస్తకాలు చదువుతారు. ఆత్మ నేను అన్న అవగాహనలోకి వచ్చిన వారు అటువంటి పుస్తకాల మీద ఆసక్తి చూపించరు.

ఆత్మ నేను అన్న అవగాహన వున్నవారు ఏది దొరికితే అది తింటారు. ఎక్కడైనా అడ్జస్ట్ అయ్యి ఉంటారు. ఏసీలోనూ ఉండగలరు, సామాన్యంగానూ ఉండగలరు. ఈ దేహాన్ని దేహ సుఖాలకు కాకుండా ఆత్మ లాభాలకి కావలసినటువంటి సాధనలు చేయిస్తారు. వాళ్ళ యొక్క సమయం ఎక్కువ ఆత్మకే ఖర్చు పెడుతూ ఉంటారు. నువ్వు ఎవరో తెలుసుకున్నప్పుడు ఇవన్నీ ఎప్పుడూ జరుగుతాయి. చాలామంది నేను ఆత్మను అని నాకు తెలుసు అంటారు, కాని ప్రవర్తన మారదు. అంటే వారికి ఇంకా అనుభవంలోకి రాలేదు, ఇంకా అర్థం కాలేదు, అర్థం అయ్యేకొద్దీ ప్రవర్తన మారిపోతుంది.

అందుచేత మాణిక్యేశ్వరి మాత “నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో” అనే ఈ సందేశం చెప్పారు. మనల్ని మనమే తెలుసుకోవాలి. ఇంకొకరు ఎవరు తెలుసుకుంటారు? నువ్వు ఆత్మ అన్న సంగతి నేను తెలుసుకుంటాను. నీకేంటి ప్రయోజనం? అది నువ్వు తెలుసుకోవాలి. నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో అదే ఆవిడ చెప్పింది. అందుకే పత్రిగారు చెప్పేవన్నీ మనం గుడ్డిగా అనుసరించి ప్రయత్నం చేస్తే తెలుసుకుంటాం. అందుచేత మీరు ఆవిడ చెప్పినట్టు చెయ్యాలి.

“హింసతో కూడుకున్న మాంసాహారం తినవద్దు”

ఇది చాలా ముఖ్యమైన విషయం. పత్రికారు మనకి పదేపదే మాంసాహారం వద్దు అని చెప్తూ ఉంటారు. ఎందుచేతనంటే ఇది రుచికరమైన, బలమైన ఆహారం అనుకుంటారు కానీ అది హింసతో కూడుకున్నది. అటువంటి ఆహారం తినవద్దు అని మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్పారు.

మాంసాహారం అంటే కోళ్ళను, మేకను, చేపను ఎంత హింసించాల్సి వస్తుందో ఒక్కసారి చూడండి. మీరు గమనిస్తే కనుక ఆ చేపని కానీ, ఆ మేకను కానీ, ఆ కోడిని కానీ చంపేటప్పుడు చూస్తే వాటిని కాళ్ళ కింద వేసి తొక్కుతారు, మెడ తిప్పుతారు. ఆ పీక కోసేసి డబ్బాలో పడేస్తారు. అది కొట్టుకొని కొట్టుకొని చస్తుంది. అదే హిందువులు ఏ గొర్రో, మేకో అయితే దాని తల నరికేస్తారు. ముస్లింలు అయితే దాన్ని సగం కోసి వదిలేస్తారు. అది రక్తం కార్చుకుంటూ ఆ రక్తంలోనే అలా కొట్టుకుంటూ ఒక అరగంట ఎంతో నరకం అనుభవిస్తుంది.

నిజంగా చూడండి మీ వేలు తెగితే ఎంత బాధపడతారు. దానికి కూడా బాధ ఉండబట్టేగా అలా గిలగిలా కొట్టుకుంది. అంత హింస చేస్తేనే కదా నిజంగా ఆ ఆహారం వచ్చింది, అందుచేత అలాంటి హింసతో కూడుకున్నటువంటి ఆహారం ఆవిడ తినవద్దు అన్నారు.

ఎందుచేతనంటే గొప్ప యోగిని కాబట్టి ఆవిడకు తెలుసు. గొప్ప గొప్ప వాళ్ళు చెప్పే అటువంటి సందేశాలన్నీ ఆవిడకు తెలుసు. అందుచేత అలాంటి పనులు నువ్వు చేయడం వలన అలాంటి హింసే నువ్వు అనుభవించాల్సి వస్తుంది, అటువంటి నరకమే నువ్వు అనుభవించాల్సి వస్తుంది. అందుచేత నువ్వు అలాంటి హింస అనుభవించకుండా ఉండడం కోసం ఆవిడ ఆ సందేశం ఇవ్వడం జరిగింది.

ఎందుకంటే ఆవిడ దగ్గరికి వచ్చిన వాళ్ళకి ఆవిడ ఎంతసేపు వాళ్ళు

మంచే కొరుతారు, వాళ్ళ హితమే కోరుతారు, వాళ్ళ బాగే కోరుతారు, వాళ్ళ లాభమే కొరతారు. అంతేకానీ ఊరికే ఏదో చెప్పరు. అది ముఖ్యంగా తినేవారికి తెలియదు. సహజంగా వాళ్ళు ఏమనుకుంటారు అంటే వాళ్ళ తండ్రి, తాతలు, ముత్తాతలు, వాళ్ళ కుటుంబంలో తరతరాలుగా ఆచారంగా వస్తుంది, అది ఆహారంగానే వాళ్ళంతా భావించారు, వాళ్ళ లాగానే వీళ్ళు భావిస్తున్నారు. అందుచేత ఇది బలమైన ఆహారం అనేటవంటి భావంలో ఉంటారు కానీ దాంట్లో ఒక జీవని నేను హింసిస్తున్నాను, బాధిస్తున్నాను, క్రూరంగా చంపుతున్నాను, అది మళ్ళీ నేను అనుభవించాల్సి వస్తుంది అన్నది తెలియదు.

అందుచేతనంటే మాణిక్యేశ్వరి మాత లాంటి స్థాయికి వెళ్ళిన వాళ్ళు ఇవన్నీ తెలుసుకున్నారు. వాళ్ళ గత జన్మలే కాదు అందరి గత జన్మలు తెలుసుకుంటారు, తెలుసుకోవడమే కాదు, ఏయే జన్మలలో వాళ్ళు ఎలాంటి కర్మలు చేశారు, వాటి ఫలితంగా ఎలాంటి కర్మలు అనుభవిస్తున్నారో, ఎలాంటి కర్మలు అనుభవించబోతారో ఇవన్నీ వాళ్ళకి తెలుసు. అందుచేత అలాంటి పరిస్థితి రాకూడదనే వాళ్ళు చెప్పేది, ఎన్నో జన్మలు గడిస్తేనే కదా! ఆ స్థాయికి వాళ్ళు వచ్చింది. ఎన్నో తెలుసుకుంటేనే కదా! ఎన్నో సాధనలు చేస్తేనే కదా! వాళ్ళు ఆ స్థాయికి వచ్చింది. ఏమీ చేయకుండా ఆ స్థాయికి రాలేదు కదా? అందుచేత వాళ్ళు అవన్నీ తెలుసుకున్నారు కాబట్టే మరి అందరికీ అలాంటి నష్టం కలగకూడదని చెప్తూ ఉంటారు.

అందుకే హింసతో కూడుకున్నటువంటి మాంసాహారం తినొద్దు అని మాణిక్యేశ్వరి మాత కూడా స్పష్టంగా చెప్పారు.

చాలా మంది మాంసం తింటేనే బలం లేకపోతే నువ్వెలా పని చేస్తావు? పని చేయలేవు. నీకు ఓపిక ఎక్కడ ఉంటుంది అని అంటూ ఉంటారు. అంటే బలం అని అనుకుంటారు కానీ కాస్త ఆలోచించండి. శాకాహారం తినేవాళ్ళంతా పనిచేయట్లేదా? అందరూ మంచాల మీద ఉన్నారా?

శాకాహారం తినేవారు ఎంతమంది లేరు. వాళ్ళంతా వాళ్ళ పనులు

చేసుకుంటున్నారు కదా? మరి అలాంటప్పుడు ఎందుకు జీవించలేరు.

చూడండి జంతువులలోనే మనం కనుక చూసినట్లయితే శాకాహార జంతువులు ఏనుగు, ఒంటె, ఎద్దు, దున్నపోతు దేన్ని తీసుకున్న సరే! ఎంత బలంగా ఉంటాయి. అవన్నీ శాకాహార జంతువులే కదా! అంటే బలం అన్నది మాంసంలో కాదు. దాన్ని బట్టి మనం తెలుసుకోవాలి. శాకాహారం తింటున్నా బలంగా ఉండేవి ఉన్నాయి. అందుచేత అది అపోహ. తినకపోతే బలం ఉండదు అనేటువంటిది వాళ్ళకున్న అపోహ. పూర్వం నుంచే ఆ మాటలు పెద్దలు అలా మాట్లాడుతూ ఉంటే వీళ్ళకు అది నాటుకుపోయింది. అది తింటేనే మనం ఏదైనా చేయగలము లేకపోతే లేదు అనుకుంటారు కానీ తినకపోయినా అంతకంటే గొప్పగా జీవించవచ్చు.

అంతేకాదు మాంసం తినడం వలన బుద్ధి మందగిస్తుంది, తెలివితేటలు నశిస్తాయి, ఆలోచన విధానం మారిపోతుంది, హింసా ప్రవృత్తి పెరిగిపోతుంది. మీలో రజోగుణం పెరిగి పోతుంది, ఎన్నో రకాల అసర్దాలు జరుగుతాయి. ఆవేశపడడం, ఊరికనే దెబ్బలాడుకోవడం లాంటివి మాంసాహారం తీసుకోవడం వల్లనే ఎక్కువ జరుగుతాయి.

అందుచేత అటువంటి ఆహారం వద్దని పెద్దలు చెబుతూ ఉంటారు. అంతేకాదు చాలామందికి అదొక రుచికరమైన ఆహారం అనుకుంటారు. ఆహారం చూస్తేనే వాళ్ళకి నోరు ఊరుతుంది.

గమనిస్తే గనక ఆ మాంసాహారంతోనే బిర్యాని అనుకుంటారు. కాని మాంసం ముక్కలు లేకుండా చేసుకుని తినండి. అది కూడా రుచిగా ఉంటుందిగా? శాఖాహారంలో ఎన్ని రకాల రుచులు ఉన్నాయి? ఎన్ని చేసుకోవచ్చు? అందుచేత అది అపోహే కానీ ఇంక వేరే ఏమీ కాదు.

ఆ ఆహారం కోసం వాటిని హింసించి, చంపి, నానా భీభత్సంగా వాటిని బాధించి, చేసి దాని ఫలితం మళ్ళీ మీరు రోగాలతో ఎన్నో రకాలుగా సరకం అనుభవిస్తారు. ఇవన్నీ చేసే బదులు శాకాహారం తీసుకుంటూ హాయిగా

జీవించవచ్చు కదా?

అందుచేత పెద్దలు హింసకు దూరంగా ఉండాలి అని స్పష్టంగా చెబుతారు. ఆ ఆహారంలో హింస దాగి ఉంది. బయట హోటల్లోకి వెళ్ళి కూర్చుంటే ప్లేట్ లో తెచ్చి పెడతారు. అది ఆహారంగా తినేస్తూ ఉంటారు కానీ లోపలికి వెళ్ళి చూస్తే ఎంత ఘోరంగా వాటిని చంపుతూ ఉంటారో మీకు తెలుస్తుంది. పెళ్ళిళ్ళలోనూ, పార్టీలలోను చూస్తే ప్లేట్ లో పెట్టి వడ్డిస్తూ ఉంటే చూడడానికి బాగుంటుంది. దాంట్లో మసాలాలు ఇవన్నీ వేస్తే చాలా రుచిగా కూడా ఉంటుంది. కానీ ఒక్కసారి అవి తయారుచేసే చోటుకి వెళ్ళి చూస్తే ఎంత ఘోరంగా ఆ గొర్రెలని, మేకలని, కోళ్ళను చంపుతున్నారో అనేది కనిపిస్తుంది.

అరే! ఆనందం కోసం వాటిని అంత హింసించాలా అన్నది అర్థమవుతుంది. నిజంగా చాలామంది ఆహారం చూసి తింటున్నారు కానీ అది ఎలా తయారవుతుందో చూస్తే చాలామంది తినలేరు. ఇప్పుడు తినే వారిలో 50% వెంటనే మానేస్తారు.

అంతెందుకు మీ ఇంట్లో కోడి ఉంటే చుట్టాలు వచ్చినప్పుడు ఆ కోడిని చంపడానికి ప్రయత్నిస్తే ఇంట్లో చిన్నపిల్లల ఎదురుగుండా దాన్ని చంపడానికి చూడండి. అది ఎలా గిలగిలా కొట్టుకుంటుందో చూసి వీళ్ళు కూడా అల్లాడిపోతారు. అమ్మోయ్ బాబోయ్ అంటారు, వద్దు వద్దు అంటారు, చంపొద్దు అంటారు.

అప్పటిదాకా వారు ఆ బాతు తోటి, ఆ కుందేలు తోటి, ఆ కోడి తోటి, ఆ మేకతోటి ఆడుకున్నారు. దాన్ని చంపేస్తుంటే వాడు ఎంత భయ పడతాడో ఏడుస్తాడు, వద్దు అంటాడు. నీకు తెలియదులే! నువ్వు లోపలికి పో అంటారు. వాళ్ళు మొదట్లో అలాగే ఉంటారు. కొంచెం ఎదిగే కొద్ది చూస్తూ ఉంటే మారిపోతారు. పెద్ద స్పందన ఉండదు, కొన్నాళ్లు పోయేసరికి వాడే నేను చంపుతాను అంటాడు. అంటే మొట్టమొదట అలా ఉన్న పిల్లవాడు ఎలా

తయారయ్యాడు. దీనికి ఎవరు కారణం? తల్లిదండ్రులేగా. వాడిని అలా తయారు చేశారు.

అందుచేత చిన్నపిల్లలని దేవుడితో పోలుస్తారు. మరి అటువంటి దైవం అయిన ఆ చిన్నపిల్లవాడు దాన్ని చూసి విలవిలలాడుతున్నాడు అంటే అది దైవం ఇష్టపడడనేగా లెక్క. పిల్లవాడిని దైవంతో పోల్చినప్పుడు ఆ హింస చూసి విలవిలలాడుతున్నాడు అంటే మరి దైవం ఇష్టపడడం లేదనేగా! అలాంటి పని చేయవద్దనేగా. మీకేం తెలియదురా అంటారు. వీడికి తెలుసా? దైవ స్వరూపమైనటువంటి వాడికి తెలియనిది, వీళ్ళకి ఏమీ తెలుసు. పిల్లలు చాలా అమాయకంగా ఉంటారు. ఎందుచేత ఆ దైవ లక్షణాలు వారిలో ఉన్నాయి కాబట్టి మాయా మర్మాలు తెలియవు. ఉన్నది ఉన్నట్టుగా ఒప్పుకుంటారు.

ఎవరైనా వచ్చినప్పుడు మీ నాన్న ఉన్నారా అంటే ఉన్నారు అంటారు. లోపలికి వచ్చి డాడీ నీ కోసం ఎవరో వచ్చారు అంటాడు. లేదని చెప్పురా అని చెప్తే వాడు బయటికి వచ్చి లేనని చెప్పమన్నారు అని చెప్తాడు. ఎందుచేత వాడికి ఇంకా ఆ మాయ, మర్మం తెలియదు. వాళ్ళు నిద్రపోయినప్పుడు ఫోన్ వస్తే ఫోన్ లో డాడీ ఉన్నారా అని అడిగితే ఫోన్లో కూడా లేను అని చెప్పమన్నాడని అదే చెప్తాడు. ఎందుకు ఇవన్నీ మనం చెప్పుకుంటున్నాము అంటే ఆ చిన్న పిల్లలు వారిలో దైవ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఏ మాయ, మర్మం తెలియదు. అటువంటివారు విలవిలలాడుతున్నారు అంటే అక్కడ దైవం ఇష్టపడడం లేదనేగా!

అటువంటి హింస చేసి దాన్ని ఆహారంగా ఎలా తీసుకుంటారు. అటువంటి ఆహారం తినొద్దు అని మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్పడం జరిగింది. ఇవన్నీ మీరు తెలుసుకోవాలి. దాంట్లో ఎన్నో అనర్థాలు ఉన్నాయి, యాక్చువల్గా ఈ మాంసాహారం గురించి ఎన్నో టాపిక్స్ చెప్పుకున్నాం. యూట్యూబ్ లో చూడొచ్చు. “దేవుని దయ లేదా? దేవుని దయ కలగాలంటే?”

అనే టాపిక్ మీద తొమ్మిది ఎపిసోడ్స్ చెప్పాను, తప్పనిసరిగా ప్రతిఒక్కరు ఇవి వివాలి.

నువ్వు ఎలాంటి కర్మ చేస్తే అలాంటి ఫలితం అనుభవిస్తావు అని శ్రీ కృష్ణుల వారు చెప్పారు. నువ్వు ఏది విత్తితే ఆ పంటే కోసుకుంటావు అని జీసస్ క్రైస్ట్ చెప్పారు. హింస విత్తితే హింసే కోసుకుంటావు. ఆనందం విత్తితే ఆనందమే కోసుకుంటావు. అన్నింటినీ ఆనందంగా జీవించనిస్తే నువ్వు ఆనందంగా జీవిస్తావు. అలాగే నువ్వు చేసింది కచ్చితంగా అనుభవించి తీరాలి అని రామకృష్ణ పరమహంస కూడా అదే చెప్పారు. కారం తింటే నోరు మండుతుంది. తీపి తింటే నోరు మధురంగా ఉంటుంది అని ఆయన చెప్పారు.

ఇలా గొప్ప గొప్ప వాళ్ళంతా చెప్పారు. “వశిష్టల వారు” ఏమన్నారు అంటే నువ్వు చేసిన కర్మలకు మించి వేరే దైవం కానీ, ప్రారబ్ధం కాని ఏమీ లేదు అన్నారు. కష్టాలు వస్తే ఏమిటో దేవుడికి దయలేదా అంటారు. లాభం కలిగితే దేవుడు దయ అంటారు. కానీ ఇంతకుముందు మీరు చేసిన కర్మలను బట్టి ఇవన్నీ జరుగుతున్నాయి అని తెలుసుకోరు.

అందుచేత ఆ గొప్ప వాళ్ళంతా మనకు చెప్పేది అదే. మాణిక్యేశ్వరి మాత కూడా ఖచ్చితంగా హింసతో కూడుకున్నటువంటి మాంసాహారం తినవద్దు అని చెప్పారు. అటువంటి ఆహారం ఎటువంటి పరిస్థితుల్లో కూడా తినకూడదు. ఆహారం విషయంలో చాలా జాగ్రత్త వహించాలి అన్నారు. పత్రికారు కూడా ఈ విషయమే మనకు అస్తమాను చెప్తూ ఉంటారు, గట్టిగా చెప్తూ ఉంటారు. ఈ జీవహింస మాన్పించడానికి, హింస జరగకుండా చూడడానికే నేను ఈ భూమి మీదకు వచ్చింది అంటారు. అలాగే అందరిని శాకాహారులుగా చేయడానికే వచ్చింది అంటారు. అంత నిక్కచ్చిగా చెబుతారు.

అసలు వాటి తరుపున నేను వకాల్తా తీసుకొని వచ్చాను అంటారు. నా టాప్ ప్రయారిటీ హింస మాన్పించడమే. నేను యాభై వేల పుస్తకాలు

చదివాను. వాటన్నింటినీ నేను మిక్సీలో వేశాను. వాటి సారం రెండు వాక్యాలు వచ్చాయి. “హింస ఛోడో, హంస పకడో.” హింస ఛోడో అంటే హింసను మానాలి అంటే ఆహారం కోసం చేసేటువంటి హింస మానాలి. హంస పకడో అంటే శ్వాసని పట్టుకోవాలి. అంటే ధ్యానం చెయ్యాలి అని చెప్పారు.

ఇంకా ఆయన ఏమంటారంటే నువ్వు ధ్యానం చెయ్యకపోయినా పర్వాలేదు, హింస మటుకు మానేయమంటారు. “జ్ఞానం” కంటే “మాంసాహారం” మానివేయమని దానికి “టాప్ ప్రయారిటీ” ఇచ్చారు. “హింస ఛోడో” అన్నదానికి టాప్ ప్రయారిటీ ఇచ్చారు. అదే మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్తున్నారు. ఎందుచేతనంటే పత్రిగారు అది పాపం అని చెప్తారు. ఒక జీవిని హింసించడం పాపం. చాలామంది పాపం చేయకూడదు అంటారు. అసలు పాపం అంటే ఏమిటి? దొంగతనాలు చేయడమా? అబద్ధాలు మాట్లాడమా? అన్నింటికంటే పెద్ద పాపం “హింస చేయడమే.” అన్నింటికంటే ఘోరమైన పెద్ద పాపం హింసే!

పాపమంటే మన వల్ల ఇతరులకు నష్టం కానీ, కష్టం కానీ, బాధ కానీ ఏ మాత్రం కలిగినా దాన్ని “పాపం” అంటారు. మరి మీరు హింస చేస్తే దాని శరీరానికి బాధేగా. అందుచేత ఒక జీవిని చంపడం, హింసించడం అన్నది పాపం. అందుకే పత్రిగారు... “పెద్దపెద్ద పాపాలు చేస్తే పెద్ద పెద్ద రోగాలు - చిన్న చిన్న పాపాలు చేస్తే చిన్న చిన్న రోగాలు - రకరకాల పాపాలు చేస్తే రకరకాల రోగాలు” అంటారు. పాపాలు చేయడం ఎందుకు? రోగాలు తెచ్చుకోవడం ఎందుకు? రోగాలు వచ్చాయని ఏడుస్తూ కూర్చోవడం ఎందుకు? పాపాలే చేయకపోతే ఈ రోగాలు రావు కదా! అందుచేత ఆయన చెయ్యొద్దు అని చెప్తారు.

అంతటి మహానుభావులు సృష్టి రహస్యాలు అన్నీ తెలుసుకున్నవారు

ఊరికినే చెప్పరు. చెప్పారు అంటే కచ్చితంగా చెప్పింది సత్యమైతేనే చెబుతారు. నిర్లక్ష్యం చేస్తే నష్టపోయేది మీరే, మీరు నష్టపోకూడదు. అలాంటి వాళ్ళ దగ్గరికి ఎందుకు వెళ్తారు? వాళ్ళ దగ్గరికి వెళ్తే మంచి జరుగుతుందనేగా! మంచి ఎలా జరుగుతుంది? వాళ్ళు ఇచ్చే మంచి సందేశాలు “ఆచరణలో” పెడితే జరుగుతుంది. వాళ్ళేదో ఆశీర్వాదిస్తే, మీరు ఇంకా పాపాలు చేస్తూ ఉంటే వాళ్ళ దగ్గరికి వెళ్ళినా ఉపయోగం ఏమిటి? అందుచేత అటువంటి సద్గురువులు, గొప్పవారు, మహాత్ములు దగ్గరికి మీరు వెళ్ళారు అంటే వాళ్ళు ఇచ్చే సందేశం ఏంటో దాని మీద దృష్టి పెట్టండి.

వాళ్ళు మిమ్మల్ని ఆశీర్వాదించారా? లేదా? వాళ్ళ కాళ్ళు మీరు పట్టుకున్నారా లేదా? అది కాదు. పత్రిగారు చెప్తూ ఉంటారు నా కాళ్ళు పట్టుకుంటే ఏముంది? నేను ఆశీర్వాదిస్తే మటుకు ఏమొస్తుంది? “నేను చెప్పింది ఆచరించండి.” అదే ఆయన చెప్పేది. వారు చెప్పే మాటల్లోనే అంతర్థాలు మనం తెలుసుకోవాలి. హింసను వదలాలి. హింసతో కూడుకున్న ఆహారం మానాలి. చాలామంది దాని రుచికి అలవాటు పడి మానలేరు కానీ మెల్లిమెల్లిగా ఇది అర్థం చేసుకుంటే మానేయొచ్చు. పత్రిగారు వచ్చిన తర్వాత కొన్ని లక్షల మంది మానేశారు. మాంసాహారం తినే అలవాటు ఉన్నవారు ఎంతోమంది మానేశారు.

నిజంగా కూడా ఈ కష్టాలు, ఇవన్నీ వచ్చినవారిని ఎక్కువమందిని మనం కనుక చూస్తే ఖచ్చితంగా వాళ్ళు 30 ఏళ్ళ నుంచి, 40 ఏళ్ళ నుంచి, 50 ఏళ్ళ నుంచి ఈ జీవహింస చేస్తున్నవారే. ఎటువంటి హింస చేస్తారో అలాంటి నరకం అనుభవిస్తూ ఉంటారు. ఓకే! ఆ బాధలతోటి వచ్చినవారు మానమంటే వెంటనే మానేస్తున్నారు. అర్థం చేసుకుంటున్నారు, కాస్త వింటున్నారు, వినడానికి కాస్త సుముఖత చూపిస్తున్నారు. మన సరదాలు ముఖ్యం కాదు. ఇప్పుడు సరదాగానే ఉంటుంది తర్వాత నరకం ఉంటుంది.

మాస్టర్ల దగ్గరకి కూడా వెళ్ళి ఈ రోగం పోవాలంటే, ఈ కష్టం పోవాలంటే ఎలాగండి అని అడుగుతారు. సంకల్పం పెట్టమంటారా? లేకపోతే ఏం చేయమంటారు? ఎంతసేపు ధ్యానం చేయమంటారు? ఇలా మాట్లాడతారు. కానీ అవి చేస్తే, ఇవి చేస్తే కాదు. ముందు మీరు చేయకూడని పని మానాలి. మీరు చేసేది తెలుసుకోవాలిగా! మీరు చేసే తప్పు తెలుసుకొని దాన్ని సరి చేసుకుంటే అక్కడే కొంత మీకు దాని ప్రభావం పోతుంది. ఎప్పుడైతే మానేశారో, ఇంక జీవితంలో అలాంటి తప్పు చెయ్యరో దాని ప్రభావం పోతుంది.

అందుకే పత్రిగారు “గతం అవగతం అయితే విగతం అవుతుంది అంటారు.” గతం అంటే గతంలో మీరు చేసుకున్నటువంటి ఈ హింస మీరు అర్థం చేసుకొని దాన్ని ఇంకా ఎటువంటి పరిస్థితుల్లోనూ నా జీవితంలో నేను చెయ్యను అని నిర్ణయించుకున్నప్పుడు ఎన్ని మొహమాటలున్నా, ఎన్ని ఒత్తిడిలు ఉన్నా, ఏమి ఉన్నా చేయనప్పుడు దాని యొక్క ప్రభావం పోతుంది. అటువంటి జ్ఞానం మీరు పొందినప్పుడు విగతమైపోతుంది అదే పత్రిగారు చెప్తారు. అదే కదా! శ్రీకృష్ణుల వారు చెప్పింది “జ్ఞానాన్ని దగ్ధ కర్మాణం” ఆ పాప కర్మలు నీవు పొందినటువంటి ఈ జ్ఞానంతో దగ్ధం అయిపోతాయి.

అందరికీ ఉన్న అపగాహన ఏమిటి అంటే ఏదో రోగం వస్తే డాక్టర్ల దగ్గరకి వెళ్ళే సరిపోతుంది కదా అంటారు. కానీ ఎందుకొచ్చిందో ఆలోచించరు! మీరు చేసే అటువంటి హింసే కదా ఈ రోగానికి కారణం. ఇంకా అది రాకుండా ఉండాలి అంటే అది మానేయాలి కదా? ఏదో మందులు వేసుకుంటే నాలుగు రోజులకు తగ్గింది అని మళ్ళీ మొదలు పెడితే చివరికు ఇంతకన్నా ఎక్కువ వస్తుంది. అందుచేత అటువంటి హింసతో కూడుకున్న మాంసాహారం తినవద్దు అని మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్పారు.

“శుద్ధ శాకాహారాన్ని తీసుకోండి”

ఇదే పత్రిగారు మనకు చెప్తారు “సాత్వికమైన శాకాహారం, అదే శుద్ధమైన శాకాహారం అంటారు.” అంటే రజోగుణ ప్రధానమైన, తమోగుణ ప్రధానమైన శాకాహారాలు తీసుకోకూడదు. చాలామంది మేము మాంసాహారం మానేశాము అంటారు కానీ శాకాహారం తీసుకుంటున్నా అందులో కూడా తమోగుణ, రజోగుణ ప్రధానమైన ఆహారాలు ఉంటాయి. అవి కూడా తీసుకోవద్దు. పత్రిగారు మనకు చెబుతున్నారు.

ముఖ్యంగా శాకాహారంలో “వెల్లుల్లిపాయ” రజో గుణాన్ని కలిగిస్తుంది. ఎవరైనా సరే శాకాహారంలో వెల్లుల్లిపాయ తీసుకోకూడదు. ఈ గార్లిక్ మాంసాహారం తీసుకుంటే ఏ గుణం కలుగుతుందో ఆ రజోగుణాన్ని కలిగిస్తుంది. మానవునికి నష్టం కలిగించేవి ఈ రెండు గుణాలే. తమోగుణం, రజోగుణము. అందుచేత తమోగుణ, రజోగుణ సంబంధమైన ఆహారాలు మానేయాలి, సాత్విక గుణ ప్రధానమైన ఆహారాలే తీసుకోవాలి. తమోగుణ ప్రధానమైన ఆహారాలు తెలుసుకుందాం:

- ◆ నిల్వ ఉన్న, పాసిపోయిన, పులసిపోయిన, చెడిపోయినటువంటి ఆహారాలు తినొద్దు అని పత్రిగారు చెప్తారు.
- ◆ వండి ఫ్రిడ్జ్ లో ఉంచినవి తినొద్దు అంటారు.
- ◆ చాలామంది రాత్రి వండి ప్రొద్దున తింటూ ఉంటారు. చద్దన్నంలాంటివి వద్దు అంటారు.
- ◆ ఎప్పటికప్పుడు వండుకొని తినమంటారు.
- ◆ కొంతమంది ఈ కూరలు ప్రొద్దున చేసి మిగిలితే ఫ్రిజ్లో పెట్టి మళ్ళీ వెచ్చబెట్టుకుని తింటారు. ఆయన అలా కూడా వద్దు అంటారు.
- ◆ ఇడ్లీలు మిగిలిపోతే ఫ్రిడ్జ్లో పెట్టి మర్నాడు దానిని ఉప్పా కిందో, దేని కిందో చేస్తారు. పప్పు మిగిలిపోతే మర్నాడు సాంబార్ చేస్తారు.

◆ అలాగే పెరుగు పులిసిపోతే కాస్త ఉప్పు వేసుకుని తినేస్తూ ఉంటారు.

ఇలాంటివన్నీ తినొద్దు అంటారు. ఇవన్నీ తమోగుణాన్ని కలిగిస్తాయి. అందుచేత నేను ఎక్కడికి వెళ్ళినా ఆహారం విషయంలో చాలా జాగ్రత్త తీసుకోమంటాను. ధ్యానానికి మీరు ఎంత శ్రద్ధ వహిస్తున్నారో, ఆహారం విషయంలో అంత శ్రద్ధ వహించాలి అని చెప్తారు. రుచికి బానిస కాకూడదు, మీరు తీసుకునే ఆహారం మీకు లాభం కలిగించాలి. మీ సాధనని మెరుగు పరిచేట్టుగా ఉండాలి, నష్ట పరచకూడదు. ధ్యాన సాధన చేయడం అంటే ఎంతో కష్టం. ఇంత కష్టపడి ధ్యాన సాధన చేసి ఆహారం విషయంలో నియమాలు పాటించకపోతే నష్టపోయేది మీరే!

అందుకే నేను, మా మేడం కంపల్సిగా ఈ ఆహార నియమాల గురించి మూడు రోజుల క్లాసులలో చెప్తాము. మా మేడం ఆహారం విషయంలో చాలా లోతుగా చెప్తారు. అంత శుద్ధమైన శాఖాహారం తీసుకోవాలి. కారణం మేము పాటించేది అదే, అవే అందరికీ చెప్తాం. మేము పత్రిగారి నుంచి నేర్చుకున్నాం. మేము ఎక్కడ పడితే అక్కడ తినం, ఏ ఊరు వెళ్ళినా సరే చాలా జాగ్రత్తగా ఉంటాం.

◆ చాలామంది ఏం చేస్తారంటే మాంసాహారం హోటల్ కి వెళ్ళి అక్కడ శాకాహారమే తింటారు. శాకాహారమే తిన్నాం అంటారు. తిన్నది శాకాహారమే కానీ అక్కడ ఉండే పాత్రలు కలిసిపోతాయి.

◆ ప్యూర్ శాకాహార హోటల్స్ కి వెళ్ళి తీసుకోవాలి. అక్కడ కూడా ప్యూర్ గా శాఖాహారమే ఉంటుంది కానీ వెల్లుల్లిపాయ వాడతారు. అటువంటప్పుడు మీరు వెల్లుల్లిపాయ వాడే ఐటమ్స్ తప్ప మిగతావి వేరే ఏమైనా తీసుకోవచ్చు. ఎంచక్కా రైస్, పెరుగుతో తినొచ్చు. ఆ పూటకి గడిచిపోతుంది.

◆ మర్నాడు మీరు ఇంటికి వెళ్ళినప్పుడు మామూలుగా చేసుకోవచ్చు. లేకపోతే పండ్లు తీసుకోవచ్చు, పాలు తీసుకోవచ్చు. ఇలా ఉత్తి పాల

మీద, పళ్ళ మీద జీవించే వాళ్ళు ఎంతోమంది ఉన్నారు.

ఏది ఏమైనా కష్టపడి సంపాదించుకున్న శక్తిని కోల్పోకూడదు. మీరు ఎంతో ధ్యానం చేసి సంపాదించిన శక్తి మీరు తీసుకునే ఆహారం వలన కోల్పోతారు. ఎన్నాళ్ళు ధ్యానం చేసినా మళ్ళీ మొదట్లోనే ఉంటారు. అలా ఎందుకు నష్టపోవాలి? సాధన చేయడానికి ఎంతో కష్టపడుతున్నారు. ధ్యానంలో కూర్చోవడం అంటే ఆషామాషీ కాదు. ఆలోచనలు తట్టుకుంటూ అలా కూర్చోవడం అంటే సామాన్యమైన విషయం కాదు. ఏవైనా తేలికగా చేయగలరు. కానీ కళ్ళు మూసుకుని కూర్చోవడం అంటే చాలా కష్టం. రాత్రి నిద్రలో కళ్ళు మూసుకొని పడుకుంటారు, అది వేరు. అప్పుడు కూడా ఊరికే పడుకోగానే నిద్ర రాదు. మరి ధ్యానం మెలుకువ స్థితిలో, ఎరుక స్థితిలో కళ్ళు మూసుకుని ఉండడం సామాన్యమైన విషయం కాదు.

అంత కష్టపడి శక్తి సంపాదిస్తున్నారు. ఆ శక్తి మీకు ఎంతో లాభిస్తుంది. నేను, మేడమ్ ఇంచుమించు 95 పుస్తకాల దాకా వ్రాశాము. మీరు చదివితే రెండు, మూడేసి పేజీలలో ఒక్కొక్క లాభం ఉంటాయి. అలా నా పుస్తకాలలో వందల లాభాలు వ్రాశాను. ధ్యానంలో అన్ని లాభాలు ఉన్నాయి. అసలు ఏ సమస్య అయినా సరే జీవితంలో పరిష్కారం రెండే రెండు సాత్వికమైన శాఖాహారం, అలాగే “స్వాస మీద ధ్యాన ధ్యానం”.

అందుచేత మాజీక్యేష్వరి మాత చాలా గొప్పగా శుద్ధమైన శాకాహారాన్ని తీసుకోమని చెప్పారు. పత్రిగారు చెప్పినట్టు సాత్వికమైన శాకాహారం, మా మేడం ఇంకా చాలా లోతుగా “పాత్ర శుద్ధి - పదార్థ శుద్ధి - పాక శుద్ధి” అని చెప్పారు. మీరు ఇంత లోతుగా పాటిస్తూ తమోగుణ ప్రధానమైన, రజోగుణ ప్రధానమైన ఆహారాలు మానేయాలి.

○ “పాత్రశుద్ధి” అంటే మీ ఇంట్లో కొంతమంది మాంసాహారం తింటూ ఉంటారు. కొంతమంది మానేస్తూ ఉంటారు. వాళ్ళంతా తిన్న ఆ పాత్రలలో మీరు తింటే ఉపయోగం లేదు.

- సహజంగా మీ ఇంట్లో జాగ్రత్తగానే ఉంటారు, కానీ చుట్టూల ఇంటికి వెళ్ళినప్పుడు అక్కడ ఆ పాత్రలే వాడుతూ ఉంటారు. ఆ కంచాలలోనే పెడతారు, ఆ గిన్నెలోనే మనకు శాకాహారం వండుతారు. అందుచేత ఏం లాభం లేదు. మీరు ఆరు మాసాల నుంచి చేసేటటువంటి సాధన కూడా పోతుంది. అందుచేత మీ పాత్రలు మీరు పట్టుకెళ్ళవలసిందే.
- ఇంట్లో కూడా ఇద్దరూ శాకాహారులు కాకపోతే మీ పాత్రలు వేరే పెట్టుకోండి. మీ పాత్రలలో మీరు వండుకోండి. ఎందుచేతనంటే భార్య భర్తలు ఇద్దరూ పూర్తిగా శాకాహారులు కాకపోవచ్చు. భర్త ధ్యానంలోకి వస్తే భార్య రాని కుటుంబాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. భార్య ధ్యానంలోకి వస్తే భర్త రాని కుటుంబాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. దానికి ముఖ్య కారణం వారి యొక్క “ఆత్మస్థితే” కారణం.

ఎవరైతే 250 నుంచి 300 జన్మలు దాటి వచ్చి ఉంటారో వారే రాగలరు. మాణిక్యేశ్వరి మాత మనమంతా ఆత్మలం అన్నది. భార్య, భర్త ఆత్మలే, ఆ పిల్లలు ఆత్మలే, అందరూ ఆత్మలే. ఎక్కువ జన్మలు తీసుకున్న వారికి కొంత ఈ అవగాహన ఉంటుంది, తక్కువ జన్మల్లో ఉన్నవారికి ఈ అవగాహన ఉండదు. అందుచేత వారికి ఏమీ అర్థం కాకపోవచ్చు. ఎక్కువ జన్మల్లో ఉన్నవారు ఇది అర్థం చేసుకుంటారు, మానేయాలని నిర్ణయించుకుంటారు.

అందుచేత వాళ్ళు మానకపోవచ్చు, అదేమీ విశేషం కాదు. వాళ్ళతో గొడవలు పడాల్సిన పని కూడా ఏమీ లేదు. ఎవరు చేసుకున్నది వారే అనుభవిస్తారు. ఊరికే అందరూ కలిసి ఉన్నారు, కాబట్టి నా భర్త, నా పిల్లలు అనుకుంటారు. కానీ ఇక్కడి వరకే తర్వాత మళ్ళీ ఒకరికొకరికి సంబంధమే లేదు. శరీరాలు వదిలాక ఎవరు ఏ లోకానికి పోతారో? తెలియదు.

“మీరు చేయవలసిన పనులు, ప్రేమతో, అంకిత భావంతో చెయ్యండి”

మాణికేశ్వరి మాత గొప్ప యోగీశ్వరురాలు. మరి ఇటువంటి యోగులు భూమి మీదకు వచ్చినప్పుడు అందరి మంచి కోసం, అందరి లాభం కోసం ఎన్నో సందేశాలు ఇస్తూ ఉంటారు. వారు లోక కళ్యాణం కోసం జీవిస్తూ ఉంటారు. లోకంలో మానవుల్ని సరైన మార్గంలో, మంచి మార్గంలో నడిపించడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు, కృషి చేస్తూ ఉంటారు.

ఎవరైతే వారి యొక్క సందేశాలను జాగ్రత్తగా వింటూ వాటిని ఆచరణలో పెట్టడానికి ప్రయత్నం చేస్తారో, మరి జీవితంలో ఖచ్చితంగా వారు దుఃఖ తొలగించుకోవడమే కాదు, ఎంతో ఆనందంగా జీవిస్తారు. అందుచేత వారు చెప్పినటువంటి సందేశాలని మనం ఊరికే విని వదిలేయడం కాదు, వ్రాసుకోవాలి, వాటిని లోతుగా విశ్లేషణ చేసుకోవాలి. వారి ఒక్కొక్క మాటలో ఎంతో అర్థం ఉంటుంది, ఎంతో సందేశం ఉంటుంది. అందుచేత అవన్నీ మనం తెలుసుకుంటూ ఉండాలి.

ఇంతకుముందు సందేశాలలో మాణికేశ్వరి మాత “నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో” అన్నారు. ఇది చాలా చాలా ముఖ్యం. ప్రతి ఒక్కరూ ఎవ్వరైనా సరే ముందు ఇది తెలుసుకోవాల్సిందే. ఇది తెలుసుకోకపోతే జీవితమంతా అస్తవ్యస్తం, చేసినవన్నీ వృధా కాబట్టి మనల్ని మనం తెలుసుకోవాలి.

కారణం ఈ దేహం మీరు కాదు, మీరు ఆత్మలు. రమణమహర్షి గారు కూడా ఎవ్వరు వచ్చి సమస్యలు అడిగినా నువ్వు ఎవరో తెలుసుకో? అంటూ అదే ప్రశ్న అడుగుతూ ఉంటారు.

ముందు అది తెలుసుకున్నాక అప్పుడు మాణికేశ్వరి మాత ఏమి చెప్పారంటే? “మీరు చేయవలసిన పనులు, ప్రేమతో, అంకిత భావంతో చెయ్యి” అని చెప్పారు.

అందుచేత మీరు ఎవరో తెలిస్తేనే మీరు చేయవలసిన పనులు తెలుస్తాయి. దేహం మీరు అయితే డబ్బు సంపాదించి హాయిగా సుఖపడొచ్చు, కానీ మీరు ఆత్మ అని అర్థం అయినప్పుడు మీరు చేయవలసిన పనులు ఏమిటో మీకు తెలుస్తుంది.

ఆత్మ అయినప్పుడు ఆత్మోన్నతికి కావలసినటువంటి జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవాలి, దానికి కావలసినటువంటి ధ్యాన సాధన చేయాలి, ఇంకా ఆత్మజ్ఞాన పుస్తకాలు చదువుతూ ఉండాలి, అటువంటి జ్ఞానాన్ని బోధించే వారి సందేశాలు వింటూ ఉండాలి, ఆ మార్గంలో సేవలు చేస్తూ ఉండాలి. జ్ఞాన సంబంధమైనవన్నీ అంకిత భావంతో చేయాలి. ఏదో చేసాము అన్నట్టు కాదు, చేశాము అంటే దాని ఫలితం పొంది తీరాలి, అదే ఆవిడ చెప్పారు.

ఆహారం గురించి ఆమె ఏమన్నారంటే “మీరు తినే ఆహారం మీ ఆలోచనలు, మాటలు, చేష్టలు అన్నిటిని ప్రభావితం చేస్తాయి. అందుచేత ఆహారం విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి” అన్నారు. ఎందుకంటే మీరు తినే తిండిని బట్టే మీ మనసు తయారవుతుంది, మీ మనసును బట్టే మీ పనులు ఉంటాయి, పనులను బట్టే ఫలితాలు ఉంటాయి. అందుచేత ఆహారం విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి, పత్రిగారు కూడా అదే చెప్తూ ఉంటారు.

ఇంకా “హింసతో కూడుకున్నటువంటి మాంసాహారం తినొద్దు” అన్నారు. కారణం వాటిని హింసించడం, వాటిని బాధ పెట్టడం. అన్నది చాలా పాపం. ఆ పాప ఫలితం రోగాల రూపంలో మీరు అనుభవించాలి అందుకే ఆమె మాంసాహారం వద్దు అన్నారు.

ఇంకా “శుద్ధ సాత్విక మైన శాకాహారాన్ని తీసుకోమన్నారు.” పత్రిగారు కూడా సాత్వికమైన శాకాహారం అని చెప్పారు. రజోగుణ ప్రధానమైన, తమోగుణ ప్రధానమైన ఆహారాలు వద్దని చెప్పారు.

“మీ ఆహారాన్ని అందరితో పంచుకోండి”

మాజీక్యేవ్వరి మాత “మీ ఆహారాన్ని అందరితో పంచుకోండి” అని చెప్పారు. మనకున్న దాన్ని అందరితో పంచుకోవాలన్నారు, ఎవరైనా వస్తే వీలైనంత వాళ్ళకి పెట్టాలన్నారు.

ఇంకా “అన్నదానాలకు సహకరించాలి”. అంటే మనకున్న దాంట్లో కొంత ఎక్కడైనా అన్నదానాలు చేస్తూవుంటే వారికి సహకరించ మన్నారు. పత్రిగారు కూడా ఎక్కడ ధ్యాన కార్యక్రమాలు జరుగుతున్నా అక్కడ జరిగే అన్నదానాన్ని ప్రోత్సహిస్తారు. ఆయన పెద్ద పెద్ద ధ్యాన కేంద్రాలు నిర్మిస్తూ ఉంటే అక్కడ ఒక అన్నదాన కమిటీ ఏర్పాటు చేసి ఉచితంగా అన్నదానం జరిగేటట్టు అందరికీ ఆదేశాలు ఇస్తూ ఉంటారు. అందుచేత పత్రిగారు చెప్పినట్లే మాజీక్యేవ్వరి మాత కూడా అన్నదానానికి సహకరించమని చెప్పారు.

ఇవన్నీ పాటిస్తూ ఉంటే జీవితం ఎందుకు బాగోదు. వారు అంటే యోగులు, బాగా అధ్యయనం చేసినవారు, సృష్టి గురించి, సృష్టి నియమాల గురించి, సృష్టి ధర్మాల గురించి, సృష్టిలో ఉన్నటువంటి అన్ని విషయాలు ఆకళింపు చేసుకున్నవారు. వారు పైకి ఊరికే అలా కనపడతారు కానీ వారు ఎంతో గొప్పవారు. అందుచేత అటువంటి వారు చెప్పిన దాన్ని మనం కొంతైనా పాటించాలి.

అందుకే శిరిడీ బాబా ఆలయాలలో అన్నదానాన్ని చేస్తూ వుంటారు. తిరుమలలో కూడా ప్రతిరోజూ వేల మందికి అన్నదానం జరుగుతుంది. అన్నదానంలో వున్న రహస్యం యోగులకు తెలుసు కాబట్టే అన్నదానాన్ని ప్రోత్సహిస్తారు.

“మీ శరీరాన్ని ఇంటిని పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోండి.”

ఇది కూడా చాలా ముఖ్యం, పత్రిగారు ఇదే చెప్తూ ఉంటారు. అలాగే పతంజలి మహర్షి కూడా ఇదే చెప్పారు. ఎవరు చెప్పినా ఇదే చెప్తారు. రోజు స్నానం చేస్తూ శరీరాన్ని శుభ్రంగా ఉంచుకోవడమే కాదు, ఉతికిన బట్టలు వేసుకోవాలి. ఎందుకంటే ధ్యాన సాధన చేసే వాళ్ళకి ఇవన్నీ అవసరం. శుభ్రంగా అంటే మనం ఏం మేకప్లు చేసుకోనక్కర్లేదు, ఏదో ఖరీదైన బట్టలు కట్టుకోవాల్సిన పని లేదు, గొప్ప డెకరేషన్లు చేసుకోనక్కర్లేదు, మ్యాచింగ్ లు అన్నీ చూసుకోనక్కర్లేదు, శరీరాన్ని శుభ్రంగా వుంచుకోండి.

అలాగే ఇంటిని కూడా పరిశుభ్రంగా ఉంచాలి, బూజులు లేకుండా, దుమ్ము లేకుండా ఉంచుకోవాలి, ఆహ్లాదంగా ఉండాలి. దానికి డెకరేషన్ అక్కరలేదు, ఎంత శుభ్రంగా ఉంటే అంత నీట్ గా ఉన్నట్టు లెక్క.

ఎంత శుభ్రంగా ఉంటే ఉండడానికి, సాధనకు అంత ఆహ్లాదంగా ఉంటుంది. అందుచేత ఇల్లు, ఇంటి చుట్టుప్రక్కల పరిసరాలు కూడా కాస్త శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. అదే మాణిక్యేశ్వరి మాత ఇచ్చినటువంటి అద్భుతమైన సందేశం. ఆధ్యాత్మికంగా ఎదగాలన్నా, ఆత్మైన మీకు లాభం చేకూరాలన్నా, మీకు ఈ జ్ఞానం పెరగాలన్నా మరి అటువంటి యోగులు ఇచ్చినటువంటి సందేశాలను పాటించడానికి ప్రయత్నం చేయాలి.

“అతిగా నిద్రపోవద్దు.”

మాణిక్యేశ్వరి మాత అతిగా నిద్రపోవద్దు అన్నారు. ఎందుచేతనంటే ఊరికే అతిగా తింటే అతిగా నిద్ర వస్తుంది. శరీరానికి అతి అన్నది అవసరం లేదు. ఏసీలు వేసుకుని హాయిగా పడుకుంటే సుఖంగానే ఉంటుంది, కానీ ఆత్మైన మీకు కావాల్సినవి, చేసుకోవాల్సినవి ఎన్నో ఉన్నాయి. మరి అవన్నీ చేసుకోకుండా ఊరికే నిద్రపోతే జీవితం వృధా చేసినట్టే కదా? అందుచేత అతిగా నిద్రపోవద్దు అని ఆవిడ చెప్పారు.

“మీ మనసును, శరీరాన్ని చెడగొట్టే వ్యసనాలకు బానిస కాకండి”.

మాణిక్యేశ్వరి మాత ఇంకా ఏమన్నారంటే మీలో ఉన్నటువంటి చెడు తొలగించుకోవాలని, చెడు ఎన్ని రకాలుగా ఉంటుందో కూడా చెప్పడం జరిగింది. ఏదో హింస ఒకటి మానేస్తే, అంటే మాంసం తినడం మానేస్తే చెడు అంతా పోయినట్టు కాదు. ఎన్నో రకాల చెడులు ఉన్నాయి, చెడు మాటలు, చెడు ఆలోచనలు, చెడు పనులు, చెడు అలవాట్లు, చెడు గుణాలు, చెడు వ్యసనాలు కూడా ఏమీ ఉండకూడదు. ఈ చెడు వ్యసనాలు మీ “మనసుని” ప్రభావితం చేస్తాయి. మీ శరీరాన్ని, ఆరోగ్యాన్ని కూడా పాడు చేస్తాయి, సాధన చేయలేరు, మెల్లిమెల్లిగా మీ జీవితం, వృధా అయిపోతుంది.

“త్రాగుడు”

ముఖ్యంగా చెడు వ్యసనాల్లో “త్రాగుడు” ఇది చాలా చాలా ప్రమాదకరమైనది. ఈ “సారా అన్నది ప్రకృతి విరుద్ధం.” నీరు అన్నది ప్రకృతి సహజ సిద్ధం. నీరు ఎంత ఎక్కువ త్రాగినా అది శరీరానికి మంచిదే. కారణం శరీరము 75% నీటితో నిండి ఉంది.

పంచభూతాలతోటే శరీరం తయారు చేయబడింది. ఆ పంచ భూతాల్లో నీరు ఒకటి. అందుచేత అటువంటి శరీరానికి నీరే ఎక్కువ ఇవ్వాలి. విరుద్ధమైనది ఇస్తే ఆ శరీరం పాడైపోతుంది, చెడిపోతుంది. అంతేకాదు మనసు మీద కూడా దాని ప్రభావం పడుతుంది. పెట్రోల్ కార్లో కిరసనాయిలు వేస్తే ఆ కారు చాలా తొందరలోనే బోరుకి వస్తుంది. అలాగే నీరు పోయవలసిన ఈ శరీరంలో సారా పోస్తే శరీరం కూడా తొందరగా చెడిపోతుంది.

అంతేకాదు నీరు త్రాగినవారు ఎంతో ఫ్రెష్గా ఉంటారు, ఎంతో తెలివిగా మాట్లాడతారు. కానీ సారా త్రాగినవాడు ఏం మాట్లాడుతున్నాడో

వాడికే తెలియదు, ఏం చేస్తున్నాడో తెలియదు, వాడు చేసే పనులు అవతల వారికి బాధ కలిగిస్తాయి, నష్టాన్ని కలిగిస్తాయి. అది ఎన్నో గొడవలకు దారి తీస్తుంది, అసలు వాడి శరీరం బ్యాలెన్స్ తప్పుతుంది. శరీరాన్ని నడిపించేది మనసు, మనసు బ్యాలెన్స్ లో లేకపోతే శరీరం తూలిపోతూ ఉంటుంది, రోడ్ల మీద పడిపోతూ ఉంటాడు.

వాడు చేయకూడని పనులు చేస్తూ ఉంటే, ఆ ఇంట్లో గొడవ చేస్తే, ఆ భార్య పిల్లలని కొడుతూ ఉంటే వాళ్ళందరికీ నరకమే. అంతేకాదు దాన్ని మానలేక సంపాదించిన డబ్బంతా దానికి పెడతారు. పోనీలే! వాడు సంపాదించుకొని ఖర్చు పెట్టినా పర్వాలేదు. భార్య సంపాదించిన డబ్బు కూడా తీసుకుపోయి దాన్ని తగలేస్తాడు. ఇవ్వును అంటే వాళ్ళని కొట్టడానికి కూడా సిద్ధపడతాడు, ఇలాగ సంసారంలో నరకం చూపిస్తాడు. పిల్లలతో సుఖ సంతోషాలతో ఉండవలసింది, డబ్బు అంతా త్రాగుడికి ఖర్చు పెడితే ఇంట్లో నరకం తప్ప ఏముంటుంది?

సారా అన్నది మనసును ప్రభావితం చేస్తుంది, శరీరాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది, చివరకు ఆరోగ్యాన్ని పాడు చేస్తుంది. మరి వాడికి ఏదైనా అయితే ఇంట్లో వాళ్ళంతా ఎంత బాధపడాలి, ఎంత దుఃఖం అనుభవించాలి. అంతే కాదు శరీరం కండిషన్ లో ఉంటేనే ఈ శరీరంతో ఆత్మకు లాభించే ధ్యాన సాధన చేయగలరు. శరీరం సరిగ్గా లేకపోయినా, మనసు సరిగ్గా లేకపోయినా సాధన ఏలా చేస్తాడు? ఆ టైమ్, ఆ జీవితం అంతా వృధా కదా? అందుచేత ఈ మనసును ప్రభావితం చేసే వ్యసనాలకు బానిస కాకూడదు అని మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్పారు.

“పేకాట, లాటరీలు, గుట్కా, నల్లమందు!”

ఇది అలవాటు అయితే వ్యసనంగా మారిపోతుంది. మొదట్లో బాగానే ఉంటుంది. ఏదో కాస్త కాలక్షేపం అంటారు. సరాదాగా కూర్చోని ఆడుకోవడమే

అంటారు. కానీ అది మెల్లిమెల్లిగా వ్యసనానికి దారి తీస్తుంది. అలా ఎంతమంది జీవితాలు పోయాయి. “లాటరీలు, బెట్టింగ్లు, గుట్కా, నల్లమందు, కొకైన్ ఇవన్నీ వ్యసనాలే.” అలా ఆస్తులు అమ్ముకున్న వాళ్ళు ఉన్నారు. ఎంత ఆస్తి ఉన్నా సరే ఇలాంటివన్నీ కూడా అలవాటు అయితే ఇంక దాంట్లో నుంచి బయటపడలేరు. ఆ టైమ్ కి అది లేకపోతే వాళ్ళ మనసు స్థిరంగా ఉండదు, పిచ్చెక్కిపోతూ ఉంటారు. చేయవలసింది ఒకటి, చేస్తున్నది ఒకటి. ఏమవుతుంది? ఆ జీవితం వృధానే కదా?

అసలు ఆత్మ అయిన వీడు ఎందుకు వచ్చాడు? భూమి మీదకు వచ్చి ఈ శరీరం ఎందుకు తీసుకున్నాడు? “ఈ శరీరంతో ఎన్నో సాధనలు చేసి జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవడానికి, ఈ జ్ఞానంతో మళ్ళీ శరీరం వదిలిన తర్వాత పై లోకాలకి వెళ్ళినప్పుడు అక్కడా ఉన్నతమైనటువంటి స్థితి పొందడానికి, ఉన్న స్థితి నుంచి ఉన్నత స్థితికి, ఉన్న లోకం నుంచి ఉన్నత లోకానికి చేరుకోవడానికి భూమి మీదకి వచ్చాడు.” కానీ వీడు ఈ వ్యసనాలకి బానిస అవ్వడం వల్ల చేయకూడని పనులు చేసి, ఇంకా ఉన్నతమైన స్థితి పొందడం మాట దేవుడు ఎరుగు? చేయకూడని పనులు చేయడం వల్ల ఉన్న స్థితి కూడా కోల్పోవాల్సిన పరిస్థితి వస్తుంది, ఎంతో నష్టపోతాడు.

ఇవన్నీ చేస్తున్నప్పుడు ఏమీ అనిపించదు, ఎంత నష్టపోయాను అని పైకి వెళ్ళాక అర్థమవుతుంది. ఊరికే అనవసరంగా వెళ్ళి వచ్చి జీవితాన్ని ఎంత నష్ట పెట్టుకున్నాను అని పైకెళ్ళి బాధపడతాడు. ఎంత బాధపడినా అంతా అయిపోతుంది, అది ఇక్కడ తెలీయదు, అంతకన్నా ఏముంది? అనుకుంటారు, తాను శరీరమే అనుకుంటారు, శరీరానికి “కానా - పీనా - సోనాయే కదా అనుకుంటారు. ఆ అవసరాలు తీర్చుకుంటూ ఆత్మైన తనకి లాభం కలిగించే సాధనలు చేయరు, అలాంటి పుస్తకాలు చదవరు.

పత్రి సార్ ప్రతి మీటింగ్ లో ఏమి చెప్పినా “శ్వాస మీద ధ్యాస”

ధ్యానం చెయ్యమని చెప్తారు. ఆయన ధ్యానంతో పాటు “స్వాధ్యాయం” అంటే జ్ఞానవంతమైన పుస్తకాలు చదవమంటారు, జ్ఞానులతో సాంగత్యం చేయమంటారు, జ్ఞాన సేవలు చేయమంటారు.

మానవుడు భూమి మీదకి ఊరికే రాలేదు. వచ్చిన వాడు పర్చునెంట్ గా ఇక్కడ ఉండడు. పత్రిగారు “భూమి అన్నది ఒక పాఠశాల” అంటారు. పాఠశాలలో ఎన్నో పాఠాలు నేర్చుకుంటారు. అలాగే భూమి మీద ఎన్నో అనుభవాలు పొందుతూ, ఎన్నో పాఠాలు నేర్చుకుంటూ, జ్ఞానాన్ని పెంచుకుంటారు.

మీరు చనిపోతాను అనుకుంటారు, కాని ఆత్మైన మీరు చావరు. శరీరం వదులుతారు అంతే! ఒంటి మీద బట్టలు ఎలా తీసేస్తారో ఆత్మైన మీరు ముసలిదైపోయిన ఈ దేహాన్ని వదిలేస్తారు. పైలోకాలకి వెళ్ళి ఇంకేం చేయాలో అన్ని ఆలోచించుకుంటారు, కొత్త జన్మ ప్లాన్ చేసుకుంటారు. చేయాల్సింది నిర్ణయించుకొని క్రిందకి వస్తారు.

క్రిందకు వచ్చి ఆ పనులు చేయకపోతే ఆ పనులు చేయడానికి, ఆ పాఠాలు నేర్చుకోవడానికి, ఆ జ్ఞానం పొందడానికి మళ్ళీ ఇంకొక జన్మ తీసుకోవాలి. అందుచేత పత్రిగారు కూడా మీరు ఎప్పుడూ ఒక క్లాసు నుంచి ఇంకో క్లాసులోకి వెళ్ళాలి, అంతేకానీ ఐదవ క్లాసులోనే పదేళ్ళు కూర్చుంటారా? అంటారు.

అలాగే ఒకే పాఠం నేర్చుకోవడానికి మీరు భూమి మీద ఎన్ని జన్మలు తీసుకుంటారు. అలా తీసుకుంటే నీకంటే మూర్ఖుడు, తెలివితక్కువవాడు ఎవడు ఉండడు అంటారు. అందుచేత మీరు అనుకున్నవి చేయాలన్నా, సాధించాలన్నా మీ శరీరం కండిషన్ లో ఉండాలి, అలాగే మనసు కండిషన్ లో ఉండాలి.

అలా రెండు కండిషన్ లో ఉంటే వ్యసనాలకు బానిస కారు. అవి అలవాటు చేసుకునేటప్పుడు బాగానే ఉంటాయి, సరదాగా ఉంటాయి.

అందుచేత అటువంటి వ్యసనాలకు ఎట్టి పరిస్థితిలో బానిస కాకూడదు. అలా అవుతే జన్మే నష్టపోతారు. ఒక జన్మ నష్టపోవడం అంటే చాలామందికి అర్థం కావడం లేదు. ఆ ఏముందిలే మళ్ళీ వస్తాం కదా అనుకుంటారు!

భూమి మీద మానవ జన్మ లభించడం అంటే అది ఎంతో అదృష్టం, అంత తేలికగా రాదు. ఏదో ఊరికే వచ్చేసింది అని చాలామంది చేయకూడని పనులు చేసి, కష్టాలు తెచ్చుకొని, నేను బ్రతకలేను వెళ్ళిపోతాను అంటారు, సూసైడు చేసుకుంటాను అంటారు. భూమి మీదకు వచ్చింది చచ్చిపోయి మళ్ళీ వెళ్ళిపోవడానికా? చచ్చిపోవాలనుకున్నప్పుడు రావడం ఎందుకు? మరల లేనిపోని కొత్త పాపాలు చేయడం ఇంకా ఎక్కువ నష్టపోవడం కోసం రాలేదు. ఎంతో కష్టపడితేనే ఆ దేహం వచ్చింది.

ఎవరైనా సరే గుర్తుపెట్టుకోండి. భూమి మీద మహా ఉంటే ఎనిమిది వందల కోట్ల పై చిలుకు జనాభా ఉన్నారు. ఈ జనాభాలో సగం పురుషులు ఉన్నారు, స్త్రీలలో ముసలివారు, పిల్లలు, అలాగే గర్భం రాని వాళ్ళు ఎంతోమంది ఉన్నారు. అలాగే యవ్వన దశలోకి రాకుండా ఉన్నటువంటి ఆడపిల్లలు ఎంతమంది ఉంటారు? వీటిని బట్టి చూస్తే నిజంగా పిల్లల్ని కనడానికి అర్హత ఉన్నవాళ్ళు ఈ ఎనిమిది వందల కోట్లలో ఎంతమంది ఉంటారు? కానీ మీరు గమనిస్తే పై లోకాలలో ఉన్న కోటాను కోట్ల లోకాలలో మానవాత్మలు ఎన్ని కోట్లు ఉన్నాయో అంతు లేదు!

ఊరికే మనకు ఆ యోగులు, పండితులు ఏమని చెప్తారంటే అందరూ ఇక్కడున్న ఎనిమిది వందల కోట్ల మానవులే అనుకుంటారు. కానీ వెళ్ళిపోయేవాళ్ళు వెళ్ళిపోతూనే ఉన్నారు. వచ్చేవాళ్ళు వస్తూనే ఉన్నారు. అసలు ఎంతమంది ఉంటారు అని చెప్పడానికి “ఈ భూమి మీద ఈ సముద్రాలు, అడవులు, ఎడారులు అన్నీ కూడా ఆ పై లోకాల్లో ఉన్నటువంటి ఆ మానవ ఆత్మలన్నిటికీ సరిపోదట! అంతమంది పైన ఉన్నారట! మరి ఎన్ని కోటాను

కోట్లు మంది భూమి మీద మానవ జన్మ తీసుకోవడానికి ఎదురు చూస్తూ ఉంటారు” ఆలోచించండి!

నేను ఉన్న స్థితి నుంచి ఇంకా ఉన్నత స్థితికి వెళ్ళాలి. ఇంకా ఉన్నత లోకాలు చేరుకోవాలి అనే తపనతో భూమి మీదకు రావాలనుకునే వాళ్ళు ఎన్నో కోట్లమంది ఉన్నారు. వారందరికి భూమిమీద గర్భాలు ఉన్న తల్లులు ఉండాలిగా? భూమి మీద అంత కాంపిటీషన్ ఉంటుంది.

చూడండి ర్యాంక్ ఉన్నవాడికి ఏ కాలేజీ కావాలంటే ఆ కాలేజీలో సీటు వస్తుంది. ర్యాంక్ లేని వాడికి కావలసిన కాలేజీలో సీటు రమ్మంటే రాదు, ఏది ఉంటే అందులోకి వెళ్ళాలి. అలాగే వీడికి అవకాశం ఉన్నా సరే ఏది కావాలంటే అది రాదు. కొంచెం అడ్జస్ట్ అయ్యే శరీరం తీసుకుంటాడు. తీసుకునే ముందు ఒక ప్రణాళికతోటే భూమి మీదకి వస్తాడు వచ్చి ఈ సమాజం, కుటుంబం ప్రభావంలో పడి చేయవలసింది ఒకటి, చేసేది ఒకటి అవుతుంది.

వచ్చిన పని మర్చిపోతాడు, చేయకూడనవి అన్నీ చేసి పైకి వెళ్ళాక బాధపడతాడు, ఈసారి కరెక్ట్ గా నేను చేయాలి అనుకుంటాడు.

ధ్యానం చేయాలని, ధ్యానం చేస్తేనే ఆత్మకు లాభం అని, ధ్యానం చేస్తేనే ఉన్నతమైన స్థితి పొందుతాను అన్న సంగతి పైన తెలుస్తుంది. ఎంత విచారిస్తే ఏం లాభం? మళ్ళీ శరీరం కావాలంటే దొరుకుతుందా? ప్రయారిటీలో వీడికంటే ముందు ఎంతమంది ఉంటారు? అందుకే మానవ జన్మ లభించడం అన్నది దుర్లభం, అంత ఆషామాషి కాదు, అంత తేలిక కాదు. ఎంతో కష్టపడితేనే ఇటువంటి జన్మ లభించింది అన్నది తెలుసు కోవాలి.

పత్రిగారు, మాణిక్యేశ్వరి మాత, చివటం అమ్మవారు, శంకరాచార్యుల వారు, వీరబ్రహ్మేంద స్వామి, వేమన, జీసస్ క్రైస్ట్, మహమ్మద్ ఇలా ఎంతోమంది మహానుభావులు ఉన్నారు. వాళ్ళు చెప్పేది ఒకటి, మానవులు చేసేది ఒకటి. పత్రీజీ, శ్రీ కృష్ణుల వారు, గొప్ప గొప్ప వాళ్ళు బ్రహ్మాండమైన గ్రంథాలు

వ్రాశారు. “భగవద్గీత” ఎంత అద్భుతమైన పుస్తకం, అందులో లేనిదంటూ లేదు. అది అర్థం చేసుకొని ఆచరిస్తే ఇంక ఏమి అక్కర్లేదు. అలా వాటి మీద కొంతైనా దృష్టి పెట్టాలి. కానీ ఎంతసేపు సంపాదించడం, అనుభవించడం చేస్తున్నారు.

ఈ రెండు దేహానికి సంబంధించినవి. కాని దేహం మీరు కాదే! దేహం నేను అనుకుంటూ, దేహ లాభాల కోసం చేయకూడని పనులు చేస్తూ, పాపాలు చేస్తూ, తప్పులు చేస్తూ, ఆ రుచి కోసం హింస చేస్తూ, ఆ మాంసం తింటూ, ఆ పాప ఫలితంగా రోగాలు తెచ్చుకొని, కష్టాలు తెచ్చుకొని, ఎలా బయటపడాలో తెలియక వాడి కాళ్ళమీద, వీళ్ళ కాళ్ళమీద పడి, వాళ్ళని ఆశ్రయించి నానా తిప్పలు పడుతున్నారే? ఆ పెద్దల మాట వింటే ఇన్ని తిప్పలు పడనక్కరలేదు కదా?

మీరు చూస్తే గనుక ఆఖరికి ఈ ధ్యానంలోకి వచ్చేవాళ్ళు కూడా ఎక్కువమంది రోగాలతో వచ్చినవాళ్ళే. ధ్యానం చేస్తే రోగాలు పోతాయని చెప్తే పోతాయని ఆశతో వస్తారు. వీళ్ళు చేసే కొద్దిపాటి ధ్యానంతో ఎక్కడ పోతాయి? అసలు రోగం ఎందుకు వస్తుందో ఎవరు ఆలోచించటం లేదు. ఆ రోగం రావడానికి కారణం తెలుసుకోవటం లేదు. అది తెలిస్తే తాను చేయకూడని పనులేమిటి అన్నది వాళ్ళకి అర్థం అవుతుంది. ఆ జీవుల్ని హింసించడమే శారీరక రోగాలకు కారణం అని పత్రిగారు స్పష్టంగా చెప్తారు.

అందుచేత వాటి జోలికి మనం వెళ్ళొద్దు అంటారు. వాటిని హింసించవద్దు, వాటిని చంపవద్దు, వాటి మాంసం తినవద్దు అంటారు. ఎంత పెద్దవాడైనా సరే నిక్కచ్చిగా చెప్తారు. ఆయన ఏమి సందేహించరు. ప్రతి ఒక్కరికి మానేయమనే చెప్తారు. అసలు నేను భూమి మీదకు వచ్చింది అందరి చేతా మాంసం మాన్పించడానికి, అందరినీ శాకాహారులు చేయడానికి అంటారు. గొప్ప వాళ్ళందరికీ తెలుసు మరి ఇవన్నీ చేయకుండా ఎందుకు

చేస్తున్నాము? ఈ వ్యసనాలకి బానిసైతే “మనసు” పని చేయవలసినట్టు పనిచేయదు, “శరీరం” ఆరోగ్యంగా ఉండదు, జీవితాన్ని నష్టపెట్టుకుంటారు.

అందుచేత మాణిక్యేశ్వరి మాత శరీరాన్ని చెడగొట్టే, మనసును చెడగొట్టే వ్యసనాలకు బానిస కాకండి అన్నారు. తెలుసుకోండి? ఆ మాత్రం బుద్ధి పని చేయదా? తెలివి లేదా? బుర్ర లేదా? ఆ మాత్రం ఆలోచించలేరా? 84 లక్షల రకాల జీవరాశులు భూమి మీద ఉన్నాయి అంటారు. జలచరాలు అవ్వచ్చు, భూచరాలు అవ్వచ్చు. కీటకాల నుంచి ఏనుగుల దాకా ఏదైనా సరే ఎన్ని రకాలు ఉన్నాయో! అన్నిటి కంటే వేటికి లేని గొప్ప లక్షణం మానవుడికి ఇవ్వబడింది. అదే “తెలివి, ఆలోచించే శక్తి”. అందుకే ఇన్ని కనిపెడుతున్నాడు, ఇన్ని సృష్టిస్తున్నాడు. ప్రపంచం ఎంత గొప్పగా అభివృద్ధి చెందుతుంది చూడండి, ఊహించనంత గొప్పగా తయారవుతుంది, ఆ తెలివి ఉంది మరి దాన్ని ఉపయోగించాలి.

ఎవ్వడికీ ఇవ్వనంత సృష్టికర్త “మానవుడికే” ఇవ్వడం జరిగింది. అందుకే మానవుడు గొప్పవాడు అయ్యాడు, మానవ జన్మ గొప్పది అంటారు. అంత గొప్ప జన్మ మీరు తీసుకున్నారు. అందుచేత సరదా కోసమైనా సరే వ్యసనాలకు బానిస కాకండి. సిగరెట్లు కాల్చడం, పేకాడడం, వ్యభిచారం లాంటివాటి జోలికి వెళ్ళకండి, నీ సరదా తీరడానికి, కోరిక తీరడానికి భార్య లేదా? నీకు ఎంతమంది కావాలి?

భూమి మీదకు దేనికోసం వచ్చావు? చేయవలసిన పనిమీద దృష్టి పెట్టు, ఈ జన్మలో భార్యతో హాయిగా ఉండు, పిల్లలతో సరదాగా ఉండు, నీ అవసరాలన్నీ తీరుతాయి. భార్యకు భర్త వల్ల అవసరాలన్ని తీరుతాయి, భర్తకు భార్య వల్ల అవసరాలన్ని తీరుతాయి. అందుచేత వ్యసనాలకు బానిస కాకండి, అదే మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్తున్నారు.

“మాటల ద్వారా, చేతల ద్వారా ఎవ్వరినీ హింసించవద్దు”

మీ మాటల ద్వారా అంటే తిట్టడం, విమర్శించడం, నష్టపరచడం, అవమానించడం, హేళన చేయడం, తప్పుగా మాట్లాడడం చేయవద్దు.

వారెవరో, మీరు ఎవరో తెలుసుకోక, వారు వేరే కులం అంటూ, వేరే కుటుంబం అంటూ, వేరే మతం అంటూ, వేరే దేశం అంటూ వాళ్ళని ద్వేషిస్తూ, ఆ ద్వేషంతో అనుచితంగా ప్రవర్తిస్తున్నారు. అలా వాళ్ళ మీద కక్ష సాధింపులు, వేధింపులు ఇవన్నీ చేస్తే చివరకు వీటన్నిటి కర్మల ఫలితంగా ఎప్పుడో ఒక్కప్పుడు మీరే అనుభవించాల్సి వస్తుంది. సృష్టిలో కక్షలు తీర్చుకోవాల్సిన పని లేదు. నీ పట్ల ఎవరైనా అనుచితంగా ప్రవర్తిస్తే దానికి తగ్గ శిక్ష వేసేందుకు ప్రకృతి ఉందని మర్చిపోకండి, ప్రకృతి ఎవ్వరిని వదిలిపెట్టదు.

మీకు ఏమాత్రం అన్యాయం చేసినా మీరేమి బాధ పడక్కర్లేదు, దానికి తగ్గ శిక్ష వాడు అనుభవిస్తాడు. మీరు వెంటనే శిక్ష పడాలనుకుంటారు, కాని సృష్టి నిర్ణయం ప్రకారం పాపం పండగానే శిక్ష పడుతుంది.

ఎవరైనా తప్పు చేస్తున్నప్పుడు బాగానే ఉంటుంది, విర్రవీగుతారు, లెక్క చేయరు, వాడెంత, వీడెంత అంటారు. నాకు ఇంత అధికారం ఉంది, నా వెనకాల ఇంతమంది ఉన్నారు, నేను చేస్తే కాదనేవాడు ఎవడు అని అన్యాయంగా, అక్రమంగా ప్రవర్తిస్తే చివరకు మీరే నాశనమైపోతారు. అలా ఎంతో మందిని చూస్తున్నాం.

మనకు ఉన్న పరపతితో, ధనంతో, అధికారంతో తప్పించుకోవచ్చు కానీ ఆ సృష్టికర్త, ఆ భగవంతుడు నుంచి మటుకు ఎవ్వరూ తప్పించుకోలేరు. అందుచేత ఎవరైన మీ పట్ల అనిచితంగా ప్రవర్తించినా, మిమ్మల్ని దూషించినా, లేకపోతే ఏదైనా చేసినా రియాక్ట్ కావద్దు. పైగా పత్రిగారు ఏమంటారంటే వారి మీద జాలి పడండి అంటారు. ఎందుకు? సృష్టి యొక్క శిక్ష వాడు అనుభవించ బోతున్నాడు కాబట్టి.

“సాత్విక గుణాలు ఉన్న వాలితో స్నేహం చేయండి”

ఇది కూడా చాలా ముఖ్యం. నేను అసలు నా క్లాసులలో ప్రతి ఒక్కరికి ముఖ్యంగా ఏం చెప్తానంటే “ముందు మీ గుణాల్ని మార్చుకోవాలి” అని చెప్తాను.

ముఖ్యంగా తమోగుణం, రజోగుణాలనుంచి బయట పడి సాత్విక గుణంలోకి రావాలి. సాత్విక గుణంలోకి రాకపోతే జీవితంలో నష్టపోతారు, కష్టాలపాలవుతారు. కారణం తమోగుణము, రజోగుణము మన చేత చేయ కూడని పనులు చేయిస్తాయి. వాటి వల్ల జీవితంలో కష్టాలు అనుభవించాల్సి వస్తుంది. కానీ ఎప్పుడైతే సాత్విక గుణంలోకి వస్తారో ఖచ్చితంగా తప్పు చేయమన్నా చేయరు, చేయకూడని పనులు చేయరు, పైగా చేయవలసినవే చేస్తారు. ఎప్పుడైతే చేయకూడని పనులు చేయరో, మీకు కష్టాలు రమ్మన్నా రావు, అలాగే చేయవలసిన పనులు చేస్తే మీరు కోరుకోనక్కర లేకుండా అంతా మంచే జరుగుతుంది.

అందుచేత సాత్విక గుణంలోకి రావాలి అని ప్రతి ఒక్కరికి ఖచ్చితంగా చెప్తున్నాను. అదే ఈ మాణిక్యేశ్వరి మాత గారు కూడా చెప్పడం జరిగింది. సాత్విక గుణం పొందే కొద్ది ఎవ్వరికైనా సరే బుద్ధి వికసిస్తుంది, ఎప్పుడైతే బుద్ధి వికసించిందో చేయవలసిన పనులే చేస్తారు, చేయకూడని పనులు చేయరు. అంతేకాదు బుద్ధి వికసించే కొద్ది వివేకం ఉదయిస్తుంది, వివేకం ఉదయించే కొద్ది విచక్షణా జ్ఞానం ఏర్పడుతుంది, విచక్షణ జ్ఞానం ఏర్పడితే తేడాలు తెలుసుకోగలుగుతారు అంటే ఏది మంచి- ఏది చెడు, ఏది న్యాయం- ఏది అన్యాయం, ఏది ధర్మము - ఏది అధర్మము, ఏది సృష్టికి అనుగుణమో- ఏది సృష్టికి విరుద్ధమో, ఏది నీతి- ఏది అవినీతి ఇవన్నీ తెలుసుకోగలుగుతారు.

ఎప్పుడైతే తెలుసుకున్నారో వాళ్ళు చేయకూడనవి చేయరు,

చేయవలసినవే చేస్తారు. అప్పుడు జీవితంలో నష్టం రాదు, పైగా లాభాలు కూడా పొందుతారు. కానీ ఈ తమోగుణం, రజోగుణంలో ఉన్నట్లయితే నేను చేసేదే రైట్ అనుకుంటారు, నేను మాట్లాడేదే కరెక్ట్ అనుకుంటారు, నేను ఆలోచించేదే సరైంది అనుకుంటారు. అంతేకానీ ఏది తప్పు, ఏది రైటు, ఏది న్యాయము, ఏది అన్యాయము, ఈ విచక్షణ వాళ్ళకి ఉండదు, ఉండకపోవడం వల్ల వాళ్ళు చేసేదే రైట్ అనుకుంటూ తప్పులు చేస్తారు. దానివల్ల భవిష్యత్తులో కష్టాల పాలవుతారు, అందుచేత ఖచ్చితంగా ఎవ్వరైనా సరే సాత్విక గుణంలోకి రావలసిందే.

ఇంకా మాణికేశ్వరి మాత సాత్విక గుణంలో ఉన్న వారితో స్నేహం చేయమన్నారు. కారణం మీరు ఎవరితో కలిసి మెలిసి ఉంటారో మెల్లి మెల్లిగా వారి లక్షణాలు మీకు అబ్బుతాయి. ఇప్పుడు ఒక తాగుబోతుతో మీరు స్నేహం చేసి రెండు, మూడు మాసాలు వాడితో ఉంటే ఏమవుతుంది? కొన్నాళ్ళకి వాడి లక్షణమే మీకు వస్తుంది. పేకాడే వాడితో ఉంటే మీరు పేకాడుతూ ఉంటారు. అలా కన్నాలు వేసేవాడితో ఉంటే మీరు కన్నాలు వేస్తారు, మోసం చేసేవాడితో ఉంటే మోసగిస్తూ ఉంటారు. అంటే ఎవడితో ఉంటే ఆ లక్షణమే మీకు వస్తుంది. అందుచేత మాణికేశ్వరి మాత నువ్వు తమోగుణం, రజోగుణం ఉన్న వారితో వద్దు, సాత్విక గుణం ఉన్న వారితోనే స్నేహం చేయాలని అన్నారు.

మరి ఏది తమోగుణం? అంటే ఈ తమోగుణం యొక్క ముఖ్యమైన లక్షణం” కానా - పీనా - సోనా” ఒక రకంగా కుంభకర్ణునితో పోల్చుకోవచ్చు. తినడము - త్రాగడము - నిద్రపోవడం. బద్ధకంతో ఏ పని చేయరు, జీవితాన్ని వృధా చేస్తారు, నష్టపోతూ ఉంటారు. అలాంటి వారితోటి స్నేహం చేస్తే జీవితాన్ని చాలా నష్టపెట్టుకున్నట్టే, ఆ లక్షణాలే మీకు వస్తాయి. అలాంటి తిండి తినడం, వాళ్ళలాగే అటువంటి పనులు చేయడం, వాటికే ప్రాముఖ్యం

ఇవ్వడం చేస్తూ ఉంటారు, జీవితాన్ని చాలా నష్టపోతారు.

అలాగే రజోగుణంలో ఉన్న వారితో స్నేహం చేస్తే వారిలాగే అహంకారం, గర్వం ఉంటుంది, చాలా కోపం ఉంటుంది. అలాగే నేనే గొప్ప అంటారు, ఎవరిని లెక్క చేయరు, తప్పు చేసి తప్పేంటి అంటారు, కక్ష తీర్చుకోవాలంటారు, ఎవ్వరిని సహించలేరు. అలాంటి వాళ్ళతో స్నేహం చేస్తే మీకు అలాంటి లక్షణాలు వస్తాయి. ఆధ్యాత్మికంగా ఎదగాలన్నప్పుడు, జ్ఞానం సంపాదించు కోవాలనుకున్నవారు అలాంటి వాళ్ళతో స్నేహం చేయకూడదు.

అదే మాణిక్యేశ్వరి మాత ఇచ్చినటువంటి సందేశం. సాత్విక గుణం ఉన్నవారు అంటే ఎవరైతే ఊరికే ఆవేశపడరో, ఉద్రేకపడరో, ప్రతి విషయంలో ఆలోచిస్తూ ఉంటాడో, కంగారు పడరో! మంచి కార్యాలు చేస్తూ ఉంటారో, ఇతరులకి సేవలు చేస్తూ ఉంటారో! అలాంటి వాళ్ళతో స్నేహం చేయడం వల్ల మీరు కూడా ఎంతో లాభం పొందుతారు. అలాంటి లక్షణాలు ఉన్న వారితో స్నేహం చేస్తే వారి యొక్క అలవాట్లే వస్తూ ఉంటాయి. సాత్విక గుణంలో ఉన్నవారు వారికి సేవ చేద్దాం, వీరికి మంచి చేద్దాం, వాళ్ళకి ఉపకారం చేద్దాం అంటూ ఉంటారు.

సాత్విక గుణంలో ఉన్నవారు ఉన్నంతలో సహకారం చేస్తారు, దానం చేస్తారు, చేయగలిగిన మంచి పనులు చేస్తారు. అలాగే ఎవ్వరికీ అపకారం చేయరు, అందరికీ ఉపకారం చేస్తారు. జీవ హింసను ప్రోత్సహించరు, మాంస భక్షణ వద్దు అంటారు. అందుచేత అలాంటి వాళ్ళతో మీరు స్నేహం చేయడం వల్ల నెమ్మదిగా అలాంటి లక్షణాలు రావడం వల్ల జీవితంలో ఎంతో లాభం పొందుతారు. అందుచేత మాణిక్యేశ్వరి మాత ఊరికే చెప్పలేదు. ఆవిడ ఇచ్చిన సందేశంలో ఎంత లోతు అర్థం ఉందో ఒక్కసారి ఆలోచించుకోండి.

“మూడు మాసాలు వాడితో ఉంటే వాడు వీడైపోతాడంటారు”. దీని గురించి ఒక చిన్న ఉదాహరణ... ఒక ఊరిలో తండ్రి కొడుకులు ఉన్నారు.

కొడుకు రోజు తాగుతూ ఉంటాడు. తండ్రి వద్దరా! నీ ఆరోగ్యం పోతుంది, నువ్వు నష్టపోతావు, నీ డబ్బు కూడా ఖర్చు అవుతుంది అని ఎంత చెప్పినా వాడు మానడు. అలా చెప్పి చెప్పి ఆ తండ్రికి విసుగొచ్చి ఆఖరిగా ఒరేయ్ నేను చెప్పినట్టు వింటావా? లేకపోతే నన్ను చనిపోమంటావా? నువ్వు ఇలా ఉండడం నాకు నచ్చలేదు అన్నాడు.

అప్పుడు ఆ కొడుకు సరే! నాన్నగారు మీరు చెప్పినట్టు నేను మానేస్తాను కానీ ఒక కండిషన్ అన్నాడు. ఒక నెల నాతో పాటు మీరు తాగాలి, నెల అయిపోయాక నేను మానేస్తా అన్నాడు. అప్పుడు ఆ నెలంతా ఇద్దరు తాగారు. నెల అయిపోయిన తర్వాత ఆ కొడుకు ఏమన్నాడంటే నెల అయింది కదా! ఇంక మనం ఇద్దరం తాగుడు మానేద్దాం అన్నాడు. అప్పుడు తండ్రి ఏమన్నాడు అంటే ఒరేయ్ నాయనా! “నువ్వు మానేస్తే మానేయ్ కానీ నేను మటుకు మానను అన్నాడు.”

చూడండి ఎంత విచిత్రమో నెల వాడితో ఉండేసరికి వాడి లక్షణం వీడికి అబ్బేసింది. అంత తేడా ఉంటుంది. అందుచేత మనం ఎవరితో స్నేహం చేయాలో మనమే ముందు నిర్ణయించుకోవాలి, అంతేకానీ ఎవరితో పడితే వాడితో మనం స్నేహం చేస్తే నష్టపోయేది మీరే.

అందుచేత సాత్విక గుణం ఉన్న వారితోనే స్నేహం చేయాలి అన్నది ఎలా తెలుస్తుంది? అని మీరు అనుకోవచ్చు. కాని ఎవరైతే నిదానంగా ఉంటారో, నెమ్మదిగా ఉంటారో, ప్రతి విషయంలో ఆలోచిస్తూ ఉంటారో, కంగారు పడరో, కంగారుపడి నిర్ణయాలు తీసుకోరో అలాంటి వారితో స్నేహం చేయాలి.

ఎవరైతే మంచి చేయాలని చూస్తారో, సేవా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొంటారో, అందరికీ మంచి చేస్తూ ఉంటారో అలాంటి వాళ్ళతో స్నేహం చేయడం వల్ల ఆ లక్షణాలు మీకు రావడం వల్ల ఖచ్చితంగా మీ జీవితంలో

లాభం పొందుతారు. అందుచేత ధ్యాన సాధనతో పాటు ఇది కూడా గుర్తుపెట్టుకోవాలి. ఇలాంటి లక్షణాలు ఉన్నవారితోటి మీరు స్నేహం చేయాలి.

అలా చేస్తే మీ జీవితం మారుతుంది. ఎందుకు మారదు? “గొప్పగా మారిపోతుంది” అంతా లాభమే. సాత్విక గుణంలో ఉన్న వాళ్ళకి బుద్ధి బాగా వికసించి ఉంటుంది, సరైన నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు, వాళ్ళ బుద్ధి వాళ్ళని ఆత్మ వైపు, ఆత్మజ్ఞానం వైపు నడిపిస్తుంది.

అలా ఎవరైతే ఆ రకంగా ఆత్మజ్ఞానం మీద ఆసక్తి చూపిస్తూ ఉంటారో, ఆ రకమైన పనులు చేస్తూ, ఆ రకమైన సాంగత్యాలు చేస్తూ, ఆ రకమైన పుస్తకాలు చదువుతూ, వాళ్ళ జ్ఞానాన్ని మెల్లి మెల్లిగా పెంచుకుంటారో! అలాంటి వారి సాంగత్యాలు చేస్తూ ఉండాలి, వాళ్ళు ఎంతో లాభం పొందుతారు.

అసలు మీరంతా ఆత్మలు. ఆత్మలైన మీరు పొందవలసింది ఆత్మజ్ఞానమే గాని ఇంకేమీ కాదు, భూమి మీద ఆత్మ అయిన మీరు సంపాదించుకోవాల్సింది ఆత్మ జ్ఞానం.

ఆత్మజ్ఞానం పొందాలి అంటే అటువంటి వాటి మీద ఆసక్తి ఉండే స్నేహితులు మీకు ఉండాలి, కారణం ఇటువంటి వాళ్ళంతా కలిసి ఆ విషయాలే చర్చించుకుంటారు, వాటి గురించే ఆలోచిస్తారు, అవి సంపాదించు కోవడానికే ప్రయత్నిస్తారు. వాళ్ళకి ఇంకో మాటలు ఆసక్తి కలిగించవు, ఇంకో మాటలు మాట్లాడరు, వాటి మీదే ఎక్కువ దృష్టి పెడతారు.

ఆ రకమైన వారితో సాంగత్యం చేయడం వల్ల జీవితంలో ఎంతో లాభం పొందుతారు, ఎంతో పురోగతి సాధిస్తారు, జ్ఞానాన్ని వృద్ధి చేసుకుంటారు, జీవితంలో ఎంతో ఉన్నతి పొందుతారు. అందుచేత అంత గొప్ప యోగిని మాణిక్యేశ్వరి మాత చెప్తున్నారు అంటే అందులో ఎంత అర్థం దాగి ఉందో తెలుసుకోవచ్చు.

“ధ్యానాన్ని మీ జీవితంలో ఒక ముఖ్య భాగం చేసుకోండి”

ఎందుకు అంటే “ధ్యానం అంత గొప్పది.” కాబట్టే నేను ఈ ధ్యానం మీదే ఇంచుమించు “35 టాపిక్ లు” చెప్పాను. నేను ధ్యానం అంటే ఏంటి? ధ్యానం ఎందుకు చేయాలి? ధ్యానం చేస్తే వచ్చే లాభాలు ఏమిటి? ధ్యానంలో ఎన్ని రకాల ఫలితాలు పొందగలుగుతారు. ధ్యానం చేసే కొద్ది ఏ స్థాయికి వెళ్తారు అనే విషయాల మీద ఇంచుమించు 35 టాపిక్ లు చెప్పాను. దాన్ని బట్టి అర్థం చేసుకోండి. ఆ టాపిక్ లన్నీ చదివితే ధ్యానం ఎంత గొప్పదో అర్థమవుతుంది.

పత్రిగారు ఎవ్వరు ఏ సమస్యతో ఆయన దగ్గరికి వచ్చినా ఏమంటారంటే “ధ్యానం చెయ్యి” అంటారు. అంటే దాని అర్థం “ఏ సమస్యకైనా పరిష్కారం ధ్యానమే” అని చెప్తూ, ధ్యానానికి మించింది లేదు అంటారు. ఇంకా ధ్యానం చేస్తే కోటి లాభాలు - ధ్యానం చేయకపోతే కోటి నష్టాలు” అంటారు.

నేను కూడా ఇంచుమించు సుమారు 90 పుస్తకాలు వ్రాశాను. అవి మొత్తం మీరు చదివితే ఒక్కొక్క పుస్తకంలో రెండేసి, మూడేసి పేజీల టాపిక్ ఉంటుంది. “ప్రతి టాపిక్ లో ఏదో ఒక సమస్య, ఏదో ఒక కష్టం గురించి ఉంటుంది.” మీకు ఆ రకమైన లాభం రావాలన్నా, ఆ సమస్య పరిష్కారం కావాలన్నా చివరకు చేయవలసింది “ధ్యానం అన్నది ఖచ్చితంగా అర్థం అవుతుంది.” అందుకే పత్రిగారు ధ్యానం చేస్తే అన్ని లాభాలు అని అనడానికి కారణం.

అలాగే నేను మూడు రోజుల క్లాసులలో కూడా ఎన్నో విషయాలు అలా బోధిస్తూనే ఉంటాను. ప్రతి విషయం చివరికి ఎక్కడికి వెళ్తుంది అంటే

ధ్యానం దగ్గరికి వస్తుంది. అంత గొప్పది ధ్యానం, అటువంటి ధ్యానాన్ని మీరు ఖచ్చితంగా చేయాలి. లోకంలో మీరు ఎవరినైతే గొప్పవారు అంటున్నారో, మహాత్ములు అంటున్నారో, దేవుళ్ళని అంటున్నారో, అందరూ ధ్యానం చేసిన వారే, అందరూ ధ్యానం చెప్పినవారే.

ఎందుకు వారు ఆ స్థాయికి ఎదిగారు? అలా దేవుళ్ళుగా కొలవబడు తున్నారు? అంటే ఒక “మానవుడిని మాధవుడిగా మార్చగలిగేది ధ్యానం. సామాన్య మానవుడిని దైవంగా మార్చగలిగేదే ధ్యానం.” ఇంక ఇంతకన్నా ఏ సాధన వల్ల, దేనివల్ల ఆ మార్పు రాదు.

మానవునిలో మంచి మార్పు తీసుకు రాగలుగుతుంది అని మాణిక్యేశ్వరి మాత సాత్వికగుణంలో ఉన్న వారితో స్నేహం చేయండి అన్నారు. ఎవరైనా సాత్విక గుణంలోకి ఎలా వస్తారు అంటే ధ్యానం చేయడం వల్లే. గుణం మనసుకు సంబంధించింది, ఆ మనసులోని గుణం మారాలి అంటే ధ్యానం చేయవలసిందే. పత్రిగారు ఏమంటారంటే “మానవ జన్మ తీసుకున్నాక ఎవరైన ప్రారంభంలో తమోగుణంలో ఉంటారు. ఆ తమోగుణంలో నుంచి సహజంగా వారిలో మార్పురావాలి అంటే వంద నుంచి నూట యాభై జన్మలు ఎత్తవలసి వస్తుందంట! అన్ని జన్మలు ఆ గుణంలో జీవిస్తారంట!

అలాంటి కర్మలు చేస్తూ, దానికి తగ్గ ఫలితాలు అనుభవిస్తూ, అలా బాధలు పడుతూ ఉంటారు. అలా చేయగా చేయగా మెల్లిమెల్లిగా వారి గుణం మారుతూ ఉంటుంది. అలా తమోగుణంలో నుంచి రజో గుణంలోకి మారాలి అంటే వంద నుంచి నూట యాభై జన్మలు పడుతుందంట! రజోగుణంలో నుంచి సాత్విక గుణంలోకి మారడానికి ఇంకొక 100 నుంచి 150 జన్మలు. మరి ఎవరైనా సరే నిజంగా ఇన్ని జన్మలు తీసుకోవాల్సి వస్తుంది.

కానీ ఎవరైతే ఈ ధ్యానం చేస్తారో ఈ జన్మలోనే వాళ్ళ గుణాలు మార్పుకోవచ్చు. గుణం మారినదా? లేదా? అన్నది వాళ్ళ ప్రవర్తనను బట్టి,

వాళ్ళ పనులను బట్టి, వాళ్ళ మాటలను బట్టి చెప్పొచ్చు. అందుచేత వంద జన్మల్లో సాధించేది ఈ జన్మలోనే ధ్యానం చేయడం వల్ల వస్తుంది. అంటే దీన్ని బట్టి ధ్యానం ఎంత గొప్పదో తెలుసుకోవచ్చు. అందుచేత మాణిక్యేశ్వరి మాత ధ్యానాన్ని మీ జీవితంలో ఒక ముఖ్యభాగం చేసుకోవాలి అన్నారు.

మీరు ఎన్నో పనులు చేస్తూ ఉంటారు, సంసారం చూసుకోవాలి, సంపాదించుకోవాలి, ఇవన్నీ చూసుకుంటూ ధ్యానం కూడా మీరు చేసే పనుల్లో ఒక ముఖ్యమైన పనిగా పెట్టుకోవాలి. అన్ని పనుల కంటే ముఖ్యమైనది ధ్యానం అన్న సంగతి తెలుసుకోవాలి, ధ్యానానికి టాప్ ప్రయారిటీ ఇవ్వాలి.

అందుకే మీరు చూడండి నా విషయానికి వస్తే ధ్యానం తెలియక ముందు వ్యాపారం, సంసారము, ఎవో కొన్ని రకాల పనులు చేసేవాడిని. కానీ ధ్యానంలోకి వచ్చాక ధ్యానం యొక్క గొప్పతనం తెలుసుకున్నాను, ధ్యానానికి మించింది లేదని తెలుసుకున్నాను.

అప్పుడు నేను చేసినటువంటి వ్యాపారాలు ఎంత బాగున్నా అన్నీ మూసేసాను. మూసేసి ధ్యానానికి నేను టాప్ ప్రయారిటీ ఇచ్చి నా జీవితంలో ధ్యానాన్ని ముఖ్య భాగంగా చేసుకున్నాను. కారణం ఈ ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం వస్తుంది, మానవుడు ఎన్ని జన్మలు ఎత్తినా చివరికి జ్ఞానం పొందాల్సిందే.

అందుకే ఓషో మహాశయుడు “ఎప్పుడో వంద జన్మలు ఎత్తి అప్పుడు చేసే ధ్యానం ఇప్పుడే చేయొచ్చు కదా?” అంటారు. వంద జన్మలు ఎన్ని బాధలు పడాలి, ఎన్ని సమస్యలు ఎదుర్కోవాలి, ఎన్ని గొడవలు, ఎన్ని ఇబ్బందులు. ఒక్కొక్క జన్మ గడవాలి అంటే ఎంత బాధపడుతున్నారు. మీరు చూడండి చాలామంది పొద్దున నుంచి సాయంకాలం దాకా, స్త్రీలు అయితే ఇంటి పని, పిల్లల పని ఇవన్నీ చేస్తూ ఉంటారు. పురుషుడు అయితే సంపాదన కోసం ఉద్యోగం చేయడమో, వ్యాపారం చేయడమో, ఏదో వృత్తి చేయడమో, ఏదో చేస్తూ ఉంటారు. అలా ఉదయం నుంచి సాయంకాలం దాకా

కష్టపడతారు.

అలా కష్టపడి రాత్రి అయిన తర్వాత అన్ని పూర్తి చేసుకుని, అన్నీ అయిపోయిన తర్వాత నిద్రకు ఉపక్రమించే ముందు హమ్మయ్య అనుకుంటారు. కానీ వీళ్ళు ఇలా పడుకుంటారు, అలా తెల్లారిపోతుంది. మళ్ళీ మామూలే, మళ్ళీ పరుగులే! జీవించినంత కాలం ఇలా పాట్లు పడుతూనే ఉండాలి. చూస్తే సుఖం తక్కువ, కష్టాలు ఎక్కువ, ఇలా ఎన్ని జన్మలు ఎత్తుతారు?

చాలామంది నాకు జన్మ వద్దంటారు. అసలు దేవుడు నన్ను ఎందుకు సృష్టించాలి? ఎందుకు బాధలు పెట్టాలి? నన్ను సృష్టించకపోతే ఏ గొడవ లేదు కదా? అని అంటూ ఉంటారు. ఏది ఏమైనా జన్మ తీసుకున్నాక వద్దంటే పోతుందా? అందుచేత నాకు కష్టాలు వద్దన్నా రాక మానవు, జన్మ వద్దన్నా జీవించవలసిందే. ఎంతకాలం మీరు జీవించాలో అంత కాలం జీవించే ఉంటారు, ఎన్ని బాధలు అనుభవించాలో అన్ని బాధలు అనుభవిస్తూనే ఉంటారు. అందుచేత ఇన్ని బాధలు అనుభవిస్తూ ఎప్పుడో దీనిమీద కాస్త విరక్తి కలిగి ఈ జ్ఞానం కోసం ప్రయత్నించే బదులు ఇప్పుడే ప్రయత్నించొచ్చు కదా అని ఓషో మహాశయుడు అంటారు.

ఎందుచేతనంటే జ్ఞానం వల్లే మీరు చేసే కర్మలన్నీ రహితం అవుతాయి. ఆ కర్మలు రహితం కాకపోతే ఆ కర్మలు ఉన్నంత కాలం జన్మలు వస్తూనే ఉంటాయి. అందుచేత జన్మలు రాకూడదు అంటే ఇటువంటి జీవితం ఉండకూడదు అంటే కర్మలు ఉండకూడదు, కర్మలు ఉండకూడదు అంటే అవి రహితం కావాలి. అవి రహితం కావాలి అంటే జ్ఞానం సంపాదించాలి, మరి అటువంటి జ్ఞానం ధ్యానం వల్లేనే వస్తుంది. ఇంక నాకు జీవితం వద్దు అనుకున్న వాడికి ఏకైక మార్గం ధ్యానమే తప్ప ఇంకొక మార్గం లేదు.

ఎవరైనా సరే నాకు ఇంకా జీవితం వద్దు అనుకుంటే ఖచ్చితంగా ధ్యానం చేసి జ్ఞానం సంపాదించుకోవాలి. ఆ జ్ఞానం ద్వారా కర్మలన్నీ రహితం

చేసుకోవాలి, కర్మలే మీ అకౌంట్ లో లేకపోతే ఇంక మీకు జన్మే లేదు. కర్మ ఉంటేనే జన్మ, కర్మలే లేకపోతే జన్మే లేదు. అందుచేత ఇది ప్రతి ఒక్కరు బాగా తెలుసుకోవాలి, అది ధ్యానం వల్లనే సాధ్యం. అందుకే ఓషో మహాశయుడు ఎప్పుడో వంద జన్మలు ఎత్తాక అప్పుడు చేసే ధ్యానాన్ని ఇప్పుడే చేయొచ్చు కదా అంటాడు. అందుచేత ఎంత ధ్యాన సాధన చేస్తే జీవితంలో అంత లాభం పొందుతారు.

అందుచేత ఈ ధ్యానాన్ని మీ జీవితంలో ఒక ముఖ్య భాగం చేసుకోవాలి అన్నారు. అంటే అన్నిటికంటే టాప్ ప్రయారిటీ ధ్యానానికి ఇవ్వాలి, మేము కూడా ఆ పనే చేస్తున్నాం. పత్రికారి ద్వారా ఇవన్నీ తెలుసుకొని, ఆలోచించి, వినడం వలన అవే చేసి అలాగే ధ్యానానికే టాప్ ప్రయారిటీ ఇస్తున్నాం. నిజంగా కూడా ధ్యానం చేసే కొద్దీ మనకి తెలియకండానే జీవితంలో సంతోషం, ఆనందం, శాంతి పెరుగుతుంది, దుఃఖం తగ్గిపోతూ ఉంటుంది, దుఃఖం కలిగినా వాడికి “దుఃఖం కింద” అనిపించదు. అది ధ్యానంలో ఉన్న గొప్పతనం.

ధ్యానం చేయడం ద్వారా అపారమైన శక్తి సంపాదిస్తారు, ఆ శక్తి ఉన్నవాడు దేన్నైనా తట్టుకుంటాడు, ఎన్ని కష్టాలనైనా తట్టుకుంటాడు, దేనికి వెనకాడడు. మీరు చూడండి రమణ మహర్షి ఎంత సాధన చేశారు, అపారమైన శక్తి సంపాదించాడు. ఆయనకు క్యాన్సర్ వేసినప్పుడు రోజు పుండు దొలిచేస్తూ ఉంటే అందరూ చూసి మీరు దాన్ని ఎలా తట్టుకుంటున్నారు, హాస్పిటల్ కి వెళ్ళొచ్చు కదా? డాక్టర్ గారికి చూపించొచ్చు కదా? అని అంటే దాని గొడవ నీకు ఎందుకు అనే వారట. అసలు అది లేనట్టుగానే ప్రవర్తించేవారట. మరి అది ఎలా తట్టుకున్నారు? మీరు చిన్న కురుపు వేస్తేనే విలవిల లాడిపోతారే! అలాంటిది రమణ మహర్షి గారు దాన్ని అంత తేలిగ్గా తీసేశారంటే దాన్ని బట్టి మీరు అర్థం చేసుకోవచ్చు.

Tatavarthy Raghavarao Sir Books in English

1. Life Science (Part-I)	Rs.120
2. Why is Guiding Not Meditation ?	Rs.100
3. Which is the right meditation ?	Rs.100
4. Die before death!	Rs.120
5. The Law of Karma	Rs.100
6. Losses caused by Desires	Rs.100
7. Benefits of knowing what happens after death	Rs.100
8. What is Meditation?	Rs.80
9. True Path	Rs.80
10. Why soul-knowledge ?	Rs.70
11. What comes after death ?	Rs.70
12. Learnings through the male and female births	Rs.70
13. Who are Soul-murderes?	Rs.70
14. How to improve Financial Status ?	Rs.60
15. Wisdom is attained only through Meditation	Rs.60
16. Knowledge of Brahman (Brahma-Jnan)	Rs.60
17. What is Intention?	Rs.50
18. Why is this life?	Rs.50
19. Shankaracharya's Jagrata panchakam	Rs.50
20. Vegetarian Food Is Human Food	Rs.50
21. Brahman means?	Rs.50
22. How to become a master?	Rs.50
23. How to become a champion ?	Rs.50
24. Truth	Rs.50
25. Meditation for the Development of Students	Rs.40
26. Non violence and vegetarianism	Rs.40
REBIRTH (Tatavarthy Rajya Lakshmi)	Rs.150
What is Ignorance (Avidya) ?	Rs.70

తటవర్తి దంపతుల Zoom కార్యక్రమాలు చూడాలంటే?

a) ప్రతిరోజూ ఉదయం Zoom లో 4 to 6.30 a.m. Silence Meditation మరియు 6.30 to 7.30 a.m. వరకు **ఆత్మజ్ఞాన సందేశాలు**

Zoom I.D. :2413823868, Password : RAO

b) పై కార్యక్రమము 6.30 to 7.30 a.m. వరకు Youtube లో కూడా Live ఇవ్వబడుతుంది.

c) ఎవరైతే TVR & TRL Whatsapp గ్రూపులో వుంటారో వారికి Zoom Link & You Tube Links మరియు తటవర్తి దంపతుల క్లాసుల వివరాలు పంపడం జరుగుతుంది. వారు **సింధూర: 8555995217** నెంబరు తప్పనిసరిగా save చేసుకోవాలి.

d) తటవర్తి వారి వాట్సాప్ గ్రూపులో జాయిన్ కావాలనుకునేవారు వీరిని సంప్రదించండి. సింధూర: 85559 95217, మధు: 78939 17364 లేకపోతే www.tst.org.in Open చేసిన తర్వాత Join in Whatsapp group లింక్ మీద నొక్కండి.

తటవర్తి దంపతుల Website ద్వారా పొందే సమాచారము

website address : www.tst.org.in

- తటవర్తి దంపతుల ఆధ్వర్యంలో జరిగే కార్యక్రమాల వివరములు మరియు Google Maps Location తెలుసుకోవచ్చు.
 - తటవర్తి దంపతుల మొత్తం పుస్తకాలు PDF రూపంలో కలవు. వాటిని ఉచితంగా Download చేసుకోవచ్చు. ఈ పుస్తకాలు తెలుగు, కన్నడ, హిందీ మరియు ఇంగ్లీషు భాషలలో వున్నాయి.
 - తటవర్తి దంపతుల సందేశాలు Concept వారీగా YouTube Play lists రూపంలో ఇవ్వడం జరిగింది.
 - తటవర్తి దంపతుల సందేశాల సారాంశము కొటేషన్స్ రూపంలో ఇవ్వడం జరిగింది.
 - తటవర్తి దంపతుల ఛోటోలు కూడా చూడవచ్చు.
5. భీమవరంలో ప్రతి నెలా 1, 2, 3 తేదీలలో జరిగే ఉచిత ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా తరగతుల రిజిస్ట్రేషన్ కొరకు సంప్రదించవలసిన నెంబరు : **సింధూర, 8555995217**



श्री तटवर्ती वीर राघवराव के हिन्दी किताब

1. आत्म शास्त्र ।..... Rs.200/-
2. ध्यान विद्या ।..... Rs.160/-
3. भगवद गीता का सार ।..... Rs.160/-
4. सत्य मार्ग ।..... Rs.160/-
5. मरने से पहले मरना है ।..... Rs.130/-
6. गाईडिंग ध्यान क्यों नहीं ?..... Rs.120/-
7. भगवान कौन है ।..... Rs.120/-
8. कर्म सिद्धांत ।..... Rs.120/-
9. विज्ञान का अर्थ - निहितार्थ ।..... Rs.120/-
10. ब्रह्म ज्ञान ।..... Rs.100/-
11. यह जीवन क्यों है ?..... Rs.100/-
12. मेहर बाबा का संदेश ।..... Rs.100/-
13. कौन सा ध्यान सही है ?..... Rs.100/-
14. इच्छाओं के कारण होने वाली हानियाँ..... Rs.100/-
15. शंकराचार्य जी का ज्ञान संदेश..... Rs.100/-
16. कठोपनिषद् Rs.100/-
17. मरने के बाद, साथ में आने वाले विषयों ।..... Rs.80/-
18. भगवत के दृश्यों का अर्थ ।..... Rs.80/-
19. आत्म हंतक कौन होता है ।..... Rs.70/-
20. स्त्री जन्मों में सीखने वाले विषयों, पुरुष जन्मों में सीखने वाले विषयों।..... Rs.70/-
21. दुख निवारण का मार्ग..... Rs.75/-
22. उत्तम पुरुष..... Rs.60/-
23. आर्थिक स्थिति बढाना है तो ?..... Rs.60/-
24. निर्वाण मार्ग..... Rs.60/-
25. सत्य..... Rs.50/-
26. क्या हम इस लोक के वासी हैं या परलोक के वासी हैं ?..... Rs.50/-
27. गुरु को पहचानना कैसे ?..... Rs.50/-
28. विद्यार्थियों के विकास के लिए ध्यान विद्या..... Rs.50/-
29. शाकाहार ही मानव का आहार है!..... Rs.50/-
30. ब्रह्म क्या है ?..... Rs.50/-
31. शंकराचार्य जी का जाग्रत पंचक..... Rs.50/-
32. शंकराचार्य जी का निर्वाण शट्कम..... Rs.50/-
33. चैपियन बनना हो तो ?..... Rs.50/-
34. तीन प्रकार के जीवन..... Rs.50/-
35. संकल्प अर्थात ?..... Rs.40/-

తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి గారి రచనలు

1) మరోజన్మ	-	రూ.160/-
2) సాధనలో స్థితులు	-	రూ.80/-
3) జ్ఞానమాల	-	రూ.70/-
4) దత్తాత్రేయుని 24 మంది గురువులు	-	రూ.70/-
5) బుద్ధుని సూక్తులు	-	రూ.70/-
6) జీవిత పరమార్థం	-	రూ.70/-
7) అవిద్య అంటే?	-	రూ.70/-
8) బుద్ధుని పంచశీలాలు	-	రూ.70/-
9) ఆత్మ జ్ఞానం పాండలేకపోవడానికి కారణం?	-	రూ.70/-
10) మనసుకు వున్న మూడు దోషాలు	-	రూ.60/-
11) గురుపార్థమి విశిష్టత	-	రూ.60/-
12) మానవుడు యోగిగా ఎదగాలంటే?	-	రూ.60/-
13) ఏది సరైన సాధన?	-	రూ.60/-
14) పంచకోశాలు	-	రూ.60/-
15) మనస్సు యొక్క స్థితులు	-	రూ.60/-
16) ధార్మిక జీవితం అంటే?	-	రూ.60/-
17) మానవుని కర్తవ్యాలు	-	రూ.50/-
18) చిత్తవృత్తులు ఎలా ఏర్పడతాయి?	-	రూ.50/-
19) ప్రీతి, భీతి, నీతి	-	రూ.40/-
20) జీవితంలో విజయం సాధించాలంటే?	-	రూ.40/-

తటవర్తి వీరరాఘవరావు, రాజ్యలక్ష్మి గార్ల పుస్తకములు
వెబ్సైట్ నుండి డౌన్లోడ్ చేసుకొనుటకు
ఈ QR codesను google lens లో స్కాన్ చేయండి.



Telugu
Books

English
Books

Hindi
Books

Kannada
Books

Tamil
Books

తేజివేల్లి పేరేరామేదేరావ్వి గాలి రేచేగేలు

- | | |
|--|--|
| <p>1) జీవితశాస్త్రం (మొదటి భాగం) - రూ.130/-</p> <p>2) జీవితశాస్త్రం (రెండవ భాగం) - రూ.130/-</p> <p>3) జీవిత సత్యాలు - రూ.130/-</p> <p>4) సత్యమార్గం - రూ.160/-</p> <p>5) ధ్యాన శక్తి - రూ.130/-</p> <p>6) ధ్యాన శాస్త్రం - రూ.130/-</p> <p>7) ఆత్మ శాస్త్రం - రూ.120/-</p> <p>8) మరణించకముందే మరణించాలి - రూ.130/-</p> <p>9) భగవద్గీతా సారం - శ్రీ కృష్ణ సందేశం - రూ.120/-</p> <p>10) "గేదంగ" ధ్యానం ఎందుకు కాదు? - రూ.120/-</p> <p>11) గీతాసందేశం - రూ.120/-</p> <p>12) ఉపమాన ధ్యాన సందేశాలు - రూ.110/-</p> <p>13) జీవిత సూక్ష్మాలు - రూ.100/-</p> <p>14) భగవంతుడంటే - రూ.100/-</p> <p>15) తెలుసుకోండి - రూ.100/-</p> <p>16) మెహర్బాబా సందేశాలు - రూ.100/-</p> <p>17) మరణం తర్వాత జరిగేది తెలుసుకుంటే కలిగే లాభాలు - రూ.100/-</p> <p>18) పశ్చిమ చెప్పిన శాస్త్ర మేద ధ్యానా? పశ్చిమ చెయించిన మూజికి మేద ధ్యానా? ఏది సరైన ధ్యానం? - రూ.100/-</p> <p>19) కోరికల వల్ల నష్టాలు - రూ.100/-</p> <p>20) శంకరాచార్యుల వారి జ్ఞాన సందేశాలు - రూ.100</p> <p>21) కరోపనిషత్తు - రూ.90/-</p> <p>22) ఉపమాన జ్ఞాన సందేశాలు - రూ.90/-</p> <p>23) కర్మ సిద్ధాంతం - రూ.80/-</p> <p>24) ధ్యానమంటే ? - రూ.80/-</p> <p>25) త్రివిధాలు - రూ.80/-</p> <p>26) ఉత్తమ పురుషుడు - రూ.80/-</p> <p>27) శాస్త్రాల అర్థం - అంతరార్థం - రూ.70/-</p> <p>28) ఆత్మజ్ఞానం ఎందుకు? - రూ.70/-</p> <p>29) జ్ఞాన జ్యోతి - రూ.70/-</p> <p>30) జ్ఞాన కుసుమాలు - రూ.70/-</p> <p>31) మరణం తర్వాత కూడా వచ్చేవి - రూ.70/-</p> <p>32) పీరిడి సాయి సందేశాలు - రూ.70/-</p> <p>33) విద్యార్థుల వికాసానికి ధ్యాన విద్య - రూ.70/-</p> <p>34) బుద్ధుని సందేశాలు - రూ.70/-</p> <p>35) భూతదయ దైవత్వం - రూ.70/-</p> <p>36) ఆత్మహంతకులంటే ఎవరు? - రూ.70/-</p> <p>37) స్వీజన్లో నేర్చుకోవే, పురుష జన్మలో నేర్చుకోవే - రూ.70/-</p> <p>38) ధర్మ సూక్ష్మాలు - రూ.70/-</p> | <p>39) ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు - రూ.70/-</p> <p>40) మానవునిలోని చెడు - రూ.70/-</p> <p>41) మేడమ్ బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు - రూ.70/-</p> <p>42) చివటం అమ్మవారి సందేశాలు - రూ.70/-</p> <p>43) మోక్షం అంటే? - రూ.70/-</p> <p>44) కఠిరు సందేశాలు-1 - రూ.70/-</p> <p>45) కఠిరు సందేశాలు-2 - రూ.60/-</p> <p>46) దుఃఖ నివారణమార్గం - రూ.60/-</p> <p>47) బ్రహ్మజ్ఞానం - రూ.60/-</p> <p>48) ధ్యానం (పశ్చిమ) - రూ.60/-</p> <p>49) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - రూ.60/-</p> <p>50) అతీంద్రియ శక్తులు - రూ.60/-</p> <p>51) ఆలోచించండి - రూ.60/-</p> <p>52) నిర్వాణ మార్గం - రూ.60/-</p> <p>53) ధ్యానులకు సూచనలు - రూ.60/-</p> <p>54) యోగీశ్వరుల సందేశాలు - రూ.60/-</p> <p>55) మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశాలు-1 - రూ.60/-</p> <p>56) మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశాలు-2 - రూ.50/-</p> <p>57) మాస్టర్ గా ఎదగాలంటే? - రూ.50/-</p> <p>58) భగవంతుని ఇష్టులవ్వాలంటే - రూ.50/-</p> <p>59) సంకల్పమంటే? - రూ.50/-</p> <p>60) ఈ జీవితం ఎందుకు? - రూ.50/-</p> <p>61) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం - రూ.50/-</p> <p>62) మూడురకాల భవిష్యత్తులు - రూ.50/-</p> <p>63) అరిహంత్ - రూ.50/-</p> <p>64) మూడురకాల జీవితాలు - రూ.40/-</p> <p>65) ఆర్థిక పరిస్థితి పెంచుకోవాలంటే - రూ.40/-</p> <p>66) ఛాంపియన్ అవ్వాలంటే? - రూ.40/-</p> <p>67) బ్రహ్మం అంటే? - రూ.40/-</p> <p>68) శంకరాచార్యుల వారి జాగ్రత్ పంచకం - రూ.40/-</p> <p>69) శంకరాచార్యుల వారి నిర్వాణ షట్కం - రూ.40/-</p> <p>70) మహాత్ముల సందేశాలు - రూ.40/-</p> <p>71) సత్యం - రూ.40/-</p> <p>72) చక్రాలు - రూ.40/-</p> <p>73) గురువును గుర్తించడం ఎలా? - రూ.40/-</p> <p>74) భాగవత సన్నివేశాల అంతరార్థం - రూ.40/-</p> <p>75) మౌన ధ్యానం - రూ.40/-</p> <p>76) విదురుని సందేశాలు - రూ.40/-</p> <p>77) మనం ఇహలోకవాసులమా? పరలోకవాసులమా? - రూ.20/-</p> <p>78) శాకాహారమే మానవాహారం - రూ.15/-</p> <p>79) అపాంస మలియు శాఖాహారం - రూ.15/-</p> |
|--|--|



మాణికేశ్వరి మాత సందేశాలు

- ◆ “నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో.”
- ◆ “నీ కర్తవ్యాలను ప్రేమతో, అంకిత భావంతో చెయ్యి.”
- ◆ “హింసతో కూడుకున్న మాంసాహారం తినవద్దు.”
- ◆ “శుద్ధ శాకాహారాన్ని తీసుకోండి.”
- ◆ “మీరు తినే ఆహారంతోనే మీ ఆలోచనలు, మాటలు, చేష్టలు ప్రభావితం అవుతాయి. అందుచేత ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండండి.”
- ◆ “మీ ఆహారాన్ని అందరితో పంచుకోండి. అన్నదానానికి సహకరించండి.”
- ◆ మీ శరీరాన్ని ఇంటిని పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోండి.”
- ◆ “మీ మనసును, శరీరాన్ని చెడగొట్టే వ్యసనాలకు బానిస కాకండి.”
- ◆ “మాటల ద్వారా, చేతల ద్వారా ఎవ్వరిని హింసించవద్దు.”
- ◆ “సాత్విక గుణాలు ఉన్న వారితో స్నేహం చేయండి.”
- ◆ “ధ్యానాన్ని మీ జీవితంలో ఒక ముఖ్య భాగం చేసుకోండి.”

రూ.60/-

- బ్రహ్మర్షి తటవల్లి వీరరాఘవరావు

తటవల్లి వీరరాఘవరావు, రాజ్యలక్ష్మి గార్ల పుస్తకములు

వెబ్సైట్ నుండి డౌన్లోడ్ చేసుకొనుటకు

ఈ QR codesను google lens లో స్కాన్ చేయండి.



Telugu
Books



English
Books



Hindi
Books



Kannada
Books



Tamil
Books