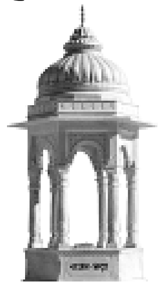
ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్

యుగశక్తి గాయత్రి



ప్రఖర ప్రజ్ఞ

ఓం వందే భగవతీం దేవీం శ్రీరామంచ జగద్గురుం
పాదపద్మే తయోః శ్రిత్వా ప్రణమామి ముహుర్ముహుః

సజల శ్రద్ధ

సంకల్పం - సంరక్షణ
వేదమూర్తి, తపోనిష్ఠ, పండిత
శ్రీరామ శర్మ ఆచార్య
శక్తి స్వరూపిణి
మాతా భగవతీ దేవి శర్మ

ప్రధాన సంపాదకులు
డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యా

సంపాదకులు
కందర్ప రామచంద్ర రావు

సంపుటి 8 - సంచిక 6
అక్టోబరు 2007
సర్వజిత్
భాద్రపదం-ఆశ్వయుజం
విడిప్రతి రూ॥ 8.00
సం॥ చందా రూ॥ 90
3 సం॥ చందా రూ॥ 250
10 సం॥ చందా రూ॥ 750
శాశ్వత చందా రూ॥ 1800

Please send drafts in favour of
SRI VEDAMATA GAYATRI TRUST BUSINESS DIVISION, HYDERABAD

సలహాలు, సూచనలకు :
శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావు
040-32986922

సంత్ సన్నిధి

సంత్ యొక్క సన్నిధి అపురూపమైనది. దాని రహస్యం లోతయినది. సంత్ సన్నిధిలో కానవచ్చేవి కొద్ది, అదృశ్యంగా జరిగే పరిణామాలు హెచ్చు. సంత్ సన్నిధి నియమబద్ధంగా, నిరంతరంగా సాగితే – జీవన క్రమం దానికదిగా మారిపోతుంది. మనస్సులో తిష్టవేసిన వ్యతిరేక విశ్వాసాలూ, పట్టుదలలూ తలక్రిందులై సరైన దారికి వస్తాయి. సంత్ సన్నిధిలో భావ పరివర్తన, జీవన పరివర్తనల విప్లవ అగ్నికణాలు అలవోకగా ఎగసిపడతాయి. ఆ వేడికి జీవితంలోని అవాంఛనీయతలన్నీ భస్మం కావడం ఖాయం.

సంత్ సన్నిధిలో సత్ యొక్క జ్ఞానం సునాయాసంగా లభిస్తుంది. సంత్ యొక్క చిత్ కారణంగా. అతడి చైతన్య ప్రవాహం కారణంగా.

సంత్ ఫరీద్ జీవితం ఇందుకు అద్భుత ఉదాహరణ.

కుట్రదారులు బిలాల్ అనే వ్యక్తిని ఆయనవద్దకు పంపారు. సంత్ ఫరీద్‌ను ఇబ్బందిపెట్టడానికి అతడు పెక్కు ప్రయత్నాలు చేశాడు. అయితే ఆయన సంత్ కదా. ప్రశాంతంగా నిలచారు. ఈ శాంతం బిలాల్ మనస్సును తాకింది. అతడు ఆయన వద్దనే ఉండిపోయాడు. పెక్కు సంవత్సరాలు గడిచాయి. అతడిలో ఆధ్యాత్మిక పరివర్తన కలిగింది. అందుకోసం అతడు ఎలాంటి సాధనా చేయకపోయినా.

ఈ పరివర్తనను చూచి, సంత్ ఫరీద్ శిష్యుడు ఒకడు అచ్చెరువు పొందాడు. ఆ పరివర్తనలోని రహస్యం ఏమిటని అడిగాడు. సంత్ ఫరీద్ నవ్వుతూ ఇలా అన్నారు–

“సంత్ యొక్క సన్నిధి దానికదిగా ఒక సాధన. సంత్ సన్నిధిలో అదృశ్యమైన ఆధ్యాత్మిక శక్తి ప్రవాహం ఉప్పొంగుతూ ఉంటుంది. సంత్ సన్నిధిలో ఆధ్యాత్మిక వ్యక్తిత్వం దానికదిగా జన్మ ఎత్తుతుంది.”

★★★

శ్రమ ఎరుగని ఈ దేహం వ్యాధులతో బహుభారం.

విషయ సూచిక

ముఖచిత్రం : మాతాజీ

1. **సంపాదకీయం:** సంత్ సన్నిధి 1
2. **విషయ సూచిక** 2
3. **సద్గురు వచనామృతం :** లక్ష్య శుద్ధి 2
4. **వేద మంత్రం:** మహత్తర వ్యక్తిత్వానికి ప్రతీక-పరోపకారం 3
5. **సింహావలోకనం : 60 సంవత్సరాల స్వరాజ్యం**
ఇదేమి ప్రజాస్వామ్యం? ఇదేమి స్వరాజ్యం? 4
6. **నవరాత్రి అనుష్ఠానం:**
అత్మబల అభివృద్ధికి అద్భుత అవకాశం 7
7. **ధారావాహిక: ప్రగతికి ప్రాతిపదిక ఆదర్శ కుటుంబం-9**
కుటుంబంలో పంచశీల అమలు-2 8
8. **ధారావాహిక : భక్తిగాథ-1**
నారద మహర్షికి ఆహ్వానం 10
9. **జీవించే కళ :** ఆత్మవిశ్వాసం, స్వావలంబన 12
10. **ఆచరణలో అధ్యాత్మ:** సేవగా పరిణమించాలి సానుభూతి 15
11. **తెలుగు యోగులు :**
కారణజన్ములు సిద్ధ పురుషులు-స్వామి జ్ఞానానంద 16
12. **ధారావాహిక : పతంజలి యోగదర్శనము-8**
ఆసన వ్యాయామాలు 18
13. **దేవసంస్కృతి సౌరభం-6:** నర రత్నాల గని మన సంస్కృతి 20
14. **ఆచరణలో అధ్యాత్మ :**
పాము కాటుతో సమానం-దురాలోచన 23
15. **ధారావాహిక : గాయత్రీ మహావిజ్ఞానం-24**
స్పర్శసాధన 24
16. **యువశక్తి జాగరణ :** బాల్య జీవన సంస్కారం 26
17. **ధారావాహిక: నా స్మృతి పథంలో గురుదేవులు-15**
ఇంత అసహ్యం ఎందుకు? 28
18. **ధారావాహిక : దివ్య జీవన దర్శనం-44**
రమణమహర్షి ఆశ్రమంలో-2 30
19. **నావారితో నామాట : నాలుగేండ్లలో శతజయంతి-7**
ప్రసార మాధ్యమాలలో విప్లవం 34
20. **మనం-మన ఆరోగ్యం:** మూలికలవైద్యం మహత్తరం 36
21. **మహిళాజాగరణ :**
బాలలపాలిటి వరదేవత - తారాబాయి మోడక్ 38
22. **కృష్ణాష్టమి వ్యాసం :**
నవ్వుతూ బ్రతకడం నేర్చుకుందాం - 2 40
23. **బోధకథ :** మృత్యువును జయించిన మనోబలం 42
24. **ఆచరణలో అధ్యాత్మ :** నేటి యుగానికి పంచశీల 44
25. **వార్తలు** 45
26. **సద్గురులీలామృతం** 48

సద్గురు వచనామృతం

లక్ష్య శుద్ధి

మరొకరు మనకు సాయపడాలని, మన జీవితానికి దారి చూపాలని కోరుకుంటూ కూర్చుంటే ఎలా? అలా కూర్చునే వారు కారు చీకటిలో బ్రతుకుతున్నారు. ఇలాంటి ఆలోచన సమాజంలో నౌకరు తత్వానికి దోహదం చేస్తుంది. ఎందుకంటే- అలాంటి వ్యక్తి ఇతరుల ముఖాలవైపు ఆశగా చూస్తూ ఉంటాడు. ఇతరులపై ఆధారపడే అలాంటి వ్యక్తి సాఫల్యాన్ని సాధించలేడు; తన స్వేచ్ఛను కాపాడుకోలేడు.

మనం మన కాళ్లపైననే ముందుకు పోవాలి. మనకు మనమే మన గమ్య స్థానానికి దారి వెదుక్కోవాలి.

ఈ యుగంలో జీవన సంఘర్షణ తీవ్రతరం అయింది. ఈనాడు మనిషికి ఉన్న మార్గాలు రెండే రెండు - పడద్రోయడం, పడద్రోయించుకోవడం. ఇతరుల దెబ్బలను ఓర్చుకుంటూ కూర్చోవాలా? దృఢ ప్రతిజ్ఞ చేసి మహత్కార్యాలను నిర్వహించి చూపాలా? లేక - ఉదాసీనులమై, అదృష్టంపై ఇతరులపై ఆశపడి బ్రతుకును వెళ్లదీయాలా?

పరాధీనులు మరణ యాతనను అనుభవించక తప్పదు. మన స్వేచ్ఛనూ, మన సభ్యతనూ రక్షించే దృఢమైన కోట మన లక్ష్యమే. స్వశక్తిపై నమ్మకంతో, లక్ష్య బలంతో మనం జీవన సంఘర్షణలో పురోగమించాలి. మనం ఏకొంచమైనా సాధించాలంటే, జీవించి ఉండాలంటే, అందుకు మార్గం ఒకే ఒకటి -లక్ష్య ఉపాసన. మన జీవితానికి తారక మంత్రం కావాలి మన లక్ష్యం.

★★★

ఆశల వలయాన్ని త్రుంచు, ఆశయాల విలువ పెంచు.

వేద మంత్రం

మహత్తర వ్యక్తిత్వానికి ప్రతీక-పరోపకారం

అకామో ధీరో అమృతః స్వయంభూః రసేన తృప్తో న కృతశ్చ నోనః ।
తమేవ విద్వాన్ న విభాయ మృత్యోరాత్మానం ధీరమజరం యువానమ్ ॥

(అథర్వవేదం) 10/8/44

భావార్థం : పరమాత్మ నిస్వార్థంగా యజ్ఞభావంతో ధైర్య పూర్వకంగా ప్రాణుల సేవ చేస్తాడు. పరమాత్మయొక్క ఈ గుణాలను పెంపొందించుకొన్న వారు నిర్భయులై ఎల్లప్పుడూ ఆనందం పొందుతారు.

సందేశం: పరమపిత పరమాత్మ ఈ విశాల సృష్టిని రచించాడు. ఆయన దీని నియామకుడు, నియంత. సర్వవ్యాపియై ఆయన దీనిని నడిపిస్తున్నాడు. ఆయన ఈ ప్రచండ పురుషార్థమంతా తనకోసం చేశాడా? ఆయన ఎల్లప్పుడు 'అకాముడు'. ఆయనకు ఏ కోరికా లేదు. ఏకరసుడై, అఖండంగా, అచలంగా, అమరంగా, అభయుడై ఆ ప్రభువు ఎల్లవేళలా ధీర గంభీరంగా ఉంటాడు. ఆ ఆప్తకామ పరమేశ్వరుడు ఈ సమస్త సృష్టిని ప్రాణుల కళ్యాణం కోసం చేశాడు. తనకేమీ స్వార్థం లేకపోయినా, అందరి హితాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని ప్రపంచాన్ని వివిధ సంపదలతో పరిపుష్టం చేశాడు.

పరోపకారం ఈశ్వరుని ఒక మహోన్నత గుణం. ఈ గుణాన్ని స్వీకరించి ప్రభువు కృపను పొందవచ్చు. ఈ నర తనువు లభించడంలోని సార్థక్యం పరమార్థంలోనే ఉన్నది. పరోపకారంతో సమానమైన ధర్మం మరొకటి లేదు. ఎవరి మనసు పర హితంలో నిమగ్నమైనదో, వారికి ప్రపంచంలో దుర్లభమేమీ ఉండదు. ఎవరి మనస్సు, వాక్కు, కర్మలలో పరోపకార భావన ఉంటుందో వారిని సాధువు లంటారు.

వైదిక ధర్మంలో యజ్ఞానికి చాలా ప్రాముఖ్యం ఉన్నది. బ్రహ్మచారి, గృహస్థు, వానప్రస్థుడు- అందరికీ యజ్ఞం ఆవశ్యకమే. యజ్ఞ తాత్పర్యం కేవలం అగ్నికుండంలో నెయ్యి, సామగ్రి ఆహుతి ఇచ్చుట కాదు. ఇది యజ్ఞం యొక్క ఒక అర్థం.

విస్తృతార్థమేమంటే- తన సమస్త జీవనాన్ని యజ్ఞమయం చేసుకోవటం. తనువు, మనస్సు, ధనములతో పరోపకారం చేయుటయే నిజమైన యజ్ఞం. తన సమస్త సౌకర్యాలను త్యజించి, ఇతరుల జీవితాలను సుగంధితం చేయడానికి తన సామర్థ్యాన్ని, ప్రతిభలను అర్పించుటే యజ్ఞం యొక్క వాస్తవిక లక్ష్యం. ఇతరులకు ఉపకారం చేయడమే మానవులనబడేవారి ఆదర్శం కావాలి. 'ఇదన్నమమ, ఇది నాది కాదు అంతా ఆ పరమపితదే అనే భావనతో తన తనువు, మనస్సు, ధనములతో ఇతరులకు సేవచేయడం, ఇతరులకు ఉపకారం చేయడం- ఇదే మన జీవనోద్దేశ్యం కావాలి.

ఏ శరీరంతో ధర్మం, యజ్ఞం, పరోపకారం చేయబడలేదో ఆ శరీరం దేనికి ఉన్నట్లు? ఈ దుర్లభ మానవ జీవనం పొంది కూడా ఎవడు ఉపకారం చేయలేదో వానికి మించిన నికృష్టుడు, నీచుడు మరొకడు ఉండడు. ఇతర ప్రాణులతో పోల్చినపుడు ఏ శరీరం, ఇతర మనుష్యులతో పోల్చినపుడు ఏ విద్య, ధనం, బలం పరమేశ్వరుడు మనకు వరంగా ఇచ్చాడో- అవి ఎందుకోస మిచ్చినట్లు? అవి కేవలం మన ప్రయోజనం కోసమేనా? కాదు. వాటిని మనం ఇతరుల మేలు కోసం ఉపయోగించాలి.

ప్రతి రోజూ ఏదో ఒక ఉపకారం చేస్తూ ఉండాలి. అంధులకు, దారి తప్పినవారికి దారి చూపించడం, దీనులకు దుఃఖితులకు సేవా, సహాయం చేయడం నిత్యకర్మలు కావాలి. పరోపకారపు ప్రతి పనీ స్వర్గం వైపు ఒక ముందడుగు. స్వర్గమయ సుఖాన్నీ, ఆనందాన్నీ పొందడానికి మనం పరోపకారులం కావాలి.

పరోపకారం గొప్ప వ్యక్తిత్వానికి ఒక ప్రతీక.

★★★

ఆకలిమేరకు తిను, శక్తిమేరకు పనిచేయి.

సింహావలోకనం : 60 సంవత్సరాల స్వరాజ్యం

ఇదేమి ప్రజాస్వామ్యం? ఇదేమి స్వరాజ్యం?

అమర వీరుల త్యాగ ఫలం

దేశానికి స్వరాజ్యం వచ్చి 60 సంవత్సరాలు గడిచాయి. 1947లో మన దేశం ఆంగ్లేయుల చేతుల్లోనుండి విడివడి ప్రపంచంలోకల్లా పెద్ద ప్రజాస్వామ్యంగా అవతరించింది. అందుకోసం ఎందరెందరో బలిదానాలు చేశారు. మరెందరో అజ్ఞాతంగా అమరవీరులు అయినారు. వారికి పేరు ప్రఖ్యాతులు రాలేదు, ప్రమాణ పత్రాలు రాలేదు. అయినా, వారు వాటి గురించి పట్టించుకోలేదు. దక్షిణేశ్వర క్షేత్రపు మట్టిని చేతిలోకి తీసుకుని, చిన్న భగవద్గీతను జేబులో పెట్టుకుని- ఎందరెందరో ఉరికంబాలు ఎక్కారు. ఎందరెందరో తమ జీవితాలను అజ్ఞాతంగా గడిపి, స్వరాజ్యం కోసం తమనూ, తమ కుటుంబాలను ఆకలికి గురిచేశారు. ఎందరెందరో అతికొద్ది సాధనాలతో జీవించి, తెరవెనుకనే అదృశ్యం అయినారు. ఎందరో సాహితీవేత్తలూ, కార్యకర్తలూ, స్వచ్ఛందసేవకులూ స్వరాజ్య ఉద్యమంలో సైనికులుగా, సత్యాగ్రహులుగా, గాంధీగారి సహాయ నిరాకరణ ఉద్యమానికి సంచాలకులుగా, ఖద్దరును జీవన వ్రతంగా స్వీకరించిన సాధకులుగా ప్రముఖ పాత్రలు నిర్వహించారు. భారతదేశానికి ఉజ్వల భవిష్యత్తు లభిస్తుందనే విశ్వాసంతో జీవించారు. అయినా, విశ్వాసాన్ని కోల్పోయి తమ జీవితాలను చాలించారు.

దారి తప్పిన స్వరాజ్య రథం

తమ సమాధులవద్ద ప్రతి సంవత్సరం మహోత్సవాలు జరుగుతాయని మన అమరవీరులు ప్రకటించారు. మరి అలా జరిగిందా? స్వరాజ్యం వచ్చిన తర్వాత మనం ఆ అమరవీరులందరినీ మరచిపోయామని అనిపిస్తుంది. పాశ్చాత్యుల అనుకరణలో, నల్ల ఆంగ్లేయుల కుతంత్రాలలో చిక్కుకుని- మనం ఎక్కడో దారితప్పాము. గతంలో మనల్ని దోచుకున్నవారు బయటినుంచి వచ్చిన బ్రిటిషు దురాక్రమణదారులు. ఇప్పుడు మనవాళ్లే మనల్ని దోచుకుంటున్నారు. ఆంగ్లేయులు స్థాపించిన అకాడమీల నుండి ఒక అధికారుల వర్గం వెలువడసాగింది. వారు ప్రతిభావంతులే. అయితే, ఈ దేశపు మట్టిలో వారికి అనుబంధం లేదు. వారు తమ పద్ధతి ప్రకారం దేశాన్ని నడపడం ప్రారంభించారు. ఫలితంగా మనం దారితప్పాము. మన గ్రామీణ ప్రజలు ఎన్నెన్నో కలలు కన్నారు. జమీందారీలు రద్దయినాయి, స్వదేశ సంస్థానాలు పోయాయి, ఇక మనకు శాంతి లభిస్తుంది- అని వారు భావించారు. అయితే, కొత్త జమీందారులు పుట్టుకువచ్చారు. భూదాన ఉద్యమం యజ్ఞ భావనతో సాగిన మహోద్యమం. కాని ఏమి జరిగింది? పట్టాలు పొందిన రైతులకు నేటికీ భూములు అందలేదు.

బహుళజాతి సంస్థలు దేశంలో తిష్టవేశాయి. ప్రత్యేక ఆర్థిక మండలాల ద్వారా మన పంట భూములు పట్టణాలలో భాగాలుగా లేదా పెట్టుబడిదారుల ఆస్తులుగా మారిపోతున్నాయి. వరదలనూ, అనావృష్టినీ తట్టుకునే ఏర్పాటు లేకపోవడంవల్ల, అడవులు నరికివేయబడడంవల్ల- పంట భూములు సముద్రంలో కలిసిపోతున్నాయి. సారవంతమైన భూములు రసాయనిక ఎరువులవల్ల బంజర్లుగా మారిపోతున్నాయి. రైతులు ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతున్నారు. కృత్రిమ వ్యవసాయం కారణంగా- మనం ఏమి తింటున్నామో, ఎలా తయారవుతున్నామో తెలియని దారుణ పరిస్థితి ఏర్పడుతోంది. నిరుద్యోగం పెచ్చు పెరిగిపోతోంది. విశ్వవిద్యాలయాల సంఖ్య పెరిగింది. దానితోపాటు- విద్యాలయాలనూ, కళాశాలలనూ చదువు మధ్యలోనే వదిలివేసేవారి సంఖ్యకూడ పెరిగింది. ఉన్నత విద్య పలువురికి అందుబాటులో లేదు. మత్తు పదార్థాల సుడిగుండంలో దేశమంతా మునిగిపోయినట్లు కనిపిస్తోంది.

నగరాల కడుపుల్లోకి గ్రామాలు

ఈ వైజ్ఞానిక శతాబ్దంలో సైతం సాంఘిక దురాచారాలు ప్రబలుతున్నాయి. గుడ్డి నమ్మకాలు, మూఢాచారాలు, జంతుబలులు, భూతప్రేతాల ఘటనలు- ఇవన్నీ టి.వి. చానళ్లు తమ ప్రేక్షకుల సంఖ్యను

ఇల్లు వదలడం సన్యాసం కాదు. రుచిని వదలడమే సన్యాసం.

పెంచుకోవడానికి పనికివస్తున్నాయి. మనం ఎలెక్ట్రానిక్ యుగంలో పురోగమిస్తున్నకొలదీ ప్రజల మనస్సులు మరింత వెనుకబడిపోతున్నాయి. కులతత్వపు విషవృక్షం నలుదిశలా విస్తరించింది. అగ్రవర్ణాలని పిలువబడేవారికి వ్యతిరేకంగా దళితులు నోరెత్తడానికి వీలుండడం లేదు. ఈ కులతత్వమే రాజకీయాలను నడిపిస్తోంది. వ్యక్తిత్వ ప్రత్యేకతలు ఆధారంగా, గుణ కర్మలు ఆధారంగా జరిగిన కుల విభజనకు ఇప్పుడు జన్మ ఆధారం అవుతోంది. రిజర్వేషన్‌ల అగ్నిలో దేశమంతా కాలిపోతూన్నట్లు అనిపిస్తోంది. జాతీయ సంపదను నాశనం చేయడానికి ఎవ్వరూ వెనుకాడడం లేదు. అభద్రతా వాతావరణం అంతటా వ్యాపించి ఉంది. బయటికి వెళితే క్షేమంగా తిరిగివస్తామన్న భరోసా లేదు. ధనికులు మరింత ధనికులు అవుతున్నారు. పేదలు నిరుపేదలు అవుతున్నారు. గ్రామాలు నిర్మూలం అవుతున్నాయి. నగరాల కడుపుల్లో కలిసిపోతున్నాయి. ఈనాడు గ్రామాలలో ఉండడానికి ఎవరూ ఇష్టపడడం లేదు. అపసంస్కృతీ, అపరాధాలూ గ్రామాలకుకూడా వ్యాపించాయి. సర్పంచ్‌ల భ్రష్ట రాజకీయాలు గ్రామాల సమైక్యాన్ని నాశనం చేస్తున్నాయి. గ్రామాలను ముక్కచెక్కలు చేస్తున్నాయి.

పార్టీ రాజకీయాల అధోగతి

ఇదేమి స్వరాజ్యం? ఇదేమి ప్రజాస్వామ్యం? శాస్త్రవేత్త-మనీషి-ఋషి స్థాయి కలిగిన వ్యక్తి తిరిగి రాష్ట్రపతి కాలేకపోయారు - పార్టీ రాజకీయ సమీకరణాలు అనుకూలించకపోవడం వల్ల. ప్రజలు ప్రత్యక్షంగా రాష్ట్రపతిని ఎన్నుకునే విధంగా రాజ్యాంగాన్ని సవరించలేమా?

అందరూ అశాంతిగా ఉన్నారు. ఎవరో అవతార పురుషుడు దిగివచ్చి దారి చూపుతాడని జనం ఎదురు చూస్తున్నారు. అవతారం దిగిరావలసివస్తే అది మనలోనుండే వస్తుందని అందరూ గుర్తించాలి. ఏ దేశపు మేధావి వర్గం తమ వోటు హక్కును వినియోగించుకోదో, జాతీయ సమస్యలపై బహిరంగ చర్చలో పాల్గొనదో, క్రియాశీలంగా ఉద్యమాలు నడపాలని ఆలోచన అయినా చేయదో - ఆ దేశం ఈ మేధావులు తనను ఉద్ధరిస్తారని ఎలా భావిస్తుంది? పరిస్థితి నానాటికీ విషమిస్తోంది. దిక్కుతోచని స్థితి ఏర్పడుతోంది.

ఇలాంటి పరిస్థితిలో - రాజకీయేతర స్థాయిలో, ఆధ్యాత్మిక విప్లవం స్థాయిలో ఎవరయినా ముందుకువస్తే, దానివల్ల ప్రయోజనం కలుగుతుంది. జన మానసం మేలుకొననిదే మార్పు ఎలా సాధ్యపడుతుంది?

రాజకీయ రంగం ఒక ఊబి అనీ, దానిలో చేరకూడదనీ, దానికి దారి చూపాలనీ, సరైన వ్యక్తులను ఎన్నుకునే వివేకాన్ని ప్రజలలో మేలుకొలపాలనీ పరమపూజ్య గురుదేవులు పలుమారులు సూచించారు.

మన దేశపు రాజకీయ రంగానికి ఆకులు రాలే కాలం వచ్చింది. అది వినాశనంవైపు నడుస్తోంది. ఇలా సాగినంత కాలం ఇది వసంత ఋతువును రానివ్వదు. పార్టీలు ఎన్నో ఉన్నాయి. అవి రాజకీయాలకు సమాధులుగా తయారైనాయి. వరాహంవలే బురదలో పొర్లే రాజకీయ జీవి తాను సంతృప్తిగా ఉన్నాడు. ఏదో విధంగా తన పొట్ట నింపుకోవడం, జాతి అనే ఆలయాన్ని దొలిచివేయడం - ఇదే అతడి పనిగా తయారయింది. నేడు రాజకీయ నాయకులలో ప్రవక్త ఎక్కడా కనిపించడం లేదు. అందరూ ఒక పెద్ద ప్రహసనంలో పాత్రధారులు అయినారు. 80 శాతం భారతీయులు రాజకీయ నాయకులను అసహ్యించుకుంటున్నారని ఒక వార పత్రిక తన సర్వేలో కనుగొన్నది. అదే నిజమయితే - మనమంతా కలసి జాతిని గురించి ఆలోచించవలసి ఉంది. మాఫియాలతో, అపరాధులతో, అవినీతిపరులతో చేతులు కలిపి మన భవిష్యత్తును నిర్ణయిస్తూన్న వీరెలా మనకు హీరోలు. వీళ్లు దేశాన్ని ముక్కలు ముక్కలుగా అమ్ముతున్నారు. మనకు భావి తరాలపట్ల బాధ్యత ఉంటే, మనం మేలుకోవాలి, ఆచరణ యోగ్యమైన విధానాలను రూపొందించాలి.

1970 అక్టోబరు "అఖండ జ్యోతి" పత్రిక సంపాదకీయంలో "మనం రాజకీయాలలో ఎందుకు పాల్గొనడం లేదు"- అనే శీర్షిక క్రింద 7 పుటల వ్యాసం ప్రచురితమయింది. మథుర నుండి వీడ్కోలు తీసుకునేముందు ఈ విషయమై స్పష్టీకరణ కోరినవారందరికీ పూజ్య గురుదేవులు ఇచ్చిన సమాధానంగా దానిని పరిగణించవచ్చు. జాతి యొక్క

ఏకాదశికొక ఉపవాస దీక్ష - ఆరోగ్యానికది శ్రీరామరక్ష.

సృజనాత్మక నవ నిర్మాణానికై వ్యవస్థలో ఉండి కాక, దానికి దూరంగా ఉండి మరింత నిష్కళంకమైన, ప్రామాణికమైన, సార్థకమైన పని చేయగలుగుతామని ఆ వ్యాసంలో వివరించబడింది. ఈ వ్యాసం ఆ తర్వాత చిన్న పుస్తకంగా ప్రచురితమయింది. ఆ వ్యాసంలో 23 సంవత్సరాల స్వరాజ్యంపై సమీక్ష ఉంది. పూజ్య గురుదేవులు స్వరాజ్య సమర సేనానిగా పనిచేశారు. మౌనంలో జరిపిన ఈ పోరాటం వారిని సమకాలీన పరిస్థితులపై వ్రాయడానికి వారిని పలుమార్లు ప్రోత్సహించింది. ఆ వ్యాసంలో మిషన్ కార్యకర్తలకు ఇలా స్పష్టంచేయబడింది–

మన లక్ష్యం జన మానసాన్ని భావనాత్మకంగా నవనిర్మాణం చేయడం, జాతి యొక్క సాంస్కృతిక స్వాతంత్ర్యం; నైతిక ఉద్ధరణ, సౌశీల్య సముద్ధరణ; శిక్షణనూ విద్యనూ సమన్వయ పరచడం; విద్యావిధానంలో ఆమూలాగ్రమైన పరివర్తన. ఆత్మబలాన్ని పెంపొందించడం; జాతికి సమర్థులూ, శక్తివంతులూ అయిన పౌరులను అందించడం.

పదవీ మదంలో మునిగిపోయి, వారుణిని త్రాగి ఉన్మత్తమైన రాజకీయ సముదాయానికి సదాలోచనను నేర్పడం ఎలా? భ్రష్టులను చేసిన దశనుండి, జాతిని తిరోగమింపజేసే చర్యలకు పాల్పడే దశనుండి వారిని వెలికితీయడం ఎలా? ఈ ప్రశ్నలు నేడు ఉదయిస్తున్నాయి.

రావాలి రాజకీయేతర మహోద్యమం

వీటికి సమాధానం ఒక్కటే. అధ్యాత్మ వ్యవస్థ మేలుకొనాలి. రాజకీయేతర స్థాయిలో క్రియాశీలమైన మేధావి వర్గం పాల్గొనాలి. ప్రజలలో భావ పరివర్తన తీసుకురావడానికి ఉద్యమించాలి.

వైజ్ఞానిక అధ్యాత్మవాదం, ఆధ్యాత్మిక మానవ వాదములు కేంద్ర బిందువులుగా అన్ని మతాలూ, అన్ని కులాలూ ఏకమవుతాయి. అప్పుడు రాష్ట్ర దేవతయే, భరతమాతయే ప్రధానం అవుతుంది. మనం దేవుణ్ణి పూజించవచ్చు, పూజించకపోవచ్చు. అయితే, ఆత్మదేవతను గుర్తించాలి, పరిశీలించాలి. ఆత్మబలాన్ని పెంచుకోవాలి. జీవన దేవతను సాధన చేయాలి. సమాజ నవ నిర్మాణానికై మనల్ని మనం ఆహుతి చేసుకోవాలి. ఇందువల్ల ఒక అద్భుత వాతావరణం నిర్మాణం అవుతుంది. ఫలితంగా– రాజకీయ వాదులు సమర్థులూ, శక్తివంతులూ, మేధావులూ అయిన పౌరుల మాటను, జన మానసం మాటను వినడం తప్పనిసరి అవుతుంది. ఇందుకోసం ప్రజావేదిక ఏర్పడాలి. ఉద్యమం సాగాలి. ర్యాలీలు జరగాలి. పాదయాత్రలు నిర్వహించబడాలి. పత్రికలనూ, ఎలెక్ట్రానిక్ మీడియానూ ప్రభావితం చేయాలి. ఇది ఆపద్ధర్మం. దీన్ని నిర్వహించక తప్పదు.

పండుగలు

అక్టోబర్:

2	గాంధీ జయంతి
8	గురుదేవుల జయంతి
12	నవరాత్రి ఆరంభం
21	విజయదశమి
25	వాల్మీకి జయంతి

నవంబరు:

9	దీపావళి
10	ధన్వంతరి జయంతి
24	గురునానక్ జయంతి

గాంధీజీ అడుగుజాడలలో....

భారతీయ రాజకీయ రంగంలో ఒక మహోద్యమం జరిగింది. గాంధీజీ దాన్ని విజయవంతంగా నిర్వహించారు. ఆ ఉద్యమం ద్వారా ఆయన భారత ప్రజలను రాజకీయకరణ చేశారు. వారిని అహింసాత్మకమైన సహాయ నిరాకరణ ఉద్యమంలో భాగస్వాములను చేశారు. స్వరాజ్య లక్ష్యాన్ని దగ్గరకు తెచ్చారు. గాంధీజీ ప్రారంభించిన ఖద్దరు ఉద్యమం విదేశీ వస్త్రాలను దగ్ధం చేసింది; స్వదేశీ ఉద్యమానికి ఒక కొత్త జీవన దర్శనాన్ని ఇచ్చింది.

ఈనాడుకూడ– అన్యాయాన్నీ, దోపిడీనీ గ్రామ స్థాయిలో, పేట స్థాయిలో, బ్లాకు స్థాయిలో గాంధీయ మార్గంలో సంఘటితంగా ప్రతిఘటించేందుకై లక్షలాది కోట్లాది కార్యకర్తలు కావాలి. భ్రష్టమైన పాలనా యంత్రాంగాన్ని క్షాళన చేయడానికి కూడ వీరు కృషిచేయాలి. లంచగొండితనాన్ని వీరు ప్రతిఘటించాలి. అలాంటి కార్యకర్తలకు మనం దారి చూపగలిగితే – నాగరికమూ, సంపన్నమూ, సమర్థమూ అయిన భారత్ నిర్మాణం అవుతుంది.

మరో స్వరాజ్య ఉద్యమం

గాయత్రీ పరివార్‌తో పాటు ఈ నూతన స్వరాజ్య ఉద్యమంలో భాగస్వామి కావడానికి మరే సంస్థ అయినా ముందుకు వస్తుందా?

★★★

జల స్నానం బాహ్య శుద్ధికి, జల పానం అంతశ్శుద్ధికి.

నవరాత్రి అనుష్ఠానం

ఆత్మబల అభివృద్ధికి అద్భుత అవకాశం

రాత్రీ, పగలూ కలిసే సమయాలు ఉదయ సంధ్య సాయం సంధ్య. ఇవి ఉపాసనకు మహత్తరమైనవి. శుక్ల పక్ష, కృష్ణ పక్షములు, పూర్ణిమ, అమావాస్య, దీపావళి, హోలీ, గురుపూర్ణిమ, శ్రావణి, శరత్ పూర్ణిమవంటి పండుగలు ఈ సంధి సమయాలలోనే వస్తాయి. శీత, గ్రీష్మ ఋతువుల సంధి కాలం సంవత్సరంలో రెండుసార్లు వస్తుంది. చైత్ర మాసంలో, ఆశ్వయుజ మాసంలో. శరీర క్షాళనకూ, కాయకల్ప చికిత్సకూ ఈ సంధి కాలాలు ఉత్తమమైనవని ఆయుర్వేద శాస్త్రం చెపుతోంది. అలాగే - చైత్ర నవరాత్రులు, ఆశ్వయుజ నవరాత్రులు అనుష్ఠానాలకు ఉత్తమమైనవి. నవరాత్రులు ప్రకృతి జగత్తులో ఋతువులకు ఋతు కాలములు. ఈ సమయాలలో వేడి, చలి సమతూకంలో ఉంటాయి. పృథివి యొక్క వేగం తగ్గుతుంది.

నవరాత్రులు దేవత్వం భూమిపై దిగివచ్చే సమయాలు; జాగృత ఆత్మలలో దైవీ ప్రేరణను నింపే సమయాలు. ఈ తొమ్మిది రోజులలో ప్రకృతి యొక్క సూక్ష్మ అంతరాళం, మానవ శరీరంలోని సూక్ష్మ భాగం విశిష్టమైన పరివర్తన ప్రక్రియకు లోనవుతాయి. శరీరంలో సుడిగుండాల వంటి సంచలనాలు కలుగుతాయి. శరీరంలో పేరుకుపోయిన వికారాలనూ, మానసిక వికృతులనూ తొలగించడానికై జీవ శక్తి తుఫానులా తీవ్ర సంఘర్షణ జరుపుతుంది. ఆత్మిక ప్రగతికై ఆంతరిక ప్రేరణలు సహజంగా ఉత్పన్నం అవుతాయి.

నవరాత్రులలో సూక్ష్మ జగత్తునుండి దైవీ ప్రేరణలు వర్షిస్తాయి. సంస్కరించబడిన ఆత్మలు తమలోపల సముద్ర మథనంవంటి సంచలనాలు కలగడాన్ని దర్శిస్తాయి. ఈ సంచలనాలను సద్వినియోగపరచుకునే సాధకులు అదృశ్యమైన ప్రేరణా శక్తిద్వారా ప్రోత్సహించబడి, ఆత్మ కళ్యాణ, లోక కళ్యాణ కార్యకలాపాలలో పాల్గొంటారు; అమూల్యములైన రత్న రాశులను సంపాదిస్తారు; కృతకృత్యులు అవుతారు.

ఈ సంధి కాలంలో సాధకులకు అనుకూల పరిస్థితులు ఏర్పడతాయి. ఊహకందని ఫలితాలు అందుతాయి.

నవరాత్రులకు గూఢార్థం ఉన్నది. మానవ శరీరం అనే అయోధ్యలో నవ ద్వారాలు అనగా తొమ్మిది ఇంద్రియాలు ఉన్నాయి. అజ్ఞానంవల్ల దుర్వినియోగపరచిన కారణంగా వాటిపై ఆవరించిన అంధకారాన్ని అనుష్ఠానం ద్వారా తొలగించవలసి ఉంది. ఒక్కొక్క రాత్రి ఒక్కొక్క ఇంద్రియంపై ఆలోచన చేయాలి. వాటిపై సంయమనాన్ని సాధించాలి. వాటిలో ఇమిడిఉన్న సామర్థ్యాలను వెలికితీయాలి. వాస్తవానికి ఇదే నవరాత్రి సాధన. రాత్రి అంటే చీకటి. ఈ నవ ద్వారాలపట్ల, తొమ్మిది ఇంద్రియాల విషయాలపట్ల మెలకువ వహించే సాధకుడు వాటిలో మునిగిపోడు; వాటిని దుర్వినియోగపరచి తన ఓజస్సునూ, తేజస్సునూ, వర్చస్సునూ వృథా చేయడు. అజ్ఞాన అంధకారం నుండి వెలుగులోనికి తీసుకురావడమే నవరాత్రి జాగరణ.

నవరాత్రి నవ దుర్గ ఉపాసనతో ముడిపడి ఉంది. దోష దుర్గుణాలనూ, కషాయ కల్మషాలనూ నిర్మూలించే మహాశక్తి దుర్గ. దుర్గను తొమ్మిది రూపాలలో ఉపాసన చేస్తాము- మన ఇంద్రియ చేతనను ఆవరించిన దుర్గుణాలను నశింపజేస్తుంది కనుక. మనిషిలోని పాప ప్రవృత్తులే మహిషాసురుడు. నవరాత్రులలో మానసిక సంకల్పం ద్వారా ఆ ప్రవృత్తులపై అంకుశాన్ని ప్రయోగిస్తాము. సంయమశీల మయిన ఆత్మనే దుర్గగా, మహాకాళిగా, గాయత్రిగా అభివర్ణిస్తారు. ప్రాణ చేతన సంస్కరించబడినప్పుడు ఈ శక్తియే మహిషాసురమర్దిని అవుతుంది.

గాయత్రి ఆదిశక్తి. దుర్గ, మహాకాళి, మహాలక్ష్మి మున్నగునవి ఆ మహాశక్తికి వివిధ రూపాలు. కనుక- నవరాత్రులలో గాయత్రీ అనుష్ఠానం యొక్క ప్రాముఖ్యం అన్నింటినీ మించినది. కనుకనే, 24 వేల గాయత్రీ మంత్ర అనుష్ఠానానికి నవరాత్రిలో విశేష ప్రాధాన్యం ఉన్నది.

నవరాత్రి అనుష్ఠానంవల్ల శరీరంలో, మనస్సులో నిండిఉన్న వికారాలు క్షాళన అవుతాయి. ఎందుకంటే - నవరాత్రి పర్వం ఆత్మ చేతన యొక్క సంస్కరణకూ, క్షాళనకూ అనువైన పర్వం.

★★★

సాత్విక భోజనం చేద్దాం - ఆరోగ్యం చవిచూద్దాం.

ధారావాహిక : ప్రగతికి ప్రాతిపదిక ఆదర్శ కుటుంబం-9

కుటుంబంలో పంచశీల అమలు-2

సహకార భావన

సహకార భావన ప్రగతికి మూలమంత్రం ఈ సత్ప్రవృత్తిని ఎంతగా అలవాటు చేసుకుంటే అంతగా సద్భావనలు అభివృద్ధి అవుతాయి. సాన్నిహిత్యం పెరుగుతుంది. కలిసి మెలసి పనిచేయడంతో ఆ పనిలో ఆనందం పెరుగుతుంది. అందరూ కలిసిమెలసి పని చేయడం వల్ల ఎక్కువ ప్రతిభకలవారినుండి నేర్చుకొనడానికి, తక్కువ ప్రతిభ కలవారికి నేర్పడానికి అవకాశం లభిస్తుంది.

ఎక్కువ యోగ్యత కలవారు తక్కువ యోగ్యత కలవారి జ్ఞానాభివృద్ధికి, ప్రగతికి సహాయం చెయ్యాలి. ఎక్కువ చదువుకున్నవారు తక్కువ చదివిన వారిని, అసలు చదువుకోని వారిని చదివించాలి. చిన్నవాళ్లు పెద్దల పనుల్లో సహాయం చేయాలి. వారి ఒంటరితనాన్ని దూరం చేయాలి. కలుపుగోలుతనం లేని వ్యక్తులు స్వార్థపరులుగా తయారవుతారు. లేదా ఆత్మహీనతతో బాధపడతారు. అనాగరికంగా, అసామాజికంగా మిగిలిపోతారు. కుటుంబ వ్యవస్థలో ప్రతి పనిలోను సహకారానికి వీలైనంత గొప్ప స్థానాన్నివ్వాలి.

ప్రగతిశీలత

భౌతిక దృష్టితో ప్రగతి సాధిస్తూ ఆత్మిక దృష్టితో ఉన్నత స్థాయి నందుకునే ప్రక్రియయే ప్రగతిశీలత. కోరికను అతిగా పెంచుకుంటే ప్రయోజనం లేదు. ఊహల్లో విహరించే వారివల్ల ఏ పనీ జరగదు. తీరని కోరికల వల్ల కోపం, చిరాకు, నిరాశ మాత్రమే ఉత్పన్నమవుతాయి. ఊహల్లో విహరించడాన్ని ఆపివేసి ప్రగతికై అవసరమైన యోగ్యతను పెంచుకోవడానికై ప్రతి సభ్యుడినీ తయారుచేయాలి. యోగ్యతను పెంచడం అవసరం. సామర్థ్యం లేనప్పుడు కేవలం శ్రమించడం వల్ల గొప్ప పనులను సాధించలేము.

కుటుంబ సభ్యులను విద్యావంతులుగా చేయడానికై వారికి అధ్యయనం పట్ల ఆసక్తిని కలిగించాలి. బలిష్టంగా తయారుకావడానికి వారికి వ్యాయామం పట్ల ఆసక్తిని కలిగించాలి. సంపాదనకై కుటీర పరిశ్రమలపట్ల ఆసక్తిని కలిగించాలి. శిల్పకళల పట్ల, సంగీతం పట్ల ఆసక్తిని కలిగించాలి. దానికై సాధనాలను సమకూర్చాలి. కోరికలను అదుపు చేయడానికై ప్రతి కుటుంబంలోనూ ఏదో ఒక ప్రయత్నం ఎక్కడ, ఏ విధంగా, ఏది సాధ్యమవుతుందో వెదికితే తగు మార్గం దొరుకుతుంది.

శిష్టాచారం

పెద్దమనిషి తరహా, మంచితనం, మాధుర్యం, నమ్రతల కలయికనే శిష్టాచారం అంటారు. నిజాయితీ, ప్రామాణికత, పౌరసత్వం, సామాజికతలను నిష్ఠగా పాటించుటఅయే శిష్టాచారం. మామూలు శిష్టాచారానికి తనదైన గొప్పదనం ఉంది. నమ్రంగా ఉండడానికి మాటల్లో మాధుర్యం, ప్రవర్తనలో శిష్టత ఉండాలి ఉదారత, సేవ, సహాయాలనే సద్గుణాలను అలవరుచుకుంటేనే ఇతరుల స్నేహం, గౌరవం, సహకారం దొరుకుతాయి. ఇతరులను తనవారుగా చేసుకోవడంలో శిష్టాచారానికున్న శక్తి - ఆశపెట్టి తమ వైపు తిప్పుకోవడంలోను, ఒత్తిడి చేయడంలోను లేదు. శిష్టాచారం ప్రతి ఒక్కరి మనసుపై ఆధిపత్యం వహిస్తుంది. దీన్ని ఇంట్లోని ప్రతి సభ్యునికి పరిచయం చెయ్యాలి, అభ్యాసం చేయించాలి.

పంచశీలను ఏఏ ఇంట్లో ఏఏవిధంగా అలవాటు చెయ్యాలి- అనే నియమాన్ని ఏర్పరచలేము. ప్రతి కుటుంబంలోని సభ్యుల పరిస్థితి వేరువేరుగా ఉంటుంది. అందువల్ల కుటుంబాలన్నింటికీ ఈ నియమాలు సమానంగా వర్తించవు. వాటిని అవకాశాన్నిబట్టి నిర్ణయించాలి. అమలు పరచాలి. అయినా సిద్ధాంతపరంగా

అరుదైపోయిన ఆరోగ్యాన్ని అమృత ఫలాలలో వెదకు.

పరిజనులు కొన్ని స్థూల విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి. అప్పుడు పరిజనులలో సద్గుణాలు, సత్ప్రవృత్తులు తప్పకుండా పెరుగుతాయి. ఉదాహరణకు వ్యవస్థకు సంబంధించినంత వరకు నేర్చుకునే సమయంలో ఇంట్లోని పెద్దవారు చిన్నవారిని కూడా వారితో కలుపుకుంటూఉండాలి.

ఇతరులను నిర్దేశించడం, వారికి సలహా ఇవ్వడం మంచిదే. కాని అలవాట్లను మార్చినంతమాత్రాన, పద్ధతులను మార్చినంతమాత్రాన కోరుకున్న ఉద్దేశ్యం పూర్తికాదు. ఆదర్శాన్ని మార్చే విధానాన్ని అమలుపరచాలి. ఆచరణలోకి తీసుకురావాలి. అలవాటుచేసుకోటానికి కొన్ని పనులను నిర్ధారించుకొనవలసివస్తుంది. చాలా సమయంవరకు వాటిని చేస్తూ ఉండటం వల్ల పాత అలవాట్లు పోయి, క్రొత్త స్వభావం అలవడి, అవి జీవితంలో అంతర్భాగాలు అవుతాయి.

కుటుంబపు పంచశీలలో చెప్పబడిన అయిదు సత్ప్రవృత్తులను సభ్యులందరి స్వభావంలో అంతర్భాగాలు తయారు చేయటానికై కొన్ని కార్యాలను నిర్ధారించాలి. ఇంటి యజమానులు సమయం లేదని ఊరుకోకూడదు. సంపాదన ఒక్కటే సరిపోదు. దానితో కుటుంబపు పోషణకి అవసరమైన అవసరాలైతే పూర్తి అవుతాయి. సంస్కారం మాత్రం రాలేదు. వాస్తవానికి గుణ, కర్మ, స్వభావాల సమన్వయంతో ఏర్పడే వ్యక్తిత్వమే మనిషికి నిజమైన మూలధనం. ఈ వైభవం ఎవరిదగ్గర ఎంత ఉంటే వారు అంత ప్రభావశాలురుగా, సంపన్నులుగా, సౌభాగ్యవంతులుగా తయారవుతారు. కుటుంబ సభ్యుల హితం కోరేవారు – వారికోసం సాధనాలను, సౌకర్యాలను కూడబెట్టడానికే పరిమితం కాకూడదు. సంస్కారాలను పెంచే పనిని కూడా చేయాలి. ఇతరులవల్ల సాధ్యంకాని పని ఇది.

ఈ దివ్యశక్తులు అయిదింటితో ఇంట్లోని ప్రతి సభ్యుడినీ అలంకరించే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటే – ఆయా సమయాలలో ఎక్కడ ఏ లోపం ఉందో దాన్నెలా పూరించాలో తెలుస్తుంది. అయిదు రత్నాల భాండాగారంతో ఇంటిని నింపుతూ, దాన్ని కుబేరుని కంటే ఎక్కువ వైభవం కలదిగా తయారు చేయడం వంటిదే పంచశీలతో కుటుంబాన్ని నింపడం.

గృహస్థాశ్రమం సమాజానికి మంచి పౌరుల నిచ్చే గని. భక్తులు, జ్ఞానులు, సంతులు, మహాత్ములు, మహాపురుషులు, విద్వాంసులు, పండితులు అందరూ గృహస్థాశ్రమంనుండే వెలికి వస్తారు. వారికి పుట్టినప్పటి నుండి విద్యాబుద్ధులు, పాలన – పోషణ, జ్ఞానాభివృద్ధి గృహస్థాశ్రమంలోనే జరుగుతాయి. కుటుంబంలోనే మనిషికి ఉత్తమోత్తమ శిక్షణ లభిస్తుంది.

★★★

శ్రమయే దైవం

ఒక రోజున ముద్రణాలయంలో కరెంటు అకస్మాత్తుగా పోయింది. ఇలాంటి సందర్భాలలో ఒక పని చేస్తుంటారు. 'ఈరోజు కరెంటులేని కారణంగా పత్రిక ఆలస్యంగా వచ్చింది– అని మొదటి పేజీలో సూచన వేస్తారు. దానితో పని తీరిపోతుంది. కాని పం. దీనదయాళ్ ఉపాధ్యాయ ఇట్టిస్థితిలో కూడ తన శక్తి మేరకు ప్రయత్నం చేశారు. కరెంటు పోగానే ఆయన చేతిమీద చేయి వేసుకుని కూర్చుండలేదు. వెంటనే పరిగెత్తుకుని ముద్రణాలయంలోకి వెళ్ళారు. రాత్రిపూట చెయ్యవలసిన పని నిద్రపోవడమేనా? దీనదయాళ్‌జీ రాత్రి అంతా అచ్చుయంత్రాన్ని చేతితో నెట్టుతూ, త్రిప్పుతూ పనిచెయ్యసాగారు. స్వయంగా తమ ఆచరణద్వారా ఆయన శిక్షణ ఇచ్చారు. 'శ్రమయే మన దైవం'– అంటూ ఈనాడు దేశంలో నినాదాలు వినిపిస్తుంటాయి. కాని విద్యావంతులైన వారి నడుమ ఈ శ్రమదేవత అగుపించడంలేదు.

ఊపిరితిత్తులకు ప్రాణం ప్రాణాయామం.

ధారావాహిక : భక్తిగాథ-1

నారద మహర్షికి ఆహ్వానం

ఈ సంచికనుండి "భక్తిగాథ" ధారావాహికను ప్రారంభిస్తున్నాం. ఇది 'అఖండజ్యోతి' మాసపత్రికలో ప్రచురితం అవుతోంది; పాఠకుల ఆదరణ పొందుతోంది. దీన్ని అనువదిస్తున్న వారు శ్రీమతి కె. అరవిందమ్మ.

హిమాలయాలు తమ దివ్యమైన వైభవాన్ని వ్యాపింపచేయడానికి సంకల్పించాయి. ఏవైతే పవిత్రత, శాంతి, ఆధ్యాత్మికతలకు నిలయమైనవని భావింపబడుతున్నాయో, అవన్నీ ఈ సమయంలో సాకారమయ్యాయి. ఉన్నతమై, హిమాచ్ఛాదితమైన తెల్లటి శుభ్రశిఖరం భూమిపై స్వర్గీయ భావనల శుభ సందేశాన్ని అవతరింపచేయడానికి మాధ్యమమైంది. చంద్రుని ధవళకాంతితో ఆకాశం ప్రకాశిస్తోంది. వెన్నెల అమృతవర్షిణియై హిమాలయాల దివ్యత్వాన్ని వందరెట్లు అధికం చేస్తున్నది. నలుదిక్కులా హిమశిఖరాలతో నిండిన ఈ ప్రదేశం అద్భుతమైందేకాక అగోచరమైంది కూడ.

పర్వతారోహకులతో విశేషజ్ఞులైన వారికి కూడ ఈ ప్రదేశాన్ని చేరుకోవడం అసాధ్యం. కష్ట సాధ్యమైన పర్వతారోహణ చేశామని హిమాలయాలను గురించిన వర్ణన పర్వతారోహకులు చేశారు. కానీ వారు దాని బాహ్యస్వరూపాన్ని మాత్రమే దర్శించారు. శరీర పరిచయం ఆత్మపరిచయం కాదు. హిమాలయాత్మను గురించిన పరిచయం ఆత్మపరిచయం. దేవతలు, ఋషుల కృప ఉన్నవారికే లభ్యమౌతుంది. హిమాలయాల్లో చాలా జలపాతాలున్నాయి. గంగ, యమునల వంటి పవిత్రమైన నదులు ఈ మహాపర్వత రాజు ఒడిలో ఆడుకొని పల్లపు ప్రాంతాలను చేరుకున్నాయి.

ఈ జలధారలను మించిన మహాజలధార తపస్సు యొక్క మహాధార. దీని పవిత్ర ఉద్గమ స్థానం హిమాలయ ఆత్మ. దీని సమ్మోహన సౌందర్యం ముందు ఇక్కడి ప్రకృతి సౌందర్యమంతా వెల వెలపోతుంది. ఇచ్చట నివసించే మహావిభూతుల కృపలేనిదే ఈ రహస్యాన్ని ఎవ్వరూ తెలుసుకోలేరు. ఈ అద్భుత సౌందర్యాన్ని ఎవరైనా స్వప్నంలో కానీ, సమాధిలో కానీ దర్శించినట్లయితే వారు పై వాక్యాన్ని అర్థం చేసుకుంటారు. ఈ శుభ ఘడియలో హిమాలయం యొక్క అతులిత సౌందర్యం సాకారమవుతున్నది.

యుగ యుగాలనుండి మహా తపస్సులో లీనమైన దివ్య ఆత్మలన్నీ ఒక్క చోట చేరాయి. దివ్యదేహధారులైన విశిష్టమైన దేవగణాలూ వచ్చాయి. మహః, జనః., తపః లోకాలకు ప్రతినిధులైన మహర్షుల దివ్యత్వం కూడ గోచరమవుతున్నది. భూలోకంలోని మహా తపస్సంపన్నులకు కూడ హిమాలయ ఆత్మ ఆహ్వానం పంపింది. వారందరూ కూడ ఇచ్చట ఉపస్థితులైనారు. వేదాలూ, పురాణాలూ మొదలైన ధర్మగ్రంథాలలో దేని కథలైతే విన్పింపబడ్డాయో, ఆ సారభూత తత్వం సాకారమైంది. ఈ తపస్సంపన్నులందరి తేజస్సుతో, హిమాలయాల, చంద్రుని ధవళకాంతులతో వాతావరణమంతా జ్యోతిర్మయమైంది.

ఇటువంటి దివ్యప్రదేశంలో అకస్మాత్తుగా సప్త జ్యోతి పుంజాల అవతరణ జరిగింది. వారిని చూడగానే అందరూ శ్రద్ధా పూర్వకంగా తలలు వంచి నమస్కరించారు. ఆ జ్యోతి పుంజాలు ఒక్కక్షణంలో మానవాకృతులను దాల్చాయి. వారు మరీచి, అత్రి, అంగీరసుడు, పులస్త్యుడు, పులహుడు, క్రతుడు, వసిష్ఠులు. వీరు వైవస్వత మన్వంతరంలోని సప్త ఋషిమండలం. ఈ దృశ్య జగత్తునంతా అదృశ్య వ్యవస్థ ద్వారా సూక్ష్మ సంచాలనం చేస్తున్నవారు. వీరి తపస్సు, శక్తి, జ్ఞానముల చేతనే ఈ ప్రపంచం పోషింపబడుతోంది. ఈ మహా కార్యానికి తపోధనులైన మహర్షులు దేవతాగణాలూ సహకరిస్తున్నారు.

బ్రహ్మమనగా వేరే పరదేశమున లేదు - తన్ను తానెరుంగ తానెపో బ్రహ్మంబు.

కానీ ఇప్పుడు ఈ సప్తర్షి మండలం చింతా క్రాంతమైంది. ఈ మహర్షుల ముఖమండలంలో చింత, బాధల రేఖలు స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి. వారి ఈ బాధ అచట శాంతియుత వాతావరణాన్ని స్పందింపచేసింది. అపూర్వమైన ఒక తాత్విక ఉద్విగ్నత ఆ దివ్య పరిసరాల్లో వ్యాపించింది. అందరూ కారణాన్ని తెలుసుకోవాలనుకున్నారు. జిజ్ఞాసువులను వసిష్ఠ మహర్షి ఇలా సంబోధించారు– "నేడు భూమాత పరిస్థితి మీకందరకూ తెలుసు. భూమి మీద ఉన్న పరమ రహస్యాలూ మీకు అవగతమే. ఒకప్రక్క ప్రకృతి అసంతులనం వల్ల ఏర్పడుతున్న భయానకమైన ఆపదలూ, మరో ప్రక్క మానవునిలోని దుష్టప్రవృత్తులు, లిప్స లాలసలు మానవత్వపు శ్రేష్ఠతను గాయపరచి మృతప్రాయంగా చేశాయి.

దేవతలు, ఋషులు అందరూ కలసి ఉజ్వల భవిష్యత్తును ఈ భూమి మీదికి తేవడానికి నిశ్చయించారు. కానీ– అంటూ వసిష్ఠుల వారు ఆగిపోయారు. ఆయన బాధ మిగిలిన వారందరినీ స్పందింపచేసింది. కొన్ని క్షణాల వరకు ఒక మహా మౌనం అంతటా ఆవరించింది. ఈ మహా మౌనాన్ని గమనించినట్లుగా చంద్రుడు సరోవరానికి దూరంగా జలపాతాలలో దాక్కున్నాడు. ఈ మహా మౌనాన్ని ఛేదిస్తూ విశ్వామిత్రుల వారు– "ఉజ్వల భవిష్యత్తు సాకారం కావడానికి అవరోధమేమిటి? మహాకాలుని సంకల్పాన్ని అడ్డగించే వారెవరు?" అని వసిష్ఠులను ప్రశ్నించారు.

"అడ్డగించే వారయితే లేరు. కానీ మహా మహేశ్వరుని కృపను ధారణచేసేవారెవరు? కలుషితమైన ప్రకృతి వ్యథతో బాధతో నిత్యమూ ప్రళయాలను సృష్టిస్తున్నది. కలుషితమైన మానవ ప్రవృత్తి ఉగ్ర వాదమూ, సంహారమూ అనే సరంజామాను చేకూర్చుకుంటున్నది. గంగ యొక్క ప్రవాహ వేగాన్ని సదాశివుడు ఆపకుంటే గంగావతరణం జరిగేది కాదు. అదే విధంగా భూమాతకూ, మానవత్వానికీ ఉజ్వల భవిష్యత్తు యొక్క అవతరణ జరగాలంటే ఏదో ఒక ఆధారం కావాలి."

సభలో సాక్షాత్తూ అగ్నిలా ప్రకాశించే భృగు మహర్షి "ఆ ఆధారమేమిటి?" అని అడిగారు. మహర్షి అత్రి ఈ విధంగా సమాధానమిచ్చారు– "మానవుని యొక్క పరిష్కృత భావనలు, సంవేదనలు, హృదయం యొక్క మహా పవిత్రత, పులకాంకితమైన భక్తి ఆధారములవుతాయి."

అత్రి యొక్క ఈ సమాధానంతో అందరూ ఏకీభవించారు. వాస్తవంగానే భావనలు పరిష్కృతమైతే నేడు 'చంపు, చావు' అంటున్న మనిషి "జీవించు. ఇతరులను జీవింపచేయి"– అని ఆలోచిస్తాడు. అప్పుడు అతని కుత్సిత లాలసల పైన అంకుశ మేర్పడుతుంది. ప్రకృతి యొక్క క్షోభ శమిస్తుంది.

"భక్తి లేనిదే భావనలు పరిష్కృతం కావు"– అని మహర్షి వేదవ్యాసులవారు ధీర స్వరంతో పలికారు. వేదాంత సూత్రాలనూ, శ్రీమద్భాగవతాన్నీ రచించిన మహర్షి ఈ క్షణాల్లో ప్రజ్ఞా, కరుణలతో నిండి ఉన్నారు. వారి పలుకులు అందరికీ మహామంత్రంలా అనిపించాయి. ఆయన మరల ఇలా చెప్పారు– "భక్తి లేనిదే శక్తి సదుపయోగం కాదు. బుద్ధి వివేకరహితం అవుతుంది. బలం నిరంకుశమూ, దిశాహీనమూ అవుతుంది. భక్తి లేకపోతే నిర్మాణాత్మకమైన సామగ్రి కూడ సంహార హేతువవుతుంది."

మహర్షి వేదవ్యాసుల వాణి అందరికీ ప్రీతి కరమైంది. ఆ దివ్యసభకు అధ్యక్షత వహించిన సప్తఋషులు ఇలా అన్నారు– "మహర్షీ! ఈ భూమి మీదకు భక్తి గంగను అవతరింపజేయడానికి మీరే ఏదైనా మార్గం సూచించండి."

వేదవ్యాసులు ఇలా ప్రత్యుత్తర మిచ్చారు– ఇందుకోసం దేవర్షి నారదుడు అన్నివిధాలా తగినవాడు. ఆయన భక్తి సూత్రాలను రచించి వారు. భక్తి మర్మాన్ని తెలిసిన ఆచార్యుడు. దేవతలూ, ఋషులూ ఉన్న ఈ సభకు వారిని ఆహ్వానించాలి.

వేద వ్యాసుడు చెప్పిన మాటలు అందరి మనస్సులలో నిండి దేవర్షిని ఆహ్వానించాలన్న నిర్ణయంగా మారింది. ఆ ప్రదేశంలో ఒక దివ్య భావన విహరించింది.

తేజసా యశ బుద్ధయా నయేన వినయేనచ భక్తినా
తపసా వృద్ధం నారదం ఆహ్వాయామః వయమ్

ఎవరైతే తేజస్సు, యశస్సు, బుద్ధి, నయము, వినయము, భక్తి, తపస్సు అన్నిటి చేత శ్రేష్ఠమైన వారో అట్టి నారదుని మేమందరము ఆహ్వానిస్తున్నాము.

★★★

ద్రవాన్ని నమలు - ఘనాన్ని త్రాగు.

జీవించే కళ

ఆత్మవిశ్వాసం, స్వావలంబన

మనం మన యోగ్యతలపై, కార్యశక్తిపై ఎంతటి విశ్వాసాన్ని కలిగిఉంటే, మన జీవితం అంత విజయవంత మౌతుంది. మన యోగ్యతపై, కార్యశక్తిపై విశ్వాసం లేకపోవటం వల్ల మనం విజయానికి దూరం అవుతాము. ఎన్నుకున్న మార్గం ఎంత కష్టమైనా, ఎంత సంకటాలతో నిండినా, ఎంత అంధకార పూరితమైనా- మనం ఆత్మ విశ్వాసానికి నీళ్ళు వదలకూడదు.

మన పనులకు ఆధారం మన ఆత్మవిశ్వాసమే. మేము ఈ పనిని చేయగలము- అనే ఆలోచన ఎంతో అద్భుతమైన శక్తితో కూడి ఉంది. ప్రపంచంలో ఎవరైతే గొప్ప గొప్ప పనులు చేశారో వారు తమ శక్తిపై, యోగ్యతపై, పనిపై అధికమైన ఆత్మవిశ్వాసాన్ని కలిగి ఉన్నారు. వేల విపత్తులను ఎదుర్కొని, వాటిపై పూర్తి విజయాన్ని సాధించగల శక్తి ఆత్మవిశ్వాసానికి ఉంది. ఈ ఆత్మవిశ్వాసమే మనిషికి నిజమైన స్నేహితుడు. పెట్టుబడీ, సాధనాలూ కొరవడినా- ఆత్మవిశ్వాసం కలవారు విలక్షణమైన పనులను చేయగలుగుతారు. సాధన సంపన్నులైనా ఆత్మవిశ్వాసం లేనివారు ఏపనిలోనూ విజయాన్ని సాధించలేరు.

కవి రవీంద్రుడు 'అకేలా చల్' అనే శీర్షికగల గీతంలో ఇలా అన్నారు-

"ఎవరూ నీతో ఏమీ అనకపోయినా, నిన్ను దురదృష్టవంతునిగా తలచి అందరూ ముఖం పక్కకు త్రిప్పుకున్నా, అందరూ నిన్ను చూచి భయపడినా- అప్పుడు కూడా నువ్వు నీ హృదయంతో నోరువిప్పి నీ మాటను చెప్తూ నడువు.

"అందరూ నీనుండి విముఖులయినా, నీ ప్రయాణ సమయంలో ఎవరూ నీ వైపు తిరిగి చూడక పోయినా, దారిలోని ముళ్ళవలన రక్తభరితమైన పాదాలతో ఒంటరిగా వెళ్ళు.

"వెలుగు లేకున్నా, తుఫానుతో, జడి వానతో కూడిన చీకటి రాత్రిలో, మీ ఇంటి వాకిలి కూడా మీకు మూసివేయబడినా- ఆ అగ్నిలో మీ వక్షమనే పంజరాన్ని జ్వలింపచేసి ఆ వెలుతురులో ఒంటరిగా నడుస్తూ ఉండు."

నిస్సందేహంగా అన్ని పరిస్థితులలోనూ మానవులకు వారితోపాటు కలిసివచ్చే తోడు వారికి వారే. ఆత్మవిశ్వాసంతో సమానమైన మిత్రుడు ఇంకొకరు ఉండరని, ఆత్మవిశ్వాసం వల్ల దుర్గమమైన పనికూడా సుగమ మవుతుందని, అడ్డంకులు కూడా గమ్యం చేరడానికి ఉపయోగపడే మెట్లుగా మారుతాయని వివేకానందులు ప్రబోధించారు. ఎమర్సన్, "విజయంలోని ముఖ్య రహస్యం ఆత్మవిశ్వాసం", అన్నాడు.

ఆత్మవిశ్వాసం లోపిస్తే- విద్వాంసుడైనా మూర్ఖునివలె జీవించాలి; శక్తిశాలి అయినా పిరికివాడౌతాడు. ఆత్మవిశ్వాసం మానవుల కార్యకలాపాలలో, జీవన వ్యవహారంలో చైతన్యాన్ని నింపుతుంది. ఈ ఆత్మవిశ్వాసమే సమస్త జీవితాన్ని ప్రాణవంతం చేస్తుంది. ఈ విధమైన వ్యక్తులు ఇతరులపై ప్రభావాన్ని కలుగచేస్తారు. జనులు వారిని విశ్వసించటం ప్రారంభిస్తారు. వారిలో ఒక విధమైన దైవత్వం, గొప్పతనం భాసిస్తూ ఉంటాయి.

ఆత్మవిశ్వాసం మానవులలో గల శక్తులను కూడగట్టి, వాటిని ఒకే దిశలో ప్రసరింపచేస్తుంది. శారీరక, మానసిక శక్తులు ఆత్మ విశ్వాసంగల వ్యక్తి ఆజ్ఞలకు లొంగి పనిచేస్తాయి. ఎవరైతే తమ శక్తిపై విజయాన్ని సాధిస్తారో, వారికి ఈ ప్రపంచంలో దేనికీ లోటు ఉండదు. విజయాలు, కార్యసిద్ధి వాటంతట అవే వచ్చి వారి తలుపుకొడతాయి.

ఇంగ్లండుకు చెందిన 'వేల్స్' చిన్నతనం నుంచీ చాలా సన్నగా, బలహీనంగా ఉండేవాడు. కానీ చాలా ధైర్యవంతుడు. సైన్యాధికారి అయ్యాడు. విజయానికి ఏమాత్రం అవకాశంలేని యుద్ధంలో కూడా విజయాన్ని

రుచి కోసం కాక - దేహపు శుచికోసం తిను.

సాధించాడు. ఒక యుద్ధంలో కుడిచెయ్యి పోయింది. అయినా ఆయన ధైర్యాన్ని కోల్పోలేదు. ఇంకొక యుద్ధంలో కళ్ళు పోయాయి. ప్రభుత్వం వికలాంగులకు ఇచ్చే ఫించను ఇవ్వాలనుకున్నా- ఆయన దానిని నిరాకరించాడు. ఇంకొక యుద్ధంలో మరింత ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నాడు. మంచి చెడులను ఆలోచించగలిగే బుద్ధిబలం, విశ్వాసంతో కూడిన గుండెబలం ఉన్నాయి కనుక- యుద్ధంచేసి గెలిచాడు. అన్ని పరిస్థితులలోనూ విజయాన్ని సాధించిన వారిలో సాటిలేనివాడుగా 'వేల్స్' యొక్క పేరు చరిత్రలో సువర్ణాక్షరాలతో లిఖించబడింది. ఆయనను బ్రిటిషు వారి యొక్క 'రాణా సంగ'గా చెప్పవచ్చు. పిరికివాడు మాటి మాటికీ మరణిస్తాడు. కాని ఆత్మవిశ్వాసం ఉన్నవాడు ఒకసారే పుడతాడు, ఒకసారే మరణిస్తాడు.

మనపై మనం విశ్వాసాన్ని కల్గిఉండటం, మన శక్తిని విశ్వసించటం ఒక దివ్యమైన గుణం. ఏపని చేయాలన్నా కావలసిన సాహసాన్ని, ఆలోచనను, యోగ్యతను అది ఉత్పన్నం చేస్తుంది. ఇంకొకరిపై ఆధారపడటం వల్ల మన శక్తి తగ్గుతుంది.

వ్యక్తులు బాహ్య పరిస్థితుల బాధ్యతను మరొకరిపై నెట్టకుండా తామే స్వీకరించాలి. ఈ ప్రపంచం అద్దం లాంటిది. అందులో మనరూపమే ప్రతిబింబిస్తుంది. ఇతరులలో కనపడే మంచి చెడులకు, ఎదురయ్యే ప్రియమైన అప్రియమైన పరిస్థితులకు కారణం మీరే కానీ మరెవరో కారు. వారిని మార్చటానికి కావలసిన శక్తి మీకే ఉన్నది, మరెవరికీ లేదు. మనోవైజ్ఞానిక శాస్త్రం ప్రకారం- మానవులు వారి తప్పునుకాని, తక్కువతనాన్ని కాని అంగీకరించరు. జరిగిన తప్పులకు బాధ్యతను స్వీకరించక, ఇంకొకరిపై ఆరోపించి తాము నిర్దోషులు కావడానికి వారు ప్రయత్నిస్తారు.

ఇతరులలోనూ దోషాలుంటాయని, వారికీ ప్రతికూల పరిస్థితులు ఎదురౌతాయని మనం అంగీకరించాలి. కాని ముళ్ళ బాటలో నుండి తేలికగా బయటపడే మార్గం వివేకవంతుల కళ్ళకు మాత్రమే గోచరిస్తుంది. ఆత్మవిశ్వాసంతో సరియైన దృష్టిని అలవరచుకొని ఆలోచించినపుడే ఇటువంటి వివేకం వస్తుంది.

ఏదైనా చిక్కు సమస్య వచ్చినపుడు దాని పరిష్కారానికై ఇతరుల సహాయం తీసుకోవచ్చు. కానీ వారి మీదే ఆధారపడకూడదు. మీ అంతట మీరే ఆ కష్టాలను పరిష్కరించటానికి ప్రయత్నం చేయండి. ఎప్పటి వరకు మీరు ఇతరులపై ఆధారపడి ఉంటారో, మన కష్టాలను ఇతరులు దూరం చేస్తారని అనుకుంటారో- అప్పటివరకు మీరు భ్రమలో ఉన్నట్లే. అన్ని సమస్యలను దూరం చేయగల తాళంచెవి మీలోనే ఉన్నది. ఇతరుల నుండి ఏ విషయాన్ని ఆశిస్తున్నారో ఆ యోగ్యతను మీలోనే ఉద్భవింపచేయండి. అప్పుడు ఎవరినీ అడగకుండా మీకోరిక పూర్తవుతుంది.

రోగపీడితులు కాకుండా ఉండాలని అనుకుంటే, మీరు ఆరోగ్య నియమాలను పాటించటం ఆరంభించండి. ప్రజలు మిమ్ములను బలవంతులుగా భావించాలంటే, శక్తిని సంపాదించండి. కీర్తిని సంపాదించుకోవాలనుకుంటే, అందుకు అవసరమైన గొప్ప పనులను చేయండి. గొప్ప పదవిని పొందాలంటే, దీనికొఱకై మంచి గుణాలను, ఏకీకృతం చేయండి. ధనము, బుద్ధి, బలం, విద్య కోరుకుంటే, కష్టపడి ఉత్సాహాన్ని పొందండి. మీ మనసులోని కోరికలను పూర్తి చేసుకోవటానికి కావలసిన ఈ గుణాలు ఎప్పటి వరకు ఉండవో, అప్పటివరకు మీ మనోరథం పూర్తవుతుందని ఆశపెట్టుకోవటం వ్యర్థమౌతుంది.

ఈ ప్రపంచంలో సఫలతను పొందాలనే కోరికతో పాటు మీలోని యోగ్యతలను వృద్ధి చేసుకోవడం ఆరంభించండి. మీ అదృష్టాన్ని ఎలా మలచుకోవాలనుకుంటే అలా మలచుకోవటం మీచేతిలోని పని. మీరు ఆత్మనిర్భరతను అలవర్చుకొన్నట్లయితే, దానికి అవసరమైన

వ్యసన ముడుగక భక్తి లేదు - మనసు నిలువక ముక్తి లేదు.

విధంగా యోగ్యతలను సంపాదించుకోవటంలో నిమగ్నమైతే- విధాత కూడా తప్పనిసరి అయి మీరు కోరిన ప్రకారం భాగ్యరేఖను వ్రాయవలసి ఉంటుంది.

ఆత్మనిర్భరత కలిగిన వ్యక్తి ఎప్పుడూ పెద్ద పెద్ద విషయాలను ఊహించక, కేవలం తాను చేయవలసినంత వరకే, తనశక్తితో చేయకలిగినంత వరకే ఆలోచిస్తాడు. తన పనిని తన స్వయంశక్తితో చేయాలని అతనికి బాగా తెలుసు. ఈ ప్రపంచంలో ఇంకొకరి సమస్యలకు సమాధానాలు వెతికే తీరిక, కోరిక ఎంతమందికి ఉంటాయి? ఎవరైతే ఆత్మనిర్భరతను, ఆత్మ విశ్వాసాన్ని, ఆత్మనిర్ణయాన్ని కలిగి ఉంటారో, ఎవరైతే బుద్ధిని, వివేకాన్ని కల్గి ఉంటారో- వారి జీవితం విజయవంతమై, సంతృప్తికరంగా ఉంటుంది. స్వావలంబి ఏపనికైనా ఇతరులపై ఆధారపడడు. తన మార్గంలోని విఘ్నాలను స్వయంగా తనచేతులతో తొలగించుకొని అతడు ముందుకు సాగిపోతాడు.

ఆత్మనిర్భరత, ఆత్మవిశ్వాసం ఎటువంటి దివ్యమైన గుణాలంటే- ఇవి పెంపొందించుకుంటే ప్రపంచంలోని ఏపనైనా కష్టంకాదు. జీవితంలో విజయాన్ని, ఉన్నతిని, సంపదను, సమృద్ధిని పొందాలంటే స్వావలంబనను సాధించాలి. మీ జీవన మార్గాన్ని స్వయంగా మీ చేతులతో సక్రమంగా మలచుకొని, ఆ దారిలో మీ కాళ్ళతో నడవండి.

మీరు నిష్కళంకమైన, నిర్భయమైన జీవితంతో సుఖ సమృద్ధులను పొందాలంటే- ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పొందండి. మీ పనిని మీరు చేయండి. మీ శక్తిని పూర్తిగా విశ్వసించండి. ఏ పనికైనా వీలయినంతవరకు ఇతరులపై ఆధారపడకండి. మీరు తప్పక మీ లక్ష్యంలో విజయం సాదిస్తారు. మీరు కోరిన జీవనానికి అర్హులు అవుతారు. ఇతరులపై ఆధారపడి, పరులను ఆశ్రయించి ప్రపంచంలో ఎవరూ ఏమీ చేయలేరు. మనిషి శోభ ఆశ్రయించటంలోకంటే ఆశ్రయం ఇవ్వటంలోనే ఉంది. ఈ ప్రపంచంలో ఇతరులు ముందుకు సాగిపోతుంటే, ఉన్నతులవుతుంటే వారి వలె బుద్ధి వివేకాలు కలిగి ఉన్న మీరు మాత్రం విజయం సాధించలేరా?

★★★

ఆయుర్వేద మర్మం

మన దేశం ఆయుర్వేద వైద్యానికి పుట్టినిల్లు. ఆయుర్వేద పండితులు చిన్న చిన్న శ్లోకాల్లో చిన్న చిన్న చిట్కాలు అనేకం పొందు పరిచారు.

ఉదా: *"దినాంతే చ పి చేద్ దుగ్ధం నిశాన్తే చ జలం పిబేత్ భోజనాస్తే పిబేత్ తక్రం వైద్యస్య కిం ప్రయోజనమ్?"*

భావం: *రాత్రి నిద్రించేముందు పాలు త్రాగాలి. ఉదయాన్నే లేచి నీరు త్రాగాలి. భోజనం చేసిన తర్వాత మజ్జిగ త్రాగాలి. ఈ విధంగా నియమం తప్పకుండా చేసినట్లైతే వైద్యునితో అవసరమే ఉండదు.*

ఆ మహా పండితులకు వారసులంగా పుట్టాం. మనం కూడ అర్థం చేసికొని ఆచరణలో పెట్టగలగాలి. చూడండి. ఎంత సులువైన, సుకరమైన విషయం చెప్పారో!

"భుక్త్వా శతపదం గచ్ఛే చ్ఛాయా యాం హిశనైః శనైః॥"

భావం: *భోజనం చేసిన తరువాత నీడలో మెల్ల మెల్లగా వంద అడుగులు నడవడం చాల మంచిది.*

మనిషిని నీడలా - రుచిని రోగం వెంబడిస్తుంది.

సేవగా పరిణమించాలి సానుభూతి

సానుభూతి-సహానుభూతి, మనిషిలోని ఉత్తమోత్తమ గుణం. ఈ ఒక్క గుణాన్ని వికసింపజేసుకుంటే, మనిషి దేవత్వ స్థాయిని చేరుకోగలుగుతాడు. సానుభూతిలో ప్రేమలో రాతి గుండెను కరిగించే శక్తి ఉంది, వేడిమి ఉంది. చల్లని సానుభూతి తరంగాలు కష్టాలలో ఉన్నవారిని సేదతీర్చుతాయి. ఈ సంవేదన యొక్క బలంతో, ఈ సహానుభూతి బలంతో మనిషి ఇతరులను తనవాళ్ళుగా చేసుకుంటాడు. కఠోరతను కోమలతగా, నిర్దయను దయగా, శత్రువును మిత్రునిగా మార్చడం సానుభూతి కలిగిన వ్యక్తికి తేలిక అవుతుంది. ఈ గుణం కలిగిన వ్యక్తి ఔన్నత్యపు శిఖరాగ్రాన్ని చేరుకుంటాడు.

ప్రేమ, ఆత్మీయత, మమత

నిజమైన సానుభూతి కలిగిన వ్యక్తి ఇతరులను ప్రేమతో, ఆత్మీయతతో, మమతతో చూస్తాడు. అతడికి వారు తనవాళ్ళుగా కనబడతారు. ప్రతి వ్యక్తీ తన కుటుంబాన్ని చూచి సంతోషిస్తాడు. మనం మన కుటుంబ పరిధికి ఆవల ఉన్నవారిని కూడ అదే సహానుభూతితో చూస్తే, వారుకూడ మనకు సన్నిహితులని మనకు అనిపిస్తుంది. మనం మన కుటుంబ సభ్యుల దోషాలనూ, దుర్గుణాలనూ సహిస్తాం. వాటిని మరచిపోతాం, దాచుతాం, క్షమిస్తాం. మరి బయటివారి పట్ల మనం అలా ఎందుకు వ్యవహరించలేము? అలా వ్యవహరించే వ్యక్తి మహోన్నతుడు.

ప్రఖ్యాత మనీషి హిట్ మన్ ఇలా వ్రాశారు- "పీడితుడయిన వ్యక్తిని అతడి బాధ ఎలా ఉందని అడగవలసిన అవసరం నాకు కలుగదు. నేను స్వయంగా అతడి బాధను అనుభూతిపొందుతాను.అతని వేదనను నేను స్వయంగా అనుభవిస్తాను."

మొసలి కన్నీరు కాకూడదు సానుభూతి

ఈనాటి నాగరికతలో సహానుభూతిని చూపడానికి ఇందుకు భిన్నమైన ధోరణిని అనుసరిస్తున్నారు జనం. కష్టాలలో ఉన్న వ్యక్తులవద్దకు వెళ్ళి, వారికి కలిగిన బాధ ఏమిటో అడుగుతారు. ఇలా అడగడం మాత్రమే నిజమైన సహానుభూతి కాదు. నిజమైన సానుభూతి కలిగిన వ్యక్తికి ఎదుటి వ్యక్తి బాధ గురించి అడగవలసిన అవసరం రాదు. అతడి హృదయంలో స్నేహ భావన ఉప్పొంగుతుంది. అతడు దుఃఖితునికి శాంతినీ, ఓదార్పునూ ఇస్తాడు.

వాస్తవానికి- కృత్రిమమైన సానుభూతిని ప్రదర్శించడం పీడితునిపట్ల నిర్దయగా వ్యవహరించడమే. అది మొసలి కన్నీరు కార్చడమే అవుతుంది. పీడితునినుండి సద్భావనను పొందాలనే నాటకం అవుతుంది అది.

సేవా సహాయాలుగా పరిణమించాలి సానుభూతి

నిజమైన సహానుభూతి యొక్క పరిధి చాలా విస్తృతం అయినది, విశ్వవ్యాప్తం అయినది. అందులోని కరుణ, కోమలత, దయల ప్రవాహం స్త్రీ-పురుషులు, జడ- చేతనములు, జాతి, మతం, రంగు, హెచ్చుతగ్గులు, బలవంతుడు- బలహీనుడు- వీరిమధ్య ఎలాంటి భేద భావమూ చూపదు. ఉదారులూ, శ్రేష్ఠులూ అయిన వ్యక్తులు ఆపదలో ఉన్న శత్రువును సైతం ఆదుకుంటారు.

హృదయంలోని భావుకతకే పరిమితమయిన సానుభూతి అభినందనీయం కాదు. అది జడమైన సానుభూతి. చైతన్యం లేని సానుభూతి. మరొకరి బాధను చూచి అవాక్కు అయిపోవడం, నిలుచుండిపోయి నిట్టూర్పులు విడవడం సార్థకమైన సానుభూతి కాదు. ఆ బాధను తొలగించడానికి సాధ్యమైనంతగా కృషి జరిగినపుడే సానుభూతి సార్థకం అవుతుంది. నిజమైన సానుభూతి కలిగిన వ్యక్తి తన భావాన్ని ప్రకటించి ఊరుకోడు; సేవ చేయడానికీ, సహాయం అందించడానికీ ముందుకు ఉరుకుతాడు. సజీవమైన, సార్థకమైన సానుభూతి కలిగిన అలాంటి శ్రేష్ఠ పురుషులవైపు పీడితులూ, దుఃఖితులూ సహజంగానే ఆకర్షించబడతారు; ఆశ, ఉత్సాహాల వెలుగును పొంది, గడ్డు పరిస్థితులతో తలపడతారు.

★★★

వంటింటి రుచులతో ఆసుపత్రికి విందు.

కారణజన్ములు, సిద్ధ పురుషులు-స్వామి జ్ఞానానంద

దాదాపు 1000 ఏండ్లు పరాయిపాలనలో మ్రగ్గిపోయిన భారతీయులను స్వతంత్రులను చేయటానికి 19వ శతాబ్దంలో దేశం వివిధ ప్రాంతాల్లో పుట్టిన మహాపురుషుల త్యాగమయ అవిశ్రాంత కృషియే కారణం. ఈ కృషి విద్య, వైజ్ఞానిక, సామాజిక, సాహిత్య, సాంస్కృతిక, ఆర్థిక, రాజకీయ, ఆధ్యాత్మిక, కళా రంగాలలో బహుముఖంగా సాగింది. ఆంధ్రదేశంలో పుట్టి ఆధ్యాత్మిక రంగంలో అఖండజ్యోతి వలె వెలిగినట్టి మహాపురుషుల్లో జ్ఞానానందులు (1896-1969) కారణజన్ములు. ఆధ్యాత్మిక రంగంలో అవధూత స్థితికి చేరిన ఆ మహితాత్ముడు పరమాణు భౌతిక విజ్ఞానంలో పరాంకోటి నందుకున్నారు. ఆధ్యాత్మ విద్యా క్షేత్రంలో ఆయన రచించిన పూర్ణ సూత్రములు భౌతిక విజ్ఞాన క్షేత్రంలో రచించిన పరమాణు భౌతిక విజ్ఞాన ప్రాథమిక పాఠములు బ్రహ్మసత్యమనే ఒకే నాణానికి బొమ్మ బొరుసులు.

జ్ఞానానందుల పూర్వాశ్రమ నామం లక్ష్మీ నరసింహరాజు. అభిజనం పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా భీమవరం సమీపాన గల గౌరగనమూడి. కన్నవారు సంపన్న పుణ్యదంపతులైన భూపతిరాజు రామరాజు, సీతయ్యమ్మలు. పుట్టిన తేది 5.12.1896. లక్ష్మీనరసింహరాజు ప్రాథమిక విద్య సూరంపూర్‌లో మాధ్యమిక విద్య తణుకులో, ఉన్నత పాఠశాలా విద్య నరసాపురం టైలరు హైస్కూలులో సాగింది. పూవు పుట్టగనే పరిమళించినట్లు బాల్యంలోనే లక్ష్మీ నరసింహరాజులో ఆధ్యాత్మిక పరిమళాలు గుబాళించినవి. తణుకులో చదువుతుండగా 12వ యేట ఒక మహారాష్ట్ర యోగి లక్ష్మీనరసింహరాజుకు 'ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ' మంత్రం ఉపదేశించి పోయినారు. నాటి నుండి భక్తి, జ్ఞాన, కర్మ, యోగ మార్గాలకు ప్రవక్తయైన శ్రీకృష్ణపరమాత్ముడు లక్ష్మీ నరసింహరాజుకు ఆరాధ్యదైవమై విజ్ఞాన ప్రజ్ఞాన పరమోత్కృష్ట భూమికలను అధిరోహింప చేసినారు. అంతప్పటినుండే వైరాగ్యం ప్రకటిస్తున్న లక్ష్మీ నరసింహరాజును గౌతముణ్ణి శుద్ధోదన మహారాజువలె రామరాజుగారు వివాహబంధంతో కట్టివేయదలచి కొమరగిరి వాస్తవ్యులు నడింపల్లి సుబ్బరాజు కూతురు సోమావతమ్మతో పెండ్లిచేయించినారు. కాని ఆ బంధం శ్రీరామకృష్ణపరమహంస, శ్రీశారదామాతల దాంపత్యంగా పరిణమించింది.

లక్ష్మీ నరసింహరాజు 1917లో స్కూలు ఫైనల్ పరీక్షలు వ్రాసి కలకత్తాకు పారిపోయి దక్షిణేశ్వరం బేలూరు మఠాధిపతి స్వామి శివానందుల నాశ్రయించినారు. కాని తండ్రిగారి కోరిక మేరకు బలవంతంగా స్వగ్రామానికి తిరిగిరావలసివచ్చింది. కొద్ది మాసాల తరువాత లక్ష్మీ నరసింహరాజు సోమావతమ్మకు పరమార్థం ఉపదేశించి ఎవరికీ చెప్పకుండా 14.12.1917 నాడు ఇల్లు విడిచినారు. కాలినడకన ఖర్గపూర్ మీదుగా నేపాల్ గహనాటవులు చొచ్చి తపస్సు చేసినారు. అడవికి వేటకోసం వచ్చిన ఒక శ్రీమంతుడు లక్ష్మీ నరసింహరాజును ఢిల్లీకి తోడ్కొని వచ్చినారు. రాజు ఢిల్లీ హార్డింగ్ లైబ్రరీలో ప్లేటో రచన "రిపబ్లిక్" నాల్గు సంపుటాలు చదివినారు. అప్పటినుండి ప్రభుత్వ గూఢచారులు ఆయనపై కన్నుంచసాగినారు. ఒక ఆర్యసమాజ మిత్రునితో కలసి హరిద్వారం మీదుగా సాగి ఋషీకేశం స్వర్గాశ్రమంలో కొంతకాలముండి, రాజపుత్ర స్థానం అబూపర్వతం చేరినారు. పర్వతంపైన క్షీరకుండ్ ప్రాంతం గుహలో తీవ్రతపస్సు చేస్తుండగా ఒకనాడు గుహాపరిభాగం నుండి ఒక చిన్న గుడ్డ మూట ఆయన యెదుట రాలిపడింది. అందులో నుండి తెలుగు లిపిలో "విజయ" అని వ్రాసియున్న రక్షరేకు బయటపడింది. దాన్ని మూడు దినాలు శ్రద్ధాభక్తులతో ధరించినవారికి అభీష్టసిద్ధి కలుగుతుందనే జాబు కనబడింది. ఆయన ఆ రక్షరేకు కట్టుకున్నారు. మూడవ నాడు స్నానంచేసేముందు రక్షరేకును చెట్టుకొమ్మకు కడితే అది మాయమైపోయింది. ఆబూపర్వతంపై ఒక ముస్లిం సిద్ధుడు తారసిల్లినాడు. సిద్ధుల జోలికి పోకుండా లక్ష్మీనరసింహరాజు అక్కడినుండి తిరిగి వచ్చి ఋషీకేశం స్వర్గాశ్రమంలో తీవ్ర సాధనలు చేసినారు. స్వర్గాశ్రమంలోనే సరచంద్రసేన్ మహాశయుడు (పూర్ణానందులు) లక్ష్మీ నరసింహరాజుకు దీక్ష ఇచ్చినారు. నాటినుండి రాజు ఆశ్రమనామం జ్ఞానానంద. అప్పటికి ఆయన వయస్సు

పవిత్రత లేని సంపద వ్యర్థం-శ్రమ లేని జీవితం వ్యర్థం.

25 ఏండ్లు. జ్ఞానానందులు నాలుగైదు సంవత్సరాలు భారత దేశం ఉత్తర సరిహద్దుల్లో కాశ్మీరు పుణ్యాశ్రమాల్లో తీవ్రతపస్సు చేసి అటునుండి కాశీకి చేరినారు. ఆయన కాశీలో ఉన్న వార్త తెలిసి తండ్రిగారైన రామరాజు బంధువులతో వచ్చి ఒక్కసారి యింటికి రమ్మని కొడుకును బతిమాలినారు. జ్ఞానానందులు కలకత్తాలో గురువు అనుమతి పొంది తండ్రిగారితో స్వగ్రామం వెళ్ళినారు. ఆశ్రమ స్వీకారానంతరం ఇది జన్మస్థలానికి మొదటి రాక.

కొంతకాలం తరువాత జ్ఞానానందులు మరల 1923నుండి హిమాలయ పర్వతాల్లో నాల్గు సంవత్సరాలు తీవ్రతపస్సు చేసినారు. గంగోత్రి, బదరి, కేదారం, మానససరోవరం, త్రివిష్టపం, గోముఖ కైలాసాల్లో నీరుగడ్డ కట్టుకపోయే చలిలో అవధూతవలె దిగంబరంగా ఆయన ఘోరమైన తపస్సు చేసి అద్భుతశక్తులు సంపాదించినారు. అంత చలిలోను ఆయన శరీరం వెచ్చగా ఉండేది. అక్కడ తాపసులు సాధువులు ఆయన శరీరాన్ని తాకి, కౌగిలించుకొని తమ శరీరాలు వెచ్చబరుచుకునేవారు. క్షుత్పిపాసలకు శీత తాపాలకు అతీతులైన జ్ఞానానందులకు తమ యోగ విజ్ఞాన సాధనానుభవాలు 1927లో పూర్ణ సూత్రములుగా ఆవిష్కృతమైనవి. ప్రపంచ ఆధ్యాత్మిక చరిత్రలో ఇదొక అపూర్వ సన్నివేశం. జ్ఞానానందుల మాటల్లో విజ్ఞాన శాస్త్రవేత్తలు తమ పూర్వాశ్రమ కఠోర తపశ్చర్యను సన్యాసదీక్షను తలచి ఆశ్చర్యపడతారు. సన్యాసులు తమ శాస్త్ర విజ్ఞాన కృషిని గూర్చి విని ఆశ్చర్యం చెందుతారు. ఇంతకూ జ్ఞానవిజ్ఞానాలు రెండూ నిర్గుణ సగుణ వ్యక్తా వ్యక్త తత్వ స్వరూపావిష్కరణ మార్గాలే. శాస్త్ర విజ్ఞానానికీ అధ్యాత్మిక విద్యకూ సీమభూమి ఒకటే. స్వామి వారు తమ "పూర్ణ సూత్రములు" గ్రంథాన్ని జర్మనీలో అచ్చువేయ సంకల్పించి యూరపు ఖండానికి వెళ్ళి అక్కడ గొప్ప విజ్ఞానశాస్త్రవేత్తగా రూపొందినారు. స్వదేశంలో స్కూలు ఫైనల్ పూర్తికాకుండా ఆగిపోయిన ఆయన చదువు యూరపు ఖండంలో ఊర్ధ్వమూల మధశ్శాఖంవలె విస్తరించింది. జెకొస్లవేకియా దేశపు ప్రాగ్ విశ్వవిద్యాలయంలో డి.యస్.యసి.పట్టాని, బ్రిటన్‌లోని లివర్‌పూల్ యూనివర్సిటీలో పి.హెచ్.డి పట్టాని సాధించినారు. భౌతిక విజ్ఞానశాస్త్రంలో అత్యున్నత పురస్కారాలందుకొని న్యూట్రానును ఆవిష్కరించిన సర్ జేమ్స్ చాడ్విక్‌తో కలసి పరమాణు భౌతిక పరిశోధనలు చేసి లండన్‌లో ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఫిజిక్స్‌లో ఫెల్లో షిప్, అమెరికా దేశపు మెంబర్ సిగ్మా క్సై పురస్కారము లందుకున్నారు. జ్ఞానానందులు దాదాపు 15 సంవత్సరాలు యూరపు ఖండంలోని డన్, బెర్లిన్, ప్రేగ్, లివర్ పూల్, ఆన్ ఆర్బర్, మిచిగన్ వంటి ప్రయోగశాలల్లో స్పెక్ట్రాస్కోపీ ఆఫ్ ఎక్స్ రేడియేషన్స్, బీటారేస్, మాగ్నెటిక్ ఎలక్ట్రాన్ లెన్సెస్, ఐసోటోప్స్, న్యూక్లియర్ ఫిజిక్స్, హైవాక్యుమ్స్ మొదలైన విషయాలపై గహనమైన పరిశోధనలు చేసినారు. ఆయన పర్యవేక్షణలో 25 మంది డాక్టరేటు పట్టాలందుకున్నారు. మన ప్రాచీనార్య ఋషులైన కపిల కణాద బ్రహ్మగుప్తుల వలె బ్రహ్మ జ్ఞానంతోపాటు భౌతిక శాస్త్రంలోను అత్యున్నత శిఖరాలకెక్కిన జ్ఞానానందులు జ్ఞాన విజ్ఞానాల సమన్వయం.

1947లో భారత దేశం స్వతంత్రమైన తరువాత జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ కోరికపై జ్ఞానానందులు స్వదేశానికి తిరిగివచ్చి ఢిల్లీలోని నేషనల్ ఫిజికల్ లేబొరేటరీస్‌లో పరమాణు భౌతిక విజ్ఞాన విభాగంలో ఆచార్యుడుగా, శాఖాధ్యక్షులుగా కృషిచేసి ఆ విభాగాలకు అంతర్జాతీయ ఖ్యాతిని ఆర్జించిపెట్టినారు. ఆయన అధీతి సిద్ధాంత బోధాచరణల పరమార్థం, జ్ఞానవిజ్ఞానానుభూతుల సమైక్యతా స్వరూపమైన సంపూర్ణాద్వైత 'బ్రహ్మజ్ఞానసిద్ధి', పరమహంసల భక్తి, వివేకానందుల ప్రేమ, రమణభగవానుల ప్రజ్ఞానం, కపిల కణాద బ్రహ్మగుప్తుల విజ్ఞాన సంగమ స్థానం. ఆచార్యోత్తముడు, పరమహంస, అవధూత, దార్శనికుడు, కర్మయోగి స్వామి జ్ఞానానందులు 21.9.1969 నాడు అఖండ సచ్చిదానందులై పోయినారు.

జ్ఞానానందులు గొప్ప దార్శనికులు, కవి. ఆయన రచనలు పూర్ణ సూత్రములు, దార్శనిక మహాప్రవచములు, రాజయోగ గ్లింసెస్, ప్రేమాంజలి, సైన్స్ అండ్ రిలిజయన్. The symthesis and the ultimate objective of Empiricism, Rationalism and Transcendemtalism, The concept of space, Transcendence, The Essence of India Philosophy మున్నగునవి.

–ఆచార్య *బి.రామరాజు*

★★★

శాంతం కలవానికి కోపం లేదు - ఆహార నియమం కలవానికి రోగం లేదు.

ధారావాహిక : పతంజలి యోగదర్శనం-8

ఆసన వ్యాయామాలు

కూర్చునే విధానమును, కూర్చొనడానికి ఉపయోగించే కుర్చీ, బల్ల, పీట, చాప మొదలైనవాటిని ఆసనమని అంటారు. కాని యోగ-సాధనలో అంగములను వంచి-మెలితిప్పి చేసే శారీరిక వ్యాయామ విధానమునకు ఆసనమని పేరు. ధ్యానము చేసుకొనుటకు వెన్ను నిటారుగా ఉంచి కాళ్ళు మడత వేసుకొని కూర్చొనడాన్ని సులభాసనమని అంటారు. కాళ్ళను ఒక దానిమీద ఒకటి పెట్టి మడమలు పైకి వచ్చేలా చేసే కఠినమైన విధానము పద్మాసము. ఈ పద్ధతిలో కూర్చొనుటవలన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసముల క్రియ సరియైన పద్ధతిలో సాగుతూ ధ్యానమునకు కావలసిన ఏకాగ్రత సులభంగా లభిస్తుంది.

అలసటను పోగొట్టుకొనుటను శ్వాసను క్రమబద్ధీకరించుకొనాలి. అనగా శరీరమును ఎక్కడా బిగింపులేకుండా తేలికగా చేసుకొని నిర్జీవము వంటి స్థితిలో చిత్తము నిలుపుట అనే ఈ క్రియద్వారా జాగ్రదావస్థలోనే నిద్రవంటి విశ్రాంతి లభిస్తుంది. దాని వలన అలసట అతి త్వరగా తగ్గిపోతుంది. దీనిని యోగనిద్ర లేక యోగమగత అని కూడా అంటారు. మానసిక ఏకాగ్రతకు సిద్ధం కావడానికి ముందుగా ఈ ఆసన ప్రయోగం చేయబడుతుంది. అధికమైన శారీరిక, మానసిక అలసట కలిగినప్పుడు కూడా ఈ పద్ధతిని ఆచరించుట ద్వారా శరీరము తేలిక పడుతుంది. వంటినొప్పులు తగ్గిపోతాయి. గాఢనిద్ర పట్టనివారు దీనిని ప్రయోగించి లాభము పొందవచ్చు.

దండెములు-బస్కీల వంటి వ్యాయమాలు దుర్బల శరీరులకు ఉపయుక్తములు కావు. అటువంటివారికి ఆసనములు సౌకర్యంగా ఉంటాయి. ఆహారము రక్తముగా మారుతుంది. ఇది అందరూ ఎరిగినదే. అయితే, తిన్న పదార్థము చక్కగా జీర్ణం కాగలిగినప్పుడే అది ఆరోగ్యకర మవుతుంది. అందుకోసము రక్త-సంచారము, శ్వాస-ప్రశ్వాసల క్రియ మందగించకుండా చురుకుగా ఉండాలి. ఈ లోపాలను సరిదిద్దుకొనుటకు తేలికపాటి వ్యాయామాలను తగుమాత్రంగా చేస్తూ ఉండాలి.

బలహీనంగా ఉండేవారు వేగంగా నడవడం, పచార్లు చేయడం. ఆరుబయట గాలిలో పరుగెత్తడం సర్వోత్తమం. డ్రిల్లు చేసేటప్పుడు చేసే "క్విక్‌మార్చ్"లా రెండు చేతులూ ఊపుతూ నోరు మూసుకొని వేగంగా నడిచే విధానం కూడా వీరికి అనుసరణీయమే. వీలునుబట్టి శారీరిక స్థితిని దృష్టిలో ఉంచుకొని ఎంతసేపు చేయాలన్న సమయ నిర్ధారణ చేసుకొనవలసి ఉంటుంది. వ్యాయామమునకు రోజు మొత్తం మీద ప్రాతఃకాలము ఉత్తమముగా ఉంటుంది. వీలున్నవారు సాయంత్రంకూడ కొంత సేపు వ్యాయామము చేసుకొనవచ్చు. మనం నడిచే మార్గం చెత్తా చెదారము, మురుగు, బురద లేనిదై ఉండాలి. దుర్గంధము రానిదై ఉండాలి. దుమ్మూ, ధూళి లేనిదై ఉండాలి. అప్రియ దృశ్యాలు కంటపడని ప్రదేశమై ఉండాలి. వాటివలన మనస్సులోని ప్రసన్నత తగ్గిపోతుంది. అందుచేత మనం తిరగవలసిన ప్రదేశము కోలాహలము ఎక్కువగా లేని, చెట్లు పూలమొక్కలతో కంటికి ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణం కలిగి ఉండేలా చూసి ఎన్నుకొనాలి.

మనిషి జీవించడానికి ఆహారము ఎంత ముఖ్యమో మనిషి ఆరోగ్యంగా బ్రతకడానికి వ్యాయామం అంతే ముఖ్యము. ఎప్పుడూ కూర్చొనిఉండే వారికి తిన్న పదార్థములు సరిగా జీర్ణముకావు. దానితో వారిలో బలహీనత, నిస్సారము పెరుగుతూ ఉంటాయి. మందకొడిగా ఉండే రోగలక్షణాలు బయట పడతాయి. ఆ పరిస్థితిలో వారికి ఎంత నాణ్యమైన భోజనము పెట్టినాసరే వారిలో మార్పు రాదు. చురుకు, బలము కలుగవు. ఒకేచోట కూర్చొని పనిచేసే వ్యాపారులు, కార్యాలయాల్లోని లేఖకులు, ఆఫీసర్లు మొదలైన వారికి ప్రత్యేకంగా ఈ ఇబ్బంది కలుగుతుంది. వారికి వేగంగా అటూ ఇటూ నడవవలసిన అవసరము ఉండదు. అవకాశము ఉండదు. యోగుల విషయంలోకూడా ఇదేమాట చెప్పవచ్చు. వారు సదా జపతపాలు, ధ్యాన ధారణ, స్వాధ్యాయం, చింతన- మననము వంటి కార్యాలలోనే నిమగ్నులై ఉంటారు. భోజనం చెయ్యడానికి నిద్రపోవడానికి మాత్రము అతి కొద్ది సమయాన్ని వెచ్చిస్తారు. అటువంటి పరిస్థితిలో వారికి సరళమైన శారీరక శ్రమ, తేలికపాటి వ్యాయామాలు అవసరమవుతాయి. లేనిచో ఎప్పుడూ కూర్చొనే ఉండడం వలన- ఉపయోగించని కతి త్రుప్పుపట్టి మొద్దుబారి పోయినట్లుగా వారి శరీరం దేనికీ పనికి రాకుండా గుల్లబారిపోయి నిష్క్రియంగా మిగిలిపోతుంది.

మొలకెత్తిన గింజల్లో తల ఎత్తిన జీవశక్తి నింపుతుంది దేహంలో చైతన్యపు నవశక్తి.

చెరువుల్లోని నీరు కదలిక లేనందువలన పాకుడు పడుతుంది. కాలువల్లోని నీళ్లు ప్రవహిస్తూ ఉంటాయి కనుక ఎప్పుడూ తాజాగా స్వచ్ఛంగా ఉంటాయి. అదేవిధంగా దినచర్యలో మనిషికి శారీరక శ్రమ, అత్యంతావశ్యకము. అప్పుడే అంగ ప్రత్యంగాలకు గతిశీలత, కదలిక కలిగే అవకాశం లభిస్తుంది. అంతేకాక ఊపిరి తిత్తులనిండుగా శ్వాసద్వారా ప్రాణశక్తిని నింపుకునేందుకు కూడా అది దోహదపడుతుంది.

సరళమైన ఆసనముల విధానములు ప్రత్యేకంగా బుద్ధిజీవులకు, యోగిజనులకు కనీసపు శ్రమశీలతను దృష్టిలోఉంచుకొని రూపొందించ బడినవి. మానసిక శక్తి, బుద్ధిశక్తి అధికంగా వ్యయం అవుతూ శరీరం మాత్రం ఊరగాయ జాడీలాగా ఎక్కడున్న దాన్నక్కడ కదలకుండా ఉంచడం వలన వీరి శరీరం గుల్లబారడంతోపాటు శిధిలత కూడా సంభవిస్తుంది. దాని ప్రభావము మనసు మీద పడక తప్పదు. శారీరక అస్వస్థత రోజురోజుకీ ఎలా పెరుగుతూ పోతుందో అదే స్థాయిలో మానసిక శక్తి సామర్థ్యాలు నీరసపడి వ్యక్తి ప్రమాణత దిగజారి పోతుంది. అందువలన సంతులిత నీరసపడి వ్యక్తి ప్రమాణత దిగజారి పోతుంది. అందువలన సంతులిత స్థితి కలిగి ఉండాలంటే ప్రతి మనిషీ మానసిక శ్రమకు వలెనే శారీరక శ్రమకు కూడా దినచర్యలో సముచిత స్థానం ఇవ్వాలి.

వ్యాయామాలు అనేకరకాలు. పోటీల్లో పాల్గొనే పహిల్వానులకు ప్రత్యేకమైన రకాలుంటాయి. ఆటలపోటీల్లో పాల్గొనే వారికి విద్యాలయాల్లోని ఆటస్థలములలో అందుకు అవసరమైనవాటిని నేర్పుతారు. రైతులు, శ్రామికులు, పోస్ట్‌మేన్‌ల జీవనభుక్తికి సంబంధించిన కార్యములలోనే వ్యాయామం ముడిపడి ఉంటుంది. కమ్మరం, కుమ్మరం, వడ్రంగం వంటి వృత్తిపనులుచేసేవారు తమ దైనిక కార్యములనే వ్యాయామంగా భావించవచ్చు. వీరంతా ఆదనంగా వ్యాయామం చేయవలసిన అవసరం లేదు. అవకాశమున్న వృద్ధులు ఉదయం, సాయంత్రం కొంతదూరం నడుచుటద్వారా తమకు అవసరమైనంత వ్యాయామము పొంద గలుగుతారు. ఇక మనం ఆలోచించ వలసింది ఎక్కువ సమయాన్ని కూర్చొని గడపే వారి గురించి. పగలంతా కార్యాలయాల్లో కుర్చీలో జమ అయిపోతారు. ఇంటికి రాగానే టి.వి. చూస్తూ రేడియో వింటూ, వార్తాపత్రికలు చదువుతూ శరీరమునకు శ్రమలేకుండా కూర్చొనే గడుపుతారు. అటువంటివారు తేలికపాటి వ్యాయామాల విధానము స్వీకరించుట ఒకవిధంగా తప్పనిసరి పని. దీనిని ఉపేక్షించినా, నిర్లక్ష్యం చేసినా శరీరం సోమరిగా, అనారోగ్యంగా మారడమే కాక మస్తిష్కముకూడా చురుకుదనమును, సామర్థ్యమును కోల్పోయి మొద్దుబారి పోతుంది.

స్త్రీలలో అత్యధికశాతం మంది రోజంతా ఇంటి నాలుగ్గోడల మధ్యే పని చేస్తూంటారు. గదులు ఊడ్చడం, గిన్నెలు తోమడం, వంట చేయడం, పిల్లలను పెంచడం వంటి పనులు చేయవలసి ఉంటుంది. కొందరికి అలా శ్రమించవలసిన అవసరం ఉండదు. శ్రమద్వారా చమటోడ్చి స్ఫూర్తిని పొందగలిగే అవకాశం ఉండదు. ఈ వర్గపు స్త్రీలకు కూడా ఆసనాలు వ్యాయామం ఆరోగ్యం పోషించుకొనుటకు ఉపయోగకరమైనవి. సగటు వ్యక్తి రోజూ అరగంట ఆసన వ్యాయామాలు చేస్తూఉంటే చాలు బండి తేలికగా సాగిపోతుంది.

ఆసనవ్యాయామాలు 84 రకాల వరకూ లెక్క చెపుతారు. అయితే ప్రాచీనకాలములో నిర్ధారణ చేసినవాటినే శిలాశాసనాలవలె పట్టుకుని వేళ్లాడవలసిన పనిలేదు. ఎవరైనా ఆసనవిద్యలో ప్రవీణులైనవారి సహకారముతో తమ శరీర్థితికి, అనుకూలమైన ఆసనాలను ఎంచుకొనవచ్చు. వాటిని ప్రయోగించినప్పుడు ఇబ్బందులేవీ ఎదురుకాకుండా ఉంటే వాటినే కొనసాగించాలి.ఒత్తిడి, అలసట వంటి బాధలు ఎదురౌతుంటే వాటిని మార్చుకొనవచ్చు.

ఆసనాలలోని ప్రాథమిక సిద్ధాంతం ఏమిటంటే– కాళ్లు, చేతులు, నడుము, మెడ, భుజాలు, వీపు మొదలైన కీళ్ళు (జాయింట్స్) గల ఆవయవాలను చాచుట, ముడుచుకొనడాన్ని చాలా నెమ్మదిగా చేయాలి. అవయవాలను కుడి ఎడమలకు, ముందు వెనుకలకు, పైకీ క్రిందకి ఆరు స్థితులలో వంచగలగాలి. ఏ అవయవమునూ కూడా దాని మాంస కండరాలు కీళ్లు కదలిక లేకుండా పడిఉండేలా చేయరాదు. ఈ మౌలిక సిద్ధాంతం మీద ఆధారపడి తమకు అనుకూలమైన ఆసనమును స్వయంగా కూడా రూపొందించు కొనవచ్చు. దుర్బలురు, రోగులు ఈ విషయంలో బాధపడ వలసిన పనిలేదు. మంచం మీద పడుకొనే అవయవాలను కదిలిస్తూ వ్యాయామపు లాభమును పొందవచ్చు.

★★★

కడగకు కూరలు తరగిన పిదప - వార్చకు నీరును ఉడికిన పిదప.

ధారావాహిక: దేవసంస్కృతి సౌరభం-6

నర రత్నాల గని మన సంస్కృతి

భారతీయ సంస్కృతికి గల ఒక విశేషమేమిటంటే- ఇది మహాపురుషులకు జన్మ నిచ్చింది. మానవత్వానికే శిరోరత్నము లనదగిన నర రత్నాల జననానికి ఆధారభూతములైన సిద్ధాంతాలను, తత్వాన్ని ప్రోత్సాహించిన సంస్కృతి అది.

ఈ సంస్కృతి అన్న చట్రంలో పొదుగబడిన నరరత్నాలు తమ దివ్యతేజస్సుతో వెలుగును పుట్టించేవి. ఆ వెలుగులోని ఆకర్షణ కారణంగానే విశ్వమంతా వారిని జగద్గురువులని, చక్రవర్తులని, భూసురులు- భూమిలోని దేవతలు- అని భావించి గౌరవించేవారు, భారతదేశం స్వర్గంకన్న గొప్పదని తలిచేవారు. గత చరిత్ర ఈ వాస్తవాన్ని ముక్తకంఠంతో ఘోషిస్తోంది.

సోదరత్వానికీ, మైత్రికీ ప్రతీకలు

భారతీయ సంస్కృతీ ప్రభావమువల్ల ప్రతి కుటుంబంలో స్వర్గతుల్యమైన శాంతి, సద్భావన లుండేవి. తండ్రి, కొడుకుల మధ్య ఏవిధమైన భవ్య, పవిత్ర సంబంధ ముండేదో తెలపటానికి నిదర్శనములు కావాలంటే- సవతి తల్లి ఆజ్ఞ ప్రకారం 14 సంవత్సరాలు వనవాసానికి వెళ్లిన రామచంద్రుడు, అంధులైన తల్లి దండ్రులను కావడిలో కూర్చోబెట్టుకుని భుజంమీద పెట్టుకుని తీర్థయాత్రలకు తీసుకువెళ్లిన శ్రవణ కుమారుడు, తండ్రి తనను దానమీయడంవల్ల యమపురికి సంతోషంగా వెళ్లిన నచికేతుడు, తండ్రిని సంతృప్తిపరచడానికి ఆజన్మ బ్రహ్మచర్యవ్రతాన్ని స్వీకరించిన భీష్మపితామహుల జీవిత చరిత్రలను పఠించాలి.

సోదరునికి తన సోదరుని పట్లగల కర్తవ్యమెలాంటిదో రామ, లక్ష్మణ, భరతుల చరిత్ర చదివితే తెలుస్తుంది. కౌరవులను యక్షుడు బంధించినపుడు ధర్మరాజు సోదరప్రేమకు వశుడై ఎంతో కష్టపడి వారిని విడిపించాడు. పుష్కరుని దుర్మార్గాలను విస్మరించి నలుడు తన సోదరుణ్ణి క్షమించాడు. ఇటువంటి సోదర ప్రేమకు సంబంధించిన అనేక ఉదాహరణలు భారతదేశంలో అడుగడుగునా లభిస్తాయి.

నిజమైన స్నేహితులు ఎట్లా వ్యవహరిస్తారు అన్నది కృష్ణుడు కుచేలునితో, అర్జునునితో తన కర్తవ్యాన్ని నిర్వహించిన పద్ధతి ద్వారా చూపించాడు. ద్వారకాధిపతి అయిన కృష్ణుడు ఎక్కడ? పరమ దరిద్రుడైన కుచేలుడు ఎక్కడ? కానీ ధనసంపదలు స్నేహమార్గానికి బాధ కలిగించేవి కారాదు. ప్రేమ, సానుభూతి, దయ, కరుణ, సోదర భావాలముందు ధన సంపదలు నిలువలేవు.

పతివ్రతల పరంపర

భార్యా భర్తలమధ్య ఎటువంటి ఆదర్శం ఉండాలో తెలియజేయడానికి భారతదేశంలో అనేక ఉదాహరణలు లభిస్తాయి. ఇక్కడ పత్నీవ్రతులైన పురుషులు పతివ్రతలైన స్త్రీలు అడుగడుగునా దర్శనమిస్తారు. సీత, సావిత్రి, రౌప్యా, దమయంతి, గాంధారి, అనసూయ, సుకన్య మొదలైన వారి గాథలు ఇంటింటా గానం చేయబడుతుంటాయి భారతిలో. పరాయి స్త్రీని తల్లిగాను, కూతురుగాను భావిస్తారు అందరూ. ఛత్రపతి శివాజీ చేత ఒక యవన కన్య ఎంతో ఆదరంతో సురక్షితంగా రాజమహల్‌కు చేర్చబడడం, అర్జునుడు ఊర్వశిని వెనుకకు తిప్పిపంపించడం, సౌందర్యగర్వంతో దేవయాని చేసిన ప్రతిపాదనను కచుడు తిరస్కరించడం, శూర్పణఖను లక్ష్మణుడు అవమానించడం వంటి సంయమనానికి చెందిన ఉదాహరణలకు లోటు లేదు. భీష్ముడు, హనుమంతుడు వంటి అఖండ బ్రహ్మచారులు భారతదేశంలో అధిక సంఖ్యలో లభిస్తారు.

హితంగా మితంగా తిందాం - సుఖంగా ఆనందంగా ఉందాం.

అతిథి సత్కారం కోసం మోరధ్వజుడు తన కుమారుడిని సమర్పించడం, ఆకలిగొన్న వేటగానికి పావురాల జంట తమ శరీరాలను సమర్పించడం, కరవుపీడిత సమయంలో ఎన్నోరోజుల నుంచి ఆకలితో పీడింపబడిన ఒక బ్రాహ్మణ కుటుంబం ఒకరోజున తమకు లభించిన ఆహారాన్ని తాము తినకుండా ఆకలిగొన్న ఒక చండాలునికి పెట్టేయడం వంటి అనేక వృత్తాంతాలను మహాభారతంలో చూడవచ్చు. పావురమువంటి ఒక చిన్న పక్షి కోసం శిబి చక్రవర్తి తన శరీరాన్ని ముక్కలు ముక్కలుగా కోసి ఇచ్చాడు. కుంతీ మహారాణి బ్రాహ్మణకుమారునికి బదులు తనకుమారుడు భీమసేనుడిని రాక్షసుడికి ఆహారంగా పంపించింది.

బుద్ధుడూ మహావీరుడూ, భగీరథుడూ

స్వార్థం, సుఖసాధన, ధనసంపదలను కూడబెట్టుకోవడం, కీర్తిసౌఖ్యాలు మొదలైన వాటిని అవతలకునెట్టి ఆత్మ కళ్యాణం కోసం లోకసేవ, పరమార్థములు ప్రధానాలుగా భావించి జీవించడమే భారతీయుడు జీవన సాఫల్యంగా భావిస్తాడు. గౌతమ బుద్ధుడు తన రాజ్య పదవిని, సౌభాగ్యాన్ని వదిలి పెట్టి హింస, అజ్ఞానాలలో మునిగి ఉన్న ప్రపంచానికి దయ, ఆత్మజ్ఞానాలను నేర్పడానికి ముందుకు వచ్చాడు. భగవాన్ మహావీరుడు లాలసత, విషయ వాసనలతో నిండిన ప్రపంచానికి త్యాగం, సంయమనం అన్న పాఠాలను పఠింపజేయడానికి తన జీవితాన్ని వినియోగించాడు. భగీరథుడు రాజ సుఖాలను వదిలి దీర్ఘకాలం తపస్సు చేసి దాహంతో అలమటిస్తున్న భూమిని తృప్తిపరచడానికి జలజల ప్రవహించే ఆకాశ గంగను భూమిమీదికి దింపే మహాకార్యాన్ని పూర్తి చేశారు.

వ్యాస వాల్మీకులు, ధన్వంతరి సుశ్రుతులు

మన దేశంలో తమ అవసరాలను గురించి పట్టించుకోకుండా ఆత్మజ్ఞానాన్ని ప్రచారం చేసిన మహాత్ములు అనేకు లున్నారు. నారదుడు ఒక్క ఘడియకూడా ఒకే చోట నిలబడకుండా ఆత్మజ్ఞానాన్ని ప్రసరింపజేస్తూ ప్రతిక్షణమూ తిరిగేవారు. వ్యాసులు జగతికంతంటికీ ధార్మికజ్ఞానాన్ని అందించడానికి పదునెనిమిది పురాణాలను రచించారు. ఆది కవి వాల్మీకి రామాయణం వంటి విలువైన, కళ్యాణదాయకమైన గ్రంథాన్ని రచించి మానవజాతిని కర్తవ్యపథంలో ముందుకుసాగేవిధంగా చేశారు. చరక, సుశృత, వాగ్భట, ధన్వంతరుల వంటి త్యాగమూర్తులైన ఋషులు మూలికలు, ధాతువులు మొదలగు వాటిని వెతికి పట్టుకొని వివిధ రోగాలతో బాధపడేవారికి ఉపశమనాన్ని కలిగించడానికి అన్ని విభాగాలతో కూడిన చికిత్సా శాస్త్రాన్ని రూపొందించారు. పైగా వారిలో ధనాశగానీ, స్వార్థభావముగానీ మచ్చుకైనా ఎప్పుడూ కనబడలేదు. అణువంతకూడా పై పై మెరుగులను ఆడంబరాలను వారు తమలో కనబడనీయలేదు.

ఆధ్యాత్మిక జ్యోతులు

జ్యోతిషవిద్య విషయంలో పరిశోధనలు జరిగాయి. ఆకాశంలో కనబడే గ్రహ, నక్షత్రాల సంచారాలు, వాటి విధులు, మనుష్యుల మీద వాటి ప్రభావాలను గురించి పరిశోధించినవారు హిందూ ఋషులు. సూర్య సిద్ధాంతం, మకరందం, గ్రహలాఘవం వంటి గ్రంథాలను చూస్తే ఏవిధమైన వైజ్ఞానిక సాధనాలు కనిపెట్టబడని ఆరోజులలోనే ఇటువంటి పరిశోధనలు చేసి ప్రపంచానికి గొప్ప జ్ఞానాన్ని ఎట్లా అందించగలిగారా అన్న ఆశ్చర్యం కలుగకపోదు. దానికి వారెంత కష్టపడ్డారో కదా! అందుకు ఏకైక కారణం దేవ సంస్కృతి, దైవసమానమైన ఆలోచనలు, వాటిని ఆచరించే పద్ధతి. ఆ పద్ధతిలో జీవితాన్ని నిర్మించడమంటే మనిషి భౌతికమైన సుఖసంపదలకన్న ఆధ్యాత్మికమైన మంచి గుణాలకు, మంచి ఆలోచనలకు, మంచి కార్య కలాపాలకు ఎక్కువ ప్రాధాన్నాన్ని ఇస్తూ ప్రాపంచికములైన క్షుద్ర స్వార్థాలకు స్థానమీయకుండా బ్రతకడం. ఈ సంస్కృతి

అరుదైపోయిన ఆరోగ్యాన్ని అమృత ఫలాలలో వెదకు.

విశ్వాన్ని సేవించడంలోనే, మానవసేవలోనే తమ జీవితాలను సమర్పించిన ఋషి మునుల నెందరినో కన్నది. వశిష్ఠ, విశ్వామిత్ర, జమదగ్ని, కశ్యప, యాజ్ఞవల్క్య, శంఖ, కాత్యాయన, గాభిల, పిప్పలాద, శుకదేవ, శృంగి, లోమశ, ధౌమ్య, జయత్కారు, వైశంపాయనాది భారతీయ ఋషులు తమ జీవితాలలోని ప్రతి కణాన్ని వెలిగించి నేటివరకు ప్రపంచమంతటా ప్రకాశించే దివ్యమైన కాంతిని నింపారు. వారు వెలిగించిన ఆ జ్ఞానజ్యోతి కాంతి నేటికీ వ్యాపించే ఉంది. సూత, శౌనకాదులు నిరంతరమూ ప్రాచీనకాలానికి చెందిన మహాపురుషుల కథలను, వారి బిరుదావళిని, ధర్మం విషయంలో వారు చేసిన చర్చలను వినిపించి మానవజాతి యొక్క నిద్రలో మునిగిన అంతరాత్మలను మేలుకొలిపేవారు.

దధీచి, బందా బైరాగి

లోకకళ్యాణానికై తమ జీవితాలను గురించి పట్టించుకోకుండా పరిశ్రమించినవారు అనుయాయులుగా ఉన్న సంస్కృతి ఇదే. దధీచి మహర్షి అసురత్వం నుంచి దేవత్వాన్ని కాపాడడం కోసం తన వెన్నెముకనే దానం చేశారు. ధర్మాన్ని, న్యాయాన్ని కాపాడడం కోసం బందా బైరాగి సంతోషంగా సలసలకాగే నూనెలోకి దూకారు. వీరహకీకత్‌రాయ్ హత్య, గురు బాలకులను బ్రతికి ఉండగానే గోడలో బంధించి కట్టేయడం వంటి గాథలు నేడుకూడా ధర్మాన్ని, కర్తవ్యాన్ని పట్టించుకోకుండా ధనసంపాదన, ఇంద్రియ భోగాలలో మునిగిఉన్నవారిని హెచ్చరిస్తూ ఆకాశంలో విహరిస్తున్నాయి.

ఈనాడు పండితులు, పురోహితులు, సాధువులు బ్రాహ్మణులు మొదలగువారిలో పలువురు జగత్తును మాయ చేసి అప్పనంగా ఆనందాలను అనుభవిస్తున్నారు.

పొంచి ఉన్న ప్రమాదంత్సంగ మహిమ

మొగలుల కాలంలో ప్రసిద్ధ సాధువు ఛజ్జూమహరాజ్‌కు భగవంతుడిపై అనన్య భక్తి ఉండేది. ఆయన తానుగా ఎక్కడికీ వెళ్ళేవాడు కాదు. కాని జనులు సత్సంగాన్ని కోరి ఆయన వద్దకే వస్తుండేవారు. ఆరోజుల్లో ఒక సామెత కూడా వుండేది 'జో సుఖచజ్జూ చౌబారే, న బలఖ్‌న బుఖారే' (చజ్జూ మహరాజ్ చెంత చేరితే, చింతా లేదు చిక్కూలేదు). జనులు అక్కడికి వెళ్ళి తమ తమ సమస్యలకు సమాధానాలు పొందుతుండేవారు. ఒక వ్యక్తి ఇలా ప్రశ్నించాడు – 'మహరాజ్! సంసారసాగరాన్ని దాటే ఉపాయం ఏమిటి?' ఇంతలో బయట పండ్లు అమ్మే వ్యక్తి కేక వినిపించింది – 'మంచికమలా పండ్లు తీసుకోండి' అని. (అచ్చే సంత్రాలేలో) మహరాజ్ ప్రశ్నించిన వ్యక్తితో అన్నారు. 'విన్నావా! బయటి నుండి కేక నీకేమని విన్పించింది?' అతడు బయటకు వెళ్ళి చూసి వచ్చి చెప్పాడు. – 'అతడు పండ్లు అమ్ముకునేవాడు మహరాజ్! కేకవేస్తున్నాడు. 'మంచి కమలాలు తీసుకోండి' అని. ఆ సాధువు ఇలా చెప్పాడు – 'ఇదే నీ ప్రశ్నకు సమాధానం. మంచివాళ్ళ సాంగత్యం చేస్తే నీవు సంసారమనే ఈ సముద్రాన్ని దాటగలవు.'

బ్రాహ్మణుని కర్తవ్యం విద్యనార్జించడం, జనానికి నీతిని నేర్పడం, సదుపదేశం చేయడం. కానీ వాళ్లలో పలువురు నేడు జగత్తు యొక్క బుద్ధిని ఉన్నతికి తెచ్చేటందుకు శ్రమించడమే మానివేశారు.

భారతీయ సంస్కృతికి చెందిన పరంపర ఈ పతన స్థితికి ఎల్లప్పుడూ భిన్నంగానే ఉండేది. ఆచార్యులకు, పండితులకు సాధుత్వ, బ్రాహ్మణత్వాలు మహోన్నత ఆదర్శాలుగా ఉండేవి.

★★★

భక్తి కలిగిన మనసు మనుజునకే తోడు - పుష్టి కలిగిన తిండి తనువునకు తోడు.

పాముకాటుతో సమానం-దురాలోచన

జీవితం ఒక పొలం. దానిలో ప్రగతి, సఫలతల పంట పండించాలి. అందుకోసం - ప్రగతికి అవసరమైన శక్తిని సృష్టించే ఆలోచనలను మనః క్షేత్రంలో నాటవలసి ఉంటుంది. సాహసం, కార్యశూరత, పురుషార్థం లేనిదే పురోగమనం సాధ్యపడదు. సోమరితనం, నియమ రాహిత్యం అనే ఆటంకాలు ఉన్నంతవరకు వ్యక్తి తన లక్ష్యాన్ని సాధించలేడు. ఈ బలహీనతలను తొలగించడానికై- పొలంలో కలుపు మొక్కలను ఏరివేసే రైతును మనం అనుకరించవలసి ఉంటుంది.

ఆలోచనలు విత్తనాలు. జీవిత స్వరూపం వాటి పంట. పచ్చదనంతో నిండి కన్నుల పండువు చేసే పంట. ఆశ ధాన్యపు రాశి. మనః క్షేత్రంలో ఏ ఆలోచనలకు స్థానం లభించాలనే విషయంలో ఎంతో మెలకువ వహించాలి. ఏదో ఒక విత్తనాన్ని ఏదోవిధంగా నాటితే, ఏదో పంట పండుతుంది; ఏదో ఫలసాయం అందుతుంది. విత్తనాలను గురించి పట్టించుకోని రైతుకు కావలసిన పంట ఎలా లభిస్తుంది?

ప్రగతి కోసం ఎన్నెన్నో ప్రయత్నాలు జరుగుతాయి. అయితే, నిర్ణీత దిశలో ప్రేరణ ఇచ్చే, మార్గ దర్శనం చేసే బలమైన ఆలోచనలు తగు ప్రమాణంలో సేకరించబడ్డాయా లేదా- అనే అంశాన్ని జనం మరచిపోతున్నారు.

వ్యక్తిగతమైన దోష దుర్గుణాల ముళ్ల పొదలు ప్రగతి మార్గానికి ఆటంకాలు అవుతాయి. ఈ దుర్గుణాలు మరేవీ కావు. చాలా కాలంగా తెలిసో తెలియకో ప్రోగుచేసుకున్న ఆలోచనల ప్రతినిధులు ఇవి, ప్రతీకలు ఇవి. పాము కాటు వేస్తే- దాని విషం ఒక్క బొట్టే రక్తంలో చేరుతుంది. అయితే అది కొద్ది సేపటిలో శరీరమంతటలో వ్యాపిస్తుంది. తన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. దురాలోచనలు పాము కాట్ల వంటివి. అవే విస్తరించి దోష దుర్గుణాలుగా పరిణమిస్తాయి. లోపలి శత్రువులైన మానసిక వికృతులు బయటి సాయుధ శత్రువులకన్న వేయిరెట్లు బలీయమైనవి, వేయిరెట్లు ఉపద్రవ కరమైనవి. దూరంగా ఉన్న బాహ్య శత్రువుల నుండి రక్షించుకోవడానికీ, వారిని ఓడించడానికీ ఎన్నెన్నో మార్గాలు ఉన్నాయి. అయితే- రాత్రింబవళ్లు మనతో ఉండే ఈ ఇంటి శత్రువులను జయించడం మరింత కష్టసాధ్యం. ఇవి ప్రక్కలో బల్లెములవలె ప్రాణాపాయాన్ని కలిగిస్తాయి.

క్షయవ్యాధితో బలహీనపడి చావుకు సిద్ధమైన శరీరం వాస్తవానికి ఆ రోగపు విషాణువులు తినివేసినదే. దురాలోచనలు విషాణువులకన్న ప్రమాదకరమైనవి. అవి లోపల తిష్ట వేస్తాయి. గుణ కర్మ స్వభావాల సంపద మొత్తాన్ని దొలిచివేస్తాయి, విషాక్తం చేస్తాయి.

ఆదర్శాలూ, లక్ష్యాలూ లేని వ్యక్తి, కపటంతో నిండిన వ్యక్తి జీవితమనే శవాన్ని ఈడ్చుతూ ఉంటాడు. అతడి మనోరథం ఎన్నడూ సఫలం కాదు. ఎందుకంటే- ప్రగతికి సుదృఢమైన, ఉజ్వలమైన వ్యక్తిత్వం అవసరం అవుతుంది.

సాఫల్యానికి తొలి అడుగు ఆత్మ పరీక్ష. మనం మన ఆలోచనలనూ, విశ్వాసాలనూ, భావజాలాన్నీ సమీక్షించుకోవాలి. వాటిలో ఉన్న అవాంఛనీయతలను నిర్మూలించాలి. వాటి స్థానంలో సదాలోచనలను నాటే ఏర్పాటు జరిగినపుడే ఇది సాధ్యపడుతుంది. భావపరివర్తనకు ఆధారాలు నాలుగు- స్వాధ్యాయం, సత్సంగం, మననం, చింతన. వీటిని అవలంబిస్తే, జీవిత స్వరూపం మారిపోతుంది; పతనం అభ్యున్నతిగా పరిణమిస్తుంది.

★★★

కొవ్వులేని కొబ్బరికోరు మనసారా కోరు - అసలు సిసలు ఆరోగ్యం దేహానికి సమకూరు.

ధారావాహిక : గాయత్రీ మహావిజ్ఞానం-24

స్పర్శ సాధన

(1) మంచుగడ్డ లేక ఏదేని ఒక శీతల వస్తువును శరీరముపై ఒక నిముషం ఉంచి దానిని తీసివేసి, రెండు నిమిషములు ఆ శీతలత్వమును అనుభవించాలి. లేదా సహించగలిగినంతవరకు ఒక రాతి ముక్కను వేడిచేసి ఇదే విధంగా చేయాలి. నునుపైన కంచు గోలీని లేదా పత్తితో చేసిన ఉండను తీసికొని శరీరాన్ని స్పృశించి ఆ స్పర్శను ధ్యానం చేయాలి. బ్రష్‌తో రాయడం, ఇనుప గుండును ఎత్తడం వంటి అభ్యాసాలు గూడా చేయవచ్చు.

(2) సమతల ప్రదేశంలో బహుమెత్తని దూది పరుపుని పరచి దానిమీద పడుకొని కొంతసేపు ఆ కోమలత్వము యొక్క స్పర్శను అనుభవించాలి. తరువాత కొంత సేపు కటిక నేలపై పడుకొని, పరుపు మీద పడుకొని అనుభవించిన కోమల స్పర్శను గూర్చి భావించాలి. తరువాత మరల పరుపు మీదకు వచ్చి కటికనేలపై పడుకొని అనుభవించిన కఠోర స్పర్శను గూర్చి భావించాలి. ఈ విధంగా విభిన్న పరిస్థితులలో, విభిన్న వాతావరణముల భావన వలన తితీక్షా సిద్ధి కలుగుతుంది. స్పర్శ సాధన యొక్క సాఫల్యము వలన శారీరక కష్టములను నవ్వుతూ సహించే స్థితి ఉత్పన్న మవుతుంది.

స్పర్శ సాధనలవలన తితీక్షా సిద్ధి కలుగుతుంది. చలి, వేడి, వర్షము, దెబ్బలు, కురుపులు, దురద మొదలైన వానివలన శరీరమునకు కష్టం కలుగుతుంది. తత్కారణంగా చర్మంలో జలమువలె వ్యాపించి యున్న జ్ఞానతంతువులు ఆ చిన్న అఘాతములను, కష్టములను, అనుభవములను మస్తిష్కము వరకు తీసికొనిపోతాయి. ఆ విధంగా మస్తిష్కమునకు పీడ కలుగుతుంది. కొకెయిన్ ఇంజక్షను చేస్తే ఈ జ్ఞానతంతువులు శిథిల మవుతాయి. ఆపరేషను చేసినా ఆ స్థానంలో బాధ కలుగదు. కొకెయిన్ ఇంజక్షను చేసిన తరువాత శరీరమునకు హాని కలుగుతుంది. స్పర్శ సాధన ద్వారా ప్రాప్తించిన జ్ఞాన తంతు నియంత్రణ శక్తి ఏ విధమైన హాని కలిగినా, దురదగా ఉన్నా, నాడీ వ్యవస్థ యొక్క అనేక వికారములను దూరమొనర్చి శారీరక పీడల వలన కలిగే అభాసమును జరుగనీయదు.

భీష్మ పితామహుడు ఉత్తరాయణం ప్రవేశించినంత దాక బాణములతో చిల్లులు పడిన శరీరముతో కొన్ని నెలలు జీవించి ఉన్నాడు. శరీరమంతా తూట్లు పడినా ధర్మరాజాదులకు ఎన్నో గంభీర విషయాలను స్పష్టంగా ఉపదేశించ గలిగాడు. అది ఇతరులకు అసాధ్యంగా అనిపించినా- ఆయనకు గల తితీక్షా సిద్ధి వలన ఆయనకు సాధ్యమైనది. మనకు సూదిగానీ, ముల్లుగానీ గుచ్చుకుంటేనే నోట మాట రాదు.

స్పర్శ సాధన వలన చిత్త వృత్తులు ఏకాగ్రమగును. మనసు వశమందు ఉండుటయే గాక తితీక్షా సిద్ధికూడ కలుగుతుంది. దాని వలన ప్రకృతి ప్రవాహము వలన శరీరమునకు గలుగు నష్టములను అనుభవించుట నుండి సాధకునకు రక్షణ కలుగుతుంది.

మనస్సును ఆజ్ఞాను వర్తిగా నియంత్రితముగా చేసికొనుట జీవిత సాఫల్యమునకు మహత్తర సమస్య.

మనం పోయాక సుఖపెట్టేది ధర్మం - మనం ఉండగానే సుఖపెట్టేది ఆరోగ్యం.

విశృంఖలమై, చంచలమై, అవ్యవస్థితమైన మనసు వలన ఇహలోకమునందు గానీ పరలోక మందుగానీ లభించెడిదేమీ లేదు. మనోనిగ్రహమనునది ప్రతి యొక్కరికీ అవసరమే.

మానసిక అవ్యవస్థను దూరము చేసే, మనోబలము సంప్రాప్తించుటకు ఈయబడిన సాధనలు బహు ఉపయోగకరములు, సరళములు, ధ్యానము, త్రాటకము, జపము, తన్మాత్ర సాధన - వీని వలన మానసిక చాంచల్యము దూరమై దానితోపాటు చమత్కార పూరితమైన సిద్ధులు కూడ కలుగుతాయి. ఈ విధంగా పాశ్చాత్య యోగులు మెస్మరిజం కొరకు చేసే సాధన ద్విగుణీకృతంగా లాభాల నందిస్తుంది.

వశ మునందుంచుకొనబడిన మనసు అందరికన్నా గొప్ప మిత్రుడు. దాని వలన ప్రాపంచిక, ఆత్మికములైన అద్భుత బహుమతులు నిరంతరం ఇవ్వబడతాయి. వానిని పొంది మానస జీవితం ధన్య మవుతుంది. సురలోకంలో కల్పవృక్షం క్రింద కూర్చుని కోరిన కోర్కెల నన్నింటిని తీర్చుకున్నట్లుగా- మర్త్యలోకంలో వశవర్తి అయిన మనస్సు కల్పవృక్షమే.

అనియంత్రితమైన మనసు అనేక ఆపదలకు నిలయము. చుట్టుప్రక్కల అన్నింటిని దహిస్తుంది. అనియంత్రిత మనసు ఎవరి శరీరంలో ఉంటే వారిపై ఆపదలు, కష్టములు వర్షిస్తూ ఉంటాయి. అందువలన అధ్యాత్మ విద్య నెరిగిన విద్వాంసులు మనసును వశము నందుంచుకొను సాధనను మహత్తరముగా ఎంచినారు. గాయత్రి యొక్క మూడవ ముఖము మనోమయ కోశము. ఈ కోశమును సువ్యవస్థిమొనర్చుట యన మూడవ ముడిని విప్పి ఆత్మోన్నతికై మూడవ కక్ష్యను దాటుట.

★★★

ప్రత్యక్ష సాక్షులు నేత్రాలే

మండు వేసవి కాలం. వడగాడ్పులు విస్తారంగా వీస్తున్నాయి. నది ఒడ్డున గల ఇసుక కూడ ఛర్రు మంటోంది. శ్రీ రామకృష్ణ పరమహంస తన భక్తులను వెంటబెట్టుకుని కాశీ మహా క్షేత్రం చేరుకున్నాడు. ఎటు పోవాలో బోధ పడటం లేదు. రాణీ రాసమణీ దేవి అల్లుడైన మధురా బాబు కూడ వెంట ఉన్నాడు. అందరూ కలసి గంగానది ఒడ్డున నడుచుకుంటూ పోతున్నారు. ఏదో ఒక దివ్యశక్తి తనను ఆవరించి ఆ ఎర్రని ఎండలో చుర్రుమనే ఇసుకలో నడిపించుకుని పోతున్నట్లుగా భావన కలుగుతోంది. ఇంతలో చిత్రంగా ఒక దిగంబర స్వామి రెండు చేతులూ చాచుకుంటూ పరమహంస వైపు పరుగులు తీస్తూ వస్తున్నాడు. కళ్లెం వేసి లాగినట్లు పరమహంస అక్కడే నిలిచిపోయాడు. నురుగలు కక్కుతూ వచ్చిన దిగంబర స్వామి పరమహంసను గట్టిగా కౌగిలించుకున్నాడు. శిష్యులందరూ నిర్ఘాంతపడి చూస్తుండి పోయారు. వారిని చూస్తుంటే చిరకాల మిత్రులు, అన్నదమ్ములు ఎన్నో ఏండ్ల తరువాత కలుసుకున్నట్లుగా ఉన్నది.

కొద్ది సమయానికి పరమహంస తేరుకుని శిష్యులతో అన్నాడు- "ఈ నా కాశీయాత్ర సఫలమైంది. ఇప్పుడు సాక్షాత్తు ఆ విశ్వనాథుడే మన చెంతకు వచ్చాడు. ఈయన తైలంగ స్వామి. తెలంగానా క్షేత్రం నుండి వచ్చి ఇక్కడ స్థిరపడ్డారు. అందువలన ఆయనకా పేరు వచ్చింది. ఆశీర్వాదం తీసికోండి'-అని. కొద్ది సమయం దాక ఇద్దరు మహాపురుషులూ మండే ఇసుకపై కూర్చుని మౌనంగా భాషించుకున్నారు. తైలంగ స్వామి లేచి నిలబడ్డాడు. పరమహంస మధురా బాబుతో అన్నాడు- "ఈయన సాక్షాత్తు కాళీ సేవకుడు. మహాకాలుని ప్రతిరూపం" అని. మధురా బాబు ఆశ్చర్యం నుండి తేరుకో లేకపోతున్నాడు. "స్వామీ! మీరైతే ఈ మహానుభావుని మొట్ట మొదటి సారిగా చూచింది ఇక్కడే. ఇప్పుడే, ఆయన ఆశ్రమం కూడ మీకు తెలియదు. మీరెలా గుర్తించ గలిగారు?" అని ప్రశ్నించాడు. చిరుదరహాసంతో పరమహంస సమాధాన మిచ్చాడు.

"ఆయన గొప్పతనం, చరిత్ర ఆయన నేత్రాలే స్పష్టం చేస్తున్నాయి. ఏ వ్యక్తిలోని లోతుపాతులైనా నేత్రాలను పరిశీలిస్తేచాలు. ఇట్టే చెప్పెయ్యవచ్చు. అందులోను మహాపురుషులవి సాక్షీభూత నేత్రాలు.

అరుగును తిరుగును మానవ సృష్టి - అరగక పెరుగును దేవుని సృష్టి.

యువశక్తి జాగరణ

బాల్య జీవన సంస్కారం

చిన్నతనంలో ఖచ్చితంగా ఎటువంటి జ్ఞానమూ లేనివారి ఉదాహరణలు ఎన్నో ఉన్నాయి. కథలు, దృష్టాంతాలు, ఉదాహరణల ద్వారా వారి వ్యక్తిత్వాన్ని నిర్మించడం జరిగింది. తరువాత వారే చరిత్ర నిర్మాతలుగా మారారు.

పంచతంత్రంలో మంద బుద్ధులు, అయోగ్యులు అయిన రాజకుమారులు, వారి తల్లిదండ్రులు కాని రాజకుమారులు, వారి తల్లిదండ్రులు దాదాపు నిరాశలో పడిపోయారు. అన్ని ఉపాయలూ ప్రయోగించారు. కాని రాజకుమారులను ఏమాత్రం యోగ్యులుగా చేయలేక పోయారు. చివరగా రాజకుమారుల శిక్షణా బాధ్యతను స్వీకరించి వారిని యోగ్యులుగా తీర్చిదిద్దిన వారికి ఏది కోరితే అది ఇవ్వబడును- అని దండోరా వేయించారు. అప్పుడు విష్ణుశర్మ అనే పండితుడు ముందుకు వచ్చాడు. రాజకుమారులను రాజనీతి, విద్య, ధర్మ శాస్త్రాలలో నిష్ణాతులుగా చేసే పనిని నిర్వర్తించాడు. జంతువులు, పక్షులు మొదలైన వాటి ఇంపైన కథలను వినిపించి, వినిపించి కొద్ది సమయంలోనే మందబుద్ధులైన రాజకుమారులను నీతి, సదాచారం, ధర్మం, వ్యవహార నైపుణ్యాలలో పారంగతులుగా తయారు చేశాడు.

కొన్ని ప్రేరణప్రద దృష్టాంతాలు

ఛత్రపతి శివాజీ బాల్యంలో అంత ప్రతిభావంతుడు కాడు. ముందుకుసాగి ఏదైనా చేయడానికి పరిస్థితులు అనుకూలంగా లేవు. భర్త వదలివేసిన ఆయన తల్లి జిజియాబాయి పుత్రుడిని తీసుకొని పూనాలో ఉండేది. పిల్లవాడి పాలన - పోషణనుండి విద్య - దీక్ష వరకు భారమంతా ఆమెపైనే పడింది. సులభంగా ఆ బాధ్యతలు నిర్వహించడానికి జిజియాబాయి ఉపయోగకరమైన మార్గాన్ని కనుగొన్నది. తన కుమారునికి రామాయణం, మహాభారతం, హనుమంతుడు, కృష్ణుడు, అర్జునుడు మొదలైన ఆదర్శ పురుషుల కథలను వినిపిస్తూ ఉండేది.

ఆదర్శ చరిత్రలను విన్న బాల శివాజీ మనసులో అలా తయారుకావాలనే పట్టుదల పెరిగింది. చిన్నతనం నుండి మావళకులం ఆదివాసులు, వెనకబడిన కులాల పిల్లలను ఎలుగుబంట్లు, వానరుల తరహాలో సంఘటితం చేయడం ప్రారంభించాడు. యుద్ధ విద్యను నేర్చుకోవడం ప్రారంభించాడు. బాల్య ప్రేరణలతో ఉత్పన్నమైన బలంతో నానాజీ, బాజీ ప్రభు, దేశపాండే మరియు సూర్య లాంటి నర రత్నాలను వెలికి తీశాడు. ఈయనే తరువాత విశాల మొగల్ సామ్రాజ్య అధినేత ఔరంగజేబుకు నిద్రపట్టకుండా చేశాడు.

యుగపురుషుడు మహాత్మా గాంధీ బాల్యంలో అతి సామాన్య ప్రతిభ మాత్రమే కలవాడు. భయస్థుడు, బిడియస్థుడైన బాలకుడని ప్రతీతి. బాల్యంలో తల్లి పుత్లీబాయి, నాన్నమ్మ మంచి మంచి కథలు చెపుతూ ఉండేవారు. వాటి ఫలితంగా ఆయన జీవితాంతం సత్యం, అహింస, కర్తవ్యపాలన, శీల నిర్మాణం మొదలైన వాటికి అత్యంత ప్రాధాన్య మిచ్చాడు. హరిశ్చంద్రుని నాటకం ద్వారా అతని మనసులో సత్యంపట్ల అచంచలమైన నిష్ఠ ఉత్పన్నమైంది. క్రీస్తు, బుద్ధుడు, జైనతీర్థంకరుడు,

దేహమే ఒక దేవాలయం - జీవునకు ఆహారమే నైవేద్యం.

మహావీరుల ప్రేరక సంఘటనలు చదివిన, విన్న ఫలితంగా అహింసపట్ల ఆయనలో లోతైన శ్రద్ధ, నిష్ఠ కలిగాయి.

సుభాష్ చంద్రబోస్ ఒకసారి బాల్యంలో తల్లిప్రక్క నుండి లేచి నేలమీద నిద్రపోయాడు. తల్లి అడిగితే చెప్పాడు– 'అమ్మా! మన పూర్వీకులంతా ఋషులు, మునులని, వాళ్లు నేలమీద నిద్రపోయేవారని, కఠోర జీవనాన్ని గడిపేవారని మా ఉపాధ్యాయుడు చెప్పారు. నేను కూడా ఋషినవుతాను.' తండ్రి నిద్రలేచి, 'నేలమీద నిద్రపోవడంతో సరిపోదు. జ్ఞానాన్ని ఆర్జించడం, సేవచేయడంలో కూడా లగ్నంకావాలి. ఇప్పుడు నువ్వు వెళ్లి అమ్మదగ్గర పడుకో, పెద్దయిన తరువాత మూడు పనులూ చేయాలి' అని చెప్పాడు.

సుభాష్ అధ్యాపకుడు చెప్పిందేకాక తండ్రి చెప్పింది కూడా బాగా వంటపట్టిచ్చుకున్నాడు. ఐ.సి.యస్. పాసయి ఆఫీసర్ అయ్యే సమయం వచ్చినపుడు 'నేను నా జీవిత లక్ష్యాన్ని నిర్ణయించుకున్నాను. మాతృభూమికి సేవ చేస్తాను. గొప్ప వాడినవుతాను.' అని నిర్ణయించుకున్నాడు. బాల్య నిర్ణయం ఆయన జీవితాంతం పాటించారు. మహాపురుషులు ఇలాగే తయారవుతారు.

(భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞాన పరీక్ష గ్రంథం "సంస్కృతి మంజరి" నుండి.)

★★★

తిరిగివచ్చిన సెప్టెంబరు సంచికలు

శ్రీ పి. శ్రీనివాసరావు, అనంతపూర్.
శ్రీ చెంగల్ రాయుడు, సింగమల్ల, తిరుపతి.
శ్రీ ఆర్. రామమోహనరావు, విశాఖపట్నం.
శ్రీ శాయి, కొత్తపేట, హైదరాబాదు.
శ్రీ బి. సత్యకిరణ్, యూసఫ్‌గూడ, హైదరాబాదు.

పొంచి ఉన్న ప్రమాదం

(1) 40 సంవత్సరాల నుండి నడుస్తున్న అటాకామా ఎడారిలో ఒక చుక్క కూడ నీరు లేదు.

(2) ప్రపంచ ఎడారులలో 20% ఇసుకతో కప్పి వేయబడ్డాయి.

(3) ప్రపంచంలోని 13% జనసంఖ్య ఎడారులలోనే నివసిస్తున్నది.

(4) సహారా ఎడారిలో వనమూలికలకు సంబంధించిన 1200ల రకాల మొక్కలను నాటారు.

(5) ఎడారులలోని ఇసుక దిబ్బలు 300 మీటర్లు ఎత్తున కనిపిస్తున్నాయి.

(6) మనము పర్యావరణ విషయంలో ఇలాగే నిర్లక్ష్యం చేసినట్లైతే రాబోయే ఏబది సంవత్సరాలలో దాదాపు 70% భూమి ఎడారిగా మారిపోయే ప్రమాదం పొంచివుంది.

శ్రీ యమ్.యన్. రాజమ్, మూసాపేట, హైదరాబాదు.
శ్రీ జి. రామేశ్వరరెడ్డి, కడప.
శ్రీ కే. రవికుమార్, అనంతపూర్.
శ్రీ టి. బాలయ్య, కరీంనగర్.
శ్రీ యమ్. శ్రీరామ్, విజయవాడ.
శ్రీ సి. సుధాకరరెడ్డి, హకీంపేట, హైదరాబాదు.
శ్రీ టి.పి. శ్రీనివాసరావు, శాంతినగర్, హైదరాబాదు.
శ్రీ యమ్. భరత్‌రెడ్డి, హైదరాబాదు.
శ్రీ లంకా రమేశ్, హైదరాబాదు.
శ్రీమతి ఎ. పద్మ, సుంగడిగుంట, గుంటూరు.
శ్రీమతి డి. సరళ, మల్కాపురం, విశాఖపట్నం.

★★★

రుచి కోసం కాక - దేహపు శుచి కోసం తిను.

ధారావాహిక : నా స్మృతిపథంలో గురుదేవులు-15

ఇంత అసహ్యం ఎందుకు?

గురూజీతో పాటు ఒకసారి రాజస్థాన్ పర్యటనకు వెళ్లాను. అప్పటికి గాయత్రీ పరివార్ సంస్థ బాగా ప్రచారంలో లేదు. పరివార్ కార్యకర్తల ఇండ్లకు గురూజీ వెళ్లేవారు. ఒకరి ఇంటికి మేము వెళ్లాము. ఆ సమయంలో ఆయన లేరు. కాని ఆ ఇంటిలోని స్త్రీ గురూజీని చూసి ఆనందపడింది. మేము ఒక గదిలో కూర్చున్నాము. ఒక చిన్న బిడ్డ ఆమెచంకన ఉన్నాడు. బిడ్డను మంచంపై కూర్చోబెట్టి ఆమె లోనికి పోబోతుంటే, గురూజీ ఆ బిడ్డను తనకు ఇవ్వమని, ఒళ్లో కూర్చోబెట్టుకున్నారు. ఆమె మాకు టీ తయారుచేయడానికి లోనికి వెళ్లింది. ఆ బిడ్డ గురూజీ బట్టలపై మలమూత్రాలు విసర్జించాడు. నేను ఆమెను పిలవబోతుంటే, గురూజీ వారించారు. బిడ్డను నా చేతికి ఇచ్చి, దగ్గరలో ఉన్న కుళాయివద్ద తన బట్టలను శుభ్రపరుచుకున్నారు. తర్వాత నేను బిడ్డను తీసికొని వెళ్లి శుభ్రపరచాను. చేతులను సబ్బుతో శుభ్రపరుచుకున్నాను. గురూజీకి ఇచ్చేముందు, బిడ్డకు ఒక గుడ్డ కట్టి ఉంటే ఇలా జరిగేది కాదుగదా అని నాకు ఆమెపై కోపం వచ్చింది. ఆమె వచ్చిన తర్వాత గురూజీ ఆమె కుటుంబ విషయాలు అడిగి తెలిసికొన్నారు. తండ్రి బిడ్డతో మాట్లాడే విధంగా. నాకు కోపం వస్తోంది. గురూజీ నా కవళికలను గమనిస్తున్నారు. అక్కడనుండి బయలుదేరి వచ్చేటప్పుడు, అనేక మారులు నేను నా చేతులు వాసన చూడటం మొదలుపెట్టాను. అలాగే నా బట్టలను కూడా. ఇదంతా గురూజీ గమనిస్తూనే ఉన్నారు. భోజనానికి కూర్చున్నప్పుడు నేను చేతులను కూరను వాసన చూడటం గమనించారు. గురూజీ అప్పుడన్నారు. 'నీకు పిచ్చి పట్టిందా' అని.

ప్రతి ఉదయం గురూజీ సన్నిధిలో కూర్చుంటాను. ఆరోజు గురూజీ అడిగారు– నీకు ఆ పిల్లపై ఎందుకంత కోపం. నీ చేతులను అదేపనిగా వాసనచూసావు రోజంతా. భోజన సమయంలోనూ అలాగే చేసావు. నీవు నీ మలమూత్ర విసర్జన తర్వాత అలాగే చేస్తావా. నీ కూతురు నీ ఇంటికి వచ్చినప్పుడు, ఆమె బిడ్డ నీపై అలా చేస్తే అలాగే ప్రవర్తిస్తావా. ఈమెనుకూడా నీ కుమార్తెగా భావించలేవా'– అని. అప్పుడు అర్థమైంది నాకు– గురుదేవులకు అందరూ స్వంత బిడ్డల లాంటివారే అని. 'వసుధైక కుటుంబకం' అనే భావన గురూజీకి ఉంది. ఆయన ఇతరుల బాధలను తన బాధలుగా భావించేవారు. తన ఆనందాన్ని అందరితో పంచుకునేవారు. ప్రతి వానిలో భగవంతుడిని చూడాలి అని నాకు అర్థమైంది. మనం ఆచరించేదే ఇతరులకు చెప్పాలి– అనేవారు గురూజీ. మన ప్రవర్తనే ఇతరులకు పాఠం. ఇదే యథార్థం.

ఉప్పు కలిపిన పాలు

ఒకసారి గురూజీతో నేను పర్యటిస్తున్నాను. ఒక స్త్రీ ఇంటికి వెళ్లాము. ఆమె గురూజీని చూసి పరమానందం చెందింది. మమ్మల్ని కూర్చోబెట్టి పాలు తేవడానికి ఇంట్లోకి వెళ్లింది. ఆమె తన ఆనందంలో పాలలో పంచదారకు బదులు ఉప్పు కలిపింది. మొదట గురూజీకి ఇచ్చింది. ఆయన సంతోషంతో త్రాగారు. నేను త్రాగటం ప్రారంభించేసరికి, నాకు డోకు పుట్టింది. గురూజీ వాటిని అలాగే త్రాగమని సైగ చేసారు. పాలలో ఉప్పు కలిపింది, నేను త్రాగలేనన్నాను. ఆమె నామాటలు విని బాధపడింది. గురూజీ నవ్వుతూ 'అమ్మా నా పాలలో పంచదార కలిసింది. బహుశ అతని పాలలో ఉప్పు కలిసిందేమో'– అన్నారు. ఆమె ఒకే జాడీలోనుండి తీసి ఇద్దరి పాలలో కలిపానంది. చాలా బాధపడింది.

తర్వాత గురూజీ అన్నారు– "పాలలో ఉప్పు కలిస్తే ఏమైంది? నీ పొట్ట శుభ్రపడేది. ఉప్పు అనేది విషం కాదుగదా. ఉప్పు కలిపిన పాలు ఇచ్చినందుకు ఆమె ఎంత బాధపడింది?" గురూజీ ఇతరుల మనోభావాలను

దేవుడన వేరు దేశమందున లేడు - దేవితోడ వెలయు దేహమందు.

గౌరవించేవారు. ఇతరులను బాధించడం పాపం. ఈ తప్పు మళ్లీ చేయరాదని హితవుచెప్పారు. "మన ఆనందాన్ని ఇతరులతో పంచుకొనాలి. ఇతరుల బాధలను మనం పంచుకోవాలి. అదే ఆధ్యాత్మికత అంటే"- అన్నారు గురూజీ.

అర్ధ రాత్రి పాయసం

విలాస్‌పుర్ యజ్ఞంలో పాల్గొనడానికి గురూజీతో కలసి వెళ్లాను. ఉమాశంకర్ చతుర్వేది, విశ్వకర్మజీలు ఒక కార్యక్రమాన్ని తయారు చేసారు. అక్కడ అప్పుడు ఈ ఇద్దరు మాత్రమే ప్రధాన కార్యకర్తలు. ఉమాశంకర్‌జీ కొంచం ఉద్రేకి. ఆయన ప్రక్క పట్టణాలలో కూడా గురుదేవుల ప్రవచనాలను ఏర్పాటు చేసారు. సాయంత్రం 'నైలా' గ్రామం చేరేసరికి రాత్రి 7 గంటలకు బదులు 11 గంటలు అయింది. అక్కడి ప్రజలు గురూజీకోసం కాచుకొని ఉన్నారు. అక్కడి ప్రవచనం పూర్తయ్యేసరికి రాత్రి ఒంటిగంట అయింది. గురూజీ కోసం 'మోతీలాల్' అనే బట్టల వ్యాపారి ఇంట్లో బస ఏర్పాటు జరిగింది. మాకు ఆ గ్రామం వచ్చేముందే దారిలో భోజనాలు ఏర్పాటు చేసారు చతుర్వేది- అప్పటికే కాలాతీతం అయినందున. 'నైలా'లో విశ్రాంతిగా నేను మోతీలాల్ గారి భార్యతో మాట్లాడుతూ కూర్చున్నాను. ఆమెకు కొద్దికాలంక్రితమే వివాహం అయింది. చిన్నపిల్ల. భర్త ఇంటికి అప్పటికి ఒకటి రెండుసార్లు మాత్రమే వచ్చింది. ఆమెతో మాట్లాడుతూ, 'అమ్మా, అంతా కులాసానేకదా, ఏసమస్యలూ లేవుకదా'- అని అడిగాను. ఆమె కన్నీటితో "ఈ రోజు గురూజీ మా యింట్లో భోజనం చేస్తారని సంతోషపడ్డాను. మంచి పాయసం నేనే తయారుచేసాను. గురూజీకి నాచేత్తో ఇవ్వాలని ప్రత్యేకంగా తయారుచేసాను. కాని వారు రాత్రి ఒంటిగంటకు వచ్చారు. ఇదే నాకు బాధ కల్గిస్తూంది"- అన్నది. నేను ఈ విషయం గురూజీకి నివేదించాను. గురూజీ వెంటనే ఆ అమ్మాయిని పిలవమని చెప్పారు. ఆమె వచ్చిన తర్వాత ఆమెతో 'అమ్మా, గత నెలరోజులుగా నాకు పాయసం తినాలని ఉంది. ఈ సంగతి నీకెలా తెలిసింది. త్వరగా పాయసం తీసుకొనిరా'- అన్నారు. ఆ పిల్ల పరమానందంతో లోనికి పరుగిడిపోయి, పాయసం గిన్నె తెచ్చింది. గురూజీ ఒకటి రెండు చెంచాలు మాత్రమే తిన్నారు. ఆ పాయసం అద్భుతంగా ఉందని మరీ మరీ పొగిడారు. ఆమె చాలా సంతోషపడింది. అక్కడ 10, 15 మందిమి ఉన్నాము. తలా కొంచం రుచి చూసాము. ఆమె చాలా తృప్తిపడింది. గురుదేవులు ఇతరుల మనోభావాలకు ఎక్కువ విలువ ఇస్తారు. ఈ విషయం ఆచరణలో చూపారు. ప్రతివారూ ఇలాగే ఉండగలిగితే, మన పరివార్ కార్యక్రమాలు ఇబ్బడి ముబ్బడిగా పెరుగుతాయి.

మొదటితరగతి ప్రయాణం వద్దు

నైలా నుండి విలాస్‌పూర్ వచ్చాము. విలాస్‌పూర్ నుండి మథురకు ప్రయాణం. ముందుగానే రైలులో మూడోతరగతిలో ప్రయాణం ఖరారు చేయమని చతుర్వేదికి వ్రాసి ఉన్నారు. ఆయన మా ప్రయాణాన్ని ఖరారు చేస్తూ ఉత్తరం వ్రాశారు. ఇప్పుడు టిక్కెట్లు ఇవ్వమని అడిగాను విలాస్‌పూర్ స్టేషన్‌లో. ఆయన మొదటి తరగతి టికెట్లు ఇచ్చారు. మొదటితరగతి ప్రయాణం గురూజీ ఇష్టపడరనీ, ఇలా ఎందుకు చేసారనీ అడిగాను. మూడోతరగతి టిక్కెట్లు దొరకనందున ఇలా చేయవలసి వచ్చిందని చెప్పారు. ఈ సంగతి గురూజీకి తానే చెపుతానని చతుర్వేది అన్నారు. రైలురాగానే మొదటి తరగతిలో కూర్చోమని చెప్పారు. కాని ఆయన నిరాకరించి, క్రిక్కిరిసి ఉన్న మూడోతరగతి పెట్టెలోకి ఎక్కారు. లగేజితో నేను మొదటితరగతి పెట్టెలో కూర్చున్నాను. విలాస్‌పూర్ లోని ఇతర పరిజనులు మూడోతరగతిలోనే కూర్చున్నారు. దగ్గరకు వెళ్లిన వారితో ఆయన 'ఇప్పుడు నేను పెద్దవాడినైనాను. మొదటితరగతిలోనే ప్రయాణిస్తాను'- అనడం ప్రారంభించారు. నేను ఆయన దగ్గరకు వెళ్లినపుడల్లా ఇలాగే అనేవారు. ఇలా నాలుగు నెలలు గడిచాయి. అప్పుడు మాతాజీ కలుగచేసుకొని, 'చతుర్వేది చేసిన తప్పుకు ఈ బిడ్డను బాధపెడుతున్నారు. ఈ బిడ్డ చేసిన తప్పేమిటి?'- అన్నారు. ఆ తర్వాత ఈ విషయం గురూజీ మాట్లాడలేదు.

★★★

సత్వగుణం సుఖకారి - రజోగుణం దుఃఖకారి.

ధారావాహిక : దివ్య జీవన దర్శనం-44

రమణ మహర్షి ఆశ్రమంలో-2

అందరూ తమ తమ స్థలాలలో కూర్చున్న తర్వాత ఒక బ్రహ్మచారి స్వరయుక్తంగా వేదమంత్ర పఠనం ఆరంభించాడు. బయటనుండి వచ్చిన ఆగంతకులలో ఒకరు ఇలా అన్నారు- "ఈ మంత్రాల అర్థం కూడా తెలియచేస్తే మంచిది కదా".

మహర్షి ఇలా అన్నారు- "సామాన్య ప్రజలు వేద మంత్రాల అర్థాన్ని తెలుసుకోవలసిన అవసరం లేదు. అది విద్వాంసుల పని. సాక్షాత్కారం కోసం ఆ మంత్రాలను జపం చేసేవారికి మంత్ర పఠనం సరిపోతుంది. మంత్రాల పఠనం విద్య కాదు. అది ఒక విధి, ఒక మార్గం."

ఆ రోజున రమణ మహర్షి శ్రీరామ్‌ను కుశల ప్రశ్నలు మాత్రమే అడిగారు. అక్కడే కూర్చుని ఉండవలసిందని చెప్పారు. తిరిగి తిరిగి ఆయనవైపు చూచి చిరునవ్వు నవ్వుతూ వచ్చారు. సమావేశం ముగిసిన తర్వాత మహర్షి శ్రీరామ్‌తో ప్రత్యేకంగా, "రేపు ఉదయం రావలసింది"- అన్నారు. మహర్షి ఒక ఆసనంపై కూర్చునేవారు. ఆ ఆసనానికి నలువైపులా ఒక కిటికీవంటిది ఏర్పరచబడి ఉంది. తమ పాదాలను తాకడం మహర్షికి ఇష్టం ఉండదని భావించబడేది. ఎవరైనా తమ పాదాలను తాకడానికి ముందుకువస్తే, ఆయన వెనుకకు జరిగేవారు ఆయన సన్నిహిత అనుచరులు అలాంటి అభిప్రాయాన్ని ఏర్పరచు కున్నారు. అయితే, మహర్షి ఈ విషయమై స్పష్టమైన నిర్దేశం ఏదీ ఇవ్వలేదు.

మరునాడు ఎనిమిదిన్నర గంటలకు శ్రీరామ్ మహర్షి కుటీరం ఎదుట కూర్చున్నారు. ఇతర అగంతకులు కూడ అక్కడ కూర్చుని ఉన్నారు. మహర్షి రాగానే, అందరూ లేచి ఆయనకు నమస్కరించారు. మహర్షి మొదటి ప్రశ్న శ్రీరామ్‌నే అడిగారు- "ఏమి చేస్తున్నావు?" అని. అలాంటి ప్రశ్న అడుగుతారని శ్రీరామ్ ఊహించలేదు. అయినా ఆయన ఇలా జవాబిచ్చారు- "సమాజంలో జాతిపట్ల, సంస్కృతి పట్ల గౌరవాన్ని మేలుకొలుపుతున్నాను. అందుకోసం కలాన్నీ వాణినీ ఉపయోగిస్తున్నాను."

"ఇది చాలదు. నీ ఆత్మలో బలాన్ని మేలుకొలుపు. ఆత్మతేజాన్ని ఉపాసించు"- అని చెపుతూ మహర్షి శ్రీరామ్ కళ్లలోకి చూచారు. ఆయనకు ఆ కళ్లలో ఏదో కనబడింది. ఆయన తిరిగి ఇలా అన్నారు- "నీవు ఆ పని చేస్తూనే ఉన్నావు. సిద్ధ యోగుల కృప నీకు లభించింది. నీవు తేజాన్ని ఉపాసన చేస్తూ ఉండు. ఒక అడుగు ముందుకు వేయడం గురించి ఆలోచించు. ఒక అడుగు ఎత్తితే, తర్వాత అడుగు కోసం స్థలం దానికదిగా కానవస్తుంది."

మహర్షి ఆ తర్వాత ఇలా అన్నారు- "ఉద్యమాలు మొదలైనవి నడిపితే అంతా జరిగిపోతుందని జనం భావిస్తారు. ఉద్యమాలకు తమదైన ప్రాముఖ్యం ఉంది. అయితే, ఆధ్యాత్మిక మార్గాలద్వారానే వాటిలోనికి శక్తి వస్తుంది. వశిష్ఠుడూ, విశ్వామిత్రుడూ ఇద్దరూ తపస్సు చేశారు. అప్పుడు రావణుని అసుర కృత్యాలు అంతమైనాయి. కంసుణ్ణి వధించడానికై విష్ణుమూర్తి తనకు తానుగా వచ్చాడా ఏమిటి? ఆయనను పిలవడానికై ఋషులు తపస్సు చేశారు. తపశ్శక్తి ఉంటే, మామూలుగా కనిపించే వ్యక్తులుసైతం అద్భుతాలు చేయగలుగుతారు".

అద్భుతాల లక్షణం

శ్రీరామ్ ఇలా అడిగారు- "స్వామీజీ! మీరు అద్భుతాలను నమ్ముతారా? ప్రకృతి నియమాలను ఉల్లంఘించి నిజంగా అద్భుతాలు జరుగుతాయా?"

మహర్షి ఇలా జవాబిచ్చారు- "ప్రపంచంలో ఏదీ అద్భుతం కాదు. కొన్ని సంఘటనలను చూచి మనం విస్తుపోవడానికి కారణం ప్రకృతి నియమాలు మనకు తెలియకపోవడమే".

అక్కడ కూర్చున్న పలువురికి అద్భుతమైన అనుభూతులు కలిగాయి. మహర్షి కృపవల్ల అవి

గుట్టుగ మట్టుపెట్టు సిగరెట్టు - రట్టుపెట్టు ఆరోగ్యపు అసలు గుట్టు.

కలిగాయని వారు నమ్ముతున్నారు. ఏదో చెప్పాలనే ఆతురత వారి ముఖాలలో కనిపించింది. మహర్షి వారి భావాలను అర్థం చేసుకున్నారు. ఆయన ఇలా అన్నారు– "మనిషి జీవితంలో ఊహించని సంఘటనలు కొన్ని కొన్ని జరుగుతాయి. అవి ఎక్కడనుంచో రావు. మనిషి యొక్క ప్రారబ్ధం అవి. అవి సమయానికి ముందే వ్యక్తం అయేటట్లు చేయడం మాత్రమే యోగిజనులు చేసే పని".

దేశానికీ, ప్రపంచానికీ సంబంధించిన అనేక విషయాలు ప్రస్తావనకు వచ్చాయి. అయితే, ముఖ్య విషయాలు అధ్యాత్మ, సాక్షాత్కారం కోసం సాధన. ఆయన ప్రశ్నలకు సమాధానాలు మాత్రమే చెపుతారు. ఒకోసారి సిద్ధాంతాలపై చర్చ జరుగుతుంది. అయితే అది కొద్ది సమయమే జరుగుతుంది.

భోజనాలయంలోని అనుశాసనం శ్రీరామ్‌కు బాగా నచ్చింది. భోజనం చాలా సాదాగా ఉంది. దానిలో మసాలాలు లేవు. ఆ రోజున భోజన సమయంలో ఒక విలక్షణమైన సంఘటన జరిగింది. అరటి ఆకులపై అన్నం, కూర, పచ్చడి వడ్డించారు. మజ్జిగ, పండ్లు, మిఠాయి వడ్డిస్తున్నారు. ఒక యూరపు మహిళ చెమ్చా తెచ్చుకున్నది. భారతీయ పద్ధతిలో భోజనం చేసే అభ్యాసం ఆమెకు లేదు. ఆశ్రమ సేవకుడు ఏదో చెప్పబోయాడు. చెమ్చా వాడవద్దని అతడు చెప్పదలచి ఉండవచ్చు. మహర్షి దృష్టి ఆవైపు ప్రసరించింది. ఆ మహిళ చెమ్చాను వాడడాన్ని ఆపవద్దని ఆయన సైగ చేశారు. భోజనాలయంలో కూర్చున్న భక్తుల అవసరాలనూ, పరిస్థితినీ మహర్షి ఎంతో సూక్ష్మంగా పరిశీలించేవారు. కుటుంబ పెద్ద తన కుటుంబ సభ్యులతో కలసి భోజనం చేస్తూ ప్రతి వ్యక్తి ఆహారం గురించీ శ్రద్ధ తీసుకునే విధంగా మహర్షి చూపులు అందరినీ పరిశీలిస్తున్నాయి.

అందిన మహర్షి కృప

ఆ రోజున రమణ మహర్షి శ్రీరామ్‌ను తమ కుటీరంలోనికి పిలిపించారు. ఆయన సాధారణంగా భక్తులతో సామూహికంగానే కలుస్తారు. అందరి ఎదుటా సామూహికంగానే వ్యక్తిగత సమస్యలపై సైతం చర్చ జరుగుతుంది. మహర్షి ఏకాంతంలో కలుసుకోవాలని కోరుతున్నారని శ్రీరామ్‌కు కబురు వచ్చినప్పుడు, ఆయన ఆశ్చర్యపడ్డారు. ఆశ్రమంలో సంవత్సరాల తరబడి నివసిస్తూన్న గణపతి శాస్త్రి ఎదుట ఈ కబురు అందించబడింది. ఆ కబురు విని శాస్త్రిజీ ఆశ్చర్యంతో కళ్లు పెద్దవి చేశారు. ఆయన శ్రీరామ్‌తో ఇలా అన్నారు– "మీకు భగవాన్ కృప అందబోతోంది– మహత్తర కృప." శ్రీరామ్ మహర్షి కుటీరంలోనికి ప్రవేశించినప్పుడు, ఆయన నమస్కారం అందుకోవడానికి ముందే చేయి ఎత్తి ఆశీర్వదించారు. కూర్చోవలసిందని సైగ చేస్తూ, తాను కూర్చున్నారు. భూమిక లేకుండానే ఆయన ఇలా చెప్పసాగారు– "నీవు ఇక్కడికి రావడంలో ప్రత్యేకమైన లౌకిక ప్రయోజనం లేదు. మార్గదర్శక సత్తాయే నిన్ను ఇక్కడికి తీసుకువచ్చింది. అవునా?"

శ్రీరామ్ అంగీకారసూచకంగా తల ఊపారు. మహర్షి ఇలా అన్నారు– "ఇప్పుడు గుర్తించు. ఆ మార్గదర్శక సత్తా ఎవరు? నీ ఆత్మయే నీకు దారి చూపింది. అదే గురువు. అదే శిష్యుడు." కొద్దిక్షణాలు ఆగి ఆయన ఇలా అన్నారు– "నీ ఆత్మ కొంత కాలంపాటు సాధనను నిలిపివేసి స్వరాజ్యపు పనిలో నిమగ్నం అయింది. రెండింటికీ సమన్వయం కుదిరిందా. కుదరలేదు కదా! అయితే, దీన్ని కోరడం, నిన్ను నీవు దానిలో నిమగ్నం చేసుకోవడం కూడ సాధనయే."

శ్రీరామ్ ఇలా అడిగారు– "స్వరాజ్యం కోసం పని చేయడం ద్వారానే సాక్షాత్కారం లభిస్తుందా?" అందుకు మహర్షి ఇలా అన్నారు– "వ్యక్తులకు ఈ పని చేస్తూకూడ సాక్షాత్కారం లభించింది. గాంధీ కేవలం ఈ సాధన ద్వారానే ఆధ్యాత్మిక లక్ష్యాన్ని సాధించారు. ఆయన భజన, పూజ వేరు. అవన్నీ చేయకపోయినా సిద్ధి లభిస్తుంది. లక్ష్యంపట్ల నిరంతర శ్రద్ధ వ్యక్తి దృక్పథాన్ని విస్తృతం చేస్తుంది. అతడు తన లక్ష్యంలో లీనమైపోతాడు. ఆ లక్ష్యం కేవలం నిష్కామ కర్మ ద్వారానే సిద్ధిస్తుంది.

ఎండను వెన్నంటి ఉంటుంది నీడ - రుచిని వెన్నంటి ఉంటుంది రోగం.

శ్రీరామ్ ఇలా అడిగారు– "స్వరాజ్యం కోసం పనిచేస్తున్నవారికి ఆధ్యాత్మిక సాధన అవసరం లేదా?"

ఈ ప్రశ్న అడిగాక, స్వరాజ్య సేనానుల ఆత్మిక వికాసం గురించి నిశ్చింతగా ఉండాలని శ్రీరామ్ వాంఛించారు. మహర్షి ఆయనకు అలాంటి హామీ ఇవ్వలేదు. ఆయన ఇలా అన్నారు– "అవసరం లేదు. సంఘర్షణ సమయంలో తనను తాను ఉచ్చ సత్తాపట్ల సమర్పితంగా ఉంచుకున్న వ్యక్తి ఆమేరకు అభివృద్ధిని సాధిస్తాడు. ఉచ్చ సత్తా పట్ల వ్యక్తి సదా తనను తాను తెరచి ఉంచుకోవాలి." చేసే పని ఏదయినా, దాని ఫలితం దివ్య చేతనపై ఆధారపడి ఉంటుంది; సాధకుడు తన పనిని విశుద్ధంగా, నిస్వార్థ భావనతో చేస్తూ ఉండాలి– అని మహర్షి వివరించారు. ఆ తర్వాత మహర్షి మౌనం వహించారు.

కొండమీద ప్రేరణ

మహర్షి హెచ్చు సమయం కొండమీద నడవడంలో గడిపేవారు. ఒక రోజున ఆయన ఒక గుహ ప్రక్కనుండి వెళుతున్నారు. ఆ గుహలో ఒక విష సర్పం ఉండేది. మహర్షి ఆ గుహ ఎదుట ధ్యానంలో కూర్చున్నారు. తీవ్రమైన ధ్యాన స్థితిలోకి వెళ్లిపోయారు. ఆయనకు సమయం ఎంత గడిచిందీ తెలియడంలేదు. గుహలోని ఒక పుట్టలోనుండి బయటివచ్చి ఆ పాము ఆయన వీపునూ, కడుపునూ, నడుమునూ బలంగా చుట్టుకునిఉండడం కూడ ఆయనకు తెలియలేదు. ఆ కొండమీద కట్టెపుల్లలు ప్రోగుచేసుకుంటున్న ఒక వృద్ధురాలు ఆ దృశ్యాన్ని చూచి బిగ్గరగా అరచింది.

ఆ అరుపునకుసైతం మహర్షి ధ్యానం భంగం కాలేదు. ఆ వృద్ధురాలు పుల్లలు కోసే కొడవలి మొనతో ఆ పామును కవ్వించింది. పొలికేకలు పెట్టింది. కవ్వించడంతో ఆ పాము మహర్షిని వదిలివేసింది. బుసలుకొడుతూ తన పుట్టలోకి వెళ్ళిపోయింది. మహర్షి శరీరంలో పాము చుట్టుకొన్న భాగాలపై దాని గుర్తులు ఉన్నాయి. ఆ వృద్ధురాలు ఈ సారి కొడవలి మొనను మహర్షి శరీరానికి గ్రుచ్చింది. ఆయన ధ్యానం సడలింది. ఆయన ఆ వృద్ధురాలివైపు చూడసాగారు. ఆమె ఆవేశంతో ఇలా అన్నది– "నీవు చచ్చిపోతావు. ఎక్కడా మిగలవు. ఈ ఎండలో ఎక్కడో ఒక చోట నిలకడగా ఎందుకు ఉండవు?"

మహర్షి ఇలా అన్నారు– "ఆ స్త్రీ అంటరానిదిగా కనబడింది. అయితే ఆమె మామూలు స్త్రీ కాదు. ఆమె లోపల దివ్య చేతన ఉంది. ఆమే అరుణాచలంలో గతంలో ఎన్నడో సాధన చేసిన సిద్ధ ఆత్మ అని కూడ అనిపించింది." ఈ సంఘటన తర్వాత రమణ మహర్షి కొండమీద విహరించడం నిలిపివేశారు. కొండ క్రిందిభాగంలో కుటీరం నిర్మించుకుని, అక్కడ నివసించసాగారు. అప్పుడప్పుడు ఆయనకు కొండమీద విహరించాలని అనిపించేది. అలా విహరించేవారు. అయితే, గతంలోవలె కాదు.

ఆ పాము చుట్టుకోవడం ఏమిటి? ఆ వృద్ధురాలు కేకలు వేయడం వల్ల అది ఎందుకు వెళ్లిపోయింది? తన స్వభావానికి అనుగుణంగా ప్రవర్తించి ఉంటే– అది మహర్షిని కాని, ఆ వృద్ధురాలిని కాని కాటు వేసి ఉండాలి. మహర్షి వీటిని గురించి వివరించారు. ఆ పాము కుండలినీ శక్తికి స్థూల రూపం. ఆ స్త్రీ దివ్య శక్తి. ఒక స్థలంలో కూర్చొని ఉండమనే హెచ్చరిక. తన శక్తిని పంచమనే నిర్దేశం.

రమణాశ్రమంలో శ్రీరామ్ మరి నాలుగు రోజులు ఉన్నారు. దర్శన సమయంలో, సన్నిధి సమయంలో అన్ని మతాలపై, అన్ని సాధనా విధానాలపై చర్చ జరుగుతూన్నదని ఆయన చూచారు. మహర్షి యొక్క ముఖ్య సందేశం అద్వైత వేదాంతానికి సన్నిహితంగా ఉంది. ఆయన చెప్పేది అంతా తన స్వానుభవంనుండి తెలుసుకున్నది. దాన్ని శాస్త్రీయ పదాలతో స్పష్టంచేయడం సముచితం కాబోదు. ఆశ్రమంలోని ప్రతి కార్యకలాపంలో ఆసక్తి మహర్షి చూపేవారు. చివరికి భోజనంలో కూడా. వంటశాలలో ఏమి తయారవుతోందో ఆయన శ్రద్ధగా పరిశీలించేవారు. భోజనం తయారయిందేమో అడిగేవారు. ప్రతి వంటకాన్నీ ముందుగా తాను రుచిచూచేవారు. అందులో లోపం ఉంటే చెప్పేవారు.

సంపాదించింది అనుభవించడానికే కదా - ఆరోగ్యం లేకుంటే ఆస్తులున్నా వృథా.

ఒక ఆగంతకుడు శ్రీరామ్ ఎదుటనే ఈ విషయమై మహర్షిని కటువుగా విమర్శించాడు. అధీరులూ, అల్పజ్ఞులూ అయిన ఇతరులు కూడ వివిధ సమయాలలో ఈ విషయాన్ని విమర్శించారు. కానీ, ఆ వ్యక్తి విమర్శిస్తూ ఉండగా– మహర్షి చిరునవ్వు నవ్వుతున్నారు. మధ్య మధ్యలో ఆయన శ్రీరామ్ వైపు చూచేవారు. రమణ మహర్షి ఆ చూపుతో ఏమి చెప్పారో శ్రీరామ్ మాత్రమే గ్రహించి ఉండాలి.

శ్రీరామ్ ఆశ్రమంనుండి బయలుదేరే రోజున మహర్షి ఒక కార్యకర్తను ఒక పొరపాటుచేసినందుకు కోప పడ్డారు. ఆ కార్యకర్త ఆశ్రమంలోని ఒక కోతిని కర్రతో కొట్టాడు. మహర్షి శెనగలనూ, ఇతర తినుబండారాలనూ కోతులకు తన చేతులతో తినిపించేవారు. ఆయన ఇలా అన్నారు– "దీన్ని కొట్టవలసిన అవసరం లేదు. అది పిల్లలను బెదిరిస్తే, నీవుకూడ దాన్ని బెదిరించవలసింది. ఇకముందు జాగ్రత్తగా ఉండు." ఇంత చిన్న విషయానికి కార్యకర్త మనస్సు గాయపడింది. అందుకు ప్రాయశ్చిత్తం చేసుకోవాలని అనుకున్నాడు. అతడు మహర్షికి తన మనసులోని మాట చెప్పాడు. "భగవాన్ ! నేను ఉపవాసం ఉంటాను"– అంటూ ఏడుపు ముఖం పెట్టాడు.

మహర్షి ఆ సంఘటనను వినోదంగా తీసుకున్నాడు. ఆయన ఇలా అన్నారు– "ఉపవాసం ఉండ నవసరం లేదు. నిజంగా ప్రాయశ్చిత్తం చేసుకోవాలని ఉంటే– నీవు ఆ కోతిని వెదకు. కర్రతో నన్ను కొట్టు– అని దాన్ని అడుగు." ఈ మాట చెప్పిన మహర్షి నవ్వారు. ఇతరులూ నవ్వారు. శ్రీరామ్ కూడ నవ్వారు. అయితే, ఆ తర్వాత ఈ సంఘటనను తన డైరీలో వ్రాసుకున్నారు. సంవేదన, పశ్చాత్తాపం, న్యాయం, వ్యవస్థ, వివేకంవంటి అనేక భావాలను ఆయన ఈ సంఘటనలో దర్శించారు.

అరుణాచలం నుండి పాండిచేరీ ఎక్కువ దూరం కాదు. శ్రీ అరవింద ఆశ్రమం అక్కడ రూపొందుతోంది. దేశ విదేశాల మేధావులూ, దార్శనికులూ, మనీషులూ,

మనుషుల్ని కలుపు

ఒక రోజున బుద్ధభగవానుడు అరణ్యమార్గం గుండా వెడుతున్నారు. అకస్మాత్తుగా ఒక దొంగ వచ్చి ఆయనను పట్టుకొన్నాడు. దొంగచేతిలో కత్తివుంది. వాడు ఆయనను చంపేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నాడు. బుద్ధుడు దొంగతో చెప్పాడు 'నన్ను చంపుదామని అనుకుంటున్నావా? తప్పక చంపు. చంపబోయేముందు ఒక చిన్న కోరిక ఉంది. దాన్ని నెరవేర్చు'

'వెంటనే చెప్పు? ఏమిటి ఆ కోరిక'

'ఆ ఎదుట ఒక చెట్టు ఉందికదా. దాని కొమ్మ నొకదానిని విరిచి తీసుకొనిరా?'

'ఓస్ ఇంతేనా' అని దొంగ చెట్టుకొమ్మను విరిచి తెచ్చాడు. 'నా కోరిక ఇంకా తీరలేదు మిత్రమా' అంటూ బుద్ధుడు, 'దయచేసి ఈ కొమ్మను చెట్టుకు మళ్లీ అతికించు' 'ఇదెలా వీలవుతుంది?' దొంగ ఆశ్చర్యపడుతూ అన్నాడు. 'ఒక పిల్లవాడు సయితం నీలాగానే చెట్టు కొమ్మను విరువగలడు. కాని మళ్ళీ కొమ్మను చెట్టుకు అతికించలేడు. నీవు ఆ పిల్లవానికంటె ఏమిగొప్ప?' కావాలంటే నీవు చంపగల్గుతావు. చంపటం అంటే విరవటమే. కలపటం కాదుకదా' దొంగ ఆలోచనలో పడిపోయాడు. అంతర్మధనం మొదలయింది. అతని నోటి నుండి ఈ మాటలు వెలువడ్డాయి.

'ఇప్పటిదాకా నాకు విరవటమే తెలుసు. చంపటమే తెలుసు. అదే గొప్పపని అని అనుకుంటూ ఉన్నాను' దొంగ శిరస్సు వంచాడు.

రాజనీతివేత్తలూ అక్కడికి వస్తూపోతూ ఉన్నారు. అక్కడికి కూడా వెళ్లవలసిందని గణపతి శాస్త్రి శ్రీరామ్‌కు ఆయన వెళుతూన్న సమయంలో చెప్పారు. శ్రీరామ్ ఇలా జవాబిచ్చారు– "అక్కడికి మరోమారు వెళతాను." రమణాశ్రమం మాత్రమే అంతఃకరణలో స్ఫురించడమే ఆయన అలా కాదనడానికి కారణం.

★★★

తేనె తీపి అనుట తీయనైన మాట - తేనె వేడి అనుట ఉత్తమాట.

నావారితో నా మాట: నాలుగేండ్లలో శతజయంతి-7

ప్రసార మాధ్యమాలలో విప్లవం

పరమపూజ్య గురుదేవులు ఇలా వ్రాశారు-

"కళ మనుషులందరినీ ప్రభావితం చేస్తుంది. భావనలనూ, సంవేదనలనూ ఉప్పొంగింపచేసే అద్భుత సామర్థ్యం, ప్రవృత్తులను మలచే అద్భుత సామర్థ్యం, ఆలోచనను మలుపుత్రిప్పే అద్భుత సామర్థ్యం, అభిరుచికి దారిచూపే అద్భుత సామర్థ్యం కళలో నిండి ఉంది.

సంగీతం, గానం, నటన, చిత్రకళ, సాహిత్యం, కవిత్వం వంటి ప్రక్రియలద్వారా కళ వికాసాన్ని పొందుతుంది. ఇందులో వినోదం, సౌందర్య ప్రవాహం, ఉల్లాసం వంటివి నిండి ఉన్నాయి. అవి మానవీయతను సమ్మోహపరుస్తాయి, మార్చుతాయి. కళాకారులు జాతులనూ, సంస్కృతులనూ ఉద్ధరించారు, కూలద్రోశారు. కళ అమృతమూ, విషమూ కూడ. శిక్షణకన్న కళ మరింత సమర్థమైనది. కళ తన గారడీని తక్షణమే చూపుతుంది. ఇనుమును కరిగింపజేసే భట్టీ వలె- అది మనుషుల మానసిక ప్రవృత్తులను రూపాంతరణ చేస్తుంది, వాటి రూపాలను మార్చుతుంది."

విజృంభిస్తున్న దుష్ట సంస్కృతి

పైన ఉదాహరించిన పూజ్యవరుల మాటలు 1990 నాటివి. అయితే, గత 16-17 సంవత్సరాలలో దుష్ట సంస్కృతి శరవేగంతో పెరిగిపోయింది. అశ్లీలత అనే విషాన్ని వెళ్లగ్రక్కుతోంది. మేధావి వర్గం ఇందుకు విచారించినట్లు కనబడకపోవడం ప్రమాదానికి సూచన. సమాజం ఇలా నైతికంగా పతనం కావడంలో మనందరికీ పరోక్ష బాధ్యత ఉంది. ఎందుకంటే- మనం ఈ ధోరణిని ప్రతిఘటించడం లేదు. కళా రంగాన్ని నిర్మాణాత్మకంగా వినియోగించడమూ లేదు. కనుక- పూజ్య వరుల భావాలకు అనుగుణంగా 'ప్రజా రంజన ద్వారా ప్రజా శ్రేయస్సు'- అనే సూక్తిని వెనువెంటనే అమలు చేయడం అత్యవసరం.

పరమపూజ్య గురుదేవులు 1982-83లో ఇలా వ్రాశారు-

"సినిమా ఈ యుగంలో ఒక గారడీలా వచ్చింది. అది నవయువకుల లేత హృదయాలను ఆకర్షించి తన గుప్పిట్లో పెట్టుకున్నది. పాట కచ్చేరీలు, కవి సమ్మేళనాలు, నృత్యాలు, నాటకాల రంగం కుంచించుకుపోతోంది. అవన్నీ కొన ఊపిరి తీసుకునే స్థితి వస్తోంది. వీటి ఆత్మలన్నీ సినిమా రంగంలో కలగలిసిపోతున్నాయి. ఆదర్శనాదం, ఉత్కృష్టత, సమాజ నిర్మాణం, సమస్యల పరిష్కారం, విశ్వ శాంతి అనే దిశలకు మళ్లి ఉంటే- ఈ సినిమా సభ్యమైన వినోదాన్ని అందించి ఉండేది, ప్రజా శ్రేయస్సుకు దోహదం చేసి ఉండేది. వేయి సంవత్సరాలు బానిసత్వంలో ఉండి, వెనుకబడి, దారి తప్పిన దేశానికి మంచి దారి చూపే బదులు- సినిమా దేశాన్ని వెనుకకు మళ్లిస్తూ ఉండడం దురదృష్టకరం. సినిమాలలో ప్రేరణను ఇచ్చే సంఘటనలు మచ్చుకయినా కానరావడం లేదు. కాముకత్వం, అశ్లీలత, హింస, విశృంఖలత్వం, పశు ప్రవృత్తి వంటివాటిని రెచ్చగొట్టేవే కానవస్తున్నాయి. వీటిని ఆసక్తిగా చూచే ప్రజలు ఎటు పోతున్నారో తెలుసుకోవడం తేలికే. నవ తరంలో దుష్ట ప్రవృత్తులు పెను తుఫానులవలె విజృంభిస్తున్నాయి. ఇవి అవాంఛనీయ సంఘటనలకు దారితీస్తాయి. దురదృష్ట పరిణామం ఇది."

దిగజారిన పరిస్థితి

గత 25 సంవత్సరాలలో పరిస్థితి మరింతగా దిగజారిపోయింది. విలువలు లేని, చౌకబారు వినోదంతో కూడిన ఫార్ములా సినిమాలు వస్తున్నాయి. పైపెచ్చు- ఇప్పుడు హోమ్ థియేటర్లు తామర తంపరగా వచ్చిపడుతున్నాయి. డి.వి.డి. ద్వారా సినిమాలు చూచే అవకాశం ఏర్పడింది. టి.వి. చానళ్ల సంఖ్య పెరుగుతోంది. సీరియల్‌లు

పశుల వన్నె వేరె పాలెల్ల ఒక్కటి - అరయ తిండి వేరె ఆక లొకటె.

కుటుంబాలను విచ్ఛిన్నం చేస్తున్నాయి. స్త్రీ విలన్ పాత్రలు వస్తున్నాయి. సీరియల్‌లలో, డాన్సుల పోటీలలో పాల్గొని, పిల్లలు చెడిపోతున్నారు. ఎఫ్.ఎమ్ రేడియోలో రాత్రింబవళ్లు సినిమా పాటలు వస్తున్నాయి. వాద్య పరికరాల హోరు చెవులు చిల్లులుపడేలా చేస్తోంది. చిత్ర కళా ప్రదర్శనాలలో అశ్లీలత మితిమీరిపోతోంది.

ఈ ధోరణులను అడ్డుకోవడానికై ప్రభుత్వంపై ఆధారపడి ప్రయోజనం లేదు. మనం ప్రజల వివేకంపై విశ్వాసం ఉంచాలి. ప్రజాభిప్రాయాన్ని మేలుకొల్పాలి. 'కళ వికృతులను పెంచడం కోసం కాదు– ప్రజా శ్రేయస్సు కోసం, జాతి నిర్మాణం కోసం'– అనే నినాదంతో పురోగమిస్తే– మనం వాతావరణాన్ని మార్చగలుగుతాము. యువ శక్తికి నేడు మార్గదర్శనం అవసరం అవుతోంది. టి.వి., రేడియో, సినిమా, సత్సాహిత్యాల ద్వారా ఆ శక్తిని ఆదర్శవాదంవైపు మళ్లించాలి. అపుడు దేశ వాతావరణం మారుతుంది.

విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థుల జన చైతన్య యాత్రలు

ఈ దిశలో గాయత్రీ పరివార్ ఒక విలక్షణమైన ఉద్యమాన్ని ప్రారంభించింది. గీతాలకు నిర్మాణాత్మకమైన దిశను ప్రదానం చేసింది. వాటి ఫిలిమ్‌లను తయారు చేసి, మంచి అభిరుచిని పెంపొందించింది. తద్వారా ఒక నూతన చైతన్యాన్ని నిర్మాణం చేసింది. జాతి నిర్మాణానికీ, దేశభక్తికీ, ఆత్మ నిర్మాణానికీ ప్రేరణ నిచ్చే సుమారు 500 సృజనాత్మక గీతాలను మిషన్ ప్రసారం చేసింది. చిన్న చిన్న నాటకాలను, నాటికలను, ఏకాంకికలను నిర్మాణం చేసి, వాటిని దేశం నలుమూలలకూ వ్యాప్తి చేసే పథకం ఇప్పుడు రూపొందింది. దేవ సంస్కృతి విశ్వ విద్యాలయంలోని విద్యార్థినీ విద్యార్థుల బృందం రెండు పెద్ద వాహనాలతో "ప్రజా రంజనం ద్వారా ప్రజా శ్రేయస్సు" యాత్రను దేశవ్యాప్తంగా జరపనున్నది. ఈ బృందం ఆయా రాష్ట్రాల కళాకారులను వెంటతీసుకుని, వారిని కూడ సృజన శీలురుగా మలచి, తద్వారా పరివర్తన ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది.

వీడియో, సినీ రంగాలలో విప్లవం

మనం నిర్వహించే యజ్ఞాలలో, సమ్మేళనాలలో, కార్యశాలలలో ప్రదర్శనశాలలు ఏర్పాటు చేయబడుతున్నాయి. ప్రజలు వీటిపై ప్రశంసల వర్షం కురిపిస్తున్నారు. ఈ ఉద్యమాన్ని వేగవంతం చేయవలసి ఉంది. వివిధ రాష్ట్రాలలోని మిషన్ శాఖలు ఆయా భాషలలో ఉండే వివరణలతో ప్రదర్శనశాలలను ఏర్పాటు చేస్తాయి. మంచి గాయకులు యుగ గీతాలను వినిపిస్తే, ఆయా సమ్మేళనాలు ప్రజలను విశేషంగా ఆకర్షిస్తాయి. యుగ చైతన్యం విస్తరిస్తుంది.

వీడియో సినిమా రంగాలలో కూడ విప్లవం జరగవలసి ఉంది. ఆదర్శవాదాన్ని పెంపొందించే వీడియో ఫిలిమ్‌లనూ, డి.వి.డి.లనూ నిర్మాణం చేసే ఆలోచన ఉన్నది. సత్‌ప్రవృత్తులు కేంద్రంగా నిర్మించబడే చిన్న చిన్న సినిమాలు ప్రజల అభిమానాన్ని చూరగొంటాయి. అందులో సందేహం లేదు. వివిధ చానల్‌లలో ఆచరణాత్మకములైన ఆధ్యాత్మిక సూత్రాలను సులభశైలిలో వివరిస్తే, వాటికి ప్రజాదరణ తప్పక లభిస్తుంది. ఈ సూత్రాలతోపాటు వాటిని ఆచరించడంలో సాఫల్యాన్ని సాధించిన మహనీయుల కథలను జోడించవలసిఉంటుంది. ఎవరు ఎలా మారారో, సమాజంలో మార్పు ఎలా వచ్చిందో మనం చూపవలసిఉంటుంది.

త్వరలో ప్రజ్ఞా చానల్

ఇప్పుడు ప్రజల ప్రజ్ఞను కదపివేయడానికై, కుదిపివేయడానికై ఒక టి.వి. చానల్‌ను వీలైనంత త్వరలో ప్రారంభించాలి. అపుడు ఆ చానల్‌ను ఇతరులు అనుకరిస్తారు. పెద్ద పెద్ద పారిశ్రామికవేత్తలు దానికి పెట్టుబడి సమకూర్చుతారు. ఈ పని త్వరలో జరుగుతుందని ఆశిద్దాం, జరగాలని గురుసత్తాను ప్రార్థన చేద్దాం.

హిందీలో, ప్రాంతీయ భాషలలో చిన్న చిన్న సినిమాలను నిర్మాణం చేసే వ్యవస్థ కూడ నిర్మాణం అవుతుంది.

2011–12 నాటికి ప్రసార మాధ్యమాలలో ఈ విప్లవాన్ని సాధించవలసిఉంది. తద్వారా భారత్ యొక్క నూతన భవిష్యత్తు, దానికి బలమైన ఆధారం నిర్మాణం కావడం కానవస్తుంది.

★★★

ఆస్పత్రుల చుట్టూ తిరగడం అనాగరికం - ప్రకృతిని అనుసరించడం నాగరికం.

మూలికా వైద్యం మహత్తరం

శిశువు జన్మించగానే ఆ బిడ్డ ఏడ్పుకోసం ఎంతో ఉత్సుకతతో ఎదురుచూస్తారు. బిడ్డ రోదన బాధవలన చేసేది కాదు. ఒక క్రొత్త వాతావరణంలో ప్రవేశించిన జీవి చేసే ఘోష. అది ఒక ప్రబల పురుషార్థం. మనం దేనిని రోగమని, వ్యాధి అని, జబ్బు అని అంటామో అది నిజానికి శరీర కోశముల, అవయవముల లోని వికార, వికృతులతో పోరాటానికి పిలుపు. శరీర రక్షణ కోసం చేసే పోరాటంలో జయాపజయాల పరిణామం మాత్రం ఇరు పక్షాల శక్తి సామర్థ్యాల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.

ప్రకృతి చికిత్సలోని సుగుణమేమంటే- మనిషిలో ఒకవైపు నుండి ఉత్సాహం, ధైర్యం కలుగచేస్తూ మరోవైపు సాధనకు అది శక్తిని కలుగచేస్తుంది. ఆధునిక చికిత్సలోని సంశ్లేషణ పదార్థాల వికృతి దృశ్య, అదృస్య స్థానాలపై అఘాతం కలిగిస్తుంది. అది అక్కడి వ్యాధి కణాలతో పాటు జీవకణాలను కూడా నశింపచేస్తుంది. ప్రకృతి చికిత్స, ఆయుర్వేద, హోమియోపతి చికిత్సలను మంచి జీవనశైలి కోసం ఉపయోగించుకుంటూ ఆధునిక రసాయన చికిత్సను ప్రత్యేకమైన, అత్యవసరమైన, ప్రమాదకరమైన విషమ పరిస్థితులలో వాడుకొనడానికి సిద్ధపడాలి. మానవ శరీర క్రియలు పదార్థ క్రియలవంటివే. ఒక మిషనులోని వేరు వేరు భాగాలు వాటి గుణ-కర్మ-స్వభావాలు ఆధారంగా పని చేస్తాయి. అలాగే శరీరం తన పద్ధతిలో రసాయన క్రియల ద్వారా వివిధ అవయవాలను సంచాలితం చేస్తుంది.

ఇక ప్రాకృతిక - ఆయుర్వేద, హోమియోపతి చికిత్సా పద్ధతులలోని సిద్ధాంతం శరీరంలోని చేతనాశక్తివాహకములైన పంచతత్వాలను కనుగొనడం.

కృత్రిమ రూపాలలో ప్రయోగశాలలో తయారైన ఔషధముల శక్తిని, వాటిలో నిక్షిప్తములైన తత్వాల పరిమాణామాన్ని పెంచి అధిక ప్రభావశాలిగా చేస్తారు. అందువల్ల ఈ ఔషధాలు ప్రతివారికీ ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. క్రోసిన్ లేదా నోవాల్జిన్ బిళ్లలతో జ్వరం తప్పకుండా తగ్గిపోతుంది. కానీ దాని ప్రభావం ఒక్కో మనిషిపై ఒక్కొక్క విధంగా ఉంటుంది. పెరుగుతున్న జ్వరం ఉద్దేశ్యం దేనికైనా ప్రతి రక్షణ శక్తిని పెంచడానికో లేదా శరీర క్రియలను తీవ్రతరం చేయడానికో అయి ఉంటే- జ్వరం తగ్గిపోవడం ద్వారా రక్షణ క్రియలో తలదూర్చి చెడగొట్టినట్లే అవుతుంది కదా! అంతేకాక పదార్థ ప్రభావం శరీరం మొత్తం మీద పడుతుంది. అంటే అవసరమైన చోటా, అక్కరలేని చోటా కూడా పడి క్రొత్త వ్యాధికి పునాది వేస్తుంది.

వనస్పతుల ద్వారా లభించే ఔషధంతో మానవ జీవన విధానానికి విడదీయరాని అనుబంధం ఏర్పడుతుంది. జీవం- మూలికలు, శ్వాస-ప్రశ్వాసలు, ఖాద్య-జలముల వలయం ఏర్పడుతుంది. ఈ కారణం వల్ల ఇందులో ఎటువంటి ప్రతిక్రియ (రియాక్షన్)కు అవకాశం ఉండదు. ప్రకృతి-వనస్పతులు-జీవితముల మధ్య సహకారం ఒక అనివార్యమైన సంబంధాన్ని ప్రతిష్టించింది. జీవుల ద్వారా వదలబడిన శ్వాసలోని కార్బన్ డయాక్సైడ్‌ను చెట్లు గ్రహించుతాయి. తమలోని ఆక్సిజనును ప్రాణవాయువు రూపంలో సమస్త జీవజాలమునకు పంచిపెడతాయి. ప్రకృతికి మనం ఎంత చేరవగా ఉంటే అంత సహజమైన స్వస్థతకు దగ్గరవుతాము. అడవుల్లో సంచరించే జంతువులు, ఏవో కొన్ని విపరీత పరిస్థితులలో తప్ప ఆరోగ్యంగా జన్మిస్తాయి. కాలం తీరిన తర్వాత సహజ మరణం పొందుతాయి. పశువుల ఆరోగ్య కేంద్రాల అవసరం కేవలం ప్రకృతికి ఎడంగా మనుషుల సంపర్కంలో ఉండే జంతువులకే కలుగుతుంది.

కాగా- గుండె జబ్బుల విషయంలో కారణాలు, పరిస్థితులు రకరకాలుగా ఉంటాయి మూలరూపంలో,

నియమంతో మసిలి ముసలితనాన్ని మరచిపో - మనసుకు లేదుగదా ముసలితనం మహిలో.

అది రక్తప్రవాహంలో కలిగిన ఆటంకం వలన గాని, గుండె నిర్మాణంలోని వల్లగాని జరిగితే- అది గుండె పని చేసే సామర్థ్యంలో లోపం రూపంలో బయటపడుతుంది. దీనికి ఆధునిక చికిత్సారంగంలో ఒక రసాయనం యొక్క భిన్న భిన్న రూపాలు డిగోక్సిన్, జీటెలిన్ మరియు డిజిటాక్సిన్ అను కృత్రిమ ఔషధాలను వాడకంలోకి తెచ్చారు. ఈ పదార్థాలలో క్రియాశీలకమైన మూలతత్త్వము డిజీటెలిస్. డిజీటెలిస్ పిర్పెణ్టా అను మొక్కల ఆకుల నుండే తీసుకున్నారు. ఈ మొక్క యొక్క గుణ ప్రభావమేమిటంటే- ఇది గుండె వేగాన్ని తగ్గిస్తుంది. గుండెగతుల మధ్య సమయాన్ని పెంచి దాని పనిసామర్థ్యానికి శక్తి నిస్తుంది.

ఇదేవిధంగా ఉదరశూలకు ఇప్పుడు వాడుకలో ఉన్న ఔషధాలు మొట్టమొదట బెలాడోనా ఆకులనుండి సంగ్రహించబడినవే. తర్వాత వాటి చర్యలు ఆధారంగా శక్తివంతమైన ఔషధములు మశూచి వంటి వ్యాధుల మీద కూడా ప్రయోగించబడుతున్నాయి. ఇదే విధంగా కంటి జబ్బులలో వ్యాధి జటిలము కాకుండా ఆపడానికి ఉన్న ఒకే ఒక్క మందు ఏట్రోపిన్. ఇది కూడా బెలాడోనా ఆకుల నుండే తీయబడినది.

ఆధునిక చికిత్సా విధానమైన ఆలోపతిలో అన్నిటికన్నా ఉపయోగకరమైన ఔషధం కార్టిజోన్ గ్రూప్ అని అందరూ అంగీకరించారు. దాని ప్రయోగం ఉబ్బసము, కీళ్ళనొప్పులు, రక్తపోటు, మధుమేహం, చర్మవ్యాధుల మీదేకాక ప్రతి వ్యాధిలోను క్లిష్ట పరిస్థితిలో జరుగుతుంది. ఇప్పుడు దీనిని విభిన్న రూపాలలో తయారుచేస్తున్నప్పటికీ, మూలతత్త్వం యొక్క వనస్పతిని డయోస్కోరియా నుండే గ్రహించుతారు. ఎన్‌సైక్లోపీడియా అమెరికానా, భాగం-8 ప్రకారం- 1965 వరకు ఈ ఔషధం పెద్దమొత్తంలో కొన్ని ప్రత్యేక వనస్పతులమీద కీటాణువులను వదలి వాటి ద్వారా తయారుచేయబడేది. ఎందుకంటే, ఈ మొక్కల్లో కార్టిజోన్ చేయడానికి కావలసిన ముడిసరుకు ఉంటుంది. కాని ఇప్పుడు క్రమేణా కృత్రిమ సంశ్లేషిత కార్టిజోన్ అన్ని చోట్లా తయారుకావడం చూస్తున్నాము. అది వ్యాధుల పాలిట రామబాణం వంటి మందు అవటం వలన దాని వాడకం అత్యధికంగా ఉంది.

టానిక్కుల రూపంలో దొరికే విటమిన్లు, లవణాలు, ప్రోటీన్లు, లేహ్యాలు, శర్కర మొదలైనవి మూలికారంగంలో లెక్కకు మిక్కిలిగా లభిస్తాయి. జీర్ణ శక్తిని పెంచే అన్ని ఆలోపతి ఔషధాలు ప్రత్యేకించి జీర్ణప్రణాలిక యొక్క రసాయన ప్రక్రియను మాత్రమే పెంచుతాయి. కాని ప్రాకృతిక- ఆయుర్వేద చికిత్స స్వాభావిక క్రియాశీలతను పెంచే తత్త్వమున్న రఫేజ్ లేక రేశలను ఉత్పన్నం చేస్తుంది. ఇది ప్రేగులకు తమ శక్తిని ప్రదీప్తం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. గోధుమ రవ్వ లేక ఆకుకూరలు, త్రిఫలములు చేసే పనికూడా ఇదే. వీటిలో హానికరమైన ప్రతిక్రియలు జరిగే గుణం లేదు. వికటించే గుణం లేదు.

ఆధునిక ఔషధ విజ్ఞానంలో జరిగిన, జరుగుతున్న కొత్త క్రొత్త పరిశోధనలకు వాటి ఉపయోగాలకు మనం ఎంతో ఋణపడివున్నాము. కాని వాటిని తప్పనిసరి పరిస్థితులలో మాత్రమే ఉపయోగించుకోవడం మంచిది. విమానం ప్రయాణానికి ఎంతో అనుకూలమైన సాధనం. కాని ప్రక్క ఊరికి వెళ్లిరావడానికి కూడా విమానాన్ని ఉపయోగించుకొనడం ఔచిత్య మనిపించుకోదు కదా! ఢిల్లీకి నడిచివెళ్లమని మేము సలహా ఇవ్వడం లేదు. కాని కాళ్లని అసలు ఉపయోగించక పోవడం తప్పు అని చెప్పక తప్పదు.

కృత్రిమత్వంలో ప్రతిక్రియ ఉంటుంది. కృత్రిమంగా పెంచిన శక్తికి మంచి-చెడు రెండు రకాల ప్రభావమూ ఉంటుంది. అందుకు భిన్నంగా- సహజ, స్వాభావిక వ్యవహారంలో సహకారం, ప్రశాంతి ఉంటాయి. మన చూపు, ఆలోచన అటువైపునే ఉండాలి. మూలికా వైద్యరంగం మనకు బంధువు వంటిది. స్నేహితునివలె సహాయకారి. దీనిని ఆశ్రయించడం అన్ని విధాలా శ్రేయస్కరం.

శాంతికుంజ్‌లోని వనౌషధుల ఉద్యానం, బ్రహ్మవర్చస్ చికిత్సా ఇందుకోసమే నియోగించబడి ఉన్నది.

★★★

మన కోరికలే మన రోగాలు - మన ఇష్టాలే మన కష్టాలు.

మహిళా జాగరణ

బాలల పాలిటి వరదేవత-తారాబాయి మోడక్

విత్తొకటి వేస్తే చెట్టొకటి మొలుస్తుందా? "ప్రార్థనా సమాజ్" కార్యకర్త కేల్‌కర్‌జీ సామాజిక దృష్టికలవారు. అనుకున్నది సాధించటానికి సంఘ కట్టుబాట్లను కూడ లెక్కచేయరు. కనుకనే ఆ ఇంట పుట్టిన తారాబాయి, ఇందిరాబాయిలను డిగ్రీవరకు చదివించారు. ఆ రోజుల్లో ఆడపిల్లలు స్కూలుకు వెళ్లటమంటే మహా నేరంగా భావించబడేది. అయినా ఆయన లెక్క చేయలేదు. ఆ తండ్రి పెంపకంలో పెరగటాన వారు కూడ సామాజికోన్నతిని గురించిన ఆలోచనలే చేసేవారు. ఆయనే గనక తన కుమార్తెలను సంఘానికి భయపడి చదివించకపోతే "తారా బాయి"లాంటి విజ్ఞాన తార, సమాజసేవిక భారతదేశానికి లభ్యమయ్యేది కాదు.

18-4-1892 న తారాబాయి జన్మించింది. డిగ్రీ పూర్తికాగానే తల్లితండ్రులు వివాహం చేశారు. కాని విధి వక్రించింది. వివాహమైన రెండు సంవత్సరాలకే భర్త పరమపదించాడు. నిండు జవ్వనవతి. అయినప్పటికీ ఆమె దృష్టి సాంసారిక సుఖాలవైపు మళ్లలేదు. చిన్న వయస్సులో కలిగిన చేదు అనుభవం ఆమెలో వైరాగ్యాన్ని రేకెత్తించింది. సాంసారిక సుఖాలు ఈనాడు కాకపోయినా మరొక నాడైనా పరమాత్ముని చేత లాగికొనబడుతాయని, శాశ్వతమైన సంతృప్తిని కలిగించే పనిచేయాలని గట్టిగా నిర్ణయించుకుంది. కన్నతండ్రి నుండి లభించిన సామాజిక సేవా భావాలు మనసునిండా ముసురుకోసాగాయి. ఏంచేయాలి? ఎలా చేయాలి? అన్న తపన పెరిగిపోయింది.

1920 లో "వార్టన్ ఫీమేల్ ట్రైనింగ్ కాలేజి"కి ప్రిన్సిపల్‌గా రమ్మని ఆహ్వానం అందింది. ఆమె ఆనందంగా అంగీకరించింది. రాజకోటలో ప్రప్రథమ భారతీయ ప్రిన్సిపల్‌గా ఖ్యాతి గడించింది. తన కార్యక్షేత్రంలో "గిజూభాయ్ బధేకా" అనే వ్యక్తితో పరిచయమైంది. ఆయన శిశు విద్యకు సంబంధించిన అనేక ప్రయోగాలు చేస్తూ బాలల ఉన్నతికై పాటు పడుతున్నారు. తారాబాయికి వెదకబోయిన తీగ కాలికి చుట్టుకున్నట్లైంది. మనస్సును ఆవరించి ఉన్న సేవాభావాలు పెల్లుబికివచ్చాయి. అంతే. ఉన్నతమైన ప్రిన్సిపల్ పదవి, ఆసక్తికరమైన వేతనం, పేరు ప్రతిష్టలు అన్నీ దూది పింజల్లా కనిపించాయి. అన్నింటినీ ఆనందంగా త్యాగంచేసింది. గిజూభాయికి చేదోడు వాదోడుగా పనిచెయ్యటం మొదలుపెట్టింది. బంగారానికి తావి అబ్బినట్లుగా- గిజూభాయి సాన్నిహిత్యంలో ఆమె ఆలోచనలు క్రొత్త చిగురులు తొడిగాయి.

తారాబాయి మనస్సు యోజనాబద్ధమైంది. మొట్ట మొదటి సారిగా మహాత్మా గాంధీని కలిసింది. తన మనస్సులోని యోజనను ఆయన ముందు విప్పిచెప్పింది. వింటూనే గాంధీజీ ఉప్పొంగిపోయారు. కాని వెంటనే "ఇంత పెద్ద కార్యాన్ని ఒంటరి మహిళ ఏవిధంగా పూర్తి చేయగలుగుతుంది? దానికి కావలసిన సాధన సామగ్రిని ఏ విధంగా సమకూర్చుకోగలుగుతుంది?" అన్న అనుమానం తలెత్తింది. ఆగ లేక అడిగారు కూడ. "బాపూ! మీరు దాని గురించి ఆలోచించకండి. అన్నింటినీ నేను సమకూర్చుకో గలను. నాకా విశ్వాసముంది." అన్నది దృఢంగా. ఆమె చూపిన ఆత్మ విశ్వాసానికి గాంధీజీ పరవశించి పోయారు. అనుకున్న దానిని సాధించి తీరుతుందన్న నమ్మకం ఆయనకు కలిగింది.

అనుకున్నట్లుగానే గిజూభాయితో కలసి తారాబాయి బాలల కొరకు నూతన విద్యా విధానాన్ని రూపొందించింది. వేరు వేరుగా దానికి తగిన పుస్తకమాలలను అధిక సంఖ్యలో తయారు చేసింది. వాటిలోని విషయాలను బోధించేందుకు ఉపాధ్యాయ శిక్షణ నిప్పించింది. ఫలితంగా గుజరాతీలో అనేక బాల మందిరాలు స్థాపించ బడ్డాయి.

శాంతం కలవానికి కోపం లేదు - ఆహార నియమం కలవానికి రోగం రాదు.

ఈ శిశువిద్యా విధానం ప్రణాళికా బద్ధంగా జరిగింది. ఈ విధానం సమగ్రంగాను, సరళంగాను, సదుపయోగంగాను సాగింది. పంజరంలో చిలుకల్లా వల్లె వేసే విధానానికి స్వస్తి చెప్పడం జరిగింది. ఆట పాటలతో అలరింపచేస్తూ అత్యంత ఉపయోగమైన విషయాలు నేర్పిస్తారు. దీన్ని ప్రచారంలోకి తీసికొని రావడానికి "నూతన బాలశిక్షణా సంఘాన్ని" ఏర్పాటు చేశారు. ముఖ్యంగా నాలుగు విషయాలను ధ్యేయంగా పెట్టుకుని దీనిని ప్రసారం చేశారు.

(1) ప్రథమ బాలశిక్షా ప్రసార్.

(2) సంఘం ద్వారా నిర్మించబడిన బాలమందిరాలు, వాటి పరిశీలన, మార్గదర్శనం.

(3) పత్రికల ద్వారా ప్రసారం చేయడానికి సాహిత్యసృష్టి.

(4) బాలమందిరాల ప్రయోజనాన్ని పల్లె ప్రజలకు తెలియచెప్పటం.

దేశంలోని నవయువతను ఏవిధంగా యోగ్యులుగా తయారు చేయాలి? అన్న ప్రశ్న జటిలమై కూర్చుంది. ఆమె పరిస్థితిని బాగా అధ్యయనం చేసింది. పశువుల కాపర్లుగా జీవనం సాగిస్తున్న బాలల కోసం ప్రత్యేకంగా బడులు తెరిచింది. జీవనోపాధికి కావలసిన విషయాలపై జ్ఞానాన్నందిస్తూ వారికి చదువుపై ఆసక్తిని పెంపొందించింది.

క్రమక్రమంగా "అంగనవాడీ", "వికాసవాడీ" కేంద్రాలను స్థాపించింది. ఈ పాఠశాలల వలన తల్లిదండ్రులు పనులకు వెళ్లగా తమ్ముళ్లను, చెల్లెళ్లను ఆడిస్తూ ఇంట్లో ఉండే బాల బాలికలకు చాల ప్రయోజనం లభించింది.

ఇక్కడ చదువు, చదువుతో పాటు ఆటలు, ఆటలతోపాటు పని మూడు రకాల ప్రయోజనాలను పొందేవారు. భారత ప్రభుత్వం ద్వితీయ పంచవర్ష ప్రణాళికలో ఈ పాఠశాలలను కూడ ప్రవేశపెట్టింది. దేశమంతా అమలు చేసింది.

1936 లో తారాబాయి "శిశు విహార్" పేరుతో బాల మందిర్‌ను ప్రారంభించింది. తరువాత మహారాష్ట్రలోని "కోసవాణ్" అనే గ్రామాన్ని కార్యక్షేత్రంగా ఎంపిక చేసికున్నది. అక్కడున్న రైతుకుటుంబాలలోని చిన్నారులు చదువు సంధ్యలకు నోచుకోక అజ్ఞానాంధకారంలో మునిగి పోయి ఉండటం చూచింది. తన కార్యకలాపాల ద్వారా వారికి చదువుపై ఆసక్తిని కలిగించింది. ఒకప్పుడు చదువుల వాసనే లేని "కోసవాణ్" గ్రామం ఇప్పుడు ఒక ప్రశిక్షణా కేంద్రంగా ముందున్నది. అక్కడ వెలసిన ప్రశిక్షణా కేంద్రంలో వేలాదిమంది కార్యకర్తలు శిక్షణ పొందారు. వందలాది మంది బాలసేవికలు, బాలసేవకులు ప్రశిక్షితులయ్యారు. లక్షలాది మంది బాలసేవికల్లో జ్ఞాన జ్యోతిని వెలిగిస్తున్నారు.

ఇదంతా ఒకానొక మహిళ తలపెట్టిన సేవా-సాధన ఫలితమే కదా! ఆమె విత్తనంలాగా తనను తాను కృశింప చేసికొని అనంతమైన మహావటవృక్షాన్ని విస్తరింప చేసింది. ఆ వృక్షం క్రింద అసంఖ్యాకులు సేద దీరారు. ఆనాడు పదవి కోసం, హోదా కోసం, డబ్బు కోసం వెళ్లాడకుండా ప్రిన్సిపల్ పదవిని త్యాగం చేసి ముందుకు రావటాన ఆమె ఇంత ప్రయోజనాన్ని సాధించగలిగింది. గుజరాతీ, మరాఠీ, ఆంగ్లభాషలలో అంతులేని బాల సాహిత్యాన్ని తయారుచేసింది.

26-1--1972 గణతంత్ర దినోత్సవం నాడు భారత ప్రభుత్వం ఆమెను "పద్మవిభూషణ్" బిరుదుతో సత్కరించింది. ఆమె చేత ప్రారంభింపబడిన ఈ కార్యం ఇప్పటి వరకు ఇంకా పూర్తి రూపం ధరించనేలేదు. ఈనాడు విద్యాధికులైన మహిళలు దేశంలో కోకొల్లలుగా ఉన్నారు. వారినుండి మరికొంత మంది తారాబాయిలు రావాలని దేశం కోరుకుంటున్నది. అప్పుడే భారతదేశ బాలలనుండి తిలక్, వల్లభాయి పటేల్, గోఖలే, ఝాన్సీరాణి, దుర్గాబాయి దేశముఖ్‌లు ఆవిర్భవిస్తారు.

★★★

ఈ పత్రికను మీరు చదివిన తర్వాత
ఈ నెలలో అయిదుగురిచేత చదివించండి.

ఆదర్శం లేని విద్య మిథ్య.

కృష్ణాష్టమి వ్యాసం

నవ్వుతూ బ్రతకడం నేర్చుకుందాం-2

నిత్యతృప్తో నిరాశ్రయః

శ్రీకృష్ణుని జీవితంలో చరమఘట్టం మనకు ఎంతో ప్రేరణ ఇస్తుంది. మన జీవితంలోని గమనానికి దారి చూపుతుంది.

ఆ ఘట్టంలో శ్రీకృష్ణునికి గాంధారి శాపం గుర్తుకు వచ్చింది. నీ వంశం కూడా ఇలాగే నాశనం కావాలి- అని శపించింది ఆమె కృష్ణుడిని. ఇంత సారథ్యం వహించి ధర్మాన్ని రక్షించిన ధర్మ విగ్రహునికా శాపం. ఆయన అలా అనుకోలేదు. 'కాలము నీ నోట పలికించింది'- అంటూ ఆమెకు నమస్కరించాడు.

ఆ శాపం ప్రకారం ముసలం పుట్టింది. యాదవులు కొట్టుకు చచ్చిపోతున్నారు, వనసమారాధన జరుపుకుందాం ఆనందంగా వెళ్లిపోదాం అన్నాడు కృష్ణుడు. సమారాధన జరుగుతోంది. జనం కొట్టుకుంటున్నారు. పడిపోతున్నారు. తన చేతిలోకి కూడ ఒక దర్భ వచ్చింది. నవ్వుకున్నాడు కృష్ణుడు.

బలరాముడు అడిగాడు. ఏమిటీ వైపరీత్యం? ధర్మసంస్థాపన అంటే సామూహిక మరణాలేనా?

కృష్ణుడు అన్నాడు- దేహాన్ని స్వీకరించిన మీరు దానికి అంటుకున్న కారణంచేత మీకీ వేదన కలుగుతోంది. పోయినవాళ్లంతా ఎక్కడికి పోయారు? మళ్లీ వాళ్లే లేస్తారు. ప్రస్తుతానికి మనకు విరామం. అంతే.

నేను తట్టుకోలేకపోతున్నాను- అంటూ సముద్రంలోకి అలా నడుస్తూ వెళ్లిపోయాడు బలరాముడు. కృష్ణుడు ఒక్కడే మిగిలాడు. "నిత్యతృప్తో నిరాశ్రయః"

నిజమైన గురువు, నిజమైన నాయకుడు

వేణువు గుర్తు వచ్చింది. ద్వారకలో కాని, హస్తినలో కాని ఎవరూ వేణునాదం కోరలేదు. ఇప్పుడు ప్రశాంతంగా ఉంది. రాతిపై పడుకుని కాలుపై కాలు వేసుకొని బొటనవ్రేలు ఆడిస్తూ వేణువు వాయిస్తున్నాడు. దేశ కాలాలు తెలియడంలేదు. అనంతమైన వేణుగానం అది.

దూరం నుండి ఎవరో వస్తున్నారు. ప్రాణసఖుడు ఉద్ధవుడు. ఆత్మీయత పంచుకున్న మైత్రేయుడు.

బాగున్నారా? అని అడిగాడు కృష్ణుడు.

బాధ్యతపడి పనిచేయడ మంటే ఏమిటో కృష్ణుని దగ్గరే మనం నేర్చుకోవాలి. ధర్మరక్షణ కోసం శారీరిక శ్రమ కూడా చేస్తాను. రథం తోలుతాను. గుర్రాన్ని తోముతాను- అని చేసి చూపాడు ఆయన. అలా సారథ్యం వహించేవాడు గురువు. కేవలం ఆశీర్వదించి పంపడం బాధ్యతారహితత్వం అవుతుంది తప్ప అధ్యాత్మికత కాదు.

'బాధ్యతలను ధర్మబద్ధంగా నిర్వహించినప్పుడు అనుభవానికి వచ్చేదే పరలోకం కనుక- అలా నడవడానికి నా చేయి నీతో కలపుతాను. నిన్ను నిలుపుతాను. అవతలివాడు బాణం వేస్తే, కత్తి విసరితే- ముందు నా తల ఉంటుంది. నా వెనుక నీవు ఉంటావు'- బాధ్యత పడడమంటే అర్థం ఇది. అటువంటి రక్షణ నానుండి లభిస్తుంది- అని వాగ్దానం చేసినవాడు నాయకుడు, గురువు.

శ్రీకృష్ణుడు అలా జీవితాలను నడిపించాడు. కలిసి నడిపించాడు. అటువంటి జీవితం కనపడితే అది కృష్ణుని అంశ అని గుర్తుంచాలి.

మైత్రేయునికి అభయం

శ్రీకృష్ణుడు మైత్రేయుడితో అన్నాడు- కలియుగం ప్రవేశించింది. నీ హృదయాన్ని నా సింహాసనంగా స్వీకరిస్తాను. నీ హృదయం నుండి కలియుగాంతం వరకు ధర్మరక్షణ కార్యక్రమాన్ని అమలుపరుస్తాను.

ఈ ఘట్టం యొక్క వివరణ థియాసఫీ గ్రంథాలలో విస్తృతంగా ఉన్నది.

ఆయన అవతారం చాలిస్తున్నందుకు బాధపడాలో, తన హృదయంలో ప్రవేశిస్తున్నందుకు సంతోషించాలో మైత్రేయునికి అర్థం కాలేదు. సర్వ ధర్మాన్ పరిత్యజ్య..... నమస్కారం చేశాడు.

నిత్యకృత్యాలలో ఇమిడిన వ్యాయామం - చేస్తుంది జీవితమంతా ఆరోగ్యమయం.

ఉద్ధవుడు అన్నాడు- స్వామీ, మీ మూర్తిని నేను మరువలేక పోతున్నాను. మీ వయస్సు నాకు కనపడడంలేదు. కాలపురుషుడు మీపై ప్రభావం చూపలేకపోయాడు. నిత్యయవ్వనం మీది. నిత్య నూతనత్వం మీది.

కృష్ణుడు అతడిని తన వక్షస్థలం మీదకు తీసుకుని 'విను' అన్నాడు. ఈ ఉఛ్ఛ్వాస నిశ్వాసల రూపంలో శాశ్వత పురుషుడనై నేనున్నాను. ఉఛ్ఛ్వాస నిశ్వాసలనే రెక్కలుగా కలిగిన గరుత్మంతుడిని అధిరోహణం చేసి నిరంతరం ఈ లోకంలో వెలుగొందుతూనే ఉన్నాను.

అప్పటికే కృష్ణుడు అర్జునునికి కబురుచేశాడు. దాటించవలసిన వారిని అవతలకు దాటించడానికి ఏర్పాట్లు చేశాడు.

దారుణం కాదు-రుణం తీర్చుకోవడం

మళ్లీ వేణుగానం ప్రారంభించాడు. ఆ ఆడుతున్న బొటనవ్రేలును నెమలి తలగా భావించి ఒక వేటగాడు బాణం వేస్తాడు. దగ్గరకు వచ్చి, ఆ దివ్యసుందర విగ్రహాన్ని చూచి ఏడుస్తాడు. దారుణం జరిగిపోయింది- అన్నాడు. దారుణం కాదు, నీ రుణం తీర్చుకున్నాను అన్నాడు కృష్ణుడు. అవతారాలకూ లెక్కలు ఉంటాయి. "ఒకప్పుడు నీవు వాలిగా ఉన్నప్పుడు నిన్ను కొట్టాను. ఇప్పుడు నీ చేతుల్లో నేను వాలిపోయాను"- అన్నాడు కృష్ణుడు.

ఇలా సందేశాన్ని ఇవ్వడం కోసం, పరమార్థాన్ని బోధించడం కోసం మృత్యువును కూడా వినియోగించుకున్న దివ్య అవతారుడు ఆయన. ఆ మృత్యువులో కూడ ఒక ప్రయోజనం ఉన్నది. ఒక సాంత్వనం ఉన్నది. ఒక జవాబు ఉన్నది. వ్యర్థమైన సన్నివేశం ఏదీ లేదు.

మన ముఖాల్లో నీరసం, విషాదం, టెన్షన్, ఒత్తిడి కనపడకూడదు. బాధలూ, బరువులూ, నిస్పృహలూ, నిట్టూర్పులూ కనపడకూడదు.

మృత్యువు కోరల మధ్య, ఆదినుండి అంతం వరకు చిరునవ్వుతో, వేణుగానంలో సాగిపోయిన ఒక దివ్యవిగ్రహుడు పుట్టిన నేల ఇది. ఆయన సారథ్యంలో నడుస్తున్న భూమి ఇది. ఇక్కడ నిట్టూర్పులకూ, అశృవులకూ చోటు లేదు. అంత లీలగా మన కర్తవ్యాన్ని మనం నిర్వహింతుముగాక- అనందంగా, క్రీడగా, జీవితమనే పాటగా, ఒక వేణుగానంగా.

ఈ దేహమే నీ మురళి. ఈ జీవితమే నీ గానసరళి- అనేటట్లు జీవించి సార్థకతను పొందుదాం.

★★★

పుత్రప్రేమ కన్న దేశప్రేమ మిన్న

యూనాన్‌కూ పర్షియాకూ నడుమ జరిగిన యుద్ధంలో భయంకరమైన నరసంహారం జరిగింది. అందులో యూనాన్ దేశం ఓడిపోవటానికి సిద్ధంగా ఉంది. యూనాను సేనతో పర్షియా దేశపు సైన్యంలో కంటె పరాక్రమం తక్కువ. యునాను సైనికులు పౌరుషంతో యుద్ధం చేయలేకపోతున్నారు కూడా. వారు ఓడిపోవటానికి మరొక కారణం కూడా తోడయింది- దేవాలయ పూజారులు గూఢచారులుగా పనిచేశారు. తమ వారిలోనే అనేకులు దేశద్రోహులుగా మారిపోతుంటే యునాన్ సైనికులు పౌరుషం వల్ల, బలిదానం వల్ల ఏం ప్రయోజనం? చివరకు గూఢచారులు పట్టుబడ్డారు. న్యాయస్థానానికి వారిని తీసికొని వచ్చారు. వారు నేరాన్ని అంగీకరించారు. అయితే క్షమాభిక్షకై ప్రార్థించారు. సభలో మంతనాలు సాగుతున్నాయి. ఇంతలో ఒక వృద్ధస్త్రీ సభాప్రాంగణంలోకి ప్రవేశించింది. ఆమె కన్నులలో వింతకాంతి ఏదో కన్పించింది. మొగంలో క్రోధావేశం కనిపిస్తోంది. దేశద్రోహి ఎవరో కాదు, ఆమె పుత్రుడే. ఆమె దృఢ సంకల్పంతో సభాసదులను ఉద్దేశించి ఇలా చెప్పింది-

'ఈ దేశద్రోహికి ఉరిశిక్ష విధించండి. నేనిచ్చిన పాలు వీనికి విషమై పోయినాయి. నేనీ పిరికి పంద ముఖం కూడా చూడదల్చుకోలేదు. వీనిని క్షమించి వదలివేస్తే ఇతరులకు కూడా ఇలాంటి దుష్కృత్యాలు చేయాలని ప్రోత్సహించినట్లు అవుతుంది'- ఇలా చెప్పి ఆమె తన శిరస్సు వంచుకున్నది. నిజానికి ఆమె శిరస్సు వంగలేదు. ఉన్నతమై నిలిచింది. పుత్రప్రేమ కన్న దేశప్రేమ ఎంతో మిన్న. ఈ సత్యాన్ని ఆ తల్లి తన దృష్టాంతం ద్వారా తెలియపర్చింది. ఇట్టి తల్లులు ధన్యురాండ్రు.

శ్రమ ఎరుగని ఈ దేహం వ్యాధులతో బహు భారం.

బోధ కథ

మృత్యువును జయించిన మనోబలం

అరే, ఈ పని ఎవరు చేశారు? మామూలు మనిషికి సాధ్యం కాని పనే ఇది.

ఇలా సామాన్యంగా ప్రజలు అనటం మనం తరచు వింటూ ఉంటాము. మనోబలం నిండుగా ఉన్న వ్యక్తులు ఇటువంటి అసాధ్యమైన పనులను సుసాధ్యం చేసి ప్రజలని ఆశ్చర్యచకితుల్ని చేస్తూ ఉంటారు. ఈ కోవకి చెందిన వ్యక్తే పశ్చిమ జర్మనీకి చెందిన కుర్త్ ఏంజిల్. అతని జీవితంలో అద్భుత సాహస గాథలకి కొదువలేదు.

చిన్నతనం నుండి ఏంజిల్‌కి సాహస కార్యాల పట్ల మక్కువ ఎక్కువ. సాహస కార్యాలంటే బెదిరించి, భయపెట్టి తన ప్రతాపం చూపి ఎదుట వాళ్ళను బాధపెట్టడం లాంటివి కావు. మామూలు మనుషులు కలలో కూడా ఊహించలేని సాహసాలు చెయ్యటం అతని నైజం. ఆకాశంలో ఎగురుతున్న విమానం నుండి పారాచూట్‌తో క్రిందకు దూకటం అతనికి అన్నింటి కంటే ఇష్టమైన సాహసకార్యం. ఈ సాహస కార్యానికి పారాట్రూపింగ్ పురస్కారాన్ని అతను అందుకొన్నాడు. వాయువేగంతో ప్రయాణిస్తున్న విమానాల నుండి, అనేకసార్లు క్రిందకు దూకి ఏంజిల్ ప్రజలను హర్షాతిరేకాలలో ముంచెత్తాడు.

మొదటిసారి ఇటువంటి ప్రదర్శన చేస్తున్నప్పుడు జరిగిన సంఘటన ఇది. దీనికి ముందు ప్రతిరోజూ అభ్యాసంచేసి ప్రదర్శన కోసం తనను తాను సన్నద్ధం చేసుకొన్నాడు. అతని నైపుణ్యాన్ని, కుశాగ్ర బుద్ధిని చూసి అధికారులు అతన్ని పారాచూట్ దళానికి నాయకుణ్ణి చేసారు.

ఈ సాహసం చెయ్యటానికి వారందరూ సంసిద్ధమయి, ముందుగా నిర్ధారించిన విమానంలో బయలు దేరారు. ఒక్కసారి ఆ విమానం ఎత్తుకు ఎగిరింది. 1500 అడుగుల ఎత్తుకు చేరుకున్న తర్వాత విమానం వెనక తలుపు నుండి, పారాచూట్లతో ఆ దళ సభ్యులందరూ ఒకరి వెనకాల మరొకరు క్రిందకి దూకటం మొదలు పెట్టారు. ఏంజిల్ కూడా ఇదే క్రమంలో క్రిందికి దూకాడు. కాని అతని పారాచూట్ వెంటనే తెరుచుకోలేదు. పారాచూట్‌లో ఏదో సాంకేతిక లోపం వచ్చింది. అది తెరుచుకోక పోగా, తాళ్ళతో అతని మోకాళ్ళు, శరీరం చుట్టూ చుట్టుకు పోయింది. ఏంజిల్ గాలిలో క్రిందకు దిగుతూనే కొన్ని త్రాళ్ళను తెంచేసాడు. ఒక వైపు నుండి తాళ్ళు త్రెంచుతూ ఉంటే మరొకవైపు తాళ్ళు అతని శరీరం చుట్టూ మరింత గాఢంగా పెనవేసుకుపోతున్నాయి. గంటకు 90 కి.మీ వేగంతో అతను నేలమీదకు జారిపడిపోతున్నాడు. ఈ విపత్కర పరిస్థితులలో కూడా అతను స్పృహ కోల్పోలేదు, ధైర్యాన్ని వీడలేదు. పారాచూట్‌తో పూర్తిగా బంధింపబడిన స్థితిలో అతను క్రిందకు పడిపోయాడు. అంత ఎత్తునుండి క్రిందపడినా ఏంజిల్ స్పృహ కోల్పోలేదు. శరీరం అంతా మండిపోతోంది. శరీరంలోని రక్తం అంతా నడుము భాగంలోకి వచ్చి చేరినట్లుగా అన్పిస్తోంది. ఏ క్షణంలో అయినా స్పృహ కోల్పోయే పరిస్థితులలో అతను ఉన్నాడు. చిన్నప్పటినుండి అప్పటివరకు గడిచిన స్మృతులు కళ్ళముందు కదలాడాయి. నా దేశం కోసం, నా కుటుంబ సభ్యుల కోసం నేను తప్పకుండా జీవించాలి– అన్న దృఢ సంకల్పం ఏంజిల్ మనసులో కలిగింది. నేను తప్పకుండా బతుకుతాను, ఈ దెబ్బలు నయమయిన తరువాత ఇంతకంటే ఎక్కువ ఎత్తుకి వెళ్ళి అక్కడినుండి పారాచూట్‌లో క్రిందకు దూకుతాను– అని అతడు సంకల్పం చేశాడు.

తిండి పెరిగితే సొమ్ముకు చేటు - బరువు పెరిగితే తనువుకు చేటు.

ఇలా సంకల్పం తీసుకొన్న మరుక్షణం అతను స్పృహకోల్పోయాడు. తెలివివచ్చి చూసేసరికి ఆసుపత్రి మంచం మీద ఉన్నాడు. డాక్టర్లు మాట్లాడుకుంటున్న ఈ మాటలు అతని చెవిన పడ్డాయి– 'ఒక ఊపిరి తిత్తి ఛిన్నా భిన్నమయింది. ఒక మూత్ర పిండం పిండి పిండి అయింది ఈ విషమ పరిస్థితిలో ఉన్న ఏంజిల్‌ను బ్రతికించటం ఏ విధంగానూ సాధ్యంకాదు.'

ఆశ్చర్యకరమయిన విషయం ఏమిటంటే– ఈ దుర్ఘటన జరిగిన 9 వారాల తరువాత ఏంజిల్ పరిపూర్ణ ఆరోగ్యంతో ఆసుపత్రి నుండి ఇంటికి తిరిగివచ్చాడు. మృత్యుముఖం నుండి బయట పడ్డ ఏంజిల్‌ను అనేక మంది అనేక రకాలుగా ప్రశ్నలు వెయ్యటం మొదలు పెట్టారు. వారందరికీ– 'నేను బ్రతుకుతాను అని నాకు పరిపూర్ణ విశ్వాసం ఉంది. నా పని పూర్తి చెయ్యకుండా ఎలా చనిపోతాను'– అంటూ ఆత్మవిశ్వాసంతో అతడు బదులిచ్చాడు. పరిపూర్ణ ఆరోగ్యం చేజిక్కిన తరువాత 1500 అడుగుల కంటే ఎక్కువ ఎత్తు నుండి క్రిందకు దూకి, ప్రచండ మనోబలం ముందు మృత్యువు దాసోహం అంటుదన్న ఆర్యోక్తిని ఋజువు చేసాడు.

★★★

గమనిక

పత్రికను మనియార్డరు ద్వారా చందా పంపేవారు ఆ ఫారమ్ (space for communication)లో పిన్ కోడు నంబరుతోసహా తమ పూర్తి చిరునామాను, ఫోన్ నంబరును తప్పక వ్రాయగలరు. చందాను పొడిగించేవారు తమ కంప్యూటర్ కోడ్ నంబరును కూడ వ్రాయగలరు. మనియార్డరులు పంపేవారు ఆ పైకాన్ని దేనికోసం పంపుతున్నారో స్పష్టంగా వ్రాయవలసి ఉంటుంది.

వీరులు మృత్యువును కౌగలించుకుంటారు

18 ఏండ్ల 8 నెలల వయస్సు కూడా ఒక వయస్సేనా? కాని నిజమయిన దేశభక్తుడు దేశమాత యొక్క బలివేదిక పైన తన ప్రాణాలను త్యాగం చేసేందుకు పోటీపడుతుండే వయస్సు అడ్డువస్తుందా? ఖుదీరాంబోసు ఇట్టి పిన్న వయస్సులోనే ముజఫర్‌పూర్ (బీహార్) జైలులో నవ్వుతూ ఉరిత్రాడును మెడకు తగలించుకున్నాడు.

ఖుదీరాం బెంగాలులో జన్మించాడు. కింగ్‌ఫోర్డ్‌ను హత్య చేసిన నేరంపై విచారణ జరిగింది. ఉరిశిక్ష విధింపడింది. అతను ఎప్పుడూ నవ్వు మొగంతో వుండేవాడు. ఉరితీయబోయే ముందరి రోజున తినమని అతనికి మామిడి పండు ఇచ్చాడు. బోసు మామిడి పండును తిన్నాడు. అయితే అతను ఒక తమాషా చేద్దామనుకున్నాడు. పిరికివాళ్ళు మరణించేముందు వేల పర్యాయాలు మరణిస్తూ వుంటారు. కాని వీరులు మృత్యువులో ఆనందాన్ని ఆస్వాదిస్తారు. అందువల్లవారు ఒకేసారి మరణిస్తారు. బోస్‌కూడా ఈ రోజునే మరణానందాన్ని పొందాలనుకుంటున్నాడు. అందువల్ల జైలరును ఆటపట్టిద్దామనుకున్నాడు. ఖుదీరామ్ మామిడి పండుతొక్కను పారవేయకుండా ఉంచాడు. సాయంత్రం జైలరు రాగానే అడిగాడు 'ఎలావుంది మామిడిపండు?'

'నేను ఆ మామిడిపండు తిననేలేదు జైలర్‌సాబ్! మీరు మీచేత్తో తినిపించండి' జైలరు మామిడిపండు తీసుకుందామని చేయిపెట్టాడు. దాన్ని ఎత్తగానే ముడుచుకొని పోయింది. జైలరు కూడా ముడుచుకొని పోయాడు. బోస్ పకపకనవ్వేశాడు. అందమైన అమాయకమైన నవ్వు అది. దాన్ని వర్ణించతరంకాదు. ఉరితీసే రోజున కూడా జైలరు ఖుదీరామ్ ముఖాన్ని చూశాడు. ఆ క్రితం రోజు వున్నట్లుగానే సౌమ్యంగా వుంది. ఆ మొగం మీద నాట్యమాడుతున్న హాస్యరేఖలు చరిత్రలో సువర్ణ కిరణాలుగా రూపుదిద్దుకోబోతున్నాయి. భారత దేశంలోని ఇట్టి వీరకిశోరాలకు శతశత నమస్సుమాంజలులు.

అవసరాలకూ కోరికలకూ అంతరం తెలిసి మసులుకోవాలని అందరం.

ఆచరణలో అధ్యాత్మ

నేటి యుగానికి పంచశీల

పలు విధములయిన పంచశీలలు ఉన్నాయి. పలువురు మహాపురుషులు వాటిని పెక్కు రూపాలలో ప్రవచించారు. అవి ఆయా రంగాలకూ, ఆయా సమయాలకూ అనుగుణములు అయినవి. వీనిలో ఈనాటి పరిస్థితులకు అనుగుణం అయిన దానిని మనం ఎంపిక చేయవలసి ఉంటుంది.

బుద్ధ భగవానుని పంచశీల

బుద్ధ భగవానుడు ప్రధానంగా తన అనుచరుల కోసం, బౌద్ధ భిక్షువుల కోసం ఈ పంచశీలను నిర్ణయించారు:

(1) పూర్తి అహింసను పాటించు. (2) దొంగతనంగా, మోసంతో సంపాదించవద్దు. (3) బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటించు. నీ ఇంద్రియాలను అదుపుచెయ్యి.(4) తక్కువ మాట్లాడు. యథార్థం మాట్లాడు. ధర్మాన్ని సమర్థిస్తూ మాట్లాడు. (5) మత్తు పదార్థాలను వాడవద్దు.

ఈ నియమాల ప్రతిపాదనకు కూర్చునేవారూ, ధర్మ ఉపదేశకులూ, శ్రద్ధా కేంద్రాలలో కూర్చునేవారూ తమ స్థాయిని సామాన్య ప్రజల స్థాయికన్న ఉన్నతంగా నిలుపుకోవాలి. సామాన్య ప్రజల స్థాయిలో ఉంటూ ఉన్నత ఆదర్శాలను గురించి ధర్మ ఉపదేశాలు ఇవ్వడం తగదు. దానికి ప్రభావం ఉండదు.

రాజకీయ పంచశీల

పండిత నెహ్రూ, చైనా పాలకులూ కలసి ఒక రాజకీయ పంచశీలను ప్రకటించారు. దేశాల మధ్య ఏర్పడే సమస్యల పరిష్కారానికి మార్గాలను అందులో అన్వేషించారు.

(1) దేశాలు పరస్పరం భౌగోళిక అంఖండతను గౌరవించాలి. విశ్వ శ్రేయస్సును కూడ దృష్టిలో ఉంచుకోవాలి. (2) వివాదాలలో ఆక్రమణ విధానాన్ని అనుసరించకూడదు. సంప్రదింపుల ద్వారా, మధ్యవర్తి నిర్ణయంద్వారా వాటిని పరిష్కరించుకోవాలి. (3) ఒకరి ఆంతరిక వ్యవహారాలలో మరొకరు జోక్యం కలిగించుకోకూడదు. (4) సమానత, పరస్పర సద్భావం ఆధారాలుగా వ్యవహరించాలి. (5) శాంతియుత సహజీవన సూత్రాన్ని పాటించాలి.

దేశాల అధ్యక్షులు పరస్పర సంబంధాలను సక్రమంగా నిలుపుకోవడానికి ఆనాడు నిర్ణయించబడిన అంశాలు ఈ అయిదూ. సామాన్య ప్రజలు ఇందులో చేసేది ఏమీ లేదు – వీటి కోసం తమ పాలకులపై ఒత్తిడి తేవడం తప్ప.

గాంధీజీ సత్యాగ్రహం రోజులలో ఈ పంచశీలను ప్రకటించారు. ఆనాటి పరిస్థితులలో దేశ భక్తులకు అవసరమైనవి ఇవి :

(1) నిర్భయత్వం.(2) శరీర శ్రమ. (3) అస్వాద విధానం. (4) సర్వమత సమ భావన. (5) అస్పృశ్యతా నివారణ.

ప్రతి వ్యక్తీ ప్రతి సమయంలో అమలు చేయదగిన నియమాలు ఇవి. సత్యాగ్రహులకు ఇవి మరింతగా అవసరమైనవి.

పతంజలి మహర్షి పంచశీల

పతంజలి మహర్షి దిగువ అయిదు కర్తవ్యాలను అయిదు వ్రతాలుగా, అయిదు యజ్ఞములుగా పేర్కొన్నారు:

(1) అహింస. (2) సత్యం. (3) అస్తేయం(దొంగతనం చేయకపోవడం). (4)బ్రహ్మచర్యం. (5) అపరిగ్రహం (ఎవరినుండీ దేనినీ తీసుకొనకపోవడం).

ఆత్మిక ప్రగతి మార్గంలో పయనించగోరే వ్యక్తికి ఈ అయిదూ అవసరం. యోగ సాధనలో ఆసక్తి ఉన్నవారు క్రియా పక్షంలోని సాధనలతో పాటు ఈ నియమాలను పాటించాలి.

యుగ ధర్మానికి అనుగుణమైన పంచశీల

నేటి పరిస్థితులలో సేవాభావం, ఉదార హృదయం కలిగిన వ్యక్తులు అనుసరించ దగిన పంచశీల మరొకటి ఉంది. యుగ ధర్మానికి అనుగుణంగా రూపొందించబడినది ఇది :

(1) సత్యం పట్ల, తథ్యంపట్ల విశ్వాసం. (2) మన సంపర్క క్షేత్ర సమున్నతి పట్ల విశ్వాసం. (3) మానవతా ఆదర్శాలలో, సహకారంలో విశ్వాసం. (4) సాంఘిక న్యాయంలో విశ్వాసం. (5) దేవునిలో విశ్వాసం.

సామాన్య ప్రజల ఆత్మిక ఉన్నతి దృష్ట్యా యోగ్యమూ, ఉపయోగకరమూ అయిన పంచశీల ఇది. సామాన్య ప్రజలు దీనిని అనుసరించగలుగుతారు, అమలు పరచగలుగుతారు. ధర్మ చేతనకు సారం ఈ పంచశీల. మనలో ప్రతి ఒక్కరూ దీన్ని ఆచరణలోనికి తేవడం అవసరం.

★★★

ఆశల వలయాన్ని త్రుంచు - ఆశయాల విలువలను పెంచు.

వార్తలు

అద్భుతాలను సాధించిన శాంతికుంజ్ సంజీవనీ సాధనా శిబిరం

శాంతికుంజ్‌లో ఆగస్టు 21 నుండి 29 వరకు జరిగిన తెలుగు కార్యకర్తల సంజీవనీ సాధనా శిబిరం అద్భుత సాఫల్యాన్ని సాధించింది.

రాష్ట్రంలోని 18 జిల్లాల నుండి 350 మంది కార్యకర్తలు శిబిరంలో పాల్గొన్నారు. వీరిలో పలువురు రాష్ట్రంలోని వివిధ శాఖలలో బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్న నైష్ఠిక కార్యకర్తలు, మహత్తర కార్యాలకు బాధ్యత వహిస్తున్న మేధావులు.

శాంతికుంజ్‌లోని అగ్రశ్రేణి మనీషుల మార్గదర్శనమూ, 24000 గాయత్రీ మహా మంత్ర అనుష్ఠానమూ శిబిరంలో పాల్గొన్న కార్యకర్తలకు అపూర్వమూ, ఊహాతీతమూ అయిన ఆత్మశాంతిని ప్రదానం చేశాయి. కనుకనే- ఆదరణీయ డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యాజీ భావభరితమైన వీడ్కోలు సందేశం ఇచ్చిన తర్వాత, దక్షిణ భారత విభాగం ప్రముఖులు వీడ్కోలు ఇవ్వడానికి స్టేషన్‌కు వెళ్లినప్పుడు- ఆ కార్యకర్తల కళ్లు చెమ్మగిల్లాయి. వారి శరీరాలు తమ ఇళ్లకు తిరిగి వెళుతున్నాయి. కాని, వారి మనస్సులు ప్రఖర ప్రజ్ఞ-సజల శ్రద్ధ స్వరూపులు పరమపూజ్య గురుదేవులు-పరమ వందనీయ మాతాజీల సూక్ష్మ చేతన యొక్క దివ్య సాన్నిధ్యపు అనుభూతులలో మునిగి ఉన్నాయి. తమ రాష్ట్రంలో, దక్షిణ భారతంలో మిషన్ కార్యాన్ని శరవేగంతో విస్తరించాలనే సంకల్పంతో ఆ కార్యకర్తలు తమ తమ స్థలాలకు తిరిగివెళ్లారు.

శిబిరంలోని కార్యక్రమాలు

శిబిరంలో శాంతికుంజ్‌కూ, ఆంధ్రప్రదేశ్‌కూ చెందిన 20 మంది ప్రముఖులు తమ ప్రవచనాల ద్వారా వివిధ విషయాలపై మార్గదర్శనం చేశారు. హిందీ ప్రవచనాలను వెంటవెంటనే శ్రీమతి ప్రశాంతి శర్మ తెలుగులోకి అనువదించారు.

శిబిరంలో కుటుంబ వాతావరణం వ్యాపించడంతో, కార్యకర్తలు తమ స్వంత విషయాలను మరచిపోయి, గాయత్రీ తీర్థంలోని ప్రాణశక్తి ప్రవాహంలో మునకలు వేశారు. కనుకనే- సంవత్సరానికి రెండు మారులు శాంతికుంజ్‌లో ఇలాంటి శిబిరాలను నిర్వహించాలని వారు గట్టిగా కోరారు.

శిబిరం సాధించిన సాఫల్యాలు

❖ 200 ల మందికి పైగా కొత్త వ్యక్తులు గాయత్రీ మంత్రదీక్ష తీసుకున్నారు.

❖ 175 మంది 140 రూపాయలు విలువచేసే పుస్తకాలతో కూడిన ఝోలా పుస్తకాలయాలను (సంచీ గ్రంథాలయాలు) ఖరీదు చేశారు.

❖ 200 ల మంది క్రాంతి ధర్మీ తెలుగు సాహిత్య సెట్‌లను కొనుగోలు చేశారు.

❖ ఈ సంవత్సరం పూర్తయేలోగా "యుగశక్తి గాయత్రి" తెలుగు మాసపత్రికకు 6000 ల మంది చందాదారులను చేర్చుతామని 35 మంది సంకల్పం చేశారు.

❖ కార్యకర్తలంతా శాంతికుంజ్‌లో తయారైన తెలుగు వి.సి.డి లనూ, ఆడియో బుక్‌ను ఖరీదు చేశారు. శిబిరంలో ఇచ్చిన ప్రవచనాల డి.వి.డి, ఎమ్.పి-3 ల సెట్‌లను చాలమంది ఖరీదు చేశారు.

దక్షిణ రాష్ట్రాల కార్యకర్తల శిబిరం హైదరాబాదులో

చివరి రోజు వీడ్కోలు సమావేశంలో ఆదరణీయ డాక్టర్ ప్రణవ్ పండ్యాజీ భావి పథకాలపై శిబిరంలో జరిగిన దిగువ నిర్ణయాలను ప్రకటించారు-

❖ దక్షిణ భారతంలోని ఆంధ్రప్రదేశ్, తమిళనాడు, కర్ణాటక, కేరళ రాష్ట్రాల కార్యకర్తల కార్యశాల 2007 డిసెంబరు 22, 23, 24 తేదీలలో హైదరాబాదులో నిర్వహించబడుతుంది. తర్వాతి కార్యశాల చెన్నైలో జరుగుతుంది.

శరణాగతి చెందు - దైవానుభూతి పొందు.

✤ 2008 డిసెంబరు 31, 2009 జనవరి 1,2,3 తేదీలలో బెంగుళూరులో అశ్వమేధ మహాయజ్ఞం జరుగుతుంది.

✤ 2012 లో హైదరాబాదులో అశ్వమేధ మహాయజ్ఞం జరుగుతుంది.

✤ వచ్చే సంవత్సరం హైదరాబాదులో కాని, విశాఖపట్టణంలో కాని కార్పొరేట్ రంగ వర్క్‌షాప్ జరుగుతుంది.

✤ 2008 ఏప్రియల్‌లో శాంతికుంజ్‌లో తమిళ, తెలుగు కార్యకర్తలకు తొమ్మిది రోజుల సంజీవనీ సాధనా శిబిరం జరుగుతుంది.

✤ నాలుగు భాషలలోనూ యుగ సాహిత్య ప్రచురణ హైదరాబాదులోని గాయత్రీ చేతన కేంద్రం నుండి జరుగుతుంది.

✤ 2012 నాటికి దక్షిణ రాష్ట్రాలలో లక్ష మంది కార్యకర్తల నిర్మాణం.

సంచాలన సమితి ఏర్పాటు

శాంతికుంజ్‌కు వచ్చిన ఆంధ్రప్రదేశ్ వరిష్ఠ ప్రతినిధుల సలహామేరకు భావి కార్యక్రమాల సంచాలనకై ఒక సమితి ఏర్పాటు చేయబడింది. పరిజనులకు దిగువ బాధ్యతలు అప్పగించబడ్డాయి–

శ్రీ అశ్విని సుబ్బారావు : రాష్ట్ర సంయోజకులు.
శ్రీ బి. హనుమంతరెడ్డి : భారతీయ సంస్కృతి జ్ఞాన పరీక్ష సంయోజకులు.
శ్రీ ఎమ్.వి.ఎస్. రాజు : కార్పొరేట్ రంగ విభాగం.
శ్రీ డి.వి.ఆర్. మూర్తి : ముద్రణ, ప్రచురణ.
శ్రీ సాంబశివరావు : పత్రికా ప్రసారం.
శ్రీమతి సత్యవతి : ఆడియో–వీడియో విభాగం.
శ్రీమతి సావిత్రి, శ్రీమతి రూపవాణి : మహిళా జాగరణ.
శ్రీ తిమ్మయ్య, శ్రీ సతీష్ ఖండేల్‌వాల్ : స్వావలంబన.
శ్రీ కె.వి.వి. పంతులు : గాయత్రీ చేతనా కేంద్ర ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలు.
శ్రీ హీర్‌సింగ్ రాజపురోహిత్ : కార్యక్రమ విభాగం.

★★★

రాష్ట్రంలో గ్రామ వికాస పథకం త్వరలో ప్రారంభం

రాష్ట్రంలో స్వయంపోషక గ్రామ పథకం త్వరలో అమలుజరుగుతుంది. శాంతికుంజ్‌లో గ్రామీణాభివృద్ధిలో ప్రత్యేక శిక్షణ పొందిన వరిష్ఠ కార్యకర్తలు శ్రీ టి.ఎల్.వి. మల్లికార్జునరావు, శ్రీమతి దుర్గా సావిత్రీదేవి ఈ పథకాన్ని అమలుజరుపుతారు.

సంస్కారయుక్తమూ, వ్యసనరహితమూ, స్వచ్ఛమూ, ఆరోగ్యప్రదమూ, విద్యావంతమూ, స్వయంపోషకమూ, సహకారయుక్తమూ అయిన ఆదర్శ గ్రామాలను రూపొందించడం ఈ పథకం యొక్క లక్ష్యం.

ఈ పథకంలో– ఎంపిక చేయబడిన గ్రామాలలో అయిదు రోజుల శిక్షణ శిబిరాలు నిర్వహించబడతాయి. అనుభవజ్ఞులైన నిపుణులు ప్రధానంగా దిగువ అంశాలపై గ్రామీణులకు శిక్షణ ఇస్తారు–

1. స్వయంపోషకత్వం ఆధారంగా వ్యవసాయ సమస్యలకు పరిష్కారాలు.
2. కంపోస్టు ఎరువుల తయారీ.
3. గోమూత్రంతో క్రిమిసంహారక మందుల తయారీ.
4. గోమూత్రంతో ఔషధాల తయారీ.
5. వెర్మీ కంపోస్టు తయారీ.
6. వెల్లుల్లి, మిరపకాయలలో క్రిమిసంహారక మందుల తయారీ.
7. బట్టల సబ్బులు, పళ్లపొడి, పెయిన్ బామ్, ఐడ్రాప్స్ వంటి వస్తువులను కుటీర పరిశ్రమలలో తయారుచేయడం.
8. వర్షపు నీటి పొదుపు.
9. వ్యసనాలనుండి విముక్తి.
10. సామూహిక శ్రమదానం ద్వారా గ్రామ పారిశుద్ధ్యం.
11. ఆహార నియమాలు, దినచర్య, ప్రాణాయామం, యోగ వ్యాయామం, గో ఆధారిత చికిత్స, యజ్ఞ చికిత్స ద్వారా ఆరోగ్య పరిరక్షణ.

తమ గ్రామంలో ఈ శిబిరాన్ని ఏర్పాటు చేయగోరే పరిజనులు వివరాల కోసం హైదరాబాదులోని గాయత్రీ చేతనా కేంద్రం యొక్క గ్రామ వికాస విభాగానికి వ్రాయగలరు.

హితంగా మితంగా తిందాం - సుఖంగా ఆనందంగా ఉందాం.

రాష్ట్రమంతటా గురుపూజా మహోత్సవాలు

భీమిలిలో

గురుపౌర్ణమి రోజు ఉదయం శ్రీదుర్గా గాయత్రీ శక్తి పీఠం- భీమిలిలో గాయత్రీ జపం, గాయత్రీ మహాయజ్ఞం జరిగాయి. శ్రీ చంద్రశేఖరం ప్రవచనం ఇచ్చారు. పరిసర గ్రామాల నుండి విచ్చేసిన భక్తులు 150 మంది పాల్గొన్నారు. ఎన్.ఆర్.ఐ దంపతులు జి. జగదీశ్ బాబు–శ్రీలత, శ్రీనివాసరావు–శైలజ, శ్రీ వివేక్ యజ్ఞంలో పాల్గొన్నారు. పై కార్యక్రమాలను శ్రీమతి భారతీ చంద్రశేఖరం నిర్వహించారు.

గుంటూరులో

గురుపౌర్ణమిని పురస్కరించుకుని గుంటూరులోని గాయత్రీ జ్ఞాన మందిరంలో జూలై 29 ఆదివారం ఉదయం ధ్యానం, సామూహిక గాయత్రీ జపం జరిగాయి. శ్రీమతి దమయంతి–వెంకటరెడ్డి గార్ల బృందం "గాయత్రీ చాలీసా" పారాయణ జరిపారు. అనంతరం త్రికుండీయ గాయత్రీ మహాయజ్ఞం నిర్వహించబడింది. భక్తులు మూడు విడతలుగా ఆహుతులు సమర్పించారు.

24 కుండీల యజ్ఞంలో తీసికొన్న నిర్ణయం ప్రకారం కొత్తపేట కోదండరామస్వామి ఆలయంలో జూలై 1 న, ఆగస్టు 5 న ఆదివారం నాడు యజ్ఞాలు నిర్వహించారు. అనంతవరప్పాడు గ్రామంలోని శ్రీవాసవీ కన్యకాపరమేశ్వరి దేవాలయంలో జూలై 8 న గాయత్రీ మహాయజ్ఞం జరిగింది. 8 విడతలుగా సమర్పించబడ్డాయి.

ఎర్రబాలెంలో

గురుపౌర్ణమి సందర్భంగా జూలై 29 న ఎర్రబాలెంలోని శ్రీకృష్ణఆనందాశ్రమంలో రెండు కుండీల గాయత్రీ మహాయజ్ఞం, గోపూజ జరిగాయి. 150 మంది భక్తులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం అన్నప్రసాద వితరణ జరిగింది.

మారుపాకలో

కరీంనగర్ జిల్లా – వేములవాడ మండలంలోని మారుపాకలో జిల్లాలోని అన్ని ప్రజ్ఞా మండలుల కార్యకర్తలు కలసి జూలై 29 న త్రికుండీయ గాయత్రీ మహాయజ్ఞం నిర్వహించారు. సామూహిక గురుదీక్ష జరిగింది.

ఇల్లెందులో గోవధ నిషేధ చట్టాలపై అవగాహన ర్యాలీ

జిల్లా గోసంరక్షణ కమిటీ, గాయత్రీ పరివార్‌ల ఆధ్వర్యంలో ఇల్లెందులో ఇటీవల గోవధ నిషేధ చట్టాల అవగాహన ర్యాలీ జరిగింది. ఎమ్.డి.ఓ శ్రీమతి ఎమ్. రమాదేవి ర్యాలీని ప్రారంభించారు. గోవధ నిషేధ చట్టాలను అధికారులు చిత్తశుద్ధితో అమలుచేయాలని శ్రీ సతీష్ ఖండేల్‌వాల్ ఆ సందర్భంగా విజ్ఞప్తి చేశారు. ర్యాలీ అనంతరం తహసీల్దారుకు, ఎమ్.పి.డి.ఓ కు వినతిపత్రాలు సమర్పించారు. శ్రీయుతులు శ్యాం, బాలయ్య, రమేష్ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

శ్రామిక బాలికలకు వస్తువుల వితరణ

ఇల్లెందులో ఇటీవల శ్రామిక బాలికల విద్యా వికాస కేంద్రంలో సెకండ్ క్లాస్ స్పెషల్ జూడీషియల్ మేజస్ట్రేట్ శ్రీమతి పి. ఉమాదేవి 80 మంది బాలికలకు పెక్కు వస్తువులను వితరణ చేశారు. గాయత్రీ పరివార్ జిల్లా కన్వీనర్ శ్రీ సతీష్ ఖండేల్‌వాల్, భవానీ ప్రజ్ఞామండలి సభ్యురాలు శ్రీమతి సరోజ, కుసుమహరినాథ్ సేవా సమితి సభ్యులు శ్రీ పుల్లూరి నవీన్‌కుమార్, టిటిడి ఇల్లెందు ఇన్‌చార్జ్ శ్రీ కె. వెంకటరెడ్డి కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

కారేపల్లిలో మొక్కలు నాటే కార్యక్రమం

కారేపల్లి ప్రధాన రహదారిపై ఉన్న డివైడర్‌పై సర్పంచ్ శ్రీ మోహన్ కృష్ణ మొక్కలు నాటారు. గాయత్రీ పరివార్ ఆధ్వర్యంలో ఈ కార్యక్రమం జరిగింది. ఇల్లెందులో, పరిసర మండలాలలో మొక్కలు నాటే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించినట్లు శ్రీ సతీష్ ఖండేల్‌వాల్ ఆ సందర్భంగా తెలిపారు. ఎన్.ఎస్.ఎస్. ప్రోగ్రాం అధికారి శ్రీ వి. శ్రీనివాస్, పి.డి.వెంకట్, జూనియర్ కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ శ్రీ శర్మ, ఎన్.ఎస్.ఎస్ విద్యార్థులు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

★★★

సత్సంకల్పంలో ఆ కార్యసాధనకు అవసరమైన శక్తి నిహితమై ఉంటుంది.

సద్గురు లీలామృతం

కన్నీటి కాలువల వీడ్కోలు

వీడ్కోలు సమ్మేళనానికి కొంతముందే మథుర చేరాను. తమ కుమార్తె వివాహపు ఏర్పాట్లు, సమ్మేళన కార్యక్రమాలు, సహచరులకు తన బాధ్యతలను అప్పగించడం- అనే పనులలో గురుదేవులు నిమగ్నులై ఉన్నారు. ఆధ్యాత్మిక చర్చ విషయమై వారు అందరితో ఇదే అన్నారు- ఆ విషయంపై 17నుండి మాట్లాడతాను. ఆ రోజులలో నేను బ్రాహ్మీ స్థితిలో ఉంటాను.

వారిని రోజూ చూస్తూనే ఉన్నాను. అయితే- 17వ తేదీ ప్రాతఃకాలాన తపోభూమికి వచ్చినపుడు, వారి శరీరంలో దివ్య తేజస్సు మెరుస్తోంది. వారి కళ్లు వెలుగులు విరజిమ్ముతున్నాయి. వారి వాణి అమృతం కురిపిస్తోంది.

కృష్ణ పరమాత్మ మథుర వదలి ద్వారక వెళ్లారు. ఆనాటి విరహ వేదన కన్న నేటి విరహ వేదన తక్కువేమీ కాదు. అంతకన్న హెచ్చుగానే పొంగి పొరలింది. 50 వేల మంది వ్యక్తుల లక్ష కళ్లనుండి కన్నీళ్లు వరదల్లా కారుతూనే ఉన్నాయి. ఎవరో తమ ప్రాణాలు లాగికొని తీసుకుపోతూన్న వ్యధ ఆ కన్నీళ్లుగా వ్యక్తం అవుతోంది.

ఆ రోజున సూర్య భగవానుడు కూడ విచిత్రంగా కానవచ్చాడు. నేడు సూర్య బింబం మధ్య గురుదేవుల విగ్రహాన్ని ప్రత్యక్షంగా చూచాము- అని వందలాది వ్యక్తులు అన్నారు.

వారు వెళ్లిపోయినపుడు మేమంతా ఒకరిని ఒకరు పొదువుకుని ఏడ్చాము. నువ్వే గురుదేవులను దాచి ఉంటావు. దాచి ఉంటే వెలికి తీసుకురా- అని ఒకొరిని ఒకరు అడుగుతూన్నట్లు.

వారు వెళ్లి ఎన్నో నెలలు గడచిపోయాయి. అయినా- మా ఇంటిలో, మా గదిలో, మా పూజా గృహంలో వారు తిరుగుతూ కబుర్లు చెపుతూ ఉన్నట్లు మాకు అనిపిస్తోంది. వారు ఇపుడు ఏదో చెపుతున్నారు. దాన్ని అర్థంచేసుకునే సామర్థ్యం మనకు ఉంటే ఎంత బాగుణ్ణు!

శ్రీరాముడు సీతామాతతో అన్నాడు- నేను రాక్షసులను నాశనం చేసేవరకు నీవు అగ్నిలో నివసించు, అని. గురుదేవులు సీతామాత భగవతీ దేవిని శాంతికుంజ్‌లో తపస్సు అనే అగ్ని రూపంలో ఉండమని ఆజ్ఞాపించి, వెళ్లిపోయారు.

చరిత్ర ఎంత చిత్రంగా పునరావృతం అయిందో!

నిద్రలో నొప్పి మటుమాయం

శరీరమంతా భరించలేని నొప్పి. పూజ సాగదు. పని సాగదు. మందులు పనిచేయలేదు. గురుదేవులను స్మరిస్తూ, పిలుస్తూ నిద్రపోయాను. ఎవరో తన చేతిలో ఉన్న కర్రతో వీపుమీద కొట్టినట్లు అనిపించింది. ఉలిక్కిపడి లేచి కూర్చున్నాను. ప్రక్కన ఎవరూ లేరు. ఆ చెయ్యి మాయం. నా నొప్పీ మాయం.

-గౌరీశంకర్ పాండేయ,

పోలీసు సర్కిల్ ఇన్‌స్పెక్టర్, బిలాస్‌పూర్

★★★

ఈ నెలలో కనీసం అయిదుగురు వ్యక్తులను పత్రిక చందాదారులుగా చేర్పించండి.

సౌశీల్యం గల స్త్రీ సంపదతోనూ, సౌష్టవం గల స్త్రీ నగతోనూ సమానం.