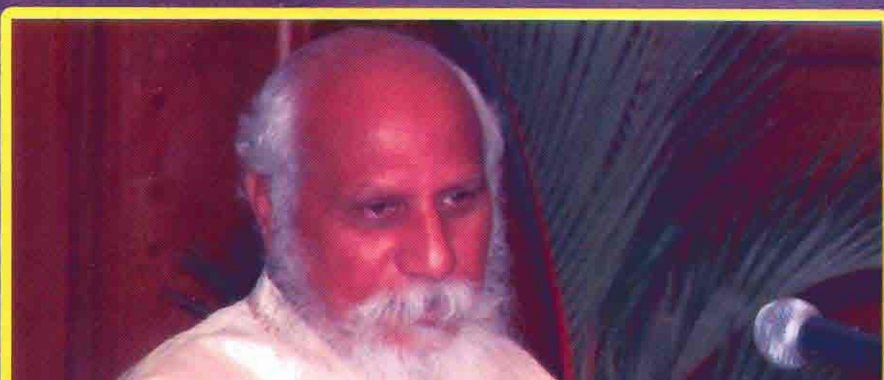
పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ



బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

" పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలు "

ఈ రోజు మనం పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క మూల సిద్ధాంతాలు, మూల జ్ఞానప్రకాశం గురించి సవివరంగా తెలుసుకుందాం ! ఇంతకుముందు మనం పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాల గురించి తెలుసుకున్నాం. అంటే,

- ▲ సరియైన ఆనాపానసతి రీతిలో ధ్యానం చేయడం ; అందరి చేతా ఆనాపానసతి రీతిలోనే ధ్యానాన్ని అభ్యాసం చేయించడం.
- ▲ సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలను చదవడం ; వాటినే, అందరిచేతా, చదివించడం.
- ▲ ధ్యానానుభవాలనూ, పుస్తక జ్ఞానాన్నీ విధిగా అందరూ, పరస్పరం, పంచుకోవడం.
- ▲ విధిగా పౌర్ణిమ ధ్యానం చేయడం ; అందరిచేతా పౌర్ణమి ధ్యానాన్ని విధిగా చేయించడం.
- ▲ వీలయినంత ఎక్కువగా మౌనం పాటించడం.
- ▲ వీలయినప్పుడల్లా పిరమిడ్ శక్తిని ఉపయోగించుకోవడం.
- ▲ అల్లోపతీ మందులను ఎంత మాత్రం వాడకుండా వుండడం; వాటిని పూర్తిగా వ్యతిరేకించడం.
- ▲ మాంసం ససేమిరా తినకపోవడం ; దానిని పూర్తిగా వ్యతిరేకించడం.
- ▲ ఆకలి అయినప్పుడే, మరి పరిమితం గానే, ఆహారాన్ని తీసుకోవడం.

▲ ప్రత్యేక వేషధారణ, ప్రత్యేక నామధారణ అన్నవి లేకపోవడం; వాటిని పూర్తిగా వ్యతిరేకించడం.

▲ చిన్నప్పటి నుంచే పిల్లలకు ధ్యాన శిక్షణ ఇవ్వడం.

▲ ' శిష్యరికం ' అనేది ఏ మాత్రం లేకుండా – అంతా ' మాస్టర్స్ ' గానే విలసిల్లడం.

▲ ధ్యాన శిక్షణలో ' డబ్బు ఇచ్చి పుచ్చుకోవడాలు ' అన్నది ఏ మాత్రం లేకపోవడం.

▲ విగ్రహారాధన / వ్యక్తిపూజ / వ్యర్థమైన కర్మకాండలు మొదలైనవి చెయ్యకపోవడం; వాటిని సంపూర్ణంగా వ్యతిరేకించడం.

▲ ఎవరి సమస్యలను వారే, తమ తమ స్వీయ ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించి పరిష్కరించుకోవడం.

▲ గృహస్థులుగా సంఘంలో వుంటూనే, ఎవరి చిన్న చిన్న పనులను వారు చూసుకుంటూనే, మరి జన్మకు ముఖ్య లక్ష్యమైన జీవన్ముక్తిని సాధించటం.

▲ అన్ని గ్రామాల లోనూ, అన్ని పట్టణాల లోనూ విధిగా పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాలనూ, పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీలనూ నెలకొల్పడం.

▲ పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ తమ తమ ధ్యానానుభవాలను గ్రంథరూపం చేసి విధిగా ప్రచురించడం.

ఈ విధంగా పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాలూ మనకు తెలుసు. ఈ రోజు ప్రత్యేకంగా ఈ ' పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ ' యొక్క మూల సిద్ధాంతాల గురించీ, మూల జ్ఞాన ప్రకాశాల గురించీ, సవివరంగా మనం తెలుసుకుందాం.

వీటిని " పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలు " అని మనం తెలుసుకోవాలి ! నవరత్నాలివి ! తొమ్మిది రత్నాలుగా ఈ రోజు మనం ' పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ ' ని గ్రహిద్దాం!

ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టరు కూడానూ ఈ జ్ఞాన నవరత్నాలను ఎప్పుడూ మస్తిష్కంలో ఉంచుకోవాలి ! ఒక్క క్షణం కూడానూ ఆ నవరత్నాలు మస్తిష్కంలోంచి జారిపోకూడదు ! పిరమిడ్ ధ్యాన ప్రపంచంలో నూతనంగా ప్రవేశించేవారు ఈ యొక్క పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలను కూలంకషంగా అర్థం చేసుకుంటూ ఉండాలి. రోజురోజుకీ వాటి యొక్క అవగాహనను అభివృద్ధి చేసుకుంటూ వుండాలి. ఒకటేసారి వాటి యొక్క పూర్తి అవగాహన రాదు. " తినగ తినగ వేము తియ్యగనుండు ; అనగ

అనగ రాగము అతిశయిల్లును " ! అదేవిధంగా ఈ యొక్క మూల సిద్ధాంతాలను గురించి మనం అనేక పుస్తకాల ద్వారా, అనేక ధ్యాన సాధనల ద్వారా, ఎంతో ఆలోచన ద్వారా, అందరి యొక్క అనుభవాలు వినడం ద్వారా ఏదో ఒక రోజు ఆ యొక్క, ఆ ఫిలాసఫీ యొక్క, ఆ యొక్క పూర్ణ జ్ఞాన ప్రకాశం యొక్క పూర్తి రూపురేఖలు మనకి కూడా అనుభవానికి వస్తాయి. అప్పుడు మనం కూడా ఒక ' పిరమిడ్ మాస్టర్ ' అయినట్లు !

కనుక, ఈ రోజు ఈ పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలను ఒకదాని తరువాత ఒక్కొక్క రత్నాన్నీ ప్రత్యేకంగా తీసుకుని ఒక్కొక్కదాన్నీ విశేషంగా పరీక్షిద్దాం ... ఆ విధంగా రత్న పరీక్షకులం అవుదాం !

ఈ తొమ్మిది రత్నాలూ - తొమ్మిది పరిపూర్ణమైన సత్యాలు ! తొమ్మిది సత్యాలను తొమ్మిది రత్నాలుగా మనం వివరించుకుంటున్నాం ! ఒకసారి నేను తొమ్మిది నవరత్నాలనూ వరుసగా మీ ముందర ఉంచుతాను. తరువాత ఒక్కొక్కదాన్నీ తీసుకుని మనం సవివరంగా, కూలంకషంగా వాటిని గురించి తెలుసుకుందాం !

- ▲ మొట్టమొదటిది - " ఆత్మే పరబ్రహ్మం "
- ▲ రెండవది - " జీవుడే దేవుడు "
- ▲ మూడవది - " దేహమే దేవాలయం "

....

- ▲ నాల్గవది - " శ్వాసే గురువు "
- ▲ ఐదవది - " సమయమే సాధన "
- ▲ ఆరవది - " సహనమే ప్రగతి "
- ▲ ఏడవది - " అనుభవమే జ్ఞానం "

....

- ▲ ఎనిమిదవది - " దానమే ధర్మం "
- ▲ తొమ్మిదవది - " ధర్మమే పుణ్యం "

అంటే మొట్ట మొదటి నుంచి మనం క్రమక్రమంగా పైకి వెళ్తూ వెళ్తూ వెళ్తూ చివరికి పుణ్యం దగ్గరికి చేరుతాం. ఈ క్రమం గురించి మనం ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. జ్ఞానప్రకరణం - సాధనా ప్రకరణం - కర్మప్రకరణం

ఇప్పుడు మనం పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలలోని మొదటి మూడు అంటే జ్ఞానప్రకరణం మనం చేరవలసిన స్థితుల గురించి తెలుసుకుందాం.

జ్ఞాన ప్రకరణం

" ఆత్మే పరబ్రహ్మం "

జీవుడు అంటే శరీరం మొత్తం అంతా నిండి వున్న ఆ ' నేను '.

ఒక చిన్ని శరీరంలో కూడానూ తనను తాను తెలుసుకోవడం ' జీవుడు '. వృక్షం నేను వృక్షమని తెలుసుకుంటుంది. ఆ వృక్షంలో ఉన్న ' నేను ' పేరు జీవుడు.

ఇక్కడున్న " T. మురళీధర్ " – నా ముందర ఉన్నాడు ! ఆల్వాల్ పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ఫౌండర్ ... ఆయనకు ఒక 'నేను' తెలుసు ... అదే జీవుడు ! అలాగే ఇక్కడ మన రికార్డిస్ట్ గారున్నారు ! వారు కూడా ఒక జీవుడు ! ఇప్పుడు మాట్లాడుతూంటే వారు చక్కగా రికార్డ్ చేస్తున్నారు ! ఆయనకి, " నేను రికార్డిస్టుని " అని ఆయనకు తెలుసు – ఆయన సంగీతం కూడా బాగా పాడతారు ! ఆయనకు సంగీతంలో Ph.D. డిగ్రీ కూడా ఉంది ! చాలా అత్యద్భుతమైన మనిషి ఆయన ! తన ' జీవత్వం ' గురించి ఆయనకి తెలుసు ! అయితే తన 'దైవత్వం' గురించి ఆయనకు ఇంకా తెలియలేదు ! " నేనే అంతా " అన్న స్థితికి ఆయన ఇంకా చేరుకోవాలి ! కానీ వాస్తవం ఏమిటంటే ఈ జీవుడే దేవుడు ! కానీ అంతటా నిండి ఉన్న 'నేను' తనను తాను కుదించుకుని ఒకానొక చిన్ని శరీరంలో ఒక చిన్న 'నేను' గా వ్యక్త పరచుకున్నప్పుడు ... ఆ ' చిన్న నేను ' ని ' జీవుడు ' అంటారు ! ఒక ఫోటాన్‌లో ఉండే జీవుడు, ఒక వృక్షంలో ఉండే జీవుడు, ఒక చేపలో ఉండే జీవుడు, ఒక T. మురళీధర్ లో ఉండే జీవుడు, జగిత్యాల పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ఫౌండర్ " డా॥ సత్యనారాయణ మూర్తి " గారిలో ఉండే జీవుడు – వీళ్ళంతా ఆ ' చిన్న నేను ' లే !

కనుక అందరూ జీవుళ్ళే ! ఈ జీవుడు " నేను కేవలం ఈ శరీరమే " అనుకుంటున్నాడు – అది అజ్ఞానం ! ఈ నేను " నాకు రెండు కాళ్ళు, ఒక ముక్కు, రెండు కళ్ళు, జుట్టు ఉన్నాయి ; ఇవన్నీపోతే నేను ఉండను " అనుకుంటే అది అజ్ఞానం ! " ఈ ' చిన్ని నేను ' యొక్క రూపురేఖలు పోతే ఇంకా ఎంతో ఉంది " అని

తెలుసుకున్నవాడు ' జీవత్వం ' లో ఉంటూ 'అజ్ఞానం' లేకుండా ఉన్నవాడు! అంటే, " తాను జీవుడు గానూ ఉన్నాడు, మరి దేవుడుగా కూడా ఉన్నాడు " అని తెలుసుకుని ఉన్నవాడు ! కనుకనే ఇది తెలుసుకున్న వాళ్ళందరూ " జీవుడే దేవుడు " అని చెప్పగలరు. ఇది తెలుసుకోని వాళ్ళంతా ఏం చెప్తారు - " జీవుడు జీవుడే ; దేవుడనే వాడు ఎక్కడా లేడు " అని నాస్తికులూ, " జీవుడు జీవుడే; దేవుడనే వాడు ఇంకెవరో ఉంటాడు ; ఎక్కడో పై లోకాల్లో ఉంటాడు " అని మూర్ఖ ఆస్తికులూ అంటారు. కానీ " జీవుడే దేవుడు " అని తెలుసుకున్నవారు ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానులు !

అయితే పూర్ణ సత్యం ఏంటంటే " నేనే అంతా ! "

" జీవుడే దేవుడు "

రెండవ సత్యం ఏంటంటే ఇక్కడున్న ' వీడు ', అక్కడున్న ' అంతా ', రెండూ ఒక్కటే ! కనుక, " ఇక్కడున్న ' వీడు ' అక్కడున్న ' అంతా ' ఒక్కటే " అయినప్పుడు, ఇది తెలుసుకున్ననాడు ఇక్కడున్న ' వీడు ' హాయిగా జీవిస్తాడు ! ఏ జీవుడైతే తానే దేవుడని తెలుసుకున్నాడో వాడు ఎంత హాయిగా జీవిస్తాడో ! - చెప్పనలవి కాదు వాడి యొక్క ఆనందం, హాయి, భాగ్యం ! ఏ జీవుడైతే, "నేను జీవుడనే ! ఆ దేవుడు ఎక్కడో ఉన్నాడు వాడిని నేను ప్రార్థించాలి. వాడు వేరే ; నేను వేరే. దేవుడు వేరే, జీవుడు వేరే " అనీ, లేకపోతే " దేవుడనేవాడు లేనే లేడు, ఈ జీవుడే ఉన్నాడు. ఈ శరీరం చనిపోతే ఈ జీవుడు కూడా చనిపోతాడు " అంటూ ఇలాంటి భావనలు కలిగి ఉన్నవారు జీవితంలో ఎప్పుడూ ఏడుస్తూనే ఉంటారు !

అల్పత్వంతో కటకటలాడి పోతూంటారు. కనుక, " ఈ జీవుడు - ఇక్కడున్న వాడే మొత్తం అంతా నిండివున్నాడు " అని తెలుసుకోవాలి.

" దేహమే దేవాలయము "

మూడవ సత్యం ఏమిటంటే " దేహమే దేవాలయం ". ఈ దేహం వుండే, ఈ జీవుడే దేవుడైనప్పుడు, ఈ దేవుడుండే ప్రదేశం " దేవాలయం " కాకుండా మరి ఇంకేం అవుతుంది ?

ఆదిశంకరాచార్యుల వారన్నారు,

" దేహో దేవాలయో ప్రోక్తః జీవోద్దేవో సనాతనః "

" దేహమే దేవాలయం " అని చెప్పబడింది. జీవుడే సనాతనమైన దేవుడు. " సనాతనం " అంటే, సృష్టికి పూర్వం ఉన్న సృష్టికర్తే ఈ జీవుడు - వాడే వీడు. చూశారా సనాతనం అంటే, " ఎప్పటిదో పురాతనమైన - ఎక్కడ సృష్టి లేదో ఎక్కడ కేవలం సృష్టికర్త ఉన్నాడో అంత సనాతనం " అన్నమాట !

ఈ ' దేహం ' ఏమిటి ? ఇదే ' దేవాలయం ! ' ప్రతి ప్రాణి యొక్క శరీరం ఆ యొక్క దైవత్వం యొక్క గుడి, కోవెల. " దేహమే దేవాలయం ; జీవుడే దేవుడు " అని ఆదిశంకరాచార్యుల వారు తెలుసుకున్నారు, జీసస్‌క్రైస్ట్ తెలుసుకున్నాడు, గౌతమబుద్ధుడు తెలుసుకున్నాడు ... మరి ప్రతి జ్ఞాని కూడానూ ఈ విషయం తెలుసుకున్నవాడే. ప్రతి అజ్ఞాని కూడానూ ఈ విషయాన్ని తెలుసుకోనివాడే.

అజ్ఞానమే దుఃఖానికి కారణం ! విజ్ఞానమే, ఆత్మ జ్ఞానమే, ఆత్మ సుజ్ఞానమే, ఆత్మ విజ్ఞానమే ఆనందానికి హేతువు ! ఏమిటి ఆత్మవిజ్ఞానం ? " జీవుడే దేవుడు ; దేహమే దేవాలయం " అని గుర్తుంచుకోవడమే ! ఎక్కడో బాబ్రీ మసీదు దగ్గరకి వెళ్ళి అయోధ్యలో దేవాలయం కడితే " అదే దేవాలయం ", " అదే మసీదు " అనుకుంటే అతనికంటే మూర్ఖ శిఖామణి ఇంకొకడుండడు. " మక్కాలోనే, అరేబియాలోనే మసీదు ఉంది. అక్కడికెళ్ళాలి. అక్కడే దేవుడున్నాడు. ఆ దేవాలయంలోనే దేవుడుంటాడు " అనుకునేవాళ్ళు ఎంత మూర్ఖులో ! " తిరుపతిలో దేవుడున్నాడు ; ఏడుకొండలు ఎక్కాలి. ఆ విగ్రహం దేవుడు. అక్కడే దేవుడుంటాడు. ఆ విగ్రహాన్ని చూస్తేనే దైవ దర్శనం " - ఇదంతా పరమ మూర్ఖత! ఈ దేహమే దేవాలయం. ఈ జీవుడే దేవుడు.

అయితే ఇదంతా అనుభవంలోకి రావాలి మనకి ! పుస్తకపరంగా, గురువు పరంగా, మరి వినికిడి ప్రకారంగా మనం తెలుసుకుని ఉండవచ్చు. కానీ, అనుభవంగా అది లేకపోతే అది " జ్ఞానం " కాజాలదు. కనుక ఈ మూడు ...

' ఆత్మే పరబ్రహ్మం ' - అనే ప్రప్రథమమైన రత్నం.

' ఇక్కడు 'న్నవాడే ' ఆ ' దేవుడు. ' జీవుడే దేవుడు ' - అని రెండవ రత్నం.

' దేహమే దేవాలయం ' - అని మూడవ రత్నం.

ఈ మూడూ మూడు ఆధ్యాత్మిక సత్యాలు.

ఈ మూడు ఆధ్యాత్మిక సత్యాలూ తెలుసుకోవాలంటే మరి ఏం చేయాలి ? ... అవే తరువాత వచ్చే నాలుగు రత్నాలు, ఫస్ట్ ' మూడు ' రత్నాలు; తరువాత ' నాలుగు ' రత్నాలు ; ఆఖరువి ' రెండు ' రత్నాలు.

మూడు + నాలుగు + రెండు = తొమ్మిది !

ఈ తొమ్మిదిలో ప్రప్రథమైన మూడూ - మూడు జ్ఞాన స్థితులు, ఎక్కడికైతే చేరాలో వాటి యొక్క నిర్వచనాలు. ఏ స్థితినైతే మనం సదా పొంది ఉండాలో ఆ స్థితిని వివరించే, నిర్వచించే మూడు స్టేట్‌మెంట్స్.

" సాధన ప్రకరణం "

ఇప్పుడు మనం " పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాల " లోని మధ్యలో ఉండే నాలుగు రత్నాల దగ్గరకి వెళ్దాం. ఇవి సాధనా ప్రకరణాన్ని సూచిస్తాయి. జ్ఞాన ప్రకరణాన్ని సూచించేవి - మొదటి మూడు. సాధనా ప్రకరణాన్ని సూచించేవే - మధ్యలో ఉన్న ఈ నాలుగు రత్నాలు. " సాధనా ప్రకరణం " అయిపోయిన తరువాత చేయవలసినదాన్ని సూచించేవి - కర్మ ప్రకరణానికి చెందినవి - ఆఖరు రెండు రత్నాలు.

ఈ సాధనా ప్రకరణం లో ఉన్న నాలుగు సత్యాలు ఏమిటంటే,

- ▲ ప్రప్రథమంగా - " శ్వాసే గురువు "
- ▲ రెండవది - " సమయమే సాధన "
- ▲ మూడవది - " సహనమే ప్రగతి "
- ▲ నాల్గవది - " అనుభవమే జ్ఞానం "

ఈ ' జ్ఞానం ' రావాలంటే, ' జ్ఞానం ' అంటే ఏమిటో తెలుసుకుందాం ముందుగా. జ్ఞాన ప్రకరణంలోని మూడు సూత్రాలే ఆ జ్ఞానం. " నేనే అంతా " అన్నది ప్రప్రథమమైన సూత్రం. " ఇక్కడున్న వాడే ఆ యొక్క దివ్యమైన వాడు " అన్నది రెండవ సూత్రం. " ఈ దేహమే దేవాలయం ; మక్కామసీదు దేవాలయం కాదు. కాశీలో ఉండేది దేవాలయం కాదు. ఈ శరీరమే దేవాలయం. ఈ వృక్షమే

దేవాలయం. ఈ సెల్ స్ట్రక్చరే దేవాలయం. ఈ కణ విభాగమే దేవాలయం. అందులో విరాజిల్లుతున్నవాడే దేవుడు " అన్నదే మూడవ సూత్రం. ఇవే "జ్ఞానం" అన్న దాని యొక్క ముదు రూపురేఖలు.

" ఈ జ్ఞానం రావాలంటే ఏం చేయాలి ? " " సాధనా ప్రకరణం " ఏమిటి ? అన్న విషయాల గురించి ఇప్పుడు మధ్యలో ఉన్ననాలుగురత్నాల ద్వారా మనం తెలుసుకుంటున్నాం.

మళ్ళీ చెప్తాను, ఈ " సాధనా ప్రకరణం " లో మొట్టమొదటిది -

" శ్వాసే గురువు " అని తెలుసుకుని ఉండటం - రెండవది -

" సమయమే సాధన " అని తెలుసుకునని ఉండటం. మూడవది -

" సహనమే ప్రగతి " అని తెలుసుకుని ఉండటం. నాల్గవది -

" అనుభవమే జ్ఞానము " అని తెలుసుకుని ఉండటం.

" శ్వాసే గురువు "

' సాధన ' అన్నది ' గురువు ' దగ్గర్నుంచే మొదలవుతుంది. ఎక్కడ గురువు లేడో, చెప్పేవాడు లేడో, ఏం చేయాలో, ఎలా చేయాలో, ఎప్పుడు చేయాలో, ఎక్కడ చేయాలో, ఏది ఎలా చేయకూడదో, ఏది ఎప్పుడు చేయకూడదో, ఏది ఎక్కడ చేయకూడదో ... మరి ఇవన్నీ చెప్పేవాడే గురువు.

" గురువు లేని విద్య గుడ్డి విద్య " కదా ! సంగీతం నేర్చుకోవాలంటే - గురువు ఉండాలా వద్దా ? సంస్కృతం నేర్చుకోవాలంటే సంస్కృతం వచ్చినవాడు గురువుగా ఉండాలా వద్దా ? క్రికెట్ నేర్చుకోవాలంటే మనం ఏ గవాస్కర్ దగ్గరికో పోవలసిందే గదా ! షెహనాయ్ నేర్చుకోవాలంటే బిస్మిల్లాఖాన్ దగ్గరికి పోవలసిందే గదా ! మరి బిల్డింగ్ కట్టాలంటే ఇంజనీర్ గారి దగ్గరికి పోవలసిందే గదా ! వాడే గురువు. వాడు చెప్తాడు " ఇలా చెయ్యి, అలా చెయ్యి ; అలా చేయకు, ఇలా చేయకు, ఇలా చెయ్యి ఈ సిమెంటువాడు, ఈ ఇసుకవాడు " అంటాడు.

కనుక అలాగే మరి ఆధ్యాత్మికంలో కూడా ! " ' ఆత్మే పరబ్రహ్మం ' అని తెలుసుకోవాలంటే ఏం చేయాలి ? ' ఈ దేహమే దేవాలయం ' అంటున్నారు ; అది

నాకు అనుభవానికి రావాలంటే నేను ఏం చేయాలి మాస్టారు గారూ ? గురువు గారూ ? " అని ఫస్టు గురువు దగ్గరికి వెళ్ళాలి. భగవద్గీతలో శ్రీ కృష్ణుడు ఏం చెప్పాడంటే ...

" తత్ విద్ధి ప్రణిపాతేన పరిప్రశ్నేన సేవయా ।
ఉపదేక్ష్యంతి తే జ్ఞానం జ్ఞానినః తత్త్వదర్శినః ॥ "

' తత్ విద్ధి ' అంటే ఆ సత్యం యొక్క రూపురేఖలు, జ్ఞానం యొక్క రూపురేఖలు, దాన్ని చేరే విధానం అన్నీ తెలుసుకో ! ' తత్ విద్ధి ', సత్యాన్ని తెలుసుకో ' ప్రణిపాతేన ' – సాష్టాంగ నమస్కారం చేసి. 'పరిప్రశ్నేన' – చక్కటి ప్రశ్నలు వేసి, ' సేవయా ' – ఆ గురువు గారు " నా కాళ్ళు పిసుకు " అంటే పిసికి, " నాకు కూరలు తీసుకురా " అంటే కూరలు తీసుకొచ్చేసి ... ఈ విధంగా ఆయన ఏం అడిగితే అది చేయాలి.

గురు సేవ చేసినప్పుడు గురువు బోధిస్తాడు, " జ్ఞానం అంటే ఏమిటి ? దాన్ని ఎలా పొందాలి ? " అనే విషయాన్ని ! ఎందుకంటే అతను – గురువు – జ్ఞానం పొందినవాడు. ఢిల్లీకి వెళ్ళినవాడే చెప్పగలడు – " జగిత్యాల నుంచి నువ్వు బస్సు ఎక్కాలి నాయనా ! ఫస్ట్ వరంగల్‌కి రావాలి. అక్కడి నుండి ట్రెయిన్ దొరుకుతుంది. కాజీపేట జంక్షను. అక్కడ నుంచి ఫలానా ఫలానా ట్రెయిన్స్ ఉన్నాయి. మధ్యలో ఇలా భోపాల్ వస్తుంది. మళ్ళీ ఆగ్రా వస్తుంది. అలా అలా వెళ్తూంటే ఢిల్లీ అని వస్తుంది, అక్కడ దిగు. నీకేదైనా అనుమానం ఉంటే మధ్యలో ట్రెయిన్‌లో ఉన్నవాళ్ళని అడుగు ! గార్డు ఉంటాడు. అన్నీ అడగాలి " అని ఇవన్నీ చెప్తాడు ఢిల్లీకి వెళ్ళి వచ్చినవాడు.

అలాగే జ్ఞానాన్ని పొందిన గురువు, జ్ఞాని, తత్వదర్శి ఇవన్నీ చెప్తాడన్నమాట. కనుక అతనికి సాష్టాంగ నమస్కారం చేయాలి ! గురువు దగ్గరకి చేరాలి ! గురువుకి సాష్టాంగ నమస్కారం చేయాలి ! గురువు దగ్గర పరిప్రశ్నలు వేయాలి ! గురువుకి సేవ చేయాలి ! అప్పుడు ఆ గురువు బోధిస్తాడు – జ్ఞానాన్ని బోధిస్తాడు ! సర్వమూ బోధిస్తాడు ! ఏం చేయాలో చెప్తాడు ! ఏం చేయకూడదో చెప్తాడు ! ఎలా చేయాలో చెప్తాడు ! ఎలా చేయకూడదో చెప్తాడు ! ఎప్పుడు చేయాలో చెప్తాడు ! ఎప్పుడు చేయకూడదో చెప్తాడు ! అన్నీ వివరిస్తాడన్న మాట. కనుక " సాధన ప్రకరణం " అనేది గురువు దగ్గరే మొదలవుతుంది కదా !

కనుక ఈ సాధనా ప్రకరణంలో - ఈ యొక్క ఆధ్యాత్మిక సాధనా ప్రకరణంలో- " ఎవరు గురువు ? ", " ఏమిటి గురువు ? " అంటే తెలుసుకోండి - " శ్వాస గురువు ".

అసలు ఒక మనిషి ఇంకొక మనిషి దగ్గరకు వెళ్ళనే అక్కర్లేదు ! ఆధ్యాత్మిక సాధన అన్నది తనలోకి తాను చేసే ప్రయాణమే ! ఇది బయట చేసే ప్రయాణం అయితే బయటి వాళ్ళని అడుక్కోవాలి. లోపల చేసే ప్రయాణం కనుక లోపలున్న వాడినే అడుక్కోవాలి ! లోపల చేసే ప్రయాణానికి బయటి వాళ్ళని ఎలా అడుగుతాం ? బయట చేసే ప్రయాణానికి లోపల ఎక్కడ అడుగుతాం ?

రెండు ప్రయాణాలున్నాయి. ఒకటి ప్రాపంచిక ప్రయాణం ... ఇక్కడ బయట వాళ్ళని అడగాలి. రెండవది ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణం ... ఇక్కడ లోపలున్నవాళ్ళని అడగాలి. అయితే లోపల ఎవడు వున్నాడు ? మనకు తెలిసి ' మన శ్వాస ' వరకూ మనకు తెలుసు - అది బయట నుండి లోపలకి పోతోందనీ, లోపల నుండి బయటికి వస్తోందనీ ! కనుక ఈ ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణంలో " శ్వాసే గురువు " అని ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం ప్రభోధిస్తోంది ! పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారి అత్యద్భుతమైన, ప్రాధమికమైన ఈ ధ్యానసూత్రం ఆత్మవిజ్ఞాన సూత్రం ఏమిటంటే - " శ్వాసే గురువు ".

" సుభాష్ పత్రి " గురువు కాదు ! " గౌతమ బుద్ధుడు " గురువు కాదు ! మరి " రమణ మహర్షి " గురువు కాదు ! " మీకు మీరే గురువు ; మీకు మీ శ్వాసే గురువు ! "

" నువ్వు " అంటే " నీ యొక్క మనస్సు " - ఆ మనస్సు అనేదే శిష్యుడు ! శ్వాస అనేదే గురువు ! శిష్యుడు గురువు దగ్గర కూర్చోవాలి. గురువు కాళ్ళ దగ్గర కూర్చోవాలి. అంటే మనస్సనేది శ్వాస దగ్గర కూర్చోవాలి ; తిష్ట వేసుకుని కూర్చోవాలి. బాగా హఠయోగ సాధన చేసేవాళ్ళయితే పద్మాసనం వేసుకుని కూర్చుంటారు. ఏ ఇతర యోగాభ్యాసమూ తెలియనివారు చక్కగా సుఖాసనం వేసుకుని కూర్చోవాలి. ఎవరి దగ్గర కూర్చుంటాం సుఖాసనం వేసుకుని - " గురువు " దగ్గర ! ఎవరు " గురువు " - శ్వాసే గురువు ! కనుక ఇక్కడ ఇంకొక మనిషి అవసరమే లేదు !

ఏకలవ్యుడికి ద్రోణుడు " నీ శ్వాసే నీకు గురువు నాయనా ! నీ శ్వాసని అభ్యసించు " అని చెప్పాడు. వెంటనే ఏకలవ్యుడు అరణ్యానికి వెళ్ళిపోయాడు. ఇక

ఏకలవ్యుడికి ఏ ద్రోణుడి యొక్క అవసరమూ లేదు. ఆయన తన శ్వాసే తన గురువుగా పెట్టుకున్నాడు. అంతా, విలు విద్యంతా నేర్చుకున్నాడు. ఎలా నేర్చుకున్నాడో మనం తెలుసుకుందాం. కనుక – మై డియర్ ఫ్రెండ్స్, మై డియర్ పిరమిడ్ మాస్టర్స్, ఆధ్యాత్మికంగా అనుభవం పొందాలంటే తెలుసుకుందాం " ఎవరయ్యా గురువు ? " అంటే – సుభాష్ పత్రి గురువు కాదు ; జీసస్ క్రైస్ట్ గురువు కాదు ; గౌతమబుద్ధుడు గురువు కాదు ; శ్రీకృష్ణుడు గురువు కాదు –

శ్వాసే గురువు !
శ్వాసే గురువు !!
శ్వాసే గురువు !!!

ఎంతవరకు మనం వచ్చామంటే, " శ్వాసే గురువు " అన్న ఆ యొక్క మూల సిద్ధాంతం వరకు మనం వచ్చాం. ఆ యొక్క సత్యం వరకు మనం వచ్చాం – ఇదే మూల ధ్యాన సిద్ధాంతం. ఈ శ్వాస – గురువుతో ఏకం కావాలి.

శ్వాస అంటే తెలుసు మీకు, అది ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాస ! ఈ ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలనే ' ఆన ', ' అపాన ' అని పాళీ భాషలో గౌతమబుద్ధుడు ఆనాటి కాలంలో అన్నాడు. కనుక ఈ ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలతో మనం ఏకం కావాలి. గురువుతో తాదాత్మ్యం చెందాలి. గురువుతో ఏకమై పోవాలి. ఈ గురువుతో ఏకమైపోవడాన్నే, – " శ్వాసే గురువు " అన్న గురువుతో ఏకమైపోవడాన్నే ... శ్వాస అంటే ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలు ... ఈ ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలు అనే శ్వాసక్రియతో ఏకమైపోవడాన్నే " ఆనాపానసతి " అన్నాడు గౌతమ బుద్ధుడు. " గురువు " ఏంటో తెలుసుకున్నాడు ఆయన. " గురువుతో ఏకం కండయ్యా " అని ప్రపంచానికంతా బోధించాడు.

గౌతమబుద్ధుడు ఎంతోమంది దగ్గరకు వెళ్ళాడు. అలారకలముడు, ఉద్ధకరామభద్రుడు ఇంకా ఎంతోమంది – వాళ్ళు " ' మంత్రము గురువు ' ; నువ్వు ' ఆహారం లేకుండా ఉండు ' అదే నీ గురువు అవుతుంది. లేకపోతే ' ఊరికే ఉపనిషత్తులు చెప్పిందే నువ్వు మననం చెస్తూండు ' " అంటూ ఎంతోమంది గురువులు ఎన్నెన్నో చెప్పారు. మరి " ముక్కు బిగపట్టుకుని ఉండు ; లేకపోతే చక్రాల మీద మనస్సును ఏకాగ్రతం చెయ్యి, భృకుటి మధ్యలో మనస్సును లగ్నం చెయ్యి " ... ఇలా ఏమిటేమిటో చెప్పారు. ఆయన పాపం అన్నీ సిన్సియర్‌గా చేసాడు. ఆయన

చేసి ఒక్కొక్కటి రాంగ్ ... " ఇది రాంగ్ " ... " అది తప్పు " ... " ఇది తప్పు " ... " అది తప్పు " ... అని తేల్చుకోవడానికి ఐదున్నర సంవత్సరాలు పట్టింది ! చివరికి సహజంగా, సరళంగా, సున్నితంగా ఉన్న శ్వాస మీదే ... ఏ కుంభకం లేని కుంభక రహితమైన కేవలం పూరక రేచకాత్మకమైన ఆ యొక్క శ్వాస మీద ఆయన ధ్యాస పెట్టాడు – ' ఆనాపానసతి ' చేసాడు.

వెంటనే ఆయనకు ' మూడో కన్ను ' తెరచుకుంది ఒక్క జాములో ! రెండవ జాములో ఆ మూడో కన్ను ద్వారా ' జన్మ పరంపర ', ' కర్మ పరంపర ' తెలుసుకున్నాడు !! మూడో జాములో ఈ ప్రపంచంలోని దుఃఖం తృష్ణ వలన అనీ, ఆ తృష్ణ అవిద్య వలన ఏర్పడుతోందనీ, ఆ అవిద్య ఆత్మజ్ఞానంతో అంతమవుతుందనీ తెలుసుకుని ఆత్మజ్ఞాన సాధనకై అష్టాంగ మార్గాన్ని కనుక్కున్నాడు ! దుఃఖ నివారణకు ఉపాయం తెలుసుకున్నాడు ! తెలుసుకుని మరి తరువాత తన జీవితం అంతా కూడానూ అందరికీ ' ఆనాపానసతి ' ధ్యానం బోధించాడు.

" నేను ఈ విధంగా సరళమైన, సున్నితమైన, స్వాభావికమైన ' శ్వాస మీద ధ్యాస ' ఉంచాను. ఇంకేదీ చేయకూడదు. మంత్రం చెప్పుకోకూడదు. ' రామ ' ' రామ ' అనుకోకూడదు. రాముని విగ్రహం మీద ధ్యాస వద్దు. ఫలానా గురువు యొక్క ముఖం మీద ధ్యాస వద్దు. కళ్ళు చిట్లించి లేకపోతే ఊపిరి బిగపట్టి కుంభకం లాంటివి చేయకూడదు " అని ఇలా ఏవేవి చేయకూడదో అన్నీ చెప్పాడు. ఒకటే చేయవలసింది అదే ' శ్వాస మీద ధ్యాస ' – ' ఆనాపానసతి '. ఎందుకంటే శ్వాస అనేదే గురువు ! బుద్ధుడు గురువు కాదని బుద్ధుడే అందరికీ చెప్పాడు. " అప్పో దీపో భవ " – " ఎవరికి వారే దీపం కావాలి ", అంటే ఏమిటి ? " నేను దీపం కాదు " అన్నాడు – " నీ శ్వాసే గురువు " అని అన్నాడాయన !

కనుక, పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క మూల సిద్ధాంతం " శ్వాసే గురువు ". ఇక్కడే మిగతా వాళ్ళకీ మనకీ తేడా ఉంటుంది. " ఆత్మే బ్రహ్మం " అని, " జీవుడే దేవుడు " అని, " దేహమే దేవాలయం " అని అందరికీ తెలుసు ! కానీ, అసలైన గురువు సంగతే తెలియదు !

" గురువే విద్య నిచ్చేది ". ఆ గురువు లేకుండా గ్రుడ్డి విద్య నడుస్తోంది ప్రపంచమంతా ! " గ్రుడ్డెద్దు చేలో పడ్డట్టు " ఉంది విషయమంతా ! ఎందుకు ఈ

ఎద్దు గ్రుడ్డిగా ఉంది అంటే, అసలు సంగతి లేదు ఇక్కడ ... " అన్నీ ఉన్నాయి కానీ అల్లుడి నోట్లో శని " అన్నట్లు ! సత్యాలన్నీ తెలుసు కానీ గురువు ఎవరో తెలియదు ! మనకి " శ్వాసే గురువు " – ఓంకారం గురువు కాదు, గాయత్రీ మంత్రం గురువు కాదు, నమాజ్, ' లాయిలాహ్ ఇల్లల్లాహ్ ' అని ఆజా పాడితే, గొంతెత్తి పాడితే ఏమీ కాదు ! మక్కాకి పోతే అక్కడ గురువు లేదు. కాశీకి పోతే అక్కడ గురువు లేదు ... అయితే ఎక్కడ ఉన్నాడు గురువు ? మన ముక్కులోనే ఉన్నాడు గురువు !

అందుకే అన్నమాచార్యుల వారు ఏమన్నారంటే " ఊపిరిలో దేవుడున్నాడు యోగీంద్రులకు ; కాయపు టూపిరిలో గని ఉన్నది " అన్నారు. చూశారా ఆయనకి ఆ రహస్యం తెలుసు ! " కాయపు టూపిరిలో గని ఉన్నది ", " ఊపిరిలో దేవుడున్నాడు యోగీంద్రులకు ". చూశారా ఈ రహస్యం అందరికీ తెలుసు. వాల్మీకికి కూడా తెలుసు. అందుకే " వాయుపుత్రుడివికా నాయనా ! పవనపుత్రుడివికా నాయనా ! మారుతీపుత్రుడివికా నాయనా ! " అన్నాడు ; దీనినే గౌతమబుద్ధుడు ' ఆనాపానసతి ' అన్నాడు.

కనుక ఈ ' శ్వాసే గురువు ' అన్నది మన అణువణువులోనూ ఇంకాలి. ఎప్పుడు మార్గదర్శకత్వం కావాలన్నా శ్వాస దగ్గరకు వెళ్ళాలి – అంటే ధ్యానం లోకి పోవాలి – అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస ఉంచాలి. 'ఆనాపానసతి'లోకి పోవాలి. కళ్ళు రెండూ మూసేసుకోవాలి ! చేతులు రెండూ కట్టేసుకోవాలి ! కాళ్ళు రెండూ కట్టేసుకోవాలి ! మస్తిష్కాన్ని కట్టేసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస ఉంచాలి ! శ్వాసే గురువు ! శ్వాస మీద ధ్యాసే మరి గురువుతో ఏకం కావడం ! మరి ఇది ఎప్పుడూ చూస్తూనే ఉండాలి.

" సమయమే సాధన "

ఎంత ఎక్కువ సమయం కేటాయిస్తే ఈ " ఆనాపానసతి " కి అంత ఎక్కువ సాధన చేసినట్లు ! కనుక ఐదవ సత్యం ఏమిటయ్యా అంటే– " సమయమే సాధన ! " ఎక్కువ సమయం సాధనకు కేటాయిస్తే ఎక్కువ సాధన జరుగుతుంది. తక్కువ సమయం కేటాయిస్తే తక్కువ సాధన జరుగుతుంది !

సంగీతం నేర్చుకునే వాడు రోజుకి ఒక గంట సాధన చేస్తే ఎంత సాధిస్తాడు ? రోజుకి ఐదు గంటలు సాధన చేస్తే ఎంత సాధిస్తాడు ? రోజుకి ఐదు నిమిషాలు సాధన చేస్తే ఎంత సాధిస్తాడు ? కనుక ఎంత సమయం కేటాయిస్తామో అంత సాధన జరుగుతుంది ! కనుక " సమయమే సాధన " అని చెప్పబడింది. అంటే, We have to allocate a lot of time for practice. " శ్వాస మీద ధ్యాస " ఉంచడానికి ఒక యోగి ... యోగి కాబోతున్నవాడు, యోగి కాదల్చుకున్నవాడు ... ఎంతో ఎక్కువ సమయాన్ని, వీలైనంత ఎక్కువ సమయాన్ని, వీలు చేసుకుని కేటాయించాలి – ' సమయమే సాధన '.

' అలా ' కళ్ళు రెండూ మూసుకుని ' ఇలా ' కళ్ళు తెరిచేస్తే లాభం లేదు ! అలా వీణ పట్టుకుని, అలా సితార్ పట్టుకుని ఇలా మళ్ళీ చాయ్ తాగడానికి హోటల్‌కి వెళ్ళిపోతే వాడు సంగీత సాధకుడు కాజాలడు కదా ! ' హోటల్ ' గురించి మర్చిపోవాలి. ' చాయ్ ' గురించి మర్చిపోవాలి. ' ఇడ్లీ ' గురించి మర్చిపోవాలి. ' భోజనం ' గురించి మర్చిపోవాలి.

త్యాగరాజస్వామి ఏం చెప్పాడంటే, " నిద్దుర నిరాకరించి తంబుర చేపట్టి " అన్నాడాయన ! నిద్దురనే నిరాకరించాలి ! రాత్రంతా కూర్చుని సాధన చేయాలి ! అలాంటి వాడే ' సాధకుడు ' అనబడతాడు ! కనుక " సమయమే సాధన " ! ధ్యానానికి ఎంత సమయం కేటాయించాలి ? అధమ పక్షంలో ఎవరి వయస్సు ఎంతుంటుందో అంత సమయం కేటాయించాలి ! అంటే, ఐదేళ్ళ పిల్లవాడు ఐదు నిమిషాలు, పదేళ్ళ పిల్లవాడు పది నిమిషాలు, ఇరవయ్యేళ్ళ పిల్లవాడు ఇరవై నిమిషాలు, ముప్పైఏళ్ళ పిల్లవాడు ముప్పై నిమిషాలు, నలభైయేళ్ళ పిల్లవాడు నలభై నిమిషాలు, యాభైయేళ్ళ పిల్లవాడు యాభై నిమిషాలు, డెబ్బైయేళ్ళ పిల్లవాడు డెబ్బై నిమిషాలు – " అధమ పక్షం " అంటే " మినిమమ్ " ! " మాక్సిమమ్ " అంటే " the sky is not the limit ". కనుక మినిమమ్ చేసే తీరాలి ! ప్రతిరోజూ చేయాలి ! దీన్నే ఏమంటామంటే మనం – సమయమే సాధన.

ఫస్ట్ గురువు ఎవరో తెలుసుకున్నాం. ఆ గురువు దగ్గర, గురువు దగ్గరే సాధన ఉంటుంది. గురువు దగ్గర కాకుండా ఇంకెక్కడ ఉంటుంది సాధన ? స్కూల్‌కి పిల్లలను పంపిస్తాం ! స్కూల్లోనే వాళ్ళు ఎన్నో నేర్చుకుంటారు. ఇంటి దగ్గర ఆడుకోవాలి.

ఇంటి దగ్గర పాడుకోవాలి. సాధనంతా స్కూల్లోనే ఉండాలి. ఇంటికి వచ్చిన తరువాత మళ్ళీ హోంవర్క్ పుస్తకాలు వాళ్ళ ముందుపెడితే అది ఇల్లే కాదు ! అది నరకంగా తయారవుతుంది ! సాధన అంతా స్కూల్లోనే ఉండాలి ! మన దగ్గర " పిరమిడ్ మాస్టర్ రామచంద్రరావు " గారున్నారు. వాళ్ళ స్కూల్ సిస్టమ్‌లో స్కూల్లోనే సాధన ఉంటుంది. వాళ్ళ విద్యార్థులకు ఇంటి దగ్గర హోంవర్కు ఉండదు ! స్కూల్లోనే అలాంటివి అన్నీ ఉంటాయి. ఇంటి దగ్గర ఆడుకోవాలి, పాడుకోవాలి ! తల్లిదండ్రులతో కలిసి మెలిసి గడపాలి ! ఇంటిదగ్గర చదువే ఉండకూడదు ! ఆ చదువంతా స్కూల్లోనే ఉండాలి – అంటే గురువు దగ్గరే సాధన ఉండాలి ! శ్వాసే గురువు ! ఆ శ్వాసను గమనించడమే ధ్యాన సాధన !

ఎంత సమయం కేటాయించాలి ? ఎప్పుడు కేటాయించాలి ? మీ ఇష్టం వచ్చిన సమయం కేటాయించవచ్చు ! వేరే ఏ పనీ లేనప్పుడు కళ్ళు రెండూ మూసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస ! ఇలా సమయం కేటాయిస్తూంటే సాధనలో మనం ముందుకు పోతూంటే ఎన్నో నొప్పులు వస్తూంటాయి ! కుండాలినీ నొప్పులు వస్తూంటాయి ! ఎన్నో జన్మలుగా చేసుకున్న పాప కర్మలన్నీ ప్రక్షాళనం చేసుకోవటానికి ముందుకు వస్తాయి ! స్క్రీన్ ముందుకు వస్తాయి ! " అయ్యో అంతకు ముందు లేని నొప్పులు ఇప్పుడు ఎక్కడి నుంచి వచ్చాయి ? " అంటారు చాలామంది ! అలా అని సాధన మానేస్తారు. సహనం లేదు వాళ్ళకి ! సంగీతం నేర్చుకోవడంలో సహనం ఉండదు ! ఐదు రోజులు నేర్చుకుంటారు ! ఐదు నెలలు నేర్చుకుంటారు; మళ్ళీ సంగీతం మానేస్తారు ! తబలా మానేస్తారు, సితార్ మానేస్తారు ! వీణ మానేస్తారు, ఎవరో కొంతమందే అలా ప్రాక్టీస్ చేస్తూ ... చేస్తూ ... చేస్తూ ... సహనంతో ఓ రవిశంకర్ అవుతారు, ఓ బిస్మిల్లాఖాన్ అవుతారు !

" సహనమే ప్రగతి "

కనుక, ధ్యానసాధనలో కూడానూ ఒక పతంజలిలా, ఒక జీసస్ క్రైస్ట్‌లా, ఒక గౌతమ బుద్ధుడిలా మనం కావాలంటే మరి ఎంత సహనం ఉండాలో ... ఎన్నో నొప్పులు వస్తూంటాయి ; వాటన్నింటినీ సహించాలి ! ఎంతో మంది తిడుతూంటారు " ఏమయ్యా ఊరికే కళ్ళు రెండూ మూసుకుని కూర్చుంటావ్ ? వేరే ఏం పని లేదా " అని అవమానం చేస్తూంటారు. అయినా కూర్చోవాలి. బయట నుంచి అవమానం

వస్తుంది. లోపల నుండి నొప్పులు వస్తాయి. అయినా కూర్చోవాలి. సహనం పాటించాలి. రియాక్ట్ అయిపోయి కోపం వచ్చేసి, మీ మీద మీకే కోపం వచ్చి మరి చుట్టుపక్కల ఉన్న వాళ్ళ మీద కోపం వచ్చేసి, అసహనంగా ఉంటే ప్రగతి అన్నది ఎంతమాత్రం ఉండదు కదా ! మానేస్తాం ప్రాక్టీస్ ! కనుక " సహనమే ప్రగతి " అన్నదే ఆరవ సిద్ధాంతం ; ఆరవ పిరమిడ్ జ్ఞాన రత్నం. " సాధనా ప్రకరణం " లోని నాలుగు రత్నాలలో మొదటి " శ్వాసే గురువు ", రెండవది " సమయమే సాధన ", మూడవది " సహనమే ప్రగతి ".

మిలారెపా తన గురువు మార్పా దగ్గర ఎంత సహనం ప్రాక్టీస్ చేసాడో మీకు తెలుసా ? ఈ మార్పా అనే గురువు మిలారెపా చేత ఇల్లు కట్టించాడు. " ఇల్లు కడ్తే ధ్యానం గురించి చెప్తాను " అన్నాడు. పాపం మిలారెపా ఇల్లు కట్టాడు. మళ్ళీ కట్టిచ్చిన ఇల్లంతా " కూలద్రోయి " అన్నాడు. కూల్చేసాడు. " మళ్ళ అక్కడ ఇంకోటి కట్టు " అన్నాడు. ఇంకోటి కట్టాడు. పాపం వీపులన్నీ రాళ్ళు మోసి మోసి చిట్లిపోయి రక్తం కారుతోంది. ఆ మార్పా భార్య " అయ్యో పాపం అలా చేస్తున్నాడే " అని బాధపడితే, " మరి నువ్వు బాధపడితే అతని పాపం ప్రక్షాళన కావాలి కదా " అనే వాడు. పాప ప్రక్షాళన కావాలంటే వీపు రక్తం చిట్లాలి. అతనికి అసహనం ఉంటే గురువు దగ్గర్నుంచి పారిపోతాడు. సహనం వున్నవాడే గురువు దగ్గర ఉంటాడు.

మార్పా – మిలారెపాల ఆ కథ చదవని వాళ్ళు ధ్యానసాధన చేయనేకూడదు ! ధ్యాన సాధన చేయాలంటే, జ్ఞానం పొందాలంటే ఆ మిలారెపా యొక్క జీవిత చరిత్ర చదివే తీరాలి ! ఎక్కిరాల భరద్వాజ గారు " టిబెట్ యోగి మిలారెపా చరిత్ర " అనే చక్కటి పుస్తకం వ్రాశారు, దయచేసి అందరూ ఈ మిలారెపా పుస్తకం చదవండి !

కనుక, అలాంటి సహనమే ప్రగతి ! క్రికెట్ నేర్చుకోవాలి అంటే, అందులో ప్రగతి సాధించాలి అంటే, సహనం అన్నది తప్పనిసరిగా కావాలి. సంగీతం నేర్చుకోవాలంటే సహనం కావాలి. ఈ రికార్డింగ్ చేయాలంటే ఎంతో సహనం ఉండాలి. కనుక ధ్యానసాధనలో కూడానూ ఎంత సహనం ఉండాలో మరి చెప్పనలవి కాదు. కనుక శ్వాసే గురువు ; సమయమే సాధన ; సహనమే ప్రగతి.

" అనుభవమే జ్ఞానం "

ఇలా సహనంగా మనం సాధన చేస్తూ చేస్తూ ఉంటే ఎన్నో అనుభవాలు వస్తాయి ! లోపల శక్తి సంచారం జరుగుతుంది ! శక్తి క్షేత్రం ఉత్తేజితం అవుతుంది ! మూడోకన్నులో కొన్ని కొన్ని రంగులు కనబడతాయి ! చెట్లు కనబడతాయి ! గుడులు కనబడతాయి ! గెడ్డం గాళ్ళు కనబడతారు ! ఎవరెవరో చనిపోయిన వాళ్ళంతా కనబడుతూంటారు ! వాళ్ళు ఫస్టు ఏదో మాట్లాడడానికి ప్రయత్నిస్తారు ! మనకి వినపడదు ! వాళ్ళు మాట్లాడుతూంటారు గానీ మనకు వినపడదు ! ఎందుకంటే మన దగ్గర తగిన శక్తి ఉండదు ! తరువాత మెల్లిమెల్లిగా వినడపటం మొదలవుతుంది ! తరువాత సూక్ష్మశరీరంతో మనల్ని వాళ్ళు అన్ని లోకాలూ తిప్పుతారు. మన జన్మలన్నీ చూపిస్తారు. వీటినే అనుభవం అన్నాం. ఈ " అనుభవమే జ్ఞానం " అన్నదే పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలలో ఏడవ రత్నం.

" జన్మలు వున్నాయి " అని చెప్పేసి పుస్తకాలు చదివి, గ్రంథపరంగా తెలుసుకోవటం కాదు. ధ్యానసాధనలో దివ్యచక్షువును ఉత్తేజితపరచుకుని మన జన్మలన్నీ మనం చూడాలి – అదే అనుభవం. అదే జ్ఞానం. భగవద్గీతలో శ్రీ కృష్ణుడు అన్నాడు :

" బహూని మే వ్యతీతాని జన్మాని తవ చార్జున ।
తాన్యహం వేద సర్వాణి న త్వం వేత్థ పరంతప ॥ "

" అర్జునా ! నువ్వూ నేనూ ఎన్నో జన్మలు ఎత్తాం ! నాకు నా జన్మలన్నీ తెలుసు ! నీకు ఏమీ తెలియదు ! "

కృష్ణుడికి ఎలా తెలుసు ? ఆయన కళ్ళు రెండూ మూసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస ఉంచి గంటలు గంటలు ఉన్నాడు చిన్నప్పట్నుంచే ! సాందీప మహర్షి దగ్గరే అంతా నేర్చుకున్నాడు. కానీ, మనం చిన్నప్పుడు ఏమీ నేర్చుకోలేదు ; పెద్దగా అయిన తరువాత కూడా నేర్చుకోలేదు ! చచ్చిపోయే వరకు నేర్చుకోం మనం ! అలా ఉన్నాయి తగలబడ్డ మన జీవితాలు ! జ్ఞానం లేకుండా పెరుగుతున్నాం. జ్ఞానం లేకుండా చస్తున్నాం. మళ్ళీ మళ్ళీ పుడుతున్నాం. ." పునరపి జననం పునరపి మరణం ! " ఎంత వరకు మనం జ్ఞానపరంగా పెరగమో, ఎప్పటివరకు జ్ఞానంతోనే మనం చావమో అంతవరకు ఈ జన్మ పరంపర కొనసాగుతూనే ఉంటుంది.

" అనుభవమే జ్ఞానం ! " భగవద్గీత పారాయణం ద్వారా వచ్చినది జ్ఞానం కాజాలదు. బైబిల్ చదవడం ద్వారా వచ్చినది జ్ఞానం కాజాలదు. అనుభవం ద్వారా వచ్చినదే జ్ఞానం. అనుభవమే జ్ఞానం. కనుకనే కృష్ణుడు చెప్పాడు " నాయనా! అర్జునా! యోగివికా ! " – " యోగీభవ అర్జున " ... అని.

" తపస్విభ్యోధికో యోగీ జ్ఞానిభ్యోపి మతోధికః ।
కర్మిభ్యశ్చాధికో యోగీ తస్మాత్ యోగీ భవార్జున ॥ "

కనుక యోగం అంటే సాధన – యోగసాధన, ధ్యానసాధన ! "యోగం" అంటే " కలయిక " – శ్వాస తో కలయిక ! శ్వాసతో కలిస్తే మిగతా అన్నింటి దగ్గరకూ తానే తీసుకువెళ్తుంది – ట్రెయిన్‌లో టికెట్ తీసుకుని కూర్చుంటే, జగిత్యాలలో కూర్చుంటే ఆ ట్రెయిన్ మెల్లిగా తనంతట తానుగా ఢిల్లీ చేరిపోతుంది. ట్రెయిన్ దిగకుండా ఉండాలి అంతే. అలాగే " శ్వాస మీద ధ్యాస " అనేది ట్రెయిన్ ! అందులో కళ్ళు రెండూ మూసుకుని కూర్చుంటే ఆ ట్రెయినే, ఆ శ్వాసే, ఆ ధ్యాసే మరి అన్నీ చూపిస్తుంది మనకి ! ఢిల్లీకి తీసుకెళ్ళిపోతుంది.

కనుక శ్వాసే గురువు. అన్ని అనుభవాలూ కిటికీలోంచి చూస్తూంటాం. భోపాల్ వస్తుంది, మళ్ళీ పోతుంది. మళ్ళీ ఆగ్రా వస్తుంది. కిటికీలోంచి అన్ని అనుభవాలూ కనబడుతూంటాయి. చివరికి ఢిల్లీకెళ్తాం – ఆ అనుభవమే జ్ఞానం. ఇంటిదగ్గర జగిత్యాలలో కూర్చుని మ్యాప్‌లో చూస్తూ " ఇది భోపాల్ ", " ఇది ఆగ్రా ", " ఇది ఢిల్లీ " ... అంటే అది అనుభవం కాజాలదు. పరిచయం వుంది కానీ అనుభవం లేదు. మనం నిజమైన ట్రెయిన్‌లో ఎక్కాలి.

అలాగే పుస్తకాలలో " నువ్వు శరీరం కాదు ; నువ్వు ఆత్మ " ; " నీకు ఎన్నో జన్మలున్నాయి " ; " మూడో కన్ను ఉంది " అంటే ఏం లాభం ? మనం అనుభవపూర్వకంగా వాటినన్నింటినీ తెలుసుకోవాలి. పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ వారు అందరికీ అనుభవం ఇవ్వటం కోసమే అందరినీ ధ్యానంలో కూర్చోబెడుతూంటారు. కళ్ళు రెండూ మూయిస్తూంటారు. ఇప్పటికే ఎంతోమంది వేలమంది, లక్షలమంది, ఆత్మ అనుభవం పొందారు ; వాళ్ళ వాళ్ళ గత జన్మలు తెలుసుకున్నారు.

డాక్టర్ సత్యనారాయణమూర్తి గారు మరి వశిష్ఠుడితో మాట్లాడారు! T. మురళీధర్ గారు తన జన్మలన్నీ తెలుసుకున్నారు ! మూడోకన్నుని మరి ఉత్తేజిత పరచుకున్నారు. T. మురళీధర్ గారి భార్యామణి మరి మేడమ్ లక్ష్మి గారు " ఇంత పెద్ద మూడో కన్ను " తెరచుకుని రోజూ అన్ని లోకాలు తిరిగి వస్తూనే ఉంటారు! దీని పేరే – " అనుభవమే జ్ఞానం ", అదీ జ్ఞానం అంటే ! అంతేగానీ చిన్మయానంద దగ్గరకి వెళ్ళాం అనుకోండి ఆయన భగవద్గీత శ్లోకాలు వల్లిస్తారు కానీ ఆయనకి అనుభవం లేదు. " మీరు మీ జన్మలు చూసుకున్నారా ? " అంటే ఆయన " అబ్బే నాకేం తెలీదు " అంటాడు. " మీకు మూడో కన్ను ఉందా ? " అంటే, " అబ్బే నాకు లేదు " అంటాడు చిన్మయానంద. కానీ ఈ T. మురళీధర్ అంటాడు " ఆహా ...! అవును ! మూడోకన్నుతో నేను అన్నీ చూసుకున్నాను ". అంటే ఎక్కడ చిన్నయానంద, ఎక్కడ T. మురళీధర్ ?! కనుక, పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్లందరూ అపారమైన అనుభవంతో ఉన్న సద్విజ్ఞానులు.

కనుక " శ్వాసే గురువు ", " సమయమే సాధన ", " సహనమే ప్రగతి ". " అనుభవమే జ్ఞానం ". ఇదీ సాధనా ప్రకరణం. మొట్టమొదటిగా "జ్ఞాన ప్రకరణం" చెప్పాను అవి మూడు ... " ఆత్మే పరబ్రహ్మం ". " జీవుడే దేవుడు ". " దేహమే దేవాలయం" – ఈ జ్ఞానం ఈ మూడింటి జ్ఞానం ఎలా వస్తుంది ? అనుభవిస్తే వస్తుంది ! కనుక, " అనుభవమే జ్ఞానం " అన్నాం కదా. ఏమిటి ఆ జ్ఞానం, మొట్టమొదట్లో చెప్పిన మూడు స్టేట్‌మెంట్సే. ఈ యొక్క అనుభవం వచ్చిన తరువాత మనం ప్రాక్టికల్‌గా ఈ జ్ఞాన ప్రకరణను తెలుసుకుంటాం.

కృష్ణుడు ఏం చెప్పాడంటే భగవద్గీతలో, " నేను క్రొత్తగా చెప్తున్నది ఏమీ లేదు; ఉపనిషత్తులలో చెప్పిందే నేనూ చెప్తున్నాను ". అంటే ఆ ఉపనిషత్‌కారులందరూ, ఆ యోగులందరూ ఇదే దర్శించారు. ఈ జ్ఞానాన్నే తెలుసుకున్నారు. ఎవరు తెలుసుకున్నా ఈ జ్ఞానాన్నే తెలుసుకోవాలి. ఎవరు ఎంత ధ్యానసాధన చేసినా చివరికి ఈ జ్ఞానం దగ్గరికే వస్తారు. కనుక, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ కూడానూ ఆ మూడు సత్యాలనే తెలుసుకున్నవారు.

" నేనే అంతా ", " జీవుడే దేవుడు ", " దేహమే దేవాలయం " అనే జ్ఞాన రత్నాలను ఎలా తెలుసుకున్నారు వీరు ? " శ్వాస " అనే గురువు దగ్గరకి వెళ్ళి

ఎంతో సమయం కేటాయించి, ఎంతో సహనం చూపించి, ఎన్నో బాధలను ఓర్చుకుని, ఎన్నో అనుభవాలను సంపాదించి ఆ జ్ఞానాన్ని పొందారు. జ్ఞాన ఫలాన్ని పొందారు.

కర్మ ప్రకరణం

పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాల్లో

" మూడు + నాలుగు + రెండు = తొమ్మిది " అని చెప్పాం.

" దానమే ధర్మము "

కనుక, జ్ఞానం పొందిన తరువాత ఏం చేస్తాం మనం ? మనకున్న జ్ఞానాన్ని దానం చేయాలి ! ఫీజు తీసుకుని చేసేది " వ్యాపారం ", ఫీజు తీసుకోకుండా ఇచ్చేది " దానం " అంటాం ! కనుక ఎప్పుడూ కూడానూ పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ అందరికీ ' ఆనాపానసతి ' ధ్యానాన్ని బోధిస్తూనే ఉంటారు. తమ అనుభవాలను వివరిస్తూనే ఉంటారు. " ధ్యానానికి సమయం కేటాయించవయ్యా " అని అందరితో చెప్తూంటారు; " సహనంతో ముందుకు పోవయ్యా " అని చెప్తూంటారు. తమ జ్ఞానాన్ని దానం చేస్తూంటారు.

వస్త్రదానం కన్నా, అన్నదానం కన్నా మరి జ్ఞాన దానం ఎంత శాశ్వతమైనదో, ఎంత గొప్పదైనదో ! కనుక జ్ఞానం ఉన్నవాడు జ్ఞాన దానానికి పూనుకుంటాడు. జ్ఞానదానానికి పూనుకోని జ్ఞానం జ్ఞానమే కాదు. జ్ఞాన దానానికి వెంటనే పూనుకున్న ఆ జ్ఞానమే " జ్ఞానం ". కనుక పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ ఇవాళ అనుభవం వస్తే రేపట్నుంచే అందరికీ చెప్పటం మొదలు పెడుతూంటారు. కనుక ఎనిమిదవ పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నం ఏమిటంటే - " దానమే ధర్మం ".

సంగీతం వచ్చినవాడు సంగీతాన్ని దానం చేయాలి. డబ్బున్నవాడు డబ్బుని దానం చేయాలి. క్రికెట్ వచ్చినవాడు క్రికెట్ అందరికీ నేర్పించాలి. వంట వచ్చినవాడు అందరికీ వంట చేసి పెడుతూండాలి. మరి రికార్డింగ్ వచ్చినవాళ్ళు అందరికీ ఫ్రీగా రికార్డింగ్ చేస్తూండాలి. దానం చేయాలి - కనుక " దానమే ధర్మం ". మరి నా యొక్క ధ్యానాన్ని అందరికీ నేను దానం చేయటం లేదూ ... ఎవరైనా ఏదైనా

తమంతట తాము ఇస్తే ప్రతిఫలంగా తీసుకోవాలి. " లేనిది కోరరాదు; ఉన్నది కాదనరాదు ". " వస్తూంటే వస్తోందిరా అని సంబర పడరాదు. పోతూంటే అయ్యో పోతోంది అని బాధపడరాదు " - అదీ జ్ఞాని వ్యవహరించే విధానం.

ఇంకొకసారి చెప్తాను, " లేనిది కోరరాదు, ఉన్నది కాదనరాదు; వస్తూంటే వస్తూందిరా అని సంబర పడరాదు ; పోతూంటే అయ్యో పోతోందిరా అని బాధపడరాదు " - జ్ఞానం అంటే అది ! జ్ఞాని ఈ లోకంలో వ్యవహరించే తీరు అది.

" దానమే ధర్మం " అని నిశ్చయంగా తెలుసుకోండి ! కనుక వారానికి ఒక రోజు దానం కాదు ! నెలకి ఒకరోజు దానం కాదు ! టైమ్ పెట్టుకుని దానం కాదు ! " నువ్వు పొద్దున్నే వచ్చావేంటయ్యా ? సాయంత్రం రా ... దానం చేస్తాను " అంటే, రామచంద్రా ... మీరు సాయంత్రం వరకు ఉంటారా, వాడు ఉంటాడా ! మీరు మధ్యాహ్నం కల్లా చచ్చిపోవచ్చేమో ఇంకెప్పుడు దానం చేస్తారు ? " కాల్ కరేసో ఆజ్ కర్, ఆజ్ కరేసో అబ్ పల్ మే ప్రళయ్ హోయేగా ఫిర్ కరోగే కబ్ ? " - మై డియర్ ఫ్రెండ్స్ ! దానం ఎప్పుడు చేయాలంటే " ఇప్పుడే " చేయాలి ; ఎక్కడ చేయాలంటే " ఇక్కడే " చేయాలి.

" ధర్మమే పుణ్యం "

ఇకపోతే, అనునిత్యం దానం చేయడమే, అనునిత్యం ధర్మం చేయడమే పుణ్యం అదే " ధర్మమే పుణ్యం " అనే తొమ్మిదవ రత్నం ! ఇప్పటికి మనం తొమ్మిదవ రత్నం దగ్గరికి వచ్చాం. " నవరత్నం " దగ్గరకి వచ్చాం. గుర్తుంచుకోండి, " నవరత్నం " ఏంటయ్యా అంటే - " పుణ్యం ". " అబ్బా వాడు పుణ్యాత్ముడురా " అంటాం. మరి మనం అపుణ్యాత్ములం ! వాడెందుకు పుణ్యాత్ముడు ? వాడు ఎప్పుడూ దానంలోనే ఉంటాడు. ఎప్పుడూ ధర్మంలోనే వుంటాడు కనుక " పుణ్యాత్ముడు ".

మనం " రేపు దానం చేద్దాంలే ! రేపు ధర్మం చేద్దాంలే ! ఇవాళ దుప్పటి కప్పుకుని పడుకుందాంలే ! ఇవాళ జేబు మటుకు మనకు నిండా ఉండాలి ! జేబు ఖాళీ కాకూడదు, రేపు చేద్దాం దానం " అనుకుంటూంటాం. మనం అపుణ్యాత్ములం.

ఎప్పుడూ దానం లోనే, ధర్మం లోనే అనుక్షణం ఉండేవాడే "పుణ్యాత్ముడు"! " వాడు పుణ్యాత్ముడురా ... ఎప్పుడు, ఏ సమయంలోనైనా వెళ్ళు వాడు కాదనడు "

– మురళీధర్ గారున్నారు అల్వాల్‌కి రాత్రి రెండు గంటలకి వెళ్ళండి ఆయన ధ్యానం నేర్పిస్తాడు ! వాళ్ళ ఇల్లు ఎప్పుడూ తెరిచే వుంటుంది, ఎంతమంది వెళ్ళినా సరే ! " పుణ్యాత్ముడు " T. మురళీధర్ ! మరి డాక్టర్ సత్యనారాయణమూర్తి జగిత్యాల పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ఫౌండర్, " పుణ్యాత్ముడు " ఆయన ! ఎప్పుడెళ్ళినా చెప్తూంటాడు. ఒక పక్కన డాక్టరే, కానీ ఎప్పుడు వెళ్ళినా ధ్యానం నేర్పించమంటే మేడపైకి ఎక్కి అక్కడ ఉన్న పిరమిడ్ అవన్నీ చూపిస్తూంటాడు – పుణ్యాత్ముడన్నమాట !

వేమన ఏమన్నాడంటే,

" ఉప్పు కప్పురంబు నొక్క పోలిక నుండు
చూడ చూడ రుచుల జాడ వేరు
పురుషులందు పుణ్యపురుషులు వేరయా
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ ! "

కనుక, మనం పురుషులలో పుణ్య పురుషులం కావాలి ! పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ కూడానూ పుణ్య పురుషులు ! ఈ భూమి అంతా కూడానూ పుణ్య పురుషులు కావాలి ! అందుకోసమే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ వారు 2004 సంవత్సరం కల్లా " ధ్యానాంధ్రప్రదేశ్ " కావాలి ! మరి 2008 సంవత్సరం కల్లా " ధ్యాన భారత్ " కావాలి ! ప్రపంచం అంతా కూడానూ 2012 సంవత్సరం కల్లా " ధ్యాన జగత్ " కావాలి ! అని చెప్పేసి కంకణం కట్టుకుని ఉన్నవారు.

అందరూ ద్రష్టలు కావాలి ! అందరూ యోగీశ్వరులు కావాలి. ఒక్క కృష్ణుడే యోగీశ్వరుడు కాదు ! అందరూ యోగీశ్వరులు కావాలి ! కనుకనే ఈ రోజు మనం పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలు అన్న పిరమిడ్ ఫిలాసఫీని గురించి తెలుసుకున్నాం !

ఇంకొకసారి రిపీట్ చేస్తాను. " ఆత్మే పరబ్రహ్మం " అన్నది మొట్టమొదటిది. " జీవుడే దేవుడు " రెండవది. " దేహమే దేవాలయం " ఇంకొక దేవాలయం ఎక్కడా లేదు. Don't go to any mandir; don't go to any maszid; don't go to any church thinking that ... that is the 'only' temple ! No ! అన్ని దేవాలయాలూ ఒక్కటే ! అన్ని మసీదులూ ఒక్కటే ! అన్ని చర్చ్‌లూ ఒక్కటే ! నిజానికి అక్కడ చక్కటి వాతావరణం ఉంటుంది. అక్కడికి పోయి చేయవలసింది ధ్యానం. పూజలూ, వ్రతాలూ కాదు.

అమ్మలక్కల కబుర్లు అంతకన్నా కాదు. దేహమే దేవాలయం. మరి " శ్వాసే గురువు ". " సమయమే సాధన ". ఎక్కువ సమయం ధ్యానానికి కేటాయిద్దాం. సాధనా క్రమంలో సహనం చూపిద్దాం ! ఎన్నో నొప్పులూ, అవమానాలూ వస్తూంటాయి. Physical pain వస్తూంటుంది. Mental anguish వస్తూంటుంది. అందరూ చీదరించుకుంటారు. అయినా సహనంగా ప్రగతి సాధించాలి.

అనుభవాలు ఒకదాని తరువాత ఒకటి వస్తూనే ఉంటాయి ! ఆ " అనుభవ సారమే జ్ఞానం " ! జీవితం మారిపోతూంటుంది ! చెడు అలవాట్లు పోతాయి ! మంచి అలవాట్లు వస్తాయి ! బాగా మాట్లాడలేనివాడు ఇక బాగా మాట్లాడతాడు ! బాగా వ్రాయలేని వాడు ఇక బాగా వ్రాస్తాడు. బాగా చదవలేని వాడు ఇక బాగా చదువుతాడు. అనారోగ్యంతో ఉన్నవాడికి ఇక ఆరోగ్యం వస్తుంది. ఇవన్నీ అనుభవాలు.

ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుంది. ఇది చక్కటి అనుభవం. కనుక " అనుభవమే జ్ఞానం ". " ఏ పనైనా చేయగలం " అన్న భావన ఉదయిస్తుంది. అన్నీ టకటకా జరిగిపోతూంటాయి. వెదకబోయిన తీగ కాలికి చుట్టుకుంటుంది. అలాంటి అనుభవాలు ఎన్నో వస్తూంటాయి. కనుక ఇవన్నీ వెరసి " అనుభవం ". జ్ఞానం వచ్చిన తరువాత మనకి ఏదైతే అనుభవం అయిందో అది మన నోట్లోంచి విస్తారంగా అందరికీ ప్రదానం చేస్తూండాలి. కనపడిన ప్రతి వాళ్ళకూ " మనం ఇదయ్యా బాబు " అంటూ ఈ నవరత్నాల గురించి చెప్పాలి.

పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ ప్రతి మనిషికీ జ్ఞాన నవరత్నాల గురించి చెప్పాలి. " రాముడు దేవుడు ; కానీ నువ్వు పనికిమాలిన వాడివికాదు – నువ్వు కూడా దేవుడు. కృష్ణుడు దేవుడు ; కానీ నువ్వు పనికిమాలిన వాడివి కావు – నువ్వు కూడా దేవుడు " అని చెప్పాలి చిన్నప్పట్నుంచే చిన్నపిల్లలకు " నువ్వు దేవుడవోయ్ " అని చెప్పాలన్నమాట. చెప్పి " నీ శ్వాస మీద నీ ధ్యాసను ఉంచు " అని మార్గం చూపించాలి. వాళ్ళతో పాటుగా కూర్చుని ధ్యానం చేయించాలి. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ అన్ని స్కూళ్ళ దగ్గరకి వెళ్ళి ఈ నవరత్నాల గురించి చెప్తూ – ఒక్క ముక్క చెప్తే చాలు వాళ్ళ బుర్రల్లోపలికి వెళ్ళిపోతుంది. పదిసార్లు చెప్పక్కర్లే.

చిన్న పిల్లలు స్వచ్ఛమైన మనస్సు ఉన్నవాళ్ళు. ఒకమాట చెప్తే వాళ్ళకి అందుకుంటుంది. జీవితం అంతా బాగుపడిపోతారు – కనుక అందరు పిరమిడ్

మాస్టర్స్ చక్కగా అందరి దగ్గరికీ వెళ్ళి ముఖ్యంగా పిల్లల దగ్గరకి వెళ్ళి ఈ యొక్క నవరత్నాల గురించి చెప్పి వాళ్ళ చేత సాధన చేయించాలి. రెండు మూడు సార్లు సాధన చేయిస్తే జీవితమంతా వాళ్ళే దాన్ని పట్టుకుంటారు.

ఈ రోజు హైదరాబాదులో ఈ పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ గురించి తెలుసుకున్నాం మనం. పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలను గురించి తెలుసుకున్నాం. పిరమిడ్ జ్ఞాన నవరత్నాలను గురించి తెలుసుకున్నాం. పిరమిడ్ పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాల గురించి మనం ఇంతకు పూర్వమే తెలుసుకున్నాం - వేరే ప్రవచనంలో ఇంతకు ముందే తెలుసుకున్నాం.

కనుక, " పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ " అంతా ఈ పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాల్లోనూ, ఈ యొక్క నవరత్నాల్లోనూ ఇమిడి ఉంది. కనుక, " ఏమిటయ్యా ... మీరు ఏం చేస్తూంటారు ? మీ ఫిలాసఫీ ఏంటి ? " అంటే - పద్దెనిమిది సూత్రాల కార్యక్రమమే అది. మనం ఏం చేస్తూంటామో తెలియజేసేవే పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాలు. మనం పొందిన జ్ఞానప్రకాశం ఈ యొక్క తొమ్మిది నవరత్నాలు. మరి ఇంక అందరం ధ్యానంలోకి, ధ్యాన ప్రచారంలోకి, జ్ఞానం లోకి, జ్ఞాన ప్రచారం లోకి వెళ్ళిపోదామా ? ఆంధ్రరాష్ట్రాన్ని ప్రప్రథమంగా 2004 కల్లా " ధ్యానాంధ్రప్రదేశ్ " గా చేద్దామా ?

- బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ - 2

పిరమిడ్ ఫిలాసఫీ - 2

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క ప్రతి ప్రచురణలోనూ తప్పకుండా, రిపీటెడ్‌గా కనిపించే అంశం ఈ 18 పిరమిడ్ మాస్టర్ల ఆదర్శ సూత్రాలు.

ఈ ఆదర్శసూత్రాలు పిరమిడ్ మాస్టర్లపై రుద్దిన ' నీతిసూత్రాలు ' కావు! బ్రహ్మర్షి పత్రీ గారి పరిచయ భాగ్యంతో, పిరమిడ్ మాస్టర్లుగా మారిన ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో, వారి జీవన రీతిలో పుష్పించిన పుష్పాలే ఈ 18 ఆదర్శ సూత్రాలు !

పిరమిడ్ మాస్టర్లు ఒక నియమంగానో లేక వేరే ఏవైనా భయాలతోనో వీటిని పాటించడం లేదు, అయినప్పటికీ ధ్యాన సాధన ప్రారంభించిన అచిరకాలంలోనే ఈ 18 పాయింట్స్ వారి జీవితంలో ఓ అంతర్భాగం అయిపోతున్నాయి !

ఇదంతా ఖచ్చితంగా ' ఆనాపానసతి ' ధ్యానం మహాత్మ్యమే ! ఇదంతా ' ఆనాపానసతి ' ధ్యానాన్ని విస్తృతంగా జన సామాన్యపు జీవితాల్లో ప్రవేశపెట్టిన అపర బుద్ధుడు ' బ్రహ్మర్షి సుభాష్ పత్రీ ' గారి మహత్యమే !!

ఇప్పుడు మీరు చదవబోయే ఈ ఆర్టికల్‌లో బ్రహ్మర్షి సుభాష్ పత్రీ గారు ఈ 18 ఆదర్శసూత్రాలను సవివరంగా వివరించారు.

- సంపాదకుడు

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్ల (18) ఆదర్శసూత్రాలు

ఈ రోజు మరొకసారి మనం పిరమిడ్ మాస్టర్లకు వర్తించే పద్దెనిమిది ఆదర్శ సూత్రాల గురించి సవివరంగా తెలుసుకుందాం.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ ఈ యొక్క వర్తమాన ప్రపంచంలో క్రొత్త ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానయుగాన్ని స్థాపిస్తున్నాయి.

పాత మతాల నుంచి విడివడిపోయి క్రొత్త ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్నీ, స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్‌నూ పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ ద్వారా మనం స్థాపిస్తున్నాం ఇక్కడ.

ప్రప్రథమంగా మన రాష్ట్రంలోనూ, మరి ఇతర రాష్ట్రాలలోనూ, మన యావత్ భారతదేశం లోనూ, మన ప్రపంచం మొత్తం లోనూ, మనం ఈ యొక్క నవ్య ఆధ్యాత్మికతను, పక్వమైన స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్‌ను, పూర్ణ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని ఈ పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాల ఆధారంగా మనం వ్యాప్తం చేస్తున్నాం. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ ఈ పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాలకు అనుగుణంగా తమ తమ జీవితాలను మార్చుకుంటూండాలి ! అన్ని పాయింట్లలోనూ మనం ముందడుగు వేసి ఈ పద్దెనిమిది ఆదర్శ సూత్రాల ద్వారా మన సమజానికి మనం ఆదర్శప్రాయులం అవుదాం !

(1)

" సరియైన ధ్యానం ... ఆనాపానసతి ... క్రమం తప్పకుండా ధ్యానం చేయాలి. ఆనాపానసతి ధ్యానాన్ని అందరిచేతా చేయించాలి. "

ఇది మొట్టమొదటిది ; అందరికీ తెలిసిందే ... సరియైన ధ్యానరీతిలో 'ధ్యానం' చేయడం.

గౌతమ బుద్ధుడు తన అష్టాంగమార్గంలో, " విద్య పొందడానికి వున్న ఎనిమిది సూత్రాలు 1. ' సరియైన దృక్పథాలు " 2. ' సరియైన కోరికలు ' 3. ' సరియైన వాక్కు ' 4. ' సరియైన క్రమశిక్షణ ' 5. ' సరియైన జీవనోపాయం ' 6. ' సరియైన శ్రద్ధ ' 7. ' సరియైన ఏకాగ్రత ' చివరికి 8. ' సరియైన ధ్యానం ' అని చెప్పాడు.

' సరియైన ధ్యానం ' అని ఆయన ఎందుకు అన్నాడంటే, " సరి కాని ధ్యానాలు " ప్రపంచవ్యాప్తంగా లెక్కలేనన్ని ఉన్నాయి కనుక ! అప్పటికీ ఇప్పటికీ ఎన్నో సరికాని ధ్యానాలు !

కనుకనే సరియైన ధ్యానం గురించి ఆయన నొక్కి చెప్పడం జరిగింది. కనుక ' సరియైన ధ్యానం ' అనేది పిరమిడ్ ఆదర్శ సూత్రాలలో ప్రప్రథమం – అదే ' ఆనాపానసతి ' !

' ఆన ' అంటే ఉచ్ఛ్వాస ; ' అపాన ' అంటే నిశ్వాస ; ' సతి ' అంటే కూడుకుని ఉండడం. మన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలతో మనం కూడుకుని ఉండాలి. ఏ మంత్ర జపమూ చేయరాదు. మనస్సులో ఏ రూపమూ పెట్టుకోరాదు.

కనుక ' ఆనాపానసతి ' ధ్యానమే సరియైన ధ్యానం, దాని ద్వారానే సరియైన జ్ఞానం వస్తుంది. సరియైన సిద్ధులు వస్తాయి ; సరియైన సమాధి స్థితి వస్తుంది ; సరియైన దివ్యచక్షువు లభిస్తుంది ; సరియైన సూక్ష్మశరీర యానం లభిస్తుంది. మన గత జన్మలన్నీ తెలుస్తాయి.

మనం సరియైన ధ్యాన అభ్యాసం చేస్తూ అందరినీ ఆ సరియైన ధ్యాన అభ్యాసం లోనే ప్రవేశపెట్టాలి. మనం ఒక ప్రక్కన స్వయంగా చేస్తూ ఇంకొక ప్రక్కన అందరి చేతా చేయిస్తూ ఉండాలి ' ఆనాపానసతి ' ధ్యాన అభ్యాసం.

మరి ధ్యానం ఏ సమయంలోనైనా చేసుకోవచ్చు ! హాయిగా కూర్చుని కళ్ళు రెండూ మూసుకుని శ్వాస మీదే ధ్యాస ఉంచాలి.

ఏ మంత్రోచ్చారణా లేకుండా, ఏ రూపధారణా లేకుండా ఎవరి వయస్సు ఎంత వుందో అన్ని నిమిషాలు ఖచ్చితంగా కళ్ళు రెండూ మూసుకుని ' శ్వాస మీద ధ్యాస ' ఉంచాలి.

రోజుకు ఒక్కసారి కనీసం చేయాలి. అయినా ఎంత ఎక్కువగా మనం ధ్యానాభ్యాసం చేసుకుంటే అంత ఎక్కువగా ఫలితాలు వస్తాయి. కనీస పక్షంగా ఎవరి వయస్సు ఎంత ఉంటుందో అన్ని నిమిషాలు ప్రతిరోజూ చక్కగా, హాయిగా కళ్ళు రెండూ మూసుకుని విధిగా కూర్చోవాలి.

ఇదే ' సరియైన ధ్యాన పద్ధతి '. ఆదర్శ సూత్రాలలో, పద్దెనిమిది ఆదర్శ సూత్రాలలో ప్రప్రథమమైనది ' ఆనాపానసతి ' ... సరియైన ధ్యాన పద్ధతి.

②

" ఆత్మజ్ఞాన పుస్తకాలను చదవడం ! ఉదా : స్వామి రామా, యోగానంద పరమహంస, ఓషో, లోబ్‌సాంగ్ రాంపా, కాస్టెనెడా, జేన్‌రాబర్ట్స్, రిచార్డ్‌బాక్, అనీబిసెంట్, లిండా గుడ్‌మాన్, దీపక్‌చోప్రా, బ్రియాన్ వైస్ ... తదితర గ్రంథాలు. వాటినే అందరిచేతా చదివించడం. "

ఇకపోతే రెండవది ... సరియైన ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలను చదవడం.

సరియైన ఆధ్యాత్మిక మాస్టర్లనే చదవడానికి ఎంచుకోవాలి ! అంటే, నూటికి నూరు పాళ్ళు సరియైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుల పుస్తకాలనే చదవాలి !

' తొంభై ఎనిమిది పాళ్ళు ' సరిగ్గా ఉన్నా, ఆ రెండు పాళ్ళూ సరిగ్గా లేకపోతే మనకు ఫలితాలు రావు ! కనుక నూటికి నూరుపాళ్ళు సరియైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞుల పుస్తకాలు చదవాలి !

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్లకు ఈ ' స్వాధ్యాయం ' అన్నది అత్యంత ముఖ్యమైనది. ఎవరి పుస్తకాలు చదవాలంటే ... ముఖ్యంగా అనీబిసెంట్, లెడ్‌బీటర్, థియోసాఫికల్ సొసైటీ పుస్తకాలు, బ్లవాట్‌స్కీ, కల్నల్ ఆల్కాట్ అలాగే మరి లోబ్‌సాంగ్ రాంపా వారి పుస్తకాలు, లిండా గుడ్‌మాన్ పుస్తకాలు, షెర్లీ మెక్‌లీన్, జేన్ రాబర్ట్స్.

జేన్ రాబర్ట్స్ పుస్తకాలు ప్రపంచంలో అత్యుత్తమమైన పుస్తకాలు. అలాగే రిచార్డ్ బాక్ పుస్తకాలు, కార్లోస్ కాస్టనెడా పుస్తకాలు, రూత్ మాంట్‌గోమెరీ పుస్తకాలు.

అలాగే మరి యోగానంద పరమహంస గారు వ్రాసిన " ఒక యోగి ఆత్మ కథ ", " ఆటో బయోగ్రఫీ ఆఫ్ ఎ యోగి ", స్వామి రామా వ్రాసిన " లివింగ్ విత్ ది హిమాలయన్ మాస్టర్స్ " అలాగే మన పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ వారి వారి అనుభవాలను అనేక ధ్యాన పత్రికల ద్వారా, ధ్యాన పుస్తకాల ద్వారా ప్రచురింప జేశారు ... ఇలాంటి పుస్తకాలను చదివితే మనకు సరియైన జ్ఞానం లభిస్తుంది.

అందరిచేతా కూడానూ ఇలాంటి పుస్తకాలనే చదివించాలి. కనుక ఓల్డ్ ఏజ్ మాస్టర్స్‌ను కొంత వదిలి పెట్టేసి న్యూ ఏజ్ మాస్టర్స్‌నే మనం ఎక్కువగా చేపట్టాలి. బార్బరా ఆన్ బ్రెన్నెన్ గారి పుస్తకాలను చదవాలి ! అద్భుతమైన మాస్టర్!

③

" ధ్యానంలో వచ్చే అనుభవాలనూ, జీవిత పరిసత్యాలనూ ఇతరులతో పంచుకోవాలి. "

మూడవ పాయింట్ ఏమిటంటే

' సజ్జన సాంగత్యం',

" *త్రిజగతి సజ్జన సంగతి రేకా భవతి భవార్ణవ తరణే నౌకా* " - అన్నారు ఆదిశంకరాచార్యుల వారు.

మూడు లోకాలలోనూ కూడానూ సజ్జన సాంగత్యమే సరియైన మార్గం మరి భవసాగరాన్ని దాట చేయడానికి.

' సజ్జన సాంగత్యం ' అంటే, సత్యం తెలుసుకున్న మాస్టర్లతో సాంగత్యం ! సత్యం తెలుసుకున్న జనులు సజ్జనులు ! ధ్యానం ద్వారా మూడోకన్ను తెరుచుకుని, తమ గతజన్మలను తెలుసుకుని, జన్మ పరంపరా జ్ఞానం కలిగి, కర్మ పరంపరా జ్ఞానం కలిగిన వాళ్ళే సజ్జనులు ! అలాంటి వాళ్ళ ' సంగం ' చేయడమే సజ్జన సాంగత్యం. కనుక సజ్జనుడంటే ఎంత అర్థం వుందో ! ' ధ్యానం ' చెయ్యనివాడెవ్వడూ సత్యానికి ' సజ్జనుడు ' కాజాలడు ! ధ్యాన యోగుల అనుభవాలను వారి ముఖతః వినడమే సజ్జన సాంగత్యమనబడుతుంది. " త్రిజగతి సజ్జన సంగతి రేకా భవతి భవార్ణవ తరణే నౌకా ". ధ్యానంలో అందరూ కూర్చున్న తరువాత ఒక అర్ధ గంటో, గంటో ధ్యాన సమావేశం ముగిసిన తర్వాత, వెంటనే అందరూ అందరి ధ్యానానుభవాలూ వినాలి. రకరకాల ధ్యానానుభవాలు వస్తాయి. ' శరీరం తేలికగా అయిపోవడం ', ' శరీరం బరువుగా కావడం మరి అనేక రంగులు కనపడడం ', ' విపరీతమైన వెన్నునొప్పి రావడం ', లేకపోతే ' లోపల ఇంకొక శరీరం ఊగిసలాడుతున్నట్లు అనుభవానికి రావడం ', ' ఎక్కడికో ఎగిరిపోతున్నట్లు మీకు

తెలియడం ', ' అనేక ప్రకృతి దృశ్యాలు కనపడడం ... కొండలు, కోనలు, లోయలు ' ఆ తరువాత మనకి గురువులు కనపడతారు. మరి ఆ గురువులతో మనం సంభాషించాలి ; వాళ్ళ దగ్గర ఎన్నో సందేశాలు తీసుకోవాలి.

ఈ విధంగా ఎన్నో అనుభవాలు వచ్చినప్పుడు ఆ అనుభవాలన్నీ ధ్యానం తర్వాత వారి ముఖతః వినడాన్నే మనం ' సజ్జన సాంగత్యం ' అంటాం. అంతే కాకుండా ఆ తర్వాత ఎంతో మంది అద్భుతమైన పుస్తకాలను చదివి వుంటారు - ఇందాక మనం చెప్పుకున్నట్లు - వాళ్ళు ఆ యా పుస్తకాలలో ఏమేం గ్రహించారో అవన్నీ మళ్ళీ మనం గ్రహించాలి. అదీ 'సజ్జన సాంగత్యం' అనబడుతుంది.

అంతేకాకుండా సీనియర్ ధ్యానులు ఈ యొక్క ధ్యాన సాధన ద్వారా వాళ్ళ జీవితంలో ఎలాంటి మార్పులు సాధించారో, మరి మందులు ఎలా మానేశారో, మరి జీవితంలో చెడు అలవాట్లు ఎలా పోయాయో, మరి మంచి దృక్పథాలు ఎలా వచ్చాయో, వారి జీవిత గమ్యం ఎలా సుగమమైందీ ... ఈ విధంగా వారి యొక్క జీవన క్రియలో, జీవితంలో కలిగిన మౌళికమైన మార్పుల గురించి కూడా మనం వినడం - దాన్నే ' సజ్జన సాంగత్యం ' అంటాం. కనుక ఇవన్నీ కూడానూ చాలా ముఖ్యం.

ధ్యానం ఎంత ముఖ్యమో, ' స్వాధ్యాయం ' ఎంత ముఖ్యమో, ' సజ్జన సాంగత్యం ' అన్నదీ అంతే ముఖ్యం ... అంతకన్నా ముఖ్యం ... మన పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ !

④

" వీలయినంత వరకూ మౌనాన్ని అలవరచుకోవాలి. "

ఇకపోతే నాల్గవ పాయింటేంటంటే, విధిగా అందరూ మౌన సాధన చేయాలి.

' ధ్యాన సాధన ' అన్నది ఎలాగో ' మౌన సాధన ' అన్నది కూడానూ అలాగే !

వారానికి ఒకరోజో రెండు రోజులో, రోజుకి రెండు గంటలో మూడు గంటలో నాలుగు గంటలో మౌనదీక్ష వహించాలి.

మౌనం గురించి మౌనంగా వుంటేనే తెలుసుకుంటాం. ధ్యానం గురించి ధ్యానం చేస్తేనే తెలుసుకుంటాం.

మౌనంలో అపారమైన శక్తి మనకు ఆదా అవుతుంది. మౌనం చేసినప్పుడు తెలుస్తుంది మనం మామూలుగా మాట్లాడుతున్నప్పుడు ఎన్ని వృథా మాటలు మాట్లాడుతున్నామో !

⑤

" పౌర్ణమి ధ్యానం తప్పనిసరి ; ముఖ్యంగా ప్రకృతి పరిసరాలూ, కొండలూ, కోనలూ, అరణ్యాలలో ధ్యానం చేయాలి. "

తర్వాత ఐదవ పాయింటేంటంటే " పౌర్ణమి రాత్రుల్లో ఎక్కువగా ధ్యానం చేయాలి ". పౌర్ణమి రాత్రులు అపారమైన శక్తివంతమైన రాత్రులు !

పౌర్ణమి రాత్రులంటే ' ఆ ఒక్క ' రాత్రేకాదు - ఇటొక రాత్రీ, పౌర్ణమి రాత్రీ, అటొక రాత్రీ - మూడు రాత్రులూ అద్భుతమైన రాత్రులు !

ప్రతి రోజూ మనం ధ్యానం చేస్తున్నా ఆ పౌర్ణమి రోజుల్లో అత్యంత ఎక్కువగా ధ్యానం చేయాలి. నిజానికి రాత్రంతా కూర్చుని ధ్యానం చేయాలి. ప్రతి పౌర్ణమి రాత్రి కూడానూ ఒక శివరాత్రి కావాలి. సంవత్సరానికి ' ఒక ' శివరాత్రి కాదు, సంవత్సరానికి పదమూడు శివరాత్రులుండాలి - అంటే, పన్నెండు పౌర్ణములు ' ప్లస్ ' ఒక శివరాత్రి - కనుక, మామూలు రోజులలో మనం ఎక్కువ ధ్యానం చేయకపోయినా పౌర్ణమి రాత్రుల్లో అందరూ సామూహిక ధ్యానం ఎక్కువగా చేయాలి. పౌర్ణమి రాత్రుల్లో ఊరి బయటికెళ్ళిపోయి కొండమీది కెక్కో, లేకపోతే అడవులకో, నదీ తీరానికో, సముద్ర తీరానికో పోయి ప్రశాంత ప్రకృతి, ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణంలో అందరూ కలిసి ధ్యానం చేయాలి.

పౌర్ణమి రాత్రుల్లో ఎవరూ ఇళ్ళల్లో ఉండకూడదు ! ఎవరూ నగరాల్లో ఉండకూడదు ! నగరం బయటికి పోవాలి ! చక్కగా ప్రకృతితో సామీప్యం చేయాలి ! అక్కడ అద్భుతమైన ధ్యానం చేయాలి !

పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ కూడా ఎంతో ప్రకృతి సౌందర్య పిపాసకులు, మరి ట్రెక్కింగ్‌ల కని వెళ్తూ అక్కడ ముఖ్యంగా పౌర్ణమి రోజుల్లో ట్రెక్కింగ్ చాలా ఇంపార్టెంట్. అక్కడ ధ్యానం చేయడం, సామూహిక ధ్యానం చేయడం అద్భుతమైన విషయం.

⑥

" అవకాశం వున్న చోటల్లా పిరమిడ్ ఎనర్జీ వినియోగించుకోవాలి. "

తరువాత, పిరమిడ్లలో మనం ధ్యానం చేసుకోవాలి. ధ్యానం చేసుకోవడానికి పిరమిడ్లు కట్టాలి.

ఇది పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీలకు ముఖ్యమైన పాయింట్ అన్నమాట.

' గ్రేట్ పిరమిడ్ ' అనేది ఈజిప్ట్‌లో ధ్యానం కోసమే కట్టబడింది ! ఇతర లోకవాసులు ధ్యానం కోసమే వాటిని కట్టించారు ! కర్నూల్ " బుద్ధా పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం " అన్నది మొట్టమొదటి భారతదేశపు " పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం ! " ఇప్పుడు ఎన్నో పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాలు వచ్చాయి. మరి పిరమిడ్‌లను క్యాప్‌లా వేసుకుని అందులో మనం ధ్యానం చేసుకోవచ్చు. ' రూఫ్ టాప్ ' లో మనం పిరమిడ్ కట్టుకోవచ్చు.

పెద్ద పెద్ద ధ్యాన కేంద్రాలన్నీ పిరమిడ్ ఆకారాల్లోనే రావాలి. పిరమిడ్ శక్తి గురించి ఎన్నో చక్కటి పుస్తకాలు వచ్చాయి ... ప్రపంచవ్యాప్తంగా ! ఇది ' పిరమిడ్ యుగం ' ... మరి ఇది ' ధ్యాన యుగం ' ఇది ' ఆనాపానసతి ' యుగం ! మరి ఇది " పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్ల యుగం "; కనుక విధిగా పిరమిడ్లే కట్టాలి!

ఇంక రాబోయే కాలాల్లో మందిరాలు వుండవు, దేవాలయాలు వుండవు, మసీదులు వుండవు, చర్చీలు వుండవు ... పిరమిడ్లే ఉంటాయి ! ఇది తెలుసుకోండి. ఎంత తొందరగా ' పిరమిడ్ కల్చర్ ' లో ప్రవేశిస్తే అంత తొందరగా మనం అసలైన, సిసలైన ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులమవుతాం.

7

" మందులు మ్రింగడం మానేయాలి ; డాక్టర్లను మరిచిపోవాలి ; ధ్యానమే శరణాగతి. "

ఇకపోతే ఏడవ పాయింట్ ఏమిటంటే, డాక్టర్స్ దగ్గరికి మనం పోకుండా ఉండడం.

మందులు తిననే తినకూడదు ! డాక్టర్లనేవాళ్ళు – నిజానికి వాళ్ళకేమీ తెలియదు ! వాళ్ళకి ' అసలు శరీరం ' గురించే తెలియదు ; కేవలం భౌతిక శరీరమే చదివారు. కానీ భౌతిక శరీరం మాత్రమే కాదు మనకుండేది ; ఏడు శరీరాలలో భౌతిక శరీరం చివరి స్టేజ్, మరి కనిష్టమైనది.

' భౌతిక శరీరం ' ప్రాణమయ కోశం ద్వారా ఏర్పడి ఉంది. ప్రాణమయ కోశం మనోమయ కోశం ద్వారా ఏర్పడి వుంది. మనోమయ కోశం మరి విజ్ఞానమయ కోశం ద్వారానూ, విజ్ఞానమయ కోశం అన్నది ఆనందమయ కోశం ద్వారా అలాగే ఆనందమయ కోశం అన్నది విశ్వమయ కోశం ద్వారానూ మరి విశ్వమయ కోశం అన్నది అది నిర్వాణమయ కోశం ద్వారానూ పరంపరగా ఏర్పడి ఉన్నాయి.

ఇలా ఏడు శరీరాలు వున్నాయి ! మరి డాక్టర్లకు ఒక్క అన్నమయ కోశమే తెలుసు ! కనుక వాళ్ళకి ఆ సబ్జెక్టు తెలియదు ! రోగాలు ఎందుకొస్తాయో వాళ్ళకి తెలియదు ! అసలు రోగాలు వచ్చేది మన పాపాల మూలాన ! పాపాలే రోగాలుగా తయారవుతాయి !

" *పూర్వజన్మ కృతం పాపం వ్యాధి రూపేణ పీడ్యతే !* " మనం గత జన్మల్లో చేసిన పాపాలే ఈ జన్మల్లో రోగాలుగా వస్తున్నాయి. ఈ జన్మలో చేసిన పాపాలే మరి వచ్చే జన్మలో రోగాలుగా వస్తాయి. కనుక రోగాలకు మూలం పాపాలు అయినప్పుడు మరి ' మందులు ' ' ఆంటీబయాటిక్స్ ' వాటిని ఎలా తీసేస్తాయి ? గుర్తుంచుకోండి ! డాక్టర్లెవ్వరూ కూడానూ స్వస్థతను ఇవ్వజాలరు. ఎందుకంటే వాళ్ళు మనకి అనారోగ్యం ఇవ్వలేదు. వాళ్ళు గనుక మనకు అనారోగ్యం యిచ్చినట్లైతే, అప్పుడే, వాళ్ళే దాన్ని తీసేయగలరు !

మన అనారోగ్యాన్ని మనమే కొని తెచ్చుకున్నాం ! మనమే మన ఆరోగ్యాన్ని కూడా కొని తెచ్చుకోగలం.

మనమే ఆ అనారోగ్యానికి మూలం ; ఆరోగ్యానికి కూడా మనమే మూలం కాగలం. ఇంకేదీ మూలం కాజాలదు.

కనుక ... మన రోగాలు – మనకి రకరకాల రోగాలు ఎందుకున్నాయంటే మనం రకరకాల పాపాలు చేశాం గనక ! ఎక్కువ పాపాలు చేస్తే, ఎక్కువ రోగాలు ! రకరకాల పాపాలు చేస్తే, రకరకాల రోగాలు ! కొద్దిగా పాపం చేస్తే కొద్దిగా రోగం ! ఏమీ పాపం చేయకపోతే ఏమీ రోగం ఉండదు ! ఇదే ' కారణ కార్య సంబంధం '!

కారణం లేకుండా ఏ కార్యమూ ఉండదు ! ' రోగాలు ' అనే కార్యాలకు ' పాపాలు ' అనే కారణాలు మూలం. ' పాపాలు ' అనే కార్యాలకు ' అజ్ఞానం ' అనే కారణం మూలం. ' అజ్ఞానం ' అనే కార్యానికి మరి ' ఆత్మజ్ఞానం లేకపోవడం ', ' ధ్యానం చేయకపోవడం ' అనేది కారణం.

కనుక ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు మన యొక్క పాపాలన్నీ పోయి, మన అజ్ఞానం అంతా పోయి, మన రోగాలన్నీ మటుమాయం అవుతాయి ... తలకాయ నొప్పి దగ్గర నుండి కాన్సర్ వరకూ.

కనుక ఎవ్వరూ కూడానూ ఇంట్లోంచి బయటికి వెళ్ళనవసరం లేదు; హాస్పిటల్‌కి వెళ్ళనవసరం లేదు ; డాక్టర్ దగ్గరికి వెళ్ళితే ఏమీ బాగు కాదు ; డబ్బులు లాగేస్తారు; ఇంకొంచెం ఎక్కువ రోగాలను ప్రసాదిస్తారు మందుల ద్వారా. కనుక "just stay at home and meditate " !

తలకాయ నొప్పి పోవాలంటే ఐదు నిమిషాలు ధ్యానం చాలు. అదే కాన్సర్ ఉందనుకోండి, మరి ఐదు నెలల వరకూ ధ్యానం చేసే తీరాలి ! మరి – ఎక్కువ పాపం కదా ! పిరమిడ్ మాస్టర్లెవ్వరూ కూడానూ డాక్టర్ల దగ్గరికి పోరు! పిరమిడ్ మాస్టర్లు అందరూ డాక్టర్ల దగ్గరకు పోవడం మానుకున్నారు ! లక్షల మంది మానుకున్నారిప్పుడు ! లక్షల మందికి మెడికల్ బిల్స్ లేవిప్పుడు !

" ఎవరి వాస్తవాన్ని వారే సృష్టించుకుంటారు " ; " you create your own reality, whether it is health or it is moksha; you create your own reality " కనుక

' డాక్టర్స్ ' అనే విషయాన్నే మన జీవితాల్లోంచి తీసేయాలి. అల్లోపతి గానీ, హోమియోపతి గానీ, ఆయుర్వేదం గానీ, ఏదైనా సరే ఆత్మకి అన్నీ బలాదూర్ ! ధ్యానంలో మనం ఆత్మశక్తిలో ఉంటాం కనుక, ఏ డాక్టర్ దగ్గరికీ వెళ్ళకూడదు, అలాగే ఏ మందులూ పుచ్చుకోకూడదు.

⑧

" మాంసాహారం ముట్టరాదు : కోడిగ్రుడ్లు సైతం నిషిద్ధం ; శాకాహారం మాత్రమే పరిగ్రహణీయం : మితాహారమే యుక్తం. "

ఇకపోతే ఎనిమిదవ పాయింట్ కొస్తే, అదేంటంటే – "మాంసాహారం తినకూడదు".

మాంసాహారం అనేది అసలు ఆహారమే కాదు ! అది విషపదార్థం ! శరీరాన్ని కృశింప చేస్తుంది ! నశింప చేస్తుంది ! రోగమయం చేస్తుంది !

కనుక మానవునికి సరియైన ఆహారం శాకాహారమే. మానవుడు క్రూర జంతువు కాదు ... జంతువులను చంపి కోసుకుని తినడానికి. మానవుడు శాకాహారి ; కనుక చక్కటి స్వాదిష్ఠమైన శాకాహారమే, రుచికరమైన శాకాహారమే భుజించాలి.

నిజానికి పిరమిడ్ మాస్టర్లకే కాదు, పిరమిడ్ ధ్యానులకే కాదు, ధ్యానులు కాని వారికీ మరి మాస్టర్స్ కాని వారికీ, సమస్త మానవాళికీ మౌలికమైన పాయింట్ – శాకాహారం.

శాకాహారం తీసుకునే వారికి ధ్యానం చాలా తొందరగా వస్తుంది. ధ్యానం మొదలు పెట్టిన వారికి వెంటనే శాకాహారం అభ్యాసం అవుతుంది ; మాంసాహారం వివర్జితమవుతుంది. మామూలు సైన్స్ – మెడికల్ సైన్స్ చెప్పినట్లు ' మాంసకృత్తులు ' మాంసాహారం లోనే ఉంటాయంటే అది చాలా పొరపాటు. మాంసకృత్తులు శాకాహారం లోనే ఎక్కువ పాళ్ళలో వుంటాయి. కనుక ఎవ్వరూ కూడానూ మాంసాహారం తీసుకోకూడదు. అందరూ కూడా శాకాహారమే తీసుకోవాలి. శాకాహారంలో కూడానూ ఫ్రిజ్‌లో పెట్టిన రెండు రోజుల సాంబారు, మూడు రోజుల కూర తీసుకోకూడదు. ఫ్రెష్‌గా చేసుకుని తినాలి; వేడి వేడిగా తినాలి. పళ్ళు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. నీరు చాలా ఎక్కువగా త్రాగాలి. ఎంత నీరు ఎక్కువగా త్రాగితే అంత మంచిది శరీరానికి.

తర్వాత శాకాహారంతో పాటు తర్వాత తొమ్మిదవ పాయింట్ ఏంటంటే - ' మితాహారం '.

ఆకలి అయినప్పుడే తీసుకోవాలి ! ఆకలి లేకుండా నోట్లోకి ఒక్క ముద్ద కూడా పోరాదు !

ఇది చాలా ముఖ్యమైనది. ఎలాగైతే అవసరమైనప్పుడే మాట్లాడాలో, అలాగే అవసరమైనప్పుడే భోంచేయాలి ! అవసరం లేకుండా ఎంత మాత్రం భోంచేయకూడదు! ' చక్కటి జిలేబీ వుంది కదా ' ... అని చెప్పేసి మన కడుపులో ఆకలి లేకపోయినా ఆ జిలేబీని మన కడుపులోకి పంపించేసి " అద్వైత సిద్ధి " మనం చేయకూడదు !

ఈ విధంగా నోట్లోకి వెళ్ళేదాంట్లోనూ, నోట్లోంచి బయటికి వచ్చే మాటల్లోనూ మనం ఎంతో జాగురూకత వహించాలి. నోట్లోకి వెళ్ళేది భోజనం; నోట్లోంచి బయటికి వచ్చేది మాటలు. కనుక, ఈ నోట్లోకి వెళ్ళే భోజనం పట్ల చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. నోట్లోంచి బయటకు వచ్చేవి మాటలు, అందులో జాగ్రత్త వహించడమనేదే మన నాలుగో పాయింట్ - మౌనం వహించడం.

" శాకాహారి కాకుండా ఎవ్వరూ ఆత్మజ్ఞాని కాలేరు "... కనుక శాకాహారి కావడమనేది చాలా మౌలికమైన సూత్రం. " గ్రుడ్లు శాకాహారమా ? లేక మాంసాహారమా ? " అని అడుగుతారు. మొక్కల నుంచి వచ్చేదైతే అది శాకాహారం, జంతువుల నుండి వచ్చేదైతే అది మాంసాహారం ! కనుక గ్రుడ్లు సుతరామూ పనికిరావు! గ్రుడ్లు సొంతమూ - మాంసాహారమే.

ముఖ్యంగా కొంతమంది ఏమంటారంటే, " జంతువులు మన కోసమే పుట్టాయి ; మానవుల కోసమే పుట్టాయి " అని. ఏ జంతువూ మానవుల కోసం పుట్టలేదు ! ప్రతి జంతువూ తన కోసమే, తన స్వంత కళ్యాణం కోసమే పుడుతుంది! దాని కళ్యాణాన్ని పరిరక్షించడమే మానవుడి యొక్క అసలైన ధ్యేయం ! మానవులు బుద్ధిమంతులైనప్పుడు తమ చిన్నతమ్ముళ్ళైన, మరి younger brothers అయిన జంతుసామ్రాజ్యాన్ని పరిరక్షించడమే మానవ సామ్రాజ్యం యొక్క ధ్యేయం. అంతేకానీ జంతు సామ్రాజ్యాన్ని భక్షించడం తగదు. మొక్కలను బాగా పెంచుతూ, శాకాహారాన్నే స్వీకరిస్తూ జంతువులను పరిరక్షిస్తూ, జంతువులతో ఆడుకుంటూ మరి ఆ విధంగా వుండడమే మానవాళి యొక్క సౌభాగ్యానికీ, కళ్యాణానికీ అది మూల కారణం అవుతుంది.

ఎంతవరకు అయితే ఈ ' భూ ప్రపంచం ' లో మాంసాహారం తినబడుతూ ఉంటుందో అంతవరకూ ఈ భూ ప్రపంచం ఈ నరకస్థితి నుంచి తప్పించుకోజాలదు. భూమి స్వర్గం కావాలంటే జంతువుల పట్ల క్రూరమైన ఈ యొక్క దిశను వదిలి పెట్టేసేయాలి. జంతువులను పరమ పవిత్రంగా చూడాలి. జంతువులను రక్షించాలి. ఇది చాలా మౌలికమైన పాయింట్.

హింసను వదిలి పెట్టేయాలి. ' హింస ' ను వదిలి పెట్టేసి ' హంస ' ను పట్టుకోవాలి. " హింసా ఛోడో - హంసా పక్‌డో ! "

' హింస ' అంటే జంతువుల పట్ల హింస, ' హంస ' అంటే ' ఆనాపానసతి '; కనుక హింసను వదిలిపెట్టేసి, హంసను పట్టుకోవడమే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్స్ యొక్క అద్భుతమైన సూత్రం ! కనుక, ప్లీజ్ " హింసా ఛోడో ఔర్ హంసా పక్‌డో ! "

శాకాహారమే కాకుండా, మితాహారం ఉండాలి. అవసరం కన్నా ఎక్కువ భుజించకూడదు. ఎంత ఆకలి వుందో ... అంతే తినాలి. " ఇక్కడ కడుపుంది కదా " అని చెప్పేసి ముందు రెండు కిలోల జిలేబీ పెట్టి ఆకలి లేకపోయినా సరే ఆ జిలేబీనంతా కడుపులోకి పంపించేసి ఆ జిలేబీనీ కడుపునీ అద్వైతం చేయడం అనేది కూడదు.

ఎంత ఆకలుంటే అంతే తినాలి ; ఎప్పుడు ఆకలైతే అప్పుడే తినాలి. " ఇంక భోజనం దొరకదు కదా " అనుకుని రెండు రోజులకు సరిపడా ఇప్పుడే భోం చేసేయకూడదు. దొరక్కపోతే ' చద్దాం ' అప్పుడు ! బ్రతకాలని ప్రత్యేకంగా ఆశ ఉండకూడదు మనిషికి ; మనిషి ఎప్పుడూ బ్రతికే ఉంటాడు ! మనిషి ' దేహం ' కాదు ' ఆత్మ '. కనుక ఆత్మేమో మరి ఎప్పుడూ బ్రతికే ఉంటుంది. కనుక దేహ పోషణ కోసం మరి ఆత్మను చంపుకునే వాళ్ళు - మరి ఆ దేహం పోషణ కోసం మనస్సు యొక్క ప్రశాంతతను చంపుకునే వాళ్ళు - వాళ్ళు పరమ మూర్ఖులు !

ఆకలైతేనే తినాలి ! ఆకలి అన్నది ఉంటే తినాలి, లేకపోతే పస్తులుండాలి, లేకపోతే చనిపోవాలి ! వాస్తవానికి మూడు రోజులు తినకపోతే ఎవరమూ చనిపోము ! ఎప్పుడైతే ధ్యానం చేస్తామో అపారమైన ' ప్రాణశక్తి ' మనకి డైరెక్టుగా వచ్చి మరి ఈ ఆహారం యొక్క అవసరమే ఉండదు. అలాంటి శక్తి ధ్యానానికి ఉంది. కనుక ' ఎక్కువ

తినాలి ' అన్న ఆ కోరికయొక్క ' ఆశ ' ను మనం చంపుకోవాలి! అయితే – ' తక్కువ ' తినక్కరలేదు – సరిపడినంత మాత్రమే తినాలి. ఎంత ఆకలి ఉంటే అంతే తినాలి. ఎప్పుడు ఆకలి అయితే అప్పుడే తినాలి.

నిజానికి పట్టెడన్నం సరిపోతుంది ! ప్రొద్దున్నొక రొట్టె, ఒక నిమ్మకాయ తొక్క ! మధ్యాహ్నం ఒక కప్పు కాఫీ, రాత్రి ఒక రొట్టె, ఒక ఆవకాయ ముక్క హాయిగా సరిపోతుంది ! ఎవరికైనా సరే !

ఎక్కువ తిన్నవాడు తొందరగా చస్తున్నాడు ! తక్కువ తిన్నవాడు ఎక్కువ రోజులు బ్రతుకుతున్నాడు ! కనుక ఇవన్నీ మనం గుర్తుంచుకోవాలి. ' పరిమిత ఆహారం ' – అంటే ' very ... very ... limited quantity of food ' is the most important spiritual principle !

మనం ఏదైతే తింటామో, ఏదైతే ఆలోచిస్తామో అలానే మనం తయారవుతాం. కనుక, మన ఆలోచనల మీద మనం చక్కటి పరిశుభ్రతను పాటించాలి. మనం తినేదాంట్లో కూడా పరిశుభ్రతను పాటించాలి. యుక్తంగా ఉండాలి ; మితంగా ఉండాలి. ఆలోచనలు కూడా యుక్తంగా ఉండాలి ; మితంగా ఉండాలి.

కనుక ఈ యొక్క ఎనిమిదవ పాయింట్ ' మితాహారం, పరిమితమైన ఆహారం ' అని మనం బాగా గుర్తుంచుకోవాలి. కంచం ముందు కూర్చునేటప్పుడు, డైనింగ్ టేబుల్ మీద కూర్చునేటప్పుడు ఈ ఎనిమిదవ పాయింట్‌ను గుర్తుంచుకుంటూ కూర్చోవాలి. డైనింగ్ టేబుల్ మీద ' మితాహారం ' అనే పాయింట్ గల ఒక బోర్డ్ పెడితే చాలా బాగుంటుంది ప్రతి ఇంట్లో కూడానూ.

⑨

" ప్రకృతితో సహజీవనం గడుపుతూ వుండాలి ; వీలయినప్పుడల్లా అడవుల్లో, వనసీమల్లో, విహారయాత్రలు, ట్రెక్కింగ్‌లు చేస్తూ వుండాలి. "

పురుషుడు, ప్రకృతి రెండు మౌలిక సత్యాలు. ప్రకృతితో కలయిక పురుషుడికి పరమశక్తిదాయకం ! పురుషుడిలో ' నేను ' అనేది వుండడం వలన ప్రకృతితో

తాదాత్మ్యం చెందకుండా వుంటాడు. నేను అనేది పోగొట్టుకోవడం ద్వారా ప్రకృతిలో లీనం అవుతాడు. ఇంకోవిధంగా చెప్పాలంటే ప్రకృతిలో ఎంతగా లీనం అవుతాడంటే, ప్రకృతిలో అంతగా ' నేను ' ని పోగొట్టుకుంటాడు. కనుక, ధ్యానులందరూ అడవులలో, కొండచరియలలో, పర్వతసానువులలో వీలయినంత ఎక్కువగా జీవించడం నేర్చుకోవాలి.

10

" ప్రత్యేక ఆధ్యాత్మిక వేషధారణ లేదు : కర్మకాండలు లేవు. "

ఇకపోతే ప్రత్యేక వస్త్రాలు వేసుకోవడం అంటే వస్త్రధారణ గురించి. " కాషాయ వస్త్రాలు వేసుకుంటేనే మరి అందరికీ మనం ఆధ్యాత్మికులం అని తెలుస్తుంది " అనుకోవడం అన్నది మాత్రం పనికిరాని సూత్రం. మామూలు సాధారణ వస్త్రాల్లోనే వుండాలి. మనం ఆధ్యాత్మికంగా ఎవ్వరికీ నిరూపించుకోవలసిన అవసరం లేదు ; సాధారణ వస్త్రాలు, సాధారణ వేషధారణ మాత్రమే వుండాలి.

అలాగే పేర్లు మార్చుకుంటూంటారు – ' స్వామి విశుద్ధానంద ' అనీ, ' స్వామి నిర్మలానంద ' అని చెప్పేసి ! ఇలా ఈ విధమైన పేర్లు ఎందుకూ పనికి రావు ! మన తల్లిదండ్రులిచ్చిన పేర్లే వుంచుకోవాలి.

మా తల్లి దండ్రులు " సుభాష్ పత్రి " అని నాకు పేరు పెట్టారు. నేనేదో " విమలానంద " అని పెట్టుకుంటే ఏం లాభం ? నేనేమన్నా గొప్పవాణ్ణి అయిపోతానేంటి ? షేక్స్పియర్ అన్నాడు, " A rose called by any other name would smell as sweat ! "

కనుక, there is nothing in any name; so those people who want to change their names and attract people are just simply stupid. There is no other word for it!

శంకరాచార్యులవారన్నారు,

" జటిలో ముండీ లుంచిత కేశః, కాషాయాంబర బహుకృత వేషః ;
పశ్యన్నపి చ న పశ్యతి మూఢో హి ఉదర నిమిత్తం బహుకృత వేషః "

' జటి లో ' అంటే పెద్ద పెద్ద జడలున్నవారు ; ' ముండీ ' అంటే ' బోడిగుండు ' చేసుకున్న వాళ్ళు ; ' లుంఛిత కేశః ' అంటే వెంట్రుకలు పెకలించి వేసుకున్న వాళ్ళు, వ్రేళ్ళతో సహా.

ఇదంతా కూడానూ ' కాషాయాంబర బహుకృత వేషః ' కాషాయ బట్టలు వేసుకున్న వాళ్ళు, వాళ్ళు కేవలం వేషాలు వేస్తున్నారు ; ఆత్మజ్ఞానానికీ జ్ఞానానికీ సంబంధించినది కానే కాదది.

ఈ కాషాయ వస్త్రధారుల లాగానే విచిత్ర నామధారులు ' ఆ ఆనంద ', ' ఈ ఆనంద ' అని చెప్పేసి ! స్వామీ వివేకానంద అసలు పేరు ' నరేంద్ర '. ' నరేంద్ర ' అన్న పేరు ఉచ్చరిస్తే ఎంత బావుందో ! ' వివేకానంద ' అంటే నాకేం నచ్చలేదు ! ఎందుకు ఆయన ' వివేకానంద ' అని పెట్టుకున్నాడో నాకర్థం కాలేదు. చనిపోయిన తరువాత ఏడ్చాడు ఆయన. " నేను పనికిమాలిన పని చేసాను " అని చెప్పేసి మళ్ళీ పుట్టాడు రష్యాలో ! ఆ తరువాత బాగా ధ్యానం చేసుకుని యోగ ఉత్తీర్ణత పొందాడు ఏ వేషాల్లేకుండా, ఏ వేదాంత భాషా లేకుండా, పేర్లు మార్చుకోకుండా ! కనుక గుర్తుంచుకోండి, ' గదాధరుడు ' అంటే ఎంత బావుందో! ' రామకృష్ణ పరమహంస ' అంటే ఏం బాలేదు అసలుకి !

పేర్లనేవి మార్చుకోకూడదు ! ఏ జీసస్ క్రైస్ట్ కూడా తన పేరు మార్చుకోలేదు! ఏ కృష్ణుడూ పేరు మార్చుకోలేదు ! ఏ గాంధీ కూడా తన పేరు మార్చుకోలేదు !

కనుక, పిరమిడ్ ఆదర్శ సూత్రాల్లో ఈ ' పేర్లు మార్చుకోవడం ' అనేది, మరి ' ప్రత్యేక వస్త్రాలు వేసుకోవడం ' అనేది, ' నామాలు పెట్టుకోవడం ' అనేది, ఈ యొక్క ' వేషధారణ ద్వారా ప్రజలను ఆకట్టుకోవడం ' అనేది చాలా అల్పమైన పని, అనాధ్యాత్మికమైన పని, అది శాస్త్రీయత కానే కాదు ; ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం, ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం ఒప్పుకోదు దానికి.

ఆ తరువాత అలాగే ' కర్మకాండ ' అన్నది ...

కర్మకాండ, అంటే ఇక్కడ చనిపోయిన తరువాత చనిపోయిన వాళ్ళేదో అశాంతిగా ఉన్నారని చెప్పేసి మనం ఇక్కడేదేదో చేసేస్తూంటాం. వాళ్ళు అశాంతిగా ఉన్నారో లేక శాంతిగా ఉన్నారో మనకేం తెలుసు ? మనకేమీ తెలియదు. ఒకవేళ వాళ్ళు అశాంతిగా ఉన్నా ఇక్కడేం చేసినా వాళ్ళకేం చెందదు అది.

ఒకసారి కబీర్ చెప్పాడు ... ఓ మాట.

ఆయన ఏం చేశాడంటే, ఒక బావిలోంచి నీళ్ళు తోడి అలా వేస్ట్‌గా పడేస్తున్నాడు. చాలామంది చూశారు, " ఎందుకిలా నీళ్ళు వేస్ట్‌గా పడేస్తున్నావు ? " అంటే, " నేను 200 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న మా మేనమామ పొలానికి ఇక్కణ్నుంచి నీళ్ళను అందిస్తున్నాను " అన్నాడు. " 200 కిలోమీటర్ల దూరంలో వున్న మేనమామ ఇంటి పొలానికి ఈ నీరు ఎలా పోతుందయ్యా పిచ్చివాడా ! " అని నవ్వితే, " మరి ఈ 200 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న దానికే నీళ్ళు పోనప్పుడు వేరే లోకంలో ఉన్న చనిపోయిన ఆత్మలకు ఇక్కడ మీరు పిండం పెడితే అక్కడికి ఎలా వెళ్తుందయ్యా ? వాళ్ళ ఆత్మలు ఎలా శాంతిస్తాయయ్యా ? " అని కబీర్ అన్నాడు మరి !

కనుక గుర్తుంచుకోండి ! ఈ కర్మకాండ అంతా కూడా శుద్ధ బ్రాహ్మణ వ్యాపారం. ఈ బ్రాహ్మణులంతా చేరి జ్ఞానం తెలియని వాళ్ళను లోబరుచుకుని వాళ్ళ చేత డబ్బులు గుంజుకోవడం కోసం ఇలాంటి కర్మకాండలన్నీ చేయిస్తున్నారు. కనుక దీన్ని మనం రూపుమాపాలి. అందుకోసమే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ యొక్క ఆవిష్కారం, అవతరణ జరిగింది !

(11)

" చిన్ననాటి నుంచే పిల్లలకు ధ్యానంలో శిక్షణ ఇవ్వాలి. "

ఇకపోతే పదకొండవ పాయింట్.

ప్రతి ఒక్కరూ కూడానూ పిల్లలకి చిన్నప్పటి నుంచే మౌనం అభ్యాసం చేయించాలి, చిన్నప్పటి నుంచే ధ్యానం అభ్యాసం చేయించాలి.

చిన్నప్పటి నుంచే అందరికీ ఈ ' ధ్యాన అభ్యాసం చేయించడం ', ' మౌన అభ్యాసం చేయించడం ' మరి ' స్వాధ్యాయ అభ్యాసం చేయించడం ', ' సజ్జన సాంగత్య అభ్యాసం చేయించడం ' – ఇదే ఐదవ పాయింట్.

ప్రశిక్షణ మొదలుపెట్టాలి. రెండేళ్ళ వయస్సు నుంచే ఆధ్యాత్మిక ప్రశిక్షణ మనం మొదలుపెట్టాలి. శ్రీ ఆంజనేయస్వామి గారి తల్లి అయిన అంజనాదేవి మరి రెండేళ్ళకే ఆంజనేయస్వామికి ధ్యాన ప్రశిక్షణను మొదలు పెట్టింది. అదే సరియైన

సమయం. “ మొక్కై వంగనిది మ్రానై వంగదు కదా ! ” కనుక, చిన్నపిల్లలకు చిన్నప్పటి నుంచే ఈ ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర, ఆధ్యాత్మిక అభ్యాస ప్రశిక్షణను మనం సంపూర్ణంగా ఇవ్వాలి. అప్పుడే ప్రపంచమంతా బాగుపడుతుంది.

ప్రతి స్కూల్ లోనూ, ప్రతి కాలేజీ లోనూ ‘ ధ్యాన శిక్షణ ’ విధిగా ఉండాలి. ప్రతి స్కూల్ లోనూ, ప్రతి కాలేజీ లోనూ ‘ ఆధ్యాత్మికత ’, ‘ స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్ ’ అన్నది ఒక కంపల్సరీ సబ్జెక్టుగా ఉండాలి. ప్రతి స్కూల్ లోనూ, ప్రతి కాలేజీ లోనూ ‘ సజ్జన సాంగత్యం ’ ఉండాలి.

(12)

“ అందరూ ‘ శిష్యులు ’ గా కాక ‘ మాస్టర్లు ’ గా విలసిల్లాలి. ”

ఆ తర్వాత, ప్రతి ఒక్కరు కూడానూ మాస్టర్స్ గానే వుండాలి !

కానీ ఎవ్వడూ శిష్యుడుగా వుండకూడదు. ఎవ్వరూ నా దగ్గరికి ‘ శిష్యరికం చేయడం ’ కోసం రారు ! వాళ్ళు “ ఎలా మాస్టర్స్‌గా వుండాలో తెలుసుకోవడం కోసం ” నా దగ్గరికి వస్తారు ! నా దగ్గరికి వచ్చిన వెంటనే మాస్టర్స్‌గా తయారైపోతారు ! కనుక, “ అందరూ మాస్టర్స్ గానే వుండాలి ; ఎవ్వరూ శిష్యులుగా విలసిల్లకూడదు… ” అన్నదే ఇంకొక పాయింట్.

(13)

“ ధ్యాన శిక్షణా కార్యక్రమాలు ఎప్పుడూ ఉచితమే ! ”

తర్వాత పదమూడవ పాయింట్ ఏమిటంటే – మనం ఈ ధ్యానం నేర్పించేటప్పుడు డబ్బు తీసుకోకూడదు !

ఎవరి వృత్తుల్లో వాళ్ళుండి ఎవరి డబ్బు వాళ్ళు సంపాయించుకుంటూ, మరి ‘ ధ్యానం ’ అన్నది మాత్రం ఉచితంగా నేర్పించాలి !

గురువుకి భోజనాలు పెట్టొచ్చు ! గురువుకి ఏవైనా బట్టలు పెట్టొచ్చు కావాలంటే ! కానీ డబ్బులు మాత్రం ఇవ్వకూడదు ! గురువు డబ్బులు తీసుకోకూడదు !

' డబ్బు ' అనేది గురువు చేతుల్లో ఉండకూడదు. కనుక, ఎప్పుడైతే డబ్బు అనేది చేతులు మారుతుందో, ఎక్కడైతే గురువులు డబ్బు వసూలు చేస్తారో, అక్కడ ఆధ్యాత్మికత అంతా కూడానూ మటుమాయమైపోతుంది, గంగపాలై పోతుంది !

గురువుకి కావల్సిన వసతి ఇవ్వవచ్చు ; కానీ గురువుకి డబ్బు అవసరం లేదు. డబ్బు కావాలనుకున్నవాడు, వాడు గురువు కాజాలడు. వాడు మరి ఒక వ్యాపారం చేస్తున్నాడు. అలాంటి గురువు ఓ నిజమైన గురువు పద్ధతిని అవలంభించడం లేదు. కనుక, డబ్బు ససేమిరా పుచ్చుకోకూడదు; పండు పుచ్చుకోవచ్చు, ఫలం పుచ్చుకోవచ్చు; వసతి పుచ్చుకోవచ్చు, నీరు పుచ్చుకోవచ్చు.

" పత్రం పుష్పం ఫలం తోయం యో మే భక్త్యా ప్రయచ్ఛతి ।
తత్ అహం భక్త్యుపహృత మశ్నామి ప్రయతాత్మనః ॥ "

... అన్నాడు భగవద్గీతలో కృష్ణుడు. కనుక, అంతవరకే, గురువుకి ఇవ్వాలి. పత్రం కానీ, పుష్పం కానీ, ఫలం కానీ, తోయం కానీ అంతే ... అంతకన్నా ఏమీ ఎక్కువ ఇవ్వకూడదు. అవసరం లేదు ! అలాంటి అవసరాలు ఉన్న గురువు, గురువు కాజాలడు ; ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞాని కాజాలడు.

కట్టెలు కొట్టుకుని బ్రతకాలి ; ధ్యానం నేర్పించాలి. భిక్షం ఎత్తుకోవాలి; ధ్యానం నేర్పించాలి. గౌతమబుద్ధుడు భిక్ష మెత్తుకున్నాడు. అంతే ! అన్నం పెట్టమని చెప్పాడు ; తానూ తిన్నాడు ; శరీరానికి అన్నం కావాలి మరి. ఆత్మకి కావలసిన ధ్యాన విధానం అందరికీ బోధించాడు ; తన శరీరానికి కావలసిన రెండు మెతుకులూ అడుక్కున్నాడు. అంతేకానీ ' బిల్డింగ్స్ ' అడుక్కోలేదు, ' డబ్బు ' అడుక్కోలేదు. గౌతమ బుద్ధుడు కానీ, మహావీరుడు కానీ, జీసస్ క్రైస్ట్ కానీ.

ఆ విధంగా మనం ఎవ్వరి దగ్గర నుంచీ డబ్బు వసూలు చేసుకోకూడదు. చాలామంది ... ఆధ్యాత్మిక సంస్థలు కొన్ని ఉన్నాయి. " డబ్బు తీసుకుంటే గానీ వాళ్ళకు వాల్యూ తెలియదేమో ధ్యానం గురించి " అని అనుకుంటారు. ఇది చాలా పొరపాటు. ఇది సరి అయిన విధానం కానే కాదు. డబ్బు ససేమిరా తీసుకోకూడదు.

14

" విగ్రహారాధన తగదు ; దైవం మానుషరూపేణ. "

అలాగే ఏ వ్యక్తినీ పూజించకూడదు. వ్యక్తులుండాలి ; వ్యక్తుల్ని ఆదరించాలి ; కానీ ద్రవ్య వస్తువులతో వ్యక్తులను పూజించకూడదు.

విగ్రహాలను ప్రతిష్టించు కోవచ్చు. విగ్రహాల్లో మన రాముని జీవిత చరిత్రను చూసుకోవచ్చు. కానీ విగ్రహానికి చీరకట్టి, బట్టకట్టి దానికి హారతిచ్చి, బొట్టుపెట్టి ' విగ్రహ ఆరాధన ' కూడదు !

ఫోటో పెట్టుకుంటున్నాం, అలాగే విగ్రహం ఉంటుంది. పూర్వపు కాలాల్లో ఫోటోలు ఉండేవి కావు ; కనుక విగ్రహాలను చేసుకునేవారు. మొత్తం మీద ఫోటోలను పూజించడమూ, విగ్రహాలను ఆదరించడమూ అదేమిటో !

" మూర్తి పూజ మెట్టు కాదు అగడ్త " అన్నారు ఆర్య సమాజ స్థాపకుడైన స్వామి దయానంద సరస్వతి. కనుక ఈ విగ్రహారాధన, వ్యక్తి యొక్క ఆరాధన, వ్యక్తి కాళ్ళకి మొక్కడాలు ఇవన్నీ కూడానూ మూర్ఖపు చేష్టలు. అలాగే పెద్దల ఆశీర్వాదం పొందడం అని చెప్పేసి కాళ్ళు కడిగి ఆ నీళ్ళు నెత్తిమీద పోసుకోవడం అనేది ... ఎంతైనా అనారోగ్యకరమైన విషయం. కనుక ఇలాంటి కర్మకాండలన్నీ తీసెయ్యాలి.

15

" ధ్యానశక్తి తోనే ఎవరి స్వీయ సమస్యలను వారే, పరిష్కరించుకోవాలి. "

అదే విధంగా ఎవరి సమస్యలను వారే పరిష్కరించుకోవాలి ! అంత శక్తి వుంది మన దగ్గర ; అనంతమైన శక్తి మన దగ్గర వుంది !

ఎవరి సమస్యలను వారే పరిష్కరించుకోవాలి ! కనుక, మరి ' ధ్యానం ' ద్వారా, ' స్వాధ్యాయం ' ద్వారా, మరి ' సజ్జన సాంగత్యం ' ద్వారా అపారమైన శక్తి మనకుందని తెలుసుకుని మన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించుకుంటాం. పైనున్న లోక వాసులెవ్వరూ మన సమస్యలను పరిష్కరించరు !

16

" సాధారణ వృత్తులలో గృహస్థ జీవితాన్ని గడపాలి. "

ఇంకొక పాయింట్ ... ఎవ్వరూ సన్యాసాశ్రమం తీసుకోకూడదు !

చక్కగా ఆడా, మగా కలిసుండాలి ! ఎంజాయ్ చేసుకోవాలి ! ఈ యొక్క ' సెక్స్ ' అనేది, ఇది పరస్పరం ఎంజాయ్ చేసుకోవడానికే వుంది ! కనుక అదేదో అశుద్ధమైనది అనీ, అదేదో మరి చాలా విపరీతం అనీ చెప్పేసి చాలా విపరీత వ్యాఖ్యానాలు చేసి వాళ్ళు అసలైన సృష్టి రహస్యాన్నే తెలుసుకోలేక పోయారు. సృష్టి యొక్క అద్భుతాలనే, విచిత్రాలనే, మరి అందాలనే వాళ్ళు కనుక్కోలేకపోయారు. కనుక అందరూ గృహస్థులుగా వుండాలి ! చక్కగా మన గృహస్థ జీవితాన్ని, మన యొక్క జీవితాన్ని అంటే ఆ యొక్క ' ఆడా ', ' మగా ' జీవితాన్ని చక్కగా అనుభవించాలి. " కామి గాని వాడు మోక్ష గామి కాలేడు " కదా !

17

" అన్ని గ్రామాలలోనూ, అన్ని పట్టణాలలోనూ ' పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాలను, నెలకొల్పాలి. "

ప్రతి పిరమిడ్ మాస్టర్ కూడానూ ఓ " పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ " ని విధిగా స్థాపించాలి. ప్రక్క ఊర్లకు వెళ్ళి, ప్రక్క గ్రామాలకు వెళ్ళి మరి స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్‌ను స్థాపించాలి.

18

" ధ్యానానుభవాలను, ఇతర ఆధ్యాత్మిక విశేషాలను పుస్తకాల రూపంలో ప్రచురించాలి. "

అలాగే మరి పద్దెనిమిదవ సూత్రం ఏమిటంటే ప్రతి ఒక్కరు కూడానూ వాళ్ళ వాళ్ళ ధ్యానానుభవాలను గ్రంథస్థం చేయాలి; స్వీయ అనుభవాలను వ్రాయాలి,

వ్రాసి ప్రచురించాలి. కరపత్రం చేయించాలి. And, everything should be in black and white! Sir Francis Bacon ఏం చెప్పారంటే, " Reading maketh a full man; Conference a ready man; and ... Writing an exact man ... " కనుక, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ పర్‌ఫెక్ట్ కావాలి ; కనుక అందరూ విధిగా వారి వారి అనుభవాలను వ్రాసి ప్రచురించాలి.

ఈ విధంగా మనం పిరమిడ్ పద్దెనిమిది ఆదర్శసూత్రాలనూ తెలుసుకున్నాం.

ఇవే పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మాస్టర్‌ల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు.

మరి పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ తాము స్వయంగా వీటిని పాటిస్తూ మరి అలాగే అందరినీ పిరమిడ్ మాస్టర్లుగా చేస్తారని కోరుకుంటూ ఇప్పుడు ఇక్కడ సెలవు తీసుకుందాం.

- బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

Pyramid Phylosophy
352
MRP Rs. 30.00
www.pyramidvalley.org
Telugu

ధ్యాన లహరి పబ్లికేషన్స్

No: 352