

ఓం శ్రీ సాయిరామ్

ప్రశాంతి సందేశ్ కి స్వాగతం.

పోడ్ కాస్ట్ 239:

మీ ఆలోచనల మీద లక్ష్యం పెట్టండి

(ఈ విషయం మీద సారాంశమును Prof. Anil Kumar గారు రచించిన "Sai Chology" అనే పుస్తకము నుండి పేజీలు 257 నుండి 263 వరకు గ్రహించబడినది.)

భగవాన్ ఈ చాలా అందమైన ప్రకటన చేశారు. మనం స్వామి చిత్రాన్ని చూసి, ఆ చిత్రాన్ని మాత్రమే పూజిస్తున్నామని భావిస్తే, మనం చిత్రా ఆరాధనను మాత్రమే అభ్యసిస్తున్నాము. అలా కాకుండా, మన హృదయంలో ఈ చిత్రాన్ని దృశ్యమానం చేస్తే, మనం చిత్రాన్ని అంతర్గతీకరిస్తాము. ఈ చిత్రం మనలోనే ఉంది. మనమే ఆ చిత్రం మరియు ఆ చిత్రం మన గొప్ప ఆత్మ. అప్పుడు ఒక్కటి మిగిలి ఉంటుంది. అదే ఆరాధన యొక్క ప్రక్రియ మరియు ఉద్దేశ్యం. కానీ మనం అలా చేయము. బదులుగా, ప్రజల దృష్టిని ఆకర్షించడం మరియు మన భక్తిని వారు మెచ్చుకోవడం వంటి బాహ్య ఆరాధనలను మనం ఇష్టపడతాము. భగవాన్ చెప్పినదాని విధానంలో మన ఆరాధన విధానం పూర్తిగా భిన్నంగా ఉండాలి, చిత్రం కోసం చిత్రాన్ని పూజించము. మన ముందు ఉన్న చిత్రం మన హృదయంలో అంతర్లీనంగా ఉంటుంది. దానిని మన హృదయంలో భద్రపరచే ప్రక్రియలో మనం మనలనే కోల్పోతాము. అప్పుడు మనం మరియు లోపల ఉన్న చిత్రం ఒకటి. అదే ఆరాధన యొక్క ముగింపు, ఉద్దేశ్యం మరియు లక్ష్యం. ఆ విధంగా ప్రతీదీ మన ఆలోచనలపై ఆధారపడి ఉందని స్వామి ప్రకటించారు.

కొంతమంది అడిగారు "స్వామి ఎక్కడ ఉన్నారు"? "స్వామి ఎక్కడ ఉన్నారు"? అనిల్ కుమార్ గారు బాబా వారి కళాశాల ప్రిన్సిపల్ గా ఉన్నప్పుడూ, ఒక deputy warden ఉండేవాడు.

భగవాన్ బెంగళూరు వెళ్లాసినప్పుడల్లా, "స్వామి ఎక్కడ ఉన్నారు?" అని అడుగుతూ వారికి అనేక ఫోన్ కాల్స్ వచ్చేవి. ప్రజలు తమ ప్రయాణాన్ని ఫ్లాన్ చేసుకోవాలంటారు, కాబట్టి వారు ఆయన ఆ ఆచూకీ తెలుసుకోవడానికి ఫోన్ చేస్తారు.

ఆయనకు టెలిఫోన్ కాల్స్ వచ్చినప్పుడు, "స్వామి ఎక్కడ ఉన్నారు? " అని అడిగేవారు. ఆయన "స్వామి ఎక్కడ ఉన్నారు"? ఆయన ప్రతీ చోట ఉన్నారు " అని సమాధాన ఇచ్చేవారు. అప్పుడు అవతల వ్యక్తి ఇలా అచెబుతారు. లేదు సార్, ఆయన ప్రతీ చోట ఉన్నారు నాకు తెలుసు. బొతికంగా ఆయన ఎక్కడ ఉన్నారు ?.

ఆయన ప్రతి చోట ఉన్నారు. బాబా తన గురించి ఒక ఉదాహరణ ఇచ్చారు. స్వామి ఎక్కడ ఉన్నారు అని అడిగిన తరువాత మీరు ఆయన పుట్టపర్తిలో ఉన్నారని అని సమాధానం ఇస్తారని అనుకుందాము. దాని అర్థం ఏమిటి , అంటే మీరు మీ మనస్సు పుట్టపర్తికి వెళ్ళి అక్కడ స్వామి గురించి ఆలోచిస్తోందని అర్థం. కానీ ఇది సరైన సమాధానం కాదు.

స్వామి ఎక్కడ ఉన్నారు అనే ప్రశ్నకు సరైన సమాధానం ఇక్కడా , అక్కడా ప్రతి చోటా ఒక్కరే అని బాబా చెప్పారు. ఇక్కడా, అక్కడా, ప్రతి చోటా, ఒకే ఒక్క సాయిబాబా ఉన్నారు.

ప్రజలు అడుగుతారు. స్వామి ఇది ఎప్పుడు జరుగుతుంది ? . నేను మీలో ఎప్పుడు ఒకటి అవుతాను ? . భగవంతుడు ప్రతి చోటా ఉన్నదని మాకు ఎప్పుడు తెలుస్తుంది. ?

భగవాన్ ఈ అంశాన్ని ఈ పద్ధతిలో వివరిస్తారు. కావేరీ నది కర్ణాటక మరియు తమిళ నాడు గుండా ప్రవహిస్తుంది. మరియు ఇది అనేక ఉప నదులుగా విడిపోతుంది. చివరకు ఇది మహా సముద్రంలో కలుస్తుంది. కావేరీ నది సముద్రంలో కలిసినప్పుడు, దానికి ప్రత్యేక గుర్తింపు ఉండదు.

మనం దేవునిలో ఏకీభవించి, ఆయనలో విలీనం అయినప్పుడు మాత్రమే మనస్సు దైవికంగా సంతృప్తమవుతుంది. తద్వారా శరీర అనుబంధాన్ని కోల్పోవడం ద్వారా మనలను మనం మరిచిపోతాము. భగవాన్ ప్రకారం, మనంలోతైన అనుభూతిని మరియు ఆలోచనను పెంపొందించుకోవాలి మరియు మన మనస్సులను దైవికతలో నింపుకోవాలి. తద్వారా మనం ఉత్కృష్ట స్థితికి చేరుకోవచ్చు.

మన ఆలోచనలు మారుతూ ఉంటాయి. స్వామి చేసిన మరో ప్రకటన ఇది , ఈ ఉదయం మీకు ఒక ఆలోచన ఉండి, సాయంత్రం నాటికి, వ్యతిరేక ఆలోచన తలెత్తుతుంది. సానుకూల, ప్రతికూల మరియు తటస్థ ఆలోచనలు, అంతే. మన ఆలోచనలు మారుతూ ఉంటాయి.

బాబా ఇలా అంటున్నారు. మీ ఆలోచనలు మారుతాయి. కానీ నేనెప్పుడూ అలాగే ఉంటాను. నేను ఎప్పుడూ ఒక్కటి. మీ ఆలోచనలు మారుతాయి. మీ ఆలోచనలు సానుకూలముగా ఉన్నప్పుడు, బాబా , మీరు గొప్ప వారు అని అంటారు. మీ ఆలోచనలు ప్రతికూలంగా ఉన్నప్పుడూ , నేను రేపు వెళ్ళిపోతున్నాను. నేను టికెట్ బుక్ చేసుకున్నాను అని చెప్తారు. కాబట్టి మీ ఆలోచనలు మారుతాయి. కానీ భగవంతుడు ఎప్పటికీ మారడు. మార్పు మీలోనే ఉంది. మార్పు ఈ లోకంలో ఉంది. భగవంతుడిలో కాదు.

స్వామి ఒక ఉదాహరణ ఇచ్చారు. 6-0-0, దేవుడు అనే పదానికి మూడు అక్షరాలూ ఉంటాయి. 6-0-0 అనే మూడు అక్షరాలు కలిపి దేవుడు అనే పదాన్ని తయారు చేస్తుంది. ఒక సారి దేవుడు అనే పదాన్ని ఉచ్చరించగానే, నీవు ఆయన గురించి ఆలోచిస్తావు. అదే విధంగా, దేవుని గురించి లోతైన ఆలోచనలో ఉన్నప్పుడు, మీ ముందు ఆయన ఆవిర్భావాన్ని మీరు ఖచ్చితంగా అనుభవిస్తారు. మీరు ఖచ్చితంగా ఆయన బౌతిక రూపాన్ని చూస్తారు, ఎందుకంటే ఆ ఆలోచన ఆ రూపాన్ని సృష్టిస్తుంది. మీరు మీ ఆలోచనలను మార్చుకోవాలి. ఎందుకంటే ఆలోచనలు ఏ రూపానికైనా ఆధారం భగవాన్ చెప్పేది అదే.

తరువాత స్వామి వివరించడం ప్రారంభించారు. మీ ఆలోచన ధ్వనిపై కేంద్రీకృతమైనప్పుడు, భగవంతుడే ధ్వని అని మీకు అనిపిస్తుంది. శబ్ద బ్రహ్మ మయి భగవంతుడు కదలిక అని మీరు భావించినప్పుడు, భగవంతుడు కదలిక అని మీకు అనిపిస్తుంది. చరాచరమయి భగవంతుడు వెలుగు అని మీరు చెప్పినప్పుడు, మీరు ఆయనను జ్యోతిర్మయి అని పిలుస్తారు. దేవుడు మిమ్మల్ని భ్రమింపచేస్తే, మీరు ఆయనను మయా మయి అని పిలుస్తారు. భగవంతుడు సమృద్ధి, సంపద మరియు శ్రేయస్సు అని మీకు అనిపించినప్పుడు, అప్పుడు ఆయన శ్రీ మయి. భగవంతుడు శాశ్వతమైన ఆనందం అని మీరు చెబితే, మీరు ఆయనను నిత్యానంద మయి అని పిలుస్తారు. భగవంతుడు సర్వోన్నతుడని మీరు చెబితే ఆయన పరాత్పరమయి. ఇవన్నీ దేవుని గురించి మీ అవగాహన. ఇవన్నీ మీ ఆలోచనలు ఒక ఆలోచన ఆయన వెలుగు అని చెబుతుంది. మరొక ఆలోచన ఆయన శబ్దం అని చెప్పమని మిమ్మల్ని ప్రేరేపిస్తుంది. వేరొక ఆలోచన దేవుడు సమృద్ధిగా ఉన్నాడనే మీ భావాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. కాబట్టి దేవుని గురించి ఎలా ఆలోచిస్తారనే ఆధారంగా, ఆయనను వేరు వేరుగా పేర్లను ఇస్తారు. మీ ఆలోచనల ఆధారంగా దేవుని పేరుకు వేర్వేరు పేర్లు ఉన్నాయి.

ఇంకా ఆయన మరొక ఉదాహరణ ఇచ్చారు. చిత్రాలను గీయడం లో నిపుణుడైన ఒక వ్యక్తి గణేశుని చిత్రాన్ని గీయలనుకున్నాడు. ఆయన ఏమి చేశాడు, వెంటనే అతను ఒక లోండమును ఊచించుకున్నాడు. అతను పెద్ద, విశాలమైన కడుపు గురించి ఆలోచించడం ప్రారంభించి, అపై గీయడం ప్రారంభించాడు. కాబట్టి, అతని డ్రాయింగ్ అతని ఆలోచనలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. అదే విధంగా దైవత్వం యొక్క అభివ్యక్తి మీ ముందు ఉన్న దేవుని రూపం యొక్క మీ అనుభవం, మీ ఆలోచనలపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

దేవుడు ఒక్కడే. స్వామి మరొక ఉదాహరణ ఇచ్చారు. ఇక్కడ కొంత స్వచ్ఛమైన బంగారం ఉంది. దానిలో మీరు ఏమి చెయ్యాలి, దానిని కరిగించడానికి మీరు దానిని వేడి చెయ్యాలి. బంగారం ద్రవ రూపాన్ని తీసుకున్న తరువాత, మీరు దానిని మీ డిజైన్ అచ్చులో ఉంచవచ్చు. తద్వారా అది ఆభరణంగా లేదా నగ బంగారంలో తయారు చేస్తారు.

బాబా మరో ఉదాహరణ ఇస్తారు. ఇక్కడ బంగారం ఉంది. మీరు దానిని ఒక ఉంగరంగా మార్చారు. ఇప్పుడు నేను మిమ్మల్ని అడుగుతున్నాను. బంగారం ఎక్కడ ఉంది, బంగారం ఇప్పుడు ఉంగరమే అని మీరు అంటారు. కొంత సమయం తరువాత, మీరు ఈ ఉంగరాన్ని మార్చుతారు. మరియు దానిని గొలుసుగా మరుస్తారు. ఇప్పుడు బంగారం ఎక్కడ ఉంది, అది గొలుసులో ఉంది. కాబట్టి బంగారం, ఉంగరాలు మరియు గొలుసు వాటి రూపాలను మార్చుకున్నాయి. వాటి పేర్లను మార్చుకున్నాయి. మరియు వాటి స్థానాన్ని మార్చుకున్నాయి. గొలుసు మెడ చుట్టూ ఉంటుంది. అయితే ఉంగరం ఉంగరం వేలు పై ఉంటుంది. మీరు మీ వెలికి గొలుసు ధరించారు. ఇది సార్వత్రికం. కాబట్టి నగలు చాలా ఉన్నాయి. ఆభరణాలు చాలా ఉన్నాయి. కానీ బంగారం ఒకటి. అదే విధంగా, భగవంతుడు ఒక్కడే, కానీ మీరు ఆయనను మీ అభిరుచి మరియు ఎంపిక పేరులో పిలువ వచ్చు.

దేవుడు ప్రతి చోట ఉన్నాడు. భగవాన్ ఇంకా ఇలా అన్నారు. ఇది నా శరీరం కాదు, ఇది మీ శరీరం అని ఆలోచించడం ప్రారంభిస్తే, మీరు ఈ దైవత్వం యొక్క అనుభూతిని, మీరు భగవంతుడు అనే భావనను పెంపొందించుకోవచ్చు. ఇది నా జీవితం కాదు. ఇది మీ జీవితం. కానీ మరో వైపు, ఇది మీ శరీరం మరియు ఇది నా శరీరం, నాడి మరియు నీది, మీరు మరియు నేను అనే ఈ ద్వంద్వ భావన మీకు ఉంటే, అప్పుడు మీరు సందేహానికి లోనవుతారు. ఆలోచనలు మరియు ద్వంద్వ భావాలు సందేహానికి దారి తీస్తాయి. మరియు Doubting Thomas ఎప్పటికీ శాశ్వత శాంతిని పొందలేడు. దానిని మనం అర్థం చేసుకోవాలి. భగవంతుడు ప్రతి చోట ఉన్నందున, మీరు ప్రతి ఒక్కరి పట్ల గౌరవంగా ఉండాలి. మీరు మీ శత్రువును ఎదుర్కొన్నప్పుటికీ మీరు హలో ఎలా ఉన్నారు అని చెప్పగలగాలి.

కాబట్టి మన శత్రువుకు కూడ హలో అని చెప్పగలగాలి. అటువంటి వైఖరిలో, శత్రుత్వం అదృశ్యమవుతుంది. మరియు ఇక ద్వేషం ఉండదు. కేవలం ఒక సాధారణ హలోలో లోపల ఉన్న గందర గోళం అంతా తగ్గిపోతుంది. మరో వైపు, ఇతరుల పట్ల పగ, మరియు శత్రుత్వం కొనసాగితే మనం ఒత్తిడికి లోనవుతాము. మరియు శత్రుత్వం పెరుగుతుంది. దేవుడు ప్రతి ఒక్కరి లో ఉన్నాడని మనం అనుకుంటే, మనం అందరినీ ప్రేమించే, అందరినీ సేవించగలగాలి. అటువంటి దైవిక భావాలతో భగవాన్ ప్రకారం మనం నిజంగా మన జీవితంలో విజయం సాధిస్తాము.

లోపలి నిశ్శబ్దాన్ని ఎలా అనుభవించాలి, మరొక బాలుడు ఈ ప్రశ్న అడిగాడు. స్వామి, అంతర్గత నిశ్శబ్దాన్ని గమనించడం మరియు అనుభవించడం ఎలా సాధ్యమవుతుంది. ?

భగవాన్ ఇలా జవాబిచ్చారు. మీరు బాహ్య నిశ్శబ్దాన్ని ఎలా గమనించగలరు, మొదట బాహ్య నిశ్శబ్దాన్ని గమనించండి. అప్పుడు అంతర్గత నిశ్శబ్దాన్ని అనుభవించవచ్చు. ఆయన ఈ ఉదాహరణ ఇచ్చారు. మీరు ఆత్మ అని అనుకుంటే సరిపోదు. మీరు ఆత్మ అనే వాస్తవాన్ని మీరు ఒప్పించాలి. నేనే ఆత్మ, ఆత్మ, ఆత్మ అనే భావనా మిమ్మల్ని నిశ్శబ్దం అనుభవించేలా చేస్తుంది. దేవుడు మీలో ఉన్నాడని మీరు అనుకుంటే, నిశ్శబ్దంగా ఉండగలరు. కానీ ప్రపంచం మీలో ఉందని అనుకుంటే, మీరు బయట నిశ్శబ్దం గా ఉండవచ్చు.

అయితే లోపల కలత చెందవచ్చు. చివరకి మీరు పిచ్చి టోపీ అవుతారు. ఆ పరిస్థితి రాకూడదు. మన హృదయంలో భగవంతుడిని అనుబూటి చెందితే, అంతర్గత నిశ్శబ్దం సాధ్యమవుతుంది.

బాబా ఇంకా ఇలా అన్నారు. మీరు చెక్కర, చెక్కర, చెక్కర అని బిగ్గరగా చెబితే, దాని రుచి మీకు తెలుస్తుంది, తెలియదు. మీరు దానిని నాలుక మీద పెట్టుకోవాలి. రుచి చూడాలి. అప్పుడు మాత్రమే మీరు ఆవు, చెక్కర తీపి అని చెబుతారు. ఎవరైనా ఇంకా ఇది ఎంత తీపి అని అడిగితే, సమాధానం తీపి అంతే. అందువల్ల వాస్తవికతను అనుభవించవచ్చు. కానీ అది ఎప్పటికీ వ్యక్తీకరణను పొందదు.

రాబోయే సెషన్ లో మరింత స్ఫూర్తిదాయకమైన పదాలు మరియు ఆచరణాత్మక సలహాలు విందాము.
OM JAI SRI SAI RAM .