హితోపదేశం

శుభప్రదం.. శంఖనాదం

హిందువుల వేడుకలు, సంస్కారాలు, పూజలు, శుభ సందర్భాల్లో శంఖాన్ని పూరించడం అనాదిగా కొనసాగుతున్నది. దీనివల్ల దేవుడి ఆశీస్సులు అందుతాయని విశ్వసిస్తారు. శ్రీమహావిష్ణువు చేతిలో పాంచజన్యం అనే శంఖం ఉంటుంది. మహాభారత యుద్ధానికి ముందు శ్రీకృష్ణభగవానుడు పాంచజన్యాన్ని పూరిస్తాడు. అలా అధర్మం మీద యుద్ధం ప్రకటించడానికి శంఖం పూరించడం అనేది ఓ పదబంధంగా మారిపోయింది. ఇక ఆయుర్వేదం ప్రకారం శంఖాన్ని ఊదటం శరీరంలో వాత, కఫ దోషాలను సమతూకంలో

ఉంచుతుంది. శ్వాసను నియంత్రించడం ద్వారా ఇది మన శరీర శక్తిని సమన్వయపరుస్తుంది. దీంతోపాటు శంఖనాదం పరిసరాలను శుద్ధిచేస్తుంది. సానుకూల శక్తి తరంగాలను ఉత్పత్తి చేసి ప్రతికూలతలను తొలగిస్తుంది.

ప్రయోజనాలు

- శంఖనాదంతో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందడానికి సరైన పద్ధతిలో, దాన్ని తగిన విధంగా ఉపయోగించాల్సి ఉంటుంది.
- మొదటగా శంఖాన్ని మీరు బాగా ఉపయోగించే చేతితో గట్టిగా పట్టుకోవాలి. గాలి ప్రవాహాన్ని నియంత్రించేలా పట్టు ఉండేలా చూసుకోవాలి. రెండో చివరను పైకి ఎత్తి ఉంచాలి.
- తర్వాత ముక్కుతో ఊపిరితిత్తులు పూర్తిగా నిండిపోయేలా దీర్ఘంగా శ్వాసించాలి. ఇది మీకు శంఖాన్ని పూరించేందుకు తగిన గాలిని సమకూరుస్తుంది.
- ఆ తర్వాత మొదటి కొసను పెదవులకు ఆనించి ఊదడం ప్రారంభించాలి. అయితే గాలి ఊదే క్రమంలో గాలిని మీ బుగ్గల నిండా నింపేయవద్దు. ఊపిరితిత్తుల నుంచి శంఖంలోకి వెళ్లేలా చూసుకోవాలి.
- ఇలా నెమ్మదిగా, స్థిరంగా ఊదుతూ శంఖనాదాన్ని పెంచుతూ పోవాలి. ఈ క్రమంలో ఊపిరితిత్తులు, ముఖం కండరాల మీద ఒత్తిడి పడకుండా చూసుకోవాలి.
- శంఖం ఊదేటప్పుడు స్థిరమైన లయ, దీర్ఘమైన శ్వాస కొనసాగేలా చూసుకోవాలి. ఇలా చేస్తే నాదంలో నాణ్యత ఉంటుంది. మనసుకు ప్రశాంతత చేకూరుతుంది.
- ఇలా రోజూ సాధన చేస్తే ఊపిరితిత్తుల సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. శ్వాస ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. మానసిక ఆరోగ్యం సమకూరుతుంది.
- ఇక శంఖాన్ని పూరించేటప్పుడు నోటిద్వారా శ్వాసించకూడదు. ముక్కు ద్వారానే శ్వాసించాలి.

జాగ్రత్తలు

- చిన్నపిల్లలు తమంతట తాముగా శంఖనాదం చేయకూడదు. పెద్దల నుంచి నేర్చుకున్న తర్వాతే శంఖం ఊదాలి. సరిగ్గా చేయకపోతే డయాఫ్రం (ఉదర వితానం), కర్ణభేరి మీద ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది.
- అంతేకాకుండా హెర్నియా (వరిబీజం) సమస్య ఉన్నవాళ్లు, అధిక రక్తపోటు ఉన్నవాళ్లు కూడా సుదీర్ఘకాలం పాటు శంఖనాదం చేయకూడదు.

... శ్రీ

ఇరుగు పొరుగు

ఇస్లాం బోధ

'పొరుగున ఉన్న బంధువులు, అపరిచితులైన పొరుగువారు, పక్కనున్న మిత్రులు, బాటసారులు, మీ అధీనంలో ఉన్న దాసదాసీ జనం పట్ల ఉదారబుద్ధితో వ్యవహరించండి' అంటుంది ఖురాన్. ఈ వాక్యం మన పొరుగువారితో సాన్నిహిత్యంగా, సత్సంబంధాలను కలిగి ఉండాలని బోధిస్తుంది.

ఇరుగుపొరుగు వారు ఏ మతానికి చెందినవారైనా సత్సంబంధాలు కలిగి ఉండాలని ఖురాన్ ఉద్బోధ. 'అతను విశ్వాసి కాడు, దైవసాక్షిగా అతను విశ్వాసి కాడు' అన్నారు దైవప్రవక్త. 'ఎవరు?' అని అడిగారు అక్కడున్నవారు. 'పొరుగువారికి అశాంతి కలిగించే వారు' అని ప్రవచించారు.

'జిబ్రీల్ (అస్సలాం) పొరుగు వారిపట్ల మంచిగా ప్రవర్తించాలని ప్రతినిత్యం నాకు తాకీదు చేసేవారు. చివరికి ఇరుగుపొరుగు వారిని పరస్పరం వారసులుగా ప్రకటిస్తారేమో అని నాకు అనుమానం కలిగేది' అని ముహమ్మద్ ప్రవక్త చెప్పారు. 'అబూజర్ నువ్వు ఏదైనా కూర వండినప్పుడు అందులో కాస్త నీళ్లు ఎక్కువ పొయ్యి, పొరుగువారిని కూడా కనిపెడుతూ ఉండు' అని పేర్కొన్నారు. ఒకవ్యక్తి ముహమ్మద్ (స) దగ్గరికి వచ్చి 'ఫలానా స్త్రీ ఎన్నెన్నో నమాజులు చేస్తుంది, ఉపవాసాలు పాటిస్తుంది. దానధర్మాలు చేస్తుంది. చాలా ఖ్యాతి పొందింది కూడా, అయితే ఆమె నోటి మాట ద్వారా పొరుగు వారిని కష్టపెడుతుంది' అని చెప్పాడు. దానికి మహాప్రవక్త (సఅసం) 'ఆమె నరకానికే పోతుంది' అని పలికారు. తిరిగి ఆ వ్యక్తి 'దైవప్రవక్తా, మరో మహిళ బహు అరుదుగా నఫిల్ రోజాలు పాటిస్తుంది. అతి స్వల్పంగానే నఫిల్ నమాజులు ఆచరిస్తుంది. పాలజున్ను ముక్కలు కొన్ని మాత్రం దానం చేస్తుంది. కానీ, తన మాటతో పొరుగువారిని ఏనాడూ కష్టపెట్టదు అని చెప్పుకొంటారు' అన్నాడు. ఇది విని మహాప్రవక్త (సఅసం) 'ఈమె స్వర్గ నివాసి' అని సెలవిచ్చారు. ఒకవేళ ఇరుగుపొరుగుతో సంబంధాలు చెడితే వెంటనే వాటిని సరిదిద్దుకోవాలి. వాటిని పునరుద్ధరించుకోవాలి. ఇరుగుపొరుగు విషయంలో తమవల్ల జరిగిన పొరపాట్లకు, తప్పులకు వారిని క్షమాపణ కోరాలి.

... ముహమ్మద్ ముజాహిద్
96406 22076

కల్కి కలి కర్ణుడు

వేద పురాణేతిహాసాల పుట్టిల్లు భారతదేశం. ఈ దేశంలో జన్మించిన ప్రతి మనిషీ ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ఏదో ఒక రీతిన వేద పురాణేతిహాసాలలోని కథలను, జ్ఞానాన్ని మననం చేసుకుంటూ ఉంటాడు. ఆ జ్ఞానంతో మంచిచెడులను విశ్లేషించుకుంటాడు. ఆయా పాత్రలను తలచుకుని.. అలా ఉండకూడదు, ఇలా ఉండాలి అని అనుకుంటాడు. అనుకున్నది ఎంతవరకు ఆచరిస్తాడంటే కాలధర్మానికి కట్టుబడి మాత్రమే మనిషి జీవించగలుగుతాడు. కానీ, అనుకున్నదంతా ఆచరించి.. ఆ ఆనందంతో జీవించలేడు. ఈ నేపథ్యంలో వేదాలు ప్రభు సమ్మితాలని, శాస్త్రాలు మిత్ర సమ్మితాలని, కావ్యాలు కాంతా సమ్మితాలని పండితులు చెప్పారు. ఆ దృష్టితోనే వాటిని చదివితే బాగుంటుందని అన్నారు. అనడం వరకు బాగానే ఉంది కానీ అందరి దృష్టి ఒకే విధంగా ఉండదు. ఒకే విధంగా ఉందామన్నా కాలం ఉండనివ్వదు. ఇది జగమెరిగిన సత్యం.

సరం కోసం కర్ణుడిని తన దగ్గరకు తీసుకున్న కలి అంశ ఉన్న ద్వాపరయుగ సంచార రారాజు సుయోధనుడు.

ఈ సృష్టిలో ఎనభై నాలుగు లక్షల జీవ రాశులు ఉన్నాయని, అందులో మానవ జన్మ అతి పవిత్రమైనదని పండితులు అంటారు. అన్ని రకాల జీవరాశులను అందరూ చూశారా? అంటే ఏడు లక్షల జీవుల రూపాలు భూమ్మీద, ఏడు లక్షల జీవుల రూపాలు నీటిలో, ఏడు లక్షల జీవుల రూపాలు అగ్నిలో, ఏడు లక్షల జీవుల రూపాలు గాలిలో అంటూ లెక్కలు చెబుతారు. అందరూ అన్నీ చూడలేరు అన్నది ఎంత నిజమో గతమంతా అజ్ఞానం, కాలక్షేప పురాణం అనుకోవడం తప్పు అన్నదీ అంతే నిజం.

వేదపురాణ ఇతిహాసాలు అనగానే మనకు ముందుగా వాల్మీకి రామాయణం, వ్యాసుని మహాభారతం, భాగవత కథలు గుర్తుకువస్తాయి. ఆపై అందులోని పాత్రలు కండ్ల ముందు కదలాడతాయి. మానవ జీవన కుటుంబ చదరంగ రూపమే రామాయణం. అది స్వార్థ నిస్వార్థ త్యాగ ఆధ్యాత్మికతల సుందరవలయం అని రామాయణం గురించి కొందరంటే, మానవ జీవితమే ఒక మహాభారతం.. అది మంచి చెడుల రెంటి నడుమ నిత్య ఘర్షణం అని మరికొందరు అన్నారు.

పూర్వజన్మ... పునర్జన్మ

రామాయణ భారతాల్లోని పాత్రలు ఏయే సుర రాక్షసాది అంశలతో జన్మించారో కూడా ఆయా పురాణ ఇతిహాసాల్లో చెప్పడం జరిగింది. ఇలా చేయడం వల్ల పునర్జన్మల మీద నమ్మకం పెంచడం ఒక ఎత్తయితే, ఆయా పురాణ పురుషులు గత జన్మలో ఎలాంటివారో తెలియడం వల్ల ఆ కాలంలో వారివారి గుణగణాలు ఎలాంటివో కొన్ని అంచనా వేసే అవకాశం ఉంటుంది. గత జన్మ వాసనల ప్రభావంతో వారు అలా ప్రవర్తించారు, ఇలా ప్రవర్తించారు అనుకోవడానికి అవకాశం ఉంటుంది. రామాయణంలో సూర్యుడి అంశతో సుగ్రీవుడు జన్మిస్తే, ఇంద్రుడి అంశతో వాలి జన్మించాడు. అదే భారతంలో సూర్యుడి అంశతో కర్ణుడు జన్మిస్తే, ఇంద్రాంశతో అర్జునుడు జన్మించాడు. విష్ణువు శ్రీరాముడిగా అవతరించి సుగ్రీవుడిని కాపాడాడు. అదే విష్ణువు శ్రీకృష్ణుడిగా ఇంద్ర అంశతో జన్మించిన అర్జునుడికి అండగా ఉన్నాడు. కృష్ణార్జునులే నర నారాయణులుగా పేరుగాంచారు.

మన కోణంలో చూడొద్దు

ద్రోణునికి కామక్రోధాలు కలగలిపి అశ్వత్థామగా జన్మించాడని మహాభారతంలోని ఆదిపర్వం తృతీయ ఆశ్వాసంలో ఉంటే, రుద్రుడి అంశతో అశ్వత్థామ జన్మించాడని మరోచోట ఉంది. ఏదేమైనా అశ్వత్థామ మనుగడలో కామక్రోధాలతో కూడిన రుద్రత్వమే ఉంటుంది. ఇలా మన వేద పురాణేతిహాసాలు ఆయా పురాణపాత్రలు అలా ప్రవర్తించడానికి గల కారణాలను స్పష్టంగా వివరించాయి. ఆ తర్వాత తర్వాత కవిపండితులు పురాణ కథలను, పురాణ పాత్రలను అన్ని కోణాల్లో పరిశీలించి వాటిని విస్తరించకుండా పురాణపాత్రల గుణగణాలను తమతమ భావజాలానికి అనుగుణంగా మార్చేశారు. పురాణపాత్రల గుణాలను మార్చడం వల్ల సమాజానికి అవి దూరమవుతాయి తప్పించి వారు గొప్ప అనుకున్న పురాణ పురుషుడు.. సమాజానికి ఏ మేలూ చేయడు.

ఎవరికి వారే గొప్ప

ఇక పురాణపాత్రలలో ఎవరు గొప్ప అంటే... నిజం చెప్పాలంటే ఎవరికి వారే గొప్ప! ఈ సృష్టిలో ఆది నుంచి అంతం వరకు కర్మఫలమే మనిషిని నడిపిస్తుంది. అయితే సామాజిక భావోద్రేకాలలో పడి మనిషి తనను తానే మరిచిపోతుంటాడు. ఏది మరిచిపోయినా, ఏది గుర్తు ఉన్నా మనిషి తన కర్మఫలాన్ని అనుభవించక తప్పదు. రాక్షస వంశానికి చెందిన రావణకుంభకర్ణ విభీషణులు ముగ్గురూ వేద వేదాంగాలు చదువుకున్న వారే. ధర్మం తెలిసిన వారే. కానీ ఎన్ని సమస్యలు వచ్చినా, ఎన్ని నిందలు మీదపడినా ధర్మం తప్పనివాడు విభీషణుడు ఒక్కడే. మిగతావారు తమ వ్యసనాలకు, తమ ఆలోచనలకు ప్రాధాన్యమిచ్చి తాము చేసే పనుల్లోనే ధర్మం ఉందని ధర్మ వక్రీకరణ చేస్తూ కడకు కాల గర్భంలో కలిసిపోయారు. అందుకే అతి బలమైనది విధి అని అంటారు. దాని ముందు దైవ నింద చేసినవారు సహితం తలవంచాల్సిందే.

> భాగవత ప్రియులు విష్ణుమూర్తి పదో అవతారం కల్కి అవతారం అంటారు. కొంచెం భాగవతాన్ని అధ్యయనం చేసినవారు కపిలుడు, యజ్ఞుడు వంటి అవతారాలను కలిపి విష్ణుమూర్తి 21 అవతారాలను ధరించాడని చెబుతారు. ఇంకా వేద పురాణేతిహాసాల మూలాల్లోకి వెళ్లిన వారు విష్ణుమూర్తి రమారమి 45 అవతారాలను ఎత్తి దుష్ట శిక్షణ చేశాడని వివరించారు. కలియుగాంతంలో కల్కి అవతరించి దుష్టశిక్షణ చేస్తాడని పురాణాలు చెబుతున్నాయి.

ద్వాపరంలో కలి అంశ

ద్వాపరయుగ అంశతో శకుని జన్మిస్తే, కలి అంశతో దుర్యోధనుడు జన్మించాడని మహాభారతం చెబుతున్నది. సుయోధనుడి ప్రాణ స్నేహితుడు కర్ణుడు. సూర్య భగవానుడి అనుగ్రహంతో కుంతీ కుమారికి కానీనుడిగా కర్ణుడు పుడితే, గాంధారి గర్భంలో కాకుండా వ్యాస భగవానుని చే సంరక్షణ పొందిన గాంధారి గర్భ పిండాల్లో మొదటి పిండం నుంచి కలి అంశతో దుర్యోధనుడు జన్మించాడు. సూర్య భగవానుణ్ని సూర్యనారాయణుడు అని అంటారు. వ్యాసుణ్ని వ్యాసో నారాయణో హరిః అంటారు. అంటే సుయోధనకర్ణుల పుట్టుకలో ఏదో ఒక రీతిన నారాయణుని ప్రమేయం ఉందని వారి జన్మ మూలాల్లోకి వెళితే తెలుస్తుంది. ఇక నర నారాయణులే అర్జున, కృష్ణులు అని తెలిసిందే. కాలధర్మాన్ని యుగధర్మాన్ని బాగా తెలుసుకుని కష్టనష్టాలను, సుఖశాంతులను, చీకటివెలుగులను సమానంగా స్వీకరించిన వారు పాండవులు. కలి అంశతో ద్వాపరయుగంలో జన్మించి యుగధర్మాన్ని, తదితర ధర్మాలను అనుసరించక తన అవసరం కోసం కర్ణుడిని తన దగ్గరకు తీసుకున్న...

యుగధర్మం కాలధర్మం

> **ఈ** సృష్టిలో మనిషిని పోలిన మనుషులు ఏడుగురు ఉంటారంటారు. కానీ, ఒకే కర్మ కలిగిన మనుషులు ఏడుగురు ఉంటారని ఎవరూ అనరు! అయితే వేద పురాణేతిహాసాల ధర్మం మీద అభిమానం ఉన్నవారు సహితం కొందరు నువ్వు అలా ఉండాలి, నువ్వు ఇలా ఉండాలి అంటూ ఉంటారు. అది అసాధ్యమని మన పురాణ లెక్కలే చెబుతున్నాయి. ఎలాగంటే సత్యయుగంలో ధర్మం నాలుగు పాదాల మీద నడిస్తే, త్రేతాయుగంలో మూడు పాదాల మీద నడుస్తుందంటారు. అదే ద్వాపరయుగంలో రెండు పాదాల మీద నడిస్తే కలియుగంలో ధర్మం ఒంటి పాదం మీద కుంటుతుందని పురాణాలే చెబుతున్నాయి. మూడు పాదాల ధర్మం ఉన్న త్రేతాయుగంలో శ్రీరాముడు ఉన్నాడు కాబట్టే సీతమ్మను అగ్నిప్రవేశం చేయమన్నాడు. అదే నాలుగు పాదాల ధర్మం ఉన్న సత్యయుగంలో ఉండి ఉంటే, సీతమ్మను అగ్నిప్రవేశం చేయమనేవాడు కాదు. తనే అగ్నిదేవుని నడుమ నిలబడేవాడు అన్న ధర్మసూక్ష్మాలు ఎందరికి తెలుసు? ఇవి తెలియకుండా రాముడు సీతమ్మను ఎందుకు అగ్నిలోకి దూకమన్నాడు? సీత రాముణ్ని ఎందుకు అగ్నిలోకి దూకమనలేదు? వంటి నిందలు వేస్తే ప్రయోజనం శూన్యం. యుగధర్మాన్ని బట్టి కాలధర్మం నడుస్తుంది. కాలధర్మాన్ని అనుసరించి మనిషి నడవాలి. అంతే!

కర్ణుడు మహావీరుడా?

తన మనుగడ కోసం తనని ఆదరించిన రారాజు దుర్యోధనుడి కోసం ద్వాపరయుగ ధర్మాన్నే విస్మరించాలని అనుకున్నవాడు కర్ణుడు. ఇతగాడు ద్రౌపది వస్త్రాపహరణ సందర్భంలో ద్రౌపదిని పట్టుకొని, ఏకవస్త్ర అయితేనేమి? విగతవస్త్ర అయితేనేమి? అని అంటాడు. అలా అనడం ద్వాపరయుగ ధర్మం కాదు. కలియుగ ధర్మం. కలి అంశతో పుట్టిన దుర్యోధనుడి ప్రభావం వల్ల అతను అలా అన్నాడు. నాలుగు రోజులు స్నేహం చేస్తే వారు వీరవుతారంటారు కదా? కర్ణుడు తనకు దుర్యోధనుడు ప్రాణ స్నేహితుడుగా ఉన్నాడన్న అహంకారంతోనే నిండు సభలో ద్రౌపదిని అంతమాట అనగలిగాడు. ఇక వ్యాసభారతం చదివితే కర్ణుడు మహావీరుడు అనిపించదు. కర్ణుడు ఉత్తర గోగ్రహణ సమయంలో ఓడిపోవడమే కాదు, తన తల కుచ్చులు ఉత్తర కుమారుడు కోసుకుపోతున్నా ఏం చెయ్యలేక పోయాడు. ఇక మహాభారత యుద్ధంలో అభిమన్యుడి చేతిలోనూ, భీమసేనుడి చేతుల్లోనూ చావు దెబ్బలు తిని పారిపోయి మళ్లీ కొంత సమయం అయ్యాక యుద్ధానికి వచ్చాడు. బాగా మధువు తాగి సమరానికి వచ్చాడని కొందరంటారు. రెండు పాదాల మీద ధర్మం నడిచే ద్వాపరయుగంలో కర్ణుడు ఉన్నందుకుగానూ అతను మిత్రధర్మాన్ని అనుసరించి మంచి అయినా చెడైనా ఇంతే అంటూ దుర్యోధనుడి దగ్గరే ఉండి చివరికి సమరంలో ప్రాణం విడిచాడు. అతను అలా చేయడానికి ప్రధాన కారణం అతను ఉన్న ద్వాపరయుగ ధర్మం.

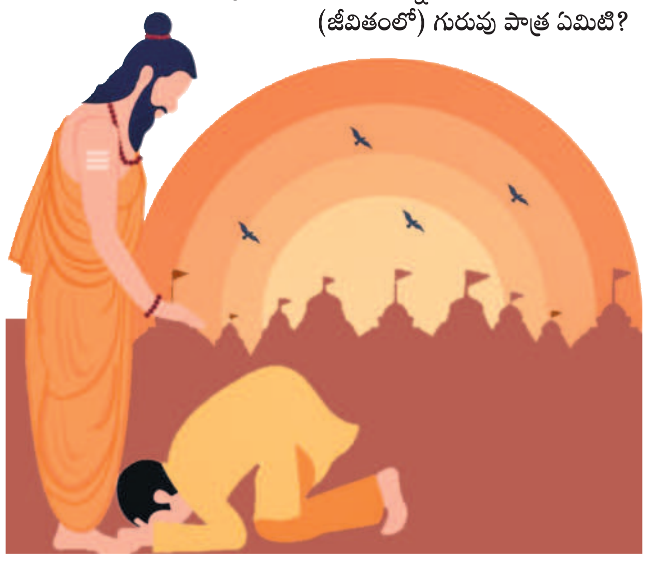
అవసరమే రారాజు ప్రాణం

ఇక దుర్యోధనుడు కర్ణుడిని అవసరానికి ఉపయోగించుకోవాలని అనుకున్నాడు, కానీ కర్ణుడిని తన ప్రాణ స్నేహితుడిగా భావించలేదు. కర్ణుడు ఒకసారి యుద్ధరంగంలో ఓడిపోయినప్పుడు దుర్యోధనుడు ద్రోణుడి ముందు కర్ణుణ్ని నిందిస్తాడు. అతనిలోని కలి అంశ అతనితో ఆ పని చేయించింది. రెండు పాదాల మీద ధర్మం నడిచే ద్వాపరయుగంలో పుట్టి రమారమి 128 ఏండ్ల ఆయుష్షు ఉన్న దుర్యోధనుడు చెయ్యరాని తప్పులెన్నో చేశాడు. 60 ఏండ్ల ప్రాయంలోనే చనిపోయాడు అని కొందరు అంటారు. ఏదిఏమైనా కలి అంశతో ఉన్న దుర్యోధనుడికి తాను ప్రాణ స్నేహితుడినని భావించాడు కర్ణుడు. కానీ, దుర్యోధనుడు మాత్రం అలా అనుకోలేదు. అదే అతనిలోని కలి అంశ ప్రభావం. ఏదేమైనా కొందరు కర్ణుడు జ్ఞానంలో గొప్ప అనుకుంటే... కోతలు కోయడంలో, మతిమరుపులో మహాగొప్ప అని చెప్పాలి. ఆధునిక శాస్త్ర విజ్ఞానం ప్రకారం శాపాలు వరాలు తీసి పక్కన పెడితే అతివాగుడు మతిమరుపును పెంచడమే కాదు ఆయుష్షునూ తగ్గిస్తుంది అన్న సత్యం కలి ప్రాణ స్నేహితుడు కర్ణుడిలో కనపడుతుంది.

.. వాగుమూడి లక్ష్మీ రాఘవరావు
98494 48947

మీరు ఎవరికైనా గురువుగా ఉన్నారా?

మాతృభావన, పితృభావన ఉన్నట్టే, మనలో ప్రతి ఒక్కరిలోనూ కొంత గురుభావం కూడా ఉంటుంది. తెలిసో, తెలియకో మీరు ఎవరో ఒకరికి గురువుగా ఉంటున్నారు. మీరు సలహాలు ఇచ్చారు, ప్రజలకు మార్గనిర్దేశం చేశారు. వారికి మీ ప్రేమను, అభిమానాన్ని అందించారు. ఇంతకూ (జీవితంలో) గురువు పాత్ర ఏమిటి?



గురువుగా ఉండటం అంటే, ఏ ప్రతిఫలమూ ఆశించకుండా ఇతరుల ఎదుగుదలకు, అభివృద్ధికి మీరు చేయగలిగినదంతా చేయడం. మీ మనసులో స్పష్టతతో, స్వచ్ఛమైన హృదయంతో కనీసం ఒక్కరికైనా మీరు ఈవిధంగా సహాయం చేశారా? గురువుగా మీ పాత్రను పోషించారా? ఎదుటివారినుంచి ఏ ప్రతిఫలమూ ఆశించకుండా వారికి మార్గం చూపుతున్నపుడు, గురుతత్వం మీద్వారా పనిచేస్తున్నదని గుర్తించండి. పరమాత్మ, ఆత్మ, గురువు– వీరి మధ్య భేదం లేదు. అందరూ ఒక్కటే.

లౌకికమైన కోరికలను తీర్చడం గురువు పని కాదు. మీ అసలైన లక్ష్యం ముక్తి. దానిపైనే దృష్టి ఉంచి పనిచేస్తున్నపుడు ఈ లౌకిక అవసరాలన్నీ ఏమాత్రం శ్రమపడకుండానే సమకూరుతాయి. ఆ లక్ష్యాన్ని పొందడం గురువు లేనిదే సాధ్యం కాదు. గురువు మాత్రమే మీలోని అంతఃసౌందర్యాన్ని, అంతర్జ్యోతిని గుర్తించేలా చేయగలడు.

ఉపనిషత్తుకు అసలైన అర్థం

గురువు జ్ఞాన స్వరూపుడు. సంస్కృతంలో, ఉపనిషత్ అంటే గురువుకు దగ్గరగా కూర్చోవడం, ధ్యాసను పూర్తిగా గురువుపైనే ఉంచడం. పరిమితమైన (జ్ఞానం) అనంతత్వానికి దగ్గరగా చేరడం, తెలిసిన (పరిమితమైన) జ్ఞానం, తెలియని (అపరిమితమైన) జ్ఞానాన్ని చేరుకోవడం. నిజమైన జ్ఞాన మార్గంలో నడిచిన అనేకమంది మహాత్ములు శరణాగతితో, భక్తితో జీవితపు అత్యున్నత లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడం సాధ్యమని మనకు నిరూపించారు. వారి జీవితాలు మానవాళికి ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నాయి. గురుశిష్యుల మధ్య తరతరాలుగా జరుగుతున్న సంభాషణలే ఉపనిషత్తులు. విశ్వంలో అనేక స్థాయులలో వైరుధ్యాలు ఉన్నాయి. ఈ వైరుధ్యాల నేపథ్యంలో, జ్ఞాన స్వరూపుడైన గురువుకు మానసికంగా దగ్గరవడం ఎవరికైనా ఎలా సాధ్యం?

మూడు రకాలైన శాంతి

ఇందుకోసం మొదటగా మనం శాంతిని ఆవాహన చేస్తాం. శాంతి ఉన్నప్పుడే విద్యార్థులు జ్ఞానానికి చేరువ అవుతారు. అపనమ్మకం, సందేహం ఉంటే, (గురుశిష్యుల మధ్య) జ్ఞానం ప్రసరించలేదు. కాబట్టి ఉపనిషత్తులన్నీ మూడు రకాలైన శాంతిని కోరే ప్రార్థనతో ప్రారంభమవుతాయి. 'ఓం శాంతి, శాంతి, శాంతి'– మనం భౌతిక స్థాయిలో, ఆలోచనలు, భావోద్వేగాల్లో, చివరకు అంతరంగంలో శాంతిని పొందుదాం. పరమాత్మ మనలను రక్షించి, జ్ఞానాన్ని ప్రసాదించుగాక. మనం ఒకరినొకరు ద్వేషించుకోకుండా, శాంతిగా కలిసి ఉందుము గాక.

దేవుడికి నువ్వు కావాలి

భగవంతుడి కన్నా భక్తుడు ఉన్నతుడు. నిజానికి, గురుశిష్యులు ఇద్దరూ భగవత్ స్వరూపాలే. భక్తుని కీర్తిని గానం చేయడానికి, తద్వారా భక్తుని స్థాయిని పెంచేందుకు భగవంతుడే స్వయంగా కిందికి దిగివస్తాడు. తండ్రి తన కొడుకును తన కంటే ఎత్తుగా భుజంపై ఎక్కించుకుని మోస్తున్నట్లుగా చెప్పవచ్చు. హనుమంతుడు.. శ్రీరాముడి కంటే బలవంతుడు కాకపోతే, శ్రీరాముడికి ఎలా సహాయం చేసేవాడు? కాబట్టి, హనుమంతుడు శ్రీరాముడికి సహాయం చేశాడు, కానీ తాను శ్రీరాముడికి సహాయం చేస్తున్నాననే గర్వానికి ఎన్నడూ చోటివ్వలేదు. అలాంటి ఆలోచనలు కేవలం భ్రమ మాత్రమేనని, తనకున్న బలం శ్రీరాముడి నుంచే వచ్చిందని హనుమకు తెలుసు.

అదే విధంగా, దేవుడు కూడా మీ సహాయాన్ని కోరుకుంటున్నాడు. భగవంతుడి పని చేసేవాడు సమాజహితం కోసం పనిచేస్తాడు. అలా పనిచేసేవారి కోసం భగవంతుడు శ్రద్ధ వహిస్తాడు. భగవంతుడి కోసం, సమాజ శ్రేయస్సు కోసం పనిచేయడం అనేది మీలో దైవత్వం వికసిస్తుందనడానికి సూచన. దీన్ని గుర్తించడం, మీ జీవితంలో మీకు లభించిన వాటన్నిటికీ కృతజ్ఞులై ఉండటం.. ఈ ఎరుకకు, ఈ జ్ఞానాన్ని సంరక్షించిన గురు పరంపరకు కృతజ్ఞతలు సమర్పిస్తూ, చేసుకునే ఉత్సవమే గురు పౌర్ణమి.

.. గురుదేవ్ శ్రీశ్రీ రవిశంకర్

ప్రేమించి చూడు

క్రీస్తు సందేశం

'నీవలె నీ సాటి మనిషిని ప్రేమించాలి' అంటాడు ప్రభువు. మనల్ని మనం ఎంత ప్రేమగా చూసుకోగలమో, అంతే ప్రేమతో పక్కవారినీ చూడాలి అనేది చాలా తేలికపాటి మాట. ఆచరణలో చాలా కష్టం. అయితే ప్రేమ ఒకటే దాన్ని తు.చ. తప్పక నెరవేరేలా చేయగలదు. ప్రేమ ఉంటే సాధ్యం కానిది ఏముంది? దైవాన్ని కొలిచే ప్రేమతోనే మనిషినీ చూడాలి. మనిషిలో దేవుణ్ని చూసినప్పుడు, ప్రతి మనిషిలోనూ దేవుడున్నాడని నమ్మినప్పుడు, అదే దేవుడు నీలో నాలో అందరిలోనూ ఉన్నాడనీ విశ్వసించినప్పుడు.. తోటి మనిషి ఓ శత్రువుగా ఎందుకు కనిపిస్తాడు? అందరిలోనూ ప్రేమమయుడైన దేవుడు ఉన్నాడన్న భావన కలిగితే, ఒకరు.. మరొకరిని ద్వేషించలేరు, హింసించలేరు. ఒకడు మరొకణ్ని దోపిడీ చేయలేడు. అత్యాచారాలు, అకృత్యాలకు తావుండదు. సర్పాన్ని చూసి మనం భయపడతాం. వాస్తవానికి మనిషి అలికిడి తగలగానే సర్పమే పక్కకు జరిగిపోతుంది. అంతేగాని కనిపించిన మనిషిని కాటువేయదు. కారణం మనం అంటే దానికి భయమే. అక్కడ ఒక జంతువు, ఒక మనిషి. ఇక్కడ తెలివి తేటలున్న ఒక మనిషి మరో మనిషికి భయపడుతున్నాడు. కేవలం ప్రేమ లేకపోవడమే అందుకు కారణం. అవగాహనా రాహిత్యం, సానుభూతి మృగ్యం కావడమే ఇందుకు కారణాలు. అందుకే ప్రభువు 'నీ దేవుణ్ని ఆరాధించు, పక్కవాడిని ప్రేమించు, దైవారాధనను ప్రేమలా మార్చేసుకో' అని బోధించాడు.

... ప్రొ||బెర్నార్డ్ రాజు, 98667 55024