మాయ

మాయ అనగానేమి? దానినెవరు దాటెదరు?

యః = ఏది, మా = లేదో, సా మాయ. ఏది లేదో దానినే మాయ అంటారు.

యా నవిద్యతే వస్తుతస్సా మాయా (సర్వసారోపనిషత్ -17)

ఏది యథార్థముగా లేదో అదియే మాయ. మాయ అంటే అజ్ఞానమని, తమస్సు అని, చీకటి అని కూడ అంటారు. యోగమాయ అని, విష్ణుమాయ అని కొన్నిచోట్ల వింటున్నాం. ఈ పదాలన్నీ యథార్థమే అయినప్పటికీ, సామాన్యునికివి అర్థం కావు. మాయ అంటే ప్రకృతి అని కూడ అర్థం ఉంది.

మాయాంతు ప్రకృతిం విద్యాన్మాయినంతు మహేశ్వరమ్ (శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్ 4-10)

మాయ అన్నా, ప్రకృతి అన్నా ఒక్కటే. మాయతో కూడిన వాడే మహేశ్వరుడు. మాయ రెండు విధములు- శుద్ధమాయ, మలినమాయ. పరాప్రకృతి శుద్ధమాయ. భూమి, నీరు, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము, మనస్సు, బుద్ధి, అహంకారము ఈ ఎనిమిదీ కలిసి అపరాప్రకృతి లేదా మలినమాయ.

భూమిరాపోఽనలో వాయుః ఖం మనో బుద్ధిరేవచ
అహంకార ఇతీయం మే భిన్నా ప్రకృతిరష్టధా (భ.గీ. 7-4)

అపరేయ మిత స్త్వన్యాం ప్రకృతిం విద్ధిమే పరామ్
జీవభూతాం మహాబాహో య యేదం ధార్యతే జగత్ (భ.గీ. 7-5)

ఈ కనిపించు జగత్తంతయూ మలిన మాయయే. ఇది శుద్ధమాయ యగు పరాప్రకృతి నుండి వచ్చినది. పరాప్రకృతి ఈశ్వరునితో కూడుకొని ఉంటుంది.

ప్రకృతిం పురుషం చైవ విద్ధ్యనాది ఉభావపి
వికారాంశ్చ గుణాంశ్చైవ విద్ధి ప్రకృతి సంభవాన్ (భ.గీ. 13-19)

పరాప్రకృతియగు శుద్ధోపాధి మరియూ ఈశ్వరుడూ ఇద్దరూ శాశ్వతులే. కాని మలినోపాధి యగు అపరాప్రకృతి, ఒకప్పుడుండి, ఒకప్పుడు లేనిది. దీనినే 'మాయ' అని మనమందరము వాడుకలోనికి తెస్తున్నాము.

మాయామాత్రమిదం ద్వైతం అద్వైతం పరమార్థతః (గౌడపాద కారిక-17)

ఈ అపరాప్రకృతి వల్లనే ద్వైతం ఏర్పడుచున్నది. పరాప్రకృతినే విష్ణుమాయ, యోగమాయ అంటారు. పరాప్రకృతి తేజస్సు. అదియే ఆదిపరాశక్తి. అపరాప్రకృతి పంచభూతాత్మకమగు పదార్థము. అనగా శక్తి నుండి పదార్థము వచ్చిందన్నమాట. Light or energy is transformed into matter. ఈ పరిణామము అనగా మార్పు, మనలోపల, బైట జరుగుచున్నది. బైట ఏవిధంగా సంభవించుచున్నదని తెలియాలంటే ముందు మనలోపల ఏమి జరుగుచున్నదని తెలియవలసియున్నది. లోపల తెలియనిదే బైట తెలుసుకొనుట దుస్సాధ్యం.

యద్ జ్ఞాత్వా న పునర్మోహం ఏవం యాస్యసి పాండవా
యేన భూతాన్యశేషేణ ద్రక్ష్య స్యాత్మన్యథోమయి (భ.గీ. 4-35)

ఓ అర్జునా! సర్వభూతములను అశేషముగా ముందు నీలో (పిండాండాధిపతి) చూచి, పిమ్మట నాలో (బ్రహ్మాండాధిపతి) చూడమని శ్రీకృష్ణపరమాత్మ భగవద్గీతలో సెలవిచ్చియున్నారు. మన శరీరములో ఏమి సంభవించుచున్నదో బాహ్యములో అదే పరిణామము సంభవించుచున్నది. ఉదాహరణకు ఒక పరమాణువులో ఏమి ఉన్నదో బ్రహ్మాండంలో అదే ఉన్నది. మన శరీరంలో ఏయే రసాయన క్రియలు లేదా భౌతిక క్రియలు జరుగుచున్నవి? మనము శ్వాస తీసుకొని విడిచిపెట్టుట, రక్త ప్రసరణము, మొదలగు జీవన క్రియలు చూచుచున్నాము. అవి ప్రకృతి సిద్ధముగా, సహజముగా (Natural) జరుగుచున్నవని భావించి ఆ జీవన క్రియల మూలం తెలుసుకొనక పోవుటచే లోపల, బైట యథార్థమును గ్రహించ లేకపోవుచున్నాము. మన రక్త ప్రసరణము, మన శ్వాసక్రియను అనుసరించి ఉంటుంది. శ్వాస క్రియకు ఆటంకము కలిగినచో రక్త ప్రసరణ మందగించుట, తదుపరి అజీర్ణము కలుగుట లోకానుభవం. ఉదాహరణ ఉబ్బస రోగులకు అజీర్ణంవ్యాధి వచ్చుట సర్వసాధారణము. అనగా మన శరీరములో సర్వ క్రియలకు ఆధారము ప్రాణవాయువు గతాగతము చేయు శ్వాస క్రియయని అర్థమగుచున్నది.

మనశ్వాసలో ఏమి జరుగుచున్నది?

మనముకాని, ఇతర జీవులుకాని జీవించుట అనగా శ్వాసతో ఉండుటయని అర్థం. మనలో ఉచ్ఛ్వాసము (Inspiration) కంటే నిశ్శ్వాసము (Expiration)

బలముగా ఉన్నదని అందరికీ తెలియును. కారణమేమనగా ఉచ్ఛ్వాసము కష్టముగా తీసుకొనుట, నిశ్శ్వాసము తేలికగా వదులుట అందరికీ అనుభవం. ఈ విధంగా ప్రతిజీవిలోను జరుగుచున్నది. మన శిరోభాగము నుండి ఒక దివ్యశక్తి (ప్రాణము) క్రిందకు దిగుట ద్వారా నిశ్శ్వాసము సంభవించుచున్నది. దిగుటతోడనే మనలోగల దివ్యశక్తి, దివ్యజ్ఞానం, దివ్యప్రకాశం, దివ్య ఆనందము (Divine energy, Divine knowledge, Divine light, Divine bliss) లను కోల్పోవుచున్నాము. మరల అదే శక్తి ఉచ్ఛ్వాసము ద్వారా పైకి పోవుటకు ప్రయత్నించుచున్నది. కాని అది శిరస్సులో పుట్టిన స్థానము వద్దకు సంపూర్ణముగా చేరలేకపోవుచున్నది. కారణమేమనగా క్రిందకు పోవునపుడు కొంత శక్తిని కోల్పోయి, శక్తి లేమిచే పైకి వెళ్ళలేకపోవుచున్నది.

ఇది ఎట్లనగా మేడపైనుండి ఒక రబ్బరు బంతిని క్రిందకు వదలగా అది నేలపై పడి, మరల పైకి ఎగిరిననూ, మేడ పై వరకు ఆ బంతి చేరలేనట్లు.

ఈ విధంగా మన ప్రతీ శ్వాసక్రియలోను నిమిషమునకు సరాసరి 15 సార్లు, గంటకు 900 సార్లు, దినమునకు 21 వేల 600 సార్లు మనము ఆ దివ్యశక్తిని నిశ్శ్వాసము ద్వారా కోల్పోవుచున్నాము. సామాన్యముగా ఆరోగ్యవంతునిగా చెప్పబడే మానవునిలో ప్రతి నిశ్శ్వాసములోను 12 అంగుళముల వరకు గాలిని విడుచుట, ఉచ్ఛ్వాసములో 8 అంగుళముల నుండి గాలిని తీసుకొనుట సంభవించుచున్నది. ఈ కోల్పోవుశక్తి కేవలం భౌతికశక్తి మాత్రం కాదు. ఇది దివ్యశక్తి. కాన ఆ శక్తిని పూరించుటకు లేదా తిరుగదోడుటకు భౌతిక ఆహారమును తీసుకొనుచున్నాము. అయితే, కేవలము ఆహారము ద్వారా, ఆ శక్తిని పూరించుట అసంభవము. అందుచేతనే మన శరీరంలో అనేక మార్పులు సంభవించుచున్నవి. అవి ఏవనగా...

1) లోపల నుండి ప్రాణము బైటకు పోవుచుండగా, బైటగాలిని లోపలికి తీసుకొనుచున్నాము.

2) నాసాపుటముల ద్వారా, దశేంద్రియములు మరియూ అనేక రోమకూపముల ద్వారా శక్తి వేడిరూపంలో బైటకి పోవుచున్నది.

3) మనలో వేడిమి తగ్గుచున్న కొలదీ దాహంవేసి, నీరు త్రాగుట, శరీరం చల్లబడుట, రక్తప్రసరణ మందగించుట జరుగుచున్నది.

4) శరీర కణ నిర్మాణముతో (Anabolism) శరీరం స్థూలమగుచున్నది.

5) వయసు పెరుగుతున్నకొలదీ (అనగా శక్తి పోతున్న కొలదీ) బుద్ధి మందగించుట. 6) ప్రతీ శ్వాసక్రియలోను నిశ్వాసము రానురాను అధికమగుచుండుటచే చివరకు ఉచ్ఛ్వాసమే లేకపోవును. అట్టి తుదిశ్వాసయే మరణము. దీనినే తుదిశ్వాస విడిచిపెట్టడం అంటున్నాము. Last expiration is called expired.

ఈ పై మార్పులన్నిటినీ సహజమని భావించి, 'పుట్టినవారు చావక తప్పదు ' అని ఒక నిస్పృహతో వదలిపెడుతున్నాం. కాని ఋషులు, యోగులు, అవతార పురుషులు మనవలే నిస్పృహ చెందక శ్వాసక్రియను వ్యతిరేకదిశలో నడిపించారు. అనగా ఉచ్ఛ్వాసమును అధికంచేసి దివ్యశక్తి, జ్ఞానము, ఆనందము, ప్రకాశములను తిరిగి శిరోభాగములో చేర్చి, జ్ఞానులై మనకు ఆదర్శముగా నిలిచారు. అనగా పదార్థమును శక్తిగా మార్చారు. (They have converted matter into energy (Light)). తేజో స్వరూపులయ్యారు. మాయాధీశులు అనగా ఈ దృశ్య ప్రపంచానికి అధిపతులయ్యారు. మరి మనమందరము అట్టి ప్రయత్నము చేయక మాయాధీనులమయ్యాము. శక్తి పదార్థముగా మారుటయే మాయ. మాయలో పడిపోవుట అనగా, క్రిందకు పోవు శ్వాసను యథాతథంగా వదలిపెట్టుట. మహాత్ములందరు ఉచ్ఛ్వాసము నధికము చేసే ప్రయత్నమే ప్రాణాయామము లేక యోగము. ప్రాణ + ఆయామము (శ్వాసను దీర్ఘించుట లేదా పొడిగించుట). ఈ ప్రయత్నము చేయకపోవుటచే సామాన్య మానవులు, మేధావులు, సైంటిస్టులు, వైద్యులు, వాచావేదాంతులు, దైవము బయట కలదని భావిస్తున్నారు. భక్తులు, ఉపాసకులు, వేదాధ్యయనము చేయువారు, వేదోక్త కర్మానుష్ఠాన పరులు, వీరు వారననేల అందరు మాయలో పడిపోవుచున్నారు.

మరి మాయను ఎవరు దాటెదరు?

కస్తరతి మాయ కస్తరతి మాయ యో మహానుభావం
సేవతి సంగంత్యజతి, నిర్మమో భవతి **(నారద భక్తి సూత్రము)**

మాయనెవరు దాటెదరనగా... ఎవరు మహానుభావులను అనగా గురువులను సేవించెదరో, వారు దృశ్య భోగములందు అనురాగము త్యజించి, మమకారము లేనివారై ముక్తినొందెదరు. అనగా అనుభవపూర్వక గురువునొద్దకు వెళ్ళి తెలుసుకొందుకు...

తద్విద్ధి ప్రణిపాతేన పరిప్రశ్నేన సేవయా
ఉపదేక్ష్యంతి తే జ్ఞానం జ్ఞానినః తత్త్వదర్శినః **(భ.గీ. 4-34)**

అని భగవానుడు శెలవిచ్చియున్నారు.

మాయనెట్లు దాటెదరు?

దైవమనగా తేజస్సు. మాయ అనగా చీకటి. శక్తి లేదా ప్రాణం పోవుకొలది చీకటి ఆవహించుచుండును. శక్తి పోవుటయే అజ్ఞానము, శారీరక బాధలు (వ్యాధి), మానసిక వ్యధ (అధి), మరణం. ఆ దైవశక్తిని పెంచుటకు ప్రాణశక్తిని మధనం చేసినచో వేడిమి జనించి మెదడు చురుకుగా మారి, అజ్ఞానము నశించును. శరీరములో అన్ని వ్యాధులకు మూలకారణమగు కఫము, వేడి వలన హరింపబడి, విశేష ఆరోగ్యము చేకూరును. మానసిక వ్యధలు పోయి ప్రశాంతత చేకూరును. తాను స్వస్థానమునకు చేరుటచే మరణమును కూడ జయింపగలడు.

న తస్య రోగో న జరా న మృత్యుః
ప్రాప్తస్య యోగాగ్ని మయం శరీరం (శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్ 2-12)

యోగాగ్ని పెంచుకొనువారలకు రోగములుగాని, వార్ధక్యముగాని, చివరికి మృత్యువు కూడ సంభవించదు. అందుచే...

అసతో మా సద్గమయ తమసో మా
జ్యోతిర్గమయ మృత్యోర్మా అమృతం గమయ (బృహదారణ్యకోపనిషత్ 2-28)

శక్తిని పెంచుకొను యోగులు, అసత్ పదార్థమగు శరీరము నుండి సత్ పదార్థమగు బ్రహ్మమును, చీకటి నుండి వెలుతురుకు, మృత్యువు నుండి అమృతత్వమును చేరుదురు.

దైవీహ్యేషా గుణమయీ మమ మాయా దురత్యయా
మామేవ యే ప్రపద్యంతే మాయామేతాం తరంతి తే (భ.గీ. 7-14)

త్రిగుణాత్మకమగు మాయ, సత్వ రజస్తమో గుణములతో కూడుకొనియున్న మలినమాయను దాటుట శక్యం కాదు. 'నన్నెవరు కొలిచెదరో వారే నా మాయను దాటగల' రనుటలో భావమేమనగా 'నేను' తేజస్సు, 'నా' మాయ చీకటి. చీకటి దాటవలయునన్న తేజస్సు కావలయును. తేజస్సు మధనము వలన జనియించును. అట్టి మధనక్రియయే ప్రాణాయామము లేదా యోగము. మాయలో పడిపోవుట అనగా మనకు మనమే శ్వాస ద్వారా శక్తిని కోల్పోవుట. మాయను దాటుట అనగా మనకు

మనమే ప్రాణమథనము ద్వారా తేజస్సును పెంచుకొనుట. యథార్థము ఇట్లుండగా, అద్వైత వచనములతో తానే బ్రహ్మమని 'అహం బ్రహ్మాస్మి' అని పలుకు వేదాంతులు కూడ ద్వైతులై మాయకు లోబడినవారే అగుచున్నారు. అందువలన ప్రయత్నము మాని, మాయ మనలను వేధిస్తున్నదని భావించుట భావ్యము కాదు. మానవుని కర్తవ్యము తానెవరో తెలుసుకొనుట. మొమ్మొదట తాను ఈశ్వర స్వరూపుడే. మాయాధీశుడే. పిమ్మట శరీర యాత్రలో ప్రాణశక్తి కోల్పోవుచూ, తానెవరో తెలియలేని స్థితిలో పడి, శ్లేష్మంలో చిక్కుకున్న ఈగవలె మాయలోపడి జన్మ పరంపరకు లోనగుచున్నాడు. అనుభవ జ్ఞానులగు గురువుల వద్ద యోగవిద్యను పొంది, సాధన చేయుచూ, జ్ఞానమును పెంచుకుని, మరల ఈశ్వర తత్వము నొందుటయే మానవ కర్తవ్యము గాని, ఇంద్రియ చపల భౌతిక ప్రపంచంలో భోగములకై, అగ్నిలోపడు మిడతవలె మరణించుట కొరకు కాదు.