ఓం నమోభగవతే శ్రీరమణాయ

రమణ భాస్కర

సంపుటి : 4 సంచిక : 12 పుష్పం : 13 ఎడిటర్ : శ్రీమతి P.H.V. సత్యవతి (హైమ)

(సద్గురు శ్రీనాన్నగారి అనుగ్రహభాషణములు, విశాఖపట్నం, 2-12-98)

ప్రియమైన ఆత్మబంధువుల్లారా,

ఈరోజు అరుణాచల దిపోత్సవం. బ్రహ్మదేవుడికి, విష్ణుదేవుడికి నేను గొప్ప నేను గొప్ప అని అహంభావన కలిగితే వారి అహంభావన తొలగించటం కోసం ఈశ్వరుడు జ్యోతి రూపంలో బ్రహ్మదేవుడికి, విష్ణుదేవుడికి దర్శనమిచ్చినరోజు. బ్రహ్మ విష్ణువుల కోరికపై ఈశ్వరుడు జ్యోతిరూపమును ఉపసంహరించి మొదట గిరిరూపమును, తరువాత లింగరూపమును ధరించాడు. తొలి లింగం అరుణాచల లింగం. లింగం అంటే గుర్తు. భగవంతుడు అనేవాడు ఒకడు ఉన్నాడు అనే గుర్తుకోసం పరమేశ్వరుడు లింగరూపం ధరించాడు. మనహృదయంలో ఈశ్వరుడు ఉన్నాడు. అయితే ఆయన మన మనస్సుకు, వాక్కుకు అందడు. ఎవడివాక్కు నిర్మలం అయ్యిందో శుద్ధమయ్యిందో, ఎవడి మనస్సు నిర్మలం అయ్యిందో పవిత్రం అయ్యిందో పవిత్రమైన మనస్సుకు శుద్ధమైన వాక్కుకు ఈశ్వరుడు అందుతాడు గాని స్థూలబుద్ధి ఉన్నవాడికి అందడు. మనకు స్థూలబుద్ధి ఉంది. స్థూలబుద్ధి ఉన్నవాడికి ఈశ్వరుడు హృదయంలో ఉన్నా ఈశ్వరసాక్షాత్కారము కాదు. మన మనస్సు అణిగి దానికి అంతర్దృష్టి కలిగి అది హృదయంలో ప్రవేశిస్తేనేగాని మనస్సు నశించదు. మనస్సు నశిస్తేనేగాని మనకు సత్యం తెలియదు. సత్యం తెలిస్తేనేగాని మనకు స్వేచ్ఛలేదు, ఆనందం లేదు.

అరుణచల మనుచు స్మరియించువారల
అహము నిర్మూలింతు వరుణాచలా

రమణమహర్షి అక్షరమణమాలలో ఈమొదటి ద్విపదలో అరుణాచలం, అరుణాచలం అని ఎవరైతే నిరంతరము మనస్సులో స్మరించుకొంటున్నారో ఎవరైతే మనస్సులో నిరంతరము ధ్యానించుకొంటున్నారో వారిలో ఉన్న అహంభావనను వెంటనే అరుణాచలేశ్వరుడు తొలగిస్తాడు అని చెప్పవలసినదంతా మొదటి ద్విపదలోనే చెప్పి మిగతా విషయాలు అన్ని వివరంగా మిగతాద్విపదలలో చెప్పాడు. మనం తరించటానికి మొట్టమొదటి ద్విపదచాలు. అరుణాచలాన్ని స్మరిస్తే చాలు, ముక్తికలుగుతుంది. మనమనస్సులో దోషాలు ఉంటే స్మరించాలనే బుద్ధి కూడా కలుగదు. భగవంతుడు చెప్పిన ప్రతీమాట సత్యమే. కాని మనవాసనల యొక్క వేగం ఆమాటలను అర్థం చేసుకోనివ్వదు. మనవాసనలు మనలను భ్రాంతిలోపెడతాయి. అప్పడు మనతలంపులే నిజం అనిపిస్తాయి, భగవంతుడు చెప్పినది అనిజం అని మనకు అనిపిస్తుంది. ఇది మన మనస్సులో ఉన్నదోషం. ఎంతో కృషిచేస్తేనేగాని భగవదనుభవం కలుగదు కాని నన్ను శారీరకంగాను, మానసికంగాను ఇబ్బందులకు గురిచేయకుండా నాఅహంభావనను

తీసుకొని నీస్వరూపాన్ని నాకు ఇచ్చావు. భక్తుడి పట్ల నీకు ప్రేమ, దయ, వాత్సల్యం ఉన్నాయి కాబట్టి నీవు ఇలా చేసావు అని అరుణచలేశ్వరుడితో భగవాన్ అన్నారు. అరుణాచలాన్ని లాంఛనంగా స్మరించటం వేరు, లోపల హృదయంలో నుండి స్ఫురణ కలగటం వేరు. మనహృదయంలో నుండి ఆస్ఫురణ కలిగితే ఈజన్మలోనే తరిస్తాము.

ద్వైవమనుచు నిన్ను దరిజేరగా నన్ను
పూర్ణనాశమొనర్చి తరుణాచలా

నేను ద్వైతబుద్ధితో నిన్ను సమీపించగ, నీవు దేవుడవని నీదగ్గరకు వస్తే నీవు ఏమి చేసావు అంటే నాలోని ద్వైతబుద్ధిని తొలగించి అద్వైత బుద్ధిని కలుగజేసి అమృతత్వమును నాకు అనుభవంలోనికి వచ్చేటట్లు చేసావు.

ఎక్కువగా మాట్లాడటం వలన, అనవసరమైన మాటలు మాట్లాడటం వలన మనస్సు విజృంభిస్తుంది. మాటలు మితంగా మాట్లాడటంవలన, హితవుగా మాట్లాడటంవలన అది మనోనిగ్రహానికి సహకరిస్తుంది. మనోనిగ్రహం సాధించాలంటే ఎక్కువ ఆలోచించి తక్కువ మాట్లాడటం మంచిది. అరుణాచలం శాంతినిచ్చేకొండ, జ్ఞానాన్ని ఇచ్చేకొండ. అరుణాచలాన్ని స్మరించటం వలననే అద్వైతసిద్ధి కలుగుతుంది. ఓఅరుణాచలేశ్వరుడా! నీవు చిరకాలం ఉండాలి. ఇలాంటి శరీరాలు ఎన్నో వస్తూ ఉంటాయి, పోతూ ఉంటాయి. నీవుచిరకాలం ఉండి ఎవరైతే నిన్ను స్మరిస్తున్నారో ఆజీవికోటినందరిని తరింపచేయవలసిన బాధ్యత నీమీద ఉంది అని అక్షరమణమాలలో రమణమహర్షి అరుణాచలేశ్వరుని ప్రార్థించారు.

ఇప్పుడు మనం ప్రపంచానికి దగ్గరగా ఉన్నాము, జీవలక్షణానాలకు దగ్గరగా ఉన్నాము. దేవునికి దూరంగా ఉన్నాము. సత్పురుషుల సాంగత్యం మనలను ప్రపంచానికి దూరం చేస్తుంది, దైవానికి దగ్గర చేస్తుంది. సత్పురుషుల సహవాసం వలన మనలో ఉన్న పునర్జన్మవాసనలు నశిస్తాయి. పవిత్రమైన గ్రంధాలు చదవటంవలన నీకు పవిత్రమైన ఆలోచనలు వస్తాయి. పరమపవిత్రులతో సాంగత్యంవలన వారినుండి వచ్చేశక్తి తరంగాలు, కాంతి తరంగాలు నీబుద్ధి మీదపనిచేస్తాయి, దానిని భగవంతునివైపుకు త్రిప్పతాయి. కళ్ళతో చూసే విషయాలలో, చెవులతో వినేవిషయాలలో, చేసే స్నేహాల విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అవసరంలేని విషయాలు ఆలోచిస్తూఉంటే, మాట్లాడుతూఉంటే అహంభావన పూర్తిగా మనలను ఆక్రమించుకొంటుంది. నీకు వచ్చే తలంపులు, నీవు చేసేపని, నీవు మాట్లాడేమాట బంధంలోనుండి విడుదలపొందటానికి సహకరించాలి. మనలో ఉన్న బలహీనతలు పూర్తిగా తొలగేవరకూ జన్మలు వస్తూనే ఉంటాయి. భగవంతుడు జన్మలు ఎందుకు ఇస్తున్నాడు అంటే మనలోని బలహీనతలు తొలగించుకోవటానికే జన్మలు ఇస్తున్నాడు. నీవు పెద్దపెద్ద సాధనలు చేయలేకపోయినా సత్పురుషులతో సహవాసంవలన నీలోని వాసనలు నశిస్తాయి.

ఇప్పుడు దేహము నేను అనే భావన నీకు ఎంతబలంగా ఉందో ఆత్మవిచారణచేస్తే ఆత్మను నేను అనే భావన నీకు అంతబలంగా కలుగుతుంది. ఇందులో సందేహం లేదు, చేసిచూడు అంటున్నారు. నీహృదయంలో సత్యవస్తువు ఉంది. నీకుయుక్తుల నుండి, దురలవాట్లనుండి విడుదల పొందితే లోపల ఉన్న వస్తువు సహజంగా నీకు వ్యక్తమవుతుంది. మనస్సు, మాట,

చేత ఇవి మూడూ నిదానంగా ఉండాలి. అప్పుడు ఈశ్వరానుగ్రహానికి పాత్రులవుతారు. ఎప్పుడైతే ఈశ్వరానుగ్రహానికి పాత్రులయ్యారో అప్పుడులోపల ఉన్నవస్తువు నీకు స్వరూపంగా వ్యక్తమవుతుంది. ఎవరిని చూసి అసూయపడవద్దు. అలా అసూయపడితే అదే మనకు ఎదురువస్తుంది. ఏదో ఒకమంచి గుణాన్ని మీరు ప్రాక్టీసు చేయండి. మిగిలిన మంచిగుణాలు అన్నీ వచ్చేస్తాయి. గీతాసారమును రెండు ముక్కలలో చెప్పండి అని ఒకరు భగవాన్‌ను అడిగారు. దేహప్రారబ్ధమును బట్టి ఒకోమనిషికి ఒకో పనిని భగవంతుడు ఇస్తాడు. నీవు చేసే పనిని అయిష్టంగా చేయవద్దు. ఇష్టంగా ప్రేమతో చెయ్యండి. అలాచేస్తే పాతవాసనలుపోతాయి, క్రొత్త వాసనలు రావు అని భగవాన్‌చెప్పారు. అలా చేయటం వలన నీవు చేసేపని మోక్షం పొందటానికి సహకరిస్తుంది. నిష్కామకర్మవలన భక్తి కలుగుతుంది. ఎప్పడైతే భక్తి కలిగిందో జ్ఞానం కలగటానికి అది సహకరిస్తుంది. ఎప్పడైతే జ్ఞానం కలిగిందో అప్పడు ఈశ్వర స్వరూపమును పొందుతావు. అందువలన చేసే పనిని ఇష్టంగాచెయ్యి, నేను చేస్తున్నాను అనే భావన లేకుండా చెయ్యి. కర్మఫలాన్ని ఆశించవద్దు. కర్మఫలాన్ని ఆశిస్తే పునర్జన్మ వచ్చితీరుతుంది. కొంతమంది పని తప్పించుకోవటానికి చూస్తారు. ఏపని అయితే మనం తప్పించుకొంటున్నామో వచ్చే జన్మలో ఆపనే మనకు భగవంతుడు అప్పగిస్తాడు. ఇది జ్ఞాపకం పెట్టుకోండి.

సద్గురు శ్రీనాన్నగారి అనుగ్రహభాషణములు, విశాఖపట్నం 3-12-98

రమణమహర్షికి బాహ్యంగా గురువు లేడు. కాని ఆయనకు అరుణాచలేశ్వరుడే గురువు. గురువు అవసరంలేదు అని ఆయన దగ్గర ఎవరైనా అంటే మీకు అవసరం లేకపోవచ్చు ఇతరులకు గురువు అవసరంలేదు అని మీకు ఎలా తెలుసు అనేవారు. గురువు వలన మనకు గైడెన్స్ వస్తుంది. అక్షరమణమాలలో రమణమహర్షి అరుణాచలేశ్వరుని ప్రార్థిస్తూ అనేకద్విపదలు చెప్పారు. ఆద్విపదలు ఆయనకు ఎందుకు. జగత్తు, జీవుడు, ఈశ్వరుడు మనోకల్పితములు అని చెప్పిన రమణాచార్యుడికి ఈద్విపదలు అక్కరలేదు. ఇవి మనకోసం చెప్పబడ్డాయి.

కుట్రమంతయు గోసి గుణముగ పాలించు
గురు రూపమై వెలుగరుణాచలా

నాలోని కుట్రను అంటే దుర్గుణాలను తొలగించి నన్ను సద్గుణాలతో అలంకరించు అని అరుణాచలేశ్వరుని ప్రార్థించారు. భగవంతుని స్మరించటం వలన మనలో ఉన్న దుర్గుణాలను ఆయన తీసేసుకొంటాడు. మోక్షస్థితిని పొందటంకోసం మనలో అడ్డుగా ఉన్న జీవలక్షణాలను, మన మనస్సులో ఉన్న వికారములను తొలగిస్తాడు. మనలను సద్గుణాలతో దైవీసంపదతో అలంకరిస్తాడు.

మనం పనులు చేస్తాము వాటిని తలపెట్టుకొంటూ ఉంటాము. అలా గుర్తుపెట్టుకోవటం వలన అహంభావన పెరుగుతుంది. మంచిచేయాలి, చేసి మర్చిపోవాలి. అప్పడు ఇహం వస్తుంది, పరం వస్తుంది. ఏదైనా ఒక మంచిపని గౌరవం ఆశించిచేసారు అనుకోండి గౌరవం వస్తుంది.

అదే పనిని గౌరవం ఆశించకుండా కేవలము మంచి మంచి కోసమే చేస్తే గౌరవం వస్తుంది, ఈశ్వరుని కృపకు పాత్రులవుతారు. అది మీరు మోక్షం పొందటానికి సహకరిస్తుంది. మనం ఆత్మను ధ్యానం చేయటం లేదు, గురువును ధ్యానం చేయటం లేదు. నిరంతరము దేహాన్ని, మనస్సును ధ్యానం చేస్తున్నాము. నిరంతరము మనస్స చుట్టూ, దేహంచుట్టూ తిరుగుచున్నాము. నీకు దేహబుద్ధి ఉన్నంతకాలం ఉన్నది ఒక్కటే అయినా అనేకంగా నీకు కనిపిస్తూ ఉంటుంది. ఏకత్వమే నీకు అనేకత్వంగా కనిపిస్తుంది, ద్వైతం వచ్చేస్తుంది. నీకు ఆత్మబుద్ధి కలిగితే ఉన్నది ఉన్నట్లుగా నీకు వ్యక్తమవుతుంది. నిన్ను నీవు చూసుకొని లోకాన్ని చూడు అనేవారు భగవాన్. నీవు ఎవడో నీకు తెలిసిన తరువాత లోకాన్ని చూస్తే లోకం నీకు భిన్నంగా కనబడదు. నీహృదయంలో ఉన్న వస్తువే లోకానికి కూడా ఆధారంగా ఉంది అని నీకు తెలుస్తుంది.

మనకు నేను అనే తలంపు తెలుస్తోంది. దానిమూలం తెలియటం లేదు. నేను అనే తలంపును ఉపసంహరించి దానిని మూలంలో స్థిరంగా ఉంచగలిగితే నేను అనే తలంపు నశిస్తుంది, నిజమైన నేను నీకు వ్యక్తమవుతుంది. మనం నేను, నేను అనేది నిజంకాదు అది ఒక తలంపు మాత్రమే. మీకు గర్వం రావచ్చు, అసూయ రావచ్చు, దుఃఖం రావచ్చు, పొంగు రావచ్చు ఇవి అన్నీ తలంపులే. జీవితం అంతా తలంపుల మయం. మనకు ఏతలంపు వస్తే అప్పడు అది ఒక్కటే నిజం అని అనిపిస్తుంది. మిగిలినవన్నీ అసత్యం అనిపిస్తుంది. నీహృదయంలో సత్యవస్తువు ఉన్నప్పటికీ నీతలంపుల యొక్క వేగము వలన వస్తువు నీకు తెలియటం లేదు కాని అది లేకపోవటం వలన కాదు అన్నారు భగవాన్. మనుషులమధ్య రకరకాల విబేధాలు ఉంటాయి. ఆవిబేధాలు జ్ఞాని గమనించినప్పటికి అవితాత్కాలికమైనవి, ఇవి అన్నీ తలంపులే, ఇవి మనోదేహా ములకు పరిమితమైనవి ఇవి నిజం కాదు అని ఆయనకు తెలుస్తూ ఉంటుంది. మనోదేహము లను దాటి అంతిమసత్యాన్ని జ్ఞాని చూస్తూ ఉంటాడు. అందువలన ఏవిధమైన వికారము కలుగదు. ఇప్పడు మనం సుఖం కోసం బాహ్యమైన వస్తువులమీద, వ్యక్తుల మీద ఆధారపడి ఉన్నాము. కాని జ్ఞాని అనుభవించే సుఖం స్వతంత్రమైనది అందువలన బాహ్య పరిస్థితులు అనుకూలంగా ఉన్నా, అనుకూలంగా లేకపోయినా, వస్తువులు ఉన్నా లేకపోయినా అతని సుఖానికి భంగం లేదు. ఎన్నో మార్పులమధ్యన మారని వస్తువు ఒకటి మీహృదయంలో ఉంది. జ్ఞాని దానినే చూస్తూ ఉంటాడు. లోకం మారిపోతోంది, పరిస్థితులు మారిపోతున్నాయి, మనుషులు మారిపోతున్నారు అని చెపుతూ ఉంటారు. ఇవి అన్నీ మనస్సుకే పరిమితం. మారని వస్తువు ఒకటి, స్థిరమైన వస్తువు ఒకటి మనహృదయంలోఉంది. అది నీమనస్సుకు ఆధారంగా ఉంది. ఆవస్తువు నీకు వ్యక్తమయినప్పడు ఆవస్తువే అంతటా ఉంది, దానికి జనన మరణములు లేవు, దానిస్వరూపమే శాంతి, ఆనందం అని నీకు తెలుస్తుంది.

మీరు ఎప్పడు వచ్చినా ధనవంతుల ఇంటి దగ్గరే ఉంటున్నారు. మాఇంటికి రాకూడదా అని స్వామిశివానందను ఒకరు అడిగారట. తప్పనిసరిగా వస్తాను. వస్తే నన్ను భరించగలవా. అన్నారట స్వామి శివానంద. ధనవంతుల ఇంటిదగ్గర ఉంటే వారిమీద ప్రేమ ఉందని, నీమీద ప్రేమలేదు అని నీవు అనుకొంటున్నావు. ఈసారి వచ్చినప్పడు మీఇంటికే వస్తాను నాకూడ జనం వస్తారు భరించగలవా. మీరు భరించలేరు కాబట్టి రావటంలేదు అంతేగాని మీమీద

ప్రేమలేకపోవటంకాదు. జ్ఞాని హృదయం అర్థం చేసుకోవటం కష్టం. ఒకవేళ అర్థం చేసుకోవటానికి ప్రయత్నించినా మన అజ్ఞానాన్ని తీసుకొని వెళ్ళి ఆయనకు రుద్దుతాము. జపం చేయటం, ధ్యానం చేయటం, విచారణ చేయటం ఇవి అన్నీ సాదనలు అని మనం అనుకొంటున్నాము. ఇవి అన్నీ మంచివే. Bear insult and bear injury that is the highest sadhana అన్నారుస్వామి శివానంద. నిన్ను ఎవరైనా అవమానపరిస్తే భరించావు అనుకో, నిన్ను శారీకంగా, మానసికంగా హింసపెడు తున్నారు అనుకో అది భరించగలిగావు అనుకో అది నీవు చేసే జపం కంటే, ధ్యానం కంటే గొప్ప సాదన. కొంతమంది గంటల తరబడి జపం చేస్తారు. ఎవరైనా చిన్న మాట అంటే భరించలేరు. మన క్షేమం కోరేవారు చిన్నమాట అన్నా భరించలేరు ఇంక జపం ఎందుకు చేస్తున్నట్లు, చిన్నమాట కూడా భరించగల సమర్థత నీకు లేనప్పడు ఆత్మజ్ఞానం ఎలా కలుగుతుంది. ఎవరైనా ఏదైనా అంటే భరిస్తున్నారు అనుకోండి. దానివలన సహనం కలుగుతుంది. సహనం వలన హృదయం యొక్క లోతులు పెరుగుతాయి. సహనశక్తి శాంతిని సంపాదించిపెడుతూంది. ఇప్పడు మీరు బయటకు ఎలా చూస్తున్నారో అలా లోపలకు చూడటం నేర్చుకోవాలి. లోపలచూపు అలవాటు పడితే శారీరకంగా, మానసికంగా ఎక్కువ క్షోభకు గురి అవ్వకుండా జ్ఞానాన్ని పొందుతారు.

మనకు ఏది మంచిదో మనకంటే ఎక్కువగా భగవంతుడికి తెలుసు. మనకు భగవంతుడి మీద పరిపూర్ణమైన విశ్వాసంలేదు. అందువలన మనభారాన్ని ఆయనమీద వేయలేకపోతున్నాము. ఆధ్యాత్మికంగా మనందరము చిన్న పిల్లలము. పిల్లవాడిదగ్గర తినేవస్తువులు, బంగారం పెడితే బంగారం ప్రక్కకు గెంటివేసి తినేవస్తువులు తీసుకొంటాడు. మనంకూడా అలాగే ఉన్నాము. మోక్షాన్ని ఎవరూ కోరుకోవటంలేదు చిల్లర విషయాలవైపు చూస్తున్నాము. ఎందుచేతనంటే మోక్షం విలువ మనకు తెలియటంలేదు. నీవు దేహంతో ఎలా తాదాప్యం పొందుతున్నావో అలాగ జ్ఞానిబ్రహ్మంతో తాదాప్యం పొంది ఉంటాడు. నీకు దేహంతో తాదాప్యం ఉంది కాబట్టి దేహం చనిపోయినప్పడు నేను చనిపోతున్నాను అనుకొంటావు. జ్ఞాని బ్రహ్మంతో తాదాప్యం పొందుతాడు. బ్రహ్మకు చావులేదు కాబట్టి తనకు చావులేదు అని స్పష్టంగా అతనికి తెలుస్తూ ఉంటుంది. బ్రహ్మం అంతటా ఉంది కాబట్టి తను అంతటా ఉన్నానని అనుకొంటాడు. దేహం కనిపించకపోయినా తను ఉన్నానని సంగతి వాడికి తెలుస్తూ ఉంటుంది. అది నిజస్థితి. ఎక్కడయితే దయ ఉందో అక్కడ భగవంతుడు ఉంటాడు. దయరాక్షసభావాలను తొలగిస్తుంది. జ్ఞానికి దయ అనేది సహజంగా ఉంటుంది, స్నేహం అనేది సహజంగా ఉంటుంది. మంచివారి పట్ల అప్యాయత కలిగి ఉంటాడు, నిస్సహాయులపట్ల దయ కలిగిఉంటాడు. అందరూ సంతోషంగా ఉంటేవారితో సంతోషంగా ఉంటాడు, దుఃఖపడుతూఉంటే దుఃఖపడతాడు. కాని ఆయన వీటిఅన్నింటికీ అతీతంగా ఉంటాడు. మనం ఊహించే ఊహలకు, మనకు వచ్చే తలంపులకు, మన అలవాట్లకు వీటిఅన్నింటికీ జ్ఞాని అతీతంగా ఉంటాడు. జ్ఞాని స్థితిని పొందటానికి ప్రయత్నం చేయాలిగాని దానిగురించి ఊహించకూడదు. మనం ఊహించటానికి ప్రయత్నంచేస్తే మన ఊహ కొంతదూరం వెళ్ళి వెనక్కి వచ్చేస్తుంది గాని సత్యాన్ని గ్రహించలేదు. నీమనస్సుతో ఆయనను గ్రహించలేవు. నీవు ప్రార్థించగా ప్రార్థించగా నీకు శరణాగతిని ఇస్తాడు. శరణాగతి ద్వారా గతిని పొందింపచేస్తాడు. కర్మఫలాన్ని ఆశిస్తే గతికి దూరమవుతావు అంటే మోక్షానికి

దూరమవుతావు.

నీముక్కులోని గాలిని చూసుకొంటున్నావు ప్రాణాన్ని నియమించుకోవటం కోసం, మనస్సును చూసుకొంటున్నావు మనస్సును కంట్రోలు చేసుకోవటం కోసం, మంచిదే కాని ఈముక్కులోని గాలిని, మనస్సులో ఉన్న తలంపును చూసేవాడిని కూడా అప్పుడప్పుడు చూసుకోవటం నేర్చుకో అన్నారు భగవాన్. ముక్కులోని గాలిని చూసుకోవటం వలన ప్రాణనిరోధం వస్తుంది. మనస్సు లోని తలంపులను కూడా చూసుకో. ఎటువంటి ఆలోచనలు, తలంపులు వస్తున్నాయి అని చూసుకొంటే మనస్సు పల్చబడుతుంది. ఈముక్కులోనిగాలిని, మనస్సును చూసేవాడు నీలోపల ఒకడు ఉన్నాడు. వాడిని చూడటం నేర్చుకొంటే ముక్కులోని గాలి, మనస్సు వాటి అంతట అవే నీఅదుపులోనికి వచ్చేస్తాయి. విగ్రహలను ఆరాధించటంవలన నిగ్రహం వస్తుంది. రాళ్లను,రప్పలను ఆరాధించటం, చెట్లు చూట్టూ తిరగటం కంటే ఒక గురువుతో మానసిక అనుబంధం ఉంటే నీవు తొందరగా తరిస్తావు. రాళ్లను పూజించవచ్చు, యాత్రలకు తిరగవచ్చు, నదులలో మునగవచ్చు. వీటి అన్నింటికంటే ఒకమహాత్మునితో, ఒక మహాగురువుతో మానసిక అనుబంధంవలన ఆధ్యాత్మిక పురోగతి వేగవంతమవుతుంది. వారి సన్నిధానంలో నీవు శాంతి సామ్రాజ్యానికి అధిపతి అవుతావు.

PRINTED & PUBLISHED BY P.S. RAMARAJU AT SHRIRAM GRAPHICS, PALAKOL