మానవుల్లో అసంతృప్తికి కారణం

రచన:

బ్రహ్మవిద్యారిష్ఠ
తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

మానవుల్లో అసంతృప్తికి కారణం

రచన : బ్రహ్మావిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

మొదటి ముద్రణ : ఆగస్టు, 2026

ప్రతులు : 1,000

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) 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/-

మానవుల్లో అసంతృప్తికి కారణం

మీరు ఎన్ని నేర్చుకున్నా ఈ సృష్టిలో నేర్చుకోవాల్సినవి ఇంకా ఎన్నో ఉంటాయి, అందుకే జ్ఞానం అనంతం అంటారు. అలాగే ఆనందం కూడా అనంతమే, అనంతమైన ఆనందాన్ని పొందాలంటే అనంతమైన జ్ఞానాన్ని మీరు నేర్చుకోవాలి. చాలామంది అజ్ఞాన దశలో "నాకు అన్నీ తెలుసు, నేను చాలా నేర్చుకున్నాను" అని అనుకుంటారు. కానీ నిజంగా అన్నీ తెలుసుకుంటే మీరు ఈ భూమి మీదకు రావాల్సిన అవసరమే ఉండదు, ఇంకా తెలుసుకోవాల్సినవి ఎన్నో ఉన్నాయి.

సాధారణంగా మానవుడు భూమి మీద చిన్నతనం నుంచి పెరుగుతూ, తన చుట్టూ ఉన్న పరిసరాలు మరియు తల్లిదండ్రుల ప్రభావంతో ఎక్కువ సుఖాలు, భోగాలను కోరుకుంటాడు. ఆ కోరికల వెనుకనే జీవితాంతం పరుగులు పెడుతూ ఉంటాడు. తన పరిధిలో సుఖపడుతున్న ఇతరులను చూసి, తల్లిదండ్రులు లేదా స్నేహితుల ప్రభావంతో ఇంకా ఇంకా పొందాలనే ఆశ పెరుగుతుంది. అంటే, ఉన్నదానితో తృప్తి పడకుండా లేనివి అన్ని కావాలనే కోరిక మనసులో ఏర్పడుతుంది.

ఇప్పుడు చూడండి, అందరికీ కూడు, గూడు అవసరమే. ఉండడానికి ఒక ఇల్లు ఉన్నా కూడా దానితో తృప్తి పడటం లేదు. ఆధ్యాత్మిక విషయంలో మాత్రం తృప్తి పడతారు, కానీ ప్రాపంచిక విషయాలలో తృప్తి వుండదు.

మహాత్ములు ప్రాపంచిక విషయంలో మీకు ఏది ఉన్నా తృప్తిగా జీవించండి, కానీ ఆధ్యాత్మిక విషయంలో మాత్రం అసంతృప్తితో ఉండాలి అన్నారు. ఇంకా నేర్చుకోవాలి, ఇంకా తెలుసుకోవాలి అనే తపన ఉండాలి

అన్నారు, కానీ మానవుడు దానికి పూర్తివిరుద్ధంగా జీవిస్తున్నాడు.

అయితే ఈ అసంతృప్తికి కారణం సుఖభోగాలను ఎక్కువగా కోరుకోవడం. ఇది కూడా ఒక రోగమే,ఈ కోరికల రోగం కూడా మనసును బాధిస్తుంది. శరీర రోగాలకు మందు వేసుకుంటే తగ్గుతుంది. అలాగే కోరికలకు కూడా జ్ఞానం మరియు ఆధ్యాత్మిక సాధనే మందుగా పనిచేస్తాయి.

అందుకే జ్ఞానులు భోగాల మీద ఆశను తగ్గించి, ఆత్మ మీద ఆశను పెంచుకుంటారు. ఎందుకంటే గురువు భోగం అనే రోగం పట్టుకుంటే అంత సులభంగా తగ్గదు అని చెబుతారు. అనుభవించే కొద్దీ ఇంకా పెరిగి మనిషిని దహిస్తూ, ఒక్కొక్కసారి సర్వనాశనం చేస్తుంది.

ఈ భోగాలు మనిషిని ఒక బానిసగా మారుస్తాయి. చాలామంది “డబ్బు ఉంటే అన్ని సుఖాలు అనుభవించవచ్చు” అని అనుకుంటారు. ఎప్పుడైతే భోగాల మీద ఆశ, ఆసక్తి పెంచుకుంటారో, అక్కడి నుంచే పతనం ప్రారంభమవుతుంది. డబ్బుకు మనిషి బానిస అయిపోతాడు.

బానిస అంటే డబ్బుకు, భోగాలకు, బంధాలకు బానిస అవ్వడం. ఎంత ఉన్నా చాలదు అనే అసంతృప్తి వల్ల భోగాలను కోరుకోవడం వల్ల ఎక్కువ కర్మలు చేసి, జన్మలు పెంచుకుంటాడు.

ఉన్నది చాలు, ఆత్మజ్ఞానం సంపాదించి, మోక్ష మార్గంలో నడవాలి, సరైన సాధన చేయాలి అనే ఆలోచన కొద్దిమందికే వస్తుంది. ప్రస్తుతం ప్రపంచంలో వైరాగ్యం, వివేకం రెండూ కలగడం చాలా అరుదు.

ఎంతసేపు నా పిల్లలు బాగుండాలి, మా వాళ్ళు గొప్పగా జీవించాలి, మా వంశం గొప్పగా పేరు తెచ్చుకోవాలి అనే ఆలోచనలతో డబ్బుకు, బంధాలకు బానిస అవుతారు.

అందుకే మహాత్ములు భోగాల మీద ఆశను ఒక రోగం అని చెప్పారు. మీకు ఆవగింజంత భోగం మీద ఆశ ఉన్నా రోగం ఉన్నట్టే.

ఇది భోజనానికి మాత్రమే కాదు, ప్రతి సుఖానికి వర్తిస్తుంది. ఉదాహరణకు ఇప్పుడు ఏసీ వంటి సౌకర్యాలకు మనిషి బాగా అలవాటు పడ్డాడు. ఒక రోజు కరెంట్ లేకపోతే వెంటనే కోపం, విసుగు, చిరాకు, అసహనం వస్తాయి, మనసు అశాంతిగా మారిపోతుంది. అంటే, ఆ సుఖభోగాలకు మీరు బానిసలై పోయారు.

అన్నీ ఉన్నప్పుడు శాంతంగా మాట్లాడతారు, గొప్పగా ఉపన్యాసాలు ఇస్తారు. కానీ అన్నీ భగవంతుడి నిర్ణయం ప్రకారమే జరుగుతున్నాయి అని నమ్మితే, ఎలాంటి పరిస్థితుల్లో కూడా ప్రశాంతంగా ఉంటారు.

జీవితంలో ఏ పరిస్థితి వచ్చినా, మీరు నిశ్చింతగా ఉండగలిగితే అదే నిజమైన ఆచరణ. భోగాలకు బానిసైన మానవుడు యోగ జీవితంలో గొప్పగా ఎదగలేడు. ఉన్నా, లేకపోయినా ప్రశాంతంగా జీవించగలిగే స్థితికి వస్తే మీరు యోగిగా ఎదగగలుగుతారు. అందుకే ఏది ఉన్నా, లేకపోయినా సమస్థితిలో ఉండగలిగినవాడినే యోగి అంటారు.

భోగాన్ని రోగంగా మార్చుకోకండి, భోగాన్ని కూడా ఒక వేడుకలా, తాత్కాలిక అనుభవంలా చూడండి. అలాగే జీవితంలో వచ్చే సుఖాలను కూడా ఆస్వాదించాలి కానీ వాటికి బానిసలు కాకూడదు.

అలాగే మీరు యోగిగా మారి నిత్యం ఆ ధ్యానంలో ఉన్నప్పుడు, మీరు ఆత్మ వైపుకు అంటే భగవంతుని వైపుకు ప్రయాణం చేసినప్పుడు, ఈ భోగాలు మీకు రోగంగా అనిపించవు.

భోగాలు ఉంటే అనుభవిస్తారు, లేకపోతే చింత లేకుండా నిశ్చింతగా

ఉంటారు. కాని భోగాలు అలవాటైతే, అవి లేకుండా ఉండలేరు. మీకు ఏదీ అలవాటుగా మారకూడదు. యోగంలో ఉన్నవారికి భోగం అనే భావం ఉండదు. పూర్వ జన్మ పుణ్యం వల్ల భోగాలు వస్తే అనుభవించాలి, అప్పుడే జీవితం అద్భుతంగా సాగుతుంది. సత్పురుషుల సాంగత్యంలో ఉంటే భోగం అనే రోగం తగ్గిపోతుంది.

ఎవరైనా సద్గురువు దగ్గరకు వెళ్లినప్పుడు, గురువు “నువ్వు ఆత్మవు” అని చెబుతాడు కానీ “నువ్వు శరీరానివి” అని చెప్పడు. ఎందుకంటే ఆత్మకు ఏది అవసరమో, దాని వైపు మీ ధ్యాసను మళ్లించడమే గురువుల పని.

భోగాల మీద కోరిక ఉన్నవాడు ఆధ్యాత్మికంగా ఎదగలేడు. ఉదాహరణకు, బిజినెస్ చేసే వారికి ధ్యానం చెప్పి,“మోక్షం కోసం ధ్యానం చేయండి” అంటే అర్థం కాదు. ఇలాంటి వాళ్లకు మోక్షం వెంటనే లభించదు, ఇంకా ఎన్నో జన్మలు పడతాయి. ఎందుకంటే వారికి భోగాల మీద ఆసక్తి ఉంది కానీ యోగం మీద ఆసక్తి లేదు. యోగం ఎందుకు చేయాలి, దాని అసలు లక్ష్యం ఏమిటి అనే విషయం తెలుసుకునేంత తీరిక కూడా ఉండదు. అలాంటి వారు మోక్షం గురించి ఎలా ఆలోచిస్తారు?

మీరు ఏ ఆలోచనతో, ఎలాంటి మనసుతో ధ్యానం చేస్తారో, దానికి అనుగుణంగానే ఫలితం లభిస్తుంది. మీ అందరికీ తెలుసు జ్ఞానం పెరిగితేనే కర్మలు దగ్ధమవుతాయి, కర్మలు దగ్ధమైతేనే ఆత్మకు శరీర బంధం నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది అని. ఈ సూత్రాన్ని తెలుసుకున్న తర్వాత, కొత్త కర్మలు చేయకుండా జాగ్రత్తపడుతూ, జ్ఞానం పెంచుకోవడానికి ప్రయత్నం చేస్తారు.

ఉన్నదానితో తృప్తిగా జీవించాలి, ఇంకా అసంతృప్తి ఉందంటే, అది మనసుకు రోగం పట్టుకున్నట్టే. అసంతృప్తి ఒక వైపు దుఃఖాన్ని తెస్తుంది.

ఎందుకంటే "నాకు లేదు" అనే భావం వెంటనే ఇతరులతో పోల్చుకునే అలవాటును తీసుకొస్తుంది. "వారికి ఉంది, నాకు లేదు" అనే ఆలోచనలే బాధను కలిగిస్తాయి. మనసుకు ఏ చిన్న బాధ లేకపోయినప్పుడే ధ్యానం నిశ్చింతగా జరుగుతుంది. అందుకే తృప్తికరమైన జీవితం గడిపేవారికి సాధన చాలా బాగా కుదురుతుంది. ఏ సంఘటన జరిగినా, తృప్తిగా స్వీకరించడం నేర్చుకోవాలి.

ఈ రోజు మీ ప్లేట్లో భోజనం వచ్చిందంటే "ఇది భగవంతుడు పంపిన ప్రసాదం" అని భావించి స్వీకరించాలి. అలా భావించిన రోజున, పెద్ద వంటకాలు లేకపోయినా, చిన్న ఆవకాయ ముక్కతో అన్నం తిన్నా తృప్తిగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే "లేదు" అనే భావన వెనుక దుఃఖం ఉంటుంది. "ఉన్నదానితో తృప్తి" వెనుక శాంతి ఉంటుంది.

చింత లేని జీవితం కావాలంటే తృప్తితో జీవించాలి, చింత మనిషిని నిశ్చింతగా ఉండనివ్వదు. ఉన్నదానితో తృప్తి పడినవాడు నిశ్చింతగా ఉంటాడు.

అందుకే మహాత్ములు ఇంద్రియాల బానిసత్వం వల్ల జీవులు ఎలా నశిస్తాయో ఉదాహరణలతో చెప్పారు.

మిడత చూడండి కంటి ఆకర్షణ వల్ల అగ్నిలో పడి మరణిస్తుంది. లేడి మధురమైన సంగీతానికి ఆకర్షితమై వేటగాడి వలలో పడుతుంది. చేప నాలుక రుచికి బానిసై ఎరకు చిక్కి పట్టుబడుతుంది. తుమ్మెద వాసనకు ఆకర్షితమై కలువ పువ్వులో చిక్కుకుని మరణిస్తుంది. ఏనుగు స్పర్శకు ఆకర్షితమై ఆడ ఏనుగు కోసం వలలో చిక్కుతుంది. ఇలా ప్రతి జీవి ఒక్కో ఇంద్రియ బలహీనత వల్ల ప్రమాదంలో పడుతున్నాయి.

కానీ మానవుడు ఐదు ఇంద్రియాలకు బానిస కావడం వల్ల శాంతి

కోల్పోయి అశాంతిలో జీవిస్తున్నాడు.

మీ కంటే గొప్పవారిని చూసినప్పుడు, వారి సంపదను కాదు, వారి ఆధ్యాత్మిక ఎదుగుదలను చూసి ప్రేరణ పొందాలి. ప్రాపంచిక సంపదలు పూర్వ జన్మ పుణ్యం వల్ల వస్తాయి. నా పుణ్యం ఇంతే, నాకు ఇంతే వచ్చింది అని నిశ్చింతగా ఉండాలి.

కానీ ఆధ్యాత్మికత మాత్రం ఈ జన్మలో మీరు చేసే ప్రయత్నంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. రత్నాకరుడు వాల్మీకి మహర్షి అయ్యాడు, భక్త కన్నప్ప కూడా పరమ భక్తుడిగా మారాడు.

అలాగే భగవంతుడిపై నిజమైన భక్తి, ఆయనను చేరుకోవాలనే తపన ఉన్నప్పుడు ఈ జన్మలోనే సాధించవచ్చు.

పరమ శాంతిని పొందే మార్గం మీ చేతులలోనే ఉంది. డబ్బు సంపాదించడానికి చదువు, తెలివి, పెట్టుబడి అవసరం కావచ్చు. కానీ యోగానికి అవసరమయ్యేది మీ కృషి, మీ శ్రద్ధ, మీ భక్తి మాత్రమే. దీనికి పెద్ద పెట్టుబడి అవసరం లేదు. భగవంతుడిపై విశ్వాసం, సన్మార్గంలో జీవించడం, సత్య శీలత, సత్ప్రవర్తన ఇవే నిజమైన ఆధ్యాత్మిక సంపదలు.

నేను పరమ శాంతిని పొందాలి, భగవంతుణ్ణి తెలుసుకోవాలి, ఆయనను చేరుకోవాలి అనే ఆలోచన మీలో కలగాలి.

అందుకే మీరు కోరుకోవాల్సింది భోగం కాదు, యోగం. ధ్యానం కుదరకపోతే బాధపడాలి కానీ ప్రక్కవాడిలా డబ్బు లేదని బాధపడాల్సిన అవసరం లేదు. నాకు తినడానికి ఉంది, ఉండడానికి ఉంది, ధరించడానికి ఉంది. చివరికి ఇవన్నీ ఇక్కడే వదిలి వెళ్లాల్సిందే, మరి దాని గురించి నాకు ఎందుకు చింత? అని ఆలోచించినప్పుడు మనసు నిశ్చింతగా యోగ జీవితంలో

నిలుస్తుంది.

మీరు ఎంత సంపాదించినా, ఎంత కూడబెట్టినా చివరికి అన్నీ ఇక్కడే వదిలి వెళ్లాల్సిందే. ఈ సత్యాన్ని ఎన్నిసార్లు అయినా గుర్తు చేసుకోవాలి, లేకపోతే ఆశ పెరిగిపోతూ మనిషిని ఎప్పుడూ దుఃఖంలోనే ఉంచుతుంది.

"నేను నాతో తీసుకెళ్లేది ఆధ్యాత్మిక సంపద మాత్రమే, మిగతావన్నీ ఇక్కడే వదిలివెళ్ళాలి కాబట్టి ఉన్నదానితో తృప్తిగా జీవించాలి" అని నిర్ణయించు కున్నప్పుడు సాధన నిశ్చింతగా సాగుతుంది.

జీవితమంతా సంపాదించినా తృప్తి రాదు, కానీ ఉన్నదానితో తృప్తిగా ఉండి, సరైన సాధన చేసి, సరైన జ్ఞానం పొందిన వాడే భగవంతుణ్ణి చేరుకునే మార్గంలో ముందుకు వెళ్తాడు. అందుకే బుద్ధుడు **"ప్రాపంచిక జీవితంలో తృప్తిగా జీవించాలి, ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో మాత్రం అసంతృప్తితో ఉండాలి"** అని చెప్పాడు.

భగవంతుని కోసం ఒక్క గంట కూడా కేటాయించ లేకపోయారంటే, మనసుకు బాధ కలగాలి. ధ్యానంలో కూర్చోవడం అన్నది ముఖ్యం, కుదరడం లేదా కుదరకపోవడం తర్వాత విషయం, ముందు కూర్చోవడం నేర్చుకోవాలి.

"ఈరోజు నేను రెండు గంటలు ధ్యానంలో కూర్చుంటాను, శరీరం ఎంత ఇబ్బంది పెట్టినా లేవను" అని నిర్ణయించుకుంటే తప్పకుండా కూర్చోగలుగుతారు. మనసును యోగం వైపు బలవంతంగా మళ్లిస్తే, అది కచ్చితంగా ఆ దారికి అలవాటు పడుతుంది. అందుకే "సుఖభోగాలను ఎక్కువగా కోరుకోవడం కూడా ఒక రోగమే" అని తెలుసుకోవాలి.

మలయాళ స్వామి వారు "యోగ జీవితంలో ఉన్నప్పుడు నువ్వు నీ క్రిందవారిని చూస్తే నీ జీవితం తృప్తిగా ఉంటుంది, నీ పై వాళ్ళను చూస్తే

నీకు ఎప్పుడూ అసంతృప్తే అని చెబుతారు". బుద్ధుడు కూడా "ప్రాపంచిక జీవితంలో తృప్తిగా ఉండు, ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో అసంతృప్తితో ఉండు" అన్నారు.

ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో మనకంటే గొప్పవారిని చూసి అసూయ పడకూడదు. వారిలా నేనూ ఎదగాలి, వారిలా జ్ఞానం పొందాలి, వారిలా సాధన చేయాలి అని వారిని ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి.

శ్రీరామచంద్రునికి వశిష్ట మహర్షి సంపూర్ణ జ్ఞాన బోధ చేసిన తర్వాత, జ్ఞానం అంటే మొత్తం సృష్టి రహస్యాలను తెలుసుకోవడం అని వివరించారు. అప్పుడు మానవ జన్మ ఎంత గొప్పదో అర్థమవుతుంది, అన్నింటికంటే గొప్పది మానవ జన్మ. మూడు లోకాలలో కూడా మానవ జన్మనే అత్యంత విలువైనదిగా చెప్పారు. అలాగే శ్వాస యొక్క గొప్పతనం జ్ఞానం పొందిన వారికే తెలుస్తుంది.

అందుకే నశించిపోయే భోగాల వెనుక పరిగెత్తకుండా, యోగంలో నిలబడాలి. ఉన్నదానితో తృప్తిగా జీవిస్తూ యోగం కోసం ప్రయత్నించడమే మానవుడి పరమధర్మం.

తృప్తి అనేది మానవ జీవితంలో గొప్ప వరం, సాధించినా, సాధించకపోయినా తృప్తిగా జీవించగలిగితే సాధన ఎంతో సులభమవుతుంది అందుచేత అసంతృప్తిగా ఉండకండి.

కోరికలు, అహంకారం, మమకారం

ముఖ్యంగా చెప్పుకోవాల్సింది ప్రాపంచిక చదువుల కంటే ఆధ్యాత్మిక చదువులు చాలా కష్టం. ప్రాపంచిక చదువులకు పెద్దగా సాధన అవసరం లేదు. స్కూల్‌కి శ్రద్ధగా వెళ్ళి పాఠాలు వింటూ, పరీక్షల ముందు కొంత కష్టపడితే, మంచి ఫలితాలు వస్తాయి.

కానీ ఈ ఆధ్యాత్మిక విద్య, ఈ పరా విద్య నేర్చుకొనేటప్పుడు చాలా కష్టపడాలి. ఇక్కడ ప్రధానమైన సాధన లేకపోతే ఫలితం రాదు, మామూలు శక్తి సరిపోదు, అదనంగా ఆత్మ శక్తి కావాలి. అందుకే గురువుల దగ్గరకు వెళ్ళినప్పుడు వారు ఎప్పుడూ "సాధన చేయాలి" అని చెప్తుంటారు. పాత అలవాట్లు మాని, శుద్ధత్వం తెచ్చుకుంటే ఈ విద్యను అర్థం చేసుకోవడం, అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవడం జరుగుతుంది.

అందుకే ఆధ్యాత్మిక విద్య చాలా కష్టం. నేర్చుకోవదానికి చేసే ప్రయత్నమే పెద్ద సాధన. పెద్దలు "కష్టపడకుండా ఏదీ రాదు" అని చెబుతారు. ఒక్కొక్క సారి"ఇదేమైనా బ్రహ్మ విద్యా?" అని అంటారు. అంటే ఈ బ్రహ్మ విద్య అంటే ఆత్మ విద్య కష్టపడితేనే వస్తుంది అని అర్థం.

భూమిమీద ఏదైనా సాధించాలంటే కష్టం తప్పదు, అయితే ఆధ్యాత్మిక విద్యలో మరింత కష్టం అవసరం.

మీరందరూ ఈ విద్య నేర్చుకోవడానికి వచ్చి సాధన చేస్తున్నారంటే, కష్టపడడానికి సిద్ధమయ్యారని అర్థం. అందుకే మీరంతా గొప్పవాళ్ళని చెప్పుకోవచ్చు. తెల్లవారుజామున లేచి సాధనలో కూర్చోవాలంటే నిద్రను త్యాగం చేయాలి, మాంసాహారం అలవాటు ఉన్నవారు మానాలన్నా కష్టమే, గురువులు

చెప్పే చెడు అలవాట్లు వదలాలన్నా కూడా ఎంతో కష్టపడాలి. ఈ విధంగా బ్రహ్మ విద్య నేర్చుకోవడానికి మీరు కృషి చేస్తున్నారు.

అయితే కష్టపడకుండా వచ్చే వాటిలో కొన్ని నష్టాలు కూడా ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు, కొంత మందికి రిజర్వేషన్ల ద్వారా తక్కువ మార్కులతో అవకాశాలు రావచ్చు, ఇంకొందరు లంచాలు ఇచ్చి పేపర్లు కొనుగోలు చేసి కష్టపడకుండా డిగ్రీలు సంపాదించవచ్చు. కానీ అలాంటి విజయాలకు నిజమైన విలువ ఉండదు. ఎందుకంటే కష్టపడి సంపాదించిన జ్ఞానం, అనుభవం, సామర్థ్యం మాత్రమే మనిషిని నిజంగా ఉన్నత స్థితికి తీసుకెళ్తాయి.

కష్టపడకుండా వచ్చిన విద్య, సంపద, అధికారము ఇవన్నీ మనిషిని ఉన్నత స్థితికి తీసుకెళ్లకపోతే చివరికి వినాశనానికే కారణమవుతాయి. ఎందుకంటే కష్టపడకుండా వచ్చిన వాటివల్ల మనిషిలో మూడు ప్రమాదకరమైన గుణాలు పెరుగుతాయి. అవి “కోరిక, అహంకారం, మమకారం”.

కష్టపడకుండా ధనం వస్తే కోరికలు పెరుగుతాయి, అహంకారం పెరుగుతుంది. “నేనే సంపాదించాను, నేనే గొప్పవాడిని” అనే భావం వస్తుంది. మమకారం పెరిగి “ఇది మా వాళ్ళకే చెందాలి” అనే స్వార్థం పెరుగుతుంది. ఈ మూడు కలిసి చివరికి దుఃఖానికే దారి తీస్తాయి. అందుకే ఆత్మజ్ఞానం, లేని జీవితం బయటికి గొప్పగా కనిపించినా లోపల మాత్రం దుఃఖంతో నిండిపోతుంది.

మహాభారతాన్ని తీసుకుంటే దీనికి గొప్ప ఉదాహరణ ధృతరాష్ట్రుడికి అంధుడైన కారణంగా రాజ్యాధికారం ఇవ్వలేదు. కానీ పరిస్థితుల కారణంగా తరువాత అతనికి రాజ్యం అప్పగించబడింది. పాండురాజు మరణ సమయంలో ఆయన పిల్లలైన పాండవులకు రాజ్యం చెందాల్సింది. అయినప్పటికీ

రాజ్యాధికారం దుర్యోధనుడికి వెళ్ళింది. విదురుడు ఎప్పుడూ ధర్మపరుడుగా, సత్యనిష్టుడిగా ఉండేవాడు కాబట్టి అతనిని మంత్రిగా నియమించారు. ఆయన ఎప్పుడూ ధర్మాన్ని, సత్యాన్ని మాత్రమే చెప్పేవాడు.

ధృతరాష్ట్రుడికి తన పిల్లలపై మమకారం పెరిగింది. అందువల్ల ధర్మ బద్ధమైన నిర్ణయాలు తీసుకోలేక పోయాడు. అందుకే దుర్యోధనుడిని యువరాజుగా ప్రకటించాడు, అంటే అక్కడ అధర్మం చోటు చేసుకుంది.

దుర్యోధనుడు కూడా బాల్యంలో పాండవులతో కలిసి పెరిగినప్పటికీ, యువరాజుగా అయ్యాక తనలో అహంకారం పెంచుకున్నాడు. తరువాత తనదే రాజ్యం, తానే చక్రవర్తి అనే అహంకారం బాగా పెంచుకున్నాడు. పాండవులను తనకు ప్రమాదంగా భావించి వారిని నాశనం చేయడానికి ప్రయత్నించాడు. ప్రజలు తనకు ఎదురు చెప్పరని, తాను యువరాజునని అహంకారంతో ప్రవర్తించాడు.

కష్టపడకుండా వచ్చిన రాజ్యం, తాత్కాలికంగా వచ్చిన సంపదలపై మమకారం మరియు అహంకారం పెంచుకుంటే, ఎదుటివారిని తక్కువగా చూస్తే చివరికి ఉన్న సంపద కూడా నశిస్తుంది అని ఉపనిషత్తులు, వేదాలు బోధిస్తున్నాయి.

ఎందుకంటే కష్టపడకుండా మీకు ఏదైనా వస్తే, అది దైవప్రసాదంగా భావించి ధర్మంగా, న్యాయంగా జీవిస్తే ఆ సంపదలు మీ వద్ద దీర్ఘకాలం నిలుస్తాయి. మీ తరువాత తరాల వరకు కూడా అవి కొనసాగుతాయి. కానీ కష్టపడకుండా వచ్చిన సంపదలపై మీరు అహంకారం మరియు మమకారం పెంచుకుని, అహంకారంతో జీవిస్తే, ఆ సంపదలు క్రమంగా మీ నుండి తొలగించబడతాయి అని ధర్మం చెబుతుంది. అధర్మం తాత్కాలికంగా గెలిచినట్లు

కనిపించినా, చివరికి గెలిచేది ధర్మమే. అందుకే ఆదిశంకరాచార్యులు ఇలా చెప్పారు:

మా కురు ధనజనయౌవన గర్వం,
హరతి నిమేషాత్ కాల: సర్వమ్।
మాయామయమిదం అఖిలం భూత్వా,
బ్రహ్మపదం త్వం ప్రవిశ విదిత్వా॥

తా:– అంటే ధనం ఉందని, పరివారం ఉందని, యవ్వనం ఉందని గర్వపడవద్దు. ఇవన్నీ క్షణకాలంలో పోవచ్చు. ధనం శాశ్వతం కాదు, యవ్వనం శాశ్వతం కాదు, పరివారం కూడా శాశ్వతం కాదు. కానీ జ్ఞానం మాత్రం ఎప్పటికీ నశించని సంపద.

అజ్ఞానం వల్లే మనిషిలో అహంకారం, మమకారం, కోరికలు పెరుగుతాయి. "నాది", "నావి", "మాది" అనే భావాలే బంధాలకు కారణం. "ఇది మా కులం, మా మతం, మా వాళ్ళు" అనే మమకారం పెరిగినప్పుడు జ్ఞానం దూరమవుతుంది.

బుద్ధుడు కూడా చెప్పాడు సమస్త దుఃఖాలకు మూలం కోరికలే అని. కోరికలు ఎందుకు పుడుతున్నాయి అంటే సత్యం తెలియక, ధర్మం తెలియక.

ఎప్పుడైతే ఆత్మ విద్య, బ్రహ్మ విద్య నేర్చుకుంటారో అప్పుడు అందరిలో ఒకే ఆత్మ ఉందని అర్థమవుతుంది. అప్పుడు "నాది", "మాది" అనే భావాలు తొలగిపోతాయి. ఒక జ్ఞాని అందరినీ ఆత్మ స్వరూపులుగా చూస్తాడు, కానీ అజ్ఞాని మాత్రం శరీరాలను చూసి వారు నా వారు, వీరు పరాయివారు అని భేదం పెంచుకుంటాడు.

అజ్ఞానంలో ఉన్నప్పుడు మనిషి ధర్మాన్ని పాటించడు, ధర్మంగా జీవించలేడు. కానీ జ్ఞానం పెరిగితే ధర్మమే అతని ఆయుధంగా మారుతుంది. ధర్మాన్ని స్థాపించడానికే భూమిపై మహాత్ములు, యుగ పురుషులు జన్మిస్తారని మన సంప్రదాయం చెబుతుంది. ఎప్పుడైతే ధర్మం లోపిస్తుందో, అప్పుడు ఒక అవతార పురుషుడు లేదా మహాత్ముడు భూమిపైకి వచ్చి ధర్మాన్ని మళ్లీ స్థాపిస్తాడు.

గీతలో కూడా:–

శ్లో: యదా యదా హి ధర్మస్య గ్లానిర్భవతి భారత

అభ్యుత్థాన మధర్మస్య తదాత్మానం సృజామ్య హమ్ (భ.గీ. 4 – 7)

తా: ఓ అర్జునా! ఎప్పుడెప్పుడు ధర్మము క్షీణించి, అధర్మము వృద్ధి అగుచుండునో, అప్పుడు నాకు నేను అవతరించుచుందును.

అలా రాముడు, కృష్ణుడు, శంకరాచార్యులు వంటి మహానుభావులు ధర్మాన్ని నిలబెట్టడానికి వచ్చినవారే. అలాగే పత్రీజీ కూడా ధర్మసూత్రాలను గుర్తు చేశారు.

మనిషి వద్ద బుద్ధి ఉంది, తెలివి ఉంది. కానీ ఆ బుద్ధిని ఎలా ధర్మ పరంగా ఉపయోగించాలో తెలియకపోవడం వల్ల తప్పు మార్గాల్లోకి వెళ్తున్నాడు. అందుకే మహాత్ములు వచ్చి ధర్మం అంటే ఏమిటి? జీవహింస ఎందుకు అధర్మం? అన్నది తెలియజేశారు.

ధర్మం అవగాహనలోకి వచ్చినప్పుడు మాత్రమే సత్యాన్ని తెలుసుకునే ప్రయత్నం జరుగుతుంది. సత్యం అంటే శాశ్వతమైనది అని చాలా మందికి తెలియదు. పత్రిగారు ఈ భ్రమల నుండి బయటకు తీసుకువచ్చి శాశ్వత సత్యాన్ని తెలియచెప్పారు .

మానవుడు అహంకారం, మమకారం, కోరికలతో జీవిస్తే చివరికి

దుఃఖమే మిగులుతుంది. కానీ ఆత్మజ్ఞానం పెరిగినప్పుడు నేను చేస్తున్నాను అనే అహంకారం పోతుంది. భగవంతుడే నా ద్వారా చేయిస్తున్నాడు అనే భావం వస్తుంది.

ఈ కార్యక్రమం నేనే నడిపిస్తున్నాను అనే భావంతో కాకుండా, ప్రజల్లో చైతన్యం రావాలి, జ్ఞానం పెరగాలి అనే దైవ సంకల్పంతో జరుగుతోంది అని అర్థమైతే అహంకారం ఉండదు.

ఆత్మ ఉంటేనే శరీరం మాట్లాడగలదు, ఆ చైతన్యం లేకపోతే ఏ పని జరగదు, కాబట్టి చేసేది అంతా ఆ పరమాత్మ చైతన్యమే అని తెలుసుకున్నప్పుడు మనిషిలో వినయం వస్తుంది, అహంకారం తొలగిపోతుంది, అదే నిజమైన ఆత్మజ్ఞానం.

నా ద్వారా ఆయనే చెప్పిస్తున్నాడు అన్నదే నిజమైన ఆత్మజ్ఞానం. నేనే చేస్తున్నాను అనే భావన తగ్గి "భగవంతుడే నా ద్వారా చేయిస్తున్నాడు" అనే స్థితి వచ్చినప్పుడు అహంకారం క్రమంగా తొలగిపోతుంది.

కల్కి అవతారం అంటే ఒక్క ఆకారంలో రావడం మాత్రమే కాదు. ఎవరైతే సత్యాన్ని తెలుసుకుంటారో, ఎవరైతే ధర్మవంతమైన జీవితం గడుపుతారో, వారందరిలో కూడా ఆ దైవ చైతన్యం పనిచేస్తుంది. ధర్మ పరమైన జీవితం అంటే ఈ మానవ జన్మ ఎందుకు వచ్చింది? ఈ భూమిమీదకు వచ్చి ఏమి సాధించాలి? అనే విషయాలను తెలుసుకుని జీవించడం.

మీరు ఈ జన్మలో సాధన చేసి భగవంతుణ్ణి తెలుసుకోవాలి అని సంకల్పించుకుని పుట్టి, భూమిమీదకు వచ్చాక అది మరిచిపోతే ఆ జీవితం ధర్మ పరమైన జీవితం కాదు. కేవలం భార్య, భర్త, పిల్లలు, ఉద్యోగం, వ్యాపారం వీటితో మాత్రమే జీవితాన్ని ముగించుకుంటే మానవ జన్మ పరమార్థం

నెరవేరదు. ఎందుకంటే? ఆ జీవితం మొత్తం కోరికల చుట్టూ తిరుగుతూ ఉంటుంది.

ఇంకా సంపాదించాలి, పిల్లలను సుఖపెట్టాలి, కుటుంబాన్ని సంతోషపెట్టాలి అనే కోరికలతోనే జీవిస్తాంరు. భగవంతుణ్ణి కూడా కోరికలు తీర్చమని అడుగుతారు, కాని "భగవంతుడు ఎవరు?" అని తెలుసుకోవడానికి ప్రయత్నించరు. ఎప్పుడైతే ఈ మానవ జన్మ యొక్క ఉద్దేశం తెలుసుకుంటారో, ఈ శరీరాన్ని సృష్టించిన పరమాత్మ మీలోనే ఉన్నాడు అని గ్రహిస్తారో, ఆయనను తెలుసుకోవడానికి సాధన ప్రారంభిస్తారో అప్పుడు నిజమైన ధర్మపరమైన జీవితం మొదలవుతుంది.

ఈ సత్యం తెలియకపోతే "ఇది నాది" అనే మమకారం, "నేనే సంపాదిస్తున్నాను" అనే అహంకారం పెరుగుతాయి. కానీ భగవంతుని గురించి తెలుసుకుంటూ ఉంటే ఈ రెండు క్రమంగా తగ్గిపోతాయి. "ఇది నా సంపాదన కాదు, భగవంతుడు నా పుణ్య ఫలంగా నాకు ఇచ్చిన వరం" అని అర్థమైతే మమకారం తగ్గుతుంది. "నేను వెళ్తున్నప్పుడు ఇవేవీ తీసుకెళ్ళను" అని తెలుసుకున్నప్పుడు ధర్మంగా జీవించాలి అనే భావం వస్తుంది.

అందుకే మహాత్ములు చెబుతారు కష్టపడకుండా వచ్చిన సంపదలు, సౌకర్యాలు మనిషిలో అహంకారం, మమకారం, కోరికలను పెంచుతాయి. కానీ అవన్నీ నశించిపోయేవే అని శంకరాచార్యులు కూడా చెప్పారు: "ధనం పోతుంది, యవ్వనం పోతుంది, పరివారం కూడా పోతుంది. కానీ ఎప్పటికీ పోనిది జ్ఞానం" అన్నారు.

ఆత్మ విద్యే జన్మ జన్మలకు మీ వెంట వచ్చే సంపద. కాని ప్రాపంచిక సంపదలు ఈ జన్మ వరకే. ఈ విషయం తెలుసుకున్నప్పుడు మీలో వినయం

పెరుగుతుంది, గురువుల పట్ల, పరమాత్మ పట్ల కృతజ్ఞత పెరుగుతుంది, “ఇంకా ఉన్నత స్థితికి ఎదగాలి” అనే తపన వస్తుంది.

అహంకారం, మమకారం లేని చోటే నిజమైన ఎదుగుదల ఉంటుంది. ఈ రెండూ వదిలితేనే జ్ఞానం అనే సంపద మీ సొంతమవుతుంది అని మహాత్ములు ఇతిహాసాల ద్వారా, ఉపదేశాల ద్వారా తెలియజేశారు.

అందుకే ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో నడిచేవాడు ప్రాపంచిక సంపద కంటే ఆధ్యాత్మిక సంపదను గొప్పదిగా భావిస్తాడు. ఎందుకంటే ధనం ఈ జన్మతో ముగుస్తుంది, కానీ జ్ఞానం ఆత్మతో పాటు వస్తుంది కాబట్టి.

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.

శాశ్వత ఆనందం పొందాలి అంటే?

ప్రతి మనిషి భూమి మీదకి వచ్చిన దగ్గర నుంచి ఆనందంగా జీవించాలి, జీవితంలో దుఃఖం ఉండకూడదు, సుఖసంతోషాలతో ఉండాలి అని కోరుకుంటారు. మరి అది అందరి జీవితంలో జరుగుతుందా అంటే లేదనే చెప్పాలి.

ఎంత కష్టపడినా కొందరికి కొంతవరకు దక్కుతుంది, కానీ కొందరికి అసలు దుఃఖం లేని స్థితి కనిపించదు. దీన్నిబట్టి చేసినకర్మలను బట్టి అలా జరుగుతుందని చెప్పవచ్చు.

కాని ఏ ప్రయత్నం చేస్తే శాశ్వతమైన ఆనందం దొరుకుతుందో, ఆ ప్రయత్నం చేయాలి, కాని చేయడం లేదు.

ఉదాహరణకు, మీ ఊరు ఢిల్లీకి దక్షిణ దిశలో ఉంటే, మీరు ఉత్తర దిశలో ప్రయాణిస్తే మీ ఊరు వెళ్లగలరా? అంటే వెళ్ళలేరు అని చెప్పవచ్చు. అలాగే శాశ్వత ఆనంద స్థితి మీ అంతరంలో ఉంటే, మీరు బాహ్యంలో వెతుకుతున్నారు. అందుకే ప్రతి ఒక్కరికీ దక్కడం లేదు.

అందుకే ప్రాపంచికంగా జీవిస్తున్న మానవుడు సుఖాల కోసం, సంతోషాల కోసం, భోగాల కోసం ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాడు. కాని అవి తాత్కాలికమైనవి, అందుకే శాశ్వతమైన ఆనందం పొందలేక పోతున్నారు.

కారణం ప్రాపంచిక జీవితంలో ఉన్నవన్నీ తాత్కాలికమే, కాని ఆత్మ దగ్గరకు చేరుకున్నప్పుడే శాశ్వతమైన ఆనందం లభిస్తుంది.

ఒక చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. ఒక వ్యక్తి ఎడారిలో ప్రయాణం చేస్తున్నాడు, అలా ప్రయాణం చేస్తున్నప్పుడు అతనికి దాహం వేసిందట. దాహంతో కొంత దూరం వెళ్లాక, ఎండమావులను చూసి అవే నీళ్లు అని

భ్రమపడ్డాడట. వెంటనే అక్కడికి పరుగెత్తి వెళ్ళాడు. కానీ ఎండమావుల్లో నిజంగా నీళ్ళు ఉండవు కదా? ఇలా తిరుగుతూ తిరుగుతూ చివరికి దాహం తీరక ప్రాణాలనే కోల్పోయాడట

చూడండి, సరైన మార్గం తెలియకపోవడం వల్ల చివరకు ప్రాణాలనే కోల్పోవాల్సి వచ్చింది. కాని మార్గం సరైనదైతే ప్రాణాలు కోల్పోవాల్సిన అవసరం ఉండేది కాదు. ఎండమావుల వెనక పరిగెత్తడం వల్ల దాహం తీరలేదు. కానీ ఎక్కడ నిజంగా నీరు ఉంటుందో తెలుసుకుని, కష్టమైనా సరైన దిశలో ప్రయాణం చేసి ఉంటే, అతను నీటి దగ్గరకు చేరుకుని ప్రాణాలను కాపాడుకునేవాడు. అందుకే సరైన దిశ లేకపోతే ఎంత కష్టపడినా ఫలితం ఉండదు.

ఎలా ఆ బాటసారి ఎండమావుల వెనక తిరిగి నీరు దొరకక ప్రాణాలు కోల్పోయాడో, అలాగే ఈ ప్రపంచంలో మానవులు కూడా దొరకని చోట శాశ్వత ఆనందం కోసం వెతుకుతున్నా ఆనందం మాత్రం దొరకడం లేదు.

చూడండి, ఎన్ని సున్నాలు ఉన్నా వాటి ముందు "ఒకటి" ఉంటేనే వాటికి విలువ ఉంటుంది. ఆ "ఒకటి" తీసేస్తే సున్నాలకు విలువ ఉండదు. అలాగే ఈ సృష్టిలో కనిపించే ప్రతిదీ సున్నాలాంటిదే. వాటి వెనుక ఉన్న భగవంతుని చైతన్యమే వాటికి విలువను ఇస్తోంది.

ఆ చైతన్యం లేకపోతే అన్నీ జడమే. జీవులైనా, చెట్లు అయినా, కదిలేవైనా, కదలనివైనా అన్నిటి వెనుక ఆత్మ అనే భగవంతుని చైతన్యమే పనిచేస్తోంది. ఆ చైతన్యం మీలో కూడా ఆత్మగా ఉంది, ఆ ఆత్మను తెలుసుకున్నప్పుడే శాశ్వత ఆనంద స్థితి లభిస్తుంది. ఆత్మను తెలుసుకునే వరకు ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా శాశ్వత ఆనందం దొరకదు. భగవంతుడు "ఒకటి" అయితే, ఈ ప్రపంచంలో కనిపించే ప్రతిదీ సున్నాలే. ఆ "ఒకటి" ఉన్నప్పుడే

వాటికి విలువ ఉంటుంది.

మీ శరీరాన్నే తీసుకోండి, ఎంత అందంగా ఉన్నా, ఎంత వైభవంగా ఉన్నా, ఎంత డబ్బు, చదువు, పదవులు ఉన్నా ఇందులో ఆత్మ అనే భగవంతుడు ఉన్నప్పుడే ఈ శరీరానికి విలువ ఉంటుంది. ఆ ఆత్మ బయటకు వెళ్ళిపోయిన వెంటనే, రెండు మూడు గంటల్లో ఈ శరీరం శ్మశానంలో బూడిద అయిపోతుంది. అలాగే ఈ సృష్టిలో ప్రతి దానికి విలువ ఆత్మ అనే భగవంతుని చైతన్యం వల్లే ఉంది, ఆ చైతన్యం లేకపోతే విలువ లేదు. మరి ఆ చైతన్య స్వరూపుడు ఎక్కడ ఉన్నాడు? అణు వంత సూక్ష్మంగా మీశరీరంలో ఆత్మగా ఉన్నాడు. ఆ ఆత్మను మీరు దర్శించగలిగితేనే శాశ్వత ఆనంద స్థితిని పొందగలుగుతారు.

ఎప్పుడైతే మీలో ఉన్న ఆత్మను మీరు దర్శిస్తారో, అప్పుడే అన్నిటిలో ఉన్న ఆత్మను కూడా దర్శించి శాశ్వత ఆనంద స్థితిలో నిలబడగలుగుతారు. ఒక మహాత్ముడు ఏమన్నాడంటే?" వెన్న అనుకుని సున్నాన్ని తింటే ఏమవుతుంది?" వెన్న తింటే ఆరోగ్యం వస్తుంది, కానీ సున్నం తింటే ప్రాణహాని కలుగుతుంది. అలాగే ప్రాపంచిక జీవితంలో ఆనందం ఉందని భావించి వెతుకుతూ ఉంటే చివరకు దుఃఖమే మిగులుతుంది. ఎందుకంటే అక్కడ శాశ్వత ఆనందం లేదు.

అందుకే కొందరు జీవితాంతం ప్రయత్నించి కూడా విఫలమవు తున్నారు. ఎవరు ఆత్మవైపు తిరుగుతారో వారు మాత్రమే శాశ్వత ఆనందాన్ని పొందుతారు. తిరగని వారు దుఃఖంతోనే జీవించి, దుఃఖంతోనే మరణిస్తారు. ప్రతి మనిషి దుఃఖంతో పుడతాడు. కానీ మరణ సమయంలో తృప్తిగా మరణిస్తే, అదే అసలైన జీవితం. ఒక జ్ఞాని మాత్రమే జీవితంలోని కష్టాలను అధిగమించి,

ఆనందకరమైన జీవితాన్ని అన్వేషించి, శాశ్వత ఆనందాన్ని పొందగలుగుతాడు.

అందుకే వెతకవలసిన చోటే వెతకాలి, ప్రయత్నంలో లోపం ఉండకూడదు. చాలామంది శరీరం సుఖపడాలని ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తారు, శరీరాన్ని భోగంలో ఉంచాలని కోరుకుంటారు, నాకు ఏమి లోటు లేదు, పనివాళ్లతో పని చేయించుకోవచ్చు అని భావిస్తారు. ఇవన్నీ భోగమే అనుకుంటారు, కానీ శరీరాన్ని భోగంలో ఉంచితే చివరకు రోగమే వస్తుంది. శరీరానికి భోగం కాదు, యోగం అవసరం, యోగంలో ఉంచినప్పుడే నిజమైన ఆనందం లభిస్తుంది.

ఈ శరీరాన్ని భోగాల్లో ఉంచి, రోగాలతో బాధపడుతూ మరణించ డానికి తీసుకోలేదు. యోగంలో ఉంచి "నా పుట్టుక ఎందుకు? నేనెవరు? నేను ఎక్కడి నుంచి వచ్చాను? ఎక్కడికి వెళ్ళాలి?" అనే సత్యాలను తెలుసుకుని మరణించడానికి ఈ శరీరాన్ని పొందారు. అదే గొప్ప యోగ స్థితి. ఆ యోగంలో ఉన్నప్పుడే మీ ఆత్మ ఆనందంగా ఉంటుంది.

కానీ మానవులు ఆనందం కోసం బయట ప్రపంచంలో పరుగులు తీస్తున్నారు. వివేకులు మాత్రం అంతర్ముఖులు అవుతారు. ఎందుకంటే మన శాస్త్రాలు, మహర్షులు, గురువులు అందరూ అదే చెప్పారు.

చూడండి, ఇప్పుడు ధ్యానం, ధ్యానం, అని చెబుతున్నారు. కానీ ఎంతమంది శ్రద్ధ పెడుతున్నారు? ఎందుకంటే ప్రాపంచికంగా మీరు ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా, దుఃఖం తప్పదు.

ధ్యానం చేసి ఆత్మ దగ్గరకు చేరుకున్నప్పుడే, మనసు పవిత్రం అవుతుంది. ఆత్మాన్వేషణలో ఉన్న ప్రతి వ్యక్తి ఆనంద స్థితిలో ఉంటాడు. ఎందుకంటే ఆనందం లేని చోట వెతుకుతూ ఉన్నారు; కానీ అది ఉన్న చోట

వెతకాలి. ఆనంద స్వరూపుడు ఉన్న చోటే నిజమైన ఆనందం ఉంటుంది. బయట కనిపించే సుఖాలు, సంతోషాలు అన్నీ తాత్కాలికమైనవే. శాశ్వతమైన ఆనందం అంతరంలోనే ఉంది అని అర్థం చేసుకున్నప్పుడు, మీరు ప్రయత్నంలో లోపం లేకుండా సాధన చేస్తారు.

అందరికీ ఆనందం కావాలి ఆస్తికుడికి కావాలి, నాస్తికుడికి కావాలి, భక్తుడికి కావాలి, యోగికి కావాలి. కానీ శాశ్వత ఆనంద స్థితి మాత్రం జ్ఞానికి మాత్రమే కలుగుతుంది. ఎందుకంటే వారికి తెలుసు భగవంతుడు అంటే ఆత్మ అన్ని శరీరాల్లో ఉంది. మీ శరీరంలోని ఆత్మ దగ్గరకు చేరుకున్నప్పుడే నిజమైన ఆనందం లభిస్తుంది, బయట వెతికితే అది దొరకదు.

చూడండి, భక్తి మార్గంలో ఉన్నవారు విగ్రహం ముందు కూర్చుని ఆనందంతో తన్మయత్వంలో ఉంటారు. కానీ బయటకు వచ్చిన వెంటనే మళ్ళీ పాత ప్రవర్తనలోకి వెళ్లిపోతారు. కర్మ యోగిని తీసుకోండి "నేను దానం చేశాను" అని పదే పదే చెప్పుకుంటాడు. కానీ తనకంటే ఎక్కువగా ఇంకొకరు దానం చేస్తే, అంతరంలో అసూయ కలుగుతుంది. అంటే గుణాలు, బుద్ధి, అంతర స్థితి మారడం లేదు.

కానీ ధ్యానం చేసి "నేను ఆత్మను" అని తెలుసుకున్న యోగి మాత్రం మానం, అవమానం వల్ల కృంగిపోడు. ఎప్పుడూ తన స్థితిలో తాను నిలబడి సాక్షిగా గమనిస్తాడు. అందుకే ప్రయత్నంలో లోపం వల్లే అందరికీ ఆనందం దక్కడం లేదు. ఎప్పుడైతే "ఆత్మ అనే భగవంతుడు నా అంతరంలోనే ఉన్నాడు, శాశ్వత ఆనందం ఆత్మలోనే ఉంది" అని తెలుసుకుంటారో, అప్పుడు యోగి, జ్ఞాని తన అంతర్ముఖ ప్రయాణం ప్రారంభించి శాశ్వత ఆనందాన్ని పొందుతాడు.

అందుకే ప్రయత్నంలో లోపం ఉండకూడదు, శాశ్వత ఆనంద స్థితి

భగవంతుని దగ్గరే ఉంది అని తెలుసుకోవాలి. ఆ భగవంతుడు ఆత్మగా మీలోనే ఉన్నాడు, మీరు అంతర్ముఖ ప్రయాణం చేసినప్పుడే ఆ ఆనందాన్ని పొందగలుగుతారు. బాహ్య ప్రపంచంలో ఆనందాన్ని వెతికేవారికి శాశ్వత ఆనందం దొరకదు, అంతరంలో వెతికినవారికే అది లభిస్తుంది.

ఇది తెలిసినా కొందరు ఆచరించ లేకపోవడానికి కారణం గత జన్మ సంస్కారాలు, దుష్ట వాసనలు. అందుకే ఈరోజు మీరు ధ్యాన మార్గంలోకి వచ్చి, జ్ఞానం తెలుసుకుని, ఆనంద స్థితిని అనుభవిస్తున్నారంటే అది గొప్ప అదృష్టం.

మీరు సరైన దిశలోనే ప్రయాణం చేస్తున్నారు. ఇప్పుడు చేయాల్సిందల్లా ఒక్కటే! ప్రయత్నంలో లోపం లేకుండా, సాధన కొనసాగిస్తూ, శాశ్వత ఆనంద స్థితిని పొందడానికి ప్రయత్నించాలి.

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**

శాశ్వతమైన పరమాత్మను పొందాలి

ఆనందం కోసం బయట వెతుకుతున్న మానవుడికి ఎక్కడా శాశ్వతమైన ఆనందం దొరకడం లేదు. కారణం ఆనంద స్వరూపుడైన భగవంతుని దగ్గరే నిజమైన ఆనందం ఉంది కానీ ఆయన సృష్టిలో ఆనందం ఉండదు.

ఇప్పుడు నీటిలో సూర్యబింబం కనిపిస్తే అది సూర్యుడు అనే భ్రమే కానీ, నిజమైన సూర్యుడు కాదు. అది తెలియని వారు సూర్యుడిని చూశాము అనుకుంటారు. కానీ నిజమైన సూర్యుడి నుంచి పొందే అనుభూతి ప్రతిబింబంలో పొందలేరు. అలాగే ఈ సృష్టి అంతా అశాశ్వతమని తెలియని వారు ఇక్కడే ఆనందాన్ని వెతుకుతారు.

ఎందుకంటే సృష్టిలో తాత్కాలికమైన సుఖ, సంతోషాలు ఉన్నాయి కాని శాశ్వతమైన ఆనందం లేదు. కారణం ఆనంద స్వరూపుడైన భగవంతుని దగ్గరే ఆనందం ఉంది.

ఒకసారి స్వామి రామతీర్థ దగ్గరకు ఒక వ్యక్తి వచ్చాడట. వచ్చి “స్వామీ! మీరు చాలా శక్తిమంతులు కదా! మరి ఈ ప్రపంచానికి నేను రాజునయ్యేటట్టు అనుగ్రహించండి” అని అడిగాడట. అప్పుడు స్వామీజీ “రాజువై ఏం చేస్తావయ్యా?” అని అడిగారట. అప్పుడు అతను ఈ ప్రపంచానికి రాజునయితే నాకు చాలా ఆనందం వస్తుంది అన్నాడట.

అప్పుడు స్వామీజీ “నువ్వు తాత్కాలికమైన దాన్ని కోరుకుని శాశ్వతమైన ఆనందం పొందాలి అంటే ఎప్పటికీ పొందలేవు, అశాశ్వతమైన దాంట్లో శాశ్వతమైన ఆనందం ఉండదు, శాశ్వతమైన పరమాత్మ దగ్గరే ఆనందం

ఉంటుంది, ఆ పరమాత్మ నీశరీరంలో ఉన్నాడు. ఆ పరమాత్మను అన్వేషిస్తేనే నీకు నిజమైన ఆనందం లభిస్తుంది అని చెప్పారట.

నీ మనసు ప్రభావం వల్ల అశాశ్వతమైన వాటిలో ఆనందం ఉంది అని అనుకుంటున్నావు. ఇప్పుడు ఎందరో రాజులు వచ్చారు, వెళ్ళారు. వారు శాశ్వతమైన ఆనంద స్థితిని పొందలేదు కదా? అందుకే శాశ్వతమైన పరమాత్మ కావాలి అంటే అంతరంలో నీ ఆత్మ వైపు తిరిగితేనే దొరుకుతుంది కానీ నువ్వు చక్రవర్తి వైనా, మహారాజు వైనా నీకు శాశ్వతమైన ఆనందం దొరకదు అని స్వామి రామ తీర్థ చెప్పడం జరిగిందట.

అందుకే ఆదిశంకరాచార్యులవారు "నిత్యా నిత్య వస్తు వివేకం" ఉండాలి అని చెప్పారు.

ఎందుకంటే? మీరు ఎన్ని కోరుకున్నా అనిత్యమైనవే కానీ, నిత్యమైనవి ఎప్పుడూ కోరుకోలేదు. పిల్లలు కోరుకోవచ్చు, సంపదలు, భోగాలు కోరుకోవచ్చు కానీ అవి అన్నీ అశాశ్వతం. అందుకే పెద్దలు "భోగాలు కూడా ఒక రోగమే" అన్నారు. ఎందుకంటే? చాలామందికి ధనం, ఆస్తులు పెంచూకోవాలి, అనే తపన ఒక రోగంలా మారిపోయింది. ఎంత ఉన్నా ఇంకా పెరగాలి అన్నది వ్యసనంలా మారిపోయింది. ఇంకా, ఇంకా సంపాదించాలంటూ చివరికి వేదనతోనే వెళ్లిపోతున్నారు, కాని అంతరంలోని భగవంతుని పొందే ప్రయత్నం చేయడం లేదు, శాశ్వతమైన ఆనందం పొందడం లేదు.

సరదాగా మొదలైన వ్యసనాలు మెల్లిగా వాటి బానిసగా మారి రోగాల పాలు అవుతున్నారు. అలా డబ్బు సంపాదిస్తూ అనుభవించడానికేగా సంపాదించింది అని అనుకుంటారు. అలా సరదాల కోసం, గొప్పల కోసం, కాలక్షేపం కోసం ఖర్చు పెడుతున్నారు. కొంతమంది కాలక్షేపం కోసం క్లబ్బులకు

వెళ్తారు. అక్కడ పేకాట ఆడుతూ, మందు తాగుతూ, ఇతరులతో కలిసి వ్యసనాలకు అలవాటు పడతారు.

అలాంటి అశాశ్వతమైన వాటిలో శాశ్వతమైన ఆనందం లేదు. నీకు కాలక్షేపం అవ్వకపోతే కళ్ళుమూసుకుని ధ్యానం చెయ్యి, ఆత్మ నీ శరీరంలోనే ఉంది. అప్పుడు నీలో ఉన్న కలుషిత ఆలోచనలు అన్నీ పోతాయి. ధ్యానం ద్వారా జ్ఞానం పెరిగితే మనసులో ఉన్న అనవసర వికారాలు, కలుషిత ఆలోచనలు తగ్గిపోతాయి. కానీ జ్ఞానం పెంచుకోకుండా కేవలం ధ్యాన సాధన చేసినా ప్రవర్తన మార్చుకోని వారు ఎంతో మంది ఉన్నారు. కొంతమంది ధ్యానం కూడా కేవలం టెన్షన్ తగ్గించుకోవడానికి మాత్రమే చేస్తున్నారు.

ఉదాహరణకు, మా అన్నయ్యకి చాలా టెన్షన్లు ఉంటాయి. ఆ టెన్షన్ల వల్ల నేను చెప్పిన ధ్యానం రోజుకు గంట చేస్తున్నాడు. "టైం పెంచు, ఇంకా ఎక్కువ ధ్యానం చేయి" అంటే "పెంచలేను" అంటాడు. కానీ రోజులో ఎన్నో గంటలు వృథాగా గడుపుతున్నాడు. ఫోన్ ఎత్తితే వాళ్ల గురించి, వీళ్ల గురించి మాట్లాడుతూనే ఉంటాడు. "నీ జీవితం ఇలా ఉండడానికి కారణం నువ్వే" అని ఎన్నో సార్లు చెప్పినా ఆ మాట అతనికి అర్థం కావడం లేదు. ఎందుకంటే సరైన ధ్యానం చేసి జ్ఞానం సంపాదించడం లేదు.

ఎంత వయసు వచ్చినా వైరాగ్యం రావట్లేదు అంటే శాశ్వతమైనది ఏది? అశాశ్వతమైనది ఏది? కూడా మానవుడు తెలుసుకోలేకపోతున్నాడు. చావుకు సిద్ధంగా ఉన్నా కూడా అన్నిటి మీద భ్రాంతులు వదలకుండా అవే శాశ్వతమైనవని వాటి మీద మమకారం పెంచుకుంటున్నాడు. ఎంతసేపు "నాది, నాది, నాది" అనుకుంటూ జీవిస్తున్నాడు.

కానీ సరైన జ్ఞాని మాత్రం నాదంటూ ఏదీ లేదు, నా పుణ్యం వల్ల

కొంతకాలం అనుభవించడానికి మాత్రమే వచ్చింది. రేపు నేను మరణించిన తర్వాత ఏదీ నేను పట్టుకెళ్ళను, అనే వైరాగ్య స్థితికి వస్తాడు, ఇదే శాశ్వత వైరాగ్యం, ఇదే సాత్విక వైరాగ్యం. ఎన్నో మరణాలు మీ కళ్ళ ముందు చూస్తున్నారు, కాని ఏ వ్యక్తి ఈ భూమ్మీద నుంచి సూది మొనంత కూడా పట్టుకెళ్ళ లేదు. ఇన్ని మరణాలు చూస్తున్నా కూడా జ్ఞానం కలగడం లేదు, ఎందుకు అంటే అశాశ్వతమైన దాంట్లో ఆనందం ఉంది అనే భ్రమ వదలట్లేదు. ఆ భ్రమ ఉన్నంత వరకు ఏ వ్యక్తికీ నిజమైన వైరాగ్యం కలగదు.

ఏదీ నేను పట్టుకెళ్లను, అన్నీ ఇక్కడే వదిలి వెళ్ళాలి, అనే ఆలోచన వచ్చినప్పుడు, "వదిలి వెళ్ళే దాని కోసం జీవితమంతా ఆలోచించే బదులు నాకు ఆత్మ దర్శనం కలగాలి" అని ఆలోచిస్తే ఎంతో ముందుకు వెళ్ళ గలుగుతారు.

ఆ ఆలోచన వచ్చినప్పటి నుంచి వదిలి వెళ్ళేవాటి మీద ఆసక్తి తగ్గిపోతుంది. అశాశ్వతమైన దాంట్లో ఉంటూ ఎంతవరకు అవసరమో అంతవరకు మాత్రమే అనుభవిస్తూ ఉపయోగించుకోండి. "ఇది నాకు కూడా రాదు, ఇది నాకు కూడా రాదు, ఇది కూడా నాతో రాదు" అనే భావన అంతరంగంలో ఉన్నప్పుడు దేని మీద బంధం ఉండదు, ఆశ ఉండదు, ఆసక్తి ఉండదు.

అందుకే మహాత్ములు ఒక్కొక్క విషయం చెప్తూ వచ్చారు "అశాశ్వతమైన దాంట్లో ఎప్పుడూ ఆనందం వెతకవద్దు. శాశ్వతమైన పరమాత్మ దగ్గరే ఆనందం ఉంది" అని. మహాత్ములు ఊరికే చెప్పలేదు.

ఎందుకంటే అలవాటైన వాసనలు, అలవాటైన సంస్కారాలు మిమ్మల్ని ప్రపంచం వైపు లాగుతున్నాయి. కళ్ళు తెరిచిన దగ్గర నుంచి అశాశ్వతమైన

ప్రపంచాన్నే చూస్తున్నారు కానీ శాశ్వతమైన పరమాత్మను చూడటం లేదు.

మానవుడు మాత్రమే రేపు, రేపు, అంటూ దాచుకుంటూ ఉంటాడు. నువ్వు దాచింది ఏదైనా పట్టు కెళ్తావా? అంటే పట్టుకెళ్ళలేవు. రేపటి గురించి సృష్టించినవాడు ముందే సిద్ధం చేశాడు. నీ రేపటి భోజనం కూడా సిద్ధం చేశాడు, అన్నీ సిద్ధం చేశాడు, "రేపు" అనే ఆశ వదిలితేనే వర్తమానంలో జీవించగలుగుతారు.

మీరు గతానికి కానీ, భవిష్యత్తుకి కానీ వెళ్ళకుండా వర్తమానంలో జీవించగలిగితే, మీ చిత్తంలో పరమాత్మ కొలువై ఉంటాడట అంటే అంత శుద్ధత్వంలో మీరు ఉంటారు.

అశాశ్వతమైన దేనిలోనూ మీరు శాశ్వతమైన ఆనందం పొందలేరు. శాశ్వతమైన పరమాత్మను పొందాలనే ప్రయత్నంలోనే పరమ సుఖం, పరమానందం పొందగలుగుతారు అని మహాత్ములు చెప్పారు.

అందుకే శంకరాచార్యుల వారు చెప్పినట్టు "నిత్యానిత్య వస్తు వివేకం" ఉండాలి. మీ చుట్టూ ఉన్నవాటి పట్ల వైరాగ్యం కలిగించుకోవాలి. వైరాగ్యం అంటే "ఏదీ నేను పట్టుకెళ్ళేది కాదు, అనుభవించడానికే నా చుట్టూ ఉన్నాయి" అనే భావం.

ఈ జ్ఞానం, ఒక సద్గురువు ద్వారా పొంది శాశ్వతం ఏంటి, అశాశ్వతం ఏంటి అని తెలుసుకున్నప్పుడు శాశ్వతం వైపు వెడతారు.

అప్పుడు మీ చుట్టూ ఉన్నవాటిని అనుభవిస్తారు కానీ స్వార్థంతో, అసూయతో వాటిని దాచుకోవడానికి ప్రయత్నించరు. మీకు ఉన్న దాంట్లో కొంచెమైనా ఇతరులకు ఇస్తూ, దానధర్మాలు చేస్తూ జీవించాలి. ఎందుకంటే ఈశావాస్యోపనిషత్తు చెప్తుంది "త్యాగ బుద్ధితో అనుభవించు, స్వార్థ బుద్ధితో

అనుభవించవద్దు" అని.

మీరు ఎవరికీ ఇవ్వనప్పుడు పొందే అర్హత ఎలా వస్తుంది? ఈ జ్ఞానం అర్థమైనప్పుడు మీ చుట్టూ ఉన్నవన్నీ అనుభవిస్తారు కానీ "ఇవి కూడా నాతో రావు. ఇవి అశాశ్వతమైనవే" అని తెలుసుకుంటారు.

సాధన చేస్తూ, సత్యం ఏమిటి? అసత్యం ఏంటి, అశాశ్వతం ఏమిటి? శాశ్వతం ఏమిటి? మీతో వచ్చేది ఏమిటి? అనే విషయాలను తెలుసుకుంటూ ఉండాలి. అశాశ్వతమైన వాటిని అవసరమైనంత వరకు అనుభవిస్తూ పక్కన పెట్టాలి. శాశ్వతమైన పరమాత్మ కోసం మాత్రం చివరి శ్వాస వరకు ప్రయత్నిస్తూనే ఉండాలి.

అందుకే ప్రపంచంలో ఉంటూనే నిత్యానిత్య వస్తు వివేకంతో" అవసరాలను తీర్చుకుంటూ, అవసరం లేనివి వదిలి, శాశ్వతమైన పరమాత్మ కోసం ప్రయత్నించాలి. ప్రతి సాధకుడికి తెలుసుకోవాల్సింది ఇదే అశాశ్వతమైన వాటితో శాశ్వతమైన ఆనందం లభించదు.

మనసును పరమాత్మ వైపు తిప్పినప్పుడే శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని పొందగలుగుతారు. అందుకే బాహ్యంగా తిరగడం కాదు, అంతర్ముఖం కావాలి. అందుకే మహాత్ములు అశాశ్వతమైన దాంట్లో సుఖం లేదు. శాశ్వతమైన పరమాత్మ దగ్గరే పరమ సుఖం, శాశ్వత ఆనందం ఉన్నాయి అని చెప్పారు.

ఆత్మ యొక్క సహజ గుణాలు

మానవుడు అనేక జన్మల నుండి ఈ ప్రపంచమే శాశ్వతమని, ఈ శరీరమే తాను అని, మనసు చెప్పిందే సత్యమని నమ్మి మనసు, కోరికల వెనుక పరుగులు తీస్తున్నాడు. కానీ మనసు అశాశ్వతమైన విషయాలను మాత్రమే కోరుతుంది. అశాశ్వతమైన వాటి వల్లే మానవుడు నిరాశ, భయం, బాధ, దుఃఖాలలో చిక్కుకుని జీవిస్తున్నాడు.

ఆత్మ అనేది నిత్యమైనది, నిర్మలమైనది, ఆనందమయమైనది. ఆత్మకు పుట్టుక లేదు, మరణం లేదు. శరీరం మారుతుంది, మనసు మారుతుంది, ఆలోచనలు మారుతాయి కానీ ఆత్మ ఎప్పటికీ మారదు. అది ఎల్లప్పుడూ పవిత్రంగా, ప్రశాంతంగా, ఆనంద స్వరూపంగా ఉంటుంది.

ఆత్మ స్థితిలో జీవించే వారు బాహ్య పరిస్థితులు ఎలా ఉన్నా అంతరంగంలో శాంతితో జీవిస్తారు. ఈ స్థితినే సచ్చిదానంద స్థితి అంటారు. సత్ అంటే సత్యమయినది, చిత్ అంటే చైతన్యవంటమైనది, ఆనందం అంటే ఆనంద స్వరూపం. ధ్యాన సాధన ద్వారా మనసును శుద్ధి చేసుకుని ఆత్మ స్వరూపాన్ని తెలుసుకున్నప్పుడే నిజమైన జీవితం ప్రారంభమవుతుంది.

ఆత్మజ్ఞానం లేకపోవడం వల్లే మానవుడు తన అసలు స్వరూపాన్ని మరచి దుఃఖంలో జీవిస్తున్నాడు. సూర్యుడికి ప్రకాశం సహజ గుణమైనట్లు, అగ్నికి వేడి సహజ స్వభావమైనట్లు, నీటికి చల్లదనం సహజ లక్షణమైనట్లు ఆత్మకు ఆనందం సహజ స్వరూపం. ఈ సహజ స్వభావాలు ఎప్పటికీ మారనట్లే ఆత్మ యొక్క శాశ్వత తత్వం, పవిత్రతత్వం, ఆనంద స్వరూపం కూడా ఎప్పటికీ మారవు.

అలాగే ఆత్మ యొక్క సహజ గుణం శాశ్వతంగా ఉండడం, నిర్మలంగా

ఉండడం, ఆనందంగా ఉండడం. ఈ ఆత్మ స్థితిలో ఉన్నవారు అలానే ఉంటారు. ఆత్మ యొక్క గుణాలు తనలో వ్యక్తమైతే ఆ మానవుడు కూడా అలాంటి స్వభావంతో జీవిస్తాడు.

కానీ సాధారణ మానవుడు, సాధన చేసే వారు కూడా సరైన జ్ఞానం పొందకపోతే ఇవేమీ తెలుసుకోలేరు. మానవుడు సాధారణంగా ప్రపంచం వైపు పరుగెత్తుతాడు. శరీరమే నేను అన్న భావంతో శరీరం కోసమే పాటు పడతాడు. శరీరం ఏ పని చేసినా మనసు ప్రభావంతో పనిచేస్తుంది.

మరి ఆత్మానుభూతిని పొందడానికి మానవుడు ఎప్పుడూ ప్రయత్నించడు. ఎన్నో జన్మల్లో చేసుకున్న పుణ్యం వల్ల తమోగుణం, రజోగుణం తగ్గి సాత్విక గుణంలోకి వచ్చినప్పుడు సద్గురువులు దొరికి సత్యాన్ని తెలుసుకోవడం ప్రారంభమవుతుంది. అప్పుడు మాత్రమే "ఆత్మ" అనే పదం యొక్క నిజమైన అర్థం తెలుస్తుంది. అప్పటివరకు భగవంతుని విగ్రహాల్లో మాత్రమే చూసి దేవుడు అక్కడే ఉన్నాడని గట్టిగా నమ్మకం ఏర్పడుతుంది.

మరి విగ్రహాల్లో దేవుణ్ని వెతుకుతూ శాంతి లేదు ఆనందం లేదు దుఃఖం పోవట్లేదు అని మానవుడు జీవిస్తూ ఉంటాడు. సత్యాన్ని తెలుసుకునే వరకు మానవుడికి దుఃఖమే ఉంటుంది. ఎందుకంటే సత్యంలోనే శాంతి ఉంది, అసత్యంలో ఉన్నది మొత్తం దుఃఖమే.

కాబట్టి దుఃఖంలో శాంతిని వెతికితే ఏ మానవుడికి కూడా శాంతి దొరకదు. సత్యం అవగాహన అయ్యే వరకు నిజమైన శాంతి లభించదు. ఇప్పుడు చూడండి భగవంతునిపై భక్తి ఉన్నవారు గుడులకు, తీర్థ యాత్రలకు వెళ్తున్నారు, నోములు వ్రతాలు చేస్తారు, యజ్ఞయాగాదులు చేస్తారు, జపాలు తపాలు చేస్తారు.

కాని ఇవన్నీ చేసినా వారి జీవితంలో మరణ భయం పోవడం లేదు, శాంతి రావడం లేదు. ఎందుకంటే సత్యం కాని దాన్ని సత్యమని నమ్ముతున్నారు.

జ్ఞానంలోనే శాంతి ఉంది, శాశ్వతమైన దాంట్లోనే శాంతి దొరుకుతుంది. అందుచేత మీరు ఆత్మ లక్షణాలు తెలుసుకున్నప్పుడు, జ్ఞానం గురువులు బోధించినప్పుడు మీరు శాంతి పొందుతారు. ధ్యాన సాధన చేస్తే సాత్విక గుణంలోకి వస్తారు .

ఎందుకంటే ఆత్మ అంటే భగవంతుడు దగ్గరే అన్ని మంచి లక్షణాలు ఉన్నాయి. మీరు ఆ భగవంతునికి దగ్గర అవుతున్నప్పుడు ఆ లక్షణాలు మీలో వ్యక్తమవుతాయి. ధ్యానం ద్వారా భగవంతునికి దగ్గర అవుతారు.

కానీ సద్గురువులు మాత్రమే జనాకర్షణకి, ధనాకర్షణకి లొంగకుండా సత్యం చెబుతారు. దేవుణ్ని విగ్రహాల్లో కాదు మీ శరీరంలో వెతకాలి. కారణం దైవం ఆత్మగా మీ శరీరంలోనే ఉన్నాడు, సర్వాత్మగా సృష్టి అంతా ఉన్నాడు. ఇలా బయట ప్రపంచంలో తిరుగుతున్న మానవుడిని సద్గురువు అంతర్ముఖుడిగా మారుస్తాడు, అప్పుడు మీ స్వరూపమే ఆత్మ అని గురువు వల్ల తెలుస్తుంది.

అంటే ఒకావిడ మెడలోనే కంఠాభరణం పెట్టుకుని అది పోయిందని ఇల్లంతా వెతికింది ఆఖరికి ఎవరో అది నీ మెడలోనే ఉంది కదా? బయట ఎందుకు వెతుకుతున్నావు అని చెప్పినప్పుడు ఆమె తన మెడలో ఆభరణం చూసుకుంటుంది, అలాగే మానవుల పరిస్థితి కూడా ఉంది.

దీనికి ఆదిశంకరాచార్యులు వారు ఒక చక్కని ఉదాహరణ చెబుతారు. ఏమిటి అంటే? కస్తూరి మృగం కస్తూరి కోసం అడవి అంతా తిరుగుతుందట. కస్తూరికి మంచి సువాసన ఉంటుంది. మరి ఆ సువాసన ఎక్కడి నుంచి వస్తుందా? అని అడవంతా తిరిగి తిరిగి అలసిపోయి ఒకచోట కూర్చుని

ఆయాసం తీర్చుకుంటున్నప్పుడు మరల ఆ సువాసన వస్తుంది. అప్పుడు అది ఆలోచించడం ప్రారంభిస్తుంది, నేను పరిగెత్తుతున్నప్పుడు కూడా ఈ వాసన ఉంది, ఇప్పుడు నేను ఇక్కడ కూర్చున్నా కూడా ఈ వాసనే వస్తోంది అని చూసుకుంటే తన పొట్టలోనే కస్తూరి ఉందని తెలుసుకుంటుంది.

అలాగే మీరు కూడా బయట ఎంత తిరిగినా ఎక్కడా శాంతి దొరకదు. అప్పుడు సద్గురువు శాంతి బయట దొరికేది కాదు, ఆత్మలోనే ఉంది అని చెబుతాడు. సృష్టింపబడిన ప్రతిదీ నశించిపోవాల్సిందే అందుకే సృష్టిలో ఎప్పటికీ శాశ్వతంగా ఏదీ నిలవదు. ఆత్మ మాత్రమే శాశ్వతమైనది, ఆత్మకి చావు లేదు, పుట్టుక లేదు. అది పుట్టలేదు కాబట్టి నశించదు, గురువు చెప్పేది కూడా మీరు ఆత్మ స్వరూపులే అని. ఇప్పుడు ఈ సాధనలు, ఈ తపనలు అన్నీ ఎందుకు అంటే “నేను ఆత్మని” అనే అనుభూతి కోసం.

మరి ఆత్మానుభూతి కలగడం లేదంటే ఆశ వదలలేదు, భయం పోలేదు, ఆందోళన పోలేదు. ఇవన్నీ పోకుండా “నేను ఆత్మని” అనే అనుభూతి ఎలా వస్తుంది? అందుకే దేహంలో ఉన్న దైవాన్ని తెలుసుకోవాలి.

చాలామంది అడుగుతుంటారు అన్నమాచార్యుల వారు గుడికి వెళ్ళ లేదా? మీరా బాయ్ భక్తితో ఉండలేదా? అని. కానీమీరాబాయి కృష్ణుడిపై భక్తిని పెంచుకుంది. కాని రవి దాస్ అనే గురువుగారి దగ్గర ఆత్మజ్ఞానం నేర్చుకుంది. అలాగే అన్నమాచార్యులకు శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి గురువుగా వచ్చి “శాశ్వతమైనది దైవం ఒక్కటే” అని చూపించాడు. అందుకే ఆయన “బ్రహ్మం ఒక్కటే, పర బ్రహ్మం ఒక్కటే” అని కీర్తనల్లో చెప్పారు. ఆ కీర్తనల్లోనే ఆయన జ్ఞానం అర్థమవుతుంది.

ఎంత గొప్ప భక్తి ఉన్నా, సాధన చేసి సత్యాన్ని తెలుసుకోకపోతే,

జ్ఞానం పొందకపోతే మోక్షం రాదు అని తెలుసుకోవాలి. కాని అన్నీ బయట ప్రపంచంలో దొరకవు. సుఖం, ఆనందం, శాంతి ఇవన్నీ అంతుర్ముఖంలోనే దొరుకుతాయి. ఇవి మీకు ఉన్న దానితో తృప్తిగా జీవించినప్పుడు వస్తుంది.

గురువు "మీ జీవితానికి మీరే సృష్టికర్తలు" అని చెప్పినప్పుడు మీరు ఉన్నదానితో తృప్తిగా జీవించడం ప్రారంభమవుతుంది. ఆ తృప్తి వచ్చినప్పుడు సుఖాలను అనుభవించడం మొదలుపెడతారు, లేని వాటి కోసం బాధపడరు, అప్పుడు నిజమైన ఆనందం వస్తుంది.

ఎందుకంటే ఈ 84 లక్షల జీవరాశుల్లో భగవంతుని తెలుసుకునే మానవ జన్మ మీకు లభించింది. ఈ శరీరం భగవంతుడు ఇచ్చిన గొప్ప వాహనం. మీరు ఎక్కడికైనా వెళ్లాలంటే వాహనం అవసరం అయినట్లే, మీరు సత్యలోకానికి వెళ్లాలన్నా దేహం అవసరం.

మీరు ఇంత గొప్ప జన్మ తీసుకున్నారు, అంతకంటే దారి చూపించే గురువు దొరికాడు.

కానీ ఎప్పుడైతే అంతర్ముఖులు అయ్యారో "నా జీవితాన్ని నేనే నిర్ణయించుకుని వచ్చాను" అని తెలుసుకుంటారు. నేను కోరుకోలేదు కాబట్టి అవి నా జీవితంలో లేవు అని అర్థమవుతుంది, అప్పుడు శాంతిగా జీవిస్తారు.

నేను శాశ్వతమైన ఆత్మ స్వరూపుడిని అని తెలుసుకుంటే ఈ శరీరం ఒక తొడుగు మాత్రమే అని అర్థమవుతుంది. పాడైన బట్ట మార్చుకున్నట్టే శరీరం మారుతుంది అని అర్థం అవుతుంది.

"నేనే శరీరం" అని అనుకుంటే దుఃఖం. "నేనే ఆత్మ" అని అనుకుంటే శాంతి.

ఈ సృష్టి అంతా నేనే అని తెలిసినప్పుడు మీకు ఎవరి మీద రాగద్వేషాలు ఉండవు, ఎవరిది ఆశించరు, ఎవరిని మోసగించరు. మీ లాగే

మీ ప్రక్కవాడు కూడా ఆత్మ స్వరూపుడే, ఒకే మూలం నుంచి వచ్చాము అని ఉన్నదానితో తృప్తిగా జీవిస్తే ఇవన్నీ అనుభవంలోకి వస్తాయి.

ఎప్పుడైతే గురువు వచ్చి “మీరు కోరుకున్నవన్నీ మీలోనే ఉన్నాయి, అంతర్ముఖులు అవ్వండి. ఈ సృష్టిని ఏలే భగవంతుడు మీలో అణుమాత్రంగా ఉన్నాడు, ఆయన దగ్గరికి వెళ్తే మీరు అనుకున్నవన్నీ సాధించగలుగుతారు” అని చెబుతాడో, అప్పుడు మార్పు మొదలవుతుంది. ఈ సృష్టి బయట కనిపిస్తున్నా, దాని మూలమైన భగవంతుడు లోపలే ఉన్నాడు అని చెబుతారు.

బయట ప్రపంచం వైపు వెళ్తే మాయకు వశమవుతారు, కానీ మాయను సృష్టించిన వాడి దగ్గరికి చేరితే మాయ నుంచి బయటపడతారు. అందుకే “మాయాధీశుని పట్టుకో, మాయను జయించగలవు” అని చెప్పారు. కానీ మాయాధీశుని పట్టుకోకుండా, మాయ ఉన్న చోటికే వెళ్ళి “నేను మాయకు వశమయ్యాను” అని బాధపడటం వల్ల ప్రయోజనం లేదు.

బయట వర్షం పడుతున్నప్పుడు తల్లి పిల్లాడికి “బయటికి వెళ్లకు” అని చెబుతుంది. కానీ వాడు బయటికి వెళ్లి తడిసి జ్వరం తెచ్చుకుంటే అది తను చేసిన పనికి ఫలితం తప్ప తల్లికి సంబంధం లేదు. అలాగే గురువులు కూడా “బయట తిరిగితే మాయకు వశమవుతారు, మాయను సృష్టించిన భగవంతుడిని పట్టుకుంటే మాయ నుంచి విముక్తి పొందగలుగుతారు” అని తల్లిలా చెబుతారు.

కానీ మీరు మాయకు వశమవ్వకుండా ఉండాలి అంటే భగవంతుడిని ఆశ్రయించాలి. భాగవతంలో కూడా ఇదే చెప్పారు “నన్ను చేరాలి అంటే బయట కాదు. నన్నే పట్టుకోవాలి.” అందుకే ధ్యానం ఒక్కటే శరణ్యం అని మహాత్ములు చెప్పారు.

ధ్యాన మార్గంలోకి వచ్చాక కూడా "నాకు ఇంకా దుఃఖం ఉంది" అంటే అజ్ఞానం ఇంకా పోలేదు అని అర్థం.

శరీరం పోయినప్పుడు ఈ ఆట ఆగిపోతుంది, కానీ ఆట ఆగేలోపు భగవంతుడిని తెలుసుకోవాలి. చదరంగంలో రాజును కట్టేస్తే విజయం సాధించినట్లే, ఈ జీవితంలో శరీరం పోయే లోపు ఆత్మను తెలుసుకోవాలి, ఆ పట్టుదల మానవుడికి రావాలి.

మిగతా విషయాల్లో పట్టుదల చూపినట్లే "భగవంతుడిని తెలుసు కోవాలి" అనే పట్టుదల కూడా రావాలి. "నాకు ఎందుకు దర్శనం కావడం లేదు?" అనే తపనతో కూర్చుంటే తప్పకుండా సాధించగలుగుతారు. ఎప్పుడైతే "నా జీవితం నాకు తృప్తిగా ఉంది" అని మీరు అనుకుంటారో, అప్పుడే మీరు ఆత్మ స్థితికి దగ్గరగా ఉన్నట్టే. కానీ "మా వారి వల్ల కష్టాలు వస్తున్నాయి, వీరి వల్ల బాధలు వస్తున్నాయి" అని అసంతృప్తితో, భయంతో, దుఃఖంతో జీవిస్తే ఇంకా ఆత్మకి దగ్గరవలేదు అని అర్థం.

దీపానికి దగ్గరగా ఉంటే వెలుగు ఎక్కువగా ఉంటుంది, దూరంగా ఉంటే వెలుగు తగ్గుతుంది. అలాగే మీ జీవితంలో భయం, బాధ, చీకటి ఉన్నాయంటే పరమాత్మకి ఇంకా దగ్గరవలేదు అని అర్థం. ఎప్పుడైతే "నేను శాంతిగా ఉన్నాను, తృప్తిగా ఉన్నాను" అని అనిపిస్తుందో అప్పుడే మీరు ఆత్మకి దగ్గరైనట్టే.

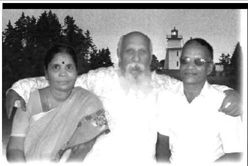
ఆత్మకి దగ్గరైన వాడు చెడ్డ పనులు చేయడు, ఎవరినీ తక్కువగా చూడడు. పాపపు పనులు వారి ఊహల్లో కూడా రావు, ఎప్పుడూ లోక కళ్యాణ కరమైన పనులే చేస్తారు.

ఇక్కడ గురువు, సాధకుడు ఇద్దరూ ఆత్మ స్వరూపులే. కానీ గురువు ఎందుకు పరమాత్మతో అనుసంధానమై ఉంటాడు, ఆయన దృష్టి ఎప్పుడూ

పరమాత్మ వైపే ఉంటుంది, ఎప్పుడూ ఆత్మ స్థితిలో ఉంటాడు.

కానీ సాధకుడు మాత్రం అటు ఇటు ఊగుతూ తప్పులు చేసి మళ్ళీ సరి దిద్దుకుంటూ ఉంటాడు. ఇదే గురువుకి సాధకుడికి మధ్య తేడా.

అందుకే ప్రతిరోజూ సాధన చేయాలి, జ్ఞానం పెంచుకోవాలి, ఆత్మ మీద అభిమానం పెంచుకోవాలి, స్వాధ్యాయం చేయాలి, సజ్జన సాంగత్యం పెంచుకోవాలి. బయట వెతికితే ఏదీ దొరకదు, అశాశ్వతంలో శాశ్వతత్వం దొరకదు, అశాంతిలో శాంతి దొరకదు, ఆనందం లేని చోట ఆనందం దొరకదు. ఇవన్నీ తెలుసుకున్నప్పుడు అన్నీ అంతరంలోనే దొరుకుతాయి అని అర్థమవుతుంది. ఇది తెలుసుకుంటే ఎవ్వరూ ధ్యానాన్ని వదిలిపెట్టరు.



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***

“ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందాలంటే?

ఈరోజు “ఆత్మ సాక్షాత్కారం కలగక పోవడానికి కారణం ఏమిటి?” అనే విషయాన్ని తెలుసుకుందాం. అందరికీ కూడా ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందాలి అనే కోరిక ఉంటుంది. అంటే, మోక్షం పొందితే హాయిగా ఆనందంగా జీవించవచ్చని ప్రతి ఒక్కరి నమ్మకం. కానీ ఆత్మ సాక్షాత్కారం ఎలా పొందాలి, అందుకోసం ఏ విధంగా ప్రవర్తించాలి అన్నది కొంత మందికే స్పష్టంగా తెలుస్తుంది.

మానవుడు తన నిజ స్వరూపమైన ఆత్మను విస్మరించి, కళ్ళు తెరిచిన దగ్గర నుంచి మనసు మరియు బుద్ధిని ఉపయోగిస్తూ వాటితో తాదాత్మ్యం చెంది జీవిస్తున్నాడు. ఎన్ని విషయాలు విన్నా, ఎన్నో ప్రవచనాలు విన్నా, తెల్లవారిన దగ్గర నుంచి రాత్రి వరకు మనసుతో మరియు బుద్ధితోనే జీవిస్తున్నాడు. ఈ రెండే తన సహజ స్వరూపాలు అన్నట్టుగా ప్రవర్తిస్తున్నాడు.

గురువుల ద్వారా మీరు ఎన్నో విషయాలు తెలుసుకుంటున్నారు. మీ ప్రవర్తనను ఎలా మార్చుకోవాలో కూడా తెలుసుకుంటున్నారు. కానీ ఎప్పుడైతే మీరు మనసుకి మరియు బుద్ధికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇస్తారో, అప్పుడే మీ నిజ స్వరూపమైన ఆత్మను విస్మరిస్తారు.

క్లాసులో కూర్చున్నప్పుడు లేదా పుస్తకం చదువుతున్నప్పుడు “నేను ఆత్మను” అని అనుకుంటారు, కానీ ఆచరణలోకి వచ్చేటప్పటికి మళ్ళీ మనోస్థితి మరియు బుద్ధి స్థితిలోనే ఉంటారు. ఇప్పుడు పచ్చ కామెర్లు వచ్చిన వ్యక్తికి లోకమంతా పచ్చగా కనిపిస్తుంది. ఎందుకంటే అతని చూపు అతనికి ఉన్న వ్యాధిని బట్టి మారిపోయింది. అలాగే మీరు ప్రస్తుతం మనసు మరియు బుద్ధి స్థితిలో ఉన్నారు. అందువల్ల ప్రపంచాన్ని కూడా అదే స్థితిలో చూస్తున్నారు. మీరు మనసు స్థితిలో ఉంటే ఎలా ప్రవర్తిస్తారో, బుద్ధి స్థితిలో ఉంటే ఎలా

ఆలోచిస్తారో తెలుసుకున్నప్పుడు, ఆత్మ స్థితిలో ఉంటే ఎలా ఉంటారో కూడా అర్థమవుతుంది. అప్పుడు మాత్రమే ఆ స్థితికి చేరుకోవడానికి మీరు నిజమైన ప్రయత్నం చేస్తారు.

ఎంతవరకు మీరు ద్వంద్వాలలో జీవిస్తారో, అంతవరకు మీరు ఆత్మ స్థితిని చేరుకోలేదు అని అర్థం. మరి ద్వంద్వాలు అంటే ఏమిటి? శోక–మోహాలు, రాగ–ద్వేషాలు, అహంకార–మమకారాలు, సుఖ–దుఃఖాలు ఇవన్నీ ద్వంద్వాలే. ప్రస్తుతం మీరు వీటన్నిటితో జీవిస్తున్నారు. రాగద్వేషాలు ఎందుకు వస్తాయి? వీడు నా వాడు అనే మమకారంతో రాగం వస్తుంది. వీడు పరాయివాడు, ఇతను వేరే కులానికి చెందినవాడు, ఇతను వేరే మతానికి చెందినవాడు అనే భావనతో ద్వేషం వస్తుంది. నా వాళ్ళకు ఏదైనా జరిగితే? అనే భయంతో మోహం వస్తుంది. నా వాళ్ళకు ఏదైనా జరిగిపోయింది అంటే శోకం వస్తుంది. అదే పరాయి వారికి ఏదైనా జరిగినప్పుడు అంతగా పట్టించుకోరు. ఎందుకంటే అక్కడ నా వాడు అనే భావం ఉండదు.

ఈ మోహం ఎందుకు వస్తుంది? వీడు నా కడుపున పుట్టాడు, వీడు నా వాడు అనే బంధంవల్లే శోక మోహాలు వస్తాయి. రాగద్వేషాలు కూడా అలాగే వస్తాయి. నా వాడు అనుకుంటే అనురాగం పెరుగుతుంది. శత్రువు అనుకుంటే ద్వేషం పెరుగుతుంది. సుఖదుఃఖాలు కూడా ఇదే విధంగా ఉంటాయి. నేను సుఖపడాలి, నావాళ్ళు సుఖంగా ఉండాలి అనుకుంటారు, వాళ్లకు ఏదైనా జరిగితే దుఃఖపడతారు. ఇలా ఎన్నో రకాల ద్వంద్వాలలో మీరు జీవిస్తున్నారు.

మీ జీవితం మొత్తం ఈ ద్వంద్వాల మధ్యనే గడుస్తోంది. ఉదయం లేచిన దగ్గర నుంచి మీరు ఎలా ప్రవర్తిస్తున్నారో గమనించండి. మీ బిడ్డకు టిఫిన్ పెట్టేటప్పుడు ఇంకో ఇడ్లీ తిను, ఇంకో దోశ తిను అని ప్రేమగా పెడతారు. అదే బయట వారికి టిఫిన్ పెడితే, వారు ఎంత తిన్నా ఇంకోటి తినండి అని

అంత ప్రేమగా చెప్పరు. ఎందుకంటే అతను బయట వాడు అనే భేద భావం. నావాళ్ళు అనే భావన ఉన్నప్పుడు ఒక విధంగా ప్రవర్తిస్తున్నారు, పరాయివాళ్ళు అన్నప్పుడు మరో విధంగా ప్రవర్తిస్తున్నారు.

కానీ ధ్యానం క్లాసులో మాత్రం అందరూ ఆత్మ స్వరూపులే అని అంటారు. అయితే ఉదయం నుంచి రాత్రి వరకు మీ ప్రవర్తనను గమనిస్తే, మీరు ఇంకా ద్వంద్వాలలోనే జీవిస్తున్నారని అర్థమవుతుంది. అంటే మీరు ఇంకా ఆత్మ స్థితిలో లేరు అని తెలుసుకోవాలి.

అలా తెలుసుకుంటూ, ఆత్మ స్థితిలో ఉన్న వారు ఎలా ప్రవర్తిస్తారో పదే పదే ఆలోచించాలి. అందుకోసం ప్రపంచమంతా తిరిగి ఎవ్వరిని వెతకాల్సిన అవసరం లేదు. మీరు గురువును గమనిస్తే చాలు. గురువు ఎలా జీవిస్తున్నాడో, ఎలా ప్రవర్తిస్తున్నాడో గమనించండి. మీరు కూడా ఆ విధంగా జీవించగలిగితే, మీరు యాభై శాతం విజయాన్ని సాధించినట్టే.

ప్రస్తుతం మీరు మనోస్థితి మరియు బుద్ధి స్థితిలోనే జీవిస్తున్నారు. మీకు కావాల్సిన వస్తువులు లేదా కోరికలు నెరవేర్చుకోవడానికి ఎంత కష్టమైనా పడుతున్నారు. కానీ ఎదుటివారిని చూసి మాత్రం వారికి ఇంకా కోరికలు తగ్గలేదు, అందుకే వారు తృప్తిగా లేరు అని అంటారు. మరి మీ కోరికలు తగ్గాయా? ఈ సాధనలోకి వచ్చిన తర్వాత బయట వారి గురించి ఆలోచించడం అనవసరం, ముందుగా మీలో ఏమి జరుగుతుందో మీరు గమనించాలి.

అశాంతి ఎక్కడి నుంచి వస్తుంది? ఉన్నదానితో తృప్తి లేకపోవడం వల్లే అశాంతి వస్తుంది. ప్రాపంచిక కోరికలను గమనిస్తే, అవన్నీ కూడా బంధాల చుట్టూనే తిరుగుతున్నాయి. మీరు కోరుకునేది కూడా ఎక్కువగా నావాళ్ళు, నా కుటుంబం, నా బంధువులు అనే భావంతోనే ఉంటుంది. అందుకే ఆత్మ స్థితికి చేరుకోవాలంటే ముందుగా ఈ మమకార బంధాలను, రాగద్వేషాలను, ద్వంద్వాలను అధిగమిస్తూ, అందరిలో ఒకే ఆత్మ ఉంది అనే భావనలో

జీవించడం ప్రారంభించాలి. అప్పుడే క్రమంగా మీరు ఆత్మ స్థితికి చేరువవుతారు.

మీ శరీరం కోసం, మనసు కోసం, బుద్ధి కోసం, లేకపోతే మమకారం వల్ల పిల్లల కోసం, మనవల కోసం ఎక్కువగా కోరికలు కలుగుతాయి, ఆ కోరికల వల్లే కర్మలు ఏర్పడతాయి, కర్మల వల్లే దుఃఖం వస్తుంది.

ఈ విషయాలన్నీ తెలుసుకుంటున్నా కూడా మీరు ఎక్కడ మారుతున్నారు? ఎక్కడ సరిచేసుకుంటున్నారు?

నా పిల్లలు, నా మనవలు, నా భర్త, నా చుట్టాలు అని బంధాలు ఏర్పరచుకుని, వాటి మీద కోరికలు పెంచుకుని, ఆ కోరికల వల్ల బాధల్లో జీవిస్తున్నారు. అంటే మీరు ఇంకా మనోస్థితి మరియు బుద్ధి స్థితిలోనే ఉన్నారని అర్థం, అంటే ఎక్కువ ఎదుగుదలలేదని అర్థం. మరి నిజమైన ఎదుగుదల మనసు మరియు బుద్ధి స్థితిని దాటినప్పుడే ఆత్మ స్థితి ప్రారంభమవుతుంది. నా వారు అనే భావంతో, వారు చేసుకోగలిగే పనులు కూడా మీరే చేసేస్తున్నారు. కానీ ప్రక్కవారు చేసుకోలేని పనికి సహాయం చేయడానికి ముందుకు రావడం లేదు. మరి ఇలాంటి స్థితిలో ఉన్నప్పుడు ఆత్మ స్థితిలో ఉన్నారని ఎలా చెప్పగలరు?

మీరు ముందుగా రాకపోయినా రాత్రి నుంచే ముందు వరుసలో మీ పుస్తకం ఉంటుంది. ఎన్నిసార్లు చెప్పినా మార్పు రాకపోతే, మీరు ఇంకా మనోస్థితిలోనే ఉన్నారని అర్థం. ఎన్ని క్లాసులు విన్నా, ఎన్ని సాధనలు చేసినా, చిన్న విషయాల్లో కూడా త్యాగం లేకపోతే, ఆత్మ స్థితికి ఎలా చేరుకుంటారు?

భగవంతుడు చూసేది మీరు ఎలా ప్రవర్తిస్తున్నారు అన్నదే. అందుకే ముందుగా మీ ప్రవర్తనను మీరే గమనించుకోవాలి, మీలో తప్పులు ఉంటే వాటిని సరిచేసుకోవాలి. భగవంతుని స్థితికి ఎదగాలంటే, మానవుడిగా ఎన్నో జన్మలు తీసుకుని తెచ్చుకున్న సంస్కారాలను వదులుకోవాలి. ఆధ్యాత్మిక జీవితంలోకి వచ్చిన తర్వాత మీ కర్మలను తగ్గించుకోవాలి. మీలో ఉన్న ప్రతి

సంస్కారం మంచిదని అనుకోవద్దు. అవసరం లేని సంస్కారాలు కూడా ఎన్నో ఉంటాయి.

ఏది చూసిన వెంటనే చలించిపోకుండా, ఇది నాకు అవసరమా? కాదా? అని ఒక్క క్షణం ఆలోచించి ముందుకు వెళ్లగలిగితే, ఆ సంస్కారాలు తగ్గుతున్నాయి. కానీ చూసిన వెంటనే ఇది నాకు ఉంటే బాగుంటుంది అని అనిపిస్తే, ఇంకా ఆ సంస్కారాలు వదలలేదని అర్థం. ఇవన్నీ మనసు మరియు బుద్ధికి సంబంధించినవే. ప్రాపంచిక ప్రేమలన్నీ కూడా కోరికల ఆధారంగానే ఉంటాయి, బంధాలు కూడా ఎక్కువగా కోరికలపైనే నిలుస్తాయి. మీరు గమనిస్తే, ప్రతి బంధంలోనూ ఏదో ఒక కోరిక దాగి ఉంటుంది, కానీ భగవంతుని ప్రేమ అలాంటిది కాదు. భగవంతుని స్థితి పొందాలి అంటే ఆయనను పొందాలి అనే కోరిక తప్ప, మిగతా ప్రాపంచిక కోరికలు ఉండకూడదు.

ప్రాపంచిక కోరికలు లేని స్థితి, బంధాలు, మమకారం తగ్గిన స్థితే భగవంతుని చేరుకునే గొప్ప మార్గం అని ఎంతో మంది గురువులు బోధిస్తున్నారు. అనురాగం, కోరిక, సుఖం, దుఃఖం ఇవన్నీ కూడా బుద్ధికి సంబంధించినవే. వీడు నా మిత్రుడు, వీడు నా శత్రువు, ఇది నాకు కావాలి, ఇది నాకు ఇష్టం, ఇది ఉంటే నాకు సుఖం, ఇది లేకపోతే దుఃఖం అని భావించేది బుద్ధే. అందుకే మీరు బుద్ధి మరియు మనసు స్థితిని దాటితే నిజమైన ఆత్మ స్థితికి చేరుకుంటారు.

కానీ ఇవన్నీ మీ జీవితంలో జరుగుతున్నాయి, అంటే మీరు ఇంకా బుద్ధి స్థితిలోనే ఉన్నారని అర్థం. అందుకే ఈ స్థితిని మీరు ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించుకోవాలి. గురువులు పదే పదే “విచారణ చేయండి” అని చెప్పడానికి కారణం ఇదే. మీ ప్రవర్తన మీకు సరైనదిగానే అనిపిస్తుంది, కానీ విచారణ చేసినప్పుడే మీ తప్పులు, ఒప్పులు మీకు స్పష్టంగా తెలుస్తాయి.

ఇప్పుడు మీరు ఏదైనా కోరుకుంటున్నా, లేదా ఎవరిదైనా

అన్యాయంగా తీసుకున్నా మీలో ఆశ ఉన్నట్టే, సత్వగుణం లోకి రానట్టే. అందుకే పతంజలి మహర్షి అస్తేయం, మరియు అపరిగ్రహం ఉండకూడదని చెప్పారు.

బుద్ధి శుద్ధ బుద్ధిగా మారాలి. పత్రి గారు కూడా "ఖాళీగా ఉంటే వంట చేయండి, ఊరికే తింటే వాళ్లకి రుణపడి నట్టే కదా? అనేవారు. అంతటి గురువు, అంత జ్ఞానాన్ని అందిస్తూ కూడా, ఇతరుల రుణం ఉండకూడదనే భావంతో వంట చేసి వడ్డించేవారు.

ఈ జ్ఞానం పొందడానికి, పరమాత్మను చేరుకోవడానికి ప్రధాన కారణం బుద్ధే. బుద్ధి శుద్ధ బుద్ధిగా మారినప్పుడు మాత్రమే మీరు అందరిలో ఆత్మను చూడగలుగుతారు, ప్రతి జీవిలో కనిపించని ఆత్మ శక్తి పనిచేస్తోంది అని తెలుసుకోవాలి. ప్రతి గొప్ప వ్యక్తి వెనుక కూడా ఆత్మశక్తే కారణం.

గొప్ప వ్యక్తులు ఊరికే గొప్పవాళ్లు కాలేదు. వారు ఎంతో కష్టపడ్డారు, సాధన చేశారు, తమ ఆత్మశక్తిని పెంచుకున్నారు. ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం తెలుసుకున్నప్పుడు, ప్రతి గొప్పతనం వెనుక ఆత్మశక్తే ఉందని అర్థమవుతుంది. జ్ఞానం వల్ల బుద్ధి శుద్ధమవుతుంది. ధ్యానం వల్ల మానవుడు శక్తిమంతుడు అవుతాడు. ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకోవడానికి కూడా శక్తి కావాలి.

సాధన ద్వారా జ్ఞానం పెరిగినప్పుడు, ఆత్మశక్తి పెరుగుతుంది. అప్పుడు ప్రతి పనిని అవలీలగా చేయగలుగుతారు. లోకంలో రెండు రకాల మనుషులు ఉంటారు ఆశావాదులు మరియు నిరాశావాదులు. ఆశావాదులు ప్రతి పనిలో దైవాన్ని చూస్తారు. ఈ పని భగవంతుడు నా ముందు ఉంచాడు, కాబట్టి నేను చేయాలి అని భావిస్తారు.

బుద్ధుడు కూడా నీ ముందు వచ్చిన ప్రతి పని నీ ఎదుగుదల కోసం భగవంతుడు సృష్టించాడు అని భావించాలి అని చెప్పారు. అందుచేత ప్రతి అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి.

ఆశావాదులు గురువు చెప్పిన ప్రతి పని చేస్తూ, ప్రతి నిమిషాన్ని

సద్వినియోగం చేస్తారు. మీ ముందు సమస్య వచ్చింది అంటే, దాన్ని పరిష్కరించే శక్తి కూడా మీలో ఉందని తెలుసుకోవాలి. మీరు త్రికరణ శుద్ధిగా పని చేస్తే దైవ సహకారం కూడా వస్తుంది.

మీరు ఎప్పుడూ "నేను శరీరం కాదు, ఆత్మను" అని గుర్తు ఉంచుకోవాలి. అందుకే గురువులు ప్రవృత్తి మార్గాన్ని చెప్పారు. ఎవరిని ద్వేషించకూడదు, చేతనైనంత సహాయం చేయాలి, మీ శక్తికి మించిన పని అయితే మౌనంగా ఉండాలి. సేవ, సమర్పణ, త్యాగం ఇవి ఆత్మ స్థితికి తీసుకు వెళ్ళే ప్రధాన లక్షణాలు.

మహాభారతంలో ఒక గొప్ప కథ ఉంది. "ధర్మరాజు రాజసూయ యాగం చేసిన తర్వాత సంతర్పణలో చేసినపుడు ముంగీస ఎంగిలి ఆకుల్లో దొర్లిందట. ఆ ముంగిస శరీరంలో సగం భాగం బంగారంలా మెరుస్తుందట. అది చూసిన ధర్మరాజు ఆశ్చర్యపడి, ఈ ఎంగిలి ఆకుల్లో ఎందుకు పొర్లుతున్నావు? అని అడిగాడట.

అప్పుడు ఆ ముంగీస ఇలా చెప్పిందట:

"ఒకసారి నేను ఒక గ్రామంలో తిరుగుతుండగా, అక్కడ ఒక బ్రాహ్మణ కుటుంబాన్ని చూశాను. ఆ కుటుంబంలో భర్త, భార్య, వారి కుమారుడు ఉండేవారు. వారు ఎన్నో రోజులుగా ఆకలితో బాధపడుతున్నారు. ఆ రోజు ఎంతో కష్టపడి కొద్దిగా బియ్యం సంపాదించి అన్నం వండుకున్నారు. ముగ్గురూ తినబోతున్న సమయంలో, ఒక అతిథి వచ్చి 'భిక్షాం దేహి' అని అడిగాడట.

అప్పుడు ఆ కుటుంబ పెద్ద నా భార్య, కుమారుడు క్షేమంగా ఉంటే నాకు చాలు, నా వంతు భోజనం ఈయనికి ఇస్తాను అని ఇవ్వబోతే భార్య కూడా నేను ఇస్తాను అంటే, అప్పుడే కుమారుడు కూడా నేను ఇస్తాను అన్నాడట. చివరకు ముగ్గురూ కలిసి తమకు ఉన్న ఆహారాన్ని ఆ అతిథికి దానం చేశారు. వారు ఇస్తున్నప్పుడు కొన్ని మెతుకులు నేలపై పడ్డాయి, నేను ఆ మెతుకులు

తిన్నాను. వెంటనే నా శరీరంలో సగం భాగం బంగారంగా మారింది.

అప్పుడు నాకు అర్థమైంది వారు చేసిన దానం ఎంత గొప్పదో! ఎందుకంటే వారికి తెలుసు, ఆ ఆహారం తిన్నా కొన్నిరోజులకు తాము ఆకలితో చనిపోవచ్చు అని, అందుకే దానం చేశారు, అందుకే అది గొప్ప దానంగా మారింది. అందుకే ఆ మెతుకులు తిన్న నా సగం శరీరం బంగార రంగుగా మారింది.

అప్పుడు ఆ ముంగిసకు అనిపించిందట ఇలాంటి దానం చేసే వారి దగ్గర మరికొన్ని మెతుకులు తింటే నా మొత్తం శరీరం బంగారు రంగుగా మారిపోతుంది కదా? అనే ఆశతో అన్నిచోట్ల తిరిగి, చివరకు మీ దగ్గరకు వచ్చి ఈ ఆకుల్లో దొల్లడం జరిగింది కానీ నా శరీరంలో మార్పు రాలేదు. దాన్నిబట్టి నాకు అర్థం అయింది ఏమిటి అంటే? ఆ బ్రాహ్మణుడు చేసిన దానం కంటే నువ్వు చేసిన ఈ దానం పెద్ద గొప్పది కాదని.

ఈ కథ మనకు చెప్పే గొప్ప నీతి ఏమిటంటే? దానం అనేది ఎంత ఇచ్చామన్నది కాదు, ఎంత త్యాగంతో ఇచ్చామన్నదే ముఖ్యము. శక్తికి మించి, స్వార్థం లేకుండా, పరుల క్షేమం కోసం ఇచ్చిన దానాన్ని భగవంతుడు అత్యంత ఆనందంతో స్వీకరిస్తాడు.

ఆత్మ స్థితికి ఎదగాలంటే భగవంతుడు మెచ్చే పనులు చేయాలి. సేవ, సమర్పణ, త్యాగం సహజ గుణాలుగా మారినప్పుడు మీరు ఆత్మ స్థితిలో జీవిస్తున్నట్టే. నా పిల్లలు, నా కుటుంబం అనే పరిమిత భావంతో ఉంటే ఇంకా బంధాలలోనే ఉన్నట్టే.

అందుచేత గురువు చెప్పిన జ్ఞానాన్ని బుద్ధిలో నిలుపుకుని, ఆ విధంగా ప్రవర్తించినప్పుడు మాత్రమే ఆత్మ సాక్షాత్కారానికి దగ్గరవుతారు. గురువు సామాన్య వ్యక్తి కాదు, కాబట్టి ఆయన మాటలను ఆచరణలో పెట్టాలి.

మంచి పనులు చేయడానికి బుద్ధి అడ్డుకుంటే అది అశుద్ధ బుద్ధి,

మంచి పనికి ప్రోత్సహిస్తే అది శుద్ధ బుద్ధి. ఇవ్వటంలో ఆనందం పొందగలిగితే బుద్ధి శుద్ధమవుతోంది అని అర్థం. "నాకెందుకులే", "ఇంకా ఇచ్చే వాళ్లు చాలామంది ఉన్నారు" అని పక్కకు తప్పుకుంటే ఇంకా అశుద్ధ బుద్ధిలోనే ఉన్నట్టు. శుద్ధ బుద్ధి వచ్చినప్పుడు సేవ, ప్రేమ, త్యాగం సహజంగా వస్తాయి, ఇవి ఆత్మ సాక్షాత్కారానికి మొదటి మెట్లు.

సాయిబాబా కూడా "ముందు జీవులను ప్రేమించు, తర్వాత సర్వేశ్వరుని ప్రేమించు" అన్నారు, ఎందుకంటే అన్ని జీవుల్లోనూ భగవంతుడే ఉన్నాడు. భగవద్గీతలో కూడా అదే చెప్పారు, **"సర్వ జీవుల మీద ప్రేమ కలిగితే,సర్వేశ్వరుని ప్రేమించినట్టే."** అవసరంలో ఉన్నవారికి సహాయం చేయగలిగితే, మీలో గురువు ఇచ్చిన జ్ఞానం బుద్ధిలో స్థిరపడింది అని అర్థం. మీ బాహ్య ప్రవర్తనే అంతరంలో ఆత్మ దర్శనానికి కారణం అవుతుంది, భగవంతుడు పెట్టే పరీక్ష కూడా ఇదే. అవసరంలో ఉన్నవారిని మీ ముందు ఉంచుతాడు, అప్పుడు మీరు ఎలా స్పందిస్తారో చూస్తాడు. ఆ సమయంలో మీరు సహాయం చేయగలిగితే, మీ బుద్ధి శుద్ధమవుతోంది అని అర్థం. అలా మీ ప్రవర్తన మారినప్పుడే మీరు ఆత్మ దర్శనానికి దగ్గరవుతారు.

ప్రతి నిమిషం "నేను ఆత్మను" అని అనుకోవడం మాత్రమే సరిపోదు ఆత్మగా ప్రవర్తించాలి, బుద్ధిని శుద్ధ బుద్ధిగా మార్చుకోవాలి. ఇలాంటి మంచి లక్షణాలు అలవాటు చేసుకున్నప్పుడు మాత్రమే బుద్ధి శుద్ధమవుతుంది. విశ్వం నుంచి ఎంతో తీసుకుంటున్నారు కాబట్టి, విశ్వేశ్వరుడికి నచ్చే విధంగా జీవించాలి. ముఖ్యంగా ఆయనకు నచ్చేది సర్వ జీవుల మీద ప్రేమ. అది అర్థమైన రోజు, మీరు ఎవరికైనా సహాయం చేయడానికి సిద్ధంగా ఉంటారు.

మీ ఆచరణే భగవంతునికి ముఖ్యం. అందుకే "నేను ఆచరణలో ఎలా ఉన్నాను?" అని మీరు ఎప్పటికప్పుడు గమనించుకోవాలి,

అప్పుడే ఆత్మ సాక్షాత్కారం పొందగలుగుతారు.

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/-

మహాత్ములు ప్రాపంచిక విషయంలో మీకు ఏది ఉన్నా తృప్తిగా జీవించండి, కానీ ఆధ్యాత్మిక విషయంలో మాత్రం అసంతృప్తితో ఉండాలి అన్నారు. కానీ మానవుడు దానికి పూర్తివిరుద్ధంగా జీవిస్తున్నాడు. అసంతృప్తికి కారణం సుఖభోగాలను ఎక్కువగా కోరుకోవడం. ఈ కోరికల రోగం మనసును బాధిస్తుంది. శరీర రోగాలకు మందు వేసుకుంటే తగ్గుతుంది. అలాగే కోరికలకు కూడా జ్ఞానం మరియు ఆధ్యాత్మిక సాధనే మందుగా పనిచేస్తాయి. అందుకే బుద్ధుడు **"ప్రాపంచిక జీవితంలో తృప్తిగా జీవించాలి, ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో మాత్రం అసంతృప్తితో ఉండాలి"** అని చెప్పాడు.

మలయాళ స్వామి వారు **"యోగ జీవితంలో ఉన్నప్పుడు నువ్వు నీ క్రిందవారిని చూస్తే నీ జీవితం తృప్తిగా ఉంటుంది, నీ పై వాళ్ళను చూస్తే నీకు ఎప్పుడూ అసంతృప్తే అని చెబుతారు"**. నశించిపోయే భోగాల వెనుక పరిగెత్తకుండా, యోగంలో నిలబడాలి. తృప్తి అనేది మానవ జీవితంలో గొప్ప వరం, సాధించినా, సాధించకపోయినా తృప్తిగా జీవించగలిగితే సాధన ఎంతో సులభమవుతుంది

రూ.50/-

- బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠ తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి

తటవర్తి వీరరాఘవరావు, రాజ్యలక్ష్మిగార్ల పుస్తకములు

వెబ్‌సైట్ నుండి డౌన్‌లోడ్ చేసుకొనుటకు

ఈ QR codesను google lens లో స్కాన్ చేయండి.

Telugu Books	English Books	Hindi Books	Kannada Books	Tamil Books