గీతోపనిషత్

(శ్రీమద్భగవద్గీత 4వ అధ్యాయము - జ్ఞానయోగము)

మాస్టర్ పార్వతీకుమార్

ధనిష్ఠ

ప్రథమ ముద్రణ : 2006

ప్రతులు : 1,000

వెల : రూ॥ **25-00**

ప్రాప్తిస్థానము :

జగద్గురు మందిరము

(ది వరల్డ్ టీచర్ టెంపుల్)

'రాధామాధవమ్',

14-38-2, ముప్పిడి కోలనీ,

విశాఖపట్నం - 530 002.

ముద్రణ :

ఎక్వేరియన్ ప్రింటింగ్ స్కూల్

విశాఖపట్నం - 530 016.

☏ 2747320, 2751329.

ధనిష్ఠ

స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థ

"ధనిష్ఠ" అనగా ధనపూరిత దివ్యవాయువు. ధన మనగ దివ్య సంపద. అది కేవలము డబ్బుకాదు. డబ్బుతో సంపదను కొలువలేము, కొనలేము. సంపద జీవన వైభవమునకు సంబంధించినది. మన శృతులలో అగ్ని, వాయువు, ఇంద్రుడు, బృహస్పతి యిత్యాది దివ్య ప్రజ్ఞలను ధనమనిరి. ఆర్ష విజ్ఞానమే నిజమైన ధనము. అట్టి ధనమును కూర్చుచేసి వ్యాప్తి చేయుటకు "ధనిష్ఠ" 1992లో జన్మించినది.

"ధనిష్ఠ", డా॥ కంభంపాటి పార్వతీకుమార్ గారి వాక్కును సి.డి., ఆడియో, వీడియో క్యాసెట్ల రూపము లోను, పుస్తకముల రూపములోను భద్రపరచి సత్సాధకుల కందునట్టి యజ్ఞార్థకర్మను చేపట్టినది.

"ధనిష్ఠ" ఒక చక్కని గ్రంథాలయమును, ధ్యాన మందిరమును, సద్గోష్ఠికై వలసిన వాతావరణమును - "జగద్గురు మందిరము" గ ఏర్పరచి, ఆసక్తి కలవారికి ధ్యానము, స్వాధ్యాయము నేర్పుచున్నది.

సంకలనకర్త : మాస్టర్ కంభంపాటి పార్వతీకుమార్

మాతృదేశము మొదలుగా ఉత్తర అమెరికా, లాటిన్ అమెరికా మరియు ఐరోపా ఖండములలోగల ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాసువులకు ప్రచోదనము కలిగించుచూ, భక్తి, జ్ఞానము, వైరాగ్యము, యోగాభ్యాసము యిత్యాది విషయములలో బోధనలు గావించుచూ, పరమగురువుల మార్గానుయాయులకు వెలుగుదారి చూపించుచున్న సత్సాధనా సంపత్తిగల నవయుగ యోగ మార్గదర్శి **మాస్టర్ కంభంపాటి పార్వతీకుమార్** గారు. వారి బోధనలు లెక్కకు మించి యున్ననూ, పలురకములైన విషయ, విజ్ఞాన బోధనలుగా తెలియ వచ్చును. అవి బోధనలుగానే కాకుండా నిత్యజీవితమున అనుసరణీయమై, ఆచరణయోగ్యమై, ఆచరించువారికి సత్యదర్శనమున సత్వర ఫలితముల నందించుచున్నవని తెలుపుట అతిశయోక్తి కానేరదు.

సాంఘిక, ఆర్థిక, ఆధ్యాత్మిక, సాంస్కృతిక, కళా రంగములలో వారి నిరంతర సేవలను గుర్తించి, గౌరవించి, ఆంధ్ర విశ్వకళా పరిషత్ **"డాక్టర్ ఆఫ్ లెటర్స్"** పట్టానందించి, ఆదర్శవంతమైన వారి సేవలను కొనియాడినది.

ఆర్థిక, సాంఘిక, సేవారంగములలో - మానవాళి మనుగడలో సుఖము, శాంతి పరిమళింపజేయు సూత్రముగా ఆధ్యాత్మికత అలరారినప్పడే, దానికి సాఫల్యత, సార్థకత ఉండునని, "మానవ సేవయే మాధవసేవ" అను మాటకు సరియైన అర్థము యిదేనని శ్రీ కుమార్‌గారు తమ ప్రవర్తన ద్వారా తెలియపరచుచున్నారు. శ్రీ పార్వతీకుమార్ బాధ్యతగల గృహస్థులు, పేరున్న ఆర్థిక సలహాదారు,

విజ్ఞానమును వికసింపజేయు గురువు, శారీరక - మానసిక రుగ్మతలను తొలగింపజేయు వైద్యులు, అనేక గ్రంథముల సంకలనకర్త, నిగర్వి, నిర్మల హృదయులు.

జ్ఞానము ఏ ఒక్కరికి చెందినది కాదనియు, జ్ఞానులు సైతము అందరునూ జ్ఞానమునకే చెందిన వారనియూ, జ్ఞానమే సరియగు వాహికల నెన్నుకొని తనను తాను ప్రకటించుకొనుచుండుననియూ, అందుచే నిజముగా ఎవ్వరూ గ్రంథకర్తలు కాజాల రనియూ, సంకలన కర్తలే ననియు శ్రీ కుమార్‌గారి దృఢవిశ్వాసము. విశేష పరిజ్ఞానముగల ప్రతిభావంతు లైనప్పటికి సౌశీల్యముతో సామాన్యుల మిత్రత్వము నభిలషించు సమవర్తి.

శ్రీ పార్వతీకుమార్‌గారి ఆధ్వర్యమున ఎన్నియో ధార్మిక సంస్థలు దేశవిదేశములలో పరహితసేవ గావించుచున్నవి. "పరహితము పరమధర్మ" మను ఆర్యోక్తి వారి జీవితమును నడిపించుచున్నది. భగవద్ధ్యానము, స్వాధ్యాయము, పరహితములకు త్రిధాబద్ధులుగా ఎందరో ఆస్తికులకు వారు ప్రపంచమున ప్రచోదనము గావించుచున్నారు. పరమగురు పరంపర వారి కాదర్శము.

- ధనిష్ఠా ఫౌండేషన్

ముందుమాట

భగవద్గీత సర్వోత్కృష్టమైన గ్రంథము. కర్మాచరణమునకు, ధర్మాచరణమునకు, భక్తి జ్ఞాన వైరాగ్యములకు, మోక్షపదమునకు ప్రామాణిక గ్రంథము. భగవద్గీతపై అనేకానేక వ్యాఖ్యానములు గలవు. ఇకపైన గూడ రాగలవు.

'నావాణి' యందు గీతా వ్యాఖ్యానము, ***"గీతోపనిషత్"*** అను శీర్షికగా పాఠకులకు అందింపబడినది. ప్రతి అధ్యాయము తనదైన సందేశము నందించుట గీతయందలి విశిష్టత యగుటచే అధ్యాయమున కొక పుస్తకముగా సామాన్య పాఠకులకు భగవంతుని సందేశము నందించు ప్రయత్నము "ధనిష్ఠ" సంకల్పించినది.

మాస్టర్ పార్వతీకుమార్ గారిచే అందించబడిన ఈ వ్యాఖ్యానము సామాన్యులకు కూడ స్ఫూర్తి కలిగించు విధముగ నుండుటచే ఈ ప్రచురణ చేపట్టితిమి. మొదటగ 'సాంఖ్యయోగము' ముద్రించితిమి. రెండవ భాగముగా 'కర్మయోగము', మూడవ భాగముగా 'జ్ఞానయోగము' ముద్రించబడినవి. మిగిలిన అధ్యాయ ములు గూడ కాలక్రమమున ప్రచురించబడ గలవు.

- ధనిష్ఠ

సందేశము

శ్రీకృష్ణుడు తెలిపిన జ్ఞానయోగము విశిష్టమైనది. ఇచట జ్ఞాన మనగ పుస్తక జ్ఞానము కాదు. గ్రంథపఠనము వలన ఏర్పడిన జ్ఞానము కాదు. వేదాది గ్రంథముల నధ్యయనము చేయుటవలన వచ్చిన జ్ఞానము కాదు. భగవద్గీతను పఠించుట, ఆరాధించుట–యిత్యాది చేయుటవలన కూడ శ్రీకృష్ణుడు తెలిపిన జ్ఞానము రాదు. ప్రస్తుతము జ్ఞానయజ్ఞము పేరున విపరీత ధోరణులలో విషయ పరిజ్ఞానము పంచిపెట్టబడు చున్నది. పుస్తక ప్రచురణలు, జ్ఞానప్రచారములు విపరీతముగ సాగుచున్నవి. వానిని పఠించుచు, హృదయస్థము చేయుచు, పదిమందితో పలుకుచు జ్ఞానుల మైతిమని మోహము చెందుట పరిపాటి. వక్తలు, ప్రవక్తలు శ్రీకృష్ణుడు తెలిపిన జ్ఞానమార్గమున గాక, వారిదైన మార్గమున వారు నడచుచున్నారు.

కేవలము యోగులు మాత్రమే నిజమగు జ్ఞానమును నిర్వర్తించు చున్నారు. యజ్ఞార్థ జీవనమే జ్ఞానమని శ్రీకృష్ణుని ఉపదేశము. యజ్ఞార్థ జీవన మనగ యాగములు చేయుట కాదు. తాను, తనకున్నది సర్వమును పరుల హితమునకే సమర్పణము చేయుట యజ్ఞము. అట్లు నిష్కామ కర్మయజ్ఞమును నిర్వర్తించు యోగ సాధకునకు మనసు నిర్మలమై, జ్ఞానము లోనుండి భాసించును. కామ్యకర్మల యందు నిమగ్నుడైన వానికి జ్ఞానము నేతి బీరకాయ లోని నేయి వంటిది. శరీరము, యింద్రియములు, మనస్సు, ప్రాణము, బుద్ధి, తాను, తనకున్న ధనము, తనకున్న పరివారము

అంతయు పరుల శ్రేయస్సు కొరకు వినియోగించుటవలన వ్యక్తిగత కర్మము శిథిలమై, మనసు నిర్మలమైనపుడు బుద్ధిద్వారా ప్రసరించు వెలుగు సర్వవిషయములను అవగతము చేయగలదు. రామకృష్ణ పరమహంస మొదలుగా గల యోగు లందరు అట్లే తెలుసుకొనిరి.

పరహితము జీవన విధానమై, అట్లు జీవించు వారిని ఆశ్రయించి, వారికి శుశ్రూషలు గావించుచు, వినయవంతులై నిరహంకారులైన వారికి మాత్రమే జ్ఞాన మందిన ఫలమగును. ఇతరులకు అందీ అందక తికమక గావించును. వారును తెలిసీ, తెలియని విషయ పరిజ్ఞానముతో యితరులను తికమక పెట్టుదురు.

శ్రీకృష్ణుడు జ్ఞానయోగ మను యీ అధ్యాయమున పంద్రెండు యజ్ఞములను తెలిపినాడు. వీనిని నిర్వర్తించు వారికి జ్ఞానము పొందుట కర్హత కలుగును. అట్టి అర్హత కలవారు గురు శుశ్రూషచే ఉపదేశము పొందగలరు. అనగ జ్ఞానమును సమీపింపగలరు. జ్ఞానము దైవమునకు మరియొక పేరు.

సత్సాధకులు వారి వారి స్ఫూర్తినిబట్టి, యిందు తెలుపబడిన యజ్ఞములను నిర్వర్తించుకొనగలరు.

విశాఖపట్నం
అవ్యయ, ఆశ్వయుజ పౌర్ణమి

7-10-2006

- మాస్టర్ పార్వతీకుమార్

విషయ సూచిక

1.	ఉపదేశము	.....	10
2.	కర్తవ్యపాలనము	.....	13
3.	రహస్యము	.....	15
4.	పరిణామము	.....	17
5.	జీవాత్మ – పరమాత్మ	.....	19
6.	వాగ్దానము	.....	21
7.	రక్షణ	.....	24
8.	తత్త్వజ్ఞులు	.....	27
9.	దైవ భావము	.....	30
10.	ఆనందము	.....	32
11.	దేవతారాధన	.....	34
12.	స్వభావము	.....	36
13.	కర్తవ్యాచరణము	.....	39
14.	నిష్కామకర్మ	.....	41
15.	బుద్ధిమంతుడు	.....	43
16.	కర్తవ్యము	.....	46
17.	నిత్య తృప్తి	.....	49
18.	అమలిన కర్మ	.....	51

19.	ద్వంద్వాతీత స్థితి	.....	53
20.	శ్రీ భగవా నువాచ	.....	55
21.	బ్రహ్మ యజ్ఞము	.....	57
22.	దైవ యజ్ఞము	.....	59
23.	ఇంద్రియ యజ్ఞము	.....	60
24.	మనో యజ్ఞము	.....	63
25.	చతుర్యజ్ఞములు	.....	65
26.	ప్రాణాయామ యజ్ఞము	.....	68
27.	యజ్ఞార్థ భావము	.....	88
28.	యజ్ఞార్థ జీవనము	.....	90
29.	కర్మ నిర్వహణ - నియమములు	.....	92
30.	బంధమోచనము	.....	95
31.	నిజమైన జ్ఞానము	.....	98
32.	బంధవిమోచన జ్ఞానము	.....	100
33.	కర్మ నిర్వహణ జ్ఞానము	.....	102
34.	శ్రద్ధ	.....	105
35.	అశ్రద్ధ - సంయమము	.....	112
36.	కర్మనిష్ఠ	.....	114
37.	నిష్కామ కర్మయోగము	.....	116

1

ఉపదేశము

ఇమం వివస్వతే యోగం ప్రోక్తవా నహ మవ్యయమ్ ।
వివస్వాన్ మనవే ప్రాహ మను రిక్ష్వాక వేఽబ్రవీత్ ॥ 1

నేనీ యోగమును సూర్యుని కుపదేశించగ సూర్యుడు వైవస్వత మనువున కుపదేశించెను. అతడు ఇక్ష్వాకున కుపదేశించెను అని భగవానుడు పలికినాడు గదా! 'నేను' అంతర్యామి యగు వాసుదేవ ప్రజ్ఞ కాగ సూర్యుడహంకార స్వరూపుడగు సంకర్షణ ప్రజ్ఞ. అతని కుపదేశమై సిద్ధి పొందుటచే అతని నుండి అంతర్యామి ప్రజ్ఞ మనువునకు ఉపదేశ పూర్వకముగ చేరినది. అతని బుద్ధి అంతర్యామిచే వెలిగింపబడినది. అతని నుండి అంతర్యామి ఉపదేశపూర్వకముగ భూమికి రాజుయైన ఇక్ష్వాకునకు చేరినది. ఇక్ష్వాకును చేరిన అంతర్యామి ప్రజ్ఞ భూమిని నాలుగు పాదముల ధర్మమును నిలిపి పాలించినాడు. అట్లు యోగము పరిపూర్ణమైనది.

ఇక్ష్వాకు అనగా మనస్సు. మనస్సు శరీరమునకు రాజు. మనసే ఇంద్రియముల ద్వారా శరీరమును పోషించును,

నడిపించును, పాలించును కూడ. దివ్యత్వము మనసును చేరినచో మనసు దివ్యమై శరీర ధాతువులయందు వలసిన మార్పులేర్పరచి వాసనలను పారద్రోలి దివ్యకార్యమునకు సమర్పించును. అపుడే యోగము పరిపూర్ణమైనట్లు. అంతర్యామి అవతరించినట్లు. అందరి లోని అంతరాత్మ అహంకారము, బుద్ధి, మనసుల లోనికి ప్రవహించుట వలన అవతరణము జరుగును. అపుడు శరీరము దివ్యమై ఇంద్రియముల ద్వారా పరిసరములకు దివ్యత్వమును ప్రసరింపచేయును. అవరోధములు లేక ఇంద్రియముల ద్వారా ప్రసరింప చేయగలవు. అట్టి స్థితి నొందిన మనస్సును అనిరుద్ధు డందురు. హృదయమున నిలచి తన చూపు, మాట, స్పర్శ, సాన్నిధ్యాదులతో అందరిని ప్రచోదనము గావించును. అట్టివాడు పరిపూర్ణ యోగి.

వాసుదేవ, సంకర్షణ, ప్రద్యుమ్న, అనిరుద్ధ వ్యూహములు నాలుగును అంతర్యామి ఆవాసములు. అవి మనలో అంతర్యామి ప్రజ్ఞగను, అహంకార ప్రజ్ఞగను, బుద్ధిగను, మనస్సుగను యున్నవి. చివరి మూడింటి యందు దైవము నిలచినచో యోగము పరిపూర్ణ మగును. ఇట్లు దైవమే యోగము తానుగ నందించుచున్నాడని ఉపదేశ మార్గమును, రహస్యమును భగవానుడు తెలిపెను.

2

కర్తవ్యపాలనము

ఏవం పరంపరాప్రాప్త మిమం రాజర్ష యో విదుః ।
స కాలేనేహ మహతా యోగో నష్టః పరంతప ॥ 2

పరంపరా ప్రాప్తముగ అందించబడిన నిష్కామ కర్మ యోగమును ఋషులైన రాజులు లేక రాజులైన ఋషులు తెలుసుకొని నిర్వర్తించెదరు. చాలకాలము గడచుటచే దీనిని క్రమముగ పాలకులు, ప్రజలు మరచిరి. తత్కారణముగ యోగము నష్టమైనది. జీవులు సంసారమున త్రిప్పలు పడుచున్నారు.

శ్రీకృష్ణుడు తెలిపిన యోగము ప్రాథమికముగ నిష్కామ కర్మయోగము. భూమిజీవులు కామ మాధారముగనే కర్మ చేయుదురు. కామము లేనిచో వారికి కర్మమే లేదనిపించును. నిజమునకు కర్మలు రెండు విధములు. కామ్యకర్మలు, కర్తవ్య కర్మలు. కర్తవ్యమున కామమునకు చోటు లేదు. కర్తవ్య కర్మలే నిర్వర్తించు వానికి క్రమముగ కామము తప్పును. అపుడింద్రియ జయము కలుగును. ఇంద్రియములను జయింత మన్నను ఎవ్వడునూ జయించలేడు. ఇంద్రియములు దివ్యములు. శరీర

రక్షణకై రుద్రుని అనుగ్రహముగ ప్రచేతసులచే నిర్మింపబడినవి. వానిని కర్తవ్య కర్మలకే వాడినపుడు అవి సహకరించును. జయింప నవసరము లేదు. జయించు బుద్ధి రాజసము. యోగమునకు వలసినది సత్త్వగుణము. సత్త్వమునకు లొంగనిది సృష్టిలో యేమి యును లేదు. కర్తవ్యములను మాత్రమే నిర్వర్తించు జీవునకు సత్త్వగుణము బలపడును. తత్కారణముగ ఇంద్రియములు సహకరించును. దీనిని భగవంతుడు కార్యంకర్మ, నియతకర్మ అనినాడు. కర్తవ్యపాలనమే కర్మాచరణముగ జీవితము సాగుట యోగమున ప్రథమ పాఠము. దీనియందు సిద్ధి కలుగని వారికి యోగము లేదు. ఇది నిశ్చయము.

భూమిజీవులు ఫలితముల కొరకే జీవించుచున్నారు. కావున వారి యోగసాధన అంతయు బూడిదలో పోసిన పన్నీరే యగు చున్నది. యోగమున ప్రవేశించు బుద్ధి కలవారు మొదట జీవితమును కర్తవ్యోన్ముఖముగ నడిపించవలెను. ఇది సాధ్య పడనిచో యోగమునందు జేరుట నిరర్థకము. ప్రస్తుతము ప్రజల మనస్సులయందు ఫలితములు సాధించుటే ఒక మహాయజ్ఞముగ సాగుచున్నది. విద్య, ఉద్యోగము, వ్యాపారము, రాజకీయము, ఆధ్యాత్మిక ప్రచారము, వైద్య విధానము అన్నిటియందు ఫలిత మాశించి పనిచేయుటయే యున్నది. కావున యోగము అదృశ్యమై యున్నది.

3

రహస్యము

స ఏవాయం మయా తేఽద్య యోగః ప్రోక్తః పురాతనః ।
భక్తోఽసి మే సఖా చేతి రహస్యం హ్యేత దుత్తమమ్ ॥ 3

పురాతనము, శ్రేష్ఠము, రహస్యము అగు ఈ యోగమును నీవు నా మిత్రుడవు, భక్తుడవు అగుటచే నీకిపుడు నాచే తెలుపబడినది. అని భగవంతుడు పలుకుటలో చాల విశేషము ఉన్నది.

శ్రీకృష్ణుడుగ తానిపుడు అర్జునునకు తెలుపుచున్నను నిష్కామ కర్మయోగము సృష్టి ఆరంభము నుండి యున్నదని తెలుపుచున్నాడు. తాను స్థాపించినదని తెలుపుట లేదు. అందులకే అతడు జగద్గురువు. సద్గురువు లెవరును తాము ఒక నూతన మార్గమును స్థాపించితిమని పలుకరు. పలుకువారు సద్గురువులు కారు. యోగము, జ్ఞానము పురాతనములు. తమకు తెలిసినపుడు తమకు నూతనమే కాని అది ఎప్పుడును సనాతనమే. తెలిసిన దానినే మరల మరల తెలియజెప్పుట నిజమగు యోగులు, జ్ఞానులు చేయుదురు. అంతకు ముందు లేనిది తామిపుడు తెలుపుచున్నా మని పలుకువారు జ్ఞానులు, యోగులు కాజాలరు.

మానవులకు మరపు సహజము. మరచిన వారికి గుర్తు చేయుట పెద్దల కర్తవ్యము. కొన్ని విషయములు గుర్తు చేసినచో గుర్తు యుండును. కాని జ్ఞానపరము, యోగపరమగు విషయములు ఎన్నిమార్లు గుర్తు చేసినను మరపు కలుగుచుండును. అందువలన ఈ యోగము రహస్యమై నిలచినది అని భగవానుడనుచున్నాడు. యోగము రహస్యముగ నుండుట ఎవరో స్వార్థముతో దానిని దాచిపెట్టుట వలన కాదు. జ్ఞానము కూడ నంతే. తెలిపినను మరపు వచ్చుట వలన అది నిజముగ రహస్యమై యున్నది. నిజమునకు గుర్తు కలిగి ప్రవర్తించినచో అంతకన్న ఉత్తమమైన జీవనము లేదు. అందుచే దైవము దీనిని ఉత్తమము, రహస్యము, సనాతనము అగు యోగమని పలికెను.

సన్నిహితుడవు, శ్రద్ధ కలవాడవు కనుక నీకు తెలుపుచున్నాను అని అనుటలో కూడ విశేషమున్నది. అర్జునుడు జన్మతః శ్రద్ధ కలవాడు. అతని శ్రద్ధ కారణముగనే దైవమగు శ్రీకృష్ణుని దర్శించిన వెంటనే సన్నిహితుడగుటకు ప్రయత్నించెను. శ్రద్ధ కలిగి దైవమునకు సన్నిహితు లగుటకు సంసిద్ధులగు వారికి మాత్రమే యోగ మందించవలెనని మరియొక సూచన. అనగా యోగము సంతర్పణము చేయరాదు అని హెచ్చరిక.

4

పరిణామము

బహూని మే వ్యతీతాని జన్మాని తవ చార్జున ।
తా న్యహం వేద సర్వాణి న త్వం వేత్థ పరంతప ॥ 5

సృష్టియందు జీవులకు పునర్జన్మ లుండునని, కొందరు వాటి నెరుగుదురని, కొందరెరుగరని ఒక సత్యమును భగవానుడు ప్రతిపాదించినాడు. తనకును, అర్జునునకు అనేక జన్మలు గడచిన వని, తా నన్నిటిని ఎరుగుదునని, అర్జును డెరుగడని తెలుపుటలో పై సత్య మున్నది.

జన్మలు గడచుచున్నను తా నెవరో తెలిసియున్నవారు యోగులు, ఋషులు, సిద్ధులు. తెలియనివారు అజ్ఞానులు. అజ్ఞానులు మృత్యువుతో సమస్తమును మరతురు. యోగులు మృత్యువును దాటుట తెలిసినవారు. కనుక వారికన్ని జన్మలును జ్ఞప్తి యందుండును. వీరినే చిరంజీవులని కూడ అందురు. మృత్యువును దాటుటకు అనంతుడైన ఆదిశేషువు యోగవిద్య నందించెను. భగవంతుని ఆదేశము కూడ అందరును యోగులు కావలెననియె.

కలియుగమున అజ్ఞానవశమై ఇతర మతము లేర్పడి, జీవునకు పునర్జన్మలు లేవని, ఒకే జన్మమని ప్రచారమున్నది. ఇది అజ్ఞానము. జీవుని స్వభావములో దైవీ ప్రకృతి ఏర్పడుటకు పరిణామ మార్గమొకటి కలదు. ఈ పరిణామ మార్గమున జీవులు పాశవిక ప్రవృత్తి నుండి మానవతా ప్రవృత్తిలోనికి పెరుగుదురు. అటుపైన దైవీ ప్రవృత్తిలోనికి పెరుగు సందర్భమున యోగవిద్యా ప్రవేశము కలుగును. యోగ విద్యయందు పరిపూర్ణత చెంది జీవుడు మృత్యువును దాటి అమరుడై భూమి మీద యుండును. అట్టి జీవుని భూసురు లందురు. అట్టివారు బ్రహ్మోపాసన చేయుచు బ్రహ్మమును పొందుదురు. అనగా బ్రహ్మమే వారి రూపమున వుండును. వీరినే బ్రహ్మర్షులందురు. వీరు జీవులకు తరణోపాయము చూపించుచు సద్గురు పరంపరగ నేర్పడి యున్నారు. వశిష్ఠ అగస్త్యు లట్టివారు.

శ్రీకృష్ణుడు అట్టి యోగీశ్వరుల గమ్యము. అతనికి సృష్ట్యాది నుండి జరుగుచున్న జీవుల కథ తెలిసియున్నది. అతడికి అర్జునుని యొక్క పూర్వజన్మలు తెలియుటలో ఆశ్చర్యము లేదు. సద్గురువు లకు కూడ జీవుల పూర్వజన్మల అవగాహన యుండును. వాని ననుసరించియే వారు జీవులకు హితము కలిగించు చుందురు. ఇది యొక సత్యము.

5

జీవాత్మ - పరమాత్మ

అజోఽపి సన్నవ్యయాత్మా భూతానా మీశ్వరోఽపి సన్ ।
ప్రకృతిం స్వా మధిష్ఠాయ సంభవా మ్యాత్మమాయయా॥ 6

ఈ శ్లోకమున శ్రీకృష్ణుడు తాను దైవమునని అర్జునునకు తెలుపుచున్నాడు. ముందు శ్లోకమున "నీకును, నాకును చాలా జన్మలు గడచినవని" తెలిపెను. అట్లగుచో జీవులవలె అతడును జనన మరణముల ననుభవించినాడా అను ప్రశ్న తలయెత్తును.

జీవులు ప్రకృతివశమై జన్మ ఎత్తుచుందురు. వారు జన్మ పరంపరల వశమై మృత్యువు ననుభవించుచు ముందుకు సాగుదురు. తా నట్టివాడు కాడని శ్రీకృష్ణుడు తెలుపుచున్నాడు. అతడు ప్రకృతివశమై జన్మ ఎత్తుట లేదని, తన నుండి వెలువడిన ప్రకృతి ఆధారముగ తన మాయాశక్తిచే తాను రూపమును ధరించు చున్నానని తెలుపుచున్నాడు. ప్రకృతి తన నుండి ఉద్భవించినది. తాను స్వచ్ఛందముగ అందు ప్రవేశించినను స్వతంత్రుడే. జీవు లట్టివారు కాదు. వారు ప్రకృతి గుణములకు లోబడి యుందురు.

వారిని ప్రకృతి వశపరచుకొని యుండును. తాను ప్రకృతిని వశ పరచుకొని జన్మించుచున్నాడు. దైవమునకు జీవునకు ఇదియే వ్యత్యాసము.

ఒకడు నదీ ప్రవాహమున స్వచ్ఛందముగ ప్రవేశించి ఈత కొట్టుచున్నాడు. మరియొకడు నదీ ప్రవాహమున కొట్టుకొని పోవు చున్నాడు. ఇద్దరును సమాన మెట్లగుదురు. ఇందు రెండవవాడు రక్షణ లేనివాడు. మొదటివాడు రక్షించ గలిగినవాడు. ప్రకృతి ప్రభావము తీవ్రమగు నదీ ప్రవాహమువలె నుండును. అది త్రిగుణముల అల్లిక. దానిలో నుండి పుట్టినవారు నిజముగ పుట్టినవారు. దైవము పుట్టనివాడు. ప్రకృతి గుణముల నుండి జన్మించినవారు, కాలము రూపమున వ్యయమగు చుందురు. దైవమట్లు వ్యయము కాడు. జీవులకు తమపై ఈశ్వరత్వ ముండదు. దైవమునకు తనయందే కాక, సర్వజీవుల ప్రకృతి యందు ఈశ్వరత్వము కలదు. జీవాత్మ, పరమాత్మలకు గల వ్యత్యాస మీ శ్లోకమున తెలియును.

శ్రీకృష్ణుడు పుట్టలేదు. దేవకీదేవి ప్రసవించిన శిశువుపై తన నాపాదించుకొనెను. కాలము కారణముగ అతడు వ్యయమై వృద్ధుడు కాలేదు. ఎప్పుడునూ పదహారు సంవత్సరముల యువకుని వలెనే గోచరించెను. అతని జీవితమున ఎన్నో ఘట్టములు జీవులపై తనకు గల ఈశ్వరత్వమును ప్రకటించినది.

6

వాగ్దానము

యదా యదా హి ధర్మస్య గ్లాని ర్భవతి భారత ।
అభ్యుత్థాన మధర్మస్య తదాత్మానం సృజా మ్యహమ్ ॥ 7

ఎప్పుడెప్పుడు ధర్మము క్షీణించి అధర్మము వృద్ధి యగు చుండునో, అపుడు నన్ను నేనే సృష్టించుకొందునని భగవంతుడు తెలిపినాడు.

ఇది భగవంతుని వాగ్దానము. సృష్టితోపాటు సృష్టిధర్మమును కూడ దైవ మేర్పరచినాడు. ధర్మమునకు గ్లాని కలిగినపుడెల్ల తా నవతరించి ధర్మమును చక్కబెట్టుదునని తెలిపినాడు. ధర్మమే సృష్టికి ఆధారము.

ద్వంద్వములు కూడ సృష్టిధర్మమే. ద్వంద్వములు లేనిదే సృష్టిలేదు. వెలుగు లోకములు కలవు. చీకటి లోకములు కూడ కలవు. సురలు గలరు. అసురులు కూడ గలరు. జ్ఞానము కలదు. అజ్ఞానముకూడ కలదు. ఇట్లెన్నియో ద్వంద్వములు సృష్టిని సమతూకముగ నుంచును. ఇవి అన్నియు సృష్టి ధర్మములే.

ఇందొకటి నిర్మూలించినచో రెండవది కూడ నిర్మూలింపబడును. కావున దైవము దిగివచ్చినప్పుడు, అధర్మమును పరిపూర్ణముగ నిర్మూలించుట ఎప్పుడును జరుగదు. ధర్మాధర్మములు సృష్టి తక్కెడల వంటివి. తూకమునకు రెండు తక్కెడలును అవసరమే. దైవము హెచ్చుతగ్గులనే సరిచేయును తప్ప అధర్మమును పరి పూర్ణముగ సృష్టినుండి తొలగజేయునని తలచరాదు. శ్రీరాముడు, శ్రీకృష్ణుడు వంటి రూపములలో దైవము దిగివచ్చినప్పుడు ధర్మగ్లానిని సరిదిద్దిరే గాని అధర్మమును సంపూర్ణముగ తొలగింపలేదు. అసురులు, అజ్ఞానము ఎప్పుడూ యుండనే యున్నవి. వాటి స్థానము వాటికున్నది. ఇది సృష్టి ధర్మము. ఎవరి ధర్మమును వారు పాటించుట దైవమునకు ముఖ్యము. అతిక్ర మించినపుడు వానిని సరిజేయును.

కాలమునకు ధర్మమున్నది. కృతయుగమున కేవలము ధర్మమే యుండును. అపుడు సృష్టి అంతయు వెలుగు లోకముల తోనే నిండియున్నది. త్రేత, ద్వాపర, కలియుగములలో ఒక్కొక్క పాదము (25%) ధర్మము నశించుట జరుగును. కలియందు ఒక పాదమే ధర్మముండును. మూడు పాదములు అధర్మమే యుండును. అంతకు మించి అధర్మము పెరిగినచో దైవము అవతరించగలడు. దైవము అవతరించనిచో, కాలరీతిని బట్టి అధర్మము మితిమీర లేదని తెలియవలెను.

దైవము యొక్క అవతారములు దిగివచ్చినను, మహా పురుషులు దేహధారులై యున్నను, అధర్మ మెందులకున్నది అని

ప్రశ్నించువారు, సందేహపడువారు పై సత్యమును తెలియవలెను. కాలమును బట్టి ధర్మ ముండును. జనప్రవంతి కాలము ననుస రించి యుండును. అందువలన ధర్మము ననుసరించు వారు అధర్మమును దూషింపక, ఒద్దికగ జీవించినచో అధర్మము స్పృశించదు. ధర్మ మనుసరించువారికొరకై మరియొక శ్లోకము చెప్పబడినది.

7

రక్షణ

పరిత్రాణాయ సాధూనాం వినాశాయ చ దుష్కృతామ్ ।
ధర్మ సంస్థాపనార్థాయ సంభవామి యుగే యుగే ॥ 8

"సాధుజనులను పరిరక్షించుటకు, దుష్కృత్యములు చేయువారిని నిర్మూలించుటకు, ధర్మ సంస్థాపనము చేయుటకు ప్రతి యుగమునందు నే నవతరించు చున్నాను" అని భగవానుడు పలికెను.

సాధుజనులనగా సన్మార్గమున నడచు వినయవంతులు. వీరియందు అహింస, ఋజు ప్రవర్తనము, దొంగబుద్ధి లేకుండుట, కాని వాని కాశపడకుండుట, శుచి, శౌచము, సంతోషము, జ్ఞానాసక్తి, ఈశ్వరునికి సమర్పణ చెంది జీవించుట సహజముగ నుండును. అట్టివారు సాధువులు. వారిని భగవంతుడు పరిరక్షించును. పరి అను పదము కారణముగ సర్వకాలముల యందు అని అర్థము. ఇట్టి వారిని అధర్మము హింసించ లేదు. దండకవనమున గల ఋషులలో అగస్త్యాది ఋషులను అధర్మము తాకలేదు. ఇతర తపస్వి జనులను, మునులను తాకినది. ఇందలి

రహస్యమును తెలియవలెను. అగస్త్యాది ఋషులకు పరిరక్షణ మున్నది. ఇతరులకు రక్షణము కలుగుచు, కలుగక యుండును. కారణము వారి యందలి సత్వగుణము యొక్క స్థితి. సత్వ గుణము కూడ త్రిగుణములలో నొకటియే. కావున ఆసురీ తత్వమగు రజస్తమస్సులు తాకును. ముముక్షుజనులు సత్వాతీత మగు నిత్య సత్వమందుందురు. అట్టి వారిని రజస్సు, తమస్సులు స్పృశించలేవు. భగవంతుడు పరిరక్షణ చేయును. ఇందు తెలుప బడిన పరిరక్షణ ఎల్లప్పుడు నుండును. ధర్మాధర్మముల పాళ్ళు తప్పినపుడు దానికి కారణమగు దుర్మార్గులను శిక్షించి, సత్వ గుణులను కాపాడును.

అవతరించుటకు కాలధర్మము నిష్పత్తి చెందుటయే కారణము. అపుడు జరుగునవి మూడు కార్యములు. దుష్టశిక్షణ, శిష్టరక్షణ, ధర్మ సంస్థాపనము. అవతరించనపుడు కూడ సాధు జనులకు రక్షణ యున్నది. అపుడు దైవము తాత్కాలికముగ జీవులలో ప్రవేశించి, శిష్టరక్షణ చేసి అంతర్ధాన మగుచుండును.

ఉదాహరణకు సత్పురుషుడొకడు, కర్మవశాత్తు అపాయము నకు గురియై మార్గ మధ్యమున స్పృహతప్పి పడియున్నప్పుడు ఆ మార్గమున బోవు జీవులలో ధర్మము ప్రవేశించి, వానిని గొని పోయి సురక్షితముగ ఒక వైద్యాలయములో ప్రవేశింప జేయుదురు. అట్లే దొంగ యొకడు సత్పురుషుని ధనము దొంగి లించుకొని పారిపోవు చున్నప్పుడు పలువురి రూపమున దైవమే దొంగను పట్టి, దండించి, ధనమును సత్పురుషున కిచ్చును. సృష్టి

అంతయు వాసుదేవరూపమే గనుక వాసుదేవుడెప్పుడును ఇట్లు జీవులను రక్షించుచునే యుండును. ఇట్టి రక్షణ కవతార మక్కర లేదు. పై తెలిపిన అపాయములు దుష్టులకు జరిగినచో అట్టి సహాయము లభించదు.

పై కారణముగ సత్ప్రవర్తన కలిగియున్న వారికి రక్షణ ఎప్పుడును కలుగును. అవతారము మాత్రము ధర్మగ్లాని కారణముగనే దిగివచ్చునని తెలియవలెను.

8

తత్త్వజ్ఞులు

జన్మ కర్మ చ మే దివ్య మేవం యో వేత్తి తత్త్వతః ।
త్యక్త్వా దేహం పునర్జన్మ నైతి మామేతి సోఽర్జున ॥ 9

"ఏ మానవుడు నా దివ్యమైన జన్మమును, కర్మమును యథార్థముగ తెలుసుకొనుచున్నాడో, అతడు దేహాంతరమున జన్మము నొందక నన్నే పొందుచున్నాడు" అని భగవానుడు అర్జును నకు తెలుపుచున్నాడు.

ఈ శ్లోకమున భగవంతుడొక రహస్యమును తెలుపు చున్నాడు. అది ఏమనగా "తనను తెలిసినవాడు తానే యగు చున్నాడు. బ్రహ్మమును తెలిసినవాడు బ్రహ్మమే యగుచున్నాడు" అని ఉపనిషత్ సారాంశము. ఇచ్చట తెలియుట యనగా సిద్ధాంత పరముగ తెలియుట కాదు. స్వానుభవమున తెలియుట. అట్లు తెలిసినవారు తత్త్వజ్ఞులు. తత్త్వమనగా తత్ + త్వం. అనగా అది నీవే. వేదములలో దైవము పేరు 'తత్'. దైవమే నీవు అనునది జ్ఞానసారము. తత్వజ్ఞుడనగా దైవమే తానుగ నున్నాడని అనుభవ

పూర్వకముగ తెలిసినవాడు. "వేత్తి తత్త్వతః" అని ఈ శ్లోకమున తెలియబడినది. అనగా తత్త్వజ్ఞులకు 'తాను' తెలియునని అర్థము.

జీవులు తత్త్వజ్ఞు లెట్లగుదురు? భగవంతునియొక్క అవతారములను, అతడు చేసిన దివ్యమైన కర్మలను యథార్థముగ తెలుసుకొనినచో జీవుడు తత్త్వజ్ఞుడు కాగలడు. ఈ రహస్యము భాగవతమున ఈయబడినది. దైవముయొక్క జన్మ దివ్యము. అనగా అప్రాకృతము. కర్మమును దివ్యమే. అనగా లోకహితార్థము. వీని యందు మనస్సు రతిగొన్నచో భ్రమర కీటక న్యాయమున, జీవుడు కూడ లోకహితార్థము జీవించు టారంభించును. అట్లు జీవించుట పరిపూర్ణమగుసరికి అతని స్వభావము దివ్యమగును. పాంచభౌతిక ప్రకృతి అతనిని బంధించదు. తత్కారణముగ దేహ బంధముండదు. దేహబంధము లేనివారికి మరణము లేదు. కావున జన్మము కూడ లేదు.

తత్త్వజ్ఞునకు దేహము గృహము వంటిది. దేహమున ప్రవేశించుట, మరల నిష్క్రమించుట బంధము కాదు. అజ్ఞానికి అది కారాగృహము. బంధింపబడుట, తాత్కాలికముగ విడుదల కలుగుట, మరల బంధింపబడుట అతనికి స్వభావ వశమున కలుగును. దైవీస్వభావ మేర్పడుచుండగ ప్రకృతి స్వభావము సడలు చుండును. అట్టి తత్త్వజ్ఞులుకూడ క్రమశః అప్రాకృత శరీరమును పొందుదురు. దానినే దివ్యశరీర మందురు. మైత్రేయాది మహర్షు లట్టివారు. వారికి జనన మరణములు లేవు. దైవమే వారియందు నిండియుండుట వలన వారి రూపమున దైవమే యుండును. కావున వారు తత్త్వజ్ఞులు.

ఇట్లు దైవస్మరణము అనన్యము కాగా, వారు దైవ స్వరూపులై యున్నారు. కావున దైవముయొక్క దివ్యమగు జన్మ కర్మలయందు మనస్సు లగ్నము చేసినవారు క్రమముగ దైవమే యగుదురని, వారికి ప్రాకృత దేహబంధ ముండదని, భగవానుడు అర్జునునకు ఉపాయమును తెలుపుచున్నాడు.

9

దైవ భావము

వీతరాగభయక్రోధా మన్మయా మా ముపాశ్రితాః ।
బహవో జ్ఞానతపసా పూతా మద్భావ మాగతాః ॥ 10

ఈ శ్లోకము, ముందు శ్లోకముయొక్క కొనసాగింపు. ఇందున "నా మయమైన మనస్సు కలవారు", "నన్నే ఆశ్రయించిన వారు". ముఖ్యముగ గమనింపవలెను.

నా మయమైన మనస్సు కలవారు, నన్నే ఆశ్రయించిన వారు. మమకారము, భయము, కోపము విడచినవారై, పవిత్రులై, నన్ను తెలియు చింతన గలవారై, నా భావమును పొందుచున్నారు. అట్టివారెందరో కలరు అని భగవంతుడు తెలుపుచున్నాడు.

దైవమును చేరుటకు వలసిన నియమముల నిచ్చట దైవమే సూచించు చున్నాడు.

1. మనస్సు తన మయమగుట అనగా అన్ని సన్నివేశములను దైవముగ చూచుట. పరిసరముల యందలి రూపములు, వారి ప్రవర్తనలు దైవముగ చూచుట. శుభాశుభ

విషయములయందు దైవమునే చూచుట. సమస్తము దైవమే అని మనస్సున దృఢపడుట.

2. అన్ని విషయములయందు దైవమునే ఆశ్రయించుట, ఇతరములను ఆశ్రయించకుండుట.

3. పై రెండు నియమములను పాటించువారి నుండి మమకారము, భయము, కోపము అను మలినములు నిష్క్రమించును. కామ క్రోధాదులు, భయభ్రాంతులు విసర్జించుటకు వీలులేనివి. కేవలము దైవచింతన మాత్రమే వానిని పారద్రోలగలదు. దీపము వెలిగించుకొన్నచో, చీకటి అదృశ్య మగును. మరియొక మార్గము లేదు. అట్లే మొదటి రెండు నియమములు చక్కగ పాటించువారిని అరిషడ్వర్గములు వదలును గాని, వదిలించుకొను ప్రయత్నమున వదలవు. కావున మూడవ అంశము సిద్ధించినదే కాని ప్రయత్నించినది కాదు.

4. పై మూడు నియమములు సిద్ధించగ జీవుడు పవిత్రుడగును.

5. అట్లు పవిత్రుడైన జీవుడు దైవము తానుగ నున్నాడని ధ్యానము చేయుట వలన దైవరూపమున నిలచును. దైవభావమున పరిపూర్ణముగ నిలచును.

పై సోపానములన్నియు ఓర్పుగ నిర్వర్తింపబడవలెనే గాని, మరియొక మార్గము లేదు. ఇట్లు తనను పొందినవా రెందరో కలరని దైవము తెలుపుచున్నాడు.

10

ఆనందము

యే యథా మాం ప్రపద్యంతే తాం స్తథైవ భజామ్యహమ్।
మమ వర్త్మానువర్తంతే మనుష్యాః పార్థ సర్వశః । 11

"ఎవరెవ రేవిధముగ నన్ను ఆశ్రయించు చున్నారో వారిని ఆ యా విధములుగనే నేను ఎల్లప్పుడు అనుగ్రహించుచున్నాను. మానవులందరు సర్వ విధముల నా మార్గమునే అనుసరించు చున్నారు" అని భగవానుడు పలికెను. ఇది ఒక శాశ్వత సత్యము.

దైవము ఆనంద స్వరూపుడు. జీవులు ఆనందము కొరకే రకరకముల కార్యముల నాచరించు చున్నారు. రకరకముల అన్వేషణలను సాగించు చున్నారు. శాశ్వత ఆనందము లభ్యమగు వరకు జీవుని అన్వేషణ సాగుచునే యుండును. ఇన్ని రకముల అన్వేషణలును దైవమును జేరు మార్గములే. కారణము జీవుని యందు గల ఆనందాన్వేషణ. శాశ్వతానందము దైవము. శాశ్వతా నందము కలుగనంతవరకు జీవుడు అన్వేషణ సాగించుచునే యుండును. జీవు డనగా ఆనందము కొరకు నన్వేషించువాడని ఒక నిర్వచనము.

ఈ ఆనందము ప్రాథమిక దశలో అజ్ఞానపూరితముగను, అశాశ్వతముగను నుండును. కొందరికి అన్నము తిన్నచో ఆనందము. కొందరికి నిద్రించినచో ఆనందము. కొందరికి తీరుబడిగ కూర్చుని వ్యర్థభాషణము చేయుట ఆనందము. కొందరికి తిరుగుట ఆనందము. కొందరికి పుణ్యక్షేత్ర దర్శన మానందము. కొందరికి ధనార్జన మానందము. ఇట్లనేకానేక ఆనందములు జీవుడు పొందు టకు ప్రయత్నించును. ఇట్లే పదవి, కీర్తి, స్త్రీ పురుష వ్యామోహము ఆనందములుగ కొందరికి గోచరించును. జీవుడు దీని ననుసరించి అందలి ఆనందము అనుభవించి అది తాత్కాలికమని తెలుసుకొనును. ఒక ఆనందము తాత్కాలికమని తెలిసిన వెంటనే అంతకన్న మిక్కుట మగు ఆనందమునకు ప్రయత్నించును.

ఇట్లు ఆనందానుభూతికే సర్వవిధముల మానవులు కోటానుకోట్ల మార్గముల ప్రయత్నించును. అందు శాశ్వతత్త్వము లేకపోగా బంధనములు, రోగములు ఏర్పడుట గమనించును. అపుడు దుష్ఫలితములు లేని ఆనందమునకే అన్వేషించును. చిట్టచివరికి దైవస్మరణ, యజ్ఞార్థ జీవనము, స్వాధ్యాయము శాశ్వతానంద మార్గములని తెలిసి అందు తనను నియమించు కొనును. ఇట్లు జీవులు సర్వవిధముల ప్రయత్నించి చివరకు తననే అనుసరించి చేరుతున్నారను సత్యమును దైవము తెలిపెను.

11

దేవతారాధన

కాంక్షంతః కర్మణాం సిద్ధిం యజంత ఇహ దేవతాః ।
క్షిప్రం హి మానుషే లోకే సిద్ధి ర్భవతి కర్మజా ॥ 12

దేవతల రూపమున దైవమే వ్యాప్తి చెందియున్నాడు. ఒకే అంతర్యామి దైవమునుండి అనేకానేక దైవశక్తులు దేవతా ప్రజ్ఞలుగా వ్యక్తమై వివిధములగు కార్యములను సృష్టిలో నిర్వహించు చున్నవి. ఆయా దేవతలు, ఆయా లోకములలో లోకపాలురుగను, గురువులుగను, యితర శక్తులుగను వెలసి యున్నారు. ఇందరియందు అంతర్యామిగా తానై దైవమున్నాడు. ఇన్ని దేవతా ప్రజ్ఞలుగా జీవులకు సమీపముగా తా నున్నాడు.

కర్మఫల సిద్ధికొరకు దేవతలను ఆరాధించుట ఆర్య సంప్రదాయము. దేవతలను ఆరాధించుట అనగా వారి యను గ్రహము కోరి తదనుగుణమైన దీక్షను వహించుట, పూజించుట. దీక్షాయుత జీవనము జీవులను సంస్కారవంతులుగా తీర్చిదిద్ద గలదు. తదనుగుణమైన ఫలమునుగూడ నీయగలదు.

ఈ లోకమున శీఘ్రముగా ఫలసిద్ధి కలుగుటకు ఋషు లనేకానేక దేవతా ఆరాధనములను అందించి యున్నారు. శ్రీరాముడు, ధర్మరాజు, అర్జునుడు, లీలామానుష రూపుడగు శ్రీకృష్ణుడు కూడ ఆరాధనములు సలిపినట్లు మన గ్రంథములు తెలుపుచున్నవి. భగవద్గీతయందు దేవతారాధన సంప్రదాయ మున్నట్లు దైవము తెలుపుచున్నాడు. ముందు శ్లోకమున తన నెవరెవరు ఏ యే విధముగా ఆరాధించిన వారికి ఆ విధముగనే అనుగ్రహింతునని తెలిపిన పైనము ఈ శ్లోకమున దేవతలను ఆరాధించుటచే కర్మఫల సిద్ధి శీఘ్రముగ కలుగునని వివరించు టలో అందరియందు తననే దర్శించమని కూడ సూచన లభించు చున్నది. ఇట్లారాధించుటచే మనుష్యులు త్వరితగతిని మానవ లోకమున పురోగమించగలరని గీత బోధించుచున్నది. అగస్త్య మహర్షితో సహా సమస్త ఋషులును దేవతారాధనము ప్రతి నిత్యము గావించుచుందురని పురాణములు తెలుపుచున్నవి.

కావున బుద్ధిమంతులగువారు నిత్యదేవతార్చనము కావించు కొనుట శ్రేయోదాయకము. యోగము, ధ్యానము, తపస్సు చేయువారు కూడ దేవతార్చన సలిపినచో మార్గము సుగమ మగును. ప్రతికూలతలు, విఘ్నములు, అంతరాయములు నివారింపబడును.

12

స్వభావము

చాతుర్వర్ణ్యం మయా సృష్టం గుణకర్మ విభాగశః ।
తస్య కర్తార మపి మాం విద్ధ్యకర్తార మవ్యయమ్ ॥ 13

భగవద్గీతయందీ శ్లోకము అవగాహన చేసుకొనుట అత్యంత ప్రధానము. దైవము కర్మలను బట్టి గుణవిభజనము సృష్టి యందున్నదని, గుణములను బట్టి కర్మలు నిర్వర్తింపబడు చున్నవని, గుణములు ప్రకృతిచే నిర్వర్తింపబడుచున్నవని, ప్రకృతికి అతీతుడుగా కర్మలకు తాను కర్తను కాదని, ప్రకృతియందు అధీనుడుగా తాను కర్తనని కూడ తెలియజేయుచున్నాడు.

మానవులు కొన్ని పనులు చేయుటకు యిష్టపడుదురు. కొన్ని పనులకు యిష్టపడలేరు. కొన్ని సమర్థతలు కలిగియుందురు. కొన్ని సమర్థతలు పొందలేరు. అందరికిని ఒకే రకములైన భావము లుండవు. వారి వారి పరిణామమును బట్టి ఆయా భావములు తరచు కలుగుచుండును. ఇది మనము సులభముగ గుర్తించ వచ్చును. మనము చేయు పనులన్నిటికి మనకు కలుగు భావములే పునాది. మన భావములకు మన స్వభావము పునాది.

మన స్వభావమునకు మనయందలి గుణముల మిశ్రమము పునాది. మనలో తమోగుణము మిక్కుటముగ కలిగి, రజో గుణము స్వల్పముగ నున్నచో మన మనస్సు శరీర శ్రమకు ఎక్కువ యిష్టపడదు. అట్లే తమోగుణము, రజోగుణము సమానముగ కలిగి సత్త్వగుణము స్వల్పముగ నున్నచో, స్వభావమునందు వ్యాపారదృష్టి మిక్కుటముగ నుండును. రజోగుణము మిగిలిన రెండు గుణముల కన్న అధికముగ నున్నచో సహజమగు శౌర్యము, ధైర్యము, పాలనాశక్తికి సంబంధించిన స్వభావములు; సత్త్వ గుణము అధికమై మిగిలిన గుణములు స్వల్పముగ నున్నచో తపస్సు, స్వాధ్యాయము, విద్యాబోధనమునం దాసక్తి, శమ దమాదులు యుండును.

మన స్వభావములను మనము పరిశీలించి చూసు కున్నపుడు, స్థూలముగ పై నాలుగు తరగతులుగ మానవులు గోచరింతురు. ఈ చతుర్విధములైన స్వభావములను బట్టి, స్థూలముగ చతుర్విధములగు కార్యక్రమములు భూమిపై జరుగుచుండును. ప్రతి మానవునియందు కూడ ఈ నాలుగు విధములైన స్వభావములు ఒక అనుక్రమమున గోచరించును. ఆ క్రమమును బట్టే వర్ణము లేర్పడినవి. ఇవి గుణములచే నిర్వర్తింప బడుటచే గుణముల యందలి మిశ్రమమును సత్త్వము వైపునకు క్రమముగ మళ్ళించుట పరిణామమునకు దారితీయును. జీవుల పరిణామములోని వివిధ స్థితులను బట్టి వివిధములగు మిశ్రమములు ఉండును. మానవ సంఘమున మానవులు గుంపులు గుంపులుగ వారి వారి స్వభావమును బట్టి ఏర్పడు

చుందురు. వారి మధ్య సంబంధ బాంధవ్యముల నేర్పరుచు కొందురు. కాల క్రమమున అవి కులములై స్థిరపడినవి. కాని వర్ణముల విభాగము గుణమునుబట్టి యని తెలియవలెను. ఆయా కులములలో ఆయా స్వభావములు యుండుననుటలో సత్యము లేదు. ఆయా గుణములలో ఆయా స్వభావమున్నది యనుటలో సత్యమున్నది. కావున గుణమును బట్టి కులమని భగవద్గీత స్పష్టము చేయుచున్నది.

13

కర్తవ్యాచరణము

న మాం కర్మాణి లింపంతి న మే కర్మఫలే స్పృహా ।
ఇతి మాం యోఽభిజానాతి కర్మభి ర్న స బధ్యతే ॥ 14

"నాకు కర్మఫలమునం దపేక్ష లేదు. నన్ను కర్మలంటవు" అని నన్ను గూర్చి ఎవడు తెలుసుకొనునో అతడు కర్మములచే బంధింపబడడు. శ్రీకృష్ణుడు పలికిన ఈ వాక్యములో రెండు విధములగు అవగాహన గోచరించును. దైవము నిర్లిప్తుడని, కోరికల కతీతుడని, కావున అతడిచే నిర్వర్తింపబడుచున్న సృష్టి కర్మఫలము, అతనిని అంటదని ఒక అవగాహన.

దైవము పేరు 'నేను'. జీవుని పేరుకూడ 'నేను'యే. జీవుడు కూడ పై తెలిపిన వాక్యమును మరల మరల జ్ఞాపకము చేసుకొనవచ్చును. అది యేమనగా "నాకు కర్మఫలమునం దపేక్ష లేదు. నన్ను కర్మలంటవు." ఇది అనునిత్యము ధ్యానము చేయుచు కర్మలాచరించు వానిని కూడ కర్మలు బంధింపవు.

కోరిక యున్నచోట బంధముండును. కోరిక లేనిచోట బంధముండదు. కావున ఫలము కోరక, కర్తవ్య మాచరించుట కర్మబంధము నుండి బయల్పడుటకు మార్గము. ఇది గీత బోధించు ప్రధాన సూత్రము.

14

నిష్కామకర్మ

ఏవం జ్ఞాత్వా కృతం కర్మ పూర్వై రపి ముముక్షుభిః ।
కరు కర్మైవ తస్మాత్త్వం పూర్వైః పూర్వతరం కృతమ్ ॥15

ముముక్షత్వము పొందిన జీవులందరును పూర్వమాచరించిన సూత్రము "కర్మము నిర్వర్తించుట, కర్మఫలము నాశింపకుండుట." ఫలాసక్తి లేక కర్మము నాచరించుట వలన అనాది కాలము నుండి కొందరు జీవులు మోక్షమున స్థిరపడి యున్నారు. కావున నీవు కూడ "కర్మమునే చేయుము. ఫలముల నాశింపకుము" అని తెలుపుటలో దైవము నిష్కామ కర్మ యోగము అనాది కాలము నుండియు గలదని, తానిపుడు క్రొత్తగ తెలుపుట లేదని తెలియ చెప్పుచున్నాడు. నిజమునకు సద్గురువు తాను క్రొత్తగ నేదో చెప్పుచున్నట్లు భ్రమను కలిగింపడు. పూర్వీకు లనుసరించి, తరించిన మార్గమునే మరల మరల వివరించును. అందుచేత మోక్షాసక్తి గల అర్జునునకు, అనాదిగా మోక్ష స్థితి

యందు స్థిరపడిన జీవు లేమిచేసిరో కూడ తెలిపినాడు. నిజమునకు శ్రీకృష్ణు డాచరించినది, నిష్కామ కర్మమే. దాని నుపదేశించుటకు అతడే తగిన ఆచార్యుడు. కామము లేక కర్మము నిర్వర్తించుట అనునది ప్రారంభమున కష్టముగ గోచరించినను, ఆరంభించినచో క్రమముగ సుఖువు దొరుకగలదు.

15

బుద్ధిమంతుడు

కిం కర్మ కి మకర్మేతి కవయో౽ప్యత్ర మోహితాః ।
తత్తే కర్మ ప్రవక్ష్యామి యద్జ్ఞాత్వా మోక్ష్యసే ౽శుభాత్ ॥ 16

కర్మణో హ్యపి బోద్ధవ్యం బోద్ధవ్యం చ వికర్మణః ।
అకర్మణశ్చ బోద్ధవ్యం గహనా కర్మణో గతిః ॥ 17

కర్మ ణ్యకర్మ యః పశ్యే దకర్మణి చ కర్మ యః ।
స బుద్ధిమాన్ మనుష్యేషు స యుక్తః కృత్స్న కర్మకృత్ ॥ 18

కర్మ మెట్టిది? అకర్మ మెట్టిది? అను విషయమున పండితులు కూడ మోహము చెందుచున్నారు. అట్టి కర్మ రహస్యమును నేను నీకిపుడు తెలుపుచున్నాను. దీనిని తెలిసి నీవు బంధము నుండి విముక్తుడవు కాగలవు అని కూడ తెలిపినాడు. చేయుట, చేయకుండుట అను విషయము చాల లోతైనది. వాస్తవికముగ ఎవ్వరును కర్మ విషయమున స్పష్టముగ వివరించి తెలియజెప్పలేరు.

కర్మ స్వరూపమును వివరించుచు శ్రీకృష్ణ డిట్లను

చున్నాడు. ‘‘చేయుటలో, చేయకుండుట యున్నది. అదెట్లనిన, సంభాషించుచు నడచుచున్నపుడు, నడచినట్లు తెలియదు. సంభాషించుచు వాహనము నడుపునపుడు, వాహనము నడుపు చున్నా నన్న భావముండదు. ప్రయాణమున సంభాషణ జరుగు చున్నపుడు, ప్రయాణము సాగినట్లే తెలియదు. ఇట్లు చేయుటలో చేయకపోవుట యున్నది.

పై ఉదాహరణమునందు ఒక రహస్యము గోచరించు చున్నది. రసవత్తరమగు సంభాషణమున, నడక - ప్రయాణము జరుగుచున్నవిగాని, చేయుచున్నట్లనిపించవు. ఇచ్చట నడక - ప్రయాణము, పరధ్యానముగ జరుగుచున్నవి. అదే విధముగా పరమును (దైవమును) స్మరించుచూ పనులు జరిపినచో తాను దైవము నందుండుట, పనులు జరుగుట యుండును. భక్తులు మహత్కార్యము లన్నియు ఇట్లే నిర్వర్తించిరి. వారు దైవమున రుచిగొని యుండగ, పనులు జరిగినవి. ఇట్లు జరిగినపుడు కర్తృత్వ భావన కూడ యుండదు. అనగా తాను చేయుచున్నానను భావన యుండదు. అతడు దైవముతో యుక్తుడగుటచే, అతని నుండి కర్మలు జరిగినవి. *‘‘యుక్తః కర్మకృత్’’* అని పలుకుటలో, నా స్మరణమున నిలిచి కర్మ లాచరింపుము. అపుడు చేయుటలో చేయని స్థితి అనుభూతమగును.

అట్లే చేయకుండుటలో చేయుట యున్నది. ఏమీ చేయకుండ కూర్చున్న వానియందు కూడ మనసు ఆలోచన చేయుచునే యుండును. అట్లు చేయకపోవుటలో చేయుట యున్నది. ఆ చేయుట మానసికము. మునుల తపస్సు యిట్లే

సాగుచుండును. వారేమియు చేయుచున్నట్లు గోచరింపదు. కాని వారి తపశ్శక్తి లోకములను కూడ చలింపచేయ గలదు. ధ్యాన యోగులు చేయక చేయుదురు. కర్మయోగులు చేయుచు చేయరు. చేయక చేసిన జ్ఞానయోగులు ఇటీవలి కాలమున శ్రీ అరవింద యోగీంద్రులు, మాస్టర్ సి.వి.వి., రమణమహర్షి, రామకృష్ణ పరమహంస, షిరిడీ సాయిబాబా. చేయుచు చేయని వారు మదర్ (శ్రీమాత, పాండిచేరి), మాస్టర్ ఇ.కె., వివేకానంద స్వామి, శ్రీ సత్య సాయిబాబా.

పై రహస్యము తెలిసి యుద్ధము చేయుచు చేయనివాడుగ నీవుండుమని అర్జునునికి తెలిపెను. యుద్ధము చేయక చేయు వానిగ శ్రీకృష్ణుడు నిలచెను.

కర్మ యందుగాని, అకర్మ యందుగాని దైవము బోధించి నది యుక్త స్థితి, అనగా యోగస్థితి. దైవముతో స్మరణ మార్గమున యోజించి చేయుట ద్వారా, చేయకుండుట ద్వారా మోక్షస్థితి యందు నిలువవచ్చునని దైవము తెలిపిన రహస్యము. అట్లు చేయువాడు మనుష్యులలో బుద్ధిమంతుడు.

16

కర్తవ్యము

యస్య సర్వే సమారంభాః కామసంకల్పవర్జితాః ।
జ్ఞానాగ్ని దగ్ధకర్మాణం తమాహుః పండితం బుధాః ॥ 19

కర్మ నిర్వహణమునందు వ్యక్తిగతమైన సంకల్పము, కోరిక యుండుట సామాన్యము. తననుండి ఆరంభము కాకయే తన వరకు కొన్ని కర్తవ్య కర్మలు వచ్చుచుండును. అవికాక తనవైన కోరికలు కొన్ని యుండును. పండితుడు అనగా తెలిసిన వాడని యర్థము. తెలిసినవాడు అనగా జ్ఞాని. అతనికి కోరికలుండవు. వ్యక్తిగతములైన సంకల్పము లుండవు. రెండునూ లేక ఆచరణయే యుండును. ఇట్టివారినే పెద్దలు పండితులుగా గుర్తింతురు.

రజోగుణ ప్రేరితునకు, తమోగుణ ప్రేరితునకు కోరికలు మెండుగ నుండును. తదనుగుణముగ సంకల్పములు వచ్చు చుండును. సత్వగుణమున నిలచిన వానికే సంకల్పములు యుండవు, కోరికలు యుండవు. కర్తవ్యములు మాత్రమే యుండును. కర్తవ్యము మాత్రమే నిర్వర్తించువానికి, కర్మ దగ్ధమగు

చుండును. కోరిక లున్నచోట ఫలాసక్తి యుండును. కర్మ ఫలానుభూతి మరల కర్మను కలిగించును. అవి సంకల్ప రూపమున జీవుని ప్రేరేపించును. సంకల్ప ప్రేరితుడై ఫలాసక్తితో మరల జీవుడు పనిచేయును. ఇట్లు కోరికనుండి ఫలాసక్తి కారణముగా కర్మ పుట్టును. కర్మ కారణముగా కర్మఫలము కలుగును. కర్మఫలము నుండి నూతన సంకల్పము పుట్టును. జీవిత మంతయు "ఇది కావలెను, యిది వద్దు" అనుకొనుచు ఎడతెరపి లేక జీవించుట యుండును. అపుడు కర్మయందు చిక్కుపడును.

కర్మమంటక, అందు చిక్కుపడక, కర్మను నిర్వర్తించుటకు ఉపాయమే ఈ శ్లోకమున తెలుపబడినది. ఈ సుళువు తెలియుటకే శ్రీరాముని జీవితము, శ్రీకృష్ణుని జీవితము పఠించి, అవగాహన చేసుకొనవలెను. అందులకే రామాయణ, భారత, భాగవతములు. ఉదాహరణకు శ్రీరాముని జీవితమును పరిశీలింపుడు. అతడు తన కోరిక కారణముగ పుట్టలేదు. దశరథుని ప్రార్థనకు ప్రతిస్పందించి, జన్మించినాడు. వశిష్ఠునివద్ద తండ్రి ఆజ్ఞగ విద్య నేర్చినాడు. విశ్వామిత్రునితో తండ్రి ఆజ్ఞగనే చనినాడు. తాటక సంహారము విశ్వామిత్రుని యాజ్ఞ. మిథిలానగర ప్రవేశము కూడ మహర్షి ఆదేశమే. విల్లు నెక్కుపెట్టుట మహర్షి ఆదేశము. సీతా పరిణయము జనకుని ప్రార్థన. పట్టాభిషేకము తండ్రి సంకల్పము. వనవాసము ప్రత్యక్షముగా సవతి తల్లి ఆజ్ఞ. పరోక్షముగా తండ్రిమాట. దండకవన ప్రవేశము ఋషుల కోరిక. ఖరదూషణ

సంహారము రాక్షసుల ప్రేరణ. సుగ్రీవుని స్నేహము కబంధుని సూచన. రాక్షస సంహారము ఋషుల సూచన. సీతా లక్ష్మణులను రక్షించుకొనుట కర్తవ్యము. భరతుని అనుగ్రహించుట కర్తవ్యము. పట్టాభిషేకము భరతుని కోరిక. ఇట్లు జీవితమంతయు కర్తవ్యపరముగనే సాగినదిగాని వ్యక్తిగతమగు కోరిక ఒక్కటియునూ లేదు. బంగారు లేడిని గూడ సీత కోరినదేగాని, తనది కాదు.

జ్ఞానులెట్లు నడువవలెనో రాముని జీవితము సూటిగ తెలియజెప్పును. అట్టివారికి ఉన్న కర్మ దగ్ధమగును. కొత్త కర్మ పుట్టదు. దీనికి వలసిన సూత్రము కర్తవ్యాచరణము. అందు వ్యక్తిగతమగు కోరిక, సంకల్పము లేకుండుట. ఇట్లు జీవించుట అసామాన్యము. అట్లు జీవించి, యితరులకు మార్గదర్శకులై నిలచువారు ఆచార్యులు లేక సద్గురువులు లేక జ్ఞానులు. వారు జ్ఞానాగ్ని దగ్ధ కర్ములు.

17

నిత్య తృప్తి

త్యక్త్వా కర్మఫలాసంగం నిత్యతృప్తో నిరాశ్రయః ।
కర్మ ణ్యభిప్రవృత్తోఽపి నైవ కించి త్కరోతి సః ॥ 20

కర్మలయందు ప్రవర్తించుచు, అవి చేయని వానివలె నుండు రహస్యము దైవ మీ శ్లోకమున బోధించుచున్నాడు.

కోరిక కర్మఫలాసక్తిని కలిగించును. దానివలన మరల సంకల్పములు పుట్టును. ఈ చక్రమునుండి బయట పడుటకు ముందు శ్లోకమున కర్తవ్యకర్మ ఎట్లు నిర్వర్తించుకొనవలెనో చెప్ప బడినది. ఈ శ్లోకమున తృప్తియను మరియొక గుణమును ఉపాసించ వలసినదిగా దైవము తెలుపుచున్నాడు.

తృప్తి యున్నచోట ఎవరిని, దేనిని ఆశించుట యుండదు. కర్తవ్యము మేర జీవించుట యుండును. దేనిని ఆశించనపుడు, ఎవరినీ ఆశ్రయింప పనిలేదు. తృప్తి కారణముగా ఆశించుట యుండదు. దాని కారణముగా ఆశ్రయించుట యుండును. కేవలము తృప్తితో నిర్వర్తించు కర్తవ్యమే తృప్తి నిచ్చును. ఇట్టివాడు

చేయు పనివలన కలుగు ఫలములయందు కూడ సంగము విడచినచో చేయకముందెట్లుండెనో, చేయుచున్నప్పుడు కూడ అట్లే యుండును. అట్టి వానిని కర్మఫలములు అంటవు. ఆగామి కర్మలు పుట్టవు. సంచిత, ప్రారబ్ధములు క్రమముగా నశించును. ఇందు మూడంశములు ముఖ్యము.

1. నిత్యతృప్తి, 2. నిరాశ్రయత, 3. కర్మఫల సంగత్యాగము.

18

అమలిన కర్మ

నిరాశీ ర్యతచిత్తాత్మా త్యక్త సర్వపరిగ్రహః ।
శారీరం కేవలం కర్మ కుర్వ న్నాప్నోతి కిల్బిషమ్ ॥ 21

ఆశ లేనివాడును, చిత్త నిర్వహణము కలవాడును, ఏ వస్తువును పరిగ్రహింపనివాడును చేయు కర్మనుండి ఎట్టి పాపము (మలినము) పుట్టదు అని యర్థము.

19వ శ్లోకమున సంకల్పము, కోరిక లేకుండుటను గూర్చి దైవము తెలిపినాడు. 20వ శ్లోకమున నిత్యతృప్తి, నిరాశ్రయత, కర్మఫలసంగ త్యాగము తెలిపినాడు. ఈ శ్లోకమున ఆశ లేకుండుట, అపరిగ్రహము, చిత్త నిగ్రహము తెలిపినాడు.

ఆశ లేనివానికి చిత్తము పలువిధముల పరుగులెత్తదు. ఆశ, కోరిక లేక తృప్తిగ జీవించువానికి, చిత్తము స్థిరపడి సంకల్పములు లేని స్థితి కూడ కలుగును. దీనికి అపరిగ్రహము తోడైనచో చిత్తము లోతుగ స్థిరపడును. ఈ శ్లోకము చేరుసరికి చిత్తమునకు ఏడు గుణము లబ్బును. అవి ఈ విధముగ నున్నవి.

1. కోరికలేమి, 2. నిస్సంకల్పము, 3. కర్మఫల సంగ త్యాగము, 4. నిత్యతృప్తి, 5. నిరాశ్రయత, 6. నిరాశ, 7. అపరిగ్రహము. ఈ ఏడు గుణము లబ్బినచో నిగ్రహింపబడిన చిత్తము గలవాడై యుండును. అట్టివాడు నిర్వర్తించు కర్మల నుండి బంధనము పుట్టదు.

19

ద్వంద్వాతీత స్థితి

యదృచ్ఛాలాభ సంతుష్టో ద్వంద్వాతీతో విమత్సరః ।
సమః సిద్ధావసిద్ధౌ చ కృత్వాపి న నిబధ్యతే ॥ 22

యాదృచ్ఛికముగా లభించుదానికి సంతృప్తి చెందువాడు, మత్సరము లేనివాడు, సమబుద్ధి కలవాడు, ద్వంద్వములకు అతీతుడు నిర్వర్తించు కర్మలు అతనిని బంధింపవు.

ముందు తెలిపిన ఎనిమిది గుణములకును మరి నాలుగు గుణములను దైవము కర్మలంటని మార్గమున పేర్కొనుచున్నాడు. పై తెలిపిన నాలుగు గుణములను గూర్చి ప్రత్యేకించి వివరింప పనిలేదు. ఒక సోపాన క్రమమున దైవము కర్మమును గూర్చిన జ్ఞానము వివరించుచున్నాడు. కర్మము నిర్వర్తించుచున్ననూ, బంధనమున పడకుండుటకు అనుసరించవలసిన సూత్రములను వివరించుచున్నాడు. ఈ శ్లోకముతో ఆ సూత్రములు పండ్రెండుగా తెలియును.

అవి 1. కోరికలేమి, 2. నిస్సంకల్పము, 3. కర్మఫల సంగత్యాగము, 4. నిత్యతృప్తి, 5. నిరాశ్రయత, 6. నిరాశ, 7. అపరిగ్రహము, 8. యతచిత్తము, 9. దొరికిన దానితో సంతోషము, 10. మాత్సర్యము లేకుండుట, 11. సమబుద్ధి, 12. ద్వంద్వాతీత స్థితి.

20

శ్రీ భగవానువాచ

గతసంగస్య ముక్తస్య జ్ఞానావస్థిత చేతసః ।
యజ్ఞా యాచరతః కర్మ సమగ్రం ప్రవిలీయతే ॥ 23

కర్మమును గూర్చిన 12 సూత్రములను అనుసరించుచూ యజ్ఞార్థముగ కర్మలు నిర్వర్తించు జ్ఞాని సంగము, బంధము లేక యుండును. అతని కర్మ మెప్పటికప్పుడు విలీనమైపోవు చుండును.

చేయుచున్న కర్మలనుండి మరల కర్మబంధములు పుట్ట కుండుట, చేయుట యందలి జ్ఞానముగ గుర్తించవలెను. చేయు చున్న కర్మనుండి పుట్టిన ఫలితమునందు సంగము లేకుండుట వలన బంధముండదు. సంగమున్నచోట బంధ ముండును. కర్మఫల సంగము బంధముగాని, కర్మ సంగము బంధము కాదని తెలియవలెను. శ్రీకృష్ణుడు తన జీవితమున ముందు తెలిపిన 12 కర్మ సూత్రములను పాటించి చూపిన యోగి. సర్వమూ తానై ఏమియు నంటని యోగేశ్వరు డతడు. అతడు జీవితమున తానుగా ఏదియు సంకల్పించలేదు. ఏదియును కోరలేదు, ఎవ్వరినీ ఆశ్రయించలేదు. కర్మఫలాసక్తి చూపలేదు. నిత్యతృప్తుడై

జీవించెను. ఆశ, పరిగ్రహము అనునవి కానరావు. యతచిత్తుడై ఎప్పుడునూ కర్మల నాచరించెను. నిత్యతృప్తుడై లభించినదానికి సంతసించెను. సర్వబుద్ధియై ద్వంద్వముల కతీతముగ జీవించెను. అత డంతరమున మత్సరములేదు. మహాభారత యుద్ధమంతయు అతని చేతుల మీదుగా నడచినది. సర్వము తననుండి నిర్వహింప బడి తనకేమియు నంటక నిలచిన మహాయోగి. భారత యుద్ధ మందు కర్మలంటని మరియొక యోధుడు లేడు. భీష్మ ద్రోణాదులు సహితము కర్మబద్ధులే. పాండవులునూ కర్మబద్ధులే. శ్రీకృష్ణు డొక్కడే అందరిని అధిగమించి, ఏ కర్మమూ అంటక నిలచిన విశిష్ట పురుషుడు. అతని జీవితమే మరల మరల జ్ఞానయోగ సూత్రములకు మూలమని తెలియవలెను. కనుకనే అతడు "నాకు కర్మ ఫలమునం దపేక్ష లేదు. నన్ను కర్మలంటవు" అని తెలిపినాడు.

21

బ్రహ్మ యజ్ఞము

బ్రహ్మార్పణం బ్రహ్మహవి ర్బ్రహ్మాగ్నౌ బ్రహ్మణా హుతమ్।
బ్రహ్మైవ తేన గంతవ్యం బ్రహ్మకర్మ సమాధినా ॥ 24

సమస్తమును బ్రహ్మమే అని తెలుపు శ్లోకము ఇది. ప్రతినిత్యము పఠింపవలసిన శ్లోకము. నిర్వర్తించు సర్వమును బ్రహ్మమున కర్పణము చేయుము అని యీ శ్లోక నిర్దేశము. నిర్వర్తించుటకు వినియోగించు సర్వ శక్తులు, వనరులు, శరీరము, మేధస్సు, ధనము అంతయూ బ్రహ్మమే. వానినట్లు వినియోగించుట దినచర్యయందలి హోమము. కార్యమునందు సమర్పింపబడిన వన్నియు (అనగా వనరులు, శక్తులు మొదలగునవి) హోమ ద్రవ్యములు. సమర్పణము కర్తవ్య నిర్వహణమున గనుక అది బ్రహ్మాగ్ని. నిర్వర్తించు యజమాని బ్రహ్మ. ఎవరి కొరకు నిర్వర్తించుచున్నాడో వారునూ బ్రహ్మమే. చేయువాడు, చేయబడు పని, అందు వినియోగింపబడినవి, దాని నుండి ఫలము పొందినవారు, అంతయూ బ్రహ్మమే. బ్రహ్మమే యిన్ని రూపములుగా ఏర్పడి,

యిన్ని రకములుగా నిర్వర్తించు కొనుచున్నాడు. మొదలున్నది బ్రహ్మమే. సంకల్పము బ్రహ్మమే. కర్మనిర్వహణము బ్రహ్మమే. అది బ్రహ్మమునకే సమర్పణము. చివరకు మిగులునది బ్రహ్మము. ఇది ఒక బ్రహ్మ ఉపాసనా మార్గము. ఇట్లు భావించుచూ జీవించుటయే ఈ ఉపాసన. ఇట్టివారు సమముగా, ఇందలి సత్యమును రుచి చూడగలరు. దీనిని బ్రహ్మయజ్ఞము అందురు.

22

దైవ యజ్ఞము

దైవ మేవాపరే యజ్ఞం యోగినః పర్యుపాసతే ।
బ్రహ్మాగ్నా వపరే యజ్ఞం యజ్ఞే నైవోపజుహ్వతి ॥ 25

సర్వము దైవమే యని యజ్ఞార్థముగ జీవించుట యొక పద్ధతి. ఆచరణమంతయు దైవారాధనమే అని భావన చేయుచు, అన్నిటి యందు దైవమునే దర్శించుచు జీవించుట యిందలి ప్రధాన సూత్రము. మరికొందరు జీవుల ఆరాధన, దైవము యొక్క ఆరాధనయని, జీవులనే దైవమూర్తులుగా భావించి, వారి కొనరించు సేవ, ఆరాధనగా జీవింతురు. ఇదియును జ్ఞాన యజ్ఞమే. మొదటిది దైవయజ్ఞము. రెండవది జీవయజ్ఞము. ముందు శ్లోకము లలో తెలిపిన 12 సూత్రముల ఆధారముగా నిర్వర్తించు సమస్త కర్మము యజ్ఞమే.

23

ఇంద్రియ యజ్ఞము

శ్రోత్రాదీ నింద్రియాణ్యన్యే సంయమాగ్నిషు జుహ్వతి ।
శబ్దాదీ న్విషయానన్య ఇంద్రియాగ్నిషు జుహ్వతి ॥ 26

చూచునది, వినునది, వాసన చూచునది, రుచి చూచునది, స్పృశించునది దైవమే అని భావన చేసి జీవించినచో అది ఇంద్రియ యజ్ఞము కాగలదు. దైవమునకు సమర్పణముగ ఇంద్రియార్థ ములు, యింద్రియములందు హోమము చేయబడుచున్నట్లుగా ఈ యజ్ఞము నిర్వర్తింపబడును. తత్కారణముగా, దైవము యింద్రియములద్వారా కూడ, రసోపేతముగ అనుభవింపబడును.

ఇంద్రియ నిగ్రహము :

పంచేంద్రియములు, పంచతన్మాత్రలు, పంచభూతములు, పంచప్రాణములు. ఇట్లు నాలుగు పంచారములతో కూడినది శరీరము. పంచప్రాణము లాధారముగ మిగిలిన పంచారములు పనిచేయుచు నుండును. ప్రాణ మాధారముగనే దేహ మేర్పడు చున్నది. ఇందు జీవుడు త్రిగుణాత్మకుడై జీవించు చుండును.

త్రిగుణముల కావల దైవముండును. దైవమే ప్రాణముగను, ప్రజ్ఞగను వుండును. దైవము త్రిగుణములనుండి ప్రతిబింబింపగ జీవుడేర్పడును. కావున జీవుడు త్రిగుణములకు బద్ధుడై దైవ మందించు ప్రాణ, ప్రజ్ఞ లాధారముగ తనదైన జీవితము జీవించు చుండును. తా నొకడున్నాడను భావమున జీవించు చుండును. అతడు జీవిత మనుభవించుటకు దేహమాధారమై యుండును. దేహము లేనిదే జీవు డే అనుభూతియు పొందలేడు. అట్టి దేహ మందు తన్మాత్రలు, ఇంద్రియములు త్రిగుణాత్మకుడగు జీవుని బాహ్యముతో సంబంధము కలిగించి అనుభూతుల నొసగును. ఇంద్రియములు, తన్మాత్రలు లేనిదే జీవు డే అనుభూతియు చెందలేడు. తన్మాత్ర లనగా వినుట, చూచుట, స్పర్శించుట, రుచి చూచుట, వాసన చూచుట అను ప్రజ్ఞలు. ఈ ప్రజ్ఞలు పనిచేయు టకు వాహనములుగ లేక వాహికలుగ లేక యంత్రములుగ ఐదింద్రియము లున్నవి. అవియే పై వరుసలో చెవి, కన్ను, చర్మము, నాలుక, ముక్కు ఐదు ప్రజ్ఞలున్నను, ఐదు వాహికలు లేనిచో అనుభూతి లేదు. అనగా వినుట యను ప్రజ్ఞ చెవి లేనిచో పనిచేయదు. చెవి యున్నను వినుట లేనిచో అది అలంకార ప్రాయమే. ఇట్లు ఇంద్రియములు, తన్మాత్రలు ఒకదాని నొకటి నాధారము చేసుకొని జీవుని కనుభూతి నిచ్చుచున్నవి.

అనుభూతి సుఖానుభూతి కావచ్చును, దుఃఖానుభూతి కూడ కావచ్చును. సుఖ దుఃఖములు, బాధ ఆనందములు. ఇట్టి ద్వంద్వానుభూతులు జీవునకు కలుగుచుండును. కొన్ని శబ్దములు విన్నచో ఆనందముగ నుండును. అట్లే కొన్ని శబ్దముల వలన

బాధ కలుగును. ద్వంద్వముల కతీతమైనటువంటిది భగవత్ తత్త్వము. దానిని పొందవలెనన్నచో చెవి ద్వారా విను రెండు రకముల విషయము లందును, కన్నుద్వారా చూచు రెండు రకముల విషయములు, అట్లే మిగిలిన యింద్రియముల ద్వారా పొందు ద్వంద్వముల యందు దైవమును చూచుట ఒక యజ్ఞము.

ఇంద్రియములద్వారా, ఇంద్రియార్థముల నుండి పొందు అనుభూతిని దైవముగ చూచినప్పుడు సంయమము దక్కును. అట్లు దక్కుటవలన విషయముల యందలి ద్వంద్వములు హోమము చేయబడి దైవము నిలచును. ఇంద్రియములను, శబ్దాది విషయములను హోమము చేయుట యనగా నిదియే. దైవమునకు సమర్పణ చెంది ఇంద్రియముల నుండి పొందు అనుభూతిని దైవ సంకల్పముగ స్వీకరించుట యొక యజ్ఞము. అంతియేగాని ముక్కు, చెవి, కనుగుడ్లు పెరకి హోమము చేయుట కాదు. ఇంద్రియ నిగ్రహము కూడ దైవమును ఇంద్రియముల ద్వారా గ్రహించునప్పుడే కలుగును కాని, నిగ్రహించుటకు పాషాండ ప్రవర్తనములు పనికి రావు. పాషండ మార్గమున ప్రయత్నించు నిగ్రహములు రజోగుణ ప్రేరితములు.

24

మనో యజ్ఞము

సర్వా ణీంద్రియకర్మాణి ప్రాణకర్మాణి చాపరే ।
ఆత్మసంయమ యోగాగ్నౌ జుహ్వతి జ్ఞానదీపితే ॥ 27

మనో నిగ్రహము :

దైవము బ్రహ్మయజ్ఞము, దైవయజ్ఞము, ఇంద్రియ యజ్ఞములను ముందు శ్లోకములయందు తెలిపి, ఇపుడు మనో యజ్ఞమును తెలుపుచున్నాడు. అన్నిటికిని మూలసూత్రము నొక్కటియే. సమస్తమును దైవముగ చూచుటయే మూల సూత్రము. దైవమును బ్రహ్మము అనికూడ పిలుతురు. బ్రహ్మమునకు సమర్పణముగ సర్వమును అనుభవింపుము. దేవతలు కూడ బ్రహ్మము యొక్క రూపములే గనుక వారియందు బ్రహ్మమును చూచుట దైవయజ్ఞ మగును. అట్లే యింద్రియార్థముల నుండి ఇంద్రియార్థములను అనుభవించునపుడు, ఆ అనుభవము ఏవిధమైన దైనను దైవముగనే చూచుట యింద్రియ యజ్ఞము. అపుడే యింద్రియములు నిగ్రహింపబడును.

మనో నిగ్రహమునకు కూడ ఇదియే సూత్రము భగవానుడు తెలుపుచున్నాడు. మనస్సు పరిపరి విధములుగ పోవుచుండును. షడ్వికారములకు గురియగు చుండును. తదనుగుణమైన అనుభూతిని పొందుచుండును. అట్టి మనస్సు సుఖదుఃఖాది ద్వంద్వముల యందు కొట్టుమిట్టాడు చుండును. అట్టివాని కే శాంతియు వుండదు. ఇది మానవుని ప్రధానమగు సమస్య. ఈ సమస్యకు కూడ పరిష్కార మొక్కటే, తనకు కలుగు భావముల యందు బ్రహ్మము లేక దైవమును చూచుట. భావమున దైవమును చూచుట ఒక అభ్యాసము. ఈ అభ్యాసము సిద్ధించి నచో షడ్వికార భావములు నశించి మనిషి స్థిరమతి యగును. షడ్వికార భావములు నశించుటనే వానిని సంయమ మను అగ్ని యందు ఆహుతి చేయుటగా తెలియవలెను.

మనోనిగ్రహము పేర ఎన్ని ఇతర సాధనలు చేసినను మనస్సు నిగ్రహింపబడదు. భావమునందు దైవమును చూచుట వలన సులభముగ నిగ్రహింపబడును. "భావముల యందు దైవమును చూడుము. బాహ్యము నందు యింద్రియముల ద్వారా దైవమునే చూడుము." ఇది భగవద్గీత బోధించు యజ్ఞము.

ఆత్మ సంయమ మను యోగాగ్నిగ పై అభ్యాసము తెలుప బడినది. పరిపూర్ణ యోగులు ఈ మార్గమునే బోధింతురు. నిగ్రహము పేరున హింసా మార్గములను బోధింపరు.

25

చతుర్యజ్ఞములు

ద్రవ్యయజ్ఞా స్తపోయజ్ఞా యోగయజ్ఞా స్తథాఽపరే ।
స్వాధ్యాయ జ్ఞానయజ్ఞాశ్చ యతయః సంశ్రితవ్రతాః ॥ 28

ముందు శ్లోకముల యందు నాలుగు యజ్ఞములు తెలుపబడినవి. అవి వరుసగ బ్రహ్మ యజ్ఞము, దేవ యజ్ఞము, ఇంద్రియ యజ్ఞము, మనో యజ్ఞము. ఇపుడీ శ్లోకమున మరి నాలుగు యజ్ఞములు తెలుపబడినవి. అవి వరుసగా ద్రవ్య యజ్ఞము, తపో యజ్ఞము, యోగ యజ్ఞము, స్వాధ్యాయ జ్ఞాన యజ్ఞము.

ఈ నాలుగు యజ్ఞములు దృఢవ్రతములుగ ప్రయత్నించు వారు కూడ దివ్యానుభూతిని పొందగలరు.

1. ద్రవ్య యజ్ఞము :

తనకున్న సమస్త ఒనరులను సమర్పణ బుద్ధితో సద్విషయములకు వినియోగించుట ఒక మహత్తర యజ్ఞము. బలి, శిబి యిత్యాది మహాత్ములు ఈ యజ్ఞము ద్వారా దైవానుగ్రహ పాత్రులై, శాశ్వతులైరి.

2. తపో యజ్ఞము :

తపస్సు ఎందరినో దైవానుగ్రహ పాత్రు లను గావించినది. తపస్సు మూడు భాగములుగ నున్నది. శారీరక తపస్సు, వాఙ్మయ తపస్సు, మనోమయ తపస్సు. ఈ సోపానముల ద్వారా మనస్సును దైవమున కర్పించి, స్థిరముగ చేయు తపస్సు వలన దైవ మను గ్రహించును. విశ్వామిత్ర మహర్షి తపస్సునకు పెట్టినది పేరు. ఆ మహర్షి చేసిన తపస్సు అనుపమానము. ఆయన యందు బ్రహ్మమును గూర్చిన తపనయే నిరుపమానమగు తపస్సుగ నడచినది. దైవమును గూర్చి తపన లేనిచో తపస్సు కుదరదు. తపన యున్నవానికి దైవముచే పొందబడుటయే ప్రధానమగు కర్తవ్యమై, యితర వ్యాపారములను మాని రహస్య ప్రదేశమున తపస్సు చేయును. కలియుగమున మానవులకు ఇది దుష్కర విషయము.

గౌతమబుద్ధు డీ మార్గముననే కలియుగమున సిద్ధి పొందెను.

3. యోగ యజ్ఞము :

యోగమనగా అష్టాంగ యోగమే. ఇది సమగ్రముగ ఏడు సోపానములతో కూడిన మార్గమిది. ఎనిమిదవది సిద్ధి. దానిని సమాధి అందురు. కలియుగమున అష్టాంగ యోగము నకు జగద్గురువు మైత్రేయులు అధిపతిగ నున్నారు. పరమగురువు లందించు మార్గము అష్టాంగ యోగమే. ఇందు యమము, నియమము, ఆసనము, ప్రాణాయామము, ప్రత్యాహారము,

ధారణ, ధ్యానము ఏడు సోపానములుగ నున్నవి. దీక్షతో క్రమముగ ఈ ఏడింటిని అధిగమించుట సక్రమమగు మార్గము. ఈ మార్గము సక్రమము కానిచో యోగము సిద్ధించదు. ఇది యొక యజ్ఞము.

4. స్వాధ్యాయము :

స్వాధ్యాయ జ్ఞాన యజ్ఞము కూడ దైవ సన్నిధికి చేర్చగలదు. వేదములు, శాస్త్రములు, పురాణములు, ఇతిహాసములు ఇత్యాది వాఙ్మయమున రుచి కలిగి వాని నధ్యయనము చేసి, వాని యందలి అంతరార్థములను గ్రహించి, (గ్రహింపలేకున్నచో సద్గురువులను సేవించి, పూజించి, వారి అనుగ్రహముగ జ్ఞానము నుపదేశముగ పొంది) అందు అనుష్ఠానపరమైన విషయములను ఆచరణ మార్గమున కొనివచ్చి తాదాత్మ్యము చెందుట వలన, అజ్ఞానము తొలగి జ్ఞానము నిలచును. ఈ విధముగ కూడ దైవ సాన్నిధ్యము చేరవచ్చును.

26

ప్రాణాయామ యజ్ఞము

అపానే జుహ్వతి ప్రాణం ప్రాణేఽపానం తథాఽపరే।
ప్రాణాపానగతీ రుద్ధ్వా ప్రాణాయామ పరాయణాః ॥ 29

అపరే నియతాహారాః ప్రాణాన్ ప్రాణేషు జుహ్వతి ।
సర్వేఽప్యేతే యజ్ఞవిదో యజ్ఞక్షపిత కల్మషాః ॥ 30

ప్రాణాయామ యజ్ఞమును దైవమిచ్చుట బోధించు చున్నాడు. అర్హతలేని ప్రాణాయామ యజ్ఞము అనర్థములకు దారితీయును. అష్టాంగ యోగమున ప్రాణాయామము నాలుగవ అంగము. అహింస, సత్యము, బ్రహ్మచర్యము, ఇతరుల సంపదను తెలివితో దొంగిలించ కుండుట, ఉచితముగ ఇతరుల వద్ద బహుమానములను, ఉపకారములను పొందకుండుట అనునవి ఐదు నియమములు. బాహ్యముననూ, అంతరముననూ శుచిగా నుండుట అనునవి మరి రెండు నియమములు. ఈ ఏడు నియమములను శ్రద్ధతో దీర్ఘకాలము ఆచరించినవారే సహజ మగు సంతోషము గలవారై యుందురు. ఇట్టివారికి సంతోషముగ

నుండుటకు కారణ మక్కరలేదు. ఇట్టి మనస్సు కలవారు పై తెలిపిన ఏడు నియమములను పాటించి, సంతోషమును చేరుట ఎనిమిదవ మెట్టు. అట్టి వారు చేయవలసి నది శాస్త్రాధ్యయనము. పై నియమములను పాటింపని వారు శాస్త్రములను అధ్యయనము చేసినచో మిడిమిడి జ్ఞాను లగుదురు. తెలిసీ తెలియని మూర్ఖులగుదురు. వీరికి అభివృద్ధి కుంటుపడును. వీరి ననుసరించినవారి అభివృద్ధి కూడ కుంటుపడును.

భారతీయ సంప్రదాయమున అధ్యయనమునకు పై అర్హతలు తప్పనిసరి. పై నియమములను పాటించినవారి మేథస్సు, శాస్త్రములను సరిగ నవగాహన చేసుకొనగలదు. అందులకే చదివిన వారందరు పండితులు కారు. చదువులు వేరు, విద్యలు వేరు. పై నియమములను పాటించు వారికి శాస్త్రాధ్యయనము, సమస్తము నందును ఈశ్వరుని దర్శనము చేయు ప్రయత్నమును రెండు నియమములుగ అష్టాంగ యోగము తెలుపుచున్నది. ఇట్టి వారికే స్థిరము, సుఖము అగు మనస్సు ఏర్పడునని పతంజలి మహర్షి పేర్కొనినాడు.

అదే విషయమును దైవము భగవద్గీత యందు ప్రాణా యామమునకు ముందు తెలిపిన యజ్ఞములలో పేర్కొనినాడు. ద్రవ్య యజ్ఞము, ఇంద్రియ యజ్ఞము, మనో యజ్ఞము, బ్రహ్మ యజ్ఞము- పై తెలిపిన నియమములకు సంబంధించిన యజ్ఞములే. ఎనిమిది యజ్ఞములు తెలిపిన భగవానుడు, తొమ్మిదవ యజ్ఞముగ ప్రాణాయామము తెలుపుచున్నాడు. అట్లే పతంజలి మహర్షి కూడ మూడు అంగములలో పదకొండు నియమములను

అందించెను. వానిని పాటించిన వారికే ప్రాణాయామము అని తెలిపెను.

ప్రాణాయామము రాజయోగ మార్గమున జరుగునదే కాని చేయునది కాదు. ఈ హెచ్చరికను పాఠకులు గుర్తించి తరువాత అంశమును పఠించవలెను.

ప్రాణాయామ మనగా ప్రాణము యమింపబడుట. ప్రాణము యమింపబడుటకు శ్వాస నిబద్ధము కావలెను. శ్వాస నిబద్ధమగుటకు క్రమబద్ధముగ శ్వాసను పీల్చుట, వదలుట చేయ వలెను. శ్వాసను క్రమబద్ధముగ నిర్వర్తించుటకు మనసును శ్వాసపై లగ్నము చేయవలెను. ఉచ్ఛ్వాసతోపాటు మనసు అంతర్ముఖముగ పయనించి ఉచ్ఛ్వాస కొసకు చేరవలెను. ఉచ్ఛ్వాసకొసన నిశ్వాస ప్రారంభమగును. నిశ్వాసను మరల అనుస రించుచు మనసు నిశ్వాస కొసను చేరవలెను. మనసు శ్వాసతో లగ్నమై యుండునట్లు పై విధముగ నభ్యాసము చేయవలెను.

ఈ అభ్యాసము సిద్ధించినచో మనసు పరిపరి విధముల పోక శ్వాసకు కట్టుబడి యుండును. ఇట్లు అనేకానేక భావముల నుండి మనసు ఏక భావమునకు చేరును. అపుడు మనసు భావముకూడ శ్వాసను గూర్చియే యుండును. ఉచ్ఛ్వాసతో అంతర్ముఖ మగుట, నిశ్వాసతో బహిర్ముఖమగుట జరుగుచున్న సందర్భములో మనసుయొక్క సహజ లక్షణమైన కుతూహలము ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలు ఎట్లు జరుగుచున్నవో గమనించును. తాను చేయక తనయందు అవి జరుగుచున్నట్లుగ గుర్తించును. అనగా

తన ప్రజ్ఞను మించిన ప్రజ్ఞ యేదియో తనయందీ శ్వాస యజ్ఞమును నిర్వర్తించుచున్నట్లు తెలియును. తనయందు తనకు తెలియని ప్రజ్ఞ యొకటి యున్నదని తెలియును. అది తనకు మించిన ప్రజ్ఞయని తెలియును. తానుగ చేయకున్నను, తన యందు జరుగు శ్వాస, జరుగుట అను మరియొక స్థితిని తెలియచేయును. తాను చేయువాడు, తనయందు జరుపువాడుగ మరియొక ప్రజ్ఞ తనయందు గోచరించును. ఈ చేయుటకు ఆ జరుగుట ఆధారమని కూడ తెలియును. జరుగుట, చేయుట యొక్క వ్యత్యాసములు తెలియును. పనులు జరుగునని తెలియును. చేయుట జరుగుటలో భాగమని తెలియును. ప్రవాహముపైన వస్తువులు తేలుచు వేగముగ కదలుచున్నను అది వస్తువుల కదలిక కాదు కదా! ప్రవాహ వేగమే పైన తేలు వస్తువుల వేగము. అట్లే శరీర ప్రయాణ వేగమునకు, మనో ప్రయాణ వేగమునకు శ్వాసయే ఆధారమని తెలియును. శ్వాస ప్రవాహమున మనసు లగ్నమగును.

శ్వాస నెమ్మదించినచో మనసు నెమ్మదించును. మనసు నెమ్మదించినచో శ్వాస నెమ్మదించును. కావున మనసు నెమ్మదించ వలెనన్నచో శ్వాసను నెమ్మదిగ నిర్వర్తించవలెను. మనసు వేగముగ పనిచేయు వారియందు శ్వాస కూడ వేగముగ పనిచేయుచు నుండును. అట్టివారి శ్వాస బుసలు కొట్టుచున్నట్లుగ యుండును. ఇది రజోగుణ పూరితమైన శ్వాస. మనసు లగ్నము చేసి శ్వాసను నెమ్మదిగ పీల్చుట అభ్యాసమున రెండవ మెట్టు. ఎంత నెమ్మదిగ శ్వాసను పీల్చిన మనసు అంత నెమ్మదించును. పీల్చినంత నెమ్మది

గనే వదలుట కూడ చేయవలెను. పీల్చుట, వదలుట నెమ్మది యగుకొలది మనసు నిదాన మగుచుండును. నిదాన మగుచున్న మనసునకు ప్రశాంతత రుచి తెలియును. ఈ ప్రశాంతత రుచిగొనిన మనసు మరింత ప్రశాంతతకై మరింత నెమ్మదిగ పీల్చుట, వదలుట చేయును. ఈ అభ్యాసమున మనోశాంతి అనునది యిట్లు అప్రయత్నముగ లభించును.

మనోశాంతియే ధ్యేయముగ ప్రస్తుతకాలమున ధ్యాన ములు బోధింపబడుచున్నవి. వాస్తవమునకు మనోశాంతి నిజమగు ధ్యానమునకు ఆరంభము. ధ్యేయము కాదు, అంతము కాదు. మనోశాంతి ఆధారముగ ప్రాణాయామ యజ్ఞము ఆరంభమై ప్రత్యాహార, ధారణ స్థితులను దాటి ప్రజ్ఞ ధ్యానమును చేరును. అందులకే భగవానుని బోధ ధ్యానమును గూర్చి తరువాత అధ్యాయమైన ఆరవ అధ్యాయమున వున్నది. నాలుగవ అధ్యాయ మగు జ్ఞాన యోగమున- యోగమున నాలుగవ అంగమైన ప్రాణా యామమును బోధించుట పతంజలి యోగశాస్త్రమునకు, భగవద్గీతకు గల సమన్వయము.

ప్రశాంతతో కూడిన మనస్సు శ్వాసను నెమ్మదిగ పీల్చుటతో పాటు పూర్ణముగ పీల్చుట చేయును. శ్వాసనెంత పూర్ణముగ పీల్చినచో అంత పూర్ణముగ వదలుట జరుగును. పూర్ణముగ పీల్చుట వలన ప్రాణావాయువు దేహమున పూర్ణముగ నిండును. పూర్ణముగ వదలుట వలన అపాన వాయువు పూర్ణముగ బయలు వెడలును. అపానము పూర్ణముగ బయలు వెడలినచో దేహ మందలి మలినములు బైటకు నెట్టబడును. మలినములు

నెట్టబడుట, ప్రాణము పీల్చబడుట కారణముగ ఈ అభ్యాసమున దొరకు రెండవ బహుమతి ప్రాణశక్తి. క్రమముగ దేహము ఆరోగ్య వంతమగుటకు క్రొత్తగా కొనివచ్చిన ప్రాణము సహకరించును. ప్రాణశక్తి పెరుగుట, మలినములు తొలగుట అనునది నిరంతరము జరుగు ప్రాణాయామము అభ్యాసమున మరియొక భాగము.

ప్రాణమును అనేక విధములుగ దేహము అందుకొను చుండును. ఆహారము అందులో ఒక భాగము.

మనసును లగ్నము చేసి శ్వాసను నెమ్మదిగ పీల్చుట, వదలుట, పూర్ణముగ పీల్చుట, వదలుట కారణముగ శ్వాస క్రమ బద్ధము చెందుట జరుగును. మనసు ప్రశాంతత చెందు చుండును. ప్రాణశక్తి పెరుగుచు నుండును. ఉచ్ఛ్వాస నుండి పొందు ప్రాణవాయువు వలసిన ప్రాణశక్తిని దేహమున కిచ్చు చుండును. అట్టివారు నియతాహారు లగుదురు. అనగా సహజ ముగ వారి ఆహారము నియమింపబడును. ఇదియొక సిద్ధి. వీరు ఆహారమును అల్పముగనే స్వీకరించినను శక్తివంతులై యుందురు, సులభముగ అలసట చెందరు. దేహము తేలిక పడుచు పలుచనై కాంతివంత మగుచుండును. దేహమున శుభమగు మార్పులు ఈ విధముగ శ్వాస నభ్యసించుటవలన వచ్చును. శ్వాస నుండి వలసిన ప్రాణశక్తి లభించుటచే ఆహారము నందు నియమము సహజముగ ఏర్పడును.

ఆహారము తగ్గుట జరుగునే కాని చేయుటగ నుండదు. తగ్గించుట చేయువారు అకస్మాత్తుగ ఎక్కువ తినుచుందురు.

ఎక్కువ తినుట, తక్కువ తినుట వలన దేహమునకు అవ్యవస్థత కలిగించును. ఈ అవస్థకు గురియగు దేహము, అస్వస్థతకు కారణ మగును. ఉపవాసములు చేయువారు, ఎక్కువగను, తక్కువగను తినువారు యోగమున కనర్హులు. యోగజీవనము నిర్మల సెలయేరువలె ప్రవహించవలెనే కాని వరదవలె కాదు. పై కారణముగనే భగవద్గీత యందు నియతాహార విషయము 30వ శ్లోకమున తెలుపబడెను. 29వ శ్లోకమున ప్రాణమును గూర్చిన సాధన తెలుపబడినది.

పై తెలిపిన విధముగ శ్వాస నభ్యసించుచున్న కొలది దేహతత్త్వము మారుచుండును. దేహధాతువుల యందలి తమస్సు క్రమముగ తొలగును. తమస్సు తొలగినకొలది బద్ధకము, నిద్ర వదలును. ధాతువులు తేలిక యగుచున్నకొలది, తేలిక యగు ఆహారమే దేహము స్వీకరించును. బరువగు ఆహారమును నిర్జించును. ఇది అంతయు సహజముగ జరుగును. దేహమునకు హింసగ జరుగదు. యోగమున మాంసాహారులు శాకాహారు లగుట. శాకాహారులు దుంపలు ఇత్యాది బరువైన ఆహారమునకు బదులు కూరలు, ఆకు కూరలు మొదలగు ఆహారమునకు మ్రొగ్గుట, పప్పుదినుసులు తగ్గించుట, ద్రవాహారము పెరుగుట సహజముగ జరుగును. ఉప్పు, కారములు కూడ తగ్గును. మసాలా దినుసుల ప్రసక్తియే యుండదు. పండ్లు, పండ్లరసము, నీరు ఆహారమున ఎక్కువభాగ మగును. ఇట్లు సహజముగనే దేహ ధాతువుల యందు కలిగిన మార్పువలన ఆహారమందు మార్పులు కలుగును. అపుడు శ్వాస అభ్యాసము మరింత చురుకుగ సాగును.

మనసు లగ్నము చేసి శ్వాసను నెమ్మదిగను, పూర్ణముగను పీల్చుట, వదలుట వలన మనసు ప్రశాంతత చెందుట, ప్రాణశక్తి పెంపొంది స్వస్థత చేకూరుట, ప్రాణము పూర్ణమై అస్వస్థతను దరిచేరనీయకుండుట, తత్కారణముగ ఆయుర్దాయము పెరుగుట, శరీర ధాతువులయందు చక్కని మార్పు జరిగి ఆహారము నియత మగుట జరుగునని తెలుపబడినది.

శ్వాసను నెమ్మదిగను, పూర్ణముగను పీల్చుట, వదలుట ప్రతి శ్వాస యందు నిర్వర్తింపబడుట మూడవ నియమము. నెమ్మదిగను, పూర్ణముగను పీల్చుట, వదలుట మొదటి రెండు నియమములు. మూడవ నియమము ప్రకారము ప్రతి శ్వాస దాని నెమ్మదితనము నందును, దీర్ఘత్వము నందును, పూర్ణత్వము నందును ఒకే విధముగ నుండవలెను. మొదటి శ్వాస ఎంత శ్రద్ధగ నిర్వర్తింపబడుచున్నదో, చివరి శ్వాసకూడ అంతే శ్రద్ధగ, అంతే నెమ్మదిగ, దీర్ఘముగ, పూర్ణముగ నిర్వర్తింపబడవలెను. ఈ మూడవ నియమముననే శ్వాస క్రమబద్ధమగును. క్రతుబద్ధ మగును. సృష్టియందలి క్రమమే క్రతువు. ఆ క్రమము ననుస రించియే ఋషులు క్రతువులను దర్శించిరి. క్రతువు లన్నియు కాలబద్ధమై యుండును. కాలమే సృష్టియందు గల క్రమము. అవరోహణము, ఆరోహణము కాలము వలననే జరుగుచున్నది. సృష్టి యందు కాలమే దైవము. కావున కాలము ననుసరించుచు చేయు శ్వాస క్రతుబద్ధము కాగలదు.

జీవితము క్రతుబద్ధము కావలెనన్నను, క్రమబద్ధము కావలెనన్నను కాలమును గౌరవించుట నేర్చుకొనవలెను. కాలము

ననుసరించుట నేర్చుకొనవలెను. ప్రాణాయామ యజ్ఞమున పై తెలిపిన విధముగ శ్వాసను క్రమబద్ధము చేయుట యనగా ఒక శ్వాసకు ఎంతకాలము పట్టునో తరువాత శ్వాసలకు కూడ అంతే కాలము పట్టవలెను. ఇది నాలుగవ నియమము.

ప్రతిదినము సాధకుని సౌకర్యమును బట్టి ఒకే కాలమున ప్రాణాయామ హోమమును నిర్వర్తించుట ఐదవ నియమము. అనగా ప్రతిదినము అదే సమయమునకు నిర్వర్తించుకొనవలెను. శ్వాసల సంఖ్య క్రమముగ పెంచుకొనవచ్చును. ప్రతి మూడు శ్వాసలు ఒక విభాగముగ (యూనిట్) భావించుచు పెంచుకొన వలెను. ఇట్లు తొమ్మిది విభాగములుగ ఇరువది ఏడు శ్వాసలు నిర్వర్తించుకొనుట ఒక శ్వాస విభాగముగ గుర్తించవలెను. క్రమముగ దీనిని మూడు రెట్లు పెంచుకొనవచ్చును. అనగా ఒకసారి శ్వాస ప్రక్రియను ప్రారంభించినప్పుడు కనీసము 3 × 9 = 27 శ్వాసలు నిర్వర్తించుకొనవలెను. అట్లు 27 × 3 = 81 శ్వాసల వరకును నిర్వర్తించుకొనవచ్చును. ఇచ్చట కాలమునకు శ్వాసలే కొలతగాని గడియారము కాదు.

ప్రాణాయామ పరాయణులు, ముందు తెలిపిన శ్వాస యజ్ఞమును దినమునకు మూడుసార్లు నిర్వర్తించుకొందురు. అట్టివారిని గూర్చి భగవానుడు 29వ శ్లోకమున తెలుపుచున్నాడు.

ముందు తెలిపిన నియమము లన్నియు శ్రద్ధతో పాటించు వారికి ఆహార వ్యవహారాదులు నియతమగును. ఆహార విషయ మున ఎంత పవిత్రత ఏర్పడునో విహార విషయముల యందు

కూడ అంతే పవిత్రత ఏర్పడును. వీరి జీవితము ప్రపంచమున సాగు చున్నప్పటికిని, అందు మమేకమై యుండక, మైకములేక జీవింతురు. అవసరము లేనిచో కదలరు. దేహమును కదలింపరు. అవసరము లేనిచో మాట్లాడరు. అవసరము లేనివి చూడరు, వినరు, స్పృశింపరు. ఇట్టివారికి అన్నమయ కోశము, ప్రాణమయ కోశము, మనోమయ కోశములతోపాటు, పంచేంద్రియములు, పంచతన్మాత్రలు, పంచభూతములతో కూడిన లింగశరీరము కూడ పవిత్రమై పారదర్శకముగ నుండును. పై తెలిపిన నియమము లన్నియు యమునిచే నచికేతునకు తెలుపబడినట్లుగ కఠోపనిషత్ నందు తెలుపుదురు.

పై విధముగ మూడు శ్వాసలు యొక విభాగముగ నిర్వర్తించు చున్నప్పుడు, కొంత తడవు పీల్చ నవసర మనిపించదు. అట్లే కొంత తడవు పీల్చిన శ్వాసను వదలవలె ననిపించదు. ఇట్లు సహజముగ జరుగును. ఇట్లు చేయుట హఠయోగము. ఇట్లు జరుగుట రాజయోగము. ఇట్లు జరుగుటకు చాలాకాలము పట్ట వచ్చును. త్వరితగతిని జరుగవచ్చును. అది సాధకుని పూర్వ సంస్కారమును బట్టి, శ్రద్ధనుబట్టి జరుగును. ఇట్లు ప్రాణము పీల్చబడి- వదలబడకుండుట, వదలబడి- పీల్చబడకుండుట ప్రాణాయామ పరాయణులకు జరుగును. శ్వాస పీల్చబడి వదల బడకుండుటను 'పూరకము' అందురు. శ్వాస వదలబడి పీల్చబడ కుండుట 'రేచకము' అందురు. రెండు స్థితుల యందు కలిగిన విరామమును 'కుంభకము' అందురు. ప్రాణాయామ పరాయణు లకు ఈ కుంభకము సిద్ధించును. పీల్చబడిన ప్రాణము అపానమై

మలుపు తిరుగు సమయమున ఏర్పడిన విరామము అపానమున ప్రాణము హోమము చేయబడినదిగ చెప్పబడు చున్నది. అదే విధముగ వదలబడిన అపాన వాయువు ప్రాణవాయువుగ మలుపు తిరుగు సందర్భమున ఏర్పడిన విరామము, అపానము ప్రాణము నందు హోమము చేయబడు చున్నట్లుగ చెప్పబడినది. ''ప్రాణా యామ తత్పరులగు వారు అపాన వాయువు నందు ప్రాణ వాయువును, ప్రాణవాయువు నందు అపాన వాయువును హోమము చేయుచున్నారు. తత్కారణముగ ప్రాణాపానగతి నిరోధింపబడు చున్నది.'' అని భగవద్గీత శ్లోక అర్థము. (4-29)

అట్లే పై తెలిపిన ప్రాణాయామ పరాయణులు ఆహార వ్యవహారములను కూడ పై తెలిపిన హోమము ద్వారా నియ మించుకొనుచు పవిత్రులై, పాపము నశించినవారై వెలుగొందు చున్నారు. అనునది రెండవ శ్లోక అర్థము. (4-30)

పై తెలిపిన విధముగ ప్రాణాయామ హోమము జరుగు చుండగ ఏర్పడిన విరామముల సమయము పెరుగును. విరామ ముల యందు హృదయమున ప్రజ్ఞకు గోచరించునది స్పంద నాత్మక చైతన్యము. ఈ చైతన్యమున ప్రవేశించినపుడు మనసు శ్వాస యొక దాని యందొకటి కరిగి రెండునూ లేని స్థితి యుండును. సాధకుడు తాను స్పందనాత్మక చైతన్యుడనని తెలియును. ఆ సమయమున బాహ్యస్మృతి యుండదు. అంతః స్మృతి యుండును. ఆ స్మృతి కారణముగనే, తాను స్పందనాత్మ కుడ నని తెలియును. స్పందనము చేయు శబ్దము తనకు సూక్ష్మముగ వినపడుచుండును. స్పందనము ద్వంద్వ చేష్ట.

అందువలన ద్వంద్వ శబ్దము వినబడును. అంతర్ముఖుడైన సాధకుడు ద్వంద్వ శబ్దమును వినుచు ద్వంద్వ చేష్టయందు లగ్నమై యుండును. ఈ ద్వంద్వ శబ్దమే 'సోఽహం'. దాని ద్వంద్వ చేష్టయే ప్రజ్ఞ స్పందనముగ విచ్చుకొనుట, ముడుచుకొనుట. దీనిని పెద్దలు హంసతో పోల్చిరి. గరుడ పక్షితో పోల్చిరి. పావురముతో కూడ పోల్చిరి. విచ్చు కొనుట, ముడుచుకొనుట యనునది ఆధారముగ తా నున్నాడని సాధకునకు తెలియును.

తా ననగ తనయందు జరుగు స్పందనమే అని తెలియును. స్పందనము నుండే అనగా తననుండే మనసు, శ్వాస రెండు ప్రవాహములుగ నేర్పడి దేహ మేర్పడినదని తెలియును. దేహము తన నివాసమేకాని, తాను కాదనియు తెలియును. నివాస పరిణామము నివసించువాని పరిణామము కన్న చాల పెద్దది. ప్రతి జీవియు అతని శరీరమున అతని బొటన వ్రేలంత మాత్రమే యుండును. బొటన వ్రేలికి, శరీరమునకు గల వ్యత్యాసమే నివాసమునకు, నివాసికి కూడ కలదు. తాను నివసించు దేహము తనకొక వసతియేగాని, బంధము కాదని తెలియును. వసతి గృహము నుండి బయటకు, లోనికి ఎట్లు రాకపోకలు చేయ వచ్చునో అట్లే దేహము నుండి తాను రాకపోకలు చేయవచ్చును అని తెలియును. తాను 'హంస స్వరూపు'డని లేక 'పక్షి' యని, ద్వంద్వ శబ్దము తన రెక్కలని, తన శరీరము అస్థికలతో కూడిన పంజరమని, పంజరమున బంధింపబడి నుండనవసరము లేదని తెలియును.

పై తెలియుట లన్నియు యింకను సిద్ధించుట కాదు. ఈ తెలియుట ప్రాణాయామ యజ్ఞమున ఒక శుభ పరిణామము. దీని వలన ఒక నూతన వికాసము, నూతనమైన రుచి సాధకునకు కలిగి ప్రాణాయామ హోమమునకు మరింత ఉద్యుక్తుడు కాగలడు.

ప్రణవము ప్రాణమై, ప్రాణము స్పందనమై పంచ ప్రాణములుగ నేర్పడి దేహమును నిర్వర్తించుచు నుండును. ఈ పంచప్రాణములు ముఖ్యప్రాణములు. వీని ననుసరించి మరి ఐదు చిల్లర ప్రాణములు వున్నవి. ప్రాణము, అపానము, వ్యానము, ఉదానము, సమానము అనునవి పంచప్రాణములు. ఇవి ఆధారముగనే జీవుడు దేహము నందుండును. పంచప్రాణములు సరిగ దేహమునందు పనిచేయుచున్నప్పుడు జీవుడు దేహమున స్వస్థత చెంది యుండును. వీని సామ్యమును జీవుడు తన ప్రవర్తన ద్వారా నిలుపుకొనవలెనే గాని చెదరగొట్టుకొనకూడదు. కావుననే జీవుని ప్రవర్తనమునకు, అతని స్వస్థత లేక అస్వస్థతకు సంబంధ మున్నది. ప్రాణము బలముగ నున్నచో మనసునకు బలము కలుగును. ప్రాణము బలముగ లేనిచో మనసు బలహీనపడి ప్రాణమును మరింత బలహీన పరచును. మనసు దుర్బలత ప్రాణమునకు సహితము హాని కలిగించ కలదని తెలియవలెను. "క్షుద్రం హృదయ దౌర్బల్యమ్" అని భగవద్గీత తెలుపుచున్నది.

పంచప్రాణములు దేహమున ఈ క్రింది భాగములలో పనిచేయుచున్నవి.

1. ప్రాణవాయువు :

ఇది శ్వాస ద్వారా పీల్చబడుచున్నది. ముక్కుపుటముల నుండి ఉదర వితానము క్రింది భాగము వరకు ఈ వాయువు పనిచేయు చుండును. కావున కనుబొమల నుండి ఉదర వితానము వరకు గల శరీర భాగములు, వాని స్వస్థత ఈ వాయువు బలమునకు సంబంధించి యున్నవి. ప్రాణవాయువు బలముగ స్వీకరింపబడుచున్నచో ఈ శరీర భాగమంతయు ప్రాణబలముతో కూడిన అస్వస్థతను దరిచేరనీయదు. ప్రాణవాయువు ముక్కు పుటముల నుండి భ్రూమధ్యము వరకు ప్రవేశించి, అచటి నుండి వాయునాళము ద్వారా ఉపిరితిత్తుల వరకు వ్యాపించి యుండును. ప్రాణవాయువును పూర్ణముగ పీల్చుట చాల ముఖ్యము. సామాన్య ముగ జీవులు వారు పీల్చగలిగిన శక్తిలో నాలుగవ వంతు మాత్రమే పీల్చుదురని పరిశోధనలు తెలుపుచున్నవి. పరిపూర్ణముగ శ్వాసను పీల్చుట వలన ఎన్నియో రోగముల నరికట్టవచ్చును. సత్సాధకుడు శ్వాసావయవముల నన్నింటిని పరిశుభ్రముగను, ఆరోగ్యముగను ఉంచుకొనుటకు జాగరూకత వహించి యుండవలెను. అనగా ముక్కు, గొంతు, శ్వాసనాళము, ఊపిరితిత్తులు. వీటియందు తరచు జలుబు చేయుట, దగ్గు వచ్చుట ఇత్యాదివి కలుగకుండ శ్రద్ధ వహించవలెను. మూలసూత్రము- 'బాగుగ గాలి పీల్చుటయే.'

2. అపాన వాయువు :

అపానవాయువు శరీరము నుండి ముక్కుపుటముల ద్వారా వదలబడు వాయువు. ఇది దేహము నందు ఉదర వితానము క్రింది భాగము నుండి భుజము వరకు పనిచేయుచు నుండును.

ఈ వాయు శక్తే ఈ శరీర భాగమును పటిష్టముగ నుంచగలదు. శరీరమందలి ఈ భాగము ఆరోగ్యపరముగ చాల ముఖ్యము. సర్వసామాన్యముగ ఈ భాగమే మొదట అనారోగ్యమునకు గురి యగును. ఈ శరీర భాగమున జీర్ణాశయము, కాలేయము, చిన్న, పెద్దప్రేవులు, మూత్ర పిండములు, ఆమ్లేయము, మల మూత్ర విసర్జనాంగములు వున్నవి. మలమూత్రములు పరిపూర్ణముగ విసర్జింపబడుటకు ఈ వాయువు ప్రధాన కారణము. అట్లే జీర్ణశక్తికి కూడ నిదియే ఆధారము. మలమూత్రములే కాక దేహమందలి మలినములను పారద్రోలుటకు ఈ వాయు బలమే ముఖ్యము. అజీర్తి, కడుపునొప్పి, వికారము, తలనొప్పి, అతిమూత్ర వ్యాధి, రక్తపోటు, కీళ్ళనొప్పులు, మలబద్ధకము, జలుబు, దగ్గు, విరేచన ములు, జ్వరములు ఇవి అన్నియు ఈ భాగముననే పుట్టును. కావున అపాన వాయువును శ్రద్ధగ, పూర్తిగ వదలవలెను.

మలినములను విసర్జించుటకు అపానవాయువు, ప్రాణము లను పెంచుటకు ప్రాణవాయువు అనుస్యూతముగ దేహమున పనిచేయుచు నున్నవి. వానిని సక్రమముగ నిర్వర్తించుకొనుట ముఖ్యము.

3. సమాన వాయువు :

ఉదర వితానమునకు పై భాగమున కనుబొమల వరకు ప్రాణవాయువు పనిచేయు చున్నదని తెలుపబడినది. ఉదర వితానము నుండి క్రింది భాగమంతయు అపాన వాయువు పని చేయు చున్నదని తెలుపబడినది. ఈ రెండింటి సామ్యమే సమాన

వాయువు. అంతియే కాదు- ప్రాణ, అపాన, వ్యాన, ఉదాన ప్రాణముల సామ్యము కూడ సమాన వాయువే.

ప్రాణము, అపానము, సమానము కేంద్రముగ నిర్వర్తింప బడుచున్నవి. ప్రాణాపానములు పరస్పర విరుద్ధమగు శక్తులు. కావున రెండు విధములగు ప్రయోజనములు అవి దేహమున నిర్వర్తించుచున్నవి. ఈ వైరుధ్యము శత్రుత్వము కాదు, మిత్రత్వమే. ఒకటి బాగుండిన రెండవది బాగుండును. ఒకదాని నొకటి బలపరచుకొనును. ఒకటి బలహీనపడిన రెండవది కూడ బలహీన పడును. బాగుగ శ్వాస పీల్చినచో బాగుగ వదల వచ్చును. అట్లే బాగుగ వదలినచో బాగుగ పీల్చవచ్చును. ఈ రెంటిని సామ్య పరచుటనే ఒకదాని యందొకటి హోమము చేయుటగ భగవద్గీతా శ్లోకములు (29, 30) తెలుపుచున్నవి. ముందు తెలిపిన ప్రాణా యామ యజ్ఞము ద్వారా ఈ రెండును సమాన వాయువు నందు సామ్యము చెందినపుడు, శ్వాస, మనసు కరగి సమాన ప్రాణ స్పందనము నిలచును. అపుడు బహిర్ముఖమగు మనసు అంతర్ముఖమై నిలచును. సాధకునకు తాను స్పందనాత్మక చైతన్య మని తెలియును. బాహ్య ప్రజ్ఞనుండి అంతర్ ప్రజ్ఞ మేల్కొనును. అంతర్ముఖుడైన జీవునకు బాహ్యమున తనకు గల స్థితి గతులన్నియు తాత్కాలికమే అని తెలియును. తాను హంస స్వరూపుడ నని తెలిసి ద్వ్యాక్షరి యగు 'సోఽహం' అను స్పందన ముగా తెలియును. ఈ విషయము ముందు పాఠములలో తెలుప బడినది.

అంతర్ముఖుడుగ మేల్కాంచిన జీవునకు బహిర్ముఖముగ తన అస్థిత్వమంతయు తాత్కాలికమే అని ధృవపడి శాశ్వతమగు అస్థిత్వమునకు ప్రయత్నము ఆరంభమగును. ఇది నిజమగు పుట్టుక.

4. ఉదాన వాయువు :

అంతర్గతమై సమాన వాయువు చేరిన ప్రజ్ఞ, స్పందనాత్మక చైతన్యమై నిలచి, అంతర్లోకాను అన్వేషణమునకు కుతూహలము చూపును. స్పందనాత్మక ప్రజ్ఞ కాధారమేమి? అని అన్వేషించును. అట్టి అన్వేషణమున ద్వయ శబ్దముగ వచ్చుచున్న స్పందన ప్రజ్ఞ కేంద్రమున అంతర్ముఖ మనసును లగ్నము చేయును. స్పందన ప్రజ్ఞా కేంద్రమున జీవప్రజ్ఞ ఆసక్తి కలిగియుండగ, ప్రాణ అపాన ప్రవృత్తులు మరింత సమీకరణము చెంది సామ్యము సాధింప బడును.

ప్రాణము వలన అన్నము, నీరు, గాలి స్వీకరించుట, వినుట, స్పర్శించుట, చూచుట, రుచి చూచుట, వాసన చూచుట అను విషయములు మనసుచే గ్రహింపబడుట, వినుట, అర్థము చేసుకొనుట, సంఘమున ఆర్జనము, దానము యిత్యాది ప్రవృత్తు లేర్పడుచున్నవి. అపానము వలన మలమూత్రములు, చెమట ఏర్పడుచున్నవి. అట్లే ప్రాణము వలన దేహము యొక్క జననము, అపానము వలన మరణము జరుగుచున్నవి. ఈ రెండు ప్రవృత్తులును చక్కగ సమీకరణము చెంది, సామ్యము సాధించి నపుడు జనన మరణ ప్రవృత్తులు కూడ సామ్యము చెందును.

నిదానముగ గాలిపీల్చి ప్రశాంతముగ గాలి విడుచుటలో శ్వాస ప్రసన్నమగును. సామ్యమునందు నిలబడును. ఇట్టి సమయమున ఉచ్ఛ్వాసలో నిశ్వాస, నిశ్వాసలో ఉచ్ఛ్వాస లీనమై పీల్చి విడుచు ప్రయత్నము ఆగిపోవును. కావలసిన గాలి సహజ ముగ లోనికి వచ్చుట, బయటకు వెళ్లుట జరుగును. ఇట్టి స్థితిలో మనసు, శ్వాస ఒకటియై నిలచిపోవును. ఇట్లు నిలచిపోవుటనే 'ప్రాణాయామము' అందురు. అపుడే అంతర్గతమైన జీవప్రజ్ఞ స్పందనాత్మక కార్యక్రమమునకు ఆధారమును వెదకును. ఆ వెదకుటలో స్పందనము నుండి సూక్ష్మ స్పందనములోనికి ప్రవేశించును. అనగ హృదయ కేంద్రము నుండి సుషుమ్నలోనికి ప్రవేశించుట జరుగును. అచట ఊర్ధ్వమగునొక వెలుగుదారి లభించును. కంఠము నుండి ఉదాన వాయువు ఊర్ధ్వమున కాకర్షించుచుండగ, ఉదానవాయు మార్గమున క్రమముగ భ్రూమధ్యమున చేరును.

ఉదాన వాయువు కంఠభాగమునుండి భ్రూమధ్యము వరకు వ్యాపించి యుండి జీవుని హృదయము నుండి ఊర్ధ్వ గతిని కలిగించి, ప్రత్యాహారస్థితి యందు నిలుపును. అపుడు జీవుడు తననొక స్పందనాత్మక చైతన్యముగ కంఠమునందు, నోటియందు, క్రింది తాలువుయందు, పై తాలువు యందు, నాసిక యందు స్పందన ప్రక్రియగ అనుభూతి చెందుచునుండును. అప్పుడు ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాస, హృదయమునందు స్పందన యుండవు. ప్రాణస్పందనము, ప్రజ్ఞ ముఖమున యుండును. ప్రజ్ఞ ప్రశాంతముగ నుండును. భ్రూమధ్యమున క్రమముగ

చేరును. ఈ స్థితిలో సాధకునకు ఆహార విషయమున, ఉచ్చారణ విషయమున విశిష్టమగు నిష్ఠయుండును. పవిత్రమగు ఆహారమును మాత్రమే స్వీకరింపగలడు. పవిత్రమగు భాషణమును మాత్రమే చేయగలడు. అతడిపుడు చేరునది ఆకాశతత్త్వముగ గనుక, ఆకాశమువలె నిర్మలమగు విషయములందు మాత్రమే ఆసక్తి కలిగి యుండును. ప్రాపంచిక ప్రవృత్తులు, దేహప్రవృత్తులు యాంత్రికముగ సాగుచుండును. వానిని విసర్జించ నవసరము లేదు. ఉదాసీనతతో నిర్వర్తించుట యుండును.

ఉదాన శబ్దమున 'ఉత్' అను శబ్దముండును. అనగ ప్రాణమాధారముగ జీవు డూర్ధ్వముఖము చెందుటకు దేహమున ఏర్పడిన సౌకర్యమని తెలియవలెను. ఆకాశమును చేరినది జీవ ప్రజ్ఞ యగుటచే అది అనంతము, అపరిమితము, సర్వవ్యాపకము అగు తత్త్వమునకు చేరువగుచుండును. భ్రూమధ్యము వరకు చేరి, అనంతత్త్వములోనికి వంతెన నేర్పరచుకొను ప్రయత్నమున నుండును.

హృదయమునుండి భ్రూమధ్యమునకు చేరు మార్గమున సాధకునికి అనేకానేక దివ్యానుభూతులు కలుగుచునుండును. అనేకములగు దివ్యరూపములు దర్శనమగు చుండును. అనేకములగు దివ్య విషయములు వినపడుచుండును. రకరకముల కాంతి దర్శనము లగుచుండును. అట్లే వివిధములగు వాయిద్యములు వినబడుచు నుండును. ఈ సమస్త దర్శనమును నాదబిందు కళాత్మకముగ పెద్దలు వివరించుచు నుందురు. వీని కాకర్షింప బడక ఊర్ధ్వమునకు సాగుట ఉత్తమమని పెద్దలు తెలిపిరి.

భ్రూమధ్యమున చేరిన త్రిగుణాత్మక జీవప్రజ్ఞ, త్రిగుణముల కావలనున్న త్రిగుణాతీతమగు తత్వముతో అనుసంధానము చెందుటయే ప్రధానము కాగ, ఉదాన వాయువు వ్యానవాయువుతో అనుసంధానము చెందుట ప్రారంభమగును.

5. వ్యాన వాయువు :

వ్యాన వాయువు దేహమంతయు వ్యాపించి యుండును. శిరస్సునుండి పాదముల వరకు అన్ని భాగముల యందు పని చేయుచు నుండును. దేహమున ప్రజ్ఞ అంతర్యామిత్వము చెందుటకు, దేహము అంతట వ్యాపించి యుండుటకు పని చేయుచు నుండును. జీవప్రజ్ఞ దేహ వ్యాప్తి చెందుటకు, దేహము మొత్తము కదలికలకు, దేహము పెరుగుదలకు వ్యాన వాయువు తోడ్పడుచుండును.

ఉదానము నుండి వ్యానము చేరిన జీవప్రజ్ఞ సహస్రార మును చేరి తన నిజస్థితిని అనుభూతి చెందగలదు. ఈ విధముగ ప్రాణము, అపానము, సమానమున సామ్యము చెందుట, సమాన వాయువునుండి జీవప్రజ్ఞ ఉదానవాయువు చేరుట, ఉదాన మాధారముగ ఊర్ధ్వముఖ మగుట, ఊర్ధ్వముఖము చెందిన ఉదానము వ్యానమును చేరుట - ఈ మొత్తము మార్గమును "ప్రాణాయామ యజ్ఞ"మని దైవము తెలిపియున్నాడు.

27

యజ్ఞార్థ భావము

యజ్ఞశిష్టామృతభుజో యాంతి బ్రహ్మ సనాతనమ్ ।
నాయం లోకోఽస్త్యయజ్ఞస్య కుతోఽన్యః కురుసత్తమ ॥ 31

కురుసత్తముడవగు ఓ అర్జునా! యజ్ఞము లాచరింపగ అందు శేషించిన ఫలము అమృతమయము. దాని ననుభవించు వారు శాశ్వతమైన బ్రహ్మమును పొందుచున్నారు. లోకమున యజ్ఞము చేయనివానికి ఈ లోకమునందే అస్థిత్వము దొరుకదు. పరలోకమెట్లు దొరుకును?

పరమాత్మ తెలిపిన యజ్ఞము ఫలాపేక్షలేక యితరుల శ్రేయస్సు కొరకు ఆచరించు కార్యము. అట్లు కార్యములను నిర్వర్తించు రాజవంశమైన కురు వంశమునందు అర్జునుని శ్రేష్ఠునిగ శ్రీకృష్ణుడు సంబోధించినాడు. నిజమునకు అర్జునుని జీవిత మంతయు యజ్ఞార్థమే.

ఇట్లు యజ్ఞార్థముగ జీవించువారు అట్టి కార్యములందు అందరి శ్రేయస్సును హృదయమున స్మరించుచు నిర్వర్తించ

వలెను. అట్టి విశిష్టమగు కార్యముల నుండి పుట్టిన ఫలములను అందరికిని పంచవలెను. అందరికి పంచగ మిగిలినది తాను భుజించినచో అది అమృతమగును. ముందుగ భుజించుట వలన ఫల మమృతము కాదు. అందువలన అందరికొరకు తాను, అందరి శ్రేయస్సు తరువాత తన శ్రేయస్సు అనునది యజ్ఞార్థభావము. అట్టివారే దైవానుగ్రహ ప్రాప్తులగుదురు. అట్టి వారికే సనాతనము, శాశ్వతము అగు బ్రహ్మానుభూతి అనుభవమగును.

అన్ని విషయములందు అందరికన్న ముందు పొంద వలెనని, అందరికన్న ముందు భుజించవలెనని భావించువారు ప్రాపంచికులు. వారికి నిదానమే లేదు. అట్టి వారికి యజ్ఞ మన నేమో తెలియదు. వారీలోకమున కూడ స్థిమితముగ నుండలేరు. వారి పరలోక ప్రయత్నము లన్నియు హాస్యాస్పదములే.

28

యజ్ఞార్థ జీవనము

ఏవం బహువిధా యజ్ఞా వితతా బ్రహ్మణో ముఖే ।
కర్మజాన్ విద్ధితాన్ సర్వా నేవం జ్ఞాత్వా విమోక్ష్యసే ॥ 32

ఈ ప్రకారముగ అనేక విధములైన యజ్ఞములు బ్రహ్మాదుల ముఖము నుండి సవిస్తరముగ చెప్పబడి యున్నవి. ఇవి యన్నియు వివిధములగు యజ్ఞార్థ కర్మలు. వానిని యజ్ఞార్థముగ తెలుసుకొని ఆచరించినచో కర్మము నుండి ముక్తుడై నిలుతువు.

జీవుడు కర్మబద్ధుడు. బద్ధతకు కారణము ఫలాసక్తియే. ఫలమునం దాసక్తి గొన్న మనసును, కర్తవ్యమునం దాసక్తి గలుగు నట్లు చేయుట ముఖ్యము. శ్రీకృష్ణుడు కర్మ యందు కర్తవ్యమును చూడమని, తనకు వలసినది చూడవలదని, కర్తవ్యమును మాత్రమే నిర్వర్తించినచో కర్మమంటదని, యిప్పటివరకు అంటిన కర్మ కూడ నశించునని తెలిపినాడు. ఈ అధ్యాయమునకు వేదవ్యాస మహర్షి జ్ఞానయోగమని పేరిడుట ఆసక్తికరము.

నిజమగు జ్ఞానము కర్మబంధ విమోచన జ్ఞానమే కదా! దైవారాధన చేసినను, బ్రహ్మయజ్ఞము చేసినను, ద్రవ్యయజ్ఞము

చేసినను, భగవంతుడు తెలిపిన 12 రకముల యజ్ఞము లన్నియు చేసినను బంధములే కలుగుచు నుండును గాని, విముక్తి చాల మందికి కలుగదు. కారణము, చేయు విషయమునందు మమకార మోహములు కలుగుట, ఆ కార్యములు తనవిగా భావించుట, అందలి ఫలితములు ద్రవ్యరూపమునగాని, కీర్తి రూపమునగాని తనకే దక్కవలె ననిపించుట, యివన్నియు బంధములే. అందులకే సత్కార్యములు చేయువారు కూడ బంధవిముక్తులు కాలేక యున్నారు.

విముక్తి కల్గించని యజ్ఞములు, యాగములు, సేవా కార్య క్రమములు ప్రస్తుతము జ్ఞానము కలిగిన మానవులను కూడ బంధించియున్నవి. జ్ఞానులు కూడ అజ్ఞానులవలె, ఫలాసక్తి కలిగి పరుగులెత్తుట, తాము చేయు కార్యములందు వ్యామోహపడుట, తమ కార్యములు నెరవేరవలెనని పట్టుదలతో పలువిధములైన సాధనములను ఉపయోగించుట జరుగుచునున్నది. అజ్ఞానులు - జ్ఞానులు ఒకే రకముగ విమోచనారహిత మార్గముల నడచు చున్నారు. ఇది ప్రకృతి చేయు యింద్రజాలము. దానికి కృష్ణు డందించిన పరిష్కారము యజ్ఞార్థ జీవనము.

29

కర్మ నిర్వహణ - నియమములు

శ్రేయాన్ ద్రవ్యమయా ద్యజ్ఞాద్ జ్ఞానయజ్ఞః పరంతప ।
సర్వం కర్మాఖిలం పార్థ! జ్ఞానే పరిసమాప్యతే ॥ 33

ఓ అర్జునా! ద్రవ్యము వలన సాధింపబడు యజ్ఞము కంటె జ్ఞాన యజ్ఞము గొప్పది. జ్ఞాన యజ్ఞమున, కర్మ మంతయును పరిసమాప్తి చెందుచున్నది.

కర్మము పరిసమాప్తి చెందు విధానము శ్రీకృష్ణుడు యిచ్చట తెలిపియున్నాడు. జ్ఞానముతో యజ్ఞము చేయుటయే జ్ఞాన యజ్ఞము అనునది యిచ్చట తెలిపిన రహస్యము. అనగ తెలిసి కర్మను నిర్వర్తించుట. కర్మ, కర్తవ్యము రూపమున మనవద్దకు కాలానుసారముగ వచ్చుచుండును. దానిని నిర్వర్తించునపుడు తెలిసినవాడు ఈ క్రింది నియమములను పాటించును.

1. ఫలాపేక్షలేక నిర్వర్తించుట.
2. చేయవలసిన విధానము నెరిగి కర్తవ్యమును నిర్వర్తించుట.
3. కర్తవ్యమును తప్పించుకొనకుండుట.

4. కర్తవ్యము నిర్వర్తించునపుడు, వర్తనమున ఎక్కువ తక్కువలు లేకుండుట.

5. అలసత్వము, అశ్రద్ధ, కాలయాపనము చేయకుండుట.

6. నిర్వర్తింపబడుచున్న విషయములందు తగుల్కొనకుండుట, చిక్కుపడక యుండుట.

7. వక్రగతుల ననుసరింపక సక్రమముగ ఓర్పుతో శ్రద్ధతో నిర్వర్తించుట.

పై సూత్రములను పాటించుచు, సమస్త కర్తవ్య కర్మలను నిర్వర్తించువాడు కర్మబద్ధత నుండి, క్రమముగ విముక్తి చెందును. అటుపైన దివ్యకర్మయందు భాగముగ నిలచును. దివ్యకర్మను కూడ పై సూత్రములాధారముగనే నిర్వర్తించును కనుక మోక్షస్థితి యందే యుండి, కర్మ నిర్వహణము చేయుచు నుండును. సనక సనందనాదులు, నారదమహర్షి, సప్తఋషులు, మనువులు అట్టివారు. వారు సృష్టియందు శాశ్వతులై జ్ఞానయజ్ఞమున నిలచి జీవులకు మార్గము చూపుచున్నారు.

ఈ శ్లోకము జ్ఞానయోగమునకు హృదయము వంటిది. ఎవరే పని గావించుచున్నను పై సూత్రములను పాటించుట వారిని ఆ పనుల నుండి విముక్తులను చేయును. ముక్తి మార్గమును చూపునదే జ్ఞానము. అది ఆచరణమున యిమిడి యున్నది. ఆచరణమున పై సూత్రములను పాటించని వారు ఎన్ని తెలిసినను, తెలియనివారే. జీవితమున బద్ధులే. బద్ధులైన వారు ఎంత చదివినను, తెలిసినను జ్ఞానులు కారు. బద్ధత లేనివారే

జ్ఞానులు. బంధచ్ఛేదనము గావించుకొనుటకు దైవమిచ్చినది నిష్కామ కర్మయోగము. అట్టియోగమున నిలచి, బంధములను పరిష్కరించుకొనుట జ్ఞానయోగ మగును. జ్ఞానము పేరిట శాస్త్రాధ్యయనము, క్రతువులు, మంత్రములు, తంత్రములు, పూజలు, అభిషేకములు, సత్కార్యములు చేయువారు కూడ పై సూత్రములను పాటించనిచో బద్ధులే అగుచున్నారు. ఇది గమనించవలసిన విషయము.

30

బంధమోచనము

తద్విద్ధి ప్రణిపాతేన పరిప్రశ్నేన సేవయా ।
ఉపదేక్ష్యంతి తే జ్ఞానం జ్ఞానిన స్తత్త్వదర్శినః ॥ 34

తత్త్వవేత్తలగు జ్ఞానులకు సాష్టాంగ నమస్కారము చేసి, వ్యకిగతముగ వారికి సేవచేసి, వినయముగ వారిని సమయా సమయ వివేకముతో ప్రశ్నించియు, బంధమోచన జ్ఞానమును ఉపదేశపూర్వకముగ పొందుము.

బంధమోచన జ్ఞానము, బంధమోచనులైన ముక్తి జీవుల వద్ద దర్శింపవచ్చును. జ్ఞాన మనగ బంధమోచన జ్ఞానమే అని తెలుపబడినది గదా! తెలిపినంత మాత్రమున తెలుసుకొనిన వాడు ఆచరింపలేడు. ఫలాసక్తి లేక కార్యము నాశ్రయించి, కర్మను నిర్వర్తించవలెనని సర్వసామాన్యముగ అందరు వినియే యుందురు. అంతమాత్రముచేత ఆచరింప గలుగుచున్నారా? కర్మాచరణము దైవము తెలుపురీతిలో ఆచరించుట అంత సులభము కాదని అందరును అంగీకరింతురు. కోరిక ప్రధానముగ జీవించు మానవుడు, తన వ్యక్తిగత కోరిక కన్న కర్తవ్యమే ప్రధానమని

భావించుటకు సంస్కారబలముగ చాల మార్పు రావలెను. కేవలము విషయ పరిజ్ఞానము వలన ఎవ్వడును జ్ఞాని కాలేడు. నిజమగు జ్ఞాని సాన్నిధ్యము వలననే జ్ఞాని యగుటకు వీలగును.

ఇచ్చట జ్ఞాని యనగ బంధములను పరిష్కరించుకొనుచు, చేయు కర్మలవలన మరల బంధములను సృష్టించుకొనక జీవించు విధానము. ఈ విధానమున జీవుడు బంధమోచనుడై, స్వతంత్రుడై దివ్యవైభవమున నుండును. అట్టివాడే జ్ఞాని. అతని నిత్యజీవన ఆచరణమే నిజమగు దర్శన జ్ఞానము. జ్ఞానుల జీవన విధానము ఆకర్షణీయమై యుండును. వారు కర్మలాచరించు తీరు, ఫలాసక్తి లేని సూటియైన కర్తవ్యాచరణము, వ్యామోహము లేని జీవనము గమనించినచో ఆచరించుటకు వలసిన స్ఫూర్తి, సంకల్పబలము కలుగును. అట్లాచరించు బుద్ధిమంతుడు నిర్వర్తించవలసిన మరియొక కర్తవ్యము దైవమిచట బోధించు చున్నాడు.

జీవన్ముక్తుడగు జ్ఞాని దరిచేరుట, అతని జీవన విధానమును అవగాహనము చేసుకొనుట, సున్నితముగ అతడు కర్మ నిర్వర్తించు విధానము తెలుసుకొనుట, స్ఫూర్తితో ఆ విధానము ననుసరించు టతో బాటు, అట్టి జ్ఞాన పురుషునికి సేవ చేయుట, సాష్టాంగ దండప్రణామము చేయుట, అనుగ్రహమున వారు తెలిపిన సుళువులను, సూత్రములను హృదయస్థము గావించుకొని, వాచాలత్వము లేక వినయముతో ఆచరించుట.

భగవద్గీత యందలి ఈ శ్లోకము సద్గురు శుశ్రూష బంధ మోచనము కోరువానికి ఉపకరణము కాగలదని తెలుపుచున్నది.

స్వంతముగ తమకు తాము నిర్వర్తించుకొనుట కన్న తెలిసిన వారి సాన్నిధ్యమున నిర్వర్తించుకొనుట ఉత్తమము. తెలిసినవారి అనుగ్రహము పొందుట ఉత్తమోత్తమము. అనుగ్రహ మనునది అయస్కాంతీకరణము వంటిది. అయస్కాంత సన్నిధిని యినుప ముక్క త్వరితగతిని అయస్కాంతము కాగలదు. ఒక మనిషికి సేవ చేయుట, అతనికి సాష్టాంగదండ ప్రణామము చేయుట, అతనిని వినయముతో అడిగి తెలుసుకొనుట అహంకారులకు సాధ్యము కాదు. అహంకార మున్నంత కాలము బంధమోచనము కలుగదు. సాధకుని యందు సత్త్వము పెరుగుటకు ఈ మూడు సూత్రములను దైవము సూచించినాడు. అదియే మన పాద నమస్కారము, సేవ, పరిప్రశ్నము. కృష్ణ భక్తుల విషయమున ఈ మూడును గమనింపదగును. దైవభక్తుల జీవితమున ఈ మూడును దినచర్యగ పాటింపబడును. అట్టివారే దైవానుగ్రహ పాత్రులు కాగలరు. సద్గురువు రూపమున దైవమే వారిని అనుగ్రహించు చుండును.

31

నిజమైన జ్ఞానము

యజ్జ్ఞాత్వా న పునర్మోహ మేవం యాస్యసి పాండవ ।
యేన భూతా న్యశేషేణ ద్రక్ష్య స్యాత్మ న్యథోమయి ॥ 35

అర్జునా! సద్గురువు శుశ్రూష ద్వారా వారి అనుగ్రహము నుండి నీవు పొందిన జ్ఞానము నిన్ను మోహము నుండి తరింప జేయును. నీకు, నీయందును నా యందును, సమస్త ప్రాణుల యందును గల ఒకే ఒక తత్త్వము దర్శనము కాగలదు.

నిజమగు జ్ఞాన ప్రయోజన మేమో ఈ శ్లోకము తెలుపు చున్నది. భగవానుని దృష్టిలో ఈ రెండు అర్హతలు కలవారే జ్ఞానులు. జ్ఞానమను అగ్నిచేత సర్వమును హరింపబడినవారు మరల మోహమున పడరు. ఒకవేళ అట్లు పడినను, అది తాత్కాలికము. కండ్లున్నవారు సామాన్యముగ నడచినపుడు గోతిలో పడరు. ప్రమాదవశమున ఒకమారు పడినను, మాటి మాటికి పడుట యుండదు. జ్ఞానులను సైతము అపుడపుడు దైవమాయ మోహమున పడవేయును. అది దైవలీలయే! జ్ఞానుల

విషయమున అది తాత్కాలికమే యగును. నిజమగు జ్ఞానులు మరల మరల మోహమున పడుట యుండదు. మోహము దాటిన వారే నిజమగు జ్ఞానులు.

దైవము, జ్ఞానులను గూర్చి మరియొక అర్హత తెలిపినాడు. నిజమగు జ్ఞానికి తనయందు, తన పరిసరములయందు తత్త్వమే (దైవమే) గోచరించుచు నుండును. మరియొకటి యుండదు. *"నా యందు గల వెల్గు నా పరిసరముల వారి రూపమున కన్పట్టు గాక"* అను వాక్యము నిజమగు జ్ఞానమార్గము. తన యందు, అందరి యందుగల ఒకే సత్యమును నిత్యము దర్శించువాడే జ్ఞాని. జ్ఞాని సహచర్యమున సాధకు డీ రెంటిని గమనింపవచ్చును. అతడు వ్యామోహమున్నట్లు కనిపించు చున్నను, నిజమునకు అంతరంగమున అది గోచరింపదు. అతడన్నిటియందు గల దైవము తోనే ముడిపడి యుండును. ఇతర ఆకర్షణములు కలుగవు. నిత్య జీవితమున జ్ఞాని యిట్లు ప్రవర్తించు చుండగ, దానిని చూచుటయే మహదానందకరము. చూచువారికి వలసిన స్ఫూర్తి, ఆచరణీ యాత్మకమగు బలము కూడ జ్ఞాని నుండి లభింపగలదు.

ఈ శ్లోకముద్వారా శ్రీకృష్ణుడు జ్ఞానియనగ నెట్లుండునో, ఎట్టివారిని జిజ్ఞాసువు లాశ్రయింపవలెనో సున్నితముగ తెలిపినాడు.

32

బంధవిమోచన జ్ఞానము

అపి చేదసి పాపేభ్యః సర్వేభ్యః పాపకృత్తమః ।
సర్వం జ్ఞానప్లవేనైవ వృజినం సంతరిష్యసి ॥ 36

పాపాత్ము లందరికన్నను కూడ నీవు పాపము చేసినవాడ వైనను, ఆ సమస్త పాపమును (పై తెలుపబడిన) జ్ఞానమను తెప్పచేత నీవు చక్కగ దాటగలవు.

పాపము చేసినవారు పాపఫలములను దుఃఖము లుగను, నష్టములుగను, రోగములుగను, బాధలుగను అనుభ వించుచు బంధితులై యుందురు.

పుణ్యములు చేసినవారు ధనము, కీర్తి, పదవి, సంపద, ఆరోగ్యము, సుఖము అనుభవించుచు, వారును బద్ధులై జీవింతురు.

పాపకార్యములు చేసినవారు అశుభవాసనల యందు తగుల్కొని జీవింతురు. అట్లే పుణ్యకార్యములు చేయువారు

శుభముల యందు తగుల్కొని జీవింతురు. ఇరువురును వాసనా భావముచే బంధితులే. బంగారు త్రాళ్ళతో కట్టినను, పలుపు త్రాళ్ళతో కట్టినను బంధము బంధమే కదా! పుణ్యములు చేసినవారికి అనుభవము రూపమున పుణ్యము కలుగును. పాపములు చేసిన వారికి కూడ అనుభవ రూపమున పాపములు తొలగును. పాప పుణ్యముల హెచ్చుతగ్గులను బట్టి సుఖదుః ఖముల బంధములు ఉండుచునే యుండును.

సామాన్యజీవులు కొన్ని పుణ్యకార్యములు, కొన్ని పాప కార్యములు చేయుటవలన సుఖదుఃఖములతో జీవితము సాగుచుండును.

పై మూడు తెగలవారికి బంధవిమోచనము లేదు. జ్ఞాన మొక్కటే అందరికిని పరిష్కారము. జ్ఞాన మనగ ఫలముల యం దాసక్తి లేక, కర్తవ్యము నిర్వర్తించుటయే. అట్లెవరు నిర్వర్తించినను, ప్రపంచమను సాగరమున తెప్పతో సాగతున్నట్లుగ తేలుచు జీవించ గలరు. ఈ జ్ఞానమార్గ మొక్కటే నిజముగ దాటించు నావ. పుణ్యాత్ములకైనను, పాపాత్ములకైనను, సామాన్యులకైనను యిది ఒక్కటియే తరించు మార్గము.

33

కర్మ నిర్వహణ జ్ఞానము

యథైధాంసి సమిద్ధోఽగ్ని ర్భస్మసాత్ కురుతేఽర్జున ।
జ్ఞానాగ్ని స్సర్వకర్మాణి భస్మసాత్ కురుతే తథా ॥ 37

న హి జ్ఞానేన సదృశం పవిత్ర మిహ విద్యతే ।
తత్స్వయం యోగ సంసిద్ధః కాలే నాత్మని విందతి ॥ 38

ఓ అర్జునా! బాగుగా ప్రజ్వలింపజేయబడిన అగ్ని కట్టెల నే ప్రకారముగ భస్మీభూత మొనర్చుచున్నదో, ఆ ప్రకారముగనే, జ్ఞానమను అగ్ని సమస్త కర్మలను భస్మము చేసి వేయును.

ఈ ప్రపంచములో జ్ఞానముతో సమానమైన పవిత్రత కలిగినది ఏదియు లేదు. ఈ నిష్కామ కర్మయోగ జ్ఞానము కాలక్రమమున యోగసిద్ధిని గావించి, సాధకునకు 'తాను' ఎవరో స్వయముగ తెలుపును.

కోరికలు, ఆవేశకావేశములు, స్వార్థచింతన, అహంకార పూరితమగు భావనలు, ఫలములం దాసక్తి, కార్యములందు వక్రత, తనదనుకొను వానియందు మమకారము పచ్చి కట్టెల

వంటివి. అట్టి కట్టెలు అగ్నికార్యమునకు పనికిరావు. కేవలము చివికి నశించుట జరుగును. ఎండుకట్టె అగ్ని స్పర్శతో త్వరితముగ మండగలదు. స్థితి మార్పులు పొందగలదు. పవిత్రీకరింపబడి, విభూతియై మిగులగలదు. విభూతి పరమ పవిత్రము. కారణ మేమనగ అగ్ని దానిని ఏమియును చేయలేదు. పరమ పవిత్ర స్థితియే విభూతి. అగ్నివలననే కట్టె విభూతిగ మారుచున్నది. జ్ఞానము వలననే మనిషి మహాత్ము డగుచున్నాడు. జ్ఞానమనగ, కర్మలను నిర్వర్తించు జ్ఞానము. కర్మ నిర్వహణమున పాత కర్మలు, ప్రస్తుత కర్మలు నశించవలెను. క్రొత్తకర్మలు పుట్టరాదు. వ్యక్తిగత కర్మము నుండి విమోచనము పొందినవారు దివ్యకర్మయందే చిరకాలము జీవించుచు నుందురు. శాశ్వతులుగ నుందురు. అట్టివారు భగవత్ విభూతియే. కేవలము దైవమే వారి నుండి వ్యక్తమగుచు, శ్రేయస్సు చేకూర్చుచు నుండును. స్వయముగ భగవంతుడే వారియందు ఉపస్థితుడై యుండుటచేత 'స్వయ మును' గూర్చి కూడ వారు కాలక్రమమున తెలిసిన వారగుదురు.

ఈ రెండు శ్లోకములలో స్థూలముగ మూడు పురోగమన ములు గోచరించును.

1. జ్ఞానముతో కూడి నిర్వర్తించు కర్మ వలన కర్మ నాశనము క్రమముగ నగుట.

2. కర్మమోచనము పొందినవారు పవిత్రులై నిలచి దివ్య కార్యములకు సమర్పణ చెందియుండుట.

3. దైవము తమనుండి దివ్యకర్మను వ్యక్తము చేయుచుండగ, కాలక్రమమున తామెవ్వరో తమకు తెలియుట.

ఇట్లాత్మజ్ఞానము కర్మ నిర్వర్తించు జ్ఞానము నుండే పొంద వచ్చని, మరియొక మార్గము లేదని దైవము సూచించు చున్నాడు. ఎంత తెలిసినను, ఎంత పాండిత్యమున్నను, ఎన్ని విధములగు విద్యలు నేర్చినను, ఆచరణయందలి నిష్కామత, ఫలమునందు నిరాసక్తి, నిర్వహణమునందు త్రికరణశుద్ధి, సిద్ధించిన కార్యము లందు మమకార పడకుండుట మాత్రమే మార్గము. జ్ఞానము సర్వము కర్మనిర్వహణ జ్ఞానమే అని తెలియవలెను.

34

శ్రద్ధ

శ్రద్ధావాన్ లభతే జ్ఞానం తత్పరః సంయతేంద్రియః ।
జ్ఞానం లబ్ధ్వా పరాం శాంతి మచిరే ణాధిగచ్ఛతి ॥ 39

శ్రద్ధగలవాడు, తదేక నిష్ఠగలవాడు, యింద్రి యార్థము లందు చిక్కుకొననివాడు ఈ జ్ఞానమును పొందగలడు. జ్ఞానమును పొందినవాడు త్వరితగతిని పరమశాంతిని పొంద గలడు.

జ్ఞానమునకు మూడర్హత లీ శ్లోకమున చెప్పబడినవి. అందు మొదటిది శ్రద్ధ. రెండవది నిష్ఠ. మూడవది యింద్రియ నియమము.

1. శ్రద్ధ :

శ్రద్ధయనగ పరిపూర్ణ ఆసక్తితో కూడిన ఆచరణ. ఆసక్తి లేనిదే ఎవ్వడును ఏ పనియు చేయడు. ఆసక్తి పూర్ణముగ నున్నచో మనసు పరిపూర్ణముగ ఒక పనియం దర్పింపబడును. శ్రద్ధగ పనిచేయు వానికి మనసు పనియందు సమర్పితమగుటచేత యితర విషయములపై ప్రసరింపదు. పరిసరములందేమి జరుగు

చున్నను అతనికి వాటి అస్థిత్వముండదు. అర్జునుడు బాణము ఎక్కుపెట్టినపుడు పిట్టకన్ను మాత్రమే కనిపించుట, యితరములు గోచరింపకుండుట జరిగినది. ఇది శ్రద్ధకు తార్కాణము. అటులనే శ్రీరాముడు తాటి చెట్టు ఏడుతలలను కొట్టుట, పదునాలుగువేల రాక్షసుల నొక్క బాణముతో చంపుట శ్రద్ధకు తార్కాణము. శ్రద్ధ కలవాడు తాను చేయు పనియందే మనసు లగ్నము చేసి యుండును. ఎన్ని సంవత్సరములైనను చేయు పనియందే శ్రద్ధ గోచరించును. శ్రద్ధ గల మనసు సంయమము అను శక్తిని పొందును. ఎపుడైనను, ఎచటైనను విషయములు సూటిగ గోచరించుట, అవగాహన యగుట యుండును. సూక్ష్మమగు విషయములు కూడ సులభముగ అర్థమగును.

శ్రద్ధ గలవా డన్ని విషయము లందును శ్రద్ధగ నుండును. కొన్ని విషయములందు శ్రద్ధ, కొన్ని విషయములందు అశ్రద్ధ యుండదు. రాముని జీవితమే దీనికి తార్కాణము. (భరతు నెట్లాదరించెనో, గుహుని కూడ అట్లే ఆదరించెను.)

శ్రద్ధగలవాడు ప్రస్తుతమునందే యుండును. భవిష్యత్తు లోనికి తొంగిచూచుట, గతమును నెమరువేయుట యుండదు. శ్రద్ధ గలవానికి ఎదుట నున్న కర్తవ్యమే దైవము.

శ్రద్ధ అను గుణము చిన్నతనముననే నేర్చినవారు కార్యము లందు సులభముగ విజయమును సాధింపగలరు.

మరపు గల వారందరు శ్రద్ధ లేనివారే. ప్రస్తుత కాలమున మరపెక్కువ. అనగ శ్రద్ధ తక్కువ. నిజమునకు 'శ్రద్ధ' అను

గుణము సమస్తమగు సిద్ధులను సాధింపచేయును. జ్ఞానమునకు కూడ శ్రద్ధయే ప్రధానము. చేయు పనియందు శ్రద్ధ, ఫలములయం దనాసక్తి ముఖ్యమని తెలియవలెను.

2. తదేక నిష్ఠ :

భగవంతుడు 'తత్పరః' అను పదమును వాడినాడు. తత్పరత్వము కలుగవలెనన్నచో చేయు పనియం దాసక్తి మిన్నగ యుండవలెను. ఆసక్తి యున్నచోటే శ్రద్ధ, తత్పరత్వము యుండును. ఆసక్తి కలుగుట, కలుగకపోవుట స్వభావముపై ఆధారపడి యుండును. స్వభావమున కనుగుణమైన పని స్వధర్మ మగును. అందువలన స్వధర్మము నాచరించువారికి సహజముగ కొంత ఆసక్తి యుండును. ఆ ఆసక్తికి శ్రద్ధ, తత్పరత జోడించినచో కార్యసిద్ధి తథ్యము. ఈ రెండు గుణముల గలవాడు అంతః కరణముల యందు అఖండుడై నిలచును. అనగ అతని స్వభావము, మనసు, బుద్ధి, అహంకారము ఒకటిగ నిలచి కార్యములు నిర్వర్తించును గనుక సిద్ధి కలుగును. బుద్ధిని దైవముపై లగ్నము చేయుచుండగ, చిత్తము చెప్పు పైకి ప్రస రించుట సర్వసామాన్యము. అట్టివారు ఖండ ప్రజ్ఞ గలవారై, కార్యములందు విఫలు లగుచుందురు.

అంతఃకరణ ప్రజ్ఞ అఖండమై, కార్యములందు ప్రయోగించి నపుడు సర్వసామాన్యముగ కార్యసిద్ధి కలుగును. అట్టివారు జ్ఞానముపై మనసు నిడినపుడు చిత్తము, మనసు, బుద్ధి, తాను (అహంకారము) జ్ఞానము నుపాసించుటచే జ్ఞాను లగుదురు.

కర్మల నుపాసించునపుడు కూడ శాంతిగ నుందురు. పనులు చేయుచుండుట వలన వారికి శాంతి కరవు కాదు. పనులు చేయుచు కూడ పరమశాంతితో నుందురు.

విస్తారమగు కార్యములు నిర్వర్తించుచు, ప్రశాంతముగ ఏమియు చేయని వారివలె గోచరించు వారు శ్రద్ధాళువులు, తత్పరులు.

3. యత యింద్రియత్వము :

శ్రద్ధ, తదేక నిష్ఠతో పాటుగ యమింపబడిన యింద్రియము లను గూర్చి దైవము పలికినాడు. ఇంద్రియ నియమము జీవుని బాహ్య ప్రజ్ఞకు సంబంధించినది. శ్రద్ధ, నిష్ఠ అంతర్ముఖ ప్రజ్ఞకు సంబంధించినది. బాహ్యాంతరము లందు చెదరక యుండవలె నన్నచో అంతర్ముఖముగ శ్రద్ధ, నిష్ఠ యుండవలెను. బహిర్ముఖ ముగ యింద్రియ వ్యాపారములు తన వశమున నుండవలెను. ఇంద్రియముల యందు కన్ను ముఖ్యమే అయినను వానిని వశము చేసుకొనుటలో స్పర్శ, రుచి ముఖ్యమని దైవము మరియొక చోట తెలిపినాడు. స్పర్శ, రుచి బాహ్యమును అంటును. చూపు, వినికిడి, వాసన సూక్ష్మముగ అంటును. తిన్నది, ముట్టుకున్నది స్థూలమై, బాహ్యముతో గట్టి సంబంధ మేర్పరచును. అందువలన తినుట, ముట్టుకొనుట అను విషయమున కొంత నియమముండుట ఉపయోగించును.

చూచుట, వినుట, వాసన చూచుట అను విషయముల యందు కూడ నియమము ప్రధానము. చూచునది, వినునది,

వాసన చూచునది, రుచి చూచునది, ముట్టుకొనునది, కావలెనని పించుట సామాన్యము. కావలె ననిపించగనె, అవసర మనిపించును. ఇంద్రియార్థముల విషయమున దైవ మొకటే ప్రశ్న పరిష్కారముగ నిచ్చినాడు. 'అవసరమా?' అని యింద్రియార్థముల విషయమున ప్రశ్నించుకొనుట ముఖ్యము. అవసరము లేనివి చూచుట, వినుట, రుచి చూచుట, ముట్టుకొనుట, వాసన చూచుట చేయు వానికి యింద్రియములు బలిష్టమైన గుఱ్ఱములవలె ఐదు దిశల లోనికి లాగుచు నుండును. ఇక ప్రయాణమెక్కడ? రథము ఐదు ముక్కలుగ చీలును. ఇంద్రియములను గుఱ్ఱములను అవసర మునకే వాడవలెను. ఈ క్రింది విషయములందు అవసరమా? అను ప్రశ్న వేసుకొను చుండవలెను.

1. ఎచ్చటికైన వెళ్లదలచినపుడు, 2. ఏదైన వినదలచినపుడు, 3. తినదలచినపుడు, 4. ముట్టుకొనవలసి వచ్చినపుడు, 5. వాసన చూడ వలసినపుడు. అవసరము లేక తినుట, తిరుగుట, వినుట, మాట్లాడుట, చూచుట, ముట్టుకొనుట వలన జీవప్రజ్ఞ బాహ్యమున బంధింపబడి యుండును. బద్ధుడెట్టి కార్యమును నిర్వర్తించలేడు.

పంచేంద్రియములందు బద్ధుడైనవాడు కర్మేంద్రియము లందు కూడ బద్ధుడగును. ఇట్లు దశేంద్రియములందు బద్ధుడై నశించును. కర్మేంద్రియబద్ధుడు ఈ క్రింది విధముగ ప్రవర్తించుచు నుండును.

1. పని లేక తిరుగుట

2. పని లేక వాగుట

3. అవసరము లేని పనులయందు చేతులను వినియోగించుట.

4. మలమూత్రావయవములను నిస్సత్తువ గావించుట.

పంచేంద్రియములను గుఱ్ఱములు, కర్మేంద్రియములతో కూడిన రథమును అవకతవకగ లాగుటచే జీవుడు బాహ్య ప్రజ్ఞ యందే నశించును. ఇక అంతరంగ మెక్కడ. బహిఃకరణములనే వినియోగించ లేనివాడు అంతఃకరణములను వినియోగింప జాలడు. అంతఃకరణములు, బహిఃకరణములు సవ్యముగ నిర్వర్తింపబడుటయే గాక, అన్నిటి నుండియు అఖండమై 'తాను' అను ప్రజ్ఞ ప్రసరించినపుడే జ్ఞానమున కర్హత అని తెలియవలెను. అట్టి అఖండ ప్రజ్ఞ కలవారే పరమశాంతి కర్హులు.

ఈ శ్లోకము సాధకులకు అత్యంత ప్రాముఖ్యమగు శ్లోక మగుటచే క్లుప్తముగ మరల వివరింపబడు చున్నది.

జీవుడు బాహ్య ప్రపంచమున పనిచేయుటకు మనసు, పంచేంద్రియములు, పంచ కర్మేంద్రియములు అవసరము. అంత రంగమునుండి చిత్తము, బుద్ధి, అహంకారము పనిచేయును. జీవప్రజ్ఞ ఈ క్రింది విధముగ బాహ్యములోనికి ప్రసరించును.

1. అహంకారము, 2. బుద్ధి, 3. చిత్తము, 4. మనస్సు, 5. జానేంద్రియములు (5), 6. కర్మేంద్రియమలు (5), 6. వాక్కు. మొత్తము 15.

ఒక సంకల్పము కలిగినపుడు ఈ పదునైదు పనిచేయు చుండును. సంకల్పము కర్తవ్యమై యున్నచో దానిని నిర్వర్తించ

వలెను. కానిచో విసర్జించవలెను. కర్తవ్యమైనపుడు శ్రద్ధతోను, తదేక నిష్ఠతోను నిర్వర్తించుటకు అంతఃకరణశుద్ధి ముఖ్యము. అందు వలన శ్రద్ధ, నిష్ఠ అనువాటిని ఆయుధములుగ కర్తవ్య కర్మను జ్ఞానేంద్రియములతోను, కర్మేంద్రియములతోను నిర్వర్తించవలెను.

ఈ శ్లోకమున లింగ శరీరమందలి పదునైదు అంశములు అనుసంధానము చేయుటకు వలసిన దీక్షలను దైవము తెలిపి యున్నాడని తెలియవలెను. అవియే శ్రద్ధ, నిష్ఠ, యింద్రియ నిగ్రహము.

ఈ మూడు దీక్షలను స్వీకరించువారు జ్ఞానమున నడచి, బంధములను తొలగించుకొనగలరు.

35

అశ్రద్ధ - సంయమము

అజ్ఞశ్చా శ్రద్దధానశ్చ సంశయాత్మా వినశ్యతి ।
నాయం లోకోఽస్తి న పరో న సుఖం సంశయాత్మనః ॥ 40

అజ్ఞాని ఇహలోకమున గాని, పరలోకమున గాని సుఖమును పొందలేడు. కారణమేమనగ అతడు రెండు గుణములచే బద్ధుడు. ఒకటి అశ్రద్ధ, రెండు సంశయము.

అశ్రద్ధ వలన పనులు చెడును. శ్రద్ధ లేనివాడు ఏ కార్యమును అనుస్యూతముగ నిర్వర్తింపలేడు. మనసు లగ్నము చేసి పనులను నిర్వర్తింపలేడు. పనులన్నియు అరకొరగనే జరుగు చుండును. శ్రద్ధ లేమివలన పనులయం దాటంకములు రాగ, ఆటంకముల వలన మనసునందు రకరకముల సంశయములు మొలకెత్తుచు నుండును. సంశయము అశ్రద్ధను పోషించుచుండగ, అశ్రద్ధ సంశయమును ప్రోత్సహించు చుండును. సర్వసామాన్య ముగ వైఫల్యములకు ఈ రెండు అంశములే కారణముగ తెలియ

వచ్చును. ఇట్టివారు క్రమముగ పురోగమించుట జరుగకపోగ, తిరోగమించుట జరుగుచు నుండును. ఈ శ్లోకమున సంశయాత్మకుడు నశించును అని చెప్పుటలో 'వినశ్యతి' అను పదము వాడబడినది. అనగ అట్టివాని పతనము ఘోరముగ నుండునని తెలియవలెను. శ్రద్ధ, విశ్వాసము పురోగతికి కారణములు కాగ, అశ్రద్ధ, సంశయము తిరోగతి కలిగించును సుమా అని అర్థము.

36

కర్మనిష్ఠ

యోగసన్యస్త కర్మాణం జ్ఞానసంఛిన్న సంశయమ్ ।
ఆత్మవంతం న కర్మాణి నిబధ్నంతి ధనంజయ ॥ 41

కర్మఫలములను సన్యసించి, కర్తవ్య కర్మల నాచరించు వాడు జ్ఞానముచే సంశయములను భిన్నము గావించి కర్మనిష్ఠతోనే ఆత్మవంతు డగును. అట్టివాని కెట్టి బంధములు లేవు.

శ్రీకృష్ణుడు మానవులకు అందించిన సందేశ మొక్కటియే. ఫలాసక్తి సన్యసించి కర్తవ్యమును నిర్వర్తించుట. భగవద్గీతయందు ఈ అంశము మరల మరల తెలుపబడుచునే యుండును. ఎన్ని రకములుగ చెప్పినను సాధకున కందించు విషయ మొక్కటియే. కర్తవ్యము నాచరించుటే ముఖ్యము గాని, ఫలములనుబట్టి కర్తవ్యముల నాచరించుట కాదు. ఇది మానవునకు వంట బట్టుటకు వందల జన్మలు గడువవచ్చును. అయినను బంధ మోచనమున కిదొక్కటియే మార్గము. మరియొక మార్గము లేదు.

చేయుపని కర్తవ్యమా, కాదా? అనునది ముఖ్యము.

కర్తవ్యమే అని తేలినపుడు ఆచరించుటయే గాని మరియొక మార్గము లేదు. ఆచరించునపుడు సమతూకముగ నాచరించ వలెను. లేనిచో ఆచరించుట ద్వారా మరల కర్మలు పుట్టవచ్చును. సమతూకముగ ఆచరించినపుడు ఫలములు సిద్ధింపవచ్చును. సిద్ధించిన ఫలములయందు మోహపడుట వలన కూడ మరల బంధము కలుగవచ్చును. అందువలన కేవలము కర్తవ్య నిర్వహణమేకాని, జీవితమున మరి ఏమియు లేదని కృష్ణుని ఉపదేశ సారాంశము. నిర్వర్తించుట ఆనందముగ జరిపినచో కర్మ నిర్వహణమే వలసిన అనుభూతి నందించును. కృష్ణు డట్లే వర్తించి నాడు. నిజమునకు అట్టి వర్తనమున, దిట్టయై నర్తించినాడు కూడ. అతని సందేశము కూడ నదియే.

కర్మ నిర్వహణ మందలి సూత్రములను తెలిసి, అట్లు జీవించువాడు జ్ఞానముచే సంశయములు తొలగినవాడై, కర్మ బంధములనుండి విడివడి ముక్తుడగును. ఆత్మవంతుడు కూడ అగును. అట్టివానికి సృష్టియందు సమస్తము శాశ్వతముగ సహక రించుచునే యుండును.

37

నిష్కామ కర్మయోగము

తస్మా దజ్ఞానసంభూతం హృత్ స్థం జ్ఞానాసి నాత్మనః ।
ఛిత్త్వైనం సంశయం యోగ మాతిష్ఠోత్తిష్ఠ భారత ॥ 42

భరత పుత్రుడవగు ఓ అర్జునా! నీ హృదయమందు పుట్టిన అజ్ఞానమును, ఈ తెలుపబడిన జ్ఞాన మను ఖడ్గముచే ఛేదించుము. నిష్కామముగ కర్మమును నిర్వర్తించుము. సంశయింపక లెమ్ము.

అర్జునుడు సంశయమున పడుటచేతనే అతని హృదయమున అనేకానేక ప్రశ్నలు ఉద్భవించినవి. ప్రశ్నలనుండి ప్రశ్నలు పుట్టుచున్నవి. సహజముగ జ్ఞానవంతుడైనను అతడు సంశయమున పడుటచే అతని నజ్ఞాన మావరించినది. అజ్ఞానము, సంశయముతోడై, అశ్రద్ధ జనింపగ శ్రీకృష్ణుడు తెలిపిన విషయమునే మరల మరల తెలుపవలసి వచ్చినది. అర్జునుని యందుకల వాత్సల్యముతో దైవము మరల మరల నిష్కామ కర్మయోగ ప్రభావమును వివరించినాడు.

అర్జునుడు ధనుస్సు, బాణములను విడిచిపెట్టి ప్రశ్నలు వేయుట, శ్రీకృష్ణుడు పదే పదే ఒకే సమాధానము తెలుపుట మానవుల సహజ ధోరణిని తెలుపును. మానవులకు తెలుసు కొనుటలోగల ఆసక్తి చేయుటలో లేదు. తెలుసుకున్నకొలది యింకను తెలుసుకొనవలెనను ఆరాటమేగాని, తెలిసినది ఆచరించుట యుండదు. తెలిసినది ఏ కొద్దియైనను, దాని నాచ రించుట ఆరంభించినచో తెలియవలసినది ఎప్పటికప్పుడు తెలియుచునే యుండును. ఆచరింపక తెలుసుకొనుట ఆరంభించి నచో అది వ్యసనమై స్థిరపడును. తెలుసుకొనుట, ఆచరించుట ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలవలె ఎవరియందు జరుగునో అట్టివారే ముముక్షు మార్గమున పయనించువారు.

అందులకే ఉత్తిష్ఠ, అతిష్ఠ (లెమ్ము, ఆచరింపుము) అని దైవము పలికినాడు. ఆచరించవలసినది తాను తెలిపిన యోగము. అందుచే "యోగమాతిష్ఠోత్తిష్ఠ భారత" అని పలికినాడు. యోగ మనగ నిష్కామ కర్మయోగమే.

OTHER BOOKS THROUGH
MASTER K. PARVATHI KUMAR

The following books are available in: English (E), German (G), Spanish (S), French (F), Hebrew (H), Telugu (T), Hindi (HI) and Kannada (K) languages.

BOOKS :

1.	MITHILA –A New Age Syllabus	E/G/S
2.	THE AQUARIAN MASTER	E/G/S
3.	SOUND –The Key & its Application	E/G/S
4.	ASHRAM LEAVES	E/G/S
5.	SANKHYA –The Sacred Doctrine	E/G/S
6.	VENUS –The Path to Immortality	E/G/S
7.	THEOSOPHICAL MOVEMENT	E/G/S
8.	SHIRDI SAI SAYINGS	E/G/S
9.	SPIRITUALITY IN DAILY LIFE	S
10.	THE MASTERS OF WISDOM	S
11.	MEDITATION & GAYATRI	S
12.	WISDOM TEACHINGS OF VIDURA	E/G/S
13.	ON HEALING	E/G/S
14.	SPIRITUAL FUSION OF EAST & WEST	E
15.	SRI SASTRY GARU	E/G/S/F/T
16.	THE AQUARIAN CROSS	E/G/S
17.	HERCULES –The Man & the Symbol	E/G/S
18.	MANTRAMS –Their Significance & Practice	E/G/S
19.	SRI DATTATREYA	E/G/S/T/HI

20.	SATURN –The Path to Systematised Growth	E/S
21.	JUPITER –The Path of Expansion	E/S
22.	MASTER E.K. –The New Age Teacher	E/G/S
23.	AMANASAKUDU	T/K
24.	VRUTRASURA RAHASYAM	T
25.	THE DOCTRINE OF ETHICS	E
26.	DHANAKAMUNI KATHA	T
27.	ANTARDARSANA DHYANAMULU	T
28.	THE SPLENDOR OF SEVEN HILLS	E/T/Hi
29.	DOCTRINE OF ETERNAL PRESENCE	E
30.	ASANGUDU	T
31.	SARASWATHI - THE WORD	E
32.	MANA MASTARU GARU	T
33.	GEETOPANISHAD (Sankhya Yogamu)	T
34.	GEETOPANISHAD (Karma Yogamu)	T
35.	'OM'KARAM	T
36.	JYOTIRLINGA YATRA	T
37.	SRI LALITHA	T
38.	KATHA DEEPIKA	T
39.	MASTER C.V.V. (Birthday Message)	T
40.	MAITREYA MAHARSHI BODHALU	T
41.	MARUVU MAHARSHI BODHALU	T
42.	DEVAPI MAHARSHI BODHALU	T
43.	HIMALAYA GURU PARAMPARA	T
44.	OCCULT MEDITATIONS	E
45.	Master C.V.V. - The Initiator - Master E.K. The Inspirer	E
46.	SAI SUKTHULU	T
47.	SRI KRISHNA NAMAMRUTAM	T

BOOKLETS :

1.	LORD MAITREYA -The World Teacher	E/G/S/F
2.	THE WHITE LOTUS	E/G/S
3.	WISDOM BUDS	E/G/S
4.	SPIRITUALISM, BUSINESS & MANAGEMENT	E/G/S
5.	THE PATH OF SYNTHESIS	E
6.	THE ETHERIC BODY	E/G/S
7.	MARIA MAGDALENA	E/G/S
8.	TIME, THE KEY	E/G/S
9.	LISTENING TO THE INVISIBLE MASTER	E/G/S/F/H
10.	GOOD FRIDAY	E/G/S/F/H
11.	BHRIKTA RAHITA TARAKA RAJAYOGAMU	T/K
12.	MARRIAGE - A SACRAMENT	E
13.	MASTER C.V.V. YOGAMU-KARMARAHITYAMU	T
14.	POOJA VIDHANA PRASASTYAMU	T
15.	GAYATRI MANTRA PRASASTYAMU	T
16.	BHARATEEYA SAMPRADAYAMU	T

ధనిష్ఠ ఇతర ప్రచురణలు :

1. శ్రీ వినాయక వ్రతకల్పము
2. శ్రీ శరన్నవరాత్ర పూజావిధానము
3. శ్రీ హనుమాన్ చాలీసా
4. శ్రీ సూర్య పూజావిధానము
5. శ్రీ శివ హృదయము
6. శ్రీ మహాలక్ష్మి పూజావిధానము
7. శ్రీ వేంకటేశ్వర పూజావిధానము
8. శ్రీ విష్ణు సహస్రనామ స్తోత్రము
9. పురాణ పురుషుని పూజా విధానము