సూక్ష్మ అహంకారము వదులుకోవడం

స్వామి దివ్యవాణి సందేశాలు కాథరీన్ కపాహి (పి హెచ్ డి) ద్వారా తెలియచేయబడినవి.

భగవంతుడిని

తెలుసుకోవడం శీర్షిక

స్వామి దివ్యవాణి సందేశాలు

(కాథరీన్ కపాహి (పి హెచ్ డి)

ఆద్యంతరహితుడైన సాక్షీభూతుడు

పరమ కృపామయుడు

మన అందరి దివ్య తల్లిదండ్రులు అయిన

భగవాన్ శ్రీ శ్రీ శ్రీ సత్యసాయి దివ్య

పాదారవిందంలకు ఈ పుస్తకం

అంకితము

ఉపోద్ఘాతం

సత్యసాయి బాబా వారు ఎప్పుడూ బోధిస్తూ ఉండేవారు అహంకారము మన బుద్ధిని, విచక్షణ ను కప్పివేసివుంటుంది ముఖ్యంగా స్త్రీ పురుషులలో అని ఎందుకంటే అహంకారము ఈ రెండింటి కన్నా సూక్ష్మంగా ఉంటుంది కనుక. అందువలనే మానవుడు అహంకారమును అధిగమించి ఆత్మను తెలుసుకోలేకపోతున్నాడు.ఎందువలన ఇలా జరుగుతుంది? "నేను" అనేది మానవ ఆకారము ధరించినప్పుడు అది అహంకారము గా మార్పుచెందుతుంది.ఎప్పుడైతే మానవుడు దేహ భ్రాంతిని వదులుకుంటాడో, అప్పుడు మోక్షం సంపాదించడం చాలా సుగమం అవుతుంది.దేహాత్మభావన వలనే అహంకారము వృద్ధి చెందుతూ ఉంటుంది. (నేను చేస్తున్నాను, నేను అనుభవిస్తున్నాను) ప్రయత్నపూర్వకంగా ఈ అహంకారమను తెరను తొలంగించినప్పుడు మాత్రమే, ఆత్మను తెలుసుకోవడం జరుగుతుంది.దీనికి ఒక్కటే పరిష్కారం.మన జీవితం భగవంతుని సాన్నిధ్యంలో అనుక్షణం ఉండాలి.అప్పుడే మన దివ్యత్వం" నేను సత్ చిత్ ఆనంద స్వరూపుడను" అని తెలుసుకోవడం జరుగుతుంది.సత్యసాయిబాబా వారు ఇందులో పొందుపరిచిన 45 వ్యాసంలను ఈ ఆత్మకు ఏప్రిల్ 19, 2013 న మొదలుపెట్టి

మే 29 2013వరకు అంతర్వాణి ద్వారా తెలియచేయడం జరిగింది.వాటిని నేను ఒక పుస్తకం లో వ్రాయడం జరిగింది.

స్వామి అందించిన ఈ 45 వ్యాసంలను ప్రతీ ఒక్కరు చదివి తమలో ఉన్న సుక్ష్మ అహంకారం ను తొలగించి తమ నిజ స్వరూపమైన భగవంతుని తెలుసుకొనుటకు ఉపయోగపడుతుంది అని ఆశిస్తున్నాను.

45 వ్యాసములు

సూక్ష్మ అహంకారంను వదులుకోవడం

భగవాన్ శ్రీ శ్రీ శ్రీ సత్యసాయిబాబా

1

నాకు చాలా అనందం గా ఉంది మీ అందరికి నా ఉపన్యాసంలను నా ప్రియభక్తురాలయిన కేథరీన్ ద్వారా తెలియచేస్తున్నందుకు. కేథరీన్ పరిపూర్ణ శరణాగతితో తన జీవితాన్ని స్వామికి అంకితం చేసింది. ఆమెకు ఈ రెండు కోరికలు తప్ప ఇంకొకటి లేవు.1.స్వామిని సేవించడం 2. స్వామిలో లీనమైపోవడం. కొన్ని సమయాలలో వీటిని ఆచరణలో పెట్టడంఆమెకు కూడా కష్టంగా ఉంటుంది. పాత దైనందిక, లౌకిక చర్యలపై ఆమెకు ఆశక్తి పోయింది. ఆ జీవన విధానం చాలా శూన్యం, అవివేకం అని తెలుసుకుంది. అయితే ఈ సరి క్రొత్త సరళమైన జీవన విధానం అహంకారం యొక్క ఉనికికి చాలా కష్టంగా ఉంటుంది. అహంకారము ఎప్పుడూ తన ఉనికిని చాటుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటుంది. ఇప్పుడు ఉన్న క్లిష్టమైన సమస్య ఎమిటి అంటే, ఈ సూక్ష్మ అహంకారం ను అణచి, నాశనం చేయడం. కాని అది అప్పుడప్పుడు బయటకు వచ్చి మనసుకు వ్యాకులతను, సందేహాలను కలుగచేస్తుంది. ఇప్పుడు నేను వివరంగా తెలియచేస్తాను.

చాలా మంది భక్తులకు భగవంతునికి లేదా గురువుకి మనః పూర్వకంగా శరణాగతి చేద్దామనే ఉద్దేశ్యమే ఉంటుంది కాని ఎలా చేయాలో వారికి తెలియదు. ఈ అహంకారము చాలా కపటమైనది,జిత్తులమారి,మనకు తెలియకుండానే మనలో చేరి, మనలను, తన అధీనములోకి తీసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటుంది.

మీరు అనుకుంటారు నేను సంపూర్ణ శరణాగతితో నా అహంకారాన్ని భగవంతునికి అంకితం చేసాను అని, కాని ఎక్కడో మనలో అది కనబడకుండా దాక్కొని, అవసరము వచ్చినప్పుడు బయటకు వచ్చి మనకు బాధలను కలుగ చేస్తూ ఉంటుంది. ఒక ఉదాహరణ: మీరు టీ వి లో న్యూస్ చుస్తున్నప్పుడు అందులో చూపించిన అన్యాయములను చూసి అవేశంతో, ఆగ్రహంతో ఊగిపోతారు. మీరు అనుకుంటారు నేను శరణాగతి చేసేసాను కదా నాలో అస్సలు కోపం లేదని కాని అది ఇప్పుడు బయటకు వచ్చింది.

ఈ భయంకరమైన ఆగ్రహం మీలో మళ్ళీ చేరిపోయింది. అప్పుడు మీరు ఏమి చేస్తారు? నేను ఈ సూచన చేస్తున్నాను. మీరు వెంటనే ఒక నిర్ణయానికి రావాలి. నేను సాక్షీభూతుడను మాత్రమే.మీలో ఉన్న ఆగ్రహానికి మీరు సాక్షీభూతుడుగా నిలబడండి. మీ మీద మీరు ఆగ్రహం తెచ్చుకోవద్దు. అలాగే చూస్తూ ఉండండి. మీరు ప్రశాంతమైన, నిర్మలమైన కవచం లాగ ఆ అగ్రహాన్ని కప్పివేసినట్లు, వీలయితే మీకు మీరు తెలియచేసుకోండి." నా నిజ స్వరూపం శాంతం, నిర్మలమైన తత్వం.కోపం , ఆగ్రహం కాదని " ఈ కోపం అశాశ్వతం అని, కదిలిపోయే శక్తి లాంటిదని, అది తొందరలొనే అనంత శక్తి లో ఒక భాగమేనని, అందులో కలిసిపోతుందని తెలుసుకోండి. టీవి ఆఫ్ చేసి కొంచెం సేపు నడవడానికి వెళ్ళండి. నామస్మరణ చేసుకోండి. భజనలు వినండి. ఇంకా ఆ కోపానికి మిమ్మల్ని విడిచి వెళ్ళటానికి ఇష్టం లేకపొతే ఏమి చేస్తారు? భజనలతో నిమగ్నమవ్వండి లేకపోతే వ్యాయామం చేయండి లేక చల్ల నీటితో స్నానం చేయండి లేక అలా నామస్మరణ చేసుకుంటూ ఉండండి.

ఇది మీకు ఒక సత్యాన్ని తెలియచేస్తుంది. ప్రపంచం, అందులో నివసించే జీవుడు ఎప్పుడూ పరిపూర్ణులు కారని, ఆత్మ ఎప్పుడూ పరిపక్వత కోసం ప్రయత్నిస్తూనే ఉంటుంది అని. ఆ పరిపక్వత ఒక్కొక్కరిలో ఒక్కొక్క స్థితిలో ఉంటుందని. ఎవరిలో అయితే ధర్మం వారి అంతరాలలో నిమిడి ఉంటుందో, అటువంటి వారికి ధర్మం పాటించని వాళ్ళమీద కోపం, అసహ్యం వస్తూ ఉంటుంది. అయితే మనం తెలుసుకోవలసింది ఒకటి. ప్రతీ మనిషి మూడు గుణాల వలన ప్రేరేపితుడు అవుతాడు. సత్వ గుణం కలిగిన వాళ్ళు చాలా శాంతంగాను, ధర్మపరాయణతో ఉన్నట్లు, రజో గుణం కలిగిన వాళ్ళు అవేశ, ఉద్రేకపూరిత గుణాలతో ఉన్నట్లు, తమో గుణం కలిగిన వాళ్ళు జడత్వం, మందబుద్ధి కలిగినట్లు ఉంటారు.

వీటి వలన మానవునికి అర్థం అవుతుంది శారీరిక, మానసిక, బుద్ధి, వివేకములు, ఈ త్రిగుణముల వలనేనని, అవి వేరు వేరు మనుషులలో వేరు వేరు నిష్పత్తులలో ఉంటాయని, దానికి అనుగుణంగానే వారి ప్రవర్తన ఉంటుందని తెలుస్తుంది. భగవంతుడు అందరకి ఒకే విధంగా ఈ త్రిగుణములను ప్రసాదించారు. వాటిని నిరోధించడం అప్రయోజనము. కొంత మంది సాత్వికులు, రాజసికులు, తామసికులు గా ఉంటారు. ఈ త్రిగుణాలు వారి అలోచనలను, మాటలను, చేతలను ప్రభావితం చేస్తాయి.

మీరందరూ తెలుసుకోవలసింది ఒకటి ఉంది. కర్మ సిద్ధాంతం ఎప్పుడూ ఆచరణలో ఉంటుంది. మీరు చూస్తున్న అన్యాయాలు, అక్రమాలు చట్టం ద్వారా సమతుల్యం అవుతూ ఉంటాయి. మీరు

అందరూ భగవంతునిని, అతని ధర్మమును విశ్వసించండి. అది భగవంతుని చర్య. మీరు అనవసరంగా ఇతరుల కొరకు (అలోచించొద్దు) సమయాన్నివృధా చేయొద్దు. మీరు సరిగ్గా నడచుకుంటూ, ఇతరులకు ఆదర్శంగా నడవండి. మీ జీవితం ఇతరులకు ఆదర్శప్రాయంగా ఉండాలి. మీ అందరికి తెలియచేస్తున్నాను ఏ విధంగా కోపం తగ్గించుకోవాలో అది మీలో ఉద్భవించినప్పుడు. ఒక్కటి మాత్రం జాగ్రత్తగా గుర్తు ఉంచుకోండి. ప్రపంచం సత్య, అసత్యంల సమ్మిళితము. ప్రతీ జీవి చేస్తున్నకర్మ అంతయూ అసత్యమే (మిథ్య) మరియు మాయా శక్తి. సత్యము లేక ఆత్మ (నిత్య) మీ అంతరాలలో ఉన్న ప్రశాంతి మరియు సాక్షీభూతుడు.

2

ఇప్పుడు మీకు తెలియచేస్తున్నాను సూక్ష్మ అహంకారం గురించి, దానిని తెలిసికొని గుర్తించి మరియు జయించడము ఎలా అని? సూక్ష్మ అహంకారం అనగా నేమి? దీని యందు అహంకారం యొక్క ప్రభావం చాల చిన్ని రుపాలలో మనలో తెలీయకుండా ఉండడమే. నిన్ను నీవు శరీరంతో, మనసు, బుద్ధి, చేస్తున్న ఉద్యోగం, జాతీయత, మతము, స్త్రీ, పురుషులం అని పోల్చుకోవడం వలన వచ్చే అహంకారం ద్వారా కలుగుతుంది. నిన్ను నీవు ఆత్మతో పొల్చుకున్నప్పుడు నీకు శాంతం, ప్రేమ, ఆనందం, కాలమాన పరిస్థితులకు అతీతుడవు అని అర్ధం చేసుకున్నప్పుడు, ఉన్నది ఒక్క పరమాత్మేఅని, అది అంతటా వ్యాపించిఉంటుందని తెలుస్తుంది. కాని అప్పుడప్పుడు మనసు వ్యాకులత చేందుతూ ఉంటుంది. ఎందువలన? సూక్ష్మ అహంకారం నిన్నుపట్టుకోవడం వలన అలా జరుగుతుంది. దాని నైజం కొక్కెం ను

పట్టుకొనిఉండినట్లు ఎప్పుడూ ఆధారపడి ఉండటం. అది నీలో ఉన్న కొక్కెం ను నీకు తెలీకుండానే అలానే పట్టుకొని ఉంటుంది. అది నువ్వు ఊహించని సమయాలలో నిన్ను పట్టుకొని నీ శాంతిని, తృప్తిని భంగపరుస్తూనే ఉంటుంది. నీకు తెలుస్తుంది ఎదో శక్తి నీకు తెలీకుండా నీలో చేరినట్లు, కొన్నిసార్లు నువ్వు దానిని గుర్తించవచ్చు ఎందువలననగా అది నీకు గతం లో కుడా అది నీలో చాలా సార్లు చేరింది కనుక. నువ్వు అనుకోవచ్చు నేను ధుఃఖం, బాధ, విచారం ను పోగట్టుకొనినట్లు కాని ఇది నిన్ను ఉత్తేజ పరిచే శక్తి కాదు. తన నైజత్వం ను ఎప్పుడూ చాటిస్తూ నిన్ను క్రిందకు దిగ జార్చుటకు ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటుంది. ఇటువంటి పిలవని అతిధులు నీ జీవితం లోకి వస్తే ఏమి చేస్తావు?

మొదట నీవు గుర్తించుకో నీ మనసులో, పిలవని ఈ అతిధులు మళ్ళీ నీ జీవితం లోనికి ప్రవేశించారని." మళ్ళీ వచ్చాయి అని" వాటిని వ్యతిరేక భావం తో చూడకుండా " మళ్ళీ వీటిని అంతరించుటకు ప్రయత్నిచాలి అని అనుకోకుడదు. ఎందువలననగా నీ వ్యతిరేక భావాలు వాటికి ఊపిరి పోసినట్లు ఉంటుంది. నువ్వు సాక్షీభూతినిగా ఉంటూ నీ నిజస్వరూపమైన శాంతి, తృప్తి అని గుర్తు తెచ్చుకో. ఆ వ్యతిరేక భావం మీద ఆశక్తి లేకుండా చూసుకో. లేకపోతే భగవన్నామం మీద దృష్టి పెట్టు. ఆ వ్యతిరేక భావం మీద పోట్లాట చేయడం తగదు. అలా చేసినయెడల వాటి ఆధీనం లో నువ్వు ఉన్నట్లే. సమ భావం ను అలవరచుకో. అప్పుడు ఈ వ్యతిరేకభావం ఆత్మను ఆవరించలేదు.

3

నా ప్రియమైన భక్తులారా, సూక్ష్మ అహంకారం ను మీ జీవితం లో నుంచి తొలగించే సమయం ఆసన్నమయింది.దానిని గుర్తించుట ఎలా? అది చూచుటకు ఎలా ఉంటుంది? నేను ఇప్పుడు తెలియచేస్తాను. నువ్వు కనులతో, ఇంద్రియాలతో చూసినప్పుడు, నీవు నమ్ముతున్నావా నీవు ఒక్కడివే చూస్తున్నట్లు? కాదు కాదు. నీలో ఉన్న ఆత్మ, ఇంద్రియాలు అనుభవిస్తున్నాయి. శరీరం చనిపోయినప్పుడు, నువ్వు ఆత్మలో కలిసినప్పుడు, ఎవరు అనుభవిస్తున్నారు నీ జీవన విధానం ను ఈ ఇంద్రియాలు, మనస్సుతో? అది ఆత్మనే. ఈ మాయ వలన నువ్వు ఆత్మ అనే భావన పోయి, జీవుడే అన్నీ అనుభవిస్తున్నాడు అని అనుకుంటాడు. అందువలన భక్తుడు ఎప్పుడూ నేను మనస్సు, ఇంద్రియాలు కాదని, ఆత్మ స్వరూపుడునని ఎప్పుడూ మననం చేసుకుంటూ ఉండాలి. ఆత్మ యొక్క తాత్కాలిక నివాసం ఈ శరీరం. నీ శరీరం పంచభూతాలలో కలిసినప్పుడు ఆత్మ కు ఏమి జరుగుతుంది. ఆత్మకు ఏమి జరగదు. ఆత్మ ఎప్పుడూ నిర్మలంగానే ఉంటుంది. కాని మీ లౌకిక ఆలోచనలు, మాయ వలన కలిగిన గుణాలు మాత్రము జీవి వేరే శరీరం దాల్చినప్పుడు అందులో చేరుతాయి. ఒక లైటు బల్బు కాలినప్పుడు దానిని తీసి పారవేస్తాము. కాని దానిని ఒకప్పుడు వెలిగించిన కరెంటుకు మాత్రం బల్బు కాలిపోవడం వలన ఏమి నష్టం కలుగదు.

అలాగే శరీరం చనిపోయినప్పుడు ఆత్మకు ఏమి జరగదు. ఆత్మ ఒకే లాగ ఉంటుంది ఎప్పుడూ. ఇది నిజం. ఆత్మ జీవి యొక్క శారీరక వాసనలతో కప్పినట్లు అనిపిస్తూ ఉంటుంది. కాని అది నిజం కాదు. ఆత్మకు ఏ వాసనలు అంటవు. మాయ వలన నమ్మకం కుదురుతుంది జీవిలో ఉన్న ఆత్మ మార్పుచెందుతుందని కాని ఆత్మకు మార్పుచెందడం కాని, వాసనలు అంటుకోవడం కాని జరగదు అని. ఈ మాయ వలన శరీరమే ఆత్మగా గోచరించినప్పటికి అది నిజం కాదు. ఇది నువ్వు చీకటిలో త్రాడును చూసి పాము అనుకున్నట్లుగానే ఉంటుంది. ఆ త్రాడు పాము కానే కాదు అది తాత్కాలింగా మాయవలన కప్పబడి ఉండటం వలన జరుగుతుంది. ఈ భావనలు జీవి శరీరం వదిలిన తర్వాత కూడా ఆత్మ లో కలిసి అన్నిచోట్లా వ్యాపించి ఉంటాయి. మనం ఇంకొక దృష్టి కోణం లో ఈ సూక్ష్మ అహంకారం గురించి తెలిసికుందాం. నీవు బయట ప్రపంచం ను చూస్తున్నప్పుడు ఏమి చూస్తున్నావు? ఆత్మను చూడగలుగుతున్నవా? నీకు అనిపిస్తుందా, తెలుస్తుందా, నీ శరీరం లో ఉన్న ఆత్మ మరియు అందరిలో, అన్నింటిలో ఉన్న ఆత్మ ఒక్కటే నని. అవును రూపాలు వేరుగా కనిపిస్తాయి. ఎలా అంటే, నీ చేతులు, కాళ్ళు, తల అన్ని వేరు వేరుగా కనిపించినప్పటికి, అటులనే గుండె, కాలేయం, మెదడు అన్ని వేరుగా ఉన్నప్పటికి, అవి అన్ని శరీరం లోని భాగాలే. ఇది అంతయు ఆణువు, పరమాణువుల శక్తి వలన జరుగుతుంది.దీని పదార్ధం, స్వభావం ఒక్కటే.

నీ శరీరం లోఉన్నది అనగా శుద్ధ చైతన్యం, ఆత్మ తత్వం, జాగృతి, సృష్టికి కావ లసిన అణు పరమాణు శక్తి అంతయూ కూడా బాహ్యం లో కూడా ఉంటుంది. ఇది అంతయూ యొక్కటే. ఇవి భగవంతుని రెండు గుణాలు

ఒకటి మార్పు చెందని ఆత్మ తత్వం, రెండు మార్పుచెందే రూపం. రెండూ ఎప్పుడూ కలిసే ఉంటాయి. ఒకటి విడిచి ఒకటి ఉండలేవు. నువ్వు ప్రశ్నించవచ్చు ఆత్మ లేకుండా సృష్టి ఉంటుందాఅని. నా జవాబు ఉండదు అని. ఈ రెండూ ఎప్పుడూ కలిసే ఉంటాయి అప్పుడే పరిపూర్ణ భగవద్ తత్వం ఉంటుంది. ఇది నీవు తెలుసుకున్నప్పుడు సూక్ష్మ అహంకారం వలన కలిగిన వేరు తత్వం కరిగి అంతా భగవంతుడే అనే భావన కలుగుతుంది.

4

ఇంకొక కోణంలో చూసిన ఈ సూక్ష్మ అహంకారం కదలిక లేదా గమనం మీద ఆధారపడిఉంటుంది. ఎవరు లేదా దేని వలన ఈ కదలిక జరుగుతుంది? భూమి సుర్యుడు చుట్టూ తిరగడం వలనా లేక సూర్యుడు పాలపుంత చుట్టూ తిరగడం వలనా? అలాగే చీమ చాల తొందరగా తిరగడం, పక్షులు గాలిలో తిరగడం, వీటిని మీరు భవంతుడు అని, భగవంతుని శక్తి ఈ కదలికకు కారణం అంటారు. మరి అటువంటప్పుడు జీవి, అహంకారం శరీరం లో కదులుతున్నాయని చెప్పడం ఎందుకు? భగవంతుడు అతని శక్తి వలన ఈ కదలిక శరీరం లో ఉదాహరణకి గుండె కొట్టుకోవడం దగ్గరనుంచి, కాళ్ళూ చేతుల కదలిక మరియు చేసే ప్రతీ కర్మ కుడా జరుగుతుంది.

ప్రకృతి అంతయూ భగవంతుని మయమే. శాస్త్రవేత్తలు ఈ కదలిక ప్రకృతి వలన అని తెలియచేసినప్పటికి, అది దేని వలన ఎందుకు జరుగుతుందో క్షుణ్ణం గా కనుక్కోనలేదు. అందువలన నీవు లేదా అహంకారం

చేస్తున్నదనే భావన వదులుకోవాలి. ఈ మానవ శరీరం యొక్క అవయవాల పనితీరు అంతా ఒక అదృశ్య శక్తి మరియు అతి మేధా శక్తి వలన జరుగుతుందని గుర్తుంచుకో. మనోవాక్కాయకర్మలను భగవంతుని కి సమర్పించి దాని వలన వచ్చే కర్మ ఫలితాలను అనుభవించు. నీ నిజ స్వరూపమయిన శుద్ధ చైతన్యం, ఆత్మతత్వుడిగా జీవించు. అప్పుడు ఈ కదలిక గురుంచి వ్యధ చెందనవసరం లేదు. ఎందువలన అంటే నీ శరిరం లో జరిగిన ప్రతీ కదలిక భగవంతుని చైతన్య శక్తి వలనే జరుగుతుంది. ఈ శరీరం ఉన్నంత వరకు నీ కర్తవ్యాన్ని నిర్వర్తించు. ఈ శరీరం తో నువ్వు రంగస్థలం లో ఒక పాత్రను పోషిస్తున్నట్లు భావిస్తూ, సాక్షీభూతుడుగా ఉంటూ నీ నిత్య శుద్ధ, ఆనంద తత్వాన్ని గుర్తు తెచ్చుకో.

నాకు చాలా అనందంగా ఉంది మీకు అహంకారం యొక్క సూక్ష్మతత్వాన్ని తెలియచేస్తున్నందుకు. ఇది మానవుని యొక్క శరీరం, మనస్సు, మరియు వ్యక్తిత్వం ను అతి సూక్ష్మం గా ప్రభావితం చేస్తూఉంటుంది. దీనిని వదుకోవటానికి ప్రయత్నించాలి జీవుడు పరమాత్మ యొక్క ఏకత్వాన్ని తెలుసుకోదలుచుకుంటే.

ఒక ఉదాహరణ: ఒకతను చెప్పులు కుట్టడం తో జీవనం కొనసాగిస్తున్నాడు. అతని దగ్గరకు ఒకరు వచ్చి తన చెప్పులు శుభ్రపరచమన్నాడు. దానికి చెప్పులు కుట్టేవాడు ఎక్కువ ఆదాయం రాదు అని ఆ పని చేయుటకు నిరాకరించాడు. ఆ వచ్చిన వ్యక్తి తన మురికి చెప్పులను తీసుకొని వెళ్ళిపోయాడు. చెప్పులు కుట్టేవానికి అది చాలా చిన్న పని మరియు ఖాతదారుకు ఆనందం కలిగించవచ్చు. కాని స్వార్థం, దురాశ వలన చెప్పులు కుట్టే వాడు ఎమీ సంపాదించలేదు కుడా.

ఇది చెప్పులు కుట్టేవాని యొక్క మనస్సులో ఉన్న సూక్ష్మ అహంకారం కు ఒక ఉదాహరణ. ఇది అహంకారం వలన కలిగిన స్వార్థం మరియు తన గురించి తప్ప ఇతరుల అవసరాలను గుర్తించక పోవడం, ఎదుటి మనిషిలో ఉన్న భగవంతుని సేవిస్తున్నాను అనే భావన లేకపోవడం వలన కలుగుతుంది.

ఇంకొక ఉదాహరణ సూక్ష్మ అహంకారం గురించి. ఒక యజమాని దగ్గర కుక్క ఉండేది. ఆ కుక్కకు ఒకసారి జబ్బు చేసింది. అది ఏమీ తినకుండా అలా పడుకుంటునే ఉండేది. ఆ కుక్కను చూసి యజమానికి బాధ కలిగినా, కుక్కను మత్రం డబ్బు కర్చు అవుతుందని పశు వైద్యునికి చూపించలేదు. తనంతట తానే నయం అవుతుందని ఊరుకున్నాడు కాని ఆ కుక్క చనిపోయింది. ఆ కుక్కను ఇంటి వెనక పాతిపెట్టి కొత్త కుక్కను కొనుక్కోవడానికి వెళ్ళిపొయాడు. జంతువులు పట్ల పట్టించుకునే మనస్తత్వం లేకపోవడం కూడా ఈ సూక్ష్మ అహంకారంలో ఒక భాగమే. అన్ని జీవరాశులలో ఉన్న ఆత్మ ఒక్కటే అని తెలుసుకోవడం వలన జరుగుతుంది. ఆ యజమాని జంతువులు కూడా భగవంతుని అంశమే అనితెలుసు కోకపోవడం వలన అది చనిపొయినప్పుడు అతనికి బాధ కలగలేదు. ఇటువంటి భావనలు మానవులలో ఈ ప్రపంచంలోని జంతువుల పట్ల చాల ఎక్కువగా ఉన్నాయి. ఈ నిర్దయత్వం ను మానవుడు వదులుకొని అంతా భగవంతుని అంశమే అని అనుకొని అన్ని జీవరాశులలో అనగా చెట్లు, జంతువులు అన్నింటిలో కుడా భగవంతుని చూడడం నేర్చుకోవాలి. అందరూ ఒక్కటే, అందరూ దివ్యాత్మ స్వరూపులే అని భావిస్తూ ఏకాత్మ భావన అలవరుచుకోవాలి. నువ్వు అనారోగ్యంతో బాధ పడుతున్న జంతువులను నిర్లక్ష్యం చేస్తే అది భగవంతుని నిర్లక్ష్యం చేసినట్లే.

నా ప్రియమైన భక్తులారా, మీ జీవన విధానం నుంచి సూక్ష్మ అహంకారం అర్ధం చేసుకోవడం మరియు పూర్తిగా తొలగించే మార్గం ను తెలియచేయడానికి వచ్చాను. ఒక ఉదాహరణ: మీరు రహదారి మీద నడుస్తున్నప్పుడు మీకు ఒక పడిపోయిన చెట్టు మరియు నీళ్ళు అడ్డంకి గా ఉన్నప్పుడు మీరు ఏమి అలోచిస్తారు? మీ మదిలో వెంటనే ప్రతికూల ఆలోచనలు వచ్చేస్తాయి." ఇది ఇక్కడ అడ్డంకి గా ఉండకుండా ఉండాల్సిందని" లేక "ఎంత అసౌకర్యం కలిగిస్తుంది, ఇప్పుడు నా మార్గం మార్చుకోవలసి వస్తుంది". ఇక్కడ నీవు అహంకార భావంతో అలోచించడం వలన తీర్పు మరియు తప్పులను వెతకటం అలా కాకుండా మనసు శాంతియుతం గా అలోచించినప్పుడు జరిగిన దానిని అతీతుడుగా అమోదిస్తావు. అప్పుడు నిన్ను నీవు ప్రశ్నించుకోవాలి. “నేను ఆత్మ నా లేక అహంకారమా “అని? ఎప్పుడయితే నీ మనసులోని అహంకారంతో కూడిన ఆలోచనలను పట్టుకుంటావో, అప్పుడు నీవు, శరీరం, అలోచనలు కాదు, ఆత్మ అని గుర్తుచేసుకుంటావో అప్పుడు శాంతయుతమైన మనస్సుతో నీ నిజస్వరూపమైన ఆత్మతో కలిసిఉంటావు.

సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క మరొక ఉదాహరణ: మీరు స్నానం చేస్తున్నపుడు సబ్బు మీద కాలు జారి సంతులనం పోగొట్టుకొని పడిపోయినప్పుడు మీరు వెంటనే ప్రతికూల ఆలోచనలు మరియు పదాలతో బాధితుడ్ను అని పరిస్థితిని తిట్టుకుంటారా? ఈ ప్రతికూల అహంకారం ఎప్పుడూ తన ఉనికిని చాటుతూ ఉంటుంది. నీవెవరు? ఆత్మ, సాక్షీభూతుడు మరియు భగవంతుడు. జరుగుతున్నదాన్ని

సాక్షీభూతుడుగా ఈ శరీరం జారడం మరియు పడిపోవడం చూస్తూఉండు. ఈ ప్రతికూల అహంకారం ఎప్పుడూ తన ఉనికిని చాటుతూ ఉంటుంది. ఆశాజనకంగా నీ శరీరం నకు ఏమి గాయాలు తగలనప్పుడు మీరు కూర్చోవచ్చు, పడుకోవచ్చు లేదా కొంచం సేపు సేద తీరవచ్చు. ఆటంకం కలిగితే కొంచెం ప్రశాంతత వచ్చేవరకు వేచిఉండి సహాయం దొరికే వరకు వేచిఉండండి. మీ జీవితంలో వేల కొలది జరిగిన సంఘటనలతో దీనిని పరిగణించండి. మీరు ఇప్పటికీ ఆత్మగా ఉన్నారు. కొన్ని రోజుల తర్వాత మీరు పడిన సంగతి పూర్తిగా మర్చిపోతారు. ఎందుకు మీరు జరిగిన దానికి అంత శ్రద్ధను ఇచ్చి మీ నిజతత్వాన్ని మర్చిపోతారు.

మరొక ఉదాహరణ: మీరు మీ సంతులనం ఉంచడానికి రైలింగ్ పట్టుకుని నిలుచొని బస్సులో ప్రయాణం చేస్తారు. బస్సు చాలా రద్దీగా ఉంది. ఎవరైనా మిమ్మల్ని గుద్దుకొని బాధ కలిగించినప్పుడు మీ అలోచనలు ఏమిటి? అతనిని నిందిస్తారా లేక బాధను ప్రక్కన పెడతారా? ఇవి అహంకార పూరితమయిన అలోచనలు. వెంటనే అతనిని క్షమించు ఎందుకంటే నీవలన కూడా ఇటువంటి పొరపాటు జరిగితే నువ్వు ఏవిదంగా ప్రవర్తిస్తావు? నువ్వు క్షమించమని అడుగుతావు కదా, అటులనే అతనికి కుడా నవ్వుతూ పర్వాలేదు అని చెప్పు. నిజానికి అతనిలో ఉన్న భగంతునికి తను నిన్ను బాధ పెట్టలేదు అన్న భావన కలుగుతుంది. మీరు గమనిస్తున్నారా? నీవు ప్రేమ, దయ, కరుణతో జీవించిన యెడల, నీకు తెలియకుండానే నువ్వు ఆత్మగా జీవిస్తున్నట్లే. ప్రతికూల అలోచనలు వలన మీ జీవితం పరిమితంగా, కష్టంగా ఉంటుంది. మీరు ఆత్మగా జీవిస్తున్నప్పుడు, జరుగుతున్నది అంతా భగవంతుని సంకల్పం వలనే అని తెల్సుకున్నపుడు, ఉన్నది అంతా దేవుని ఉనికి,

ఏకత్వం అని తెలిసుకొని నప్పుడు మీరు ప్రేమతో జీవిస్తున్నారు అని.

7

కపట వేషదారులతో జాగ్రత్తగా ఉండండి ముఖ్యంగా గొర్రె శరీరంలో కప్పబడిన తోడేలు వంటి వ్యక్తులతో. అమాయకమయిన భక్తులు వీరి ప్రదర్శనలకు ఆకర్షింపబడుతారు. వారి సొంత ప్రయోజనాలకు ఈ అమాయకులను అవకాశంగా మలుచ్కుంటారు. మీరు అటువంటి వారి సాంగత్యంలో జాగ్రత్తగా ఉండండి. మీ అవగాహన బలంగా ఉంచండి. ఇటువంటి వారి సహచర్యంలో మీరు హెచ్చరికగా ఉండండి. వారు చెప్పేది జాగ్రత్తగా వినండి. వారి చర్యలు గమనించండి. మీ మనసాక్షి మరియు అంతర్వాణిని వినండి. మీ చుట్టూ ఉన్న ఇతరుల అహంకారం గురుంచి నేను తెలియజేస్తున్నాను. ఇతరుల అహంకారం మిమ్మల్ని ఏ విధంగా బాధించగలదు? నేను ఇప్పుడు ఉదాహరణ తెలియజేస్తున్నాను. నీవు ఒక సామూహిక సేవలో పాల్గొన్నావు. మీరు ఆకలితో ఉన్నవున్న వారికి ఆహారం పంచుతున్నారు. ఆహారం అంతా ఆరోజు సిద్ధం చేసారు. వండిన పాత్రలు అన్ని శుభ్రపరచకుండా అక్కడే ఉండిపోయాయి. సేవలో పాల్గొన్న వాళ్ళు ఆహార పంపిణి అయిపొయిన తర్వాత వెళ్ళిపోయారు.

నీతో పాటు ఒకరిద్దరు ఇంకా అక్కడే ఉన్నారు. మీకు సమయం ఉంది ఆ ప్రాంతం శుభ్రపరచుటకు.అప్పుడు మీరు ఏమి చేస్తారు? అక్కడ వదిలిన పాత్రలను శుభ్రపచటం మీ ధర్మం. మీరు దేవునికి ఈ సేవను అంకితం చేస్తున్నాను అనే భావనతో చేయాలి. ఇటువంటి పరిస్థితులలో నీవు ధర్మ బద్ధంగా నడుచుకోవాలి. మీరు మరలా ఇటువంటి సేవలో పాల్గొన్నప్పుడు మిగతా అందరకి ఇది తెలియచేయండి. సేవను వంతుల వారిగి పంచుకోండి.

మీరు ఊహించనప్పుడు మిమ్మల్ని కొన్ని పనులు చేయమని అడుగుతారు. ఒక ఉదాహరణ: మీ కార్యాలయంలో పనిచేస్తున్న వ్యక్తి ఆరోగ్యం బాగోలేక రాలేకపోయారు. అతని పని చేయడానికి ఎవరని నియమించలేదు. అప్పుడు మిమ్మల్ని అడిగారు ఆ పని చేయమని. అప్పుడు మీరు ఎమి చేస్తారు? మీలో ప్రతికూల ఆలోచనలు మొదలయ్యాయా? ఆ పని చేయడం వలన నాకు ప్రత్యేక ఫలం ఎమీ ఉండదు సరిగదా నా పనితో పాటు ఇది అదనంగా చేయవలసి వస్తుంది అని.

మీ సామర్ధ్యం ఉన్నంత వరకు పని చేసి అది అంతయు భగవంతునికి అంకితం చేయండి. అప్పుడు మీ అహంకారం తగ్గి భగవంతుడే మీ ద్వారా పనిచేస్తున్నాడు అనే భావన కలుగుతుంది. మీరు అనుకుంటున్న శరీరం, మనస్సులో ఆత్మ రూపంలో భగవంతుడు ఉన్నాడనే సత్యాన్ని, నమ్మకాన్ని గుర్తుంచుకోండి.భగవంతుని తలచుకుంటూ ప్రతీ పని ఉత్తమంగా చేయండి. దాని వలన మీరు దేనికి కలత చెందకుండా శాంతం గా, సంతోషంగా ఉంటారు.

మీరు ఎప్పుడూ భగవంతునికి శరణాగతి చెందుదామని అనుకుంటారో అప్పుడు మీకు భగవంతుడు సహాయం చేస్తాడు. మీరు ఊహించని విధంగా మీకు తెలియచేస్తాడు. ఎలా ?అతనికి మీ జీవితం గురించి అంతా తెలుసు. మీ ఇష్ఠాలు, బంధనాలు అన్ని అతనికి ఎరుకే. మీ దృష్టికి వీటిని తీసుకు రావడానికి ఆయన వేరు వేరు మార్గాలు అనుసరిస్తారు. మీరు నిజాయితీ అయిన భక్తుడు అయితే మీరు వాటిని గుర్తించి వదిలి వేసే ప్రయత్నం చేస్తారు.

ఒక ఉదాహరణ: నీవు ఒక స్నేహితురాలి ఇంటికి వెళ్ళావు. అక్కడ ఒక పెయింటింగ్ తిలకించావు. అది నీకు నీ ఇంటిలో ఉండాలనే ఒక కోరిక నీ మనసులో కలుగుతుంది. వెంటనే మీరు ఈ పెయింటింగ్ లేదా ఏ పెయింటింగ్ అవసరం లేదు అని తెలుసుకోవటం. మీకు ఆనందం ఇస్తుంది ఆ పెయింటింగ్ కాదు అని గుర్తించడం. సంతోషం అనేది మీ ఆత్మ లో బ్లిస్ రూపంలో ఉందని. అది అనుభవపూర్వకంగా మీకు అత్మ ద్వార శాశ్వత ఆనందం, తృప్తి కలుగుతుందని తెలుసుకోవడం. బాహ్య ప్రపంచంలో వస్తువులు నకిలీవే. అవి ఆనందం ఇచ్చినట్లు కనిపించినప్పటికి ఒక్క భగవంతుడు మాత్రమే శాశ్వత ఆనందం ఇస్తాడు.

మాయ వలన బాహ్య ప్రపంచం నిరంతర ఆనందం కలిగితుంది అనే భావనలో ఉంటారు. మీ చుట్టూ ఉన్న వారి వలన కూడా మీకు నిరంతర ఆనందం రాదు. అలా అనుకుంటే మీరు వంచించబడిన ట్లే. మీరు అందరితో సామరస్యంగా ఉండడం అలవరచుకోవాలి. అవతలి వాళ్ళు మిమ్మల్ని నిందించినా, మీ మాటలు పట్టించుకోకపోయినా మీరు మాత్రం ఎప్పుడు అందరి మంచిని, సంతోషంను కోరాలి గాని ఎప్పుడు మీ అలోచనలు, మాటలు, చర్యలతో ఎవ్వరిని బాధించకూడదు.

ఇప్పుడు సూక్ష్మ అహంకారం గురించి తెలిసికుందాం. మీకు వీధిలో ఒకతను సిగరెట్టు తాగుతూ, బిగ్గరగా మాట్లాడుతూ కనిపించాడు. అప్పుడు మీ స్పందన ఏమిటి? మీరు నిష్పాక్షికంగా ఏ స్పందన కలిగి ఉండకపోవడం మంచిది ఎందుకంటే ప్రపంచంలో విభిన్న వ్యక్తులు ఉంటారు. వారి దైవ జ్ఞాణం, స్వచ్చత వేరు వేరు పాలల్లో ఉంటాయి. కొంత మంది మాయ అనే ప్రాపంచిక జీవితంలో మునిగి ఉంటారు మరియు కొంత మంది ఆత్మ అవగాహనలో జాగృతంలో ఉంటారు. అందుకే మనస్సును శాంతంగా, ఖాళీగా, ఆత్మానందం ను ప్రసారం చేస్తున్నట్లు ఉంచాలి. మనస్సును ఎప్పుడూ ఎవరిని క్లిష్టంగా విమర్శించే ధోరణిలో ఉంచకూడదు అటులనే ఇతరుల పరిస్థితులు గురుంచి సాకులు తెలియచేయకూడదు. మీ మనస్సును మిథ్య నుంచి దూరంగా ఉంచాలి. మీ మనస్సును స్వచ్ఛంగా, స్వేచ్ఛగా ఆత్మలో నిమిడిఉంచాలి. మీ నిజ స్వరూపమయిన ఆత్మ తత్వాన్ని మీరు తెలిసి కున్నట్లు ఆ వీధిలో ఉన్న యువకుడు ఈ సత్యాన్ని గుర్తించలేకపోవచ్చు.

నా ప్రియమైన భక్తులారా, సృష్టిలో ఉన్నది ఒక్క జాగృతి మాత్రమే. ఇది మీరు తెలుసుకోలేకపోతే, మీరు ఉనికిలో లేరు అని. మీ అంతరాలలో ఉన్న అస్తిత్వంలో ఏమి జరుగుతుందో అని విచారణ చేసుకుంటూ ఉండాలి. అవసరమైతే తప్ప మీ గురించి ఇతరులు ఏమి ఆలోచిస్తున్నారు అని సమయం వృధా చేయవలసిన అవసరం లేదు. విముక్తి, స్వర్గారోహణ, మరియు జ్ఞానోదయం మీ జీవి లోపల జరిగే ప్రక్రియలు, కాబట్టి మీరు చాలా భాగం వాటిని ఎదుర్కోవటానికి ఉపయోగించాలి. మీరు సమాజానికి చేసే సేవ విషయంలో ప్రధానంగా సేవ చేసేది మీకోసం తప్ప అన్యుల కోసం కాదు అని తెలుసుకోవలెను. ఈ సేవ వలన మీ అహంకారం తొలగింపబడి మీరు నిస్స్వార్థంగా మరియు నిర్మలంగా తయారవుతారు.

అంతర్గత నిశ్శబ్దం, మరియు స్వచ్ఛత చాలా ప్రాముఖ్యం ఈ పద్ధతిని అనుసరించదలచుకుంటే అని మీకు తెలియచేస్తున్నాను. మీరు అస్తిత్వం, జాగృతి మరియు ఆనందంల కలయిక. అస్తిత్వం యొక్క అవగాహన చాలా ముఖ్యం కాని చేసే చర్యలు కాదు. మీ అస్తిత్వంలో ఉంటూ అంతర్గత మౌనం పాటిస్తూ మీ ఆత్మ తత్వం గురించి విచారణ చేయాలి. దాని ద్వారా మీరు ఆత్మ స్వరూపులు గాని దేహ స్వరూపులు కాదని మీకు గోచరిస్తుంది. మానవుడు కనీసం కొన్ని ప్రాధమిక చర్యలు సలపకుండా జీవించలేడు. భక్తులు "నేను చేస్తున్నాను, నేను అనుభవిస్తున్నాను" అనే కర్తృత్వ భావం వదులుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. అహంకారం ను వదుకొని సర్వ కార్యం భగవంతునికి అర్పిస్తున్నాను అనే భావనతో చేసి జన్మ రాహిత్యాన్ని పోగొట్టుకొనుటకు ప్రయత్నించాలి.

నీవు ఆత్మ స్వరూపుడువు. మీరు చేసే మంచి చెడు కార్యం లలో మీ దేహం మరియు మనస్సు భాగస్వాములే. అన్నింటినీ భగవంతునికి అర్పితం చేసి, శక్తి అన్ని కార్యంలు చేస్తుంది అని అతీతంగా ఉంటూ గమనిస్తూ ఉండండి. మనస్సును ఆత్మ యొక్క సాధనం గా చూడండి. మీరు అద్దంలో చూస్తున్నప్పుడు ఏమి చూస్తున్నారు? మీ శరీరం మీకు కనబడుతుంది. నిజానికి మీరు దేహం కాదు. ఆత్మ, శక్తి, జాగృతి, ఆనందం ల సమ్మిళితం. మీ భౌతిక శరీరం జన్మించి, పెరిగి, పెద్దది అయి, వృద్ధాప్యం చెంది చివరకు నశిస్తుంది. మీరు భౌతిక శరీరం కాదు అని తెలుసుకొని మీ నిజ స్వరూపమైన ఆత్మ తత్వం ను అనుభవిస్తూ అతీతుడుగా ఎల్లప్పుడూ ఆనందంతో, సంతోషంగా ఉండటం అలవరుచుకోవలెను.

10

సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క మరొక ఉదాహరణని ఇక్కడ పరిశీలిద్దాం. మీ భర్త లేక భార్య కి మీ సహాయం యొక్క అవసరం ఏర్పడింది కాని మీరు టెలివిజన్ కార్యక్రమం చూడటంలో నిమగ్నులై ఉన్నారు. అతను మీ సహాయం కోసం అర్థిస్తున్నాడు మరియు మీరు నా కార్యక్రమం చూడటం అయిన తర్వత సహాయం చేస్తాను అని బదులుచెప్పారు. అవతలి మనిషి యొక్క సహాయం కన్నా మీ కోరికను నెరవేర్చుకోవడానికి మీరు ప్రాతినిధ్యం ఇచ్చారు. ఇది మీ అహంకారం. మీకు గుర్తుందా నేను మీతో ఎల్లప్పుడూ ఒక విషయం బోధించేవాడిని" మొట్ట మొదట దేవుడు, తదుపరి ఇతరులు, చివరకు నేను"అని. మీరు భగవంతునితో అన్యోన్య సంబంధం పెంపొందించుకొంటే అతని సహాయంతో మీరు కుడా దేవుడు అని గ్రహిస్తారు అని. అంతే కాకుండా మిమ్మల్ని మీరు చివరకు ఉంచుకోవడం వలన మీ

అహంకారం, పేర్పాటు భావన తో కూడిన మనస్తత్వం, మరియు వ్యక్తిత్వ భావనలను చాలా వరకు తగ్గించుకోవడానికి కృషి చేసి వాటిని సమూలం గా నాశనం చేయుటకు ప్రయత్నిస్తారు అని." మొదట నేను" అనగా అహంకారం. మీరు ఈ విషయ వాసనలను తగ్గించుకోని, ఇతరులకు సహాయపడినట్లైతే, మీరు అందరిలో దైవత్వం ను గుర్తించి ఏకాత్మ భావనను అలవాటుచేసుకొనగలరు. మీరు ఎప్పుడూ మీ స్వంత ప్రయోజనాలపై దృష్టి ఉంచి, కోరికలు నెరవేచుకోవడంలో నిమగ్నులు అయిన యెడల ఎప్పటికి సంకుచిత భావంతో చిన్నగా ఉండిపోతారు. కావున మీరు భగవంతుని తలచుకుంటూ, ఇతరులకు సహాయపడటంలో ముందుండి, మీ నిజస్వరూపమయిన ఆత్మతత్వాన్ని తెలుసుకొనుటకు ప్రయత్నించవలెను. మీరు ఒక వ్యక్తిని కలిసినప్పుడు మీ మదిలో ఎటువంటి ఆలోచనలు మెదలుతాయి. మీరు ఎప్పుడైనా పరిశీలించారా? ఆ వ్యక్తిని మీతో పోల్చుకునే ఆలోచనలా? లేక వారి వ్యక్తిత్వం, హోదా, తరగతి వంటి విషయాలు గురించి పరిశీలిస్తున్నారా? మీ అలోచనలు ఈ క్రమంలో ఉంటే మీరు ఇప్పటికీ అహం గానే ఉంటున్నారు. మీరు మంచి గనక చూడగలిగితే, అవతలి వ్యక్తి యొక్క మాటలు, ప్రవర్తన, చర్యలలో మీకు దైవ లక్షణాలు గోచరిస్తాయి. మీరు అతనిలో ఉన్న దివ్య శక్తిని గుర్తించుటకు వీలు అవుతుంది. మీరు ఆ వ్యక్తి మీద ప్రేమ, దయ, వినయం చూపిన యెడల ఇంకా మంచిది అనగా మీరు ఆ వ్యక్తిలో దైవత్వాన్ని గుర్తించగలిగారు అని. ఆ వ్యక్తి మీద భిన్న అభిప్రాయాలు మరియు ప్రతికూల భావనలు ముందుగానే ఉన్నట్లైతే మీలో ఉన్న ప్రతికూల ఆలోచనలు వ్యక్తీకరిస్తారు. మీరు ఎల్లప్పుడూ అందరిలో ఉన్న అత్యుత్తమ గుణాలను మాత్రమే చూడాలి అటులనే అభద్రత పరిస్థితులకు దూరంగా ఉండడం నేర్చుకోవాలి. ఆ వ్యక్తి యొక్క సమీక్షంలో అభద్రతా భావం ఉంటే, ప్రతికూల ఆలోచనలు లేకుండా

అతని నుంచి దూరంగా వెళ్ళండి. ప్రతీ వ్యక్తి కుడా దివ్యాత్మ స్వరూపమైనా, వాళ్ళ దివ్యత్వాన్ని గుర్తించుకోలేక వారి మాటలు, చర్యలు జంతువులు మరియు దయ్యాలు వలె క్రూరంగా ఉంటున్నాయి. వారి దివ్య ప్రజ్ఞ ని మరియు శక్తిని దుర్వినియోగం చేస్తున్నారు. భగవతుడు ఇచ్చిన స్వేచ్ఛని విచక్షణా రహితంగా దుర్వినియోగం చేయడం వలన మాయ, అసూయ, ద్వేషాలకు లోనగుతున్నారు. దేవుడు వారిని ద్వేషించడు ఎందువలననగా వారు కూడా భగవంతునిలోని అంశం. వారి మనస్సులో ఉన్న భగవంతునికి దూరం కావడం వలన విచక్షణ కోల్పోయి సమయం వచ్చినప్పుడు భగవంతుని ఏకత్వాన్ని అర్థం చేసుకోగలుగుతారు. భగవంతుని మనస్సు వలె మీ మనస్సుని అభివృద్ధి చేసుకొని అన్ని జీవ రాశుల యెందు కారుణ్యం కలిగి అందరని ప్రేమిస్తూ సేవించవలెను.

11

నా ప్రియమైన భక్తులారా, ఆధ్యాత్మిక పథంలో ఉన్న సూక్ష్మ అంశాలను మీరు తెలుకున్న యెడల మీ నిజతత్వంను అర్థం చేసుకొవడం అనగా ఏది నిత్యం, ఏది అనిత్యం అన్నది బోధపడుతుంది. దీని వలన మీకు నమ్మకం కలిగి, నిర్భయలుగా ఉంటారు. మీరు ఏది తెలుసుకోవాలో అది గుర్తించి మిగతా వాటిని వదిలిపేయడం జరుగుతుంది. కావున మనం వదులుకోవలసినది మన సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క అవశేషాలు అని తెలుస్తుంది.

మీరు స్నానం ఆచరించినప్పుడు ఏమని ఆలోచిస్తారు? మీరు భగవంతునికి స్నానం చేయిస్తున్నట్లా లేకా భగవంతుడు భగవంతునికి

స్నానం చేస్తున్నట్లా లేకా నీవు శరీరం ను శుభ్రపరుస్తున్నట్లా? మొదట మీరు ఆత్మ స్వరూపులు మరియు సాక్షీభూతుడు అని గుర్తించుకోవాలి. శక్తి శరీరం యొక్క చర్మంను శుభ్రపరుస్తున్నట్లు భావించాలి. అయితే మీరు చర్మం కాదు. కాని ఈ శరీరంలో ఆత్మ ఉన్నందున బాహ్య మరియు అంతర్గత శుభ్రతను దృష్టిలో ఉంచుకోవాలి. శుచి వలన వచ్చే పవిత్రత వలన మీ శారీరక, మానసిక స్పందనలు మీ శరీరం మరియు పర్యావరణం ను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఈ ప్రకంపనలు లేక స్పందలను ఎక్కువగా ఉన్నట్లైతే మీరు భగవంతునికి దగ్గరగా ఉన్నట్లు.

ఇప్పుడు సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క మరొక కోణం ను పరిశీలిద్దాం. మీకు త్రేనుపు కలిగినప్పుడు" నన్ను క్షమించండి" అని అంటారు పక్కన ఉన్న వ్యక్తులతో. నన్ను లేక నేను ఈ త్రేనుపుకు కారణమా? ఇది మీ జీర్ణ శక్తి మరియు ప్రాణం వలన కలుగుతుంది. మీ అహం అవకాశం వచ్చిన ప్రతీసారి తన ఉనికిని చాటడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటుంది. ఇది మన సాంస్కృతిక నిబంధనలన వలన మనం అలవరుచుకున్నది. పురాతన సంస్కృతిలో త్రేనుపు కలిగినప్పుడు జనులు ఏమీ మాట్లాడేవాళ్ళు కారు. అది ఆహారం ను ఆనందించారు అని తెలియచేసే ఒక చిహ్నంగా గుర్తించేవారు. మనం తినే ఆహారం ముందుగా భగవంతునికి నివేదించుకోవాలి. అంతే కాని భగవంతునికి ఆహారం అవసరం అని కాదు. ఈ ప్రక్రియ వలన మన నిజస్వరూపమైన ఆత్మ తత్వం ను గుర్తించి అది ఎల్లప్పుడూ మనల్ని ఆవరించినట్లు తెలుస్తుంది. అహం వలన ఈ అవగాహన కుదరదు. ఈ అవగాహన అతి సూక్ష్మం గా ఉంటూ, ఇంద్రియాలకు కూడా కనబడకుండా ఉంటుంది. కావున భగవంతునికి లేకా సద్గురువు కి తినే అహారం సమర్పించిన యెడల అది మీ అధ్యాత్మిక పురోగతికి తోడ్పడి మీరు ఆత్మ స్వరూపులు అని మననం చేసుకోవడం

సులభం అవుతుంది. ప్రజలు వారి స్వప్రయోజనాలు స్వార్థం కోసం చాల కూడబెట్టుకోవడంలో పూర్తిగా భగవంతుని విస్మరిస్తున్నారు. కావున కర్త, క్రియ జీవుడు అని తలచుకొని కర్మ బంధం అనే కాల చక్రంలో చిక్కు కుంటున్నాడు. అహం ఎప్పుడూ అందరి నుంచి తీసుకొవడం మరియు వాటిని మర్చిపోవడంపై జీవిస్తూ ఉంటుంది కాని ఆత్మ ఎల్లప్పుడూ ఇవ్వడం మరియు క్షమించే గుణంలు కలిగి ఉంటుంది.

12

నేను వార్తాపత్రిక చదవడం మరియు టెలివిజన్ చూడటాన్ని నిష్ప్రయోజనము అని తెలియచేసినప్పుడు మీరు కొన్ని విషయాలు అర్థం చేసుకోవాలని ఆశిస్తున్నాను. దీనివలన వచ్చే ఉపయోగకరమైన విషయాలు ఏమి ఉండవు సరిగదా మీ శక్తి మరియు కాలం చాలా వృధా అవుతుంది. రంగుల కల అయిన ప్రపంచం గురించి మనస్సు, ఇంద్రియాలు, అహంకారం మరియు బుద్ధి ఉవ్విళ్ళూరుతూ ఉంటాయి. మీరు ఈ రోజు చదివినది మరియు చూసినది మరుసటి రోజుకి గుర్తు ఉండదు. గుర్తుంచుకొని ఉన్న యెడల మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోవాలి. దాని మీద కలిగే ఇష్టం వలన ఇలా జరుగుతుందా అని పరిశీలించాలి. మనసులో ఏమి గట్టిగా పాతుకుపోయే ఆలోచనలు ఉంచరాదు. గతం గతః! గతాన్ని మర్చిపో. మీ మనస్సు వార్తాపత్రికలు, టెలివిజన్, నవలలు, మొదలైన వాటి మీద దృష్టి ఉంచిన యెడల మీకు దైవ అవగాహన దూరం అవుతుంది. మీకు దేవుని తెలుసుకోవాలి అన్న కోరిక ఉంటుంది కాని మీ మనస్సు మరియు చైతన్యం అందుకు సమ్మతంగా లేవు. భగవంతుడు ఒక్కడే సత్యం మరియు ప్రపంచం కాదు అని తెలుసుకోవాలి. మీరు ఏదో ఒక్క దాని మీద దృష్టి సారించి ఆచరణ లో పెట్టుటకు ప్రయత్నించాలి. భగవంతుని తెలుసుకొనినా,

దాని ద్వారా ప్రపంచం అంతా ఆత్మ యొక్క రంగులాటని మీకు గోచరిస్తుంది. సృష్టిలో ఉన్నది అంతా ఆధ్యాత్మికమే. ప్రతీది భగవంతుని చైతన్యం మరియు శక్తి వలన ఏర్పడినవి. మీ మనస్సు, చైతన్య శక్తిలో స్వచ్ఛత లోపించినట్లైతే మీకు బిన్నత్వంలోని ఏకత్వం అర్థం కాదు. మీరు ఆత్మ ను తెలుసుకోవాలని ముందడుగు వేసి ప్రయత్నం సాగిస్తే, అతీతం గా ఉంటూ విశ్వంలో జరిగే ప్రతీ సంఘటనకు సాక్షీ భూతుడుగా వ్యవహరిస్తే అప్పుడు మీరు ప్రతీది ఆత్మ మరియు మాయా శక్తి వలన ఏర్పడినవి అని తెలుసుకుంటారు.

13

మీ స్వశక్తితో సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క అంశాలను తెలుసుకోలేరు. అందువలనే మీకు ఈ వ్యాసం ల రూపంలో సూక్ష్మ అహంకారం తెలియచేస్తున్నాను. మీకు ఇంకో మార్గంలో అహంకారం గమనించడానికి వీలువౌతుందా? మీ సమీపంలో ఉన్న వ్యక్తులు అది గుర్తించి మీకు తెలియజేయవచ్చు. ఎలా? ఇప్పుడు తెలియచేస్తాను. మీరు కొన్ని వస్తువులు కొనుటకు దుకాణం కి వెళ్తారు. అక్కడ ఒక చిన్న పిల్ల తన తల్లి దగ్గర మారం చేస్తూ బిగ్గరగా ఏడుస్తూ ఉంటుంది. మీకు ఆ సన్నివేశం ఇబ్బంది కలిగిస్తుంది. ఆ తల్లి ఆ చిన్నారి కేకలు పట్టించుకోకుండా ఏడవనిస్తుంది. మీ మన్సులో ఆ తల్లి చాలా కఠినాత్ముకురాలని భావిస్తారు. ఆ తల్లి, పిల్లని అక్కున చేర్చుకొని సముదాయించి ఇతర వినియోగదారులకు ఇబ్బంది కలగకుండా చుసుకోవాలని భావిస్తారు. ఈ పరిస్థితి ని నియంత్రించలేక మీ మనస్సులో కోపం, విసుగు ఎక్కవ అవుతాయి. మీరు ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు మీరు ఎంతో శాంతియుతంగా ఉండొచ్చు. కాని మీరు ఇతరుల సాహచర్యంలో ఉన్నప్పుడు మీ మదిలో విమర్శలు, పరిస్థితి

ని ఆధీనంలోకి తీసుకోవాలనే ఆలోచనలు, వ్యక్తుల పట్ల ముందే నిర్ణయాత్మకం గా ఉన్న భావనలు బయటపడవచ్చు. ఈ ప్రతికూల భావనల వలన మీ శాంతికి భంగం కలగవొచ్చు. ఇది అంతయూ మీ సూక్ష్మ అహంకారం మీ శాంతి మరియు ప్రశాంత యొక్క ఉపరితలం క్రింద ప్రచ్ఛన్నంగా ఉండటం వలన ఇది జరుగుతుంది.

ప్రపంచం అది ఎలా ఉండాలో అటులనే ఉంటుంది. ప్రపంచాన్ని తనకు నచ్చిన అవసరాలకు, కోరికలు తీర్చే విధంగా వెంటనే మార్చుకొనక లేకపోతే దాన్ని ఉన్న స్థితికి హేతుబద్ధంగా అంగీకరించడం నేర్చుకోవాలి. కదులుతున్న ఈ ప్రపంచం తాత్కాలికం మరియు కదిలిపోయే మేఘం వంటిది అని గుర్తించుకోవాలి. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందో మీకు తెలియదు అని అంగీకరించాలి. మీకు సందేహం కలిగినప్పుడు, ఆపదలో ఉన్నవారి చుట్టూ ప్రేమ కాంతిని ఆవరింపచేస్తున్నట్లు భావించండి. మీరు అన్ని రకాల పరిస్థితులను ఎదుర్కొనుటకు సిద్ధంగా ఉండాలి. జరుగుతున్న ఘటనలుని యథాతథంగా అంగీకరించడం నేర్చుకోవాలి. దుర్జన సాంగత్యం విడనాడి మరియు వారి ప్రేమించండి. వీరికి సత్యం తెలియదు వారు శరీరం అనే భావంతో ఈ పొరపాట్లు జరుగుతున్నాయి అని, మీ నిజతత్వం అయిన ఆత్మకి ఇవి ఏవీ అంటవు గుర్తు చేసుకుంటూ ఎల్లప్పుడూ శాంతియుతంగా ఉండుటకు ప్రయత్నించవలెను.

సూక్షం అనగా చాల చిన్నది మరియు దాగిఉన్నది అని అర్థం అందువలన మీరు దీనిని అహంకారం గా గుర్తించుకొనలేరు. స్వచ్ఛమైన అవగాహన లేకపొతే ఈ అహంకారం మీ కంటికి కనిపించదు. ఆధ్యాత్మిక

మార్గం వైపు నిబద్ధతతో ఉండినా, ఆత్మను శుద్ధి చేసుకుందాం అనే తలంపు కలిగిని వాళ్ళుగా ఉంటే గాని మరియు తమలో ఉన్న సూక్ష్మ అహంకారం ను నాశనం చేసుకుందాం అనే అలోచన ఉన్న వాళ్ళకు మాత్రమే దీనిని గుర్తించే అవకాశం ఉంటుంది. దీనిని ఆశించేవారికి భగవంతునిపై అమిత మయిన ప్రేమ కలిగి వారితో మమైకం అవ్వలి అనే తలంపు ఉండాలి. భగవంతునికి ఇందులో స్వార్ధపూరితమైన స్వలాభం ఏమీ ఉండదు. భగవంతునికి ఇది కావాలి, వద్దు అన్న కోరికలు ఉండవు ఎందుకనగా సృష్టిలో ఉన్నది అంతా భగవంతుని ప్రేమ మయంతో ఆవరింపబడి ఉన్నది. మాయతో కూడిన ప్రపంచం దేవుని మన్సులో ఉన్న ఒక కల మాత్రమే మరియు దానిని కోరుకోవలసిన అవసరం లేదు. మీలో ఉన్న సూక్ష్మ అహంకారం ను తొలగించుకొని అంతర్గతం గా ఉన్న దైవత్వాన్ని గుర్తించుకొనుటకు ప్రయత్నించవలెను. ఇప్పుడు ఒక చిన్న కథ వివరిస్తాను. ఒక గ్రామంలో నివసిస్తున్న పుజారి భార్య అయిన వృద్ధురాలికి నగరం లో జీవన విధానం గురించి తెలియదు. ఆవిడ తన జీవిత కాలం అంతా గ్రామంలోనే గడిపింది. కొన్ని ఆధ్యాత్మిక విషయాలు ఆమె భర్త అయిన పుజారి ద్వారా నేర్చుకుంది. ఆ గ్రామానికి విలాసవంతమైన కారులో కొందరు వచ్చారు. ఆమె అటువంటి కారుని ఇప్పటికి వరకు చూడలేదు.అందులో ఉన్నవారు కూడా విదేశీయులుగా, వింతగా ఆమెకు గోచరిస్తున్నారు. ఆ వ్యక్తులు వారి వాహనం దిగి , సిగరెట్ వెలిగించుకొని పొగ త్రాగుతూ ఆ గ్రామం యొక్క ప్రధాన వీధి వెంట నడవటం సాగించారు. ఆ వృద్ధురాలు కుతూహలంతో వారివైపు కళ్ళు తిప్పుకోకుండా అలానే చూసుకుంటూ ఉండిపోయింది. వారి వద్దకు ఈ వృద్ధురాలు వచ్చి ఏమయినా సహాయం కావాలా అని అడిగింది. మంచి నీళ్లు, తేనీయం లేక తినుబండారం లు ఏమయినా

కావాలా అని వారిని ప్రశ్నించింది? వారు ఆ విదేశీ భాష లో మాట్లాడుతూ ఉంటే ఆమెకు ఏమి అర్ధం కాలేదు. ఆమె వెంటనే ఇంటికి వెళ్ళి తన భర్త అయిన పుజారిని వెంట తీసుకొని వచ్చింది. ఆ నలుగురు విదేశీయులు మరియు అందులో ఉన్న స్త్రీ కూడా పొగత్రాగడం చూసి అది భరించలేక, వారి భాష కూడా ఒక అవరోధంగా ఉండటం తో ఆ పుజారి వెనుతిరిగి వెళ్ళిపొయారు. కాని ఆ పుజారి భార్య మాత్రం ఆ వీధిలో ఉన్న మేజిస్ట్రేట్ ఇంటికి ఆ విదేశీయులను తీసుకు వెళ్ళి వారి అవసరాలను నెరవేర్చింది. ఈ కథ యొక్క సారాంశం ఏమిటి?
విధ్యాహీనులుగా ఉంటూ, సాధారణ జీవన విధానం గడుపుతూ, ప్రపంచానికి అతీతంగా ఉన్న ప్రజలలో చాలా చిన్నగా ఈ సూక్ష్మ అహంకారం ఉంటుంది అందువలన అందరిలో ఆ పుజారి భార్య దేవుని చూడగలిగింది కాని ఆమె భర్త మంచి పాండిత్యుడు, మరియు ఆధ్యాత్మిక జీవన విధానం గడుపుతున్న అతనిలో అహంకారం మెండుగా ఉండి సర్వం భగవంతుని మయం అని గుర్తించుకోలేక పోయాడు.

15

మీరు ఆధ్యాత్మిక పథంపై నడుస్తారు అనే సంకల్పంతో మీతో సంభాషించడం జరుగుతుంది. నాకు ఈ సూక్ష్మ అహంకారం పై మంచి అవగాహన ఉంది. నా ఈ అవతారంలో చాలా మంది భక్తులలో చూసాను. నాలో విలీనం అవ్వాలని మీకు కోరిక ఉన్నా కూడా అహంకారం వలన అది కుదరటం లేదు.
అహంకారం అనగానేమి? మీకు కొన్ని ఉదాహరణలు తెలియచేస్తాను దాని

వలన మీలో మరియు ఇతరులలో ఉన్న అహంకారం ను గుర్తించవచ్చు. అహంకారం సంకుచితంతో నిజమని మీకు నమ్మక ద్రోహం చేస్తూనే ఉంటుంది. దానికి మంచి అవగాహన లేకపోతే నాశనం చేయటం కుదరదు. ఈ ప్రపంచంలో అహంకారం లేకుండా ఎవరూ ఉండరు అని. వాస్తవానికి ఈ ఇది నిజం కాదు అహకారం అని గుర్తిస్తూ అందులో భాగంగా నటించినా ఏమాత్రం తప్పు లేదు. ఒక ఉదాహరణ: భౌతిక శరీరం నకు ఆహారం, నీళ్ళు మరియు నిద్ర అవసరం.జ్ఞాని దీని సత్యాన్ని గుర్తించి అందరి వలె ఈ కార్యక్రమంలు అనగా తినడం, త్రాగడం, మరియు నిద్రించడం జరుపుతూ, కర్త తాను కాదు, శరీరం కాదు అని వ్యవహరిస్తూ ఉంటాడు. అతను ఎప్పుడూ ఆత్మానందం లోని భాగమే అని తెలుసుకొని ఆనందంలో ఉంటాడు. మనసులో ఎటువంటి అలోచనలు వచ్చినా వాటిని పట్టించుకోడు మరియు ఆందోళన చెందడు. అతనికి ఎటువంటి కోరికలు లేక ఎవరైనా సహాయం అర్థించిన యెడల అందరూ ఒకటే అన్న భావంతో సహాయపడుతూ ఉంటాడు.

దీనిని ఆదర్శం గా తీసుకొని మిమ్మల్ని, మీ జీవితాన్ని పరిశీలించుకోండి. మీరు విముక్తులై ప్రశాంతతో ఉన్నారా? మీరు చేసే కర్మలు మీకు భారం కలిగించటం లేదు కాని మీరే కర్త అని అనుకోవడం వలన బరువును మోస్తూ ప్రశాంతం గా ఉండలేకపోతున్నారు. శరీరం ఎన్ని పనులతో నిమగ్నమైన సరే, మనస్సు క్రియాశీలక సలహాలతో సహాయపడటంలో మునిగి ఉన్నా, అంతర్గతంగా ఏమి అంటనట్లు, నిత్య ఆనందస్వరూపుడైన ఆత్మ తత్వంగా నిన్ను నీవు గుర్తించుకొనవలెను.

నిజానికి విలువ లేని అనేక పనికిరాని కార్యక్రమంలలో మీ సమయాన్ని గడపడం నేను చూస్తూ ఉంటున్నాను. మీ జీవితాల్ని సులభతరం చేసుకోండి .కోరికల నుంచి దూరంగా వెళ్ళి, వాటిని సాధించడంలో

తలమునకలు అవ్వొద్దు. ఒకరోజు మీరు వీటన్నింటికీ దురంగా వెళ్ళవలసి వస్తుంది. అందుకే ఇప్పటి నుంచి బంధం వదులుకోవడానికి ప్రయత్నించడం మొదలుపెట్టాలి. ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు జీవితం అనే ఈ నాటకంలో నిమగ్నులై ఉండిపోకూడదు కొంత సమయం మీ నిజతత్వం గురించి కేటాయించాలి. మీరు చేసే కార్యక్రమాలు, మీ బంధనములు ఇవి సత్యం కావు ఒక్క ఆత్మ మాత్రమే నిత్య సత్యం గా ఉంటుందని గుర్తించాలి.

ఇప్పుడు సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క మరొక ఉదాహరణ: నీవు డైనింగ్ టేబెల్ దగ్గర నీ కుటుంభం తో కలిసి విందుకి కూర్చున్నావు. వారు నిజంగా నీ కుటుంభమా? నిజంగా ఎంతవరకు? నీ కుటుంభంలో ఉన్న ప్రతీ సభ్యుడూ ఆత్మ స్వరూపుడు అని నీవు గుర్తిస్తున్నావా? ఈ పేర్లు మరియు భౌతిక రూపాలు ఒక రోజు అంతరించిపోతాయని, ఆత్మ మళ్ళీ వేరే జీవి లోకి ప్రవేశిస్తుందని నీవు అలోచిస్తున్నావా? మిమ్మల్ని భయపెట్టాలని నా ఉద్దేశ్యం కాదు కాని మీకు సత్యాన్ని తెలియచేస్తున్నాను. మీరు ఈ సత్యాన్ని తెలుసుకొని మీ జీవన విధానం గడపటానికి సిద్ధంగా ఉన్నారా? బంధ విముక్తులై, అందరిలో ఉన్న ఏకత్వాన్ని అనుభవిస్తూ జీవనయానం చేయండి.

16

నా భక్తులు ఈ వ్యాసంలను చదివి, వాటిని బోధపరచుకొని ఆచరణలో పెట్టి అసత్యం ను విడనాడి సత్యమైన ఆత్మ తత్వాన్ని గుర్తించుకుంటారని నేను ఆశిస్తున్నాను.

ఇప్పుడు సూక్ష్మ అహం యొక్క మరొక ఉదాహరణ. మీరు

విమానాశ్రయానికి వెళ్ళి, మీరు కౌంటర్ వద్ద లో చెక్ చేసిన తర్వాత, అక్కడ పనిచేస్తున్న వ్యక్తి మీ టికెట్ చూపించమనికోరుతారు. ఈ రోజుల్లో వారు మీ ఫోటో గుర్తింపు కార్డ్ చూడటానికి అడుగుతారు. వారు మిమ్మల్ని, రూప నామలతో ఉన్న వ్యక్తిగానే గుర్తిస్తారు మీరు మిమ్మల్ని ప్రేమస్వారూపులుగా, రూపరహితంగా, ఒకే ఆత్మ అని గుర్తించినా కూడా. వారు మీ లగేజ్ బరువును కొలిచి, అడ్రసు రాసిన చీటిని తగిలించవచ్చు. నిజంగా ఇది మీ లగేజా? ఏ పదార్థం, ఆత్మకు చెందినది కాదు. భౌతిక శరీరం ను శుభ్రపరచటానికి, మంచి దుస్తులు ధరించడానికి అవసరం ఉంటుంది కాని ఆత్మకి ఏమీ అవసరం లేదు. కొన్నిసార్లు మీరు భారతదేశం లో సాధువులు చాలా తక్కువ బట్టలు ధరించి దేశం అంతా ప్రయాణిస్తూ, మరియు ఒక చిన్న కుండ లో కొన్ని వస్తువులు మోస్తున్న దృశ్యం చూసి ఉంటారు. వారు ఒక ప్రాంతం నుంచి మరొక ప్రాంతానికి కాలి నడకన నడిచి బిక్షాటనం చేస్తూ జీవనం సాగిస్తూ ఉంటారు. దీని ముఖ్య ఉద్దేశ్యం ఆత్మ కాని అన్ని వస్తువులను త్యజించడం మరియు ఆత్మ పరిపూర్ణత సాధించుటకు కఠిన జీవన విధానం ను అవలంభిస్తారు. నేటి భక్తులు ఈ తీవ్ర విధానం పాటించనవసరం లేదు. సత్య, అసత్యం ల యొక్క అవగాహన ఉంటే సరిపోతుంది. మీరు సంసారంలో ఉండినప్పటకీ, పూర్వం జనక మహారాజు వలె కోరిక కలిగి ఉంటే ఇప్పుడు మీరు ఆత్మ పరిపూర్ణత సాధించవచ్చు. మంచి సద్గురువు లభించినా మీ కోరిక తీరే అవకాశం ఉంటుంది. జ్ఞానం తో పాటు బంధ విమోచనం, మరియు సమతుల్యం పాటించడం చాలా అవసరం.

ఇప్పుడు మీరు విమానంలో కూర్చొని ఉన్నారు. మీ పక్కన కూర్చున్న వారిని దేహాత్ములుగా లేక ఆత్మ స్వరూపులుగా గుర్తిస్తున్నారా? మీరు చైతన్యం, శక్తి అని తలస్తే మీకు అందరూ అదే విధంగా కనిపిస్తారు. అందుకే

మిమ్మలని మీరు ముందు తెలుసుకొనిన ప్రపంచం గురించి బోధపడుతుంది. అందరూ కూడా ప్రేమ, శాంతి స్వరూపులే అంతర్గతం గా. మీరు ఎదుటి వారిని ఆ విధంగా నవ్వుతూ ఎకాత్మ భావనతో చూచిన యెడల వారు కూడా మిమ్మల్ని అదే విధంగా చూడటం జరుపుతారు. అహంకారం, ప్రతికూల శక్తులు ఏకాత్మ భావంకి అడ్డు తగలవచ్చు. మీరు ఎవరి నుంచి ఏమీ ఆశించవద్దు. మీరుప్రేమస్వరూపులుగా ఉంటూ అనందంలో నిమగ్నులై ఉండండి. మీరు కిటికీలోంచి చూస్తూ మీకు కనపడుతున్న సూర్యుడు, మేఘాలు అన్నింటిలో కూడా మీరు ఉన్నారు అని తెలుసుకోవాలి. “ నేను ఆత్మస్వరూపుడును, పంచభూతాలు అన్నీ నాలోని భాగమే" అని మీ ఆత్మ తత్వం ను గురించి సాధన చేస్తే ప్రతికూల భావనలు, బలహీనతలు కరిగిపొతాయి.

నేను ఎల్లప్పుడూ సూక్ష్మ అహంకారం గురించి మాట్లాడినప్పటికి అది మీరు అనుకున్నంత సూక్ష్మంగా కనిపించదు. కొన్నిసార్లు అహంకారం చాలా కఠోరంగా ఉంటుంది. ఒక ఉదాహరణ: ఏవరైనా మీతో చాలా కోపంతో, ఈర్ష్యతో అనుచితంగా ప్రవర్తించిన యెడల మీకు ఆ అహంకారం సూక్ష్మం గా గోచరించదు. ఇది చాలా స్పష్టం గా కనిస్పిస్తుంది అక్కడ పరిస్థితిని గమనిస్తున్న వాళ్ళకి మరియు కలతపెట్టేట్లు గా ఉంటుంది ఆ అహంకారం ప్రదర్శిస్తున్న వాళ్ళ చేరువలో ఉన్న వారికి కూడా. ఒక భక్తునిగా, సాక్షీభూతునిగా అక్కడ జరుగున్న దాన్ని సమతుల్యంపాటిస్తూ, బంధనాలను విడనాడి అతీతుడుగా పాల్గొను.జరుగుతున్నది చూసి స్పందించినా, విమర్శించినా లేక నిందించినా పరిస్థితి ఉధృతిని, మంచి కోసం మార్చడానికి ఏ విధంగా సహాయపడలేవు. కొంచెం కోపం చల్లారే వరకు దూరంగా ఉంటూ నిశ్శబ్దం పాఠించినా ఫలితం ఉంటుంది. భక్తులకు కూడా ఈ అహంకారం ను నిగ్రహించుకోవడం అంత సులభతరమైనది కాదు. ఇప్పటికైన భక్తులు కొంత ప్రయత్నం చేసి, ఇతరులకు అంతారయం కలిగించకుండా వారిలో ఉన్న ప్రతికూల భావనలను అదుపులో పెట్టుకుంటారు అని ఆశిస్తున్నాను. మీ ప్రతిచర్యలు మీ గురించి తప్ప అన్యులు కొరకు కాదు అని ముందు మీరు తెలుసుకోవాలి. ఏ ఒక్కరు మీరు అలోచించడానికి, మాట్లాడటానికి, అనుభూతి చెందటానికి కారణం కాదు. మీరు ఉన్న అవస్థ ఈ ప్రతికూల పరిస్థితికి కారణం కావొచ్చు. ఇది మీ అవస్థ మాత్రమే మరియు ప్రపంచం ఎప్పుడూ తటస్థం గానే ఉంటుంది. ఇది తెలుసుకున్న యెడల మిధ్యా ప్రపంచం యొక్క ప్రతిబింబం, ప్రతిచర్య, మరియు ప్రతిధ్వనుల నుంచి దూరంగా

ఉంటారు. అనగా నేమి? అన్ని రూపాలు కూడా ఆత్మ స్పృహ యొక్క సహజమైన స్వచ్ఛమైన అద్దంలో ప్రతిబింబాలు వంటివే. ఏది ఎవరైనా భావించినా తరచుగా దాని అనుభవం, మరియు చర్యలు, మనస్సులో గాని, బయట ప్రపంచంలో అనుభవించిన సంఘటన మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ఏది ఎవరైన మాట్లాడిన అది ఇంతకు పూర్వం విన్నది లేక అనుభవించినట్లు మనస్సుకి తెలుస్తుంది అనగా జరిగే ప్రతీ ఘటనా ప్రపంచంలోజరిగిన ప్రతిబింబం, ప్రతిచర్య, ప్రతిధ్వనుల రూపమే అని నేను ఎల్లప్పుడూ తెలియచేస్తాను. దీనికి విరుద్ధంగా భగవంతుని సత్యం ఎల్లప్పుడూ నిశ్శబ్దంగా, నిర్మలంగా, నిశ్చలంగా ఉంటుంది. మిగతావి అన్ని అహంకారం మరియు భ్రాంతిగా వర్గీకరించవచ్చు.

ఇప్పుడు మరిన్ని ఉదాహరణలు సూక్ష్మ అహంకారం గురించి తెలుసుకుందాం. మనిషి ప్రపంచలో కనిపిస్తున్న ద్వైతాన్ని నిజం అని నమ్మడానికి గల కారణాలు అతని అజ్ఞానం మరియు ఆత్మ తత్వం అహంకారం చే కప్పబడి ఉండటటం వలన జరుగుతుంది. అదే విధంగా ఒక మతం మరొక మతం కంటే గొప్పది అనుకోవడం, ఒక దేశం మరొక దేశం కంటే చాల మంచిది అని యోచించడం, ఒకరు మాత్రమే మంచి కులంకు చెందిన వారుగా మరియు ఇతరులను నీచంగా చూడటటం, ఇవి అన్ని అజ్ఞానం మరియు అహంకారం వలన వచ్చే ఆలోచనలు. ఈ సృష్టి అంతా శక్తి మరియు చైతన్యం యొక్క మార్పిడి వలన జరుగుతుంది. ఈ చైతన్యం మరియు శక్తి మనకు తెలియచేస్తుంది భగవంతుడు దేని యెందు వ్యత్యాశం చూడడు అని అదే విధంగా జంతుప్రపంచంలో కూడా ఉంటుందని. అసాధారణ ప్రపంచంలో జరుగున్న వైవిధ్యాలు గమనించడం మానవుని యొక్క వక్రీకరించిన మనస్సు వలన మరియు అతి

తెలివితేటలు వలన అన్నింటిలో ముందుగానే న్యాయ నిర్ణయం చేసుకుంటున్నాడు. మానవ మనస్సు ప్రతీది వర్గీకరించడం కోరుకుంటుంది. మానవుడు తన వక్ర బుద్ధితో ప్రపంచమును ఆధీనం చేసుకునే భాగంలో వర్ణ విబేధాలు, కుల మత వైషమ్యాలు, పుణ్య పాపాలు అని సృష్టిస్తున్నాడు. దీనివలన చైతన్య శక్తి ముక్కలగుతుంది. మానవుడు సంపూర్ణత సాధించాలి అనుకుంటే ఈ విబేధాలను క్షమించి, సృష్టి అంతా భగవంతుని స్వరూపమే అని తలచినప్పుడు మాత్రమే జరుగుతుంది. అలా అని హత్యలు, అత్యాచారాలు, క్రూరత్వం మరియు ఇతర పైశాచిక చర్యలు ప్రేమిస్తున్నట్లు చెప్పమని కాదు అయితే, ఇది అంతా మానవాళి కి ఇచ్చిన స్వేచ్ఛను దుర్వినియోగం ఫలితంగా జరిగింది.ఇది అంతయూ ప్రతికూల అహంకారపు భావనల వలన ఇవి బయటకు ప్రదర్శింపబడతాయి. కాని కర్మసిద్ధాంతాన్ని అహంకరపు ఆధారిత చర్యలును సమతుల్యం గావించి మరియు అవి తిరిగి చేయకూడదని మానవుడికి నేర్పుతుంది.

ప్రజలు ఆత్మ రూపంలో భగవంతుడు మనలో ఉన్నాడు అనే సత్యాన్ని గుర్తించుకొనలేకపోతున్నారు. ఒక వ్యక్తి మరొకరి మీద జరిపే చర్యలు అన్నీ తనమీద జరుపుకుంటున్నాడు అని తెలుసుకోలేకపోతున్నాడు. అందరిలో ఉన్నది ఒక్క ఆత్మ అనే సత్యాన్ని మర్చిపోవడం వలన ఇది జరుగుతుంది. జీవితం అనేది ఒక కల వంటిది దానిని అర్ధం చేసుకో .ప్రపంచంలో జరిగే చర్యల వలన ఆత్మ యొక్క సత్య తత్వాన్ని మార్పుచెందదు అని మీరు తెలుసుకోవాలి.

యుద్ధభూమిలో కృష్ణ భగవానుని యొక్క బోధనలు అర్జునుని ఉద్దేశించి చెప్పిన సారాంశం ఏమిటి అనగా అర్జునుడు తన కర్తవ్యాన్ని ఎన్నడూ

విస్మరించకూడదని. యుద్ధ భూమిలో ఉన్న తన బంధువులను, శత్రు సేనలో చూసి, వారి చేసిన దుష్కర్మలు అన్నింటిని వారిపై ఉన్న మమకారం వలన క్షమించటానికి సిద్ధమయ్యాడు అర్జునుడు. అప్పుడు శ్రీ కృష్ణుడు సత్యాన్ని అర్జునుడుకి ఈ విధంగా వివరించాడు. ప్రతీ జీవిలో కూడా ఆత్మ రూపంలో శాశ్వత చైతన్య శక్తి ఉంటూనే ఉంటుంది .అహంకారం తో కూడిన ఈ శరీరం, మనస్సుకు చావు ఉంటుంది కాని ఆత్మకు అస్సలు చావు ఉండదు. భౌతిక శరీరంలో జరుగుతున్న సంఘటనలు అన్నీ ఒక కల మాదిరి అసత్యం. ఒక్క భగవంతుడు మాత్రమే సత్యం. ఈ అసత్యాన్ని మీ జీవితం లోంచి తొలగించిన నాడు మీరు మిమ్మల్ని సత్ చిత్ ఆనంద స్వరూపులుగా గుర్తించుకొనగలుగుతారు.

18

మీరు సమయం మరియు శక్తి వృధా లేకుండా అత్మ సాధన లో పరిపూర్ణత లక్ష్యాన్ని చేరటం కోసం నిజాయితీతో కష్టపడిన యెడల మీకు మార్గ నిర్దేశం చేస్తూ చివర వరకు మీ లక్ష్య సాధనకు సహాయం చేస్తాను అని మాట ఇస్తున్నాను. మీ అహంకారం మీ మనస్సును పనికిరాని సాధనలకు లాగుతుంది కావున మీ అహంకారం ను గమనిస్తూ దానిని నియంత్రించడానికి మీరు ప్రయత్నం చేయాలి. అహంకారం మీకు లౌకిక ఆనందం కలుగుచేసే కోరికల వెంట పరుగిడుతుంది. మీరు మనస్సులో మీరు ప్రణాళికలు చెసుకొని ఇది ఆత్మ శోధన సాధనకు పనికి వస్తుందా లేక దానికి భంగం కలిగిస్తుందా అని విచారణ చేసుకోవాలి. నేను మీరు ఆనందం అనుభవించ వద్దని చెప్పడం లేదు. మీరు దైవ వివేచన ఉపయోగించి, మీ వాసనలు, గత జీవితాలను నుండి వచ్చిన ధోరణులను, మరియు అతిగా తినడం, ధన కాంక్ష, కీర్తి, బంధువులు మరియు స్నేహితుల యెడ

మితిమీరిన ప్రేమ మిమ్మల్ని లౌకిక దిశలో ప్రయత్నిస్తుంది; అందువలన దీనిని గురించి మీరు అప్రమత్తంగా ఉండి ఇది సత్యం కాదు అని మరియు మీరు ఈ శరీరం వదిలి వెళ్ళినప్పుడు మీ వెంట రాదని గుర్తించుకోవాలి. "నేను శుద్ధ చైతన్య ఆత్మ తత్వం" మీరు తెలుసుకోవాలి.అప్పుడు లౌకిక కోరికల వెంట కాక మీరు ఆత్మ యెందు మరింత అవగాహన పెంపొందించే ఈ ఆధ్యాత్మిక సాధన వలన శాంతి, ఆనందం అనుభవించవచ్చు.

19

ప్రియమైన భక్తులారా, మీతో మళ్ళీ మాట్లాడటం నాకు గొప్ప ఆనందం కలిగిస్తుంది.నేడు మీకు సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క ఉనికి మరియు మీ నిజతత్వమైన ఆత్మ నుండి ఈ అహంకారం ఎటుల నిరోధిస్తుంది అని మీకు తెలియచేస్తున్నాను. నేను మీకు ఒక జరిగిన కథ ను వివరిస్తున్నాను .ప్రశాంతి ఆశ్రమం వెలుపల ప్రాంగణంలో ఒక విద్యార్థి ఉంటూ ఉండేవాడు. అతను తన అనుభవా లు నా గురించి కథలు గా అందరి స్నేహితులతో క్రమం తప్పకుండా చెప్పేవాడు. నాతో తను జరిపిన ఆలోచనలు, పరస్పర సంబాషణలు ప్రతి వివరాలు అన్ని చెప్పేవాడు. కొన్ని రోజుల తర్వాత ఇతర అబ్బాయిలుకు ఈ కథలు నచ్చేవి కావు. కానీ వెంటనే వారు నిశ్శబ్దంగా ఉంటూ ఆ అబ్బాయిని నిర్లక్ష్యం చేయడం మరియు దూరంగా ఉంచడానికి ప్రయత్నించడం మొదలుపెట్టారు. ఈ అబ్బాయికి స్వామి తప్ప వేరే ఆలోచనలు లేవు అని వారు ఒక నిర్ణయం కు వచ్చారు. వినడానికి విసుగు వచ్చి మరియు వారికి స్వామి మీద ఇటు వంటి అనుభవాలు లేకపోవడం వలన అసూయ చెందేవారు. ఈ విధంగా మీ అనుభవాలు తెలియచేయడం కూడా ఒక విధమైన అహంకారం. మీ ఆలోచనలు ఇతరులు వినడానికి

ఇష్టపడుతున్నారో లేదో తెలుసుకోకుండా ప్రవర్తించడం; మరొకరి అనుభవాల మీద ఈర్ష్య ఉండటం ఇది అంతయూ కూడా అహంకారమే.

ఇక్కడ నా సలహా ఎమిటి అంటే మీరు మీ చుట్టూ ఉన్న ఇతరులు నిజంగా మీ మాటలు వినడానికి ఇష్టపడుతున్నారోలేదో అని తెలుసుకొని, సున్నితంగా ఉండటం అలవాటుచేసుకోవాలి. ఇతరులు నిరాసక్తి, అసహనం చూపించిన తక్షణమే మీరు నిశ్శబ్దంగా ఉండి వీలయితే అక్కడ నుంచి దూరంగా వెళ్ళండి. చాలా మందిని చూస్తూ ఉంటాను అవతలి వారికి ఇష్టం ఉన్నా లేక పోయినా వారికి అవకాసం ఇవ్వకుండా అలా మాట్లాడుతూనే ఉంటారు.మీరు ఒక్క క్షణం ఆగి అవతలి మనిషికి విసుగు కలిగిస్తున్నానా అని అడిగి తెలుసుకోవాలి.

ఇప్పుడు మీరు జాగరూకతతో అహంకారం తొలగించి ఎక్కువ సమయం ఆత్మను గుర్తించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు అని ఆశాజనకంగా ఉంది. మీరు మీ ఉద్యోగంలోపని చేస్తూ కూడా మీరు ఆచరణ చేయవచ్చు. ఎలా? మీరు ఇతరులతో పరస్పర చర్యలుచేసినప్పుడు సద్గురు బోధనలు గుర్తుంచుకోవడం ద్వారా మరియు అందరనీ ప్రేమించడం మరియు సేవించడం ద్వారా చేయవచ్చు. ప్రేమ తో మాట్లాడటం; ప్రేమ తో మీ పనిని నిర్వర్తించడంచేయవచ్చు.

ఈ రకం గా, ఇతరులపై దయతో, గౌరవప్రదం గా, న్యాయనిర్ణయం చేయకుండా, అనేక మార్గాల్లో మీ కన్నా విభిన్నంగా ఉన్నా కూడా మీరు ఈ విధంగా ప్రవర్తించాలి. మీరు మీ ఉద్యోగ సమయంలో మీ ద్వారా జరుగుతున్న ప్రతి చర్యను భగవంతునికి సమర్పించడం గుర్తుంచుకోండి; మీరు చేస్తున్న పనిలో, మీశరీరంలోని ప్రతి కణంలో, భగవంతుని అనుభూతి చెందడం, దేవుని శక్తి, శరీరం ద్వారా పని చేయడం ప్రారంభించాలి. మీరు దేవుని కొన్ని గంటల ప్రార్థించవచ్చు, లేదా ఐదు నిమిషాలు ఆగి, మీ కళ్ళు మూసుకుని ధ్యానము చేయవచ్చు. ఈ విధంగా మీరు మీ ఉద్యోగంలో ఉన్నప్పుడు మీ అహంకారం తొలగించడానికి ప్రయత్నించవచ్చు. రోజుకు ఒక గంట అహంకారం నకు దూరం ఉంచాలి అని కాదు. మీరు ఇది జ్ఞాపకము ఉంచుకొని రోజంతా మీ ఆలోచనలు, భావాలు మరియు చర్యలు గౌరప్రదంగా, దయతో సలపండి. మీకు ఇతరులు ఏ విధంగా సేవ చేయాలి అని అనుకుంటారో ఆ విధంగా మీరు సేవ చేయండి. మీరు ఒక తప్పు చేస్తే, మిమ్మల్ని మీరు క్షమించి ముందుకు సాగండి. ఇతరులను క్షమించవలసి వస్తే క్షమించండి. ఆత్మ

ఎప్పుడూ ఇవ్వడం మరియు క్షమించే గుణాలతో ఉంటుంది మరియు అహంకారం పొందడం మరియు మర్చిపోవడం మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఇతరులు మీ కోసం చేసిన మంచిని ఎన్నడూ మర్చిపోకండి; వారు ఏ విధంగా సహాయపడ్డారో గుర్తుంచుకోవాలి. అటులనే మీరు ఇతరులకు చేసిన మంచిని మర్చిపోకపోతే, మీ అహంకారం వృద్ధి చెందే అవకాసం ఎక్కువగా ఉంటుంది.మంచితనం అంతా దేవుని నుండి వస్తుంది. ప్రేమ దేవుని సొత్తు. మీరు ప్రేమ మరియు మంచితనం మీద గుత్తాధిపత్యాన్ని కలిగి ఉండి ఇతరుల కన్నా మీరు ప్రత్యేకంగా మరియు ఉన్నతం అని తలచినా ఇది అహంకారం. దేవుని దృష్టిలో అందరూ సమానంగా ఉంటారు కాని మనస్సు ఈ సత్యాన్ని మర్చిపోయి ఉండవచ్చు. మీరు ఇతరుల నుండి వ్యత్యాసంగా మరియు ప్రత్యేకంగా అనుభూతి చేసినప్పుడు, తప్పుడు అహంకారం యొక్క ఆలోచన కారణంగానే అని తెలుసుకోవాలి. ఒక్క భగవంతునిలో మాత్రమే నియంత్రణ శక్తి ఉంది. మానవులు మంచి నైతిక ప్రవర్తనతో ఎప్పుడూ సహాయం చేస్తూ మరియు ఎవరినీ దెబ్బతీయకుండా పని చేసినప్పుడు, వారు మానవత్వం కోసం కృషి చేసిన నాడు బాధను పొందనవసరం లేదు. అహం బాధపడుతుంది కాని ఆత్మకాదు అనే సత్యాన్ని ఎన్నడూ మర్చిపోకూడదు.

21

మీరు స్వీయ-పరిపూర్ణత యొక్క లక్ష్యం నెరవేర్చుకుంటారు అన్న నమ్మకం కలిగి ఉండాలి. మీరు మరియు మీ చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచం అంతయూ కూడా ఆత్మఅని తెలుసుకునే వరకు నేను మిమ్మలని

వదలను. మీరు ఈ మార్గంలో ఒంటరిగా నడవనవసరం లేదని నేను హామీ ఇస్తున్నాను. ఎవరూ కూడా ఎప్పుడూ ఒంటరిగా ఆత్మ పరిపూర్ణత మార్గం పై ఉపక్రమించరు అని తెలియచేస్తున్నాను. ఎల్లప్పుడూ అనేక ఆధ్యాత్మిక సహాయకులు మీకు సహాయపడటంలో ముందుంటారు. అయితే నా పాత్ర భిన్నంగా ఉంటుంది. నేను ఈ రెండు కూడా నిర్వహించ గలను. మీరు ఒకటి గుర్తుంచుకోవాలి నేను మీలో మరియు అందరిలో ఉన్నాను అని. భగవంతునికి ఒకే నిర్వచనం ఉంది అతను లేకుండా ఇంకొకటి లేదని. మీరు ఈ విషయం అర్థం చేసుకొనిన నాడు మీరు అస్సలు దేనికీ ఆందోళన చెంద వలసిన అవసరం లేదు. మీరు ఆధ్యాత్మిక పద్ధతులు నిర్వహిస్తూ మీ జీవితాన్ని భగవంతునికి అంకితం చేసిన యెడల నేను మీ జీవితం చూసుకుంటాను అని తెలియచేస్తున్నాను.

మీరు మరియు నేను ఒకటే గుర్తించగలగాలి కాని అది ఎలా? ఆధ్యాత్మిక గురువులు యొక్క బోధనలు అద్వైత లేదా ఏకత్వ భావం గురించి చదివిన యెడల మీకు అర్థం అవుతుంది. మీరు అద్వైత స్వభావం తెలుసుకున్నప్పుడు, మీరు అంతర్గతంగా లోపలి కి వెళ్లి మీలో ఉన్న " నన్ను "కనుగొనేందుకు ప్రయత్నిస్తారు. నేను ఆ ఆత్మని కావున మీరు మీలో నన్ను కనుగొనవచ్చు. మీరు వినే ఉంటారు అందరూ అంటూ ఉంటారు భగవంతుడు మీ హృదయంలో దాగొని ఉన్నాడు అని. ఇది చాలా మంది మానవులకు ఇది సత్యం గానే గోచరిస్తుంది అయితే, మీరు నన్ను హృదయ పూర్వకంగా, పట్టుదలగా కోరినప్పుడు, మీకు నా అస్తిత్వం తెలియ జేసెదను. నేను ఏదో ఒక రోజు మీతో శాశ్వతంగా నివసిస్తున్నాను అన్న సత్యం మీకు ఎరుకపడుతుంది. ఆ సమయంలో నీకు, నాకు మధ్య

వ్యత్యాశం ఉండదు. ఈ విధంగా, ఈ ప్రక్రియ ద్వారా, మీరు మిమ్మల్ని మీరు కూడా దేవునిగా తెలుసుకునే అవకాశం కలుగుతుంది. మీరు మీ అహంకారం తొలగించిన యెడల ఇది సాధ్యం అవుతుంది. మీరు ఈ అహంకారం తొలగించి మీ నిజ స్వరూపమైన ఆత్మ తత్వం గుర్తించిన రోజు మీరు దేనికీ చింతించనవసరం లేదు. మీరు శాంతియుతంతో ఆత్మానందం అనుభవిస్తూ ఉంటారు.

22

నా ప్రియమైన భక్తులులారా, మీరు నన్ను చూస్తున్నప్పుడు ఏమి చూస్తారు? మీరు నేను ఒక ఉనికి లేదా ఆత్మ అని గుర్తిస్తున్నారా? ఈ" నేను" నిజంగా ఒక సూక్ష్మ ఉనికి మరియు మీరు కూడా అదే అని తెలుసుకోవాలి. మీరు దీనిని తప్ప ఇంక ఏదైనా చూసినట్లైతే అయితే, అది సత్యం కాదు. ఇది శుద్ధ చైతన్యం. మీరు మిమ్మల్ని ఆత్మ గా అవగాహన చేసుకున్నప్పుడు ఈ స్వీయ-పరిపూర్ణత మరియు విమోచనం లభ్యం అవుతుంది. స్వీయ-పరిపూర్ణత సాధించుటకు అనేక మార్గాలు అనగా జ్ఞాన, భక్తి లేదా ధ్యానమార్గం, అలాగే కర్మమార్గం ఉన్నాయి. మీరు మీ పద్ధతులు చేస్తూ భక్తుడుగా అనుభూతి చెందినప్పుడు అది అహంకారంగా వ్యక్తమవుతుంది. నేను తెలియచేస్తాను.

మీరు భజనలు, మంత్రం, లేదా దేవుని పేరు జపిస్తున్నప్పుడు, మీరు అతీతంగా సాక్షి భూతునిగా గమనిస్తూ ఉండండి. మనస్సులో భజన, నామ జపం జరగడం గమనించాలి మరియు అటులనే శరీర కదలికలను కూడా గమనించాలి. ఈ దివ్య చైతన్య శక్తి శరీరం అంతా కదులుతుందని

తెలుసుకోవాలి. మీ చైతన్య శక్తి అన్నింటిన్ని గుర్తిస్తుంది అని తెలుసుకోవాలి కూడా. వీలైతే ఈ చైతన్య శక్తి అంతా విస్తరిస్తున్నట్లు అవగాహన చేసుకో. మీరు మీ పని, మీ విధి చేయడం చేసినప్పుడు, ఎల్లప్పుడూ మీరు కాకుండా మీ లో ఉన్న భగవంతుడు ఈ చర్యను సలుపుతున్నట్లు భావించాలి లేదా మీ చర్యల ఫలితాలు యెందు ఆసక్తి లేకుండా భగవంతునికి మీ పని మరియు విధులను అంకితం చేయవచ్చు. మీ సామర్థ్యం మేరకు చర్యలు సక్రమం గా చేయడం వలన అహంకారం తగ్గి, కనిపించక పోయే అవకాసం మెండుగా ఉండవచ్చు. నీవు కర్తృత్వ భావన వదులుకొని ఆత్మ తత్వం అర్ధం చేసుకొనవచ్చు.

ఇప్పుడు ధ్యానం యొక్క మార్గం గురించి తెలుసుకుందాం. మీరు ధ్యాన ప్రక్రియలో అహంకారం ఏ విధంగా వదిలించుకోవచ్చు? దీని కొరకు మీరు భగవంతునికి సంపూర్ణ శరణాగతి చేయాలి. మీలో ఉన్న ఈ "నేను" శరీరం, ఆలోచనలు, భావాలు, కాదని తెలిసి ఉండాలి."నేను" అనగా సాక్షీభూతుడు అన్న అవగాహన కలిగి ఉండాలి. ఈ ఆత్మ ను ఏ విధంగా తెలుసుకోవచ్చు? జ్ఞానం నేత్రంతో, శివుని కంటి తో మరియు అవగాహన తో ఈ ఆత్మ తత్వం అర్ధమగుతుంది.

కాబట్టి, శరీరం ధ్యానంలో కూర్చుని ఉన్నప్పుడు, మీరు శరీరం గురించి మరచి, కళ్ళు మూసుకొని, లోతుగా లోపల వెళ్ళడానికి ప్రయత్నించి మరియు ఈ శరీరం నకు ఒక పేరు, రూపం కలిగి ఉంది అన్నది పూర్తిగా మరిచిపోవాలి. తదుపరి శ్వాస మరియు ఆలోచనలు పరిశీలించాలి. మీరు చైతన్య శక్తి అని మరియు శ్వాస ఆలోచనల లేదా భావాల కాదు అని మీ మనసుకి సూచించాలి. ఈ అభ్యాసం ఆచరణలో పెట్టడం చాలా కష్టం ముఖ్యంగా ఎటువంటి ఆలోచనలు మదిలోనికి రానివ్వకుండా ఉండటం. ఇదే ఆధ్యాత్మిక సాధన యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. ఆధ్యాత్మిక సాధనాలైన పాడటం,

పఠించడం, ధ్యానం, కోరికలు వదిపెట్టడం, ప్రతీ చర్య మరియు సేవను భగవంతునికి అంకితం చేయడం అని భగవంతునిపై ప్రేమను అభివృద్ధి చేయడం కొరకు. మీ మనస్సును స్పృహ, మరియు కీలక ప్రకృతి ఉధృతిని, శుద్ధి చేసి ఈ మానవ జన్మ యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం ఆత్మ జ్ఞానం గురించి తెలుసుకొనుటకొరకు అని తెలుసుకొని మరియు దీనిని వృధా చేయకుండా ఆచరణకు ప్రయత్నించాలి. మీరు ఈ ఆధ్యాత్మికం ఆచరణలో ఎంత శుద్ధిగా ఉంటే మీ పట్ల దైవ అనుగ్రహం మీ శరీరంలో మెండుగా ప్రవహిస్తుంది.

చివరికి ధ్యానం చాలా కాలం అభ్యాసం చేసిన తరువాత, ఆత్మ సాక్షీభూతుడు అన్న అవగాహన వచ్చి శాంతి, మరియు పరమానందం లో ఉండటం మీరు అనుభవిస్తారు. మీరు ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ఎదుర్కొన్న కష్టాలు అన్ని అహంకారం గా మీకు గోచరిస్తాయి. అక్కడ శరీరం అన్న చిన్న "నేను" ఎక్కువగా కనిపించదు ఆచరణ సమయంలో. అహం-భావనలో చేయువాడు, లేదా అనుభవించేవాడు ఇకపై కనిపించడు. ఆచారబద్ధమైన ధ్యానం అనవసరం అని ఒక్క ప్రేమ మాత్రమే దీనికి మూలం అని తెలుసుకుంటారు. అయితే, భజనలు, నామ జపం ఆనందం కలిగించవచ్చు కాని మీరు తెలుసుకొనవలసిన సత్యం ఏమిటి? మీరు దేవుడు ఒకటే అని అవగాహన కలిగి ఉండాలి. ఉనికి ఉన్న ఈ "నేను" ప్రతిచోటా, అందరిలో నివసిస్తున్నాను అని మీరు తెలుసుకొనవలెను.

నేను అనేక సార్లు ముందు చెప్పాను మీకు అహంకారం ఒక భ్రమ అని. ఇది యథార్థం మరియు సత్యం కాదు. చీకటిలో త్రాడును చూసి పాము అనుకున్నట్లే, ఒక వ్యక్తి ని శరీరం, వ్యక్తిత్వంతో పోల్చడం కూడా ఒక భ్రమ వంటిదే.ఇది భ్రమ ఎలా? మీలో "నేను" ను శరీరము గా భావించినప్పుడు, ఒక వేళ "నేను" అనే శరీరం పంచ భూతాలలో అనగా, భూమి, గాలి, అగ్ని, నీరు మరియు ఆకాశంలో కలిసినప్పుడు తిరిగి ఈ అహం అదృశ్యమవుతుంది కదా?

మీ శరీరం చిన్న పిల్లవాడు నుంచి పెద్ద వానిగా మారటంలో మీ అహంకారం కూడా పెరుగుతూ ఉంటుంది కదా? ఈ మీ అహంకారం "నేను" గా శరీరం / మనస్సు / వ్యక్తిత్వంకు ఇవ్వడం వలన ఈ విధంగా జరుగుతుంది. మీరు ఈ శరీరం నాది అంటూ ఉంటారు. ఈ "నేను" ఎవరూ అని మీరు ప్రశ్నించుకోవాలి ముందుగా. ఇది దైవం అయిన "నేను లేదా ఆత్మ". మీ ముఖ్య సాధన ఏమిటి అంటే ఈ స్వచ్ఛమైన "నేను" అయిన శుద్ధ చైతన్యం, శక్తి అయిన ఆత్మను మీరు లౌకిక విషయాల నుంచి వేరు చేయడం అలవాటుచేసుకొనవలెను. మీరు ఎప్పుడైతే మీ ఈ " నేను" ను శుద్ధి చేస్తారో అప్పుడు మీ "నేను" పరమాత్మ యొక్క" నేను" తో విలీనం చెంది మీరు బంధ విముక్తులు అవడం సులభం అవుతుంది.

ఈ ప్రక్రియ ఎన్నో జన్మల నుంచి చేసిన తీవ్ర ఆధ్యాత్మిక కృషి మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. మీరు దైవ సహాయంతో దీన్ని శుద్ధి చేయడం వలన స్వీయ పరిపూర్ణత ప్రక్రియ త్వరితగతిన సాధ్యం అవుతుంది.

అహంకారం యొక్క స్వభావం కలిసి చూద్దాం. ఇది నిజానికి ఒక భ్రమ అయినా కూడా ఒక నిజం గానే మీకు గోచరిస్తుంది. మీరు సరైన దృష్టి ని

అభివృద్ధి చేసుకుంటూ వ్యక్తి యొక్క బాహ్య రూపం కాకుండా అంతర్గతం గా ఉన్న దైవాన్ని గుర్తించడం అనే ఆధ్యాత్మిక సాధన ద్వారా భవవంతుని ఆ వ్యక్తి యొక్క శరీరం లో నివసిస్తున్నట్లు మీరు తెలుసుకుంటారు. మిమ్మలని మీరు దేవునిగా తెలిసికున్నప్పుడు, మీరు ప్రపంచంలోని మొత్తం పదార్థం అంతా అదే విధంగా చూడడం జరుగుతుంది.

అధ్యాత్మిక గ్రంధములలో తేలియచేసిన సత్యం ను అనుసరించి సత్యం కాని ప్రతీ వస్తువును "నేతి, నేతి"అని గుర్తించడం మీరు నేర్చుకోవాలి. మనస్సులో సత్యం కాని ప్రతీ దాని గురించి" నేతి నేతి" అన్న సాధన తీవ్రతరం చేయండి. ఉదాహరణకు మీ మనస్సులో ఆలోచనలు, భావాలు మరియు భావోద్వేగాలును పరిశీలించండి మరియు" నేతి నేతి" అంటూ ఈ ఆలోచనలను నిర్లక్ష్యం చేయండి. మీ మనస్సులో మొదలైన అనేక అంశాలను, సంస్థలు, మీరు బయటకు వెళ్ళినప్పుడు కనిపించిన దృశ్యాలు అన్నింటినీ "నేతి నేతి" అని ఎటువంటి ప్రతికూల భావాలు లేకుండా ఆచరించండి. దీనివలన భ్రమ స్వభావం విడివడి మీ మనస్సులో సత్ చిత్ ఆనందం యొక్క అవగాహన కలిగి ప్రశాంతత ఉండడం అలవాటు అవుతుంది. ఈ సత్యా అసత్యం ల వ్యత్యాసం దృఢంగా పరిష్కరించడానికి ఈ సాధన ఉపయోగపడుతుంది.

నా ప్రియమైన భక్తులారా, నేను సూక్ష్మ అహంకారం తొలగించే విధానం గురించి మళ్ళీ మాట్లాడటానికి వచ్చాను. ఇప్పుడు మరొక ఉదాహరణ తీసుకుందాం. మీరు ఒక బస్సు లేదా రైలు ప్రయాణం చేస్తున్నప్పుడు మీ పక్కన ఒక పెద్ద ఆమే కూర్చుంది కాని ఆమె తన స్థలం కన్నా ఎక్కువ ఆక్రమించి మీ స్థలంలో కూడా కొంత భాగం ఉపయోగించుకుంది. మీకు ఇది చాలా అసౌకర్యంగా ఉండి మరియు రద్దీగా అనుభూతి చెందినప్పుడు మీ మనస్సులో ఉన్న ప్రతికూల భావాలు తొలగించడానికి మీరు ఏమి చెయ్యాలి ? ఆలోచించండి నిజానికి మీరు, ఆమె కూడా ఆత్మలు. శరీరం అనే దేహాన్ని ఆత్మ కొంత కాలం ధరించి ఉంటుంది. మీరు ఈ లౌకిక విషయాలు నుండి వేరు అని గుర్తుంచుకోండి. మీ కళ్ళు మూసుకొని, అంతర్గతంలోకి వెళ్ళి మీ నిజమైన అస్తిత్వంలో సంతోషంగా మరియు ఆనందం అనుభూతి చేసుకోవాలి. భగవంతుడు మరియు అతని లక్షణాలు అన్ని మీ చుట్టూ, మరియు అన్నింట చుట్టూ ఉన్నాయని అనుభూతి చెందాలి. భగవంతుడు సర్వ వ్యాపి అని గుర్తించుకోవాలి. మీరు దేహం కాదు దేహి అని గుర్తించుంటూ ఆత్మ తత్వాన్ని నెమరువేసుకుంటూ ఉండాలి. మీ చుట్టూ జరుగుతున్న బాహ్య పరిస్థితుల వలన మీ శాంతి మరియు సంతృప్తి ని తొలగించడానికి ఎప్పుడూ అనుమతినివ్వకూడదు. మీరు బాహ్య పరిస్థితులకు అతీతంగా ఉండటం అలవరచుకొనవలెను.

మరొక ఉదాహరణ: మీ భర్త లేదా భార్య పని నుండి ఇంటికి విసుగుతో వస్తారు.అతను లేదా ఆమె ప్రతికూల భావాలతో మీతో కఠినంగా మాట్లాడతారు.మీరు ఏ విధంగా బదులిస్తారు?మొదటి మీ లోపల ఉన్న మీ ప్రతిచర్యలను గుర్తించడానికి ప్రయత్నించండి.వాటిని ఊరికినే

చూడండి మరియు గుర్తించడానికి ప్రయత్నించొద్దు. మిమ్మల్ని మీరు సాక్షీ భూతునిగా గుర్తించుకుంటూ మీ మానసిక మరియు భావోద్వేగ స్థాయిల్లో మీ వెలుపల లేదా లోపల ఏమి జరుగుతుందో గమనించండి. ఆత్మ స్వరూపులైన మీరు శాంతియుతంగా మరియు నిర్మలం గా ఉండటం అలవరుచుకోవాలి. ఎన్ని క్లిష్ట పరిస్థితులు నెలకొన్నా సరే అవతల వ్యక్తి నుండి వెలువడిన పదాలు లేదా భావాలకు స్పందించకూడదు. కేవలం, శాంతియుత ఆత్మ గా ఉండటం అలవాటుచేసుకోండి. ఇతర వ్యక్తిని అహంకారం తో కూడిన తోలుబొమ్మ పాత్రను పోషిస్తున్నాడు అని గుర్తించండి. మీరు ఎటువంటి పరిస్థితికి ప్రభావితం కాకూడదు. మీరు అవతలి వ్యక్తితో కలవాలి అంటే గౌరవంతో, వినయంతో ప్రవర్తంచడం నేర్చుకోవాలి లేకపోతే, మీరు ఏదో పని చేయడం గాని, చదవడం, లేదా ఒక నడక కోసం బయటకు వెళ్ళడానికి ప్రయత్నించండి. అవతలి వ్యక్తిని ఒంటరిగా వదిలి నప్పుడు త్వరగా మార్చడానికి అవకాశం ఉంటుంది.

అందరూ కూడా కదిలే శక్తి స్వరూపులే కాని కొంత సడలింపు తర్వాత వారి వారి సాధారణ స్థితికి తిరిగి వస్తూ ఉంటారు. మీరు చల్లగా మరియు ప్రశాంతతో ఉండటానికి కొంత సమయం తీసుకోండి. నామస్మరణ లేదా భజనలు వినడం, ప్రార్థన, వ్యాయామం, లేక పోతే స్నానం ఆచరించండి. మీరు ప్రశాంతత తో ఉండటానికి ఎదో ఒక విధానాన్ని ప్రయత్నించండి. ఈ విధంగా మీరు మీలోఉన్న అంతర్గత మరియు బాహ్య వాతావరణంలో జరుగున్న మార్పులకు లోనుకాకుండా మీ ఆత్మ తత్వాన్ని బలీయం చేసుకోవటానికి ప్రయత్నించాలి. మీరు మీ భాగస్వామి, లేదా ఎవరిపై నైనా, ప్రతికూలంగా సూక్ష్మ అహంకారం కారణంగా ప్రతిస్పందించడం వలన,

ప్రతీకారం తీర్చుకోవాలని, నియంత్రించుకోవాలని, మరియు మీ వాదనను బలపరచటానికి అనేక కారణాల కోసం ప్రయత్నిస్తారు. మీరు ఆ ప్రతికూల మానసిక స్థితిలో అవతలి వ్యక్తిని భాధించడానికి అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. పరిస్థితి చక్కబడే వరకు శాంతం గా ఉండటం చాలా ఉత్తమం. మీ భాగస్వామితో వాదులాడుకోకుండా సమస్యను పరిష్కరించుకోవడం సులభం అవుతుంది.

25

నా ప్రియమైన భక్తులారా, ఇక్కడ సూక్ష్మ అహం ఎదుర్కోవడం ఎలా అని మరొకొన్ని ఉదాహరణలు తెలియచేస్తాను. మీ పిల్లలు ఇంటిలో కలిసి ఆడుకునే సమయంలో చాలా బిగ్గరగా అరవటం మొదలుపెట్టారు. మీరు వారిని బెదిరించడం చేస్తారా? ఈ పద్ధతి మంచిది కాదు. మీరు వారికి ఒక గురువు మాదిరి ప్రవర్తించాలి. నిశ్శబ్దంగా వారి దగ్గరకు వెళ్ళి ఆ పిల్లలని అక్కడ కూర్చోమని అడగండి. ఇంటిలో ఎలా ప్రవర్తించాలో మర్యాదగా మరియు గట్టిగా వారికి చెప్పండి. మీరు ఈ విధంగా మాట్లాడిన తరువాత కూడా వారు పాటించకపోతే, మీరు వేరే వ్యూహాన్ని ఉపయోగించి వారిని ఎక్కడకీ కదలకుండా 15 నిమిషాలు వారి గదిలో ఎవరితో మాట్లాడకుండా కట్టడి చేయండి లేకపోతే ఇంటి బయటకు ఆడుకొనుటకు పంపించండి లేకపోతే నిశ్శబ్దంగా ఆడుకోమని సూచించండి. వారి వయసును బట్టి కొన్ని ఆలోచనలు సిద్ధం చేసుకొని ఉంచండి.

ఇక్కడ నా ముఖ్య ఉద్దేశ్యం ఏమిటి అంటే మీరు వారి మీద కోపంగా గాని,

నిర్ధుష్ట అభిప్రాయంతో గాని, క్లిష్టంగా గాని ఉండకూడదు. మీరు ఆ పిల్లల మనస్సులను, లేదా స్వీయ విశ్వాసం మరియు స్వీయ గౌరవం ను బాధించినట్లు ప్రవర్తించకూడదు.మీరు వారిని గౌరవంతో, దయతో చూడాలి. వారి మీద జరిపే చర్యలు అహింసాయుతంగా ఉండాలి. మీ అహంకారం యొక్క ఉనికి పైకి రాకుండా చూసుకోవాలి. మీరు ఎప్పుడూ బాబా మీ ప్రవర్తనను అంగీకరిస్తారా లేదా అని ప్రశ్నించుకుంటూ ఉండాలి. మీ పిల్లల సంరక్షణ కోరకు నా ధూతలుగా మీరు ప్రవర్తించడం నేర్చుకోవాలి. మీ అహంకారం యొక్క జోక్యాన్ని ఎప్పుడూ అనుమతించవద్దు. మీరు న్యాయపరంగా ఉంటూ ఆధిపత్యం చూపకుండా ఉండటం అలవరుచుకోవాలి. మీరు పిల్లలకు ఇంటి నియమాలు తెలియచేయండి. అవసరమైతే వారికి కనిపించేటట్లు ఈ నియమాలను ఒక చోట అతికించి ఉంచండి లేదా వారు దుష్ప్రవర్తనకు లోకి జారుతుంటే వారం వారం కుటుంబ సమావేశం ఏర్పాటు చేసి వివరించండి. కొన్ని సార్లు ఈ నిమయాలను వారి వారి వయస్సును, పరిస్థితిని బట్టి మార్చవచ్చు.

ఈ నియమాల అమలుకు తల్లిదండ్రుల అంగీకారం మరియు సహకారం ఎంతైనా అవసరం లేని ఎడల ఇది పాటించడం చాలా కష్టం అవుతుంది. ఇద్దరి సహకారం లేని పిల్లలు దీనిని అవకాసంగా తీసుకొని ఒకరి మీద ఒకరికి వ్యతిరేకంగా ఉంటూ క్రమశిక్షణా రహితం గా మెలుగుటకు అవకాసం మెండుగా ఉంటుంది. కాబట్టి తల్లిదండ్రులు, అహంకారం యొక్క ప్రతిచర్య లేకుండా అప్రమత్తంగా ఉండండి. మీరు మీ నైపుణ్యాన్ని కోల్పోతారు, పిల్లల గౌరవం కోల్పోతారు, మరియు వాటిని ఆచరణలో పెట్టలేని ఆదర్శవంతమైన తల్లిదండ్రులుగా గుర్తింపు కొల్పోతారు. మీరు మీ పిల్లల యొక్క మొదటి గురువులు. మీరు నిజంగా ప్రపంచానికి గొప్ప ఏదో చేయాలనుకుంటున్నారు అనుకుంటే ముందుగా మీ పిల్లలను

ఆదర్శప్రాయులుగా తీర్చి దిద్దండి.

26

నేను మీకు ముందే తెలియచెసాను మీ మోక్షం, మీ నైపుణ్యం మరియు విముక్తి అంతా మీ మీద ఆధారపడి ఉంటుంది అని. మీ ప్రయత్నం లేకుండా ఏమీ సాధించడం కుదరదు. నేను మీకు సహాయం చేయుటకు సిద్ధంగా ఉన్నాను కాని మీ వంతు కృషిగా మీరు దైవ అనుగ్రహం పాత్రులవడనికి కావలసిన ఆత్మ శుద్ధి చేసుకొనుటకు మీ తరపున నిజాయితి చర్యలు ఎంతైనా అవసరం. మీరు విచక్షణను ఉపయోగించి అసత్యం ను సత్యం నుంచి వేరు చేయుటకు కృషి చేయాలి. మీరు దీనిలో భాగంగా చాలా రకాల పాత్రలు అనగా ఒక భర్త, తండ్రి, ఒక సంస్థ యొక్క అధిపతిగా, స్నేహితుడు, కొడుకు మరి కొన్ని పాత్రలు పోషించ వలసిన అవసరం ఏర్పడుతుంది. ఈ పాత్రలు అన్నీ చాలా నైపుణ్యంతో పోషించవచ్చు మీరు అహంకార రహితంగా ఉన్నట్లైతే.

అయితే మీరు ఈ పాత్రలు అన్ని ఎలా నిర్వహించవచ్చు? సూక్ష్మ అహం మీ మరియు ఇతరులు జీవితంలో బాధాకరమైన సమయంలో వచ్చి మీ శాంతియుత, ప్రేమ స్వభావంను మరచిపోవడానికి కారణం అయి మీతో బాటూ ఇతరులకు కూడా బాధనుమిగుల్చుతుంది. కాబట్టి ఏమి చేయాలి? మీరు ఎప్పుడూ ఒక విషయం గుర్తించుకోవాలి మీరు ఈ మార్గంలో నైపుణ్యం సాధించడానికి స్వయం కృషి చేస్తున్నారు అని. ఇది అంతర్గతంగా అహంకారం నుంచి మిమ్మల్ని మీరు వదిలించుకోవడానికి చేసే విధి అని తెలుసుకోవాలి. మీ ఆధ్యాత్మిక పద్ధతుల సాధన వలన మీరు ఆత్మయెందు

అవగాహన కలుగుతుంది. ఈ మార్గం మీకు కేంద్రబిందువుగా ఉంటూ మీలో దైవ గుణాలు అలవరుచుకొనుటకు ఎంతో ఉపయోగపడతాయి. మీరు ఈ సాధనలో నైపుణ్యం సాధించేవరకు అహంకారం పై చాలా మెళకువతో ఉండాలి లేకపోతే దాని వలన మీ సాధన అవరోధం కలుగుతుంది. మీరు పోషిస్తున్న పాత్రను నిబద్ధతో పోషిస్తూ అతీతం గా ఉంటూసాక్షీ భూతుడు అన్న భావనతో మెలగడం నేర్చుకోవాలి.భగవంతుడు ఒక్కడే కర్మను జరిపిస్తున్న వాడు మరియు అనుభవిస్తున్న వాడు అని తెలుసుకోవాలి. భగవంతుడు అన్ని రూపాలు నామాలలో శుద్ధ చైతన్య శక్తిగా ఉంటూనే ఉంటారు.

భగవంతునికి ఈ విశ్వ నాటకం యొక్క చర్యలు గురించి ఎరుక గనుక అతను వ్యక్తి యొక్క చర్యలు ద్వారా కూడా దేనికీ ప్రభావితం కారు. మీరు ప్రపంచంలో భారీ విశ్వ నాటకం చూసినప్పుడు మీ అహం కరిగిపోయి, మనస్సు / అహం సత్యం కాదు అని తెలుసుకుంటారు. భగవంతుడు ఒక్కడే ఈ పాత్రలు అన్ని పోషిస్తూ కర్మ ఫలితం కూడా అతనే అనుభవిస్తాడు అన్న సత్యం అర్ధం అవుతుంది. మీరు సాక్షీ భూతునిగా ఉంటూ శరీరం, మనస్సు మరియు మేధస్సును ఉపయోగించి మీ పాత్రల్లో పాల్గొని , ఆనందించండి మరియు దేనికీ చింతించకండి. భగవంతుడు ఈ తోలుబొమ్మలాటలో సూత్రధారి. మీరు నిజంగా ఆత్మ తప్ప అహంకారం కాదు.జీవితం ఒక కల మరియు ఒక ఆట వంటిది. జీవితం ప్రేమ; మరియు ఈ జీవితం సార్ధకం చేసుకోవలసిన ఆవశ్యకత మీ మీద ఉంది.

ఈ వ్యాసాల చదువుదామన్న ఆశక్తి ఉన్న మీ లాంటి భక్తులు చాలా

అదృష్టవంతులు అని తెలియచేస్తున్నాను. మీరు ఈ వ్యాసాలు చదవడం వలన నాలో చేరుటకు ప్రయత్నిస్తున్నారు అని. మీరు నా పట్ల చూపిస్తున్న ఆశక్తిని నేను గమనిస్తూనే ఉన్నాను. నేను ఆధ్యాత్మిక విషయాల్లో మీ ఆసక్తి, మీ స్వచ్ఛత, మీ కర్మ మరియు ఇతర విషయాల తీవ్రతను పరిగణిస్తాను. నేను మీరు స్వీయ పరిపూర్ణత యొక్క మార్గం యెందు పయనించడానికి ధృఢంగా ఎంత వరకు అంకితంగా ఉన్నారో అని పరీక్షిస్తూ ఉంటాను. మీరు నిజంగా భగవంతునికి సంపూరణ శరణాగతి చేస్తూ బంధ విముక్తులుగా ఉన్నారో లేదో అని కూడా చూస్తాను.

నేను మీకు ముందు తెలియచేసినట్లుగా, మీరు ఒక నిజమైన భక్తుడుగా అర్హతలు సాధించినట్లయితే మీకు మార్గనిర్దేశం చేసేందుకు నేను సిద్ధంగా ఉన్నాను, మరియు మీరు అనుకుంటే మీ ఆధ్యాత్మిక గురువుగా దిశా నిర్దేశం చెస్తాను. ఒక సారి మీకు సూక్ష్మ అహంకారం తెలిసిన యెడల, దానిని వదించుకోవడం అంత కష్టం కాదు. దాని మీద అవగాహన ముఖ్యమైన మొదటి అడుగు. కాబట్టి నేను మీకు చాలా రకాల నిత్య జీవితంలో ఎదుర్కొంటున్న ఉదాహరణలు తెలియచేస్తున్నాను. ఇతరుల అహంకారం గురించి మీరు చింతించకండి. అది వారి నిర్ణయం మీద ఆధారపడి ఉంటుంది వారు సూక్ష్మ అహంకారం వదులుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారా అని. వారు హృదయపూర్వకమైన సహాయం కోసం అడిగితే, అప్పుడు వారికి మీ తెలివిని ఉపయోగించి సహాయపడవచ్చు. అహంకారం సున్నిత మనస్తత్వం కలిగి, ఇతరుల మీద దాడి చేయడానికి సిద్ధంగా ఉంటుంది. కాబట్టి మీరు ఇతరుల అహంకారం మీద మంచి అవగాహన మరియు నిర్లిప్తత కలిగిఉండటం వలన మీకు సూక్ష్మ అహంకారం అసత్యం అని గోచరిస్తుంది.

ఇప్పుడు సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క మరొక ఉదాహరణ చూద్దాం.

కోర్టులో జైలు శిక్ష పడిన ఒక నేరస్థుడిని తీసుకోండి. అతను తన నేరాలకు పట్టుబడ్డాడు కనుక తన మీద తనకు జాలి అనుభూతి కలిగి ఉంటాడు. బహుశా వివిధ పరిస్థితులలో అతను అలా ప్రవర్తించకుండా ఉంటే ఈ నేరం లో పట్టుబడి ఉండే వాడిని కాదు అని మనస్సులో ఆలోచిస్తూ ఉంటాడు. అలా కాకుండా ఆ తప్పుడు పరిస్థిలో అక్కడ ఉండటం వలన ఆ నేరం నుంచి తప్పించుకోలేకపోయాను అని పరిస్థితి ని నిందించుకుంటాడు. మీ జీవితంలో కూడా ఇటువంటి పరిస్థితులు ఏర్పడి ఉంటాయి జరిగిన దానికి బాధ్యత తీసుకోకుండా మీ తప్పులను మరియు దురదృష్టకర సంఘటనలు కారణమని అనుకున్నారా లేదా? మీరు నిజంగా తప్పుడు జరుగుతున్న పరిస్థితుల నుంచి విచక్షణతో దూరంగా ఉన్న యెడల ఈ దుస్థితి వస్తుందా అని అలోచించారా? మీరు గుర్తించినా, గుర్తించకపోయినా మీరు తీసుకున్న చెడు నిర్ణయాల వలన మీకు ఈ పరిస్థితి మీ జీవితం లో నెలకొంటుంది అని మీరు తెలుసుకోవాలి.

నా సారాంశం ఎమిటి అంటే ఈ ఆలోచనలు, ఇతరులును నిందించడం, సమయం మరియు ప్రదేశాల యొక్క ప్రభావం ఇది అంతా అహంకారం యొక్క రూపాంతరాలు.మీరు బాధ్యత తీసుకొని మరియు అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. కారణం లేకుండా ఎదీ జరగదు. ప్రతిదీ మీరు అనుభవిస్తున్నది మరియు ఏ విధంగా అనుభవిస్తున్నారో ఇది అంతయూ మీ పూర్వ జన్మ కర్మ ఫలితంగా జరుగుతుంది.

కాబట్టి, ఆధ్యాత్మిక విధంగా ఈ కర్మను ఏవిధంగా పరిష్కరిస్తారు? మీరు ఆధ్యాత్మిక సాధన చేయడం వలన మిమ్మల్ని మీరు ఆత్మగా గుర్తించుకొని సాక్షీభూతునిగా ఉండటానికి ప్రయత్నిస్తారు. ఆత్మ స్పందించదు కాని కొన్ని అవసరమైన సమయంలలో స్పందన కలిగి ఉండవచ్చు. ఈ మార్గం ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ముఖ్యమైన సాధన మరియు దీని వలన మాత్రమే

మీకు బంధ విముక్తి కలుగుతుంది. కనుక ఇప్పటి నుంచి మీరు ఈ అహంకారం ను తొలగించుకొనుటకు ప్రయత్నించాలి. ఈ అహంకారం అనేక రూపాలలో అనగా మీ మీద మీకు చాలా జాలి, దయ కలిగి ఉన్నట్లు, అనవసరంగా పరిస్థితుల వలన దోషిగా నిలబడ వలసి వస్తుంది అని పరి పరి విధాలా మీ మన్సును తొలిచివేస్తుంది. ఆత్మకు కర్మ ఫలం అంటదు కాని అహంకారం మాత్రం శరీరం, మనస్సుకు సంభందించినది. ప్రయత్నించిన యెడల దీనిపై మీరు నైపుణ్యత సాధించి జరుగుతున్న పరిస్థితులను చూసి స్పందిచవచ్చో లేక స్పందించకూడదో అని తెలుసుకుంటారు మరియు అంతే కాకుండ జరుగుతున్నఘటనలు అన్నీ కదిలిపోయే మేఘాలు వంటివి ఈ రోజు కాకపోతే రేపు అన్న నిర్ణయం కు వస్తారు. శరీరం / మనస్సు / అహంకారంతో కూడిన ప్రపంచాన్ని ఒక నాటకంతో పోల్చవచ్చు మరియు తెల్లని తెర స్వచ్ఛమైన స్పృహ లేదా ఆత్మ అని, ఆ వేదిక మీద నటిస్తున్న నటీ నటులు అని గుర్తించుకుంటే దేనికీ ప్రభావితులు కారు అన్న సత్యాన్ని తెలుసుకుంటారు.

28

మీకు అహంకారం అసత్యం అని తెలిసినా కూడా అది మీ స్పృహ లో ముద్రలు విదిచిపెడతాది. ప్రతీది ఆకాశం లో నమోదు అవడం వలన వాటిని " ఆకాశ రికార్డ్స్ (చిట్టాలు)" అని నామం కలిగి ఉంటుంది. ఈ జ్ఞానం నమోదు అవడం వలన ఆత్మ లు కర్మ సిద్ధాంతం వలన ఏ విధంగా రూపాంతరం చెందుతాయో తెలుస్తుంది. ఒక ఆత్మ ఒక కొత్త భౌతిక అవతారం తీసుకోవడం వలన, అది తన యొక్క కర్మ బ్యాంకు ద్వారా, అనేక పాఠాలు మరియు అనుభవాలు ద్వారా, ఆత్మ అవగాహన తెలుసుకునే ప్రక్రియ వైపు అడుగిడుతున్నాడు. ఈ ప్రక్రియ ముందులో చాలా నెమ్మదిగా జరుగుతూ

ఉంటుంది మరియు, సహస్రాబ్దాల పాత పద్ధతుల ఆచరణకి ఈ అహంకరం తొందరపెడుతూ ఉంటుంది.

ప్రతి అవతారం లో ఆత్మ యొక్క కర్మ కరుగుతూ ఉంటుంది మరియు తన ఆలోచనలు, భావాలు, పదాలు, మరియు అహంకరాం వలన కలిగే కర్తృత్వ భావనల ఫలితంగా మరింత కర్మ కూడబెడతాడు. మంచి మరియు చెడు కర్మ వలన ఆహ్లాదకరమైన, ఆనందకరమైన, ఖరీదైన బహుమతులు, అలాగే చెడు, బాధాకరమైన ఫలితాలు కూడా సంపాదించుకుంటాడు. దీని వలన మీకు అర్ధం అవుతుంది మీ జీవితంలో జరిగే కర్మలకు దేవునికి సంబంధం లేదు అని. అయితే ఈ కర్మ సిద్ధాంత ఫలితంగా ఏర్పడిన పాఠాలు, పరీక్షలు, ఆత్మ / ఆధ్యాత్మిక అపేక్షితుడు దైవ పథం వైపు నడవడానికి యొక ముఖ్య ఉద్దేశ్యం అని.

మీరు దేవుని లేదా సద్గురువు కి శరణాగతి చేసినప్పుడు, సద్గురువు భక్తుని యొక్క కర్మలను తీసుకొనవచ్చు.అటులనే భక్తుడు తన చర్యలు దేవుని / సద్గురువు కి సమర్పించిన యెడల, కర్మ వలన లభించే కొత్త ఫలితాలు అతనికి చెందకపోవచ్చు. భక్తుడు అదే విధంగా బాహ్య మరియు అంతర్గత ప్రపంచంలో జరిగే ప్రతీ సంఘటన కూడా దైవ నిర్ణయం వలనే జరుగుతుందని అతను అతీతంగా, సాక్షీ భూతునిగా గా ఉంటూ ప్రశాంత మనస్సుతో ఎటువంటి విషయ వాసనలకు ప్రభావితం లోనుకాకుండా ఉండగలగాలి.

దేవుని / సద్గురువు భక్తులకు తన నిస్వార్థ సేవను సూచిస్తారు.సద్గురువు మార్గదర్శక నిర్దేశం చేస్తూ, వారిని అహంకారం భారి నుంచి తొలగించడానికి సహాయం చేస్తారు.దాని వలన భక్తుడుకి అతను దేహం కాదు దేహి అనే భావం తెలుసుకొనే మార్గం తెలియచేస్తారు.

ఆధ్యాత్మిక గురువులు పుస్తకాలలో ఉన్న బోధనల ద్వారా, మరియు సద్గురువు యొక్క ప్రత్యక్ష ఉపన్యాసాల ద్వారా అహంకారం ను ఏ విధంగా భక్తుడు తొలగించవచ్చో తెలుకోవచ్చు. మీరు అంతర్గత శాంతి మరియు ఆనందంను దూరం చేసే అహంకారం ను గుర్తించి నిర్మూలించే మార్గం మీరు అవలంభించాలి అవసరమైన వేళలో భాధను అనుభవిస్తున్న మానవులు, జంతువులు పట్ల కరుణను ప్రోత్సహించి ఉపశమనం కలిగించవలసిన ఆవశ్యకత ఏంతైనా ఉంది.

29

ప్రపంచంలో ఈ సమయంలో ప్రజలు ఆత్మ అనే సత్యం గురించి తెలుసుకొనవలసిన ఆవశ్యకత ఎంతైనా ఉంది. ఈ ఆత్మ జ్ఞానం వలన రాబోయే సత్య యుగంలో చాలా భక్తులను ఈ పథం లో తీసుకువెళ్ళే అవకాసం ఉంది. కాబట్టి నేను ఇటువంటి తపన కలిగిన వాళ్ళు ఈ పుస్తకం చదివి, అందులోని బోధనలను ఆచరణలో కొనసాగించడాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నాను మరియు దీని వలన భూమి మీద దైవ గుణాలు వ్యాప్తి చెందే అవకాసం ఉంటుంది. చెడు ఇప్పటికీ దురాశ, క్రూరత్వం, ద్వేషం, హత్య, హింసించేవారు, మోసము, మొదలైనవి రూపంలో భూ ప్రపంచంలో విచ్చల విడిగా ఉంటున్నాయి. ఈ ప్రతికూల భావాల నుంచి ప్రక్క దారిని నడుస్తూ ప్రేమ , దయ, శాంతి , గౌరవం కలిగిన గుణాలను అభివృద్ధి చేసుంటూ ప్రపంచ పురోగతికి పూనుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి.

అహంకారం అనే అజ్ఞానం మీలో మరియు మీ చుట్టూ వున్న వాళ్ళలోఉన్న దివ్యత్వాన్ని కప్పివేయడం వలన మీరు ఈ సత్యాన్ని గుర్తించుకొనలేకపోతున్నారు .కావున మీ అహంకారం ను నిర్మూలించుకొనుటకు ప్రయత్నించడం ఎంతైనా అవసరం. మీరు దీనిని వదులుకోవడం లో మరియు మిమ్మల్ని ఆ దిశగా శుద్ధిచేయడంలో, మార్గనిర్దేశం చేయడానికి నేను సిద్ధంగా ఉన్నాను.

మరొక ఉదాహరణ అహంకరం యొక్క ఫిర్యాదు గురించి: మీరు ఫిర్యాదు చేసినప్పుడు మీ మనస్సుకు ఆటంకం ఏర్పడుతుంది. ప్రతికూల భావాలు సాధారణంగా ఫిర్యాదును వెంబడించే ఉంటాయి. అప్పుడు ఆత్మ నుండి వెలువడే ఈ శాంతి ప్రకంపనాలు మనసులో చేరడానికి అడ్డంకిగా ఉంటాయి. ప్రతికూల భావాలు, నిరాశ కలయిక చేత మీరు నిస్సహాయత, లేదా నిరుపయోగం అనే భావనలో ఉంటారు. బదులుగా ఏమి నిజంగా జరుగుతుందో అర్థం చేసుకోవాలని మరియు అవసరమైతే ఒక కొత్త ప్రణాళికను మీ మేధస్సును ఉపయోగించి ప్రయత్నించండి. ఉదాహరణకు, మీ కుమారుడు తన గదిని ఎప్పుడూ శుభ్రంగా ఉంచడు అని మీరు ఫిర్యాదు చేస్తూ ఉంటారు. ఫిర్యాదు యొక్క ప్రయోజనం ఏమిటి? దీని వలన వెలువడే ప్రతికూల భావనలు, అనుభూతి, మీ ప్రేమను నిరోధిస్తున్నాయి, మరియు దాని నుంచి మీరు ఏమీ సాధించలేకపోవచ్చు. మీరు అనుకూల ధోరణితో మరియు తల్లిదండ్రులు అధికారంతో ఈ లక్ష్యాన్ని సాధించడానికి మనస్సులో ఒక సానుకూల ప్రణాళిక ఉంటే తప్ప, సాధించండానికి వీలవుదు. అలా కాకుండా ఫిర్యాదు చేసినంత మాత్రాన గృహ వాతావరణం కలుషితం అవ్వడం తప్ప వేరొక ప్రయొజనం లేదు.

ప్రజలు సాధారణంగా వారి జీవితాల్లో ఉన్న వాతావరణం, రాజకీయ పరిస్థితులు, వారి ఆరోగ్య మరియు చాలా విషయాల గురించి ఫిర్యాదు చేస్తూనే ఉంటారు. వారు ఈ విషయాలు పరిష్కరించ లేకపోతే, వారు ఫిర్యాదు చేయకుండా వాటిని అంగీకరించాలి. మీ జీవితం లో జరుగుతున్న పరిస్థితులకు మీరు దేవునికి కృతజ్ఞతగా కలిగి అటులనే ప్రపంచ శాంతికి మరియు ఉన్నతి కొరకు ప్రార్ధన చేయాలి. మీరు మార్చలేని దాన్ని అంగీకరించగలగడం ఉత్తమం. మీరు మార్చగలిగినది ఎమైనా ఉంటే మార్చడానికి కావలసిన చర్యలు తీసుకోండి. జరుగుతున్న పరిస్థితిపైన ప్రతికూల భావాలు కాకుండా ఒక హేతుబద్ధమైన, సహేతుకమైన విచక్షణ తో ప్రవర్తించాలి.ఫిర్యాదు చేయవద్దు మరియు అది అహంకారం యొక్క రూపం. మీరు మౌనంగా ప్రశాంతతో శాంతియుతంగా ఉన్నయెడల హేతుబద్ధమైన మనస్సుతో సమస్యలు పరిష్కరించడం సులభం అవుతుంది.

30

ఇంతకు పూర్వం మీకు అనేక సార్లు వివరించినట్లు మీ ఆత్మ శుద్ధికోసం మీరు చేసే స్వీయ ప్రయత్నాలు చాలా అవసరం.మీరు నిజంగా సత్యం అని గుర్తించిన యెడల మరియు మీరు సత్యం కోరుకుంటే, మీరు ఈ శరీరం, అహం మనస్సు, బుద్ధి, లేదా ఏదైనా వీటికి సంభందించిన వారు కాదు అని తెలుసుకోవాలి. మీరు సాక్షీ భూతునిగా ఉంటూ అన్నింటికీ అతీతంగా ఉండటం అలవరుచుకోవాలి.మీరు శరీరం / మనస్సు / తెలివి / అహం కాదు “నేను చిత్ స్వరూపుడును” ఎన్నటికీ మార్పు చెందని స్వచ్ఛమైన అవగాహన కలిగిఉండాలి. మిగతావన్ని భ్రాంతి లేదా మాయలో ఒక భాగం; ఒక వ్యక్తిత్వం మరియు అహంకారం, ఒక

కుటుంబ జీవితం, భౌతిక వస్తువులను, మీ మతం, కులం, సామాజిక సమూహం, స్థితి మరియు అందువలన కలిగే ఒక వ్యక్తి యొక్క జీవితం అంతా భ్రమ కాని అది ఆత్మను కప్పివేసి ఉంటుంది అని తెలుసుకోవాలి. మీరు కర్తృత్వ భావన వలుదుకున్నప్పుడు ఈ అహంకారం మిమ్మల్ని వదులుతుంది. మీకు చెందినది ఏది కాదు, మీరు లేరు అని చెప్పగలరా? ఉన్నది ఒక్క ఆత్మ మాత్రమే.అన్ని ఒకేసారి చేయడం కష్టం అనుకుంటేముందుగా అహంకారం మరియు భ్రాంతిని నెమ్మదిగా వదులుకుంటే బాగుంటుంది. మీరు ఏది కానప్పుడు ఆత్మగా మీకు గోచరిస్తుంది.

మీ మనస్సులో ఒక ఆలోచన, లేదా భావన వచ్చినప్పుడు,"ఇది నేను ఎవరూ కాను" అన్న సాధన అలవరుచుకుంటే జరుగుతున్నది అంతాకేవలం ఆత్మ పరిధిలోకి వస్తుంది అన్న తలంపులు మనస్సులో ఉంటాయి. మానవశరీరంలో శక్తి ద్వారా జరిగే అన్ని చర్యలు మీరు శరీరం కాదు అనుకుంటూ అతీతంగా ఉండటం అలవాటుచేసుకుంటే కాలక్రమేణా ఈ విధంగా మీరు మిమ్మల్ని శరీరం / మనస్సు నుండి వేరుచేయడం సులభతరం అవుతుంది. అవి మీ శాంతికి భంగం కలిగించవు. మీరు నేను ఆత్మ తప్ప ఇంకొకటి కాదు అన్న భావన నిలిచిపోతుంది. బాహ్య మరియు అంతర్గత వాతావరణాలలో కాలక్రమేణా చాలా మార్పులు జరుగుతాయి. ఏమి జరిగినా అది భగవంతుని నిర్ణయం గా భావించండి. మీ పనితనం మరియు జీవితం వేగవంతం గా లేక మందకొడిగా సాగవచ్చు. కొంత మంది సన్నిహితులు మీ జీవితం వదిలి లేదా మీ జీవితం లోకి రావచ్చు. జరుగుతున్న సంఘటనలు అన్ని దైవ నిర్ణయం వలన మాత్రమే జరుగుతున్నాయి అన్న తలంపు ఎన్నడూ విడవకూడదు. మీ గమ్యం

కొరకు సరైన మార్గంలో నడుస్తున్నప్పుడు వస్తున్న అనిశ్చితి లేదా అసౌఖర్యం స్ఫురణకు వచ్చినప్పుడు అవగాహన కోసం మార్గదర్శకత్వం కోసం అంతర్గతంగా భగవంతుని వేడుకొనవలెను.

31

నా ప్రియమైన భక్తులారా! ఆత్మ తప్ప ఇంక ఏమీ సత్యం కాదు అని గుర్తించడం ఒక సులభమైన పని కాదు. ఉల్లిపాయ చర్మం పొరలు కొద్దికొద్దిగా వదిలించినట్లు మీరు కేంద్రం అయిన ఆత్మ వద్దకు వచ్చిన యెడల దేవుని పొందడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని అర్ధం. కొంతమంది మాత్రమే పరాక్రమవంతులుగా మిగిలిపోవడానికి ప్రయత్నిస్తారు అంతే కాని సూన్యం అవ్వడానికి ఎవ్వరూ సిద్ధం కారు. భగవంతుడు లేకుండా అందరూ సూన్యులే.మీకు ఆత్మ జ్ఞానం లభించినప్పుడు అక్కడ " నీవు " అనేది అస్సలు ఉండదు కదా అని. నిజంగానే నీవు అనేది వేరొకటి ఉండదు. ఇది ఎన్నో జన్మల ఆధ్యాత్మిక సాధన ద్వారా గ్రహించడం అవుతుంది మరియు స్పృహ, అవగాహన, ఆనందం అంతా ఈ దేవుని సొత్తు.ప్రేమ కూడా దేవుని సొంతం.

ప్రపంచంలో లభించే ఈ విలుపైన మరియు శాశ్వతమైన వస్తువులు అన్నీ దేవుని నుండి వచ్చాయి అంటే మరి నీవెవరు? మీరు దేవుని ప్రతిబింబం/ లేక కుమారుడు. అదే ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. ముఖ్యమైన విషయం ఏమిటి అంటే మీరు, భగవంతుడు ఒక్కటే కాని మీరు క్రీస్తు, సాయి బాబా, బుద్ధ కన్నా వేరు అని భావిస్తారు. కాని ఇది సత్యం మరియు మన అందరికి ఇది ఎరుక. కొందరికి మరొకరి కన్నా ఎక్కువ ప్రేమ, వివేకం కలిగి ఉండవచ్చు. ఇది

ఆధ్యాత్మిక సాధన కరణంగా వారి వలన నిర్వహింపడే కొన్ని కార్యక్రమలకోసం వారికి ఎక్కువగా ఉంటుంది కాని ఇది అంతా భగవంతుడే. నామ రూపాలు అప్రస్తుతం మరియు అసత్యం కూడా. కాబట్టి మీరు అహంకారం నుండి దూరంగా వెళ్తున్నప్పుడు మీరు విలువైనది ఏదైనా కోల్పోతున్నాను అనే భయం పెట్టుకోకూడదు. మరింత మీరు ఆత్మ పై దృష్టి పెట్టిన యెడల అహంకారం దూరంగా అవ్వడమే కాకుండా అది కరిగిపోయి మీ ఆత్మ యొక్క ఉనికి మాత్రమే మిగులుతుంది. ఈ ప్రక్రియ, మీ బలీయమైన కోరిక మరియు అప్రమత్తంగా ఉన్న మీ చేతన మనస్సు ద్వారా వేగవంతం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. ఎల్లప్పుడూ, మీ నిజమైన దివ్యమైన ఆత్మ తత్వం ను గుర్తు చేసుకుంటూ ఉండాలి. ఏది అసత్యమో అది దూరం అవడం ప్రారంభమవుతుంది. అయితే, మీరు ముఖ్యమైన సద్గురు లేఖనములు మరియు పదాలు అధ్యయనం చేయడం వలన ఈ మార్గం విడిచి వెళ్ళకుండా ఉండటానికి దోహదపడుతుంది. అహం చాలా గమ్మత్తుగా ఉంటుంది; ఇది ఉనికిని తెలపటానికి ప్రయత్నిస్తూనే ఉంటుంది. చావడానికి అస్సలు ఇష్టపడదు ఎందువలన అనగా ఇది అనేక జన్మల తర్వాత మళ్ళీ నివసించడానికి దానికి అవకాశం కలిగింది. మీరు మీ అహంకారం కంటే చాలా తెలివిగా ఉండాలి, లేకపోతే దాని సలహాలను, ఒత్తిడికి లోనుకావడం చాలా సులభం. అన్ని వేళలా సత్య అసత్యాల అన్వేషణ కొనసాగిస్తూనే ఉండండి.

ఉదాహరణకు, అహంకారం అనేక మార్గాల్లో విధ్వంసము చేయడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. మీరు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు పాటిద్దామని నిర్ణయించుకుంటారు కాని అహంకారంతో ఉన్న మీ మనస్సు రకరకాలైన తినుబండారలపై మరియు ఇస్ క్రీం వైపు దృష్టి సారిస్తుంది. ఇది గుడ్డిది; ఇది కేవలం తీపి గురించి ఆలోచించినట్లయితే మరియు వెంటనే మిమ్మల్ని వాటిని తినే పరిస్థితి కల్పిస్తుంది. ఇదే కాకుండా మరిన్ని ఇతర ఆహార కోరికలు మనస్సులో రావచ్చు. భౌతిక దేహంలో ఉన్న నిజమైన" నీవు" నీ కోరికలకు లేక ఆకలికి గురువు కాదు. మీ భౌతిక దేహంలో అనేక రాకాలైన కీలక, ఉపచేతన, అస్తిత్వంలో ప్రచ్ఛన్న ఇతర విధ్వంసుకుడి కోణాలు చాలా ఉన్నాయి. మీరు పౌష్టిక ఆహారం మరియు సరైన మొత్తంలో తినడానికి సూచనలను పాటించాలని మీ మనస్సుని నిలిపి ఉంచడంలో ఉంటుంది. అది క్రమశిక్షణ మరియు ఆకర్షణలకు లోను కాకూడదు అన్న పట్టుదల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. మీకు ఆత్మ ద్వారా ఆనందం, తృప్తి లభించిన యెడల మీరు విచక్షణ తో భౌతిక శరీరం యొక్క ఆరోగ్యం నిమిత్తం మీ చర్యలు సలుపుతారు.

ఇంకొక ఉదాహరణ: మీలో ఉన్న మరో విధ్వంసుకుడు కీలక, మానసిక, భౌతిక శారీరక వ్యాయామం చేయడం నిరోధిస్తాడు. ఈ అంతర్గత విధ్వంసుకుడు మీ ఇష్టానికి అనుగుణంగా వివేచన, జ్ఞానం మరియు స్వీయ ప్రేమ ను పెంచుకుంటూ మిమ్మల్ని అధిగమిస్తూ ఉంటాడు.మీరు గురువులాగ ఉండాలి కాని విధ్వంసుకుడుగా కాదు. ఈ అహంకారం మీ భౌతిక ఆరోగ్య మరియు దీర్ఘాయువు కోసం చేయాల్సిన వ్యాయామం ఎందుకు చేయకూడదో అని అనేక కారణాలు ఇస్తుంది. మీరు ఈ విధ్వంసుకుడు సాకులు పాటించకుండా మీ సంకల్పం, జ్ఞానం మరియు ప్రేమతో వాటిని అణగ తొక్కడానికి ప్రయత్నించాలి. ఆత్మ లేక భగవంతుడు

ఈ దేహంలో నివసిస్తున్నాడు కావున తెలివైన నిర్ణయం తీసుకోవాలి. మీలో ఉన్న విధ్వంసుకుడు ఆకర్షణలు, కోరికలుకు మీరు లోనుకాకుండా చిన్నప్పటి నుంచి కుటుంబ పరంగా నేర్చుకున్న అలవాటులకు దూరంగా ఉండటం ప్రయత్నించాలి. నేను శరీరం కాదు కావున దాని ఇష్టం వచ్చినట్లు ప్రవర్తించ కుండా చూసుకోవలసిన బాధ్యత మీకు ఉంది. ఎందు వలన అనగా అనారోగ్యం వలన మీ ఆధ్యాత్మిక పురోగతి మందగిస్తుంది.

32

మీకు తెలిసినట్లుగానే మీకు నాకు మధ్య ఎటువంటి దూరం లేదు. మన ఇద్దరం ఒకే ఆత్మ. ఈ సత్యాన్ని గురించుకునే మార్గానికి అడ్డుగా వచ్చిన ప్రతీ చర్యా కూడా అహంకారం వలనే అని మీరు తెలుసుకోవాలి. అయితే మీరు తొలంగించవసిన అహంకారం చాలా ఉంది అని భయపడకూడదు.
ఎందువలన అంటే ఇది అంతా అసత్యం మరియు భ్రాంతితో కూడినవి. మీలో ఒక భాగం మీ గురించి మరియు ప్రపంచం గురించి అన్ని తప్పుడు భావాల కలలు కంటూనే ఉంటుంది. మీరు కూడా సామూహికంగా దానిని సత్యం అని అంగీకరించడం జరుగుతుంది. ఆత్మ తత్వం గురించి తెలుసుకోవాలి అనే సాధకులు తప్ప అన్యులు అందరూ ఈ అహంకారం అనే చట్రంలో బిగుసుకుంటారు. మీరు ఈ దారిని నడవాలి అని నిర్ణయించుంటే కనుక నా సహాయం మీ ఈ సత్యాన్వేష సాధనకు దోహదం అవుతుంది.
ఈ రోజు మానవులలో ఉన్న అహంకారం యొక్క సాధారణ అంశాలను మరి కొన్నింటిని ఇక్కడ పరిశీలిద్దాం. ఐస్ క్రీం.అవును, ఐస్ క్రీమ్. చాలా మందికి ఐస్ క్రీం అంటే ఇష్టం. మీరు నిరాకరమైన ధార్మిక ప్రపంచంలో అధిగమించి ఉన్నప్పుడు, మీరు ఘున ఆహారం తినడం వుండదు. మీరు ఈ ఆలోచనకు

ఏ విధంగా స్పందిస్తారు? మీకు కొన్ని పదార్థాలపైన ఉన్న మక్కువ వలన అది సమస్యగా మారుతుందా? ఐస్ క్రీమ్ యొక్క రుచి మరియు అనుభూతి మీ మనస్సు మరియు నాలుక వలన కలిగే రుచి మీద ఉన్న ప్రభావం చూపిస్తుందా? మీలో ఎవరైతే ఆధ్యాత్మిక మార్గం వైపు నడుద్దామని అనుకున్నారో అటువంటి వారు ఈ భౌతిక వాంఛలను వదులుకోవాలి. దాని వలన మిమ్మల్ని ఏ కోరికలూ బాధించవు. మీరు విముక్తులు అయినట్లే. మీరు బాహ్య ప్రపంచంలో ఉంటూ కూడా అతీతంగా ఉంటూ ఆత్మ తత్వం అనుభవించడం సన్నటి త్రాడు మీద నడవడం మాదిరిగా ఉంటుంది అని మీరు తెలుసుకోవాలి. మీరు తద్వారా లభించే ఆనందం కూడా అనుభవించవచ్చు. ఆనందం అనగా నేమి? ఒక అందమైన సూర్యాస్తమయం; అమాయకం తో ఉన్న చిన్న పిల్లలు మరియు జంతువులు ఆట్లాడుకుంటూ తమని తాము మర్చిపోతూ ఉండటం; రుచికరమైన ఆహారం; మరియు ఎటువంటి అందం అయినా సరే. మీ అహంకారంతో ఉన్న మనస్సు ఆశ్వాధించడం కోరుకోదు దానిని స్వంతం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటుంది. ఇక్కడ జరిగే ప్రతీ ఘటనా కూడా కదిలిపోయేదే. బహుశా కొన్ని రోజులు ఇక్కడ ఉంటుంది మరల మీకు కనిపించకుండా పోతుంది. కావున సాక్షీభూతునిగా ఉంటూ విముక్తుడు అవ్వటానికి ప్రయత్నించు. మీరు ఒక గుహ లో ఒక సన్యాసి లేదా సన్యాసినిగా కానవసరం లేదు. పూర్తి అవగాహన మరియు జ్ఞానం తో ప్రపంచ ఉంటూ ఇది మీ గృహం కాదని తెలుసుకొని మీరు ఆత్మ ప్రపంచంలో శాశ్వత జీవితాన్ని గడపడానికి పూనుకోవాలి.

నా భక్తులు ఎవరైతే అహంకారం, బంధం ను విడనాడి నా సందేశాలు విని

శుద్ధ చైతన్య స్వరూపులుగా నివశించ దలచుకున్నారో, అటువంటి వారికి నేను సహాయం చేయడం కోసం ఎప్పుడూ ముందు ఉంటాను అని తెలియచేస్తున్నాను. ఈ క్రమంలో నేను సూక్ష్మ అహంకారం ఏ విధంగా మీ మనస్సులు, వ్యక్తిత్వాలను మరియు అత్యంత సన్నిహితంగా ఉండే వ్యక్తుల వెనక ఏ విధంగా దాగి ఉందో మీకు తెలియచేయడం జరుగుతుంది. పెంచడానికి అనేక పిల్లలు కలిగిన ఒక తల్లి యొక్క ఉదాహరణ తీసుకోండి. ఆమె దేవుని అంశంగా భావించి అందరనీ దేవునిగా చూస్తుందా లేక తన తల్లి తనని ఏ విధంగా పెంచిందో ఆ స్థితిని గుర్తించుకొని ఆ విధంగా పెంచుతుందా? నిజానికి ఏదీ మీ స్వంతం శాశ్వతంగా అని అనుకోవడానికి లేదు ముఖ్యంగా మనుషులు గురించి అస్సలు అలా భావించడం తగదు. ఆ ఆత్మలు అన్నీ కర్మ సిద్ధాంతం అనుసరించి, కర్మను ముఖ్యంగా వారి మేధస్సు, ప్రతిభ, అనుభవించుటకు జన్మిస్తూ ఉంటారు. ఈ క్రమంలో వారి తల్లిదండ్రులతో కర్మను కలిసి అనుభవించడం కూడా ఒక భాగమే. ఉత్తమ తల్లిదండ్రులుగా మీ కర్తవ్యం ఏమిటి అనగా మీరు మీ పిల్లలకు ఆధ్యాత్మిక మరియు ఇహిక చదువులు రెండింటి యెందు అవగాహన కల్పించాలి. మీ పిల్లలు మీ స్వంతం అనుకోవడం అహంకారం తప్ప ఇంకొకటి కాదు. మీరు దేవుని దూతగా ఉంటూ చేస్తున్న ఆని కర్మలు పిల్లల సం రక్షణ మరియు నిరంతరం మీ లోపల మరియు చుట్టూ ఏం జరుగుతుందో, మీకు సంబంధం కలిగి ఉన్న ప్రజలతో, ప్రపంచంలో జరుగుతున్న ఆని చర్యలూ దైవ కార్యం గా భావిస్తూ ప్రవర్తించాలి. మీ సత్యాన్ని తెలుసుకునే సాధకులు అయితే కనుక మీరు అన్ని జీవులను ఆత్మ స్వరూపులుగా గుర్తిస్తారు. బయటకు సోదరుడు, భర్త, స్నేహితుడు, కూతురు, బాస్, మొదలైన పేర్లు కలిగి ఉండవచ్చు కాని ఈ పేర్లు వారు పోషించే పాత్రకు మాత్రమే పరిమితమై ఉంటాయి. మీ స్వంత అవగాహన లో మీరు ఈ పాత్రలు తాత్కాలికంగా

ఉండటటం మీరు చూస్తారు కాని అహంకారం తో, భ్రాంతితో జీవిస్తున్న వ్యక్తికి ఇది అంతా నిజం అని విశ్వసిస్తాడు.ఈ విషయం గురించి అందరకి తెలియచేయడం మంచిది కాదు. మీరు ఆత్మలతో కలిసి చాలా పాత్రలు పోషిస్తున్న సమయంలో మీ అహంకారం కనుక బయటకు వచ్చి మిమ్మల్ని బాధించినప్పుడు మీ అంచనాలకు తగిన విధంగా పరిస్థితులు జరగడం లేదని నిరుత్సాహం కలగవచ్చు. మీరు ఎప్పుడూ' నేనూ సత్ చిత్ స్వరూపుడను". పోషించే ఈ పాత్ర తాత్కాలికమే అని భావిస్తూ, ఉన్నది అంతా ఆత్మ తప్ప వేరొకటి కాదు అన్న జాగృతిలో ఉండటం అలవాటు చేసుకోవాలి.

34

నేను మీరు ఇప్పటికే స్వేచ్ఛగా ఉన్నారు అంటే మీరు నమ్ముతారా? మీలో ఒక భాగమైన, మీ క్రీస్తు/ఆత్మ అయిన నేను ఇప్పటికే స్వేచ్ఛగా ఉన్నాను.సత్య సాయి బాబా అయిన నేను మీ "ఆత్మ చైతన్యం". నేను మీ లో ఉన్న క్రీస్తు తత్వం ను గుర్తించుటకొరకు సహాయపడుతున్నాను అని మీరు తెలుసుకోవాలి. మీ క్రీస్తు మనస్సు ఈ అసత్య అస్తిత్వం నుంచి శుద్ధి పొంది సత్య, ధర్మ, శాంతి, ప్రేమ మరియు అహింసలుగా నివశిస్తున్నారు. ఫలితంగా, ఈ ఐదు దైవ విలువలు యొక్క సారాంశం మీ చుట్టూ, మానసిక భావోద్వేగ, మేధో, భౌతిక శక్తి వలె కప్పబడి ఉన్నాయి.ఈ క్రీస్తు శక్తి, దేవునితో సమత్వంగా చేరి ఉన్నాయి.

క్రైస్తవ మతంలో చెప్పిన దేవుని కుమారుడు "నేను సత్ చిత్ అనే చైతన్యం"తో కలిసినప్పుడు అతను దేవుడు గా మారుతాడు. మీరు మీ

మనస్సు / చైతన్యము శుభ్రపర్చడానికి, మరియు మీ స్తితిని తొలగించినట్లైతే స్వచ్ఛమైన స్పృహ / శుద్ధ చైతన్య శక్తిగా మీకు అవగాహన కలుగుతుంది. ఈ స్థాయిలో అహంకారం ఆచరణాత్మకంగా ఎక్కడా గోచరించదు. నిజంగా నీవే దేవుడవు. ఈ స్థితి మీరు ఎదగడం కోసం వేచి ఉంటుంది. ఇది ఇప్పుడు లభ్యంగా ఉంది. మీరు మీ సద్గురు సత్య సాయి బాబా వైపు మీ చేతన్య శక్తిని మరలించి " నేను సత్ చిత్ అనే చైతన్యం" అని భావిస్తూ మీరు చేస్తున్న కర్మలు అన్నీ ప్రపంచంనకు అతీతంగా ఉంటూ భవంతునికి సమర్పించుటకు ప్రయత్నించాలి. మీరు మరియు ఇతరులు కుడా "నేను సత్ చిత్ అనే చైతన్యం" అని అనుకున్నప్పుడు ఇంకొక సద్గురు అవసరం ఏమిటి అని ఆశ్చర్యపోవచ్చు? ఇది ఒక మంచి ప్రశ్న. మీరు ఈ స్థితిని ప్రాప్తి చేసుకునే వరకు సద్గురువు యొక్క కాంతి, ప్రేమ, ఉపదేశం, వివేకం, మీ ఉన్నతికి మరింత ఉపయోగపడుతుంది. మీరు సద్గురువు తో చేరినప్పుడు మీరు కూడా మీ శుద్ధ చైతన్యంలో చేరుతుండటం జరుగుతుంది. సద్గురువు మొత్తం విశ్వ వ్యాప్తం గా చైతన్య రూపంలో ఉంటుంది కనుక నేను సత్య సాయి బాబా, శ్రీకృష్ణుడు గా అవతరించనప్పుడు ఉపదేశించాను ఆత్మ రూపంలో విశ్వం అంతా వ్యాప్తిచెంది ఉన్నాను అని.

మీరు నా హృదయం నకు చేరువులో ఉంటూ ఎంతో ప్రయోజనం పొందవచ్చు. మీరు విముక్తిని పొంది మీ శుద్ధ చైతన్య శక్తి గా గుర్తించుకోగలుగుతారు. ముందుగా మిమ్మలని మీరు క్రీస్తుగా భావించినప్పుడు మీ చైతన్య శక్తి విస్తృతంగా ఉంటూ మీ దివ్య శక్తిని విశ్వం అంతటా వ్యాపింప చేయవచ్చు.

క్రీస్తు, దేవుని కుమారుడుగా ఉండడం ఏవిధంగా సాధ్యం అవుతుంది? ఈ స్థితి మీతో ఇప్పటికే ఉంది మరియు మీరు మీ వాసనలు, అహంకారం తొలగించిన యెడల మీకు క్రీస్తు తత్వం అభివృద్ధి చెందుతుంది. ఎలా? మీకు ఈ మార్గం తెలుసు. నేను చాలా కాలం నుంచి నిగూఢమైన ఆత్మ గురించి మాట్లాడటం చేసాను. ఆత్మ మరియు క్రీస్తు తత్వం ఒక్కటే. నేను ఇప్పుడు వివరిస్తాను. మీరు అన్ని వాసనలు మరియు అహంకారం విడనాడిన దైవ ఉనికి మీకు (మనస్సు, చైతన్యం) స్వేచ్ఛగా ప్రసరిస్తుంది. ఇది ఎల్లప్పుడూ ఉంది కానీ అది వ్యక్తమవ్వడం నిరోధింపబడింది. ఈ దైవ ఉనికి స్వేచ్ఛగా మీతో ఉండిన యెడల మీరు బేషరతుగా ప్రేమ, శాంతియుతంగా, సంతోషంగా, ఉదారంగా ఉంటూ మరియు చైతన్య శక్తి తో విలీనం కావడం చాలా సులభం.

క్రీస్తు గా మీ ప్రకంపనలు, బౌతిక ప్రపంచం లో ఉన్న ప్రకంపనలు కన్న కన్నా భిన్నమైనవిగా ఉంటాయి. మీరు దైవం తో నిష్కామం గా స్వచ్ఛత స్థాయి చేరుకున్నారు కనుక దివ్యత్వం మీపట్ల చేరడం అనే ప్రక్రియ ఇప్పటికే ప్రారంభం అయింది. ఈ చైతన్య శక్తి మరియు ఆధ్యాత్మిక గురువు యొక్క అనుగ్రహం మీ మీద ప్రసరించడం వలన మీ మనస్సు, వాక్కు, చర్యలకు ఈ శక్తి చేరుతుంది. ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ఈ ప్రయత్నాలు మరియు క్రమశిక్షణ వదలనంత వరకు ఈ ప్రక్రియ కొనసాగుతుంది. మీరు చిత్తశుద్ధితో ఈ సాధనకు కృషి చేస్తే మీరు దైవం అని తెలుసుసుకొనగలుగుతారు. అంతేకాకుండా దివ్య శక్తి కలిగి మీరు భగవంతుడూ వేరు కారు కావున అతని వలె మీరు కూడా సృష్టికర్త అవుతారు. మీరు భగవంతుని ద్వారా సృష్టించబడ్డారు మరియు అతని

చైతన్య శక్తి ఈ సృష్టికి మూలం. అయితే ఈ పరిణామం నకు ఇది ముగింపు కాదు. ఈ అనంతమైన విశ్వంలో "ఈ చైతన్య శక్తి"వలనే భగవంతుని దివ్యశక్తి మానవాళికి గోచరమగుతుంది.

36

మీ ఆధ్యాత్మిక పురోగతికి మీరు నిర్ణయం తీసుకోవాలి అంతే కాని మీ చూట్టూ జరుగుతున్న బాహ్య మరియు అంతర్గత పరిస్తితులకు విలువనివ్వకూడదని నేను ఇప్పటికే అనేక సార్లు వివరించాను. మొదటి మీరు మీ శరీరం, భౌతిక, మానసిక, భావోద్వేగములను ఆధీనం చేసుకొనుటకు ప్రయత్నించవలెను. ఆధీనంలో తెచ్చుకోవటం అనగా నేమి?తొలుత వాటి ఉనికిని పరీక్షించి మరియు వాటిని అవగాహన చేసుకునుటకు ప్రయత్నించాలి. అవి ఏ విధంగా కార్యరూపం దాలుస్తున్నయో ముందు వెనక వుండి ఏవి సహాయం చేస్తున్నాయో అర్థం చేసుకోవాలి. వేద గ్రంధములను ప్రకారం వాటి ఉపయోగం ఏ విధంగా ఉందో అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. ఈ నాలుగు సాధనల ద్వారా శుభ్రపర్చడానికి ప్రయత్నిస్తూ మీ క్రీస్తు లేదా ఆత్మ తత్వాన్ని తెసుకోవటానికి ప్రయత్నించాలి. ఉన్నది ఏకత్వం ఒక్కటే అని తెలుసుకోవాలి. ఈ నాలుగు సాధనలు అనగా శరీరం, భౌతిక, మానసిక, భావోద్వేగములను శుద్ధి చేసి ఆధీనంలోకి తీసుకొనినా, మీలో ఉన్న ఆత్మ చైతన్యం/క్రీస్తు తత్వం యొక్క ఉనికి మీ ద్వారా పూర్తిగా బయటకు వ్యక్తీకరించడం అవుతుంది. అయితే ఈ ఆత్మ ప్రకంపనలు యొక్క కదలిక చాలా సూక్ష్మంగా ఉంటుంది. అహంకారంనకు ఇది అర్థం

కాదు. అహంకారం తన ఉనికి గుర్తించుకోవడం కొరకు వస్తువులను, మరియు చైతన్యంను నియంత్రణ చేస్తూ తన కోరికలు తీర్చుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటుంది. అదే విధంగా మీరు శుద్ధ చైతన్యంలో ఉంటూ అహంకారం వలన కలిగే బంధనంలు నుండి విముక్తి పొందుటకు కృషిచేయాలి. సూక్ష్మఅహంకారం తొలగించడం ప్రక్రియలో మొట్టమొదటి భాగం ఏమిటి అంటే, ముందుగా మీరు దాన్ని గుర్తించగలగాలి, తరువాత దాని యొక్క అస్తితత్వం నిజం కాదు అని తెలుసుకొని మరియు ఆత్మ లేదా క్రీస్తు తత్వం కాదు అని భావించి దాని స్పృహను రద్దు చేయాలి లేదా సూర్యుని కిరణాలు ముందు పొగమంచు కరిగిపొయినట్లు గా ఈ సూక్ష్మ అహంకారం నశించాలి అని భావించగలగాలి. మీకు ఈ ప్రక్రియ అర్ధం అవుతుందని ఆశిస్తున్నాను. ఒక అవాస్తవమైన అహంకారం ఇక్కడ నాశనం అవుతుంది ఎందుకంటే దాని అవసరం మీకు ఏమాత్రం ఉపయోగపడదు కనుక. మీరు దీనిని వదులుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉండాలి.మీరు సత్ చిత్ ఆనంద స్వరూపులు అని ఎల్లప్పుడూ గుర్తుంచుకోవాలి. ఇదే ఆత్మ తత్వం యొక్క నిర్వచనం.

మరొక ఉదాహరణ సూక్ష్మ అహంకారం గురించి: మీరు రహదారి మీద నడుస్తూ ఉంటారు అక్కడ మీకు ఒక బిచ్చగాడు డబ్బు అడుగుతూ బిచ్చమెత్తుతూ కనిపిస్తాడు. మీరు మనసులో ఏమి అనుకుంటారు మరియు మీ చర్యలు ఏ విధంగా ఉంటాయి? మీరు,"ఈ బిచ్చగాళ్లు ప్రజలును ఇబ్బంది పెట్టకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని భావిస్తారా లేక భగవంతుడు ఈ రూపం ఏల ధరించారు అని అనుకుంటారా?" ఈ ఆత్మ యొక్క కర్మ కారణంగా ఉండాలి.మీ అహంకారం మనస్సు / తెలివిని ఉపయోగించి మీకు సంతృప్తిని కలిగించటానికి ప్రయత్నిస్తుంది.

కాని మీ హృదయం ఆ బిచ్చగాని బాధను, ఈ జీవి పడుతున్న ఆవేదనను గుర్తించి అతనికి ఆహారము, దుస్తులు లేదా ఒక దుప్పటి ఇవ్వటానికి సిద్ధపడుతుంది.కాబట్టి, ఈ పరిస్థితి లో మనస్సు మరియు మేధస్సు ద్వారా కాకుండా మీ హృదయం ద్వారా చూడటానికి ప్రయత్నించండి. ఇది చేతకాకపోతే ఈ ఆత్మ యొక్క ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి కోసం ఒక ప్రార్థన సలపండి.

37

నేను ఇప్పటికే మీకు తెలియచేసాను మీ వెంటనే ఉంటూ మీ సాధనకు సహాయపడతాను అని. మీ ప్రక్కనే సాక్షీభూతునిగాఉంటున్నాను. మీ నిర్ణయం మీద ఆధరపడి ఉంటుంది మీకు నా సహాయం అవసరమా లేదా అని. నా అనుగ్రహం అనంతం కాని దానిని పొందటానికి మీరు అర్హత కొరకు ప్రయత్నించాలి. మీరు ప్రతికూల భావనలతో నిండియుండినా నా అనుగ్రహ సరఫరా మీకు చేరడానికి అంతరాయం కలుగుతుంది. మీ అర్హతకు తగినట్టుగా మీ మీద అనుగ్రహం ఉంటుంది అందువలన దానికి కొరకు మీరు నిరంతరం కృషి చేయాలి.

శరణాగతి అనగా నేమి మరియు అది భగవంతుని అనుగ్రహం ఆకర్షించడానికి ఏ విధంగా పనికివస్తుంది? మీరు శరణాగతి అంటే మీరు కర్తృత్వ భావన వదిలి అంతా సృష్టి కర్త వలనే జరుగుతుందని భావిస్తారు. మీరు ఖాళీ చేతులతో ఈ ప్రపంచం లోకి వచ్చి మళ్ళీ ఖాళీ చేతులతో దేహం వదిలివెళతారు. కర్మ మాత్రం మీ వెంట వస్తుంది. శరణాగతి అనగా సృష్టికర్త మీకు ఇచ్చిన దానిని అతనికి తిరిగి ఇచ్చివేసి అతనితో ఏకమైపోవడమే.

ఏమి అందించగలరు అతనికి?మీరు మీ హృదయం / చైతన్యము, శుద్ధి చేసి అతనికి సమర్పించినా అతనితో విలీనం కావడం జరుగుతుంది. మీ మనస్సు మరియు ఆలోచనలు కూడా పరిశుద్ధించినా భగవంతుని అనుగ్రహం మీ వైపు ప్రసరించడానికి ఉపయోగపడుతుంది.ఈ పరిశుద్ధమైన భౌతిక శరీరం ఆత్మ ద్వారా దైవ సాధనకు పనిముట్టుగా ఉపయోగపడుతుంది. చివరికి మరియు ముఖ్యంగా, మీ ప్రేమ యొక్క సంపూర్ణత్వం, మీ భక్తిని భగవంతునికి సమర్పిస్తే ఏకాత్మ భావన అలవరుచుకొని నీవు, భగవంతుడు వేరు కాదు అనే సత్యాన్ని తెలుసుకుంటారు.

ఇదే శరణాగతి యొక్క సారాంశం. మీ దివ్యత్వాన్ని గుర్తించుకొని మీరు అహంకారంతో కూడిన దేహం కాదు అని తెలుసుకొని దివ్యాత్మ స్వరూపులుగా జీవించడం ఈ శరణాగతి అర్థం. మీ ఈ విధంగా శరణాగతి చేసిన యెడల మీరు ఆత్మ స్వరూపులుగా రుపాంతరం చెందడానికి చాలా సులభం అవుతుంది. అప్పుడే మీరు ఆత్మ మరియు దైవం అని గుర్తించగలుగుతారు. మీరు నిరంతరం ఈ సాధన చేయడం వలన మీరు అహంకారంతో కూడిన దేహం కాదు అన్న భ్రాంతిని తొలగించుకుంటారు. మీ చైతన్యం, స్పృహ వలన మీరు దేవుడు అని గ్రహించడం జరుగుతుంది. ఏ జ్ఞాని కుడా మీ కొరకు ఈ సాధన చేయడం కుదరదు. అటులనే భగవంతుని కృప కూడా చాలా ముఖ్యం ఇది సాధించుట కొరకు. శరణాగతి మీ కొరకు మాత్రమే మరియు మీరు మీ దివ్యత్వంను, భౌతిక, మానసిక, భావోద్వేగ, మేధో కోశాలచే కప్పబడి ఉందని గుర్తించడం కొరకు. ఇవి భూమి మీద మీరు నివసించినంత కాలం ఉంటూనే ఉంటాయి కాని వాటిని మీరు ఉపయోగించుకుంటారో లేదో అని మీ మీద అధారపడి పడి ఉంటుంది. మీరు నిర్ణయం తీసుకోండి మీరు ఆత్మగా నిశ్శబ్దంగా ఉండదలుచుకున్నారా లేక

మనస్సు, చర్యలతో కలిసి సంచరిస్తారా అని తెలుసుకోవాలి.

38

మీ మోక్ష సాధన కు మీ ప్రయత్నం తప్పని సరి అని మీకు ముందే వివరించాను. ఇతర దివ్య పురుషుల ఆధ్యాత్మిక సోపానక్రమం, భూ గ్రహం యొక్క పరిణామం, ఈ మోక్ష సాధనకు ఉపయోగపడుతుంది. భక్తుడు తన ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి కొరకు తనంతట తాను చాలా కృషి చేసినప్పుడు, దివ్య పురుషులు వారి మీద దృష్టి సారిస్తారు. వారు భక్తుని ఆధ్యాత్మిక పురోగతి కొరకు సహాయపడతారు. భక్తుని ఆశక్తి ని దృష్టిలో ఉంచుకొని అతను ప్రపంచం నకు ఏ విధంగా ఉపయోగపడతాడో ఆ మార్గం లో ఉన్న గురువులతో సంపర్కం కలిగేటట్లు అవకాశం ఇస్తారు. ఈ ఆధ్యాత్మిక గురువులు యొక్క అనుగ్రహం భక్తుల సాధన మరియు శ్రద్ధ మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ అనుగ్రహం భక్తుని మంత్రాలు, పవిత్ర సంగీతం, ధ్యానం, అంకితం సేవా భావం మరియు, మరియు అహంకారం విడనాడి పరిపూర్ణ శరణాగతి చేయడం వలన లభిస్తుంది.

భక్తుడు తన మోక్ష సాధనకు అహంకారం వదిలి, బుద్ధి విచక్షణ, జ్ఞానం మార్గం అనుసరించడం వలన ఈ ఆధ్యాత్మిక గురువుల అనుగ్రహం నకు ప్రీతిపాత్రుడు అవుతాడు. భూ గ్రహం నకు ఇటువంటి సాధకులు చాలా అవసరం ఏలనగా వీరి వలన శుద్ధ చైతన్యం విశ్వం అంతటా వ్యాపించే అవకాశం కలుగుతుంది. ఆధ్యాత్మిక గురువులు భక్తులకు మరియు విశ్వం నకు మధ్యవర్తి గా ప్రవర్తిస్తూ వారి వద్ద నున్న చైతన శక్తిని విశ్వశాంతి కొరకు దారపోయడం జరుగుతుంది.

మాయ వలన కలిగే భక్తుని యొక్క రోజు వారి జీవితంలో జరుగుతున్న సంఘటనలు నుంచి ఆధ్యాత్మిక మార్గం వైపు మళ్ళించడం చాలా కష్టతరమైన పని. ఇది ఎంతో శక్తి కలిగిన ఆధ్యాత్మిక గురువుల చైతన్య ప్రకంపనలు భూమికి ప్రసరించడం వలన జరుగుతుంది. మానవుడు ఉద్దేశపూర్వకంగానే జరిపే ఈ సాధన వలన భూగ్రహం మీద నివసిస్తున్న అన్ని జీవుల మీద ఈ ప్రభావం ఉంటుంది. ఈ పరిణామం భూగ్రహం మీద విస్తరించడానికి కొంత మందికి చాలా ఎక్కువ సమయం పట్టొచ్చు కాని ఇది తప్పక జరిగి తీరుతుంది. చాలా మంది భక్తులు ఈ ఆధ్యాత్మిక వైపు మ్రొగ్గు చూపడం వలన ఈ ఆధ్యాత్మిక గురువుల యొక్క చైతన్య శక్తి వలన భూ ప్రపంచంలో ఉన్న అన్ని జీవరాశులకి ఎంతో లాభకరంగా ఉంటుంది.

39

సూక్ష్మ అహంకారం తొలగించుకోవడం ఎలా అనే ప్రసంగాలను ముగించబోవుచున్నాను కావున నేను మీకు ఒక విషయం తెలియచేయుచున్నాను. నా వాక్కులను ఆచరణలో పెడుతున్న నా భక్తులను చూసి చాలా గర్వపడుతున్నాను. ఇది కష్టతరమైన మార్గం కూడా మరియు మీకు సుఖం కలింగించే సులభతరమైన మార్గం ను విడనాడడానికి సిద్ధంగా ఉండాలి. అయితే, మీరు దగ్గరగా చూసి ఉంటే, అది నిజంగా కాదు.సూక్ష్మ అహంకారం ఓదార్పునిస్తుంది కానీ అది ఒక భారంగా, ఒక విసుగుగా ఉంటుంది. సూక్ష్మ అహంకారం నిజంగా ఏమీ సమస్యలు లేని సందర్భాలలో అది తరచుగా ఒక సమస్య లా తయారవుతుంది. ఆత్మకు ఎటువంటి సమస్యలు ఉండవు అని పరిశీలించుకోండి.

ఉదాహరణకు, మీ కారు డ్రైవింగ్ చేసే సమయంలో ఎవరైనా వెనుక నుండి

మీ కారుని గుద్దినట్లైతే మీ మనస్సులో అహంకారం వలన కలిగిన ఆలోచనలు ద్వారా లేని దృశ్యాలు ఊహించుకొని కలత చెందుతారు. అహంకారం ఈ సంఘటనను ఒక సమస్యగా చూస్తుంది. ఇప్పుడు నేను నా కారుని గ్యారేజీలో ఉంచాలి అని, మరియు నేను కొన్ని రోజులు కారు లేకుండా వెళ్లవలసిన అవసరం వస్తుందని, నా కారుని ఢీ కొట్టిన అతనికి భీమా ఉందా లేదా అని పరిపరి విధాలు అలోచిస్తూ ఉంటుంది. చాలా ప్రతికూల భావాలు మనస్సు నుండి వెలువడుతాయి.నాకే ఎందుకు ఇలా జరిగింది అని? ఈ తెలివితక్కువ వాడు రహదారిపై దృష్టి పెట్టకుండా కారు నడపడం వలన ఇది జరిగింది అని, చాలా ఇబ్బంది కలుగుతుంది దీని వలన అని ఆలోచిస్తావు. ఆత్మ ఎప్పుడూ సాక్షిగా ఉంటుంది. బాహ్య లేదా అంతర్గత ప్రపంచంలో ఏమి జరిగినా కూడా ఆత్మ మార్పు చెందకుండా ఉంటుంది. ఆత్మనిజతత్వం శాంతి. ఈ సంఘటనలు జీవితంలో వస్తూ పోతూ ఉంటాయి. మీరు తీసుకోవలసిన చర్యలు తీసుకోండి శక్తిని ఉపయోగించుకొని. మీరు ఆ స్వచ్ఛమైన శుద్ధ చైతన్యం గా ఉండండి. ప్రతికూల అహంకారపు ఆలోచనలు మనస్సులోకి రాకుండా చూసుకొని శాంతియుతం గా ఉండటం కొరకు ప్రయత్నించండి. నిజంగా ఎవరికీ ఏమీ జరగ లేదు. అహరంకారం ఒక భ్రమ. కేవలం ఆత్మ మాత్రమే సత్యము.మీరు ఆత్మ లేదా అహంకారమా అని ముందర గుర్తించుకోవాలి. నువ్వునిర్ణయించు.మీరు నిజంగా ఆత్మ / క్రీస్తు అనా లేదా ఏదో మీకు జరిగిన వ్యక్తిగత అహంకారం వలన కలిగిన సమస్యా అని తెలుసుకోవాలి. మీరు సమస్యను లేక ఆత్మ వలన కలిగే శాంతిని ఏదో ఒకటి ఎంచుకోవచ్చు.

నేను ప్రారంభంలో ఇది ఆచరణలో సులభం అని చెప్పడం లేదు కానీ

మరింత మీరు ఆచరణలో పెట్టినట్లైతే అది సులభతరం అవుతుంది. ఎందుకంటే మీరు సత్యం మరియు అహంకారం అసత్యం. మీ నిజస్వరూపం ను తెలుసుకొవడంలో సత్యం ఎల్లప్పుడూ మీ వెంట ఉంటుంది. మీరు అహంకారం ను విడనాడి ఆత్మను పట్టుకొనుటకు ప్రయత్నించండి.మీకు సమస్యలు కలిగినప్పుడు నా నామం కాని వేరే ఏ దేవుని నామం అయినా స్మరించండి. దానివల ఆత్మ తత్వం అయిన సత్యానికి దగ్గరగా ఉండటం సులభం అవుతుంది.మీరు ఊహించిన దాని కన్నా శుద్ధ చైతన్యం ద్వారా సహాయం అందుబాటులో ఉంటుంది. మీరు సమస్యలు వచ్చినప్పుడు ఒంటరిగా ఉండరు మీ చుట్టూ భగవంతుని యొక్క అనుగ్రహం ఉంటుంది.

40

ఇప్పటి దాకా మీరు సూక్ష్మ అహంకారం గురించి అవగాహన కలిగి మరియు దానిని ఎలా ఎదుర్కొనవచ్చో తెలుసుకున్నారు. దానిని పట్టించుకోకుండా ఉండడం చాలా ఉత్తమం. అది దానంతట అదే కరిగిపోతుంది. అస్తిత్వంలో అనేక సార్లు తన ఉనికిని చాటుకునేందుకు చాలా సార్లు పునరావృతం అవుతుంది. దానికి మీరు అతీతంగా ఉంటూ మీ నిజస్వరూపమైన ఆత్మ తత్వం ను గుర్తించుకోవాలి.

ఇప్పుడు సూక్ష్మ అహంకారం యొక్క మరో మచ్చుతునక .మీకు ఒక వివాహ ఆహ్వానం అందలేదు అని చాలా కలత చెంది ఉన్నారు. మీ స్నేహితులు చాలా మంది అక్కడకు వెళుతున్నారు మరియు మీకు వరుడు కూడా చాల సుపరిచితుడు. మీ అహంకారం నకు భంగం కలిగినట్లు మీరు భావించి వారు మిమ్మలని అవమానించారని,వాళ్ళు మిమ్మల్ని వెలివేసారు

అని అనుకుంటారు. ఈ భావనలు అన్ని శరీరం / మనస్సు / అహంకారం వలన కలిగినవి. మీరు మీ అవసరాలకు ఇతరులు మీద ఆధారపడకుండా ఉండండి. మీరు మిమ్మల్ని ఎప్పుడూ ప్రేమాత్మస్వరూపులుగా గుర్తించుకోండి మరియు అంతర్గతంగా హృదయములో భగవంతునితో సంభాషిస్తూ అతనితో నిరంతర సంబంధం పెంచుకోండి. ఈ ఏకత్వం వలన మీరు ఎటువంటి తిరస్కృతి, బాధను అనుభవించరు.ఇది ప్రేమ యొక్క ఏకాత్మభవం. ప్రపంచం ఎల్లప్పుడూ మిమ్మల్ని నిరాశపరుస్తూ ఉంటుంది మీరు వాటి మీద అంచనాలను కలిగి ఉండడం వలన. కాబట్టి అహం లాగా కాకుండా ఆత్మగా నివసించడం అలవాటు చేసుకోండి. ఎవరు నుండి కూడా ఎటువంటి అంచనాలు కలిగిఉండొద్దు అప్పుడు మీకు ఎలాంటి నిరాశ ఉండదు. మీరు ఈ విధంగా లేకపోతే ప్రపంచం నుంచి మీ అంచనాలకు తగిన విధంగా పరిస్థితులు జరగకపోతే ఎప్పుడూ నిరాశ మాత్రమే మిగులుతుంది. మీరు అన్ని సమయంలలో శాంతియుతం గా ఉండదలుచుకుంటే ఆత్మను అనుసరించండి అహంకారం ను విడిచి. అహంకారం మీకు భ్రాంతికి దారి తీస్తుంది.ఈ సత్యం ను తెలుసుకొని ఎల్లప్పుడూ ఆనందంగా ఉండండి.

41

నేను సూక్ష్మ అహం గురించి మీతో మాట్లాడటానికి మళ్ళీ వచ్చాను.మరికొన్ని ఉదాహరణలు తీసుకుందాం. ఒక వర్తకుడు ఏదో విక్రయించడానికి మీ ఇంటికి వచ్చి తలుపు తడతాడు. ఇటువంటి వ్యక్తులు వచ్చి మిమ్మల్ని ఇబ్బంది కలించడం మీకు చిరాకు కలిగిస్తాయి. వారు నా స్వంత స్థలం లోనికి ప్రవేశించకుండా నిషేధించాలని మీరు భావిస్తారు. మీరు నిజంగా ఆ వస్తువు కొనుగోలు చేయాలనుకుంటే మార్కెట్ వెళతారు కదా

అని అలోచిస్తారు. అనేక ప్రతికూల ఆలోచనలు మరియు భావాలు ఈ పరిస్థితి చుట్టూ మీ మనస్సులో మెదులుతాయి. ప్రతి ఆలోచన పరిశీలించడానికి ప్రయత్నం చేయండి. ప్రతికూల అలోచన అయితే దూరంగా పంపించడానికి వెంటనే ప్రయత్నించాలి. సానుకూల ఆలోచన ద్వారా ప్రతికూల ఆలోచనను భర్తీ చేయవచ్చు."ఈ వ్యక్తి మీద బహుశా ఒక కుటుంబం ఆధారపడి ఉండి ఉండాలి, లేకపోతే ఇటువంటి ఉద్యోగం ఇతను ఎందుకు ఎంచుకొని ఉండాలి. అతనికి చాలా మంది ఇళ్ళ ముందు తిరస్కరణ అనుభవించవలసి వస్తుంది అని తెలిసి కూడా ఈ ఉద్యోగం చేస్తున్నాడు అని భావించాలి. ఇది సులభం కాదు. అతను సాహసోపేతంగా, ఎంతో ధైర్యంతో తిరస్కరణలకు అతీతం గా ఉంటూ ఉద్యోగం చేస్తున్నాడు అని తలచాలి. నేను మర్యాద పూర్వకంగా ప్రవర్తించిన యెడల అతనికి గౌరవప్రదం గా ఉంటుంది అని తలంచాలి. నేను అతనిలో భగవంతుని చూస్తాను అని అనుకోవాలి. ఈ ఉద్యోగం ద్వారా అతను ఆశించిన ఫలితాలు సాధించాలి అని ఆశీర్వదించాలి." ఈ విధంగా మీ సానుకూల ఆలోచనలు ద్వారా మీ ప్రతికూల అహం తో కూడిన భావనలను, ఆలోచనలను మార్చవచ్చు. మీరు ఆ వస్తువును కొనుగోలు చేయకపోయినా, మీరు వినయంతో అతనితో సంభాషించవచ్చు.

మరొక ఉదాహరణ: కొంతమంది ఎక్కువగా రద్దీ గా ఉన్న రహదారులు, జాతీయ రహదారులుకు దగ్గరగా నివ సిస్తూ ఉంటారు. వీరికి వాహనాల ద్వారా కలిగే శబ్ద కాలుష్యం చాలా ఎక్కువుగా ఉంటుంది. వారు శబ్ద కాలుష్యం నకు తప్పక అలవాటు చేసుకోవాలి లేదా అక్కడకి దూరంగా, లేదా ఒక నిశ్శబ్ద స్థలానికి మారిపోయి నివసించడానికి ప్రయత్నించాలి. అయితే, కొంతమంది చాలా కలతచెందుతారు వారు ఎప్పుడైనా మోటార్ సైకిళ్ళు, ట్రక్కులు నుండి వెలువడే బిగ్గరగా శబ్దం నకు అలవాటు చెందక

వారు భయంతో మూల దాగుకొనుటకు ప్రయతినిస్తారు ముఖ్యంగా బిగ్గరగా ధ్వని వినడం చేసినప్పుడు. వారు ఈ ప్రతికూల భావాలు మరియు ఆలోచనలు ఉపశమనానికి ఏమి చేయాలి? నేను ట్రాఫిక్ నుండి వెలువడే ఈ శబ్ద కాలుష్యం నకు ప్రతికూలంగా ఇంటిలో రోజంతా భజనలు గట్టిగా పెట్టుకుంటాను. అధిక ట్రాఫిక్ కాలంలోచెవిలో దూది ధరిస్తాను .రాత్రి వేళలో ట్రాఫిక్ చాలా తక్కువుగా ఉంటుందని తెలుసుకోవడం వలన మానసిక సంతృప్తి కలుగుతుంది. ఈ పంచేంద్రియాలు అనగా వినికిడి భావం, దృష్టి, రుచి, స్పర్శ మరియు వాసన భావాలు అన్నీ ప్రపంచం అంతటా వ్యాపించి ఉంటాయి. మీరు అంతర్గతంగా లోతుగా వెళ్ళడం ద్వారా బయట శబ్దాలను వేరుచేసే అవగాహన కలిగి ఉండడం సాధ్యం అవుతుంది. అప్పుడే మీ నిజస్వరూపమైన సత్ చిత్ అనందం లను గుర్తించగలుగుతారు.

42

సూక్ష్మ అహం యొక్క మరొక ఉదాహరణ: మీరు పచ్చికగల పర్వతం మీదకు విహారయాత్ర కొరకు వెళ్ళారు. నేల మీద దుప్పటి పరిచి, బోజన పదార్థంలను అమరుస్తున్నారు. అక్కడ ఉన్న మిఠాయిలను లక్ష్యం గా పెట్టుకొని చీమలు అన్ని వరుస క్రమంలో రావడం మీరు గమనించారు.మీరు ఏవిధంగా స్పందిస్తారు? మీరు ఏమి ఆలోచిస్తారు, మీ పలుకులు చర్యలు ఏ విధంగా ఉంటాయి ఆ సమయంలో?మీ శాంతి చెదిరిందా ఆ సన్నివేశం చూసి? మీరు ఇంకా సంతులనం పాటించగలుగుతున్నారా? మీరు చీమలో ఉన్న దేవుని తలచుకొని ఆహారంకొరకు వచ్చిన వాటిని భంగం కలిగించకుండా ఉంటారా లేక వాటి సంహరించేందుకు క్రిమి సంహారిణి పిచికారీ చేస్తారా?
మీరు మీ దుప్పటిని చీమలు లేని ప్రాంతం వద్దకు మార్చవచ్చు లేదా

మిఠాయిలును భద్రంగా వాటికి అందకుండా ఉంచవచ్చు .అంతే కాకుండా చీమలను దారి మళ్ళించవచ్చు మీరు కొన్ని తినుభండారంలు వేరే చోటకు వేసిన యెడల మీ వీహార యాత్రకు భంగం కలగకుండా కూడా చూసుకోవచ్చు. మీరు సంతోషంగా, సమతుల్య భావనలతో ఉన్నయెడల ప్రత్యామ్నాయ చర్యలు ప్రయత్నించవచ్చు. నేల మీద కాకుండా కుర్చీలు, బల్ల మీద సామానులు పెట్టవచ్చు. మీరు నేర్చుకోవలసిన పాఠం ఏమిటి అనగా మీ ఆలోచనలు, పదాలు, భావాలు మరియు చర్యలు అహంకారం నకు వ్యతిరేకం గా ఉంచేందుకు ప్రయత్నిస్తూ బుద్ధి కుశలతో మెలగాలి. ఇది మీ మనస్సుకు శాంతి, ఆనందం సమతుల్యతను అందిస్తుంది. ఈ విధంగా మీరు మీ నిజస్వరూపమైన ఆత్మ తత్వం ను గుర్తించుటకు వీలవుతుంది.

దేని గురించి అయినా ఫిర్యాదు చేయడం వలన ఉపయోగం లేదు. ఫిర్యాదు చేయడం ముఖ్యంగా బలహీనమైన, కారణాదృక్పథంతో చూడటం వలన జరుగుతుంది. బుద్ధి విచక్షణలతో సత్య, అసత్యంలను గుర్తించడం ఆశాజనకంగా ఉంటుంది. భ్రాంతి మరియు అసత్యం ను సత్యం నుంచి వేరు చేయవచ్చు.అసత్యం గురుంచి ఫిర్యాదు చేయడం ఏల? ఉదాహరణకు చాలా మంది వాతావరణం గురించు ఫిర్యాదు చేస్తూ ఉంటారు. వానలు ఎక్కువగా కురుస్తున్నాయని, చలి ఎక్కువుగా ఉందని, ఎండ తీవ్రతరంగా ఉందని, భూగ్రహం మీద జరుగుతున్న మార్పులు వలన వాతావరణ తీవ్రతలు సంభవిస్తున్నాయని భావిస్తూ ఉంటారు. భూగ్రహంకు చాలా అన్యాయం జరుగుతుందని ఇది ఎప్పటికి అంతం అవుతుందని వాపోతూ ఉంటారు. మా వంతు ఏమీ చేయలేక నిస్సహాయులుగా ఉన్నామని అంటూ ఉంటారు.ఇటువంటి పదాలు, ఆలోచనలు భగవంతుడు మీకిచ్చిన దివ్యశక్తిని దుర్వినియోగం చేయడానికి తప్ప మరి ఎందుకూ పనికిరావు. ఈ రోజులో, ఈ సమయంలో ఎలా జరగాలో అది జరుగుతుంది. మీరు ఒక ఆధ్యాత్మిక ప్రవీణుడు అయిన కాని మీరు వాతావరణఆన్ని మార్చలేరు, మరియు దానిని మార్చడానికి చాలా మంచి కారణం ఉండి ఉంటుంది. మాతృ భూమి మానవులు వలన కలిగిన ప్రతికూల ఆలోచనలు, భావనలను కలిగిన కాలుష్యం ను తొలగించుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. మాతృ భూమిని విశ్లేషిస్తున్నారు కాని అమెకు కూడా ప్రాణం కలిగిఉన్నదే. వాతావరణ మార్పులు ఎక్కువగా మానవులు వలన కలిగే గాలి, నీరు, భూమి కాలుష్యం వలన జరుగుతుంది. భూమిని పవిత్రం గా చేయడంలో కర్మ కూడా నిమిడి ఉంది. ఇది సహజ ప్రక్రియ.

కాబట్టి, ఫిర్యాదు చేయడం వలన ప్రయోజనం లేదు.ఈ ప్రక్రియను అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించినా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. కరుణ, ప్రేమను, దయను మాత్ర భూమి మరియు అన్ని ప్రాణులమీద అనగా మొక్కలు, జంతువులు లేదా మానవుల మీదకు ప్రసారం చేసినా ఈ శుద్ధీకరణ ప్రక్రియలో పాల్గొనేందుకు అవకాశం ఉంటుంది. మరియు మీరు అన్ని వేళలా మీ ఆలోచనలు, పదాలు మరియు చర్యలు ప్రపంచం నకు దీవెనలు కలిగించే విధంగా మరియు మీ చర్యలు ప్రపంచాన్ని మార్చేందుకు ఉపయోగపడే విధంగా కలిగిఉండాలి. ఇది అంతయూ దైవ శక్తి వలన కలుగుతుంది. అహం యొక్క ఆధారములు ఏవీ లేకుండా సానుకూలంగానే, సృజనాత్మక విధంగా ఈ దివ్య శక్తిని ఉపయోగించండి. ఆత్మ, క్రీస్తు మీ గమ్యస్థానం అని తెలుసుకొని అందరినీ ప్రేమించండి మరియు సేవించండి.

44

ఆందోళన ఆత్మ లేదా మనవునిలో ఉన్న క్రీస్తు స్పృహ ని బలహీనం చేస్తుంది. ఆందోళన మనస్సు యొక్క ఒక లక్షణంగా ఉంటుంది; ప్రతికూలంగా ఉంటూ ఏమాత్రం ఉపయోగకరంగా ఉండదు. మీకు ఆందోళణ కరమైన భావనలు మనస్సులో మెదిలితేమీరు బుద్ధిని ఉపయోగిస్తే మంచిది.మీరు పరిస్థితిని సమీక్షించుకొని అది ఏ విధంగా పరిష్కరించుకోవాలో అని పరిశీలించుకొనవలెను. మీరు దానిని మార్చలేని పరిస్థితి లో, దానిని అంగీకరించి ఊరుకొని ఉండటం శ్రేయస్కరం.దానిని గురించి ఇంక మరల ఆలోచించకూడదు. మీరు మనస్సు యొక్క భావోద్వేగాలను అధిగమించడంలో నైపుణ్యం సాధించుటకు ప్రయత్నించాలి.

మీరు ఎల్లప్పుడూ ప్రార్థనలను సలుపుతూ ప్రేమ, దివ్య శక్తి మరియు గాయం ను తగ్గించే వైద్య శక్తిని పంపించవచ్చు. కాని దీని వలన పరిస్థితులు వెంటనే మార్పు చెందుతాయి అని ఆశించవద్దు. ఫలితాలను భగవంతునికి వదిలేయండి. మీరు ఆందోళణ చెందకుండా ఉండటమే ఇందులోని ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. ఈ ప్రపంచంలో జరుగుతున్నవి అన్నీ కూడా భగవంతుని కనుసన్నలలోనే జరుగుతుంది అనే నమ్మకం కలిగి ఉండాలి. మీరు ఏమి చేయగలుగుతారో అది చేసి, ఈ అసాధారణ ప్రపంచంలో ఎప్పుడూ శక్తి రూపాలు మారూతునే ఉంటాయనే సత్యాన్ని గుర్తించగలగాలి. అలాగని మీరు అన్ని వేళలా నిశ్చింతగా ఉండమని కాదు. కొన్ని సార్లు మాట్లాడటం మరియు మీ చర్యల వలన పరిస్థితి మెరుగుపడే అవకాశం ఉంది. అటువంటి ఆలోచనలు మీ మనస్సులో ప్రేరేపించినప్పుడు మీరు సత్వరమే వాటిని అమలుచేయడంలో నిమగ్నులవ్వండి. మితిమీరిన చర్చలు జరపకుండా, ప్రశాంతంగా ఉంటూ ఎటువంటి భావనలకు లోను కాకుండా ప్రయత్నించండి. భగవంతుడు మిమ్మల్ని ప్రోత్సహిస్తూ, మీ ద్వారా సత్య, ధర్మ, శాంతి, అహింసా, ప్రేమలను ప్రపంచానికి అందించడానికి కృషి చేస్తున్నారు అన్న భావంతో పని చేయాలి. మీలో ఏ ఒక్క సద్గుణము లేకున్నా ఇటువంటి చర్యలకు పూనుకోవద్దు. ఆందోళణ ని తొలగించుటకు మీరు హేతుబద్ధమైన విచక్షణ ని ఉపయోగించి సత్యం మరియు మాయను వేరుచేయగలగాలి. సందేహం కలిగినప్పుడు పాండిత్యం కలిగినవారు, లేక జ్ఞానులను ప్రశ్నించినా లేక ఆధ్యాత్మిక బోధనలను చదివినా ప్రయోజనం ఉంటుంది. అంతర్గతంగా మీకు మార్గనిర్దేశం చేయటకు నేను ఎప్పుడూ సన్సిద్ధంగా ఉన్నట్లు తెలుసుకొని నా అంతర్వాణిని వినుటకు ప్రయత్నించవలెను.మీరు దీనిని పాటించిన యెడల ఆందోళణ చెందవలసిన అవసరం ఉండదు సరిగదా మీ చర్యలు, పలుకులు భగవంతుని ద్వారా జరుగుతున్నాయని

తెలుస్తుంది.

45

ఈ వ్యాసాల ద్వారా సత్యాన్ని పాఠకులకు నా ప్రియ భక్తురాలైన కాథరీన్ ద్వార తెలియచేస్తున్నందుకు నాకు ఎంతో ఆనందం కలుగుతుంది. ఆమె భక్తుల యొక్క ఉన్నతి కొరకు నాతో" డివైన్ క్రియేషన్స్" సృష్టించడానికి ఎంతో కృషి చేస్తుంది. మీరు మీ మనస్సు, వాక్కు మరియు చర్యలు పై నైపుణ్యం పొందడం ద్వారా సూక్ష్మ అహం తొలగించడానికి ప్రయత్నిస్తారు అని ఆశిస్తున్నాను తద్వార క్రైస్తు వంటి గుణాలతో అందరూ ఒక్కటే అన్న భావన అలవరచుకుంటారు అని తలుస్తున్నాను. అహం ఎప్పుడూ అసత్యం మరియు మాయతో కప్పబడి ఉంటుంది. క్రీస్తు వంటి గుణాలు ఉన్న మనస్సులో దానికి ఉనికి లేదు. భగవంతుని మనస్సు నిత్య స్వచ్ఛమైనది. మీరు క్రీస్తు మనస్సు కావున, నిజానికి మీరు ఆత్మ స్వరూపులు కనుక అహంకారం తొలగించడం ద్వారా ఈ ఏకత్వం సాధ్యం అవుతుంది. మీరు ఆత్మ జ్ఞాన సాధనలో పరిపూర్ణత సాధించుటకు నా దీవెనలు ఎల్లప్పుడూ ఉంటాయని తెలియచేస్తున్నాను.