దుఃఖం. మీకు దుఃఖం రాకుండా ఎవడూ ఆపుచేయలేడు. మీకు దుఃఖం వచ్చేస్తుంది. నిప్పుమీద చెయ్యి వేస్తే కాలటం ఎంత ఖాయమో చెడుస్నేహాల వల్ల, చెడ్డతలంపుల వల్ల చివరికి వచ్చేది అశాంతి. సజ్జనసాంగత్యం ఎందుకంటే మంచి తలంపులు రావటానికే. సజ్జనసాంగత్యం వల్ల మానసికఆరోగ్యం, శారీరక ఆరోగ్యం బాగుపడుతుంది.

(సద్గురు శ్రీ నాన్నగారి అనుగ్రహ భాషణములు, 31-01-05, జువ్వలపాలెం)

ప్రియమైన ఆత్మబంధువుల్లారా!

ప్రపంచంలో అన్నదానం, వస్త్రదానం ఇలా ఎన్నో దానాలు ఉన్నాయి. అన్నింటికంటే టీచింగ్ ఈజ్ హయ్యెస్టు సర్వీసు. ఒక్క టీచింగు వల్లే మానవుడు మనోదేహముల నుండి బయటకు వస్తాడు, విశాలమవుతాడు. అది ఒక్క టీచింగుకే సాధ్యమవుతుంది. భగవంతుడు యొక్క స్వరూపం జ్ఞానము. ఇపుడు జరిగేది జ్ఞానయజ్ఞము. మనకి తరించాలనే ఉద్దేశ్యం ఉంటే భగవంతుడు చెప్పిన వాక్యాన్ని ప్రమాణంగా పెట్టుకొని జీవిస్తే ఆయన స్వరూపమైనటువంటి జ్ఞానాన్ని పొందుతాము. మనం ఆధ్యాత్మికంగా అభివృద్ధి పొందటంలో చాలా మెలకువగా ముందుకు వెళ్ళాలి. దత్తాత్రేయుడుకి 24 మంది గురువులు. ఎవరిలో ఏమంచి ఉంటే ఆమంచి తీసుకొనేవాడు. దత్తాత్రేయుడు నాకు గాలి కూడా గొప్ప గురువు అన్నాడు. గాలి వస్తూ ఉంటె మనం చెయ్యి అడ్డం పెట్టామనుకోండి ఆగాలి మనతో పేచీ పెట్టుకోదు, ప్రక్కనుంచి వెళ్ళిపోతుంది. అలాగే మనకు ఇంట్లో సమస్యలు ఉంటాయి, సమాజంలో సమస్యలు ఉంటాయి, మనం ఆధ్యాత్మికంగా అభివృద్ధి పొందటానికి కొన్ని ఆటంకాలు వస్తాయి. గాలి ఏవిధంగా అయితే అడ్డువస్తూ ఉంటే తప్పించుకొని ఎలా వెళ్ళిపోతుందో అలాగ మనం ఆటంకాలు తప్పించుకొని వెళ్ళిపోయి అభివృద్ధిలోకి రావాలి. ఒకసారి నారదుడిని అడిగారు "మమ్మల్ని ఆధ్యాత్మికంగా అభివృద్ధిలోకి రమ్మంటున్నారు, మాకు ఇంట్లో పేచీలు, సమాజంలో పేచీలు ఎలాగ" అంటే నారదుడు అన్నాడు "మీరు ఇంట్లో ఉన్నా, సమాజంలో ఉన్నా అనేక రకాల ప్రవృత్తిగల మనుషులు ఉంటారు. మీరు తొందరపడవద్దు. వాళ్ళల్లో ఉన్న ఇష్టం, అయిష్టాలను సహిస్తూ మిమ్మల్ని మీరు సరిచేసుకొంటూ మధురంగా మాట్లాడి, వాళ్ళకి ఇచ్చే గౌరవం వాళ్ళకిచ్చి ప్రక్కకు తప్పించుకొని వెళ్ళండి, మనం అందరిలోని మంచిని చూడటం నేర్చుకోవాలి.

మాయ అంతా గుణాల రూపంలో ఉందని, "నా రూపాన్ని ధ్యానం చేసి, నా నామాన్ని స్మరించగా, స్మరించగా మాయ నీకు దారి ఇస్తుంది" అని కృష్ణుడు చెప్పాడు. ఈ గుణాలు అన్నీ మనస్సులో ఉంటాయి. భగవంతుడు అంటె చైతన్యము. భగవంతుడు అంటే ఆత్మ. మనం ఆత్మని దేహం అనుకొంటున్నాము, ఆత్మని మనస్సు అనుకొంటున్నాము, ఆత్మని ఇంద్రియాలు అనుకొంటున్నాము, ఆత్మని తెలివి అనుకొంటున్నాము. ఇలా అనుకోవటం కనుక వదిలేస్తే ఉన్నవస్తువు ఉన్నట్లుగా మనం వ్యక్తమవుతుంది. మన అందరికి నేను అనే బుద్ధి ఉంది అదే అహంకారము, నాది అనే బుద్ధి అందరిలోను ఉంది అదే మమకారము. ఈ రెండింటికంటె మించిన శత్రువులు ఎవరూ లేరు మనకి అందులోంచి విడుదల పొందితే మోక్షం అని భగవంతుడు చెబుతున్నాడు. ఆ పరమేశ్వరుడు యొక్క శక్తి మనకి తెలుస్తూ ఉంటే అహంకారం, మమకారం తగ్గుతూ ఉంటాయి. మనం చేసే దానాలు, ధర్మాలు వీటి అన్నింటికంటే మనోనిగ్రహం గొప్పది. మనోనిగ్రహం లేకుండా వాడు ఆత్మజ్ఞానానికి అర్హుడు కాడు, ఇంద్రియనిగ్రహం, మనోనిగ్రహం కలవాడు యుక్తుడు. ఇంద్రియనిగ్రహం, మనో నిగ్రహం, మాటనిగ్రహం లేనివాడు అయుక్తుడు. నీకు ఇంద్రియనిగ్రహం, మనస్సు నిగ్రహం లేదు, కాని బుద్ధి స్థిరంగా ఉండాలి అనుకుంటున్నావు, బుద్ధి స్థిరంగా ఉండదు. నీకు బుద్ధి స్థిరంగా లేనపుడు పరమాత్మభావన నీకు రాదు, పరమాత్మ అనేవాడు ఒకడు ఉన్నాడు అనే భావనే నీకు రానపుడు నీకు శాంతి రాదు, శాంతి లేనివాడికి సుఖం లేదు. శారదామాత చెప్పింది నీకు నిజంగా శాంతి కావాలంటే ఇతరులలో దోషాలు వెతకటం మానెయ్యి, ఇతరులలో ఉన్న దోషాలు వెతకటం ప్రారంభిస్తే కోటి జన్మలెత్తినా నీకు జ్ఞానం రాదు.

కబీరుకి ఒకసారి ఒక సంకల్పం వచ్చిందట. అందరినీ వెతకటం మొదలుపెట్టాడు. అందరూ మంచివారి క్రిందే కనబడుతున్నారు గాని, చెడ్డవారు ఎవరూ కనబడటం లేదట. బాగుపడేవాడి లక్షణం అది. కబీరు జ్ఞాని అయ్యాడు. చెడ్డ కూడా ఉంది అంటున్నారు, మరి ఎవరిలో చూచినా చెడ్డ కనపడటం లేదేమిటి అని అప్పుడు తన లోపల చూచుకోవటం ప్రారంభించాడు. ఆయన హృదయాన్ని ఆయన అన్వేషించుకొంటూ ఉంటే కొంత చెడ్డ కనపడిందట. ప్రపంచంలో ఎవరూ చెడ్డవాళ్ళు లేరు, నేను మటుకు చెడ్డవాడినే అనుకున్నాడట. చాకలివాడు బట్టని రాయినివేసి ఎలా కొడతాడో అలా మనస్సుని శుభ్రంగా ఉతికి, స్వచ్ఛం చేసుకొన్నాడు కబీరుదాసు. ఎక్కడైతే మనస్సుకి స్వచ్ఛత ఉందో అక్కడే ఏకాగ్రత వస్తుంది.

అక్కడ పరమాత్మభావన నిలబడుతుంది.

మనకి ఎంతో కొంత తెలివి ఉంది. ఇది ధర్మం, ఇది అధర్మం అని తెలుస్తూ ఉంటుంది. మన బుద్ధి ఇది మంచి, ఇది చెడ్డ అని చెబుతూ ఉంటుంది. మన బుద్ధి చెప్పేది మనం వినటం మానేసి మన మనస్సు ఎలా చెబితే అలా చేసేస్తాము. మన బుద్ధి చెప్పిందే జాగ్రత్తగా విని, ఆ బుద్ధితోటి మనస్సుకి నచ్చజెప్పి మనస్సు చెప్పినట్లు చెయ్యకుండా ఆగిపోతే ఎటుచూచినా శాంతే, ఎటు చూచినా సుఖమే, ఎటు చూచినా ఆనందమే. మన రూపబుద్ధిలోంచి, మన నామబుద్ధిలోంచి విడుదలపొందితే మన హృదయంలో ఉన్న వస్తువు ఇప్పుడే ఇక్కడే అది మన స్వరూపంగా వ్యక్తమవుతుంది. అదే ఆత్మజ్ఞానము.

మనం జాగ్రదవస్థ కంటే, స్వప్నావస్థ కంటే, నిద్రావస్థలోనే చైతన్యానికి అత్యంత సమీపంలో ఉన్నాము. ఒక పల్చటి తెరే అడ్డు. ఆవాసన తెగిపోతే ఏమీలేదు. గాఢనిద్రలో దేహం గొడవ, లోకం గొడవ, మనస్సు గొడవ ఏమీ లేదు కాని మనం ఉన్నాము. ఉన్నామని మనకు తెలియటం లేదు, ఉన్నామని తెలియటం జరిగిందనుకోండి అప్పుడు పరమాత్మ అనుభవం కలుగుతుంది. అప్పుడు ఎటుచూచినా శాంతే, సుఖమే. ఎటుచూచినా ఆనందమే. ప్రపంచం అంటే అందరూ ఒకరకంగా ఉండరు. వాళ్ల గొడవలలోకి మీరు వెళ్లకండి. గాలిలా తప్పించుకొని తిరగండి, తప్పించుకొని తిరిగేవాడు ధన్యుడు. వాళ్లతో మధురంగా మాట్లాడి తప్పించుకోండి. రాగద్వేషాలు ఎక్కువగా ఉన్న మనుష్యులతో లోపల కలియకుండా పైకి సంసారపక్షంగా, మధురంగా మాట్లాడితే అపుడు మీ ప్రేమ, అనురాగం మీలో ఉన్న శాంతి సమాజానికి విస్తరిస్తూ ఉంటుంది. మీ ఇంట్లో వాళ్లని ఎలా ప్రేమంచ కల్గుతున్నారో గ్రామాన్ని కూడా అలా ప్రేమించకల్గుతారు. మీరు ఎపుడైతే ఇంట్లో వాళ్లతో కోలాటాలు పెట్టుకోకుండా, సమాజంతోటి కోలాటం పెట్టుకోకుండా మీబుద్ధిని నిదానం చేసుకొంటూ ఉంటే, మీబుద్ధిని పవిత్రం చేసుకొంటూ ఉంటే, మీ బుద్ధిని నిర్మలం చేసుకొంటూ ఉంటే మీ ప్రేమ, అనురాగం ప్రపంచం అంతటా వ్యాపిస్తుంది. భగవాన్ అంటారు "మీరు పెద్ద పెద్ద యజ్ఞాలు, యాగాలు చెయ్యలేకపోయినా మీరు బాగుపడటానికి, మీ చైతన్యస్థాయి పెరగటానికి ప్రేమపూరితంగా, నిండు మనస్సుతోటి ఒక చిన్నపని చెయ్యండి చాలు. మీరు ఇంట్లో వాళ్లమీద ఎంతవరకు మమకారం తగ్గించుకొంటూ ఉంటారో అంతవరకు మీ ప్రేమభావం, సేవాభావం మళ్లించ బడుతుంది. మీ మనస్సు విశాలమవుతుంది, హృదయం యొక్క లోతులు పెరుగుతాయి.

గాలి లేనిచోట దీపం ఎలాగ ఉంటుందో అలా మీబుద్ధి స్టడీగా ఉంటుంది. భగవంతుడు ఎంత శక్తిమంతుడో మనకి తెలియకపోవటం వలన అహంకారం వస్తుంది, తెలిస్తే అహంకారం రాదు. ఈ క్రియేషన్‌లో మనం ఎంతటి వాళ్ళము.

గతించిన గొడవలు తలపెట్టుకొని నువ్వు దుఃఖపడితే నువ్వు భక్తుడవు ఎలా అవుతావు. గతించిన గొడవలన్నీ మర్చిపో అపుడు నీకు భక్తుడు లక్షణాలు వస్తాయి. నువ్వు చెయ్యవలసి నటువంటి పని ఈశ్వర సంకల్పానుసారంగా నిర్వర్తిస్తూ ఉంటే, ఈశ్వరుడు చేతిలో పనిముట్టుగా ఉండటం నేర్చుకొంటే, మన పద్ధతిలో మనం జీవిస్తూ ఉంటే, పండు చెట్టు నుండి ఏవిధంగా రాలిపోతుందో అలా నీలో ఉన్నటువంటి అజ్ఞానం రాలిపోతుంది. ఎర్రబట్టలు కట్టుకొన్న వాళ్ళందరూ మేము సన్యాసులం అనుకొంటారు, గృహస్థులందరూ మేము గృహస్థులం అనుకొంటారు. ఇవన్నీ దేహానికి, మనస్సుకి సంబంధించిన విషయాలు. ఈ విషయాలలోకి వెళ్ళకు. నువ్వు ఆత్మవు. ఇక్కడ నుంచి ఎక్కడకో పారిపోదాము అని అనుకోవద్దు. భగవంతుడు నీకిచ్చిన అవకాశాలను ఉపయోగించుకొంటూ, జ్ఞానమనే పండును సంపాదించుకోవటానికి ప్రయత్నం చెయ్యి. నువ్వు ఎలాగ ఉన్నావో అలాగ ఉంటే నీ దేహం ద్వారా ఏపని జరగాలో ఆపని నార్మల్‌గా జరిగిపోతూ ఉంటుంది. నీకు దేహము ఉంది, మనస్సు ఉంది. ఈ దేహానికి, మనస్సుకి అంతర్యామిగా పరమేశ్వరుడు ఉన్నాడు. ఆ పరమేశ్వరుడుని తెలుసుకోవటానికి మనోదేహములను మేగ్జిమమ్ ఉపయోగించుకో, అంతవరకే నీ దేహము యొక్క పని, మనస్సు యొక్క పని. ఆత్మానుభవం పొందటానికి ఈ రెండూ ఉపయోగించుకోవనుకో అది వదిలేసి ఇంక ఏదో సాధిస్తావనుకో అది అంతా స్వప్న సమానం. వాడిని ఉద్ధరించాము, వీడిని ఉద్ధరించాము అని అనుకొనేవాడిని (మనస్సుని) త్యాగం చెయ్యకుండా వాడికి ఆత్మజ్ఞానం రాదు. ఆత్మజ్ఞానానికి అడ్డువచ్చేవాడే వాడు. నువ్వు ఇంటిదగ్గర ఉన్నా, అడవిలో ఉన్నా, తెల్ల బట్టలు కట్టుకున్నా, ఎర్రబట్టలు కట్టుకున్నా, నీకు ధనం ఉన్నా, ధనం లేకపోయినా ఉన్న అవరోధం అల్లా నీ మనస్సే. మనకి అమృతానుభవం కలుగకుండా అడ్డువచ్చేది ఈ మనస్సే. ఎక్కడ ఉన్నా మన మనస్సుని ఓవర్‌కమ్ చెయ్యాలి. అదే సాధన. మనస్సుని నిరోధించినవాడు జ్ఞాని. మనస్సుని ఓవర్‌కమ్ చేస్తే ఆ ఆనందం తరగదు, ఆ ఆనందానికి ముగింపు ఉండదు. నీ దేహం ఉండవచ్చు, ఉండకపోవచ్చు ఆ ఆనందం అలా ప్రవహిస్తూ ఉంటుంది. తడి గుడ్డను పిండితే నీళ్ళు కారుతాయి, మనస్సును

కనుక పిండితే వాసనలు కారతాయి. నీవు, నేను అనేవేరుబుద్ధి మనస్సులో ఉంది, వికారాలు అన్నీ మనస్సులో ఉన్నాయి.

మనం ఏ చైతన్యంలోంచి వచ్చామో అది మర్చిపోకూడదు. ఎక్కడనుంచైతే వచ్చామో అక్కడకి వెళ్ళటం మోక్షం. ఈ నేను అనే తలంపు భగవంతుడులోంచే వస్తోంది. ఈ నేను అనే తలంపు వచ్చిన తరువాత ఇతర తలంపులు వస్తున్నాయి. ఇవన్నీ విత్‌డ్రా చేసుకొంటూ మనం ఎక్కడ నుంచైతే వచ్చామో అక్కడకి వెళ్ళటమే మోక్షం. ఆ మూలం మర్చిపోకూడదు మనం. మాకు అన్నీ బాగానే ఉన్నాయండి కాని మాకు శాంతి లేదు అంటారు. భగవాన్ అంటారు "మీకు శాంతి ఎలా వస్తుందంటే, మీ మనస్సు ఎక్కడ నుంచైతే ఉదయించి వచ్చిందో అక్కడకు పంపాలి. భక్తియోగలక్ష్యం, కర్మయోగలక్ష్యం, ధ్యానయోగలక్ష్యం మొత్తం అన్ని యోగాల లక్ష్యం ఏమిటంటే మనస్సు ఎక్కడ నుంచైతే వచ్చిందో అక్కడకు పంపాలి. హృదయాభి ముఖంగా మనస్సును పంపుతూ ఉంటే దానికి శాంతి వస్తుంది, విశ్రాంతి వస్తుంది, నెమ్మది వస్తుంది. మొట్టమొదటలో అది హృదయంలో ఎక్కువ సేపు ఉండలేదు, దానికి ఎక్కువ సేపు హృదయంలో ఉండటం అలవాటు చేస్తే అది విశ్రాంతి తీసుకొంటూ దాని మూలం అదే కాబట్టి నెమ్మదిగా కరిగిపోతుంది, చివరకు శేషం లేకుండా పోతుంది. అప్పుడు నువ్వు జీవన్ముక్తుడవుతావు, స్థిత ప్రజ్ఞుడవుతావు, దేశకాలములలోంచి విడుదలపొందుతావు, నీకు పరిపూర్ణమైన స్వేచ్ఛ కలుగుతుంది. మన సోర్సును వదిలిపెడితే మనకు అశాంతే.

మీ మనస్సుకి శాంతి దొరుకుతుందనుకోండి అంటే మీకు తెలియకుండా అది హృదయాభిముఖంగా ప్రయాణం చేస్తోందని అర్థం. హృదయంలో ఉన్నది శాంతి. మనస్సు హృదయంలో కరిగిపోతే, చిరిగిపోతే అక్కడ ఉన్న ఆనందం ఒక్కసారి పొంగి సహస్రారాన్ని ముంచేస్తుంది. మన తల వెంట్రుకని కోటి భాగాలు చేస్తే ఒక్క భాగం ఎంత సన్నముగా ఉంటుందో అంత సన్నముగా ఒక నాడి మన హృదయంలోంచి సహస్రారంలోనికి ఉంటుంది. అది మైక్రోస్కోపుతో చూస్తే కనబడదు. ఆ రంధ్రము లోపలఉన్న పరమేశ్వరుడిని మర్చిపోవటం వల్ల అజ్ఞానముతో మూసుకుపోయింది, మీరు సాధన చేయగా, చేయగా అది ఓపెన్ అవుతుంది. ఓపెన్ అయిన వెంటనే హృదయంలో ఉన్న ఆనందం ఆ నాడి ద్వారా ఒక్కసారి పొంగి నీ సహస్రారాన్ని ముంచేస్తుంది. సాధన యొక్క ప్రయోజనం అది.

భగవాన్ అంటున్నారు నీకు ఏదైనా ప్రేమ, దయ ఉందనుకో దాన్ని వ్యాపారం చెయ్యకు. గౌరవం కాంక్షించి పనిచెయ్యటం కూడా వ్యాపారమే. నువ్వు ఎవ్వరికైనా మంచి పని చేస్తే అక్కడ కూడా పరమాత్మని చూచి చెయ్యి అంతే. గౌరవం ఆశిస్తే అది వ్యాపారమవుతుంది. నీ ఉపాధి ఎటువంటిదో ఆ ఉపాధి అటువంటిదే అని చెయ్యి అంతేకాని అక్కడ నుంచి గౌరవాలు వస్తాయని చేస్తే మనస్సు చిక్కపడిపోతుంది, పునర్జన్మ హేతువులు ఎక్కువ అయిపోతాయి అంటే అజ్ఞానం తగ్గటం మాని అజ్ఞానం ఎక్కువైపోతుంది. కొంతమంది ప్రతీ చిన్న విషయానికి కోపం తెచ్చుకొంటారు. అది ఒక లగ్జరీ. మీరు ఈ సబ్జక్టుని శ్రవణం చెయ్యటం లగ్జరీ కాదు. ఇది నెసెసిటీ. మనకు తిండి ఎంత ముఖ్యమో బట్ట ఎంత ముఖ్యమో ఈ సబ్జక్టు అంత ముఖ్యం. శరీరానికి ఆరోగ్యము ఎంత ముఖ్యమో మనస్సుకి శాంతి కూడా అంతే ముఖ్యం. మీకు శరీరానికి ఆరోగ్యము ఉందనుకోండి, మనస్సుకి శాంతి లేదనుకోండి మీరు సుఖపడరు. అందుచేత ఈ శ్రవణం బేసిక్ నీడ్ గాని లగ్జరీ కాదు.

భగవాన్ అంటున్నారు నువ్వు ఏ పరిసరాలలో ఉన్నా హృదయాభిముఖంగా నీ మనస్సును తోలుకెళ్లటం మటుకు విడిచిపెట్టవద్దు. ఆ కృషి విడిచిపెట్టవద్దు నువ్వు. ఒక హెడ్ మాష్టారు "నాకు స్కూలులో పనే సరిపోతుంది. నాకు సాధన చేసుకోవటానికి కుదరటం లేదు, నన్ను ఉద్యోగం విడిచిపెట్టెయ్యమంటారా?" అని అడుగుతున్నారు. భగవాన్ అంటున్నారు "నువ్వు ఉన్న చోటనే ఉండు, నువ్వు ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి ఎక్కడకు పారిపోనక్కర్లేదు. నువ్వు దేహభావన తగ్గించుకోవాలి, దైవభావన పెంచుకోవాలి. ఇది ముఖ్యం కాని ఉద్యోగం మానెయ్యటం కాదు. ఆ దేహం ఏ పని మీద వచ్చిందో ఆ పని చేసుకు వెళ్లిపోతుంది. అంతేకాని నువ్వు పని మానివేస్తే సోమరితనం వస్తుంది. నీ చేతిలో ఉన్న పని చేసుకో. ఆ పని చేస్తున్నప్పుడు నేను చేస్తున్నాను అనే తలంపు తగ్గించుకో. దేహము నేను అనుకొంటున్నావు కాబట్టి నేను చేస్తున్నాను అని నీకు అనిపిస్తుంది. దేహము నువ్వు కాదన్న సంగతి నీకు తెలిస్తే నేను చేస్తున్నాను అనే తలంపే రాదు నీకు."

శంకరాచార్యులు శివుడుని "నీకు బట్టలు లేవు, వంటినిండా చర్మం కప్పకున్నావు, వస్తువులు లేవు మెడలో పాముని పెట్టుకున్నావు. నువ్వు నాకేమిస్తావు, నీ పాదాల మీద భక్తి ఇవ్వు చాలు నాకు" అన్నాడు. ఆ భక్తివల్ల ముక్తి వస్తుంది. మన చేతిలో డబ్బు ఉంటే బజారులో వస్తువు కొనుక్కోవడం పెద్ద కష్టం కాదు. భక్తి ఉంటే ముక్తి దానంతటదే వచ్చేస్తుంది,

కొంతమంది మాకు భక్తే చాలు అంటారు, ముక్తి వద్దు అంటారు. జరిగిపోయిన విషయాలు నుండి పాఠాలు నేర్చుకోండి, వర్తమానకాలంలో జీవించటం నేర్చుకోండి, భవిష్యత్తులో మీ అనుభవాన్ని ఉపయోగించుకోండి. ఏడుస్తూ కూర్చోకండి, జీవించటం మాత్రం వర్తమానకాలంలో జీవించండి. నిన్న వెళ్ళిపోయింది ఇంక రాదు. రేపు ఇపుడే వచ్చేయమంటే రాదు. ఈ రోజు సజీవంగా జీవించండి. ఎందుకు వదులుకుంటారు ఈ రోజుని. ఒక వేళ రేపు ఏదైనా కష్టం వస్తుందనుకోండి ఆ కష్టాన్ని రేపు భరించవచ్చు గాని ఈ రోజే ఏడవడం ఎందుకు. ఈ రోజు ఉపయోగించుకోండి మీరు తరించండి. కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోండి. ధనంపోతే సంపాదించుకోవచ్చు, కాలంపోతే సంపాదించుకోలేము.

ధ్యానము అభ్యసించు దాని వలన మనస్సు నిశ్చలమవుతుంది. పూజ, జపం, ధ్యానం ఇవి అన్నీ మన మనస్సు క్రమంలో ఉండటానికి. క్రమంగా ఉన్న మనస్సుకే నిశ్చలస్థితి వస్తుంది. నువ్వు సత్కర్మ ఎందుకు చేయాలంటే మనస్సు క్రమంలో పెట్టుకోవటానికి. మనస్సుకి క్రమం వచ్చినప్పుడు మనస్సు పలచబడుతుంది. అపుడు మనస్సు చేతిలో నువ్వు ఉండనక్కర్లేదు. నీ చేతిలో మనస్సు ఉంటుంది. మనం ఇష్టంతో ఒక పనిచేస్తే అది ప్రేమ అంటారు. ఇష్టం లేకుండా పనిచేస్తే దానిని చాకిరి అంటారు. కృష్ణుడు గీతలో చెప్తాడు "అర్జునా! నువ్వు ఇక్కడకు యుద్ధం చెయ్యటానికి వచ్చావు. ఇపుడు చెయ్యను అంటున్నావు. ఇప్పడు నీకు ఇష్టం ఉన్నా తప్పదు, ఇష్టం లేకపోయినా తప్పదు. నీ దేహప్రారబ్దంలో ఉంటే అది జరుగుతుంది. అందుకు ఇష్టంగా చెయ్యి". బాగా తపస్సులు చేస్తారనుకోండి, బాగా ధ్యానాలు చేస్తారనుకోండి, బాగా యజ్ఞాలు చేస్తారనుకోండి, వాటివల్ల ఏ ఫలితం వస్తుందో నీ ఇష్టాయిష్టములను ప్రక్కనపెట్టి దేహప్రారబ్దంలో ఎదురయ్యే పనిని మీరు ఇష్టంగా చెయ్యటం వలన అదే ఫలితం వస్తుంది. ఇష్టంతో పని చేస్తే పాతవాసనలు పోతాయి. క్రొత్తవాసనలు రావు. నువ్వు చేసేపని ఇష్టంగా చేస్తే కర్మను నువ్వు విడిచిపెట్టటం కాదు, కర్మ నిన్ను విడిచిపెట్టేస్తుంది. నువ్వు పని అయిష్టంగా చేస్తావనుకో పని తప్పదు. పాత వాసనలు అలాగే ఉంటాయి, క్రొత్తవాసనలు వచ్చి పాతవాసనలతో కలుస్తాయి. బంధం తప్పదు. నువ్వు ఆలోచించుకొని చెయ్యి. మనం ఒక మంచి పని కోసం ప్రాణాన్ని ఇచ్చేస్తామనుకోండి మోక్షం వస్తుంది. మన భారతదేశ నాయకులలో గాంధీగారిలో ఈ గొప్పతనం ఉంది. ఆయన ప్రాణం ఆయనకు గడ్డిపరకతో సమానం. నువ్వు ఎవరవు ఆత్మవు. ఆత్మ చంపబడదు. నువ్వు చావులేని

సత్యదార్థము. దాన్ని అందుకోవటానికి ఎవరూ అడ్డురావటం లేదు. మన హృదయంలో ఉన్న దౌర్బల్యం అడ్డు వస్తోంది. మన మనస్సులో ఉన్న రాంగ్ తింకింగ్ అడ్డు వస్తోంది, ఉన్నది ఒక్కటే అది ఆత్మ. దానికి గౌరవం ఏమిటి? అగౌరవం ఏమిటి? రెండవది ఉంటే కదా దానికి గౌరవం. పని పని కోసమే చెయ్యి, ప్రేమించటం కోసమే ప్రేమించు, సేవ సేవ కోసమే చెయ్యి. ఒకవేళ గౌరవం వస్తుందనుకో నువ్వు ఆశించకుండా వస్తే అది బంధించదు. ఆశించి తెచ్చుకున్నావా నిన్ను బంధిస్తుంది. కీర్తి కాంక్ష కూడా జీవుడిని బంధిస్తుంది, కీర్తి కాంక్ష దేహాత్మబుద్ధిని పెంచుతుంది. నీ కుడిచెయ్యి చేసేపని ఎడమచేతికి తెలియకూడదు అని యేసు చెప్పారు.

మనకి భగవంతుడి అనుగ్రహం ఎప్పుడు వస్తుందంటే ఏదైనా దుఃఖకారణం ఉందనుకోండి అపుడు దుఃఖం లేకుండా ఉంటే ఆయన అనుగ్రహం వస్తుంది. మనం ఇంటి దగ్గర ఏదైనా ఇబ్బంది పడుతున్నామనుకోండి, ఇబ్బంది లేనివాళ్ళు వాళ్ళ ఇంటి దగ్గర ఎలా ఉంటున్నారో అలా మనం కూడా ఉంటున్నామనుకోండి ఆయన దయకు పాత్రులవుతాము. ఇంట్లో ముళ్ళకంపలు, గడపదాటి బయటకు వెడితే ముళ్ళకంపలు. గాలి ఎలా తప్పించుకొని వెళ్ళిపోతుందో అలా ముళ్లకంపలను తప్పించుకొని వెళ్ళి పొమ్మంటున్నాడు దత్తాత్రేయుడు. నువ్వు ఎన్ని ముళ్ళకంపలని తీస్తావు. ఇన్ని ముళ్ళకంపల మధ్యన, ఇన్ని రకాల బాధల మధ్యన మనం శాంతిగా ఉండకల్గుతున్నామనుకోండి అపుడు భగవంతుడు మనకు బ్రాహ్మీస్థితిని ప్రసాదిస్తాడు. అర్జునా ఇన్ని ముళ్ళకంపల మధ్యన నువ్వు నిదానంగా ఉంటున్నావనుకో, ఉద్రేక పడకుండా ఉంటున్నావనుకో, దుఃఖం లేకుండా ఉంటున్నావనుకో అపుడు నేను నీకు ఎటువంటి బుద్ధిని ప్రసాదిస్తే నీకు బ్రాహ్మీస్థితి కలుగుతుందో అటువంటి బుద్ధిని నాచేత్తో ప్రసాదిస్తాను, అపుడు నీకు అండర్‌స్టాండింగ్ వస్తుంది, అండర్‌స్టాండింగ్ వచ్చాక నీకు మెచ్యూరిటీ వస్తుంది. అపుడు నీకు బ్రాహ్మీస్థితి కలుగుతుంది. మనం గుర్తుంచుకోవలసిన విషయాలు గుర్తుంచు కోవాలి. మర్చిపోవలసిన విషయాలు మర్చిపోవాలి. మర్చిపోవటమే మందు. కాని మనం ఏమి చేస్తామంటే మర్చిపోవలసిన విషయాలు గుర్తుపెట్టుకొంటాము, గుర్తుంచుకోవలసిన విషయాలు మర్చిపోతాము. మీకు బాహ్యంగా అనేక గొడవలు ఉంటాయి. ఈ గొడవల మధ్య లోచూపు అలవాటు చేసుకోండి. అంతర్దృష్టి అలవాటు చేసుకొంటే మీకు ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది. దేహప్రారబ్దానుసారము

అది ఎందుకు వచ్చిందో ఆ పని చూచుకొని వెళ్ళిపోతుంది. మీ దేహము ఈభూమి మీద తిరుగాడుతుండగానే మీకు లోచూపు కలిగితే, ఈ దేహం ఉండగానే మీరు గుణాతీతస్థితి పొందుతారు. జీవన్ముక్తులవుతారు. ముగింపులేని ఆనందాన్ని పొందుతారు.

"మీ చేతులతోటి చేసుకొనే పని చేసుకోండి. మీ ఇంట్లో ఉన్న వ్యాపకాలు అక్కడితో ఆపు చెయ్యండి. లోపలకు వెళ్ళనివ్వకండి. ఆ దేహానికి ఏది అవసరమో ఆ పని చేసేసుకోండి. కాని లోపల మొయ్యకండి. లోపల మొయ్యటం మీరు మానివేస్తే మనస్సు పలచబడిపోయి అది లోపలకు వెళ్ళి హృదయాకారం చెందుతుంది. భగవాన్ చెప్పింది ఏమిటంటే సాధన మీ పద్ధతిలో మీరు చేసుకోండి. కాని మీరు పట్టుకోవలసింది ఏమిటంటే గాఢనిద్రలో మనస్సు పుట్టింటి దగ్గర ఎంత సహజంగా ఉంటుందో ఈ జాగ్రదవస్థలో దాన్ని పుట్టింటి దగ్గర ఎక్కువసేపు ఆపుచెయ్యండి. మీకు ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది. అది ఉ ండనంటుంది. నేను అత్తవారింటికి వెళ్ళిపోతానంటుంది, దాన్ని బతిమాలుకోండి. మీ తిప్పలు ఏవో మీరు పడండి" అంటున్నారు భగవాన్. జాగ్రదవస్థలో మనస్సుని హృదయంలో ఉ ంచటానికి దానిని మచ్చిక చేసుకోవాలి, మీరు ఏ మార్గంలో ప్రయాణం చేస్తున్నారో ఆ మార్గంలో ప్రయాణం చెయ్యండి. సాధన చేసుకోండి, కాని మనస్సుని హృదయంలో ఎక్కువసేపు ఉంచటం, ముంచటం అలవాటు చెయ్యాలి. ఇలా అలవాటు చేస్తూ ఉంటే మనస్సులో ఉన్న వాసనలు ఒక్కొక్కటి తప్పిపోతాయి. మనస్సు ఎపుడైతే వాసనారహితమైందో అపుడు అది హృదయాకారం చెందుతుంది. హృదయాకారం చెందాక అది హృదయంలో ఎక్కువసేపు ఉండగా, ఉండగా మనస్సు నశిస్తుంది. మనస్సు నశించిన మరుక్షణంలో నారాయణుడు నీకు స్వరూపంగా వ్యక్తమవుతాడు. అదే నీ కడసారి జన్మ. అదే మోక్షసుఖం. నువ్వు వంద కోట్లు పెట్టి ఒక బిల్డింగు కట్టటం కంటే ఒక మంచి మాటను నువ్వు అనుభవించి, అనుభవించి నీ అనుభవాన్ని నీతోటి వాళ్ళకి పంచిపెట్టు అది టీచింగు వల్లే సాధ్యము. అర్జునా నాకు ఈ లోకంలో ఇష్టులు ఉన్నారు. ఎవరంటే ఇప్పుడు నువ్వు నేను మాట్లాడుకున్నాము. ఈ మాట్లాడుకున్న దానిని ఎవరైతే అధ్యయనం చేసి అర్థంచేసుకొని వాళ్ళు అనుభవించి, అనుభవించి వాడి అనుభవాన్ని ఇతరులకు ఎవరైతే పంచిపెడుతున్నారో వాడు ఈ సృష్టిలో నా హృదయానికి సన్నిహితుడు, నాకు ఇష్టుడు అని కృష్ణుడు గీతలో చెప్పాడు.

సద్గురు శ్రీ నాన్నగారి అనుగ్రహభాషణములు

23 నుండి 28-02-05	అరుణాచలం టూర్
02-03-05 బుధ 03-03-05 గురు	సఖినేటిపల్లి
08-03-05 మంగళ	చించినాడ (శివరాత్రి)
20-03-05 ఆది	జిన్నూరు, శ్రీరమణ క్షేత్రం

ఆత్మ నివేదనే భక్తి మార్గం

భక్తిలేని ఏయోగంరాణించదు. ఆత్మనివేదనే శరణాగతి మార్గం. పరాభక్తి కుదిరితే భగవంతుణ్ణి బందింపగల తాడు మన చేతిలో ఉన్నట్లే యశోద ఎంత పెద్దతాడు తెచ్చినా కృష్ణుని బందించటానికి చాలలేదు చివరకు అలసిపోతే తల్లి శ్రమను చూడలేక తానేబందింపబడ్డాడు "పరాభక్తి కుదిరితే" భుక్తికి ముక్తికిలోటు ఉండదు అన్నారు శ్రీనాన్నగారు. ఆత్మనివేదనకు ఒక ఉదాహరణ- ఒక గ్రామంలో ధార్మికుడు, విశ్వాసపాత్రుడు, సత్యవాది, సరళస్వబావుడు అయిన సాలెవాడు తన ప్రతీమాటముందు "రామేచ్ఛవల్ల" అని పలికేవాడు. తనని దొంగగా, నేరారోపణతో పోలీసులు మేజస్ట్రేటు వద్ధ హాజరు పరుచగా యదార్థాన్ని కోర్టు అడుగగా "రామేచ్ఛవల్ల ఆరాత్రి నిద్ర పట్టక గుడిఅరుగు మీద రామజపం చేసుకొంటున్నాను. రామేచ్ఛవల్ల దొంగలు దొంగిలించిన వస్తువులు మోసుకొని రమ్మనమని కొట్టారు, రామేచ్ఛవల్లఅప్పడు పోలీసులు రాగా దొంగలు పారిపోయారు నన్ను పోలీసులు మీ ఎదుట నిలబెట్టారు" అనగా అతని నిష్కపటమైన జవాబుకు మెజస్ట్రేటు కేసును కొట్టివేశారు. విడుదలైన సాలెవాడు యిలా అన్నాడు "రామేచ్ఛవల్లనే నన్ను వదిలారు. అక్కడ మెజస్ట్రేటుగారి మంచితనం వెనుక రామేచ్ఛను చూచాడు, అదేశరణాగతి మార్గం. ఇందులో అంతటా నీదే నాది ఏదీ లేదు నీవుఏమి చేసినా, ఎక్కడ ఉంచినా నాకు అభ్యంతరం లేదు. దీనివల్ల ప్రారబ్ధం అనుభవిస్తున్నాను అనేదే ఉదయించకపోవటం వల్ల, పగ, ప్రతీకారం అనే కొత్త వాసనలు అంటుకోక, సహజంగా, సరళంగా జీవితం గడిచిపోతుంది. వెయ్యిపుస్తకాలు వల్లించినా ఏమిలాభం। వ్యాకుల మనస్సుతో పరమాత్మకు మొరపెట్టు కొంటే తప్పక ఆయన దర్శన మౌతుంది. చిలుకకు మాటలు నేర్పితే "రామా-కృష్ణా" అంటుంది, కాని పిల్లికి నేర్పగలమా? భక్తి హృదయానికి సంభందించినది, దాన్ని ఏరకంగానూ వర్ణించలేము. సమాధిస్థితిలో తర్కవితర్కాలు నశిస్తాయి. అంటారు జ్ఞానులు. ప్రపంచాన్ని నానా విధాలుగా చూచేవారికే తర్కవితర్కాలు, అంతటాభగవంతుణ్ణి చూచేవాని నోట వితర్కంరాదు. ప్రేమను రాగభక్తి, పరిశుద్ధమగుభక్తి, అహేతుకభక్తి ప్రహల్లాదునిలో కనిపిస్తాయి. "నేను-నాది" అనే భావాలు పరాభక్తి మార్గంలో సులభంగా కొట్టుకొని పోతాయి. కామనీ-కాంచనలు అనే కళంకాలను, గురుభక్తి అనేజలంతో కడిగిశుభ్రం చేసుకొన్నవారే, ఈ ప్రేమమార్గంలో ప్రవేశించి గమ్యాన్ని తేలికగా, మధురంగా చేరుకోగలరు.

సాగిరాజు రామకృష్ణంరాజు

అర్థవరం

మహా భారతము - ధర్మాచరణ

సద్గుణాలకు వారసులు పాండవులు. గురుపూజ, పెద్దలసేవ, విద్యాశ్రవణము పాపకర్మలు మాని పుణ్యకర్మలు ఆచరించుట, సత్సాంగత్యము, భూతదయ, మృధు స్వభావము, ఋజు ప్రవర్తన, పితృ, దేవ, అతిథి, భృత్య వర్గములను ఆరాధించుట, ఆదరించుట, సత్యము పల్కుట, అహంకారము వదులుట, ఆత్మస్తుతి, పరనింద లేకుండుట, సోమరితనము, గర్వము, మాత్సర్యము లేకుండుట మొదలయిన సద్గుణములు కలవారు కృతార్థులవుతారు. పాండవులు అట్టివారు కనుకనే పరమాత్మ అయిన శ్రీ కృష్ణుడు వారికి అండగా యుండి అడుగడుగునా కంటికి రెప్పలా కాపాడినాడు.

అరణ్యవాస కాలములో ద్రౌపది ధర్మరాజుతో "నీవు ధర్మము, ధర్మము అని గోల పెడతావు. దాని వలన మనకు అరణ్య వాసము, అధర్మ పరుడయిన దుర్యోధనుడికి సామ్రాజ్య భోగములు ప్రాప్తించినవి. ధర్మము ఆచరించటము వలన మనకేమిటి ప్రయోజనము?" అన్నది. ధర్మరాజు చిరునవ్వుతో "ఇప్పుడు మనం అనుభవిస్తున్న సుఖ దుఃఖములకు మనం పూర్వజన్మలలో చేసిన కర్మలు కారణము. ఇప్పుడు మనం ఆచరించే ధర్మము యొక్క ఫలమును రాబోయే జన్మలలో అనుభవిస్తాము. అప్పుడయినా, ఇప్పుడైనా, ఎప్పుడైనా, ఇక ముందయినా మనం చేసిన కర్మ ఫలాన్ని మనం అనుభవించక తప్పదు" అంటాడు.

భారతము మొదలునుంచి, చివరి వరకు ఎట్టి విపత్కర పరిస్థితులు ఏర్పడినప్పటికి ధర్మరాజు కామ, క్రోద, లోభ, భయాదులకు, (ప్రేమకు) మమకారంకు అజ్ఞానమునకు లోబడి ధర్మమును అతిక్రమించి ప్రవర్తించలేదు. "ధర్మో రక్షిత రక్షితః" అనునట్లుగా ధర్మపరాయణుడగు ధర్మజునకు అంతిమ విజయం, అధర్మపరుడయిన దుర్యోధనుడికి మరణము సంభవించాయి. అత్యంత తీవ్రమైన పుణ్య పాపములకు ఫలమును ఈ లోకమునందే అనుభవింతురని శాస్త్రము. దానికి దుర్యోధనుడి చరమదశ నిదర్శనము. చేసిన కర్మ మంచిగాని, చెడుగాని, దాని ఫలము అవశ్యమనుభవించి తీరాలి. బుద్ధి పూర్వకంగా చేసిన చెడు కర్మల ఫలము ప్రాయశ్చిత్తాదుల వలన నశిస్తుంది. గాని దుర్యోధనుడు మరణించే చివరి దశలో కూడా తాను చేసిన దుర్మార్గపు పనుల గూర్చి పశ్చాత్తాపము నొందలేదు. ఇదియే దుష్ట లక్షణము.

ధర్మరాజు వలె ప్రవర్తించవలెను గాని దుర్యోధనుడి వలెకాదు. ధర్మరాజు సత్ప్రవర్తన కలిగి ప్రవర్తించుట వలన తొలుత కష్టములు వచ్చినా, చివరకు శాశ్వతమయిన యశస్సు, ఇహ, పర సౌఖ్యములు ప్రాప్తించినవి. భారతములోని ఆయా పాత్రల ప్రవర్తన మూలంగా మనము నేర్చుకోవలసినది ధర్మాచరణ. ప్రయత్న పూర్వకంగా దుష్ప్రవర్తనను మాని, సత్ప్రవర్తనము అలవర్చుకొని మానవులు కృతార్థులు కావలెనన్నది వ్యాస భగవానుడి ఆశయము. అదే అందరికి ఆచరణీయము.

- బొప్పన అరుణాదేవి