చిత్తం శాంతిగా వుండాలంటే?

రచన: బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠ **తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి**

చిత్తం శాంతిగా వుండాలంటే?

రచన : బ్రహ్మావిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

మొదటి ముద్రణ : ఏప్రిల్, 2026

ప్రతులు : 2,000

వెల : రూ. 50/-

పుస్తకముల కొరకు :-

తటవర్తి వీరరాఘవరావు,

తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం - 534 201.

సెల్ : 94901 71853, 9440309812

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 పొందలేకపోవడానికి కారణం?	-	రూ.70/-
10) మనసుకు వున్న మూడు దోషాలు	-	రూ.60/-
11) గురుపౌర్ణమి విశిష్ఠత	-	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) చిత్తం శాంతిగా వుండాలంటే?	-	రూ.50/-
20) ప్రీతి,భీతి, నీతి	-	రూ.40/-
21) 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

చిత్తం శాంతిగా ఉండాలి అంటే?

చిత్తం శాంతిగా ఉండాలి అంటే మనం ఎప్పుడూ ఉన్నదానితో తృప్తిగా ఉండాలి. ఈ రోజు మీరందరూ ఇక్కడికి ఆత్మజ్ఞానం కావాలనే వచ్చారని అనుకుంటున్నాను. ఇక్కడ దొరికేది ఆత్మజ్ఞానం, బ్రహ్మజ్ఞానమే. ఎందుకంటే ఇది "ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా శిబిరం".

ధ్యానము అనేది ఇప్పుడు మనం కొత్తగా కనిపెట్టింది కాదు. సనాతనంగా కృతయుగం నుంచి వస్తుంది. ఏదైనా సాధించాలి అంటే దైవ మార్గంలో ఉన్నవాళ్ళే ఈ భూమిమీద సాధించగలరు. ఆనాటి మానవులందరు వాళ్ళ పనులు చేసుకున్నాక మిగతా టైం అంతా దైవ ధ్యానంలో గడిపేవారు.

దైవాన్ని తెలుసుకునే శక్తి ఒక్క మానవుడికే ఉంది. అంటే మిగతా జీవులన్నిటిని భోగ జీవులు అంటారు. మానవుడే యోగజీవి, మానవుడికే యోగ సాధన చేసి దైవాన్ని తెలుసుకునే అర్హత ఉంది, కానీ మిగతా జీవులకు అర్హత లేదు.

అందుకే మిగతా జీవులన్నీ వాటి జీవన విధానాలను బట్టి ప్రవర్తిస్తాయి. కానీ మానవుడికి తెలివి, బుద్ధి, ఉండడం వల్ల దైవ శాసనాన్ని కూడా ఉల్లంఘించి తన ఇష్టం వచ్చినట్టు ప్రవర్తిస్తున్నాడు.

వారికి మంచి తెలియక కాదు, అందరికీ మంచి, చెడు తెలుసు. ఎందుకంటే కష్టం వచ్చినప్పుడు కన్నీళ్లు వస్తున్నాయి, సుఖం వచ్చినప్పుడు, భోగం వచ్చినప్పుడు ఆనందం వస్తుంది.

ఆ కష్టం ఎందుకు వస్తుంది? ఎదుటివాడికి కష్టం కలిగిస్తే వారికి కష్టం వస్తుంది. ఎదుటి వాడికి ఆనందం కలిగిస్తే వారికి ఆనందం వస్తుంది.

మానవులంతా మూడు గుణాలకి వశమై ఉంటారు. తమోగుణం, రజోగుణం, సాత్విక గుణం. ప్రతి మానవుడు జన్మ తీసుకున్న తర్వాత కొన్ని

జన్మలు తమోగుణంలో ఉంటాడు. అంటే నేనే సుఖపడాలి, నేనే బాగుపడాలి అనుకునేది తమోగుణం.

అన్నీ నాకే కావాలి, నేను సంపాదించు కోవాలి, నేను సుఖపడాలని, ఇంకా ఆనందం కోసం అవతలి వాడిని బాధ పెట్టినా పర్వాలేదు అని అనుకునే వాడు రజో గుణంలో ఉంటాడు. నేను సుఖంగా ఉండాలి అంటే కొంత మంచి చేసుకోవాలి, పాపం చేయకూడదు అన్నది సాత్విక గుణం.

ఇక మెల్లి మెల్లిగా పుణ్య కర్మలు చేస్తున్నప్పుడు లోపల నుంచి ఆనందం వస్తుంది, మీకు వచ్చిన ఆనందం ఇంకా ఇంకా పొందాలని అనిపించినప్పుడే ఈ ధ్యాన మార్గంలోకి వస్తారు.

ధ్యాన మార్గంలోకి అందరూ వచ్చినా వారి గుణాన్ని బట్టి ప్రవర్తన ఉంటుంది. పూర్వ కాలంలో చూస్తే రాక్షసులు ధ్యానం చేశారు, దేవతలు ధ్యానం చేశారు. భగవంతుని దగ్గర నుంచి ఏదైనా రావాలి అంటే ధ్యానం తప్పించి రెండో మార్గం లేదు. ఇది తెలిస్తే భగవంతుని మర్చిపోరు, ధ్యానము మర్చిపోరు.

భూమి మీద వున్నవన్నీ తాత్కాలికమే, భగవంతుడే శాశ్వతం. ఇదంతా ఆయన సృష్టే, కానీ ఇక్కడ నువ్వు ఏది సంపాదించుకున్నా అవన్నీ ఇక్కడే వదిలి వెళ్తావు, ఏదీ పట్టుకెళ్ళవు. కానీ నువ్వు సాధన చేసి పొందిన జ్ఞానాన్ని మాత్రమే నీ కూడా పట్టు కెళ్ళగలవు.

ఈ ధ్యాన మార్గంలోకి వచ్చాక మీకే అనిపిస్తుంది. వదిలి వెళ్ళే వాటి కోసం తాపత్రయ పడుతున్నాను, కూడా పట్టుకెళ్ళే దాని మీద నేను ఇంకా శ్రద్ధ పెట్టలేదు అని.

చాలామంది ధ్యానం తెలిసినా సరే టైం లేదు, టైం లేదు అని అంటూ ఉంటారు. ఇలా రకరకాల కారణాలు చెప్తూ ఉంటారు. వాళ్ళు

చేయకపోవడానికి కారణం వాళ్ళ గత జన్మ సంస్కారం.

అందుకే వారు ధ్యానం చేయలేరు. కష్టాలయినా అనుభవిస్తారు కానీ దాని నుంచి బయటపడే మార్గం ఉంది అని మనం ఎంత చెప్పినా వినరు. కష్టాల్లో కూడా నవ్వడం ఎలాగో జ్ఞానికి మాత్రమే తెలుసు.

మీకు రోగాలు ఉన్నాయి, కష్టాలు ఉన్నాయి. అవి మీపై ఆఫీసర్ వల్ల కావచ్చు, భర్త వల్ల కావచ్చు, లేదా చుట్టాలు, బంధువుల వల్ల కావచ్చు. రకరకాల మాటలు పడాలి. పిల్లలు లేకపోతే లేరా? అని, ఉంటే ఇంత మందిని ఎలా పెంచుతావు? అని, పుట్టాక వాళ్ళకి పెళ్ళి అవ్వకపోతే ఇంకా పెళ్ళి చేయవా? లాంటి రకరకాల సూటి పోటి మాటలు అంటారు.

లేకపోతే అప్పుడే ఎందుకు ధ్యానం? ఎక్కువసేపు చేస్తే సంసారం వదిలేస్తావా? ఇలా రకరకాల కష్టాలు ఉన్నాయి. కొంతమంది మాటలతో హింస చేస్తారు, కొంతమంది చేతలతో హింస చేస్తారు. ఎదుటి వాడిని బాధ పెట్టిన ప్రతిదీ కూడా భగవంతుడి దృష్టిలో హింసే. మాటే కదా అంటారు. ఆ మాట వల్ల అవతలి వాళ్ళు ఎంత బాధ పడతారో మీకు అర్థం కానట్టే!

అంటే వాడి సంస్కారం రజో గుణములోనో, తమో గుణములోనో ఉంది. వారు ఎదుటి వాడిని బాధ పెట్టే మాటలు మాట్లాడుతూ ఉంటారు. మీకు అందరూ భగవంతులే అనే సత్యం తెలుసు, అందుకే ఎవరిని బాధ పెట్టరు.

మీకు ఎప్పుడు అవగాహన అయినట్టు అంటే విన్న జ్ఞానాన్ని నువ్వు ఆచరణలో పెట్టుకున్నప్పుడు. అందరినీ ఆత్మలుగా చూడటం అంటే ఈ సృష్టి లో ఏ జన్మ తక్కువ కాదు, ఏ జన్మ గొప్పది కాదు. ఆత్మ ఏ అనుభవాల కోసం వచ్చిందో ఆ రూపాన్ని ధరించింది అని అవగాహన అయి ఉంటే ఎవరిని బాధ పెట్టరు.

ఎందుకంటే ప్రపంచంలో అందరికంటే మీకు కర్మ సిద్ధాంతం బాగా తెలుసు. మీకు తీవ్రాతి తీవ్రమైన భక్తి ఉంటే దానధర్మాలు చేస్తారు, పూజలు చేస్తారు, అంతేకానీ కర్మ సిద్ధాంతం నేర్చుకోరు. అందుకే శ్రీకృష్ణ భగవానుడు భక్తులు నాకు ఇష్టులు అనలేదు, జ్ఞానులు నాకు ఇష్టులు అన్నాడు.

అన్నీ తెలుసుకొని ఎవరినీ బాధ పెట్టకుండా, తాను ఆనందపడుతూ, ఎదుటి వాళ్ళని ఆనందంలో ఉంచేవాడే జ్ఞాని. ఇలా ఉండలేక పోతున్నారు అంటే మీ గత జన్మ సంస్కారమే.

దేవుడు అంటే ఇష్టం అంటారు కానీ దేవుడికి నచ్చినట్టు ప్రవర్తించరు. గురువు అంటే ఇష్టం అంటావు, కాని గురువుకి నచ్చినట్టు ప్రవర్తిస్తే అది సార్ధకత చేసుకున్నట్టు. మరి అలా ఉండలేక పోవడానికి కారణం మీ చిత్తమే.

మనసు ఉంది కాబట్టి అన్ని తెలుస్తున్నాయి, నీ చెవులు ఎలా పని చేయాలో ఆలా పనిచేస్తున్నాయి, వినబడుతున్నాయి. మాట, చేత అన్నీ కర్మలు అవుతాయి అని తెలుసుకొని కూడా అలా ఉండలేక పోతున్నారు. అంటే మీ గత జన్మ చెడు సంస్కారం ఇంకా వదలలేదు అని అర్థం చేసుకోవాలి.

నీకు ఒక ఆశయం ఉంది, నేను అనుకున్న లక్ష్యాన్ని చేరాలి. నా గురువు చెప్పాడు నువ్వు సత్యలోక వాసివని. నువ్వు చేరాల్సిన గమ్యం సత్యలోకమే, దానికే ఈ సాధనలన్నీ, దానికే ఈ జ్ఞానం అంతా, అది నీ ఆశయం. కానీ నీ ఆశయాన్ని నువ్వు ఎందుకు చేరుకోలేక పోతున్నావు? అంటే ఆశ వల్ల.

నీ ఆశ వల్లే నీ ఆశయం వరకు వెళ్ళలేక పోతున్నావు. అన్నిటి మీద ఆశ, ప్రతి దాని మీద ఆశ. నా పిల్లలు బాగుండాలి, మా వ్యాపారాలు బాగుండాలి, పిల్లలు పస్టు క్లాస్ లో పాస్ అవ్వాలి, తుఫాను వచ్చినా సరే నా పంట ఇంటికి రావాలి, నా కౌంటర్ ఫుల్ గా ఉండాలి. ఎన్ని ఆశలో!

ఆశలకు వశమై ఆశయాన్ని మర్చిపోతున్నారు. మీ ఆశయం సత్యలోకం చేరడం, దానికోసం ప్రయత్నిస్తూ ఉంటే మధ్యలో ఈ ఆశ.

భగవంతుడు మనకు గురువుని ఇచ్చాడు. గురువు ద్వారా ఎలా బ్రతకాలో చెప్పాడు, ఎలా ఉండాలో చెప్పాడు. భగవంతుడు అన్నీ గమనిస్తున్నాడు, ఆయన లేని చోటు లేదు, గమనించనిది లేదు, బాహ్యామే కాదు, నీ అంతరంలో నీ ఊహలు కూడా గమనిస్తున్నాడు.

కానీ ఎరుకలో మీరు ఉండట్లేదు, ఉండనివ్వకుండా చేసేది చిత్తం. మాయకు వశమై నీకు అనవసరమైన వాటిని ఎన్నో ఆలోచనల రూపంలో స్టోర్ చేశావు. మరి ధ్యానంలో ఆలోచనలు వస్తున్నాయంటే నువ్వు స్టోర్ చేసిన చెత్త ధ్యానంలో వస్తున్నాయి.

ఏం స్టోర్ చేశారంటే ఈవేళ ఎంత తిందాం? రేపటికి ఎంత దాచిపెడదాం? ఈ రెండే ఆలోచనలు. మీరు వర్తమానంలో జీవించాలి అని క్లాసుల్లో చెప్తారు.. మీరు మాత్రం భవిష్యత్తు కోసమే ఆలోచిస్తున్నారు. అందరికీ భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచన ఉంటుంది.

మీరు ఎలా ఉండాలి అంటే ఈరోజు ఎంత ఆనందంగా గడిచిందో, రేపు కూడా అంత ఆనందంగా గడవాలి అని ఉండాలి. ఇది మీ చిత్తంలో ఉండాల్సిన అసలైన విషయం. ఈవేళ నువ్వు ఎవరిని ఏడిపించకు, ఎవరిని మాయ చేయకు, ఏ కన్నింగ్లు చేయకు, హాయిగా ధ్యానం చెయ్యి, జ్ఞానం పెంచుకో.

నీకు ధ్యానం మీద తపన, ధ్యానం పెంచుకోవాలనే తపన ఉంటె ప్రకృతి నువ్వు మర్చిపోయినా నీకు అన్నీ గుర్తు చేసి చేయాల్సిన పని చెప్తుంది. ప్రకృతి ధ్యానం చేసేవాడిని తల్లిలా కాపాడుతుంది. కానీ ఆ ధ్యానం మనకి కుదరాలి, జ్ఞానం పెరగాలి అంటే మచ్చలేని జీవితం ఉండాలి.

అప్పుడే భగవంతుడు మిమ్మల్ని ప్రేమించేది. ఈ రోజు రాఘవరావు గారు ఇన్ని చేస్తున్నారు అంటే నా భర్త అని నేను చెప్పట్లేదు. భీమవరం టౌన్లో ఎక్కడికైనా వెళ్ళండి. అందరు ఆయన ఎంతో నిజాయితీ పరుడు అంటే ఎవరిది ఆశించడు అనే సర్టిఫికెట్ ఆయనకి ఇస్తారు. అంత నిజాయితి ఉంది, అందుకే సవ్యసాచి లాగా ఇన్ని పనులు చేయగలుగుతున్నారు.

ఒక మనిషి ధ్యానం చెప్పడం, ధ్యానం చేయించడం, ధ్యానుల కోసం ఉండడం వల్ల ప్రకృతి ఆయనకి డబ్బు బాగా ఇస్తుంది, అంటే ఆ ప్రకృతి పనిలో ఆయన వున్నారు కాబట్టి.

డబ్బు ఇచ్చి పనులు చేయించొచ్చు కానీ జ్ఞానం ఎలా వస్తుంది? ఎక్కడ క్లాసులు జరిగినా ఏర్పాటు చేసినవాళ్ళు మాట్లాడలేరు.

రాఘవరావుగారు మాట్లాడతారు, డబ్బులు పెడతారు, అందరికీ పంచుతూ ఉంటారు, మళ్ళా వెళ్ళి పని చెప్తూ ఉంటారు. ఎవరు కాపాడుతున్నారు? భగవంతుడికి నచ్చేటట్టు ప్రవర్తిస్తే మన యోగక్షేమాలు ఆయన చూసుకుంటాడు. ఆ నిజాయితీతోనే ఈ రోజు ఇంత స్థాయికి ఎది గారు.

మీకు గత జన్మలో ఎన్ని చెడు సంస్కారాలు ఉన్నా, నీ వర్తమానం ఎప్పుడూ కూడా గురువుకి అవమానం జరిగేటట్టు ఉండకూడదు. ఆలా అయితే మీరు నేర్చుకున్న విద్య నీటి పాలు అయినట్టే. అందుకే మీరు సరిగ్గా ప్రవర్తించకపోతే గురువుకే అవమానం.

నేను ఎప్పుడు అనుకునేదాన్ని, పత్రిగారికి అవమానం జరిగేటట్టు ఎప్పుడు ప్రవర్తించకూడదు, నాకు అహంకారం ఉండకూడదు అని. ఎంత ఎదుగుతున్నా నాకు ఇంకా ఆత్మ దర్శనం కాలేదు కాబట్టి నేను ఇంకా ఎదగాల్సింది ఉంది అని అనుకోవాలి. గురువు మీద భక్తి, ప్రేమ, వినయం,

విధేయత, ఉంటే ఒక్క అక్షరం కూడా పొల్లు పోకుండా గురువుని అనుసరిస్తారు.

రాఘవరావు గారి స్పీచ్ లో పత్రి గారి పదం రాకుండా ఆయన క్లాస్ చెప్పరు. 10 నిమిషాలకు ఒకసారి పత్రిగారు ఇట్లా అనేవారు అని గుర్తు చేసుకుంటారు. ఎందుకు గురువుని గుర్తు చేసుకోవడం అంటే ఆయనలా ఉండి, ఆయనలాగా ఎదగాలి అని. గురువు చెప్పాడు అంటే ఆయన ఆచరించి మనకి చెప్పాడు కాబట్టి లక్షల మంది పత్రిగారి వెనకాల పడ్డారు.

మనమందరం ఆయన వెనకాల ధ్యానం కోసం పడ్డాము. అంటే ధ్యానానికి కావలసింది చిత్తం నిర్మలంగా ఉండడం, శుద్ధత్వంలో ఉండడం. సత్కర్మల వల్లే చిత్తం శుద్ధత్వంలోకి వస్తుంది. సత్కర్మలు అంటే మనం ఏ పని చేసినా నేను చేస్తున్నాను అనే భావం వదిలి, అది నా చేత చేయించ బడుతుంది, భగవంతుడు నాకు చేయడానికి అవకాశం ఇచ్చాడు అని అర్థం చేసుకోవాలి.

మీరు క్లాసులు చెప్పినా, సేవలో వున్నా భగవంతుడు ఈ మార్గంలో చేయడానికి అవకాశం ఇచ్చాడు. మీరు భీమవరం రావడానికి కూడా ఆయనే అవకాశం ఇచ్చాడు. ఆయన మీద అచంచలమైన భక్తి ఉంటే శ్రద్ధ వస్తుంది, శ్రద్ధ ఉన్నవాడికే జ్ఞానం వస్తుంది.

ఏదో అనారోగ్యం తగ్గించుకుందాం, కాలక్షేపం చేద్దాం అనుకున్న వాడికి జ్ఞానం రాదు. మీరు గంటలు గంటలు కూర్చున్నా, మైక్ పట్టుకొని 10 నిమిషాలు మాట్లాడలేక పోతున్నారు అంటే సరియైన శ్రద్ధ లేదని అర్థం.

అంటే ఇంకా నాలో లోపాలు ఉన్నాయి, అవి నా ప్రవర్తనలో కావచ్చు, నా శ్రద్ధలో కావచ్చు.

మీరు సత్య లోకానికి వెళ్ళడానికి. ట్రైనో, ఫ్లైటో ఉంటే వెళ్ళి వచ్చేవారు. కానీ పేదవాడికైనా, గొప్పవాడికైనా సాధన సాధన అనే వాహనం ఉంటేనే సత్యలోకం చేరగలరు.

అందుకే చిత్తాన్ని ఎంత శుద్ధంగా ఉంచుకుంటే మీకు భగవంతుడి అనుగ్రహం అంత ఉంటుంది. మీకు ప్రక్కవాళ్ళ ధ్యాస లేకపోతే మీ మనసు, చిత్తం చాలా శుద్ధంగా ఉంటాయి.

జ్ఞానం లేకపోతే ఆశ వస్తుంది. కష్టపడితే డబ్బులు వస్తాయేమో, కొట్టేస్తే వస్తాయేమో, మోసం చేస్తే వస్తాయేమో, ఒక్కసారి అబద్ధం ఆడితే నష్టం ఏంటి? ఒక్కసారి పాపం చేస్తే నష్టం ఏమిటి? అనుకుంటారు. గుర్తుంచుకోండి బొట్టు బొట్టు కలిస్తేనే సముద్రం అవుతుంది.

అందుకే నేను చేసిన పుణ్యాన్ని బట్టి నన్ను ఉంచవలసిన స్థితిలో భగవంతుడు ఉంచాడు, నాకంటే లేని వాళ్ళు చాలామంది ఉన్నారు, వాళ్ళ కంటే నేను చాలా బెటర్. నాకు చిన్న అపార్ట్మెంట్ అయినా ఉంది, గుడిసె కూడా లేనివాడు ఉన్నాడు, అందుకే మీకు ఎంత ఉండాలో అంత ఉంది అని అనుకోవాలి.

అదే చెప్తారు మళయాళ స్వామివారు, నీకంటే పైవాడిని అసలు చూడొద్దు, నీకంటే క్రింద వాడిని చూడు, అప్పుడు మీరు చాలా తృప్తిగా ఉంటారు. ఎంత తృప్తిగా ఉంటే సాధన అంత బాగా కుదురుతుంది.

మీకు సాధన బాగా కుదరాలి. భీమవరం వెళితే ఆలోచనలు రావు అని కాదు. అక్కడ ఎటువంటి డిస్ట్రబెన్స్ లేకుండా సాధన చేసుకోవచ్చు. నిన్ను డిస్టర్బ్ చేయకుండా ఉంటారు . కానీ నీ మనసు ఇక్కడ చేసినా, ఎక్కడ చేసినా ప్యూరిటీగా ఉంచుకోకపోతే ఆలోచనలతోనే కూర్చుంటారు.

నువ్వు మూడు గంటలు కూర్చున్నా ఆలోచనలు వస్తే అది సాధన కాదు. ఎందుకు ఆలోచన వస్తుంది అంటే మీలో ప్యూరిటీ లేక. మీరు మీ జీవితం తృప్తిగా ఉంది అనుకుంటే మీకు ఎప్పుడు ఆలోచనలు రావు.

నేను చాలా బాగున్నాను, చాలా బాగున్నాను అనుకోండి, ఒక్క

ఆలోచనా రాదు. కళ్ళు విప్పి వాళ్ళకు ఉన్నవి, వీళ్ళకున్నవి పోగేస్తున్నారు. వాళ్ళ ఇంట్లో అది ఉంది, వీళ్ళ ఇంట్లో ఇది ఉంది, ఆవిడ మొగుడు ఎంత బాగా చూసుకుంటాడో అంటారు. కానీ విచిత్రం ఏమిటంటే? అందరి మొగుళ్ళలో మంచి కనబడతుంది. మీ మొగుడిలోనే మంచి కనిపించదు. అలాగే అందరి పెళ్ళాలు బాగానే ఉంటారు, మీ పెళ్ళాం బాగుండదు, ఇదే వచ్చిన గోల.

ఈ జీవితాన్ని మీరే ఎన్నుకొని వచ్చారు. ఇంక మీరు కామెంట్స్, జడ్జిమెంట్లు చేయకూడదు, ఉన్నదానితో అడ్జస్ట్మెంట్ అవ్వాల్సిందే. నచ్చినా, నచ్చకపోయినా చచ్చినట్టు మొగుడు మొగుడే, పెళ్ళాం పెళ్ళామే, ఒకళ్ళతో కంపేర్ చేసుకోవద్దు.

ఇందులోకి వచ్చాక నేను ఎన్నుకొని వచ్చిన జీవితం అని తెలుసు కున్నాక ఆ బెంగ వదిలితే నీ చిత్తం ఎప్పుడు హాయిగా ఉంటుంది. మా ఆవిడ నా మాట వినదు అంటారు. అంటే వదిలేయ్.

అంతే కదా! నా మొగుడు నా మాట వినదు అంటే పత్రిగారు అదే చెప్పారు. వినను అన్నవాడిని వదిలేయ్. ఎందుకు ఆశపడతావు. నీదే తప్పు నోరు మూసుకో అంటారు. ఎందుకంటే ఇది లేదు, అది లేదు, అని మీరు పదే పదే అనుకుని చిత్తంలో స్టోర్ చేస్తున్నారు. ఎంత స్టోర్ చేస్తారో ధ్యానం అంత కుదరదు. కూర్చుంటారు కానీ అవి ఆలోచనల రూపంలో బయటకు వస్తాయి.

మీకు లేదు అని అనుకున్నప్పుడు మీ కంటే తక్కువ వాళ్ళని చూసి వాడికంటే నేను బాగానే ఉన్నాను. నా జీవితంలో నేను ఎప్పుడు తృప్తిగానే ఉంటాను, నాకంటే గొప్ప వాడి దగ్గర, నాకంటే తక్కువ వాళ్ళ దగ్గర నేను తృప్తిగానే బ్రతుకుతాను అని అనుకోవాలి.

అంటే ఎప్పుడు అసంతృప్తి కరమైన జీవితం జీవిస్తారో అప్పుడు మీరు తృప్తిగా ధ్యానం చేయలేరు. వర్తమానంలో మీకు మీరుగా విచారణ చేసుకోండి మీ జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకోండి.

పొద్దున లేచిన దగ్గర నుంచి, పడుకునే వరకు నేను ఎక్కడైనా సరే, ఏదైనా సరే లేదు అని బాధపడుతున్నానా? ఎవరినైనా బాధ పెట్టానా? ఈ రెండు మీరు విచారణ చేసుకున్నప్పుడు మీకు మళ్ళీ ధ్యానంలో అవే గుర్తుకువస్తాయి.

మీరు ఒకళ్ళని తిట్టినా, ఒకళ్ళని మోసం చేసినా అవి గుర్తుకు వస్తాయి. మీరు లేదు, లేదు అని అసంతృప్తిగా ఈ మొగుడు ఇంతే, ఈ పిల్లలు ఇంతే అని విమర్శిస్తున్నారు. కానీ ఈ స్థాయికి వచ్చాక విమర్శించవలసిన అవసరం లేదు. ఎందుకంటే అందరూ ఆత్మలే. ఏ నిర్ణయం తీసుకుని భూమి మీదకి వచ్చారో అదే జరుగుతుంది.

ఆడపిల్ల తల్లి అవ్వాలంటే మొగపిల్లాడు పుడతాడు. పోనీ రెండోసారీ మళ్ళా మొగపిల్లాడు పుడతాడు. అప్పుడు ఆడపిల్ల ఉంటే బాగుంటుంది అంటారు. పై లోకాల్లో ఏం నిర్ణయం తీసుకుంటే అవే వస్తాయి.

అందుకే పత్రిగారు **"లోకులు ఇనుప ముక్కు కాకులు"** అనేవారు. మామూలు ముక్కు కాకులు కాదంటారు. అందుకే చిత్తం ప్యూరిటీగా ఉంచుకుంటేనే, నిష్కామ కర్మ చేస్తేనే, ఆశ లేకుండా ఉంటేనే, నీ ఆశయం నెరవేర్చుకునే అంత సాధన చేస్తావు, అంత జ్ఞానం పొందుతావు.

మీరు ఒక ఆశయంతో భూమి మీదకు వచ్చారు. మీరు ఎవరో తెలుసుకుని, మీ గమ్యాన్ని చేరుకోవాలి, ఈ ఆశయం ప్రతివారికి ఉండాలి, గురువు దొరికాక దీనికోసం బ్రతకాలి. అంతేకాని మనవల్ని ఎత్తుకోవడానికి, ముని మనవల చేత కనకాభిషేకాలు చేయించుకోవడానికి కాదు.

జీవితంలో అవి వస్తూ వుంటాయి, పోతూ ఉంటాయి. ఈ బంధాలన్నీ వచ్చే, పోయే చుట్టాలే, ఈ జన్మకి వస్తాయి, చివరకు మిమ్మల్ని అందరూ వదిలేస్తారు. లేకపోతే మీరే వాళ్ళని వదిలి వెళ్తారు.

నాకు మా ఇంటికి ఎవరైనా వస్తే చాలా అసౌకర్యంగా ఉంటుంది. నేను ఈ మధ్య మా ఆయనతో కూడా మాట్లాడడం లేదు, జరిగిన విషయాలు గురించి భోజనం దగ్గరో, టిఫిన్ దగ్గరో మాట్లాడుకుంటాం. ఆయన పని ఆయన చేసుకుంటారు, నా గదిలో నేను ధ్యానం చేసుకుని పుస్తకాలు చదువుతాను. ఆయన నన్ను డిస్ట్రబ్ చేయరు, నేను ఆయన్ని డిస్ట్రబ్ చేయను.

అందుకే నా అనుభవం మీకు చెప్తున్నాను. చిత్తం శాంతిగా ఉండాలంటే మీరు ఎప్పుడు కూడా ఉన్నదానితో తృప్తికరమైన జీవితం జీవించాలి, ఏవైనా రావాలంటే అవే వస్తాయి. ప్రకృతికి తెలియదా? మీకు ఏది ఇవ్వాలో అదే ఇస్తుంది.

కానీ ఈలోగా ఒక ఆశ, చిన్నప్పుడు తెలిసీ తెలియని వయసులో అమ్మతో ఇది కావాలి, అది కావాలి అని అడిగాను. ఆ కావాలి, కావాలి అనేది బాగా గుర్తుండిపోయింది, అందుకే పెద్ద అయ్యాక మొగుడు దొరుకుతాడు, ఏమి అడిగినా ఇవ్వాలి, లేకపోతే మొగుడు నేను చెప్పిన మాట వినడు అంటాము.

కానీ ఇలాంటి ప్రవర్తన వద్దు, మీకు ఉన్న దాంట్లో జీవితాన్ని అనుభవించండి. అలా చేస్తే మీ చిత్తం మిమ్మల్ని ఇబ్బంది పెట్టదు సాధన కుదురుతుంది.

"భగవంతుడి మీద అంటే ఆత్మమీద భక్తి ఉంటే ధ్యానం శ్రద్ధగా చేస్తారు, జ్ఞానం పొందడానికి ప్రయత్నిస్తారు".

"గురువు మీద శ్రద్ధ, భక్తి ఉంటే గురువు మాటల్ని తూ.చ.

తప్పకుండా పాటిస్తారు". ఆధ్యాత్మికంగా ఎంతో ఎదుగుతారు.

సద్గురువు చెప్పిన ప్రతీది గుర్తుంచుకుని పాటించాలి, అప్పుడు ఈ మార్గంలో తేలికగా ముందుకు వెళ్ళగలుగుతారు.

ఇప్పుడు పత్రిగారు "శ్వాస మీద ధ్యాస" ధ్యానం చెప్పారు మీరంతా అదే చేస్తున్నారు కాబట్టి జ్ఞానం పొందుతున్నారు. అలా కాకుండా మ్యూజిక్లు, గైడింగులు చేసేవాళ్ళు జ్ఞానపరమైన సందేశాలు చెప్పలేరు. కాని మనవాళ్ళు ఎంతో చక్కగా చెబుతున్నారు. వారు ఎక్కడికి వెళ్ళినా రాఘవరావుగారి శిష్యులు అని అనిపించుకునే అంత గొప్పగా ఎదిగారు. మరి ఎందుకు అంతలా ఎదిగారు? గురువుని గుడ్డిగా అనుసరించడమే! వారు అంత గొప్పగా పేరు తెచ్చుకున్నారు.

అంటే వాళ్ళ చిత్తం శుద్ధం అయింది అని అర్థం. మీలో చాలా మంది ఆ స్థాయికి ఎదిగారు. కొంతమందికి అవకాశం లేక బయటకు వెళ్ళి చెప్ప లేకపోవచ్చు.

మానవుడు అంటే శరీరము, మనస్సు, ఆత్మ. ఈ శరీరం ఇంద్రియాలతో ఉంది, ఈ ఇంద్రియాలు మనసుకు బానిస, ఇవి బయట చెత్తను పోగేస్తాయి. అలాంటి వారు భగవంతుని నుంచి అంటే ఆత్మ నుంచి వచ్చిన జ్ఞానం అందుకోలేరు.

చూడండి గురువు చెప్పిన విషయం మనస్సులోనేకాదు ఆత్మలో నిక్షిప్తం చెయ్యాలి, అలాచేస్తే ఆ జ్ఞానం సమయానికి గుర్తొచ్చి వెంటనే చెప్తారు. అలా ఎప్పుడు చెప్పగలరు అంటే మీ మనస్సు శుద్ధంగా ఉన్నప్పుడు. అలా మీ మనస్సు ఇంకా శుద్ధంగా అంటే మహా పరిశుద్ధంగా చేసుకున్నపుడు ఆత్మ నుంచి అనంతమైన ప్రజ్ఞ అందుతూ ఉంటుంది, అంటే గత జన్మలలో నేర్చుకున్న జ్ఞానం కూడా అందుతుంది.

మీకు ఎవరు అందించక్కర్లేదు, ఆత్మ నుంచే ఆ జ్ఞానం మీకు అందుతుంది. అంత అద్భుతంగా నువ్వు చెప్తావు, అంటే నీ ఆత్మ శక్తి పెరిగిందని అర్థం. అవతల వాళ్ళని మెప్పించే అంత గొప్పగా మీరు మాట్లాడగలుగుతారు.

అందుకే చిత్తాన్ని ఎప్పుడూ శుద్ధంగా ఉంచుకోవాలి. మనసు చాలా సేకరిస్తుంది, కాని వాటిలో మంచివి సేకరించినప్పుడు మంచి నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. గురువు దగ్గర నుంచి సేకరించింది మంచి సేకరణ, పత్రి గారు చెప్పిన వన్నీ మంచి మంచి విషయాలే.

గురువు సత్యం చెప్తున్నా, సత్యంలో జీవించకుండా ఉన్నావు అంటే నీ సంస్కార దోషం మురికిగా ఉంది.

చూడండి ఇప్పుడు ఒక కేజీ బంగాళ దుంప కూర వండారు, ఇంట్లో చాలదని అందులో కాకరకాయలు వేసేసారు అనుకోండి, కూరంతా చేదు అవుతుంది.

అలాగే గురువు దగ్గర ఎంత మంచి జ్ఞానం పొందినా చిత్తంలో చెత్త ఉంటే మంచి సంస్కారం కూడా నాశనమవుతుంది, నిర్ణయాలు సరిగ్గా ఉండవు. అందుకే చిత్తం ఎప్పుడూ శుద్ధంగా ఉంచుకోవాలి.

అంతేకాదు ప్రస్తుత నా జీవితం నేను ఎన్నుకొని వచ్చిన జీవితమే అని గుర్తుంచుకోవాలి. అందుచేత వస్తే వద్దనకు, ప్రక్కవాడివి కావాలని అనుకోకు.

గురువు మాటలు అర్థం చేసుకోవడం చాలా కష్టం. ఎందుకంటే గురువు మీరు సత్య మార్గంలోకి వెళ్ళాలి ఇంకా ఎదగాలి అనుకుంటారు. అందుకే కొంచం కఠినంగా కూడా వ్యవహరిస్తారు.

మీరు ఇంట్లో ఉండి చేసుకోవచ్చు, లేదా రికార్డింగ్ వినొచ్చు అనుకుంటారు. కానీ మీరు డైరెక్ట్ గా విన్నది వేరు, ఇంటి దగ్గర ఉండి

విన్నది వేరు. ఎలాగైనా ఇంటి దగ్గర అంత ఏకాగ్రత ఉండదు. కూర కోస్తూ వింటారు, తాలింపు పెడుతూ, ఎన్నో పనులు చేస్తూ వింటారు. అంటే మీరేదో సవ్యసాచిలాగా రెండు పనుల మీద దృష్టి పెడతారు, అసలు ఒకదాని మీదే దృష్టి పెట్టలేరు, రెండు పనులకు న్యాయం ఎక్కడ చేస్తారు? ఎంతో ఏకాగ్రతగా వినవలసినది జ్ఞానం ఎక్కడ గ్రహిస్తారు?

మీరు ఎక్కడికైనా వెళ్ళి వచ్చినప్పుడు, ఆందోళనగా ఉన్నపుడు పుస్తకం చదివితే మీ బుర్రలోకి ఏమైనా ఎక్కుతుందా? ప్రశాంతంగా, ఏకాగ్రతగా ఉన్నపుడు చదివితే బాగా ఎక్కుతుంది, గుర్తుంటుంది.

మీ జీవితం తృప్తిగా ఉంది అని మీరు అనుకోవాలి. అలా మీ కంటే తక్కువ వాళ్ళని చూసినప్పుడు, నా జీవితం చాలా బాగుంది, నాకు ఏ లోటు లేదు, తృప్తిగా ఉంది, అని అనుకుంటారు. అప్పుడు మీ సాధన బాగా కుదురుతుంది.

కాని అది లేదు, ఇది లేదు అనుకుంటూ ఆందోళనలో ఉంటే ధ్యానం కుదరదు. కాని ఏది జరిగితే అది జరుగుతుంది అనుకుని ధీమాగా ఉంటే ధ్యానం చక్కగా కుదురుతుంది.

జీవితంలో అన్నిటిని ఒప్పుకోవాలి, ప్రతి సంఘటనని అంగీకరించ గలగాలి. ముందు ధ్యానులకే ఎక్కువ పరీక్షలు ఉంటాయి, అన్నీ ఇష్టపడే వచ్చారు. బాహ్య శత్రువులని జయించవచ్చు కానీ లోపల మనసు అనే శత్రువుని జయించాలి. లేకపోతే రోజు మీకు యుద్ధమే. అందుకే చిత్తం శాంతిగా, తృప్తిగా ఉండాలి.

ఎందుచేతనంటే ఎంత నేర్చుకున్నా ఇంకా నేర్చుకోవాల్సింది ఉంటుంది. గురువు చెప్పిన ప్రతి పదము, ప్రతి అక్షరము మీకు పాఠాలే. ఎన్ని నేర్చుకున్నా ఈ జీవితం సరిపోదు అని మీకే అనిపిస్తుంది. అందుచేత

బద్ధకించకండి. మీకు సమయం తక్కువ నేర్చుకోవలసింది, చేయవలసింది ఎక్కువ, కాబట్టి అశ్రద్ధ చేయకండి.

చూడండి మీ ఇంట్లో పెళ్ళి వుంది టైం తక్కువ, ఏం చేస్తారు? స్పీడ్ గా చేస్తారు కదా? అలాగే పూర్ణాత్మలా జ్ఞానం సంపాదించు కోవడానికి ఈ జన్మలో ఉన్న సమయం చాలా తక్కువ, అందుచేత ఎంత కంగారు పడాలి?

అంతేకాని నాకు ఇంకా జన్మలు ఉన్నాయి, పర్వాలేదు. మరో జన్మలో నేర్చుకుంటా అనుకునేవాడు మూర్ఖుడు.

అందుచేత ఉన్న జీవితంలో తృప్తిగా బ్రతకండి, చిత్తం ఇబ్బంది పెట్టకుండా ఉంటుంది. మీరు సరైన సాధన చేస్తే, సరైన జ్ఞానం పొందితే రావలసినవన్నీ వస్తాయి.

మీరు స్వార్ధ రహితమైన జీవితం జీవించడం అలవాటు చేసుకోవాలి. మీరు పెట్టగలిగితే ఎదుటివాడికి పెట్టాలి, కానీ ఎదుటివాడిని మాత్రం ఎప్పుడూ బాధ పెట్టకూడదు.

అందుకని తృప్తిగా జీవించడం, చిత్తాన్ని చింత లేకుండా చేసుకోవడమే సాధనకి, జ్ఞానం పొందడానికి మార్గం అని తెలుసుకోండి.

ఆత్మగా జీవించాలంటే?

ఈ ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోకి వచ్చాక రోగాలు తగ్గడమే కాదు, సమస్యలు పోవడమే కాదు, మోక్షానికి, ముక్తికి మార్గం ఆధ్యాత్మిక జీవితమే అని తెలుసుకుంటారు.

తెలుసుకున్నాక మీ ఆలోచనా విధానం మారుతుంది. మీ రోగాలకి, మీ కష్టాలకి కారణం మీ పాప కర్మలే. ఆ కర్మలను దగ్ధం చేసుకునేది జ్ఞానం వల్ల మాత్రమే అని తెలుసుకున్నప్పుడు, ఆ జ్ఞానం పొందడానికి మీరు తీవ్రాతి తీవ్రమైన ధ్యాన సాధన చేసి, గురువులు బోధించిన ఆ ప్రబోధాలన్నీ విని, ఆచరణలో పెట్టుకున్నప్పుడు మీ జ్ఞానం పెరుగుతుంది.

అప్పుడు "మానవ జీవిత అంతిమ లక్ష్యం ఆత్మ సాక్షాత్కారమే" అని గురువు ద్వారా తెలుసుకుంటారు. గురువు మీకు "నువ్వు శరీరం కాదు, ఆత్మవి, సర్వాత్మ నుంచి ఈ భూమి మీదకి పాఠాలు నేర్చుకోవడానికి వచ్చావు" అని చెప్తారు.

మీరు ఎన్నో రకాల జన్మలు తీసుకున్నారు, ఆ జన్మలలో పాఠాలు నేర్చుకుంటారు. ఆ పాఠాలు పూర్తి అయిన తర్వాత చిట్ట చివర మానవ జన్మ వస్తుంది. ఇంక ఈ "మానవ జన్మ ఒక్కటే భగవంతుని తెలుసుకునే ఏకైక జన్మ" అని తెలుసుకుంటారు.

మీకు సద్గురువు లభించారు అంటే మీరు సత్యాన్ని తెలుసుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారు అని మీకు అర్థం అవుతుంది. మీ జీవితంలోకి సద్గురువు వచ్చినప్పుడే సత్యాన్ని చేరుకునే అర్హత మీకు వస్తుంది. గురువు మీకు ముందు నువ్వు ఆత్మవి అని చెప్తారు. అప్పటివరకు మీరు దేహం నేను, మనసు నేను, బుద్ధి నేను అని అనుకుంటారు. ఆ రకంగా ఉండే మీ ప్రవర్తన ఒక్కసారిగా

శరీరం నేనా? ఆత్మ నేనా? అనే సందిగ్ధంలో పడతారు.

గురువు మాటలు వింటూ, వింటూ, మీ జీవితంలో విచారణ చేసుకుంటున్నప్పుడు శాశ్వతమైన పరమాత్మని పొందడానికి, సత్యానికి చేరుకోవడానికి సత్య దర్శనమే మానవుడి అంతిమ లక్ష్యం అని తెలుసుకుంటారు.

ఆత్మను దర్శిస్తేనే పరమాత్మను తెలుసుకోగలరు అని గురువు ద్వారా విన్నప్పుడు, ఆత్మ దర్శనానికి ప్రయత్నాలు మొదలు పెడతారు. దానికి ఎలా ప్రయత్నం చేయాలో కూడా గురువులు బోధిస్తారు.

ప్రాపంచిక జీవితంలో ఎలా ఉంటే మీరు ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందగలరో చెప్తారు. అప్పటివరకు మనసు ప్రకారం, బుద్ధి ప్రకారం జీవిస్తారు.

మీ జీవితంలోకి గురువు వచ్చాక మనసుకు ప్రాముఖ్యం తగ్గించి, ఆత్మగా జీవించడానికి ప్రయత్నిస్తారు. మరి ఆత్మగా జీవించాలంటే ఏం చేయాలి? అన్నవి తెలుసుకుందాం.

1. మీరు ఎప్పుడూ నవ్వుతూ, హాయిగా, సంతోషంగా జీవితం గడపడానికి ప్రయత్నించాలి.

జీవితంలో మీకు కష్టం వచ్చినప్పుడు కూడా నవ్వడం ఎలాగ? హాయిగా గడపడం ఎలాగ? అని అనుకుంటారు. ఇక్కడ మీకు బాధ వచ్చినా, కష్టం వచ్చినా కారణం మీ కర్మ ఫలాలే. మీకు కష్టం వచ్చింది అంటే మీ పాప కర్మ రద్దయి పోతుంది అని సంతోషపడాలి.

శత్రువు కనపడినా హాయిగా ఉండగలగాలి. అంటే అందరూ ఆత్మ స్వరూపులే అనుకున్నప్పుడు, శత్రువును కూడా ఆత్మగా చూడగలిగే స్థితి మీకు వచ్చినప్పుడు మీరు ఆనందంగా జీవిస్తారు.

నిన్ను తిట్టిన వాడు నీ శత్రువు కాబట్టి నీ పట్ల శత్రుత్వం వహిస్తున్నాడు. కానీ మీరు బుద్ధుడిని చూసి నేర్చుకోవాలి. ఎప్పుడూ కూడా

దేవదత్తుడు బుద్ధుడికి వ్యతిరేకంగానే ఉండేవాడు. అయినా బుద్ధుడు ఎప్పుడూ క్షమించి వదిలేసి హాయిగా వెళ్ళిపోతూ ఉండేవాడు. మనకు ఎన్ని అపకారాలు చేసినా మనం ఎలా జీవించాలి అన్నది మనకంటే గొప్ప వాళ్ళను చూసి, వాళ్ళ జీవన విధానం చూసి నేర్చుకోవాలి.

పత్రిగారు ఆధ్యాత్మిక మూర్ఖులతో ఉపేక్ష వహించు అని చెప్తూ ఉండేవారు. అంటే వాడికి ఆధ్యాత్మికత తెలియదు, వాడు ఆత్మ అని తెలియదు, అందుచేత మనోస్థితిలో ఉండి రాగద్వేషాలు వ్యక్తం చేస్తూ ఉంటాడు. కానీ నువ్వు ఆత్మ స్థితిలో ఉన్నప్పుడు ఉపేక్ష వహించు. అంటే వాడి గురించి ఏమి అనకు, ఏమి తిట్టకు, ఏ భావం వ్యక్తం చేయకు, ఉపేక్ష వహించు అని పత్రిగారు చెప్తారు.

మరి ఈ విధంగా మీరు ఎప్పుడు హాయిగా, నవ్వుతూ బ్రతుకుతారు అంటే

1. కష్టాలు వచ్చినప్పుడు నా కర్మ పోయింది అనుకున్నప్పుడు.
2. శత్రువులు ఎదురైనా, మిమ్మల్ని ద్వేషించేవాడు ఎదురైనా, క్షమించి వదిలేయగలిగినప్పుడు.

ఎందుకు క్షమించాలి? అంటే వాడు ఆధ్యాత్మిక మూర్ఖుడు, మనో స్థితిలో ఉన్నాడు కాబట్టి వాడు రాగద్వేషాలను వ్యక్తం చేస్తున్నాడు. నేను ఆత్మను, అందరూ ఆత్మ స్వరూపులు అనే ఎరుకలో నువ్వు ఉన్నప్పుడు నువ్వు ఎవరి మీద ద్వేషం పెంచుకోవు.

2. దేని మీద వ్యామోహం పెంచుకోకు.

అలా వ్యామోహాలు పెంచుకున్నప్పుడు నీకు బంధం ఏర్పడుతుంది. అలా దేని మీద వ్యామోహం పెంచుకున్నా మీరు ఇంకా మనోస్థితిలో ఉన్నట్టే. అందుచేత అన్ని బంధాలకి కారణం మనసే అని తెలుసు కోవాలి.

ఈ మనసు వల్లే అన్ని బంధాలు ఏర్పరచుకుంటారు, ఈ బంధమే బాధలకి కారణం కాబట్టి మీరు దేని మీదైనా తటస్తంగా ఉండాలి. అది మీకు ఎప్పుడు వస్తుంది అంటే ఈ బంధాలన్నీ ఈ జన్మకే పరిమితం, ఈ వ్యామోహాలన్నీ ఈ జన్మకే పరిమితం అని అనుకున్నప్పుడు వస్తుంది. ఇప్పుడు నువ్వు నాకు బిడ్డల మీద ప్రేమ, వీళ్ళ మీద ప్రేమ, వాళ్ళ మీద ప్రేమ, అదంటే ఇష్టం, ఇదంటే ఇష్టం అని అనుకుంటూ బంధాలు పెంచుకుంటే బాధలే వస్తాయి. మళ్ళా కర్మలు చేస్తారు, జన్మలు పెరుగుతాయి.

అందుకే మహాత్ములు దేని మీద నువ్వు వ్యామోహం పెంచుకోకు అని చెప్తారు. అలా పెంచుకున్న వ్యామోహాలు బంధాలు అవుతాయి, అవే మరల వాసనలు అవుతాయి. అందుచేత అన్నిటిని సాక్షిగా గమనిస్తూ, నీకు అవసరమైనవి ఉపయోగించుకుంటూ అక్కడే మర్చిపోవాలి.

నేను సాధన చేయడానికి, జ్ఞానం పెంచుకోవడానికి పుట్టాను అని తెలుసుకోవాలి, మానవ జన్మ ఉద్దేశం అదే అని తెలుసుకోవాలి. సంఘంలో, సంసారంలో, పిల్లల విషయంలో మోహాన్ని పెంచుకుంటూ బంధాల్లో ఇరుక్కుపోకూడదు.

"నేటి నుంచి నేను హాయిగా జీవిస్తాను అని ఎప్పటికప్పుడు అనుకోవాలి".

మీరు గమనిస్తే ఆత్మ శరీరానికి, ఇంద్రియాలకి, మనసుకి, బుద్ధికి అన్నిటికీ శక్తిని ఇస్తుంది.. కానీ ఆత్మ స్థితిలో ఉన్నప్పుడు ఏది అంటించుకోకుండా సాక్షిగా గమనిస్తావు. అప్పుడు హాయిగా జీవిస్తావు, తిట్టినా కుంగిపోవు, పొగిడినా పొంగిపోవు.

తిట్టినప్పుడు వాడు నా శరీరాన్ని తిట్టాడు అనుకోవాలి, పొగిడినప్పుడు ఈ శరీరాన్నే పొగుడుతున్నాడు అనుకోవాలి. ఆత్మైన నన్ను వాడు ఎమి

అనట్లేదు కదా? అని అనుకున్నప్పుడు ఎప్పుడూ హాయిగా జీవిస్తావు.

3. 'ఏదైతే గడిచిపోయిందో అది మరిచిపోవడానికి ప్రయత్నించాలి'.

గడిచిపోయిన ప్రతిదీ మరిచి పోవడానికి ప్రయత్నించు, ఎందుకంటే ఏది శాశ్వతం కాదు. ఇప్పుడు దుఃఖం ఉంది, అది జరిగినప్పుడు బాధ వస్తుంది, కానీ తర్వాత అది గడిచిపోయిన సంఘటన.

అందుకే ఎప్పుడైనా ఒక దుఃఖకరమైన సంఘటన జరిగినప్పుడు, ఎవరి ఇంట్లో అయినా ఒక వ్యక్తి చనిపోతే ఆ క్షణం, ఆ రోజు చాలా దుఃఖం ఉంటుంది. అలా మెల్లి మెల్లిగా, మెల్లి మెల్లిగా ఆ దుఖం తగ్గుతూ ఉంటుంది, శాశ్వతంగా ఉండదు.

అలాగే ఒక సంతోషకరమైన సంఘటన జరిగితే ఆ రోజు చాలా హ్యాపీగా ఉంటుంది. మళ్ళా ఆ సంతోషం కూడా మెల్లి మెల్లిగా తగ్గిపోతుంది. అందుకని గడిచిపోయినవన్నీ మర్చిపోవడానికి ప్రయత్నించు.

అందుకే ఎప్పుడూ వర్తమానంలో జీవించండి అని మనకి మహాత్ములు చెప్తారు. అంటే గడిచిపోయినవన్నీ మర్చిపోయినప్పుడే నువ్వు వర్తమానంలో జీవించగలవు.

ఒక జ్ఞాని ఏ రోజునైతే ధ్యానం చేయలేదో, ఏ రోజునైతే ఒక్క విషయమైనా కొత్తది తెలుసుకోలేదో, జ్ఞానం పొందలేదో , ఆ రోజు వాడికి శాపం. అందుకే తెలుసుకుంటే సంతోషం, తెలుసుకోకపోతే శాపం అంటారు.

ఎందుకంటే మృత్యువు అనేది ఏ క్షణంలో మిమ్మల్ని కబళించి వేస్తుందో! ఏ శ్వాస మీకు ఆఖరి శ్వాస అవుతుందో! ఎవ్వరికీ తెలియదు. కానీ ఆ శ్వాస ఆగిపోకముందే ఎన్ని నేర్చుకోవాలో అన్ని నేర్చుకోవాలి, ఎంత సాధన చేయాలో అంత సాధన చేయాలి అని ఇక్కడికి వచ్చాక తెలుసు కుంటారు.

మీరు ఈ ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోకి వచ్చాక కూడా పట్టుకెళ్ళే వాటి కోసం ప్రయత్నిస్తారు.

ఆధ్యాత్మిక సంపద అంటే సాధన, జ్ఞానం, ఈ రెండు ఈ భూమి మీదే సాధించాలి. ఆత్మ సాక్షాత్కారం గురించి మీరు అందరిని అడగాల్సిన అవసరం లేదు.

సద్గురువు కర్మలను పోగొట్టుకునే మార్గం జ్ఞానమే అని చెప్తారు. ఆ జ్ఞానం ధ్యాన సాధన చేయడం వల్ల, స్వాధ్యాయం వల్ల సజ్జన సాంగత్యం వల్ల వస్తుందని గురువుగారు పదే పదే బోధిస్తారు.

చూడండి చిన్న మచ్చ కూడా లేని జీవితం జీవించగలిగితేనే భగవంతుడి దర్శనం మీకు కలుగుతుంది. మరి ఎలా స్వచ్ఛంగా పైలోకాల నుంచి కిందకు వచ్చారో! అంత స్వచ్ఛంగా ఉండడానికి ఈ ఆధ్యాత్మిక జీవితమే కారణం.

"ఎవరికి వారు నేను ఆత్మని అనుకున్నప్పుడు మీరు మహారాజు స్థానంలో ఉంటారట". చూడండి ఆత్మ అన్ని అవయవాలకి శక్తినిస్తుంది, శరీరాన్ని కాపాడుతుందీ, సృష్టి అంతా ఉండి సృష్టిలో ఉన్న జీవుల్ని కాపాడుతుంది.

మరి ఎవరైతే తనకి తాను మానవుడిని, జీవుడ్ని అని భావిస్తారో వాళ్ళను వాళ్ళే తగ్గించుకున్న వాళ్ళు అవుతారట, ఆత్మని అనుకుంటే మహారాజు స్థానంలో ఉంటారు.

అందుకే ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందాలి అంటే ముందు మీరు ఆత్మగా జీవించాలి, కర్మలను దగ్ధం చేసుకుంటూ, కావలసిన జ్ఞానం పొందుతూ, కొత్త కర్మలు చేయకుండా ఉండగలిగితే ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలుగుతుంది.

ఆత్మ ఐదు విషయాల్లో బందీగా ఉంది

మనం ఎంత నేర్చుకున్నా ఇంకా నేర్చుకుంటూ జ్ఞానాన్ని పెంచుకోవాల్సిందే. జ్ఞానం పెరిగితేనే కర్మలు దగ్ధమవుతాయి. “జ్ఞానాగ్ని దగ్ధ కర్మాణాం” అని గీతలో చెప్పబడింది. అంటే జ్ఞానం వల్ల మాత్రమే కర్మలు దగ్ధమవుతాయి. అది తెలుసుకున్న మీరు జ్ఞానం పెంచుకోడానికి ప్రతి నిమిషం ప్రయత్నిస్తూనే ఉండాలి.

అలా ప్రయత్నించినప్పుడు మీ తపన ఎంతగా ఉంటుందో! మీ ప్రయత్నం ఎంత గట్టిగా ఉంటుందో! మీ కృషి ఎంతగా ఉంటుందో! అంత జ్ఞానవంతులు కాగలరు. ఈ భూమిమీద ప్రయత్నిస్తే సాధించలేనిది ఏది లేదు. మీరు సాధించలేక పోతున్నారు అంటే మీ ప్రయత్న లోపమే.

మూడు వంతులు ప్రయత్నించకుండా మీ దగ్గరికి ఏది రాదు. అది ధనమైనా, విద్య అయినా ఏదైనా ప్రయత్నించి సాధించాలి. బాగా ధనవంతుడు అయిపోతాను అని కోటిసార్లు జపం చేసినా ధనవంతులు కాలేరు. దానికి తగ్గ కృషి, ప్రయత్నం ఉంటేనే అవుతారు, అలాగే జ్ఞానమైనా అంతే.

మీరు జ్ఞానం పొందాలి అనుకుంటే దానికి తగ్గ ప్రయత్నం లేకుండా కోటిసార్లు గాయత్రీ జపం చేసినా జ్ఞానం పొందలేరు. జపాలు లాంటివన్నీ శుద్ధత్వంలో ఉండడానికి, చాలామంది జపంలో నుంచే ధ్యానంలోకి వస్తారు.

ఎందుకంటే నామం మనసు ఎప్పుడు శుద్ధత్వంలో ఉంచు కోవడానికి. పూర్వకాలంలో గురువులు నామం, మంత్రం పదే పదే పఠించమనేవారు, అంటే ఆ నామం వల్ల పాపపు ఆలోచనలు లేకుండా చేయడానికి.

పంట పండించాలి అంటే పొలాన్ని సాగు చేయాలి. దున్నకుండా విత్తనాలు చల్లేద్దాము అంటే కుదరదు. అలాగే మనసు శుద్ధత్వంలోకి రావడానికి

మొట్టమొదట ఋషులు కొంచెం జపం చేయించి తర్వాత ధ్యానంలోకి తీసుకొవచ్చేవారు.

మనసు శుద్ధత్వంలో ఉండడం వల్ల, భగవంతుడి నామ స్మరణ వల్ల వాళ్ళలో సాధన చాలా చక్కగా కుదురుతుంది. తీవ్రాతి తీవ్రమైన భక్తి ఉంటే అలాంటి వాళ్ళు సాధన చాలా బాగా చేయగలరు.

రాఘవరావు గారికి వెంకటేశ్వర స్వామి అంటే ఎంత పిచ్చో! నిరంతరం ఆ ధ్యాసలో ఉండేవారు. ఆ ధ్యాస మెల్లిగా ధ్యానం అయింది. పత్రిగారు వచ్చాక రాఘవరావు గారు ధ్యానం కావాలి అనుకున్నారు, కాని నేనేమీ అనుకోలేదు. మొదట్లో నాలుగేసి గంటలు కూర్చునేవారు.

ఎందుకంటే అంత భక్తి కాబట్టి, ఆ భక్తితో మనసంతా ప్యూరిటీగా ఉంచుకుంటారు కాబట్టి సాధన బాగా కుదురుతుంది. అది ఒక స్టెప్, ఇప్పుడు ఆ నామాలు ఇచ్చి, ఉపదేశాలు చేసి, మంత్రాలు చెప్పి ధ్యానంలోకి రమ్మంటే ఇప్పుడు చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం దానికి అనుకూలంగా లేదు.

అందుకే పత్రిగారు ముందు ధ్యానం చేయండి తర్వాత అన్ని మీకే అలవాటు అవుతాయి అన్నారు. ఎంత చేసినా ఏ రిజల్ట్ రాకపోతే అప్పుడు మీకే ఒక వేదన వస్తుంది. ధ్యానం చేస్తున్నాము, ఏ ఫలితం రాలేదు అని అనిపించినప్పుడు గురువుల మాటలు బుర్రకెక్కుతాయి.

నాయనా! "శుద్ధత్వం లేనిదే బుద్ధత్వం రాదు, ముందు నీ మనసును శుద్ధత్వంలో ఉంచుకో" అని గురువు చెప్తాడు. ఎన్ని సంవత్సరాలు చేసినా లాభం లేదు అంటే? అప్పుడు గురువు, ఈ వేళ బట్టలు తెల్లగా వేసుకున్నావు, సాయంత్రానికి మురికి చేసుకుంటావు, మళ్ళీ ఉతికితేనే తెలుపు వస్తుంది అంటారు.

అలాగే మీ మనసు కూడా ధ్యానంలో శుద్ధి అవుతుంది. బయటికి

వెళ్ళి మురికి పోసుకుంటున్నావు, ఈ కడుక్కోవడం, మురికి పోసుకోవడం సరిపోతుంది. అలాగే కళ్ళు మూస్తున్నావు, శుద్ధత్వంలోకి వస్తున్నావు. కళ్ళు తెరుస్తున్నావు, నేను ఆత్మను అంటున్నావు, అందరూ ఆత్మలు అంటున్నావు.

కానీ నువ్వు ఆత్మగా ఈ శరీరం నుంచి విముక్తి కలిగించడానికి ప్రయత్నం చేయలేక పోతున్నావు? కాని సాధన దేనికి అంటే మోక్షం అంటే జన్మ వద్దు అని, అంటే జన్మ ఉంటే మళ్ళీ శరీరం వస్తుంది అందుకు జన్మ వద్దు అనుకుంటున్నారు.

అంటే ఈ శరీరం నీకు భారమయ్యింది, ఇందులో ఉంటే రాగద్వేషాలు, శోక మోహాలు ఇవన్నీ తప్పవు. అవి వద్దు అనుకుంటున్నావు, అందుకే మళ్ళీ ఈ శరీరం రాకుండా ఈ జన్మలోనే ప్రయత్నించాలి. శరీరం ఉండగానే మరుజన్మ లేకుండా ఉండడానికి చేసే ప్రయత్నమే ధ్యానం. ధ్యానం అంటే కోట్లు ఒళ్ళో పడతాయని కాదు, శరీరం మళ్ళీ జన్మ తీసుకోకుండా ఉండడానికే ఈ ప్రయత్నం.

జన్మ ఉంటే నష్టం ఏంటి? అంటే ఈ శరీరం తీసుకుని ఈ భూమి మీదకి వచ్చాక దుఃఖము ఉంటుంది, సుఖము ఉంటుంది. కొంతమంది ధ్యానంలోకి వచ్చాక కష్టాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి అంటారు. ఎందుకు కష్టాలు ఎక్కువ ఉంటాయి అంటే ఎక్కువ కర్మలు ఈ జన్మలోనే అనుభవిస్తామని మీరు నిర్ణయించుకొని వచ్చారు. నేను ధ్యానంలోకి వచ్చాక ఇంత కాలిపోయినా ఇంకా ఇంత చేస్తున్నాను అంటే అది నా నిర్ణయమే. నేను అనుభవిస్తానని తెచ్చుకున్నదే, అందుకే ధ్యానం చేస్తున్నాను.

కష్టాలు ఎందుకు వస్తున్నాయి అంటే నీ కర్మలే కష్టాలు. జ్ఞానం ఉన్నవాడు కష్టాలు వచ్చినప్పుడు కర్మలు పోతున్నాయి అనుకుంటారు. జ్ఞానం లేకపోతే ఈ ధ్యాన మార్గంలోకి వచ్చాక కష్టాలు పెరిగాయని బాధపడతారు.

మీకు జ్ఞానం వచ్చిందా? లేదా? అన్నది మీ మాటల వల్ల అవతల వ్యక్తికి అర్థం అవుతుంది.

"నీ వాస్తవానికి నువ్వే సృష్టికర్తవు" కాబట్టి ధ్యానం పెంచాలి. ఏదైనా కర్మ లేనిదే కష్టం రాదు, కష్టం పాప కర్మ వల్ల వస్తుంది.

గతంలో ఉన్న కర్మలు కరిగించు కోవాలంటే మీరు చేసే తీవ్ర సాధన, వల్ల పొందే జ్ఞానం ఉపయోగ పడుతుంది. మరి జన్మ వద్దు అనుకున్నప్పుడు దానికి తగ్గ కృషి చేయాలి. అంటే తీవ్రాతి తీవ్రమైన ధ్యాన సాధన చేసి, జ్ఞానం పెంచుకోవడం మీద దృష్టి పెట్టాలి.

ఆత్మలైన మీరు మీ స్వస్థానానికి వెళ్ళాలి అంటే ఈ శరీరం నుంచి విడుదలై, మళ్ళీ శరీరం రాకుండా ఉండడానికి ప్రయత్నించాలి. అంటే సత్యం అవగతమవ్వాలి, సత్యం అంటే భగవంతుడు, అది నేనై ఉన్నాను, నేను భగవంతుడు అనుభవపూర్వకంగా తెలిసినప్పుడు మాత్రమే ఈ శరీరమనే బందిఖానా నుంచి నీకు విడుదల.

అది అనుభవంలోకి రావాలి అంటే తీవ్రమైన ధ్యాన సాధన, సత్ప్రవర్తన, సచ్చింతన ఉండాలి. ప్రవర్తన సత్యంలో ఉండాలి, సత్యం తెలిసినంత మాత్రాన నువ్వు సత్యవంతుడవు కాదు.

గాలి కనబడదు కానీ గాలి ఉందని తెలుసు కదా? ఫ్యాన్ తిరుగుతుంది, గాలి వీస్తుంది అని ఎలా అన్నావు? నీ అనుభూతిని బట్టి. అట్లాగే నువ్వు బ్రతికున్నావు అంటే దేవుడు ఉన్నట్టే, నువ్వు చచ్చిపోయావు అంటే నీలో దేవుడు తప్పుకున్నట్టే. నువ్వు ఊపిరి పీలిస్తే ఉన్నట్టు, నువ్వు ఊపిరి పీల్చకుండా పడి ఉంటే నీలో దేవుడు తప్పుకున్నట్టే.

మోక్షము అంటే జన్మ లేని స్థితి. దాని మార్గమే ధ్యానము, జ్ఞానము. ఎందువల్ల ఆ స్థితికి చేరలేక పోతున్నారు? అంటే అనుభూతి లేదు. ఎందుకు

లేదో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

ఆత్మ ఐదింటికి బంది అయిపోయింది. 5 విషయాల్లో అది బందీగా ఒక జైల్లో ఉన్నట్టు ఉండిపోయింది. ఆత్మ 5 విషయాలలో బందీగా వుంది.

1. శరీరం, 2. బంధాలు, 3. సంపదలు, 4. కీర్తి ప్రతిష్టలు, 5. వాసనలు

ఆత్మ శరీరంలోనే బందిగా ఎందుకు ఉంది?

1. శరీరం :- మొట్టమొదట ఆత్మ పూర్ణాత్మ నుంచి విడివడి వచ్చినప్పుడు శిలల్లోకి, ఖనిజాల్లోకి వస్తుంది. ఆ తర్వాత వృక్షాల్లోకి, భూచరాలుగా, జల చరాలుగా, పక్షులుగా, జంతువులుగా, మానవ జన్మకి వస్తుంది. ఈ మానవ జన్మకు వచ్చాక పూర్ణమైన శక్తి వస్తుంది.

చూడండి ఇప్పుడు పుట్టిన పాపాయికి ఎంత శక్తి ఉంటుంది? మనకి ఎంత శక్తి ఉంటుంది? పుట్టిన పాపాయికి అతి అల్పం, శక్తి ఉండదు. అన్ని తల్లే చూసుకుంటుంది, ఎదుగుతున్న కొద్ది వాళ్ళకు వాళ్ళు చేసుకుంటారు, అంటే పూర్తిగా శక్తివంతమయ్యారు.

అలాగే ఆత్మ ప్రారంభ దశలో కొంచెం, కొంచెం ఎదుగుతూ మానవుడిగా ఉన్నప్పుడు పూర్ణమైన శక్తివంతుడే. కానీ ఇన్నిటి వల్ల శక్తిహీనుడిని అనుకుంటాడు. అంటే అక్కడ శిలల్లో కానీ, ఖనిజాల్లో కానీ, వృక్షాల్లో కానీ శక్తి తక్కువగా ఉండి మానవుడిగా ఆయినప్పుడు పూర్ణశక్తిని పొంది, ఇక భూమిమీద నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాలు లేనప్పుడు, తెలుసుకోవలసినవి లేనప్పుడు, భగవంతుని స్థాయికి ఎదుగుతాడు.

ఇప్పుడు మీరు L.K.G. చదవకుండా U.K.G. కి వెళ్తారా? ఎలిమెంటరీ స్కూల్ అవ్వకుండా, హైస్కూల్ కి వెళ్ళగలరా? హై స్కూల్ అవ్వకుండా కాలేజీకి వెళ్ళగలరా? కాలేజీ అవ్వకుండా, యూనివర్సిటీకి వెళ్ళగలరా? పూర్తయితేనే కదా వెళతారు.

అలాగే ఆత్మ ఈ భూమి మీదకు వచ్చి అనుభవాలు పొంది, పాఠాలు నేర్చుకుని మానవ జన్మలో ఎదుగుతుంది. మానవ జన్మలో పూర్ణంగా భగవంతుని తెలుసుకోవలసిన జన్మ. అంటే ఇన్నిరకాల జన్మల్లో శరీరంలో బందీ అయివుండే నేర్చుకుంది, శరీరం లేకుండా ఆత్మ ఏది నేర్చుకోలేదు. ఆత్మ 84 లక్షల జీవరాశులుగా శరీరాలు తీసుకొని పాఠాలు నేర్చుకుంటుంది. ఇదంతా ఎందుకంటే ఆత్మ పూర్ణాత్మ అవ్వడానికే.

ఈ మానవ జన్మలో ఎదిగిన తర్వాత ఈ యోగ మార్గంలోకి వస్తుంది. యోగ మార్గంలోకి వచ్చాక, తీవ్రాతి తీవ్రంగా ఎదిగే ప్రయత్నం చేస్తున్నప్పుడు

ఈ శరీరమే నాకు బందిఖానా, ఈ శరీరం అనే పంజరంలో నేను బంది అయిపోయాను, దీని నుంచి నేను విడుదల అయితే కానీ నా స్వస్థలమైన సత్యలోకం నేను వెళ్ళలేను అని తీవ్ర కృషి చేస్తుంది.

ఇది ఎలా ఉందంటే "పిచ్చి కుదిరితే కానీ పెళ్లి అవ్వదు, పెళ్లి అయితే కానీ పిచ్చి కుదరదు" అన్నట్టుగా ఉంటుంది. శరీరం బందిఖానా అంటాం కానీ, ఈ బందిఖానా నుంచి బయట పడడానికి మళ్ళీ శరీరంతోనే సాధన చేయాలి. ఈ శరీరం ఆత్మకి సాధనా పరికరమే కాని, శరీరం శాశ్వతమైన పరికరం కాదు.

కారణం మానవ శరీరం అనే వాహనం మీద ఆత్మ ప్రయాణం చేస్తూ గమ్యస్థానం అయిన సత్యలోకం చేరాలి.

అందుకే శరీరమే ఒక బందిఖానా అనుకున్నప్పుడు, ఈ బందిఖానా నుంచి విముక్తి కావాలి అంటే దీనితోనే తీవ్రమైన సాధన చేయాలి.

అందుకే శరీరంతో సాధన చేసి, మేధస్సుతో పూర్ణజ్ఞానం పొందాక, ఇంక ఈ వాహనం అవసరంలేదు అని వదిలేస్తారు. అలా సొంత ఇల్లు ఆయిన

సత్యలోకం చేరేదాకా శరీరాన్ని కూడా జాగ్రత్తగా కాపాడుకోవాలి.

మానవుడు కళ్ళువిప్పి ప్రపంచం వైపు తిరిగి మనస్సు మురికి చేసుకుంటున్నాడు. కాని కళ్ళు మూసుకుని మనస్సులోని మురికిని తొలగించు కుంటున్నాడు.

ఎవ్వరైనా సరే పాపం చేసేది, పుణ్యం చేసేది ఈ శరీరంతోనే. చూడండి లైట్ ఒక యోగికి మంచి పుస్తకం చదువుకోడానికి ఉపయోగ పడుతుంది, దొంగోడికి చీకట్లో అన్నీ చూడటానికి ఉపయోగపడుతుంది. చూస్తే ఉన్నది ఒక్కటే పరికరం కాని ఉపయోగించుకునే విధానాన్నిబట్టి ఉంటుంది.

అలాగే ఈ శరీరంతో యోగం చేసిన వాడికి కర్మలూ దగ్ధం అవుతాయి, పాపపు పనులు, పాపపు ఆలోచనలు చేసిన వాడికి కర్మలు కొండల్లా పెరుగుతాయి. అందుచేత ఈ శరీరంతో యోగము చేయొచ్చు, పాపము చేయొచ్చు. ఉపయోగించుకునే వాడికి ఈ శరీరం జ్ఞాన సాధనకు ఒక గొప్ప వాహనం, లేని వాడికి ఇది ఒక బందిఖానా.

ఈ శరీరం ఎంజాయ్ చేసినవాడికి ముందు భలేగా ఉంటుంది, కాని దానివల్ల కర్మలు ప్రారంభం అవుతాయి, కష్టాలు రాగానే బైట పడే మార్గం తెలియక ఇదే ఒక బందీఖానాగా అయిపోతుంది.

2.బంధాలు:- ముందు ఎవ్వరికైనా బంధం సంసారం నుండి వస్తుంది. ఏది చేయాలన్నా ఈ బంధాలని దాటుకొని వెళ్ళడం చాలా కష్టంగా ఉంటుంది.

మరి సామాన్యులకు ఇంకెన్ని బంధాలు! అన్ని వదులుకున్నా సంసారం బంధం ఉంటుంది. చాలామందికి ధ్యానం క్లాస్ కి రావాలి అనుకుంటే ఎన్ని పనులు? ఎన్ని ఆటంకాలు? ఎన్ని బాధ్యతలు? ఎన్ని బంధాలు? ఇలా వీటన్నిటితోటే భగవంతుడిని దూరం చేసుకుంటున్నారు.

భగవంతుడు ఎక్కడో లేదు, మీ శరీరంలోనే ఉన్నాడు. ఏ పని

చేయడమైనా చాలా తేలిక, కానీ హృదయంలోని పరమాత్మను తెలుసుకోవడమే చాలా కష్టం.

హృదయం అనే ఇనుప పెట్టెకు తాళాలు లేవు, అయినా అందులోని భగవంతుని తెలుసుకోవడం చాలా కష్టం. ఈ హృదయం అనే ఇనప్పెట్టెలో లోకేశుడు ఉన్నాడు, కానీ దీన్ని ఓపెన్ చేయడమే చాలా కష్టం.

ధ్యానంలో కూర్చుంటారు, పగలు చేసిన పనులన్నీ ధ్యానంలో గుర్తొస్తాయి. పగలు ఏవైతే చేస్తున్నామో, ఏ కోరికలు ఉన్నాయో, ఈ 5 ఇంద్రియాలతో ఏ జ్ఞానాన్ని సేకరించారో, ఏ కర్మలు సేకరించారో అవే ధ్యానంలో ఇబ్బంది పెడతాయి.

రైల్వే స్టేషన్లో ఎంతో మందిని చూస్తూ ఉంటారు. కాని ఎవరు గుర్తు ఉండరు కారణం వారికి, మీకు బంధం లేదు కాబట్టి. అదే మీ అబ్బాయి దూరంగా ఉండి చదువుతుంటే పదే పదే గుర్తు చేసుకుంటారు, కారణం బంధం. దీన్ని బట్టి బంధం లేకపోవాదమే విడుదల అని తెలుస్తుంది.

అందుకే నీ సాధన కొనసాగక పోవడానికి, నీ ఆత్మకు విముక్తి కలగకపోవడానికి బంధమే కారణం. అందుచేత బంధం కూడా ఆత్మ ఎదగకపోడానికి, విముక్తి రాకపోవడానికి కారణం.

3. సంపదలు:- మంచి వ్యాపారం ఉందనుకోండి. ఇంకెక్కడ ధ్యానం? అసలు ఖాళీయే లేదంటారు. మానవుడు తన పనులన్నిటి కోసం భగవంతుని మర్చిపోగలడు, అంటే ధ్యానం ఎగ్గొట్టగలరు, కానీ ధ్యానం కోసం అన్ని వదులుకోలేరు.

కొంతమంది వీరావేశంతో ఉద్యోగం వదిలేసి ధ్యానానికి వస్తారు. ఉద్యోగం వదిలేస్తే ఎవరు పోషిస్తారు? అందుచేత మీ కాళీ టైమ్ లో ధ్యానం చేసుకోవచ్చు. దానికి మీ అవసరాలు తీరితే సరిపోతుంది. అందుకే

కలియుగంలో కొంచెం ద్యానం చేసినా పురోగతి ఉంటుంది.

అందుకే ఎన్ని బంధాలలో ఉన్నా, ఎన్ని బాధ్యతల్లో ఉన్నా నువ్వు ధ్యానం చేసినప్పుడు నీకున్న ఆనందం వేరే ఉంటుంది. అంత ఆనందం లేకపోతే ఈరోజు మీరందరూ ఇక్కడికి వచ్చేవారే కాదు.

చిన్నప్పటి నుంచి నాకు ఒక మంచి పుస్తకం చదవడం అలవాటు. అప్పుడు ప్రాపంచిక జీవితంలో జనరల్ నాలెడ్జ్ పెంచుకోవడానికి ప్రయత్నించే దాన్ని. అప్పుడు కూడా నేనే ఫస్ట్ ఉండాలనుకునే దాన్ని. కాని ఇప్పుడు ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలు చదవడం, ధ్యానం చేయడం చేస్తున్నాను.

ఈ శరీరంతో ఎక్కువ కర్మలు చేస్తూనే ఉంటారు కాబట్టి ధనం కోసం కూడా కృషి చేయాలి. దానం చేస్తే పుణ్యం వచ్చినా, మీరు దుష్ట సహవాసం చేస్తే, కర్ణుడి లాంటి స్థితి వస్తుంది. కర్ణుడు గొప్ప దాతే కానీ అధర్మపరుడైన దుర్యోధనుడి వైపు ఉండడం వల్ల ఎంత దాత అయినా నాశనమైపోయాడు.

మీరైనా అంతే, తప్పు చేసినా, తప్పు చేసిన వాడితో స్నేహం చేసినా, శిక్ష అనుభవించాలి. సంపదలు ఉండొచ్చు కానీ ప్రక్కవాడికి పెట్టే బుద్ధి ఉండాలి.

కానీ ఇలాంటి మార్గంలోకి వచ్చి తప్పు చేస్తే శిక్ష చాలా పెద్దగా ఉంటుంది. సంపదలు ఉండొచ్చు, సంపద కోసం నువ్వు ప్రయత్నించు. నీకు తెలిసి చేసినా తెలియకచేసినా తప్పు తప్పే. కానీ నీ సంపదని 10 మందికి ఉపయోగిస్తే నీది సత్ప్రవర్తన అవుతుంది.

పూర్వం రాఘవరావు గారి తాతగారు చెప్పేవారు. నువ్వు రూపాయి సంపాదిస్తే 90 పైసలు నీకోసం ఖర్చు పెట్టుకున్నా 10 పైసలు పక్కవాడి కోసం ఖర్చు పెట్టాలి అని. **"నీ కోసం ఖర్చు పెట్టిన డబ్బు మట్టి పాలు,**

ఇతరుల కోసం ఖర్చు పెట్టిన ధనం నీ పాలు" అన్నారు.

4. 'కీర్తి ప్రతిష్టలు':- మనల్ని పది మంది పొగిడినా, పదవులు ఉన్నా, లేకపోతే ఇంకా పది మంది నువ్వు చాలా గొప్ప దానివి అని అందాన్ని పొగడొచ్చు, డబ్బును పొగడొచ్చు, చదువులను పొగడొచ్చు, పదవులను పొగడొచ్చు, కీర్తి చూసి బాగా పొగుడుతారు. వాడు ఎమెల్యే, వీడు ఎంపి అని. ఇంక దాంతో మనకి ధ్యానం వైపు వెళ్ళ బుద్ధి అవ్వదు.

ప్రపంచంలో అందరూ పొగుడుతూ వుంటే ఇంక ధ్యానం మీద ఏమి వెళుతుంది? ధ్యానంలో కూర్చున్నా పదవులే కనబడతాయి. అందుచేత పదవులు, కీర్తి ప్రతిష్ఠలు మనిషిని నాశనం చేస్తాయి. నేను ఎంత ఆత్మని అనుకున్నా ఎవరైనా మిమ్మల్ని గొప్పవారు అని అంటే పొంగిపోతారు. ఎదుటి వాడు తిడితే మొహం మాడిపోతుంది. ఎందుకు వచ్చింది ఈ దేహం మీద మమకారం?

ఇప్పుడు ప్రపంచం డబ్బు చుట్టూ తిరుగుతుంది, డబ్బు చుట్టూ తిరిగేవారు యోగమార్గంలోకి రాలేరు. అందుకే శంకరాచార్యుల వారు "మట్టిని బంగారాన్ని ఒకేలా చూడగలిగే స్థితి వస్తే అదే మోక్షం" అన్నారు.

యోగి రెండిఇంటినీ ఒకేలా చూస్తాడు. రెండూ భగవంతుడే సృష్టించాడు. అందుచేత అందరూ సమ స్థితిలో చూస్తే మోక్ష స్థితిలో వున్నట్టే!

నువ్వు మట్టి కుండలో నీళ్ళు తెచ్చుకున్నా, బంగారు బిందెలో నీళ్ళు తెచ్చుకున్నా నువ్వు తాగేవి నీళ్ళే, ఎవరికైనా దాహం తీరుతుంది. అందుచేత నువ్వు ఆ స్థితిలోకి రావాలి.

ఎప్పుడు వస్తావు? నేను ఆత్మను, ఈ ఆత్మ శరీరం నుండి విడుదల కావాలి. ఏ ఒక్క దాని మీద మమకారం వున్నా అది బంధం అవుతుంది. అంతటి జ్ఞానం పొందిన రోజున ఏది వున్నా, ఏది లేకపోయినా సమ స్థితిలో

వుంటారు. అంత సాధన చెయ్యాలి.

మీరు భీమవరం వచ్చి 30 గంటలు ధ్యానం చేసాను అనుకుంటే కుదరదు. ఇంటి దగ్గర కూడా ఆరకంగా చేస్తే ఆ స్థితి సాధించవచ్చు. అందుకే నేను మీరు ఎంత ఎదిగినా ఇంకా ఎదగాల్సి వుందని చెబుతాను. మీరు చనిపోయేలోగా ఎంత వీలైతే అంత జ్ఞానం సంపాదించుకోండి.

4. వాసనలు :- మీరు సత్యం తెలుసుకున్నా సత్యంలో జీవించలేక పోవడానికి కారణం వాసనలే. ఎందుచేతనంటే గత జన్మలో మీరు నికృష్టమైన బ్రతుకు బ్రతికినప్పుడు అంటే ఒక అబద్ధపు జీవితం, ఒక మోసపూరిత జీవితం జీవించినప్పుడు ఆ వాసనలు కొన్నైనా ఈ జీవితానికి తెచ్చుకుంటారు. అవి ఎక్కడో అక్కడ పొరపాటు చేయిస్తాయి.

అందుకే అన్నారు. **"వాసనలు కూడిన మనస్సులో వాసుదేవుడు వుండడు"** అని. అందుచేత నీ గత జన్మ సంస్కారాలు వదులుకోవాలి. అందుచేత గత జన్మ వాసనలే నువ్వు తప్పుడు పనులు చేయడానికి కారణం.

ఒక జ్ఞానికి బుద్ధి వక్రదృష్టికి వెళ్తోంది అంటే ఖచ్చితంగా అది గత జన్మ సంస్కారమే! ఆ గత జన్మ వాసనలే మీరు ఇంత స్థాయికి వచ్చినా ఇంకా తప్పుడు ఆలోచనలు, తప్పుడు వ్యవహారాలు చేస్తున్నారు.

అందుకే శంకరాచార్యులు వారు చెప్తారు **"కోరికలనైనా మార్చు కోవచ్చు.వాసనలు తగ్గించుకోవడం, వాసనలు పోగొట్టుకోవడం చాలా కష్టం"** అన్నారు. మరి దానికి చాలా సాధన ఉండాలి.

ఆత్మలమైన మనం ఆత్మగా ఉండలేక పోవడానికి కారణం ఏమిటి?

ఆత్మగా జీవించ లేకపోవడానికి కారణం తెలుసుకుందాం.

ప్రాపంచికంగా శరీరమే నేను అనుకుని జీవించే వాళ్ళకి ఆత్మ అంటే తెలియదు, మనం ఎవరమో తెలియదు. కానీ మనందరికీ గురువుగారు మొట్టమొదటే నువ్వు ఆత్మవే కానీ, శరీరానివి కాదు అని చెప్పడం జరిగింది.

కానీ మీరు ఎన్నో సంవత్సరాల నుండి సాధన చేసినా, ఎన్నో విషయాలు వింటున్నా ఆత్మను తెలుసుకోలేక పోతున్నారు.

అంటే గురువు సత్యాన్ని చెప్పొచ్చు, ఆ సత్యాన్ని తెలుసుకోవడానికి కావలసిన సాధన కూడా ఇవ్వచ్చు. గురువు సత్యాన్ని చెప్పడం ఒక నిమిషం పని. అయితే సాధన చేసి ఆ సత్యాన్ని తెలుసుకోవలసిన అవసరం శిష్యుడికే ఉంది.

ఆ శిష్యుడికి తెలుసుకోవాల్సిన సమయం వచ్చింది కాబట్టే, భగవంతుడు గురువుని ఇచ్చి ఆయనే మనకి చెప్పిస్తాడు.

కానీ మనం అర్థం చేసుకోలేక, ఏది పట్టుకుంటే జీవితంలో ఆనందం ఉంటుందో అది మనం పట్టుకోవట్లేదు. మనం ప్రాపంచికంలో అడుగుపెట్టిన దగ్గర నుంచి ఏ వయసుకి ఏది కావాలో అది అనుభవించేస్తున్నాం.

అంటే పుట్టినప్పటి నుంచి చూసుకుంటే చదువుకోవాల్సిన వయసులో చదువుకున్నాం. వివాహం చేసుకోవాల్సిన వయసులో వివాహం చేసుకున్నాం. ఉద్యోగము, వ్యాపారము, గృహిణిగా ఉండడము ఏదో ఒక పని వయసుకు తగ్గట్టు చేసేస్తున్నాం.

కానీ ఇక్కడ వయసుతో నిమిత్తం ఏమీ లేదు సాధన చేయడానికి,

తాను ఆత్మ అని తెలుసుకోవడానికి. ఆత్మ తీసుకున్న జన్మలతో నిమిత్తం లేదు. ఎప్పుడైతే జీవితంలోకి గురువు వచ్చాడో సత్యాన్ని తెలుసుకునే వయసు మనకు వచ్చింది అని ఎవరికి వాళ్ళు అర్థం చేసుకోవాల్సి ఉంది.

అయ్యో! అప్పుడే ధ్యానం ఎందుకని కొందరు అంటూ ఉంటారు. లేకపోతే ఇంత వయసు వచ్చినా వీడికి ఇంకా ప్రాపంచికం పోలేదు అని కొంతమంది అనొచ్చు. అందుకే ఇక్కడికి వచ్చిన ప్రతి ఒక్కరూ నేను ఎవరో తెలుసుకోవాల్సిన టైం వచ్చింది, నా అంతిమ యాత్రకి కావలసిన ప్లాట్ఫార్మ్ ఇక్కడే నేను ఏర్పాటు చేసుకోవాలి, ఈ శరీరం ఉండగానే భగవంతుని తెలుసుకోవాలి అని అర్థం చేసుకోవాలి.

ముందు నేను ఎవరో తెలుసుకుంటేనే అది తెలుసుకోగలం. అందుకే భగవంతుడు నాకు గురువుని ఇచ్చాడు అని మనలో ప్రతి ఒక్కళ్ళు అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రాపంచిక చదువులలో ఫస్ట్ ర్యాంక్ రావాలని ఎంత కష్టపడి చదువుతామో, ఈ ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో ఆనందంగా ఉన్నాము అంటే మనం ఫస్ట్ ర్యాంక్ లో ఉన్నట్టే.

అలాంటి ఆనందకరమైన జీవితం జీవించడానికి కావలసినది సాధన, మీరు ఎవరో తెలుసుకోవడానికి కావలసిన సాధన సద్గురువు ద్వారా పొందారు.

కాబట్టి ఇప్పుడు వర్తమానంలో మీరు జీవిస్తున్న జీవితం కన్నా, ప్రాపంచిక జీవితంలో ఉన్న దానికంటే కూడా ఆనందకరమైన జీవితం ఉంది అని గురువు ద్వారా తెలుసుకున్నప్పుడు, దానికోసం మీరు తీవ్రాతి తీవ్రమైన కృషి చేస్తారు.

మానవుడు ఈ ప్రపంచంలో ఏమి పొందాలనుకున్నా తీవ్రాతి తీవ్రమైన కృషి చేస్తాడు. కృషి చేసి పొందవలసినవి పొంది ఇక్కడే వదిలి

వెళ్తాడు.

ప్రాపంచిక జీవితంలో ఈ సంపదల కోసం తీవ్రంగా కష్టపడి సంపాదించి, వెళ్ళేటప్పుడు ఇక్కడే వదిలి వెళ్తాడు. కానీ కూడా పట్టుకెళ్ళేవేవో తెలుసుకొని, ఆ కూడా పట్టుకెళ్ళేవే శాశ్వతంగా ఉండేవి అని తెలుసుకున్న మీరు దానికోసం తీవ్రాతి తీవ్రమైన కృషి చేస్తే ఫలితం తప్పకుండా పొందగలరు.

ఈ ప్రపంచం ఎలా ఉంది అని విశ్లేషణ చేసినంత కాలం మీరు బాహ్య దృష్టిలో ఉంటారు.

ఈ ప్రపంచం ఇలా ఉందేంటి? వీడు ఇలా ఉన్నాడు ఏంటి? వాడు అలా ఉన్నాడు ఏంటి? లేదా మనం ఇట్లాగే ఉన్నాం, అలాంటిది కావాలి, ఇలాంటిది కావాలి, ఇలా మన దృష్టి బాహ్య దృష్టి అయినప్పుడు సత్యం తెలిసినా సత్యం కోసం ప్రయత్నం తక్కువగా ఉంటుంది.

బాహ్య దృష్టి ఉన్నవాడికి సత్యాన్ని పొందే, సత్యాన్ని తెలుసుకునే అర్హతే ఉండదు. **'ఉపనిషత్తులు కూడా బాహ్య దృష్టి నీకు ఉన్నంతసేపు కర్మలు తప్పవు, జన్మలు తప్పవు'** అని చెప్పడం జరిగింది. జనన మరణ చక్రంలో ఎప్పుడూ ఇరుక్కుంటూ, చిట్ట చివరి జన్మలకు వచ్చినప్పుడు నా జీవితంలో శాంతి లేదు, సుఖం లేదు, దుఃఖమే ఉంది అంటారు.

కానీ బాహ్య దృష్టిలో దుఃఖానికి కారణం మీరే అని తెలియదు. మీ దుఃఖానికి కారణం భర్తో, తల్లిదండ్రులో, పిల్లలో అని ఏదో ఒక కారణం చెప్పేస్తూ ఉంటారు.

ఎవరైనా నీ కష్టానికి కారణం ఏమిటి? అంటే చెప్పేది ఒకే మాట. నా తల్లిదండ్రుల వల్ల దుఃఖ పడుతున్నాను, నా భర్త వల్ల దుఃఖ పడుతున్నాను, నా భార్య వల్ల దుఃఖ పడుతున్నాను, లేదా నా బిడ్డల వల్ల దుఃఖ పడుతున్నాను

అని. ఇట్లా కారణాలు ఈ బాహ్య దృష్టి వల్లే వెతుకుతున్నారు.

కానీ మీ దృష్టి బాహ్య దృష్టి నుంచి అంతర్ దృష్టిలోకి మరలినప్పుడు నా దుఃఖానికి వేరే ఎవ్వరూ కారణం కాదు, నేనే కారణం అని మీకు అవగాహన అవుతుంది.

బాహ్య దృష్టిలో ఈ కారణాలు వెతుక్కుంటూ, వాళ్ళ మీద ద్వేషం పెంచుకుంటూ, ఇంకా ఇంకా కర్మలు చేస్తూ ఉంటారు. ఒక స్థాయికి వెళ్ళాక మాటలు, చేతలే కాదు ఊహలు కూడా కర్మలే అవుతాయి. ఇలా ఊహలు చేసుకుంటూ కర్మల వలయంలో చిక్కుకుంటున్నారు.

చిక్కుకుని జన్మలు పెంచుకుంటూ దుఃఖాన్ని పెంచుకుంటున్నారు. మీ మీద దయ వల్లే పరమాత్మ మీరు దుఃఖంలో ఉన్నారని, వేదనలో ఉన్నారని, దీని నుంచి బయట పడే మార్గం తెలియక ఇంకా దుఃఖంలో కూరుకు పోతున్నారని మీకు ఒక గురువునిచ్చి దారి చూపించాడు.

ఆ దారిలో మీరు పయనిస్తే దుఃఖాలనే సముద్రంలో నుంచి బయట పడే మార్గం గురువే చెప్పగలడు.

గురువు చెప్తాడు నువ్వు శరీరం కాదు, మనసువి కాదు, బుద్ధివి కాదు, నువ్వు ఆత్మవి అని. అంటే శరీరం నేను అనుకోవడం వల్ల దుఃఖం, మనసు నాది అనుకోవడం వల్ల దుఃఖం, బుద్ధి వల్ల దుఃఖం. అన్నిటి వల్ల దుఃఖమే, కానీ నువ్వు ఇవేమి కావు అని.

నువ్వు అనుకుంటున్నావు, నీవి కానివి నీవనే భ్రమలో ఉండి దుఃఖం తెచ్చు కుంటున్నావు. ఇవేమి నువ్వు కాదు, నువ్వు ఆత్మవి. శరీరం నేను అనుకున్నప్పుడు వీళ్ళు నా వాళ్ళు, నా పిల్లలు, నా భర్త, నా తల్లిదండ్రులు అని ఎంతగానో ప్రేమిస్తున్నారు. వాళ్ళు మిమ్మల్ని నిర్లక్ష్యం చేసిన రోజున దుఃఖపడుతున్నారు. అలాగే నా ఆస్తి పాస్తులు అనుకుంటూ మమకారాన్ని

పెంచుకుంటున్నారు. అవి మీకు దూరమైనప్పుడు మళ్ళా దుఃఖం.

మీరు బుద్ధి ద్వారా కొన్ని నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. అవి కూడా మీకు దుఃఖం కలిగించినప్పుడు జీవితం వ్యర్థంగా అనిపిస్తుంది. అంటే బాహ్యా దృష్టిలో ఇవన్నీ నా వాళ్ళు, నావి అనే మాటలు వచ్చినంతసేపు మీ దృష్టి బాహ్యా దృష్టి అయినప్పుడు దుఃఖం. అప్పుడు గురువు అవసరం ఉంటుంది.

నీవు నీ బాహ్యా దృష్టిని అంతర్ముఖం చేసినప్పుడు నువ్వు ఆత్మవి అని తెలుస్తుంది. అంటే నీ బాహ్యా దృష్టి అంతర్ దృష్టిగా మారినప్పుడే నీకు శాంతి లభిస్తుంది.

శాంతి వచ్చినప్పుడు మీకు అర్థంవుతుంది. నిజమే కదా? నేను ధ్యానంలో ప్రపంచాన్ని మర్చిపోతున్నాను, మనసును తీసేస్తున్నాను, బుద్ధి పని చేయట్లేదు. ఈ మూడు ప్రక్కన పెట్టి మీ దృష్టిని ఆత్మ దృష్టిగా మార్చు కుంటున్నప్పుడు శాంతి దొరుకుతుంది, అని నిజమైన సాధకుడు అందులో ఉన్న మర్మాన్ని తెలుసుకుంటాడు.

ఏమిటి ఆ మర్మం? ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు శరీరం అక్కర్లేద్దు, మనసు అక్కర్లేద్దు, బుద్ధి అక్కర్లేద్దు, ప్రపంచము అక్కర్లేద్దు. అన్నిటిని వదిలాను కాబట్టే నేను ఎవరో తెలుసుకోవడానికి, నేను పరమాత్మతో అనుసంధానమై ఉన్నాను. కాబట్టే నాకు శాంతి లభిస్తుంది, గురువుగారు చెప్పింది కరెక్టే! అని అర్థం చేసుకుంటారు.

నేను శాంతిని పొందితేనే ఆనందం అని బాహ్యా దృష్టిని అంతర్ దృష్టి చేసి నేను ఎవరో తెలుసుకోవడానికి ప్రాక్టీస్ చేస్తున్నారు.

ఆ ప్రాక్టీసే ఇప్పుడు మనందరం చేసేది. సృష్టిని వదిలి సృష్టికర్తని పట్టుకోవాలి. పట్టుకుంటేనే శాంతి, ఆనందం. అప్పుడు మీకు అర్థమవుతుంది. ఆత్మలోనే ఆనందం ఉంది కానీ భగవంతుడి సృష్టిలో ఆనందం లేదు, తాత్కాలిక

భోగాలు, సుఖాలు, తాత్కాలిక సంతోషాలు మాత్రమే ఉన్నాయి అని.

గురువు లేనివాడు గుడ్డితనంతో ప్రవర్తిస్తాడు. బాహ్యంలో అదే శాశ్వతం, ఈ ప్రపంచంలో నేను కొనుక్కున్న ఆస్తిపాస్తులు శాశ్వతం, నా వాళ్ళు, నా బంధాలు, నా మమకారాలు శాశ్వతం అని. నేనే శాశ్వతంగా ఉంటాను అన్నట్టు ప్రవర్తిస్తూ ఉంటాడు.

కానీ గురువు వచ్చాకైనా ఆయన మాటల్ని అర్థం చేసుకుని ఆచరణలో పెట్టుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాడు.

నువ్వు బాహ్యాన్ని వదిలి ధ్యానంలో కూర్చున్నంతసేపు నీకు శాంతి, ఆనందం దొరుకుతుంది, కళ్ళు విప్పితే పోతుంది. ఇక్కడ ప్రతి సాధకుడు తన దృష్టిని సూక్ష్మాతి సూక్ష్మంగా మళ్ళించు కోగలిగితే, విచారణ చేసుకోగలిగితే ఏ దుఃఖము లేదు అని అర్థం చేసుకోగలరు.

ఎందువల్ల దుఃఖం లేదు అనే విచారణ చేసుకున్నప్పుడు శరీరాన్ని, మనసుని, బుద్ధిని అన్నిటిని వదిలి నేను ఆత్మతో అనుసంధానమై ఉన్నాను కాబట్టే శాంతి, ఆనందం పొందుతున్నాను అని మీకు అర్థమవుతుంది. అలాంటి వాళ్లే ఆత్మని పొందగలరు, ఆత్మని తెలుసుకోగలరు, ఆత్మానుభూతి పొందగలరు, తానెవరు అన్న సత్యాన్ని తెలుసుకోగలరు.

'కేనోపనిషత్ ఆత్మను బలహీనులు, బద్ధకస్తులు, పట్టుదల లేని వారు, సోమరులు, ఉత్సాహం లేనివారు తెలుసుకోలేరు అని చెప్తుంది'. ఈ నలుగురు ఆత్మను వారి జీవితంలో తెలుసుకోలేరు.

1) బలహీనులు:- ప్రపంచంలో ఎన్ని గుళ్ళు తిరిగి, ఎన్ని మొక్కులు మొక్కి, ఎన్ని స్నానాలు చేసి, ఎన్ని పుణ్యకర్మలు చేసినా ఆత్మను తెలుసుకోలేరు. వీరు బలహీనులు. వీరెవరు అంటే కళ్ళు మూసుకుంటే ఏమైపోతుంది? అని భయపడేవాళ్ళు, నేను ధ్యానంలో కూర్చుంటే నా వ్యవహారాలు ఏమైపోతాయి?

నా వ్యాపారాలు ఏమైపోతాయి? నా ఆస్తిపాస్తులు ఏమైపోతాయి? ఇంకా ధ్యానం ఖాళీగా కూర్చుని టైం వేస్ట్ చేయడం అనుకోవడమే మానసిక బలహీనత. గురువు వచ్చినా వాళ్ళకి అర్థం కాదు.

2) బద్ధకస్తులు:- ఏం చేస్తాంలే సాధన? కళ్ళు మూసుకుంటే ఏమి వస్తుంది? అనుకుంటారు. తెల్లవారు ఝూమున బ్రహ్మ ముహూర్తంలో లేచి సాధన చేస్తే గొప్పది అని మన ముందు తరాలు అంటే ఆత్మజ్ఞానులు, బ్రహ్మజ్ఞానులు బ్రహ్మ ముహూర్తంలో సాధన చేయాలి అని అనుకున్నా మీరు చేయలేక పోవడానికి మీలో తమోగుణం ఏర్పరిచిన బద్ధకమే. మీరు లేవలేక పోతున్నారు అంటే మీ బద్ధకమే కారణం.

3) పట్టుదల లేనివారు:- ప్రాపంచికంగా గురువు ఈ ర్యాంక్ వస్తే, ఈ ఎంట్రన్స్ పరీక్ష పాస్ అయితే నువ్వు డాక్టర్ అవుతావు, ఇంజనీర్ అవుతావు, లేకపోతే కలెక్టర్ అవుతావు అని ఆశలు పెట్టినప్పుడు ఆ లక్ష్యం చేరడానికి చాలా పట్టుదలగా చదువులు చదువుతున్నారు.

మరి అదే పట్టుదల నువ్వు ఎవరో తెలుసుకుంటే నీ జీవితంలో ఆనందం ఉంటుంది, అని సద్గురువులు చెప్పినప్పుడు ఆ ఆనందం పొందాలి, ఆ ఆత్మానుభూతి పొందాలి, నేను ఎవరో తెలుసుకోవాలి అనే పట్టుదల ఉంటే మీరు తప్పకుండా సాధించి తీరుతారు. కానీ ఆ పట్టుదల మీలో ఇంకా రావాలి.

4) ఉత్సాహం లేని వారు:- ఆత్మలైన మీరు ఆత్మగా ఉండలేక పోవడానికి కారణం ఏమిటి? అంటే నువ్వు పని ప్రారంభించినప్పుడు ఏడుస్తూ ప్రారంభిస్తే నీరసంగా చేయగలవు. ఉత్సాహంగా నేను సాధించగలను అని పాజిటివ్ మైండ్ తో నువ్వు నీ సాధన మొదలుపెడితే, నువ్వు చదివే ప్రతి పుస్తకం నీకు జ్ఞానాన్ని ఇస్తుంది, నువ్వు చేసే ప్రతి సాధన నీకు ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. ఆ ఉత్సాహం నీ మనసులో ఉండాలి.

అందుకే ప్రాపంచిక పనులలో ఉత్సాహం కాదు, ఆధ్యాత్మికంగా ఉత్సాహంగా ఉన్నవాడు అన్నిటిని సాధిస్తాడు.తన లక్ష్యాన్ని, గమ్యాన్ని ఈ జన్మలోనే సాధించగలడు.

ఈ విధంగా బద్ధకస్తులు, సోమరులు, ఉత్సాహం లేని వాళ్ళు, పట్టుదల లేని వాళ్ళు ఈ రకంగా ప్రవర్తిస్తే తన సత్య స్వరూపాన్ని ఏనాటికీ తెలుసుకోలేరు.

అందుకే **"కేనోపనిషత్ ఉత్సాహం ఉన్నవాడు తెలుసుకోగలడు, బద్ధకం వదిలినవాడు తెలుసుకోగలడు, సోమరితనం వదిలినవాడు తెలుసుకోగలడు, బలవంతుడు తెలుసుకోగలడు"** అని చెప్తుంది.

సాధన చేయడానికి ఎంత ఉత్సాహంగా ఉంటారో అప్పుడు మీకున్న అవసరాలు, మీకున్న అడ్డంకులు అన్ని ప్రకృతి చూసుకుంటుంది. మీరు 12 గంటలకు పడుకున్నా 3 గంటలకు లేవగలుగుతున్నారు. అంటే ఒక పెళ్ళికి వెళ్ళివస్తే, మేలుకుంటే 2,3 రోజులు మీకు ఆ బద్ధకం వదలదు. కానీ మీరు బద్ధకం లేకుండా అందరూ ప్రయాణాల్లో ఉండీ, ట్రైన్లు దిగి గబగబ సెల్ పెట్టుకుని జూమ్ లో పాల్గొంటున్నారు. అంటే వాళ్ళు బద్ధకాన్ని జయించిన వాళ్ళు, సోమరితనాన్ని జయించిన వాళ్ళు, తెలుసుకోవాలని పట్టుదల ఉన్నవాళ్ళు, ఉత్సాహం ఉన్నవాళ్ళు. ఇవి ఉన్నవాళ్ళు తానెవరో తెలుసుకోగలరు, తన గమ్యాన్ని చేరగలరు, తన లక్ష్యాన్ని చేర్చుకోగలరు.

అందుకే ఆత్మను ఎవరు తెలుసుకోగలరు అంటే బద్ధకకం లేనివాడు, ఉత్సాహం ఉన్నవాడే తెలుసుకోగలడు. ఎందుకు తెలుసుకోవాలి? బతికినన్నాళ్ళు శాంతిగా, ఆనందంగా బతకడానికి.

తన స్వస్వరూపం తాను తెలుసుకోనన్నాళ్ళు మానవుడు దుఃఖంలోనే ఉంటాడు. తానెవరో తెలుసుకున్న రోజే శాంతిని పొందుతాడు. ఆ మార్గాన్ని

చెప్పడానికి గురువుని భగవంతుడే నీ ముందు ఉంచాడు. అందుకే గురువులు మన ముందుకు వచ్చి మనం ఎవరమో చెప్పారు. కావలసిన సాధనను కూడా మనకి ఇచ్చారు.

స్కూల్ కి దేనికి వెళ్ళావు? ప్రాపంచిక చదువులు చదువుకోవడానికి వెళ్ళావు. ఆ చదువులు చదువుతున్నావుగా, క్లాస్ పాస్ అవ్వడానికి! అయినా దుఃఖం పోలేదు. జీవితంలో దుఃఖం నుంచి బయట పడాలి అనుకున్నప్పుడు గురువు చెప్పే సాధన చేయాలి, జ్ఞానం వినాలి.

ఈ రెండు చేస్తూ జ్ఞానం పొందాలి అంటే సజ్జన సాంగత్యాల్లో పాల్గొంటూ, స్వాధ్యాయం చేయగలిగితే ఇంకా ఇంకా మీరు ముందుకు వెళ్తారు. ఎవరైతే సజ్జన సాంగత్యంలో పాల్గొంటారో, స్వాధ్యాయం చేస్తారో వాళ్ళు జ్ఞానవంతులు అవుతారు. ఎవరైతే సాధన తీవ్రాతి తీవ్రంగా చేస్తారో, వారు మనసును శుద్ధత్వంలో ఉంచుకో గలుగుతారు.

ఎందుకంటే ప్రపంచం వైపు తిరిగిన మనసు మురికి అవుతుంది. ఆత్మ వైపు తిరిగిన మనసు శుద్ధత్వం పొందుతూ ఉంటుంది. మీరు తెలిసో, తెలియకో ఎంత జాగ్రత్తగా ఉన్నా కొంత మురికి మీ మనసులో పడుతూనే ఉంటుంది. ఇవి మీరు వద్దు అనుకున్నా మీ ఇంద్రియాల ద్వారా చూసినవి, విన్నవి అన్నీ వస్తాయి.

మనసుకు సేకరించే గుణం ఉంది కాబట్టి ఇంద్రియాల ద్వారా ఏదైతే తెలుసుకుందో అవి నిక్షిప్తం చేసుకోగలిగే అవకాశం మనసుకు ఉంది. మనసు ఉన్న మానవుడు దుఃఖంలో ఉండడానికి కారణం చూసినవి, విన్నవి తనలో నిక్షిప్తం చేసుకోవడం వల్లనే.

మానవుడు ప్రపంచం వైపు తిరిగి విషయాలను సేకరించి మనసును విషంగా మార్చుకుంటున్నాడు. కానీ ఆత్మ వైపు తిరిగి సేకరించిన విషయాలని

వదిలేస్తున్నాడు.

మనసు ప్రపంచం వైపు తిరిగి మురికి చేసుకున్నది, ఆత్మ వైపు తిరిగి విశ్వశక్తితో దాని మురికిని వదలగొట్టుకుంటుంది. ఎంతగా సాధన చేస్తే మురికి అంతగా పోతుంది, మనస్సు శుద్ధత్వం పొందుతుంది. ఆ శుద్ధత్వంలోనే నీ ఆత్మ శక్తి ఇంకా, ఇంకా పెరుగుతూ ఉంటుంది.

మీరు రోజు ఇల్లు తుడుచుకొని కడుక్కుంటే కొంచెం నీళ్లే కావాలి, కొంచెమే కష్టపడతారు. మరి ఎప్పుడో ఏడాదికో, రెండేళ్ళకో, ఇల్లును కడగడం చాలా కష్టం, ఎక్కువ నీళ్లు కూడా పడతాయి. మురికి వెంటనే పోదు. అట్లాగే మీరు ఇన్ని జన్మల నుంచి, మనసుని మురికి చేస్తూనే ఉన్నారు, శుద్ధత్వంలో లేరు. అందుకే దుఃఖమయం అయింది.

ఎప్పుడైతే గురువు చెప్పిన సాధన ద్వారా మనసుని ఆత్మ వైపుకు తిప్పారో, మీ దృష్టి ఆత్మ దృష్టిగా మార్చుకున్నారో ఈ మనసు ప్రపంచంలో పోగేసిన విషయాలని మెల్లి మెల్లిగా విశ్వశక్తితో ఆ మురికిని పోగొట్టుకొని శుద్ధత్వంలోకి వస్తుంది.

అందుకే మనస్సు ప్రపంచం వైపుకి తిరిగి బరువు అవుతుంది, ఆత్మ వైపు తిరిగి తేలిక అవుతుంది.

అందుకే అన్ని పట్టుకున్నవాడు జీవుడు అవుతున్నాడు, అన్ని వదిలినవాడు దేవుడవుతాడు. ఇంతే తేడా! ఇప్పుడు మీ బలహీనతలు ఏంటో మీరే విచారణ చేసుకోవాలి.

మీ గురించి మీకు తెలిసినంతగా మిమ్మల్ని చూసే వాళ్ళకి తెలియదు, కానీ గురువుకు తెలుస్తుంది. గురువు శిష్యుడి యొక్క బలహీనతలు తెలిసినా మారతాడేమో అని క్షమిస్తూనే ఉంటాడు.

కానీ ప్రాపంచిక గురువులైతే వేరే ఉంటుంది. కానీ సద్గురువు అయితే

శిష్యుడు మారేవరకు సహనంతో భరిస్తూ, క్షమిస్తూ ఉంటాడు. గురువుగారికి ఏమి తెలియదు అని అనుకోకండి. ప్రతి ఒక్కళ్ళ గురించి తెలుస్తూనే ఉంటుంది.

కానీ వాళ్ళు ఏమి మాట్లాడట్లేదంటే గ్రహించలేనంత చేతగానితనం గురువులో ఉండదు, అన్ని తెలుస్తాయి. కానీ శిష్యుని క్షమిస్తున్నాడు, ఎందుకు క్షమిస్తున్నాడు? ఆ శిష్యులు కూడా అజ్ఞానంతో అలా ప్రవర్తిస్తున్నారు కానీ జ్ఞానవంతులు అవ్వడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు అని గురువుకు తెలుసు. కాబట్టే వాళ్ళ సాధనలో మార్పు వస్తుంది అనుకుంటారు.

అందుకే మీ బద్ధకం మీకే తెలుసు, మీ అజ్ఞానం మీకే తెలుసు. ఎందుకంటే నేను తెల్లవారు ఝామున లేవలేక పోతున్నాను అంటే బద్ధకం, సోమరితనమే. నేను ఇంకా ఆత్మని అని అర్థం చేసుకుని జీవించలేక పోతున్నారు అంటే మీ అజ్ఞానమే కారణం.

అజ్ఞానాన్ని వదల్చుకునే మార్గమే "శ్వాస మీద ధ్యాస". అది వదిలి పెట్టినప్పుడు మాత్రమే జీవితంలో శాంతి ఉంటుంది. శాశ్వతమైన ఆనందం పొందుతారు. మీ స్వస్వరూపాన్ని మీరు తెలుసుకోగలుగుతారు.

మరి తెలుసుకున్న విషయాన్ని ఆచరణలో పెట్టుకున్నవాడు అదృష్టవంతుడు, తెలుసుకున్నా ఆచరణలో పెట్టుకోలేనివాడు దురదృష్టవంతుడు. గురువులు కానీ, మహాత్ములు కానీ విద్యని ఇవ్వగలరే కానీ, ఆచరించవలసింది శిష్యులే.

తటవర్తి దంపతుల YouTube ఛానెల్ Subscribe చేసుకోవాలంటే

a) Whatsapp group లో మీకు పంపబడుతున్న Youtube లింక్ మీద నొక్కినప్పుడు Tatavarthy Veera Raghava Rao ఛానెల్ open అవుతుంది. Open అవ్వగానే subscribe కనిపిస్తుంది. దాని మీద నొక్కితే subscribe అవుతారు. ప్రక్కనే వున్న bell button నొక్కితే ప్రతీ రోజు వచ్చే వీడియోలు చూడవచ్చు.

లేకపోతే www.tst.org.in/videos/ ఓపెన్ అయిన తరువాత I లో Tatavarthy Veera Raghava Rao పేరు మీద నొక్కండి. II & III లో వున్న పేరు మీద నొక్కండి. ఛానెల్స్ Open అవుతాయి. Open అవ్వగానే subcribe కనిపిస్తుంది. దాని మీద నొక్కితే subscribe అవుతారు. ప్రక్కనే వున్న bell button నొక్కితే ప్రతీ రోజు వచ్చే వీడియోలు చూడవచ్చు.

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 Youtubeలో 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.

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.	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.	Three types of lives	Rs.50
26.	Are we residents of this world or the other world?	Rs.40
27.	Meditation for the Development of Students	Rs.40
28.	Non violence and vegetarianism	Rs.40

REBIRTH (Tatavarthy Rajya Lakshmi)	Rs.150
What is Ignorance (Avidya) ?	Rs.70

తటవర్తి వీరరాఘవరావు గారి రచనలు

1) జీవితశాస్త్రం (మొదటి భాగం) - రూ.130/-
2) జీవితశాస్త్రం (రెండవ భాగం) - రూ.130/-
3) జీవిత సత్యాలు - రూ.130/-
4) సత్యమార్గం - రూ.160/-
5) ధ్యాన శక్తి - రూ.130/-
6) ధ్యాన శాస్త్రం - రూ.130/-
7) ఆత్మ శాస్త్రం - రూ.120/-
8) మరణించకముందే మరణించాలి - రూ.130/-
9) భగవద్గీతా సారం - శ్రీ కృష్ణ సందేశం- రూ.120/-
10) "గైడింగ్" ధ్యానం ఎందుకు కాదు? - రూ.120/-
11) గీతాసందేశం - రూ.120/-
12) ఉపమాన ధ్యాన సందేశాలు -రూ.110/-
13) జీవిత సూక్ష్మాలు - రూ.100/-
14) భగవంతుడంటే - రూ.100/-
15) తెలుసుకోండి - రూ.100/-
16) మెహర్‌బాబా సందేశాలు - రూ.100/-
17) మరణం తర్వాత జరిగేది తెలుసుకుంటే కలిగే లాభాలు- రూ.100/-
18) పత్రీజీ చెప్పిన శ్వాస మీద ధ్యాసా? పత్రీజీ చేయించిన మ్యూజిక్ మీద ధ్యాసా? ఏది సరైన ధ్యానం?- రూ.100/-
19) కోరికల వల్ల నష్టాలు - రూ.100/-
20) శంకరాచార్యుల వారి జ్ఞాన సందేశాలు- రూ.100
21) కఠోపనిషత్తు - రూ.90/-
22) ఉపమాన జ్ఞాన సందేశాలు-రూ.90/-
23) కర్మ సిద్ధాంతం - రూ.80/-
24) ధ్యానమంటే ? - రూ.80/-
25) త్రివిధాలు - రూ.80/-
26) ఉత్తమ పురుషుడు - రూ.80/-
27) మనసు-1 - రూ.80/-
28) మనసు-2 - రూ.80/-
29) శాస్త్రాల అర్థం- అంతరార్థం - రూ.70/-
30) ఆత్మజ్ఞానం ఎందుకు? - రూ.70/-
31) జ్ఞాన జ్యోతి - రూ.70/-
32) జ్ఞాన కుసుమాలు - రూ.70/-
33) మరణం తర్వాత కూడా వచ్చేవి - రూ.70/-
34) షిరిడీ సాయి సందేశాలు - రూ.70/-
35) విద్యార్థుల వికాసానికి ధ్యాన విద్య- రూ.70/-
36) బుద్ధుని సందేశాలు - రూ.70/-
37) భూతదయే దైవత్వం - రూ.70/-
38) ఆత్మహంతకులంటే ఎవరు?- రూ.70/-
39) స్త్రీ జన్మల్లో నేర్చుకునేవి, పురుష జన్మల్లో నేర్చుకునేవి - రూ.70/-
40) ధర్మ సూక్ష్మాలు - రూ.70/-
41) ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు -రూ.70/-
42) మానవునిలోని చెడు -రూ.70/-
43) మేడమ్ బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు -రూ.70/-
44) చివటం అమ్మవారి సందేశాలు - రూ.70/-
45) మోక్షం అంటే? - రూ.70/-
46) కబీరు సందేశాలు-1 -రూ.70/-
47) కబీరు సందేశాలు-2 -రూ.60/-
48) దుఃఖ నివారణామార్గం - రూ.60/-
49) బ్రహ్మాజ్ఞానం - రూ.60/-
50) ధ్యానం (పత్రీజీ) - రూ.60/-
51) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - రూ.60/-
52) అతీంద్రియ శక్తులు - రూ.60/-
53) ఆలోచించండి - రూ.60/-
54) నిర్వాణ మార్గం - రూ.60/-
55) ధ్యానులకు సూచనలు - రూ.60/-
56) యోగీశ్వరుల సందేశాలు - రూ.60/-
57) మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశాలు-1 - రూ.60/-
58) మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశాలు-2 - రూ.50/-
58) మాస్టర్‌గా ఎదగాలంటే? -రూ.50/-
60) భగవంతుని ఇష్టులవ్వాలంటే-రూ.50/-
61) సంకల్పమంటే? - రూ.50/-
62) ఈ జీవితం ఎందుకు? - రూ.50/-
63) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం - రూ.50/-
64) మూడురకాల భవిష్యత్తులు -రూ.50/-
65) అరిహంత్ - రూ.50/-
66) బుద్ధి వికసించిన వారి ప్రవర్తన - రూ.50/-
67) భార్యభర్తలు గొడవ పడకూడదంటే - రూ.40/-
68) విదురుని సందేశాలు -రూ.40/-
69) మూడురకాల జీవితాలు -రూ.40/-
70) ఆర్థిక పరిస్థితి పెంచుకోవాలంటే- రూ.40/-
71) ఛాంపియన్ అవ్వాలంటే? -రూ.40/-
72) బ్రహ్మం అంటే? -రూ.40/-
73) శంకరాచార్యుల వారి జాగ్రత పంచకం -రూ.40/-
74) శంకరాచార్యుల వారి నిర్వాణ షట్కం -రూ.40/-
75) మహాత్ముల సందేశాలు - రూ.40/-
76) సత్యం - రూ.40/-
77) చక్రాలు - రూ.40/-
78) గురువును గుర్తించడం ఎలా? - రూ.40/-
79) భాగవత సన్నివేశాల అంతరార్థం- రూ.40/-
80) మౌన ధ్యానం - రూ.40/-
81) మనం ఇహలోకవాసులమా? పరలోకవాసులమా? -రూ.20/-
82) శాకాహారమే మానవాహారం - రూ.15/-
83) అహింస మరియు శాఖాహారం- రూ.15/-

చిత్తం శాంతిగా ఉండాలి అంటే మనం ఎప్పుడూ ఉన్నదానితో తృప్తిగా ఉండాలి. దైవాన్ని తెలుసుకునే శక్తి ఒక్క మానవుడికే ఉంది. అంటే మిగతా జీవులన్నిటిని భోగ జీవులు అంటారు. మానవుడే యోగజీవి, మానవునికి మాత్రమే యోగ సాధన చేసి దైవాన్ని తెలుసుకునే అర్హత ఉంది.

మానవులంతా మూడు గుణాలకి వశమై ఉంటారు. తమోగుణం, రజోగుణం, సాత్విక గుణం.ప్రతి మానవుడు జన్మ తీసుకున్న తర్వాత కొన్ని జన్మలు తమోగుణంలో ఉంటాడు. నేనే సుఖపడాలి, నేనే బాగుపడాలి అనుకునేది తమోగుణం.

అన్నీ నాకే కావాలి, నేను సంపాదించు కోవాలి, నేను సుఖపడాలని, ఇంకా ఆనందం కోసం అవతలి వాడిని బాధ పెట్టినా పర్వాలేదు అనుకునే వాడు రజో గుణంలో ఉంటాడు. నేను సుఖంగా ఉండాలి అంటే కొంత మంచి చేసుకోవాలి, పాపం చేయకూడదు అన్నది సాత్విక గుణం.

తృప్తిగా జీవించడం, చిత్తాన్ని చింత లేకుండా చేసుకోవడమే సాధనకి, జ్ఞానం పొందడానికి మార్గం అని తెలుసుకోండి.

రూ.50/-

- బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

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