ఆత్మగా జీవించ లేకపోవడానికి కారణాలు

రచన:
బ్రహ్మవిద్యారిష్ఠ
తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

ఆత్మగా జీవించ లేకపోవడానికి కారణాలు

రచన : బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

మొదటి ముద్రణ : ఆగస్టు, 2026

ప్రతులు : 1,000

వెల : రూ. 60/-

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) ఆత్మ పరిణామక్రమం	-	రూ.70/-
11) మనసుకు వున్న మూడు దోషాలు	-	రూ.60/-
12) గురుపౌర్ణమి విశిష్ఠత	-	రూ.60/-
13) మానవుడు యోగిగా ఎదగాలంటే?	-	రూ.60/-
14) ఏది సరైన సాధన?	-	రూ.60/-
15) పంచకోశాలు	-	రూ.60/-
16) మనస్సు యొక్క స్థితులు	-	రూ.60/-
17) ధార్మిక జీవితం అంటే?	-	రూ.60/-
18) జీవితం ధన్యం చేసుకోవాలంటే?	-	రూ.60/-
19) జన్మరాహిత్య స్థితికి మార్గం	-	రూ.60/-
20) ఆత్మగా జీవించ లేకపోవడానికి కారణాలు	-	రూ.60/-
21) మానవుని కర్తవ్యాలు	-	రూ.50/-
22) చిత్తవృత్తులు ఎలా ఏర్పడతాయి?	-	రూ.50/-
23) చిత్తం శాంతిగా వుండాలంటే?	-	రూ.50/-
24) విషయ కర్మలు-శ్రేయోకర్మలు	-	రూ.50/-
25) బాహ్య మౌనం - అంతర్ మౌనం	-	రూ.50/-
26) అహంకారం ఎలా పోతుంది	-	రూ.50/-
27) మానవుల్లో అసంతృప్తికి కారణం	-	రూ.50/-
28) ప్రీతి,భీతి, నీతి	-	రూ.40/-
29) జీవితంలో విజయం సాధించాలంటే?	-	రూ.40/-

ఆత్మగా జీవించ లేకపోవడానికి కారణాలు

ఒక వ్యక్తి జీవితంలో ఏదైనా సాధించాలంటే సరైన సాధన, సత్య జ్ఞానం ఉండాలి. ఈ రెండూ ఉంటేనే అతను ఏదైనా సాధించగలడు. సృష్టిలో ఉన్న 84 లక్షల జీవరాశుల్లో మానవ జన్మ ఒక్కటే భగవంతుణ్ని తెలుసుకోగలిగే, ఏదైనా సాధించగలిగే జన్మ.

మీరు ఎన్నో విషయాలు తెలుసుకుంటున్నారు కానీ "మీరు ఆత్మ" అని గురువులు ఎంతగా బోధించినా, మీరు ఆత్మగా జీవించ లేకపోతున్నారు. గురువులు ఆధ్యాత్మిక మార్గంలోకి వచ్చిన వెంటనే మీరు ఆత్మ అని బోధిస్తారు. కారణం మీరు మిమ్మల్ని దేహంగా భావిస్తే, ఉన్నతమైన లక్ష్యాలను సాధించలేరు.

ఎప్పుడైతే నేను దేహం అనే భావం మీలో ఉంటుందో, అప్పుడు గొప్ప గొప్ప కార్యాలు చేయడానికి నాకు శక్తి లేదు అని భావించి, దేవుని ఫోటో ముందు కూర్చొని "నాకు శక్తి ఇవ్వండి, నన్ను రక్షించండి " అని ప్రార్థిస్తూ ఉంటారు. ఎన్నో జన్మలుగా మీరు ఇదే చేస్తూ వచ్చారు. ఈ ధ్యాన మార్గంలోకి వచ్చే వరకు ఇచ్చేవాడు లేడు అన్న సంగతి తెలియదు. ఎంతసేపు నేను జీవుడిని, దేవుడు వేరే ఉన్నాడు, ఆయన ఇస్తేనే నేను ఏదైనా సాధించగలను అనే భావంలోనే ఉన్నారు.

మీరు పూజలు చేసినా, భగవంతునికి సంబంధించిన ఏ సాధన చేసినా, "భగవంతుడు నాకంటే గొప్పవాడు; ఆయన అనుగ్రహిస్తేనే నేను ఏదైనా సాధించగలను" అనే భావంతోనే ఉన్నారు. తెలియనప్పుడు అలా ఉన్నారు కానీ, ఇప్పుడు మీరు గురువు వల్ల ఒక గొప్ప సత్యాన్ని తెలుసుకున్నారు. "మీరే భగవంతుని స్వరూపం", "మీరు ఆత్మ" అనే విషయం తెలుసుకున్నారు.

అయితే, ఈ సత్యం తెలిసిన తర్వాత కూడా మీరు ఆత్మగా జీవించ లేకపోవడానికి కారణం తెలుసుకుందాం.

1) ఎన్నో జన్మల నుంచి మీరు శరీరమే నేను అనే జీవ భావంతో జీవిస్తూ వచ్చారు. మీలో ఉన్న భావం ఏమిటంటే? "నేను" అనగానే ఈ శరీరాన్ని చూపిస్తారు. అంటే "నేను" అనగానే మీకు శరీరమే గుర్తుకు వస్తుంది, అలాగే ప్రవర్తిస్తూ వచ్చారు. ఇది జీవ భావం. ఎందుకంటే మీరు ఈ శరీరమే నేను అని భావించారు కానీ, "ఆత్మే నేను" అని భావించలేదు.

అందువల్ల జన్మజన్మలుగా అదే భావంతో ఉన్న అలవాటు కారణంగా, ఆత్మలైన మీరు ఇప్పటికీ శరీరమే నేను అన్నట్లుగానే ప్రవర్తిస్తున్నారు. కానీ ఆత్మ నేను అన్న భావంతో జీవించడం లేదు. ఈ జీవ భావం మనసుకు బాగా అలవాటై పోయింది. మనసు "నేను జీవుడిని" అనే భావనను గట్టిగా పట్టుకుంది. అందుకే మీరు కూడా ఆ జీవ భావంతోనే జీవిస్తున్నారు.

మీ చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచాన్ని గమనిస్తే, ఎవరూ ఆత్మలాగా ప్రవర్తించడం కనిపించదు. అందరూ "నేను జీవుడిని" అన్నట్లుగానే ప్రవర్తిస్తారు. ఏ గొప్ప పని చేసినా, ప్రశంసలు పొందినా అవి శరీరానికే చెందుతున్నాయి. నిజానికి ఈ శరీరం ద్వారా గొప్ప కార్యాలు చేయిస్తున్నది ఆత్మే. ఈ విషయం మీకు తెలుసు, కానీ అది నిరంతర ఎరుకలో లేదు.

ఈ దేహంలో ఆత్మ ఉండటం వల్లే ఈ శరీరం గొప్ప గొప్ప కార్యాలు చేయగలుగుతోందని అర్థం చేసుకున్నారు. కానీ ఆ భావంలో పూర్తిగా జీవించడం లేదు. దానికి కారణం జన్మ జన్మలుగా "నేను శరీరం" అనే భావం మిమ్మల్ని సత్యం తెలిసినా కూడా తెలియనట్లుగా ప్రవర్తింపజేస్తుంది. అది మనసుకు బాగా అలవాటైపోయింది, అందుకే మీరు అదే విధంగా జీవిస్తున్నారు.

మీరు ప్రపంచం అశాశ్వతమని చెబుతారు, కానీ ఆచరణలో మాత్రం ప్రపంచంలో లభించే గొప్పల కోసమే ఎక్కువగా ప్రయత్నిస్తారు. అశాశ్వతమైన ప్రపంచంలో లభించే విజయాలు కూడా అశాశ్వతమైనవే, అయినప్పటికీ వాటిని పొందినప్పుడు ఎంతో గొప్పగా భావిస్తారు.

ఉదాహరణకు, మీ కొడుకుకి పెద్ద ఉద్యోగం వస్తే కలిగే ఆనందానికి అవధులు ఉండవు. “మా అబ్బాయి ప్యాకేజ్ ఇంత”, “మా అబ్బాయి ప్యాకేజ్ అంత” అని అందరికీ గర్వంగా చెబుతారు. స్నేహితులకు పార్టీలు ఇస్తారు, అందరికీ చెప్పుకొని సంతోషపడతారు.

కానీ మీ కొడుకు జ్ఞానవంతుడయ్యాడని, ధ్యానం చేస్తున్నాడని చెప్పి అదే స్థాయిలో సంబరపడేవారు చాలా అరుదు. “మా అబ్బాయి ధ్యానం చేస్తున్నాడు” అని ఫోన్ చేసి గొప్పగా చెప్పుకునే వారు ఎంతమంది ఉన్నారు? కానీ ర్యాంక్ వస్తే మాత్రం ఎంతో ఉత్సాహంగా అందరికీ తెలియజేస్తారు.

దీనివల్ల ఏమి అర్థమవుతుంది అంటే, మీకు సత్యం తెలిసినా కూడా మనసు పదే పదే ప్రపంచంలో లభించే గుర్తింపులు, ప్రశంసలు, విజయాల వైపే పరుగెడుతోంది. పదిమంది మిమ్మల్ని పొగడాలి, మీ పిల్లలను పొగడాలి అనే కోరిక బలంగా ఉంది.

చిన్నప్పటి నుంచి పిల్లలకు మంచి ర్యాంకులు రావాలని ఎంత శ్రద్ధ తీసుకుంటారో గమనించండి. కానీ ధ్యానం తెలిసిన తల్లిదండ్రులు కూడా చదువులతో పాటు ఆధ్యాత్మిక విద్యను అదే స్థాయిలో నేర్పిస్తున్నారా? అనే ప్రశ్న వేసుకోవాలి. పిల్లలు రోజుకు ఎన్ని గంటలు ధ్యానం చేస్తున్నారు అని అడిగే వారు చాలా తక్కువ. అయితే క్లాసులో ర్యాంక్ రాకపోతే మందలించే తల్లిదండ్రులు ఉంటారు, కానీ ఒక రోజు ధ్యానం చేయకపోయినా పెద్దగా పట్టించుకోరు.

దానికి కారణం ఆధ్యాత్మిక జీవనం పట్ల పూర్వం నుంచి అలవాటు లేకపోవడమే. సత్యం తెలిసినా, ఆ సత్యంలో జీవించేంతగా మిమ్మల్ని మీరు అలవాటు చేసుకోవడం లేదు.

ఉదాహరణకు, ఒక రోజు ఆకలిగా ఉండి భోజనం దొరకకపోతే ఎంతో బాధపడతారు. కానీ ఒక రోజు ధ్యానం చేయకపోయినా అదే స్థాయిలో

బాధపడరు. ఎందుకంటే శరీర అవసరాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వడం అలవాటైంది; ఆత్మ అవసరాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వడం ఇంకా అలవాటు కాలేదు. ఇదే ఆత్మగా జీవించడంలో ప్రధాన అడ్డంకి.

ధ్యానం చేయకపోతే మీరు విపరీతంగా బాధపడుతున్నారా? లేదు కదా? "సమయం లేదు", "సమ్మర్ కదా", "పిల్లలు ఇంటికి వచ్చారు", "పచ్చళ్లు పెట్టుకోవాలి" అంటూ ఎన్నో కారణాలు చెబుతారు. సమ్మర్ వచ్చిందంటే ప్రత్యేకమైన వంటలు చేస్తారు, మామిడి పండ్లు తింటారు, కొత్త ఆవకాయలు వేసుకుంటారు. శరీరానికి కావాల్సినవి అన్నీ అదనంగా సమకూర్చుకుంటారు. కానీ అదే సమయంలో అదనంగా ధ్యానం చేయాలని ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా?

శరీరాన్ని పోషించడానికి కావాల్సిన ప్రతిదీ సమకూరుస్తారు. చల్లగా ఉండటానికి ఏసీలు, తినడానికి రుచికరమైన ఆహారం, సౌకర్యాలు అన్నీ ఏర్పాటు చేసుకుంటారు. కానీ ఆత్మ కోసం ఏ కాలంలో ఎక్కువ ధ్యానం చేస్తారు? వర్షాకాలంలోనా? శీతాకాలంలోనా? ఎండాకాలంలోనా? నిజానికి ఏ కాలంలోనూ ప్రత్యేకంగా చేయరు.

కరెంట్ పోయి ఏసీ పనిచేయకపోతే నిద్ర పట్టదని బాధపడతారు. కానీ ధ్యానం చేయకపోయినా అంతగా బాధపడరు. కొత్త ఆవకాయ ఉంటే ఎక్కువ తింటారు, మామిడి పండ్లు ఉంటే ఆనందంగా తింటారు. అంటే శరీర అవసరాలకు ఎంతో ప్రాధాన్యం ఇస్తారు.

అయితే మరో వైపు "శరీరం శాశ్వతం కాదు", "నేను శరీరం కాదు" అని చాలా చక్కగా చెబుతారు, వేదికలపై ప్రసంగాలు కూడా ఇస్తారు. ప్రపంచం మాయ అని, దేహాభిమానం తప్పు అని బోధిస్తారు. గురువుగారు చెప్పారు కాబట్టి మీరు కూడా అదే మాటలు చెబుతుంటారు. మైక్ దొరికితే 'ఇది మాయ' అని మాట్లాడుతారు. కానీ గురువులు భగవంతునితో, సత్యంతో అనుసంధానమై మాట్లాడుతున్నారు, వారికి సత్య దర్శనం జరిగింది,

సత్యానుభూతి కలిగింది. మనకు మాత్రం ఇంకా సత్య దర్శనం గానీ, సత్యానుభూతి గానీ కలగలేదు. అయినప్పటికీ మాట్లాడుతూనే ఉంటారు. అనుభూతి లేనందువల్ల సత్యంతో అనుసంధానం కాలేదు. అందువల్ల 'నేను ఆత్మను' అనే నిజాన్ని మరిచి, ఆత్మ అయినప్పటికీ దేహమే తానని భావించి దేహాభిమానంతో ప్రవర్తిస్తుంటారు. ఎందుకంటే గురువులు చెప్పిన జ్ఞానం మీకు తెలుసు, కానీ ఆ జ్ఞానం అనుభూతిగా మారలేదంటే, సత్యంతో సంపూర్ణ అనుసంధానం ఇంకా కాలేదనే అర్థం.

2) ఇంకో ముఖ్యమైన కారణం విషయాసక్తి. కొత్త విషయాలు తెలుసుకోవాలనే ఆసక్తితో ఇతరుల గురించి వింటూ ఉంటారు. విన్న విషయాలను మనసులో పదే పదే తలచుకుంటారు, అది సరిపోక మరొకరికి చెబుతారు, ఇలా సమయం గడుస్తుంది. అలావుంటే జీవుడిలాగే ఉంటావు, దేవుడివి కాలేవు.

రాముడు, కృష్ణుడు వంటి మహనీయులు తమ జీవితాన్ని ఇతరుల తప్పులను చెప్పడంలో గడపలేదు. వారి దృష్టి లోకకళ్యాణంపైనే ఉండేది. కానీ లోకంలో వారి కళ్యాణమే ఇంకా పూర్తిగా సాధించుకోలేదు. అందుచేత ధ్యానం, జ్ఞానం ద్వారా ముందుగా మీలో మార్పు రావాలి. ఎందుకంటే మీరు ధ్యానం చేస్తే లాభం మీకే కలుగుతుంది, మీరు జ్ఞానం పొందితే మీ జీవితమే మారుతుంది.

అయితే ఆత్మకోసం ఎంత త్యాగం చేస్తున్నాం అని మీరు ప్రశ్నించుకుంటే మాంసాహారాన్ని, వెల్లుల్లి మానాము అంటారు. శాకాహారం గురించి పత్రి గారు చెప్పిన కారణం కేవలం ఆహార నియమం కాదు, మనసు మరింత సాత్వికంగా, దైవ గుణాలతో ఎదగాలని. రాక్షస స్వభావం అంటే స్వార్థం, హింస, ఇతరులకు హాని చేయాలనే భావం. దైవ స్వభావం అంటే ప్రేమ, కరుణ, సేవ, విశ్వ కళ్యాణం. అందుకే ధ్యానసాధన ద్వారా దైవ గుణాలను

పెంపొందించుకోవాలని చెప్పారు.

కానీ ఇంకా విషయాసక్తి, దేహ భ్రాంతి, ప్రపంచ భ్రాంతి, బంధాలపై మమకారం బలంగా ఉంటే, "నేను ఆత్మను" అని చెపితె సరిపోదు, ఆత్మగా జీవించడం కూడా నేర్చుకోవాలి.

మరొక ముఖ్యమైన విషయం దైవత్వం అంటే ఇతరులను ఇబ్బంది పెట్టకుండా జీవించడం, సాటి మనిషి కష్టాన్ని అర్థం చేసుకోవడం, చిన్న విషయాల్లో క్రమశిక్షణ, బాధ్యత కలిగి ఉండాలి. "నా వల్ల ఎవరికైనా ఇబ్బంది కలుగుతోందా?" అని ఆలోచించాలి.

ఎప్పుడైతే మీరు ఇతరుల మేలు కోరుతూ, ప్రేమతో, కరుణతో, బాధ్యతతో జీవిస్తారో అప్పుడే దైవగుణాలు వస్తాయి. పది మందికి ఆదర్శంగా జీవించ గలిగినప్పుడే నిజమైన ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదల ప్రారంభమవుతుంది.

ధ్యానం చేయడానికి ప్రధాన కారణం మనసులోని మురికిని తొలగించుకోవడం, ఈ మురికి ఒక్క జన్మలో వచ్చినది కాదు. ఎన్నో జన్మలుగా కూడబెట్టుకున్న చెడు సంస్కారాలు, వాసనలు, అహంకారం, అసూయ, కోపం, మోహం వంటి మలినాలు మనసులో పేరుకుపోయాయి.

బట్టపై మరకలు పడితే వాటిని శుభ్రం చేస్తారు. అలాగే మనసుపై పడిన ఈ సంస్కారాల మరకలను తొలగించడానికి ధ్యానం అవసరం. ధ్యానం ద్వారా మనసు శుద్ధి అవుతుంది. మనసు శుద్ధి అయిన కొద్దీ ఆత్మ స్వరూపం స్పష్టంగా అనుభవంలోకి వస్తుంది. అప్పుడే "నేను ఆత్మను" అనే జ్ఞానం కేవలం మాటగా కాకుండా, సత్యంగా మారుతుంది.

ఇప్పుడు ఒక ఉదాహరణ తీసుకుందాం. మీరు మంచి చీర కట్టుకుని బయటకు వెళ్తున్నారు. అప్పుడు ప్రక్కనుంచి ఒక కారు వేగంగా వెళ్ళి బురదను చీరపై చల్లిందనుకోండి. వెంటనే ఎంత బాధపడతారో గమనించండి. "ఎంత బాగున్న చీరను పాడు చేశాడు!" అని అంటారు. ఎందుకంటే చీరపై మురికి

పడింది, దాని అందం తగ్గిపోయింది. ఉతికినా కొన్ని మరకలు పోకపోవచ్చు, ఆ మరకలు కనిపించినప్పుడల్లా మళ్లీ బాధ, కోపం కలుగుతాయి.

అలాగే, జన్మజన్మలుగా అహంకారంతో, అజ్ఞానంతో, స్వార్థంతో చేసిన తప్పులన్నీ కూడా ఆత్మపై మరకల్లా ముద్రపడ్డాయి. భగవంతుడు కేవలం పాపాలను మాత్రమే తొలగించమని చెప్పడం కాదు; ఆ పాపాల వల్ల ఏర్పడిన వాసనలను, సంస్కారాలను, మరకలను కూడా తొలగించుకోవాలని చెబుతున్నాడు. అవే ఒక జన్మ నుంచి మరో జన్మకు బదిలీ అవుతూ వస్తున్నాయి.

మరి ఆ వాసనలు, సంస్కారాలు ఎందుకు వచ్చాయి? మీరు మిమ్మల్ని దేహమని భావించి ఎన్నో తప్పులు చేశారు. ఇప్పుడు "నేను ఆత్మను" అనే సత్యాన్ని తెలుసుకున్న తర్వాత కూడా, ప్రాపంచిక విషయాల ప్రభావంతో కోరికలను పెంచుకుంటూ, తప్పుడు ఆలోచనలకు లోనవుతూ జీవిస్తే కొత్త మరకలు ఏర్పడతాయి. ఎందుకంటే ఎక్కువ తప్పులకు మూలం కోరికలే. కోరిక పెరిగితే దానిని సాధించడానికి ఇతరులను బాధపెట్టడానికైనా సిద్ధపడతారు, కోరిక లేకపోతే దుఃఖం కూడా ఉండదు.

జన్మజన్మలుగా ఈ మలినాలను కూడబెట్టుకున్న కారణంగానే, ఈ జన్మలో "మీరు దైవస్వరూపులు" అనే సత్యం తెలిసినా వెంటనే ఆ స్థితిలో ఉండలేకపోతున్నారు. ఈ మరకలను తొలగించుకోవడానికే సాధన అవసరం.

ఈ మరకలు ఏ రూపంలో బయటపడుతున్నాయి? రోగాల రూపంలో, కష్టాల రూపంలో, బాధల రూపంలో. మీకు ఎదురయ్యే అనేక రోగాలు, కష్టాలు గత జన్మల్లో దేహాభిమానంతో చేసిన కర్మల ఫలితాలే. గురువు లభించినా, సాధన చేస్తున్నా, ఇంకా కొంత కర్మ ఫలం అనుభవించాల్సి ఉంటుంది.

అయితే ఈ సాధనలో మంచి కూడా ఉంది, చెడు కూడా ఉంది. మంచి ఏమిటంటే మీరు సత్యాన్ని తెలుసుకున్నారు, సాధన మార్గంలోకి వచ్చారు.

చెడు ఏమిటంటే ఇంకా మీలో దుఃఖాలు, బాధలు, రోగాలు, సంస్కారాలు మిగిలి ఉన్నాయి, వాటిని క్రమంగా తొలగించుకోవాలి.

అందుకే గురువులు పదే పదే సాధన చేయమని చెబుతారు. సాధన ద్వారా మనసులోని మురికిని తొలగించుకోవాలి. "నేను జీవుడిని" అనే భావాన్ని వదిలి, "నేను ఆత్మను" అనే భావాన్ని బలపరచుకోవాలి, అప్పుడే నిజమైన జ్ఞానం పెరుగుతుంది.

మీరు మిమ్మల్ని శరీరమని భావిస్తే, కేవలం కంఠస్థం చేసిన చిలుకలా ఉంటారు. చిలుకకు నేర్పిన మాటలే వస్తాయి, అలాగే విన్న విషయాలను మాత్రమే చెప్పగలుగుతారు, కానీ లోపల నుంచి జ్ఞానం రాదు.

ఎప్పుడైతే సాధన పెరుగుతుందో, మనసులోని మురికి తగ్గుతుందో, అప్పుడు ఆత్మ నుంచే జ్ఞానం అందుతుంది. అప్పుడు ఇతరులు చెప్పినదాని మీద ఆధారపడాల్సిన అవసరం ఉండదు, ఆత్మ నుంచి ఉద్భవించే జ్ఞానమే సత్యానికి దగ్గరగా తీసుకెళ్తుంది.

అందుకే గౌతమ బుద్ధుడు కూడా "నేను చెప్పానని నమ్మవద్దు; మీ అనుభవంతో సత్యాన్ని తెలుసుకోండి" అని చెప్పాడు. గురువు మార్గాన్ని చూపగలడు, కానీ అనుభూతి మాత్రం మీకు మీరే పొందాలి.

మానవుని జీవ భావంలో ఉంచే మూడు ప్రధాన కారణాలు "అజ్ఞానం, అహంకారం, ఆశ". ఈ మూడు ఉన్నంతకాలం జీవ భావం ఉంటుంది. ఈ మూడు తొలగితే దైవత్వం వెలుగుతుంది.

o అజ్ఞానం అంటే "నేను జీవుడిని" అని భావించడం.

o అహంకారం అంటే డబ్బు, అందం, పదవి, ప్రశంసలు వంటి వాటి వల్ల గర్వం పెరగడం.

o ఆశ అంటే అన్నీ నాకే కావాలి అనే స్వార్థ భావన.

అహంకారం ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో చాలా ప్రమాదకరం. ఎప్పుడైతే

"నేను చేశాను", "నేనే గొప్ప" అనే భావన వస్తుందో, అక్కడి నుంచే పతనం ప్రారంభమవుతుంది. ఇతరులు మిమ్మల్ని పొగిడినప్పుడు మనసు పొంగిపోతే, ఇంకా మీరు మనోస్థితిలోనే ఉన్నారు, ఆత్మస్థితిలో లేరు.

ఎందుకంటే ఆత్మ యొక్క స్వరూపం సత్–చిత్–ఆనందం. అందులోని "చిత్" అంటే చైతన్యం, జ్ఞానం. మీ ద్వారా వెలువడే నిజమైన జ్ఞానం కూడా ఆ ఆత్మ నుంచే వస్తుంది. కానీ ఆ జ్ఞానాన్ని వ్యక్త పరిచిన తర్వాత "నేనే చెప్పాను" అని అహంకారం కలిగితే, అది మళ్లీ దేహాభిమానమే.

నిజానికి జ్ఞానాన్ని ఇచ్చేది ఆత్మే. మనసు పవిత్రంగా ఉన్నప్పుడు ఆత్మ నుంచి జ్ఞానం అందుతుంది. అందుకే బుద్ధుడు జీవితచరిత్ర చదివితే అర్థమవుతుంది. ఆయన అనేక గురువుల దగ్గర తిరిగినా, ఇతరుల అనుభూతిని కేవలం నమ్మలేదు. తనకు తాను అనుభవించే వరకు ప్రయత్నించాడు, అదే నిజమైన సాధన. గురువు దైవం ఎలా ఉంటాడో చెప్పగలడు, కానీ దైవానుభూతి మాత్రం మీకు మీరే పొందాలి. ఆ అనుభూతి కలగడానికే సాధన చేస్తున్నారు. కానీ మనసు మురికిగా ఉంటే ఆత్మానుభూతి కలగదు.

మరి మనసులోని మురికి ఏమిటి?

- స్వార్థం
- ఈర్ష్య
- అసూయ
- అహంకారం
- అజ్ఞానం
- ఆశ

ఇవన్నీ మనసును కలుషితం చేసే మలినాలు. "అన్నీ నాకే కావాలి" అనుకోవడం స్వార్థం. "ప్రక్క వారికి దక్కకూడదు, నాకే దక్కాలి" అనుకోవడం ఆశ. ఇవి దైవ గుణాలు కావు.

దైవ గుణం ఏమిటంటే ఇవ్వడం. సృష్టిని గమనించండి పంట పండితే మంచి వారు మాత్రమే కాదు, చెడు వారు కూడా తింటారు. సూర్యుడు అందరికీ వెలుతురు ఇస్తాడు, వర్షం అందరిపై పడుతుంది. అందుచేత ప్రకృతి ఎలాంటి పక్షపాతం చూపదు.

అదే దైవ స్వభావం, దైవం ఎప్పుడూ ఇస్తుంది, పంచుతుంది, ప్రేమిస్తుంది. అందుకే దైవత్వం వైపు ఎదగాలంటే మీలోని స్వార్థం, అహంకారం, అజ్ఞానం, ఆశలను తగ్గిస్తూ, ప్రేమ, కరుణ, సేవ, త్యాగం వంటి గుణాలను పెంపొందించుకోవాలి. అప్పుడే “నేను ఆత్మను” అనే జ్ఞానం అనుభవంగా మారుతుంది.

కానీ మానవ లక్షణం ఏమిటంటే, “నేనే, నాకే, నాదే” అనే భావంలో ఉండటం, అదే మానవ స్వభావం. అయితే ఈ భావం దాటి త్యాగ గుణంలో జీవించడం ప్రారంభించినప్పుడు మీరు త్వరగా దైవత్వానికి చేరువవుతారు.

భగవంతుడికి అత్యంత ఇష్టమైన గుణం త్యాగం. రాఘవరావు గారు ఈ స్థాయిలో ఎదిగారంటే ఆయన చేసిన దానమే. మీరు గమనిస్తే, జీవితంలో ఉన్నత స్థాయికి ఎదిగిన అనేక మంది వ్యక్తుల ఎదుగుదలకు మూలం దానం, సేవ, త్యాగం. ఇతరుల జీవితంలో ఆనందాన్ని నింపగలిగినప్పుడు, ఆ సేవ వెనుక ఉన్న నిస్వార్థ భావాన్ని భగవంతుడు గుర్తిస్తాడు.

దానం చేసి ఎదుటివారి జీవితంలో ఆనందాన్ని నింపినప్పుడు, వారు గంటల తరబడి కూర్చొని ధ్యానం చేయాల్సిన అవసరం లేదట. ఆ జ్ఞానాన్ని భగవంతుడు చాలా సులభంగా వారికి ప్రసాదిస్తాడట. ‘ఇతను ఎంత కష్టపడుతున్నాడు, ఎంత మందికి సహాయం చేస్తున్నాడు’ అని చూసి ఆ జ్ఞానాన్ని భగవంతుడే వారికి అందిస్తాడట.

రాఘవరావు గారు గంటల తరబడి ధ్యానం ఎక్కడ చేస్తున్నారు? పుస్తకాలు ఎక్కడ చదువుతున్నారు?’ అని అనుకోవచ్చు. కానీ ఆయన అలా

చెబుతూనే ఉంటారు. అసలు రహస్యం ఏమిటంటే, ఆయన వద్ద ఉన్న దాన్ని ఇవ్వడం. అది డబ్బు కావచ్చు, మీ శరీర శ్రమ కావచ్చు, మీ సమయం కావచ్చు. అలాంటి నిస్వార్థమైన ఇచ్చే గుణాన్ని భగవంతుడు మెచ్చి, వారికి జ్ఞానం అనే గొప్ప బహుమతిని ఇస్తాడట.

అందుకే ఎవరైనా జ్ఞానవంతులు కావాలంటే ముందుగా మీ దగ్గర ఉన్న దాన్ని పంచడం నేర్చుకోవాలి. అది ధనం కావచ్చు, సమయం కావచ్చు, వాక్కు కావచ్చు, శ్రమ కావచ్చు, ప్రేమ కావచ్చు. ఏదైనా ఇవ్వడం నేర్చుకున్న వారే నిజమైన ఆధ్యాత్మిక పురోగతి సాధిస్తారు.

మొదట చిన్న చిన్న సేవా కార్యక్రమాలు చేస్తూ ఉంటే, క్రమంగా పెద్ద సేవలకు అవకాశాలు వస్తాయి. చిన్న బాధ్యతలను సక్రమంగా నిర్వర్తించినవారికే పెద్ద బాధ్యతలు అప్పగించబడతాయి. అందుకే మీ ముందుకు వచ్చిన కర్తవ్యాన్ని భగవంతుని సేవగా భావించి చేయాలి.

మీరు చేసే ప్రతి మంచి పనిలో, "నేను చేస్తున్నాను" అనే భావం కాకుండా, "భగవంతుడు నా ద్వారా చేయిస్తున్నాడు" అనే భావం పెరగాలి. భగవంతుడు మిమ్మల్ని ఎన్నుకొని, మీ ద్వారా ఆ పని చేయిస్తున్నాడనే భావం ఉండాలి, అదే ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలకు పునాది.

ఈ విషయాలన్నీ మీకు తెలుసు, "నేను ఆత్మను" అని తెలుసు, ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందాలంటే మనసు పవిత్రంగా ఉండాలని తెలుసు, మనసు ఎంత నిర్మలంగా ఉంటే, ఆత్మానుభూతి అంత త్వరగా కలుగుతుందని కూడా తెలుసు, కానీ లోపం జ్ఞానంలో లేదు; ఆచరణలో ఉంది.

చాలా సందర్భాల్లో బద్ధకం, అలసత్వం, నిర్లక్ష్యం మీ పురోగతికి అడ్డుగా నిలుస్తాయి. కొద్దిగా ప్రయత్నిస్తే చేయగలిగిన పనులు కూడా వాయిదా వేస్తారు. అందుకే గురువులు ముందుగా విషయాసక్తిని తగ్గించుకోమని చెబుతారు.

మీకు అవసరం లేని విషయాలపై ఆసక్తి చూపడం మీ మనసులో విషాన్ని నింపుకున్నట్లే. మీకు సంబంధం లేని విషయాలు, ఇతరుల జీవితాల గురించి అనవసర చర్చలు, గాసిప్‌లు, విమర్శలు ఇవన్నీ మనసును కలుషితం చేస్తాయి.

ఉదాహరణకు, ఒక మందు మీకు అవసరం లేకపోయినా, అది కనిపించిందని త్రాగితే శరీరానికి హాని కలుగుతుంది. అలాగే మీకు అవసరం లేని విషయాలను మనసులో నింపుకుంటే మానసిక ప్రశాంతత నశిస్తుంది.

మీరు గమనించండి ధ్యానం చేసినప్పుడు, మంచి ఆధ్యాత్మిక విషయాలు విన్నప్పుడు మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. కానీ ఎవరైనా ఫోన్ చేసి "అతనికి ఇలా జరిగింది", "ఇతను చనిపోయాడు", "అక్కడ సమస్య వచ్చింది" వంటి విషయాలు చెబితే వెంటనే మనసు కలత చెందుతుంది. ఆ విషయం జరిగిన వ్యక్తికంటే, విన్న మీ మనసే ఎక్కువ కలత చెందుతుంది.

అందుకే పత్రి గారు చెప్పిన ఒక విషయం ఏమిటంటే: **"నీ ఆత్మోన్నతికి ఉపయోగపడని ప్రతి విషయం విషం; నీ ఆత్మోన్నతికి దోహదపడే ప్రతి విషయం అమృతం"** అన్నారు.

కొంతమంది గైడింగ్, మ్యూజిక్ పెట్టుకుని ధ్యానం చేస్తారు. అది చేయకపోతే ఎదుటివారు ఏమనుకుంటారో అని కూడా భావిస్తారు. ఎందుకంటే "పత్రి గారు మ్యూజిక్ పెట్టారు కాబట్టి మేమూ పెడుతున్నాం" అంటారు. కానీ "హిమాలయాల్లోని ఋషులు, మహర్షులు కూడా మ్యూజిక్ పెట్టుకుని ధ్యానం చేశారా?" అని అడిగితే, మాకు తెలియదు, పత్రి గారు పెట్టారు కాబట్టి మేమూ పెడుతున్నాం అని చెబుతారు.

అంటే సత్యం ఏమిటో తెలుసుకోరు, దాని గురించి అధ్యయనం చేయరు. అందువల్ల అది సరైనదా? కాదా? అన్నది అర్థం కాకుండా, సంవత్సరాల తరబడి అదే విధానంలో ధ్యానం చేస్తే పురోగతి లేకుండా అలాగే

ఉండిపోతారు.

శాపగ్రస్తులకు ఇలాంటి గురువులు దొరుకుతారు. వారికి సత్యాన్ని సత్యంగా అర్థం చేసుకునే ధైర్యం ఉండదు. విచారణ లేకపోతే ఎవరైనా తప్పు మార్గంలో వెళ్ళినా, అది తప్పు అని కూడా అనిపించదు. ఇలా కొన్ని జన్మలు గైడింగులు, మ్యూజిక్లు పెట్టుకుని ధ్యానం చేస్తున్నామనే భావనతో గడిచిపోతాయి. పదిహేను సంవత్సరాలు గడిచినా జీవితంలో నిజమైన పురోగతి లేకపోతే అది వ్యర్థమే కదా? ఒక్కసారి ఆలోచిస్తే ఈ విషయం అర్థమవుతుంది.

బుద్ధుడు ఏ సంగీతంతో ధ్యానం చేశాడు? ఋషులు ఏ సంగీతంతో ధ్యానం చేశారు? పత్రిగారు మ్యూజిక్ పెట్టారు అంటే దానికి కారణం ఏమిటో తెలుసుకోవాలి. కానీ కారణం తెలుసుకోకుండా, గుడ్డిగా అనుసరిస్తూ "పత్రి గారు పెట్టారు కాబట్టి మేమూ మా సెంటర్‌లో పెడతాం" అంటే నష్టపోయేది మీరే.

ప్రకృతి ప్రతి ఒక్కరికీ మంచి అవకాశాలు ఇస్తుంది. కానీ కొందరు కళ్ళ ఎదుటే సత్యం కనిపించినా గమనించలేని స్థితిలో పడిపోతారు. ధ్యానం అంటే "నిర్విషయం మన:" అని చెప్పినప్పుడు, మరి ఈ శబ్దం ఎందుకు వస్తోంది అనే ఆలోచన మీకు రావాలి కదా?

అలాగే గురువుతో కలిసి ప్రయాణం చేసినప్పుడు ఆయన ఎన్నో విషయాలు మాట్లాడుతుంటారు. అవి మీకు చిన్న విషయాల్లా అనిపించవచ్చు, కానీ వాటిలో ఎంతో పరమార్థం దాగి ఉంటుంది.

పత్రిగారు "నా నోట కొత్త మాట వస్తే వెంటనే నోట్ చేసుకోండి" అని చెప్పేవారు. అందుకే మేము వాటిని నోట్ చేసుకునే వారం, నాకంటే కూడా రాఘవరావు గారు ఎప్పుడూ జేబులో ఒక పుస్తకం పెన్ను, పెట్టుకునేవారు. పత్రిగారు ఏ కొత్త కోటేషన్ చెప్పినా వెంటనే వ్రాసుకునేవారు. ఎందుకంటే పత్రిగారు వారి అనుభవంతో మనకు చెబుతున్నారు, వాటిని పట్టుకుంటే

మనం ఇంకా ముందుకు వెళ్ళగలుగుతాం.

ఇంద్రియ నిగ్రహం గురించి మాట్లాడితే, అన్ని ఇంద్రియాల కంటే మనసు నిగ్రహించడం చాలా కష్టమైనది. కళ్ళను మూసుకోవచ్చు, చెవులకు వినిపించకుండా చేయవచ్చు, మాట్లాడకుండా మౌనంగా ఉండవచ్చు, కానీ మనసును "ఆలోచించొద్దు" అని చెప్పినా ఆపలేరు. కళ్ళు మూసుకున్నా ఆలోచనలు వస్తూనే ఉంటాయి.

అంతరేంద్రియమైన మనసును నిగ్రహించడం చాలా కష్టం, కానీ ఆ మనసును కూడా నియంత్రించగల శక్తి శ్వాసలో ఉంది. అందుకే శ్వాసపై అవగాహన పెంచుకోవడం ధ్యానంలో అత్యంత ముఖ్యమైన విషయం.

అందుకే జీవితంలో డబ్బు, బంగారం, ఆస్తి కంటే విలువైనది శ్వాస, డబ్బు లేకపోయినా జీవించవచ్చు, బంగారం లేకపోయినా జీవించవచ్చు. కానీ శ్వాస లేకపోతే జీవితం ముగిసిపోతుంది. శ్వాస ఆగిపోయిన క్షణంలో ఈ శరీరం విలువ కోల్పోతుంది. ఎందుకంటే ఆత్మ ఈ శరీరాన్ని వదిలి వెళ్తుంది. అందుకే జ్ఞానులు కాలాన్ని వృథా చేయరు, ఈ శ్వాస ఎంతకాలం ఉంటుందో ఎవరికీ తెలియదు కాబట్టి, నేర్చుకోవాల్సింది ఇప్పుడే నేర్చుకోవాలి, చేయాల్సింది ఇప్పుడే చేయాలి.

భగవంతుడు ప్రతి మనిషికి అవకాశాలను ఇస్తాడు, కానీ వాటిని ఉపయోగించుకోవడం మీ బాధ్యత. ఒకసారి ఒక శిష్యుడు గురువుగారిని అడిగాడట: "భగవంతుడు దయామయుడు, కరుణామయుడు అని అందరూ చెబుతుంటారు. కానీ కొందరు ధనవంతులుగా ఉన్నారు, కొందరు పేద వారిగా ఉన్నారు, కొందరు సుఖంగా జీవిస్తున్నారు, మరికొందరు కష్టాలు పడుతున్నారు. మరి భగవంతుడు నిజంగా దయామయుడైతే అందరూ ఒకేలా ఉండాలి కదా? ఈ భేదం ఎందుకు?" అని అడిగాడట.

అప్పుడు గురువుగారు ఒక ఉపమానం చెప్పారు:

"నాయనా! భగవంతుడు ఎవరికీ ప్రత్యేకంగా ఏమీ ఇవ్వలేదు, ఎవరి దగ్గర నుంచి ఏమీ తీసుకోలేదు. ఆయన సృష్టిలో కావలసినవన్నీ సమృద్ధిగా ఉంచాడు, ఇప్పుడు నీకు ఏది కావాలో అది నువ్వే తీసుకోవాలి."

ఒకసారి ఒక స్వామీజీ పాఠశాలలో పిల్లలందరికీ మరమరాలు పంచాలని అనుకున్నారట. ఒక పెద్ద సంచి తీసుకెళ్ళి, ఒకే కొలత డబ్బాతో అందరికీ పంచారు. అప్పుడు అందరికీ సమానంగానే వచ్చాయి, అంటే భగవంతుడు నేరుగా ఇస్తే అందరికీ సమానంగానే ఇస్తాడు.

తర్వాత అదే స్వామీజీ మరొకసారి ఆ సంచిని తీసుకెళ్ళి, "ఎవరికి ఎన్ని కావాలో వారు తీసుకోండి" అని చెప్పారట. అప్పుడు పెద్ద చేతులతో తీసుకున్నవారికి ఎక్కువ వచ్చాయి, చిన్న చేతులతో తీసుకున్నవారికి తక్కువ వచ్చాయి. ఇప్పుడు తప్పు ఇచ్చినవాడిదా? లేక తీసుకున్నవాడిదా?

అప్పుడు గురువుగారు శిష్యునితో చెప్పారు ''నాయనా! సృష్టిలో ఉన్న అవకాశాలు, సంపదలు, శక్తులు అన్నీ భగవంతుడు సమానంగా ఉంచాడు. కానీ వాటిని ఎంతవరకు పొందగలుగుతావో అది నీ పుణ్యంపై ఆధారపడి ఉంటుంది, ఎవరు ఎంత పుణ్యం చేసుకుంటారో, అంత ఫలితాన్ని పొందుతారు" అన్నారట.

కొంతమంది అపారమైన పుణ్యం సంపాదించి ఎక్కువ సంపదను పొందుతారు, మరికొందరు తక్కువ పుణ్యం చేసి తక్కువ ఫలితాన్ని పొందుతారు. అయినా కూడా తమకు ఉన్నదానితో సంతృప్తి చెందకుండా ఇంకా లేదని బాధపడుతుంటారు.

భగవంతుడు ఎప్పుడూ ఒకే మాట చెబుతున్నాడు: "అన్నీ సృష్టించి పెట్టాను, నీకు ఎంత కావాలో అంత తీసుకో, నేను ఎలాంటి పరిమితి పెట్టలేదు."

కానీ తీసుకునే అర్హతకు మార్గం పుణ్యం. మీరు చేసిన పుణ్యాన్ని

బట్టి సంపద, అవకాశాలు, అనుకూల పరిస్థితులు మీ జీవితంలోకి వస్తాయి. పుణ్యం అంటే ఇవ్వడమే.

కొరత భగవంతుని సృష్టిలో కాదు, కొరత మీరు పుణ్యం చేయడంలోనే ఉంది. పుణ్యం చేయకుండా భోగాలు కావాలని కోరుకుంటే అవి ఎలా లభిస్తాయి? భగవంతుడు అందరికీ సమానమైన అవకాశాలను ఇచ్చాడు. కానీ మనుషులు తగినంత పుణ్యం సంపాదించకపోవడం వల్ల తమ జీవితాలను తామే పరిమితం చేసుకుంటున్నారు. తెలుసుకోండి **"సృష్టించడం భగవంతుని పని; పొందడం జీవుని పని".**

మరి పొందే శక్తి ఎప్పుడు వస్తుంది? పుణ్యం ఉన్నప్పుడు వస్తుంది. గత జన్మలోనైనా, ఈ జన్మలోనైనా మీరు ఇతరులకు సహాయం చేసి, దానం చేసి, పుణ్యం సంపాదించి ఉంటే, ఈ జన్మలో ఫలితాలను పొందే అర్హత కలుగుతుంది.

అందుకే మీలో జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ, "నాకు ఏమి వస్తుంది?" అనే ఆలోచన కాకుండా "నేను ఎవరికీ ఏమి ఇవ్వగలను?" అనే ఆలోచన పెరగాలి. ఈ సంపదలు నావి కావు, ఇవన్నీ భగవంతునివే అని అర్థమైనప్పుడు ఇక బాధ ఉండదు. పైగా, వాటిని ఇతరులతో పంచుకునే అవకాశం వచ్చిందని సంతోషిస్తారు.

అజ్ఞానంలో ఉన్నప్పుడు మాత్రం "ఇది నా పిల్లలకే ఉండాలి, నా మనవలకే ఉండాలి, ఏడు తరాలు తిన్నా తరగకూడదు" అని అనుకుంటారు. పిల్లల కోసం, మనవల కోసం, ముని మనవల కోసం అని దాచిపెడతారు కానీ ఇవ్వడానికి ఇష్టపడరు.

కానీ జ్ఞానం వచ్చిన తర్వాత "ఏదీ నాది కాదు, అంతా భగవంతునిదే. ఈ సంపదను ఇచ్చి, దానిని పంచే అవకాశాన్ని కూడా భగవంతుడే ఇచ్చాడు" అని అర్థమవుతుంది. అప్పుడు ఇచ్చేది కూడా ఆనందంగా ఇస్తారు. అందుకే

మనిషికి జ్ఞానం లేనప్పుడు పశువులా ఉంటాడు, జ్ఞానం వచ్చిన తర్వాత పశుపతి అవుతాడు. పశుపతి అంటే శివుడు, ఇచ్చేవాడు, పంచేవాడు.

ఇవన్నీ నేర్చుకున్న తర్వాత కూడా "నేను ఆత్మను" అయిన నేను ఆత్మలా ఉండలేకపోవడానికి కారణం ఏమిటంటే, మనసులో ఉన్న మురికి గుణాలు, జీవభావమే. కానీ గురువు చెబుతాడు: "నువ్వు శరీరం కాదు. ఈ శరీరాన్ని తొడుక్కున్న ఆత్మవు. శరీరం ఒక పరికరం మాత్రమే. అది లేకపోయినా నువ్వు ఆత్మవే."

అయితే ఆత్మలా ఉండాలంటే స్వచ్ఛంగా ఉండాలి, అహంకారం లేకుండా ఉండాలి, అజ్ఞానాన్ని తొలగించుకోవాలి, ఆశలను విడిచిపెట్టాలి. ఎప్పుడూ ఆశపడకూడదు, మీకు ఎంత ప్రాప్తమో, అంతా భగవంతుడు తప్పకుండా ఇస్తాడు. ఏది చూసినా చలించని మనస్తత్వం ఉండాలి.

"అది నాకు ఉంటే బాగుండేది" అనే ఊహ కూడా ఆశే. మీకు ఉండాల్సింది అయితే అది మీకు వచ్చేది, గత జన్మల పుణ్యంతో పొందాల్సింది పొందుతారు. కానీ "ఉంటే బాగుండేది" అనే తలంపు కూడా ఒక స్థాయికి వెళ్ళిన తర్వాత ఉండకూడదు. ఎప్పుడూ నిశ్చింతగా ఉండాలి, "నాకున్న అర్హతను బట్టి, నాకు ఇవ్వవలసిన సంపదలన్నీ భగవంతుడు ఇప్పటికే ఇచ్చాడు" అనే విశ్వాసం ఉండాలి.

సృష్టిలో మనుషులు తప్పులు చేయవచ్చు, కానీ భగవంతుడు మాత్రం ఎప్పుడూ కచ్చితంగా వ్యవహరిస్తాడు. ప్రతి ఒక్కరికీ వారి కర్మ ఫలాలను బట్టి ఫలితాలు ఇస్తాడు. "నాకు సంపద రాకపోవడానికి కారణం నేనే, నాకు సంపద రావడానికి కారణం కూడా నేనే, భగవంతుడు కారణం కాదు".

గత జన్మలో పుణ్య కర్మలు ఉంటే ఈ జన్మలో సంపదలు వస్తాయి, గత జన్మలో సత్కర్మలు చేసి ఉంటే ఈ జన్మలో ఈ జ్ఞాన మార్గంలో నడిచే అవకాశం వస్తుంది.

నిజానికి సత్కర్మల పుణ్యం లేకపోతే ఈ జ్ఞాన మార్గంలో కూడా ఉండలేరు. ఆ పుణ్యం వల్లే మీరు ఈ మార్గంలో ఉన్నారు, ఈ మార్గం పట్ల మీకు ఇంత ఆసక్తి, ఆపేక్ష కలుగుతోంది, అందుకే ఈ జ్ఞానాన్ని కాపాడుకోవాలి. క్లాసులో విన్నప్పుడు మాత్రమే కాదు, బయట కూడా ఎప్పుడూ “నేను ఆత్మను” అనే ఎరుకలో ఉండాలి. బయటికి శరీరంలా కనిపించినా, అంతరంగంలో మాత్రం “నేను ఆత్మను” అనే స్మరణ నిరంతరం ఉండాలి.

అప్పుడు ఎవరైనా తప్పు పని చేయమన్నా చేయలేరు. “ఆత్మనైన నేను దొంగతనం చేయడం ఏమిటి? ఆత్మనైన నేను తప్పుడు పని చేయడం ఏమిటి? ఆత్మనైన నేను ఇచ్చే స్థితిలో ఉండాలి కానీ దోచుకునే స్థితిలో ఉండకూడదు” అనే భావం సహజంగా వస్తుంది.

“నేను దైవస్వరూపుడిని” అనే భావం ఉన్నప్పుడు తప్పు చేయడం అసాధ్యం. కానీ “నేను శరీరాన్ని” అనే భావం వచ్చిన వెంటనే మనసు ప్రవేశిస్తుంది, దాని వెంట అజ్ఞానం, అహంకారం, ఆశ, స్వార్థం ఒక్కొక్కటిగా వస్తాయి. ఏది అన్యాయంగా సంపాదించినా, ఏది అక్రమంగా పొందినా చివరికి అన్నీ వదిలి వెళ్లిపోవాల్సిందే అని మీకు తెలుసు. అయితే వెళ్లిపోయేటప్పుడు వాటి ఛాయలు కూడా మీ మీద ఉండకూడదు, ఎలాంటి భ్రాంతి లేకుండా, సంపూర్ణ తృప్తితో వెళ్ళగలగాలి.

“ఇది ఉంటే బాగుండేది”, “ఆ లోటు తీరితే బాగుండేది”, “మనవడు పుడితే బాగుండేది”, “మనవడి పెళ్లి అయ్యే వరకు బ్రతికుంటే బాగుండేది” అనే కోరికలు, భ్రాంతులు పెట్టుకుంటే మళ్ళీ జన్మ తప్పదు. మానవ జన్మ వచ్చినందుకు, సాధనా మార్గంలో ఉన్నందుకు, “నేను దైవస్వరూపుడిని” అనే జ్ఞానం పొందినందుకు తృప్తిగా జీవించాలి.

ఈ ధ్యాన మార్గం ఇచ్చే తృప్తిని కోట్ల రూపాయలు కూడా ఇవ్వలేవు. కోట్లు ఉన్నవారు కూడా ఈ స్థాయి ప్రశాంతతతో జీవించలేరు. ఈ మార్గం

ఇచ్చే ఆనందం సంపదలు ఇవ్వలేవు, పదవులు ఇవ్వలేవు, ఇంద్రియ సుఖాలు ఇవ్వలేవు. అందుకే ఋషులు అన్నీ వదిలి వెళ్ళిపోయారు, సంసారాన్ని వదిలారు, సంఘాన్ని వదిలారు, కోరికలను జయించారు, ఇంద్రియ సుఖాలను వదిలారు. వారు అలా వెళ్ళిపోవడానికి కారణం, ఇందులో లభించే ఆనందం కోట్ల సంపదల కంటే, ఉన్నతమైన పదవుల కంటే, ప్రపంచంలోని ఏ సుఖానికంటే గొప్పదని భావించడం.

మరి ఇవన్నీ మీకు తెలుస్తున్నాయి, అర్థమవుతున్నాయి, కానీ అలా జీవించలేకపోవడానికి ప్రధాన కారణాలు రెండే. ఒకటి దేహభ్రాంతి, రెండవది విషయాసక్తి. ఈ రెండే మనిషికి పెద్ద అడ్డంకులు.

"నేను దేహాన్ని" అనే భ్రాంతి. ప్రక్క వారి విషయాల మీద ఆసక్తి ఈ రెండు తగ్గించుకోగలిగితే మీరు సగం దూరం ప్రయాణించినట్టే, ఇవే మిమ్మల్ని ముంచుతూ ఉంటాయి.

దేహం ఎప్పుడూ మంచి పనులకే ఉపయోగపడాలి, మంచి పనులు చేస్తే మంచి కర్మలే వస్తాయి, రోగాలకు, దుఃఖాలకు అవకాశం తగ్గుతుంది. "పరోపకారార్థం ఇదం శరీరం" అన్నారు, అంటే ఈ శరీరంతో మీ ఆత్మోన్నతిని చూసుకోవాలి. అలాగే ఎదుటి వారికి ఉపయోగపడే పని కొంచెమైనా చేయాలి.

ఒక వైపు సాధన ద్వారా ఆత్మోన్నతి సాధించాలి, మరో వైపు ప్రక్క వారికి కొంతైనా సహాయం చేయగలగాలి. అలా చేయగలిగితే ఈ మానవ శరీరాన్ని పొందినందుకు మీరు నిజంగా అదృష్టవంతులు.

"అన్నీ నాకే కావాలి" అనుకునేవాడు స్వార్థపరుడు, ఈ విశ్వంలో భగవంతుడు ఎవరి ప్రాప్తానికి ఎంత ఉందో అంతే ఇస్తాడు. ఇంకా కావాలంటే ఎవరి దగ్గర నుంచి తీసి మీకు ఇవ్వాలి? ఎవరి సంపదను తీసి మీ చేతిలో పెట్టాలి? మీది మీకు ఇస్తాడు.

ఎంత సంపాదించినా తినేది నాలుగు ఇడ్లీలే. మరి ఇంకా ఎందుకు

అంత ఆరాటం? నలభై ఇడ్లీలు తినగలరా? తినలేరు. బంగారంతో చేసిన ఇడ్లీ అయినా మింగగలరా? మింగలేరు. ఉపయోగించలేని వాటి కోసం అంతగా ఆశపడటం ఎందుకు? ఉన్నదానితో తృప్తి పడటం ధ్యాని లక్షణం. ఉన్నదానితో అసంతృప్తిగా ఉండటం అజ్ఞాని లక్షణం. జ్ఞాని ఎప్పుడూ తనకు ఉన్నదానితో సంతోషంగా ఉంటాడు.

మీకు తృప్తి ఎప్పుడు వస్తుందో తెలుసా? ప్రక్క వారితో పోల్చుకోవడం మానేసినప్పుడు. మనుషుల సమస్య ఏమిటంటే, తమ దగ్గర ఉన్న దాన్ని చూడకుండా ప్రక్క వారి దగ్గర ఉన్న దాన్ని చూస్తారు. ఒక పెళ్ళికి వెళ్ళినా, ఒక వేడుకకు వెళ్ళినా, ప్రక్క వారి వాటినే చూస్తారు.

"ఆమె నెక్లెస్ బాగుంది", "ఆమె చీర బాగుంది", "నాకు కూడా అది ఉంటే బాగుండేది" అనే ఆలోచనలు మొదలవుతాయి. అక్కడే అసంతృప్తి మొదలవుతుంది, ఆ క్షణంలో ఒక్కసారి ఆలోచించండి. "ఆమె నా నెక్లెస్ కోసం బాధపడడం లేదు, కానీ నేను ఆమె నెక్లెస్ కోసం బాధపడుతున్నాను" అని. ఈ జ్ఞానం వచ్చినప్పుడు ఆశ ఉండదు.

ఇవన్నీ విన్న తర్వాత మీకు ఒక విషయం అర్థం కావాలి. "నాకు ఎంత రావాలో అంతా భగవంతుడు ఇచ్చాడు, ఇక అదనంగా అడగడం కూడా ఆశే" అని. ఈరోజు మీరు ధరించిన బట్టలు, మీరు తిన్న ఆహారం, మీకు ఉన్న సౌకర్యాలు అన్నీ భగవంతుని ప్రసాదమే. అవి కూడా లేని వారితో పోల్చుకుంటే మీరు ఎంతో అదృష్టవంతులు.

లక్ష రూపాయల చీర కొనుక్కున్నా ప్రశాంతంగా నిద్ర పోలేరు? 300 రూపాయల నైటీ వేసుకుంటే కంఫర్ట్‌గా ఫీల్ అవుతారు.

ధ్యానం కుదరడం లేదని బాధపడాలి, జ్ఞానం పెరగడం లేదని బాధపడాలి, కానీ చీరలు, నగలు, వస్తువులు లేవని బాధపడకూడదు. పక్కింటి వారు పది గంటలు ధ్యానం చేస్తున్నారు, నేను ఒక్క గంట కూడా చేయలేక

పోతున్నాను అని బాధపడితే అది ఆధ్యాత్మిక బాధ, అది ఎదుగుదల. "వాళ్లకు కూడా పత్రి గారే గురువు, నాకు కూడా పత్రి గారే గురువు. వారు అంత వేగంగా ఎదుగుతున్నారు, నేను ఎందుకు ఎదగలేక పోతున్నాను?" అని ఆలోచించాలి.

సాధన కుదరకపోతే, జ్ఞానం పెరగకపోతే అప్పుడు మనసు కలత చెందాలి. ప్రపంచ విషయాల కోసం కాదు, ప్రపంచంలోని అన్నీ ఒకరోజు వదిలి వెళ్లిపోవాల్సిందే అని మీకు తెలుసు. అందుకే వాటి గురించి అసంతృప్తితో జీవిస్తే సాధన ఎప్పటికీ కుదరదు.

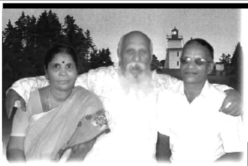
బాహ్యంగా మీరు ఎవరితో ఎలా ఉన్నా, అంతరంగంలో మాత్రం "నేను ఆత్మను" అనే ఎరుక నిరంతరం ఉండాలి. ఆ ఎరుక పెరిగే కొద్దీ మీ ప్రవర్తన కూడా మారుతుంది. "నేను ఆత్మను" అనుకున్నప్పుడు ఇచ్చే గుణం పెరుగుతుంది. "నేను దేహాన్ని" అనుకున్నప్పుడు అందరి దగ్గర నుంచి పొందాలనే స్వభావం పెరుగుతుంది. ఇచ్చే వాడే గొప్పవాడు, అందరి దగ్గర నుంచి తీసుకునేవాడు గొప్పవాడు కాదు. "నేను ఆత్మనైనప్పటికీ ఆత్మలా జీవించ లేకపోతున్నాను" అనిపిస్తే, ఇంకా మీలో అజ్ఞానం ఉంది, అహంకారం ఉంది, ఆశలు ఉన్నాయి అని అర్థం. ఈ మూడింటిని తొలగించగలిగితే జీవుడిలా ఉన్న మీరు దేవుడిలా జీవించడం ప్రారంభిస్తారు.

ఆత్మనైన నేను ఆత్మలాగే ప్రవర్తించాలి అనే అవగాహన వచ్చినప్పుడు చెడు ఆలోచనలు, చెడు భావనలు క్రమంగా తగ్గిపోతాయి. దైవీ లక్షణం ఉన్నవాడు ఎదుటి వారికి ఏదో ఒకటి ఇవ్వాలనే తపనతో ఉంటాడు. అందుకే మీ ప్రవర్తనను ముందుగా మార్చుకోవాలి, అప్పుడు ఆత్మస్థితిలో నిలబడ గలుగుతాం.

ఆత్మ ఎలా ఉంటుంది? జీవుడు ఎలా ఉంటాడు? దేవుడు ఎలా ఉంటాడు? ఇవి తెలుసుకుంటూ, ఆ లక్షణాలను అలవాటు చేసుకుంటే జీవుడిగా

పుట్టిన మీరు దేవుడిగా జీవించి, జ్ఞానిగా ఈ లోకాన్ని విడిచిపెట్టగలుగుతారు. “అజ్ఞానిగా పుట్టడం తప్పు కాదు, కానీ జ్ఞానిగా మరణించడానికి ప్రయత్నించాలి”. సాధన చేసి, జ్ఞానాన్ని పెంచుకున్నవాడు జ్ఞానిగానే మరణిస్తాడు, జ్ఞానికి మరణం భయం కాదు. అజ్ఞానికి మాత్రం మరణం అనే మాట వినగానే భయం మొదలవుతుంది. అందుకే గురువులు మరణం గురించి ఎక్కువగా చెబుతారు, మరణ భయాన్ని తొలగించడానికే వారు వస్తారు.

ఈ జ్ఞానం వచ్చిన తర్వాత మరణం భయంగా అనిపించదు. ఈ దేహంతో పని పూర్తయిన తర్వాత ఆత్మ తన ప్రయాణాన్ని కొనసాగిస్తుందని అర్థమవుతుంది, అందుకే అనుక్షణం ఎరుకలో ఉండాలి. **“బాహ్యంలో ద్వైతం ఉండవచ్చు, కానీ అంతరంగంలో అద్వైతం ఉండాలి”.** “నేను ఆత్మను” అనే ఎరుక ఎప్పుడూ ఉండాలి.



బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో...
తటవర్తి వీరరాఘవరావు, శ్రీమతి రాజ్యలక్ష్మి దంపతులచే

ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా శిబిరం

భీమవరంలో ప్రతీ నెలా 1, 2, 3 తేదీలలో పూర్తి రెసిడెన్షియల్ పద్ధతిన ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా శిబిరం నిర్వహించబడుతుంది. ఎన్ని రోజులు ధ్యానం చేసినా ధ్యానంలో పురోగతి సాధించలేనివారు, ఆలోచనలతో ఇబ్బంది పడేవారు ఈ శిబిరంలో పాల్గొంటే ఒకే సిట్టింగులో మూడు లేక నాలుగు గంటలు ధ్యానం చేయగల స్థితికి చేరుకుంటారు. పరిమిత సభ్యులకు మాత్రమే అవకాశం ఉన్నందున ముందుగా మీ పేర్లు నమోదు చేసుకోండి.

నిర్వహించు ప్రదేశం: శ్రీ వెంకటేశ్వరస్వామి వారి మందిరం, నరసింహపురం, ఉండి రోడ్, భీమవరం.

ప్రవేశం : మూడు రోజులకు భోజనం, వసతి ఉచితం

రిజిస్ట్రేషన్ కొరకు : ***సింధూర, సెల్: 8555995217***

పరమ సత్యం పొందాలి అంటే?

ప్రతి మనిషి జీవితంలో ఇంకా తెలుసుకోవాల్సిన సత్యాలు, అర్థం చేసుకోవాల్సిన విషయాలు, నేర్చుకోవాల్సిన జ్ఞానం ఎన్నో ఉంటాయి. ఆధ్యాత్మిక మార్గం అనేది పుట్టుకతోనే పూర్తిగా తెలిసిపోయే విషయం కాదు.

ప్రపంచంలో చాలామంది భక్తిని మాత్రమే ఆధ్యాత్మికతగా భావిస్తారు. పూజలు చేయడం, దేవాలయాలకు వెళ్ళడం, తీర్థయాత్రలు చేయడం వలన ఆధ్యాత్మికత వచ్చినట్టే అనుకుంటారు. కానీ అవి కేవలం ప్రారంభ అడుగులు మాత్రమే. నిజమైన ఆధ్యాత్మికత అంటే తనలో ఉన్న ఆత్మస్వరూపాన్ని తెలుసుకోవడం.

"ఆత్మే భగవంతుడు" అనే పరమ సత్యాన్ని లోతుగా గ్రహించినప్పుడు మాత్రమే నిజమైన ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణం మొదలవుతుంది. **"బయట దేవుణ్ణి వెతకడం నుంచి, తనలోని దైవత్వాన్ని అనుభవించే స్థితికి చేరుకోవడమే అసలైన ఆధ్యాత్మికత".**

ప్రాపంచిక జీవితంలో నిజమైన భక్తి ఉన్నవారిలో "భగవంతుణ్ణి తెలుసుకోవాలి, ఆయనను చేరుకోవాలి" అనే తపన తప్పకుండా ఉంటుంది. అలాంటి పవిత్రమైన భక్తి ఉన్నప్పుడే మనిషి జీవితంలో గొప్ప మార్పులు ప్రారంభమవుతాయి. భక్తి క్రమంగా జ్ఞాన మార్గంలోకి నడిపిస్తుంది. అప్పుడు "ఆత్మే భగవంతుడు" అనే పరమ సత్యాన్ని గురువుల ద్వారా తెలుసుకునే అవకాశం కలుగుతుంది.

మనిషి అజ్ఞానంలో ఉండి, అసత్యాన్నే సత్యమని నమ్ముతూ జీవిస్తున్నప్పుడు కూడా భగవంతుడు అతనిని వదిలిపెట్టడు. నిజమైన తపన ఉన్నవారికి సరైన సమయంలో ఒక సద్గురువును జీవితంలోకి పంపించి, అసలైన సత్యాన్ని తెలియజేస్తాడు.

ఉదాహరణకు రాఘవరావుగారిని తీసుకుంటే, వెంకటేశ్వర స్వామిపై ఆయనకు అపారమైన భక్తి ఉండేది. ఆ విగ్రహం ముందు గంటల తరబడి భక్తితో ఉండేవారు. అలాంటి తీవ్రమైన భక్తి, నిజమైన తపన కారణంగానే భగవంతుడు పత్రిజీ వంటి సద్గురువును వారి జీవితంలోకి తీసుకువచ్చాడు.

"భగవంతుణ్ణి తెలుసుకోవాలంటే బాహ్య రూపాల్లో కాదు, అంతరంలో ఉన్న ఆత్మ స్వరూపంలో ఆయనను తెలుసుకోవాలి" అనే పరమ సత్యాన్ని బోధించి, ఆయనను ఆత్మ మార్గంలోకి నడిపించాడు. అందుకే తీవ్ర భక్తి ఉన్నవారే ధ్యానాన్ని కూడా తీవ్రంగా చేస్తారు. జ్ఞానం వినడానికి సిద్ధపడినప్పుడు మాత్రమే వారికి సత్యం బోధపడుతుంది.

అందుకే నచికేతుడికి యమధర్మరాజు "ప్రేయో మార్గం" మరియు "శ్రేయో మార్గం" అనే రెండు మార్గాల గురించి బోధించారు. ప్రేయో మార్గం మనిషిని భౌతిక ప్రపంచం, కోరికలు, ఇంద్రియ సుఖాల వైపు నడిపిస్తుంది. కానీ శ్రేయో మార్గం మనిషిని ఆత్మజ్ఞానం, పరమాత్మ వైపు తీసుకెళ్తుంది. ఈ సృష్టిలో కనిపించని లోకాల సత్యాలు కూడా శ్రేయో మార్గంలో నడిచేవారికే అర్థమవుతాయి.

ధ్యాన మార్గంలోకి రాక ముందు మీకు ప్రధానంగా తెలిసింది స్వర్గం, నరకం, భూమి గురించే. అందరూ కూడా స్వర్గాన్ని పొందడానికే ఎక్కువగా ప్రయత్నించేవారు. కానీ భగవద్గీతలో "క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశంతి" అని చెప్పబడింది. అంటే పుణ్యం క్షీణించిన తర్వాత మళ్లీ భూమిపై జన్మ తీసుకోవాల్సి వస్తుంది. మళ్ళీ ఈ కష్టాలు, దుఃఖాలు అనుభవించాల్సిందే. ఈ సత్యాలు వినడానికి అర్థమైనట్టే అనిపించినా, వాటి లోతైన అర్థాన్ని స్పష్టంగా చెప్పేవారు లేరు. తల్లిదండ్రులకు ఈ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం తెలియదు, చుట్టూ ఉన్నవారికి తెలియదు, స్కూల్లో చదువు చెప్పే గురువులకు కూడా ఈ ఆత్మజ్ఞానం తెలియదు. అందుకే ''భగవంతుడు ఎవరు?'' అనే ప్రశ్నకు సమాధానం లేక

అయోమయంలో జీవిస్తున్నారు. ఎన్నో పూజలు చేసినా, దేవాలయాలు తిరిగినా, దుఃఖం మాత్రం పోవడం లేదనే బాధతో చాలామంది జీవితం గడుపుతున్నారు.

కానీ పత్రి గారు మన జీవితంలోకి వచ్చిన తర్వాత "మీ దుఃఖానికి కారణం మీరే, మీ సంతోషానికి కారణం కూడా మీరే" అనే గొప్ప పరమ సత్యాన్ని తెలియజేశారు. వేరెవ్వరూ వచ్చి మీ జీవితంలో దుఃఖాన్ని నింపరని, మీ కర్మలే మీ దుఃఖానికి కారణమని బోధించారు. ఈ సత్యం అర్థమైన తర్వాత, "నా దుఃఖం పూర్వ జన్మ కర్మల ఫలితం, దాన్ని తొలగించుకునే మార్గంలోనే నా ప్రయత్న లోపం ఉంది" అనే అవగాహన కలిగింది.

ఇంతకుముందు "నా కష్టాలు పోవాలి, నా దుఃఖం తొలగాలి" అని గంటల తరబడి పూజలు, అర్చనలు, అభిషేకాలు చేసినా మనశ్శాంతి దొరకేది కాదు. ఎందుకంటే మీరు పరిష్కారాన్ని బయట వెతుకుతున్నారు. కానీ గురువుగారు ఆత్మ మార్గాన్ని చూపించి, "నీ వాస్తవానికి నువ్వే సృష్టికర్తవు" అని చెప్పిన తర్వాత, అప్పటినుంచి బయట వెతకడం మానేసి అంతర్ముఖంగా మారడం నేర్చుకున్నాం.

అప్పటివరకు ధ్యానం అంటే ఏమిటో కూడా పూర్తిగా తెలియదు. చెప్పేవారు కూడా లేరు. కానీ "ఆత్మే భగవంతుడు, భగవంతుడే నీలో ఆత్మగా ఉన్నాడు" అనే సత్యాన్ని గ్రహించిన తర్వాత, ఈ సృష్టిని నడిపిస్తున్న సర్వాత్మ బయట కాదు, మీలోనే ఉన్నాడని అన్వేషించడం ప్రారంభించారు. అదే నిజమైన ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణానికి ఆరంభం.

భగవంతుణ్ణి బయట కాదు, మీలోనే వెతకడం మీరు ప్రారంభించారు. మీ ప్రయత్నం ఎంత నిజాయితీగా, తీవ్రంగా ఉంటే, భగవంతునిపై మీ భక్తి కూడా అంత గాఢంగా మారుతుంది. ఎందుకంటే ఆధ్యాత్మిక మార్గానికి మొదటి అడుగు భక్తి. భక్తి లేకపోతే పూజ ఉండదు, ధ్యానం ఉండదు. ఈ రెండూ లేకపోతే మనిషి పూర్తిగా భౌతిక ప్రపంచానికే పరిమితమై, నాస్తికత్వంలో

జీవించడం ప్రారంభిస్తాడు.

నాస్తికత్వం ఎందుకు ప్రమాదకరమంటే, అలాంటి స్థితిలో పాప భీతి తగ్గిపోతుంది. "నేను చేసిన పనికి ఫలితం ఉంటుంది" అనే అవగాహన లేకపోతే మనిషి ఎలా కావాలంటే అలా ప్రవర్తించే అవకాశం ఉంటుంది. పూజలు చేసే వ్యక్తే కొన్నిసార్లు తప్పులు చేస్తే, దేవుడిని అసలు నమ్మని వ్యక్తిలో పాప భీతి ఎలా ఉంటుంది? అందుకే చాలామంది తమ ఇష్టానుసారంగా ప్రవర్తిస్తూ జీవిస్తారు.

దేవుడంటే భయం ఉండాలి అంటే "నేను చేసే ప్రతి కర్మకు ఫలితం తప్పకుండా వస్తుంది" అనే జాగ్రత్త, అవగాహన ఉండాలి. "నేను పాపం చేస్తే దాని ఫలితం నేనే అనుభవించాలి" అనే స్పృహ కలిగినప్పుడే నిజమైన భక్తి ప్రారంభమవుతుంది.

ఇప్పటివరకు మీరు తెలుసుకున్న జ్ఞానం ద్వారా ఒక గొప్ప విషయం స్పష్టమైంది. మీలో ఉన్న భగవంతుణ్ణి తెలుసుకున్నప్పుడే, అన్నింటికంటే ఉన్నతమైన ఆనందాన్ని పొందగలుగుతారు. కానీ ఆ పరమానందాన్ని పొందాలంటే పరమ శ్రేయో మార్గంలో నడవాలి. అదే సత్యం వైపు తీసుకెళ్ళే నిజమైన మార్గం.

శ్రేయో మార్గం అంటే కేవలం భౌతిక ప్రపంచం కాదు, కనబడని లోకాల జ్ఞానాన్ని, ఆత్మజ్ఞానాన్ని తెలుసుకునే మార్గం. అయితే ఆ మార్గంలో కూడా మన దృష్టి చివరికి ఆత్మపైనే నిలవాలి. ఎందుకంటే ఆత్మను తెలుసుకోవడం అన్నింటికంటే ఉన్నతమైన సాధన. అది సాధారణంగా అందరికీ సులభంగా లభించదు. ఎన్నో జన్మల పుణ్యం, తపన, సాధన ఉన్నప్పుడే ఆ మార్గం వైపు మనసు తిరుగుతుంది.

అలాంటి **"పరమ శ్రేయస్సును పొందాలంటే, అధికమైన ఆనందం కోసం అల్పమైన సుఖాలను త్యాగం చేయాలి".** ఈ భూమిపై దుఃఖం, భయం,

అసంతృప్తి లేని స్థితిని ఇచ్చే మహోన్నతమైన ఆనందం ఏమిటో తెలుసుకోవాలనే తపన మీలో ఉండాలి. ఆ తపనే మనిషిని సాధారణ జీవితం నుంచి ఆధ్యాత్మిక జీవితం వైపు నడిపిస్తుంది.

మరి అంత మహోన్నతమైన, గొప్పదైన ఆనందం మీకు కావాలంటే, శాశ్వతమైన సుఖం పొందాలంటే ఈ భూమిపై ఉన్న అల్ప సుఖాలను వదులుకోవాలి. ఇదే విషయాన్ని శంకరాచార్యులు కూడా చెప్పారు: "ఎక్కువది కావాలంటే తక్కువది వదలాలి." "చిన్న చిన్న త్యాగాలు చేసినప్పుడే అధికమైన సుఖాన్ని పొందగలుగుతారు."

"అల్పమైన ఇంద్రియ సుఖాలను వదులుకున్నప్పుడే ఆత్మానందం వైపు ప్రయాణం ప్రారంభమవుతుంది". "తాత్కాలికమైన సుఖాలను విడిచి పెట్టినప్పుడే శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని అనుభవించే అర్హత కలుగుతుంది".

మొదటగా అల్పమైన సుఖాలను వదులుకోవడం నేర్చుకోవాలి. ఉదాహరణకు తెల్లవారుజామున నాలుగు గంటలకు లేచి ధ్యానం చేయాలంటే, ముందుగా నిద్ర అనే అల్ప సుఖాన్ని త్యాగం చేయాలి. ఆ త్యాగం కష్టంగా అనిపించినా, ధ్యానంలో మీరు పొందే ఆనందం దానికంటే ఎంతో గొప్పది. ఆ రెండు మూడు గంటల సాధన మీరు భగవంతునికి మరింత దగ్గర దగ్గరవుతారు. ఇలా స్వల్ప సుఖాలను విడిచిపెట్టినప్పుడే ఆత్మానందాన్ని పొందే అర్హత మీలో పెరుగుతుంది.

రెండో విషయం **"ఆత్మానందం పొందాలంటే విషయానందంపై ఆసక్తిని తగ్గించుకోవాలి".** ఇంద్రియాలకు సంబంధించిన తాత్కాలిక సుఖాల్లో మాత్రమే మనసు మునిగిపోతే, ఆత్మానందం అనుభవించలేరు. నిజమైన ఆత్మానందం జ్ఞానం పెరిగినప్పుడు కలుగుతుంది. అందుకే ఒక వైపు ధ్యాన సాధన ద్వారా మనసును పరిశుద్ధంగా ఉంచుకోవాలి. మరో వైపు జ్ఞానపరమైన విషయాలను తెలుసుకోవాలి. ఈ రెండూ కలిసి మనిషిని ఆత్మానందం వైపు

నడిపిస్తాయి.

ధ్యానం వల్ల కర్మలు క్రమంగా కరిగిపోతాయి. ముఖ్యంగా ఎన్నో జన్మల నుంచి కూడబెట్టుకున్న సంచిత కర్మలు కూడా సాధన వల్ల దగ్ధమవుతాయి. అయితే అవి కరుగుతున్న సమయంలో బయటికి వెంటనే పెద్ద ఫలితాలు కనిపించక పోవచ్చు. అందుకే "నేను ఇంత సాధన చేస్తున్నాను, కానీ మార్పు కనిపించడం లేదు" అని నిరుత్సాహపడకూడదు.

అందుకే "ఇంత సాధన చేస్తున్నా నాకు ఏమి ఫలితం కనిపించడం లేదు" అని వ్యాపార దృష్టితో ఆలోచించకూడదు. భగవంతుని వైపు మీరు వేసే ప్రతి చిన్న అడుగును కూడా ఆయన గుర్తిస్తాడు. మీరు నిజాయితీగా చేసిన సాధన వృథా కాదు, క్రమంగా మీ తప్పులను క్షమించి, మీ కర్మలను దగ్ధం చేయడానికి సిద్ధంగా ఉంటాడు.

ఆత్మానందం అనే పరమ శ్రేయస్సును పొందాలంటే, విషయానందం అనే లౌకిక ఆకర్షణలపై ఆసక్తిని తగ్గించుకోవాలి. ఎందుకంటే మనసు ఎప్పుడూ బయట ప్రపంచంలోనే మునిగిపోతే, లోపల ఉన్న ఆనందాన్ని అనుభవించలేరు.

చాలామంది తమ ఎదుగుదల గురించి ఆలోచించకుండా, ఇతరుల జీవితాల గురించి ఎక్కువగా మాట్లాడుతుంటారు. "వారు ధ్యానం మానేశారు, ప్రపంచంలో పడిపోయారు" అని ఇతరులను గమనిస్తారు. కానీ నిజమైన సాధకుడు ముందుగా తన జీవితాన్ని తాను పరిశీలించుకుంటాడు. "నేను ఎంత మారుతున్నాను? నా మనసు ఎంత పవిత్రమవుతోంది? నా సాధన ఎంత నిజాయితీగా ఉంది?" అని తనను తాను ప్రశ్నించుకుంటాడు.

మూడో విషయం చిన్న చిన్న త్యాగాలు చేయకుండా గొప్ప ఫలితాలను పొందలేరు. ఇంద్రియాలకు సంబంధించిన తాత్కాలిక సుఖాలను మాత్రమే ఆశ్రయిస్తూ ఉంటే, ఇంద్రియాతీతమైన పరమానందాన్ని అనుభవించలేరు. ఇంద్రియాలకు అతీతమైన ఒక పరమానంద స్థితి ఉంది.

అది మనసు కూడా ఊహించలేని ఆనంద స్థితి. అదే నిత్యానందం, నిర్వికల్ప స్థితి.

ఆ స్థితిని పొందాలంటే ఇంద్రియ సుఖాలను తగ్గించాలి. "మంచి భోజనం చేయాలి, మంచి దృశ్యాలు చూడాలి, మంచి సంగీతం వినాలి, శరీరాన్ని ఎప్పుడూ సౌకర్యంగా ఉంచుకోవాలి" అనే ఆలోచనలతో మనసు బయట విషయాల్లోనే తిరుగుతుంటే, లోపల ఉన్న ఆత్మ స్వరూపాన్ని అనుభవించే అవకాశం తగ్గిపోతుంది.

అందుకే నిర్వికల్ప స్థితిని పొందాలంటే మనసును క్రమంగా అంతర్ముఖం చేయాలి. ఇంద్రియాలపై ఆధారపడకుండా సాధన, ధ్యానం, ఆత్మజ్ఞానం వైపు దృష్టిని మళ్ళించాలి. అప్పుడు మాత్రమే బయట సుఖాలకు అతీతమైన నిజమైన పరమానందం అనుభవంలోకి వస్తుంది.

ఈ మూడు విషయాలను మీ జీవితంలో నిజంగా ఆచరిస్తే, మీరు పొందేది పరమ శ్రేయస్సే. ఆ పరమ శ్రేయస్సు ఎప్పుడు లభిస్తుంది అంటే మీరు ఆత్మని తెలుసుకోవడానికి తీవ్రంగా కృషి చేయడం ప్రారంభించినప్పుడు లభిస్తుంది. అందుకే శంకరాచార్యులు **"అల్ప సుఖాలను వదులుకోండి, అధికమైన ఆనందాన్ని పొందండి"** అని బోధించారు.

మనిషి బయట ప్రపంచంలో వెతుకుతున్న ఆనందం నిజానికి శాశ్వతమైనది కాదు. అది ఉన్నట్టుగా మాత్రమే అనిపిస్తుంది. ఎడారిలో ఎండమావులు నీళ్ళు ఉన్నట్టు భ్రమ కలిగించినట్లే, ప్రాపంచిక సుఖాలు కూడా మనిషికి తాత్కాలిక మాయా ఆనందాన్ని ఇస్తాయి.

అందుకే అశాశ్వతమైన వాటిపైన ఆధారపడటం తగ్గించినప్పుడే శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని అనుభవించే స్థితి వస్తుంది. సాధారణంగా మనిషి జీవితంలో "కూడు, గూడు, గుడ్డ" అనే ప్రాథమిక అవసరాల చుట్టూనే జీవితం తిరుగుతుంది. లేని వారికి అవి కావాలనిపిస్తుంది, ఉన్నవారికి ఇంకా మెరుగైనవి

కావాలనిపిస్తుంది. అలా కోరికల వెనకే జీవితమంతా గడిచిపోతుంది.

శరీరం ఉన్నంత వరకు దాన్ని సంరక్షించుకోవడం కూడా అవసరమే. ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే సాధన చేయగలుగుతారు. అందుకే ఆహారం అవసరం. అలాగే నిద్ర కూడా శరీరానికి అత్యంత అవసరం. "రాత్రంతా నిద్రపోకుండా ధ్యానం చేస్తేనే గొప్ప సాధన" అని అనుకోవడం సరైనది కాదు.

నిద్ర కూడా ప్రకృతి మీకు ఇచ్చిన ఒక వరం. శరీరానికి విశ్రాంతి అవసరం, నేను ఒక చోట చదివిన విషయమేమిటంటే మీ శరీరంలో ఉండే అనవసరమైన విషవాయువులు, మలినాలు నిద్ర సమయంలోనే బయటకు వెళ్తాయట. శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడే మనసు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. మనసు ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడే ధ్యానం బాగా కుదురుతుంది.

కొత్తగా ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం తెలుసుకుంటున్న కొందరు "గుడాకేశుడు" అనే మాటను సరిగా అర్థం చేసుకోకుండా, రాత్రంతా నిద్రపోకుండా కూర్చోవడమే గొప్ప సాధన అని భావిస్తున్నారు. కానీ ఈ శరీరానికి సరైన విశ్రాంతి కూడా అవసరమే. మూడు నాలుగు గంటల నిద్ర అయినా శరీరానికి కావాలి, లేకపోతే శరీరం బలహీనపడుతుంది. శరీరం ఆరోగ్యంగా లేకపోతే సాధన కూడా కుదరదు. ఈ లోకంలో ఆత్మ తన ప్రయాణాన్ని కొనసాగించడానికి శరీరమే సాధనం.

అయితే ఎక్కువసేపు నిద్రపోవడం తమోగుణానికి దారితీస్తుంది.. కానీ అవసరమైనంత విశ్రాంతి తీసుకుని, తెల్లవారుజామున లేచి ధ్యానం చేయడం సాత్విక గుణాన్ని పెంచుతుంది. సాత్విక స్థితిలో జీవించాలంటే ప్రకృతి నియమాలను గౌరవించాలి. భగవంతుడు ఈ శరీరానికి నిద్రను కూడా ఒక అవసరంగా ఇచ్చాడు. అది శరీరానికి విశ్రాంతి ఇవ్వడానికే కాదు, మనసు మరియు శరీరం సమతుల్యంగా పనిచేయడానికి కూడా అవసరం.

అందుకే అజ్ఞానంతో శరీరాన్ని హింసిస్తూ సాధన చేయకూడదు.

నిజమైన ఆధ్యాత్మికత అంటే శరీరాన్ని బాధ పెట్టడం కాదు, శరీరాన్ని సాత్వికంగా, ఉపయోగించుకోవాలి.

శంకరాచార్యులు చెప్పినట్లుగా అల్పమైన సుఖాలను వదిలినప్పుడే అధికమైన ఆనందాన్ని పొందగలుగుతారు, అదే పరమ శ్రేయస్సు. ప్రేయస్సు అంటే ప్రాపంచిక మార్గం; శ్రేయస్సు అంటే ఆత్మజ్ఞాన మార్గం. ప్రాపంచిక మార్గంలో మనిషి చిన్న చిన్న సుఖాలను ఆస్వాదిస్తూ ఇంకా పెద్ద సుఖాల కోసం పరుగులు తీస్తాడు. కానీ ఆత్మ మార్గంలో మాత్రం చిన్న చిన్న త్యాగాల ద్వారానే జ్ఞానం, శాశ్వతమైన ఆనందం లభిస్తాయి.

భగవంతుణ్ణి నిజంగా తెలుసుకోవాలనే తపన మీలో కలిగినప్పుడు, భగవంతుడే సద్గురువును జీవితంలోకి పంపిస్తాడు. మనిషి అజ్ఞానాన్నే జ్ఞానమని భావిస్తూ భ్రమలో జీవిస్తున్నప్పుడు, ఆ భ్రమలను తొలగించి నిజమైన జ్ఞాన మార్గంలో నడిపించడానికి గురువు వస్తాడు.

నా జీవితంలో కూడా అదే జరిగింది. లైబ్రరీలో ఎన్నో ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలు ఉండేవి. కానీ నేను ఎక్కువగా భగవద్గీతనే చదివేదాన్ని. ఎందుకంటే నా చుట్టూ ఉన్న వారు “భగవద్గీత చదివితే పుణ్యం వస్తుంది” అని చెప్పే వారు. నేనూ అదే నమ్మి చదివాను. కానీ సరైన గురువు లేకపోవడంతో, తెలుగులో చదివినా దాని అసలు అంతరార్థం నాకు అర్థం కాలేదు.

గురువు వచ్చిన తర్వాతే తెలిసింది జ్ఞానం మన ముందే ఉన్నా, దాన్ని అర్థం చేసుకునే దృష్టి లేకపోతే ప్రయోజనం ఉండదని. పత్రి గారి పరిచయం తర్వాత భగవద్గీతను మళ్ళీ చదివితే, “కృష్ణ భగవానుడు ఇంత అద్భుతమైన సత్యాన్ని బోధించాడా!” అని ఆశ్చర్యం కలిగింది. ఇరవై సంవత్సరాలు చదివినా, నేను గ్రహించినది “పుణ్యం వస్తుంది” అని మాత్రమే. కానీ ఆ పుణ్య ఫలంగానే గురువు నా జీవితంలోకి వచ్చారని తర్వాత అర్థమైంది.

గురువు వచ్చిన తర్వాత కూడా మొదట్లో ఆయన బాహ్య స్వభావాన్ని

చూసి భయపడేదాన్ని. మూడు నెలల పాటు దగ్గరకు వెళ్ళే ధైర్యం కూడా రాలేదు. కానీ భగవంతుడు మనలను సరైన మార్గంలో నడిపించడానికి ఎన్నో విధాలుగా ప్రయత్నిస్తాడు. సామ, దాన, భేద, దండోపాయాల ద్వారా కూడా మీలో మార్పు తీసుకురావడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. అలాగే గురువుగారు నాకు జ్ఞానాన్ని బోధిస్తూ ఉండేవారు.

కానీ నాకు సరైన జ్ఞానం లేకపోవడంతో, మొదట్లో మూడు నెలల పాటు గురువుగారి మాటల అసలు విలువ అర్థం కాలేదు. ఆయన మాట్లాడినప్పుడు కోపంగానే కనిపించేవారు. అందుకే ఆయనతో మాట్లాడాలని కూడా అనిపించేది కాదు. చిన్నప్పటి నుంచే కోపంగా మాట్లాడే వారిని చూస్తే మౌనంగా ఉండటం నాకు అలవాటు. అందుకే దగ్గరకు వెళ్ళి మాట్లాడకుండా దూరంగానే ఉండిపోయేదాన్ని.

చూడండి, ఒక వ్యక్తి మనకు నచ్చకపోతే, వారు చెప్పే మంచి విషయాలు కూడా మనకు చేరవు. కానీ ఎప్పుడైతే ఆ వ్యక్తిపై మనసులో గౌరవం, ప్రేమ కలుగుతాయో, అప్పుడు వారి ప్రతి మాట మన హృదయంలో నిలిచిపోతుంది.

తర్వాత నాకు వచ్చిన అనారోగ్యం, ధ్యానం వల్ల తగ్గినప్పుడు, ధ్యానం యొక్క అసలు విలువ నాకు అర్థమైంది. లైబ్రరీలో పుస్తకాలు చదువుతూ ఆత్మజ్ఞానం గురించి తెలుసుకుంటున్న కొద్దీ, ఈ గొప్ప జ్ఞానాన్ని బోధించడానికి వచ్చిన గురువుగారిపై అపారమైన గౌరవం కలిగింది.

అందుకే నా జీవితంలో మొదటి గురువు పత్రి గారు కాదు, రాఘవరావు గారు. ఎందుకంటే ఆయన ద్వారా నేనే ఈ మార్గంలోకి వచ్చాను. ఈరోజు నేను ఈ స్థాయిలో నిలబడగలిగానంటే కారణం రాఘవరావుగారే.

ఆయన మాటలు మొదట్లో కఠినంగా అనిపించేవి. కానీ ఆయన హృదయం మాత్రం వెన్నలాంటిది. చెప్పే విధానం గట్టిగా ఉంటుంది అంతే,

అది ఆయన స్వభావం. ఈ కాలంలో అలాంటి గట్టితనం కూడా అవసరమే అనిపిస్తుంది. ఎందుకంటే కొన్నిసార్లు మనిషిని మేల్కొలిపేది మృదువైన మాటలు కాదు, సత్యాన్ని నేరుగా చెప్పే ధైర్యం.

మా పిల్లలు కూడా "ఈరోజు నువ్వు ఈ స్థాయిలో ఉన్నావంటే దానికి కారణం డాడీయే" అని చెబుతుంటారు. నిజానికి నాకన్నా వాళ్ళకు వారి నాన్నగారిపై ఎక్కువ గౌరవం ఉంది. ఎందుకంటే ఆయన చెప్పేది ఎప్పుడూ సరైనదే. కానీ ఆ సత్యాన్ని చాలా నేరుగా, గట్టిగా చెప్పేవారు, ఆ గట్టితనంలో ఉన్న సత్యాన్ని గుర్తించడానికి మేధాశక్తి, విచక్షణ అవసరం.

ఈరోజు ఈ మార్గంలో ఉండి మీరు ప్రతిరోజూ జ్ఞానం వింటూ, తెలుసుకుంటూ, మీలో మార్పును పెంచుకుంటూ ఉన్నారంటే మీకు తెలియకుండానే ఎన్నో జన్మల ప్రయాణం మీ వెనుక ఉంది. కొన్ని జన్మలు తమోగుణంలో, కొన్ని రజోగుణంలో, మరికొన్ని సాత్విక గుణంలో గడిచాయి. ఎన్నో కర్మలు చేసి సంచిత కర్మలను కూడబెట్టుకున్నారు. వాటిలో కొన్నింటినే ఇప్పుడు అనుభవిస్తున్నా, ఈ కొద్దిపాటి దుఃఖాన్నే భరించ లేకపోతున్నారు.

అయితే ఈ సంచిత కర్మలు ఎలా కరుగుతాయి అంటే మీరు ఈరోజు చేస్తున్న ధ్యానం, పొందుతున్న ఆత్మజ్ఞానం వల్లే అవి క్రమంగా కరిగిపోతాయి. ఈ సత్యాన్ని ఎప్పుడూ గుర్తుంచుకోవాలి. లేకపోతే ధ్యానం చేయడానికి బద్ధకం వస్తుంది, జ్ఞానం వినడానికి ఆసక్తి తగ్గిపోతుంది, ఆత్మజ్ఞానాన్ని పెంచుకోవాలనే తపన కూడా తగ్గిపోతుంది.

ప్రతి మనిషి తన దుఃఖాన్ని తగ్గించుకునే శక్తిని తనలోనే కలిగి ఉన్నాడు. బయట నుంచి ఎవరో వచ్చి మీ బాధలను పూర్తిగా తొలగించరు. భగవంతుడు మార్గాన్ని చూపిస్తాడు, కానీ నడవాల్సింది మాత్రం మీరు. అందుకే పత్రి గారు విగ్రహారాధన గురించి కూడా గట్టిగా మాట్లాడేవారు. "నీ చేతిలో కోహినూర్ వజ్రం పెట్టుకుని, గాజు పెంకు కోసం తిరుగుతున్నావు" అని

చెప్పేవారు.

అప్పుడు ఆ మాటల అసలు అర్థం కాలేదు కానీ ఇప్పుడు తెలుస్తుంది. ఆత్మ అనే అమూల్యమైన వజ్రం మీలోనే ఉంది. మీ సాధన మీరు చేయాలి, మీ జ్ఞానం మీరు పెంచుకోవాలి, మీ దుఃఖాన్ని మీరు తొలగించుకోవాలి, బయట ఎవరూ వచ్చి మీ జీవితాన్ని మార్చలేరు.

మొదట్లో "విగ్రహం రాయి మాత్రమే" అని చెప్పినప్పుడు కోపం వచ్చేది. ఎందుకంటే మీరు భక్తితో ఆరాధిస్తున్న దైవాన్ని అలా చెప్పడం మనసుకు బాధ కలిగిస్తుంది. కానీ సత్యం ఎప్పుడూ కఠినంగానే ఉంటుంది, వినడానికి బాధగా ఉన్నా, అది నిజమే.

ఈరోజు అదే సత్యాన్ని మీరు అర్థం చేసుకుంటున్నారు. అసలైన భగవంతుడు మీలోనే ఉన్నాడు, మీ కర్మలను దహనం చేసుకునే శక్తి మీలోనే ఉంది, మీ జీవితాన్ని ఆనందమయం చేసుకునే శక్తి కూడా మీ చేతుల్లోనే ఉంది, మీ దుఃఖాన్ని తొలగించే మార్గం కూడా మీలోనే ఉంది. మరి ఇంకెవరు వచ్చి మీకు శాంతిని, ఆనందాన్ని ఇస్తారు? అన్నీ మీ ప్రయత్నం, మీ అవగాహన, మీ సాధనపైనే ఆధారపడి ఉంటాయి.

అందుకే శంకరాచార్యులు "అల్ప సుఖాలను త్యాగం చేస్తే అధిక ఆనందాన్ని పొందగలుగుతారు" అని చెప్పారు. అలాగే పత్రి గారు కూడా "మోక్షం అంటే వేరే లోకానికి వెళ్లడం కాదు, మోహ క్షయం" అని బోధించారు. అంటే కోరికలు లేని స్థితిలో ఉండడమే నిజమైన మోక్షం. "వస్తే రాని, ఉంటే ఉండని, పోతే పోనీ" అనే స్థితిలో జీవించమని పత్రి గారు చెప్పారు. ఎందుకంటే మీ అర్హతను బట్టి మీకు కావాల్సింది వస్తుంది. ఏది వచ్చినా సహించాలి, భరించాలి. అది కష్టం అయినా, నష్టం అయినా "ఇది నా కర్మ ఫలమే" అని అంగీకరించాలి. మీరు వద్దనుకున్నా రావాల్సింది ఆగదు, ప్రారబ్ధ కర్మ అనుభవించక తప్పదు.

కానీ సాధన వల్ల జీవితంలో వచ్చే కష్టాలను భరించే శక్తి వస్తుంది. నా జీవితంలో కూడా ఎన్నో కష్టాలు వచ్చాయి. కానీ సాధన వల్లనే వాటిని భరించగలిగాను. ఆ చిన్న చిన్న బాధలను సహనంతో అనుభవించినందుకే, ఈరోజు ఈ గొప్ప అంతరానందాన్ని అనుభవించే స్థితికి చేరుకోగలిగాను.

అందుకే ప్రతిరోజూ సాధన చేయడం, ఆత్మజ్ఞానం పెంచుకునే ప్రతి అవకాశాన్ని వినియోగించుకోవడం చాలా ముఖ్యమైనది. ఖాళీ సమయాన్ని వ్యర్థమైన ఆలోచనల్లో గడపకుండా, స్వాధ్యాయానికి ఉపయోగించాలి. ఎందుకంటే ఎవరు మోక్షం గురించి ఎలా చెబుతున్నారు, ఎవరు సాధనను ఏ విధంగా వివరించుతున్నారు అన్నది తెలుసుకోవాలి.

చాలామంది "ధ్యానం చేయండి, జ్ఞానం పెంచుకోండి" అని చెబుతారు. కానీ నిజంగా జ్ఞానం పెరిగిందా? లేదా? అన్నది మీ ప్రవర్తనలో కనిపించాలి. మనసు ఎంత పవిత్రంగా ఉంటే, అంతగా భగవంతునికి దగ్గరవుతారు.

మానవుడిగా పుట్టిన ప్రతి ఒక్కరూ కర్మ చేయాల్సిందే. కానీ ఎలాంటి కర్మలు చేయాలి? స్వార్థంతో చేస్తున్నామా? సేవాభావంతో చేస్తున్నామా? ఇవన్నీ తెలుసుకోవాల్సిన విషయాలే. చాలామంది "ఇవన్నీ మాకు తెలుసు" అంటారు. కానీ నిజంగా తెలుసు అంటే అది ప్రవర్తనలో కనిపించాలి. మాటల్లో వినయం ఉండాలి, ఆలోచనల్లో పవిత్రత ఉండాలి. మీరు మాట్లాడే విధానంలోనే మీలో ఎంత జ్ఞానం ఉందో తెలుస్తుంది.

మీరు ఒక విషయాన్ని స్పష్టంగా చెప్పలేకపోతే, అది ఇంకా పూర్తిగా అంతరంగంలో స్థిరపడలేదని అర్థం. మాట్లాడ గలుగుతున్నారంటే కొంతైనా అవగాహన ఉందని అర్థం. కానీ గురువులు ఎందుకు అంత సులభంగా, ప్రవాహంలా మాట్లాడగలుగుతారు అంటే వారు పరమాత్మతో అనుసంధానమై ఉంటారు. అందుకే వారు పుస్తకాలు ముందుంచుకుని మాట్లాడాల్సిన అవసరం

ఉండదు. వారి లోపల నుంచే జ్ఞానం సహజంగా ప్రవహిస్తుంది.

గురువులు ఈ భూమిపై శిష్యులకు మార్గం చూపడానికి వస్తారు. శిష్యులకు ఏ సమయంలో ఏ జ్ఞానం అవసరమో, పరమాత్మ వారిచేత అదే చెప్పిస్తాడు. అందుకే గురువు అనేది భగవంతుడు మరియు మనిషి మధ్య ఉన్న ఒక వంతెనలాంటిది. ఆ వంతెనపై ప్రయాణిస్తూ, గురువు చెప్పిన విషయాలను నేర్చుకొని ఆచరణలో పెట్టుకోవాలి.

అందుకే శంకరాచార్యులు ఎన్నో గ్రంథాల ద్వారా "అల్ప సుఖాలను త్యాగం చేయండి, అధిక ఆనందాన్ని పొందండి" అని చెప్పారు. పరమ శ్రేయస్సు అంటే పరమాత్మ దర్శనానికి మార్గం. ఆ స్థితిని పొందాలంటే తీవ్రమైన ధ్యానం, స్వాధ్యాయం, సత్ప్రవర్తన ఇవన్నీ అలవాటు చేసుకోవాలి.

బాహ్య ప్రవర్తన కూడా సరిగా ఉండాలి. సత్శీలం, సత్ప్రవర్తన, ధర్మంగా జీవించడం ఇవన్నీ ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో చాలా ముఖ్యమైనవి. అయితే కొన్ని ప్రత్యేక సందర్భాల్లో ధర్మాన్ని కాపాడడానికి, ధర్మాన్ని కొంత దాటాల్సిన పరిస్థితులు కూడా వస్తాయి.

ఉదాహరణకు మహాభారతంలో "అశ్వత్థామ హత: కుంజర:" అని చెప్పించిన సందర్భం అలాంటిదే. అక్కడ ధర్మాన్ని నిలబెట్టడానికి, దుష్టులను శిక్షించడానికి ఒక వ్యూహం అవసరమైంది. అది లోక క్షేమం కోసం జరిగింది. కానీ అలాంటి స్థితి మహానుభావులది.

మీరు మాత్రం చిన్న చిన్న ప్రయోజనాల కోసం అబద్ధాలు చెప్పకూడదు. ఎందుకంటే మీరు ఇంకా ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ప్రాథమిక స్థాయిలో ఉన్న సాధకులు. మొదటి మెట్టులో ఉన్నప్పుడు ధర్మాన్ని ఎప్పుడూ దాటకూడదు. కృష్ణుని స్థాయి వేరు ఆయన లోక కళ్యాణం కోసం అవతరించారు, కానీ మీకు ఇంకా మన అంతర్ముఖ శ్రేయస్సే పూర్తిగా సిద్ధించలేదు.

అందుకే ఎప్పుడూ ధర్మాన్ని పాటిస్తూ, నీతివంతమైన జీవితం గడుపుతూ, చిన్న చిన్న త్యాగాలు చేస్తూ గొప్ప ఆనందాన్ని పొందడానికి ప్రయత్నించాలి. "మోక్షం ఎప్పుడో రావాలి" అని ఎదురు చూడటం కాదు; ప్రతిక్షణం మోక్ష స్థితిలో జీవించడానికి ప్రయత్నించాలి.

ఒక నిజం చెప్పినప్పుడు మనిషి ఎంతో ధైర్యంగా జీవించగలుగుతాడు. కానీ ఒక అబద్ధం చెప్పినప్పుడు అది ఎప్పుడు బయటపడుతుందో అనే భయం ప్రతి క్షణం మనసును వెంటాడుతుంది. ఆ భయమే భగవంతుడు ఇచ్చిన మొదటి శిక్ష. బయట ప్రపంచానికి తెలిసే ముందు, మీ అంతరంగమే మిమ్మల్ని ప్రశ్నించడం ప్రారంభిస్తుంది.

అందుకే మీ చేతులతో మీరే బాధను సృష్టించుకునే పరిస్థితి తెచ్చుకోకూడదు. ధర్మంగా జీవిస్తూ, సత్యాన్ని తెలుసుకుంటూ, మంచి సాధన చేస్తూ, ఆత్మజ్ఞానాన్ని పెంచుకుంటూ జీవించాలి.

YouTube ఛానెల్‌లో ప్రసారమయ్యే తటవర్తి దంపతుల కార్యక్రమాలు

a) Channel Name : Tatavarthy Veera Raghava Rao. ఇందులో 2500 పైగా వీడియోలలో తటవర్తి దంపతుల సందేశాలు ఇవ్వడం జరిగింది.

b) అలాగే PMC వారు కూడా బ్రహ్మర్షి తటవర్తి వీరరాఘవరావు గారి యొక్క YouTube Channel ప్రారంభించారు. Channel Name : Brahmarshi Tatavarthy Veera Raghavarao

c) తటవర్తి దంపతుల దగ్గర ట్రైనింగ్ అయిన మాస్టర్ల సందేశాల కొరకు Tatavarty Spiritual Trainees ఛానెల్‌లో చూడండి.

d) Direct గా YouTube app లోకి వెళ్ళి search bar లో Tatavarthy Veera Raghava Rao అని టైపు చేస్తే తటవర్తి దంపతుల అన్ని వీడియోలు చూడవచ్చు.

సంపదలకు కాదు జ్ఞానానికి సంబరపడు!

సమాజంలో అన్నిటికంటే గొప్పది ఏమిటి? ఏది పొందితే మానవుడు తృప్తిగా జీవించగలడు? అని అడిగితే, ప్రపంచంలోని ఎక్కువ మంది ఒకే సమాధానం చెబుతారు "డబ్బు ఉంటే, సంపదలు ఉంటే తృప్తిగా జీవించవచ్చు" అని. నేటి సమాజంలో 99% మంది కూడా అదే భావంతో జీవిస్తున్నారు, దానికోసమే ప్రయత్నిస్తున్నారు. వారి జీవితమంతా కూడా డబ్బు కోసమే పరితపిస్తున్నారు.

కానీ ఎంత ప్రయత్నించినా వారు తృప్తిగా జీవిస్తున్నారా? అని ఆలోచిస్తే, ఎవరి జీవితంలోనూ తృప్తి కనిపించడం లేదు, అసంతృప్తికరమైన జీవితమే ఎక్కువగా కనిపిస్తోంది. అయినప్పటికీ ప్రతి ఒక్కరికీ "డబ్బు ఉంటే బాగుంటుంది, డబ్బు ఉంటే సుఖంగా ఉండొచ్చు, డబ్బు ఉంటే సంతోషంగా ఉండొచ్చు, డబ్బు వల్లే అన్నీ దొరుకుతాయి" అనే భావం ఉంది.

భగవంతుడు సృష్టించిన ఈ సృష్టిలో చాలా విషయాలను డబ్బుతో పొందవచ్చు. సంపద ఉంటే అనేక సౌకర్యాలు సంపాదించవచ్చు అనుకుంటారు. కానీ ఈ సృష్టిని సృష్టించిన సృష్టికర్తను మాత్రం డబ్బుతో తెలుసుకోలేరు. ఆయనను యోగం ద్వారానే పొందవచ్చు, కాని సంపద వల్ల పరమాత్మను పొందలేరు. అందుకే మహాత్ములు, పుణ్య పురుషులు, యోగులు ధ్యానం ద్వారా పరమాత్మను పొందగలిగారు. పరమాత్మతో సంబంధం ఏర్పరచుకున్న వారు ఎప్పుడూ సంతృప్తిగా జీవిస్తారు.

అందుకే ఈ ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోకి వచ్చిన మీరు, ఎక్కడైనా సంపదల మీద భ్రాంతి పెంచుకుని సాధనలో వెనుకబడిపోకూడదని, మనకంటే ముందుగా ఈ మార్గంలో నడిచిన యోగులు ఎన్నో సందేశాల ద్వారా హెచ్చరించారు. ఎన్నో గ్రంథాల్లో కూడా దీనిని స్పష్టంగా తెలియజేశారు.

వారు తమ అనుభవాల ద్వారా ధనం తాత్కాలికమని, కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం శాశ్వతమని చెప్పారు. ఎన్నో పవిత్ర గ్రంథాల్లో కూడా సంపదలపై మోహం పెంచుకోకుండా, ధ్యానం మరియు సాధన ద్వారా పరమాత్మను తెలుసుకోవాలని స్పష్టంగా తెలియజేశారు.

ఎప్పుడైతే మానవుడు సంపద వెనుక అతిగా పరుగులు తీస్తాడో, అప్పుడే ధర్మం నుండి దూరమవుతాడని మహనీయులు చెప్పారు. ఎందుకంటే సంపాదన కూడా ఒక మత్తులాంటిదే. మొదట్లో “కొద్దిగా ఉంటే చాలు” అనిపిస్తుంది, కానీ అది పెరుగుతున్న కొద్దీ ఇంకా రావాలి, ఇంకా సంపాదించాలి అనే ఆశ పెరుగుతూనే ఉంటుంది.

ఈ భూమిపై ఎంతో మంది రాజులు, చక్రవర్తులు, ధనవంతులు ఎంతో కష్టపడి సంపాదించారు. ఎంతో శ్రమించి రాజ్యాలను నిర్మించారు, వైభవంగా జీవించారు. కానీ కాలం గడిచిన తర్వాత వారి పేర్లు ఎంతమందికి గుర్తున్నాయి?

అదే శ్రీరాముడు, శ్రీకృష్ణుడు, బుద్ధుడు వంటి మహనీయులను మాత్రం యుగయుగాలుగా ప్రపంచం స్మరించుకుంటూనే ఉంది. ఎందుకంటే వారు కేవలం తమ కోసం జీవించలేదు, ప్రజల కోసం జీవించారు, సత్కర్మలు చేశారు. తమ జీవితాన్ని ధర్మానికి, ప్రజల మేలు కోసమే అంకితం చేశారు, యోగం మరియు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం ద్వారా సత్యాన్ని తెలుసుకున్నారు, ఆ సత్య మార్గాన్ని ప్రపంచానికి తెలియజేశారు. అందుకే వారి పేరు చరిత్రలో శాశ్వతంగా నిలిచిపోయింది.

ఎన్నో రాజ్యాలను జయించిన చక్రవర్తులు కూడా కాలం గడిచే కొద్దీ వారిని చాలామంది మరచిపోయారు. అయితే బలి చక్రవర్తి మాత్రం ధర్మ నిష్ఠతో, దాన గుణంతో చరిత్రలో ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించాడు. వామనుడు మూడు అడుగుల నేల అడిగినప్పుడు, గురువు శుక్రాచార్యుడు

"ఇవ్వవద్దు" అని చెప్పినా, బలి చక్రవర్తి తన ధర్మాన్ని విడిచిపెట్టలేదు. అప్పుడు ఆయన తన గురువుగారితో ఎంతో గొప్పగా ఇలా అన్నాడట. "ఈ భూమిపై ఎందరో రాజులు వచ్చారు, ఎన్నో రాజ్యాలను జయించారు, గొప్ప చక్రవర్తులయ్యారు. కానీ ఈ రోజు వారి పేర్లు ఎవరికీ గుర్తులేవు. అయితే ఎవరైతే ధర్మాన్ని ఆచరిస్తారో, దాన గుణంతో జీవిస్తారో, ఇతరులకు సహాయం చేస్తారో, అలాంటి మహాత్ముల పేర్లు మాత్రమే చరిత్రలో శాశ్వతంగా నిలిచిపోతాయి" అని.

అందుకే ఈ జీవితంలో సంపద కంటే ధర్మం గొప్పది, డబ్బు కంటే దానం గొప్పది, భౌతిక సుఖాల కంటే ఆధ్యాత్మిక సాధన గొప్పది. సంపద శరీరానికి సౌకర్యం ఇవ్వగలదు, కానీ యోగం మరియు పరమాత్మతో సంబంధం మాత్రమే మీ జీవితానికి నిజమైన తృప్తి, శాంతి, ఆనందాన్ని ఇవ్వగలవు.

ఈ భూమిపై అసలైన ధర్మం ఏమిటంటే మీ కంటే క్రింద స్థితిలో ఉన్నవారు "మా దగ్గర లేదు" అని మీ దగ్గరకు వచ్చినప్పుడు, వారిని కొంతైనా తృప్తి కలిగించేలా ఏదైనా ఇవ్వడం మంచిది. అందుకే దానం అంత గొప్పది అంటారు. మరి ధర్మానికి, దానానికి నిజంగా కట్టుబడి ఉండేవారు ఎవరు అంటే యోగులు, జ్ఞానం పొందినవారే. ఎందుకంటే వారు అన్ని విషయాల్లో కూడా ధర్మాన్నే ఆచరిస్తారు. యోగ జీవితం అంటే ఒక విధంగా చెప్పాలంటే ధర్మ పరమైన జీవితమే. భోగంలో అపఖ్యాతి రావచ్చు, అధర్మంగా జీవించవచ్చు, స్వార్ధపూరిత జీవితం ఉండవచ్చు. కానీ యోగం మాత్రం ఎప్పుడూ ధర్మ పరమైన జీవితాన్నే అలవాటు చేస్తుంది.

భగవంతుడికి నచ్చినట్లు జీవించడం జ్ఞాని యొక్క లక్షణం. కానీ భగవంతుడు గురించి కాకుండా సంపదల కోసం, ఈ భూమిపై పేరు ప్రతిష్ఠల కోసం, భోగాల కోసం జీవించే వాడు స్వార్థం లేకుండా ఉండడు, అధర్మం లేకుండా కూడా ఉండడు. అందుకే భగవంతుడి కంటే సృష్టినే ఎక్కువగా

కోరుకునే వాడు ధర్మాన్ని పూర్తిగా ఆచరించలేడు.

అందుకే మహాత్ములు "సంపదలకు కాదు, జ్ఞానానికి సంబరపడు" అని చెబుతుంటారు. మీరు ఎంత డబ్బు సంపాదించారన్నది కాదు, మీలో ఎంత జ్ఞానం, ఎంత వివేకం పెరిగిందన్నదే ముఖ్యం.

అందుకే వశిష్ఠుల వారు అష్టమదాల్లో సంపద వల్ల కూడా అహంకారం పుడుతుందని చెప్పారు. ముఖ్యంగా మనిషిలో మూడు రకాల గర్వం కనిపిస్తుంది. అవి ధన మదం, విద్యా మదం, రూప మదం.

డబ్బు ఉంది అనే గర్వం, ఎక్కువ చదివాను అనే అహంకారం, అందంగా ఉన్నాను అనే గర్వం ఇలాంటివి మనిషిని నెమ్మదిగా అధోగతి వైపు నడిపిస్తాయి.

అందుకే మహాత్ములు రూపమదం, కులమదం, విద్యామదం, ధనమదం వంటి అహంకారాలు మనిషి ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలకు అడ్డుకట్ట వేస్తాయని చెబుతుంటారు. జ్ఞానం ఉన్నవాడు వినయంగా ఉంటాడు, కానీ అహంకారం పెరిగినప్పుడు మనిషి తన నిజమైన విలువను కోల్పోతాడు.

ఇప్పుడు మీరు ధ్యాన మార్గంలోకి వచ్చారు. మీకు సంపదలు ఉంటాయి, కాని మీకంటే ఎక్కువ ఉన్నవారు కూడా ఈ లోకంలో ఉంటారు. అందుకే ప్రతి మహాత్ముడు మనకు ఒకటే సందేశం ఇస్తారు "ఎప్పుడూ సంపదల వల్ల గర్వపడకు. అవి నీలో అహంకారాన్ని పెంచవచ్చు" అని. ఎందుకంటే సంపద మనిషికి సౌకర్యాలను ఇవ్వగలదు, కానీ వినయాన్ని ఇవ్వలేదు. అహంకారం పెరిగిన చోట ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదల తగ్గిపోతుంది.

రామకృష్ణ పరమహంస ఈ విషయాన్ని ఎంతో అందమైన ఉదాహరణతో చెప్పారు. చీకటి పడగానే మిణుగురు పురుగులు వెలుగుతాయి. అప్పుడు అవి "మా వల్లే లోకానికి వెలుగు వస్తోంది" అని అహంకార పడతాయట. కొంతసేపటికి ఆకాశంలో నక్షత్రాలు కనిపిస్తాయి, నక్షత్రాల

కాంతి ముందు మిణుగురుల వెలుగు తగ్గిపోతుంది.

కానీ మరి కొంతసేపటికి చంద్రుడు ఉదయిస్తాడు. చంద్రుని వెన్నెల ముందు నక్షత్రాల కాంతి కూడా మసకబారిపోతుంది. అప్పుడు చంద్రుడు “మిణుగురుల కంటే, నక్షత్రాలకంటే నేనే ఎక్కువ వెలుగు ఇస్తున్నాను” అని అనుకుంటాడట.

కానీ చివరకు సూర్యుడు ఉదయిస్తాడు. సూర్యుడి కాంతి ముందు మిణుగురులు, నక్షత్రాలు, చంద్రుడు అన్నీ వెలవెలబోతాయి. ఈ ఉదాహరణ ద్వారా రామకృష్ణ పరమహంస చెప్పిన సందేశం ఏమిటంటే ఈ లోకంలో ఎవరు ఎంత గొప్ప వారైనా, వారికంటే ఇంకా గొప్ప వారు ఉంటారు, కానీ అందరికంటే గొప్పవాడు భగవంతుడే.

ఈ రోజు ఒక కోటీశ్వరుడిని చూస్తారు, అతనికంటే గొప్పవాడు ఇంకొకడు ఉంటాడు, అతనికంటే గొప్పవాడు ఇంకొకడు ఉంటాడు. ఈ విధంగా ఈ ప్రపంచంలో ఎప్పుడూ ఎవరో ఒకరు ఎక్కువగానే కనిపిస్తారు. కానీ ఈ గొప్ప గొప్ప కోటీశ్వరులందరినీ కూడా సృష్టించింది ఆ భగవంతుడే. అందరికంటే అసలైన మహా సంపన్నుడు, అసలైన కోటీశ్వరుడు భగవంతుడే. ఇది తెలియక ఈ భూమిపై ఏది చూసినా “ఇదే గొప్పది, అదే గొప్పది” అని భావిస్తూ, అవి ఉన్నవాళ్ళు అహంకారాన్ని పెంచుకుంటున్నారు.

కానీ ఈ సృష్టిని సృష్టించిన సృష్టికర్తే అందరికంటే గొప్పవాడు అని ఎవరైతే తెలుసుకుంటారో, ఆయనను చేరుకోవడానికి అవసరమైన మార్గాన్ని తెలుసుకుని ఆ మార్గంలో నడుస్తారో, వారే నిజంగా గొప్ప వారు అవుతారు. అయితే భగవంతుడు మనకు తెలియాలంటే ముందుగా మనసును పవిత్రం చేసుకోవాలి. ఎందుకంటే బుద్ధిలో ఉన్న జ్ఞానం వెలుగులోకి రావాలంటే మనసు నిర్మలంగా ఉండాలి. ఆ మనసును పవిత్రంగా ఉంచే శక్తి ధ్యానం వల్ల మాత్రమే కలుగుతుంది. ధ్యానం మీలోని అశాంతిని తొలగించి, ఆత్మజ్ఞానానికి దారి

చూపిస్తుంది.

అందుకే శంకరాచార్యులు "నిత్యానిత్య వస్తు వివేకం" అని ఉపదేశించారు. అంటే ఏది శాశ్వతమో, ఏది అశాశ్వతమో తెలుసుకునే వివేకం మనిషికి రావాలి. అనిత్యమైన భౌతిక పదార్థాల వెనుక పడి చివరకు నాశనం అయినవారు రాక్షసులు. కానీ నిత్యమైన పరమాత్మను పొందాలని ప్రయత్నించే వారు దైవ స్వభావాన్ని పొందుతారు. ఎవరైతే "నాకు పరమాత్మ కావాలి, ఆయన దర్శనం కావాలి" అని కోరుకుంటారో, వారు ప్రాపంచిక జీవితంలో కూడా తృప్తిగా జీవించగలుగుతారు. ఎందుకంటే వారి ఆనందం బయట ప్రపంచంపై ఆధారపడదు. అందుకే భగవంతుడు కూడా తనను చేరుకోవాలని ప్రయత్నించే వారికి సంపదలను ఇస్తాడు. కానీ ఆ సంపదలను ఇస్తూనే "ఇవి వచ్చిన తర్వాత నీలో అహంకారం పెరుగుతుందా? లేక వినయం పెరుగుతుందా?" అని పరీక్షిస్తూ ఉంటాడు. ఎందుకంటే సంపద ఒక పరీక్ష. దానిని సద్వినియోగం చేస్తే అది ఆశీర్వాదం అవుతుంది. అహంకారంగా మార్చుకుంటే అదే పతనానికి కారణమవుతుంది.

కొన్ని సార్లు మీరు కోరుకున్నవన్నీ మీకు రావడం కూడా భగవంతుడు మిమ్మల్ని పరీక్షించడానికే. ఎందుకంటే సంపదలు, సౌకర్యాలు, కోరికలు నెరవేరినప్పుడు మనిషిలో అహంకారం పెరుగుతుందా? లేక వినయం పెరుగుతుందా? అన్నది అక్కడే తెలుస్తుంది. అందుకే మహాత్ములు "కోరికలు తగ్గించుకోండి" అని చెబుతుంటారు. సాధన చేస్తూ కూడా కోరికలను పెంచుకుంటే, ఆధ్యాత్మిక శక్తి అంతా మళ్ళీ భౌతిక విషయాలకే ఖర్చవుతుంది. దాంతో అహంకారం పెరిగి, సాధనలో వెనుకబడే ప్రమాదం ఉంటుంది.

అందుకే గురువులు "నిత్యానిత్య వస్తు వివేకం" గురించి చెబుతుంటారు. అంటే ఏది శాశ్వతమో, ఏది తాత్కాలికమో తెలుసుకునే జ్ఞానం రావాలి. చరిత్రలో ఎంతోమంది రాక్షసులు తమ కోరికల వల్ల అపారమైన

సంపదలు, శక్తులు పొందినా చివరకు నాశనం అయ్యారు. కానీ కోరికల కంటే ధర్మాన్ని, భగవంతుడిని ముఖ్యంగా భావించిన దేవతలు ఉన్నత స్థితిని పొందారు, తృప్తిగా జీవించారు.

పత్రి గారు కూడా ఎన్నో సార్లు ఒక గొప్ప మాట చెప్పేవారు "సాధన చేస్తున్నానని ఏదైనా ప్రత్యేకంగా కోరుకోవద్దు. నీకు నిజంగా అవసరమైనవి అన్నీ భగవంతుడు ప్రకృతి ద్వారా సమయానికి అందిస్తూనే ఉంటాడు. అక్కర్లేని వాటికోసం ధ్యాన శక్తిని ఖర్చు పెట్టడం వ్యర్థం" అని.

అందుకే నిజమైన గురువులు శిష్యులకు కోరికలు పెంచే మార్గం చూపరు. ఎందుకంటే కోరికల వెనుక పరుగు తీస్తే మనసు మళ్లీ ప్రపంచ మోహంలో పడిపోతుంది. కానీ విచారణ చేస్తే జ్ఞానం పెరుగుతుంది. అందుకే వశిష్ఠుల వారు "విచారణే పరమ జ్ఞానం" అని చెప్పారు.

మరి మహాత్ములు కోరికలు ఎందుకు వద్దన్నారు? ఎందుకంటే కోరికలతో జీవించినవారు చివరకు అసంతృప్తితోనే మిగిలిపోతారు. కానీ కోరికలను జయించినవారు శాంతిని, తృప్తిని, దైవానుభూతిని పొందారు.

మనిషి ఈ భూమిపైకి కేవలం భౌతిక సుఖాల కోసం రాలేదు. దైవత్వాన్ని తెలుసుకోవడానికి, తన నిజ స్వరూపాన్ని గుర్తించడానికి వచ్చాడు. అలాంటప్పుడు కోరికలతో ధ్యాన శక్తిని వృథా చేస్తే, మళ్ళీ మళ్ళీ వాటి కోసమే జనన మరణ చక్రంలో తిరగాల్సి ఉంటుంది.

అందుకే కోరికలు లేకుండా జీవించడం గొప్పది. నిజంగా చెప్పాలంటే మానవుడికి ఉన్న అన్నిటికంటే గొప్ప కోరిక "తనను తాను తెలుసుకోవడం, తనలోని పరమాత్మను పొందడం" అనే కోరికే.

కానీ నేటి సమాజంలో మానవుడి ఆలోచన అంతా ధనం చుట్టూనే తిరుగుతోంది. "డబ్బు ఉంటే అన్నీ వస్తాయి, డబ్బులోనే ఆనందం ఉంది" అని అనుకుంటున్నారు. కానీ అది నిజమైన ఆనందం కాదు, ఒక భ్రమ

మాత్రమే. నిజంగా ఎప్పుడైతే మనిషి అంతర్ముఖమై ఆత్మను చేరుకోవాలని సాధన చేస్తాడో, అప్పుడు ఉన్నా లేకపోయినా తృప్తిగా జీవించడం ప్రారంభిస్తాడు. ప్రక్క వారితో పోల్చుకోవడం మానేసిన రోజునే నిజమైన ఆనందం మొదలవుతుంది.

మనకు లేదని మనం బాధపడము. కానీ “వాళ్ళ దగ్గర ఉంది, మీ దగ్గర లేదా?” అని ఎవరైనా గుర్తు చేసినప్పుడు మాత్రమే బాధ మొదలవుతుంది. ఇదే ప్రాపంచిక జీవితం యొక్క స్వభావం. కానీ ఆధ్యాత్మిక జీవితం వచ్చిన తర్వాత ఒక నిశ్చింత కలుగుతుంది “నాకు అవసరమైతే భగవంతుడు తప్పకుండా ఇస్తాడు. అవసరం లేకపోవడం వల్లే అది నా దగ్గర లేదు” అనే విశ్వాసం వస్తుంది.

అప్పుడు “వారి దగ్గర కారు ఉంది, మేడ ఉంది” అని కాదు “నాకున్న జ్ఞానం వాళ్ల దగ్గర ఉందా?” అని ఆలోచించే స్థితి వస్తుంది. ఎందుకంటే జ్ఞాన ధనం డబ్బుతో సంపాదించలేనిది. డబ్బు సంపాదించవచ్చు, కానీ జ్ఞానం సంపాదించడానికి అర్హత, సాధన, దైవ కృప అవసరం.

డబ్బు ఈ రోజు మన దగ్గర ఉండొచ్చు, రేపు ఇంకెవరికో వెళ్ళి పోవచ్చు. తల్లిదండ్రులు సంపాదించిన ఆస్తులు చివరకు పిల్లలకే వెళ్తాయి. అంటే ఎంత సంపాదించినా చివరకు మీతో ఏది రాదు. కానీ జ్ఞానం మాత్రం అలాంటిది కాదు, అది ఎంతమందికి పంచినా తగ్గదు, ఇంకా పెరుగుతూనే ఉంటుంది.

చాలామందికి డబ్బు కావాలి కానీ జ్ఞానం అవసరం అనిపించదు. ఎందుకంటే ఈ జ్ఞానాన్ని పొందడానికి గత జన్మ పుణ్యం, అర్హత ఉండాలి. అర్హత ఉన్నవారే ఈ మార్గంలోకి వస్తారు. అందుకే ఈ భూమిపై ఇంకా ఎంతో మంది జ్ఞానం గురించి తెలియక, ఎలా నేర్చుకోవాలో కూడా తెలియని స్థితిలో ఉన్నారు. అందరికీ అందనిది, అందరూ తేలికగా పొందలేనిది ఈ

జ్ఞానం.

అందుకే మహాత్ములు ఎప్పుడూ ఒకటే సందేశం చెబుతారు **"సంపదలకు కాదు, జ్ఞానానికి సంబరపడు."** ఎందుకంటే సంపద అనిత్యమైనది, ఈ రోజు ఉంటుంది, రేపు ఉండకపోవచ్చు. కానీ జ్ఞానం శాశ్వతమైనది, జ్ఞానం వల్లే నిజమైన ఆనందం, శాంతి, తృప్తి లభిస్తాయి.

మనిషి ఈ భూమి పైకి కేవలం భౌతిక సుఖాల కోసం రాలేదు, తనలోని దైవత్వాన్ని తెలుసుకోవడానికి, తన నిజ స్వరూపాన్ని గుర్తించడానికి వచ్చాడు. అలాంటప్పుడు కోరికలతో ధ్యాన శక్తిని వృథా చేస్తే, మళ్ళీ, మళ్ళీ వాటి కోసమే జనన మరణ చక్రంలో తిరగాల్సి వస్తుంది. అందుకే మహాత్ములు కోరికలు లేని జీవితాన్నే గొప్పదిగా చెప్పారు. నిజంగా చెప్పాలంటే మానవుడికి ఉన్న అన్నిటికంటే గొప్ప కోరిక "తనను తాను తెలుసుకోవాలి, తనలోని పరమాత్మను పొందాలి" అనే కోరిక.

కానీ నేటి సమాజంలో మానవుడి ఆలోచన మొత్తం ధనం చుట్టూనే తిరుగుతోంది. "డబ్బు ఉంటే అన్నీ వస్తాయి, డబ్బులోనే ఆనందం ఉంది" అని అనుకుంటున్నారు. కానీ అది నిజమైన ఆనందం కాదు, కేవలం ఒక భ్రమ మాత్రమే. నిజంగా ఎప్పుడైతే మనిషి అంతర్ముఖమై ఆత్మను చేరుకోవాలని సాధన చేస్తాడో! అప్పుడు ఉన్నా లేకపోయినా తృప్తిగా జీవించగలుగుతాడు.

ప్రక్క వారితో పోల్చుకోవడం మానేసిన రోజునే మీరు నిజమైన ఆనందాన్ని అనుభవిస్తారు. మీకు లేదని బాధపడరు. కానీ "వాళ్ల దగ్గర ఉంది, మీ దగ్గర లేదా?" అని ఎవరైనా గుర్తు చేసినప్పుడు మాత్రమే బాధ మొదలవుతుంది.

ప్రాపంచిక జీవితంలో ఇలాంటి చిన్న చిన్న విషయాలు చాలా ఉంటాయి. కానీ ఆధ్యాత్మిక జీవితం వచ్చిన తర్వాత ఒక నిశ్చింత వస్తుంది "నాకు అవసరమైతే భగవంతుడు అది కూడా ఇస్తాడు. అవసరం లేదు కాబట్టే

అది నా దగ్గర లేదు" అనే భావం వస్తుంది. "వారి దగ్గర కారు ఉంది, మేడ ఉంది" అని కాదు "నాకున్న జ్ఞానం వారి దగ్గర ఉందా?" అని ఆలోచించే స్థితి వస్తుంది.

ఎందుకంటే జ్ఞానధనం డబ్బుతో సంపాదించలేనిది. డబ్బు సంపాదించవచ్చు, కానీ జ్ఞానం పొందడానికి అర్హత, సాధన, దైవకృప అవసరం. వారి దగ్గర సంపద ఉండొచ్చు, కానీ మీ దగ్గర జ్ఞానం ఉంటే అదే గొప్ప సంపద.

ఈ సత్యం అర్థమైనప్పుడు మనిషి డబ్బు ఉన్నందుకు గర్వపడడు, సంబరపడడు. ఎందుకంటే ఈ రోజు మీ దగ్గర ఉన్న సంపద రేపు ఇంకెవరికో వెళ్ళిపోవచ్చు. తల్లిదండ్రులు సంపాదించిన ఆస్తులు చివరకు పిల్లలకే వెళ్తాయి. అంటే ఎంత సంపాదించినా చివరకు మీతో ఏవీ రావు, ఏవీ ఉండవు.

కానీ జ్ఞానం మాత్రం ఎంతమందికి పంచినా తగ్గదు, ఇంకా పెరుగుతూనే ఉంటుంది. చాలామందికి డబ్బు కావాలి కానీ జ్ఞానం అవసరం అనిపించదు. ఎందుకంటే ఈ జ్ఞానాన్ని పొందడానికి గత జన్మ పుణ్యం, అర్హత ఉండాలి. అర్హత ఉన్నవారే ఈ మార్గంలోకి వస్తారు.

తల్లిదండ్రులు సంపాదించిన ఆస్తులన్నీ చివరకు పిల్లలకే వెళ్తాయి. అంటే ఎంత సంపాదించినా చివరకు మీ దగ్గర ఏముంటుంది? ఏమీ ఉండదు. కానీ ఈ జ్ఞానం మాత్రం ఎంతమందికి పంచినా పెరుగుతూనే ఉంటుంది. పిల్లలకు "ఈ జ్ఞానం తీసుకోండి" అంటే చాలామంది "మాకు అవసరం లేదు" అంటారు, కానీ డబ్బు తీసుకోవడానికి మాత్రం ఎవరికీ అభ్యంతరం ఉండదు. ఈ జ్ఞానాన్ని పొందడానికి గత జన్మ అర్హత ఉండాలి. అర్హత ఉన్నవారే ఈ మార్గంలోకి వస్తారు, అందుకే ఈ జ్ఞానం అందరికీ అందదు.

ఈ భూమిపై ఇంకా జ్ఞానం తెలియని వారు చాలామంది ఉన్నారు. ఎలా నేర్చుకోవాలో, ఎక్కడికి వెళ్లాలో కూడా తెలియదు. అంటే భగవంతుడి

కృప ఇంకా వారిపై పూర్తిగా పడలేదని అర్థం. అందుకే మహాత్ములు ఎప్పుడూ చెబుతారు "సంపదలకు కాదు, జ్ఞానానికి సంబరపడు." ఎందుకంటే జ్ఞానం వల్లే శాశ్వత మైన, నిత్యమైన ఆనందం వస్తుంది. సంపదలు అనిత్యమైనవి, ఈ రోజు ఉండొచ్చు, రేపు చేతులనుంచి జారిపోవచ్చు. ఇప్పుడు చాలామంది తల్లిదండ్రులు తమ ఆస్తులన్నీ పిల్లలకు వ్రాస్తున్నారు, అప్పుడు ఆ సంపద వారి చేతుల్లో నుంచి వెళ్లిపోయినట్టే కదా? ఎంత సంపాదించినా చివరకు మీ దగ్గర ఏముంటుంది? ఏమీ ఉండదు.

అందుకే సంపదలు పెరిగినప్పుడు కోరికలు కూడా పెరుగుతాయి. "మీ దగ్గర డబ్బు ఉంది కదా, ఇది కొనాలా? అది కొనాలా? ఇది ఇంట్లో పెట్టాలా? అది తెచ్చుకోవాలా?" అని ఒక కోరిక వెనుక ఇంకో కోరిక వస్తూనే ఉంటుంది. అలా మీరు పూర్తిగా ప్రపంచం వైపు వెళ్ళి పోతారు. కానీ జ్ఞానం ఎంత పెంచుకుంటే అంత పరమాత్మకు దగ్గరవుతారు. ఈ జ్ఞానం పంచినా తగ్గదు, పంచిన కొద్దీ పెరుగుతుంది కానీ డబ్బు దాచిన కొద్దీ దోచుకోబడుతుంది.

అందుకే సంపదలు ఉన్నాయని సంబరపడి అహంకారం పెంచుకోకు. జ్ఞానం వల్ల మాత్రమే మీరు గొప్ప స్థితిలో చిర స్థాయిగా నిలబడగలుగుతారు. శాశ్వత ఆనంద స్థితి కూడా జ్ఞానం వల్లనే వస్తుంది. ఇది తెలిసిన దగ్గర నుంచే జ్ఞానం పొందడానికి ప్రయత్నించాలి. ఎంతమందికి పంచుతారో అంతగా అది పెరుగుతుంది.

ప్రాపంచిక సంపదలను పెంచుకోవడానికి చాలా కష్టపడాలి. కానీ ఆధ్యాత్మిక సంపదను పెంచుకోవడం మొదట్లో కష్టంగా అనిపించినా, తర్వాత ఎంతో ఆనందంగా మారుతుంది. ఎందుకంటే ప్రపంచం వైపు పరిగెత్తే మనసు ఆత్మ వైపు తిరగడానికి మొదట చాలా మొండిగా ఉంటుంది, దానికి ఆత్మ వైపు తిరగడం ఇష్టం ఉండదు. అందుకే ఎన్నో ఆలోచనలు వచ్చి ధ్యానంలో కూర్చోనివ్వకుండా చేస్తాయి. కానీ బలవంతంగా అభ్యాసం చేస్తూ ఉంటే, ఈ

మనసే ఆత్మ వైపు తిరగడం ప్రారంభిస్తుంది. వశిష్ఠుల వారు కూడా ఇదే చెప్పారు, కృష్ణుడు కూడా "అభ్యాసం" గురించే చెప్పారు.

అభ్యాసం చేయగా చేయగా ఈ మనసు ఆత్మ వైపు తిరగడానికి ఇష్టపడుతుంది. తర్వాత ఈ ప్రపంచం అశాశ్వతం అనే వైరాగ్యం, వివేకం వస్తాయి. ఏ వివేకం అంటే "పరమాత్మ దగ్గరకు చేరితేనే శాశ్వత ఆనంద స్థితి ఉంటుంది" అనే వివేకం. ఈ వివేకం వచ్చినప్పుడు ఎక్కువ సమయం ధ్యానంలోనే గడపాలని అనిపిస్తుంది. "కళ్ళు తెరిస్తే అశాంతి, కళ్ళు మూస్తే శాంతి" అనే అనుభవం వచ్చిన రోజున, అవసరమైన పనులు పూర్తి చేసుకుని మళ్ళీ ధ్యానంలో కూర్చోవాలని అనిపిస్తుంది. ఎందుకంటే ఎవరూ కూడా అశాంతిని అశాంతిగా గుర్తించడం లేదు. కళ్ళు తెరిచి ఏదైనా చూస్తే వెంటనే "ఇది కావాలి" అనే కోరిక పుడుతుంది. అది తీరితే తాత్కాలిక సంతోషం వస్తుంది, తీరకపోతే దుఃఖం వస్తుంది. కానీ దుఃఖం ఎప్పుడూ అశాంతినే ఇస్తుంది, సంతోషం కూడా తాత్కాలికమే.

అందుకే ఇంద్రియాలకు పని చెప్పే కంటే, ఇంద్రియాల పనిని తగ్గించి ఆత్మ వైపు మనసును తిప్పితే ఎప్పుడూ ఆనందకరమైన జీవితమే ఉంటుంది. మీ జ్ఞానం ఎప్పుడు పెరుగుతుంది అంటే ఇంద్రియాల పని తగ్గించినప్పుడు. ఎందుకంటే కళ్ళు, చెవులు, మాట, శరీరం ద్వారా మీరు చాలా శక్తిని ఖర్చు పెడుతున్నారు. మీకు తెలియకుండానే ఆత్మ శక్తి తగ్గిపోతూ ఉంటుంది. అక్కర్లేని చోట్ల తిరిగి, శరీరాన్ని కష్టపెట్టి, తర్వాత అలసిపోయి "శరీరం సహకరించడం లేదు" అని బాధపడుతూ నిరాశలో పడిపోతారు. అందుకే ఇంద్రియాల పని ఎక్కువైనప్పుడు ఆత్మ శక్తి ఖర్చవుతూ ఉంటుంది. ఇంద్రియాల పని తగ్గించి కళ్ళు మూసుకుని ధ్యానంలో కూర్చున్నప్పుడు ఆత్మశక్తి పెరుగుతుంది, ఆ శక్తి జ్ఞానాన్ని పెంచుతుంది.

మీరు చెప్పుకున్నట్లే, ధ్యానం వల్ల జ్ఞాన శక్తి, గ్రహణ శక్తి అన్నీ

పెరుగుతాయి. జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ పరమాత్మకు దగ్గరవుతారు. పరమాత్మకు దగ్గరవడం అంటే ఆనందానికి దగ్గరవడం. అప్పుడు ఉన్నా లేకపోయినా ఆనందంగా జీవించగలుగుతారు, ఎప్పుడూ ఆనంద స్థితిలోనే ఉంటారు. అందుకే పురుషోత్తముడిగా జీవించాలి అంటే ద్వంద్వాల్లో కూడా సమస్థితిలో ఉండగలగాలి అంటారు. ఆ స్థితి ఎప్పుడు వస్తుంది అంటే సాధన ఎక్కువ చేసినప్పుడు.

అప్పుడు కలిమిలోనూ, లేమిలోనూ, సుఖంలోనూ, దుఃఖంలోనూ ఒక సాక్షి స్థితిలో ఉండి ప్రతి దాన్ని స్వీకరిస్తూ ఉంటారు. అందుకే సంపదలు ఉన్నాయని సంబరపడకు, అవి భగవంతుడు మీలో అహంకారం ఉందా లేదా అని పరీక్షించడానికి ఇచ్చినవి. ఆ పరీక్షలో అహంకారం పెరిగితే, ఇచ్చిన వన్నీ వెనక్కి తీసుకోబడతాయి. అందుకే ఎప్పుడూ పరమాత్మ మీలో ఆత్మగా ఉన్నాడని గుర్తుంచుకొని ఆయన మీదే దృష్టి పెట్టాలి. అప్పుడే జ్ఞానం వస్తుంది, జ్ఞానం వల్ల సంబరపడాలి కానీ సంపదల వల్ల కాదు అని మహాత్ములు చెప్పారు.

మరి మీరు ఈ మార్గంలోనే స్థిరంగా ఉండాలని, మళ్ళీ మాయలో పడిపోకుండా ఉండాలని మహాత్ములు ప్రతిరోజూ ఇలాంటి సందేశాలను మీకు తెలియజేస్తున్నారు.

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

పిరమిడ్ మాస్టర్ల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు

1. సరియైన ధ్యానం అంటే "ఆనాపానసతి" ధ్యానం చేయడం, అందరి చేతా చేయించడం.
2. సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలను చదవడం; వాటినే అందరి చేతా చదివించడం.
3. ధ్యానానుభవాలనూ, పుస్తక జ్ఞానాన్నీ విధిగా అందరూ పరస్పరం పంచుకోవడం.
4. విధిగా పౌర్ణిమ ధ్యానం చేయడం ; అందరిచేతా పౌర్ణమి ధ్యానాన్ని చేయించడం.
5. వీలయినంత మౌనం పాటించడం.
6. వీలయినప్పుడల్లా పిరమిడ్ శక్తిని ఉపయోగించుకోవడం.
7. మందులనూ, డాక్టర్లనూ మర్చిపోండి! స్వీయ ధ్యాన శక్తితోనే, ఎవరిని వారే స్వస్థత పరచుకోవాలి.
8. మాంసాహారం ససేమిరా తినకపోవడం! కోడిగ్రుడ్లు సైతం నిషిద్ధం! శాఖాహారంలోనూ పరిమిత ఆహారమే యుక్తం.
9. ప్రకృతితో సహజీవనం నెరపుతూ వుండాలి; అడవుల్లో, వనసీమల్లో విహార యాత్రలు, ట్రెక్కింగ్‌లు చేస్తూండాలి.
10. ఆధ్యాత్మికతలో ప్రత్యేక వేషధారణ, నామధారణలు లేవు! నామాలు, బొట్లు తదితరాలు ససేమిరా వుండకూడదు!
11. చిన్నప్పటి నుంచే పిల్లలకు ధ్యాన శిక్షణ ఇవ్వడం.
12. ఎవ్వరూ శిష్యులుగా వుండకూడదు.... అందరూ మాస్టర్లుగానే విరాజిల్లాలి.
13. ధ్యాన శిక్షణలో 'డబ్బు ఇచ్చి పుచ్చుకోవడాలు' అన్నది ఏ మాత్రం లేకపోవడం.
14. విగ్రహారాధన కాదు! ఆత్మ సత్యఆరాధనే ముక్తికి మార్గం! జీవించి వున్న మాస్టర్లనూ పూజించకూడదు.
15. ఎవరి సమస్యలను వారే, తమ తమ స్వీయ ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించి పరిష్కరించుకోవడం.
16. గృహస్థులుగా వుంటూనే, ఎవరి పనులు వారు చూసుకుంటూనే, జీవన్ముక్తిని సాధించడం.
17. అన్ని గ్రామాల లోనూ, అన్ని పట్టణాలలోనూ విధిగా పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాలు నెలకొల్పడం.
18. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ తమ తమ ధ్యానానుభవాలను గ్రంథరూపం చేసి విధిగా ప్రచురించాలి.

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.

తటవర్తి దంపతుల Website ద్వారా పొందే సమాచారము

website address : www.tst.org.in

a) తటవర్తి దంపతుల ఆధ్వర్యంలో జరిగే కార్యక్రమాల వివరములు మరియు Google Maps Location తెలుసుకోవచ్చు.

b) తటవర్తి దంపతుల మొత్తం పుస్తకాలు PDF రూపంలో కలవు. వాటిని ఉచితంగా Download చేసుకోవచ్చు. ఈ పుస్తకాలు తెలుగు, కన్నడ, హిందీ మరియు ఇంగ్లీషు భాషలలో వున్నాయి.

c) తటవర్తి దంపతుల సందేశాలు Concept వారీగా YouTube Play lists రూపంలో ఇవ్వడం జరిగింది.

d) తటవర్తి దంపతుల సందేశాల సారాంశము కొటేషన్స్ రూపంలో ఇవ్వడం జరిగింది.

e) తటవర్తి దంపతుల ఫోటోలు కూడా చూడవచ్చు.

5. భీమవరంలో ప్రతి నెలా 1, 2, 3 తేదీలలో జరిగే ఉచిత ఆత్మజ్ఞాన శిక్షణా తరగతుల రిజిస్ట్రేషన్ కొరకు సంప్రదించవలసిన నెంబరు : **సింధూర, 8555995217**

Tatavarthy Raghavarao Sir Books in English

1.	Soul Science	Rs.160
2.	Life Science (Part-I)	Rs.120
3.	Who is God?	Rs.110
4.	Why Guiding is Not Meditation ?	Rs.100
5.	Which is the right meditation ?	Rs.100
6.	Die before death!	Rs.120
7.	The Law of Karma	Rs.100
8.	Losses caused by Desires	Rs.100
9.	Benefits of knowing what happens after death	Rs.100
10.	What is Meditation?	Rs.80
11.	True Path	Rs.80
12.	Metaphorical Messages of Wisdom	Rs.80
13.	Why soul-knowledge ?	Rs.70
14.	What comes after death ?	Rs.70
15.	Learnings through the male and female births	Rs.70
16.	Who are Soul-murderes?	Rs.70
17.	Three Types	Rs.70
18.	How to improve Financial Status ?	Rs.60
19.	Wisdom is attained only through Meditation	Rs.60
20.	Brahma Jnan	Rs.60
21.	What is Intention?	Rs.50
22.	Why is this life?	Rs.50
23.	Shankaracharya's Jagrata panchakam	Rs.50
24.	Vegetarian Food Is Human Food	Rs.50
25.	Brahman means?	Rs.50
26.	How to become a master?	Rs.50
27.	How to become a champion ?	Rs.50
28.	Truth	Rs.50
29.	Three Types of Lives	Rs.50
30.	Are we residents of this world or the other world?	Rs.40
31.	Meditation for the Development of Students	Rs.40
32.	Non violence and vegetarianism	Rs.40
33.	How to prevent conflicts between husband and wife?	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) మరణించక ముందే 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) ముఖ్యమైన సందేశాలు-1 -రూ.80/-
24) ముఖ్యమైన సందేశాలు-2 -రూ.90/-
25) కర్మ సిద్ధాంతం - రూ.80/-
26) ధ్యానమంటే ? - రూ.80/-
27) త్రివిధాలు - రూ.80/-
28) ఉత్తమ పురుషుడు - రూ.80/-
29) వశిష్ఠుల వారి సందేశాలు - రూ.70/-
30) శాస్త్రాల అర్థం- అంతరార్థం - రూ.70/-
31) ఆత్మజ్ఞానం ఎందుకు? - రూ.70/-
32) జ్ఞాన జ్యోతి - రూ.70/-
33) జ్ఞాన కుసుమాలు - రూ.70/-
34) మరణం తర్వాత కూడా వచ్చేవి - రూ.70/-
35) షిరిడీ సాయి సందేశాలు - రూ.70/-
36) విద్యార్థుల వికాసానికి ధ్యాన విద్య - రూ.70/-
37) బుద్ధుని సందేశాలు - రూ.70/-
38) భూతదయే దైవత్వం - రూ.70/-
39) ఆత్మహంతకులంటే ఎవరు? - రూ.70/-
40) స్త్రీ జన్మల్లో నేర్చుకునేవి, పురుష జన్మల్లో నేర్చుకునేవి - రూ.70/-
41) ధర్మ సూక్ష్మాలు - రూ.70/-
42) ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు -రూ.70/-
43) మానవునిలోని చెడు -రూ.70/-
44) మేడమ్ బ్లావెట్స్కీ సందేశాలు -రూ.70/-
45) చివటం అమ్మవారి సందేశాలు - రూ.70/-
46) మోక్షం అంటే? - రూ.70/-
47) కబీరు సందేశాలు-1 -రూ.70/-
48) మనసు-1 - రూ.70/-
49) మనసు-2 - రూ.70/-
50) మరణానంతరం జరిగేది-1 - రూ.60/-
51) మరణానంతరం జరిగేది-2 - రూ.70/-
52) మరణానంతరం జరిగేది-3 - రూ.60/-
53) కబీరు సందేశాలు-2 - రూ.60/-
54) దుఃఖ నివారణామార్గం - రూ.60/-
55) బ్రహ్మజ్ఞానం - రూ.60/-
56) ధ్యానం (పత్రీజీ) - రూ.60/-
57) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - రూ.60/-
58) అతీంద్రియ శక్తులు - రూ.60/-
59) ఆలోచించండి - రూ.60/-
60) నిర్వాణ మార్గం - రూ.60/-
61) ధ్యానులకు సూచనలు - రూ.60/-
62) యోగీశ్వరుల సందేశాలు - రూ.60/-
63) మమకారం - రూ.60/-
64) మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశాలు-1 - రూ.60/-
65) మాణిక్యేశ్వరి మాత సందేశాలు-2 - రూ.50/-
66) మాస్టర్‌గా ఎదగాలంటే? - రూ.50/-
67) భగవంతుని ఇష్టులవ్వాలంటే - రూ.50/-
68) సంకల్పమంటే? - రూ.50/-
69) ఈ జీవితం ఎందుకు? - రూ.50/-
70) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం - రూ.50/-
71) మూడురకాల భవిష్యత్తులు - రూ.50/-
72) అరిహంత్ - రూ.50/-
73) బుద్ధి వికసించిన వారి ప్రవర్తన - రూ.50/-
74) భార్యభర్తలు గొడవ పడకూడదంటే - రూ.40/-
75) విదురుని సందేశాలు - రూ.40/-
76) మూడురకాల జీవితాలు - రూ.40/-
77) ఆర్థిక పరిస్థితి పెంచుకోవాలంటే - రూ.40/-
78) ఛాంపియన్ అవ్వాలంటే? - రూ.40/-
79) బ్రహ్మం అంటే? - రూ.40/-
80) శంకరాచార్యుల వారి జాగ్రత పంచకం - రూ.40/-
81) శంకరాచార్యుల వారి నిర్వాణ షట్కం - రూ.40/-
82) మహాత్ముల సందేశాలు - రూ.40/-
83) సత్యం - రూ.40/-
84) చక్రాలు - రూ.40/-
85) గురువును గుర్తించడం ఎలా? - రూ.40/-
86) భాగవత సన్నివేశాల అంతరార్థం - రూ.40/-
87) మౌన ధ్యానం - రూ.40/-
88) మనం ఇహలోకవాసులమా? పరలోకవాసులమా? - రూ.20/-
89) శాకాహారమే మానవాహారం - రూ.15/-
90) అహింస మరియు శాఖాహారం - రూ.15/-

జీవితంలో ఏదైనా సాధించాలంటే సరైన సాధన, సత్య జ్ఞానం ఉండాలి. ఈ రెండూ ఉంటేనే అతను ఏదైనా సాధించగలడు. సృష్టిలో ఉన్న 84 లక్షల జీవరాశుల్లో మానవ జన్మ ఒక్కటే భగవంతుణ్ణి తెలుసుకోగలిగే, ఏదైనా సాధించగలిగే జన్మ. "మీరు ఆత్మ" అని గురువులు ఎంతగా బోధించినా, మీరు ఆత్మగా జీవించ లేకపోతున్నారు. "నేను" అనగానే మీకు శరీరమే గుర్తుకు వస్తుంది, అలాగే ప్రవర్తిస్తూ వచ్చారు. ఇది జీవ భావం. ఎందుకంటే మీరు ఈ శరీరమే నేను అని భావించారు కానీ, "ఆత్మే నేను" అని భావించలేదు.

ఇంకో ముఖ్యమైన కారణం విషయాసక్తి. కొత్త విషయాలు తెలుసు కోవాలనే ఆసక్తితో ఇతరుల గురించి వింటూ ఉంటారు. విన్న విషయాలను మనసులో పదే పదే తలచుకుంటారు, అది సరిపోక మరొకరికి చెబుతారు, ఇలా సమయం గడుస్తుంది. అలావుంటే జీవుడిలాగే ఉంటావు, దేవుడివి కాలేవు. అందుచేత ధ్యానం, జ్ఞానం ద్వారా ముందుగా మీలో మార్పు రావాలి. ఎందుకంటే మీరు ధ్యానం చేస్తే లాభం మీకే కలుగుతుంది, మీరు జ్ఞానం పొందితే మీ జీవితమే మారుతుంది.

- బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

రూ.60/-

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**