ప్రేమను గురించిన సందేశమును విస్తరింప చేద్దాము

కమ్లేష్ డి. పటేల్

పూజ్య శ్రీ చారీజి మహరాజ్ గారి 90వ జన్మదిన సందర్భంగా
24.07.2017 న ఇచ్చిన సందేశము.
కన్హా శాంతివనము.

www.heartfulness.org

పక్షుల గుంపులు తినడము, కదలడము, కలసి కట్టుగా ప్రయాణించడం మరియు ఒకేరకమైన పక్షులు ఒక చోట కలవడం వంటివి మనం నిత్యమూ చూస్తుంటాము. మన సమావేశము కూడ అటువంటిదే. పూర్తిగా చాచిన రెక్కలతో అవ్యక్తమువైపు గొప్ప వైభవముగా ఎగిరేందుకు మనము ఆశ పడుతున్నాము. యోగ పరిభాషలో చెప్పాలంటే, సంసారము అనే చక్రము ఒక రాజహంస స్థితికి చేరుకోవడముతో పరిసమాప్తమవుతుంది. రాజహంస నీటిని, పాలను వేరు చేయగలుగుతుంది. అయినప్పటికీ, సాధనా చతుష్టయంలో మహోన్నతముగా చెప్పబడే మొదటిదైన వివేకము లేదా విచక్షణ మనలను ఇప్పటికీ ఊరిస్తూనే ఉంది.

ఒక సహజబంధము మనలనందరినీ ఇక్కడ కలుపుతోంది. ఇదే క్షణములో భవిష్యత్తును ముందుకు తెచ్చేలా, అజ్ఞాతంగా ఒకరికొకరు సేవ చేసుకుంటూ, పరిపూర్ణమైన ఐకమత్యముతో మన అందరి సమిష్టి ఉద్యమము గెలుపొందేలా పరస్పరమూ నమ్మకము, గౌరవముగల ఈ బంధము పెరుగు గాక!

మనలో కొందరరు జీవితములో ఏదో 'వెలితి' అన్న నిరంతర చింతనతో కూడిన భావనతో బాధ పడుతూ ఉంటారు. ఈ మానసిక చింతన లేదా ఆ లేమిని భర్తీ చేయాలన్న నిరంతర తపన వారిని తీవ్ర అసంతృప్త లేదా అసంపూర్ణతా దురవస్థకు దారి తీస్తుంది. ఆ లేమి భర్తీ అయేంతవరకూ దానికోసమే పరితపిస్తాము. అది పూర్తయాక మరొక అసంతృప్తి వెంటబడతాము.

మనకు అలవాటుగా మారిపోయిన ఈ వెలితి భావన మన మనస్సులో ఒక ప్రక్రియను పురిగొలుపుతుంది. అది మన మెదడు యొక్క నాడీ కణజాలాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇలా రగులుకొన్న నాడీకణాలన్నీ కలిసే ఉంటాయన్న విషయం అందరికీ తెలిసినదే. దీనికి భిన్నంగా, కలిసి పని చేయని నాడీ కణాలకు ఆ కణజాలముతో బంధము తెగిపోయే ప్రమాదము ఉంది. అవి నాడీ కణ జాలముతో కలవడానికి మరల తగిన శిక్షణ నివ్వాలి.

మన జీవితములోని ఒక లేమిపై లేదా అధికముపై కాని నిరంతర ఆలోచన మన మనస్సులలో ఒక శైలిని సృష్టిస్తుంది. తర్వాత అనవసరపు ఆలోచనలతో నిండిపోయిన మనస్సుకు సహకరించే నాడీకణజాల వ్యవస్థ తయారవుతుంది. ఆ శైలి భయము, దిగులును పురిగొలిపితే, అందుకు అనుగుణంగా నాడీ కణజాల వ్యవస్థ కూడా ఆ భయము, దిగులునూ ప్రోత్సహిస్తుంది. మనస్సు మెదడును ప్రభావితం చేస్తే, తర్వాత మెదడు మనస్సును ప్రభావితం చేస్తుంది. ఈ లోగా, మనకు ఏది లేదు, దానిని ఏవిధంగా సంపాదించుకోవాలి అనే ఆలోచనలలో మునిగి ఉన్నపుడు, జీవితము అతి తొందరగా జరిగి పోతోందనిపిస్తుంది!

మనకు హానికలిగించే ఈ ఆలోచనాశైలిని ఎలా అతిక్రమించాలి?

అతిగా ఆలోచించే అలవాటును మార్చే ఒక సున్నితమైన కుదుపు, మనలను భయము, విచారపు లోయలనుండి తప్పించడానికి సహాయ పడుతుంది. ఒక ఆదర్శప్రాయమైన ధ్యానములో మనకు నిజమైన లక్ష్యముగురించి మనకు మనమే గుర్తు చేసుకుంటూ విజయవంతముగా అనావశ్యక ఆలోచనలను తప్పించుకోమా? ఈ ఎరుక – ఏక్షణములోనైనా ముఖ్యమైనదై - జీవితము పట్ల విముఖత

కలిగించే ఎడతెగని సుదీర్ఘ ఆలోచనలతో సహా తీవ్రపు కష్టాలనుండి మనలను రక్షించగలదు.

మీరేమి చేయగలరో ఇక్కడ చూడండి. రోజువారీ ధ్యానము, ప్రతివారపు సామూహిక సత్సంగ్ మరియు ప్రతివారపు వ్యక్తిగత సిట్టింగ్ లతో కూడిన దినచర్యను క్రమబద్ధం చేసుకొని, తీవ్రమైన పట్టుదలతో అమలు చేయండి. పరిణామము చెందాలనే మన మహోన్నత ప్రయత్నానికి సహాయ పడేలా ఉండే విశేషమైన నాడీ మార్గాలను స్థాపించుటకు, మనస్సుకు మరియు మెదడుకు శిక్షణనివ్వగలిగేటటువంటి ఒక జీవలయను స్థాపించండి. ఆ నాడీ మార్గాలు మరింత బలపడి, మీ ఆధ్యాత్మిక స్థితి లోతుగా చొచ్చుకుపోయేలా ఉంచుకోండి. దివ్యసంకల్పానికి అంకితము చేసే అటువంటి ప్రయత్నము మాత్రమే ఈ మార్గాలను తీవ్ర తరం చేస్తుంది.

రోజువారీ ధ్యానము, ప్రతివారపు సామూహిక సత్సంగ్ మరియు ప్రతివారపు వ్యక్తిగత సిట్టింగ్ లతో కూడిన దినచర్యను క్రమబద్ధం చేసుకొని, తీవ్రమైన పట్టుదలతో అమలు చేయండి. పరిణామము చెందాలనే మన మహోన్నత ప్రయత్నానికి సహాయ పడేలా ఉండే విశేషమైన నాడీ మార్గాలను స్థాపించుటకు, మనస్సుకు మరియు మెదడుకు శిక్షణనివ్వగలిగేటటువంటి ఒక జీవలయను స్థాపించండి. ఆ నాడీ మార్గాలు మరింత బలపడి, మీ ఆధ్యాత్మిక స్థితి లోతుగా చొచ్చుకుపోయేలా ఉంచుకోండి. దివ్యసంకల్పానికి అంకితము చేసే అటువంటి ప్రయత్నము మాత్రమే ఈ మార్గాలను తీవ్ర తరం చేస్తుంది.

సూర్యోదయానికి ముందు ధ్యానము, సూర్యాస్తమయమునకు ముందు నిర్మలీకరణ, పడుకునే ముందు ప్రార్థనల యొక్క ప్రాముఖ్యత ఇప్పటికే మనకు బాగా తెలుసు. ఎక్కడయితే నిశ్చలత, శాంతి మరియు సంతృప్తి వృద్ధి చెందుతాయో అటువంటి అనంతమైన అంతర్గత సాధనను ఒడిసి పట్టుకునేందుకు మనకు ఒక అవకాశము ఉంది. అది ఒక అసమానమైన సంపద మరియు మహోన్నతమైన శక్తి.

ఈ సంపదపై దృష్టి సారించడము ఒక్కటే మన సంకల్పాన్ని వృద్ధి చేస్తుంది. కాని దీనికి దూరంగా ఉండడమనేది, నిరంతరంగా అభివృద్ధి చెందాలనే మన సంకల్పాన్ని నిర్వీర్యపరుస్తుంది. మన ప్రియతమ గురుదేవులతో తరచు పునః సంధానము కావలసిన అత్యంత ఆవశ్యకమైన సమయములో, ఈ ఎరుకనుండి మనము విడిపోతున్నాము. ఇటువంటి ఉల్లంఘన, కొన్ని క్షణాలయినా సరే, మన అంతర్గత వాతావరణాన్ని తీవ్రంగా మార్చగలదు.

ఈ ఉల్లంఘనను నివారించడం ఎలా?

సూక్ష్మ ధ్యానాలతో సూక్ష్మంగా వ్యవహరించడము ద్వారా. మన రోజువారీ తొందరలో కూడ కనీసం కొన్ని క్షణాలపాటు చేసే ధ్యానం ఒకలిప్త కాలములో మన ధ్యానస్థితిని తిరిగి పొందగలిగేలా మనలను తయారు చేస్తుంది. మనం కొంచెము అప్రమత్తంగా ఉండగలిగితే, అత్యంత స్వల్ప కాలములోనే ధ్యాన స్థితిని పొందవచ్చు.

మనము నేర్చుకునేది మానసిక వ్యాయామమా? కాదు! నిజంగా మనం సహజంగా, ఉల్లాసముగా మనలో ఉన్న ఆ మూలము వైపుకు ప్రగతి చెందుతాము. మనలో ఉన్న ఆ అత్యున్నత శక్తిపై ఆధారపడేలా, మన దృక్పథాన్ని అలవరచుకోవడం ద్వారా లేమిపై దృష్టి సారించే మానసిక కణజాలమును అధిగమించేలా ఒక మహోన్నతమైన నాడీ కణజాలమును మనం సృష్టిస్తాము.

అప్పుడు ఈ ఉల్లాస భరిత యాత్రను సులభతరం చేయడానికి మననుండి ఏం కావాలి? “నన్ను నేను నిరంతరాయంగా అభివృద్ధి చేసుకోవాలి,” అనే హృదయపూర్వకమైన కోరిక మరియు మన పద్ధతిలాంటి సరళమైన సాధనను నిర్లక్ష్యము చేయకూడదని గుర్తించడము. ఒకసారి మన అంతర్గత నిశ్చలతను గమనిస్తే , తదుపరి పరిణామాత్మక అడుగు సహజముగానే బహిర్గతమవుతుంది.

నిరంతర స్మరణ అనేది బాగుగా ముగిసిన ధ్యాన ఫలితమే. అది నాకూ, సృష్టికర్తకూ మధ్య ఒక వారధి కట్టే కళ. ఆధ్యాత్మిక స్థితిని అనుగ్రహించిన వారి గురించిన ఆలోచన చేసేలా ప్రోత్సహించడము అనేది స్మరణ కాదు. ప్రియమైనవారిని స్మరించడము ఒక వ్యథ కాదు కానీ వారిని గూర్చిన ఆలోచన బాధాకరం కావచ్చు. అది మనకు నిజానికి తలనొప్పిని కలిగించవచ్చు. దానికి బదులు, ప్రియమైన వారి గురించిన స్మరణ అనేది మన తీవ్రమైన సహజమార్గ సాధన యొక్క సహజ ఫలితముగా రానివ్వండి.

మన మార్గము బహు సరళము, దాని సహజత్వము అసామాన్యం, మనం సహజంగా మారడము అనేది ఖచ్చితమైన ఫలితము. ఉన్నతమైన మన గురుపరంపర ముందుండి మనలను నడిపిస్తుండగా - సున్నితముగా, అతి వేగంగా, అతి జాగ్రత్తగా, ప్రేమ పూర్వక స్మరణతో మనమందరమూ ఈ పవిత్ర మార్గములో నడుద్దాము.

ఒకేజాతి పక్షుల్లాగ, సత్యాపేక్షకులుగా, ఈ జీవన గమనాన్ని మన ప్రథమ లక్ష్యముగా చేసుకుందాము. మనమందరమూ కలసి ఈ సందేశాన్ని ప్రపంచమంతటికీ చేర్చుదాము మరియు దీనిని మన జీవితాలలోనికి చొచ్చుకుపోనిద్దాము. మనమందరము హంసల్లాగ కలసికట్టుగా, పైపైకి ఎగురుతూ, ఈ ప్రేమను గురించిన సందేశమును ఒక మహోన్నత మార్గములో వ్యాపింప చేద్దాము. ఇటువంటి అత్యంత దివ్యత్వముతో అనుబంధముకల రోజులలో, మనమందరమూ ప్రియతమ గురువర్యులను అనుసరిద్దాము.