Pages - 60 - Rs. 10/-

సేవ, ప్రేమ, ధ్యానం, సాక్షాత్కారం

దివ్య జీవన సంఘం

శివానంద భారతి

దివ్య జీవన ఆధ్యాత్మిక, సాంస్కృతిక మాసపత్రిక

ఫిబ్రవరి : 2019

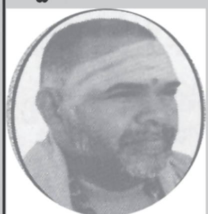
శ్రీ విళంబి : - పుష్యం / మాఘం

సంపుటి : 17

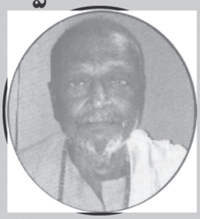
సంచిక - 4

స్వామి శివానంద

స్వామి చిదానంద



స్వామి దేవానంద



స్వామి సత్యవ్రతానంద

దయానంద సరస్వతి జయంతి
రథసప్తమి
12-02-2019

సూర్యరథం

విళంబి-మాఘ-శుక్ల సప్తమి-రథసప్తమి

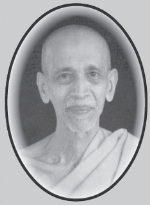
రామకృష్ణ పరమహంస జయంతి
మాఘ బహుళ నవమి
28-02-2019

ఏ.పి.డివైన్ లైఫ్ సొసైటి

శ్రీ శివానందాశ్రమం, పద్మారావునగర్, సికింద్రాబాద్, తెలంగాణ రాష్ట్రం

Spiritual Monthly Magazine : **SIVANANDA BHARATHI**

స్వామి చిదానంద ఉషోదయ ఉపన్యాసాలు



(26) లోని వాసనల్ని నాశనం చేసేయ్ !

మనసును ఆకట్టుకునే ఆకర్షణలెన్నో ఉన్నాయి. మౌలిక సిద్ధాంతం వైపున మనం నిలవాలి. ప్రపంచం చేదుగా ఉంటే అటువైపు మనసుపోదు. చేదుమరచి తీయని రసానుభూతి పొందడంవల్లనే, ఆవలలో మనిషి చిక్కుకొంటున్నాడు. కలలో కూడా ఈ ఆలోచనల్లో పడుతున్నాం. దీనినే మాయ అంటారు.

ఈ వాసనల్ని మనం దూరం పంపలేకపోతున్నాం. ఇవి విషయ వాసనలు రాజమార్గంలోకి వెళ్లకుండా సందుగొందుల్లోకి లాక్కుపోతాయి.

ఈ వాసనలకు సంబంధించి పూర్వజన్మలతో ముడివెడుతూ పరిశోధనలు చేస్తున్నారు. సిద్ధులకు ఈ జ్ఞానముంటుందని కొందరంటున్నారు.

జన్మ పరంపరల్ని గురించి ఆలోచించి బుఱ్ఱపాడు చేసుకొనేకంటే ప్రస్తుతాన్ని గురించి చర్చించడమే మంచిది. పాశ్చాత్య దేశ సంస్థలు పూర్వజన్మల వాసనల్ని నాశనంచేస్తా మంటున్నాయి. అయితే వాసనలు సమూలంగా నాశనం చేయడం కష్టం.

అందుకే నిత్య సత్యమైన ఆ పరమాత్మ గురించి ఆలోచించాలి. ఆ నిజస్వరూపాన్ని తల్చుకోవాలి ; తాదాత్మ్యం చెందాలి. అప్పుడిక పూర్వ వాసనల్ని – సంస్కారాల గురించి ఆలోచించే అవసరమే ఉండదు. ఆ పరమాత్మ నామంవల్ల పవిత్ర స్థితి యేర్పడుతుంది.

"నా ఇష్టదైవం సమ్ముఖంలో నేనున్నాను. సర్వవ్యాపి సమీపమే నా ఉనికి. ఈ సంస్కారాలూ–వాసనలూ–వృత్తులూ నిన్నేమి చేయలేవు. దివ్యత్వం నీలోనే ఉన్నప్పుడు చెడు భావాలూ–కార్యాలూ–ఊహలు రావు, రాలేవు.

కోటి సూర్యకాంతి ఉన్న నీ యిష్టదైవం నీలో ఉండగా నీలో ఆ వాసనలకూ, మాయకు తావే ఉండదు. వాసనల్ని నాశనంచేసే శక్తి మనలోని పరమచైతన్య శక్తికే ఉందని గుర్తించాలి.

సంగ్రహానుసరణ : ధర్మవీర

శివానంద భారతి

దివ్య జీవన ఆధ్యాత్మిక, సాంస్కృతిక మాసపత్రిక

Sivananda Bharathi
Spiritual Monthly Magazine

Vol :17 Edition: 4 సంపుటి: 17 సంచిక: 04 శ్రీవిళంబి: పుష్యం మాఘం ఫిబ్రవరి – 2019 **February - 2019**

బ్రహ్మలీనులు పరమపూజ్యులు, శ్రీ స్వామి శివానంద, శ్రీ స్వామి చిదానంద, శ్రీ స్వామి దేవానంద ఆశీస్సులతో

వ్యవస్థాపకులు :
బ్రహ్మలీన
స్వామి సత్యవ్రతానంద

సంపాదకులు :
ఆచార్య కసిరెడ్డి

సహ సంపాదకులు :
తిప్పరాజు కొండల్‌రావు

సంపాదక మండలి :
బొప్పన అరుణాదేవి
జి. సుధీర్‌కుమార్
డా॥ భేరీ సునీత
మరీచిక

శివానంద భారతి చందా వివరాలు.
సంవత్సరం చందా రూ.100/–
శాశ్వత చందా రూ. 1100/–.
సంవత్సర చందా కన్నా ఎక్కువ పంపరాదు. శాశ్వత చందా, పత్రిక నడచినంత కాలం అని గ్రహించగలరు.

విషయసూచిక

ఆత్మీయ భారతి – 45వ దివ్యజీవన సంఘు.. –ఆశ్రమ కార్యవర్గం	4
సంపాదక భారతి – శబరిమలైలో .... – ఆచార్య కసిరెడ్డి	5
హిందూ ధర్మ సమగ్ర స్వరూపం – స్వామి శివానంద	8
భావ పరిణతి – మానవ జీవితం – స్వామి సర్వవిదానంద	13
శ్రీ రమణతత్త్వము – శ్రీమతి బొప్పన అరుణాదేవి	17
ధ్యానం – ఓ వివిహంగ ... – అను. తిప్పరాజు కొండల్‌రావు	20
మానవులారా .... – డా॥ భాస్కరయోగి	25
గోవు ఆధారిత వ్యవసాయం – – ధర్మవీర	27
జాతి గీతిక – డా॥ పర్యాద సరళ	29
భజన భారతి – నిత్యార్చన నుండి	30
ప్రార్థన భారతి – ఆచార్య కసిరెడ్డి	31
జీవుడా మేలుకో ! – బ్రహ్మలీన శ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరి స్వామి	32
రామాయణంలో చైతన్య ... – స్వామి కృష్ణానంద సరస్వతి	33
నారాయణీయం – శ్రీమతి హేమలతా బాలసుబ్రహ్మణ్యం	34
శ్రీ విష్ణు సహస్రనామ స్తోత్రం – ఆచార్య కసిరెడ్డి	38
విశ్వప్రార్థన, జాతీయ...., శాంతిపాఠం	40, 41, 42
శ్రీ చిదానంద చాలీసా	44
The Tempel and the Philosophy ... -Sri Sivananda	46
Kumbakonam - A Sacred .... - Sri Muthuraman	50
నీ తల పట్టుకో – ధర్మవీర, దివ్యదర్శనం–ఆచార్య కసిరెడ్డి	53, 54
వార్తా భారతి, విశేష భారతి	55, 58

ఆయా రచయితల అభిప్రాయాలు వారివే. ఆశ్రమ పత్రిక ఆలోచనా మాధ్యమం మాత్రమే.

ఆత్మీయ భారతి

సేవించు, ప్రేమించు,
ధ్యానించు-సాక్షాత్కారం పొందు

ధర్మం అంటే!

శ్లో॥ ధృతిః, క్షమా, దమో, అస్తేయం – శౌచమింద్రియ నిగ్రహః ।
ధీర్విద్యా సత్యమక్రోధో – దశకం ధర్మలక్షణమ్ ॥ (మనుస్మృతి)

తా॥ ధైర్యం, సహనం, నిగ్రహం, దొంగతనం చేయకుండడం, శుభ్రత, ఇంద్రియాదులకట్టడి, బుద్ధి, విద్యా, సత్యం, అక్రోధం ఈ పది ధర్మ లక్షణాలు.

ధర్మపథం – భారతం

కం॥ ఒరులేయవి యొనరించిన – నరవర ! అప్రియము తన మనంబునకగు, తా
నొరులకు నవి సేయకునికి – పరాయణము పరమ ధర్మపథములకెల్లన్

తా॥ ఇతరులు ఏది చేసినచో మన మనస్సునకు కష్టము కలుగునో, ఆ పని మనము ఇతరులకు చేయకూడదు. ధర్మమార్గములలో కెల్ల ఇదే గొప్పది. **– భారతం**

45వ దివ్యజీవన సంఘ సభలు

తెలుగు రాష్ట్రాల 45వ దివ్యజీవన సంఘ మహాసభలు 2019 జనవరి 24, 25, 26 తేదీలలో జరుగుతున్నాయి. మన ఫిబ్రవరి సంచిక ఆలోగానే అచ్చవుతున్న కారణంగా సమావేశాల వివరాలు మార్చి సంచికలో ఇస్తున్నాం.

ఈ మహాసభల్లో ఆవిష్కరించి వితరణ చేయడానికి గాను స్వామి శివానంద పిల్లల కథలు–జ్ఞాన గంగాలహరి పంపిస్తున్నాం. ఈ కథల్ని బాలకోంకేలియే దివ్యోపదేశ్ అనే హిందీ గ్రంథం నుండి ఆచార్య కసిరెడ్డిగారు అనువాదం చేశారు. అది ఏ.పి. డివైన్‌లైఫ్ సొసైటీ శ్రీ శివానందాశ్రమం పక్షంలో ప్రచురించాం. ఈ సభలకు మన పక్షంలో ఇంతమాత్రం సహకరించగలుగుతున్నాం. మహాసభలు విజయవంతం కావాలని కోరుకొంటున్నాం. 46వ సభలు భాగ్యనగర్లో కాని, బాసరలో నిర్వహించాలన్న మన ప్రార్థన తెలియజేస్తున్నాం. అవకాశం లభించినట్లయితే వచ్చే సం॥ం మనం అందరి సహాయ సహకారాలతో మనం నిర్వహిద్దాం.

ఇక ఆశ్రమం పక్షంలో మనం నిర్వహించుకొంటున్న కార్యక్రమాలకు సహకరిస్తున్న అందరికీ ధన్యవాదాలు.

శ్రీ శివానందాశ్రమం ధన్యవాదాలతో . . . భవదీయ
పద్మారావునగర్, సికింద్రాబాద్ **ఆశ్రమ కార్యవర్గం**
01–02–2019 **శివానంద భారతి, సంపాదక మండలి**

సంపాదక భారతి

శబరిమలైలో సంప్రదాయం - రాజకీయం

తెలుగునాట ఓ ఊరి నుండి ఓ కుటుంబం, తమ కోరికలు తీర్చిన శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామికి ముడుపులు చెల్లించుకోవడానికి తిరుమల బయలు దేరింది. తల్లిదండ్రులు, కొడుకు, కూతురు, నాయనమ్మ అందరూ తిరుపతికి వచ్చి ఓ సత్రంలో బసచేశారు. మరుసటి రోజు ఉదయమే స్నానాలు చేసి కాలినడకన కొండెక్కాలని సిద్ధమయ్యారు. నాయనమ్మ కూడా ఉత్సాహంతో బయల్దేరింది.

నేను రాను అంది గృహిణి. ఎందుకు అన్నారు పిల్లలు. నేను కొండ ఎక్కకూడదు అంది ఆమె. ఆమె భర్త ఆమె దిక్కు, తన తల్లిదిక్కు చూశాడు. “అవునురా” అంటూ తలపంకించింది నాయనమ్మ. తల్లికేదో అస్వస్థత అనుకొన్నారు పిల్లలు. తల్లిని గదిలోనే ఉంచి తండ్రితో నాయనమ్మతో పిల్లలు బయలుదేరారు.

అది సహజం. ఆమె ఋతు ధర్మానికి లోనయ్యింది. అలాంటి సందర్భంలో భారతీయ మహిళలు ఏ గుడికీ వెళ్లరు. ఇదొక సంప్రదాయంగా దేశమంతటా స్థిరపడింది. ఋతుక్రమంలో దైవదర్శనం చేసుకోకూడదు అని మహిళలు తమంతకు తాము ఏర్పాటు చేసుకొన్న ఆచారం. అయితే ఒక్క శబరిమల అయ్యప్పదేవాలయంలోకి మాత్రం ఋతుక్రమానికి తగిన వయస్సులో ఉన్న, అంటే 11 నుండి 50 సం॥ల మధ్య ఉన్న మహిళలు ప్రవేశించరాదు అనే నియమమున్నది. అనాదిగా ఇది పాటిస్తున్నారు. 11 లోపువారు, 50 పై వారికి ఎటువంటి నిషేధం లేదు. ఈ ఆచారమో – సంప్రదాయమో – నిషేధమో – ఏ పేరైతేనేమి అది మరే ఆలయానికి లేదు.

ఇదొక నియమమే తప్ప స్త్రీ పురుషుల మధ్యన భేదభావం సూచించేదికాదు. అయితే దీనినొక సమస్యగా సృష్టించి కొందరు సుప్రీంకోర్టుకు వెళ్లారు. కోర్టు ఏ వయస్సు వారైనా వెళ్లవచ్చునని తీర్పునిచ్చింది. ఆ తీర్పును మేము కచ్చితంగా అమలు పరుస్తామని కేరళ ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. అయ్యప్ప భక్తులు దర్శనానికి ఆ వయస్సు మహిళలు రావద్దన్నారు. అలావస్తే ప్రతిఘటించి వారిని వెనక్కు పంపిస్తామన్నారు.

కేరళ కమ్యూనిస్టు ప్రభుత్వం ఎలా ఎందుర్కొంటారో చూస్తామంటూ భీష్మించి లెక్కలేనంత మంది పోలీసులను రంగంలోకి దింపింది. అంతేగాక గత మాసంలో బిందు, కనక దుర్గ అనే ఇద్దరు మహిళలను ప్రోత్సహించింది.

హృదయం అమృత భాండమైతే - స్వరం స్వరాగాలను పలికిస్తుంది

కేరళ ప్రభుత్వం ఈ చర్యను కమ్యూనిస్టులు, నాస్తికులు, క్రిష్టియన్లు, ముస్లింలు సమర్థించారు. వారిని సమర్థించే ప్రచార ప్రసార సాధనాలన్నీ వారికనుకూలంగానే రాతలు–కోతలు రాశాయి. కాని అయ్యప్ప భక్తులు, భక్త సమాజాలు, ఆలయ యాజమాన్యం, ఆలయ పురోహిత వర్గం, హిందూధర్మ పరిరక్షణ సంస్థలు, అంతర్జాతీయ హిందూ పరిషత్తు తదితర సంస్థలన్నీ కోర్టు పునరాలోచించి తీర్పునివ్వాలన్నాయి. కేరళ ప్రభుత్వ దమన చర్యలను నిరసించాయి. బిందు కనకదుర్గలు భక్తులే కారన్నాయి. నియమాలు పాటించని వారు భక్తులెలా అవుతారని ప్రశ్నించాయి.

మరికొందరు వచ్చారు ; ఇలా 51 మంది వచ్చారని కేరళ ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. అలా దర్శనానికి వచ్చిన వారంటూ మరికొందరి చిత్రాలను ప్రచార ప్రసార సాధనాలు చూపించాయి.

ఇంత జరగడానికున్న నేపథ్యంలో ఇవాళ హిందూ ధర్మ రక్షావాదులు ఆలోచిస్తున్నారు.

కేరళలో 25 శాతం మంది క్రిష్టియన్లు, 20 శాతం మంది మహమ్మదీయులు, 55 శాతం మంది హిందువులున్నారు. అనేకరకాల ప్రలోభాలతో హిందువులను మతం మారుస్తున్నాయి ఈ రెండు మతాలు. కమ్యూనిష్టులు వారి ప్రభుత్వాలు ఈ మతం మార్పిళ్లను ప్రోత్సహిం చాయి. ధనం, ఉద్యోగం, ప్రేమ, అధికారం, వైద్యం, ఆహారం, వస్త్రాలు, విదేశీ ప్రయాణాలు ఇన్ని ఆకర్షణలతో మతం మారుస్తున్నాయి. కేసుల్లో ఇరికించి మారుస్తున్నారు. హిందువుల సంఖ్య తగ్గితే సగం కేరళ **ముస్లిం మల్లపురదేశమవుతుంది, సగం దేశం క్రిష్టియన్ కన్నూర్ అవుతుంది.**

అయితే దీన్ని వేగంగా పూర్తి చేయాలని రెండు మతాలు ప్రయత్నిస్తున్నాయి. దానికి ఈ అయ్యప్ప భక్తి అడ్డం వచ్చింది. అందుకే ఓకేసు వేయించి ఈ తతంగం నడిపిస్తున్నారు. ఇదే సందర్భంలో ఇప్పుడు శబరిమలలో ఉన్న పురోహిత వర్గానికి ఆ హక్కులేదని ప్రచారం చేస్తున్నారు. అయ్యప్ప గిరిజన దేవుడని, అందువల్ల ఆ ఆలయాన్ని ఆ పరిసరాలను గిరిజనులకు అప్పగించాలని విదేశీ ధనానికి బానిసలై తొత్తులైన ఛానళ్ల ద్వారా ఈ ఆలోచనలు ప్రసారం చేయించారు. అంతేగాకుండా మరో మలపై (గిరిపై) అసలైన దేవుడు వెలశాడని కొత్త కథనాన్ని ప్రచారం చేస్తున్నారు.

హిందూవ్యతిరేక కమ్యూనిస్టులు, నాస్తికులు, సామ్రాజ్యవాద మతాలైన క్రైస్తవం, ఇస్లాం, కొన్ని విదేశీ శక్తులు, కేంద్రంలో ఉన్న భాజపాను పడగొట్టాలనుకొంటున్న అధికార లాలస మదాంధశక్తులు బాహాటంగా కొన్ని, చాప క్రింది నీళ్లలా అన్ని ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాయి.

ఇల్లు ఎంత పెద్దది అన్నది ముఖ్యం కాదు. . . .

2011లో వచ్చిన **దిబ్రేకింగ్ ఇండియా** గ్రంథం ఈ దేశం 7 ముస్లిందేశాలుగా, 7 క్రిష్టియన్ దేశాలుగా విడిపోతుంది అని జోస్యం చెప్పింది. అయ్యప్ప స్వామి పేరిట అల్లర్లు, కాశ్మీర్ కల్లోలం, బంగ్లా చొరబాటుదార్లు, రోహింగ్యాలు దేశంలోకి చొచ్చుకురావడం, జిహాది విస్ఫోటనాలు, పొరుగుదేశాల ఆక్రమణలు, సంతృప్తీకరణ విధానంలోకి రావాలని ఆలోచించే వారు . . . ఇన్ని ఇన్ని ఇన్ని చూస్తుంటే దేశం విచ్ఛిన్నమవుతుందా ! అనిపిస్తుంది. ప్రజాస్వామ్యం చచ్చి రెండు నిరంకుశమతవాద దేశాలుగా దేశం చీలిపోతుందా అని భయం కలుగుతుంది ! ఇక ఏం చేద్దాం ! ఆలోచించండి !

- ఆచార్య కసిరెడ్డి
98669 56250

"ఓం" ఈ పదాన్ని పలికే శబ్దమే చాలు, ఒక వ్యక్తి చుట్టు ఉన్న వాతావరణాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. సానుకూల స్పందన కలుగచేస్తుంది

★ ★ ★

ఎదురు దెబ్బ తగిలినప్పుడు, తొందరపడకు. కాసేపు ఆగి ఆలోచించు. జీవితం నాకేదో నేర్పడానికి ప్రయత్నిస్తుందని గ్రహించు

★ ★ ★

చేసేది మంచి పని అయినప్పుడు భయం ఎప్పుడూ ఆమడ దూరంలో ఉంటుంది, చివరికి ఆచూకీ లేకుండా పోతుంది

ఇంట్లో ఎంత సంతోషంగా ఉన్నామనేది ముఖ్యం

హిందూ ధర్మ సమగ్ర స్వరూపం
(ALL ABOUT HINDUISM)

ఆరో అధ్యాయం

(గత సంచిక తరువాయి)

హిందూ ఆచారాలు

- శ్రీ స్వామి శివానంద

ఐదు యజ్ఞాలు

ఋషులు, దేవతలు, పితృదేవతలు, సర్వభూతాలు, అతిథులు – వీళ్ళంతా గృహస్థుల నుంచి సహాయం ఆశిస్తారు. అందుకే ప్రతి గృహస్థు పంచయజ్ఞాలను ప్రతిదినం విధిగా నిర్వహించాలి. శాస్త్రాధ్యయనం, బోధన చేయడం బ్రహ్మ యజ్ఞం. తర్పణం వదలడం, శ్రాద్ధం పెట్టడం పితృ యజ్ఞం. హోమం చేసి అగ్ని దేవుడికి హవిస్సులను అర్పించడం దేవయజ్ఞం. అన్ని జీవరాసులకు ఆహారం అందించడం భూతయజ్ఞం. అతిథులకు మర్యాదచేయడం మనుష్యయజ్ఞం లేదా అతిథియజ్ఞం.

బ్రహ్మ యజ్ఞం లేదా ఋషి యజ్ఞం

ప్రతి మనిషి ప్రతి రోజూ వేదాధ్యయనం చేయాలి. తన జ్ఞానాన్ని ఇతరులతో పంచుకోవాలి. ఇదే బ్రహ్మయజ్ఞం లేదా ఋషియజ్ఞం. ఈ విధంగా చేయడంవల్ల ఋషిరుణాన్ని తీర్చుకుంటాడు.

దేవయజ్ఞం

శ్రీకృష్ణ భగవానుడు భగవద్గీతలో ఇలా అంటాడు. “కల్పారంభంలో సృష్టికర్త అయిన బ్రహ్మదేవుడు యజ్ఞ సహితంగా మానవులను సృష్టించి ఇలా పలికాడు – మీరు ఈ యజ్ఞాల ద్వారా వృద్ధి చెందుతారుగాక! మీ కోరికలన్నీ తీరాలిగాక! ఈ యజ్ఞాల ద్వారా మీరు దేవతలను తృప్తిపరుస్తారు. ఆ దేవతలు మిమ్మల్ని అనుగ్రహిస్తారు. పరమశ్రేయస్సును పొందుతారు. యజ్ఞాల ద్వారా సంతృప్తి పొందిన దేవతలు మీకు అయాచితంగానే

మంచి పనిని మించిన పూజ లేదు. మానవత్వాన్ని మించిన సంపద లేదు

ఇష్టమైనభోగాలను ప్రసాదించి మీ కోర్కెలు తీరుస్తారు. దేవతలు అనుగ్రహించిన భోగాలను వారికి నివేదన చేయకుండా తానే అనుభవించే వాడు నిజంగా దొంగే. యజ్ఞప్రసాదాన్ని స్వీకరించే సత్పురుషులు పాపాల నుంచి విముక్తి పొందుతారు. తమ శరీరపోషణకు మాత్రమే ఆహారం వండుకొనేవాళ్ళు పాపాత్ములు, వారు పాపాన్నే భుజిస్తారు". మనువు ఇలా అంటాడు. **"మానవుడు నిరంతరం వేదాధ్యయనంలోనూ, దేవతాకర్మలలోను నిమగ్నం కావాలి. వేద కర్మలను ఆచరించేవాడు చరాచరప్రపంచాలకు ఆధారమవుతాడు".** ఈ యజ్ఞాలు దైవ సంకల్పానికి అనుగుణంగా జీవితచక్రాన్ని త్రిప్పి మానవుడి వికాసానికి, లోక కళ్యాణానికి దోహదపడతాయి.

పితృ యజ్ఞం - భూత యజ్ఞం

పితృదేవతలకు సక్రమంగా తర్పణాలు వదలడం, శ్రాద్ధ కర్మలు చేయడం పితృ యజ్ఞం. గోవులు, కుక్కలు, పక్షులు, చేపల లాంటి జీవరాసులకు ఆహారం అందీయడం భూత యజ్ఞం.

మనుష్య యజ్ఞం

పేదలకు భోజనం పెట్టడం మనుష్య యజ్ఞం. ఆకలితో వున్న వారికి ఆహారం, అర్ధనగ్నంగా వున్న వారికి వస్త్రాలు, ఇల్లు లేని వారికి ఆసరా కల్పించడం, బాధితులను ఓదార్చడం మొదలైన కార్యాలు మనుష్యయజ్ఞాలు. మానవాళి దుఃఖాలను దూరం చేయడానికి చేసే సేవ మనుష్యయజ్ఞం. అతిథికి భోజనంపెట్టడం కూడా మనుష్య యజ్ఞమే.

పంచమహా యజ్ఞాల వల్ల ప్రయోజనాలు

దయాదాక్షిణ్యాలు, సానుభూతి కలిగి వున్న ఈ సంస్కారాలను ప్రతిదినం నిర్వహించడంవల్ల మనిషి హృదయంలో కరుణ అభివృద్ధి చెందుతుంది. ద్వేషం అంతరించిపోతుంది. అహంకారంతో కరుడుగట్టిన హృదయం సున్నితంగా మారుతుంది. విశ్వప్రేమ అలవడుతుంది. హృదయం విశాలమవుతుంది. జీవితం పట్ల విశాలదృక్పథం ఏర్పడుతుంది. అన్ని జీవరాసుల్లో ఏకత్వాన్ని అనుభవించే ప్రయత్నం చేస్తాడు. స్వార్థం, అహంకారం వల్ల కలిగిన అభావం క్రమంగా సన్నబడి అంతరించి పోతుంది. ఇతరులను సంతోష పెట్టడం వల్ల, ఇతరులకు సేవ చేయడంవల్ల, ఇతరులకు సహాయం చేయడంవల్ల, ఇతరుల బాధలను తొలగించడంవల్ల, తనకు వున్న దాన్ని ఇతరులతో పంచుకోవడంవల్ల తనకు అమితమైన సంతోషం కలుగుతుందని అర్థం చేసుకుంటాడు. ప్రతిదినం ఈ గొప్ప

కష్టం అందరికి శత్రువే, కానీ, చిరునవ్వుతో స్వీకరిస్తే సుఖమై నిన్ను ప్రేమిస్తుంది

పంచమహాయజ్ఞాలను అచరించడంవల్ల తన పైవారితోను, తనతో సమానమైనవారితోను, తనకన్నా క్రిందివారితోను సహృదయంతో వ్యవహరించే పద్ధతులను అలవర్చుకుంటాడు.

మానవుడికి ప్రత్యేకమైన అస్తిత్వం లేదు. అతడికి ఈ ప్రపంచంతో సంబంధం వున్నది. అతడు మాలలో పూసవంటివాడు. అతడి జీవితం బాధ్యతలతో, త్యాగాలతో నిండిపోవాలి. అప్పుడే అతడు తొందరగా ఎదుగుతాడు. అప్పుడే అతడు శాశ్వతత్వపు పరమానందాన్ని అర్థం చేసుకుంటాడు. అప్పుడే అతడు జనన మరణాల చక్రం నుంచి స్వేచ్ఛపొంది అమరత్వం పొందగలుగుతాడు.

శ్రాద్ధం - తర్పణం

ఒక జీవుడు తన భౌతికశరీరాన్ని వదిలిన తర్వాత అతడి జీవాత్మకు సహాయ పడటానికి దగ్గరి బంధువులు చేసే కర్మనే శ్రాద్ధం అంటారు. భౌతికశరీరాన్ని వదిలిన జీవుణ్ణి ప్రేతఅంటారు. ఆ దశలో ఆ జీవుడికి సహాయపడటానికి చేసే శ్రాద్ధకర్మను ప్రేతకర్మ అని అంటారు.

దేహాన్ని వదలిన ఆత్మలకు తర్పణం, శ్రాద్ధ కర్మలు ఎలా లాభం చేకూరుస్తాయి? నియమిత సమయంలో, నియమిత స్థలంలో శ్రద్ధాభక్తులతో పాత్రులైన బ్రాహ్మణులకు దక్షిణలు, దానాలు అందజేయడమే శ్రాద్ధం. శ్రాద్ధం పితృదేవతలను తృప్తిపరుస్తుంది. కుమారుడు పదహారు శ్రాద్ధాలు పెట్టి, తన తండ్రి పితృదేవతలను చేరి వారితో అనందంగా వుండడంలో సహాయం చేస్తాడు. కొడుకు తన తండ్రికి సపిండీకరణం చేయాలి. శ్రాద్ధతర్పణాల వల్ల పితృలోకానికి ప్రయాణం చేస్తున్న జీవాత్మకు ఆకలిదప్పులు తీరుతాయి. నరకానికి వెళ్ళిన ఆత్మలు ఆకలి, దప్పులతో ఎంతో బాధపడతాయి. శ్రాద్ధకర్మ చేసి అన్నం, జలంతో తర్పణం వల్ల ఆ బాధలు తొలిగి పోతాయి. అందుకే శ్రాద్ధం పెట్టడం అనివార్యం. స్వర్గంలో ఉన్న వారు కూడా శ్రాద్ధకర్మలవల్ల తృప్తి, శక్తి, ఆరోగ్యం పొందుతారు.

దహనం వల్ల ప్రయోజనం

మృతి చెందిన శరీరాన్ని దహనం చేయడం చాలా ఉత్తమమైన పద్ధతి. దేహాన్ని వదలిన ఆత్మకు ఎంతో లాభం కలుగుతుంది. దేహాన్ని దహన సంస్కారం చేయకుంటే జీవుడికి ఈ ప్రపంచంతో బంధం కొనసాగుతుంది. మోహంవల్ల ఆ దేహంతో వున్న బంధంవల్ల జీవుడు ఆ దేహంచుట్టూ తిరుగుతూ వుంటాడు. దేవలోకాలకు చేసే ప్రయాణంలో ఆటంకం ఏర్పడుతుంది. మంత్రోచ్చారణవల్ల కలిగే తరంగాలతో, జలంతో వదిలే తర్పణాలతో ఆ జీవుడికి శాంతి లభిస్తుంది. సపిండీకరణకర్మ వల్ల జీవుడు ప్రేతలోకం నుంచి పితృలోకానికి

ఆలోచనల అవసరం లేకుండా వాస్తవాలు గ్రహించగలం . . .

చేసే ప్రయాణం సులభమవుతుంది. అక్కడ పితరుల జాబితాలో చేరిపోతాడు. కుమారుడుతన తండ్రి చితికి నిప్పుపెట్టే ముందు తండ్రి దేహం చుట్టూ మూడు సార్లు ప్రదక్షిణం చేస్తాడు. "ఇక్కడి నుండి వెళ్ళిపో" అనే అర్థం వచ్చే మంత్రాన్ని పఠిస్తాడు. మరుసటి రోజు అస్తికలను ప్రోగుచేసి నదిలో సంచయనం చేస్తారు. స్తోమత వున్నవాళ్ళు బెనారస్ కాని హరిద్వార్ కాని వెళ్ళి గంగానదిలో కలుపుతారు. ఎవరి అస్థికలను గంగానదిలో కలుపుతారో ఆ ఆత్మ ఆధ్యాత్మిక ప్రకాశం, తేజస్సులో ఉన్నతస్థాయికి చేరి చివరకు ముక్తి పొందుతుందని ప్రగాఢవిశ్వాసం.

పితృదేవతలు - రెండు వర్గాలు

మరణించిన మరుక్షణం జీవుడు అగ్ని, వాయువు, ఆకాశంతో ఏర్పడ్డ అతి వాహిక దేహాన్ని పొందుతాడు. ఆ తర్వాత ఈ లోకంలో ఎన్నో పాపాలు చేసిన ఫలితంగా నరకంలో దండనను అనుభవించడానికి యాతనదేహాన్ని ధరిస్తాడు. ఈ లోకంలో జీవించివున్నప్పుడు ధర్మకార్యాలు చేస్తే స్వర్గంలో స్వర్గసుఖాలు అనుభవించడానికి దేవతాశరీరాన్ని ధరిస్తాడు. యాతనదేహంలో వాయుతత్వం ప్రబలంగా వుంటే దేవతా శరీరంలో అగ్నితత్వం ప్రబలంగా వుంటుంది. జీవుడు పితృలోకానికి చేరడానికి ఒక సంవత్సరకాలం పడుతుంది. పితృదేవతల్లో రెండు వర్గాలున్నాయి. దేవతా పితృదేవతలు, మానవ పితృదేవతలు. దేవతాపితృదేవతలు పితృలోకానికి అధిపతులు. మానవపితృ దేవతలు చనిపోయిన తర్వాత అక్కడికి చేరుకుంటారు. బ్రహ్మ అందరికీ పితామహుడు. ఆది సృష్టికర్తలైన కశ్యపుడు మొదలైన ప్రజాపతులు కూడా పితృదేవతలే. పితృలోకాన్ని భువర్లోకం అని కూడా పిలుస్తారు.

పితృదేవతలు అన్న పదం వంశంలో తమ ముందుతరాన్ని సూచిస్తుంది. ఉదా॥ తండ్రి, తల్లి. శ్రాద్ధకర్మ మూడుతరాల పితృదేవతలకు లేదా అన్నితరాల పితృదేవతలకు చేస్తారు. తండ్రి, పితామహుడు, ప్రపితామహులకు మూడు శ్రాద్ధ పిండాలు సమర్పిస్తారు. శ్రాద్ధకర్మల్లో ఇద్దరు బ్రాహ్మణులకు భోజనం పెడతారు. పరస్పరం ఆహారం ఇచ్చి పుచ్చుకోవడంవల్ల ఏడుతరాల పితృదేవతలు ప్రభావితులౌతారు.

పితృపక్షం - మహాలయ అమావాస్య

ఆశ్వియుజమాసంలో వుండే కృష్ణపక్షాన్ని పితృపక్షం అంటారు. అది పితృదేవతలకు తర్పణం శ్రాద్ధకర్మలు చేయడానికి అతి పవిత్రమైన పక్షం. ఆ పక్షంలో చివరిరోజైన అమావాస్య శ్రాద్ధకర్మలు చేయడానికి అతిముఖ్యమైన రోజుగా భావిస్తారు. ప్రస్తుతకాలంలో సనాతన హిందువులు ప్రతి అమావాస్య రోజు తర్పణాలు – అర్ఘ్యాలు వదులుతారు. ప్రతి సంవత్సరం

. . . కానీ వాస్తవాలు లేకుండా ఆలోచనలు రావు

సాంవత్సరీకశ్రాద్ధం పెడతారు. అయితే ఆశ్వయుజ కృష్ణ పక్షానికి ఇంత ప్రాముఖ్యత ఎందుకు? ఈ పక్షంలో ఇలాంటి కర్మలు చేయడంవల్ల ప్రత్యేక ప్రభావం వుంటుంది. యమధర్మరాజు ఇచ్చిన వరం వల్ల ఈ పక్షంలో సమర్పించిన నివేదనలన్నీ పితృదేవతలకు తొందరగా, నేరుగా చేరుకుంటాయి.

పితృపక్ష ప్రారంభం

దీనికి సంబంధించి మహాభారతంలో ఒక కథ వుంది. మహాభారతంలో మహావీరుడైన దానవీరకర్ణుడు తన తనువు చాలించిన తర్వాత ఊర్ధ్వలోకాలకెళ్ళి అక్కడ వీరులుండే స్థానాన్ని చేరాడు. ఈ లోకంలో వున్నప్పుడు అతడు చేసిన అసామాన్యమైన దానధర్మాల ఫలితానికి వేయిరెట్లు అతడికి లభించాయి. అయితే ఆ ఫలితాలన్నీ బంగారం రూపంలో వెండి రూపంలో మాత్రమే ఉన్నాయి. ఈ భూమిపై కర్ణుడు ఎన్నో దానధర్మాలు చేసినా అవన్నీ ధనం, సంపద రూపంలోనే కాని అన్న దాన రూపంలో చేయలేదు. అందుకే తన చుట్టు ఎంతో బంగారం, ధనం, సంపద వున్నా తినడానికిమాత్రం అన్నం లేదు. అతడు యమధర్మరాజును ప్రార్థించాడు. యమధర్మరాజు ప్రత్యక్షమై పధ్నాలుగురోజులు మర్త్యలోకానికి వెళ్ళి తాను ఇదివరలో ఉపేక్ష చేసిన అన్నదానం పూర్తి చేసుకొని రమ్మని వరం ఇచ్చాడు. కర్ణుడు, పద్నాలుగు రోజులు మర్త్యలోకానికి తిరిగి వచ్చి బ్రాహ్మణులకు, పేదలకు అన్నపానాదులను దానం చేశాడు. చివరిరోజు నిర్దేశించిన కర్మల నాచరించాడు. ఉన్నతలోకాలకు తిరిగి వచ్చిన కర్ణునికి పక్షంరోజులు మర్త్యలోకంలో చేసిన దానాల ఫలితంగా అతని అవసరాలన్నీ తీరిపోయాయి. ఇదంతా ఆశ్వీయుజమాసం కృష్ణపక్షంలో జరిగింది.

(సశేషం)

ప్రశాంతమైన సముద్రం నావికుడిని తయారు చేయలేదు. ఎత్తు పల్లాలు లేని జీవితమెప్పుడు రాటుదేలని వ్యక్తిని సృష్టించలేదు. సమస్యలు ఉన్నప్పుడే సమర్థత బయటపడుతుంది

సందేహాలు లేని శరీరానికి శాంతి ఎక్కువ

భావ పరిణతి

ప్రసాదించేవాడు

మూలం : స్వామి దయానంద సరస్వతి **సేకరణ : స్వామి సర్వవిదానంద**

(గత సంచిక తరువాయి)

"ఒకానొకప్పుడు ఇద్దరు వ్యక్తులు కలిసి ప్రయాణం చేస్తున్నారు. మధ్య దారిలో వారికి నది ఒకటి అడ్డంగా ప్రవహిస్తూ కనపడ్డది. ఇద్దరిలో ఎవరికీ ఈత రాదు. కానీ నీళ్ళెక్కువగా లేవు. ఎక్కువ లోతు లేదు. కాబట్టి నడుచుకుంటూ నది దాటుదామని నిర్ణయించుకున్నారు. నది మధ్యకు వచ్చేప్పటికి ఆకస్మిక వరద వచ్చింది. ఏం జరుగుతున్నదో అర్థమయే లోపలే తాము మునిగిపోతున్నట్లుగా తెలుసుకున్నారు. రక్షించుకునే మార్గమే లేదు. దైవాన్ని పిలవసాగారు.

"వారిలో ఒకరు హిందువు. ఎలుగెత్తి పిలువసాగారు. – "హే నారాయణ! వచ్చి రక్షించు!" – నారాయణుడతడి అరపులు విన్నాడు. రక్షించటానికి బయలుదేరాడు. కానీ నారాయణుడు వచ్చి రక్షించే లోపలే, అతడు మళ్ళీ అరవసాగాడు – ఓ సదాశివా! అనుగ్రహంతో వచ్చి రక్షించు" అన్నాడు. తనను కాదు పిలుస్తున్నది సదాశివుడిననుకొని నారాయణుడు వెనక్కి వెళ్లి పోయాడు. సదాశివుడా ప్రార్థనలు విన్నాడు, మునిగిపోతున్న ఆ వ్యక్తిని రక్షిద్దామని బయలుదేరాడు. కానీ శివుడు వచ్చే లోపలే ఆ వ్యక్తి ఆగలేక మనసు మార్చుకొని గణేశ భగవానుని పిలవసాగాడు. సహాయం కోసం శివుడు కూడా తనను కాదు గదా అని వెనుదిగాడు. గణేశ భగవానుడొచ్చి రక్షించే లోపల ఆ వ్యక్తి మునిగిపోయాడు.

"ఆ రెండవ వ్యక్తి క్రైస్తవుడు. అతడు కూడ ఎలుగెత్తి పిలిచాడు – "ఓ జీసస్! అనుగ్రహంతో వచ్చి రక్షించు! ఓ జీసస్ దయతో వచ్చి రక్షించు" – అప్పుడేం జరిగిందో చూడు! ఒక కొయ్యదుంగ నీళ్లలో తేలియాడుతూ ఇతడి దగ్గరికి వచ్చింది. అతడు దాన్ని పట్టుకొని క్షేమంగా నదిని దాటతాడు.

"అనేకమంది దేవతలుంటే ఏం జరుగుతుందో చూచావా ?" కథ చెప్పటం ముగించి, తన వాదనను నిరూపించానన్న విజయగర్వంతో నావైపు చూచాడు.

అందమైన ఉదయం ఆనంద కారణం

ఒక్క క్షణమాలోచించాను. అతడి నడిగాను – 'ఇదెప్పుడు జరిగింది'.

సమాధానం చెప్పలేక పోయాడు. నేనే అన్నాను. ఒక శుక్రవారం అపరాహ్నం 4 గంటలకు ఈ సంఘటన జరిగిందనుకుందాం. సరేనా !

సరే నన్నాడతడు. నేను చెప్పాను.

"భారతదేశంలో నీట మునుగుతున్న వ్యక్తి జీసస్‌ని పిలుస్తున్నాడు. అదే సమయంలో లండన్ వీధుల్లో కారు దుర్ఘటనలో గాయపడిన ఒక స్త్రీ "ఓ జీసస్! నన్ను రక్షించ"మని ప్రార్థిస్తున్నది. అదే సమయంలో జోహన్స్ బర్గ్‌లో ఒక వ్యక్తిని దుండగులు కత్తితో బెదిరిస్తున్నారు. అతడు గూడా ప్రార్థిస్తున్నాడు. "ఓ జీసస్! నాకు సహాయం చేయ"మని. అదే క్షణంలో న్యూయార్క్ నగరంలోని ఒక ఆసుపత్రిలో ప్రసవ వేదననుభవిస్తున్న ఒక స్త్రీ "జీసస్! నాకు సహాయం చేయ"మని అర్థిస్తున్నది.

"ఇప్పుడు చెప్పండి, జీసస్ ఎక్కడికి వెళతాడు? వీరందరూ నిష్ఠ ఉన్న క్రైస్తవులే. జీసస్ వీరిలో ఎవరి వద్దకు వెళ్ళినా, మిగిలిన వారి నెవరు చూచుకుంటారు. మమ్ములను చూడండి. మా హిందువుల కా సమస్యే లేదు. మా దేవతలు చేయవలసిన వాటిని పంచుకుంటారు – "నారాయణా నీవక్కడికి పో, గణేశ నీ విక్కడ చూచుకో".

నా తర్కం ఆ వ్యక్తి తర్కం కంటె గొప్పదేమీ కాదని నేనొప్పుకుంటాను. కానీ అతడి నోరు మూయించటాని కది చాలు. అతడి అదృష్టం బాగుంది. ఆ నిముషంలోనై రైలు ఒక స్టేషన్‌లో ఆగింది. త్వరగా లేచి దిగిపోయాడతడు.

ఇదంతా పేలవంగా హాస్యాస్పదంగా ఉంటుంది. మనం అనేకమంది దేవతలను పూజించం. ఒక భగవానుని కూడా మనమారాధించం. ఈశ్వరుని మాత్రమే పూజిస్తాం. వివిధ నామములతో వివిధ రూపాలలో కేవలం ఈశ్వరుని మాత్రమే మనం కొలుస్తుంటాం. ప్రతి గుణము, ప్రతి అంశం ఒక దేవత అవుతుంది. ఇదీ పరిణతి చెందిన వ్యక్తికుండే ఈశ్వరుని గురించిన అవగాహన.

సంస్కృతి ఈ దృష్టిని - అవగాహనను ప్రతిబింబిస్తుంది

ఇది అర్థమైతే, భారతీయ సంస్కృతి మత సంప్రదాయములు ఈ దృష్టి – అవగాహనపై ఎలా ఆధారపడి ఉన్నాయో మనం చూడవచ్చు. ఉదాహరణకు మనం ఒకరినొకరు కలిసినప్పుడు

మనసు ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలతో జతచేసి స్వాధీనం చేసుకున్నప్పుడే . . .

పరామర్శించుకునే ముందు 'నమస్తే' అనంటాము. రెండు చేతులు మడిచి ఒక భంగిమలో దగ్గరకు చేరుస్తాము. ప్రతి చేయి రెండవ దానికంటె భిన్నం. కుడి ఎడమ కాదు, ఎడమ కుడి కాదు. కానీ కుడి నేనే, ఎడమ కూడా నేనే. అదే విధంగా నీవు కూడ భగవానుడివే. నేను కూడా భగవానుడనే. కనుక నేను నీకు భగవానుని గుర్తు చేస్తున్నాను. నీవు నాకు భగవానుని గుర్తు చేస్తున్నావు. ఇద్దరము చైతన్యమవంతులమే కనుక.

ఈ దేహాన్ని దేవాలయంగా చూస్తారు. కనుక నేను స్నానం చేసినప్పుడు, అది కేవలం దేహాన్ని శుభ్రం చేసుకోవటమే కాదు, భగవానుడికి స్నానం చేయించటం కూడా. నుదటి పై బొట్టు కూడ భగవానుడి కొక పూజయే. కేవలం అలంకారం కోసమో లేక అందం కోసమో కాదు. నుదుటి పైన, శరీరం పైన విభూతి కూడా చైతన్యవంతుడైన భాగవానునకొక విధమైన భాగవానునకొక విధమైన ఆరాధనే. నాలోని చైతన్యము, నాలోని మనస్సు ప్రాణము, ఇంద్రియములు, ఇవన్నీ భగవానుడే. భగవద్గీతలో భగవానుడు చెప్తాడు – మనం భుజించే ఆహారమతడే. ఉదరంలో పచనం చేసే జఠరాగ్ని అతడే. భోక్త కూడ తానే. మనజ్ఞానం, స్మృతి, సర్వము అతడి మూలంగానే. కనుక అతడి పూజలో అంతర్భాగంగా మనం చందనం, కుంకుమ ఇత్యాదులు వాడుతుంటాము. పూజలో సువాసన కలిగినవి. అందంగా ఉండేవి, మనం భగవానుని కర్పణ చేస్తాము. ఇది మన ధర్మం, మన సంస్కృతి.

అందుచేత నీవు నుదుటిపై బొట్టుతో బయటకు వచ్చినపుడు నీవు నాకు భగవానుడిని గుర్తు చేస్తావు. అలాగే నుదటిపై బొట్టుతో ఉన్న నన్ను నీవు చూచినపుడు నేను నీకీశ్వరుని గుర్తుచేస్తాను. కనుకనే మనం కలిసినప్పుడు నమస్కారం చెప్పుకుంటాం. ఈశ్వరునిగా మనలో ప్రతి ఒక్కరం నమస్కార యోగ్యులమే.

భారతీయ సంస్కృతి మత సంస్కృతి. సర్వము ఈశ్వరుడే నన్న శాస్త్ర దృష్టి నాధారం చేసుకొని మతమున్నది. ఈ అవగాహన మన నిత్యజీవితంలో వ్యక్తమవటం మనం స్ఫుటంగా చూస్తుంటాం. అర్థం చేసుకోవటానికి మనలో కొంత పరిణతి కావాలి.

మనస్సు - సమత్వం

జాగరూకతతో మెలగాలి

జీవితం పూర్ణత్వాన్ని కనుగొనటానికై ఉన్నది. జీవితంలో మన సాధనాలన్నీ విముక్తి కొరకే – అల్పత్వం నుండి విముక్తి కొరకు. వాంఛనీయునిగా, ప్రముఖునిగా, ఎదుటి వారి

. . . గురుబోధన అర్థమౌతుంది. భగవద్దర్శనం దొరుకుతుంది

దృష్టిలో యోగ్యునిగా కనబడటానికే ఎల్లవేళలా నేను పెనుగులాడుతుంటాను. నేనొక ప్రత్యేక వ్యక్తిగా నీ కళ్ళద్వారా నన్ను చూచుకోవాలని నేను గొప్ప వాడినని, అద్భుతమైన వాడినని, వందమంది మెచ్చుకోవాలని కోరుకుంటాను.

అల్పునిగా, పరిచ్ఛిన్నుడిగా, బద్ధునిగా, మర్త్యునిగా ఉండటం నుండి విముక్తి పొందాలని ప్రతి వారూ పోరాడుతున్నారు. నీవు ముక్తుడవయ్యే ఉన్నావన్నది మన శాస్త్రముల దృష్టి. నీవు బద్ధుడవనుకుంటే అది కేవలం భావన మాత్రమే. నేను ముక్తుడనేనన్నది కనుగొనవలసిన విషయం. ముక్తి నీ స్వరూపం. నీవా ముక్తిని కనుగొనాలి. నిత్య ముక్తుడనే విషయం నీవు కనుగొనటం మంచిది.

ఆ జ్ఞానం కొంత సంసిద్ధత నాశిస్తుంది. దానినే నేను భావన పరిణతి అంటున్నాను. ఏ జ్ఞానమునకైనా నీవు సంసిద్ధుడవు కావలసిన అవసరమున్నది. కాల్క్యులస్ నేర్చుకోవాలని ఒక వ్యక్తికున్నది. కానీ ఐదు, మూడు కలిపితే ఎనిమిదా లేక పదా అన్నది కూడా అతడికి తెలియదు. అతడు కాల్క్యులస్ (గణిత శాస్త్రంలోని ఒక విభాగం) నేర్చుకోలేడని కాదు. చదవాలనే కోరిక ఉన్నది. చదివే శక్తి కూడ ఉన్నది. కానీ మొదటి నుండి ఆరంభించాలి. అతడు సిద్ధమైనపుడే కాల్క్యులస్ అధ్యయనం మొదలవుతుంది.

కొంత భావ పరిణతి ఉంటే ప్రతి వారు వేదాంతాధ్యయనానికి సంసిద్ధులే. ఎందుకంటే మనం చేస్తున్నదల్లా మన అనుభవాలను విశ్లేషించటమే. మీ అందరి అనుభవాలున్నాయి. కనుక అందరూ వేదాంతాధ్యయనానికి సిద్ధంగా ఉన్నారు. కానీ కొంత భావపరిణతి ఆవశ్యకత ఉన్నది. అదే అధికారిత్వము. ఈ సంసిద్ధతే గొప్ప అనుగ్రహం. కానీ అది సహజంగా దానికదే రాదు. నీవు ప్రయత్నించి ముందుకు సాగి నీ సంసిద్ధతను చూపాల్సిన అవసరమున్నది. నీవు జాగరూకతతో మెలగాలి. జాగరూకత వహించకపోతే నీవలాగే ఉండిపోతావు.

ఈ మధ్య కాలంలో డెబ్బై వయసు దాటిన వ్యక్తి నొకతనిని కలిసాను. అతడు చెప్పాడు. "స్వామిజీ! నావరకు అంతా బాగానే ఉంది. అంటే నా కొడుకులు, కూతుళ్ళూ అందరికి వివాహములై వారి వారి జీవితాల్లో వారు స్థిరపడ్డారు. నాకు కూడా స్వంత గృహము, కారు, నౌకర్లు, చాకర్లు – అన్ని ఉన్నాయి. కానీ మానసిక శాంతి లేదు.

(సశేషం)

సహృదయంతో ఏమి ఆశించకుండా ఇతరులకు మేలు చేసినప్పుడు మీకు మంచే జరుగుతుంది. ఇది ప్రకృతి నియమం.

"దుష్టదూరా, దురాచార శమనీ" దుష్టులకు దూరంగా ఉండటం- . . .

శ్రీ రమణతత్త్వము

- శ్రీమతి బొప్పన అరుణాదేవి

ఈశ్వర సాక్షాత్కారము సాధ్యమా ?

ఇది, అవి అన్నింటిని చూస్తున్నావుగా, అట్లే అదీని; కాని ఈశ్వరుడంటే ఏమో ముందు నిర్ణయించుకో. ఈశ్వరుని అందరూ చూస్తూనే ఉన్నారు కాని చూడని వారే అవుతున్నారు. ఈశ్వరుడిని వారు ఎఱుగరు కనుక.

విగ్రహారాధన వలన చిత్తం ఏకాగ్రమౌతుంది. మోక్షమెక్కడో ఉందని, ఇక ముందెప్పుడోనని అందరూ అనుకొంటారు. అది పొరపాటు. మోక్షమంటే నీ లోపల ఉన్నదానిని తెలుసుకోవటం, దానినని ధ్యానించితే అది లభిస్తుంది. సంసారం అంటే మనస్సే. దేహమే నీవు అని భావించినంత కాలము విగ్రహారాధన తప్పదు. ఉపాసన చిత్త నిరోధానికి, ఏకాగ్రత పనికి వస్తుంది.

మానసిక జపం మంచిది. ధ్యానానికది దారితీస్తుంది. మనసు, జపము రెండూ ఏకరూపమై పూజా స్వరూపం తెలుస్తుంది. పూజిత వస్తువులో లీనం కావటమే నిక్కమైన పూజ. ఈశ్వరుడు నీకభిన్నుడనుకోవటం మొదలు పెడితే జీవేశ్వరాభేదం సిద్ధిస్తుంది.

నీ తెలివితో ప్రయత్నం కొనసాగిస్తే నీ గురువు నీకు దొరకుతాడు. గురువే నిన్ను వెతుకుతూ నీ దగ్గరికి వస్తాడు. జ్ఞానమార్గము, భక్తిమార్గము రెండూ ఒక్కటే. విచారంలాగే ప్రపత్తి ఆత్మప్రాప్తికౌతుంది. పూర్ణప్రపత్తికి ఆవల 'నేనన్న' తలపే నీకుండదు. అప్పుడు నీ సంస్కారాలన్ని క్షాళితాలై నీకు ముక్తి లభిస్తుంది. ఈ రెండు మార్గాలలోను చివరకు నీకు వ్యక్తిత్వము మిగలదు.

గాఢనిద్రలో నున్నప్పుడు పునర్జన్మలను గూర్చిగాని నీ ఇప్పటి జన్మల గూర్చిగాని ఆలోచనలు రావు. పుట్టుక బాధ గాని, ఉనికి బాధ గాని లేవు. సుఖదుఃఖాలు, లాభనష్టాలు, దేహబాధలు, అహంకార, మమకారాలు లేవు. కాబట్టి సమస్య ఎక్కడ నుండి వచ్చిందో తెలుసుకో. పరిష్కారము దాని వెంటే వుంటుంది.

... దురాచారాలను శమింపచేయడం అలవరచుకోవాలి

ఉన్న చైతన్యం ఒక్కటే. అది జాగ్రత్, స్వప్న, సుషుప్త వ్యవస్థలో మూటిలోనూ ఉంటుంది. నిద్రలో 'నేను' లేదు. మేల్కొన్నప్పుడే ఆ భావన దాని తోడనే ప్రపంచం గోచరిస్తుంది. నిద్రలో నేను ఏమయింది ? అది సహజమయిన నేను. అది శాశ్వతము. అదే చైతన్యము. మేల్కొన్నప్పటి నేను కేవలం 'అహం' భావన.

దక్షిణామూర్తి బ్రహ్మము శక్తియుతుడని కాని, కాదని కాని చెప్పలేదు. ఉండినది కేవలం నిశ్శబ్దం. మౌనం. శిష్యుల సంశయాలన్ని ఛిన్నాలైనవి. దీని అర్థమేమిటంటే నేర్వవలసింది, తర్కించవలసింది, ప్రతిపాదించవలసింది ఏమి లేదు. తాను ఉన్నాడని ప్రతి ఒక్కరికి తెలుసును. తన్ను దేహంగా భావించడంలోనే గందరగోళమంతా మొదలవుతుంది. 'నేను' పరమాత్మ నుండి జనించి, బుద్ధికి పుట్టుకనిస్తుంది. ఈ 'నేనే' దేహంగా బుద్ధికి గోచరిస్తుంది. బ్రహ్మమును బుద్ధి గ్రహించజాలదు.

గాఢనిద్రను మెలకువతో పోల్చిచూడు బేధము దేహమే. ఇది మేల్కొని ఉన్నప్పుడు మాత్రమే అగుపించేది, స్ఫురించేది. దేహస్ఫురణ గాని, ప్రపంచ స్ఫురణగాని లేకయే ఆత్మ నిలుస్తుంది. మంత్ర జపం నిరంతరంగా చేసినంత మాత్రాన ఎవరూ బ్రహ్మం కాజాలరు. బ్రహ్మము నీ ఆత్మయే. దానిని దర్శించు, బ్రహ్మము సిద్ధిస్తాడు. సాధుసంగమం చేత వారి శాంతము, ప్రశాంతత, వారి లక్షణాలు తొందరగా సాధకులకు అబ్బుతాయి.

సత్తు యొక్క విక్షేపాలనే మాయ అన్నారు. కనుక మాయ కూడా సత్పదార్థమే. శంకరులు మేధావే గాని జ్ఞాని కాదని కొందరు వాదన. మనోబలం అంటే లోకంతో సంగం త్యజించే శక్తి. జ్ఞాని సుస్థిరుడు. ఆహార నియమాలు ఆయనకు అక్కరలేదు. అన్నాదులు ఆయన్నేమి కదల్చలేవు. 'దేహమే నేను' అనుకోవడం ద్వైతము. 'దేహము తాను కాదు' అనుకోవడం అద్వైతము.

మనసును నియమించడానికి రెండు పద్ధతులున్నాయి. అసలు మనస్సు అంటే ఏమిటి అని విచారణ చేయటం. దాని వలన మనస్సు అణగిపోతుంది. ఇక రెండవది దేని మీద నయినా మనస్సును లగ్నం చేయటం దాని వలన మనస్సు నిశ్చలమవుతుంది. శరణాగతి అంటే దైవేచ్ఛకు కట్టుబడటం.

చేతలు బంధనాలు గావు. నేను కర్తనన్న భావమే బంధనాన్ని కల్పిస్తుంది. నీ జోక్యం లేకుండా ఒకే బిందువులో ఇముడుతుంది అనేది వారెఱుగరు' దీనినే పరాభక్తి అన్నారు భగవాన్.

సంతోషం అనేది ఓ ఆధ్యాత్మిక అనుభవం, ప్రతి నిమిషం ప్రేమ, . . .

సన్యసించినా 'నేను సన్యాసిని' అన్న తలంపు నిన్ను వెంటాడుతూనే ఉంది. ఇంటిలో ఉన్నా గృహస్థుగా, సన్యసించి అడవులకేగినా మనస్సు నీ వెంట వస్తుంది. తలపులన్నింటికి మూలం అహంభావన. అదే నీ శరీరాన్ని, విశ్వాన్ని కల్పించి నీవు గృహస్థుడవని, సన్యాసివని, పండితుడవని తలపిస్తోంది. అసలు ఆటంకం మనస్సు. ఇంటిలోనయినా అడవిలోనయినా దాన్ని జయించడం ముఖ్యం. మనస్సును, నిర్జించటం సన్యాసిగా వీలయినప్పుడు గృహస్థుగా మాత్రం ఎందుకు వీలుకాదు? ఏండ్ల తరబడి నిర్వికల్ప సమాధిలోనున్నా, దాన్ని వీడి వెలికిరాగానే వారికి విధించి యున్న పరిసరాలను ఎవ్వడూ తప్పించుకోలేడు. వివేక చూడామణిలో ఆచార్యుల వారు నిర్వికల్ప సమాధికన్నా సహజ సమాధి ఎంతో మేలని చెప్పారు.

ఈశ్వరుడు తాను భక్తులకు వరాలనెన్నడూ ఇవ్వలేదంటాడు. వారి వారి ప్రారబ్ధాల కనుగుణంగా వారి కోరికలు నెరవేరుతాయంటాడు. ఈశ్వరుడే ఈ విధంగా అంటే ఇంక మమిమలేమిటి?

మనుజుడు తాను కర్తననుకుంటాడు. కాని ఆ పరమశక్తి అన్నిచేస్తుంది. మానవుడు ఈశ్వరుని చేతిలో పనిముట్టు మాత్రమే. అది గ్రహించిన వాడికి అన్ని బాధలు వదిలిపోతాయి. దేవాలయాలలో శిల్పాలు శిఖరం బరువంతా తానే మోస్తున్నట్లుగా ఉంటుంది. ఆలయం గోపురం నిలిచింది దాని పునాదిపైన గోపురంలో ఒక భాగం శిల్పం. కర్త తాను అనుకునేవాడు గోపురశిల్పం వంటివాడు

శ్రుతులు పని సర్వశక్తి ఉనికిని, దానిని పొందే మార్గాన్ని తెలియచెప్పటం మాత్రమే. వాని సారం అంతే. అది బాగా జీర్ణించుకుంటే ఇతరులతో పనిలేదు.

చావెఱుగని ఆత్మను కనుగొని, ఆ మీద చచ్చి అమరుడూ, ఆనందమయుడు కావటం సరి.

నీవెప్పుడూ ఆత్మవే. మనసువు కావు. ప్రశ్నలు గుప్పించేదంతా మనస్సే; ఎప్పుడేపని జరిగినా అంతా ఆత్మ సమక్షంలోనే జరుగుతుంది. ఆత్మకు దగ్గరా దూరము లేదు.

మౌనం దాల్చినవాడు తన పరిసరాల కత్యంతం దగ్గరగా ఉంటాడు. శ్రీ దక్షిణమూర్తి మౌనం నల్గురు ఋషులను చిన్న సంశయులను చేసింది. మౌనశక్తి అంతటిది.

(సశేషం)

. . . దయ, దాక్షిణ్యం కృతజ్ఞతా భావంతో కూడినటువంటిది

సందేశ భారతి

ధ్యానం - ఓ విహంగ వీక్షణం

ఆంగ్లమూలం - స్వామి శివానంద **- తిప్పరాజు కొండల్‌రావు**

భగవత్సాక్షాత్కారము సాధించడానికి ధార్మిక జీవనం గడపడం మాత్రమే సరిపోదు. మనస్సును నిగ్రహించి ఏకాగ్రత సాధించడం చాలా అవసరం. ఓ సదాచార, ధార్మిక జీవనం ఏకాగ్రత సాధించడానికి, ధ్యానం చేయడానికి మనస్సును ఒక సమర్థవంతమైన ఉపకరణంగా తీర్చిదిద్దడానికి సహకరిస్తుంది. అయితే ధారణ, ధ్యానం మాత్రమే క్రమంగా భగవత్సాక్షాత్కారానికి దారితీస్తాయి. ధ్యానం యొక్క సహకారంలేనిదే ఆత్మజ్ఞానం పొందలేము, దివ్యస్థితికి చేరలేము. ధ్యానంలేనిదే మనోబంధాల నుండి విముక్తిపొంది శాశ్వతత్వాన్ని చేరలేము.

ధ్యానం మోక్షసాధనకు రహదారి. భువినుండి దివికి, అసత్యం నుండి సత్యానికి, అంధకారం నుండి ప్రకాశంలోనికి, దుఃఖంనుండి పరమానందానికి, అశాంతి నుండి శాంతికి, అజ్ఞానం నుండి జ్ఞానానికి, అనిత్యం నుండి అమరత్వానికి చేర్చే గుప్తసోపానం – ధ్యానం.

ధ్యానం అంటే ఏమిటి ?

నిరంతరం భగవత్ చైతన్యభావ ప్రవాహం కలిగి ఉండటమే ధ్యానం. మనస్సు నుండి అన్ని లౌకిక ఆలోచనలను మూసివేయడమే ధ్యానం. మనస్సు దివ్యమైన ఆలోచనలతో, దివ్యప్రకాశంతో, దివ్యసముఖంతో పూర్ణంగా నిండి ఉండడమే ధ్యానం. పతంజలి మహర్షి ప్రవచించిన యోగ సాధన సోపానంలో ఏడవమెట్టు ధ్యానం. యోగులు దీన్ని "ధ్యానం" అంటారు. జ్ఞానులు దీనినే "నిధిధ్యాసన" అంటే భక్తులు దీన్ని "భజన"గా వ్యవహరిస్తారు.

మీ శరీరాన్ని మరచిపోండి, మీ పరిసరాలను మరచిపోండి. మరుపు గొప్ప సాధన. ధ్యానంలో ఎంతో సహకరిస్తుంది. భగవంతుణ్ణి చేరే ప్రక్రియను సులభతరం చేస్తుంది. భగవంతుణ్ణి జ్ఞాపకం చేసుకుంటే మిగతా విషయాలన్నింటినీ మరచిపోవచ్చు.

"నిన్ను నీవు శూన్యంగా మార్చుకో; నేను నిన్ను పరిపూర్ణున్ని చేస్తాను" అంటాడు ఏసు క్రీస్తు. పతంజలి మహర్షి తమ యోగ శాస్త్రంలో ఈ విధంగా తెలియజేస్తారు. "అన్ని మనో

ఒక్కోసారి కన్నీరు కూడా మేలే చేస్తుంది. . . .

ధర్మాలను నిర్మూలించడమే యోగా". అయితే మనస్సును ఖాళీగా ఉంచడం చాలా కష్టతరమైన సాధన. కాని దీర్ఘకాలం తీవ్రమైన అభ్యాసంవల్ల ఇది సాధ్యమౌతుంది.

ఒక పెద్ద పట్టణంలో రాత్రివేళ 8-9 గంటలకు ఎంతో సందడి, ధ్వని వుంటాయి. 10-11 గంటల సమయంలో ఇవి కొంత తగ్గిపోతాయి. మధ్యరాత్రి 1.00 గంటకు ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. అదేవిధంగా యోగాభ్యాసం ప్రారంభదశలో మనస్సులో ఎన్నో వృత్తులు సందడి చేస్తుంటాయి. మనస్సు గందరగోళంగా, చంచలంగా వుంటుంది. క్రమంగా ఆ ఆలోచనా తరంగాలు తగ్గిపోతాయి. చివరిగా మనస్సులోని అన్ని వృత్తులు, సందడులు నియంత్రణలోనికి వస్తాయి. యోగి సంపూర్ణ ప్రశాంతతను అనుభవిస్తాడు.

ధ్యానాన్ని ఎలా అభ్యాసం చేయాలి?

ఏకాంత ప్రదేశంలో పద్మాసనం, సిద్ధాసనం లేదా సుఖాసనంలో కూర్చోండి. మీ మనోభావాలు, రాగద్వేషాలు, ఉద్రేకాల నుండి స్వేచ్ఛపొందండి. వస్తువిషయాల నుండి మీ మనస్సును దూరం చేయండి. ఇంద్రియాలను నియంత్రించండి. ఇప్పుడు మీ మనస్సు ప్రశాంతంగా, ఏకాగ్రంగా, స్వచ్ఛంగా, సూక్ష్మంగా ఉంటుంది. క్రమశిక్షణ పొందిన మనస్సనే ఉపకరణంతో ఆ అనంతమైన పరమాత్మపై ఏకాగ్రత వహించండి. మిగతా ఏ విషయం గురించి ఆలోచించకండి. ఎలాంటి లౌకిక ఆలోచన మీ మనస్సులోనికి చొరబడకుండా జాగ్రత్త వహించండి. ఎలాంటి భౌతిక, మానసిక సంతోషాల గురించి మీ మనస్సులోనికి ఆలోచనలు ప్రవేశించకుండా నియంత్రణ చేయండి. మనస్సు ఇలాంటి ఆలోచనలకు తావిస్తే సరైన విధంగా గట్టిగా గదమాయించండి. అప్పుడు మనస్సు భగవంతునివైపు కదులుతుంది. పవిత్రమైన గంగానది నిరంతరం సముద్రంవైపు ప్రవహించినవిధంగా మనస్సులో ఆలోచనలు భగవంతునివైపు ప్రవహించాలి. ఒక పాత్ర నుండి మరొక పాత్రలోనికి ఎడతెగకుండా ప్రవహించే తైలధారవిధంగా, గుడిగంటలు మ్రోగించినప్పుడు శ్రావ్యంగా, నిరవధికంగా చెవులకు వినిపించే మధురమైన నాదంలా మనస్సు ఎలాంటి ఆటంకాలు లేకుండా, సున్నితంగా, దృఢంగా ఏకధారగా భగవంతునివైపు ప్రవహించాలి.

మీరు ధ్యాన ప్రక్రియను ప్రారంభించేముందు మీ కళ్ళ ముందు భగవంతుడు, బ్రహ్మం యొక్క సాకారరూపం కాని, నిరాకార భావనారూపం కాని ఉంచుకోవాలి. మీరు ధ్యాన సాధనలో నూతన సాధకులైతే ధ్యానంలో కూర్చునే ముందు కొన్ని పవిత్రమైన శ్లోకాలను కాని, స్తోత్రాలను కాని, భక్తి గేయాలను కాని పది నిముషాలపాటు పఠించాలి. దీనివల్ల మీ

. . . కళ్ళకు కమ్మిన లోని మసకలను దూరం చేస్తుంది

మనస్సు ఏకాగ్రత వహించి ఉన్నతస్థితికి చేరుతుంది. లౌకిక విషయాల నుండి మనస్సు త్వరగా వెనక్కిలాగవచ్చు. మనస్సు ఎలాంటి ఆలోచన చేయకుండా కట్టడిచేసి ఒకే భావనపై కేంద్రీకృతమయ్యేలా శ్రద్ధాసక్తులతో ప్రయత్నం చేయాలి. ఆ తర్వాత నిష్ఠ ఏర్పడుతుంది. మనం అగ్నిని ఆరంభించడానికి ముందు కొన్ని కట్టెపుల్లలను, కాగితపు ముక్కలను, గడ్డిపోచలను ఒకచోట చేర్చి ప్రయత్నం చేస్తాము. అగ్ని తొందరగా ఆరిపోతుంది. మనం నోటితో ఊదికాని, గొట్టంతో ఊది కాని అగ్నిని వెలిగిస్తాము. కొంత సమయం తర్వాత అగ్ని ప్రజ్వరిల్లి ఆర్పడానికి వీలులేని దశకు చేరుతుంది. అదే విధంగా నూతన సాధకులు ధ్యాన సాధనకు ఒడిగట్టగానే వారు తొందరగా తమ పాత జీవన విధానంలోనికి జారిపోతారు. వారు తమ మనస్సును ఉన్నత స్థితికి చేర్చి మరీ, మరీ తమ లక్ష్యంపై ఏకాగ్రత వహించాలి. క్రమంగా వారి ధ్యాన సాధన దీర్ఘంగా, నిరంతరాయంగా సాగుతుంది. వారు భగవంతునిలో నిష్ఠగా నిలిచిపోతారు. ఆ తర్వాత ధ్యానం సహజ స్వభావంగా, ఒక అలవాటుగా మారిపోతుంది.

ధ్యానంలో ఏం జరుగుతుంది ?

ధ్యానంలో మెదడుపై సూక్ష్మమైన ఎత్తు పల్లాల గీత ఏర్పడుతుంది. మనస్సు నూతన ఆధ్యాత్మిక చిరు కాలువల వైపు ఎదుగుతుంది. మనస్సు, ధ్యానంలో నిలకడగా ఉన్నప్పుడు కనుగ్రుడ్లు కూడా నిలకడగా ఉంటాయి. ప్రశాంతమైన మనస్సుగల యోగి కన్నులు ప్రశాంతంగా, స్థిరంగా ఉంటాయి.

మీరు దీర్ఘమైన లోతైన మౌన ధ్యానంలో స్థిరపడినప్పుడు నాసిక ద్వారాల ద్వారా ఊపిరి ఆడటం ఆగిపోతుంది. ఊపిరితిత్తులు, ఉదరం సున్నితంగా కదులుతూ ఉంటాయి. అగాధమైన, నిరంతర ధ్యానంలో ఆలోచన ప్రక్రియ ఆగిపోతుంది. "అహం బ్రహ్మాస్మి" అన్న భావన మాత్రమే ఉంటుంది. ఈ భావన కూడా తొలగిపోయిన స్థితిలో నిర్వికల్ప సమాధి లేదా సహజ అద్వైతనిష్ఠ చోటుచేసుకుంటుంది. ఉప్పు, నీటిలో కరిగిపోయిన విధంగా సాత్విక, మనస్సు దాని ఆధారమైన మౌన బ్రహ్మంలో విలీనమవుతుంది.

ధ్యానానికి తొలి ఆవశ్యకతలు

ధ్యాన ప్రక్రియను అభ్యసించేముందు ప్రశాంతమైన స్పష్టమైన, స్వచ్ఛమైన, సూక్ష్మమైన, స్థిరమైన, తీక్షణమైన, ఏకాగ్రత కలిగిన బుద్ధి కలిగి ఉండాలి. బ్రహ్మం స్వచ్ఛం, సూక్ష్మం, దాన్ని చేరడానికి స్వచ్ఛమైన, సూక్ష్మమైన మనస్సు కలిగి ఉండాలి.

తనకు ఇష్టమైన పనిని ఎవరైనా బాగానే చేస్తారు. . . .

మీరు పచ్చికర్రను అగ్నిలో వేస్తే అది కాలదు. కాని ఎండిపోయిన కర్ర సులభంగా కాలుతుంది. తొందరగా అగ్నిలో మండుతుంది. అదేవిధంగా నూతన సాధకులు తమ మనస్సును స్వచ్ఛంగా మార్చుకుంటే వారు ధ్యానమనే అగ్నిని ప్రజ్వలింపచేయలేరు. వారు ధ్యానానికి ఉపక్రమించగానే కలలుకంటారు, నిద్రపోతారు, గాలిలో మేడలుకడతారు. అయితే జపం, సేవ, దానం, ప్రాణాయామంలాంటి ప్రక్రియల ద్వారా మనసులోని మలినాలను తొలగించగానే దీర్ఘ ధ్యానంలో నిమగ్నమౌతారు. స్వచ్ఛమైన, పరిణితి చెందిన మనస్సు తక్షణం ధ్యానాగ్నిని ప్రజ్వరిల్ల చేస్తుంది.

ధ్యానం కొరకై సర్వం సాత్వికంగా ఉండాలి. ధ్యానం చేసే స్థలం సాత్వికంగా ఉండాలి, ఆహారం సాత్వికంగా ఉండాలి. వస్త్రధారణ సాత్వికంగా ఉండాలి. సాహచర్యం సాత్వికంగా ఉండాలి, మాట సాత్వికంగా ఉండాలి. వినే శబ్దాలు సాత్వికంగా ఉండాలి. ఆలోచనా సరళి సాత్వికంగా ఉండాలి. అధ్యయనం సాత్విక అధ్యయనం కావాలి. అంతా సాత్వికంగా ఉండాలి. అప్పుడే ధ్యాన సాధనలో పురోగతి సాధ్యమవుతుంది. ముఖ్యంగా నూతన సాధకులలో ఇది ఎంతో ఆవశ్యకం.

బ్రహ్మ ముహూర్తంలో ధ్యాన సాధన చేయాలి. ధ్యానానికి ఇది ఉత్తమమైన సమయం. వేకువజాము సమయంలో మనస్సు ప్రశాంతంగా, స్పష్టంగా, స్వచ్ఛంగా ఉంటుంది. ఈ సమయంలో లౌకిక సంస్కారాలు లేకుండా తెల్ల కాగితంలా వుంటుంది మనస్సు. ఇలాంటి సమయంలో మనస్సును తలచిన విధంగా మలచడానికి, మనస్సును దివ్య ఆలోచనలతో నింపడానికి వీలుఔతుంది. ఈ సమయంలో ఒక ఆధ్యాత్మిక ప్రభావం, నిగూఢమైన మౌన వాతావరణం ఉంటుంది. ప్రాతఃసమయంలో అందరు యోగులు, ఋషులు ధ్యాన సాధనచేస్తూ తమ ఆధ్యాత్మిక తరంగాలను ప్రపంచమంతా ప్రసరింపజేస్తారు. సాధకులు ఈ సమయంలో ప్రార్థన, జపం, ఆ తర్వాత ధ్యాన సాధన చేస్తే ఎంతో లాభపడతారు. ఎలాంటి కఠినమైన పరిశ్రమ లేకుండానే మనస్సు ధ్యానావస్థలోనికి ప్రవేశిస్తుంది. ప్రతిరోజూ ప్రాతః కాలంలో నిర్ణీత సమయంలో సక్రమంగా ధ్యానం అభ్యాసం చేయండి. మీరు అప్రయత్నంగానే దీర్ఘ ధ్యానం స్థితిలోకి ప్రవేశిస్తారు.

సమశీతోష్ణ పరిస్థితులతో, ఆధ్యాత్మిక తరంగాల సౌరభంతో, శీతలంగా, ప్రశాంతంగా ఉండే ఏకాంత ప్రదేశం ధ్యాన సాధనకు చాలా అనువైన ప్రదేశం. ఉత్తర కాశీ, లక్ష్మణ ఝూలా, కన్‌ఖల్, బద్రీనారాయణ్ లాంటి స్థలాలు చాలా అనుకూలమైన ప్రదేశాలు. ధ్యానసమయంలో మెదడు వేడెక్కుతుంది కనుక మనస్సు ఏకాగ్రత సాధించడానికి ఇలాంటి ప్రదేశాలు చాలా అవసరం. గంగా, నర్మదా నదుల తీరప్రాంతాలు, హిమాలయాల ప్రకృతి సౌందర్యం, అందమైన ఉద్యానవనాలు, పూలవనాలు, దేవాలయాలు ఇలాంటి పవిత్రమైన

. . . వివేకవంతులు మాత్రమే తాము చేసే పనిని ఇష్టంగా మార్చుకుంటారు

స్థలాలు మనస్సును ఉద్దీపింపచేస్తాయి. మనస్సు ఏకాగ్రత వహించి ధ్యానం చేయడానికి చాలా అనువైన ప్రదేశాలు. ఇలాంటి ప్రదేశాలను ఎన్నుకోండి.

మనస్సు అన్ని ఉద్రేకాలకు అతీతంగా ఉన్నప్పుడే ధ్యానం చేయడం సాధ్యమౌతుంది. మీరు ధ్యాన యోగం ద్వారా, మనోనిగ్రహం ద్వారా భగవంతుణ్ణి సాక్షాత్కారం చేసుకోవాలంటే అన్ని శారీరక కార్యక్రమాలను ఆపివేయాలి. ఐదు, ఆరు సంవత్సరాల వరకు అన్ని అనుబంధాలను నిష్కర్షగా తెరచుకోవాలి. దిన పత్రిక పఠనం, స్నేహితులతో, బంధువులతో వార్తాలాపన, ఉత్తరప్రత్యుత్తరాలు పూర్తిగా నిలిపివేయాలి. ఇవి మనస్సును వ్యాకులపరచి లౌకిక భావనలను దృఢపరుస్తాయి. ఐదు, ఆరు సంవత్సరాల పాటు ఏకాంత జీవనం అనివార్యం.

కొన్ని ఉపయుక్త సూచనలు

ధ్యానంలో కళ్ళను, మెదడును అతిగా శ్రమపెట్టకండి. మనస్సుతో పోరాటం సలపకండి. ఇది పెద్ద పొరపాటు. చాలా మంది నూతన సాధకులు తొందరగా అలసిపోవడానికి ఈ పొరపాటే ముఖ్యమైన కారణం.

మనస్సును నియంత్రించడానికి తీవ్రమైన, కఠినమైన ప్రయత్నం చేయకండి. కొంతకాలం దానికి కొంత స్వేచ్ఛనివ్వండి. అటు ఇటు చంచలంగా తిరిగి అలసిపోనివ్వండి. మనస్సు ముందుగా శిక్షణలేని కోతిలా గెంతులేస్తుంది. క్రమంగా అలసిపోయి మందగిస్తుంది. అప్పుడు దాన్ని మీ లక్ష్యంలో నిలిపి వుంచడం సులభతరమవుతుంది. మనస్సులో కలిగే వివిధ ఆలోచనలను తరిమివేయడానికి తీవ్రంగా ప్రయత్నం చేయకండి. మెల్లిగా దివ్యభావనలు కలిగేలా ప్రయత్నం చేయండి. దురాలోచనలు వాటంతట అవే అదృశ్యమై పోతాయి.

ఆరు నెలల పాటు మూసి ఉన్న గదిని తెరచి శుభ్రం చేస్తుంటే అన్ని మూలల నుండి రకరకాల దుమ్ము, ధూళి వెలికి వస్తుంది. అదేవిధంగా ధ్యాన సమయంలో, యోగ ప్రభావంవల్ల, భగవంతుని అనుగ్రహంవల్ల మనోఫలకంపై ఎన్నో రకాల మలినాలు తేలి బయటపడుతూ ఉంటాయి. సత్క్రమ పద్ధతుల ద్వారా, సదాలోచనల ద్వారా, సద్గుణాల ద్వారా ఆ మలినాలను తొలగించే ప్రయత్నం చేయండి.

మీరు ప్రతిరోజు వైరాగ్యాన్ని, క్షమ, పట్టుదల, దయ, ప్రేమ, స్వచ్ఛతలాంటి సద్గుణాలను పెంపొందించుకొన్నప్పుడు మీ మనస్సులో ఒక ఆధ్యాత్మిక రహదారి ఏర్పడుతుంది. మీరు సక్రమంగా ధ్యానం చేయకుంటే; మీలోని ప్రశాంతత, సమబుద్ధి, నిష్పక్షపాతం తగ్గిపోతే, మీరు అశ్రద్ధగా, అజాగ్రత్తగా ఉంటే ఆ ఆధ్యాత్మిక రహదారి మలినమైన ఆలోచనలు, దుష్టవాసనల వరదలో కొట్టుకపోతుంది. అందుకే ధ్యానంలో క్రమాన్ని పాటించండి. సక్రమ ధ్యానం అత్యావశ్యకం.

(సశేషం)

బాంధవ్యాలను నిలుపుకోవాలంటే ఇతరులు చెప్పింది విని కాదు. . . .

మానవులారా ! ఏకత్వం వైపు ముందుకు సాగండి

- డా॥ పి. భాస్కరయోగి

హిందూమతంలోని లోపాలను ఎత్తి చూపుతూ హిందూ మతాన్ని నిందించేవారు కొందరైతే, హిందూమతంలోని సూక్ష్మాలను, లోతును పరిశీలించిన మరికొందరు హిందూమతాన్ని రక్షించారు. ఇంకొందరు హిందూమతంలో కొన్ని నమ్మకాలను పక్కనబెట్టి కొన్ని క్రొత్త భావనలను స్వీకరించి ఓ సంస్థకు శ్రీకారం చుట్టారు. అలా పుట్టుకొచ్చిందే బ్రహ్మసమాజం.

19వ శతాబ్ది ప్రారంభంలో బెంగాల్ ప్రజల్లో చదువుకొన్న కొందరు గొప్ప వ్యక్తులు, బ్రహ్మసమాజం' నడిపించారు.

The first all round reformer in India గా పేరొందిన బెంగాలీ బ్రాహ్మణుడు రాజా రామమోహనరాయ్ (1774-1831) లో బ్రహ్మ సమాజం స్థాపించాడు. 1830లో బ్రిటిషు ప్రభుత్వంతో శాసనచట్టం చేయించి 'సతి ఆచారం' అధికారికంగా నిషేధింపజేశాడు. ఈయన తర్వాత మహర్షి దేవేంద్రనాథ ఠాగూర్ (1818-1905) ఉపనిషత్తులోని కొన్ని మంత్రాలను బ్రహ్మ సమాజ సిద్ధాంతంలోకి స్వీకరించాడు. ఆ కాలంలో బ్రాహ్మణేతరులతో కలిసి భోజనం చేసిన ధీశాలి. ఆ తర్వాత కేశవచంద్రసేన్ (1838-1884) ఇందులో ఓ క్రొత్త శాఖ ఏర్పాటు చేసి కులవ్యవస్థపై తిరగబడ్డారు. వర్ణాంతర వివాహాలు ప్రోత్సహించాడు. స్త్రీల సముద్ధరణకు అనేక కార్యక్రమాలు స్థాపించాడు. అనేక విప్లవాత్మక కార్యక్రమాలకు కేశవంచంద్రసేన్ శ్రీకారం చుట్టాడు.

ఆ తర్వాత బ్రహ్మసమాజం నడిపించిన ఈశ్వరచంద్ర విద్యాసాగర్ (1820-1891) వితంతువులైన శూద్ర స్త్రీలు పునర్వివాహం చేసుకోవచ్చని పరాశర స్మృతి నుండి శ్లోకాలను ఉటంకించి పండితులమని విర్రవీగేవారి నోరు మూయించాడు.

బహుదేవతారాధన, అవతారతత్వం, గురువు ప్రాధాన్యత, విగ్రహారాదన మొదలైన వాటిని బ్రహ్మసమాజం వ్యతిరేకించింది. ఉపనిషత్తులోని నిరాకార తత్వం అంగీకరించిన బ్రహ్మ సమాజం మానవ సమాజంలో ఐక్యతను ఆకాంక్షించింది. ముఖ్యంగా కేశవచంద్రసేన్

. . . మీరు చూసిందే పరిగణనలోనికి తీసుకోవాలి

వంటి వారి ప్రభావం ఆనాటి సమాజంపై చెరగని ముద్రవేసింది. బ్రహ్మ సమాజానికి మూలస్తంభం లాంటి రాజారామమోహన్‌రాయ్ 'సతీసహగమన నిరోధక చట్టం' తేవడంలో విశేషమైన కృషి చేశారు. ఆంగ్లవిద్యను ఆహ్వానించాడు. కులపట్టింపులను నిర్మూలించడం, స్త్రీవిద్య – హక్కులు, సర్వజనులకూ సమానత్వ హక్కులు కల్పించడం, స్త్రీ వివాహ వయోపరిమితి పెంచడం వంటి విషయాల్లో బ్రహ్మ సమాజం గొప్ప కృషి చేసింది.

అద్వైత భావనతో ముందుకెళ్లిన బ్రహ్మసమాజం విద్యావంతుల్లో చాలా ప్రభావం వేసింది. స్వామి వివేకానందుడు కూడా మొదట్లో బ్రహ్మ సమాజానికి ఆకర్షితుడైనాడు కుల నిర్మూలనకు బ్రహ్మ సమాజం ప్రత్యేక ప్రయత్నం చేయకున్నా, విద్యావంతుల్లో ముఖ్యంగా అగ్రకుల విద్యావంతుల్లో కులంపట్ల మెత్తదనం ప్రదర్శించే వైఖరిని కలిగించిందని చెప్పొచ్చు. ఎందుకంటే రాజారామమోహనరాయ్ కులతత్వాన్ని వ్యతిరేకించే అశ్వఘోషుని 'వజ్రసూచి' గ్రంథం నుంచి ప్రేరణ పొంది దానిని వంగభాషలోకి అనువదించడం విశేషంగా చెప్పుకోవచ్చు.

మానవులంతా ఏకత్వం వైపు సాగాలని, పనికి రాని బంధాలలో చిక్కుకోరాదని బ్రహ్మసమాజం ఉపదేశించింది. విద్యాధికుల్లో ఉద్యమస్ఫూర్తితో ఆనాటి పరిస్థితులకు ఎదరొడ్డి అస్పృశ్యత, కులజాడ్యంపై చైతన్యం కలిగించింది. ✶

శ్లో॥ "మృతం శరీరమృత్సృజ్య కాష్టలోష్ట సమంక్షితౌ ।
విముఖా బాంధవా యాంతి ధర్మస్థ మనుగచ్ఛతీ ॥

శరీరాన్ని విడిచిపెట్టినప్పుడు ఎవరైనా నీకు తోడు వస్తారా! బంధువులు స్నేహితులు ఎవరు అనుసరించరు. అగ్నికి ఆహూతి చేసి లేదా పూడ్చి పెట్టి వెనక్కి తిరిగి చూడకుండా వెళ్ళిపోతారు. మరణం తరువాత జన్మకు, నీకు తోడు వచ్చేది నీవు చేసిన ధర్మము మాత్రమే. ధర్మాచరణపై శ్రద్ధ చూపకపోతె తరువాత నీవే పశ్చాత్తాప పడతావు. అటువంటి పరిస్థితి తెచ్చుకోవద్దు. సంపద ఆరోగ్యం ఉన్నప్పుడే ధర్మాన్ని అనుసరించు, ఆచరించు.

సేకరణ : వేదా చంద్రయ్య

నిజం చెప్పడానికి ఎంతో ధైర్యం ఉండాలి. . . .

గోవు ఆధారిత వ్యవసాయం

- ధర్మవీర

కాడి కవ్వం కదురు ఆడిన ఇంట దారిద్ర్యం ఉండదు. ఇది పెద్దలమాట – పెరుగన్నం మూట. కాడి ఆడుతుదంటే వ్యవసాయం చేస్తున్నామన్నమాట. కవ్వం ఆడుతుందంటే గో రక్షణ – గో పాలన చేస్తున్నామన్నమాట. కదురు ఆడుతుందంటే పత్తి పండించి, నూలు తీసి బట్టల తయారీకి సహకరిస్తున్నామన్నమాట.

ఈ మూడూ చేసేది వ్యవసాయదారుడే. ఈ మూడింటికి మూలం వ్యవసాయమే. వ్యవసాయానికి మూలం – భూమి గోసంపద.

భూమి దున్నేవానిదే. దున్నేవాడు కర్షకుడు (కిసాన్, రైతు) పంట బాగా రావాలంటే ఆ భూమి సారవంతమైందై ఉండాలి. సారవంతంగా ఉండాలంటే పశువులుండాలి. వ్యవసాయ భూమిలో పశువుల్ని కట్టి వేయాలి. అందువల్ల గో మూత్రం, గోవుపేడ (గోమయం) వల్ల, పశువుల కాలి తొక్కిడివల్ల భూమి సారవంతమవుతుంది; కొన్ని నేలలు గట్టిపడతాయి; మరికొన్ని నేలలు గుల్లగుల్ల అవుతాయి.

అందుకే గోవులను రక్షించాలి; పోషించాలి. గోవు పేడతో సేంద్రియ ఎరువులు చేస్తాం; పేడ, పెంట, పెంటకుప్పలు, పెంట గోతులు పొలం పక్కనే, లేదా గోశాల (కొట్టం) పక్కనే ఏర్పాటు చేసుకొంటాం. ఒక ఉద్యోగం ఎలా నిరంతరం చేస్తూ ఉంటామో, అదే విధంగా వ్యవసాయదారుని వ్యవసాయం ఎప్పుడూ కొనసాగేదే అన్నది గుర్తుంచుకోవాలి.

గోవు దూడలు (కోడెలు) వ్యవసాయానికి ఉపయోగపతాయి. గోవు పెయ్యలవల్ల పశువుల వృద్ధి జరుగుతుంది. గోవులతో కోడెలతో ఎద్దులతో పొలంలో దున్నిస్తాం. తరి పొలంలోనూ (కరిగట్టులో) దున్నిస్తాం. మోట గొట్టిస్తాం (ఇప్పుడు మోటలు లేవు) దంతె–గుంటక కొట్టిస్తాం. బంతి కట్టిస్తాం; బండ్లకు కట్టి వ్యవసాయం పనులకు ఉపయోగించుకొంటాం.

గోవులవల్ల గానీ ఇతర ఎద్దూ గేదెల (బఱ్ఱెల) వల్ల గానీ ఎన్నో లాభాలు పొందుతాం. చర్మంతో చెప్పులు, తొండెం, చెర్నాకోల, సంచులు, బేరాళ్లు, మోటపగ్గం, వార్లు (తీగెల వంటి

. . . అలాగే నిజాన్ని ఒప్పుకోవడానికి అంతకు మించిన ధైర్యం ఉండాలి

త్రాళ్లు) చేయించుకొంటాం. కొమ్ములతో కుప్పెలు, బూరాలు, దువ్వెనలు, చిన్న చిన్న పాత్రలు చేయిస్తాం; ఎముకలతో గిట్టలతో కొన్ని రకాల ఎరువులు తయారు చేస్తాం. ఇవి ఏవీ గాక పశువు శవాన్ని లోతుగా గోతి తీసి పాతిపెడితే, ఆ భూమి కొన్నేళ్లవరకు ఆ ప్రాంతంలో సారవంతంగా ఉంటుంది. మంచి పంటనిస్తుంది. అందుకే పశువును మధ్యంతరంలో గోవధశాలలకు అమ్మరాదు. అది గోహత్య క్రిందికి వస్తుంది. గోహత్య మహాపాపమన్నది అందరికీ తెలుసు. అందుకే గోహింస చేయరాదనీ సహజ మరణం వరకు పోషించాలని ప్రచారం చేయాలని పాలేకర్ తదితర ప్రకృతి సహజ వ్యవసాయ శాస్త్రవేత్తలు ప్రబోధిస్తున్నారు.

ఒక్క గోవు జీవితకాలం 25 సం॥లు. 15 సం॥లు గోవు దూడలు పెడితే, ఏడాది ఈత అయితే 15, రెండేళ్ల ఈత అయితే 8 మనకు దక్కుతాయి. ఒక్క గోవు జీవిత కాలంలో దాని సంతతి వికాసం కూడా చూచుకొంటే ఎంతవృద్ధి జరుగుతుందో చూడండి !

వ్యవసాయానికి శక్తి కావాలి; శక్తికి ఆవు పాలు కావాలి. కర్షకులు పనిచేసేప్పుడు గాయమైతే ఆవుపేడ గానీ, మూత్రం గానీ ఆ గాయం దగ్గర పూసి నయం చేసుకోవడం చూస్తూనే ఉన్నాం. అందుకే గోవులను పోషించి ప్రయోజనాలు పొందుదాం !

గోమయంతో గ్యాసు తయారవుతుంది. గ్యాసు ద్వారా విద్యుత్తు పుడుతుంది; లైట్లు వెలుగుతాయి; మిగిలిన గోబర్ను వ్యవసాయానికి ఉపయోగించుకోవచ్చు.

గోధూళివల్ల ఆస్తమారాదనీ, గోమయం బాంబులను కూడా నిష్ప్రయోజనం చేస్తుందనీ, రసాయనాల పొగలను నిలుపుతుందని, పర్యావరణాన్ని రక్షిస్తుందనీ . . ఇలా అనేక ప్రయోజనాలున్నాయని శాస్త్రజ్ఞులంటున్నారు.

ప్రకృతి శాస్త్రజ్ఞుల ఆలోచనలతో వేపాకు, గోమూత్రం, వెల్లుల్లి తదితరాలతో కీటనాశిని తయారు చేస్తున్నారు. గోమూత్రం, పేడ, మజ్జిగ, నెయ్యి, మినపపిండి, నల్లబెల్లం మొదలైన వాటితో జీవామృతం తయారుచేసి వ్యవసాయానికి ఉపయోగించే నీళ్లలోవేసి, మొక్కల మొదళ్లతోనూ వేసి పంటలు రక్షించుకొంటున్నారు. గోమూత్రంతో చేప వ్యర్థాలతో తయారయ్యే ద్రవాన్ని మీనామృతం అంటున్నారు. ఇది పంటల వికాసానికి వాడుకొంటున్నారు.

ఇలా అనేక విధాలుగా ప్రయోజనాలున్న కారణంగా గో ఆధారిత వ్యవసాయంపై ప్రచారం చేస్తున్న సుభాష్ పాలేకర్ స్ఫూర్తితో వ్యవసాయాన్ని కొనసాగిస్తున్నామని కొందరు రైతులంటున్నారు. మరి వ్యవసాయం మేంచేయలేం ! ఎటువంటి లాభాలు లేవంటున్న వారు నైరాశ్యంలో వైరాగ్యంలో పడకుండా గో ఆధారిత ప్రకృతి వ్యవసాయం వైపుగా పయనిద్దాం! పది మందికి అన్నం పెడదాం ! నాడైనా నేడైనా రైతే అన్నదాత అని నిరూపిద్దాం!

✶

మిమ్మల్ని గురించి మీరు తెలుసుకుంటే మానవులవుతారు. . . .

జాతి గీతిక

- డా॥ పర్యాద సరళ

సీ॥ భాషలో దోషాలు బాగుగా సవరించి
స్వరములన్ లోపాలు చక్కదిద్ది
శ్రుతి సుభగమ్ముల సుళువులెన్నో నేర్పి
ఉచ్చారణల జెప్పి ఊరడించి
బాల గాయకులను బహు చక్కగా దీర్చి
మంచి చెడ్డలు జెప్పు మార్గమెంచి
సాగుచుంటివి గదా ! సంగీత, సాహిత్య
ప్రతిభతో బంగారు బాటవేసి
తే॥గీ॥ యువతకెల్లను స్ఫూర్తివై యువని నిపుడు
భారతీయత రక్షించు భావమరసి
భారతీదేవి సిగమేలు బంతివనగ
మరిమళించితి పాటవై పల్లవించి
సీ॥ సభ్యతా సంస్కృతీ సంప్రదాయములన్ని
నిలుపగా నిలలోన నియమమెద్ది?
మనిషి తనముతోడ మానవుల్ బ్రతుకగా
మంచి చెడుల జూపు మార్గమెద్ది?
ఆనంద సాగరంబవనిపై నుప్పొంగ
సుఖము శాంతులనిచ్చు మఖమునెద్ది?
సంగీత సాహిత్య శాస్త్రముల్ భువిలోన
కావించు హితమైన కార్యమెద్ది?
తే॥గీ॥ జాతి జీవన రీతిని జగతితోన
కళలు జీవింపజేయవే ఘనత గూర్చి
భారతీయత ఇలలోన ప్రభలు జింద
పాడుతా తీయగా పాట పరిమళించ

✶

. . . మీలో వున్న మిమ్మల్ని గుర్తిస్తే మహనీయులౌతారు

భజన భారతి

భారతమాతకు

- నిత్యార్చన నుండి .....

పల్లవి॥ భారతమాతకు, ధర్మదేవతకు గుండెగుండెలో గుడికడదాం
పవిత్ర హైందవ ధర్మ రక్షకై పల్లె పల్లెకు పరుగెడదాం ॥ ॥భారత॥

1) చ॥ విశ్వమందు మన వేద ధర్మమును నవోత్సాహమున వినిపిద్దాం
ధర్మశాస్త్రములు మనకందించిన ఋషుల మహత్తును వివరిద్దాం
త్యాగులు, యోగులు భక్తులెందరో నడచిన బాటనే పయనిద్దాం
జ్ఞానదాయిని భరతమాతయని లోకము పొగడగ గర్విద్దాం॥ ॥భారత॥

2) చ॥ హిందువులందరు సహోదరులని ఏకకంఠమున నినదిద్దాం
మాతృసేవకై మహోత్సాహమున అందరమొకటై కదిలొద్దాం
జనజాగరణతో భరతభూమికి పరమ వైభవం సాధిద్దాం
భరతమాత సమస్త జగతిచే పూజలందుకొన వీక్షిద్దాం ॥ ॥భారత॥

3) చ॥ హిందువులను పరమతములు మింగెడి దుష్టతంత్రములు నిర్జిద్దాం
భారతభూమికి ఎల్లలు కుంగుట ఇంకసాగదని గర్జిద్దాం
దేశ సంపదను దోచు విదేశీ వర్తక తంత్రము నరికడదాం
జాతిభద్రతను చెరపజూపెడి విరోధి శక్తుల పనిబడదాం ॥ ॥భారత॥

★

కష్టాలను తప్పించుకునే వారికంటే, వాటిని అధిగమించే వారి విజయం సాధించగలరు.

- గాంధీ సూక్తుల నుండి

మంచి వాడిని పొగిడితే మరీ మంచివాడౌతాడు. . . .

హనుమాన్ చాలీసా - 21

- అను, వ్యాఖ్య : ఆచార్య కసిరెడ్డి

హిందీ : రామ దు ఆరే తుమరఖవారే ॥
హెూతన ఆజ్ఞా బిను ప్లైసారే ॥

తెలుగు : రామ ప్రభు ద్వారాన ఎపుడుండు హనుమయ్య,
నీ యాజ్ఞమరి లేక వెళ్ల లేముగదయ్య.

భావం : శ్రీరామ ప్రభువు మందిర ద్వారంలో నీవెప్పుడూ ఉంటావు. అందువల్ల నీదయకు పాత్రులు కాని వారు (నీ ఆజ్ఞలేకుండా) ఆ మందిరంలోకి ఎవరమూ వెళ్లలేము కదా !

వ్యాఖ్య : నేను శ్రీరామ చంద్రప్రభువుకు దాసాన దాసుణ్ణి (దాసోహం కోసలేంద్రస్య) అన్నారు ఆంజనేయ స్వామి. ఆ కారణంగానే ఆయన ఆ ప్రభువు ద్వారపాలకునిగా ఉంటారు. అలా ఉన్నందువల్ల ఆయన ఆజ్ఞలేకుండా, అనుమతిలేకుండా, దయలేకుండా ఎవరూ లోనికి వెళ్ళే అవకాశమేలేదు.

హనుమంతుని దయ మీదనే రామ ప్రభువు (విశ్వాత్మ) దర్శనం జరుగుతుంది. ఇక్కడ భగవంతునికి జీవునికి మధ్య ఆంజనేయస్వామి ఉన్నట్లనిపిస్తుంది. విషయం అదికాదు. భక్తుడైన హనుమంతునికి, భగవంతుడైన శ్రీరామచంద్రునికి భేదంలేదు. దాసోహం (నీదాసుణ్ణి) అన్న హనుమంతుడు సోహం (ఇద్దరొక్కరేగా) గా మారిపోయాడు. అందుకే ఎవరు భక్తులవుతారో వారు ఆంజనేయులవుతారు. ఎవరు ఆంజనేయులవుతారో వారు శ్రీరామచంద్రులవుతారు. అంటే జీవాత్మ పరమాత్మ అవుతుంది అన్నమాట. అందుకే మనం భక్తులం కావాలి. ఆ తరువాత వ్యవహారమంతా వరుసగా జరిగిపోతుంది. ✶

ఆచరణతో కూడిన జ్ఞాని జీవితం,
ఆనందమయం,
ఆదర్శనీయం ఆచరణ లేకుంటే అనర్థాలమయం.

. . . చెడ్డవాడిని పొగిడితే మరీ చెడ్డవాడౌతాడు

ప్రబోధ భారతి

జీవుడా మేలుకో!

- బ్రహ్మలీన శ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరి స్వామి

1) క్షణికమైనది జీవితంబన్నా
పరమార్థతత్త్వము, జాగుచేయక తెలిసికోరన్నా
కాలయాపన యేమి చేయక
దేనికొఱకు భీతినొందక
గురుని చెంతనుచేరి రయమున
తారకంబును తెలిసికొనుము
తత్త్వసారము తెలిసికోరన్నా
సద్గురుని చెంత, నిజము గనుగొని లాభమొందన్నా!

మానవుడు తనకున్న అల్పకాల పరిమితిలో భౌతికసంపదలను, లౌకిక కీర్తిని బడయుటకే యత్నించుచున్నాడు. గాని, ధైర్యవంతుడై పరమార్థతత్త్వము నెఱుగుటకు కృషి చేయుటలేదు. జీవితము క్షణికము. చంచలము మరియు ఏ నిముషమున ఏమి జరుగునో– అను విషయము తెలియక మనుజుడు ధనాదుల సంపాదనయందే, భోగ్యవస్తువులను పొందుటయందే కాలయాపన చేయుచున్నాడు. ఎంతటి అవివేకము?

బాల్యకాలమంతయు ఆటపాటలందు, యౌవనమంతయు కుటుంబ వ్యవహార మందు, వృద్ధాప్యమంతయు చింతలతోను, వ్యాధులతోను గడచిపోవ జీవితమున మానవుడు ఏమి సాధించినట్లు ? ఆహారనిద్రాభయమైథునములతో కాలము గడుపు పశువుల కంటే అతడేమి గొప్ప ఘనకార్యము సాధించినట్లు? బాల్యవయవ్వనములందే, శరీరము ఆరోగ్యముగ ఉన్నప్పుడే, ఇంద్రియములు శక్తివంతముగ ఉన్నప్పుడే జన్మలక్ష్యమగు ఆత్మసాక్షాత్కారము కొరకు పాటుపడవలెను. యుక్తాహార విహారాదులను సలుపుచు, సద్గురుని చెంత తారకంబును తెలుసుకొని, యమనియమాది సాధనలను ఒనరించుచు, పరమార్థ సత్యమును కనుగొనవలెను. ఆత్మను, దైవమును అనుభూతమొనర్చుకొని, జీవన్ముక్తుడై జన్మసాఫల్యత నొందవలెను.

మీ చిరునవ్వుకు ఎదురు చూసేవారిని తృప్తిపరచండి. . . .

2) దివ్యమంత్రము జపము చేయన్నా
పరమాత్మ కృపచే సాధనంబులు సులువు అగునన్నా
దివ్యమంత్రపు మహిమచేత
పాపమంతయు భస్మమగును
పాపరాశి తొలగకుండిన
జ్ఞానమేమియు కలుగకుండును
తత్త్వసారము తెలిసికోరన్నా
సద్గురుని చెంత, నిజము గనుగొని లాభమొందన్నా !

మానవుడు నిరంతరము దేనిని గురించి ఆలోచించుచుండునో, దేనిని గురించి అన్వేషించుచుండునో, దేనిని గురించి నిరంతరము ప్రయత్నించుచుండునో అద్దానిచే అతడు పొందును. నశ్వరములు, కాలాధీనములు అగు ప్రాపంచిక వస్తువులకొరకే అతడు దృఢయత్నము గావించుచో వాటినే అతడు పొందును. అట్లుకాక శాశ్వతము, సనాతనము, అనంతానంద దాయకము అగు ఆత్మను గూర్చి, బ్రహ్మమును గూర్చి శ్రవణమననాదులను సలుపుచో పరమాత్మనే అతడు బడయును.

వివేకవంతుడగు నరుడు నిత్యమైన పూర్ణశాంతిప్రదాయకమైన ఆత్మనే కోరుకొనునుగాని, ధనబంధ్వాది దృశ్యవస్తువులనుకాదు. పరమాత్మ ప్రాప్తికై మనుజుడు నిత్యము భగవన్నామ మును, దివ్యమంత్రమును జపించవలెను. "జపతో నాస్తిపాతకమ్" అనునట్లు నిరంతర జనసాధనచే, దైవానుగ్రహుచే అతనిసాధన యంతయు సులభమగును. అచిరకాలములోనే పాపనాశము, చిత్తశుద్ధి కలుగును. హృదయగ్రంథులు వీడిపోవును. జ్ఞానోదయమై అతనికి స్వస్వరూప సాక్షాత్కారము. మహదానందప్రాప్తి లభ్యమగును. దివ్యమంత్ర జపమువలన జనులు సాక్షాత్ దైవస్వరూపులై వెలయగలరు. ✶

ఎక్కడ ఉత్తమమైన క్రమశిక్షణ ఉంటుందో
అక్కడ స్వతంత్రం పరిఢవిల్లుతుంది.

– గాంధీ సూక్తుల నుండి

. . . అది ఆశించిశ్రీన వాడికి ఓ ఝలక్ ఇవ్వండి

నారాయణీయ సంక్షిప్త వివరణము

(గత సంచిక తరువాయి) - **శ్రీమతి హేమలతా బాలసుబ్రహ్మణ్యం**

70) ఒకప్పుడు కృష్ణరూపధారియైన భగవంతుడు తన తండ్రియైన నందుని సుదర్శునుడనే అసురుడు కొండచిలువ రూపముతో వచ్చి మ్రింగుచుండగా ఆ కొంచ చిలువను తను పాదములతో స్పృశించి దానికి శాపవిమోచనముగావించి దాని బారి నుండి తండ్రిని విడిపించెన. ఇదేవిధముగా ఒకనాడు శంఖచూడుడనే అసురుడు ఒక యాదవ కన్యను అపహరించగా వానిని సంహరించి ఆ కన్యను రక్షించెను. మరియొక దినము కంసుని భృత్యుడొకడు వృషభరూపమును (అతని పేరు అరిష్టాసురుడు) ధరించి గోవుల మందలో ప్రవేశించి గోపాలకులను బెదరగొట్టి భగవంతునికభిముఖముగా రాగా, అతని కొమ్ములను చీల్చిచంపెను (ఇది సుదర్శన శాపవిమోచనము, శంఖచూడ–వృషభాసురల సంహారము).

71) కేశి, వ్యోమాసురలవధ – ఇలాగే ఒకసారి కంసుని అనుచరుడైన కేశియను రాక్షసుడు కృష్ణరూపధారియైన భగవంతుని హతమొనర్చుటకై కంసుని ప్రేరణతో అశ్వరూపధారియై తన సకిలింపులతో త్రిలోకములను భయపెట్టుచూ, కృష్ణుని పాదతాడనము (తన్నుటకు) చేయుటకుపక్రమించగా దండములాంటి, తన బాహువులను అతన నోటియందు గ్రుచ్చగా, అతడు శ్వాస ఆడలేకమరణించి తుదకు భగవంతునియందు ఐక్యమొందెను. ఇదేవిధముగా మయాసురుని పుత్రుడైన వ్యోమాసురుడు అనే రాక్షసుడు గోపాలురనందరిని ఒక పర్వత గుహలో దాచి పెట్టగా దానిని తెలుసుకున్న భగవంతుడు ఆ రాక్షసుని సంహరించి వారనందరిని విడిపించెను.

72) అక్రూరుడు గోకులమునకు వచ్చుట – కంసుడు ధనుర్యాగ వ్యాజిమున బలరామకృష్ణులను కూడ తీసుకురమ్మని కృష్ణభక్తుడైన అక్రూరుని గోకులమునకు పంపెను. పరమభక్తుడు దాసానుదాసుడైన అక్రూరుడు భగవంతుని పాదస్పర్శచేత క్రీడలచేత పావనమైన బృందావనమునుచేరి పవిత్రమైన భగవంతుని శరీరస్పర్శచేత పులకాంకితుడై ఆనందసాగరములో మునిగిపోయెను.

... శూన్యం ఉండదు. సవాళ్ళే మనిషికి పరిష్కారాన్నిస్తాయి

73) అక్రూరుడుగాంచిన దివ్యదర్శనము – భగవంతుడైన శ్రీకృష్ణుడు తన అవతార ప్రయోజనము సమీపించినదని తెలుసుకొని సోదరుడైన బలరామునితో మధురకు బయలుదేరగా తమ తమ ఫలసిద్ధియైన భగవద్రూపుడైన శ్రీకృష్ణ వియోగమును భరించలేని గోకులవాసులు విలపించగా అదేవిధముగా అంగారముచేత తప్తమైన హృదయబాధతో గోపికలు తపించగా వీరి బాధలను గాంచిన భగవంతుడు వారందరిని ఓదార్చి వారందరి నుండి అనుజ్ఞను పొంది బయలుదేరగా అప్పుడు యమునానదిలో సంధ్యావందనాది కార్యములను తీర్చుకొనుటకై సోదరద్వయమును రథమునందే వుండమని చెప్పి అక్రూరుడు నదిలో దిగి భగవంతుని కృష్ణ బలరాములను చూచెను. వెంటనే అతడు రథము వైపు తిరగి చూడగా రథస్థులగు శ్రీకృష్ణ బలరాములను చూచెను. మరల నదిలో చూడగా అందులో సమస్త దేవతలు, సిద్ధ, విద్యాధరాది, దేవగణాలతో పరివేష్టించియున్న శంఖ, చక్రగదా పద్మములతో ఆదిశేషునిపై పవళించియున్న ఆ పరమపురుషుని చూసి ఆయన సర్వవ్యాపకత్వమును తెలుసుకొని పులకాంకురములతో రథము వద్దకు వచ్చెను.

74) మధురానగర ప్రవేశము – ఎప్పుడైతే కృష్ణరూపధారియైన భగవంతుడు తన సోదరుడైన బలరామునితో సహ తన పవిత్రపాదస్పర్శతో మధురానగరి రాజమార్గమును పునీతము చేసెనో అప్పుడు అచ్చటి స్త్రీలు ఆయనను గాంచవలెననే కుతూహలముతో అచ్చటికేతెంచి నీలమేఘ కాంతులవలే మెరుస్తున్న ఆ తారుణ్య శోభలనుగాంచి తమను తాము మరచిరి. నగరస్థులు వారి యొక్క వీరోచితములై ఆకారములను చూచి విస్మితులై స్వాగతించగా ఇంతలోనే మార్గమధ్యముతో త్రిభంగియయిన ఒక రజక వనిత (చాకలి పడుచు) కన్పించగా ఆమె గూనిని నివర్తించి ఇంతలో కారాగారములో నున్న దేవకీ దేవి యొక్క శ్రవణములలో పుత్రుల ఆగమనమును గూర్చి వినబడగా ఆమె స్తనద్వయములనుండి పాలు స్రవించెను. ఇచ్చుట రాజ వీధిలోనున్న బాలక ద్వయము ధనుశ్శాలను ప్రవేశించి కంసుని అహంకారముఉశ్రీన అణచినట్లు ఆ దననుస్సును విరిచెను. ఆ ధనుష్టంకారమే కంసవధకు సూచకముగా నుండెను.

75) కంసవధము – మల్ల యుద్ధములో పోటిలు పెట్టి భగవంతుని చంపదలచిన కంసుని వధించుట కొఱకు సోదరుడైన బలరామునితో సహ రంగద్వారమును కృష్ణుడు ప్రవేశించగా ఆ సమయములో పట్టపు టేనుగ ఆయన కడ్డముగా వచ్చి నిలబడగా ఆ స్వామి దానిదంతములను పెకలించి చంపెను. ఆ పెకలించిన దంతమును మెడయందుంచుకొని వీరపురుషుడివలె ఆ రంగస్థలమంతయు తిరిగెను. తరువాత చాణూరుడనే మల్లవీరుడు

అందంగా కనబడాలని బట్టలు మార్చుకున్నంతా సరదాగా నీ నడవడికను మార్చుకవద్దు

కృష్ణునిలోను ముష్టియుద్ధములో ప్రవీణుడైన ముష్టికుడు బలరామునితోను యుద్ధము చేయుటకుపక్రమించెను. వారిరువురిని సోదర ద్వయము ఓడించి చూపిరి. ఇంతలోనే కంసుడు వసుదేవుని కృష్ణుని చంపుటకు హంతకులను పంపగా దానినెఱింగిన కృష్ణుడు సింహాసనాధిష్ఠుడైన కంసుని పైకి ఎక్కి అతనిని నేలమీదకు ఈడ్చి అతని శరీరముపై నెక్కి గళము నొక్కి చంపెను. ఎల్లప్పుడును అనగా త్రికాలములోను “హరితనను చంపును” అనే భయములో భగవంతునినే ఒక్క క్షణము కూడ మరువక తలంచుకొంటూ ఆయననే ధ్యానించుచున్నందువలన ఆ భగవంతుని చేతులోనే మరణించి ఆ భగవంతుని సాయుజ్యమును పొందెను. తరువాత మాతామహుడైన ఉగ్రసేనుని పట్టాభిషిక్తుని చేసెను.

76) ఉద్ధవుని దౌత్యము – కంసవధానంతరము కృష్ణరూపధారియైన భగంతుడు సాందీపని ఋషివద్ద సకలువిద్యలను నేర్చి గురుదక్షిణగా మృతుడైన గురుపుత్రుని బ్రతికించి గురుదక్షిణను చెల్లించికొని పాంచజన్యమనే విజయశంఖముతో సహమధురాపురికి తిరిగి వచ్చి గోకులములో విరహార్తులైన గోపికల రాధమొక్కయు దుఃఖమును తొలగింపనెంచి భక్తుడైన ఉద్ధవుని వారివద్దకు దూతగా పంపి వారి యందు తనకుగల ప్రేమను దౌత్యముగా పంపెను.

77) జరాసంధాదులతో యుద్ధము – ముచికుందానుగ్రహము – ఒకప్పుడు శ్రీకృష్ణుని దయచేత తన గూనితనము పోయి “కుబ్జ” యను రజకవనిత భగవద్రూపుడైన శ్రీకృష్ణునిఏ తన సర్వస్వముగా భావించి ఆయన ఆగమనమునకు సైరంధ్రివలే నిరీక్షిస్తూ తనను తనగృహమును వాసవసజ్జికవలే ప్రతిదినము అలంకరించుకొనయుండగా ఒకనాడు శ్రీకృష్ణుడు ఆమె గృహమునకు వచ్చి ఆమె వాంఛను పూర్తిచేయగా ఆమె కృష్ణరూపధారియైన భగవంతుని ద్వారా “ఉపశ్లోకుడు” అను కుమారుని పొందెను. ఇంతలో కంసుని మామగారైన జరాసంధుడు 18 మార్లు మధురానగరముపై దండెత్తగా శ్రీకృష్ణుడు ప్రజారక్షణార్థము ద్వారకను నిర్మించి వారినందరిని అక్కడకు చేర్చెను. అప్పుడు జరాసంధుడు యుద్ధములో అపజయమే కలుగని యువరాజైన కాలయువనుని శ్రీకృష్ణుని మీదకు ఉసిగొల్పెను. అప్పుడా కాలయవనుడు శ్రీకృష్ణుని తరుముకొంటూ రాగా భగవంతుడు ఒక పర్వతగుహలోనికి ప్రవేశించగా ఆ కాలయవనుడు కూడా ఆ గుహలో ప్రవేశించి అక్కడ నిద్రించుచున్న ముచికుందుని చూచి కృష్ణుడని భ్రమించి తన కాలితో ఆయనను తన్నగా ఆ మహర్షి వెంటనే కన్నులు తెఱచి చూడగా ఆ కాలయువనుడు వెంటనే భస్మమాయెను. అప్పుడు కృష్ణవేషధారియైన భగవంతుడు ఆ మహర్షి ఎదుట తన సుందర రూపములో దర్శనమొసంగి ఆ మహర్షికి సంపూర్ణ ముక్తి నొసగెను.

చెడును సహించి ఊరుకుంటే అది మొత్తం వ్యవస్థనే విషపూరితం చేస్తుంది

78) బలరాముని వివాహము – "ఆనర్త" దేశాధిపతియగు రేవతుని కుమార్తెమయిన రేవతిని కృష్ణుని అన్నయగు బలరాముడు బ్రహ్మదేవుని ఆదేశానుసారము వివాహమాడెను. అదే సమయములో విదర్భ రాజా తనయయైన "రుక్మిణి" యను పేరుగల వైదర్భి, భగవంతుడైన శ్రీకృష్ణుని ప్రేమించగా మహాబలశాలియైన ఆమె సోదరుడు "రుక్మి" ఆమెను ఛేదినృపతియైన శిశుపాలునికిచ్చి వివాహముచేయ నిశ్చయించగా దీనిని తెలుసుకున్న వైదర్భి తపోధనుడైన ఒక బ్రాహ్మణుని ద్వారా తన మనోవేదనంతయు తెలిపి ఆయనను దూతగా శ్రీకృష్ణుని వద్దకు పంపెను.

79) రుక్మిణీ కల్యాణము – భూపతులందరును రుక్మిణిని వివాహమాడనెంచి స్వయంవర మండపమునకు విచ్చేసిరి. ఆ సమయములో రుక్మిణీ భగవంతునినే మనస్సులో ధ్యానించుతూ అమ్మవారి గుడికివచ్చి ఆమెను తన రథమునందెక్కించుకొని వాయువేగముతో బయలు దేరెను. రథమును వెంబడించిన రాజులందరిని ఓడించి ద్వారకును దేరుకొని లక్ష్మీ తుల్యయైన ఆ దేవిని వివాహమాడి ఆమెను ప్రణయ వచనములతో సురతక్రీడలతో ముంచి లాలించి సంతోషసాగరములో ఓలలాడించెను.

80) స్యమంతకోపాఖ్యానము – యాదవరాజైన సత్రాజిత్తు సూర్యోపాసనచేసి దాని ద్వారా "స్యమంతక" మనే మణిని పొందెను. ఒకానొక ఘట్టములో ఆ మణిని పోగొట్టకున్న సత్రాజిత్తు కృష్ణుడే అపహరించెనని నిందలు వేయగా మణిని వెదకి తీసుకొనివచ్చి సత్రాజిత్తుకు మాటయిచ్చి భల్లూకరాజయిన జాంబవంతుని గుహలో ప్రవేశించి అతనితో యుద్ధముచేసి తరువాత తన నిజస్వరూపమైన రాముని రూపములో ప్రత్యక్షము కాగా జాంబవంతుడు తెలుసుకొని మణితోపాటు తన కుమార్తెయయిన జాంబవతిని శ్రీకృష్ణునికిచ్చి వివాహము చేయగా శ్రీకృష్ణుడు ఆ మణిని సత్రాజిత్తుకు ఒప్పగించెను. సత్రాజిత్తు తన తప్పును తెలుసుకొని తన కుమార్తెయయిన సత్యభామను శ్రీకృష్ణునికిచ్చి వివాహము చేసెను. మణిని కానుకగా యిచ్చెను. ఇంతలో పాండవులు లక్క ఇంటిలో దహనము చేయబడ్డారనే వార్తవిని శ్రీకృష్ణుడు అచ్చటికి వెళ్ళి వారిని రక్షించెను. ఇచ్చట సత్యభామను పరిణయ మాడవలెనని తలంచిన "శత ధన్వ" సత్రాజిత్తును చంపి మణిని దాచిపెట్టగా అక్రూరుడు శతధన్వను చంపి మణిని తన వద్దనే వుంచుకొనెను. అప్పుడు బలరాముడు శ్రీకృష్ణుడే మణిఇన అపహరించెనని నిందించెను. అక్రూరుడు కృష్ణునికి భయపడి కృతవర్మతో సహ ద్వారకను విడిచిపోగా వారిని మరల కృష్ణుడు తెలుసుకొని వారిదగ్గర నుండి మణిని తీసుకొని సభలో బలరామునికప్పగించెను. తరువాత రుక్మిణీ జాంబవతి సత్యభామలతో సుఖముగా జీవించుచుండెను.

(సశేషం)

డబ్బుతో ఏమైనా చెయ్యగలమనుకునే వారు, డబ్బు కోసం ఏమైనా చేస్తారు

శ్రీ విష్ణు సహస్రనామ స్తోత్రం

శబ్దార్థం : ఆచార్య కసిరెడ్డి

హరిః ఓమ్

విశ్వం విష్ణుర్వషట్కారః భూతభవ్య భవత్ప్రభుః ।
భూతకృత్ భూతభృత్ భావో భూతాత్మా భూతభావనః ॥ (1)

1) **విశ్వమ్ –** విశ్వానికి అంటే జగత్తుకు కారణమైనందు వల్ల విశ్వమంటే బ్రహ్మమనే అర్థం.

2) **విష్ణుః –** విశ్వమంతటా వ్యాపించి ఉన్నవాడు.

3) **వషట్కారః –** యజ్ఞంలో వషట్ అని పిలువబడేవాడు యజ్ఞాధిష్ఠాన దేవత అయిన విష్ణుమూర్తికి "వషట్కారః" అని పేరున్నది.

4) **భూతభవ్య భవత్ప్రభుః –** భూత భవిష్యద్వర్త మాన కాలాలకు ప్రభువు.

5) **భూతకృత్ –** భూతాలను సృజించేవాడు ; కృత్ అంటే చేయువాడు.

6) **భూతభృత్ –** భూతాలను ధరించి పోషించి పాలించేవాడు.

7) **భావః –** సత్తారూపుడు, ఉనికే తన రూపముగా ఉన్నవాడు.

8) **భూతాత్మ –** భూతాలలో అంతర్యామియై ఆత్మగా ఉండేవాడు.

9) **భూతభావవః –** భూతాలను భావించువాడు ; వృద్ధి పొందించువాడని అర్థం.

పూతాత్మా పరమాత్మాచ ముక్తానాం పరమాగతిః ॥
అవ్యయవః పురుషః సాక్షీ క్షేత్రజ్ఞోఽక్షర ఏవచ ॥ (2)

10) **పూతాత్మా –** పవిత్ర ఆత్మ ఉన్నవాడు.

11) **పరమాత్మా –** సర్వోత్తమమగు ఆత్మయే పరమాత్మ.

మూసిన తలుపులు తెరవటం సులభం, మూసిన మనసును తెరవటం చాలా కష్టం

12) **ముక్తానాంపరమాగతిః –** ముక్తిపొందిన వారికి గమ్యమైన దేవత. పునర్జన్మ ఉండని స్థలమదే.

13) **అవ్యయః –** వినాశనములేని వాడు ; మార్పు పొందని వాడు.

14) **పురుషః –** పురములో (శరీరంలో) శయనించేవాడు ; సృష్టికి పూర్వమే ఉన్నవాడు; గొప్పతనంతో ప్రకాశించేవాడు ; అనేక ఫలాలను ఇచ్చేవాడు ; ప్రళయకాలంలో అంతం చేసేవాడు; పూర్ణుడై దరిచేరేవాడు; అంతటా తానై నిండియుండేవాడు.

15) **సాక్షీ –** సాక్షాత్తుగా తన స్వరూపమే అయిన జ్ఞానంతో అన్నిటినీ చూచేవాడు.

16) **క్షేత్రజ్ఞః –** చైతన్యానికి ఆశ్రయమైన శరీరాన్ని తన జ్ఞానశక్తితో తెలిసికొనేవాడు.

17) **అక్షరః –** నశించనివాడు.

యోగో యోగవిదాం నేతా ప్రధాన పురుషేశ్వరః ।
నారసింహ వపుః శ్రీమాన్ కేశవః పురుషోత్తమః ॥ (3)

18) **యోగః –** జీవాత్మ పరమాత్మల ఏకత్వాన్ని యోగం ద్వారానే పొందేవాడు.

19) **యోగ విదాంనేతా –** యోగ విచారణం, గ్రహణం, అనుభవాన్ని పొంది అగ్రసరుడై నడిచేవాడు.

20) **ప్రధాన పురుషేశ్వరః –** ప్రధానమనే ప్రకృతినీ లేదా మాయను పురుషః అంటే జీవుణ్ణి– ఈ ఇద్దరినీ తమ వ్యాపారాలలో ప్రవర్తింపజేసేవాడు ఈశ్వరుడు.

21) **నారసింహవపుః –** నరునకు సింహానికి సంబంధించిన అవయవాలున్న శరీరం కలవాడు.

22) **శ్రీమాన్ –** పక్షంలో ఎప్పుడూ శ్రీనివాసంగా ఉన్నవాడు.

23) **కేశవః –** సుందర కేశాలున్నవాడు ; ప్రశస్త కేశాలు కలవాడు.

24) **పురుషోత్తమః –** పురుషులలో అంటే చేతనత్వాలలో ఉత్తముడైనవాడు.

లోకాః సమస్తా స్సుఖినోభవంతు

✶

నీ తప్పులను, నీ తెలివి తక్కువ తనాన్ని నీ ముందు . . .

విశ్వప్రార్థన

ఓ పూజ్యప్రభూ ! క్షమా పరిపూర్ణా ! ప్రేమమయా !
నీకు నమస్కృతులు, సాష్టాంగ ప్రణామములు.
నీవు సచ్చిదానందుడవు, సర్వాంతర్యామివి
సర్వశక్తిమయుడవు, సర్వజ్ఞుడవు,
సర్వజీవ హృదయాంతర్వాసివి
కరుణార్ద్ర హృదయము, సమదృష్టి, స్థిరమనస్సు
భక్తి విశ్వాస – జ్ఞానములను మాకు ప్రసాదింపుము.
ఆకర్షణల నణగద్రొక్కి చిత్త వృత్తులనరికట్టుటకు
మాకు వలయు అంతరాధ్యాత్మిక శక్తినొసంగుము.
కామ, లోభ, ద్వేషముల బారి నుండి మమ్ము తప్పింపుము
మా హృదయ పలకములను
సద్గుణములతో నింపివేయుము.
ఈ సర్వనామ రూపాలలో నిన్ను తిలకింపనిమ్ము
ఈ సర్వనామ రూపాలలో నిన్ను సేవింపనిమ్ము
నిన్ను సదా స్మరించుకొననిమ్ము
నీ లీలలు సదా గానము చేయనిమ్ము
నీ నామము సదా మా పెదవులపై నుండనిమ్ము
నీలో సదా మమ్ము వసింపనిమ్ము.

✶

. . . నిదానంగా నివేదించువాడే నీ నిజమైన స్నేహితుడు

జాతీయ ప్రవర్తనా నియమావళి

1)	దేశభక్తి	:	PATRIOTISM
2)	కర్తవ్యం	:	DUTY
3)	ప్రవర్తన	:	CHARACTER
4)	ఆరోగ్యం	:	HEALTH
5)	సద్గుణం (సౌశీల్యం)	:	VIRTUE
6)	ప్రజాసంపద	:	PUBLIC PROPERTY
7)	ఒకే కుటుంబం	:	ONE FAMILY
8)	మతం	:	RELIGION
9)	అహింస	:	NON VIOLENCE
10	ఆర్థికవ్యవస్థ	:	ECONOMY
11)	శాసనం	:	LAW
12)	అహింస (దయ)	:	AHIMSA
13	ఆవరణశాస్త్రం	:	ECOLOGY
14)	ఐకమత్యం (ఏకత)	:	UNITY
15)	విద్య	:	EDUCATION

ఇలా మీరూ మెలగండి ! మీ ప్రవర్తనతో నిజమైన పౌరులుకండి! దేశాన్ని సర్వోత్తమంగా తీర్చి దిద్దండి ! జైహింద్.

✶

నీకు తెలియని విషయాలు ఎవ్వరికీ తెలియవు అనుకోవద్దు, . . .

శాంతిపాఠం

శ్లో॥ త్వమేవ మాతాచ పితాత్వమేవ
త్వమేవ బంధుశ్చ సఖాత్వమేవ ।
త్వమేవ విద్యా ద్రవిణం త్వమేవ
త్వమేవ సర్వం మమ దేవదేవ ॥

శ్లో॥ కాయేన వాచా మన సేంద్రియైర్వా
బుద్ధ్యాత్మ నావా ప్రకృతేః స్వభావాత్ ।
కరోమి యద్యత్సకలం పరస్మై
నారాయణా యేతి సమర్పయామి ॥

సచ్చిదా నంద భగవాన్ కీ జై
విశ్వనాథ భగవాన్ కీ జై
ఆదిశంకరాచార్య భగవాన్ కీ జై
సద్గురుదేవ శ్రీ స్వామి శివానందజీ మహారాజ్ కీ జై
దివ్యనామ భగవాన్ కీ జై
గంగా మయ్యా కీ జై
గోమాతా కీ జై
గాయత్రి మాతా కీ జై
గీతా మాతా కీ జై
సనాతన ధర్మకీ జై
హరనమః పార్వతీపతయే
హరహర మహాదేవ

✶

. . . నీకు తెలుసు కనుక అందరికీ తెలుసు అనుకోవద్దు

శ్రీ విష్ణు సహస్రనామ స్తోత్రం

సంకలనకర్త : శ్రీ సంకేపల్లి రాజమల్లారెడ్డి శబ్దార్థం : ఆచార్య కసిరెడ్డి

హరిః ఓమ్

విశ్వం విష్ణుర్వషట్కార్ భూతభవ్య భవత్ప్రభుః ।
భూతకృత్ భూతభృత్ భావో భూతాత్మా భూతభావనః ॥

1) **విశ్వమ్ –** విశ్వానికి అంటే జగత్తుకు కారణమైనందు వల్ల విశ్వమంటే బ్రహ్మమనే అర్థం.

2) **విష్ణుః –** విశ్వమంతటా వ్యాపించి ఉన్నవాడు.

3) **వషట్కారః –** యజ్ఞంలో వషట్ అని పిలువబడేవాడు యజ్ఞాధిష్ఠాన దేవత అయిన విష్ణుమూర్తికి "వషట్కారః" అని పేరున్నది.

4) **భూతభవ్య భవత్ప్రభుః –** భూత భవిష్యద్వర్త మాన కాలాలకు ప్రభువు.

5) **భూతకృత్ –** భూతాలను సృజించేవాడు ; కృత్ అంటే చేయువాడు.

6) **భూతభృత్ –** భూతాలను ధరించి పోషించి పాలించేవాడు.

7) **భావః –** సత్తారూపుడు, ఉనికే తన రూపముగా ఉన్నవాడు.

8) **భూతాత్మ –** భూతాలలో అంతర్యామియై ఆత్మగా ఉండేవాడు.

9) **భూతభావవః –** భూతాలను భావించువాడు ; వృద్ధి పొందించువాడని అర్థం.

పూతాత్మా పరమాత్మాచ ముక్తానాం పరమాగతిః ॥
అవ్యయవః పురుషః సాక్షీ క్షేత్రజ్ఞో ऽక్షర ఏవచ ॥

10) **పూతాత్మా –** పవిత్ర ఆత్మ ఉన్నవాడు.

11) **పరమాత్మా –** సర్వోత్తమమగు ఆత్మయే పరమాత్మ.

శ్రీ చిదానంద చాలీసా

ఓం నమో భగవతే చిదానందాయ

శ్రీ గురుబ్రహ్మదేవ్‌హై, గురుహై విష్ణు స్వరూప్ ।
గురుహీ హైశివమహాదేవ్, గురుపరబ్రహ్మ స్వరూప్ ॥

చిదానందజీకీ జై జై జై హెూ !

జయ గురుదేవ్, చిదానంద స్వామి ।
జయ కరుణామయ, అంతర్జ్ఞానీ ॥1॥
శివానందకే ప్రాణబహిశ్చర్ ।
హేభక్తి ఔరజ్ఞాన కేసాగర్ ॥2॥
శ్రీనివాస ఔర దేవీ సరోజినీ ।
ధన్యతుమ్హారే జనక ఔర్ జననీ ॥3॥
ఘరలక్ష్మీకానివాస నిర్మల్ ।
సంస్కారోంసేమనతేఉజ్జ్వల్ ॥4॥
ఉసీవంశకే దివ్యధరోహర్ ।
బన కే ఆయే బాలక శ్రీధర్ ॥5॥
విద్యావాన, వినమ్ర, సద్గుణీ ।
సమదర్శీ, శ్రద్ధాళుదానీ ॥6॥
జీవనరేకా రాజపుత్రసీ ।
ఛోడబనేత్యాగీ సన్న్యాసీ ॥7॥
శివానంద సద్గురు ధేజ్ఞానీ ।
శివస్వరూప సాకార విరాగీ ॥8॥
దేఖశిష్యకీ అద్భుతప్రగతి ।
నామదియా "శ్రీ చిదానందజీ" ॥9॥
దివ్యజీవన సంఘ కేసారే ।
తత్త్వచిదానందరూపహైంధరే ॥10॥
అతిలీనరహైసేవామేం ।
మాతృహృదయ సాప్రేమభీమనమేం ॥11॥
దేహకర్మమేంజుటాహుఆథా ।
ధ్యానన అంతరమేంఛూటాథా ॥12॥
ఆంఖఖోల్ దేఖీజబదునియా ।
ఆత్మ తత్త్వకణకణమేంపాయా ॥13॥
కామ, క్రోధ ఔర విషయభీసారే ।
దూరరహేడరకేబేచారే ॥14॥
ధర్మాచారజో కఠిన, గహనథా ।
శివానందనే సులభకియాథా ॥15॥
ఇసీసేఖకాఫిరసంస్థాపన్ ।
కరతేబీతాసారాజీవన్ ॥16॥
దేశ-విదేశ కేసారేజ్ఞానీ ।
హాథజోడతేసునకరబానీ ॥17॥
దీనదుఃఖీజోజగసేహారే ।
తుమ్హితో ఉనకేఏకసహారే ॥18॥
అనాథ్‌హెూయా కుష్ఠరోగీహెూ ।
తుమునకేభగవాన్‌బనేహెూ ॥19॥
పరపీడానాతుమసహసక్తే ।
అపనీతక్లీఫేంనాగిన్తే ॥20॥
భేదభావ ఛూతానామనకో ।
సిర్ఫ్‌మానతేమానవతాకో ॥21॥
దేశ ఔర్ కాలసేభీపరేహెూ ।
పరబ్రహ్మతుమదేహధారీహెూ ॥22॥

నీవు వేలెత్తి చూపెడుతున్నప్పుడు నాలుగు వ్రేళ్ళు . . .

తుమమేంపాయే భక్తతుమ్హారే ।
ఇష్ట దేవతాఅప్నేప్యారే ॥22॥
తుమకరుణాకీ మంగళమూర్తి ।
తుమ ఆశాఓంకీ హెూపూర్తి ॥24॥
హమతోతుమ్హారేబాలకహీహైం ।
తుమబినహమారాకోయినహీంహై ॥25॥
అహంకారనేహమకోఘేరా ।
కామ–క్రోధకామనమేందేరా ॥26॥
మన–శరీర సంసారకాబందీ ।
ఆశా–తృష్ణాభరీభవనదీ ॥27॥
కర్మభంవరమేందూబీనయ్యా ।
తుమ్హీబచావో బనకేభివైయ్యా ॥28॥
అబభీలగతీ మాయాప్యారీ ।
అభీనమేరీ మమతాహారీ ॥29॥
ఉసపారముక్తికాడేరా ।
త్రస్తహృదయకోలగతాప్యారా ॥30॥
ఇస ఉలఝునమేంఫంసాహైజీవన ।
రేతసాఫిసలేహాథ సేకక్షణక్షణ ॥31॥

తుమీహలాజరఖనా అబమేరీ ।
దేకరమనకోశాంతిసారీ ॥32॥
అభ్యుదయదో, దోనిః శ్రేయస్ ।
ప్రేయసభీదో, దేదో శ్రేయస్ ॥33॥
తుమబినకహాం ఔరమైంజావూం ।
కిసకోమన కీబాత్ బతాఊ ॥34॥
అబ ఆవోబనకరతుమమాతా ।
గోదమేంలేలో బాలకరోతా ॥35॥
హృదయకమలమేం ఉఠీప్రార్థనా ।
హరఅక్షరకీతుమహీప్రేరణా ॥36॥
దేనాఆశీష ఇసరచనాకో ।
జోభీ పఢేయహస్మరకరతుమకో ॥37॥
సఫలమనోరథ ఉసకేహెూవే ।
చారోంపురుషోర్థోంకోపావే ॥38॥
హరసంకటక్షణమేంకటజాయే ।
అసీమవోమనకీశాంతిపాయే ॥39॥
బారబారలోప్రణామమేరా ।
శీశపరరహేహాథతుమ్హారా ॥40॥

మహారాజాధిరాజ
సద్గురు పరబ్రహ్మ యోగిరాజ
శ్రీ స్వామి చిదానందజీకీ జై।
శ్రీ స్వామి చిదానందార్పణమస్తు।

. . . నీవైపు తిరిగి నిన్ను చూపెడుతున్నాయని తెలుసుకో

THE TEMPLE AND THE PHILOSOPHY OF SYMBOLS

- Swami Sivananda

In the Kali Yuga and in the material world of busy day-to-day life, the temple of the Lord affords great opportunities for the evolution of man through concentration and devotion. The precincts of the temple are so sacred and give a peace which no other atmosphere can give. There is a divine vibration in the entire area. By the constant and regular Puja during the three sessions of the day, the recitation of the Holy Vedas and chanting of specific Mantras throughout the year, the auspiciousness of the temple increases everyday and the entire atmosphere elevates the soul of man to a very great degree.

The shrine in which the Murti of the Supreme Lord is installed is a hallowed place which exerts a powerful spiritual influence that can transform the minds of persons into a state of higher purity. The daily worships through prayers, invocations and Abhisheka and Archana, performed at the temple, endow the whole environment with a holiness and splendour that infuses into all a feeling of reverence, piety and devotion, whenever they enter its premises. But the sanctity of the temple should b carefully maintained by observing the prescribed rules usually connected with the maintenance of places of Divine worship. External and interns Shaucha (Purity) are both necessary ii the worship of the Devata in a temple.

The temple dedicated to th Archavatara of the Lord is a visibl representation of the body of th Virat-Purusha and the rituals c worship in the temple are objective act expressing the whole process of spiritual Sadhana. The temple is th microcosmic embodiment of thi universe indwelt by the Antaryamin Ishvara, whose worship we conduct a the sacred temple. The Lord is invoked by means of the powerful Mantras o

Have always a Japa - "Simple living and high thinking"

the Srutis, Smritis and Tantras and the Murti in the temple becomes a living manifestation of the force of the Divine ready to fulfil the noble aspiration o the devout Archaka.

Archana is the easiest and the safest means of cultivating the love o the Almighty, for it becomes the link between His transcendent being and the world in which the devotee is placed. The one special feature of Archana-Bhakti is that it seeks to evoke the finer forms of the religious consciousness in man through offering to God articles of devotion by means of the physical forms which are the immediate aspects of the manifestations of God-Being, revealed to the senses here. Hence Archana is the foundation on which is constructed the grand edifice of spiritual effort and realisation. It is one among the nine gems of the way in which man aspires to reach God.

Worship the Lord with intense faith and aspiration. The Lord will surely bestow His grace upon you all. All are blessed—one who causes the temple to be built, who actually builds it, who assists in it, who is happy about it, who performs worship in it, who prostrates oneself before it with faith and adores the Lord always in one's heart, with sincerity and love. The Lord is everywhere and He allows Himself to be adored at particular places on account of the supreme compassion that He has for all beings.

Bells are rung in temples while doing Puja to shut out the external sounds and to make the mind inward and concentrated.

Lights are waved before the Deity. This denotes that the Lord is Jyoti Svarupa. He is all-light. The. devotee says, "O Lord! Thou art the self-effulgent Light of the universe Thou art the light in the sun, moon anc fire. Remove the darkness in me by bestowing your divine Light. May my intellect be illumined." This is the significance of waving lights.

Speak a little and Sweetly

Dhoop or scented sticks are burnt before the Deity. The smoke spreads in the whole room. It acts as disinfectant. Burning of Dhoop denotes that the Lord is all-pervading that He fills the whole universe by His living presence. It is to remind this fact that Dhoop is burnt. The devotee prays, "O Lord! Let the Vasanas and Samskaras dormant in me vanish like the smoke of this Dhoop and become ashes. Let me become stainless."

Burning of camphor denotes that the individual ego melts like the camphor and the Jivatma becomes one with the supreme Light of lights.

The pasting of sandal reminds the devotee that he should, in his difficulties, be as patient as the sane Sandal. Sandal emanates sweet odour when it is pasted. So also the devotee should not murmur when difficulties arise, but on the other hand, remain cheerful and happy and emanate sweetness and gentleness like the sandal. He should not hate even his enemy. This is another precept we learn from this. Though the sandalwood is crushed and pasted, it silently wears out emanating only very sweet odour. One should not wish evil even to his enemy.

GLORY OF PRASAD

Prasad is that which gives peace. During Kirtan, worship, Puja, Havan and Arati, Badam, Kismis, milk, sweets, fruits are offered to the Lord. After offering them to the Lord, they are shared between the members of the house or the Bhaktas in a temple. Puja is done by Bael leaves, flowers, Tulasi, Vibhuti and these are given as Prasad from the Lord. Vibhuti is the Prasad of Lord Siva. It is to be applied on the forehead. A small portion can be taken in. Kumkum is the Prasad of Sri Devi or Sakti. It is to be applied at the space between the eyebrows (Ajna or Bhrumadhya). Tulasi is the Prasad of Lord Vishnu, Rama or Krishna. It is to be taken in. They are charged with mysterious powers by the chanting of the Mantras during Puja and Havan.

Think of the mistakes that you have made (self analysis)

The mental Bhava of the devotee offering Bhog to the Lord has a very great effect. If an ardent devotee of the Lord offers anything to the Lord, that Prasad, if taken, would bring very great change even in the minds of atheists. The Grace of the Lord descends through Prasad. Go through the life of Narada. You will realise the greatness of the sacred leavings of the Lord as well as those of advanced Sadhakas and saints.

The benefits of Prasad and Charanamrit are beyond description They have the power to change entirely the outlook of a man's life. Prasad anc Charanamrit have the power to cun diseases and even bring back to lift dead persons. There have been ever sc many instances in the past in this holy land of ours which bear witness to the potency and efficacy of Prasad. Prasad destroys all pains and sins. It is ar antidote for misery, pain and anxiety Faith is the important factor in testing the accuracy of this statement. For faithless persons, it brings very little effect.

You will realise the glory and the miraculous effects of Prasad. Many incurable diseases are cured. Many sincere devotional aspirants ge wonderful spiritual experiences fron mere Prasad alone. Prasad is a panacea. Prasad is spiritual elixir Prasad is the Grace of the Lord. Prasad is a cure-all and an ideal Prasad is an embodiment of Sakti. Prasad is Divinity in manifestation. Prasad energises, vivifies, invigorates and infuses devotion. It should be takei with great faith.

Prasad bestows good health, long life, peace and prosperity on all. Glor to Prasad, the bestower of Peace and Bliss! Glory to the Lord of the Prasad the giver of immortality and undying happiness!

✶

Youth wears away. Time swallows up everything. Wealth is transient. Life is fickle like lightining. Meditate and attain the Eternal. You will be ever blissful and immortal.

Never hurt the feelings of others, Be kind to all

KUMBAKONAM - A SACRED ADYATMIC CENTRE AND A MOKSHAPURI

(Continued from the previous issue)

- Sivananda Muthuraman

Coming to the specific cause of calling this holy town as Kumbakonam, I will explain in brief. The legend says that Lord Siva advised Brahma before starting the Srushi afresh after the close of a yuga, a Purna Kumba be made (a pot in which sacred Amrutha is filled in and over it sacred leaf Dharba (Kusa leaf) is placed over it for further sanctifying the sacred pot, over it a coconut is kept and the pot duly decorated with Flowers etc., and then to commence his Srushti. This Purna Kumba has accidentally fallen down from Kailash in the earth planet in the south of Tamil Nadu. Hence the place where it has fallen and the sacred Amrutha spread was named as Kumbakonam. Besides this there are many other legend stories also.

Another version says that KUMBAKONAM (Kumb means Purna Kumb and Konam means a corner). In this Purna Kumb Lord Brahma kept inside seeds of all living beings on earth, which accidentally fallen down from Brahmaloka and the spot where it had fallen is now called as KUMBAKONAM. Whatever it may be, the sanctity of KUMBAKONAM is undisputed at any time.

There are some more special characteristics of this sacred town Kumbakonam. It is said that in this sacred town Kumbakonam there is a big tank called Maha Maham Tank (sacred Pushkarni). During the Maha Maham period which occurs once in every twelve years, a bath in this holy Maha Maham Tank purifies one from all sins and leads them to live a life leading to Moksha.

A bath with Sankalpa made during this Maha Magam period is deemed to have taken bath in the various sacred rivers flowing in South

Do not depend upon Servants. Have Self reliance

and North of our motherland since all these rivers are present in this holy tank during the Maha Maham days. But belief and trust is a must.

This sacred Town were ruled by various Kings of Chola, Pallava, and Vijayanagara Empires etc., in the earlier Centuries and they took special interest in maintaining and developing this as an Aduyatmic Center and a Town of Temples.

To tell more about Kumbakonam, this sacred town is surrounded by various important temples, Navagraha Kheshetras, and one of Lord Subramanya's Arupadai Veedu (one of six famous temples of Lord Subramanya i.e. SWAMIMALAI where Lord Muruga explained the meaning of sacred Pranava Manthra 'AUM' to His Father Lord Parameshwaraa in his ear sittting on the lp of His father, as per His in his wish.

A surprising incident at this sacred town Kumbakonam is that Maha Neivedyam to Lord Sarangapani Perumal is offered only after the smoke from a dead body's funeral pyre and seen from the nearby Smasanavatika, and it is believed that the Lord accepts Maha Neivedyam only after giving moksha to that dead person. Otherwise Maha Neivedyam is delayed till the smoke is seen. Local residents of this ancient and sacred town say that even to-day this rare phenomena is happening at Kumbakonam. Some local residents say that in case no dead body is brought to the nearby Smasanavatika, few haystacks are brought and burnt and after the smoke comes out the Maha Neivedyam is offered to the Deity representing the age old belief.

Also it is said that earlier Matadhipathies of famous Sri Kanchi Kamakoti Peetam were functioning from Kumbakonam. Still there is lot of important places of worship exist in and around this sacred Town, and also some more very interesting features appear in the Bhavishya and Brahmanda Puranam.

In this sacred Town, various Sanskrit Patasalas were established by Sanskrit Scholars who came in the line of the Great Sage and San-

Think of God as soon as you wake - up and when you go to Bed

skrit Scholar Sri Appayya Dikshitar. Sri Govind Dikshitar also established a Patasala for learning Sanskrit, Vedas, Purana, Ithihas and Agama Sastras. People from various States in India and abroad came and learnt in these Patasalas and became famous exponents of Hindu Sanatana Dharma to the people.

Kumbakonam is also famous for producing great Educationalists like VV Swaminatha Iyer, Mathametic Genis Sri Srinivasa Ramanajam, Sri Swaminatha Sastri. Only few names are given. But there existed a lot of Scholars lived in this sacred Town. Kumbakonam is famous for producing betal leaves which are of special type, betal nuts, Banana Products, Brass vessels, Paddy and ceral Productions etc., which are also exported.

Nowadays we hear in various public speeches the word KUMBAKONAM is freely used to refer to non-dharmic activities such as misappropriation etc. Probably the sanctity of this word is not known to many. We should try to highly respect the age old tradition of this sacred Town.

HARI OM TATSAT

✶

My dear friends! Do Sankirtan daily. Disseminate Sankirtan Bhakti far and wide. Develop Vishvaprem through Sankirtan. Establish Sankirtan Mandalis everywhere. Bring Vaikuntha on earth-in every house-by doing Sankirtan! Realise your Sat-Chit-Ananda state!

Reduce your wants lead a happy, contended life

నీ తల పట్టుకో

- ధర్మవీర

స్వామి రామతీర్థ కష్టమైన వేదాంతార్థాల్ని కూడా అతి సరళమైన చిన్న కథల ద్వారా అందరికీ అర్థమయ్యేటట్టు చెప్పారు. ఈ కథ ఆయన చెప్పింది.

అది సాయంకాలం వేళ. తన మూడేళ్ళ పాప ఆడుకొంటుంటే తల్లి మురిసిపోతూ చూస్తున్నది. ఆ పాప వెనుక నుండి ఎండ పడుతున్నది. ఆ కారణంగా ముందు నీడ కనిపిస్తున్నది. ఆ నీడకూ తల ఉన్నది. ఆ తలను పట్టుకోడానికి ఆ పాప ముందుకు దూకుతున్నది. ముందుకు పోయిన కొద్దీ తల ముందుకే పోతున్నది గాని అది చేతులకు అందడం లేదు.

విసుగూ, విరామం లేకుండా ఆ పాప ప్రయత్నిస్తూనే ఉన్నది. అయినా సాధ్యం కాటవడంలేదు. పొద్దు వ్రాలినా కొద్దితల ఇంకా దూరమవుతున్నదే తప్ప అందడం లేదు.

తల్లికి పాప పట్టుదల అర్థమైంది. మెల్లగా దగ్గరికి వచ్చి, ఆ పాప రెండు చేతులను ఆ పాప తల మీద పెట్టి పక్కకు జరిగింది. ఆ పాప నీడను చూస్తున్నది. తన చేతులకు తల దొరికిపోయింది. ఆ పాప కిలకిలా నవ్వింది. ప్రపంచాన్ని జయించినంత ఆనందాన్ని పొందింది.

నీ తల నీ చేతుల్లో (నీ కంట్రోల్లో) ఉంటే ప్రపంచమే నీ చేతుల్లో ఉన్నట్టు అని అర్థం. లోనికి చూచి నిన్ను నీవు అర్థం చేసుకో ! లోకం నీ కర్థమవుతుంది అని ఇలా పరమార్థ దృష్టితో స్వామి రామతీర్థ కథలు చెబుతుండేవారు.

✶

చేయకుండానే చేశాననేవాడు అధముడు, కొద్దిగా చేసి కొండంత చేశానని చెప్పేవాడు దుర్జనుడు, ఎంతో చేసి కొంచమే చేశానని చెప్పేవాడు సజ్జనుడు

ఒకే ఒక భగవంతుడున్నాడు. అతని పేరు సత్యం గురువు అద్భుతమైన వాడు

దివ్యదర్శనం

హిందీ మూలం : స్వామి శివానంద   అనువాదం : ఆచార్య కసిరెడ్డి

1) ఎదురుదెబ్బలు, అణచివేతలు, ఎన్నో మానవునికి అనుభవపూర్వక విద్యలే ; ఇవి మరే సాధనాల ద్వారా మనిషి పొందలేదు.

2) ఓటమి నుండి శాంతినీ, స్థిరత్వాన్నీ, సహన శీలత్వాన్నీ నేర్చుకో.

3) మానవుడు ఆశాజీవి ; ఆశయే మానవుని ఆకాంక్ష, అంతేగాక లాలస కూడా. ఆశనే మానవుణ్ణి కార్యకర్తగా, క్రియాశీలునిగా, ఆకాంక్షా పరిపూర్తికై నిలిచే వ్యక్తిగా, ప్రార్థించే వినయశీలునిగా కూడా తీర్చిదిద్దుతుంది.

4) హిమాలయ ధ్వని అంటే భారతీయ ఋషుత ధ్వని. ఆ హిమాలయం అసంఖ్యాక జీవులకు ప్రేరణను, సంతోషాన్ని, శాంతినీ ప్రదానం చేస్తున్నది.

5) హిమాలయాల్లో ఏకాంత ప్రదేశాలున్నాయి ; అవి ఉన్నత సువిశాల నగరాల్లోని భవనాలకన్నా వీధులకన్నా గొప్పగా ఉన్నాయి.

6) ఏకాంత ప్రదేశం ఉన్నత దైవీ చింతనను మనకు ప్రసాదిస్తుంది.

7) బ్రతికి ఉన్నన్ని నాళ్లు నేర్చుకోవాలనే కోరుకో ; ఎప్పుడూ విద్యార్థిగానే ఉండు.

8) భావుకుడు ఎప్పుడూ భావన మీదనే జీవిస్తాడు ; మరణిస్తాడు. అందుకే భావనను ఎప్పుడూ బుద్ధితో నియంత్రించాలి.

9) నీ నిశ్చయ బుద్ధిననుసరించే ఎప్పుడూ పనిచేయడానికి సాహసించు.

10) ఈశ్వర నియమాలు, ప్రకృతి నియమాలు తెలుసుకోవడం మంచిదే ; కానీ అంతటితో ఆగరాదు. మీరు వాటిని జీవితంలోకి తెచ్చుకొనే కళ కూడా తెలుసుకోవలసి ఉంది.

11) నీ దగ్గర ఏముందో దానిని ఉపయోగించు ; దానివల్ల ఆ ఉన్నదేదో అది దినదినం వికసించే అవకాశం కలుగుతుంది.

12) ప్రతి సమస్యననుసరించే దాని పరిష్కారం కూడా పుడుతుంది ; అందుకే మరి సమస్యల్ని చూచి భయపడాల్సిన అవసరం లేదు ; ధైర్యం కోల్పోవాల్సిన అవసరం అంతకన్నా లేదు.

✶

నీ జేబునందు లేక నీ కంఠమునందొక జపమాలను ఎల్లప్పుడు ధరించుము

పూర్ణిమ సత్సంగ్
స్వామి శివానంద లైబ్రరి, కాచిగూడ

డిశంబర్ 22, 2018 పూర్ణిమ సత్సంగ్ స్వామి శివానంద లైబ్రరి, కాచిగూడలో జరిగినది.

సభకి అధ్యక్షత వహించిన శ్రీ ఆర్.వి.జి. కృష్ణమూర్తి గారు సభ్యులు దివ్యజీవన సంఘ ప్రచురణలను స్వాధ్యాయనము చేస్తూ తమ ఆధ్యాత్మిక చింతనను పెంచుకోవాలన్నారు. స్వామి శివానంద గురుమహారాజ్ చెప్పిన ఇరువది ఆధ్యాత్మిక సూత్రాలను మననం చేసుకుంటూ జప, ధ్యానాదులను ఆచరించాలని సూచించారు.

భక్తులు మన సనాతన ధర్మమును ఆకళింపుచేసుకుంటూ, విద్యార్థులలో, యువతీ యువకులలో దానిపై ఆసక్తి కల్గించాలని చెప్పారు. ఈ విషయాన్ని మరింత వివరిస్తూ, ఋషీకేశ్‌లో శ్రీ శివానంద ఆశ్రమంలో ఉండి దివ్యజీవన సంఘమునకు తమ సేవలను అందజేస్తున్న స్వామి ముకుందానంద సరస్వతి గారి రచన 'సనాతనధర్మము – దాని విశిష్టత'లోని కొన్ని విషయాలను వివరించారు. సనాతనుడు, అనగా శాశ్వతుడైన పరమాత్మచే స్థాపింపబడినదగుటచే, దీనిని సనాతన ధర్మమని అంటారని అన్నారు. ఇది శాశ్వతమైనది. ఆద్యంతములు లేనిదియని అన్నారు. సత్యవాక్య పరిపాలన, అహింస సత్ప్రవర్తన, శాంతి, త్యాగము, ఇంద్రియ నిగ్రహము, పరోపకారాయణత, అస్తేయము మొదలగు దైవీసంపత్తులను పెంపొందించుకొని, మానవుడు జీవిత పరమ లక్ష్యమైన 'మోక్షమును పొందుటకు కావలసిన ప్రేరణను పొందవచ్చని సూచించారు. సత్యమును మించిన ధర్మము లేదని, సత్యమే జ్ఞానమని, అనంతములైన బ్రహ్మస్వరూపమని అన్నారు. ధర్మమే సత్యము సత్యమే ధర్మము లేక వాటి యొక్క అద్వయిత స్థితిని బృహదారణ్యకోపనిషత్ విపులంగా చెప్పబడిందని అన్నారు. **"అహింసా పరమో ధర్మః"** అహింస పరమశ్రేష్టమగు తపస్సు, పరమశ్రేష్ఠమగు జ్ఞానము, అహింస పరమ శ్రేష్ఠమగు ఋజుత్వము అని చెప్తూ భగవానునికి అతిప్రీతికరమైన అష్టపుష్పములలో

స్వార్థ పరులు, దురాశపరులతో కలిసి నడవకు,

గూడ 'అహింస'కు ప్రధమ స్థానమీయబడినదని, భక్తి మార్గంలో మానసిక పూజ విశిష్టమైనదని, ఈ విధానంలో అష్టభావనాసుమాలతో భగవంతుని అర్చిస్తారని చెప్పారు.

– పుస్తక రచయిత స్వామి ముకుందానంద సరస్వతి యువతీ యువకులలో, విద్యార్థులలో మన సనాతన ధర్మంపై అభిమానం పెంపొందించాలని, దానికి విద్యావేత్తలు, ఆధ్యాత్మిక చింతనాపరులు ఎక్కువగా తమ తోడ్పాటునందించాలని అభిలషిస్తున్నారని, ఈ విషయమై సహాయ పడదల్చుకున్న వారికి వారి పుస్తకాన్ని ఉచితంగా అందజేయగలరని, వివరాలకు ఈ క్రింది వారిని సంప్రదించవచ్చని చెప్పారు.

చివరగ, లైబ్రరి కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులు శ్రీ చెరుకూరి సిద్దయ్యగారు రాధాస్వామి మార్గంలోని రెండు శబ్దాలను గానం చేశారు.

సి. సిద్దయ్య
9705296982

– ఎస్. వెంకటేశ్వరరావు
9490994572

ప్రతి నెల బుధవారం రోజు

ఉచిత సంస్కృత

క్లాసులు సా|| 6 గం||ల నుండి

8.00 గం||ల వరకు జరుగుతున్నాయి.

రండి ! సంస్కృతం నేర్చుకోండి !

సంస్కార భారతాన్ని నిర్మించండి !

. . . ఎందుకంటే వారితో మంచి పనులు జరగవు

వార్తా భారతి

శ్రీ శివానంద ఆశ్రమ వార్తలు

1. ఆశ్రమ ప్రచురణ

శ్రీ శివానంద పిల్లల కథలు

ఆశ్రమం పక్షంలో శ్రీ శివానంద పిల్లల కథలు ప్రచురించడం జరిగింది. ఈ ప్రచురణ శ్రీ వేంకటేశ్వరరావు గారు రెండు వేల రూ॥లు ఉదారంగా ఇచ్చారు. ఆశ్రమ అధ్యక్షులు శ్రీ జి. సుధీర్ కుమార్ గారు ఆశ్రమం పక్షంలో (ఏ.పి. డివైన్ లైఫ్ సొసైటి పేర) ప్రచురించారు. ఈ కథల్ని ఆచార్య కసిరెడ్డి అనువదించారు.

2. స్వామి దేవానంద పుణ్యతిథి - సమారాధన

ఆశ్రమంలో జనవరి 7వ తేదీ బ్రహ్మలీన స్వామి దేవానంద సమారాధన కార్యక్రమం నిర్వహించుకొన్నాం. అష్టోత్తరశతితో శ్రీ స్వామి వారి పూజా పునస్కారాలు జరిగాయి. ఆశ్రమ భక్తులు సత్సంగానంతరం శ్రీ జి. సుధీర్ కుమార్ గారి అధ్యక్షతన సమావేశం జరిగింది. శ్రీ దేవానంద స్వాముల వారి వ్యక్తిత్వాన్ని, భక్తి ప్రచారాన్ని, తాత్త్వికచింతన గూర్చి శివానంద భారతి పత్రిక సంపాదకులు ఆచార్య కసిరెడ్డి గారు ప్రసంగించారు. ప్రసాదర వితరణతో కార్యక్రమం ముగిసింది.

3. శ్రవణా నక్షత్రం పురస్కరించుకొని యోగా బాలాజీ మందిరంలో శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామి వారికి కల్యాణం జరుగును.

4. ప్రతి శని, ఆదివారాల్లో సాయంకాలం 6-00 గంటలకు స్వామి తత్త్వవిదానంద గారిచే భగవద్గీతపై ప్రవచనాలు జరుగుతున్నాయి.

ప్రపంచంలోని సమస్యలు పెరుగుతూనే ఉంటాయి. వాటిని ఎదుర్కొనే శక్తి, సామర్థ్యాలను పెంచుకోవటమే మనం చేయవలసినపని.

నీ బాధకు కారణం ఏదైనను కాని, ఇతరులకు మాత్రం హాని చేయకు

ఈ మాస విశేష భారతి

శ్రీ విళంబి పుష్య బహుళ ద్వాదశి నుండి
మాఘ బహుళ నవమి వరకు

2019 ఫిబ్రవరి

03-02-2019	మాసశివరాత్రి
04-02-2019	తానాజీ బలిదానం
06-02-2019	ధనిష్ఠకార్తె
10-02-2019	శ్రీపంచమి, మార్కండేయ జయంతి
12-02-2019	రథసప్తమి, దయానంద సరస్వతి జయంతి కుంభ సంక్రాంతి
15-02-2019	భీష్మ ఏకాదశి
19-02-2019	సంత్ రవిదాస జయంతి (మాఘ పూర్ణిమ) శతభిష కార్తె
22-02-2019	సంకష్టచతుర్థి
27-02-2019	చంద్రశేఖర్ బలిదానం
28-02-2019	మాఘ బ॥ నవమి రామకృష్ణ పరమహంస జయంతి

నీ ఆలోచనలే నువ్వు.

***

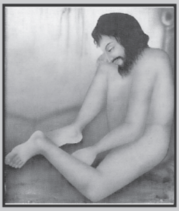
కుండెడు బోధనల కంటే గరిటెడు ఆచరణ మేలు.

– గాంధీ సూక్తులు

Printed and Published by G. SUDHIR KUMAR on behalf of A.P. DIVINE LIFE SOCIETY, Printed at Natural Gray Offset Press, # 10-2-11/1, Opp. IDBI Quarters, I.T. Towers Road, AC Guards, Hyderabad - 500004, Published at A.P. DIVINE LIFE SOCIETY SIVANANDA ASHRAM 6-1-110, Padmaraonagar, Secunderabad - 500 025 **Editor Acharya Kasireddy Venkat Reddy.**
Tel : 040-27503274

నీ బాధకు కారణం ఏదైనను కాని, ఇతరులకు మాత్రం హాని చేయకు

వేమన వేదాంతం



తెలుసుకొని మాటాడాలి !

హీననరులతోడ, నింతులతోడను
పడుచు వాండ్రతోడ ప్రభువుతోడ
ప్రాజ్ఞ జనులతోడ పలుకంగరాదయా !
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ ! (వే. ప : 87)

అర్థం : హీన నరులతోడను = చెడద్దవారైన మనుషులతో, ఇంతులతోడను = స్త్రీలతో; పడుచువాండ్రతోడ = వయసులోని యువకులతో (యువకులతో కూడ) ; ప్రభువుతోడ = రాజుతోను, ప్రాజ్ఞజనులతోడ = విద్వాంసులు - శాస్త్రజ్ఞులు తదితరులతో ; పలుకంగ రాదు+ అయా = మాటాడకూడదు !

భావం : చెడ్డవారితో, స్త్రీలతో, యువజనంతో, రాజుతో, ప్రాజ్ఞులైన వారితో మాటాడకూడదు. ఎందుకంటే ఏం మాట్లాడితే ఏం తప్పుతీస్తారో తెలియదు.

వ్యాఖ్య : చెడ్డ వారితో మాటాడితే, మనల్ని చెడ్డవారనుకొంటారు. వారి ప్రభావం మంచివారిపై కూడా పడుతుంది. స్త్రీలతో మాటాడితే ఎవరు బట్టకాల్చి మీదవేస్తారో తెలియదు. అందులో పరిచయం లేని వారితో మాటాడితే ఏం జరుగుతుందో తెలియదు. ఉద్రిక్త స్వభావం ఉన్న యువకులతో మాటాడేప్పుడు కూడా జాగ్రత్త పడాలి. రాజుగారితో మాటాడేప్పుడు ఏం మాటాడితే ఏం జరుగుతుందో తెలియదు. విద్వాంసులతో మాటాడితే మన అజ్ఞానం బయట పడుతుంది.

కాబట్టి ఈ అయిదు గురితో (1. నీచులు, . స్త్రీలు, 3. యువకులు, 4. రాజులు, 5. ప్రాజ్ఞులు) పలుకు (మాటాడే పద్ధతి) తెలియక పలుకరాదన్నమాట. మాటాడే మంచి పరిజ్ఞానం ఉంటేనే మాటాడాలన్నమాట. తప్పు మాటాడినందుకే కలిగిన పరిణామాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని నోరావీపునకు తేకే అనే సామెత పుట్టింది. మనమనసు మంచిదై ఉండాలి. అయితే అవతల వారి ఆలోచనల్ని తెలుసుకొని ఉండాలి. అప్పుడు మాటలవల్ల అపార్థాలు - అనర్థాలు కలుగవని గుర్తించాలి.

- *ఆచార్య కసిరెడ్డి*

Date of Publication : 23.01.2019 - Posted pm 26, 27th

LICENCE NO. H/SD/ 517 /18-20 DT. 12.03.2018

RNI No. TELBIL/2002/08571

SIVANANDA BHARATHI (MONTHLY)

మంచి శ్లోకం

అష్టాదశపురాణాలు

శ్లో॥ మద్వయం, భద్వయం చైవ – బ్రత్రయం వచతుష్టయమ్ ।
అనాపలింగకూస్కాని – పురాణాని ప్రచక్షతే ॥

భావం : మత్స్య, మార్కండేయ, భాగవత, దేవీభాగవత, బ్రహ్మ బ్రహ్మాండ బ్రహ్మావైవర్త, విష్ణు వరాహ వామన వాయుపురాణాలు, అగ్ని, నారద, పద్మ, లింగకూర్మ స్కాంధం పురాణాలు ఇలా మొత్తం 18 పురాణాలు.

మంచి పద్యం

అమృతమా ! విషమా !

కం॥ మ్రింగెడి వాడు విభుండని
మ్రింగెడిదియు గరళమనియు, మేలని ప్రజకున్
మ్రింగుమనె సర్వమంగళ
మంగళ సూత్రంబునెంత మదినమ్మినదో !

భావం : మ్రింగే ఆయన తన భర్తయని, మ్రింగేది విషమని, ప్రజలకు కలుగుతుందని, సర్వమంగళయైన పార్వతీదేవి తన భర్తను మ్రింగుమన్నది. నిజానికి ఆమె తన మంగళ సూత్రాన్ని ఎంత గొప్పగా నమ్ముకొన్నదో !

Book - Post (Printed Matter)

To

____

____

____

____

Printed and Published by
G. SUDHIR KUMAR on behalf of A.P. DIVINE LIFE SOCIETY,
Printed at Natural Gray Offset Press, # 10-2-11/1, Opp. IDBI Quarters,
I.T. Towers Road, AC Guards, Hyderabad - 500004,
Published at : A.P. DIVINE LIFE SOCIETY SIVANANDA ASHRAM
6-1-110, Padmaraonagar, Secunderabad - 500 025.
Email : apdlssec@gmail.com, website : http://apdls.yolasite.com
Editor : Acharya Kasireddy Venkat Reddy.
Tel : 040-27503274