కాకపోయినా కొన్ని కోట్ల జనం కంటే మనం మెరుగు. ఎవరో టాటా, బిర్లాలను పోల్చుకొని మనం దారిద్ర్యం అనుభవించవలసిన పనిలేదు. మీకు ఏదైనా కలిగిఉంటే యితరులకు షేర్ చెయ్యండి. భగవంతుడు కొంతమందికి తెలివినిస్తాడు, కొంతమందికి ధనం ఇస్తాడు. భగవంతుడు ఇచ్చిన దానిని సమాజం కోసం కొంత ఉపయోగించండి, అది కూడా కోరిక లేకుండా చేయండి, అప్పడు భగవదనుగ్రహానికి పాత్రులవుతారు.

సద్గురు శ్రీ నాన్నగారి అనుగ్రహ భాషణములు, 18-3-2003, చించినాడ

ప్రియమైన ఆత్మబంధువుల్లారా,

మనం ఈ ప్రపంచంలోనికి వచ్చాము గాని మనం ఎందుకు వచ్చామో ఆపని చేసుకోవటం లేదు, వచ్చిన పని మర్చిపోయాము. మనకు ఆత్మవిశ్వాసం ఉండాలి, అది ముఖ్యం అంతేగాని ఇతరులందరిచేత మంచి అనిపించుకోవాలి అనుకోవటం వలన ఆధ్యాత్మిక పురోభివృద్ధి ఆగిపోతుంది.   మనకు భగవంతుడు ఏపని అయితే ఇచ్చాడో ఆ పనిని శ్రద్ధగా నిండుమనస్సుతో చేసుకొంటూవెళ్ళాలి. మనం ఈ భూమి మీదకు వచ్చిన పనిని మర్చిపోతే మనకు ఇలా దేహాలు వస్తూనే ఉంటాయి. ఒక దొరగారు భగవాన్‌తో మాట్లాడుతూ ఈ ప్రపంచం ఎంత అద్భుతంగా ఉంది, సూర్యుడు ప్రకాశిస్తున్నాడు, చంద్రుడు చల్లదనాన్ని ఇస్తున్నాడు, ఋతువులు మారుతున్నాయి. ఎంత అద్భుతంగా వీటిని సృష్టించాడు. ఆయన సృష్టి ఇంత గొప్పగా ఉంటే ఇంక ఆయన ఎంత గొప్పగా ఉంటాడో అంటున్నారు. భగవాన్ ఏమి చెపుతున్నారు అంటే ఇంతకంటే గొప్పసృష్టినీలోపల జరుగుతోంది. అది చూసుకోవటం మానివేసి బయటకు చూస్తున్నావు. నీకు గాఢనిద్రలో మనస్సు ఇంద్రియాలు పనిచేయటం లేదు. మెలుకువవచ్చేసరికి లోపల ఎక్కడినుండి వస్తోందో తెలియటంలేదు నేను అనే తలంపు వచ్చేస్తుంది. మరల రాత్రి నిద్రపోయేటప్పడు ఈ నేను అనే తలంపు లోపలకు పోతుంది, అది ఎక్కడికి పోతోందో మనకు తెలియటంలేదు. ఈ నేను అనే తలంపు లోపలనుండి బయటకు వస్తుంది, బయటనుండి లోపలకు పోతుంది. నీలోపలఉన్న సృష్టికంటే గొప్పగా ఉందా ఈ బయట సృష్టి? ముందు నీలోపలఉన్న సృష్టిని అర్ధంచేసుకో. భగవాన్‌తో మనం ఎలా మాట్లాడినా, ఎక్కడ మొదలుపెట్టినా మూలతలంపును దాని మూలంలోనికి పంపటానికే ఆయన ప్రయత్నం చేస్తారు.

భగవాన్ దగ్గరకు ఒక అబ్బాయి వచ్చాడు,. మీతో మాట్లాడటానికి వచ్చాను, ఎవరూ లేనప్పడు మీతో మాట్లాడాలి అని చెప్పాడు. అయితే ఎవరూలేనప్పుడు రా అన్నారు భగవాన్. ఎవరూ లేనప్పడు చూసుకుని ఆ అబ్బాయి భగవాన్ దగ్గరకు వచ్చాడు. ఇప్పడు ఎవరూ లేరా అని భగవాన్ అడిగారు. ఎవరూ లేరు, నేను ఉన్నాను అని చెప్పాడు.   ఎవరూ

లేనప్పడు రమ్మని చెప్పాను కదా, మరి నేను ఉన్నాను అంటున్నావు కదా, వాడుకూడా పోయినతరువాత రా అన్నారు భగవాన్. దాని అర్ధం ఏమిటి అంటే నేను ఉన్నాను అంటున్నావు కదా ఆతలంపును కూడాపోగొట్టుకొని రమ్మని చెప్పకుండా చెప్పటం. మిధ్యానేను ఎక్కడయితే నశించిందో అక్కడ ఆత్మగతమైన నేను నీకు స్వరూపంగా వ్యక్తమవుతుంది అని చెపుతారు. మనందరకు ఆనందం కావాలి. ఆనందం ఎందుకు కావాలి అంటే మన స్వరూపమే ఆనందం. దేహప్రారబ్దాన్ని బట్టి ఒకో కాలంలో సంతోషం, ఒకో కాలంలో దుఃఖం వస్తుంది. అదృష్టం వెంటాడుతూ ఉంటే సుఖంగా ఉంటాము, దురదృష్టం వెంటాడుతూ ఉంటే దుఃఖంగా ఉంటాము. మన శరీరం ఎంతనిజమో, మన మనస్సు ఎంతనిజమో మనకు వచ్చే సంతోషం, దుఃఖం కూడా అంతే నిజం. ఇందులోనుండి బయట పడటానికి యోగం అవసరం. మనం సంతోషం వచ్చినప్పడు ఇష్టపడుతున్నాము, దుఃఖం వచ్చినప్పడు వద్దు అనుకొంటున్నాము. కాని ఈ రెండింటిని సమానంగా తీసుకో అని గీతలో పరమాత్మ చెప్పాడు. మీకు ఎప్పడైనా దుఃఖం వస్తే కంగారు పడకండి. దుఃఖం యొక్క అడుగున ఆనందం ఉంది. అర్జునుడికి మొదటి అధ్యాయంలో విషాదం వచ్చింది, ఆ విషాదం జ్ఞానానికి దారి తీసింది. అర్జునుడికి విషాదంలోనుండి విచారణ వచ్చింది, మనకు విషాదంలోనుండి రోగం వస్తుంది. ఎందుచేతనంటే మనకు విచారణ లేదు. విషాదం వస్తే వద్దు, వద్దు అనకండి. ఆ విషాదం ఎవరికి వస్తోంది అని ప్రశ్నించుకొంటే అది కూడా మిమ్మల్ని ఆనందంలోనికి తీసుకొనివెళుతుంది. మనం దైవీసంపదను పెంచుకొంటూ రావాలి. మీరు ఏది కోరుకొంటున్నారో అది చేయాలని ఈశ్వరుడు అనుకోడు. మనకు ఏదిమంచిదో అది చేయాలి అనుకొంటాడు. మనం జ్ఞానం కోరుకోకపోయినా మనలను జ్ఞానం దగ్గరకు తీసుకొనిపోతాడు, వాడే ఈశ్వరుడు. భగవంతుడు కంటే మనలను ప్రేమించేవాడు ఈ సృష్టిలో ఎవరూ లేరు. ఈ లోకంలో అన్ని ప్రేమలకంటే తల్లిప్రేమ గొప్పది అని చెపుతారు కాని నీ ప్రేమ ముందు, నీ దయముందు తల్లి ప్రేమ ఏపాటిది అంటారు అక్షరమణమాలలో భగవాన్. భగవాన్‌తో ఒకరు మాట్లాడుతూ నేను పూర్వజన్మలో ఏదైనా పుణ్యం చేసానా అని అడిగారు. నీవు పూర్వజన్మలో ఏమీ చెయ్యకపోతే ఇక్కడకు ఎందుకు వస్తావు, పూర్వ జన్మలో ఎంతోకొంత పుణ్యం చేయకపోతే ఇక్కడకు రావాలనే సంకల్పం కూడా నీకు రాదు, నువ్వు పూర్వజన్మలో చేసిన పుణ్యమే నిన్ను ఈ సన్నిధానంలోనికి తీసుకొని వచ్చింది, అది దైవీసంపద. మూలతలంపు దాని మూలంలోనికి ఉపసంహరింపబడటానికి దైవీసంపద నీకు సహకరిస్తుంది. నీ హృదయంలో సత్యం ఉంది. నేను పుట్టాను అనుకొనేవాడికి అది తెలియబడదు. నేను చనిపోతున్నాను అనుకునేవాడికి అది తెలియదు. శరీరం చనిపోతున్నప్పటికి నేను చనిపోవటం లేదు అని ఎవరికైతే అనుభవంలోనికి వచ్చిందో వాడికి సత్యం తెలియబడుతుంది. శాస్త్రవాసన తగ్గించుకో. శాస్త్రాన్ని ఎంతవరకు

ఉపయోగించుకోవాలో అంతవరకు ఉపయోగించుకో. అందరూ నన్ను మంచివాడు అనుకోవాలి అని అనుకొంటే నీవు సత్యానికి దూరమవుతావు, లోకానికి దగ్గరవుతావు. లోకానికి దగ్గరవటమే కాదు ఆజన్మకు ఆజన్మ లోకవాసన పెరిగిపోతుంది. ఎవరు ఎన్ని శాస్త్రాలు చదివినా ధర్మాన్ని ఆచరించకపోతే లోపలఉన్న అమృతత్వం నీకు తెలియదు. ధర్మాన్ని ఆచరించాలంటే ఇష్టాయిష్టాలు తగ్గించుకోవాలి. రాగద్వేషముల కారణంగానే మనస్సు బాహ్యాముఖానికి వెలుతుంది. నీ లోపల ఒక్కవాసన ఉన్నా హృదయగుహలో ప్రవేశించలేవు. పుట్టినవాడు చనిపోతాడు, చనిపోయినవాడు పుడతాడు, చేసినవాడు అనుభవిస్తాడు. దేహం పుట్టింది, అది చనిపోతుంది, అహంకారం చేసింది అది అనుభవిస్తుంది. వీటి గోల నీకు ఎందుకు. నువ్వు ఎలాగ ఉన్నావో అలాగ ఉండు. నువ్వు దేహంగా, మనస్సుగా ఉన్నాను అనుకొన్నప్పడు కూడా నువ్వు బ్రహ్మాస్వరూపమే. దేహమే ఆత్మ అనుకొంటున్నావు. దేహాత్మబుద్ధిలోనుండి బ్రహ్మాత్మ బుద్ధిలోనికి మళ్ళటమే మన సాధన యొక్క ప్రయోజనం. ఇప్పడు మనకు నేను అనేటప్పటికి దేహము గుర్తుకు వస్తుంది. నేను అనేటప్పటికి బ్రహ్మం స్ఫురించాలి. ఇటువైపునుండి అటువైపుకు మనస్సును మళ్ళించటమే సాధన యొక్క ప్రయోజనం. దేహాత్మబుద్ధిలోనుండి బ్రహ్మాత్మబుద్ధిలోనికి మళ్ళించటంకోసం మనం పూజ, జపం, ధ్యానం చేస్తున్నాము. దీనికి గురువుఅనుగ్రహం అవసరం. సంకల్ప వికల్పాలు ఎప్పడైతే నశించామో అప్పడు నీకు మనస్సు నశిస్తుంది. మనస్సు నశిస్తే నీవు నశించవు. ఎక్కడైతే మనస్సు నశించిందో అక్కడ సత్యం నీకు స్వరూపంగా గోచరిస్తుంది.

ఈశ్వరుడు ఉన్నాడు అనే విశ్వాసం మనకు ఉంటే, శ్రద్ధ మనకు ఉంటే, మనకు ఉన్న విశ్వాసం, శ్రద్ధ నిజమైతే అన్ని సుగుణాలు వచ్చి మనల్ని వరిస్తాయి. ఆత్మానుభవం పొందడానికి సుగుణాలు మనకు సహకరిస్తాయి. మేము చాలా బాగా జీవిస్తున్నాము, చాలా మంచివారము అని మీరు అనుకోవటం వలన ఏమీ ప్రయోజనం లేదు. మీ మంచితనం గాని, మీ నైతికవిలువ గాని మీ ఆలోచనను పెంచలేదు అనుకోండి, ఆమంచితనం వలన ఏమీ ప్రయోజనం లేదు. మీలో ఏదైనా ఔన్నత్యం ఉంటే అది మీ ఆలోచనను చంపేదిగా ఉండకూడదు, మీ ఆలోచనను పెంచేదిగా ఉండాలి. నీకు ఉన్న మంచితనం,నైతికవిలువలు, సమర్థత, ఇవన్నీ నిజమైతే అవి నీ ఆలోచనను పెంచాలి, నీ వివేకాన్ని పెంచాలి, నీ ఆలోచన అమృతత్వం పొందటానికి దారితీయాలి, నన్ను గుహలో కూర్చొని ధ్యానం చేసుకోమంటారా లేకపోతే లోకానికి సేవచేయమంటారా ఏది మంచిది అని ఒకరు భగవాన్‌ను అడుగుతున్నారు. రెండూ మంచివే. నీకు నచ్చిన మార్గం పట్టుకొని నువ్వు ప్రయాణం చేస్తే మిగతావి అన్ని అందులో కలిసిపోతాయి. నువ్వు చేసే లోకసేవ నిజం అనుకో ధ్యానం చేయటం వలన వచ్చే ఫలితం కూడా అందులో వచ్చేస్తుంది. నువ్వు

చేసే ధ్యానం నిజం అనుకో లోకసేవ చేయటం వలనవచ్చే ఫలితం ధ్యానంలో వచ్చేస్తుంది. నిన్ను నీవు బాగుచేసుకోవటం లేదు ఇంక లోకాన్ని ఏమిబాగుచేస్తావు. నీ బాగులోనే లోకంయొక్క బాగు ఉంది. నువ్వు ఎంతవరకు బాగుచేసుకొంటే లోకం అంతవరకు బాగుపడుతుంది. నీకు ఎన్ని తలంపులు వచ్చినా కంగారుపడకు. ఈ తలంపులు అన్నీ ఎవరికి వస్తున్నాయి, నేనుకు వస్తున్నాయి. ఆ నేను కూడా ఒకతలంపే. ఆ నేనును ప్రశ్నించటం వలన అది దాని మూలంలోనికి ఉపసంహరింపబడుతుంది, దాని మూలాన్ని చూసినవెంటనే అది నశిస్తుంది, అది నశించిన వెంటనే నీలో ఉన్న అమృతత్వం నీకు తానుగా వ్యక్తమవుతుంది. బాహ్యాముఖంగా విజృంభిస్తున్న మనస్సుకు లోచూపు కలుగజేసేవారు భగవాన్. మనస్సుకు లోచూపు కలుగకపోతే వాడికి ఆత్మజ్ఞానం కలుగదు.

నేను పూజ, జపం, ధ్యానం చేస్తున్నాను. నాకు అమృతానుభవం కలగటానికి ఇవి సరిపోతాయా లేక గురువు అనుగ్రహం కూడా కావాలా అని అడుగుతున్నారు. కావలసింది అది ఒక్కటే, మిగిలినవన్నీ రెండవ పక్షం అన్నారు. నీ మనస్సును లోపలకు మళ్ళించేది గురువు అనుగ్రహమే. గురువు అనుగ్రహం అత్యంత బలీయమైనది. అహంభావన అనే ఏనుగు గురువు అనుగ్రహం అనే సింహానికి మాత్రమే లొంగుతుంది. అమృతానుభవం పొందాలనే జిజ్ఞాస నీకు బలంగా ఉంటే తలంపులన్నీ పోతాయి. మనకు ఉండవలసినంత సహనం, ఓర్పులేదు. సహనంలోనుండి శక్తి కలుగుతుంది. పరమాత్మలోనుండి నీకు ఆనందం అందుతూ ఉంటే, ఆ ఆనందానుభవంలో నూటికి నూరుపాళ్ళు నీకుతృప్తి కలుగుతూ ఉంటే, అలా పరమాత్మలో నీవు స్థిరపడిఉంటే వాడినే జ్ఞాని, స్థితప్రజ్ఞుడు అంటారు. గజేంద్రుడిని మొసలి పట్టుకొంది, చాలాకాలం దానితో పోరాడాడు. చివరకు నేను నిస్సహాయుడను, నన్ను రక్షించు అని విష్ణువుని ప్రార్థిస్తాడు. అప్పడు విష్ణువు వచ్చి మొసలిని సంహరిస్తాడు. ఇప్పడు నీకు సంతృప్తి అయ్యిందా అని గజేంద్రుడిని అడుగుతాడు. అప్పడు గజేంద్రుడు ఈ దేహం ఏదో రోజు చనిపోతుంది, ఈ దేహంతో ఏనేను అయితే తాదాప్యం పొందుతోందో అందులో నుండి నన్ను విడుదలచెయ్యి అప్పడుకదానాకు మోక్షం అని ప్రార్థిస్తాడు. గజేంద్రుడిని ఒకటచ్‌చేస్తే చాలు ఆయన పని పూర్తి అయిపోయింది. దేహానికి సంబంధించిన, లోకానికి సంబంధించిన, శాస్త్రానికి సంబంధించిన తలంపులు ఎంతకాలం అయితే ఉన్నాయో అంతకాలం నువ్వు విచారణ విడిచిపెట్టకు. ఈ శరీరానికి వచ్చిన రోగంలో నుండి విడుదల అవ్వటానికి మనం ఎంత సిన్సియర్‌గా ప్రయత్నం చేస్తామో అజ్ఞానం అనే రోగంలో నుండి విడుదల పొందటానికి అంత సిన్సియర్‌గా ప్రయత్నం చేస్తే దానిలోనుండి విడుదల పొందుతాము.

నేను బాధపడిపోతున్నాను, మీరు ఏవో వేదాంతం మాటలు చెపుతున్నారు, నా

బాధ తగ్గటం లేదు అని ఒకరు భగవాన్‌తో చెపుతున్నారు. ఆ బాధ నీది కాదురా, భగవంతుడిది అన్నారు. ఈ బాధ నాది కాదు, భగవంతుడిది అనుకో నీకు వెంటనే సమస్య పరిష్కారం అయిపోతుంది అని చెప్పారు. భగవంతుడు తన శరీరంకంటే భక్తుడి శరీరాన్ని బాగా చేసుకొంటాడు, వాడే భగవంతుడు. నాకు బాధ అంటున్నావు, అసలు నువ్వు అంటూ ఉన్నావా? అసలు నువ్వే లేవు ఇంక నీకు బాధ ఏమిటి? ఈ మాట మీకు జీర్ణం అవ్వాలి. మనం శ్రవణం చేస్తున్నాము గాని మనకు ఆమాట జీర్ణం అవ్వాలి, మన అవగాహనకు అందాలి అప్పుడు దాని వైభవం మనకు తెలుస్తుంది, ఆశబ్దం యొక్క విలువ, దాని బరువు మనకు తెలుస్తాయి. శబ్దం పరమేశ్వరుడు, అర్థం పార్వతీదేవి, పార్వతీ పరమేశ్వరులను మనం సమానంగా ప్రేమించాలి, బేధం పెట్టుకోకూడదు. మనం ఏదైతే అవునో దానిని విడిచిపెట్టి మనస్సు విషయాలను చింతిస్తూ ఉంటే మనకు తగినంత వైరాగ్యం లేదు అని మనలను మనం అంచనా వేసుకోవాలి. జ్ఞానసముపార్జనకు వైరాగ్యం, అభ్యాసం ఇవి రెండూ ముఖ్యం. మీరు పాయసం నోట్లో పోసుకున్నప్పుడు పాయసాన్ని ఎలా ఎంజాయ్ చేస్తున్నారో అలా ఈ మాటలను ఎంజాయ్ చెయ్యాలి. మీరు ఎంజాయ్ చేయకుండా ఇతరులకు చెప్పినా ప్రయోజనం లేదు. జీవన్ముక్తుడు అంటే వాడికి భూతకాలం స్మృతి ఉండదు, భవిష్యత్ గురించి గాలి మేడలు కట్టటం అసలే ఉండదు, వర్తమాన కాలంలో భోగం వచ్చినా, రాకపోయినా అసలు వాటి మీద ధ్యాసే ఉండదు వాడు జీవన్ముక్తుడు. ఈ దేహం చనిపోయినప్పుడు మనస్సు కూడా చనిపోతే బాగుండును కాని మనస్సు చావటం లేదు, పునర్జన్మ వస్తోంది ఈ గోల ఏమిటి అని ఒకరు భగవాన్‌ను అడుగుతున్నారు. ఈ శరీరం మరణించేలోపు నీ మనస్సు తనస్వస్థలం అయిన హృదయంలో స్థిరపడితే ఇంక నీకు పునర్జన్మతో పనిలేదు. మనస్సులో వికారాలు ఉన్నంతసేపు దానికి ట్రైనింగ్ కావాలి. ట్రైనింగ్ పొందటం కోసమే ఈ శరీరం భూమిమీదకు వచ్చింది. వచ్చిన పని పూర్తి అయిపోతే ఇంక రాకపోకలతో పనిలేదు. వచ్చిన పని పూర్తి అవ్వకపోతే మరల శరీరాలు ధరించాలి. జీవితం అంటే అన్నంతినటం, బట్టలు కట్టటం అని అనుకొంటే పరమార్థం అందదు. అమృతత్వాన్ని అనుభవంలోనికి తెచ్చుకోవటానికి మనం ఈ భూమి మీదకు వచ్చాము. వచ్చిన పనిని పూర్తిచేసుకోవటానికి ప్రయత్నం చేయాలి. ఎవరైనా మంచి మాటలు చెపితే వినవచ్చు కాని నీ మనస్సు యొక్క స్వతంత్రతను పోగొట్టుకోవద్దు, బానిసగా ఉండవద్దు. స్వతంత్రతను పోగొట్టుకొంటే సత్యాన్వేషణబుద్ధి తగ్గిపోతుంది.

సద్గురు శ్రీ నాన్నగారి అనుగ్రహభాషణములు, 12-3-03, జిన్నూరు

ప్రియమైన ఆత్మబంధువుల్లారా,

అహంవృత్తి లేకుండా జీవించటమే తపస్సు. మనం తినే ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మనం తినే ఆహారమే మనస్సు క్రింద మారుతుంది. తినే ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉంటే మన మనస్సు స్వాధీనంలో ఉంటుంది. సాధనకు శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక ఆరోగ్యం అవసరం. మనకు కారు ఉంటే అవసరమైనప్పుడు ఉపయోగించుకొంటాము అంతేగాని ఆకారు మనం కాదు. ఎక్కడికైనా వెళ్ళటానికి కారును ఎలాగ ఉపయోగించుకొంటావో, నీలోపల ఉన్న ఆనందాన్ని అందుకోవటానికి నీ దేహాన్ని అలాగ ఉపయోగించుకో. కాని దేహమే మీరు అని కూర్చుంటే చివరకు చీకటి లోకాలు మిగులుతాయి. మనం పూజలుచేసినా, జపంచేసినా, ధ్యానం చేసినా వాటి ద్వారా మనం స్వచ్ఛత, సమర్థత, ఏకాగ్రత సంపాదించుకోవాలి. మన మనస్సును స్వచ్ఛంచేసుకోవాలి. మనం ఏపని చేసినా సమగ్రంగా చేయాలి. ధ్యానం వలన మనకు ఏకాగ్రత రావాలి. ఏకాగ్రత లేనివాడు జీవితంలో ఏదీసాధించలేడు. ఉన్నది ఈశ్వరుడు ఒక్కడే. రమణమహర్షి ద్వారా అనుగ్రహం వచ్చినా, రాముడి ద్వారా అనుగ్రహం వచ్చినా, రామకృష్ణుడిద్వారా అనుగ్రహం వచ్చినా ఈసృష్టికి అంతకు యజమాని ఎవరో అక్కడ నుండే అది వస్తోంది. మీకు దుఃఖ కారణం బయటలేదు, మీలోపల అహంభావన రూపంలో ఉంది. అహంభావన అంటే కోపంకాదు. అహంభావనకు ఇష్టం, అయిష్టం, కోరిక, కోపం వస్తుంది. అసత్యాన్ని మీరు సత్యం అనుకొన్నంతకాలం మిమ్మల్ని దుఃఖం విడిచిపెట్టదు. ఆత్మజ్ఞానసముపార్జనకు విచారణమార్గం, కర్మమార్గం, భక్తి మార్గం ఇలా అన్ని మార్గాలు మంచివే అయితే నీవు ఏమార్గాన్ని అనుసరిస్తున్నావో ఆ మార్గంలో త్రికరణశుద్ధిగా నడవాలి. మనం అసలు శరీరరహితులం, లోకరహితులం, మనోరహితులం మీరు నోటితో చెప్పే ఈ మాట ఏ జన్మలో అయితే మీకు అనుభవంలోనికి వస్తుందో అప్పుడు పునర్జన్మలు అనే జబ్బులో నుండి విడుదల పొందుతారు. రోడ్డుమీద ఉన్న మురికి కంటే ఎక్కువ మురికి మన మనస్సులో ఉంది. మనం రోడ్డుమీద ఉన్న మురికి గురించి ఆలోచిస్తాము కాని మన మనస్సులో ఉన్న మురికిని చూసుకోము. మనం ఏదైతే నేను నేను అంటున్నామో అదే మొదటి తలంపు. ఆతలంపుకు ఇతర తలంపులు వస్తున్నాయి. ఏది మొదటి తలంపు, దానికి వచ్చే ఇతర తలంపులు ఏమిటి అని వాటిని విడదీయటం ముందు నేర్చుకోవాలి. మూలతలంపుకు ఇతరతలంపులకు తేడా తెలుస్తోంది అనుకోండి, మూలతలంపుకు వచ్చే ఇతర తలంపులు తగ్గిపోతున్నాయి అనుకోండి అప్పుడు మూలతలంపు అది ఎక్కడ నుండి ఉదయించివస్తోందో అక్కడకు జరగటం మొదలుపెడుతుంది. మూలతలంపు దాని మూలమైన హృదయంలోనికి వెళ్ళి,