# రమణభాస్కర

## (సద్గురు శ్రీ నాన్నగారి అనుగ్రహభాషణములు, 06-03-2002, హైదరాబాదు)

ప్రియమైన ఆత్మబంధువుల్లారా,

సర్వకాల సర్వావస్థలలో మన బుద్ధి నిర్మలంగా, నిశ్చలంగా ఉండేటట్లు చూసుకోవాలి. మన బుద్ధిని పాడుచేసుకోకూడదు. మన శరీరఆరోగ్యాన్ని ఎలా కాపాడుకొంటున్నామో అలాగ బుద్ధి నిర్మలంగా, నిశ్చలంగా ఉండేటట్లు జాగ్రత్తగా చూసుకోవాలి. ఆత్మజ్ఞాన సముపార్జనకు ధనంగాని, గౌరవంగాని, మనం చదువుకొన్ని చదువు కాని ఏమీ సహకారం చేయవు. మన బుద్ది నిర్మలంగా ఉంటే, నిశ్చలంగా ఉంటే, మనకు శాంతచిత్తం ఉంటే ఇవి ఆత్మజ్ఞాన సముపార్జనకు సహకరిస్తాయి. మనకు నిర్మలమైన బుద్ది, శాంతచిత్తం లేకపోతే కంగారు పడకూడదు. నెమ్మదిగా ప్రయత్నంచేసి వాటిని సంపాదించుకోవాలి. ఇప్పుడు మనం ప్రయాణంలో ఉన్నాము, ఇంకా మన ప్రయాణం పూర్తికాలేదు. ఈ భూమి మీదకు మనం ట్రైనింగు అవ్వటం కోసం వచ్చాము. పరిస్థితులు ఎలా ఉన్నా మనం ఉద్రేకపడకూడదు. మనం ప్రయాణించే మార్గం ఇతరులకు నచ్చకపోతే మనలను విమర్శిస్తారు. ఎవరో విమర్శించారని మనం ఉద్రేకపడితే మోక్షమార్గాన్ని తప్పిపోతాము. అందువలన ఎట్టిపరిస్థితులలోను ఉద్రేకపడవద్దు. సాధన సరిగా చేయలేకపోతున్నాము అని ఎప్పుడైనా ఉద్రేకం రావచ్చు దానిని పోజిటివ్ ఎమోషన్ అంటారు. పోజిటివ్ ఎమోషన్ వలన ప్రమాదం లేదు గాని నెగిటివ్ ఎమోషన్ వలన చాలా ప్రమాదం ఉంది. సబ్జక్టు సరిగా అర్థం అవ్వటంలేదని ఎవరైనా అడిగితే వారికి అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. అప్పుడు ఈశ్వరుడు మిమ్మల్ని ఆశీర్వదిస్తాడు. ఆయన అనుగ్రహాన్ని మీకు ఇస్తాడు. ఎవరైనా పొరపాటు మార్గంలో ఉంటే వారిని సవరించటానికి మీరు ప్రయత్నం చేయవచ్చు. వారిని సరియైన మార్గంలోనికి తీసుకొని రావాలి అని మనం అనుకొంటే వారిని తీసుకొని రాలేము. వారి మీద మనకు ఆప్యాయత ఉండాలి. వారు బాగుపడాలి అనే కాంక్ష మనకు ఉండాలి, మనలను మనం ఎలా ప్రేమించుకొంటున్నామో అలాగ వారిని కూడా ప్రేమించే శక్తి మనకు ఉండాలి.

మనస్సును నియమించుకోవాలి, మనస్సును నిగ్రహించుకోవాలి అని శాస్త్రాలు చెపుతున్నాయి. ఉద్రేకంగా ఉన్నప్పుడు మనస్సు నిన్ను సరియైన మార్గంలో నడపదు, మనస్సుకు



1A

నిగ్రహం కలిగినప్పుడు నిన్ను సరియైన మార్గంలో నడుపుతుంది. అనుకూలపరిస్థితులు ఉన్నప్పుడు మనం బాగానే ఉంటాము, పరిస్థితులు ప్రతికూలంగా ఉన్నప్పుడు కూడా మనం ఓర్పును విడిచిపెట్టకూడదు, మనోనిగ్రహం కలిగి ఉండాలి. అది ఆధ్యాత్మిక జీవితానికి పునాది వంటిది. అధ్యయనం వలన, పాండిత్యం వలన, రచనల వలన, ఉపన్యాసాల వలన ఇది వచ్చేదికాదు, మనస్సు పల్చబడాలి, దేహము నేను అనే తలంపు పల్చబడాలి. మనం చేసే పనివలన ఈశ్వరానుగ్రహానికి పాత్రులవ్వాలి. మనం చేసే పని పక్షపాతం లేకుండా చేస్తే రాగద్వేషములు లేకుండా చేస్తే దాని వలన మనకు చిత్తశుద్ధి కలుగుతుంది, చిత్తశుద్ధి మనకు మోక్షాన్ని సంపాదించిపెడుతుంది. మనం ఇతరులకు ఏదైనా చెప్పేటప్పుడు అది వారికి హితకరంగా ఉండాలి, వాళ్ళ బాగుకోరి చెప్పాలి, వారి చైతన్యస్థాయి పెరగటానికి మన మాట సహకరించాలి. మన దేహప్రారబ్దమును బట్టి ఈశ్వరుడు ఏపని అయితే మనకు కేటాయించాడో ఆ పనిని శ్రద్ధగా చేస్తే, కర్మఫలం ఆశించకుండా చేస్తే మనం కర్మలోనుండి విడుదల పొందుతాము. ప్రారబ్దమును అనుభవిస్తున్నాము అని చాలా మంది అంటారు. ప్రారబ్దమును అనుభవిస్తున్నాను అని ఎవడైతే చెపుతున్నాడో వాడిని తీసి ఒక ప్రక్కన పెడితే ప్రారబ్దము మిమ్మల్ని ఏమీ చేయలేదు. సాధన ఎంతవరకు చేయాలి అంటే మనలో ద్వైతబుద్ది నశించేవరకూ సాధన చేయవలసిందే. దేహమునేను అనేతలంపు వేరుతో సహా నశించే వరకూ సాధన చేయవలసిందే. సాధన చేసేటప్పుడు కొన్ని మహిమలు రావచ్చు. నీకు ఆత్మజ్ఞానం కలిగే వరకూ, ఉన్న వస్తువు ఉన్నట్లుగా నీకు వ్యక్తమయ్యేవరకు ఈలోపు మనస్సులో ఎన్ని వికారాలు వచ్చినా, ఉద్రేకాలు వచ్చినా వాటిని ఇముడ్చుకొంటూ ముందుకు వెళ్ళాలి. ఇముడ్చుకొనే శక్తి పెరుగుతూ ఉంటే మనస్సుకు అంతర్‌దృష్టి కలుగుతుంది. భగవంతుడు ఏమి చేస్తాడు అంటే కొంతమంది చేత విమర్శింపచేస్తాడు, కొంతమందిచేత స్తోత్రాలు చేయిస్తాడు. ఈ రెండూ సమానంగా తీసుకొంటున్నారా, లేదా అని చూడటం కోసం ఇవి అన్ని చేస్తాడు. పుస్తకాలు చదవటం వలన పాండిత్యం వస్తుంది. కాని మన జీవితంలో అనేక సంఘటనలు జరుగుతాయి. వాటిలో నుండి మనం పాఠాలు నేర్చుకోవలసిఉంది. ఎవరో ఏదో అన్నారని నీ మనస్సును పాడుచేసుకోవద్దు. భేదబుద్ది రవ్వంత కూడా లేకుండా, చింతాకంత కూడా లేకుండా పూర్తిగా నశించేవరకు సాధన చేయవలసిందే. మీ ఇంటి దగ్గర పరిస్థితులు సమాజపరిస్థితులు మీకు ప్రతికూలంగా ఉన్నా మీరు శాంతిగా ఉండగలిగితే అప్పుడు ఈశ్వరానుగ్రహానికి పాత్రులవుతారు. నాకు పాదనమస్కారములు ఎవరూ చేయవద్దు,

సబ్జక్టు ప్రోపర్‌గా అర్థంచేసుకోండి. అదే నమస్కారం. మనస్సు అణిగిఉండటమే నిజమైన నమస్కారం అని భగవాన్ చెప్పారు. ఎట్టి సంశయము లేనిది చైతన్యం ఒక్కటే. చైతన్యానుభవం మనకు కలిగేవరకూ ఏదో ఒక సంశయము మనకు వస్తూనే ఉంటుంది. మనస్సు అనే గడప దాటితే అక్కడ ద్వితీయం లేదు. ద్వితీయం ఉంటే గౌరవం, అగౌరవం ఉన్నాయి. మీకు గౌరవం వస్తే పొంగిపోతారు అనుకోండి, అగౌరవం వస్తే కృంగిపోతారు అనుకోండి మీకు దేహాభిమానం పెరుగుతుంది, మీ స్వరూపానికి దూరమవుతారు. మీరు సబ్జక్టు ప్రోపర్‌గా అర్థంచేసుకొంటే సింహాసనం మీద కూర్చునట్లు ఉంటుంది. కాలాన్ని పాడుచేసుకోవద్దు, సాధ్యమైనంత వరకు కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోండి. డబ్బు పోతే తిరిగి సంపాదించు కోగలము గాని జరిగిపోయిన కాలం మరలరాదు. అన్నింటికంటే కాలం ఎంతోవిలువైనది ఎందుచేతనంటే భగవంతుడు కాలరూపంలో ఉన్నాడు. స్నేహాలు, విరోధాలు ఇవి ఏమీ నిజంకాదు. ఇవిఅన్ని నీ మనస్సు యొక్క కల్పితమే. వీటితోటి నీ కాలాన్ని పాడుచేసుకోవద్దు. దేహానికి రోగాలు ఎలా వస్తాయో అలాగ మనస్సుకు వికారాలు వస్తాయి. రోగాలు వచ్చే దేహం నీవుకాదు, వికారాలు వచ్చే మనస్సు నీవు కాదు. ఇందులో నుండి బయటకురా. గాఢనిద్రలో నీకు దేహంతోటి, మనస్సుతోటి ఏమీ సంబంధంలేదు. అక్కడ నీవు సుఖంగా, శాంతిగా ఉన్నావు. ఆ స్థితిని జాగ్రదవస్థలో తెచ్చుకోవాలి. దానికి ఎవరో ఇతరులు అడ్డురావటంలేదు, నీ వాసనలు, అలవాట్లు, తలంపులే అడ్డువస్తున్నాయి. ఏ తలంపులయితే అడ్డువస్తున్నాయో వాటిని తొలగించుకోవటానికి నీవు చేసే ప్రయత్నమే సాధన, ఏదైనా పుస్తకం చదివేటప్పుడు చదివిన తరువాత దానిని ఒక ప్రక్కన పెడతాము అలాగే దేహాన్ని కూడా ఎంతవరకు అవసరమో అంతవరకు ఉపయోగించుకోవాలి గాని 24 గంటలు దేహచింతనలో ఉండకూడదు. మనస్సు ఏదో ఒక పనే చేయగలదు. చింతిస్తే దైవాన్ని చింతిస్తుంది, లేకపోతే విషయాలను చింతిస్తుంది. నువ్వు విషయాలను చింతిస్తూ ఉంటే స్వరూపానికి దూరమవుతావు, దైవాన్ని చింతిస్తూ ఉంటే స్వరూపానికి దగ్గరవుతావు. దైవచింతన వలన శాంతి కలుగుతుంది. విషయ చింతన వలన అశాంతి కలుగుతుంది. నీవు ఏది చింతిస్తున్నావో జాగ్రత్తగా చూసుకో.

మనస్సు అణిగినప్పుడు శాంతి వస్తుంది అది నిజం అనుకోవద్దు. అది మరల విజృంభించినప్పుడు అశాంతి వచ్చేస్తుంది. మనస్సు అణగటంకాదు మనస్సు పూర్తిగా నశించేవరకూ దానిని వెంటాడాలి. మనస్సు నశించిన వాడికి అసలు దు:ఖమేలేదు. దు:ఖం





దేహంలో లేదు, మనస్సులో ఉంది. ఈ దేహమే నేను అని మనస్సు అనుకొంటోంది కాబట్టి దు:ఖం యొక్క ప్రభావం శరీరం మీదకు వచ్చేస్తుంది. ఇది ఇలా జరిగింది ఏమిటి? అది అలా జరిగింది ఏమిటి? అనుకొంటూ ఉంటారు. అది అలా జరగవలసి ఉంది కాబట్టి అలా జరిగింది అంతే. దాని నుండి మీరు నేర్చుకోవలసిన పాఠాలు నేర్చుకొంటే మీరు వివేకవంతులు అవుతారు. మనమాటలో చేతలో అహంకారవృత్తి ఉండకూడదు. అసలు గుర్తింపులు కోరుకోకూడదు. గుర్తింపులు కోరుతూ ఉంటే శవబుద్ధి పెరిగిపోతుంది, శివబుద్ధికి దూరమవుతాము. ఉన్నది ఒక్కటే దానికి భిన్నంగా ఏదీ లేదు. ఏదో ఉంది అని అనుకోవటం వలన నీకు భయం వస్తోంది. మీ విరోధులు చేసే విమర్శలకు మీరు కంగారు పడవద్దు, స్నేహితులు చేసే పొగడ్తలకు పొంగిపోవద్దు. ఎందుచేతనంటే విమర్శల వలన నేర్చుకోవలసిన పాఠాలు కొన్ని ఉంటాయి, పొగడ్తల వలన నేర్చుకోవలసిన పాఠాలు కొన్ని ఉంటాయి. అందుచేత వాటిలో నుండి మీరు పాఠాలు నేర్చుకోండి అంతేగాని బాహ్యసంఘటనలకు మీరు ఉద్రేకపడవద్దు. మనం లోకాన్ని జయించాలి, మనస్సును విడిచిపెట్టి లోకం లేదు. మనస్సు అణిగిపోతే లోకం అణిగిపోతుంది, పునర్జన్మలు కూడా అణిగిపోతాయి. మన మనస్సులో భోగకాంక్ష ఉన్నంత కాలం పునర్జన్మ వచ్చి తీరుతుంది. శరీరం లేకుండా భోగం అనుభవించలేము కాబట్టి మనస్సుకు ఇంకో శరీరం వస్తుంది అదే పునర్జన్మ. మీకు దేహాభిమానం ఉన్నంత కాలం ఈ దేహం పోతే కొత్త దేహం వస్తుంది. ఇప్పుడు ఈ దేహం మీద ఎంత అభిమానం ఉందో అప్పుడు కొత్తదేహం మీద కూడా అంతే అభిమానం ఉంటుంది. ఇప్పుడే ఇక్కడే ఈ సమస్యను పరిష్కారం చేసుకోవాలి గాని లేకపోతే దేహాభిమానం ఉన్నంతవరకూ దేహాలు వస్తూనే ఉంటాయి. ఆ దేహమే నేను అనే బుద్ధి కలుగుతూ ఉంటుంది. నీకు చైతన్యబుద్ధి కలిగేవరకూ ఇది నిన్ను విడిచిపెట్టదు. మనిషికి ముందు అహంభావన వస్తుంది. అహంభావన వచ్చిన వెంటనే దేహభావన వస్తుంది. అహంభావన రాకుండా దేహభావన రాదు. అహంభావన వేరుతో సహా నశించేవరకూ దేహభావన నశించదు. హృదయంలో నుండే నేను అనే తలంపువస్తోంది. నేను అనే తలంపు వచ్చాక దేహభావన వస్తోంది. దేహభావన వచ్చాక లోకం వస్తోంది, లోకం వచ్చిన తరువాత దేవతలు వస్తున్నారు. ఇవి అన్నీ అక్కడ నుండే కల్పించబడ్డాయి. ఈ కల్పితం అంతా ఎక్కడ నుండి వస్తోందో అక్కడకు వెళితే గాని అది నశించదు. మీ మనస్సు సహజంగా బాహ్యాముఖానికి వెళుతుంది. దానిని మళ్ళించి దానికి లోచూపు కలుగజేసేవాడే నిజమైనగురువు. మనకు ప్రపంచంలో ఏ విషయం గుర్తుకు వచ్చినా అక్కడ అజ్ఞానం ఉన్నట్లే.

అన్ని తలంపులు అన్ని భావాలు దేహం నేను అనే తలంపును చుట్టుకొని ఉన్నాయి. దేని కారణం వలన ఇవి అన్నీ వస్తున్నాయో అదిపోతే మిగతావి అన్నీ పోతాయి గాని, వీటిని తాత్కాలికంగా పోగొట్టుకొన్నా అది ఉంటే ఇవి అన్నీ మరల వచ్చేస్తాయి. నా శరీరం ముసలిది అయ్యింది, చావుకు దగ్గరగా ఉన్నాను, నాకు భయం వేస్తోంది అని ఒకరు అడుగుతున్నారు. ఎవరికి భయం వేస్తోంది? దేహానికి భయం వేస్తోందా? లేదు. దేహము నేను అనే భావనకు భయం వేస్తోంది. అది నీకు బయట నుండి రావటంలేదు, లోపల నుండే వస్తోంది. అందుచేత నువ్వులోపల వెతకాలి లోపల వెతకాలంటే దానికి తూకం ఉండాలి, వైరాగ్యం ఉండాలి.

దేహం మరణించాక కూడా మనం ఉంటాము, కాని ఉండము అని అనుకొంటాము. దానిలో నుండి భయం పుడుతుంది. ఈ రోజు పగలకు, రేపు పగలకు ఈ రాత్రి ఎటువంటిదో ఈ జన్మకు, రాబోయే జన్మకు మధ్య చావు అటువంటిది అన్నారు భగవాన్. చావు అనేది మనకు స్నేహితుడే కాని మనకు విరోధికాదు. అది మనకు పాత దేహాన్ని తీసివేసి కొత్త దేహాన్ని ఇస్తుంది. మనం ఎక్కువకాలం బ్రతకాలి అని అనుకోకూడదు, తొందరగా చనిపోవాలి అని అనుకోకూడదు. ఇలా అనుకోవటం వలన అహంకారం పెరిగిపోతుంది. నీ తెలివితోగాని, మంచితనంతో గాని, నీకు ఉన్న గౌరవంతో గాని ఇలా నీవు దేనితో తాదాప్యం పొందినా నీ ప్రయాణం ఆగిపోతుంది. నీవు గమ్యానికి చేరలేవు. మీకు ఎన్ని ఉన్నా లోపల అజ్ఞానం ఉన్నంతకాలం దుఃఖం రాకుండా ఎవరూ ఆపలేరు. లోపల చైతన్యానికి సంబంధించిన ఎఱుక, దానికి సంబంధించిన అనుభవం నీకు లేదు. అందువలన భయం వస్తోంది. చైతన్యానుభవం నీకు కలిగినప్పడు ఈ శరీరం ఉందో, లేదో నీకు తెలియదు. శరీరం చనిపోయేటప్పుడు శరీరం పోతోంది అని కూడా నీకు అనిపించదు. అది బ్రాహ్మీస్థితి, దానిని పొందటానికి ప్రయత్నం చెయ్యి, దానిని పొందకుండా నీవు ఎన్ని సాధించినా అవి అన్నీ స్వప్నసమానము. మోక్షం ఎప్పుడు వస్తుంది అని ప్రశ్న. నీవు అసలు పుట్టలేదు అన్న సంగతి నీకు తెలిసినప్పుడు మోక్షం వస్తుంది. నీవు పుట్టాను అనుకొన్నప్పుడు నీకు మోక్షంలేదు. పుట్టింది ఎవరు? దేహం పుట్టింది. దానితో నీకు తాదాప్యం ఉంది. అందుచేత నేను పుట్టాను అంటున్నావు. పుట్టని వస్తువుతో నీకు తాదాప్యం కలిగినప్పుడు ఈ దేహం ఉండటం వలన నీకు లాభం లేదు, అది పోవటం వలన నీకు నష్టంలేదు.

అన్నం లేని వాడికి అన్నం పెట్టటం కంటే, బట్ట లేనివాడికి బట్ట ఇవ్వటంకంటే ఒక



2A

మనిషిలో జ్ఞానం సంపాదించాలనే కాంక్ష కలుగజేయటం అన్ని దానాలకంటే గొప్పదానం అని చెపుతారు. ఆకాంక్ష ఎవరి సమక్షంలో నీకు కలుగుతుందో వారే నీ గురువు. సర్వకాల సర్వావస్థలలో హృదయంలో చైతన్యం ఉంది. నువ్వు చైతన్యంతో కలిసి లేవు, శవంతో కలిసి ఉంటున్నావు. మరణించే ఈ దేహంతో ఇప్పుడు నీకు తాదాప్యం ఎలా ఉందో అలాగే ఈ దేహం మరణించకముందే నీ హృదయంలో ఉన్న మరణంలేని వస్తువుతో తాదాప్యం పొందు. అలా తాదాప్యం పొందటానికే సాధన, దానికే సత్పురుషుల సహవాసం, దానికే గురువు అనుగ్రహం. బయటవస్తువుల వలన గాని, మనుషులవలన గాని, బాహ్య సంఘటనల వలన గాని మీకు ఏ రకమైన సంతోషం వచ్చినా అది అస్వతంత్రమైనది, అది పరిణామంలో దు:ఖంగా మారిపోతుంది. ఎక్కడైతే నిజం ఉందో, ఎక్కడైతే చైతన్యం ఉందో అక్కడ నుండి వచ్చే సుఖం, సంతోషం స్వతంత్రమైనవి. నువ్వు ఈ దేహంలో ఉండగానే చైతన్యానుభవం పొందటానికి ప్రయత్నం చెయ్యి. చైతన్యానుభవం కలిగితే నీవు చావులేని స్థితిని పొందుతావు. గాఢనిద్రలో తలంపులు, సంకల్పాలు లేకుండా ఎలా ఉన్నావో జాగ్రదవస్థలో కూడా అలాగ ఉండటం నేర్చుకో. అలాగ ఉంటే మా పని ఎలాగ అవుతుంది అనుకోవద్దు. నీ కోరికతో, తలంపుతో సంబంధం లేకుండా, మీ ప్రారబ్ధంలో ఉంటే ఆ పని జరిగిపోతుంది. మీ కోరికకు శక్తి లేదు, శక్తి ఈశ్వరుడిది. అన్ని నియమాలలో ఆహారనియమం అత్యంత ముఖ్యమైనది. ఆహారం సరిపడ తీసుకో. ఎక్కువ తింటే నిద్రవస్తుంది, సాధన చెడిపోతుంది. శరీరానికి వచ్చే అనారోగ్యం కంటే మనస్సుకు వచ్చే అనారోగ్యం చాలా ప్రమాదమైనది. శరీరానికి అనారోగ్యం వచ్చినా మనస్సు శాంతిగా ఉంటే శరీరానికి వచ్చిన అనారోగ్యం తొందరగా తగ్గిపోతుంది. శరీరానికి వచ్చిన అనారోగ్యం శరీరం ఉండగా పోకపోయినా స్మశానంతో పోతుంది కాని మానసిక అనారోగ్యం మనకూడా వచ్చేస్తుంది.

నేను సంతోషంగా ఉన్నాను, నేను ఆనందంగా ఉన్నాను అంటారు అంటే అక్కడ కూడా నేను ఉంది. అక్కడ ఆగిపోవద్దు, ఆ నేను పూర్తిగా నశించేవరకూ నీ ప్రయాణం ఆపుచేయవద్దు. ఆ దేహగతమైన నేను పూర్తిగా కాలి బూడిద అయ్యేవరకు నీవు గమ్యస్థానం చేరలేవు. నీ హృదయంలో ఉన్న సత్యం స్వతంత్రమైనది, అది ఎప్పుడూ ఉంటుంది, అది నాశనం లేనిది, అది తానుగా ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. అది ఉండటం వలననే అది తెలియబడుతూ ఉంటుంది గాని దానికి బాహ్యమైన వెలుతురు అవసరం లేదు. దాని

స్వరూపమే ఆనందం, దాని స్వరూపమే శాంతి, దాని స్వరూపమే ఉండటం. నీలోపల ఉన్న వస్తువు అది నీ మాటకు, నీ ఇంద్రియాలకు, నీ మనస్సుకు అందదు. దాని గురించి నాలుగు మాటలు చెప్పండి, నాలుగు మాటలు వ్రాయండి అంటే వ్రాయటానికి వీలులేని దాని గురించి చెప్పటానికి వీలులేని దాని గురించి ఎలా వ్రాయమంటారు? ఏమి చెప్పమంటారు? ఆ వస్తువు గురించి ఊహించటానికి ప్రయత్నం చేయవద్దు, అది ఎలా ఉందో అలా ఉండటానికి ప్రయత్నించు. నీటితో మన శరీరాన్ని ఎలా స్నానం చేయిస్తామో, అలాగ మంచితలంపులు మనస్సును స్నానం చేయిస్తాయి. మనస్సును స్నానం చేయించక పోతే మనస్సులో దురదలు వస్తాయి. మీరు గుర్తింపు కోరుతూఉంటే మీ మనస్సులో దురద ఉన్నట్లు గుర్తు. సత్యాన్ని తెలుసుకోవటానికి మంచి తలంపులు నీకు సహకరిస్తాయి కాబట్టి వాటిని పోషించు. అది గమ్యం అనుకొని అక్కడ ఆగిపోవద్దు, ఆగిపోతే ప్రమాదంలో పడతావు. జపం, ధ్యానం చేసేటప్పుడు చిన్నచిన్న సంతోషాలు వస్తాయి వాటినే ఇముడ్చుకోలేనప్పుడు ఆత్మానందాన్ని ఎలా ఇముడ్చుకోగలరు. చిన్న చిన్న సంతోషాలతో తృప్తి అయిపోతే మన సహస్రారం శుద్ధిఅవ్వదు, సహస్రారం శుద్ధి అవ్వకుండా మనకు ఆత్మజ్ఞానం కలుగదు. మీరు దేనిని పొందాలో ఆ వస్తువును మిస్ అవ్వవద్దు. ఈ చమత్కారాలను, భోగాలను చూసి అసలు వస్తువును మర్చిపోవద్దు. జరిగేది అంతా ఈశ్వరసంకల్పం, అనుకొనేది మన సంకల్పం. ఈశ్వర సంకల్పానికి భిన్నంగా ప్రవర్తించగలము అనుకోవటంలో నుండే దుఃఖం అంతా ప్రారంభమవుతుంది. భగవంతుడు మీకు ఇచ్చిన అవకాశములను ఉపయోగించుకొని పొందవలసిన వస్తువును పొందండి. సాధన సరిగా జరగటం లేదు అని కంగారు పడవద్దు, కాలాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోండి. ఏదైతే ఉందో, ఏదైతే శాంతిని కలుగజేస్తుందో, మీరు ఏదిగా ఉన్నారో దానిని పొందటానికి ప్రయత్నం చేయండి. స్వతంత్ర్యమైన సుఖం మీకు అనుభవంలోనికి వచ్చే వరకు మీ ప్రయాణం ఆపుచేయవద్దు. మీ మనస్సు పల్చబడే కొలది, మనస్సుకు లోచూపు వచ్చే కొలది, మనస్సు శుద్ధి అయ్యే కొలది లోపల ఉన్న వస్తువు యొక్క కాంతి మీకు తెలుస్తూ ఉంటుంది, దాని తాలుక సుఖం, శాంతి మీకు అందుతూ ఉంటాయి.





# రమణభాస్కర

**(సద్గురు శ్రీ నాన్నగారి అనుగ్రహభాషణములు, 23-06-2002, జిన్నూరు)**

ప్రియమైన ఆత్మబంధువుల్లారా,

మీరు చిన్నతనంలోనే ఇల్లు విడిచి ఎందుకు పారిపోయారు అని అడిగితే అది నా ప్రారబ్ధం అన్నారు భగవాన్. భగవంతుడు ఒక్కడే స్వతంత్రుడు. జీవులు ఎవరూ స్వతంత్రులు కారు. భగవంతుడు అంతర్యామిగా ఉండి వారి ప్రారబ్ధాననుసరించి ఈ జీవులను త్రిప్పుతున్నాడు. అది వీడికి తెలియక నేను స్వతంత్రంగా జీవిస్తున్నాను అనుకొంటాడు. అసలు ఉన్నది భగవంతుడే. ఆడించేది ఆయనే. ఆయన అనుగ్రహం లేకుండా మనం ఆయనను పొందలేము. మనం అహంకారం పెట్టుకోవటం వలన ఆయన మనకు తెలియటం లేదు. సాధన చెయ్యమని పెద్దలు చెపుతున్నారు, శాస్త్రాలు చెపుతున్నాయి. సాధన దేనితో చేస్తాము మనస్సుతో చేస్తాము. సాధన అంటే గుంజీలు తియ్యటం, పరుగులు పెట్టటంకాదు. దాని వలన దేహానికి ఆరోగ్యం వస్తుంది. మనస్సుతో సాధన చేసి మనస్సును అతిక్రమించాలి, మనస్సును తొలగించాలి అది సాధన లక్ష్యం. మనస్సులో నుండి బయట పడితే మనం అజ్ఞానంలో నుండి బయటకు వస్తాము. అప్పుడు ఇంక పరిమితులు ఉండవు, మనకు పూర్ణస్థితి కలుగుతుంది. పూర్ణస్థితి ఎప్పుడయితే కలిగిందో అది మన కడసారి జన్మ. మనం కష్టపడి సత్వగుణం సంపాదించుకోవాలి. సత్వగుణాన్ని ప్రాక్టీసు చేయటం వలన రూపబుద్ధి, నామబుద్ధి తగ్గిపోతుంది. సత్వగుణం పెరుగుతూ ఉంటే మనం శరీరంలో ఉన్నా లేనట్లు అనిపిస్తుంది, లోకంలో ఉన్నా లోకంలో లేనట్లు అనిపిస్తుంది సత్వగుణంలో అంత గొప్పతనం ఉంది. సత్వగుణంలోనే ఇంత గొప్పతనం ఉంటే సత్వగుణాన్ని ప్రాక్టీసు చేయటం ద్వారా ఏ వస్తువును చేరుకొంటున్నామో ఆ వస్తువు యొక్క వైభవాన్ని మనం నోటితో చెప్పలేము. సాధన ద్వారా సత్వగుణాన్ని పెంచుకొని ముందు మనస్సులో నుండి బయట పడాలి. సత్వగుణం గమ్యం కాదు కాని అహంకారంలోనుండి బయటపడటానికి దారి చూపించి అది ప్రక్కకు తప్పుకొంటుంది. తమోగుణం రజోగుణం తగ్గించుకోవాలంటే అవి తగ్గవు, జాగ్రత్తగా సత్వగుణాన్ని పెంచుకొంటూ ఉంటే అవి తగ్గిపోతాయి. వశిష్టుడు రామచంద్రమూర్తికి ఏమి చెప్పాడు అంటే అజాగ్రత్త పనికి రాదు, బహుజాగ్రత్తగా ఉన్నవాడే సత్వగుణాన్ని సంపాదించుకోగలడు. అజాగ్రత్తగా ఉన్నవాడు రజోగుణానికి తొందరగా వశమవుతాడు. రామా! నీవు సజ్జన సాంగత్యం