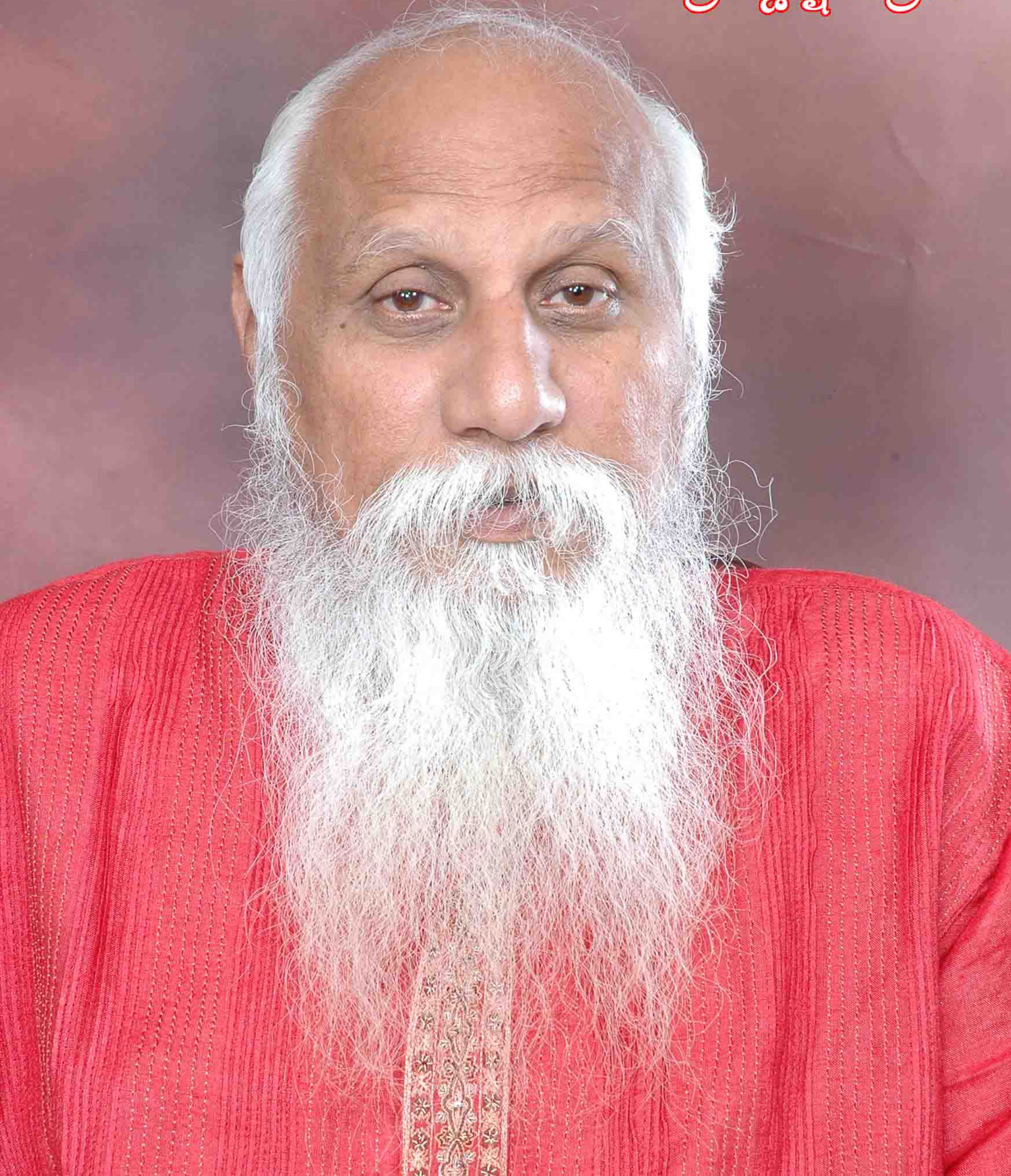
యోగ పరంపర

-బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ



యోగ పరంపర

పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ ఈ కాన్సెప్ట్‌ను చాలా శ్రద్ధగా గ్రహించాలి. ఎందుకంటే చాలా అత్యద్భుతమైన విషయం మనం ఇప్పుడు తెలుసు కోబోతున్నాం.

మానవుడు జంతు సామ్రాజ్యాల నుంచి అంటే ఆ యొక్క 'గ్రూప్ సోల్' నుంచి - సామూహిక ఆత్మ నుంచి - ఒక వ్యక్తిపరమైన ఆత్మగా, ఇండివిడ్యువల్ (Individual) సోల్‌గా మానవ జన్మలో ప్రవేశించిన తర్వాత గానీ.... లేక ఒకానొక శకలంగా మానవ జన్మ పరంపరలో ప్రవేశించినప్పటి నుంచి గానీ... లేకపోతే ఇతర గ్రహాలలో, ఇతర సౌరకుటుంబాలలో అక్కడి నుంచి ఇక్కడి మానవ జన్మలలో ప్రవేశించిన తరువాత గానీ... ఇలాగ రకరకాల పరిస్థితుల్లోంచి మానవ జన్మల్లోకి వస్తూంటాయి ఆత్మలన్నీ. అలా ప్రవేశించడం మొదలు పెట్టినప్పటి నుండి ఎన్నో జన్మలు మానవ శరీరాలలో తీసుకుంటాయి ఆత్మలు. దీనిని ఏమంటామంటే మనం 'జన్మ పరంపర' అంటాం.

ఒకసారి మానవ జన్మలోకి వచ్చిన తర్వాత ఆత్మ మళ్ళీ ఇంకొక జంతు ప్రపంచంలోకి పోదు. ఎప్పుడో Very very importent exceptional cases లో తప్పితే, కనుక, ఈ మానవ 'జన్మ పరంపర' అన్నది ఒక అత్యద్భుతమైన విషయం. ఈ జన్మపరంపర చివరి స్థితుల్లోనే మానవుడు జ్ఞానవంతుడౌతుంటాడు. ఈ విషయమే భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణుడు చెప్పాడు.

"బహూనాం జన్మనామంతే
జ్ఞానవాన్ మాంపప్రద్యతే"

ఎన్నో జన్మల తర్వాత మానవుడు జ్ఞానవంతుడౌతాడు. మొట్ట మొదటి జన్మలలో అతనికి జ్ఞానం అవసరం లేదు. చిన్న పిల్లలు బొమ్మలతో ఆడుకున్నట్లు మానవుడు తన శరీరంతోనే ఆడుకుంటాడు. శరీరం కోసమే జీవిస్తూంటాడు. అక్కడ తినడం, త్రాగడం, పడుకోవడం, మైథునం, పెళ్ళి, పిల్లలు, మళ్ళీ వాళ్ళు చావకుండా బ్రతకాలి. వాళ్ళ కోసం పోరాడాలి. ఇలా కేవలం ఈ ఫిజికల్ ఎక్జిస్టెన్స్ కోసమే ఎన్నో జన్మలు తీసుకుంటూంటాడు. భౌతిక జన్మనే మళ్ళీ కోరుకుంటూంటాడు. మళ్ళీ మళ్ళీ అనేక చోట్ల పుడుతుంటాడు.

ఇలాగ ఒక యాభయ్యో, వందో, నూట యాభయ్యో, రెండు వందలో ఎన్నో జన్మలయిపోయాయనుకుందాం. ఆ తర్వాత తాను కేవలం 'ఇడ్లీ - సాంబారు' తినడానికీ, మరి 'కోడి'ని తినడానికి, 'మేక'ను తినడానికీ, 'రొయ్య'ను తినడానికి పుట్టలేదు "నేను ప్రజల్లో గుర్తింపు పొందాలి; నేను ఒక రారాజు కావాలి; నేను అందరిలో ప్రధముడిగా వుండాలి; నా తర్వాతే అందరూ వుండాలి; అందరూ నా కాళ్ళకే మ్రొక్కాలి, ప్రక్కవాళ్ళ కాళ్ళకి మ్రొక్కకూడదు" అని చెప్పేసి అధికార వాంఛలొస్తుంటాయి. దీనినే మనం - రజోగుణం అంటాం.

పిరమిడ్ మాస్టర్లంతా దీన్ని బాగా అర్థం చేసుకోవాలి. ఒక నూరు జన్మల్లో 'తమోగుణం' గా వుంటాం. మరొక నూరు జన్మల్లో 'రజోగుణం' గా వుంటాం. 'నూరు జన్మలు' అనేది ఊరికే సింబాలిక్‌గా చెప్పబడుతోంది. అయితే అది ఎక్కడా అలా ప్రత్యేకంగా వుండదు. ఒక్కొక్క మనిషీ ఒక్కొక్క గుణంతో కొన్ని వందల జన్మలు తీసుకుంటూంటాడు. అందులో ఎన్ని జన్మలు ఏ ఏ గుణానికి కేటాయించాడు అన్నది ఆ ఆత్మ యొక్క ఇచ్ఛా స్వేచ్ఛల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.

ఈ విధంగా 'రజోగుణ' పరంపరలో కొన్ని జన్మలు వెళ్ళిపోయిన తర్వాత, అప్పుడు సాత్వికమైన గుణం, అంటే - "నేనేం చేయాలి?", "జీవితం లో ఎలా జీవించాలి?", "ఆనందంగా వుండాలి అంటే ఏం చేయాలి?" అని ఆలోచించడం ప్రారంభిస్తాడు - ఈ తమోగుణంలోనూ, రజోగుణం లోనూ ఎన్నో కష్టాలు కూడా అనుభవిస్తూ వుంటాడు. ఎన్నో నష్టాలు కూడా అనుభవిస్తూ వుంటాడు. ఎన్నో బాధలు అనుభవిస్తూ వుంటాడు. అలా అనుభవించీ, అనుభవించీ ఈ సాత్విక గుణ పరంపరలోకి వచ్చిన తర్వాత - "ఇక బాధలు అనుభవించకూడదు అంటే నేను ఏం చేయాలి ప్పడు?" అన్న జ్ఞానం మెల్లిగా అంకురిస్తుంది. అక్కడి నుండి మొదల వుతుంది ప్రతి మనిషికీ "యోగ పరంపర".

కనుక, మనం ఇప్పుడు ఈ "యోగపరంపర" గురించి తెలుసు కుంటున్నాం విశేషంగా. "యోగ పరంపర" రాకముందు, "కర్మపరంపర" లో మరి భోగలాలసత కొన్ని జన్మలూ, అధికార లాలసత మరికొన్ని జన్మల యిపోయిన తర్వాత ఈ సత్యలాలసత - సత్యం అంటే ఏమిటి? అనే అన్వేషణతో ఈ యోగపరంపర మొదలవుతుంది. సత్యం తెలుసు కోవాలంటే 'యోగం' చేయాలి. సత్యం తెలుసుకోవాలంటే సత్యంలో జీవిం

చాలి. కనుక ఈ "యోగపరంపర" ను మనం విశేషంగా తెలుసుకుందాం.

ఈ "యోగ పరంపర" లో మనకు సాధారణంగా నాలుగు యోగా లున్నాయనీ - అవి 'కర్మయోగ' మనీ, 'భక్తి యోగమనీ' , 'జ్ఞానయోగ'మనీ, 'రాజయోగ' మనీ - సాధారణంగా అందరికీ తెలుసు. అయితే, సాధారణమైన విజ్ఞానం ఎల్లవేళలా నిజమైన విజ్ఞానం కాదు; ఎందుకంటే 'భక్తి యోగం' అన్నది అసలు లేనే లేదు! కృష్ణుడి విగ్రహాన్ని పూజించడం, జీసస్ క్రైస్ట్ చిత్రపటాన్ని పూజించడం అనేది 'భక్తియోగం' గా చలామణీ అవుతుంది, కానీ అది ఒకానొక భక్తిమూర్ఖతా విశేషమే గానీ, 'భక్తియోగం' మటుకు ఎంతమాత్రం కాజాలదు!వాస్తవానికి చెప్పకోవాలంటే. 'భక్తి యోగం' అన్నది లేనేలేదు!

"స్వస్వరూపానుసంధానం భక్తిరిత్య భిధీయతే"

అని చెప్పబడింది. అంటే, 'స్వస్వరూపం'తో అనుసంధానం చేసు కోవడమే 'భక్తియోగం' అన్నారు. కనుక ఇక్కడ అది ఇంకొక వ్యక్తికి సంబం ధించినది కాదు. "మన స్వస్వరూపం ఏమిటో ముందుగా తెలుసుకుని దానితో ఏకమై వుండడమే భక్తి" అని చెప్పబడింది. కనుక, ప్రజలు సామాన్యంగా అనుకునే ఆ భక్తి యోగం అనేది లేనే లేదు అని చెప్పేసి పిరమిడ్ ధ్యాన ప్రపంచానికంతా, పిరమిడ్ జ్ఞాన ప్రపంచానికంతా తెలుసు! సృష్టిలోని యోగులందరికీ తెలుసు! అయితే మానవులకి మాత్రం తెలియదు, తెలియచెప్పవలసిన బాధ్యత పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ వుంది. కనుక ఈ నాలుగు యోగాల్లో 'భక్తియోగం' అన్నది కనుక తీసేస్తే ఇక మిగిలేవి 'కర్మయోగం', 'జ్ఞానయోగం', 'రాజయోగం' . ఈ మూడు యోగాల గురించీ ఇక ఇక్కడ మనం విస్తారంగా తెలుసుకుంటాం.

కర్మయోగం' అనేది రెండు రకాలుగా విభజించబడింది.

"కర్మ యోగం - 1"

"కర్మ యోగం - 2"

అలాగే 'జ్ఞానయోగం' అనేది రెండు రకాలుగా విభజించబడింది.

"జ్ఞాన యోగం - 1"

" జ్ఞాన యోగం - 2"

కనుక, ఇప్పుడు ఈ అన్ని అంశాల గురించీ తెలుసుకుంటాం మనం. ఈ యోగాలన్నీ ఎలాంటి క్రమంలో వస్తాయంటే, ఈ యొక్క యోగపరంపరలో, అంటే మానవ జన్మపరంపరలో మొట్టమొదలుగా

'కర్మయోగం - మొదటి భాగం' వస్తుంది కొన్ని జన్మలు. తర్వాత 'జ్ఞాన యోగం - మొదటి భాగం" వస్తుంది కొన్ని జన్మల్లో. ఇంకా కొన్ని జన్మల్లో 'జ్ఞానయోగం - రెండవ భాగం ' వస్తుంది. తర్వాత చివరిగా 'కర్మయోగం - రెండవ భాగం' వస్తుంది.

'కర్మయోగం - రెండవ భాగం'కి ఉదాహరణగా తీసుకోవాలంటే, గౌతమబుద్ధుడు, జీసస్ క్రైస్ట్ లాంటి వాళ్ళన్నమాట. ఆ లెవెల్‌కి ఎప్పుడైతే మనం వెళ్తామో అప్పుడు మన జన్మ చివరి జన్మలో వున్నది అని మనం తెలుసుకోవచ్చు. వాళ్ళు చివరి జన్మలో ఆ స్థితిలో వున్నవాళ్ళు. కనుకనే ప్రపంచం అంతటిలో కూడానూ జగద్గురువులుగా వాళ్ళు భాసించారు. అక్కడి దాకా వెళ్ళాంలంటే, ఆ శిఖరాగ్రానికి వెళ్ళలేం కదా! కనుక మైడియర్ పిరమిడ్ మాస్టర్స్, ఇక్కడ మనం 'యోగపరంపర' అనే కాన్సెప్ట్‌ను అత్యద్భుతంగా తెలుసుకుంటున్నాం.

"కర్మయోగం - (1)

"యోగపంరంపర" లో మనం మొట్టమొదటగా "కర్మయోగం - మొదటిభాగం" గురించి తెలుసుకుందాం.

కర్మయోగం - మొదటిభాగంలో నాలుగు స్టేజ్‌లు ఉన్నాయి. నాలుగు దశలు వున్నాయి. వీటిని మనం

(1) స్టేజ్ - A
(2) స్టేజ్ - B
(3) స్టేజ్ - C
(4) స్టేజ్ - D అని తెలుసుకుందాం.

చెడు చేయొద్దు!

స్టేజ్ - A గురించి చెప్పాలంటే, "అయ్యా నువ్వు ఎవరికీ మంచి చేయలేకపోతే చేయలేకపోయావు, చెడు మట్టుకు చేయొద్దు నాయనా! ఏ ప్రాణినీ హింసించవద్దు నాయనా! ఆ రొయ్యని ఇన్ని రోజులూ తిన్నావ్, ఇంక తినొద్దోయ్! ఆ పందిని తిన్నావు ఇన్ని రోజులూ, ఇంక తినొద్దయ్యా! నీ పెళ్ళాంతో ఇన్నాళ్ళూ కొట్లాడావ్, ఇంక నుంచి కొట్లాడకయ్యా! నీ పిల్లల్ని రోజూ తంతున్నావు, ఇంక నుంచి తన్నకయ్యా" అని చెప్పేసి చెప్తారు. ఇది స్టేజ్ - A. కర్మయోగం - మొదటి భాగంలో "స్టేజ్ - A" అన్నమాట. అది వాడు అభ్యాసం చేయగా చేయగా ఆ విధంగా కొన్ని జన్మలయిపోతాయి.

ఆ తరువాత ఏం చెప్తారంటే "స్టేజ్ - B"లో , "నువ్వు పక్కవాడికి

మంచి చెయ్యటానికి పూనుకో, నీకు కూడా మంచి జరుగుతుంది. నువ్వు ఇతరులకు ఎంత మంచి చేస్తే నీకు అంత మంచి జరుగుతుంది. కనుక ఉపకారం చెయ్యి! ఆ వీధులు సరిగ్గా ఊడ్చు! చెట్లు నాటు! మరి అందరికీ అన్నదానం చెయ్యి! ఏదో వస్త్రదానం చెయ్యి! నువ్వు సంఘం సంగతి చూసుకోవాలి. అప్పుడే నీ సంగతి కూడానూ సంఘం చూసుకుంటుంది. అప్పుడు నువ్వు ఇంకా బాగా జీవించగలవు నాయనా" అని స్టేజ్ - B లో చెప్తారు. ఈ స్టేజ్ - A లో, స్టేజ్ - B లో 'ధ్యానం', 'ఆత్మజ్ఞానం' ఇలాంటివన్నీ రావు. ఇంకా చిన్న స్టేజ్‌లలో ఉన్నాడు వాడు.

ఇకపోతే స్టేజ్ - C లో ఏమని చెప్తారంటే, "నువ్వు మంచి కర్మలు చేస్తూండు; అయితే, వాటి ఫలితాన్ని మాత్రం ఆశించకు - 'కర్మణ్యేవాధికారస్తే మా ఫలేషు కదాచన' అని భగవద్గీతలో కృష్ణుడు ఈ మూడవ స్టేజ్ గురించి చెప్పాడు కదా! అలా కొన్ని జన్మలైపోయిన తరువాత కర్మఫలాలు వచ్చి తీరుతాయి! నువ్వు ఎలాంటి కర్మ చేస్తావో అలాంటి కర్మఫలాలు వచ్చే తీరుతాయి! జీసస్ క్రైస్ట్ కూడా చెప్పాడు 'As you sow; so you reap' - 'నువ్వు ఎలాంటి విత్తును విత్తుతావో అలాంటి చెట్టునే పొందుతావు'. కనుక నువ్వు వేప విత్తు విత్తి మర్రి చెట్టు వస్తూందేమోనని భయపడాల్సిన అవసరమే లేదు! వేప చెట్టే వస్తుంది! కనుక నువ్వు అందరికీ మంచి చేస్తే నీకు అందరూ మంచి చేసే తీరతారు! దాని గురించి అనవసరమైన ఆలోచనలతో మళ్ళీ నీ సమయాన్ని ఎంతమాత్రం వృధా చేసుకోవద్దు! నీ శక్తిని ఎంతమాత్రం వ్యర్థం చేసుకోవద్దు! కనుక కర్మ ఫలితాన్ని ఆశించవద్దు నాయనా! కర్మ చేయడంలోనే నీ యొక్క జీవితాన్ని నిమగ్నం చెయ్యి!....... మంచి శుభకర్మలు చేయడంలోనే!" కనుక ఇదీ "స్టేజ్ - C కర్మయోగం - మొదటిభాగం అంటే.

ఇకపోతే........ కర్మయోగం - మొదటిభాగంలో "స్టేజ్ - D ఏమిటంటే, "నువ్వు కర్తృత్వ భావన లేకుండా కర్మలు చేయి నాయనా; 'నేను' అనేది లేకుండా కర్మలు చేయి" అని చెప్తారు. ఇది చాలా కష్టం. ఇది నిజానికి "కర్మయోగం - రెండవభాగం"లో ఉన్నవాళ్ళే చేయగలరు. కానీ వీళ్ళందరూ చెప్తారు అదొక లక్ష్యంగా - ఎలాగంటే "నువ్వు ఐ.ఎ.ఎస్‌పాస్ కావాలి" అని చెప్పినప్పుడే వాడు అందులో కాకపోయినా మిగతా ఏదో ఒక కాంపిటీటివ్ ఎగ్జామ్ గ్రేడ్ వన్నో. ఏదో పాసవుతాడు. కానీ ఆ లక్ష్యం. ఆ సిలబస్, లక్ష్యంగా పెట్టుకోవాలి. కనుక ఈ విధంగా కర్మయోగం - మొదటి

భాగంలో నాలుగు స్టేజ్‌లున్నాయి. అంటే - నాలుగు దశలు వున్నాయి. వీటిని మనం

(1) స్టేజ్ - A (2) స్టేజ్ - B

(3) స్టేజ్ - C (4) స్టేజ్ - D

వీటి గురించి మళ్ళీ చెప్పుకుందాం.

"స్టేజ్ - A ", అంటే, "మంచి చెయ్యకపోతే చెయ్యకపోయావ్, చెడు మాత్రం చేయకు - హింస చేయకు. తోటి ప్రాణిని కష్టపెట్టకు. చంపకు, కొట్లాడొద్దు, రక్తపాతం చేయవద్దు, నరకవద్దు."

"స్టేజ్ - B " అంటే, "తోటి ప్రాణికి సహాయం చేయి. రకరకాలుగా సహాయం చేయి. సంగీతం నేర్పించు. డాన్స్ నేర్పించు. రోడ్లు వేయి, 'అశోకుడు చెట్లు నాటెను' కదా. అంటే ఇది రెండవ స్టేజ్ అన్నమాట".

"స్టేజ్ - C అంటే, "మంచి కర్మలు చేస్తూండు. అయితే ఫలితాలను ఎంత మాత్రం దృష్టిలో పెట్టుకోవద్దు. ఎందుకంటే, వీటిని దృష్టిలో పెట్టుకుంటే ఏమౌతుందంటే మన సమయం వృధా అవుతుంది - అన్నమాట. మన సమయం వృధా కాకూడదు కదా. ఫలితాలు వచ్చేవి రానే వస్తూంటాయి".

"స్టేజ్ - D " అంటే, " ఆ తరువాత ఇంకా ముందుకుపోయి కర్తృత్వ భావన కూడా లేకుండా అంటే 'నేను' అనేది లేకుండా కర్మలు చెయ్యి నాయనా!" అంటూంటారు అన్నమాట.

కనుక, 'కర్మయోగం - మొదటి భాగం'లో ఇవన్నీ అయిన తరువాత 'జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగం' వస్తుంది.

"జ్ఞాన యోగం - 1"

జ్ఞానయోగం -మొదటి భాగంలో ఇప్పుడు ఏం చెప్తారంటే, మెల్లిగా, "ఒరేయ్! నువ్వు మానవ శరీరం కాదురోయ్! నువ్వు ఆత్మవోయ్! చనిపోయిన తరువాత స్వర్గం, నరకం ఉన్నాయోయ్! ఈ ఒక్క లోకమే అనుకునేవు, ఎన్నో లోకాలున్నాయోయ్! నీకు అపారమైన శక్తుందోయ్! నువ్వు ఆత్మ పదార్థమోయ్! నువ్వు సాధించలేనిది ఏదీ లేదోయ్! కావాలంటే గాలిలో ఎగురగలవు. నీటి మీద నడువగలవు" అని చెప్తూంటారు. ఇది అంతా కొత్తది. ఇదంటే కొత్త జ్ఞానానికి సంబంధించి నది. 'నీకు చావు లేదు, సంతోషంగా వుండు, చనిపోయిన నీ తల్లి, తండ్రి వేరే లోకాల్లో ఉన్నారు. కావాలంటే వెళ్ళి వాళ్ళతో మాట్లాడగలవు. నువ్వు కూడా

చనిపోయిన తరువాత వాళ్ల దగ్గరికే వెళ్తావ్! కనుక, ఏడవకు" ఇలాంటి విశేషాలన్నీ చెప్తూంటారు జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగంలో. అప్పుడే వేదాంతం వినడం, మరి ప్రవచనాలు వినడం మొదలవుతుంది.

"కర్మ యోగం - మొదటి భాగం"లో ఈ ప్రవచనాలు వినడం, జీసస్ క్రైస్ట్ యొక్క బోధనలు వినడం గీత యొక్క పాఠాలు మరి గీతాయజ్ఞాలు వినడం, ఇవన్నీ వుండవన్నమాట. "జ్ఞానయోగం - మొదటిభాగం"లోనే ఇవన్నీ మొదలవుతాయి. ఇక్కడ కూడా నాలుగు స్టేజ్‌లున్నాయి మళ్ళీ.

జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగంలో నాలుగు స్టేజ్‌లున్నాయి.

1. స్టేజ్ - A ని 'శ్రవణం' అంటాం.
2. స్టేజ్ - B ని మననం అంటాం.
3. స్టేజ్ - C ని 'నిధి ధ్యాసన' అంటాం.
4. స్టేజ్ - D ని 'సాక్షాత్కారం' అంటాం.

మొట్టమొదటి స్టేజ్ 'శ్రవణం' . 'నువ్వు బాగా విను! అక్కడ లెక్చర్స్ ఇస్తున్నారు; జీసస్‌క్రైస్ట్ గురించి చక్కగా సువార్త ఇస్తున్నారు. పోయి విను. ఆయనేం చెప్పాడో విను. అక్కడ భగవద్గీత, గీతాయజ్ఞాలు జరుగు తున్నాయి పోయి విను. ఎవరో ధ్యానం లెక్చర్స్ ఇస్తున్నారు పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాల్లో - అక్కడ పోయి విను. ఊరికే వినిరా ఆ తరువాత సంగతులు చూద్దాం. మొదట బాగా శ్రవణం చేయి" అని చెప్తారు. వాడికి అంతకు ముందు వరకు ఇవన్నీ పట్టవు. ఇప్పుడు మెల్లిమెల్లిగా అవి పట్టుబడుతూం టాయి. కనుక ఇది స్టేజ్ A. ఇలా కొన్ని జన్మలు కూడా జరిగిపోవచ్చు.

తరువాత విన్నదంతా 'మననం' చేసుకుంటూ ఉంటాడు - 'అవును నిజమే! జీసస్ క్రైస్ట్ ఏం చెప్పాడు? మరి 'ఇలా' చెప్పాడు కదా! మనం 'అలా' చేయాలి కదా! ఆత్మ గురించి చెప్పాడు కదా! దేవుని రాజ్యం నీలో వుందని చెప్పాడు కదా! మరి మనం 'లోపలికి' ఎలా వెళ్ళాలి? "Unless thine two eyes become one, you cannot enter the kingdom of God" అని చెప్పేసి, నీ రెండు కళ్ళూ ఒక కన్ను కాకపోతే నువ్వు దేవుని రాజ్యంలో ప్రవేశించలేవు' అన్నాడు జీసస్ క్రైస్ట్. అంటే 'ఒక కన్ను' అంటే ఏమిటి? 'రెండు కళ్ళు' అంటే ఏమిటి?" - ఇలా దీన్ని అంతా "మననం చేసుకోవటం" అంటాం. ఉదాహరణకి భగవద్గీతలో కృష్ణుడు చెప్పాడు.

"తేత్వం భుక్త్వా స్వర్గలోకం విశాలం

క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశన్తి"

"అయ్యా అర్జునా! నువ్వు ఆ స్వర్గలోకాన్ని, ఆ విశాలమైన స్వర్గ లోకాన్ని భుజించిన తరువాత, మళ్ళీ మళ్ళీ ఈ లోకానికి వస్తూంటావు" - "అంటే ఓహో మళ్ళీ మళ్ళీ ఈ లోకానికి వస్తుంటానా?! స్వర్గ లోకాలు న్నాయా?!" వీటన్నింటి గురించీ ఈ విధంగా ఆలోచించటాన్ని "మననం" అంటాం. అందులో కూడా కొన్ని జన్మలు జరిగిపోవచ్చు.

తరువాత "నిధిధ్యాసన" అంటే "ఓహో నేను ఆత్మను! జీసస్ చెప్పాడు, కనుక నేను ఆత్మను" అనుకుని ఆ విధంగానే ఆత్మపరంగా జీవిం చటం మొదలు పెడతాడు. శరీరపరంగా ఏవైనా జరిగినా బాధలు పట్టించుకోకుండా "నేను ఆత్మను కదా! రేపో, ఎల్లుండో చచ్చిపోతాను, చచ్చిపోయిన తరువాత హాయిగా జీవిస్తాను; నేను జీసస్‌క్రైస్ట్ దగ్గరికి వెళ్ళిపోతాను; నేను కృష్ణుని దగ్గరకు వెళ్ళిపోతాను" అన్న భావనతో జీవితంలో హాయిగా జీవించడం మొదలు పెడతాడు. అంటే తాను విన్న దాన్ని జీవితంలో అభ్యాసం చేయటం మొదలు పెడతాడు. ఈ మొత్తాన్నే "నిధిధ్యాసన" అంటాం.

ఆ తరువాత "సాక్షాత్కారం! అంటే, మీరు ఇంక మీ జీవితానికి సాక్షిగా అయిపోవడం! పుట్టేవాళ్ళు పుడుతుంటారు. చచ్చిపోయేవాళ్ళు చస్తుంటారు. కానీ మీరు మాత్రం జీసస్ యొక్క జ్ఞానంలో హాయిగా అన్నిటికీ సాక్షీభూతమైపోతారు! పెళ్ళిళ్ళు జరుగుతూంటాయ్. పిల్లలు పుడు తుంటారు. ఒక్కోసారి బిల్డింగులు కడుతూ ఉంటారు. అన్నింటిలో, కలిమి లేముల్లో, జయాపజయాల్లో,చీకటి వెలుగుల్లో అన్నింటిలోనూ మనం సాక్షిగా వుంటాం! అదే సాక్షాత్కారం! ఇదే జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగం యొక్క పరాకాష్ట. ఇవన్నీ కూడానూ జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగంలో వస్తాయి.

"కర్మ యోగం- మొదటి భాగం" గురించి తెలుసుకున్నాం - నాలుగు స్టేజ్‌లు. "జ్ఞానయోగం - మొదటిభాగం"లో కూడా నాలుగు స్టేజ్‌లున్నాయి. ఒక్కొక్క స్టేజ్‌లో కొన్ని జన్మలు తీసుకోవచ్చు. లేకపోతే ఒకటే జన్మలో పూర్తి చేసుకోవచ్చు. అన్ని స్టేజ్‌లు కూడానూ, ఇది వాళ్ళ వాళ్ళ శక్తియుక్తుల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.

కనుక, మళ్ళీ ఇంకోసారి తెలుసుకుందాం.

జ్ఞానయోగం - మొదటిభాగంలో.

1. స్టేజ్ - A అన్నది 'శ్రవణం' సంబంధించినది.

2. స్టేజ్ - B అన్నది 'మననానికి' సంబంధించినది.

3. స్టేజ్ - C అన్నది 'నిధి ధ్యాసన' అభ్యాసానికి సంబంధించినది.

4. స్టేజ్ - D అన్నది 'సాక్షాత్కారం' పొందే స్టేజ్ అన్నింటికీ నిర్వికారంగా ఉన్న స్టేజ్, అన్నింటికీ సాక్షీభూతంగా ఉన్న స్టేజ్.

విలియమ్ షేక్స్పియర్ అన్నాడు. " All the world is a stage. we are all mere actors; we strut and fume, do our part and then depart." కనుక "ఓహో! నేను భర్తగా వున్నాను 'భర్త'గా నటించాలి. అంతేకానీ నిజమైన 'భర్త' నేను కాదు. నిజమైన 'భార్య' నేను కాదు. నిజమైన 'తల్లి' నేను కాదు. నిజమైన 'తండ్రి' నేను కాదు". శంకరాచార్యుల వారు చెప్పారు గదా భజగోవిందంలో...

"కస్త్వం కోహం కుత ఆయాతః కామేజననీ కోమేతాతః"

ఇతి పరిభావయ సర్వం అసారం విశ్వం త్యక్త్వా స్వప్న విచారం॥"

"అయ్యా ఎవరు నువ్వు? ఎవరు నేను? ఎవరు నా తల్లి? ఎవరు నా తండ్రి? ఈ విధంగా ఇదంతా కూడానూ ఒక డ్రీమ్ లాంటిది. కనుక దీనిని డ్రీమ్‌లానే తీసుకో; స్వప్నంగానే తీసుకో" అని చెప్పేసి శంకరాచార్యుల వారు చెప్పారు. ఇదంతా కూడానూ అంటే ఆ విధమైన స్టేజ్ కలిగి వుండటం అనేది సాక్షాత్కారం పొంది వుండటం అన్నమాట! 'సాక్షి'గా మన ఆకారం అయిపోయి అన్నింటికీ విట్‌నెస్‌గా మన ధర్మాలు మటుకు మనం నిర్వర్తిస్తూ మన నాటక రంగంలో మనం సరియైన పాత్ర పోషిస్తూ, మిగతా అంతటికీ కూడానూ సాక్షిగా విట్‌నెస్‌గా అలా వుండటం అన్నమాట.

"ధ్యాన యోగం"

ఇలా కొన్ని జన్మలయిపోయిన తరువాత, అప్పుడు "ధ్యానయోగం" వస్తుంది - అదే "రాజయోగం". అప్పుడు "జీసస్‌క్రైస్ట్‌ని నేను చూడాలి . ఇన్ని రోజులూ బైబిలు విన్నాను; ప్రవచనాలు విన్నాను; నేను ఇంక జీసస్‌క్రైస్ట్‌తో స్వయంగా మాట్లాడాలి! ఆయన ఏ లోకంలో వున్నా ఆ లోకానికి వెళ్ళి మాట్లాడాలి! నేను ఇంక గౌతమబుద్ధునితో మాట్లాడాలి" అనే తపన మొదలవుతుంది. కఠోపనిషత్తులో నచికేతుడు "చనిపోయిన తరువాత అసలు మనిషి ఏమౌతాడో నేను స్వయంగా తెలుసుకోవాలి" అని పూనుకున్నాడు పదకొండేళ్ళ వయసులోనే. అక్కడ నుంచి "రాజ

యోగం" మొదలౌతుంది.

"రాజయోగం " అంటే "king of the yogas." అంటే కర్మయోగం కన్నా, జ్ఞానయోగం కన్నా, ధ్యానయోగం అన్నది King of the yogas అన్నమాట!

వాడు ఇంక ఈ నీతి ప్రవచనాలు వినడు! బైబిల్ క్లాస్‌కి పోడు! తాను ఇంక కళ్ళు రెండూ మూసుకుని 'శ్వాస మీద ధ్యాస' ఉంచుతాడు! ధ్యానంలో ప్రవేశిస్తాడు. తన చిత్తవృత్తులను నిరోధించుకుంటాడు! తన మూడో కన్నును తెరుచుకుంటాడు! శరీరంలోంచి బయటకి వస్తాడు! "నేను సూక్ష్మశరీరాన్ని" అని తెలుసుకుంటాడు. తాను స్వయంగా అన్ని లోకాలూ తిరిగి వస్తూంటాడు. అంటే జీసస్ క్రైస్ట్ ఏ ధ్యానం చేశాడో, గౌతమబుద్ధుడు ఏ ధ్యానం చేసాడో, వర్ధమాన మహావీరుడు ఏ ధ్యానం చేసాడో తాను కూడా ఆ ధ్యానం మొదలుపెడతాడు. ఇదీ "ధ్యానయోగం".

చూశారా జన్మ, కర్మపరంపరలో చివరిదశలోనే "యోగపరంపర" వస్తుంది. యోగపరంపరలో ముందుగా "కర్మయోగం -1" మొదల వుతుంది. - ఇది మొదటి స్టేజ్. తరువాత రెండవస్టేజ్‌లో "జ్ఞాన యోగం - 1" . ఆ తరువాత మూడవ స్టేజ్ "ధ్యానయోగం". పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్లందరూ కూడానూ అందరికీ ధ్యానం నేర్పిస్తున్నారు. అంటే వాళ్ళ యోగ పరంపర మొదలయ్యేది ఈ ధ్యాన యోగం నుంచే అన్నమాట. "నువ్వు ఎలాంటి స్థితిలో వున్నా, పరమ పాపివైనా, పరమ నికృష్టుడివైనా, సామాన్యుడివైనా, పండితుడివైనా కళ్ళు రెండూ మూసుకోవోయ్. ఇంక ధ్యానం చేయవోయ్. రోజుకి ఇరవై నాలుగు గంటల్లో, అర్ధగంటో, గంటో మొత్తానికి కళ్ళు రెండూ మూసుకో. కర్మల్లో మునగకు, గీతా ప్రవచనాలకు పోకు. నీ ఇంట్లో నువ్వు కూర్చో. కాళ్ళు రెండూ కట్టేసుకో. చేతులు రెండూ కట్టేసుకో, నోరు కట్టేసుకో. కళ్ళు రెండూ కట్టేసుకో. నీ మైండ్‌ని ఖాళీ చెయ్యి. చిత్తవృత్తులను నిరోధించు" అన్నమాట!

"యోగః చిత్తవృత్తి నిరోధః"

అన్నాడు పతంజలి. అంటే ధ్యాన యోగం మొదలు పెట్టు. జీసస్ క్రైస్ట్ చెప్పాడు కదా 'నీ లోపల ఉంది' అని చెప్పి, ఇంక లోపలికి పోవాలి! - మనం ఆయన చెప్పినది చెయ్యాలి కదా!

"The Kingdom of God is within" అన్నప్పుడు మనం ఇంకా లోపలికి పోవాలి. దీని పేరే 'ధ్యానయోగం', అథవా 'రాజయోగం'. మనం

బస్ కండక్టర్ అయి వుండవచ్చు. కానీ ఇంటికి వచ్చిన తరువాత మరి ధ్యాన యోగి కావాలి. మనం బయట ఎమ్మెల్యే కావచ్చు. కానీ ఇంటి కొచ్చి మళ్ళీ ధ్యాన యోగి కావాలి. లేకపోతే మనం ప్రధాన మంత్రి కావచ్చు. కానీ ఇంటికొచ్చి మళ్ళీ ధ్యానం చేయాలి. స్కూల్ టీచర్ కావచ్చు. కానీ ఇంటికొచ్చి ధ్యానం చెయ్యాలి. ఇదే జీసస్ క్రైస్ట్ చెప్పింది చేయడమంటే.

"The Kingdom of God is within" so travel within "నీ లోపలికి నువ్వు పో" అన్నాడు జీసస్. అయితే ఎలా పోతాం? ఈ కళ్ళు రెండూ మూసేసుకోవాలి. నోరు మూసేసుకోవాలి. చేతులు రెండూ కట్టేసుకోవాలి. కాళ్ళు రెండూ కట్టేసుకోవాలి. ఏదో ఒక మంచి ఆసనం చూసుకుని గోడకు జారగిలబడో, చెట్టుకి జారగిలబడో, మరి గదిని చీకటి చేసుకునో, రాత్రి పూటో, పగలో ఎప్పుడు వీలైతే అప్పుడు ఇంక కళ్ళు రెండూ మూసుకోవాలి!

ఎవరి వయస్సు ఎంతుందో అన్ని నిమిషాలు కనీసం ధ్యానసాధన మొదలుపెట్టాలి. అంటే ఐదేళ్ళ పిల్లలు ఐదు నిమిషాలు, పదేళ్ళ పిల్లలు పది నిమిషాలు, ఇరవయ్యేళ్ళ వాళ్ళు ఇరవై నిమిషాలు, ముప్ఫైయేళ్ళ వాళ్ళు ముప్ఫై నిమిషాలు, యాభైయేళ్ళ వారు యాభై నిమిషాలు, డెభ్భైయేళ్ళ వారు డెభ్భై నిమిషాలు రోజూ మనం శరీరానికి స్నానం ఎలా పోస్తామో ఆత్మకు కూడా స్నానం పొయ్యాలి కదా!

స్నానం చెయ్యకపోతే శరీరానికి ఎంత కంపుగా ఉంటుంది! కనుక ఆత్మకు స్నానం పొయ్యటమే, ఆత్మను బాత్రూమ్‌లో కూర్చోపెట్టడమే, ధ్యానంలో కూర్చోబెట్టటం. బాత్రూమ్‌లో మనకు షవర్ బాత్ వస్తుంది. ధ్యానంలో కూడా ఒక షవర్ బాత్ వస్తుంది. 'కాస్మిక్ ఎనర్జీ షవర్‌బాత్'.

ధ్యానంలో ఏమవుతుందంటే మన మైండ్ 'కామ్' అయిపోతుంది. ఖాళీ అయిపోతుంది. ఎప్పుడైతే మనం మన శ్వాసను గమనించామో! శ్వాసను కుంభించకూడదు. శ్వాసమీద ధ్యాస పెట్టాలి. అలా అలా శ్వాస మీద ధ్యాస పెడుతూంటే మన మనస్సు నిర్మానుష్యమైపోతుంది. అపారమైన విశ్వశక్తి మన లోపల ప్రవహిస్తుంటుంది! కాస్మిక్ ఎనర్జీ, దీనినే "శివుడి రెండవ భార్య" అంటే "గంగాదేవి" అన్నాం. చూశారా శివుడి జుట్టు నుంచి - పై నుంచి గంగ ప్రవహిస్తూంటుంది. అంటే శివుడు క్రింద ధ్యాన స్థితిలో ఉంటాడు. పై నుంచి కాస్మిక్ ఎనర్జీ షవర్‌బాత్ వస్తూ ఉంటుంది. లోపల చేరుతూ ఉంటుంది! ఇదే ధ్యానయోగం.

అపారమైన విశ్వమయ ప్రాణ చైతన్యాన్ని, ప్రాణశక్తిని మన లోపలికి తీసుకుంటూ ఉండటమే ధ్యానయోగం. అప్పుడు ఏమవుతుంది? 'దివ్య చక్షువు' తెరచుకుంటుంది. దీన్నే జీసస్ క్రైస్ట్ అన్నాడు. "Unless thine two eyes become one, you cannot enter the Kingdom of God - నీ చర్మ చక్షువులు రెండూ ఏకమైపోయి ఒకానొక దివ్యచక్షువు కాలేకపోతే నువ్వు దేవుని రాజ్యంలో ప్రవేశించలేవు నాయనా" అని. అంటే దివ్య చక్షువు ఉత్తేజితం అన్నమాట. దీన్నే మూడో కన్ను "Third Eye" అంటారు. లోబ్‌సాంగ్ రాంపా వ్రాసిన "Third Eye" పుస్తకం చదవండి. అక్కడ "Third Eye" గురించి కొంచెం తెలుస్తుంది. యోగులందరు కూడానూ ఋషులుగా మారినప్పుడు వాళ్ళకి ఒక మూడో కన్ను వస్తుంది. మూడవ కన్నుతో చూడ్డాన్నే "Seeing" అంటాం. 'ద్రష్ట' అంటే చూసేవాడు - 'ఋషి'.

కనుక, ఈ ధ్యానయోగం యొక్క పరాకాష్టలో మనిషి 'యోగి' అయిపోయిన తరువాత అంటే 'ధ్యాని', 'యోగి' అయిపోయిన తరువాత, యోగి 'ఋషి' అయిపోతాడు. ఓ యోగి 'ఋషి' అయినప్పుడు అది ధ్యాన యోగం యొక్క పరాకాష్ట.

ప్రతి మనిషి కూడా ఒక ఋషి కావాలి. ఋషిగా కాకపోతే మళ్ళీ మళ్ళీ పుడుతూనే ఉంటాం. జీసస్ క్రైస్ట్ మహా ఋషి అయ్యాడు. బ్రహ్మర్షి అయ్యాడు. వశిష్టుడు బ్రహ్మర్షి అయ్యాడు. మరి మనం... వాళ్ళ కొంగు పట్టుకుని వ్రేలాడాలా? లేక వాళ్ళలాగా మనం కూడా తయారు కావాలా? వాళ్ళలాగా తయారు కావాలంటే మనం కూడా యోగులం కావాలి. మనం కూడా ఋషులం కావాలి. పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ ఋషులే! వాళ్ళు ఎన్నో గంటలు, గంటలు, గంటలు ధ్యానం చేసి తమ మూడవ కన్నుని ప్రతిష్టించు కున్నవారే! మూడో కన్నుని తెరిపించుకున్నవారే! మరొక యోగి వచ్చి, మరొక ఋషి వచ్చి మన మూడవ కన్ను తెరవడు! మనమే కష్టపడాలి. డబ్బు సంపాదించుకోవడం ఎలానో, మరి దివ్యచక్షువు సంపాయించుకోవ డంలో కూడా అలానే కష్టపడి సంపాయించుకోవాలి.

గంటలు గంటలు ధ్యానం చేస్తే దివ్యచక్షువును సంపాయించు కుంటాం. గంటలు గంటలు వ్యాపారం చేస్తే డబ్బు వస్తుంది. గంటలు గంటలు సంగీత సాధన చేస్తే సంగీతం వస్తుంది. అప్పుడు మనం కూడా త్యాగరాజులం అవుతాం. అప్పుడు భీమ్‌సేన్ జోషిలా అవుతాం. బిస్మిల్లా

ఖాన్‌లా కావాలంటే మరి గంటలు, గంటలు సంగీత సాధన చేయాలి కదా! అలాగే గంటలు గంటలు ధ్యానం చేస్తే 'ఋషి' అవుతాం. మూడోకన్ను తెరుచుకుంటుంది. మూడో కన్ను తెరచుకున్నప్పుడు మన ధ్యానయోగం పూర్తి అయిందన్నమాట! అక్కడి నుండి "జ్ఞానయోగం - రెండవభాగం" మొదలవుతుంది. తరువాత మళ్ళీ మనం ఈ విషయాలు తెలుసుకుందాం.

ఇంతవరకు "కర్మయోగం - మొదటి భాగం", "జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగం"ల గురించి తెలుసుకుని "ధ్యానయోగం"లోకి వచ్చాం.

మనం "ధ్యానయోగం" అన్న విషయంలో ఉన్నాం గుర్తుంచుకోండి. దీని పేరు "రాజయోగం". The king of yogas - ఈ ధ్యానయోగం, అంటే రాజయోగంలో, మళ్ళీ నాలుగు అంశాలు ఉన్నాయని తెలుసుకోండి.

కర్మయోగం - మొదటి భాగంలో నాలుగు అంశాలు ఎలా ఉన్నాయో! జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగంలో నాలుగు అంశాలు ఎలా ఉన్నాయో! "ధ్యానయోగం"లో కూడానూ నాలుగు అంశాలున్నాయి.

మొట్టమొదటి "స్టేజ్-ఎ" అదే "శ్వాస మీద ధ్యాస"

ఈ స్టేజ్‌లో ప్రతిరోజూ కళ్ళు రెండూ మూసుకుని శ్వాసమీద ధ్యాస పెడుతూండాలి. దీనిని మనం "సుఖమయ ప్రాణాయామం", కుంభక రహితమైన కేవల పూరక రేచకాత్మకమైన సుఖమయమైన ప్రాణాయామం" అంటాం. మనకు ఇష్టం వచ్చిన ఆసనంలో మనం కూర్చోవాలి. కుర్చీలో కూర్చోవచ్చు. క్రింద కూర్చోవచ్చు. సోఫాలో కూర్చోవచ్చు. గోడకి జారగిల పడవచ్చు. మరి కావాలంటే కాళ్ళు చాపుకోవచ్చు. మొత్తం మీద కళ్ళు రెండూ మూసుకోవాలి. 'శ్వాస మీద ధ్యాస' ఉంచాలి. ఏ మంత్రమూ చెప్పకోకూడదు. మనస్సులో రాముని రూపం, మరి బుద్ధుని రూపం పెట్టుకోకూడదు. రామ నామం ఉచ్ఛరించకూడదు. ఏ మంత్రమూ ఉచ్ఛరించకూడదన్నమాట. కేవలం 'శ్వాసమీద ధ్యాస' ఇది స్టేజ్-ఎ. ధ్యాన యోగంలో మొట్టమొదటి స్టేజ్.

రెండవది "స్టేజ్-బి" అదే మనస్సుయొక్క "ఆలోచనా రహిత స్థితి"

ఇలా స్టేజ్-ఎ లో చెప్పిన విధంగా కూర్చుంటూంటే, అది అలవాట యిపోతూ కొన్ని రోజులకి మైండ్ ఖాళీ అయి పోతుంది. కళ్ళు రెండూ మూసుకోగానే, శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టగానే (the Mind becomes empty) మనస్సులో ఏ ఆలోచనలూ ఉండవు. ఇదే స్టేజ్ -బి.

మూడవది "స్టేజ్ - సి" అదే "నాడీ మండల శుద్ధి".

ఇలా కొన్ని రోజులు స్టేజ్ -బి లో చెప్పిన విధంగా మైండ్ శూన్యంలో ఉన్న తరువాత, మనలోకి అపారమైన ప్రాణశక్తి రావటం గమనిస్తాం. పైనుంచి మన లోపలికి ఏదో ప్రవహిస్తున్నట్లు, ఈ శరీరం అంతా శుభ్రం చేస్తున్నట్లు, నాడీమండలం అంతా శుద్ధం చేస్తున్నట్లు మనకి అనుభవానికి వస్తూంటాయి. రకరకాలుగా తిరిగిపోతూంటాం. లోపల వేడి వస్తూం టుంది. చలి వస్తూంటుంది. వీటన్నింటినీ 'నాడీ మండల శుద్ధి' అంటాం, లేకపోతే 'ప్రాణశక్తి ఆవాహనం' అంటాం. 'కాస్మిక్ ఎనర్జీ Intake అంటాం. అలా ధ్యాన యోగం లోని

స్టేజ్ - ఎ లో 'శ్వాస మీద ధ్యాస' కొన్ని రోజులు గడుపుతాం.

స్టేజ్ - బి లో మరి ఆ యొక్క mind emptiness లో, ఆలోచనారహిత స్థితిలో కొన్ని రోజులు ఉంటాం.

స్టేజ్ - సి లో అపారమైన ప్రాణశక్తి మన లోపలికి వస్తూంటుంది. ఇందులో చాలా నొప్పులు, బాధలు ఇవీన్న వుంటాయి. డెలివరీ నొప్పులు లాగా వుంటాయి. మరి డెలివరీ నొప్పులు అయితేనేగా డెలివరీ అయ్యేది. డెలివరీ నొప్పులు రాకుండా ఎక్కడన్నా శిశువు బయటికి వస్తాడా? కనుక ఈ డెలివరీ నొప్పులు మంచి శుభానికి సూచకం. "పిల్లవాడు పుట్ట బోతున్నాడు; ఇంక బయటికి రాబోతున్నాడు" అనే దానికి సూచిక ఈ డెలివరీ నొప్పులు అన్నవి. అలాగే ధ్యానంలో ఎన్నో నొప్పులు రాగానే వాటిని శుభసూచకంగా తీసుకోవాలి. ఆ నొప్పులు రాగానే ధ్యానం ఆపేస్తే మళ్ళీ "ఎక్కడున్న గొంగళి అక్కడే" ఉంటుంది.

నాల్గవది "స్టేజ్ - డి" అదే "దివ్యచక్షువు యొక్క ఆవిర్భావం"

స్టేజ్ - సి లో కలిగే నొప్పులనూ, బాధలనూ భరిస్తూ ముందుకు పోతూ ఉంటే అప్పుడు మన "గర్భం నుంచి శిశువు బయటికి వచ్చినట్లు" మన "మూడో కన్ను" ఒకటి ఉదయిస్తుంది - మన ఫాలభాగాన. రకరకాల ప్రదేశాలూ, విచిత్రాలూ చూడ్డం మొదలుపెడతాం! కొండలూ, కోనలూ, లోయలూ చూడ్డం మొదలుపెడతాం! దీనిని "దివ్యచక్షువు యొక్క ఆవిర్భావం" అంటాం. ఇది స్టేజ్ - డి.

చూశారా అలా కూర్చోగా, కూర్చోగా రకరకాల చెట్లూ, కొండలూ, కోనలూ, లోయలూ, జలపాతాలూ, సముద్రాలు, ప్రకృతి అద్భుతమైన దృశ్యాలు, ఎప్పడూ చూడని సూక్ష్మప్రకృతి మనకి, మన పాలభాగాన

కనపడుతూంటుంది.

"Unless thine two eyes become one, you cannot enter the kingdom of God". ఈ రెండు కళ్ళూ ఒక్కటి కాకపోతే నువ్వు దేవుని రాజ్యంలో ప్రవేశించలేవు" అన్నాడు జీసస్ క్రైస్ట్. దాని పేరే దివ్యచక్షువు. అదే స్టేజ్ - డి అన్నమాట. ధ్యానయోగంలో ఎప్పుడైతే స్టేజ్ -డి వచ్చిందో మీ ధ్యానయోగం సఫలీకృతమైందన్న మాట.

కనుక మళ్ళీ గుర్తుంచుకోండి. ధ్యానయోగంలో

'శ్వాస మీద ధ్యాస' పెట్టడం అన్నదే స్టేజ్ -ఎ

మన మనస్సు నిర్మానుష్యమైపోవటం అన్నదే స్టేజ్ -బి

ప్రాణశక్తిని తీసుకుంటూ నాడీ మండల శుద్ధి జరగటం అన్నదే స్టేజ్ -సి

దివ్యచక్షువు యొక్క ఆవిర్భావం అన్నదే స్టేజ్ -డి

ఏ దివ్యచక్షువునైతే కృష్ణుడు సంజయుడికి ఇచ్చి అక్కడి నుంచి మహాభారత యుద్ధాన్ని చూడమని చెప్పాడో, ధృతరాష్ట్రునికి running commentary ఇప్పించాడో ఆ third eye అన్నమాట!

ఏ third ద్వారా నోస్ట్రడామస్ రాబోయే సెంచరీస్‌లో, రాబోయే శతాబ్దాలలో ఏమేం జరుగుతాయో చూసి చెప్పాడో ఆ దివ్యచక్షువు అన్నమాట!

ఏ దివ్యచక్షువు ద్వారా వాల్మీకి రాముడు పుట్టకముందే రామాయణం అంతా చూసి తాను వ్రాశాడో ఆ దివ్యచక్షువు అన్నమాట.

ఏ దివ్యచక్షువు ద్వారా అయితే గౌతమబుద్ధుడు తన జన్మలన్నీ తాను చూసుకున్నానని చెప్పాడో ఆ దివ్యచక్షువ అన్నమాట.

భగవద్గీతలో కృష్ణుడు చెప్పాడు.

"బహూని మే వ్యతీతాని జన్మాని తవ చార్జున
తాన్యహం వేద సర్వాణి నత్వం వేత్థ పరంతప"

అంటే, "అర్జునా! నువ్వూ, నేనూ ఎన్నో జన్మలు ఎత్తాం. నేను నా జన్మలన్నీ తెలుసుకుని ఉన్నవాణ్ణి. అయితే నీకు ఏమీ తెలియదు" అని. ఇతను తన జన్మలు ఎలా చూసుకున్నాడా? ఈ దివ్యచక్షువు ద్వారానే! గౌతమబుద్ధుడు గానీ, కృష్ణుడు గానీ ఎవరైనా గానీ ధ్యానం చేస్తేనే దివ్యచక్షువును సంపాదించుకుంటారు. అలాగే బస్ కండక్టరు గానీ, ఇంట్లో గృహిణి గానీ, చిన్నపిల్లవాడు గానీ, ఆడ గానీ, మగ గానీ, అమెరికాలో

గానీ, ఆఫ్ఘనిస్తాన్‌లో గానీ, ఇండియాలో గానీ ఎక్కడైనా గానీ ఎవరైనా గానీ కళ్ళు రెండూ మూసుకుని శ్వాస మీద ధ్యాస పెడితే వాళ్ళు ఎలాంటి పాపాలు చేసిన వాళ్ళైనా - దానికి దీనితో సంబంధమే లేదు - ధ్యానానికి గతంతో సంబంధం లేదు; వర్తమానంతోనే సంబంధం- అందరూ దివ్యచక్షువు సంపాదించుకుంటారు. కావలసిందల్లా మరి 'కాస్త' సాధన. "సాధనతో పనులు సమకూరు ధరలోన" అన్నారు కదా?

కనుక మనం అభ్యాసం చేయాలి. ఎలాగైతే వ్యాపారంలో అభ్యాసం అన్నది ఉందో, మరి సంగీత సాధన అన్నది ఎలాగ ఉందో, అలాగే ధ్యాన సాధన. కనుక పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ ప్రపంచం మొత్తానికి ధ్యాన సాధనను ప్రసాదిస్తున్నారు. ప్రపంచం మొత్తం చేత ధ్యానసాధన చేయిస్తు న్నారు. ఎన్నో లక్షలమందికి ఈ దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితం అయింది. ఆంధ్ర రాష్ట్రంలో మర ఇతర రాష్ట్రాలలో, భారతదేశంలో.

ఈ విధంగా ధ్యానయోగంలో కూడానూ నాలుగు స్టేజెస్ వున్నాయి. మళ్ళీ వెనక్కి వెళ్తే కర్మయోగం లోని మొదటిభాగంలో నాలుగు స్టేజెస్ వున్నాయి. అలాగే జ్ఞానయోగంలోని మొదటి భాగంలో 'శ్రవణం' ఊరికే ప్రభోధాలు, ప్రవచనాలు వింటాం- 'మననం' 'నిధి ధ్యాసన' మరి 'సాక్షాత్కారం' అనే నాలుగు స్టేజెస్ వున్నాయి. కానీ అవన్నీ అయిపోయిన తరువాత మనం స్వయంగా ధ్యానం మొదలుపెడతాం. బయటి ప్రపంచం తో మనకిక నిమిత్తం లేకుండా అంతర్ ప్రపంచంలో వుంటాం.

"జ్ఞానయోగం -2"

ఇలా కొన్ని జన్మలు జరిగిపోయిన తరువాత, దివ్యచక్షువు పరిపక్వం అయిపోయిన తరువాత, "జ్ఞాన యోగం - రెండవ భాగం" లో ప్రవేశిస్తాం. అంటే ఏమిటి? దివ్యచక్షువుతో మనం జీసస్ క్రైస్ట్ తో స్వయంగా కలుస్తాం! కృష్ణుణ్ణి స్వయంగా కలుస్తాం! నేను స్వయంగా వీళ్ళందరినీ కలిసాను! నేను నా జన్మలన్నీ తెలుసుకున్నాను! నా ధ్యాన పరంపరలో, నా యోగ పరంపరలో నా యొక్క దివ్యచక్షువు యొక్క ఎన్నో విశేషాలను నేను తెలుసుకున్నాను! అలాగే మీరూ తెలుసుకుంటారు! ప్రతి మనిషీ తెలుసు కుంటాడు! ఎవరు ఏది చేస్తాడో వారు దాన్ని పొందుతారు!

జ్ఞానయోగం-2 లోనూ శ్రవణం, మనన, నిధిధ్యాసన, సాక్షా త్కారాలన్నవి వున్నాయి. కనుక, ఈ దివ్యచక్షువు వచ్చిన తరువాత స్వయం గా జీసస్ క్రైస్ట్ దగ్గర్నుంచీ, కృష్ణుని దగ్గర్నుంచి మన ధ్యానంలో వారిని

దర్శించి వారి మాటలను వినడం అనేది మళ్ళీ "శ్రవణం -2". ఇంతకు ముందు భౌతికకాయంలో ఉండి ప్రవచనాలు విన్నాం. ఇప్పుడు మనం ఆత్మకాయంలో ఉండి, జీసస్ యొక్క ఆత్మతో ఆత్మ ప్రవచనం మనం సాక్షాత్తూ వింటాం. ఇది "శ్రవణం-2" తరువాత మనం "మననం-2"లోకి వెళ్తాం. అంటే మన ధ్యానంలో జీసస్ క్రైస్ట్ కనిపించి మనకి ఏం చెప్పాడో దానిని ధ్యానంలో నుంచి బయటికి వచ్చిన తరువాత దానిని మననం చేసుకుంటాం. చూశారా........ దాని గురించి ఆలోచిస్తాం. "ఓహో! నిన్న ధ్యానం చేసాను. జీసస్ క్రైస్ట్ వచ్చాడే నాకు 'ఇలా' 'ఇలా' చెప్పాడా! కరెక్టే కదా! నేనిలా చేయడం లేదు గదా. నేను ఊరూరా తిరగటం లేదు కదా! ధ్యానం అందరికీ చేయమని చెప్పాలి కదా! ఎందుకు చెప్పటం లేదు నేను? మరి చెప్పాలి కదా? భయపడ్డానా? భయపడకూడదు; భయపడకుండా నిర్భయంగా చెప్ప అన్నాడు జీసస్ క్రైస్ట్ నిన్న రాత్రి కలలో కొచ్చి, నిన్న రాత్రి ధ్యానంలోకి వచ్చి" .... అంటే ఇదంతా మననం చేసు కోవటం.

తరువాత "నిధిధ్యాసన".... రాత్రి ధ్యానంలో మరి జీసస్‌క్రైస్ట్ వచ్చి ఏం చెప్పాడో పొద్దున అది చేయడమే "నిధి ధ్యాసన-2" . మనకు సత్యం తెలియడానికీ, ధైర్యంగా దానిని జీవితంలో ఆచరించడానికి ఎన్నో జన్మలు మధ్యలో తేడా వుండొచ్చు! కనుక "సత్యం చెప్పిన వెంటనే చెయ్యాలి" అంటే దానికి ఎంత అభ్యాసం ఉండాలో!

ఒకానొకతను చేపలు పడుతూండగా జీసస్ క్రైస్ట్ వెళ్ళాడు. "ఏం చేస్తున్నావ్ నాయనా?" అన్నాడు. "చేపలు పడుతున్నాను" అన్నాడు. "ఓహో! చేపలు పడుతున్నావా? మనుషులను పట్టే విద్య నేర్పిస్తాను, నాతో పాటు వస్తావా?" అన్నాడు. "అలాగండి, మరి వచ్చేస్తానండి" అన్నాడు. చూశారా అతను చెప్పిన వెంటనే ఇతను చేపలు పట్టడం మానేసి జీసస్ క్రైస్ట్ వెంట వెళ్ళిపోయాడు! మరి అలాంటి ధైర్యం మనకుందా? ఆ విధంగా చేయడమే "నిధి ధ్యాసన".

అంటే, జీసస్ క్రైస్ట్ ధ్యానంలో కనిపించి ఏం చేయమని చెప్పాడో "నువ్వు వెంటనే ఇల్లు వదిలేసి వెళ్ళిపో. అలా వెళ్ళిపోయి అందరికీ ధ్యానం గురించి నేర్పించు" అని చెప్పినప్పుడు ఇల్లు వదలి పెట్టేసి వెళ్ళిపోవాలి! అలా వెంటనే దారిలోకి రావటానికి మరి కొన్ని జన్మలు పట్టొచ్చు.

కనుక ప్రతి యొక్క యోగస్థితిలోనూ కొన్ని జన్మలు పడుతూం

టాయి. - గుర్తుంచుకోండి. కనుక దానిని 'నిధిధ్యాసన-2" అంటాం. అంటే ధ్యానయోగం లో మన దివ్యచక్షువు తెరుచుకున్న తరువాత, అనేకమంది పరమ గురువులు మనకు ధ్యానంలో దర్శనం ఇవ్వటం మొదలు పెట్టిన తరువాత, వాళ్ళ మాటలు వినటం "శ్రవణం". వాళ్ళ మాటలను "మననం" చేయటం రెండవ స్టేజ్. వాళ్ళ మాటలను పాటించటం "నిధిధ్యాసన".

పాటించగా, పాటించగా మళ్ళీ మనకు ఒకానొక విధమైన సాక్షీతత్వం వస్తుంది. ఆత్మ లోకాలు అన్నిటికీ సాక్షీతత్వం వస్తుంది. మనకు కేవలం మన దేహయాత్రలకే కాదు ఆత్మ యాత్రలన్నింటికీ కూడా సాక్షీతత్వం వస్తుంది. ఇది "సాక్షాత్కారం-2". అంటే జ్ఞానయోగం - రెండవ భాగంలో మళ్ళీ "శ్రవణం -2" , "మననం-2" , "నిధిధ్యాసన - 2", "సాక్షాత్కారం-2" అనే స్టేజెస్ వస్తాయన్నమాట.

చూశారా ఎంత ఉందో... ఇదంతా బయటి వాడికి ఏం తెలుస్తుంది?! బయటి వాడికి కనిపించదు. "వీడు కళ్ళు మూసుకుని కూర్చున్నాడు; సమయాన్ని వృధా చేస్తున్నాడు" అనుకుంటారు పిచ్చోళ్ళు. ధ్యానులను చూసి ఈ ప్రపంచపు మనుషులు "పిచ్చోళ్ళు" అనుకోకపోతే వీడిది ధ్యానమే కాదు! జ్ఞానులను "అజ్ఞానులు" పిచ్చోళ్ళు అనుకుంటారు! "అజ్ఞానం" అనేది చాలా క్రింది దశ.

జన్మ పరంపరలో, కర్మపరంపరలో మొట్టమొదటి జన్మలలో వాడు తిని త్రాగడానికే పుడతాడు. వాడు అంత అజ్ఞానంలో ఉన్నాడన్నమాట. లేకపోతే "నేను ఎమ్.ఎల్.ఏ కావాలి. ఎమ్.పి కావాలి" అనుకునేవాడు అజ్ఞానంలో ఉన్నవాడే. "అజ్ఞానం" అంటే, మరి వాడి దశలో వాడికి అది కరెక్ట్. కానీ సంపూర్ణ సత్యంలో వాడు 'అజ్ఞాని' అన్నమాట.

ప్రతి మనిషీ చిన్నప్పుడు చిన్నవాడుగానే ఉంటాడు. మరి పెద్దయ్యాక కూడా చిన్నప్పటిలాగానే ఉంటే అది అజ్ఞానమే కదా? అయితే తొందర తొందరగా జన్మ ముగించుకోవాలి. ఒకటే జన్మలో, అంటే ఐదో క్లాసులో ఐదు సార్లు ఉండకూడదు. ఐదో క్లాసులో ఒకటేసారి ఉండటం కరెక్ట్. ఐదో క్లాసులో ఐదు సార్లు ఉండటం తప్పు. ఒక్కొక్క యోగ స్థితిలోనూ ఒక జన్మగానీ, కొంతకాలం గడపడం గానీ కరెక్ట్. ఎప్పుడూ అలాగే గడుపుతూ వుండటం అనేది, ఫెయిల్ అయిపోవటం. అది ఎంత మాత్రం ఉచితం కాదు.

కనుక ఈ విధంగా జ్ఞానయోగం- రెండవ భాగం అయిపోయిన తరువాత మరి చివరికి మనం "కర్మయోగం- రెండవ భాగంలో"కి వెళ్లిపోతాం.

"కర్మయోగం"

ఇంక మనం రోడ్లు వేయించం, చెట్లు నాటించం - అవన్నీ చిన్న చిన్న స్టేజ్‌లు, అలాంటివి చెయ్యం. అయితే, అందరికీ ధ్యానం నేర్పిస్తుం టాము. గౌతమబుద్ధుడు ఏం చేసాడు? తన ధ్యానం నుంచి బయటికి వచ్చిన తరువాత, ధ్యానంలో తన జన్మలన్నీ చూసుకున్నాక, అంటే జ్ఞాన యోగం - రెండవ భాగం అంతా పూర్తి చేసుకున్నాక, చేసుకుని కళ్ళు తెరచి "ఇంక నేను ఇదంతా ఎవరికి చెప్పాలి"? అని మొట్టమొదటగా తన గురువులయిన అలారకలముడు, ఉద్దకరామభద్రుని గురించి ఆలోచించాడు. వాళ్ళకి చెప్పాలి?" తన గురువులకే తాను చెప్పాలని చెప్పేసి - కానీ తన దివ్యచక్షువు ద్వారా వాళ్ళిద్దరూ శరీరాన్ని వదిలి పెట్టేసారని తెలుసుకున్నాడు. "ఓహో! ఇంక ఎవరికి చెప్పాలి?" నాతో పాటు ఐదుగురు వచ్చారే, వాళ్లకి చెప్పాలి" అని మళ్ళీ దివ్యచక్షువుతో చూశాడు. ఇప్పుడు అతనికి దివ్యచక్షువు ఉంది. వాళ్ళు ఎక్కడున్నారో తెలుసు ఈయనికి. ఇతనేమో, గౌతమ బుద్ధుడేమో, మరి గయలో వున్నాడు. వాళ్ళేమో సారనాథ్, కాశీ దగ్గర ఉన్నారు. రెండు వందల కిలోమీటర్లు, ఇంక బయల్దేరి వెళ్ళాడు. వాళ్ళ ఐదుగురికీ ధ్యానం చెప్పాలని, తన ఐదుగురి స్నేహితుల్ని వెతుక్కుంటూ వెళ్ళాడు. వాళ్ళకి కూడా ధ్యానం నేర్పించాడు.

ఇదే "కర్మయోగం - రెండవ భాగం!" గుర్తుంచుకుందాం - ధ్యానం నేర్పించటమే కర్మయోగం - రెండవ భాగం.

"కర్మయోగం - మొదటి భాగం "లో ఏం చేసాము?

"చెడు చెయ్యకు నాయనా" అని స్టేజ్ - A లో చెప్పాం.

"మంచి చెయ్యి అని స్టేజ్ -B లో చెప్పాలి.

"ఫలితాన్ని ఆశించవద్దయ్యా" అని స్టేజ్ -C లో చెప్పాం.

"నేను ' అనేది లేకుండా కర్మలు చేయ"మని స్టేజ్ -D లో చెప్పాం.

"కర్మ యోగం - రెండవ భాగం "లో ఏముంది?

"కళ్ళు మూసుకో, శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టు. గంటలు గంటలు కళ్ళు రెండూ మూసుకో; నీ పెళ్ళాం పిల్లల్ని మనస్సులో రానీయకు. నీ ఆత్మతో నువ్వు ఉండు" అని ఈ విధంగా ప్రబోధించడమే, ఈ విధమైన

మాటలు పలకడమే ఇదే కర్మయోగం రెండవభాగం. చూశారా అందరినీ ధ్యానంలో దింపడమే కర్మయోగం రెండవ భాగం! జీసస్ క్రైస్ట్ అదే చేసాడు!

ఏదైతే మనం ధ్యానం అనుకుంటున్నామో అదే మరి జీసస్ క్రైస్ట్ అందరితో చెప్పాడు! కానీ అది మరుగున పడిపోయింది! బుద్ధుడు కూడా చెప్పాడు కానీ భారతదేశంలో మళ్ళీ అది మరుగున పడిపోయింది. మళ్ళీ పూజలూ, ప్రార్థనలు, టెంకాయలు వచ్చాయి గానీ, బుద్ధుడు చెప్పింది మాత్రం పారిపోయింది ఈ దేశంలోంచి, ఆ పారిపోయిన ధ్యానాన్ని మళ్ళీ పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ మాస్టర్లందరూ భారతదేశంలోకి తీసుకు వస్తున్నారు!

జీసస్ క్రైస్ట్ చెప్పిన యదార్థాన్ని మర్చిపోయి అందరూ ప్రార్థనలో మునిగిపోయారు - నిజానికి ఆయన పలుకుల ద్వారా అందరూ ధ్యానంలో మునగవలసింది. కనుక జీసస్ క్రైస్ట్ చెప్పిందొకటి అందరూ చేస్తున్నదొకటి. ఆయన చెప్పింది " Seek ye the Kingdom of God. The Kingdom of God is within". అందరూ బయట తిరుగుతున్నాం లోపల తిరగవలసింది పోయి బయట తిరుగుతున్నాం చూశారా, కనుక “కర్మయోగం - రెండవ భాగం”లో అంటే ఫైనల్ స్టేజ్‌లో ఏ మనిషైతే అందరికీ ధ్యానం నేర్పిస్తుంటాడో అతడు చివరి జన్మల్లో ఉన్నవాడు. ఏ మనిషైతే అందరికీ ఆత్మజ్ఞానం ప్రభోధిస్తూంటాడో అతడు చివరి జన్మల్లో ఉన్నవాడు. ఏ మనిషైతే ఊరూరూ తిరిగి చెప్తుంటాడో, కనపడిన ప్రతివాడికి చెప్తూంటాడో ధ్యానం గురించి. ఆత్మజ్ఞానం గురించి అతడు చివరి జన్మల్లో ఉన్నవాడు. అతనికి ఇక జన్మలేదు. వాడు మళ్ళీ తిరిగిరాదు అన్నాడు జీసస్ క్రైస్ట్, " He will not come again".

కనుక చూశారా, జీసస్ క్రైస్ట్ లాగా జీవిస్తే కానీ మన జన్మ, చివరి జన్మ కాజాలదు. గౌతమబుద్ధునిలాగా జీవిస్తే కానీ మన జన్మ, చివరి జన్మ కాజాలదు. వర్ధమాన మహావీరుని లాగా మన జన్మ వుంటేనేగానీ ఆఖరిజన్మ కాజాలదు. వీళ్ళందరి జన్మ అసలు అర్థం ఏంటి? అందరికీ ఆత్మ గురించి చెప్తున్నారు - “మంచి పనులు చెయ్యి. చెడు చెయ్య కూడదు” - అని భోధించే వారు వీళ్ళు! “నువ్వు శరీరం కాదు ఆత్మవని తెలుసుకో. నువ్వు మానవుడివి కాదు, మాధవుడవని తెలుసుకో. నువ్వు జీవుడవి కాదు, దేవుడవని తెలుసుకో You are that" కనుక ఆ విధంగా ప్రతి మనిషికీ బోధించడమే, మరి అందరినీ ధ్యానంలో కూర్చోపెట్టడమే -

ఇదే కర్మయోగం - రెండవ భాగం.

ఈ విధంగా మనం "యోగ పరంపర" అన్న కాన్సెప్ట్ గురించి విస్తారంగా తెలుసుకుంటున్నాం. మళ్ళీ ఒకసారి అంతా చెప్తాను. ఎందు కంటే దీన్ని మళ్ళీ మళ్ళీ రిపిటేషన్ చెయ్యవలసిందే! మళ్ళీ మళ్ళీ వినవలసిందే!

"తమోగుణ కర్మలు!"

మానవుడు ఎన్నో మానవ జన్మలు ఎత్తిన తరువాత చివరి జన్మల్లోనే "యోగం" గురించి ఆలోచిస్తాడు; "యోగపరంపర" లోకి వస్తాడు. మొట్టమొదటి జన్మల్లో కేవలం "రేపు ఇడ్లీ తినాలి, ఎల్లుండి దోశ తినాలి. ఆ తరువాత నేను చికెన్ తినాలి. మటన్ తినాలి" అని చెప్పేసి ఎంతసేపూ తినటం మీదే ధ్యాస ఉంచుతాడు. లేకపోతే "నాకు ఆ అమ్మాయి కావాలి" అని చెప్పేసి భోగంలోనే ఉంటాడు. అది కరెక్ట్. తప్పేమీ కాదు. కానీ అది మొట్టమొదటి స్టేజ్ మట్టుకే, మానవుడి జన్మపరంపరలో.

"రజోగుణ కర్మలు!"

తరువాత కొన్ని జన్మల పరంపరలో రజోగుణంలో వస్తాడు. రావణాసురుడిలాగా అందరినీ చీల్చి చెండాడుతుంటాడు. అందరూ వీడి కాళ్ళక్రిందే ఉండాలి. "నేనొక్కడినే ఎమ్.ఎల్.ఏ కావాలి. నేనే ఎమ్.పి. కావాలి. పక్కవాడు కాకూడదు. వాడు ఎందుకవ్వాలి? వాడికన్నా నాకే అధికారం ఉండాలి" అని చెప్పేసి వాణ్ణి చంపేస్తుంటాడు. వాడి మీద బాంబు లేస్తుంటాడు. ఎందుకంటే వీడికే అధికారం కావాలి. అందుకు అవతలి వాడు ప్రాణాలతో బ్రతకకూడదట. చూశారా ఎంతటి బాధాకరమో, ప్రతి మనిషీ ప్రతి రాముడు కూడానూ, ఒకప్పుడు రావణాసురుడిగా ఉన్నవాడే! ప్రతి రావణాసురుడు కూడానూ తరువాతి జన్మల్లో రాముడైన వాడే - గుర్తుంచుకోండి.

"సాత్విక గుణ కర్మలు!"

కనుక కొన్ని జన్మలు ఇలా రజోగుణంలో అయిపోయిన తరువాత సాత్విక గుణంలో వస్తూంటాడు. ఇక విభీషణుడి జన్మలు వస్తూంటాయి. మొట్టమొదటగా తమోగుణంలో అంటే తిండి తినడంలో ఎక్కువైపోయి అజీర్తి చేసి బాధపడుతుంటాడు. ఆపై రజోగుణంలో అంటే చంపడంలో తాను కూడా ఎన్నోసార్లు చంపబడి, చివరికి తాను కూడా దుఃఖంతో ఉంటాడు. కనుక ఆ జీవాత్మ కొట్టుకుంటూ వుంటుంది. దుఃఖంతో అలమటిస్తూ వుంటుంది. ఎన్నో జన్మల తరువాత "నాకింక దుఃఖం

ఉండకూడదు; దానికి నేనేం చేయాలి? " అన్నప్పుడు, అప్పుడు మెల్లిమెల్లిగా ప్రవచనాలు వింటుంటాడు. ఎక్కడ సువార్త కూటములు ఉంటాయో అక్కడికి వెళ్తుంటాడు. ఎక్కడ గీతాయజ్ఞాలు, యాగాలు జరుగుతుం టాయో అక్కడకు వెళ్లి కనుక్కుంటుంటాడు. "ఏం చెప్తున్నారు వీళ్ళు?" అని. వాళ్ళు ఏం చెప్తారు.... చూశారా అక్కడికి పోయి మొట్టమొదటగా తెలుసుకుంటాడు... ఓహో! నేను చెడు చెయ్యకూడదా! నేను ఇంక 'పీత' తినకూడదా! 'రొయ్య' తినకూడదా! అది 'చెడా? తోటి ప్రాణిని ప్రేమించాలా! చంపకూడదా? ఓహో! అయితే ఇవ్వాళ్టి నుంచి నేను మాంసం మానేస్తు న్నాను" అంటాడు వాడు. చూశారా అది ఫస్ట్ స్టేజ్ - ఎ, కర్మయోగం - మొదటి భాగంలో.

తరువాత మెల్లిగా అన్నింటినీ ప్రేమించడం ప్రారంభిస్తాడు. చేపలకి అన్నం పెట్టడం మొదలు పెడతాడు. కోళ్ళకి అన్నం పెట్టడం మొదలు పెడ తాడు. తోటి మానవులకి రోజూ ఇంత అన్నదానం చేస్తూంటాడు. ఎవరి కైనా బట్టలు లేకపోతే బట్టలు ఇస్తూంటాడు. అంటే మంచి చేయడం మొదలుపెడతాడు స్టేజ్ - బిలో. తరువాత ఏం చేస్తాడంటే ఫలితాన్ని ఆశించకుండా ఉండటం. అది కొంచెం కష్టం. కానీ మెల్లిమెల్లిగా పైకి ఎదుగుతోంది కదా ఆత్మ. అన్నీ సాధిస్తోంది. ఇంకా కొన్ని రోజులకు 'నేను' అనేదే లేకుండా చేసుకుంటాడు.

ఇలా "కర్మయోగం - మొదటి భాగం"లో కొన్ని జన్మలయిపోయిన తరువాత మళ్ళీ జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగంలోకి వచ్చి " ఓహో , నేను ఆత్మనా? శరీరాన్ని కాదా? అయితే, ఓహో నేను ఆత్మను! నేను ఆత్మను!! నేను ఆత్మను!!! అని మననం చేస్తుంటాడు. ఆత్మగా జీవించడం మొదలు పెడతాడు. ఎవరైనా చనిపోతే "శరీరమే చచ్చిపోతుందోయ్" ఆత్మగా ఎప్పుడూ ఉంటాడు. కనుక నువ్వు బాధపడకు నాయనా!" అని వీడే వాడికి చెప్తూంటాడు! చూశారా, అంటే "జ్ఞానయోగం - మొదటిభాగం"లో ఉన్నాడన్నమాట. వాడు ఆత్మను చూడలేదు; ధ్యానం చేయలేదు; దివ్యచక్షవు రాలేదు; కానీ ఆత్మ ఉందని జ్ఞానపరంగా తెలుసుకున్నాడు. ఆ విధంగానే జీవిస్తున్నాడు. పరలోకాలు ఉన్నాయని జ్ఞానపరంగా తెలుసుకున్నాడు. ఆ విధమైన అవగాహనతో జీవిస్తున్నాడు. పరలోకాలు తాను స్వయంగా చూళ్ళేదు. తాను స్వయంగా చూసి ఉంటే "జ్ఞానయోగం - రెండవభాగం" లో ఉండేవాడు. కానీ Theoretical గా తెలుసుకున్నాడు; యోగుల

ముఖతా గ్రంథసహితంగా తెలుసుకున్నాడు; దాన్ని విని హాయిగా ఆనందిస్తున్నాడు, జీవిస్తున్నాడు కనుక, జ్ఞానయోగం - మొదటి భాగంలోనే ఉన్నాడు.

కానీ ఇలా కొన్ని జన్మలయిపోయిన తరువాత పరోక్షంగా ఉన్న జ్ఞానంతో వాడు ఇష్టపడడు. ప్రత్యక్షమైన జ్ఞానం కావాలి. నేను కూడా చూడాలి; చనిపోయిన తరువాత ఏమౌతుంది అన్నది నేను స్వయంగా చూడాలి" వాడు ఇంక కళ్ళు రెండూ మూసుకుని కూర్చుంటాడు. ఆ తరువాత అందరితోనూ తనే స్వయంగా చెప్తాడు. "ఓహో ! నువ్వు చూడదల్చుకున్నావా? అయితే కళ్ళు రెండూ మూసుకో! శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టు" అని . అవతలి వాడు కొన్ని రోజులు పెడతాడు "మైండ్ కుదరడం లేదండీ" అంటాడు. నిజమే నాయనా! మొట్టమొదట్లో క్రికెట్ నేర్చుకుంటు న్నప్పడు బాల్ వికెట్ మీదకి పోదు. మెల్లి మెల్లిగా రోజూ ప్రాక్టీస్ చెయ్యి! క్రమక్రమంగా బాల్ వికెట్ మీదకి పోతుంది. అలాగే రోజూ అభ్యాసం చెయి! కళ్ళు రెండూ మూసుకో! మెల్లి మెల్లిగా అంతా వస్తుంది. మైండ్ కుదుట పడుతుంది. ఎందుకు కుదుటపడదు? అలా కూర్చోపెట్టగా, కూర్చోపెట్టగా, కూర్చోబెట్టగా "అవును సార్ నాకు మైండ్ కుదుటబడి పోయింది!" అంటాడు. "ఆ వెరీ గుడ్! అలానే కూర్చో మరి"; "ఎంతో బావుంది" అని వాడు అంటాడు. "ఆ అంత బావుందా! 'వెరీ గుడ్ ఇంకా కూర్చో మరి!" అలా కూర్చోగా కూర్చోగా వాడి నాడీమండలం సంపూర్ణంగా శుద్ధం అవుతుంది.

అంటే ఎన్నో తమోగుణ జన్మల్లో, ఎన్నో రజోగుణజన్మలో ఎంత హింస చేసాడో ఎన్ని ఆత్మలకి, అవన్నీ ఆ బాధలన్నీ ఇప్పడు అనుభవించాలి. నాడీ మండల శుద్ధి జరగాలి. ఆ బాధలిన్నంటినే kundalini pains అంటాం. ఎలాగైతే delivery pains అనుభవిస్తామో - అవన్నీ అనుభవించిన తరువాత దివ్యచక్షువు తెరచుకుంటుంది. అప్పడు వాడంటాడు సార్ "నాకు నిన్న ధ్యానంలో ఒక చెట్టు కనపడింది. ఒక ముసలాయన కనబడ్డాడు. గడ్డం పెట్టుకుని ఉన్నాడు, ఓహ్ ! అలా గాలిలో వెళ్ళిపోతున్నారండీ చాలామంది." "అవునా? చూశావా ఇంకా బాగా చూడటం అభ్యాసం చెయ్యి" "మసక మసకగా చూసాను సార్"! అంటాడు. "మళ్ళీ మళ్ళీ కూర్చో ! ఇంకాస్త శుద్ధంగా చూస్తావ్. ఇంకొంచెం ఎనర్జీ తీసుకుంటే ఇంకొంచెం క్లియర్‌గా చూస్తావ్".

"చనిపోయిన నా తల్లి వచ్చింది సార్! నా పక్కనే కూర్చుంది. నాకు అన్నం తినిపించింది" అన్నాడు ఒకాయన గుంతకల్‌లో. "ఓహో అన్నం తినిపించిందా, ఓ వెరీ గుడ్!" ఆ తల్లి కనిపించి "మాంసం తినకు నాయనా" అని చెప్పిందంట. అతడు మరునాటి నుండి మాంసం తినటం మానేశాడు... పిరమిడ్ మాస్టర్ "వీరారెడ్డి" అని చెప్పేసి గుంతకల్‌లో ఫిల్మ్ డిస్ట్రిబ్యూటర్.

కనుక, ఈ విధంగా మనకు ధ్యానంలో అనుభవాలు రావటం మొదలు పెడుతూంటాయ్..

నేను ఈ వర్తమాన జన్మలో ఒక బ్రాహ్మణుల ఇంట్లో పుట్టాను, నా గత జన్మలో నేను ఒక ముస్లిమ్ సూఫీ మాస్టర్ గోల్కొండ దగ్గర. అంతకు ముందు జన్మలో నేను ఒరిస్సాలో పుట్టాను. అంతకుముందు జన్మలో నేను అమెరికాలో పుట్టాను. ఇలా నా జన్మలన్నీ నాకు తెలుసు.

ఈ విధంగా ఆ దివ్యచక్షువుతో ప్రతి ఒక్కళ్ళు కూడానూ ఈ జన్మ పరంపర మొట్టమొదటి జన్మ నుండి అన్ని జన్మలనూ చూసుకుంటూ, చూసుకుంటూ, "ఓహో నేను 'ఆడ'గా పుట్టానా! 'మగ' గానూ పుట్టానా! 'రాజు' గానూ పుట్టానా! 'పేద' గానూ పుట్టానా! 'ఇండియా 'లో పుట్టానా! 'అమెరికాలో' పుట్టానా! కొన్ని జన్మలు హిందువుగానూ వున్నానా! కొన్ని జన్మలు ముస్లిమ్ గా వున్నానా!" ఇవన్నీ తెలుసుకుని పకపకా నవ్వుకుంటాడు. అప్పట్నుంచి వాడి జీవితంలో నవ్వు మొదలవుతుంది. దుఃఖం అంతమైపోతుంది. నిర్వాణస్థితిలో ప్రవేశిస్తాడు.

ఆ తరువాత ఇంక, తాను ప్రవేశించాడు కనుక- ఇక అందరినీ ప్రవేశింపచేయాలి. కనుక వెళ్తాడు అందరినీ ధ్యానంలో దించడానికి. దీని కోసం తన పెళ్ళాన్ని వదిలి పెట్టాల్సిన అవసరం లేదు. మరి పెళ్ళాం మొగుడిని వదిలి పెట్టాల్సిన అవసరం లేదు. అమ్మలక్కల కబుర్లు వదిలి పెట్టడం మాత్రం తప్పనిసరిగా కావాలి. ఇక "వాడిట్టా", "వీడిట్టా", అనే భోగట్టా తీయడం మానేసి ప్రతి మనిషి కూడానూ "ఇదిగో చూడు నువ్వు ధ్యానం చెయ్యి. నేను ధ్యానం చేసాను. నా దివ్యచక్షువు తెరచుకుంది. నువ్వు కూడా చెయ్యి. నువ్వు కూడా కూర్చో" అని అందరినీ ప్రోత్సహించేలా తన జీవితాన్ని మలచుకుంటాడు. అదే బుద్ధ జీవితం. అదే జీసస్ జీవితం.

కనుక ఇదే "యోగ పరంపర" అన్న కాన్సెప్ట్. దీని గురించి మనం విస్తారంగా ఇక్కడ తెలుసుకున్నాం. ఒక్కొక్క యోగస్థితిలోనూ తెలివైన

వాడైతే ఒక జన్మలో ముగించుకోవచ్చు. కొంచెం తెలివి తక్కువగా ఉన్న వాడైతే కొన్ని జన్మలను తీసుకోవచ్చు. లేకపోతే ఇంకా తెలివైన వాడైతే ఒకే జన్మలోనే ఒకటికి మించి యోగస్థితులను ఒకటేసారి దాటేయవచ్చు.

ప్రతి మనిషికీ సంపూర్ణ స్వేచ్ఛ వుంది. ఎవరూ ఇంకొకరిని నిర్దేశించరు. ఎవడూ ఇంకొకడిని నిర్దేశించలేడు. ఎవడిని వాడే కనుక్కోవాలి. ఎవడిని వాడే ఉద్దరింపచేసుకోవాలి.

ఒక ఆత్మ ఇంకొక ఆత్మకు సూచన ఇవ్వగలదు కానీ, తన ఆత్మశక్తిని ప్రసాదించి, ఆ ఆత్మను అలా చేయించలేదు. ఎవరి హోంవర్క్ వాళ్ళే చేసుకోవాలి! ఎన్ని జన్మలైనా పట్టవచ్చు. ఎన్ని యుగాలైనా పట్టవచ్చు - అది ఇంకొక ఆత్మకి పట్టదు. ఏ కృష్ణునికీ పట్టదు, ఏ జీసస్‌కీ పట్టదు... నువ్వు ఎన్ని జన్మలు తీసుకుంటున్నావ్ అని చెప్పేసి. అది అతని ధర్మం. చెయ్యకపోతే మన ఖర్మం అది. చేస్తే మన ఆనందం.

భగవద్గీతలో కృష్ణుడు చెప్పాడు.

"ఉద్ధరేదాత్మ నాత్మానం ఆత్మానమవసాదయేత్

ఆత్మైవ హ్యాత్మనో బన్ధురాత్మైవ రిపురాత్మనః"

ఎవరిని వారే ఉద్ధరించుకోవాలి! నిన్ను జీసస్ క్రైస్ట్ ఉద్దరించాలంటే సారీ. జీసస్ క్రైస్ట్ ఉద్ధరించలేడు. ఆయనేం చెప్పాడు? "As you sow, so you reap;" "నువ్వు ఏం చేస్తావో అదే పొందుతావు", "నువ్వు ఏం చేయాలో నేను చెప్పాను. నువ్వు ఏం చేస్తే ఏం పొందుతావో నేను చెప్పాను. నువ్వు చేస్తావో, చెయ్యవో, ఎంత తీవ్రతతో చేస్తావో, ఎంత తీవ్రత లేకుండా చేస్తావో, అది నీ ఇష్టం నాయానా".

భగవద్గీతలో కృష్ణుడు అంతా చెప్పి అర్జునుడితో అన్నాడు "యధేచ్ఛసి తథాకురు". " నీ ఇష్టం వచ్చినట్లు చెయ్యి నాయనా" అన్నాడు.

కనుక ఎవరిని వారే ఉద్ధరించుకోవాలి. ఎవరు ఎంత కష్టం చేస్తే అంత ఫలితం పొందుతారు. సంగీత కష్టం చేస్తే, సంగీత ఫలం వస్తుంది. వ్యాపార కష్టం చేస్తే వ్యాపార ఫలం వస్తుంది. సంసార కష్టం చేస్తే సంసార ఫలమొస్తుంది. ధ్యాన కష్టం చేస్తే ధ్యాన ఫలమొస్తుంది. "కష్టే ఫలి". కష్టం లేకుండా ఫలం రాదు కదా?

కనుక ధ్యానం చేయండి; ధ్యానం చేయని వాళ్ళంతా తమకి

తాము శత్రువులు. ధ్యానం చేసే వాళ్లంతా తమకు తాము బంధువులు.

మాంసం తినేవాళ్లంతా తమకి తాము శత్రువులు. మరి శాకాహారం తినేవాళ్ళు, మితాహారాం తినేవాళ్ళు ... మూడు ఇడ్లీ ఆకలి వుంటే నాలుగు ఇడ్లీలు తినకూడదు. మూడు ఇడ్లీల ఆకలి ఉంటే మూడు ఇడ్లీలతో ఆపేసేయాలి. ఇడ్లీ ఎంత బావున్నా, వేడి వేడిగా వున్నా, మంచి ఘుమఘుమలాడుతున్నా, అది ఆకలి ఎంత ఉందో అంతే తినాలి. అలాగే నిద్ర ఎంత అవసరమో అంతే పోవాలి. కనుక, ఈ రకమైనా విషయాలన్నీ కూడానూ పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ తెలుసు. పిరమిడ్ ధ్యానులందరూ కూడానూ అందరికీ చక్కటి ధ్యానం నేర్పిస్తూ, తాము స్వయంగా అభ్యాసం చేస్తూ ఎంతో ఆనందంగా, ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఏ డాక్టరు దగ్గరకీ వెళ్ళకుండా, ఏ మందులూ పుచ్చుకోకుండా హాయిగా జీవిస్తున్నారు.

వాస్తవానికి డాక్టరు అవసరమే లేదు. మందుల అవసరమే లేదు. చేయవలసినవి చేస్తే చాలు. అంటే మాంసం తినకుండా శాకాహారం కూడా మితాహారంగా తింటూ, మూడు రోజులు ఫ్రిజ్‌లో పెట్టిన సాంబారు తినకుండా ఫ్రెష్‌గా వున్న సాంబారు అప్పటికప్పుడు తీసుకుంటూ, మరి మితాహారంగా ఉంటూ, ఎక్కువగా ద్యానం చేస్తూ, చక్కగా మూడవ కన్ను తెరుచుకుంటూ, అనేక లోకాలు చూసుకుంటూ,........ ఈ విధంగా అందరికీ బోధిస్తూ గడపడమే... అదే అత్యద్భుతమైన జీవితం.

ఈ విధంగా పిరమిడ్ మాస్టర్లందరూ అత్యద్భుతమైన జీవితాన్ని జీవిస్తున్నారు!

చిన్నప్పటి నుంచే ధ్యాన శిక్షణ ఇవ్వాలి. మొక్కై వంగనిది మ్రానై వంగదు కదా? "శుభస్య శీఘ్రం' కదా? కనుక అందరూ వెంటనే ధ్యానంలో దిగాలి. చిన్నప్పటి నుంచే ధ్యానం అభ్యాసం చేయించాలి. చిన్నప్పటి నుంచే చెడు అలవాట్లు మానెయ్యాలి.

వాస్తవానికి చెడు అలవాటు అన్నది ఒక్కటే - అది 'మాంసం తినడమే', మంచి అలవాటు అన్నది ఒక్కటే - అది ధ్యానం చేయడమే', "హింసా ఛోడియే-హంసా పకడియే". హింస వదిలి పెట్టడము మరి హంసను పట్టుకోవడము.

హంస అంటే శ్వాస. ఎక్కడికీ పోనక్కరలేదు. మన శ్వాస మీద

మనకి గురి కావాలి. శ్వాసే గురువు. కనుక ఈ విషయాలన్నీ మనం ఎన్నో విషయాలు అంతకు ముందే తెలుసుకున్నాం. ఈ రోజు "యోగ పరంపర" అన్న కాన్సెప్ట్ తెలుసుకున్నాం. Thank you very much శివప్రసాద్‌గారు! మీ ద్వారా ఈ పిరిమడ్ ధ్యాన ప్రపంచానికంతా, సకల లోకానికంతా కూడానూ ఈ రోజు అత్యద్భుతమైన విషయం. "యోగ పరంపర " అన్న విషయం తెలిసింది.

మరి ఈ విషయాన్ని మళ్ళీ మళ్ళీ చదవాలి. ఒకసారి చదివితే సరిపోదు. మాటి మాటికి చదివి అది మననం చేసుకుని దానిని అభ్యాసం చేస్తే దాని యొక్క ఫలం, సాక్షాత్కారం మనకు వస్తుంది.

-బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

ధ్యానం అంటే

ధ్యానం అంటే ప్రార్థన కాదు

ధ్యానం అంటే స్తోత్రం కాదు

ధ్యానం అంటే నామస్మరణ కాదు

ధ్యానం అంటే మంత్రజపం కాదు

ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస

ధ్యానం వలన లాభాలు :

1) శారీరక ధారుడ్యం

2) మానసిక ప్రశాంతి

3) బుద్ధి సునిశిత

4) ఆర్థిక సంక్షేమం

5) సుమిత్ర ప్రాప్తి

6) ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానం

ముక్తి

ధ్యాన సాధన ద్వారానే దివ్యచక్షువు ఉత్తేజితమవుతుంది

ధ్యాన సాధన ద్వారా మనమే గురువులుగా మారుతాం

ధ్యాన సాధన ద్వారా మనమే దైవస్వరూపాలమని తెలుసుకుంటాం

- బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ