ఓం శ్రీ సాయిరామ్

ప్రశాంతి సందేశ్ కి స్వాగతం.

పోడ్కాస్ట్ 243 స్వీయ స్వాతంత్ర్యం

ఈ విషయం మీద సారాంశమును Prof.Anil Kumar గారు రచించిన "Sai Chology" అనే పుస్తకము నుండి పేజీలు 294 నుండి 302 వరకు గ్రహించబడినది.)

****

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి భిన్నమైన సందేశం ఉంది. భగవాన్ యొక్క అభిప్రాయం ప్రకారం, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం మన అర్థం చేసుకునే విధానానికి చాలా భిన్నమైన సందేశాన్ని కలిగి ఉంది. మనలో చాలా మందికి స్వాతంత్ర్యము అంటే రాజకీయ స్వాతంత్ర్యం . విదేశీ పాలన నుండి విముక్తి. కానీ స్వామి యొక్క నిర్వచనం పూర్తిగా భిన్నంగా ఉంటుంది. మన పరిశీలన తరువాత, మనం మరింత సమగ్ర దృక్పథం మరియు ఆలోచన కలిగి ఉండాలి.

స్వాతంత్ర్యం అనే పదానికి సంస్కృతంతో సహా చాలా భాషలలో స్వరాజ్య అనేది నిజమైన అనువాదం. తన స్వంత అసమానమైన దైవిక మరియు ప్రత్యేకమైన శైలిలో, భగవాన్ స్వరాజ్య అనే ఈ పదాన్ని వివరించారు. దాని అర్థం ఏమిటి ? సాధారణ అవగాహన ఏమిటంటే ఇది స్వదేశీ ప్రజల పాలన, అంటే విదేశీ పాలన గొలుసుల నుండి విముక్తి. స్వరాజ్య స్వీయ స్వాతంత్ర్యం. భగవాన్ ఈ విధంగా పేర్కొన్నారు. స్వ అంటే ఆత్మ అని అర్థం. స్వరాజ్యం అంటే ఆత్మ రాజ్యం అని అర్థం. ఆత్మ రాజ్యం ఎక్కడ ఉంది ? ఆత్మ రాజ్యం లోపల ఉంది. రాజకీయ మరియు భౌగోళిక రాజ్యం బయట ఉంది. విదేశీ పాలన బయట ఉంది. అవును, మనం విదేశీ పాలన నుండి విముక్తి పొందాము. అది బయట ఉంది.అయినా, లోపల మనం బానిసలుగా ఉన్నాము. మనం బయట స్వేచ్ఛగా ఉన్నాము. కానీ మనం లోపల మనం బానిసలుగా ఉన్నాము. మనం బయట స్వేచ్ఛగా ఉన్నాము. కానీ మనం లోపల బానిసలుగా ఉన్నాము. దాని ద్వారా మనం తెలుసుకోవలసిన అర్థం ఏమిటి ?

మనకు బాహ్య స్వేచ్ఛ వుంది. కానీ, మనం స్వేచ్ఛగా జీవిస్తున్నామా లేదు. మనం బానిసలము. మరియు మన స్వంత ఆపదలకు, బలహీనతలకు బాధితులము. మనం వెర్రి కారణాలకు లొంగిపోతాము. ఆందోళన చెందుతాము. కలత చెందుతాము. కోపం, కామము, అనుబంధం. ద్వేషం. దురాశ, అసూయ వంటి ప్రతికూలతల నుండి విముక్తి పొందామా ? ఖచ్చితమైన సమాధానం లేదు. ఈ అంతర్గత శత్రువుల నుండి మనం విముక్తి పొందలేదు. కోపం, కామము, దురాశ, అహంకారం, అసూయ ఇవన్నీ అంతర్గత రాజ్యాంపై ఆధిపత్యం చెలాయిస్తాయి. వారు లోపల పరిపాలిస్తున్నారు. కనుక మనం వాటి పరిధిలో బానిసలుగా ఉన్నాము.

వారు ఏ విధమైన పాలకులు ? కనీసం మన జీవిత కాలంలో అయినా వారు మనలను ఎప్పటికీ స్వేచ్ఛగా చేయరు. దీనికి విరుద్ధంగా ఈ పాలకులు మనకు అపకీర్తిని తెస్తారు. మరియు మనలను పూర్తిగా నాశనం చేస్తారు. బాహ్య విదేశీ పాలన చాలా సులభం . వాటి ప్రభావం రాజకీయ, భౌగోళిక, మరియు ఆర్ధికంగా మాత్రమే ఉంటుంది. కానీ మనలను లోపల నియంత్రించే పాలకులు అంతర్గత శత్రువులు. దురాశ, ద్వేషం, అసూయ, కోపం మరియు కామము.

అనేక జన్మల నుండి, మానవ జాతి తమ అంతర్గత పరిధి నుండి విముక్తి పొందలేకపోయింది. జన్మ తరువాత జన్మ నుండి, ఈ అంతర్గత శత్రువుల నుంచి విముక్తి పొందడానికి కష్టపడుతూనే ఉన్నాము. యుగాలు గడిచిపోయాయి. కానీ మనం ఈ దురాక్రమణ నుంచి విముక్తి పొందలేదు. భగవాన్ ఇక్కడే స్వరాజ్యం గురించి నొక్కి చెబుతున్నారు.

ఈ అంతర్గత స్వేచ్ఛను కలిగి ఉండటం అత్యవసరం. ఒక్కసారి అంతర్గత స్వేచ్ఛా ఉంటే, బాహ్య స్వేచ్ఛా అనుసరిస్తుంది. అంతర్గత స్వేచ్ఛతో, మనం బాహ్య ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించి, స్వతంత్ర్యం అనే పదం యొక నిజమైన అర్థంలో ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

భగవాన్ ఇలా అంటారు. స్వరాజ్యం అంటే ఆత్మ యొక్క పాలన, ఆత్మ ద్వారా, ఆత్మ కోసం. ఇది అబ్రహం లింకన్ నిర్వచించిన ప్రజాస్వామ్యం అనే పదానికి నిర్వచన అయిన ప్రజల ప్రభుత్వం. ప్రజల ద్వారా, ప్రజల కోసం కాదు. ఇది బాహ్య స్వేచ్ఛా. అంతర్గత స్వేచ్ఛ యొక్క నియమం ఏమిటి అంటే, ఆత్మ యొక్క ప్రభుత్వం ఆత్మ ద్వారా, ఆత్మ కోసం.

స్వేచ్ఛా కోసం స్వీయ ప్రయత్నం కాబట్టి, ఆగస్టు 15 న జరిగే స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు భారతీయులకు మాత్రమే పరిమితం కావు. అయినప్పటికీ వారు విందులు, దీపాలు మొదలైన వాటితో సరదాగా, ఉల్లాసంగా ఆనందించవచ్చు. ఇవి ఆనందం యొక్క వ్యక్తీకరణలు. కానీ అంతర్గత ప్రపంచానికి, అంతర్గత రాజ్యానికి సంబంధించిన స్వాతంత్ర్యం అనేది సుదీర్ఘ పోరాటం. ఈ పోరాటం ఒంటరిగా జరగాలి. ఇది ప్రజా ఉద్యమం కాదు. ఇది ఒక నాయకుడిని అనుసరించడం కాదు. సొంత విముక్తి కోసం కృషి చేయాలి. అంతర్గత శత్రువుల నుండి విముక్తి పొందేలా చూడాలి

కోపం యొక్క నియమం నుండి మనం ఎలా విముక్తి పొందగలము? మనకు ఎవరూ సహాయం చేయలేరు. మనం ఏదో ఒక మార్గాన్ని తెలుసుకోవాలి. అదే విధంగా, లోపల అసూయ పాలన నుండి మనం ఎలా విముక్తి పొందగలము ? అది కూడా మానంతోటి

మనమే పోగొట్టుకోవాలి. ఎవరూ సహాయం చేయలేరు. మానవ జాతి యొక్క అంతర్గత బలహీనతల ఆధిపత్యం నుండి విముక్తి పొందాలంటే, ఎవరికి వారే పనిచేయాలి .

అంతర్గత స్వేచ్ఛకు రెండు సూచనలు. సారాంశంలో పునరుద్ఘాటించడానికి. అసూయ, ఆగ్రహం, దురాశ, అసహనం , ద్వేషం మొదలైన అంతర్గత ప్రతికూలతల నుండి స్వేచ్ఛయే అధ్యాత్మిక అన్వేషకులకు స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు. రెండవది ప్రతి వ్యక్తి తన లోపల స్వేచ్ఛగా ఉండటానికి తన కోసం తాను పని చేయాలి. అది తన స్వంత ఆత్మ చేయవలసి ఉంటుంది. ఇది ఒకరి నాయకత్వంలో జరిగ్గే ప్రజా ఉద్యమం లేదా స్వాతంత్ర్య పోరాటం కాదు. తనకు తానే నాయకుడు. ప్రతీ ఒక్కరూ తనకు తానుగా విముక్తి పొందవలసిందే.

అధ్యాత్మిక సందర్భంలో స్వేచ్ఛా అంటే ఏమిటి ? రమణ మహర్షి వంటి గొప్ప ఋషి మరియు భగవాన్ బాబా వారు అధ్యాత్మిక స్వేచ్ఛను గట్టిగా మరియు పదే పదే నిర్వచించారు. ఈ ముఖ్యమైన సూచన ఏమిటి ? మనందరికీ శరీరము అను బంధం ఉంది. మన శరీరంతో మనలను మనం గుర్తించుకుంటాము. బాబా వారు చెప్పినట్లుగా, దేహ అభిమాన. మనకు దేహ అభిమానం, శరీరంతో అనుబంధముంది. దాని కారణంగా అనేక విషయాలు అనుసరిస్తాయి. ఇది ప్రధాన కారణం. ఇది గతంలో మరియు ప్రస్తుతం మనలను బానిసలుగా చేసింది. మనం శరీరంతో గుర్తింపును కొనసాగిస్తే, మనం బానిసలుగా కొనసాగుతాము.

శరీరంతో మన గుర్తింపు కారణంగా, మన దేహ బుద్ధి అనే భావన ఉంటుంది. అంటే శరీరం తరహాలో ఆలోచించడం. ఈ మొత్తం ప్రక్రియ నేనే శరీరం అనే ఆలోచన వల్ల ప్రారంభమైంది. దీని వల్ల మనం బాధపడవలసి వస్తుంది. శరీరం పట్ల ఉన్న మక్కువను మనం తొలగించాలి . అది మనలను నిజమైన స్వేచ్ఛా వైపున నడిపిస్తుంది.

మొదటి పద్ధతి శరీరం తాత్కాలికమైనదని గ్రహించండి. శరీరం తప్పనిసరిగా దానితో పాటు అహంకార భావనను , మనలో ప్రబలమైన లక్షణంగా కలిగి ఉంటుంది. బాబా వారు ఎప్పుడూ మన శరీర గుర్తింపు నుండి విముక్తి పొందడానికి ప్రయత్నించాలి. శరీరం ఒక నీటి బుడగ. అని చెబుతారు. ఈ సత్యాన్ని మనం పూర్తిగా గ్రహించిన తరువాత, శరీరం శాశ్వతమైనది మరియు అమరమైనది అని మనకు ఎప్పటికీ అనిపించదు. ఆ తరువాత దానితో మరియు దాని నిర్వహణతో నిస్సహాయంగా ముడిపడి ఉండదు. అయితే, శరీరాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయాల్సిన అవసరం ఉందని దీని అర్థం కాదు. కానీ ఇదే అంతా అని ముగింపు అనీ అర్థం కూడ కాదు.

భగవాన్ ఇలా అంటున్నారు. శరీరం భగవంతుడి ఆలయం. కానీ ఇది అక్కడ ముగియదు. ఆలయానికి వెళితే సరిపోదు. మనం లోపలకి వెళ్ళాలి. మన శరీరాన్ని దేవుని ఆలయంగా పరిగణించినప్పుడు, దానిని జాగ్రత్తగా,స్వచ్ఛంగా, పరిశుభ్రంగా నిర్వహించాలి. ఎందుకంటే దేవుడు లోపల నివసిస్తాడు. భగవంతుడు శరీర ఆలయంలో ఆత్మ లేదా చైతన్యం. అందువల్ల శరీరాన్ని దేవునికి తగిన నివాసంగా మార్చాలి .

అందువల్ల మనం కేవలం విదేశీ పాలన లేదా రాజకీయ ఆధిపత్యం కాకుండా, శరీర అనుబంధం నుండి విముక్తి పొందాలి. భౌతిక వికర్షణ నుండి విముక్తి పొందినప్పుడు మాత్రమే అది నిజమైన స్వాతంత్ర్య దినోత్సవము. ఒక సారి మనం ఊహల ద్వారా మనలను మనం మోసుకుపోవడానికి అనుమతించకూడదని నిజాయితీగా విశ్వసించి, శరీరం నీటి బుడగ అని గ్రహించిన తరువాత , మనం ఎన్నటికీ అహంకారంగా లేదా అహంభావంగా ఉండము. అప్పుడు మనం మన పూర్తి సమయాన్ని, శక్తిని లేదా వనరులకు శరీరాన్ని విలాస పరచడానికి ఖర్చు చేయలేము.

శరీరం కేవలం ఒక మాధ్యమం. దృఢమైన మరియు ఆరోగ్యకరమైన శరీరం ఉన్నప్పటికీ, చాలా మంది ప్రజలు దయనీయంగా మరియు గంభీరంగా కనిపిస్తారు. ఎందుకు ? శరీరం బాగుంది. కానీ మనస్సు అనారోగ్యం లో ఉంది. అందుచేత మళ్ళీ చెప్పాలంటే, శరీరం బుడగ లాగా తాత్కాలికమైనదని గ్రహించాలి.

భగవాన్ ప్రకారం శరీరం గుర్తింపును తొలగించడంలో సహాయ పడే మార్గం ఏమిటి అంటే "ఈ శరీరం ఒక వాహనం, ఒక కాలువ లేదా పైపు మాత్రమే లేదా మీరు దానిని విద్యుత్ తీగతో పోల్చవచ్చు. వైర్ ద్వారా విద్యుత్ ప్రవహిస్తుంది. మరియు పైపు ద్వారా నీరు ప్రవహిస్తుంది. శరీరం ఒక మాధ్యమం. గమ్యం లేదా లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడానికి ఒక వాహనం మరియు రవాణా సాధనం మాత్రమే.

భగవాన్ కారు సొంతం చేసుకున్నా ఉదాహరణ ఇస్తారు. ఒకరి వద్ద కారు ఉంది. అది గ్యారేజి లేదా ప్రచారం కాదు. గ్యారేజిలో ఉంటే అది తుప్పు పడుతుంది. మరియు తిరిగి అమ్మలంటే విలువను కోల్పోతుంది. అదే విధంగా ఈ శరీరం గ్యారేజి లో ఉంచడానికి కారు లేదా తరచుగా అనారోగ్య కారణంగా మరమ్మత్తు కోసం వర్క్ షాప్ కి ఉద్దేశించినది కాదు.

శరీరం మరియు మనస్సు పరస్పరం ప్రభావం చూపుతాయి. శరీరం బలంగా ఉండాలి. మరియు కారు లాగా పనిచేయడానికి తగిన స్థితిలో ఉండాలి. ఇది అధ్యాత్మిక సాధన మరియు తపస్సు చేపట్టడానికి సమర్ధంగా ఉండాలి.

మానసిక సంబంధం ద్వారా శరీరం మరియు మనస్సు ఒక దానితో ఒకటి సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఇది శరీరం, మనస్సు మధ్య ఉన్న అనుసంధానం మరియు ఇది ఒక దానికి ఒకటి ప్రభావితం చేస్తాయి. ఉదాహరణకు మనం చాలా ఆందోళన చెందుతూ ఉంటే, మానసికంగా నిరాశకు గురి అయినట్లైతే, శారీరకంగా బలంగా ఉన్నప్పటికీ మనం నిరాశకు గురైనట్లు కనిపిస్తాము. మనం చాలా అనారోగ్యము గా కనిపిస్తాము. ఎందుకంటే మనం మానసికంగా కలత చెందుతున్నాము. మనస్సు శరీరాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఈ రోజు చాలా వ్యాధులకు మానసిక కారణం ఉందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. మరియు ప్రజల రోగాలను పూర్తిగా సంకల్ప శక్తితో అధిగమించిన కేసులను కూడ వారు నివేదిస్తారు. కాన్సర్ యొక్క అధునాతన కేసులు కూడ బలమైన సంకల్పం ద్వారా నయం చేయబడ్డాయి. ఇటువంటి కేసులు రికార్డులో

ఉన్నాయి. ఈ ద్విముఖ మార్గంలో, శరీరం మరియు మనస్సు ఒక దానికి ఒకటి ప్రభావితం చేస్తాయి. కాబట్టి శరీరాన్ని స్వచ్ఛంగా మరియు స్థితి స్థాపకంగా ఉంచుకోవాలి.

రెండవ పద్ధతి – సేవ. శరీర గుర్తింపును అధిగమించడానికి బాబా వారు సేవ, కర్మ యోగాను ఒక సాధనంగా సూచిస్తారు. సేవ చేయడంలో, సేవా మార్గంలో కనీసం వంద శాతం శరీర గుర్తింపు ఉండదు. చిత్త శుద్ధి కోసం, కర్మ యోగం, సూచింపబడింది. అనేక స్నానాల ద్వారా శరీర పరిశుభ్రతను కాపాడుకోవడం సులభం. కానీ అది మనస్సు యొక్క స్వచ్ఛతను సాధించడానికి మనకు సహాయం చేయదు. శరీరం ద్వారా కర్మ యోగం చేయడం వల్లనే చిత్త శుద్ధి లభిస్తుంది. ఈ శరీరం సేవ చేయడానికి ఉద్దేశించినది అని మనం అర్థం చేసుకోవాలి.

భగవాన్ మనకు అనేక ఉదాహరణలు ఇస్తారు. ఒకటి చెట్టు ఫలాలను ఇస్తుంది. ఆ ఫలాలను తను తినేయడానికి కాదు. మానవుడు తినడానికి. రెండు – నది నిరంతరం ప్రవహిస్తుంది. అదీ తన సొంత నీటిని త్రాగదు. నీరు సమాజం కోసం మూడవది. ఆవు పాలు ప్రతి ఒక్కరి కోసం. ఆవు తన పాలు తానే త్రాగదు. చెట్టు నది, ఆవు – ఇవన్నీ మనకు సేవ యొక్క అందమైన పాఠాలను నేర్పుతాయి.

మూడవ పద్ధతి దేవుని ప్రార్థించడం. శరీర బంధం నుండి విముక్తి పొందాలంటే, దేవుని గురించి ఆలోచించండి.

భగవాన్ ఇలా అన్నారు. బహుమతులు, పురస్కారాలు, గుర్తింపు, హర్షధ్వానాలు , చప్పట్లు, పేరు, కీర్తి, మరియు ఆర్థిక లాభంకోసం వెతుకుతున్న వ్యక్తి కేవలం ఒక జంతువు అంతే.

ఇంకా మీ చేతిలో ఆకుపచ్చ గడ్డి ఉంటే, ఆవు గడ్డి తినడానికి దగ్గరకు వస్తుందని ఆయన చెప్పారు. ఏదైన విలువైన వస్తువును సమర్పించినప్పుడు, దానిని స్వీకరించడానికి మనిషి పరుగెత్తుతాడు. ఇచ్చేవాడు ఉంటే, చచ్చేవాడు కూడా లేచి వస్తాడయ్య అన్నారు.

ఆహారం, దుస్తులు, ఆశ్రయం, మరియు వివిధ సౌకర్యాల ఆకర్షణలో మంత్ర ముగ్ధులై, ఎల్లప్పుడూ స్వీకరించడం మరియు గొప్పగా చెప్పుకోవడం శరీరం యొక్క స్వాభావం. శరీరం ఎల్లప్పుడూ సుఖాలను, సౌకర్యాలను కోరుకుంటుంది. మనం సేవ చేసినప్పుడు, భగవంతుని నామాన్ని పఠించినప్పుడు, మనం శరీర గుర్తింపు నుండి విముక్తి పొందగలమని అర్థం చేసుకోవాలని భగవంతుడు కోరుకుంటాడు .

తదుపరి session లో మరింత విలువైన విజ్ఞాన రత్నాలను తెలుసు కుందాము.

OM JAI SRI SAI RAM .