ఓమ్
తస్మై శ్రీ గురవే నమ:

యో గా మృ త ము

శ్రీ స్వామి రామానంద పరమహంస
వి ర చి త ము

ప్ర చు ర ణ :

శ్రీ రామానంద యోగ జ్ఞానాశ్రమము
(రిజిష్టర్డు)
కామన్నవలస
(బాడంగి మండలం) విజయనగరం జిల్లా
భవానీపురం : : విజయవాడ - 1 .

ధ్యానశ్లోకము

శ్లో ॥ యం బ్రహ్మావరుణేంద్రరుద్రమరుత స్తున్వన్తి దివ్యైస్స్తవై
ర్వేదైస్సాంగపదక్రమోపనిషదైర్గాయన్తి యం సామగా :
ధ్యానావస్థిత తద్గతేన మనసా పశ్యన్తి యం యయోగినో
యస్యాన్తంన విదుస్సురాసుర గణా దేవాయ తస్మైనమ:

వి న్న ప ము

సర్వోపనిషత్సారమైన యుద్గ్రంథము భగవద్గీత అట్టి పరతత్త్వ గ్రంథమగు భగవద్గీతయందు ప్రతి యధ్యాయాంతమందును ''బ్రహ్మవిద్యాయాం, యోగశాస్త్రే, శ్రీకృష్ణార్జున సంవాదే'' యని యుపదేశింపబడి యున్నందున, గీతలయందనేక యోగరహస్యములు నిక్షిప్తమైయున్నవనియు, ముముక్షు జనులకు యోగము పరమ ప్రయోజనకారి యనియు తెలియవచు&చను.

ఐహికాముష్మిక ఫలదమైన యోగవిద్యకు మన భరతవర్షము జన్మస్థానము,నియమములనిన భయమంది, యభ్యాసమునకు ప్రాలుమాలి,కొన్ని వేదాంతవాక్యములు వల్లెవేసి, చిలుకపలుకులు పలుకు వెంట్టవేదాంతులు కోకొల్లలుగా నున్నయీ కాలములో, యోగరహస్యములను గ్రహించు వారరుదై పోవుచున్నారు.

అనుభూతిం వినా మూఢో వృధా బ్రహ్మణి మోదతే।

ప్రతిబింబిత శాఖాగ్ర ఫలాస్వాదనమోదవత్''

అనుభజ్ఞానములేక, మూఢజనుడు బ్రహ్మానందము అనుభవించినట్లు భావించుట ఏకరీతిగా నుండుననగా, శాఖాగ్రమందుగల ఫలముయొక్క ప్రతిబింబమును జలమందుజూచి తత్ఫలానుభూతిని పొందినట్లు భావించుటేయగును.శ్రీసీతారామాంజనేయ సంవాద మందును ''రాజయోగంబుబూని నిరంతరంబు, బట్టుగా నభ్యసింపక బ్రాలుమాలి, కొన్ని వేదాంతయుక్తులు గూడబెట్టి, బలుకనేర్చిన బ్రహ్మానుభవము గలదె'' యని చెప్పబడినది. వేమనయోగియు ''సాధనంబు లేక సమకూడదెప్పుడు, బోధలేని విద్య పొందదెవుడు'' అని సిద్ధాంతీకరించినారు.

జ్ఞానమనది సర్వజీవులకును యనుభవములో నున్నదే.జ్ఞానములేని జీవి లేదు కాని మన యనుభవములో ఆ జ్ఞానము సర్వకాలములయందు భావించుటలేదు. సార్వకాలలికమైన జ్ఞానప్రబోధము యోగమువలననే లభ్యమగును. యోగరహితమగు జా&ఒనము తాత్కాలిక వైరాగ్యమువలె,మోక్షమున కుపయోగించదు.''యోగేన రమితం జ్ఞానం న మోక్షాయ భవేద్విధే''-----శ్రుతి. కావున జ్ఞానోదయమమమునకు, జ్ఞాన ప్రభానకున్నూ ప్రాణ లయకారమగు యోగమే ఉత్తమసాధనముగా పేర్కొనబడినది.

''యోగాన్ని ర్దహతిక్షిప్రమశేషం పాపపంజరం

ప్రసన్నం జాయతే జ్ఞానం జ్ఞానాన్నిర్వాణమృచ్ఛతి''

(కూర్మపురాణము)

యోగాగ్నిచే సర్వపాపములు నిశ్శేషముగా దగ్ధముగాగా ప్రసన్నమగు జ్ఞానముదయించును. అట్టి జ్ఞానము వలన మోక్షము ప్రాప్తించును. కావున మోక్షము నపేక్షించువారికి యోగమత్యంతావశ్యకమము.

అపరోక్షానుభూతికి చిత్తవృత్తులే అడ్డుగోడలు, ఈమనశ్చాంచల్యమే ఆత్మానందానుభూతికి ఝంఝామారుతము, ఇట్టి మనశ్చాంచల్యమును నివర్తించి మనస్సున కేకాగ్రత కల్గించుటకు యోగమే యుత్తమ సాధనము, ''యోగశ్చిత్తవృత్తి నిరోధః'' యనియు ''మనప్రశమనోపాయోయోగిత్యభిదీయత్'' యనియు చెప్పబడినందున చిత్తవృత్తులను ఆలోచనా తరంగముల నడ్డివేసి మనస్సుకు ప్రశాంతి ప్రసాదించుటకు ప్రాణక్షయరూపమగు యోగమే శరన్యము.

మనస్సు ప్రాణమే బంధనముగా గలది. ప్రాణవాయు చలనమును నిరోధించిన చిత్తవృత్తులను నిరోధింపబడినట్లే,కారనము,చిత్తచలనమనగా ప్రాణవాయ చలనమేగాని వేరుగాదు. ''యః ప్రాణ ప్రవణస్పందః చిత్త స్పందస్సఏవహి'' (యోగవాశిష్ఠము) చాలామంది యొగులాచరించు శ్వాసాయామము ప్రాణాయమము కాజాలదు. ప్రానమును దీర్ఘించుటే ప్రాణాయామము.ఇతరపద్ధతులెవ్వియుగావు. ఇది సముద్రమంత గంభీరమగు విషయము. ముముక్షుజనులెల్లరు తప్పక ప్రాణ జయమునకై ప్రయత్నింప వలసినదే.''ముముక్షుభిః ప్రానజయః కర్తవ్యోమోక్షహేతవే''-----శ్రుతి.

''అభ్యాసేన పరిస్పందే ప్రాణానాం క్షయమాగతే

మనః ప్రశమన మాయాతి నిర్వాణమవశిష్యతే''

అనిగూడ చెప్పబడియయున్నది. (అన్నపూర్ణోపనిషత్తు)

సూర్యప్రకాశము సర్వత్రావ్యాపించి యున్నప్పటికీ అద్దము, జలము మొదలైన స్వచ్ఛమగువానియందే సూర్యబింబము ప్రతిఫలించును.అటులనే ఆత్మప్రకాశము ''ఇందుగలడందులేదని'' సర్వత్రా వ్యాప్తమైయున్నను,శుద్ధమైన అంతఃకరనమునందే యది భాసించును. కావున ఆత్మోపలబ్ధికి చిత్తశుద్ధి ముఖ&యము. చిత్తమును కలుషితము జేయునవి రాగద్వేషములు.ఈ రాగద్వేషములే మనకు ప్రబలమగు నంరశ్శత్రువులు. ఈరాగాద్వేషములకు మూలము రజోగుణమనునది ప్రాణాపానములను యైక్యము పొందించుటవలననే నవించును. రజోగుణలక్షణమైన విఓఏపశక్తి నశించిననే గాని చిత్తైకాగ్రత కుదరదు. అట్టి చిత్తైకాగ్రత లభించిననే గాని అపరోక్ష జ్ఞానమము సులభముగాదు. మనోమాలిన్యమును కడిగివేయుటకు యోగమే ముఖ్యోపాయము.

''యథాపర్వత ధాతూనాం దహ్యనన్తే దహనాన్మలాః

తథేన్ద్రియ కృతాదోషాన్ దహ్యన్తే ప్రాణనిగ్రహాత్.''

------యోగవాశిష్ఠము.

అట్టి పరమగుహ్యమైన,అత్యంత పవిత్రమైన యోగవిద్యను గురించి సాధికారముగా, అనుభవపురస్సరముగా చెప్పగల మహానుబావులుబహుకొద్దిమందివారిలో గూడ ఎక్కువమంది అజ్ఞాతముగా జీవితము వెళ్ళబుచ్చుచుందురు.లేదా''బాలోన్మత్తపిశాచవత్'' అని చచెప్పినట్లు బాలురువలె,పిచ్చివారివలె,దయ్యము పట్టినవారివలె నుండి జనసమూమమునకు దూరముగా బబోవ యత్నింతురు.

అనుభవజ్ఞానములేని అద్వైత వాస్త్రజ్ఞులెందరో దేవమునగలరు.అటులనే శాస్త్రజ్ఞానము లవలేశమేనియు లేని యోగమునుభవ పరిపూర్ణులునూ కొందరుగలరు. ఈరెండు తరగతులలో నెవ్వరివలనను ముముక్షులోకమునకంతగా నుపయోగములేదు. అద్వైత శాస్త్రజ్ఞానము, పూర్ణయోగానుబవము, ఈరెండింటికిని నేటి ఆధునిక శాస్త్రాపద్ధతులలో (Modern Science)ప్రమాణశాస్త్రమును క్రోడికరించుటగూడా తోడైయున్న నింకనట్టిస్థానమము త్రివేణి సంగమమేగదా? వర్తమానకాల మందట్టి మహామహులలో శ్రీశ్రీశ్రీరామానంద పరమహంసలవారు ముఖ్యులు. వారిటు యోగానుభవమునందును,అటు అద్వైతశాస్త్రబోధయందును ఆధునిక శాస్త్రపద్ధతులలో బోదయందును సమాన ప్రతిబగల సవ్యసాచి.నిరంతర యోగాబ్యాసముచే తమ సీవన వామినిని పునీత మొనర్చుకొని,యత్యంత తపోనిష్టాగరిస్ఠులగు శ్రీస్వామివారీ చిన్ని గ్రంధమును, మోక్షార్థుల సైకర్య,సైలభ్యము కొరకై,శ్రుతి స్మృతియుక్తముగా సోదామరణముగా రచించి ముముక్షులోకమునకు మహోపకారమొనర్చిరి.పుస్తకము పేరు ''యోగామృతము'' యోగవిద్యనశించనిది.యోగికి మరణములేదు.అచ్చమైన యమృత మమరులు త్రాగినారని మనమసూయ జెందనక్కరలేదు. ''యోగామృత రసం పీత్వా'' అని చెప్పినట్లు మనమెల్లరుయియీ ''యోగామీత'' పానముచేసి జరామరన రహితమగు శాశ్వతబ్రహ్మకైవల్యమునందెదముగాక.

ఇట్లు,
బుధజన విధేయుడు,
అన్నాగ్రడ లక్ష్మీనారాయణ,బి.కాం.(ఆనర్సు)
కామర్సుశాఖ అధిపతి,
గవర్నమెంటు కళాశాల, విజయవాడ.

శ్రీ రామానంద పరమహంసవారి

సంగ్రహ జీవితచరిత్ర

రాష్ట్రములన్నింట చిన్నదియే గాని ఆధ్యాత్మిక విద్యావిషయమున నన్నింట మిన్న కేరళ రాష్ట్రము.శ్రీ శంకర భగవాత్పాదులవంటి అద్వైతాచార్యులను దేశమునకు ప్రసాదించి, యనేక యోగివర్యులకు,తపోనిష్ఠాగరిష్టులకు, భాగవత తత్త్వప్రచారకులకు జన్మభూమియై వర్ధిల్లు గైరవమము కేరళము నకే దక్కినది,అట్టి పవిత్ర బ్రహ్మవిద్యా ప్రచార కేంద్రమై వెలసిన కేరళరాష్ట్రాంతర్గత కన్ననూతు పుర సమీపము శ్రీ రామానందస్వాములవారి జన్మస్థలము.క్రీ.శ. 1902వ సంవత్సరమున నొక యోగ్యతమైన యాధ్యాత్మిక కుటుంబమున శ్రీవారు జననమందుటచే భాల్యావస్థనుండియే వారు ప్రాపంచిక విసయాదులందుదాసీనతయు, యాద్యాత్మిక విద్యయందాసక్తియు గలిగియుండిరి. వారు విదార్థిగానున్న కాలమందు గూడ, నేదియో కొఱవడ్డ యొకానొక సిద్ధికై యారాట పడుచున్నట్లు వారి బంధువులల్లరు గ్రహించిరి,శైశవమునందే తన్నాశ్రయించిన యీవైరాగ్యలక్ష్మిని శ్రీవారు జననమందుటచే భాల్యావస్థనుండియే వారు ప్రాపంచిక విసయాదులందుదాసీనతయు,యాధ్యాతి&మక విద్యయందాసక్తియు గలిగియుండిరి.వారు విదార్థినిగానున్న కాలమందు గూడ, నేదియో కొఱవడ్డ యొకానొక సిద్ధికై యారాట పడుచున్నట్లు వారి బంధువులెల్లరు గ్రహించిరి, శైశవమునందే తన్నాశ్రయించిన యీ వైరాగ్యలక్ష్మిని శ్రీవారు బహుజాగ్రత్తగా పోషించుకొనుచు వచ్చిరి. వారికిగల యీ వైరాగ్యభావన వలననే పైచదువులు సాగించుట కవకాశమున్నను,జన్మత: గొప్ప శ్రీమంతులై యుండియు చదువు చాలించిసర్వే డిపార్టుమెంటులోనుద్యోగమును చేపట్టిరి. ఈ యుద్యోగావకాశము స్వామివారి జీవనదృక్పథమును సువిశాలమొనర్చుట కెంతయోతోడ్పడినది.శ్రీరామానందులవారికి శైశవమునుండియు నాధ్యాత్మిక గ్రంధపఠన యందును, వేదాంతగోష్ఠులయందునుగల యాసక్తి గుడుమెండు ఒక సమయమున కాకతాశీయముగా నొక విశ్వబ్రాహ్మణ మిత్రునివద్ధ లభించిన "సిద్ధవేద"మను గ్రంధమును శ్రీవారు ఆమూలాగ్రముగా కడుశ్రద్ధతో పఠించుట తటస్థించెను.జన్మత: సునిశితమైన వివేకబుద్ధిగల స్వామీజీని ఆ గ్రంధమున జెప్పబడిన యోగ రహస్యమును లెంతయో యాకర్షించినవి. ఆ గ్రంధ విసయమును పరిశీలించుటతోడనే స్వామి అందుపదేశించిన యోగపద్ధతిని సాకల్యముగా గ్రహించి అభ్యసింప మొదలిడిరి తదుపరి కొలదికాలమునకే యేతద్గ్రంధకర్త యగు శ్రీవివానంద పరమహంసవారిని శాస్త్ర పద్ధతిని గురువుగా స్వీకరింప సంకల్పించి "వడగర"యను పుణ్యక్షేత్రమున అట్టి బ్రహ్మోపదేశమును శ్రీ శివవానందులవారి యొద్ద పొందిరి.

కేరళ రాష్టములోని "వడగర" యనను దివ్య క్షేత్రమున యిప్పటికి శ్రీ శివానందులచే స్థాపింపబడిన "సిద్ధ సమాజ"మను గొప్ప యాశ్రమమొకటి గలదు. అచట వందలాది ముముక్షువులు యోగాభ్యానపరులై ఆధ్యాత్మిక పరిశ్రమను శ్రీ శివానందులవారికి స్వధేశముమలోను,విదేశములందును సుమారైదారు లక్షల వరకు శిష్యగణమున్నది. శ్రీ శివానందులవారు దక్షిణదేశమందున్న "పళని" క్షేత్ర వరినరములలో పర్యటించు సమయమున సాక్షాత్ నరనారాయణులనగదు సిద్ధులివ్వరు "రాజవిద్యా రాజ గుహ్యం పవిత్రమిదముత్తమం" అనదగు అత్యంత సనాతనమగు యొక విశిష్ట యోగపద్ధతి వారికుపదేశించి అదృశ్యులైరి. కేవలం భగవత్కృపివిశేషముచే లభించిన యీ బ్రహ్మోపాసనా పద్ధతిని దీర్ఘవత్సరము అరణ్యమధ్యమందుండి ఘోర తపమాచరించుచుండిరి. అపర వాల్మికియో యనునట్లు వారి భౌతికకాయమంతయు ముళ్ళుపొదలచేతను, తీగలచేతను చుట్టుబడి యుండెను. అట్టి సమయమున "కలాం" అను నొక ఫారెస్టు యుద్యోగి వీరి యునికిని గ్రహించి బాహ్యస్మృతి లేకయున్న శ్రీశివానందులవారిని వెలుపలికి గొనివచ్చి యువచారములచే బాహ్యస్మృతి గలిగించిరి. నాటి నుండి శ్రీశివానందులవారు లక్షలాది మానవులకు యీ యుత్తమ యోగ మార్గమమును బోధించుచు యీ భవసాగరముకు తరించు నుపాయమును జూపియుండిరి. ఇట్లు బహుకాలము బ్రహ్మవిద్యాప్రచారమున తమ జీవితము గడుపుచు చివరకు అరూప మనోనాశస్థితిని లక్షించి "పళని"లో జీవసమాధి నందిరి. శ్రీ శివానందులవారికి ఆంధ్రదేశమున గూడ పలుపట్టణములందు వేలాది శిష్యులు గలరు, అత&యంత గోప&యమమును విశిష్టమును అగుయీ యోగపద్దతి శ్రీ శివానందులవారి శిష్యసాంప్రదాయమునందే కలదుగాని మఱియెచ్చటను లభ్యముగాదు.అత్యంత ప్రాచీనమగు యీ పవిత్ర యోగపద్ధతి వేదమువలె అపౌరుషేయమని చెప్పవచ్చును.

శ్రీ శివానందులద్వారా యీ యోగవిద్యను గ్రహించిన దాది శ్రీ రామానందులవారు ప్రాపంచిక విషయములందు వైముఖ్యము గలిగి యేకాంతము నిచ్చగించుచు ఉద్యోగమునకు రాజీనామానిచ్చిరి. వారి యన్నగారు కొంత కుటుంబ బాధ్యతను తనకప్పగింప సంకల్పించినారని గ్రహించి ఎవారు యేరికిని జెప్పక, కట్టుబట్టలతో స్వజనమమునకు స్వస్థానమునకు దూరముగా నేగునుద్దేశ్యముతో నింటినుండి బయల్వెడలిరి. "యదహరేవవిరజేత్ తదహరేప్రవ్రజేత్" అను శ్రుతి ప్రమాణము ననుసరించి అకండవైరాగ్య భావన గలుగటయే సన్న్యాసాశ్రమమునకకు నాందిగానెంచి స్వామివారు తిరుపతి క్షేత్రమమునకు విచ్చేసిరి. అచ్చట తాను ధరించిన చొక్కాకోటు దేవస్థానపుకాపలావానికిచ్చివేసి, ధనము చెల్లించి దేవదర్శనము చేయనిచ్ఛగింపక, వేంకటేశ్వరుని దర్శింపకయే కొండదిగి వచ్చిరి. తదనంతరము మళయాళ స్వాములను దర్శించు నిమిత్తము యేర్పేడు వ్యాసాశ్రమమునకు విచ్చేసిరి.ఆశ్రమున కెదురుగా నున్న చెట్టు క్రింద ఆహారాదుల వర్జించి యోగనిష్ఠులైయున్న శ్రీవారిని మళయాళస్వాముల వారుచితరీతిని సత్కరించి తమ యాశ్రమమునందే నివసింపగోరిరి. కాని తీవ్ర వైరాగ్యావేశముచే వివశులైయున్న స్వామీజీ యచటచూడ నుండ నిచ్ఛగింపక పండరీపురము చేరిరి. అచట వారము రోజులు స్థానికాహారమములగు, జొన్నరొట్టె,వేరుశనగ, తేనీరులను సేవించుచు గడపిరి, తదుపరి నాసిక్ ప్రాంతమున నున్న పంచవటీ క్షేత్రమున పది రోజుల నిరాహారులై యోగనిద్రలో గడిపిరి. అచటి ప్రదేశము తపస్సుకనువుగా నున్నను ఆహార పానీయాదుల యసౌకర్యము వలన యాస్థానమును గూడ విడచి బొంబాయిమీదుగా అహమ్మదాబాద్ వఱకు ప్రయాణించిరి. అచటి యాహారపదార్ధములు శ్రీవారి దేహతత్త్వమునకు సరిపడక తీవ్రమగు జ్వరముతోను, కడుపు నొప్పితోను బాధ నొందిరి.అనారోగ్యముతో బొంబాయి తిరిగివచ్చి "బాణగంగా" వద్ద పరివ్రాజుకులకై యేర్పడిన సత్రపు గదులలో ఆఱుమాసములు జబ్బుతో గడిపిరి. శరీరము స్వస్థత చిక్కగనే మఱల తపస్సు కనువగు ప్రదేశమును వెదకుచు విజయవాడ మీదుగా విజయనగరము వఱకు కాలినడకను ప్రయాణించిరి.

అటనుండి గోదావరీ నదీతీరమున నేదైననొక ప్రశాంత ప్రదేశము లభ్యమగునేమోనను యుద్దేశ్యముతో తిరిగి ధవళేశ్వరమునకు విచ్చేసిరి.కొంతకాలము గోదావరీ నదీతీరమున ప్రశాంత వాతావరణమున యోగనిష్టయందు గడిపి తదుపరి ధవళేశ్వరము వద్ద శిథిలావస్థలోనున్న యొక మందుకొట్టులో స్థానమేర్పరచుకొని రోజులో చాలాభాగము దేహస్మృతి దప్పి యోగనిద్రయందు గడిపెడివారు. అ తరువాత పొలములో కుటీరములు నిర్మించుకొని కొంతకాలము,రోడ్డుపై నునండు తూములపై పరుండి మఱికొంతకాలము, నానా వృక్షాచ్ఛాయల నింక కొంతకాలము గడుపుచు వచ్చిరి.కొన్ని రోజులు ధవళేశ్వర ప్రాంతములో చీకటి కోనలుగానున్న గుల్లలో యోగనిద్రాపరవశులైగడపెడివారు. అంధకారమయమైన ఆలయ గర్భములలో గండుజీమలు,బాధాకరములగు కీటకములనేకములుగా నున్నను వాటిని స్వామి నరకకు గొనకుండెడివారు.తదుపరి జనార్ధనస్వామి ఆలయము వెనుక నున్న గుహలో పుట్టపై పరుండి యెనిమిది మాసములేక దీక్షతో తపమాచరించిరి. అచటి సర్పములు వీరికిసుమంతయు నపకారమొనర్పలేదు సరికదా అవి వారి దేహముపై పొరాడుచు చరలాటము లాడుచుండెడివట! వీరి నాప్రాంతపు ప్రజలిప్పటిని "పాములస్వామి"యని సంబోధించుట యలవాటు.స్వామి,పాపికొండలలో పట్టపగలే క్రూరమృగముల నంచరించు దుర్గమారణ్య మధ్యమమున నలుబదియొక్క రోజులు కఠోర తపంబాచరించిరి.ధవళేశ్వరమమున నున్నప్పుడు వీరివలన బ్రహ్మోపదేశమందిన డా॥కె.రంగారావుగారు(పిఠాపురం మెడికల్ ఆఫీసరు)వారికుటుంబము, జమిందారులు ముత్తంగి అయ్యన్నగారు మఱి యితరులనేకులు వీరియందు చూపు శ్రద్ధాభక్తులు కడుంగడు శ్లాఘనీయములు.

శిష్యగణమునందలి వాత్సల్యమును పురస్కరించుకొని కొత్తగూడెము నందును, కృష్ణాతీరమందలి విజయవాడలోని భవానీపురమందును,విజయనగరము జిల్లా బాడంగి సమీపములో కామన్నవలసయందునూ మూడు ఆశ్రమములు వెలయించిరి.ఎక్కువ కాలము శ్రీవారు మౌనదీక్షయందే గడుపు చున్నను అప్పుడప్పుడు ముముక్షు జనులను కటాక్షించు సంకల్పముతో శ్రుతిస్మృతియుక్తముగా ఆధ్యాత్మిక ప్రసంగములు చేయుచు వారి వాగామృతధారలచే శ్రోతల మనోమాలిన్యమును క్షాళనము చేయుచుందురు.స్వామివారు యీ యోగామృతమను గ్రంధములను గూడ రచించియున్నారు.

సదా శివ సమారంభాం శంకరాచార్య మధ్యమామ్
అస్మ దాచార్యపర&యంతాం వందే గురుపరంపరామ్॥

——అన్నాప్రగడ లక్ష్మీనారాయణ

మ ం చి త రు ణ ము

“మముక్తిర్నాస్తిర్గురుర్వినా” గురువులేనిదే మోక్షము లేదు. అన్యవిద్యలగు లౌకిక విద్యలకే గురువు కావలసివచ్చినపుడు బ్రహ్మవిద్యకు గురువు ఎంతైనా అవసరము,అయితే గురువు శబ్దమున కందఱూ అర్హులుకారు. “ఆచార్యో వేదసంపన్నో విష్ణుభక్తో విమత్సర:యోగజ్ఞో యోగనిష్ఠశ్చ సదా యోగాత్మకశ్శుచి:” అని అద్వయతారకోపనిషత్తు ప్రకారము వేద సంపన్నులై,విష్ణునియందు భక్తిగలిగి, మాత్సర్యములేనివారై యుండిననూ,అంత:కరణశుద్ధి కలుగజేయు యోగమునే(యోగములనేకములున్నవి)తెలుసుకొని సదా దానియందు నిష్టగలిగి యుండు గురువు మూడు లోకములందు కడు దుర్లభము.అట్టివారే శిష్యుని యొక్క అంధకారమును పోగొట్టగల శిష్యహృత్తాపహారులు కాగలరు.అట్టి లక్షణముకుగల యోగీశ్వరులే శ్రీశ్రీశ్రీ స్వామిరామానంద పరమహంస“బుద్ధిప్రసాదాశ్చశివ ప్రసాదాత్గురు ప్రసాదాత్పురుషస్యముక్తి” అన్నట్లు ఈశ్వరానుగ్రహము.గురుని యనుగ్రహము యోగసాధనద్వారా బుద్ధి ప్రసన్నతను బడసినారు. యోగీశ్వరుడగు శ్రీకృష్ణపరమాత్మ బృందావనములోను, తదితర చోట్లలోనూ దర్శనమిచ్చి “నీకు తెలియనిదొకటిలేద”నిచెప్పి వీరికి ప్రత్యక్షముగా అనుగ్రహించినారు. వీరి గురుదేవులు శ్రీ స్వామిశివానంద పరమహంస తమ సమాధియందు తమ ప్రియతమ శిష్యునిగా శ్రీవారిని ఎన్నుకొని,అనుగ్రహించినారు.ఇక వారి బుద్ధి ప్రసన్నర గుఱించి,వారు వ్రాసిన యీ యోగామృతము, జ్ఞానసూత్రం,వేదాంత రహస్యవిచారిణి,యోగజ్ఞాన ప్రకాశిక, జా&ఒనబోధిని, భగవద్గీతటీకాతాత్పర్యము మొదలగు గ్రంధమములను, ప్రతిదినమునూ ముఖ్యముగా ప్రతి ఆదివారమునాడు కామన్నవలస యోగజ్ఞానాశ్రమమునందు యిచ్చుచుండువారి వాగామృతములే నిదర్శనము, వీరు తమ స్వానుభవమును,శాస్త్రములతో జోడించి సనాతన శాస్త్రములగు ప్రస్థానత్రయ గ్రంధములందు సారమునొడగట్టి మోక్షమార్గమగు యోగమే శరణ్యమని నొక్కివక్కాణించి,నేటి అధునాతన శాస్త్ర(సైన్సు) పద్ధతులద్వారా వేదాంతమును చాటిచెప్పుచున్నారు.వేదములందుగల ప్రవృత్తి,నివృత్తి మార్గములను వేరుచేసి వేదములను పున:స్థాపితము చేయుటకై నవతరించిన వేదమూర్తి వారి వేదాంతసందేశమును ప్రపంచమందెచ్చటను యిటువంటి విద్యలేదని దినము దినము వచ్చు భక్తులు అత్యాశ్చర్యకరముగా వినుచున్నారు.నేటి వరకు యితర మార్గములలోపడి జీవితమంతా వృధాపోయినదని వాపోవుచున్నారు.శ్రీస్వామివారి విరాట్స్వరూపమగు విష్యగణమందనేకమంది వేదపండితులు,డాక్టర్లూ,లాయర్లూ,బహుముఖ విద్యాకోవిదులగు లెక్చరర్లు,అధునాతన విద్యాశాస్త్రవేత్తలు,పారిశ్రామికవేత్తలు, ఉన్నతాధికారవములు నిర్వహించిన రెవిన్యూ అధికారులు.వ్యాపారులు, ఎక్కువమంది వివిధ తరగతులలోనున్న ప్రభుత్వోగులు,వారి వారి సతీమనులు,అనేకమంది బాలయోగులు గలరు.అనగా యీ యోగవిద్య గృహస్థాశ్రమవాసులకు కూడా నుపయోగపడుచున్నదని ఋజువగుచున్నది.భుక్తి,ముక్తిదాయకమగు నీ యోగవిద్య (ప్రాణాయామము) శ్రీకృష్ణభగవానుడు చెపి&పనదేనని (స్పర్శాన్కృత్వా.....నాసాభ్యంతరచారిణౌ)యూ,ధ్యానము కంటె అతీరమైనదనియూ నిర్ధారణ చేయుచున్నారు.మానసికశక్తి (Mental Energy) కాపలయునని పలుచోట్ల వినుచుండవచ్చును.గాని అదియే విధముగా వృద్ధిచేసుకొనివలయునని తెలియక తత్త్వజ్ఞానము బహుశాఖలై పోవుచున్నది.అట్టి ప్రక్రియ శ్రీస్వామివద్దనే బహిర్గతమగుచున్నది.ఇట్టి విద్య ప్రపంచమందెచ్చటను గానరాము, మానసికశక్తి(Mental Energy)నిత్యజీవితములో చదువుకొనుచున్న విద్యార్థులు మొదలుకొని, ఉద్యోగస్తులకు,డాక్టర్లకు,న్యాయాధివతులకు, దేశమునేలు నేతలకు, ప్రతిపౌరునకు అవసరము. కావున భక్తిగలవారలుతపస్సు నందిచ్ఛగలవారలు,గురుసేవాతత్పరులు భగవంతునియందు అంచంచల విశ్వాసము గలవారలు, సంపూర్ణ వక్యములోనికి వచ్చి జ్ఞానియు (శాస్త్రజ్ఞానము) తత్త్వదర్శియు(అనుభవ జ్ఞానము),జీవన్ముక్తిస్థితిలో నున్న శ్రీస్వామివారి వద్దనుండి యోగవిద్యయు, బ్రహ్మవిద్యయూ పొంది తరించుటకిదే తరుణము,పూర్వకాలములందు(అరణ్యములందు) గురుకులాశ్రమములలో బ్రహ్మవిద్యయూ పొంది తరించుటకిదే తరుణము.పూర్వకాలమునందు(అరణ్యములందు) గురుకులాశ్రమములలో బ్రహ్మవిద్య బోధింపబడినట్లు గాథలలో గానబడుచున్నది. కాని కలియుగములో నేడు జననమ్మర్ధమధ్యములో మారుమూలనొక కుగ్రామములో యోగజ్ఞాన ఆశ్రమమము వెలసియున్నదంటే కలియుగ పరిణామమముపకిదే నిదర్శనము.దిన దినమూ భక్త బృందన్యాసము వ్యాప్తమగుచుండగా భవితమందు యీ ఆశ్రమము యావత్ప్రపంచము యొక్క ఉనికికే ఆధారభూతము(Axis)కాగలదు. బ్రహ్మవిద్యా సాంప్రదాయిక గురువులను వినియుండుటయే గాని చూచియుండలేదు.గాని అట్టి బ్రహ్మర్షి నేడు అవతరించుట వర్తమాన జన బహుళ్యము యొక్క సంస్కారబలమే కాగలదు. శాస్త్రజ్ఞానము గలవానికి అనుభవము లేదు. అనుభవజ్ఞులగు ఋషీశ్వరులు కాననములోనుండి మనకు లభ్యముగారు. ఈ రెండును గలిగి,ఆధునిక శాస్త్రపద్ధతులలలో (సైన్సు) తత్త్వజ్ఞానమును బోధించునట్టి శ్రీగురుదేవులగు శ్రీ స్వామీజీ లభించుట, దీనజనోద్ధరణకే యిది తరుణము కానున్నది.

—— డా॥ V.వెంకటేశ్వరరావు, M.B.B.S.,

ఓమ్ శ్రీ గురుభ్యోనమః

-: సద్గురు స్తోత్రమ్ :-

1) గురుర్బ్రహ్మా: గురుర్విష్ణు: గురుర్దేవో మహేశ్వర:
గురుస్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మం,తస్మై శ్రీ గురువేనమ:

2) నారాయణ సమారంభామ్
శ్రీ శివానంద మధ్యమాన్
రామానందా వధిమహమ్
వందే గురుపరంపరామ్

3) యోగీశ్వరం ప్రణమ్యాహమ్
శ్రీ శివానంద మధ్యమాన్
రామానందా వధిమహమ్
వందే గురుపరంపరామ్

4) గురవే సర్వలోకానాం,బిషజే భవరోగినామ్
నిధయే సర్వ విద్యానాం, శ్రీ దక్షిణామూర్తయే నమ:

5) బ్రహ్మానందం,పరమసుఖదం,కేవలం,జ్ఞానమూర్తిం
విశ్వాతీతం,గగన సదృశ్యం,తత్వమస్యాదిలక్ష్యం,
ఏకం,నిత్యం, విమల మచలం సర్వ ధీ సాక్షిభూతం
భావాతీతం త్రిగుణరమితం,సద్గురుమ్ తం నమామి
ఓమ్ శ్రీ రామానంద పరమహంస సద్గురవే నమ:
ఓమ్ శ్రీ శివానంద పరమహంస సద్గురవే నమ:

6) కృష్ణాయ వాసుదేవాయ, దేవకీ నందనాయచ
నందగోప సుతందేవం, కంసచాణూర మర్దనం
దేవకీ పరమానందం కృష్ణం వందే జగదుగరుమ్

7) కృష్ణమ్ కమల పత్రాక్షమ్ పుణ్యశ్రవణ కీర్తనం
వాసుదేవమ్,జగద్యోనిమ్ నౌమి నారాయణం హరిమ్
ఓమ్ శ్రీకృష్ణ పరమాత్మనే నమ:

8) లోకోద్ధరణార్థం అద్వైత స్థాపకాయ నమ:
శ్రీమత్ చ్ఛంకర భగవత్పాదాచార్య సద్గురవే నమ:

9) వ్యాసం వశిష్ఠ నప్తారం
శక్తే: పౌత్ర మకల్మషం
పరాశరాత్మజం వందే శుకతాతం తపొనిధిమ్

- ఓమ్ తత్ సత్ -

ఓమ్ శ్రీ గురుభ్యోనమ:

శ్రీ గు రు గీ త

1. యదజ్ఞాన ప్రభావేన దృశ్యతే సకలం జగత్
యజ్ఞానా&శ్ర్చయ మాప్నోతి తస్మై జ్ఞానాత్మనే నమ:
2. కైలాస శిఖరే రమ్యే భక్తానుగ్రహ తత్పర:
ప్రణమ్య పార్వతీ భక్త్యా శంకరం పరి పృచ్ఛతి
శ్రీదేవి ఉవాచ :-
3. ఓం నమో దేవదేవేశ పరాత్పర జగద్గురో:
సదాశివ మహదేవ గురుదీక్షా ప్రదేహిమే
4. కేనమార్గేణ భోస్వామిన్ దేహీ బ్రహ్మమయోభవేత్
తత్కృపాం కురమే స్వామిన్ నమామి చరణౌ తన
ఈశ్వర ఉవాచ :-
5. మమ రూపాపి దేవిత్వం తద్భక్తర్థం వదామ్యహం
లోకోపకారకం ప్రశ్న కేనాపి కృతం పురా
6. దుర్లబం త్రిషులోకేషు తచ్ఛ్రుణు వదామ్యహం
గురుబ్రమమ్మ వినా నాన్యత్ నత్యం సత&యం వదాననే
7. వేదశాస్త్ర పురాణా నేతిహాసాధి కానిచా
మంత్ర యంత్రాణి విద్యాశ్చస్మతి రుచ్చాటనాదికం
8. శైవశాక్తాగమాది నిచన్యాని వివిధానిచ
అవభ్రంశు కరాణీహ జీవానాం భ్రాంతచేతసాం
9. యజ్ఞం వ్రతం తపోదానం జపం తీర్థం తధైవచ
గురు తత్వమపిజ్ఞాయ మూడాస్వన్యే తరజనా
10. గురు బుద్ధ్యాత్మనో నాన్యత్ సత్యం సత&యం నసంశ్రయ:
తల్లాభార్థం ప్రయత్నస్తు కర్తవ్యోహి మనీషిభి:
11. గూఢా విద్యా జగన్మాయా దేహ మజ్ఞాన సంజ్ఞకం
ఉదయ స్వప్రకాశేన గురు శబ్దే నకథ్యతే
12. దేహిబ్రహ్మభవేత్తస్య తత్కృపార్థం కధామితే
సర్వపాప విశుద్ధాత్మా శ్రీ గురో: పాదపంకజం
13. సర్య తీర్ధావ గాహస్య సంప్రాప్నోతి ఫలం నరా:
గురరు పాదాంబుజం స్మృత్వా జలం శిరసిధారయేత్
14. సోషణ పాప పంకస్య దీపనం జ్ఞానతేజసాం
గురు పాదోదకం పీత్వా నంసారాబ్ధిం తరేద్బుధ:
15. అజ్ఞాన మూలహరణం జన్మకర్మ నివారణం
జ్ఞాన వైరాగ్య సిద్ధ్యర్థం గురు పాదోదకం పిబేత్
16. గురు పాదోదకం పేయం గురోరుశ్చిష్ట భోజనం
గురుమూర్తిం సదాధ్యాయేత్ గురుమంత్రం సదాజపేత్
17. కాశీక్షేత్రం నివాసంచ జాహ్నవీ చరణోదకం
గురుర్విశ్వేశ్వరం సాక్షాత్ తారక బ్రమ్మ నిశ్చితం
18. గురుపాదాంకితం యత్ర గమా సాథోక్షజోద్భవా
తీర్ధరాజ ప్రయాగశ్చ గురుమూర్తిం నసంశయ:
19. గురుమూర్తిం స్మరేన్నిత&యం గురునామం సదాజపేత్
గురో రాజ్ఞాం ప్రకుర్వీత గురోరన్యం నభావయేత్
యధా యోషిషి పుంశ్చలి

20. స్వాశ్రయంచ స్వజాతించ స్వకీర్తి పుష్టి వర్ధనం
అన్యత్సర్వం పరిత్యజ్య గురోరన్యం నభావయేత్
21. అనన్య చింత యంతో మాం సులభం పరమం పదం
తస్మాత్సర్వం పరిత్యజ్యం గురోరారాధనం కురు
22. గురు వక్త్రస్థితా విద్యా గురుభక్త్యాచ లభ్యతే
"గు" కారస్యంధ కారస్య "రు" కార స్తేజ ఉచ్యతే
23. అజ్ఞానగ్రాసకం బ్రహ్మ గురురేవ నసంశయ:
గుకార ప్రధమ శబ్దో మాయా గుణ సమాశ్రిత:
24. "రు"కారం చా ద్వయం బ్రహ్మ మాయాభ్రాంతి వమోచకం
ఏవం గురు పదం శ్రేష్ఠం దేవానామపి దుర్లభం
25. హాహా హూహూ గణశ్చైవ గంధర్వైరపి పూజ్యతే
ధ్రువం సురాణాం సర్వేషాం నాస్తితత్వం గురో:పదం
26. ఆసనం శయనం వస్త్రం వాహనాధి విభూషణం
సాధకేన ప్రదాతవ&యం గురో: సంతోష కారణం
27. గురోరారాధనం కార్యం సర్వ స్వంచ నివేదయేత్
కర్మణా మనసా వాచా నిత్యమారాధ యేత్ గురుం
28. దీర్ఘ దండ నమస్కృత్య నిర్లజ్జో గురు సన్నిదౌ
శరీరమర్థం ప్రాణంచ సద్గురుభ్యో నివేదయేత్
29. క్రిమికీటం భస్మ పిష్ఠం దుర్గంధం మలమమూత్రకం
శ్లేష్మరక్తాత్మకం చర్మ సంచయన్న వరాననే
30. సంసార వృక్ష మారూఢ: పతంతి నరకార్ణవే
యేన చోద్ధారితా సర్వే తస్మై శ్రీ గురవే నమ:
31. గురుబ్రహ్మ: గురుర్విష్ణు: గురుర్దేవో మహేశ్వర:
గురేదేవ జగత్సర్వం తస్మై శ్రీ గురవేనమ:
32. అజ్ఞాన తిమిరాంధస్య జ్ఞానాంజన శలాకయా
చక్షురున్మీలితం యేన తస్మై శ్రీ గురవేనమ:
33.అఖండ మండలాకారం వ్యాప్తం యయేన చరాచరం
తత్పదం దర్శితం యేన తస్మై శ్రీ గురవేనమ:
34. స్థావరం జంగముంచైవ యత్కించిత్స చరాచరం
త్వం పదం దర్శితం యేన తస్మై శ్రీ గురవేనమ:
35. సచ్చిన్మయం సదా పూర్ణం సచ్చిదానంద విగ్రహం
ఆస్మిన్పదం దర్శితం యేన తస్మై శ్రీ గురవేనమ:
36. సర్వశ్రుతి శిరోరత్నం విరాజిత పదాంబుజం
వేదాంతాంబుజ సూర్యభం తస్మై శ్రీ గురవేనమ:
37. యస్యస్మరణ మాత్రేణ జ్ఞాన ముల్పద్యతే స్వయం
సమేవ సర్వసిద్ధిశ్చ తస్మై శ్రీ గురవేనమ:
38. చైతన్యం శాశ్వతం శాంతం వ్యోమాతీతం నిరంజనం
నాద బిందు కహాతీతం తస్మైశ్రీ గురవేనమ:
39. స్థావరం హ్యపరం శాంతం జంగమంచర మేవచ
వ్యాప్తం యయేన జగత్సర్వం తస్మైశ్రీ గురవేనమ:
40. అనేక జన్మ సంప్రాప్త కర్మేంధన విదాహినే
జ్ఞాన బోధ ప్రభావేన తసస్మైశ్రీ గురువేనమ:
41. జ్ఞానశక్తి సమారూఢం తత్వమాలా విభూషితం
భుక్తిముక్తి ప్రదాతారం తస్మైశ్రీ గురవేనమ:
42. న గురోధికం తత్వం న గురోరధికం తప:
తత్వ జ్ఞానాత్పరం నాస్తి తస్మైశ్రీ గురవేనమ:

43. మన్నాథ శ్రీ జగన్నాథో మద్గురు శ్రీ జగద్గురు:
మమాత్మా స్వ భూతాత్మా తసస్మైశ్రీ గురవేనమ:
44. ధ్యానమూలం గురోమూర్తిం పూజామూలం గురో: పదం
మంత్రమూలం గురోర్వాక&యం మోక్షమూలం గురో:కృపా
45. గురురాది రనాదిశ్చ గురు: పరమదైవతం
గురో: సమాన్యతో నాన్యత్ తస్మైశ్రీ గురవేనమ:
46. యుత్కటాక్ష మహామాత్రిత్య నిత్యశ్ర:
షుఖినోస్మి కృతార్థోప్మి గురునాథ తమాశ్రయేత్
47. హరణం భవరోగాణాం కరణం సర్వ సంపదా
భరణం శ్రీ గురోర్నిత&యం శరణం చరణం భజేత్
48. అననశ్చిన్న చిద్రూప చిదానందాత్మ వస్తవే
నమస్కార తిరస్కారౌ కథం దేవ కరోమ్యహం
49. నిత్యాయ నిర్వికల్పాయ నిరవధ్యాయ యోగిణే
నిష్కళాయ, నిరీహాయ శివాయ గురవేనమ:
50. శిష్యహృద్పద్మ సూర్యాయ, బోధక జ్ఞాన రూపిణే
వేదాంత తత్వవేద్యాయ శివాయ గురవేనమ:
51. ఉపాయోపేయ రూపాయ తదుపాయ ప్రవృత్తినే
అనృవాచ్యాయ వాచ్యాయ శివాయ గురవేనమ:
52. కార్యకారణ హీనాయ రూపారూపాయతే సదా
అప్రమేయ స్వరూపాయ శివాయ గురవేనమ:
53. దృక్ దృశ్య జ్ఞాన శూన్యాయ నిష్పంద నిజరూపిణే
అపారాయ ద్వితీయాయ శివాయ గురవేనమ:
54. గుణాధారాయ గుణినే గుణవర్జిత రూపిణే
జన్మానే హీనాయ శివాయ గురవేనమ:
55. స్వతేజోదిత విశ్వాయ భిన్నా భిన్న స్వరూపిణే
భిన్న సంసార వృక్షాయ శివాయ గురవేనమ:
56. అనాద్యాయభిలాద్యాయ మాయినే గతమాయినే
అరూపాయ స్వరూపాయ శివాయ గురవేనమ:
57. సర్వ మంత్ర స్వరూపాయ నర్వతంత్ర రూపిణే
సర్వగాయ సమస్తాయ శివాయ గురవేనమ:
58. వరప్రసాద మంత్రోద్యత్ సచ్చిదానంద తేజసే
అగ్నిష్టో మత్స్వరూపాయ వివాయ గురవేనమ:
59. గురుమేవం విజానీయత్ నమస్కుర్యాదభీష్టదం
నమస్కారం పఠేద్భక్త్యా గురుగీతా మిమాం బుధ:
60. వర్ధంతే సంపదత్తస్య కీర్తి రాయుర్మ హార్దయ:
నిత్యం నర్వణ్యుషస్వేనం గురువందన మాచరేత్
61. గురువందన సంతుష్టా స్సర్వ దేవ సమాహిత
సర్వాభీష్టం ప్రయశ్చంతి భోగ మోక్షాది సంపద:
62. మనుష్య చర్మణా బద్ధ సాక్షాత్పర శివస్వయం
శిష్యాను గ్రహణార్థాయ గూఢం పర్యటితాక్షితౌ
63. శివవత్ దృశ్యతే సాక్షాత్ గురం పణ్యకర్మిణాం
నరవత్ దృశ్యతే సాక్షాత్ శ్రీ గురం పాప కర్మిణాం
64. ఇదమేవశివం ఇదమేవశివం ఇదమేవశివం ఇదమేవశివం
మమశాననతో మమశాసనతో మమశాసనతో మమశాసనత:
65. ఏవం విధి గురుధ్యానాత్ జ్ఞాన ముల్పద్యతే స్వయం
తస్మాద్ గురు ప్రనాదేవ ముక్తోహమితి భావయేత్

66. గురూక్త మార్గత: ప్రాజ్ఞ కుర్యాఛ్ఛుద్ధస్వ మానస:
అన్యశ్చాఖండ యేన్సర్వం యత్కించ స్వాత్మగోచరం
67. జ్ఞేయం సర్వ రూపంచ జ్ఞానం మనముచ్యతే
జ్ఞానా జ్ఞేయం సమాకుర్యా దాన్యస్పంధా ద్వితీయహం
68. ఏవం శ్రుత్వా మహాదేవి గురునిందా కరోతియ:
సయాతి నరకం ఘోరం యావచ్చంద్ర దివాకరౌ
69. యావత్కల్పాంతకో దేవి తాపదేవ గురుంస్మరేత్
గురులోపోన కర్తవ్యం స్వశ్చందో యదివా భవేత్
70. సప్తసాగర పర్యంతం తీర్ధజ్ఞాన ఫలం యధా
గురోరంఘ్రి జలాద్బిందో సహస్రాంశో నలభ్యతే
71. హుంకారేణ నకరర్తవ&యం ప్రాజ్ఞై శ్శ్యై కదాచన
గురోరగ్రే నకర్తవ్య మపత్యం హీ కదాచన
72. గురుత్వం కృత్యహంకృత్య గురరరుం నిజర్జిత్యవాదర:
అరణ్యేనిర్జనే ఘోరే భవతి బ్రహ్మరాక్షస:
73. మునిభి: పన్నాగైర్వాపి సుర్తైర్వాశాసితోయది
కాలమృత్యు భయాద్వాపి గురురక్షతి పార్వతి
74. అశక్తాహి సురాద్యశ్చ హ్యాశక్తా మునయస్థతా
గురుశాపేనతే శ్రీఘ్రం క్షయం యాంతి నసంశయ:
75. మంత్రరాజ మివందేవి గురురిత్యక్షర ద్వయం
స్మృతి వేదార్ధ వ్యాక్యేషు గురుసాక్షాత్పరం పదం
76. శ్రుతి స్మృతీచ విజ్ఞేయ కేవలం గురుసేవయాత్
స సన్యాశివ ప్రోక్తం ఇతరే వేషధారిణే
77. నిత్యం బ్రహ్మం నిరాకారం నిర్గుణం చాత్మ సంస్థితం
సర్వం బ్రహ్మ నిరాభాసం ద్వీపో ద్వీపాంతరం యధా
78. గురో: కృపా ప్రసాదేన స్వాత్మారామం నిరీక్ష్యతే
అనేన ముక్తిమార్గేన హ్యాత్మజ్ఞానం ప్రవర్తతే
79. ఆబ్రహ్మస్తంభ పర్యంతం పరమాత్మక స్వరూపకం
స్థావరం జంగమంచైవ ప్రణమామి జగన్మయం
80. నిత్యం బ్రహ్మ నిరాకారం నిర్గుణంచాత్మ సంస్థితం
వందేహం సచ్చిదానందం భేదాతీతం సదాగురుం
81. పరాత్పర తరం ధ్యేయం ధ్యానం ఆనందకారకం
హృదయాకాశ మద్యస్థం శుద్ధస్పటిక సన్నిభం
82. స్పటిక ప్రతిమం రూపం దృశ్యతే దర్పణే యదా
తదాత్మని చిదాకారం ఆనందం సోహమిత్యుద:
83. అంగుష్ఠమాత్రం పురుషం ధ్యేయం సచ్చిన్మయం హృది
తత్రస్ఫురతి భావోయుం శ్రుణత్వం కధయామ్యహం
84. అగోచరం తధాగమ్యం నామరూప వివర్జితం
నిశ్శబ్దం తద్విజానీయాత్ స్వభావో బ్రహ్మపార్వతి
85. యదా నిత్య స్వరూపేణ కర్పూర కుసుమాదికం
శితోష్ణాది స్వరూపేణ తదా బ్రహ్మచ శాశ్వితం
86. స్వయంతధా విధో భూత్వా స్థాతవ్యం యత్రకుత్రచిత్
కీటభ్రమర వత్తత్ర ధ్యానాద్భవతి తాదృశం
87. గురుధ్యాన ప్రభావేన స్వయం బ్రమ్మ మయోభవేత్
పిండే పదే తధారూఢే ముక్తోసౌనాత్ర సంశయం
88. స్వయం బ్రహ్మ మయో భూత్వా తత్పరం చావలోకయేత్
సరాత్పరం తరం నాన్యత్ సర్వమేవ నిరామయం

89. తస్యావ లోకనం ప్రాప్తం సర్వసంగ వివర్జితం
ఏకా: నిస్పృహ శాంతో స్థాతవ్యం తత్ప్రసాదత:
90. లబ్ధంవా దనలబ్ధంవా హ్యల్పంవా బహుళం తధా
నిష్కా మేనైన భోక్తవ&యం సదా సంతుష్ట మానస:
91. సర్వజ్ఞ పదమిత్యాహు రేతస్సర్వ మయోభవేత్
సదానంద స్సదాశాంతో రమతే యత్ర కుత్రచిత్
92. యత్రావ తిష్ఠతే సోపి తద్దేశం పుణ్యభాజనం
ముక్తస్య అక్షణం దేవి తవాగ్రే కధితం మయా
93. ఉపదేశం తతో దేవి గురుమార్గేణ ముక్తిదం
గురుభక్తి సదాద్యానం సకలం తవకీర్తనం
94. ఆనేనయత్ భవేత కార్యం తద్వదామి శ్రుణుప్రియే
లోకోపకారకం దేవీ లోకేశంతు సభావయేత్
95. లౌకికం కర్మ సంయాంతి జ్ఞాన హీన పరంతపే
జ్ఞాని భావతె సర్వం కర్మ నిష్కర్మ యత్కృతం
96. ఇదంతు భక్తి బావేన పఠనే శ్రుయతే యది
లిఖిత్వ తత్ప్రసాదన్యం దానం దక్షిణయా తధా
97. గురుగీతాధ్యక్షరంతు మంత్ర రాజ మిమాం జపేత్
అన్యేచ వివిధా మంత్రాన్ కళానకుర్వంతి షోడశీం
98. అనంత ఫలమాప్నోతి గురుగీతా జపేనతు
సర్వ ప్రశమనం సర్వ దారిద్ర్య నాశనం
99. కాలమృత్యు భయహరం నర్వసంకట నాశనం
యక్ష రాక్షస భూతానం చోర వ్యాఘ్రభయాపహం
100. మహావ్యాది హరం సర్వం విభూతే సిద్ధిదం పరం
హ్యధవా మొహనే వశ్యే స్వయమేవ జపేత సదా
101. కుశ దుర్వాత్మకే దేవి హ్యసనే శుభ్రకం బుళే
ఉప విష్య తతో దేవి జపేదేకాగ్ర మానసే
102. ధ్యేయంచ శుక్లం శాంత్యర్థేవశేరక్తాసనం ప్రియే
అభిచారే కృష్ణవర్ణం పీతవర్ణం దనాగమే
103. శాంతిశ్చే దుత్తరం జప&యం పూర్వ ముఖోదితం
దక్షిణే మారణం ప్రోక్తం పశ్చిమేతు ధనాగమ:
104. మోహనం నర్వ భూతానాం బంధ మోక్షకరం పరం
దేవరాజ ప్రియకరం సర్వలోక వశం భవేత్
105. రిపుణాస్తంభనం వాచా సుగుణాంచ వర్ధనం
అసాధ్య సిద్ధితం కార్యం నాసాగ్రహ భయో పహం
106. దుస్వప్న నాశనం చైవ,సుస్వప్న ముపజాయతే
సర్వ శాంతికరం నిత&యం సర్వో పద్రవ నాశనం
107. పఠనాత్ నర్వ సిద్ధిస్యాత్ సర్వజ్ఞాత్వాది సిద్ధిదా
మహాయాగీశ్వరో భూత్వా ముక్తిం పంచ విధాం లభేత్
108. సదాశివోభవే దేవం సత్యం సత్యం న సంశయ:
పరాత్పర విజ్ఞేయం సర్వ సాధారణం భవేత్
109. నగురోరధికం సగురోరధికం నగురోరధికం నగురోరదికం
శివశాసనతో శివశాసనతో శివశాసనతో శివశాసనత:
ఇతి శ్రీ మార్కండేయ పురాణే గురుగీతా

సంపూర్ణం

ఓం తత్ సత్

-: ం :-

ఓమ్ శ్రీ సద్గురుభ్యోనమ:

శ్రీ సద్గురు పాదుకాస్తవమ్

శ్లో॥ నిత్యానందం పరమసుఖదం కేవలం జ్ఞానమూర్తిం
విశ్వాతీతం గగన సదృశం తత్వమస్యాది లక్ష్యమ్ ।
ఏకం నిత్యం విమల మచల సర్వధీసాక్షి భూతం
భావాతీతం త్రిగుణరహితం సద్గురం తన్నమామి ॥

శ్లో॥ శ్రీ సమంచిత మవ్యయం పరమప్రకాశ మగోచరం
భేదవర్జిత మప్రమేయ మనంతమాద్యమ కల్మషం ।
నిర్మలం నిగమాంతమ ద్వయ మప్రతర్క్యమ బోధకం
పాత్ర రేవమి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ వ్యోమ వద్బహిరంతరస్థిత మక్షరం నిఖిలాత్మకం
కేవలం పరిశుద్ధమేకమ జన్మహి ప్రతిరూపకమ్ ।
బ్రహ్మతత్వ వినిశ్చయం నిరతాను మోక్ష సుభోధం
పాత్రరేవహి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ బుద్ధిరూపమ బుద్ధికంత్రితయైక కూటని వాసినం
నిశ్చలం విఖిల పక్రాశక నిర్మలం నిజమూలకమ్ ।
పశ్చిమాంతర ఖేలనం నిజశుద్ధ సంయమిగోచరం
ప్రాతరేవహి మావసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ హృద్గతం విమలం మనోజ్ఞ విభాషితం పరమాణుకం
నీలమధ్య సునీలసన్నిభ మాది భిందు నిజాం శుకమ్ ।
సూక్ష్మకర్ణిక మధ్యమస్థిత విద్యుదాది విభాషితం
ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భాయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ పంచ పంచహృషీక దేహమనశ్చ తుష్క పరస్పరం
పంచభౌతిక కామషట్క సమీర శబ్ద ముఖేతరమ్ ।
పంచకోష గుణత్రయాది సమస్త ధర్మ విలక్షణం
పాత్రరేవహి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ పంచముద్ర సులక్ష్య దర్శన భావమాత్ర నిరూపణం
విద్యుదాది ధగధగిత్వ రుచిర్వినోద వివర్ధనమ్ ।
చిన్ముఖాంతర వర్తినం విలసద్విలాస మమాయకం
ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయే ద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ పంచవర్ణ రుచిర్విచిత్ర విశుద్ధతత్వ విచారణం
చంద్రసూర్య చిదగ్ని మండల మండితం ఘనచిన్మయం ।
చిత్కళా పరిపూర్ణ మంతర చిత్సమాధి నిరీక్షణం
పాత్రరేహి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ హంసచార మఖండనాద మనేక వర్ణమ రూపకం
శబ్దజాలమయం చరాచర జంతుదేహ నివాసినమ్
చక్రరాజ మనాహతోద్భావ మేకవర్ణ మత: పరం
ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ జన్మకర్మ విలీనకారణ హేతుభూతమ భూతకం
జన్మకర్మ నివారకం రుచిపూరకం భవతారకమ్ ।
నామరూప విసర్జితం నిజానాయకం శుభదాయకం ॥
పాత్రరేవహి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥

శ్లో॥ తప్తకాంచన దీప్యమాన మహాణు మాత్రమ రూపకం
చంద్రికాంతర తార కైరవ ముజ్వలం పరమాస్పదమ్

నీల నీరద మధ్యమస్థిత విద్యుదాద వభాసితం
ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥
శ్లో॥ స్థూల సూక్ష్మ సకారణాంతర ఖేలనం పరిపాలనం
విశ్వతైజస ప్రాజ్ఞచేతస మంతరాత్మ నిజాంశుకమ్
సర్వకారణ మీశ్వరం నిటలాంతరాళ నిహారకం
ప్రాతరేవహి మానసాంతర్భావయేద్గురు పాదుకామ్ ॥
ఇతి శ్రీ మచ్ఛంకరాచార్య విరచితం శ్రీ సద్గురు పాదకాస్తవం

-: సం పూ ర్ణ మ్:-

ఓం

శ్రీ దక్షిణామూర్తి పరబ్రహ్మణేనమః

శ్రీ దక్షిణామూర్తి స్తోత్రమ్

శ్లో॥ మన్దస్మితం స్ఫురితముగ్ధ ముఖారవిన్దం
కన్దర్పకోటి శతసున్దర దివ్యమూర్తిమ్
ఆతామ్ర కోమల జటాఘటి తేన్దు రేఖాం
ఆలోకయే వటతటే నిలయం దయాళుమ్

శ్లో॥ వటతటపి సమీపే భూమిభాగే నిషణ్ణం
సకల ముని జనానాం జ్ఞానదాతర మారాత్
త్రిభువన గురుమీశం దక్షిణామూర్తి దేవం
జనన మరణ దఃఖచ్ఛేద దక్షం నమామి

శ్లో॥ చిత్రం వట తరోర్మూలే వృద్ధా శ్శిష్యా గురుర్యువా
గురోస్తుమౌనం వ్యాఖ్యానం శిష్యాస్తుచ్ఛిన్నసంశయాః

శ్లో॥ మౌనవ్యాఖ్యా ప్రకటిత పరబ్రహ్మతత్త్వం యువానం
వర్షిష్ఠాన్తేవ సదృషిగ ణై రావృతం బ్రహ్మనిష్ఠైః
ఆచార్యేన్ద్రం కరకలిత చిన్ముద్ర మానన్దమూర్తిం
స్వాత్మారామం ముదితవదనం దక్షిణామూర్తి మీడే

శ్లో॥ విశ్వం దర్పణదృశ్యమాన నగరీతుల&యం నిజాన్తర్గతం
పశ్యన్నాత్మని మాయయా బహిరివోద్భూతం యథానిద్రయా
యస్సాక్షా త్కురుతే ప్రభోధసమయే స్వాత్మానమే వాద్వయం
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తి యేనమ ఇదం శ్రీ దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ బీజస్యాన్తరి వాంకురో జగదిదం ప్రాఙ్నిర్వి కల్పం పనః
మాయాకల్పిత దేశకాల కలనావైచిత్ర్య చిత్రీకృతమ్
మాయవీవ విజృంభయత్యపి మహాయోగీ వయస్స్వేచ్ఛయా
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తయే నమ ఇదం శ్రీ దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ నానా చిద్ర ఘటోదర స్థిత మహాదీప ప్రభాభాస్వరం
జ్ఞానం యస్యతు చక్షురాది కరణద్వారా బహిస్స్పన్దతే
జానామీతి యమేవ భాన్త మను భాత్యే తత్సమస్తం జగత్
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తయేనమ ఇదం దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ దేహం ప్రాణమపీంద్రియాణ్యపి చలాం బుద్ధించ శూన్యం విదుః
స్త్రీ బాలాన్ధ జడోపమాస్త్వహమితి భాన్తాభృశంవాదినః
మాయశక్తి విలాసకల్పిత మహావ్యామోహ సంహారిణే
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తయేనమ ఇదం శ్రీ దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ రాహుగ్రస్తదివాకరేందు సదృశో మాయా నమాచ్ఛాదనాత్
సన్మాత్రః కరణోపసంహరణ తోయోభూత్సుషుప్తః పుమాన్
ప్రాగస్వాప్సమితి ప్రబోదసమయే యః ప్రత్యభిజ్ఞాయతే
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తయేనమ ఇదం శ్రీ దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ బాల్యాదిష్వపి జాగ్రదాదిషు తథా సర్వావస్థాస్వపిః
వ్యావృత్తాస్వను వర్తమాన మహామిత్యన్తః స్ఫురన్తస్సదా
స్వాత్మానం ప్రకటీకరోతి భజతాం యోభద్రయా ముద్రయా
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తయేనమ ఇదం శ్రీ దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ విశ్వం పశ్యతి కార్యకారణ తయాస్వస్వామి సంబంధతః
శిష్యాచార్య తయాతదైవ పితృపుత్ర్యాద్యాత్మనా భేదతః
స్వప్నే జాగ్రతి వాయుఏష పురుషో మాయా పరిభ్రామితః
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తయోనమ ఇదం శ్రీ దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ భూరం భాంస్యనలోని లోంబర మహర్నా థోహిమాంశు: పుమాన్
ఇత్యాబాతి చరాచరాత్మక మిదం యస్యైవ మూర్త్యష్టకం
నాన్యత్కించిన విద్యతే విమృశతాం యస్మాత్పరస్మా ద్విభో:
తస్మై శ్రీ గురుమూర్తయేనమ ఇదం శ్రీ దక్షిణామూర్తయే

శ్లో॥ సర్వాత్మత్వమిత స్ఫుటీకృత మిదం యస్మాద ముష్మిన్‌స్త వే
తేనాస్య శ్రవణాత్త దర్థమన నాద్ధ్యాన్నాచ్చ సంకీర్తనాత్
సర్వాత్మత్వ మహావిభూతి సహితం స్యాదీశ్వతత్వం స్వత:
సిద్ధ్యేత్త త్పునరష్టధా పరిణతం చైశ్వర్య మవ్యాహతమ్

శ్లో॥ శ్రీమద్గురో నిఖిలవేద శిరోనిగూఢ
బ్రహ్మాత్మభోధ సుఖసాంద్రతనో మహాత్మన్
శ్రీకాంత వాక్పతి ముఖాఖిలదేవ సంఘాన్
స్వాత్మావ బోధక పరేశ నమోనమస్తే

శ్లో॥ ఓం నమ: ప్రణవారాయ శుద్ధజ్ఞానైక మూర్తయే
నిర్మలాయ ప్రవాంతాయ దక్షిణామూర్తయే నమ:

శ్లో॥ గురవే సర్వలోకానం భిషజేభవ రోగినామ్
నిధయే సర్వవిద్యానాం దక్షిణామూర్తయే నమ:

శ్లో॥ ఈశ్వరో గురురాత్మేతి మూర్తిభేదవిభాగినే
వ్యోమ వద్వ్యాప్తదేహాయ దక్షిణామూర్తయే నమ:

ఇతి శ్రీ మత్పరమహంస పరివ్రాజకాచార్యవర్య
శ్రీ మచ్ఛంకరాచార్య విరచిత శ్రీ దక్షిణామూర్తి స్తోత్రం

సంపూర్ణమ్
ఓమ్ తత్ సత్
-:o:-

ఓమ్

తస్మై శ్రీ గురవే నమ:

యోగామృతము

1. మానవత్వము

మానవుడనగా నెవరు ? మానవత్వము దేనికి ? శరీరమునకా ?లేక వరీరములో చైతన్యమునకా ?లేక జీవునకా ?శరీరమునకైనట్లయినయెడే రూపంతోవున్న బొమ్మను, బొమ్మంటున్నామముగాని మానవుడని అనుటలేదుగదా, చనిపోయిన పిదప దానినుంచి చైతన్యము బైటకు పోయినందున ఆ స్థూలదేహమును "శవము" అంటున్నాముగాని "మానవుడు" అని అనుటలేదుగదా. మానవుడనగా వివేకముతో కూడినవాడనియర్థము.

మానవ జన్మము పశుపక్ష్యాది జన్మములవలె నాహారనిద్రా భయమైథునాదులందుంబ్రవర్తించుటకు మాత్రమే యేర్పడినది గాదు. అట్లేయైనచో పశుపక్ష్యాదులకును మానవులమని యభిమానముతోంబ్రవర్తించు మనకును వ్యత్యాసముండదుగదా!

శ్లో॥ ఆహార నిద్రాభయ మైథునాని

సామాన్యమే తత్పశుభిర్న రాణం

జ్ఞానం నరాణా మధికో విశేషో

జ్ఞానేన హీన: పశుభి స్సమాన:

-ఉత్తరగీత

ఆహార నిద్రా భయమైథునములు పశువుకును నరులకును సమానములే యనియు, నరులకు జ్ఞాన మొక్కటి విశేషమయినదనియు, అట్టి జ్ఞానము లేని నరుడు పశువుతో సమానుడనియు పై శ్లోకముయొక్క భావము.

జ్ఞానమనగా సత్యమైన విషయము నెఱుంగగల బుద్ధియని భావము.

మానవులనగా మననశీలురని యర్థము. మననశీలురనగా సత్యాసత్యములను గుఱించి బాగుగా విమర్శించి సత్యమైనవాటి నెఱుంగగల బుద్ధి గలవారని భావము. అనగా వివేకముగల వారని తాత్పర్యము.వివేకము లేనివారు పశువులనియే శాస్త్రభావము. "విద్యావిహీన: పశుభిస్సమాన:" అని యార్యోక్తి కలదుగదా !

విద్యయనగా భాషా పరిజ్ఞానమని భావించరాదు. భాషలొకరికిగల మనోభావముల నితరులకు దెలియజేయుటకుపయోగించు సాధనములు మాత్రమే కాగలవు; అట్టి భాషలు సర్వ జీవులకును వేఱు వేఱుగాగలవు.కనుక భాషా పరిజ్ఞానమే విద్యయైనచో పశుపక్ష్యాదులును విద్య గలవియే కావలయును. కాని పైచెప్పబడిన జ్ఞానము పశుపక్ష్యాదులకు లేదుగదా!

జ్ఞానము తక్క నితర విషయములన్నిటిలో మానవులమని యభిమానముతో బ్రవర్తించువారికంటె పశుపక్ష్యాదులే యధికజ్ఞానము గలిగి ప్రవర్తించుచున్నవి.

చిలుక మన మాటలను విని యట్లే మాట్లాడుటయు, తదనుగుణముగా బ్రవర్తించుటకు జరుగుచున్నది. ఎద్దులు మొదలగు పశువులితర భాషా ప్రాంతములనుండి తేబడినవై మన భాషల కలవాటుపడి తదనుగుణముగా ప్రవర్తించు చున్నవిగదా! పోలీసు కుక్కలు నేరస్థులను పట్టి యప్పగించుటలేదా ? సర్పము (త్రాచుపాము) పగబట్టినవారిని దూర ప్రదేశములకేగియు కఱచి పగదీర్చుకొనుట లోకప్రసిద్ధమే గదా ? కాన యట్టి విశేషజ్ఞానము మానవులమని యభిమానించు మనకు సులభసాధ్యము కాదని సుస్పష్టము.

మఱియు పశుపక్ష్యాదులు ప్రకృతి ననుసరించి నియమిత కాలములో మాత్రమే సంభోగాది విషయముల నాచరించుచున్నవి. మానవులమని యభిమానించు వారలమగు మనకుకూడ నిట్టి విషయములలో నియమిత కాలములున్నను వాటి నతిక్రమించి యథేచ్ఛగా విహరించుట జరుగుచున్నది. పశుపక్ష్యాదుల కాహారాదులందుగల చింత లాయా కాలములలోనే యుండును. తదితర కాలములలో వాటికెట్టి చింతలుండవు. కాని మానవులమని యభిమానించు వారలమగు మనము పుత్ర మిత్ర కళత్రపశుక్షేత్రాదులందు మమతా హంకారములు కలిగి యున్నాము. కనుక పై విషయములన్నింటిని గూర్చి యాలోచించినందున పశుపక్ష్యాదులకంటె మానవజన్మమే కడుహీనమనియు, నసుఖప్రదమనియు నంగీకరించక తప్పదు.

పశుపక్ష్యాదులకు భూత భవిష్యత్కాలములను గుఱించిన జ్ఞానముండదు. ఇట్లే మానవులమనుకొనుచు భూతభవిష్యత్కాలముల జ్ఞానములేక వర్తమాన కాలమును గురించిన జ్ఞానము మాత్రమే కలిగి ప్రవర్తించినచో అనగా ప్రస్తుత జీవిత కాలమును గూర్చి మాత్రమే యాలోచించుకొని ప్రవర్తించినచో మనము గూడా పశుపక్ష్యాదులతో సమానులము కాగలము. కాన నీ జీవుడు భూతకాలమునుండి వచ్చిన వాడనియు, భవిష్యత్కాల మొకటిగలదనియు భావించి యా కాలమున సుఖముగా జీవించుటకు బ్రయత్నము చేయువారు మాత్రమే వివేకము గలవారని భావించవలెను. అట్టి వివేకము లేక వర్తమాన జ్ఞానము మాత్రమే గలిగి ప్రవర్తించుట పశుత్వమే కాగలదు.

శృతి :- "దేహం పశ్యతీతి పశు:"

దేహమును జూచువాడు పశువని యర్థము.

శ్లో॥ "శరీరమేన స్వాత్మానం పశ్యతీతి పశుర్మత:
తద్దర్శీచే త్పండితోపి తస్యాప్యస్య కిమంతరమ్:"

శరీరమునే యాత్మయని భావించువాడు పశువనబడును. పండితుడగు వాడును నట్లు బావించినచో పశువునకును నాతనికి భేదమేమి కలదు ?

2. మానవ కర్తవ్యము

ఇది ఇట్లుండగా దు:ఖములను సుఖములుగా భావించి ప్రవర్తించుట లోకమున జరుగుచున్నది. కనుక సుఖదు:ఖములయొక్క యదార్థము నెరుంగక దు:ఖములను సుఖములుగా భావించి ప్రవర్తించుట మానవధర్మము కానేరదు. ఎందువలననగా రాత్రి కాలమున కొన్ని పురుగులు దు:ఖకరమగు నగ్నిజూచి మోహముచేనుఖకరమగు భోగ్య పదార్థమని భావించి దానిపై వ్రాలి చనిపోవుట ప్రత్యక్షానుభవము. వివేకముగల వారమని భావించెడి మానవులమగు మనము పై కీటకములవలె యదార్థము నెఱుంగక దు:ఖకరములగు విషయమములను మోహముచే సుఖకరములుగా తలచి ప్రవర్తించుట యవివేకమును, పశుత్వమును కాగలదు, కనుక వివేకముతో సుఖదు:ఖముల యదార్థము నెఱింగి సుఖము కొఱకు ప్రయత్నించుట మానవ కర్తవ్యము.

3. సుఖదు:ఖములు

సర్వజీవులును సుఖముల ననుభవించుటకు జీవించుచున్నవేకాని దు:ఖముల కొఱకు జీవించుట లేదనుట నిర్వివాదాంశము. ఏలననగా దు:ఖము ననుభవించిన సమయమున నంతకంటె మరణించుటయే మేలని యనుకొనుట లోకస్వభావము. ఇట్లుండగా మానవులు దు:ఖమును సుఖమముగా భావించి ప్రవర్తించుట జరుగుచున్నది. ఇది మిక్కిలి శోచనీయము.

సుఖ దు:ఖములు వారి వారి యలవాటుల ననుసరించి కలుగుచున్నవి. యధార్థమును విచారించగా నీ జగత్సంబంధములకు సుఖదు:ఖమములశాశ్వతములే కాగలవు. ఇవి కేవలము మనోభావములేయని తలంచవలెను.ఎట్లనగా మమొదట చల్దియన్నము తినుట కలవాటుపడినవాని కది సుఖమముగాను, నట్టివానికాకాలమందిచ్చు కాఫీ మున్నగునవి దు:ఖకకరములుగాను నుండును. పిదప చల్దియన్నము మానివేసి కాఫీ పానమమున కలవాటుపడిన వానికదే సుఖముగాను, నతనికట్టి కాలమమున బెట్టెడిచల్దియన్నమము దు:ఖకరముగాను నుండును,ఇట్లే యేకాంతవాసమున కలవాటుపడినవాని కేకాంతవాసము సుఖముగానుండి జనసమూహమము దు:ఖప్రదమగుటయు జనసమూహమున నివసించు వాని కదే సుఖప్రదమయి యేకాంతవాసము దు:ఖకరమగుటయు మున్నగు విషయములు మానవుల యలవాటులను బట్టి కల్పింపబడుచచున్నవే కాని యివి యదార్థముగా లేవని తెలియనగును. సుఖదు:ఖములు యదార్థములేయైనచో వాని కెప్పుడును మార్పులు సంభవింపవు. యదార్థములగునని లోకమున మార్పును జెందవు గదా !

స్వభావమునకలవాటు పడుటచేత కలిగిన సుఖదు:ఖములు పశుపక్ష్యాదులకుకూడా నుండును. అందువలన పశుపక్ష్యాదులకకంటే మనకు సుఖములధికతరముగా నేమియులేవు. అయితే మనకకంటే వాటికి సుఖములధికతరముగా నేమియులేవు. అయితే మనకంటే వాటికి సుఖమధికముగానున్నది. కారణమేమనగా భార్యా పుత్రక్షేత్రాదులందు మమతాహంకారములు కలిగి ప్రవర్తించుటచేత అనేక చింతలకు కారణమగును. అందుచేత వాటికిటువంటి చింతలు వాని జీవితము వాటికంటే దు:ఖప్రదముగానున్నది.

అయితే సుఖమెచ్చటనున్నది ?

రాత్రి హాయిగా నిద్రించితిమి.కానబ్రాణము సుఖముగా నున్నదనుకొనుట లోకసహజము. మానవుడు జాగ్రదవస్థలో తనకు సంబంధించినట్టి పుత్రమిత్ర కళత్ర పశుక్షేత్రాదులందు నిజముగా సుఖమేయున్నయెడల వాటి సుఖానుభవము బొత్తిగాలేని గాఢనిద్రా కాలమందలి సుఖమమును గొప్ప సుఖముగా భావించి నిద్రాకాలమమున ప్రాణమము సుఖముగాను, హాయిగాను నున్నదను కొనుట యెట్లు పొసగును ?

యదార్థము నాలోచించగా భార్యా పుత్రాదులయందును, పశుక్షేత్రాదులందును సుఖములేదని ఋజువగుచున్నది. నిజమైన సుఖము గాఢనిద్రా కాలముననే గలదని తెలియుచున్నది. కనుక మనస్సునకు చింతలెవ్వియు లేక నిశ్చింతగా నున్న గాఢ నిద్రాకాలమున మాత్రమే సుఖముకలదని ప్రత్యక్షానుభవమైయున్నది. యదార్థమిట్లుండగా భార్యా పుత్ర పశుక్షేత్రాదులయందు సుఖము కలదని భావించి వాటియందే మమతాహంకారములు కలిగి ప్రవర్తించుటవలన నానావిధములగు వ్యాకులతలు కలవారగుదురు. కనుక వాటివలన సుఖమమెంత మాత్రముండకపోవుటయే కాక దు:ఖప్రాప్తియే కాగలదు.

శృతి :-"అతస్సంసార విషయ సంకల్ప ఏవ దు:ఖమ్"

(నిరాలంబోపనిషత్)

శృతి :-"తృష్ణమేవతు సంసారో తన్నాశో ముక్తిరుచ్యతే
యత్రయత్రభవేత్తృష్ణ సంసారం విద్ధి తత్రవై"

సంసార విషయక సంకల్పమే దు:ఖము కాగలదనియయు, కోరికలే సంసారమనియు, యెచ్చటెచ్చట కోరికయున్నదో అచ్చటచ్చట సంసారము కలదనియు, ఆకోరిక నశించుటయేముక్తియనియు పై శ్రుతుల భావము. కనుక సంసార విముక్తియే సుఖము కాగలదు.

కావున దేనివలన సుఖము కలుగును ?

లోకములో ప్రేమగల భార్యను విడిచి కొద్ది కాలమము దూర ప్రాంతమములందు నివసించి మఱల స్వగృహమునకు వచ్చి తన భార్యను జూడగానే యత్యంతానందము కలుగును. పిదప నితర విషయాదులందు మనసు ప్రవేశించుటచే నామెయందు మొదట గలిగిన యానందముండదు. కారణమేమనగా మొదట జూడగానే మనస్సామెయందేకీభవించినందున నట్టి సుఖము కలిగెను. కనుక ప్రేమగల వస్తువును జూచినపుడు మనస్సు దానియందేకమగుటవలన సుఖముగలుగుచున్నదని స్పష్టము.

శ్లో॥ "తీర్థక్షేత్రాదిగమనే శ్రద్ధాం తత్రపరిత్యజజేత్
స్వచిత్తైకాగ్రతా య&త్ర తత్రాసీత సుఖం ద్విజ:"

-------------శివగీత

తీర్థక్షేత్రాదిగమనములు విడిచిపెట్టి తన చిత్తమునకు యేకాగ్రత చేతనే సుఖముకలుగునని భావము.కనుక తీర్థక్షేత్రాది బాహ్య కర్మానుష్ఠానముచేత సుఖము కలుగుదనియు, చిత్తమునకేకాగ్రత నెచ్చట కలదో యచ్చట సుఖము గలదని ఋజువగుచున్నది.

కనుక బాహ్యప్రవృత్తిని విడచిపెట్టి ఆత్మసుఖము కొరకు ప్రయత్నముచేయుట మానవ కర్తవ&యము.ఏమనగా ప్రేమపాత్రులైన భార్యా పుత్రాదులలో నెవరేని ప్రమాదమున నగ్నిలో బడినపుడట్టివారి నగ్నిలో దుమికి తీయువారెవరైనను లోకములో గలరా ? లేరు. పైగా తన భార్య యగ్నిలో బడినదనియు, దన పుత్రుడగ్నిలోబడెననియు నేడ&్వసాగును. అట్టి సమయమున నట్టి ప్రమాదమునుండి యితరులెవరైనను నందు దూకి రక్షింపబూనరు. అందుచే జగత్తులోగల పదార్థములన్నింటికంటెను నెవరియాత్మవారికి ప్రేమపాత్రమైనదని నిర్వివాదము. అట్టి యాత్మయందు మనస్సును లగ్నముచేసినగాని, శాశ్వతమగు నానందము ప్రాప్తించదు.

శృతి :- "సచ్చిదానందానుభవస్వరూపం
జ్ఞాత్వానందరూపావస్థితిరేవ సుఖమ్"

-------------నిరాలంబోపనిషత్తు

సచ్చిదానంద స్వరూపము ననుభవముచే నెఱింగి యానందస్వరూపముగా నుండుటయే సుఖమనబడును. భార్యా పుత్రాది విషయము లశాశ్వతములగుటచే నట్టివాటియందు గల ప్రేమ దు:ఖహేతువేయగును.జగత్తులో నామరూపములుగల సర్వపదార్ధములు నశించిపోవుట ప్రత్యక్షానుబవము. కారణమేమనగా చైతన్యమును ఆశ్రయించుకొని యీ శరీరమునుండి చైతన&యమము బైటకు వెళ్ళగా యీ నామరూపములతో కకూడుకొన్న యీ దేహము కానరాదు. అందువలన యీ నామరూపములు యదార్ధంగాలేనివిం ఉదాహరణ :- మరుభూమియందు జలము యదార్ధమముగా లేకపోయినప్పటికీన్నీ, మిట్ట మధ్యాహ్నమములో మరుభూమియందు జలమున్నట్లు కన్పిస్తున్నప్పటికినీ అది మరుబూమి తప్ప అచ్చట జలమేమాత్రము లేదుగదా. అటులనే యీ నామరూపమైన జగత్తు చైతన్యము వినాలేదు.

శృతి : "మరుభూమౌ జలం సర్వం మరుభూమాత్రమేవతత్
జగత్త్రయమిదం సర్వం చిన్మాత్రం సువిచారత:"

-------------వరాహోపనిషత్

కాన ప్రేమపాత్రములగు భార్యాపుత్రుల దేహములను నశాశ్వతమములే యగును.అట్టి దేహమునే భార్యాపుత్రాదులని భావించి ప్రేమించినచో నవినశించునపుడు దు:ఖమే సంభవించును. కాని వారి దేహములు నశించినను దేహములందుగల యాత్మనశింపదు. ఎట్లనగా----------

మానవుడు ధరించు చొక్కా జీర్ణించి నశించినను దానిని ధరించిన మానవుడు నశించనట్లు ; జీవుడు చొకా&్కవంటి దేహమును ధరించి యీ జగత్తులో వ్యవహరించుచుండును. అట్టి యాత్మ దేహాదులకంటె వ్యతిరిక్తమై దేహాదులు నవించునని, తాను నవింపక జనన మరణ రహితుడును, శాశ్వతుడును, ఆనందస్వరూపుడునునయి సర్వసత్త గలిగి సదా ప్రకావించుచుండును. కనుక నిట్లున్న తమ యాత్మయందు మనస్సును లగ్నముచేసిన యెడల మానవులు శాశ్వతానందము గలవారలు కాగలరు.

అయితే ఆత్మనెట్లు దర్శించగలరు ?

శ్లో॥ మమైవాంశో జీవలోకే జీవభూత స్సనాతన:

------------గీత

అనాదియగు నా యంవమే ప్రపంచమున జీవరూపమైయున్నది.

శృతి :- అగ్ని విస్ఫులింగై:

అగ్నినుండి యగ్నికణములవలె నీశ్వరునుండి జీవులు బయలుదేరెను. కాన జీవు లీశ్వరాంశములై యున్నవి.

అంశముచేతనే "అంశి"ని తెలిసికొనవలయును. "స్వయమేవ స్వయం పశ్యేత్" ఇత్యాది శ్రుతి &ప్రమాణములచేత తనను తనచేతనే తెలిసికొనవలయునని తెలియుచున్నది. సూర్యుని యంశమగు నేత్రము సూర్యుని జూచునట్లు ఈశ్వరాంశమగు జీవుడే యీశ్వరునిజూడగలుగును. కానజూచునదియు జూడబడునదియు తానేననియు దెలియనగును.

శృతి :- నాన్యదతోస్తిద్రష్టు:

ఏతావతా ఈశ్వరాంశమము చేతనే యీశ్వరుని దర్శించవలయుననియయు, నిందచేతనే ముక్తిగలుగుననియు, స్పష్టము.

4. ఆత్మస్థాన మెద్ది ?

"సత్యం జ్ఞాన మనన్తం బ్రహ్మ" ఇత్యాది శ్రుతులచే జెప్పబడు ఆత్మ సర్వవ్యాప్తియనియు, నఖండుడనియు, సర్వజ్ఞుడనియు, నానంద రూపుడనియయు, స్వయంప్రకాశమానుడనియు సర్వమతస్థులును నంగీకరించునట్టి విషయమే సర్వవ్యాపియని చెప్పబడి యాత్మ తనలోగూడ నుండెనుగదా ! అట్లుగానిచో నాత్మను సర్వవ్యాపిగాను, నఖండునిగాను బోధించెడి శాస్త్రములు నిష్ప్రయోజనమములే గాగలవు.

ఇక చైతన్య స్వరూపమయిన యాత్మ మనలో లేనిచో మనదేహమము కాష్ఠతుల్యమగును. కనుక సర్వ చైతన్యమయి సర్వజ్ఞుడయి యానంద స్వరూపుడగు నాత్మ మనలోగలదు. అట్టి మనలోగూడ నాత్మ యన్నచోటు నెఱింగి మన మనస్సు నట్టిచోటగల యాత్మయందు లగ్నము చేయుటచేతనే శాశ్వతానంద సుఖము ననుభవించగలము.

ఆత్మ సర్వవ్యాపియై సర్వత్ర యుండగా జగత్తులో నెచట నేవస్తువునందైనను మనస్సును లగ్నము చచేసినచో నఖండానందము కలలుగవలెను గదాయని తలచరాదు. ఆత్మ సర్వత్రయున్నను మనలో నాత్మయయున్న చోటుఙిగి యచట నాత్మయందు మనస్సును చేర్చుటచేతనే యఖండానందప్రాప్తి కలుగునని శాస్త్రములు భోధించుచున్నవి. కారణమేమనగా, సూర్యుడు భూమికంటె చాలా విస్తారముగా నుండుటచే నా సూర్యుని ప్రతిబింబము భూమియందు సర్వత్ర యయున్నను నా ప్రతిబింబము భూమి యందంతట కానుపించుటలేదు. కాని నిర్మలమగు నద్దములో మాత్ర మా ప్రతిబింబము కనిపించుచు దానిద్వారా యా సూర్యుని ప్రకాశము ప్రకాశించుట లోకానుభవమే కాగలదు. ఇట్లే యాత్మయు శరీరమందంతట నున్నను శరీరమునగల యుద్ధము వంటి నిర్మలప్రదేశమందు మాత్రమే ప్రతిబింబించి మనకు దర్శనమీయగలదు,

మనలో గల యట్టి నిర్మల ప్రదేశమే బుద్ధి గుహ. అందే ఆత్మదర్శనము కాగలదు. అట్టి యాత్మయందు మనస్సును లగ్నము చేయుటచేతనే శాశ్వతానంద సుఖము చేకూర గలదు,

ఇందు వలననే వేదశాస్త్రములలోను, శ్రుతిస్మృతులలోను, నాత్మ బుద్ధిగుహయందుగలదనియు, నట్టి యాత్మను దర్శించి జీవులు పాపవిమముక్తులై మోక్షము నొందుదురనియు బోధింపబడుచున్నది. ఇందుకు ప్రమాణములు--------

శ్లో ॥ "బుద్ధి గుహాయాం సదసద్విలక్షణం,
బ్రహ్మాస్తిసత్యం పరమద్వితీయం"

(వివేక చూడామణి)

"సదా సర్వగతోప్యాత్మా నసర్వత్రావభాసతే,
బుద్ధావేవావభాసేత స్వచ్ఛేషు ప్రతిబింబవత్"

(ఆత్మబోధ)

శృతి :- "ఏతద్యో వేద నిహితం గుహాయాం సో
విద్యాగ్రంధిం వికిర తీహ సొమ్య"
అణోరణీయాన్ మహతో మహీయాత్
ఆత్మా గుహాయాం నిహితోస్యజంతో:॥
తమక్రతుం పశ్యతి వీతశోకో
ధాతు:ప్రసాదా న్మహిమాన మాత్మన:

(తైత్తరీయము)

బుద్ధి గుహయందు నివసించుచున్న ఈ పరబ్రహమ్మనే పురుషుడు ప్రత్యక్షముగా దెలిసికొనునో యా పురుషుడవిద్యా గ్రంధినివిడచును.

అణువుకంటె నణువుగాను. మహత్తుకంటె మహత్తుగాను జీవుల బుద్ధి గుహయందున్న యాత్మను నింద్రియ నిగ్రహము గలిగి, దు:ఖరహితుడై సంకల్ప వికల్పరహితమైనటువంటి మనస్సుచే తెలిసికొనుచున్నాడు. అనగా రజోగుణ రహితమగు శుద్ధమగు మనస్సుచేతనే నాత్మను దెలిసికొనగలడని భావము.

బాహ్యమందు మనస్సుకు బాహ్యప్రవృత్తికలిగియున్నందున అది విషయాదులందు సంబంధముకలిగి మలినమై యయుండును, అందుచే మనస్సు బాహ్యప్రవృత్తిని విడిచిపెట్టి అంతర్ముఖమై వున్నందుననే శుద్ధమైన మనస్సు కాగలదు.

శ్లో॥ బాహ్యేనిరుద్ధె మనసప్రసన్నతా
మన: ప్రసాదే పరమాత్మ దర్శనం

(వివేక చూడామణి)

బాహ్య నిరోధమైనందుననే పరిశుద్ధమనను కాగలదు, అట్టి మనస్సునాత్మ దర్శనము కాగలదు. ఆత్మను తెలిసికొనిన గాని మోక్షమునొందజాలరని భోధించుటచేత నాత్మను దెలలిసికొనను తెలివి యొకటిగలదనియు, నాతెలివి యిప్పుడాత్మ నెఱుంగక యున్నదనియు బుజువగుచున్నది. ఈఈ తెలివియే క్షేత్రజ్ఞుడని వ్యవహరింపబడునున్న జీవుడు ఈ జీవుడు ఈశ్వరాంశమే.

5. జీ వు డు

ఈశ్వరాంశమగు జీవునకు మూడవస్థలు కలవు. 1. జాగ్రదవస్థ 2. స్వప్నావస్థ 3. సుషుప్త్యవస్థ.

జీవుడు జాగ్రదవస్థయందు ఇంద్రియాదులద్వారా బాహ్య విషయములందు వ్యాపించి తత్సంబంధముచే బాహ్య ప్రజ్ఞగలవాడై వాటియందుగల స్థూలభోగములగు సుఖదుంఖమముల ననుభవించుచుండును. అట్టికాలమున జీవుడు నేత్రస్థుడై విశ్వుడను పేరుతో వ్యవహరింపపబడుచున్నాడు. ఈ జీవుడే స్వప్నావస్థ యందు స్వప్నజగత్తునందుగల జాగ్రద్వాసనలగు సూక్ష్మభోగమములయిన సుఖ దు:ఖములను కంఠస్థుడైయనుభవించుచు తైజసుడను పేరుతో వ్యవహరింపబడుచున్నాడు. ఈ జీవుడే సుషుప్త్యవస్థయందు హృదయస్థుడై యచ్చటగల సుఖము ననుభవించుచు &ప్రాజ్ఞుడను పేరుతో వ్యవహరింపబడుచున్నాడు.

జీవుడీ మూడు స్థానములందనుభవించు భోగము లాయాస్థానముల ధర్మములే యని యెఱుంగవలయును. జీవుడాస్థానములందుగల భబోగమముల ననుభవించుటచే భోక్తయగుచున్నాడు. భోజ్యములు భోక్తకంటె నన్యములై యుండును. భోజ్యములు వేఱు బబోక్తవేఱు. గాన నీ భబోగములన్నియు తనవి (జీవునివి) కావని యెఱుంగవలయును.

శృతి :- బహిష్ప్రజ్ఞో విభుర్విశ్వోహన్త: ప్రజ్ఞస్తు తైజస
ఘనప్రజ్ఞ స్తథా ప్రాజ్ఞ: ఏక ఏవ త్రిధాస్మృత:॥
దాక్షిణాక్షిముఖే విశ్వో మనస్యన్తస్తు తైజస:॥
ఆకాశేచ హృది ప్రాజ్ఞ స్త్రిధా దేహే వ్యవస్థిత:॥
విశ్వోహి స్థూల భుఙ్న్యం తైజస: ప్రవివిక్తభుక్
ఆనందభుక్ తథా ప్రాజ్ఞస్త్రిధా భోగం నిబోధత॥
నేత్రస్థం జాగ్రతం విద్యాత్ కంఠేస్వప్నం సమావిశేత్॥
సుఘప్తౌ హృదయస్థంతు తురీయం మూర్ధ్న్యవస్థితం॥

---మాండూక్యోపనిషత్

(గౌడపాద కారికలు)

జీవుడే క్షేత్రజ్ఞుడని వ్యవహరింప బడుచున్నాడు. "క్షేత్రం జానా తీతి క్షేత్రజ్ఞ:" అని వ్యుత్పత్తి. క్షేత్ర+జ్ఞ:. క్షేత్రమనగా శరీరము. "జ్ఞ:" అనగా తెలిసికొనువాడు. అనగా జీవుడు తాను శరీరమందుండి శరీర ధర్మములను తెలిసికొనుచున్నాడు. కాన క్షేత్రజ్ఞుడని పేరు కలిగెను.

జీవుడగు క్షేత్రజ్ఞుడే మనస్సునియు నెఱుంగవలయును.

శ్లో ॥ శృణుష్వ విద్వన్ మనేవ జీవో మనోహి విశ్వం మన ఏవచేశ:
మనోహి మాయా మనేవ బంధో మనోలయో ముక్తిరయంయధార్థ:

--మహావాక్య దర్పణము

మనస్సే జీవుడనియు, జగత్తనియు, జగత్తును రక్షించు నీశుడనియు మాయమనియు, బంధమనియు, నీ మనోలయమే ముక్తియనియు జెప్పబడును. ఇది యదార్థము.

మనోలయము మోక్షమని బోధించచుటచే మనస్సు లయము నొందెడి స్థాన మొకటి కలదని భావించవలయును. కాని యీమనస్సిప్పుడా స్థానమందు లేదని ఋజువగుచున్నది. ఈ లయస్థానము తురీయమనియయు, నదె భ్రూమధ్యమనియయు, నదే బుద్ధి గుహమనియు వేదశాస్త్రములు బోదించుచున్నవి.

శృతి :- భ్రువోర్మధ్యేశివ స్థానం మనస్తత్ర విలీయతే॥
జ్ఞాతవ&యం తత్పదం తురీయం యత్రకాలో న విద్యతే॥

భ్రూమధ్యమునగల శివస్థానమందు మనస్సును లీనము చేయవలయుననియు, నాస్థానమమే తురీయమనియు నచ్చట మనస్సు లయము నొందుటకు గాలనిర్ణయము లేదనియు శృతి భావము. కారణమేమనగా వారి వారి పూర్వజన్మ సంస్కారము ననుసరించియు, నీ జన్మమున జేయు తీవ్ర ప్రయత్నము ననుసరించియు, త్వరగాను,సంస్కార లోపముచేత నాలస్యముగాను ఫలితము ప్రాప్తించును. కనుక గాలనిర్ణయములేదని భావము.

ఈ విషయమునే గీతలో -

శ్లో॥ నహి జ్ఞానేన సదృశం పవిత్ర మిహ విద్యతే ॥
తత్ స్వయం యోగ సంసిద్ధ: కాలే నాత్మని విందతి ॥

(గీత 4-38)

జ్ఞానముకంటె పావనమైనది మఱొకటి లేదనియు, నట్టి జా&ఒనమును యోగసిద్ధి కలవాడు తనలోనే కాలానుగుణమముగా పొందుననియు భావము. జ్ఞానమనగా నాత్మను స్వయముగా దెలిసికొనుట.

6. జీవుని స్వరూపమెద్ది ?

జీవుడనగా క్షేత్రజ్ఞుడని గీతలో బోధింపబడియున్నది శరీరములోనుండి శరీర ధర్మము లన్నిటిని జక్కగా తెలిసి కొనువాడు గనుక క్షేత్రజ్ఞుడను పేరు గలిగెను.

"ఇదం శరీరం కౌన్తేయ క్షేత్రమిత్యభిధీయతే" (గీత 13-2)

"క్షేత్రజ్ఞంచాపిమాంవిద్ధి సర్వక్షేత్రేషు భారత
క్షేత్ర క్షేత్రజ్ఞ యయోర్జ్ఞానం యత్త జ్ఞానం మతం మమ"

(గీత 13-3)

ఈ శరీరము క్షేత్రమనియు, సమస్త క్షేత్రములందుండి యుపాధి గత దోషములంటకయున్న పరమేశ్వరుడనగు నేను క్షేత్రజ్ఞుడను, క్షేత్రక్షేత్రజ్ఞులగూర్చి యదార్థముగా నెరుంగుట జ్ఞానమని నా భావమనియు శ్రీకృష్ణ భగవానుడు గీతలోఁబోధించెను.

ఈ జీవుడే మనస్సనియు, శక్తియనియు వ్యవహరింప బడుచుండెను. వాయువు-తేజస్సు-ఆకాశము ఈ మూడిటిమిశ్రమమే జీవుడగును.

శృతి :- "వాయుస్తేజస్త దాకావ స్త్రివిథో జీవ సంజ్ఞక:"

(అన్నపూర్ణోపనిషత్)

అందు వాయ్వంశముచేతనే జీవుడు చలించి క్రియల నాచరించుచున్నాడు. ఇట్లు చలించి ప్రకాశించు స్థితియే మనస్సని యెరుంగవలయును. కనుకనే మనస్సు క్రియల నాచరించుచున్నది. అనగా సృష్టికిగారణమగుచున్నది. వాయువులేనిచో లోకమున గ్రియలు జరుగవు. క్రియలు లేనియెడల జగత్తుండ జాలదు. ఇందువననే మనస్సు శక్తియనియు వ్యవహరింపబడుచున్నది. ఇట్టి జీవుడు, శక్తి యనబడు మనస్సు చలించుటచేతనే వికారాది సృష్టి కలుగుచున్నది; జలచలనము చేతనే జలమున నురుగు, బుడగలు మున్నగు వికారములు కలుగుచున్నవి గదా !

శ్లో॥ చిత్తమూలో వికల్పోయయం చిత్తాభావేన కశ్చన,
అతశ్చిత్తం సమాధేహి ప్రత్యగ్రూపే పరాత్మని."

(వివేక చూడామణి)

చిత్త చంచలత వలన పరమాత్మయందు వికల్పబుద్ధి కలుగును. చిత్తము లేనపుడు అనగ, చిత్తము నిశ్చలమై బ్రహ్మలక్ష్యమందు స్థిరమై యుండునపుడు వికల్పము లెంతమాత్రము నుండవు. కనుక చిత్తనేకాగ్రతతో, బ్రత్యగ్రూప పరమాత్మయందు నిలుపుము. అప్పుడు చిత్తము వికల్పశూన్య మగుటచే కేవలము బ్రహ్మతత్వమే మిగులునని భావము.

శ్లో॥ "యథా రశాశయే ఫేనం మథనాదేవ జాయతే
మనోనిర్మథనాదేవ వికల్పా బహవస్తథా."

(త్రిశిఖబ్రాహ్మణోపనిషత్)

కుంకుడుకాయను మథించుటచే నురుగ బయలుదేరినట్లు మనస్సు చంచలించుటచేతనే బహువిధములగు వికారములు కలుగు చున్నవనియు, మనశ్చలనము లేనపుడు వికారాజాతములగు జగత్తులుండజాలవని భావము.

శ్లో॥ "యత్ర యత్ర మనస్స్ఫూర్తి: తత్ర తత్ర జగత్త్రయమ్.
యత్ర యత్ర మనో నాస్తి: తత్ర తత్ర న కించన"
"రూపం నామచ జాతించ కల్పయిత్వా స్వశక్తిత:.
బ్రహ్మజ్ఞ మపివాచిత్తం సంసారయతి పూరుషమ్."

(మహావాక్య దర్పణము)

ఎచ్చటెచ్చట మనస్సు స్ఫురించునో అచ్చట జగత్త్రయము కలుగును.ఎచ్చటెచ్చట మనస్సు నశించునో అచ్చటచ్చట నేమియు నుండదు. మనస్సే తనశక్తివలన నామరూపాత్మకమగు జగత్తును సృష్టించి బ్రహ్మవేత్తయగు వానినిగూడ సంసారమమున బడద్రోయునని భావమము.

7. జీవుడెచ్చటనుండెను ? అతనిముక్తిఎట్లు ?

మనస్సగు జీవుడిప్పుడు హృదయాకాశమున నున్నాడు. హృదయము సుషుప్తిస్థానము, సుషుప్తియనగా తమస్సు.అనగా నేమమియు నెఱుంగని స్థితి. జీవుడీ స్థితిలో మిక్కిలి యజ్ఞుడై యుండును.

ఇక జీవుడే స్వప్నకాలమున కంఠస్థానమునకు బోయియచ్చటగల భోగములననుభవించుచు నచ్చటి వ్యవహారములను దెలిసికొన గలుగుచున్నాడు. కాని యట్టి స్థితిలో జీవునకు యదార్థమును దెలిసికొనగల శక్తి లేదు.

పిదప నీ జీవుడే జాగ్రత్కాలమున నేత్రస్థానమందున్నవాడై యందలి భోగముల ననుభవించుచుండును. కాని పూర్వమందలి రెండు స్థానములకంటె నీ స్థానమున తెలివి యథికమముగా బ్రకాశించుటచేత విషయాదుల యదార్థము నెఱుంగ గలుగుచున్నాడు.

దీనినిబట్టి యాలోచింపగా జీవుడు క్రిందినుండి క్రమేపీ పైకి వెళ్ళకొలది తెలివిగలవాడగుచున్నాడని ఋజువగుచున్నది. కనుక జాగ్రదవస్థనుగూడ దాటి నాల్గవదియగు శివస్థానమైన తురీయ స్థానమునకు చేరినగాని జీవునకు జ్ఞానాధిక&యమము కలుగజాలదనెడి విషయము నంగీకరించక తప్పదు. సుషుప్తి,స్వప్న,జాగ్రత్కాలములో జీవుడాయా స్థానములం దప్రయత్నముగానే చలించుచు నాయాభోగముల ననుభవించుటకు కొంత ప్రయత్న మవసరమని భావింపవలెను. అట్టి ప్రయత్నము కేవల శాస్త్ర పఠన విచారణాదులచేతను, బాహ్యకర్మానుష్ఠానముచేతను సిద్ధింపదని యెఱుంగవలెను. బాగుగా విచారింపగా నట్టి స్థితి వాయు సామాయ్యమున నేర్పడుచున్నదని తెలియుచున్నది. ఎట్లనగా గమనాది క్రియలు లోకములో వాయువుచేతనే జరుగుచున్నవి. అట్టి వాయువుయయొక్క సాయమముతోనే ఈ జీవుడు స్థానత్రయములో సంచరించుచున్నాడు. ఆ వాయువుయొక్క సహాయ్యముచేతనే జీవుడు తురీయస్థానమునకు జేరవలెనని ధ్రువమగుచున్నది.

శరీరములోని శ్వాసము పూర్తిగా బయటకు రాని యెడల బయటి పదార్థముల నెఱుంగజాలము. అట్లే శ్వాసము వాయు సహాయ్యమున బైకి వెళ్ళినచో నాత్మను బూర్తిగా దెలియగలుగును.

విష్ణు సహస్ర నామములలో "వాయువాహనాయనమ:" అని చెప్పబడియుండెను, అనగా విష్ణువు వాయువు వాహనముగా గలవాడని యర్థము.అసలు విష్ణువుయొక్క నిజస్వరూపము జ్యోతిస్సగు జ్ఞానము, కాని శంఖ చక్ర గదాపద్మ ధారియగు విష్ణువు స్వరూపము మాయా స్వరూపమని యెఱుంగవలయును.

విష్ణువు జ్యోతిస్సగు జ్ఞానము స్వరూపముగా గలవాడు. కావున మనస్సే విష్ణువనియయు నెఱుంగవలయును.

శృతి - "మనోహి విష్ణు:" "మన: జ్ఞానం మనుతే"

"మనోహి జ్యోతి:" "మనోహి బ్రహ్మ"

ఇట్లు శ్రుతులయందు గలదు.

మనస్సు కంటితోజేరి కంటిద్వారా బయట వ్యాపించి బయటి పదార్థములను బ్రకాశింపజేసి యా పదార్థములను దెలిసికొనును. కనుక మనస్సు జ్యోతిస్సనియు జ్ఞానమనియు ఋజువగుచున్నది.

మఱియు మనస్సు పరధ్యానములో నున్న సమయమందున గన్ను చూచుచున్నను జూచెడి బదార్థము నెఱుంగ జాలదు. కారణమేమనగా జూచి తెలిసికొనునది కన్ను కాదనియు, నట్లే విని తెలిసికొనునది చెవికాదనియు మనస్సేయనియు నెఱుంగవలయును.

శృతి - "అన్యత్రమనా అభూవం నాదర్శం.
అన్యత్రమనా అభూవం నాశ్రౌషం.
మనసా ఏష పశ్యతి, మనసా శృణోతి"

(బృహదారణ్యకోపనిషత్)

కనుక జీవుడనియు, విష్ణువనియు వ్యవహరింపబడు మనస్సును వాయుసాహాయ్యముచేత నూర్థ్వమునగల శివస్థానమగు తురీయమున (భ్రూమధ్యమున) చేర్చుటచేతనే జీవుడు ముక్తుడగును.

శృతి :- వాయునా సహజీవోర్థ్వజ్ఞానీమోక్ష మవాపప్నుయాత్"

(యోగశిఖోపనిషత్)

వాయువుతో సహా జీవుని ఊర్థ్వమునకు తీసుకొని వెళ్లి జ్ఞానియైనవాడు మోక్షమును పొందవలెను.

అట్లుగాక జీవేశ్వరులు వేరువేరుగా నున్నంతకాలము జీవుడు భయరహితుడు కాజాలడు.

శృతి - "ద్వైతాద్వై భయం భవతి"

కాన జీవుడీశ్వరునియందుజేరి ద్వైతరహితుడై యద్వయుడై ముక్తిని బొందునని స్పష్టము. కాని యీ జీవుడిప్పుడు దేహత్రయము చేతను, పంచకోశముల చేతను బద్ధుడై యున్నాడు. ఎట్లనగా-----

జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి కాలమందు స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ దేహములతో నేత్ర, కంఠ,హృదయ స్థానములందు చలించుచు నాయా స్థానములందు గల భోగముల ననుభవించుట వలన వాటిచే బద్ధుడగుచున్నాడు.

అట్లే అన్నమయ-ప్రాణమయ-మనోమయ-విజ్ఞానమయ-ఆనందమయ అను పంచకోశములచే నావృతుడై బద్ధుడై యుండెను.

లోకములో చలికాలమున నీలగిరి వెళ్ళినవాడచట సధికముగా చలిచే బాధల నొందక తప్పదు. కాని యా స్థలమును విడిచి చలిలేని ప్రదేశమునకు బోయిన ఎడల నాచలి బాధల నుండి నివృత్తుడు కాగలడు. ఇట్లే జీవుడు దేహత్రయము నందుగల సుఖదు:ఖములనుండి నివృత్తులగుట కీ దేహత్రయమును విడిచి తురీయ స్థానమును జేరుటచేతనే ముక్తుడుకాగలడు.

శృతి - "విముక్తశ్చ విముచ్యతే"

ఈ స్థాన త్రయ సంబంధములగు నుపాధులయందు గల సుఖదు:ఖాదులచేత బద్ధుడై జీవుడనియు; వాటినుండి నివృత్తుడై తురీయ స్థానమునజేరి యచటగల శివుని దఱ్ఱించి బంధవిముక్తుడైన జీవుడే శివుడనియుని వ్యవహరింపబడు చున్నాడు.

శృతి :- తుషేణ బద్ధో వ్రీహిస్స్యాత్ తుషా భావేతు తండులం
ఏవం బద్ధస్తథా జీవ: కకర్మనాశే సదాశివ:

(స్కందోపనిషత్)

ఊకతో గూడినప్పుడు వడ్లు అనియు, ఊక లేనప్పుడు బియ్యమనియు వ్యవహరింపబడును. అట్లే ఉపాధులతో గూడి యయున్నప్పుడు జీవుడనియు నుపాధి విముక్తుడై తురీయమును బొందినప్పుడు శివుడనియు వ్యవహారమము.

కాన జీవుడు దేహత్రయమగు నుపాదులతోను, అన్న మయాది పంచ కోశములతోను గూడుకొని కర్మ ఫలములగు సుఖదు:ఖముల ననుభవించు కాలమున జీవుడును, వాటినుండి విముక్తుడై తురీయమును బొందినయెడల శివుడును నగుచున్నాడు.

శృతి :- జాగ్రత్యన్నమయం కోశం స్థూలదేహంచ విద్ధివై,
స్వప్నే ప్రాణమనోజ్ఞానమయా స్సూక్ష్మవపుస్తత:
సుషుప్తౌ కారణం దేహం ఆనన్దమయ కోశకం.
తురీయే త్వశరీరం తచ్చి ద్రూపం కోశవర్జితమ్.

జీవుడు దేహత్రయమును, పంచకోశములను విడిచి తురీయ స్థానమునొంది తన స్వరూపమందే యుండుటయే మోక్షమని చెప్పబడుచున్నది.

శృతి :- "ఆత్మస్వరూప స్థానం ముక్తిరిత్యభిధీయతే"

-శివగీత

8. జీవుడే శివుడు (దేవుడు)

జీవశ్శివ, శ్శివొజీవ:స్సజీవ: కేవలశ్శివ:

- స్కందోపనిషత్

జీవుడే శివుడని వేదశాస్త్రములలో భోధింపబడియున్నది. కారణమేమనగా శివునియొక్క యంశము చలించి, మనస్సె దక్షిణమున ననగా నభోభాగమున జరించి, హృదయాకాశమున స్థానముగా జేసికొని,జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులయందాయాకాశమున స్థానముగా జేసికొని, జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులయందాయాస్థానము లందు జేరి, యస్థానములయందలి భోగముల ననుభవించుటచేత వాటియందహంకారాభిమానములు గలిగి ప్రవర్తించుటవలన జీవుడు బద్ధుడగుచున్నాడు.

శృతి :- "అంత:కరణ ప్రతిబింబ చైతన్యం యత్రప్రకాశతే.
తదే వావస్థాత్రయ భాక్ భవతి" (పైంగలో పనిషత్)

అంత:కరణమందు బ్రతిబింబించు చైతన్యమే యవస్థాత్రయమును గలుగజేయుచు స్థానత్రయ భోక్త యగుచున్నాడని భావము.

9. జీవాంశము భోక్త

ప్రతిబింబమునందు తదాశ్రయముయొక్క దోషములు సంక్రమింపవు. కాని ప్రతిబింబముద్వారా ప్రకాశించెడి పదార్థముల కాదోషములు గలుగును. ఎట్లనగా ఎఱ్ఱని యద్దమున సూర్యుడు ప్రతిబింబించి సపుడట్టి ప్రతిబింబమున కద్దముయొక్క యెఱుపుదన మంటదు. కాని యట్టి యద్దమునుండి బయలుదేరు ప్రకాశ మాయద్దమునకుగల దోషము ననుసరించియే ప్రకాశించును.

అద్ద మెఱ్ఱగా నుండుటచే దానినుండి ప్రకాశించెడి ప్రకాశమెఱ్ఱగానే యుండును. కానప్రతిబింబ చైతన్యమనియు, బ్రతిబింబజన్య చైతన్యమనియు చైతన్యము రెండు విధములుగా నుండును.బ్రతిబింబ చైతన్యమునకు దదాశ్రమ దోషములతో సంబంధముండదు. అట్టి చైతన్యము భోక్తగాదు. భోక్త యగువాడు భోగ్యములగు విషయాదులతో సంబంధము కలిగి ప్రకాశించు వాడని యెఱుంగవలయును. కనుక "అంత:కరణ చైతన్యం యత్రప్రకాశతే" అనుయోట నంత:కరణముద్వారా ప్రకావించు ప్రకాశమని భావము. దీనిని బుద్ధి జన్యజ్ఞానమని చెప్పుదురు.కనుక నితడే జీవాంశము. ఇతడే భోక్త.

జీవుడంత:కరణమందు ప్రతిబింబించినవాడుమాత్రమే కాగలడు. అతనికి నంత:కరణదోషము లంటవు. కాన జీవుడు బద్ధుడు కాడు. జీవాంశమే బద్ధుడగుచున్నాడని భావము.

శృతి - "ఆయనే దక్షిణే ప్రాప్తే ప్రపంచాభి ముఖం గత:
అహంకారాభిమానేన జీవస్స్యాద్ది సదాశివ:."
"ఉత్తరాభిముఖో భుత్వా స్థానాత్ స్థానాంతరం క్రమాత్
మూర్ధ్న్యాధాయాత్మన: ప్రాణాన్ యోగాభ్యాసస్థితశ్చరన్"

(త్రిశిఖబ్రాహ్మణోపనిషత్)

సదాశివుడే దక్షిణాయనమునొంది అనగా శరీరమున నభోభాగమున జరించి యింద్రియములద్వారా ప్రపంచాభిముఖుడై యహంకారాభిమానముగలిగి జీవుడగుచున్నాడు. కనుక నట్టి జీవుడు మఱల శివత్వము నొందుటకకు బ్రాణాయామాభ్యాసపరుడై యుత్తరాభిముఖుడై యనగా శరీరములో నూర్ధ్వమునకు జరించినవాడై క్రమేణ యొకస్థానము నుండి మఱియొక స్థానమును బొందుచుదన ప్రాణమును మూరర్ధమందుంచ వలయునని పైదాని భావము.

కనుక దీనిని బట్టికూడా జీవుడు ముక్తిని జెందుటకు బయటి వాయువుతో నిమిత్తము లేదనియు, శరీరము లోపలజేయు నభ్యాసముచేతనే జీవుడు ముక్తుడగుననియు స్పష్టమగు చున్నది.

శివుడనగా ముఖక్యప్రాణము. ఈ ప్రాణము నామరూప రహితమగు బ్రహ్మమునుండి కలిగెను.

శృతి :- "ఆత్మన: ప్రాణోజాయతే"

ఆత్మ యనినను బ్రహ్మయనినను వేరుగాదు.

శృతి - "తత్ బ్రహ్మ స ఆత్మా"
"దేహాదే: పరతరత్వాత్ బ్రహైవ పరమాత్మా"

(నిరాలంబోపనిషత్)

దేహాదులకంటె నతి శ్రేష్ఠమయి యుండుటవలన బ్రహ్మమే పరమాత్మయని భావము. ఈ ముఖ్యప్రాణమే హిరణ్యగర్భుడనెడి గలిగియుండెను.

10. చిత్తైకాగ్రత (Concentration of mind)

ఆ వ శ్య క ము

మనస్సున కేకాగ్రత యవసరమని సర్వమతస్థులును నంగీకరించు విషయమే. మనస్సున కేకాగ్రత లేదని వ్యక్తమగుచున్నది. మనస్సనగా నేమి ? మనస్సనగా జ్యోతిస్సగు జ్ఞానము [Divine light] ఈ మనస్సగు జ్యోతిస్సైన జ్ఞానము చలించి, వ్యాపించి, ఇంద్రియములద్వారా బాహ్యప్రదేశమునకువెళ్ళి నశించుటయే యజ్ఞానము. ఎట్లనగా జ్యోతిస్వరూపమమును, జ్ఞానస్వరూపమునగు మనస్సున కేకాగ్రత యుండుటచేతనే లోకములో తెలియని సర్వ విషయమములను గోచరించుచుండుట లోకానుభవమైయున్నది. ఇది సర్వజన సమ్మతమే కాగలదు. తెలియని విషయమును తెలిసికొనుట జ్ఞానమును, తెలియక యుండుట యజ్ఞానము ననుట నిర్వివాదము. కాని పుస్తకమము చదువుచున్నను, నా పుస్తకమందలి విషయములయందు మనస్సునిలిచియయుండినగాని యందలి విషయములు సరిగా గోచరింపజాలవు. చదువుచున్నపుడు పుస్తకములోని విషయములు సరిగా గోచరించకపోయినచో నా పుస్తకమును చదువుట మానివేసి తనలో తానే యాలోచించుకొనుటయయు గలదుగదా ? తనలో గాఢముగా నాలోచించునపుడు బాహ్యవిషయము లెవ్వియు గోచరింపవు. మరియు నిట్లాలోచించు కాలములో దనయయెదుటనుండి యెవరైన ఛ్ఛుఛ్ఛుచున్నను, మాట్లాడినను, నట్టి విషయముల నెరుగకయే యుండుట లోకాను భవమము, కారణమేమి ?

ఆలోచించు కాలములో దన మనశ్శక్తి తనలో నూర్ధ్వముఖమై యుండును. అనగా బాహ్యసంచారమును విడిచి తనలోనే యేకాగ్రతనొంది యంతర్ముఖమై యుండును. అట్టి సమయమున నాలోచించినచో పుస్తకములోని విషయమము వెంటనే స్ఫురించును. కాబట్టి పుస్తకములోలోనున్న విషయములు తనలోనే యున్నవనియు,నింతేగాక బాహ్యమునగల చరాచర ప్రపంచములు స్మరణకు రానప్పుడు తనలో నాలోచించుకొనుటచే జ్ఞప్తికి వచ్చుచున్నదిగదా ! ఆలోచింపబడెడి విషయములు తనలోనే లేనిచో దనలో నాలోచించునపుడెక్కడనుండి వచ్చి జ్ఞప్తికి వచ్చుచున్నవి? తనలో తాను బాగుగా నాలోచించినప్పుడే తనకు తెలియని విషయములు బోధపడుచున్నవి గాని నాలోచించు కాలమున దనలోగల మనశ్శక్తి శరీరములో ముందుభాగమునుండి పైకి వెళ్లుచున్నట్లును, మలద్వారమగు గుదస్థానముద్వారా వెనుక భాగమునుండి పైకివెళ్లుట లేనట్లును లోకానుభవమేకాగలదు.

మనస్సు త్రాసుయొక్క ముల్లు వంటిది

ఒక త్రాసునగల ముల్లు ఆ త్రాసునబై భాగమున గల మధ్యబిందువునకుక అనగా [Central Point] కు సరిగా నిట్టనిలువుగా నిలిచి యున్నప్పుడే దానిలోగల పదార్థముయొక్క తూకము సత్యమని యెఱుంగగలము. కాని యాముల్లు చలించినచో దానిలోని పదార్థముయొక్క సత్యమైన తూకము దెలియబడదు గదా! ఇట్లే మన మనస్సు చలించినదై బాహ్య సంచారము గలిగి యున్నప్పుడు సత్యము గోచరించదు.

మనస్సు బల్బు (Bulb) వంటిది

బల్బువంటి మనస్సు విద్యుచ్ఛక్తివంటి యాత్మసంబంధముచేతనే యాత్మకుగల జ్ఞానజ్యోతిస్సు గలదయి ప్రకాశించు చున్నది. లోకములో విద్యుచ్ఛక్తి లేనిది వట్టి బల్బు ప్రకాశించదుగదా ! అట్లే ఆత్మశక్తిలేనిది మనస్సుగూడ బ్రకాశించదని భావము. కాని యా ప్రకాశము బల్బునకు గల శక్తి ననుసరించియే యుండును. ఎట్లనగా---

ఎలెక్ట్రిక్ బల్బు, 40, 60, 100 మొదలుగా గల Waltage ననుసరించి మెచ్చు తగ్గులుగా బ్రకాశించుచుండును. అట్లే మన:శక్తినిగూడ పెంపొందించి [generate] చేసి యేకాగ్రతతో నుంచవలెను. అప్పుడే యది యతీతమగు (అత్యధికమయిన) ప్రకాశము గలదయి సర్వపదార్థములను బ్రకాశింపజేసి తెలిసికొనగలది యగును. ఇట్లుగాక మనకున్న మనశ్శక్తిని బెంపొందించుకొనుచు [Generate] చేయుచు ఏకాగ్రతగా నుంచుటకు బ్రయత్నించవలయును. అప్పుడే మనస్సున కధికశక్తి గలుగును. అట్టి శక్తిగల యోగులే యనేక బ్రహ్మ ప్రళయ కాలములవఱకు జీవింపగలిగినట్లు యోగవాసిష్ఠములో భుశుండోపాఖ్యానమున గలదు. యోగులకు మరణమే సంభవింపదు. కనుకనే జనన కాలమందు మనశ్శక్తి 100 సంవత్సరములు జీవించుటకు దగినట్లుగా నుండుటనుబట్టి "శతాయుర్భవ" అని వేదవాక్కులచే దీవింపబడుట.

నామరూపాదులన్నియు మనస్సుచే గల్పింపబడినవే

ఒక తెల్లని కాగితమునందు నల్లని చుక్కవేసి, యా నల్లని చుక్కయందే మనస్సును, దృష్టిని నిలిపి చూచుచున్నచో గొంత నేపటికి నల్లనిచుక్క కనిపించక మొదటనున్న తెల్ల కాగితము మాత్రమే కనిపించును. కావి అట్టి సమయమున మనస్సు చలించినచో మఱల నల్లచుక్క కనబడును.

మొదట తెల్లకాగితమునందు నల్లఇచుక్క వేయుటకు మనస్సంకల్పము కలిగినందున నల్లనిచుక్క వేయుట జరిగెను.మొదటలేని నల్లచుక్కను మనస్సంకల్పముచచే కల్పింపబడి చేయుబడిన నామరూపములేయనియయు, మనస్సు సంకల్పరహితమైనదై నిశ్చలముగానున్నపుడు నామరూపాదులు కనుపించుట లేదనియు ఋజువగుచున్నది.

ఇట్లే బ్రహ్మమందు నామరూపాత్మకమగు జగత్తు మనస్సకల్పముచే కలిగినదనియు ; మనస్సు సంకల్పశూన్యమై నిశ్చలముగానున్నచో నామరూపాత్మకమగు జగత్తు గోచరించదనియు ; బ్రహ్మము మాత్రమే గోచరించుననియయు స్పష్టమగుచున్నది. మొదటలేని నామరూపాత్మకమగు జగత్తు మనస్సంకల్పము లున్నంతకాలముండి, మనస్సంకల్పములులేని కాలమున గానపించుట లేదు గదా ! కనుక జగత్తు మిథ్య (అసత&యమము) అని యెఱుంగవలయును. సర్వకాల సర్వావస్థలయందున్న పదార్థము మాత్రమే సత్యమైనదికాగలలదు. అట్టి సత్యము, జ్ఞానము స్వరరూపముగాగల పదార్థము బ్రహ్మ మొక్కటేయని గ్రహింపవలయును.

శృతి :- ''బ్రహ్మైవ సత్యశబ్దార్థ:, సత్యం జ్ఞాన మితిశ్రుతే:''

బ్రహ్మమమే సత్యశబ్దమున కర్థమనియు, సత్యమనగా జ్ఞానమనియు శ్రుతి బోధించుచునది.

కనుక నాత్మను దర్శించవలెనన్న మనస్సంకల్పము పూర్తిగా నశింపవలెననియు, నట్టి స్థితియే ముక్తియనియు నెఱుంగవలెను,

శృతి :- ''యస్య సంకల్ప నాశ స్స్యాత్ తస్య ముక్తి: కరేస్థితా''

(మండలబ్రాహ్మణోపనిషత్)

గీత :- ''సర్వ సంకల్ప సన్యాసి యోగారూడస్త దోచ్యతే''

(గీత)

సర్వ విషయ సంకల్పములను సన్యసించిన ముక్తి మఱచేతిలోనే యున్నదనియు, నట్టివాడు యోగారూఢుడనబడుననియు భైవానిభావము.

మనస్సుగూడ నొక పదార్థమే

మనస్సుగూడ నొక పదార్థమయియున్నది. ఎందువల్లననగా మనస్సాహారముచే బోషింపబడుచున్నది. ఆహారములు పదార్థములేకదా ? పదార్థములచే బోషింపుబడునదియయు బదార్థమేయగును. కాన దేనిచో బోషింపబడుచున్న పదార్థము దానిగుణము గలిగియుండుననుట నిర్వివాదము. ఎట్లనగా ఉమ్మెత్తకాయ పదార్థమగుటచే నట్టికాయను తినుటవలన మనస్సునకట్టి దోషము (పిచ్చి) సంభవించుట లోకానుభవముగా నున్నది.

మనస్సు చలించుటకు గారణమేమి ?

మనస్సు చలించుటకు గారణము ప్రాణవాయయు చలనమేయని యెఱుంగవలయును. ఎట్లనగా, గాలియున్నచోట దీపమముంచినచో నా దీపము చలించి వ్యాపించుట సహజము. ఇట్లే మనస్సు జ్యోతియని చెప్పితిమి గాన దీపమువంటి ప్రకాశముగలది. కనుక బ్రానవాయువు చలించుటచే మనస్సు చలించి శరీరమంతట వ్యాపించి యింద్రియములద్వారా బాహ్యప్రదేశమందును వ్యాపించుచున్నది. ఈ కారణమము చేతనే శరీరమునెచ్చట దాకినను తాకినట్లు తెలిసికొన గలుగుట జరుగుచున్నది. కాని మనస్సేకాగ్రతతో నున్నపుడు శరీరమమునెచ్చట దాకినను తాకినట్లు తెలియదు. కనుక మనస్సున కేకాగ్రత గావలయుననిచో బ్రాణవాయు చలనము నరికట్టవలయయును.

శ్లో॥ ''య: ప్రాణవవనస్పంద: చిత్తస్పందస్సఏవహి''

(యోగవాసిష్ఠము0

ప్రాణవాయు చలనమే చిత్తచలనమని భావము.

శృతి - ''చలేవాతే చలోబిందు, నిశ్చలోభవేత్.
యోగి స్థాణుత్వ మాప్నోతి తతో వాయున్నిరుంధయేత్''

(యోగచూడామణ్యుపనిషత్)

వాయువు చలించుటచేత మనస్సు చచలించునట్టుగా కన్పట్టుచున్నది. వాయువు నిశ్చలముగానున్న మనస్సు నిశ్చలముగానుండును. గనుక యోగియైనవాడు వాయువు నిరోధము చేసి మనస్సు కదలకుండ చేయవలయయును.

శ్లో॥ ''ముఖనాసిక యోర్మధ్యే వాయుస్సంచరితే సదా.
ఆకావబతి: ప్రాణం సజీవ కేనజీవతి

(ఉత్తరగీత)

వాయువు ముఖానాసిక మధ్య సదాసంచరించుచుండును. అట్టి ప్రాణవాయువు యాకాశమందు లయమైనందున జీవత్వముండజాలదు.

మనస్సున కేకాగ్రత యనగా చిత్తము నిర్మలమయి, నిశ్చలమము కావలయును. ఏలననగా బురదనీరు కదలకుండావున్నప్పటికిన్నీ అందులో ప్రతిబింబము సరిగా కానరాదు. అందువలన రజోగుణములో కూడుకున్న మనస్సు నిశ్చలముగా వున్నప్పటికినూకన యట్టి మనస్సుచేత ఆత్మనెఱుంగజాలదు. అటులనే మనస్సు నిర్మలమైనప్పటికిన్నీ నిశ్చలత్వము లేక పోవుటవలనాత్మ బింబము సరిగా కానరాదు. అందువలన మనస్సు నిర్మలమై నిష్చలము కావలయును.

శృతి :- ''ఏష సర్వేషు భూతేషు గూడోత్మా నప్రకాశతే.
దృశ్యతే త్వాగ్రయయా బుద్ధ్యా సూక్ష్మయా సూక్ష్మదర్శిభి:''

(కఠోపనిషత్)

ఈ ఆత్మ సర్వభూతములయందున్నూ, గూఢంగాయున్నప్పటికిన్నూ, అందరికినూ ప్రకాశమానముకాదు. కాని ఏకాగ్రతమైనటువంటియూ, సూక్ష్మమైనటువంటి బుద్ధిచే సూక్ష్మదర్శులగు పండితులచే చూపబడినది. ఇచ్చట సూక్ష్మమనుటచేత విషయ సహితమైన మనస్సు స్థూలమనియునూ, విషయ రహితమైన మనస్సు సూక్ష్మమనియునూ యెఱుంగవలయును. గనుక విషయ రహితమైన మనస్సు నిర్మలముకాగలదు.కనుక యిటువంటి మనస్సు సత్వగుణముకాగలదు. ఈ మనస్సే ఈశ్వరుడు కాగలదు. దానినే పురుషుడందురు.

శ్లో॥ ''శుద్ధాంత: కరణంజ్ఞేయం వేదోక్తం ప్రకృతంఖలు''

(ఋభుగీత)

ఈ శుద్ధాంత:కరణమే జ్ఞేయ వస్తువనగా బ్రహ్మ వస్తువుకాగలదు. వేదములలో చెప్పబడిన తదన్యమంతయు ప్రకృతమే కాగలదు. మఱియు

"ఆత్మఅనాత్మకారం స్వభావదవస్థితం సదాచిత్తం
ఆత్మవ్యాకారతయా ఆనాత్మదృష్టిం విదదీత"

(బ్రహ్మసూత్రభాష్యము)

మనస్సు స్వభావంగానే ఆత్మాకారంగాను, అనాత్మాకారముగాను అనగా విషయాకారమముగాను గలదు. కనుక అనాత్మాకారమును నివృత్తింప జేసినందున ఆత్మాకారము కాగలదు. ఇందువలననే "మనోహిబ్రహ్మ" అని చెప్పటకు కారణము.

మనస్సున కకేకాగ్రత (నిశ్చలచిత్తము) సత్వగునము కాగలదు. చలించని మనస్సు పురుషుడని చెప్పబడుచున్నది. ఇందువలననే పురుషులగు బ్రాహ్మణులు బ్రహ్మవిద్య కధికారులని వేదశాస్త్రములందు బోధింపబడియున్నది. కనుకనే "సత్వాత్సంజాయతే జ్ఞానం" అని గీతలో బోధిచిరి. సత్వగుణము(మనోనిశ్చలస్థితి) జ్ఞానమని యెఱుంగవలె.

"సాహి సర్వగతాసంవిత్ ప్రాణస్పందేనచాల్యతే;
చిత్తైకాగ్ర్యాద్యతో జ్ఞానం ఉక్తం సముపజాయతే"

(ముక్తికోపనిషత్)

సంవిత్ అనగా జ్ఞానము, జ్ఞానమనగా

శృతి :- చైతన్యం వినాకించిన్నాస్థీతి సాఓఆత్మారానుభవం జ్ఞానం
నానాత్మ భేధ కల్పిత జ్ఞాన మజ్ఞానం"

చైతన్యమము వినాయేమియూ లేదని యనుభవపూర్వకమముగా తెలుసుకొనుట జా&ఒనము. నానావిధ భేదముగలిగి తెలుసుకొనుట యజ్ఞానము.

ప్రాణ వాయువు చలించుటవలన జ్ఞానమము చలించినదై యదార్ధమును తెలియనేరక యున్నది. ఆసంవిత్తుచలించక యేకాగ్రత నొందిన యెడల చెప్పబడు జ్ఞానము కలుగునని పైశ్రుతి భావము. కనుక చిత్తము స్వసిద్ధముగా జ్ఞాన స్వరూపము గల దనియు, నయ్యది ప్రాణవాయు చలనముచే చలించుచున్నట్లుగా జ్ఞానమును కోలుపోవుచున్నదనియు తెలియవలయును.

మఱియు సాధారణ మానవునకు జాగ్రదవస్థలో శ్వాసము 12 అంగుళముల దూరము బయటకి వ్యాపించును. కాని యాలోచించు కాలములో నాలోచనాశక్తి ననుసరించి వెలుపలగల వ్యాప్తి తగ్గును. అందువలననే శ్వాసమునకు బయటి వ్యాప్తి యెక్కువైనపుడు వెలుపలి పదార్ధములు గోచరింపవు. కాబట్టి బాగుగా నాలోచించినచో బయటి వ్యాప్తివలన జ్ఞానము బయటికి వెళ్ళి నశించుచుండును. ఎట్లనగా--

ఒక వ్యక్తి దూరముగా నున్నప్పుడు మనకు గన్పించడు.కాని యావ్యక్తియే సమీపమునకు వచ్చుకొలది కొద్ది కొద్దిగా గనబడును. పూర్తిగా సమీపమునకు వచ్చినపుడు నాతని స్వరూపము కనబడును. ఇట్లే దూరమునగల వ్యక్తికి మనము సమీపించుకొలది యావ్యక్తి కొద్ది కొద్దిగా గానిపించును. పూర్తిగా సమీపించినచో నావ్యక్తిని బూర్తిగా దెలిసికొనగలుగుచున్నాము. దీనికి కారణమేమనగా మనలో గల జ్ఞానము బైటకి వెళ్ళుకొలది నశించుచు కొద్దిదూరము వెళ్లిన పిమ్మట బూర్తిగా నశించుటయు జరుగుటచే వ్యక్తిదూరముగా నున్నప్పుడు కనిపించక పోవుటయు, తెలిసికొనక పోవుటయు. వ్యక్తి సమీపించుకొలది మన జ్ఞానము మనలోపలికి నడచును గాన కొద్దిగా గనిపించుటయు, బూర్తిగా మన జ్ఞానము మనలో జేరియయున్నప్పుడావ్యక్తిని బూర్తిగా నెఱుంగుటయు జరుగుచున్నది. కనుక జా&ఒనము బయటికి వ్యాప్తమై నశించుట చేతనే పదార్ధములను గుర్తించకపోవుటయు, వ్యాప్తముకాని సమయమున బదార్ధమములను జక్కగా గుర్తింప గలుగుచుంటిమనియు స్పష్టమగుచున్నది.

ఇట్లు బయటికి వ్యాపించి జ్ఞానము బుద్ధిజన్య జ్ఞానమని యెఱుంగవలయును. అట్టి జ్ఞానము బుద్ధిశక్తిననుసరించియే ప్రకాశించును. ఎందువలననగా రాత్రికాలమములో 15 (Waltage) గల బల్బునుంచుటచే బ్రకాశించుచున్న దీపము యొక్క కాంతి కొద్దిదూరము వ్యాపించి నశించుచున్నది. కాని ఆ బల్బునే 500 (Waltage) లోనుంచి యుంచినచో కాంతియపుడు దూరము వరకు బ్రకాశించచును. ఇట్లే మన బుద్ధియను బల్బునకు శక్తి నెక్కువచేసినచో పరిశుద్ధమముగా నుండి సర్వత్ర ప్రకాశించి సర్వము నెఱుంగ గలుగును.

మలినమగుమనస్సు పరిశుద్ధమగుటయెట్లు ?

మనస్సు పరిశుద్ధమై యేకాగ్రత నొందుటకు లోపల గల ప్రాణాపానములచే దానిని బాగుగా మథించవలయును.అట్లు మథించుటచే నగ్నిప్రజ్వలించి (అనగా యోగాన్ని ప్రజ్వలించి) మనస్సునకుగల సర్వమాలిన్యమును దహింపజజేయుటవలన మనస్సు శక్తివంతమై దేదీప్యమానముగా బ్రకాశించి తురీయమమున ప్రవేశించినదై స్థిరమగు బ్రశాంతి నొందును.

శృతి :- "యధాపర్వత ధాతూనాం దహ్యన్తేదహనాన్మలా:
తధేన్ద్రియకృతాదోషా దహ్యన్తే ప్రాణనిగ్రహాత్"

(యోగవాసిష్ఠము)

ప్రాణాయా మాభ్యాసమనెడి యోగముచేతనే మనకేకాగ్రత కలుగును.

శృతి - "స్వదేహ మరణింకృత్వా ప్రణవంచోత్త రారణిమ్.
ధ్యాననిర్మథనాభ్యాసాద్దేవం పశ్యేన్నిగూడవత్"

(శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్)

తన శరీరమును గ్రింది యరణిగను. నోంకారమును బైయరణిగనుజేసి చక్కగా ధ్యానించుచు మథించుటవలననే నిగూఢమగు నాత్మను దర్శించగలడని భావము.

కనుక మనస్సునకు మథనమొకటి యవసరమని తెలియుచున్నది. నూవులయందు గూఢముగానున్న నూనెయుక్షీరమందు గూఢముగానున్న వెన్నయు వానిని మథించుట చేతనే యెట్లు మనకు గనబడుచున్నవో యట్లే శరీరములో గల ప్రాణమును లాగి మథించుట చేతనే తనతోనున్న యాత్మ సాక్షాత్కరించునని భావము.

పైశ్రుతిలోని "ధ్యాననిర్మథనాభ్యాసాత్" అనుచోట ధ్యానమనెడి నిర్మథనమనియు, దానియొక్క యభ్యాసమనియు, రూపక సమాసమును జేసి కొందరువ్యాఖ్యాసమనియు, రూపక సమాసమును జేసి కొందరు వ్యాక్యానించుచున్నారు. అది యట్లు వ్యాఖ్యానించుట తగదు. ఇచ్చట ద్యానమును నిర్మథనమును ధ్యాన నిర్మథనములనియు వానియొక్క యభ్యాసమని ద్వంద్వసమాసము చేసియే వ్యాఖ్యానించవలయును.ధ్యాన నిర్మథనములు రెండును బరస్పర విరుద్ధ ధర్మములు గలవి. క్రియాసహితమగు మనస్సు క్రియారహితముగా జేయుట ధ్యానమని యెఱుగవలయును.నిర్మథనమనునది బాగుగా మథిచుట యనునొకక్రియను సూచించునట్టిది. క్రియా రహితమగు ధ్యానమునకును, క్రియా సహితమగు నిర్మథనమునకును రూపకము చెప్పుట తగుదుగదా ! విషయికి విషయమునకును సామ్యమున్నప్పుడేగదా యొకదానియందు రెండవ దానినారోపించుట.కాన బై శృతిలో ధ్యాన నిర్మథనములు రెండును గర్తవ్యములుగా బోధింపబడుచున్నందున ధ్యానము ్మథనమము అనిగాని ధ్యానముతో గూడిన నిర్మథనము అనిగాని యర్ధము చెప్పితీరవలయును. క్షీరమందు నిగూఢముగానున్న వెన్న మథించుటచేతనే లభించున్నది. అట్లే నూవులు మున్నగు పదార్థమములు యందలి నూనె మొదలగునవి మథించుటచేతనే బయటపడుచున్నవి, అప్పుడును నాయాఫలితములందు ధ్యానమముతో వానిని మథించిన గాని యవి బయటపడుట లేదుగదా! అట్లే పరమాత్మను ధ్యానించుచు శరీరమునందు సాధకుడు చేయవలసిన &రకియయొకటి యున్నదనియే పైశృతి బోధించుచున్నది. ఈ విషయయమునే గీతలోగూడ బరమాత్మ బోధించియున్నాడు.

శ్లో॥ "ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మావ్యాహారన్ మామనుస్మరన్" (గీత 6-13)

ఓం అనెడి యయేకాక్షర రూపమగు బ్రహ్మమును విశేషముగా నుచ్చరించుచు నన్ను ధ్యానించుచు అని పై దాని భావము.

ఇచ్చట ముముక్షువునకు రెండు కర్తవ్యములను బోధించినాడు. ఒకటి ఓంకార వ్యాహరము. ఇదేయే నిర్మథనము, రెండు పరమాత్మధ్యానము. (అనుస్మరించుట) ఆత్మస్వరూపమగునన్ను ధ్యానించుచు నాదాను సంధానమనెడి ఓంకారము నూర్ధ్వమునకు జరింపజేయుచు నభ్యసింపవలయునని బావము. శ్రుతిజెప్పబడిన నిర్మథనమనెడి పదముచే బోధింపబడినదే గీతయందును బోధింపబడెను.మహాత్ములచే చెప్పబడినది సర్వత్రయొక్కటేయైయుండునుగదా ! కనుక పూర్ణమైన చిత్తైకాగ్రత కొఱకు నిర్మథనవ్యాహారాదిపదములచే జెప్పబడెడి ప్రాణాయామా భ్యాసమే ముఖ్యసాధనమని యెఱుంగవలయును. అదియే యోగాభ్యాసము.

తెలియని విషయమములు తెలిసికొనుటకు

బుస్తకాదు లవసరములేదు

తెలియని విషయములను దెలిసికొనుటకు బుస్తకాదులవసరము లేదనియు మనస్సు నేకాగ్రముగా నుంచిన జాలుననియు భావింపవలెను.పుస్తకాదులయందుగల విషయములన్నియు ననుభవజ్ఞులు వారికి దోచిన విషయములను బుస్తకములలో వ్రాసియుంచిరి. మొదట మస్తకము నుండి పుస్తకాదులలోనికి వచ్చిన విషయములేగాన బుస్తకాదులలోని యదార్థభావము గోచరింపవలెనన్న మస్తకములో జూచియే తెలిసికొనవలయును.

మానవులు పది సంవత్సరములకు ముందు తమకు దెలిసి పిదప మరచిపోయిన విషయములను మఱల వాటిని బాగుగా మనస్సును నిలిపి యాలోచించుటచేత తెలిసికొన గలుగుచున్నారు. పది సంవత్సరములకు బూర్వ విషయము నొక్క నిమిషకాలమున పూర్తిగా మనస్సును నిలిపినందున దెలిసికొనగలుగుచున్నారుగదా ! మనస్సును బూర్తిగా నొక గంటసేపు నిలుపగలిగిన వారలు ఆరువందల సంవత్సరమములకు బూర్వము గతించిన విషయములనుగూడ గ్రహించగలరని వేఱుగా జెప్పవలయునా ? కనుకనే జ్ఞానులు పూర్వజన్మ విషయములను జెప్పగలిగినారు.

ఆలోచించుటచే తెలియని విషయము గోచరించుట యెట్లు ?

మానవుడు తనకు తెలియని విషయములను గూర్చి గాఢముగా నాలోచించిన యెడల నా విషయమును తెలిసికొనగలుగుచున్నాడు. ఎందువలన తెలిసికొనగలుగుచున్నాడు ?

గాఢముగా నాలోచించచు కాలములో వానియందుగల జీవశక్తి బాహ్యావ్యాప్తినుండి నివర్తించి తన లోపలనేయుండి కొద్దిగా బైకి లేచును. ఆ శక్తి బైకివెళ్లు మార్గము సరిగా లేనందున నాగిపోవుటయు, నందువలన నాయాసము గల్గుటయు నాకారణముచే నట్టి జీవశక్తిని క్రిందికి వదలి వేయుటయు సంభవించును. కాని ఆలోచించు కాలములో తనతోగల జీవశక్తి నూర్ధ్వముగా నుండుటచేతనే యాలోచించు విషయము గోచరించుననునది నిర్వివాద విషయము,ఆలోచనకాలములో నాలోచనా శక్తి ననుసరించి శ్వాసోచ్ఛ్వాసముల బాహ్యావ్యాప్తి తగ్గును. మనలోగల తెలివియగు జీవశక్తి శ్వాసోచ్ఛ్వాసములద్వారా లోపలికి బయటికిని సంచరించుచున్నది. ఎందువలననగా నది బయట సంచరించచుటవలననే బయట పదార్థములను దర్శించి తెలిసికొనుట జరుగుచున్నది. కనుక మనలోగల శ్వాసోచ్ఛ్వాస గతులచేతనే జీవశక్తి సంచరించు మార్గము బాగుగా నుండు. అప్పుడే యా శక్తి స్వస్థానమున జేరి సర్వమును దెలిసికొనును. అనగా సర్వజ్ఞుడగునని స్పష్టమగుచున్నది.

గనుక సర్వజ్ఞత్వము సిద్ధింపవలెనన్న తన జీవశక్తిని అసత్తయిన బహిర్మార్గమునుండి మరలించి సత్తయిన యాత్మ మార్గమగు తురీయమునకు నడిపించవలెను. అనగా నజ్ఞానాంధకారమార్గమునుండి జ్ఞాన తేజోమార్గమున నడిపించవలెననియు, మృత్యు మార్గమునుండి యమృత మార్గమున నడిపించవలెననియు స్పష్టమగుచున్నది. ఈ విషయమే శ్రుతిచే బోధింపబడుచున్నది.

శృతి :- "ఆసతో మా సద్గమయ, తమసో మా జ్యోతిర్గమయ,
మృత్యోర్మామృతంగమయ"

(బృహదారణ్యకోపనిషత్)

జీవుడగు నన్ను తేజోరూపమును, నమృతమయమునునయి తురీయమునగల యాత్మను బొందివుమని భావము.

ఈ శక్తి శ్వాసముద్వారా బయటికి వచ్చుటచేతనే జగత్ సృష్టియు, వేదములును గలుగుచున్నవి.

శృతి :- "నిశ్వాసభూతామే విష్ణోర్వేదా జాతాస్సువిస్తరా :"

(ముక్తికోపనిషత్)

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగుజీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

జీవుడగు

33. కర్మఫల మంటకుండుటకే మధ్య మధ్య ప్రాణాయమము

లోకములోఁ పితృకర్మలను, యజ్ఞయాగాది కర్మలను నాచరించు కాలములో మధ్యమధ్య ప్రాణాయామము చేయుచు నట్టి కర్మల నాచరింపవలయునని వేదములో విధింపబడియున్నది. కనుక బ్రాణాయామముఁజేయువాడు గర్మల నాచరించినను, బ్రాణాయామాభ్యాస రహితునిచేఁ జేయబడు గర్మల వలనను వ్యతిరిక్త ఫలమే లభించునని యెఱుగవలయును. నృగ మహీరాజు పెక్కు గోవులను, మహాబ్రాహ్మణులకు దానము చేసినను నూసరవెల్లియై పాడుపడిన నూతిలోఁ బడిపోయినట్లును, నహుషుడు నూఱు మహాయజ్ఞములు చేసి యింద్రపదవని బొందినను గొండచిలువయై జీవించవలసివచ్చినట్లును బాగవత గ్రంధములోఁగలదు. కానఁబ్రానాయామాభ్యాసమగు నీ యోగాభ్యాసపరుడే కర్మఫలముల నంటకుండునట్లు చేసుకొని తుదకు జనన మరణాది రూపమగు సంసారమునుండి ముక్తుడు కాగలుగును.

34. తమతమ పనులలో నుండియే మోక్షసాధన చేయనగును

శ్లో॥ స్వే స్వే కర్మణ్యభిరత స్సంసిద్ధిం లభతే నర:
స్వకర్మ నిరతస్సిద్ధిం యథా విన్దతి తచ్ఛృణు" (గీతా)

మానవులు తమతమ జాతి ధర్మములగుఁ గర్మలయం దాసక్తి గలిగియుండి యే విధముగా సిద్ధిని జెందుదురో యాక్రమమమును జెప్పెదను వినుమని కృష్ణపరమాత్మ యర్జునునితోఁజెప్పెను.

శ్లో॥ "యత: ప్రవత్తి ర్భూతానాం యేన సర్వమిదం తతం,
స్వకర్మణా తమభ్యర్చ్య సిద్ధిం విన్దతి మానవ:" (గీత)

ఏ యీశ్వరునివలన నెల్ల ప్రపంచము జనించుచున్నదో, యెవనిచో నెల్ల ప్రపంచములు వ్యాపింపబడి యున్నవో యట్టి యీశ్వరుని వారివారి స్వకీయ కర్మానుష్ఠానముచేత గొలిచి సిద్ధిని బొందుచున్నారని భావము.

ఇచ్చట స్వకీయ కర్మానుష్ఠానముచేఁగొలుచుట యనగాఁదమతమ వృత్తులచేతనే యీశ్వరుని సేవించుట యని భావించరాదు. ఎందువలననగా శూద్రుడగువానికి సేవ స్వాభావిక కర్మయని గీతాశాస్త్ర మొక ప్రక్కన బోధించుచు, నింకొక ప్రక్కన యోగియగువాడే జీవన్ముక్తుడగునని బోధించుచున్నది.కానస్వవృత్తి యీశ్వర ప్రాప్తికి సాధనమని తలంచరాదు. ఈశ్వరునెఱింగి యీశ్వరునిఁగొలుచుచు వానివాని స్వభావ జన్యమగు కర్మ (వృత్తి) నాచరింపవలయునని భావింపవలయును. అట్లు కానిచోఁగేవలము వానివాని వర్ణాశ్రమ ధర్మ కర్మల నాచరించుటచే నిహపర లోకభోగ సుఖము మాత్రమే గలుగునని యా గీతాశాస్త్రమే బోధించునా ?

శ్లో॥ "యదృచ్ఛయాచోపపన్నం స్వర్గద్వార మబావృతం
సుఖిన: క్షత్రియా: పార్ధ లభన్తే యుద్ధ మీదృశమ్"
(గీత-2)

అర్జునా ! ప్రార్థింపకయే సిద్ధమై తెఱువఁబడియుండి స్వర్గ ద్వారమగు నీ యుద్ధమను బొందిన క్షత్రియులు మిక్కిలి సుఖవంతులని చెప్పవలయును. ఈ యుద్ధము శ్రేష్ఠయమినది. అప్రయత్నముగా సంభవించినది కాన శ్రేష్ఠమయినది భావము. కనుక స్వకర్మలయిననుఁ గోరికతో నాచరింపఁగూడదనియు, గోరికలు లేకుండఁ గర్మలాచరించినను నా కర్మలు వానికి విధించునవై నగు వాటి ఫలము స్వర్గమే గాగలదనియు భావింపవలయును. ఎట్లనగా

శ్లో॥ "హతోవా ప్రాప్స్యనే స్వర్గం జిత్వావా భోక్ష్యనే మహీం
తస్మాదుత్తిష్ఠ కౌంతేయ యుద్ధాయ కృతనిశ్చయ:" (గీత)

ఓ యర్జునా ! యుద్ధము చేసినచో హతుడవగుదువేని స్వర్గము పొందుదువు. జయింతువేని రాజ్యము ననుభవింతువు. అందువలన యుద్ధముచేయ నిశ్చయించినవాడవై లెమ్ము,

శ్రుతి :- - దేహ వర్ణాశ్రమ కర్తృత్వ భో క్తృత్వా
ద్యహంకార భావనారూఢో మూఢ:"

శ్రుతి :- వర్ణాశ్రమాచార యుతా విముఢా:
కర్మాను సారేణ ఫలం లభిన్తే,"

శ్లో॥ వర్ణాశ్రమాభి మానీయ స్త్యక్త్వాజ్ఞానం ద్విజోత్తమ:,
అన్యత్ర రమతే మూఢ: సో జ్ఞానీ నా త్రసంశయ:"

దేహ సంబంధములగు వర్ణాశ్రమ ధర్మములందుఁ గర్తృత్వ భోక్తృత్వా ద్యహంకారము గలిగి ప్రవర్తించువారు మూఢులే యగుదురు. వర్ణాశ్రమాభిమానము కలిగి యెవ్వరు జ్ఞానమును విడిచిపెట్టుదురో యట్టివారు వర్ణాశ్రమ ధర్మఫలమగు స్వర్గాది భోగములందు రమించువారే కాగలరు. అందువలన నట్టివారు నిస్సందేహముగా నజ్ఞానులే కాగలరని పైవాని బావము.

కనుక నిట్టి శ్రుతి స్మృతులవలన వారి వారికి విధింపబడిన వర్ణాశ్రమాది కర్మల నాచరించుటచేత నిహపరలోక భోగములు గలుగును గాని మోక్షము గలుగదని ఋజువగుచుండగా స్వకర్మలచేఁ బరమేశ్వరుని బూజించిన యెడల సిద్ధిని బొందగలరని చెప్పుట యుక్తము కాదు.

మఱియు బ్రాహ్మణ క్షత్రియ వైశ్య శూద్రులనబడువారి కర్మలు (వృత్తులు) వేఱు వేఱుగా నుండును గనుక నట్టి కర్మల ఫలములు వేఱువేఱుగా నుండుననుట నిర్వివాదము. వారందరును వారి వారి కర్మలను (వృత్తులను) ఆచరించుటచే నాత్మ ప్రాప్తి రూపమగు నొకే ఫలమును బొందురని చెప్పుట

శాస్త్ర విరుద్ధమును, యుక్తి విరుద్ధమును గాఁగలదు. వేదములో యజ్ఞయాగాది కర్మలకు వేఱువేఱు ఫలములు విధింపబడి యున్నవి గదా ? కర్మలన్నిటికి నొకే ఫలమయినచో ననేక కర్మలతో నిమిత్తము లేకుండ నొకే కర్మ నందఱును నాచరింపవచ్చును గదా ? కాని యనుభవరీత్యా చూచినచో వేదోక్త కర్మలకు వేఱు వేఱు ఫలములు కనిపించుచున్నవి.

మఱియు లోకములో జలముచేత దప్పిక నివారింపబడుట, ఆహారముచే నాకలివర్తించుట ఇట్లా యా కర్మలచే నాయాభిన్న భిన్న ఫలములు కలుగుట ప్రత్యక్షమగుచుండగా నెవరి కర్మలు వారాచరించినయెడల, నేకఫలమగు మోక్షమెట్లు సిద్ధింపగలదు ? సిద్ధింపదని ఋజువగుచున్నది గదా ? కాని యెవరెవరి మనస్సును వారు వారాత్మ లక్ష్యమందుంచి వారి వారి విద్యుక్త కర్మల నాచరించిన యెడల నపుడందరి మనస్సు గూడ నొకే లక్ష్య మగునాత్మయందుండును గాన నందఱును నేక ఫలమగు మోక్షమును బొందగలరు.

35. జీవుడు సగుణోపాసనచేతనే ముక్తినొందును

శ్రుతి :- "ద్వాసుపర్ణా సయుజా సఖాయా సమానం వృక్షం
పరిష్వజాతే, తయోరన్య: పిప్పలం స్వాద్వత్త్య
నశ్నన్నన్యోభిచాకశీతి" (ముండకోపనిషత్తు)

ఒకేసారి పుట్టినట్టివియు, సమాన స్వరూపము గలిగినట్టి జీవేశ్వరులనెడి రెండు పక్షులు దేహమనెడి యొక వృక్షము నాశ్రయించి యుండెను. అందొకటి యనగా జీవుడనెడి పక్షి (శక్తియెనెడి పక్షి) యీ శరీరమందున్న సుఖదు:ఖముల ననుభవించుచుండెను. రెండవది యనగా నీశ్వరుడనెడి పక్షి సాక్షీభూతుడై చూచుచుండును.

పూర్వ శ్రుతి ననుసరించి యిచ్చట జీవశబ్దమునకు జీవ శక్తి యనియు, భ్రూమధ్యమున (తురీయమున) గల శివునికి బురుష శబ్దము నుపయోగించిరి. పురుసుడు హిరణ్యగర్భ శబ్ద వాచ్యుడగు మహత్తనెడి పేరుగల ముఖ్య ప్రాణముగా నెఱుగవలయును.

శ్రుతి :- "మహాద్యక్షం ప్రథమజం వేద"

ఎట్లనగా నవ్యక్తమగు నాకాశమునఁబ్రాణ మోత ప్రోతముగా నుండునట్టి స్థితి శరీరము, ఈ శరీరము బ్రహ్మము నుండి మొదటఁగలిగెను. కనుక నీ శరీరమాత్మ సంబంధము వలన నాత్మగానే ప్రకాశించును ఇట్లాత్మగానే ప్రకాశించు స్థితి "చిదాకాశ" మని శ్రుతిచే బోధింపబడుచున్నది. చిత్+ఆకాశము= చిదాకాశము.అనగాఁ బ్రకాశముగల యాకాశమని భావము. చలనములేని ప్రాణస్థితియగుటవలన గ్రియారహితముగా నుండును.

శ్రుతి :- "తస్మాత్ శూన్యతరం విద్ధి చిదాకాశం మహామునే"
(యోగావాసిష్ఠము)

శ్రుతి :- ఆకాశశరీరం బ్రహ్మ సత్యాత్మా"
(తైత్తరీయోపనిషత్తు)

ఇక జీవుడు ఆకాశము, తేజస్సు, వాయువు అను మూడింటి సంపుటి స్వరూపమగుచున్నాడు. కనుకనే జీవుడు చలించి క్రియాత్మముగా నుండెనను. కాన చిదాకాశము శరీరముగా గల యాత్మను జీవుడుపాసించుటచేతనే జీవునికిగల యజ్ఞానము నశించును. కాని నామరూప రహిత బ్రహ్మము జీవునికిఁ దూరమగుటవలన నట్టి బ్రహ్మమును జీవుడుపాసించుటచే జీవునికిగల చీకటివంటి యజ్ఞానము నశింపదు. తీగయంతట నున్న విద్యుచ్ఛక్తి చీకటినిఁబోగొట్టఁజాలనట్లు నామరూప రహితుడగు బ్రహ్మముయొక్క యుపాసనచే నజ్ఞానమము నశింపజాలదని భావము. కాని యీ విద్యుచ్ఛక్తి బల్బున బ్రకాశించుట చేతనే యంధకారము నశించుట లోకానుభవము.

శ్లో॥ "ద్వైతాచిద్రూప కార్యసాద్వైత చిద్రూప కారణాత్.
నివృత్తి స్స్యాత్ యథా దీపాత్త మసో నత్వరూపత:"
(ఋభుగీత)

దీపమమువలన నెట్లు తమోనివృత్తి యగునో యట్లే ద్వైకమగు నజ్ఞాన కార్య మద్వైత చిద్రూపజ్ఞానము వలననే నివృత్తి యగును. కాని యరూపమువలన నివృత్తి కలుగదు.

శ్లో॥ "చిద్రూప బ్రహ్మతాదాత్మ్యం జీవస్యహి వివక్షితం,
నామరూప వాక్య దూరత్వాత్ తన్నాద్వైత మరూపిణామ్"
(ఋభుగీత)

వేదాంతములయందు జీవునికి చిద్రూప బ్రహ&్మతాదాత్మ్యము వివక్షింపబడినది. అరూప బ్రహ్మ వాక్యమునకు దూరమగుట వలన జీవనకరూప బ్రహ్మతాదాత్మ్యము వివక్షింప బడలేదు. కనుక నరూప బ్రహ్మవాదుల కద్వైత బ్రహ్మ వాచ్యత్వము సిద్ధింపదు.

శ్లో॥ "అరూప వస్తున: ప్రశ్న: ప్రతిసిద్ధ శ్రుతౌ యత:
యాజ్ఞవల్క్యేన గార్గ్యేతన్నత్వం ప్రష్టు మిహార్హసి
తస్మాత్తురీయం సద్బ్రహ్మ యోగ వృత్తైక లక్షణె:
సచ్చిదానంద పూర్వైస్తం ముదుక్తం విద్ధిముక్తయే"
(ఋభుగీత)

శ్రుతిలో నామరూప రహిత బ్రహ్మమును గుఱించి ప్రశ్న వేయరాదనియు, నట్లు పశ్నించినచో శిరస్సు పగిలిపోవుననియు యాజ్ఞవల్క్యమహర్షి బృహదారణ్యకోపనిషత్తులో గార్గికి బోధించెను. అందువలన నామరూప రహిత బ్రహ్మమమును గుఱించి ప్రశ్న వేయరాదనియు, నాచే జెప్పబడిన తురీయమునఁగల సత్యమగు బ్రహ్మమునే యోగవృత్తితో సచ్చిదానంద పూర్వములయిన లక్షణములతో ముక్తికొఱకు నీ వెఱుగుమని పై ఋభుగీతయొక్క లక్షణములతో ముక్తికొఱకు నీ వెఱుగుమని పై ఋభుగీతయొక్క భావము. కనుకఁదురీయమునగల సచ్చిదానంద స్వరూపుడు భావము. కనుకఁ దురీయమునగల సచ్చిదానంద స్వరూపుడు ముఖ్య ప్రాణమని యెఱుంగవలయును.

శ్రుతి :- "సేష ప్రాణ ఏష ప్రజ్ఞాత్మా, ఆనందో అజరో అమృత:"

ఈ ప్రాణమే జ్ఞానస్వరూపుడును, నానంద స్వరూపుడును, జరామరణ రహితుడును నమృతమును నగునని భావము.

36. సగుణోపాసన యనగా నేమి ?

అవ్యక్తమగు నాకాశమందు ప్రాణమోతప్రోతముగా నుండుటవలన రూపము కలిగెను. నామరూప రహితమయిన బ్రహ్మసంబంధమువలనఁ బై రూపమునకుఁ బ్రకాశము గలిగి ప్రకాశించును. ఇతదే శివుడు (ఈశ్వరుడు) ఇతడు మాయాసంబంధము కలిగి ప్రకాశించును. మాయ యనగా నవ్యక్తమగు నాకాశమందు ప్రాణమోతప్రోతముగా నుండుటవలన గలిగిన రూపమే. ఈ మాయా రూపమందు నామరూపరహిత బ్రహ్మ సంబంధమువలనఁ బ్రకాశించుఁ బ్రకాశమే యీశ్వరుడు, అదెట్లనగా :

విద్యుశ్చక్తి తీగెయందంతట నున్నప్పుడు దానికిగల ప్రకాశము కనిపించదు.బల్బుతో సంబంధమున్నప్పుడు ప్రకాశించుచున్నది. అప్పుడు బల్బునందు గనిపించు జ్యోతిస్సు బల్బునది కాదు. అది విద్యుచ్ఛక్తి యున్నది.

ఇట్లే నామరూపరహితమగు బ్రహ్మమును తీగెయందున్న విద్యుచ్ఛక్తిగాను,బల్బును మాయగాను నెఱుంగవలయును.

కనుక నామరూప రహితమగు బ్రహ్మముపైనఁ చెప్పబడిన యుపాధి సంబంధమువలన(గుణము) ప్రకాశము గలిగి ప్రకాశించుటవలన సగుణమని శాస్త్రములు బోధించుచున్నవి.

ఇట్లు జ్ఞానయమి జ్యోతిస్సుగాఁ బ్రకాశించుఁ ఆకాశమే యీశ్వరుడు. యీశ్వరుడు నామరూప రహితమగు బ్రహ్మము నుండిఁ గలిగిన వాడనియు సర్వభూతములకును నాదికర్త యనియు శ్రుతి బోధించుచున్నది.

శ్రుతి :- "సవై శరీరీ ప్రధమ: షవై పురుష ఉచ్యతే
ఆదిర్భాచ భూతానాం బ్రహ్మాగ్రే సమవర్తత"

ఈ యీశ్వరుని యంశము శక్తి యనబడును. కనుకనే శివుడర్ధనారీశ్వరుడని చెప్పబడుచున్నాడు. ఈ శివుడగు ముఖ్య ప్రాణముయొక్క యొక యంశము చలించి, యధోభాగమునఁ జరించి, హృదయాకాశమును స్థానముగాఁ జేసికొని, యింద్రి యాదులనుండి యింద్రియ సంబంధములగు విషయాదుల ననుభవించుటవలన దానికి "నదితి యను పేరు కలిగెను. ఇవి రెండును బ్రహ్మమునుండి కలిగినయే.

శ్రుతి :- "య: ప్రాణేన"సంభవత్య దితిర్దేవతామయీ
గుహాం ప్రవిశ్య తిష్ఠంతీ యభూతే భిర్వ్యజాయతే
ఏతద్వైతత్" (కఠోపనిషత్)

'శబ్దాది విషయముల ననుభవించుటవలన దితి యని చెప్పబడుచున్నదనియు, సర్వదేవతా స్వరూపిణియనగు నెయ్యది హిరణ్యగర్భుని తోడఁబరబ్రహ్మమునుంచి గలిగెనో, యెయ్యది ప్రాణుల హృదయాకాశమునఁ బ్రవేశించి యున్నదో యదియే గదా నీ వడిగిన బ్రమ్మము" అని పై శ్రుతి భావము.

మనస్సునకు చలనముండుటచేతనే యింద్రియాదులతో సంబంధము గలిగి ఇంద్రియ సంయోగమువలన బ్రాణులు పుట్టుట జరుగుచున్నవి. ఇంద్రియాదుల సంయోగ క్రియలు లేనిచోఁ బ్రానులు పుట్టవు. మనస్సు చలించి వ్యాపించక యుండినచో (ఏకాగ్రత నొందియున్నచో) నింద్రియాదుల క్రియలు జరుగవు గదా ?

37. భక్తియనగా నేమి ?

లోకములో జనులు జపతపవ్రతాదులను, విగ్రహారాధనలను జరుపుచు ఇదియే భక్తియనియు, సగుణోపాసన యనియు చెప్పుదురు. కాని ఈశ్వరుడు సర్వ వ్యాప్తియనియు, సర్వ భూతముల హృదయములందు వశించువాడనియి ప్రమాణములు కలవు.

శ్లో॥ "ఈశ్వరస్సర్వ భూతానాం హృద్దేశేర్జున తిష్ఠతి,
భ్రామయన్ సర్వభూతానీ యన్త్రారూఢానిమాయయా"

(గీత)

ఎల్ల భూతములకును నియామకుడైన యీశ్వరుడెల్ల ప్రాణుల హృదయముల యందుండి మాయతో బొమ్మల నాడించు రీతిని తన నిజశక్తిచే బ్రానులను భ్రమింపచేయుచున్నాడు. తనలోనున్న పరమేశ్వరుని భజించు నుపాయముతెలియక, నిజశక్తిచే ననగా తన మనస్సుచే కల్పింపబడిన విగ్రహాదులయందు మాత్రమే ఈశ్వరుడున్నాడని భావించినందున తనలో లేడనియు, ఈశ్వరుడు సర్వవ్యాప్తి కాడనియు ఋజువగుచున్నది. తన వస్తువు తన యింటిలో నుండగ ఇతరత్ర వెకుటచేత నా వస్తువు తన యింటిలో నుండగ ఇతరత్ర వెదకుటచేత నా వస్తువు దొరకకయే యుండును. వస్తువు యొక్క యదార్ధ జ్ఞానము తెలియకయే ఆ వస్తువు కొరకు వెదికినను ప్రయోజనములేదు. కావలసిన వస్తువు తనయెదుటనున్నను ఆ వస్తు

స్వరూప జ్ఞానము లేనిదే దాని పొందజాలము. ఈశ్వర జ్ఞానము లేనియెడల ఈశ్వరుని పొందుట దుర్లభము. అందువలన ఆ స్వరూపానుభవ జ్ఞానము గలవారినుండి చక్కగా తెలిసికొని ప్రయత్నముచేసిన ఈశ్వరుని పొందవచ్చును. ఈవ్వరుడు తనలోనే యున్నాడు. కనుక ప్రయత్నము తనలోనే చేయవలయును. అట్లు చేయక తనలోనున్న ఈశ్వరుని విడిచి బైటకు వెదకువానిని శ్రుతి స్మృతులు నిందించినవి.

శ్రుతి :" "సంత్యజ్య హృద్గుహేశానం దేవమన్యం ప్రయాన్తియే ।

తే రత్న మభి వాంఛన్తి త్యక్త్వా హస్తస్థ కౌస్తుభమ్॥

(మహోపనిషత్)

తన హృదయమునందున్న ఈశ్వరుని విడిచి, యితర దైవము కొఱకెవరు వెదకుదురో వారు తనచేతనున్న కౌస్తుభమును విడిచిమరియొక రత్నమునకై వెదకునట్టి మూఢులు.

శ్లో॥ బహిర్భామ్యతి య: కశ్చిత్త్యక్త్వా దేహస్థ మీశ్వరమ్,

స్వగృహే పాయసం త్యక్త్వా బిక్షా మటతి దుర్మతి:

(ఉత్తరగీత)

తన దేహమందున్న ఈశ్వరుని వదలి వెలుపలనున్నాడని తలచి వెదకువాడు తన యింటి పాయసాన్నమును వదలి పొరుగిండ్లకు బిచ్చపు కూటికై తిరుగు మూఢునివంటివాడు మరియు శిలామృద్దారు విగ్రహములందు దైవ భావన కల్పితము. కల్పితమనుటచే అసత్యమని తెలియవలయును. జగత్తు మనస్సుచే మనుటచే అసత్యమని తెలియవలెను. జగత్తు మనస్సుచే కల్పితమగుటచే నసత్యమనియు, నశాశ్వతమనియును శాస్త్రములందు చెప్పబడినది. అందుచే మన:కల్పితములగు విగ్రహాదుల యందలి ఈశ్వర భావన కూడ నసత్యమే. అసత్యమైనదానిచే సత్యము ప్రాప్తమగునని యంగీకరించిన యెడల అది అయుక్తమును అప్రమాణమునునగును. ఏల యనగా శ్రుతి:- "కథ మసతస్సజ్జాయేత" అసత్తు(అనగా అసత్యము) నుండి సత్యమెట్లు కలుగును. ఈ కారణమువలననే శ్రుతీలో యజ్ఞవ్రతతపోదానాదులచే మోక్షము సిద్ధింపదని చెప్పబడియున్నది. కాని యిదియే సగుణోపాసనయగుచో ఈశ్వర ప్రసాదము సిద్ధించి,తత్ఫలమగు శాంతిని పొందవలె గదా ! పై ఖర్మలవలన కలుగదనెడి శ్రుతి నిరర్థకమయి యుండును.

శ్లో॥ "శిలామృద్దారు పాత్రేషు దైవబుద్ధి: ప్రకల్పితా ;

అకల్పిత స్వయంజ్యోతి రాత్మనోదేవతాన కిం"

శిలామయమును, మృణ్మయమును, కాష్ఠమయమునునగు విగ్రహాదులయందు దైవబుద్ధి కల్పితము, కల్పితమనగా నసత్యమయినది. స్వయం ప్రకాశ మానుడగు పరమాత్మ అకల్పితమైనవాడని భావము. అకల్పితములే సత్యములు గనుక సత్యము వలననే సత్యమును పొందగలరు. మరియు నామరూపములు కల్పితములు గనుక నామరూపములతో నీశ్వరునుపాసించుట దేవమనుష్యోపాసన యగును. ఏలననగా తనలో నున్న జీవశక్తి ఇంద్రియాదులతో చేరినందున అవి వాని వాని వృత్తులు చేయును. కంటితో చేరినందున రూపములును, జిహ్వతో చేరినందున వాక్కును, రుచులును, మెదడుతో చేరినందున చింతించుట, చెవులతో చేరినందున వినుటయు, కాళ్ళతో చేరినందున నడచుట యిత్యాది వ్యాపారములు జరుగుచుండును. ఈ వ్యాపారములన్నియు పైన చెప్పబడిన ఇంద్రియములే కాని తన శక్తివికాదు. తనశక్తివానితో సంబంధించని యెడల ఆ వ్యాపారములేవియు జరగవు. మరియు కన్ను, చెవులు మొదలగు తమతమ వృత్తులు జరుగవు. రూపమును కలుగజేయునది కంటి గుణమనియు, శబ్దమును వినిపింపజేయునది చెవి గుణమనియు, స్పష్టమగుచున్నది. అందువలననే నిన్ద్రియములుచేయు పనులన్నియు ఇంద్రియములకు సంబంధించినవేకాని తనవికావని శాస్త్రాదులలో చెప్పటకు కారణము. దీనినిబట్టి రూపమును చూచుట. నాలుకతో జపము చేయుట ఇవి కంటియొక్కయు, నాలుక యొక్కయు వృత్తులు కనుక అట్టి వాని పనులచే అనగా Material చేత immaterial అయిన ఈశ్వరుని ఎట్లు తెలుసుకొనగలరు ? నా వలననే నన్ను తెలిసి కొనవలెనుటచే నా శక్తి వలన నన్ను తెలిసికొనవలెనని భావము. మరియు ఆశక్తి శబ్దము, రూపములేనిది కనుక వాక్కుచేత పలుకు మంత్రములచేతను, కంటిచే చూడదగు రూపములచేతను, ఆ శక్తి పొందబడదు.

శ్రుతి :- "యద్వాచానభ్యుదితం యేన వాగభ్యుద్యతే

తదేవ బ్రహ్మత్వం విద్ధి, నేదం యదిద ముపాసతే"

(కేనోపనిషత్తు)

యేది వాక్కునుదయింపజేయునో, యేది వాక్కుచేత తెలుసుకొనబడదో, అదియే బ్రహ్మవస్తువు, అదియే ఉపాసించదగినది.

మరియు‹ఈశ్వరుడైన నాకు ఎట్టి కర్మలు లేవనియు, కాని అన్ని కర్మలకు నేనే మూలకారణుడనియు, అయినను ఆ కర్మలు నన్ను బంధించవు అనియు ఎవడు తెలుసుకొనుచో వాడే నన్ను తెలిసికొనగలడనియు ప్రమాణము గలదు. తాను లేని యెడల ఇంద్రియాదుల వృత్తులు లేవు. కాని ఆ వృత్తులతోగాని, వానిగుణదోషములతో గాని, ఫలములతోగాని, తనకు సంబంధము లేదు. ఆ వృతుతలు తనవి కావు. ఎట్లన ఎలక్ట్రిక్ శక్తి ఒక మెషీన్‌తో సంబంధించినందున దాని పనిని చేయుచున్నది. కాని ఆ మిషన్ చెడిపోయిన యెడల ఆ పనియును నెరవేరజాలదు. ఆమిషన్‌వల్ల కలుగు ఫలముతో ఎలక్ట్రిక్ శక్తికి సంబంధములేదు. కనుక యంత్రమములవంటి ఇంద్రియములచే చేయబడు కర్మలచే తనను తెలిసికొనుట అసాధ్యము. Material చేత immaterial ను తెలిసికొనజాలము. కాబట్టి వానిచే చేయబడు వృత్తులు సగుణోపాసన కాజాలదు.

మరియు శ్రుతియందు

"దేవమనుష్యాద్యుపాసనా కామ సంకల్పో బంధ:"

అనియు "బ్రహ్మ విష్ణుశ్చ రుద్రశ్చ సర్వావా భూత

జాతయ:, నాశమేవాను ధావన్త: సలిలానీవ బాడవం"

(మహోపనిషత్తు)

అనియు చెప్పబడియున్నది. బ్రహ్మ, విష్ణువు, రుద్రుడు భూతములవలె నాశనము గలవారేయని భావము.

"దేవాన్ దేవయజో యాన్తి, మద్భక్తా యాన్తిమపి"(గీత)

దేవతాభక్తులు దేవతలను పొందుదురు. నా భక్తులు నన్ను పొందుదురు. ఇట్లు చెప్పుటచే దేవతా ప్రసాదముచేత నన్ను పొందలేదని భావము, ఫలసిద్ధిని కోరువారు మనుష్యులను, ఇంద్రాది దేవతల నాశ్రయించి పూజింతురు. మనుష్యలోకమున కర్మఫలము త్వరగా లభించును.

శ్లో॥ "కాంక్షన్త: కర్మణాం సిద్ధిమ్ యజన్త ఇహ దేవతా
క్షిప్రం హిమాను షేలోకే సిద్ధిర్భవతి కర్మజా" (గీత 4-12)

మరియు మనుష్యులు కోరికల వలన వివేకశూన్యులై అయా కోరికలనిచ్చు దేవతలను, వారివారి స్వభావమునుబట్టి ఆయా కల్పోక్తమయిన నియమముల నాశ్రయించి శరణు పొందు చున్నారు.

శ్లో॥ కమైస్తైస్తైర్హృత జ్ఞానా: ప్రపద్యన్తే న్య దేవతా:
తం తం నియమ మాస్థాయి ప్రకృత్యానియతాస్స్వయా'

(గీత 7.20)

మూఢ జనులు సర్వోత్తమమైన పరమాత్మ స్వరూపము నెరుంగలేక మాయతీతుడనగునన్ను, మత్స్యాద్యాకారములతో తమ యట్లే శరీరము గలవానినిగా తలంచుచున్నారు.

"అవ్యక్తం వ్యక్తి మాపన్నం మన్యన్తే మా మబుద్ధయ:
పరంభావ మజానన్తో మమావ్యయ మను త్తమమ్"

కృష్ణుడు, విష్ణువు, శివుడు ఆయా రూపములు గలవారని భావించి ధ్యానించువారు మూఢులు.

ఎవడు తాను వేరు, ఈశ్వరుడు వేరు అని భావించునో వాడు,బశువని దేవతలు నిందింతురు. అనగా ఈశ్వరుని కరచర ణాద్యవయవ సంపన్నునిగా భావించువారు పశువులని యర్థము.

శ్రుతి:- "అథయో స్యాం దేవతా ముపాస్తే న్యోహ మస్మీతి
వసవేదయథా పశురేవం సదేవానాం"

(బృహదారణ్యకోపనిషత్)

తాను తన స్వరూపముతో గూడుకొనుట భక్తి యనబడును. అనగా హృదయాకాశపమున నున్న జీవుడు తన స్వరూపమగుఁదురీయమందున్న యీశ్వరునిఁజేరుట భక్తియని యెరుంగవలయును.

శ్లో॥ "స్వస్వరూపాను సన్ధానం భక్తి రిత్య భిధీయతే.'

(వివేక చూడమణి)

తనకు తన స్వరూపానుసంధానమే భక్తియనిపై దాని భావము. ఈశ్వరుని నిజస్థితి నెఱింగి సేవించుటయే భక్తి కాగలదు. కనుకఁ దత్పదార్థవాచ్యుడగు నీశ్వరుడు తనలో భ్రూమధ్యంబునఁగలడని తెలిసికొని 'త్వం' పదార్థవాచ్యుండగు జీవుడాస్థానమునకు వెళ్లి దేవుని దర్శించునపుడు గుడియనగా నెద్దియో ముందేఱింగి, యా గుడిలో దేవుడున్నచోటెఱింగి, యచ్చోటికి వెళ్లి భజింతురు గదా? కాని యా దేవుడు కృత్రిమ స్వరూపుడు నిశ్చైతన్యుడును గాన నకృత్రిముడును జైతన్య స్వరూపుడును నగు దేహమనెడి గుడిలో బుద్ధి యనెడి గుహలో(గర్భాలయములో) నున్న దేవుని భజించుటయే యధార్థ భక్తి కాగలదు. దేవుని యధార్థస్థితిని బ్రత్యక్షముగా నెఱింగి భజించుట జ్ఞానమును, నెఱుంగకపోవుట యజ్ఞానమునుఁగా గలదు. ఇందువలననే శివగీతలో

శ్లో॥ తదేవ లభవే జ్ఞానం మద్భక్త శ్రద్ధయాన్విత:

(శివగీత)

నాయందు శ్రద్ధతో ‹గూడిన భక్తిగలవానికి జ్ఞానము లభ్యమగునని బోధింపబడెను.

కనుక శాస్త్రయుక్త్యనుభవములతో విచారించిన యెడలఁబ్రాణాయామాభ్యాసమను యోగము వినా యెట్టివారలకైనను మోక్షము లభ్యము కాదని యెఱుంగవలయును.

కల్పితములగు విగ్రహాదులయందు దైవ భావముంచి భజించుగ భక్తి కానేరదు. ఆది మానవుడు కల్పించి చేసిన జడమగు విగ్రహపముగాని దైవ భావముంచి భజించుట భక్తికానేరదు. అది మానవుడు కల్పించి చేసిన జడమగు విగ్రహముగాని దైవము కానేరదని గ్రహింపవలయును. దైవము చైతన్య స్వరూపుడు. ఈ విగ్రహాదులు జడ స్వరూపములు, కనుక జడ స్వరూపములయందు దైవభావముంచి భజించుట యధార్థమగు భక్తి కానేరదు, కాని యీ విగ్రహాదులు కేవలము మూఢ జనులకు దేవునియందు విశ్వాసము గలుగజేయుట కొఱకును, దేవుడున్నాడనెడి యాస్తిక్యబావము కలుగుట కొరకును మాత్రమే కల్పింపబడినవని యెఱుంగవలయును.

శ్లో॥ పాషాణ లోహమణి మృన్మయ విగ్రహేషు
పూజా పునర్జనన భోగకరీ ముముక్షో :,
తస్మాద్యతి స్వహృదయార్చన మేవ కుర్యా
ద్బాహార్చనం పరిహరే దపునర్భ వాయ''
(మైత్రేయ్యుపనిషత్)

రాళ్లు, లోహములు, మణులు, మృత్తిక మున్నగువానిచేఁ జేయబడిన విగ్రహాదులకుఁ జేనెడి పూజలు మఱల మఱల జన్మించి భోగములనుభవించుట కొఱకే కారణభూతములగుటగాని మోక్ష సాధనములు కావని బావము.

శ్లో॥ తీర్థే దానే జపే యజ్ఞే కాష్ఠే పాషాణకేసధా,
శివం పశ్యతి మూఢాత్మా శవే దేహే ప్రతిష్ఠితే,
అంతస్థం మాం పరిత్యజ్య బహిష్ఠం యస్తుసేవతే,
హస్తస్థం పిండ ముత్స్యంజలి హేత్యూర్పర మాత్మన:
శివ మాత్మని వశ్యన్తి ప్రతిమాసు న యోగిన:,
అజ్ఞానాం భావనార్థాయ ప్రతిమా: పరికల్పితా:''
(దర్శనోపనిషత్)

తీర్థ దాన జప యజ్ఞాదులందును, గొయ్యలు ఱాళ్లు మున్నగువానిచే నిర్మింపబడిన విగ్రహాదులయందును మూఢజనులు శివుని జూచుచుంటిమని యనుకొందురు. శివుడు వాని వాని దేహమందే ప్రతిష్ఠితుడై యున్నాడు. దేహము లోపల నున్న అనగాఁ జైతన్య స్వరూపుడగు, శివుని విడిచిపెట్టి బైటగల జడములగు విగ్రహాదులందు దైవ భావముంచి సేవించు వారరచేతితో గల పాయసమును విడచిపెట్టి, మోచేతిన గారు చున్నదానిరసమును నాకుట కొఱకుఁ ప్రయత్నించునట్టి మూఢులే కాగలరని భావము. కారుచున్న పాయసరసమును నాకుటకుఁ బ్రయత్నము చేయుచుండగా నరచేతిలో గల పాయసపు ముద్ద జారి క్రిందఁ బడిపోవును పిదప నా రసము కూడ దొరకపోవను. కాన నట్టివారు రెండికిజెడ్డ రేవడలగుదురని యెఱుగవలయును.

శ్లో॥ ఆకృత్రిమం స్వయందేవ మజ్ఞాత్వా ప్రతిమాం జడా :,
భజన్తి దేవతా బుద్ధ్యా అహో అజ్ఞాజనాజ్ఞతా
(వివేకచూడామణి)

కృత్రిమము కానటువంటియు, స్వయంప్రకాశ స్వరూపుడునగు దేవుని విడిచి, యజ్ఞానమువలనఁ గల్పితములగు ప్రతి మాదులయందు దైవ భావముంచి, భజించు నజ్ఞానుల యజ్ఞానమును దలచచుకొనినజో నెంతో యాశ్చర్యము కలుగునని భావము.

శ్లో॥ ''అవజానన్తి మాం మూఢా: మానుషీం తను మాశ్రితం.
పరం భావ మజానన్తో మమ భూత మహేశ్వరమ్''   (గీత)

పరమోత్కృష్టమయి ప్రపంచ నాయకమయిన నాతత్వమును దెలియని మూఢ జనులు నేను మనుష్య శరీరము నవలం బించియున్నప్పుడు నన్ను లక్ష్యము చేయరు. అట్టివారు తామస జా&ఒనము గలవారని యెఱుగవలయును.

శ్లో॥ ''యత్తు కృత్స్నవదేకస్మిన్ కార్యేసక్త మహైతుకం,
అతత్వార్థ వదల్పంచ తత్తామసముదాహృతమ్''   (గీత)

ఆత్మయైనను, నీశ్వరుడైనను నీ దేహమే, యీ ప్రతిమయే (బొమ్మయే) యను జ్ఞానము తామసజ్ఞానము కాగలదు. అనగా గనబడు నీ స్వరూపము మాత్రమే దేవుడని భావించుట తామస జ్ఞానమని భావము.

తనలోనున్న యీశ్వరుని విడిచి తదన్య దైవతముల నుపానంచుట భక్తి కానేరదనియు, నట్లుపాసించుటకు ఫలాపేక్షయే కారణమనియు, భాలాపేక్షతతోఁ గర్మల నాచరించువారు జనన మరణ రూపమగు సంసారమందే దొర్లుచుందురనియు, నట్టివారి కెన్నటికి ముక్తి లభించదనియు ఋజువగుచున్నది.

శ్లో॥ మోఘాశా మోఘ కర్మాణో యోఘ జ్ఞానా విచేతన:
రాక్షసీ మాసురీం చె వ ప్రకృతిం మోహినీం శ్రితా: (గీత)

అట్లు కోరికలతో నన్యదేవతల నుపాసించువారు పనికి మాలిన యాశలు గలవారలయి, పనికిమాలిన కర్మానుష్ఠాతలయి,పనికిమాలిన జ్ఞానము గలవారలుగా నుండుటయే కాక హింసారూపమయినదియు, క్రోధాదులతో నిండినదియు నగు మోహరూపమయిన ప్రకృతికి లోబడినవారై నన్ను లక్ష్యము చేయక యుందరని భావము.

38. మంత్ర జపాదులచేఁతైకాగ్రత యేర్పడదు.

మనస్సున కేకాగ్రత కల్గుటకొఱకు మంత్ర జపాదులచేఁ బ్రయత్నించుట యవివేకము కాగలదు. అట్టిది కారణమును విడిచి కార్యమును బట్టుకొనిఁబ్రమత్నించుటవంటిది. ఎట్లనగా నొక పాత్రకుగల రంధ్రము నుండి పాత్రలోని నీళ్లు కారిపోవు చున్నపుడు బయటఁ గానిపించిన జలమును లేకుండ జేయుటకు జేయు బాహ్య ప్రయత్నము వలన నీటిని బూర్తిగా నరికట్టలేము గదా! కారుచున్న నీటినరికట్టవలెనన్నఁబాత్రమునకు రంధ్రము లేకుండ జేయవలయును. పాత్రలోని నీరు బయటకు వచ్చి బయట నుండుటకు గారణము పాత్రకుగల రంధ్రము, నీరు కారకుండుటకు జేయు మన బాహ్య యత్నము కార్యమునకు సంబంధించినది. లోకములో రోగమునకుగల కారణమును తెలిసి కొనయే రోగ శాంతి కొఱకెంత ప్రయత్నించినను నా రోగము తాత్కాలిముగాఁగొంత శమించినట్టుగా కనిపించినను మఱల మఱల నా రోగము గలుగుచునే యుండును గదా: కనుక మనశ్చలనమునకుఁ బ్రాణవాయు చలనమే కారణము గాన బ్రాణలయము కానంతవరకు బాహ్య ప్రయత్నము లెన్ని చేసినను మనసుపశమింపదు. వాయువున్నంతవరకు దీపము ప్రశాంతముగా నుండదు గదాః

శ్రుతిః- "నానానిధైర్విచారైస్తు న సాధ్యం జాయతే మన:
తస్మాత్తస్య జ మోపాయ:ప్రాణ ఏవహి నాన్యథా
తర్కైర్జల్పై శ్శాస్త్ర జాలైర్యుక్తిభి: మంత్ర భేషజై:
నమౌ జాయతే ప్రాణ: సిద్ధ్యోపాయం వినా విధే"

(యోగశిఖోపనిషత్)

నానా విధములగు విచారణలచేగాని, తర్కములచేగాని,శాస్త్రములచేగాని, యుక్తులచేగాని, మంత్రములచేగాని, యోషదులచేగాని ప్రాణము స్వాధీనముకాదు. సిద్ధపురుషులచేఁజెప్పబడిన యుపాయమగు యోగ మార్గము వినా ప్రాణమును స్వాధీనము చేసికొనుటకు మఱొక మార్గము లేదని యెఱుగవలయును. కనుక యోగ మార్గమును బ్రవర్తించుటయే యుపాయము కాగలదు. ఏ సాధకుడు తన జీవిత కాలమునందు యోగశాస్త్ర ప్రసిద్ధమైన యుపాయ సహాయ్యమునఁబ్రాణమును తన స్వాధీనము చేసుకొని రాజాలడో యిట్టి సాధకుని యొక్క చిత్తము నానావిధ దోషములకు నిలయమై వాటిచే బాధింపబడునని భావము.

మఱియు స్థిరాసనుడై యింద్రియాదులచే బాహ్య విషయాదులను గ్రహించనంత మాత్రమున చిత్తైకాగ్రత గల వాడని యనుకొనరాదు. అహంకారాది మనోభావములును విషయాదులో జేరినవేగదా "నేనే తపస్వినినియు, నితరులు తపస్వులు కారనియు, నేను తపస్వియనెడు పేరు ప్రఖ్యాతులు జగత్తునకుఁదెలియవలెననియు మున్నగు భావములుఁ బూర్తిగా నహంకారమే కాగలవు. గాన నట్టివానికి నిర్మలమగు చిత్తైకాగ్రత సిద్ధింపలేదనియు భావింపక తప్పదు. ఎందువలననగా నట్టివాని కింకను మనస్సు గలదనియే తలంచవలెను. మనస్సనగా నేను. నాది. యిది యిత్యాది బేధ భావమే గదా:

శ్రుతి:-'ఏషోహ మిదమిత్యాది ప్రత్యయో మన ఉచ్యతే"

(వివేకచూడమణి)

కాన బాహ్య విషయములకు గ్రహించక యుండియు, నేను నాది యను భావములు గలిగియున్నవారు ప్రవృత్తి మార్గముననే యున్నవారగుదురు. గాన నట్టివారు మూఢులే కాగలరు. ఇక నాది. నేను మున్నగు సహంభాములు లేనివారై ఇంద్రియ వ్యాపారములు గలిగియున్నవారైనను నను నివృత్తి మార్గముననున్న వారగుదురు. కాన నట్టివారు ధీరులే కాగలరు.

శ్లో॥ నివృత్తి రపి మూఢస్య ప్రవృత్తి రుపజాయతే,
ప్రవృత్తి రపి ధీరస్య నివృత్తి ఫలభాగినీ"

(అష్టావక్రగీత)

మూఢుని యొక్క నివృత్తి మార్గమును ప్రవృత్తియే యగును. ధీరునియొక్క ప్రవృత్తి మార్గము కూడా నివృత్తి ఫలమునే యిచ్చునని పై దాని భావము.

39. సమ్యగ్దర్శనము కానిదే ముక్తిలేదు.

కేవల వేదాంత శ్రవణముచేత మేము ముక్తులమైతిమని లోకులు భావించుట కేవలము మూఢత్వమే కాగలదు.

శ్లో॥ "అనుభూతిం వినా మూఢో వృథా బ్రహ్మణి మోడతే.
ప్రతిబింబిర శాఖాగ్ర ఫలాస్వాదన మోదవత్" (ఉత్తరగీత)

అనుభవ జ్ఞానము లేనిదే యనగాఁ బ్రత్యక్షముగా నాత్మను దర్శించనిదే యొకానొకడు తాను బ్రహ్మానందము ననుభవించుచున్నట్లు చెప్పుకొనుచుండును. అట్టివాడు నీటియందుఁబ్రతిబింబించు వృక్షశాఖాగ్రఫలము నాస్వాదించుచు నానందించునట్టి మూఢుడే కాగలడు.

శ్రుతి: "సమ్యగ్దర్శన సంపన్న: కర్మభిర్న నిబధ్యతే,
దర్శనేన విహీనస్తు సంసారం ప్రతిపద్యతే"

తనలోగల యాత్మను బాగుగా దర్శించినట్టివారు కర్మలచే గట్టుబడరు. ఆత్మదర్శనముగాని యతడు సంసారమందు మునిగి తేలుచుండునని భావవము.

చిత్తము చలింపయుండగా సమ్యగ్దర్శనము కానేరదు.

శ్రుతి: "చిత్తేచలతి సంసారో నిశ్చలే మోక్ష ఉచ్యతే"

(యోగశిఖోపనిషత్)

కనుక నాత్మయొక్క సమ్యగ్దర్శనమగుటకు యోగమే ముఖ్య సాధనము కాగలదు. యోగవిహీనుడెన్నటికిని఼ బరమాత్మను సాక్షత్తుగా దర్శింపజాలడు. అట్టివానికి సంసార నివృత్తి యెన్నటకినీ కలుగనేరదు.

40.ఆత్మను బొందిన పిదప఼ బొందదగిన దెద్దియును లేదు.

శ్లో॥ త్రయీ ధర్మ మధర్మాశ్చ కింసాక ఫలసన్నిభం.
నాస్తి తాత సుఖం కించి దత్ర దు:ఖ శతాకులే
తస్మాన్మోక్షాయ యతతా కథం సేవ్యమయాత్రయీ:

వేదోక్త కర్మానుష్ఠానము మిక్కిలి దు:ఖకరము. ముట్టి పండు చూచుటకు బాగుగానున్నను లోపలి గుజ్జు మిక్కిలి చేదుగా నుండును. ఇట్లే వేదోక్త కర్మలును జూచుటకు బాగుగా నున్నను వాటివలన గలుగు ఫలము ముష్టిపండు గుజ్జులాగున దు:ఖమునే కలుగజేయును. కనుక మోక్షము కొఱకు఼బ్రయత్నించు నేను వేదోక్త కర్మల నెట్లాచరించగలను అని పై దాని భావము. కాన వేదోక్త కర్మలు మోక్షప్రదములు గావని స్పష్టము. గీత యందును నిట్టే బోధింపబడెను.

శ్లో॥ త్రైవిద్యా మాం సోమపా: పూతపాపా
యజ్ఞైరిష్ట్వా స్వర్గతిం ప్రార్థయన్తే
తేపుణ్య మాసాద్య సురేంద్ర లోక
మశ్నన్తి దివ్యాన్ దివి దేవభోగాన్
తేతం భుక్త్వా స్వర్గలోకం విశాలం
క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకమ్ విశన్తి
ఏవం త్రయీ ధర్మ మను ప్రసన్నా
గతాగతం కామకామా లభన్తే (గీత)

ఎవరు వేదత్రయవేత్తలయి, సోమపానముచేసి, పాపములను నశింపజేసికొని యగ్నిష్టోమాది యజ్ఞములచే నన్ను఼బూజించి స్వర్గప్రాప్తిని గోరుచున్నారో యట్టివారు పావనమైన యింద్రలోకమును఼బొంది దేవతా సుఖముల ననుభవించుదురు. అట్టివారు గొప్ప స్వర్గలోక సుఖముల ననుభవించి, వారి పుణ్యకర్మఫలము నశించిన పిదప మరల మర్త్యలోకమున బుట్టుదురు. ఈ విధముగా వేదకర్మలను఼గామ్యార్థము చేయువారు జనన మరణములను బొందుదురు. ఇచ్చట మర్త్యలోకమనగా జనన మరణములు గల లోకమని భావింపవలయును.

41. ఏనుగు కాలియడుగులో నన్ని యడుగులు నిమిడియే యుండును

శ్లో॥ యావానర్థ ఉదపానే సర్వత స్సంపు తోదకే,
తావాన్ సర్వేషు వేదేషు బ్రాహ్యనస్య విజ్ఞానత: (గీత)

కొద్ది నీళ్లుగల నూయి మొదలగు వానియందు స్నానపానాది ప్రయోజన మేమాత్రము గలుగునో యట్టి ప్రయోజన మంతటను బ్రవహించుచున్న మహాప్రవాహముగల నది మొదలగు వానియందును గలుగును ఇట్లే యనంత ప్రయోజనములలో స్వల్ప ప్రయోజన మంతర్భావము నొందినట్లే సమస్త వేదములందును జెప్పబడిన కర్మల ననుష్ఠించుటవలన గలుగు ఫలము లంతకంటె మిక్కిలి గొప్పఫలమునిచ్చు నట్టి జా&ఒనముల బ్రహ్మ జా&ఒనికి గలుగును. అనగా మోక్షరూప మహాఫలములో నీ వేదోక్త కర్మఫలములంతర్భావము నొందియుండెను. ఏనుగు కాలి యడుగులలో సమస్త జీవుల కాలియడుగులు నిమిడియుండినట్లు సమస్త కర్మఫలములును బ్రహ్మజ్ఞానమందిమిడి యున్నవని భావము.

శ్రుతి :- "స్వరం పదం హస్తి పదే నిమగ్నమ్"

సర్వ పాదములును నేనుగు పాదమందిమిడి యుండెనని భావము.

యోగజ్ఞానములు రెండును వేరుకావనియు నీ రరెంటిలో నొకదానిని బాగుగా నాచరించిన యెడల రెండిటి ఫలమును గలుగునని గీతలో బోధింపబడెను. కాని యోగము వినా జా&ఒనము సిద్ధించుట మిక్కిలి కష్ట సాధ్యమని బోధించుటచేత గీ యోగమునకే ప్రాధాన్య మిచ్చినదని యెరుగవలయును. యోగముచేత బ్రహ్మప్రాప్తి కలుగును. గనుక యోగి యగువాడు తదితర కర్మల నెవ్వియు నాచరింప నవసరము లేదని భావము

శ్లో॥ "జిజ్ఞాసు రపి యోగస్య శబ్దబ్రహ్మాతి వర్తతే" (గీత)

యోగమందు జిజ్ఞాస యున్నంత మాత్రముననే వేదోక్త కర్మానుష్ఠాన ఫలము నతిక్రమించిన వాడగునని బావము.

శ్లో॥ నేహాభిక్రమ నాశోస్తి ప్రత్యవాయో నవిద్యతే,
స్వల్ప మవ్యస్య ధర్మస్య త్రాయతే మహాతో భయాత్" (గీత)

ఈ యోగానుష్ఠాన ప్రారంభము వ్యర్థము కాజాలదు, ఇతర కర్మలవలె దీనిని మధ్యలో మానివేసినను, ఁబ్రత్యవాయ దోషములేదు. ఈ యోగము కొద్దిగా నాచరింపబడినను గొప్ప సంసార భయమునుండి రక్షించునని భావము.

42. జవుడు పక్షిస్వరూపుడు

మరియుఁబరమాత్మ నాలుగు పాదములుగల జీవులను సృష్టించి, తాను పక్షి స్వరూపుడై శరీరమనెడి పురములో ప్రవేశించెను.

శ్రుతి :- "పురశ్చక్రే ద్విపద: పురశ్చక్రే చతుష్పద:,
పురశ్చ పక్షీ భూత్వాపుర: పురుష ఆవివత్"

(బృహదారణ్యకోపనిషత్)

పక్షి స్వరూపుడుఁదానీ దేహమందుఁబ్రవేశించెనని బోధించుటకుఁగారణమేమనగా

పౌఇ యనగా బక్షములు గలదియని యర్థము, పక్షములనగా ఱెక్కలు ఆత్మ ప్రాణపానములనెడి రెండు రెక్కలతో జీవుడుగాఁ బ్రవేశించెనని భావము. ఎట్లనగా ;

పక్షులు రెక్కల సహాయ్యముచేత గమనాగమనములు చేయుచున్నట్లు ఆత్మ యీ దేహమున బ్రవేశించి ప్రాణపానములను రెండు రెక్కలతో దేహత్రయమందు సంచరించుచు, నచ్చటగల భోగముల ననుభవించుచుండును. కాని పౌఇయొక్క రెండు రెక్కలను గలిసిపోయి యేకమైన యెడల నా పక్షి యెట్లు గమనా గమనములు జేయలేక నిశ్చలముగా నుండునో యట్లే జీవునికిగల ప్రాణాపానములనెడి రెండు రెక్కలును నేకమయినచో జీవుడు స్వస్థానమగు తురీయమునజేరి గమనా గమనములు లేనివాడై నిశ్చలముగా నుండి, యాత్మయందు విశ్రాంతి నొందును. అనగా మోఓము నొందును.

43. రెండు రెక్కలు నేకము కావలయును

మోక్షాపేక్షగల జీవుడనెడి పక్షి ప్రాణాపానములనెడి తన రెండు రెక్కలనొకటిగా ఁజేసినగాని ముక్తిని బొందజాలదు.

మోక్షాపేక్ష గలవారికి ఁబ్రాణాయామము ముఖ్య కర్తవ్యముగా బోధించుచచున్నవి.

శ్రుతి ; "ప్రాణాయామ విశుద్ధాత్మా యస్మాన్ పశ్యతి తత్పరం,
తస్మాన్నాత: పరంకించిత్ ప్రాణాయామాది తిశ్రుతే"

శ్రుతి : ముముక్షుభి: ప్రాణజయ: కర్తవ్యో మమోక్షహేతవే"

ముముక్షువైనవాడు మమోక్షప్రాప్తికి ప్రాణమును జయంచవలయునని భావము. కాన నిచ్చట ప్రాణాయామ స్వరూపమును ముందుగ దెలిసికొన వలసియున్నది.

44. ప్రాణాయామ మననేమి ?

ప్రాణ + ఆయామ: =ప్రాణాయామ: అనియగును. ప్రాణము యొక్క ఆయామము ప్రాణాయామమని పై సమాసమునకర్థమైయున్నది.ఆయామమనగా దీర్ఘించుట లేక పొడిగించుట యని యర్థము. కాన ప్రాణమును దీర్ఘించవలెనని తెలియుచున్నది. అనగా హృదయమునగల ప్రాణమును ఆత్మ స్థానము వరకును అనగా భ్రూమధ్యమునగల తురీయము లేక శివస్థానము వరకును పొడిగించవలయునని భావము.ఇట్లు ప్రాణమును దీర్ఘించుట కపానమును ప్రాణముతో సమానముగా ఁజేసి పైకిలాగి యభ్యపింపవలయును. ఎందువలనగా "ప్రాణాగ్ని:" అని శ్రుతి బోధించుటచే ప్రాణమగ్నిస్వరూపమని తెలియుచున్నది. అగ్ని స్వతస్సిద్ధముగా ఁబైకి వెళ్లు స్వభావముగలది. కాని అపానము అనగా చంద్రుడు జలాంశము గనుక జలమునకు స్వతస్సిద్ధపముగా ఁగ్రిందికి వెళ్లుట స్వభావమైనయున్నది.ఇందుచే సహజముగా ఁబైకివెళ్లెడి ప్రాణము నపానము క్రిందికి లాగుచుండును. కనుక నపానమునుఁబ్రాణముతో సమానముగా జేసి పైకి లాగి యభ్యసించిన యెడలఁబ్రాణమూర్ధ్వముగా నుండును. ఈ కారణముచేతనే

శ్లో॥ "ప్రాణాపానౌ సమౌకృత్వా నాసాభ్యన్తర చారిణౌ..

అని గీతలో పరమాత్మచే బోధింపబడెను.

ప్రాణాపానములను సమానముగా అనగా హెచ్చుతగ్గులు లేకుండ చేసి ముక్కులోపలగల ముక్కు రంధ్రములు ద్వారా పైకిలాగి యభ్యసించి నందున బ్రహ్మనాడీ ముఖమునగల యతి సూక్ష్మ రంధ్రమును తట్టి తెరచి దానిలోగల ఈశ్వరుని దర్శించి, జీవుడు పాపవిముక్తుడై మోక్షము నొందునని గీతయొక్క భావము.

శ్లో॥ "బ్రహ్మ నాడీ ముఖే రంధ్రం సూక్ష్మం పరమగోచరం
తస్మిన్ ప్రతిష్ఠితం సర్వం విశ్వం సహచరాచరమ్"

(ఉత్తరగీత)

సర్వారాచర ప్రపంచములును బ్రహ్మనాడీ ముఖమునగల రంధ్రము లోపల బ్రతిష్ఠితములై యున్నవని భావము. కారణమేమనగా నీశ్వరుని యందు సర్వజగత్తును గలదు. కనుక నచటగల యీశ్వరునియందు జగత్తులన్నిటిని గూడ బ్రత్యక్షముగా ఁజూడగలడనియు నందువలన సర్వ జగజ్ఞానము గలవాడు (సర్వజ్ఞత్వము సిద్ధించినవాడు) కాగలడనియు స్పష్టము.

శ్లో॥ "ప్రాణక్షయ సమీపస్థం అపానోదయ కోటికమ్,
ఆపాన ప్రాణయోరైక్యం చిదాత్మానం సమాశ్రయ"

(అన్నపూర్ణోపనిషత్)

చిదాత్మ చివర నుండి అనగా సుషుమ్నా ముఖమునగల రంధ్రము చివరినుండి అపాన ముదయించుటయు, చిదాత్మ సమీపమున (అనగా సుషుమ్నా రంధ్రములోపల నంగుష్టమాత్ర స్వరూప మధ్య భగమున నాత్మ యణువు కంటె నణువుగానుండి, సూర్యబింబమువలె నా యంగుష్ఠ మాత్ర స్థలమున బ్రకాశించుచుండును. కనుక నంగుష్ఠమాత్ర స్థల మధ్య భాగమునగల యాత్మ సమీపమున) బ్రాణక్షయము కలుగునని భావము. ఆత&్మ నుండి ప్రాణం పుట్టెను. (గనుక నచ్చటనే క్షయం నొందునని బావం. "ఆత్మన: ప్రాణో జాయతే" అనగా నాత్మనుండి ప్రాణం పుట్టెనని భావము.

శ్రుతి :- "నతస్య ప్రాణా ఉత్క్రామన్తి అత్రైవ సమవలీయన్తే"

అనగా జ్ఞానియొక్క ప్రాణము పుట్టినచోటనే లీనమగునని భావము, కాని బయటకు వెళ్లదు.

సుషుమ్నా రంధ్రము చివర నపానము ప్రాణముతో నైక్యము నొందిన పిదప ప్రాణము తన స్వరూపమగు నాత్మయందు నిలిచియుండును. ప్రాణమే జీవుండనియు, మనస్సనియు శ్రుతి స్మృతులు బబోదించుట చేత ధ్యాతయగు జీవుడు ధ్యేయమగు నాత్మయందు నిలిచియుండునని భావము, అనగా ధ్యాత ధ్యేయాకారము నొంది యేక స్వరూపమగును. అనగా బ్రతిబింబ స్వరూపుడగు జీవుడు దేహత్రయోపాదినుండి ముక్తుడై బింబస్వరూపముగా నుండుటయే సత్తామాత్ర స్వరూపుడుగా నుండుటయని తెలియనగును.

అపానము ప్రాణమునందైక్యము కానంతవరకకు ప్రాణమగు జీవునకు లేక మనస్సునకేకాగ్రత సిద్ధింపదు. ఎందువలననగా నూర్ధ్వముగా వెళ్లుచున్న ప్రాణము నపాయము క్రిందికి లాగుచుండును. మఱల (బ్రాణమపానమును (బైకిలాగుచుండును, అందువలన జీవుడు విశ్రాన్తి లేకయే యుండును.

శ్రుతి :- "అపాన: కర్షతి ప్రాణం ప్రాణో పానంచకర్షతి"

శ్రుతి :- "పాణాపాన సమాక్షిప్త స్తదా జీవో నవిశ్రమేత్"

(యోగచూడామణ్యుపనిషత్)

గనుక ప్రాణమును, యపానమునను జతపరచి పైకిలాగి సుషుమ్నా కవాటమునగల మోక్షద్వారమును భేధింపవలెను. కారణమేమనగా

భూమినుండి పైకి నాకాశమున (జాలందూరమునకు వెళ్లిన పిమ్మట మఱల (గ్రిందికి వచ్చుట యుండదు. భూమికి గల యాకర్షణ శక్తిని దాటి పైకి వెళ్లుటయే దానికి (గారణము కాగలదు, భూమికాకర్షణ మమెట్లనగా :-

భూమియే యపానము. అపానమనగా (జంద్రుడు, ప్రాణమనగా సూర్యుడు, చంద్రుని వలననే భూమిలో నోషధులు గలుగుచున్నవి. ఓషదులవలన నన్నమును,నన్నమువలన భూతములును కలుగును, ఇందు వలన నపానము బ్రహ్మయని శ్రుతిలో బోధింపబడెను. కనుక భూమి యందపానశక్తి యుండుటవలననే పైకి వెళ్లుయున్న వాటిని క్రిందికి లాగుచున్నది. ఈ యాకర్షణ శక్తిని పాశ్చాత్యులు (Gravity) యని చెప్పుచున్నారు. ఇట్లే మన దేహమందు (బైకివెళ్లుచున్న ప్రాణశక్తి నపానము క్రిందికార్షించు చున్నది. అందువలన నపానమును (బ్రాణముతో జోడించి యొకేసారి బైకిలాగి యభ్యసింపవలయును. అట్లు చేయుటచేత అతి సుషుమ్నా రంధ్రము చివరకకును వెళ్లును. అక్కడ దానిశక్తి నశించును. కాన మఱల నపానము ప్రాణమమును క్రిందికాకర్షించుట జరగదు. అపానము ప్రాణముతో నైక్యమునొందుటయే దానికి గారణమగుచున్నది.

శ్రుతి :- "ాకుంచనేన కుండలిన్యాం కవాట మద్ఘాట్య
మోక్షద్వారం విభేదయేత్" (శాండిల్యోపనిషత్)

ఈ విషయమే బైబిలులో "knock at the door, it shall be opened " తలుపు తట్టుము. దానంతట నదే తెరువబడు" నని భావము.

ఇందుచేతనే వైకుంఠ ద్వాదశి రోజున వైష్ణవమతస్థు లుత్తర ద్వార దర్శనము వలననే మోక్షము (గలుగునని భోధించెదరు. వైష్ణవి దేవాలయములలో నుత్తర భాగమునగల తలుపులను (దెఱచి కృత్రిమమగు విష్ణుని విగ్రహమును జూచించుట జరుగుచున్నది.

45. రేచక, పూరక కుంభకములనగా నేమి ?

మన శరీరములో నూపిరితిత్తులు(Lungs) తెఱచుకొనుటవలన బయటి వాయువును లోపలికాకర్షించుటయు. నూపిరితిత్తులు (Lungs) మూసికొనుటవలన లోపలి వాయువును (బొగ్గుపులుసు గాలిని) బయటకు విడుచుటయు జరుగుచున్నవి. హోర్టుపొర (Diaphragm) క్రిందికిని బైకిని స్పందించుటవలననే యూపిరితిత్తులట్టి క్రియలను జేయుచున్నవి. ఊపిరితిత్తులు హోర్టుపొర(Diaphragm) కు బైభాగమునందుండుటచే దాని చలనముచే చలించుచున్నవి. ఈ హోర్టుపొర పైకి లేచునప్పుడు ఊపిరితిత్తులు మూసికొనుటయు, జరుగుచుండును. కనుక నూపిరితిత్తులు తెఱచుకొని బయటిగాలిని లోపలికి లాగుకొనుట యు నవి మూసికొని లోపలి గాలిని బయటకు విడుచుటయు జరుగుటకు హోర్టుపొరకకుగల యూర్ధ్వధశ్చలనములే కారణములగుచున్నవని తెలియనగును. ఇక హోర్టుపొర యొక్క చలనములకు ప్రాణాపానముల చలనములే కారనమని యెఱుంగవలయును. ఎట్లనగా ప్రాణముయొక్క సహజమగు నూర్ధ్వమనమువలన హోర్టుపొర పైకి లేచుటయు, నపానమునకు సహజమగు నధోగమనమువలన హోర్టుపొర క్రిందికణగుటయు జరుగుచున్నది. కనుక బాగుగా విచారింపగా ప్రాణమునకుగల యూర్ధ్వగమనమువలన పూరకమును(Inhaling) అపానము నకుగల యధోగమనమువలన రేచకమున్ను (Exhaling) జరుగుచున్నవి.

కనుక రేచకపూరకములనగా అపాన ప్రాణగతులనియు కుంభకమనగా నపానము ప్రాణమున లయమునొందగా ప్రాణము చలింపక నిశ్చలముగా నుండుటయనియు నెఱుంగవలయును, ఇట్టిస్థితియే కుంభకమని శ్రుతులు బోధించుచున్నవి.

శ్రుతి :- "అపానేస్తంగతే ప్రాణో యావన్నాభ్యుదితోహృది,
తావత్సా కుంభకావస్థా యోగి భిర్యానుభూయేతే"

(ముక్తికోపనిషత్)

అపానము ప్రాణమున లయింపగా బ్రాణము హృదయమునుండి మఱల నుదయించక యుండు కాలము కుంభకావస్థ కాగలదనియు, నీ కుంభకావస్థయే యోగులచే ననునుభవింపబడుచున్నట్టిదనియు భావము.

ప్రాణముదయించిన పిదప నపానము దానిని మఱల క్రిందికి లాగుట వలన బ్రాణమునకస్త మయము కలుగుచున్నది.. అనగా మఱల మదయించవలసి వచ్చుచున్నది. అపానము ప్రాణమున లయమొందిన యెడల నికప్రాణమస్తమించుట జరగదు.నెందువలన ననగా ప్రాణముదయించియే యుండును. గాన మఱల హృదయమునుండి యుదయింప నవసరముదేదని భావము.

ప్రాణాపానములు రెండింటినొకేసారి శరీరము లోపలి భాగమున బైకిని గ్రిందికిని మధించుటచేత సర్వనాడీ శుద్ధిద్వారా శరీరశుద్ధిగలిగి యపానము ప్రాణముతో నైక్యము నొంది ప్రాణ మాత్మయందు లయము నొందును. గాన జీవుడు మరణ రహితుడై సదా ఆనందము గలవాడు కాగలడు కనుక బ్రాణాపానముల నైక్యము చేయుటకు చేయు నభ్యాసమే ప్రానాయామాభ్యాసమనియు నదియే యోగమనియు దానిచేతనే ముక్తి యనియు స్పష్టము.

46. ఓంకారమే ప్రాణాయామము

ఈ ప్రాణాపానములయైక్యమే యోగమనియు నదే ప్రాణయామ మనియు నెఱుంగవలెను.

శ్రుతి :- "యోపానప్రాణయోరైక్యం స్వరజోరేతసస్తథా
సూర్యచంద్ర మసోర్యోగో జీవాత్మ పరమాత్మనో,
ఏవం హిద్వంద్వ జాలస్య సంయోగో యోగ ఉచ్యతే"
(యోగశిఖోపనిషత్)

ఎద్ది ప్రాణాపానముల యైక్యమో, యదియే రజోరేతస్సుల యైక్యయమనియు, నెద్ది రజోరేతస్సుల యైక్యమో యదియే సూర్యచంద్రుల యైక్యమనియు, నెద్ది సూర్యచంద్రుల యైక్యమో యదియే జీవాత్మపరమాత్మల యైక్యమనియు భావము. కనుక నీ నాలుగునను నేక మార్గమే కాని వేఱుమార్గములు కావని గ్రహించవలెను.

జీవుడే ప్రాణమనియు, రజస్సనియు (శక్తి యనియు) సూర్యుడనియు నెఱుంగవలెను.

శ్రుతిః"సజీవ: ప్రాణ ఇత్యుక్తో వాలాగ్రశత కల్పిత:"
(అన్నపూర్ణోపనిషత్)

అపాన ప్రాణముల రెండింటి సంగర్షణచేత నాదము పుట్టును. ఈ నాదమే "ఓంకార" మనియు "ప్రణవ" మనియు జెప్పబడుచున్నది.

శ్లో॥ "ఓంకార ధ్వనినాదేన వాయో స్సంహారణాంతికమ్.
నిరాలంబం సముద్దిశ్య యత్ర నాదోలయం గత:
తద్విష్ణో: పరమం పదమ్" (ఉత్తరగీత)

ఓంకార ధ్వని నాదముచేత ముక్కుద్వారా బయట సంచరించు వాయువు నశించును. పిదప నానాదము లయము నొందును. ఆ నాద మెచ్చట లయము నొందునో యదియే పరమమగు విష్ణుస్థానము.

శ్రుతి:"సకృదుశ్చరితమాత్రేణ ఆ ఊర్ధ్వమున్నామయతీ త్యోంకార:"
(అధర్వశిఖోపనిషత్)

ఒక్కసారి యూర్ధ్వమున జరింపజేయుటచేత నెద్ది దాని కదియే యూర్ధ్వమునకు పోవునో యది ఓంకారమును ఊర్ధ్వమునకు చరింపజేయుచు చిత్తమును ప్రణవమునందు లగ్నము చేయవలెను. ఏలనన ప్రణవము బ్రహ్మరూపమైయున్నది. కనుక బ్రహ్మయగు ప్రణవము నాశ్రయించిననే నిర్భంయుడగును. ప్రణవమునందు నిత్యము యుక్తుడయిన వానికి భయమునకు గారణములేదు.

శ్రుతి:-"యుఞ్జతప్రణవే చేత: ప్రణవో బ్రహ్మనిర్భయమ్:
ప్రణవే నిత్యయుక్త్య స్య నభయం విద్యతేక్వచిత్"
(మాండుక్యోపనిషత్)

ప్రణమమునందు మనస్సును లగ్నము చేయవలెనని పలుచోట్లు శ్రుతులందు చెప్పబడియున్నది. "ద్వైతాద్వై భయం భవతి" యను శ్రుతిచే దైత్వ భావనయే భయమునకు హేతువైయున్నదని తెలియుచున్నది. కాని"ప్రణవే నిత్యయుక్తస్య నభయం విధ్యతే క్వచిత్" అని చెప్పుటచే ప్రణవము(అజ్ఞానములు) నశింపజేసి అద్వైతసిద్ధిని కలుగజేయునని వ్యక్తమగుచున్నది. శ్రుత్యంతరముచేత గూడ నాథ బ్రహ్మమునందు చిత్తమును నుండుటచే బ్రహ్మభూతుడగుచున్నాడని తెలియుచున్నది.

శ్రుతి:"ద్వేవిద్వే వేదితవ్యేతు శబ్ద బ్రహ్మ పరంచయత్,
శబ్ద బ్రహ్మణి నిష్ణాత: పరం బ్రహ్మది గచ్చతి'
(అమృతబిందూపనిషత్)

శబ్దబ్రహ్మయనియు, పరబ్రహ్మమనియు విద్యలు రెండు. ఈ రెండును తెలిసికొనదగినవి. శబ్దబ్రహ్మయందు మనస్సును లగ్నముచేసిన

పరబ్రహ్మను (బొందగలడని భావము. ఇచ్చట శబ్దబ్రహ్మ యనగా నాదబ్రహ్మయని యర్థము. ప్రణవము, నాదబ్రహ్మ వేరు వేరు కావు. ప్రణవమునకు నాదబ్రహ్మ నామాంతరము కనుక ప్రణవమును నిష్ట యున్నచో పరబ్రహ్మయను విద్యను పొందినవాడగుచున్నాడు. నిష్ఠయనగా అన్యచింతలేక ప్రణవమునందేకాగ్రతతో నుండుట. ద్వైతభావమునకు మూలకందమగు సంతరంగమను నాదము వ్యాధుడువలె నాశనముచేయును.

శ్లో॥ "నాదోన్తరంగ సారంగ బన్ధనే నాగురాయతే.

అన్తరంగకురంగన్య వధే వ్యాధాయతేపిత' (హఠయోగప్రదీపిక)

విషయవ్యాకుల చిత్తునకు పరమాత్మ దుర్విజ్ఞేయమై యున్నది. అనగా నాత్మనుగూర్చి విశేషముగా తెలిసికొనజాలడు. పరమేశ్వరుని ఆరాధించుట కూడ నట్టివాని శక్తికి మించినపని,కనుక నట్టివాడు పరమాత్మను చేరలేడు గదా:వాని సంగతి యేమి? వాడెట్లు తరించును? కృష్ణా! నాకు చెప్పుమని యర్జునుడు భగవానుని ప్రార్థించెను. శ్రీకృష్ణుడిట్లు చెప్పుచున్నాడు: "అర్జునా సత్యమే: హృత్పద్మమధోముఖమైయుండగా నందున్న జీవుని ప్రవృత్తి యధోసుఖమే యగుచున్నది. తురీయావనథంబున పరమాత్మ యట్టివానికి దురారాధ్యుడును, దుర్విజ్ఞేయుడును. దుష్ప్రగమ్యుడునై యున్నాడు కాని యధోముఖముకానున్న హృత్పద్మమును ప్రణవోపాసనచే నుద్ధరించిన (ఊర్ధ్వముఖముగజేసిన)ఈశ్వరుడు దురారధ్యుడు కాక సుఖతరారాధ్యుడగును. అట్టి స్థితిలో దుర్విజ్ఞేయుడనజెల్లదు. పరమాత్మ ప్రత్యక్షావగమమగును. "ఉత్తర గీతలో" దుర్విజ్ఞేయం. దురారాధ్యం, దుష్ప్రగమ్యం జనార్థన" అని ప్రశ్నించినదానికి నుత్తరముగ "అధోముఖంతు హృత్పద్మ ముద్ధృత్య ప్రణవేనతు" అని పరమాత్మచెప్పచేబడినది.

దీనినిబట్టి అధోముఖుడై విషయాకులుడై న జీవుడు ప్రణవోపాసనచే తురీయాపథమునందున్న పరమాత్మ కభిముఖుడై నమ్యగ్దర్శన సంపత్తి కలవాడగుచున్నాడు. ఇట్లు ప్రణవోపాసనచే నీశ్వరుడు సుఖతరారాధ్యుడును, సునిజ్ఞేయుడును.సుగమ్యుడును నగుచున్నాడు.

శ్రుతి:- "దీర్ఘం ప్రణవ ముచ్చార్య మనోరాజ్యం విజీయతే"

ప్రణవమును దీర్ఘముగా (బైకి (జరింపజేసినందున మనోరాజ్యమును జయింప వచ్చునని భావము.

అపాన ప్రాణములను జతపరచి యొకేసారి పైకిలాగినచో వాటి కవియే పైకి వెళ్లును. కనుక నోంకారమనినను ప్రాణాయామమనినను వేఱువుకావు. ఎట్లనగా, "ఓమ్" అని అక్షర రూపముగా బయటికి (బలుకుట ఓంకారము కాజాలదు. కారణమేమనిన--

స్వరమును బయటకక్షర రూపముగా (బలుకుటకు దంతౌష్ఠతాలు జిహ్వాదుల సహాయమవసరమగును. కాని యా సర్వమును లోపల నూర్ధ్వ భాగమున (జరింపజేయుటకక్షర రూపమునుజేసి బయటికి "ఓమ్" అని పలుకనవసరములేడు.

సర్వ మే వేదశాస్త్రములును, త్రితోకములునుకాగలవు, అట్టి సక్యమాత్ర స్వరూపుడే యీశ్వరుడు, స్వరము లేనిచోనేదియును లేదు,

శ్లో॥ "ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ వ్యాహరన్ మామనుస్మరన్,

స్వరేచ సర్వం త్రైలోక్యం స్వరో మాత్ర స్వరూపక:"

(స్వరజ్ఞానదీపిక)

శ్లో॥ "ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ వ్యాహరన్ మామనుస్మరన్,

య: ప్రయాతి త్యజన్ దేమం సయాతి పరమాం గతిమ్" (గీత)

ఎవ్వడు పరబ్రహ్మ స్వరూపమును, నేకాక్షరమునునగు" నోంకార"మును (బైకాకర్షించుచు (బరమాత్మను ధ్యానించుచు దేహమును విడుచునో యట్టివాడు పరమోత్కృష్టమయిన మోక్షము నొందును.

ఇచ్చట "త్యజన్‌దేహం" అని బోధించుటవలన మరణమునొందిన పిదప నని భావించరాదు. మరణము నొందిన పిదప మఱల జన్మించునని గీతా వచనము గలదు.

శ్లో॥ జాతస్యహిధ్రువోమృత్యుర్ధ్రువం జన్మ మృతస్యచ" (గీత)

పుట్టినవానికి మరణము తప్పదు, మరణించినవానికి జననము తప్పదని బావము. జనన మరణములు సాధారన మానవునకు జరుగుచచుండును, కాని జా&ఒని యగువానికి మరణము సంభవించదు. కారణమేమనగా జా&ఒని కాత్మనుండి పుట్టిన జీవుడు లేక ప్రానము మఱల నా యాత్మయందే లీనమగును గాని వారికి జన్మము లుందవు.

ముక్తి జీవించి యుండగానే కలుగవలెను. ఇందువలననే "జీవన్ముక్త:" యని శ్రుతిస్మృతులలో (జెప్పబడియున్నది. జీవన్ముక్తుడనగా జీవించి యుండగానే ముక్తుడని యర్థము.

శ్లో॥ "నమోక్షా నభన: వృష్ఠేన పాతాళే న భూతలే,

నర్వాశసం క్షయే చేత: క్షయో మోక్ష ఇతీర్యతే"

(అన్నపూర్ణోపనిషత్)

మోక్ష మాకాశమునండుగాని, స్వర్గమునందుగాని, పాతాళమునందు గాని, భూమియందుగాని లేదు. మనస్సునకు గల యన్నివిధములయిన కోరికల క్షయమే మోక్షమనబడును. ఈ కోరిక లేక యభిలాష పరమాత్మను దర్శించుటచేతనే నిశ్శేషముగా నివృత్తి కాగలదని గీతావచనం గలదు.

శ్లో॥ "విషయా వినివర్తన్తే విరాహారస్య దేహిన:,

రసవర్జం రసోవ్యస్య పరం దృష్ట్వా నివర్తతే" (గీత)

కనుక "త్యజన్ దేహం" అనగా జాగ్రత్, స్వప్నసుప్తికాలము లందలి స్థూల, సూక్ష్మ, కారన రూపమగు దేహత్రయమును విడిచి తురీయ స్థానమును (బొందుటచే జీవుడు పరమోత్కృష్టమయిన మోక్షము నొందునని బావము.

మఱియు "ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ" యని చెపుటవలన దానిని బయటికి "ఓమ్" అని పలికినందున బయట శబ్ద రరూపముగాబోయి నశించును కాన నీ ఓంకారము శబ్దబ్రమ్మమనియు, నట్టి థబ్దబ్రహ్మోపాసన వలన జీవుడు పరబ్రహ్మమును బొందుననియు శ్రుతి మఱొకచోట బోధించు చున్నది.

శ్రుతి :- "ద్వే విద్యే వేదితవ్యేతు శబ్దబ్రహ్మ పరంచయత్
శబ్ద బ్రహ్మణి నిష్ఠా పరం బ్రహ్మాధిగచ్ఛతి"
(అమృతబిందూపనిషత్)

తెలిసికొనఁదగిన విద్యలు రెండు గలవు. అందొకటి శబ్దబ్రహ్మ, రెండవది పరబ్రమ్మ, వబ్దబ్రమ్మయందలి నిష్టవలన ఁబరబ్రహ్మను ఁ బొందుచున్నాడని భావము.

ఇచ్చట శబ్దమనగా నాదానుసందానమనియు, ఈ నాదానుసందానమున్ను, ఓంకారమున్ను వేరుకావనియు నెఱుగవలయును. ఇందుచేతనే యిది శ్రుతితో వేరొకచోట అజపగాయత్రి యని బోధింపబడియున్నది.

47. అజపాగాయత్రియే ఓంకారము

శ్రుతి :- "అజపానామ గాయత్రీ యోగినాం మోక్షదా సదా
అస్యా స్సంకల్పమాత్రేణ సర్వపాపై: ప్రముచ్యతే"
అనయా సదృశీ విద్యా అనయా సదృశో జప:
అనయా సదృశం జ్ఞానం నభూతం నభవిస్యతి"
(యోగచూడామణ్యుపనిషత్)

అజప యను గాయత్రి యోగులకు సర్వదా మోక్ష ప్రథమగును, దీనినిఇ సంకల్పించినంత మాత్రముననే అనగా దీనియందత్యధిక జిజ్ఞాస యున్నంత మాత్రముచేతనే సర్వ పాపక్షయమగును, కనుక దీని కంటె శ్రేష్ఠమగు విద్యగాని, జపముగాని మఱియొకటి లేదనియు, నుండ బోదనియు వ్రుతి బావము.
అజప గాయత్రి యని చెప్పుటవలన జప గాయత్రి యొకటిగలదనియు, నది యక్షర సంపుటితో గూడినందున దానిని జపగాయత్రి యనిరనియు ఁ దెలియ వలయును. వ్రుతి అజప గాయత్రి యని చెప్పుటచే నిది యక్షర సంపుటి లేనిదని బావింపవలెను. ఇదియే ప్రాణాయామమని చెప్పబడుచున్నది.

48. యోగమే అజపాగాయత్రి

ఇట్టి ప్రాణాయామమే వేద శాస్త్రాదులయందు యోగమని బోధింప బడుచున్నది. అట్టి యోగమందు జిజా&ఒస కలిగినంతమాత్రముచేతనే వేదోక్త కర్మపలముకంటె నధికమగు పలమును పొందగలుగుచున్నాడు.

శ్లో॥ "జిజా&ఒసురపి యోగస్య శబ్దబ్రహ్మ తివర్తతే" (గీత)

యోగ విషయమైన జిజా&ఒస కలవాడు గూడ శబ్దబ్రహ్మను మించిన ఫలమును బొందుచున్నాడని పై శ్లోక బావము. ఇచ్చట శబ్దబ్రహ్మ యనగా వేధోక్త కర్మానుష్ఠాన ఫలమని యెఱుంగునది.

అజపగాయత్రి యొక్క సంకల్ప మాత్రముచేతనే సర్వ పాపములు నశించునని శ్రుతియందు చెప్పబడుటచేతను, యోగము యొక్క జిజ్ఞాస మాత్రముచేతనే వేదోక్త కర్మానుష్ఠానఫలములను మించిన పలము లభించునని గీత యందు చెప్పబడుటచేతను, నింకను నచ్చటచ్చట శ్రుతులందీ విషయమే విస్తారముగా బోధింపడుట చచేరను ప్రాణాయామమనినను నాదాను సందానమనినను, నోంకారోపాసన యనినను, నజపగాయత్రి యనినను, యోగమనినను నొక్కటేయనియు, వేఱు వేఱు గావనియు బావింపవలయయును.

కనుక ప్రాణాయామమనగా యోగమేయని స్పష్టమగుచున్నది. ఇట్టి యోగమే లయయోగమని చెప్పబడుచున్నది. తదితర యోగమార్గము లనేకములున్నను వాటివలన జా&ఒనము కలుగదు. అందుచే మోఓము నొందలేదు.

కాని యీ ప్రాణాయాయము నభ్యసించుటచేతనే పూర్తిగా శరీరశుద్ధి గలిగి చిరాయుస్సుగలవారు కాగలరు.

ప్రాణము చిదాత్మ సమీపమునుండి పుట్టుటచేతను అపానము చిదాత్మ చివరనుండి పుట్టుటచేతను శరీరములోని ప్రాణాపాన నాడులకు (పింగళా ఇడా అనునాడులకు) శక్తి గలిగి యిచి ప్రవర్తింపగలుగుచున్నవి,అప్పుడు పింగళానాడిసూర్యాగ్నుల స్వభావము గలదై ప్రాణవాయువుగా ప్రవర్తిల్లి, హృదయమును స్థానముగా జేసికొని, యూర్థ్వ గమనము గలిగియుండును. ఇట్లే ఇడానాడి చంద్ర జలముల యంశము గలదై అపాన వాయువుగా ప్రవర్తించి గుదస్థానందుండును.

చిదాత్మశక్తి ఇడా పింగళా నాడులయందు అనగా ఁచంద్ర సూర్యనాడులయందు ఁబ్రవేశించుటచేతనే కేవల జడ స్వరూపములగు నీ నాడులు వాటి వాటికిగలశక్తితో వేఱు వేఱుగా ప్రవృతులుగలవై ప్రవర్తించుచున్నవి ఇడా పింళానాడుల శక్తివలననే యీ శరీరము చైతన్యవంతమై ప్రవర్తించుచున్నవి ఎట్లనగా :

ఒక యింజను జలము, ఉష్ణము గల రెండుగొట్టముల (Pipes) పై నాధారపడి దాని పని జరుపును. ఉష్ణము (Heat) అధికమైనచో నా ఇంజను చెడిపోవును, జలము (Cold) మిక్కుటముగా నున్నను నది చెడిపోవును, కనుక శీతోష్ణ శక్తులు (Cold and Heat)సమానములుగా నుండిన గాని యా ఇంజను సరిగా ఁబనిచేయ ఁజాలదు. ఉష్ణ (Heat) మధికముగా నున్నప్పుడుడావిరి. (Steam) విడిచిపెట్టబడును. మరల

మరల నీరు పోయబడు అనగా శీతోష్ణ శక్తులు సమానముగా ఉంచబడుచున్నవని భావము.

49. యోగ మనగా నేమి ?

ఈ యోగము లోకములో సామాన్యముగా నాచరించెడి హఠయోగా భ్యాసముల వంటింది కాజాడనియు, వానికంటే విలక్షణమనియు నెరుంగ వలయును. ఎందువలననగా కొందఱు వెలుపలి గాలిని లోపలికి దీసికొని కొద్ది సమయములోపలనేయుంచి మఱల వెలుపలికి విడిచిపెట్టుచు లోపల నిలుపుకాలమును క్రమేన హెచ్చుచేయుట నభ్యశించుచచుందురు, ఇట్లభ్యసించుటయే కుంభకమని వారి యభిప్రాయము, రేచక పూరక కుంభకమములలో రేచక మనగా నిశ్వాసమనియు, పూరకమనగా నుచ్ఛ్వాసమనియు, కకుంబకమనగా పూరించిన వాయువును, లోపలనే స్తంబింపజేయుటయనియు వారి యబిప్రాయముకాగలదు.

కాని యట్లభ్యసించుటజే నుదరమందలి ప్రేగులుబ్బి వాటి స్వభావ సిద్ధములగు పనులను జరుపుటకు శక్తి చాలక యుండును గాన నజీర్తి రక్తపోటు, పార్శ్వపునొప్పి మున్నగు రోగములు సంబవించును. ఎట్లనగా నొకరబ్బరు బంతియందు ‹గావలసిన గాలియున్న సమయమమున దానిలో నధికమముగా గాలిని ప్రవేశపెట్టినయెడల బంతి పగలిపోవును, నట్లే శరీరీములో గావలసినంత వఱకు వాయువుండగా వెలుపలినుండి యధికముగా గాలిని లోపలికి ‹బ్రవేశపెట్టినయెడల నపాయములు గలుగును, ఇట్టి యభ్యాసము ప్రానాయామాబ్యాసమనబడదు, కారణమేమనగా ప్రానముమనునది జీవులోపల నూర్ధ్వగమనము గలదై యుండగా నపానము దానిని గ్రిందికి లాగుచుండును.

శ్రుతి :- "ఊర్ధ్వం ప్రాణమున్నయ త్యపానం ప్రత్యగస్యతి"

(కఠోపనిషత్)

కనుక శరీరము లోపలగల ప్రాణాపానముల యైక్యము కొఱకు బయటి గాలిని లోపలికి లాగి యభ్యసించుట ప్రాణాయామము కానేరదు.

50. శ్రీ కృష్ణభగవానునిచే ‹జెప్పబడినదేయిది

మఱియు మనస్సు మిక్కిలి చంచలమైనధగుటచే శ్రీ కృష్ణునిచే బోధింపబడిన యోగము (సర్వత్ర ఆత్మదర్శనమనెడి యోగము) అనగా నభేద దర్శనమనెడి జ్ఞానము లబించుట దుర్లభమని యర్జునుడు శ్రీ కృష్ణునడిగెను.

శ్లో॥ "యోయం యోగస్త్వయా ప్రోక్తస్సామ్యేన మధుసూధన
ఏతస్యామం నవశ్యామి చంచత్వాత్ స్థితిం స్థిరామ్"
"చంచలం మిమ: కృష్ణ ప్రమాథి బలవద్దృడమ్,
తస్యాహం నిగ్రమం మన్యే వాయోరివ సుదుష్కరమ్"

(గీత 6-33, 34)

ఓ కృష్ణా ! మనస్సు మిగుల చంచలమైనదనియు, ‹జిక్కులుపెట్టునదినియు, స్వాధీనము కానిదనియు‹గదా ! నేనిట్టి మనస్సును నిగ్రహించుట గాలిని నిగ్రహించుటవంటిది. అనగా సాధ&యముకానిదని తలచుచున్నాను. అని బావము.

అప్పుడు కృష్ణబగవానుడు అబ్యాసముచేతనే మనస్సు స్వాదీనము కాగలదని చెప్పెను.

శ్లో॥ "అసంశయం మహాబాహో మనో దుర్నిగ్రహం చలమ్,
అబ్యాసేనతు కౌంతేయ వైరాగ్యేన చగృహ్యతే"
"అసంయతాత్మనా యోగో దుప్ప్రాన ఇతి మేమతిం:,
వశ్యాత్మనాతు యతతా శక్యో వాప్తు ముపాయత:" (గీత)

ఓ అర్జునా, మనస్సు చంచలమైనదనుటలోను, నిగ్రహింపశక&యము కానిదనుటలోను, సంశయలేదు, అయినను నభ్యాసముచేతను, వైరాగ్యము చేతను నట్టి మనస్సుఉ స్వాధీనము చేసుకొనవచ్చుననియు, చిత్తము స్వాదీనముకానివానికి సర్వత్ర యాత్మదర్శనమనెడి యోగ మసాధ్యము, కాని పై నుపాయయములచే ‹బ్రయత్నించువానికది సాద&యము కాగలదనియు నా యభిప్రాయమని పై దాని భావము.

సర్వత్ర ఆత్మదర్శన సిద్ధికొఱకు చిత్తము స్వాధీనము కావలెననియు ‹జిత్తము స్వాధీనము కానివానికి ఆత్మదర్శనము లభ్యము కాదనియు, నభ్యాసవైరాగ్యములనెడి యుపాయములచేత ‹జిత్తము స్వాధీనము చేసుకొనిన వాని కాత్మ లభ్యము ‹గాగలదనియు గీతాభిప్రాయమైయున్నది.

అభ్యాసమనగా ‹బ్రయత్నము, చలించుచున్న మనస్సున నిశ్చలముగా ‹జేయుటకు ‹జేసెడి ప్రయత్నమని భావము. మనస్సు ప్రాణవాయువు చలనముచేతనే చలించుచున్నది. కనుక ప్రాణవాయువు నిరోధమే చిత్తనిరోదము కాగలదు.

మనస్సనగా జ్యోతిస్సగు జ్ఞానము,దీపము వాయుచలనముచే చలించుట ప్రత్యక్షానుభవము. కాన జ్యోతి స్వరూపమయిన మనస్సు వాయు చలనముచేతనే చలించుచున్నది.

శ్రుతి :- "మనోహి జ్యోతి:"

శ్లో॥ "యంప్రాణ పవన స్పంద: చిత్తస్పంస్స ఏవహి"

(వాసిష్ఠరామాయనం)

ప్రాణవాయువు యొక్క చలనమే చిత్త చలనమని పై దాని భావము. కాన కృష్ణపరమాత్మచే బోధింపబడిన యభ్యాసమే ప్రాణాయామాభ్యాసమని యెఱుంగవలయును, అదియే యోగము. అదియే జ్ఞానప్రదము మోక్షప్రధము, మనశ్శాంతిప్రధము.

శ్రుతి :- మన: ప్రశమనోపాయో యోగఇత్యభిధీయతే"

(మహోపనిషత్)

శ్లో॥ "అభ్యాసేన పరిస్పందే ప్రాణానాం క్షయ మాగతే,
మన: ప్రశమ మాయతి నిర్వాణ మవశిష్యతే"

(అన్నపూర్ణోపనిషత్)

మనశ్శాంతికి సాధనము యోగమనియు, ఈ యోగాభ్యాసముచేత ప్రాణస్పందనము క్షీణించగా మనస్సు శాంతిని బొందుననియు, మోక్షప్రాప్తి గలుగుననియు ‹భైవానిభావము.

51. నాగబాము నాగస్వరముతోనే లేచును

మఱియు లోకములో నాగుబాము లేచి నిల్చుటకు పాములవాడు నాగస్వరమునూదును. దానిచే నా పాము లేచి నిలిచి యాడుచుండును. ఇది లోకానుభవమే, ఇట్లే మన దేహమున సుషుమ్నా నాడియందున్న అది శేషుడును, నాగబామునగు కుండలిని లేపుటకు నాగస్వరమగు నాదమవసరము, అట్టినాదము (స్వరము) ప్రాణాయామాభ్యానముచేతనే పుట్టును ఆనాదముచేతనే కుండలిని జాతరితమగును. అనగా లేచును ఇట్లు నాదమవసరమయియుండగా దీనికొఱకు మలద్వార మార్గమున నపాన వాయువును కుండలినియందు ‹ప్రవేశపెట్టవలయునని బోధించుట, శాస్త్రానుభవమునకు విరుద్ధము కాగలదు.

మోఓము కావలసినది జీవునికిగదా ! ఆ జీవుడు హృదయాకాశమున నుండెను గదా ! అట్టి జీవుని లేక శక్తిని నూర్ధ్వమునకు నడిపించి యూర్ధ్వనగల తులీయ స్తానమందు ‹బవేశపెట్టుటకు నధోభాగమునగల మలద్వార గుదస్థానముద్వారా ప్రవేశపెట్టవలయునని బోదించుట మిక్కిలి యయుక్తము కాగలదు. మఱియు సుషుమ్నయనగను. కుండలి యనినను, ఆదిశేషుడగు పామునకు ‹బుచ్ఛమునందు ద్వారముండదుగదా ? ముఖమునందే ద్వార ముండుట ప్రసిద్దము కనుకనే శాస్త్రమములలో బ్రహ్మనాడీముఖమున నతి సూక్ష్మమగు రంధ్రమముకలదనియు, దానిలోపల సర్వచరాచర ప్రపంచము ప్రతిష్ఠితమైయున్నదనియు బోధింపబడియున్నది.

శ్లో॥ "బ్రహ్మనాడీమముఖే రంధ్రం సూక్ష్మం పరమగోచరమ్,
తస్మిత్ ప్రతిస్టితం సర్వం విశ్వం సమ చరాచరమ్"

(ఉత్తర గీత)

52. శరీరము ఇంజను వంటిది

ఇట్లే యింజనువంటి మన శరీరమందును శీతోష్ణశక్తులుగల గొట్టము వంటి "ఇడా పింగళ"లను రెండు వాడులు గలవు. ఈ నాడులమీదనే శరీరమాధారపడియున్నది. ఇందులో నుష్ణమధికమగుటచే పైత్యవాధులును పైత్యమధిక మయినప్పుడు వాతరోగములును సంభవించి శరీరము రోగగ్రస్తమగును. అందును వాతమదికమయినందున కఫాభివృద్ధిగలిగి కఫరోగాదులచే పీడితుడగును. ఇందుచేతనే మరణకాలమున శరీరము చల్లబడి కఫప్రకోపముచే ‹బ్రాణమార్గమున కపరోధముగలిగి జీవుడు బాధపడుచుండగలదు. అప్పుడట్టి జీవుడు తన స్వస్థానమగు తురీయమునకు వెళ్లుటకు ః బ్రయత్నించినను, పైకిబోవుటకు కఫమడ్డుతగులుటచే ‹బోజాలక కన్ను, ముక్కు, చెవి మున్నగు ద్వారములనుండి జీవుడు వెళ్లిపోవుట జరుగుచున్నది.

ఇదా పింగలానాడులు రెండును శుబ్దములై యున్నయెడల నీ రెండు నాడులలోగల జలాగ్నితత్త్వములు సరిగా నుండి జీవుడు రోగాదులులేనివాడు కాగలడు. ఎందువలననగా, నీ రెండు నాడులును సరిగానుండినగాని నాడీ చలనము అనగా నాడి కొట్టుకొనుట (Pulse beating)సరిగా నుండజాలదు. ఇట్టినాడీచలనము సరిగానున్నయెడల జీవులు మరణించరు.

మఱియు హృదయనాడీస్పందనము అనగా గుండెకొట్టుకొనుట (Heart beating) తక్కువుగా నున్నయెడల నాయుష్యమభివృద్ధియగును ఏలననగా,

హృదయస్పందనము తక్కువగానున్నప్పుడు గుండెకు బలము కలుగుటయు, మనోధైర్యముగూడ నేర్పడుటయు లోకానుభవము. అట్టిస్తితి ప్రాణాయామాభ్యాసముచేత గూడా కలుగును. ఆ ప్రాణాయామాభ్యాసము చేతనే జీవునకు ఊర్ధ్వగతిగలిగి ఆత్మయందైక్యముగలిగి అఖండానందము ననుభవించగలడు.

ప్రాణాపానముల రెంటినేకముచేసెడి యభ్యాసమే ప్రాణాయామాభ్యాసమని యెఱుంగవలయును. ఈ రెంటినొకేసారి లోపలపైకి తీసుకొని వెళ్లుటకు లోపలి మార్గము సరిగాలేదు. కాక శక్తి చాలక నాయాసము కలుగును. కనుక నిట్లు పైకిని ‹గ్రందికిని నడిపించుటవలన లోపల మార్గశుద్ధియగుటయేగాక శీతోష్ణములు (వాతపైత్యములు) సమానములుగా నుండుటచే శరీరశుద్ధిగలిగి యూర్ధ్వగమనమధికముగా సిద్ధించచుకొలది బాహ్యశ్వాశోచ్ఛ్వాసములు క్రమేణ తగ్గి ముక్కులోపలి భాగముననే సంచరించును. దీనిచే బయటికి రాకుండ ముక్కురంధ్రములోపలనే యుచ్ఛ్వసించు వాడగుట చేత జీవునికి ఇంద్రియ నిగ్రహముకలిగి ప్రమాదములోని మనస్సుఁగల వాడు కాగలడు.

శ్రుతి :- "ప్రాణాన్ ప్రపీడ్యేహ సన్యుక్త చేష్ట :,
క్షీణే ప్రాణే నాసికయోచ్ఛ్వసీత
దుష్టాశ్వ యుక్తమివ వాహమేనం,
విద్వాన్ మనో ధారయే తాప్రమత్త:"

(శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్)

యుక్తాహార విహారములు గలవాడై శరీరమున ప్రాణవాయువును నిరోధించి, యా ప్రాణవాయువును క్షీణించచుచుండగా నాసికచే నుచ్ఛ్వసితుడైన విద్వాంసుడు దుష్టాశ్వములను బూన్చిన రథమునువలె మనస్సును ప్రమాదములేనివాడై ధరించవలయును. అనగా నట్టిదశలో ప్రమాదములేని మనస్సు గలవాడగునని భావము.

ఇట్లు క్రిందింకి పైకి సమానముగా ప్రానాపానగతులు జరుగుట వలన వాయువు సమానముగానుండి శరీరమునగల రక్తము శరీరమందంతట సమానముగా ప్రవహించును. రక్తము నాడులయందు సమానముగా ప్రసరించుటచే సరర్వరోగ నివారణ కాగలదు.

మనస్సు చలింపక యున్నందునే జ్ఞానము నిశ్చలముగా నుండును. ఆ దశయందు విద్వాంసుడు కాగలడు. కారనమేమనగా, మనస్సే జ్యోతిస్సనియు బోధించియుంటిమి, మనస్సే ప్రాణము.

శ్రుతి :- "ప్రాణబన్ధనం హి సౌమ్యమన:"

ఓయీ సౌమ్య ! మనస్సు ప్రాణమే బంధమముగా గలది గదాయని భావము.

ప్రాణము జ్ఞాన స్వరూపము,

శ్రుతి :- "ప్రాణోస్మి ప్రజ్ఞాత్మా"

కనుక ప్రాణమగు మనస్సు నిశ్చలముగా నుండుటచచేత జ్ఞాని కాగలడు. ఎట్లనగా,

మనస్సువలననే సృష్టి గలుగుచున్నది, కనుక శక్తియగును. అనగా స్త్రీ యగునని భావము.స్త్రీ శబ్దమున స, త, ర వర్ణములు సత్వరజస్త మోగుణములను సూచించుచున్నవి. కావున సత్వరజస్తమోగుణములతో గూడుకొనునట్టిది స్త్రీ యని భావము. సత్వమనగా తెలుపు, రజస్సనగా ఎఱుపు, తమస్సనగా నలుపు. తెలుపు వర్ణము కలిగియున్న శుద్ధసత్వము చలించుటవలన ఎఱుపు, నలుపులు (రజస్తమోగుణములు) కలిగినవి. కనుక శుద్ధసత్వమగు మనస్సు యొక్క చలనమే ఎఱుపు నలుపులను రజస్తమస్సులకు కారణము కాగలదు, చలించుచున్న మనస్సు స్త్రీ యనియు, చలనము లేని మనస్సు పురుషుడనియు నెఱుగవలయును. పురుషుడనగా పురము నందు నివసించువాడని యర్థము మనస్సేకాగ్రత నొందినపుడు బాహ్య సంచార ముండక శరీరమును పురములోనే యుండును. కనుక నట్టిస్థితిలోనే మనస్సు పురుషుడు, ఈ కారణముచే వేదశాస్త్రములలో వేదాంత శ్రవణమునకు (బ్రహ్మవిచారణకు) అధికారి పురుషుడని బోధింపబడినది ఏలననగా :

శరీరమనెడి పురములో భ్రూమధ్యంబున నాత్మగలదు.కనుక మనస్సేకాగ్రత నొందియుండుటచేతనే పురమములోనున్న యాత్మ నెఱుంగగలదు. స్త్రీ యనగా జలనముగల మనస్సుగాన నది చలించి బాహ్యసంచారము గలిగి విషయాదులయందు సంబంధము గలదనుటచేత విషయసహితమగు చుండును. మనస్సు చలిన రజస్తమస్సులు గూడి యుండుటచే శుద్ధ జా&ఒన స్వరూపమున మార్పు కలిగి విషయోన్ముఖమగుచున్నది. శుద్ధమైన మనస్సు రజస్త మస్సులుగా భాసించి విషయవ్యాప్త మగుటవలననే యదార్థము నెరుగపోవుచున్నది. కనుక విషయరహితమగు మనస్సుకు మాత్రమే యాత్మ నెఱుంగ కధికారము గలదని బావము.

కనుక జగత్తులో బురుషుడని యభిమానించు ప్రతి మానవుడును బురుషుడు కానేరడు పురములో నిలిచియున్న మనస్సే పురుషుడు. పురము లోపల మనస్సుండు కాలమున ద్వైతములుండవు, అనగా నేను, నాది యిది యిత్యాది భేదబుద్ధి యుండును. కనుక నట్టిస్థితి యద్వైథమతమనియు, కేవలము బ్రహ్మమనియు బెద్దలు బోధించిరి.

శ్లో॥ "ఏషోహ మిద మిత్యాది ప్రత్యయో మన ఉచ్యతే,
తదభావో మనస్కృత్వ మద్వైతం బ్రహ్మ కేవలమ్."

53. యోగియొక్క యానందమే యఖండానందం

జగత్తులో స్త్రీ పురుషుల సంయోగముచేత గలుగు సుఖ మొక్క నిమిషకాలము గలదిగా నుండును. ఈ నిమిషకాలపు సుఖము స్త్రీ పురుష సంయోగ కాలమున దనలోగల జీవశక్తి తనలోనుండి క్రిందికిని బైకిని నేక గతిగా నుండి సుషుమ్నా ముఖమున గల రంధ్రమునకు బయట గలియుట వలన నట్టి క్షనికమగు స్త్రీ పురుష సంభోగ సుఖము గలుగు చున్నది, కాని జీవశక్తి వెంటనే (క్షణములోనే) క్రిందికి వచ్చుటచే నీ కలయిక యతి స్వల్పకాలము మాత్రమేయుండి స్వల్ప సుఖము నిచ్చుచున్నది అ క్షణకాలమున నేమాత్రమగు బాహ్య ప్రజ్ఞకాని, యే విధమగు సంకల్పముకాని, తన దేహస్మృతిగాని యొద్దియు నుండదు. కనుక నీ జీవశక్తి యగు స్త్రీ సుషుమ్నా రంధ్రములో ప్రవేశించి యచ్చటనే యుండగలిగిన యెడల సదా సముద్రమువంటి యపారమగునానందము ననుభవించగలుగును.

స్త్రీ యనగా శక్తి, ఇది సింధూర వర్ణము గలిగి ప్రకాశించు చుండును. ఇందువలననే స్త్రీ బీజము సింధూర వర్ణము గలిగి యుండుట బట్టి యది రజస్సని చెప్పబడుచున్నది. కనుకనే లోకములో శక్తి పూజకు కుంకుమార్చన యావశ్యకమైనదిగా భావింపబడుచున్నది.

పురుషుడు రేతస్సు గలవాడనియు నా రేతస్సే చంద్ర స్థానమున గలదనియు, నట్టి చంద్రస్థానము భ్రూమధ్యయమున గలదనియు శ్రుతులు బోధించుచున్నవి.

స్త్రీ రూపమయిన శక్తి యగు రజస్సు హృదయాకాశమున గలదనియు నీ రజస్సును వాయువు శరీరమందంతట వ్యాపింపజేయుటవలన నే సర్వేంద్రియములును శక్తి గలవై ప్రవర్తించుచున్నవి.

శ్రుతి:- "వాయునా ప్రేరితం రజ:"

ఈ రజస్సును వాయు సహాయముతో నూర్ధ్వమున భ్రూమధ్యమున గల రేతస్సునందుజేర్చుటచే బిందువేర్పడును. అనగా జిదాకాశమున

(జేర్చుటచే రజోరేతస్సులేకమై యూర్ధ్వఇండమేర్పడును. రేతస్సు క్రిందికి వచ్చి రజస్సును జేరినచో నధఃపిండము గలిగి సృష్టియు, రేతస్సూర్ధ్వమునకు వెళ్ళి శుక్ల మనెడి రేతస్సున జేరుటచే నూర్ధ్వపిండము గలిగి సృష్టిలయము నొందిననియు నెఱుగవలయును.

శ్రుతి :- "సిందూర వ్రాత సంకాశం లవిస్థాన స్థితం రజః,
శశిస్థాన స్థితం శుక్లం తయోరైక్యం సుదర్లభమ్"

(యోగచూడామణ్యుపనిషత్)

రవిస్థానమందు సిందూరముతో సమానమగు రజస్సు గలదనియు, శుక్లము శశిస్థానము నందున్నదనియు, నా రెండింటినైక్యము నొందించుట కడునసాధ్యమనియు భావము.

శ్లో॥ హృదిస్థానే దివాకరః భ్రూమద్యేచ వసేచ్చంద్రః"

(ఉత్తర గీత)

హృదయమందు సూర్యుడును, భ్రూమద్యమందు చంద్రుడును వశించియుండెనని పెదాని భావము.

శ్రుతి :- పరమాత్మ గగనే బిందుం నిక్షిప్య శుద్ధాద్వైతా జాడ్య
సహజామనస్క యోగనిద్రాఖండానంద వదానువృత్త్యా
జీవన్ముక్తోభవతి తచ్చానంద సముద్ర మగ్ని యోగినో
భవతి తద పేక్షాయా ఇంద్రాదయః స్వల్పానందా ఏవ
ప్రాప్తానందః పరమ యోగీ భవతీత్యుపనిషత్"

(మండల బ్రాహ్మణోపనిసత్)

పరమాత్మ గగనమగు చిదాకాశమున బిందువును స్థాపించుటచే నజా&ఒనము లేనివాడై శుద్ధాద్వైతుడై సహసముగా నుండెడి మనస్సులేనివాడై యోగనిద్రనుబొంది యఖండానందము గలవాడై జీవన్ముక్తుడగును. ఇంద్రాదిదేవతల యానందము స్వల్పముగాను యోగుల యానందము సముద్రమువలె నఖండమయినదిగాను నెఱుగవలయును. కనుక నెన్న విధముల నాలోచించినను యోగమే ముఖ్యసాధనమనియు యోగము వినాముక్తి లేదనియు భావింపవలయును.

54. దేహము చిల్లుల కుండవంటిది

ఆత్మ స్వయముగా నిర్మలమైనదై యున్నను మానవులా యాత్మనెఱుంగజాలకయున్నారు. కారణమేమనగా :

శ్లో॥ నవచ్ఛి భ్రాన్వితాధేహాః స్రవంతి గళికాఇవ
దైవ బ్రహ్మ నశుద్ధాస్స్యాత్ పుమాన్ బ్రహ్మ నవిందతి"

(యోగవాసిష్టము)

నవద్వారములతో (గూడిన దేహము చిల్లులుపడిన కుండవలె నుండుటవలన, జ్ఞానమీరంధ్రముద్వారా బయటికి స్రవించి పోవుటచేత పరబ్రహ్మము స్వయముగా (బరిశుద్ధమైనను, మానవుడు బ్రహ్మము నెఱుగ జాలక యుండెనని భావము. కనుక జ్ఞానము బాహ్యప్రదేశమందు వ్యాపించకుండునట్లుచేయుట కర్తవ్యము." మనఃజ్ఞానం మనుతే" అని శ్రుతి యుండుటచేత మనస్సే జ్ఞానమనియు యెరుగవలయును. అట్టి మనస్సు చలించు యీ దేహములో నవద్వారముద్వారా బయటికి వ్యాపించుటచేత అట్టి మనస్సు బ్రహ్మవస్తువు నెరుగజాలదు. అందువలన చితెకాగ్రత యవసరము, చిత్త మేకాగ్రపము కావలెనన్న ప్రాణవాయువును చలనము లేకుండా చేయవలెను. అనగా వాయునిశోభము కాజాలదు వాయువునకును, ప్రాణమునకును వ్యత్యాసము కలదు. ప్రాణవాయువనగా ప్రాణమును వాయువు చలింపజేయుటచే ప్రాణవాయువని చెప్పబడుచున్నది.ప్రాణము జ్ఞానస్వరూపుడే.

శ్రుతిః "విమూఢాఃకర్తుముద్యుక్తాః యే హఠాచ్చేత సోజయం.
తే నిబధ్నంతి నాగేన్ద్ర మున్మత్తం బిసతస్తుభిః"

(ముక్తి కోపనిషత్)

ఈ హఠయోగ్యాభ్యాసములు కేవలము వాయు నిరోధమే కాగలదు. గనుక నట్టి వాయు నిరోధమువలన జ్ఞానము కలుగదు. అందువలన అపాయమే కలుగును. ఇట్టి వాయు నిరోధముచేత బలత్కారముగా మనోజయమునకు యత్నించువారు మదపుటేనుగు బిసతంతువులచే బంధించుటకు యత్నించువారు మూఢులవంటివారు కాగలరని పై శ్రుతి భావము.

అనగా (ప్రాణవాయువనగా) ప్రాణము నూర్ధముఖంగా ప్రయాణము చేయించి ఆత్మయందు లయము నొందించుగయే ముముక్షువుయొక్క కర్తవ్యమని యెఱుగవలయును.

55. వెలుగు పూర్తిగా లేనందుననే భ్రాంతి కలుగుట

జ్యోతిస్సగు జ్ఞానము మనలోనుండగా మనకీ ప్రకాశలోపమేల సంభవించెను? దానిమూలముగా భ్రాంతి గలుగుట (గారణమేమి?కారణమేమనటగా--

మనలోనున్న జ్యోతిస్సగు జ్ఞానమింద్రియములద్వారా బయటికివెళ్ళి వాస్తమగుచున్నది. వ్యాపించుటచే (బూర్తి వెలుగు నీయజాలదు.

కనుకనే యట్టి జ్యోతిస్సుచే యథార్థము నెరుగ(జాలక తద్విపరీతముగా భ్రాంతిజెందుట జరుగుచున్నది. అనగా త్రాడునుజూచి సర్పముగాను

స్థానువునుజూచి పురుషుడుగాను భ్రమచెందుచున్నాము, రాత్రికాలమున (బుస్తకము (జదువుచుండగా (దీపపువెలుతురు చాలనిచో నక్షరములను స్పష్టముగా గుర్తించలేక "ప" అను అక్షరమును "వ" యను నక్షరము గాను, "స" యను నక్షరమును "న" యను నక్షరముగాను భావించుదుము. కాని యట్టి కాలమున నా దీపముపై నొక గాజుగ్లాసు నమర్చినచో నప్పుడా దీపపు (గాంతి గ్లాసులో (గేం(ద్రీకరించి బాగుగా వెలుగునిచ్చును. గాన (బైయక్షరముల యదార్ధస్వరూపములను ("ప" యనుదానిన "ప" గాను, "స" యనుదానిని "స" గాను) నెరుంగగలము.

ఇట్లే మనలోనున్న జ్యోతిస్సు బాహ్యప్రదేశమునకు బోయివ్యాపించక మనలోనే కేంద్రీకరింపబడి నిశ్చలముగా నున్నచో బాగుగా ప్రకాశించి యజా&ఒనమును నశింపజేసి యదార్ధము నెరుగగలదు, త్రాసునందలి ముళ్లు నిశ్చలముగా నున్నప్పుడేగదా దానిలోని పదార్థముల నిజమైన తూకము నెరుంగ(గలుగుట, ఆ ముల్లు చలించినచో (బడార్థముల యొక్క యదార్దమయిన తూకము నెరుంగజాలముకదా ! కాన మనస్సు నిశ్చలముగా నుండిన గాని యదార్ధము నెరుగజాలము.

56. దీపము చలించినందుననే పూర్ణమగు వెలుగు లేకపోవుట

మనస్సు చలించునందుననే మనలోని జ్యోతిస్సు పూర్తి వెలుగునీయ జాలక యున్నది. మనస్సు నిశ్చలముగా నున్నగాని జ్యోతిస్సు వ్యాపించక శిఖావంతమై ప్రకాశింపజాలదు. అప్పుడే విద్వాంసుడయి యధార్ధము నెరుంగ గలవాడగును, అతడే శిఖియగుచున్నాడు.

శ్రుతి : అగ్నేరివ శిఖానాన్యా యస్యజ్ఞాన మయీశిఖా,

సిశిఖేత్యుచ్చతే విద్వాన్నేతరే కేశధారిణ:

(నారదపరివ్రాజకోపనిషత్)

అగ్ని కదలకుండా యున్నందున శిఖ యేర్పడును. అటులనే మనస్సు కదలకుండాయున్నందున జ్ఞానమునకు శిఖ యేర్పడును, అట్టివాడే విద్వాంసుడు కాని తదితరులు వెంట్రుకలు గలవారలు మాత్రమే యగుదురు.గాని శిఖగలవారు కాదని భావము.

మఱియు మంచుకుఱియుచున్నప్పుడు సూర్యోదయ కాలమున (బదార్థములను సరిగా గుర్తింపజాలము. కాని సూర్యుడు బాగుగా నుదయించుటచే మంచునశించును గానప్పుడు పదార్థములను జక్కగా గుర్తించగలము. ఇట్లే సూర్యునివంటి ప్రాణమగు మనస్సు బాగుగా (బ్రాకాశించుట గలము. ఇట్లే సూర్యునివంటి ప్రాణమగు మనస్సు బాగుగా (బ్రకాశించుట చేతనే మంచువంటి యజ్ఞానము నశించినదై జ్ఞానస్వరూపమగు నాత్మ బాగుగా ప్రకాశించును.

సూత్రము :- "యోగశ్చిత్త వృత్తి నిరోధ:"

"తదా ద్రష్టుస్స్వరూపేణావస్థానమ్"

"తదాక్షీయతే ప్రకాశావరణమ్"

(పతంజలియోగ సూత్రము)

యోగముచేత (జిత్తమునకుగల వృత్తులు నిరోధింపబడును. దాని చేత ద్రష్ట తన స్వరూపమందే యుండును. పిదప (బ్రకాశమునకు గల యావరణము (అజ్ఞానము) నశించునని భావము.

శ్రుతి :- యోగేనాంతర్ముఖీ బుద్దిసత్తో నాశయతత్తమ:

యోగముచేత మనస్సంతర్ముఖముగాను,తమస్సు అనగా అజ్ఞానము నశించునని బావము. కనుక నంతర్ముఖమగు మనస్సాత్మను జూచునని యెఱుగువది.

శ్రుతి :- "అంతర్ముఖోహం పశ్యామి"

శ్లో॥ "అంతర్ముఖ: పశ్యతి చిత్స్వరూపం

బహిర్ముఖ: పశ్యతి దృశ్యజాలమ్."

అంతర్ముఖుడు చిత్స్వరూపమగు నాత్మ పదార్ధమును (జూడగలుగు ననియు, బమిర్ముఖుడు వెలుపలి దృశ్య ప్రపంచమును (జూడగలుగు ననియు భావము.

57. యోగనిష్టచేతనే మనశ్శుద్ధియు, నింద్రియ నిగ్రహమును, మనశ్శాంతియు గలుగును.

యోగనిష్ఠలేనివానికి అంత:కరణ శుద్ధిగలుగదు అత:కరణ శుద్ధిగల వాడే దేహమంతర్గతమై యున్న యాత్మస్వరూపమును (జూడగలుగు చున్నాడు. యోగి కానివానికి (దదితర ప్రయత్నము లెన్ని జేసినను నాత్మ దర్శనము కానేరదు.

శ్లో॥ యతంతో యోగినశ్చైనం పశ్యంత్యాత్మన్యవస్థితమ్,

యతంతో ప్యకృతాత్మానో నై వం పశ్యంత్యచేతన: (గీత)

ఆత్మానాత్మ వివేకము గలిగి, వేదాంత శ్రవణాదులచే (బ్రయత్నించువాని యింద్రియము లట్టివానిని బలాత్కారముగా విషయాదులవైపులకే యాకర్షించును.

శ్లో॥ యతతో హ్యపి కౌంతేయ పురుషస్య సివశ్చిత:,

ఇంద్రియాణి ప్రమాథీని హరన్తి ప్రసభం మన: (గీత)

కనుక యోగము పూనినవాడయి నాయందే మనస్సు నుంచి సర్వేంద్రియములను నిగ్రహింపవలయుని పరమాత్మ చెప్పెను. తన యింద్రియముల నన్నిటిని స్వాధీనము చేసికొనినట్టివాని జా&ఒనమే స్థిరముగానుండును.

శ్లో॥ తాని సర్వాణి సంయమ్య యుక్త అసీతమత్పర:
వశేమి యస్యేంద్రియాణి తస్యప్రజ్ఞాప్రఅష్టితా (గీత)

ఇంద్రియ నిగ్రహము లేనివానికాత్మ విషయజ్ఞానముండదు. ఆత్మ స్వరూపబావన గలుగదు. ఆత్మ స్వరూపభావన లేనివానికి శాంతియుండదు శాంతిలేనివానికి బ్రహ్మానంద సుఖముండదు.

శ్లో॥ నాస్తి బుద్ధి రయుక్త స్య నచాయుక్త స్యభావనా,
నచాభావయతశ్శాంతి రశాంతస్య కుతుస్సుఖమ్ ? (గీత)

అయుక్తునికి బుద్ధి (జ్ఞానము) యుండదు. అయుక్తుడనగా యోగి కానివాడు, యోగికానివానికి జ్ఞానముండదని భావము, అనగా నట్టివాని జ్ఞానమాత్మను ప్రకాశింపజేయుటకు సామర్థ్యము గలదిగానుండదని యెఱుంగునది. కనుక యోగాన్ని చేతనే మనస్సునకు శుద్ధికలుగును. అందువలననే నిర్మలజ్ఞానముగలవాడై ముముక్షువు తనకు ‹దానే బ్రహ్మమును గాంచును.

58. యోగములేని జ్ఞానము మోక్షప్రదము కాజాలదు

జలము మలినమయి, చలనము గలదయి యున్నప్పుడందు ‹బ్రతిబింబించు జలచంద్రుని జూడ‹జాలము, ఆ జలమే నిర్మలమై నిశ్చలమై యున్నయెడల జలచంద్రుడు తనకు ‹దానే కనబడును, కాన నిర్మలమును నిశ్చలమునుగాని మనశ్శుగలవానికి బోధించినను ‹బరమాత్మ దర్శనము కా‹ జాలదని యెఱుగవలయును.

కనుక జ్ఞానమనగా నిర్మలమయి,నిశ్చలమయిన మనస్సుని యెఱుంగవలయును. మనస్సునకుగల మాలిన్యము ప్రాణాయామాభ్యాసమనెడి యోగముచేతనే నశించును గాని మఱొక మార్గము లేదు. యోగము లేని యెడల యదార్థమగు జ్ఞానము కలుగదు. యోగరమితమయిన జ్ఞానము మోక్షముకొరకుపయోగపడదు.

శ్రుతి :-"యోగేన రహితం జ్ఞానం నమోక్షాయ భవేద్విదే"(యోగశఖోపనిషత్)

59. అమనస్కస్థితి కలుగుటకు యోగమే సాధనం

లోకములో ‹జింతకాయ పచ్చిదిగా నున్నప్పుడు దాని పైనిగల డొక్కతో సంబంధముకలిగియుండును. కాని యా చింతకాయయే పండినప్పుడు పై డొక్కుతో సంబంధము లేకుండ పై భాగమున మాత్రము పట్టుకొనియుండును. ఇట్లే మనస్సు రజోగుణముతో గూడియున్నప్పుడు పచ్చి చింతకాయవలే వృత్తులతో సంబంధము గలిగియు, దేహాత్మబుద్ధి గలిగి యుండును. రజోగుణ రమితమయినప్పుడేకాగ్రత నొంది యుండుటచేత పై భాగమున(తురీయమున) నున్న పరమాత్మతో మాత్రమే సంబంధము కలిగి చింతపండు గుల్లవలె నుండును. కనుక మనస్సునందలి రజోగుణము నశించి మనస్సున కమనస్కస్తితి కలుగవలెనన్న యోగమే ముఖ్యసాధనమని గ్రహింపవలయును. కాన మంత్రజపాదులచే మనస్సున కమనస్కస్థితి యేమాత్రమును గలుగదని యెఱుంగవలయును.

60. యోగాగ్ని యొక్కటే సర్వపాప సమిధలను భష్మము చేయగలుగును.

శ్లో॥ అపిచే దపి పాపేభ్య స్సర్వేభ్యః పాపకృత్తమః
సర్వం జ్ఞానప్లవేనై వ పృజినం సంతరిష్యసి.
యదైధాంసి సమిద్ధోగ్నిర్భస్వసాత్కురుతే,తథా
సహిజ్ఞానేన సదృనం పవిత్ర మిహ విద్యతే,
తత్స్వయం యోగసంసిద్ధఃకాలే నాత్మని విందతి (గీత)

ఓ యర్జునా! పాపాత్ములలో నీవు మహాపాపివైనను సర్వపాపములను నీవు జ్ఞామనెడి తెప్పచేతనే దాటగలవు. ప్రజ్వలించిన యగ్ని సమిధలను భస్మము చేసినట్లుగా జ్ఞానాగ్ని సమస్త కర్మలను భస్మము చేయుచున్నది. కనుక జ్ఞానముతో సమానమగు పవిత్రమగు వస్తువీలోకమున మఱియొకటి లేదు. అట్టిజ్ఞానమును యోగియగునతడు కాలానుగుణముగా ‹దనకు ‹దానే తనయందే పొందుచున్నాడని భావము.

శ్లో॥ యోగాగ్నిర్దహతి క్షిన మశేషం పాపపంజరం.
ప్రసన్నం జాయతే జ్ఞానం జ్ఞానా న్నిర్వాణ మృచ్ఛతి"
(కూర్మపురాణం)

యోగాగ్నిచే సర్వపాపములును నిశ్శేషముగా దగ్ధములుకాగా ‹బసన్న మగుజ్ఞానముదయించును. అట్టి జ్ఞానమువలన మోక్షము నొందునని భావము.

శ్లో॥ యథా పర్వత ధాతూనాం దహ్యన్తే దహన్మాలాః
తథేన్ద్రియ కృ"తాదోషాన్ దహ్యన్తే ప్రాణనిగ్రహత్
(వసిష్ఠరామాయణము)

పర్వతము ధాతువులచే మలినమయి యుండగా నా మాలిన్యములన్నియు నగ్నిచే దహింపబడి యా పర్వతపమెట్లు పరిశుభ్రమగుచున్నదో యట్లే యింద్రియాదులజే ‹జేయబడిన దోషములు ప్రాణనిగ్రహమువలన నశించు నని భావము.

ఇక యోగముచేత బుద్ధి యంతర్ముఖమగుటచేమ యోగాభ్యాసముచేత మల-విక్షేప-అవరణములనెడి మనోదోషములన్నియు నశించునవి ధృవపడు చున్నది. కాన ‹బ్రాణాయామాభ్యాసమగు యోగము వినా కేవల జ్ఞానము చేత ‹ననగా దేదాంతాది శ్రవణములచే సంపాదించిన జ్ఞానము చేత ‹ననగా దేదాంతాది శ్రవణములచే సంపాదించిన జ్ఞానముచేత, మోక్షము లభ్యము కాదని స్పష్టపమగుచున్నది.

61. యోగ యుక్తునికి ‹గర్మఫలమంటదు.

పై గీతా ప్రబోధములవలనను ‹గర్మలు స్వయముగా ఫలమునిచ్చు నట్టియు, యోగబుద్ధితో గూడినవాడయిన కర్మల నాచరించినయెడల ‹గర్మ ఫలమును విడువగలదనియు‹దెలియుచున్నదికదా! కాన యోగబుద్ధిలేక కర్మల నాచరించినచో వాటి ఫలములతో సంబంధముండునని స్పష్టమగు చున్నది. అనగా యోగరహితుని కర్మలు కామ్యములుగానే యుండునని యెఱుగవలయును. ఇచ్చట యోగబుద్ధి యనగా నాత్మతత్వ బుద్ధి కాదని భావింపవలయును. ఎందువలననగా నాత్మత్త్వజ్ఞానము చెప్పబడినదనియు నిక యోగబుద్ధిని ‹జెప్పచున్నాను. వినుపమనియు గీతా శ్లోకమున ‹జెప్పబడినది.

శ్లో॥ ఏషాతి భిహితాసాంఖ్యే బుద్ధిర్యోగే త్విమాంశృణు,

బుద్ధ్యా యుక్తో యయా పార్ధ కర్మబంధం ప్రహస్యసి(గీత)

అట్లు చెప్పుటచే యోగ శబ్దమువలన ‹గర్మణ కావనియు, జ్ఞానము కాదనియు, నెఱుగవలయును. యోగబుద్ధి యుక్త బుద్ధియని యచ్చటచ్చ గీతాదులలో "యుక్త ఇత్యుచ్యతే యోగీ" అనిచెప్పటచే యుక్త యనినను, యోగి యనినను నొక్కటేయని యెఱుంగవలయును. గీతలోగల యోగ, యుక్తత యను పదములకు ‹బ్రాణామాభ్యాసమనియే గ్రహించవలయును.

62. యోగియగువాడే గీతార్ధమును ‹దెలిసికొనగలడు

శ్లో॥ గీతాధ్యయన శీలస్య ప్రాణాయామ పరస్యచ

నై వసంతిహి పాపాని పూర్వజన్మ కృతాన్యపి

(గీతా మహాత్మ్యము)

గీతాధ్యయనము ప్రాణాయామపరుడై చేసిన యెడల‹బూర్వజన్మార్జిత కర్మఫలములు గూడ నశించునని భావము. దీని చేత గీతయందు ‹జెప్పబడిన బ్రాణాయామాభ్యాసమనెడి యోగము నాచరించువానికే గీతార్థము గోచరించునని వ్యక్తమగుచున్నది.

శ్లో॥ యుక్తః కర్మఫలం త్యక్త్వా శాంతి మాప్నోతి నైష్టికీం,

ఆయుక్తఃకామరేణ ఫలే నక్తో నిబద్యతే (గీత)

యోగియగువాడు కర్మఫలమును విడిచి శాశ్వతమైన శాంతిని బొందును. యోగికానివాడు కామ ప్రేరితుడగును గాన‹గర్మఫలముచే గట్టివేయు‹బడుచున్నాడని భావము.

శ్లో॥ కర్మజం బుద్ధియుక్తాహి ఫలం త్యక్త్వా మనీషిణః

జన్మబంధ వినిర్మక్తాః పదం గచ్ఛంత్యనామయమ్(గీత)

యోగులు అనగా సమాహితచిత్తులు, కర్మలవలన‹బుట్టిన ఫలమును విడిచి జన్మబంధమునకు లోబడనివారలై సర్వోద్రవరహితమగు మోక్షము బొందుదురని భావము.

శ్లో॥ దూరేణహ్యవరం కర్మ బుద్ధి యోగాద్ధనంజయ,

బుద్ధౌ శరణ మన్విచ్ఛ కృపాణా: పలహేతవ:, (గీత)

యయోగబుద్ధితో‹గూడిచేసిన కర్మమున కన్నను ఫలాపేక్షతో జేసిన కర్మము మిక్కిలి నికృష్టము. కావున నీవు యోగము నాశ్రయంచి కర్మల నాచరింపుమని భావము. కాన యోగరహితములగు‹ గర్మలు ఫలాపేక్షతో గూడియుండునని భావము.

గీతలో 2/39 వ శ్లోకములో బుద్ధియుక్త: యనెడి పదమునకు యోగియను నర్థమే కాగలదు. కనుక గీతలో బుద్ధి యుక్త:, యుక్త: మున్నగు పదముల కర్థము యోగయనియే గ్రమింపవలయును.

శ్లో॥ బుద్ధియుకక్తో జహాతీహ ఉభే సుకృత దుష్కృతే,

తస్మాద్యోగాయ యుజ్యస్వయోగ: కర్మ సుకాశలమ్

(గీత)

యోగబుద్ధితో‹గూడినవానిని‹ బుణ్యాపాపములు రెండును నంటవు. కాబట్టి నీవు యోగము నవలంబింపుము. యోగము కర్మలు చేయుటయందు నేర్పును గలుగజేయును. అనగా యోగము కర్మఫలముల నంటకుండ‹జేయునని భావము.

కనుక నిష్కామకర్మలను యోగియగు నాతడు మాత్రమే యాచరింపగలడని గీతాశాస్త్రముచే బుజువగుచున్నది.

63. యోగియే యీశ్వరుడు

యోగియనునాతడే సర్వజ్ఞత్వమను, అనగా నీశ్వరత్వ మును(బొందగలడు. శ్రీకృష్ణ భగవానుడు యోగియగుటవలననే పదనాఱువేల గోపికల యొద్ద నొకేసారి పదునాఱువేల కృష్ణులుగా నుండి నారదమహామునికి(గానిపించెను.

మరియు యోగి యోగబలము బొంది దర్మసంస్థాతదపనము కొఱకు సృష్టిస్తితి సంహారములను జేయగలడని గ్రమింపవలయును.

శ్లో॥ ఆత్మనోవై శరీరాని బహూని భరతర్షభ.
యోగీ కుర్యాద్బలం ప్రాప్యతైశ్చ సర్వైర్మహీంచరేత్,
ప్రాప్నుయా ద్విషయాన్కఐశ్చిత్కైశ్చిదుగ్రంతపశ్చరేత్,
సంక్షిపేచ్చ పునస్తాని సూర్యోరశ్మి గణానివ.

ఓ భరతకుల శ్రేష్ఠా: యోగబలమునొంది సిద్దులు గలిగిన యోగి తన శరీరముననేకములుగా నొనర్పగలడు. అట్టి శరీరములన్నింటితో భూమండలం అంతటా సంచరింపగలలడు. అందు(గొన్నిటితో సంకల్పముదయించినప్పుడు విషయ భోగముల ననుభవింపగలడు. మఱి కొన్నిటితో ఘోర తపంబు(జేయగలడు. పిమ్మట సూర్యుడు తన కిరనములన్నిటి నుపసంహరించినట్లా శరీరములన్నింటి నుపసంహరింపగలడు.

మరియు ధర్మము నశించి యధర్మభివృద్ధి జెందినప్పుడెల్ల దుష్టజన శక్షణము, శజష్టజనరక్షణముజేసి యధర్మమును, నశింపజేసి ధర్మమును బునరుద్ధరించుటకొరకు బరయాత్మ ప్రతియుగము నందును నేదోనొకచోట నవతరించుచుండునని పరమాత్మ గీతలో(చెప్పెను.

శ్లో॥ యదాయదాహి ధర్మస్య గ్లానిర్భవతి భారత
అభ్యుత్థాన మధర్మస్య తదాత్మానం సృజామ్యహమ్.
శ్లో॥ పరిత్రాణాయ సాధూనాం వినాశాయచ దుష్కృతాం
ధర్మ సంస్థాపనార్ధాయ సంభవామి యుగే యుగే (గీత)

అట్లు బోధించిన పరమాత్మ ద్వాపర యుగాంతకాలమున నధర్మాబివృద్ధియు, ధర్మగ్లానియు(గలిగెనని తెలిసియే యోగీశ్వరుడగు శ్రీకృష్ణపరమాత్మగా నవతరించి సామదాన భేదోపాయములచే నధర్మాత్ములగు దుర్యోధనాది ప్రభువుల కనేక విధములుగా బోధించుయు నా బోధలన్నియు భస్మహవ్వములగుటచే(దుడకు భారత యుద్ధమున నర్జునకు సారధియై యుర్ధము కొనసాగించి యధర్మనాశనమును, ధర్మస్థాపమునుజేసి లోకమున శాశ్వత శాంతిని గూర్చెను. కాన యోగీశ్వరుని పక్షమునకే విజయము కలుగుననియు యోగీశ్వరుడున్న దేశమెల్లెడల సమసైశ్వర్యములతో(దులతూగుననియు నట్టిచోట నీతి జ్ఞానము గలిగి ప్రజలందరును నైహికాముష్మిక సుఖములను బొందుదురని నెఱుంగ వలయును.

శ్లో॥ యత్రయోగీశ్వర: కృష్ణో, యత్రపార్థో దనుర్ధర:
తత్ర శ్రీర్విజియో భూతిర్ధ్రువా నీతిర్మతిర్మమ (గీత)

ఇచ్చుట యోగీశ్వరుడగు శ్రీకృష్ణుడు పరమాత్మయనియు, నర్జునుడు జీవుడనియు బ్రపంచములో బ్రతి జీవుడును యోగాభ్యాస మార్గమున(బరమాత్మను బొంది యైహికాముష్మిక విజయములను సాధింపగలడనియు నెఱుంగవలయును.

కనుక (బ్రానాయామాభ్యాస రూపమయిన యోగాభ్యాసము భుక్తి ముక్తులను గలుగజేయుటయే కాక తదభ్యాసకుని బ్రసన్న చిత్తునిగా జేయుచు, నతీతమగు బుద్ధిశక్తి నిచ్చుచు శరీరారోగ్యమును గలుగజేయుచు దీర్ఘాయుష&మంతునిగా జేయగలుగునని యెఱుంగునది.

శ్లో॥ ఓంకారం బిన్దు సంయుక్తం నిత్యం ధ్యాయన్తి యోగిన:
కామదం మోక్షదంచైవ తస్మా ఓంకారాయ నమోనమ:

ఓం శాంతి శ్శాంతి:
స ద్గు ర వే న మ:
ఓ ం త త్స త్.