పూజ్యులు, గౌరవనీయులైన సార్ గారికి హృదయ పూర్వక ప్రణామములు.

తోటి సోదరీ, సోదరులకు ప్రణామములు

ప్రస్తుత సెమినార్‌కు సంబంధించిన అంశము Showers of Divine Grace లోని Method of Training నుండి గైకొనబడిన

If we are in the the hands of a real Master, all the things necessary for man to be called man gradually come out of themselves(SDG 54) మనము సమర్థ గురువు చేతులలో నున్నచో, మనిషి, మనిషనిపించుకొనుటకు కావల్సినవి అన్నియు వాటంతటవే, క్రమేపి సమకూరును. (అమృత వర్షిణి . పేజి 60)

ప్రస్తుతము సెమినార్‌కు ఇచ్చిన అంశమును పరిశీలించిన, ఈ సెమినార్‌కు ముందు శ్రీకృష్ణజన్మాష్టమి, 2010 లో నిర్వహించిన సెమినార్ అంశము "మురాద్ / మలమిత". గురువు యొక్క ప్రేమకు లక్ష్యవస్తువు అయిన వాడే మురాద్.

"మురాద్" లుగా తయారగుట మనము లక్ష్యము గా మనదృష్టిలో వుంచుకున్నప్పుడు, కోరికవుంచుకుంటే కాదు, దానికి కావలసిన అర్హతలు మనము సంపాదించవలసి యున్నది. సంపాదించవలసిన అర్హతలలో మొట్టమొదటది ప్రస్తుత సెమినార్ అంశమని నా భావము.

ప్రపంచ సృష్టి భగవంతుని సంకల్పము కనుక ప్రపంచములోని జీవరాసులన్నియు భగవదంశయే. కాని సృష్టిలోని జీవరాసులన్నింటి కంటే భిన్నంగా, భగవంతుడు మానవునికి మనస్సునొసగి, అత్యుత్తమజీవిగా తీర్చి దిద్దినాడు. మానవులలో పశుప్రవృత్తి, మానవ ప్రవృత్తి, దైవిక ప్రవృత్తి వివిధ పాళ్ళలో కలగలసి యున్నవి. మానవుడు తన మనస్సులోని పశుప్రవృత్తినుంచి బయటపడి, మానవ ప్రవృత్తి నధిగమించి, దైవిక ప్రవృత్తితో కూడిన దివ్యలక్షణాలు పెంపొందించుకొని

సర్వసౌభ్రాతృత్వముతో, దివ్యమానవునిగా పరిణామము చెంది, దివ్య మానవ ప్రపంచ ఆవిర్భావమునకు తోడ్పడుతాడని, తరువాత భగవంతునిలో లీనమై తన సృష్టికి పరిపూర్ణత చేకూరుస్తాడని, మానవుని అత్యుత్తమ జీవిగా సృష్టించాడు.

పూజ్య శ్రీరామచంద్రజీ మహరాజ్ (షాజహాన్‌పూరు) వారు యిలావివరిస్తారు.
"సృష్టికి మూలమైన ఆది చైతన్య శక్తి ప్రతి మానవులలోను భాగమై మనస్సుగా పిలవబడుచున్నది. ఈవిధముగా మానవుని మనస్సు ఆది చైతన్య శక్తిలో భాగమై వికశించుచున్నది."
"మనము మొదటి సారి, ఈ ప్రపంచములో పుట్టినపుడు, ఏమూలమునుండి దిగి వచ్చినామో అది పవిత్రమైనది కాబట్టి మనము కూడ పవిత్రులుగా వుంటిమి."

భగవంతునిపై ఆధారపడడం అనేది మొట్టమొదటిది. ఏ అస్తిత్వమైనప్పటికీ అది పూర్తిగా, భగవంతుడి పై ఆధారపడి ఉన్నది. అదియే సత్యమైన స్థితి. మనం ప్రతి ఒక్కరము గొప్ప "ప్రపన్నులమే" మొదట. కొంత కాలంతర్వాత "భక్తులు" గా, చివరికి "శాక్తేయులు" గామారాము. మొదట ప్రపన్నులుగా వున్న మనం, ఆలోచించడం మొదలు పెట్టి, తరువాత యిలాకాదు ప్రేమ చాలాగొప్పదని భక్తులమయ్యాము. తర్వాత మన గొప్పతనాన్ని ప్రదర్శిస్తూ, సృష్టించడంలో నాశనం చేయడంలోగల మనసామర్థ్యాలను ప్రదర్శించుతూ వచ్చాము. ఈ విధంగా మనల్ని మనం దిగజార్చుకున్నాము.

""మానవుడు తనకు తాను గొప్పవాడుగా రూపొందనూ వచ్చు లేక పతనమూకావచ్చు. ఇప్పడది ఏవిధంగా జరుగుతుందో ఒక్క క్షణం ఆలోచిద్దాం. ప్రపంచం నల్లగాను, దట్టంగానువున్న సూక్ష్మాతి సూక్ష్మ పరమాణువులచే కూర్చబడివుంది. కాని వాటి మధ్య అస్పష్టమైన కాంతి కూడవుంది. ప్రకృతి, పురుషుడు ప్రక్కప్రక్కనే వున్నాయనే భావాన్ని అది ధృవపరుస్తుంది.

దివ్యోన్ముఖులైన విజ్ఞులు, వివేకవంతులు ప్రకాశవంతమైన ఈ భావాన్ని దృష్టిలో వుంచుకొని లాభాన్ని పొందుతారు. దీనికి భిన్నంగా భౌతిక ఆకర్షణకి లోబడినవారు, ఆ నల్లని పరమాణువులతో సంబంధాలనేర్పరుచుకొని దానివలన స్థూలతర ఫలితాలను సంతరించుకుంటూనే ఉంటారు. నిరంతరాలోచనా పరంపర ఫలితంగా అవి ఘనీభవిస్తాయి. ఆలోచనలు భావముద్రలనేర్పరుస్తాయి. అవి బలీయమై ఆవరణల క్రింద ఏర్పడుతాయి. అవే మాయావిక ప్రభావాలు స్థిరపడడానికి అనుకూల పరిస్థితులను యేర్పరుస్తాయి. ఆ విధంగా శరీరాణువులపై పడిన ప్రభావం మెదడు యొక్క కేంద్రంపై ప్రతిబింబిస్తుంది. ఇది సంస్కారములేర్పడడానికి దారి తీస్తుంది. అవి గాఢంగా నాటుకొని సులభంగా లోబరుచుకుంటాయి. దుష్ట ప్రవృత్తులకు దోహదం చేసే పరిసరసాంగత్యాలకు అతడి మనస్సు మరింత గట్టిగా అంటిపెట్టుకొనేటట్లు చేస్తాయి. ఆ విధంగా అతడు హీనాతి హీనుడవుతాడు. ఈ దశలో సద్గురు శక్తి మాత్రమే అతడి అంతరంగిక స్థితిలో మార్పును తీసికొనివచ్చి అతడిని కాపాడుతుంది''. (అమృత వర్షిణి పేజి 8, 9)

బాబూజీ గారు, వారి రచనలు దశాదేశములు వ్యాఖ్యానములో ఆదేశము (4) నందు ఈ క్రింది విధముగా మన యొక్క దిగజారుడుతనాన్ని వివరించియున్నారు. ""మానవుని భావనా కంపనములు దివ్యసంకల్ప కంపనములకంటెను వ్యతిరేకముగ నుండుటచే ఆ కంపనలయొక్క సహజస్థౌల్యత మనుజునిలోసైతము ప్రవేశించెను. భగవత్కల్పిత కంపనములు సహజముగ నిర్మలములును, సూక్ష్మములును అగుటచే అవి వాని సహజ స్వభావమును నిల్పుకొనగల్గెను. కాని మానవ సంకల్ప కంపనములు వక్రగతి గలవయ్యెను. ఇదియే వానియందలి భేదము. పరతత్వము యందుగల సర్వ శక్తులును మనుజుని యందును గలవు. తొలిక్షోభ సమయమున వెలువడిన సూక్ష్మాణు సముదాయము అతని సంకల్పశక్తి యందును ఉండుటయే దీనికి కారణము. కాని వానిది వ్యతిరేక పైఖరియగుటచే

వాని చర్యలును వ్యతిరేక మార్గమున పయనించి పరావృత్తిమార్గమున వినియోగింపబడ జొచ్చెను. ఇవన్నియు కలసి చిక్కులు అధికమగుటకు తోడ్పడెను. వానియందలి ప్రతి సూక్ష్మాణువును భగవంతుని సువ్యక్తసృష్టి ప్రకాశమువలె మిగుల బలవంతమును, శక్తివంతమును అయ్యెను. ఈ విధముగ మనుజుడు స్వయముగా ఒక చిన్న సృష్టిని గావించెను. అతని శక్తులన్నియు ఈ విధముగా ఉజ్జీవనములగుటచే బలసంపన్నములై మొండిపట్టుదల గలవయ్యెను. అతని మనస్సు భావనలు వానితో సహకరింప మొదలిడెను. దీని ఫలితమే భావనా ప్రపంచ సృష్టి. ఆరుబయట విహరింపుమని ఒక ప్రవృత్తి అతనిని ప్రోత్సహించును. మరియొక ప్రవృత్తి జలుబు చేయును అను నెపముతో దానిని వారించును. మూడవది మరియొకటి, నాల్గవది వేరొకటి చెప్పును. ఐదవది ధనము నార్జింపుమనియు, ఆరవది ఉద్యోగము సంపాదింపుమనియు కోరును. అధిక శ్రమ వలదని ఏడవది, ఒక ధనవంతునియండ జేరి వానిని తృప్తిపరచి తద్వారా ఆస్థిని పొందవచ్చునని ఎనిమిదవది తెల్పును. మరొకటి వివాహమాడి సంతానవంతుడుగానిచో ఈ ఐశ్వర్యము నిరర్థకమని తెల్పును. చివరకతడు వివాహమాడి సంతానవంతుడు అగును. బిడ్డలు పెద్దవారగుకొలది వారిని విద్యావంతులుగా జేయు సమస్య ఎదురౌను. ఒకనాటకమందిరమున "జమీలా' మంచి అభినయము చేయుచున్నదని విని ఇపుడతనికి నాటకము చూడకోరిక కలుగును. అతడచట కేగి ఆ వినోదమును నాలుగైదు సార్లు చూచును. జమీలా యొక్క సోయగము వయ్యారము ఆ నాటకమును మరలమరల చూచుటకు అతనిని ప్రోత్సహించును. ఆమె వాల్చూపులు వయ్యారములు అతనికి ఉద్వేగము కలిగించును. అమెను గూర్చిన ప్రతి విషయము అతనిని ఆకర్షించును. ఇది ప్రేమగా పరిణమించును. ఇప్పుడతడు అదే ఆలోచనను తీవ్రము చేయుట మొదలు పెట్టును. తత్ఫలితముగా ఆలోచనకు శక్తిని యిచ్చెను. అది అలవాటుగా మారెను. ఈ వలయమంతయు మరింత తీవ్రతరమగుట మొదలయ్యెను. ఈ అలవాటు

అతనికి ప్రపంచమంతయు జమీలా వలె కనిపించు ప్రవృత్తి ఏర్పడుటకు ప్రేరణ యిచ్చును. కాని జమీలా యొక్క నిరంతర ఆలోచన కారణంగా అతనికి సన్మార్గమున ధనము సంపాదించుటకు సమయము దొరకదు. ధనము కొరకు దొంగతనము చేయవలెనని అనుకొనును. కాని శిక్ష అతనిలో భయాన్ని కలుగజేస్తుంది. కాని జమీలా ఆలోచన అతనిని విడువక చిట్టచివరకు పెడత్రోవలో దొంగతనము చేయుటకు సిద్ధపడేలా చేస్తుంది. అతని మొదటిస్థితి ఏమి! ప్రస్తుతస్థితి ఏమి! అతడు తన భావనావలయమున చిక్కి ఈ విధముగా తయారయ్యెను. ఇదే విధముగా మరికొన్ని సంఘటనలు మరికొన్ని చిక్కులను కల్పించి ఈ వలయమును దృఢతరమొనర్చును. వానియందలి స్థౌల్యత అభివృద్ధియగును. తత్ఫలితంగా భోగాలాలసత, కోపము, కామేచ్ఛ మొదలగువానికి దాసుడగును. క్లుప్తంగా చెప్పాలంటే అతనిలో దుష్టప్రవృత్తుల సమ్మేళనమేర్పడును. ఇంతకు పూర్వమతడనుసరించిన మార్గమును క్రమముగా వదలి మనస్సును సన్మార్గముపై కేంద్రీకరించినచో పై విషవలయమునుండి అతడు వెనుకకు మరలగలడు.

ఈ విధముగా మనస్సును వెనుకకు మరల్చుట సామాన్య మానవుని శక్తికి మించిన పని. అందుచేనతడు అత్యున్నతమగు ఆధ్యాత్మిక స్థితిలోనుండి పతనభయము లేని మహాపురుషునియండ జేరవలెను.' ' (శ్రీరామచంద్ర మౌలిక రచనలు పేజి 188, 189, 190)

""ప్రారంభంలో జీవితావసరాలు పరిమితంగ ఉండేవి. కాలం గడిచిన కొద్దీ పరిసరాలు ప్రజల జీవితాన్ని ప్రభావింతంజేసాయి. దాని ఫలితంగ అవసరాలు పెరుగనారంభించినాయి. భౌతిక దృక్పథం నుండి చూస్తే ప్రపంచం దినదినాభివృద్ధి చెందుతోంది. ఆ కారణంగ భోగ విలాసాలు క్రమంగ అవసరాల స్థానాన్ని ఆక్రమిస్తున్నాయి. ఒక విధంగా జీవితం పూర్తిగ భోగ లాలసత్వంగ తయారయింది. ఆకర్షణలు, వ్యామోహాలకై మన కాంక్ష మరింత అధికంగాను, మరింత దట్టంగాను

పెరుగుతూనే ఉంది. మన ఆలోచనాశక్తిచే అది నిరంతరం మరింత బలపడుతోంది. ఆవిధంగా వ్యక్తిగత మనస్సు పూర్తిగా చెడిపోయింది. ఆ కారణంగానే అత్యధికంగ చంచలమయ్యింది. వ్యక్తిగత మనస్సు యొక్క అతి చంచలత్వము మన ఆలోచనలు, చేతల ప్రభావంచే వృద్ధి అయి తీవ్రమవుతోంది. ఇది ఆ తరువాత మన విధిని రూపొందిస్తుంది. ఆ విధంగా మన విధి యీ మనోచంచలత్వముచే నడిపించబడుతోంది. వ్యక్తిగత మనస్సు యిప్పుడు అటువంటి స్వభావమునకు అలవాటుపడి మనం దాని ఆదేశాలనే అనుసరించేటట్లు చేస్తోంది. మనం ఆ విధంగా పూర్తిగ పాడయినాము. అందువలన మనం యిప్పుడు వ్యక్తిగత మనస్సును సరిదిద్దవలసి ఉంది. దానికి పద్ధతి, మనస్సు అనవసరంగ పాకులాడే విషయాలకు ఎటువంటి సంబంధంలేని సరళ జీవిత విధానాన్ని అనుసరించడమే. దాని అర్థం జీవన ప్రమాణాన్ని తగ్గించుకోవాలని కాదు; కాని దానిని క్షాళన చేసి దానినుండి అతిగ ఉండేటటువంటి వాటిని, అనవసరమైన వాటిని తీసివేయడమేనని దాని అర్థం''. (ఉద్గీత 89)

ప్రస్తుతము మానవుడు, తన సృష్టియైన స్వార్థము, అహంకారము, మమకారము, అసూయ, ద్వేషము, దురాశ, అపనమ్మకము, మొదలైన చెడు లక్షణాలతో తప్పదారిలో పడి తన ఆవిర్భావమునకు మూలమైన భగవంతుని, మరచి, పూర్తిగా భౌతికవాదములో మునిగి, మృగస్థాయిలోనే జీవనము సాగిస్తున్నాడు. నిజానికి ప్రతి మానవుడు, తాను ఈ విశ్వములో ఒక భగవదంశను మాత్రమేనని, తలంచక తాను వేరు, ప్రపంచము లోని మిగతా ప్రజలందరు వేరు వేరుగానున్నారని తలంచి సంకుచిత బుద్ధితో తాను తన కుటుంబ స్వలాభము కొరకు మాత్రమే ప్రయత్నించుచు సమాజములోని మిగిలినవారితో భిన్నముగా ప్రవర్తించు చున్నాడు. దీని వలన ప్రపంచమంతటా ప్రతి స్థాయిలోను అశాంతి ప్రబలి ప్రజలు సుఖజీవనానికి దూరమగుచున్నారు. దీని నుంచి బయట

పడాలంటే మానవుడు తన సృష్టిని అంతమొందించుకొని, భౌతిక వాదముతో కూడిన జీవితవిధానము నుండి ఆధ్యాత్మికతతో కూడిన జీవనవిధానమువైపు మరలాలి.

అస్థిరమైన మానసిక స్థితి కలిగిన మానవులను ఉద్ధరించుటకు అల్లకల్లోలము గల మనసును క్రమపరచి శాంతి ప్రశాంతతలు వారి మనసులలో పునరుద్ధరించుటకు, విశిష్టమూర్తిమత్త్వము (Special Personality) ను, తయారుచేయుటకు ప్రకృతి కడు ఆతురతతో ఎదురు చూచినది. ఇప్పటి వరకు అటువంటి వ్యక్తి అవసరము ప్రకృతికి కలుగలేదు. ప్రకృతికి సృష్టించుట, మరియు మార్పులు చేయు శక్తియే కాక, వినాశనము చేయు శక్తి కూడకలదు. చక్కదిద్దుటకు ఏవిధమైన మార్గము కనిపించకపోవుట వలన, ఇరవయ్యవ శతాబ్దము ప్రధమార్ధములో ఒకవిశిష్టమూర్తిమత్త్వము ఆవిర్భావమునకు ఆవశ్యకత ఏర్పడెను. అటువంటి వ్యక్తిని తయారు చేయుటకు శ్రీరామచంద్రజీ మహరాజ్ (ఫ?తేఘర్) వారిని ఈ భూప్రపంచమునకు పంపబడిరి. ఆయన తనకు ఒసంగిన కార్యము నిర్వర్తించుటకు, మరుగున పడివున్న ప్రాణాహుతి ప్రసారవిధానమును పునరుద్ధరించి వాడుకలోనికి తెచ్చిరి మరియు, మానవుడు పశుప్రవృత్తినుండి, మానవ ప్రవృత్తికి, అందుండి, దైవప్రవృత్తికి ఎదుగుటకు, దీనికి తనలో మార్పులు చెందించు కొనుటకు ఎన్నిమార్లయినా ప్రాణాహుతిని పొందుటకు భగవంతుని ప్రార్థించి వరమును పొందిరి.

ప్రకృతి ఆదేశానుసారము పూజ్య లాలాజీ మహరాజ్ గారు పూజ్య శ్రీరామచంద్రజీ మహరాజ్ (షాజహాన్‌పూర్) వారిని విశిష్టమూర్తిమత్త్వము (Special Personality)గా తయారు చేసి మనకు ప్రసాదించడమేగాక, వారు వారిలో పూర్తిగా లయమైనారు.

పూజ్య బాబూజీ గారు, ఆధునిక జీవితానికి అనువుగాను, సామాన్యమానవులు అవలంబించుటకు సరళముగాను సహజముగాను ఉండేవిధముగా తగు మార్పులు చేసి తేలికైన ప్రాణాహుతితో కూడిన సత్యపథమార్గము(రాజయోగసాధన)ను మనందరికి ప్రసాదించారు. ఈ సత్యపథమార్గము గృహస్థులుగాయుంటూ ఐహికం, ఆధ్యాత్మకం, అనే జీవితంలోని రెండు భాగాలు కూడా సమానంగా ప్రకాశింప జేసుకొనేటట్లు చేసి, మన నిజ జీవిత లక్ష్యమైన శాశ్వత సత్యప్రాప్తిని సులభంగా పొందుటకు సాధ్యపడేటట్లుగా రూపొందించిరి.

ఈ పద్ధతి (సత్యపథమార్గము) లో రెండు అంశాలున్నవి. ఒకటి స్వయం కృషి లేక అభ్యాసము, రెండవది గురువుగారి సహాయసహకారాలు.

<u>అభ్యాసి తాను తప్పకసాధన చేయవలసినవి.</u>

- ఉదయం ధ్యానము
- సాయంకాలము క్షాళన
- రాత్రి ప్రార్థన
- "ఎ' మరియు "బి' బిందువులపై ధ్యానము
- రాత్రి 9.00 గంటల ప్రార్థన
- దశాదేశములు పాటించుట
- దినచర్య వ్రాయుట

<u>ప్రాణాహుతి ద్వారా గురు సహాయము పొందుటకు</u>

- వ్యక్తిగత సిట్టింగులు తీసుకోవడం
- సత్సంగములకు హాజరగుట
- భండారాలకు హాజరగుట

మన మానసిక స్థితిని మనము క్రమపరచుకొనుట అసాధ్యము కావున మన మానసిక స్థితిని క్రమపరచు భాద్యత గురువుగారు స్వీకరింతురు. కావున

ఆయనపనికి మనము సహకరించుటకు, వారు మనకిచ్చిన సాధనలు తు.చ.తప్పక పాటించ వలసి యున్నది.

మానవునిలో చైతన్యము, నిమ్నస్థాయిచైతన్యము, ఊర్ధ్వస్థాయి చైతన్యము (మానవ) మరియు దైవీ చైతన్యములు కలవు. నిమ్న చైతన్యము స్వార్థమునకు పరిమితమైయుండును, దీనిని అధిగమించి నిస్వార్థముగాగల మానవ చైతన్యములోయుంటూ పరార్థమగు దైవీ చైతన్యమునకు మానవుడు పురోగమించ వలసి యున్నది. పిండ ప్రదేశములోనున్న 5 గ్రంధులను పరిశుభ్ర పరచుకొనుచు, వాటిలో మనము అభివృద్ధి చెందించుకోవలసిన అనుకూలభావములు, ఆలోచనలు, అలవాట్లు, అభివృద్ధి చెందించుకొనిన, మానవ చైతన్యమునకు పురోగమించగలము.

పూజ్య బాబూజీగారు వారి రచనలలో, ప్రసంగములలో, నిమ్నస్థాయి చైతన్యము నుండి మానవ చైతన్యమునకు, దాని నుండి దైవీ చైతన్యమునకు పురోగమించుటకు యిచ్చిన సూచనలు చాలా సూక్ష్మంగా తెలిపిరి. వాటిని అవగాహన చేసుకొనుటకు సామాన్య మానవులమయిన మనకు అంత సులభము కాదు.

పూజ్య సార్ గారు ఆచార్యుల కుటుంబములో జన్మించినవారు, తత్వ శాస్త్రము మరియు మనస్తత్వ శాస్త్రములలో నిష్ణాతులు. వారు వారి ఉద్యోగ భాద్యతలు నిర్వర్తించినది కార్మిక శాఖ వీటన్నింటితో పాటు ఆధ్యాత్మికంగా పూజ్య బాబూజీగారి ప్రేమకు లక్ష్యవస్తువయినవారు. నిరంతరం పరహితము, పరసుఖము గురించి ఆలోచన కలిగినవారై మన అవగాహనా గ్రాహ్యతకు తగినట్లుగా ప్రతి విషయమును వారి సాధనానుభవముతో వారి ప్రసంగములలో రచనలలో తెలిపియున్నారు. దశాదేశాలు పాటించుటకు వాటిపై యిచ్చిన వివరణ, పూజ్య బాబూజీగారిచ్చిన సాధనలు అనుసరించుటలో పాటించవలసిన విధానము(Procedure)

తెలిపియున్నారు మరియు ప్రాణాహుతిని పొందినపుడు మనలో కలిగే అను భూతులు ఎట్లుండుననే వివరణలు మొదలగునవి.

ముఖ్యంగా పశుప్రవృత్తినుండి మానవ ప్రవృత్తికి పురోగమించుటకు మనయాత్ర పిండ ప్రదేశములోని ఐదు గ్రంధులలో మార్పురావలసి యున్నది. దీనికి గ్రంధులలో మనము పెంపొందించు కొనవలసిన అనుకూల స్వభావములు, మనము పోగొట్టు కొనవలసిన ప్రతికూల భావములు తెలిపియున్నారు. అదే విధముగా కోశములు అన్నమయకోశము, ప్రాణమయకోశము, మనోమయకోశము, విజ్ఞానమయ కోశము, మరియు ఆనందమయ కోశములలో పెంపొందించుకొనవలసిన అనుకూలస్వభావములు, మనలను ఈ కోశములలో పట్టి బంధించు ప్రతి కూల భావములను వివరించియున్నారు.

<u>మానవ చైతన్యము</u>

I. సత్యము. – అన్ని సందర్భములలోను, మనసా వాచా కర్మణ, సత్యమునకు కట్టు బడి యుండుట.

II. అహింస : – మనసా, వాచా, కర్మణా, యితరులను బాధించుకుండుట.

III. ఆస్తేయము: – దొంగ తనము చేయకుండుట

IV. అపరిగ్రహము: – అత్యాశ లేకుండుట, ఇతరులది ఆశించకుండావుండము.

V. బ్రహ్మచర్యము: ?2బ్రహ్మచర్యమనగా దైవముతో సమైక్యత కలిగియుండుట, అనగా విశ్వచైతన్యమునకు స్పందించుట.

మానవ చైతన్యములో కొంత పురోగతి సాధించిన పిదప సాధకుడు దైవీ చైతన్యమునకు పురోగమించును. దీనిలో

1. సేవాభావము. 2. త్యాగశీలత 3. సహకారము. 4. సత్యపథమార్గమునకు కట్టుబడియుండుట.

పూజ్య బాబూజీగారి ఆదేశములు, మనసా, వాచా, కర్మణా ఆచరించువారిని సత్పురుషులుగా పేర్కొనవచ్చును.

పంచ వికారాలు: కామము, క్రోధము మోహము, లోభము మరియు అహంకారము. కామము, క్రోధము అనేది భగవంతుడు యిచ్చినవే కాని, అవి మనము చేసింది లేదు. మనం చేసుకొన్నదేమిటంటే అహంకారము, మోహము, లోభము. కామము, క్రోధము అనేది భగవంతుడు యిచ్చినది. కాని మనం తీసివేయలేము. అణగద్రొక్కితే యింకా ఎక్కువ ప్రమాదాలే వస్తాయి. అణగ తొక్కకుండా దానిని కాస్తంత సమము (balance) చేసుకొన్నవాడు మనిషిగా ఉండగలుగుతాడు. (సత్యపథము సంపుటి 9, సంచిక 4, పేజి 7 2002)

పూజ్య సార్‌గారు "ఆధ్యాత్మికత' అను రచనలో ఈతి బాధలు షడ్విధములు.

1. దేహమే ఆత్మయను బుద్ధి 2. మనము స్వతంత్రులమనే బుద్ధి 3. మనము పరమాత్మకు కాక యితరులకు చెందిన వారమనే బుద్ధి 4.మనలను మనము రక్షించుకొనగలమనే బుద్ధి 5.శరీర బంధువులే బంధువులనే బుద్ధి 6.ఇంద్రియజన్య విషయములననుభవించవలననే బుద్ధి. (ఆధ్యాత్మికత, పేజి 73)

ఈ ఆరు రకములైన భావములు వాటికి సంబంధించిన బాధలు మనలను బ్రహ్మాండమును చేర నడ్డుకొను నని తెలిపి యున్నారు.

సత్యపథమార్గములో ఇచ్చిన సాధనావిధానాల గురించి వాటి యొక్క విశిష్టతను, మనకు అవగాహన కలిగేటట్లుగా, బోధయంతి పరస్పరం రచనలలో తెలిపియున్నారు. పిండ ప్రదేశములోని ఐదు గ్రంధులు, మరియు కోశములను, ప్రస్తావిస్తూ, మన సాధన ఏ విధముగా కొనసాగించవలెనని ఆవిధముగా సాధన కొనసాగించు కొనిన, పిండ ప్రదేశమునందు మన యాత్ర పూర్తి చేసుకొనగలమో

మనకండ్లకు కట్టినట్లుగా ""శ్రీరామచంద్రుని రాజయోగము- ఆధ్యాత్మిక లక్ష్యసాధన''లో తెలిపియున్నారు.

""దివ్యకృప గురుదేవుల సహాయము ద్వారా మాత్రమే వ్యక్తిలోనికి ప్రవహించడం సాధ్యమౌతుంది. అందువల్ల అభ్యాసి, గురువు ద్వారా దివ్యకృపా ప్రవాహము తనకు కరుణించమని ప్రార్థించడమే నిజముగా చేయవలసిన పని. స్వయంకృషి లేక అభ్యాసము ఆ దివ్యకృపకు మనలను పాత్రులుగా చేయుటకు సాధనము మాత్రమే.'' (అమృత వర్షిణి పేజి 25)

పూజ్యసార్‌గారు మొట్ట మొదట ప్రాధాన్యత ప్రార్థనకు యిచ్చి సాధనప్రారంభించినట్లుగా తెలిపియున్నారు. ప్రార్థన సమయములో మనకంటే గొప్పవారున్నారు. వారిని మనము అర్థిస్తున్నాము అనే భావము పెంపొంది, మన తక్కువతనమును మనలో పెంపొందించుకొనెదమని తెలిపియున్నారు. ఇంకనూ అసలు మనకు ప్రార్థనచెయ్యడమే తెలియదు, ప్రార్థన ఎలా చేయాలో దాని కొరకు ప్రార్థించమన్నారు.
ఆవిధంగా ప్రార్థించితే మనలో ప్రార్థన ద్వారా వినయము, నిరంతరస్మరణ, ఒదిగియుండడమనేది అభివృద్ధి చెందుతాయని క్రింది విధముగా తెలిపి యున్నారు.

Pray(beg) that you pray (be submissive) and continue to pray (Constant remembrance) so that prayer (yielding) may continue.

మొట్టమొదటి సారిగా మనము ఈ మార్గములో ప్రవేశించుటకు నిర్దేశింపబడిన ప్రారంభ సిట్టింగులలో మొట్టమొదట రోజే ""గురుదేవులు ఆయనలోగల పరిశుద్ధమైన దైవత్వమును అభ్యాసీలోనికి ప్రవేశపెడుదురు. ఎందువలననగా యిది ఆయన పని. సహాయ సహకారముల కొరకు వారు కొన్ని పద్ధతులను సూచించెదరు. దీనిలో ధ్యానము ముఖ్యమైనది.'' (అమృత వర్షిణి .పేజి. 55)

పరిచయ సిట్టింగులలో మొదటి రోజు "L' అను భాగమునకు పోవు ఆలోచనాసంపంత్తి "U' అను భాగమునకు మళ్ళించబడును. మనకు వచ్చే భావాలన్నీ కూడ హృదయానికే వస్తాయి. ఆ ఆలోచనలన్నీ కూడా పైనుండి క్రింది(Lower portion) వైపు , Lower portion అంటే ఏమీ లేదు మన యొక్క వాంఛలు, కోరికలు, పశుప్రవృత్తులకు కావలసిన బలము. జీవి అనేది వుండాలంటే పశు ప్రవృత్తి వుండాలి. పశు ప్రవృత్తి ప్రక్కనే వెళ్ళుతుంది Power అంతా కూడా. భగవంతుని Power, దానినే మనము మానవత్వము వైపు మళ్ళించడమనేది ఈ L to U.

రెండవరోజు "U' భాగమునకు అనగా, ఎగువ భాగమునకు మరలించిన ఆలోచనాసంపత్తి ఆత్మ చక్రము వైపు మరల్చ బడును. ఆత్మ అనేది వేరే, Upper portion అన్నది వేరే. Upper portion లో మనయొక్క ఉన్నతమైన భావాలు మనిషిగా, మానవుడు గా బ్రతకడమనేది. ఇటు (ఆత్మ) ప్రక్క మనసు గాని మళ్ళినప్పడు "మనీషి' అవుతాడు. ఒక ప్రక్కకు మళ్ళితే మనిషి అవుతాడు, ఇంకొక ప్రక్కకు మళ్ళితే మనీషి, అవుతాడు. ఎప్పడూ ఆత్మవైపు ఆలోచించేవాడు మనీషి, పెద్ద ఉద్దేశాలతో వుంటాడు. ఎప్పడూ ఆశయశిద్ధిని కోరు కుంటాడు. (సత్యపథము సంపుటి10, సంచిక 2)

మన సాధనా పద్ధతిలో మనకు ప్రాణాహుతి పూజ్య బాబూజీ మహారాజ్ ద్వారా నిరంతరం ప్రసరిస్తూనే వుంటుంది. ఒకసారి గనుక మన సాధనా పద్ధతికి పరిచయం (introduction) అయితే, ఈ సంబంధము (connection) నిరంతరం వుంటుంది. మనము ప్రశిక్షకుడి (Trainer) దగ్గరకు పోయినప్పడు దానిని వారు ఎక్కువగా ప్రజ్వలింప చేస్తుంటారు. ఈ సంబంధం నిరంతరం మన హృదయ తంత్రులను సరిదిద్దుతూనే వుంటుంది.(రాజయోగ సాధన 57)

ఉదయం ధ్యానము

మనము మన ధ్యానములో హృదయంలో కాంతిలేని దివ్యజ్యోతి "ఉందని ధ్యానము చేస్తాము. సత్యపథమార్గము యొక్క ముఖ్యోద్ధేశము మనము "nillness' కు రావాలి. దీనికి practical గా అటువంటి nil thought ముందే ఇచ్చేసారు. ఇక్కడ మనకిచ్చింది భగవంతుణ్ణే. ఆయన ఇచ్చేసి భగవత్‌తత్వమనే భావానికి పూర్తిగ సరిపడే ఒక భావాన్ని మనకిచ్చేసి, దీనిపై లగ్నంచేయండి, ధ్యానం చేయండి అని మరియు భగవతత్వము ఏది వుంటే అదే జరుగుతుందిలే. ఊరుకోనీవు. Divine light without luminosity, yield to him depend upon master and keep quiet. అని. దీని ద్వారా మనలో తక్కువదనము అభివృద్ధి చెంది. మనము ఏమి లేము, అన్నిటికి మాస్టరుగారి మీద ఆధారపడి వున్నామనే భావము వృద్ధిచెందుతుంది.

క్షాళన

మనలో వుండే మాలిన్యాలు మల, విక్షేప మరియు ఆవరణలు మనలక్ష్యముపైన అస్పష్టత, నిమ్న స్థితులలో జీవనము గడుపుట మలసంబంధమైన మాలిన్యముగా చెప్పకొనవచ్చును. కష్టతరమైన విక్షేప, ఆవరణల రెండింటినుండి మమ్మల్ని కాపాడమని అన్నాము. మలాన్ని clean చేసుకోవలసిన భాధ్యత మనది. ఈ క్షాళన క్రియలో 1/3rd of the duty మాత్రమే మనకిచ్చారాయన 2/3 rd ఆయన తీసుకున్నరు. దీనికే ప్రశిక్షకును నుండి క్రమానుసారము వ్యక్తిగత సిట్టింగులు తీసుకోవడము.

పూజ్యసార్‌గారు ""The Demolition of the Past is a chapter in the Natural Path'' సెమినార్ నందు ఆధ్యాత్మికమార్గంలో మన యొక్క Blemishes తెలుపుచూ వీటిని మనము పోగొట్టుకోవాలి అని తెలుపుతూ, అయితే పూజ్య బాబూజీ గారు వీటిని, మనలను వ్యక్తిగతంగా

పోగొట్టు కొనుట నుంచి కాపాడుతూ, చాలా వాటిని క్షాళనా విధానము ద్వారా పోగొట్టబడునని తెలిపిరి. (Bodhayanti .Parasparam. Vol V, page 136-140)

ఎ' మరియు "బి" బిందువులపై ధ్యానము

మనస్సు ఇష్టప్రకారంగా, వాంఛలపైన, కోరికలపైన పోతుంటుంది. దాన్ని control చేయాలనుకుంటే మాత్రము ఈ బిందువులపై క్రమంతప్పక ధ్యానము చేసుకుంటే మనయొక్క sensuousness ని Control చేస్తుంది. ఏదైతే ఆకలి, దప్పిక, సెక్స్, అనే ఈ మూడు drives వున్నాయో వాటి Impulsive tendencies తగ్గిస్తుంది. Impulsive tendency అంటే, ఒక పశువులా ప్రవర్తించే ఆప్రవర్తననుండి బయట పడి మానవుడిగా బ్రతికే స్థితికి వస్తుంది. దీనిని, నిబద్ధీకరించడం అనేది జరుగుతుందే కాని, దాన్ని పూర్తిగా తీసెయ్యడం అనేది జరుగదు. Elimination జరిగే అవకాశము కూడలేదు.

"ఎ' మరియు "బి' బిందువులపై ధ్యానము చేయుట వలన మనము దశాదేశాలను పాటించడములోను, 5 గ్రంధులలో, మనలో అభివృద్ధి చెందించుకోవలసిన వైఖిరలకు, ఏ విధంగా సహాయ పడునో Imperience Beckons, Evaluation -Hints II pages 144 to 148 లో పూజ్య సార్ గారు వివరించి యున్నారు.

పూజ్యసార్ గారు, ఈ రెండు సత్యపథమార్గములో పూజ్య బాబూజీ గారు మనలను నిమ్నస్థాయి నుండి బయటపడేదానికి, వారు కనుగొని, మనకిచ్చిన బహుమానాలుగాను, వారు ఎప్పుడు సందర్భము వచ్చినా వీటి గురించి మనకు చెప్పకుండావుండరు.

9. 00 గంటల ప్రార్థన

మనము బ్రహ్మాండ స్థితికి ఎదుగుటకు రాత్రి ౯. ౦౦ గం ప్రార్థన, ఒక్కటే సరైన విధానము, ఇంకవేరే విధానము లేదు. మన యొక్క thought force ని, మన కొరకే కాక, ఇతరులకు కూడ వినియోగించబడుతున్నది. దీనివల్ల మనకు విశ్వప్రేమ, విశ్వసోదర భావము అభివృద్ధి చెందుటకు వీలు పడుతుంది.

పైవాటితో పాటు "తృప్తి' కలిగి వుండాలని "" "సంతుష్టి' భావన లేక మనకు ఉన్నదానితో తృప్తిపడటం అనేది అనందానికి మొదటి మెట్టని, ఇదే ఆనందంయొక్క రహస్యం అని నేను నమ్ముతానని తెలిపియున్నారు. ఇది లేనప్పుడు ఎన్ని సుఖాలుగాని, సంపదలుగాని, పేరు ప్రఖ్యాతులు గాని ఆనందాన్ని యివ్వజాలవు. జీవితంలోని విషయాలు, సంఘటనలు అన్నీ అనిత్యము. అశాస్వతమనే ఎరుక కలగడం యొక్క ఫలితమే నిజమైన సంతుష్టిభావన కలగడం'. గతం గురించి దు:ఖిస్తూ, కలత చెందడం వలన ప్రయోజనం లేదు. "తృప్తి' అనేది "అత్యున్నతమైన సంపద' అన్న విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. ఎట్టి పరిస్థితిలోనైనా "తృప్తి' మరియు "అంగీకారం' అనే వాటిని "ఇక చాల్లే' అనే భావము లేదా అలక్ష్యముతో పొరబడకూడదు. "తృప్తి' అనే భావాన్ని పెంపొందించుకుంటున్నాము అంటే ఇచ్చిన దానిని మెచ్చుకుంటున్నామేకాని, దొరకని దాని గురించి అలోచించడం లేదు. "నేను తృప్తి చెందాను' అనే భావన, ""నాకు లేకపోయినా నేను ఏమీ అనుకోను'' అనే భావన ఒకటి కాదు. మన గురువర్యులు యిచ్చిన 5 మరియు 7 ఆదేశములను పాటించడానికి మన వైఖరిలో "సమూలమైన అంగీకారం' (radical acceptance) వృద్ధి చెందాలి. అదే ఎట్టి నిబంధనలు లేని మైత్రి (స్నేహభావం) యొక్క తాత్పర్యము. అప్పుడు మనకు ఏది జరిగినా కృతజ్ఞతతో స్వీకరించే నిష్కపటత మరియు ప్రేమ మనలో ఉంటాయి. అట్టి తృప్తి జీవితానికి ఎట్టి అవరోధాలు ఉండవు. ఎదుటివాడు మనకు నచ్చకపోయినా కూడా, అ

హృదయంలో ప్రతి ఒక్కరికీ చోటు ఉంటుంది. "తృప్తి' యొక్క నిజమైన అర్థమేమిటంటే మనం మార్చలేని విషయాలను శాంతంగా ఒప్పుకుంటాం. మార్చగలిగే వాటిని ధైర్యంగా మారుస్తాం. ఈ రెండిటికీగల తేడాను తెలుసుకునే వివేకం కలిగి ఉంటాము.(సత్యపథము సంపుటి 14, సంచిక 1 2007 పేజి 8- 9)

<u>మనిషిగా జీవించాలంటే</u>

ప్రేమ, జాలి అనురాగము, కరుణ, పెంపొందాలి. న్యాయా న్యాయ, ధర్మాధర్మ, యుక్తా యుక్త, వివక్షత కలిగి యుండాలి. నైతిక విలువల ప్రాముఖ్యత తెలియాలి. గురువుగారిపై పరిపూర్ణవిశ్వాశం, తిరుగులేని నమ్మకము కలిగియుండాలి. ఇంద్రియనిగ్రహము పెంపొందాలి. అహింస, భూతదయ, క్షమ, మైత్రి, కారుణ్యము, పరస్పర సహకారము, సద్దుకుపోవడము, సహనము, ఉపేక్ష మరియు తృప్తి మొదలగు పైఖరులు అలవడాలి. వినయము, విధేయత, అలవాట్లు స్థిరపడాలి. అహంకారము తగ్గాలి. పైతెలిపినవి మనలో అభివృద్ధి చెందుటకు, తయారగుటకు పూజ్య బాబూజీగారు క్రింద విధముగా తెలిపి యున్నారు.

""అహంభావం వ్యక్తిలో ఒక లోపము. అది తొలగిపోనంతవరకు వ్యక్తికి తన ఆధారం యేమిటో తెలియదు. వ్యక్తిలో అహంకారము పూర్తిగా తొలగింపబడినప్పుడు వుండేటటువంటి స్థితికి, "ఆధారము' అనే పదంతో వ్యక్తీకరించడం జరిగిందని నేను భావిస్తున్నాను. ఆ స్థితిలో జీవించడం మానవ సంస్కారం. ఆ స్థితి కొంచెం స్థూలముగా అయిన యెడల అప్పుడు అది అణుకువ, నమ్రత అనే లక్షణము పరిధిలో ప్రవేశిస్తుంది. ఆ స్థితిని పొందినప్పుడు ఆ వ్యక్తి (Of the Lord) వాస్తవమైన వ్యక్తిగా రూపొందుతాడు. ఆ స్థితిని పొందవలెనంటే కొన్ని వందలమార్లు ప్రాణాహుతి ప్రసారము, ప్రార్థనలు నిర్దేశించబడినాయి. మానవుడు తన

స్థాయినుండి దూరము కాకూడదు. ఈ స్థాయిని "అభూదియత్' (అణిగియుండు స్థితి) అన్నారు.'' (అమృత వర్షిణి పేజి 46, 47)

పూజ్యసార్‌గారు బాబూజీ గారు రచించిన నేతి, నేతి, అనే రచనకు (ఆంగ్లములో) Path of Grace (Commentary on Towards Infinity) ఇది సత్యపథ మార్గము అనుసరించు మనందరికీ, మానవ ప్రవృత్తికి ఎదుగుటకు, అచ్చటనుండి దైవీ చైతన్యమునకు పురోగమించుటకు "దిక్సూచి' అని నాభావన.
నేను ఈ సాధన ప్రారంభించి నప్పటినుండి దినచర్య (Diary) వ్రాయుచున్నాను. నాదినచర్య ఆధారంగా నేను "మనిషి' గా తయారవుచున్నాననే నమ్మకము నాకుంది, అంతేకాకుండా కొన్ని లోపములున్నా అవి పటుత్వము కోల్పోవుచున్నవనే భావన అభివృద్ధి చెందుచున్నది. ఇది పూజ్య సార్‌గారు సాధనకు యిచ్చిన సూచనలు ఆచరణలో పెట్టుట, మరియు ప్రాణాహుతి పొందుటవలననే, అనే నమ్మకము కలగి, ప్రాణాహుతి పొందుటకు నాలో తపన వృద్ధి చెందినది.

<u>ముగింపు</u>

సమర్థ గురువు చేతులలోనున్న మనము, మనిషి, మనిషనిపించుకొనే దానికి మనధర్మాలను మనము పాటించాలి. అన్ని పరిస్థితులలోనూ సమతుల్యము పాటించడమే ధర్మం. ప్రకృతితో సమన్వయం పాటించడమే ధర్మం. జీవావరణంలో సమతుల్యం పాటించడం ధర్మం. జీవితము అశాశ్వతమన్న సత్యాన్ని గ్రహించి ""మనం జీవితం ప్రారంభించిననాటికన్నా ప్రపంచాన్ని మరికొంచెం అందంగా విడిచిపెడదాం'' అనే సిద్ధాంతానికి అనుగుణంగా జీవించడం ధర్మం. (సత్యపథము సంపుటి 10, సంచిక 1, 2003)
చివరిగా పూజ్య సార్‌గారు ప్రసంగములలో చిన్నపాట
""జీవులకు దేవులకు బేధము లేదు

పరహితము, పరసుఖము పరమార్ధమనే,

విజ్ఞానజ్యోతులు వెలిగించరయా!' '

దీనికి మనందరిని మలచవలసినదిగా మాస్టరుగారిని ప్రార్థిస్తూ

అందరికీ లాలాజీ శకము 139 వ సంవత్సర శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ

మీసోదరుడు

ఎస్. గోపాలయ్య, అభ్యాసి, తిరుపతి.