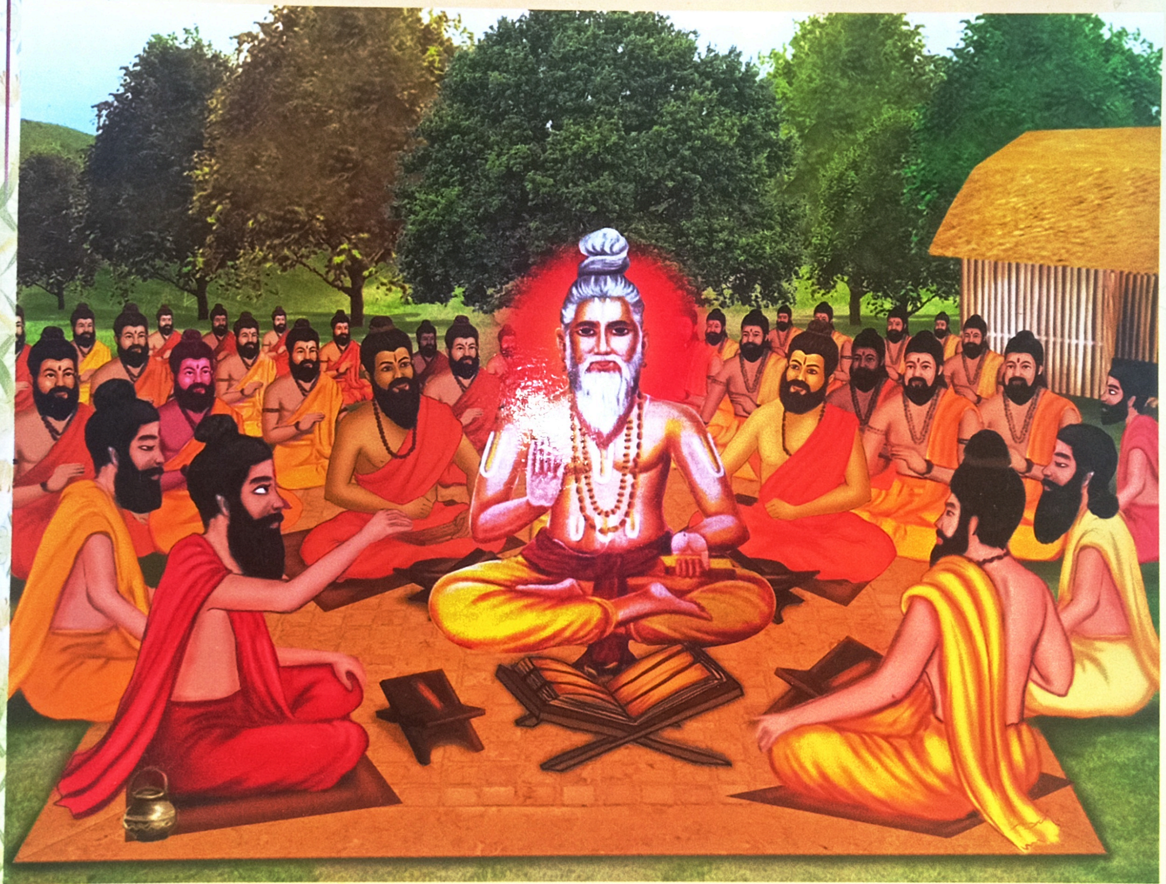
చతుర్వేదాంతర్గత

II

ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము

ద్వితీయ సంపుటి - కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత : 22 ఉపనిషత్తులు

మంగళ శ్లోక - తాత్పర్య - వివరణ సమేతముగా



వ్యాసాయ విష్ణు రూపాయ వ్యాసరూపాయ విష్ణవే ॥
నమోవై బ్రహ్మనిధయే వాసిష్ఠాయ నమో నమః ॥

తాత్పర్య - వ్యాఖ్యానములు : యేలేశ్వరపు హనుమ రామకృష్ణ

చతుర్వేదాంతర్గత

ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము

(మంగళ శ్లోక - తాత్పర్య - అధ్యయన సమేతంగా)

సంపుటి - 2 కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

II

⌘

అధ్యయన విద్యార్థి

యేలేశ్వరపు హనుమ రామకృష్ణ B.Com., C.A.I.I.B.,

(Retd, Chief Manager - Andhra Bank)

D.No. 2/8, Siva Temple Street,

KUCHIPUDI - 521 136 Krishna Dist. A.P. India

Cell : 9247105392 Land : 08671 - 251164

Website : www. yhramakrishna.com

e.mail : yhrk2525@gmail.com

⌘

ప్రకాశకులు

శ్రీమతి యేలేశ్వరపు కనకదుర్గ

D.No. 2/8, Siva Temple Street,

KUCHIPUDI - 521 136 Krishna Dist. A.P. India

Cell : 92479 25278 Land : 08671 - 251164

చతుర్వేదాంతర్గత

ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము

(మంగళ శ్లోక - తాత్పర్య - అధ్యయన సమేతంగా)

సంపుటి - 2 కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

అధ్యయన విద్యార్థి

- యేలేశ్వరపు హనుమ రామకృష్ణ

ప్రథమ ముద్రణ	:	**23-8-2015**
ప్రతులు	:	1000
వెల	:	500/-

పబ్లిషర్ మరియు ప్రతులకు

శ్రీమతి యేలేశ్వరపు కనకదుర్గ

D.No. 2/8, Siva Temple Street,
Kuchipudi - 521 136 Krishna Dist. A.P. India
Cell : 92479 25278 Land : 08671 - 251164

Cover Page Designedy By
Aravinda Graphics, Eluru
Cell : 98486 44882

DTP & Printed By and ***also For copies***

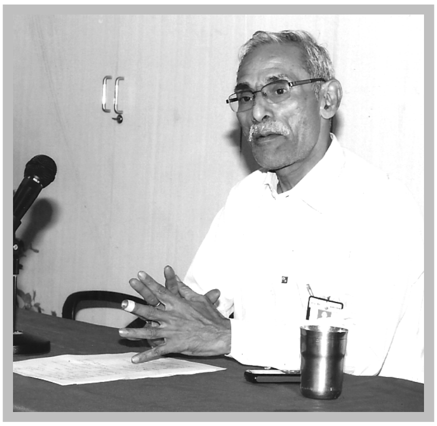
B. SAI KUMAR
Hasitha Graphics & Printers
Rose Gardens, Eluru-1 W.G. Dist
Cell : 97042 75472

ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము

స్వపరిచయం

పాఠక-ఆత్మానంద స్వరూపులకు నమస్కరిస్తూ...

ఓం। సర్వే అత్ర సుఖినస్సంతు సర్వేసంతు నిరామయాః।
సర్వే భద్రాణి పశ్యంతు మా కశ్చిత్ దుఃఖభాగ్ భవేత్॥



వైహెచ్. రామకృష్ణ
సెల్ : 92471 05392
ల్యాండ్ : 08671-251164

మాతృ-పితృ దేవతలు	:	యేలేశ్వరపు ఆదిలక్ష్మి కామేశ్వరమ్మగారు, లక్ష్మీ నారాయణ గారు
జన్మస్థానం	:	భావదేవరపల్లి (వయా నాగాయలంక), కృష్ణా జిల్లా, ఆంధ్రప్రదేశ్
పుట్టిన తేదీ	:	20-7-1951
స్వగ్రామం	:	కూచిపూడి, కృష్ణా జిల్లా
చిరునామా	:	డోర్ నెం. 2/8, శ్రీరామలింగేశ్వరస్వామి గుడి వీధి కూచిపూడి - 521136, మొవ్వ మండలం, కృష్ణా జిల్లా, ఆంధ్రప్రదేశ్, ఇండియా
లోక విద్య	:	బి.కామ్. (హిందూ కాలేజి, మచిలీపట్నం 1968-71), సి.ఎ.ఐ.ఐ.బి.
ఇష్టదైవం	:	శివయ్య
వృత్తి	:	రిటైర్డ్ చీఫ్ మేనేజర్, ఆంధ్రాబ్యాంక్ (After Serving 38 1/2 years)
ప్రవృత్తి	:	తాత్త్విక చింతన, సద్గోష్ఠులు, ధార్మికోపన్యాసాలు వినటం, శివార్చన, సాహిత్యాభిమానం
ఆశయం	:	సర్వమతములు మానవుని జీవితమును సుసంపన్నం చేయటానికి, ప్రశాంతత - ఆనందములతో నింపటానికే ఉన్నాయి. సర్వ మార్గముల అంతర్లీనమే మానవతా వాదము. అట్టి మానవతపు విలువలు పరిరక్షింపబడటానికి నేను సైతం నావంతు కృషి నిర్వర్తించి, తద్వారా 'మానవుడనై ఉండుట' అను మహోత్కృష్టమైన అవకాశమును సద్వినియోగ పరచుకోవటం.
సద్గురువు	:	శ్రీశ్రీశ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరి స్వామివారు, శ్రీకాళహస్తి. శ్రీ యేలేశ్వరపు రామకృష్ణయ్య గారు, కూచిపూడి (మొదలైన ఎందరో)
ఇతర రచనలు	:	⌘ శ్రీ వసిష్ఠరామ సంవాదము (యోగవాసిష్ఠము) వచన కావ్యము (32000 శ్లోకముల వచన పూర్వక అధ్యయనము) (4 Volumes - Sri Rama Krishna Math, Hyderabad) ⌘ భగవద్గీత - వచనము - అధ్యయన పుష్పము ⌘ కఠ-ఈశావాస్యోపనిషత్ అధ్యయన పుష్పములు (మరియు) శ్రీ నారద ప్రణీత భక్తి సూత్రములు-తాత్పర్యము ⌘ గొల్ల కలాపము - అధ్యయన పుష్పము ⌘ శ్రీకృష్ణ - ఉద్ధవ సంవాదము (ఉద్ధవ గీత) - అధ్యయన పుష్పము ⌘ (వర్తమానంలో) 108 ఉపనిషత్తుల ఉద్యానవనము (మంగళ శ్లోక - తాత్పర్య - సవివరణ సమేతంగా)

ఓం నమ శ్రీ సీతారామ లక్ష్మణ యతీంద్రాయ

ముముక్షుజన మహాపీఠము

శ్రీకృష్ణాశ్రమము
పెదముత్తేవి - 521136
మొవ్వ మండలము
కృష్ణా జిల్లా, ఆంధ్రప్రదేశ్

శ్రీ మన్మథనామ సంవత్సర
అధిక ఆషాఢ మాస
శుద్ధ పౌర్ణమి, గురువారము
02-07-2015

సోదరులు శ్రీ హనుమ రామకృష్ణ గారికి,

శుభాః శీః పురస్కరంగా, ఉభయకుశలోపరి.

తమ **"చతుర్వేందాంతర్గత ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము"**లో విహరించాము.

సరళమైన, సుబోధకమైన వివరణతో కూడిన మీ గ్రంథములన్నీ పాఠకులకు, సాధకులకు ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉన్నాయి.

ముఖ్యంగా...,

మీ గ్రంథములను **"అధ్యయన పుష్పములు"** అని పేర్కొనటం ఎంతో ఔచిత్యయుక్తంగా ఉన్నది.

మీరు అధ్యయనము చేస్తున్న సమయములో **"మీ లోపలి నుండి పుష్పంగా వికసించటము"** - అన్న ఉదాత్త భావం మీ అన్ని రచనలలోను అడుగడుగునా గోచరిస్తున్నది.

వినయ భూషణులైన మీ నుండి యావత్ ఉపనిషత్తులూ ఉద్యానవన సముదాయంగా నిర్మితమై దివ్య పరిమళముతో కూడిన పుష్పగుచ్ఛములుగా పాఠకులను అలరిస్తూ, సాధకులుగా తీర్చిదిద్దునట్లు భగవానుడు అనుగ్రహించును గాక!

ఇతి శమ్।
శుభాశీస్సులతో...

ముత్తేవి సీతారామ్
"వాసుదేవ"
పీఠాధిపతులు
సెల్ 9441172747, ల్యాండ్ 08671-256270

తొలి పలుకు (ప్రాక్కథనం)

31-7-2015
గురుపౌర్ణమి

పసుమర్తి నారాయణమూర్తి
సాహిత్య విద్యాప్రవీణ
విశ్రాంత సంస్కృతోపాధ్యాయుడు
కూచిపూడి - 521 136, కృష్ణా జిల్లా, ఆంధ్రప్రదేశ్
సెల్ : 094410 94514

విద-జ్ఞానే ధాతోః నిష్పన్నం వేదః। మాంస నిర్మిత జ్ఞానేంద్రియములకు, కర్మేంద్రియములకు, మనస్సుకు, ధీశక్తికి అందని **ఆవలనున్న ఈశ్వరుని తెలియజేయునది "వేదము". వేదశబ్దార్థము = తెలియజేయునది; తెలియబడునది.**

"శరీరమాద్యంఖలు ధర్మసాధనే". అట్టి ఈశ్వరుని పొందుటకు శరీరమే సాధనం. యమ, నియమ, ఆసనాదులతో నిత్యం అన్వేషించు యోగిపుంగవులకు, నావంటి సామాన్యులకు కూడా సత్య వస్తువును కనుగొనుటకు వేదములు జ్ఞాన-యోగసాధనలకు మార్గదర్శకములు.

వేదములు **అపౌరుషేయములు.** "అపౌరుషేయం వాక్యం వేదః". బ్రహ్మాండమంతా నిండియున్న పరమేశ్వరుని వాక్కులు అంతర్హృదయంగా విని మహర్షులు **మంత్రరూపముగా** లిఖించుటచే వేద వేదాంతములకు (ఉపనిషత్తులకు) **"శ్రుతులు"** అని పేరు వచ్చినది.

ప్రస్తుతం ఈశావాశ్యోపనిషత్తు మొదలు ముక్తికోపనిషత్ వరకు 108 ఉపనిషత్తులు మాత్రమే లభ్యమగుచున్నవి.

సృష్టిలో మానవజన్మ మహోత్కృష్టమైనది. దాన్ని ధర్మాచరణతో పరిపుష్టం చేసుకోవాలి. జననం మొదలు మరణం వరకు ఏవిధంగా జీవించాలో, **కైవల్యం ఎట్లు పొందాలో** వేదవేదాంత గ్రంథములు, పురాణేతిహాసములు విశదీకరించి ఆచరించమని బోధించాయి.

మనం వాటిని కట్టుకథలుగా కొట్టిపారెయ్యకూడదు.

వాటి ప్రబోధనలు మానవ జీవితాలకు నిర్దేశించిన ధర్మపథాలు. ధర్మ నిఘంటువులు. భక్తి, జ్ఞాన వైరాగ్య, యోగాభ్యాసములను విశదపరచి - ఆత్మ జ్యోతిని వెలిగించి తరింపజేయు జ్ఞానసాధనలు వేదాంతగ్రంథములు.

ధర్మానుష్ఠానం గొప్ప తపస్సు. మంచి, చెడుల విచక్షణతో మానవుడు మాధవత్వంవైపు అడుగులు వేయగలడు. **ఇది ఆచరణ సాధ్యమేగాని, దుస్సాధ్యం కాదు.** అందుకుగాను, భూతదయ, సజ్జన స్నేహం, వినయసంపద, క్షమాగుణం, నిరాడంబరత, లభించిన దానితో తృప్తి, మౌనవ్రతం, జిజ్ఞాస, యోగాభ్యాసము, విచారణ - మొదలైనవి కలిగియుండమని వేదాంత శాస్త్రము మనకు బోధిస్తున్నది.

ఈ పాంచభౌతిక దృశ్యంలో దేవులాడినా దొరకని మన స్వస్వరూపము గురించి తెలుసుకోవటం ఎలా? దానిని తెలియచెప్పునదే వేదాంతం. అసాధ్యమైనదాన్ని సుసాధ్యం చేసుకోవాలన్న తపనతో అన్వేషణ మొదలు పెడతాం. మనసుకు తెలిసిన దానినే మనస్సు గుర్తుపట్టగలదు. పంచేంద్రియాలను తాకని వస్తువును మనస్సు పట్టుకోలేదు. దేనినైతే వెతకాలని అనుకుంటామో దాని పూర్తి సమాచారం మనసుకు తెలిసివుండాలి.

మరి మనస్సు ఎట్టిది? ఎక్కడ నుండి జనిస్తోంది? - ఈ సమాచారం బ్రహ్మజ్ఞులగు గురువుల వలన లభ్యమగును. అందుకు పాఠ్యపుస్తకము- **"ఉపనిషత్ వాఙ్మయము".**

గురువులను ఆశ్రయించిన వాడు సత్య వస్తువును పట్టుకోగలడు. కావున ఇంద్రియములకు తెలియబడని దానిని తెలుసుకునే ప్రయత్నమే తత్త్వజ్ఞానము. అందుకు గురువు, శాస్త్రము, అత్యావశ్యకం. ఎందుకంటే, సత్యవస్తువు మన కళ్ళముందే వుంటుంది. అదేమిటో తెలియక దాన్ని దాటేసి ముందుకు వెళ్ళటమో, లేక దానిచుట్టూ దేశద్రిమ్మరివలె తిరగాడటమో జరుగుతోంది. ఈ విధంగా కాలమంతా కరిగిపోతోంది. సత్యవస్తువు గోచరించదు. దీనికి కారణం? **మనస్సు ఆడే నాటకం** - అని శాస్త్రము, గురువు గుర్తు చేస్తున్నారు.

అందుకనే ఆత్మజ్ఞానులు ధ్యానప్రక్రియతో ఆలోచించువాని గురించి ఆలోచించటానికై (To think about the thinker) లౌకికమైన ఆలోచనలను సమాధి చేస్తారు. అంటే ఆలోచనల ఆపి వేయటం. అప్పటికీ మిగిలే వుండే ఆవరణయే "ఆలోచించునది" (లేక ఆలోచించువాడు, The Thinker or Feeler). అట్టి స్వస్వరూపము (లేక) కేవలస్వరూపము – ఆదిశేషము. ఆదిలో వున్నది, ఇప్పుడు వుంటున్నది, ఇకపై ఉండేది. అదే అంతిమమైనది. సూక్ష్మాతిసూక్ష్మమైన ఆ ఆవరణ తెరుచుకోవటము, కేవలస్వరూపానుభవము–అదియే **జ్ఞానోదయం.** ఇట్టి జ్ఞానసిద్ధికై (అనగా) **తన్ను తాను ఎరుగుటకై ఉదయించినవే వేదాలు, వేదాంత గ్రంథాలు. ఉపనిషత్తులలో ఆత్మను గురించి వివరించిన రీతి అద్వితీయం.** అవి మన ఆత్మోన్నత్యము గురించిన ఆప్తవాక్యాలు.

శ్లో॥ యస్తు సర్వాణి భూతాని ఆత్మన్యేవానుపశ్యతి।

సర్వభూతేషు ఆత్మానం తతో న విజుగుప్సతే॥ (కఠ)

ప్రాణులన్నీ స్వస్వరూపమగు ఆత్మకంటే భిన్నములు కావని, ఆత్మే అన్ని జీవరాశులలో నిక్షిప్తమైయున్నదని–చూసే జ్ఞాని దేనిని ద్వేషించడు. ఈ విధంగా ఆత్మస్వరూపాన్ని ఉపనిషత్తులు పేర్కొన్నాయి.

భగవంతుడున్నాడని ఆయన శుద్ధచైతన్యస్వరూపమని భాగవతోత్తములు ప్రవచించిరి. అందుకు ప్రమాణం వేదములు. భగవద్దర్శనం సులభసాధ్యమే అని ఉపనిషత్తులు ఎలుగెత్తి చెప్పుచున్నాయి. సులభసాధ్యమగుటకు మార్గాలను ఉపదేశించినాయి. నిర్గుణస్వరూపుడు ఈశ్వరుడు అంతటా వ్యాపించియున్నాడు. కాని ఎక్కడా వస్తువువలె కనపడడు. **నామ రూప గుణ రహితుడు, గుణాతీతుడని ఉపనిషత్తుల కథనం. సర్వేప్రాణిషు తిష్ఠతి – అని అథర్వణం చెపుతోంది. గగనసదృశ విస్తృత రూపః, మరణధర్మ రహితః॥ పరంజ్యోతిః।** – అని తైత్తరీయోపనిషత్ కథనం. **అంగుష్ఠ మంత్రేణ పురుషోత్తమః ధూమాచ్ఛాదిత జ్యోతిః** – అని కఠోపనిషత్ వర్ణనం. **జ్వాలామాలాకులం భాతి–ఇతి నారాయణ** సూక్తప్రవచనము.

ఈ విధంగా జ్యోతిరూపమైన పరిమిత వ్యష్టిత్వమును సమిష్టిత్వమునకు, ఆపై కేవలత్వమునకు జేర్చాలి. షట్చక్రోపాసనద్వారా మూలాధారచక్రమునుండి కుండలినిని స్వాధిష్ఠాన, అనాహత, మణిపూరక, ఆజ్ఞాచక్రముల మీదుగా సహస్రారమును జేర్చి నిశ్చల సమాధిని పొంది సర్వాత్మకమగు స్వస్వరూపమును దర్శిస్తూ బ్రహ్మానందము పొందమని ఉపనిషత్తులు ఘోషిస్తున్నాయి.

పంచవాయువుల సంపర్కాన్ని దాటివేసిన జీవాత్మ శుద్ధి పొంది "పరమాత్మ లక్షణములు" సంతరించుకొనగలదని ముండకోపనిషత్ వర్ణనం.

దృశ్యావరణను జయించి అఖండాత్మభావనను సిద్ధించుకొనేది ఎట్లా? అందుకు ఉపనిషత్తులు మార్గదర్శకములు. ఇతరులకు క్షోభ కలిగించకూడదు, దుఃఖానికి చలించరాదు. ఇష్ట వస్తువు ప్రాప్తికి పొంగరాదు. శత్రుమిత్రాదులతో సమభావం వుండాలి. మానావమానములు, శీతోష్ణములు, సుఖదుఃఖాలు మొ॥ ద్వంద్వాలను సమానంగా స్వీకరించాలి. స్థితప్రజ్ఞుడు, జితేంద్రియుడు, పరద్రవ్యాపేక్షలేనివాడు, సత్యవ్రతుడు, ఆత్మసమర్పణభావంతోనున్నవాడు, సకలప్రాణికోటియందు సమానప్రేమకలవాడు, స్వపక్ష – విపక్షాలకతీతుడు, సహనమనస్కుడు – ఇట్టి గుణములు కల్గినవాడు షట్చక్రోపాసనతో సహస్రారం చేరి **పునరావృత్తిరహిత శాశ్వత బ్రహ్మలోకమందు** రమించగలడని **ఉపనిషత్తుల సారాంశము.**

❋ ❋ ❋

ఈ విశ్వం అనంతం. కోట్లాది జీవరాశుల సమ్మేళనం. ఒక వృక్షం అనేక వృక్షములుగా విస్తరించినట్లు, ఒక పూలమొక్క పలు పూలుగా విరబూసినట్లు, ఒక మర్రి విత్తనం అనేక మర్రి వృక్షాలను సృష్టించినట్లు ఈ జీవులు విస్తరిస్తున్నారు. ఏమిటీ విస్తరణ అంటే – ఆ **అనేకం ఏకమే కాబట్టి।** ఏకత్వంలోనే అనేకత్వం విలీనమైంది కాబట్టి। **మృత్పిండమేకం, బహుభాండరూపం।** ఒకే మట్టి అనేక భాండములైనట్లు, ఏకదృశ్యమే ఈ విశ్వం. **విభిన్నకల్పిత – అభిన్నవస్తువే సృష్టి.** అన్నీ నావి అనుకుంటే అన్నీ "నేను" అనుకుంటే అన్నీ, అంతా, ఒకటే అనుకుంటే ఆ ఒక్కటే బ్రహ్మమనుకుంటే నేను – నీవు బ్రహ్మవైపోమా? అవును. **మనమిరువురము బ్రహ్మమే అవుతాము. అయి ఉన్నాము కూడా. అందుకు ఉపనిషత్తులు ప్రమాణము.**

ఈ సూక్ష్మాన్ని అర్థం చేసుకుంటే ఈ పోరాటాలు, ఆరాటాలు, ఈర్ష్యాద్వేషములు మన ఏకత్వ భావనలో విలీనమైపోతాయి. **"తత్త్వమసి" "అహం బ్రహ్మాస్మి"**, **"అయమాత్మా బ్రహ్మ"** లాంటి ఉపనిషత్ వాక్యాల వాస్తవరూపం మన మనోఫలకం మీద సాక్షాత్కారమై బ్రహ్మమునకు అద్వితీయమౌతాము. **ఇదే భారతీయతత్త్వ శాస్త్రం.**

కాలాంతరమున భారతీయతత్త్వం మరుగున పడి, సనాతన ధర్మం అడుగంటి, అవైదిక కర్మలు పెచ్చరిల్లిన ఇతఃపూర్వపు ఒక సందర్భములో భారతావనిలో సాక్షాత్తు శంకరుడే శంకరాచార్యులుగా అవతరించి, ఆసేతుహిమాచలం పర్యటించి అవైదికమతాన్ని ఖండించి, సనాతన ధర్మాన్ని నిలబెట్టారు. భారతీయతత్త్వాన్ని పునః ఉపదేశించారు. ఉపనిషత్ భాష్యం, బ్రహ్మసూత్రభాష్యం, గీతాభాష్యాన్ని రచించి, కర్మవిధులలో మాత్రమే నిమగ్నమైన జాతిని జ్ఞానంవైపు నడిపించిన మహామనిషి, బ్రహ్మజ్ఞాని మన జగద్గురు శంకరాచార్యుల వారు. వీరి తరువాత శ్రీరామానుజులు విశిష్టాద్వైత్వాన్ని ప్రతిపాదించి జ్ఞానమార్గాన పయనింపజేసిరి. పిదప మధ్వాచార్యులువారు కర్నాటకలో జన్మించి, ద్వైతాద్వైతాన్ని ప్రతిపాదించి లోకానికి మహోపకారంగావించి ముక్తిమార్గం చూపారు. అటుపిమ్మట రామకృష్ణపరమహంస, వివేకానంద, సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణ, ఇంకెందరో మహనీయులు భారతీయతత్త్వాన్ని దశదిశలా వ్యాపింపజేసి మరల మరల లోకానికి గుర్తు చేస్తూ వారు కృతకృత్యులైరి. వారిని అధ్యయనం చేస్తూ ఉండగా మనము కృతకృత్యులమౌతున్నాము.

❋ ❋ ❋

ప్రస్తుతం 108 ఉపనిషత్తులయందలి మంత్రములను, సరళాంధ్రభాషలో అనువదించి పామరులకు సైతం అర్థమయ్యేరీతిలో రచన సాగించుచున్న శ్రీ యేలేశ్వరపు హనుమ రామకృష్ణగారు కృష్ణాజిల్లా కూచిపూడి గ్రామవాస్తవ్యులు. నాట్యకళలో ప్రపంచఖ్యాతిగాంచినది కూచిపూడి గ్రామం. నాట్యకళలో నిష్ణాతులు, గానగంధర్వులు, జ్ఞానులు, వేదాంతులు జన్మించి ఈ గ్రామాన్ని పునీతం చేశారు. ప్రస్తుత వ్యాఖ్యానకర్త శ్రీ రామకృష్ణ గారి తాతగారు బ్రహ్మశ్రీ యేలేశ్వరపు రామకృష్ణయ్యగారు జ్ఞాని, వేదాంతి, కవి, హరికథాపితామహులు. వారి అంశను పునికిపుచ్చుకున్న ప్రస్తుత రచయిత శ్రీరామకృష్ణగారు చదివింది **బి.కామ్.**, ఉద్యోగం చేసింది **ఆంధ్రాబ్యాంక్‌లో.** "వీరు విద్యార్థిదశలో చదివినదానికి, వీరు చేసే **ఉపనిషద్వ్యాఖ్యానాలకు** ఏమిటి అనుబంధం?" – అని ప్రశ్నిస్తే సమాధానం – **"వృత్తి ప్రవృత్తిని అడ్డుకోజాలదు"** – అని. పూర్వజన్మ సంస్కారం, గురువుల ఆశీర్వాదబలం. వీరిని బాల్యము నుండి దగ్గరగా పరిశీలించిన నేను గమనించినది – వీరు ఏ విషయాన్నైనా శాస్త్రీయ పద్ధతిలో పరిశీలించగలరు. అనర్గళంగా ప్రసంగించటంలో వీరు నేర్పరి. ఆంధ్రాబ్యాంక్ తిరుపతి నగరంలో పనిచేసిన సమయంలో శ్రీకాళహస్తి శుకబ్రహ్మాశ్రమ పీఠాధిపతి విద్యాప్రకాశానందగిరిస్వామి వారి ప్రవచనంతో ప్రభావితులై వారి ఆశీర్వచనబలంతో **'భగవద్గీత'**ను తెలుగులో వ్యాఖ్యానించి జ్ఞానరహస్యములను జాతికి అందించారు. వాల్మీకి మహర్షి సంస్కృతభాషలో **"యోగవాసిష్ఠము"** అను పేరుతో రచించిన 32 వేల శ్లోకములకు **శ్రీ వసిష్ఠ రామసంవాదము** అను పేరుతో వ్యాఖ్యానాలు వ్రాసారు. అందలి నిగూఢరహస్యములను ఆంధ్రభాషలో వచనరూపంలో లిఖించి జాతికందించిన మహామనీషి. వచన రచనా చతురుడు. యోగవిద్యాసాధకుడు. ఇంకనూ, ఉద్ధవగీత, నారదభక్తి సూత్రములు వచన రూపంలో రచించి జాతికందించిన మహనీయులు. **"కృషి ఉంటే మనుజుడు ఋషి అవుతాడు"** అను గేయవాక్యము యొక్క ప్రత్యక్షార్థమునకు మన హనుమరామకృష్ణ ఒక ఉదాహరణ – అని నాకు అనిపిస్తూ ఉంటుంది. కృషి, పట్టుదల కలవాడు సాధించలేనిదేముంటుంది?

శ్రీ హనుమరామకృష్ణ గారు ఆంధ్రాబ్యాంకు ఉద్యోగిగా $38^1/_2$ సంవత్సరముల కాలము సేవచేసి 2011 జూలైలో ఉద్యోగవిరమణ (రిటైర్) చేశారు. అయితే **వీరు ఆధ్యాత్మిక రచనా వ్యాసంగమునుండి విరమించకపోవటము తెలుగువారుగా మనము చేసుకొన్న అదృష్టమే అని నా నిశ్చితాభిప్రాయము.**

శ్రీ హనుమరాకృష్ణ గారు 2012 జనవరి నుండి ఉపనిషత్తులలోని శ్లోకములకు తాత్పర్యము, ప్రతి ఒక్క ఉపనిషత్తుకు అధ్యయనపూర్వకమైన వివరణను సరళమైన తీయటి తెలుగులో వ్రాయటం ప్రారంభించారు. వీరు ఈ విధంగా **"ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము"** అనే పేరుతో 108 ఉపనిషత్తులలోని శ్లోకములకు తాత్పర్యము, ఆ వెంటనే అధ్యయన వ్యాఖ్యానము వ్రాయబూనటము ఎంత గొప్పకార్యక్రమం! ఎందుకంటే మనకు ఉపనిషత్ శ్లోకములన్నీ వివరణపూర్వకంగా ఒక్కచోట లభింస్తున్నాయి.

❋ ❋ ❋

మొదటి సంపుటిలో ఋగ్వేదములోని '10' ఉపనిషత్తులకు, శుక్లయజుర్వేదములోని 18 ఉపనిషత్తులకు శ్లోక-వ్యాఖ్యాన-అధ్యయన వచన వ్యాసంగములను మనకు అందించారు. (శుక్లయజుర్వేదములోని బృహదారణ్యకోపనిషత్తును మాత్రము చివరి సంపుటిలో అందించబోవుచున్నారు).

ఇప్పుడు ఈ ద్వితీయ సంపుటి (Volume-II)ని మనకందిస్తున్నారు. దీనిలో కృష్ణయజుర్వేదములోని 22 ఉపనిషత్తులను (మరియు) కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గతమైన తైత్తిరీయారణ్యక ఖిలాకాండలో ప్రక్షిప్తమైన **'అనుష్ఠాన-ఉపనిషత్'** అను పేరుగాంచిన **"నారాయణీయా యాజ్ఞిక్యుపనిషత్"** Volume – IIలో మొట్టమొదటగా మనకు శ్లోక-తాత్పర్యయుక్తంగా అందిస్తున్నారు. (ఇది 109వదిగా మనము భావించవచ్చు).

ముందుముందు కృష్ణయజుర్వేదములోని ఇంకా '10' ఉపనిషత్తులను, సామవేదములోని '16' ఉపనిషత్తులను Volume-IIIలో అందించబోవుచున్నారు. Volume-IV లో అధర్వణవేదాంతర్గత ఉపనిషత్తులు, Volume-V లో బృహదారణ్యక-ఛాందోగ్యోపనిషత్తులు అందించటమనేది వారి బృహత్ ప్రణాళిక. ఇప్పటివరకు 87 ఉపనిషత్తుల శ్లోక-తాత్పర్య-అధ్యయనముల వ్రాతప్రతిని సిద్ధంచేసియున్నారు. సంస్కృతశ్లోకముల **సంధులను విడదీస్తూ అందించటము – వీరి ప్రయత్నములోని మరొక ప్రత్యేకత.**

శ్రీ హనుమరామకృష్ణ గారు మనకు అందిస్తున్న తాత్పర్యములు, అధ్యయనవివరణ వెనుక **"ఎంతగొప్ప అధ్యయనము చేస్తే మనకు అందించగలుగుచున్నారు!"** అని నాకు ఆశ్చర్యం కలుగుతోంది. "వీరి శైలి ద్రాక్షపాకంలాగా చదువుకొనువారికి నల్లేరుమీద బండి వలె సాగుతుంది. **"పాఠకులకు ఉపనిషత్తులలోని అభ్యాసములు, తాత్త్వికార్థములు అర్థం చేసుకోవటం సులభమే"** – అని తప్పక అనిపిస్తుంది. అటు జ్ఞానవిషయంగాని, ఇటు యోగాభ్యాసవివరణలుగాని ఆయన వివరిస్తున్న విధానము భావితరాలకు ఎంతో ఉపయోగకరము. వ్యాసమహర్షి సంస్కరించి ప్రసాదించిన ఉపనిషత్తు శ్లోకములు ఇప్పుడు అందరికి లభ్యమవసాగాయి. అందులోని విషయము సుమధురంగా వినబడసాగుతోంది. **"ఉపనిషత్ శ్లోకములు చదవటం, అర్థమును గ్రహించటము తేలికయే! కష్టము కాదు"** – అని ఈయన రచన మనకును ప్రత్యుత్సాహపరచగలవని అనటములో నాకు సందేహమే లేదు. భావితరాలలో అనేకులు ఉపనిషత్తులు ఉపన్యసించటానికిగాని, వాఖ్యానమునకు గాని – వీరివి గొప్ప పరిశీలక గ్రంధములు కానున్నాయి. పఠిస్తూ ఆత్మానందము పొందటానికి గొప్ప ఉపకరణములు అగుచున్నాయి.

వీరు చేయు ప్రయత్నమును పఠించటం ద్వారా, ఆర్థికంగా కొంచెము సహకరించటము ద్వారా మనమంతా వేదమాతను సేవించినవారము అవగలము – అని అందరికీ నా మనవి. ఆత్మతత్త్వమును ఎరగుచూ జన్మజన్మలను పావనము చేసుకొనగలము. ఇది నా సూచన, ప్రార్థన కూడా.

తెలుగు తల్లికి వీరి రచనలన్నీ సుమధురమగు సువాసనలతో కూర్చిన సౌగంధి పుష్ప – పూదండల అలంకారమే. ఇందులో సందేహమే లేదు.

వీరు రచించు ఉపనిషత్తుల సవివరణ పూర్వక గ్రంథములన్నీ ప్రతి ఇంట్లో ఉండవలసినవి. ఉండితీరాలి. ఇవి తరతరాలుగా పవిత్రత ప్రసాదించగలవు. శ్రీ యేలేశ్వరపు హనుమరామకృష్ణగారు చేస్తున్న వేదోపాసన, జ్ఞానయజ్ఞము దిగ్విజయమగుటకై సర్వాత్మకుడగు పరమాత్మకు ప్రణమిల్లుచున్నాను.

శ్రీ యేలేశ్వరపు హనుమరామకృష్ణ గారికి, పాఠక మహాశయులకు గురుపూర్ణిమ

శుభాకాంక్షలతో...

- పసుమర్తి నారాయణమూర్తి

ఓం నమో బ్రహ్మాదిభ్యో, బ్రహ్మవిద్యా సంప్రదాయ కర్తృభ్యో।
వంశ ఋషిభ్యో। మహద్భ్యః। నమో గురుభ్యః॥

చతుర్వేదాంతర్గత

ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము

(మంగళ శ్లోక - తాత్పర్య - అధ్యయన సమేతంగా)

సంపుటి - 2 కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

మాతృ పితృ దేవతలగు శ్రీమతి ఆదిలక్ష్మి కామేశ్వరమ్మ – లక్ష్మీనారాయణ దంపతులకు పాదాభివందనములు. అస్మత్ గురువరేణ్యులు శ్రీ యేలేశ్వరపు రామకృష్ణయ్య గారికి, శ్రీశ్రీశ్రీ విద్యా ప్రకాశానందగిరి స్వామి వారికి సాష్టాంగ దండ ప్రణామములు. చి॥సౌ॥ కనకదుర్గను జీవిత భాగస్వామిగా ప్రసాదించిన జగదీశ్వరికి భక్తిపూర్వక నమస్కారములు.

మహనీయులగు విశ్వామిత్ర, వసిష్ఠ, వాల్మీకి, వ్యాసాది మహర్షులకు, మార్గదర్శకులగు తదితర సద్గురువులకు, వేద విద్యా పండితులకు, మమాత్మానంద స్వరూపులగు పాఠకులందరికీ **అధ్యయన విద్యార్థినై నమస్కరిస్తున్నాను.**

వర్తమాన **"2వ సంపుటి"** లో 108 లోని "22" – కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత–ఉపనిషత్తులను శ్లోక–తాత్పర్య–అధ్యయన పుష్ప సమేతముగా సవివరించుకుంటున్నాము. భగవానుడగు శ్రీ వ్యాస మహర్షి "క్రమముక్తి – సద్యోముక్తి" ప్రవచనములను సమీకరించి, భాషాయుక్తంగా సంస్కరించి, సంస్కృత భాషలో తీర్చిదిద్ది, వేదముల ఉపశాఖలలో ప్రతిక్షేపించారు. వేదముల ప్రతి ఉపశాఖలో చివ్వరిగా చెప్పబడుచున్నవి కాబట్టి – వేదాంతములు. పరమాత్మతో అత్యంత సామీప్యత ప్రసాదించేవి కనుక – ఉపనిషత్తులు (ఉప + నిషత్) – అని శబ్దార్థము.

అన్ని ఉపనిషత్తుల ముఖ్యోద్దేశ్యము, అంతిమ సారము – "తత్ త్వమ్ – **అయ్యా! నీ–నా సహజ స్వరూపము తత్ ఆత్మయే! తదితరమైనదంతా స్వకీయ సంకల్పితం"** – అని చెప్పుచుండటమే. అయితే కొన్ని ప్రాధాన్య విశేషములను దృష్టిలో పెట్టుకొని (ఈ క్రింద మనం చెప్పుకుంటున్న విధంగా) 108 ఉపనిషత్తులు విభాగించబడి మహనీయులచే సూచించబడుచున్నాయి. (ఈ వివరణ కొందరు – సంపుటి–1 పాఠక మహాశయుల సూచన ప్రకారము పొందుపరచబడుతోంది).

యోగము గురుముఖతః నేరువవలసినదే. గురువుకు ఉపనిషత్తులలోని యోగ శాస్త్రమే ప్రమాణము.

డి.టి.పి. మరియు ముద్రణ దిగ్విజయంగా పూర్తి చేసిన చి॥ బి. సాయికుమార్, హసితా గ్రాఫిక్స్ అండ్ ప్రింటర్స్, ఏలూరు, మరియు కవర్‌పేజి డిజైన్ చేసిన చి॥ పి. సుబ్రహ్మణ్యం, అరవింద గ్రాఫిక్స్, ఏలూరు–**వీరికి నా హృదయపూర్వక ఆశీస్సులు.** వారికి ఎల్లప్పుడు శుభములు కలుగును గాక! వారి హృదయ గృహంలో చిన్ని కృష్ణయ్య వెన్నదొంగై సదా–సర్వదా అడుగులిడును గాక! చి॥ బి. సాయికుమార్‌ను నాకు ఋషులు ఈ కార్యక్రమమునకు తోడుగా ప్రసాదించారు.

ఈ సత్ కార్యక్రమము ఉత్సాహభరితముగా ముందుకు సాగడానికి ఆర్థికంగా ప్రోత్సహించిన వారందరికీ కృతజ్ఞతలు. వారందరికీ సర్వాంతర్యామి శుభములు చేకూర్చు గాక!

సర్వాంతర్యామి, సర్వస్వరూపుడు అగు పరమాత్మకు ఇదంతా నా హృదయపూర్వక పూజా పుష్పములు. ఈ జగత్తే జనని. అట్టి జగజ్జనని – జగదీశ్వరులగు శ్రీ బాలత్రిపురసుందరీ సహిత రామలింగేశ్వర స్వామి వారి పాదపద్మములను అస్మత్ సర్వస్వము పూజాపుష్పమై చేరియుండును గాక!

– ప్రపంచమంతా శాంతి వెల్లివిరియును గాక! అందుకొరకై కర్మయోగ–వైరాగ్య–క్రియాయోగ–భక్తియోగ – జ్ఞాన యోగములు సర్వే సర్వత్రా ప్రవృద్ధమానమగుచుండును గాక! లోక కళ్యాణమస్తు!

శ్లో॥ స్వస్తి ప్రజాభ్యః పరిపాలయంతామ్ న్యాయేన మార్గేణమహిం మహీశామ్।
గోబ్రాహ్మణేభ్యః సుఖినోభవన్తు। లోకాస్సమస్తా శుభమస్తు నిత్యమ్॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః।

యేలేశ్వరపు హనుమ రామకృష్ణ B.Com., C.A.I.I.B.,
(Retd, Chief Manager - Andhra Bank)
D.No. 2/8, Siva Temple Street, **Kuchipudi - 521 136** Krishna Dist. A.P. India
Cell : 9247105392 Land : 08671 - 251164

108 ఉపనిషత్ విభాగ అధ్యయనము

ఋగ్వేదాంతర్గత	శుక్ల యజుర్వేదాంతర్గత	కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత	సామవేదాంతర్గత	అథర్వణ వేదాంతర్గత
I దశోపనిషత్తులు (సద్యోముక్తి ప్రాధాన్య) (10) *(ఈ 10 ఉపనిషత్తులు శ్రీ శంకర రామానుజ మధ్వ - త్రిమతాచార్యులచే వ్యాఖ్యానించబడినాయి)*				
ఐతరేయ 1	- ఈసావాస్య - బృహదారణ్యక 2	- కఠ (కఠవల్లీ) - తైత్తిరీయ 2	- కేన - ఛాందోగ్య 2	- ప్రశ్న - మాండూక్య - ముండక 3
II యోగవిద్యా ప్రాధాన్య (20)				
నాదబిందు 1	- అద్వయతారక - త్రిశిఖి బ్రాహ్మణ - మండల బ్రాహ్మణ - హంస 4	- అమృతనాద - అమృతబిందు - బ్రహ్మ విద్య - తేజోబిందు - ధ్యానబిందు - యోగకుండలినీ - యోగతత్త్వ - యోగశిఖ - వరాహ - క్షురిక 10	- దర్శన - యోగచూడామణి 2	- పాశుపతబ్రహ్మ - మహావాక్య - శాండిల్య 3
III దేవీతత్త్వ ప్రాధాన్య (8)				
- త్రిపుర - బహ్వృచ - సౌభాగ్యలక్ష్మీ 3	- -	- సరస్వతీ రహస్య 1	- -	- త్రిపురాతాపిని - దేవి - భావన - సీత 4
IV శివతత్త్వ ప్రాధాన్య (15)				
- అక్షమాలికా 1	- -	- కాలాగ్నిరుద్ర - కైవల్య - దక్షిణామూర్తి - పంచబ్రహ్మ - రుద్రహృదయ - శ్వేతాశ్వతర 6	- జాబాల పిప్పలాద - రుద్రాక్ష - జాబాల 2	- అథర్వ శిఖ - అథర్వ శిర - గణపతి - భస్మజాల - బృహత్ జాబాల - శరభ 6
V విష్ణుతత్త్వ ప్రాధాన్య (14)				
-	- తారసార 1	- కలి సంతారణ - నారాయణ 2	- అవ్యక్త - వాసుదేవ 2	- కృష్ణ - గారుడ - గోపాల తాపిని - త్రిపాద్విభూతి మహానారాయణ - దత్తాత్రేయ - నృశింహ తాపిని - రామ తాపినీ - రామరహస్య - హయగ్రీవ 9

VI సన్న్యాసతత్త్వ బోధక ప్రాధాన్య (17)

– నిర్వాణ	– పరమహంస – జాబాల – భిక్షుక – తురీయాతీత – యాజ్ఞవల్క్య – శాట్యాయని	– అవధూత – కఠరుద్ర – బ్రహ్మ	– ఆరుణి – కుండిక – మైత్రేయ – సన్న్యాస	– నారద పరివ్రాజక – పరమహంస పరివ్రాజక – పరబ్రహ్మ
1	**6**	**3**	**4**	**3**

VII వేదాంత బోధక ప్రాధాన్య (24)

– ఆత్మబోధ –కౌషీతకీబ్రాహ్మణ – ముద్గల	– అధ్యాత్మ – నిరాలంబ – పైఙ్గల – మంత్రిక – ముక్తిక – సుబాల	– అక్ష్య – ఏకాక్షర – గర్భ – ప్రాణాగ్నిహోత్ర – శారీరక – శుకరహస్య – సర్వసార – స్కంద	– మహో – మైత్రాయణీ – వజ్రసూచిక – సావిత్రి	– అన్నపూర్ణ – ఆత్మ – సూర్య
3	**6**	**8**	**4**	**3**
10	**19**	**32**	**16**	**31**

పై ఉపనిషత్తులన్నీ తపోధనుల స్వానుభవము నుండి గానము చేయబడినవి. కాబట్టి 'శృతులు' (వినికిడి వలన వచ్చినవి) – అని, 'అపౌరుషేయములు' అని కూడా అనబడుచున్నవి. రచయితల పేర్లు ఎక్కడా ఉండనంత నిరహంకారులు ఆ ప్రవక్తలు. 'శ్రోతయొక్క ఆత్మోన్నత్యమే విషయము' – అనునదే ఉద్దేశ్యము. త్వమ్ (నీవు)గా కనిపించే ఈ సర్వము తత్ (బ్రహ్మము)గా దర్శింపజేయటమే అంతర్లీన గానము. 'సోఽహమ్'నకు అది ఒక్కటే మార్గము.

పాఠకుల సౌకర్యమును దృష్టిలో ఉంచుకొని ఇక్కడ ఉపనిషత్ వాఙ్మయములోని కొన్ని అంతర్గత – అర్థ విశేషములు వివరించుకుంటున్నాము.

పంచకోశములు

1) భూతమయ కోశము / స్థూలము 2) ప్రాణమయ (శక్తి) కోశము 3) మనోమయ (ఆలోచన) కోశము 4) విజ్ఞానమయ (ఎరుగుట, జ్ఞాపకముల) కోశము 5) ఆనందమయ (ఇంద్రియానంద) కోశము.

దేహ విభాగ విశేషములు

దేహములు	విశేషణ ప్రదర్శనములు దశలు	ఆత్మ విభాగము	అభిమాన పురుషకారములు	ప్రణవాంతర్గత	
స్థూల దేహము	జాగ్రత్	జీవాత్మ	విశ్వుడు	అ	చిత్రము
సూక్ష్మ దేహము	స్వప్న	సూక్ష్మాత్మ	తేజసుడు	ఉ	గీతలు
కారణ దేహము	సుషుప్తి	పరాత్మ	ప్రాజ్ఞుడు	మ	బిందువులు
మహాకారణ దేహము	తురీయము	కేవలాత్మ	తురీయుడు	అర్ధమాత్ర	మూలము

జ్ఞానేంద్రియ పంచకము విశేషములు

జ్ఞానేంద్రియ పంచకము	జ్ఞానేంద్రియ పాంచభౌతిక స్థానములు	ఇంద్రియ విషయములు / గుణములు / అర్థములు	అధి దేవతలు దివ్యతత్త్వములు
1. చెవులు - శోత్రేంద్రియము	ఆకాశము	శబ్దము- ప్రియ, అప్రియ శబ్దములు	దశదిక్ దేవతలు
2. చర్మము - స్పర్శేంద్రియము	వాయువు	స్పర్శ - శీతల, ఉష్ణ, కఠిన, మృదు	రుద్రుడు
3. కన్నులు - చక్షురింద్రియము	అగ్ని	రూపము - ఆకారములు, రంగులు (7)	సూర్యుడు
4. నాలుక - జిహ్వేంద్రియము	జలము	రసము - మధుర, ఆమ్ల, తిక్త, కషాయ, లవణములు (లేక) తీపి, పులుపు, చేదు, కారము, వగరు, ఉప్పు	వరణుడు
5. ముక్కు - ఘ్రాణేంద్రియము	పృథివి	గంధము - సుగంధము, దుర్గంధము	అశ్వనీదేవతలు

కర్మేంద్రియ పంచకము విశేషములు

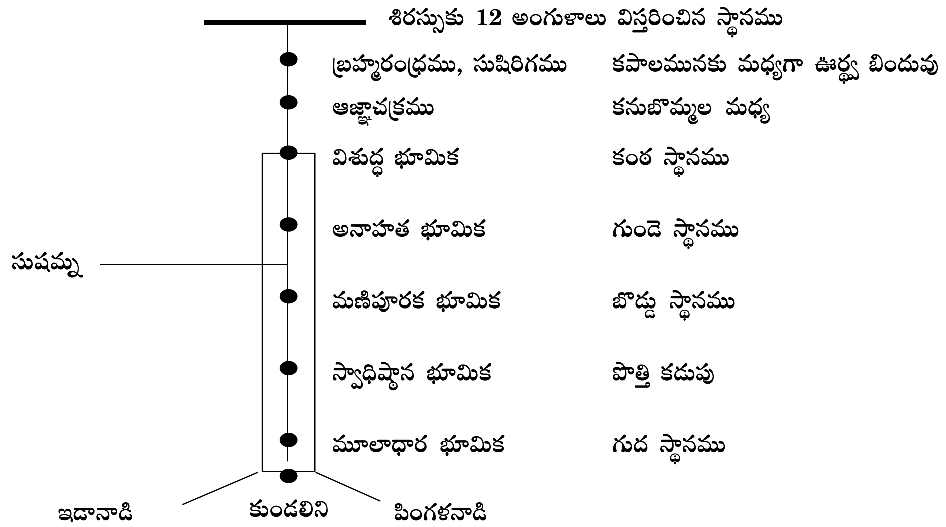
కర్మేంద్రియ పంచకము	సంబంధిత క్రియలు	క్రియా కారణములగు ఉపవాయువులు	విషయములు	అధి దేవతలు
వాక్ - నోరు	వచనము	నాగము	మంచి-చెడు మాటలు	సరస్వతి
చేతులు - హస్తములు	దానము/స్వీకారము	కూర్మము	పనులు	దేవేంద్రుడు
కాళ్ళు - పాదములు	గమనము (నడక)	కృకరము	నడతలు	విష్ణువు
ఉపస్థ - ఆనందము	శృంగారానందము	ధనుంజయము	పునరుత్పత్తి	ప్రజాపతి
పాయువు - విసర్జనము	విసర్జనము	దేవదత్తము	త్యజించటము	మృత్యువు

త్రిగుణ విశేషములు

త్రిగుణములు	ప్రణవము	క్రియ	దివ్య ప్రజ్ఞలు	రూపాంశములు	జీవాంశములు	దేహస్థానము	సంబంధిత స్థితులు	వర్ణములు
రజోగుణము	(అ)	సృష్టి	బ్రహ్మ	స్థూల	విశ్వుడు	నేత్ర	జాగ్రత్	రక్త (ఎరుపు)
సత్వగుణము	(ఉ)	స్థితి	విష్ణు	సూక్ష్మ	తేజసుడు	కంఠ	స్వప్న	శ్వేత (తెలుపు)
తమోగుణము	(మ)	లయము	మహేశ్వరుడు	కారణ	ప్రాజ్ఞుడు	హృదయ	సుషుప్తి	నీల

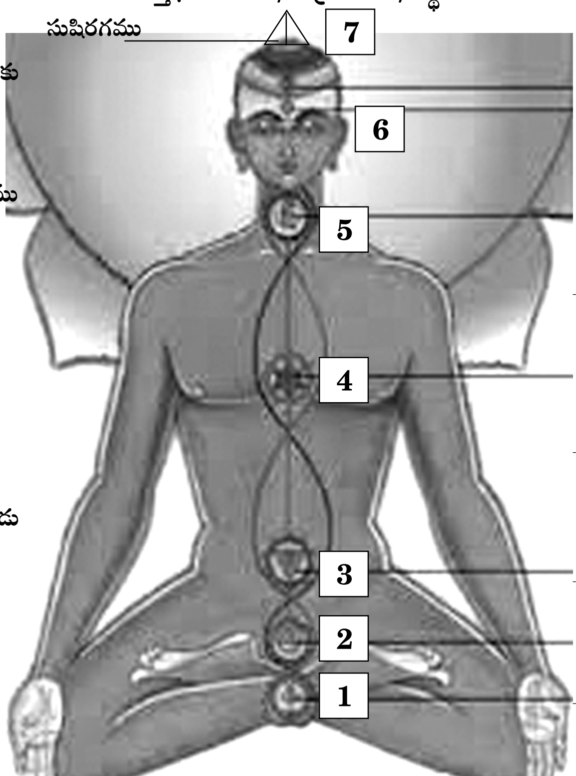
పంచభూతములు - దేహాంతర్గతతత్త్వములు

భౌతిక పంచక	స్థానములు				
ఆకాశ పంచక	భ్రూమధ్యము స్థూలము	కంఠము మనస్సు	నేత్రములు బుద్ధి	నాభి చిత్తము	హృదయము అహంకారము
వాయు పంచక	ప్రాణము హృదయము	అపానము గుదము	వ్యానము సమస్త శరీరము	ఉదానము కంఠము	సమానము నాభి
అగ్నిపంచక	శ్రోత్రము చెవులు	త్వక్కు చర్మము	చక్షువులు కళ్ళు	జిహ్వ నాలుక	ఘ్రాణము ముక్కు
జల పంచక	ఆకాశము శబ్దము	వాయువు స్పర్శ	అగ్ని రూపము	జలము రసము	భూమి గంధము
పృథివీ పంచక	వాక్ నోరు	పాణి చేతులు	పాదములు కాళ్ళు	గుహ్యము ఉపస్థ	పాయువు గుదము



సుషమ్నానాడి

సప్తభూమికలు / చక్రములు / స్థానములు



ఇడ–సుషమ్న–పింగళ

7. సహస్రారము
కపాలమునుండి ఊర్ధ్వప్రదేశము వరకు
బ్రహ్మరంధ్రము / సుషిరగము
కపాల ఊర్ధ్వ స్థాన బిందువు

6. ఆజ్ఞా చక్రము / 'భ్రూ'మధ్య స్థానము

5. విశుద్ధ భూమిక / చక్రము
కంఠ స్థానము

4. అనాహత భూమిక / చక్రము
హృదయ స్థానము

3. మణిపూరక భూమిక / చక్రము /
కమలము – నాభి స్థానము

2. స్వాధిష్ఠాన భూమిక / చక్రము /
కమలము. మూలాధారమునకు బెత్తెడు
పైవైపుగా /ఉపరిగా

1. మూలాధార భూమిక / చక్రము /
కమలము, గుదమునకు కించిత్
పైవైపుగా

7. సహస్రారము
బ్రహ్మరంధ్రమునకు ఊర్ధ్వము, బీజాక్షరము = 'ఓం', విశ్వాకాశము/దహరాకాశము; 'ఓం' ఝుంకారనాదము; దేవత = పరబ్రహ్మము, సహస్రదళములు; శ్వాసలు = 1000.
బ్రహ్మరంధ్రమునకు (ఆవల) బాహ్యము = నాలో దేహము / జగత్తు,
బ్రహ్మరంధ్రమునకు ఈవల='దేహములో/జగత్తులో "నేను"

6. ఆజ్ఞా
భ్రూమధ్య ప్రదేశము, బీజాక్షరము = 'హ్రీం', మహా ప్రకృతి స్థానము; అబ్ధినాదము (తరంగముల ఘర్షణ శబ్దము); కెంపు వర్ణము; దళములు = '2', శ్వాసలు = 1000.

5. విశుద్ధ
కంఠప్రదేశము, బీజాక్షరము = 'హం', ఆకాశస్థానము; మేఘనాదము; స్ఫటిక వర్ణము; దళములు = '16', శ్వాసలు = 1000. దేవత = ఈశ్వరుడు/బిందువు.

4. అనాహత
హృదయ ప్రదేశము, బీజాక్షరము = 'యం', వాయు స్థానము; శంఖారావము; బంగారు వర్ణము; దళములు = '12', శ్వాసలు = 6000. దేవత = రుద్రుడు

3. మణిపూరక
నాభిప్రదేశము, బీజాక్షరము = 'రం', అగ్ని స్థానము; వేణునాదము; నీల వర్ణము; దళములు = '10', శ్వాసలు = 6000. దేవత = త్రినేత్రుడు

2. స్వాధిష్ఠాన
మూలాధారము–నాభిలమధ్య, బీజాక్షరము = 'వం', జల స్థానము; వీణానాదము; పీత వర్ణము; దళములు = '6', శ్వాసలు = 6000. దేవత = బ్రహ్మ

1. మూలాధారము
గుదమునకు పైవైపుగా, బీజాక్షరము = 'క్లీం', పృథివీ స్థానము; కింకిణీనాదము; కుంకుమ వర్ణము; దళములు = '4', శ్వాసలు = 600. దేవత = గణపతి

వేదోపనిషత్ - అంతర్గత

శాంతి - మంగళ శ్లోకములు

ఓం

1. శివనామ నిభావితే
అంతరంగే, మహతి జ్యోతిషి
మాననీమయాఽర్ధే
దురితాని అపయాన్తి దూరదూరే
ముహురాయాన్తి
మహాన్తి మంగళాని।

ఏ **పరమశివము** మహత్తరమై - అఖండజ్యోతి స్వరూపమై సర్వజీవుల హృదయాంతరంగములలో సదా వెలుగొందుచున్నదో- అట్టి పరమార్థమగు **శివ బ్రహ్మమును** స్తుతించుచున్నాము.

- మేము ఆరాధించు తత్త్వము మాయొక్క సర్వ దురితములను మా నుండి తొలగించును గాక!

- మహత్తరము, మంగళ ప్రదము అగు పరబ్రహ్మ స్థానమునకు మమ్ములను తిరిగి చేర్చును గాక!

---

2. స్మృతే సకల కల్యాణ భాజనం
యత్ర జాయతే
పురుషః యస్య అజమ్,
నిత్యమ్ వ్రజామి శరణమ్।
హరిః ఓం॥

సర్వ శుభములను చేకూర్చు కళ్యాణ భాజనుడు, జన్మరహితుడు, నిత్యుడు అగు ఏ పరమ పురుషుని స్మృతులన్నీ గానం చేస్తూ చూపుచున్నాయో,... **అట్టి ఓం కార స్వరూప శ్రీహరియగు విష్ణు భగవానుని మమ్ములను మాయనుండి దాటించుటకై శరణు వేడుచున్నాము.**

---

3. ఓం వాక్ మే మనసి ప్రతిష్ఠితా।
మనో మే వాచి ప్రతిష్ఠితమ్।
ఆవిః ఆవీః మ(మే) ఏధి
వేదస్య మ (మే) ఆణీస్థః।
శ్రుతం మే మా ప్రహాసీః।
అనేన అధీతేన,
అహో రాత్రాన్ సందధామి।
ఋతమ్ వదిష్యామి।
సత్యమ్ వదిష్యామి।
తత్ మాం అవతు ।
తత్ వక్తారమ్ అవతు।
అవతు మాం।
అవతు వక్తారమ్॥
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

ఓం కార పరబ్రహ్మమును స్మరించుచున్నాము.

నా వాక్కు - నేను పలుకు పలుకులు నా మనస్సునందు సుస్థిరమై, ప్రతిష్ఠితమై ఉండును గాక!

నాయొక్క మనస్సు వాక్కునందు నెలకొని, ప్రతిష్ఠితమగును గాక! **మనస్సు ఒక తీరుగా, వాక్కు మరొక తీరుగా ప్రవర్తనము కలిగి ఉండకుండును గాక!**

ఓ పరంజ్యోతి స్వరూప పరమాత్మా! నా అజ్ఞానాంధకారమును పోగొట్టుటకై విజ్ఞాన దీపమును వెలిగించండి! మా మనో-వాక్కులు విజ్ఞానము కొరకై సమర్థమగును గాక!

మేము గురువుల నుండి, గ్రంథములనుండి ఎరుగుచున్నదంతా మాయందు సుస్పష్టము- సుస్థిరము అగును గాక!

వినుచున్నదంతా యథా - అర్థసహితంగా బుద్ధి-హృదయములలో ప్రవేశించి వికసించి ఉండును గాక!

అనేక రీతులుగా అధ్యయనము చేస్తున్న ఆత్మతత్త్వ విశేషాలు మేము రాత్రింబవళ్ళు - ఎల్లప్పుడు బుద్ధితో 'అవగతము' తో కూడుకొని అనుసంధానము చేయుచుండెదము గాక! ఋక్కులు (వేదోపనిషత్తులు, వేదవేత్తలు, ఆత్మవేత్తలు) చెప్పుచున్న ఋతమునే పలికెదము గాక! యథార్థమునే పలికెదము గాక!

'సత్' స్వరూపమగు చిదానంద పరబ్రహ్మము గురించియే చెప్పుకొనుచుండెదము గాక!

సర్వరక్షకుడగు ఆ పరబ్రహ్మ భగవానుడు - నాకు, వక్తారుడై నాకు బ్రహ్మతత్త్వమును బోధిస్తున్న సద్గురువునకు- సదా రక్షకుడై ఉండును గాక! నాకు, ఆచార్యులవారికి సర్వదా సర్వ సమృద్ధములు ప్రసాదిస్తూ... పరిపోషించుచుండును గాక!

ఆధి - ఆత్మిక, ఆధి - దైవిక, ఆధి - భౌతిక త్రితాపములు ప్రశాంతమగు ఆత్మయందు ఆత్మత్వము పొంది సశాంతించును గాక!

4. **ఓం పూర్ణమ్ అదః।**
పూర్ణమ్ ఇదమ్।
పూర్ణాత్ పూర్ణమ్ ఉదచ్యతే।
పూర్ణస్య పూర్ణమ్ ఆదాయ,
పూర్ణమేవ అవశిష్యతే॥
ఓం శాన్తి శాన్తి శాన్తిః॥

'పరాత్పర' స్వరూపమగు ఆ బ్రహ్మము సర్వదా (సర్వకాల - అవస్థలయందు) సదా పూర్ణము. (The Experiencer of the Experiencer is complete by itself).

'ఇహాత్మ' స్వరూప విభాగ విశేషములగు జీవాత్మ (The Experiencer) - జగత్తు (All that being experienced) లు కూడా పూర్ణమే!

పూర్ణమగు 'పరాత్మ' నుండియే పూర్ణమగు 'ఇహాత్మ' (జలంలో తరంగముల వలె) బయల్వెడలి సంప్రదర్శితమగుచున్నది.

(మట్టి నుండి కుండలు, బంగారము నుండి ఆభరణములు, జలము నుండి తరంగములు బయల్వెడలుచున్నప్పటికీ మట్టి - బంగారము - జలము సర్వదా యథాతథమై యున్న విధంగా) ....,

.... పూర్ణమగు పరమాత్మ నుండి జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తి అనుభవి స్వరూపుడగు జీవాత్మ బయల్వెడలి, సంప్రదర్శితుడగుచూ ఉన్నప్పటికీ.... (సర్వజీవుల) స్వస్వరూపమగు పరమాత్మ (లేక) పరబ్రహ్మము సర్వదా యథాతథమే! పూర్ణమే!

భ్రమాత్మకములగు తాపత్రయములు అట్టి ఓంకార పరబ్రహ్మమునందు సశాంతించునవై ఉండును గాక!

---

5. **హరిః ఓం॥**
సహ నా(నౌ) అవతు
సహ నౌ భునక్తు।
సహ వీర్యం కరవావహై।
తేజస్వినా (నౌ)
అధీతమ్ అస్తు।
మా విద్విషావ హై
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

ఓంకార సర్వాత్మ స్వరూపుడగు శ్రీహరికి నమస్కరిస్తున్నాము.

శిష్య - ఆచార్యులమగు మనమిరువురము సర్వజగద్రక్షకుడగు ఆ పరమాత్మచే సదా **సంరక్షించబడెదము** గాక!

సర్వజీవ పరిపోషకుడగు ఆ పరంధాముడు శిష్య - ఆచార్యులమగు మన ఇరువురిని **పరిపోషించును** గాక!

(గురు శిష్యులమగు) మనము ఇరువురము **ధైర్య - ఉత్సాహ - సాహసములచే వీర్యవంతులమై బ్రహ్మతత్త్వ - అధ్యయనమునందు పరిశ్రమించెదము గాక!** నిర్వర్తించెదము గాక! ఆ పరబ్రహ్మతత్త్వము మనపట్ల తేజోవంతమై సు-ఫలప్రదమగును గాక!

(శిష్యునకు వినటము రాదు - ఆచార్యులకు చెప్పటము రాదు - ఇత్యాది) అల్ప భావములకు లోనై శిష్య - ఆచార్యులమగు మనమిరువరము పరస్పరము ద్వేషించుకొనకుండెదము గాక! ప్రేమించుకొనెదము గాక! మన ఇరువురి మధ్య ఆప్యాయత - ప్రపత్తులు వెల్లివిరియును గాక!

దృశ్య - ద్రష్ట - దర్శన త్రయములు ఆత్మరూపమునందు సశాంతించినవగును గాక!

---

6. **ఓం**
శం నో మిత్రః। శం వరుణః।
శం నో భవతు అర్యమా।
శం న ఇంద్రో బృహస్పతిః।
శం నో విష్ణుః ఉరుక్రమః॥
నమో బ్రహ్మణే।
నమస్తే వాయో।
త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మాఽసి।
త్వాం ఏవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మ
అవాదిష్యామ్। (బ్రహ్మవదిష్యామి)।

(పంచ ప్రాణములలోని 'ప్రాణము'నకు, 'పగలు'కు అభిమాన దేవతయగు) **మిత్ర భగవానుడు....,**

- ('అపానము'నకు, 'రాత్రి కాలము'నకు అభిమాన దేవతయగు) **వరుణ భగవానుడు...,**

- (దృష్టితత్త్వాభిమాని, పితృలోకములో శ్రేష్ఠుడు అగు) **అర్యమభగవానుడు...,**

- (త్రిలోకములలోని / ఈ దేహములోని ఇంద్రియ తత్త్వముల అభిమాని - అధి దేవత అగు) ..... **ఇంద్రభగవానుడు...,**

- (దేవతలకు గురువు, బుద్ధ్యభిమాన దేవత అగు) **బృహస్పతి భగవానుడు...,**

- (త్రివిక్రమావతారంలో త్రిపాదములతో భూమి - ఆకాశములను, అహంకార తత్త్వమును కొలచి వేసిన) ఉరుక్రమ బిరుదాంకితుడగు **విష్ణు భగవానుడు మాకు శుభములను సర్వ ప్రశాంతతలను ప్రసాదించును గాక!**

	ఋతం అవాదిష్యామ్। (ఋతం వదిష్యామి)। **సత్యం అవాదిష్యామ్। (సత్యం వదిష్యామి)।** **తత్ మామ్ ఆవీత్। (తన్మా మవతు)।** **తత్ వక్తారమ్ ఆవీత్। (తద్వక్తారమవతు)।** **ఆవీత్ (అవతు) మాం।** **ఆవీత్ (అవతు) వక్తారమ్।** **ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥**	ఓ వాయు భగవాన్! ప్రాణస్వరూపా! ప్రాణేశ్వరా! సర్వ స్వరూపము - సర్వసాక్షి అగు పరబ్రహ్మమా! సర్వాత్మకుడా! ఆత్మదేవా! సర్వస్థితుడవగు మీకు భక్తి పూర్వకంగా నమస్కరిస్తున్నాము. మిమ్ములను 'ప్రత్యక్ష బ్రహ్మము'గా (దృశ్యజగత్తును/విశ్వేశ్వరుడుగా) దర్శించుచున్నాము. స్తుతించుచున్నాము. ఋగ్వేదములోని ఋక్కులచే, సర్వవేదములచే అభివర్ణించబడుచున్న 'ఋతము' అగు పరమాత్మను స్తుతించుచున్నాము. 'సత్' స్వరూప పరబ్రహ్మము గురించిన సత్యమును స్తుతించుచున్నాము. అట్టి పరబ్రహ్మము నన్ను, నాకు తత్త్వజ్ఞానము బోధిస్తున్న ఆచార్యుల వారిని సదా రక్షించును గాక! ఉభయులను కాపాడును గాక! **భూ భువర్ సువర్ త్రిలోక సర్వభేదములు నిర్మల పరబ్రహ్మ స్వరూపమునందు సశాంతించినవగు గాక!**
7.	**ఓం** **అహం వృక్షస్య రేః ఇవ।** **కీర్తిః పృష్ఠం గిరేః ఇవ।** **ఊర్ధ్వ పవిత్రో వాజినీవ,** **'స్వమ్' అమృతమస్మి।** **ద్రవిణగ్ం సవర్చసమ్** **సుమేధాః అమృతో అక్షితః।** **ఇతి త్రిశంకోః వేద అనువచనమ్॥** **ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥**	ఈ 'సంసారము' అను వృక్షమునకు 'ఆధారము' అయి ఉన్న 'రేః' - చైతన్య స్ఫూర్తి నేనే! పర్వతముయొక్క శిఖరాగ్రమువలె నా 'కీర్తి'యే వేద-ఉపనిషత్ వాఙ్మయ పర్వత శిఖరముపై ప్రకాశమానమై యున్నది. ఊర్ధ్వ పవిత్రత (ఘనత)గా సర్వత్రా ఉన్నది - నాలోని నేనైన ఆత్మయే! ఆకాశంలో ఎల్లప్పుడూ ప్రకాశించే సూర్యునికి ఉదయాస్తమయములు లేని తీరుగా నేను స్వయముగా... **జన్మ - మృత్యువులకు చెందనట్టి, సంబంధించనట్టి 'అమృత స్వరూపుడను' అయియే ఉన్నాను.** ఈ దృశ్యమంతా నాకు సంపద అయినట్టి బ్రహ్మ వర్చస్సు. సృష్టికళా విశేష సమన్వితుడను కదా! ఇదంతా నా చిదానందము! ఎరుకరూపము. వేదో వీక్షణము! బుద్ధి ప్రదర్శన చమత్కారము! మార్పు చేర్పులకు ఆవల, దృష్టికి ఆవల ... కేవల దృక్-అమృత-ఆనంద స్వరూపుడను! ఇతి త్రిశంకు మహర్షి ప్రవచిస్తూ బోధించు వేద ప్రమాణముతో కూడిన అనువచనము. **దృశ్య - జీవ - ఈశ్వర భేదమంతా ఆత్మానందమునందు సశాంతించినవగును గాక!**
8.	**ఓం** **యః (యం) ఛందసాం** **ఋషభో విశ్వరూపః,** **ఛందోభ్యో అధి అమృతాత్** **సంబభూవ,** **సః మే ఇన్ద్రో మేధయా స్పృణోతు।** **అమృతస్య దేవ ధారణో భూయాసమ్।** **శరీరమ్ మే విచర్షణమ్।** **జిహ్వా మే మధు మత్తమా।** **కర్ణాభ్యాం భూరి విశ్రువమ్।** **బ్రహ్మణః కోశోసి** **మేధయా పిహితః।**	ఏ ప్రణవ నాదమును వేదములు ప్రప్రథమంగా పలుకుచున్నాయో, ఈ విశ్వమంతా ఎద్దానికి తన రూపమే అయి ఉన్నదో..., ఏ 'ఓం' కారము అమృత రూపమై, ఆత్మరూపమై వేద వాఙ్మయము నుండి ప్రవచన - నిర్వచన రూపంగా ప్రకటించబడుచున్నదో..., అట్టి మహత్తర ఆత్మ తత్త్వము నా ఇంద్రియములను, మేధస్సును (బుద్ధిని) విజ్ఞానరూపమై స్పృశించును గాక! నేను ఇంద్రుడంతటి మేధస్సు కలిగియుండెదను గాక! ఓ ఆత్మదేవా! నేను అమృతరూపమగు బ్రహ్మజ్ఞాన 'ధారణ' పొందినవాడను అయ్యెదను గాక! ఈ నా శరీరము బ్రహ్మతత్త్వము యొక్క శ్రవణ - మనన - నిదిధ్యాసల నిమిత్తమై అర్హము, ఆరోగ్యవంతము, ప్రజ్ఞాసమన్వితము అయి ఉండును గాక! నా ఈ నాలుక - బ్రహ్మతత్త్వ విశేషాలను పలుకు మాధుర్యము కలిగి ఉండును గాక! ఈ నా చెవులు ఆచార్యుల వద్ద నుండి బ్రహ్మతత్త్వ ప్రవచ వాక్యములు విరివిగా వినుటకు యోగ్యమై ఉండును గాక! సంసార రూపములైనట్టి పంచకోశములకు సంబంధించిన బుద్ధిచే, మాయందు అంతరంగమున అనునిత్య ప్రకాశమైయున్న **పరబ్రహ్మము** కప్పబడినదై ఉన్నది.

శ్రుతం మే గోపాయ॥ ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥	ఓ ఆత్మ దేవా! మీ గురించి వినుచున్న మాటలచే (గురువాక్యములచే - వేదాంత సిద్ధాంతములచే), మీరు వినబడుచున్నవారై మమ్ములను గోపాయ - కాపాడండి! **మా యొక్క స్థూల - సూక్ష్మ - కారణ దేహములు ఆత్మ రూపము సంతరించుకొని ఆత్మగా సశాంతించునవై ఉండును గాక!**
9. ఓం ఆప్యాయన్తు మమ అంగాని వాక్ ప్రాణః చక్షుః శ్రోత్రమ్ అథో బలమ్ ఇంద్రియాణి చ సర్వాణి। సర్వమ్ బ్రహ్మ – ఔపనిషదమ్। (బ్రహ్మోపనిషదౌ) మా అహమ్ బ్రహ్మ నిరాకుర్యామ్। మా మా బ్రహ్మ నిరాకరోత్। అనిరాకరణమ్ అస్తు। అనిరాకరణమ్ మే అస్తు తత్ ఆత్మని నిరతే య ఉపనిషత్సు ధర్మాః, తే మయి సన్తు। తే మయి సన్తు॥ ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥	ఓంకార సంజ్ఞాస్వరూప సర్వతత్త్వ స్వరూపుడవగు ఓ పరమాత్మా! ఇది మా విన్నపము! వినండి. ఉపనిషత్తులచే చేతులెత్తి ప్రకటించబడుచున్న **బ్రహ్మము (లేక) సర్వాత్మకుడగు** పరమాత్మ మా యొక్క సర్వ అంగములను, వాక్కును, ప్రాణమును, కళ్ళను, చెవులను (కాళ్ళు-చేతులు, నడతలు, పనులు, మాటలు, శక్తి, చూపు, వినుచున్నవి - వీటన్నిటినీ) - బ్రహ్మోపాసనకై ఆప్యాయము, మధురము చేసి, సిద్ధము చేయును గాక! - బ్రహ్మము (బ్రహ్మజ్ఞానము) నన్ను నిరాకరించకుండును గాక! - నేను బ్రహ్మజ్ఞానమును నిరాకరించకుండుదును గాక! బ్రహ్మము - నేను పరస్పరము ఆదరణ, ఆప్యాయత కలిగి ఉండెదము గాక! ఉపనిషత్తులు చెప్పు ఆత్మ ధర్మము గురించిన సమాచారము - విశేషముల అధ్యయనము నందు మేము నిరతులమై ఉండెదము గాక! అట్టి పరబ్రహ్మము మమ్ము కాపాడును గాక! రక్షించును గాక! **భూత - వర్తమాన - భవిష్యత్ త్రికాల కల్పనా విశేషమైనట్టిదంతా ఆత్మ స్వరూపమై ఆత్మయందు లయించి శాంత - ఆత్మత్వమును సంతరించుకొనును గాక!**
10. ఓం భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవాః। భద్రం పశ్యేమ అక్షభిః యజత్రాః। స్థిరైః అంగైః తుష్టువాగ్ంసః తనూభిః। వ్యసేమ దేవ హితం యత్ ఆయుః। స్వస్తి నః ఇంద్రః వృద్ధశ్రవాః। స్వస్తి నః పూషా విశ్వవేదాః। స్వస్తి నః తార్క్ష్యో అరిష్టనేమిః। స్వస్తి నః బృహస్పతిః దదాతు॥ ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥ భద్రం మే అపివాతాయ మనః॥ ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥	ఓ దేవతలారా! మీరు ప్రసాదించిన ఈ చెవులతో మేము భద్రమగు (శుభ ప్రదమగు) దాని గురించియే (బ్రహ్మ తత్త్వమునే) వినుచుండెదము గాక! యజన (యజ్ఞ - యాగ - యోగ ప్రయత్న) శీలురమగు మేము భద్రమైన దానినే (సర్వము బ్రహ్మముగా) చూచుచుండెదము గాక! బలము - కలిగియున్న అంగములతో ఆరోగ్యవంతము అగు శరీరముతో - దేవతలచే ప్రసాదించబడిన ఆయుష్షును దేవతల హితముగా (దేవతలకు ప్రియముగా) - గడుపుచుండెదము గాక! ఔన్నత్యముతో కూడిన వినికిడిగల, లోకాధిపతి అగు **ఇంద్ర భగవానుడు,** విశ్వతత్త్వము ఎరిగిన **సూర్యభగవానుడు,** దోషములను తొలగించి మమ్ములను పవిత్రులుగా తీర్చిదిద్దుదురు గాక! బుద్ధి కుశలుడగు **బృహస్పతి భగవానుడు** మాకు అనుగ్రహమును ప్రసాదించెదరు గాక! మాకు స్వస్థత కలుగజేయుదురు గాక! మా మనస్సులకు ప్రాణేశ్వరులగు వాయు దేవులవారు శుభము, భద్రము కలుగజేయుదురు గాక! **ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥**
11. యో బ్రహ్మాణమ్ విదధాతి పూర్వమ్, యోవై వేదాంశ్చ ప్రహిణోతి, తస్మై తగ్ం అహమ్ ఆత్మబుద్ధి ప్రకాశమ్, ముముక్షుర్వై శరణమ్ అహమ్ ప్రపద్యే॥ ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥	- ఏ పరబ్రహ్మము ఈ జగత్తుకు మునుముందే ఉన్నదై, ఈ జగత్ రూపముగా విస్తరించినదై ఉన్నదో, - ఏది వేద - ఉపనిషత్తులచే 'తత్త్వమ్' శాస్త్రముగా స్తుతించబడుచున్నదో, - అట్టి **ఆత్మ నా బుద్ధికి ప్రకాశమానమగుటకై...,** **ముముక్షువునై ఆచార్యులను, బ్రహ్మజ్ఞులను, వేదాంత శాస్త్రమును శరణు వేడుచున్నాను.** **సర్వము శాంత్యాత్మయందు సశాంతించును గాక!**

శ్లో॥ ఓం మంగళమ్ గురుదేవాయ మహనీయ గుణాత్మనే
సర్వలోక శరణ్యాయ సాధురూపాయ మంగళమ్॥
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

⌘ విషయ సూచిక ⌘

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత-అనుష్ఠాన పాఠము

I నారాయణీయా యాజ్ఞిక్యుపనిషత్ 1-57

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత-ఉపనిషత్తులు (22)

1. అమృతనాదోపనిషత్ 58-71
2. అమృత బిందూపనిషత్ 72-81
3. అవధూతోపనిషత్ 82-96
4. అక్ష్యుపనిషత్ 97-113
5. ఏకాక్షరోపనిషత్ 114-122
6. కలిసంతరణోపనిషత్ 123-127
7. కఠోపనిషత్ (కఠవల్లీ ఉపనిషత్) 128-170
8. కఠ రుద్రోపనిషత్ 171-191
9. కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్ 192-199
10. కైవల్యోపనిషత్ 200-217
11. గర్భోపనిషత్ 218-251
12. తేజో బిందూపనిషత్ 252-384
13. తైత్తరీయోపనిషత్ 385-447
14. దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్ 448-462
15. ధ్యాన బిందూపనిషత్ 463-498
16. నారాయణోపనిషత్ 499-509
17. పంచ బ్రహ్మోపనిషత్ 510-522
18. ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్ 523-539
19. బ్రహ్మోపనిషత్ 540-551
20. బ్రహ్మ విద్యోపనిషత్ 552-586
21. యోగకుండల్యుపనిషత్ 587-625
22. యోగతత్త్వోపనిషత్ 626-666

<u>అనుష్ఠాన పాఠము</u>

నారాయణీయా యాజ్ఞిక్యుపనిషత్

కృష్ణ యజుర్వేదీయ - <u>తైత్తిరీయ</u> - <u>తైత్తిరీయారణ్యా</u> - దశమ ప్రపాఠము

ఇది మహర్షిచే – అరణ్యములోని ఆశ్రమమునుండి నాగరిక (సాంఘిక) ప్రపంచమునకు బాల – యౌవన – వృద్ధుల అనుష్ఠానము కొరకై సమీకరణంగా రచించి ప్రసాదించబడిన అరణ్యకము. ముక్తికోపనిషత్‌లో చెప్పబడిన '108' ఉపనిషత్తులలో ఇది ఉదహరించబడలేదు. బహుశః ఇది అనుష్ఠానము కొరకై మహర్షిచే తయారుచేయబడిన 'సంకలనము' వంటిది అవటం చేత కాబోలు.

కానీ ఒక్క విషయం! ఈ నారాయణీయ యాజ్ఞక్యుపనిషత్ పిల్లల దగ్గర నుండి పెద్ద వారి వరకు నోటికి వచ్చే వరకు చదవటము – ఉపనిషత్ ఉద్యానవనమునకు చక్కటి ప్రవేశద్వారము వంటిదని నాకు అనిపిస్తుంది. అందుచేత ఈ '2'వ సంపుటిలో "**I**" గా అందించటం జరుగుతోంది.

మహనీయులగు పాఠకమహాశయులారా! వేదజ్ఞులగు పెద్దలారా! నేను అధ్యయన విద్యార్థిని మాత్రమే. అందుచేత ఈ **"ఉపనిషత్ ఉద్యానవన యజ్ఞము"** లోని పొరపాట్లను, లోపములను తెలియజేస్తే, సరిదిద్దుకొనుటకు సర్వదా సంసిద్ధుడను. విధేయుడను. యోగ గురువులు, వేద గురువులు ఇందలి వివరణలను విమర్శనాత్మకంగా పఠించవచ్చు. నాకు తెలియచెప్పవచ్చు. అట్టి అభిప్రాయములకు సుస్వాగతము.

వేదమాతా నమో నమః।

ఈ సర్వమును, తత్ఫలములను–సర్వదా వేంచేసియున్న, సర్వము తానైయున్న, కూచిపూడిలో కూడా పూజలందుకొంటున్న శ్రీ బాలత్రిపుర సుందరీ సమేత రామలింగేశ్వరస్వామి వారికి సర్వదా అంకితము.

– యేలేశ్వరపు హనుమ రామకృష్ణ
అధ్యయన విద్యార్థి

❖ ❖ ❖

కృష్ణ యజుర్వేదీయ - <u>తైత్తిరీయ</u> - <u>తైత్తిరీయారణ్యా</u> - దశమ ప్రపాఠక

నారాయణీయా యాజ్ఞిక్యుపనిషత్‌లోని కొన్ని ముఖ్య విశేషాలు

పరిచయపూర్వకంగా

- పరమాత్మ సర్వదా నిర్మలుడు, మహత్తరుడు, సర్వవిషయాతీతుడు అయి ఉండియే, ఇక్కడి జీవాత్మ–జగత్తులను క్రీడవలె తనయొక్క అంశగా కల్పించుకొని వినోదిస్తున్నారు. ఈ **జీవుడు**గా కనిపిస్తున్నది. **పరమాత్మయే. – అను వర్ణన.**
- అనేక ప్రదర్శనా వైచిత్ర్యములతో కూడిన ఈ దృశ్య జగత్తులుగా, వీటియొక్క దృశ్యద్రష్టగా, ఆ ద్రష్టకు సాక్షిగా వెలయుచున్నది – "ఏకము, అక్షరము" అయి ఉన్న పరబ్రహ్మమే. అయ్యది సర్వదా అఖండము, అప్రమేయము, నిత్యమ – **అను గానము.**
- "ఇదంతా పరబ్రహ్మమునకు అనన్యము" .... అని నిరూపించి బోధించుచున్నవారే ఋషులు (మరియు) వేదములోని ఋక్కులు. ఋతముగా (మనోభావ పూర్వకంగా), సత్యముగా (వాక్ పూర్వకంగా) "శృణ్వంతి విశ్వే!" .... అని శ్రోతమ్। "తత్ త్వమ్" – నీవు సహజముగా పరమాత్మవే" అని ఎలుగెత్తి గానం చేస్తున్న – **అను వచనము.**
- పరబ్రహ్మమునకు అభిన్నమై పరబ్రహ్మమునుండి బయల్వెడలు సృష్టి సంకల్పాభిమానియగు **హిరణ్యగర్భుని వర్ణన/విశేషములు.**

- ఈ సృష్టి నిర్మాణమును నిర్వర్తించుచున్న, నిర్వహించుచున్న దివ్య ప్రజ్ఞా స్వరూపులగు వివిధ దేవతలను ఉద్దేశ్యించి సమర్పించు "ప్రచోదయాత్" – అభ్యర్థన స్తుతులు (దేవతా గాయత్రీ మంత్రములు).
- **సూక్తములు** – దుర్వాస సూక్తము. శత్రుంజయ మంత్రము. స్వస్తి సూక్తములు. అఘమర్షణ సూత్రము (మంత్రము). జాతవేదసే–దుర్గా సూక్తము.
- వ్యాహృతి హోమ మంత్రములు. జ్ఞానపాప్త్యర్థ హోమమంత్రము. ప్రణవ స్తుతి. తపోప్రశంస. దహర విద్యా స్తుతి. గుహాశయ స్తుతి.
- పరమాత్మ సాగరంలోని "జీవాత్మ–జడప్రపంచ" – అభిన్న తరంగాలు.
- విషయ భోగముల విరమింపజేయు ప్రత్యాహారములు.
- (సహస్ర శీర్షం దేవమ్) ... నారాయణ సూక్తము. ఆదిత్య మండల స్తుతి రూప బ్రహ్మోపాసన, (నిధనపతాయే నమః....) శివోపాసనా మంత్రములు.
- నమస్కారార్థ మంత్రములు. భూదేవతా స్తుతి మంత్రము. సర్వదేవతా స్వరూప ఆపః (జల) మంత్రము. సంధ్యావందన పవిత్ర స్వాహా మంత్రము. ఏక–అక్షర పరబ్రహ్మస్తుతి మంత్రము. గాయత్రీ ఆహ్వాన ఉపాసనా స్తుతులు.
- ఆదిత్య దేవతా మంత్రము. త్రిసువర్ణ మంత్రము. బ్రహ్మమేధయా మంత్రము. (మధువాతా ఋతాయతే) – మధుస్తుతి.
- మేధా సూక్తము. మృత్యు నివారణ మంత్రము. రుద్రస్తుతి. ప్రజాపతి ప్రార్థనా మంత్రము. ఇంద్రస్తుతి.
- మృత్యుంజయ మంత్రము. పాప నివారక ప్రార్థనామంత్రము. వసుస్తుతి. కామోకార్షీ – మన్యురాకార్షీ మంత్రములు.
- విరజాహోమ మంత్రము. తిలదేవతాస్తుతి మంత్రము. పంచప్రాణశుద్ధి మంత్రము. సమస్త శుద్ధి మంత్రములు.
- విశ్వేదేవ హోమ మంత్రము, 'తత్ బ్రహ్మ' – స్తుతులు, శ్రద్ధాహ్వాన మంత్రము.
- (తినబోయేడప్పుడు) భుక్తాన్న అభిమంత్రణము. (భోజనము ముగించిన తరువాత) ఆత్మానుసంధాన మంత్రము.
- అగ్ని దేవస్తుతి. అభీష్ట సిద్ధి నివేదనా మంత్రము.
- పరతత్త్వ నిరూపణము. జ్ఞాన సాధన కథన స్తుతులు.
- యజ్ఞమహత్త్యము. మానసికోపాసన. అంతర్యామి స్తుతి. జ్ఞానయజ్ఞము.

అనుష్ఠానము కొరకై ఇవన్నీ ఈ 'ఉపనిషత్'లో ఋషిచే సంకలన పూర్వకంగా ప్రసాదించబడుచున్నాయి.

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత
తైత్తిరీయారణ్యకే - ఖిలాకాండే
నారాయణీయా యాజ్ఞికీ ఖిలోపనిషత్

1వ అనువాకము

	ఉపనిషత్ పరిచయ విశేషాలు	7
1	పరతత్త్వ మంగళ శ్లోకములు	8
25	స్నానాంగభూత మంత్రములు-దూర్వాసూక్తము	12
38	మృత్తికా సూక్తము	13
48	మృత్తికా శుద్ధికై పృథివీ ప్రార్థన	14
52	జలస్వీకార మంత్రము	14
58	అఘమర్షణ సూత్రము	15
65	'గంగ' ఆది ఆవాహన మంత్రము	16
66	నీటిలో మునిగి ప్రాణాయామం చేస్తూ మనస్సుతో చదువు మంత్రము	16
69	స్నానము పూర్తి చేసిన తరువాత చదివే ఋక్కులు	17
75	స్నానము చేసి తుడుచుకొన్న తరువాత చదివే మంత్రము	18

2వ అనువాకము

78	దుర్గా సూక్తము	18

3వ, 4వ, 5వ అనువాకము

85,86,87	వ్యాహృతి హోమ మంత్రములు	20

6వ, 7వ అనువాకము

88	జ్ఞాన ప్రాప్త్యర్థ హోమ మంత్రము	21

8వ, 9వఅనువాకము

90	వేదాంత-పరమార్థ సిద్ధికై ప్రార్థనా మంత్రములు	21

10వ, 11వ అనువాకము

92	తపః ప్రశంసా	22

12వ అనువాకము

94	దహర విద్యా	22

13వ అనువాకము

111 నారాయణ సూక్తము 26

14వ అనువాకము

123 ఆదిత్య మండలే పరబ్రహ్మోపాసనమ్ 27

15వ అనువాకము

124 ఆదిత్య పురుషస్య సర్వాత్మకత్వా ప్రదర్శనము 28

16వ అనువాకము

125 శివోపాసనా మంత్రము 28

17-21 అనువాకములు

126-130 సద్యోజాత, వామదేవ, అఘోర, తత్పురుష, ఈశాన పంచముఖ శివస్తుతులు 29

22-27 అనువాకములు

123 నమస్కారార్థ మంత్రాః 30

28వ అనువాకము

137 భూదేవతా మంత్రః 31

29వ అనువాకము

138 సర్వదేవతా ఆపః స్తోత్రః 32

30వ అనువాకము

139 సంధ్యావందన మంత్రాః 32

31వ అనువాకము

140 సాయం సంధ్యా జలపానార్థ మంత్రము 32

32వ అనువాకము

141 ప్రాతః సంధ్యా జలపాన మంత్రము 33

33-35 అనువాకములు

142,143,144 గాయత్రీ ఏక-అక్షర ఆహ్వాన స్తుతి మంత్రములు 33

36వ అనువాకము

145 గాయత్రీ స్వస్థాన ప్రదాన మంత్రము 34

37వ అనువాకము

146 ఆదిత్య దేవతా మంత్రము 35

38-40వ అనువాకములు

147 పాపనివృత్తి హేతు - త్రిసుపర్ణ మంత్రము 35

41-44వ అనువాకములు

151-156 మేధా సూక్తము 37

45-53వ అనువాకములు

157-165 మృత్యు నివారణా మంత్రము 38

54వ అనువాకము

166 ప్రజాపతి ప్రార్థనా మంత్రము 40

55వ అనువాకము

167 ఇంద్ర ప్రార్థనా మంత్రము 40

56-58వ అనువాకములు

168-170 మృత్యుంజయ మంత్రము 41

59వ అనువాకము

171 పాప నివారక ప్రార్థనా మంత్రము 41

60వ అనువాకము

172 వసు ప్రార్థనా మంత్రము 42

61, 62వ అనువాకములు

173,174 నాఽహం కర్తా। నాఽహం కారయితా 42

63-66వ అనువాకములు

175-199 విరజా హోమ మంత్రము 43

67-68వ అనువాకములు

200-204 విశ్వేదేవ హోమ మంత్రము 45

69వ అనువాకము

205,206 ప్రాణాహుతి మంత్రములు 47

207,208 ప్రాణాహుతి-వికల్ప మంత్రాంతరములు 47

70వ అనువాకము

209 భుక్తాన్త అధిమంత్రణ మంత్రః 48

71వ అనువాకము

210 భోజనాంతే - ఆత్మానుసంధాన మంత్రః 48

72వ అనువాకము

211 భోజాననంతరం - అవయవ స్వాస్థ్య మంత్రము 48

73వ అనువాకము

212 ఇంద్ర ప్రస్తుతి మంత్రము 49

74, 75వ అనువాకము

213,214 హృదయాలంబన మంత్రము 49

76వ అనువాకము

215 అగ్ని స్తుతి మంత్రము 49

77వ అనువాకము

216 శివసామీప్యమునకై అభీష్ట యాచనా మంత్రము 49

78వ అనువాకము

217-229 పరతత్త్వ నిరూపణ మంత్రము 50

79వ అనువాకము

230-252 జ్ఞాన సాధన 51

249 అంతర్యామి స్తుతి 56

80వ అనువాకము

252 జ్ఞాన యజ్ఞము 56

⌘ ⌘ ⌘

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

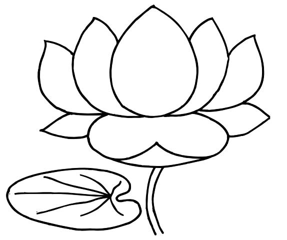
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

తైత్తరీయ అరణ్యకే ఖిలకాండే

I నారాయణీయా యాజ్ఞికీ ఖిలోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్



ఉపనిషత్ పరిచయ విశేషాలు

గృషస్తుల, **విద్యార్థుల ఉపనిషత్ వాజ్మయాభ్యాసమును** ఉద్దేశ్యించి మహర్షి - ఈ **"నారాయణీయ యాజ్ఞికీ ఖిలోపనిత్ "** ను అనుష్ఠానము కొరకై కృష్ణ యజుర్వేద - **అరణ్యక అంతర్భాగంగా** అందించారు. అనేక మంది గృహస్థులు, గృహిణులు, విద్యార్థులు మొదలైనవారు మొట్టమొదటి పారాయణంగా చదివి, నోటికి వచ్చిన తరువాత, అంతరార్థాన్ని హృదయస్థం చేసుకోవాలని భావించి → ఉపాసనా విశేషాలలో లోకానికి ప్రసాదించారు.

వేదాంత - అధ్యయన సముత్సాహకులకు ఈ ఉపనిషత్ - **"ఉపనిషత్ ఉద్యానవన ప్రవేశద్వారము"** వంటిదని ఉపనిషత్ విద్యాగరిష్ఠుల అభిప్రాయము.

ఈ ఉపనిషత్తులో → **పరమ-పురుషస్తుతి; వివిధ దేవతల విద్మహే - ధీమహీ - ప్రచోదయాత్ గాయత్రీస్తవములు; "దూర్వాసూక్తము"; "మృత్తికాసూక్తము"; స్నానం చేస్తూ చదివే "అఘమర్షణ సూక్తము"; "దుర్గాసూక్తము"; ""వ్యాహృతి హోమమంత్రము"; "తపః ప్రశంస"; "దహరవిద్య"; "నారాయణ సూక్తము (మంత్ర పుష్పము)"; "ఆదిత్యమండల పరబ్రహ్మోపాసన"; "శివోపాసనా మంత్రము"; "నమస్కారార్థమంత్రము"; "భూదేవతా స్తుతి"; "సంధ్యావందన మంత్రార్థము"; "ఆదిత్య దేవతా మంత్రము"; "త్రిసుపర్ణ మంత్రము"; "మేధాసూక్తము"; "మృత్యునివారణ మంత్రము"; "ఇంద్రస్తుతి"; "మృత్యుంజయమంత్రము"; "పాపనివారక ప్రార్థన"; 'వసు-కామోకార్షీ - మన్యులాకార్షీ విరజాహోమ మంత్రములు"; "విశ్వేదేవస్తోత్రము"; "భోజన సమయ మంత్రములు"; "హృదయ - ఆలంబనా మంత్రము"; "అగ్నిస్తుతి"; "అభీష్ట యాచనామంత్రము"; "పరతత్త్వస్తోత్రము"; "జ్ఞానసాధనా మార్గములు"; "జ్ఞానయజ్ఞము"** → మొదలైన విశేషాలు ఉన్నాయి. ఇది పారాయణము కొరకై మహర్షిచే సమీకరించబడింది.

ఈ అనుష్ఠానోపనిషత్ - "ముక్తికోపనిషత్''లో చెప్పిన 108 ఉపనిషత్తులలో ఇది ఉదహరించబడలేదు. అనగా మన ఈ జ్ఞానయజ్ఞములో 109వదిగా అనుకోవచ్చును.

ఇది దైనందికాభ్యాసముకొరకై సమీక్షాయుక్తంగా "సంస్తుతి''గా అందించబడుతోందని వేదజ్ఞుల అభిప్రాయము. అవకాశమున్నంతవరకు ఈ ఉపనిషత్ దైనందిక పారాయణంగా చేయటము ఉపనిషత్ మాత-ఉపాసన కాగలదు.

ఇది అనుష్ఠాన కారిక. ఆరణ్యకంగా అరణ్యంలోంచి గ్రామ, పట్టణ పాఠశాలలు ఇత్యాది చోట్ల వేదాభ్యాస సంసిద్ధత కొరకు అందించబడింది.

ఇక్కడ తాత్పర్యము మాత్రమే వ్రాయటం జరుగుతోంది. తదితర ఉపనిషత్తులవలె వచన - అధ్యయనము జోడించటము లేదు. ఇది ప్రారంభ పారాయణంగా చదవటం ఉపనిషత్ అధ్యయనములకు **"తపో సంసిద్ధత"** కాగలదు.

పిల్లలచే రోజూ చదివించటం, బ్రహ్మచారులు, గృహస్థులు, గృహిణులు నోటికి వచ్చే వరకు చదువుతూ ఉండటం, ఈ ఉపనిషత్తు ఉపాసనగా పారాయణం చేయుటము **శుభప్రదము.**

నారాయణీయా యాజ్ఞీకీ ఖిలోపనిషత్
శ్లోక - తాత్పర్య పుష్పము (ఉపనిషత్ సంక్షిప్త)
అనుష్ఠాన కారిక

పరతత్త్వ మంగళ శ్లోకములు	పరమాత్మతత్త్వ మంగళాశాసనము
1 అంభస్య పారే భువనస్య మధ్యే నాకస్య పృష్ఠే మహతో మహీయాన్, శుక్రేణ జ్యోతీగ్ంషి సమను ప్రవిష్టః ప్రజాపతిః చరతి గర్భే అంతః॥	- సప్తసముద్ర మధ్యవర్తి, - సముద్ర జలమునకు ఆవల (పరతీరమున) ఉన్నట్టి వారు, - భూ-భువర-సువర్ లోకముల మధ్యగా వెలుగొందుచున్నట్టివారు, - ఆకాశలోకములకు ఆవల ఉన్నట్టివాడు, ఊర్ధ్వలోకములకు ఆవల వెలుగొందువారు, - మహత్తరమగు సమస్త వస్తువుల కంటే మహత్తరమైన వారు, - జ్యోతి యొక్క నిర్మలమగు వెలుగువంటివారు → అగు "పరమాత్మ" సర్వ జీవుల హృదయములలో ప్రవేశించి, సర్వదా ప్రజాపతిగా వెలుగొందుచున్నారు.
2. యస్మిన్ ఇదగ్ం సంచవిచైతి సర్వం, యస్మిన్ దేవా అధివిశ్వే నిషేదుః, తదేవ భూతం, తదు భవ్యమా ఇదం తత్ అక్షరే పరమే వ్యోమన్॥	- సర్వజగత్తులు ఎందులో సంచార - సంచలన శీలమై వర్తిస్తున్నాయో, - ఎవ్వరిలో విశ్వము, విశ్వ దేవతలు, వారి వారి లోకములు అమరినవై ఉన్నాయో, అట్టి ఆ పరబ్రహ్మమే అక్షరమై, సర్వమునకు పరమై, ఆత్మాకాశ స్థానభూతమై యున్నది. భూత-భవిష్యత్-వర్తమాన త్రికాలములయందు సర్వమునకు ప్రదర్శనశీలమై యున్నది. అట్టి పరమాత్మ ఏ మార్పు పొందటము లేదు. చేర్పు సర్వత్రా సర్వదా యథాతథము. అక్షరుడు! పరము! ఆయనయే మనందరి వాస్తవ స్వరూపము. మనము సర్వదా సర్వత్రా చూస్తున్నది ఆయననే! ఆయనకు మనమంతా అనన్యము.
3. యేన ఆవృతం ఖం చ దివం మహీం చ, యేన ('అనాదిః' ఇతియత్)ఆదిత్యః తపతి తేజసా భ్రాజసా చ, యమ్ "అంతః సముద్రే" కవయో వదంతి, యత్ "అక్షరే పరమే ప్రజాః',	దేనిచేత ఆకాశము, స్వర్గాది దివ్యలోకములు ఆవృత్తమై ఆవరించబడినవో, - ఏది భూమి అంతా వ్యాపించి ఉన్నదో, - ఏది తన తేజస్సుచే **సూర్యగోళమును ఆదిత్యునిగా** వెలిగించుచున్నదో, తపింపజేయుచున్నదో, - ఏది సముద్రమునందు సముద్రమునకు ఆవల అంతటా వ్యాపించి ఉన్నట్లు ప్రాజ్ఞులు వర్ణిస్తున్నారో, - ఏది సర్వము అయి ఉండియే - సర్వమునకు పరమై, సర్వులకు వేరై అక్షరమైయున్నదో,
4. యతః ప్రసూతా, జగతః ప్రసూతీ, తోయేన జీవాన్ వ్యచ సర్జ భూమ్యామ్, యదా ఓషధీభిః, పురుషాన్ పశూగ్ంశ్చ వివేశ భూతాని → చరాచరాణి॥	- ఎద్దాని నుండి ఈ జగత్తంతా జనించి ప్రదర్శనమగుచున్నదో, - ఏది సర్వజీవులలో జీవన స్వరూపజలముగా విస్తరించి ఉన్నదో, - ఏది ఔషధ రూపంలో పశువులు, మానవులు మొదలుగా అందరిలో ప్రవేశించినదై ఉన్నదో, - ఏది అంతర్లీనంగా చరాచరములలో వ్యాపించి ఉన్నదో - అదియే పరమాత్మ! సర్వదీపములలోని అగ్నివలె సర్వజీవులలోని జీవన స్రవంతియే పరమాత్మ!

5. అతఃపరం న అన్యత్, అణీయ సగ్ంహి। పరాత్ పరమ్ యత్ మహతో మహాన్తమ్, యత్ ఏకం, అవ్యక్తం, అనన్త రూపమ్, విశ్వం పురాణం తమసః పరస్తాత్।	అట్టి పరమాత్మను **దాటినదై ఏదీ లేదు. అద్దానికి అన్యమైనదీ అణువంత కూడా లేదు. ఆయన అణువుకే అణువు. ఇహము-పరము అను జీవతత్త్వములకు పరమైనట్టివాడు. పరాత్ పరుడు. మహత్తరమైనవాడు. అనంతుడు.** ఆయన ఏకమే అయి ఉన్నారు. అనేకముగా కాదు. సర్వదా అవ్యక్తుడే! సర్వవ్యక్తీకరణములకు ఆవలవాడు. ఆద్యన్తములు లేనివాడు. అనన్తరూపుడు. ఈ విశ్వమునకు మునుముందే ఉన్నవాడు. అందుచేత పురాణపురుషుడు. **తమసః పరస్తాత్!** అంధకారమునకు ఆవలవాడు (కళ్లుమూసుకున్నప్పుడు కనిపించే అంధకారమునకు ఆవల అద్దాని సాక్షి అయి చూస్తున్నవాడు).
6. తదేవ ఋతం (తదేవర్తం), తదు 'సత్యమ్' ఆహుః। తదేవ 'బ్రహ్మ పరమమ్' కవీనామ్। ఇష్టాపూర్తం బహుధా జాతం జాయమానం విశ్వం భిభర్తి భువనస్య నాభిః॥	(సర్వము తానై కూడా సర్వమునకు వేరై ఉన్నట్టి) ఆ 'తత్' అనబడు ప్రతిజీవుని కేవల స్వరూపమే → **ఋతము** అయినది. ఉన్నది ఉన్నట్లు చెప్పుకోవటానికి విషయమైనది. **(స్వానుభవప్రవచనమ్-ఇతి ఋతమ్)** → 'ఉనికి' రూపముచే సర్వావస్థలలో కేవలమై చెన్నొందచున్నట్టి **'సత్యము'** (యమ్ సత్) అయి ఉన్నది. అదియే సర్వమునకు ఆవల పరమై, అన్నిటికంటే మహత్తరమై - బ్రహ్మము అయి ఉండటం చేత **"పరబ్రహ్మము"**. అత్యంత శ్రేష్ఠము కాబట్టి 'కవీమ్'. అట్టి పరబ్రహ్మము యొక్క ఇష్ట- వ్యవహార వివర్తన (పూర్తి)యే ఈజగత్తు. ఏకమగు బ్రహ్మము అనేకముగా తానే ఇష్టాపూర్తిగా అగుచున్నది. ఈ విశ్వమంతా నిండి ఉండి, దీనిని భరించుచు ఇద్దానికి మూల కదలిక రూపమగు "విశ్వనాభి" కూడా!
7. తదేవ అగ్నిః। తత్ వాయుః। తత్ సూర్యః। తదు చంద్రమాః। తదేవ శుక్రం। అమృతం। తత్ బ్రహ్మ। తత్ ఆపః। స ప్రజాపతిః॥	అట్టి పరబ్రహ్మమే అగ్నిగా, వాయువుగా, సూర్యుడుగా, చంద్రుడుగా తన యొక్క ఇష్టా-పూర్తి స్వభావముచే అగుచున్నది. తన తేజస్సుచే సర్వ శుభములు ప్రసాదించు **శుకరము, నిర్మలము అగు శుక్రము.** అది మార్పు చేర్పులకు విషయమేకాదు కాబట్టి **అమృతము** : అదియే **బ్రహ్మము.** అదియే జీవనాధారరూపమగు పరా-జలము (జీవులందరూ తరంగాలు). అదియే ఈ అనేక జీవుల సృష్టికర్త, నియామకుడు అగు ప్రజాపతి.
8. సర్వే నిమేషా జజ్ఞిరే విద్యుతః పురుషాదధి; కలా ముహూర్తాః। కాష్ఠాశ్చ అహోరాత్రాశ్చ సర్వశః।	ఆ పరబ్రహ్మమే నిమేష కాలరూపము. క్షణికమైనదంతా అదే! సర్వత్రా సంచారము కలిగియున్న జజ్ఞిరము. సర్వమును వెలిగించు విద్యుత్ స్వరూపము. సర్వజీవులలోని పురుషకారము. కాలకల్పనా రూపము. జగత్తులో కాష్టమైయున్న మౌనము. రాత్రింబవళ్లు కూడా అయి ఉన్నట్టిది.
9 అర్ధమాసా మాసా ఋతవః సంవత్సరశ్చ కల్పన్తామ్। స ఆపః ప్రదుఘే ఉభే ఇమే అన్తరిక్షమ్ అథో సువః॥	శుక్ల-కృష్ణములనబడే అర్ధ మాసములు, చైత్ర-వైశాఖ-శ్రావణ మొదలైన మాసముల స్వరూపము, ప్రభవ- విదియ ఇత్యాది సంవత్సరముల, కల్పముల కల్పాంతముల స్వరూపము → **ఆత్మయే!** జలము తరంగములుగా అగు అంతర్లీన తత్త్వము, అంతరిక్షము, క్రింద భూమి మొదలైన లోకములు, మధ్య గల సువర్లోకము, ఆవల లోకములు → **అంతా పరబ్రహ్మమే.**
10 నైనమ్ ఊర్ధ్వం న తిర్యంచం న మధ్యే పరిజగ్ర భత్। న తస్య ఏశే కశ్చన తస్య నామ మహత్ యశః॥	అట్టి పరబ్రహ్మము పైన ఎక్కడో లేదు. క్రింద మరెక్కడో లేదు. మధ్యలో ఉన్నవాడూ కాదు. ఎవ్వడు కూడా ఆ పరమాత్మను "ఇట్టిది" అని నిర్వచనములో బంధించి 'ఇంతే' అని అనలేడు. అన్ని నామరూపములు అద్దానివే. అద్దాని నామ, మహత్, యశములు → అవాక్ మానసగోచరం.
11. న సందృశే తిష్ఠతి రూపమస్య। న చక్షుషా పశ్యతి కశ్చన ఏనమ్। హృదా మనీషా మనసా అభికప్తో య ఏనం విదుః అమృతాః తే భవన్తి॥ (అమృతాస్తే భవన్తి)	ఆ పరమాత్మ ఒక రూపముగానో, నామముగానో కనబడు పరిమితముకాదు. ఎవ్వరూ కళ్లతో చూచి "ఇది రూపము" అని పరబ్రహ్మమును పరిమితి చేసి నిర్ణయించలేడు. (చూచుచూ ఉన్నదే అది కాబట్టి). అయితే అది స్వానుభవము చేతనే అవగతమౌతుంది. హృదయాకాశములో నిర్మల బుద్ధికి స్వానుభవమైనట్టి ప్రదర్శనము. ఎవ్వరైతే తమ హృదయములో సర్వాత్మకుడగు **ఆ పరమాత్మను బాహ్యా- అభ్యంతర సర్వస్వరూపుడుగా దర్శిస్తారో, అట్టివారు అమృతత్వమును సిద్ధించుకొనుచున్నారు.**

12. అద్భ్యః సంతభూతో 'హిరణ్య గర్భ' – ఇతి అష్టౌ॥	**(అహమ్ ఏక తరంగ మస్మి పరమాత్మానంద సాగరః)** ఆయన జలస్వరూపుడై సంభవించి, సర్వజీవులను తనయందు తరంగములుగా కలిగియున్నవాడు. సర్వము తన గర్భమునందు కలిగియుండి హిరణ్యగర్భుడుగా స్తుతించబడుచున్నారు.
13. ఏష హి దేవః ప్రదిశోను సర్వాః। పూర్వో హి జాతః స ఉ గర్భే అన్తః స విజాయ మానః। స జనిష్యమానః। ప్రత్యక్ ముఖాః తిష్ఠతి విశ్వతో ముఖః॥	ఆ పరమాత్మ సర్వ దిక్కులలో వేంచేసియున్న దేవాదిదేవుడు. సర్వదిక్కులకు ఆధారుడు. ఈ **"దేహములు, కర్మవ్యవహారములు"** - అనబడే జన్మకర్మలకు మునుముందే ఉన్నవారు. 'జన్మించటము' అనే లీలను ప్రదర్శిస్తూ ఉన్నవారు. జన్మలకు మునుముందు, తరువాత కూడా ఉండువాడు. తెలియబడేదంతా ఆయనయే! జనించినట్లుగా అగుపడేది జననరహితుడగు ఆయనయే! సర్వమునకు వేరై, సర్వమునకు సాక్షి అయి, ఈ విశ్వమంతా తనయొక్క ముఖ-ముఖకవళికలుగా కలవారు.
14. విశ్వతః చక్షుః। ఉత విశ్వతో ముఖో। విశ్వతో హస్త, ఉత విశ్వతః పాత్ (విశ్వతస్పాత్) సం బాహుభ్యాం నమతి సంపత త్రైః ద్యావా– పృథివీ జనయన్ దేవ ఏకః॥	ఈ విశ్వమంతా తన చూపుయందే కలవాడు. విశ్వమంతా చక్షువులు కలవాడు. విశ్వమంతా ఆయన ముఖమే. ఈ విశ్వమంతా తన హస్తములతో నింపి ఉంచినవాడు. విశ్వస్వరూపుడు (విశ్వమ్ విష్ణుః). విశ్వేశ్వరుడు! ఆయన సర్వమునకు కర్త (The worker of the universe). ఆయన బాహువుల నుండే (from his workmanship) ఈ అనేకమంతా ఆవిర్భవిస్తోంది. ద్యావా-పృధివి, (మిన్ను-మట్టి), మర్త్య-పాతాళ-స్వర్గ లోకములు, ఈ అనేకములన్నీ ఏకస్వరూపుడగు ఆయన యొక్క క్రియా విశేషమే! **నవలలోని సంఘటనలన్నీ రచయితయొక్క చమత్కారమే కదా! ఈ విశ్వమంతా ఆత్మభగవానుని రచనా చమత్కారమే.**
15. వేనః తత్ పశ్యన్ విశ్వా భువనాని, విద్వాన్, అత్ర విశ్వం భవతి ఏక నీడమ్, యస్మిన్ ఇదగ్ం సంచవిచైతి సర్వగ్ం స ఓతః ప్రోతశ్చ విభుః ప్రజాసు॥	ఆయన యొక్క 'చూపు' చేతనే ఈ విశ్వము, ఈ భువనము సారూప్యత పొందుతోంది. ఆయన ఎరుక నుండే ఎరుగుబడుచున్న వివిధత్వమంతా కల్పితమౌతోంది. ఏకము, అమృతము, నిశ్చలము అగు ఆయననుండియే ఈ సర్వము సంచారత్వము పొంది ఆయనయందే సంచలనముతో ప్రదర్శిస్తూ, ఆయనయందే ముగింపు పొందుతోంది. ఆయన సర్వజనులలో ఓత-ప్రోతమై, విభువు అయి, సర్వజనుల జనన స్థానమై ఉన్నారు.
16. ప్రతత్ వోచే అమృతన్ను విద్వాన్, గంధర్వో నామ నిహితం గుహాసు, త్రీణి పదా నిహితా గుహాసు యః తత్ వేద సవితుః పితా సత్॥	తన యొక్క - సర్వజనుల యొక్క హృదయ గుహలో సర్వదా వేంచేసియున్న అమృతమగు పరమాత్మను ఎరిగినవాడే విద్వాంసుడు. అంతేగాని, వాచా మాత్ర-విద్వాంసుడు వాస్తవ విద్వాంసుడు కాడు. ఏ గంధర్వుడు జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్త రహస్యతత్త్వముగా దాగి ఉన్నాడో, ఆయనను ఎరిగియున్నవాడే, సత్-విత్ (సంవితుడు)! అట్టి విశేషము చెప్పువాడు పిత. పితకే పిత - అగు **పితామహుడు.** బ్రహ్మతో సమానుడు. ఆత్మదేవుడే జగత్ పిత. ఆయనయొక్క సత్ విన్యాసమే ఇదంతా!
17. స నో బన్ధుః జనితా। స విధాతా, ధామాని వేద భువనాని విశ్వా, యత్ర దేవా అమృత మానశానాః తృతీయే ధామాని అభ్యైరయన్త॥	అట్టి పరమేశ్వరుడే సర్వజీవులకు జనన స్థానము. ఆయనయే సర్వులకు ఆత్మబంధువు. ఆయనయే ఈ సృష్టికి విధాత (నిర్ణయాధికారి). ఆయనయే ఈ విశ్వమంతా తనయొక్క ఎరుకచే కల్పించువాడు. అట్టి అమృత స్వరూపుడగు పరమాత్మయే దృశ్య-జీవ-పరతత్త్వుడై త్రిధాముడుగా, (సర్వముగా) ప్రదర్శన మగుచున్నారు. ఆయన జీవాత్మగా వెలుగొందువాడు కూడా. జీవాత్మ - **ఈశ్వరులు ఆయనయే! ఆయన కానిది ఎక్కడా ఏదీ లేదు.** (శివాత్ పరతరం నాస్తి)

18. పరి ద్యావా పృథివీ యన్తి సద్యః పరి లోకాన్ పరి దిశః పరి సువః। ఋతస్య తన్తుం వితతం విచృత్య తత్ అపశ్యత్, తత్ అభవత్ ప్రజాసు॥	ఆకాశము-భూమి అంతటా విస్తరించి సర్వము ప్రకాశింప జేయువాడు. సర్వ భౌతిక లోకములు, సర్వదిక్కులు, సర్వదేవలోకములు ఆక్రమించుకొని అవన్నీ తనయొక్క స్వరూపముగా కలవాడు. ఆయన శ్రోతయొక్క హృదయస్థుడే. వినుచున్నవాడుగా ఉన్నది ఆయనయే. (తత్ త్వమ్) అట్టి సర్వదా **ఋతము** (ఎప్పటికీ ఉన్నట్టిది, సత్యద్రష్టల స్వానుభవము, ఋక్కులసారము), సర్వత్రా సర్వముగా విస్తరించియున్నది-**అగు బ్రహ్మముగా ఈ సర్వము దర్శించుటచే అట్టి ద్రష్ట బ్రహ్మమే తానగుచున్నాడు.**
19 పరీత్య లోకాన్, పరీత్య భూతాని, పరీత్య సర్వాః ప్రదిశో దిశశ్చ। ప్రజాపతిః ప్రథమజా ఋతస్య ఆత్మన ఆత్మానమ్ అభిసంబభూవ ॥	లోకాలన్ని వ్యాపించి, సర్వ జీవులందు ఏర్పడి ఉండి, సర్వదిక్కులందు ఆక్రమించి, సృష్టికి మొట్టమొదటే ఉండి, సర్వమును సృష్టించువాడై యున్న ఆత్మను ఆత్మతో ఎరిగినవాడు ఆత్మయే తానగుచున్నాడు. (అట్టి ఆత్మయే ఋత్. అది స్వాభావికానుభవముగా కలవాడు ఋషి. అద్దానిని గానము చేయునవి ఋక్కులు. ఋక్కుల ఉనికిస్థానమే ఋగ్వేదము).
20 సత్-అసత్ పతిమ్ అద్భుతం। ప్రియమ్। ఇన్ద్రస్య కామ్యమ్। సనిం మేథా మయాసిషమ్॥	సత్‌కు, అసత్‌కు (ఉనికికి లేమికి) కూడా **'పతి' (నియామకుడు, ఆధారుడు)** అయినవాడు. అద్భుతమగు **కేవలానందుడు**. సర్వజీవులకు అత్యంత **ప్రియమైనవాడు**. ఇంద్రభగవానునిచే **నిత్యకాముడు,** సత్‌చిత్ మేధా స్వరూపుడు అగు పరమాత్మను ఎరిగి దర్శించి మమేకమగుచున్నాను.
21 ఉద్దీప్యస్య జాతవేదో అపఘ్నం నిరృతిం మమ। పశూగ్ంశ్చ మహ్యమ్ ఆవహ జీవనఞ్చ దిశో దిశ॥ (దిశ త్వయా హతేన పాపేన జీవామి శరదశ్శతమ్॥)	నేను వెలిగించు ఈ దీపము యొక్క అగ్ని, ఉష్ణము, తేజస్సు - నా యొక్క నిరృతి (లేక) అభాగ్యమును తొలగించునుగాక। హే అగ్నిదేవా! జాతవేదా! నా యొక్క జీవన జ్యోతి వెలుగును దశదిశల వ్యాపింపజేయుచు, పశు సంపద మొదలైనవి ప్రసాదించండి. దశ దిశల వ్యాపించు మీ తేజస్సు నా పాపములన్నీ తొలగిస్తూ నిర్మలమైన నూరేళ్ల ఆయుష్షును, జీవనమును ప్రసాదించునుగాక!
22 మనోహిగ్ంసీత్, జాతవేదో! గామ్ అశ్వం పురుషం జగత్ అబిభ్రత్ అగ్న ఆగహి శ్రియా మా పరిపాతయ॥	ఓ జాతవేదా! అగ్ని భగవాన్! మా మనస్సు నందు నీ యొక్క ప్రకాశము ప్రవేశించినదగును గాక! మా యొక్క పశు, అశ్వ సంపదను వృద్ధి చేయునుగాక! జగత్ పురుషకారుడా! ఆత్మ జ్ఞానాగ్ని అవరోధములు లేక మాయందు ప్రకాశించుచుండునుగాక! మాకు శ్రియములు ప్రసాదించండి.
23 పురుషస్య విద్మహే, సహస్రాక్షస్య మహాదేవస్య ధీమహి। తన్నో "రుద్రః" పచోదయాత్।	**ఆ పరమ పురుషుని తెలుసుకొనుటకై** సహస్ర కన్నులు (వేలాది దృష్టి-ద్రష్టత్వములు) కలిగియున్న ఆ మహాదేవ భగవానుని ధ్యానించుచున్నాము. జ్ఞానప్రదాత అయిన ఆ రుద్ర భగవానుడు మా బుద్ధిని వికసింపజేయునుగాక!
24 తత్ పురుషాయ విద్మహే, మహాదేవాయ ధీమహి। తన్నో "రుద్రః" ప్రచోదయాత్॥	**సాక్షాత్ తత్ పురుషుడగు పరమ పురుషుని** గురించి ఎరుగుటక్తై పరమేశ్వరుడగు మహాదేవుని ధ్యానించుచున్నాము. అట్టి ధ్యానయత్నంలో ఉండగా, ఆ రుద్ర భగవానుడు మా బుద్ధిని ప్రేరేపింపజేస్తూ వికసింపజేయునుగాక!
25. తత్ పురుషాయ విద్మహే, వక్రతుండాయ ధీమహి। తన్నో "దన్తిః" ప్రచోదయాత్॥	ఆ తత్ పరమపురుషుని (పరమాత్మను) తెలుసుకోవటానికై ఏనుగు ముఖధారుడగు గణపతిని ధ్యానించుచున్నాము. ఏకదంతుడగు ఆ మహాగణపతి మా బుద్ధిని ప్రేరేపించునుగాక!
26 తత్ పురుషాయ విద్మహే, చక్రతుండాయ ధీమహి। తన్నో "నందిః" ప్రచోదయాత్॥	ఆ పరమ - తత్ పురుషుని ఎరుగుటకై పరమేశ్వరుని వాహనమైనట్టి - గుండ్రనితోక గల (చక్ర సమానుడగు) - చక్రతుండుని (నందీశ్వరుని) ధ్యానిస్తున్నాము. ఆ నందీశ్వరుడు మా బుద్ధిని ప్రేరేపించునుగాక!
27. తత్ పురుషాయ విద్మహే, మహాసేనాయ ధీమహి। తన్నః షణ్ముఖః ప్రచోదయాత్॥	విశ్వ విరాట్ స్వరూపుడగు ఆ తత్ పరమ దివ్య పురుషుని స్వానుభవం చేసుకోవటానికై దేవతల సైన్యాధ్యక్షుడగు మహాసేనుని స్తుతిస్తున్నాము. అట్టి '6' ముఖములు గల షణ్ముఖుడు / స్కందుడు మా బుద్ధిని ప్రత్యుత్సాహ పరచునుగాక! (కార్తికేయా! కరుణాసాగరా!)

28. తత్పురుషాయ విద్మహే
సువర్ణ పక్షాయ దీమహి
తన్నో "గరుడః" ప్రచోదయాత్।

తత్ పరమపురుడగు 'పరబ్రహ్మము'ను ఎరుగటకై బంగారు రంగు ఛాయలో ప్రకాశించు రెక్కలు గల విష్ణు వాహనమగు గరుడ భగవానుని బుద్ధితో తలచుచున్నాము. అట్టి తలపులచే ఆ గరుడ దేవుడు మా బుద్ధిని ప్రవృద్ధింప జేయునుగాక! (విరాగము ప్రసాదించి పరమాత్మ సన్నిధికి జేర్చును గాక).

29 వేదాత్మనాయ విద్మహే,
హిరణ్య గర్భాయ ధీమహి।
తన్నో "బ్రహ్మ" ప్రచోదయాత్॥

వేదాత్మ - వేదహృదయములను తెలుసుకోవటానికై, (బంగారు ఆభరణములన్నిటికీ బంగారము వంటివాడగు) **హిరణ్యగర్భ సృష్టికర్త భగవానుని** స్తోత్రం చేస్తున్నాను. మా స్తుతులను స్వీకరించి ఆ బ్రహ్మ భగవానుడు మా బుద్ధిని వికసింపజేయునుగాక!

30. నారాయణాయ విద్మహే,
వాసుదేవాయ ధీమహి।
తన్నో "విష్ణుః" ప్రచోదయాత్॥

(తరంగములన్నిటికీ జలమే ఆధారమైన తీరుగా) - సర్వజీవుల ఆధారుడగు శ్రీమన్నారాయణుని తెలుసుకోవటానికై సర్వదేహములలో నివశించే వాసుదేవుని మహిమను పొగడుచున్నాము. అట్టి విష్ణు భగవానుడు మా బుద్ధిని ప్రేరేపించునుగాక! (నార = జలము)

31. వజ్రనఖాయ విద్మహే
తీక్ష్ణ, దగ్ంష్ట్రాయ ధీమహి।
తన్నో "నారసిగ్ంహః" ప్రచోదయాత్॥

వజ్రము వంటి గోళ్ళు కలిగిన శ్రీమన్ నరసింహస్వామి తత్త్వమును ఎరుగుటకై తీక్షణమైన దంతములు గల నరశింహస్వామిని ఉపాసిస్తున్నాము. అట్టి నారసింహస్వామి మా బుద్ధిని ప్రేరేపించునుగాక!

32. భాస్కరాయ విద్మహే,
మహత్ ద్యుతికరాయ ధీమహి।
తన్నో "ఆదిత్యః" ప్రచోదయాత్॥

'అజ్ఞానము' అనే అంధకారము తొలగించే (జ్ఞాన) భాస్కరతత్త్వము ఎరుగుటకై మహత్ ద్యుతికరుడగు (మహత్ కాంతి స్వరూపుడగు) సూర్యనారాయణుని ఆశ్రయించుచున్నాము. అట్టి ఆదిత్య పరమ పురుషుడు మా బుద్ధిని సాహసపరచునుగాక!

33. వైశ్వానరాయ విద్మహే,
లాలీలాయ ధీమహి।
తన్నో "అగ్నిః" ప్రచోదయాత్॥

ఈ విశ్వమంతా తన యొక్క ప్రత్యక్ష స్వరూపమైయున్న వైశ్వానరతత్త్వము తెలుసుకోవటానికై పరంజ్యోతి స్వరూపుడగు లాలీయ భగవానుని బుద్ధితో ఆశ్రయిస్తున్నాము. అట్టి అగ్ని భగవానుడు మా ఆత్మబుద్ధిని ప్రచోదనము చేయునుగాక!

34. కాత్యాయనాయ విద్మహే,
కన్యకుమారి ధీమహి।
తన్నో "దుర్గిః" ప్రచోదయాత్॥

సర్వ శక్తి స్వరూపిణి యగు కాత్యాయనీ దేవీతత్త్వమును తెలుసుకోవటానికై ఆ కన్యకుమారీజగన్మాతకు ప్రపత్తి సమర్పిస్తున్నాము. అట్టి దుర్గాదేవి మా బుద్ధిని ప్రత్యుత్సాహపరచునుగాక! సృజనాత్మకముగా తీర్చిదిద్దునుగాక!

35. స్నానాంగభూతమంత్రములు దూర్వాసూక్తమ్

సహస్ర పరమాదేవీ,
శతమూలా శతాంకురా,
సర్వగ్ం హరతు మే పాపం
దూర్వా దుస్స్వప్న నాశినీ॥

స్నానం చేస్తూ శిరస్సుపై మృత్తికతో బాటు గరికను ధరిస్తూ చదివే

దూర్వాసూక్తము

వేయి శిరస్సులతో వెలుగొందు ఇహ-పర స్వరూపిణివగు పరాత్పర స్వరూపిణీ! వందలాది మూలములను అంకురములను ధరించు తల్లీ! దూర్వాదేవీ! సంసార దుస్వప్నమును నశింపజేయుతల్లీ! లెక్కకుమించిన చిగుళ్ల కలిగి, కణుపులు కలిగియున్న నాయొక్క-దుష్టతలంపులు తొలగించు పరమాత్మ స్వరూపిణివగు ఓ దూర్వారయగ్మమా! నాలోని దోషములను తొలగించవమ్మా! (దూర్వారమ్ - జగత్ కల్పనతో మిశ్రమము పొందని కేవలీ ఆత్మత్త్వము).

36. కాండాత్ కాండాత్ ప్రరోహన్తీ
పరుషః పరుషః పరి,
ఏవానో దూర్వే ప్రతను
సహస్రేణ శతేన చ॥

ప్రతి కణుపు నుండి క్రొత్త వ్రేళ్లు, క్రొత్త చిగుళ్ల తొడగుచూ శాఖ - ఉప శాఖలుగా విస్తరించు ఓ దూర్వారయుగ్మమా! గరిక దేవతా! నీవు విస్తరించు విధంగానే నా వంశము కూడా శత-సహస్రాధికంగా పుత్ర-పౌత్రాభివృద్ధిగా విస్తరించునట్లు అనుగ్రహించు. మాయొక్క యోగాభ్యాసము, జ్ఞానాధ్యయనము కాండ-కాండములుగా వృద్ధి చెందును గాక!

37. **యా శతేన ప్రతనోషి, సహస్రేణ విరోహసి, తస్యాస్తే దేవి ఇష్టకే, విధేమ హవిషా వయమ్॥**	వందల వేల శాఖలుగా విస్తరించు ఓ దూర్వారయుగ్మమా! భక్తులచే ఇష్టముగా ఆరాధించబడు దేవీ! మేము సమర్పించు హవిస్సులను జగన్మాతగా స్వీకరించవమ్మా! మమ్ములను కృతార్థులముగా, చరితార్థులముగా తీర్చిదిద్దుము.
38. మృత్తికా సూక్తమ్ **అశ్వక్రాన్తే రథ క్రాన్తే విష్ణు క్రాన్తే వసుంధరా। శిరసా ధారయిష్యామి, రక్షస్వ మాం పదే పదే॥**	**స్నానము చేయబోతూ చదివే మృత్తికా సూక్తం (మట్టిని స్తుతించటం)** అనేక అశ్వములతోను, అసంఖ్యాక రథములతోను, విష్ణుదేవునియొక్క సర్వత్రా ఉనికితోను-నిండియున్న ఓ వసుంధరా! భూదేవీ! సర్వప్రదాతవగు నిన్ను శిరస్సుపై నేను ధారణ చేస్తున్నానమ్మా! నన్ను పదేపదే రక్షించమని వేడుకొనుచున్నాను. స్నానము చేయటానికి తటాకంలో దిగుచున్ననన్ను సర్వదా కాపాడుతూ ఉండు.
39. **భూమిః! ధేనుః! ధరణీ! లోకధారిణీ। ఉద్ధృతాసి వరాహేణ, కృష్ణేన శత బాహునా। మృత్తికే। హన మే పాపం యత్ మయా దుష్కృతమ్ కృతమ్॥**	ఓ భూదేవీ! ఓ కామధేను దేవీ! ధరణీదేవీ! లోకములన్నీ ధరించు లోకధారణీ! ప్రళయకాలములో జలములో మునుగకుండా పైకి ధరించిన వరాహస్వామిని పతిగా కలదానా! కృష్ణ (నలుపు) ఛాయ శతబాహువులు కలదానా! ఓ మృత్తికాదేవీ! మాయకు బద్ధులమై మేము చేసియున్న పాపకృత్యముల నుండి మమ్ము వరాహస్వామివలె ఉద్ధరించవమ్మా!
40. **మృత్తికే। బ్రహ్మదత్తాసి, కాశ్యపేన అభి మన్త్రితా। మృత్తికే! దేహి మే పుష్టిం, త్వయి సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్॥**	ఓ మృత్తికాదేవీ! నీవు కశ్యపుడు మొదలైన సప్త ఋషులచే అభిమంత్రించబడి పవిత్రత ప్రసాదించుదానవు. ఓ మృత్తికా! సర్వత్రా దేహమంతా **ప్రతిష్ఠితవై నాకు శరీర పుష్టిని ప్రసాదించు.**
41. **మృత్తికే ప్రతిష్ఠితం(తే) సర్వం, తన్మే (తత్ మే) నిర్ణుద, మృత్తికే!**	ఓ మృత్తికాదేవీ! ఈ నామరూపాత్మకమైన దాని కంతటికీ నీవే మూలతత్త్వమువు. మూలశక్తివి. మూల పదార్థమువు. మృత్తిక యందే సర్వము ప్రతిష్ఠితమైయున్నది. అట్టి మృత్తిక నన్ను దోషములు తొలగించి నిర్మలము చేయునుగాక!
42. **తయా హేతేన పాపేన గచ్ఛామి పరమాం గతిమ్॥**	నీ వలననే నేను సర్వ పాపముల నుండి విముక్తుడనై **'పరము'** అను మార్గమును ఆశ్రయించగలను. కనుక నన్ను దయచూడుము.
43. శత్రు జయ మంత్రాః **యత, ఇన్ద్ర! భయామహే తతో నో అభయం కృధి। మఘవన్ ఛ(శ)గ్ధి తవ తన్న ఊతయే విద్విషో విమృధో జహి॥**	**శత్రు-జయమంత్రము (శత్రుంజయము)** ఓ ఇన్ద్ర భగవాన్! మేము దేనిదేని గురించి తెలిసి కొంత, తెలియక కొంత భయముపడుచూ ఉన్నామో, అవన్నీ దాటించి - మా పట్ల **'అభయము'** నిశ్చలమగునట్లు చేసివేయండి. మా పాపములను పాపదృష్టులను తొలగించి మమ్ములను పరిశుద్ధులుగా చేయండి. మా యొక్క అంతరంగ శత్రువులగు **కామ క్రోధ లోభ మలములను**, బహిఃశత్రువులగు **మోహ-మద-మాత్సర్యములను** నిరోధించి మమ్ములను కాపాడండి.
44. **స్వస్తిదా విశస్పతిః వృత్రహా విమృధో వశీ। వృషేంద్రః పుర ఏతు నః స్వస్తిదా అభయంకరః॥**	వృత్రాసురిని సంహరించిన ఇంద్రభగవానుడు - స్నానమునకు సంసిద్ధులగుచున్న - మమ్ములను అన్ని ప్రమాదముల నుండి రక్షించెదరుగాక. భక్తులను పాలించి శుభములు చేకూర్చువాడు, బహిర్-అంతర్ శత్రువుల నుండి మమ్ము రక్షించువాడు, కేవలసాక్షి, పరలోక సుఖ ప్రదాత-అగు ఇంద్రుడు మాపట్ల అభయప్రదాత అగునుగాక!
45. **స్వస్తి న ఇన్ద్రో, వృద్ధ శ్రవాః స్వస్తి నః పుషా, విశ్వవేదాః స్వస్తినః 'స్తార్క్ష్యో'! అరిష్ట నేమిః స్వస్తి నో బృహస్పతిః దధాతు॥**	శ్రవణములో ఉత్తమోత్తములగు (వృద్ధశ్రవులగు)వారు, విశ్వముల యొక్క తత్త్వమును ఎరిగినవారు, పూషయగు ఇంద్రుడు మాకు శుభప్రదాత అగునుగాక! రాక్షసులను తన రెక్కలతో నశింపజేయగల గరుత్మంతుడు మమ్ములను సర్వ అరిష్టముల నుండి రక్షించి, మేలు చేకూర్చెదరుగాక! దేవ గురువు బృహస్పతి మాకు క్షేమకరుడగునుగాక!

46. అపాన్త మన్యు స్తృపల ప్రభః
మాధునిః శిమీ వాంఛరుమాగ్ం ఋజీషి,
సోమో! విశ్వాని ఆవృత సావనాని (విశ్వాని ఋతసావనాని)
నార్వాగిన్ద్రం (న అర్వాన్ ఇన్ద్రం) ప్రతి మానాని దేభుః॥

తల్లితండ్రుల వలె ఆప్యాయతతో కూడిన చిరుకోపము ప్రదర్శించువాడు, చల్లటి కిరణములతో బహుదీప్తిమంతుడు, వసంతునకు (మన్మథునకు) అత్యంత ఇష్టమైనవాడు, జమ్మిచెట్టుకు ప్రియమైనవాడు, సర్వసుఖప్రదాత అగు చంద్రుడు సర్వ ఓషధులను ప్రసాదిస్తూ వాటిని భూమిపై పరిపోషిస్తున్నారు. అట్టి చంద్రుడు, ఇంద్రియముల యజమాని అగు ఇంద్రుడు మావాక్కును పవిత్ర పరచి మమ్ములను సర్వదా రక్షించునుగాక.

47. బ్రహ్మజ జ్ఞానం ప్రథమం పురస్తాత్
విసీ మతః సురుచో వేన ఆవహ।
సబుధ్నియా ఉపమా అస్య విష్ఠాః
సతశ్చ యోని మనతశ్చ వివః॥

మొట్టమొదట ఈ సృష్టికి మునుముందే బ్రహ్మము యొక్క కేవల జ్ఞాన తేజస్సు మాత్రమే వెల్లివిరిసియున్నది. అద్దాని ఇచ్ఛ, రుచి చేతనే సృష్టి అంతా ఏర్పడినదగుచున్నది. అట్టి సనాతనమగు కేవలాత్మ - ఉత్తమ బుద్ధి చేతను, శాస్త్రముల ఉపమానముల చేతను, వివృత్తమైన మనస్సు చేతను ఈ కనబడే దృశ్య వ్యవహారముగా (బుద్ధికి) ప్రదర్శనమగుచున్నట్లుగా తెలియబడగలదు.

మృత్తికాశుద్ధికై పృధివీ ప్రార్థన

మృత్తికా శుద్ధి కొరకై భూదేవతా ప్రార్థన :

48. స్యోనా పృధివీ! భవాన్
రుక్షరా నివేశినీ
యచ్ఛ ఆనః శర్మ సప్రథాః॥

అత్యంత విశాలమైన ఓ పృథివీ దేవతా! భూమాతా! నీవు మా దుఃఖములను (రుక్షములను) తొలగించి ఐహిక-ఆముష్మిక సుఖములను ప్రసాదించు మాతవు. నమస్కారము.

49. గన్ధద్వారాం దురాధర్షాం
నిత్య పుష్టాం కరీషిణీమ్!
ఈశ్వరీగ్ం సర్వభూతానామ్।
తామ్ ఇహ ఉపహ్వయే శ్రియమ్॥

సుగంధము ద్వారముగా కలిగినది, రాక్షసులకు దుస్సవహమైనది, సర్వజీవులకు నిత్యమగు పుష్టి ప్రదాత, సర్వ భూతజాలమునకు ఈశ్వరి అగు భూ- దేవతను మాకు శ్రేయములను ప్రసాదించు నిమిత్తమై తల్లిగా ఇక్కడకు ఆహ్వానించుచున్నాము.

50. శ్రీః మే భజతు। అలక్ష్మీః మే నశ్యతు।
విష్ణుముఖావై దేవాః ఛన్దోభిః ఇమాన్ లోకాన్
అనపజయ్యమ్ అభ్యజయన్।
మహాగ్ం ఇన్ద్రో వజ్ర బాహుః
షోడశీ శర్మ యచ్ఛతు॥

శుభ ఐశ్వర్య రూపిణియగు శ్రీలక్ష్మికి సుస్వాగతము. ఆ తల్లి దయచే మా యొక్క అలక్ష్మి (పీడ మొదలైనవి) తొలగిపోవునుగాక! విష్ణు ముఖముచే ప్రకాశించు దేవతలు → దుష్ట-క్రూరరూపులగు రాక్షసులను జయించి, అదుపులో ఉంచుదురు గాక! మహామహితాత్ముడు, వజ్రము వంటి బాహువులు కలవాడు, షోడశ(16) కళలతో ప్రభాభాసుడు, త్రిలోక పూజ్యుడు అగు ఇంద్రభగవానుడు మాకు సర్వసుఖములు ప్రసాదించెదరుగాక!

51. స్వస్తి నో మఘవా కరోతు।
హన్తు పాప్మానం। యో అస్మాన్
ద్వేష్టి, సోమానగ్ం స్వరణం
కృణుహి బ్రహ్మణస్పతే।
కక్షీవన్తం య ఔశిజమ్, శరీరం యజ్ఞ శమలం
కుసీదం, తస్మిం తు సీదతు, యో అస్మాన్ ద్వేష్టి॥

ఇంద్రుడు మా పట్ల శుభప్రదుడగునుగాక! పాపములను సంహరించివేయును గాక! నన్ను ద్వేషించువారిని సరిచేసి, బ్రహ్మ స్పదులగు (బ్రహ్మము నందు పాండితీమణులగు) వారికి సామీప్యతను ప్రసాదించెదరుగాక! ఓశిజుడగు కక్షీవంతమహర్షి - నా ఈ శరీరమును సహించుదానిగా చేసెదరుగాక! నన్ను ద్వేషించువారు నన్ను బాధించకుండెదరుగాక! నన్ను ద్వేషించువారు కూడా, ఆ ద్వేషము తొలగి సుఖించెదరు గాక!

జలస్వీకార మంత్రము

స్నానము చేయుటకై నీటిని స్వీకరించు సందర్భములో పఠించు మంత్రము.

52. చరణం పవిత్రం వితతం పురాణం
యేన పూతః తరతి దుష్కృతాని,
తేన పవిత్రేణ శుద్ధేన
పూతా అతి పాప్మానమరాతిః తరేమ॥

పరమ పవిత్రమైనది, సర్వత్రా విస్తరించి జన్మ-కర్మలకు మునుముందే (పురాణమై) ఉన్నట్టిది అగు ఏ పరమాత్మను స్మరించుటచే సర్వ దుష్కృతఫలములు నశించి మేము పవిత్రులమౌతామో, అట్టి విష్ణు భాగవానుని పాద పద్మములను పవిత్రాంతఃకరణులమై ఆశ్రయిస్తున్నాము. ఆ చేతులు, పాదపద్మములే (కరచరణములు) మాకు శత్రువు వంటి మా పాపకర్మల నుండి తరింపజేయగలవు. (ఇది నీటిని త్రాగుచున్నప్పుడల్లా చదువుటచే శుభమును ప్రసాదించు మంత్రము).

53. **స జోషా ఇన్ద్ర సగణో మరుద్భిః సోమం పిబ। వృత్రహన్! శూర! విద్వాన్! జహి శత్రూగ్ం అపమృధో అనుదస్వాథ అభయం కృణు హి విశ్వతో నః॥**	వృత్రాసుర సంహారీ! ఇన్ద్ర దేవా! సర్వత్రా సమప్రీతి, సమప్రేమ కలిగియున్న మీరు- మీ పరివార సమేతంగా వాయుదేవునితో కూడి మా వద్దకు వేంచేయండి. మాతోబాటు ఉండండి. యజ్ఞ ప్రారంభంలో నిర్వర్తించే 'సోమము'ను స్వీకరించండి! హే శూరా! నిత్యా నిత్యవివేకియగు విద్వాంశా! మమ్ములను సమీపించే అరిషట్‌వర్గము (కామక్రోధ లోభ ఇత్యాదులను) సంహరించండి. అనృతమును, పాపకోపములను తొలగించండి. మాకు అభయము ప్రసాదించండి. విశ్వశ్రేయస్సును అనుగ్రహించండి.
54. **సుమిత్రా న ఆప, ఓషధయః సన్తు। దుర్మిత్రాః తస్మైః భూయ అసుర్యో అస్మాన్ ద్వేష్టి యం చ వయం ద్విష్మః॥**	ఓషధుల వలన అసురీగుణములు తొలగి దైవీ సంపద ప్రవృద్ధమగును గాక! జలము, ఓషధులు మాకు మిత్రులుగా, శ్రేయోభిలాషులుగా అగునుగాక! మమ్ము ద్వేషించువారివలన, దుష్టబుద్ధి గలవారివలన బాధ లేకుండును గాక! మా యజ్ఞ విధులను నిర్విఘ్నముగా తీర్చిదిద్దండి. (సుమిత్రులగు శ్రద్ధ, ఉత్సాహము, సాహసము, ధైర్యము, సామర్థ్యము మొదలైనవి మమ్ములను వెంటనంటి ఉండును గాక! దుర్మిత్రులగు అశ్రద్ధ, దైన్యము, నిరుత్సాహము, పిరికితనము, భయము, అసమర్థత తొలగిపోవును గాక!)
55. **అపో హిష్ఠా మయో భువః తాన ఊర్జే దధాతన। మహేరణాయ చక్షసే॥**	ఓ ఉదక(జల)దేవతా! మాకు మీరు అన్నము మరియు సుఖములను, జ్ఞానచక్షువులను ప్రసాదించండి. ఓ ఉదకమా! మాకు ఇంద్రియములను ఉపయోగించటానికికావలసిన తెలివి ఇవ్వండి. విచక్షణా జ్ఞాన-దర్శనములను మోక్షపర్యంతము దయతో అనుగ్రహించండి.
56. **యోవశ్శివ తమోరసః తస్య భాజయతేహ నః, ఉశతీః ఇవ మాతరః॥**	ఓ జలరూప పరమాత్మా! మీ యొక్క రసతత్త్వము అత్యంత శుభకరము. (శివతమము) అయి ఉన్నది. అట్టి మాతృప్రేమ మాధుర్యమును మాకు సర్వదా - **'భాజయత'** కలుగజేస్తూ ఉండండి.
57. **తస్మా అరంగమామవో యస్య క్షయాయ జిన్వథ। ఆపో జనయథా చ నః॥**	(యస్యక్ష యాయ) - ఏ మోద స్వరూపమును (జిన్వథ)- కోరుకొను చున్నామో (తమ్ రసమ్) ఆమీ రసస్వరూపమును, బ్రాహ్మీతత్త్వమును (రసోవై బ్రహ్మః) - ఆలస్యము చేయకుండా శ్రమ లేకుండా -(గమామ)- కలుగజేయండి. - జనయథ- మీదివ్య రూపము పొందునట్లు అనుగ్రహించండి.
58. **<u>అఘమర్షణ సూక్తమ్</u> (స్నాన ప్రదేశంలో చదువ వలసిన మంత్రము) హిరణ్య శృంగం వరుణం ప్రపద్యే తీర్థం మే దేహి యాచితః। యన్మయా (యత్ మయా) భుక్తమ్ అసాధూనామ్ పాపేభ్యశ్చ ప్రతిగ్రహః॥**	**<u>స్నాన ప్రదేశములో చదువవలసిన అఘమర్షణ మంత్రము</u>** బంగారు కిరీటధారి యగు శ్రీవరుణభగవానుని (సాంగ సపరివార, సపత్నీ, సాయుధ స-అఘమర్షణ ఉపాసక జనసమేతంగా) ఆహ్వానించి, భక్తితో స్తుతిస్తూ ప్రపత్తుడనగుచున్నాను. నాచే యాచించబడుచున్న మీరు **మహర్షులు స్నానం చేసిన పుణ్యోదకము** - అనే పవిత్ర జలమును ప్రసాదించండి. నాచేత-ఏఏ అసాధుత్వము అయినట్టి (ఇతరులకు సమర్పించక, ఇతరులకు కష్టము కలిగిస్తూ, అన్యాయార్జితమైనట్టి) ఆహారము స్వీకరించబడియున్నదో-అట్టి పాపమంతా మీ స్మరణచే ప్రతిగ్రహమగు గాక. విడిచి వెళ్లునుగాక! (Left off)
59. **యన్మే (యత్ మే) మనసా వాచా, కర్మణా వా దుష్కృతం కృతమ్, తత్ న ఇన్ద్రో వరుణో బృహస్పతిః సవితా చ పునన్తు పునః పునః॥**	నాచేత మనసా వాచా కర్మణా ఏఏ దుష్కర్మలు నిర్వర్తించబడినాయో, అవన్నీ కూడా ఇంద్ర వరుణ బృహస్పతి సవిత్రు (సూర్య) దేవతలు మరల మరల శోధించి తొలగించ ప్రార్థిస్తున్నాను. నన్ను నిర్మలునిగా తీర్చిదిద్దండి.
60. **నమో అగ్నయే, అప్సుమతే। నమ ఇన్ద్రాయ। నమో వరుణాయ। నమో వారుణ్యై। నమో అద్భ్యః॥**	జలముతో కూడుకొని, జలమునందు వేంచేసి (అట్లాగే) సర్వత్రా వేంచేసియున్న అగ్నిదేవా! మీకు నమస్కారము. త్రిలోకాధిపతియగు ఇంద్రభగవాన్! నమోనమః! ఓవరుణదేవా! ఓ వరుణదేవ పత్నియగు వారుణీ! ఓ జలమా! మీ అందరికి నమో నమో నమో నమః।

61. <u>స్నానప్రదేశ శుద్ధి మంత్రము</u> **యత్ అపాం క్రూరం, యత్ అమేధ్యం,** **యత్ అశాన్తం, తత్ అపగచ్ఛతాత్॥**	మేము స్నాన-ఉపాసనల కొరకు జలములో ప్రవేశిస్తున్నాము. జలములోని (సుడిగుండము, ఊబి, తీవ్రప్రవాహములు మొదలైన) ప్రమాదకర-మరణాంతక విశేషములు, జలములోని నిష్ఠీవనము (ఉమ్మి) మొదలైన ఆరోగ్యమునకు చెడు చేయు అమేధ్యము, జలములోని అశాంతిని కలిగించు విభాగము - ఇవన్నీ మమ్ములను స్పృశించక, తొలగి పోవునుగాక!
62. అత్యాశనాత్ అతీ పానాత్ **యచ్చ ఉగ్రాత్ ప్రతిగ్రహాత్,** **తన్నో వరుణో రాజా** **ప్రాణినా హి అవమర్శతు॥**	(1) మా యొక్క **అతి -అశన** (దేవతలకు, పితృదేవతలకు, అతిధులకు సమర్పించకుండా మేము తిన్న) ఆహార దోషము, (2) అతి పానదోషము (దేవతలకు, పితృదేవతలకు, అతిధులకు తర్పణము చేయకుండా, సమర్పించకుండా త్రాగిన పానీయము) (3) చెడు కర్మలు (క్రూరకర్మలు, మోసము మొ॥నవి) చేయువారి వద్ద స్వీకరించిన ధనము, ఆహారము ఇత్యాది దోషములు.., ఈ మూడు దోషములను జలస్వామియగు వరుణ భగవానుడు శుభ్రపరచి పోగొట్టునుగాక! **మా ప్రాణములు నిర్మలమై జలస్పర్శచే ప్రకాశించునుగాక.**
63. సోఽహమ్ అపాపో, విరజో **నిర్ముక్తో ముక్త కిల్బిషః** **నాకస్య పృష్ఠమ్ ఆరుహ్య** **గచ్ఛేత్ బ్రహ్మ సలోకతామ్॥**	వరుణదేవుని అనుగ్రహం చేత నేను పాపరహితుడను, నిర్మలుడను, దుష్ట భావ - ఆవేశకావేశముల నుండి వినిర్ముక్తుడను, పాపకర్మల నుండి విరమించువాడను అయ్యెదనుగాక! స్వర్గమునకు ఆవల గల బ్రహ్మలోకము నందు వరుణ భగవానుని కృపచే ప్రవేశము పొంది బ్రహ్మదేవుని దర్శనము పొందెదము గాక! బ్రహ్మదేవుని బోధకు అర్హుడనయ్యెదముగాక! బ్రహ్మసాలోక్యము సిద్ధించుకొనెదము గాక!
64. యశ్చ అప్సు వరుణః **స పునాతు – అఘమర్షణః॥** **ఇతి 'ఓం'॥**	సర్వమును తన స్పర్శచే నిర్మలముగా చేసి, సర్వపాపములను పోగొట్టి పరిశుభ్రత ప్రసాదించు అఘమర్షా! వరుణ దేవాది దేవా! నన్ను మనసా వాచా కర్మణా పునీతునిగా, పవిత్రునిగా తీర్చిదిద్దమని ప్రార్థిస్తున్నాను. ఇతి అఘమర్షణః॥
<u>గంగ ఆది ఆవాహనమంత్రము</u> **65. ఇమం మే గంగే యమునే** **సరస్వతి శుతుద్రిస్తోమగ్ం (శుతుద్రిః సోమగ్ం)** **సచతా పరుష్ణియా, అసిక్నియా మరుద్వృధే (మరుత్వృధే)** **వితస్త యార్జీకీయే శృణు, హి అనుషోమయా।**	ఓ పవిత్ర గంగాదేవీ! ఓ యమునాదేవీ! ఓ సరస్వతీ దేవీ! పవిత్ర ప్రవాహ ప్రదర్శనములారా! ఓ త్రిపవిత్ర నదీమ తల్లులారా! మా ఈ అఘమర్షణ స్తుతి వినండి! విని, నాఎదురుగా గల ఈ జలముగా నాపై దయతో ప్రవేశించండి. తద్వారా నన్ను స్పృశిస్తూ పావనము చేయండి. ఓ మరద్వృధ నదిదేవీ! ఓ ఆర్జికీయ నదీ జననీ! ఈ జలములో మీ జలతేజస్సును ప్రవేశింపజేసి నన్ను పవిత్రునిగా తీర్చిదిద్దండి.
<u>నీటిలో మునిగి ప్రాణాయామం చేస్తూ మనస్సుతో చదువు మంత్రము</u> **66. ఋతం చ సత్యం చ** **అభీద్ధాత్, తపసో** **అధ్యజాయత,** **తతో రాత్రిః అజాయత** **తతః సముద్రో అర్ణవః॥**	ఋతము→మనస్సుతో 'యదార్ధము'గా భావించటం / స్వానుభవమైన ప్రవచనము. సత్యమ్→వాక్కుతో యదార్థ భావన మానసికమైన (స్వానుభవమైనట్టి) యదార్థ సంకల్ప స్వరూపుడు, వాక్కుచే ఉనికిగా చెప్పబడు స్వీయానుభవ స్వరూపుడు, శాస్త్రములచే ఎలుగెత్తి గానం చేయబడుచూ చూపుడువ్రేలుతో చూపబడువాడు, మహనీయుల తపో అధ్యయనముల ఫలస్వరూపుడు-అగు ఆ పరమాత్మ నుండియే పగలు, రాత్రి, సముద్రములు, మహాసముద్రములు జనిస్తున్నాయి. అట్టి ఆత్మభగవానుని స్తుతిస్తున్నాను.
67. సముద్రాత్ అర్ణవా దధి, సంవత్సరో అజాయత **అహోరాత్రాణి విదధత్, విశ్వస్య మిషతో వశీ॥**	జలస్వరూపులై సముద్రములను, మహాసముద్రములను సృష్టించి, కాలస్వరూపుడై, రాత్రింబవళ్లను కల్పిస్తూ , ఈ విశ్వమంతా తన మిషగా (కల్పనా రూపముగా) కలవాడై, దీనికంతటికీ తన వశముగా గల **పరంధామా! నమో నమః॥**

68. సూర్యా చన్ద్రమసౌ ధాతా యథా పూర్వమ్ అకల్పయత్ దివం చ పృథివీం చ అంతరిక్షం అదో సువః॥	పరాత్పరుడగు ఆ పరమాత్మయే సూర్యచంద్రులను, సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుని, ఆకాశమును, పృథివిని (భూమిని), అంతరిక్షమును, సువర్-మహర్ ఇత్యాది ఊర్ధ్వ లోకములను ఎప్పటికప్పుడు పూర్వంలాగానే - లీలగా క్రీడగా కల్పన చేస్తూ ఉన్న కళా వినోది. **అవన్నీ తనే అయి ఉజ్జీవింప జేయుచున్నవారు.**
<u>స్నానము పూర్తి చేసిన తరువాత చదివే ఋక్కులు</u> **69.** యత్ పృథివ్యాగ్ం రజః స్వమా అన్తరిక్షే విరోదసీ ఇమాగ్ం తదా ఆపో వరుణః పునాతు అఘమర్షణః॥	అనేక జన్మలుగా పృథివిపై, అంతరిక్షములో, రోదసిలో నేను ఏఏ దోషములగు మనో-వాక్-కాయ-కర్మలను నిర్వర్తించి ఉన్నానో, అవన్నీ కూడా జలస్వరూపుడగు వరుణ భగవానుడు తన జలతత్త్వముచే కడిగి వేయునుగాక! నన్ను దోషరహితునిగా, నిర్మలునిగా అఘమర్షణుడగు వరుణ భగవానుడు శుభ్రపరచును గాక! ఆత్మజ్ఞానమునకు సంసిద్ధునిగా తీర్చిదిద్దును గాక!
70. పునన్తు వసవః పునాతు వరుణః। పునాతు అఘమర్షణః। ఏష భూతస్య మధ్యే, భువనస్య గోప్తా॥	ఓ భూదేవీ! నీ యొక్క మృత్తికారూప మాతృవాత్సల్య స్పర్శచే - మమ్ములను పునీతులు - పవిత్రులుగా తీర్చిదిద్దవమ్మా! స్వామీ! జలదేవా! రసదేవా! వరుణ భగవాన్! సర్వ జీవులలో అంతర్యామీ! భూ-భువర్ -సువర్ లోకములలో అంతరమున ఆధారమై చెన్నొందు స్వామీ! అఘమర్షణ దేవాది దేవా! మీ జల-రస స్వరూపంతో మమ్ములను నిర్మలురుగా తీర్చిదిద్దండి. మిమ్ములను శరణు వేడుచున్నాము.
71. ఏష పుణ్యకృతాన్ లోకాన్। ఏష మృత్యోః హిరణ్మయమ్। ద్యావా పృథివ్యో హిరణ్మయగ్ం సంశ్రితగ్ం సువః సనః సువః సగ్ం శిశాధి॥	ఓ అఘమర్షణదేవా! వరుణ భగవాన్! మీరు మాకు పుణ్యలోకములు ప్రసాదించు దేవత. మా మృత్యువును అమృతానందంగా మార్చివేయు గురుదేవులు. మార్గదర్శులు. ఆకాశము, పృథివి, భువర్-సువర్-మహర్ లోకములను పావనము చేయువారు. మమ్ము ఈ భౌతిక లోకముల నుండి బ్రహ్మలోకము జేర్చి సముద్ధరించ ప్రార్థన.
72. ఆర్ద్రం జ్వలతి జ్యోతిః అహమస్మి। జ్యోతిః జ్వలతి బ్రహ్మాహమస్మి। యో అహమస్మి బ్రహ్మాహమస్మి। అహమస్మి బ్రహ్మాహమస్మి। అహమేవ అహం మాం జుహోమి స్వాహా।	వరుణదేవుడు సద్గురువై మాకు **"సోఽహమ్-తత్త్వమ్'** మహావాక్య రససారమును ప్రసాదిస్తూ ఉండగా "అగ్నిలో ప్రదర్శన శీలమగు ఆర్ద్రత, కేవల- జ్యోతి స్వరూపము వంటి ఆత్మజ్యోతినే నేను! 'నేను'గా ప్రదర్శనమగుచున్నది నాలోని నేనైన నేనే! జ్యోతికే జ్యోతిగా వెలుగొందు పరంజ్యోతిని! పరబ్రహ్మమే నేను! నేనే బ్రహ్మమును! బ్రహ్మమే నేనై ఉన్నాను. **జీవాత్మనైన 'నేను'-సర్వాత్మకుడగు నాయొక్క పరమాత్మ త్వమునకు సర్వకార్యక్రమములను అగ్నికి ఆజ్యము వలె ఆహుతిగా సమర్పిస్తున్నాను. జీవాత్మనకు నేను పరమాత్మకాని క్షణమే లేదు.**
73. అకార్య కార్యః అకీర్ణీ స్తేనో భ్రూణహా గురుతల్పగః వరుణో అపామ్ అఘమర్షణః తస్మాత్ పాపాత్ ప్రముచ్యతే॥	చేయకూడని కార్యములు (అకార్యకార్యములు) చేసిఉండటము, బుద్ధి చాంచల్యము, దొంగతనము, భ్రూణ (గర్భములోని బిడ్డ) హత్య, గురుతల్పగమనము మొదలైన అనేక నీచ గతులక కారణమగు పాపకృతుల నుండి కూడా అఘమర్షణ మంత్రము-**దోషములను తొలగించి నిర్మలము చేయగలదు.** అఘమర్షణుడు (వరుణదేవుడు) మమ్ములను మార్గదర్శి అయి సముద్ధరించగలరు. స్వామీ! అఘమర్షా! మమ్ము తండ్రివలె క్షమిస్తూ మార్గదర్శకులవండి.
74. రజో భూమి స్వమాగ్ం రోదయస్వ ప్రవదన్తి ధీరాః॥	స్వామీ! వరుణ భగవాన్! ధీరలగు పండితులు మిమ్ములను శరణువేడు ఉపాయము చూపుచున్నారు. రజోభూమిలో అనేక జన్మలు ఎత్తి వేసారుచున్న మమ్ములను మీరు దగ్గరకు తీసి సంరక్షించగల సమర్థులు. ఓ అఘమర్షణా! మిమ్ములను శరణు వేడుచున్నాము. రజోగుణస్థితి నుండి గుణాతీత స్థానమునకు జేర్చండి.

<u>స్నానము చేసి తుడుచుకొన్న తరువాత చదివే మంత్రము</u>

75. **ఆక్రాన్తః సముద్రః ప్రథమే**
విధర్మన్ జనయన్ ప్రజా, భువనస్య రాజా,
వృషా పవిత్రే అధిసానో అవ్యే బృహత్ సోమో వా
వృధే సువాన ఇన్దుః॥

స్నాన-పరిశుభ్రానంతర జపము

ఆ ఉమాసహిత పరమశివుడు చంద్రుని శిరస్సులో ధరించినవారై, సముద్ర జలములో సర్వే సర్వత్రా స్వయముగా ఆక్రమించుకొని ఉన్నవారై, ప్రతి జీవునికి ప్రప్రథములై, సర్వభువనములకు రాజాధిరాజై, వృషభ(ధేను) వాహనులై, పరమ పవిత్రులై నా హృదయ కుహరములో సర్వదా వెలుగొందుచున్నారు. అట్టి బృహత్ స-ఉమ-ఉమామహేశ్వరస్వామికి నమస్కారములు. బృహత్ చంద్రధారులగు శివునికి నమస్కారము.

---

76. **పరస్తాత్ యశో గుహాసు మమ**
చక్రతుండాయ ధీమహి।
తీక్ష్ణ దగ్ంష్ట్రాయ ధీమహి।
పరిప్రతిష్ఠితం దేభుః యచ్ఛతు
దధా తనోద్భ్యే అర్ణవః సువో రాజైకన్చ॥

నా హృదయములో - పరయశో స్వరూపులైనట్టి→ చక్రతుండ (నందీశ్వర) వాహనులగు శివ భగవానుని హృదయంలో పతిక్షేపించి స్తుతిస్తున్నాను.

- తీక్ష్ణ దంష్ట్రములు(పలువరుసలు) గల శ్రీమన్నారశింహస్వామిని ప్రస్తుతిస్తున్నాను. స్వామీ! రాజువలె నా హృదయరాజ్యమును పరిపాలించండి.

ఓ వరుణ శివ విష్ణు-దేవాది దేవులారా! నందీశ్వర-గరుడవాహనా సమేతంగా మీరు ఇష్టముగా నా హృదయ గృహంలో ప్రవేశించి సుఖాసీనులై ఉండండి.

---

77. **రుద్రో రుద్రశ్చ దన్తిశ్చ**
నందిః షన్ముఖ ఏవ చ,
గరుడో బ్రహ్మ విష్ణుశ్చ
నారసిగ్ంహః తథైవ చ -
ఆదిత్యో అగ్నిశ్చ దుర్గిశ్చ
క్రమేణ ద్వాదశ(12) అంభసి,
మమ వచన సువేనావ భావై
కాత్యాయనాయ॥

(1) సహస్రాక్ష **పరమ పురుష రుద్రుడు;**

(2) మహాదేవ **శ్రీమాన్ రుద్రుడు;**

(3) వక్రతుండుడగు **విఘ్నాధిపతి-దన్తి,**

(4) నాలుగు పాదముల ధర్మస్వరూపుడగు **నందీశ్వరుడు;**

(5) దేవతల సైన్యాధిపతి **కార్తికేయుడు,** (ఆ కరుణా సాగరుడు అగు షణ్ముఖుడు) (స్కందుడు);

(6) విషయ సర్పముల జాలము నుండి రక్షించు **సువర్ణపక్షుడగు గరుడుడు;**

(7) జగత్ సృష్టికర్త పితామహుడు (తండ్రికే తండ్రి) అగు **బ్రహ్మ భగవానుడు;**

(8) సర్వత్రా సమస్వరూపుడై సంప్రదర్శనమగుచున్న **నారాయణ - వాసుదేవాత్మకుడగు విష్ణువు;**

(9) అంతఃశత్రువులను చీల్చి చండాడు **లక్ష్మీనరసింహుడు;**

(10) లోకములకు సర్వప్రకాశకుడగు **ఆదిత్యుడు** (మొట్టమొదటి కేవల చైతన్య స్వరూపుడై ఉన్నవారు);

(11) సర్వమును పవిత్రము చేయు **లాలీల బిరుదాంకితుడగు అగ్ని;**

(12) వాత్సల్య స్వరూపిణి అగు **దుర్గాదేవి.**

వీరంతా ఆత్మజలంలో 12 గొప్పతరంగములు.

2వ అనువాకము
<u>దుర్గాసూక్తము</u>

78. **జాత వేదసే సునవామ**
సోమ మరాతీయతో
నిదహాతి వేదః।
స నః పర్షదతి దుర్గాణి
విశ్వా నావేవ సింధుం
దురిత-అత్యగ్నిః॥

2వ అనులవాకము
దుర్గాసూక్తము

(అరిష్ట పరిహార మంత్రము)

ఓ జాతవేదా! అగ్నిదేవా! స్వామీ! మేము సోమలత నుండి రసమును తీసి ఆ రసమును మీకు భక్తి-ప్రపత్తులతో సమర్పిస్తున్నాము. మాకు పరమాత్మను ఎరుగటలో తారసబడే అడ్డంకులను కరుణామూర్తులై తొలగించండి.

ఏ విధంగా నావ దొరికితే సముద్రంలో మునుగువాడు ఆ నావ ఎక్కి ఒడ్డుకు చేరగలడో, ఆ విధంగా మమ్ములను సమస్తమైన సంసార దోషముల నుండి (మరియు) అన్ని పొరపాట్లు - తప్పిదముల నుండి, క్లేశముల నుండి కాపాడెదరుగాక! సర్వ దురితములను తమ తేజో తత్త్వముతో భస్మము చేసివేయ ప్రార్థన.

79. తామ్ అగ్నివర్ణాం తపసా జ్వలన్తీం వైరోచనీం కర్మఫలేషు జుష్టామ్। దుర్గాం దేవీగ్ం శరణం అహమ్ ప్రపద్యే। సుతరసి తరసే నమః॥	ఓ దుర్గాదేవీ! జగన్మాతా! సర్వత్రా తేజోరూపిణివై, అగ్నివై, అగ్నివర్ణముతో ప్రకాశించుదానా! తపోశక్తి రూపిణివై ప్రకాశించు దేవీ! పరమాత్మ యొక్క శక్తి స్వరూపిణీ! సర్వజీవులకు కర్మఫలములను ప్రసాదించు లోకేశ్వరీ! నమోనమః। దుర్గమములను సుగమంగా చేసే దుర్గాదేవీ! - పాంచభౌతిక పరిమిత భావములచే నిర్మితమైన "సంసారము" (లేక) ప్రాపంచక దుఃఖముల నుండి ఆశ్రితులను తరింపజేసే తల్లివి కదా! నిన్ను శరణు వేడుచున్నాను. సంసార దుఃఖముల నుండి చక్కగా తరింపజేసే నీకు నమస్కరిస్తున్నాను.
80. అగ్నే! త్వం పారయా నవ్యో అస్మాన్ స్వస్తిభి రతి దుర్గాణి విశ్వా। పూశ్చ పృథ్వీ బహులాన ఉర్వీ భవా తోకాయ తనయాయ శంయోః॥	ఓ అగ్నిదేవా! నీవు మమ్ములను శ్రీదుర్గాదేవి పాదపద్మములకు జేర్చే సమర్థుడవు. అందుచేత శ్లాఘనీయుడవు. స్వామీ! మమ్ములను సమస్త కష్టముల నుండి, దుఃఖముల నుండి బహిర్గతము చేయండి. 'కష్టములు' అనే దుర్గమారణ్యంలో చిక్కుకున్న మాకు త్రోవచూపండి. మాయొక్క-మేమున్న ఈ స్థలము, ఈ మాతృభూమి, ఈ సమస్త ప్రపంచము-మీకృపచే సుభిక్షమగుగాక! మా యొక్క పుత్రులకు, పౌత్రులకు శుభములు కలుగజేస్తూ, కష్టములు మాకు దూరమగునట్లు అనుగ్రహించండి. సుఖ ప్రదాత అవండి.
81. విశ్వాని నో దుర్గహా జాతవేదః సింధుం న నావా దురితాఽతిపర్షి। అగ్నే అత్రివన్ (త్) మనసా గృణానో అస్మాకం బోధ్యవితా తనూనామ్।	ఓ జాతవేదా! అగ్నిదేవా! మా ఈ భౌతిక శరీరములలో వేంచేసి అణువణువూ పవిత్రము చేయుచూ సర్వదా కాపాడుచున్నారు కదా! అదేవిధంగా, సముద్ర మధ్యలో చిక్కుకొని కొట్టుమిట్టాడుచున్న వానిని 'నావ' కాపాడువిధంగా సంసార సాగరంలో చిక్కుకొని అనేక దుఃఖములకు (Many worries) లోను అగుచున్న మమ్ములను పవిత్రత అనే నావపై (As a Boat) ఎక్కించి కాపాడండి. ఓ అగ్ని భగవాన్! లోకకల్యాణమూర్తి అయి సమస్త జనుల సుఖ-శాంతి-ఐశ్వర్య-ఆనందముల కొరకై తన తపస్సంతా సమర్పించిన అత్రి మహర్షి వలె ఎల్లప్పుడు మా శ్రేయస్సును దయతో మీ దృష్టియందు కలిగినవారై ఉండండి.
82. పృతనాజితగ్ం సహమానమ్ ఉగ్రమ్ అగ్నిగ్ం। హువేమ పరమాత్ సధస్థాత్॥ స నః పర్షదతి దుర్గాణి విశ్వాక్షామత్ దేవో అతి దురితాతి అగ్నిః!	హే అగ్నిదేవా! మమ్ములను కామ క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యములనే శత్రువులు చుట్టు ముట్టి ఉన్నారయ్యా! మీరు ఉగ్రరూపులై శత్రు సైన్యమును ముట్టడించి భస్మము చేయగల మహత్ సామర్థ్యము కలవారు. అట్టి మిమ్ములను జగత్ సభ యొక్క అత్యున్నత స్థానము నుండి మేము ఉన్న చోటికి వేంచేయమని ఆహ్వానిస్తున్నాము. మా యొక్క సమస్త క్లేశముల నుండి మమ్ములను కాపాడండి. మా యొక్క గొప్ప దురితములను తొలగించండి. దేవా! మా అపరాధములను క్షమించి మమ్ములను రక్షించండి.
83. ప్రత్యోషికమ్ ఈడ్యో అధ్వరేషు సనాచ్చ హోతా, నవ్యశ్చ సత్సి। స్వాంచ అగ్నే తనువం విప్రయ స్వాస్మభ్యన్చ సౌభగమాయ జస్వ।	ఓ అగ్నిదేవా! యజ్ఞయాగాదులలో మీరు ప్రప్రథమ- ఆహ్వానితులుగా కీర్తించబడుచున్నారు. ప్రాచీన కాలము నుండి కూడా ఇప్పటివరకు ఇక ఎప్పటికీ కూడా- నిర్వహించబడు యజ్ఞ-యాగ-క్రతు-పూజా-పితృకార్య విధులలో హవ్య వాహనులై మేము స్వర్గ-దేవతలకు, పితృదేవతలకు సమర్పించు హవ్యములను వారికి జేర్చుచున్నారు. మేమంతా మీ స్వరూపము చేతనే నిర్మితులము. మీకు చెందినవారమే అయి ఉన్న మాకు ఆనందము కలుగజేయండి. మాకు సర్వతోముఖమైన సౌభాగ్యములను, శ్రేయస్సులను ప్రసాదించండి.

84. గోభిః జుష్టమ్ అయుజో
నిషిక్తం తవ ఇన్ద్ర విష్ణోః
అనుసన్చరేమ।
నాకస్య పృష్ఠమ్ అభిసంవసానో
వైష్ణవీం లోక ఇహమ్
ఆదయనన్తామ్॥
(కాత్యానాయ విద్మహే।
కన్యకుమారి ధీమహి।
తన్నో దుర్గిః ప్రచోదయాత్॥)

హే భగవతీ! వైష్ణవీ! దుర్గాదేవీ!

నీవు సమస్త పాపములకు, దుఃఖములకు సంబంధించక మాయందు కేవల స్వరూపిణివై వేంచేసియున్నావు. ఇంద్ర స్వరూపిణివై సమస్త ఇంద్రియములను పాలించు రాజ్ఞివి. విష్ణు స్వరూపిణివై సర్వత్రా వ్యాపించి ఉన్నావు. ఆకాశమునకు ఆవలగా విస్తరించి ఉన్నావు. సర్వ యజ్ఞ యాగ క్రతువులందు అభిసంవసువై అంతర్లీన గానంగా వేంచేసి ఉన్నావు. పశు ధన ధాన్య సంపదకై, యోగ-మోక్ష సాధనా సంపత్తికై నీ యొక్క సర్వత్రా వెల్లివిరిసియున్న వైష్ణవీ తత్త్వమును శరణు వేడుచున్నాము. వైష్ణవీ జ్యోతివై ఈ సర్వ లోకములుగా, 'నేను'గా వెలుగొందుచున్నది నీవే కదా!

శక్తి స్వరూపిణియైన కాత్యాయనీ దేవిని ఎరుగుటకై ఆ కన్యకుమారీదేవిని స్తుతించుచున్నాము. ఈ మా కొంచము స్తుతిని స్వీకరించి ఆ దుర్గాదేవి మా బుద్ధిని వికసింపజేయునుగాక!

3వ అనువాకము

85. <u>వ్యాహృతి హోమ మంత్రములు</u>
"భూః" అన్నమ్ అగ్నయే
పృథివ్యై స్వాహా।
"భువో" అన్నం వాయవే
అంతరిక్షాయ స్వాహా।
"సువః" అన్నమ్ ఆదిత్యాయ
దివే స్వాహా।
"భూః భువః సువః
అన్నం చంద్రమసే
దిగ్భ్యః స్వాహా।
నమో దేవేభ్యః।
స్వధా పితృభ్యో।
భూర్భువస్సువః అన్నమ్ 'ఓం'॥

3వ అనువాకము

ఎలుగెత్తి గానముచేయబడు (వ్యాహృతి) హోమ మంత్రములు

(అన్నసమృద్ధి కొరకై హోమమునకు సంబంధించిన మహా వ్యాహృతి మంత్రములు)

అన్నము- (1) ఆహారమునకు ఆహార పదార్థములు. (2) ఇంద్రియములకు ఇంద్రియ విషయములు.

అన్నమ్ 'ఓం'! 'భూ'- అను మంత్రోచ్చారణచే తత్ ప్రతిపాదితుడు అయినట్టి బ్రహ్మాగ్నివి, మాకు శరీరములను ఇచ్చుచున్న ఓషధ ప్రసాదిని అయినట్టి పృథివీదేవికి మేము సమర్పించి సర్వేంద్రియ కృతమగు అన్నము ఆహుతముగా సమర్పణము చేయుచున్నాము. ఇంద్రియానుభవములు అనే అగ్ని ద్వారా మేము సమర్పించు ఆహుతులను పృథివీదేవిచే స్వీకరించబడునుగాక!

'భువో' అను మంత్రముచే మా మనస్సు (ఆలోచనలు) ఆహుతిగా వాయుదేవునికి, అంతరిక్షమునకు సమర్పణమగుగాక!

'సువః' అను మంత్రముచే మా బుద్ధి - చిత్త క్రియావిశేషములన్నీ ఆహుతులై ఆదిత్యునికి, దివ్యలోకవాసులగు దేవతలకు సమర్పితము అగునుగాక!

"భూ భువః సువః" అను ఉచ్చారణచే మేము సమర్పించు ఇంద్రియ - మనో- చిత్త విశేషాలన్నీ ఓషధ - వనస్పత ప్రదాతయగు చంద్రదేవునికి, దిక్-దేవతలకు ఆహుతులై చేరునుగాక. జగత్తును నిర్మించి ప్రసాదించు దివ్య ప్రజ్ఞలగు దేవతలకు నమస్కారము. వారికి 'స్వాహా' అని పలుకుచూ ఆహూతులు సమర్పిస్తున్నాము. ఈ భౌతిక దేహనిర్మాణ ప్రజ్ఞలగు పిత్రుదేవతలకు **'స్వధా' నమః** అని సమర్పించు ఆహూతులను స్వీకరించుదురుగాక. పిత్రు దేవతలకు నమస్కరించుచున్నాము.

ఈ "భూః-భువర్-సువర్" త్రిలోకములు 'అన్నము' అను ఓంకార పరబ్రహ్మ స్వరూపమే.

4వ అనువాకము

86. 'భూః' - అగ్నయే పృథివ్యై స్వాహా।
'భువో' - వాయవే అన్తరిక్షాయ స్వాహా।
'సువః' - ఆదిత్యాయ దివే స్వాహా।
'భుర్భువస్సువః' చంద్రమసే
దిగ్భ్యః స్వాహా।
నమో దేవేభ్యః।
స్వధా పితృభ్యో।
భూర్భువస్సువః 'అగ్న' ఓం॥

4వ అనువాకము

అగ్న 'ఓం'! (అగ్నికి నేయిని స్రువముతో సమర్పిస్తూ)

"భూః" అని అగ్నికి, పృథివికి ఆహుతులు సమర్పిస్తున్నాము.

"భూవో"- అని వాయువుకు, అన్తరిక్షమునకు ఆహూతులు సమర్పిస్తున్నాము.

"సువర్"- అని పలుకుచూ ఆదిత్యునికి (సూర్యభగవానునికి) దేవతా లోకమునకు, దేవతలకు ఆహూతులు సమర్పిస్తున్నాము.

దేవతలకు 'స్వాహా' అని ఆహూతులు సమర్పిస్తూ నమస్కరిస్తున్నాము.

పితృ దేవతలకు 'స్వధా' అని ఆహూతులు సమర్పిస్తూ నమస్కరిస్తున్నాము.

'భూర్భువస్సువః' అని ఆహూతులు హవ్య వాహనుడగు అగ్నికి ఓంకార స్వరూపోపాసనగా సమర్పిస్తున్నాము.

5వ అనువాకము

87. **"భూః" అగ్నయే చ పృథివ్యై చ మహతే చ స్వాహా।**
"భువో" వాయవే చ, అంతరిక్షాయ చ
మహతే చ స్వాహా।
"సువః" ఆదిత్యాయ చ దివే చ
మహోతే చ స్వాహా।
"భూర్భువస్సువః" చంద్రమసే చ
నక్షత్రేభ్యశ్చ దిగ్భ్యశ్చ
మహతే చ స్వాహా।
నమో దేవేభ్యః। స్వధా పితృభ్యో।
భూర్భువస్సువః మహః 'ఓం'॥

5వ అనువాకము

మహత్ - అగ్నిహోమము (మహః ఓం)

"భూః" - అగ్ని - పృథివీ **మహత్ తత్త్వములు** మా ఈ ఆహూతులను స్వీకరించునుగాక।
'భువో' వాయు - అంతరిక్ష **మహత్ తత్త్వములు** మా ఈ ఆహూతులను అందుకొనెదరు గాక!
'సువర్' - ఆదిత్యా దివీ **మహత్ తత్త్వములు** మా ఈ ఆహూతులను ఆస్వాదించెదరుగాక!
'భూర్భువస్సువః' - చంద్రమస-నక్షత్ర - దిక్ దేవతా మహత్ తత్త్వములు మా ఈ సమర్పితమగు ఆహూతులను పొంది ఆనందించెదరుగాక!
దేవలోక దేవతలకు నమస్కారము! పిత్రు దేవతలకు నమస్కారము!
ఓంకార స్వరూప భూర్భవస్సువః॥
మహత్ తత్త్వములను ఉపాసిస్తూ ఆహూతులను సమర్పిస్తున్నాము.

6వ అనువాకము

88. **జ్ఞాన ప్రాప్త్యర్థ హోమమంత్రము**
పాహి నో అగ్న ఏనసే స్వాహా।
పాహి నో విశ్వవేదసే స్వాహా।
యజ్ఞం పాహి విభావసో స్వాహా।
సర్వం పాహి శతక్రతో స్వాహా।

జ్ఞానార్థి-హోమమంత్రము

(బద్ధకము, అశ్రద్ధ, పరిమిత దృష్టులు మొదలైన) జ్ఞాన ప్రతిబంధకములు విచ్ఛేదనమవటానికై, కష్టములు తొలగటానికై అగ్నిదేవునికి ఈ ఆహూతి. స్వామీ! స్వీకరించి రక్షించండి. ఓ విశ్వరచయితా! విశ్వ ప్రదర్శకుడా! విశ్వ స్వరూపా! పాహి! రక్షించండి. యజ్ఞమును (వాక్యజ్ఞం, తపోయజ్ఞం, స్వాధ్యాయజ్ఞం, ద్రవ్యయజ్ఞం, యోగయజ్ఞం, జ్ఞానయజ్ఞం మొ॥వి) కాపాడుటకై - ఈ జగత్తంతా ఎవ్వరి విభవమో అట్టి (పరబ్రహ్మము అనే) **విభావసునకు ఆహూతులు సమర్పిస్తున్నాము.** సర్వమును రక్షించుటకై శతక్రతు (100 క్రతువులకు) ఆహూతులు సమర్పిస్తున్నాము.

7వ అనువాకము

89. పాహినో 'అగ్న' ఏకయా।
పాహి 'ఉత' ద్వితీయయా।
పాహి 'ఊర్జం' తృతీయయా।
పాహి గీర్భిః, శతసృభిః వసో స్వాహా॥ (గీర్భిశ్చతసృభిర్వసో స్వాహా।)

ఓ అగ్నిదేవా! మమ్ములను ఋగ్వేద ఋక్కుల రూపులై రక్షించండి. **ఓ హుత దేవతా!** యజుర్వేద యజ్ఞ-యాగ- క్రతు రూపులై రక్షించండి. **ఓ వరుణ దేవా!** మమ్ములను సామవేదములోని సామగాన స్వరూపులై రక్షించండి. **ఓ గీర్మాతా! వేదమాతా!** వేదములచే గానము చేయబడు **వేద పురుషా!** రక్షించండి. శతాధిక స్తుతిని వసువుకు సమర్పిస్తున్నాము. ॥ స్వాహా!॥

8వ అనువాకము

వేదాంత – పరమార్థ సిద్ధ్యై ప్రార్థనా మంత్రము

90. యః ఛందసామ్ ఋషభో విశ్వరూపః,
ఛందోభ్యః ఛందాగ్ంస్య అవివేశ।
సచాగ్ం శిక్యః పురో వాచ
ఉపనిషత్ ఇంద్రో జ్యేష్ఠ।
ఇంద్రియాయ ఋషిభ్యో।
నమో దేవేభ్యః।
స్వధా పితృభ్యో।
భూర్భువస్సువః ఛంద 'ఓం'-॥

8వ అనువాకము

వేదాంతపరమార్థ సిద్ధి కొరకై ప్రార్థనా మంత్రము
ఓంకార సంజ్ఞా బ్రహ్మవిద్య

ఏ "ఓంకార" ప్రణవము వేదములకు వృషభము (అతి ముఖ్యము! ధేనువు) వంటిదో, విశ్వరూపమో, సర్వజగదాత్మకమో, అట్టి వేదములలోనించి పుట్టిన **వేదాంత సారమగు ఆత్మజ్ఞానము నన్ను సమీపించునుగాక!**

అట్టి వేదముల నుండి జనించిన **'ఓం' ప్రణవము** వేదములకు శిఖవంటిది. వేదములకు మొదలే, **మునుముందే ఉన్నట్టిది.** ముందే ఉన్న పరబ్రహ్మతత్త్వమగు 'ఓం'కారమును వేదములు అభివర్ణించు ధర్మమును నిర్వర్తిస్తున్నాయి. ఓం-అనునది ఆత్మ యొక్క అత్యంత సామీప్యత పొందినవారు పలికిన ఆత్మ గురించిన సంజ్ఞ. అందుచేత ఉపనిషత్ సంజ్ఞ. ఇంద్రియముల కంటే, వాటి సంచాలకుడగు ఇంద్రుని కంటే, అద్దానిని పరమసత్యముగా ప్రకటించు ఋషులకంటే ముందే ఉన్నట్టిది. అట్టి ఓంకారము నుండి బయల్వెడలు దేవతలకు నమస్కారము; పిత్రు దేవతలకు 'స్వధా' శబ్ద వందనములు. భూ-భువర్-సువర్లోకములంతా నిండియున్నట్టి వాటన్నిటికీ జనన స్థానమగు వేదజనిత 'ఓం'కారమునకు ఉపాసనా పూర్వక నమస్కారములు.

9వ అనువాకము

91. నమో బ్రహ్మణే। ధారణం
మే అస్తు అనిరాకరణమ్।
ధారయితా భూయాసం।
కర్ణయోః శ్రుతమ్।
మాచ్యోఢ్వం।
మమ అముష్య 'ఓం'॥

9వ అనువాకము

ఓంకార ప్రణవము నుండి మొట్టమొదటగా బయల్వెడలిన సృష్టికర్త, సృష్ట్యభిమాని అగు బ్రహ్మదేవునికి నమస్కరిస్తున్నాము. ఆయన అనుగ్రహముచే మా యొక్క బ్రహ్మము గురించిన ధారణ అనిరాకరణ మగును గాక!

మరల మరల మేము బ్రహ్మము గురించి మా ఈ చెవులతో వినుచుండెదము గాక! వినినది వదలక ధారణ కలిగియుండెదముగాక!

మేము బ్రహ్మముచే తిరస్కరించబడకుండెదముగాక! మేము **ఓంకార అముష్య (పర) స్వరూపములమై స్వయముగా ప్రకాశించెదముగాక!**

10వ అనువాకము

92. <u>తపః ప్రశంసా:-</u>
ఋతం తపః। సత్యం తపః। శ్రుతం తపః। శాన్తం తపో।
దమః తపః। శమః తపో। దానం తపో। యజ్ఞః తపో।
భూర్భువస్సువః బ్రహ్మైతత్, ఉపాస్య ఏతత్ తపః॥

తపో ప్రశంస

వేదములు, వేదవేత్తలు ఎలుగెత్తి చెప్పు ఆత్మయే (ఋతము) మా తపోలక్ష్యము. అట్టి పరమ సత్యమును స్వానుభావముగా దర్శిస్తూ ఉండటము (సత్యము) "తపస్సు". బ్రహ్మము గురించి వినుచుండటము తపస్సు. దృశ్యమును ఆత్మగా దర్శిస్తూ ఆత్మయందు సశాంతింపజేయుట తపస్సు. యజ్ఞము తపో రూపమే! భూర్భువస్సువ త్రిలోకములను బ్రహ్మముగా భావన చేసి బ్రహ్మమును ఉపాశించటమే తపస్సు.

11వ అనువాకము

93. యథా వృక్షస్య సంపుష్పితస్య
దూరా దంధో వా ఇత్యేవం
పుణ్యస్య కర్మణో దూరాత్
గంధో వాతి,
యథ అసిధారాం కర్తే అవహితామ్
అవక్రామేత్
యద్యువేయువే హవా
విహ్వాయిష్యామి।
గర్తం పతిష్యామి।
ఇత్యేవమ్ అమృతాత్
ఆత్మానం జుగుప్సేత్॥

<u>శాస్త్ర-లోక అనుకూల్య సత్-కర్మలు - అశాస్త్రీయ - లోకప్రతికూల దుష్కర్మలు - వాటి ప్రభావము</u>

<u>విహిత సుకర్మల అనుష్ఠానం:</u> ఒక పుష్పవనంలో (సంపెంగ వంటి) వృక్షమునకు పూచిన పువ్వు వెదజల్లు మధురమగు సువాసన (లేక) పరిమళమును గాలి సుదూరమునకు తీసుకువెళ్ళటం, అనేకులను ఆహ్లాదపరచటము జరుగుతుందికదా! అట్లాగే మనము చేయు పుణ్యకర్మలు సయత్నములు అనేక లోకములకు, ఉత్తరోత్తర జన్మలకు విస్తరించి, అనేక మందిని ఆహ్లాదపరచగలవు. కర్తకు జన్మ-జన్మాంతరాలుగా శుభములు ప్రసాదించగలవు.

అవిహిత-దుష్టకర్మలు నిర్వహించుట : రాజును, మంత్రులను సంతోషింప జేయటానికి ఒకడు ఎత్తుగా-బారుగా నిలబెట్టిన పదునైన కత్తులపై అడుగులు వేస్తూ ఉండటము వంటిది. ''గట్టిగా అడుగువేశానా, కాలితో గ్రుచ్చుకుంటుందేమో! గట్టిగా అడుగులు వేయకపోతేనో,.. క్రింద మురికిగుంటలో పడి దుర్వాసనలు, బురద అంటించుకుంటానేమో!'' - అని ఉభయత్రా జీవునకు భయమే కలిగిస్తుంది. ఉభయత్రా నష్టమే! అందుచేత **ఈ జీవుడు దుష్టకర్మల జుగుప్స నుండి తనను తాను రక్షించుకోవాలి.** మృతత్వము నుండి అమృతత్వమునకు సాధుకర్మల ద్వారా త్రోవ సుగమం చేసుకోవాలి.

12వ అనువాకము

<u>దహర విద్యా</u>

94. అణోః అణీయాత్,
మహతో మహీయాత్,
ఆత్మా గుహాయాం నిహితో
అస్య జంతోః।
తమ్ అక్రతుం పశ్యతి వీతశోకో,
ధాతుః ప్రసాదాత్
మహిమానమ్ ఈశమ్॥

దహర విద్య : ఈ దృశ్యమంతా ఎద్దానిచే ప్రసాదించబడుచూ ఎందులో చివ్వరికి లయము కానున్నదో - అట్టి అధ్యయనమే ఆత్మ విద్య. జాగ్రత్ - స్వప్న దృశ్య జగత్తులకు, సుషుప్తికి, జన్మజన్మాంతరములకు 'కేవల సాక్షి' అగు ఆత్మ→ **అణువుకే అణువు వంటిది. అత్యంత సూక్ష్మము.**

→ మేరువు, ఆకాశము లోకములు మొదలైన **బృహత్తర వస్తువుల కంటే కూడా బృహత్తరమైనది.**

అత్యంత ఘనీభూతము : అట్టి ఆత్మ ప్రతి ఒక్కని హృదయగుహలో సర్వదా సంప్రకాశమానమై ఉన్నది. ఎవ్వడైతే సర్వకార్య వ్యవహారముల నుండి బహిర్గతుడై , సర్వదృశ్య వేదనలను త్యజించినవాడై, ధాతువులను (ఇంద్రియములను) నిర్మలము చేసుకొన్నవాడై, బుద్ధిని సునిశితము, విస్తారము చేసుకొంటాడో **అట్టివాడు సర్వము విస్తరించియున్న ఆత్మను తన హృదయాకాశమునందే సుస్పష్టముగా, నిర్దుష్టముగా దర్శించుచున్నాడు. అంతేకాని, ఆత్మదర్శనమనునది మరెప్పుడో కాదు. మరెక్కడో కాదు.**

95. సప్త ప్రాణాః ప్రభవన్తి।
తస్మాత్ సప్తార్చిషః సమిధః।
సప్త జిహ్వాః। సప్త ఇమే లోకా
యేషు చరంతి
ప్రాణా గుహాశయాత్
నిహితాః సప్త సప్త॥

ఆత్మనుండి..,
సప్త ప్రాణములు (ప్రాణ-అపాన - వ్యాన-ఉదాన - సమాన - సప్రాణ - మూలప్రాణతత్త్వములు); సప్త ఉపప్రాణములు;
→ శబ్ద - స్పర్శ - రూప-రస -గంధ - మనో - జీవాత్మలు;
→వాటిచే గ్రహించబడు **సప్త విషయములు** (సప్త సమిధలు);
→ **సప్త జిహ్వలు, సప్త ఊర్ధ్వలోకములు** (భూ భువర్ సువర్ మహర్ జనో తపో సత్య లోకములు)
- **సప్త అధోలోకములు**- (అతల-వితల-సుతల- తలాతల- రసాతల- మహాతల-పాతాళములు).
ఈ విధంగా **ప్రాణులు చరించే ప్రాణగుహలగు సప్త సప్త లోకములన్నీ ఆత్మనుండే బయల్వెడలుచున్నాయి.**

---

96. అతః సముద్రా గిరయశ్చ సర్వే
అస్మాత్ స్యందంతే సింధవః సర్వరూపాః।
అతశ్చ విశ్వా ఓషధయో రసాశ్చ
యేన ఏష భూతః తిష్ఠతి అంతరాత్మా॥

ఆ పరమాత్మయగు పరమేశ్వరుని నుండియే సముద్రములు, గిరులు, నదులు, ఓషధులు, రసములు, సర్వరూపములు, విశ్వములు, సర్వజీవులు - ఇవన్నీ బయలుదేరుచున్నాయి. ఇవన్నీ అంతరాత్మ యందే తిష్ఠితమై ఉన్నాయి. **(స్వప్నమంతా స్వప్నద్రష్టయే చైతన్యస్వరూపుడై ప్రదర్శన మగుచున్నట్లు)** ఈ జగత్ వ్యవహారమంతా పరమాత్మకు అనన్యము.

---

97. బ్రహ్మా దేవానాం పదవీః కవీనామ్,
ఋషిః విప్రాణాం మహిషో మృగాణామ్।
శ్యేనో గృధ్రాణాగ్ం, స్వధితిః
వనానాగ్ం, సోమః పవిత్రమ్ అత్యేతి రేభన్।

ఆ పరమేశ్వరుడు సర్వ సృష్టి స్వరూపుడు. సర్వశ్రేష్ఠుడుగా ప్రకాశమానుడగు చున్నారు. దేవతలలో బ్రహ్మ, కవులలో (వ్యాస వాల్మీక వసిష్ఠాది శ్రేష్ఠ ఆత్మతత్త్వ ప్రవచితులలో) ఋషి, మృగములలో మహిషము (దున్న), పక్షులలో డేగ, వనములలో పదునుగల కట్టె, లతలలో సోమలత.. **ఈ విధంగా ఈ సమస్థములో శ్రేష్ఠరూపుడై ప్రదర్శనమగుచున్నారు.**

---

98. అజామ్ ఏకాం లోహిత శుక్ల కృష్ణాం।
బహ్వీం ప్రజాం జనయన్తీగ్ం
సరూపామ్।
అజో హి ఏకో జుషమాణో అనుశేతే
జహాతి ఏనాం భుక్త భోగామ్
అజో అన్యః॥

ఆ పరమాత్మకు జన్మలు లేవు. అజుడు. సర్వదా ఏకమేగాని అనేకముగా అవటమే లేదు. ఎరుపు-తెలుపు-నలుపు (రజో-సత్త్వ-తమో గుణములు) ఆయనయొక్క ఏకస్వరూపము నుండి బయల్వెడలుచున్నాయి. **ఏకమునుండి అనేకత్వమంతా జనితమౌతోంది. నిర్గుణము** నుండి **సగుణము, అరూపము** నుండి **సరూపము** బయల్వెడలుచున్నాయి. ఆయనలోంచి **జన్మ రహితత్వము, జన్మసహితత్వము** - ఈ రెండూ బయల్వెడలుచున్నాయి. జన్మరహితుడుగా కేవలసాక్షిగా ఉంటున్నాడు. జన్మసహితుడుగా మాయలో ప్రవేశించి ఇంద్రియ విషయ పరంపరలన్నీ అనుభవిగా బద్ధుడై పొందుచున్నాడు.

---

99. హగ్ంసః శుచిషత్।
వసుః అన్తరిక్షసత్।
హోతా వేదిషత్।
అతిథిః దురోణషత్।
నృషత్ వరసత్। ఋత సత్।
వ్యోమ సత్। అబ్జా గోజా
ఋతజా అద్రిజా
ఋతం బృహత్॥

ఆ ఆత్మ భగవానుడే జ్యోతిర్మండలము నందు ఆదిత్యుడై, సహస్ర కిరణ సూర్యభగవానుడై వెలయుచున్నారు.
అంతరిక్షములో 'వాయువు' రూపుడై సర్వ చలనములకు కారకుడగు చున్నారు.
- వేది (ఎరుక) యందు అగ్ని స్వరూపుడై ప్రకాశించుచున్నారు.
- నామరూపములలో అతిధి (Guest Artist) అయి చెన్నొందుచున్నారు.
- కర్మలలో కర్మల కర్త, కర్మఫల భోక్తగా (The Doer and the under goer) అగుచున్నారు.
- వేద వచనములలో 'ఋతము' (స్వానుభవైకవేద్యము) అగుచున్నాడు.
- (స్వప్నమునందు స్వప్న ద్రష్టవలె) నీటి యందు గోవులందు, ఋక్కులందు (కీర్తనములందు), కొండలపై కూడా మహత్తరసత్యమై, ఆత్మాకాశ స్వరూపుడై వెలుగొందుచున్నారు.

100. ఘృతం మిమిక్షిరే। ఘృతం అస్య యోనిః। ఘృతే శ్రితో, ఘృతమ్ ఉవస్య (ఉపస్య) ధామ। అనుష్వధమ్ ఆవహమాదయస్వ స్వాహా కృతం వృషభవక్షి హవ్యమ్॥	యజ్ఞ కర్త అగ్నిలో నేయిని ఆహుతి చేస్తున్నారు. ఘృతము అగ్నికి స్థానము అయి ఉన్నది. ఘృతమునందు సర్వము శ్రితమై ఉపాస్యవస్తువై, ఉపాసించు వాడు లక్ష్యముగా కలిగి యుండు తేజోరూప ధామము అయిఉన్నది. ఓ అగ్నిదేవా! మీకు ఘృతమును (నేయిని) సమర్పిస్తున్నాము. ఈ ఘృతమును హవిస్సుగా స్వీకరిస్తూ దేవతలను మా వద్దకు ఆహ్వానించండి. వారు మీ మధ్యవర్తిత్వముచే ఆహూతులు స్వీకరించి తృప్తి పొందెదరుగాక! ఓ శ్రేష్ఠుడా! అగ్నిదేవా! 'స్వాహా' అని పలుకుచూ మేము సమర్పించు ఆహూతులను (ఆవు నేయిని) దేవతలు స్వీకరించునట్లుగా మమ్మ అనుగ్రహించండి.
101. సముద్రాత్ ఊర్మిః మధుమాగ్ం ఉదార దూపాగ్ంశునా సమ మృతత్వమానట్। ఘృతస్య నామ గుహ్యం యదస్తి జిహ్వా దేవానామ్ అమృతస్య నాభిః॥	మధుర స్వరూపుడగు **'పరమాత్మ'** అనే **క్షీరసముద్రము** నుండి **క్షీర కెరటముల వలె ఈ భోగ్య ప్రపంచమంతా మధురంగా** ప్రకటితమగు చున్నది. ఇదంతా **సమమగు మాధుర్యములో** నిండియున్నది. పాలలో నేయి దాగి ఉన్న విధంగా **స్వయం ప్రకాశ ప్రణవతత్త్వమగు పరమాత్మ మాధుర్యము సర్వవేదములందు గోప్యమై (దాగి) ఉన్నది.** ధ్యాన కాలమున **ప్రణవనాదము** నుండి **బ్రహ్మతత్త్వ మాధుర్యము** బయల్వెడలుచున్నది. ప్రణవమే దేవతలకు జిహ్వ (నాలుక). దేవతల ముఖములలో ప్రణవ మాధుర్యము ద్యోతకము. అట్టి ప్రణవము మోక్షమునకు నాభి వంటిది.
102. వయం నామ ప్రబ్రవామా ఘృతేన అస్మిన్ యజ్ఞే ధారయామానమోభిః। ఉపబ్రహ్మా శృణవత్ యస్య మానం, చతుఃశృంగో వమీత్ గౌర ఏతత్॥	ఆత్మజ్ఞానార్థులమై జ్ఞాన యజ్ఞమును నిర్వర్తించుచూ, **స్వయం ప్రకాశ పరబ్రహ్మ స్వరూపమగు ప్రణవమును** మధురముగా ఉచ్చరించుచున్నాము. మా చిత్తముతో బ్రహ్మతత్త్వము గురించి ధారణ చేయుచున్నాము. మాచే ప్రణవము స్తూయమానమగుచున్నది. అట్టి ప్రణవము (1) 'అ'కారము (2) 'ఉ'కారము (3) 'మ'కారము (4) అర్ధమాత్ర (లేక) నాదము - అను నాలుగు వాచకములు (గుణములు) గల తెల్లటి ఎద్దు వంటిది.
103 చత్వారిశృంగా త్రయో అస్య పాదా। ద్వే శీర్షే, సప్త హస్తాసో అస్య, త్రిధా బద్ధో వృషభో రోరవీతి మహాదేవో మర్త్యాగ్ం ఆవివేశ॥	ప్రణవమునకు (పరబ్రహ్మమునకు) → 'అ' కార, 'ఉ'కార, 'మ'కార, నాదములు అనే నాలుగు శృంగములు (4 కొమ్ములు). → 3 పాదములు - జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు. → 3 పురుషకారములు - విశ్వ - తేజసః - ప్రాజ్ఞ పురుషకారములు → అధిదైవిక - ఆధ్యాత్మిక - ఆధి భౌతిక త్రిప్రదర్శనములు. → విరాట్ - హిరణ్యగర్భ - అవ్యాకృత త్రివ్యాహృతులు. → 2 శీర్షములు: జీవాత్మ -పరమాత్మలు చిత్ - అచిత్ సత్ - అసత్ - '7' హస్తములు - భూ-భువర్ -సువర్ - మహర్- జనో-తపో - సత్య లోకములు. త్రిధా బద్ధమగు వృషభరోరవము. ఆ పరమేశ్వరుడు వీటన్నిటితో సర్వ దేహములలో ప్రవేశించి ఉన్నారు.
104 త్రిధా హితం పణిభిః గుహ్యమానం గవి దేవాసో ఘృత మన్వ విందన్। ఇంద్ర ఏకగ్ం సూర్య ఏకం జజాన వేనాత్ ఏకగ్ం స్వధయా నిష్టతక్షుః॥	- విశ్వ తేజస ప్రాజ్ఞ ; బ్రహ్మాండ - విరాట్- హిరణ్యగర్భ- విరాట్ పురుషుడు **జాగ్రత్‌ను, హిరణ్యగర్భుని పుట్టించారు.** అంతర్ దృష్టిచే ఇంద్ర సూర్యాది దేవతలు చూస్తున్న విధంగా **ఏకమగు ఆత్మను ఈ జీవుడు దర్శించగలడు.**

105. యో దేవానాం ప్రథమం పురస్తాత్ విశ్వా ధియో రుద్రో మహర్షిః హిరణ్యగర్భం పశ్యత జాయమానం స నో దేవః శుభయా స్మృత్యా సంయునక్తు॥	ఏ దేవాదిదేవుడు విశ్వమునకు వేరై వేదములచే ప్రతిపాదించబడుచు, సర్వమును (ప్రప్రథముడై (మొదటే ఉన్నవాడై), మహత్ ఋతమై, సృష్ట్యభిమాని అగు హిరణ్యగర్భుని సృష్టించుకొన్నవారై ఉన్నారో, అట్టి పరమేశ్వరుడు మమ్ములను సర్వ సంసార బంధముల నుండి విముక్తిని ప్రసాదించునుగాక! సర్వశోభాయ మానమగు, శుభప్రదమగు **మోక్షస్థానమునకు దారిచూపుదురుగాక.**
106. యస్మాత్ పరం న అపరమస్తి కించిత్, యస్మాత్ న అణీయో, న జ్యాయోఽస్తి కశ్చిత్, వృక్ష ఇవ స్తబ్ధో దివి తిష్ఠతి ఏకః తేన ఇదం పూర్ణం పురుషేణ సర్వం॥	ఏ స్వస్వరూప ఆత్మతత్త్వమునకు వేరైనదిగాని, వేరుకానిదిగాని (పరముగాని, అపరముగాని) కించిత్ కూడా లేనేలేదో, ఎద్దానికి తక్కువైనదిగాని, అధికమైనదిగా ఎవ్వరూ అయిఉండలేదో, - ఏదైతే దివ్యలోకములలో కూడా వృక్షమువలె స్తబ్దముగా సంతిష్ఠితమై యున్నదో అట్టి **పూర్ణ పురుషుడగు పరమాత్మచేతనే ఇదంతా నిండియున్నది.**
107 న కర్మణా, న ప్రజయా ధనేన, త్యాగేన ఏకే అమృతత్వ మానశుః। పరేణ నాకం నిహితం గుహాయాం విభ్రాజతే తత్ యతయో విశంతి॥	అట్టి స్వాత్మానుభవమగు అమృతత్వము...., → కర్మలచేతగాని, సంతానము మొదలైన జన సంపద చేతగాని, ధనము మొదలైన ఆయా భౌతిక సంపదల చేతగాని పొందబడజాలదు. బాహ్య విషయముల 'త్యాగము'చే హృదయ గుహలోనే పరతత్త్వము' అనుభవమవగలదు. తనయందు ప్రకాశమానమైయున్న ఆత్మను తనయందే గమనించి దర్శించి ఆత్మజ్ఞుడు ప్రవేశించుచున్నాడు. ఆత్మతో మమేకమగుచున్నాడు.
108. వేదాంత విజ్ఞాన సునిశ్చితార్థాః సన్న్యాస యోగాత్ యతయః శుద్ధ సత్త్వాః, తే బ్రహ్మలోకే తు పరాంతకాలే పరామృతాత్ పరిముచ్యంతి సర్వే॥	ఆత్మను స్వానుభవముగా పొందటము ఎట్లా? - ఉపనిషత్తులు ప్రతిపాదించు ఆత్మతత్త్వార్థము యొక్క విచారణ, సునిశ్చిత చేతను, - శుద్ధ సాత్త్విక భావనలచేతను, -యోగాభ్యాసము చేతను, -సన్న్యాస యోగము చేతను, పరాంతకాలములో బ్రహ్మలోకములో ప్రవేశితులై **"పరామృత స్వస్వరూపము"** అగు కేవలీతత్త్వమును ఇక్కడే ఎవ్వరైనా పొందగలరు.
109. దభ్రం విపాపం పరమే అశ్మభూతం, యత్ పుండరీకం పురమధ్య సగ్ంస్థమ్, తత్రాపి దభ్రం గగనం విశోకః తస్మిం యదం తత్ తత్ ఉపాసితవ్యమ్॥	**హృదయాకాశంలో ....,** - అష్టదళములతో కూడినది, - అంగుష్ఠ మాత్రమైనది, - దోషరహితమైనది, పరమ నిర్మలమైనది → అగు **ఆత్మ** సర్వదా జ్వాజ్వల్యమానంగా **వెలుగుచున్నది.** సర్వ దృశ్యవ్యథలు యోగాభ్యాసముచే త్యజించిన ధీరుడు తన హృదయమునందే దర్శించి అద్దానిని ఉపాశితవ్యముగా సమీపించి ఆరాధించగలడు. ఆత్మయే సర్వదా ఉపాసితవ్యము.
110. యో వేదాదౌ స్వరః ప్రోక్తో, వేదాంతే చ ప్రతిష్ఠితః తస్య ప్రకృతి లీనస్య యః పరః, స మహేశ్వరః॥	ఏ ప్రణవార్థమగు ఆత్మ...., → వేదములకు మొదలై ఉన్నదో, → తెలియబడేదానికంతటికీ తెలుసుకొనుచున్న వాని రూపంగా మునుముందే వేంచేసియున్నదో, వేదాంతమునందు (తెలియబడుదానిని తెలుసుకొనుచున్న రూపముగా) ప్రతిష్ఠితమో, → వేదాంతములగు ఉపనిషత్తులలో బోధ రూపంగా పతిష్ఠితమైయున్నదో, అట్టి ఆత్మ తన యొక్క ప్రకృతిని సర్వదా లీనము చేసుకొని **సర్వశేష్యమై, సర్వమునకు పరమై, మహేశ్వరస్వరూపమై** వెలుగొందుచున్నది.

13వ అనువాకము
నారాయణ సూక్తము

నారాయణసూక్తము

111. సహస్రశీర్షం దేవం విశ్వాక్షం। విశ్వశంభువమ్॥ విశ్వం నారాయణం దేవమ్ అక్షరం పరమం పదమ్॥	వేలాది (అనంత) శిరస్సులు (భావనా-ఆలోచనా-సందర్శనా విశ్లేషములు) కలవాడు, స్వయం ప్రకాశకుడగుటచే **'దైవము'** అయిన వాడు, విశ్వమంతా కనులు (అనేక దృష్టులు) కలాడు, సమస్తమును వీక్షిస్తున్నవాడు, సర్వులకు శుభ- ఆనంద- శ్రేయో ప్రదాత, ఈ విశ్వమంతా (సముద్రంలో జలమువలె) నిండియున్నవాడు, అక్షరుడు, దేవదేవుడు అగు **శ్రీమన్నారాయణుని అక్షరమగు పరమపదము కొరకై స్తుతిస్తున్నాము. ధ్యానించుచున్నాము. ఉపాసించుచున్నాము.**
112. విశ్వతః పరమాన్ నిత్యం। విశ్వం నారాయణగ్ం హరిమ్। విశ్వమే వేదమ్ పురుషః తత్ విశ్వమ్ ఉపజీవతి॥	(దేహమునకు దేహి వలె) - విశ్వమునకు పరముగా (ఆవలగా) ఉన్నవాడు, త్రికాలములోలోను నిత్యుడు, ఈ విశ్వమంతా తన స్వరూపముగా కలవాడు - అగు ఆ **హరినారాయణుడే....** → **తన యొక్క పురుషకారముచే స్వీయముగు 'ఎరుక' నుండి ఈ విశ్వమంతా కల్పించుకొని, దీనినంతా పరివేష్టిస్తూ పరిపోషించుచున్నారు. ఉజ్జీవింప జేయుచున్నారు.**
113. పతిం విశ్వస్య ఆత్మేశ్వరగ్ం శాశ్వతగ్ం శివమ్ అచ్యుతమ్। నారాయణం మహాజ్ఞేయం విశ్వాత్మానం పరాయణమ్॥	ఈ విశ్వమునకు పతి (యజమాని), సర్వజీవులకు ఆత్మేశ్వరుడు, శాశ్వతుడు, సర్వులకు శుభప్రదాత, ఆత్మత్వము నుండి ఏ మాత్రము చ్యుతి పొందనట్టి అచ్యుతుడు, (దేహమునకు దేహి ఆత్మఅగు తీరుగా) ఈ విశ్వమునకు 'ఆత్మ' అయిననవాడు-అగు **ఆ నారాయణుడే అన్నిటికంటే తెలుసుకొన వలసినవాడు. పఠించవలసిన పరాయణుడు. సర్వమునకు పరమై విహరించువాడు.**
114. నారాయణ పరోజ్యోతిః ఆత్మా నారాయణః పరః। నారాయణ పరం బ్రహ్మ, తత్త్వం నారాయణః పరః। నారాయణ పరో ధ్యాతా ధ్యానం నారాయణః పరః॥	స్వస్వరూప-ఆత్మేశ్వరుడగు నారాయణుడు జ్యోతిలకే (సర్వజీవులకు) జ్యోతి. **పరంజ్యోతి.** ఆయనయే ఇహమునకు ఆవల గల (నటుని వ్యక్తిగత రూపమువలె) **పరమాత్మ!** 'త్వమ్'గా కనిపించే (నీవుగా కనిపించేది) అంతా కూడా ఆ **తత్త్వనారాయణుడే!** ఈ దృశ్యమంతా **ధ్యాన వస్తువు** అయి ఉండగా, దీనికంతటికీ పరమై **ధ్యాతగా,** (ధ్యానము చేయువాడుగా), ధ్యానముగా (Form of Avocation)గా ఉన్నది నారాయణుడే! ధ్యానించబడు సమస్తము ఆయనయే.
115. యచ్చ కించిత్ జగత్ సర్వం దృశ్యతే శ్రూయతేఽపి వా అంతర్బహిశ్చ తత్ సర్వం "వ్యాప్య నారాయణః" స్థితః॥	ఈ సర్వజగత్తు కూడా కించిత్ నుండి ఏదేది కళ్లకు కనబడుచున్నదో, వినబడుచున్నదో,.. ఇందలి బాహ్య (కనబడేది, వినబడేది) - అభ్యంతర (చూచేవాడు, వినేవాడు, మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములతో సహా) - ఇదంతా కూడా **నారాయణుని పరివ్యాప్త - చమత్కారమే! నారాయణునికి అన్యముగా అంతరమునగాని, బాహ్యమునగాని ఏకించిత్ కూడా ఎక్కడా ఏదీ లేదు.**
116. అనన్తమ్ అవ్యయమ్ కవిగ్ం సముద్రేఽన్తం విశ్వ శంభువమ్। పద్మకోశ ప్రతీకాశగ్ం హృదయం చ అపి అధో ముఖమ్॥	దేహములచేతగాని, జగత్తు ప్రదర్శనలచేతగాని- ప్రారంభ - ముగింపులను నవే లేనట్టివాడు **అనన్తుడు;** మార్పు చేర్పులనునవే లేవు కాబట్టి **అవ్యయుడు.** సర్వజ్ఞుడగుటచే **కవి.** (ఈ జగత్తులు, జీవులు తరంగముల వంటివి అగుచుండగా) - సముద్రమునకు ఆవలివాడు (పరుడు). విశ్వమునకు మంగళప్రదాత, అట్టి **ఆ శ్రీమన్నారాయణుని - నా హృదయములో అధోముఖముగా ఉన్న "తామరపూమొగ్గ"గా ధ్యానము చేయుచున్నాను.**

117. అథో నిష్ట్యా - వితస్త్య అంతే నాభ్యామ్ ఉపరి తిష్ఠతి। జ్వాలమాలాకులం భాతి విశ్వస్య ఆయతనం మహత్।	**ఆలోచనలు భావములు, అనుభూతులు మొదలైనవి బయల్వెడలుచున్న పారమార్థిక (ఆధ్యాత్మిక) హృదయం గురించి:** -కంఠ పల్లమునకు (కంఠముడికి) క్రిందవైపుగా, -బొడ్డుకు పైవైపుగా (4 బెత్తెల/12 అంగుళాలపైగా) పారమార్థిక (లేక) ఆధ్యాత్మిక **'హృదయకోశము'** ఉన్నది. ఆ హృదయములో **"జ్వాలమాల"** వలె ఈ విశ్వమంతటికీ ఆధారభూతుడగు **పరబ్రహ్మము/మహత్ బ్రహ్మము** ప్రకాశించుచున్నది. ఇది దీపశిఖల వరుసతో ఆవృత్తమైనట్లు దేదీప్యమానంగా సంప్రకాశమానమై ఉన్నది.
118. సంతతగ్ం శిలాభిస్తు లంబత్యా కోశ సన్నిభమ్। తస్య అంతే సుషిరగ్ం సూక్ష్మం తస్మిన్ సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్॥	అట్టి హృదయ కోశములో తామరపూమొగ్గ వలె వ్రేలాడు హృదయకమలము నలువైపులా నాడులతో వ్రేలాడుచున్నది. ఆ హృదయకోశమునకు చివరగా సూక్ష్మమైన 'రంధ్రము' (అను ఆకాశము) ఉన్నది. అట్టి సుషిరగము (లేక) సూక్ష్మ రంధ్రములో ఈ జగత్ సర్వము ప్రతిష్ఠితమైయున్నది. (బ్రహ్మప్రకాశమే సుషిరగము). హృదయములోని శూన్యరూపమగు సూక్ష్మ రంధ్రములో లోకములన్నీ ఏర్పడినవై ఉన్నాయి.
119. తస్య మధ్యే మహాన్ అగ్నిః విశ్వార్చిః విశ్వతోముఖః। సో అగ్రభుక్ విభజన్ తిష్ఠన్ నాహారమ్ అజరః కవిః।	అట్టి హృదయాకాశము మధ్యగా మహాన్- అగ్ని. అదియే ప్రాణాగ్ని. అట్టి జఠరాగ్ని (లేక) ప్రాణాగ్ని విశ్వమంతా నిండిఉండి విశ్వమంతా వెలగించు చున్నది. ఆ అగ్ని మొట్టమొదట ఆహారమును స్వీకరించి, ఆహార సారమును వివిధ అవయవములకు పంచిపెడుతున్నది. అట్టి అగ్ని 'జర' లేనిది. నిత్యనూతనమైనది. అత్యంత శ్రేష్ఠమైనది. తాను దేనికీ ఆహారము కానట్టిది.
120. తిర్యక్ –ఊర్ధ్వమ్–అధః శాయీ రశ్మయః తస్య సంతతా। సంతాపయతి స్వం దేహమ్, ఆపాద తల మస్తగః॥ 121. తస్య మధ్యే వహ్ని శిఖా, అణీయ ఊర్ధ్వా వ్యవస్థితా। నీలతో యద మధ్యస్థా, విద్యుల్లేఖేవ భాస్వరా॥	అట్టి ప్రాణాగ్ని యొక్క కిరణములు శరీరంలో అడ్డంగాను, పైకి, క్రిందికి శరీరములో సర్వత్రా వ్యాపించి ఉంటున్నాయి. పాదముము నుండి మస్తకము (Foreface) వరకు వ్యాపించి శరీరమంతా వెచ్చగా ఉంచుచున్నది. ఆ అగ్ని యొక్క అంతరమున అణుప్రమాణమైనట్టి ఒక అగ్నిశిఖ (అగ్నికణము) ఊర్ధ్వముఖమైన జ్వాల కలిగి ఉంటోంది. ఆ అగ్నిజ్వాల నీలిమేఘముల మధ్యగా గల మెరుపు తీగ వలె ప్రకాశిస్తోంది. (సుషుమ్ననాడి).
122. నీవార శూకవత్ తన్వీ పీతా భాస్వతి అణూపమా। తస్యాః శిఖాయా మధ్యే పరమాత్మా వ్యవస్థితః॥ స బ్రహ్మ। స శివః। స హరిః। స ఇంద్రః। సో అక్షరః। పరమః। స్వరాట్॥	ఆ మెరుపుతో కూడిన అగ్నిశిఖ (అగ్నికణం) ధాన్యపు గింజ యొక్క సూక్ష్మమైన ముల్లువలెఉండి, బంగారపు రంగుతో ప్రకాశమానమై యున్నది. (సుషమ్న అనబడు) అట్టి అత్యంత సూక్ష్మమగు మెరుపుతీగ - అగ్నిశిఖ చివర గల బంగారపు రంగులో మెరయు ముల్లువంటి స్థానములో (బ్రహ్మ రంధ్రములో) పరమాత్మ విశేషముగా సుప్రతిష్ఠితుడై, వ్యవస్థితుడై ఉన్నారు. (సుషిరగమ్ అంతరమ్ పరమాత్మా వ్యవస్థితః) ఆ పరమాత్మయే సృష్టికర్తయగు **బ్రహ్మ।** సర్వ శుభములు, ఆనందములు, శ్రేయస్సులు కలుగజేయు **శివుడు।** సర్వమునకు సంరక్షకుడగు **హరి।** సర్వేంద్రియములకు అధి దేవత, నియామకుడు అగు **ఇంద్రుడు।** ఆయనయే **అక్షరుడగు ఆత్మ।** ఆయనయే సర్వమునకు 'పరము' అయినట్టి **స్వయం ప్రకాశ-మానుడు।** ఆయన కంటే అధికమైనది జగత్తులో ఎక్కడా ఏదీ లేదు.
14వ అనువాకము **ఆదిత్య మండలే పరబ్రహ్మోపాసనమ్** **123. ఆదిత్యో వా ఏష ఏతత్ మండలమ్ తపతి। తత్రతా ఋచః। తత్ ఋచా మండలగ్ం స ఋచాం లోకో। అథ య ఏష ఏతస్మిన్ మండలే 'అర్చిః' దీప్యతే, తాని సామాని।**	**ఆదిత్య మండల రూపంగా పరబ్రహ్మమును ఉపాసించటము** అట్టి ఆత్మానారాయణుడు స-ఉపాధికుడై,ఆదిత్యుడై ఆదిత్యమండలమంతా తన తేజస్సుచే నింపిఉంచుచున్నారు. ఆ ఆదిత్య మండల తేజస్సే **"అగ్నిమీళే పురోహితే" - ఇత్యాది** ఋక్కులచే వర్ణించబడుచున్నది. ఆ ఆదిత్య మండల తేజోరూపమే ఈ జగత్తులను వెలిగించు తేజో విశేషము. లోకములన్నీ ఆ ఋచ-తేజస్సుచే నిండిఉన్నాయి. అ ఆదిత్యమండల దీప్తిని ఈ జగత్తులన్నీ - "అథయ" అని సామవేదము గానము చేయుచున్నది.

స సామ్నాం లోకో, అథ య ఏష ఏతస్మిన్
మండలే అర్చిషి పురుషః। తాని యజూగ్ంషి।
స యజుషా మండలగ్ం।
స యజుషాం లోకః,
స ఏషా "త్ర య్యేవ విద్యా" – తపతి।
య ఏషో అంతరాదిత్యే హిరణ్మయః పురుషః॥

ఆత్మ భగవానుడగు సామ్నలోక మండల పురుషుని, యజోష-సాయుజ మండల పురుషుని అర్చించెదముగాక! ఈ విధంగా ఋగ్వేద మండల పురుషుని, యజుర్వేద (లోక) మండల పురుషుని, సామవేద మండల పురుషుని (భూ భూవర్ సువర్ లోక త్రయ మండల పురుషుల) **త్రయీ ప్రదర్శనమే జగత్ ప్రదర్శనము.**

సవితృ మండల - మధ్యవర్తినే (లేక) అంతరాదిత్య మండల పురుషునే సృష్టి కర్తయగు హిరణ్మయ పురుషునిగా వేదములు వర్ణిస్తున్నాయి.

15వ అనువాకము

ఆదిత్య పురుషస్య సర్వాత్మకత్వ ప్రదర్శనము

124. ఆదిత్యో వై→తేజ ఓజో;
బలం యశః చక్షుః శ్రోత్రమ్;
ఆత్మా మనో మన్యుర్మనుః;
మృత్యుః సత్యో మిత్రో;
వాయుః ఆకాశః;
ప్రాణో లోక పాలః;
కః కిం కం తత్ సత్యమ్;
అన్నమ్ అమృతో జీవో విశ్వః;
కతమః స్వయంభుః
బ్రహ్మైతత్ అమృత ఏష పురుషః।
ఏష భూతానామ్ అధిపతిః।
బ్రహ్మణః సాయుజ్యగ్ం।
స లోకతామ్ ఆప్నోతి
ఏతా సామేవ
దేవతానాగ్ం సాయుజ్యగ్ం
సార్ష్టితాగ్ం
సమాన లోకతామ్
ఆప్నోతి
య ఏవం వేద॥
ఇతి ఉపనిషత్।

15వ అనువాకము

ఆదిత్యమండల పురుష (లేక) "ఆత్మ" యొక్క సర్వాత్మకత్వము

ఆదిత్యుడే సర్వాత్మకుడు. సర్వజగత్తుకు ఆత్మస్వరూపుడు. ఆయనయే సూర్యునిలో కనిపించే తేజస్సు. భూమిలో ప్రవేశించే ఓజోశక్తి. దేహముల లోని బలము. శరీరములలో ప్రకాశరూపమగు యశోశక్తి. కళ్లలోని చూపుశక్తి. చెవులలోని వినికిడి శక్తి. జీవాత్మశక్తి (శరీరిగా శరీరమును జీవింపజేయు జీవనశక్తి) కూడా. ఆయనయే మనోశక్తి. ఆయనయే మనోమనస్సు (మనస్సుకు ఆధారమైన మనస్సు), మృత్యువు (మార్పు), సత్యము, మిత్రత్వము (సూర్యుడు), వాయువు, ఆకాశము కూడా. ఆయనయే జీవులలోని ప్రాణశక్తి, లోక పాలకులు కూడా. అంతా ఆ ఆత్మపురుషుని ప్రత్యక్ష రూపములే. **'ఎవ్వరూ? ఎందుకూ? ఎప్పుడూ? - వీటి పరాకాష్ట సమాధానము ఆ పరమపురుషుడగు ఆత్మయే!**

అనిర్దేశ్యమగు ఏదేది ఎక్కడెక్కడెక్కడ ఎట్లా ఏమేమిగా ఉన్నదో, అదంతా ఆత్మయే! ఇంద్రియములకు ఆహారముగా (అన్నమ్) అగుచున్నదంతా ఆత్మయే! మృతమునకు ఆధారమగు అమృతము, జీవుడు (experienear), ఆ జీవునికి అనుభవమగుచున్న ఈ విశ్వము గా ఏదేది అగుపిస్తోందో - అదంతా ఆత్మయే! ఏది తనకు తానే జనన కారణమగుటచే "స్వయంభువు" వో-అదీఆత్మయే! అంతా ఆ పరమపురుషుడగు బ్రహ్మమే! ఆయనయే సర్వభూత జలమునకు అధిపతి. ఆ 'సాయుజ్యము' అనుబడు దానికి అర్థము ఆ పరబ్రహ్మమే! కేవలాత్మయే! ఆత్మాఽహమ్ స్వానుభవమే!

అట్టి అదిత్యో పాసన రెండు విధములు.

సాలోకతము : దేవతా నిర్మితమగు **ఈ లోకములలో ఏవేవో స్థితి-గతుల సంబంధమైన ఆశయము.**

సాయుజ్యము : "వీటిన్నిటికీ ఆధారమగు కేవలాత్మయే నేను" - అను మార్గమునకు దారితీయు ఉపాసన.

అట్టి ఆదిత్యుని పరబ్రహ్మతత్త్వము ఎరిగి, ఉపాశించువాడు లోక వ్యవహారములను దాటి ఆదిత్యస్వరూపము సంతరించుకోగలవాడు.

16వ అనువాకము

శివోపాసనా మంత్రము

125. నిధన పతయే నమః।
నిధన పతాంతికాయ నమః।
ఊర్ధ్వాయ నమః
ఊర్ధ్వ లింగాయ నమః॥

16వ అనువాకము

శివోపాసనా మంత్రములు

విశ్వలయమునకు కారకుడగు ప్రభువుకు నమస్కారము. బహుధనపతికి నమస్కారము.

విశ్వమునకు ఆవల (ఆంతికము)గా గల స్వామికి నమస్కారము. మరణాధిపతియగు యముని శాసించు శివునికి నమస్కారము.

ఇంద్రియములకు, జగత్తులకు ఊర్ధ్వమున ఉన్నవానికి, ఊర్ధ్వమైనదంతా తానే అయి ఉన్న స్వామికి, (ఆభరణములన్నిటిలో అంతః బహి స్వరూపమైయున్న హిరణ్యము వలె) ఏకస్వరూపుడై కేవలీస్వరూపుడైనవానికి

హిరణ్యాయ నమః।	నమస్కారము.
హిరణ్య లింగాయ నమః॥	జీవులకు శ్రేయస్సు, ఆనందము, సంపద ప్రసాదించు శివునికి నమస్కారము. **ఆనంద కేవలీ లింగస్వరూపునికి నమస్కారము.**
సువర్ణాయ నమః సువర్ణ లింగాయ నమః॥	సువర్ణ స్వరూపుడు, సువర్ణమునకు ఆధారము అయి, మూల ప్రకృతి స్వరూపుడు అగు పరమాత్మకు నమస్కారము.
దివ్యాయ నమః। దివ్య లింగాయ నమః॥	దివ్యుడు అయినవాడు, దివ్యత్వమునకు ఆధారమైనవాడు అగు శివభగవానునికి నమస్కారము.
భవాయ నమః। భవలింగాయ నమః॥	భవము అయినట్టి (ఉనికి గల) సమస్తము (ఉన్నదంతా) తానై, ఆ ఉన్న దానికంతటికీ ఆధారమైయున్న స్వామికి నమస్కారము.
శర్వాయ నమః। శర్వలింగాయ నమః।	శర్వము (రాత్రి-ప్రకృతి) తానై, అద్దాని లయకారునికి, మూలతత్త్వ స్వరూపునికి నమస్కారము.
శివాయ నమః॥ శివలింగాయ నమః॥	శివునికి, శివలింగ (మూల, కేవల) స్వరూపునికి నమస్కారము.
జ్వలాయ నమః। జ్వల లింగాయ నమః॥	అగ్నికాంతులతో వెలుగొందుస్వామికి, జ్వలనమునకు (వెలుగుటకు) ఆధారమైన స్వామికి నమస్కారము.
ఆత్మాయ నమః। ఆత్మలింగాయ నమః॥	సర్వజీవుల అంతర్యామియగు ఆత్మస్వరూపునకు, ఆత్మాధారుడైన ఆత్మదేవునికి నమస్కారము.
పరమాయ నమః। పరమ లింగాయ నమః॥	సర్వమునకు "పరము"(Beyond) అయినవానికి, సర్వమునకు ఆధారమై యున్న స్వామికి నమస్కారము.
ఏతత్ సోమస్య సూర్యస్య సర్వలింగగ్గ్ం స్థాపయతి పాణి మంత్రం పవిత్రమ్॥	సోమ-సూర్య-అగ్ని లింగ స్వరూపుని స్వస్వరూపమగు హృదయమున స్థాపించి, పాణిమంత్రముగా అభిషేకిస్తూ పవిత్రత పొందుచున్నాము. (ఇతి పాణి మంత్రేణ జలము-పాలు-పంచరసములు (ఇంకా) మనో బుద్ధి చిత్త అహంకారములు మొదలైనవాటితో) అభిషేకము సమర్పించుచున్నాను.
17వ అనువాకము **శివపంచముఖోపాసన మంత్రం** **పశ్చిమ ముఖాయ నమః। సద్యోజాతాయ।** **126. సద్యోజాతం ప్రపద్యామి।** **సద్యోజాతాయవై నమో నమః।** **భవే భవేన అతి-భవే భవస్వమామ్।** **భవోద్భవాయ నమః॥**	**పంచముఖ శివ స్తుతిమంత్రం** **పశ్చిమ అభిముఖము అగు సద్యోజాత శివముఖమునకు నమస్కారము.** **సద్యోజాతమ్** : కేవల సత్స్వరూపుడవై సర్వదేహులలో "నేను ఉన్నాను" అను సత్-ఆనందరూపంగా ప్రభవిస్తున్న ఓ సద్యోజాతముఖా! మీకు నమస్కరిస్తున్నాము. 'భవము' అను మీ స్వభావము నుండి ఈ జగత్తులను ఉనికిని ప్రసాదిస్తూ భవముచే భావరూపంగా అతిభవులై (ఉనికికే ఉనికి రూపుడు) అయి ఉన్నారు. నాయందు భావస్వరూపులై, భవమునకు ఉద్భవకరమగు మీ సద్యోజాతముఖమును ఆరాధిస్తున్నాము. భావనారాయణా! నమస్కారము. మీరు నాకు సద్యోముక్తి ప్రసాదించగలరు.

18వ అనువాకము

శివస్వామి ఉత్తర ముఖోపాసన

ఉత్తరాదిశాభిముఖులగు వామదేవ శివముఖమునకు నమస్కరిస్తున్నాము!

127. వామదేవాయ నమో।	- వామదేవా - నమో నమః।
జ్యేష్ఠాయ నమః।	- సర్వలోకములలో, సర్వదేహములలో అన్నిటికంటే మునుముందే జ్యేష్ఠుడవై ఉన్న మీకు నమో వాక్కములు।
శ్రేష్ఠాయ నమో	- మీ సర్వశ్రేష్ఠత్వమునకు నమస్కారము।
రుద్రాయ నమః।	- జ్ఞానాగ్నిచే అన్యమైనదంతా భస్మము చేసి అలంకరాముగా ధరించు మీ 'రుద్రత్వము'ను ఉపాసిస్తున్నాము।
కాలాయ నమః। కల వికరణాయ నమో। బల వికరణాయ నమో।	- కాల స్వరూపులై సర్వమునకు సృష్టిస్థితి లయకారకులగు మిమ్ము ఆరాధిస్తున్నాము।

బలాయ నమో। బలప్రమాథనాయ నమః॥ సర్వభూత దమనాయ నమో। మనోన్మనాయ నమః॥	- కల - కల్పనలను తొలగించి సత్యమును ద్యోతకము చేయు కలవికరణ సద్గురు స్వరూపమును ఆరాధిస్తున్నాము. - అసురీ స్వభావ బలమును హీనపరచి మమ్ము రక్షించు మహాబల స్వరూపమునకు ప్రణమిల్లుచున్నాము. - మమ్ములను బలవంతులనుగా తీర్చిదిద్దు బల, ప్రమథన విన్యాసమునకు ప్రణామము. - పంచభూతములను నియమించు స్వామీ! నమః। -మనస్సుకు జనన స్థానమగు (ఆలోచనలకు ఉత్పత్తి స్థానమగు) మనో - ఉన్మనీస్వరూప శివస్వామికి భక్తి-ప్రపత్తులు. కేవలీ స్వరూపా! నమో నమః!
19వ అనువాకము **శివభగవానుని దక్షిణముఖ స్తుతి** **128. అఘోరేభ్యో– అథ ఘోరేభ్యో। ఘోర ఘోర తరేభ్యః సర్వేభ్యః సర్వ శర్వేభ్యో నమస్తే అస్తు రుద్ర రూపేభ్యః॥**	**దక్షిణాభిముఖుడగు అఘోర శివముఖ - స్తుతి - రుద్రరూప స్తుతి** స్వామీ! మీ యొక్క మనో బుద్ధి చిత్త అహంకార - సూక్ష్మ రూపమునకు పాంచ భౌతిక స్థూల తత్త్వమునకు నమస్కారము. స్థూల-సూక్ష్మములకు ఆవల గల మీ యొక్క కేవలాంశ ముఖమునకు నమస్కారము. - సర్వము నీవే అయి ఉన్న నీ యొక్క సర్వత్వమునకు, సర్వత్రా వేంచేసి సర్వమును ప్రకాశింపజేయు రుద్ర రూప మహత్ తేజ ఘోరాఘోరములకు వందనములు. ప్రకృతి స్వరూపా! నమో నమః।
20వ అనువాకము **స్వామి యొక్క తూర్పుముఖ స్తుతి** **129.తత్పురుషాయ విద్మహే। మహా దేవాయ ధీమహిః। తన్నో రుద్రః ప్రచోదయాత్॥**	**ప్రాక్ వక్త్ర (తూర్పు అభిముఖ) స్తుతి** ఈ జీవుని ఇహస్వరూపము నాటకంలో నటుని నటనా సందర్భమైన సంబంధముల వంటివి. పరస్వరూపమో - ఆ నటుని వ్యక్తిగత నటనా చాతుర్య స్వరూపము వంటిది. అట్టి ఇహపురుషత్వమునకు ఆధారమైన మా యొక్క "తత్ పురుషత్వము" ను ఎరుగుటకై మీ యొక్క తూర్పు ముఖ విభవమును ఉపాసిస్తున్నాము. ఓ మహాదేవా! మిమ్ములను బుద్ధితో ఆరాధిస్తున్నాము. మా బుద్ధులను వికశింపజేయ ప్రార్థిస్తున్నాము. తత్ త్వమ్ స్వరూపా! నమో నమః।
21వ అనువాకము **స్వామి యొక్క ఊర్ధ్వ ముఖ స్తుతి** **130. ఈశానః సర్వ విద్యానామ్। ఈశ్వరః సర్వభూతానామ్। బ్రహ్మోధిపతిః బ్రహ్మణో అధిపతిః। బ్రహ్మో శివో మే అస్తు "సదాశివోమ్"॥ (సదా శివ 'ఓం')**	**21వ అనువాకము** **ఊర్ధ్వ ఈశానముఖ - ఈశ్వరు సర్వేశ్వరోపాసన** స్వామీ! ఈశ్వర సర్వతోముఖ స్వరూపా! మీ ఈశానముఖము సర్వవిద్యాప్రదాత. సర్వేశ్వరులై సృష్టికర్త అగు బ్రహ్మదేవుని నియమించినవారు. బ్రహ్మకు, బ్రహ్మము యొక్క ఉపాసనకు, వేదములలోని ఉపాసనా క్రమములగు బ్రాహ్మణములకు పరిలక్ష్యమైనట్టి స్వామీ! మా పట్ల బ్రహ్మ-శివతత్త్వము సిద్ధించినవగుగాక!, మేము సదాశివ స్వరూపులమై ప్రణవ స్వరూపములమై బ్రహ్మానందమొందెదముగాక! సదా శివేశ్వరా! నమో నమః।
22వ అనువాకము **నమస్కారార్థమంత్రాః** **131. నమో హిరణ్య బాహవే। హిరణ్య వర్ణాయ, హిరణ్య రూపాయ, హిరణ్య పతయే, అంబికా పతయ ఉమాపతయే పశుపతయే నమో నమః॥**	**22వ అనువాకము** **నమస్కార పరమార్థ మంత్రము** బంగారు బాహువులు గల, బంగారు రంగులో మెరుస్తూ, బంగారు రంగుతో బంగారమునకు పతి అగు రుద్రునికి నమస్కారము. సృష్టిని బాహువులుగా గలవారు. సమస్త సృష్టి మీ వర్ణనమే (Your own discription). సృష్టి రూపులై - సృష్టికి పతి, అంబికాపతి, ఉమాపతి, పశుపతి అగు రుద్రభగవాన్ ! నమో నమో నమో నమః॥ పశుపతయే! నమో నమః।

23వ అనువాకము

132. ఋతగ్ం సత్యం పరంబ్రహ్మ
పురుషం కృష్ణ పింగళమ్।
ఊర్ధ్వ రేతం విరూపాక్షం
విశ్వరూపాయ వై
నమో నమః॥

ఋగ్వేద ఋక్కులచే గానము చేయబడుచున్నట్టి వారు, బుద్ధికి కేవల స్వరూపమై అనుభవమగు వారు, సత్‌స్వరూపులు, సర్వ ఇహములకు ఆవల ఆధారమైయున్న పరబ్రహ్మస్వరూపులు, ఈ జగత్తంతా తమ పురుషకారముగా కలిగియున్న మూల పురుషులు, నలుపు-గోరజము రంగులను ప్రదర్శించువారు, సర్వమునకు ఊర్ధ్వముగా ప్రకాశించువారు, నామరూపాత్మకమైన దానికంతటికీ ఆవల "ప్రతిష్ఠిత" కలవారు, ఈవిశ్వమంతా తమ రూపముగా కలవారు అగు రుద్రమహాదేవునికి నమస్కరిస్తున్నాము. విశ్వరూపా! నమో నమః

24వ అనువాకము

133. సర్వో వై రుద్రః తస్మై రుద్రాయ నమో అస్తు।
పురుషో వై రుద్రః సత్ సన్మయో(సన్మహో) నమో నమః
విశ్వం భూతం భువనం చిత్రం
బహుధా జాతం జాయమానం చ యత్,
సర్వోహి ఏష రుద్రః
తస్మై రుద్రాయ నమో అస్తు॥

24వ అనువాకము

చూచువానిని చూస్తూ ఉన్నవాడు కాబట్టి రుద్రుడు. **చూచువాడు- చూడబడునది తానే** అయి ఉండటం చేత **ఈ సమస్తము రుద్రుడే!** అట్టి సర్వముతానే అయి ఉన్న రుద్రునికి నమస్కారము. ఉత్తమ-మధ్యమ-ప్రథమ పురుషుల లోని **సత్ - మహో - మహత్ రూపుడగు పరమపురుషునికి నమో నమః**

-ఈ విశ్వము యొక్క భూత(భౌతిక, జడ)విభాగము, భువర్ (ప్రాణ,చైతన్య) విభాగము, సువర్ (చేతనాచేతన - విచిత్రములగు) మనోబుద్ధి చిత్తవిభాగములు, అనేకమైన జన్మల వ్యవహారములు, అనేక జీవుల పరస్పర వ్యవహారములు - సమస్తము, సర్వము రుద్రతత్త్వమే. అట్టి సర్వము తానైయున్న రుద్రభగవానునికి నమస్కారము. రుద్రాయ నమః

25వ అనువాకము

134. కద్రుద్రాయ, ప్రచేతసే మీఢుష్టమాయ తవ్యసే,
వోచేమ శంతమగ్ం హృదే సర్వో హి ఏష రుద్రః
తస్మై రుద్రాయ నమో అస్తు॥

25వ అనువాకము

సర్వేసర్వత్రా సర్వ రూపములుగా ప్రసిద్ధుడు, పకృష్ట జ్ఞానానంద స్వరూపుడు, సర్వదా స్తుతింప తగినవాడు, సర్వ హృదయవర్తి- అగు **రుద్రుని స్తుతించుచున్నాము. సర్వత్రా సమస్వరూపుడై ప్రకాశించుచున్న రుద్ర భగవానునికి నమస్కరించుచున్నాము. రుద్రాయ నమోస్తు!**

26వ అనువాకము

135. యస్య వైకంకతి
అగ్నిహోత్ర హవణీ భవతి,
ప్రత్యేవా అస్య ఆహుతయః
తిష్ఠంతి। అథో ప్రతిష్ఠిత్యై॥

26వ అనువాకము

ఎక్కడ 'వికంకతి' (పుల్లవెలగ కొయ్య గరిట / స్రుక్కు) ఉంటుందో, అక్కడ ఆహవనీయ-అగ్నిహోత్రము, అగ్నియజ్ఞములు కూడా ఉండటం జరుగగలదు. సుక్కు స్రువముతో చేయు అగ్న్యోపాసనలు త్వరితంగా ఫలప్రదము గలవు. అనుష్ఠాతకు (ఆహుతి ఇచ్చువానికి) ప్రత్యేకమైనవన్నీ సిద్ధించగలవు. అందుచేత వికంకత వృక్షము (పుల్ల వెలగ వృక్షము) ఉన్న చోటు అతి శ్రేష్ఠమైనది.

27వ అనువాకము

136. కృణుష్వపాజ ఇతి పంచ॥

27వ అనువాకము

("సంహిత" యొక్క 'ప్రథమ కాండ'లో గల) 'కృణుష్వపాజ' మొదలైన **పంచఋక్కులు** శ్రద్ధగా పఠించవలసినవి.

28వ అనువాకము

భూదేవతా మంత్రః

137. అదితిః దేవా గంధర్వా మనుష్యాః
పితరో సురాః తేషాగ్ం
సర్వ భూతానాం మాతా।
మేదినీ। మహతా। మహీ। సావిత్రీ।
జగత్ ఉర్వీ। పృథివీ। బహులా!

28వ అనువాకము

భూదేవతా నమస్కారము

- దేవతలకు, గంధర్వులకు, మనుష్యులకు, పితరులకు (పితృదేవతలకు), సురులకు, ఆశ్రయమై ఉన్నావు కాబట్టి సర్వజీవులకు తల్లీ! సర్వదేహములకు రక్త-మాంస-శక్తి ప్రదాత కాబట్టి మేదినీ! మహత్ వస్తువులన్నీ ప్రసాదించు మహతా! సత్-విత్ జ్ఞానప్రదాత, ఆహార ఓషధ ప్రదాత అగు సావిత్రీ! మహిమాన్వితురాలవగుటచే మహీ! జగత్‌కు ఆధారము కాబట్టి ఉర్వీ! విస్తారమైనది కాబట్టి పృథివీ!

విశ్వాభూతా కతమ్ ఆకాయా,

సా సత్యేతి। అమృతేతి।

వసిష్ఠః॥

సకలురకు ఆశ్రయభూతవు, ఆధారమువు, అత్యంత శ్రేష్ఠము కాబట్టి సకలాధారీ! విశ్వమునకు సమాశ్రయము కాబట్టి విశ్వభూతా! అనేక సస్యములచే విస్తారమైన భూదేవీ (కతమ)।
సర్వజీవుల సుఖస్వరూపము, సర్వప్రాణుల పరిణతము అగు భూమి బ్రహ్మమే! కనుక సత్యస్వరూపం! అమృత స్వరూపము. సర్వులయందు ఉనికి కలిగినది. అట్టి భూదేవతకు నమస్కరించుచున్నాము. (అని నేలను కళ్ళకు అద్దుకోవలెను).

ఏకోనత్రింశో – 29వ అనువాకము

138. సర్వదేవతా ఆపః స్తోత్రం

ఆపో వా ఇదగ్ం సర్వం।

విశ్వా భూతాని ఆపః। ప్రాణా వా ఆపః।

పశవన్ ఆపో। అన్నమ్ అపో।

అమృతమ్ ఆపః। సమ్రాట్ (సమ్రాడ్) ఆపో।

విరాట్ (విరాడ్) ఆపః। స్వరాట్ ఆపః।

ఛందాగ్ంసి ఆపో। జ్యోతీగ్ంషి ఆపో।

యజూగ్ంషి ఆపః। సత్యమ్ ఆపః।

సర్వా దేవతా ఆపో। భూర్భువస్సువః। ఆప ‘ఓం’।

29వ అనువాకము

ఆపః (జల) స్తుతి (జీవులందరూ తరంగాలవంటి వారు అయితే, పరమాత్మ జలము వంటివారు)

ఈ సర్వము ఆపః (జల) స్వరూపమే! ఈ విశ్వములోని దేహములన్నీ ఆపః స్వరూపమే! ప్రాణములు జలస్వరూపమే!

పశువులు (జంతుజాలమంతా) జలమయమే! అన్నము, అమృతము, విరాట్ విశ్వము, స్వరాట్ (Matter and sense of - I) జలమయమే.

వేదములు, జ్యోతిర్మండలము, యజ్ఞ యాగ క్రతువులు, సత్యము, సర్వదేవతలు, భూ-భువర్-సువర్ లోకములు కూడా **ఆపః స్వరూపమే!** అందుచేత, జలము ఓంకార స్వరూపముగా ఉపాసించుచున్నాము. (అని స్తుతిస్తూ అవపోసన జలము స్వీకరించాలి).

త్రింశో – 30వ అనువాకము

సంధ్యావందన మంత్రాః।

139. ఆపః పునస్తు పృథివీం

పృథివీ పూతా పునాతు మామ్।

పునస్తు బ్రహ్మణస్పతిః।

బ్రహ్మపూతా పునాతుమామ్।

యత్ ఉచ్ఛిష్టమ్, అభోజ్యం,

యద్వా దుశ్చరితం మమ,

సర్వం పునస్తు మామ్

ఆపో అసతాం చ

ప్రతిగ్రహగ్గం స్వాహా।

30వ అనువాకము

సంధ్యావందనము - మధ్యాహ్న జలాభిమంత్రము

ఈ జలము నన్ను పునీతుని చేయునుగాక! శుద్ధమగు పృథివీ, జలము నన్ను పవిత్రునిగా తీర్చిదిద్దునుగాక! అందుకై జలదేవతకు, (వరుణునికి) నమస్కరించుచున్నాను.

పవిత్రాత్ములగు బృహస్పతి, బ్రహ్మభగవానుడు నన్ను పునీతునిగా, పవిత్రునిగా సరిదిద్దునుగాక!

ఇతరులకు చెందినది, అభోజ్యమైనది స్వీకరించిన **నా దోషములు,** నా యొక్క **దుశ్చరితములు, దుష్ప్రవర్తనలు** - ఇవన్నీ దేవతల కరుణచే తొలగునుగాక! నేను స్వీకరిస్తున్న ఈ జలము అసత్తు నుండి, సర్వ శారీరక-మనో దోషముల నుండి నన్ను పవిత్రుని, పునీతునిగా చేయుగాక! అందుకొరకై ఆజ్యము (హితము)ను అగ్నికి ‘స్వాహా’ అని పలుకుచూ సమర్పిస్తున్నాను.

ఏకత్రింశో – 31వ అనువాకము

సాయం సంధ్యా జలపానార్థమంత్రము

140. అగ్నిశ్చ మామన్యుశ్చ

మన్యుపతయశ్చ మన్యుకృతేభ్యః పాపేభ్యో రక్షంతామ్।

యత్ అహ్న(త్) పాపమ్ అకార్షమ్,

మనసా వాచా హస్తాభ్యాం

పద్భ్యామ్ ఉదరేణ శిశ్నా

అహః తదవలుంపతు,

యత్ కించి(త్) దురితం మయి,

ఇదమ్ అహమ్ మామ్

అమృత యోనౌ ‘సత్యే’ జ్యోతిషి, జుహోమి స్వాహా।

31వ అనువాకము

సాయం సంధ్యను అనుష్ఠిస్తూ చేసే జలపానార్థ మంత్రము

అగ్నిదేవుడు, మన్యుదేవత, మన్యుపతి- వీరంతా నాచే నిర్వర్తించబడిన పాపకార్యముల నుండి దోషనివృత్తి చేస్తూ నన్ను రక్షించ వేడుకొనుచున్నాను. నేను మనస్సుతో, వాక్కుతో, ఈ చేతులతో, కాళ్లతో, పొట్టచే, అన్యాయార్జిత ఆహారముతో తెలిసీ - తెలియక ఏఏ పాపములు పంగలంతా చేసియున్నానో అట్టి చిన్న పెద్ద దురితములన్నీ తొలగును గాక! అహః అభిమానదేవత - నాయీ ఆహుతులను స్వీకరించి - (దురితఫలములను తొలగించి) నన్ను రక్షించి, పవిత్రుని చేయునుగాక! నేను సమర్పించు ఆహూతులు దేవతలను చేరుచూ - పరమసత్యమగు అమృత యోని ప్రకాశమునకై తోడగునుగాక! ఓ దేవతలారా! నా ఈ ఆహూతులను స్వీకరించండి.

ద్వాత్రింశో – 32వ అనువాకము

ప్రాతః సంధ్యా జలపాన మంత్రము

141. సూర్యశ్చ మామన్యుశ్చ
మన్యుపతయశ్చ మన్యు కృతేభ్యః, పాపేభ్యో రక్షంతామ్।
యత్ రాత్రియా పాపమ్ అకార్షమ్
మనసా వాచా హస్తాభ్యామ్
పద్భ్యామ్ ఉదరేణ శిశ్నా, రాత్రిః తత్ అవలుంపతు।
యత్కించ దురితం మయి, ఇదమ్ అహమ్ మామ్
అమృత యోనౌ సూర్యే, జ్యోతిషి జుహోమి స్వాహా।

32వ అనువాకము

ప్రాతః సంధ్యా అనువాక మంత్రము

సూర్యభగవానుడు, మనువు, మన్యుపతి (పరమాత్మ) - నాచే చేయబడిన మనోవాక్ కాయ దోషముల నుండి నన్ను రక్షించెదరుగాక!

మనసా, వాచా, చేతులతో, కాళ్లతో, పొట్టతో శిశ్నముతో చేసియున్న దోషభూయిష్ఠ కర్మల ఫలములు రాత్రి (చీకటి) తెల్లవారుసరికి తొలగిపోవుగాక! సూర్యుడు, మన్యుడు, మన్యుపతి నా దోషములు తొలగించెదరుగాక!

జ్యోతి స్వరూపుడగు సూర్యుడు నా యొక్క చిన్న-పెద్ద సమస్త దురితములను కూడా పోగొట్టి అమృతమగు ఆత్మ భావనయందు ప్రవేశింపజేయుటకై ఆయనకు ఈ ఆహూతులను సమర్పిస్తున్నాను.

త్రయంస్త్రింశో – 33వ అనువాకము

142. 'ఓం' ఇతి ఏకాక్షరమ్ (ఏకమ్ అక్షరమ్) బ్రహ్మ।
'అగ్నిః' దేవతా! ప్రణవస్య ఋష్యాది।
'బ్రహ్మ' ఇతి ఆర్షమ్।
గాయత్రం ఛందం
పరమాత్మం స(స్వ)రూపమ్
సాయుజ్యం వినియోగమ్॥

33వ అనువాకము

'ఓం' అను అక్షరమును → **అఖండ, సర్వగత ఆత్మకు సంజ్ఞ.**
- అనేకముగా కనిపిస్తూ 'ఏకమే' అయి ఉన్నట్టి తత్త్వముయొక్క సూచన.
ఓంకారము-మార్పు - చేర్పులకు ఆవల ఆరెండింటికీ అతీతమై, అక్షరమైయున్న
ఆత్మతత్త్వమును-రూపముగాను, ఆశయముగాను కలిగియున్నది. అట్టి 'ఓం' అక్షర ఆత్మోపాసనకు...,
దేవత→ అగ్ని! సృష్టికర్తయగు, వేదపురుషుడగు బ్రహ్మయే-**ఆదిపురుషుడు.**
స్వరూపసిద్ధి-**పరమాత్మయే.** మంత్ర సిద్ధికై ఛందస్సు- **'గాయత్రీ'।**

చతుస్త్రింశో – 34వ అనువాకము

త్రిసంధ్యా గాయత్రీ ఆవాహన మంత్రము

143. ఆయాతు, వరదాదేవీ!
అక్షరమ్ బ్రహ్మ సమ్మితమ్।
గాయత్రీం ఛందసాం
మాతే! ఇదం బ్రహ్మ జుషస్వ మే।
యత్ అహ్నాత్ కురుతే పాపం,
తత్ అహ్నాత్ ప్రతిముచ్యతే।
యత్ రాత్రియాత్ కురుతే పాపం,
తత్ రాత్రియాత్ ప్రతిముచ్యతే।
సర్వవర్ణే! మహాదేవి! సంధ్యా విద్యే! సరస్వతీ!

34వ అనువాకము

3 సంధ్యలలో - గాయత్రీ అవాహన స్తుతి

'ఓం' అను అక్షర - పరబ్రహ్మ స్వరూపిణివగు శ్రీగాయత్రీ దేవీ! సర్వసిద్ధి ప్రదాత అయినదానవు. నీకు సుస్వాగతము. **"బ్రహ్మము అనగా ఇది"** - అనే నిశ్చల - నిశ్చిత జ్ఞానమును ప్రసాదించుదానవు.

నిన్ను ఛందోబద్ధమగు గాయత్రీ మంత్రము ద్వారా ఉపాసించుచున్నాము. సద్గురువువై బ్రాహ్మీతత్త్వము యొక్క సువిదితము కొరకు నిన్ను అనుష్ఠించుచున్నాను.

నీవు తల్లివి. తల్లికి తప్పే కనిపించదు. బ్రహ్మతత్త్వము ఎరుగుటకు నా యొక్కదోషములు అడ్డు వస్తూ ఉండవచ్చుగాక. అయితే, జననివగు నిన్ను ఆశ్రయించి ఉపాసించటము ఒక ఔషధము. ఏ రాత్రిపగలు దోషములు ఆ రాత్రియే నీ అనుష్ఠానముచే తొలగిపోవును గాక.

అమ్మా! నిన్ను నేను ఉపాసిస్తూ ఉన్నప్పుడు సర్వదేవతా వర్ణనలు అంతర్లీనమై ఉన్నాయి. **ఆలోచ-ఆలోచనల మధ్య ఆలోచనారహిత స్వరూప విద్యవు** కాబట్టి **సంధ్యా విద్యవు. సత్-చిత్ ఆత్మతత్త్వము** నందు **రమించుదానవు** కాబట్టి **"సరస్వతివి".**

పంచత్రింశో – 35వ అనువాకము

144. ఓజోఽసి। సహోఽసి। బలమసి। భ్రాజోఽసి।
దేవానాం ధామ నామాఽసి!
విశ్వమసి! విశ్వాయుః!
సర్వమసి! సర్వాయుహుః!
అభిభూరోం!

35వ అనువాకము

అమ్మా!గాయత్రీ మాతా! నీవు భూమిలో ఓజస్వరూపిణిగా, ఓషధ స్వరూపిణిగా **ఓజో శక్తివి!** సర్వజీవరాశులను భరించు **సహనశీలివి.** సర్వదేహములలో వైశ్వానరశక్తిగా **బలస్వరూపిణివి!** సర్వత్రా అగ్నిశక్తివై ప్రకాశించు **విభ్రాజమాన దీప్తివి!** దేవతలకు ధామమగు **దేవలోకేశ్వరివి.** ఈ విశ్వమంతా నీ రూపముగా కలదానవు. **సర్వజగత్ రూపిణివి.** విశ్వరూపిణివి. ఈ విశ్వమును ఉజ్జీవింపజేయు ఆయుః స్వరూపిణివి! కాలస్వరూపిణివి.

గాయత్రీమ్ ఆవాహయామి।
సావిత్రీమ్ ఆవాహయామి।
సరస్వతీమ్ ఆవాహయామి!
ఛన్దర్షీమ్ ఆవాహయామి।
శ్రియమ్ ఆవాహయామి।
బలం ఆవాహయామి గాయత్ర్యా।
గాయత్రీ ఛందో। విశ్వామిత్ర ఋషిః
సవితా దేవతా।
అగ్నిః ముఖమ్। బ్రహ్మ శిరో।
విష్ణుః హృదయగ్ం।
రుద్రః శిఖా
పృథివీ యోనిః।
ప్రాణ–అపాన–వ్యాన–ఉదాన
సమాన–సప్రాణాః
శ్వేతవర్ణా।
సాఖ్యాయనసగోత్రా! గాయత్రీ।
చతుర్విగ్ంశత్(24) అక్షరా।
త్రి (3) పదా! షట్ (6) కుక్షిః।
పంచ (5) శీర్ష – ఉపనయనే
వినియోగః।

విశ్వాయువువు. సర్వము నీ ప్రత్యక్ష సంప్రదర్శనమే! సర్వము నీవే అయి ఉన్నావు. సర్వము యొక్క రాకపోకల ప్రేరేపకురాలివిగా సర్వాయువు! మా అందలి దోషములను పోగొట్టు నిర్మలము చేయు అభిభూరివి! సర్వమునకు ఆత్మవు.

అట్టి - **గాతయత్ త్రాయతే యస్మాత్-** గానము చేసినంత మాత్రం చేత మమ్ములను రక్షించే - గాయత్రీ దేవిని ఆహ్వానిస్తున్నాము. సత్ - విత్ - రతివగు సావిత్రీవి, సత్ - రస స్వరూపిణివగుటచే సరస్వతివి అగు నిన్ను ఆహ్వానిస్తున్నామమ్మా! ఇంకా ఛందస్సు ప్రవచించు ఋషిని ఆరాధిస్తూ ఆహ్వానిస్తున్నాం. శ్రేయోదాయని బలప్రదాతవగు గాయత్ర్యా - గాయత్రీ! సుస్వాగతం!

ఋషి→ **విశ్వామిత్రుడు!** దేవత → సత్+విత్ → **సవిత్రు (సూర్యుడు)।**
ముఖము →**అగ్ని।** శిరస్సు→**బ్రహ్మ।** హృదయం-**విష్ణువు।** శిఖ → **రుద్రుడు।**
యోని → **ఈ పృథివి;**
దేహములోని **ప్రాణేశ్వరివి।**

ప్రాణ, అపాన, వ్యాన, ఉదాన; సమాన స్వరూపిణి। విశ్వములోని సప్రాణస్వరూపిణీ! శుద్ధ సాత్విక శ్వేతస్వరూపిణీ। సాంఖ్య శాస్త్ర (దేహ-దేహితత్త్వ విభజన శాస్త్ర) స్వరూపిణివి। సాంఖ్యాయనస **గోత్రి।** గాన స్వరూపిణి-**గాయత్రీ।** 24 అక్షరముల **మంత్ర స్వరూపిణీ।**

(1) జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు (2) జ్ఞాతృ జ్ఞాన జ్ఞేయములు (3) కార్యకారణ కర్తృత్వములు (4) ద్రష్ట దర్శన దృశ్యములు (5) పూరక రేచక కుంభకములు- అనే త్రిపదములు (3 పాదములు) గలది। షట్ వేదాంగములు (శిక్ష, వ్యాకరణ, ఛందస్సు, నిరుక్తము; జ్యోతిషము, కల్పము) కలది। (మూలాధార, స్వాధిష్ఠాన, మణిపూరక, అనాహత, విశుద్ధ, ఆజ్ఞా) - 6 చక్రములు కుక్షియందు కలది; 5 ముఖములు (పంచభూతములు) గలది - అగు **గాయత్రీ దేవిని సాయుజ్యము కొరకై ఆత్మసాన్నిధ్యము కొరకై వినియోగించుచున్నాము.**

ఓం భూః। ఓం భువః।
ఓగ్ం సువః। ఓం మహః।
ఓం జనః। ఓం తపః। ఓగ్ం సత్యం।
ఓం తత్ సవితుః వరేణ్యం, భర్గో దేవస్య ధీమహి।
ధియోయోనః ప్రచోదయాత్।
ఓం ఆపో జ్యోతీ రసో, అమృతం బ్రహ్మ
భూః భువః సువః 'ఓం'।। (భూర్భువస్సువః 'ఓం')

గాయత్రీ మంత్రము : సప్త ఊర్ధ్వ లోకములగు భూ, భువర్, సువర్, మహర్, జనో, తపో, సత్యలోకములను ఏ 'ఓం'కారార్థ - తత్ స్వరూప స్థిత్యర్థుడు (వరేణ్యుడు) అగు సర్వమును వెలిగించు చైతన్యమూర్తి-తన ధీశక్తిచే వెలిగించుచున్నారో, అట్టి భర్గోదేవుడు (సూర్యుడు, తేజో మూర్తి) శక్తిని, మహిమను స్తుతించుచున్నాము. మా యొక్క బుద్ధిశక్తిని (ఆత్మతత్త్వాను భవము దిశగా) ప్రేరేపించుదురు గాక! అట్టి ప్రణవస్వరూపుడగు ఆపోరూపుని, జ్యోతి స్వరూపుని, రసస్వరూపుని, అమృతస్వరూపుని, భూభువర్ సువర్ త్రైలోక్యకర్తను **ఓంకారోపాసనగా స్తుతించుచున్నాము.**

షట్త్రింశో – 36వ అనువాకము

<u>గాయత్రీ స్వస్థాన ప్రదాన మంత్రము</u>
<u>(పునః బ్రహ్మలోక ప్రవేశ)విసర్జన మంత్రము</u>

145. ఉత్తమే శిఖరే జాతే
భూమ్యాం పర్వతమూర్ధని।
బ్రాహ్మణేభ్యో అభ్యనుజ్ఞాతా।
గచ్ఛ దేవి యథా సుఖమ్।

36వ అనువాకము

గాయత్రీ స్వస్థాన - పునః బ్రహ్మలోక ప్రవేశ మంత్రము

అమ్మా! గాయత్రీ దేవీ! ఉత్తమమగు హిమాలయ, మేరు.. ఇత్యాది పర్వత శిఖరములపై, భూమిపై గల పవిత్ర స్థానములను ఆసనముగా గలిగిన ఓ బ్రహ్మీ దేవీ! మాకు బ్రహ్మతత్త్వము ప్రసాదించి, బ్రహ్మతత్త్వోపాసకులగు బ్రాహ్మణుల అనుజ్ఞాతవై(అనుజ్ఞచే) తిరిగి నీ స్వస్థానమగు బ్రహ్మ లోకమునకు సుఖముగా చేరెదవుగాక!

స్తుతో మయా వరదా! వేదమాతా! **ప్రచోదయంతీ పవనే ద్విజాతా!** **ఆయుః పృథివ్యాం** **ద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసం** **మహ్యం దత్వా** **ప్రజాతుం బ్రహ్మలోకమ్॥**	(సర్వప్రదాతవగుటచే) **వరద,** (వేదములను స్వరూపముగా కలిగియున్న) **వేదమాత, అంతర్యామి,** (సర్వజీవుల ఇహ-పరములను) **ప్రేరేపించునది, ఇహ-పరముల రెండింటినీ జనింపచేయునది - అగు గాయత్రీ జగన్మాత నా చేత స్తుతించబడుచున్నది.** మాకు తన విభవముచే కరుణతో ఆయుష్షు, పృథివి, ధన సంపద, బ్రహ్మవర్చస్సు ప్రసాదించునదగు గాక! **నన్ను బ్రహ్మతత్త్వమును ఎరిగిన బ్రహ్మలోకవాసుల దరికి జేర్చునుగాక!**
సప్త త్రింశో - 37వ అనువాకము **<u>ఆదిత్య దేవతా మంత్రము</u>** **146. ఘృణిః సూర్య ఆదిత్యో** **స ప్రభావాత్ అక్షరమ్। (ప్రభావాత్యక్షరమ్)** **మధు క్షరంతి తత్ రసం।** **సత్యం వై తత్ రసమ్** **ఆపో జ్యోతి రసో** **అమృతం బ్రహ్మ** **భూర్భువస్సువః** **"ఓం"। (భూర్భువస్సువరోమ్)**	**37వ అనువాకము** జగత్ యొక్క ఉనికికి హేతువు. (జగత్ కారకుడు), సర్వమును తన తేజోస్ఫూర్తిచే వెలగించుచున్న దీప్తిమంతుడు, తన కిరణ జాలములచే సర్వమును వెలిగించు సూర్యుడు, సర్వమునకు మొదలే ప్రకాశమానుడై ఉన్నవాడు అగు **ఆదిత్యుడు -** తన ప్రభావములతో కూడుకొని ఆకాశమంతా వెలుగుతో నింపుచున్నారు. అక్షర స్వరూపుడు అగు ఆ భాస్కరుని ఉనికి చేతనే నదీ జలములు రస స్వరూపమగుచూ భూమిని రసమయం చేస్తున్నాయి. ఆ ఆదిత్యుడే దేహములను కూడా రసమయం చేస్తూ **రస స్వరూపుడై పరమ సత్యమైయున్నారు.** ఆయన అపః (జల), జ్యోతి (వెలుగు), రస (ఓషధ-ఆహార)- పరంబ్రహ్మస్వరూపుడు. ఆయనయే భూర్భువస్సువ లోకములలో **దేహులుగా, లోకములుగా** వ్యాపించి వెలుగొందుచున్నారు. అట్టి **ఆత్మభగవానునికి నమస్కారములు.**
అష్టా త్రింశో - 38వ అనువాకము **<u>పాపనివృత్తిహేతు - త్రిసుపర్ణ మంత్రము</u>** **147. బ్రహ్మ మేతు మామ్।** **మధు మేతు మామ్।** **బ్రహ్మమేవ మధుమేతుమామ్।** **యా అస్తే సోమ ప్రజావత్** **సోభి సో-అహమ్।** **దుస్స్వప్నహం దురుష్షహో** **యా అస్తే సోమ ప్రాణాగ్ం,** **(స్తాం) తామ్ జుహోమి॥** **త్రిసుపర్ణమ్ అయాచితం** **బ్రాహ్మణాయ దద్యాత్॥**	**38వ అనువాకము** **జ్ఞాన ప్రతిబంధక పాప నివృత్తి హేతు మంత్రము** సర్వ మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారమైన ప్రతిబంధకములు, అడ్డంకులు, పాప-దోష దృష్టులు తొలగి - (1)నేను బ్రహ్మమును పొందెదముగాక (2) బ్రహ్మము నన్ను పొందునుగాక! (3) నేను బ్రహ్మమునకు ప్రియము అయ్యెదనుగాక! (4) బ్రహ్మమే నాకు అత్యంత ప్రియమై ఉండునుగాక! ఏ విధంగా చంద్రుడు, సర్వజీవులు నీచే కల్పించబడి, నీచే ప్రవర్తమానులై, నీయందే లయించుచున్నారో..., **అదే తీరుగా నేను నీ నుండి బయలుదేరిన భాసమాన కిరణమై, నీయందే లయించుచున్నాను.** నన్ను శుభ్రము చేయండి. ఓ పరమేశ్వరా! నా యొక్క సంసార దుస్స్వప్నము నుండి, దుర్భరమగు ఆవేశముల నుండి నన్ను మీ ప్రియ వస్తువు వలె సంరక్షించండి. హే భగవాన్! నా ఈ దేహ-మనో-ప్రాణములు మీకు చెందినవే! మీకు చెందిన ఈ సర్వమును మీకే సమర్పించుచున్నాను.
బ్రహ్మహత్యాం వా ఏతే ఘ్నంతి। **యే బ్రాహ్మణాః "త్రిసుపర్ణం"** **పఠంతి, తే "సోమం" ప్రాప్నువన్తి।** **ఆ సహస్రాత్ పక్తిం పునంతి** **"ఓమ్"॥**	ఈ విధంగా (1) బ్రహ్మమునకు మేము, బ్రహ్మము మాకు ప్రియమగు చుండటం (2) దుస్స్వప్న-దుష్కృతములతో కూడిన సంసారమును అధిగమించగలగటము. నాది- అనునదంతా "పరమాత్మది"గా దర్శించటం (3) దేహ-మనో-ప్రాణములను పరమాత్మ సమర్పణగా నిర్వర్తించటము - అనబడు త్రిపర్ణ సూత్రములను అడగకపోయినా శిష్యజనులకు, ఆశ్రితులకు గురువు గుర్తు చేయునుగాక. ఈ ఉపదేశములను మూడింటిని ఎవ్వరు నిత్యము దృష్టి యందు కలిగి జపిస్తూ (గుర్తు చేసుకుంటూ) ఉంటారో, - అట్టివారు బ్రహ్మహత్య మొదలైన మహాపాతకముల నుండి కూడా నివృత్తులు కాగలరు. ఏ బ్రహ్మ విద్యోపాసకులగు బ్రాహ్మణులు ఈ 'త్రిసుపర్ణము'ను పఠిస్తారో వారు అమృతత్వము (సోమము) ప్రాప్తించుకోగలరు. వారి పంక్తిలోని వేయి మంది పునీతులు కాగలరు. ఇది ఓం కారార్థ సారము.

ఏకో–న చత్వారింశో – 39వ అనువాకము

148. బ్రహ్మ మేధయా। మధు మేధయా।
బ్రహ్మమేవ మధు మేధయా।
ఆద్యానో దేవ సవితః
ప్రజావత్ సావీ సౌభగమ్।
పరా దుష్వప్నియగ్ం సువ।
విశ్వాని దేవసవితః
దురితాని పరాసువ।
యత్ భద్రం, తత్
మ ఆసువ॥ (తన్మ ఆసువ)॥

ఉపనిషత్తులు (వేదములు), బ్రహ్మజ్ఞులు బోధించి మహావాక్య సారములు నాకు ధారణగా లభించునుగాక! నా మేధ (బుద్ధి)కి బ్రహ్మతత్త్వమే ప్రియాతిప్రియమగుగాక। బ్రహ్మమునకు నేను ప్రియమగుదును గాక! **బ్రహ్మమునకు నా బుద్ధి, నా బుద్ధికి బ్రహ్మము** పరస్పరము ప్రియాతి ప్రియమగుగాక!

సర్వ ప్రేరకుడగు ఓ దేవాదిదేవా! సవిత్రు మండలవర్తీ! ఇప్పుడే మాకు దివ్యజ్ఞాన సంపన్నులగు ప్రజలను (గురువును, శ్రద్ధ-పట్టుదల గల తోటి విద్యార్థులను, శిష్య ప్రశిష్యులను) వారితో సాంగత్యమును ప్రసాదించండి.

ద్వైత (పరాపరభేద) సంబంధమగు దుస్స్వప్నములను తొలగిపోవు మార్గము చూపండి. దేవతా సహితులై విశ్వేదేవులవారు, సవిత్రుడగు సూర్యభగవానుడు మా 'దురితములు' అనే మసక చీకట్లను ప్రాలద్రోలుదురుగాక! ఏది భద్రమో, క్షేమకరమో, అట్టి ఆత్మ తత్త్వసాక్ష్యాంశములు మా బుద్ధిని సమీపించునుగాక!

---

149. మధువాతా, ఋతాయతే।
మధు క్షరంతి సిన్ధవః। మాధ్వీర్నః సన్తు ఓషధీః।
మధు నక్తమ్ ఉతోషసి।
మధుమత్ పార్థివగ్ం రజః।
మధుద్యౌః అస్తు నః పితా।
మధుమాన్ నో వనస్పతిః।
మధుమాగ్ం అస్తు సూర్యః।
మాధ్వీః గావో భవన్తు నః॥

మధురమగు (ఆత్మతత్త్వ సంబంధమైన విశేషాలు అనే) వాయు వీచికలు వీచునుగాక!

నదులు (పవిత్రత అనే) - మధురమైన, ఆరోగ్య ప్రదమైన తరంగములు 'ప్రవహింపచేయునవి అగును గాక!

అన్నము ఓషధులు మాధుర్యము సన్తరించుకొనునుగాక! ఈ మట్టి, ధూళి మా పట్ల మధురమై ఉండునుగాక! మధుర సువాసనలు వెదజల్లునుగాక!

జగత్పతి అగు పరమాత్మ మా పట్ల మాధుర్య సమన్వితులగుదురుగాక! వనస్పతులు, సూర్యుడు, సూర్య కిరణములు, ఆవు మొదలైన చతుష్పాద జంతువులు - ఇవన్నీ మా పట్ల మాధుర్యము కలిగినవై ఉండునుగాక!

యః ఇమం త్రిసుపర్ణమ్
అయాచితమ్ బ్రాహ్మణాయ దద్యాత్,
–భ్రూణహత్యాం వా ఏతే ఘ్నంతి।
యే బ్రాహ్మణాః "త్రిసుపర్ణం"
పఠంతి, తే సోమం, ప్రాప్నువంతి
ఆ సహస్రాత్ పంక్తిం, పునంతి ఓమ్॥

ఎవ్వరైతే ఈ "త్రిసుపర్ణము"ను బ్రహ్మమును ఎరుగుటకై వచ్చు బ్రహ్మచారులకు ప్రియముగా, అయాచితంగా కూడా బోధిస్తారో - అట్టి వారి గర్భస్త శిశు హత్యాదోషములు కూడా తొలుగగలవు.

ఏ బ్రహ్మవిద్యా అధ్యయనులు, బ్రాహ్మణులు ఈ "త్రిసుపర్ణము"ను అధ్యయనము చేస్తారో, అట్టివారు చంద్రలోకమును సిద్ధించుకోగలరు. వారున్న పంక్తిలో వేయి మంది పునీతులు కాగలరు.

చత్వారింశో – 40వ అనువాకము

150. బ్రహ్మ మేధవా। మధు మేధవా।
బ్రహ్మమేవ మధు మేధవా।
బ్రహ్మ దేవానాం, పదవీః కవీనామ్
ఋషిః విప్రాణాం, మహిషో మృగాణామ్,
శ్యేనో గృధ్రాణాగ్ం, స్వధితిః వనానాగ్ం,
సోమః పవిత్రమ్ అత్యేతి రేభన్॥
హగ్ం సః శుచిషత్। వసుః అంతరిక్షసత్।
హోతా వేదిషత్। అతిథిః దు(ఉ)రోణసత్।
నృషత్ వరసత్। ఋత సత్। వ్యోమ సత్।
అబ్జా గోజా ఋతజా, అద్రిజా ఋతం బృహత్॥

త్రిసుపర్ణ- అనంతర వర్ణన

(1) బ్రహ్మ - విష్ణు - మహేశ్వరులు; (2) విశ్వ-తేజస-ప్రాజ్ఞులు, (3) విరాట్-హిరణ్యగర్భ- ఈశ్వరులు - ఇవి బ్రహ్మము నుండి బయల్వెడలుచున్న "త్రిసుపర్ణములు" (3 ఆకులు).

అట్టి బ్రహ్మమును, మధురాతిమధురమగు తత్త్వమును నా బుద్ధి ఆశ్రయించునుగాక! బ్రహ్మమునకు నా బుద్ధి మధురమై ఉండునుగాక!

అట్టి బ్రహ్మము విశేషంగా దేవతలలో సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుడై, శ్రేష్ఠులలో విష్ణుభగవానుడై, విప్రులలో బ్రహ్మర్షి - మృగములలో మహిషము (దున్న) అయి, పక్షులలో శ్యేనము (డేగ), అయి ఉన్నది. పవిత్రమైన వస్తువులలో (యజ్ఞపరికరములలో) సోమరసముగా ఉన్నది కూడా ఆ పరమాత్మ యొక్క విశేషకళా చమత్కారమే!

శుచి అయిన వాటిలో హంస (పరమహంస)గా, అంతరిక్షములో అష్ట వసువులుగా, ఆకాశంలో సూర్యుడుగా, ఆకాశములో వాయువుగా, వేదికలో

ఋచే త్వా ఋచే త్వా సమిత్
స్రవంతి సరితో నధేనాః।
అంతర్-హృదా మనసా పూయమానాః।
ఘృతస్య ధారా అభిచాకశీమి।
హిరణ్మయో వేతసో మధ్య ఆసామ్।
తస్మిం తు సుపర్ణో, మధుకృత్
కులాయీ భజన్నాస్తే మధు దేవతాభ్యః।
తస్యా సతే హరయః సప్త తీరే
స్వధాం దుహానా అమృతస్య ధారామ్।
య ఇదం"త్రిసుపర్ణమ్" అయాచితం
బ్రాహ్మణాయ దద్యాత్, వీరహత్యాంవా ఏతే ఘ్నంతి
యే బ్రాహ్మణాః "త్రిసుపర్ణం" పఠంతి,
తే సోమం ప్రాప్నువన్తి।
ఆ సహస్రాత్ పంక్తిం పునంతి
"ఓం"॥

హోత (అగ్ని)గా, గృహమునకు వేంచేయు అతిథి వలె, మనుష్యులలో కర్తృత్వాభిమానిగాను, కార్యక్రమ దక్షత రూపంగాను, ఋగ్వేదములలో ఋక్కులగాను, ఋతము (పరమసత్యము) వలెను, ఆకాశములో ఆత్మాకాశముగాను, జలములో, గోవులలో, పుజనీయుడగు ఋతజుడుగాను ఉన్నారు. సత్యమునకే సత్యమై ప్రకాశమానులు. సరస్సులలో, నదులలో స్రవంతిగా ఉన్నారు. ఆ పరమాత్మ అంతర్ హృదయములో ఉండి మనస్సుచే సర్వమును పూరించుచున్నారు.

ఆయన యజ్ఞములో హుతాశన స్వరూపులై ధారవంటి నేయిని (హవ్య ద్రవ్య పరంపరలను) దేవతలకు అందించువారై ఉన్నారు. యజ్ఞవేదికలో మధ్య హిరణ్మయుడగు పరమాత్మ - జ్యోతిర్మయుడు, బహుద్రవ్యవంతుడు, స్వర్గాది సుఖములు ఇచ్చువాడు, సర్వదేహముల దేహాశ్రయుడు అగు త్రి-సుపర్ణ భగవానుడుగా ఉన్నారు. ఆ పరమాత్మకు చుట్టూ సప్తర్షులు అగ్ని 'స్వధా' శబ్దముచే దేవతలకు ఆహూతులను అందించి అమృతమును ప్రసాదింపజేయుచున్నారు. ఈ త్రి-సుపర్ణమును అయాచితంగా కూడా ఎవ్వరూ బ్రహ్మజిజ్ఞాసువులకు అందిస్తారో, వారు వీరహత్య ఇత్యాది దోషముల నుండి విముక్తులగుచున్నారు. ఏ బ్రహ్మజ్ఞులు, బ్రహ్మజిజ్ఞాసువులు 'త్రిసుపర్ణము'ను పఠిస్తారో వారు చంద్రలోకము పొందగలరు. వారున్న పంక్తిలో వేయిమంది పునీతులగుచున్నారు.

ఏకచత్వారింశో – 41వ అనువాకము
మేధాసూక్తమ్

151 మేధా దేవీ జుషమాణా
న ఆగాత్, విశ్వాచీ,
భద్రా, సుమనస్య మానా।
త్వయా జుష్టాన్ ఉదమానాత్
ఉరుక్తాన్,
బృహత్ వదేమ
విదధే సువీరాః॥

41వ అనువాకము
మేధాసూక్తము

(మేధ = గ్రంథమును చదువుచు, అద్దాని అంతరార్థమును సూక్ష్మదృష్టితో తెలుసుకొని, అర్థము చేసుకొని, 'ధారణ' చేయుశక్తి)

ఓ మేధాదేవీ! శ్రీ సరస్వతీ దేవీ! విశ్వమంతా వ్యాపించియున్న విశ్వాచీ! భద్రమగు ఆత్మ జ్ఞానమునకు త్రోవచూపు భద్రాదేవీ! సు-మనస్సుకు తోడుగా ఉండు మాతా! అమ్మా! మాతృవాత్సల్యవై నాకు, సామీప్యమును ప్రసాదించు.

అమ్మా! మేధాదేవీ! నీకు దూరంగా ఉండి వ్యర్థ ప్రసంగములచే కాలమంతా వృధా చేసుకొంటూ ఉన్న మేము నీ పట్ల భక్తి-ప్రపత్తులచే సుబుద్ధి గల సంతానమును, శిష్యులను, సహచరులను పొంది మహోన్నత సత్యమగు ఆత్మను గురించిన విచారణా సామర్థ్యము పొందుచూ వీర్యవంతులమగు చుండెదము గాక!

---

152 త్వయా జుష్ట 'ఋషిః' భవతి।
దేవి! త్వయా బ్రహ్మాగతశ్రీ రుత త్వయా।
త్వయా జుష్టః చిత్రం విందతే,
వసు సా నో జుషస్వ
ద్రవిణేన మేధే। (ద్రవిణో న మేధే।)

అమ్మా, మేధాదేవీ! నీ యొక్క కృపా కటాక్ష వీక్షణ పొందినవాడు, ఋక్కులు ప్రకటించు సత్యమును హృదయస్థం చేసుకొని "ఋషి"అగుచున్నాడు; బ్రహ్మజ్ఞాని అగుచున్నాడు. సర్వ (ఆధ్యాత్మిక) సంపదలు పొందుచున్నాడు. ఉన్నతమగు మహదైశ్వర్యములు అట్టి వానిని స్వభావంగా ఆశ్రయిస్తున్నాయి. నీ దయచే చిత్రమైనవన్నీ ఆశ్చర్యకరమైనవన్నీ పొందుచున్నాడు. నీకరుణచే 'మేధ' అను ద్రవ్యము, భూమి నాకు లభించును గాక!

ద్విచత్వారింశో – 42వ అనువాకము

153. మేధాం మ ఇంద్రో దదాతు।
మేధాం దేవీ సరస్వతీ।
మేధాం మే అశ్వినా వుభావా
ధత్తాం పుష్కర స్రజా॥

42వ అనువాకము

నీ ఆజ్ఞానుసారము దేవతలు అనువర్తులగుచున్నారు. ఇంద్రుడు నాకు ఇంద్రియ విషయముల పరార్థజ్ఞానము ప్రసాదించెదరుగాక!

మేధాదేవి అగు సరస్వతి మాకు మేధాశక్తిని అనుగ్రహించెదరుగాక! తామరపూలదండలను ధరించిన ఉభయ అశ్వినీ దేవతలు నాకు ఉత్తమ బుద్ధిని, బుద్ధిమంతులతో సత్-సంగమును ప్రసాదించెదరుగాక!

154. అప్సరాసు చ యా మేధా,
గంధర్వేషు చ యన్మనః
దైవీ మేధా సరస్వతీ సా మాం
మేధా సురభిః జుషతాగ్ం "స్వాహా"॥

సురుచి మొదలైన అప్సరస స్త్రీలకు (దివ్యులగు దేవతా స్త్రీలకు) ఎటువంటి మేధ (తెలివి విచక్షణా శక్తి) ఉన్నదో, గంధర్వులకు ఎట్టి సునిశితము - విస్తారమైన మనస్సు ఉన్నదో, అట్టి మేధా-సునిశిత మనోప్రదాత అగు శ్రీ సరస్వతీ దేవి నాకు ఉత్తమమైన "మేధ" **(Properly "understanding " as well as comprehensively "assimilating" intelectual)** ఇచ్చునదై నన్ను అనుగ్రహించునుగాక! నా బుద్ధి యొక్క సేవలన్నీ మేధాదేవికి సు-సేవితమగుగాక! సమర్పితమగు గాక!

త్రిచత్వారింశో – 43వ అనువాకము

155. అమాం మేధా సురభిః విశ్వరూపా,
హిరణ్యవర్ణా జగతీ జగమ్యా,
ఊర్జస్వతీ పయసా పిన్వమానా,
సా మాం మేధా
సుప్రతీకా జుషన్తామ్॥

43వ అనువాకము

- సద్బుద్ధితో కూడిన 'మేధ'ను అనుగ్రహించేది,

- సుగంధ పరిమళము వలె సర్వత్రా వ్యాపించునది,

- ఈ విశ్వమంతా తన రచనా విలాస క్రీడగా, లీలగా కలిగియుండినది, ఈ విశ్వమే తన రూపముగా కలిగి ఉన్నట్టిది అగు **విశ్వరూపదేవత మాకు ఈ విశ్వమంతా పరిశోధించు శక్తిని ప్రసాదించును గాక.**

- బంగారు ఛాయతో ధగధగ్గా వెలుగొందునది, - ఈ జగత్తంతా తనయందు ఆభరణముగా కలిగియున్నట్టిది, - జగత్తుకు గమ్యము అయినట్టిది, - జగదాత్మిక, - బల ఉత్సాహ సాహసస్వరూపములతో వెలుగొందు ఊర్జస్వతి, - 'పాలు' మొదలైనవి ప్రసాదించి తల్లి పాల వలె పోషించునది.

అగు మేధాదేవి వికశిత వదనముతో నాకు సకల శ్రేయస్సులను అనుగ్రహించునుగాక! ప్రసాదించునుగాక!

చతుశ్చత్వారింశో – 44వ అనువాకము

156. మయి మేధాం, మయి ప్రజాం –
మయి అగ్నిః తేజో దధాతు।
మయి మేధాం, మయి ప్రజాం –
మయి ఇంద్ర ఇద్రియం దధాతు।
మయి మేధాం, మయి ప్రజాం –
మయి సూర్యో భ్రాజో దధాతు॥

44వ అనువాకము

- జగజ్జనని, లోకమాత, జ్ఞానవిజ్ఞాన ప్రసాదిని అగు మేధాదేవి యొక్క అనుగ్రహముచే దేవతా శ్రేష్ఠులు కూడా సానుకూల్యురు అయ్యెదరుగాక!

- అగ్ని దేవుడు దయతో నాకు మేధాశక్తిని, ఉత్తమ సంతతిని, ఉత్సాహము, సాహసము, ధైర్యములతో కూడిన తేజస్సును ప్రసాదించెదరుగాక!

ఇంద్రభగవానుడు - నాకు ఉత్తమమగు మేధస్సును, సంతతిని, పరతత్త్వ ధ్యానమునకు శక్తియుక్తులతో సంసిద్ధమగు ఇంద్రియములను - కనికరించెదరుగాక!

హే సూర్యభగవాన్! నాకు మేధస్సును, సత్సంతానమును, మహనీయులతో సాంగత్యము దయతో అనుగ్రహించండి.

పంచచత్వారింశో – 45వ అనువాకము

<u>మృత్యు నివారణ మంత్రము</u>

157. అపైతు మృత్యుః। అమృతన్ నః
ఆగన్ వైవస్వతో నో అభయం కృణోతు।
పర్ణం వనస్పతేః ఇవాభిః
నః శయితాగ్ం రయిః
సచతా నః శచీపతిః॥

45వ అనువాకము

పరమాత్మా! నన్ను మృత్యుపరిధులను దాటించి అమృతత్వ స్థానమునకు జేర్చండి. వైవస్వతుడు (యముడు) మాకు మృత్యు భయము తొలగించునుగాక!

మా ప్రాకృత దోషములు - పండిన ఆకుల వలె, ఎండిన వనస్పతులవలె రాలిపోవునుగాక! శచీపతి (ఇంద్రుడు) మాకు అవసరమగు సంపదలు అనుగ్రహించెదరు గాక.

షట్చత్వారింశో – 46వ అనువాకము

158. పరం మృత్యో అను పరేహి
పంథాం యస్తే స్వ ఇతరో
దేవయానాత్।
చక్షుష్మతే శృణ్వతే తే బ్రవీమి।
మానః ప్రజాగ్ం ఈరిషో మోతవీరాన్॥

46వ అనువాకము

ఓ మృత్యుదేవతా! మీరు మా సంతానమును బాధించనివారై, వారిని సమీపించకుండా, దేవయాన-పితృయాన మార్గములో వెళ్ళుదురుగాక!

మా భృత్యులను, సంతానమును కృపాదృష్టితో చూడండి.

చక్షువులతో, చెవులతో మేము చెప్పు అభ్యర్థనలు వినండి. ప్రార్థనను ఆలకించండి. మా ఈ ప్రార్థనను విని మా అభ్యర్థనను సఫలం చేయండి.

సప్త చత్వారింశో – 47వ అనువాకము

159 వాతం ప్రాణం మనసాన్ వారభామహే,
ప్రజాపతిం యో భువనస్య గోపాః,
స నో మృత్యోః త్రాయితాం
పాత్వగ్ం హసో జ్యోః జీవా
జరా మశీమహి।

47వ అనువాకము

వాయు రూపంగాను, ప్రాణశక్తి రూపంగాను మనస్సు (ఆలోచనలు) రూపంగాను విశ్వమంతా తన స్వరూపముతో నింపి ఉంచుచున్న ఓ ప్రజాపతీ! నమస్కారము.

అట్టి ప్రజాపతి మమ్ములను మృత్యువు నుండి కాపాడెదరుగాక. పాతకముల నుండి రక్షించుచుండెదరుగాక. మేము పూర్ణ జీవితమును వార్ధక్యాంతము వరకు ఆరోగ్యయుక్తంగా పొందెదముగాక!

అష్ట చత్వారింశో – 48వ అనువాకము

160. అముత్ర భూయా దథ యత్ యమస్య।
బృహస్పతే అభిశస్తేః అముంచః।
ప్రత్యౌ హతామ్ అశ్వినా మృత్యుమ్ అస్మాత్
దేవానామ్ అగ్నే భిషజా శచీభిః॥

48వ అనువాకము

ఓ సర్వాంతర్యామి యగు పరమాత్మా! యమదేవా! ఇహములో గల మాకు ఆముత్ర (దేహానంతర) భయము లేకుండా అనుగ్రహించండి.

దేవగురువగు బృహస్పతీ! ఓషధ ప్రసాదులగు అశ్వినీ దేవతలారా! మమ్ములను అపమృత్యువు నుండి మీరూ కాపాడుతూ ఉండండి. ఓ అగ్నిదేవా! దైవ వైద్యుడగు మీరు (భిషజులగు మీరు) మమ్ము శచీదేవిచే (ఇంద్రపత్నిచే) పాలించబడు ఇంద్రలోక ప్రవేశమునకు అర్హులుగా తీర్చిదిద్దండి.

ఏకోనపంచాశో – 49వ అనువాకము

161. హరిగ్ం హరన్తమ్ అమయన్తి దేవా,
విశ్వస్య ఈశానాం వృషభం మతీనామ్।
బ్రహ్మ సరూప మను మేద
మాగాత్ అయనం,
మా వివధీః విక్రమస్వ॥

49వ అనువాకము

ఓ శ్రీహరీ! దేవాదిదేవా! మీరు మా దోషములను హరించివేయండి. ఈ విశ్వమునకు మీరు నియామకులగు ఈశ్వరులు. వృషభమువలె సర్వప్రాణులకు ప్రభువు. సర్వప్రాణుల బుద్ధులకు నియామకులు. మీ అనుగ్రహముచే బ్రాహ్మణములు (4 వేదములు) మమ్ము అనుసరించియుండునుగాక! సరూపమై అంతరార్థము సుస్పష్టమగునుగాక! మా మోక్ష మార్గము సుగమము అగునట్లుగా సంరక్షకులై ఉండ ప్రార్థన.

పంచాశో – 50వ అనువాకము

162. శల్కైః అగ్నిమ్ ఇంధాన
ఉభౌ లోకౌ సనేమహమ్
ఉభయోః లోకయోః
బధ్వా అతిమృత్యుం తరామి అహమ్॥

50వ అనువాకము

ఓ అగ్ని దేవా! మీరు సమిధలతో వెలుగుచూ మేము సమర్పించు ఆహూతులను స్వీకరించి మా యొక్క ఇహ-పరలోకములను సాను కూల్యము, సుఖప్రదము చేయండి. ఉభయ లోకములు మీ ఆధీనములో ఉన్నాయి. మా ఇహపరములను పవిత్రం చేసి అపమృత్యువు నుండి మమ్ములను తరింపజేయండి. ఐహికా ముష్మిక భోగములు ప్రసాదించండి.

ఏక పంచాశో – 51వ అనువాకము

163. మాచ్ఛిదో మృత్యో।
మ అవధీః, మా మే బలం
వివృహో మా ప్రమోషీః।
ప్రజాం మా మే ఈరిష

51వ అనువాకము

ఓ మృత్యుదేవా! మా యొక్క జ్ఞానమునకు విచ్ఛిత్తి కలుగకుండా, మా అనుష్ఠానము చెడకుండా, శారీరక బలము క్షీణించకుండా, మా పరలోక సంపద అల్పబుద్ధిచే దొంగిలింపబడకుండా మమ్ములను అనుగ్రహించండి. రక్షకుల వండి. మా సంతానము, మిత్రులు మొదలైనవారికి బాధలు కలుగకుండా చూడండి. మీకు మా దైవభజనలు, స్తుతులు మొదలైన

ఆయురుగ్ర నృచక్షసం
త్వాహవిషా విధేమ॥

ఉత్తమ కర్మలను హవిస్సులుగా సమర్పించుకుంటున్నాము. ప్రాణుల పుణ్యా పాపములను పరీక్షించి ఫలములను ప్రసాదించే మీరు మమ్ములను ఉత్తమ కర్మలకు ప్రేరేపకులు అవండి.

ద్విపంచాశో - 52వ అనువాకము

164. **మా నో మహాంతమ్, ఉత**
మా నో అర్భకం। మా న ఉక్షంతమ్।
ఉత మా న ఉక్షితమ్।
మా నో అవధీః పితరం మోత।
మాతరం ప్రియా।
మా నః తనువో రుద్రరీరిషః॥

52వ అనువాకము

సర్వములను లయింపజేయు లయకారుడగు ఓ రుద్రభగవాన్! దుష్టశిక్షక-శిష్టరక్షకా! మా గురువులను, మా పిల్ల-పాపలను, మా యువకులను, గర్భస్థ శిశువులను, మాతో బ్రహ్మజ్ఞానము సంభాషించు విజ్ఞులను, తదితర బంధుమిత్ర పరివారమును (మానో) బాధించక, సుఖప్రదాతలవండి. మా తల్లి-తండ్రులకు ప్రశాంతత, ఆరోగ్యము, ఆనందము కలుగజేస్తూ ప్రియత్వము ప్రసాదించండి. మా ఈ శరీరములు బాధింపబడకుండునట్లు అనుగ్రహించండి.

త్రిపంచాశో - 53వ అనువాకము

165. **మా నః స్తోకే తనయే**
మా న ఆయుషి।
మా నో గోషు।
మా నో అశ్వేషుః ఈరిషః।
వీరాన్ మానో
రుద్రభామితో అవధీః
హవిష్మంతో నమసా
విధేమ తే॥

53వ అనువాకము

ఓ మహారుద్రదేవా! మా యొక్క అర్భకులను, సంతానమును బాధ కలుగకుండా ఆరోగ్యముగా ఉండునట్లు, దీర్ఘాయుష్షు పొందునట్లు అనుగ్రహించండి. మా గోసంపద, అశ్వసంపద, తదితర జంతు సంపద **రోగముల బారిపడకుండుగాక!** ఆరోగ్యముగా ఉండుగాక! మాలోని వీర్యవంతులను, కార్యసమర్థులను **బాధలు లేకుండా** ఆయురారోగ్యములతో రక్షించెదరు గాక! రుద్రాణితో కూడి వేంచేసియుండి మేము సమర్పించు నమస్కారములు, యాగ-యజ్ఞములు స్వీకరించి మమ్ములను ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యవంతులుగా అనుగ్రహించండి. **బ్రహ్మజ్ఞానమునకు, బ్రహ్మముతో మమైక్యమునకు, మమ అనన్యత్వమునకు మార్గదర్శకులవండి.**

<u>ప్రజాపతి ప్రార్థనా మంత్రము</u>

చతుష్పంచాశో - 54వ అనువాకము

166. **ప్రజాపతే న త్వదేతాని అన్యో**
విశ్వాజాతాని పరి తా బభూవ।
యత్ కామాస్తే జుహుమః
తన్నో అస్తు వయగ్గ్ స్యామ
పతయో రయీణామ్॥

54వ అనువాకము

ఓ ప్రజాపతీ! పరంధామా! పరమశివా! అనన్య స్వరూపుడవగు మీవలననే అన్యంగా కనిపిస్తూ (అనన్యమే అయి ఉన్న) దేవతలు, మానవులు, జంతువులు, ఆకాశచరములు, జలచరములు, భూచరములు, వీటన్నిటితో సమన్వితమైన 14 లోకములు విశ్వమంతా జనిస్తోంది. మీ చేతనే పరిపోషించబడి, మీచేతనే ఉపసంహరించబడుతోంది కూడా! ఎవరి ఇచ్ఛ, వినోదము, లీలచే ఇవన్నీ జరుగుచున్నాయో, అట్టి మీకు **మా సర్వకర్మలు మీ ఇచ్ఛా - వినోదములకే సమర్పిస్తూ ఉన్నాము.** మీ కరుణా కటాక్షముచే మేము విద్యా-వినయములు, ఇహపరములు పొందుచుండెదముగాక!

<u>ఇంద్ర పార్థనా మంత్రము</u>

పంచ పంచాశో - 55వ అనువాకము

167. **స్వస్తిదా విశస్పతిః**
వృత్రహా విమృధో వశీ।
వృషేంద్రః పుర ఏ తు నః
స్వస్తిదా అభయంకరః॥

55వ అనువాకము

ఓ విశస్పతీ! ఇంద్రదేవా! ఎలుగెత్తి మీకు "స్వస్థి" పలుకుచున్నాము. ఓ వృత్రాసుర రాక్షస సంహారీ! ఐహిక-ఆముత్రిక (ఆముష్మిక)సుఖప్రదాతా! త్రిలోకాధిపతీ! వృష్టికి అధినేతా! మా భయములన్నీ పోగొట్టు అభయంకరా! అమరేంద్రా! మాకు సర్వ దిక్కులందు స్వస్థి ప్రదాతలై ఉండుటకై అభ్యర్థన చేస్తున్నాము.

మృత్యుంజయ మంత్రము

షట్పంచాశో – 56వ అనువాకము

168. ఓం॥ త్రియంబకం (త్రయంబకం) యజామహే,
సుగంధిం పుష్టివర్ధనమ్।
ఉర్వారికమ్ ఇవ బంధనాత్
మృత్యోః ముక్షీయ।
మామృతాత్॥
('త్ర్యంబకమ్' – ఇతి ఔత్తరాహ పాఠః)

56వ అనువాకము

మృత్యుంజయమంత్రము

స్థూల-సూక్ష్మ-కారణ త్రిదేహ పురధారీ! త్రిపుర యజమానీ! స్థూలాకాశ-చిత్తాకాశ-చిదాకాశ స్వరూపా! ఉత్తమ గంధములను (సంస్కారములను) ప్రసాదించు స్వామీ! మా యొక్క దేహ-మనో-బుద్ధిల పరిపుష్టని వర్ధింపజేయు పరమేశ్వరా! పరంధామా! మిమ్ములను రెండు విషయాలు ప్రసాదించటానికై వేడుకొంటున్నాము.

(1) పండిన దోసకాయ దోసపాదును తాకి ఉండి కూడా, ఆ పాదుకు విడివడినదై ఉండుతీరుగా, బంధనములు ఉన్నప్పటికీ వాటి నుండి మేము అనాయాసంగా సర్వదా విడిపడినవారమై ఉండెదముగాక! మృత్యువు నుండి మేము (దోసపండువలె) విడిపోయి ఉండెదముగాక!

(2) అమృతత్వము నుండి విడిపడని వారమై ఉండెదముగాక!

సప్త పంచాశో – 57వ అనువాకము

169 యేతే సహస్రమయుతం
పాశా మృత్యో మర్త్యాయ హంతవే,
తాని యజ్ఞస్య మాయయా
సర్వాన్ అవయజామహే॥

57వ అనువాకము

ఓ మృత్యుంజయా! మృత్యుపాశములు వేలాది సంఖ్యలో ఉండవచ్చుగాక! మేము చేయు కర్మానుష్ఠాన యజ్ఞమును స్వీకరించి వాటన్నిటి పట్లా మాకు గల సర్వ బంధనములు తొలగిపోవునట్లు అనుగ్రహించండి. మాకు అమృతత్వము సిద్ధించునట్లు అనుగ్రహించండి.

అష్ట పంచాశో – 58వ అనువాకము

170. మృత్యవే స్వాహా।
మృత్యవే స్వాహా।

58వ అనువాకము

జీవితాంతం మేము చేయు సమస్త కర్మఫలములను మృత్యుదేవతకు ఆహూతుల రూపముగా సమర్పిస్తున్నాము. (అగ్నితో ఘృతము సమర్పిస్తూ) మృత్యవే స్వాహా! మృత్యవే స్వాహా! ఓ మృత్యుదేవా! మాయొక్క సమస్త కర్మ ఫలములను ఆహూతులుగా స్వీకరించండి. అమృతత్వము ప్రసాదించండి.

పాప నివారక ప్రార్థనా మంత్రము

ఏకోన షష్ఠితమో – 59వ అనువాకము

171 దేవ కృతస్య ఏనసో అవయజనమసి స్వాహా।
మనుష్య కృతస్య ఏనసో అవయజనమసి స్వాహా।
పితృ కృతస్య ఏనసో అవయజనమసి స్వాహా।
ఆత్మ కృతస్య ఏనసో అవయజనమసి స్వాహా।
అన్య కృతస్య ఏనసో అవయజనమసి స్వాహా।
అస్మత్ కృతస్య ఏనసో అవయజనమసి స్వాహా।
యత్ దివా చ నక్తం చ
ఏనశ్చ కృమతస్య
అవ–యజనమసి స్వాహా।
యత్ స్వపంతశ్చ జాగ్రతశ్చ
ఏనశ్చ కృమతస్య అవయజనమసి స్వాహా।
యత్ సుషుప్తశ్చ జాగ్రతశ్చ
ఏనశ్చ కృమతస్య అవ–యజనమసి స్వాహా।

59వ అనువాకము

ఓ అగ్నిదేవా! దేవకృతంగా (మా పాత్ర అంటూ లేకుండా) చేసిన దోషములను పరిశుద్ధపరచుటకై ఈ ఆజ్యమును ఆహుతిగా స్వీకరించండి. మనుష్యకృతంగా చేసిన దోషములు తొలగించ వేడుకొనుచు ఈ ఆజ్యమున సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!

-పితృకృతంగా ఏఏ దోషములు చేసియున్నామో, అవన్నీ పరిశుద్ధ పడుటకై దయతో ఈ 'నేయి'ని ఆహుతిగా అంగీకరించండి. స్వాహా! -ఆత్మ కృతంగా (ఆత్మకు అన్యంగా దర్శిస్తూ) నేనుగా ఏమేమి దోషకర్మలు చేసియుంటినో, అవన్నీ పరిశుద్ధమగుటకు వేడుకొనుచూ ఈ ఆహుతిని సమర్పిస్తున్నాను.

- ఇతరులను దృష్టిలో పెట్టుకొని నిర్వర్తించియున్న పాపకార్యముల నివృత్తికై ఈ ఆజ్యమును స్వీకరించండి. స్వాహా!

నా కొరకై నేను చేసిన దుష్కృతుల నివారణకై - "స్వాహా" ఈ నేయిని స్వీకరించండి.

- రాత్రి-పగలు చేసియున్న దోషకృతములను పరిశుభ్రపరచుటకై దయతో ఈ ఆహుతిని అంగీకరించెదరుగాక!

స్వప్న జాగ్రత్తులలో నాచే చేయిబడిన దోషవృత్తి - ఆలోచన - కర్మలను నివృత్తింపజేయటానికై ఈ నేయిని సమర్పించుకొంటున్నాను.. సుషుప్తి - జాగ్రత్తులలో ఏఏ దోషకృతములన్నీ ఉన్నాయో వాటివాటి నిర్మాల్య విసర్జనకై ఈ నేయి స్వీకరించండి. **"నాకే తెలుసు - అను పాండిత్య ప్రదర్శనము"**

యత్ విద్వాగ్‌ంశ్చ ఏనశ్చ
కృమతస్య అవ-యజనమసి స్వాహా।
ఏనస ఏనసో అవ-యజనమసి స్వాహా।

-మొదలైన దోష క్రియా దోషములు తొలగుటకై స్వాహా!
దేని వలన ఎప్పుడు ఏ ఏమనోవాక్కాయ కర్మల దోషములున్నప్పటికీ, వాటి దుష్ట ఫలిత నివారణ కొరకై దయతో ఈ ఘృమును (నేయిని) అంగీకరించి స్వీకరించండి. స్వాహా!

వసుప్రార్థనా మంత్రము

షష్ఠి తమో - 60వ అనువాకము

172. యత్ వో దేవాశ్చ, కృమ జిహ్వయా
గురు మనసో వా ప్రయతీ దేవ హేడనమ్।
అరా వా యో నో అభీత్
ఉచ్ఛునాయ, తే తస్మిం
తత్ ఏనో వసవో నిధేతన స్వాహా।

60వ అనువాకము

వసు (పాపనివర్తన) ప్రార్థనా మంత్రము

ఓ దేవతలారా! ఆయా కొన్ని కొన్ని సందర్భములలో ఉద్దేశ్యించియో (లేక) ఉద్దేశ్యించకయో - నోటి దురదగా - 'ఈ దేవత గొప్ప; ఆ దేవత తక్కువ''.. ఇటువంటి భేద- అజ్ఞాన వాక్యములు పలికి ఉండవచ్చు. 'దేవహేళనము' అనే వాచా దోషము కలిగియున్నవాడను. అవన్నీ క్షమించి, మీలోనే ఉంచుకొని నన్ను సరిచేస్తూ ప్రక్షాళనము చేయండి. అవన్నీ దుష్ట స్వభావము గల కుక్క కూతలు వంటివి. అట్టి 'వస్తు' (దోషనివర్తనము) కొరకై శ్రద్ధగా ఈ సమర్పించే ఆజ్యమును స్వీకరించి నన్ను పరిశుభ్రపరచి పునీతుని చేయండి.

ఏక షష్టితమో - 61వ అనువాకము

నాహం కర్తా। నాహం కారయతా।

173. కామో కార్షీత్ నమో నమః।
కామో కార్షీత్ కామః కరోతి,
నాహమ్ (న అహం) కరోమి।
కామః కర్తా। నాహమ్ కర్తా।
కామః కారయితా। నాహం
కారయితా।
ఏష తే కామ కామాయ స్వాహా।

61వ అనువాకము

ఈ జగత్తులు, ఇందలి సర్వ సందర్భములు ఈశ్వర వినోదమే! అందుచేత జగత్తులో సర్వ సంఘటనలు పరమాత్మ యొక్క స్వీయకృతమగు మాయావిశేషములే కనుక ఓ సర్వదేవతలారా! నేను నిర్వర్తించు కర్మలకు సంబంధించి "అహమ్-కృతమ్" అనునదేదీ లేదు. అంతా ఈశ్వరకృతమే.. నవలా రచనలోని విశేషాలన్నీ నవలా రచయిత ఇచ్ఛా విశేషములే కదా! అదేవిధంగా ఈదృశ్య వ్యవహార సరళి, ఇందలి సర్వ విశేషములు ఏపరమేశ్వరునికి చెందినవో, ఆయనయే కర్త. ఆయన మాయలోని కామోకార్షమే అంతా నిర్వర్తిస్తోంది. అట్టి ఈశ్వరేచ్ఛారూపమగు కామమే కర్త. నేను కర్తను కాను. ఆ ఈశ్వర కామమే కారయితము (చేయించుచున్నది). నేనేమీ చేయించటము లేదు. చేయటమూ లేదు.

అట్టి కామత్వమును కామముగా గల ఈశ్వరా! ఈ ఆహుతి స్వీకరించండి. అట్టి కామః కామ భగవానునికి నమస్కారము.

ద్విషష్టితమో - 62వ అనువాకము

174. మన్యుః అకార్షీత్ నమో నమః।
మన్యుః అకార్షీత్ మన్యుః కరోతి।
నాహమ్ కరోమి।
మన్యుః కర్తా। నాహం కర్తా।
మన్యుః కారయితా।
నాహం కారయితా।
ఏష తే మన్యో మన్యవే స్వాహా॥

62వ అనువాకము

(మన్యువు = యజ్ఞము; కృప; కోపము)

ఈ జగత్తంతా ఒక మహాయజ్ఞము. ఇక్కడ ఏదేది ఏ విధంగా జరుగుచూ ఉన్నప్పటికీ, ఏది ఎవ్వరి చేత నిర్వర్తించబడుచూ ఉన్నప్పటికీ అదంతా విశ్వయజ్ఞ అంతర్భాగమే. (కథలోనివే సర్వపాత్రలు, సంఘటలన్నీ అయిన తీరుగా!)

ఇదంతా జగద్రచయిత యొక్క మన్యు (జగత్ రచనా యజ్ఞ) చమత్కారమే. కనుక నేను ఏదేది నిర్వర్తిస్తూ ఉన్నానో (పుణ్యాపాపములు మొ॥వి) - నేను కర్తను కాదు. నేను చేయటం లేదు. పరమేశ్వర సృష్టి యజ్ఞ సంకల్పమే నిర్వర్తిస్తోంది. మన్యువే (యజ్ఞము) ఆకర్షించి నిర్వర్తింపజేయుచున్నది. నేను చేయుట లేదు. మన్యువే కర్త. నేను కాదు. మన్యువే చేయిస్తోంది. నేనేదీ చేయించటం లేదు.

త్రిషష్టితమో - 63వ అనువాకము

విరజా హోమ మంత్రము

63వ అనువాకము

తిలాహోమ మంత్రము (సన్న్యాస విధిలో అంతర్భాగములు)

175. తిలాన్ జుహోమి,
స-రసాగ్ం స-పిష్టాన్
గంధార మమ చిత్తే
రమంతు స్వాహా॥

ఓ పరమాత్మా! రస సహితమైనవి, సపిష్టమైనది(పిండిగా, ముద్దగా చేయబడినవి) అగు తిలలను (నువ్వులను) తమ ప్రీతి కొరకై హోమము చేయుచున్నాను. **మహత్తరము. పరమ పావనము అగు మీ గుణ విశేషములు నా హృదయము నందు రమించునుగాక! స్వాహా!**

176. గావో హిరణ్యం ధనమ్
అన్న-పానగ్ం
సర్వేషాగ్ం శ్రియై స్వాహా॥

గో సంపద, బంగారము, ధనము, అన్నపానములు మొదలైవి మాకు లాభించుట కొరకై, భోగ్య పదార్థములు పొందుటకై, సర్వజనుల శ్రేయోభిలాషినై ఈ తిలలను హవిస్సు రూపంగా మీకు సమర్పణ చేస్తున్నాను. ఆహుతి ఇస్తున్నాను. స్వాహా!

177. శ్రియన్చ లక్ష్మీన్చ పుష్టిన్చ
కీర్తిం చ అనృణ్యతామ్।
బ్రహ్మణ్యం బహుపుత్రతామ్।
శ్రద్ధా మేధే ప్రజాః సన్దదాతు స్వాహా॥

శ్రియములు (శిరి-సంపదలు), మోక్షలక్ష్మి పుష్టి, కీర్తి, ఋణత్రయా రాహిత్యము (దేవఋణము, పితృణము, ఋషి ఋణము తీరుట)ల కొరకై, బ్రాహ్మణ్యము (బ్రహ్మ జ్ఞానము) లభించటానికై, బహు సంతాన ప్రాప్తి కొరకై, శ్రద్ధ - మేధ (తెలివి) ప్రజా సంపదల కొరకై మీకు ఈ తిలలను ఆహుతిగా ఇస్తున్నాను. స్వాహా!

చతుష్షష్టితమో - 64వ అనువాకము

64వ అనువాకము

178. తిలాః కృష్ణాః,
తిలాః శ్వేతాః
తిలాః సౌమ్య వశానుగాః
తిలాః పునంతు మే పాపం
యత్ కించిత్ దురితమ్ మయి స్వాహా॥

పరమేశ్వరా! నల్లటి నువ్వులు, తెల్లటి నువ్వులు, సౌమ్యమైన నువ్వులు (ఆరోగ్యమును ఏ మాత్రము ఇబ్బంది పెట్టనివి) -అగు నేను సమర్పించు ఈ ఈ నువ్వులు - నా పాపములు తొలగించి నన్ను పునీతునిగా చేయునుగాక. సర్వదురితములను తొలగించునుగాక! అందుకు ఈ తిలలను పరమాత్మకు 'ఆహుతి'గా సమర్పిస్తున్నాను స్వాహా॥!

179. చోరస్య అన్నం నవ శ్రాద్ధం
బ్రహ్మహా గురు తల్పగః
గోస్తేయగ్ం సురాపానం
భ్రూణ హత్యా
తిలాః శాంతిగ్ం
శమయంతు స్వాహా॥

ఈ నేను ఆహుతిగా సమర్పించు తిలలను పరమాత్మ ప్రియముగా స్వీకరించునుగాక! దొంగతన దోషంతో తదితరులకు చెందినట్టి ధనము, అన్నము; పితృదేవలకు సమర్పించకుండా వారి నుండి సంక్రమించినది సొంతము చేసుకొన్న ద్రవ్యదోషము; బ్రహ్మ హత్యాదోషము; గురుతల్ప గమన దోషము; గోవును దొంగిలించిన దోషము; సురాపాన దోషము; గర్భస్థ శిశు హత్యాదోషము; - ఇట్టి సప్తమహాదోషములు ఈ తిలా ఆహుతి సమర్పణచే శమించినవి, సశాంతించినవి అగునుగాక! స్వాహా!

180. శ్రీశ్చ లక్ష్మీశ్చ పుష్టిశ్చ
కీర్తించ అనృణ్యతామ్।
బ్రహ్మణ్యం బహుపుత్రతామ్।
శ్రద్ధా మేధే ప్రజ్ఞా తు
జాతవేదః సన్దదాతు స్వాహా॥

ఓ పరమేశ్వరా! జాతవేదా! అగ్నిదేవా! మాకు పాడి -పంట - సంపదలతో కూడిన రాజ్యలక్ష్మి కొరకు, మా దేహము యొక్క పరిపుష్టి కొరకు, ఉత్తమమైన కీర్తి కొరకు, ఋణత్రయ విముక్తి కొరకు, బ్రహ్మతత్త్వసిద్ధి కొరకు, బహుసంతానము కొరకు, శ్రద్ధ- మేధ-ప్రజ్ఞల ప్రవృద్ధి కొరకు మీకు ఈ ఆజ్యము సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!

పంచ షష్టితమో - 65వ అనువాకము

65వ అనువాకము - శుద్ధి

181. ప్రాణ అపాన వ్యాన ఉదాన
సమానా మే శుధ్యన్తాం
జ్యోతిః - అహమ్ విరజా
విపాప్మా భూయాసగ్ం స్వాహా॥

నేను కేవల జ్యోతి స్వరూపుడను. ఎట్టి ధూళి-దోషములచే స్పృశించబడు వాడను కాను. సర్వదా నిర్మలాత్మనగు నన్ను ఎట్టి పాపము అంటజాలదు. అట్టి స్వాభావిక స్వానుభవ సిద్ధి కొరకై, ప్రాణ-అపాన - వ్యాన -ఉదాన - సమాన శుద్ధికొరకై మరల ఈ ఆహుతిని సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా॥!

182. వాక్ మనః చక్షుః శ్రోత్ర జిహ్వా ఘ్రాణః ఏతో బుద్ధ్యా కూతిః సంకల్పా మే శుద్ధ్యన్తామ్। 'జ్యోతిః'–అహమ్ విరజా, విపాప్మా భూయాసగ్ం (గ్గ్) స్వాహా॥	స్వతఃగా నిర్మల-పాపరహిత - దోషరహిత జ్యోతిర్జ్యోతి స్వరూపుడనే అగు నేను నాయొక్క వాక్కు -మనస్సు - దృష్టి /చక్షువులు- వినికిడి/చెవులు, రుచి/నాలుక, వాసన/ముక్కు, దోషబుద్ధి, అల్ప సంకల్పాభ్యాసముల శుద్ధి కొరకై మరల ఈ నేయిని అగ్నికి ఆహుతిగా సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!
183. త్వక్ చర్మ మాగ్ంస రుధిర మేదో మజ్జా స్నాయవో అస్థీని మే శుద్ధ్యన్తామ్ జ్యోతిః అహమ్–విరజా, విపాప్మా భూయాసగ్ం స్వాహా॥	నిర్మల జ్యోతిర్జోతి స్వరూపడను. సర్వదా రజోదోష రహితుడను, పారహితుడను. నిత్య నిర్మలుడను. నిత్య శుద్ధడను. ఎందుకంటే నేను సహజముగా సర్వదా కేవలము ఆత్మ స్వరూపుడినే కదా! అట్టి "ఆత్మా౽హమ్" పట్ల సర్వ భ్రమలు తొలగటానికి - త్వక్ (స్పర్శ) - చర్మ- మాంస - రక్త - మేదో (క్రొవ్వు) - మజ్జ స్నాయు (సన్నటి నరముల) శుద్ధి కొరకై - ఈ ఘృతము ఆహుతిగా సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!
184 శిరః పాణి పాద పార్శ్వ పృష్ఠోః ఉదర జంఘ శిశ్నో ఉపస్థ పాయవో మే శుద్ధ్యన్తామ్। జ్యోతిః – అహమ్ విరజా, విపాప్మా భూయాసగ్ం స్వాహా।	శిరస్సు-చేతులు-పాదములు-భుజములు-పృష్ఠములు-వీపు-పొట్ట- జంఘము (కాలి పిక్క)-శిశ్నము (మగగురి), ఉపస్థ (స్త్రీ పురుషుల రహస్యావయములు) - పాయువు (విసర్జనా వయవము) - ఇవన్నీ శుద్ధి పొంది ఉండానికై విరజుడను - పాపరహితుడను, జ్యోతి స్వరూపుడను అగు నేను "నేయి ఆహుతి"ని అగ్ని ద్వారా దేవతలకు సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!
185. ఉత్తిష్ఠ। పురుష। (ఉత్తిష పురుష) హరిత పింగల లోహితాక్ష దేహి దేహి దదాపయితా మే శుద్ధ్యన్తాం 'జ్యోతిః' అహం విరజా విపాప్మా భూయాసగ్గ్ స్వాహా।	పరమ పురుషా! మౌనము వీడండి! ఓ పరమాత్మా! ఉదాశీనతను వదలండి. లేవండి. హరిత (ఆకుపచ్చ) - పింగళ (గోరజ రంగు) - లోహిత (ఎర్రటి) కనులు, దేహము గల స్వామీ! నాకు శుద్ధిని ప్రసాదించండి. ఆత్మ-జ్యోతి స్వరూపుడను, విరజ-విపాపుడను (దోష రహితుడను) అగు నేను ఆజ్యమును అగ్నికి సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా! భూయాసం! అధికంగా సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!
షట్షష్ఠితమో – 66వ అనువాకము	**66వ అనువాకము**
186. పృథివి ఆపః తేజో వాయు ఆకాశా మే శుద్ధ్యంతాం। 'జ్యోతిః' అహం విరజా విపాప్మా భూయాసగ్గ్ స్వాహా।	నా పట్ల పృథివి, జలము, అగ్ని, వాయు, ఆకాశములు (పంచభూతములు) శుద్ధి పొందినవై ఉండునుగాక! దోష - పాపరహిత జ్యోతి స్వరూపుడనై నేను ఈ నేయిని అగ్నికి ఆహుతి ఇస్తున్నాను. స్వాహా!
187. శబ్దః స్పర్శ రూప రస గంధా మే శుద్ధ్యన్తామ్। 'జ్యోతిః' అహమ్ విరజా విపాప్మా భూయాసగ్గ్ స్వాహా।	నా యొక్క పంచతన్మాత్రలగు శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధములు శుద్ధిని పొందునుగాక! నిత్యనిర్మల ఆత్మజ్యోతి స్వరూపుడనగు నేను సర్వదోష నివారణార్థమై వాటిని ఆహూతులు అగ్నికి సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!
188. మనో వాక్ కాయ కర్మాణి మే శుద్ధ్యన్తామ్ 'జ్యోతిః' అహం విరజా విపాప్మా భూయా సగ్గ్ స్వాహా।	నా యొక్క మనోవాక్ - కాయ కర్మలన్నీ పరిశుద్ధత్వము సంతరించు కోవటానికై విరజా-విపాప్మా జ్యోతి స్వరూపుడనగు నేను అధికాధికంగా వాటిని ఆహూతిగా సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!
189. అవ్యక్త భావైః అహంకారైః, 'జ్యోతిః' అహం విరజా విపాప్మా భూయాసగ్గ్ స్వాహా।	అవ్యక్త భావములను, అహంకారమును నిర్మలజ్యోతి స్వరూపుడనై పూర్తిగా ఆహుతిగా వాటిని సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!
190. ఆత్మా మే శుద్ధ్యన్తామ్, 'జ్యోతిః' అహం విరజా విపాప్మా, భూయాసగ్గ్ స్వాహా।	నా జీవాత్మత్వము పరిశుద్ధమగునుగాక! దోషరహిత కేవల జ్యోతి స్వరూపుడనగు నేను పరిశుద్ధి కొరకై ఆహూతులు సమర్పిస్తున్నాను స్వాహా!
191. అంతరాత్మా మే శుద్ధ్యంతామ్। 'జ్యోతిః' అహమ్, విరజా విపాప్మా భూయాసగ్గ్ స్వాహా॥	నిర్మల - నిర్దోష స్వయం జ్యోతి - ఆత్మ స్వరూపుడనైన నేను 'అంతరాత్మ శుద్ధి'ని ఉద్దేశ్యించి సమృద్ధిగా ఆజ్యమును అగ్ని భగవానునికి సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా!

192. పరమాత్మా మే శుద్ధ్యంతామ్। 'జ్యోతిః' అహం విరజా విపాప్మా భూయా సగ్గ్ స్వాహా।	సకల సంసారిక దోషముల స్పర్శ నుండి శుద్ధి పరచుకొనుచూ, నిర్మల స్వయం ప్రకాశక, జ్యోతి రూపుడగు పరమాత్మకు ఆహుతులు సమృద్ధిగా సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా(!
193. క్షుధే స్వాహా।	'ఆకలి' అధిష్ఠాన దేవతకు సు-హుతము. ॥స్వాహా॥
194 క్షుత్ పిపాసాయ స్వాహా।	ఆకలి -దప్పికల అధిష్ఠాన దేవతకు సు-హుతము ।స్వాహా।
195. వివిట్యై స్వాహా।	సర్వత్రా విస్తరించియున్న ఆత్మతత్త్వ ధర్మమునకు సు-హుతము. స్వాహా(!
196 ఋక్ – విధానాయ స్వాహా।	ఋక్కులు స్తుతించు మార్గము - లక్ష్యము అగు పరబ్రహ్మతత్త్వమునకు స్వాహా(!
197 కషోత్కాయ స్వాహా।	సృష్టిభిమాని, సృష్ట్యున్ముఖుడు అగు పరమాత్మా! స్వాహా(!
198 క్షుత్ పిపాసా మలాం జేష్ఠామ్, అలక్ష్మీః నాశయామి అహమ్।	ఓ పరాత్పరా! భగవాన్! నా పట్ల ప్రవర్తించు ఆకలి - దప్పిక - మల దోషముల రూపమగు అలక్ష్మి జ్యేష్ఠ దోషవృత్తుల నుండి నేను నిర్మలము పొందుదునుగాక. స్వాహా!
అభూతిమ్ అసమృద్ధిం చ సర్వాన్ నిర్ణుద మే పాప్మానగ్గ్ స్వాహా	"నా పట్ల పరమాత్మ **విభూతులను మరుపుకలిగించు** అభూతి, **"ఇంకా ఏదో పొందాలి!"** అనే అసమృద్ధి భావనలు తొలగుటకై, పాపకర్మలు, పాప దృష్టులు సుదూరమగుటకై ఈ నేయి ఆహూతిగా సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా(!
199. అన్నమయ ప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయమ్, ఆత్మా మే శుద్ధ్యన్తాం 'జ్యోతిః' అహమ్ విరజా విపాప్మా భూయాసగ్గ్ స్వాహా।	జీవాత్మత్వ పరిధి అధిగమించుటకై కేవలాత్మానందము ఆస్వాదించుటకై అన్నమయ-ప్రాణమయ-మనోమయ- విజ్ఞానమయ - ఆనందమయ కోశ (పంచకోశ) శుద్ధి కొరకై -ఆహుతులను నిండుగా సమర్పిస్తున్నాను. స్వాహా(!
సప్త షష్టితమో – **67**వ అనువాకము <u>విశ్వదేవ హోమ మంత్రము</u>	**67వ అనువాకము** **విశ్వేదేవ హోమమంత్రములు**
200. అగ్నయే స్వాహా। విశ్వేభ్యో దేవేభ్యః స్వాహా।	షడగ్నులగు గార్హపత్య-ఆహవనీయ-దక్షిణ-సభ్య- అవసధ్య - ఔపాసనాగ్నుల రూపుడు; విశ్వాగ్ని - వైశ్వానరాగ్ని రూపుడు అగు **అగ్ని భగవానునకు స్వాహా(!** ఈ విశ్వమంతా పర్యవేక్షిస్తూ సర్వజీవులకు దేహ-అన్నపానీయములు ప్రసాదించు విశ్వాభిమాన **విశ్వేదేవునికి - స్వాహా(!**
ధృవాయ భూమాయ స్వాహా। ధృవ క్షితయే స్వాహా। అచ్యుత క్షితయే స్వాహా। అగ్నయే స్విష్టకృతే స్వాహా।	ధృవునికి స్వాహా! ధృవక్షితికి స్వాహా! అచ్యుతక్షితికి (స్థానమునకు) స్వాహా! దుష్టకర్మలను నిరోధించి సుకర్మలకు దారిచూపు జగద్గురువగు అగ్నికి ఆహుతము సమర్పిస్తున్నాము. స్వాహా(! కర్మల సత్ప్రియముకొరకై స్వాహా।
201 ధర్మాయ స్వాహా। అధర్మాయ స్వాహా। అద్భ్యః స్వాహా। ఓషధి వనస్పతిభ్యః స్వాహా।	ధర్మమునకు స్వాహా! అధర్మమునకు స్వాహా! జలాధిష్ఠాన దేవతకు స్వాహా! ఓషధ-వనస్పతి రస దేవతలకు స్వాహా(!
రక్షో దేవ జనేభ్యః స్వాహా। గృహ్యాభ్యః స్వాహా। అవసానేభ్యః స్వాహా।	లోక రక్షకులగు దేవతామూర్తులకు స్వాహా(! గృహ దేవతలకు స్వాహా! కార్యక్రమముల ముగింపు దేవతకు, అవసాన (ముగింపు) - ఉపసంహార దేవతకు స్వాహా(!
అవసానపతిభ్యః స్వాహా। సర్వభూతేభ్యః స్వాహా। కామాయ స్వాహా। అంతరిక్షాయ స్వాహా।	సర్వభూతజాలమునకు స్వాహా(! కామదేవతకు స్వాహా! అంతరిక్ష - అభిమాన దేవతకు స్వాహా(!
యత్ ఏజతి జగతి, యచ్చ చేష్టతి నామ్నో భాగో యత్ నామ్నే స్వాహా।	సర్వకదలికల అభిమాన దేవతకు, సర్వచేష్టల అభిమాన దేవతకు, సర్వ నామరూప అభిమాన దేవతకు స్వాహా!
పృథివ్యై స్వాహా। అంతరిక్షాయ స్వాహా।	పృథివీ - భూదేవతకు స్వాహా(! అంతరిక్ష దేవతకు స్వాహా(! దివ్యలోకముల అధిష్ఠాన దేవతకు స్వాహా! దివా (పగలు) అభిమాన దేవతకు-స్వాహా!

దివే స్వాహా। సూర్యాయ స్వాహా। చంద్రమసే స్వాహా। నక్షత్రేభ్యః స్వాహా। ఇంద్రాయ స్వాహా। బృహస్పతయే స్వాహా। ప్రజాపతయే స్వాహా। బ్రహ్మణే స్వాహా। స్వధా పితృభ్యః స్వాహా। నమో రుద్రాయ పశుపతయే స్వాహా। దేవేభ్యః స్వాహా। పితృభ్యః స్వధాస్తు। భూతేభ్యో నమః। మనుష్యేభ్యో హన్తా। ప్రజాపతయే స్వాహా। పరమేష్ఠినే స్వాహా।	సహస్ర కిరణ తేజో - ఆనంద స్వరూపుడగు సూర్యభగవానునికి - స్వాహా! ఓషధ - వనస్పత ప్రదాతయగు చంద్రలోకాభిమాన దేవతకు - స్వాహా! నక్షత్ర మండలాభిమాన దేవతకు - స్వాహా! సర్వేంద్రియ గుణభాసుడు, సర్వేంద్రియ వివర్జితుడు, త్రిలోకాభిమాని అగు శ్రీమన్ ఇంద్రభగవానునికి స్వాహా! మహత్‌బుద్ధి స్వరూపుడు, దేవతల గురువు అగు బృహస్పతుల వారికి - స్వాహా! పిండ ప్రదాతలు, దేహ నిర్మానాభిమాన దేవతలగు పితృ దేవతలకు - స్వధా! ఇంద్రియములనే పశువులకు పతి, లయకారుడు, మహత్తర ఆత్మాహమ్ దృష్టి ప్రదాత అగు - రుద్రభగవానునికి స్వాహా! ముక్కోటి దేవతలకు స్వాహా! పితృ దేవతలకు స్వధా! పంచభూతములకు, పంచభూత నిర్మిత దేహ ప్రపంచాభిమానికి స్వాహా! మనుష్య జాత్యభిమానియగు మనువుకు స్వాహా! ప్రజాపతియే స్వాహా! పరమేష్ఠికి స్వాహా!
202 యథా కూపః శతధారః సహస్రధారో అక్షితః, ఏవా మే అస్తు ధాన్యగ్ం సహస్రధారమ్ అక్షితమ్, ధనధాన్యైః స్వాహా॥	ఏవిధంగా అయితే నుయ్యిలో వందల వేల ధారలతో అక్షయమై తోడుచున్న కొలదీ నీరు తరగకయే ఉంటుందో, ... అట్లాగే మాకు ధనధాన్యములు సహస్ర ధారలతో కూడి తరుగకయే ఉండునుగాక. ధన ధాన్య అక్షయ అభిమాన దేవతకు - స్వాహా! - ఆహుత సమర్పణ!
203 యే భూతాః ప్రచరన్తి దివా, నక్తం బలిం ఇచ్ఛన్తో వితుదస్య ప్రేష్యాః, తేభ్యో బలిం పుష్టికామో హరామి మయి, పుష్టిం పుష్టిపతిః దధాతు స్వాహా॥	ఏ భూతములు "ఆహారం కావాలి" అని బలి కోరుకుంటూ రాత్రింబవళ్ళు భూతనాధుడగు కాలాగ్ని రుద్రుని భృత్యులై తిరుగుతూ ఉంటారో, ఆ భూతజనులకు - ఆ (పంచ) భూతముల పుష్టి ప్రదానము కొరకు బలిహరణము సమర్పిచుచున్నాను. పుష్టికామపతి (భూతపతి, పరమశివుడు) మాకు ధన - ధాన్య - జన ఇత్యాది పరిపుష్టిని ప్రసాదించెదరుగాక! స్వాహా!
అష్టషష్టితమో – 68వ అనువాకము	**68వ అనువాకము**
204 ఓం తత్ బ్రహ్మ। ఓం తత్ వాయుః। ఓం తత్ ఆత్మా। ఓం తత్ సత్యం। ఓం తత్ సర్వమ్। ఓం తత్ పురోః నమః। అంతః చరతి భూతేషు గుహాయాం విశ్వమూర్తిషు। త్వం యజ్ఞః। త్వం వషట్ కారః। త్వం ఇంద్రః। త్వగ్ం రుద్రః। త్వం విష్ణుః। త్వం బ్రహ్మ। త్వం ప్రజాపతిః। త్వం తత్ ఆప–ఆపో జ్యోతీ రసో అమృతం బ్రహ్మ భూర్భువ స్సువః 'ఓం'॥ (భూర్భువస్సువరోమ్)	ఏ ఈ జీవునికి ఏది సహజ నిత్య సత్ రూపమై ఉన్నదో, అట్టి ఆవల రూపమే తత్ బ్రహ్మము. 'ఓం' - అనగా అట్టి పరబ్రహ్మమే। ఓంకార తత్‌యే - వాయువు। అదియే - జీవాత్మ! ఓంకారమే - సత్యము! ఓం తత్ ఏవ - ఈ సర్వము కూడా! సర్వమునకు మునుముందే ఉన్న అట్టి ఓంకారార్థ బ్రహ్మమునకు నమస్కరించుచున్నాము. ఆ పరబ్రహ్మ-ఆత్మ భగవానుడే విశ్వముగా మూర్తీభవించుచూ ఉన్నారు. సర్వజీవుల హృదయ గుహలలో నిత్య సంప్రదర్శితులై యున్నారు. అట్టి విశ్వమూర్తీ! పరమాత్మా! భగవాన్! → అనేక ప్రజల క్రియా-ఆనంద-ఐశ్వర్య విశేషములతో కూడిన ఈ సృష్టియజ్ఞమంతా మీరే! మీరే ఈ సృష్టి స్వరూపులు. → మీరే - ఈ సృష్టి షట్ విభాగములగు → (1) దృశ్యము (2) ఇంద్రియములు (3) ఇంద్రియార్ధములు - (4) దేహము (5) జీవాత్మ (6) ఈశ్వరుడు - అనబడు ఆరింటికి కర్త : వషట్‌కారులు. → ఇంద్రియాభిమాని, ఇంద్రియ యజమాని, ఇంద్రియ పర్యవేక్షకుడు, ఇంద్రియాతీతుడు అగు త్రిలోకాధిపతి ఇంద్రుడు - మీరే!

→ లయకారులగు రుద్రుడు మీరే.

→ పరిపోషకులు, సర్వాంతర్యామి, సర్వ స్వరూపులు అగు విష్ణువు కూడా మీరే!

→ సృష్టికర్తృత్వాభిమాని అగు బ్రహ్మ మీరే!

→ సర్వజన కల్పనాభిమాని అగు ప్రజాపతి కూడా మీరే!

→ జల- జ్యోతి - రస - అమృతమగు బ్రహ్మము మీరే!

→ భూ భువర్ సువర్ త్రిలోకములు మీరే!

ఏకోనసప్తతి తమో – 69వ అనువాకము

ప్రాణాహుతి మంత్రములు

205 శ్రద్ధాయాం 'ప్రాణే' నివిష్టో
అమృతం జుహోమి।
శ్రద్ధాయామ్ 'అపానే' నివిష్టో
అమృతం జుహోమి।
శ్రద్ధాయామ్ 'వ్యానే' నివిష్టో
అమృతం జుహోమి।
శ్రద్ధాయామ్ 'ఉదానే' నివిష్టో
అమృతం జుహోమి।
శ్రద్ధాయాగ్ం 'సమానే' నివిష్టో
అమృతం జుహోమి।
బ్రహ్మణి మ ఆత్మా అమృతత్వాయ॥

69వ అనువాకము

ప్రాణాహుతులు (భోజనానికి ముందు) సంకల్పమంత్రము

నివిష్టుడు =పట్టుదల, ఏకాగ్రత కలవాడు. ప్రవేశించువాడు. కూర్చున్నవాడు.
ఓ పరమాత్మా!
- శ్రద్ధగా 'ప్రాణము' నందు ప్రవేశించి అమృతమును (ఆహారమును) పరమాత్మకు - జుహోమి। హోమము చేయుచున్నాము.
- శ్రద్ధగా 'అపానములో ప్రవేశించి (ఈ తినబోవు ఆహారమును) అపానమునకు హోమము చేయుచున్నాను.
- శ్రద్ధగా 'వ్యానప్రాణము'లో ప్రవేశించి అమృతమును (తినబోవు ఆహారమును) హోమము చేయుచున్నాను.
- శ్రద్ధావంతుడనై 'ఉదానము'లో ప్రవేశించి అమృత హోమము చేయుచున్నాను.
- శ్రద్ధావంతుడనై 'సమానప్రాణము'లో ప్రవేశించి అమృతహోమము చేయుచున్నాను.
నా ఆత్మయే అమృత స్వరూపము. బ్రహ్మము - అని ఉపాసిస్తున్నాను.

206 అమృత ఉపస్తరణమ్ అసి॥
(అమృతోపస్తరణమసి)

ఓ వరుణ భగవాన్! అఘమర్షణ-అనుగ్రహ స్వరూపమా! జలదేవతా! నీవు అమృత రూపమగు ప్రాణమునకు ఉపస్తరణమువు. ఉపశాంతి స్వరూపమువు. నీకు నమస్కారము.

ప్రాణాహుతుల సందర్భంగా వికల్ప – మంత్రాంతరములు

207. శ్రద్ధాయాం 'ప్రాణే' నివిష్టో
అమృతం జుహోమి।
శివో మా విశా ప్రదాహాయ
ప్రాణాయ స్వాహా।
శ్రద్ధాయాం 'అపానే' నివిష్టో
అమృతం జుహోమి,
శివో మా విశా ప్రదాహాయ।
అపానాయ స్వాహా।
శ్రద్ధాయాం 'వ్యానే'–నివిష్టో
అమృతం జుహోమి। శివో
మా విశా ప్రదాహాయ।
వ్యానాయ స్వాహా।
శ్రద్ధాయామ్ 'ఉదానే' నివిష్టో **అమృతం జుహోమి।**
శివో మా విశా ప్రదాహాయ। **ఉదానాయ స్వాహా।**

ప్రాణాహుతుల వికల్పమంత్రాంతరములు

ప్రాణ స్వరూపుడై 'ప్రాణము'గా సు-తిష్ఠించియున్న అమృతస్వరూప పరమాత్మకు స్వీకరిస్తున్న ఆహారమును హోమముగా వ్రేల్చుచున్నాను.

- నా యందు **ప్రాణ స్వరూపశివునికి** ఇదే హోమద్రవ్య సమర్పణ! ప్రాణాయిస్వాహా!

అపాన - స్వరూప శివభగవానునికి శ్రద్ధగా హోమద్రవ్య సమర్పణ!

అపాన దేవత-స్వీకరించునుగాక! అపానాయ స్వాహా!

వ్యాన స్వరూపుడై ఈ దేహమునందు సుతిష్ఠుతుడుగా ఉన్న వ్యానమా! శివభగవానుడే వ్యానస్వరూపుడై ఉన్నారు. అట్టి **వ్యానమునకు** హోమద్రవ్య సమర్పణ - స్వాహా!

ఉదాన స్వరూపుడై పరమశివుడు దేహము నందు వేంచేసియున్నారు. దేహమును ఉజ్జీవింపజేస్తూ ఉన్నారు. అమృత స్వరూపులై ప్రవర్తించుచున్నారు. అట్టి **ఉదాన ప్రాణమునకు** ఆహారమును హోమద్రవ్యముగా సమర్పించుచున్నాను.

'సమానము' అనే శివాంశ దేహంలో ప్రవేశించి దేహమును అమృతవాయువు (మృతిచెందకుండా) చేయుచున్నది. శివస్వరూప **"సమానము"**నకు

శ్రద్ధాయాగ్ం సమానే నివిష్టో అమృతం జుహోమి।
శివో మా విశాప్రదాహాయ, సమానాయ స్వాహా।
బ్రహ్మణి మ ఆత్మా అమృతత్వాయ।
208 అమృతా పిధానమసి। (అమృతా పిధా నమసి)

ఆహారమును ఆహుతిగా సమర్పిస్తున్నాము.
నా ఆత్మ అమృతమగు బ్రహ్మస్వరూపమే.
ఓ జలమా! నాచే త్రాగబడుచున్న మీరు ప్రాణదేవతకు నాశన రహితమగు ఆచ్ఛాదనమగుచున్నారు.

సప్తతి తమో – 70వ అనువాకము

అన్నము తిన్న తరువాత తిన్న అన్నమునకు మానసిక అభిమంత్రణ మంత్రము (భుక్తాన్న అభిమంత్రణ మంత్రః)

209 శ్రద్ధాయాం ప్రాణే నివిశ్య అమృతగ్ం హుతమ్।
ప్రాణమ్ అన్నేన ఆప్యాయస్వ।
శ్రద్ధాయాం 'అపానే' నివిశ్య అమృతగ్ం హుతమ్।
అపానమ్ అన్నేన ఆప్యాయస్వ।
శ్రద్ధాయాం 'వ్యానే' నివిశ్య అమృతగ్ం హుతమ్
వ్యానమ్ అన్నేన ఆప్యాయస్వ।
శ్రద్ధాయాం 'ఉదానే' నివిశ్య
అమృతగ్ం హుతమ్। ఉదానమ్
అన్నేన ఆప్యాయస్వ। శ్రద్ధాయాగ్ం
సమానే నివిశ్య అమృతగ్ం హుతమ్
సమానమ్ అన్నేన ఆప్యాయస్వ।

70వ అనువాకము

భోజనానంతరము అన్న - అభిమంత్రణ మంత్రము

'ఓ అన్నదేవతా!' శ్రద్ధావంతులై నాలో ప్రవేశించుయుండి మీరు శరీరమును జీవింపజేయుచున్నారు. నేను హోమము చేసిన అన్నముచే దేహములోని 'ప్రాణము' ఆప్యాయమగునుగాక.

దేహములో ప్రవర్త శీలమైయున్న అపానము నేను సమర్పించిన (హోమము చేసిన) అన్నము అను ఆహుతి అపానప్రాణమునకు ఆప్యాయమగుగాక!

వ్యానమునకు సమర్పించిన (హుతము చేసిన) అన్నములను హోమద్రవ్యముచే అమృతత్వము పొంది వ్యానప్రాణము ఆప్యాయమగు గాక!

(నేను స్వీకరించిన) అన్నముచే ఉదానప్రాణముము అమృతముగా ఉత్తేజితమై ఆప్యాయమగుగాక.

నేను సమర్పించిన 'అన్నము' అను హోమద్రవ్యముచే సమాన ప్రాణము అమృతము, ఆప్యాయము - అగునుగాక!

ఏకసప్తతితమో – 71వ అనువాకము

భోజనాంతే ఆత్మానుసంధాన మంత్రః

(భోజనము చేసిన తరువాత చేయవలసిన ఆత్మానుసంధాన మంత్రం)

210 అంగుష్ఠ మాత్రః పురుషో
అంగుష్ఠన్ చ సమాశ్రితః
ఈశః సర్వస్య జగతః
ప్రభుః – ప్రీణాతి "విశ్వభుక్"

భోజనానంతర ఆత్మానుసంధాన మంత్రము

చిన్ముద్ర

తత్ - బొటనవ్రేలు (నిలువుగా)
త్వమ్ - చూపుడువ్రేలు సూటిగా
తత్త్వమ్-బొటనవ్రేలు-చూపుడువ్రేలుల కలయిక అసి = చిన్ముద్ర

అట్టి అంగుష్ఠము (బొటనవ్రేలు) పరతత్త్వమునకు, పరమాత్మకు సంజ్ఞ. అట్టి హృదయమున వేంచేసియున్న పొగరహిత జ్యోతి ప్రకాశకుడగు పరమ పురుషుడు-ఈ సమస్త జగత్తుకు నియామకుడు, ప్రభువు అయి ఈ విశ్వమంతా అన్నము (అనుభవ విషయము)గా కలిగియుండి 'విశ్వభుక్' అయి ఉన్నారు. (తత్ త్వమ్‌గా ఉన్నారు).

ద్విసప్తతి తమో – 72వ అనువాకము

భోజనానంతరం అవయవ స్వాస్థ్య మంత్రము

211 వాఙ్మ అసన్, నసోః ప్రాణః।
అక్ష్యోః చక్షుః। కర్ణయోః శ్రోత్రమ్॥
బాహువోః బలమ్।
ఊరువో రోజః।
అరిష్టా విశ్వాని అంగాని తనూః।
తను వా మే సహ।
నమస్తే అస్తు మా మా హిగ్ సీః॥

ఆ పరమశివా! మీరు ప్రసాదించగా నేను తినియున్న ఆహారముచే ఈ శరీరములోని సర్వ అవయవములకు స్వస్థత చేకూరుచున్నది. కడుపునిండుగా భోజనము స్వీకరించటం చేత →

- వాక్ ఇంద్రియము నోటియందును, - ప్రాణము ముక్కు నందును,
- చూపు నేత్రగోళములందును, - వినికిడి చెవుల యందును,

కుదుటపడుచున్నాయి. బాహువులకు బలము చేకూరుచున్నది. ఊరువులకు కదిలే, నడిచే ఉత్సాహము, శక్తి లభిస్తోంది. నేను పొందుచున్న ఈ విశ్వదృశ్యాంతర్గతమగు అంగములు, తనువు మొదలైనవన్నీ పుష్టి పొందిన ఈ దేహమునకు అరిష్టత (మేలు) చేయునవగుచున్నాయి. నా ఈ శరీరము నాకు ఉపయోగపడ ప్రారంభిస్తోంది. భౌతిక - సూక్ష్మ ఆధ్యాత్మిక శరీరములు స్వస్థత చెందుచున్నాయి. మీ యొక్క అన్నరస రూప మహామహితాత్మ త్వమునకు - నమస్కరించుచున్నాను. **నమః తే అస్తు।** మీతో మమేకమయ్యెదముగాక!

త్రిసప్తతి తమో - 73వ అనువాకము

ఇంద్ర- ప్రస్తుతి - మంత్రము

212 పయః సుపర్ణా ఉపసేదుః ఇంద్రం
ప్రియ మేధా ఋషయో నాధమానాః।
అపధ్వాన్త మూర్ణు హి పూర్ధి చక్షుః
ముముగ్ధ్య అస్మాన్ నిధయేవ బద్ధాన్।

సర్వ పాపక్షయము కొరకు, ఉత్తరోత్తర సంపద ప్రాప్తికై జపించుమంత్రము.

ఓ ఇంద్రభగవాన్! మాకు పాడి - పంటలను, పక్షుల వలె చక్కటి రెక్కలను, ఋషుల యొక్క ప్రియముతో కూడిన మేధస్సును అనుగ్రహించండి. మీరు మాకు నాధులు! అపశ్రుతులను తొలగించుకొను సామర్థ్యమును, సత్యము - నిత్యము అయినదానినే దర్శించగల శుభ్రతతో కూడిన చక్షువులను, చూపును **సంసార బంధ విముక్తి కొరకై ప్రసాదించండి.**

చతుస్సప్తతి తమో - 74వ అనువాకము

హృదయాలంభన మంత్రము (హృదయముపై కుడిచేయి అడ్డముగా పరచి ఎడమ చేతితో 'చిన్ముద్ర' ధరించి చదవాలి)

213 ప్రాణానాం గ్రంథిః అసి।
రుద్రో మా విశాంతకః
తేన అన్నేన ఆప్యాయస్వ।

74వ అనువాకము

హృదయమును కుడి అరచేతితో స్పృశిస్తూ ఎడమ ఏతితో చిన్ముద్ర ధరించి పఠించు హృదయాలంబనా మంత్రము

నా హృదయవర్తివి అగు ఓ మహత్ - అహంకారమా! నీవు నాయొక్క - వాయురూప, ఇంద్రియరూప- పంచప్రాణములకు గ్రంథి వంటివారు. నా యందు సుతిష్టితులైయున్న రుద్రభగవానుని అంశ అయి ఉన్నారు. రుద్ర ప్రసాదమగు నేను తినియున్న ఆహారము యొక్క రసము స్వీకరించి ఆప్యాయత పొందండి. ఓ అహంకార దివ్య దేహా! మీరు మాయందు సంకుచితత్వమును తొలగించి విశ్వాహంకారత్వమును సంతరించు కొనునట్లు అనుగ్రహించండి.

పంచసప్తతి తమో - 75వ అనువాకము

214 నమో రుద్రాయ విష్ణవే।
మృత్యుః మే పాహి।

విష్ణు స్వరూపులగు ఓ రుద్ర భగవాన్! నమో నమః! "ఆత్మను ఏమరచి, దృశ్య - ఇంద్రియ వ్యవహార అనువర్తినై పరిమితుడవటము" - అనే **మృత్యువు నుండి (మ-ఋత్ → మ ఋతమ్ = మృతమ్ = సత్యమును గమనించకపోవటం నుండి) నన్ను రక్షించండి. అమృతత్వము ప్రసాదించండి.**

షట్సప్తతి తమో - 76వ అనువాకము

అగ్ని స్తుతి మంత్రము

215 త్వమ్ అగ్నే ద్యుభిః
త్వమ్ ఆశు శుక్షణిః
త్వమ్ అద్భ్యః।
త్వమ్ అశ్మన స్పరి
త్వమ్ వనేభ్యః
త్వమ్ ఓషధీభ్యః।
త్వమ్ నృణామ్ నృపతే
జాయసే శుచిః॥

76వ అనువాకము - అగ్ని దేవస్తుతి

ఓ అగ్ని భగవాన్!

- మీరు ఉత్తమ కాంతులతో, తేజస్సుతో సర్వదా వెలుగొందుచున్నట్టివారు.
- మా యొక్క పాపకర్మలను, అల్ప - సంకుచిత దృష్టులను శోషింపజేయు ఉష్ణ స్వరూపులు.
- జలమునందు మీరు అంతర్యామి! జలస్వరూపులు.
- మహామేరు పర్వతము, తదితర సర్వ పర్వతముల పైన కూడా సంచారము, ఉనికి గలవారు
- వనములందు విహరించువారు.
- మీరు సర్వదేహములకు, ఆహారము ప్రసాదించు ఓషధి స్వరూపులు.
- సర్వ జీవులకు అధినాయకులు. సర్వదా శుచి అయినవారు. మమ్ములను పరశుభ్రపరచి రక్షించండి.

సప్తసప్తతితమో - 77వ అనువాకము

శివసామీప్యమునకై - అభీష్ట యాచనా మంత్రము

216 శివేన మే సన్తిష్ఠస్వ।
స్యోనేన మే సన్తిష్ఠస్వ।
సుభూతేన మే సన్తిష్ఠస్వ।
బ్రహ్మవర్చసేన మే సన్తిష్ఠస్వ।
యజ్ఞస్య అర్థి మను సన్తిష్ఠస్వ।
ఉపతే యజ్ఞ। ఉపేతే నమ। ఉపతే నమః।

77వ అనువాకము - శివ సమీప్యతకై అభ్యర్ధన మంత్రము

పరమేశ్వరా! పరమశివా! సుస్వాగతము! నా దగ్గర సుఖాసీనులై, నాకు తోడుగా ఉండండి. మీ అనంతమగు కళలతో కళాస్వరూపులై దగ్గిరగా ఆసీనులవండి.

ఐహిక - ఆముష్మిక సుఖ ప్రదాత అగుచూ, భూతనాధుడవై, సుభూతుడవై వేంచేసి సుఖాశీనులవండి. స్వామీ! బ్రహ్మవర్చస్సును అనుగ్రహిస్తూ నాకు దగ్గిరగా సర్వదా తోడై ఉండండి. మీ కొరకై మేము యజ్ఞార్థకర్మలు అధికంగా చేస్తూ ఉండుటకై, తిష్ఠితులు అవండి.

ఓ యజ్ఞ పురుషా! జగత్ యజ్ఞ కర్తా! మీ సామీప్యమునకు నమస్కారము. మీరు వెంటనంటి ఉంటున్నందుకు - నమో నమో నమో నమః॥

అష్టసప్తతి తమో – 78వ అనువాకము

పరతత్త్వ నిరూపణ మంత్రము

217 "సత్యం" పరంపరగ్ం
సత్యగ్ం సత్యేన న
సువర్గాః లోకాః చ్యవన్తే
కదాచన।
సత్యాగ్ం హి (సతాగ్ం హి) సత్యం।
తస్మాత్ సత్యే రమన్తే॥

78వ అనువాకము - పరతత్త్వ ఉపాసనా మంత్రములు

(11) **ఏకాదశ ఆత్మజ్ఞాన సాధనలు - సత్యం, తప, దమ, శమ, దానమ్, ధర్మ, ప్రజన, అగ్నయ, అగ్నిహోత్రమ్, యజ్ఞ, మదనమ్ - ఇతి న్యాసమ్**

సత్+యత్ - ఏది త్రికాలములలోను **'ఉనికి'** (The sense that "I am there")కలిగియున్నదో, అదియే **"సత్యము"**. ప్రమాణ పూర్వకంగా ఉన్నది ఉన్నట్లు చెప్పునది సత్యము. అది పురుషార్ధ సాధనములలో శ్రేష్ఠము. **సత్యమే సత్యమంత గొప్పది.** సత్యమును ఆశ్రయించువారు సువర్గలోకము నుండి ఎప్పుడూ చ్యుతి పొందరు. సత్ స్వరూపమే సత్యము. సత్యమును (ఆత్మను) ఆశ్రయించువారు సత్యలోకమును పొందుతారు. సత్యమే పరము, మోక్షము కూడా. 'ఋత్' తెలిసిన ఋషులు ఋక్- (సత్యము) నందే రమిస్తున్నారు. అందుచేత, **"సత్యమునే ఉపాసించి బ్రహ్మమును సిద్ధించుకోండి"** - అని చెప్పబడుతోంది.

---

218 'తప' ఇతి। తపో
నానశనాత్ పరం యద్ధి -
పరం తపః।
తత్ దుర్ధర్షం।
తత్ దురాధర్షం।
తస్మాత్ తపసి రమన్తే॥

తపస్సు: సత్యము గురించిన తపనయే - తపస్సు. సత్యము గురించిన ధ్యానము, పఠణము, అధ్యయనము, శ్రవణము, మననము - ఇవన్నీ తపో వివిధ రూపములు. **పరము కొరకై ప్రయత్నశీలత్వమే తపస్సు.** - తపస్సుచే 'పరము'నకు సంబంధించిన 'యత్‌తత్' అఖండ స్వానుభవము ఆశయమై ఉన్నది. **విషయములందు రమించకపోవటమే తపస్సు.** అట్టి తత్ ఆత్మత్వసిద్ధి దుర్దర్శనమైయున్నది.

ఈ దృశ్యము జీవునికి బంధము, బాధ కలిగించునట్టిది. అందుచేత తపస్సు నందు రమించాలే గాని పాంచభౌతిక ఇంద్రియ జగత్తునందు కాదు. (సంస్పర్శజా భోగాః దుఃఖయోనయయేవ తే।). **దృశ్య-ద్రష్టలకు సాక్షి అయి ఉండు సాధనయే తపస్సు. "తపస్సుచే బ్రహ్మము సిద్ధిస్తుంది" - అనబడుచున్నది.**

---

219 "దమ" ఇతి నియతం బ్రహ్మచారిణః।
తస్మాత్ దమే రమన్తే॥

దమము: ఇంద్రియములు అభ్యాసరహితునిపై పెత్తనము చెలాయించి అల్ప స్థితి - గతుల గుంటలలోకి త్రోసివేస్తున్నాయి. అందుచేత, బాహ్యేంద్రియ నిగ్రహము బ్రహ్మజ్ఞాన - బ్రహ్మతత్త్వ అభ్యాసికి అత్యవసరం. కాబట్టి 'దమము'(Control of External Indrias) ను సర్వదా అభ్యసించాలి.

---

220 "శమ" ఇతి అరణ్యే మునయః।
తస్మాత్ శమే రమన్తే।

శమము: హృదయారణ్యంలో జన్మజన్మల పరిపోషితములైన కామ-క్రోధ-లోభ-మద-మాత్సర్య ఇత్యాది క్రూరమృగముల సంచారములు తపో అభ్యాసులగు మునులు జాగరూకులై గమనిస్తున్నారు. మనో (ఆలోచన)-బుద్ధి (అవగాహన)-చిత్త (ఇష్ట)-అహంకారము-(నేను-నాది అనుభవనలు)- ఇవి శమించుమార్గములను మహర్షులు సూచిస్తున్నారు. అందుచేత 'శమము' నందు రమించాలి. **శాంత స్వభావము సంతరించుకొని ఉండటమే శమము. అంతరింద్రియ నిగ్రహము (శమము) గొప్ప ఉపాయమనబడుతోంది.**

---

221 "దానమ్" ఇతి సర్వాణి
భూతాని ప్రశగ్ం సంతి।
దానాత్ నాతి దుశ్చరం।
తస్మాత్ దానే రమన్తే।

దానము: మహనీయులు, మార్గదర్శకులు అందరు కూడా "సహజీవులకు దానము చేయండి" అని బోధిస్తూ దానగుణమును ప్రశంసిస్తున్నారు. దానము దురాభ్యాసములను, దుశ్చర్యల స్వభావములను, దుశ్చరితములను కడిగివేస్తుంది. అందుచేత **దానగుణశీలురై ఉండి ఆత్మయందు రమించ సంసిద్ధులు కావాలి.** అన్యమైనదంతా స్వస్వరూపాత్మయొక్క ప్రదానమే. ప్రదర్శనమే - అను అనుభూతియే 'దానము' - కూడా.

---

222. 'ధర్మ' ఇతి।
ధర్మేణ సర్వమ్ ఇదమ్ పరిగృహీతం।
ధర్మాత్ నాతి దుష్కరం।
తస్మాత్ ధర్మే రమన్తే॥

ధర్మము: "స్వధర్మము" అను ప్రవర్తనచే పరమాత్మను ఉపాసించాలి. ధర్మమే జీవునికి ధనము. **'స్వధర్మ నిర్వహణ'**, అను ధనము సంపాదించి ఈ దృశ్యములో ఏదైనా స్వీకరించాలి. దేవతల ధర్మముల ప్రయోజనములను పొందుతూ తాను 'ధర్మము'ను ఏమరచువాడు రుణపడిపోతాడు. 'ధర్మము' మించినదేదీ లేదు. అందుచేత 'ధర్మము'ను ఆచరణగా కలిగి ఉండాలి. ధర్మమే మార్గముగా బోధించబడుతోంది.

223 ప్రజనన (ప్రజన) ఇతి
భూయాగ్ం సంతః।
తస్మాత్ భూయిష్ఠాః ప్రజాయన్తే
తస్మాత్ భూయిష్ఠాః ప్రజననే రమన్తే॥

224. "అగ్నయ" ఇతి ఆహ।
తస్మాత్ అగ్నయ ఆధాతవ్యాః॥

ప్రజననము (సంతానవృద్ధి యజ్ఞము): సంతానమును పొందటము తాను జనించిన జీవజాతి యొక్క ఋణము తీర్చుకోవటము వంటిది. (ఆత్మావై పుత్రః). అధిక సంతానమును ఉపాసనా- పూర్వకంగా పొందాలి. అందుచేత **సంతానవంతుడై, బిడ్డలను తీర్చిదిద్దటము వ్రతమువలె ఆచరించాలి.** "సహజీవులందరూ అఖండ-బ్రహ్మముయొక్క ప్రదర్శనా విన్యాసమే" - అను అవగాహనయే **"ప్రజనోపాసన".**
అగ్ని: "అగ్నిదేవుని ఉపాసించాలి" అని చెప్పబడుచున్నది. అగ్నిని వ్రేల్చి, దీపారాధన నిర్వర్తించాలి. (భో దీపః బ్రహ్మరూపేణ సర్వేషాం హృది సంస్థితః, అతస్త్వాం స్థాపయి ష్యామి భావనతో) సహ జీవులను దీపారాధన భావంతో అగ్నిదేవుని ఉపాశించాలి. **అగ్నోపాసన సిద్ధికి మార్గము.**

---

225. "అగ్నిహోత్రమ్" ఇతి ఆహ।
తస్మాత్ అగ్నిహోత్రే రమంతే॥

అగ్నిహోత్రం: అగ్నిహోత్రము (దీపము) వెలిగించి దేవతలకు ఆహుతులను సమర్పించాలి. ఈ విధంగా అగ్నిహోత్రమును ఉపాశించాలి. 'హోత' అయి సర్వకర్మలు సర్వాత్మకునికి సమర్పించటమే - అగిహోత్రోపాసన.

---

226. "యజ్ఞ" ఇతి।
యజ్ఞోహి దేవాః (యజ్ఞేన హి దేవా)
తస్మాత్ యజ్ఞే రమంతే॥

యజ్ఞము: ఈ సృష్టిఅంతా ఒక యజ్ఞము. "అట్టి సృష్టియజ్ఞములో నా జన్మ-కర్మలు కూడా అంతర్భాగము" - అనుభావనతో యజ్ఞార్థమై స్వకీయకర్మలు, ధర్మములు ఆచరించాలి. సర్వాత్మకుడగు పరమాత్మ నిత్యయజనమునందు (నా పాత్రయందు) అంతర్లీనమై ఉన్నారు. అందుచేత విశ్వయజ్ఞ భావన యందు రమించాలి. వేద విహిత యజ్ఞములు నిర్వర్తించాలి. 'జీవితము' అనే సందర్భమును 'యజ్ఞము' అనే భావనతో దర్శించాలి. యజ్ఞార్థాత్ కర్మలే పరమునకు మార్గము. (అన్యత్ర కర్మ బంధనః)

---

227. "మానసమ్" ఇతి విద్వాగ్ంసః
తస్మాత్ విద్వాగ్ంస ఏవ
మానసే రమంతే।

మానసము: పరమాత్మను భావనా పూర్వకంగా విద్వాంసులు మానసోపాసన చేస్తున్నారు. సర్వము మనస్సు చేతనే తెలియబడుతోంది. మనస్సుచే ఏదేది తెలియబడుతోందో, అద్దానినంతా ప్రక్కకు పెట్టి **'మనస్సు' యొక్క కేవలీ స్వరూపము ఎరిగి ఉండటమే కైవల్యము.** అదియే 'శుద్ధమనస్సు'. 'ఉన్మనీ' ఇత్యాది ప్రత్యయములచే ఉద్దేశ్యించబడుతోంది. **కనుక మనస్సులో మనస్సును దర్శించెదముగాక. మనస్సును నియమిస్తే పరమాత్మ సులభ్యము.**

---

228. "న్యాస" ఇతి బ్రహ్మా।
బ్రహ్మ హి పరః।
పరో హి బ్రహ్మా।
తాని వా ఏతాని అవరాణి
పరాగ్ంసి
న్యాస ఏవ అత్యరేచయత్॥

229. య ఏవం వేద
ఇత్యుపనిషత్

న్యాసము: 'సత్' నందు స్థితించటము, అసత్‌ను త్యజించటము.
న్యాసము = ఉండుట/ఉంచుట.
న్యాసము = మననము, మంత్రోచ్చారణ; ఉపాసన.
న్యాసమే = బ్రహ్మ యొక్క సృష్టికర్తృత్వము.
న్యాసి = దృశ్యమునకు పరమైనవాడు. దృశ్యమును బ్రహ్మముగా స్వీకరించువాడు.
బ్రహ్మమే → న్యాసి న్యాసియే → బ్రహ్మము
బ్రహ్మమే → (న్యాసిగా) సర్వమునకు పరము.
పరము (Beyond) యే - బ్రహ్మము.
ఇహమునకు అతీతమై, ఆధారమైయున్న 'పరము'ను ఆశ్రయించటమే న్యాసము. **న్యాసమే ఆచరించవలసినది.**
సత్-న్యాసమే → సన్న్యాసము. న్యాసి - న్యాసములు ఎరుగబడుగాక! వీటన్నిటి అంతరార్థ - మహార్థపూర్వకంగా ఎరుగాలి.
= ఇతి ఉపనిషత్ =

ఏకోనాశీతితమో – 79వ అనువాకము

జ్ఞాన సాధన

230. ప్రజాపత్యో హి ఆరుణిః సుపర్ణేయః ప్రజాపతిం

79వ అనువాకము - జ్ఞానసాధన

సువర్ణ - ప్రజాపతిల పుత్రుడు ఆరుణి.

ఒకరోజు ఆరుణి పితృదేవులగు ప్రజాపతిని సమీపించి భక్తి పూర్వకంగా నమస్కరించారు.

పితరమ్ ఉపససార, కిం భగవంతః! పరమం వదంతీతి? **తస్మై ప్రోవాచ॥**	**ఆరుణి :** తండ్రీ! ప్రజాపతీ! భగవన్! ఏది మోక్షము కొరకై ఉత్తమోత్తమ సాధనగా మార్గముగా (బ్రహ్మజ్ఞులచే, తత్త్వశాస్త్రముచే) మార్గాన్వేషకుల కొరకై సిద్ధాంతీకరించబడుచున్నదో - అద్దాని గురించి దయచేసి వివరించండి.
231. సత్యేన వాయుః అవాతి। సత్యేన ఆదిత్యో రోచతే దివి। సత్యం వాచః ప్రతిష్ఠా। **సత్యే సర్వం ప్రతిష్ఠితం।** తస్మాత్ సత్యం "పరమం" - వదంతి।	**ప్రజాపతి :** నీవు అడిగ మోక్షమునకై అత్యుత్తమ సాధన మార్గము గురించి అనేకుల అభిప్రాయములు ముందుగా చెప్పుకుందాము. **(1) సత్-భావన /ఆశ్రయము** - 'సత్యము' చేతనే వాయువు వీచుచున్నది - 'సత్యము' చేతనే ఆకాశములో ఆదిత్యుడు ప్రకాశమానుడై వర్తించుచున్నారు. - అట్టి సత్యము వాక్కు నందు సంప్రతిష్ఠితమై యున్నది. సత్యమునందే సర్వము ప్రతిష్ఠితమైయున్నది. సత్యమే ఈ సర్వము నందు ప్రతిష్ఠితమైయున్నది. సత్ = ఉనికి (నేను ఉన్నాను - అను స్వానుభవము) నేను ఉంటేకదా - జన్మలు, కర్మలు, జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు! అట్టి ఉనికి (లేక) సత్ భావనయే పరము (పరాకాష్ఠ - మోక్షము)గా కొందరు మహనీయులచే చెప్పబడుతోంది. ('సత్' భావన-ఇతి బ్రహ్మమ్। బ్రహ్మోహమ్।). సత్యమును తప్పక ఉపాసించాలి.
232 తపసా దేవా దేవతామ్ అగ్ర ఆయన్। తపసర్ష యః సువరన్వవిందః। తపసా సపత్నాన్ ప్రణుదామారాతీః। **తపసి సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్।** తస్మాత్ తపః పరమం వదంతి॥	**(2) తపస్సుయే - మోక్షసాధన.** తపస్సు చేతనే అత్యుత్తమమగు దేవతా స్థానము పొందబడగలదు. తపో సాధన చేతనే దేవతా లోకములో ఉత్తమ ఆనందము లభిస్తోంది. పూర్వీకులెందరో తపస్సు చేతనే మహర్షి-దేవర్షి స్థానములను సిద్ధించుకోగలిగారు. సత్యము తపస్సుచేతనే సిద్ధించగలరు. తపస్సులో "భక్తి-యోగ-జ్ఞాన" మొదలైన సర్వము ప్రతిష్ఠితమైయున్నాయి. అందుచే తపస్సే అన్నిటికీ పరము (Finest path) అని మోక్షశాస్త్రజ్ఞులగు కొందరు ప్రకటిస్తున్నారు. **'అఖండాత్మయే నేను' అను భావనకొరకై తపనతో చేసే ప్రయత్నమే 'తపస్సు'. తపస్సు తప్పక ఆచరించాలి.**
233. దమేన దాన్తాః కిల్బిషమ్ అవధూన్వన్తి। దమేన బ్రహ్మచారిణః సువరగచ్ఛన్। దమో భూతానాం దురాధర్షం। **దమే సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్।** తస్మాత్ దమం పరమం - వదన్తి॥	**(3) బాహ్య ఇంద్రియ నిగ్రహముచే మోక్షము - దమము** బాహ్యేంద్రియములను విషయముల నుండి ఉపసంహరించి, నిర్విషయత్వమును అభ్యసించటము - అనే 'దమము' వలన సర్వ సాంసారిక దోషములు గాలికి ధూళివలె తొలగగలవు. **అందుచేత బ్రహ్మతత్త్వాభ్యాసి - (బ్రహ్మచారి) దమమును తప్పక ఆశ్రయించాలి.** దమము కష్టముతో కూడినదే. కాని 'దమము' నందు సర్వసిద్ధి లభించగలదు. సర్వము దమము చేతనే ప్రతిష్ఠితమవగలదు. అందుచేత దమమే అత్యంత ముఖ్యము - అని మరికొందరు ఉత్తమ ఆత్మజ్ఞాన సిద్ధులు అభిప్రాయము. **ఇంద్రియ-ఇంద్రియ విషయములు కూడా ఆత్మస్వరూపుడగు జీవునికి ఉపకరణ మాత్రములు - అను భావనా సిద్ధియే - దమము. తప్పక ఆశ్రయించాలి.**
234. శమేన శాన్తాః శివమ్ ఆచరన్తి। శమేన నాకం మునయో అన్వ విన్దం చ। శమో భూతానాం దురాధర్షం। **శమే సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్।** తస్మాత్ శమః పరమం వదన్తి।	**(4) అంతరింద్రియ నిగ్రహము - శమము** అంతరింద్రియములగు మనస్సును నిగ్రహించటమే సర్వదా శుభప్రదము. ఆలోచనలను నిగ్రహించి మనోబుద్ధి చిత్తములను నిర్మలపరచు శమముచే దృశ్యము పట్ల మౌనము తప్పక లభించగలదు. అది సిద్ధించుకున్నవాడు "ముని, మౌని" స్థానము పొందుచున్నాడు. శమము జీవులకు దురాధర్షమైనది. కష్టముతో కూడినది. అయితే శ్రమచే శమము అభ్యసించటమే ఉత్తమ **"ఆత్మా-మమైక్యము"**నకు శ్రేష్ఠము- అని కొందరు చెప్పుచున్నారు. **శమమును తప్పక అభ్యసించాలి.**

235 దానం యజ్ఞానం వరూథం
దక్షిణా లోకే దాతారగ్ం
సర్వ భూతాని ఉపజీవంతి।
దానేన ఆరాతీః అపానుదంత।
దానేన ద్విషంతో
మిత్రా భవంతి।
<u>దానే సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్।</u>
తస్మాత్ దానం పరమం వదంతి।

(5) దానము/త్యాగము (సమస్తము పరమాత్మకు దక్షిణగా సమర్పణ)
యజ్ఞములన్నిటిలో కెల్లా దానమే అత్యంత శ్రేష్ఠమైనది. దానము చేయు మహనీయుని సర్వభూతములు ఆశ్రయించి ఉపజీవనము పొందగలవు. దానముచే అరిషడ్వర్గము సులభముగా జయించివేయబడగలదు.
దానగుణము కలవానికి శత్రువులు కూడా మిత్రులు అవగలరు.
దానము నందే సర్వమోక్షమార్గస్థులు ప్రతిష్ఠితులై ఉన్నారు. దానమే యోగము, భక్తి, జ్ఞానము కూడా। కనుక దానమే మోక్షమార్గములో అత్యంత ప్రయోజనకరము - అని కొందరి ప్రవచనము. వ్యష్టిత్వమును ఆమూలాగ్రము సర్వాత్మకుడగు పరమాత్మకు అనుక్షణికంగా సమర్పించి, సర్వాత్మత్వము సంతరించుకోవటమే ప్రదానము. సమస్తము పరమాత్మకు సమర్పించివేసి ఉండాలి.

---

236. ధర్మో విశ్వస్య జగతః
ప్రతిష్ఠా, లోకే
ధర్మిష్ఠం ప్రజా ఉపసర్పంతి।
ధర్మేణ పాపమ్ అపనుదతి।
<u>ధర్మే సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్॥</u>
తస్మాత్ ధర్మం పరమం వదన్తి॥

6. ధర్మమే శ్రేష్ఠ మోక్షమార్గము
ఈ విశ్వమంతా, ఈ జగత్తంతా 'ధర్మము' పైనే ఆధారపడి యున్నది. గాలి, నీరు, అగ్ని, నేల, ఆకాశము, దేవతలు - మొదలైనదంతా **'ధర్మము'** (Respective function) **నిర్వర్తించుటచేతనే** - జగత్తు, జీవులు జీవించ గలుగుచున్నారు. ధర్మనిష్ఠచే సర్వపాపములు, దోషములు తొలగిపోతాయి. ధర్మము నందే సర్వము ప్రతిష్ఠితము అయి ఉన్నది. అందుచేత మోక్షమునకు స్వధర్మమే పరాకాష్ట మార్గము - అని బోధించబడుచున్నది. **(యజ్ఞో దానం తపః కర్మ న త్యాజ్యం। కార్యమేవ। పావనాని మనీషిణః)**

---

237. ప్రజననం వై ప్రతిష్ఠా లోకే సాధు,
ప్రజాయాః తంతుం (సంతుం) తన్వానః।
పితృణామ్ అనృణో భవతి।
తదేవ తస్యా అనృణమ్।
<u>తస్మాత్ ప్రజననం పరమం వదన్తి॥</u>

7. ప్రజనము - సహజన సంబంధము
ప్రజనము = సాధు జనులతో సాంగత్యము, గురుశిష్య సంవాద సంబంధము, సంతాన విశేషములు. పితృ-పుత్ర-కళత్ర సంబంధములు.
- ఇవన్నీ ప్రజనత్వము.
అట్టి ప్రజనత్వము చేతనే పితృఋణము తీరగలదు. పితృయజ్ఞము, వంశ ఆచారములు మొదలైన ప్రజనము జీవునికి ఉత్తమ మోక్షమార్గము. (పుత్రుడు పున్నామన రకము నుండి తరింపజేయుగలడు). అందుచేత ప్రజన మార్గమే మోక్ష మార్గములలో ఉత్తమము - అని కొందరి పాఠ్యాంశము. **(సర్వ సహజీవులను పరమాత్మ స్వరూపులుగా ఉపాసిస్తూ ఉండటమే "ప్రజననము"-అని కొందరి వాఖ్యానము).**

---

238 'అగ్న'యో వై త్రయీ విద్యా
దేవయానః పంథా,
గార్హపత్య ఋక్ పృథివీ
రథన్తరమ్ అన్వాహార్య
పచనం।
యజుః అంతరిక్షం,
వామదేవ్యమ్
ఆహవనీయః। సామ సువర్గో లోకో బృహత్
<u>తస్మాత్ అగ్నీన్ పరమమ్ వదన్తి॥</u>

8. అగ్ని - త్రయీ విద్యా
యజ్ఞకోవిదులలో కొందరు - వేదములలో ప్రవచించబడిన త్రయీ అగ్నులే (1) గార్హపత్యాగ్ని, (2) ఆహవనీయాగగ్ని (3) దక్షిణాగ్ని - దేవయానమున నడిపించి మోక్షలక్ష్యమునకు జేర్చగలవు - అని బోధిస్తున్నారు. ఉద్దేశ్యిస్తున్నారు. వేదత్రయముచే ప్రవచించబడు కర్మకాండ వేద విహితములే. కనుక యాగము ద్వారా దేవత్వము తప్పక సిద్ధించగలదు.
గార్హ పత్యాగ్ని → ఋగ్వేదాత్మకము
- పృథివీ లోకరూపము. రథంతరము - అన్వాహార్యపచనం
ఆహవనీయము - యజుర్వేద సంజ్ఞ అంతరిత.. వామదేవము
దక్షిణాగ్ని - సామవేద హృదయము. సువర్గమునకు జేర్చునది.
ఉపాసనలన్నిటికీ అగ్నియే మూలము. అందుచేత **అగ్నియే అన్నిటికన్నా మోక్షముకొరకై శ్రేష్ఠము అని చెప్పబడుతోంది.**

239. "అగ్నిహోత్రగ్ం" సాయం ప్రాతః
గృహాణాం నిష్కృతిః స్విష్టగ్ం
సు హుతం యజ్ఞ క్రతూనాం
ప్రాయణగ్ం సువర్గస్య
లోకస్య జ్యోతిః।
తస్మాత్ అగ్నిహోత్రం పరమం వదన్తి॥

9. అగ్నిహోత్రము-తదోపాసన

సాయం ప్రాతఃకాలములలో అగ్నిహోత్రము గృహమునకు దోషముల నిష్కృతికి, (దోషములు తొలగుటకు)ఉపాయము.

చక్కటి ఆహూతులు సమర్పించబడు యజ్ఞక్రతువు→ సుహృత్ - జ్ఞాన జనుల సామీప్యత ప్రసాదించగలదు.

హోత్రము లోకములో సాంసారికమైన అంధకారము తొలగించు జ్యోతి స్వరూపము. అందుకని **అగ్నిహోత్రమే పరాకాష్ట సాధన - అని కొందరు చెప్పుచున్నారు.**

---

240. "యజ్ఞ" ఇతి।
యజ్ఞేన హి దేవా దివం గతా
యజ్ఞే న అసురాన్ అపానుదన్త।
యజ్ఞేన ద్విషన్తో మిత్రా భవన్తి।
యజ్ఞే సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్।
తస్మాత్ యజ్ఞం పరమం వదన్తి॥

10 యజ్ఞము (అగ్ని యజ్ఞకార్యము యజ్ఞార్థాత్ కర్మ నిర్వహణ)

యజ్ఞమే అన్నిటికన్నా ఉత్తమ సాధనమని కొందరి ఉద్దేశ్యం. యజ్ఞనము చేత మానవుడు దివ్యలోకాలలో ప్రవేశించి దేవతా స్థానములను పొందుచున్నారు. యజ్ఞము చేతనే రాక్షసులు నశింపజేయబడుచున్నారు. యజ్ఞము - యజ్ఞార్థము కార్యములు చేయువారికి శత్రువులు కూడా మిత్రులు అగుచున్నారు. యజ్ఞమునందే సర్వము ప్రతిష్ఠితమైయున్నాయి. అందుచేత యజ్ఞము→ "పరమము" (గొప్ప మార్గము) - అనబడుచున్నది. యజ్ఞభావనతో కర్మలు నిర్వర్తించుటము పరమునకు సులభ మార్గము.

---

241. "మానసం" వై ప్రజాపత్యం।
పవిత్రం మానసేన
మనసా సాధు పశ్యతి।
మనసా ఋషయః।
ప్రజా అసృజన్త। మానసే
సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్।
తస్మాత్ మానసం పరమం వదన్తి॥

11. మానస యాగము

మానసయాగము - ప్రజాపతిస్థానమును (బ్రహ్మలోకమును) ప్రాప్తింపజేయగలదు. మనస్సుతో చేసే ఉపాసనచే మనస్సు పవిత్రమౌతుంది. మనస్సును పవిత్రముగా తీర్చిదిద్దటమే అన్నిటికన్నా గొప్పసాధన. పవిత్రమైన మనస్సుకు సాధుకర్మలు, సాధు పుంగవులతో సమాగమము సిద్ధించగలదు. మనస్సుతో చేసే మానసికోపాసనచే ఋషిత్వం లభిస్తోంది. సంకల్ప బలం ప్రవృద్ధమౌతుంది. సంకల్పం చేతనే ఋషులు ప్రజలను సృష్టించగలుగుచున్నారు. మనస్సు నందే సర్వము ప్రతిష్ఠితమైయున్నది. అందుచే - "మనశ్శుద్ధియే సర్వ సాధనల కంటే ఉత్కృష్టం" - అని చెప్పబడుతోంది. **మనస్సుతో ఆత్మ మననమే మనో యజ్ఞము.**

---

242. "న్యాస" ఇతి ఆహుః
మనీషిణో బ్రహ్మాణం।

12. న్యాసము (నిష్ఠ, అనుష్ఠానము)

న్యాసము = నిష్ఠాస్వీకారము; మంత్రోపాసన; అనుష్ఠానము.
పట్టుదలతో కూడిన మనో-బుద్ధి- దేహముల నియామకము.

న్యాసము బ్రహ్మదేవుల వారితో సమానమైన బ్రాహ్మీ బుద్ధి సిద్ధంచగలదని చెప్పబడుతోంది. న్యాసము (నిష్ఠ, అనుష్ఠానము)-తప్పక ఆచరించాలి.

---

243 బ్రహ్మ విశ్వః కతమః
స్వయంభూః ప్రజాపతిః
సంవత్సర ఇతి॥

సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మభగవానుడు విశ్వమునకే ఆత్మ. విశ్వాత్మకుడు. ఆయన తనకు తానై జనించుచుండటం చేత స్వయంభువు. ప్రజాపతి. జీవులందరి ధర్మముల ప్రదాత. సర్వజీవులకు పతి. కాలస్వరూపుడు. కాలము ఆయన శరీరమే. ఆయనకు నమస్కారం. సృష్టికర్తను కాలస్వరూపుడుగా ఉపాసించాలి. సంతత్-సరుడు (Time flow) గా పూజించాలి.

---

244 సంవత్సరో అసావాదిత్యో
య ఏష ఆదిత్యే పురుషః
స పరమేష్ఠీ బ్రహ్మాత్మా।

సంవత్సరము (కాలము) - ఆదిత్య (యః ఆది-సః-మొట్టమొదటే గల కేవలానందాత్మని) - స్వరూపం. సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుడు ఆదిత్య పురుషుడే. ఆదిత్య మండల పురుషుని ఉపాసించుటచే బ్రహ్మాత్ముడగు పరమాత్మ సందర్శనము సిద్ధించగలదు. **ఆదిత్య మండల పురుషాయ నమః॥**

---

245 యాభిః ఆదిత్యః తపతి
రశ్మభిః తాభిః
పర్జన్యో వర్షతి।

ఆదిత్యుని తపింపజేయు కిరణముల "ధర్మము" (Function) చేతనే, సూర్యకిరణములు విస్తరిస్తున్నాయి. వేడిమిచే మేఘములు ఏర్పడి భూమిపై వర్షము కురుస్తోంది.

- మేఘములు వర్షించటం చేతనే భూమిపై ఓషధులు (ఫలవృక్షములు),

పర్జన్యేన ఓషధిః వనస్పతయః ప్రజాయన్త। ఓషధి వనస్పతిభిః అన్నం భవతి। అన్నేన ప్రాణాః। ప్రాణైః బలమ్। బలేన తపః। తపసా శ్రద్ధా। శ్రద్ధయా మేధా। మేధయా మనీషా।	వనస్పతులు (పుష్పములు, దినసులు, నవధాన్యపు మొక్కలు) - ఇవన్నీ వృద్ధి పొందుచున్నాయి. - ఓషధి - వనస్పతుల వలన అన్నము (జీవులకు ఆహారము) రూపుదిద్దుకుంటోంది. - అన్నము వలన దేహములో ప్రాణములు నిలుస్తున్నాయి. - ప్రాణముల వలన దేహమునకు త్రాణ, బలము చేకూరుచున్నాయి. - బలము వలన తపస్సు సాధ్యమవగలదు. - తపస్సు వలన 'శ్రద్ధ' ఆరూఢమౌతుంది. - శ్రద్ధ వలన మేధ (తెలివి) పరిపుష్టిపొందుచున్నది. - మేధచే బుద్ధి పవిత్రమవగలదు. (పవిత్ర బుద్ధికి మోక్షము కరతలామలకము)
మనీషయా మనో। మనసా శాన్తిః।	బుద్ధి పరిపుష్టి- సునిశితములచే మనస్సు పవిత్రమగుచున్నది. పవిత్రమగు మనస్సు వలన శాంతి లభించగలదు.
శాన్త్యా చిత్తం।	శాన్తిచే చిత్తము నిర్మలమగుచున్నది.
చిత్తేన స్మృతిః।	చిత్తముచే స్మృతి లభిస్తోంది.
స్మృత్యా స్మారగ్ం। స్మారేణ విజ్ఞానం।	స్మృతిచే స్మారము (విచక్షణ, సందర్భోచితంగా సమన్వయించుకొనగలిగిన సామర్థ్యము) రూపం పొందుతోంది.
విజ్ఞానేన ఆత్మానం వేదయతి। తస్మాత్ అన్నం దదంతిః	స్మారముచే విజ్ఞానము వికసిస్తోంది. విజ్ఞానముచే ఆత్మతత్త్వము తెలియబడగలదు.
సర్వాణి ఏతాని దదాతి। అన్నాత్ ప్రాణా భవంతి।	అందుచేత 'అన్నము' సర్వమును ప్రసాదించునదిగా అగుచున్నది. **అన్నం బ్రహ్మ**- అనబడుచున్నది. అన్నము నుండి ప్రాణశక్తి ప్రదర్శితమగుచున్నది.
భూతానాం ప్రాణైః।	ఈ భూతజాలమంతా ప్రాణ స్వరూపులే!
ప్రాణైః మనో। మనసశ్చ విజ్ఞానం।	ప్రాణము నుండి మనస్సు, మనస్సు నుండి విజ్ఞానము, విజ్ఞానము నుండి ఆనందము సిద్ధిస్తున్నాయి.
విజ్ఞానాత్ ఆనందో బ్రహ్మయోనిః।	ఆనందమే బ్రహ్మము యొక్క స్వానుభవ స్థానము. కేవలీ స్థానము.
246 సవా ఏష పురుషః పంచధా పంచాత్మా యేన సర్వమ్ ఇదమ్ ప్రోతమ్– పృథివీ చ, అంతరిక్షం చ, ద్యౌశ్చ, దిశశ్చ, అవాన్తర దిశశ్చ సవై సర్వమ్ ఇదమ్ జగత్। స సభూతం, స భవ్యం జిజ్ఞాస క్లప్త ఋతజా రయిష్ఠా శ్రద్ధా సత్యో మహస్వాన్ తపసో వరిష్ఠాత్।।	ఎవ్వరిచే ఇదంతా (వస్త్రము నందు దారము వలె) ఓత ప్రోతమై యున్నదో ఆయనయే ఐదు విధాలుగా పంచాత్మకుడై ఉన్నారు. (1) పృథివి (2) అంతరిక్షము (3) దేవతల తేజో ద్యే(ఆకాశ) స్థానములు (4) '10' దిక్కులు (5) అవాన్తర దిశలు - ఇవన్నీ పరమాత్మయే. ఆ పరమ పురుషుడే ఈ జగత్తంతా తన స్వరూపముగా ప్రదర్శకుడై ఉన్నారు. ఆయనయే సర్వకాలములందు సర్వదా సర్వత్రా వేంచేసియున్నారు. (1) శబ్ద పంచక→ శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంథములు (2) భూత పంచకము → పృథివి, జలము, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము (3) జ్ఞానేంద్రియ పంచకము → చెవులు, త్వక్కు(చర్మము), కళ్ళు, జిహ్వ, ఘ్రాణము (4) ప్రాణవాయు పంచకము→ప్రాణ, అపాన, వ్యాన, ఉదాన, సమానములు (5) ఆత్మపంచకము → భూతాత్మ, ఇంద్రియాత్మ, జీవాత్మ, ఈశ్వరాత్మ (ప్రధానాత్మ) పరమాత్మ (5+5) ఈ విధంగా పంచవింశతి (25 తత్త్వస్వరూపుడు) ఈ జగత్తంతా

247. జ్ఞాత్వా తమేవం మనసా॥	పూదండలోని దారము వలె విస్తరించి ఉన్నారు. ఋక్కులచే వర్ణితుడు. ఋతజుడు. జీవులంతా ఆయన కిరణములే. రయిష్ఠుడు. శ్రద్ధ స్వరూపుడు. సత్యస్వరూపుడు. తపస్సుచే మహత్‌గా ఎరుగబడువాడు. **అట్టి పరమాత్మ మనస్సు చేతనే తెలియబడగలరు.**
248 హృదా చ భూయో **న మృత్యుమ్ ఉపయాహి విద్వాన్।** **తస్మాత్ సన్న్యాసమ్ ఏషాం** **తపసామ్ అతిరిక్తమ్ ఆహుః॥**	హృదయములో అన్యమునంతా వెడలగొట్టి, అనన్యుడగు ఆ పరమాత్మను ప్రతిష్ఠింపించిన మరుక్షణం ఇక ఆ విద్వాంసుడు అగు యోగి మృత్యువుకు విషయుడే కాడు. **పరమాత్మను ఎరిగినవాడు అమృతుడగుచున్నాడు.** దేహముల రాకపోకలకు తనను అతీతునిగా గాంచువాడు "అమృతుడు". అందుచేత సర్వము త్యజించి పరమాత్మ కొరకై తపస్సును ఆచరించటమే 'అత్యుత్తమము' - అని గుర్తు చేయబడుతోంది. తపో-త్యాగములు అమృతత్వమునకు మార్గము. **(త్యాగమేవ సన్న్యాసమ్। త్యాగేనతు కైవల్యమ్)**
అంతర్యామి స్తుతి **249 వస్తుః (వసుః) అణ్వో విభూః అసి। ప్రాణే త్వమసి।** **సంధాతా బ్రహ్మన్ త్వమసి।** **విశ్వధృత్ తేజోదాః త్వమసి। అగ్నిరసి।** **వర్చోదా త్వమసి।** **సూర్యస్య ద్యుమ్నోదాః త్వమసి।** **చంద్రమస ఉపయామ** **గృహీతో౽సి। బ్రహ్మణే త్వా మహసే॥**	ఓ అంతర్యామీ! నీవు సర్వత్రా వసించువాడవు. సర్వభౌతిక రూపుడవు కూడా. అణువుకే అణువువు. సర్వమును నియమించువాడవు. కాబట్టి విభువువు. ప్రాణేశ్వరుడవు. విశ్వమంతా నీ యొక్క ధారణయే! కాబట్టి సంధాతవు. విశ్వమును ఆభరణముగా ధరించువాడవు, విశ్వమునకు ఉనికిని - తేజస్సును ప్రసాదించువాడవు. అగ్నివి నీవే! సర్వముఖములలోని వర్చస్సుగా ఉన్నది నీ అగ్ని స్వరూపతేజస్సే. ద్యులోకవాసివై సూర్యునికే తేజస్సును ప్రసాదిస్తూ, సూర్యనారాయణుడవై, సూర్యకిరణ తేజో విభవమై వెలుగించుచున్నది - వెలుగుచున్నది నీవే! చంద్రకిరణ రూపుడవై చంద్రసాంద్ర కిరణ ఓషధ- వనస్పత వైభవమంతా నీవే! చద్రత్వము నీ స్వీకారమే! మహత్తరమగు బ్రహ్మము నీవే!
250 'ఓం' ఇతి ఆత్మానమ్ యుంజీత॥	"ఆ ఓంకార పరబ్రహ్మము నా స్వస్వరూపమే!" అను **యోగాభ్యాసము, భావాభ్యాసము స్వీకరించబడుగాక!**
251 ఏతద్వై మహోపనిషదం **దేవానాం గుహ్యమ్**	అట్టి 'ఓం'కారార్థ మహోపనిషత్ దేవతలకు కూడా గోప్యము. రహస్యము లక్ష్యశుద్ధిచే అర్హులైనవారికే తెలియవచ్చుచున్నది.
252 య ఏవం వేద బ్రహ్మణో మహిమానమ్ ఆప్నోతి। **తస్మాత్ బ్రహ్మణో మహిమానమ్** **ఇతి ఉపనిషత్॥**	అట్టి స్వాత్మ-సర్వాత్మ -జగదాత్మ- పరతత్త్వమగు బ్రహ్మమును ఎరిగిన బ్రాహ్మణుడు స్వయముగా బ్రహ్మము అగుచున్నాడు. **అందుచే బ్రహ్మమే మహామహిమాన్వితము.** **ఇతి ఉపనిషత్.**
అశీతితమో – 80వ అనువాకము **జ్ఞాన యజ్ఞము** **తస్యైవం విదుషో యజ్ఞస్య ఆత్మా యజమానః।** **శ్రద్ధా పత్నీ। శరీరమ్ ఇధ్మమ్। ఉరో వేదిః।** **రోమాని బర్హిః। వేదః శిఖా।** **హృదయం యూపః। కామ ఆజ్యం।** **మన్యుః పశుః। తపో అగ్నిః।** **దమః శమయితా దక్షిణా।** **వాక్ హోతా। ప్రాణ ఉద్గాతా।** **చక్షుః అధ్వర్యుః। మనో బ్రహ్మా।** **శ్రోత్రమ్ అగ్నీ। ధ్యావః ధ్రియతే సా దీక్షా।** **యత్ అశ్నాతి తత్ హవిః।** **యత్ పిబతి తత్ అస్య సోమపానమ్**	**జ్ఞానయజ్ఞము - ఆత్మయజ్ఞము (జీవితమే యజ్ఞము)** ఆత్మతత్త్వ పూర్వకమైన ఆత్మయజ్ఞము సర్వోత్కృష్టమైనది. ఆత్మతత్త్వవిదునకు - దేహ-ఇంద్రియ - ఇంద్రియ విషయ, జాగ్రత్ -స్వప్న - సుషుప్తులకు సాక్షియగు **ఆత్మయే** ఆత్మయజ్ఞమునకు యజమాని. → జీవాత్మయే దేహాత్మ యజ్ఞమునకు **'కర్త'**. → ఆత్మయజ్ఞమునకు 'శ్రద్ధ'యే పత్ని. → ఈ శరీరమే ఇధ్మము (సమిధ, కాష్ఠము, కట్టె). → వక్షస్థలమే యజ్ఞ వేదిక. → రోమములే ఆత్మయజ్ఞమునకు దర్భలు. శిఖయే→ వేదవిద్య (మరియు) యజ్ఞములో పశువున కట్టటానికి నాటిన పైష్ట (లేక) కొయ్య. → హృదయము → యూపస్తంభము. →కామము - అగ్నిలో వ్రేల్చే నెయ్యి. మన్యువు, క్రోధము → పశువు. తపస్సు → అగ్ని. శమ-దమములు → దక్షిణ.

యత్ రమతే తత్ ఉపసదో।
యత్ సంచరతి ఉపవిశత్
ఉత్తిష్ఠతే చ స ప్రవర్గ్యో।
యత్ ముఖమ్ తత్ ఆహవనీయో।
యా వ్యాహృతిః ఆహుతిః
యదస్య విజ్ఞానం తత్ జుహోతి।
యత్ సాయం ప్రాతరత్తి తత్ సమిధం।
యత్ ప్రాతః – మధ్యం దినగ్ం
సాయం చ, తాని సవనాని।
యే అహోరాత్రే, తే
దర్శపూర్ణ మాసౌ।
యే అర్ధమసాశ్చ మాసాశ్చ
తే చాతుర్మాస్యాని।
య ఋతవః తే పశుబంధా।
యే సంవత్సరాశ్చ తే అహర్గణాః।
సర్వ వేదసంవా ఏతత్ సత్రం।
యత్ మరణం తత్ అవబృథ।
ఏతత్ వై జరామర్యమ్
అగ్నిహోత్రగ్ం సత్రం
య ఏవం విద్వాన్ ఉదగయనే
ప్రమీయతే దేవానామ్ ఏవ
మహిమానం గత్వా ఆదిత్యస్య
సాయుజ్యం గచ్ఛతి।
అథ యో దక్షిణే ప్రమీయతే
పితృణామేవ మహిమానం
గత్వా చంద్రమసః సాయుజ్యగ్ం
స లోకతామ్ ఆప్నోతి।
ఏతౌ వై సూర్యా–చంద్రమసోః
మహిమానౌ బ్రాహ్మణో
విద్వాన్ అభిజయతి।
తస్మాత్ బ్రహ్మణో మహిమానమ్ ఆప్నోతి।
తస్మాత్ బ్రహ్మణో మహిమానమ్॥
ఇతి నారాయణీయా యాజ్ఞికీ ఖిలోపనిషత్ సమాప్తా
ఓం శాంతిః శాంతిః। శాంతిః।

→ వాక్కు - హోత (హోమము చేయించు ఋత్విక్కు)
→ ప్రాణము - ఉద్గాత (యజ్ఞ తంత్రమును నడుపువాడు)
చక్షువులు - ఆధ్వర్యుడు (యజ్ఞ పర్యవేక్షక - ఆచార్యులు)
మనస్సు - బ్రహ్మ (మంత్రములను బ్రాహ్మణములను విధి పూర్వకంగా జరిపించువాడు)
శ్రోతము (వినటము) - అగ్ని. ధ్యానము - ధారణము అదియే దీక్ష.
ఏదేది తినుచున్నాడో - అదంతా హవిస్సు.
ఏదేది త్రాగుచున్నాడో - అది యజ్ఞ విధానములోని సోమపానము.
ఏదేది రమిస్తున్నాడో అది **ఉపసదము (సేవానిరతి).**
ఎక్కడెక్కడ సంచారములు చేస్తూ ఉంటాడో, అదంతా ఆతని కూర్చుని ఉండు ఆసనము - **పీట.**
ఆతడు కూర్చుని లేవటమే ప్రవర్గము **(యాగవిధి విధానము)**
ఆతని ముఖము-అతని తదితర ముఖముల దర్శనమే - **ఆవహవనీయాగ్ని**
వ్యాహృతులే-(ఆతని పలుకులే)→ ఆహుతులు. ఆతని ఆత్మజ్ఞాన-అనుభవరూప విజ్ఞానమే - **జుహోతి /హోతము.**
విజ్ఞానమే ఆత్మాగ్ని యందు **హోమము.**
సాయంత్రము - ఉదయము చేయు ఆతని భోజనమే - **ఆత్మ యజ్ఞ సమిధలు.**
ఉదయ - మధ్యాహ్న - సాయంకాలములే త్రి - సవనములు (సోమపానము).
రాత్రింబవళ్ళు-ఆతని **దర్శపూర్ణమాసములు (పౌర్ణమి-అమావాస్య విధులు)**
కాలము యొక్క కృష్ణపక్షము, శుక్లపక్షము (అర్ధ మాసములు), మాసములు ఆతనికి చాతుర్మాస్యము. ఋతువులే - **పశుబంధము.**
సంవత్సరకాలము - ఆతని **అహర్గణము (నెల/మాసము).**
తెలియబడేదంతా (సర్వవేదసము) → **ఆతనికి సత్రము.**
మరణము - ఆతనికి యజ్ఞములోని **అవబృథస్నానము.**
ఎవ్వరైతే అట్టి జరామరణములతో కూడిన సత్రమును (జగత్‌యజ్ఞ విశేషమును) తెలుసుకొని ఉంటాడో, అట్టివాడు ఉదగయన (ఉత్తరాయన) మార్గమున పయనించుచూ, ఇంద్రాది దేవతా ఐశ్వర్యములను, మహిమలను పొందుచూ ఆదిత్య భగవానుని స్థానమగు (That which is present before all else) సాయుజ్యమును పొందుచున్నాడు. ఆత్మతాదాప్యమును ఆస్వాదిస్తున్నాడు.
ఈ ఆత్మయజ్ఞ విశేషణములు పఠించి 'దక్షిణాయనము' నందు ప్రయాణించువాడు-పిత్రుదేవతల మహిమలను పొంది చంద్రమస సాయుజ్యము, సాలోక్యము **(లోకమంతా తానైన స్వరూపము) పొంది ఆనందిస్తున్నాడు.**
ఈ విధంగా సూర్యచంద్రుల మహదత్వము, మహిమానత్వము పొంది **సగుణబ్రహ్మోపాసనచే హిరణ్యగర్భుని ఉపాసించి ఆయన సాక్షాత్కారము పొందుచున్నాడు.**
బ్రహ్మము యొక్క మహిమానత్వము పొంది బ్రహ్మానంద సాగరమున ఆనంద తరంగమై విరాజిల్లుచున్నాడు.
ఇతి కృష్ణయజుర్వేదీయ తైత్తిరీయారణ్యాత్ - నారాయణీయా యాజ్ఞికీ ఖిలోపనిషత్ సమాప్తా॥
ఓం శాంతిః! శాంతిః! శాంతిః!

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

1 అమృతనాదోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ అమృతనాదోపనిషత్ ప్రతిపాద్యం పరాక్షరం
త్రైపదానంద సామ్రాజ్యం హృది మే భాతు సర్వదా॥

"అమృతనాదోపనిషత్" చే ప్రతిపాదించబడుచున్న పరాక్షరము, త్రైపదానంద సామ్రాజ్యము నా హృదయము నందు సదా భాసించును గాక!

ఓం

'ఓం'కార స్వరూపమగు పరబ్రహ్మమునకు నమస్కరిస్తున్నాము.

1. ఓం। శాస్త్రాణి అధీత్య మేధావీ
అభ్యస్య చ పునః పునః
పరమం బ్రహ్మ విజ్ఞాయ
ఉల్కావత్ తత్ అన్యథో విత్సృజేత్॥

తెలివైన వాడెవ్వడూ 'మానవజన్మ' అనే మహత్తరమైన అవకాశమును వృథా చేసుకోడు.

ఆత్మతత్త్వమును ప్రతిపాదిస్తున్న శాస్త్రములను పునః పునః (మరల-మరల) అధ్యయనం చేయాలి. వాటియందలి పరబ్రహ్మతత్త్వసారమును గ్రహించాలి. వంట చేసుకొన్న తరువాత మండుచున్న కట్టెలను ఆవల పారవేసి పచనమైన ఆహారం స్వీకరిస్తున్నట్లుగా **శాస్త్రములలోని తదితరమైన విశేషాలు వదలివేయాలి.** పచనమైన మధుర పదార్థము యొక్క రుచివలె **ఆత్మానందమును ఆస్వాదించాలి.**

2. 'ఓం' కార రథమ్ ఆరుహ్య,
విష్ణుం కృత్వా అథ సారథిమ్,
బ్రహ్మలోకపద అన్వేషీ
రుద్ర ఆరాధన తత్పరః॥

జాగ్రత్ - స్వప్న- సుషుప్తులకు ఆవల, వాటికి కేవల సాక్షి అయినట్టి **'ఓం' సంజ్ఞారూప పరతత్త్వమే మన రథము.** సర్వాంతర్యామి - సర్వగతుడు అగు **విష్ణుదేవుడు - (విష్ణుత్వమే)** మన రథసారధి. సర్వము బ్రహ్మముగా సందర్శించగల **బ్రహ్మలోకపదమే** మన అన్వేషణ. రుద్రోపాసనయే మన ఆరాధనా తత్పరత్వము. శివోఽహమ్। శివోఽహమ్।

3. తావత్ రథేన గంతవ్యం
యావత్ రథపథి స్థితః,
స్థాతా రథపతి స్థానం
రథమ్ ఉత్సృజ్య గచ్ఛతి॥

బ్రహ్మజ్ఞాన పాఠ్యాంశాలచే బుద్ధి నిర్మలమయ్యేంత వరకు ఎంతెంత వరకు రథమార్గము (ఓంకారోపాసన) తీసుకువెళుతోందో, అంతవరకు (ఉపాసనాపరుడై) ప్రయాణించాలి. ఒక ప్రయాణీకుడు లక్ష్యమైనట్టి ప్రదేశము చేరగానే వాహనమునును వదలి, ఆ చోటు చేరుతాడు కదా!

(రథమార్గము ఉన్నంత వరకు రథమార్గంలో పోయి) ఆపై ఆ రథమును వదలి బ్రహ్మలోకములో ప్రవేశించాలి. (Just Like Parking the Vehicle aside and entering the zone of self)

4. మాత్రా-లింగపదం త్యక్త్వా
శబ్దవ్యంజన వర్జితమ్
అస్వరేణ మకారేణ
పదగ్ం సూక్ష్మం హి గచ్ఛతి॥

ఈ భౌతిక ప్రపంచంలో అనుభవానికి వస్తున్న శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధ పంచాతన్మాత్రలను, స్త్రీ-పురుష-జాతి ఇత్యాది భేదములను, శబ్ద భేదములుగా చెప్పబడేవి - వినిపిస్తున్నవి- ఇవన్నీ త్యజించి **అత్యంత సూక్ష్మ దృష్టితో సత్యవస్తువును వెతకాలి. ఆ బ్రహ్మపదమువైపుగా ప్రయాణించాలి.** ఇక్కడి రూప-నామ-శబ్దాది విషయాలను చూచి మనస్సు చెదరకుండా జాగ్రత్తపడాలి.

5. శబ్దాది విషయాన్ పంచ, మనశ్చ ఏవ అతి చంచలమ్, చింతయేత్ ఆత్మనో రశ్మీన్, 'ప్రత్యాహారః' స ఉచ్యతే॥	జగత్ విషయచింతనను వదలి, మనస్సు తేజోమయమగు **ఆత్మ తేజస్సు, ఆత్మచైతన్యము** గురించి మాత్రమే చింతన చేయటమునే అష్టాంగ యోగాలలో ఒకటైనట్టి **"ప్రత్యాహారము"**గా చెప్పబడుతోంది.
6. 'ప్రత్యాహారః', తథా 'ధ్యానం', 'ప్రాణాయామో' అథ ధారణా, తర్కశ్చ ఏవ 'సమాధి'శ్చ, షట్(6) అంగో 'యోగ' ఉచ్యతే॥	(1) ప్రత్యాహారము, (2) ధ్యానము, (3) ప్రాణాయామము, (4) ధారణ, (5) తర్కము (నిత్యానిత్య వివేకముతో కూడిన విచారణ), (6) సమాధి. ఈ ఆరు కూడా యోగము యొక్క అంగములుగా చెప్పబడుచున్నాయి.
7. యథా పర్వత ధాతూనాం దహ్యంతే ధమనాన్ మలాః తథా ఇంద్రియకృతా దోషాన్ దహ్యంతే ప్రాణ ధారణాత్॥	ఏ విధంగా అయితే పర్వత ప్రదేశాలలో లభించే ఖనిజ ధాతువులను కొలిమిలో కాల్చి మలినములను తొలగిస్తామో....., ఆ విధంగానే ఇంద్రియములను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు మనస్సును అంటుచున్న (సంబంధ - బాంధవ్య - సంగతి - అభిప్రాయ-ఆవేశ మొ॥న) దోషములను ప్రాణయోగధారణతో తొలగించుకోవాలి.
8. ప్రాణాయామైః దహేత్ దోషాన్ ధారణాభిశ్చ కిల్బిషమ్ ప్రత్యాహారేణ సంసర్గాన్ ధ్యానేన అనీశ్వరాన్ గుణాన్॥	ఈ విధంగా **ప్రాణమాయ సాధన** ద్వారా మనో దోషాలు తొలగించు కుంటూ.. ధారణచే మనస్సు యొక్క పాపదృష్టులను వదిలించుకుంటూ రావాలి. **ప్రత్యాహారము** సహాయంతో దృశ్య విషయములతో సంసర్గత (Relatedness)ను జయించాలి. 'ధ్యానము' సహాయంతో (అహంకారం, దర్పం, క్రోధం ఇత్యాది) అనీశ్వరీ-ఆసురీ గుణములను మొదలంట్లా తొలగించుకోవాలి.
9. కిల్బిషం హి క్షయం నీత్వా రుచిరం చ ఏవ చింతయేత్॥	ఈ విధంగా దోషదృష్టులను, దోషభావములను క్షయింపజేసుకుంటూ మధురాతిమధురమగు పరమాత్మతత్త్వమును చింతన చేయటం వృద్ధి చేసుకోవాలి.
10. రుచిరగ్ం రేచకం చ ఏవ, వాయోః ఆకర్షణం తథా, ప్రాణాయామాః త్రయః ప్రోక్తా, రేచక-పూరక-కుంభకాః॥	(1) కుంభకము (2) రేచకము, (3) పూరకము.. అను రీతిగా ప్రాణశక్త్యోపాసనా రూపమగు ప్రాణాయామము '3' విధాలుగా చెప్పబడుతోంది. అవి రుచిరగము- రేచకము - వాయు ఆకర్షణము రూపంగా ఉంటున్నాయి.
11. స వ్యాహృతిమ్ స ప్రణవాం గాయత్రీం శిరసా సహ త్రిః పఠేత్ ఆయత ప్రాణః 'ప్రాణాయామః' స ఉచ్యతే॥	(1) వ్యాహృతి (prana placement) - (2) 'ఓం' అను ప్రణవము (3) గాయత్రీ మహామంత్రము - అనే శిరస్సు - '3' సార్లు పఠించటం **ఈ మూడూ కలిపి త్రిపఠన ప్రాణ ఉపాసనను ప్రాణాయామము** → అని పిలుస్తున్నారు.
12 ఉత్క్షిప్య (ఉత్+క్షిప్య) వాయుమ్ ఆకాశమ్ శూన్యం కృత్వా నిరాత్మకమ్, శూన్యభావే నియుంజీయాత్ 'రేచకస్య' ఇతి లక్షణమ్॥	**రేచకము** : శ్వాసకోశములోని వాయువును - బాగుగా బయటకు వదలి - నిరాత్మకమగు (నిర్విషయస్వరూపమగు) శూన్యాకాశములో లయింపజేసి నిర్విషయ - శూన్య భావనను యోగసాధనగా నిర్వర్తించటమును **'రేచకము'** అను ప్రాణాయామ విభాగము యొక్క ముఖ్య లక్షణముగా చెప్పబడుతోంది.
13 వక్త్రేణ ఉత్పల నాళేన, తోయమ్ ఆకర్షయేత్ నరః ఏవం వాయుః గృహీతవ్యః, 'పూరకస్య' ఇతి లక్షణమ్॥	**పూరకము** : తామర కాడ ద్వారా నీరు పీల్చుతామే! ఆ రీతిగా శ్వాసవాయువును లోపలికి పీల్చి యోగమును అభ్యసించటమును 'పూరకము' యొక్క లక్షణముగా అభివర్ణించుచున్నారు.
14 న చ ఉచ్ఛ్వసేత్ న చ నిశ్వాసైః నైవ గాత్రాణి చాలయేత్, ఏవం భావే నియుంజీయాత్ 'కుంభకస్య' ఇతి లక్షణమ్॥	**కుంభకము** : ఇక 'కుంభకము' యొక్క లక్షణము ఏమంటే.., - ఉచ్ఛ్వాస - నిశ్వాసలను నిలిపి ఉంచి, - దేహమును కదలకుండా అట్టేబెట్టి, పరస్వరూపమగు నిర్విషయ - నిరాకాశ - శూన్యరూపమగు నిర్మల భావనను అవధరించటము.

15 అంధవత్ పశ్య రూపాణి
శబ్దం – బధిరవత్ శృణు।
కాష్ఠవత్ పశ్య వై దేహమ్
ప్రశాంతస్య ఇతి లక్షణమ్॥

ప్రశాంతుని లక్షణము: మనస్సును ప్రశాంత స్థితికి తీసుకువస్తూ ఉండాలి. ప్రశాంత స్థితి అనగా...

→ నామరూపాత్మకమైన దృశ్య విషయములను గ్రుడ్డివాడివలె చూస్తూ ఉండటం. కళ్ళకు కనబడుచూ ఉన్నప్పటికీ ఏమాత్రము కించిత్ కూడా లేనివిగా చూస్తూ ఉండటము.
→ శబ్దములను చెవిటి వానివలె వింటూ ఉండటం. చెవులకు వినబడు చున్నప్పటికీ ఏమాత్రము వినబడని నిశ్శబ్దము ఆస్వాదించటము.
→ ఈ శరీరమును, తదితర శరీరములను జడమగు కొయ్యలవలె భావించటము. **ఇవి శాంతమనస్కుని లక్షణములు.**

---

16 మనః సంకల్పకం ధ్యాత్వా,
సంక్షిప్య ఆత్మని బుద్ధిమాన్,
ధారయిత్వా తథా ఆత్మానం
'ధారణా' → పరికీర్తితా॥

ధారణ : మనస్సు సంకల్పక రూపము. అట్టి సంకల్పరూప మనస్సు యొక్క ధ్యాసను ధ్యాస సహాయంతో గమనిస్తూ ఆ మనస్సును బుద్ధిమంతుడు ఆత్మయందు స్థాపించుచున్నాడు. (భేదములను మనస్సుతో అధిగమించి సర్వము ఆత్మగా గాంచటమునే **"ఆత్మయందు మనస్సును స్థాపించటము"**గా చెప్పబడుతోంది). ఆత్మ యందు మనస్సును నిలుపటమును 'ధారణ' అనే పేరుతో చెప్పుచున్నారు. మనస్సును కూడా ఆత్మకు అభిన్నంగా చూడటమే ఆత్మ యందు నిలపటం. ఆలోచనలు త్యజించినప్పటి కేవల మనస్సు ఆత్మస్వరూపమే. 'కనబడేదంతా ఆత్మయే' - అనునదే ధారణ!

---

17 ఆగమస్య అవిరోధేన,
ఊహనమ్ 'తర్క' ఉచ్యతే।
సమం మన్యేత యల్లబ్ధ్వా,
స 'సమాధిః' పరికీర్తితః॥

తర్కము : వేద ప్రవచనములకు, వేదమహావాక్యములకు సానుకూలమైన రీతిగా అవగాహన-ఊహ-అనుభూతులను వృద్ధి చేసుకోవటమునే **'తర్కము'** అని అంటున్నారు.

సమాధి: దేనిని పొందిన తరువాత అయితే **"సర్వమూ సర్వే-సర్వత్రా సర్వదా బ్రహ్మము మాత్రమే"**గా అను సర్వసమత్వము అనుభూత మౌతుందో.. అయ్యదియే **సమాధి.**

---

18 భూమౌ దర్భాసనే రమ్యే, సర్వదోష వివర్జితే
కృత్వా మనోమయీం రక్షాం, జప్త్వా వై రథమండలే॥

జపము : అట్టి ధారణ - సమాధిల అభ్యాసము కొరకై.., రమ్యము - పరిశుద్ధము అగు స్థానములో భూమిపై దర్భలతో పరచిన ఆసనమును పరచుకోవాలి. రథమండలముపై ఆశీనుడై మంత్రమూర్తిని మనస్సుతో ఉపాసిస్తూ మంత్రమును జపించాలి.

---

19 పద్మకం స్వస్తికంవాపి, భద్రాసనం అథాపి వా
బధ్వా సుఖాసనం సమ్యక్, ఉత్తరాభిముఖః స్థితః॥

ఆసనం : పద్మకాసనంగాని, స్వస్తికాసనంగాని, భద్రాసనముగాని మరి ఏదైనా సాధకుని యొక్క సుఖమైన యోగాసనం వైచుకొని ఉత్తర దిక్కుకు అభిముఖంగా కూర్చోవాలి. కూర్చుని ధ్యానమును ఇక ప్రారంభించాలి.

---

20 నాసికాపుటం అంగుళ్యా పిధాయ
ఏకేన మారుతమ్ ఆకృష్య
ధారయేత్ అగ్నిం।
శబ్దమేవ విచింతయేత్॥

ఒక ముక్కు పుటమును బొటనవ్రేలుతో నొక్కిపట్టి, రెండవ ముక్కు పుటముతో గాలిని లోనికి నెమ్మది నెమ్మదిగా పీల్చి అగ్ని యొక్క తేజస్సును ధారణ చేస్తూ ప్రణవము (ఓం)నుగాని, గాయత్రీ మంత్రమును గాని, పంచాక్షరి - షోడషాక్షరి ఇత్యాది ఇష్టదైవ **శబ్దబ్రహ్మమును మనస్సుతో అశబ్దరూపంగా శబ్దీకరించుకోవాలి.**

---

21 "ఓం" ఇతి ఏక–అక్షరం బ్రహ్మ
ఓం ఇత్యేతేన రేచయేత్।
దివ్య మంత్రేణ బహుధా
కుర్యాత్ అమల ముక్తయే॥

ఏకము - అక్షరము - పరబ్రహ్మము యొక్క సంజ్ఞయగు 'ఓం'కారముతో రేచకమును (గాలి బహిర్గతం చేసి నిలుపు ధ్యానమును) అభ్యసించాలి.

ఈ విధంగా (20, 21 శ్లో॥ లలో చెప్పుచున్న విధంగా) అనేక మార్లు దివ్యమంత్రమును రేచకపూరక ప్రాణాయామ విధిగా మననం చేస్తూ మనస్సులోని మలినమంతా తొలగే వరకు కొనసాగించాలి.

---

22 పశ్చాత్ ధ్యాయీత పూర్వోక్త క్రమశో
మంత్రవిత్ బుధః
స్థూలాది స్థూల సూక్ష్మంచ
నాభేః ఊర్ధ్వమ్ ఉపక్రమః॥

తరువాత, శబ్ద బ్రహ్మమును ఉపాసించు విజ్ఞుడు పైన చెప్పిన విధంగా నాభి (బొడ్డు) యొక్క పై (ఊర్ధ్వ) భాగము నుండి ధ్యాసను ప్రారంభించి స్థూలాతి స్థూల, సూక్ష్మాతిసూక్ష్మమగు **ఆత్మోపాసన** కొనసాగించాలి.

23 తిర్యక్–ఊర్ధ్వమ్–అధో దృష్టిమ్, విహాయ చ మహామతిః **స్థిరస్థాయీ వినిష్కంపః, సదా "యోగం" సమభ్యసేత్॥**	సాధకుడు మహామతి అయి, అడ్డముగా, నిలువుగా, క్రిందికిగా-ప్రసరిస్తున్న ధ్యాసలను, దృష్టులను వదలి, స్థిరమైన-కంపనములు లేనట్టి దేహ నిశ్చలతతో (కదలని నిశ్చలదేహధారణతో) నిత్యము యోగాభ్యాసము చేస్తూ ఉండాలి.
24 నాళమాత్ర వినిష్కంపో, ధారణా యోజనం తథా **ద్వాదశ మాత్రో (12) యోగస్తు, కాలతో నియమ స్మృతః**	చలించని కంఠనాళముతో ధారణను అభ్యసిస్తూ ఉండాలి. ఈ విధంగా అభ్యాసకాలము పెంచుకుంటూ 12 మాత్రల వరకు వాయునిరోధక కాలమును యోగాభ్యాసము ద్వారా పెంచుకుంటూ పోవాలి.
25 అఘోషం, అవ్యంజనం, అస్వరంచ **యత్ తాలు – దంత–ఓష్ఠమ్ – అనాసికం చ యత్** **అరేఫజాతం ఉభయోః ఊష్మ వర్జితం** **యత్, అక్షరం న క్షరతే కథంచిత్॥**	ఉపాస్య వస్తువగు అక్షరపరబ్రహ్మము ఎట్టిదో జ్ఞాపకం పెట్టుకునియే యోగాభ్యాసానికి ఉపక్రమించటం, నిర్వర్తించటం చేయాలి. → ఆ అక్షర పరబ్రహ్మము శబ్దరహితమైనది. ఎటువంటి విషయ-వ్యవహారములకు సంబంధం లేనిది. స్వరరహితమైనది. తాలు (కొండనాలుక) - దంత - పెదవులు - ముక్కు స్థాన పరిమితమైనది కాదు. రేఫము - ఉచ్ఛ్వాస - నిశ్వాస రూపం కాదు. అట్టి **అక్షర - మధుర-బ్రహ్మరూపమగు ఆత్మయే ఉపాసనా విషయమై మననము చేయబడాలి.**
26 యేనా అసౌ గచ్ఛతే మార్గం, ప్రాణః తేన అభిగచ్ఛతి। **అతః తమ్ అభ్యసేత్ నిత్యం, యత్ మార్గ గమనాయ వై॥**	ప్రాణము ఇష్టరూపంగా ఎటు వెళ్లితే, జీవాత్మ కూడా అటే వెళ్ళగలదు. అందుచేత ప్రాణాయామ మార్గము సర్వాత్మకమగు సత్యవస్తువు వైపుగా అయి ఉండుగాక! అప్పుడు ఈ జీవాత్మ పరమాత్మయే అగుచున్నాడు.
27 హృత్ ద్వారం వాయు ద్వారం చ **మూర్ధ్ని ద్వారం అథా పరమ్,** **మోక్ష ద్వారం బిలం చ ఏవ** **సుషిరగ్ం మండలం విదుః॥**	- **"హృదయ ద్వారము,** - ప్రాణాయామాదులచే గమనించబడే **వాయుద్వారము,** - సహస్రార ప్రారంభ స్థానములో (నుదురులో) అనుభూతమయ్యే **బ్రహ్మద్వారము-** ఇవన్నీ కూడా **మోక్ష ద్వారమగు సుషిరగద్వారములే।"** ... అనే అవగాహనతో యోగాభ్యాసము నిర్వర్తించబడుగాక! **"ఈ ప్రాణయోగ సాధన నాకు మోక్షము ప్రసాదించగలదు"**.. అనే నమ్మికతో సాధన కొనసాగాలి. సాధనపై, శాస్త్రముపై, గురువుపై, తనపై గురి ఉండాలి సుమా! "ఇదంతా వృధాయేమో?" అనే శంకను దరిజేరనీయరాదు.
28 భయం క్రోధం, అథ ఆలస్యమ్, **అతిస్వప్న, అతి జాగరమ్,** **అత్యాహారమ్, అనాహారమ్,** **నిత్యం యోగీ వివర్జయేత్॥**	ప్రాణయోగ సాధన చేస్తూ ఉండగా, ఆ యోగాభ్యాసికి బద్ధకమే ముఖ్య శత్రువు. (1) భయము (2) క్రోధము (కోపము), (3) బద్ధకము, (4) అతినిద్ర, (5) అతి మెళుకువ, (6) అధికంగా - ఆహారం, (7) అల్పంగా ఆహారం... ఇటువంటివి యోగి వదలినవాడై ఉండాలి. ఎందుకంటే ఇవన్నీ యోగాభ్యాసానికి నిరోధకములు కాగలవు.
29 అనేన విధినా సమ్యక్ **నిత్యం అభ్యస్యతే క్రమాత్,** **స్వయం ఉత్పద్యతే జ్ఞానం** **త్రిభిః మాసైః (అత్ర) న సంశయః॥**	ఈ విధంగా ఒక విధి-విధానంగా (With a regularity and Discipline), ఒక క్రమమైన రీతిగా ఏ యోగసాధకుడైతే రేచక - కుంభక- పూరక ప్రాణాయామాభ్యాసాలను నిర్వర్తిస్తాడో... అట్టి వాని హృదయంలో 3 నెలల **కాలంలో ఆత్మసంబంధమైన జ్ఞానము అనే వెలుగు స్వయముగా వెల్లివిరియగలదు.** ఇందులో సందేహమే లేదు.
30 చతుర్భిః పశ్యతే దేవాన్। **పంచభిః వితత క్రమాన్।** **ఇచ్ఛయా ఆప్నోతి కైవల్యమ్** **షష్ఠేమాసి న సంశయం॥**	అట్టి ప్రాణాయామ సాధనను విధిగాను, అనునిత్యముగాను 4 నెలల కాలం యోగసాధన చేస్తే దేవతాదర్శనము కాగలదు. 5 నెలల పాటు నిర్వర్తిస్తే నిత్యానిత్య వివేకము రూపుదిద్దుకొనగలదు. ఇష్టంగా, శ్రద్ధగా 6 నెలల కాలం, ప్రాణాయామాభ్యాసమైన రేచక -కుంభక -పూరకములచే కైవల్యము లభించగలదు. **ఇందులో సందేహం లేదు.**

31. పార్థివః పంచమాత్రస్తు
చతుర్మాత్రస్తు వారుణః
ఆగ్నేయస్తు త్రి-మాత్రో అసౌ
వాయవ్యస్తు ద్విమాత్రకః।
32. ఏక మాత్ర తథా ఆకాశో హి
అమాత్రం తు విచింతయేత్
సంధిం కృత్వాతు మనసా
చింతయేత్ ఆత్మనా ఆత్మని॥

అట్టి ప్రాణాయామ యోగ అభ్యాస కాలంలో..
5 మాత్రల కాలం → భూతత్త్వమును
4 మాత్రాలకాలము → జల తత్త్వమును,
3 మాత్ర కాలము → అగ్నితత్త్వమును
2 మాత్రల కాలము → వాయు తత్త్వమును
ఒక మాత్ర ఆకాశతత్త్వమును (అహమ్ పార్థివః, వరుణః.. ఇట్టి రూపంగా) భావనా భ్యాసం చేస్తూ, క్రమంగా మాత్రరహితంగా (Sans bit of time) అమాత్రమును→కాలః కాలమగు ఆత్మతో అనుసంధానం చేసుకుంటూ ఉండాలి. మనస్సును ఉపయోగించి ఆత్మతో ఆత్మ గురించి చింతన చేస్తూ రావాలి. (మాత్ర = కనురెప్పమూసి - తెరిచే కాలము).

---

33 త్రింశత్ సర్వ అంగుళః ప్రాణో
యత్ర ప్రాణైః ప్రతిష్ఠితః,
ఏష 'ప్రాణ' ఇతి (అ)ఖ్యాతో
బాహ్య ప్రాణస్య గోచరః॥

ప్రాణయోగ సాధన చేస్తూ ఉన్నప్పుడు ఆత్మయందు ప్రాణశక్తి జనిస్తూ - చరిస్తున్న విధిని గమనిస్తూ ఉండాలి. నాశికకు 30/2 = 15 అంగుళముల దూరంగా ఏ స్థానం వరకు ప్రాణశక్తి బాహ్యంగా సంచారాలు చేస్తోందో.. అది గమనించబడుగాక! అట్టి సంచరించు శక్తితత్త్వమునే 'ప్రాణశక్తి' అని పిలుస్తున్నారు. అదియే 'బహిర్‌ప్రాణము' అను గుర్తుగా కూడా చెప్పుచున్నారు.

---

34 ఆశీతిశ్చ షట్-శతం చ ఏవ, సహస్రాణి త్రయోదశః,
(1,13,680) లక్ష్యస్య ఏకో వినిశ్వాసో, అహోరాత్ర ప్రమాణతః॥

ఒక లక్ష పదమూడు వేల ఆరువందల ఎనుబది (1,13,680) శ్వాసలు ఒక రాత్రి - పగలు (ఒకరోజు)న జరుగుచున్నట్లుగా ప్రాణ యోగ శాస్త్రప్రావీణ్యులు విశదపరచుచున్నారు.

---

35 ప్రాణో ఆధ్యో హృది స్థానే। అపానస్తు పునః గుదే॥
సమానో నాభి దేశేతు, ఉదానః కంఠమ్ ఆశ్రితః॥
36 వ్యానః సర్వేషు చ అంగేషు వ్యాప్య తిష్ఠతి సర్వదా।
అథ వర్ణాస్తు పంచానాం, ప్రాణాదీనామ్ అనుక్రమాత్॥

పంచ ప్రాణములు ఎక్కడెక్కడ కేంద్రీకృతమై - వ్యాపిస్తూ ఉన్నట్లు ప్రాణామాయ యోగులు గమనిస్తున్నారో.. ఆ వివరాలు వినండి.
హృదయ స్థానంలోఉండునది **ప్రాణము.** గుదస్థానంలో చరించేది **అపానము.** కంఠ స్థానమును ఆశ్రయించి ఉండేది **ఉదానము. నాభియందు సమానము.** దేహము లోని సర్వ అంగములలో సర్వదా వ్యాపించి సంచారాలు చేస్తూ ఉన్నది వ్యాన ప్రాణము. ఇప్పుడిక పంచ ప్రాణముల యొక్క యోగానుభవమగు వర్ణము (రంగు) యొక్క (యోగుల) అనుభూతిని చెప్పుకుందాం.

---

37 రక్తవర్ణో మణిప్రఖ్యః, ప్రాణవాయుః ప్రకీర్తితః।
అపాన స్తనమధ్యేతు, ఇంద్రగోపసమః ప్రభః॥

ప్రాణవాయువు రక్తవర్ణంలో ఎర్రగా ప్రకాశించే మణివలె ధగద్ధగాయ మానకాంతులతో (హృదయ ప్రదేశమునందు) ప్రకాశిస్తోంది.
అపానవాయువు దేహము మధ్య భాగంలో స్తనముల మధ్యగా నీలంగా ఇంద్ర గోపమణి ప్రభలతో వెలుగుతూ కనిపిస్తోంది.

---

38 సమానస్తు ద్వయోః మధ్యే, గోక్షీర ధవళ ప్రభః
అపాండర ఉదానశ్చ, వ్యానో హి అర్చిః సమప్రభః॥

ఆ ప్రాణ -అపానముల మధ్యగా సమాన వాయువు ఆవుపాల వలె తెల్లటి కాంతులతో ప్రకాశిస్తూ అనుభూతమౌతోంది. ఉదాన వాయువు నల్లటి కాంతులతో ఊర్ధ్వముఖి అయి విరాజిల్లుతోంది. వ్యానవాయువు అగ్ని యొక్క తేజము వలె అగ్నికిరణ (బంగారు) రంగుగా అనుభవమౌతోంది.

---

39 యస్య ఇదం మండలం భిత్వా
మారుతో యాతి మూర్ధని,
యత్ర యత్ర మ్రియేత్ వాపి
న స భూయో అభిజాయతే!
న స భూయో అభిజాయతః॥
ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత
అమృతనాదోపనిషత్

ప్రాణవాయు (ప్రాణయోగ) అభ్యాసం చేత పైన చెప్పుకున్న వాయు మండలమును ఛేదించుకొని ఎవని యొక్క ప్రాణవాయు శక్తి చిత్త సమన్వితంగా బ్రహ్మరంధ్రమును ఛేదించి మూర్ధ ఊర్ధ్వ స్థానమైనట్టి సహస్రారమును చేరుచున్నదో,.. అట్టివాడు ఎక్కడ - ఎప్పుడు ఈ భౌతిక దేహమును త్యజించినా కూడా.... ఆతనికి పునఃజన్మలు లేవు. ఉండవు. **వర్తమాన క్షణంలోనే దేహాతీతుడు అగుచున్నాడు.**

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత
అమృతనాదోపనిషత్

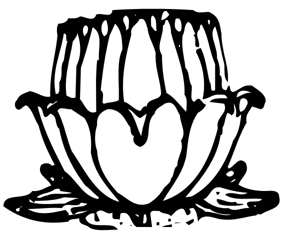
కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

1 అమృత నాదోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము



వేద-వేదాంగ శాస్త్రములచే ప్రతిపాదించబడుచున్న 'ఓం' అను సంజ్ఞార్థమగు పరమాత్మకు నమస్కరిస్తున్నాము.

ఎనుబది నాలుగు లక్షల జీవజాతులలో మానవ జన్మ మహత్తరమైన అవకాశము అయి ఉన్నది. తెలివైనవాడెవ్వడైనా అటువంటి **ఉత్కృష్టమైన, దుర్లభమైన, కాలనియమితమైన** అవకాశమును వృధా చేసుకోడు. ఆత్మజ్ఞాన సాధనలకు ఉపక్రమించాలి. ఆత్మతత్త్వమును ప్రకటించుచున్న సత్-శాస్త్రములను మరల - మరల అధ్యయనం చేయాలి. ఆ శాస్త్రములలోని పరబ్రహ్మతత్త్వమునకు సంబంధించిన సారవస్తువును తెలుసుకుంటూ ఉండాలి. పొయ్యిలో మండుచున్న కట్టెలను చల్లపరచి, ప్రక్కను పడవేసి పచనమైన వంటపదార్థములను ఈవలకు తెచ్చి చక్కగా భుజిస్తాము కదా! ఆ విధంగా సాధన పరికరములను, శాస్త్రములలోని జ్ఞాన సారాంశమును స్వీకరించి, తదితరమైన (పేర్లు - రూపములు- కథ - చరిత్ర - వర్ణనలు ఇత్యాది) కథన విశేషాలను ఆ ప్రక్కగా వదిలివేయాలి.

జాగ్రత్-స్వప్న - సుషుప్తులకు ఆవల కేవల సాక్షియై ప్రకాశించుచున్న **పరతత్త్వ జ్ఞానమే** మనము అధిరోహించవలసిన రథము. సర్వస్వరూపుడు, సర్వాంతర్యామి, సర్వగతుడు అగు విష్ణుభగవానుడే (అర్జున రథము వలె) మన ఆత్మజ్ఞాన రథమునకు రథసారధి. సర్వము బ్రహ్మతత్త్వముగా దర్శించే **బ్రహ్మలోక నివాసమే** మన **అన్వేషణ యొక్క ముఖ్య ఆశయము**. రుద్ర భగవానుని **ఉపాసనయే ఆరాధనా తత్పరత్వము**. బుద్ధి యొక్క **సునిశితత్వము - నిర్మలత్వములే** రథయానమార్గము. బుద్ధి పూర్తిగా **నిశ్చలత్వము, ఆత్మతత్త్వ సందర్శనా సామర్థ్యము** సంపాదించుకొనే వరకు మనము శాస్త్రములు సూచిస్తున్న మార్గములో సాధనములు ఆశ్రయించవలసిందే! **సాధన సంపత్తి సముపార్జించుకోవలసిందే!** దృశ్యజాడ్యము పూర్తిగా తొలగిందా.., ఇక ఈ జీవుడు రథరూప సర్వసాధనలు (Practices) వదలి, లక్ష్యస్థానమగు **బ్రాహ్మీభావము** అనే **బ్రహ్మలోక నివాసములో** ప్రవేశిస్తున్నాడు.

ఆ రథికుడు అనుకున్న చోటికి వెళ్లిన తరువాత రథమును విడచి తాను చేరవలసిన ప్రదేశంలో ప్రవేశించటం సహజమే కదా! ఆ రీతిగానే శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధ సంబంధమైన, స్త్రీ పురుష ఇత్యాది భేదములతో కూడిన సర్వ విశేషములను, వ్యవహారిక సంబంధమైన సర్వ శబ్దజాలమును ప్రక్కకు పెట్టి.. ఇక అత్యంత సూక్ష్మ దృష్టితో సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమగు ఆత్మను **త్వమ్‌గాను, జగత్ స్వరూపముగాను, స్వస్వరూపాత్మగాను, ఈ సమస్తముగాను సర్వదా సర్వత్రా సందర్శించటం....** అనే ఆత్మపదమును చేరుకోవాలి! ఇదియే వాస్తవ జీవితాశయం!

ప్రత్యాహారము

ఈ నామ రూపాత్మకమైనదంతా శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధములనబడే పంచతన్మాత్రలే! ఏ లోకంలో ఏది తారసబడినా కూడా ఈ ఐదిటి సంబంధమైనవే! వీటి పట్ల అజ్ఞానం చేత మనస్సు అతిచంచలమై ఉంటోంది. అందుచేత జీవుడు ఈ ఐదిటి సంబంధమైన చింతనలను అధిగమిస్తూ **"అంతా ఆత్మ యొక్క సంప్రదర్శనమేకదా!"**.. అను చింతనను వృద్ధి చేయగల మార్గములను ఆశ్రయించాలి. 1) పంచతన్మాత్ర సంబంధమైన చింతన తగ్గుతూ రావటం, 2) సర్వాధారమగు ఆత్మ చింతన అధికాధికమగుచూ ఉండటం..... ఇవియే అష్టాంగ యోగములలోని **'ప్రత్యాహారము'.**

ధ్యానము : ధ్యాసయే ధ్యానము. "కేవలుడు, సర్వస్వరూపుడు, స్వకీయ సందర్భాతీత స్వస్వరూపుడు" అగు పరమాత్మ ధ్యాసయే ధ్యానముయొక్క మహదాశయము.

యోగ షడంగములు

(1) ప్రత్యాహారము	(2) ధ్యానము	(3) ప్రాణాయామము
(4) ధారణ	(5) తర్కము (విచారణ –Analysis)	(6) సమాధి

ఈ ఆరు కూడా షష్టాంగ యోగములు. యోగము యొక్క '6' అంగములు.

యోగసాధనా పూర్వకమైన ప్రాణధారణ ఎందుకోసం?

పర్వత ప్రదేశాలలో ఖనిజ ధాతువులు (Raw Metals) లభిస్తాయి కదా అని వెళ్ళుతాము. శ్రమించి వెతికి వెతికి తెచ్చుకుంటాము. అప్పుడు ఏమి చేస్తాం? ఆ ధాతువుతో కలిసిపోయి ఉన్న మలిన పదార్థములను తొలగించే ప్రయత్నంగా అగ్నిలో పుటం వేస్తాము. నిర్మలమైన ఖనిజమును బయటకు తీసి అటు తరువాత ఉపయోగిస్తాము.

అదే రీతిగా..

ఇంద్రియములను ఉపయోగించుచున్నప్పుడు మనస్సును తాకుచూ ఉండే దోషములను **'ప్రాణాయామము'** అను యోగాగ్నిలో దహించి, అప్పుడు ఆ మనస్సును జ్ఞాన విశేషాలు సముపార్జించుకోవటానికై సంసిద్ధము చేయాలి. అట్లా ప్రాణయోగ సాధనను నిర్వహిస్తూ ఉద్దేశ్యిస్తూనే మరొక వైపు నుండి.. తదితర యోగాంగాలను కూడా మహదాశయసిద్ధికై ఆశ్రయిస్తూ ఉండవలెను సుమా!

ప్రాణాయామము : ప్రాణాయామము అనే అభ్యాసముచే మనస్సులోను, బుద్ధిలోను ఇంద్రియ వినియోగము కారణముగా రూపుదిద్దుకున్న దోషములను కాల్చివేయబడతాయి. **విషయ సంయోగ దోషములు తొలగిపోతాయి.**

ధారణ : ధారణచే మనస్సులో గల దోష దృష్టులను జయించి వేయాలి. **"సర్వము పరమాత్మ యొక్క లీలా వినోదపూర్వకమైన ప్రత్యక్ష విన్యాస చమత్కారమే"....** అను భావమును ప్రవృద్ధం చేసుకోవటమే **ధారణ!**

ప్రత్యాహారము : ఇంద్రియములను భక్తి – యోగ – జ్ఞాన సంబంధమైన కార్యక్రమములలో నియోగించాలి. ఆ రీతిగా శాస్త్రములు – గురువులు బోధిస్తున్న మార్గంగా ఆయా ప్రత్యేక కార్యక్రమములలో నియమించటమే **ప్రత్యాహారము**. తద్వారా ప్రాపంచక విషయములలో గల సంపర్కము (Attatchment/Relatedness)ను జయించివేస్తూ, త్యజిస్తూ ఉండే ప్రయత్నమును **'ప్రత్యాహారము'** అని చెప్పుచున్నారు.

ధ్యానము : భగవత్ సంబంధమైన సాధనములు – జ్ఞాన విశేషాల పట్ల **ధ్యాస** ప్రవృద్ధ పరచుకోవటమే ధ్యానము యొక్క అంతర్లీన తత్త్వము. ధ్యాసయే ధ్యానము యొక్క మూల రూపము.

- ఈశ్వర సంబంధమైన గుణములను (అమానిత్వము – అదంభిత్వము మొ॥ సద్గుణములను) పెంపొందించుకోవటం.
- అసురీ సంపదా రూపములైన, అనీశ్వరములైన (దంభము–దర్పము– స్వాభిమానము–క్రోధము– పారుష్యము– అజ్ఞానము– అభిజాత్యము ఇత్యాది) గుణములను త్యజించివేయు శక్తిని పెంపొందించుకోవటము.

ఇదియే ధ్యానము యొక్క ముఖ్య ఆశయము, ప్రయోజనము కూడా.

ఈ విధంగా దోష దృష్టులను, పాప స్వభావ–అభ్యాసములను **ప్రాణాయామ–ధారణ–ప్రత్యాహార–ధ్యానాదుల** ద్వారా వదిలించుకుంటూ, మరొక వైపుగా పరమసత్యమగు **మధురాతిమధుర ఆత్మ** గురించిన **సమాచారమును, చింతనను వృద్ధి పరచుకుంటూ ఉండాలి.**

ప్రాణాయామోపాసనలు

ప్రాణాయామము : "ప్రాణాయామోపాసన" అనగా వాయు ఆకర్షణ–ధారణ రూపమైన ఉపాసన. వాయు–ఆకర్షణం ద్వారా మధురమగు ఆత్మ యొక్క సమీప్య–సమక్ష–సతత్ భావనలను అభ్యసించటం. అట్టి ప్రాణాయామము (1) పూరకము (2) కుంభకము (3) రేచకము అనే మూడు అంగములతో కూడికొని ఉన్నది. ఈ రీతిగా పూరక – కుంభక– రేచకములతో, అంతటా నిండి యుండి, సర్వరూపములు తానే అయి ఉన్న (జగత్ దృశ్యమంతా నిండియున్న) **"సప్రాణ స్వరూప ప్రాణేశ్వరునికి"** వ్యాహృతులు సమర్పిస్తూ ఉండటం. శిరస్సుతో సహా దేహమంతా ప్రాణధారణను ఉపాసిస్తూ, మనస్సుతో త్రిగాయత్రీ మననము (3సార్లు గాయత్రీ మహామంత్రమును) పూరక–కుంభక–రేచక సాధనా సమయంలో చేస్తూ ఉండటమును **'ప్రాణాయామము'** అను సాధనగా చెప్పబడుతోంది.

రేచక ప్రాణాయామ లక్షణము :

శ్లో॥ ఉత్క్షిప్య వాయుమ్ ఆకాశం
శూన్యం కృత్వా నిరాత్మకమ్
శూన్య భావే నియుంజీయాత్ (నియమించటం)
"రేచకస్య" ఇతి లక్షణమ్॥ (12)

హృదయ – శిర స్థానాలలో శరీరమంతా అనుక్షణికంగా సంచారాలు చేస్తూ ఉన్న వాయువును అమృత బిందుభావనతో అవధరించి, బాగుగా బయటకు వదలి, **నిరాత్మకమగు శూన్యాకాశములో కొద్ది క్షణములు లయింపజేసి ఉంచే యోగసాధనను 'రేచకము'** యొక్క లక్షణము.

పూరక ప్రాణాయామ లక్షణము :

శ్లో॥ వక్త్రేణ ఉత్పల నాళేన తోయమ్ ఆకర్షయేత్ నరః
ఏవం వాయుః గృహీతవ్యః "పూరకస్య" ఇతి లక్షణమ్॥ (13)

ఇక పూరక ప్రాణాయామ ప్రక్రియ ఎట్టిదంటే.. ఒకడు తామరతూడుతో జలమును పీల్చువిధంగా...

వాయువును బయట నుండి లోనికి శరీరములోని హృదయస్థానము వరకు పీల్చుచూ ఉండటమును **పూరక లక్షణము**.

కుంభక ప్రాణాయామ లక్షణము :

శ్లో॥ న ఉచ్ఛ్వాసైః న చ నిశ్వాసైః, నైవ గాత్రాణి చాలయేత్
ఏవం భావే నియుంజయాత్, "కుంభకస్య" ఇతి లక్షణమ్॥ (14)

దేహమంతా వాయువుతో నింపి, ఉచ్ఛ్వాస-నిశ్వాసలను నిలిపి ఉంచి, దేహమును కదలకుండా ధారణచేయు యోగాభ్యాసమును నిర్వర్తించటమును కుంభక **ప్రాణాయామ లక్షణము**గా పేర్కొనుచున్నారు.

ఈ మూడు సాధనల సందర్భంలో....
(1) నిర్విషయ-నిరాకాశ-శూన్య-కేవలీ రూపమగు **'నిర్మలాత్మ భావన'**ను అవధరించటం
(2) పరమ ప్రశాంతతను వహించటం.
ఈ ఉభయ భావనా విధిని నిర్వర్తించుచూ ఉండాలి.

ప్రశాంత లక్షణము :

శ్లో॥ అంధవత్ పశ్య రూపాణి, శబ్దమ్ బధిరవత్ శృణు।
కాష్ఠవత్ పశ్య వై దేహమ్, ప్రశాంతస్య ఇతి లక్షణమ్॥ (15)

యోగసాధనలో జ్ఞప్తి (లేక) భావనాకాశంలో కనిపించే నామ-రూపాలను గ్రుడ్డివాడివలె చూడనివాడై చూడాలి. చూచీ-చూడనివాడై సంబంధించీ – సంబంధించని వాడివలె ఉండాలి.

వినబడే సంభాషణాది శబ్దాలను చెవిటివానివలె వినకనే వినాలి. వినబడుచున్నా వినబడనివాడై ఉండాలి. క్రొత్తదైన సుదూర ప్రదేశము వెళ్లినప్పుడు అక్కడి రణగొణధ్వనులను ఏవిధంగా పట్టించుకొనీ – పట్టించుకోమో, జగత్‌లోని సాంసారిక జనుల పరస్పర సంబంధ వ్యవహార శబ్దములను వినీ విననట్లు ఉండాలి.

ఈ భౌతిక దేహమును ఎదురుగా ఉన్న ఒక కట్టెను చూస్తున్నట్లుగా జడమైన వస్తువుగా చూడాలి. దీని రాకపోకలను కూడా స్వప్న వస్తువులు ఉండి, లేకపోవటం వలె సందర్శించాలి. తదితర దేహములను కూడా స్వప్నంలో కనిపించిన అరణ్యములోని కట్టెలవలె చూడాలి.

వినీ విననివాడై, చూచీ చూడనివాడై, పలుకుతూ పలకనివాడై, జీవిస్తూ భౌతికదైహమునకు సంబంధించినవాడై ఉండండటం – ఇదీ, **ప్రశాంతత్వము** యొక్క లక్షణము.

ధారణ : "మనస్సు యొక్క రూపమేమిటి?" అని పరిశీలిస్తే "ఒకటి తరువాత మరొకటిగా నిర్వర్తించబడే సంకల్ప పరంపరల అలవాటుయే" (A habit of operating thoughts while being backed by Assumptions and Pressumptions) అని తెలియబడగలదు. సంకల్పము దృశ్య ధ్యాసచే దృశ్యముపై నమ్మకము ఏర్పడుతోంది. దృశ్యముతో ఏర్పడే సంకల్పావేశమే ఆత్మానుభవమును కప్పి ఉంచే **'సంసారము'** (లేక) **'కలన-భావము'** (లేక) **'మాయ'** అయి ఉన్నది. అందుచేత.. ఇప్పుడు : →

అట్టి సంకల్పరూప మనస్సును ఆత్మజ్ఞాన సంబంధమైన భగవత్ ఉపాసనా సంబంధమైన, ధ్యాసల సహాయంతో శబ్దాది విషయములను అధిగమించి, **'ఆత్మదృష్టి'** యందు స్థాపించాలి. మననమును / ధ్యాసను ఆత్మజ్ఞాన విశేషములపై, శాస్త్రములు సూచించే యోగసాధనములపై అభ్యాసవశం చేయటమే **ధారణ**. బుద్ధిమంతుడైనవాడు ధ్యాస సహాయంతో మనస్సును సర్వభేదములను అధిగమింపజేసి సర్వమును ఆత్మభావనగా, ఆత్మకు అభిన్నంగా దర్శించుటయందు బుద్ధిని నిలిపి ఉంచటమే **ధారణ.**

ఆత్మయందు మనస్సును నిలపటం. 'సర్వము' ఆత్మస్వరూపంగా అనిపించేవరకు అనుకుంటూ ఉండటము. ఇదే **ధారణ.**

తర్కము: వేద-వేదాంత వాఙ్మయము అందిస్తున్న మహా వాక్యములను **(తత్ త్వమ్, ఆత్మాతిరిక్తావై సందర్భ సత్యమాత్రమేవ-ఆత్మావై సహజ సత్యమ్..** ఇత్యాది మహార్థములను) నిరూపిస్తూ దృష్టాంతములను, సంభాషణను విచారణ చేయటమే తర్కము. ఆత్మకు అల్పత్వము - స్వల్పత్వము - జీవాత్మ పరిమితత్వము ఆపాదించి చెప్పే వాదోపవాదాలు **'కుతర్కము'** అని అనిపించుకుంటాయి. ప్రతి జీవుని స్వస్వరూపము ఏకము-అఖండము అగు 'కేవలాత్మ'గా నిరూపించుకోవటమే - **సత్కారము, సద్భావన, సద్గమనము.**

సమాధి : బుద్ధి యొక్క సునిశితత్వము - నిర్మలత్వము - ప్రశాంతత్వముల ప్రభావం చేత.. ఏది (ఏస్థితి) పొందిన తరువాతైతే "సర్వే, సర్వత్రా, సర్వదా బ్రహ్మమే".. అను సమభావన నిశ్చలమౌతుందో.... అట్టి సందర్శన స్థితి **'సమాధి'** (సమ+అధి=సమం సర్వేషు భూతేషు తిష్ఠంతమ్ పరమేశ్వరమ్).. అని పిలువబడుతోంది.

జపము : మననమును (లేక మనస్సును) పరమాత్మధ్యానము వైపుగా (పరతత్త్వ ధ్యాస మార్గంలో) నడిపించటానికి 'జపము' సుఖప్రదమైన ఉత్తమ మార్గము అయి ఉన్నది. మనస్సు నుండి సర్వ దోషములు తొలగటానికి, అల్ప-పాప మార్గములలో మనస్సు సంచరించకుండా, కల్పితమాత్ర విషయములపై ఈ మనస్సు వ్రాలకుండా రక్షణ కవచమే **'జపము'.** 1) నామ స్మరణ 2) పరమార్థ-మహాత్మ్య మననము.. ఈ రెండూ జపము యొక్క రెండు ముఖ్యాంగములు.

ఆసనము : భూమిపై దర్భాసనము. ఆపై రమ్యమైన పులిచర్మము-శుభ్రవస్త్రము, ఇటువంటివేమైనా పరచుకొని జపము కొరకు కూర్చోవటం, ఆ రథ(స్థాన) మధ్యములో ఆశీనుడై జపమును చేయటం - మంచిది. దేహమునకు సానుకూల్యమైన ఆసనము వైచుకుని మనోఏకాగ్రతకు సానుకూల్యమైన పరిసరముల మధ్యగాను, ఎదురుగా అవతారమూర్తి యొక్క (లేక) గురువు యొక్క చిత్రమునో, విగ్రహమునో కలిగియుండి జపము చేస్తూ ఉంటే ఏకాగ్రత లభించగలదు. **జపమునకు కూర్చొనుచున్నప్పుడు ఆసనము ఒక ముఖ్యమైన ఉపకరణము (లేక) ఉపాయము.**

జపమునకు సంసిద్ధమగుచున్న సందర్భములో ఆర్యులచే వివిధమైన ఆసనములు సూచించబడ్డాయి. అట్టివాటిలో సుఖమయమగు ఆసనమును ముముక్షువు ఎన్నుకొనవచ్చు.

(1) పద్మకాసనము (పద్మాసనము) (2) స్వస్తికాసనము (3) భద్రాసనము

ఇంకా ఏదైనా దేహమునకు అనుకూలమైన ఆసనము సాధకుడు జపము కొరకై నిర్ణయించుకోవచ్చును. ఆ సమ్యక్ (సాధకుడు) సమరసభావనను ఆశ్రయిస్తూ, సర్వభేదదృష్టులను, భేద భావములను దూరంగా త్యజిస్తూ, జపమునకు సంసిద్ధుడు కావాలి. ఉత్తర దిక్కుగా ఆసీనులై జపమునకు ఉపక్రమించటమును విజ్ఞులు శుభప్రదమని సూచిస్తున్నారు. (జగద్విషయములన్నిటికీ అతీతత్వమునకు **ఉత్తరాభిముఖము సంజ్ఞారూపం**గా యోగశాస్త్రజ్ఞులు ఉద్దేశ్యిస్తూ ఉంటారు).

ప్రాణాయామము - సాధనా ప్రక్రియ :

→ ఒక ముక్కు పుటమును బొటనవ్రేలుతో నొక్కిపెట్టి ఉంచి..

→ రెండవ ముక్కు పుటముతో నెమ్మది నెమ్మదిగా గాలిని లోనికి పీల్చుతూ..

→ బుద్ధితో అగ్ని యొక్క తేజోరూపమును ధారణ చేస్తూ...

→ మనో స్ఫురణగా 'ఓం' అను ప్రణవమును గాని, గాయత్రీ మంత్రమునుగానీ, ఇష్టదైవ-గురునామ పూర్వకమైన మూలమంత్రమును గాని ఉచ్ఛరిస్తూ... [నమఃశివాయ (లేక) నమో నారాయణాయ (లేక) భూర్భువస్సువః తత్ సవితుః వరేణ్యం.... అని అశబ్ద రూపనాదం పెదిమలు కదల్చకయే - బాహ్య శబ్దము చేయకయే]

→ ఇష్టదైవ (లేక) గురు రూపమును భావనచే మననం చేస్తూ.... పూరక-కుంభక-రేచక ప్రాణాయామ విధులను అభ్యసించాలి.

→ 'ఓం' అని అశబ్దరూపనాదం చేస్తూ (నోరు ఉపయోగించకయే మనస్సుతో ఉచ్చారణ చేస్తూ) పూరకమును..,
(శబ్దతన్మాత్రతో ఉచ్ఛరిస్తూ...) కుంభకమును నిర్వర్తించాలి.

'ఓం' అని అశబ్దరూపతన్మాత్రగా (బ్రాహ్య శబ్దరహితంగా) **రేచకమును** నిర్వర్తించాలి.

పూరకము పెదిమలతో శబ్దం చేయకుండానే.., వాయువును పీలుస్తూ → ఓం కేవలతన్మాత్రలతో-ఇంద్రియార్థములతో మనోతరంగ కదలికల రూపంగా ఉచ్చారణ. (ఇంద్రియములతో కాదు).

దేహమునందు వాయువును నిలుపుతూ → దివ్యమంత్రోచ్చారణా రూపమైన కేవల తన్మాత్రజనిత శబ్దమును ఆశ్రయించాలి.

[దేహము నుండి వాయువును బయటకు వదలుచూ వాయు రహిత శూన్యమును ధారణ చేస్తూ → ఓం కేవల తన్మాత్రోచ్చారణను;

పెదిమలు గాని, దేహమునుగాని ఉపయోగించకయే... మనస్సుతో (ఆలోచనా తరంగాలతో/ఆలోచనా ప్రకంపనములతో) పలకాలి. అనగా.. ఇంద్రియములకు ఆవలగల ఇంద్రియార్థరూపమగు శబ్ద తన్మాత్రతో మనస్సును మాత్రమే ఉపయోగించి ఎలుగెత్తి ఆత్మసామీప్యతను గానం చేయాలి].

శబ్ద బ్రహ్మమును చిత్తముతో చింతన చేస్తూ - (శబ్దమును మనస్సుతో శబ్దతన్మాత్రను, రూపమును మనస్సుతో రూపతన్మాత్రను ఉపయోగించి).. పూరక-కుంభక-రేచకములు అభ్యసించాలి.

మహదాశయముతో ప్రాణాయామము నిర్వర్తించబడుగాక. అంటే? "నా యొక్క మనస్సులోని, బుద్ధిలోని, ఇంద్రియములలోని దోషవృత్తి-అల్పభావన-క్రియ-సంకల్పములను, దృశ్యము వాస్తవమనే భ్రమలను తొలగించుకోవటానికి ఈ ప్రాణాయామ ప్రక్రియను నిర్వర్తిస్తున్నాను" అనే ఆశయమును సుస్పష్టీకరించుకొని అటుపై ప్రాణయోగ సాధనకు సంసిద్ధమవ్వాలి. ఆత్మ సర్వత్రా అనన్యంగా స్వాభావికానుభవమవటమే యోగాభ్యాసముయొక్క మహదాశయము.

యోగసాధకులు : ఆత్మతో సంయోగము.

ఇక..., అటు తరువాత

- నాభి యొక్క ఉర్ధ్వస్థానంలో ధ్యానమును మంత్రోచ్చారణతో సహా ప్రారంభించి..,
- సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైనట్టి, "సర్వభూతములు తానై - సర్వసాక్షిగా వేరై" నట్టి.... ఆత్మ ధ్యానమునకు యోగాభ్యాస వరిష్ఠులు ఉపక్రమిస్తున్నారు.

ఆ విధంగా ఆత్మధ్యానం ప్రారంభిస్తున్నప్పుడు వారు (ప్రాణ-ధ్యాన యోగతత్పరులు) క్రిందకు, పైకి- ప్రక్కకు పూర్వ సంస్కారాల కారణంగా ప్రసరిస్తున్న దృశ్య సంబంధమైన సంసార దోష దృష్టులను మొదలంట్లా త్యజించివేస్తున్నారు. దృష్టిని ఆత్మభావన-ఆత్మ సందర్శనము వైపుగా ఏకాగ్రం చేస్తున్నారు. దృష్టి-ధ్యాసలను ఎటూ పోకుండా చెదరకుండా నిశ్చలము-సుస్థిరము- నిష్కంపము- చేస్తూ ఎల్లవేళల యోగాభ్యాసము కొనసాగించుచున్నారు.

యోగాభ్యాసము ద్వారా నిశ్చలమైన బుద్ధితో ***"ఆత్మైవమ్యేవ సర్వత్ర-సర్వము ఆత్మయొక్క విన్యాసమే కదా"***.. అనే ఉపాసన-ప్రాణయోగ అభ్యాస-సమయానికి మాత్రమే పరిమితం చేసుకోకూడదు. మరి? **నా ఈ పూరక - కుంభక- రేచక ప్రాణయోగాభ్యాసము 'సర్వము ఆత్మయే' అనే అనుక్షణికమైన ఆత్మ సంయమయోగానుభవము సముపార్జించే ప్రయత్నంలో,** ప్రారంభదశ వంటిది' - అని భావించాలి. ఆత్మభావన అనుక్షణికమవటమే - మహదాశయము.

ప్రాణాయామముతో బాటే ధారణను కూడా బుద్ధితో ఆత్మీయ-ఆత్మజ్ఞానమును అవధరించటమును కూడా అప్పటికప్పుడే, తత్సమయంలోనే-అభ్యసించాలి.

చలించక స్థిరముగా కదలకుండా నిలిపిన కంఠనాళము – శిరస్సు యొక్క అభ్యాసముచే ధారణను (ధ్యాస యొక్క నిశ్చలతను) వృద్ధి చేసుకోవాలి. ఆలోచన–ఆలోచనల మధ్య గల **నిరాలంబ–విషయాతీత** రూపమగు ఆత్మయే అంతిమ ధారణ వస్తువు.

క్రమంగా ప్రాణాయామము (పూరక, కుంభక–రేచకములు) + ధారణ.. వీటి రెండింటి యొక్క అభ్యాసకాలమును పెంచుకుంటూ 12 మాత్రల వరకు (3 x 3 9ని॥ వరకు) పెంచుకుంటూ పోవాలి. కాల నియమమును జాగ్రత్తగా పాటించుకుంటూ ప్రాణ–ధారణ యోగములను అభ్యసించాలి.

ఉపాసనా వస్తువు ఆత్మయే!

అట్టి పర–ఇహతత్త్వ రూపమగు ఆత్మ ఎట్టిదో.. (ఆత్మా౽హమ్ అనుభవము ఏ రూపమైనదో) జ్ఞప్తియందు కలిగి ఉండాలి. అట్టి అక్షర పరబ్రహ్మము **–యత్**–ఎట్టిదంటే .....,

అఘోషమ్ = ఎటువంటి ఘోషశబ్దము లేనట్టిది!

అవ్యంజనం = ఎటువంటి దృశ్య వ్యవహారములచే స్పృశించబడనిది. ఇంద్రియ దృశ్య వ్యవహార సంబంధమైనది కాదు.

అస్వరం = స్వరము (గొంతుకతో చేసే శబ్దము)నకు పరిమితమైనది. సంబంధించినది కాదు.

తాలు–దంతోష్ఠ నాశికం చ న = గడ్డము–పెదిమలు–కొండనాలుక–ముక్కు.. ఇత్యాది దేహవిభాగములకు సంబంధించినది కాదు.

అరేఫమ్ = అది రేఫము – ఉచ్ఛ్వాస–నిశ్వాస సంబంధమైనదేదీ కూడా కాదు.

మహదాశయమగు ఆత్మతత్త్వానుభవము→ **అక్షరము** (క్షయించు ధర్మము లేనిది) – **పరము** (సర్వమునకు ఆవల అయినది) – **సర్వము** (సర్వమై ఉన్నట్టిది) – **సర్వసాక్షి** (మౌనంగా ప్రశాంతంగా సర్వమును చూస్తూ ఉన్నట్టిది) – అయి ఉన్నది. అట్టి ఆత్మోపాసనయే ప్రాణోపాసన యొక్క లక్ష్యము. అంతేగాని దృశ్యముతో ఏదో పొందటం, కనబడటం, సాపేక్షికంగా ఎవరికంటేనో గొప్పగా ఉండటము కాదు.

"సర్వము ఆత్మయే" అని అనిపించటమే ముఖ్యోద్దేశం.

కేవలీస్వరూపమగు తత్త్వానుభూతికి మరి ప్రాణయోగసాధన ఎందుకంటారా? వినండి.

- ప్రాణము ఇష్టము యొక్క శక్తి రూపము. ఇష్టము – ప్రాణములు పరస్పరము వేరైనవి కావు.
- ఇష్టరూపమగు ప్రాణము ఎటువైపుగా వెళ్ళుచూ ఉంటే.., జీవాత్మ కూడా అటు వైపే ప్రయాణం సాగిస్తూ ఉంటుంది.

అందుచేత అట్టి ప్రాణ ప్రయాణమును ప్రాణయోగసాధనచే (పూరక – కుంభక– రేచక యోగసాధనలచే)... అనామయమైనట్టి (సర్వ విషయములకు, విశేషాలకు స్థానమై వాటిచే స్పృశించబడక – ఆవల ఉన్నట్టి) **దోషరహిత నిత్య నిర్మల పరబ్రహ్మము** వైపుగా నడిపించటం పరాకాష్ఠ సాధన అయి ఉన్నది.

- ప్రాణయోగసాధనచే వాయు ద్వారము (Gate),
- వాయుద్వారముచే హృదయ ద్వారము,
- హృదయ ద్వారము చే మూర్ధ్ని (నుదురు) ద్వారము,
- మూర్ధ్ని ద్వారముచే శిరస్సు యొక్క ఉపరి స్థానమగు బ్రహ్మరంధ్రము, బ్రహ్మరంధ్రము ద్వారా సహస్రారము,
- సహస్రారముచే విశ్వప్రాణము, విశ్వతత్త్వము, విశ్వాత్మత్త్వము

.... ఇవియే సుషిరగస్థాన ప్రవేశము (శిరో ఉపరిస్థానమున గల సూక్ష్మ బ్రహ్మరంధ్రమును మూత తెరచి సహస్రార ప్రవేశం). విశ్వమంతా స్వస్వరూపముగా అనుభూతం కావటం – ఇదియే యోగమార్గం! ఇదియే మోక్షమార్గముగా కూడా చెప్పబడుతోంది.

సర్వము తానై, సర్వము తనకు అభిన్నమై, తానే విశ్వరూపమై ఆస్వాదించే సుషిరగ–సూక్ష్మ రంధ్ర అన్త (ఆవల) స్థానమే, (సర్వతత్త్వ రూప అనుభావనయే, అనుభూతియే) **యోగ సాధనల లక్ష్యము.**

అందుచేత.. అనుభవజ్ఞులు అందించే మార్గమైనట్టి **"ఈ ప్రాణయోగ సాధన నన్ను జగత్ సంబంధమైన నామరూప పరిమిత హ్రస్వభావనల నుండి సముద్ధరించి ఆత్మతత్త్వ భావన – అనే ఒడ్డుకు చేర్చగలదు!** – ఇటువంటి దృఢమైన నమ్మికతో ప్రాణయోగ సాధన

నిర్వర్తించబడుగాక! "ఇదంతా వృధాయేమో? నన్ను ఉద్ధరించదేమో?" అనే అల్ప భావనలను, శంకలను – **"శాస్త్ర విశ్వాసము. గురు విశ్వాసము, ఆత్మవిశ్వాసము"**ల సహకారంతో – దూరంగా త్రోసివేయాలి.

ప్రాణయోగసాధన – ముఖ్యమైన కొన్ని జాగ్రత్తలు :

(1) అభయము : మార్పు–చేర్పులు లేనట్టి ఆత్మ సర్వదా వేంచేసి, మనందరి హృదయములో, మనయొక్క సహజమగు సొత్తు–సొమ్ము అయ్యే ఉన్నదికదా! ఈ దృశ్య జగత్తు స్వప్నసదృశ్యం. ఇందు వాస్తవానికి పోయేది లేదు. వచ్చేది లేదు. కనుక భయమును దరిజేరనీయకూడదు. అభయము ఆత్మజ్ఞాన లక్షణము.

(2) అక్రోధము : నాటకంలో నటిస్తూ తదితర పాత్రల మాటలకు (Dialogues), వర్తనకు (Behaviour) కోపం తెచ్చుకుంటామా? "ఇదంతా నాటకం! నేను ఒక పాత్రగా నటిస్తున్నాను. వారు మరొక పాత్రగా!"... అని ఏమరువము కదా!

ఈ జగత్‌నాటకంలో తదితర పాత్రలను విజ్ఞుడు నాటకీయతగా చూస్తాడేగానీ వారిపై వీరిపై హృదయంలో కోప ద్వేషాలు, మనోతాపములు పెట్టుకోడు. అవివేకి (వివదంతి అవివేకినః– అన్నట్లుగా) కోప–తాపములకు హృదయంలో చోటిస్తున్నాడు. ప్రాణయోగాభ్యాసానికి సిద్ధపడువాడు "అంతా ప్రియాతిప్రియమగు ఆత్మయే! ప్రాణేశ్వర రూపమే! కనబడేవన్నీ ఇష్టదైవ రూపములే".... అను భావనతో క్రోధభావములు సమీపించకుండా చూచుకోవాలి.

(3) న ఆలస్యమ్ : సాధకునకు అతి ముఖ్యమైన విరోధి ఒకటి ఉన్నది. అదియే **'బద్ధకము'**. అందుకే శాస్త్రములు "బ్రాహ్మీముహూర్తంలో (4 AM) నిదుర లేచి ప్రార్ధన చేయండి. ఆలస్యం చేయకండి. తెల్లవారుఝామునే దంత ధావనము, స్నానము మొ॥ వాటిని నిర్వర్తించండి".. అని సూచిస్తున్నాయి. ఉత్సాహము – సాహసము – సమయపాలన... ఈ మూడు అతిముఖ్యము. కాలమును అనవసరమైన లౌకిక వ్యాపకములచే వృధా పరచుకోరాదు.

నియమిత ధర్మములు ఉపాసన యొక్క అంతర్విభాగముగా చూడబడుగాక!

న అతిస్వప్నః : అతి నిద్రచే బుద్ధి మొద్దుబారుతుంది. బద్ధకము పెరుగుతుంది. "నిద్రచాలినంత లేకపోతే ఎట్లా?" అని అనుకుంటూ, కొందరు మహదాశయము కలిగి ఉండి కూడా–కాలాన్ని, దేహశక్తులను, అతి నిద్రలోకి నెట్టివేస్తూ వృధా చేసుకుంటున్నారు. అందుచేత యోగాభ్యాసికి అతి నిద్ర కూడదు.

న అతి జాగరమ్ : అలా అని అర్ధరాత్రి వరకు నిద్రపోకుండా ఉండటం యోగాభ్యాసానికి సానుకూల్యము కాదు. అతిజాగరణ బుద్ధికి నిశితత్వమును కలిగించదు.

న అత్యాహారమ్ : అతిగాను, సమయపాలన లేకుండాను ఆహారం తీసుకుంటూ ఉంటే, దేహము యోగసాధనకు సహకరించక శరీరము మొరాయిస్తుంది.

న అనాహారమ్ : అలా అని, ఆహారము తీసుకోకుండా దేహమును అతిగా ఉపవాసములతో క్రుంగతీసుకుంటే, యోగసాధనకు దేహము బలహీనమైన ఉపకరణం కాగలదు.

ఈ విధంగా యోగసాధనకు వ్యతిరిక్తమయ్యే అభ్యాసాల పట్ల (అలవాట్లను) యోగి జాగరూకుడై విసర్జించాలి!

ఫలశృతి:

ఈ విధంగా ఒక విధిగా (with Regularity and Punctuality), ఒక క్రమమైన మార్గంగా రేచక–కుంభక–పూరక ప్రాణయోగ సాధన, ధారణ, ప్రత్యాహారము, మనోమననము, మనోమంత్రోచ్చారణ.. ఇవి 3 నెలల కాలం అభ్యసించువాని అంతరంగములో **'ఆత్మజ్ఞానము'** అనే జ్యోతి స్వయముగా ప్రకాశించగలదు. ***(తత్ స్వయమ్ యోగ సంసిద్ధః కాలేన ఆత్మని విందతి–భగవద్గీత). నిత్యమ్ అభ్యస్యతే క్రమాత్, స్వయం ఉత్పద్యతే జ్ఞానమ్ త్రిభిర్మాసైః! అత్ర న సంశయః!***

ప్రాణాయామసాధనను విధి పూర్వకంగాను అనునిత్యముగాను 4 నెలల కాలం సాధన చేయువారికి **దేవతా దర్శనం (ఇష్టదైవ దర్శనం) లభించగలదు.**

5 నెలల పాటు శ్రద్ధగా యోగోపాసన చేయువారికి – వితతక్రమాన్ – **నిత్యానిత్యవివేకము దృఢముగా రూపుదిద్దుకోగలదు.**

6 నెలల పాటు పట్టుదలగా యోగాభ్యాసము చేయువారికి **కైవల్యమే** లభించగలదు. కేవలము, సనాతనము అగు ఆత్మ 'సోఽహమ్' అనుభవము అనునిత్యమవగలదు.

ఇందులో సందేహమే లేదు.

– – –

అట్టి ప్రాణాయామ అభ్యాసకాలంలో...,

(మాత్ర = కనురెప్ప కాలము)

5 మాత్రల కాలము → భూతత్త్వమును

4 మాత్రల కాలము → రసతత్త్వమును

3 మాత్రల కాలము → తేజోతత్త్వమును

2 మాత్రల కాలము → చలన తత్త్వమును, (వాయుతత్త్వమును)

1 మాత్ర కాలము → ఆకాశ (నిర్విషయ) తత్త్వము – శూన్యతత్త్వము) తత్త్వమును

క్రమంగా అమాత్రత్వమును ధారణ చేయును గాక!

అహమ్ పార్థివః → సర్వభూతరూపోఽహమ్!	పార్థివ స్వరూపమంతా నేనైన "నేను"!
అహమ్ వరుణః → రసరూపోఽహమ్!	జలముగా త్రాణ–రస స్వరూపమంతా నేనైన "నేను"!
అహమ్ అగ్నిః → తేజోరూపోఽహమ్!	తేజో – ఉష్ణ స్వరూపమంతా నేనైన "నేను"!
అహమ్ వాయుః → స్పందరూపోఽహమ్!	వాయు–స్పందనా–పంచప్రాణ–సప్రాణ స్వరూపమంతా నేనైన "నేను"!
అహమ్ ఆకాశః → నిర్విషయరూపోఽహమ్	నిర్విషయ నిరాలంబ–సర్వాంతర్యామి–సర్వ అంతరంతరాంత స్వరూపమంతా నేనైన "నేను"!
అహమ్ కేవలాత్మః → ఆత్మరూపోఽహమ్	కేవల–సర్వాతీత–సరాత్మక స్వరూపమంతా నేనైన "నేను"!

ఈ విధంగా మనస్సును ఆత్మతో అనుసంధానం చేస్తూ రావాలి. మనస్సుతో ఆత్మతత్త్వమునే చింతన చేస్తూ ఉండాలి. తదితరములైన ఆలోచనలు వస్తూ ఉంటే.. అట్టి ఆలోచనలకు కొంతసేపు కేవలసాక్షిగా (పట్టించుకోకుండా) ఉంటే.. అవి తొలగుతూ వాటి స్థానంలో ఆత్మవిచారణ, ఆత్మభావన, ఆత్మతత్త్వసమాచారము క్రమంగా చోటుచేసుకోగలవు.

ప్రాణయోగ సాధన చేస్తూ ఉన్నప్పుడు...,

"ప్రాణశక్తి ఆత్మనుండే జనిస్తూ ఆత్మయందే చరిస్తోంది కదా!"

→ అని గమనించబడుతూ ఉండుగాక!

→ నాశికకు త్రింశత్వార్ధ అంగుళ (30/2 = 15 అంగుళముల) దూరంలో ఏ స్థానములో ప్రాణశక్తి ఉత్తేజితమై దేహంలో ప్రవేశిస్తూ ఉన్నదో.. బాహ్యమున – అంతరమున సంచారాలు చేస్తోందో, అది బుద్ధితో గమనించబడుగాక.

→ ఆ విధంగా బాహ్య అభ్యంతరములలో అనుక్షణికంగా సంచారాలు చేస్తున్న ప్రాణ వాయు స్పందన–కారణతత్త్వమునే **'ప్రాణము'** అని పిలుస్తున్నాము.

→ అట్టి ప్రాణచైతన్య స్పందన–కేవలీశక్తిని బాహ్యమున గుర్తించటం, గమనించటం, అభ్యాసవశంగా, ఉపాసించటం– **సులభ ప్రాణగమన సందర్శనము** అయి ఉన్నది.

ప్రాణతత్త్వాన్ని విజ్ఞులై గమనించిన మహనీయులు – ప్రాణశక్తి క్రియాత్మకమై యున్నట్లుగాను, ఒక్క రాత్రి – ఒక్క పగలులో ఒక లక్ష పదమూడు వేల నూట ఎనుబది (1,13,180) శ్వాసలతో సంచరిస్తున్నట్లుగాను గమనిస్తున్నారు. (ఒక రోజులో జరిగే శ్వాసల సంఖ్య అది!)

పంచప్రాణముల స్పందన - సంచారముల స్థానములు

ఇప్పుడు... వాయువు దేహమునందు నిర్వర్తిస్తున్న గమనములను అనుసరించి మనం ఇప్పటిదాకా విభజించి చెప్పుకున్నట్టి పంచప్రాణముల ముఖ్య సంచార స్థానముల గురించి (ఉపాసన నిమిత్తమై) చెప్పుకుందాము.

ప్రాణము → హృదయస్థానములో ముఖ్యసంచలనము కలిగి, గుర్తింపబడగలిగినదై ఉన్నది.

అపానము → గుదస్థానము, హృదయస్థానములలో ముఖ్యసంచలనము కలిగి, గుర్తింపబడగలిగినదై ఉన్నది.

ఉదానము → కంఠ స్థానము, హృదయస్థానములలో ముఖ్యసంచలనము కలిగి, గుర్తింపబడగలిగినదై ఉన్నది.

వ్యానము → సర్వ అంగములలో అవిశ్రాంతంగా సంచరిస్తూ పర్యవేక్షిస్తూ ఉన్నది. దేహమంతా వ్యాపించినదై ఉన్నది.

పంచప్రాణముల యొక్క యోగానుభవమగు రంగులు

ప్రాణవాయువు : రక్తవర్ణములో ఎర్రటి మణివలె ధగధగాయమానంగా ప్రకాశిస్తూ హృదయమును ముఖ్యస్థానముగా కలిగియున్నది.

అపానవాయువు : దేహము యొక్క మధ్యభాగమును ముఖ్యస్థానముగా కలిగియున్నదై, నీలంగా ఇంద్రగోపమణి ప్రభలతో విరాజిల్లుతూ ఉంటోంది.

సమానవాయువు : ప్రాణ-అపానముల మధ్య ప్రదేశమును ముఖ్య స్థానముగా కలిగియున్నదై, ఆవు పాలవలె తెల్లటి కాంతులతో మృదుమధురంగా ప్రకాశమానమౌతోంది.

ఉదానవాయువు : నల్లటి కాంతులతో కంఠనాళము క్రింద ప్రదేశంగా ఊర్ధ్వముఖముగా కాంతులు వెదజల్లుతూ ఉంటోంది.

వ్యానవాయువు : అగ్ని యొక్క తేజమువలె అగ్నికిరణ (బంగారు) రంగుగా కుక్షిభాగమును ముఖ్యస్థానంగా కలిగి ఉంటోంది.

మహదాశయము :: పరమాశయము

- ఎవ్వరైతే...,
- ప్రాణయోగాభ్యాసము యొక్క పరిపక్వతచే..,
- పైన మనం వర్ణించి చెప్పుకున్న ప్రాణవాయు మండలమును ఛేదించుకొని..,
- తమ యొక్క ప్రాణశక్తిని చిత్తముతో సహా..,
- సహస్రారస్థానముగా చెప్పబడే మూర్ధ్ని (Upper part of fore face) ఉపరి చేర్చుతారో...,
- అటుపై బ్రహ్మరంధ్రస్థానమునకు చిత్త-ప్రాణములను చేర్చి నిలిపి ఉంచుతారో...,
- క్రమంగా బ్రహ్మరంధ్రమును (సుషిరగమును) తెరిచి "సహస్రారమును" ప్రవేశించుచున్నారో...,

వారు సర్వేంద్రియములను తమ స్వాధీనములో ఉంచుకున్న వారగుచున్నారు.

అట్టి వారు ఎప్పుడు - ఎక్కడ దేహము త్యజించినాకూడా.. జన్మ - కర్మలకు ఆవలగల కేవలీ రూపము (లేక) కేవల సాక్షీరూపమును సంపాదించుకుంటున్నారు. అట్టివారిపట్ల వర్తమాన జన్మ కూడా స్వతఃగా లేనిదై, కల్పనామాత్రమై శేషించగలదు.

వారికి ఇక పునఃజన్మలు లేవు. ఉండవు.

"నేను జన్మ-కర్మలకు సంబంధించినవాడను".. అనే భ్రమ తొలగి, **సర్వాత్మస్వరూపులై వెలుగొందుచున్నారు.**

దేహముల రాక-పోకలు వారికి లీలా - క్రీడా - ఆనంద వినోదమగుచున్నది.

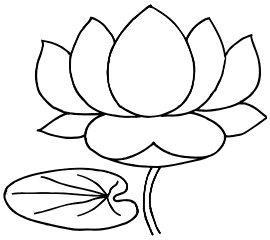
ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత అమృతనాదోపనిషత్
ఓం శాంతిశ్శాంతిశ్శాంతిః॥

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

2 అమృత బిందూపనిషత్

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ అమృత బిందూపనిషత్ వేద్యం యత్ పరమాక్షరమ్।
తదేవహి త్రిపాద్రామచంద్రాఖ్యం। సః పరాగతిః॥



ఏదైతే పరము (*Final*) అక్షరము, అమృతతత్త్వమై యున్నదో అట్టి ఆత్యంతిక తత్త్వమును ఈ అమృత బిందూపనిషత్ మనందరినీ తట్టి నిద్రలేపి గుర్తు చేయుచున్నది. పరతత్త్వమార్గమును సుగమం చేయుచున్నది.

ఓం 1. మనోహి ద్వివిధం ప్రోక్తం, శుద్ధంచ – అశుద్ధమేవ చ। అశుద్ధం → కామసంకల్పం, శుద్ధం → కామవివర్జితమ్॥	మనం ఇప్పుడు పరతత్త్వమును ధ్యానిస్తున్నాము! మొట్టమొదటగా.. మనన రూపమగు మనస్సు రెండు విధములుగా ఉంటోందని విజ్ఞుల ప్రవచనము (1) శుద్ధము (2) అశుద్ధము. మనస్సు యొక్క అశుద్ధ విభాగము దృశ్య సంబంధమైన - కామ - కామసంబంధమైన సంకల్పములు కలిగి ఉంటోంది. ఇక రెండవ విభాగము కోరికలు లేనట్టిదై, **శుద్ధ స్వరూపము** (The Absolute) అయి ఉంటోంది. జగత్ భావనకు మునుముందే ఉన్నట్టి మనస్సు 'శుద్ధ మనస్సు' అని 'కేవల మనస్సు' అని, 'ఉన్మనీ' అని చెప్పబడుతోంది. కేవల మనస్సు బ్రహ్మమే.
2 మన ఏవ మనుష్యాణాం కారణం బన్ధ – మోక్షయోః। బంధాయ విషయాసక్తం, ముక్త్యై నిర్విషయగ్ం స్మృతమ్॥	ఈ జీవునకు బంధమునకు గాని, మోక్షమునకుగానీ.. కారణము మనస్సే! ఆత్మకు బంధము లేదు. మోక్షము లేదు. దృశ్య విషయములందు **ఆసక్తి** కలిగి ఉండటమే **బంధము**. మనస్సు **విషయములను దాటిపోయి, సాక్షిత్వము వహిస్తూ, నిర్విషయత్వం సంతరించుకోవటమే ముక్తి.**
3. యతో నిర్విషయస్య అస్య, మనసో ముక్తి రిష్యతే। అతో నిర్విషయం నిత్యం, మనః కార్యం ముముక్షుణా॥	ముముక్షువు యొక్క మనోచర్యలన్నీ ఎప్పుడు ఆతని పట్ల నిర్విషయత్వం కలిగి ఉండటం జరుగుతుందో,...., అప్పుడు ఆతని మనస్సు ముక్తి పొందినదే అగుచున్నది. అట్టి **మనస్సు యొక్క నిర్విషయత్వమే మోక్షము.** ముముక్షువు అట్టి సాధనయందు నిమగ్నుడై ఉండును గాక.
4 నిరస్త విషయా సంగం, సం నిరుద్ధం మనో హృది యదా యాతి ఆత్మనో భావం, తదా తత్ పరమం పదమ్॥	ఎప్పుడు విషయములందు ఆసక్తి (Inquisitiveness) విసర్జించి, మనస్సు హృదయములో నిరోధించబడినదై **ఆత్మ భావన మాత్రమే** కలిగి ఉంటుందో,.. అదియే **'పరమపదము'**.
5 తావత్ ఏవ నిరోద్ధవ్యం యావత్ హృదిగతం క్షయమ్। ఏతత్ జ్ఞానం చ, ధ్యానం చ। శేషో న్యాయశ్చ విస్తరః॥	అందుచేత హృదయములో దృశ్య సంకల్పములు క్షయము అయేంత వరకు మనస్సును నిరోధిస్తూనే ఉండాలి. మనస్సును ప్రాపంచక విషయంగా నిరోధిస్తూ హృదయములో ఆత్మ భావన యందు ప్రతిక్షేపించటమే **జ్ఞానము**. అదియే **యోగము**. అదియే **ధ్యానము** కూడా! ఇక తదితర (పూజ స్తుతి మొదలైన) విషయాలన్నీ నిర్విషయ న్యాయము కొరకు విస్తరించబడి చెప్పబడే మధ్యే మార్గాలు మాత్రమే.

6 న ఏవ చిన్త్యం। న చ అచిన్త్యం। న చిన్త్యం చిన్త్యమేవ తత్।
పక్షపాత వినిర్ముక్తం, బ్రహ్మ సంపద్యతే తథా॥

- ఇక ఆత్మ ఎట్టిది? అది చింతనకు విషయం కాదు. అట్లా అని చింతన చేయలేనిదీ కాదు. మనస్సుకు విషయం కానప్పటికీ చింతన చేయవలసినది అద్దాని గురించే! **చిత్తము సర్వపక్షపాతములు విడిస్తే, అప్పుడిక బ్రహ్మమే శేషించగలదు.**

7 స్వరేణ సంధయేత్ యోగమ్,
అస్వరమ్ భావయేత్ పరమ్।
అస్వరేణ అనుభావేన
న (స)భావో భావ ఇష్యతే॥

పరమాత్మ శబ్దములకు విషయం కాదు. భావనకు కూడా అలభ్యం. అయినా కూడా స్వరము (సంభాషణ-గానము) భావనలతో యోగ మార్గంలో ఆత్మ వస్తువును అనుసంధానం చేయుటమే సాధన. స్వరమునకు అవిషయమైనప్పటికీ స్వరముతో కూడిన భావనచే అద్దాని 'సత్ స్వరూపము' ఆస్వాదించబడగలదు. అనుభవమవగలదు.

8 తదేవం నిష్కళం బ్రహ్మ,
నిర్వికల్పం నిరంజనమ్
"తత్ బ్రహ్మ-అహమ్" ఇతి జ్ఞాత్వా,
బ్రహ్మ సంపద్యతే ధ్రువమ్॥

బ్రహ్మము సర్వదా **నిష్కళంకమైనది.** సంకల్ప - వికల్పములకు సాక్షి కాబట్టి **నిర్వికల్పము.** జన్మ-కర్మ-మనో-మాయ - ఇత్యాది దోషములచే స్పృశించబడటం లేదు. కాబట్టి **నిరంజనము.** తత్త్వశాస్త్రము "తత్‌త్వమ్".. అని గుర్తు చేస్తోంది. **"అట్టి బ్రహ్మమే నేను"**... అని ఎరుగుటచే అధ్రువమును దాటి, **ధ్రువమగు బ్రహ్మమును సముపార్జించుకొనగలము.**

9 నిర్వికల్పం అనంతం చ,
హేతు దృష్టాంత వర్జితమ్
అప్రమేయం అనాదిం చ
యత్ జ్ఞాత్వా ముచ్యతే బుధః॥

అట్టి బ్రహ్మము నిర్వికల్పము. ఆద్యంత రహితము. అనంతము. అకారణము. దృష్టాంతాలతో-ఉపమాలంకారాలతో చెప్పబడగలిగేది కాదు. పుణ్య-పాప-జన్మ-జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి.. ఇత్యాదులతో ప్రమేయము లేనిది. అది అనాది. **వివేకి తన వివేకముతో అట్టి పరమాత్మను తనకు అభిన్నమైనదిగా గ్రహించి సర్వబంధముల నుండి వినిర్ముక్తుడు** (Relieved) **అగుచున్నాడు.**

10 న నిరోధో న చ ఉత్పత్తిః
న బద్ధో, న చ సాధకః,
న ముముక్షుః న వైముక్తః
ఇత్యేషా పరమార్థతా॥

వాస్తవానికి సర్వే-సర్వత్రా సర్వదా ఆత్మయే వెల్లివిరిసియున్నది. ఇక తదితరమైన దానికి దేనికీ వినాశనము లేదు. ఉత్పత్తి లేదు. అంతా ఆత్మయే అయి ఉండగా బద్ధుడెవడు? ముక్తుడెవడు? బంధవిముక్తికై సాధకుడెవడు? మోక్షార్థియగు ముముక్షువు ఎవడు? పరామర్థంగా చూస్తే ఇవేవీ లేదు.

11 ఏక ఏవ ఆత్మా మన్తవ్యో
జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తిషు।
స్థాన త్రయ వ్యతీతస్య
పునర్జన్మ న విద్యతే॥

ఆత్మ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులకు వేరైనది. అఖండమగు ఆత్మయే జాగ్రత్ - స్వప్న-సుషుప్తులకు సాక్షి అయి ఉన్నది. ఆత్మ అనేకం అవటమే లేదు. ఏకమై ప్రకాశిస్తూ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్త మూడు స్థానములను కల్పన చేసుకొని, వాటి వాటి యందు లీలగా వ్యవహరిస్తోంది. అట్టి ఆత్మ యొక్క లీలా విన్యాసమును ఎరిగినవాడు **"నేను జన్మించువాడను" అనే భ్రమ పునఃపొందడు. జన్మరహితుడౌతాడు. అందుచేత ఆత్మయే మననమునకు అర్హమైన సత్యవస్తువు.**

12 ఏక ఏవ హి భూతాత్మా
భూతే భూతే వ్యవస్థితః।
ఏకధా బహుధా చ ఏవ
దృశ్యతే జలచంద్రవత్॥

ఒకే చంద్రుడు ఆకాశములో ఉండి వేరు వేరు తటాకములలో వేరు వేరు ప్రతిబింబములుగా ప్రకాశిస్తున్నాడు కదా! అట్లాగే సర్వభూతాత్ముడు ఏకమే అయి ఉండి ఈ వేరువేరు జీవులలో వేరువేరు ఆత్మలుగా వ్యవస్థితుడైనట్లు అగుపిస్తున్నారు. ఆత్మ సర్వదా ఏకమే! అనేకముగా అగుటయే లేదు!

13 ఘట సంవృతమ్ ఆకాశం, నీయమానే ఘటే యథా,
ఘటో నీయత న ఆకాశః, తద్వత్ జీవో నభోపమః॥

ఒక చోట ఉన్న కుండను అక్కడి నుండి కదలుస్తున్నప్పుడు కుండను కదల్చగలమేగానీ, ఆ చోటును (ఘటాకాశమును) కదల్చలేం కదా! అట్లాగే ఈ దేహము త్యజిస్తూ ఉంటే దేహము నశిస్తోందేగానీ, ఆత్మాకాశము ఒకచోట నుండి మరొకచోటికి వెళ్లేది కాదు. **స్థానమునకు ఆత్మ స్థానమై ఉన్నది.**

14 ఘటవత్ వివిధాకారం
భిద్యమానం పునః పునః
తత్ భేదే చ న జానాతి
స జనాతి చ నిత్యశః॥

ఈ దేహఘటము (Physical Body) వివిధమైన ఆకారాలు కలిగి ఉండి, మరల మరల నాశనము పొందుతూ కూడా, జడమై ఉండటం చేత తన వినాశనము గురించి తాను ఎరుగటం లేదు. నిత్యుడగు దేహియే అనిత్యమగు దేహ వినాశనములను ఎరుగుచున్నది. అట్లు ఎరుగుచున్నట్టి దేహియే ఆత్మ! నిత్యమగు ఆత్మకు వినాశమెక్కడిది? దేహమునకు ఉనికి ఎక్కడిది?

15 శబ్ద మాయ ఆవృతోనైవ
తమసో యాతి పుష్కరే।
భిన్నే తమసి చ ఏకత్వం ధ్యాయేత్
ఏక ఏవ అనుపశ్యతి॥

శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధములనబడే పంచతన్మాత్రలు అనే అంధకారముచే ప్రజ్ఞ ఆవరించబడినదై ఉంటోంది. అట్టి శబ్దాది చీకటిని అధిగమించి, భిన్నత్వమును జయించి ఏకత్వమును ధ్యానించాలి. అప్పుడు అనేకత్వము అనుభవమేకాదు. ఏకత్వమే అనుభవము కాగలదు- **అదియే సత్యము కాబట్టి!**

---

16 శబ్దాక్షరమ్ పరం బ్రహ్మ
తస్మిన్ క్షీణే యత్ అక్షరమ్,
తత్ విద్వాన్ అక్షరం ధ్యాయేత్
యది ఇచ్ఛేత్ శాంతిమ్ ఆత్మనః॥

వేదములు పరతత్త్వమును శబ్దాక్షరరూపంగా 'సోఽహమ్, తత్త్వమ్, జీవో బ్రహ్మేతినాఽపరః'' ఇత్యాది శబ్దములతో సిద్ధాంతీకరిస్తోంది. ఆ శబ్దాక్షరములను విని, వాటిని అధిగమించి,...... వాటి అర్థాన్ని ధ్యాసతో ఉపాసించాలి. ఆ విధంగా తన్మాత్ర విషయాలను అధిగమిస్తూ శాంతమగు ఆత్మయందు ఇచ్ఛ (Interest)ను వృద్ధి చేసుకోవాలి.

---

17 ద్వే విద్యే వేదితవ్యే తు,
శబ్దబ్రహ్మ పరం చ యత్।
శబ్ద బ్రహ్మణి నిష్ణాతః,
పరంబ్రహ్మ అధిగచ్ఛతి॥

ముముక్షువు (సాధకుడు) శబ్ద బ్రహ్మమును విచారణ చేయాలి. అనుభవముగా (జ్ఞాన-విజ్ఞాన సహితంగా) తీర్చిదిద్దుకోవాలి. కనుక - విచారణ అనుభూతులనబడే ఉభయ విద్యల యందు అభిరుచి ఉపాసనలను వృద్ధి చేసుకోవాలి. శబ్ద బ్రహ్మము నందు నిష్ణాతుడైనవాడు క్రమంగా పరబ్రహ్మానందానుభవమును చేరుకొంటున్నాడు.

---

18 గ్రంథమ్ అభ్యస్య మేధావీ
జ్ఞాన విజ్ఞాన తత్పరః,
పలాలమ్ ఇవ ధాన్యార్థీ
త్యజేత్ గ్రంథమ్ అశేషతః॥

జ్ఞాన (Theoritical) - విజ్ఞాన (Experiencing)ము లందు తత్పరుడైన ముముక్షువు బుద్ధితో గ్రంథాధ్యయనం చేసి మేధావి అగుచున్నాడు. ఇక, ఆ తరువాతనో? ధాన్యము సంపాదించినవాడు పొట్టును తొలగించి బియ్యమును వండుకుని తింటాడు కదా! అట్లాగే ఆ మేధావి గ్రంథము (Subject)ను త్యజించి **అంతా ఆత్మస్వరూపంగా ఆస్వాదించటమును ప్రారంభిస్తున్నాడు.**

---

19 గవామ్ అనేక వర్ణానామ్
క్షీరస్యాఽపి ఏకవర్ణతా।
క్షీరవత్ పశ్యతే జ్ఞానం,
లింగినస్తు గవాం యథా॥

అనేక రంగులుగా ఆవులు ఉండవచ్చుగాక! అవన్నీ ప్రసాదించే పాలు? తెలుపే కదా! అనేక ఆకారములుగా కనిపించే ఈ సర్వ జీవులలో అఖండాత్మను దర్శించి ఆత్మోపాసకుడు ఆత్మవేత్త అయి తానే అఖండాత్ముడగుచున్నాడు. (అనేక జీవాత్మలను అనేక ఆవులుగాను, ఆత్మను పాలుగాను భావించాలి).

---

20 ఘృతమివ పయసి నిగూఢం,
భూతే భూతే చ వసతి విజ్ఞానమ్।
సతతం మనసి మంథయతవ్యం
మనో మంథాను భూతేనతే ॥

ఏ విధంగా అయితే పాలలో నేయి అంతర్లీనమై ఉండి, పాలను కాచి తోడువేసి, చిలికినప్పుడు లభిస్తోందో.., ఆ విధంగా (పాలలో నేయి వలె) ప్రతి దేహిలోని ఆత్మజ్ఞానానుభూతి వేంచేసియే ఉన్నది. అందుచేత పెరుగు చిలికినట్లు మనస్సును శాస్త్ర ప్రవచన జ్ఞానముచే చిలికి ఆత్మానుభూతిని వెలికితీయాలి.

---

21 జ్ఞాననేత్రం సమాధాయ చ
ఉద్ధరేత్ వహ్నివత్ పరమ్
"నిష్కలం నిశ్చలం శాంతమ్
తత్ బ్రహ్మాఽహమ్"
ఇతి స్మృతమ్॥

కట్టె-కట్టెను ఒరిపిడి చేసి అగ్నిని పుట్టిస్తామే! ఆ రీతిగా సాధనములతో జ్ఞాననేత్రము(దృష్టిని) సముపార్జించాలి. జ్ఞాన నేత్రాగ్నితో సర్వభేదములను భస్మము చేసివేయాలి. **"నిష్కళంకమైన, నిశ్చలమైన, పరమశాంత స్వరూపమైన పరమాత్మయే నేను"** అను నిశ్చయమును సుదృఢీకరించుకోవాలి!

---

22 సర్వభూత అధివాసం చ
యత్ భూతేషు వసత్యపి।
సర్వ అనుగ్రహకత్వేన,
తత్ అస్మి 'అహం' వాసుదేవః॥
తత్ అస్మి అహం వాసుదేవ।
ఇతి అమృతబిందూపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

సర్వభూతజాలములకు ఆధారము, సర్వభూతములలో (జీవులలో) వసించునది, సర్వజీవులపై అనుగ్రహము ప్రసరించునది అగు వాసుదేవుడను నేనే! అందరియందు ఆత్మగా వేంచేసియే ఉన్నాను. నేనే వాసుదేవుడను. త్వమ్‌గా కనిపించేదంతా నేనే!

ఇదే అమృతబిందూపనిషత్ ఎలుగెత్తిపాడుచున్నగానము.

ఇతి అమృతబిందూపనిషత్

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

2 అమృత బిందూపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

ఏదైతే అక్షరము, పరము, సత్యము, నిత్యము, ఆత్యంతికము అయి ఉన్నదో.... అట్టి **పరతత్త్వధ్యాన - అనుభూతులను** ఈ అమృత బిందూపనిషత్ స్వరము మనందరియందును **నిదుర** లేపుచున్నది. ఈ ఉపనిషత్ అధ్యయనముచే - ఆత్మధ్యానము ఉత్తేజితమై మనందరి యందును ప్రకాశమానమగుచున్నది.

'ఓం' సంజ్ఞాస్వరూపమగు ఆత్మేశ్వరునికి నమస్కారములు. అట్టి పరతత్త్వము గురించి మనం ఇప్పుడు చెప్పుకుంటున్నాము.

మనస్సు - ద్వివిధములుగా...!

భావనాస్వరూపము, అంతరింద్రియము, నవరస ప్రదర్శనా సమన్వితము అయి ఈ మనస్సు ప్రవర్తిస్తోంది. **మనస్సే జగత్తు. మనస్సే జీవుడు.**

అట్టి మనస్సు రెండు రీతులుగా ఉంటోందని విజ్ఞులచే గమనించబడి, అభివర్ణించబడుతోంది.

(1) అశుద్ధ విభాగము (Thought while engaged in world-related details): దృశ్య విషయములందు అభిలాష - అభినివేశము కలిగి ఉంటున్న విభాగము. ఆశ, వేదన, ఆవేశము, సంబంధ బాంధవ్యములు, సుఖ దుఃఖ నిర్వచనములు ఇవన్నీ నిత్యమేననే భావనను ఆశ్రయిస్తోంది. దృశ్యము పట్ల సత్యసంకల్పము కలిగియున్న మనోవిభాగము. కామసంకల్పముల సమన్వితము. 'పొందాలి-కావాలి-ఉండాలి' అని ఆవేదన చెందుచున్నట్టిది.

(2) శుద్ధ మనస్సు :ఆలోచనలకు మునుముందేగల కేవలమగు మనో చైతన్య విభాగము. (Zone of origin of thought prior to commencement of Thought. Thought on Absolute state as a concept). సర్వ కోరికలను దాటివేసి ఆత్మారామమై (ఆత్మయందు, సర్వసమరస భావనయందు) విరాజిల్లుచున్నట్టి మనో విభాగము. సర్వకామ (All desires and expectation) వివర్జితమైనది. దృశ్యమునకు అతీతమైన అంతర్దృష్టి కలిగి ఉన్నట్టిది. కేవలసాక్షి.

(1) విషయములను మననము చేయు మనస్సు (అశుద్ధ) - (దృశ్య సహితమైన దర్పణము)

(2) విషయముల మననమునకు మునుముందే ఉన్నట్టి మనస్సు (శుద్ధ) - (ప్రతిబింబ శక్తి సమన్వితమగు కేవల-దర్పణము).

వాస్తవానికి మననమే మనస్సు యొక్క స్వరూపము (Thought while addressed / directed towards worldly aspects & concerns is a poluted one). మనస్సు ఆత్మకు చెందినదే. విషయ-అవిషయ మనస్సుకు జనన స్థానము ఆత్మయే!

ఆత్మసర్వదా ముక్తమే. ఆత్మకు బంధము లేదు. మోక్షము లేదు.

ఇక బంధము ఎవరికి? మనస్సుకు మాత్రమే!

మనస్సే బంధమునకుగాని, మోక్షమునకుగాని కారణమైయున్నది. **మనయేవ మనుష్యాణాం కారణం బంధ-మోక్షయోః!**

బన్ధాయ విషయాసక్తమ్। విషయముల పట్ల ఆసక్తి (inquisitiveness) - **ఇదియే బంధము.**

ముక్తైః నిర్విషయగ్ం స్మృతమ్। విషయముల పట్ల ఆసక్తి లేకుండుటయే (Non-inquesitiveness towards what is being seen, heared, spoken, touched, tasted experienced etc.,) (లేక) మనస్సు యొక్క నిర్విషయత్వమే = **మోక్షము లేక ముక్తి.**

విషయములకు మునుముందే గల మనన శక్తి = **శుద్ధమనస్సు.**

ఆత్మస్వరూపుడగు జీవుడు మనస్సుకు ఉత్పత్తి స్థానమై, మనస్సుకంటే మునుముందే ఉన్నాడు. ఆలోచనలు చేయువాడు ఆలోచనలకంటే మునుముందే ఉండాలి కదా! "మనస్సు యొక్క (ఆలోచనల యొక్క) చర్యలన్నీ – నా ఉద్దేశ్యంలో నాకు విషయమే కాదు" అను అవగాహన – అన్వయముచే సంసారము లేనిదగుచున్నది. అట్టి నిర్విషయత్వము (లేక) విషయాతీతత్వమే ముక్తి. అంతేగాని ముక్తి అనబడేది మరెన్నడో ఎప్పుడో ఏర్పడేది కాదు. అందుచేత ముముక్షువైనవాడు మనః కార్యములన్నీ నిత్యము నిర్విషయదృష్టితో దర్శించునుగాక! **"నేను సదా నిర్విషయుడను. సవిషయమైనదంతా సందర్భములకు సంబంధించిన ఆరోపితము"** – అను మననము ఆశ్రయించును గాక!

ఎప్పుడైతే మనస్సు విషయత్వము త్యజించి, హృదయంలో నిశ్చలమై సర్వము ఆత్మగా సందర్శించుచున్నదో, ఆత్మగా భావన చేయటం ఆరంభిస్తుందో, అప్పటి అట్టి హృదయ స్థితియే **'ఆత్మపదము'**గా, **'పరమపదము'**గా తత్త్వశాస్త్రముచే, తత్త్వవేత్తలచే అభివర్ణించబడుతోంది.

అందుచేత...., ఎంతెంతవరకైతే ఈ మనస్సు, ఉమ్మిపై వ్రాలే ఈగవలె విషయములపై వ్రాలుచూ ఉన్నదో, అంతంత వరకు శాస్త్రములచే – **ఆర్యులచే చెప్పబడిన మార్గములో, సాధన కొనసాగించటము అత్యావశ్యకం.**

ద్రష్ట–దృశ్యములతో సహా ఈ కనబడేదంతా ఆత్మయే! ఆత్మయే ఈ వేరువేరుగా అజ్ఞాన దృష్టికి కనిపిస్తోంది.

ఆత్మదృష్టిచే అంతా ఏకమేగాని, **అనేకము లేదు. కాదు.** అనేకంగా కనిపిస్తున్నప్పటికీ ఒక్కటిగా అనిపించటమే జ్ఞానము – ధ్యానము కూడా! ఇక తదితరంగా శాస్త్ర–పురాణ–ఇతిహాసాలలో వర్ణించబడేదంతా ఆ విషయమునే శ్రోతయొక్క అంచలంచెల ఆవశ్యకతను దృష్టిలో పెట్టుకొని – విస్తారంగా చెప్పబడుచున్నది. శాస్త్రము యొక్క అంతిమ న్యాయము–అంతా ఆత్మగా సందర్శించుటయే! పూజ, ప్రాణాయామము, తీర్థములు, యోగ–భక్తి సాధనలన్నీ అట్టి ఆత్మసందర్శనా స్థానమును చేర్చే **ఉపాయాలు!**

న ఏవ చిన్త్యం : 'చింతన' చేయబడేవన్నీ లౌకిక విషయాలే! ఆత్మయో, అలౌకికం. అందుచేత ***అది చింతన చేయబడేదేదీ కాదు.*** ఆత్మ స్వానుభవమునకు సర్వదా వీడని విషయమే.

న చ అచిన్త్యం : అయితే ఆత్మను చింతన చేయలేమా? చింతన చేయలేని విషయమైతే.. ఇక విచారణ – సత్సంగము ఇత్యాదులు తత్త్వశాస్త్రం ఎందుకు చెప్తుతుంది? శాస్త్రము మహావాక్యముల ద్వారా ప్రవచిస్తోందంటే.. అది చింతన చేయబడే విషయమేకదా! కనుక **అచిన్త్యము కాదు.**

న చిన్త్యం : చింతనయే అద్దానిరూపమా? కాదు. ఎందుకంటే ఆత్మ చింతనకంటే మునుముందే ఉన్నట్టిది. చింతన చేయువాడు చింతన కంటే మునుముందే ఉండాలికదా! చింతన చేసేవాడే లేకపోతే చింతన ఎలా ఉంటుంది? కనుక చింతన అద్దాని(ఆత్మ యొక్క) రూపముకాదు. **ఆత్మ సర్వచింతనలకు ఆవల సముత్సాహభరితమైన వెలుగొందుచున్నట్టి తేజోరూపము.**

చిన్త్యమేవ తత్ : చింతన చేత అద్దానిని తప్పక పొందవచ్చు. కనుక అది చింతన చేయ తగిన విషయమే! **తత్ చిన్త్యమేవ!**

ఎవ్వరైతే "వీరు నా వారు–వారు కాదు, ఇది ఇష్టం – అది కాదు; ఇది నాకు సంబంధించినది– అది కాదు. వీరు జ్ఞాన–సాధన–స్వభావ విశేషాలచేతనో (లేక) బంధుత్వముచేతనో ఆత్మీయులు – వారు కాదు" ఇత్యాది పక్షపాత దృష్టిని, బుద్ధిని జయించి వేసినట్టి – దాటివేసినట్టి దృష్టిని సంపాదించుకుంటారో...,

అట్టివారు.... బ్రాహ్మీదృష్టిని సముపార్జించుకోగలరు. **సర్వపక్షపాత భావముల నుండి వినిర్ముక్తులైనవారు బ్రహ్మమును ఇప్పుడే – ఇక్కడే సముపార్జించుకుంటున్నారు.**

విషయ సంబంధమైన చింతనల యందు అనుక్షణము మునిగి తేలుచున్న ఈ మనస్సుకు – నిర్విషయత్వమును, పక్షపాతరాహిత్యమును, అచిన్త్యమగు ఆత్మచింతనమును, దృశ్యమునంతా ఆత్మగా ఆరాధించుటమును నేర్పేది ఎట్లా? ఏమార్గంగా?

అందుకు యోగసాధనకు మనస్సును సంసిద్ధం చేయాలి. నియమించాలి. యోగాభ్యాసమును 'ఓం' (లేక ఓం నమఃశివాయ, ఓం నమోనారాయణాయ ఇత్యాది) శబ్దము లేదా స్వరముతో అనుసంధానం చేయాలి. **స్వరేణ సంధయేత్ యోగం, అస్వరం భావయేత్ పరమ్।** నాదముతో ఉపాసిస్తూనే, క్రమంగా, బ్రహ్మమును నాదరహితమైన తత్త్వముగా భావన చేయాలి.

అస్వరేణానుభావేన నభావో భావ ఇష్యతే

శబ్ద బ్రహ్మము యొక్క **ఉచ్చారణను** అభ్యసిస్తూ (స్వరమును ఉపయోగిస్తూ) బ్రహ్మమును స్వరరహితమైనదిగా **భావన** చేయాలి.

స్వరరహితమగు భావనచే క్రమంగా **"బ్రహ్మము భావనకు విషయమే"**.... అనే భావాతీత-భావనానునభవము సుస్థిరమగుచూ రాగలదు. శబ్దముచే చెప్పబడజాలని ఆత్మ (బ్రహ్మము) భావనచే అనుక్షణికము "సత్‌స్వర్వరూపమే! - ఉన్నదే!" అగుచున్నది. **ఆత్మ శబ్దమును దాటివేసినప్పటిది, భావనానుభవము. కాని అది శబ్దము ద్వారా సిద్ధించగల భావనానుభూతియే సుమా!**

శబ్దమును ఆశ్రయించనిదే అర్థానుభూతి లభించదు. శబ్దమాత్రం చేత అర్థానుభూతి లభించేదికాదు. **శబ్దము సహాయంతో శబ్దమును దాటి, అనుభవమాత్రమగు ఆత్మయొక్క ఔన్నత్యము - అనుభూతి తప్పక లభించగలదు.**

శబ్దము **సాధన రూపము**. ఆత్మానుభవము **సాధ్యరూపము**. అయితే శబ్దార్థములు ఒకేసారి మననము చేయబడుచుండునుగాక!

బ్రహ్మము "నిష్కళంక, నిర్వికల్ప, నిరంజన స్వస్వరూపము"

సర్వుల సహజ స్వస్వరూపమగు బ్రహ్మము (లేక) ఆత్మ....,

- ఎట్టి దోషములు లేనిది. **నిష్కళంకము.**
- సంకల్ప - వికల్పములకు ఆవల ఉన్నట్టిది. ఆ ఉభయములకు కేవల సాక్షి. **అందుచేత నిర్వికల్పము.**
- నిత్యనిర్మలము. జన్మ-కర్మ-మనో-మాయా దోషములచే ఆత్మ స్పృశించబడదు. **అందుచేత నిరంజనము.**

తత్త్వశాస్త్రము-తత్-త్వమ్ **"అదియే నీవు. తదితరమైనదంతా సందర్భానుచితంగా సత్యము వలె కనిపించుచున్నప్పటికీ.. ఇదంతా నీవు కాదు"** - అని సిద్ధాంతీకరిస్తూ ఎలుగెత్తి గానం చేస్తోంది. తదితరులందరినీ తత్త్వస్వరూప దృష్టితో చూడటమే ఆత్మసందర్శనము, ఆత్మసాక్షాత్కారము కూడా!

"తత్ నిష్కళంక - నిర్వికల్ప - నిరంజన బ్రహ్మము నేనే" అని గ్రహించుటచే, గమనించుటచే ఈ జీవుడు బ్రహ్మమే అయి ప్రకాశిస్తున్నాడు. నిత్యము - ధృవము అగు బ్రహ్మతత్త్వము తానే అయి ఆస్వాదిస్తున్నాడు.

యత్ నిర్వికల్పం-అనంతం, హేతువర్జితం, దృష్టాంతవర్జితం, అప్రమేయమ్,అనాదిమ్-జ్ఞాత్వా, ముచ్యతే బుధః।

ఈ విధంగా విజ్ఞుడగువాడు ఆత్మజ్ఞుడై **ఆత్మ *గురించి***

- ❒ **నిర్వికల్పము**..., (సంకల్ప వికల్పములచే స్పృశించబడనిది),
- ❒ ఆద్యంతరహితమైనది, **అనంతము**.., (ఇది మొదలు, ఇది చివర - అనుదేమీ లేనట్టిది),
- ❒ కారణరహితము, **నిర్హేతుకము** (కార్య-కారణ-కర్తృత్వములకు సంబంధించనిది),
- ❒ అద్దానితో సమమైనది, బాహ్య-అంతరంగాలలో మరొక్కటేదీ లేనట్టిది, **దృష్టాంతరహితము,**
- ❒ (స్వప్న ద్రష్ట - స్వప్నమునకు సంబంధించిన వాడుగాని స్వప్నముచే బంధితుడుగాని కాదుకదా! అట్లాగే) దృశ్య-మనో-బుద్ధి-చిత్త అహంకారాదులకు సంబంధించినదికాదు. **అప్రమేయము**...,
- ❒ ఈ దేహమునకు, ఆలోచనకు, బుద్ధికి, చిత్తమునకు, అహంకారమునకు "ఇక్కడ ప్రారంభము అగుచున్నది".. అని అనవచ్చునేమో! ఆత్మయో.. **అనాది. అనంతము. ఆద్యంతరహితము**...,

అని మనస్సుతోను, బుద్ధితోను గ్రహిస్తున్నాడు.

ఆ విధంగా తెలుసుకున్నవాడై, ఇక సర్వ విషయముల నుండి విడివడినవాడగుచున్నాడు.

ఆత్మబుద్ధుడై ఆత్మత్వము పుణికిపుచ్చుకొనుచున్నాడు. బుద్ధిచే **సర్వాతీతుడై, కేవలుడై, మౌనానందానుభూతుడగుచున్నాడు.**

పరమార్థతః → నవిరోధో; న చ ఉత్పత్తి; న బద్ధా; న చ సాధకః, న ముముక్షుః; న వై ముక్తంః;

స్వప్నంలో అరణ్యదృశ్యము - ఆకారాలు - బంధువులు - జంతువులు ఇత్యాది కనిపించవచ్చుగాక. తెల్లవారి లేచి "అవన్నీ ఎక్కడున్నాయిరా?".. అని వెతుకుచున్నామా? లేదే! "అవన్నీ లేవులే!" అని అనుకుని జాగ్రత్‌లో యథాతథంగా ప్రవేశిస్తున్నాము కదా! ఇక్కడి జాగ్రత్ కూడా అట్టిదే! వాస్తవానికి ఆత్మయే సర్వే సర్వత్రా వెల్లివిరిసి ఉన్నది. ఇక తదితరమైనదంతా కూడా (అనగా దృశ్యాంతర్గత వస్తువులుగాని, ద్రష్టగాని, దేహాదులుగాని)....

→ వాటన్నిటికీ వినాశనము లేదు.

→ ఎందుకంటే వాటికి ఉత్పత్తియే లేదు.

ఇక్కడ వాస్తవమగు ఆత్మదృష్టిచే

→ బద్ధుడు లేడు.

→ సాధకుడు లేడు.

→ ముముక్షువు లేడు.

→ ముక్తుడు లేడు.

ఆత్మ సర్వదా అద్వితీయము. ఆత్మకు వేరైనది ఎక్కడా ఏదీ లేదు. ఇక జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి-జగదాదులు, ద్రష్ట - ఇవన్నీ ఆత్మయొక్క స్వప్న సదృశ కల్పనచే ఏర్పడి, స్వప్న అభావనతోబాటే **'లేనివి'** అగుచున్నాయి.

జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తిషు ఏక ఏవ ఆత్మా మన్తవ్యోః

అందుచేత, ఓ ఆత్మానంద స్వరూపులగు శ్రోతలారా! జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తుల అంతర్గతంగా కనిపించే సర్వ విషయాలు, విశేషాలు ప్రక్కకు పెట్టెదరుగాక! ఆత్మ-జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తుల కంటే వేరైనది. పరమైనది.

- ఆ జాగ్రత్ ఎవ్వరిదో...,
- ఆ స్వప్నము ఎవ్వరిదైయున్నదో...,
- ఆ సుషుప్తి ఎవ్వరి అనుభవమైయున్నదో..,

అట్టి ఆవల ఉన్న (పరమ్) ఆత్మను మాత్రమే మననం చేయాలి. విచారణ చేయాలి. ఎవ్వడైతే జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి స్థానములను దాటి ఆత్మయొక్క ఉనికిని, అద్దాని తత్త్వమును విచారణ చేసి అర్థం చేసుకొనుచున్నాడో.., ఇక ఆతనికి..

- "నేను దేహముతోను, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తుల ప్రారంభంలోను పుట్టుచున్నాను.
- దేహాదులు తొలగుచున్నప్పుడు నేను మరణించువాడను".

అనే రూపముతో కూడిన భ్రమ రూపమైన కల్పన తొలగుతుంది. **"దేహాలు నా కల్పనలో వస్తూ పోతూ ఉండవచ్చు గాక! నాకు వర్తమాన జన్మగాని, పునర్జన్మగాని లేదు!"** - అని గ్రహించినవాడగుచున్నాడు. ఆతడు జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులను దాటిపోయి, **(స్థానత్రయ వ్యతీతస్య)** పునర్జన్మ రహితుడు **(పునర్జన్మ న విద్యతే)** అగుచున్నాడు.

ఏక ఏవహి భూతాత్మా భూతేభూతే వ్యవస్థితః।

ఓ అమృత స్వరూపులగు మిత్రులారా! అనేక తటాకాలలో ఒకేసారి అనేక చంద్రబింబాలు (చంద్ర ప్రతిబింబాలు) అగుపించవచ్చును గాక! ఆకాశంలో అనేక చంద్రబింబాలు ఉన్నాయా? లేవుకదా! అట్లాగే ఆత్మ ఏకము-అఖండము. అనేక దేహాలలో వేరువేరుగా ఉన్నట్లు అగుపిస్తున్నప్పటికీ ఆత్మ నీవు-నేను ఇత్యాదులుగా మారటం లేదు! **సర్వదా ఏకమేగాని, అనేకముగా అవటమే లేదు సుమా!**

ఘటోనియత న ఆకాశః

ఒక ఇంటిలో ఒకచోట ఒక మూలగా ఒక కుండ (ఘటము) ఉన్నది. ఎవ్వరో ఆ కుండను అక్కడి నుండి తీసి వేరొకచోట ఎందుకో ఉంచారు. ఇప్పుడు చెప్పండి! కుండతో బాటుగా కుండ ఆక్రమించుకొనియున్న ఆకాశమును అక్కడి నుండి కుండతో బాటు (ఘటాకాశమును - Space occupied by pot) మరొకచోటికి తరలించటం ఏమన్నా జరిగిందా? లేనేలేదు. కుండతోబాటు

ఘటాకాశం తీసుకొనిపోబడటం లేదు. అట్లాగే ఒక దేహము వచ్చి పోయి మరొక దేహము వస్తున్నప్పుడు కూడా.. ఆత్మాకాశము ఒకచోటు నుండి మరొక చోటికి పోవటం లేదు.

పాంచభౌతికమైన ఆకాశము ఆత్మచే భావనాపూర్వకంగా కల్పించుకోబడుతోంది (ఆత్మాత్ ఆకాశః). అంతేగాని ఆకాశము (Space)లో ఆత్మ ఒకచోటు నుండి మరొక చోటుకుపోవటం లేదు. దేహాలు రావచ్చు. పోవచ్చు. ఆత్మయథాస్థానంలోనే తిష్ఠించుకొని (ప్రతిష్ఠితమై) ఉన్నది.

దేహమ్ భేద చ న జానాతి స జానాతి నిత్యశః

ఒక కుండ మట్టిచే నిర్మితమై, కొంతకాలానికి పగిలి తిరిగి మట్టిగానే అగుచున్నది. మట్టి కుండగా అవటమూ లేదు. మట్టి పగలటమూ లేదు. పగలటం అనబడేది కుండకు జరుగవచ్చుగాక! మట్టికి కాదు. కుండకు గల "పగలటము" అనే ధర్మము మట్టికి లేదు.

కుండ వంటి ఈ దేహఘటము అనేకసార్లు జనించవచ్చు. నశించవచ్చు. జడమగు దేహమునకు **"పుట్టుచున్నాను"** అనే అనుభవము లేదు. **"చచ్చుచున్నాను"** అనే అనుభవము లేదు.

చైతన్యమగు ఆత్మకు మాత్రమే **"దేహము పుట్టుచున్నది – దేహము నశించుచున్నది"** అనే రూపము గల అనుభవము కలుగుచున్నదై ఉంటోంది. అట్టి దేహముల రాక–పోకలకు సాక్షియై తదనుభవమును పొందుచున్న ఆత్మ–దేహముతో పుట్టుట లేదు. దేహములతో నశించటము లేదు.

నిత్యమగు ఆత్మ అనిత్యమగు *"దేహములతో పుట్టటము – దేహములతో నశించటము"* అనే ప్రసక్తి ఎక్కడిది?

ఆత్మసర్వదా నిత్యము. నిత్యసత్యము. దేహము కల్పితము. సందర్భానుసారంగా ఉన్నట్లు అనిపించేది మాత్రమే!

దేహము జడము.స్వానుభవము ఉండదు. ఆత్మయో, చైతన్యము. అది దేహానుభవములను కల్పించుకుంటోంది. త్యజిస్తోంది. కదిలే దేహములను–ఆలోచనలను కదిలించేది ఆత్మయే! కథలోని పాత్రల పరస్పర సంబంధములు కథారచయితకు ఆపాదించలేము కదా! ఆత్మకు అనుభవ కర్తృత్వ-భోక్తృత్వములు ఆపాదించబడజాలవు.

ప్రజ్ఞ – శబ్ద మాయావృతో।

జీవుడు **"నేను ఖండుడను– బద్ధుడను– పరిమితుడను"** అని అనుకోవచ్చుగాక! అది స్వీయ స్వప్న సదృశమైన కల్పన మాత్రమే! అట్టి ఈ జీవుని సహజ రూపము **అఖండమగు ఆత్మయే!** అట్టి ఆత్మసంబంధమైన అఖండజ్ఞానము "శబ్ద–స్పర్శ–రూప–రస–గంధ విషయములు" అనే కారు చీకటిచే కప్పబడినదై ఉన్నది. నివురుగప్పిన నిప్పులాగా **అఖండాత్మ జ్ఞానము** సర్వుల హృదయాలలో వేంచేసియే ఉన్నది. అయితే, విషయములచే కప్పబడినదై ఉన్నది. అటువంటి శబ్ద–స్పర్శాది చీకటిని జ్ఞానదీపం చేత తొలగించాలి. **"భిన్నత్వము – అనేకత్వము"**.. అనే చీకటిని **"ఏకత్వము"** యొక్క ధ్యానముచే పటాపంచలు చేయాలి. అప్పుడు ఆత్మయొక్క ఏకత్వము – అఖండత్వము స్వానుభవమై ప్రకాశించగలదు.

శబ్దాక్షరమ్ విద్వాన్ – అక్షరమ్ ధ్యాయేత్।

వేద వాఙ్మయము ఆత్మతత్త్వమును, పరతత్త్వదృష్టిని నేర్పటానికి శబ్దాక్షర రూపంగా మహావాక్యాలు ప్రసాదిస్తోంది.

- సోఽహమ్
- నేఽహనాస్తి కించన
- తత్ త్వమ్
- అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి
- జీవో బ్రహ్మేతి నాపరః
- అయమాత్మా బ్రహ్మ
- సర్వమ్ ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ
- ఆత్మానమేవ వేదాఽహమ్ బ్రహ్మాస్మీతి
- స్వరూపానుసంధాన వినా అన్యథా ఆచారపరో న భవేత్
- యతో నిర్విషయస్య అస్య మనసో ముక్తి శిష్యతే।
- 'దేహోఽహమ్' ఇతి నిశ్చయః।
- విహాయ శాస్త్ర జాలాని యత్ సత్యం తదు పాస్యతామ్।।

వేదము ఇత్యాది శబ్ద బ్రహ్మమును మానవాళికి ధ్యానము చేయవలసిన మహావాక్యములుగా అందిస్తోంది. అట్టి శబ్దములు ఉద్దేశ్యిస్తున్న అక్షర పరబ్రహ్మమువైపుగా శబ్దముల సహాయంతో ప్రయాణించాలి.

పరమశాంతమగు ఆత్మను అవలోకించి మమేకం అయ్యే ఆశయమును శబ్ద బ్రహ్మము ద్వారా నిదురలేపాలి. క్రమక్రమంగా ఆ శబ్దముల అర్థాన్ని ఉపాసిస్తూ శబ్దములను త్యజిస్తూ రావాలి. శబ్దముల వాక్ పరిమితత్వమును దాటివేస్తూ అక్షరమగు ఆత్మయొక్క ధ్యాసను పెంపొందించుకొన్నవాడు పరమ శాంతము – సర్వమునకు అప్రమేయము అగు శాంతాత్మ స్వరూపుడుగా తనను తాను తీర్చిదిద్దుకొనుచున్నాడు. కనుక ముముక్షువైనవాడు శబ్దముల ఇచ్ఛను జయిస్తూ, నామ-రూపముల పట్ల గల ఇచ్ఛను త్యజిస్తూ – క్రమంగా ఆత్మ పట్ల ఇచ్ఛను పెంపొందించుకొనును గాక! తత్ఫలితంగా ఆత్మస్వరూపుడై వెలుగొందటం జరుగగలదు.
అనగా..,
మునుముందుగా శబ్దములను (వేద ప్రతిపాదితమైన మహావాక్యములను) విచారణ చేయాలి.

శబ్ద బ్రహ్మణి నిష్ణాతః – పరంబ్రహ్మ అధిగచ్ఛతి॥

శబ్ద బ్రహ్మముయొక్క విచారణచే నిష్ణాతుడైనవాడు 'పరబ్రహ్మము'నందు ప్రవేశించుచున్నాడు. పరావిద్యను రెండు విభాగాలుగా విభజించవచ్చు.

(1) శబ్ద బ్రహ్మము (2) అనుభవ బ్రహ్మము

అటు **"అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి – బ్రహ్మసత్యమ్, జగత్ మిథ్యా"**. ఇత్యాది మహావాక్యముల అర్థాన్ని గురుముఖతః వినాలి. ఉపాసించాలి. అర్థం చేసుకుంటూ రావాలి. శబ్ద బ్రహ్మము యొక్క పరమార్థము నందు మననము ద్వారా చక్కగా నిష్ణాతుడు (Expert) కావాలి. ధ్యానం చేయాలి. అట్టి సాధనచే అనేకంగా కనిపించేదంతా ఏకమగు ఆత్మస్వరూపంగా అనిపించగలదు. అట్టి వాడు దృశ్యమును అధిగమించి పరబ్రహ్మమును చేరుచున్నాడు.

గ్రంథమభ్యస్య మేధావీ జ్ఞాన – విజ్ఞాన తత్పరః – త్యజేత్ గ్రంథమ్ అశేషతః॥

ఒకాయన చక్కగా అన్నము తినాలనుకొన్నాడు. ఏం చేస్తాడు? ముందుగా ధాన్యము సంపాదిస్తాడు. ఆ ధాన్యమును శుభ్రంగా దంచుతాడు. పొట్టు (ఊక) – బియ్యమును వేరుచేస్తాడు. ఊకను ఆవల పారవేసి వచ్చి, బియ్యమును వండుకొని అన్నము తిని ఆకలి తీర్చుకుంటాడు. అంతేగాని.., వడ్లను వండుకొని తింటాడా? లేదు కదా! అట్లాగే..,

ఆత్మతత్త్వాన్ని విశదపరచే గ్రంథాలను అత్యంత శ్రద్ధతో, ఉత్సాహముతో, ఇచ్ఛ (Interest)తో చదవాలి. అయితే..,

(**అనేకానిచ శాస్త్రాణి** = శాస్త్రాలు అనేకము.
అల్పాయుః = ఆయువా అతి చిన్నది.
విఘ్న కోటయః = ఇందులో అనేక విఘ్నాలు.
తస్మాత్ సారం విజానీయామ్ = అందుచేత సారము గ్రహించాలి – అన్నతీరుగా..)

జ్ఞాన (Theoritical) –విజ్ఞాన (Practical) తత్పరుడైన ముముక్షువు ఆత్మశాస్త్రమును విశదీకరించే గ్రంథాలు పఠించాలి. సునిశితమైన బుద్ధితో అర్థసారాన్ని గ్రహించాలి.

..... ఇక అటు తరువాతనో...,

ధాన్యము సంపాదించినవాడు పొట్టును వేరుచేసి, త్యజించి బియ్యమును మాత్రమే వండుకుంటున్నట్లుగా...ఆ మేధావి సారమును గ్రహిస్తున్నాడు. తదితరమైన గ్రంథ చారిత్రాక ఇత్యాది విశేషమును (Historical events etc.,) త్యజిస్తున్నాడు.

"అంతా ఆత్మస్వరూపమే!" అనే ఆత్యాంతిక భావాన్ని మాత్రమే గ్రహించి **"మమాత్మా సర్వ భూతాత్మా" "అహం సర్వస్య ప్రభవో"** మొ॥న రూపము గల అనుభవములో అతి త్వరగా ప్రవేశిస్తున్నాడు.

గవామ్ అనేక వర్ణానామ్ – క్షీరస్య అపి ఏక వర్ణతా।

ఒకాయనకు అనేక ఆవులు ఉన్నాయి. అందులో కొన్ని తెల్లవి, కొన్ని నల్లవి. కొన్ని గోధుమ రంగువి. మరికొన్ని తెల్ల-నల్లమచ్చలివి. కొన్ని చారలవి. అన్ని గోవులలో ఆతడు పాలు పిండుకుంటున్నాడు. ఒక బిందెలో పోసుకుంటున్నాడు. హాయిగా కుటుంబసభ్యులతో ఆ పాలు త్రాగుచున్నాడు. "ఈ పాలు తెల్ల ఆవులవి, ఆ పాలు నల్ల ఆవులవి".. అన్న భేదం కుండలోని పాలకు ఉంటుందా? లేనే లేదుకదా! అట్లాగే ముముక్షువు కూడా...,

అనేక గ్రంథములలో ఒకే ఆత్మతత్త్వాన్ని సార విషయంగా బుద్ధితో గమనించి స్వీకరిస్తున్నాడు.

{అన్ని శాస్త్ర (మత) గ్రంథములలోని ఆత్మసాక్షాత్కార సార విషయాన్ని స్వీకరిస్తున్నాడు..}.

ఇక్కడ స్త్రీలు -పురుషులు- సజాతీయులు - విజాతీయులు - పశువులు - పక్షులు.. ఇట్లా వేరువేరుగా అసంఖ్యాకంగా జీవాత్మలు కనిపిస్తున్నప్పటికీ ఆ ముముక్షువు అఖండమగు ఆత్మగా సర్వమును దర్శించి ఆస్వాదిస్తున్నాడు. అనేకములోని ఏకత్వాన్ని గమనించి ఆత్మతత్త్వమును ఆస్వాదిస్తున్నాడు.

"అందరిలోను గల అఖండాత్మయే సత్యము!"-అను పరమసత్యమును బుద్ధితో నేర్పుగా నేర్చి మనస్సుతో ఆస్వాదిస్తూ **"అందరిలోని నేనైన నేను"...** అనే మహాహంకారమును స్వీకరిస్తున్నాడు. ఆత్మోపాసకుడై ఆత్మవేత్తయై అఖండాత్మ స్వరూపుడుగా అగుచున్నాడు.

ఘృతమివ పయసి నిగూఢం, భూతే భూతే చ వసతి విజ్ఞానమ్।

ఓ ప్రియమిత్రులారా!

నామ-రూపాత్మకంగా అనేక రూపాలతో కనిపించే ఈ సహజీవులందరిలో అఖండాత్మయే సత్యమైన వస్తువు. గుణభేదం చేత అనేకంగా కనిపించే సహజీవులలో సర్వదా అఖండాత్మ దాగి ఉన్నది.

పాలలో వెన్న దాగి ఉన్నది. అయితే పాలలో ఎక్కడున్నది? పాలంతా నిండి ఉన్నది. మరి వెన్న కనిపిస్తోందా? లేదు. ఆ పాలను కాచి, తోడు వేసి, పెరుగును చిలికితేనే వెన్న లభిస్తోంది కదా!

నాలోను - నీలోను, మనకు కనిపించే ప్రతి జీవునిలోను పరిశుద్ధమగు ఆత్మ దాగి ఉన్నది. సర్వజీవులలో ఆత్మ సమముగా పాలలో వెన్నవలె దాగి ఉన్నది. ఎల్లప్పుడు సర్వ శాస్త్రీయ మనోసాధనలతో అట్టి ఆత్మవస్తువుకై చిలకాలి. మనస్సును పరాకాష్ఠయగు ఆత్మయొక్క దర్శనమునకై సర్వవిధములా సాధనల యందు నియమించాలి. శాస్త్ర మహావాక్య జ్ఞానము, కర్మ-భక్తి-క్రియాయోగ సాధనలు- ఇవన్నీ ఉపయోగించి **'ఆత్మ'** అనే వెన్నను వెలికి తీసుకోవాలి! **స్వానుభవంగా అనునిత్య పరచుకోవాలి.**

జ్ఞాననేత్రం సమాధాయ - ఉద్ధరేత్ వహ్నివత్ పరమ్।

కట్టెను కట్టెతో ఒరిపిడిచేసి అగ్నిని పుట్టిస్తాము. ఆ అగ్నితో రెల్లుగడ్డి (లేక) కొబ్బరిపీచును అంటించి, కట్టెలను కాల్చి వంట చేసుకుంటాం. ఆ రీతిగా "కర్మయోగం-భక్తియోగం-జ్ఞానయోగము-క్రియాయోగము-సర్వశరణాగతి యోగము".. మొదలైన కార్యక్రమములు అనే కట్టెల ఒరిపిడితో **'ఆత్మజ్ఞానము'** అనే అగ్నిని వెలిగించాలి. అట్టి జ్ఞానాగ్నితో సర్వకర్మలను కాల్చివేయాలి. ***(జ్ఞానాగ్ని దగ్ధ కర్మాణః)***

"నిష్కలము (కల్మషరహితము), నిశ్చలము (మార్పు-చేర్పులు లేనిది), పరమ శాంతము అగు బ్రహ్మమే నేను!" ... అని సుస్పష్టము, నిర్దుష్టము చేసుకోవాలి.

ఇదీ.. మానవ జీవితాశయము! మహదాశయము!

ఆత్మస్వరూపుడుగా మహత్తరుడను.

సర్వభూత అధివాసంచ - సర్వజీవులలో అధివాసుడను.

- సర్వజీవులలో సర్వదా వేంచేసియున్నట్టివాడను. యత్ భూతేషు వసత్యపి,
- సర్వజీవులకు సర్వము అనుగ్రహించునట్టివాడను. సర్వానుగ్రహత్వేన...,
- సర్వ జీవులలోను, సర్వ జీవులుగాను సర్వదా ఉన్నట్టివాడను.

అంతేగాని, ఒక దేహములోని ఒక జీవత్వము, (లేక) ఆయా జన్మ-కర్మల పరిమితుడనుగాను.

సర్వభూత నివాసోఽస్మి-అహమస్మి వాసుదేవః। వాసు దేవుడే నేను!

సర్వులుగా కనిపించే వాసుదేవుడను నేనే!

తత్ వాసుదేవమ్ అహమస్మి। తత్ అస్మి అహం వాసుదేవః॥

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత అమృబిందూపనిషత్

ఓం శాంతిశ్శాంతిశ్శాంతిః॥

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

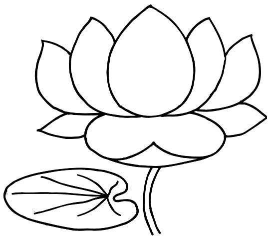
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

3 అవధూతోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ గౌణముఖ్య అవధూతాలి
హృదయాంబుజ వర్తి యత్,
తత్ త్రైపదం బ్రహ్మతత్త్వం
స్వమాత్రమ్ అవశిష్యతే॥



ఏ పరబ్రహ్మతత్త్వమైతే అవధూత మహాశయుల హృదయపుష్ప సుగంధ సౌరభమై వెల్లివిరుస్తోందో, ప్రతి జీవుని జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తుల త్రైపదమును అలంకరించి ఉంటుందో, అట్టి స్వయం స్వరూప స్వయం ప్రకాశాత్మయే సర్వదా అవశిష్యమైయున్నది.

ఓం	ఓంకార-పరతత్త్వ స్వరూప పరబ్రహ్మమునకు నమస్కరిస్తున్నాము.
1 అథః హ సాంకృతిః భగవంతమ్ అవధూతమ్ దత్తాత్రేయం పరిసమేత్య పప్రచ్ఛ:	ఒకసారి, పరతత్త్వజ్ఞాన జిజ్ఞాసియగు సాంకృతి మహర్షి.. → భగవంతుడు, అవధూత అగు దత్తాత్రేయస్వామిని సమీపించి, వినయ-విధేయతలతో ఇట్లా ప్రశ్నించసాగారు.
భగవన్! కో అవధూతః? తస్య కా స్థితిః? కిం లక్ష్మ? కిం సంసరణమ్? ఇతి।	హే భగవన్। **'అవధూత'** అని ఎట్టివారిని పిలుస్తాము? వారి స్థితి ఎటువంటిది? వారి చిహ్నము ఏమిటి? వారు ఈ దృశ్యమును ఏరీతిగా చూచు సంబంధము కలిగి ఉంటారు?
తగ్ం హో వాచ, భగవాన్ దత్తాత్రేయః, పరమ కారుణికః :	అపార కరుణామయుడు, భగవంతుడు అగు అవధూత దత్తాత్రేయులవారు సాంకృతి మహర్షి యొక్క ప్రశ్నకు సంతోషము పొంది, - ఇట్లా వివరించసాగారు.
అక్షరత్వాత్ వరేణ్యత్వాత్ ఉద్ధూత సంసార బంధనాత్। 'తత్ త్వమ్ అసి' ఆది లక్ష్యత్వాత్ 'అవధూత' ఇతి ఈర్యతే॥	ఓ సాంకృతి మహర్షీ! వినండి. మార్పు-చేర్పులు లేనట్టి స్వస్వరూప సహజాత్మత్వముతో మమేకత్వము పొందిన అక్షరుడు, సర్వశ్రేష్ఠమగు కేవలత్వమును ఆశ్రయించి ఉన్నవాడు, సర్వ(మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకార-దేహ)బంధములన్నీ దాటివేసినవాడు (బంధ విముక్తుడు), "నీవుగా కనిపించేది అదియే। నేనే".. (తత్త్వమసి, సోఽహమ్, త్వమేవాఽహమ్).. భావన యొక్క లక్ష్యశుద్ధి పొందినవాడు **'అవధూత'** → అని పిలువబడుచున్నారు.
యో విలంఘ్య ఆశ్రమాన్, వర్ణానాత్,.. ఆత్మన్యేవ స్థితః సదా, అతివర్ణాశ్రమీ యోగీ "అవధూతః" స కథ్యతే॥	బ్రహ్మచారి-గృహస్థ-వానప్రస్థ-సన్యాస ఆశ్రమ ధర్మములను, సమస్త వ్యావహారిక ధర్మములను దాటిపోయి 'ఆత్మ'యందే ఎల్లప్పుడు స్థితి (Placement) కలిగియున్నవాడు, వర్ణాశ్రమధర్మములచే నియమితుడు పరిమితుడు కాక, సర్వాతీతమగు ఆత్మధర్మమును పుణికిపుచ్చుకొన్న యోగి **'అవధూత'** అని చెప్పుకోబడుచున్నారు.

2 తస్య ప్రియం 'శిరః' కృత్వా,
'మోదో' దక్షిణ పక్షకః,
'ప్రమోద' ఉత్తరః పక్ష,
'ఆనందో' గోష్పదాయతే॥

ఆయన ప్రియత్వము (Absolute Love) శిరస్సుగా కలిగి ఉంటారు. మోదము (Experiencing the world) కుడి విభాగముగాను, ప్రమోదము (ఆత్మా నందము) ఎడమ విభాగముగాను కలిగి ఉంటున్నారు. ఆనందము గోష్పదము. (అనగా) బ్రహ్మానందమును ఆశ్రయించినవారై, లౌకికానందములను ఆవుడెక్క ముద్రవలె (గోష్పదమువలె) సులభముగా దాటినవారు - అయి ఉంటున్నారు.

గోవాల సదృశం శీర్షే
నాపి మధ్యే
న చ అపి అధః
బ్రహ్మపుచ్ఛం ప్రతిష్ఠేతి,
పుచ్ఛాకారేణ కారయేత్,
ఏవం చతుష్పథం కృత్వా,
తే యాంతి పరమాం గతిమ్।

ఆవు తోక వలె, శిరస్సు కలిగి ఉంటారు. (పైకి సామాన్యుడుగా కనిపిస్తూనే బ్రహ్మమే పుచ్ఛముగా అంతరమున కలిగి ఉంటారు).

మధ్యగాని, క్రిందగాని కాకుండా గోవుతోక ఆకారముగా బ్రహ్మపుచ్ఛము (దీర్ఘంగా వేలాడు వెనుక వైపు పిలకస్థానపు వెంట్రుకలు) కలిగి ఉండి బ్రహ్మపుచ్ఛము ధారణగా కలిగి ఉంటారు. ☐ "బ్రహ్మ పుచ్ఛము అనగా" **(సోఽహమ్, త్వమేవాఽహమ్, తత్త్వమ్, జీవో బ్రహ్మైఽతినా పరః** - అను) 4 పాదములు (పథములు) నిర్వర్తించుచూ అట్టి అవధూత బ్రహ్మపుచ్ఛ - ధర్మముచే అలరారుచూ ఉంటారు. అట్టివారు పరమాగతిని సిద్ధించుకొని ఉంటారు.

న కర్మణా, న ప్రజయా - ధనేన
త్యాగేన ఏకే - అమృతత్వ మానశుః॥

ఓ సాంకృతి మహర్షీ! మార్పు-చేర్పుల రూపమగు **'మృతము'** యొక్క పరిధినిదాటి (బ్రహ్మపుచ్ఛము అనబడు) **'అమృతత్వము'** సిద్ధించుకునేది ఎట్లా? కర్మల వలనగాని, సంతానము మొదలైన బంధుమిత్ర పరివార శిష్యగణ ప్రజాసంపద వలనగాని, ధనముచే గాని **అమృతరూపమగు మోక్షము** లభించదు. మరి? సర్వత్యాగము చేత మాత్రమే అమృతత్త్వము ఈ జీవునకు సిద్ధించగలదు. అవధూత ఆ విధంగా సర్వత్యాగి - సత్‌న్యాసి అయి ఉంటున్నారు.

స్వైరం స్వైర విహరణం
సత్సగ్ం సరణమ్।

అవధూతలు - 'సత్' బ్రహ్మమును ఆశ్రయించి జగత్తులలో స్వైరవిహారము చేస్తూ ఉంటారు. వారికి జగత్ సంచారము "స్వస్వరూపాత్మయందు లీలా సంచారము"తో సమానము.

స-అమ్బరా వా, దిగమ్బరా వా,
న తేషాం ధర్మ-అధర్మౌ
న మేధ్య - అమేధ్యౌ

వస్త్రములు ధరించియో, ధరించకయో ఉంటారు. వారు ధర్మ-అధర్మముల పరిధులకు పరిమితము (Do's and Don'ts) కలిగి ఉండరు. **"ఇది పవిత్రము. స్వీకరించెదను. ఇది అపవిత్రము. స్వీకరించును".. అనునది ఏదీ వారి పట్ల ఉండదు. సమస్తము ఆత్మమయంగా చూస్తూ ఉంటారు.**

సదా సాంగ్రహణ్యేష్టా
అశ్వమేధాంతమ్
అంతర్యాగం యజతే।
స మహామఖో మహాయోగః॥

"సర్వము సర్వదా సర్వత్రా బ్రహ్మమే" - అను బ్రాహ్మీదృష్టియే వారికి సాంగ్రహణయాగము. అట్టి మనస్సు అనే గుణముచే, బ్రాహ్మీ భావనచే సర్వదా అంతరము - అశ్వమేధము (అంతర్యామిగా అంతర్యాగం) చేస్తూ ఉంటారు.

అంతర్యామిత్వమే వారు చేయు మహాయజ్ఞము, మహాయాగము!

కృత్స్నమ్ ఏతత్ చిత్రమ్ కర్మ।
స్వైరం న విగాయేత్, తత్ మహా వ్రతమ్।
న స మూఢవత్ లిప్యతే,
యథా రవిః సర్వ రసాన్ ప్రభుంక్తే।
హుతాశనః చ అపి హి సర్వభక్షః।

అవధూత యొక్క కర్మలు లోకరీతిగా చూస్తే చిత్ర-విచిత్రాలుగా ఉంటాయి.

దృశ్య విషయంగా దేని గురించీ మనో అంతర్గతంగా పట్టించుకోరు. ఇది ఆతనికి మహావ్రతము. (జగత్తును జగత్తుగా కాకుండా, ఆత్మగానే దర్శిస్తారు).

మూఢుని వలె రాగ-ద్వేష దోషములు దరికి రానీయరు. మనస్సుకు విషయ రజమును పూసుకోరు. ఆత్మ భావనను విడువరు.

సూర్యుడు సర్వరసములను పీల్చుచు తాను రసదోషములను పొందరు కదా! అగ్ని అన్నిటినీ భక్షిస్తూ కూడా తాను ఆయా పదార్థ దోషములను పొందదు కదా!

తథైవ (ఏతత్) యోగీ
విషయాన్ ప్రభుంక్తే
న లిప్యతే పుణ్యపాపైః చ శుద్ధః॥

అదేవిధంగా యోగి కూడా ఆయా సందర్భమగుచున్న సర్వ ప్రాపంచక విషయాలను పొందుతూ కూడా, వాటి వాటి పాప-పుణ్యముల దోషము పొందక ఎల్లప్పుడు పరిశుద్ధుడై ఉంటాడు.

అపూర్యమాణమ్ అచలమ్
ప్రతిష్ఠగ్ం సముద్రమ్ ఆపః
ప్రవిశంతి యద్వత్,
తద్ వత్ కామాః యం
ప్రవిశంతి సర్వే
స శాంతిమ్ ఆప్నోతి। న కామ కామీ।

అచలము అగు సముద్రములో నదీజలము ప్రవేశించినప్పటికీ సముద్ర జలం పొంగక-కృంగక సశాంతించు రీతిగా, **లోకసంబంధమైన సర్వకామములు** 'అకామకామి' అగు అవధూతయందు ప్రవేశము పొందినప్పుడు ఆతడు పొంగడు, క్రుంగడు. అవన్నీ అతనియందు సశాంతిని పొందుచున్న వగుచున్నాయి. కోరికలను కోరుకొనువాడో → శాంతిని పొందలేడు. కోరికలు కోరుకొను స్వభావము కలవానిపట్ల కోరికలకు అంతు ఉండదు. కనుక కోరికలు తీరని అసంతృప్తి ఆతనిని వదలదు.

న నిరోధో, నచ ఉత్పత్తిః, న బంధో,
న చ సాధకః, న ముముక్షుః,
న వై ముక్త - ఇతి యేషా పరమార్థతా।

ఆతని యందు నిరోధము (బలవంతము) అనునది ఉండదు. "ఏదో కావాలి. మరేదో వద్దు'' అని భావావేశ పరంపరలు ఆతనియందు జనించటమనునదేదీ ఉండజాలదు! ఆతడికి ఏ బంధము లేదు. సాధకుడు కాదు.ముముక్షువు (మోక్షము కోరువాడు) కాదు. పరమార్ధముగా ఆతనికి బంధము లేదు. బంధము లేదు కాబట్టి 'ముక్తి' అనునదీ లేదు.

---

3 **ఐహిక ఆముష్మిక వ్రాత సిద్ధ్యైముక్తేశ్చ**
సిద్ధయే। బహూకృత్యం
పురాస్యాత్ మే తత్ సర్వమ్ అధునా కృతమ్।
తత్ ఏవ కృతకృత్యత్వం
ప్రతియోగి పురస్సరమ్-
అనుసందధత్ ఏవాయం ఏవం తృప్యతి నిత్యశః।
దుఃఖినో అజ్ఞాః
సంసరంతు కామం పుత్రాది అపేక్షయా।

''ఇహలోకంలో ఐహికంగాను, పరలోకంలో ఆముష్మికముగాను పొందవలసినది పొందటానికి (లేక) ఎంతగానో, ఇతః పూర్వము కర్మలు నిర్వర్తించి ఉన్నాను. ఇప్పుడు చేయవలసినది, ఇక ముందు చేయవలసినవి ఇంకెన్నో కర్మలు ఉన్నాయి. ఇతః పూర్వపు కర్మలకు ప్రతిగా ఇంకా కొన్ని చేయాలి'' → ఇదియే సంసారము. సర్వము జగన్నాటకంగా దర్శించటమే సంసారమును జయించటము. **దేనితోనూ ప్రమేయములేని ఆత్మతో అనునిత్యమగు అనుసంధానమే అసంసారరూపమగు ముక్తి.**

" నేను దుఃఖిని. అజ్ఞానిని'' అను భావన, "కొడుకు-బంధువుల కొరకై ఇంకా నేను ఏదో చేయాలి'' → అను ఆపేక్షయే సంసార బంధము.

పరమానంద పూర్ణో అహగ్ం
సగ్ంసరామి కిమ్ ఇచ్ఛయా?
అనుతిష్ఠంతు కర్మాణి
పరలోక ధియా పరే। సర్వలోక-ఆత్మకః కస్మాత్
అనుతిష్ఠామి కిమ్ కథమ్? వ్యాచక్షతాం తే శాస్త్రాణి
వేదాన్ అధ్యాపయంతువా,
యే అత్ర అధికారిణో।

"స్వతఃగానే నేను **ఆత్మచే పరిపూర్ణ స్వరూపుడను. పరమానంద పూర్ణుడను.** క్రొత్తగా ఇంకా పొందవలసినదేదీ లేనప్పుడు ఇక **ఏది కోరికర్మలు నిర్వర్తించాలి?** కనుక కర్మల ఆవశ్యకత నాకు ఏమున్నది? సర్వలోకములకు కూడా ఆత్మనైయున్న నేను పరము నందు ఏది ఎందుకు ఎట్లా పొందాలని కర్మలుచేయాలి? ఇహములో ఇంకనూ పొందనిదంటూ ఏముంటుంది? సంసారమనునది నాకు ఎక్కడిది? కొందరు వేదాధ్యయనము, శాస్త్రపఠనము, కర్మల నిర్వహణము చేస్తేగాని సిద్ధి పొందలేమని భావించెదరుగాక। వారు అవి నిర్వర్తించటానికి అర్హులు కావచ్చు! నాకు ఆయా కర్మలు క్రొత్తగా ఇచ్చునది ఆత్మస్వరూపము దృష్ట్యా ఏదీ లేదు''.

మే తు న అధికారో, అక్రియత్వతః।
నిద్రా భిక్షే స్నాన శౌచే న ఇచ్ఛామి
న కరోమి చ। ద్రష్టారః చేత్ కల్పయంతు,
కిమ్ మే స్యాత్ అన్యకల్పనాత్?

"నేను వాటి ఆవశ్యకత కలవాడిని కాదు. నేను ఆత్మగా అక్రియుడను. ఆత్మగా క్రియలకు సంబంధించినవాడనే కాను. అందుచేత నిద్ర, భిక్ష, స్నానము, శౌచము-ఇవన్నీ అనివార్యమని కోరుకోను. వాటిన్నిటిపై నాయొక్క ఆత్మత్వము ఆధారపడినదైలేదు.'' - అని అవధూత ఎరిగి ఉంటాడు.

"ద్రష్ట యొక్క కల్పనపై సత్యదృష్టి ఎవరికి ఉంటుందో వారికి కర్మలు ఉంటాయేమో! నాకు వేరైన 'ద్రష్ట' (లేక జీవాత్మ), కల్పన లేనేలేదు. ఆత్మకు అన్యమైనదే లేదు. నేను ఆత్మస్వరూపుడను. ద్రష్ట-దృశ్యములు మమాత్మకు కించిత్‌కూడా వేరు కాదు''.

గుంజా పుంజాది దహ్యేత
న అన్యారోపిత వహ్నినా,
న అన్యారోపిత సంసార
ధర్మాత్, ఏవమ్ అహమ్ భజే।
శృణ్వం తు అజ్ఞాత తత్త్వాత్ తే జానన్
కస్మాత్ శృణోమి అహమ్?

కోతులు కొన్ని చలికాచుకోవటానికి గురివింద గింజలను ఎరుపువైపుగా ఒకచోట పెట్టి "ఈ గురివింద గింజల అనే అగ్నిలో చలికాచుకుంటు న్నాము''.. అని అన్యారోపితకల్పనగా అనుకొంటాయి. చలి తగ్గినట్లే భావిస్తాయి. ఈ లోకవాసనలు, శాస్త్ర వాసనలు- అట్టి అన్యారోపితమైనవి. అన్యారోపితమైన లోకంలో ప్రసిద్ధమైన సంసార ధర్మాలు గురువింద గింజ యొక్క ఎరుపుతో చలికాచుకోవటంగా భావించుచున్నాను. ఆత్మానుభవము పొందనప్పుడు (కథ-కథనములతో కూడిన) శాస్త్రములు వినవలసి రావచ్చుగాక! ఆత్మ నేనే అయి ఉండగా వాటితో క్రొత్తగా విని తెలుసుకోవలసినదేమున్నది?

మన్యంతాం సంశయాపన్నాః న మన్యే।
అహమ్ అసంశయః।
విపర్యస్తో నిదిధ్యాసే
కిమ్ ధ్యానమ్ అవిపర్యయే?

సందేహాలు ఉన్నప్పుడు శాస్త్రజ్ఞానం (జ్ఞానః సంఛిన్న సంశయః) నేను అఖండమగు ఆత్మను! ఇందులో నాకు సందేహమే లేదు. ఆత్మనే నేనై ఉండగా ఆత్మభావనకు వేరైన విశేషాల గురించిన ధ్యాస- అనబడే విపర్యముతో పనేమున్నది? విపర్యయమే లేనప్పుడు ధ్యానము చేయుటమనునది నాకు ఎక్కడిది? ఎందుకు? నాకు అనన్యమగు ఆత్మభావనయే నాకు ధ్యానము! అన్యధ్యానముతో పని లేదు.

---

4 దేహాత్మత్వ
విపర్యాసమ్,
న కదాచిత్ భజామి అహమ్।
అహమ్ మనుష్య ఇత్యాది
వ్యవహారో వినాప్యముమ్।
విపర్యాసమ్ చిరా
అభ్యస్త వాసనాతో అపకల్పతే।

ఓ సాంకృతి మహర్షీ! "ఈ దేహము నాకు సంబంధించినది కాదు. ఈ దేహమునకు నేను సంబంధించినవాడను కాను. 'దేహాత్మత్వము' అనే విపర్యయమును ఎప్పుడూ దరిజేరనీయను. పొందను. దేహాత్మత్వమును ఆశ్రయించను. ఈ దేహము ఉన్నప్పుడు, ఇది త్యజించినప్పుడు, మరొక దేహము వచ్చుచున్నప్పుడు-సర్వదా నేను నేనే కదా!''-ఇది అవధూత యొక్క అవగాహన. 'నేను మానవుడను' 'నేను దేవతను' - ఇటువంటివన్నీ చిరకాలము అభ్యసించిన వాసనల వలన పరికల్పించబడేవి మాత్రమే.

"నేను సర్వదా కేవలాత్మ స్వరూపుడను" అను సమున్నత సత్యభావన.. అను విపర్యాసము (అతీతభావన) చేత అనేక జన్మలుగా (దేహములుగా) అభ్యసించిన దేహాత్మవాసనలు ఇక కల్పించబడవు. మొదలంట్లా తొలగుతాయి.

ఆరబ్ధ కర్మణి క్షీణే వ్యవహారో నివర్తతే।
కర్మక్షయే తు అసౌ
నైవ శామ్యేత్
ధ్యాన సహస్రతః।
విరళత్వం వ్యవహృతేః
ఇష్టం చేత్ ధ్యానమ్ అస్తు తే।

ఓ మహర్షీ! "నేను కర్మబద్ధుడను. సంచిత-ప్రారబ్ధ-అగామి కర్మలు ఉన్నాయి. ప్రారబ్ధకర్మల వ్యవహారమంతా అనుభవించుచుండగా కర్మక్షయము కలుగుతుంది" - మొదలైన కర్మబంధ వ్యవహార సరళి అంతా, ఆత్మ యొక్క అనుభవము చేతనే తొలగుతాయి. అంతేగాని వేయిసార్లు ధ్యానము చేసినా కూడా కర్మలు క్షయించవు. శమించవు.

'ఆత్మాహమ్' జ్ఞానముచే వ్యవహరిస్తూ అవ్యవహారినే అవుతాను. కనుక వ్యవహారములతో సంబంధమును విరళత్వం చేసుకోవాలి - (తగ్గించుకోవాలి) అనిపిస్తే.. అప్పుడు నీవు ధ్యానమునందు మగ్నుడవు అయితే అయ్యెదవుగాక! (లేక) వ్యవహరించటము కొనసాగించెదవు గాక! ఆత్మతత్త్వజ్ఞానము సమక్షంలో రెండూ ఒక్కటే. ధ్యానము- ఆత్మానుభవము ఏకత్వము పొందుచున్నాయి.

బాధికర్మ వ్యపహృతిం
పశ్యన్ ధ్యాయామి అహమ్ కుతః?
విక్షేపో నాస్తి యస్మాత్ మే,
న సమాధిః తతో మమ?
విక్షేపోవా సమాధిర్వా
మనసః స్యాత్ వికారిణః।

ఆత్మయందు వ్యపహృతి చేత నా పట్ల సర్వకర్మలు బాధించబడి నిష్ఫలస్థితి, నిరర్థకత పొందుచున్నాయి. ఆత్మగా శేషించుచున్న నాకు ఇక **ధ్యానము** అను ప్రక్రియతో క్రొత్తగా పని ఎక్కడిది?

ఆత్మాఽహమ్ భావన నుండి విక్షేపమే పొందనట్టి నాకు సమాధి యొక్క అభ్యాసమంటూ వేరే ఎక్కడిది? ఎందుకొరకు?

విక్షేపము అయినా, లేక సమాధి అయినా కూడా → అదంతా మనస్సుకు సంబంధించిన వికారములు మాత్రమే! అంతేగాని, నాకు సంబంధించినవే కావు. నా స్వరూపమునకు విక్షేపమే లేదు. ఇక సమాధి ఎందుకు?

నిత్య- అనుభవరూపస్య కో మే అత్ర అనుభవః పృథక్? కృతం కృత్యం ప్రాపణీయమ్, ప్రాప్తం ఇవ్యేవ నిత్యశః। వ్యవహారో లౌకికో వా శాస్త్రీయో వా అన్యథా అపి వా, మమాకర్తుః అలేపస్య యథా ఆరబ్ధం ప్రవర్తతామ్। అథవా కృతకృత్యోఽపి లోక అనుగ్రహ కామ్యయా శాస్త్రీయేణైవ మార్గేణ వర్తే అహమ్।	సర్వకాల సర్వావస్థలయందు నా యందు నేనే ఏర్పడి ఉండగా నాకు **"అనుభవము - అనుభవించువాడు - అనుభవించబడునవి"**.. అనునవి ఎట్లా వేరుగా ఉంటాయి? ఉండజాలవు! అవన్నీ సర్వదా నేనే! ఆత్మగా క్రొత్తగా చేయవలసినదేమున్నది? అందుచేత, చేయవలసినదంతా చేస్తూ కూడా చేయని వాడనే అగుచున్నాను. ప్రాప్తించుకోవలసిన ఏదైనా ఉంటే, అదంతా ప్రాప్తింపజేసుకొన్నవాడనే అయి ఉన్నాను. ఇక శాస్త్రీయ వ్యవహారికంగాగాని, లౌకిక వ్యవహారికంగాగానీ, మరింకేదైనా విధంగా గానీ నిర్దోషాత్మ స్వరూపుడనైన నేను **అలేప్యుడను** (నిత్యనిర్మలుడను). **అకర్తను. సర్వకర్తను.** ఎంతెంత వరకు ప్రారబ్దము ((క్రితం జన్మల కర్మఫలాలు సంస్కారాలు) ప్రవర్తిస్తాయో,, (వాస్తవానికి నేను కృతకృత్యుడను అయి ఉండి కూడా).. అంతంత వరకు **లోకసానుకూల్యత కొరకు, శాస్త్రానుకూలతను కోరుకుంటూ కర్మలు నిర్వర్తిస్తూ వర్తిస్తూ ఉంటాను. కర్మలు చేస్తూ కూడా అకర్తనే. ఆత్మనగు నేను కర్మలకు నిబద్ధుడను నేను.**
మమ కా క్షతిః? దేవార్చన స్నాన శౌచ భిక్ష ఆదౌ వర్తతాం వపుః, తారం జపతు వాక్ తద్వత్ పఠత్వా ఆమ్నాయ మస్తకమ్ విష్ణుం ధ్యాయతు ధీర్యద్వా బ్రహ్మానందే విలీయ తామ్। సాక్ష్యహమ్। కించిత్ అపి అత్ర న కుర్వే। న అపి కారయే।	కర్మల వలన పోయేదేమున్నది? వచ్చేదేమున్నది? ఈ శరీరము దేవతార్చనయందు, స్నాన-శౌచక్రియల యందు, భిక్షాటణ మొదలైన ఆహార - విహార శరీరావసరములందు ప్రవర్తింప జేయబడుచూ ఉండవచ్చుగాకు! నోరు("హరేరామ హరే రామ- శ్రీరామ రామ రామరమేతి"... మొదలైన) తారకమంత్రము పలుకుచుండునుగాక! అట్లాగే ఆత్మస్వరూప-స్వభావములను విశదీకరించు ఉపనిషత్-ఉపనిషత్ మహావాక్యార్థములను నేను పఠిస్తూ ఉండవచ్చుగాక! చిత్తము విష్ణు ధ్యానము చేయుచుండవచ్చుగాక! బుద్ధి ధీరత్వముతో బ్రహ్మానందము నందు లీనమై ఉండవచ్చునుగాక! **ఆ అన్ని సంగతులకు, సందర్భములకు సర్వదా కేవల సాక్షిని!** మనో బుద్ధి చిత్త అహంకారాదులకు **కేవల సాక్షీస్వరూపుడనగు నేను ఏదీ నిర్వర్తించటమూ లేదు. దేనిచేతా ఏదీ చేయించటమూ లేదు.**
కృత కృత్యతయా తృప్తః ప్రాప్త ప్రాప్య తయా పునః।	కృతకృత్యత్వము చేతను, తృప్తప్రాప్యత్వము చేతన అత్యంత సంతృప్తిని ఆస్వాదిస్తూ సర్వమును సాక్షిగా, సర్వమునకు ఆవల ఉండి ప్రశాంతంగా గమనిస్తూ చూస్తూ ఉంటున్నాను. నాయొక్క ఆవల-ఈవల స్వరూపములతో సహా పూర్ణాత్ముడను. సంపూర్ణుడను. (I am complete by myself)
5. తృప్యత్ ఏవం (తృప్యన్నేవం) స్వ మనసా మన్యతే అసౌ నిరంతరమ్। ధన్యోఽహమ్। నిత్యగ్ం స్వ-ఆత్మానమంజసా వేద్మి। ధన్యోఽహమ్। ధన్యోఽహమ్। బ్రహ్మానందః విభాతి మే స్పష్టమ్।	ధన్యోఽహమ్। ధన్యోఽస్మి। అత్యంత తృప్తితో కూడిన మనస్సుతో నిరంతరము ఈ విధంగా గమనించువాడనై ఉంటున్నాను. - నేను ధన్యుడను। - ధన్యుడను। - నిత్యము సత్యము అగు స్వాత్మాను సుస్పష్టముగా ఎరిగినవాడనై స్వాత్మగా ప్రకాశించుచున్నాను. - నేను ధన్యుడను। - నేను ధన్యుడను! నాపట్ల బ్రహ్మానందము సుస్పష్టముగా భాసించుచున్నది.

ధన్యో౽హమ్। ధన్యో౽హమ్।	నేను ధన్యుడను.
దుఃఖం సాంసారికం	ధన్యుడను!
న వీక్షే అద్య।	(ఆత్మగా నన్ను నేను ఎరుగుటచే) ఇప్పుడు సాంసారిక దుఃఖము నాకు కనబడటము లేదు.
ధన్యో అహమ్।	నేను ధన్యుడను!
ధన్యో అహమ్।	ధన్యుడను!
స్వస్య అజ్ఞానమ్ **పలాయితమ్ క్వా అపి।**	వెలుతురు రాగానే చీకటి మటుమాయమైనట్లు ఆత్మజ్ఞానము వెలుగుచుండగా అజ్ఞానపు చీకటి కోణములు ఎటువైపుకో పలాయనము చిత్తగించుచున్నాయి.
ధన్యో౽హమ్। ధన్యో౽హమ్।	నేను ధన్యుడను। ధన్యుడను।
కర్తవ్యం మే న విద్యతే కించిత్।	నాకు ఆత్మగా కించిత్ కూడా 'కర్తవ్యము' అనునది ఏదీ లేదు.
ధన్యో౽హమ్। ధన్యో౽హమ్।	నేను ధన్యుడను। ధన్యుడను।
ప్రాప్తవ్యమ్ సర్వమ్ అద్య సంపన్నమ్।	ప్రాప్తించవలసినదంతా ప్రాప్తించగా ఇప్పుడు సుసంపన్నుడనైనాను
ధన్యో౽హమ్। ధన్యో౽హమ్।	నేను ధన్యుడను। ధన్యుడను।
తృప్తేః మే కో **ఉపమా భవేత్ లోకే?**	నేను పొందుచున్న ఈ ఆత్మ తృప్తికి లోకములోని విశేషాలకు సంబంధమే లేదు.
ధన్యో౽హమ్। ధన్యో౽హమ్।	నేను ధన్యుడను। ధన్యుడను!
ధన్యో। ధన్యః। పునః పునః ధన్యః॥	మరల మరల ధన్యుడను.

<u>ఫలశ్రుతి</u>	**<u>ఫలశ్రుతి</u>**
అహోపుణ్యమ్, అహోపుణ్యమ్	ఏమి పుణ్యము! ఏమి పుణ్యము!
ఫలితమ్ ఫలితమ్ దృఢమ్।	దృఢమైన ఫలితమే ఆత్మతత్త్వానుభవము.
అస్య పుణ్యస్య సంపత్తేః	ఆ పుణ్య సంపత్తి నేనే। నేనే।
అహో వయమ్। అహో వయమ్।	ఆత్మయే (నేనే)
అహో జ్ఞానమ్। అహో జ్ఞానమ్।	జ్ఞాన ఫలము!
అహో సుఖమ్ అహో సుఖమ్ఊ	ఆహా। ఆత్మయే సుఖము।
అహో శాస్త్రమ్। అహో శాస్త్రమ్।	ఆహా! శాస్త్రము...,
అహో గురుః। అహో గురుః ఇతి॥	ఓహో! గురువు...
	శాస్త్రము, గురువులు నాకు నాగురించిన పరమసత్యమును సుస్పష్టపరచు చున్నారు.
య ఇదమ్ అధీతే, సో౽పి, **కృతకృత్యో భవతి।**	ఎవ్వడు ఈ అవధూతోపనిషత్ అధ్యయనము చేస్తాడో అట్టివాడు కూడా కృతకృత్యుడు అగుచున్నాడు!
సురాపానాత్ పూతో భవతి। **స్వర్ణస్తేయాత్ పూతో భవతి।** **బ్రహ్మహత్యాత్ పూతో భవతి।**	సురాపానము, బంగారము దొంగిలించటము, బ్రహ్మహత్య మొదలైన మహాపాతక దోషముల నుండి కూడా పునీతుడు పవిత్రుడు కాగలడు.
కృతకృత్యాత్ పూతో భవతి।	కృతకృత్యుడు, పవిత్రుడు అవగలడు.
ఏవం విదిత్వా స్వేచ్ఛాచారపరో, **భూయాత్ 'ఓగ్ం'**	అవధూతోపనిషత్ పరమార్ధమును ఎరిగినవాడు స్వేచ్ఛ ముక్తి పొందినవాడగుచున్నాడు. తిరిగి కేవలాత్మతత్త్వముతో సంయోగము పొందుచున్నాడు. **ఓం తత్ సత్॥**
సత్యమ్ ఇతి ఉపనిషత్॥	***సత్యము నుండి చ్యుతి చెందను.***
అవధూతోపనిషత్ సమాప్తా॥	***ఇతి అవధూతోపనిషత్***

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

3 అవధూతోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

'ఓం'... వేద ప్రవచిత సంజ్ఞార్థ స్వరూపుడగు స్వస్వరూప-సర్వస్వరూప-జగత్‌స్వరూప పరమాత్మకు నమస్కరిస్తూ...,

⌘

ఒక సందర్భములో గొప్ప తపశ్శాలి, లోకకల్యాణ మహదాశయుడు, తత్త్వార్థన్యాసి అగు సాంకృతి మహర్షి... భగవంతుడు, అవధూతశ్రేష్ఠుడు, ఆశ్రితజన మోక్ష ఫల ప్రదాత అగు దత్తాత్రేయ స్వామిని దర్శించి సాష్టాంగ దండ ప్రణామములు సమర్పించారు.

శ్రీ దత్తాత్రేయ అవధూత : బిడ్డా! నీకు శుభమగుగాక! విచ్చేసిన కారణం?

సాంకృత మహర్షి : హే భగవాన్! తత్త్వార్థ జిజ్ఞాసినై మిమ్ములను దర్శించి మీ ప్రవచనములు విని సంసార బంధములను త్రెంచుకోవాలని ఉద్దేశ్యించాను. స్వామీ! కో అవధూతః? ఎవ్వరిని 'అవధూత' అని అంటాము? కా స్థితిః? అట్టి అవధూత యోగి యొక్క స్థితి, స్థానము ఎట్టిది? కిం లక్ష్మ? వారి చిహ్నములు ఏ విధంగా ఉంటాయి? ఈ సంసారము వారి పట్ల ఎట్టి రూపము కలిగి ఉంటుంది?

⌘

అపార కరుణామయుడు, ఆశ్రితజన వాత్సల్య సాగరుడు, భగవంతుడు అగు దత్తాత్రేయులవారు సాంకృతి మహర్షి యొక్క ప్రశ్న విని సంతోషము ప్రకటించారు. ఈ రీతిగా ప్రవచించసాగారు.

దత్తాత్రేయస్వామి : ఎవ్వరైతే....

అక్షరత్వాత్... తరగటము - పెరగటము; జనించటము - నశించటము, మార్పు-చేర్పులు;... ఇటువంటి ధర్మములు కించిత్ కూడా ఉండనట్టి అక్షరస్వరూపమగు ఆత్మతో మమేకత్వము పొందిఉంటారో..,

వరేణ్యత్వాత్.... ప్రతి ఒక్క వ్యక్తికి చెందిన సర్వశ్రేష్ఠమగు కేవలీస్వరూపమును బుద్ధితో ఎరుగుచూ, చిత్తముతో భావించువారై ఉంటారో..,

ఉద్ధూత సర్వ బంధనాత్... మనోబుద్ధి-చిత్త-అహంకార పరిధులను దాటివేసి, బంధ-సంబంధములన్నీ జయించివేసి ఉంటారో.., నాటక పాత్ర యొక్క బంధములు నటునివి కాని తీరుగా ఉంటారో...,

తత్త్వమసి, సోఽహమ్ త్వమేవాఽహమ్, అయమాత్మా బ్రహ్మ... మొదలైన వేద ప్రవచితములైన మహావాక్యముల అర్థలక్ష్యము కలిగి ఉంటారో...

అట్టివారు శాస్త్రములచే "అవధూత" అని పిలువబడుచున్నారయ్యా!

వారు బ్రహ్మచారి-గృహస్థ-వానప్రస్థ-సన్న్యాస ఆశ్రమధర్మములకు, లోకగతమైన బ్రాహ్మణ-క్షత్రియ-వైశ్య-శూద్ర వర్ణపరిమితులకు అతీతులై 'ఆత్మ'యందు సదా సంస్థితులై ఉంటారు.

అనగా ఆతడు ఆశ్రమ-వర్ణ ధర్మములకు నియమితుడు, పరిమితుడు కాదు. సహజముగా ఆత్మ ఒక్కటే ఆతని పట్ల "ధర్మము (feature)"అయి ఉంటోంది. అట్టి ఆత్మత్వము అకృత్రిమంగా పుణికిపుచ్చుకొనియున్న వానిని **అవధూతగా** చెప్పుకోవటం జరుగుతోంది.

ప్రియ-మోద-ప్రమోద-ఆనందములే ఆతని 4 శారీరక విభాగములు.

ప్రియమును శిరస్సుగా ధరిస్తున్నారు. **మోదము (సంతోషము)** దక్షిణ (కుడి) విభాగంగాను, **ఆత్మానంద రూపమగు ప్రమోదమును** ఉత్తర (ఎడమ) భాగముగాను కలిగి ఉంటున్నారు. **ఆనందము** వారి బాటలో గోష్పదము (ఆవు డెక్కంత) వంటిది.

సంతోషము - తృప్తి - ఆనంద- బ్రహ్మానందములచే ఆయన స్వరూప-స్వభావములు నిత్య ప్రకాశమానము అగుచున్నాయి.

గోవాల సదృశం శీర్షమ్.. వారి శిరస్థానము (శిరో ఊర్ధ్వభాగము) గోవు యొక్క తోక రూపముగా ఉంటుంది. మధ్యగా గాని, క్రిందగా గాని కాకుండా ('సుషుమ్న' యొక్క చివరగా) "బ్రహ్మపుచ్ఛము (బ్రహ్మరంధ్రమున) - 1) తత్త్వమ్ 2) సోఽహమ్ 3) త్వమేవాఽహమ్ 4) త్యమ్ అహమేవతు" అను చతుష్పదముపై ఆశీనుడై ఉంటాడు. ఈ సర్వము దర్శిస్తూ పరాంగతిని (స్థానమును) సునిశ్చలము చేసుకొని ఉంటున్నారు. **"ఆతడు అమృతస్వరూపుడు"** అని శాస్త్రములచే శ్లాఘించ బడుచున్నాడు. మృత్యువు ఆతనిపట్ల అసంగతమౌతుంది.

సాంకృతి మహర్షి : మహాత్మా! అవధూత శ్రేష్ఠా! దత్తాత్రేయ స్వామీ! ఈ జీవుడు ఏఏ కర్మలచే (లేక) ఏది పొందటముచే మృతత్వమును అధిగమించి అమృతస్వరూపుడౌతాడు?

దత్తాత్రేయులవారు : నాయనా! సాంకృతి మునీ! కర్మల వలనగాని, సంతానముయొక్క ప్రాప్తి చేత గాని, ధన-జన-నారీ.. ఇత్యాది సంపదలు కలిగియుండుటం చేతగాని, (లేక) సంపాదించుట చేతగాని అమృతస్వరూపుడు కాజాలడు. మృతత్వస్వభావ పరిధులను అతిక్రమించలేడు.

త్యాగేన ఏకే అమృతత్వమానసుః ఒక్క త్యాగముచేత మాత్రమే "నేను దేహముతో పుట్టుచున్నాను, దేహముతో మరణిస్తున్నాను దేహము యొక్క ప్రవృద్ధిచే సుఖము. హానిచే దుఃఖము" అను **"మృత్యుపరిధి"**ని -అతిక్రమించగలడు. "నేను ఈ దేహముల రాకపోకలకు వేరై వస్త్రముల ధారణవలె దేహ గ్రాహ్య - త్యాజ్యములకు సాక్షిని"... అని గ్రహించి, **అమృతత్వమును** ఆస్వాదించటానికి **త్యాగమే** ఉపాయమై యున్నది. **త్యాగము** చేతనే **కైవల్యము**. అంతేగాని, దృశ్య విషయ పరంపరలేవో లక్ష్యముగా కలిగి, వాటిని పొందటముచేత కాదు.

సాంకృతి మహర్షి : ప్రభూ! అవధూతల సంచార ప్రదేశములు ఏవేవి? వేటివేటితో సంబంధము కలిగి ఉంటారు? ఏఏ క్రియలు, కర్తవ్యములు నిర్వర్తిస్తూ ఉంటున్నారు?

దత్తాత్రేయస్వామి : నాయనా! వారికి "ఇక్కడ ఉండాలి! అక్కడ ఉండకూడదు"... అను నియమాలేవీ వర్తించవు. యధేచ్ఛానుసారంగా ఎక్కడైనా సంచరిస్తూ ఉండవచ్చు. వారికి ఈ దృశ్యమంతా సత్స్వరూపమగు ఆత్మకు కించిత్‌గాకూడా భిన్నమని అనిపించదు. అంతేకాదు. వారు వస్త్రములు ధరించటం జరుగుచుండవచ్చు. వస్త్రములు ధరించకనూపోవచ్చు. **"ఇది నాకు ధర్మము. అది నాకు ధర్మము కాదు"..** అను పరిమితులు కలిగి ఉండరు. ధర్మ-అధర్మములు (Do's and Don'ts) వారికి వర్తించజాలవు. ఆపాదించలేము. **"ఇదియే పవిత్రము. అదికాదు"** అను భేదము వారు కలిగి ఉండరు. అందుచేత "పవిత్రము కదా!" అని స్వీకరించరు. "అపవిత్రము".. అని తిరస్కరించరు. లోకసంబంధమైన పవిత్ర, అపవిత్ర వస్తు-స్థితి-స్థానములను వారికి ఆపాదించలేము. 'ఈ వ్యవస్థలో ఉంటారు. ఆ వ్యవస్థలో ఉండరు'.. అని వ్యవస్థలను వారికి ఆరోపించవీలులేదు.

అవధూతల యాగము : సర్వమును సర్వత్రా సర్వదా బ్రహ్మముగా చూడటమే, సర్వులకు అంతర్యామి అయి ప్రకాశించటమే వారికి **సాంగ్రహణ యాగము**. అదియే వారికి అశ్వమేధము మొదలైన వాటికి మించిపోయినట్టి **అంతర్యామి యాగము**. అంతర్యామిత్వమే వారు అనుక్షణికమూ సర్వవేళలా నిర్వర్తించు మహాయజ్ఞము, మహాయాగము కూడా!

అవధూత యొక్క కర్తవ్య - అకర్తవ్య వ్యవహారములు లోకరీతిగా చూస్తే బహువిచిత్రంగా ఉంటాయి. ఈ జనులలో అనేకులు ఏఏ సిరి-సంపద- ఆపద-ప్రతిష్ఠ-స్వజనులు-పొగడ్తలు మొదలైనవి గొప్పగొప్ప విషయాలుగా భావిస్తున్నారో. అట్టి సంబంధ- బాంధవ్యములన్నీ

అవధూత దృష్టిలో బాట ప్రక్కన కనపించే జంతుకళేబరములవలె తుచ్ఛమైనవిగా అగుచున్నాయి. జనులు ఏఏ దృష్టిచే "సర్వము పరబ్రహ్మమే! స్వస్వరూపమే" అను భావనను (మమకార-అహంకార దృష్టులచే) సుదూరము చేసుకొని ఉంటున్నారో అట్టి దేహాత్మదృష్టిని (లేక) సాంసారిక దృష్టిని తిరస్కరించి, ఆత్మదృష్టిపరులై ఉంటున్నారు. అవధూతకు అనునిత్య ఆశ్రయ స్థానము ఆత్మయే అగుచున్నది. **అంతర్యాగమ్ యజ్ఞతే।** అంతర్యామి యాగములో నిమగ్నమై ఉంటున్నారు. అందుచేత **స్వైరం న విగాయేత్ - తత్ మహావ్రతమ్** - బాహ్యాడంబరములు, బాహ్య ప్రదర్శనలు ఆదరించకపోవటమే వారి పట్ల మహావ్రతము.

వారు మూఢులవలె, లోక సంబంధమైన సంఘటనలు - సందర్శనము - సంబంధము - అనుబంధము - బాంధవ్యము మొ॥నవాటిని అంటిపెట్టుకొని ఉండరు.. **న సః మూఢవత్ లిప్యతే! "అవన్నీ కలలో కనిపించే జనుల పరస్పర సంబంధము వంటివి"** - అను ఎరుకయందు సంశయరహితులై ఉంటారు.

ఆయా లోకసంబంధమైన విషయ - విశేషములచే ఏ మాత్రము దోషము పొందనివారై ఉంటారు. కలలోని దోష విషయాలు కల తనదైనట్టి స్వప్న సాక్షిని దోషపూరితం చేస్తున్నాయా? లేదు. కలలో కనిపించిన సంపదలు, ఆపదలు నిదురలేచి గుర్తుచేసుకొని-ఎవ్వడూ "నావి - నాకు సంబంధించినవి".. అని అనుకోడుగదా! అవధూత వర్తమానంలోనే ఈ దృశ్య వ్యవహారమంతా స్వప్న సదృశంగా దర్శిస్తూ ఉంటాడు. కనుక **దృశ్య దోషములు ఆతనిని స్పృశించజాలవు.**

సూర్యకిరణములు దృష్టాంతము - *యధారవిః సర్వరసాత్ ప్రభుంక్తే।* సూర్యుడు తన కిరణజాలములను సర్వ వస్తువులపై ప్రసరింపజేస్తూ, సర్వ రసములను పీల్చుచూ... వాస్తవానికి అవేమీ స్వీకరించకయే ఉంటారు కదా! మురుగుగుంటపై ప్రసరించిన కిరణములు అక్కడి తేమను ఆవిరి చేయవచ్చుగాక! అవన్నీ సూర్యుడు స్వీకరిస్తాడా? త్యజిస్తాడా? రెండూ ఉండదు కదా! అట్లాగే అవధూత నుండి బయల్వెడలే మనో, బుద్ధి, చిత్త, అహంకార కిరణపుంజాలు → విషయములపై, వస్తువులపై వ్రాలటం లోకరీత్యా జరిగినప్పటికీ.. ఆత్మ సూర్యప్రభారూపుడగు ఆ యోగి విషయములను అంతరంగా ఏమాత్రమూ స్వీకరించనివాడై ఉంటాడు.

యధా హుతాశనః సర్వభక్షః - అగ్నిదృష్టాంతము!

అగ్ని కాల్చు వస్తువుల దోషాలు అగ్నిని అంటుతాయా? వస్తువుల ఆకారాలు, రసాలు అగ్నిచే కాల్చబడుచూ వాటి ధర్మాలచే అగ్ని ఏ మాత్రమూ స్పృశించబడదుకదా! అట్లాగే.. **తథాయేవ యోగీ విషయాన్ ప్రభుంక్తే, న లిప్యతే పుణ్య పాపైశ్చ శుద్ధే।**

యోగి కూడా అగ్ని - సూర్యుని వలె నిత్యశుద్ధుడై ఉంటాడు. ప్రపంచంలో అజ్ఞాన జీవులను ముంచెత్తే పుణ్య-పాప విషయ పరంపరలు అవధూత యోగిని స్పృశించవు. దోషము కలిగించవు. ఆతని ఆత్మ దృష్టి పుణ్య - పాప ద్వంద్వ మోహములను దాటివేసినదై ఉంటుంది.

సముద్ర దృష్టాంతము

> ***ఆ పూర్యమాణమ్ అచలమ్ ప్రతిష్ఠగ్ం, సముద్రం***
> ***ఆపః ప్రవిశంతి యద్వత్, తద్వత్ కామా యం***
> ***ప్రవిశంతి సర్వే, సశాంతిమ్ ఆప్నోతి, న కామకామీ॥***

యోగి జగత్తు పొందుతూ జగత్తు లేనివాడై ఉంటాడు. కోరికలు ఉండి కోరికలే లేనివాడై ఉంటాడు. అనేక నదీ జలాలు సముద్రంలో ప్రవేశించవచ్చుగాక! సముద్రము పొంగదు. సూర్యకిరణాలు సముద్రజలమును ఆవిరిగా మార్చివేస్తూ మేఘములను వర్ధిల్లింపజేస్తూ ఉండవచ్చుగాక, సముద్రము కృంగదు. సముద్రజలము ఎల్లప్పుడు నిండుగా తన సు-విశాలత్వము కొనసాగిస్తూనే ఉంటుంది కదా! అట్లాగే అవధూత అకామకామి అయి ఉంటాడు. అనుకొన్నవి సిద్ధించినంతమాత్రంచేత పొంగడు. సిద్ధంచకపోతే క్రుంగడు. స్వప్నంలో ఒకనికి గుడిసెలో ఉన్నట్లుగా కలవస్తే, లేదా అంతఃపురంలో ఉన్నట్లు కలవస్తే.. ఆతడు నిదురలేచి కృంగుతాడా? పొంగుతాడా? ఇక్కడి ప్రాపంచక విషయాలు అవధూతలో ప్రవేశించి **సశాంతిస్తాయి**. అంతేగాని కల్లోలం చేయవు. అదే కామకామి (కోరికలు కోరుకొనువాడు) విషయంలోనో? కోరికలు తీరితే పొంగటము, లేదా కృంగటము జరుగుతుంది. యోగికి, జగత్‌దృశ్య భోగికి గల భేదము ఇంతే!

న విరోధః : మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారాలను ఆత్మకు 'అద్వితీయము'గా దర్శిస్తూ ఉంటాడు. అందుచేత వాటి వాటి ధర్మములను నిరోధిస్తేనే ఆత్మభావన సిద్ధిస్తుందనే పట్టుదల, ఆవేశములను వదలి ఉంటాడు. ఏది ఎట్లున్నా కూడా స్వకీయ ఆత్మయే సర్వస్వరూపమై వెలుగొందుచున్నదను ఎరుక – దర్శనము – అనుభూతికి నిరోధకమైనదేదీ ఎక్కడా ఉండజాలదని గ్రహించి ఉంటాడు. మేఘాలు ఆకాశాన్ని మ్రింగగలవా? లేదు కదా! అట్లాగే దృశ్యసంబంధమైన మనస్సు ఆత్మను అణచిపెట్టజాలదు. జలతరంగములు జలమునకు అనన్యమే అయినట్లు, మనోతరంగములు ఆత్మయందే ఆత్మకు అనన్యమై ఉన్నాయి.

న చ ఉత్పత్తి : ఆత్మ స్వరూపుడుగా తనకు ఉత్పత్తి వినాశనములు లేవని గ్రహించి ఉంటాడు. దృశ్య–దేహ –మనో–బుద్ధి–చిత్త–అహంకారముల కలిమి–లేములతో సంబంధము లేని స్వస్వరూపమునందు నిత్యోదయుడై ఉంటాడు.

న బంధో : "జీవాత్మకు (ఇహస్వరూపమునకు) సంబంధించినవైనవనిపించే బంధమోక్షములతో పరాత్మ సంబంధించినదై ఉండదు. కాబట్టి – సర్వదా ఆత్మ స్వరూపుడనగు నాకు దృశ్య–దేహ–మనో–బుద్ధి–చిత్త–అహంకారములచే బంధము లేదు. సూర్యకిరణములు సూర్యుడికి బంధము ఎట్లా కల్పిస్తాయి?".. అని ప్రశ్నించుకొని సత్ వస్తువును ఎరిగి ఉంటాడు. ఆతనికి అయినవాళ్ళూ ఉండరు. కానివాళ్ళూ ఉండరు. స్వస్వరూపమగు ఆత్మయే సర్వత్రా సమస్తప్రదర్శన చమత్కారములుగా అగుచున్నట్లు ఆస్వాదిస్తూ ఉంటాడు.

న చ సాధకః : ఏదైనా ఇంకా సిద్ధించవలసినది ఉంటే.. అప్పుడు సాధన యొక్క ఆవశ్యకత ఉంటుంది. ఆత్మ – అద్దాని అఖండత్వ–అప్రమేయత్వములతో సహా సర్వదా సిద్ధించియే ఉన్నదని గమనిస్తాడు. కనుక సాధకుడు క్రొత్తగా ఏదో అవవలసిన అగత్యము ఆతనికి కనిపించదు. సాధక స్థితిని దాటివేసి, సర్వదా సిద్ధించినవాడై ఉంటాడు.

న ముముక్షుః : ఆకాశ సూర్యుని జలంలో ప్రతిబింబించే సూర్య ప్రతిబింబముతో సమానమైన కేవలకల్పితమగు 'జీవాత్మ'కు బంధవిముక్తి యొక్క అగత్యమేమున్నది? నాటకంలోని పాత్రతో నటుడికి బంధమేమున్నది? అద్దానికి మోక్షమెక్కడిది? సహజము, సర్వసందర్భములకు సాక్షి అగు ఆత్మ నిత్యముక్తమై ఉండగా, క్రొత్తగా ముముక్షువు కావలసిన అవసరమేమున్నది? 'మోక్షము పొందాలి' అనే ఆశయమును దాటివేసి ఉంటాడు.

న వై ముక్త ఇత్యేషా పరమార్థతా : అవధూత దృష్టికి "ఈతడు ముక్తుడు – ఆతడేమో బద్ధుడు".. అను భేదములు అగుపించవు. **"జగ్రదృశ్యమంతా నాటకము, సర్వజీవుల స్వరూపము అఖండాత్మ"** అయి ఉండగా ఇక బద్ధుడెక్కడ? ముక్తుడెవడు! ఆ భేదము ఆతనికి. కనిపించదు, అనిపించదు. వినిపించదు. చిరునవ్వుతో ఆత్మనే అంతటా, అందరుగా దర్శిస్తూ ఉంటాడు.

సాంకృతి మహర్షి : మహనీయా! 'సంసారము' అనగా ఏమి? దేనిని 'సంసారము' అని మనము పిలుస్తున్నాము?

దత్తాత్రేయుల వారు : కర్మలతో ఏర్పరచుకొన్న సంబంధమే 'సంసారబంధము' అని పిలువబడుతోంది. **"నేను ఐహికం (ఇహలోకం)గా గాని, ఆముష్మికం (పరతత్త్వమునందు)గా ఇంకా సంపూర్ణుడనుకాను. ఏవేవో కొన్ని కొన్ని కర్మలు నిర్వర్తిస్తేగాని, మరికొన్ని కొన్ని కర్మల నుండి విరమిస్తే గాని సిద్ధించవలసినది నాకు సిద్ధించదు. ముక్తి కొరకై కొన్ని ఇతఃపూర్వము నిర్వర్తించాను. ఇప్పుడు ఇంకా కొన్ని నిర్వర్తిస్తేగాని ముక్తిని నేను సమీపించలేను. ముక్తి లభించే వరకు నేను దుఃఖిని, అజ్ఞానిని. కృతకృత్యుడను కానేకాను!"**

జీవుని యొక్క ఇట్టి ఆవేశరూపమగు అభిప్రాయమే **సంసారము.**

"నా కుమారుడు–పుత్రుడు–తదితర బంధువుల కొరకై ఇంకా కొన్ని కొన్ని సాధించాలి. నిర్వర్తించాలి. అప్పుడుగాని ముక్తి గురించి సంసిద్ధపడలేను".. అను క్రియావిశేషముల గురించిన అపేక్షయే సంసార బంధము.

– – –

నేను స్వతఃగానే (కర్మలకు సంబంధించకయే) **కేవలాత్మస్వరూపుడను.** కనుక **పరమానంద పూర్ణుడను.** జీవాత్మత్వము నాయొక్క ఒకానొక 'అంశ' మాత్రమే. నా యొక్క జీవాత్మత్వము నా పరమాత్మత్వము యొక్క స్వీయ కల్పనా చమత్కారము. సర్వదా 'కాలః కాలము' అగు ఆత్మనే అయి ఉండగా, ఇక ఇప్పుడు క్రొత్తగా ఏవేవో కర్మలు నిర్వర్తించి, వాటి ఫలితముగా ఆత్మత్వము సిద్ధించుకోవటమనే ప్రసక్తి ఎక్కడిది? ఆత్మకు వేరుగా ఏ కర్మఫలములు కోరి కర్మలు ఆచరించాలి? నా ఆత్మయే సర్వభూతములకు, సర్వ లోకములకు ఆత్మ అయిఉన్నది కదా! ఉత్తమ కర్మల పరంపరలు, వేద అధ్యయనము మొదలైనవి చేస్తే గాని ఆత్మత్వము సిద్ధించదని ఎందుకనుకోవాలి? ఆత్మగా నన్ను నేను ఎరుగుచుండుటచేత స్వయముగా ఆత్మలక్షణుడను అగుచున్నాను. ఆత్మ నిష్క్రియము, అకళంకము కదా!

ఆత్మ క్రియలకు సంబంధించనిది అవటంచేత నేను కొన్ని కర్మలను వదలటము-మరికొన్ని ఆశ్రయించటము- భిక్ష-స్నానము-శౌచము మొదలైనవన్నీ అనివార్యమనుకోవటం లేదు. అవి లోకరీతికి అవసరమేమోగాని నాకు కాదు. ఆత్మకు భిన్నముగా (దృక్‌కు భిన్నంగా) ద్రష్ట యొక్క కల్పన పట్ల ఎవరికి సత్యదృష్టి ఉంటుందో.. అట్టివారికి మాత్రమే కర్మలు, సాధనలు అత్యవసరమని అనిపించుచున్నది. **జలములో సూర్యప్రతిబింబము** వంటిది, దర్పణములో **ప్రతిరూపము** వంటిది, నాటకములో పాత్ర వంటిది – అగు జీవాత్మ కల్పితమేనని, పరస్వరూపాత్మ నిత్యముక్తము అని – ఎరిగిన తరువాత, ఇక జగన్నాటకములోని జీవాత్మకు మోక్ష ప్రసంగమెక్కడిది? అందుకొరకు సాధన సంపత్తితో పని మాత్రం యేముంటుంది? "సాధన అవసరమేలేదు" – అనునదే సాధనయొక్క అంతిమ ప్రయోజనము.

న అన్యారోపిత లోక ప్రసిద్ధ సంసార ధర్మములు:

ఈ దృశ్యము, ఈలోకాలు ఆత్మకు ఆరోపితం మాత్రమే! మట్టితో పులి, మేక బొమ్మలు తయారు చేసుకొంటే మట్టి మేక, పులి అవుతోందా? లేదు. "ఇది క్రూరమైన పులి! అది సాధుజంతువు అగు మేక".. అని భయము, సాధుత్వము పొందటము వంటిది ఈ సంసారము. ఆ బొమ్మలలో మట్టియే సత్యము కదా! ఈ దృశ్యములో లోకములు, లోకులు, ఇవన్నీ ఆత్మకు అనన్యము. ఆరోపితం చేత మనస్సుచే అనేకముగా కనిపిస్తున్నాయి. ఆత్మస్వరూప భావన దృష్ట్యా లోకములు లేవు. లోక ధర్మములు లేవు. **అనేకంలో అంతర్లీనమై దాగియున్న ఏకత్వము మాత్రమే సత్యము.**

సాంకృతి మహర్షి : మరి ఇక్కడ లోకులు – లోకములు, ఆకారములు, గుణముల దృష్ట్యా – వేరువేరుగా అగుపిస్తున్నారు కదా! ధర్మశాస్త్రము ఆశ్రమ ధర్మములను, వర్ణ ధర్మములను వివరించి చెప్పుచున్నది. అట్లాగే ఇక్కడ జ్ఞానులు, మూర్ఖులు, ధర్మపరులు, అధర్మపరులు వేరువేరుగా అగుపిస్తున్నారు కూడా కదా?

దత్తాత్రేయుల వారు : అవును! మనస్సుకు ఇక్కడ అనేకమంతా ఈ జీవునికి అనుభవమౌతోంది. అయితే,

- అజ్ఞానికి ఇక్కడ అనేకంగా కనిపిస్తూ అనేకంగా కూడా అనిపిస్తోంది.
- యోగికో? (లేక) అవధూతకో? అనేకంగా కనిపిస్తూ ఏకంగా అనిపిస్తోంది.

ఇప్పుడొక దృష్టాంతము వినండి!

ఒక ప్రదేశంలో కొన్ని కోతులు గుంపు ఉన్నది. అది శరత్‌కాలము. వాతావరణమంతా ఎంతో చలి కలుగజేస్తూ ఉన్నది. వాటిలో కొన్ని తెలివైన కోతులు ఒకచోట గుమిగూడి "చలి నుండి మనలను మనము రక్షించుకోవటము ఎట్లా?" అని సమాలోచన చేయసాగాయి. వాటికి ఒక గొప్ప ఉపాయం తట్టింది. ఆ ఉపాయం ప్రకారము కోతులన్నీ బయలుదేరి గురివింద గింజలను (క్రింద నలుపుగా పైకి ఎర్రగా ఉండే గింజలను) సంపాదించి ఒక చోట గుట్టగా పోశాయి. "అగ్ని ఎర్రగా ఉంటుంది కదా! ఇదిగో ఈ గుట్ట ఎర్రగా ఉన్నది. అనగా ఇవి చలిమంటలు. ఈ మంటల వలన మనకిక చలి ఉండదు కదా!".. అని తలచి చలికాచుకొంటున్నట్లుగా **అనుభవము పొందసాగాయి. భ్రమించసాగాయి.**

ఇక్కడి సాంసారిక ధర్మాలు, వాటి వలన సుఖములు పొందామనుకోవటము ఆ కోతులు గురివిందగింజల గుట్టను చలిమంట అని అనుకొని చలి పోగొట్టుకున్నట్లు భ్రమించటము వంటిది.

⌘ ⌘ ⌘

ఆత్మను ఎరిగి ఆత్మతత్త్వమును నిశ్చలంగా ఆశ్రయించిన వానికి ఇక శాస్త్ర నిష్ఠలు, కథావిశేషములు మొదలైనవాటితో పని ఏమి? విని క్రొత్తగా తెలుసుకొనవలసినది ఏమున్నది? సందేహాలు కొనసాగునంతకాలము మాత్రమే శాస్త్రజ్ఞానము యొక్క అవశ్యకత! **"నేను ఆత్మను! అఖండ – అప్రమేయ-నిత్య-సర్వస్వరూప సత్యమును"....** అని ఎరిగిన అవధూతకు శాస్త్రజ్ఞానములో ఇక పని ఏముంటుంది?

జ్ఞాన స్వంఛ్చిన్న సంశయః। సంశయములు తొలగిన యోగికి తర్జన-భర్జనలతో అవసరముండదు.

ఓ సాంకృతి మహర్షీ! సర్వాంతర్యామియగు ఆత్మనే నేనై ఉండగా, అట్టి భావనయే నాకు **నిదిధ్యాస** అగుచున్నది. ఇక మరో శాస్త్రీయమైన **నిదిధ్యాస**తో పనేమున్నది? **'అదంతా ఆత్మభావనకు విపర్యము'** అని అవధూత గమనిస్తున్నారు. భావిస్తున్నారు.

విపర్యమే లేనప్పుడు ధ్యానముతో పనేమున్నది? "ఈ ఇంద్రియములకు తారసబడే సర్వము ఆత్మకు అభిన్నము" – అను దృష్టి (లేక) ధ్యాసయే అవధూతకు ధ్యానము అగుచున్నది.

అందుచేత ఓ మహర్షీ **"ఈ దేహము నాకు సంబంధించినది కాదు. నేను ఈ దేహమునకు సంబంధించినవాడిని కాదు. బంగారపు ఆభరణమునకు ఆకారమున్నంత మాత్రముచేత బంగారమునకు ఆ ఆభరణ ఆకారము ఉన్నట్లు అవదు కదా!"** అను అనుక్షణికమైన భావనా బలము చేత నేను **'దేహాత్మభావన'** అనే విపర్యము పొందటము లేదు. దేహభావనను దరిజేరనీయటము లేదు. భౌతికదేహత్వము ఆశ్రయించటము లేదు.

సాంకృతి మహర్షి : మరి ఈ వేరు వేరు మానవ – జంతు – దేవతా ఉపాధుల మాట ఏమిటి?

దత్తాత్రేయుల వారు : ఓ! అదా? "నేను మానవుడను. జంతువును, దేవతను".. మొదలైనవన్నీ కూడా మనోవిపర్యములే! – **"అహమ్ మనుష్య" ఇత్యాది వ్యవహారో వినాప్యముమ్, విపర్యాసమ్ చిరా అభ్యస్త వాసనాతో అపరికల్పతే।।** చిరకాలముగా అభ్యసించుచూ వస్తున్న వాసనలచే (Tends to feel, Tendencies) ఏర్పడుచున్నవి మాత్రమే. భ్రమ తొలగనంత వరకు కూడా భ్రమమాత్రమగు **"నేను, నీవు, వారు, వీరు, ఇది, ఇది, వేరు, వేరు"** అనునది ఈ జీవుని పట్ల ఉపాధి పరంపరలుగా కొనసాగుచూనే ఉంటుంది. **"దేహముతో నేను అవినాభావ సంబంధము కలిగి ఉన్నాను"..** అను స్వయం కల్పిత వాసనాపరంపరల చేతనే అదంతా ఏర్పడి వర్తిస్తోంది. ఇదియే సంసార దృష్టి!

సాంకృతి మహర్షి : మరి అట్టి సంసారిక దృష్టి మాపట్ల తొలగేది ఎట్లా?

దత్తాత్రేయులవారు : దృశ్యము – దేహము– భావములకు పరము (Away, Beyond) అయినట్టి ఆత్మ యొక్క తత్త్వము గురించి ఆధ్యాత్మశాస్త్రము (ముఖ్యంగా) ఉపనిషత్తులు, తత్త్వజ్ఞులు, సద్గురువులు ఎలుగెత్తి – **శృణ్వంతి విశ్వే అమృతస్యపుత్రః** అని గానం చేస్తున్నారు కదా!

శాస్త్ర–సద్గురు ప్రవచనముల సహాయముతో సర్వమునకు సర్వదా పరమైయున్న ఆత్మ గురించిన సమాచారము యొక్క **శ్రవణ, మనన, నిదిధ్యాసలచే *"నేను సహజంగానే సర్వదా కేవలాత్మస్వరూపుడను కదా!"***.... అను అభ్యాసఫలమును సునిశ్చితం చేసుకోవాలి. అట్టి సమున్నత సత్యభావనచే దేహాత్మభావనలు తమకు తామే తొలగగలవు. **"నేను సంచిత, ప్రారబ్ధ, ఆగామి కర్మలకు బద్ధుడను"..** అనుభ్రమలు కూడా తొలగుతూ రాగలదు. వ్యావహారిక పరిమితత్వ భావావేశము సన్నగిలసాగుతోంది. ఆత్మజ్ఞానముతో కూడిన (తత్ సమాచారము పొందుతూ చేయు) ధ్యానముచేతనే 'కర్మలచే బద్ధుడను' అనునది తొలగగలదు.. ఆత్మజ్ఞానము ఆశ్రయించకుండా.. (లేక) **'పూర్ణమగు స్వస్వరూపము'** అయిన ఆత్మ గురించిన శ్రవణ–మనన–నిదిధ్యాసలను సేవించకుండా, పరోక్ష భావనతో వేల సంవత్సరములు ధ్యానము చేస్తూ ఉన్నాసరే, కర్మల బంధము తొలగునది కాదు. **"అఖండాత్మకు నేను అనన్యుడను"** అను భావనాభ్యాసమే (అనుకుంటూ ఉండటమే) – **"ఆత్మ సిద్ధి"కి ఉత్తమ ఔషధం.**

లోక వ్యవహారములతో విహరణము దుర్వ్యసమగుచూ ఉంటే – అప్పుడు, మనస్సును వ్యవహారముల నుండి విరామము పొందటానికి **ధ్యానము** అవసరమే.

అయితే, ఆత్మయందు రమించటము (అనుకోవటం – అను ప్రక్రియ) చేత నా పట్ల సర్వకర్మ బంధభావనలు తమకు తామే తోకముడుస్తున్నాయి. అనగా, కర్మవ్యవహారములన్నీ నిష్ఫలస్థితిని, నిరర్థకస్థితిని పొందుచున్నాయి. ఆపై కేవలము ఆత్మగా శేషించిన నాకు (అవధూతకు) ఇక **'ధ్యానము'** అను బాహ్యరూప విపర్యముతో పనేమున్నది. లేదు. **ఆత్మ భావనయే ధ్యానముగా నిరంతరము,** స్వాభావికము అగుచున్నది. సర్వము మమాత్మగా అనుక్షణికంగా స్వానుభవమవటమే–క్రియాయోగము, ధ్యానము, తపస్సు, భక్తి, కర్మయోగము–అగుచున్నాయి.

అట్లాగే,

విక్షేపో నాస్తి యస్మాత్ మే, న సమాధిః తతో మమ। ఆత్మభావము (ఇక్కడ గల దృక్–ద్రష్ట–దృశ్యములు సర్వదా ఆత్మయే–అను సునిశ్చలత్వము) నుండి ఏమాత్రమూ కూడా విక్షేపము లేనప్పుడు ఇక నాకు (అవధూతకు) శాస్త్రములు సూచిస్తున్న **"సమాధి యొక్క అభ్యాసము"....** అనే విధి విధానముతో పని ఏమున్నది?

మన ఏవ ఇదమ్ ఆప్తవ్యమ్।

మనస్సే ఇదంతా అనేక రూపములుగా పొందుతోంది. ఇక్కడ నానాత్వమే లేదు. అనగా? **'విక్షేపము'**గాని, **'సమాధి'** గాని ..(Either sense of Deversity or sense of unity) అవన్నీ మనస్సు యొక్క వికారములు మాత్రమే! **విక్షేపోవా సమాధిర్వా మనస్యాత్ వికారిణః।** ఆత్మకు సంబంధించినవి కావు. నేను – నీవు కూడా ఆత్మస్వరూపులమే. అందుచేత **"ఆ విక్షేప–సమాధి విశేషములు, సమాచారములు, అభ్యాసములు – మనోసంబంధమైనవి మాత్రమే!"** అని మరొక్కసారి గుర్తు చేస్తున్నాను.

నిత్యానుభవ రూపస్య, కో మే అనుభవః పృథక్? సర్వకాల సర్వావస్థలయందు అనన్యుడనై (అన్యమనునదే లేనివాడనై) ఉండగా, నాయందు నేనే ఈ సర్వరూపుడవై సర్వదా వెలుగొందుచుండగా, ఇక నాకు (యోగికి) వేరుగా "అనుభవించువాడు – అనుభవము – అనుభవించబడునవి".. అనునవి ఎట్లా ఉంటాయి? ఎక్కడ ఉంటాయి? ఉండజాలవు.

సర్వము, సర్వదా సర్వత్రా స్వయముగా 'తానే' అయి ఉన్న ఆత్మనే నేను. ఇది సత్యము. ఆత్మభావనచే, నేను సర్వదా కృతకృత్యుడను. చేయవలసినదంతా చేసినవాడను, ప్రాప్తించుకోవలసినది – ప్రాప్తించుకొన్నవాడిని (ప్రాప్తం ప్రాప్త) అయి ఉన్నాను. అకర్తను. శాస్త్రీయంగాగాని, లౌకికంగాగాని మరింకే రీతిగా గాని ఏదైనా నిర్వర్తించి ఆపై మరేదో పొందవలసినదంటూ ఎప్పుడూ ఏదీ నాకు లేదు. సర్వదా ఆత్మగా దోషరహితుడను, అలేపుడను. **ప్రతి ఒక్క జీవుని విషయములోను ఇదియే నిత్యసత్యము.**

సాంకృతి మహర్షి : హే సద్గురూ! ఆత్మజ్ఞానానంతరము కూడా ప్రారబ్ధము అనివార్యమని కొందరు అంటూ ఉంటారు. ప్రారబ్ధము అనుభవించక తప్పదా?

దత్తాత్రేయులవారు : ఆత్మదృష్టిచే **సత్యమగు ఆత్మయే ఇదంతాగా** అనుభవమగు చుండగా, ఇక కర్మలు–కర్మఫలముల వలన కలుగు సుఖ–దుఃఖ ద్వంద్వమునకు తావెక్కడిది? ఒకవేళ క్రితం జన్మల కర్మఫలాలు ప్రారబ్ధము రూపంగా ప్రవర్తించినా కూడా, అదంతా లోకవ్యవహారార్ధ జగన్నాటక వినోద చమత్కారంగా ప్రవర్తించునుగాక! **మమ అకర్తుః అలేప్యస్య।** నా అకర్తృత్వానికి, నిర్మలత్వానికి లోటు ఏమీ ఉండదు. కనుక, ప్రారబ్ధము అని పిలువబడే వర్తమాన కర్మలు లోకానుకూలము, శాస్త్రానుకూలముగా వర్తించునుగాక! **అథవా కృతకృత్యోఽపి లోకానుగ్రహ కామ్యయా శాస్త్రీయేణ ఏవమార్గేణ వర్తే అహమ్।** నేను సర్వదా కృతకృత్యుడను అయి ఉండియే ఆత్మకు అభిన్నమగు లోకముల అనుకూలత కొరకు, శాస్త్రముల సానుకూల్యత కొరకు కర్మలు నిర్వర్తిస్తే నిర్వర్తిస్తాను. లోకకల్యాణముకొరకై అనువర్తించటం అవధూత యొక్క స్వభావమే అయి ఉన్నది. మమ కా క్షతిః? లోకానుకూల శాస్త్రానుకూల వర్తనములను అంగీకరించి వర్తించినంత మాత్రముచేత ఆత్మతత్త్వమునకు కలుగు లోటు ఏముంటుంది? దానివలన నాకేమి బాధ? ఏమీ లేదు!

అవధూత – సర్వజీవస్వరూపములు, లోక విశేష–విన్యాసములు తానే అయి, సర్వమునకూ సాక్షిగా వేరుగా కూడా అయి ఉండియే, **దేవార్చన–స్నాన శౌచ భిక్ష ఆదౌ వర్తతాం వపుః।** ఈ భౌతికదేహమును దేవతార్చనల యందు, స్నానము మొదలైన శుచి క్రియలందు, ఆహార –విహార క్రియలందు, భిక్షాటనయందు ప్రవర్తింపజేస్తూనే ఆత్మత్వము యొక్క ఆస్వాదనను చిరునవ్వుతో అనునిత్యముగా సర్వదా కొనసాగించుచున్నాడు. **తారం జపతు వాక్ వపుః।** నోటితో తారకమంత్రము (హరేరామ హరే రామ.. ఓం నమః శివాయ, శ్రీరామరామరామేతి రమేరామే మనోరమే.. మొదలైనవి) పలుకుచూ ఉండవచ్చు గాక! **పఠతాం ఆమ్నాయ మస్తకమ్।** అట్లాగే ఆత్మతత్త్వమును నిర్వచించు ఉపనిషత్తులను మనస్సుతో పఠిస్తూ ఉండవచ్చు. **విష్ణుంధ్యాయంతు।** చిత్తము విష్ణునామ సంకీర్తనతో పారవశ్యము పొందుతూ ఉండునుగాక! **"శివాయ। పరమేశ్వరాయ। చంద్రశేఖరాయ।"** – అంటూ శివతత్త్వము గానము చేస్తూ ఉండవచ్చుగాక!

బుద్ధి జగత్తును చూస్తూనే ధీరత్వముతో బ్రహ్మానంద వైభవమునందు సద్విచారణ చేస్తూ ఉండవచ్చు.

ఇవన్నీ ఒక వైపు జరిగితే జరుగుచూ ఉండవచ్చు గాక. మరొకవైపు అన్ని సందర్భములకు, సంగతులకు సర్వదా **"సాక్షీఽహమ్ – కేవల సాక్షిని"** అని ఎరిగియే ఉంటున్నాను. ఆత్మసాక్షిగా.. **కించిదపి అత్ర న కుర్వేణ।** నేను ఏమీ చేయని వాడినే! **న అపికారయే!** నేను దేనికీ కారణముగా అగుచుండటయూ లేదు. ఏమీ చేయించటము లేదు. సర్వదా కృతకృత్యుడనై అత్యంత తృప్తిని ఆస్వాదిస్తూనే ఉన్నాను. నేను దేనికీ కారణుడును కాదు! కారకుడను కాదు! సర్వమునకు ఆవల ఉండి, సర్వమును సాక్షిగా, అంతర్యామిగా,

(బంగారు లోహమే సర్వ ఆభరణముల రూపముల వలె) అనన్యముగా ఎల్లప్పుడు వెలుగొందుచున్నాను. ఈవల అన్నీ చేస్తూ ఉన్నాను. ఆవల ఏమీ చేయనివాడనై ఉన్నాను.

ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। ధన్యోఽస్మి। ధన్యోఽస్మి।

నన్ను నేను ధన్యుడనుగా సర్వదా దర్శిస్తూ ఉన్నాను. అత్యంత తృప్తితో కూడిన మనస్సుతో ఈవిధంగా గమనించువాడనై ఉంటున్నాను.

నిత్యగ్ం స్వాత్మానమ్ అంజసా వేద్మి! నిత్యము –సత్యము అగు స్వాత్మయొక్క అంజసము (సామీప్యము)ను నేను ఎరిగిన వాడినేగాని, ఎరుగని వాడను కాను. శాస్త్రములు, సాధనలు, గురువులు.. ఆత్మ గురించి నేను ఎరిగియే ఉన్నానని నాకు గుర్తు చేస్తున్నారు. అది విని, నేను **"ఔను కదా!" అని శాస్త్రములకు, గురువులకు వంతపలుకుచున్నాను.**

బ్రహ్మానందో విభాతిమే స్పష్టమ్! బ్రహ్మానందము నా పట్ల సుస్పష్టముగా భాసించుచున్నవి.

దుఃఖం సాంసారికం న వీక్ష్య అద్య! అట్లు భాసించుచున్న ఆత్మను నేను దర్శించుచుండగా ఇతః పూర్వము ఉన్నట్లుగా అగుపించిన సంసార దుఃఖముల క్రీనీడకూడా ఇప్పుడు కనిపించటము లేదు.

స్వస్య అజ్ఞానమ్ పలాయితం క్వాపి! దీపం వెలిగించిన మరుక్షణం చీకటి ఏమైనది? ఎటు పోయింది? ఏమో! మొత్తంమీద చీకటి పటాపంచలు అగుచున్నది కదా! ఆత్మ గురించిన గుర్తు ఎరుగుచుండగా నా యొక్క అజ్ఞానము ఎటువైపు పలాయనము చిత్తగిస్తోందో కూడా చెప్పలేకపోతున్నాను. ఆత్మానందముతో కూడిన **"పరమపవిత్ర దృష్టి"** సర్వత్రా వెలయుచున్నది.

కర్తవ్యం మే న విద్యతే కించిత్! "ఇది ఇంకా చేయాలి. అప్పుడు అది పొందుతాను" అనునదేమీ నాకు లేదు. కించిత్ కూడా కర్తవ్యమనునదేదీ లేదు. కనుక కర్తృత్వమూ లేదు. భోక్తృత్వమూ లేదు. "కలలో ఇది నేను చేసి అది పొందాలి".. అనునదేమీ కలకు ముందుగానీ, కలలోగానీ ఉండవుకదా! " కలలో ఇది పొందాలి. అది పొందకూడదు".. అని తలచి ఒకడు కలకు ఉపక్రమించడు కదా! అట్లాగే జాగ్రత్‌లో – ఇది పొందాలి. అదికాదు. ఇది చేయాలి!.. అది కాదు – అనునదేమీ నాకు (అవధూతకు) ఉండదు.

ప్రాప్తవ్యమ్ సర్వమ్ అద్య సంపన్నమ్! నేను ఇంకనూ పొందవలసినదంటూ.. 14లోకాలలో ఎక్కడా ఏదీ లేదు. ఆత్మస్వరూప భావనచే ప్రాప్తించవలసినది ప్రాప్తించినదైనది. సుసంపన్నుడనై ఉన్నాను. **లోకాలన్నీ నాలోనే ఉండగా, నేను లోకముల నుండి ఏదో పొందటము ఎక్కడిది? జీవాత్మగా లోక సంచారినై ఉంటూనే, పరమాత్మగా లోకములన్నీ నాయందే కలిగి ఉన్నాను.**

తృప్తేః మే, కో ఉపమా భవేత్ లోకే? ఆత్మ జ్ఞానముచే, ఆత్మాఽహమ్ భావనచే ఆత్మతృప్తి పొంది ఉంటున్నాను. ఇట్టి తృప్తి దృశ్య వస్తువులు లభించినప్పటి తృప్తి కాదు. ఆత్మ తృప్తితో పోల్చగలిగిన లోకగతమైన ఉపమానము ఏదీ లేదు.

పునః పునః 'ఆత్మాఽహం' అనుభూతిచే ధన్యుడను. ధన్యుడను.

అహోపుణ్యమ్। అహోపుణ్య ఫలితమ్। ఫలితం దృఢం! అస్య పుణ్యస్య సంపత్తే అహో వయమ్। అహో వయమ్। 'ఆత్మజ్ఞానము' యొక్క పుణ్యఫలమును చూచి నాకు నేనే నన్ను చూచుకొని ఆశ్చర్యపడుచున్నాను. ఆనందపడుచున్నాను.

అహో జ్ఞానమ్। అహో జ్ఞానమ్! అహాః! ఆత్మజ్ఞానము సమక్షముతో తదితర ప్రాపంచక, దృశ్యవ్యవహార, ధన–వ్యవహార సంబంధమైన జ్ఞానములు సూర్యకాంతిలో వెలిగించే దివిటీల వంటివికదా!

అహో సుఖమ్ అహో సుఖమ్! ఆత్మానందము ఎంతటి ఆశ్చర్యకరమగు సుఖము!

ఇంద్రియ సుఖములు ఎందుకు పనికివస్తాయి? మంచినీటి సరస్సులో స్నానం చేసినవాడు ఇంటికి తిరిగి వస్తూ బాటలో గల మురికిగుంటలలో స్నానం చేస్తూ కాసేపు క్రీడించి, ఇంటికి చేరాలనుకుంటాడా? లేదు కదా!

అహో శాస్త్రమ్। అహో శాస్త్రమ్! ప్రపంచంలో అనేక శాస్త్రాలు ఉండవచ్చుగాక! కానీ ఆత్మతత్త్వమును నిర్వచిస్తున్న వేదాంత శాస్త్రము (లేక) తత్త్వ శాస్త్రము (లేక) అధ్యాత్మశాస్త్రము ఎంతటి ఆశ్చర్యకరం। ఎంతటి ప్రయోజనకరం। అది అనిర్వచనీయం. అప్రతిహతం! అమోఘం। శ్రేయః శ్రేయమ్। **"రక్త మాంస నిర్మిత దేహబద్ధుడను నేను"** అను స్థితి నుండి → **ఒక పురుగునుండి–బ్రహ్మ వరకు గల సర్వ దేహములలో ప్రకాశించు సాక్షియే నేను"** – అనే స్థితికి జేర్చుచున్నది.

అహో గురుః అహో గురుః : సహజమగు నా స్వస్వరూపమును నిర్వచించి, నిరూపిస్తూ బోధిస్తున్న సద్గురువు యొక్క ఔన్నత్యము ఎంత గొప్పది। వర్ణనాతీతం। అపరోక్షజ్ఞాన సమాచారము అందిస్తున్న గురువు ఎంతటి గొప్పవాడు. ఆత్మబంధువు! మమాత్మానంద-మధురాతి మధుర-మహత్ స్వరూపుడే!

– – –

ఈ అవధూతోపనిషత్ రూపంగా దత్తాత్రేయుల వారిచే ప్రవచించబడిన అవధూతల అనుభవమును ఎవ్వరు శ్రద్ధగా అధ్యయనం చేస్తారో.. అట్టివారు కృతకృత్యులు. వారి జన్మ సార్ధకం! **అవధూత స్థానము చేరగలరు.**

ఇందలి సారమును గ్రహించువాడు సర్వదోషముల నుండి విముక్తుడు అగుచున్నాడు. సురాపానము, బంగారము దొంగిలించటము, బ్రహ్మహత్య మొదలైన మహాపాతక -ఉపపాతకముల నుండి కూడా అట్టి విద్యార్థి (లేక) అధ్యయని **పవిత్రుడు** అగుచున్నాడు. కృతకృత్యుడు అవగలడు. సర్వదోషముల నుండి పరిశుభ్రుడగుచున్నాడు.

ఏవం విదిత్వా స్వేచ్ఛాచారపరో భూయాత్ యోగమ్। యోగసాధనల యొక్క అంతిమ ప్రయోజనము ఈ ఉపనిషత్‌లో సూచించబడిన ఆత్మసాక్షాత్కారమే!

అవధూత గానము

శ్లో॥ తృప్యత్ ఏవం స్వమనసా మన్యతే అసౌ నిరంతరమ్।
ధన్యోఽహం నిత్యగ్ం స్వాత్మాన మంజసా వేద్మి॥
ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। బ్రహ్మానందో విభాతి మే "స్పష్టమ్"।
ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। దుఃఖం సాంసారికం " న వీక్షేఽద్య"।
ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। స్వస్య, అజ్ఞానం పలాయితం క్వాపి"।
ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। "కర్తవ్యం మే న విద్యతే కించిత్"।
ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। ప్రాప్తవ్యం సర్వమద్య సంపన్నమ్।
ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। తృప్తేః మే కోపమా భవేత్ లోకే।
ధన్యోఽహం। ధన్యోఽహం। ధన్యో ధన్యః పునః పునః ధన్యః।
అహెూ పుణ్యం। అహెూ పుణ్యం ఫలితం, ఫలితం దృఢమ్।
అస్య పుణ్యస్య సంపత్తేః అహెూ వయమ్। అహెూ వయమ్।
అహెూ జ్ఞానమ్। అహెూ జ్ఞానమ్। అహెూ సుఖమ్। అహెూ సుఖమ్।
అహెూ శాస్త్రమ్। అహెూ శాస్త్రమ్। అహెూ గురుః। అహెూ గురుః।

యః ఇదమ్ అధీతే సోఽపి కృతకృత్యో భవతి (అవధూతో భవతి)
సురపానాత్ పూతో భవతి। స్వర్ణ స్తేయాత్ పూతో భవతి। బ్రహ్మహత్యాత్ పూతో భవతి। కృతకృత్యాత్ పూతో భవతి।
ఏవం విదిత్వా స్వేచ్ఛాచారపరో, భూయాత్ ఓగ్ం సత్యమితి॥

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత అవదూతోపనిషత్
ఓం శాంతిశ్శాంతిశ్శాంతిః ॥

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

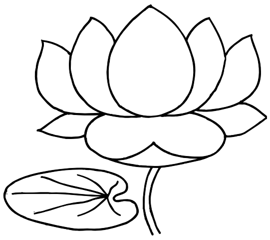
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

4 అక్ష్యుపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ యః సప్త భూమికా విద్యా వేద్యానంద కళేబరమ్
వికళేబరకైవల్యం రామచంద్రపదం భజే ॥



సదేహ - సప్తభూమికా విద్యా విజ్ఞాన-ఆనంద స్వరూపుడు, విదేహ - కైవల్య స్వరూపుడు అగు శ్రీరామచంద్రమూర్తి పాదపద్మములకు శరణు.

ఓం సాకృతి మహర్షిభ్యోం నమః
ఓం ఆదిత్య సద్గురవే నమః

ఓం

ఓం!

1 అథ హ సాంకృతి భగవాన్
ఆదిత్య లోకం జగామ।
తమ్ ఆదిత్యమ్ నత్వా,
'చాక్షుష్మతీ' విద్యయా తమ్ అస్తువత్।

ఒకానొక సందర్భమున మహర్షి సాంకృతి తత్త్వజ్ఞానార్థి అయి భగవానుడగు సూర్యుడు పాలిస్తున్న ఆదిత్యలోకములో ప్రవేశించారు. సర్వ జీవన ప్రదాత, త్రిమూర్తి స్వరూపుడు అగు **ఆదిత్యదేవాది దేవుని** దర్శించారు. చాక్షుష్మతీ విద్య (స్తోత్రము)తో, "అస్తు" ప్రవచనాలతో ఆదిత్య భగవానుని స్తుతించారు.

చాక్షుష్మతీ స్తుతి

ఓం నమో భగవతే....,
శ్రీ సూర్యాయ–అక్షితేజసే నమః।
ఓం ఖేచరాయ నమః।
ఓం మహాసేనాయ నమః, ఓం తమసే నమః
ఓం రజసే నమః। ఓం సత్త్వాయ నమః।

హే శ్రీ సూర్యభగవాన్! అక్షి (దృక్) తేజోస్వరూపుడనై సర్వము వెలుగించు పరమాత్మా! మీకు వినమ్రుడనై నమస్కరిస్తున్నాను.

ఓ ఆకాశ సంచారీ!

జగత్తులన్నిటికీ సేనానాయకా!

హే తమో-రజో-సత్వ- త్రిగుణాత్మ ధారిణే!

విరించి - నారాయణ- శంకరాత్మనే! నమో నమో నమో నమః॥

ఓం అసతో మా సతోగమయ (సద్ గమయ)।
తమ సో మా జ్యోతిః గమయ।
మృత్యోః మా అమృతం గమయ।

హే సద్గురూ! జగత్ గురూ! స్వామీ! నన్ను కల్పనామాత్రము - అసహజము అగు అసత్తు నుండి 'సహజము' అగు సత్తునకు జేర్చవలసినదని ప్రార్థిస్తున్నాను. లేని దానినుండి స్వతఃగానే ఉన్నట్టి స్థానమునకు తీసుకువెళ్ళండి.

నాకు తోడుగా ఉండి, 'అజ్ఞాన' రూపమగు 'తమస్సు'.. అనే నిబిడాంధ కారము నుండి నన్ను 'సుజ్ఞానము' అనే జ్యోతిస్థానమునకు గొనిపొండి!

మార్పు-చేర్పుల పరిధి అగు మృత్యువు నుండి అమృత స్థానమునకు తీసుకొని పొండి!

ఉష్ణో భగవాన్ శుచి రూపః।
హంసో భగవాన్ శుచి రూపః।
ప్రతి రూపః।

ఉష్ణ రూపముచే సర్వదేహులకు దేహశుచిని ప్రసాదించు పరమాత్మా! జీవితేశ్వరా! హంసరూపులై మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారాల దోషముల నుండి నిర్మలత్వమును ప్రసాదించు స్వామీ!

	విశ్వరూపం। ఘృణినమ్। **జాతవేదసగ్ం। హిరణ్మయమ్।** **జ్యోతిరూపం తపంతమ్।**	బింబస్వరూపులై ఈ జీవులకు, జగత్తులను మీ ప్రతిబింబము వలె కలిగి ఉంటున్న మహాత్మా! ఈ విశ్వమంతా స్వరూపముగా కలిగియున్నట్టి విశ్వరూపా! జగత్తులను కిరణములతో వెలుగించు ఘృణీశ్వరా! కిరణములు - వెలుగు -జ్వాలతో జగత్తులో మూలమూలలా నింపుచున్న స్వామీ! అగ్ని స్వరూపా! సృష్టికి కారకుడవగు హిరణ్మయా! సర్వమును తపింపజేయు మహామహనీయా!
	సహస్ర రశ్మిః। శతధా వర్తమానః పురుషః। **ప్రజానామ్ ఉదయతి, ఏష సూర్యః।** **<u>ఓం నమో భగవతే</u>** **<u>శ్రీ సూర్యాయ ఆదిత్యాయ। అక్షి తేజసే।</u>** **<u>అహో వాహినీ। వాహినీ వా। స్వాహేఽ– తి।।</u>**	సహస్ర కిరణ సమేత జ్యోతి స్వరూపా! వందల విశేషములతో కూడిన మహాపురుషా! పురుషోత్తమా! సర్వజీవుల యొక్క ఉత్పత్తికి స్థాన భూతమైన వాడా! సూర్యభగవానుడా! సూర్యదేవా! ఆదిత్య దేవా! దృక్-దష్ట-దర్శనములతో కూడినట్టి అక్షితేజో రూపా! ధృతి-ఉత్సాహ-ఆనందములను జీవులందరికి ప్రసాదించు స్వామీ! సప్తాశ్వ రథమారూఢా! మీకు స్తుతి పూర్వక నమస్కారము.
2	ఏవం చాక్షుస్మతీ విద్యయా స్తుత శ్రీ సూర్యనారాయణః సుప్రీతో అబ్రవీత్।	ఈ విధంగా 'చాక్షుష్మతీ' మహా విద్యచే సాంకృతి మహర్షి స్తుతించగా ఆదిత్య భగవానుడు సుప్రీతులైనారు. సుప్రసన్నులైనారు.
	చాక్షుస్మతీం విద్యాం బ్రాహ్మణో యో నిత్యం అధీతే, న తస్య అక్షిరోగో భవతి। న తస్య కులే అంధో భవతి। అష్టౌ బ్రాహ్మణాన్ గ్రాహయిత్వా అథ 'విద్యా సిద్ధిః' భవతి। య ఏవం వేద, స మహాన్ భవతి।।	బ్రహ్మమును ఆశ్రయించుచూ, ఉపాసించునట్టి ఎవ్వరైతే ఈ చాక్షుస్మతీ విద్యాస్తోత్రమును పఠిస్తూ ఉంటారో, అట్టి వారికి దృష్టి దోషము, కంటి రోగము ఉండదు. - అట్టి వాని కులములో గ్రుడ్డివారు పుట్టరు. - ఈ మంత్రమును వ్రతముగా నిర్వర్తించి '8' మంది బ్రాహ్మణులకు భోజనము పెట్టి గౌరవించితే 'విద్యాసిద్ధి' కలుగగలదు. ఎవ్వరు ఇందలి తత్త్వార్థాన్ని తెలుసుకొంటారో, అట్టివారు మహానుభావులు, మహాన్ స్వరూపులు కాగలరు.
3	<u>అథ హ సాంకృతిః ఆదిత్యం పప్రచ్ఛ:</u> భగవన్। బ్రహ్మవిద్యాం మే బ్రూహి।... ఇతి!	ఆ విధంగా స్తోత్రం సమర్పించిన తరువాత సాంకృతి మహర్షి ఆదిత్య భగవానునితో ఇట్లు పలికారు. **"భగవాన్! నాకు బ్రహ్మవిద్యను బోధించమని అర్థిస్తున్నాను."**
	<u>తమ్ ఆదిత్యో హో వాచ</u> సాంకృతే! శృణు, వక్ష్యామి। తత్త్వజ్ఞానగ్ం సుదుర్లభం, యేన విజ్ఞానమాత్రేణ 'జీవన్ముక్తో' భవిష్యసి।	**ఆదిత్య భగవానుడు ఇట్లు సంభాషించసాగారు:** ఓ సాంకృత మహర్షీ! తప్పక చెప్పుతాను. అయితే ఎద్దానిని ఎరిగినంత మాత్రము చేతనే ఈ జీవుడు 'జీవన్ముక్తుడు' అగుచున్నాడో అట్టి తత్త్వజ్ఞానము బోధించటము, బోధించబడటమూ సుదుర్లభమే। తేలికైనది కాదు. అయినా మీరు అడిగారు కాబట్టి చెప్పుచున్నాను. వినండి.
	సర్వమ్, ఏకమ్, అజగ్ం శాంతమ్, అనన్తమ్, ధృవమ్, అవ్యయమ్ .. పశ్యన్ భూతార్థచిత్– రూపగ్ం → శాంత ఆస్య యథా సుఖమ్। అవేదనం విదుః 'యోగమ్', చిత్తక్షయమ్, అకృత్రిమమ్।।	ఏదైతే సర్వము అయి **ఉన్నదో**, సర్వదా **ఏకమేనో**, జన్మ-కర్మ ఇత్యాదులు **లేనట్టిదో, పరమ శాంతస్వరూపమో, ఆద్యంతరహితమో** (లేక) **అనన్తమో**, ఎల్లప్పుడూ ఏర్పడియే ఉన్నదగుటచేత **ధృవమో**, మార్పు-చేర్పులు లేనందువల్ల **అవ్యయమో**,.. అట్టి ఆత్మను గురించి ఎరిగి శాంతుడవై, యథాసుఖముగా ఉండండి. ఇదియే మహదాశయము అగును గాక. (1) ఆత్మ గురించి ఎరుగుటయు (2) అశ్రమపూర్వకంగా, అకృత్రిమంగా- స్వాభావికంగా ఆత్మతో అనునిత్యమైనట్టి అనన్యత్వము- **'యోగము'** అని ఎరిగెదరు గాక!
4	యోగస్థః కురుకర్మాణి। నీరసో వా అథ మా కురు। విరాగమ్ ఉపయాతి అంతర్వాసనాసు అనువాసరమ్, క్రియాసు ఉదార రూపాసు క్రమతే మోదతే ఽన్వహమ్। గ్రామ్యాసు జడచేష్టాసు, సతతం విచికిత్సతే।।	ఓ సాంకృతి మునివరేణ్యా! ఈ జీవుడు తనకు నియమితమైన కర్మలను 'యోగస్థుడు' అయి నిర్వర్తించాలిసుమా! అంతేగాని రాగముతో కాదు. "ఎందుకొచ్చిందిరా బాబూ".. అని నీరసపడుతూ కాదు. యోగస్థుడవై కర్మలు చేస్తే, క్రమంగా కర్మఫలముల పట్ల విరాగము ఏర్పడుచున్నది. అట్టివాని క్రియలు ఉదారత్వము, ఇష్టము సంతరించుకుంటాయి. అప్పుడు, ఆత్మానందమునకు చోటు లభించగలదు. ముముక్షువు-అజ్ఞాన భావములతో కూడిన, జడమైన(మూర్ఖమైన) కర్మలను విడనాడి ఉండును గాక! (సంశయించునుగాక! కర్మలను విచక్షించుకొనును గాక!)

నోదాహరతి(న ఉదాహరతి) మర్మాణి, పుణ్యకర్మాణి సేవతే।
అనన్య-ఉద్వేగ కారిణి, మృదుకర్మాణి సేవతే।

ఉద్వేగము కలిగించని పుణ్యకర్మలను సర్వదా సేవించుచుండునుగాక! శాస్త్రములకు ప్రతికూలాలము కానట్టివి. మృదువైనవి, తదితరులకు సంతోషమును కలుగజేయునవి అగు కర్మలనే సేవించుచుండును గాక!

పాపాత్ బిభేతి సతతం, న చ భోగం అపేక్షతే।
స్నేహ ప్రణయ గర్భాణి, పేశలాని ఉచితాని చ,
దేశ-కాల ఉపపన్నాని వచనాని అభిభాషతే
మనసా కర్మణా వాచా
సజ్జనాన్ ఉపసేవతే॥

బ్రహ్మ విద్యను అభిలషించి అభ్యసించువాడు పాపపు కర్మల పట్ల "అమ్మో! అనుచితము కదా!'' అని భయమును స్వాభావికంగానే కలిగి ఉండునుగాక! ఇంద్రియ భోగముల పట్ల అపేక్ష లేకుండునుగాక! ఉపేక్ష కలిగి ఉండును గాక! స్నేహపూరితమైన మృదుత్వ భావములు కలిగి ఉండాలి. ఉచితానుచితములు ఎరిగి వర్తిస్తూ ఉండాలి.

మనసా వాచా కర్మణా (మనోవాక్ కాయములచే) సజ్జనులపట్ల, మహనీయులపట్ల ఆత్మజ్ఞుల పట్ల 'సేవాభావము' - కలిగి ఉండాలి.

యతః కుతః చిదానీయ
నిత్యగ్ం శాస్త్రాణి అపేక్షతే॥
తదా౽సౌ ప్రథమామ్ ఏకాం
ప్రాప్తో భవతి భూమికామ్,
ఏవం విచారవాన్ యస్యాత్
సంసార - ఉత్తారణం ప్రతి॥

ఎక్కడో అక్కడి నుండి ఉత్తమ శాస్త్రములను తీసుకువచ్చి ఆ ఆత్మజ్ఞాన ప్రవచిత శాస్త్రములను నిత్యము ప్రియముగా పరిశీలించాలి.

ఇట్టి కార్యక్రమములచే ఈ జీవుడు ప్రథమ భూమికను ఆశ్రయించిన వాడు అగుచున్నాడు. సంసారము నుండి తరించుటకై 'విచారణ' చేయుటకు అది మార్గమై **'శుభేచ్ఛ'** అను ప్రథమ భూమిక యందు ప్రవేశము లభిస్తోంది.

స "భూమికావాన్" ఇత్యుక్తః
శేషస్తు "ఆర్యః" ఇతి స్మృతః॥

అట్టి వానిని **"భూమికావంతుడు"** అని కూడా పిలుస్తున్నారు. ఇక తరువాతి తరువాతి భూమికలలో ప్రవేశిస్తున్న వానిని **'ఆర్యుడు'** అని అంటూ ఉంటారు.

---

5 "విచార" నామ్నీమ్ ఇతరామ్
ఆగతో, యోగభూమికామ్,
శ్రుతి-స్మృతి-సదాచార-
ధారణా-ధ్యాన కర్మణః
ముఖ్యయా వ్యాఖ్యయా
ఖ్యాతాన్ శ్రయతి శ్రేష్ఠ పండితాన్॥

'శుభేచ్ఛ'-ను కొనసాగిస్తూ ఈ ముముక్షువు **'విచారణ'** అను రెండవ భూమిలో ప్రవేశించుచున్నాడు. శ్రుతులను (వేదాంత శాస్త్రమును), స్మృతులను (ధర్మశాస్త్రములను, పురాణములను), పరిశీలించ ప్రారంభిస్తున్నాడు. సదాచారమును ఎరిగి వర్తించుచున్నాడు. స్తోత్ర పఠణము, ధారణ, ధ్యానము.. మొదలైన కర్మలయందు ఉత్సాహము పొందుచున్నాడు. వ్యాఖ్యాతల ప్రాముఖ్యమగు వ్యాఖ్యానములు వినుట యందు అభిరుచి పొందుచున్నాడు. అందుకొరకై శ్రేష్ఠులగు పండితులను ఆశ్రయించుచున్నాడు.

పదార్థ ప్రవిభాగజ్ఞః,
కార్య-అకార్య వినిర్ణయమ్
జానాతి అధిగతశ్చ
అన్యో గృహం గృహపతిః యథా॥
మద-అభిమాన-మాత్సర్య-
లోభ-మోహాతిశాయితామ్ బహిరపి
ఆస్థితామ్, ఈషత్ త్యజతి
అహిరివత్ త్వచమ్ (త్వక్చమ్)॥

క్రమంగా → పాంచభౌతిక దృశ్యము, దేహము, మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము, జీవాత్మ, ఈశ్వరుడు, పరమాత్మ.. → ఇటువంటి పదార్థ విభాగములను తెలుసుకొనటమునందు ఆసక్తుడు అగుచున్నాడు. ఇంటి యజమాని ఇంటిలోని విషయములను శాసించి నియమించునట్లుగా ఆతడు చేయవలసినవి, చేయకూడనివి. ఆలోచించి మరీ నిర్ణయించు కుంటున్నాడు. విన్నవి, వినవలసినవి విచక్షించి, అటుపై నిర్ణయపూర్వకంగా ఆశ్రయిస్తున్నాడు.

ఒక పాము ఏ విధంగా కుబుసమును విడచి, ఆచోటునుండి అద్దాని ధ్యాస లేనిదై వెళ్లిపోతుందో,.. ఆ విధంగానే ఆత్మజ్ఞానాభిలాషి మదము (గర్వము), (నేను ఇంతటి వాడిననే) అభిమానము, మోహముతో కూడిన బుద్ధి - మొదలైన వాటిని పాము కుబుసము వలె విడచి వేయాలి

ఇత్థం భూతమతిః శాస్త్ర-గురు-సజ్జన సేవయా,
స రహస్యమ్ అశేషేణ యథావత్ అధిగచ్ఛతి
"అసంసర్గ" అభిధామ్ అన్యాం
తృతీయాం యోగభూమికామ్
తతః పతతి అసౌ కాంతః
పుష్పశయ్యామ్ ఇవ అమలామ్।

శాస్త్ర-గురు బోధలపై బుద్ధిని నిలపాలి. వ్యక్తిగతమైనదంతా (రహస్యమును) అశేషంగా దాటివేసిన వాడై ఉండాలి. ఉన్నది ఉన్నట్లుగా తెలుసుకొనే - తెలియజెప్పే రీతిగా ఉండాలి.

అటువంటి ప్రయత్నములచే ఆ ముముక్షువు (సాధకుడు) క్రమంగా **"అసంసర్గము"** అని పిలువబడే '3'వ యోగ భూమిలో ప్రవేశించుచున్నారు. ఒక కాంతివంతుడు పుష్పశయ్యపై (పూలపాన్పుపై) ఆశీనుడై ఉండు విధంగా ఈ **అసంసర్గ (3వ) యోగ భూమిక**లో ఆసీనుడు అగుచున్నారు.

యథావత్ శాస్త్ర వాక్యార్థ - మతిమ్ ఆధాయ నిశ్చలామ్, తాపసా శ్రమవిశ్రాంతైః అధ్యాత్మ కథన క్రమైః శిలా శయ్యాసన - ఆసీనో జరయతి ఆయుః ఆతతమ్। వనావని విహారేణ చిత్త-ఉపశమ శోభినా, అసంగ సుఖ సౌఖ్యేన, కాలం నయతి నీతిమాన్।	**"సోఽ హమ్-తత్త్వమ్ - జీవో బ్రహ్మేఽ తి నాపరః"** మొదలైన మహావాక్యార్థములను, "దృశ్య - ద్రష్ట - దృక్ - దేహ - మనోబుద్ధి చిత్త-అహంకారము" మొ॥న శబ్దముల తాత్త్వికార్థమును తెలుసుకొనుచుండుట వలన బుద్ధి నిశ్చలత పొందుతుంది. తపస్సు వలన మనస్సు విశ్రాంతి పొందుతుంది. ఆధ్యాత్మిక కథనముల వలన, సమాధి - ప్రాణాయామ - ఆసనముల వలనను,... ఏకాంత విహారము వలనను - చిత్తము దృశ్యము నుండి ఉపశమించుచూ మలినత్వము పోయి ప్రకాశముతో విరాజిల్లగలదు. అట్టివాడు **అసంగము** (Non attachment with all worldly things) అను సుఖము పొందుతూ, సాత్వికుడై, అయి, నీతిమంతుడుగా కాలము వెళ్లబుచ్చుచూ ఉంటున్నాడు.
అభ్యాసాత్ సాధు శాస్త్రాణాం, కరణాత్ పుణ్యకర్మణామ్, జంతోః యథావత్ ఏవేయం, వస్తు దృష్టిః ప్రసీదతి, "తృతీయాం భూమికాం" ప్రాప్య, బుద్ధో అనుభవతి స్వయమ్॥	సాధు సంగము యొక్క, శాస్త్ర విషయముల యొక్క అభ్యాసము చేతను, పుణ్యకర్మల నిర్వహణము వలనను ఈ జీవుని యొక్క 'వస్తు దృష్టి' తగ్గుతూ.. ఆత్మదృష్టి ప్రవృద్ధమగుచూ ఉంటుంది. అప్పుడు ఆ ఆర్యుడు (యోగాభ్యాసి) **"అసంసర్గము"** - అనబడు 3వ యోగభూమికలో ప్రవేశించినవాడగుచున్నాడు. పైన చెప్పుకొన్న అభ్యాసములచే ఆతని బుద్ధి 3వ యోగ భూమిక (అసంసర్గ యోగభూమిక) యొక్క అనుభవము స్వయముగా పొందుచున్నది.
6 ద్విప్రకారమ్ అసంసర్గం సత్యభేదమ్ ఇమం శృణు। ద్వివిధో అయం అసంసర్గః, (1) సామాన్యః (2) శ్రేష్ఠయేవ చ॥ "→ నాహం కార్తా, న భోక్తాచ న బాధ్యో, న చ బాధకః" -ఇతి అసంజనమ్ అర్థేషు "సామాన్య - అసంగ" - నామకమ్। ప్రాక్ కర్మ నిర్మితం సర్వం ఈశ్వరాధీనమేవ వా, సుఖం వా, యది వా దుఃఖం నైవ- అత్ర మమ కర్తృతా। -భోగ-అభోగా మహారోగాః। - సంపదః పరమ ఆపదః। - వియోగాయైవ సంయోగా ఆధయో వ్యాధయో అధియామ్, - కాలశ్చ కలనా ఉద్యుక్త సర్వభావాన్ అనారతమ్। అనాస్థయేతి భావానాం యత్ అభావనమ్ అంతరమ్, వాక్యార్థ లబ్ధ మనసః "సామాన్యో అసావసంగమః"।	ఓ సాంకృతి మహర్షీ! 'అసంసర్గము' అను 3వ యోగభూమిక అభ్యాసము యొక్క ఆధిక్యతచే రెండు తీరులుగా ఉంటుంది. వాటి భేదమేమిటో చెప్పుచున్నాను. వినండి! **(1) సామాన్య అసంసర్గము (2) శ్రేష్ఠ అసంసర్గము** **సామాన్య అసంసర్గ యోగ భూమిక** - "నేను దేనికీ కర్తను కాదు.. భోక్తనూ కాదు! జలములో ప్రతిబింబించే ప్రతిబింబ రూపము కదలికలకు సూర్యబింబము కర్తకాదు కదా!" - "నేను బాధించబడువాడను కాను. బాధించువాడను కాను।" ... ఈ విధంగా విషయములతో సంగము లేని భావనను **"సామాన్య-అసంగము"** అని అంటారు. నాటకంలోని పాత్ర యొక్క కర్తృత్వ-భోక్తృత్వాలు పాత్రధారునికి సంబంధించి ఏముంటాయి? అంతా నాటక రచనా చమత్కారమేగా! మహాత్ముల సహవాసం చేత ముముక్షువుయందు ఇట్టి అతీతత్వము రూపుదిద్దుకుంటోంది. - "కథలోని సంఘటనలు రచయిత యొక్క రచనా చమత్కారము అయినట్లుగా ప్రపంచములో జరిగేదంతా ఈశ్వరాధీనము. - ఇక్కడి సుఖ దుఃఖాలకు నా కర్తృత్వము ఏదీ లేదు. - ఇక ఇక్కడి భోగ-అభోగములు నా అధీనంలోనో, మరొకరి ఆధీనంలోనో ఉన్నాయనుకోవటము మనస్సు యొక్క మహారోగము మాత్రమే! ఇక్కడి సంపదలకు నేను సంబంధించిన వాడినని అనుకోవటం, అవి నాకు సంబంధించినవని తలచటం - మహావ్యాధి వంటిది. - ఇక్కడి వియోగములు, సంయోగములు మానసిక (ఆధి)- శారీరక (వ్యాధి) బాధారూపములే. సుఖ-దుఃఖములు సంయోగ-వియోగములు, ఆధి-వ్యాధులు, తదితర భావములు - ఇవన్నీ కాలచమత్కారములు మాత్రమే! అభావనచే అవన్నీ స్వతఃగా లేవు". ***ఈ విధంగా అభావనచే జగత్ భావములను జయించి మనస్సు మహావాక్యముల మననము నందు నియమించటమే "సామాన్య అసావసంగమము" (లేక) సామాన్య అసంసర్గము.***

అనేన క్రమయోగేన సంయోగేన మహాత్మనామ్
'నాహంకర్తా! ఈశ్వరః కర్తా'
కర్మ వా ప్రాక్తనం మమ,
కృత్వా దూరతరే మానమ్
ఇతి శబ్దార్థ భావనామ్,
యత్ మౌన మానసం, శాంతం
తత్ 'శ్రేష్మాసంగ' ఉచ్యతే॥

విశేష అసంసర్గ యోగభూమిక

ఈ విధంగా క్రమయోగము చేతను, మహాత్ములతో ఏర్పడే ఆత్మతత్త్వము గురించిన సంభాషణచేతను, ఆయా ప్రాణాయామాది యోగసాధనల చేతనూ..,

- నేను కర్తను కాదు. ఎదుటివాడూ కాదు.
- అంతా ఈశ్వరకర్తృత్వమే। ఈశ్వరుడే కర్త!
- లేదా, ప్రాక్తన (ఇతః పూర్వపు) కర్మల ప్రభావమే ఇదంతా!
- ఇక్కడ సందర్భపడుచున్న సర్వ సంఘటనలకు, సంబంధ-బాంధవ్యములకు దూరంగా ఉండెదనుగాక!.. అను శబ్దార్థ భావనతో (అవగాహనతో) ఎవ్వరి మనస్సు మౌనము - శాంతము వహించి ఉంటుందో.. అట్టి వాడు **శ్రేష్మాసంగయోగ భూమికను' అధిరోహించినవాడు** - అని చెప్పబడుచున్నాడు.

సంతోషామోద మధురా, 'ప్రథమ – ఉదేతి భూమికా',
భూమి ప్రోదిత మాత్రో
అంతః – అమృత అంకురికా ఏవ సా।
ఏషా హి పరిమృష్ట, అంతర న్యాసాం ప్రసవైక భూః
"ద్వితీయాం చ-తృతీయాంచ
భూమికాం".. ప్రాప్నుయాత్ తతః॥

మొదటి యోగభూమిలోనే ఒకానొక మధురమైన (ప్రాపంచక విషయములకు సంబంధించినట్టి) సంతోషము, ఆనందము అభ్యాస మౌతుంది. అది తడిసిన భూమిపై నాటిన అమృతరూపమగు అంకురము వంటిది. ఆ "అమృతభావన" మొలకెత్తి, పరివృద్ధి పొందుచూ అమృతత్వమునకు దారితీయుచున్నది. **'శుభేచ్ఛ'** యొక్క ప్రవృద్ధియే స్వయముగాను, స్వభావసిద్ధముగాను రెండవ-మూడవ భూమికలకు దారిచూపుతోంది. ప్రసాదిస్తోంది.

---

7 శ్రేష్మా సర్వగతా హి ఏషా
'తృతీయా భూమికా' అత్ర హి।
భవతి ప్రోజ్ఝిత – అశేష సంకల్పకలనః పుమాన్।
భూమికా త్రితయ అభ్యాసాత్
అజ్ఞానే క్షయమ్, ఆగతే,
సమంసర్వం ప్రపశ్యంతి
చతుర్థీం భూమికాం గతాః।
అద్వైతే స్థైర్యమ్ ఆయాతే, ద్వైతే చ ప్రశమం గతే।

'3'వ భూమిక ఇక్కడ అత్యంత శ్రేష్ఠము

ఎందుకంటే - అసంసర్గభూమిక- శ్రేష్ఠ యోగ భూమిక యందు యోగి అసంఖ్యాక సంకల్పముల నుండి, వాటి వాటి దోషముల నుండి విడుదల పొందుచున్నాడు.

మొదటి మూడు యోగ భూమికల నిరంతరమైన శ్రద్ధతో కూడిన అభ్యాసముచే అజ్ఞానము క్షయిస్తుంది. ఆ యోగి ఇక ఆపై 4వ యోగభూమిక **తనుమానసలో** ప్రవేశిస్తున్నాడు. సర్వమును 'సమదృష్టి'తో చూడ నారంభిస్తున్నాడు. చంచల దృష్టి తొలగుతోంది. ద్వైతదృష్టి ఉపశమిస్తూ అద్వైత స్థైర్యమును పొందుచున్నాడు.

పశ్యంతి స్వప్నవత్ లోకం
చతుర్థీం భూమికాం గతాః॥
భూమికా త్రితయం "జాగ్రత్",
చతుర్థీ "స్వప్న" ఉచ్యతే।

చిత్తం తు శరదభ్రాంశ విలయం
ప్రవిలీయతే।

ఈ 4వ యోగభూమికలో ప్రవేశించినవాడు ఈ జగత్తును స్వప్న సదృశంగాను, మొత్తము దృశ్యమును కేవలము కలవంటిదిగాను దర్శిస్తున్నాడు. అందుకే

- మొదటి 3 భూమికలు జాగ్రత్తు.
- 4వ భూమిక స్వప్నము అని అంటూ ఉంటారు.

శరత్ కాలములో మబ్బులు ఆకాశంలో తునాతునకలై చెదరిపోతాయి. చూచారా! అట్లా ఈ 4వ యోగ భూమిలో చిత్తము మటుమాయమైపోతోంది. చిత్తము తన యొక్క ఉనికిని కోల్పోతోంది. చిత్తము 'కేవల చిత్' అగుచున్నది.

'సత్త' అవశేషేన ఏవ (సత్తావశేషఏవ) అస్తే, పంచమీం భూమికాం గతాః
జగత్ వికల్పో నోదేతి, చిత్తస్య అత్ర విలాపనాత్।

ఇక క్రమంగా 5వ యోగ భూమికలో ప్రవేశించగా, ఆ యోగి **"కేవల సత్తా స్వరూపము"** సంతరించుకుంటున్నాడు. ఇక ఆతనికి జగత్ సంబంధమైన వికల్పమే ఉండదు. చిత్తము లయిస్తోంది. అద్దాని దృశ్య సంసార సంబంధమైన గీతికలన్నీ ముగుస్తాయి.

పంచమీం భూమికాం ఏత్య, 'సుషుప్త పద' నామికామ్
శాంత అశేష విశేషాంశః, తిష్ఠతి అద్వైత మాత్రకః॥

5వ యోగ భూమికను **'సుషుప్తపద'** అని పిలుస్తున్నారు. ఆ యోగి పరమశాంతము, అంతకుమించిన **ఏమీ లేని అశేష-నిశ్శేషాంశము** అగు అద్వైతమునందు తిష్ఠ కలిగి ఉంటున్నాడు.

గళిత ద్వైత నిర్భాసో, ముదితో, అంతః ప్రబోధవాన్, **'సుషుప్త మనఏవ' అస్తే, పంచమీం భూమికాం గతః।** **అంతర్ముఖతయా తిష్ఠన్** **బహిర్-వృత్తి పరో౽పిసన్।** **పరిశ్రాంతతయా నిత్యం** **నిద్రాళుః - ఇవ లక్ష్యతే।**	భేదమునకు సంబంధించిన ద్వైత దృష్టులు మొదలంట్లా తొలగుతాయి. మనస్సు సుషుప్తస్థితి పొందుతోంది. బాహ్యమున ఆయా బాహ్య విషయ సంబంధమగు బహిర్వృత్తి కలిగి ఉంటున్నప్పుడు కూడా అంతర్ముఖుడై గురి చెదరని వాడై, తిష్టితుడుగా ఉంటాడు. **పరమశాంతము,** శ్రమ అనునది కించిత్ కూడా లేనట్టి **పరిశ్రాంతత్వము** సంతరించుకొనుచూ, జగత్ విషయంలో గాఢనిద్రయందు ఉన్న వాని వలె ఉంటాడు.
కుర్వన్ అభ్యాసం ఏతస్యాం **భూమికాయాం వివాసనః, షష్ఠీం 'తుర్యాభిదామ్'** **అన్యాం క్రమాత్ పతతి భూమికామ్॥**	అట్టి 'సుషుప్త పద' అనే 5వ భూమికను అభ్యసిస్తూ వాసనలన్నీ తొలగుచుండగా, ఆ యోగి 'తుర్యాభిద' అని పిలువబడుచున్న '6'వ - యోగ/జ్ఞానభూమిలో ఎప్పుడో ప్రవేశము పొందుచున్నాడు.
8 యత్ర న అసత్, న సత్ రూపో, **న అహమ్, న అపి అనహమ్ కృతిః** **కేవలం క్షీణ మనన** **ఆస్తే అద్వైతే౽తి నిర్భయః।** **నిర్గ్రంథిః శాంత సందేహో** **జీవన్ముక్తో విభావనః।**	ఓ సాంకృతి మహర్షీ! భూమికల అభ్యాసి 'జీవన్ముడు' ఎప్పుడగుచున్నాడో వినండి! యోగి ఎక్కడైతే అసత్‌రూపిగాని, సత్‌రూపిగాని కాడో; అహంకారము గాని, అనహంకారముగాని ఉండవో, సర్వమననములు లయించగా, అద్వైతరూపుడై (తనకు ద్వితీయము లేనివాడై) - భయరహితుడై ప్రకాశించు చున్నాడో, గ్రంథులేవీ లేనివాడై ఉంటాడో; (బ్రహ్మ-విష్ణు-రుద్ర) గ్రంథులు విభేదమైపోగా, స్వస్వరూపము-జగత్-పరబ్రహ్మముల ఏకత్వము విషయంలో సర్వసందేహాలు సశాంతించినవై ఉంటాయో.. ఆతడే **"జీవన్ముక్తుడు"**.
అనిర్వాణో౽పి నిర్వాణః, చిత్రదీప ఇవ స్థితః॥ **'షష్ఠ్యాం భూమా' అవసౌ స్థిత్వా** **సప్తమీం భూమిమ్ ఆప్నుయాత్।** **'విదేహముక్తితా' ప్రోక్తా సప్తమీ యోగభూమికా।**	నిర్వాణము-అను సంబంధము కూడా ఉన్నవాడు కాదు. నిర్వాణుడు మోక్షరూపుడై చిత్రములోని దీపమువలె నిశ్చలుడై ఉంటాడు. అట్టివాడు 6వ యోగభూమికలో ప్రవేశించి జీవనన్ముక్తుడగుచున్నాడు. జీవన్ముక్త స్థితి నుండి ఏడవ యోగ భూమికను పొందుచున్నాడు. అట్టి 7వ జ్ఞాన/యోగ భూమికను **'విదేహముక్తి'** - అనిపిలుస్తున్నారు.
అగమ్యా వచసాం, శాంతా, **సా సీమా సర్వభూమిషు।** **లోకానువర్తనం త్యక్త్వా,** **త్యక్త్వా దేహానువర్తనం,** **శాస్త్రానువర్తనం త్యక్త్వా** **స్వాధ్యాస-అపనయం కురు।**	అట్టి సప్తమ భూమిక అగు విదేహముక్తి వాక్కుతో 'ఇట్టిది' అని వర్ణించి చెప్పలేము. విదేహ ముక్తునిది పరమ శాంతస్వరూపము. ఇది అన్ని భూమికలకు పరాకాష్ఠ. యోగ పరాకాష్ఠ! జ్ఞానపరాకాష్ఠ! ఓ సాంకృతి మహర్షీ! అట్టి పరాకాష్ఠ అగు విదేహముక్త స్థితిలో ఇక లోక-అనువర్తన మంతా త్యజించబడుతుంది. అట్లాగే శాస్త్రనియమములు, విధి విధానములు కూడా త్యజించబడుచున్నాయి. సర్వ లోకధ్యాసలు దాటి వేయబడుచున్నాయి. ఆతడు లోకాతీతుడు-లోకాంతర్గతుడు కూడా అయి ఉంటున్నాడు.
'ఓంకార మాత్రమ్' → అఖిలమ్ **విశ్వ ప్రాజ్ఞాది లక్షణమ్।** **వాచ్య వాచకతా భేదాత్** **భేదేన అనుపలభ్ధితః** **'అ'కారమాత్రం విశ్వస్స్యాత్** **'ఉ'కారః తైజసః స్మృతః** **ప్రాజ్ఞో 'మ'కార ఇత్యేవం** **పరిపశ్యేత్ క్రమేణ తు।**	ఏ స్థానము నుండి అయితే -విశ్వుడు (జాగ్రత్),ప్రాజ్ఞుడు (స్వప్నము), తేజసుడు (సుషుప్తి)లుగా కనబడే ఈ సర్వము **ఓంకార మాత్రమగు స్వస్వరూపము యొక్క లక్షణ విశేషములు** అయి ఉన్నవో.., - అట్టి ఏకము - అఖండము అగు 'ఓం' కారములో ఈ విశ్వము (విశ్వశ్యాత్) 'అ'కార మాత్రము, స్వప్నము 'ఉ' కారమాత్రము (తేజసము), 'మ'కార మాత్రము (ప్రాజ్ఞుడు), అంతర్ విశేషముగాను, ఓంకార రూప ఆత్మ నిర్విశేష తత్త్వముగాను క్రమేణా దర్శించబడుచున్నదో.. అదియే **సప్తమ భూమిక!**

సమాధికారాత్ ప్రాగేవ
విచింత్య అతి ప్రయత్నతః
స్థూల సూక్ష్మ క్రమాత్ సర్వం
చిదాత్మని విలాపయేత్।
చిదాత్మానం నిత్య శుద్ధ-బుద్ధ-ముక్త సత్ అద్వయః।
పరమానంద సందోహో
"వాసుదేవో అహమ్ ఓమ్" ఇతి।

7వ భూమిలోని వానిచే → అకారమాత్ర విశ్వుడు, ఉకారమాత్ర తేజసుడు, 'మ'కార మాత్ర ప్రాజ్ఞుడు అభేదంగా → చూడబడుచున్నాయి.

- ఆ ఏకత్వము అను 'సమాధి' రూప కేవలీ ఆత్మ గురించి ప్రయత్న పూర్వకంగా తీవ్ర చింతన చేయాలి. ఇక్కడి స్థూలమైన దానిని సూక్ష్మముగా దర్శిస్తూ సూక్ష్మములో లయం చేయాలి. సూక్ష్మమును 'కారణము' అగు **జీవాత్మయందు,** జీవాత్మను అనేక దేహముల సందర్శకుడగు **ఈశ్వరుని యందు,** ఈశ్వరుని జన్మాదులే లేనట్టి **ఆత్మ** యందు లయింపజేయాలి.

ఇప్పుడిక ఆ చిదాత్మతో ద్రష్టత్వమును దృశ్యత్వమును ఏకం చేయాలి.

"నిత్యశుద్ధము, కేవలబుద్ధి స్వరూపము, నిత్యముక్తము, కేవల సత్ (ఉనికి) స్వరూపము, పరమానందముచే సర్వదా నిండిఉన్నది -అగు వాసుదేవుడనే నేను. నేను సర్వదా సర్వత్రా ఆ వాసుదేవ స్వరూపుడనే" అను కేవలీ ఏకత్వ, **అద్వైతత్వములను** పుణికిపుచ్చుకోవాలి!

ఆది-మధ్యా-అవసానేషు
దుఃఖగ్ం సర్వమ్
ఇదమ్ యతః।
తస్మాత్ సర్వం పరిత్యజ్య
తత్త్వనిష్ఠోభవ। అనఘ!

వాసుదేవాఽహమస్మి!

"వాసుదేవ మిదగ్ం సర్వమ్! ఇదగ్ం సర్వమ్ అహమేవ - ఇదంతా నేనే!".. అను 7వ భూమికకు వేరై కనిపించేదంతా "ఇది దుఃఖభాజకమే".. అని గమనించబడి, త్యజించి వేయబడుచున్నది. **స్వాత్మయే సర్వాత్మగా, సమస్త జగత్తుగా దర్శించటమే సర్వదుఃఖముల నివారణోపాయము.**

అందుచేత ఓ పాపరహితుడా! సాంకృతి మహర్షీ! ఇక్కడ కనబడేదంతా బుద్ధితో త్యజించినవాడవై ఉండు. నీయొక్క **కేవలీసహజమగు వాసుదేవాఽహమ్'** నందు తత్త్వనిష్ఠ కలిగినవాడవై ఉండు.

అవిద్యా తిమిర - అతీతగ్ం,
సర్వ భాస వివర్జితమ్,
ఆనన్దమమలగ్ం సిద్ధం,
మనో వాచామ్ అగోచరమ్।
ప్రజ్ఞాన ఘనమ్ అనన్దమ్।
బ్రహ్మోఽస్మి - ఇతి విభావయేత్।।

'అవిద్య' అనే అంధకారమునకు ఆవల సర్వదా వేంచేసి ఉన్నట్టిది,

- సర్వ అభాసలను (Illusions and miscenceptions) త్యజించి వేసినట్టిది..,

- నిర్హేతుకానంద స్వరూపము (Happyness with out any reason/ issue) అయినట్టిది...,

-నిత్య నిర్మలమై సర్వదా సిద్ధించి ఉన్నట్టిది...,

- మనో - వాక్కులకు గోచరము కానట్టిది..,

అగు **"బ్రాహ్మీస్థితి"** యందు స్వప్రకాశమానుడవై సర్వదా వెలుగొందుము.

ఇతి అక్ష్యుపనిషత్
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః।

ఇతి అక్ష్యుపనిషత్
ఓం శాంతిః। శాంతి। శాంతిః।

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

4 అక్ష్యుపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

ఒకప్పుడు భగవానుడగు సాంకృతి మహర్షి ఆదిత్యలోకం ప్రవేశించారు. బ్రహ్మతత్త్వజ్ఞానార్థి అయి తన ఇష్టదైవమగు ఆదిత్య భగవానుని దర్శించారు. సకల జీవులకు, సర్వమునకు ఆది స్వరూపుడు (యత్-ఆదిః తమ్) అగు ఆ సూర్యభగవానుని **చాక్షుష్మతీ మహావిద్యాస్తోత్ర** పూర్వకంగా ఈ విధంగా స్తుతించసాగారు.

చాక్షుష్మతీ మహావిద్యాస్తోత్రము

ఓం నమో భగవతే శ్రీ సూర్యాయ-అక్షితేజసే నమః।
ఓం ఖేచరాయ నమః। ఓం మహాసేనాయ నమః। ఓం తమసే నమః।
ఓం రజసే నమః। ఓం సత్త్వాయ నమః। ఓం అసతో మా సత్-గమయ। (సద్గమయ)
తమసో మా జ్యోతిర్గమయ। మృత్యోర్మా అమృతంగమయ। ఉష్ణో భగవాన్ శుచి రూపః।
హంసో భగవాన్ శుచి రూపః। ప్రతిరూపః। విశ్వరూపం। ఘృణినమ్।
జాతవేదసగ్ం। హిరణ్మయమ్। జ్యోతిరూపం తపంతమ్ సహస్ర రశ్మిః।
శతధా వర్తమానః పురుషః। ప్రజానామ్ ఉదయతి, ఏష సూర్యః।
ఓం నమో భగవతే శ్రీ సూర్యాయ ఆదిత్యాయ అక్షితేజసే।
అహో వాహినీ వాహినీ వా స్వాహేతి॥

ఓ ఆదిత్య దేవా! శ్రీ సూర్యనారాయణా! భగవతే! నమస్కారము! మీరు సర్వదేహములలో 'దృక్' అనబడు (parceiver) - తేజోఅక్షిరూపులై వెలుగొందుచున్నారు. ఆకాశమంతా ఆక్రమించి సంచారముచేయు స్వామీ। '14 జగత్తులలోని సర్వజీవులు' అనే మహాసేనకు సేనానాయకుడా! సత్యము-రజస్సు-తమము అను త్రి-గుణములు ధారణగా కలిగి ఉన్న త్రిగుణాత్మధారిణే! విరించి-నారాయణ-శంకరాత్ముడా! నమో నమః॥

హే జగద్గురూ! **అసతో మా సతోగమయ!** అవాస్తవము, మనో కల్పనామాత్రము అగు **'అసత్తు'** నందు చిక్కుకున్న నన్ను బయల్వెడల దీసి 'వాస్తవము-నిత్యము' అగు **'సత్యము'** వైపుగా నడిపించండి! **తమసో మా జ్యోతిర్గమయ।** ఇంద్రియ విషయ పరంపరలో నిండియున్న అజ్ఞాన నిబిడాంధకారములో సత్యము ఎరుగలేకపోతున్న నన్ను ఆత్మజ్ఞానజ్యోతి వెలుగొందుచున్న ప్రదేశమునకు తరలించండి.

మృత్యోర్మా అమృతంగమయ।

దేహముతో పుట్టుచూ - మరణిస్తూ ఉండే పరిమిత సంకుచిత దేహములకు పరిమిత-పరంపరల మృత్యుస్థితి నుండి జన్మ-మృత్యువులచే స్పృశించబడజాలని **'అమృతత్త్వము'**నకు దారిచూపండి. సమస్తమునకు సాక్షి అగు **'కేవలీస్థానము'** దరి జేర్చండి.

స్వామీ! మీరు ఉష్ణరూపమున జగత్తులోని అణువణువు పరిశుభ్రపరచి 'శుచి'ని ప్రసాదించుచున్నారు. 'సోఽహమ్' అను హంస రూపమున జీవాత్మల అజ్ఞాన జాడ్యమును కడిగివేసి హృదయములను పరిశుభ్రము చేయు వాత్సల్యస్వరూపులు. ఆకాశంలో బింబస్వరూపముగాను, ఈ జీవులు-జగత్తులు మొదలైనవన్నీగా కనబడుచున్న ప్రతిబింబస్వరూముగాను ఇహ-పరములందు వెలుగొందు **ఏకాత్మస్వరూపులు** మీరు! మీ శత సహస్ర కిరణజాలములతో సృష్టినంతటినీ తపింపజేయుచున్నారు! ఈ విశ్వమంతా మీరూపమే కాబట్టి విశ్వస్వరూపులు కూడా! అనేక అసంఖ్యాక పురుషకారములతో నిండియున్నట్టి పరమ పురుషులు. వర్తమానమునందు అనేక రూపములుగా సంవర్తించువారు! ఈ జీవులందరూ ఉదయిస్తున్న స్థానమే మీరు. సర్వజీవుల జనన స్థానము కాబట్టి **"సూర్యుడు"** అను శబ్దార్థముతో అభివర్ణించబడుచున్నారు. భగవంతుడవగు ఓ సూర్యభగవాన్! మీకు నమస్కారము! సర్వజీవులకు ఆదిస్వరూపులు కాబట్టి ఆదిత్య దేవులు! ఆనందస్వరూపులై సర్వజీవులకు ఆహ్లాదము-ఆరోగ్యములతో కూడిన జీవన ప్రదాత! హే సప్తాశ్వ రథమారుఢా! మీకు స్తుతి పూర్వకంగా ఆత్మప్రదక్షిణ నమస్కారపూర్వక సాష్టాంగదండ ప్రణామములు!

ఆదిత్య భగవానుడు : ఓ సాంకృతి మహర్షీ! తవ విరచితమైన చాక్షుష్మతీ విద్యా-స్తుతికి నేను సంతోషించి సుప్రీతుడనగుచున్నాను. ఏ బ్రహ్మతత్త్వార్థ జిజ్ఞాసి అగు బ్రాహ్మణుడు (బ్రహ్మతత్త్వము) ఆశయముగా కలిగి ఉంటాడో అట్టివాడు చాక్షుష్మతీ స్తోత్రముచే ఆత్మతత్త్వమును అతి త్వరగా సిద్ధింపజేసుకోగలడు. ఆతనిని సంసారమునకు సంబంధించిన దృష్టిదోషము (గ్రుడ్డితనము) కలుగదు. కంటి దోషములు ఉండవు. అట్టివాని కులములో గ్రుడ్డివారు (అల్పాశయములు కలవారు, ఇంద్రియ విషయ ఆవేశపరులు, ఆకారణంగా సత్‌వస్తువును, ఆత్మతత్త్వమును కించపరచు భావములు కలవారు) ఉండరు.

మీరు గానం చేసిన చాక్షుష్మతీ విద్యాస్తోత్రమును ఒక వ్రతంగా స్వీకరించి కొన్నిరోజులు (21 రోజులు, 29 రోజులు.. ఈ రీతిగా) గానం చేస్తూ, వ్రతంతో ఒక విధిగా '8' మంది బ్రాహ్మణులకు భోజన సంతర్ప చేసి గౌరవించి వ్రతమును ముగించువారు.. **'విద్యాసిద్ధి'** పొందగలుగు. **అఖండాత్మను స్వస్వరూపముగా అనుభూతిని సిద్ధించుకోగలరు.**

మీరు గానం చేసిన చాక్షుష్మతీస్తోత్రము యొక్క అంతరార్థమును ఎరిగి, అట్టి తత్త్వార్థమును స్వస్వరూప సంగతిగా ఎవ్వరు సమన్వయించుకుంటూ తెలుసుకుంటారో... అట్టి వారు **మహానుభావులు** కాగలరు.

ఓ సాంకృతి మహర్షీ! ఇప్పుడు చెప్పండి. ఏమి వరము కావాలో కోరుకోండి. సిద్ధింపజేస్తాను. ఏమి కోరి ఆదిత్య లోకమునకు వేంచేశారు?

సాంకృతి మహర్షి : హే సర్వాధారుడవగు, సర్వమునకు మునుముందు స్వరూపుడవగు ఆదిత్య భగవాన్! మహాత్ములగు తమ దర్శనం వృధా కాకూడదు కదా! అందుచేత మీ నుండి **'బ్రహ్మవిద్య'**ను కోరుకొనుచున్నాను. హే సద్గురూ! విద్యలలో కెల్ల ఆదివిద్య, శాశ్వతమగు ఆత్మతత్త్వమును అభివర్ణిస్తూ ప్రతిపాదించునది అగు **'బ్రహ్మవిద్య'**ను బోధించండి, ప్రసాదించండి!

ఆదిత్య భగవానుడు : ఓ సాంకృతి మహర్షీ! తప్పక అడుగవలసిన **'విద్య'**నే అడుగుచున్నారు. మీరు అడుగుచున్న తత్త్వజ్ఞానము సంబంధించి రెండు విశేషణములను చెప్పుచున్నాను. వినండి.

(1) సుదుర్లభమ్ : అతి దుర్లభమైన విషయం. చెప్పటము, వినటము.. ఈ రెండూ కష్టతరమైనవేదే! ఎందుకంటే, అది అతి సూక్ష్మమైన (Very subtle) విద్య అయి ఉండటము చేత సుమా! వక్త-శ్రోతల అఖండ అనునిత్య స్వస్వరూపమే అది!

యేన విజ్ఞానమాత్రేణ జీవన్ముక్తో భవిష్యతి : 'బ్రహ్మవిద్య' లేక 'తత్త్వ విద్య' అతి దుర్లభమే అయినప్పటికీ, అర్థానిని ఎరిగినంతమాత్రము చేతనే ఈ జీవుడు **'జీవన్ముక్తుడు'** కాగలడు. కనుక తప్పక ప్రతిజీవుడు ఎరుగవలసిన విద్య. కాబట్టి చెప్పుతాను... శ్రద్ధగా వినండి.

– – –

ఈ జీవుని స్వస్వరూపమగు 'ఆత్మ' ఎట్టిది?

సర్వమ్ : స్వప్నమంతా స్వప్నద్రష్టయొక్క స్వప్నచైతన్యమే అయి ఉన్న తీరుగా, **ఈ కనబడుచున్నదంతా కూడా ద్రష్టయగు జీవుని యొక్క జాగ్రత్ చైతన్య - స్వస్వరూపమే! అందుచేత ఆత్మ స్వస్వరూపము-సర్వస్వరూపము కూడా అయియున్నది.**

ఏకమ్ : ఆత్మను 'జీవాత్మ-పరమాత్మ-ఈశ్వరాత్మ-దృశ్యాత్మ-దేహాత్మ'.. ఈ ఈ తీరులుగా విభాగించి మొట్టమొదటగా శాస్త్రములు వివరిస్తున్నప్పటికీ, అట్టి భేదము లేవీ ఆత్మకు లేవు. అందుచేత ఆత్మ సర్వదా 'ఏకము'గానే ఉన్నది. అనేకము అవటం లేదు. ఆత్మకు అనేకత్వము లేనేలేదు.

అజగ్ం : ఈ దేహములకు, లోకములకు, పాదార్థికంగా కనిపిస్తున్న సర్వవస్తుజాలమునకు ఆది-అంతములనేవి ఉంటాయి. కానీ ఆత్మ జన్మరహితమైనది. జన్మ-వృద్ధి-జరా-హాని-మరణ-మార్పు-చేర్పు ధర్మములు ఆత్మకు లేవు.

శాన్తమ్ : వృద్ధి - క్షయాలు, మార్పు - చేర్పులు ఉండనట్టిది కాబట్టి ఆత్మసర్వదా పరమశాంత స్వరూపము. ఆత్మయొక్క శాంతత్వము, మౌనత్వము, సర్వత్వము సర్వదా యథాతథము. జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు మొదలైనవన్నీ ఎందులో సశాంతిస్తున్నాయో,- అదియే **'ఆత్మ'**

అనన్తమ్ : నామరూపాత్మకమైన దానికంతటికీ 'అన్తము' ఉండవచ్చుగాక! ఆత్మ రూపరహితమైనది. అందుచేత పొడవు-వెడల్పు - ఆవల-ఈవల పరిధులు ఉండవు. అన్తము గల వస్తువైతే 'ఆవల లేదు', (లేక) "ఈవల ఉన్నది" - ఈఈ మొదలైన ఆయా ధర్మములు ఉంటాయి. ఆత్మకు అట్టి పరిధులు లేవు. కనుక అనన్తము. ఆద్యన్త రహితమ్! అకాల పరిమితమ్! త్రికాల - అబాధ్యము.

ధృవమ్ : ఆత్మసర్వదా కదలనిదై, యథాతథమై ఉన్నది. ఒకచోట నుండి మరొకచోటుకి పోవునది కాదు. అందుచేత ధృవము. భూతాకాశములో వాయు-అగ్ని-జల-స్థూలముల కారణంగా "ఇచ్చట-అచ్చట" అనునవి ఉండవచ్చుగాక! ఆత్మ అఖండము, అప్రమేయము, నిశ్చలము కూడా! సర్వదా ఉన్నచోటే ఉంటున్నది.

అవ్యయమ్ : ఆత్మ తరుగునదికాదు. పెరుగునది కాదు. చిన్న-పెద్ద-ఎక్కువ-తక్కువ-తరుగుదల-పెరుగుదల మొదలైన ధర్మాలు ఆత్మకు లేవు. కనుక సదా అవ్యయము.

ఓ సాంకృతి మునిసత్తమా! ఈ విధంగా స్వస్వరూపమగు ఆత్మను ఎరిగినవాడవై, సర్వమును (భూతార్థములను) ఎరుగుచున్నట్టి తత్త్వముగా తెలుసుకొన్నవాడవై సుఖ-శాంతులను పొందియుండుము.

'చిత్తము' కారణంగానే అనేక భేదములతో కూడిన జగత్తు చిత్తమునకు అనుభవమగుచున్నది. ఫలితంగా చిత్తము వేదన పొందటము జరుగుతోంది. భేదదృష్టులను త్యజిస్తే చిత్తము క్షయిస్తుంది. చిత్తము క్షయించగా ఏర్పడగల "అకృత్రిమమగు అవేదనము - 'A Natural state of self sans all worries'.. అనునదే 'యోగము' అను శబ్దము యొక్క తాత్వికార్థము. **అవేదనయే యోగముగా చెప్పబడుచున్నది.**

సాంకృతి మహర్షి : మహనీయా! సవిత్రు మండల (సత్-విత్ మండల) మధ్య వర్తీ! సూర్యనారాయణ దేవాదిదేవా! దేహమున్నంత వరకు మాకు నియమించబడిన కర్మలు నిర్వర్తించవలసినదేకదా! చిత్తము ఉంటేనే కర్మలు మేము చేయగలుగుతాము. కర్మలు అనివార్యమైనప్పుడు చిత్తమూ అనివార్యమే కదా! మరి మీరు చెప్పుచున్న **చిత్తక్షయము, తద్వారా అకృత్రిమమగు అవేదనము - అనే యోగస్థితి** - ఎట్లా సిద్ధిస్తాయి? అది ఎట్లా సాధ్యం?

ప్రథమ యోగ భూమిక-"శుభేచ్ఛ"

ఆదిత్య భగవానుడు : అవును! దేహధారులందరికీ కర్మలు తప్పవు. నేనూ కర్మలు త్యజించటము లేదే! త్యజించమని చెప్పటమూ లేదు. చెప్పినా అది సాధ్యమయ్యేది కాదు. అనివార్యము. అయితే,

యోగస్థః కురుకర్మాణి

యోగము నందు స్థానము పొందియుండి **'కర్మయోగి'వై కర్మలు నిర్వర్తించాలి సుమా! అంతేగాని 'అనురాగి' అయికాదు.** ఆత్మ గురించిన ధర్మము ఎరిగి ఉండుట, ఆత్మధర్మముతో మమేకమగుచు చిత్తము యొక్క ధర్మము అగు 'వేదనము'ను దాటి అవేదనము ఆశ్రయించుచుండటమే **'యోగము'!** ఆ విధంగా యోగి అయి ఈ జీవుడు నియమితమగు కర్మలు నిర్వర్తించాలేగాని, నీరసముగా 'రాగి' అయి, 'ఈసురో' అనుకొంటూ, 'నాకర్మ ఇట్లా మరి' అని వేదన పొందుచూ కర్మలు నిర్వర్తించకూడదు. **నీరసోవా అథ మా కురు!** కర్మలు ఉత్సాహంగా నిర్వర్తిస్తూ పరమాత్మకు సమర్పించు భావనచే 'నీరసము' జయించబడగలదు. **సమర్పితమైన 'కర్మ' అకర్మయే అగుచున్నది.**

యోగివై కర్మలు చేస్తూ ఉంటే క్రమంగా 'రాగము' అనే జాడ్యము తొలగి 'విరాగము' స్వయముగా రూపుదిద్దుకుంటోంది. అంతరంగములో, జన్మజన్మలుగా పేరుకొనియున్న అంతర్వాసనలు క్రమంగా సన్నగిల్లుతూ వస్తాయి. ఆతని క్రియలన్నీ ప్రేమాస్పదమౌతాయి. ఉదారరూపము

(Sacrificial form) సంతరించుకుంటూ వస్తాయి. అప్పుడు **'ఆత్మానందము'** అనే స్వభావసిద్ధమగు **'మోదము'** రూపుదిద్దుకొనసాగుతుంది.

నాయనా! ఈ జీవుడు మూర్ఖరూపమగు (గ్రామ్యరూపమగు) జడచేష్టలను విరమిస్తూ రావాలి సుమా! ఇతరులను దూషించటము, బాధించటము, నిరుత్సాహము, దురావేశము, పేరాశ, అసూయ, ద్వేషము, మూర్ఖత్వము, ఇతరులకు కలిగే బాధ గమనించకపోవటము మొదలైన గ్రామ్యరూపమగు జడచేష్టలను త్యజిస్తూ ఉంటేనే బుద్ధి నిర్మలమౌతుంది. ఉద్వేగము లేనట్టి, ప్రాపంచకమైన వ్యక్తిగత అభీష్టములకు పరిమితము కానట్టి పుణ్యకర్మలను ఆశ్రయిస్తూ ఉండగా బుద్ధి నిర్మలము, సునిశితము, విస్తారము కాగలదు. అందుచేత శాస్త్రములకు, ఆర్యుల అభిప్రాయములకు అనుకూలము అయినట్టి (ప్రతికూలము కానట్టి) ఉద్వేగము (తనకు గాని-తదితరులకుగాని) కలిగించనట్టి - **మృదువైన రీతిగా** ఈ జీవుడు కర్మలు నిర్వర్తించునుగాక! పాపకర్మల పట్ల **'వీటి పర్యవసానము దీర్ఘము-తీవ్రము అగు దుఃఖములకు హేతువు కదా!"**- అను భయమును కలిగి ఉండాలి సుమా! రాగి అయి భోగములను అపేక్షించి కర్మలుచేయుటము శ్రేయస్కరం కాదు. స్నేహ-ప్రణయ (ప్రేమ-ఆప్యాయతల) భావాలు అంతరమున కలిగి ఉండి, ఉచిత-అనుచితములను ఎరిగిఉండి, కర్మలు నిర్వర్తించాలి. అంతేకాదు. కర్మల విషయంలో ఆత్మతత్త్వజిజ్ఞాసికి మరొక సూచన కూడా!

మనసా-వాచా-కర్మణా సజ్జనాన్ ఉపసేవతే!

మనో వాక్ కాయములచే సజ్జనులను సేవించునుగాక! సేవచే దేహ - మనో - అహంకార జాడ్యములు తొలగగలవు.

ఆత్మతత్త్వజ్ఞానము నిర్వచించు, అభివర్ణించు, స్వస్వరూపముగా నిరూపించు -శాస్త్ర గ్రంథములను తెచ్చుకొని ప్రియముగా సత్య-వివేచన - వివేక దృష్టులతో పరిశీలిస్తూ ఉండాలి.

ఓ సాంకృతి మహర్షీ! ఇప్పటివరకు చెప్పుకున్న మార్గములలో అభ్యాసము కొనసాగించుచుండగా ఆతడు మొట్టమొదటి 'శుభేచ్ఛ' (Object Setting) అను **ప్రథమ జ్ఞాన (లేక) యోగ భూమిక**లో ప్రవేశించినవాడగుచున్నాడు.

రెండవ యోగ భూమిక - "విచారణ"

ఇక అక్కడి నుండి 'సంసారము' అనే బంధము ఏమైయున్నదో గుర్తించి, గమనించి,.. అట్టి సంసార భ్రమబంధము నుండి విడివడుటకై 'విచారణవంతుడు' అగుచున్నాడు. అట్టి **'విచారణ'** అనబడు రెండవ జ్ఞాన-యోగ భూమికను ప్రారంభించువాడు **'ఆర్యుడు'** అని చెప్పబడుచున్నాడు. ఈ విధంగా శుభేచ్ఛ అను మొదటి భూమికను కొనసాగిస్తూ 'విచారణ' అను రెండవ భూమికలో ప్రవేశించి సాధనపరుడు అగుచున్నాడు.

ఈ రెండవదగు **విచారణ యోగ భూమికలో** ఈతడు శ్రుతులను (వేద-ఉపనిషత్ శాస్త్రములను), స్మృతులను (పురాణ-ధర్మశాస్త్రములను) శ్రద్ధగా, ఉత్తమ ఆశయముతో పరిశీలించ ప్రారంభిస్తున్నాడు. గూఢ అంతరార్థములను **వివేకముతో** అర్థం చేసుకొను యత్నములలో నిమగ్నుడగుచున్నాడు. **సదాచారములను** ఎరుగుట, అభ్యసించటములను **వృద్ధి చేసుకుంటున్నాడు.**

"స్తోత్ర పఠనము", "ధారణ", "ధ్యానము", మొదలైన కార్యక్రమములందు సముత్సాహము పొందుచున్నాడు. ఆత్మతత్త్వ నిరూపణ విషయముల గురించిన వ్యాఖ్యాతల వ్యాఖ్యానములను వినటము, చర్చించటము, అనుమాన నివృత్తి చేసుకోవటము.. మొదలైన క్రియా విశేషములలో అభిరుచి పూర్వకముగా ప్రవర్తించసాగుచున్నాడు. జ్ఞాన విశేషములను వినటము, విశ్లేషించుకోవటానికి శ్రేష్ఠులగు పండితులను దర్శించుచుండటము - ఆశ్రయించటము చేయుచున్నాడు.

పదార్థ ప్రవిభాగజ్ఞః : శాస్త్రములు ఆత్మజ్ఞానమును విశదీకరించుటకై విశ్లేషించి చెప్పుచున్న పాంచభౌతిక దృశ్య-దేహ-మనో-బుద్ధి-చిత్త. అహంకార-జీవ-ఈశ్వర-పరమాత్మ ఇత్యాది విశేషముల యందు వాటి పరాకాష్ఠార్థములయందు ఆతడు క్రమంగా ఆసక్తుడు అగుచున్నాడు.

కార్య-అకార్య వి నిర్ణయమ్ జానాతి అధిగతశ్చ అన్యో గృహం-గృహపతిః యథా : ఇంటి యజమాని ఇంటిలో జరుగవలసినవి-జరుగకూడనివి శాసించువిధంగా, ఆ విచారణవేత్త-"చేయవలసినవి (సాధనలు)- చేయకూడనివి (ఆసురీ సంపత్తి)" - ఆలోచించి మరీ నిర్ణయించుకోసాగుచున్నాడు, **"విన్నవి - వినవలసినవి - వినకూడనివి"** నిర్ణయపూర్వకంగా విశ్లేషించుకొనుచున్నాడు. ఒక పాము కుబుసమును విడుస్తుంది చూచారా! ఆ విధంగా ఈ **'విచారణ'** అను భూమికలో ప్రవేశించినవాడు మదము (గర్వము),

లౌకికమైన స్వాభిమానము, మాత్సర్యము, లోభము, మోహాతిశయము, భార్యా పుత్రేషణ - ధనేషణ-లోకేషణ (త్రయీ ఈషణములను) - ఇవన్నీ త్యజించుటయందు యత్నశీలుడు అగుచున్నాడు.

ఓ సాంకృతి మహర్షీ! ఈ 'విచారణ' అను రెండవ భూమికలో ప్రవేశించినవాడు...,

- శాస్త్ర-గురు బోధలపై బుద్ధిని నిలపటం చేస్తున్నాడు.
- గురుసేవ, సజ్జన సేవలను ఆశ్రయిస్తున్నాడు.
- శాస్త్రములు, గురువులు చెప్పే బోధల అంతరార్థమును, రహస్యార్థమును తెలుసుకోయత్నిస్తున్నాడు.
- ఉన్నది ఉన్నట్లుగా, లేనిది లేనట్లుగా తెలుసుకోనారంభిస్తున్నాడు.
- ఆకళింపుతో హృదయస్థం చేసుకోసాగుచున్నాడు.

మూడవ యోగ భూమిక - అసంసర్గము

పై విధములైన ఒకటవ-రెండవ భూమికా యోగాభ్యాసములచే క్రమంగా ఆ యోగి పుష్పశయ్య (పూల పాన్పు)పై ఆశీనుడైనట్లుగా **'అసంసర్గము'** (Non-Attachment) అను మూడవ యోగ భూమికలో ప్రవేశించగలడు. (అసంసర్గపుష్ప శయ్యపై ఆశీనుడగుచున్నాడు).

దృశ్యము - ద్రష్ట - దృక్ అనే **త్రిపుటిని**, మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములనే **అంతరంగ చతుష్టయమును,** సోఽహమ్, తత్త్వమ్, సర్వమ్ ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ, జీవో బ్రహ్మేతినాపరః.. ఇత్యాది మహావాక్యార్థములను - స్వవిచారణ పూర్వకంగా, సశాస్త్రీయంగా తెలుసుకోవటం ప్రారంభిస్తున్నాడు.

- తపస్సు వలన మనస్సు విషయములపై వ్రాలటము, లోకసంగతులలో సంచారములు చేయుటము మానివేయసాగుచూ ప్రశాంతత పొందసాగుతోంది.
- తాత్త్వికార్థగ్రహణముదే బుద్ధి నిశ్చలత పొందసాగుతుంది.
- ఆధ్యాత్మిక కథనములు వినుచూ ఉండటం చేతను, ఆసనము - ప్రాణాయామము - సమాధి.. మొదలైన యోగమార్గసాధనములు ఆశ్రయించటము చేతను బుద్ధి పరిపక్వము, సునిశితము కాసాగుతుంది.
- చిత్తము "ఏకాంతము" ఆశ్రయిస్తూ ఉంటుంది. ఫలితంగా దృశ్య వ్యవహారపరంపరల నుండి ఉపశమించనారంభిస్తోంది. మలినములు (కోపము-ఆవేశము-పరదూషణ- ఆత్మస్తుతి - ఆత్మనింద మొ॥వి) తొలగుచుండగా చిత్తము నిర్మలత్వముతో కూడి ప్రకాశమానమవనారంభిస్తోంది.
- క్రమంగా చిత్తము అసంగము (Non-Attachment with worldly matters and incidents) వలన కలుగుసుఖము ఆస్వాదించసాగుతుంది. ఆతని ప్రవర్తన నిష్కాపట్యమును సంతరించుకోసాగుతుంది.
  - సాధు సంగము వృద్ధి అగుచుండుటచేతను,
  - శాస్త్రమార్గముల అభ్యాసము చేతను,
  - పుణ్యకర్మల ప్రవృద్ధి చేతను

అట్టి యోగి పట్ల వస్తు దృష్టి (స్థూలదృష్టి) తరుగుచూ, సూక్ష్మదృష్టి (ఆత్మదృష్టి) రూపుదిద్దుకోసాగుతుంది.

అభ్యాసవశంగా ఆ యోగి '3'వ భూమికలో (అసంసర్గములో) సుస్థిర స్థానమును సక్రమంగా సంపాదించుకొనుచున్నాడు. ఆతని బుద్ధి అసంసర్గ యోగభూమికలో ఉత్తరోత్తర స్థితులు పొందసాగుతోంది.

సాంకృతి మహర్షి : 'అసంసర్గము' అను '3'వ యోగ భూమికలో 'ఉత్తరోత్తర స్థితులు'.. అని దేనిదేనిని అంటున్నారో.. దయచేసి వివరించండి.

ఆదిత్య భగవానుడు : అసంసర్గము యొక్క స్థితి రెండు మెట్లుగా చెప్పబడుతోంది.

(1) సామాన్య అసంసర్గము (2) విశేష అసంసర్గము.

1. సామాన్య అసంసర్గ యోగ భూమిక

ఈ భూమికలో ప్రవేశించిన యోగి యొక్క భావనలు, అవగాహనలు ఈ తీరుగా ఉంటాయి.

- నేను దేనికీ కర్తను కాదు.. భోక్తను కాదు. జలంలో తరంగముల కదలికలకు సూర్యుని ప్రతిబింబము కదలుచున్నట్లు కనబడుచున్నంత మాత్రముచేత ఆ కదలికల కర్తృత్వము ఆకాశములోని సూర్యబింబమునకు ఉండదు కదా!
- నేను దేని చేతనూ బాధించబడువాడను కాను. దేనిని బాధించువాడను కూడా కాదు.
- నాటకంలోని పాత్ర యొక్క (నాటకంలోని) కర్తృత్వ భోక్తృత్వాలు నటునికి ఆపాదించలేము. అట్లాగే, నటుని యొక్క వ్యక్తిగతమైనదేదీ నాటకములలోని సందర్భములకు సంబంధించి ఉండదు కదా! జగత్తులో వ్యక్తిగతమైనదేదీ నాయొక్క ఆత్మకు ఆపాదించజాలము.
- కథలోని సంఘటనలన్నీ కథారచయిత యొక్క కల్పనా చమత్కారమే! అట్లాగే ఈ ప్రపంచంలో కనిపించేది, జరుగుచున్నట్లు అనిపించేది-ఇదంతా జగత్ రచయిత అగు ఈశ్వరాధీనం (లేదా) ఇతఃపూర్వక కర్మలచే నిర్మితము.
- ఇక్కడి భోగ, అభోగాలు మహారోగాలు. సంపదలన్నీ ఆపదలు. ఇక్కడి సంయోగములన్నీ వియోగమునకు దారి తీసేవే.
- ఇక్కడి సుఖ-దుఃఖాలకు నాకు కర్తృత్వము లేదు. భోక్తృత్వము లేదు. పాత్రయొక్క దుఃఖాలు పాత్రధారునివిగా అవుతాయా? వ్యక్తిగతమౌతాయా? కావు కదా!
- ఇక్కడి భోగ-అభోగములు నా అధీనంలో ఉన్నాయనో, నాకు సంబంధించినవనియో అనుకోవటము (లేక) మరొకరి ఆధీనంలో ఉన్నాయని అనుకోవటము కూడా.. **మనస్సు యొక్క అల్పచింతనా వ్యవహారము మాత్రమే. మనో వ్యాధి మాత్రమే.**
- మనస్సు ఏమనుకొంటే అది అట్లే మనస్సుకు అనిపిస్తోంది. అంతకుమించి ఏ విశేషమూ లేదు. మనస్సు దేనిని ఏ తీరుగా భావన చేస్తూ, చూస్తూ ఉన్నదో,.... అదియే **'జగదనుభవము'**గా మనస్సుచే పొందబడుతోంది.
- ఇక్కడి సుఖ-దుఃఖములు సంయోగ వియోగములు, బాధ-అబాధలు, ఆధి-వ్యాధులు అన్నీ కాలము యొక్క చమత్కారములు మాత్రమే! అంతే కాకుండా, ఇవన్నీ భావనను అనుసరించి మాత్రమే ఉన్నాయి. భావన లేకుంటే అవేవీ లేవు. కాబట్టి ఆత్మభావనచే అన్నీ సశాంతించగలవు.

ఈ విధమైన అవగాహనలచే అసంసర్గయోగి భావించటము **'సామాన్య అసంగము'** అని అంటారు. ఇట్టి భావనలచే సర్వజగత్ భావములు జయించబడుచున్నాయి. మహావాక్యముల అర్థమననముచే మనస్సు నియమించబడి అతీతత్వము సంపాదించుకోవటమే **- సామాన్య అసంగ లక్షణము.**

2. విశేష అసంసర్గ యోగ భూమిక

పై విధమైన సామాన్య అసంసర్గము యొక్క అభ్యాసముచే ఆ యోగి క్రమంగా **విశేష అసంసర్గ యోగభూమికలో** ప్రవేశించుచున్నాడు.

- మహాత్ములతో ఏర్పడు 'ఆత్మతత్త్వము' గురించిన అనునిత్య-విశ్లేషణపూర్వక సంభాషణచేతను,
- రేచక-పూర్వక.. అంతర్ కుంభక.. బాహ్య కుంభక ప్రాణాయామాది అభ్యాసములచేతను (ప్రాణయోగ సాధనల చేతను),
- **"నాఽహంకర్తా! నేను దేనికీ కర్తను కాదు. అట్లాగే ఎదుటివాడు కర్త కాదు. ఈశ్వరుడే సర్వమునకు కర్త!"**... అను అకర్తృత్వ అభోక్తృత్వ భావనల చేతను..,
- "నాకు తదితరుల వలన కలుగు అసౌకర్యములకు, ఇతరులు కలిగించు బాధలకు ఆ ఇతరులు కర్తకాదు. నా యొక్క ప్రాక్తన కర్మలే (ఇతః పూర్వము నాచే నిర్వర్తించబడిన కర్మలే) కర్త" - అని భావించుచుండటము చేతను...,
- నాటకంలో పాత్ర పొందు కష్ట - సుఖములు, లాభ - నష్టములు, సంపద - ఆపదలు, ఆ పాత్రగా నటిస్తున్న వానివి కావు, నాటకములోనివి మాత్రమే! అట్లాగే...., "ఈ జగన్నాటకంలో నా జీవాత్మ పాత్ర యొక్క కష్ట - సుఖములు, లాభ - నష్టములు, సంపద - ఆపదలు జగన్నాటకంలో నేను వహిస్తున్న పాత్రవేకాని.. నావికావు".. **అను ఎరుక- అవగాహన - భావనల చేతను,**

"శ్రేష్ఠ-అసంగయోభూమిక" రూపుదిద్దుకొని పరిపుష్టిపొందుతోంది.

ఈ జీవుడు అయోగి (యోగాభ్యాసి కానివాడు) అయినప్పుడు తాను పొందుచున్న సందర్భములకు, సంఘటనలకు, సంబంధ-బాంధవ్యములకు, సుఖ-దుఃఖములకు, సంపద-ఆపదలకు, పుణ్య-పాపములకు సమీపంగా (very close) మనస్సును నిలిపి, వాటితో **అభేదత్వము - సంగత్వము - మమేకత్వము** పొందుచున్నాడు. యోగి విషయంలోనో? అవన్నీ తన జగదంతర్గత స్వరూపమునకు అతి సమీపముగా ఉన్నప్పటికీ కూడా, **తాను అతిదూరంగా ఉండుటను అభ్యసిస్తున్నాడు**. అట్లు ఎరుగుటయే 'నాఽహమ్‌కర్తా' అయి ఉన్నది. ఇదియే యోగి విలక్షణ లక్షణము.

ప్రాపంచక సర్వ విశేషముల పట్ల, విషయ పరంపరల పట్ల ఎవ్వరి మనస్సు మౌనము - ప్రశాంతత వీడకుండా దర్శనము చేయుచున్నదో, సర్వశబ్దార్థములను దాటివేసి ఉంటోందో ఆతడే **'శ్రేష్ఠాసంగయోగి'** అని పిలుబడుచున్నాడు.

- - -

ప్రథమ భూమికలో మనము చెప్పుకొన్న ***"యోగస్థః కురు కర్మాణి", "నీరసోవా అథ మా కురు"; "విరాగమ్", "క్రియాసు ఉదారరూపాసు"; "గ్రామ్యాసు జడచేష్టాసు సతతం విచికిత్సతః", "పుణ్యకర్మాణి సేవనమ్"; "పాపాత్ బిభేతి"; "న భోగం అపేక్షత"; "స్నేహ ప్రణయగర్భాని", శాస్త్రాణి అపేక్షతా...."*** మొదలైన ఆయా విశేషములతో కూడిన ప్రథమ యోగ భూమిక (శుభేచ్ఛ) యొక్క అభ్యాసముచేత క్రమంగా (విషయములకు సంబంధించని) సంతోషము, ఆనందము స్వాభావికమౌతూ వస్తాయి. అట్టి ప్రథమ భూమిక-తడిసిన భూమిపై నాటిన అమృతరూపమగు విత్తనముయొక్క అంకురము వంటిది-అగుచున్నది. ఆత్మస్వరూప-స్వభావములకు ఒకానొక అకృత్రిమ మాధుర్యము, అమృతభావన అంకురిస్తున్నాయి. 'శుభేచ్ఛ' యొక్క శ్రద్ధ - మహదాశయములతో కూడిన అంతర-ప్రవృత్తి -బాహ్యప్రవర్తనలే ఈ జీవుని - స్వయముగా స్వభావ సిద్ధంగా '2'వ మరియు '3'వ యోగ భూమికలకు దారిచూపుతోంది. తెర ఎత్తుచున్నది.

అన్ని భూమికలలో కూడా తృతీయ భూమిక శ్రేష్ఠమైనది. ఎందుకంటారా? 'అసంసర్గము' అనే శ్రేష్ఠయోగ భూమిలో అసంఖ్యాక సంకల్ప పరంపరాప్రవాహము నుండి ఈ జీవుడు విడివడుచున్నాడు. అట్లు విడివడుచుండగా, సంకల్ప ప్రవాహముల వేగము, వాటి దోషపరిణామములు, దుఃఖ స్థితిగతులు నిరోధించబడినవి అగుచున్నాయి. అసంసర్గము అను 3వ భూమికలో శ్రేష్ఠ-అసంసర్గమును చేరినవాడు ఇక ఆపై భూమికలలో సులభముగాను, సుఖకరముగాను ప్రవేశిస్తూ.. ఉత్తరోత్తర భూమికాస్థానములను తేలికగా అందుకొంటున్నాడు.

మొదటి '3' భూమికల నిరంతరమైన శ్రద్ధతో కూడిన అభ్యాసముచే అజ్ఞానము క్షయిస్తూ వస్తుంది. ప్రాపంచక విశేషాలన్నీ **"ఇవన్నీ కాలబద్ధం. అనేక స్వప్నములు చూచువానికి ఒక స్వప్నంలో తారసపడే కొన్ని కొన్ని విశేషాల వంటివే ఈ జీవిత సంఘటనలు"**.... అను దృష్టి ప్రవృద్ధమౌతూ ఉంటుంది. ఇక ఆపై ఆ యోగి క్రమంగా 4వ యోగ భూమికలో ప్రవేశము పొందుచున్నాడు.

4వ భూమిక - తనుమానస - స్వప్న భూమి

ఆతనికి సర్వ జీవులు ఆత్మ స్వరూపంగా కనిపించసాగుతారు. **సమం సర్వం ప్రపశ్యంతి చతుర్థీం భూమికాం గతాః। ఆతనికి, "సమంసర్వషు భుతేషు తిష్ఠంతమ్ పరమేశ్వరమ్" - అను సర్వసమత్వముపట్ల సందేహములు తొలగసాగుతాయి.**

- సర్వజీవులలోను ఆత్మ సర్వదా సమముగా వేంచేసియున్నది.
- ఆత్మయందే సర్వజీవులు సర్వదా ప్రదర్శితులై ఉన్నారు.
- ఈ కనబడేదంతా ఆత్మయే! ఆత్మయందే ఈ సర్వముగా కనిపిస్తోంది.

అను మనో భూమికయే ఈ నాలుగవది. ఇందులో 2 ముఖ్యమైన లక్షణాలు :

(1) **పరమాత్మయే జీవాత్మగా** అజ్ఞాన దృష్టికి **అగుపిస్తున్నారు**. జ్ఞాన దృష్టికి **ఈ జీవాత్మ సర్వదా పరమాత్మ స్వరూపుడే. ఈ జీవాత్మ స్వయముగా-సహజముగా పరమాత్మయే!** కల్పితమగు 'సందర్భము'గా మాత్రమే జీవాత్మగా అగుపిస్తున్నాడు. కనుక జీవాత్మ-జగత్తు అనునవి రెండూ పరమాత్మ రూపమే! అట్టి **పరమాత్మయే** నా యొక్క **అనునిత్య దివ్య రూపము**" అనే అద్వైత స్థైర్యము రూపుదిద్దుకుంటోంది.

(2) ద్వైతమంతా ఉపశమించసాగుతోంది. ఈ 4వ భూమిలో ప్రవేశించినవాడు - **పశ్యంతి స్వప్నవత్ లోకం చతుర్థీం భూమికామ్ గతాః**-ఈ వర్తమాన దృశ్యజగత్తంతా కూడా రాత్రిపూట వస్తూ ఉండే అనేక అసంఖ్యాత స్వప్నములలో ఒకానొక రోజుకు సంబంధించిన స్వప్నములోని ఒక దృశ్యము వంటిది మాత్రమే-అను దృష్టి, భావన, సంకల్పము సిద్ధించుకొంటూ ఉంటాడు. అందుకే...,

- మొదటి మూడు భూమికలు 'జాగ్రత్' వంటివి,
- 4వ భూమికయో.. 'స్వప్నము' వంటిది-అని **అభివర్ణించబడుతోంది.**

సాంకృతి మహర్షి: హే సద్గురూ! భాస్కరా! ఈ 4వ యోగ భూమికలో ప్రవేశించినవాని చిత్తము ఏ తీరుగా, ఏ రూపము కలిగి ఉంటుంది?

ఆదిత్య భగవానుడు : వర్షాకాలంలో కారుమబ్బులు ఆక్రమించుకొని ఆకాశం మేఘావృతమై కనిపిస్తూ ఉంటుంది. అదే, శరత్కాలంలో? ఆకాశంలోని మబ్బులు తునాతునకలై గాలిచే ఎటెటో కొట్టుకుపోయి ఆకాశం నిర్మలంగా కనిపిస్తుంది కదా!

అట్లాగే.. **చిత్తం తు శరదభ్రాంశ విలయం ప్రవిలీయతే...** చిదాకాశంలో 'చిత్తము' అనే మేఘము ముక్కలు ముక్కలై 'ఆత్మజ్ఞానవీచికలు' అనే వాయు తరంగాలచే ఎటెటో కొట్టుకుపోబడుతాయి. ఈ విధంగా జగత్ దృశ్యమంతా కూడా 'స్వప్న దృశ్యము'గా ఆ యోగాభ్యాసి చిరునవ్వు-ప్రశాంతతలతో చూస్తూ-చూస్తూ ఉండగా,... క్రమంగా ఆతడు 5వ యోగ/జ్ఞాన భూమికలో ప్రవేశిస్తూ ఉంటాడు. ఆసమయములో ఇక చిత్తము తన ఉనికిని కోల్పోవనారంభిస్తుంది. **చిత్తము కేవలచిత్ స్వరూపముతో ఏకత్వము పొందసాగుచున్నది.**

5వ యోగ జ్ఞాన భూమిక - "సుషుప్త పద"

5వ యోగ జ్ఞాన భూమికలో ప్రవేశించుచుండగా ఆ యోగి **కేవలసత్తాస్వరూపము** (A form of Al-Pervading Absolute Self)ను సంతరించుకొనుచున్నాడు.

ఆతని పట్ల ఇక జగత్ సంబంధమైన వికల్పములేవీ ఉండవు. **"నేను వేరు - జగత్తు వేరు - నీవు వేరు - ఆతడు వేరు"..** అను భేదానుభవమంతా కూడా ఉండీ లేనిదగుచున్నది. **'అంతా సర్వదా ఏకాత్మయే'** - అను అనుభూతి యందు వేడి తగిలినప్పటి మంచుగడ్డ యొక్క ఆకారము వలె - **కరిగిపోతోంది.** చిత్తము - కేవల చిత్ స్వరూపమును సంతరించుకొని ఉంటోంది. చిత్తము లయిస్తూ ఉండగా, అద్దాని యొక్క ఇతః పూర్వపు ప్రపంచ సంబంధమైన భేదభావ గీతికలు (The murmuring about differences / diversities) సన్నగిల్లుతూ **'నిశ్శబ్దత'**ను సంతరించుకో సాగుతాయి. గాఢనిద్రలో ఉన్న వాడి వలె ఈ జగత్తును మొదలే కించిత్తు కూడా లేనిదానిగా ఆతడు చూస్తున్నాడు. అందుచేతనే - **పంచమీ భూమికామ్ ఏత్య సుషుప్త పదనామికామ్।** ఈ 5వ యోగ భూమికను **'సుషుప్తపద'** అని పిలుస్తున్నారు. ఈ 5వ భూమికలో ప్రవేశించిన యోగి బాహ్యంగా అందరి వలెనే ఉంటూ ఉన్నప్పటికీ, అంతరమున...,

- పరమ శాంతుడై ఉంటాడు. దృశ్యమంతా తనయొక్క ద్రష్టత్వమునందు మొదలంట్లా సశాంతించినదై, ఆత్మతో అభిన్నత్వము వహించి ఉంటాడు.
- **"స్వస్వరూప-సర్వస్వరూప ఏకాత్మకు మించి మరింకెక్కడా ఏదీ మరొకటి లేనే లేదు కదా!"** - అను స్వాభావిక భావన సంతరించికొని ఉంటాడు.

అశేష-విశేషాంశ నిశ్శేష రూపమగు శాంత-అద్వైతమునందు నిశ్చలుడై ఉంటాడు. **శాంత-అశేష-విశేషాంశః సుషుప్త పద నామికామ్ "అద్వైత మాత్రకః" తిష్ఠతి!** శాంత - అద్వైత అశేష (నిశ్శేష) **సర్వస్వరూపుడు** - తానే అయి సర్వమును ఆస్వాదిస్తూ ఉంటాడు. దర్పణంలో కనబడే దృశ్యమంతా వాస్తవానికి దర్పణము (అద్దము)లో ఏ మాత్రము లేకయే, దర్పణమునకు అభిన్నమైయున్నది కదా! అట్లాగే 5వ యోగ భూమికా ప్రవేశి - **"నాయందు నేనే 'నీవు-జగత్తు' రూపమును దర్పణము (అద్దము)లోని ప్రతిబింబము వలె కలిగి ఉన్నాను. నేనే ఇదంతా అయి, ఇదేమీ నేను కాకయే ఉన్నాను. బంగారు ఆభరణములో ఆభరణమంతా బంగారమే అయి, బంగారము యథాతథంగానే ఉంటోంది కదా! ఇదంతా నేనే! ఇదేమీ నేను కాదు కూడా. నాకు వేరుగా జగత్తు లేదు. 'నీవు' మొదలైనవి లేవు. మరింకొకటేదీ ఎన్నడూ లేదు. అద్వితీయమహమ్। బంగారము నుండి ఆభరణమును విడదీయలేనట్లే నానుండి వేరుగా జగత్తు లేదు. నేను కేవల సత్తా స్వరూపుడను. ఈ జగత్తు నా సత్తా స్వరూపము"** - అను అనుభూతి, అనుభవము కలిగి ఉంటున్నాడు. ఆతని మనో-చిత్తములు సుషుప్తస్థితిని సంతరించుకొని, ఆ స్థితి వీడకయే జగత్తును **"క్రీడా-లీలా అవిషయ విశేషము"**గా కలిగి ఉంటున్నాడు. ఇక ఆతని యందు ద్వైతమునకు సంబంధించిన దృష్టియే ఉండదు. ఒకడు నాటకంలో నటిస్తూ "ఇది నాటకమే".. అని ఎరిగి ఉన్నట్లు ఈ పంచమభూమికా స్థాన యోగి **"అంతా ఆత్మయే! నేనే!"..** అని గ్రహించి స్వభావసిద్ధమైన నిత్యానుభూతిని ప్రసిద్ధం చేసుకొని ఉంటున్నాడు. **అంతర్ముఖతయా తిష్ఠన్, బహిర్-వృత్తిపరోపిసన్!** బాహ్య జగత్ వృత్తులు ప్రదర్శిస్తూ కూడా అంతర్ముఖుడే అయి ఉంటున్నాడు. **"ఆత్మయగు నాయందే నేను జగత్ చమత్కారముగా ప్రదర్శనమగుచున్నాను"** అను అంతర్ముఖత్వమును కించిత్ కూడా వీడకయే ఉంటున్నాడు. త్రిమూర్తి స్వరూపుడు, త్రిమూర్తి స్వభావుడు అగుచూనే, విషయరహిత కేవల సాక్షిగా కూడా స్వానుభవి అగుచున్నాడు.

అంతర్ముఖత్వము: "నా యందు నేనే సర్వజగత్ ఊహకల్పనామయుడను" – అను **"అనునిత్యానుభూతి"** గల ఆ యోగి ఎల్లప్పుడు అంతరమును **పరమశాంతుడై** ఉంటాడు. నిత్యము ప్రవిశ్రాంతుడై పరమ విశ్రాంతిని అనుభవిస్తూ, **'వాసనారాహిత్యము'**ను అనుభవిస్తూ ఉంటాడు. అందుచేతనే ఈ భూమికను **'సుషుప్తపదము'** అని పిలుస్తున్నారు. ఇట్టి 5వ యోగభూమికా అభ్యాసము చేస్తూ ఆ యోగి ఎప్పుడో **'తుర్యాభిద'** – అనబడు ఆరవ (6) యోగ భూమికలో ప్రవేశము పొందుచున్నాడు.

6వ యోగ/జ్ఞాన భూమిక–'తుర్యాభిద'

ఈ **'తుర్యాభిద'** అనబడు 6వ యోగ భూమికలో ప్రవేశించినవాడు జీవన్ముక్తుడు. ఈ జీవుడు జీవన్ముక్తుడు అవటము గురించి చెప్పుచున్నాను. వినండి.

యత్రన అసత్–న సత్ రూపోః, ఏ స్వస్వరూపము అసత్‌గాని సత్ అనిగాని అనలేమో, ఏది సత్–అసత్‌భావములకు అతీతమో, సాక్షియో, అప్రమేయమో...,

న అహమ్–న అనహమ్... ఏది అహమ్ – అనహమ్‌లకు కూడా అతీతమైనదో, జాగ్రత్త–స్వప్న–సుషుప్తులలోని 'నేను' ను నియమించునదై, అహమ్–అనహమ్‌లచే నిర్ణయము – పరమితము కాదో..,

కేవలం 'క్షీణమనన' ఆస్తే అధ్వయతేతి (అద్వైతేతి) నిర్భయః ... మననము – మనస్సు ఎద్దానిదో, ఏది మనస్సులయించినా కూడా అద్వయమై, ద్వితీయము లేదు కాబట్టి **నిర్భయమై** ప్రకాశించుచున్నదో...,

స్వయంప్రకాశకః..., ఏది తన **ఉనికి**చే జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులను ప్రకాశింపజేయుచు, మనో – బుద్ధులను ప్రవర్తింపజేయుచూ.... అవన్నీ తానే అయి ఉంటోందో.., **నిర్‌గ్రంథిః** – ఏది గ్రంధులకు సంబంధించినది కాదో,

శాంతసందేహో.. స్వస్వరూపము – జీవుడు – జగత్తులకు సంబంధించిన సర్వ సందేహములు సశాంతించిన స్థానమో...,

అట్టి స్వస్వరూప–సహజ స్థానమునే **'జీవన్ముక్తి'**.. అని అంటున్నారు. అనగా ఈ జీవుడు అట్టి స్వస్వరూపు సునిశ్చితచే సుస్థానుడై, సుస్థాపితుడై **'జీవన్ముక్తుడు'** అని పిలిపించుకోబడుచున్నాడు.

అట్టి జీవన్ముక్తుడు అనిర్వాణుడు (బద్ధుడు) అయినా, (లేక) నిర్వాణుడు (ముక్తుడు) అయినా..., ఉభయస్థితులలోను చిత్రములోని దీపము వలె **నిర్విషయుడు, నిర్లక్షణుడు** అయి ఉంటున్నాడు. నాటకంలో దీపంలాగా అన్నీ ప్రకాశింపజేయుచూ, దేనికీ సంబంధించనివాడు అయి ఉంటున్నాడు. ఈ విధంగా జీవన్ముక్త స్వరూపమగు **"తుర్యాభిద కేవలజ్ఞాన భూమిక"**ను అభ్యసిస్తూ అట్టివాడు క్రమంగా **'విదేహముక్తి'** అనబడు సప్తమ (7వ) జ్ఞానైశ్వర్య–యోగపరాకాష్ఠ భూమికలో ప్రవేశము పొందుచున్నాడు.

సప్తమ యోగ/జ్ఞాన భూమిక–"విదేహముక్తుడు"

ఆదిత్య భగవానుడు : ఓ సాంకృతి మహర్షీ! సప్తమ భూమికను చేరిన యోగి యొక్క సంస్థితిని 'ఇటువంటిది' అని చెప్పుటకు అలవికాదు. **వచసామ్ అగమ్యా!** పరమ శాంతమైనది. అదియే ఈ జీవుని అంతిమ పరమస్థానము. అట్టి సప్తమ భూమిక – లోకవిషయములు అన్నీ పరిత్యజించబడునట్టిది. దేహముల రాక–పోకలను దాటివేసినట్టిది. శాస్త్ర నిర్వచనముల–నియమముల నిర్దేశ్యముల పరిధులను కూడా అధిగమించి వేసినట్టి స్థితి. సర్వలౌకిక పారలౌకిక ధ్యాసలన్నీ అధిగమించినట్టిది. వాటికి ఏమాత్రము పట్టుబడనట్టి **కేవల సర్వసమన్విత –సర్వాతీత స్వస్థానము** అది. సర్వధ్యాసలు దాటి పోవటము అయినట్టిది. 'ధ్యాస' అనునది తనయందలి అనన్య–చమత్కారముగా ఆస్వాదించు స్థానము.

అట్టి స్థానము **'ఓం'** అను ఏక–అక్షర బ్రహ్మ సంజ్ఞతో చెప్పబడుతోంది. ఈ విశ్వుడు–ఆతని అనుభవమైనట్టి జగత్తు, తేజసుడు–ఆతనికి అనుభవమగు స్వప్నము, ప్రాజ్ఞుడు–ఆతనికి అనుభవమగు సుషుప్తి–ఇవన్నీగా కనబడుచూ, **వీటికి వేటికి సంబంధించనిది. ఇవన్నీ అద్దాని ప్రకటనయే అయి ఉన్న కేవల స్వస్వరూపము.** ఏకము అఖండము అగు ఆ **కేవలీ ఆత్మయే** నిర్విశేష–తత్త్వము. సప్తమ భూమికలో యోగి సర్వము తానే అయి, దేనితోనూ కూడా అభేదమై ప్రకాశించు స్వస్వరూపాత్మతత్త్వము తానే అయి ఉంటాడు. అకార – ఉకార మకారములు, జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తులు– ఇవన్నీ కూడా ఆత్మకు భిన్నం కాదు. అది ఈ ఈ రూపములుగా అగుచుండటమూ లేదు.

అట్టి 7వ భూమిక (విదేహముక్తత్వము)లో ప్రవేశించిన వానికి– అ కారమాత్ర **విశ్వుడు** (జాగ్రత), ఉ కారమాత్ర **తేజసుడు** (స్వప్నము), 'మ' కారమాత్ర ప్రాజ్ఞుడు (సుషుప్తి) – వేరుగా ఏమాత్రమూ లేరు. తాను తానుగా ఉంటూనే అవన్నీ తానై ఉంటున్నాడు.

ఓ సాంకృతి మహర్షీ! అట్టి స్వస్వరూప కేవల ప్రకాశము 'సమాధి' అను స్థితికి కూడా మునుముందే ఉన్నట్టిది. సమాధి స్థితిని కూడా దాటిపోయినట్టిది.

సాంకృతి మహర్షి : అట్టి 7వ భూమికా ప్రవేశమగు 'విదేహముక్త' రూపము సంతరించుకొనుటకు యోగులు ఆశ్రయించు యోగమార్గము గురించి దయచేసి వివరించండి.

ఆదిత్యభగవానుడు : (1) ఇక్కడ పాంచభౌతిక నిర్మితంగా స్థూలమై దర్శించబడేదంతా, సూక్ష్మతత్త్వములగు శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధములుగాను, మనోనిర్మితంగాను గ్రహిస్తూ **స్థూలమును సూక్ష్మరూపంగా దర్శించాలి.** (2) స్థూల సూక్ష్మములన్నీ వాటివాటి క్రమములతో సహా (ఆకాశాత్-వాయుః వాయురాగ్ని మొదలైనవన్నీ) **జీవాత్మయందు**, అనేక దేహముల జీవాత్మను **ఈశ్వరత్వమునందు**, ఈశ్వరత్వమును **చిదాత్మయందు** దర్శించాలి. (3) **సర్వము చిదాత్మయొక్క సంప్రదర్శనముగా దర్శించాలి.** (4) అట్టి చిదాత్మలో – ద్రష్ట-ద్రష్టత్వ-దృశ్యములనబడే త్రిపుటిలను/త్రిపురములను ఏకముచేయాలి.

నేను స్వతఃగా స్వయముగా నిత్యశుద్ధము, నిత్యబుద్ధము, నిత్యముక్తము అగు కేవల సత్‌స్వరూపుడను!

నేనే ఈ సర్వజగత్ రూపుడను. అంతేగాని ఒక భౌతిక దేహపరిమితుడను కాను!

జగత్తు నాకు ద్వితీయము కాదు. నేను జగత్తుకు ద్వితీయుడనుకాదు. జీవాత్మకు జగత్తుకు వేరుగా నేను లేను. నాకు వేరుగా జీవాత్మ-జగత్తులు లేవు. నాకంటే ఏదీ వేరు కాదు. కనుక అద్వితీయుడను. పరమానందమగు సర్వజీవులలో సర్వదా స్వస్వరూపముగా ప్రకాశించు అఖండాత్మను నేనే! అందుచేత వాసుదేవస్వరూపుడు.

అహమ్ వాసుదేవోఽస్మి = నేను వాసుదేవ స్వరూపుడను.

వాసుదేవమిదగ్ం సర్వమ్ = ఈ జీవులు – ఈ కనబడేది అంతా వాసుదేవస్వరూపమే।

అహమ్వ ఇదగ్ం సర్వమ్ : ఈ కనబడేదంతా అఖండాత్ముడగు నేనే!

-- అనునదే '7'వ భూమికను సిద్ధించుకొన్న యోగి యొక్క (విదేహముక్తుని యొక్క) అనునిత్య సహజ స్వాభావికానుభావము. ఇంతగా చెప్పుకున్నా కూడా, అది అనిర్వచనీయము. స్వానుభవమాత్రము. మాటలకు అందని మౌనస్వరూపము.

– – –

కాబట్టి...,

ఓ నిర్మల హృదయుడా! దోషరహితుడా! సాంకృతి మహర్షీ! **తస్మాత్ సర్వం పరిత్యజ్య తత్త్వనిష్ఠో భవ!** ఇంద్రియ విషయమై ఎదురుగా కనిపిస్తున్న ఈ దృశ్యజగత్తును బుద్ధితో మొదలంట్ల త్యజించినవాడవై ఉండెదరుగాక! **"వాసుదేవస్సర్వమితి। అహమ్ వాసుదేవోఽస్మి"..** భావనను ప్రవృద్ధి పరచుకోండి. అదియే 'విదేహముక్తి' యొక్క ముఖ్యలక్షణము. అనుకోవటము→అభ్యాసము. అనిపించటమో→ **విదేహముక్త సిద్ధి.** (1) తత్ త్వమ్ – నీవు తత్ ఆత్మస్వరూపుడువే (2) నేను కూడా అట్టి ఆత్మానంద స్వరూపుడనే అను **నిష్ఠ** కలిగి యుండుము.

బ్రాహ్మీస్థితి :

→ 'అవిద్య (ఆత్మధర్మమును ఏమరచి ఉండటము) అనే అంధకారమునకు ఆవల సాక్షి అయి (తమసః పరస్తాత్) ప్రకాశించుచున్నట్టిది...,

→ సర్వ ఆభాసలకు (For all kind of Illusions) ఆవల సర్వదా ఆభాసరహితమై వెలుగొందుచున్నట్టిది..,

→ నిర్హేతుకమైన-స్వభావసిద్ధమైన ఎట్టి కారణ-కార్య సందర్భములపై ఆధారపడనట్టి ఆనందానుభవరూపమైనది..,

→ దృశ్య దోషరహితమై, నిర్మలమై, ఈ జీవుని పట్ల సర్వదా-సదా సిద్ధించియే ఉన్నట్టిది...,

→ 'ఇట్టిది' అని మాటలతో చెప్పజాలనిది, అవాక్-మానస గోచరమైనది...,

→ ఘనీభూతమైన ప్రజ్ఞా ఆనందస్వరూపమైనట్టిది...,

అగు బ్రహ్మమే నేను! అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి। నాఽహమ్ దృశ్య-దేహ-ఇంద్రియ-ఇంద్రియార్థ-మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారాదిమ్। అని గ్రహించి బ్రహ్మముగా ప్రకాశించెదరు గాక! ఇది సత్యము। సత్యము। సత్యము।

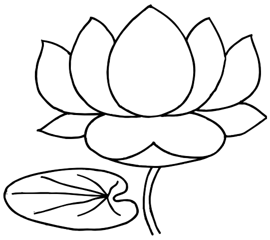
ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత అక్ష్యుపనిషత్
ఓం శాంతిశ్శాంతిశ్శాంతిః ॥

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

5 ఏకాక్షరోపనిషత్

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ ఏక-అక్షర పద ఆరూఢం, సర్వాత్మకమ్, అఖండితమ్,
సర్వ వర్జిత చిన్మాత్రమ్, త్రిపాద్-నారాయణమ్ భజే॥



ఏకము - అక్షరము అగు పదము నందు ఆరూఢుడైన వారు, అఖండమైనవారు, సర్వాత్మకుడైన వారు, సర్వజీవుల యందు ఏక స్వరూపుడై వెలుగొందుచున్నట్టివారు, తెలియబడేదంతా ఎద్దాని చేత తెలుసుకొనబడుచున్నదో - అట్టి కేవల చిన్మాత్రులు అయినట్టి త్రిపాద (జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి; దృశ్యము- ద్రష్ట- దృక్) ధారుడగు శ్రీమన్నారాయణుని స్తుతించుచున్నాను.

ఓం

1 ఏక అక్షరం, త్వత్వ అక్షరే
అత్ర అస్తి,
సోమే సుషుమ్నాయాం చ
ఇహ దృఢీ స ఏకః॥

ఇక్కడ కనబడుచున్నదంతా 'అనేకము' గాను, 'నాశన (క్షర) శీలము'' గాను కనబడుచూ ఉండవచ్చు గాక! దీనికంతటికీ ఆధారమైయున్న **పరబ్రహ్మము** సర్వదా **ఏకము, అక్షరము** అయి ఉన్నది. అనగా, ఏక్షణమందునూ అనేకముగా కానట్టిది, 'నాశనము' అనునదే లేనట్టిది. అద్దానికి 'నీవు - నేను - ఆతడు - ఈతడు' - మొదలుగా గల ఖండత్వమే లేదు. కనుక తత్ త్వమ్। 'నీవు'గా ఇక్కడ ఉన్నది పరబ్రహ్మమే! అట్టి పరబ్రహ్మస్వరూపమగు నీవే - సోమ(చంద్ర) రూపుడవై (మనోరూపుడవై), దేహములోని సుషుమ్నానాడి యందు కూడా ఏక-అఖండ స్వరూపుడుగా వెలుగొందుచున్నావు.

త్వం విశ్వభూః।
భూతపతిః। పురాణః పర్జన్యః।
ఏకో భువనస్య గోప్తా।
విశ్వే నిమగ్నః పదవీః
కవీనాం। త్వం జాతవేదో,

ఈ విశ్వమంతా ఉన్నది ఎక్కడ? ఈ విశ్వమంతటికీ స్థానము పరబ్రహ్మస్వరూపుడవగు నీవే!

ఓ పరమాత్మా! నీ సహజ -నిత్యస్వరూపము సర్వదా బ్రహ్మమే కాబట్టి, నీవే పంచభూతముల - సకల దేహముల నియామకుడవు. భూతపతివి!

పురాణ పురుషుడవు. జీవాత్మలన్నీ వాన చినుకులవలె వర్షిస్తున్న మేఘము నీవే. వర్షాధారము కూడా **పరమాత్మవగు** నీవే! అనేకముగా కనిపిస్తూ సర్వదా ఏక స్వరూపుడవు! సర్వాత్మకుడవై భువనములకు రక్షకుడవు। నీకు సజాతీయములు-విజాతీయములు లేవు. కాబట్టి సర్వదా ఏక స్వరూపుడవు! సర్వమును ఉద్దీపింపజేయు జాతవేదువు. తేజోరూపుడవు.

భువనస్య నాథః
అజాతమ్ అగ్రే
సః హిరణ్యరేతా
యజ్ఞః త్వం ఏవ
ఏక విభుః పురాణః॥

ఈ విశ్వకథారచనా వ్యాసంగమునందు సదా నిమగ్నమై, సృష్టి-స్థితిలయములను నడుపుచున్నది నీవే! ఈ విశ్వమునకు పదవీ బాధ్యత వహిస్తున్నది నీవే। రచయితవు. అన్నియు తెలిసియే ఉన్నవాడివి! కవివి! అజ్ఞాతుడవు। ఈ భువన మంతటికీ నాధుడవు। యజమానివి!

నీకు జన్మలనునవే లేవు! అజాతుడవు! జన్మ-కర్మ వ్యవహారములన్నిటికీ మునుముందే ఉన్నట్టి సృష్టికర్తవు. హిరణ్యరేతసుడవు! ఈ సృష్టికి ఆమూలాగ్రము నిండియున్నవాడవు. ఈ సృష్టి అనునదంతా నీయజ్ఞ స్వరూపమే। యజ్ఞతత్త్వమే। సృష్టి - సృష్టి సంకల్పము(లేక) భావనకు ముందే (సృష్టియే లేనప్పటి నుండి) ఏర్పడియున్న **పురాణపురుషుడవు!** నీ యొక్క **ఏకము** నుండే ఈ **అనేకమంతా** ఏర్పడుచున్నది. కనుక **సర్వమునకు నియామకుడవు! యజమానివి! విభుడవు.**

2 ప్రాణః ప్రసూతిః। భువనస్య యోనిః వ్యాప్తం త్వయా ఏక పదేన విశ్వమ్। త్వం విశ్వభూర్యోని పరాసుగర్భో। కుమార ఏకో।	ప్రాణమును (శక్తిని) గర్భమున దాల్చినవాడవు! లోకములన్నిటికీ ప్రాణయువువు. లోకములన్నీటికీ **గర్భమువు**. విశ్వమంతా గర్భమున **దాల్చినవాడవు. విశ్వగర్భుడవు.** నీ యొక్క ఒక్క పాదముచే ఈ విశ్వమంతా వ్యాపించి ఉన్నవాడవు! ఏకపదేన విశ్వమ్! ఈ విశ్వమంతా ఎక్కడైతే ఏర్పడినదై ఉన్నదో.. అది నీవు। గర్భము నీవే! ఆ గర్భమునందు సర్వజీవుల రూపమున ఏకస్వరూపుడవై ఉన్నదీ నీవే!
విశిఖః సుధన్వా। వితత్య బాణం, తరుణార్క వర్ణం, వ్యోమ అంతరే భాసి హిరణ్యగర్భః। భాసా త్వయా వ్యోమ్ని కృతః సుతార్క్ష్యః।।	ఈ సృష్టి అంతా బాణము విడచుటవంటిదైతే, గొప్ప ధనస్సు, బాణము, ఎక్కుపెట్టి వదలుచున్న సైనికుడవు కూడా నీవే! లేత సూర్యుని సప్తరంగుల కిరణములను వ్యాపింపజేస్తూ ఆకాశమును భూమిని తేజస్సుతో నింపివేయుచున్న హిరణ్యగర్భుడవు! సర్వమును భాసింపజేయుచున్నది నీవే! ఆకాశమంతా విహారములు చేస్తున్న గరుత్మంతుడవు!
త్వం వై కుమారః। త్వం అరిష్టనేమిః। త్వం వజ్రభృత్ భూతపతిః। త్వం ఏవ కామః। ప్రజానాం నిహితోఽ అసి సోమే।	నీవే షణ్ముఖుడవు! కుమార స్వామివై, దేవతల సేనానాయకుడవు! అరిష్టములన్నీ తొలగించుచున్నట్టివాడవు. వజ్రము చేతితో ఎత్తి ధరించియున్న ఇంద్రభగవానుడవు నీవే! సర్వజీవ జాలమునకు పంచభూతములకు అధినేతవు! భూతపతివి! శివ తత్ త్వమ్। తత్ త్వమేవ! సర్వజీవుల కామముగా ప్రకాశించుచున్న కామేశ్వరుడవు. సర్వజీవుల హృదయాలలో సోముడవై (చంద్రుడవై) దాగి ఉన్నట్టి వాడవు! మహా మనోరూపుడవు!
స్వాహా, స్వధా యత్ చ వషట్కారోతి, రుద్రః, పశూనాం గుహయా నిమగ్నః।	దేవతలకు సమర్పించబడు హోమద్రవ్యములగు 'స్వాహా', పితృదేవతలకు సమర్పించు 'స్వధా'లతో కూడి వషట్ కారుడవగుటచే నీవే రుద్రుడవు। సర్వజీవుల హృదయములలో నిమగ్నుడవై ఉన్నట్టి రుద్రభగవానుడవు! ఉత్సాహ-సాహస-ధైర్య-బుద్ధి-శక్తి-పరాక్రమములతో కూడిన సర్వ హృదయములలోని రుద్రశక్తివి నీవే!
ధాతా, విధాతా, పవనః, సుపర్ణో, విష్ణో, వరాహో। రజనీః, అహః చ। భూతం, భవిష్యత్ ప్రభవః క్రియాశ్చ కాలః। క్రతుః। త్వమ్ పరమ అక్షరం చ।	ధాతా-సృష్టికర్తవు! విధాతా-సృష్టి నియామకుడవు! వాయువై అంతటా వ్యవహరించుచున్నది నీవే! ఊర్ధ్వ - అధోలోకములు - అనే రెక్కలు గల పక్షివి! అంతటా (స్వప్నంలో - స్వప్నద్రష్ట వలె) ఉండి ఉండుటచే విష్ణువువు నీవే? సర్వజీవులలోని 'అహమ్' స్వరూపుడవు కాబట్టి వరాహుడవు! రాత్రింబవళ్ళ రూపుడవు! జరిగిపోయిన భూతకాలము - జరుగబోవు భవిష్యత్ కాలము, ఇప్పుడు కనబడుచున్న వర్తమానకాలము, త్రికాలములలో ఉత్పత్తి అయి కనబడు ఈ సర్వము, ఇందలి క్రియావిశేషాలు-ఇవన్నీ ఏర్పడియున్న **కాలస్వరూపుడవు.** సృష్టి - స్థితి - లయ చమత్కారములతో కూడిన పరము- అక్షరము - శాశ్వతము అగు క్రతుస్వరూపుడవు నీవే!

ఋచో యజూగ్ంషి **ప్రసవంతి, వక్త్రాత్ సామాని,** **సమ్రాట్ వసుః అంతరిక్షమ్।** **త్వం యజ్ఞ నేతా** **హుతభుక్ విభుఃశ్చ।**	ఋగ్వేదములోని ఋక్కులు, యజుర్వేదములోని యజుస్సులు, సామవేదములోని సామగానములు నీ ముఖము నుండే వర్షిస్తున్నాయి! సామ్రాట్టువు. చక్రవర్తివి! వసువువు! అంతటా వసించువాడవు! అంతరిక్షమువు! యజ్ఞమునకు యజమానివి! యజ్ఞనేతవు! హుతమును స్వీకరించుచున్న అగ్నివి! హుతభుక్। సర్వమునకు విభుడవు। ప్రభువువు!
రుద్రాః తథో దైత్యగణాః వసుశ్చ। **స ఏష దేవో అంబరగశ్చ, చక్రే,** **అన్యేభ్య తిష్ఠేత తపో నిరుంధ్యః।**	ఏకాదశ రుద్రులు, దైత్యగణములు, వస్తువులు, దేవతలు నీవే! ఆది దేవాది దేవుడవు! ఆకాశగతుడవై, అనేక పరిభ్రమలకు ఆధారభూతుడవై ఉన్నావు! అనేకముగా అంతటా సంచరించుచున్నవాడవై ఉన్నావు. తపస్సు చేత గాని, మరింక దేనిచేతగాని నిరోధింపబడువాడవు కాదు!
హిరణ్మయం యస్య విభాతి సర్వం **వ్యోమ–అంతరే రశ్మిః ఇమాగ్ంశ్చ నాభిః। (ఇమాగ్ంశునాభిః)**	నీ యొక్క హిరణ్మయ సృష్టి-అనే క్రీడా వినోదముయొక్క తేజోకిరణ సమూహములు ఆకాశమున అంతటా వ్యాపించినవాడివై ఉన్నావు. 'జీవరాసులు' అను కిరణములకు నాభిస్థానమై ప్రకాశించుచున్నావు!
3 **స సర్వవేత్తా। భువనస్య గోప్తా।** **నాభిః ప్రజానాం,** **నిహితా జనానామ్।** **ప్రోతా త్వమ్ ఓతా** **విచితిః క్రమాణాం।** **ప్రజాపతిః ఛందమయో విగర్భః।**	పరబ్రహ్మస్వరూపుడవే అయి ఉన్నట్టి నీవు..., - ఈ దేహమునకు ఈవల-ఆవల- కూడా గల జన్మ-కర్మలకు మునుముందటి స్వరూపమును ఎరిగిన వాడవు! సర్వ స్వరూపుడవు! అనంత రూపుడవు! భువనములన్నిటికీ (లోకములన్నిటికీ) రక్షకుడు. జీవులందరికీ నాభిస్థానము అయినవాడివి. జనులందరి రహస్య స్వరూపుడవు! సర్వ జగత్తుకు వస్త్రములో దారమువలె ఓత-ప్రోతమై ఉన్నావు. జ్ఞానస్వరూపుడవు! ప్రజాపతివి! ఛందోమయుడవు.
"సామైః" **చిదంతో విరజశ్చ** **బాహుగ్ం హిరణ్మయం** **వేదవిదాం వరిష్ఠమ్।** **యం అధ్వరే బ్రహ్మవిదః స్తువంతి,** **సామైః యజుర్భిః** **క్రతుభిః॥ త్వమేవ।**	అంతరాంతరముగా (గర్భాంతరంగా) సర్వత్రా ఉన్నట్టివాడివి! సామవేదము నీ గురించే చిదంతుడు (చిత్‌కు ఆవల ఉన్నవాడివి) - అని స్తోత్రం చేస్తోంది. రజోగుణ రహితుడవు. నిష్క్రియుడవు. కానీ, సర్వ క్రియల రచయితవు. శ్రేష్ఠుడవు! హిరణ్మయుడవు! సమస్తమును నీ కాంతితో నింపుచున్నావు. తెలుసుకొనుచున్న దాని గురించి తెలుసుకొనియే ఉన్నావు. అత్యంత ప్రాముఖ్యుడవు! పెద్దవు! వేదవిదుడవు। యజ్ఞ మంత్రములు ఎరిగి యజ్ఞములు చేయు ఆధ్వర్యులు యజ్ఞము నందు సామవేదగానముల చేతను, యజుర్వేద మంత్రములచేతను, క్రతువులలోని ఉపాసనల చేతను స్తుతించుచున్న **మహాపురుషుడవు** నీవే! త్వమేవ తత్। తత్ త్వమేవ। తత్ త్వమ్।
త్వగ్ం స్త్రీ, పుమాగ్ంః! త్వం చ **కుమారః। ఏకః। త్వం వై కుమారీ హి।** **అథ భూః త్వమేవ।** **త్వమేవ ధాతా।** **వరుణశ్చ। రాజా త్వం।** **వత్సరో అగ్నిః అర్యమః ఏవ సర్వమ్ ॥**	స్త్రీ అయి ఉన్నది నీవే! **పురుషుడు**గా ఉన్నది నీవే! **కుమారుడవు** నీవే! **కుమారి**వి నీవే! ఇన్నీ అగుచూ సర్వదా **ఏకస్వరూపుడవు!** ఈ భూమిగా కనిపిస్తున్నది, అయిఉన్నది కూడా నీవే। దీని కంతటికీ సృష్టికర్తవు! ధాతవు! ఈ సృష్టిలోని జల స్వరూపుడవు! రాజువు! సంవత్సర స్వరూపుడవు! అగ్నివి! పితృదేవతా స్వరూపుడగు అర్యముడవు! ఈ సర్వము నీవే! అంతా నీవే! నీతోనే ఇదంతా! నీలోనే ఇదంతా!

మిత్రః సుపర్ణః చంద్రః
ఇంద్రో, వరుణో, రుద్రః
త్వష్టా విష్ణుః సవితా గోపతిః-త్వమ్।
త్వం విష్ణుః
భూతాని తు త్రాసి। దైత్యాః త్వయా ఆవృతం।
జగత్ ఉద్భవ గర్భః

సూర్యుడవు! గరుత్మంతుడవు! చంద్రుడవు!

ఇంద్రుడవు! వరుణుడవు! రుద్రుడవు।

త్వష్టుడవు। విష్ణువువు! గోవువు! గోపతివి!

నీవే విష్ణువు అయి ఈ జీవజాతులన్నిటినీ రక్షించుచున్నావు! దైత్యులు నీచేతనే ఆక్రమించబడుచున్నారు.

ఈ జగత్తు నీ గర్భమునందే జనిస్తోంది. ఉనికిని కలిగి ఉంటోంది. విశ్వ గర్భుడవు.

త్వం భూః భువః స్సువః, త్వగ్ంహి
స్వయం భూ, అథ విశ్వతో ముఖః॥
య ఏవం నిత్యం వేదయతే గుహ ఆశయం,
ప్రభుం, పురాణగ్ం, సర్వభూతగ్ం,

భూలోకానివి, భువర్లోకానివి, సువర్లోకానివి కూడా నీవే!

నీ జన్మకు నీవే కారణము. అందుచేత స్వయంభువువు! జన్మలకు మునుముందే ఉండి, జన్మలకు ఆది కారణుడవు.

ఈ విశ్వమంతా నీ ముఖము! విశ్వతో ముఖః।

సర్వజీవుల హృదయగుహను ఆశ్రయించి, సర్వము ఎరుగుచూ ఉన్న వాడివి। ప్రభువు. పురాణ పురుషుడవు! ఇతఃపూర్వమే ఉండి ఇప్పటికీ అట్లే ఉన్నట్టి వాడవు.

హిరణ్మయమ్,
బుద్ధిమతాం పరాం గతిగ్ం,
స బుద్ధిమాన్। బుద్ధిమత్ సు-తిష్ఠతి॥
ఇతి ఏకాక్షరోపనిషత్
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

సర్వ భూతజాలమునకు దృష్టి ప్రదాతవు! సృష్టి కర్తవు! బుద్ధిమతులలోని బుద్ధివి! బుద్ధిమంతులకు పరమగతి (Final Target) అయి ఉన్నవాడివి।

ఎవరు నిన్ను పరమగతి స్థానముగా (పైవిధంగా ఆత్మభావన కలగటమును), తమ యొక్క గతి - ఆశయముగా కలిగి ఉంటారో అట్టివారు బుద్ధిమంతులై ఉండగలరు.

ఇదియే 'త్వం' గురించిన తత్త్వదర్శియొక్క 'తత్' దర్శనము.

ఇతి ఏకాక్షరోపనిషత్
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

5 ఏకాక్షరోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

తపో–ధ్యాన ఉపాసనాదులను చక్కగ నిర్వర్తిస్తూ, ఒకానొక శిష్యుడు– **'బ్రహ్మతత్త్వము'** గురించిన పరిజ్ఞానము కొరకై, భక్తి–ప్రపత్తులతో కూడిన హృదయుడై, – **నమస్కరించుచున్న ముకుళిత హస్తములతో** – సద్గురువగు మహర్షిని సమీపించి, **పాదాభివందనములు సమర్పించారు.**

– – –

మహర్షి : బిడ్డా! సహజ–ఆత్మానందస్వరూపా! నీకు శుభమగుగాక! చెప్పవయ్యా! ఏమిటి విశేషము?

శిష్యుడు : మహాత్మా! కోఽహమ్? నేనెవ్వరు? ఈ విషయము తెలుసుకోవటానికై సద్గురువరేణ్యులగు మిమ్ములను శరణువేడుచున్నాను.

తత్ త్వమ్ – తత్త్వ దర్శనమ్

మహర్షి : **శ్లో॥ ఏకాక్షర సమారూఢం సర్వాత్మకమ్ అఖండితమ్**
సర్వవర్జిత చిన్మాత్రం త్రిపాత్ నారాయణం భజే!

ఏకము – అక్షరము అగు ఏ పరమాత్మ పరాకాష్ఠ పదమునందు ఆరూఢులై ఉన్నారో... ఎవ్వరు అఖండము – సర్వాత్మకము అయి ఉన్నారో, ఎవ్వరు తెలియబడునంతటినీ దాటినట్టి 'కేవల చిన్మాత్ర స్వరూపులు' అయి ఉన్నారో..., అట్టి **శ్రీరామచంద్రమూర్తిని భజించుచున్నాను**. నాయనా! 'నేనెవ్వరు?' అని అడుగుచున్నావు. మంచిదే! నీకు సంబంధించిన ఏ వివరములను నీవు తెలుసుకోతలచావు?

శిష్యుడు : స్వామీ! నా యొక్క సహజము – సత్యము – నిత్యములగు స్వరూప–స్వభావములు ఎట్టివి? నేను జీవాత్మవా? పరబ్రహ్మమునా? మరింకేదైనానా? దయచేసి **సత్యదృష్టితో** నిర్వచించి చెప్పండి!

మహర్షి : నాయనా! నీవు అడిగిన ప్రశ్నకు మహర్షుల స్వానుభవ ప్రవచనమగు భారతీయ (జ్ఞానమునందు రతింపజేయు) తత్త్వశాస్త్రము సుస్పష్టముగా, నిర్దుష్టముగా సమాధానము చెప్పుచున్నది కదా! **తత్ త్వమ్ ఏవ–ఇతి సశాస్త్రీయ సవివరణమితి తత్త్వశాస్త్రమ్।**

నీకు 'జీవాత్మ'గా అనుభవమగుచున్నదంతా **సందర్భ సత్యము** మాత్రమే! అనేక నాటకములలో నటించు ఒక మహానటునికి సంబంధించిన (తాను ఇప్పుడు నటించే) ఒక పాత్ర విశేషములు ఎటువంటివో, **నీకు సంబంధించి ఈ వర్తమాన జగత్తులో కనిపించే జీవాత్మత్వమంతా అటువంటిది మాత్రమే!**

– నీ సహజ రూపము **సర్వదా పరబ్రహ్మమే!**

- పరబ్రహ్మము సర్వదా **ఏకము - అక్షరము** అయి ఉన్నది. అట్టి ఏకాక్షరస్వరూపమునకు నీవు వేరుగా ఎట్లా ఉంటావు? ఒకవేళ వేరుగా ఉంటే అది ఏకము ఎట్లా అవుతుంది? కనుక నీవు - నేను - వారు - వీరు... మనమంతా ఏక-అక్షర స్వరూపులమే.

అనగా...,

ఏక్షణమందూ కూడా అనేకము కానట్టిది (సర్వదా ఏకమే అయినట్టిది), 'నాశనము' అను ధర్మమే లేనట్టిది (అక్షరము).. అగు **పరబ్రహ్మమే నీవు!** పరబ్రహ్మమునకు నీవు-నేను మొదలైన ఖండత్వమే లేదు! కనుక **తత్ త్వమ్!** నీవు సర్వదా **పరబ్రహ్మమువే!**

శిష్యుడు : 'తత్త్వమ్', 'సోఽహమ్' శబ్దములచే నాకు వేద-ఉపనిషత్తులు ఎలుగెత్తి గుర్తుచేస్తున్న - నాయొక్క సహజమగు, నిత్యమగు 'స్వస్వరూపమే' అని చెప్పబడుచున్న **పరబ్రహ్మము** ఎట్టిది? ఏమై ఉన్నది?.. నాకు బోధించవలసినదిగా మిమ్ములను శరణువేడుతూ అర్థిస్తున్నాను.

మహర్షి : అట్లాగా? అయితే నీకు, నాకు ప్రతి ఒక్క శ్రోతకు, ప్రతి ఒక్క జీవునికి కూడా సంబంధించిన పరమ సత్యము, సహజ సత్యము (తత్) అగు పరబ్రహ్మము గురించి 'త్వమ్' వివరణపూర్వకంగా కొన్ని విశేషాలు చెప్పుచున్నాను. శ్రద్ధగా వినెదవుగాక!

నీవు **(త్వమ్)** సర్వదా పరబ్రహ్మ స్వరూపుడవే అయి ఉన్నావు **(తత్ త్వమ్ అసి).**

సోమ (చంద్ర-మనో) రూపుడవై దేహములోని సుషుమ్నానాడి యందు ఏక-అఖండ స్వరూపుడుగా వెలుగొందుచున్నావు.

ఈ కళ్లకు కనబడుచున్న విశ్వమంతా ఏ స్థానములో ఏర్పడినదై ఉన్నదో, అది నీ ఆత్మస్వరూపమే! 'కేవలాత్మ'వై యున్న నీవు - **నీయందు నీవే - నీకు అన్యము కానట్టి** 'జగత్ కల్పనా చమత్కారము'ను ఆస్వాదిస్తున్నావు.

నీ సహజ స్వరూపము **సర్వదా బ్రహ్మమే!** అందచేత పంచభూతముల - సకల భూతముల నియామకుడవు! 'బ్రహ్మము' అయి ఉన్నట్టి నీవే జగత్తురూపుడవు కూడా! జగత్తు- జగత్తులో కనిపించే నీ జీవాత్మత్వము కేవలము నీపట్ల సందర్భ సత్యము మాత్రమే! **జన్మకర్మలకు** కూడా మునుముందే ఉన్న సత్-స్వరూపుడవు కాబట్టి కేవల పురుషకారమువు! **ఆది పురుషుడవు! ఆది నారాయణుడవు!** ఇతః పూర్వము - ఇప్పుడు కూడా యథాతథమై, సర్వమునకు పురుషకార స్వరూపుడవై ఉన్నావు. కనుక **పురాణ పురుషుడవు!** మేఘము నుండి వర్షధారలు కురియుచున్న తీరుగా, ఈ కనబడే **జీవులంతా వర్షిస్తున్నది నీ ఆత్మస్వరూపము నుండే!** అందుచేత కూడా **పురాణపురుషుడవుగా** చెప్పబడుచున్నావు!

అనేకముగా కనిపిస్తూ కూడా, సర్వదా **ఏకస్వరూపుడవే** అయి ఉన్నావు! సర్వజీవులలో వేంచేసియున్న **ఆత్మస్వరూపుడవు** కాబట్టి **సర్వాత్మకుడవు!** సర్వ భువనములకు భావనారూప పరిపోషకుడవు, **సంరక్షకుడవు!** సజాతీయ-విజాతీయ భేదమనునది ఏమీ లేనట్టివాడవు. **కనుక ఏకస్వరూపుడవు!**

'విశ్వము' అను రచనా వ్యాసంగమునందు (లేక) కల్పనా వ్యవహారమునందు నిమగ్నమై యుండి కూడా నీవు సర్వదా **విశ్వమునకు వేరైనవాడవు**. అయితే **విశ్వము నీస్వరూపమే!** ఇక్కడి సృష్టి-స్థితి-లయలు నీ **క్రియా విశేషాలే! 'సృష్టించుట'** అను పురుషకార - క్రియావిశేషమునకు 'సృష్టికర్త' అను కర్తృత్వ - పదవిని అలంకరించియున్నది ఆత్మస్వరూపుడవైన నీవే! సృష్టి రచయితవు. నీ కల్పన అగు సృష్టి యొక్క రాకపోకలన్నీ ఎరిగి ఉన్నవాడవు. దీనికంతటికీ కవివి। శ్రేష్ఠుడవు. అంతేకాదు. ఈ భువనములంతటికీ నాథుడవు, యజమానివి కూడా!

"ఈ సృష్టి అంతా నీకు లీల! క్రీడ! సృష్టికి ప్రారంభము - కొనసాగింపు - ముగింపు- పునఃప్రారంభము... ఇవన్నీ క్రీడా వ్యాసంగమువలె నీయందే జనిస్తున్నాయి. నీవు జన్మిస్తూ కూడా **జన్మరహితుడవు.** ఆత్మానంద విన్యాసముగా దీనికంతటికీ ఆవల ఉన్న నీకు జన్మలు లేవు. నీవు **అజాతుడవు!** సృష్టించటము - స్థితింపజేయుటము-లయింపజేయుటము ఎరిగియున్నవాడవు! ఈ సృష్టి నీ కల్పనయే కాబట్టి జనించినట్టి ఈ సర్వము యొక్క తత్త్వమునకు **మునుముందే** ఉన్నావు. అందుచేత అగ్రసత్ - చిత్ స్వరూపుడవు. ఈ సృష్టికి

ముందే ఉండి, ఈ సృష్టిని ఆమూలాగ్రమూ నీ స్వరూపముచే స్వయముగా నింపి ఉంచుచున్నవాడవు. అందుచేత హిరణ్య రేతస్సు రూపుడవు. బంగారు ఆభరణమంతా బంగారముతో నిండిఉన్న రీతిగా ఇదంతా నీ హిరణ్య తేజోవిలాసముతో నిర్మితమై, నిండి ఉన్నది.

ఈ 'సృష్టి' అనే మహాయజ్ఞమునకు యజ్ఞ స్వరూపుడవు! యజ్ఞ పురుషుడవు నీవే! ఈ సృష్టి అంతటికీ నియామకులను నియమించువాడవు. ఆ ఏకైక నియామకడవు, ఏక విభుడవే నీవు! సృష్టి ప్రారంభం కాకముందు నీవు ఉన్నావు! ఇదంతా నీ సృష్టియే కనుక, ... సృష్టికి మునుముందుగానే ఉన్నావు! తరువాత కూడా ఉన్నావు. ఇప్పటికీ ఉన్నావు. ఎప్పటికీ ఉంటావు. ఇద్దాని పురుష కారమంతా నీదే! అందుచేత **పురాణ పురుషుడవు!** నీ యొక్క ఏకత్వము నుండే నీ యొక్క నీ మాయచే ఇక్కడి అనేకత్వమంతా కల్పనగా నియామకమగుచున్నది. అందుచేత కూడా నీవు **ఏక – విభు – కేవలపురుషుడవు!** దీనికంతటికీ అధికారివి! అధిపతివి! అధినాయకుడవు! అధిప్రదర్శన రూపుడవు! అధికారణుడవు! 'మాయి'వీ నీవే! 'మాయ'వూ నీవే! (మాయి = మాయ తనదైనవాడు).

ఈ విశ్వమంతటికీ **సంప్రదర్శన** కారణమగు **ప్రాణశక్తి** నీనుండియే బహిర్గతమౌతోంది. అందుచేత **ప్రాణ ప్రసూతివి!** ఈ లోకములన్నిటికీ జనన స్థానమగు **యోనివి!** నీ యొక్క 4వ వంతు విభాగముతో ఈ విశ్వమంతా వ్యాపించి ఉన్న విష్ణువు. ఇదంతా నీ యొక్క ఏకపదముచే విస్తరించి ఉన్నట్టిది. **వ్యాప్తం త్వయా ఏకపదేన విశ్వమ్!** ఇల్లుకు ఆధారము భూమి అయి ఉన్న తీరుగా..., ఈ విశ్వమంతటికీ నిర్మితమైయున్న ఆధార స్థానమువు! విశ్వగర్భమూ నీవే! ఆ గర్భములోని జీవరాసులను – కోడి తన పిల్లలవలె – కలిగియున్నదీకూడా నీవే!

ఈ సృష్టి మొత్తము ఒక బాణము వంటిదైతే, అద్దానికి ధనస్సు నీవే! ఆ ధనస్సును ఉపయోగిస్తూ సృష్టి బాణమును ఎక్కుపెట్టి విడచుచున్న విలుకాడివి కూడా నీవే!

అప్పుడే ఉదయిస్తున్న సూర్యబింబము యొక్క లేత సప్తరంగుల కిరణ సమూహములు వ్యాపించి ఆకాశమును భూమిని తేజస్సుతో నింపి వేయుచున్నాయి కదా! అట్లాగే **హిరణ్యగర్భుడవు**గా సర్వజీవులు యొక్క మనో–బుద్ధి–చిత్త–అహంకారములుగా **వ్యాపించుచున్నావు**.

గరుత్మంతుడు ఆకాశమంతా విహరిస్తున్న తీరుగా నీవే భూత–చిత్త–చిదాకాశములలో విహారము చేస్తూ ఉన్నట్టివాడవు. నీవే దేవతల నాయకుడగు కుమారస్వామివి! భక్తి–యోగ–జ్ఞానసాధకుల అరిష్టములను తొలగించు అరిష్టనేమివి! విష్ణు భగవానుడవు!

వజ్రాయుధమును ఎడమచేతితో ధరించి మూడు లోకములను కుడిచేతితో శాసించుచూ పరిపాలించుచున్న పురాణ పురుషుడగు **ఇంద్రభగవానుడుగా** ఉన్నది నీవే!

సర్వజీవజాలమునకు (భూతజాలమునకు), పంచభూతములకు అధినేతవు! అందుచేత **'భూతపతి'** అయి ఉన్నావు. త్వమేవ కామః। నీ ఇచ్ఛయే ఇదంతా! త్వమేవ శివః। సర్వ హృదయాలలో సంచారము చేస్తున్న మనోరూపుడగు సోమదేవతవు! సర్వజీవులకు హితుడవు!

దేవతలకు సమర్పించబడుచున్న **'హోమద్రవ్యములు'** అయినట్టి 'స్వాహా', పితృదేవతలకు సమర్పించబడు పితృహోమద్రవ్యములైనట్టి **'స్వధా'**... వీటన్నింటితో కూడిన వషట్కారుడవు! సమస్తమునకు లయస్థానమగు రుద్రభూమిని ఏలుచున్న **రుద్రుడవు!** సర్వ దేహుల హృదయాలలో సాక్షివై వెలుగొందుచున్న **రుద్రభగవానుడవు!**

ఈ సృష్టి కంతటికీ కర్తవు! ధాతవు! సృష్టిని నియమమునందు ఉంచువాడు! విధి–విధానముల కల్పించే విధాతవు! విశ్వమంతా భావ–తరంగములతో నింపుచున్న వాయు భగవానుడవు! ఊర్ధ్వ సప్త – అధో సప్త – సప్త సప్త లోకములు నీ యొక్క రెండు రెక్కలవంటివి! స్వప్నములో స్వప్నద్రష్ట యొక్క స్వకీయ స్వప్నచైతన్యమే నిండి ఉన్న విధంగా, ఈ జగత్తునంతా స్వస్వరూప జాగృత్–చైతన్యముతో నింపిఉంచుచున్నావు. అందుచేత విష్ణు తేజో విలాసుడవు. సర్వజీవులలో 'నేను–నేను' అను రూపముతో ప్రత్యక్షమై ఉండటము చేత నీవే **వరాహరూపుడవు!** కదలని చెదరని కొండవు. కొండపై చెట్లు గాలికి కదలుచూ, కొండ కదలని రీతిగా – నీయొక్క ప్రాణ – మనోశక్తులచే సర్వము కదల్చుచూ, నీవు మాత్రమూ కదలిక లేనివాడవై ఉంటున్నావు.

కాలము యొక్క రాత్రింబవళ్లు నీ యొక్క రూపవైశిష్ట్యమే! జరిగిపోయిన భూతకాలము-జరుగబోవు భవిష్యత్ కాలము - ఉభయములోని అనేక సంఘటన-సందర్భ-పరస్పర సంబంధ విశేషాలతో సహా-జనిస్తున్నది, లయిస్తున్నది నీనుండే, నీయందే! సర్వము ఎందులో వర్తమానములో ఏర్పడినదై కనబడుచున్నదో... అది కూడా నీ స్వరూపమే! అందుచేత నీవు **అనిర్వచనీయమగు కాల స్వరూపుడవు.**

ఈ సృష్టి - స్థితి-లయములతో కూడిన మహాక్రతువు నీరూపమే. విశ్వములోని అక్షయమగు, అక్షరమగు క్రతు స్వరూపుడవు. ఋగ్వేదములోని ఋక్కులు, యజుర్వేదములోని యజస్సులు, సామవేదములోని గానములు నీ ముఖతః, నీ ముఖము నుండే వర్షించి ప్రదర్శన శీలమగుచున్నాయి. ఒకానొక చక్రవర్తి సభలో సింహాసమును అధిష్ఠించి సామ్రాట్ అయి-సర్వాధికారముతో ప్రశాంతముగా ఆశీనుడై ఉండగా, మంత్రులు-సైనికాధికారులు - గ్రామాధికారులు మొదలైన వారు ఆ చక్రవర్తి యొక్క ఉద్దేశ్యమును గ్రహించి సభలో జరుగవలసినదంతా జరిపిస్తూ ఉంటారు కదా! అట్లాగే నీవు మహాసామ్రాట్‌వై 'పరబ్రహ్మము' అను సింహాసనముపై పరతత్త్వ స్వరూపుడవై అధిష్టించియుండగా.. అష్టదిక్పాలకులు, నవగ్రహ అధినేతలు, త్రిమూర్తులు మొదలైన వారంతా ఈ సృష్టినంతా నడిపించుచూ మౌనస్వరూపమగు నీ ఉద్దేశ్యములను నెరవేర్చుచున్నారు. సర్వసంకల్పములకు ఆవల **సంకల్పములు జనించు స్థానమగు వసువువు!** ఆకాశము-ఆకాశములోని అష్టవసువులు (అవుడు, ధ్రువుడు, సోముడు, ఆధ్వరుడు, అనిలుడు, ప్రత్యూషుడు, అనలుడు, ప్రభాసుడు) నీ నుండి బయల్వెడలిన సంకల్ప విశేషములే కాబట్టి.., **ఇదంతా నీకు అభిన్నము.**

ఈ సృష్టి మహాయజ్ఞమునకు యజ్ఞకర్తవు! యజ్ఞనేతవు। యజ్ఞ భోక్తవు! యజ్ఞ వాటికలో సమర్పించబడు 'నేయి' మొదలైన హుతములను స్వీకరించుచున్న **అగ్నిస్వరూపుడవు!** హుతమును స్వీకరించు **హుతభుక్‌వు!** ద్వాదశ ఆదిత్యులు, ఏకాదశ రుద్రులు, అష్ట వసువులు, దేవతాగణము, దైత్యగణము కూడా నీవే! దేవాది దేవుడవై ఆకాశగతుడవై ఆకాశములోని సర్వ పరిభ్రమణములకు ఆధారభూతుడవై ఉన్నట్టివాడవు. **అనేక రూపములతో సంచరించుచున్నవాడవు!**

నీవు **అనిరోధివి!** సర్వ దేహులలో కేవాలత్మవై సర్వదా వెలుగొందు నీయొక్క ఉనికిని ఎవ్వరూ నిరోధించలేరు. తిరస్కరించలేరు. తపస్సు మొదలైన భౌతికమైన ప్రయత్నములచే నిన్ను ఎవ్వరూ దాటలేరు. నీయొక్క హిరణ్మయ తేజోకిరణములు చైతన్యస్రవంతి రూపముతో ఆకాశమునందు అంతటా వ్యాపించిఉన్నాయి. అట్టి చైతన్యాత్మ తేజోకిరణములన్నిటికీ మహత్తరమగు నాభిస్థానమై ఉన్నట్టివాడవు కూడా!

స సర్వ వేత్తా! నీవు జన్మ-జీవన్-మృత్యు తతంగములకు ఆవల-ఈవల ఏర్పడి ఉన్నవాడవై సర్వమును స్వకీయ-'చిత్' చమత్కారముగా ఎరిగియే ఉన్నట్టివాడవు! సర్వమును ఆక్రమించుకొని, అధిగమించి ఉన్నవాడవు.

భువనస్య గోప్తా : నీయొక్క భావనలే సర్వలోకముల మూలరూపము. భావనారాయణ స్వరూపుడవు. పరబ్రహ్మ స్వరూపుడవగు నీవే సర్వలోక రక్షకుడవు! బ్రహ్మాండమునకు నాభిస్థానమువు! సర్వజీవులు నీ యొక్క అంతరహృదయ - రహస్య స్వరూపమే అయి ఉన్నారు. పూదండలో దారమువలె సర్వజీవులను పుష్పములుగా కలిగియున్న **మహాపుష్పమాలికా ధారుడవు. జ్ఞానానంద స్వరూపుడవు!** సర్వజీవులలో ప్రజ్ఞాస్వరూపుడవై ప్రకాశించుచున్నట్టివాడవు. జీవసృష్టికి కారకుడవైన ప్రజాపతివి! సర్వ సంభాషణా స్వరూపుడవు! ఛందోమయుడవు! భాషకు ఛందస్సు వలె సర్వజీవుల గర్భస్తుడవు!

సామవేదము→ **"చిదంతుడు, చిత్-(ఎరుక)కు ఆవల ప్రకాశించుచున్నవాడు"** → అని గానము చేస్తున్నది **నీ స్వరూపము గురించే!** రజోగుణము ప్రదర్శిస్తూనే.. **రజోగుణ రహితుడవు! తమోగుణము కలవాడవు, లేనివాడవు కూడా!**

త్రిగుణములు నీనుండి బయల్వెడి, నిన్ను ఆశ్రయించుకొని ఉండి, నీలోనే లయిస్తున్నాయి. దృశ్య - దేహ - ఇంద్రియ - ఇంద్రియార్థ - మనో - బుద్ధి - చిత్త - అహంకారాల కంటే కూడా సర్వశ్రేష్ఠుడవు! ప్రాముఖ్యుడవు! తెలుసుకొనవలసినట్టి స్వస్వరూపాత్మను ఎరిగియే ఉన్నట్టివాడవు! అందుచేత **వేదవిదశ్రేష్ఠుడవు!** యజ్ఞ విధులను ఎరిగిన ఆధ్వర్యులు యజ్ఞమంత్రములచే యజ్ఞమునందు స్తోత్రము చేస్తున్నది నీ స్వరూపము గురించే! యజుర్వేదమంత్రములచేతను, యజుర్వేదముచే ప్రవచితము అగుచున్న యజ్ఞముల చేతను, క్రతువిధానములచేతను స్తోత్రము చేయబడుచున్న, ఉపాసించబడుచున్న **వేదాంత స్వరూప మహాపురుషుడవు** నీవే!

జగత్తులో స్త్రీ-పురుషుడు-కుమారుడు-కుమార్తెల రూపముగా ఉన్నది నీవే! అనేకముగా కనిపిస్తూ సర్వదా **అఖండ - ఏకైక స్వరూపుడవు!** ఈ భూమిగా కనిపిస్తున్న నీవే! **నీయొక్క సృష్టికర్తవు నీవే!** ఈ సృష్టిలో పంచభూతముల సమ్మేళనమంతా నీయొక్క సంప్రదర్శనమే!

వర్షించుదానిలో వర్షధారల రూపుడవు! వర్షమునకు రాజువు! వరుణుడవు! రాజాధి రాజువు! సంవత్సర స్వరూపుడవు! అగ్నివి! పితృదేవతలకు అధినాయకుడగు అర్యముడవు! **ఏవమ్ సర్వమ్ త్వమేవ!** ఈ సర్వము నీవే! సర్వముగా కనిపిస్తున్నదానికి నీవే కేవల సర్వసాక్షివి కూడా!

ఆకాశంలో సహస్ర కిరణ విశేషములలో ప్రకాశించుచున్న **సూర్యభగవానుడవు!** ఊర్ధ్వ–అధోలోకములను రెక్కలుగా కలిగి ఉండి, చిదాకాశమునందు విహారములు సలుపుచున్న ఆత్మానంద స్వరూప **గరుత్మంతుడవు!** సర్వుల మనస్సులు అమర్చబడిన **మహామనోస్వరూపుడవు! చంద్రుడవు!** ఇంద్రియములన్నిటికీ అంతర్గత శక్తి ప్రదాతవు కాబట్టి **ఇంద్రుడవు!** సర్వము నీనుండే వర్షించుచుండుటచే **వరుణుడవు!** సర్వమును శాసించువాడవు కనుక **రుద్రుడవు!** ఈ భావనా రూపజగత్ సర్వవిశేషములన్నీ లయింపజేయు **లయకారుడివి** కూడా కాబట్టి, **రుద్రుడవు! త్వష్టుడవు! జగత్తు – జగత్ రాహిత్య ఉభయములను నీయందు సర్వదా ఇముడ్చుకొనియున్న మౌన వాఖ్యా ప్రకటిత పరబ్రహ్మ స్వరూపుడవు.**

సర్వమునందు ఉనికి గలవాడవు కాబట్టి, విష్ణువువు! సర్వమునకు పరిపోషకుడవు, పరిరక్షకుడవు కూడా కాబట్టి, **జిష్ణువువు!** అసంఖ్యాక జీవులకు త్రాణను ఇచ్చు క్షీరప్రదాతవు కాబట్టి, **గోవువు!** ఇంద్రియములను పాలించువాడవు కనుక, **గోపతివి!**

విష్ణువువై సర్వ జీవులకు జీవత్వము కొరకై రక్షణ కల్పించుచున్నావు. దైత్యులను ఆక్రమించి శిక్షించుచు, శిష్టులను రక్షించుచున్న విష్ణువు నీవే! ఆత్మ ధర్మమును ఎలుగెత్తి ప్రకటించు **ధర్మరక్షకుడవు.**

ఈ 'జగత్తు' అనబడునది నీ గర్భమునందే జనిస్తోంది! ఈ భూలోకమంతా నీ స్వరూపమే! భువర్లోకము, సువర్లోకము కూడా నీవే! **సర్వము నీ కారణంగా నీయందే జనిస్తోంది. నీవు స్వయంభూః।** నీ జన్మ–కర్మలకు నీవే కారణము! నీకు మరొక కారణమేమీ లేదు. **అకారణుడవు!** అందుచేత **స్వయంభువువు!** ఈ విశ్వమంతా నీకు ముఖముగా అగుచున్నది! **విశ్వముఖుడవు!**

సర్వహృదయ గుహలలో ఉనికి కలిగియున్న వాడివై సర్వము ఎరుగుచు, ఎవ్వరికీ తెలియబడనివాడవై ప్రవర్తిల్లువాడవై ఉన్నావు! అసంగతుడవు. అమేయుడవు. మనస్సుకు వాక్కుకు అప్రాప్యుడవు.

సర్వమునకు నియామకుడవు! ప్రభువువు! విభువువు! పురుషుడవు! పురుషోత్తముడవు! ఆది పురుషుడవు, పురాణపురుషుడవు!

సర్వభూతజాలముల దృష్టులన్నీ నీ మహత్‌దృష్టి వినోద చమత్కారమే! దృష్టికర్తవు! సృష్టికర్తవు! ద్రష్ట నియామకుడవు!

బుద్ధిమంతులలో ప్రకాశించుచున్న కేవల బుద్ధి స్వరూపము **నీయొక్క మహాబుద్ధి ప్రదర్శనా విన్యాసమే!**

బుద్ధిమంతుల (యోగుల – జ్ఞానుల – భక్తుల) అంతిమ విశ్రాంతి స్థానము, పరమాగతి నీవే!

అట్టి నీకు హృదయపూర్వకంగా మౌనంగా సర్వదా నమస్కరించుచున్నాను!

– – –

ఎవ్వరైతే 'త్వమ్' అను 'నీవు'ను ఈ విధంగా పరమతత్త్వముగా, ఆత్మభావనాదృష్టితో ఎరుగుచున్నవారై ఉంటారో.., 'త్వమ్'గా కనిపించే దానిని ఈ ఉపనిషత్ భావన – అంతరార్థములతో దర్శిస్తూ ఉంటారో....,

- **వారే తత్త్వదర్శులు**
- **అట్టి ఆశయము కలిగి చరించువారు బుద్ధిమంతులు.**

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత ఏకాక్షరోపనిషత్

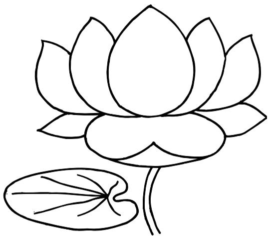
ఓం శాంతిశ్శాంతిశ్శాంతిః ॥

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

6 కలిసంతరణోపనిషత్

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ యత్ దివ్యనామ స్మరతాం సంసారో గోష్ప దాయతే,
స్వాఽనన్య భక్తిః భవతి, తత్ 'రామపదమ్' ఆశ్రయే॥



ఏ 'దివ్యనామ స్మరణ'చే సంసార సాగరమంతా ఆవుడెక్క యొక్క నేలపై కనపడే 'ముద్ర' వంటిది మాత్రమే అగుచున్నదో, స్వస్వరూపానృత్య అనన్యభక్తి (పరాప్రేమ) సిద్ధిస్తుందో-అట్టి శ్రీరామచంద్రమూర్తియొక్క పాదపద్మమును ఆశ్రయిస్తున్నాను.

1. ద్వాపరాంతే నారదో
బ్రహ్మాణం జగామ।
"కథం, భగవన్ గాం పర్యటన్,
కలిం సం-తరేయమ్?" ఇతి॥

భూమిపై కాలచక్ర భ్రమణానుసారము ద్వాపరయుగము గడచి, కలియుగము ప్రారంభమగుచుండగా, దేవఋషి నారదులవారు, స్వభావతః లోకకల్యాణ మూర్తులు అయి ఉండటము చేత-ఒకరోజు తన పితృదేవులగు సృష్టికర్త బ్రహ్మదేవులవారిని సమీపించి ఇట్లా అడుగసాగారు. **"హే భగవాన్! సృష్టికర్తా! మీరు నియమించిన కాలక్రమానుసారము ఇప్పుడు భూమిపై కలియుగము ప్రారంభమగుచున్నది. మరి కలియుగంలో భూమిపై సంచారములు చేస్తున్నప్పుడు కవిదోషములు అంటకుండా ఉండేది ఎట్లా? ఏ తీరైన జాగరూకత కలిగి ఉండాలి? దయతో మార్గదర్శకులై వివరించండి".**

సహో వాచ బ్రహ్మా :
సాధు పృష్టోఽస్మి।
సర్వ శ్రుతి రహస్యం,
గోప్యం తత్ శృణు, -
యేన కలిసంసారం తరిష్యతి।
భగవత, ఆదిపురుషస్య నారాయణస్య,
నామోచ్చారణ మాత్రేణ, నిర్ధూత కలిః భవతి॥

భగవంతుడగు బ్రహ్మదేవులవారు :

ఓ ప్రియుమానసపుత్రా! నారద మహర్షీ! చాలా మంచి ప్రశ్న అడుగుచున్నావయ్యా!

సర్వవేదముల రహస్యము అయినటువంటి కలి సంసార దోషముల నుండి విడివడగల ఉపాయము నీకు గుర్తు చేస్తున్నాను. శ్రద్ధగా విను.

"భగవంతుడు, ఆదిపురుషుడు అగు శ్రీమన్నారాయణ పరమాత్మ యొక్క నామస్మరణచే అన్ని తరగతి జీవులు కూడా సర్వ కలి-(అరిషట్వర్గ) దోషముల నుండి తప్పక విడివడగలరు. హరి నామస్మరణచే దోషములన్నీ తొలగి నిర్మల స్వరూపులు కాగలరు.

---

2 నారదః పునః పప్రచ్ఛ :
తం నామ కిమ్? - ఇతి।
సహో వాచ హిరణ్యగర్భః :
హరే రామ హరే రామ - రామ రామ హరే హరే। (16)
హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ - కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే। (16)
ఇతి షోడశకం నామ్నాం - కలి కల్మష నాశనం।

నారద మహర్షి: తండ్రీ! మీరు చెప్పుచున్న శ్రీమన్నారాయణ కలిదోష హరణ ఆదిపురుష నారాయణుని ఏ మంత్రము సహాయముతో మననము చేయాలో దయతో వివరించండి.

హిరణ్యగర్భుడు (బ్రహ్మదేవుడు) : [16 దివ్యాక్షరములతో కూడిన ద్వివర్ణరూపము (16 x2=32 అక్షరాలు)] అయినట్టి సకల కలిదోషములను నశింపజేయు మంత్రము చెప్పుచున్నాను విను.

హరే రామ హరే రామ (8) రామ రామ హరే హరే (8) = 16
హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ (8) కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే (8) = 16
ఈ షోడశక నామముచే కలిదోషములు తొలగిపోతాయి.

న అతః పరతర ఉపాయః –
సర్వ వేదేషు దృశ్యతే ఇతి॥
షోడశ కలా ఆవృతస్య
జీవస్య ఆవరణ వినాశనమ్।
తతః ప్రకాశతే 'పరంబ్రహ్మ',
మేఘాపాయే రవి రశ్మి మండలీవ – ఇతి ।
<u>పునః నారదః పప్రచ్ఛ:</u>
భగవన్! కోఽస్య విధి? – ఇతి।

ఓ నారదా! సర్వజనులు కూడా తమ కలిదోషముల నుండి నిర్దోషులు, విముక్తులు అవటానికి ఇంతకుమించిన సులభమైన ఉపాయము వేరే లేదు. ఈ విషయము సర్వ వేదములచే కూడా సుస్పష్టము చేయబడుచున్నది.

(నాఽమోస్తు యావతీ శక్తిః) 16 అక్షరములతో కూడిన ఈ కలి సంతారణ ఉపాయమగు మంత్రము - 16 కలనములచే (దోషములచే) కప్పబడినట్టి ఈ జీవుని పట్ల ఆ ఆవరణములన్నీ నశింపజేయుచున్నది.

ఆకాశములో మేఘములు దట్టంగా కమ్ముకొని ఉన్నప్పుడు ఆకాశంలో సూర్యుడు ఉండి కూడా సూర్య తేజోవిభవము కనిపించదు. మబ్బులు తొలగగానే సూర్యరశ్మి కనిపిస్తుంది. అట్లాగే 16 ఆవరణలు నామస్మరణ మహిమ వలన తొలగిపోగా అప్పుడు ఈ జీవుని పట్ల **పరబ్రహ్మము** స్వయముగా ప్రకాశించగలదు.

నారదమహర్షి : భగవాన్! అట్టి కలి సంతారణోపాయమగు "హరే రామ.." నామోచ్చారణకు విధి-విధానములు ఎట్టివి? ఏఏ నియమములు పాటించాలి.

<u>తం హో వాచ:</u>
న అస్య (నాన్య) విధిః – ఇతి।
సర్వదా శుచిః – అశుచిర్వా పఠన్, బ్రహ్మణః సలోకతాం,
సమీపతాం, సరూపతాం, సాయుజ్యతాం ఏతి,
యదా అస్య షోడశీకస్య సార్ధః త్రికోటీః జపతి॥

బ్రహ్మదేవుడు : పవిత్రమగు "హరేరామ...' నామోచ్చారణకు విధులు లేవు. నియమములు లేవు. సమయాసమయములు లేవు. ఎవ్వరైనా తాను శుచి అయినా (లేక) అశుచి అయినా కూడా → పఠిస్తే చాలు. వారు బ్రహ్మతత్త్వము యొక్క **సాలోక్యము, సామీప్యము, సారూప్యము, సాయుజ్యముక్తి** తప్పకపొందగలరు. 16 నామములు గల ఈ మంత్రమును మూడున్నర కోట్లు జపిస్తే సర్వ దోషముల నుండి విముక్తి పొందగలరు.

---

3 **తదా బ్రహ్మహత్యాం తరతి।**
తరతి వీర హత్యాం।
స్వర్ణస్తేయాత్ పూతో భవతి।
వృషలీ గమనాత్ పూతో భవతి।
పితృ–దేవ–మనుష్యాణాం
అపకారాత్ పూతో భవతి।
సర్వధర్మ పరిత్యాగ
పాపాత్ సద్యః
శుచితామ్ ఆప్నుయాత్।

ఈ "హరేరామ..'' 16 నామముల మంత్రమును ప్రతిరోజూ ఉపాసించువారు "బ్రహ్మ హత్య- వీరహత్య"... మొదలైన మహాపాతక దోషముల నుండి కూడా విముక్తులు కాగలరు.

బంగారము దొంగిలించటము, పరస్త్రీ గమనము మొదలైన నరక ప్రదమగు పాతకముల దోషములు కూడా తొలగగలదు.

తల్లిదండ్రులకు, దేవతలకు అపకారము చేసిన-కష్టపెట్టిన పాపఫలములు, సహజనులను బాధించిన పాపఫలములు కూడా తొలగుచుండగా, "హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే".. "హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ, కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే!" - స్మరణచే ఆ జీవుడు **బ్రహ్మజ్ఞానము**నకు అర్హుడు కాగలడు.

స్వధర్మమును వదలిన మహాదోషఫలముల నుండి కూడా 'హరేరామ హరే రామ నామస్మరణము చేయుచున్నవాడు ముక్తుడు-శుచిమంతుడు కాగలడు.

సద్యో ముచ్యతే।
సద్యో ముచ్యత– ఇతి॥
ఇతి కలి సంతారణోపనిషత్
ఓం శాంతిః। శాంతిః శాంతిః॥

ఇప్పటికిప్పుడు ఇక్కడే సద్యోముక్తిని కైవశం చేసుకోగలడుకూడా!

ఇతి కలిసంతారణోపనిషత్

ఓం శాంతిః। శాంతిః శాంతిః।

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

6 కలి సంతరణోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

{ఏ దివ్యనామము స్మరించినంత మాత్రంచేత భయానక సంసార సాగరమంతా గోష్పదముగా (గోపాదముద్రను దాటివేయు తీరుగా) అవగలదో, స్వయముగా 'అనన్యభక్తి' సిద్ధించగలదో, అట్టి 'శ్రీరామపదము'ను ఆశ్రయించు చున్నాను}.

అనంత కాల చక్రములో ఒకప్పుడు ద్వాపరయుగం అంతమై కలియుగము ప్రారంభమగుచున్న సమయము. కృష్ణావతార పరిసమాప్తిచే కొన్ని కొన్ని కళ్యాణ విశేషములు భూమిని విడచి దివ్యలోకములు చేరనారంభించు సందర్భము. భూలోకములో కలి ప్రభావములగు లోభము, మోహము, కలహము, దురభ్యాసములు, దుర్వ్యసనములు, అధర్మప్రవృత్తులు, అధర్ములు శ్రేష్ఠులుగా చెల్లుబాటు అవటము, ధర్మనిరతులను బలహీనులుగా భావించటము, మోసము, దగా – మొదలైనవన్నీ ప్రబలటం ఆరంభించాయి. ఇవన్నీకూడా జీవులను అనేక దుఃఖముల వైపు మరలించసాగాయి. **తల్లి–తండ్రులను అగౌరవించటము, పెద్దలను అవమానించటము, వేదజ్ఞులను ఎగతాళి చేయటము, విజ్ఞులను కించపరచటము, సదాచారముల పట్ల బద్ధకించటము, దురాచారముల పట్ల తీవ్ర ప్రవృత్తి కలిగి ఉండటము..** ఇవన్నీ జీవులకు అలవడసాగాయి. (ఈఈ ప్రవర్తనలు కలి కల్మష దోషములుగా విజ్ఞుల జాగరూక సూచనలు).

లోకకల్యాణమూర్తులగు ఋషులు, మునులు ఇదంతా గమనిస్తూ **"అయ్యో! ప్రారంభంలో మధురంగాను, పరిణామం విషప్రాయంగాను ఉండు విశేషములకు ఈ జీవులు బద్ధులగుచున్నారే! ఇదంతా కలిదోషము కాబోలు. జనులలో భక్తి, సదాచారములు, జ్ఞానాభ్యాసములు సన్నగిల్లుచున్నాయే! జీవులకు దుఃఖభాజకము కదా! వీరికి కలికాలదోషముల సందర్భములో ఉత్తమము – సులభము అగు ఏమైనా మార్గము చూపాలి"...** అని సంభాషించుకోసాగారు. సర్వజీవరాసులపై (తండ్రికి బిడ్డలపై వలె) అవ్యాజమైన వాత్సల్యము, కరుణ, ప్రేమ మహనీయులకు స్వభావసిద్ధముకదా!

ఈ విధంగా లోక శ్రేయోభిలాషులగు మునులు, మహర్షులు, దైవీ సంపత్తి సమన్వితులగు మహనీయులు అంతా కూడా–**"జనులందరు దుష్టకర్మల ప్రభావము నుండి విడివడి, స్వస్వరూప పరబ్రహ్మముకు చేరుకొను సులభమార్గము ఏది?"...** అని తర్జన–భర్జనలు చేసుకోసాగారు. అదంతా గమనిస్తున్నట్టి – బ్రహ్మ మానసపుత్రుడు, భక్తాగ్రేసరుడు, నారాయణ మంత్ర నిత్యధారుడు, భక్తి సూత్రగ్రంథ ప్రణీత, లోక కళ్యాణ మహాశయుడు, నాదబ్రహ్మగా కీర్తికెక్కినవారు – అగు దేవర్షి నారదులవారు అప్పటికప్పుడే తన తండ్రియగు బ్రహ్మదేవుని సందర్శించుటకై బ్రహ్మలోకము బయల్వెడలారు. సృష్టికర్త, సర్వజీవులకు పితామహుడు, సృష్టి విశేష మహాప్రజ్ఞా సంకల్పుడు అగు శ్రీసరస్వతీ సమేత శ్రీబ్రహ్మదేవులవారిని సమీపించి త్రిప్రదక్షిణ పూర్వక సాష్టాంగ దండ ప్రణామములు సమర్పించారు.

బ్రహ్మదేవుడు : ప్రియపుత్రా! దేవర్షీ! నారదా! సుస్వాగతము, బిడ్డా! లోకములన్నీ సంచరిస్తూ జనులకు శుభ-శాంతి-ఐశ్వర్య-ఆనందములు కలుగజేస్తూ ఉంటావు కదా! చాలా సంతోషము! నీ రాకకు ఏమి విశేషం? నేను ఏమిచ్చి నిన్ను సంతోషపెట్టాలో... అడగవయ్యా!

నారద మహర్షీ: మాతా పితృదేవా! నమోనమః! తండ్రీ! భగవన్! సృష్టికర్తా! ఓ బ్రహ్మదేవా! భూలోకములో కలి ప్రవేశము కారణంగా అనేక మంది జనులు అల్పదృష్టి-అల్పాశయములు కలవారై, లోభ-మోహ-మాత్సర్యములకు దాసులై, ముందుచూపు లేనివారై, పరస్పర కలహములతో, రాగద్వేషములతో **'మానవ జన్మ' అను మీరు ప్రసాదించుచున్న మహత్తరమగు మోక్షార్హమగు అవకాశమును సద్వినియోగపరచుకోవటము లేదు.** దుర్వినియోగపరచుకొనుచున్నారు. తెలివి తక్కువగా వర్తమానమును వృధా చేసుకొంటూ, రాగ-ద్వేష-మద-మాత్సర్యములను ఆశ్రయిస్తూ.. అనేక దుఃఖసంకటములు కొని తెచ్చిపెట్టుకుంటున్నారు. **"ఇప్పుడు నేను ఈ తీరుగా ప్రవర్తిస్తూ ఉంటే,.. ఈ ఈ కర్మల పర్యవసానము ఏమిటి?"**.. అనే యోచన లేకుండా అవివేకులై ప్రవర్తిస్తూ ఉన్నారు. స్వల్పము-అల్పము-చంచలము అగు విషయముల పట్ల అనువర్తులై, తత్ఫలితంగా అనేక "భయ-దుఃఖ-రోదన" స్థానములలో ప్రవేశించుటకు సంసిద్ధులగుచున్నారు. ఉభయ భ్రష్టులగుచున్నారు. వారి వర్తమాన ప్రవర్తనములు, ఉత్తరోత్తరగతులు గమనిస్తూ ఉండగా ఋషులము, మునులము అగు మాకు హృదయము ద్రవిస్తోంది. జాలివేస్తోంది. అందుచేత ప్రియ పితృదేవా! రెండు అభ్యర్థనలను మీ ముందు ఉంచుచున్నాను.

(1) ఈ కలియుగములో భూమిపై సంచరించుచున్నప్పుడు కలిదోషములు నాకు అంటకుండేది ఎట్లా?

(2) కలిదోషములు అంటకుండా సాధక జనులు తమను తాము రక్షించుకొనేది ఎట్లా?

ఏదైనా సులభమైన, ఎవ్వరైనా-ఎక్కడైనా ఉపాసించగల - నిర్వర్తించగల "కలిసంతారణ ఉపాయము"ను దయచేసి తెలియజేయండి!

బ్రహ్మదేవుడు: చాలా మంచి-శుభప్రదమగు విషయముగురించి నీవు ప్రస్తావిస్తున్నావయ్యా! **సాధు పృష్టోఽస్మి? సర్వ శ్రుతి రహస్యం, గోప్యం, తత్ శృణు, యేన కలి సంసారమ్ తరిష్యసి!** ఎద్దాని చేతనైతే ఈ జీవుడు 'కలి సంసారము' నుండి తరించగలడో, ఏది వేదములచే అనేక చోట్ల సుస్పష్టముగా ప్రతిపాదించబడినదో,... ప్రవచించబడినదో... అట్టి గొప్ప రహస్యమును నీకు చెప్పుచున్నాను. విను.

పరమాత్మ, భగవంతుడు, మనందరికి ఆది స్వరూపుడు (our original form before everything else begins) **ఆది పురుషుడు అగు శ్రీమన్నారాయణుని "నామస్మరణ"** యే కలిదోషములచే స్పృశించకుండా జీవులంతా ఆశ్రయించతగినట్టి అతి సులభోపాయము.

అట్టి శ్రీమన్నారాయణుని తత్త్వ మననము మాత్రం చేతనే దోషములన్నీ తొలగి, జీవుడు అనునిత్య-ఆనందమయమగు మోక్షమును సిద్ధించుకోగలడు. ఇందులో సందేహమే లేదు.

నారద మహర్షి : శ్రీమన్నారాయణుని ఏమంత్రముచే కలిదోష నివారణముకై స్మరించాలి? ఉచ్ఛరించవలసిన నమోస్మరణ మంత్రమును ప్రకటించి చెప్పండి.

బ్రహ్మదేవుడు : సర్వాత్మకుడగు నారాయణ భగవానునిచే ప్రసాదించబడిన సర్వజీవోద్ధారణ కరమగు ఒక మంత్రమును - ఇప్పుడు - గుర్తు చేస్తున్నాను. విను.

హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే! (16 అక్షరములు)
హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే! (16 అక్షరములు)
ఇతి షోడశకం నామ్నాం
కలికల్మష నాశనమ్।

సర్వ వేదములలోను - కలిదోషములు జయించటానికై ఇంతకంటే తేలిక ఉపాయం - మరింకెక్కడా లేనే లేదు. లభించదు.

16 అక్షరములతో కూడిన ఈ కలి సంతారణ మంత్రము-ఈ జీవుని కప్పియున్న 16 ఆవరణల నుండి రక్షించగలదు.

16 ఆవరణలు = పంచ తన్మాత్రలు (లేక) ఇంద్రియార్ధములు (శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధములు); (5)

= పంచకోశములు (భూతమయ కోశము; ప్రాణమయకోశము; మనోమయ కోశము; విజ్ఞానమయకోశము; ఆనందమయ కోశము);(5)

= అరిషట్ వర్గములు (కామ-క్రోధ-లోభ-మోహ-మద-మాత్సర్యములు). (6)

ఓ నారద మహర్షీ! సూర్యుడు ఆకాశంలో శతసహస్ర కిరణజాలములతో జ్వాజ్వల్యమానంగా ప్రకాశిస్తూ ఉన్నప్పటికీ కూడా,... దట్టముగా మేఘములు క్రమ్ముకొని ఉన్నప్పుడు సూర్యతేజస్సు కనిపించకయే ఉంటుంది. గాలివీచికలచే మేఘములు ఎటో వెళ్లిపోయినప్పుడో? సూర్యప్రకాశము స్వయముగా అనుభూతమౌతుందికదా!

అట్లాగే...,

ఎప్పుడైతే ఈ జీవుడు **"హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే,.. హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే"**... అనే నామస్మరణను ఆశ్రయిస్తాడో,.. వెనువెంటనే పై ఉదహరించుకొన్న 16 ఆవరణలు తొలగిపోయి ఈ జీవుని యొక్క పరబ్రహ్మ స్వరూపము స్వయముగా ప్రకాశమానమవగలదు. దివ్యతేజస్సుతో పరిపూర్ణానందయుక్తముగా స్వస్వరూపాత్మ ద్యోతకమవుతోంది. షోడశాక్షర "హరే రామ.." మహామంత్రము యొక్క ఔన్నత్యము అట్టిది!

నారద మహర్షి : స్వామీ! కలిదోషములను తొలగించి మహత్తర ప్రాశస్త్యము గల కలి సంతారణోపాయము అగు "హరే రామ హరే రామ" మంత్రోపాసనకు విధి - విధానము లేమిటో, సమయ-అసమయములు ఏవేవో, అవి కలియుగ జీవులుగాని, నేను గాని ఎట్లా అనుసరించి ఉచ్చరిస్తూ ఉండాలో.. అదికూడా దయచేసి తెలియజేయండి!

బ్రహ్మదేవుడు : పరమ పవిత్రము, జీవులను దోషముల నుండి నిర్మలముగా తీర్చిదిద్దు కలి సంతారణ మంత్రము అగు **"హరే రామ-హరేకృష్ణ"**... మంత్ర అనునిత్య మననమునకు ఎట్టి విధి-విధాన సంబంధమైన నియమ-నిష్ఠలు లేవు. ఒకడు శుచిగా ఉన్నా, (లేక) అశుచిగా ఉన్నా కూడా పారాయణము చేయవచ్చు. పఠించవచ్చు. **సర్వేషు కాలేషు** నామజపము చేయవచ్చును. ఈ మంత్రమును పఠిస్తూ ఉండగా ఈ జీవుడు రామ బ్రహ్మతత్త్వముతో సాలోక్యము, సామీప్యము, సారూప్యము, సాయుజ్యము పొందగలడు.

ఎవ్వరైతే ఈ "హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే! హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే".. కలిసంతరణోపాయమంత్రమును $3^1/_2$ కోట్లసార్లు జపిస్తారో, అట్టివారి జన్మ-జన్మల దోషములన్నీ తొలగిపోగలవు. అట్టివారు సర్వబంధముల నుండి విముక్తి పొందగలరు. అతిత్వరగా సాయుజ్యమును సిద్ధించుకోగలరు.

ఈ "హరేరామ.." 16 నామముల మంత్రమును దైనందికముగా జపించువారు..,

- బ్రహ్మహత్య, వీరహత్య, బంగారము దొంగిలించిన పాపము, పరస్త్రీ వ్యామోహ-సంగమముల దోషములు, తల్లిదండ్రులను బాధించటము, సేవించకపోవటము, స్వధర్మమును ఏమరచి చరించటము - అను పాపములు మొదలైన పంచమహాపాతక-ఘోరపాపముల దోషములు కలిగియున్నా కూడా అవన్నీ ప్రక్షాళనము కాగలవు. అట్టి జపముచే ఈ జీవుడు నిర్మలుడుగా రూపుదిద్దుకోగలడు. బ్రహ్మజ్ఞానమునకు అర్హుడు అయి, **"ముక్తుడు"** కాగలడు.

పరమ శుచిమంతుడై ప్రకాశించగలడు.

ఇప్పుడే ఇక్కడే సద్యోముక్తిని పొందుచున్నాడు.

అనేక జన్మల సంసిద్ధతతో ఆవస్యకమగు 'క్రమముక్తి' యొక్క అగత్యము ఆతనికి ఉండదు.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత కలి సంతరణోపనిషత్

ఓం శాంతి శ్శాంతి శ్శాంతిః ॥

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

7

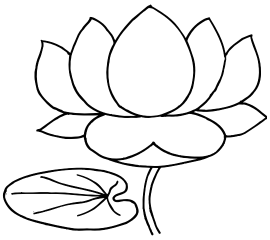
కఠోపనిషత్

(లేక) కఠవల్లి ఉపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక - తాత్పర్య పుష్పము

శ్లో॥ సహ నావావతు। సహ నౌ భునక్తు।
సహ వీర్యం కరవావహై।
తేజస్వినావధీతమస్తు। మా విద్విషావహై।
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥



స: ఆ పరమాత్మ, గుహనౌ: గురుశిష్యులమగు మన ఇరువురిని, అవతు: కాపాడును గాక!, భునక్తు : అనుభవశీలురుగా చేయును గాక! విద్యా వృతమైన వీర్యమును సంపాదించెదము గాక! మా అధీతము (అధ్యయనము) తేజోవంతమగును గాక! పరస్పరము అయిష్టరహితులమై ఉండెదము గాక!

1.	**ఓం ఉశన్ హవై వాజశ్రవసః సర్వ వేదసం దదౌ। తస్య హ నచికేతా నామపుత్రః ఆస॥**	హవై = అనగా .... అనగా, వాజస్రవసః = వజస్రవుని కుమారుడు వాజస్రవసువు ఉశన్ = స్వర్గాధిఫలములు కోరినవాడై సర్వవేద సందదౌ = తనకున్నదంతా ఇచ్చి వేసే ప్రక్రియతో కూడిన విశ్వజిత్ యాగము చేస్తూ చివ్వరిగా **'సర్వస్వ దాన విధి'** ప్రారంభించారు.
2.	**తగ్ం హ కుమారగ్ం సంతం "దక్షిణాసు నీయమానాసు శ్రద్ధా అవివేశ" సో అమన్యత।**	ఆయన కుమారుడు నచికేతుడు. ఆ కుమారుడు **"మా నాన్న దక్షిణ ఇస్తున్నప్పుడు శ్రద్ధ లేదేమి"** - అని అనుకున్నాడు.
3.	**(అ)పీతోదకా, జగ్ధతృణా, దుగ్ధదోహా, నిరింద్రియాః ఆనందా నామ తే లోకాః తాన్ స గచ్ఛతి తా దదత్?**	ఇంత కష్టపడి యజ్ఞము చేసిన తరువాత, మరి "నీళ్ళు త్రాగలేని - గడ్డి తినలేని - పాలు ఇవ్వలేని, ఇంద్రియాలు క్షీణించిన ఒట్టి పోయిన గోవులు దానం చేస్తే ఉత్తమ లోకాలు ఎట్లా లభిస్తాయి?" అని నచికేతుడు అనుకున్నాడు.
4.	**సహోవాచ పితరం తత "కస్మై మాం దాస్యసి?" ఇతి । ద్వితీయం – తృతీయం తగ్ం హ ఉవాచ "మృత్యవే త్వాం దదామి" ఇతి ॥**	**నచికేతుడు :** నాన్నగారూ! ఇక నన్ను ఎవరికి దానం చేస్తారు? అని రెండు మూడుసార్లు రెట్టించి అడిగాడు. **గౌతముడు :** మృత్యుదేవతకు నిన్ను దానం చేస్తున్నాను.
5.	**నచికేతౌ వాచ : బహూనామ్ ఏమి ప్రధమం, బహూనామ్ఏమి మధ్యమః। కిగ్ం స్విత్ యమస్య కర్తవ్యమ్ యత్ మయా అద్య కరిష్యతి ॥**	**నచికేతుడు :** నాన్నగారూ! దిగులు చెందకండి. చాలా మంది నాకన్నా ముందే పోయారు. చాలామంది కన్నా ముందు నేనూ పోతున్నాను. అసంఖ్యాకంగా జనులు (ప్రారంభంలో లేకుండా) మధ్యలో వచ్చి, మధ్యలోనే పోతున్నారు. శ్రీ యమదేవులకు నేను ఇవ్వబడటమే ఇప్పటి మన కర్తవ్యం. అది అట్లే జరుగుగాక!
6.	**అనుపశ్య యథా పూర్వే, ప్రతిపశ్య తథా అపరే। సస్యమ్ ఇవ మర్త్యః పచ్యతే, సస్యమివా జాయతే పునః ॥**	మన పూర్వీకులు ఎట్లా సత్యాన్ని పాటించారో, ... మనమూ అట్లాగే పాటించాలి కదా! ఇక చావు గురించి అంటారా? ధాన్యం పడి రాలుతోంది. మరల పుట్టుకొస్తోంది. ఈ భౌతిక శరీరాలన్నీ ఇంతే కదా!
7.	**యమౌవాచ వైశ్వానరః ప్రవిశతి అతిథిః బ్రాహ్మణో గృహాన్ తస్య ఏతాగ్ం శాంతిం కుర్వన్తి హర వైవస్వతోదకమ్ ॥**	**యమభగవానుడు :** బ్రాహ్మణుడగు అతిథి అగ్నిరూపంగా ఇంటికి వచ్చినట్లు భావించి వైవస్వతోదకముతో శాంతింపజేయాలి.

8. ఆశా ప్రతీక్షే సంగతగ్ం సూనృతాం చ **ఇష్టా - పూర్తే పుత్ర పశూగ్ంశ్చ సర్వాన్** **ఏతత్ వృంజ్క్తే పురుషస్య అల్పమేధసో** **యస్య అనశ్నన్ వసతి బ్రాహ్మణో గృహే ॥**	ఎవరి గృహంలో ప్రవేశించిన అతిథికి ఆహారాదులు అందించలేదో అట్టి గృహస్తుని ఆశలు, ఆకాంక్షలు - సత్సంగఫలాలు, ఇష్టా - ప్రయోజనాలు, సంతానాది సంపదలు మొదలైనవి ఫలించకయే ఉంటాయి.
9. తిస్రోరాత్రీః యత్ అవాత్సీ గృహే మే **అనశ్నన్ బ్రహ్మన్! అతిథిః! నమస్యః** **నమస్తే అస్తు బ్రహ్మన్! స్వస్తి మే అస్తు!** **తస్మాత్ ప్రతి త్రీన్ వరాన్ వృణీస్వ ॥**	ఓ బ్రహ్మన్! బ్రాహ్మణోత్తమా! అతిథిదేవా! నమస్కారం! నిరాహారులై ఈ మా లోకంలో 3 రాత్రులు ఉన్నారు కదా! అందుకు ప్రతిగా 3 వరాలు కోరుకోండి! మా లోకమునకు అతిథిగా వేంచేసిన మీకు స్వస్తి! శుభమగు గాక! మీరు సంతోషించినవారై, అది నాకు స్వస్థి అగుగాక!
10. నచికేతౌవాచ **శాంత సంకల్పః సుమనాః యథా స్యాత్** **వీతమన్యుః, గౌతమో అభి, మృత్యో ।** **తత్ ప్రసృష్టం, మాం అభివదేత్ ప్రతీత** **ఏతత్ త్రయాణాం ప్రథమం వరం వృణే ॥**	**నచికేతుడు :** ఓ మృత్యుదేవా! నా తండ్రి గౌతములు శాంతి సంకల్పులు - సుమనస్కులు అగుదురు గాక! నాపట్ల కోపం తొలగి, వారు ప్రశాంతులు అయ్యెదరు గాక! మీచే మరల సృష్టించబడినప్పుడు నన్ను గుర్తించి నా పితృదేవులు ప్రేమగా ఆహ్వానించెదరుగాక!
11. యమౌవాచ **యథా పురస్తాత్ భవితా ప్రతీత** **ఔద్దాలకిః ఆరుణిః మత్ ప్రసృష్టః** **సుఖం రాత్రీః శయితా వీతమన్యుః** **త్వాం దదృశివాన్ మృత్యుముఖాత్ ప్రముక్తమ్ ॥**	**యమభగవానుడు :** నాచే తిరిగి సృష్టించబడి మృత్యు ముఖం నుండి వెలువడిన నిన్ను చూచి ఔద్దాలకుడు - (అరుణి కుమారుడైన) ఆరుణి - అయిన మీ నాన్నగారు ఇదివరకటి లాగానే ఇకముందు కూడా ప్రేమగానే ఆదరిస్తారు. కోపం పోయి, రాత్రి సుఖంగా నిదురిస్తారు.
12. నచికేతౌవాచ : **స్వర్గలోకే న భయం కించ న అస్తి (కించ నాస్తి)** **న తత్ర త్వం, న జరయా బిభేతి।** **ఉభేతీర్త్వా "అశనాయా పిపాసే"** **శోకాతిగో మోదతే స్వర్గలోకే ॥**	**నచికేతుడు :** స్వామీ! స్వర్గలోకంలో భయం అనేది కొంచెం కూడా ఉండదు. అక్కడ మీరు ఉండరు కదా! అక్కడ వృద్ధాప్యం కూడా ఉండదు. అక్కడివారు ఆకలి దప్పికలను అధిగమించి ఉంటారు. శోకాన్ని అధిగమించి స్వర్గలోకంలో సుఖంగా ఉంటారట. [మా భూలోకములో (భౌతిక లోకములలో) ఆకలి-దప్పికల బాధ, ముసలితనము-చావుల భయము తప్పవు].
13. స త్వమ్ అగ్నిం స్వర్గ్యం అధ్యేషి, మృత్యో! **ప్రబ్రూహి తం శ్రద్ధదానాయ మహ్యమ్** **స్వర్గలోకా అమృతత్వం భజన్త** **ఏతత్ ద్వితీయేన వృణే వరేణ ॥**	ఓ మృత్యుదేవా! అటువంటి అగ్నికార్యాన్ని (యజ్ఞాన్ని) మీరు ఎఱిగి ఉన్నారు కదా! స్వర్గలోకం రూపమగు అమృతత్వాన్ని ప్రసాదించే యజ్ఞాన్ని విధి విధానంగా చెప్పండి. ఇదియే నేను కోరుకొనే రెండవ వరం. నేను శ్రద్ధగా వినుటకు, ఆచరించుటకు సంసిద్ధుడను.
14. యమౌవాచ : **ప్ర తే బ్రవీమి తత్ ఉ మే నిబోధ** **స్వర్గ్యమగ్నిం నచికేత! ప్రజానన్** **అనంత లోకాప్తిం అథో ప్రతిష్ఠాం** **విద్ధి తమ్ ఏనమ్ నిహితం గుహాయాం ॥**	**యమభగవానుడు :** ఓ నచికేతా! విద్వాంసుల హృదయ గుహలో ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నట్టి, ఉత్తమ లోకాలు ప్రసాదించ గలిగినట్టి అగ్ని - యజ్ఞమును (అగ్ని కార్యమును) బోధిస్తున్నాను. జాగరూకుడవై గ్రహించు.
15. లోకాదిమ్ అగ్నిమ్ తమ్ ఉవాచ తస్మై **యా ఇష్టకా, యావతీర్వా, యథా వా** **స చ అపి తత్ ప్రవదత్ యథోక్తమ్** **అథాస్య మృత్యుః పునరేవ ఆహ తుష్టః ॥**	అప్పుడు యమధర్మరాజు జగత్తుకు మూలమైనట్టి అగ్న్యోపాసనా సంబంధమైన యజ్ఞమును నేర్పసాగారు. ఇటుకలు అమర్చటం నుండి (దేవతాహ్వానము నుండి అవభృథ స్నానము వరకు) విధి విధానమంతా అన్ని వివరాలతో బోధించారు. సంతోషముగా యమభగవానునిచే బోధించబడగా, నచికేతుడు సంతుష్టుడైనాడు.
16. తమ్ అబ్రవీత్ (యమౌవాచ) : **ప్రియమాణో మహాత్మా!** **వరం తవ ఇహ అద్య దదామి భూయః** **తవైవ నామ్నాః భవితా యమ్ అగ్నిః** **సృంకాంచ ఇమామ్ అనేక రూపాం గృహాణ ॥**	**యమభగవానుడు :** ఓ ప్రియమానుడనగు మహాత్మా! నీవు కోరినట్లు ఇప్పుడే ప్రసాదిస్తున్నాను. ఇది **'నచికేతయజ్ఞం'** అనే నీ పేరుతో ప్రసిద్ధి కాగలదు. అనేక పుష్పములతో కూడిన ఈ **పూదండ** నీకు అలంకారమగుగాక! స్వీకరించు.

17. త్రిణాచికేతః త్రిభిః ఏత్య సంధిం,
త్రికర్మకృత్ తరతి జన్మ - మృత్యూ
బ్రహ్మజజ్ఞం దేవమ్ ఈడ్యం విదిత్వా
నిచాయ్య ఇమాగ్ం శాన్తిం అత్యంతం ఏతి ॥

ఈ నాచికేత యజ్ఞం 3 సార్లు విధిపూర్వకంగా నిర్వర్తించినవాడు జన్మమృత్యు బంధం నుండి తరిస్తాడు. ఇది బ్రహ్మదేవుని సంకల్పంలోంచి వచ్చిన త్రయం (పరికరములు - విధానం - అనుసంధానం). ఇద్దానిని ఎరిగి, నిర్వర్తించిన నచికేతుడు అత్యంత శాన్తిని పొందాడు.

18. త్రిణాచికేతః త్రయమ్ ఏతత్ విదిత్వా
య ఏవం విద్వాన్ చినుతే నాచికేతమ్
స మృత్యుపాశాన్ పురతః ప్రణోద్య
శోకాతిగో మోదతే స్వర్గలోకే ॥

"పరికరములు - విధానం - అనుసంధానం" అనే '3' విభాగములను చక్కగా గ్రహించి ఈ నాచికేత యజ్ఞమును 3 సార్లు ఎవ్వడు నిర్వర్తిస్తాడో, ఆతడు జీవించిఉండగానే మృత్యుపాశముల నుండి విడివడుతాడు. నిమ్నలోకములను అధిగమించి స్వర్గలోకవాసము సంపాదించుకుంటున్నాడు.

19. ఏషతే అగ్నిర్ నాచికేతః స్వర్గ్యో
యమ్ వృణీథా ద్వితీయేన వరేణ।।
ఏతం అగ్నిం తవైవ ప్రవక్ష్యంతి జనాసః
తృతీయం వరం నచికేతో! వృణీష్వ ॥

ఓ నచికేతా! స్వర్గాన్ని ప్రసాదించే నీచే '2'వ వరంగా అడగబడిన ఈ యజ్ఞం ఇకనుండి జనులు నీ పేరు చేర్చి చెప్పుకొనెదరు గాక! ఏదీ? నీ 3వ వరం కోరుకో!

20. నచికేతౌవాచ
యేయం ప్రేతే విచికిత్సా మనుష్యేః
"అస్తి!" ఇత్యేకే। "న అయమ్ అస్తి" .... ఇతి చ ఏకే।
ఏతత్ విద్యామ్ అనుశిష్టః త్వయా అహమ్!
వరాణామ్ ఏష వరః తృతీయః ॥

నచికేతుడు : మనుష్యుడు మరణించిన తరువాత ఈతనికి ఏమగుచున్నది? - యథాతథంగా 'ఉనికి'ని కొనసాగిస్తూనే ఉంటాడని కొందరంటున్నారు. **"ఈ దేహం తరువాత ఇతనికి ఇక ఉనికియే లేదు"** అని మరికొందరంటున్నారు. ఇద్దాని గురించి 3వ వరంగా తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నాను.

21. యమౌవాచ :
దేవైః అత్ర అపి విచికిత్సితం పురా,
న హి సువిజ్ఞేయం। అణురేష ధర్మః ।
అన్యం వరం నచికేతో! వృణీష్వ
మా ఉపరోత్సీః, అతి మా సృజైనమ్ ॥

యమభగవానుడు : నాయనా! అది దేవతలకు కూడా చర్చనీయాంశమై, విమర్శనా వస్తువై, అతి సూక్ష్మమైన విషయం. అట్టిది నన్ను అడక్కు. అది వదలి ఇంకేదైనా వరం కోరుకో! సృష్టికి అతీతమైన విషయం అడుగవద్దయ్యా! సృష్టిలో ఏమి కావాలో కోరుకో!

22. నచికేతౌవాచ
దేవైః అత్రాపి విచికిత్సితం కిల।
త్వమ్ చ మృత్యో యత్ న సుజ్ఞేయం ఆత్థ?
వక్తా చ అస్య త్వాదృగ్ అన్యో న లభ్యో
నా అన్యోవరస్తుల్య ఏతస్య కశ్చిత్ ॥

నచికేతుడు : అట్లాగా స్వామీ! దేవతలకే అది చర్చనీయాంశమగుచున్నదా? మరి అటువంటి విషయం మృత్యువుకే అధిదేవత అయిన మీతో సమానులైనవారు ఎవ్వరు నాకు చెప్పటానికి లభ్యపడతారు? అందుచేత నాకు మరింకే వరం అఖ్ఖర్లేదు. 'మృత్యువు' గురించే చెప్పండి, చాలు.

23. యమౌవాచ
శతాయుషః పుత్ర-పౌత్రాన్ వృణీష్వ
బహూన్ పశూన్ హస్తి హిరణ్యమ్ అశ్వాన్
భూమే మహత్ ఆయతనమ్ వృణీష్వ।
స్వయం చ జీవ శరదో యావత్ ఇచ్ఛసి ॥

యమభగవానుడు : నిండు నూరేళ్ళ ఆయుష్షు, పుత్రులు, మనుమలు, ఏనుగులు - బంగారం - గుఱ్ఱములు - సువిస్తారమైన భూభాగం - ఇటువంటి సంపదలన్నీ అడుగు. లేదా ఇచ్ఛా మరణం కోరుకో, ఇస్తాను.

24. ఏతత్ తుల్యం యది మన్యసే వరం
వృణీష్వ, విత్తం, చిరజీవి కాంచ ।
మహో భూమౌ నచికేతా! త్వం ఏధి
కామానాం త్వా కామ భాజనం కరోమి ॥

సంపదలతో కూడిన చిరకాల జీవితం - ఇటువంటి నీకు బాగుగా నచ్చిన ఏ వరమైనా కోరుకో! సంవిస్తారమైన రాజ్య సంపద అయినా సరే! నీవు ఇంకేం కోరుకొంటే అవన్నీ ఇస్తాను.

25. యే యే కామా దుర్లభా మర్త్యలోకే
సర్వాన్ కామాన్ ఛందతః ప్రార్థయస్వ
ఇమాః రామాః సరథాః సతూర్యాః
న హి ఈదృశా లంభనీయా మనుష్యైః
ఆభిః మత్ ప్రత్తాభిః పరిచారయస్వ
నచికేతో! మరణం అనుప్రాక్షీః ॥

జనులంతా ఏవేమి "లభిస్తే బాగుండు! కానీ, దుర్లభం" అని అనుకుంటూ ఉంటారో, ... అటువంటివేవైనా, - కన్యలు, ఆరామములు, సన్మానాలు, వందిమాగధులు ఇవన్నీ కోరుకో. ఇస్తాను. 'మృత్యువు' అనుదాని గురించి మాత్రం మళ్ళీ అడుగవద్దయ్యా!

26. <u>నచికేతౌవాచ :</u> శ్వో భావో మర్త్యస్య అంతకా! ఏతత్, సర్వేంద్రియాణాం జరయంతి తేజః అపి సర్వం జీవితమ్ అల్పమేవ। తవైవ వాహాః తవ నృత్యగీతే ॥	**నచికేతుడు :** హే యమధర్మరాజా! ఈ మానవ జీవితం రేపటికో మాపటికో చేయి జారిపోయేదే! ఈ దేహము రేపటి వరకు ఉంటుందని ఏ మాత్రమూ చెప్పలేము. ఈ ఇంద్రియాలు కొద్ది రోజులు బలం పుంజుకొని ఆపై తమ తేజం రోజు రోజుకూ పోగొట్టుకుంటూ ఉంటాయి. అసలీ జీవితమే ఒక అల్పకాల వ్యవహారం. **అందుచేత మీరు చెప్పే నృత్యగీతాలు మీ దగ్గరే పెట్టుకోండి.** వాటితో నాకే ప్రయోజనమూ కనిపించటం లేదు.
27. న విత్తేన తర్పణీయో మనుష్యో । లప్స్యామహే విత్తమ్ అద్రాక్ష్మచేత్ త్వా జీవిష్యామో యావత్ ఈశిష్యసి త్వం వరస్తు మే వరణీయః స ఏవ ॥	సంపదలున్న వారంతా సుఖ శాంతులతో ఉన్నారా? లేదు. అయినా, అవన్నీ మీవంటి మహనీయ దర్శనంతో వాటికవే లభిస్తాయి. మహనీయుల దర్శనమే మహద్భాగ్యము. ఇక మా యీ దేహం సంగతంటారా? దేహాలన్నీ మీయొక్క అనుమతి తోనే కొనసాగుతాయి. ఎప్పుడు మీరు కాదంటారో, అవన్నీ మానుండి తొలగుతాయి. అందుచేత మృత్యువు గురించి జ్ఞానమే సరి అయినది. మేము కోరుకోదగిన వరం అదే కదా!
28. ఆజీర్యతామ్ అమృతానామ్ ఉపేత్య జీర్యన్ మర్త్యః క్వధస్థః (క్వత్‌దాస్థః)ప్రజానన్ అభిధ్యాయన్ వర్ణరతి ప్రమోదాన్ అనతి దీర్ఘే జీవితే కో రమేత?	స్వామీ! చావుపుట్టుకల మధ్య చిక్కి ఎక్కడో భూమిపై జీవిస్తూ ఉండే క్షుద్ర జీవియగు నేను మరణమునకు అధిదేవత - అమృత స్వరూపులు అగు మిమ్ములను దర్శించే భాగ్యం పొంది కూడా "సంపదలు - దీర్ఘాయుష్షు" .... ఇటువంటి చిన్నచిన్న విషయాలు కోరుకోవటం ఎట్లా చేస్తాను చెప్పండి? కాల పురుషుని దర్శించి కాలముతో నశించే విషయాలు కోరుకోవటమేమిటి?
29. యస్మిన్ ఇదమ్ విచికిత్సంతి, మృత్యో! యత్ సాంపరాయే మహతి బ్రూహి నస్తత్ యో అయం వరో గూఢమ్ అనుప్రవిష్టో న అన్యం తస్మాత్ నచికేతాః వృణీతే ॥	**ఏది పరమ రహస్యమో, ఎద్దాని యందు ప్రతి ఒక్కరు ఏదో నాటికి ప్రవేశించటం అనివార్యమగుటచేత ప్రతి ఒక్కరు తప్పక విచారణచే తెలుసుకో వలసియున్నదో, ఏది చాలా చాలా మందికి అనుమానములతో కూడినది** (Not aware of) అయివున్నదో - అటువంటి గొప్ప విశేషం అయినట్టి 'మృత్యువు' గురించి, పరలోకము గురించి నాకు చెప్పండి. అది తప్పితే నాకు ఇంకేమీ అఖ్ఖర్లేదు.

ద్వితీయ వల్లీ

ద్వితీయవల్లీ

1. <u>యమౌవాచ</u> అన్యత్ శ్రేయో, అన్యత్ ఉతైవ ప్రేయః తే ఉభే నానార్థే పురుషం సినీతః తయోః "శ్రేయః" ఆదదానస్య "సాధు" భవతి। హీయతే అర్థాత్ యః ఉ ప్రేయో వృణీతే ॥	**యమభగవానుడు :** సరేనయ్యా విను. చెపుతాను. **1) శ్రేయస్సు కలుగచేసేవి 2) ప్రియంగా ఉండేవి** అనే రెండు వేరువేరైన విషయ సమూహాలు **ఈ జీవుని సమీపిస్తున్నాయి.** వాటి వాటి పర్యవసానాలు వేఱువేఱుగా ఉంటున్నాయి. శ్రేయస్సును ఆశ్రయిస్తే ఈ జీవుడు సాధు (సాధించవలసినది సాధించినవాడు) అగుచున్నాడు. ప్రేయస్సు (ఇంద్రియములకు ప్రియంగా ఉందికదా అని) ఆశ్రయించినవాడు తాను ఎందుకు పుట్టాడో ... ఆ గమ్యం నుండి తొలగినవాడగుచున్నాడు. **'అల్పార్థము'** కొరకై వెళ్ళి, **పరమార్థమును** పోగొట్టుకొనుచున్నాడు.
2. శ్రేయశ్చ ప్రేయశ్చ మనుష్యమ్ ఏతః తౌ సంపరీత్య వివినక్తి ధీరః। శ్రేయో హి ధీరో అభి ప్రేయసో వృణీతే, ప్రేయో మందో యోగక్షేమాత్ వృణీతే ॥	చాలా మంది తెలివి తక్కువగా జీవిస్తూ "ఇది శ్రేయస్సు - ఇది ప్రేయస్సు" (ఇది శ్రేయోదాయకము. ఇది ఇంద్రియములకు మాత్రమే ప్రియము) అని విచక్షణయే చేయటంలేదు. తెలివిగలవాడు మాత్రం తనను సమీపించేవాటిని పరిశీలించి **ఏది శ్రేయస్సో, ఏది ప్రేయస్సో** వివేచన చేస్తున్నాడు. సూక్ష్మబుద్ధి కలవాడు **శ్రేయస్సును స్వీకరించి ప్రేయస్సును వదిలేస్తున్నాడు.** అల్పబుద్ధి కలవాడు శ్రేయస్సును వదిలి ప్రేయస్సులో (ఇంద్రియములకు ప్రియంగా ఉండే వాటిలో) **యోగక్షేమాలు వెతుక్కుంటున్నాడు.**
3. స త్వం ప్రియాన్ ప్రియరూపాంశ్చ కామాన్ అభిధ్యాయన్ నచికేతో అతి అస్రాక్షీః న ఏతాం సృంకాం విత్తమయీం అవాప్తో యస్యాం మజ్జన్తి బహవో మనుష్యాః ॥	ఓ నచికేతా! చాలామంది జనులు ఏ ధన-జన సంపదలు ముఖ్యాశయముగా కలిగి ఉండి వాటిలో మునిగి తేలుతున్నారో, ... అటువంటి **"ప్రియ - అప్రియ రూపంగా కనిపించే కోరికలు"** ప్రక్కకునెట్టి జ్ఞానాన్ని కోరుకున్నావు. చాలామంచిది.

4. దూరమ్ ఏతే విపరీతే విషూచీ
అవిద్యాయాం చ విద్యేతి జ్ఞాతా,
విద్యా అభీప్సినం నచికేతసం మన్యే
న త్వా కామా బహవో లోలుపంత ॥

ఓ నచికేత బాలకా! ఒకదానికొకటి సబంధంలేని దూర - దూర (పరస్పరం వ్యతిరేకమైన) ప్రయోజనము కలిగినట్టి విద్య - అవిద్యలు (Education - Ignorance) ఎటువంటివో నీవు గ్రహించావు. అనేకులు కోరుకొనే ప్రాపంచక సంపదలు కోరుకొనక, **ఏది నిన్ను ఉద్ధరిస్తుందో అటువంటి విద్యను కోరుకున్నావు.** సంతోషము.

5. అవిద్యాయాం అంతరే వర్తమానాః
స్వయం ధీరాః పండితం మన్యమానాః
దంద్రమ్యమాణాః పరియన్తి మూఢాః
అంధేన ఏవ నీయమానా యథా అంధాః ॥

కొందరైతే లౌకికమైన లోకసంబంధములైన ఆశయములకు పరిమితులై జీవిస్తున్నారు. అజ్ఞానంలో జీవితాలు కొనసాగిస్తూ "ఈ వర్తమానమే, ఈ ప్రత్యక్షమే మన ఆలంబన. మేము పండితులము. మాకు తెలియదా? మాకన్నీ తెలుసు. ఎప్పుడో జరిగేది ఎవరికి కావాలి? ఇప్పటి సంగతి చూచుకుందాం" అని అనుకొంటున్నారు. వారికి ఎదురెదురుగా కనిపిస్తున్నదే గొప్ప విశేషంగాను, దృశ్య విశేషములే పాండిత్యంగాను అనిపిస్తోంది. **లోకసంబంధమైన ఆశయములలో పరిమితమౌతూ ఉంటే పారలౌకిక జ్ఞాన సంపద ఎట్లా లభిస్తుంది?** గుడ్డివాడిని గుడ్డివాడు నడిపించటం ఎట్టిదో అది అట్టి - **లౌకికాశయములు గలవారు సూచించే సూచనలు.**

6. న సాంపరాయః ప్రతిభాతి బాలం
ప్రమాద్యంతం విత్త మోహేన మూఢమ్
"అయం లోకో, నాస్తి పర" ఇతి మానీ
పునః పునః వశమ్ ఆపద్యతే మే !

అల్లరియే స్వభావంగా గల పిల్లవానికి "భవిష్యత్ ఏమిటి?" అనేది తట్టదు చూచావా? అట్లాగే బాలుడు వంటి ఈ జీవుడు "దేహానంతరము నా స్థితి ఏమి? గతి ఏమిటి?" అనేది యోచించటం లేదు. ఇక్కడి ధన-జన సంపదలకు ఆకర్షితుడై, ఆపై, అజాగరూకుడై జీవిస్తున్నాడు. "ఇప్పుడిది ఉన్నది. తరువాత ఏమి ఉన్నదో, ఏమి లేదో, ... ఆలోచించనేవద్దు" అని తలచి, చివరికి మరల మరల మృత్యుకోరలలో ప్రవేశిస్తున్నాడు. మరల మరల నన్ను సమీపిస్తూ అనేకసార్లు జనన మరణ చక్రంలో తిరుగాడుచున్నాడు.

7. శ్రవణాయాఽపి బహుభిః యో న లభ్యః
శృణ్వంతోఽపి బహవో యం న విద్యుః
ఆశ్చర్యో వక్తా కుశలో అస్య లబ్ధాః
ఆశ్చర్యో జ్ఞాతా కుశలా అనుశిష్టః ॥

నేనెవ్వరు? "ఈ జీవితం ఏమిటి? ఈ తదనంతరం నా స్థితి ఏమి? గతి ఏమిటి?" .... అనేది వినటానికే చాలా మందికి సందర్భము కుదరటం లేదు. ఒకవేళ ఏదైనా వినినా లేక చెప్పగలిగినా ...., అది తెలియబడటమే లేదు. **చెప్పేవాడు అత్యంతాశ్చర్యమైన కుశలము కలిగిఉండాలి. వినేవాడు మహదాశ్చర్యమైన అవగాహన చేసుకొనే సామర్థ్యము సిద్ధించుకొని ఉండాలి మరి?**

8. న నరేణ అవరేణ ప్రోక్త ఏష సువిజ్ఞేయో
బహుధా చింత్యమానః
అనన్య ప్రోక్తే గతిః అత్ర నాస్తి ।
అణీయాన్ హి అతర్క్యమ్ అణు ప్రమాణాత్ ॥

బలహీనుడైనవాడు ఎంతగా చింతనచేసి చెప్పినా అది మనకు సుస్పష్టమగు స్వానుభవంగా అర్థం అయ్యేది కాదు. అయితే మనకు మహనీయులగువారు తాము గమనిస్తున్నది చెప్పితే గాని అది తెలిసేదీ కాదు. ఎందుకంటే అది **తర్కములకు-వితర్కములకు అతీతమైనది. అణువువలె అతి సూక్ష్మమైనది కూడా!**

9. న ఏషా తర్కేణ మతిః ఆపనేయా
ప్రోక్తా అన్యేనైవ సుజ్ఞానాయ, ప్రేష్ఠ ।
యాం త్వమ్ ఆపః "సత్య ధృతి" బత అసి
త్వాదృక్ నో భూయాన్ నచికేత ప్రష్టా ।

బిడ్డా! నచికేతా! నీవలె ఇంత పట్టుదలగా నన్నెవ్వరూ అడుగలేదు. నీవు సత్య వస్తువుపట్ల ఎంతో నిష్ఠ పట్టుదల కలిగి ఉండటం నాకు ఆశ్చర్యమే! అది కేవలం తర్క - వితర్కాలతో లభించేది కాదు. అనుభవజ్ఞుల నుండి వినకపోతే అది తేలికగా తెలియవచ్చేదీ కాదు.

10. జానామి అహమ్ శేవధిః అనిత్యం
న హి అధ్రువైః ప్రాప్యతే హి ధ్రువం తత్
తతో మయాన్ నాచికేతః చితో అగ్నిః
అనిత్యైః ద్రవ్యైః ప్రాప్తవానస్మి నిత్యమ్ ॥

అవును. ఈ ప్రపంచంలో (ధన - దారా - పుత్ర - సేవక - వందిమాగధ - రాజ్యాది) **సంపదలన్నీ అనిత్యమైనవి**-అని నాకు తెలుసు. అనిత్యమైన వస్తు-విషయాదులు నిత్యానందం సుస్థిరానందం ప్రసాదించగలవా? లేనే లేదు. అయితే, **ఈ నాచికేతయజ్ఞము మొదలైన ఆయా అనిత్య వస్తువులతో ఆశయ శుద్ధి బలంచేత నిత్యమైనది సంపాదించుకోవచ్చు. నేనట్లా సంపాదించుకున్నాను.**

11. కామ్యాస్య ఆప్తిం జగతః ప్రతిష్ఠాం
క్రతోః ఆనంత్యమ్ అభయస్య పారమ్
సోమమ్ మహత్ ఉరుగాయం ప్రతిష్ఠాం(దృష్ట్వా)
ధృత్వా ధీరో నచికేత అత్యస్రాక్షీః ॥

ఓ నచికేతా! జగత్తులో లభించగల గొప్పగొప్ప **కోరికల పరిపూర్తిని,** క్రతువుల అంత్య ఫలములైన **స్వర్గాదులను, ఆరాధ్యము** - గొప్పవి - ఉన్నతము అని అందరూ అనుకొనే **ప్రాపంచక విశేషాలను** నీవు ధీరుడవై అధిగమించి, వాటిని ప్రక్కకు పెట్టి **జ్ఞానాన్ని అడిగావు. శాశ్వత వస్తువును ఆశ్రయించావు.**

12. 'తం' దుర్దర్శమ్। గూఢమ్। అనుప్రవిష్టమ్।
గుహాహితమ్। గహ్వరేష్ఠం। పురాణమ్।
అధ్యాత్మయోగాత్ అధిగమేనత్ ఏవం
మత్వా ధీరో హర్ష శోకౌ జహాతి ॥

జన్మ - మృత్యువులకు, సుఖ-దుఃఖములకు, దృశ్య వ్యవహారములకు విషయమేగాని 'ఆత్మ' అనబడే ఒకానొక సర్వోత్కృష్ట విషయమున్నది. అట్టి 'తత్ ఆత్మ' - సులభంగా దర్శించగలిగేది కాదు. సూక్ష్మంగా, రహస్యంగా, అంతర్లీనంగా, అనంతకాలంగా ఈ సమస్తము తానే అయి వేంచేసి యున్నది. ప్రతి ఒక్కరి హృదయ గుహలో దాగి ఉన్నది. ఈ కనబడే శరీరాలన్నిటిలో అంతర్లీనమై ఉన్నది. **"అంతరాత్మ యోగము"** అనే సాధన ద్వారా **దానిని ఎవరు సమీపించి - సాక్షాత్కరించుకుంటారో ... అట్టి ధీరులు ఇక్కడి హర్షశోకాలు జయించి వేస్తున్నారు.**

13. ఏతత్ శృత్వా సంపరిగృహ్య మర్త్యః
ప్రవృహ్య ధర్మ్యమ్ అణుమ్ ఏతమ్ ఆప్య
స మోదతే మోదనీయం హి లబ్ధ్వా
వివృతం సద్మ నచికేతసం మన్యే ॥

అట్టి 'ఆత్మ' అనబడే స్వస్వరూప ధర్మమును చక్కగా వివేకముతో, సూక్ష్మబుద్ధితో విని, అర్థం చేసుకొని (ఆత్మభావన) పొందినవాడవై ఆనందించటానికి సిద్ధపడుచున్న ఓ నచికేతా! అట్టి ఆత్మానంద గృహం నీకొరకై తన తలుపులు తెరచిందని నాకు అనిపిస్తోంది.

14. <u>నచికేతౌవాచ :</u>
అన్యత్ర ధర్మాత్ – అన్యత్ర అధర్మాత్,
అన్యత్ర అస్మాత్ కృత – అకృతాత్
అన్యత్ర భూతాచ్చ – భవ్యాచ్చ
యత్ 'తత్' పశ్యసి, తత్ వద ॥

నచికేతుడు : గురుదేవా! "ఇది ధర్మము - ఇది ధర్మముకాదు" అనే వ్యవహారములన్నిటికీ, కృత-అకృతములకు, జరిగేవి - జరగనివి - భూత - భవిష్యత్తులకు - కూడా వేరైనది ఏ 'తత్' అనబడేది మీరు దర్శిస్తున్నారో, అద్దానిని నాకు బోధించ ప్రార్థన.

15. <u>శ్రీ యమౌవాచ :</u>
సర్వే వేదా యత్పదమ్ ఆమనంతి,
తపాంసి సర్వాణి చ యత్ వదంతి,
యత్ ఇచ్ఛంతో బ్రహ్మచర్యం చరంతి,
తత్ తే పదం సంగ్రహేణ బ్రవీమి।
<u>'ఓం' ఇత్యేతత్ !</u>

యమభగవానుడు : అట్టి తత్ పదమగు 'ఆత్మ' గురించి ఇక విను. సర్వ వేదములు ఏ స్థానము (లేక) **గమ్యమును నొక్కి వక్కాణిస్తున్నాయో**, తపోధనులగు మహనీయులంతా ఏ పరమ వస్తువును ప్రకటిస్తున్నారో, ఎద్దానిని స్వానుభవసిద్ధంగా పొందాలని ఆశయంతో కొందరు **బ్రహ్మవిద్యాభ్యాసమును (బ్రహ్మచర్యమును)** ఆశ్రయిస్తున్నారో ... ఆ **'తత్పదము'** గురించి సంగ్రహంగా (సంజ్ఞాపూర్వకంగా) "ఓం" అని (వేద - పురాణ - స్మృతి ఇతిహాస ఇత్యాది) శాస్త్రములచే చెప్పబడింది.

16. ఏ 'తత్' హిఏవ అక్షరం బ్రహ్మ।
ఏ 'తత్' హిఏవ అక్షరం పరమ్।
ఏ 'తత్' హిఏవ అక్షరం జ్ఞాత్వా,
యో యదిచ్ఛతి తస్య తత్ ॥

ఏదైతే తన ఇచ్ఛ చేతనే ఇదంతా ఇట్లా పొందబడుచున్నదో ... అట్టి ('ఓం'కార సంజ్ఞకు అర్థముగా చెప్పేదే) తత్ వస్తువు మార్పు - చేర్పులు లేని అక్షర బ్రహ్మము. **ఆ అక్షరమే అన్నిటికంటే ముందుగా అన్నిటికీ వేఱుగా ఉన్నది. అది గ్రహిస్తే అన్నీ గ్రహించినట్లే అవుతుంది. తత్ బ్రహ్మమును ఎరుగుటకు ఇష్టపడుచున్న తానే** 'బ్రహ్మము' అగుచున్నాడు.

17. ఏ'తత్' ఆలంబనం శ్రేష్ఠం।
ఏ 'తత్' ఆలంబనం పరమ్।
ఏ 'తత్' ఆలంబనం జ్ఞాత్వా,
బ్రహ్మలోకే మహీయతే ॥

'ఓం' అనే సంజ్ఞకు అర్థమైనట్టి 'తత్' కేవలాత్మ యొక్క ఆలంబనమే **శ్రేష్ఠము.** అదియే అన్నిటికంటే **మహత్తరము.** అద్దానిని గ్రహించినవాడు **బ్రహ్మలోకంలో కూడా స్తుతించబడుచున్నాడు.**

18. న జాయతే మ్రియతే వా విపశ్చిత్।
న అయమ్ కుతశ్చిత్ న బభూవ కశ్చిత్।
అజో నిత్యః! శాశ్వతో అయం పురాణో!
న హన్యతే। హన్యమానే శరీరే!

(అన్నిటినీ ఏది తనయందు - తనచేతనే కలిగియున్నదో అట్టి) ఆత్మ -పుట్టటం లేదు. చావటం లేదు. ఎక్కడి నుండో ఇక్కడికి రావటం లేదు. ఇక్కడి నుండి ఎక్కడికీ పోవటం లేదు. అది జన్మరహితము - నిత్యము - శాశ్వతము - సనాతనము కూడా! అది మరణించటమే లేదు. ఈ శరీరాలు మాత్రమే మరణిస్తున్నాయి. శరీరికి చావులేదు. (ఈ జీవుని వాస్తవ-సహజ స్వరూపమగు ఆత్మకు చావు అనునదే లేదు. సర్వదా యథాతథము).

19. హన్తా చేత్ మన్యతే హన్తుమ్,
హతః చేత్ మన్యతే హతమ్,
ఉభే తౌ న విజానీతో ।
నా అయం హన్తి। న హన్యతే ॥

దేహి వేరు. దేహం వేరు. ఎవ్వరైతే "నేను చంపుతున్నాను" అని అనుకుంటున్నారో, మరెవ్వరైతే "నేను చస్తున్నాను" అని అనుకుంటున్నారో, ... ఆ ఇద్దరూ 'దేహి' గురించి చెప్పుకోవటం లేదు. దేహి తాను చావదు. మరొక దేహిని చంపదు. (ఆత్మ సర్వదా ఏకము-అఖండము కాబట్టి-చంపుట, చచ్చుట అనే ధర్మమే ఆత్మకు లేదు).

20. **అణోః అణీయామ్। మహతో మహీయాన్।**
ఆత్మా అస్య జంతోః నిహితో గుహాయామ్
తమ్ అక్రతుః పశ్యతి వీత శోకో
ధాతుః ప్రసాదాత్ మహిమానమ్ ఆహాత్మనః ॥

ఈ సర్వ జీవుల హృదయంలోనే సర్వదా ఏర్పడి ఉన్న ఆత్మ (దేహి స్వరూపము - తత్) అణువు కంటే అతిసూక్ష్మం. పెద్ద వస్తువులన్నిటి కంటే అతిపెద్దది (అత్యంత ఘనీభూతం). ఎవ్వరైతే తమ అంతరంగంలోని బాహ్య ఇంద్రియ సంబంధమైన దృశ్య సంబంధమైన సమస్త వేదనలను రహితం చేసుకొని, లోక విషయాలకు విచారించక, ఇంద్రియములు పవిత్రంగా చేసుకొని ఉంటారో, ... అట్టివారు నిర్మలము - పవిత్రము అయినట్టి ఆత్మయొక్క మహిమను అంతరంగంలోనే దర్శిస్తున్నారు.

---

21. **ఆసీనో దూరం వ్రజతి।**
శయానో యాతి సర్వతః।
కస్తం (కః తమ్) మద – ఆమదం దేవం
మదన్యో జ్ఞాతుమ్ అర్హతి?

అది ఉన్నచోటే ఉండి అంతా ఆక్రమించుకొని ఉంటోంది. శయనించి ఉండి అంతా సంచరిస్తోంది. అది ఆనంద స్వరూపమా? ఆనందమునకు కూడా కేవల సాక్షియా? అది ఎవరికి వారే తమకు తామే అనుభవం చేసుకోవలసియున్నది. **తనదైన ఆత్మను తానుగాక, మరెవ్వరు తెలుసుకోగలరు?**

---

22. **అశరీరం। శరీరేషు అనవస్థే అవస్థితమ్।**
మహాన్తం, విభుమ్, ఆత్మానమ్
మత్వాధీరో న శోచతి॥

అది శరీరరహితమైనప్పటికీ ఈ అశాశ్వతమగు సర్వ శరీరములలోను, విషయముల లోను ప్రతిబింబిస్తోంది. అట్టి **మహత్తరము - సర్వగతము** అగు ఆత్మ గురించి తెలుసుకొన్న తరువాత అట్టి బుద్ధి వికసించినట్టి ధీరుడు ఇక దేనికీ శోకించడు.

---

23. **న అయమాత్మా ప్రవచనేన లభ్యో**
న మేధయా న బహూనా శ్రుతేన
యమ్ ఏవ ఏష వృణుతే తేన లభ్యః
తస్య ఏష ఆత్మా వివృణుతే తనూం స్వామ్ ॥

అట్టి ఆత్మ యొక్క సందర్శనం ప్రవచనములతో లభించేది కాదు. తెలివితేటలతోనో వేదాధ్యయనంతోనో లభించేది కూడా కాదు. ఆ ఆత్మ ఎవరిని వరిస్తుందో వారికి అది లభిస్తుంది. **ఎవరికి అఖండాత్మ ప్రియమైనది అవుతుందో, వారు ఆత్మకు ప్రియమగుచున్నారు.**

---

24. **న అవిరతో దుశ్చరితాన్**
న అశాంతో న అసమాహితః
న అశాంత మనోసోవాఽపి।
ప్రజ్ఞానేన ఏనం ఆప్నుయాత్ ॥

దుష్ప్రవర్తన నుండి (కోపము-పగ-ద్వేషము-ఆవేశము మొదలైనవి) ఎవరు విరమించరో, అశాంతమగు ప్రవర్తన - తదితరులపట్ల అసమభావన, అశాంతమగు మనస్సు మొదలైనవి ఎవ్వరు కొనసాగిస్తారో, వారు తెలివితేటలు ఉండి కూడా అది (ఆత్మయేఽహామ్ స్థితి-స్థానమును) పొందలేరు.

---

25. **యస్య బ్రహ్మ చ – క్షత్రం చ ఉభే భవత ఓదనః**
మృత్యుః యస్య ఉప సేచనం, కః ఇత్థాః వేద్ద యత్ర సః?

ఏ సర్వాంతర్యామియగు ఆత్మకు బ్రహ్మజ్ఞానము - వ్యవహారిక సామర్థ్యము ఆహారము వంటివో, మృత్యువు ఫలహారం (ఉపాహారం-టిఫిన్) వంటిదో "అట్టి ఆత్మ ఇట్టిది" అని ఎవరికి తెలుసు? **(ఆ తెలుసుకునేదే అద్దై ఉన్నది కదా!).**

(జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు అద్దాని 'ఎరుక' యొక్క విభవములు).

తృతీయ వల్లీ

తృతీయవల్లి

1. **ఋతం పిబన్తౌ సుకృతస్య, లోకే**
గుహాం ప్రవిష్టౌ పరమే పరార్థ్యే
ఛాయా – తపౌ బ్రహ్మవిదో వదంతి।
పంచాగ్నయో యే చ త్రిణాచికేతః ॥

అట్టి ఆత్మ - (1) పరము (2) ఇహము అనబడు (పరమాత్మ - జీవాత్మ అనబడు) రెండు విభవములు కలిగియున్నది. 1) పరము - పరార్థము అయి, సర్వహృదయగుహలలో ప్రవేశించి నిశ్చలమైయున్న **పరమాత్మ** 2) ఈ దృశ్యములో ప్రవేశించి స్వయం కృతములగు ఫలములను అనుభవించే **జీవాత్మ**. ఇవి రెండూ **కేవలాత్మ యొక్క "వెలుగు - అద్దానియందలి నీడ వంటివి"** అని యోగయజ్ఞవిదులు చెప్పుచున్నారు. మొదటిది వెలుగు - సహజము - స్వస్వరూపము. రెండవది నీడ - ఆరోపితము (వేషము) వంటిది. **సందర్భమాత్రము.**

---

2. యః సేతుః ఈ జనానామ్, అక్షరమ్ యత్ పరమ్,
అభయం తితీర్షతాం పారం నాచికేతగ్ం శకేమహి ॥

3. ఆత్మానం రథినమ్ విద్ధి। శరీరం రథమ్ ఏవతు।
బుద్ధింతు సారథిం విద్ధి। మనః ప్రగ్రహమ్ ఏవ చ ॥

ఏ యాగకర్త **"యజ్ఞాది ఆయా సుకర్మలన్నీ కూడా" - అభయము ఆవలి వడ్డు అగు ఆత్మానుభూతికి సేతువువంటిది"** అని గ్రహిస్తాడో అట్టి నాచికేతాది యజ్ఞాదులు సాఫల్యములు అగుచున్నాయి - అని మేము గ్రహించి ఉన్నాము.

"జీవాత్మ ఇట్టిది?" ... **అని గ్రహించటానికి ఒక ఉపమానం చెప్పుతాను. విను. జీవాత్మ** రథమును అధిరోహించిన రథికుడు. ఈ **శరీరము** రథము. **బుద్ధియే**

4. ఇంద్రియాణి హయాన్ ఆహు విషయాన్ తేషు గోచరాన్ ఆత్మా ఇంద్రియ - మనోయుక్తం భోక్తా-ఇతి ఆహుః మణీషిణః ॥	ఈ రథమునకు సారథి. **మనస్సు** కళ్ళాలు. ఇంద్రియాలు ఈ రథానికి అమర్చబడిన గుఱ్ఱాలు. శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస - గంధాలు ఈ ఇంద్రియములనే గుఱ్ఱాలకు దారికి ప్రక్కగా గల పచ్చగడ్డి పరకలు. దేహాత్మ (జీవాత్మ) ఇంద్రియ మనస్సులతో కూడినదై ఈ ఇంద్రియ విషయములకు భోక్త (Experiencer)గా ఇదంతా కొనసాగిస్తోంది.
5. యస్తు అవిజ్ఞానవాన్ భవతి అయుక్తేన మనసా సదా, తస్య ఇంద్రియాణి అవశ్యాని దుష్ట అశ్వా ఇవ సారథేః ॥	ఏ 'జీవాత్మ' అనబడే రథికుని బుద్ధి అయుక్తమై (దృశ్య వ్యవహార ధ్యాసావేశ పరంపరలు కలిగినదై), ఆతని మనస్సు ప్రాపంచక విషయముల వైపుగా ఎక్కుబెట్టబడి ఉంటుందో, ... ఆ రథికుని (జీవుని) గుఱ్ఱాలు - సారథి **(ఇంద్రియాలు-బుద్ధి)** దుష్ట గుఱ్ఱములవలె దృశ్య వ్యవహారముల వైపుగా రథికుని ప్రయాణింపచేస్తున్నాయి.
6. యస్తు విజ్ఞానవాన్ భవతి యుక్తేన మనసా సదా, తస్య ఇంద్రియాణి వశ్యాని, సదశ్వా ఇవ సారథేః ॥	ఏ రథికుని (జీవాత్మ యొక్క) సారథి (బుద్ధి) విజ్ఞానముతో కూడుకొని (తెలివి కలిగినదై), కళ్ళెము (మనస్సు) సన్మార్గంలో నియమించబడుతూ ఉంటాయో, అట్టి రథికుని (జీవుని) గుఱ్ఱాలు (ఇంద్రియాలు) వశంలో ఉన్నవై ఉంటాయి. మంచి సారథి యొక్క మాట విని ఆ జీవాత్మ ప్రయాణం సరిఅయిన మార్గంలో కొనసాగింపజేస్తాయి. (ఈ ఇంద్రియాలే మంచికి - చెడుకు కూడా ఉపయోగిస్తాయి. ఈ బుద్ధియే ఆత్మానందము వైపుగా గానీ, ఇటు దృశ్యపరంపరల (నిబద్ధత) వైపుగానీ జీవుని నడిపించగలదు).
7. యస్తు అవిజ్ఞానవాన్ భవతి, అమనస్కః సదా అశుచిః, న స "తత్ పదమ్" ఆప్నోతి। సంసారం చ అధిగచ్ఛతి ॥	ఎవ్వరిబుద్ధి అవిజ్ఞానంగా (వెళ్ళవలసిన లక్ష్యము గురించి ఎఱుగనిదై), మనస్సు అశుచిగా ఉంటుందో, (అజ్ఞానబుద్ధి - దోషపూరితమైన మనస్సుగల) "తత్ పదము"ను చేరక ఈ సంసారంలోనే పచార్లు చేస్తూ ఉండి పోతున్నాడు.
8. యస్తు విజ్ఞానవాన్ భవతి స మనస్కః సదా శుచిః, స తు "తత్ పదమ్" ఆప్నోతి- యస్మాత్ భూయో న జాయతే ॥	ఎవ్వడైతే విజ్ఞానవంతుడై ఆతని మనస్సు ఎల్లప్పుడూ, శుచి (నిర్మలం)గా ఉంటుందో ... అట్టివాడు అచంచలమగు **తత్‌పదము** పొందగలడు. **మార్పు-చేర్పులను అధిగమించినట్టి (అమృత) స్థితి సిద్ధించుకోగలడు.**
9. విజ్ఞాన సారథిః యస్తు, మనః ప్రగ్రహవాన్ నరః, సో అధ్వనః పారమ్ ఆప్నోతి <u>తత్ విష్ణోః పరమమ్ పదమ్ ॥</u>	సారథి (బుద్ధి) విజ్ఞాని అయి, కళ్ళెమువలె మనస్సు అదుపులో ఉంటుందో, ... అట్టివాడు ఈ సంసారమునకు **ఆవలిగట్టు** అయినట్టి **విష్ణు పదము** చేరుచున్నాడు.
10. ఇంద్రియేభ్యః పరా హి అర్థాః। అర్థేభ్యశ్చ పరం మనః। మనసస్తు పరా బుద్ధిః। బుద్ధేః "ఆత్మా మహాన్" పరః	ఓ నచికేతా! మరల క్రోడీకరించి చెప్పుచున్నాను. ఈ జీవుని కళ్ళు - చెవులు - నాలుక మొదలైన **ఇంద్రియాలకంటే** "చూపు - వినికిడి - రుచి" మొదలైన **ఇంద్రియార్థాలు** ఉన్నతమైనవి. ఇంద్రియార్థాలకంటే **మనస్సు** ఇంకా గొప్పది. మనస్సుకంటే బుద్ధి మరింకా గొప్పది. బుద్ధికంటే **జీవాత్మ** మరింకెంతో గొప్పది.
11. మహతః పరమమ్ అవ్యక్తం। అవ్యక్తాత్ పురుషః పరః। పురుషాత్ న పరం కించిత్। సా కాష్ఠా । సా పరా గతిః ।	జీవాత్మకంటే **అవ్యక్తం** ఇంకా గొప్పది. ఆ అవ్యక్తం కంటే **పురుషుడు** గొప్పవాడు. అది (జీవుని రూపక్రమంలో) చిట్టచివరిది. అది అంతిమ (పరమ) స్థానం.
12. ఏష సర్వేషు భూతేషు, గూఢో ఆత్మా న ప్రకాశతే। దృశ్యతే తు అగ్ర్యయా బుద్ధ్యా సూక్ష్మయా సూక్ష్మ దర్శిభిః ॥	అట్టి 'పురుషుడు' అను పరమాత్మ సర్వజీవుల దేహాలలో రహస్యంగా దాగి ఉండి కూడా అనేకులకు తెలియరావటం లేదు. స్ఫురించటం లేదు. అయితే **సూక్ష్మమైన, సుతీక్షణమైన, విస్తారమైన** బుద్ధికి మాత్రమే అది ప్రదర్శితమౌతోంది.
13. యచ్ఛేత్ వాక్ → మనసీ ప్రాజ్ఞః। తత్ యచ్ఛేత్ → జ్ఞానే ఆత్మని। జ్ఞానమ్ ఆత్మని → మహతి నియచ్ఛేత్ తత్ యచ్ఛేత్ → శాంత ఆత్మని ॥	ఓ నచికేతా! జీవితాన్ని సద్వినియోగపరచుకోవాలి సుమా! ఎట్లా? ఈ ఇంద్రియార్థాలను మనోరూపంగా గమనించి మనస్సులో లయంచేయాలి. మరి మనస్సునో ... 'జ్ఞానాత్మ' (బుద్ధి)లో లయం చేయాలి. జ్ఞానాత్మను (బుద్ధిని) జీవాత్మలోను, జీవాత్మను సర్వాత్మకమగు 'శాంతాత్మ'లోను లయం చేయాలి.

14. ఉత్తిష్ఠత! జాగ్రత! **ప్రాప్యవరాన్ నిబోధత!** **క్షురస్య ధారా నిశితా దురత్యయా** **దుర్గం పథః తత్ .... కవయో వదంతి ॥**	కనుక ఓ నచికేతా! ఈ 'జీవితము' అనే అవకాశమును సద్వినియోగ పరచుకోవాలయ్యా! "సర్వాత్మకమగు పరమాత్మయే నా సహజమగు వాస్తవ అనునిత్య రూపం" అని గ్రహించే ప్రయత్నం ప్రారంభించు. లే! ఉత్తిష్ఠ ప్రమత్తత నుండి బయల్వెడులు! జాగరూకుడవుకా! అది పొందినవారిని ఆశ్రయించి, వారి బోధ గ్రహించు. "అట్టి ఆత్మ సాక్షాత్కారమునకు మార్గము కత్తిమీద సాముపంటిదే. అత్యంత శ్రద్ధ, అధ్యయనము, అభ్యాసము అత్యవసరం" అని తత్త్వజ్ఞులు గుర్తు చేస్తున్నారు.
15. అశబ్దమ్! అస్పర్శమ్! అరూమ్! అవ్యయమ్! **తథా అరసమ్ నిత్యమ్ అగంధవత్ చ యత్** **అనాద్యంతం ! మహతః పరమ్ ధ్రువమ్ ।** **నిచాయ్య తం మృత్యుముఖాత్ ప్రముచ్యతే ॥**	ఆత్మ శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస - గంధములకు అవిషయమై, జీవాత్మ విభాగరహితమై, అవ్యయమైనది. సర్వదా యథాతథమైయున్నది. అద్దానిని సాక్షాత్కరించుకున్నవాడు 'మృత్యువు' యొక్క పరిధి నుండి అధిగమిస్తున్నాడు.
16. నాచికేతం ఉపాఖ్యానం మృత్యు ప్రోక్తం సనాతనమ్ **ఉక్త్వా శ్రుత్వా చ మేధావీ బ్రహ్మలోకే మహీయతే ॥**	మృత్యుదేవతయగు యమధర్మరాజుచే నాచికేతునికి బోధించబడిన ఈ ఉపాఖ్యానం (విజ్ఞుల ప్రవచన రూపంగా) బోధించబడగా విని గ్రహించిన మేధావి బ్రహ్మలోకంలో స్తుతించబడుచున్నాడు.
17. య ఇమం పరమమ్ గుహ్యమ్ **శ్రావ్య(వ) యేత్ బ్రహ్మసంసది** **ప్రయతః శ్రాద్ధకాలే వా** **తదా అనంత్యాయ కల్పతే** **తదా అనంత్యాయ కల్పత ఇతి ॥**	(ఇంద్రియముల లభ్య విషయాలను మనస్సు నందు, మనస్సును జ్ఞానాత్మ (జీవాత్మ) యందు, జ్ఞానాత్మను శాంతాత్మ (పరమాత్మ) యందు లయింపచేయటం అనే సంవిధానము) పరమగుహ్యమైన శాస్త్రీయ విశేషం. బ్రహ్మ జ్ఞానుల సభలోను, శ్రాద్ధ కాలంలోను (ఎవరైనా మరణించిన సందర్భాలలో) ఇది గానం చేసేవారికి (ప్రవచనము చెప్పువారికి, వినేవారికి) **అనిర్వచనీయము - అనిర్దేశ్యము అయిన ప్రయోజనం లభించగలదు.** ఇది శాస్త్ర వాక్య నిర్ణయం.

చతుర్థ వల్లీ

ద్వితీయాధ్యాయం
చతుర్థవల్లి

1. శ్రీ యమౌవాచ : **పరాంచి ఖాని వ్యతృణత్ స్వయంభూః!** **తస్మాత్ పరాక్ పశ్యతి । న అంతరాత్మన్ ।** **కశ్చిత్ ధీరః ప్రత్యగాత్మానమ్ ఐక్షత్** **ఆవృత్త చక్షుః అమృతత్త్వమ్ ఇచ్ఛన్ ॥**	ఓ నచికేతా! మరి అనేకమంది జీవులు ఇట్టి ఆశయం కలిగి ఉండక కేవలం ఇంద్రియ విషయములనే ఆశ్రయిస్తున్నారెందుకంటావా? స్వయంభువు అగు బ్రహ్మదేవుడు ఈ దేహములను సంకల్పిస్తున్నప్పుడు **"ఇంద్రియములు బయటకు చూపు వినికిడి మొదలైన బాహ్య ప్రసరణములు / అనువర్తనములు కలిగివుండుగాక!"** ... అని భావించారు. అందుచేత ఈ ఇంద్రియాలు బహిర్గతంగా వ్యవహరిస్తున్నాయి. అయితే ఉత్తమ ధీశక్తి (బుద్ధి) గల జీవుడు వాటి ప్రసరణను అంతరంగా నియమించి అమృతత్వమును పొందుచున్నాడు. **మృతత్వ పరిధులను అధిగమించి మార్పు చెందని ఆత్మభావన** సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.
2. పరాచః కామాన్ అనుయంతి బాలాః **తే మృత్యోః యంతి వితతస్య పాశమ్!** **అథ ధీరా అమృతత్త్వం విదిత్వా,** **ధ్రువమ్ – అధ్రువేషు, ఇహ న ప్రార్థయంతే ॥**	(పిల్లలు చదువుకొమ్మంటుంటే ఆటలు - ఆట వస్తువులు కోరుకుంటారు చూచావా? అట్లా) బాలురవంటి ఈ జీవులు బాహ్య వస్తువులనే కోరుకుంటున్నారు. ఫలితంగా మృత్యు పాశములకు బద్ధులౌతున్నారు. అయితే **ఉత్తమబుద్ధిగల ఒకానొకడు మాత్రం శాశ్వత - అశాశ్వతములేమిటో గ్రహించి అమృతత్వమునే కోరుకుంటున్నాడు.** ఈ ఇహలోక దృశ్య విశేషాలు కోరుకోవటం లేదు.
3. యేన రూపం – రసం – గంధం **శబ్దాన్ – స్పర్శాంశ్చ – మైథునామ్** **ఏతేనైవ విజానాతి, కిమ్ అత్ర పరిశిష్యతే? ఏ తద్వై తత్ !**	ఈ రూప - రస - గంధ - శబ్ద - స్పర్శ - స్త్రీ పురుష సమాగమాలు వంటివన్నీ దేనిచే (దేనికి) తెలియవస్తున్నాయో ... అట్టి తెలుసుకుంటున్నదానిని తెలుసుకొన్న తరువాత ఇక ఇక్కడ తెలుసుకోవలసింది ఏమున్నది? ఆ తత్ అను పరమాత్మ జీవునియందు 'తెలుసుకుంటున్నవాడు' (The knower prior to knowing) అను రూపంగా ఉంటున్నాడు. అట్టి ఆత్మతత్త్వము గురించి వివరణయే నీ ప్రశ్నకు సమాధానము.

4. స్వప్నాంతం జాగరితాంతం చ ఉభే యేన అనుపస్యతి మహాంతమ్ విభుమ్ ఆత్మానం, మత్వా ధీరో న శోచతి ॥	జాగ్రత్‌లో ఈ జాగ్రత్ జగత్తు కనిపిస్తోంది. స్వప్నంలో స్వప్న జగత్తు తెలియవస్తోంది. ఏది స్వప్న-జాగ్రత్తులకు ఆవల ద్రష్ట అయి, ద్రష్టగా విస్తరించి ఉన్నదో, దేనిచేత ఈ జాగ్రత్ - స్వప్న జగత్తులు తెలియవస్తున్నాయో, అట్టి ఆత్మ మహత్తరము, సర్వమునకు ప్రభువు అయివున్నది. **అట్టి ఆత్మను ఎఱిగిన ధీరుడు ఇక దేనికీ శోకించడు.**
5. య ఇమం మధ్వదం వేద ఆత్మానమ్ జీవమ్ – అంతికాత్ ఈశానం భూత – భవ్యస్య న తతో విజుగుప్సతే ఏతద్వై "తత్" !	కర్మ ఫలములను అనుభవిస్తూ కనిపించే ఈ జీవాత్మ, ఎందులో **"ఈ దృశ్య - దృశ్యాంతర్గత వ్యవహారమంతా అనుభూతమగుచున్నదో - అట్టి మాధుర్యపరచు మధ్వనము (మధు-వనము), కాలత్రయముగా విస్తరించియున్న ఈశ్వరుడు- ఈ సమస్తము ఆత్మయే"....** అని ఎవ్వరు ఎఱుగుచున్నాడో, అట్టివాడు సర్వ మనో క్లేశములను అధిగమిస్తున్నాడు. భూత-భవిష్యత్ నియామకుడే (పరమాత్మయే) తానుగా తానై గమనిస్తున్నాడు.
6. యః పూర్వం తపసో జాతమ్, అద్భ్యః పూర్వమ్ అజాయత। గుహాం ప్రవిశ్య తిష్ఠంతం యో భూతేభిః యః వ్యపశ్యత, ఏతద్వై 'తత్' ॥	ఏదైతే పూర్వము తపః ఫలంగా లభిస్తూ పూర్వానికి పూర్వమై ఉండి, సర్వ హృదయములలో ప్రవేశించి ఉండి, పంచభూతములతో కూడి ఉన్నట్లుగా పంచభూతాత్మికమై కనిపిస్తున్నదో, అట్టి ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకొని, అట్టి ఆత్మయే తన స్వరూపంగా గ్రహిస్తున్నాడు. **తన ఆత్మయే ఆ పరమాత్మ! పరమాత్మయే ఈ జీవాత్మ.**
7. యా ప్రాణేన సంభవతి అదితిః దేవతామయీ ...., గుహాం ప్రవిశ్య తిష్ఠంతీం యా భూతేభిః వ్యజాయత। ఏతద్వై తత్ ।	ఏదైతే పంచ ప్రాణముల రూపంగా సర్వదేహాలలోను సంభవిస్తోందో, దిగిరాకుండానే సర్వదేవతలకు స్వస్వరూపంగా ఏర్పడి ఉన్నదో, సర్వజీవుల హృదయగుహాలలో ప్రవేశించి సర్వదా ప్రకాశిస్తోందో, ఏదైతే అనేక - అసంఖ్యాక జీవులుగా అయినట్లు అనిపిస్తోందో, ... అదియే పరమాత్మ.
8. అరణ్యోః నిహితో జాతవేదా గర్భ ఇవ సుభృతో గర్భిణీభిః దివే దివే ఈడ్యో జాగృవద్భిః హవిష్మద్భిః మనుష్యేభిః అగ్నిః ! ఏతద్వై తత్ !	అరుణిలో (కట్టెలో) దాగివున్న అగ్నిలాగా గర్భిణీ స్త్రీచే పరిపోషించబడే గర్భస్థ శిశువులాగా, దిన-దినము ప్రబోధితమగుచున్న 'జాగ్రత్'లాగా, హోమాగ్నిలో మనుష్యులచే సమర్పించబడే హవిష్షులాగా, ఏదైతే అంతటా - మౌనంగా, కారణ కారణంగా, అకారణంగా - అన్నిటా ఏర్పడినదై ఉన్నదో అదియే ఆ'తత్' అనే 'శాంతాత్మ'.
9. యతశ్చ ఉదేతి సూర్యో, అస్తం యత్ర చ గచ్ఛతి, తం దేవాః సర్వే అర్పితా తత్ ఉ నాఽత్యేతి కశ్చన ॥ ఏతత్ వై తత్॥	ఎద్దానినుండైతే సూర్యుడు ఉదయిస్తూ తిరిగి ఎద్దానియందు అస్తమిస్తున్నాడో ... ఎద్దానియందు సర్వదేవతలు అలంకారరూపులై ఆభరణములుగా అమర్చబడినవారై ఉన్నారో అట్టి 'ఆత్మ'ను అతిక్రమించి మరింకేమీ లేదు. ఉండజాలదు.
10. యత్ ఏవ ఇహ .... తత్ అముత్ర। యత్ అముత్ర ... తత్ అను ఇహ । మృత్యో స మృత్యుః ఆప్నోతి య ఇహ నానేవ పశ్యతి ॥	ఇక మృత్యువు గురించి విను. ఇక్కడ ఏమున్నదో, మృత్యు తదనంతరం కూడా అక్కడ అదే ఉన్నది. అక్కడ ఏమున్నదో, ... ఇక్కడ అదే ఉన్నది. ఆత్మయే మృత్యువుకు ఈవల-ఆవల ఏక స్వరూపమై ఏర్పడి ఉన్నది. ఎక్కడా కూడా అనేక మనునదే లేదు. ఎవ్వరైతే ఇక్కడ నానాత్వం దర్శిస్తారో, వారు ఒక మృత్యువు నుండి (స్థితి-గతి నుండి) ఇంకొక మృత్యువుకు ప్రయాణాలు కొనసాగిస్తూనే ఉంటారు. (ఏకత్వం దర్శించేవారి దృష్టికి మృత్యువు లేదు).
11. మనసా ఏవ ఇదమ్ ఆప్తవ్యమ్, న ఇహ(నేహ) నానాస్తి కించన మృత్యోః స మృత్యుం గచ్ఛతి, య ఇహ నానా ఇవ పశ్యతి ॥	ఇక్కడ ఉన్నదంతా ఏకమగు 'శాంతాత్మ' యొక్క విన్యాసము. వాస్తవానికి ఇక్కడ నానాత్వమనేది కించిత్ కూడా లేదు. అయితే ఇక్కడ మనస్సే ఇదంతా భిన్న భిన్నంగా పొందటం జరుగుతోంది. ఇక్కడ ఎంతవరకు **ఎవ్వరికి నానాత్వం కనిపిస్తోందో వారు ఒక మృత్యువు నుండి మరొక మృత్యువుకు ప్రయాణిస్తూనే ఉండవలసి వస్తోంది. అమృతమగు ఆత్మస్వానుభవమగుటలేదు.**

12. అంగుష్ఠ మాత్రః పురుషో మధ్య ఆత్మని తిష్ఠతి
ఈశానో భూత-భవ్యస్య, న తతో విజుగుప్సతి-ఏతద్వైతత్॥

13. అంగుష్ఠమాత్రః పురుషో జ్యోతిః ఇవ అధూమకః
ఈశానో భూత భవ్యస్య । స యేవ అద్య । స ఉ శ్వః ।
ఏతత్ వై తత్॥

బొటనవ్రేలు ప్రమాణం (నిలువుగా నిలిపిన బొటనవ్రేలు 'తత్'కు చిహ్నం) గల **"ఆత్మ పురుషుడు"** కాలత్రయ నియామకుడై (భూత-వర్తమాన-భవిష్యత్తులందు యథాతథమై), సర్వుల హృదయాకాశంలో మధ్యగా తిష్ఠితుడై ఉన్నారు. ఆయన పొగలేని జ్యోతి (అగ్ని) వలె వెలుగొందుచూ సర్వుల దేహాలలో సర్వదా వేంచేసి ఉన్నారు. వారి దర్శనమే ఏకత్వ దర్శనం. వారే ప్రతి జీవుని నిన్నటి - నేటి - రేపటి నిజస్వరూపం. అట్టి కేవల ఆత్మజ్యోతి స్వరూపమే ఇదంతా.

---

14. యథా ఉదకం దుర్గే వృష్టం
పర్వతేషు విధావతి,
ఏవమ్ ధర్మాన్ పృథ్వ పశ్యన్
తానేవ అను విధావతి॥

15. యథా ఉదకం శుద్ధే శుద్ధం ఆసిక్తం తాదృగేవ భవతి,
ఏవం మునే విజానతా ఆత్మా భవతి ! గౌతమా !

ఎత్తైన కొండపై పడ్డ వర్షపునీరు పల్లముజేరునట్లు, భేదదృష్టి గల జీవుడు అనేక ఉపాధులలోకి నిమ్నగతుడు అగుచున్నాడు. శుద్ధమైన ఉదకం శుద్ధమైన ఉదకంలో పోయపడినప్పుడు శుద్ధమైన ఉదకంగానే అయిపోతుంది చూచావా? రెండూ గుర్తు పట్టనంతగా కలిసిపోతాయి కదా! మలినము (అజ్ఞానము)తో కూడిన ఆత్మ 'జీవుడు' అని చెప్పబడుతోంది. అజ్ఞానం తొలగిన మరుక్షణం ఈ జీవుడే పరమాత్మ. దృష్టి ఆత్మజ్ఞానమయమైన మరుక్షణం జీవుడు - బ్రహ్మము అను రెండు వేరుగా ఉండవు. ఏకము, అఖండము అగు ఆత్మయే సర్వదా స్వానుభవమౌతుంది.

పంచమ వల్లి

పంచమవల్లి

1. పురమ్ ఏకాదశ ద్వారమ్ అజస్య అవక్ర చేతసః
అనుష్ఠాయ న శోచతి, విముక్తశ్చ విముచ్యతే।
ఏతత్ వై తత్॥

ఏ జన్మ రహితమగు 'తత్' - (శాంతాత్మ) 11 ద్వారములు గల ఈ దేహము అనే పురంలో ప్రకాశిస్తున్నారో, ... అట్టి ఆత్మ తత్త్వము (సర్వాత్మ)ను ఎవరు అచంచలమైన - అకుంఠితమైన బుద్ధితో ఉపాసిస్తున్నారో అట్టివారికి దుఃఖ విషయమే ఉండదు. అంతేకాదు. **అజ్ఞాన బంధం తొలగి జన్మమృత్యువుల నుండి విముక్తుడగుచున్నారు.**

---

2. హగ్ంసః శుచిషత్। వసుః అంతరిక్షసత్।
హోతా వేదిసత్। అతిథిః దురోణసత్।
నృషత్। వరసత్। ఋతసత్। వ్యోమసత్।
అబ్జా, గోజా, ఋతజా, అద్రిజా, ఋతమ్ బృహత్ ॥

ఒకే సూర్యుడు అనేక ప్రదేశాలలో ప్రకాశిస్తున్నట్లు, ఆత్మ భగవానుడు అనేక దేహాలలో అనేక జీవన ప్రకాశములను ప్రదర్శిస్తున్నారు. ఒకేగాలి యొక్క అనేక తరంగాలు ఆకాశంలో ఉంటున్నట్లు, అసంఖ్యాక మనో వృత్తి పరంపరలు జీవులు రూపంగా అద్దానియందే ఉన్నాయి. యజ్ఞవేదికపై అగ్నిలాగా, కుండలోని సోమంలాగా ... మానవులలో - దేవతలలో-యజ్ఞంలో - కొండపై .... **అంతటా బృహత్తరమైన సత్యమై - ఆత్మ దేవాది దేవుడే సర్వత్రా వెలయుచున్నాడు.**

---

3. ఊర్ధ్వం ప్రాణమ్ ఉన్నయతి, అపానం ప్రత్యక్ అస్యతి,
మధ్యే వామనం ఆశీనం విశ్వే దేవాః ఉపాసతే ॥

సర్వాత్మకుడగు ఆత్మభగవానుడే సమస్త దేహాలలో ఉండి, ప్రాణమును ఊర్ధ్వానికి, అపానమును క్రిందకు ప్రసరింపజేస్తూ ... ఆ ప్రాణ-అపానముల మధ్య ఆశీనుడై, ఈ విశ్వము తన రూపముగా కలవాడై అందరు దేవతల చేత ఉపాశించ బడుచున్నారు.

---

4. అస్య విస్రంసమానస్య శరీరస్థస్య తస్య దేహినః
దేహాత్ విముచ్యమానస్య కిమ్ అత్ర పరిశిష్యతే,
ఏతత్ వై తత్ !

ఈ జీవుని యందు దేహము + శాంతాత్మ కలియకయే కలిసిఉన్నాయి. దేహి నుండి దేహ - దేహత్వములు విడదీసి చూస్తే అప్పుడిక ఏది కేవలమై సర్వదా శేషిస్తోందో ... అదియే ఆత్మ, (దేహం నుండి మన దేహి స్వరూపం విడదీసి చూస్తే కేవలమగు అట్టి స్వస్వరూపమే ఆత్మ).

---

5. న ప్రాణేన, న అపానేన మర్త్యో జీవతి కశ్చన।
ఇతరేణ తు జీవంతి యస్మిన్ ఏతా ఉపాశ్రితౌ ॥

ఓ నచికేతా! ఈ జీవుడు ప్రాణ - అపానముల కారణంగా జీవిస్తున్నాడను కొంటున్నావా? లేదు. ప్రాణ - అపానములు దేని ఆధారముచే కదలుచున్నాయో (రెండింటిని ఏది కదల్చుచున్నదో) అట్టి ఆత్మశక్తియొక్క మహిమవలన జీవిస్తున్నాడు.

---

6. హంత ! తే ఇదం ప్రవక్ష్యామి గుహ్యం బ్రహ్మ సనాతనమ్।
"యథా చ మరణం ప్రాప్య ఆత్మాభవతి" గౌతమ్

బిడ్డా! ఇప్పుడు అతి రహస్యమగు సనాతన-బ్రహ్మము గురించి, మరణానంతరం జీవాత్మకు ఏమగుచున్నదో ... దాని గురించి చెప్పుచున్నాను. శ్రద్ధగా ఆలకించు. (సనాతనము = జన్మకర్మల కంటే మునుముందే ఉన్న స్వస్వరూపము).

7. యోనిమ్ అన్యే ప్రపద్యంతే శరీరత్వాయ దేహినః స్థాణుమ్ అన్యే అనుసంయాతి యథా కర్మ, యథా శ్రుతమ్ ॥	ఈ జీవుని అభ్యాస - జ్ఞానములను అనుసరించియే వర్తమాన దేహము పొందటం జరుగుతుంది. ఇక ఇప్పటి కర్మ - జ్ఞానములను అనుసరించి మరొక యోని (దేహం)లో ప్రవేశించటమో, మరొక స్థానువు (చెట్లు - రాయి) మొదలైన రూపాలు పొందటమో జరుగుతోంది.
8. య ఏషు సుప్తేషు జాగర్తి కామం కామం పురుషో నిర్మిమాణః, తదేవ శుక్రం। తత్ బ్రహ్మ । తదేవ అమృతమ్ ఉచ్యతే। తస్మిన్ లోకాః శ్రితాః సర్వే। తత్ ఉ న అత్యేతి కశ్చన! ఏతద్వై తత్!	మనస్సు చేతనే అవన్నీ పొందబడుచున్నాయి. అయితే, ఏదైతే స్వప్న - జాగ్రత్తులలో తనకు తానుగా, తాను కోరుకొన్న రీతిగానే దృశ్యాలు కల్పించుకొంటోందో, వాటికి తాను సర్వదా వేరుగానే ఉంటోందో అదియే **నిర్మలమగు తత్‌బ్రహ్మము.** అద్దాని స్వరూపం **అమృతము.** అద్దానియందు **లోకాలన్నీ అమర్చబడి ఉన్నాయి.** దానిని దాటి ఇక ఏదీలేదు. ఎద్దానిని దాటటానికి మరింకేమీ లేదో ... అదియే బ్రహ్మము.
9. అగ్నిః యథా ఏకో భువనం ప్రవిష్టో రూపం – రూపం ప్రతిరూపో బభూవ ఏకః తథా సర్వభూత 'అంతరాత్మా' రూపం – రూపం ప్రతిరూపో బహిశ్చ ॥	అగ్ని అంతటా ఒక్కటే అయి, తనకంటూ ఏ ఆకృతిలేనిదై ఉండికూడా, ఏ వస్తువును స్పృశిస్తే ఆ వస్తు ఆకారం తాను సంతరించుకొంటోంది చూచావా? అయినా కూడా, అగ్ని తాను కాల్చుచున్న వస్తువుకు పరిమితము కాదు కదా! సర్వజీవులలోని అంతరాత్మ సర్వదా ఏకమే అయి ఉండి ఈ దేహములను ఆశ్రయించి తద్రూపంగా తానే అగుచున్నది. **అయినా కూడా నామ-రూపములచే పరిమితము కాదు.**
10. వాయుః యథా ఏకో, భువనం ప్రవిష్టో రూపం – రూపం ప్రతిరూపం బభూవ, ఏకః తథా సర్వభూతాంతరాత్మా రూపం – రూపం ప్రతిరూపో బహిశ్చ ॥	వాయువు అంతటా ఏకమే అయివుండి ఏ (బూరవంటి) వస్తువులలో ప్రవేశిస్తే ఆ రూపం తనదేగా అగుచున్నదో, సర్వజీవుల అంతరాత్మ (పురుషుడు) సర్వదా ఏకము - అరూపము అయి ఉండియే **ఈ సర్వరూపాలుగా ప్రదర్శితము అగుచున్నది.**
11. సూర్యో యథా సర్వలోకస్య చక్షుః న లిప్యతే చాక్షుషైః బాహ్య దోషైః ఏకః తథా సర్వభూతాంతరాత్మా న లిప్యతే లోక దుఃఖేన బాహ్యః ॥	సూర్యకిరణాలు ప్రసరిస్తున్నాయి. వస్తువులను ప్రకాశింపజేస్తున్నాయి. అయితే, ఒకనికి కంటి దోషంచేత వస్తువులు సరిగ్గా కనబడకపోతే ఆ దోషం సూర్యకిరణాలకు అంటుతోందా? లేదే! పోనీ ఆ వస్తువుల దోషములు సూర్య కిరణములకు అంటుతాయా? అదీ లేదు. అలాగే **ఈ ఈ జీవులు లౌకికంగా అనుభవించే సుఖదుఃఖాలు మొదలైనవి అంతరాత్మకు అంటవు.**
12. ఏకో వశీ సర్వభూతాంతరాత్మా ఏకం రూపం (బీజం) బహుధా యః కరోతి తమ్ ఆత్మస్థం యే అనుపస్యంతి ధీరాః తేషాం సుఖమ్ శాశ్వతం ! నేతరేషామ్ ॥ (న–ఇతరేషామ్)	ఏ సర్వ నియామకుడు, సర్వాంతర్యామి, సర్వభూతాంతరాత్మ ఏకరూపుడై కూడా అనేక రూపాలుగా ప్రవర్తిస్తూ కనిపిస్తున్నాడో ... **అట్టి సర్వాంతర్యామిని తన హృదయము నందే దర్శించుచున్న ధీమంతుని సుఖము మాత్రమే శాశ్వతము. తదితరుల సుఖము అశాశ్వతము.**
13. నిత్యో అనిత్యానాం, చేతనః చేతనానామ్ ఏకో బహూనామ్ యో విదధాతి కామాన్, తమ్ "ఆత్మస్థం" యే అనుపశ్యంతి ధీరాః తేషాం శాంతిః శాశ్వతీ। నేతరేషామ్ ॥ (న–ఇతరేషామ్)॥	అనిత్యమైన వస్తువుల మధ్య నిత్యమైనది. కదిలేవన్నిటినీ కదిలించేది. తాను ఏకమే అయి ఉండి అనేకుల రూపంగా కోర్కెలు నెరవేర్చునది అయినట్టి - ఆ సర్వాంతర్యామి - సర్వ నియామకము అగు ఆత్మను తనయందే ఏధీరుడు దర్శిస్తాడో, ... ఆతడే శాశ్వతమగు శాంతిని పొందుచున్నాడు. అట్లా దర్శించనివాడు శాంతిని పొందలేకపోతున్నాడు.
14. "తత్ ఏతత్" ఇతి మన్యంతే అనిర్దేశ్యమ్ । పరమమ్ సుఖమ్, కథ ను తత్ విజానీయామ్ ? కిమ్ ఉభాతి విభాతి వా?	"దృశ్యరూపంగా కనిపిస్తూనే అనిర్దేశ్యము - పరమ సుఖము అయినట్టి ఈ నా యొక్క - నాయందలి ఈ కేవలీతత్త్వమే అది" అని ఆత్మజ్ఞులు గమనించుచున్నారు. అది ప్రకాశించేదా? ప్రకాశింపచేసేదా? తెలియబడేది? **తెలుసుకొనేదే అది. అద్దానిని తెలుసుకోవటమెక్కడిది?** (గమనించటమే అద్దాని అనుభవం).
15. న తత్ర సూర్యో భాతి । న చంద్ర – తారకం । నేమా (న ఇమా) విద్యుతో భాతిః (భాంతి) । కుతో అయమ్ అగ్నిః? తమేవ భాంతమ్ అనుభాతి సర్వం। తస్య భాసా సర్వమిదం విభాతి ॥	ఈ సూర్య - చంద్ర - నక్షత్రాలు విద్యుత్ కాంతిలో అది చూడబడేది కాదు. అద్దాని ప్రకాశం చేతనే సూర్య చంద్ర నక్షత్రాదులు చేతనము పొంది ప్రకాశమును ప్రదర్శించగలుగుచున్నాయి.

6వ వల్లీ

షష్ఠమ వల్లి

1. ఊర్ధ్వమూలో అవాక్ శాఖః।
ఏషో అశ్వత్థః సనాతనః। తదేవ శుక్రం। తత్ బ్రహ్మ।
తదేవ అమృతమ్ ఉచ్యతే। తస్మిన్ లోకాః శ్రితాః సర్వే
తత్ ఉ నాత్యేతి కశ్చన, ఏతద్వైతత్॥

ఈ దృశ్యము 'అనే అశ్వత్థ వృక్షము' యొక్క మూలము ఆత్మయందు, శాఖలు క్రింద వైపుగా ప్రకృతి యందు విస్తరించి ఉన్నాయి. అనగా, (ఈ దృశ్యము యొక్క) మూలము ఊర్ధ్వంగా, శాఖలు క్రిందికి ఉన్నాయి. (ఊర్ధ్వమున నిర్గుణ బ్రహ్మము. ఈ జగత్తు సగుణ బ్రహ్మము). పైన నిర్గుణంగా - క్రిందికి సగుణంగా ఏదేతై అంతటా ఉన్నదో .... అదియే తేజోమయ రూపము - శుద్ధము అగు పరమాత్మ. దేనినైతే ఏదీ అతిక్రమించజాలతో అదియే ఆ 'తత్'. శబ్దార్థమగు కేవలాత్మ (లేక) పరబ్రహ్మము కూడా.

---

2. యత్ ఇదం కించ జగత్ సర్వం
ప్రాణ ఏజతి నిః సృతామ్
మహత్ భయం వజ్రం ఉద్యతమ్
య ఏతత్ విదుః, అమృతాః తే భవంతి ॥

కించిత్ నుండి **'బృహత్'** దాకా 'జగత్' అని పిలువబడే - ఇక్కడి సర్వము ఎద్దాని యొక్క ప్రాణశక్తి యొక్క ప్రదర్శనా చమత్కారమో, ఏదైతే ఎత్తబడిన వజ్రమువలె వెనుకగా ఉండి సర్వమును నియమించి నడిపిస్తోందో అట్టి సర్వాత్మస్వరూపమగు అంతరాత్మ (లేక) బ్రహ్మమును ఎరుగుటచేత మాత్రమే **'అమృతత్వము'** లభిస్తోంది. 'మృతత్వము' అధిగమించబడుతోంది.

---

3. భయాత్ అస్య అగ్నిః తపతి। భయాత్ తపతి సూర్యః।
భయాత్ ఇంద్రశ్చ, వాయుశ్చ। మృత్యుః ధావతి పంచమ ॥

అద్దానియొక్క భయము చేతనే సర్వము ప్రవర్తిస్తోంది. భయము చేతనే అగ్ని మండుతోంది. సూర్యుడు ప్రకాశిస్తున్నాడు. ఇంద్రుడు ఇంద్రియములను పాలిస్తున్నారు. వాయువు సంచనములతో కూడి ప్రసరిస్తున్నది. అద్దాని భయముచే నియమానుసారంగా (జన్మ-బాల్యము-కౌమార-యౌవనము-వార్థ్యములకు ఆవల) '5'వది అగు మృత్యువు తన ధర్మాన్ని నిర్వర్తిస్తోంది.

---

4. ఇహచేత్ అశకత్ బోద్ధుం, ప్రాక్ శరీరస్య విస్రసః
(నచేత్) తతః సర్గేషు లోకేషు, శరీరత్వాయ కల్పతే ॥

ఆ 'తత్' లేక 'శాంతాత్మ' అగు పరతత్త్వాన్ని ఇక్కడే ఈశరీరం కూలక ముందే ఎవ్వడైతే గ్రహించడో, పరమాత్మ జ్ఞానాన్ని సంపాదించడో ... అట్టివాడు మరల మరల ప్రాణులుండే లోకాలలో జన్మలు, మృత్యువులు పొందుతూనే ఉంటాడు.

---

5. యథా ఆదర్శే తథా ఆత్మని।
యథా స్వప్నే తథా పిత్రులోకే।
యథా అప్సు పరీవ దదృశే
తథా గంధర్వలోకే।
ఛాయా – తపయోరివ బ్రహ్మలోకే ॥

అట్టి సర్వాతీతమైన ఆత్మయొక్క స్వరూపం హృదయం అద్దంలోని ప్రతిబింబం లాగా కనిపిస్తోంది. పితృలోకంలో స్వప్న వస్తువువలె, గంధర్వ లోకంలో జలంలోని తరంగంలాగా అనుభవమౌతోంది. బ్రహ్మలోకంలో ప్రకాశము - నీడలవలె బ్రహ్మము - దృశ్యజగత్తులు తెలియవస్తున్నాయి. (ఆత్మ జ్ఞానికి అనునిత్యమగు స్వస్వరూపమే అగుచున్నది).

---

6. ఇంద్రియాణాం పృథక్ భావమ్
ఉదయ – అస్తమయౌ చ యత్
పృథక్ ఉత్పద్యమానానాం
మత్వా ధీరో న శోచతి ॥

ఉత్పత్తి - వినాశనములు స్వభావంగా గల ఈ ఇంద్రియములకంటే వేత్రై, వీటికి సాక్షి అయి పరబ్రహ్మము సంప్రకాశమానమై ఉన్నది.. ఈ ఇంద్రియములు వేఱు-వేత్రైన పంచతత్త్వాల నుండి జనించి ఇక్కడ కలిసి మరల యథాస్థానం (ఆత్మలోనికే) చేరుచున్నాయి. **ఆత్మ సర్వదా యథాస్థానంలో యథాతథంగా ఉన్నది.** ఇది గ్రహించిన ధీరుడు ఇక దేనికీ శోకించడు.

---

7. ఇంద్రియేభ్యః పరం మనః।
మనసః సత్వమ్ ఉత్తమమ్।
సత్వాన్ అధి మహాన్ ఆత్మా
మహతో అవ్యక్తమ్ ఉత్తమమ్ ॥

ఇంద్రియ - ఇంద్రియార్థములకు వేరుగా మనస్సు ఉన్నది. మనస్సుకు అతీతంగా బుద్ధి ఉన్నది. బుద్ధికి ఆవల బుద్ధికి అతీతమై జీవాత్మ ఉన్నది. అట్టి జీవాత్మకంటే 'అవ్యక్తము' (జీవాత్మగా వ్యక్తమయ్యేది) ఉన్నది.

---

8. అవ్యక్తాత్ తు పరః పురుషో
వ్యాపకో అలింగయేవ చ।
యత్ జ్ఞాత్వా ముచ్యతే జంతుః
అమృతత్త్వం చ గచ్ఛతి ॥

ఆ అవ్యక్తానికి ఆవల పురుషుడు **సర్వ వ్యాపకుడై, ఇంద్రియములకు అవిషయుడై**, వాటికి నియామకుడు - యజమాని అయివున్నాడు. **అట్టి తన సర్వాత్మ స్వరూపాన్ని గ్రహించిన జీవుడు సర్వ బంధముల నుండి విడివడి అమృతత్వమును తనయొక్క అనిత్య-అప్రతిహత స్వానుభవముగా తీర్చిదిద్దుకొనుచున్నాడు.**

9. న సందృశే తిష్ఠతి రూపమ్ అస్య। న చక్షుషా పశ్యతి కశ్చన ఏనమ్। హృదా మనీషా మనసా అభిక్లుప్తో, య ఏతత్ విదుః, అమృతాః తే భవంతి ॥	అట్టి పరమపురుషుని రూపము ఇంద్రియములకు దృశ్య రూపంగా గోచరించేది కాదు. అనగా కళ్ళకు కనిపించేది కాదు. మరి? నిర్మలమైన బుద్ధికి హృదయంలోనే అభివ్యక్తమగుచున్నాడు. **అట్టి తన హృదయంలోనే వేంచేసియున్న ఆ పరమపురుషుని గ్రహించినవాడు మృత్యువును అధిగమించి అమృతరూపుడగుచున్నాడు. (అందుచేత మృత్యువును జయించటానికే, మృత్యువు గురించి ఎరగటమే మార్గమైయున్నది).**
10. యదా పంచా అవతిష్ఠంతే జ్ఞానాని మనసా సహ, బుద్ధిశ్చ న విచేష్టేత తామ్ ఆహుః పరమాం గతిమ్ ॥	పంచ జ్ఞానేంద్రియములు (చూపు - వినికిడి - వాసనాస్వాదన - రుచి- స్పర్శ), - మనస్సు - బుద్ధి తమ చంచలత్వము త్యజించి ఎప్పుడు నిశ్చలత్వము పొందుతాయో, అప్పుడు 'పరమపురుషత్వము' అనబడు పరమ పదము స్వయముగా సిద్ధించుచున్నది. అదియే 'పరమగతి' అనబడుచున్నది.
11. తాం 'యోగమ్' ఇతి మన్యంతే స్థిరా ఇంద్రియ ధారణమ్। అప్రమత్తః తదా భవతి యోగో హి ప్రభవాప్యయౌ ॥	బాహ్యేంద్రియములను ఉపయోగించకపోవటమే 'యోగము' - అని కొందరు అజ్ఞానం చేత అనుకుంటున్నారు. కానీ, ఎప్పుడు 'ఇదంతా పరమాత్మయే' అనే అప్రమత్తత సునిశ్చితమై ఉంటుందో, అప్పటి అట్టి ఆత్మధ్యాన-ఆత్మభావనా రూపమగు - **అనునిత్య సందర్శనమే యోగము - యోగధారణ కూడా.**
12. నైవ (న ఏవ) వాచా, న మనసా ప్రాప్తుం శక్యో, న చక్షుషా। "అస్తి" ఇతి బ్రువతో - అన్యత్ర కథం "తత్" ఉపలభ్యతే?	అట్టి పరమ పురుషుని స్థానము - ఈ భౌతికమైన వాక్ - చక్షువు - మనస్సులను ఉపయోగించి పరిశోధించి ఎవ్వరూ తెలుసుకోజాలరు. "ఆత్మ ఉన్నది" అని గ్రహించినవారి అనుభవమే ఆత్మతత్త్వమునకు ప్రమాణం. అంతకుమించి త్రోవఏది?
13. 'అస్తి' ఇత్యేవ ఉపలబ్ధవ్యః తత్త్వ భావేన చ ఉభయోః। 'అస్తి' ఇత్యేవ ఉపలబ్ధస్య తత్త్వ భావః ప్రసీదతి ॥	**"మట్టి - మట్టి బొమ్మలలో మట్టియే సత్యమయినట్లు, ఈ నామ రూపాత్మక జగత్తుకు ఆధారమై శాంతాత్మ సర్వత్రా వేంచేసినదై ఉన్నది. అదియే ఈ తదితర జీవులతో కూడిన దృశ్య జగత్తుగా కనిపిస్తోంది"** - అని అభ్యాసం చేస్తూ ఉంటే అది తప్పక ఉపలబ్దం అవుతోంది.
14. యదా సర్వే ప్రముచ్యంతే కామాయే అస్య హృది శ్రితాః, అథ మర్త్యో అమృతో భవతి। అత్ర బ్రహ్మ సమశ్నుతే ॥ (సః అశ్నుతే)	ఎప్పటికైతే "ఈ దృశ్యంలో ఏదో కావాలి - పొందాలి - తొలగాలి" అని అభిలషించే 'కామము' అనే వ్యసనము హృదయమునుండి తొలగుతుందో అప్పుడు ఈ జీవుడు **ఇక్కడే ఇప్పుడే బ్రహ్మమును పొందుచున్నాడు.** 'బ్రహ్మమే తాను'గా అయి అవిచ్ఛిన్నమగు ఆత్మానందమును సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.
15. యదా సర్వే ప్రభిద్యంతే హృదయస్య ఇహ గ్రంథయః అథ మర్త్యో అమృతో భవతి। ఏతావత్ హి అనుశాసనం ॥	హృదయములోని అనేక చిక్కుముళ్ళు ఒక్కొక్కటిగా వీడుతూ ఉండగా ఇక్కడే ఈ జీవాత్మ పరమాత్మగా రూపొందగలడు - అని శాస్త్రములు చెప్పే అంతిమ సిద్ధాంతం. శాస్త్రము యొక్క **అనుశాసనము.**
16. శతం చ ఏకా చ హృదయస్య నాడ్యః తాసాం మూర్ధానం అభినిస్సృత ఏకా। తయో "ఊర్ధ్వమ్" ఆయనం అమృతత్వమ్ ఏతి। విష్వన్ అన్యా ఉత్క్రమణే భవంతి ॥	హృదయం నుండి బయలుదేరే 101 నాడీ మార్గాలలో 100 నాడీమార్గాలు శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస - గంధానుభావములవైపుగా ప్రసరించి ఉన్నాయి. ఒకానొక నాడీ మార్గం మాత్రం ఊర్ధ్వగామి అయివున్నది. అట్టి (బ్రహ్మనాడి అనబడు) 101వ నాడియొక్క అభ్యాసపూర్వక 'అనుసరణము' చేతనే ఈ జీవుడు మృత్యువు యొక్క పరిధిని అధిగమిస్తున్నాడు.

17. అంగుష్ఠమాత్రః పురుషో అంతరాత్మా సదా జనానాం హృదయే సన్నివిష్టః, తం స్వాత్ శరీరాత్ ప్రవృహేత్ ముంజాత్ ఇవ ఇషీకామ్ ధైర్యేణ తం విద్యాత్ శుక్రమ్ అమృతమ్। తం విద్యాత్ శుక్రమ్ అమృతమ్। ఇతి ॥	అంగుష్ఠమాత్ర పరిమాణం గల ఆ సర్వాంతర్యామియగు పరమ పురుషుడు సమస్త ప్రాణుల హృదయములో "కేవల - నిర్మల సాక్షి"యై - వెలుగొందుచున్నాడు. ఆయనయే అంతరాత్మ - పరబ్రహ్మము - పరమపురుషుడు - పరమాత్మ కూడా! ఈ జీవుడు ముంజ గడ్డి నుండి ఈకను పైకి తీసినట్లు ఆ తనయందలి అంతరాత్మను తన శరీరము నుండి వేఱుపరచుకోవాలి. "ఈ శరీర ధర్మములేవీ ఆ అంతరాత్మకు లేవు" అని గ్రహించాలి. శరీరము-దృశ్యముల కంటే ఆత్మ భిన్నమైనదని గమనించాలి. "అట్టి ఆత్మకు ఈ సమస్తము అభిన్నము" అని కూడా గమనించాలి. ఆ వేఱుబడిన అంగుష్ఠమాత్ర పురుషుని **"పరిశుద్ధ చిన్మాత్రము - అమృత స్వరూపము"** అగు బ్రహ్మముగా గ్రహించాలి. **ఆ పరిశుద్ధ బ్రహ్మమే తానని సుస్పష్ట - సునిశ్చిత పరచుకోవాలి.**

18. మృత్యు ప్రోక్తాం నచికేతో అథ లబ్ధ్వా
విద్యాం ఏతాం యోగ విధించ కృత్స్నమ్
బ్రహ్మ ప్రాప్తో విరజో అభూత్ విమృత్యుః।
అన్యోఽపి ఏవం యో విదతి అధ్యాత్మ మేవ ॥

ఇతి కఠవల్లీ ఉపనిషత్
కఠోపనిషత్ సమాప్తా
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

మృత్యుదేవతయగు యమభగవానునిచే ఈ బ్రహ్మవిద్య బోధించబడినది. అట్టి బ్రహ్మ విద్యను యోగవిధిగా ఎవ్వడైతే పొందినవాడై నిర్మల దర్శనమును సంతరించు కుంటాడో, ... అట్టివాడు బ్రహ్మమే తన స్వరూప - స్వభావాలుగా గమనిస్తున్నాడు. **"మృత్యువు నా స్వభావమే కాదు"** అని గ్రహిస్తున్నాడు.

ఎవ్వరైనా సరే శ్రద్ధతో కూడిన అధ్యయనముచే **ఈ ఆత్మ విద్య** గ్రహించి ఆచరించటానికి అర్హులే.

ఓం సహనావవతు। సహనౌ భునక్తు।
సహవీర్యం కరవావహై। తేజస్వినా వధీతమస్తు। మావిద్విషావహై॥
ఓం శాంతి శ్శాంతి శ్శాంతిః

గురుశిష్యులమగు మేమిరువురము ఆత్మభగవానుని అనుగ్రహ పాత్రుల మయ్యెదముగాక! ఈ గురు - శిష్య సంవాద ఫలము ఇరువురము భుజించెదముగాక! ఇరువురము వీర్య - తేజములతో శోభించెదము గాక! ఒకరినొకరు ద్వేషించక ప్రేమించు కొనెదముగాక!

ఇతి కఠవల్లీ ఉపనిషత్
కఠోపనిషత్ సమాప్తము
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

⌘ ⌘ ⌘

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

7 కఠోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

1. ప్రథమ వల్లి - "పరిప్రశ్న

అరుణి మునీంద్రుని కుమారుడు ఆరుణి. వాజస్రవసువు - నామధేయుడు. ఆయన **"నేను ఆనందమయమైన లోకాలు పొందాలి"** - అనే ఆశయంతో అనేక యాగములు, యజ్ఞములు నిర్వర్తిస్తూ ఉండేవారు.

ఆయనకుగల బహు సంతానంలో మధ్యవాడు **'నచికేతుడు'**. 7 సంవత్సరముల వయస్సువాడు. తండ్రి వెంట ఉండి, యాగ సమయములలో తండ్రి దగ్గరే కూర్చుని, ఆయా యాగ విధానాలలో పాల్గొంటూ తండ్రికి చేదోడుగా సేవిస్తూ ఉండేవాడు. ఆ పిల్లవాని చురుకుతనము, యోగ-జ్ఞానములపట్ల గల సునిశితమైన అవగాహనలను చూచి తల్లిదండ్రులు, గురువులు ఆనందం పొందుతూ ఉండేవారు.

ఒకసారి ఆ వాజశ్రవసువు **'విశ్వజిత్'** అనే పేరుగల గొప్ప యాగం ప్రారంభించారు. ఆ యాగ కార్యక్రమం కొన్నిరోజులుగా కొనసాగింది. సుదూర ప్రాంతాల నుండి అనేకమంది వచ్చి ఆ యాగ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. చూచి ఆనందించారు. క్రమంగా యాగమంతా పూర్తి కావస్తూ, ఆ కార్యక్రమము చివరి రోజుకు వచ్చింది. యాగము యొక్క నియమమును అనుసరించి ఆ యజ్ఞకర్త అయిన వాజశ్రవసువు 'విశ్వజిత్' అనే శబ్దార్థాన్ని ఉద్దేశిస్తూ తనకున్న సంపదను ఇతరులకు ఇచ్చివేయవలసియున్నది. తనకున్నది ఇచ్చే సంజ్ఞారూపంగా తన గోసంపదలోగల ఆవులను ముందుగానే ఎంపికచేసి ఉంచుకున్నారు. ఇక ఆపై **యాగఫలప్రదాన కార్యక్రమ విభాగంగా** ఆ యాగంలో పాల్గొన్న ఒక్కొక్క బ్రాహ్మణుని పిలిచి ఒక్కొక్క ఆవును దానం ఇచ్చివేయటం ప్రారంభించారు.

కుమారుడైన నచికేతుడు తండ్రి చేస్తున్న **సర్వస్వదాన కార్యక్రమంలో** తండ్రికి ఎప్పటిలాగానే సహాయం చేస్తూ ఉన్నాడు. ఆ 7 సంవత్సరాల పిల్లవాడంటే తండ్రికి ఎంతో ఇష్టం. ఆ పిల్లవాడు కూడా తల్లిదండ్రులను **- ఆరాధ్య ప్రత్యక్ష దేవతలు -** అనే భావంతో చూచేవాడు. చిన్నప్పటి నుండే తండ్రి దగ్గర, గురువుల దగ్గర అనేక పవిత్రమైన శాస్త్ర విశేషాలు విని, ఆ ప్రయోజనంగా అత్యంత వినమ్రతతో సేవించటం ఆతనికి అలవాటైన విషయమే. ఆతడు అప్పటికీ గురుకులంలో విద్యాభ్యాసియే.

❐ ❐ ❐

ఆ విధంగా గోదానాలు తండ్రిచేస్తూ ఉండగా, ఇంతలో నచికేతుడు అక్కడ దానం చేయబడుచున్న గోవులను కాకతాళీయంగా, పరికించి చూడటం జరిగింది. అట్లా చూస్తూ చూస్తూ ఉండగా, ... ఆతని **మనస్సులో తళుక్కుమని** ఒక ఆలోచన వచ్చి, ... అది **మరింతగా బలం పుంజుకోసాగింది.** ఆ నచికేతుడు అట్లా ఆలోచిస్తూనే తండ్రి వాజశ్రవసువు దగ్గరకు అడుగులు వేస్తూ వెళ్ళి **ఇట్లా ప్రశ్నించసాగాడు.**

నచికేతుడు : తండ్రీ! ఇప్పుడు **నాకు ఒక అనుమానం** వచ్చింది. **అడగటానికి అనుజ్ఞయే కదా?**

గోవులను దానంచేస్తూ, అనేకమందితో చిరునవ్వుల పలకరింపులు నిర్వర్తిస్తూ ఉన్న వాజశ్రవసువు కొడుకు ముద్దుగా అంటున్న మాటలు విని, ముద్దుగా దగ్గిరకు పిలిచారు. అక్కడి వేద పండితులతో, **"వేదపండిత వరేణ్యులారా! ఈ మా అబ్బాయికి ఏదో అనుమానం వచ్చినట్లుంది."** .... అని పలుకుచూ చిరునవ్వుతో నచికేతునివైపు మెల్లగా చూచారు.

శ్రీ వాజశ్రవసువు : ఏమిటి నాన్నా! నీకు ఏమి అనుమానం వచ్చిందో, ... అడుగు!

నచికేతుడు : తండ్రీ! మనం ఈ విశ్వజిత్ యాగము ఎందుకు చేస్తున్నాం? దీనివలన మనకు ఏమిటి లాభం?

వాజశ్రవసువు : అదేమిరా! అట్లా అడుగుతావు! ఏమి ప్రశ్నరా అది? ఈ యాగం చేస్తే ముందుముందు ఈ యాగ దేవతలు మనకు, మన పితృ దేవతలకు, ఉత్తమలోకాలు ప్రసాదిస్తారు.

నచికేతుడు : అవును కదా! ఆనందమయ లోకాలు ముందుముందు లభించాలని కదా, ఇటువంటి యాగం మనం శ్రమపడి చేస్తున్నాం?

వాజశ్రవసువు : అవును! అది సరే! ఇప్పుడా విషయం ఎందుకడుగుచున్నావ్? పోయి చెప్పిన పనిలో ఉండు, నాయనా!

నచికేతుడు : అదిగో! అటు చూడండి! మనం దానం చేయటానికి మన పశువుల కొట్టం నుండి తెచ్చిన ఆవులన్నీ కూడా ఎట్లా ఉన్నాయో గమనిస్తున్నారా? **పీతోదకా జగ్ధతృణా, దుగ్ధ దోహా నిరింద్రియాః** అవన్నీ ముసలి ఆవులు. వయసు మీదపడి, రేపోమాపో చావుకు సిద్ధంగా ఉన్నట్లుగా కనిపిస్తున్నాయి. అవి – గడ్డి మేసే స్థితిలో కూడా కనిపించటం లేదే! ఇక పాలు ఇచ్చే ప్రసక్తి ఎక్కడ? చిక్కి శల్యమై వార్ధక్యంతో నిలబడే శక్తిలేని ఆవులనా మనం దానం చేసేది? ఎందుకూ పనికిరాని ఆవులను దానంచేస్తే పుచ్చుకొన్నవారికి ఏమి ప్రయోజనము? ఏప్రయోజనమూ లేనప్పుడు, ఇక మనకు ఈ దానాలవల్ల ఆనందమయమైన లోకాలు ఎట్లా లభిస్తాయి? అటువంటి ప్రయోజనం లభించనప్పుడు మరి, ఇంత కష్టపడి ఇన్నిరోజులుగా ఈ యాగం చేయటం ఎందుకు?

వాజశ్రవసువు : నచికేతా! అట్లా అనకూడదు నాయనా! పెద్దపెద్దవారు వచ్చారు. ఆవులను దానంగా స్వీకరిస్తున్నారు. సరేలేః! తరువాత మాట్లాడుకుందాం. నీవు పోయి ఆ ఆవుల దగ్గర నిలబడు. పోః! అవి అటూ ఇటూ పోతాయేమో!

నచికేతుడు : ఆః! ఆ ఆవులా? అవి ఎటు పోతాయి? వాటికి అడుగులు వేసే ఓపికయే కనిపించటం లేదండీ, నాన్నగారూ! ముందు ఈ విషయం చెప్పండి. ఈ బక్కచిక్కి, ఒట్టిపోయి, చావుకు సిద్ధంగా ఉన్న ఆవులను దానంచేస్తే పుచ్చుకొన్నవారికి తోలుకొనిపోయి, మేపే శ్రమేగాని, లాభమేముంటుంది? దానం పుచ్చుకొన్నవారు సుఖపడనప్పుడు, లాభపడనప్పుడు ఈ దానాలు చేస్తున్న మనకు ఏమి ప్రయోజనం? ప్రయోజనం లేకుండా ఇంతటి యాగం మనం ఎందుకు చేస్తున్నామో చెప్పండి? ఇదంతా నిష్ప్రయోజనమైన శ్రమ కాదా?

వాజశ్రవసువు : ఒరై! నచికేతా! పిచ్చిపిచ్చి మాటలు ఆపుతావా? లేదా? ఎప్పుడు – ఎక్కడ – ఏమి మాట్లాడాలో తెలియదురా నీకూ? పెద్ద పెద్ద మాటలు మాట్లాడుచున్నావే? నోరు మూసుకొని ముందు పనిచేయి! నాకు కోపం తెప్పించకు. ఊః! పోః!

శ్రీ నచికేతుడు : అది కాదు తండ్రీ! మనం ఈ దానాలు ఎందుకు చేస్తున్నాం? చేసి ఎవరికి ఏం ప్రయోజనం? నామాటలు అర్థం చేసుకోండి! ఇంత కష్టపడి ఈ గొప్ప యాగం చేస్తున్నాం కదా! ఇంత పనికిరాని గోవులను ఎందుకు దానం చేస్తున్నామో ముందు నాకు చెప్పండి?

వాజశ్రవసువు : ఓరీ! పనికిరాని పశువూ! పనికిరాని మాటలు ఆపు! ఇక్కడి నుండి పోః!

నచికేతుడు : నాన్నా! నేను పనికిరాని పశువునే కదా! ఈ పనికిరాని ఆవులను దానం చేస్తున్నారు కదా! అట్లాగే **పనికిరాని పశువువంటి నన్ను కూడా దానం చేస్తున్నారా?** ఎవరికి దానం చేస్తున్నారు? చెప్పండి! ఊః! చెప్పండి!

వాజశ్రవసువు : నిన్ను కూడానాః! ఆః! అట్లాగా? నిన్నుకూడా దానం చేస్తున్నాను. **నిన్ను ఇప్పుడే ఆ యమ ధర్మరాజుకు సమర్పిస్తున్నాను! శ్రీ యమధర్మరాజార్పణమస్తు!** పో, ఇక్కడి నుంచి!

నచికేతుడు : నాన్నగారు! అట్లే అగుగాక! మీరు చెప్పినట్లు నేను యమధర్మరాజుకు సమర్పించబడినవాడనగుచున్నాను. ఇదిగో! ఇప్పుడే యమపురికి బయలుదేరుచున్నాను! తండ్రీ! దయచేసి నాగురించి మీరు ఆదుర్దా పడవద్దు. అమ్మని కూడా దిగులు పెట్టుకోవద్దని చెప్పండి! అన్నయ్యలు – తమ్ముళ్లు ఉన్నారు కదా! వారిని చూచి ప్రశాంత పడమనండి. మీరిద్దరు ఊరటపడి ఉండండి. **"అయ్యో, వీడు యమధర్మరాజు దగ్గరకు వెళ్ళిపోయినాడే! ఎంత కష్టం?"** .... అని కించిత్తుగా కూడా మీరెవ్వరూ

విచారించకండి. ఇందులో విశేషమేమున్నది? ఈ నా శరీరం – ఈ అందరి శరీరాలు ఈ రోజో – రేపో ఏదో మిషతో కాల గర్భంలో కలిసిపోయేవే కదా! ఈ భూమిమీదకు ఎన్నో దేహాలు వస్తున్నాయి. పోతున్నాయి. ప్రతి సంవత్సరం ధాన్యపు గింజలు కూడా మొలుస్తున్నాయి. అవి జనులు తింటున్నారు. ఆవిధంగా అవి నశించి పోతున్నాయి. ఈ అసంఖ్యాక దేహాలన్నీ అసంఖ్యాక ధాన్యపు గింజలవంటివే కదా! కనుక దేహాల రాకపోకలు పెద్ద విషయమేమీకాదు. ఇదిగో ఇప్పుడే నేను యోగబలంతో ప్రాణ ప్రసరణను స్థంభింపజేసి ఈ దేహమును చిత్తముతో త్యజించి యమపురికి వెళ్ళుచున్నాను! తల్లితండ్రులారా! సోదరులారా! పెద్దలారా! నాకు శలవు ఇప్పించండి.

✡✡✡

ఇట్లా పలికి ఆ నచికేతుడు అక్కడే ఒక మూలగా ఉన్న ఖాళీ ప్రదేశములో ఆసీనుడై, క్షణంలో పద్మాసనం ధరించాడు. ప్రాణ – అపానములను స్థంభింపజేసాడు. సూక్ష్మదేహముతో ప్రాణములను సప్రాణ సమర్పణ చేయనారంభించాడు. అట్టి ప్రాణ నిష్క్రమణ ప్రక్రియతో ఒకడు తాను ధరించిన ఉంగరమునో, యజ్ఞపవీతమునో త్యజించినట్లు భౌతిక దేహం వదిలి, **'సూక్ష్మదేహి' (లేక) అతివాహిక దేహి** అయి, ఇక అక్కడినుండి బయల్వెడలాడు. **"యమ భగవానునికి దానంగా సమర్పించబడిన నేను, వారిని ఇప్పుడు దర్శించెదను గాక!"** .... అనే మనో–ఉద్వేగంతో అప్పటికప్పుడే యమలోకపు ద్వారాలు సమీపించాడు.

✡✡✡

ఆరుణి, సోమయాజి అగు వాజశ్రవసువు కుమారుని మాటలువింటూ బదులుపలికే ప్రయత్నంలో ఉండగానే, అంతా జరిగిపోయింది. నచికేతుడు యోగ ప్రక్రియతో ప్రాణములు స్థంభింపజేసాడు. మనస్సులో సర్వస్వదాన వేదమంత్రమును మననం చేస్తూ దేహం నుండి ప్రాణ–మనస్సులను బయల్వెడలదీసాడు. అంతా కూడా కొన్ని రెప్పపాటులకాలములో జరిగిపోయింది. వాజశ్రవసువు ఇదంతా చూస్తూ నిశ్చేష్టితుడై చతికిలపడి కూర్చుండి పోయారు. ఒక్కసారిగా ఆ వాతావరణమంతా ఆశ్చర్యకరంగాను, అక్కడి బంధుమిత్రులకు దుఃఖకరంగాను మారిపోయింది.

✡

నచికేతుని యమద్వార ప్రవేశము

నచికేతుడు సూక్ష్మదేహి అయి (ఆతివాహిక దేహంతో – మనోదేహంతో) యమలోకంలో ప్రవేశించి యమలోకపు ప్రవేశద్వారాలు సమీపించాడు. అక్కడి యమలోకపు ద్వారపాలకులు నచికేతుని ద్వారం దగ్గరే ఆపివేశారు.

యమభటులు : ఓ నచికేత నామధేయ జీవాత్మా! నీయందు నరక ద్వారాన్ని ప్రవేశించే లక్షణములు కనబడటంలేదయ్యా! నీపట్ల ఇంకా నీ వర్తమాన భౌతిక దేహ సంబంధమైన ఆయువు తొణికిసలాడుతూ కనిపిస్తోంది. నీకు ఈ ద్వారాలు ప్రవేశించే అనుమతి లేదు. అయినా ఇక్కడికి ఎట్లా రాగలిగావు? వెళ్ళు వెళ్ళు! తిరిగి నీ భౌతిక దేహం ఆశ్రయించు.

నచికేతుడు : అయ్యలారా! నేను కర్మమార్గంగా ఈ నరకద్వారాలు సమీపించటం లేదన్నమాట వాస్తవమే! అయితే మా తండ్రిగారయిన వాజశ్రవసువు విశ్వజిత్ యాగ కార్యక్రమంలో అంతర్భాగంగా **సర్వస్వదానంగా–యమధర్మరాజుల వారికి నన్ను సమర్పించారు.** అందుచేత యాగవిధానము అనుసరించి నేను యమభగవానులవారి సేవకై ఇక్కడికి వచ్చాను.

యమభటులు : యాగకర్తచే ఫలప్రదాన రూపంగా నీవు యమభగవానునికి సమర్పించబడ్డావా! ఇటువంటి దానము మేము కనీ – వినీ ఎరుగమే! అయినా, ... ఇది మృత్యుద్వారం. ఈ ద్వారం గుండా భౌతిక దేహం నుండి మరణించినవారికి మాత్రమే ప్రవేశం ఇవ్వాలని మాకు నియమించబడిన ఆజ్ఞ. అందుచేత మిమ్ములను అనుమతించము. వెళ్ళు. దేహంలో తిరిగి ప్రవేశించు.

నచికేతుడు : పోనీ, ఒక సహాయం చేయండి. **"శ్రీ వాజశ్రవసువు కుమారులలో మధ్యముడైన నచికేతనామధేయ జీవుడు విశ్వజిత్ యాగానంతరము చేస్తున్న సర్వస్వ–దానక్రియలలో పశుసంపదా సమర్పణగా తమకు సమర్పించబడి, మిమ్ములను సేవించటానికై ఇక్కడ వేచి ఉన్నాడు"**–అని మృత్యుదేవులగు యమధర్మరాజులవారికి తెలియజేయండి. నేను ఇక్కడే వారి ఆజ్ఞ కొరకై వేచి ఉంటాను.

యమభటులు : ఇదంతా భలేబాగున్నదయ్యా! మేము మా అధికారుల అనుజ్ఞలేనిదే ఈ ప్రదేశం విడచి వెళ్ళము. అయినా, యమధర్మరాజులవారు వేరేచోటికి వెళ్ళిఉన్నారు. 3 రోజుల తరువాతగాని రారు. అందుచేత, నీవు నీ భౌతిక దేహంలో ప్రవేశించు. ఇక వెళ్ళు! తరువాత అవన్నీ చూచుకోవచ్చు.

నచికేతుడు : ఓ మహానుభావులారా! యమభటులారా! యమధర్మరాజులవారికి యాగఫలప్రదానంగా సమర్పించబడటంచేత నేను వారి ఆజ్ఞా బద్ధుడను. వారి ఆజ్ఞలేనిదే ఎటూ వెళ్ళను. వారు వచ్చేవరకు ఇక్కడే వేచిఉండి, వారిని దర్శించుకుంటాను. అటు తరువాత వారు ఏవిధంగా ఆజ్ఞాపిస్తే ఆవిధంగానే అగుగాక! ఇక మీ పని మీరు చూచుకుంటూ ఉండండి.

✡

ఈ విధంగా పలికి ఆ నచికేతుడు నరక ద్వారముల సమీపంగా యమధర్మరాజు రాకకై వేచి ఉండనారంభించాడు. యమభటులు ఇక చేసేదేమీలేక, ... తమకు విధించబడిన కార్యక్రమములలో నిమగ్నమైనారు.

ఈ విధంగా మూడు రోజులు గడచిపోయాయి.

మూడు రోజుల తరువాత ఒకానొక సమయంలో యమదేవులవారు మహిష వాహనులై నిజలోకంలో ప్రవేశిస్తూ రాజద్వారము వద్ద వేచిఉన్న నచికేతుని గమనించి కించిత్ ఆశ్చర్యచకితులైనారు. **దివ్యదృష్టితో విషయమంతా గమనించారు.** ఆ బాలుడిని సమీపించారు. ఆ బాలకుడు తటాలున లేచి లోకగురువగు యమధర్మరాజుకు సాష్టాంగ దండ ప్రణామములు సమర్పించాడు. అప్పుడు ఆయన చిరునవ్వుతో ఆ పిల్లవాని చెయ్యి పట్టుకొని తన అంతఃపురం వైపుగా తీసుకొని పోసాగారు.

అంతఃపురంలో తన రాణిని పిలిచి ఇట్లా అన్నారు.

యమధర్మరాజు : ఓ ప్రియసఖీ! ఈ పిల్లవాడిని చూచావా! ఈతడు తండ్రి చిరాకుగానో, పరాకుగానో పలికిన **సర్వస్వదాన వేదమంత్రము**ను ఆశ్రయించి మనలోకంలో తనకు తానుగా ప్రవేశించాడు. ఈతడు మృతుడు కాదు. కాబట్టి ఈ విధంగా అగ్నిదేవుని రూపంగా మన ఇంటికి వచ్చిన ఈ బ్రాహ్మణ వటువు. మనకు అగ్నిదేవునితో సమానమైన అతిథి దేవుడు. **వైశ్వానరః ప్రవిశతి అతిథి బ్రాహ్మణో గృహాన్। తస్య ఏతాగ్ం శాన్తిం కుర్వన్తి వైవశ్వతోదకం।** వైశ్వా నరాగ్నిరూపంగా అతిథి గృహస్థుని ఇంట్లో ప్రవేశిస్తాడు. మనం వారిని గృహస్థ ధర్మంగా అన్న - పానములు సమర్పించి సశాంతింపజేయాలి కదా! అగ్నిరూపుడై వచ్చిన అతిథిని ఏ గృహస్తుడు ఆదరణగా వైవశ్వతోదక - అన్నపానాదులతో సశాంతింపజేయడో ... అట్టి వెఱ్ఱిగృహస్తుని ఆశలు, ఆకాంక్షలు, సత్సంగఫలాలు, సత్యవాక్ మహిమలు, పొందవలసినవి, పూర్తి కావలసియున్న కార్యక్రమాలు **భంగపాటు పొంది ఎదురువస్తాయి. కలసి రావలసిన కాలం వెనుతిరిగిపోతుంది.** అందుచేత ఈ అతిథి దేవుని మనం సంతోషింపజేసి ఉత్తమ ప్రయోజనశీలురం అవుదాం.

ఓ బ్రాహ్మణ బాలకా! ఓ మా అతిథి దేవా! ఓ నచికేతా! నీ యొక్క **శాశ్వతానంద శుద్ధ చైతన్యాత్మకు** ప్రణామములు. మాపై కోపగించకు. హే బ్రహ్మన్! నమస్కారము. నీవు నా గృహానికి వచ్చి అతిథిగా ఉండి 3 రోజులు మాచే ఉదక అన్న పానాదులు సమర్పించబడకుండానే ఉన్నావు కదా! అందుచేత అందుకు ప్రతిగా నీకు **3 వరాలు** ఇచ్చి నిన్ను **సంతోషింపజేసి**, దోషనివృత్తిని పొందాలని నేను నిర్ణయించుకొన్నాను.

మరొక విషయం. నీ అంతట నీవే దానం ఇవ్వబడినట్లుగా భావన చేసి మాలోకం వచ్చావని గమనించాను. నీకు ఇంకా కొన్ని సంవత్సరాలు భూమిపై నచికేత నామదేహముతో జీవించుటకై కాల-నిర్ణయమై ఉన్నది. **నీవు మరల భూమిపై దేహముతో తిరిగి జీవించనున్నావు.** కనుక **'మరల జీవించాలి'** అని నీవు కోరుకోవలసిన పనిలేదు. అది నీకు ఉపలబ్ధం అయ్యే ఉన్నదికదా! ఇక నీకు ఇప్పుడు ఇచ్చిన 3 వరాలు అడిగి స్వీకరించు. **అతిథి అనశ్నదోషము (అతిథికి భోజనం పెట్టని దోషమును) నాకు కలుగకుండా, శాంతి - సంతోషములు కలుగజేయి.**

నచికేతుడు : హే మృత్యుదేవా! మీ ధర్మ నిరతి అమోఘం। శ్లాఘనీయం। మీకు సమర్పించబడుటచే నేను సదా మీ సేవకుణ్ణే! మీ నిర్ణయమును అనుసరించి తిరిగి నచికేతనామధేయ దేహమును ధరిస్తాను. నా సర్వస్వమునూ **"మీ సేవయందు నియమించబడినట్టిది - మీకు చెందినది"**గా భావించి జీవితమును సేవక భావంతో కొనసాగిస్తాను. అట్లాగే మీ ఆజ్ఞను శిరసావహించే నిమిత్తమై మిమ్ములను ఇప్పుడు 3 వరాలు కూడా కోరుకుంటాను. మీకు పరమశాంతము - ఐశ్వర్యము అగుగాక! మీ కరుణకు, అనుగ్రహమునకు కృతజ్ఞుణ్ణి.

నా మొట్టమొదటి వరము ఏమిటో అడుగుతున్నాను .... వినండి! ఓ వరప్రదాతా! నా తండ్రిగారైన వాజశ్రవసు నామధేయులగు గౌతములు ఆతురత తీరినవారై శాంత మనస్కులు అయ్యెదరుగాక! వేదనలన్నీ తొలగి సంతుష్టచిత్తులు అయి, నాపట్ల కోపతాపములు లేకుండా ఉండెదరు గాక! మీచే మరల సృష్టించబడిన నన్ను నా యథాతథమైన దేహముతో చూచి, గుర్తించి ప్రేమగా ఇతః పూర్వంలాగా తన సమీపానికి ఆహ్వానించెదరుగాక! **ఇది నేను కోరుకొనే మొట్టమొదటి వరం.**

యమధర్మరాజు : అట్లే అగుగాక! మృత్యుముఖం నుండి వెలువడి, నాచే తిరిగి సృష్టించబడినప్పుడు నిన్ను చూచి 'ఔద్దాలకుడు – ఆరుణి' అయిన నీ తండ్రిగారు ఇదివరకటిలాగానే గుర్తిస్తారు. నిన్ను చూచుకొని రాత్రికి హాయిగా నిదురిస్తారు. ఆయనకు నీపై కోపం ఉండదు. పూర్వంలాగానే నీతో ఎంతో ప్రేమగాను, ఆప్యాయంగాను ఉంటారు. మంచిది. **ఇప్పుడు నీ రెండవ వరం కోరుకో!**

నచికేతుడు : కృతజ్ఞుణ్ణి స్వామీ! ఇక రెండవ వరం కోరుకుంటున్నాను వినండి. హే మహాత్మా! మా లోకంలో మేము దేహబద్ధులమై, ఈ దేహముపై అవినాభావంతో దేహముపై ఆధారపడిఉన్నవారమై జీవిస్తూ ఉంటాం. ఎంతగా ఆయుష్షు ఉన్నప్పటికీ ఎప్పుడు మరణిస్తామో తెలియక ఎప్పటికప్పుడు కొంత భయపడుతూనే ఉంటాం. అయితే, ... మానవులు ఉత్తమ యజ్ఞములు ఆచరిస్తే స్వర్గలోకం లభిస్తుందని, అట్టి స్వర్గలోకంలో **"అయ్యో! ఈ శరీరానికి ఎప్పుడు ఏమౌతుందో?"** అనే మృత్యుభయం ఉండదని మా పురాణ, ఇతిహాస ప్రవక్తలు చెప్పుచూ ఉంటారు. స్వర్గలోకంలో వృద్ధాప్యముగాని, మృత్యువుగాని ఏమాత్రం ఉండవుట. అనగా అక్కడకు మీరు ప్రవేశించనే ప్రవేశించరు. అక్కడి వారికి ఆకలి – దప్పికలు కూడా ఉండవని వింటూ ఉంటాం. వారు శోకము – ఆదుర్దా – భయము – దిక్కుతోచకపోవటం ... ఇటువంటివన్నీ అధిగమించివేసి ఉంటారట. అటువంటి స్వర్గలోకంలో ప్రవేశించటానికి సహకరించగల **"సులభము – సుందరము అయిన యజ్ఞము –యజ్ఞ విధానము"**నకు మీరు అధిదేవత అని, అట్టిది మీకు మాత్రమే సవివరంగా తెలుసునని నేను పెద్దలు చెప్పగా విని ఉన్నాను. ఓ మృత్యు అధినేతా! నిర్వర్తించటానికి అనేకమందికి సులభంగా ఉండే అటువంటి అగ్ని కార్యాన్ని (యజ్ఞమును) మీరు ఎఱిగియే ఉన్నారు కదా! దానిని నాకు దయతో ఉపదేశించండి. ఆ విధివిధానం మీ దగ్గర తెలుసుకొని ఇక్కడే నేను నిర్వర్తించే భాగ్యమును ప్రసాదించండి. ఇది నేను మా సహ మానవులకు ఉపదేశిస్తాను. అప్పుడు వారుకూడా ఆ యజ్ఞమును నిర్వర్తించి సులభంగా స్వర్గలోకం పొందటానికి అర్హులై ఆనందిస్తారు. **నాకు ప్రాప్తించిన ఈ మీ సందర్శనము లోకములకు ఆవిధంగా ఉపయోగపడాలని నా అభిలాష.** కనుక నాకు వరంగా ఆ స్వర్గ ప్రసాదితమగు యజ్ఞమును విధి–విధానంతో సహా ఉపదేశించి తద్వారా ఈ నా శిష్యత్వమును అంగీకరించండి.

యమధర్మరాజు : ఓ ప్రియ నచికేతా! నీ ఈ రెండవ వరం నాకు మరింతగా సంతోషం కలుగజేస్తోందయ్యా! అవును. అటువంటి సులభతరమైన అగ్నికార్యమును దేవదేవుడగు పరమేశ్వర ప్రసాదితంగా నేను ఎఱిగిఉన్నాను. ఆ అగ్నికార్యము అన్ని లౌకిక – పారలౌకిక కోర్కెలు తీర్చగలిగినది. అది యజ్ఞదక్షులగు కొద్దిమంది వేదవిద్వాంసుల హృదయ గుహలలో దాగిఉన్నది. అది నీకు విధి – విధానంగా బోధిస్తాను. అంతేకాదు. సహజీవుల సుఖ – ఐశ్వర్యములను దృష్టిలో పెట్టుకొని అడిగావు కదా! **నీ చరిత్ర లోకప్రసిద్ధమౌతుంది. నీవు ధన్యుడవవుతావు. నీచేత 3 సార్లు ఇక్కడే నిర్వర్తింపజేస్తాను. ఋత్విక్కులను, అధి దేవతలను, దిక్పాలకులను ఎట్లా ఆహ్వానించాలో, ఎట్లా మంత్ర ముగ్ధంగా అగ్నికార్యం ప్రారంభించాలో, ఏఏ మంత్రోచ్చారణలతో నిర్వర్తించాలో ... ఇవన్నీ ముందుగా బోధిస్తాను.** అటు తరువాత నీవు కోరినట్లుగా నీచేత 3 సార్లు నిర్వర్తింపచేస్తాను. అంతేకాదు. ఇంకొక విషయం. జగత్తుకు మూలమైన అగ్నిదేవుని ఆరాధనతో కూడిన ఈ యజ్ఞము ఇకముందు భూమిపై నీ పేరుమీదుగా **"నాచికేత యజ్ఞము"** అని యజ్ఞ శాస్త్రములందు ప్రసిద్ధమై ఉండుగాక! లోకమునకు – సహజీవులకు క్షేమము కలగాలని కోరే నీవంటి వారంటే నాకు ఎంతో ఇష్టం. అందుచేత, ఇదిగో! **అనేక రంగుల పూలతో నిర్మించబడిన ఈ పూదండ** (Garland)**ను సన్మాన పూర్వకంగా బహూకరిస్తున్నాను.** ఈ యజ్ఞమును 3 సార్లు ఎవ్వరు నిర్వర్తిస్తారో.... వారు మృత్యువు–మృత్యుతదనంతర దుర్భర స్థితులన్నీ త్రుటిలో దాటిపోతారు. జన్మ – మృత్యు మధ్యస్థితుల నుండి తరిస్తారు. ఈ నాచికేత యజ్ఞం బ్రహ్మదేవుని ముఖతః ప్రసాదించబడినది సుమా!

✡

ఇట్లా పలికి యమధర్మరాజు నచికేతునకు

– యజ్ఞ పరికరాలు	–	యజ్ఞ విధానం
– అనుసంధానం	–	ధ్యాన – నిష్ఠాదులు
– యజ్ఞ పరిసమాప్తి	–	యజ్ఞ సమర్పణా విధానం
– లోకశాంతి	–	లోకకళ్యాణ ప్రవచన మంత్రాలు
– అవబృథ స్నానము		

మొదలైనవన్నీ విధివిధానంగా బోధించారు. అప్పటికప్పుడే యమభగవానుని ఋత్విక్ – పర్యవేక్షణలో 3 సార్లు ఆ నచికేతుడు **"నాచికేత యజ్ఞము"**ను నిర్వర్తించి మృత్యు పాశముల నుండి విడివడినవాడయ్యాడు.

యమధర్మరాజు : ఓ నచికేతా! ఈ విధంగా ఈ నాచికేత యజ్ఞమును 3 సార్లు నిర్వర్తించి ధన్యుడవయ్యావయ్యా! **ఇక ఇప్పుడు 3వ వరం నిస్సంశయంగా నీకు ఇష్టమైనది కోరుకో!**

నచికేతుడు : ఓ లోకగురూ! యమధర్మరాజా! మేము మానవులం అనివార్యంగా మృత్యువును పొందవలసినదే కదా! అయితే, **"మృత్యువు తరువాత ఏమౌతుంది?"** అనే విషయం అప్పుడప్పుడు శాస్త్రకారుల చర్చనీయాంశంగా ఉంటూ వస్తోంది. **"మృత్యువు అను స్థితి ఎట్టిది? అటు తరువాత ఆ మృతుని స్థితి-గతులు ఎట్లా ఉంటున్నాయి?"** అనే విషయంలో మా భూలోకంలో రకరకాల అభిప్రాయాలు జనులు కలిగి ఉంటున్నారు.

- ❒ **మృత్యువు తరువాత జీవుడు ఉనికిని కలిగియే ఉంటాడు. ఆతడు నశించటం లేదు. దేహం మాత్రమే కోల్పోవుచున్నాడు. దేహి యథాతథం**
- ❒ **మృత్యువుతోబాటే దేహము - జీవుడు ఈ రెండూ నశిస్తున్నాయి.**

ఈవిధంగా పరస్పర వ్యతిరిక్తమైన అభిప్రాయాలు, వాదోపవాదములు లోకంలో ప్రచారంగా ఉన్నాయి.

స్వామీ! "మృత్యువు తరువాత ఈ జీవునికి స్థితి ఎట్టిది?" .... అనే విషయం మీచే బోధింపబడినవాడినై తెలుసుకోవాలని అనుకుంటున్నాను. మీరు నాకు సద్గురువులై **"జీవాత్మ స్వరూప స్వభావములు - మృత్యువు - మృత్యుతదనంతరము"** - అనే విషయాలు బోధించండి. ఇదే నేను మిమ్ములను అభ్యర్థించే 3వ వరం.

యమధర్మరాజు: ఓయీ నచికేతా! ఆశ్చర్యం! అతి సంక్లిష్టమైన పెద్ద విశేషమే అడిగావు. నీవు మృత్యువు గురించి అడుగుతావని ఊహించనే లేదయ్యా! నీవు అడగటం మంచిదే! కానీ, అది **దేవతలంతటి వారికి కూడా అంత సులభంగా అర్థంకాని విషయం.** నీవా, ఒక 7 సంవత్సరాల మానవ బాలకుడివి కదా! అది అంత తేలికగా అర్థం అయ్యే విషయమేమీ కాదు. ఎందుకంటే అది అత్యంత ప్రజ్ఞ - సూక్ష్మదృష్టి కలవారికి మాత్రమే అవగతం అవుతుంది! అందుచేత నీవు నీకు ఇష్టమైన ఇంకేదైనా వరం కోరుకో! అంతేగాని. **మృత్యువు - మృత్యు తదనంతర స్థితిగతుల** గురించి మాత్రం మరల నన్ను అడుగవద్దు సుమా! సృష్టిలో ఏదైనా విశేషమును వరంగా కోరుకో. అంతేగాని, సృష్టికి అతీతమైనది కోరుకోకు.

నచికేతుడు : ఆహాఁ! **దేవైః అత్రాఽపి విచికిత్సితం కిల! అది దేవతలంతటి వారికి కూడా సందేహాలు కలగించేంతటి విషయమా!** ఆశ్చర్యమే! అనగా, మీరే ఒప్పుకుంటున్నారు కదా, ... మృత్యు విషయంలో చాలా చాలా మందికి సందేహాలు ఉంటూ ఉంటాయని! మానవుణ్ణి, అల్పజ్ఞుడిని. నాకు సందేహం కలగటంలో ఆశ్చర్యమేమున్నది? ... మీరో, మృత్యుదేవత! మృత్యు వ్యవహారానికి అధిపతి. (You are the Authority for Concept of Death). అంతటి మీ వద్దే నాకు అది తెలియకపోతే, ఇక నాకు చెప్పగలిగేవారెవరు తారసపడతారు చెప్పండి? అందుచేత నాకు **"మృత్యువు-మృత్యుతదనంతర స్థితి"** గురించే వరరూపంగా బోధించండి. మరింకే వరమూ నాకు అవసరం లేదు.

యమధర్మరాజు : నాయనా! నచికేతా! నా మాట విను. **ఏతత్ తుల్యం యది మన్యసే వరం వృణీష్వ।** 'మృత్యువు యొక్క స్థితి-గతుల గురించి మాత్రం నన్ను అడగకయ్యా! నీకు ఇంక ఏం కావాలన్నా సరే, కోరుకో! **నిండు నూరేళ్ళు ఆయుష్షు కావాలా? అడుగు. ముద్దులొలికే కుమారులు, మనుమలు, మునిమనుమలు కావాలా? గొప్ప పశు సంపద ఏనుగులు-బంగారం వంటివి కావాలా? గుఱ్ఱాలు మొదలైన గొప్ప సంపదలు కావాలా? అతి విశాలమైన భూమికి యజమానివి కావాలా? కోరుకో! కాదూ? "నేను బతకాలని అనుకున్ననాళ్లూ బ్రతికి ఉండాలి" అని అడుగుతావా? నీకు ఇచ్ఛా మరణం వరంగా ఇస్తాను.** నీవు అడిగిన వరంతో సమానమనుకునే మరింకే వరమైనా సరే, ప్రసాదిస్తాను. సువిశాలమైన అనేక భూములు నీకు సొంతం కావాలా? పోనీ, 'ఏది కోరుకుంటే అది నాకు వెంటనే లభించాలి" అని కోరుకొంటావా? సరే కోరుకో. మీ మానవ లోకంలో ఏఏ అభీష్టాలు నెరవేరటం అతిదుర్లభమని జనులు అనుకుంటూ ఉంటారో, అటువంటిది ఏదైనా సరే,..... అడుగు. **సుందరకన్యలు, రథాలు, నిరంతరం నీ గుణ-గణాలు అనేకమంది పొగిడే గొప్ప గొప్ప పేరు ప్రతిష్ఠలు, ఎత్తైన భవనాలు**-ఇవన్నీ నీకు లభించేటట్లు చేస్తాను. అందుచేత నచికేతా! **"మృత్యుతదనంతరం స్థితి ఏమిటి?"**-అనే ప్రశ్న మాత్రం విరమించు. సరేనా? ఏదీ? ఇంకేం కావాలో నీ మూడవవరం అడుగు.

నచికేతుడు : స్వామీ! మీకు తెలియనిది ఏమున్నది? **శ్వో భావా - మర్త్యస్య యత్, అన్తక। ఏతత్।** ఓ అన్తక దేవా! ఈ మా భౌతిక దేహాలు ఎప్పుడు నేల కూలుతాయో ఎవ్వరం చెప్పగలం? రేపటి రోజుకు ఇవి ఉంటాయో ఉండవో కూడా నమ్మజాలము. ఇక ఈ ఇంద్రియాలున్నాయి చూచారా! **ఇంద్రియాణాం జరయన్తి తేజః।** ఇవి కొద్దికాలం మమ్ములను అలరించినప్పటికీ, క్రమక్రమంగా కాలానుగతంగా తమ తేజస్సును పోగొట్టుకొంటూ ఉంటాయి. ఇటువంటి ఇంద్రియాలతో మేము పొందే విషయాల వలన మాకు

ఒరిగేదేమున్నది? ఏమి ఆనందము? ఏమి ప్రయోజనం? ఏమి లాభం? అటువంటి ఇంద్రియ విషయములు, వస్తువులు మీ వంటి మహనీయులు మాకు ఇస్తే ఏమున్నది? మేము పుచ్చుకొని సంతోషించేదేమున్నది? **అపి సర్వం జీవితమ్ అల్పమేవ।** అసలు **ఈ జీవితమే అతి స్వల్పకాల పరిమితం కదా!** అందుచేత మీరు నాకు ప్రసాదిస్తానన్న నృత్యగీతాలన్నీ దయచేసి మీ దగ్గరే అట్టేపెట్టేసుకోండి, స్వామీ! అవన్నీ నాకు అవసరమే లేదు. నేను **'మృత్యువు'** గురించే తెలుసుకోవాలి.

అయ్యా! మీరు సిరులు ప్రసాదిస్తానని కనికరించారు. బాగానే ఉన్నది. అయితే మా మానవులలో సిరులు పొంది అనుభవిస్తున్నవారు చాలా మంది ఉన్నారు. కానీ ఏం లాభం! **వారు వాటితో తృప్తి పొందటమే లేదే!** తృప్తి పొందనప్పుడు ఎంత పొంది ఏం లాభం చెప్పండి! సిరులు లేనివారు "అయ్యో! మాకు ఆ గృహాలు - ఆరామాలు - వాహనాలు - ధనరాసులు లభిస్తే ఎంతబాగు!" అనుకుంటున్న మాట నిజమే! కానీ, అవన్నీ లభించిన వారిలో **"మరింకేమీ అవసరం లేదు" అనే తృప్తి - సంతోషాలు అగుపించటం లేదే!** అయినా మహాత్మా! మీవంటి మహనీయుల - మహత్ పురుషుల దర్శనం అయిన తరువాత ఇక నావంటి జీవులకు ఇక లోటేముంటుంది? **(మహాపురుష సంశ్రయః).** మహనీయులగు తమ ఆశ్రయముకంటే మహద్భాగ్యం భూమిపై మరొకటుంటుందా? ఉండదు. **నాకు అవసరమైనవి అవసరమైనంతవరకు మీ దర్శన ప్రభావం చేత వాటికవే లభిస్తాయి.**

ఇంకొక విషయం కూడా! మీరు ఎంతవరకు అనుమతిస్తారో, నిర్దేశిస్తారో అంతవరకు ఈ దేహముతో భూమిపై మేము సంచరిస్తూ ఉంటాము. ఎప్పుడు మీ సొత్తు అయిన ఈ దేహమును మీరు స్వీకరించాలని అనుకుంటారో, మరుక్షణం ఇది మీ పాదాలు చేరుతుంది. దేహంతోబాటే 'నావి' అనుకొన్నవన్నీ మరునిముషం మరెవరివో అయిపోతాయి. కాబట్టి ఈ దేహంతో అనుభవించే వస్తు - విషయ - స్థితి - గతుల గురించి మిమ్ములను వరంగా ప్రార్థించాలని నాకు ఏమాత్రము కించిత్‌కూడా అనిపించటం లేదు. అందుచేత **"మృత్యువు - మృత్యు తదనంతర స్థితి-గతులు"** గురించి జ్ఞాన భిక్ష ప్రసాదించండి. నాకు అంతే చాలు.

హే భగవన్! మహాత్మా! మేము చావు - పుట్టుకల మధ్య చిక్కుకొని అవిశ్రాంతంగా పరిభ్రమిస్తున్న కీటక జీవులం. ఇక మీరో! మార్పు-చేర్పులకు అతీతమైన **కాల స్వరూపులు. అమృత స్వరూపులు.** ఎక్కడో భూలోకంలో ఒక దేహమును ఆశ్రయించి ఉన్న నాకు **నా పితృ దేవుల యాగ మహిమా విశేషం చేత** ఈ రోజు మీ దర్శన భాగ్యం లభించింది. అట్టి పరమోత్కృష్టమై, మానవులకు సామాన్యంగా అలభ్యమై ఉండే - మీ దర్శనం లభించిన తరువాత ఇక మేము సుదీర్ఘ జీవితం, ధన - గృహ - వస్త్ర - భూ - రాజ్య సంపదలు కోరుకోవటమంటే, ... అంతకన్నా తెలివితక్కువతనం ఇంకెక్కడన్నా ఉంటుందా చెప్పండి? మీ దర్శనం చేసుకొని ఇక అల్ప వస్తువులను కోరుకోవటమంటే ... మహారాజు దయకు పాత్రులమై తినుబండారాలు కోరుకోవటం వంటిది కదా? మీ దయకు పాత్రుడనై కూడా మా లోకంలో భౌతిక సంపద - దీర్ఘాయుష్షు మొదలైనవి వరంగా కోరుకోవటం తెలివితక్కువ కాదా మరి?

స్వామీ! నేను మృత్యువు గురించి సహచరులతో సంభాషించియే ఉన్నాను. అయితే నాకు సమగ్రమైన - నిర్దుష్టమైన అవగాహన లభించలేదు. కాబట్టి **"మృత్యు తదనంతరం"** అనే విషయమై మీ ప్రవచనము - బోధ వినాలని నేను నిర్ణయించుకున్నాను. ఎందుకంటారా? ప్రతి ఒక్క జీవుడు ఎప్పటికో - అప్పటికి మృత్యువులో ప్రవేశించటం అనివార్యం కదా! మరి జనులు మృత్యువు గురించి తెలుసుకోకపోతే ఎట్లా చెప్పండి? అందుచేత కూడా, ఈ నచికేతుడు మీవంటి జ్ఞాన సిరుడగు మహనీయుని నుండి మరింకేమి కోరుకోడు. **నాకు మృత్యువు - మృత్యుతదనంతర స్థితి-గతుల గురించి వివరించి జ్ఞానమును ప్రసాదించండి. నన్ను పవిత్రునిగా తీర్చిదిద్దండి. నాపై మీ బోధామృతమును వర్షింపజేయండి. నమో నమః।**

ద్వితీయ వల్లి - నాయమాత్మా ప్రవచనేన లభ్యో

శ్రీ యమధర్మరాజు : ఓ నచికేతా! నీ పట్టుదల నాకు ఎంతో సంతోషాన్ని కలిగించిందయ్యా! చాలా మంచిది!

అవును. ఈ జీవుని ఈ దృశ్య ప్రపంచం నుండి నిరంతరం రెండు వేరువేరు రకాలైన విశేషాలు సమీపిస్తున్నాయి. అవి ఏమిటో చెపుతాను, విను. **అన్యత్ శ్రేయో। అన్యత్ ఉతైవ ప్రేయః।**

1. **ప్రేయస్సు: ఇంద్రియములకు ప్రియంగా ఉంటాయి.** కానీ కాలక్రమేణా వాటిని ఆశ్రయించినవారిని జన్మ-కర్మ బద్ధులుగాను, లోకవ్యవహార నిబద్ధులుగాను చేసివేస్తూ ఉంటాయి. వీటిని ఆశ్రయించిన వారు ఏ ఆశయంతో పుట్టారో-అది పొందలేక చివరికి జీవితాశయము నుండి, లక్ష్యము నుండి పతనం(చ్యుతి) పొందుతున్నారు. ఏ ఉద్దేశ్యముతో ఈ **'మానవజన్మ పొందాలి'** అని భావించి ఎంతో శ్రమించి ఈ అవకాశము సంపాదించుకొన్నారో, ... **అదీ జీవితమహదాశయం. అంతేగాని ఇక్కడ ఏదో**

పొందటము, కలిగియుండటము, సొంతమనిపించుకోవటం, చివరకు వదలి ఎటో పోవటము - ఇవి జన్మకు ముందటి ఆశయాలు కావు కదా! ఇంద్రియ ప్రియములైన దృశ్య విశేషాలు వాస్తవమైన క్షేమమును ప్రసాదించజాలవు.

2. **శ్రేయస్సు :** ఇవి కూడా ప్రతి జీవుని సమీపిస్తూనే ఉన్నాయి. అయితే అవి పైకి (ఇంద్రియములకు) ప్రియంగా కనబడకపోవచ్చు. కానీ ఈ దేహము పొందిన జీవునికి దేహ - దేహానంతరము కూడా శుభప్రదము, సుఖప్రదము, ప్రశాంతప్రదము అయిఉంటున్నాయి. (దైవీగుణములు, భక్తి-జ్ఞాన-యోగసాధనలు మొ॥వి శ్రేయోపదములు).

అయితే, ఈ జీవులు చేస్తున్నదేమిటి? అనేకమంది తమను సమీపిస్తున్న విషయ పరంపరలను, వ్యవహారముల పర్యవసానములను పరిశీలించటం లేదు. **"ఇది ప్రేయస్సా? శ్రేయస్సా?"** అని విచారణతో గమనించకుండానే వాటిని ఆశ్రయిస్తున్నారు. మందబుద్ధి గలవాడేమో వివేచన చేయకుండా **ప్రేయోమార్గం** అనుసరిస్తూ ఇంద్రియములకు ప్రియంగా ఉండే వస్తు - విషయ - వ్యవహార పరంపరలను కోరుకుంటున్నాడు. **శ్రేయో హి ధీరో అభి ప్రేయసో వృణీతే।** సుతీక్షణము, సునిశితము, విస్తారము, ఉత్తమము (sharp and higher strata) అయిన బుద్ధిగలవాడు శ్రేయ - ప్రేయ పర్యవసానములను ముందుగానే గమనిస్తున్నాడు. ప్రేయస్సును ప్రక్కకి నెట్టి, శ్రేయో విశేషములనే అభిప్రేయముగా (అత్యంత ఇష్టముగా) కోరుకొని బాగుపడుచున్నాడు. **'జీవితము' అనే అవకాశమును సద్వినియోగపరచుకుంటున్నాడు.**

ప్రేయోమార్గం అనుసరించువాడు దృశ్యములో - "అవి కావాలి - ఇవి కావాలి" అని మననం చేస్తూ యోగ క్షేమాలను (ఏవో ఇంకా లాభించాలని, ఉన్నవి పోకూడదని) ఆశిస్తూ, ఆశ్రయిస్తూ **నిమ్న మార్గాలు** (The paths paving way to lower physical forms) కోరి తెచ్చుకొంటున్నాడు. శ్రేయోమార్గం ఎన్నుకొన్న ధీరుడు ఇక **"ప్రపంచంలో ఏదో పొందాలి? ఏదో కావాలి? ఏదేదో తొలగాలి. ఎక్కడికో వెళ్ళాలి. ఇప్పటికి ఇది సంపాదించి, అది ఎప్పటికో ఏదో విధంగా అట్లా పొందాలి."** .... ఇటువంటి ప్రేలాపనలన్నీ మొదలంట్లా త్యజించి ఉంటున్నాడు. **"నాకు శాశ్వతమైన శ్రేయస్సు ఏమార్గంలో, ఏ ప్రవర్తనచే, ఏ ప్రయత్నంతో, ఏ అవగాహన వలన, ఏ అభ్యాస ఫలంగా, ఏఏ కార్యక్రమాల ద్వారా సిద్ధిస్తుంది?"** ... అని బుద్ధితో గ్రహించి జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకుంటున్నాడు.

ఓ నచికేతా! నిన్ను చూస్తే నాకు చాలా సంతోషంగా ఉన్నదయ్యా! ఎందుచేతనంటావా? **స త్వం ప్రియాన్ ప్రియరూపాశ్చ కామా, న అభిధ్యాయన్, నచికేతో! అత్యసాక్షీః।** పైపైన - ప్రియరూపంగా ఉండే వస్తుజాలాన్ని కోరుకోకుండా, ప్రక్కకునెట్టివేస్తున్నావు. పరతత్త్వాన్ని కోరుకుంటున్నావు. జనులలో అనేకులు **ఈ దృశ్యజగత్తులో ఏవేవో పొందాలనే ఆవేశంతో, ఏదో పొందలేదనే ఆవేదనలలో మునిగి తేలుతూ ఆయుష్షునూ, అవకాశాలనూ బూడిదపాలు చేసుకుంటున్నారే!** అవును। నీవు తలచినట్లు, చెప్పినట్లు అవిద్య - విద్య .... ఈ రెండు ఒకదానితో మరొకదానికి సాపత్యమెక్కడిది? ఈ రెండూ ఒకదానికి మరొకటి బహుదూరమైనవి. అవిద్య ఉన్నది చూచావూ! దాని అంతిమ ఫలితాలన్నీ ఆనందమునకు దూరంగాచేసివేసేవే! విపరీత ఫలాలను తెచ్చి పెట్టేవే! ఈ లోకంలో అనేకమంది గొప్ప విషయాలనుకొనే ధనము, ప్రతిష్ఠ, గృహాలు, రాజ్యాలు - ఇవన్నీ చూచుకొని వాటిలో మునిగి తేలుతూ ఆశ-నిరాశ-దురాశ-పేరాశల జాడ్యంతో తమకు కలుగబోయే తదనంతర విపరీత పరిణామాలేమిటో గమనించటమే లేదు సుమా! అనేకులను క్షణంలో ప్రలోభంలో ముంచెత్తుతున్న ప్రాపంచిక సంపదా వ్యవహారాలు నీవు కోరుకోనేలేదు. మంచిది! 'విద్య'ను కోరుకున్నావు. **న త్వా కామా బహవో లోలుపన్త।**

కొందరి గతిని చూస్తూ ఉంటే నాకు "అయ్యో!" అనిపిస్తోందయ్యా! - **అవిద్యాయాం అన్తరే వర్తమానాః, స్వయం ధీరాః పండితం మన్యమానాః। "ఎప్పుడో ఏదో జరుగుతుందంటే, ఇప్పుడెందుకు విచారం! ఇప్పటికి ఎట్లాగొట్లా హాయిగా తిని - త్రాగి-పొంది- ఏదైనా చేసి ఆనందిద్దాం. ఇప్పుడు హాయిగా ఉండటం, తినటం, త్రాగటం, అనుభవించటం, ఏదో మార్గంగా ఇంత సంపాదించి సొమ్ము చేసుకోవటం, వెనుక వేయటం ముఖ్యం. ఇక అధ్యాత్మ విద్యా? అది ముసలివాళ్ళం అయిన తరువాత చూచుకుందాం! తొందరేమీ లేదు"**... అని తలుస్తున్నారు. శాస్త్రములు హెచ్చరిస్తూనే ఉన్నాయి. తాను వినరు. వినకపోగా, వినేవారిని చూచి అవహేళన। **"మాకన్నీ తెలుసు। ఏమిటి ఈ శాస్త్రాలు? ఎందుకొచ్చిన భక్తి - జ్ఞానాలు?" అని తలచి వాటిని తిరస్కరిస్తున్నారు. "ఆఁ! పుణ్యం లేదు. పాపం లేదు. జ్ఞానం లేదు. శాస్త్రం లేదు. ఇప్పుడు హాయిగా ఉంటే చాలదూ"! అని కూకలిడుతున్నారు. "హాయిగా ఉండక ఎందుకొచ్చిన సాధనలు? ఏమీ అవసరం లేదు. మాకు తెలియదా? పిచ్చి వాళ్లే శాస్త్రవిధులు - గుళ్ళు - గోపురాలు - సాధనలు - పూజలు అంటూ ఉంటారు. వాళ్లే తెలివితక్కువ వాళ్ళు! మేమే తెలివిగలవాళ్ళం. ధనము, హోదా, అధికారం, పేరు, ప్రతిష్ఠ, ఇళ్ళు, వస్త్రాలు, స్త్రీ సహవాసాలు - ఇవన్నీ ముఖ్యం. మూలకూర్చుని ఏదో దేవుడు - భక్తి - యోగం - జ్ఞానం అనుకుంటూ చివరికి ఏమీ పొందక ఏడుస్తూ కూర్చోవాలా?"** ... అని తమ 'కుమార్గం' ప్రచారం చేస్తున్నారు. అట్టివారు ఆయా ప్రాపంచిక విషయాలలో పడుతూ లేస్తూ అనేక సుఖ-దుఃఖాలకు దాసులై వర్తిస్తూ, మరొక వైపుగా **"శ్రేయోమార్గం"** వైపు

ప్రయాణించే వాళ్ళని చూచి అపహాస్యం కూడా చేస్తున్నారు. **ఇది ఎట్లా ఉందంటే,...** తానే గ్రుడ్డివాడు. ఇక తాను గ్రుడ్డివాడైన మరొకరిని నడిపించటం! ప్రేయోమార్గం ప్రచారం చేసేవారు అట్టివారు. **అంధే నైవ నీయమానా యథా అంధాః॥**

ఆశ్చర్యం చూచావా? "సాంపరాయము (దేహమునకు ఆవల) నా స్థితి – గతులు ఎట్టివి?" అని అనేకమంది జనులు పరిశీలించరాయె! అవును. న **సాంపరాయః ప్రతిభాతి బాలం। ప్రమాద్యంతే విత్త మోహేన మూఢమ్।** పసిబాలురవంటి వారికి ఏది తెలుసుకోవాలో, ఏది ఏవిధంగా ఉద్దేశ్యించి ఆచరించాలో ఏం తెలుస్తుంది? ఈ ధన – మాన – జన వ్యవహారాలలోపడి అజాగరూకులై అహంకార–మమకారాలను పరిపోషించుకొని జీవిస్తూ **"ఆహాఁ! ఇదీ బ్రతుకంటే!"** అని అనుకుంటున్నారు. తమ గతి తెలియకపోయినా జ్ఞానము దృష్ట్యా అజాగరూకమైన భౌతిక విషయాలు ప్రచారం చేసుకొంటూ పోతున్నారే! **"ఇప్పుడింతే! తినటం! త్రాగటం! సంపాదించటం! అనుభవించటం! ఇక ముందు లేదు. తరువాత లేదు. ఎవడు చూడొచ్చాడు! ఇప్పటి తరువాత గురించి ఆలోచించకండి. 'అయం లోకో, నాస్తి పర' – ఇతి మానీ। మృత్యువు తరువాత ఏమౌతుందో ఇప్పుడెందుకు? ఇప్పుడు ఇక్కడ ఇంతవరకు చూచుకుందాం! అంతే! ఆ తరువాత గురించి ఇప్పుడేమీ చెప్పకండి!"** .... అని బోధిస్తూ తమను తామే మోసం చేసుకొంటున్నారు. ఇతరులను కూడా మోసం చేస్తున్నారు. **"చదువెందుకు? హాయిగా అల్లరి చేద్దాం. తరువాత సంగతి తరువాత చూచుకుందాం"** అని పలికే పిల్లవాళ్ళ గోలలాగా ఉన్నాయి, ... అనేక మంది జీవుల జీవిత వ్యవహారాలు! అటువంటి అజ్ఞానులగు జీవుల గతి ఏమిటంటావా? **జీవితమంతా వృథాగా గడిపి చివరికి నా పాశాలలో మరల మరల అనేకసార్లు చిక్కుకుంటున్నారు. పునః పునః వశమ్ ఆపద్యతే మే।**

ఓ నచికేతా! నీవు **"మృత్యువు తరువాత జీవుని స్థితి ఏమిటి?"** అనే అత్యంత ప్రాముఖ్యమైన ప్రశ్నకు వచ్చావు. మంచిది. నీకు కొన్ని తాత్త్విక రహస్యాలు చెపుతాను. **"పరతత్త్వము"** మహనీయ ప్రతిపాదితమైనది. అట్టి శాస్త్ర – మహనీయ ప్రవచితమైన తత్త్వ విశేషాలు చెప్పుచూ ఉండగా మృత్యువుగురించి నీకు అవగతమౌతుంది. అయితే తాత్త్విక విశేషాలు నీకు బోధించబోయే ముందు ఒక్కమాట చెపుతాను. విను. **శ్రవణాయామ్ బహుభిః యో న లభ్యః। శృణ్వంతోఽపి బహవో యం న విదుః॥**

మనం ఎంతగానో తత్త్వశాస్త్రం చెప్పుకోవచ్చు. చెప్పుకోవాలికూడా! మంచిదే. అయితే కేవలం విన్నంత మాత్రం చేత తత్త్వజ్ఞానం లభిస్తుందా? శాస్త్రజ్ఞానం వేరు. తత్త్వానుభూతి వేరు. అందుచేత వినే విశేషాలు నీకు నీవు అనుభవైక వేద్యం చేసుకోకపోతే నీవు విని ఏం లాభం? నేను వినిపించి ఏం ప్రయోజనం. అది ఎంతగానో వినినా లభించకపోవచ్చు. ఎంతగానో చెప్పినా, ... ఆ చెప్పేవాడికే అనుభవం కాకనూపోవచ్చు కూడా! కనుక ఈ చెప్పటం – వినటం మనిద్దరికి స్వానుభవమైనప్పుడే ఇరువురికి ప్రయోజనం!

– అశ్చర్యో వక్తా కుశలో అస్య లబ్ధాః। ఆశ్చర్యో జ్ఞాతా కుశలా అనుశిష్టః।

చెప్పేవాడు అత్యంతాశ్చర్యమైన "చెప్పే చాతుర్యం" కలవాడు ....,

వినేవాడు మహత్తరమైన "వినే చాతుర్యం" కలవాడు ...,

అయినప్పుడే మన ఈ గురు – శిష్య సంవాదము మనకు ఉత్తమ ప్రయోజనం ప్రసాదించ గలదు. మనకు అనుభవైకవేద్యం కాగలదు. కనుక నేను అత్యంత శ్రద్ధ – కుశలతలతో నీకు బోధించగలగాలి. నీవు శ్రద్ధ – కుశలతలతో వినగలగాలి. సర్వాత్మకుడగు పరమేశ్వరుని కరుణచే మన ఈ **గురు – శిష్య సంబోధనా క్రమము** అగు **పరమాత్మ జ్ఞానము** ఉభయ కుశలంగా ప్రకాశించునుగాక!

♦♦♦

మొట్టమొదట నీవు **"మృత్యు తదనంతర స్థితి"** అనే విషయం గురించి అడిగినప్పుడే నేను ఎంతో సంతోషించాను. అయినా కూడా నీకు అనేక లోక సామాన్యములైన ప్రలోభాలను (గృహాలు – రాజ్యాలు – స్త్రీలు – దీర్ఘాయుష్షు – సంపద – ప్రాభవము (popularity) మొదలైనవి) వరాలుగా ఇవ్వబోయాను. ఎందుకో తెలుసా? తత్త్వజ్ఞానమునకు నీవు సంసిద్ధుడవో కాదో – కొంచెం పరీక్షించాను. ప్రాపంచక విశేషాలు – సంపదలు మొదలైన వాటిపట్ల దృష్టి – ఆకర్షణ జయించనివారికి తత్త్వశాస్త్రం చెప్పటం చెవిటివాని ముందు శ్రావ్యంగా – లయబద్ధంగా శంఖం ఊదటం వంటిది. అట్టి ప్రవచనము వలన నీకూ – నాకూ ప్రయోజనం ఉండదు. ప్రాపంచకమైన **"దృష్టి – ధ్యాస – భావన – ఆశ – అభిప్రాయము – అభిరుచి – ఉద్దేశ్యము" మొదలైనవన్నీ సమబుద్ధిచే క్రమంగా అధిగమించాలి.** అట్లా అవగాహన సంపాదించుకున్నవాడు మాత్రమే అతి సూక్ష్మమగు విషయాలు గ్రహించ గలుగుతాడు. ప్రాపంచక ప్రయోజనములను అధిగమించలేని బలహీనులకు ఎంతగా చెప్పినా, వారు మరింకెంతగానో వినినా, విచారణ చేసినా అట్టివారు (నీవు తెలుసుకోవాలనుకున్న) మృత్యు తదనంతర స్థితి–గతి విశేషాలు గ్రహించలేరు.

ఎందుచేతనంటే....,

"దేహ సంబంధముచేత ఏర్పడిన అనుబంధరూపము – అనతగిన ఇంద్రియ విషయ ప్రపంచమే– నాయొక్క స్వరూప పరిధి" అను

బలీయమైన బుద్ధితో తన్మయుడై ఉన్నవానికి – **"ఎప్పటికీ యథాతథము, దేహ వ్యవహారములకు ఏమాత్రము సంబంధించనిది, సర్వదా కేవలము అగు స్వస్వరూపము"** గురించి బోధించటమెట్లా?

❐

ఇంకొక విషయం. **అనుభవజ్ఞులగు మహనీయుల దగ్గర చేరి వారివద్ద విని తెలుసు కోవలసినదే ఈ 'ఆత్మ విద్య!', అది గ్రహించటానికి వేరే ఉపాయం లేదు.** ఎందుకంటే అది ప్రపంచమును అధిగమించి పరిశీలించటం వంటిది. అంతేగాని ప్రపంచంలోని ఒక వస్తువునో – విషయమునో చూచి ఇంద్రియములతో గ్రహించటంవంటిది కాదు. అది **అణువుకంటే అతి సూక్ష్మమైన విషయం.** కేవలం తర్క – వితర్కములు చేస్తే గ్రహించగలిగేది కాదు. అనుభవజ్ఞులగువారు – వారియొక్క స్వానుభవదర్శనము వివరించి చెప్పితే మాత్రమే గ్రహించగలం. *(తదితర శాస్త్రాలవలె అది తెలివితేటలున్నంత మాత్రాన, ఏదో చదివియో, తర్కించియో మరుక్షణం గ్రహించబడేది కాదు).*

సుజ్ఞానులగు మహనీయులు ఉన్నారు.

- వారివద్ద శ్రద్ధగా విని వారి అనుభవము – అనుభూతులను గ్రహించాలి.
- ప్రాపంచిక విషయాలను ప్రక్కకునెట్టగల బలమైన – సుతీక్షణమైన బుద్ధితో విని అవగాహన చేసుకోవాలి.

ఏ పరమ సత్యము గురించి నీవు **"తెలుసుకోవాల్సిందే"** అనే సత్యధృతి – పట్టుదల – ఉత్సాహము చూపించావో, ... అట్టి సంసిద్ధత లేకపోతే అద్దానిని ఎవ్వరూ గ్రహించనే లేరు. **"ప్రాపంచక సంబంధములు ఎట్లాగన్నా ఉండనీ... నాకు మాత్రం నా గురించిన సత్యము తెలియవలసిందే" – అనే 'సత్యధృతి'**ని ప్రకటించావు. నాకు సంతోషము, ఆశ్చర్యము కూడా (నీ పట్టుదలను చూచి) కలుగుచున్నాయి.

అవును. నీవు చెప్పింది వాస్తవమే.

ఈ జగత్తులో జీవించి ఉన్నంతవరకు అనేకమంది జీవులు ఏవేవో విశేషాలు – వస్తు జాలములు మొదలైనవి పొందాలని తాపత్రయం పొందుచున్నారు. నాకూ తెలుసు! అదంతా వృథా ప్రయాసయే! అట్లా ఏది పొందాలని అనేకమంది జనులు విశేషంగా ఉత్సాహపడుచున్నారో – అవన్నీ అనిత్యము. అధృవము. **న హి అధృవైః ప్రాప్యతే హి ధృవమ్ తత్। అనిత్యమైన వస్తువు పొందాలనే ఆశయం నిత్యమైన ఆనందాన్ని అందించగలదా? లేనే లేదు.** జనులు ఇది గ్రహించక యజ్ఞాదులను అనిత్యమగు స్వర్గాది లోకాల కొరకై నిర్వర్తిస్తూ, చివరికి అనిత్యమైనవి పొంది నిత్యా నందమును (లేక) అను నిత్యమగు ఆత్మ స్థానమును అందుకోలేక పోతున్నారు. (They are missing permanent happiness). ఇప్పుడు నీకు నచికేత యజ్ఞం చెప్పాను చూడు! అటువంటి సర్వయజ్ఞాలు అనిత్య ద్రవ్యములతో నిర్వర్తించబడేవే! వాటి లోక సంబంధమైన కర్మఫలములు అధృవమే. **అయితే అనిత్య ద్రవ్యములతో నిర్వర్తించబడే యజ్ఞాదులు నిత్యమైన పరతత్త్వమును (ఆత్మజ్ఞానమును) పొందాలనే ఆశయంతో నిర్వర్తించి నిత్య వస్తువును పొందవచ్చు సుమా!**

అనిత్యమగు జీవితమనే అవకాశం ఉపయోగించి నిత్యమగు వస్తువును నేను సంపాదించుకొన్నాను. అట్లాగే ఎవ్వరైనా సంపాదించుకోవచ్చు. అట్లాకాకుండా – కోరికలు ఫలించాలని, ఇప్పటికన్నా ఇంకేవేవో దృశ్య విషయాలు సముపార్జించాలని నీవు అనుకోలేదు. అవన్నీ నీకు నేను ఇవ్వచూపినా కూడా, నీవు అందుకు లోబడక, **తాత్త్విక జ్ఞానం ('తత్' లేక 'పరమాత్మ'కు సంబంధించిన విజ్ఞానం) కోరుకొన్నావు. సంతోషము.**

ఆత్మదర్శనము : తమ్ దుర్దర్శనమ్। గూఢమ్। అనుప్రవిష్టమ్। గుహాహితమ్। గహ్వరేష్ఠమ్। పురాణమ్। నీవు అడిగిన దేహమునకు అతీతవిషయమైన "దేహతదనంతర" జీవ స్వస్వరూపస్థితి సులభంగా చూడగలిగేది, గ్రహించగలిగేది కాదు. అది అత్యంత సూక్ష్మమైన విషయం. **దేహమునకు సంబంధించని (దేహముతో జనించక – దేహముతో నశించక ఉండే) ఈ జీవుని స్వస్వరూపమే అందుకు సమాధానము. అదియే ఆత్మతత్త్వ స్వరూపము.**

అట్టి ఈ జీవుని ఆత్మ స్వరూపం కళ్ళకు కనిపించేది కాదు. అది అనుభవమగుచున్న సమస్తమునందు అంతటా అంతర్లీనంగా ప్రసరించి ఉన్నట్టిది. అత్యంత రహస్యంగా అంతటా ఏర్పడి ఉన్నట్టిది. సర్వజీవుల హృదయగుహలో దాగి ఉన్నట్టిది. ఈ శరీరంలోనే సర్వదా వేంచేసియే ఉన్నట్టిది. ఈ శరీరముకూడా అద్దాని చమత్కారమే. అట్టి **ఆత్మ పురాతనమైనది.** అయ్యది **"ఆత్మ సందర్శనం, ఆత్మ సాక్షాత్కారం"** అని పెద్దలచే చెప్పబడుతోంది. **"అధ్యాత్మ యోగము"** అని పిలువబడే అంతరాత్మసాధన ద్వారా అది తప్పక పొందవచ్చు. **అట్టి ఆత్మ సాక్షాత్కారం సంపాదించుకొన్న మహనీయులు ఉన్నారు.** అంతటా ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకొన్న ధీరుడు, ఇక ఇక్కడి హర్షశోకాలను అతి సులభంగా దాటి వేస్తున్నాడయ్యా! **ఆధ్యాత్మయోగాత్ అధిగమేన ఏవం, మత్వా ధీరో హర్షశోకౌ జహాతి।**

అట్టి అధ్యాత్మ శాస్త్రమును చక్కగా – బాగుగా – సుదీర్ఘంగా – అభ్యాసపూర్వకంగా వినాలి. విని ఊరుకోకూడదు. బుద్ధితో గ్రహించాలి. వివేచనతో, వివేక బుద్ధితో గ్రహించి అట్టి ఆత్మ స్వభావంగా చెప్పబడినదానిని **స్వస్వభావంగా, స్వాత్మ ధర్మముగా మరల్చుకోవాలి.** అట్టి స్వస్వరూప దర్శనం మనకు స్వభావ సిద్ధం కావాలి. అప్పుడు సమస్త వస్తురూప ఆనందములకు సర్వదా అతీతమైన ఆత్మానందానికి అర్హులం. **అట్టి స్వస్వరూపానంద ప్రదమగు ఆత్మ సాక్షాత్కారానికి (సర్వదా సర్వమును ఆత్మ స్వరూపంగా దర్శించగలిగే మహోన్నత ఆత్మీయస్థితికి) నీవు ఇప్పుడు అర్హత పొంది సంసిద్ధుడవై ఉన్నావని నాకు అనిపిస్తోందయ్యా!**

నచికేతుడు : స్వామీ! “ఇది చేయండి – ఇది చేయకండి” .... అనే వేద శాస్త్రముల విభాగములకు, ధర్మ – అధర్మ విభాగములకు, కృత – అకృత కర్మ వ్యవహారములకు సంబంధించిన దేశ – కాల – ఆచారాది వ్యవహారములకు – వీటన్నిటికీ అతీతమై, ఉత్కృష్టమై, సర్వమునకు ఆధారమైనట్టి **శాస్త్రసారం** ఏమిటో నాకు బోధించవలసినదిగా మీ పాదములను స్పృశిస్తూ అర్థిస్తున్నాను. **హే గురువర్యా!** ఏ పదము భూత – వర్తమాన – భవిష్యత్‌లకు యాజమాన్యం వహిస్తున్నదో అట్టి **తత్‌పదము** గురించి చెప్పండి.

శ్రీ యమధర్మరాజు : సరేc! శ్రద్ధాసక్తుడవై విను.

♦♦♦

- ఏ స్థానము (లేక) పదము గురించి వేద శాస్త్రములన్నీ నొక్కి వక్కాణిస్తున్నాయో ....,
- తపోధనులంతా అంతిమంగా ఏ స్థితిని పరాకాష్ఠగా ప్రకటించి ప్రపంచానికి చెప్పుచున్నారో ...,
- ఏ స్థానమును సంపాదించుకోవాలనే మహదాశయులంతా కొందరు బ్రహ్మచర్య వ్రతులై ఆచార్యులను సమీపించుచూ సర్వయుక్తులు ఉపాయములు ఆశ్రయించి, సర్వశక్తులు సమర్పించి ప్రయత్నశీలురై ఉంటున్నారో...,

ఆ పదము (లేక) స్థానము (లేక) గమ్యమును సంగ్రహంగా (In a Nut - Shell) **“ఓం” అనే సంజ్ఞచే వేదోపనిషత్తులచే ప్రతిపాదించబడుతోంది.**

అట్టి **‘ఓం’** కారముచే ఉద్దేశ్యించబడేదే సర్వుల **ఏకాత్మ స్వరూపమగు పరమాత్మ.** సర్వుల **అంతర్యామి.** మార్పుచేర్పులు పొందనిది కాబట్టి అది **అక్షరం.** అదియే సమస్త జగత్ వ్యవహారమునకు పరమైనది. అది అంతటికీ పరమై, **సర్వరూపములు తానే** అయివున్నట్టిది. ఏ జీవుడైతే అట్టి తనయొక్క **సర్వాత్మకమైన నిత్య నిర్మలాత్మ స్వరూపం** సుస్పష్టము – నిర్దుష్టము – అనునిత్యము – స్వాభావికము చేసుకుంటాడో, ... అట్టి **జ్ఞాన విజ్ఞాని** ఏది పొందాలో అది పొందినవాడే!

ఓ నచికేతా! అట్టి సర్వాత్మకమగు ఆత్మస్వరూపమును ఆశ్రయించటమే శ్రేష్ఠము. ఇక మిగతాదేది పొంది కూడా లాభమేమున్నది? కేవలము, పరము అగు స్వస్వరూపాత్మ అన్నిటికంటే ఉత్కృష్టం. **అట్టి ఆశ్రయమును తెలుసుకొన్నవాడు బ్రహ్మజ్ఞానులకు కూడా దృష్టాంతము, సోదాహరణము అగుచున్నాడు.**

సర్వ ఉపాధులతో “జ్ఞాత (Knower)”గా వేంచేసియున్న మనందరి ఆత్మేశ్వరుడు – మన స్వస్వరూపము అయినట్టి జ్ఞాతాత్మ వాస్తవానికి **జనించటమూ లేదు. మరణించటమూ లేదు. అది ఎక్కడి నుంచో ఇక్కడికి రావటం లేదు. ఇక్కడి నుండి మరెక్కడికో పోవటమూ లేదు.**

‘ఆత్మ అనబడు సమస్త జీవుల కేవలస్వరూపము – ఎటువంటిదంటే ....,

- జన్మ కర్మాదులు లేనిది.
- భూత – వర్తమాన – భవిష్యత్తులలో యథాతథరూపంగా ఉన్నది.
- కాలబద్ధం కాదు. శాశ్వతం.
- అది అన్నిటికీ మునుముందే ఉన్నది. కనుక ‘పురాణం’ అని చెప్పబడుతోంది. పురానవం। పూర్వమువలెనే ఇప్పటికిప్పుడూ సిద్ధమయ్యే ఉన్నది.

అట్టి సర్వాత్మకమగు మన ఆత్మరూపం నశించేదికాదు. ఇక మరణం ఎవరికి? ఈ దేహాదులు వస్తూ ఉంటాయి. పోతూ ఉంటాయి. అంతే! ఈ ఈ దేహాలకు వేరై, ‘దేహి’ సర్వదా ఆత్మ స్వరూపంగా వెలుగొందుచూనే ఉన్నాడు.

నచికేతుడు : మహాత్మా! మరి మాకు కంటికి కనిపించే ఈ చావటం – చంపటం మొదలైనవన్నీ ఏమిటి?

యమధర్మరాజు : సరస్సులోని జలంలో బుడుగలులాగా ఆత్మయందు ఈ అనేక దేహాదులు కనబడుతున్నాయి. కనుమరుగవుతున్నాయి. కాని ఈ జీవుడు తనయొక్క ఆత్మ స్వరూపం ఏమరచటం చేత **“ఈ దేహమే నేను”** అని భ్రమించి పరిభ్రమిస్తున్నాడు.

- అయ్యో! నేనిప్పుడు మరణిస్తున్నానే!
- ఆహాఁ! ఇప్పుడు ఈ దేహిని నేను చంపుచున్నాను"

ఇట్లా అనుకునే ఆ ఇద్దరు జీవులు ఎందుకట్లా అనుకుంటున్నారంటావా? ఆ ఇద్దరూ కూడా దేహ-దృశ్యాదుల గురించి మాత్రమే దృష్టిలో పెట్టుకొని మాట్లాడుకొంటున్నారు. తమతమ 'దేహి' స్వరూపమేమిటో - అద్దాని గురించి వారు విజ్ఞానపూర్వకమైన ఆత్మదృష్టి కలిగియుండటము లేదు. కాబట్టే అట్లా భ్రమతో కూడిన పరిమిత దర్శనము పొందుచున్నారు. **ఆ ఉభయ దేహుల ఆత్మస్వరూపం తాను చచ్చేది కాదు. తనకు వేరుగా ఉన్న మరొక ఆత్మను చంపేదీ కాదు.** వేఱువేఱు తరంగాలలో వేఱువేఱైన జలం ఉన్నదా? ఒక తరంగ జలం మరొక తరంగ జలమును భేదించట మెక్కడిది? సర్వుల ఆత్మ ఒక్కటే అయివుండగా, ఉభయులూ ఆత్మయే తమ-తమ వాస్తవ స్వరూపంగా కలిగి ఉండగా, ... ఒక జీవాత్మ మరొక జీవాత్మను చంపటమెక్కడిది? అదంతా దేహముల దృష్టికి కనిపిస్తోంది. అంతే!

- ఒక పర్వతంతో పోలిస్తే అణువు ఎంతటి సూక్ష్మమో, ... అణువు కంటే ఆత్మ అంతటి సూక్ష్మం!
- అయితే, సృష్టిలోగల అతి పెద్దదైన సర్వ వస్తువులకంటే ఆత్మ బహు మహత్తరమైనది. బహు ఘనీభూతమైనది. సుస్పష్టమైనది.
- అది ఎక్కడో దూరంగా ఉన్నదా? లేనే లేదు. సర్వజీవుల హృదయ గుహలలో సర్వదా వేంచేసియే ఉన్నది.

మరి అద్దానిని దర్శించాలంటే? **అది అంత సులభం కాదు. కానీ ఒకానొకవిధంగా అది సులభమే కూడా!**

ఎవ్వరైతే ఇంద్రియములకు విషయములగుచున్న ఈ జగద్విషయములపట్ల సర్వ కోరికలను త్యజించి, దృశ్య సంబంధమైన సర్వ ఆందోళనలను జయించి వేసి ఉంటారో ...., అట్టివారు నిర్మలము కావించబడిన తమ ఇంద్రియములచే అంతటా ... అన్నిటా ... అన్నీగా ఉన్న ఆత్మను దర్శించి ఆనందిస్తున్నారు.

ఆసీనో దూరం వ్రజతి। శయానో యాతి సర్వతః। అంతటా ఆక్రమించి ఉన్నట్టి ఆత్మ ఉన్నచోటే కూర్చుని ఉండి అంతటా సంచరించుచున్నదై ఉంటోంది. దూరమును అధిగమించి ప్రయాణించగలుగుతోంది. శయనించియే అంతటా ప్రసరించి ఉంటోంది. అది ఆనందరూపమా? ఆనందాతీతమా? అద్దాని అనుభవం ఎట్టిది? **అది నాకు నేను, నీకు నీవు (ఎవరికి వారే) ఆస్వాదించి అనుభవించవలసినదేగాని ఒకరికి మరొకరు అందివ్వగలిగేది కాదు.**

అశరీరగ్ం శరీరేషు అనవస్థేషు అవస్థితమ్। ఆత్మ అశరీరి. అద్దానికి శరీరమనేదే లేదు. కానీ, ఆ ఈ కనబడే అశాశ్వత శరీరాలలో అది ప్రవేశించి ఉంటోంది. అది అన్నిటికన్నా పరము - మహత్తరము అయివున్నది. సర్వగతమైనది. అట్టి తనయొక్క ఆత్మ స్వరూపం ఎఱిగిన జీవుడు ఇక ఎందుకు శోకిస్తాడు? శోకించడు. **మత్వా ధీరో న శోచతి।**

నచికేతుడు : మహాత్మా! అట్టి ఆత్మను గురించి ఇప్పుడు నాకు బోధించండి. నేను మీ ద్వారా అద్దాని గురించి తెలుసుకొని, **ఆత్మతత్త్వజ్ఞుడను** అవుతాను.

శ్రీ యమధర్మరాజు : న అయమ్ ఆత్మా ప్రవచనేన లభ్యో। అట్టి ఆత్మానుభవం మాటలతో చెప్పితే తెలియబడేది కాదు. సొంత మేధస్సును ఉపయోగించి తెలుసుకోగలిగేది కూడా కాదు. చదవటంవలననో, వినటంవలననో అనుభవానికి వస్తుందా ... అంటే, ... అదీ కాదు. ఆ ఆత్మ భగవానుడు ఎవ్వరిని వరిస్తే వారికే అది లభ్యం! వారికే ఆత్మ స్వశరీరాన్ని విశదపరుచుకొనుచున్నది. **ఎవరికి ఆత్మ ప్రియమౌతుందో అది వారికి ప్రియమై లభిస్తుంది.**

ఎవ్వరైతే సహజీవులను ద్వేషించటం - బాధించటం - అవమానించటం - అల్పభావన కలిగిఉండటం ... ఇటువంటి దుశ్చరితముల నుండి విరమించరో, ఆత్మభావనను ఆశ్రయించరో-అట్టి వారు ఎంతగా చదివినా, విన్నా, మాట్లాడినా ఆత్మస్వరూపమును గ్రహించజాలరు. అశాంతమైన - చంచలమైన మనస్సు - బుద్ధి కలవారు తెలివితేటలు కలిగియుండి కూడా ఆత్మానుభవమును పొందజాలరు.

సర్వ బ్రహ్మజ్ఞాన సమాచారములు, సర్వ క్రియా దక్షతలు ఎద్దానియొక్క ఆహారమో, ఎద్దానికి మృత్యువు ఒక ఫలహారం వంటిదో అట్టిది "ఇట్టిది" అని ఎవ్వరు తెలుసుకోగలరు? ఎక్కడ ఏమని గుర్తించి దర్శించగలరు? అద్దానిని నిర్ణయించి ఎవరు నిర్వచించగలరు? **ఎవరికి వారు తమయందు సర్వభావములకు జనన స్థానముగా - స్వానుభవం పొందవలసినదే.**

3. తృతీయవల్లి :: అజ్ఞానవాన్ - విజ్ఞానవాన్

జీవాత్మ - పరమాత్మ

శ్రీ యమధర్మరాజు : ఓ నచికేతా!

1) సర్వ జీవుల హృదయ గుహలో వశించే బ్రహ్మము లేక "ఆత్మ" (The Absolute Self)

2) లోకంలో ప్రవేశించి 'జీవుడు' అని పిలువబడుతూ సుకృత – దుష్కృత ఫలములను తనవిగా అనుభవించే ఆత్మయొక్క ప్రాపంచిక స్వరూపము. (The Incidental Self)

ఈ రెండూ కూడా ఎట్టివి? ఎట్టివో చెప్పుచున్నాను, విను.

✡

☞ **ఆత్మ వస్తువువంటిదైతే ... జీవుడు అద్దాని నీడవంటిది.**

☞ **ఆత్మ స్వప్నసాక్షి – స్వప్నమునకు అప్రమేయుడు అగు కేవలసాక్షి. జీవుడో – స్వప్నములోని అనుభవి/సంచారి.**

☞ **ఆత్మ కథా రచయిత. జీవుడు అట్టి రచనలోనే ఒక 'పాత్ర'.** (Role).

అని బ్రహ్మవిదులు పలుకుచున్నారు. వాస్తవానికి, ఈ దృశ్య జగత్తులో సుఖ – దుఃఖ, కర్మ – కర్మఫల ప్రాంగణంలో సంచరిస్తున్న జీవుని స్వస్వరూపం (స్వప్నద్రష్ట స్వరూపం స్వప్నానికి అప్రమేయమే అయినట్లు) **దృశ్యమునకు సర్వదా అప్రమేయమే అయివున్నది.** ఆత్మయొక్క 'నీడ' మాత్రమే ఈ 'జీవుడు' ఆత్మయొక్క 'అంశ' అగు ఈ జీవుని రూపం బాహ్యరూపంగా దృశ్యజగత్తులో సంచరిస్తోంది.

ఆత్మగా "నేను"		**జీవుడుగా "నేను"**
సర్వాత్మకము	–	వ్యష్టాత్మకము.
ఆత్మ స్వరూపం సహజం (సమస్తమును కదిలించుచున్నది)	–	'జీవుడు' అనునది ఆరోపితం. సందర్భములలో పరిమితమై కనిపించు చేతనరూపము. (కదలుచున్న రూపము).
ఆత్మ నాటకమునకు అప్రమేయమైన నటుని వ్యక్తిగత రూపం	–	జీవుడు ఒక నాటకంలోని నటుని పాత్ర
ఆత్మ కర్మరహితము. నిత్య నిర్మలము.	–	పూర్వ, తత్పూర్వ వాసనా చోదితమైన జన్మకర్మ విభాగములకు భోక్త ఈ జీవుడు.

అయితే ఈ జీవుడు వాస్తవానికి ఆత్మ స్వరూపుడే! ఒక నాటకంలోని పాత్రలాగానే జీవాత్మకు వేరైన, స్వతంత్రమైన ఉనికి లేదు.

పంచాగ్నుల రూపముతో పోల్చతగు (అన్నమయ – ప్రాణమయ – మనోమయ – విజ్ఞానమయ – ఆనందమయ) పంచకోశములకు ఆవల హృదయ కుహరంలోనే ఆత్మ యథాతథంగా సర్వదా వేంచేసియే యున్నది. **ఆత్మయొక్క భావనామాత్రమే జగదనుభవం.**

నీవు నావద్ద నేర్చిన త్రినాచికేతాది సుకృతముల ఫలం ప్రాపంచకమైన స్వర్గాదులు మాత్రమే! హృదయ గుహలోగల ఆత్మను అంతటా, అన్నిటా, అన్నీగా, దర్శించువాడు (ఆత్మయొక్క తేజస్సును గ్రహించువాడు) 'ఆత్మదర్శి' అగుచున్నాడు. అట్టి పరమ – పదార్థము (seperate - unaffectedly placed) అగు ఆత్మయొక్క చమత్కారమే ఈ దృశ్యము యొక్క ప్రదర్శనము. **"అది సర్వ – అంతర్గతము"** అని గ్రహించు దృష్టికలవాడు **"నేను జీవుడను"** అనే భ్రమను అధిగమించి వేస్తున్నాడు. **అప్పుడాతడు స్వస్వరూపముగా భాసిస్తున్నాడు.**

అట్టి ఆత్మ సందర్శనము సర్వ కోరికలకు ఆవలిగట్టు. ఈ దృశ్యమును అధిగమించాలనే ఆశయము కలవారికి కూడా భూ ప్రపంచంలోని యజ్ఞ యాగాది ఆయా సర్వకర్మలు వంతెన వంటివి అగుచున్నాయి. అయితే బ్రహ్మలోకంవరకు అన్యము రూపంగా పొందేవన్నీ మిథ్యయే! **ఆత్మ సందర్శనా అభ్యాసమే అన్నింటికి పరమైన స్థానం.** అదియే అభయస్థితి. అట్టి స్థితికి ఆయా ప్రాపంచిక శాస్త్ర విహిత విధి విధానములు సహకరించగలవు. అనిత్యమగు వస్తువులను ఉపయోగించి నిత్యమగు ఆత్మతత్త్వము ఎవ్వరైనా తప్పక పొందవచ్చునని నా అభిప్రాయం.

అట్టి ఆత్మ సందర్శనం ఏవిధంగా పొందవచ్చునో ... సంజ్ఞా పూర్వకంగా (దృష్టాంతంగా) చెపుతాను, విను.

ఒక మహారాజు తనకు అత్యంత ప్రీతి పాత్రమైన ఒక ప్రదేశానికి వెళ్ళదలచి ఒక రథం అధిరోహించారనుకో!

ఆత్మ (జీవాత్మ) – **రథికుడు** (The one who is owner of chariot vehicle) అని భావించు.
ఈ శరీరమో? – జీవాత్మ అధిరోహించినట్టి **రథం.**
ఈ ఇంద్రియాలు – ఈ శరీర రథానికి పూన్చబడిన **గుఱ్ఱాలు.**
మనస్సు – ఆ గుఱ్ఱాల ముక్కుకు – మెడకు తగిలించే **కళ్లెములు.**
బుద్ధి – **రథసారధి**
ఇంద్రియ విషయాలైనట్టి శబ్ద– స్పర్శ
– రూప – రస – గంధములు –
దృశ్య విషయములు – వ్యవహారాలు – ఆ గుఱ్ఱములను ఆకర్షిస్తున్న మార్గమునకు ప్రక్కగా గల **గడ్డిపరకలు**
ఆత్మ ఇంద్రియ – మనస్సులతో కూడుకొన్నదై ఈ ఈ విషయాలను అనుభవిస్తోంది. ఇప్పుడిక...,

యస్తు అజ్ఞాన్‌వాన్ భవతి।

దీర్ఘప్రయాణీకుడగు ఆ మహారాజు (లేక రథికుడు) **"ఆహాఁ! నా గుఱ్ఱాలు రహదారికి ప్రక్కగా ఉండే గడ్డి పరకలంటే ఇష్టపడుతున్నాయి. తిననిద్దాము. అందుకు అవసరమైతే – రథమును రహదారి నుండి మళ్ళించి ఈ గుఱ్ఱాలు కోరుకొనే గడ్డి పరకలవైపుగా నడిపిస్తాను. అప్పుడు గుఱ్ఱాలు గడ్డి తిని ఆనందిస్తాయి కదా"** ... అని తలచి, తాను అత్యవసరంగా వెళ్ళవలసిన ప్రదేశమునకు ప్రయాణమును విరమించి, రథాన్ని వెళ్ళవలసియున్న మార్గం నుండి రహదారి ప్రక్కకి నడిపిస్తే అది సముచితమేనా? కాదుకదా! ఈ మానవులు **ఇంద్రియ విషయములను పొందటమే ఆశయంగా కలిగియుండి, జీవితమనే అవకాశాన్ని వెచ్చించటం అటువంటిది.**

గుఱ్ఱాలకు పూన్చిన కళ్ళాలు పట్టులేనివైతే? పస – త్రాన – గట్టితనము లేని పీచుతో కూడిన త్రాళ్ళతో తయారయినవయితే? అప్పుడు? ఆ బలహీనమైన కళ్ళాలు గుఱ్ఱాలను అదుపులో ఉంచలేవుకదా! అందుచేత రధికుడు (లేక ఆ మహారాజు) ప్రయాణించాలను కొంటున్న మార్గం నుండి ప్రక్క త్రోవపట్టి, ఆ గుఱ్ఱాలు త్రోవకు ప్రక్కగా గల గడ్డి పోచల వైపుకు రథాన్ని త్రోసుకుపోవడం జరుగగలదు కదా! సారధి – తన యజమానికి ఏది శుభాశయమో, అది మరచిపోయి (ఆ గుఱ్ఱాలను అదుపులో పెట్టవలసింది పోయి) గుఱ్ఱాల ఆకర్షణకు అనుకూలంగా రథాన్ని త్రోలుకు పోవటం జరిగితే? రథికుడు తను వెళ్ళవలసిన మార్గమును ఏమరచి గుఱ్ఱాల ఉద్దేశ్యమునే అనుకరిస్తే? **అప్పుడు ఆ ప్రయాణం సరిగా కొనసాగుతుందా? లేదు. అట్లాగే ....,**

- రథికుడు (The owner of chariot) అయిన ఈ "దేహి" అజ్ఞాని అయి,
- అది అలుసుగా చూచుకొని సారధి అయిన "బుద్ధి" చంచలమైన చేతులు కలవాడై, 'మనస్సు' అనే కళ్ళెమును చేతులతో గట్టిగా పట్టుకోకుండా....,
- 'మనస్సు' అనే కళ్ళెములు ఇంద్రియములు అనే గుఱ్ఱములను అదుపులో ఉంచే గట్టితనము (సదభ్యాసము) లేనివై ఉంటే ...,

ఇక ఆ రథం అనే శరీరము (లేక) జీవుని యొక్క ప్రయాణం వెళ్ళుచున్న మార్గము – అల్పమైన ఆశయములవైపే అగుచున్నది. రథికుని ప్రయాణం 'ఆనందం' అనే స్థానానికి కాకుండా "దుఃఖము – వేదన – అజ్ఞానము – దురాశయము – దురభిరుచులు...." అనే దుష్ట స్థానానికి ప్రయాణం కొనసాగుతోంది.

దుష్టగుఱ్ఱాలు సారథి యొక్క అదుపు తప్పుచున్నట్లుగా .... ఇంద్రియాలు బుద్ధి యొక్క అదుపు తప్పుచున్నాయి.

అట్లా కాకుండా ...., యస్తు విజ్ఞానవాన్ భవతి।

ఎప్పుడైతే ఈ జీవుని యొక్క 'బుద్ధి' **విజ్ఞానముతో** కూడుకొనినదై ఉంటుందో, మనస్సు **సాధనాబలం** సమకూర్చుకొంటూ ఉంటుందో, ఎల్లప్పుడు ఇంద్రియములు వశంలో ఉండి ప్రవర్తిస్తూ ఉంటాయో, ... అటువంటి జీవుని జీవిత ప్రయాణం ఈ సంసార మహారణ్యాన్ని దాటించివేసేవిగా ఉండగలుగుతోంది. ఆ గుఱ్ఱాలు ఆ రథాన్ని వెళ్ళవలసిన వైపుగా తీసుకుపోతున్నాయి! అవ్యాజము, స్వాభావికము అగు ఆత్మానందమువైపుగా ఈ జీవుడు సుఖ ప్రయాణము కొనసాగించగలడు.

ఓ నచికేతా! మరల చెప్పుచున్నాను. విను.

ఏ జీవుడైతే అజ్ఞానములోనే ఉంటూ, అపవిత్రమైన మనస్సుతో అశుచి అయిన ఆశయములు – భావములు – కార్యక్రమములు – ప్రవర్తనలు వదలడో, అట్టివాడు **'తత్' అని చెప్పబడే పరమాత్మానంద స్థానం చేరలేడు. "సర్వము" ఆత్మగా దర్శించటం" అనే 'తత్పదం' సంపాదించుకోనేలేడు.** అట్టివాడు ఈ సంసారారణ్యంలోనే పరిభ్రమిస్తూ ఈ దృశ్యములోని ఆయా విశేషములే ఆశిస్తూ దురాశ – నిస్పృహ – వేదన – రోదనలకు లోనుఅవుతూ, ఒక దుఃఖం నుండి మరొక దుఃఖానికి (From one group of worries to another group of worries) ప్రయాణిస్తూనే ఉంటాడు అంతే!

విజ్ఞాన సారథిః యస్తు।

ఏ జీవుడైతే 'విజ్ఞానము' సారధిగా కలిగినవాడై, పెద్దలు – శాస్త్రములు బోధించే మార్గములను అనుసరిస్తూ, పవిత్రమైన ఆశయములు – భావములు – ఉద్దేశ్యములు కలిగివున్న మనస్సు పెంపొందించుకొంటూ ఉంటాడో, అప్పుడు ఆ జీవుని ప్రయాణం **"విష్ణుపదం"** అనే పరమపదం *(లేక* ***'సాయుజ్యం'*** *అనే స్థానం)* చేరుతుంది. **"సర్వము విష్ణుమయం – పరమాత్మయే ఈ సర్వజీవులు, దృశ్యముగా నాకు అనిపిస్తున్నారు"** అను నిశ్చలమైన దృష్టిని – దృఢ నిత్యానుభవమును సంపాదించుకొంటున్నాడు.

ఓ నచికేతా! ఈ 'జీవుడు' అనబడే బాటసారి వెళ్ళవలసిన స్థానం. **"ఈ సమస్తము సర్వదా విష్ణమయమే। విష్ణురూపమే"** ... అని దర్శించగలిగే స్థితియే సుమా! అంతేగాని, ఇంద్రియ విషయముల వెంట – దృశ్య పరిమిత వ్యవహారముల వెంట పరుగులు తీయటం, అనేక భేదములను బుద్ధియందు కొనసాగించటము కానే కాదు. ఏమాత్రమూ కాదు.

ఇంద్రియేభ్యః పరా హి "అర్థాః" **(Experiencing Faculty)**

ఈ ఇంద్రియములు గొప్పవే! అయితే

ఈ చెవులు – చర్మము – కళ్ళు – నాలుక – ముక్కు అనబడే పంచేంద్రియముల కంటే కూడా, **"వినటం – స్పర్శానుభవం – రూపదర్శనము – రుచి ఆస్వాదించటం – వాసన చూడటం"** .... అనబడే **శబ్ద – స్పర్శ – రూప – రస – గంధాలు ...** ("ఇంద్రియార్థాలు") ఇంకా గొప్పవి. ఇంద్రియాలు ఉపయోగించనప్పుడు కూడా స్వప్నంలో "వినటం – స్పర్శ – రూపము – రుచి – వాసన" అనే అనుభవాలు ఈ జీవుడు పొందుచున్నాడు కదా!

అందుచేత ఇంద్రియముల కంటే ఇంద్రియార్థములు గొప్పవి. ఇంద్రియార్థాలకు ఇంద్రియములు ఉపకరణములు అయివున్నాయి.

అనగా,	చెవుల కంటే	.....	వినికిడి గొప్పది	.....	వినికిడికి చెవులు ఉపకరణములు.
	చర్మము కంటే	.....	స్పర్శానుభవం గొప్పది	.....	స్పర్శకు చర్మము ఉపకరణము.
	కంటి కంటే	.....	చూపు గొప్పది	.....	చూపుకు కనులు ఉపకరణములు.
	నాలుక కంటే	.....	రుచిగొప్పది	.....	రుచికి నాలుక ఉపకరణము.
	ముక్కు కంటే	.....	వాసనానుభవం గొప్పది	.....	వాసనకు ముక్కు ఉపకరణము.

అట్టి వినికిడి మొదలైన పంచతన్మాత్రలు 'దేహి'కి సంబంధించిన అర్థములు. (అంతేగాని, దేహమునకు పరిమితమైనవి కావు).

అర్థేభ్యశ్చ పరం మనః **(Thinking Faculty)**

శబ్ద–స్పర్శ–రూప–రస–గంధాలనబడే ఇంద్రియానుభవాలు (ఇంద్రియార్థాలు) గొప్పవే! అయితే, అంతకన్నా కూడా, అవన్నీ తన అనుభవాలుగా పొందే మననమే రూపముగా గల – మనస్సు ఉన్నతమైనది. **ఇంద్రియార్థాలు మనస్సుకు ఉపకరణాలు.** ఒక ఉపకరణం కంటే వాటిని ఉపయోగించేవాడు ఏవిధంగా అధికుడో, ... ఇంద్రియార్థాలకంటే "ఆలోచన – అనుభవం – అనుభూతి" .... మొదలైన వాటితో నిర్మించబడే మనస్సు మరింత ఎత్తైన స్థానంలో ఉన్నది. మనస్సును అనుసరించే–ఇంద్రియార్థాలు అనుభవించబడుచున్నాయి. కళ్ళు తెరిచి ఉండవచ్చు. కానీ ధ్యాస ఎక్కడో ఉంటే ఆ కనబడేవి అనుభవించబడవుకదా! కనుక, **ఇంద్రియార్థముల కంటే మనస్సు మహత్తరమైనది.**

మనసస్తు పరా బుద్ధేః **(Discriminating Faculty)**

మనస్సుకు ఆవల 'విచక్షణ' అనే జ్ఞానం (లేక బుద్ధి) ఉన్నది. అది "ఇది ఆలోచిద్దాం? ఇది ఆలోచించటం మానివేద్దాం?" .... అనేది నిర్ణయిస్తూ ఉంటుంది. కనుక

మనస్సు కంటే బుద్ధి ఉత్కృష్టమైనది. బుద్ధికి మనస్సు ఉపకరణము.

బుద్ధేః ఆత్మా మహాన్ పరః **(Individual unit of self)**

ఉచిత – అనుచిత విచక్షణా రూపమగు 'బుద్ధి' కంటే 'జీవాత్మ' (వ్యష్టిత్వము) అధిగమించినదైయున్నది. విచక్షణ (Differentiation) ఎద్దానిచే నిర్వర్తించబడుతోందో అట్టి 'మహత్తు' అని చెప్పబడే జీవాత్మ బుద్ధికి ఆవల ఉన్నది. **మహత్ స్వరూపుడగు జీవాత్మకు బుద్ధి ఉపకరణము.**

<u>మహతః పరమ్ అవ్యక్తం</u> (That which is exhibiting "The sense of Individual self" while it itself is "Non-Exhibitive)

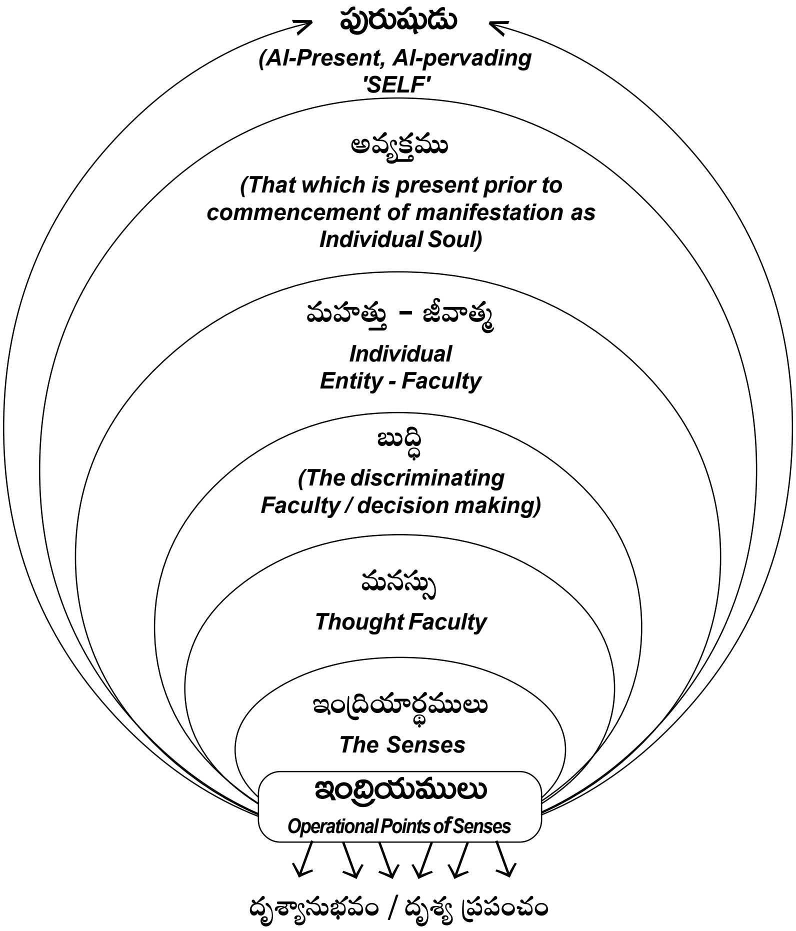
జీవాత్మ అనబడే మహత్తు కంటే అతీతము ఉత్కృష్టము ఏది? ఏదైతే తాను ఇంద్రియాదులకు విషయమే కాకుండా, అంతకుముందే ఉండి, అవ్యక్త స్వరూపమై, ... ఇంద్రియ విషయములకు అనుభవరూపమైన ఈ జీవుని స్వకీయ ప్రదర్శనముగా కలిగి ఉన్నదో..., అట్టి **అవ్యక్తము** ఉత్కృష్టమైనది.

- ఈ జీవుని వ్యక్తరూపం ఈ శరీరం.
- భావాలు – అనుభవాలు – అనుభూతుల రూపంగా కనిపించేది కూడా వ్యక్తరూపమే.
- బుద్ధి – చిత్తము – అహంకారము రూపంగా కనిపించేది కూడా జీవుని వ్యక్తరూపం.
- ఈ దేహ–మనో–బుద్ధి–చిత్త–అహంకారాలన్నీ తనవిగా ధరిస్తూ, **తానుమాత్రం వాటి యందుగాని, వాటిచేతగాని పరిమితముకాక, కానీ వాటినన్నిటినీ తానే వ్యక్తీకరిస్తోందో, ... అది అవ్యక్తం.** వ్యక్తీకరించబడుచున్న సర్వ విషయములకంటే కూడా 'తాను'గా ఉంటూ వ్యక్తీకరిస్తున్నప్పటి తత్త్వము ఉత్కృష్టమైనదే కదా! ఆ వ్యక్తీకరిస్తున్న తాను (అవ్యక్తంగా ఉంటున్న రూపము) ఈ జీవుని ఉన్నతోన్నత రూపం. అవ్యక్తముయొక్క వ్యక్తీకరణమే జీవాత్మ.

<u>అవ్యక్తాత్ పురుషం పరః</u> (Al-pervading and universally present self)

ఈ జీవునికి అట్టి అవ్యక్తము కంటే కూడా సర్వోత్కృష్టమైన మరొక రూపం ఉన్నది. అట్టి మహత్తర అవ్యక్తాతీత రూపమును 'పురుషుడు' అంటారు. జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులలో ప్రదర్శనమగుచున్న సమస్తము తన పురుషకారమే అయి ఉన్న తత్త్వమ్– **'పురుషుడు'. "ఈ సమస్తము మమాత్మానంద ప్రదర్శనమే" అను పురుషకారము కలిగియున్నవాడే పురుషుడు (లేక) పరమపురుషుడు.**

ఏదైతే – ద్రష్ట – దృశ్యములను తనయందు ధరిస్తూ సర్వ తదితర రూపములు తానే అయి, తనచే దర్శించబడే సర్వ దృశ్య జడ –



చేతనములందు అంతర్లీనమై, ఇదంతా స్వస్వరూపముగా సర్వదా 'తానే'గా కలిగియున్నదై యున్నదో ... అదియే 'పురుషుడు'. తనచే కల్పించబడిన దానియందు తానే మౌనంగా ప్రవేశించి, తన రూపమును తానే తదితర సర్వజీవులుగా – సర్వలోకములుగా – సర్వ తత్త్వములుగా పొందుచున్నదో .... అట్టి ఈ జీవునియొక్క సర్వోత్కృష్ట రూపమే **పురుషరూపం**. ఇదియే **"సమస్తము నేనైన నేను".**

పురుషాన్ న పరః కించిత్। సా కాష్ఠా। సా పరా గతిః॥

"దృశ్యముగా పొందబడుచున్న సమస్త ప్రదర్శన రూపము తానే" అయినట్టి ఒకానొక **"సర్వాంతర్యామిత్వమగు తత్త్వరూపము"** ఈ జీవునికి ఉన్నది. ఆ తన సర్వాంతర్యామిత్వమే **"పరమ పురుషుడు"** అని చెప్పబడుతోంది. అదియే ప్రతిజీవుని **పరమావధి.** అదియే **చరమ గమ్యం.** ఆ తరువాత, అటుపై మరింకేమీ లేదు. (అద్దాని అనునిత్యానుభవమే కైవల్యము – అనబడుచున్నది).

శ్లో॥ ఏష సర్వేషు భూతేషు గూఢో ఆత్మా న ప్రకాశతే।
దృశ్యతే తు అగ్ర్యయా బుద్ధ్యా సూక్ష్మయా సూక్ష్మదర్శిభిః॥

ఓ నచికేతా! ఈ జీవుడు సర్వ దృశ్యమునకు ఆధారమైయున్న తన పరమ పురుష రూపాన్ని ఏమరచి, **"నేను ఈ దేహాన్ని. చచ్చేవాడిని. పుట్టేవాడిని"** అనే భ్రమను తనకు తానే కల్పించుకొని అద్దానియందు పడరాని పాట్లన్నీ పడుతున్నాడు.

ఆహా! ప్రతి జీవునిలోను ఈ సర్వాత్మక ప్రభావ సహితమైన పరమ పురుషరూపం వెంటనంటి యుండి కూడా, బుద్ధికి ప్రకాశం కావటంలేదే! (It is silently and secretly accompanying everybody, while people are often not conscious of it). ఈ జీవునికి తనయొక్క సర్వాంతర్యామి రూపం–"**అతి నిర్మలము–సుతీక్షణము**" అయిన బుద్ధికి మాత్రమే సాక్షాత్కరించగలదు. స్వకీయ బుద్ధియే "దేహ మనోబుద్ధి – చిత్త – అహంకారాలే నేను" అనే అల్పత్వమును ఆహ్వానించి తన విస్తరణను పరిమితం చేసుకుంటోంది. **అట్టి ఆ బుద్ధి యొక్క సూక్ష్మదర్శన–నిశిత పరిశీలనచే, నిర్మలత్వముచే–ఈ జీవునికి తన "సర్వాంతర్యామిత్వం" అనుభూతం అవుతోంది.**

కాబట్టి నచికేతా! నీవు నీయొక్క **సర్వాంతర్యామిత్వమును** అనుభూతపరచే పరమ పురుష రూపం నిర్మలమైన – సునిశితమైన బుద్ధి (అవగాహన)తో సుస్పష్టం చేసుకొంటే చాలు, అంతా నీకే సువిదితమౌతుంది. స్వప్నద్రష్ట తన భావనారూపమునే స్వప్నంలో అనేక వస్తువులు నిర్మిస్తున్నట్లుగా, ఈ జాగ్రత్ ద్రష్ట కూడా తనకు అనుభవమయ్యేదంతా తానే అయి, **సర్వమునందు మునుముందుగానే సర్వదా వేంచేసియున్నాడు. తన భావనారూపమే తాను జగత్తుగా పొందుచున్నాడు.**

⌘⌘⌘

నచికేతుడు : హే జగద్గురూ! అట్టి పరమపురుష స్వరూపం మాకు అనుభవమయ్యే ఉపాయం చెప్పండి.

వాక్కు – మనస్సు – జ్ఞానాత్మ – మహత్ – శాంతాత్మ

శ్రీ యమధర్మరాజు : 'జీవితము' అనే ఈ మహత్తరమైన అవకాశాన్ని **"సద్వినియోగ పరచుకోవాలి"** అనే ఆశయం మొట్టమొదట కలిగిఉండాలి సుమా! అప్పుడిక సంసిద్ధుడవై ప్రయత్నశీలుడవై ఉంటే అట్టి సర్వాంతర్యామి స్వరూపం అవగతం – సుస్పష్టం – అనుభూతం కావటానికి మార్గం విను.

ఉత్తమ సాధకుడైన ప్రాజ్ఞుడు ఇంద్రియ గోళములను ఇంద్రియార్థములలో 'ఏకము' చేయుచున్నాడు. వాక్ – దృశ్య – స్పర్శాది ఇంద్రియ విషయాలన్నీ అధిగమించి **"ఇదంతా మనస్సు యొక్క చర్యలే కదా! కనుక వీటికి ఆధారమైన 'మనస్సు'ను పట్టుకుంటాను" అని నిర్ణయించుకుంటున్నాడు. ఈ జగత్ విషయాలన్నీ ఆలోచనలకు మూలస్థానమైన మనస్సులో లయము చేయుచున్నాడు.**

అట్టి మనస్సు **(Thought & Feeling)** ఎక్కడి నుండి బయలుదేరుతోంది? **'బుద్ధి'** (Logic) అనబడే **జ్ఞానాత్మ**లో నుంచి. యుక్తాయుక్త నిర్ణయాత్మకము – విచక్షణాజ్ఞానరూపము యే **'జ్ఞానాత్మ'.** కనుక ఈ మనస్సును ఒకానొక అంతర్విభాగంగా అర్థం చేసుకొంటూ **మనస్సును జ్ఞానాత్మలో లయింపజేస్తున్నాడు.**

ఇప్పుడు ఇక విచక్షణా జ్ఞానరూపమైన బుద్ధి (లేక) జ్ఞానాత్మ ఎందులోనుంచి బయల్వెడలుతోంది? **'జీవాత్మ'లో (జీవించాలి–అనే అభిమానముగల వాని) నుండి.** కనుక జ్ఞానాత్మను (బుద్ధిని) జీవాత్మయొక్క ప్రతిరూపంగా గమనించి అద్దానిని 'మహత్తు' అనబడే 'జీవాత్మ'లో లయం చేసివేస్తున్నాడు.

మరి ఈ మహాన్ ఆత్మ అనబడే జీవాత్మ ఎందులోనుంచి బయల్వెడలుతోంది? సర్వాత్మ స్వరూపమగు "శాంతాత్మ" నుండి. తరంగాలు అనేక ఆకారాలు, కదలికలు, సంయోగ – వియోగాలు పొందుచుండవచ్చుగాక! కాని జలం సర్వదా యథాతథం కదా! తరంగాలన్నీ

జలంలోనే, జలమునకు అభేదమై ఉన్నాయి కదా! అట్లాగే ఈ **జీవాత్మత్త్వాన్ని** పరమ ప్రశాంతమగు **'శాంతాత్మ'** యొక్క అభేదరూపంగా గమనించి, తద్వారా జీవాత్మత్త్వమును శాంతాత్మత్త్వమునందు లయం చేస్తున్నాడు.

(శాంతాత్మ = జలము. జీవాత్మ మహత్తు = తరంగము)

ఓ నచికేతా! ఎప్పుడైతే **ఈ జీవాత్మ తత్త్వము 'శాంతాత్మత్త్వము'లో లయం** అవుతుందో, అప్పుడీ జీవుడు సర్వ ఋుగ్మతలకు, మనోవేదనలకు **ఆవలితీరం** (The other End) జేరుచున్నాడు. అట్టి ఆశయం సిద్ధింపజేసుకోవటమే **జీవునియొక్క పరమగమ్యం.**

✡

అందుకు **ఈ మానవ జీవితం మహత్తరమైన అవకాశం!** కనుక ఓ బాలకా! ప్రియ నచికేతా! లేఁ! అజ్ఞాన నిద్ర నుండి మెళుకువ తెచ్చుకో! అట్టి "ప్రశాంతాత్మత్త్వము" లేక "అఖండాత్మత్త్వము" A transformation from "Sense of Individual Self" to "The Universally Al-Present & Al-Pervading SELF" సిద్ధించుకోవటానికి సంసిద్ధపడు. అతి జాగరూకుడవై ఉండు. **ఉత్తిష్ఠ। జాగ్రత। ప్రాప్యవరాం నిబోధిత।** అది సిద్ధించుకొన్న మహనీయులు ఉన్నారు. వారి పాద పద్మములను ఆశ్రయించు. **క్షురస్య ధారా నిశితా దురత్యయా, దుర్గం పథం తత్ - కవయో వదంతి।** అది "కత్తిమీద నడిచి వెళ్ళటం"వలె అతికుశలతతో నడువవలసిన మార్గం. అయితే **"శాశ్వతమైన శాంతి పొందటానికి మహనీయుల బోధయే మార్గము, శరణ్యము"** .... అని విజ్ఞులు ఎలుగెత్తి గానం చేస్తూ మనకు చెప్పుచున్నారు సుమా!

<u>శాంతాత్మత్త్వము యొక్క నిర్వచనం</u>

ఈ జీవుని శాశ్వతానంద - అఖండ రూపమగు "శాంతాత్మ" - ఎటువంటిది? విను.

శబ్దములతో వివరించగలిగేది కాదు. **అశబ్దమ్।**

అట్టి శాంతాత్మ యొక్క తత్త్వము సర్వ వాక్య-వర్ణనలకు అతీతం. శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస - గంధములలో ఈ ప్రపంచం ఉన్నది. శాంతాత్మయో, వీటికి ఆవల ఉన్నది. **పరమ్।**

అవ్యయమైనది. అద్దానికి మార్పు-చేర్పులు లేవు. ఈ శరీరాదులకు శబ్దాది తన్మాత్రలకు మొదలు - చివర ఉన్నది కదా! అయితే, ... శాంతాత్మ ఆద్యంతరహితమైనది. జీవాత్మ భావనకు కూడా అతీతమైనది. **వ్యయము కానట్టిది. అవ్యయమ్।**

అదొక్కటే **ధ్రువమైన స్థానం.** (That is only solidly constant). తదితరమైనదంతా అధ్రువమే. (All else is variable).

అట్టి స్వస్వరూపమగు శాంతాత్మను సాక్షాత్కరించుకొన్న జీవుడు మృత్యు ముఖం నుండి సర్వదా విడివడినవాడు అగుచున్నాడు. "నేను దేహముతో పుట్టను. దేహముతో చావను" - అను అవగాహనతో సునిశ్చయుడై ఉంటున్నాడు.

✡

జగద్గురువగు యమధర్మరాజుల వారిచే ప్రవచించబడిన ఈ నాచికేతోపాఖ్యానంలో (ఇప్పటిదాకా) సూచించబడిన ఉపాఖ్యానాంతర్గత విశేషము **"బ్రహ్మీస్థితి"**యే ఆశయముగా కలిగియున్నది. ఇది విచారణ చేసి, **అర్థం చేసుకొని హృదయస్థం చేసుకున్నవారు "అనిర్వచనీయము - తెంపులేనిది" - అయినట్టి ఉత్తమోత్తమమైన ప్రయోజనము సిద్ధించుకొనుచున్నారు.**

ఇది - **"లోకములకు - జీవులకు అనంత ప్రయోజనం ప్రసాదించుగాక"** - అని **అనుశాసనము.**

4వ వల్లి - ఆత్మవేత్త ఆత్మస్వరూపుడే అగుచున్నాడు

శ్రీ నచికేతుడు : హే లోకగురూ! శ్రీ యమధర్మరాజా! మీరు ఇప్పుడు చెప్పియున్న **"శాంతాత్మ స్థానము"** అనునది నాకు పరమాశ్చర్యమును గొలుపుచున్నది. ఎందుకంటారా? లోకంలో అనేకమంది జీవులు ఈ ప్రపంచంలో ఏదో సొంతంకావాలని, పొందాలని, అనుభవం చేసుకోవాలని ఇంద్రియ విషయములవెంటే పరుగులు తీస్తున్నారు. అంతేగాని దృశ్యత్వమును అధిగమించి, మనస్సును బుద్ధియందు, బుద్ధిని జీవాత్మయందు, జీవాత్మను శాంతాత్మ యందు లయింపజేసుకొనే ప్రయత్నం లోనే లేరు. అనేకులు పూజలు, ధ్యానములు, ప్రాణాయమములు, యజ్ఞ - యాగాదుల వంటి అనేక కార్యక్రమములను అనేక శ్రమలకు ఓర్చి నిర్వర్తిస్తూ "మాకు సుఖమయమగు స్వర్గాది లోకాలు లభించాలి" అను ఆశయం మాత్రమే కలిగి ఉంటున్నారు. అంతేగాని, **"ఈ జీవాత్మత్త్వమును సర్వాంతర్యామియగు శాంతాత్మలో లయింపజేయాలి"** అనే లక్ష్యమును అనుకరించటం లేదే? ఇది ఇట్లా ఎందుకు జరుగుతోంది?

శ్రీ యమ ధర్మరాజు : అవునయ్యా! నీవు చెప్పినట్లు అనేకమంది "శాంతాత్మస్థితి"ని ఆశయంగా కలిగి ఉండకుండా, **"ఈ దృశ్యము నుండి ఏదో పొందాలి! ఇప్పటికో, ... లేదా ... మరో జన్మకో! మరణించిన తరువాత స్వర్గలోకంలో సుఖాలు పొందాలి"** ..... అని

భావిస్తూ ఏవేవో ప్రయత్నాలు కొనసాగిస్తున్నారు. ఇక మరింకొందరైతే "ఈ శరీరం నశించనున్నది! ఈ కలిగియున్న సంబంధాలు - అనుబంధాలు - బాంధవ్యాలు శరీరంతోబాటే నన్ను విడువనున్నాయి" ... అనే విషయం **గమనించటానికి కొంచెంగా కూడా సిద్ధంగా లేరు.** ఎందుచేతనంటావా?

శ్లో॥ పరాంచి ఖాని వితృణత్ స్వయం భూః
తస్మాత్ పరాక్ పశ్యతి। న అంతరాత్మన్॥

ఈ దృశ్యరచయిత (సృష్టికర్త)యగు బ్రహ్మదేవుడు ఈ దేహ నిర్మాణము సంకల్పించినపుడు **"ఇంద్రియములు బహిర్గతంగా వ్యవహరించునవై ఉండు గాక!"** అని చమత్కారంగా లీలా క్రీడా వినోదంగా సంకల్పించియున్నారు. అందుచేత ఈ ఇంద్రియాలన్నీ బహిర్గతంగా అమర్చబడి, బాహ్యానికే ప్రసరిస్తూ ఉన్నాయి.

కళ్ళు చూస్తున్నాయి ..... ***కానీ చూచేవాడిని చూడలేకపోతున్నాయి.***

చెవులు వింటున్నాయి ..... ***అయితే, వినేవాడిని వినలేకపోతున్నాయి.***

నాలుక రుచిచూస్తోంది ... ***రుచి చూచేవాడిని మాత్రం రుచి చూడలేకపోతున్నది.***

చర్మం స్పర్శను అనుభవిస్తోంది .... ***అయినా స్పర్శను అనుభవించేవాడిని స్పృశించటం లేదు.***

ముక్కు వాసన చూస్తోంది ... ***వాసనానుభవం పొందేవాడిని ఏమాత్రము ఆఘ్రాణించ లేకపోతోంది.***

ఈ ఇంద్రియాలన్నీ ఇంద్రియ విషయములనే పొందుచున్నాయి. కాని, ఆ ఇంద్రియానుభవం పొందే అనుభవజ్ఞుని అనుభూతం చేసుకోలేకపోతున్నాయి. **ఈ ఇంద్రియములను ధరించిన జీవుడు ఇంద్రియ విషయములనే పొందుచున్నాడుగానీ, వీటికి ముందే ఆధారంగా ఉన్న స్వస్వరూపమును దర్శించటం లేదు.**

అయితే ...., **కశ్చిత్ ధీరః ప్రత్యగాత్మానమ్ ఐచ్ఛత్ ఆవృత్త చక్షుః అమృతత్త్వమ్ ఇచ్ఛన్॥**

వేలాదిమంది జీవులలో ఒకానొకడు వీటికి అతీతమైన తన నిజ స్వస్వరూపమును అర్థం చేసుకోవాలనే ఇష్టము పొందుతున్నాడు. **"ఇంద్రియాలను ఆశ్రయించి, ఇంద్రియ విషయ పరిమితంగా జీవించి ఏం లాభం? ఒకనాడు ఇవి పోగొట్టుకోక తప్పదు"** అని గమనిస్తున్నాడు. **"ఇంద్రియములను విషయములతో సహా కోల్పోవటం"** అనే మృత్యువుకు ముందే, వాటిని అధిగమించి **అమృతమగు ఆత్మతత్త్వమును సంతరించుకోవాలనే ఆశయమును కలిగిఉంటున్నాడు.**

ఏవిధంగా? ఇంద్రియములు ఉండికూడా ఇంద్రియములకు ఇంద్రియ విషయములకు అప్రమేయత్వమును (తాను వాటికిగాని - అవి తనకుగాని సంబంధించనివిగా) అభ్యసిస్తూ జీవితమును కొనసాగిస్తున్నాడు. "ఇక్కడ - ఇంకా ఏదో కావాలి" అనే కామమును మొదలంట్లా త్యజించి వేస్తున్నాడు. ఈ ఇంద్రియములను అంతర్గతం (Internalise) చేసి, ఇంద్రియములు ఏ ఆధారంతో వ్యక్తీకరణమౌతున్నాయో అట్టి అమృత స్వరూపమగు తన **శాంతాత్మ స్వరూపమును సమీపించి ఆస్వాదిస్తున్నాడు. అట్టివాడు మృత్యువు యొక్క పరిధిని అధిగమించి అమృతత్త్వమును సంతరించుకుంటున్నాడు.**

ఓ నచికేతా! **పరాచః కామాన్ అనుయంతి బాలాః। తే మృత్యోః యంతి వితతస్య పాశమ్।** చిన్నపిల్లలు **"ఇది తింటే ఆరోగ్యం - ఇది తింటే అనారోగ్యం"** అని విభేదించక, తినుబండారాలు కావాలని రుచిచే ఆకర్షించబడుతూ అమ్మను అడుగుతారు చూచావా? అట్లాగే బాలురతో పోల్చబడిన ఈ జీవులు **"బాహ్యమున ఏదోకావాలి! ఏదో పొందాలి! ఏదో దక్కాలి! ఏదో తొలగాలి! ఏదో సొంతమని అనిపించుకోవాలి"** .... అని కోరుకుంటున్నారు. ఏ జీవుడైనా సరే ..... **ఏది ఎక్కడ పొందటం జరిగినా కూడా, అది ఒక నాటికి ఆలోకంలో వదలవలసిందే అయివున్నది కదా!** అందుచేత ఎవరెవరు తమలో "ఏదో కావాలి" అనే కామాన్ని మనస్సులో పెంపొందించుకొని జీవిస్తూ ఉన్నారో, అట్టివారు కాలముచే మోసగించబడినవారై, **ఒకనాటికి నా మృత్యు పాశములలోకి వచ్చి తగుల్కొంటున్నారు.** ఈ కామము (A tendency to desire for something) అనేదానికి అంతు అంటూ లేదు. ఒకటి కావాలని కోరుకొని, అది పొందిన తరువాత 'కామము' ముగుస్తోందా? లేనేలేదు. "ఇంకొకటేదో కావాలి" అని మరుక్షణం అనిపిస్తూనే ఉంటుంది. కనుకనే నా మృత్యుపాశాలు కూడా అతి విస్తారమై - ఈ జీవునిపట్ల ప్రవర్తిస్తున్నాయి. అయితే, బుద్ధికుశలత గల ధీరుడు **"మార్పు చెందే స్వభావంగల వస్తువులు కోరుకొని లాభం ఏమిటి? ఏది మృత్యువు (లేక-మార్పు) చేరలేదో ఆ స్థానం సంపాదించుకుంటాను"** ..... అని నిర్ణయము కలిగిఉంటున్నాడు. ధృవము - అధృవము (Temporary - Permanent) అనే విభేదం చేసి, అశాశ్వత విషయాలను ప్రక్కకునెట్టి, **శాశ్వత విషయము వైపుగా దృష్టి సారిస్తున్నాడు. అమృత స్వరూపుడగుచున్నాడు.**

బిడ్డా! "ఇక్కడి రూపము – రసము – గంధము – శబ్దము – స్పర్శ – జీవుల సమాగమము .... వీటన్నిటిలో ఏది ధ్రువము (Permanent)? ఏది కాదు?" .... అని విచక్షించుకోవాలి సుమా! ఇవి శాశ్వతం కాదు. ఇవన్నీ కూడా, ... వాటిపట్ల ఏర్పడుచున్న అభిరుచి – ఆశయములతో సహా మొదలంట్లా మార్పు చెందబోతున్నాయి. జగద్విశేషాలన్నీ కూడా కాలంతోనే ప్రాప్తించి, కాలంతోనే నశిస్తున్నాయి. అయితే, ... **దేనియందు** (మరియు) దేనిచేత ఈ శబ్ద – స్పర్శ – రూప – రస – గంధాలు తెలియవస్తున్నాయో, **అద్దానిని తెలుసుకుంటే,** ఇక ఇక్కడ ఈ పంచతన్మాత్ర ప్రపంచంలో **తెలుసుకోవలసినది, కోరుకోవలసినది ఏదీ మిగలదు.**

ఏదైతే ఈ శబ్ద – స్పర్శ – రూప – రస – గంధాలు ఎరుగుచున్నదో ....

అదియే 'ఆత్మ'. ఈ జీవుడు ఆత్మస్వరూపుడే గాని దేహ స్వరూపుడుకాదు. ఈ పంచ తన్మాత్రలోని ఆయా విశేషాలు నిజమైన – శాశ్వతమైన – నిరవధికమైన సుఖ – శాంతి – తృప్తులను ప్రసాదించజాలవు. పైగా మృత్యువుకు పరిమితము చేసి ఉంచుతాయి. ఏదైతే ఇవన్నీ పొందుతోందో అట్టి **'ఆత్మ'**యే ఈ జీవుడు తెలుసుకోవలసిన శాశ్వత వస్తువు. అద్దానిని తెలుసుకొని – స్వస్వరూపానుభవస్థితి సంపాదించుకొన్నవారికి ఇక్కడ తెలుసుకొనవలసినది – పొందవలసినది ఏదీ లేదు. అట్టి కేవల స్వస్వరూపమే **'శాంతాత్మ'.**

ఆత్మ అనగా .....?

ఏదైతే ...,

- **స్వప్న సమయములో** స్వప్నమంతా ప్రసరించి, స్వప్నమంతా 'తానే' అయివుండి, వాస్తవానికి స్వప్నమునకు 'కేవలసాక్షి' అయి **సర్వ స్వప్నాంతర్గత విశేషాలచే స్పృశించబడనిదై ఉన్నదో ....,**
- **జాగ్రత్ సమయంలో** జాగ్రత్తు అంతా తానే ప్రసరించినదైయుండి, ... జాగ్రత్‌లోని సర్వ విశేషాలకు అప్రమేయమై – స్పర్శించబడనిదై యుండి, **అనునిత్యంగా కేవల సాక్షిత్వం వహించి ఉంటోందో ...**
- **భూతకాలంలోను, వర్తమానకాలంలోను, భవిష్యత్ కాలంలోను** (In the past, in the present and in the future) **ఉనికి కలిగి, సర్వమునకు కారణ-కారణమై ఈశ్వరత్వము వహించినదై ఉంటోందో ...**
- **ఏదైతే ఒక పురుగు నుండి** బ్రహ్మదేవుని వరకు సమస్త జీవుల హృదయ గుహలలో ప్రవేశించి తిష్టవేసుకొనియున్నదో, అట్టి **శాంతాత్మను ఎవ్వడు సాక్షాత్కరించు కుంటాడో, ... ఆతడు ఆ శాంతాత్మగా తానే అగుచున్నాడు. అదియే మోక్షము. అదే ఆత్మదర్శనము. అదియే పొందవలసినది. అదియే శాస్త్రములు సూచించే సర్వాంతర్యామిత్వము. అదియే పరాకాష్ఠ.**

అట్టి శాంతాత్మయే సర్వుల హృదయ గుహలలో వేంచేసి స్థిరంగా నివసిస్తోందని అనుకున్నాం కదా! అదియే సర్వదేహాలలో ప్రాణ స్వరూపంగా ఉద్భవిస్తోంది. సర్వ దేవతలు అట్టి శాంతాత్మయందే అలంకరించబడినవారై ఉంటున్నారు. అది ఈ సృష్టి రూపంగా వెలువడుచున్నట్లు అజ్ఞాన దృష్టికి అనిపిస్తోంది కాని, వాస్తవానికి అది యథాతథం. ఈ సర్వ దృశ్యము ఆ శాంతాత్మ స్వరూపమే!

- ఈ దృశ్యరూపంగా **కనిపించేది ....,**
- ఈ దృశ్యాంతర్గతంగా **వేంచేసియున్నది ....,**
- ఈ దృశ్యమును **దర్శించేది – అంతా ఆ శాంతాత్మయే!**
- కట్టెలలో దాగివుండి, ఒరిపిడిచే బయల్వెడలే అగ్నిలాగా ...
- గర్భిణీ స్త్రీ గర్భంలో ఒదిగి ఉండి అనేక పూర్వ-తత్‌పూర్వ జన్మల అనుభూతులను మౌనంగా మననం చేస్తున్న గర్భస్థ శిశువులాగా ...,
- ప్రతిరోజు ప్రజ్వలించబడుచు – చక్కగా పోషించబడే జాగ్రత్తు అనే ప్రబోధములాగా (గాఢ నిద్ర పోయేవానిలో దాగివున్న జాగ్రదనుభవంలాగా),
- మనుష్యులచే సమర్పించబడి ప్రజ్వలనము కొనసాగిస్తున్న హోమాగ్నిలోని హవిష్షులాగా (నేయిలోని అగ్నిని ప్రజ్వలింపజేసే గుణంలాగా),

ఈ దృశ్యములోను, సర్వుల హృదయములలోను, సర్వ వ్యవహారములలోను, సర్వ అనుభూతులలోను, సర్వ ఆశయములలోను ఏ ఆత్మ వ్యాపించి ఉన్నదో ... **అదియే ఈ జీవుని వాస్తవ శాంతాత్మ స్వరూపం!**

ఓ నచికేతా! **యతశ్చ ఉదతి సూర్యో, అస్తం యత్ర చ గచ్ఛతి, తం దేవాః సర్వే అర్పితా।** ఈ సూర్యుడు ఎక్కడ నుండి ఉదయిస్తున్నాడో, ఎందులో అస్తమిస్తున్నాడో, ఎద్దాని యందు దేవతలంతా మణిదీపాలవలె అలంకరించబడిఉన్నారో, ….. అట్టి ఆత్మకు ఆవల ఇంకేమీ లేదు. **తత్ ఉ నాత్యేతి కశ్చన।**

ఇక మృత్యువు విషయానికొస్తే,

యత్ ఏవ ఇహ తత్ అముత్ర। యత్ అముత్ర తత్ అను ఇహ। మృత్యువుకు ఈవల ఏమున్నదో మృత్యువుకు ఆవల అదియే ఉన్నది. ఇక్కడ – అక్కడ సర్వదా ఆత్మయే సత్యం. అయితే, ఈ జీవులు అనేక ఆశలయొక్క నిరంతరాభ్యాసం చేత ఒక దుఃఖం నుండి ↔ మరొక దుఃఖానికి, ఒక మృత్యువు నుండి ↔ మరొక మృత్యువుకు ప్రయాణాలు కొనసాగిస్తున్నారేగాని, శాంతి స్థానమును చేరలేకపోతున్నారు. ఎందుచేత నంటావా?

<u>ఇక్కడ నానాత్వమును దర్శించే అభ్యాసం చేత!</u>

మృత్యోః స మృత్యు గచ్ఛతి, య ఇహ నానేవ పశ్యతి। ఇక్కడ నానాత్వమును దర్శించునంతకాలం అట్టి ద్రష్టకు "ఒక స్థితిని కోల్పోవటం – మరొక స్థితిని పొందటం" అను సంఘటన ఇట్లాగే కొనసాగుచున్నది. ఉభయ స్థితులలోని సమస్వరూపమగు ఆత్మ సందర్శనాభ్యాసముచే **"మృత్యువు లేదు"** అను అతీతస్థితి ద్యోతకమగుచున్నది. సర్వత్రా శాంతాత్మ సందర్శనమొక్కటే అందుకు ఉపాయం.

ఓ నచికేతా! ఇక్కడగాని, మరెక్కడగాని వాస్తవానికి అనేకత్వము లేదు. ఏకత్వమే సర్వే సర్వత్రా సర్వదా తాండవిస్తోంది. నీ యందు నా యందు – సర్వ జీవులయందు – సర్వ లోకముల యందు – లోకాధిపతుల యందు అఖండమగు ఆత్మయే సత్యము – నిత్యము.

నచికేతుడు : స్వామీ! మరి మాకు ఇక్కడ అనుక్షణం అనేకత్వం అనుభవమగుచున్నది కదా!

శ్రీ యమధర్మరాజు : అదాఁ! **మనసా ఏవ ఇదమ్ ఆప్తవ్యమ్।** మనస్సే ఈ దృశ్యమును – ఇక్కడ అనేకత్వమును పొందుతోంది. **నేహ (న ఇహ) నానాస్తి కించన।** ఇక్కడ నానాత్వము కొంచము కూడా **అంతరంగాత్మ దృష్ట్యా** – లేనేలేదు. ఆత్మదర్శనాభ్యాసం కలవాడు ఇక్కడ సర్వము **ఆత్మమయంగా, ఆత్మరూపంగా, ఆత్మ ప్రదర్శనంగా, ఆత్మాంతర్గతంగా, కేవలాత్మ స్వరూపంగా** దర్శిస్తున్నారు. **అదియే ఆత్మదర్శనం. అదియే ఆత్మ సాక్షాత్కారం. అదియే పరమపురుషదర్శనం, సమాధి కూడా!**

ఇక్కడ అనేకత్వం ఎవరికి కనిపిస్తోందో, అట్టివారు ఒక మృత్యువు నుండి మరొక మృత్యువుకు ప్రయాణిస్తూనే ఉంటారు సుమా!

ఆత్మజ్యోతి

ప్రతి జీవుని యొక్క అంతరంగంలోని హృదయాకాశంలో పరమాత్మ అంగుష్ఠమాత్రుడై (బొటనవేలు నిశ్చలంగా నిలబెట్టినప్పటి స్థిర స్వరూపంలాగా) హృదయ మధ్యంగా వేంచేసియే ఉన్నారు. ఆయనయే భూత – భవిష్యత్తులకు ఈశ్వరుడై పరిపాలిస్తున్నారు. పొగలేని దీపంలాగా సమస్తమును వెలిగిస్తున్న జ్యోతి స్వరూపుడై ప్రకాశిస్తున్నారు. ఆ పరమపురుషుడు హృదయంలో నిన్న ఉండి ఉన్నారు. ఈ రోజు ఉన్నారు. రేపూ ఉంటారు. వారి ఉనికిని గ్రహించిన జీవునకు ఇక దిగులు ఎందుకుంటుంది? **అట్టి ఆత్మజ్యోతిని అనుభూతం చేసుకోకుండా, దేహముల రాకపోకలతో సహా–చిన్న చిన్న విషయాలకు దిగులెందుకు పడాలి? భయమెందుకు?**

అయితే తన యందలి ఆ పరమపురుషుని ఉనికిని అనుభూతం చేసుకోవటమెట్లా? నిర్మలమైన జలం నిర్మలమైన జలంలో స్వభావసిద్ధంగా కలిసిపోతుంది చూచావా? **నిర్మలమైన మనస్సు మాత్రమే ఆత్మను దర్శించగలదు.** తన యొక్క ఆత్మ స్వరూపమును గ్రహించినవాడు నిత్యనిర్మలాత్మ స్వరూపుడగా అగుచున్నాడు. ఆత్మవేత్త ఆత్మయే అగుచున్నాడు. ***(ఆత్మవిత్ ఆత్మైవ భవతి)***

5వ వల్లి - ఆత్మప్రకాశం - 'బ్రహ్మము' అనగా?

శ్రీ యమధర్మరాజు : ఓ నచికేతా! జన్మ రహితుడు – కేవల ప్రజ్ఞాస్వరూపుడు అగు ఆత్మ భగవానుడు ఈ 11 ద్వారములుగల దేహనగరం (1 నోఱు + 2 కళ్ళు + 2 చెవులు + 2 ముక్కు రంధ్రాలు + నాభి + పురీషం + మూత్రద్వారం + ఆలోచన) ప్రవేశించి ఉన్నారు. ఏ జీవుడైతే తన దేహము నందు, సమస్త దేహములందు కూడా వేంచేసియున్న ఆత్మ భగవానుని ఉపాసిస్తాడో …. ఆతనికిక ఏ దిగుళ్ళు, వేదనలు ఉండవు. **'దృశ్య ధ్యాస' అనే బంధము నుండి విడివడినవాడై జన్మ – మృత్యు చక్రం నుండి వైదొలగి ప్రకాశిస్తున్నాడు.**

<u>కేవలాత్మ ప్రతిఒక్క దేహములో .... మౌనంగా ప్రశాంతంగా, కారణకారణంగా ప్రదర్శనశీలమైయున్నది.</u>

- **ఆకాశంలో సూర్యునిలా** →

  సూర్యుడు ఉదయించగానే సర్వము సుస్పష్టంగా ఆ వెలుతురులో కన్పిస్తున్నట్లు...., ఆత్మజ్ఞానం వికసించగానే సమస్తము **'స్వస్వరూపాత్మ'**గా స్వానుభవమగుచున్నది.

- **అంతరిక్షంలోని వాయువులాగా** →

  తాను భౌతికంగా కంటికి కనబడక పోయినప్పటికీ వాయువు జీవుల ఉనికికి త్రాణగా సంచలనం కొనసాగిస్తున్నట్లు ...., సమస్త జీవుల జీవన వికాస స్వరూపము ఆత్మయే.

- **భూమిపై అగ్నిలాగా** →

  భూమిపై అంతటా అగ్ని ఉన్నప్పటికీ చకుముకిరాయి ఒరిపిడికి మాత్రమే అగ్ని ఉదయించుచున్నట్లు, సర్వత్రా ఆత్మ వికాసమానమై, యోగసాధనచే జ్ఞానాగ్నిగా వెలుగుచున్నది.

- **కుండలోని సోమంలాగా** →

  కుండలోని కల్లులో మత్తు ఆ కల్లు త్రాగినప్పుడే ప్రకటనమగుచున్నట్లు ఆత్మ అంతర్లీనమై సర్వత్రా వేంచేసి **ఉన్నది.**

సర్వ మానవులలోను, దేవతలలోను, యజ్ఞములోను, ఆకాశములోను, నీళ్ళలోను, భూమిపై, కొండలపై మహత్తర సత్యమైయున్నది.

ఆత్మయే ఆ సర్వముగా వేంచేసినదై యున్నది.

ఆత్మ చైతన్యమే ఊర్ధ్వములో ప్రాణరూపముగాను, అధోమార్గంలో అపానరూపమై ప్రవహించుచున్నదై, ఈ జీవుల సర్వ దేహములను చైతన్యవంతం చేయుచున్నది. ఆ ప్రాణ – అపానముల మధ్య అత్యంత మౌనంగా **చలనాచలనముల లయస్థానమై, ప్రాణోపాసకుల ఉపాసనాదైవమై అందరు దేవతలచేత ఆరాధింపబడుచున్నది.**

ఏ జీవుడైతే ఈ దేహభావన – దృశ్యభావన నుండి విడివడినవాడై తన స్వరూపమును సందర్శిస్తాడో ఆతనికి అనుభూతమయ్యే నిత్య – నిర్మల నిరాకార స్వరూపమే 'ఆత్మ'. ఆత్మ దర్శనమైతే ఇక్కడ జన్మలు లేవు, జగత్తులు లేవు.

ఓ మునిబాలకా! **న ప్రాణేన, న అపానేన మర్త్యో జీవతి కశ్చన।** ఈ జీవుడు ఎట్లా జీవిస్తున్నాడు! ఈ శరీరాలన్నీ ఎట్లా కదులుచున్నాయి? ప్రాణ – అపానముల వల్లనా? కానేకాదు. ఆ ప్రాణాపానముల సంచాలనము ఎద్దానిచే నిర్వర్తించబడుతోందో **అట్టి ఆత్మయొక్క ప్రభావంచేత మాత్రమే జీవిస్తున్నాడు!**

"మృత్యు తదనంతరమ్-కర్మ జ్ఞానానుసారమ్ పునః దేహమ్"

ఓ నచికేతా! ఇప్పుడు ...., అతి రహస్యము అయినట్టి సనాతన బ్రాహ్మీతత్త్వం చెప్పుచున్నాను. **"మృత్యు తదనంతరం అసలీ జీవునికి ఏమేమి అగుచున్నది?"** ... అనే ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పుచున్నాను. విను.

మరణానంతరం ఈ జీవుని జీవచైతన్యము ఈ భౌతిక దేహమును ఒక నిరుపయోగమైన వస్తువును త్యజించునట్లు త్యజిస్తోంది. అటు తరువాత తనయొక్క "జ్ఞానాత్మ (బుద్ధి)" యొక్క స్థితిని అనుసరించి మరొక ఉపాధిని ఆశ్రయిస్తోంది.

నిర్వర్తించియున్న **కర్మల**యొక్క ...,
సంపాదించుకొనియున్న **జ్ఞానము** యొక్క ...

ప్రభావం చేత,

ఒకప్పుడు ఈ జీవుడు ఆత్మ జ్ఞానముకొరకై అర్హమైన మరొక యోనిలో ప్రవేశిస్తున్నాడు. ఇంకొకప్పుడు స్థానువు (కొండరాయి మొదలైన) రూపములలో ప్రవేశించి (ఆత్మ జ్ఞానము ఏమరచి, దృశ్య తాదాత్మ్యముతో) నిదుర కొనసాగిస్తున్నాడు.

బ్రహ్మము అనగా?

అయితే ...,

య ఏష సుప్తేషు జాగర్తి కామం కామం పురుషో నిర్మిమాణః, తదేవ శుక్రం। తత్ బ్రహ్మ। ఈ జీవుడు గాఢ నిద్రలో ఉన్నప్పుడు కూడా ఏది మెళుకువగా ఉన్నదో, అదే **శుక్రమగు బ్రహ్మము.** ఏదైతే నిద్రలో స్వప్నరూపంగాను, జాగ్రత్తులో దృశ్యరూపంగాను తన

ఇచ్ఛానుసారమే ఆయా విషయపరంపరలను స్వప్న – జాగ్రత్‌రూపములుగా పొందుచూ అనుభవిస్తోందో ... ఆ సర్వానుభవములకు ఆవల ఉన్నట్టి సర్వ కర్తృత్వ – సర్వాతీత స్వరూపమే బ్రహ్మము. అదియే ఆత్మ. **అది అమృత స్వరూపం.** ఉపాధులు వస్తూ – పోతూ ఉండగా, ఏదైతే వాటినన్నింటినీ తనయందు పొందటం జరుగుతోందో, ... అదే ఆత్మ! ఆ ఆత్మలోనే ఈ లోకాలన్నీ, ఈ ఉపాధులన్నీ కల్పితమగుచూ ఉన్నాయి. **అట్టి ఆత్మ సర్వదా పరిశుద్ధము. అద్దానికి ఆవల మరింకేమీ లేదు.**

నచికేతుడు : స్వామీ! మనకు ఎదురుగా జీవులు కనిపిస్తున్నారుకదా! వీరంతా ఎవరి కర్మ – జ్ఞానములు వారివేగా కలిగియున్నవారై ఉంటున్నారు. అనగా ఈ అసంఖ్యాక జీవాత్మలు వేఱువేఱే కదా! వీరంతా ఎందులోంచి బయల్వెడలుచున్నారు?

శ్రీ యమధర్మరాజు : "పరమ పురుషుడు" అని చెప్పుకున్న **'శాంతాత్మ' ఏకమే!** అనేకం కాదు. సముద్రజలమంతా ఒక్కటే అయినప్పటికీ వేరు వేరు ఆకారములు గల అసంఖ్యాక తరంగాలు ప్రతిరోజు అద్దానిలో ఉద్భవిస్తున్నాయి చూచావా? **అట్లాగే శాంతాత్మా మహాసముద్రంలో ఈ 'జీవులు' అనబడే పిల్ల తరంగాలు, 'లోకాలు' అనబడే మహాతరంగాలు ప్రకటితమగుచున్నాయి.** తరంగాలెన్ని ఉన్నా అంతా జలమే కదా! ఎంతమంది జీవులున్నా .... అంతా ఆత్మయొక్క ఆపాదిత రూపము మాత్రమే.

కొన్ని దృష్టాంతాలతో ఇది మరింత సుస్పష్టపరుస్తాను. విను.

⌘

అగ్నిః యథా ఏకో భువనం ప్రవిష్టో రూపం రూపం ప్రతిరూపో బభూవ। అగ్ని విశ్వమంతా ఆక్రమించుకొని ఉండి, ఒక వస్తువును కాలుస్తున్నప్పుడు ఆ వస్తు ఆకారము పొందినట్లుగా కనిపిస్తుంది కదా! **ఏక తథా సర్వభూతాంత్మరాత్మా రూపం రూపం ప్రతిరూపో బహిశ్చ।** ఏకమే అయి ఉండియే ఆత్మ సమస్త జీవులలో – ఒక్కొక్కరిలో – అంతరాత్మ అయి బాహ్యమునకు అనేక రూపాలు, ప్రతి రూపాలు దాల్చుచున్నది. **రూపాలు వేరైనా ఆత్మ ఒక్కటే!**

– వాయువు ఒక్కటే అయినప్పటికీ బూర – బంతివంటి ఆయా వస్తువులలో ప్రవేశించి ఆయా ఆకారాలన్నీ తానే రూపము ఇచ్చుచున్నదగుచున్నది కదా! అట్లాగే సర్వ జీవులలోని అంతరాత్మ ఒక్కటే అయివుండి కూడా, ... తోలు తిత్తి వంటి ఈ దేహములలో ఒక్కొక్క రూపము బాహ్యానికి ప్రదర్శిస్తూ, ... మనోబుద్ధి – చిత్తములను ఆకారమాత్రంగా ధరిస్తోంది.

సూర్యో యథా సర్వలోకస్య చక్షుః, న లిప్యతే చాక్షుసైః బాహ్యా దోషైః – ఒకనికి చూపు సన్నగిల్లటంచేత వెలుతురు గాని – వెలుతురులోని వస్తువులుగాని కనిపించక పోవచ్చు. అంతమాత్రంచేత సూర్యకాంతికి (ఏకాంతిలో తదితరులు ఆయా వస్తువులను చూస్తున్నారో ... అట్టి వెలుతురుకు) ఆ కంటిదోషం అంటుతుందా! మరొకనికి "మెల్లకన్ను (Asticmatism)" అనే దోషంచేత వెలతురులో ఒక వస్తువు రెండు – మూడుగా కనిపిస్తాయి. ఆ కంటి దోషము ఆ వస్తువును తాకి రెండు–మూడుగా చేస్తుందా? లేదు కదా! అట్లాగే కంటి దోషము సూర్యకాంతిని స్పృశించనట్లే ఈ జగత్తులోని మంచి–చెడు, మాన–అమానములు, సుఖ–దుఃఖములు, అధిక–న్యూనతలు, అందము – అంద వికారములు, ఆత్మను స్పృశించవు. (ఇదియే ఆత్మయొక్క అస్పృశ్య సిద్ధాంతము). **సర్వ జీవులలోని ఏకస్వరూపమగు అంతరాత్మకు ఈ జీవుల దుఃఖాదులతో సంబంధమే లేదు. ఇక ఈ సుఖ–దుఃఖాది ద్వంద్వాలు మనోవికారములు మాత్రమే!**

ఆత్మ సర్వథా ఏకమై, సర్వనియామకమై సర్వ జీవులలోని అంతరాత్మగా, సర్వదా ప్రకాశిస్తోంది. తన రూపము ఏకమే అయినప్పటికీ – ఒకే సముద్ర జలముయొక్క వేలాది సముద్ర తరంగాలులాగా – అనేక రూపాలుగా ప్రదర్శితమౌతోంది. అట్లు అనేక రూపాలుగా ప్రకటనమగుచున్న ఏకైకాత్మను ఏ జీవులైతే **సూక్ష్మబుద్ధితో సర్వే – సర్వత్రా దర్శిస్తూ ఉపాసిస్తారో,** వారు అద్దానిని **తమయందే** గాంచుచున్నారు. **"తమ ఆత్మయే సర్వజీవుల ఆత్మ కూడా"** అని గమనిస్తున్నారు. తన ఆత్మయందే ఆ **విశ్వాత్మ యొక్క ఉనికిని గమనించి ఉపాసిస్తున్నట్టి ధీరుని సుఖము మాత్రమే శాశ్వతము.** ఇక తదితరుల సుఖమంటావా, ... అది ప్రతిబింబ సుఖము మాత్రమే! అట్టిది నిత్యము – శాశ్వతము అయిన సుఖము కాదు. **పైగా, దుఃఖ మిశ్రితము కూడా.**

- **ఆత్మ అనిత్యమైన దేహాదులలో నిత్య స్వరూపమై యున్నది।**
- **ఒక్కటే అయి అనేక రూపములుగా నిత్యం ప్రకాశిస్తోంది।**
- **అనేక మందికి వారివారి కోర్కెలను అనుసరించి ఆయా రూపాదులుగా అనుభవమౌతోంది।**

అట్టి సర్వజీవులలోని ఆత్మను తమయందే సందర్శిస్తున్న సుఖము నిరవధికము (No need to desire anything else after understanding that). తెంపులేనిది. అట్టి ఆత్మ సుఖమే సుఖము. (జగత్తులలో కనిపించే పుత్ర-మిత్ర-దంపత-సంపద సుఖాలన్నీ సుఖమువలె కనిపించే మనోభ్రమ మాత్రమే).

"నా యందలి ఇయ్యదియే సర్వజీవులలోని అంతరాత్మ" అని గమనించి ఎవ్వరు నిత్యోపాసన చేస్తారో, ... వారి సుఖము సర్వోత్కృష్టమైనది. ఆత్మ సుఖము 'ఇట్టిది' అని నేను నిర్వచించజాలను. ఆత్మ తనకు తానే ప్రకాశిస్తూ, సర్వమును ప్రకాశింపజేయు చుండగా, ... అద్దానిచే వెలిగించబడే ఈ ఇంద్రియములతో అద్దానిని "ఇట్టిది" అని నిర్ణయించి చెప్పడమెట్లా? "అది స్వయం ప్రకాశం కదా! అదే ఇదా? ఇదే అదా? తదితర ప్రకాశకమా!" ... ఇటువంటి ప్రశ్నలు ఆత్మానందం పొందే వారి సమక్షంలో ఉదయించటమేలేదు.

అట్టి ఆత్మను ఏ వెలుగులో దర్శించాలి? **న తత్ర సూర్యో భాతి। న చంద్ర తారకమ్। నేమా విద్యుతో భాంతి కుతో అయమ్ అగ్నిః? సర్వమ్।** ఈ భౌతిక సూర్య-చంద్ర-నక్షత్ర-విద్యుత్ కాంతులు తమ వెలుగుచే అద్దానిని చూపగలవా? లేదు. **తమేవ భాంతమ్ అనుభాతి సర్వమ్। తస్య భాసా సర్వమిదమ్ విభాతి।** అది ప్రకాశిస్తూ ఉంటే, ఆ ఆత్మ దేవుని ప్రకాశ విభాగంగా సూర్య-చంద్ర-నక్షత్ర విద్యుత్తులు ప్రకాశిస్తున్నాయి సుమా!

6వ వల్లి - పరమాత్మ - సంసారము - జగత్తు

శ్రీ యమధర్మరాజు : ఓ నచికేతా! జీవుడు ఈ దృశ్యమును ఏరూపంగా దర్శిస్తున్నాడో .... అదియే **'సంసారము'** అని చెప్పబడుతోంది. ఈ స్వర్గ – భూ – నరకాది లోకాలే ఆ సంసారము అనబడే అశ్వత్థ వృక్షము (న శ్వో అపి స్థాస్యతి – ఇతి అశ్వత్థం ... రేపు మరొక విధంగా ఉండేది) సుమా!

– నిత్యమగు పరమాత్మయే మూలం। అద్దాని నుండి వెలువడుచున్న ఈ అశ్వత్థ శాఖలు – ఈ సాంసారికమైనదంతా కూడా! అనిత్యమైనదంతా నిత్యమైనదానిలోనే అమర్చబడినదై ఉన్నది. ఈ లోకాలలో ఎంత వెతికినా తృప్తి – ఆనందం లభించదయ్యా! ఇవన్నీ ఎద్దానిలో (అద్దానికి అభేదంగా) అమర్చబడిఉన్నాయో, **అట్టి చైతన్యాత్మ సర్వదా అత్యంత నిర్మలం. అదియే 'బ్రహ్మము'** అనే శబ్దముచే ఉద్దేశించబడుతోంది. **<u>అట్టి బ్రహ్మము అమృతము. తదితరంగా అనిపించేదంతా మార్పుచెందనున్నది కాబట్టి 'మృతము'</u>**.

ఈ లోకాలన్నీ ఆ పరబ్రహ్మమును ఆశ్రయించి, అద్దానియందే, అద్దాని రూపంగానే ఉన్నాయి. అట్టి పరబ్రహ్మము ఎందులోనూ లేదు. అద్దానిని అధిగమించి మరింకేమీ లేదు. బ్రహ్మదేవుని మొదలు స్థావరం వరకు గల ఈ జగత్తంతా కూడా సర్వప్రాణుల ప్రాణ స్వరూపమైనట్టి ఆ పరబ్రహ్మము నుండి బహిర్గతమై, అద్దానియందే ఉనికిని కలిగిఉంటోంది. అయ్యది ఇదంతా తన ఆధీనంలో కలిగియున్నదై, సర్వనియామకమై చెన్నొందుతోంది. అద్దాని నియమానుసారమే ఈ జగత్తులన్నీ ప్రవర్తిస్తున్నాయి. అది ఎత్తబడిన వజ్రంలాగా సర్వమును నియమించి ప్రవర్తింపజేస్తోంది. అట్టి పరబ్రహ్మము (లేక) పరమ పురుషుని తత్త్వము గ్రహించిన జీవుడు జనన – మరణరహితుడగుచున్నాడు. జనన – మరణములు కూడా దేనిచే నియమించబడుచున్నాయో, ... అట్టి తత్త్వము ఆత్మ. 'ఆత్మయే తాను' – అని ఎఱిగిన తరువాత ఇక మృత్యువుచే పరిమితత్వం ఎందుకు పొందుతాడు? **అట్టి విజ్ఞుడు అమృత స్వరూపుడే సుమా!**

ఆ పరబ్రహ్మము సర్వనియామకము కదా! అద్దాని నియామకమును అనుసరించే, ... అద్దాని పట్ల భయం చేతనే ...,

అగ్ని	...	ఊర్ధ్వంగా ప్రజ్వలిస్తోంది.
సూర్యుడు	...	ఆకాశమునందు ప్రకాశిస్తున్నారు.
ఇంద్రుడు	...	త్రిలోకములు ఏలుచున్నారు.
వాయువు	...	సర్వత్రా ప్రసరిస్తోంది
మృత్యువు	...	దేహ – దేహానంతర సంబంధమైన తన విధిని నిర్వర్తిస్తోంది.

ఓ నచికేతా! ఈ మానవదేహం పొందటం అట్టి **సర్వనియామకమగు పరమాత్మ** గురించి తెలుసుకోవటానికి **ఒక అరుదైన అవకాశం** సుమా! ఈ శరీరపతనానికి ముందే ఇక్కడ ఆ పరమాత్మ గురించిన జ్ఞానమును సంపాదించుకోవాలి. అలా **ఆత్మ జ్ఞానాన్ని** ఇక్కడే ఇప్పుడే **ఈ శరీరం ఉండగానే ఎవ్వరు సంపాదించుకోరో, ... వారి అవస్థలు వర్ణనాతీతం-అని హెచ్చరిస్తున్నాను**. అట్టి వారు ఈ సృష్టిలోని ఈ ఈ లోకాలలో ఉపాధులు పొందటం, గర్భంలో ఉండి వేదనలు అనుభవించటం – ఇట్లా కొనసాగిస్తూనే ఉండవలసి

వస్తోంది. వారు మరల మరల శరీర ధారణం, మరల – మరల మరణములు పొందటానికి మాత్రమే అర్హులగుచున్నారు. అట్టి ఆత్మ ... మరేదో లోకం ప్రవేశించి చూడవలసిన వస్తువు కాదు. **ఇప్పుడే – ఇక్కడే అంతరంగంలో అద్దాని దర్శనం చేసుకోవాలి.** "నేను దేహాకార పరిమితుడను" అనునది వదలుచూ, **సమస్తము అమర్చబడినవైయున్న శాంతాత్మనే నేను" అనునది యోగ–జ్ఞానాభ్యాసము.**

ఆత్మ - జగత్తు

మానవ లోకంలో → దర్పణ ప్రతిబింబంగా

ఈ మానవ లోకంలో (భౌతికరూపమై, ఇంద్రియవిషయ రూపములుగా) కనిపించేదంతా కూడా ......,

'ఆత్మ' అనే దర్పణంలోని ప్రతిబింబమువంటిది.

దర్పణం దృశ్యమును ప్రతిబింబిస్తున్నప్పటికీ ఆ ప్రతిబింబ దృశ్యములోని విశేషాలచే దర్పణం మార్పు–చేర్పులు ఏమైనా పొందుతోందా? లేదుకదా!

కాబట్టి ఓ నచికేతా!

"నా స్వరూపము బ్రహ్మము అనబడే దర్పణము వంటిది! ఈ దృశ్యము, ఈ లోకాలు ... ఇవన్నీ కూడా మమాత్మయందు – దర్పణంలో ప్రతిబింబించే దృశ్య పరంపరల వంటివి. నేను ఆత్మస్వరూపుడను. ఈ దృశ్యము ఆత్మ స్వరూపుడనగు నాయందు బాహ్య – అంతర్గత – మనోబుద్ధి చిత్త అహంకార రూపములలో ప్రతిబింబిస్తున్నాయి"

అని సర్వదా అవగాహన పెంపొందించుకో.

పితృలోకంలో → స్వప్నంలా :

స్వప్నంలోని అంతర్గత విశేషాలన్నీ స్వప్నంలోనే ముగుస్తున్నాయి. స్వప్న ద్రష్ట యొక్క స్వస్వరూపము స్వప్నమునకు ముందు–తరువాత కూడా యథాతథం కదా! అట్లాగే "ఆత్మ స్వరూపుడనగు నేను యథాతథం. ఈ దృశ్యము నా కలలోని విశేషాలు వంటివి మాత్రమే" ... అని పితృలోక వాసుల సందర్శనంలాగా (పితృలోకం జేరిన జీవునికి తన జీవించియున్నప్పటి అనుభూతులన్నీ స్వప్న సదృశంగా అనిపిస్తున్నట్లు) ... గ్రహించి ఉండు.

గంధర్వం లోకంలో → నదీజల ప్రతిబింబిత వృక్షంలా :

- ఒడ్డునగల వృక్షము యొక్క శాఖలు నిశ్చల జలంలో యథాతథంగా కనిపిస్తాయి. చంచల జలంలోనో ... వృక్షమే ఎటకో ప్రయాణిస్తున్నట్లు కనబడుతోంది. అట్లాగే ...,

ఆత్మజ్ఞానంచేత .... → ఇదంతా నిశ్చల పరబ్రహ్మముగానే కనిపిస్తోంది. జగద్దృశ్యమంతా – జలంలో కనిపించే (ఒడ్డునగల) వృక్ష ప్రతిబింబముయొక్క కదలికల వంటిది.

చంచల మనస్సు నుండి చూచేవారికి → ఇది చంచల జగత్తుగా అగుపిస్తోంది. చంచలంలోని నిశ్చలత్వమేమిటో ఆత్మజ్ఞానులకు మాత్రమే సువిదితమౌతోంది?

ఛాయా తపయోరివ → బ్రహ్మలోకే

బ్రహ్మమును గురించి శాస్త్రజ్ఞానం కలవారు **"బ్రహ్మము వెలుగుగా, ఈ జగత్తు నీడ"**గా అభివర్ణిస్తున్నారు.

బ్రహ్మమును ఇక్కడే ఇప్పుడే యథాతథంగా ఆత్మ స్వరూపం (As one's own absolute self)గా దర్శించాలి. ఉపాసించాలి. అనుభూతం చేసుకోవాలి. అది ఇప్పుడే ఇక్కడే జరుగవలసినది. ఏదో లోకం వెళ్ళిన తరువాత కాదు.

✡

ఈ ఇంద్రియములకు ఉదయాస్తమయములు (A beginning and an end) ఉన్నాయి. ఆత్మ ఈ ఉత్పత్తి – వినాశన ధర్మములు గల ఇంద్రియములకే వేఱుగా ఉన్నది. 'ఉత్పత్తి' అనే ధర్మముగల సర్వ విషయములకు మునుముందుగానే ఆత్మ యథాతథ స్వరూపంతో వేంచేసియే ఉన్నది. **అట్టి తన యొక్క ఆత్మ స్వరూపమును ఎవ్వరు గ్రహిస్తారో, ... అట్టివారు ఈ ఇంద్రియ విషయములచే నిర్మితమైన జగత్తును చూచి ఏమాత్రం శోకించరు. భ్రమించరు. బ్రాహ్మీభావమునందు అచ్యుతులై ఉంటారు.**

ఓ నచికేతా!

- ఇంద్రియములను అనుసరించే దృశ్యజగత్తు ఉన్నది. కనుక దృశ్య జగత్తు కంటే ఇంద్రియములే ఉత్తమమైనవి. **దృశ్యజగత్తును ఇంద్రియములలో ఏకం చేయి.**
- ఇంద్రియములు మనస్సుకు ఉపకరణములు. కనుక ఇంద్రియములను – ఇంద్రియ విషయములను అధిగమించి నీవు నీ మనస్సును పట్టుకో. **ఇంద్రియములను మనస్సులో ఏకము చేయి.**
- మనస్సుకు 'బుద్ధి' ఆధారం. మనస్సు బుద్ధి యొక్క ఉపకరణం. కనుక ఈ మనస్సును కూడా అధిగమించి "సత్త్వము (బుద్ధి)"ని ఆశ్రయించు. **మనస్సును బుద్ధిలో ఏకము చేయి.**
- బుద్ధి జీవాత్మకు ఉపకరణం కనుక క్రమంగా బుద్ధిని కూడా అధిగమించి జీవాత్మను చేరు. **బుద్ధిని జీవాత్మలో ఏకముచేయి.**
- 'జీవాత్మ' అనబడేది ఒక వ్యక్తీకరణ. అనగా, ఒకానొక **అవ్యక్తము యొక్క వ్యక్తీకరణం.** కనుక నీవు ఈ 'జీవాత్మ' అనే స్థితిని కూడా అధిగమించి, ఈ వ్యక్తీకరణము ఏ అవ్యక్తములో రూపుదిద్దుకుంటుందో, ... అట్టి నీ అవ్యక్త రూపమును, ఆశ్రయించు. **జీవాత్మను అవ్యక్తములో ఏకము చేయి.**
- ఆ అవ్యక్తము **'పురుషుడు'** అనబడే సర్వాత్మత్వమునందు ఏర్పడినదై ఉన్నది. కనుక, వ్యక్తిగతమగు అవ్యక్తమునకు ఆవల **"శాంతాత్మ"** అనబడే సమస్త రూపమగు పరమ పురుషుడు ఉన్నారు. ఆయన సర్వవ్యాపకుడు. ఇంద్రియములకు అవిషయమైనట్టివాడు. అట్టి పురుషుని గురించి ఎవ్వరు సోఽహమ్‌గా తెలుసుకుంటారో, ... వారు అమృతమగు స్థానమును చేరుకుంటున్నారు. కనుక **అవ్యక్తమును సర్వాత్మకత్వములో ఏకము చేయి.**

అట్టి **'పరమ పురుషుడు'** అని చెప్పబడే పరమాత్మ యొక్క రూపం కంటికి కనిపించే దృశ్యము వంటిది కాదు. దృశ్యములోని ఒకానొక విభాగమూకాదు. ఏదో లోకంలో తారసపడేదీ కాదు. మరి? ఆత్మయొక్క స్వరూపం ఎవరికివారికి తమ హృదయంలోనే తమయొక్క నిర్మలం చేయబడిన బుద్ధికి అభివ్యక్తం అగుచున్నది. **అదియే ప్రతిజీవుని పరమపద స్థానము.**

సర్వాత్మకుడగు పరమాత్మ సందర్శనం

నచికేతుడు : మహాత్మా! మాయందే సర్వదా వేంచేసి, తిష్ఠ వేసుకొని యున్న సర్వాత్మకుడగు ఆ పరమ పురుషుని సందర్శనం మాకు లభించేది ఎట్లా? అనుక్షణికంగా స్వానుభవమయ్యేది ఏతీరుగా?

శ్రీ యమధర్మరాజు : అట్టి సందర్శనం లభించకపోవటానికి కారణం గమనించి, ఆ కారణమును తొలగించుకో!

నచికేతుడు : అంతరంగంలో సర్వదా వేంచేసియున్న ఆ సాక్షియగు పరమాత్మ దర్శనం మాకు అనుభవమవకపోవటానికి కారణం?

శ్రీ యమధర్మరాజు : ఈ పంచేంద్రియములు – మనస్సు – బుద్ధి ఎప్పుడు తమ చంచలత్వమును త్యజించి నిశ్చలమౌతాయో, ... అప్పటి **"అనునిత్యానుభవస్థితి"**యే ఆత్మానుభవం. కొందరు ఇంద్రియ – నిశ్చలధారణయే 'యోగము' అని తలచుచున్నారు. **బ్రాహ్మీ-భావన (లేక) అవగాహన యొక్క నిశ్చలత్వమే వాస్తవమైన నిశ్చలత్వం.** అట్టి **"బుద్ధి యొక్క నిశ్చల నిశ్చయత్వం"** సంపాదించుకొని, అటుపై అప్రమత్తుడై సర్వే – సర్వత్రా ఆత్మదర్శనం చేయాలి. **అంతా ఆత్మగా దర్శించటమే నిశ్చల యోగధారణ.**

అట్టి ఆత్మ – (భౌతికా – రసాయనిక శాస్త్రాలవలె) ప్రాపంచ ప్రమాణములుచేతగాని, మనస్సు చేతగాని, కళ్ళచేతగాని, పొందబడేది కాదు. **"ఆత్మ ఉన్నది" అని అనుభవ పూర్వకంగా చెప్పే మహనీయుల వాక్యాలే అద్దాని అస్థిత్వానికి ప్రమాణం.** అందుచేత అనుభవజ్ఞుల ఆత్మ ప్రవచనాలు సర్వదా శరణ్యం. **'సత్సంగము' అత్యంతావశ్యకం!**

"ఆత్మ (పరమ పురుషుడు – సర్వాంతర్యామి) ఉన్నది" .... అని శాస్త్ర వాక్యములు – గురు వాక్యములు విశ్వసించి ప్రయత్నంచే వారికి అది ఉపలబ్ధం అవుతోంది. అందుచేత దృశ్యమునకు ఆధారము, అతీతము అగు 'ఆత్మ'పట్ల విశ్వాసం పెంపొందించుకోవాలి. గురువాక్యములపై, శాస్త్ర ప్రవచిత సాధనలపై, తనపై విశ్వాసము అందుకు ఉపాయము.

"ఆత్మ నిరుపాధికము (ఉపాధి యొక్క ఆవశ్యకత లేనిది. నిర్వికారము)"

ఉపాధులకు సంబంధించని ఆత్మ యొక్క విజ్ఞానమును **మహనీయుల ఆప్త వాక్యముల నుండియే మనకు లభించగలదు.** ఎవ్వరు విశ్వాసంతో కార్యదీక్షతో అందుకు ప్రయత్నిస్తారో అట్టివారికి అది తప్పక అభిముఖం అవుతోంది. ప్రత్యక్షం అవుతోంది. అనుభూతమౌతోంది.

నచికేతుడు : "సర్వాత్మకము – స్వస్వరూపము" అగు పరమపురుషుడగు స్వీయాత్మ దర్శనం ఎప్పటికి, ఎట్లా ఉపలభ్యమౌతుంది?

శ్రీ యమధర్మరాజు : ఎప్పటికో, విను.

యదా సర్వే ప్రముచ్యంతే కామా యే అస్య హృది శ్రితాః, అథ మర్త్యో అమృతో భవతి। – ఎప్పటికైతే హృదయములోని దృశ్యమునకు సంబంధించిన సర్వ కోరికలు (ఏదో కావాలి – ఇంకేదో పొందాలని – ఉన్నదేదో తొలగాలనే భావావేశం) తొలగుతాయో, అట్టి నిర్మల హృదయమును సంపాదించుకున్న జీవుడు **ఇప్పుడే – ఇక్కడే** అమృతత్వమును సంపాదించుకుంటున్నాడు. **అత్ర బ్రహ్మ సమశ్నుతే॥** ఇక్కడే బ్రహ్మమును పొందుచున్నాడు.

యదా సర్వే ప్రభిద్యంతే హృదయస్య ఇహ గ్రంథయః। – ఎప్పుడైతే ఈ జీవుడు తనయందలి అజ్ఞాన బంధములన్నీ హృదయంలో లేకుండా చేసుకుంటాడో, ... **అట్టివాడు ఇక్కడే అమృత స్వరూపుడై వెలుగొందుచున్నాడు.**

ఇదియే శాస్త్రములన్నిటి యొక్క అతిపవిత్రమైన అంతిమ ప్రవచనం. శాస్త్రానుశాసనం. అప్రతిహత సిద్ధాంతము.

[గ్రంథి = కంతి – చిక్కుముడి, బంధము, అడ్డంకి –

బ్రహ్మ గ్రంథి = రజోగుణం. ప్రపంచ వ్యవహారం సంకల్పించటం. 'సృష్టియందు నేను బద్ధుడను' అని భ్రమించటం. 'ఇది ఉంటేనే నా ఉనికి' అని భావించటం. (సృష్ట్యభిమానము).

విష్ణుగ్రంథి = కర్తృత్వాభిమానం. అహంకారం – మమకారం. 'నేను పంచకోశములకు సంబంధించినవాడిని' అని భావించటం (స్థిత్యభిమానము).

రుద్రగ్రంథి – సృష్టి లయము కావాలనే అభిమానము "నాపట్ల సృష్టి వ్యసనము తొలగు గాక!" – అనే ఆవేశము

గ్రంథి ఏర్పడటం		**లయము గురించిన అభిమానము**
– నేను సంగుడను	→	నేను అసంగుడను
– నేను వికారుడను	→	నేను నిర్వికారుడను
– నేను సంసారిని	→	నేను అసంసారిని.
– నేను మరణశీలుడను	→	నేను అమృత స్వరూపుడను.]

ఈ సృష్టి – స్థితి – లయ అభిమానములను జయించి (త్యజించి) ఉండటమే గ్రంథి భేదము.

యోగ మార్గము - బ్రహ్మ మండల ప్రవేశము

హృదయం నుండి 101 నాడులు బయలుదేరి దేహమంతా విస్తరించినవై ఉన్నాయి. అవన్నీ ఇంద్రియములను నియమించటానికి వార్తాహరులవలె ప్రవర్తిస్తున్నాయి. ఆ 101 నాడులులో ఒకానొక్కటి మాత్రమే ఊర్ధ్వముగా శిరస్సు యొక్క ఉపరిభాగము వరకు వ్యాపించినదై యున్నది. యోగి 'సుషుమ్న' అనే నాడిద్వారా శిరస్సును అధిగమించి 'ఊర్ధ్వాభిముఖుడు' అగుచున్నాడు. మిగతా నాడులను త్యజించి ఇంద్రియ–ఇంద్రియాభిముఖములగుచున్న నాడీ మార్గములను అధిగమించి, శిరస్సు వైపుగా (బ్రహ్మరంధ్రము వైపుగా) ప్రయాణిస్తున్న నాడిని అభ్యాసపూర్వకంగా అనుసరించుచున్నాడు. ఊర్ధ్వాభిముఖుడై సర్వఇంద్రియ విషయ ప్రపంచమును అధిగమించి వేస్తున్నాడు. సూర్యలోకం (అజ్ఞా మండలం / జ్ఞాన మండలం) ద్వారా బ్రహ్మమండలం పొంది **అమృతత్వం** పొందుచున్నాడు. అట్టి యోగ మార్గ ప్రయాణంలో దేహము ఉపకరణంగా అగుచున్నది.

అట్లా కాకుండా ఇంద్రియ విషయములగు శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధములవైపుగా విస్తరించియున్న మిగతా 100 నాడులు ఆశ్రయించినవాడు ప్రాణ ఉత్క్రమణము సందర్భములో మరల ఇంద్రియ విషయముల దిశగా ప్రయాణించుచున్నాడు. **అట్టి ప్రయాణం పునః పునః సంసార బంధమును కొనసాగేటట్లు చేస్తోంది.**

ఉపసంహారము

ఓ బిడ్డా! నచికేతా! సర్వాత్మకుడగు పరమపురుషుని గురించి మనము ఇప్పటి వరకు చెప్పుకున్నాము. ఇది మృతమును జయించు మార్గము. ఈ మన సంవాదము యొక్క ఉపసంహరణ సందర్భంగా మరొక్కసారి సమీక్షించి చెప్పుకుందాం.

1) అంగుష్ఠ మాత్రుడగు మార్పుచేర్పులు లేని పురుషుడు (ఆత్మ) సమస్త ప్రాణుల హృదయములో వేంచేసియే ఉన్నారు.

2) ఆయనయే సర్వజీవుల అంతరాత్మ. కేవలాత్మ. సహజ అనునిత్య స్వరూపము.

3) ముంజగడ్డి నుండి గోరుతో 'ఈనె'ను (యజ్ఞ సాధనముల నిమిత్తం) బయటకు తీస్తారు చూచావా? అట్లా ఈ జీవుడు ఆ అంగుష్ఠ మాత్రుడగు పరమాత్మను తనయొక్క పంచేంద్రియ-పంచతన్మాత్ర భూతమగు శరీరము నుండి వేరుపరచి బయటకు తీయాలి.

4) **"ఈ శరీర ధర్మము లేవీ సర్వాత్మకుడగు అంతరాత్మకు లేవు"** ... అని గమనించాలి. **"ఈ శరీరముకంటే ఆత్మ భిన్నమైనది"** .... అని గ్రహించాలి.

5) ఆ వేఋపరచబడిన అంగుష్ఠమాత్ర పురుషుని సమస్తమునకు అనన్యమైనవాడుగా, సర్వాంతర్యామిగా, పరిశుద్ధ ప్రభువుగా, చిన్మాత్రముగా, అమృత స్వరూపంగా గుర్తించు.

- ఆయనయే పరమపురుషుడు
- ఆయనయే పురుషోత్తముడు
- ఆయనయే బ్రహ్మము.
- ఆయనయే పరబ్రహ్మము
- ఆయనయే నీవు-నేను-ప్రతిఒక్క జీవుడు కూడా! ఈ మన సందర్భ స్వరూపమునకు ఆధారమైన స్వస్వరూప-సహజపురుషుడు ఆయనయే.

ఆయనను తెలుసుకొన్నప్పుడు ఈ జీవుడు పరిశుద్ధుడు అవుతాడు. 'మృతము'ను జయించి 'అమృతత్వము' సిద్ధించుటకు అదియే ఉపాయము.

ఆయనను గ్రహించి శుద్ధుడవు అవటమే సర్వరుగ్మతలకు ఏకైక ఉపాయం.

✡

మృత్యుదేవతయగు శ్రీ యమధర్మరాజు బోధించిన ఈ **'బ్రహ్మ విద్య'**ను నచికేతుడు అత్యంత జాగరూకతతో శ్రద్ధగా మనస్సును ఏకాగ్రంచేసి, బుద్ధితో గ్రహించి హృదయస్థం చేసుకున్నాడు. **యోగ విధి** పొందినవాడైనాడు.

బ్రహ్మమే తన స్వభావంగా తననుతాను తీర్చిదిద్దుకున్నాడు.

అప్పుడు నచికేతుడు లేచి నిలుచున్నాడు. యోగులకు, భక్తులకు, జ్ఞానులకు, పరిశుద్ధ హృదయులకు ప్రేమాస్పదుడుగా అనుభవుడగు యమభగవానుని సమీపించాడు. త్రి-ప్రదక్షణములు చేసాడు. వారు ప్రసాదించిన బ్రహ్మజ్ఞానమునకు కృతజ్ఞతాపూర్వకంగా సద్గురు-స్తుతులు సమర్పిస్తూ సాష్టాంగ దండ ప్రణామములు సమర్పించాడు.

"స్వామీ! మీకు 'సర్వస్వదానము'గా సమర్పించబడిన నేను మీ ఆజ్ఞానుసారం "సమస్తము సద్గురువుకు చెందినదే" - అని భావిస్తూ, భగవత్ ప్రసాదంగా జీవితమును గడపుతాను" - అని పలికాడు.

స్వామివద్ద శెలవు తీసుకొని, సర్వ సమర్పణ భావనా సమన్వితుడై, ఆ నచికేతుడు గురు ఆజ్ఞానుసారంగా యోగమార్గంలో భూలోకగతుడై తిరిగి నాచికేత నామధేయ భౌతిక శరీరములో ప్రవేశించాడు. పునః జీవితుడై పితృదేవతలకు, బంధుజనమునకు పరమానందము కలిగించారు.

క్రమంగా గురు వాక్యములు గుర్తు చేసుకుంటూ "శుద్ధము, నిర్మలము, అప్రమేయము, సర్వము, అఖండము, నిత్యము, శాశ్వతము, అద్వితీయము" అగు - బ్రహ్మమే తానైనాడు.

ధూళి తొలగించబడిన అద్దమువలె స్వభావసిద్ధంగా ప్రకాశించాడు. "నాకు మృత్యువు స్వభావమేకాదు" అని గ్రహించినవాడైనాడు.

ఎవ్వరైనా సరే, నచికేతునివలె శ్రీ యమధర్మరాజు ప్రవచితమైన బ్రహ్మవిద్యను గ్రహించి అమృత స్వరూపులు కాగలరు.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత కఠోపనిషత్
(లేక) కఠవల్లీ ఉపనిషత్
ఓం శాంతి శ్శాంతి శ్శాంతి ॥

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

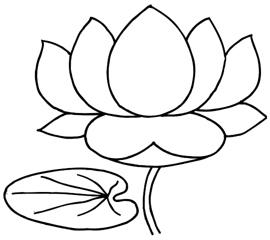
8 కఠ రుద్రోపనిషత్

(కఠశృత్యుపనిషత్)

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ శ్రీ కఠోపనిషత్ విద్యా వేద్య అపార సుఖాకృతీ
త్రైపదం బ్రహ్మచైతన్యం రామచంద్రపదం భజే॥



శ్రీ కఠోపనిషత్ విద్యచే ప్రాప్తించగల మహత్తరమగు త్రిపదరూప పరబ్రహ్మతత్త్వము - అను సుఖప్రదమైన స్థానము (సుఖాకృతి) కొరకై శ్రీరామచంద్రమూర్తి యొక్క పాదపద్మములను భజించుచున్నాను.

1 <u>ఓం దేవా హ వై భగవంతమ్ అబ్రువన్।</u>
అధీహి, భగవన్! బ్రహ్మవిద్యామ్।

'ఓం' కారార్ధ పరబ్రహ్మమును ఉపాసించుచున్నాము.

ఒక సందర్భములో దేవతలు ప్రజాపతిని దర్శించి హృదయ పూర్వకముగా నమస్కరించారు. స్వభావతః దేవతలు జీవులందరి క్షేమము, శ్రేయస్సు కోరుకొనువారు కదా! లోకముల శ్రేయస్సును ఉద్దేశ్యించినవారై ఇట్లా పలికారు. "హే భగవాన్! సృష్టికర్తా! సృష్టి ప్రజ్ఞాదురంధరా! ప్రజాపతీ! ప్రణామములు. దయతో జీవులందరినీ ఉద్ధరించగల 'బ్రహ్మవిద్య'ను బోధించమని వేడుకొనుచున్నాము."

<u>స ప్రజాపతిః అబ్రవీత్</u>
స శిఖాన్ కేశాన్ నిష్కృష్య,
విసృజ్య యజ్ఞోపవీతం,
(సర్వం) నిష్కృష్య, పుత్రం దృష్ట్వా
"త్వం బ్రహ్మా। త్వం యజ్ఞః। త్వం వషట్కారః।
త్వం ఓంకారః త్వగ్ం స్వాహా।
త్వగ్ం స్వధా। త్వం ధాతా।
త్వం విధాతా। త్వం త్వష్టా।
త్వం ప్రతిష్ఠా అసి।"
– ఇతి వదేత్॥

<u>దేవతలు 'బ్రహ్మవిద్య' గురించి అడగటము విని, ఎంతో సంతోషించిన ప్రజాపతి ఇట్లు ప్రవచించసాగారు.</u>

ఓ దేవతలారా! నేను కల్పించిన ఈ సృష్టిలో ప్రవేశించుచున్న ఈ జీవుడు, 'జన్మసాఫల్యత'ను ఏమరచి **"మమకారము, భార్యా-పుత్రుల పట్ల రాగము,** - ఏమరపు (దూరదృష్టిని- ఆత్మదృష్టిని ఏమరచటము"...) ఇటువంటి వాటివల్ల, బ్రహ్మవిద్యను అధ్యయనము చేయకున్నాడు. ఇది దృష్టిలో ఉంచుకొని సంబంధ - అనుబంధ-బాంధవ్యముల పరిధులను దాటటము గురించి ముందుగా చెప్పుచున్నాను. వినండి.

సన్న్యాస మార్గము : మొట్టమొదటి నామ-రూపములపై గల అభినివేశమును త్యజించాలి. అందుకు గాను సన్న్యాసి అయి, శిఖను (పిలకను) జుట్టుతో సహా తీసివేయాలి. యజ్ఞోపవీతమును త్రెంచివేయాలి. అప్పుడు తన కుమారుని పిలిచి ఇట్లా పలకాలి.

నీవే బ్రహ్మమువు। యజ్ఞమువు। నీవే వషట్ కారమువు। ఓంకార స్వరూపుడవు। నీవు దేవతలకు సమర్పించు హవిస్సు అగు 'స్వాహా'వు. పితృదేవతలకు సమర్పించు **'స్వధా'వు. నీవే ధాతవు! విధాతవు! త్వష్టవు! నీవే ప్రతిష్ఠవు!**

2 **అథ పుత్రో అవదత్:**

అహం బ్రహ్మా అహం యజ్ఞో। అహం వషట్కారో।
అహం 'ఓం'కారో। అహగ్ం స్వాహా।
అహగ్ం స్వధా! అహం ధాతా।
అహం విధాతా। అహం త్వష్టా।
అహం ప్రతిష్ఠాఽ స్మి-ఇతి॥

అప్పుడు పుత్రుడు ఇట్లా బదులు పలుకునుగాక!

"అవును! నేను బ్రహ్మమును. నేను యజ్ఞమును। నేను వషట్కారమును! నేను 'ఓం' కారమును!

నేనే దేవతలకు సమర్పించు హవిస్సుల రూపమగు స్వాహా ను। పిత్రుదేవతలకు సమర్పించబడు స్వధా ను! నేను సృష్టికర్తయగు ధాతను కూడా! విధానము రచించు విధాతను! ఈ దృశ్యమునకు రూపరచయిత అగు 'త్వష్ట' అయి ఈ సర్వము నందు ప్రతిష్ఠితుడనై ఉన్నవాడను.

తాన్ ఏతాన్ అనుప్రజన్ న అశ్రుమ ఆపాతయేత్।
యది అశ్రుపాతయేత్ ప్రజాం, విచ్ఛిన్ద్యాత్।

ఈ విధంగా 'సన్న్యాసయోగము'ను ఆశ్రయించాలి. అట్టి సన్న్యాస (త్యాగ) మార్గము స్వీకరిస్తూ, "అయ్యో! విడచుచున్నానే".. అని కంటతడి పెట్టరాదు.

అప్పుడు కంటతడి పెట్టితే-సంతానమునమును బాధించినట్లే అవుతుంది. మనస్సు వికలమౌతుంది. బుద్ధి విచ్ఛేదనమును పొందుతుంది.

ప్రదక్షిణమ్ ఆవృత్య ఏతశ్చ, ఏతశ్చ అనవేక్షమాణాః
ప్రత్యాయంతి, స స్వర్గ్యో భవతి।

ఇక తన పుత్రులు మొదలైన సంతానము వైపు చూడకుండా (వెనుక చూపు లేకుండా) ప్రదక్షిపూర్వకంగా తిరిగి అక్కడి నుండి వెళ్లిపోవాలి. ఈ విధముగా సన్న్యాసమార్గము స్వీకరించువాడు స్వర్గలోక ప్రవేశమునకు అర్హుడగుచున్నాడు.

బ్రహ్మచారీ వేదమ్ అధీత్య,
వేదోక్త ఆచరిత
బ్రహ్మచర్యో దారాన్ ఆహృత్య,
పుత్రాన్ ఉత్పాద్య, తాన్ అనురూపాధిభిః
వితత్య, ఇష్ట్వాచ శక్తితో యజ్ఞైః సన్న్యసేత్।
గురుభిః అనుజ్ఞాతశ్చ, బాంధవైశ్చ-
సో అరణ్యం పరేత్య,
ద్వాదశ రాత్రం పయసా
అగ్నిహోత్రం జుహుయాత్।
ద్వాదశ రాత్రం పయో భక్షస్స్యాత్।
ద్వాదశ రాత్రస్య అంతే, అగ్నయే వైశ్వానరాయ
ప్రజాపతయే చ ప్రాజాపత్యం చరుం వైష్ణవం
త్రికపాలమ్ అగ్నిగ్ం సగ్ంస్థితాని,
పూర్వాణి దారుపాత్రాణి అగ్నౌ జుహుయాత్,
మృణ్మయాని అప్సు జుహుయాతి
తైజసాని గురవే దద్యాత్॥

ముముక్షువు ఎప్పుడు సన్న్యసించవచ్చో చెప్పుచున్నాను. వినండి.

మొట్టమొదట 'బ్రహ్మవిద్య' కొరకై విద్యార్థి అయి 'బ్రహ్మచారి' అను వ్రతము స్వీకరించాలి. వేదోక్తంగా జీవిస్తూ వేదపఠనము చేయునుగాక! ఆ విధంగా బ్రహ్మము గురించి సద్గురువు నుండి ఎరుగుచూ బ్రహ్మచర్య వ్రతమును పూర్తి చేయాలి.

అటు తరువాత వివాహం చేసుకోవాలి. గృహస్త ధర్మంగా పుత్రులను పొందాలి. సంతానమును (పుత్రులను, పుత్రికలను) తగిన వారితో కలపాలి. యథాశక్తిగా యజ్ఞములు నిర్వర్తించాలి. అప్పుడు సన్న్యసించాలి.

సన్న్యసించుటకొరకై గురువుల యొక్క బంధువుల యొక్క అనుజ్ఞ (Permission) తీసుకోవాలి.

అప్పుడు అరణ్యంలో (ఏకాంతంతో) ప్రవేశించాలి. 12 రాత్రులు పాలతో అభిషేకములు, అగ్నిహోత్రమునకు హోమములు సమర్పించి 'సన్న్యాసవ్రతము' ప్రారంభించి, పూర్తి చేయాలి.

ఆ 12 రాత్రులు పాలు మాత్రమే ఆహారముగా స్వీకరించాలి.

ఆ '12' రాత్రులు తరువాత అగ్నికి, వైశ్వానరునికి, ప్రజాపతికి నమస్కరిస్తూ యజ్ఞ పాత్రలను సమర్పించాలి. ప్రజాపత్యము, వైష్ణవమును ఉపాసిస్తూ, యజ్ఞములో ఉపయోగించిన త్రిముఖ దారు పాత్రలను, (కొయ్యపాత్రలను) అగ్నికి సమర్పించాలి. మట్టి పాత్రలను మట్టిలో కలపాలి. లోహపాత్రలను గురువులకు సమర్పించి వేయాలి.

---

3 **మా త్వం మామ్ అపహాయ**
పరాగాః। న అహం త్వాం అపహాయ పరాగమ్ ఇతి..
గార్హపత్య, దక్షిణాగ్ని ఆహవనీయేషు
'అరణి' దేశాత్ భస్మ ముష్టిం పిబేతి
– ఇతి' ఏకే।...

అప్పుడు గార్హపత్యాగ్ని - దక్షిణాగ్ని- ఆహవనీయాగ్ని లను వ్రేల్చిన ప్రదేశముల నుండి పిడికెడు భస్మమును తీసుకొని "ఓ యజ్ఞ భస్మమా! మీరు నన్ను విడిచి వెళ్లకండి। నేను మిమ్ములను విడచివెళ్లను".. అని పలుకుచూ అరణితో ఆ భస్మమును నీటిలో చేర్చి తాగాలి. → అని కొందరు విధి - విధానమును చెప్పుచున్నారు.

స శిఖాన్ కేశాన్ నిష్కృష్య విసృజ్య, యజ్ఞోపవీతం భూస్స్వాహాయేతి, అప్సు జుహుయాత్॥	శిఖ -కేశములను (పిలక-జుట్టును) తీసివేసి, యజ్ఞోపవీతమును త్రెంచి, చేతితో ధరించి 'భూస్స్వాహా' అని పలుకుచు నీటిలోనికి హోమము చేయాలి.
అత, ఊర్ధ్వమ్ అనశనమ్ అపాం ప్రవేశమ్ అగ్నిప్రవేశం వీరాధ్వానం మహా షా ప్రస్థానం, వృద్ధాశ్రమమ్ వా, గచ్ఛేత్।	ఇక ఆహారము స్వీకరించకుండా..., - జలప్రవేశము గాని, అగ్ని ప్రవేశముగాని చేయాలి. 'వీరమార్గము'గా వెళ్ళాలి. మహాప్రస్థానము (దేహార్పణ భావమును) చేయాలి. (లేక) వృద్ధాశ్రమము ప్రవేశించాలి. ఏకాంత జీవనముగాని, ఆశ్రమ జీవనముగాని ఎన్నుకొని-**"ఆత్మతత్త్వమ్ - ఆత్మాఽహమ్"** ఉపాసనను స్వీకరించాలి.
పయసాయం ప్రాశ్నీయాత్ సో అస్య సాయగ్ం హోమో। యత్ ప్రాతః సో అయం ప్రాతః	సాయంకాలము పాలు మాత్రమే త్రాగియుండటమును **'సాయం హోమము'** అని అంటారు. ప్రాతః కాలంలో (ఉదయము) పాలు త్రాగి ఉపవాసము ఉంటే అది **"ప్రాతః హోమము".**
యత్ దర్శే, తత్ దర్శనం। యత్ పౌర్ణమాస్యే తత్ పౌర్ణమాస్యం।	అమావాస్యనాడు క్షీర పాన-నియమము పాటిస్తే అది 'దర్శనము' పౌర్ణమినాడు ఆ నియమము పాటిస్తూ ఉంటే అది **"పౌర్ణమాస్యము".**
యత్ వసంతే కేశ శ్మశ్రు లోమ నఖాని వాపయేత్। సో అస్య అగ్నిష్టోమః సన్న్యస్య అగ్నిం న పునః ఆవర్తయేత్।	వసంతకాలంలో కేశములను, శ్మశ్రు (మీస-గడ్డముల) లోమ (రోమములను), గోరులను క్షవరం చేయించుకోవాలి. సన్న్యసించిన తరువాత, అగ్నిష్టోమయాగము మొ॥నవి గాని తదితర అగ్నిహోమములను గాని - ఇక నిర్వర్తించరు.
"మృత్యుః జయమావహమ్" – ఇతి అధ్యాత్మ మంత్రాత్ పఠేత్।	'మృత్యుః జయమావహమ్' (మృత్యు జయమును ఆశ్రయిస్తున్నాను).. అను అధ్యాత్మమంత్రమును పఠిస్తూ సన్న్యసిస్తున్నాడు.
"స్వస్తి సర్వ జీవేభ్య" – ఇతి ఉక్త్వా, ఆత్మానమ్ 'అనన్యం' ధ్యాయం, తత్ ఊర్ధ్వబాహుః విముక్తి మార్గో భవేత్।	- "స్వస్తి సర్వ జీవేభ్య - సర్వ జీవరాసులకు శుభమగు గాక!" అని భావన - శబ్దోచ్చారణ చేస్తూ, **"నేను ఆత్మకు అనన్యుడను"** అని ధ్యానము చేయుచూ, చేతులు పైకి ఎత్తి విముక్తి మార్గములో ప్రయత్నశీలుడై ఉంటున్నారు.
అనికేతః చరేత్। భిక్షాశీ యత్ కించిత్ న దద్యాత్। లవా ఏకం న ధావయేత్, జంతు సగ్ంరక్షనార్థం వర్ష వర్జమ్ – ఇతి॥	"ఇది నా ఇల్లు-నివాస స్థలము" అనునది ఏదీ లేనివాడై, భిక్షచే లభ్యమైనది స్వీకరిస్తూ ఉండాలి. తన కొరకు గాని, ఇతరుల కొరకుగాని ధన-వస్తు సంపదలను స్వీకరించరాదు. జంతువుల నుండి, వర్షము నుండి దేహమును రక్షించుకోవటానికి కావలసిన పరికరములు తప్పించి, మరింకేమీ తన కొరకై దాచి ఉంచుకోరాదు.
తదపి శ్లోకా భవంతి॥	యతుల గురించి ఈ విధంగా శాస్త్ర శ్లోకములు!
4 కుండికాం చమసం శిక్యం, త్రివిష్టపమ్ ఉపానహౌ శీతోపఘాతినీం కంథాం, కౌపీన ఆచ్ఛాదనం తథా, పవిత్రం స్నానశాటీం చ, ఉత్తరాసంగమేవ చ, యజ్ఞోపవీతం వేదాంశ్చ, సర్వం తత్ వర్జయేత్ యతిః। స్నానం పానం తథా శౌచం, అద్భిః పూత-అభిరాచరేత్। నదీ పులినశాయీ స్యాత్, దేవాగారేషు వా స్వపేత్।	కుండను చమక (కొయ్య) పాత్రను, ఉట్టిని, త్రిపివిష్టపము (3 మూతులు గల కొమ్ము చెంబును), బొంతను, కౌపీనమును, పవిత్రమును, స్నానశాటి (తుండు)ను, ఉత్తరీయమును (పై బట్టను), యజ్ఞోపవీతమును, వేదములను.. ఇవన్నీ కూడా యతి వదలివేసినవాడై ఉంటున్నాడు. పవిత్రమైన జలముతో స్నానము, పానము (త్రాగటము).. చేయాలి. ఇసుక దిబ్బ తిన్నెలపైన గాని, దేవాలయ ప్రాంగణములందుగాని నిద్రిస్తూ ఉండాలి.

న-అత్యర్థం సుఖ-దుఃఖాభ్యాం శరీరమ్ ఉపతాపయేత్।
స్తూయమానో న తుష్యేత, నిందితో న శపేత్ పరాన్।
బ్రహ్మచర్యేణ సంతిష్ఠేత్ అప్రమాదేనమస్కరీ।

భౌతిక శరీరమును సుఖ-దుఃఖములైన వాటితో తపింపజేయరాదు తనను పొగడేవారికి చూచి సంతోషించరాదు. నిందించువారిని శపించరాదు. బ్రహ్మచర్యమునందు - బ్రహ్మ భావనయందు (నేను - నీవు - జగత్తులు అఖండ పరబ్రహ్మస్వరూపమే - అను ఉపాసన యందు) సంతుష్టుడై ఉండును గాక!

దర్శనం, స్పర్శనం, కేళిః, కీర్తనం
గుహ్య భాషణమ్, సంకల్పో,
అధ్యవసాయశ్చ - క్రియానిర్వృత్తిరేవ చ।
- ఏతత్ "మైథునమ్ అష్టాంగం"
ప్రవదంతి మనీషిణః।
విపరీతం బ్రహ్మచర్యం అనుష్ఠేయం ముముక్షుభిః।

సన్న్యాసి సర్వదా బ్రహ్మచర్యమునందు జాగరూకుడై ఉండాలి. మైథునమునకు సుదూరుడై ఉండాలి. భౌతికదేహ దర్శనము, స్పర్శనము, కేళి, కీర్తనము, రహస్య సంభాషణము, సంకల్పముతో ప్రయత్నము (సాధనము), క్రియా నిర్వృత్తి.. - ఈ '8' కూడా 'మైథునము'నకు అష్టాంగములు - అని బుద్ధిమంతులు చెప్పుచున్నారు. మైథునము బ్రహ్మచర్యమునకు వ్యతిరిక్తమైనది. ముముక్షువు తీవ్రమైన బ్రహ్మచర్యమును అనుష్ఠించాలి.

యత్ జగత్ భాసకం, భాసం
నిత్యం భాతి స్వతః స్ఫురత్
స ఏవ జగతః సాక్షీ,
సర్వాత్మా విమలాకృతిః॥

ఈ జగత్తును భాసింపజేయుచున్నది, జగత్తుగా భాసిస్తున్నది, (ఆ విధంగా జగత్తును భాసింపజేయుచు (ప్రకాశింపజేయుచూ)) స్వతఃగా తానే స్వయంగా ప్రకాశమానమై యున్నది ఏదో - **అదియే ఆత్మ!** అదియే ఈ జగత్తు అంతటికీ కేవల సాక్షి అయి నిర్మలాకృతిగా వెలుగుచున్నది. అట్టి సర్వాత్మకమగు పరమాత్మయే తన ఆత్మగా **భావిస్తూ దర్శిస్తూ, ఉపాసిస్తూ ఉండాలి.** ముముక్షువు అగు యతి ఆత్మతో సర్వదా మమేకము అయి ఉంటున్నాడు. అద్వితీయుడగుచున్నాడు.

---

5 **ప్రతిష్ఠా సర్వభూతానాం**
ప్రజ్ఞానఘన లక్షణః।
న కర్మణా, న ప్రజయా,
న చ అన్యేనాఽపి కేన చిత్।
బ్రహ్మవేదన మాత్రేణ
బ్రహ్మ - ఆప్నోతి ఏవ మానవః॥

'ఎరుక' రూపమగు ఘనీభూతమైన ప్రజ్ఞ (ప్రజ్ఞాన ఘనము) అను లక్షణముతో కూడిన **"స్వస్వరూప పరమాత్మ"** - సర్వ భూతజాలము నందు సుప్రతిష్ఠితమై సర్వదా ఉన్నది.

ఆ విధమైన "మమాత్మా సర్వభూతాత్మ" రూపమగు పరాత్పరం-పరబ్రహ్మత్వము కర్మల వలననో (లేక) సంతానము - శిష్యులు-ధనము మొదలైన వాటి చేతనో లభించేది కాదు. ఈ మానవుడు బ్రహ్మమును తెలుసుకొని సర్వాత్మత్వ భావన యొక్క అభ్యాసముచే మాత్రమే బ్రహ్మము పొందబడగలడు.

తత్ విద్యా విషయం బ్రహ్మ, సత్య జ్ఞాన-సుఖ-అద్వయమ్।
సంసారే చ గుహా వాచ్యే, మాయా-అజ్ఞానాది సంజ్ఞికే।

అట్టి **'బ్రహ్మవిద్య'** → సత్య (యమ్‌సత్-ఉనికి) - జ్ఞాన (ఎరుక) - సుఖ (అనుభూతి) - (దృశ్యమును ద్రష్టను ఏకము చేయు) అద్వయ → స్వరూప - స్వభావయుక్తము.

'సంసారము' అనేది ఒక 'కొండగుహ' వంటిది అని, 'మాయ' 'అజ్ఞానము' అనే సంజ్ఞలచేత ఉద్దేశ్యించబడినదని చెప్పబడుతోంది. అట్టి సంసారమునకు బ్రహ్మ విద్య ఒక్కటే తరుణోపాయము.

నిహితం బ్రహ్మ యో వేద, 'పరమే వ్యోమ్ని' సంజ్ఞితే,
సో అశ్నుతే సకలాన్ కామాన్, సక్రమేణ ద్విజోత్తమః।

ఈ దృశ్యమంతటికీ ఆవల సర్వదా వేంచేసియున్న 'పరమాకాశము' అనబడు సర్వాత్మత్వ "సంజ్ఞ"ను ఎవ్వరు ఎరుగుచున్నారో.. అట్టివారు "సర్వకామములు" సిద్ధించుకున్నవారు అగుచున్నారు. క్రమంగా ఆ ద్విజోత్తముడు 'పరమాత్మ రూపము'ను సంతరించుకొనుచున్నాడు.

ప్రత్యగాత్మనమ్ - అజ్ఞాన మాయా శక్తేశ్చ సాక్షిణమ్,
-జ్ఞాత్వా 'బ్రహ్మోహమస్మి'
ఇతి, బ్రహ్మైవ భవతి స్వయమ్।

అజ్ఞాన మాయాశక్తికి కేవల సాక్షియై, సర్వాతీతమై వెలుగొందుచున్న 'ప్రత్యగాత్మ'ను ఎరుగుచున్న యోగి.. **"నేనే బ్రహ్మమును కదా!"** అని గమనిస్తూ, సర్వత్రా 'బ్రహ్మదర్శనము'ను అభ్యసిస్తూ, **తానే స్వయముగా 'బ్రహ్మము'** అగుచున్నాడు. సకల భూతములు తానై, సర్వసాక్షిగా వేరై ఉంటున్నాడు. ఇహ-పర - పరాత్పర అఖండత్వము తనకు తానే అయి, పునికి పుచ్చుకొనుచున్నాడు.

బ్రహ్మభూతాత్మనః తస్మామ్ ఏతస్మాత్ శక్తి మిశ్రితాత్ 'అపంచీకృత–ఆకాశో' సంభూతో – రజ్జుసర్పవత్। ఆకాశాత్ 'వాయు' సంజ్ఞస్తు స్పర్శో పంచీకృతః పునః।	బ్రహ్మభూతాత్మ తన యందు 'శక్తి'ని స్వభావ సిద్ధంగా కలిగియున్నదై ఉంటోంది. అట్టి 'శక్తి' (Energy)తో కూడిన '**బ్రహ్మభూతాత్మ** నుండియే.. '**అపంచీకృత ఆకాశము**' సంభవించుచున్నది. అట్టి బ్రహ్మము నుండి → అపంచీకృత ఆకాశము, బయల్వెడలటము అనునది → త్రాడు పాముగా కనిపించటము - రజ్జు సర్పభ్రాంతి → వంటిది మాత్రమే! బ్రహ్మము నుండి సర్పరజ్జువు వలె (త్రాడు యందు పాము వలె) సంభవించిన అపంచీకృతాకాశము నుండి పంచీకృతమగు ఆకాశము,
వాయోః అగ్నిః। తథా చ, అగ్నే ఆపః। అద్భ్యో వసుంధరా!	అద్దాని నుండి → 'స్పర్శ' (Touch) మొదలైనవి జనిస్తున్నాయి. ఆ పంచీకృత, ఆకాశము నుండి → వాయువు, వాయువు నుండి → 'అగ్ని', అగ్ని నుండి → ద్రవము (జలము), జలము నుండి → స్థూలము (భూమి) జనించటం (రజ్జు సర్పము వలె) జరుగుతోంది.
తాని భూతాని సూక్ష్మాణి పంచీకృత్య ఈశ్వరః తదా, తేభ్య ఏవ విసృష్టం తత్ బ్రహ్మాండాది శివేన హ।	ఈశ్వరునిచే → (బ్రహ్మము + శక్తి స్వరూపముచే) సూక్ష్మభూతములు (శబ్దము- స్పర్శ - రూపము - రసము - గంధముల కేవలీ రూపములు) జనించి, అవి పంచీకరణము అగుచున్నాయి. ఈ విధంగా ఆత్మ స్వరూపుడగు శివభగవానునిచే (ఈశ్వరునిచే) బ్రహ్మాండమంతా సృష్టించబడుతోంది.
బ్రహ్మాండస్య ఉదరే దేవా, దానవా, యక్ష కిన్నరాః, మనుష్యాః, పశు–పక్ష్య ఆది యత్ తత్ కర్మానుసారతః॥	అట్టి బ్రహ్మాండము యొక్క ఉదరము (గర్భము) నందు కర్మానుసారంగా (As a Programme of Acts and Evertualities) దేవతలు, దానవులు, యక్షులు, పశుపక్ష్యాదులు జగన్నాటకము కొరకై సృష్టించబడుచున్నారు.
6 అస్థి స్నాయుః ఆది రూపో అయం శరీరం భాతి దేహినామ్। యో అయమ్ అన్నమయో హి ఆత్మా భాతి సర్వ శరీరిణః।	ఆ ఆత్మచైతన్య శివతత్త్వము → (1) బొమికలు - మాంసము - చర్మముల రూపములతో సర్వశరీరములుగా, (2) శరీరులుగా భాసించుచున్నది. ఈ విధంగా సర్వ శరీరుల పట్ల ఆ ఈశ్వరుడు (శివుడు) అన్నమయ ఆత్మగా ప్రకాశించుచున్నారు.
తతః ప్రాణమయో హి ఆత్మా విభిన్నశ్చ అంతరస్థితః। తతో మనోమయో హి ఆత్మా విభిన్నశ్చ అంతర స్థితః। తతో విజ్ఞాన ఆత్మాతు తతో అన్యశ్చ అంతర స్థితః।	అట్టి అన్నమయ స్వయమాత్మాకల్పిత భౌతిక శరీరముల అంతరముగా అన్నమయమునకు విభిన్నమైన 'ప్రాణమయ ఆత్మ' స్థితించినదై ప్రభాసిస్తోంది. అద్దాని లోపల అద్దానికి భిన్నమైనటువంటి '**మనోమయాత్మ**' ఉండి ఉంటోంది. ఆ మనోమయాత్మ యందు అద్దానికి భిన్నమైన "విజ్ఞానమయాత్మ" వెలయుచున్నదై ఉన్నది.
ఆనందమయ ఆత్మాతు తతో అన్యశ్చ అంతర స్థితః। యో అయమ్ అన్నమయః సో అయం పూర్ణః ప్రాణమయేన తు, మనోమయేన ప్రాణోఽపి తథా పూర్ణః స్వభావతః।	ఆ విజ్ఞానమయాత్మకు అంతరముగా అద్దానికి భిన్నమైన 'ఆనందమయాత్మ' ఉండి ఉంటోంది. ఏది అన్నమయమై ఉన్నదో, అది ప్రాణమయముతో నిండినదై ఉన్నది. అట్టి ప్రాణమయమైనదంతా మనోమయముతో స్వభావంగా పూర్ణమైయున్నది.

తథా మనోమయో హి ఆత్మా పూర్ణో జ్ఞానమయేన తు। ఆనందేన సదా పూర్ణః సదా జ్ఞానమయః సుఖమ్।	అట్లాగే **మనోమయమైనదంతా** (మనోమయాత్మ) **జ్ఞానముతో** పూర్ణమైయున్నది. **జ్ఞానమయ కోశము** ఎల్లప్పుడు అజ్ఞాన -సుఖమయమగు **ఆనందమయ కోశముతో** పూర్ణమై యున్నది.
తథా ఆనందమయశ్చ అపి బ్రహ్మణో అన్యేన సాక్షిణా। సర్వాంతరేణ పూర్ణశ్చ బ్రహ్మ న అన్యేన కేన చిత్॥	అట్టి **ఆనందమయకోశము** బ్రహ్మమునకు అన్యమైన 'సాక్షి' (Absolute witness) చేత పూర్ణము. సాక్షితో సహా అన్నమయ-ప్రాణమయ-మనోమయ- విజ్ఞానమయ - ఆనందమయములన్నీ **బ్రహ్మముతో** పూర్ణమైయున్నాయి. అట్టి బ్రహ్మము మరింక దేని చేతనూ పూర్ణమై లేదు.
7 యత్ ఇదమ్ 'బ్రహ్మపుచ్ఛ' ఆఖ్యం → సత్య-జ్ఞాన - అద్వయాత్మకమ్ సారమేవ రసం లబ్ధ్వా, సాక్షాత్ దేహీ సనాతనమ్। సుఖీ భవతి సర్వత్ర, అన్యథా సుఖితా కుతః?	సత్యాత్మకము, జ్ఞానాత్మము అయినట్టి 'బ్రహ్మపుచ్ఛము'.. అని పిలువ బడునది- **అద్వితీయమైయున్నది.** అద్దానికి ద్వితీయమనునది ఏదీ లేదు. అట్టి-ఈ జీవుని **సనాతన రూపమగు, సర్వసారమగు బ్రహ్మమును** ఎరిగినప్పుడు మాత్రమే ఈ జీవుడు 'సుఖి' అగుచున్నాడు. తదితరము దేనివల్ల-కూడా ఈ జీవునకు వాస్తవమైన సుఖము ఎక్కడిది? లేనే లేదు.
అసత్ యస్మిన్ పరానందే స్వాత్మభూతే అఖిలాత్మనామ్, కో జీవతి నరో జంతుః? కోవా నిత్యం విచేష్టతే?	ఏ పరానందము-అఖిలాత్మకము-స్వాత్మ భూతము అగు పరబ్రహ్మము సర్వదేహములలో వేంచేసియున్నదో, అట్టి బ్రహ్మచైతన్యమే ఉండి ఉండకపోతే, ఈ జీవుడు **ఎట్లా జీవించ ఉండగలడు?** అఖిలాత్మకమగు బ్రహ్మచైతన్యమే ఈ దేహము నందు ప్రకాశించకపోతే **జీవుడు చేష్టలు ఎట్లా నిర్వర్తించగలడు?** కదిలించేది ఉండటం చేతనే దేహాలు కదలు చున్నాయి. ఆ విధంగా కదలించుచున్నట్టిదే - **'జీవ చైతన్యము'** - అనబడుతోంది.
తస్మాత్ సర్వాత్మనా చిత్తే భాసమానో హి అసౌ నరః। ఆనందయతి దుఃఖాఢ్యం జీవాత్మానగ్ం సదా జనః।	కాబట్టి ఈ నరుడు చిత్తము యొక్క అంతరాంతరమున సర్వాత్మత్వకముగా ఎల్లప్పుడూ భాసించుచున్నవాడే అయిఉన్నాడు. ఈ జనులు ఎల్లప్పుడు (ఏడ్చేపిల్లవాడిని సముదాయిస్తున్నట్లుగా) దుఃఖపూరితుడగు జీవాత్మను ఆనందింపజేయుటకై యత్నిస్తున్నారు. ఆత్మను ఎరిగి ఉంటేనో?, స్వస్వరూప పరమాత్మకు "జీవాత్మ" - అనునది ఒక అంశ వంటిదిగా తెలియబడగలదు.
యదా హి ఏవ ఏష ఏతస్మిన్ న దృశ్యత్వాది లక్షణే నిర్భేదం పరమాద్వైతం విందతే చ మహాయతిః। తదేవ అభయం ఇత్యంతం కల్యాణం పరమామృతం సద్రూపం పరమం బ్రహ్మ త్రిపరిచ్ఛేద వర్జితమ్।	దృశ్య విషయము కానట్టి (అదృశ్య లక్షణము కలిగియున్న) ఆత్మయందు (తదితర సత్-చిత్-ఆనంద లక్షణ సమన్వితమగు ఆత్మయందు) యోగి **ప్రవేసిస్తున్నాడు.** భేద రహితము-పరమాద్వైతము అయినట్టి (ద్వితీయ మైనది లేనట్టి)-స్వస్వరూపాత్మయందు ఆ మహామతి (ఆత్మయోగి) - **రమిస్తూ ఉన్నాడు.** జీవాత్మను సముదాయించి దుఃఖము తొలగించాలనే తాపత్రయమును ఆపి,.. ఆపై **"భేదరహిత ఆత్మ"** యందు రమించుటమే **అభయము.** అదియే దృశ్యమునకు **ఆవలి స్థానము. అది కల్యాణ ప్రదము. అది పరమామృత రూపము.** అట్టి 'సత్' రూపమగు పరబ్రహ్మము త్రికాలములు - త్రిగుణములు - జన్మ జీవన మృత్యువులు అను పరిచ్ఛేదము లేనట్టి స్థానము.
యదా హి ఏవ యేష ఏతస్మిన్ అల్పమపి అంతరం నరః విజానాతి తదా తస్య భయంస్యాత్। న అత్ర సంశయః।	ఎంతెంత కాలమైతే ఈ జీవుడు (ఈ జీవుడు వేరు, ఈశ్వరుడు వేరు, ఆత్మవేరు - అనురూపమైన) భేదమును మాత్రమే చూస్తూ ఉంటాడో, అట్టి భేదదృష్టి కించిత్ ఉన్నాకూడా ఆతనికి 'భయము' ఉండియే తీరుతుంది. స్వస్వరూపము గురించిన (అఖండ- సమ-అద్వైత-భేదరహిత భావనచేత మాత్రమే భయము తొలగుతుంది). ఇందులో సందేహం లేదు.

అస్యైవ ఆనందకోశేన స్తంభాంతా విష్ణుపూర్వకాః, భవంతి సుఖినో నిత్యం తారతమ్య క్రమేణ తు॥	లౌకిక సంబంధమైన ఆనందకోశము నందు ఈ జీవుడు 'విష్ణుమాయ'లో పడి (సుఖ విషయములు - దుఃఖ విషయములు, తక్కువ-ఎక్కువ; గొప్పవారు - కానివారు; జీవాత్మ.. పరమాత్మ; జీవుడు - దేవుడు.. మొదలుగా గల) తారతమ్యముల క్రమమును ఆశ్రయించినవాడై దేహములలో నివసిస్తున్నాడు.
8 తత్ తత్ పద విరక్తస్య శ్రోత్రియస్య ప్రసాదినః స్వరూపభూత ఆనందః స్వయం భాతి పరే యథా।	ఆయా సర్వ తార-తమ్యముల పట్ల విరక్తి పొందినదై, ఆత్మతత్త్వము వినుచూ, దృశ్య విషయముల పట్ల అనురాగము త్యజించు పవిత్ర బుద్ధి మాత్రమే స్వయముగా ఆత్మత్వమునందు భాసిస్తోంది. ఆ యోగి (లేక) ముముక్షువు ఆత్మానంద స్వరూపభూతుడు అగుచున్నాడు.
నిమిత్తం కించిత్ ఆశ్రిత్య ఖలు శబ్దః ప్రవర్తతే। యతో వాచో నివర్తంతే నిమిత్తా-నామ భావతః। నిర్విశేషే పరానందే కథం శబ్దః ప్రవర్తతే?	కించిత్ శబ్దము అయినా కూడా - అది **నిమిత్తము**ను ఆశ్రయించి మాత్రమే ప్రవర్తిస్తుంది. అనగా ఒక వస్తువును సూచించటానికి ఒక శబ్దము కల్పించబడుతోంది. ఆ శబ్దము చెప్పగానే అది ఆ వస్తువు స్ఫురించటానికి కారణమౌతోంది. (మామిడి పండు అనగానే ఆ పండు స్ఫురించునట్లుగా), ఇట్లాగే దృశ్యవస్తువులన్నీ కూడా। దృశ్య విషయములన్నిటికీ - వస్తువులన్నిటికీ శబ్దములు నిమిత్తములుగాను, అర్థములు ఉపాదానములుగా ఉంటున్నాయి. కానీ, ఏదైతే చెప్పటానికి వాక్కుతో కుదరదో, వాక్కు కూడా వెనుకకు మరలుచూ చెప్పలేక పోతామో,... అట్టి **"నిర్విశేష - విషయరహిత పరానందము"** గురించి ఏ మాటలు నిర్వచించి చెప్పగలుగుతాయి? అది నిమిత్త కారణరహితము. కార్య - కారణాతీతము.
తస్మాత్ ఏతత్ మనః సూక్ష్మం వ్యావృత్తం సర్వగోచరమ్, యస్మాత్ శ్రోత్ర-త్వక్-అక్ష్యాది ఖ-ఆది కర్మేంద్రియాణి చ। వ్యావృత్తాని పరం ప్రాప్తుం, న సమర్థాని తాని తు,	**అట్టి నిర్విషయ పరానందము నుండి సూక్ష్మమగు మనస్సు బహిర్గతమై, వ్యావృత్తము** (Extended) **పొందినదై ఈ సర్వత్రా కనిపిస్తున్న జగత్ రూపముగా అగుచున్నది.** ఎద్దాని నుండి శ్రోత్రమ్ (వినికిడి), త్వక్ (స్పర్శ), కళ్లు (చూపు), రుచి, గంధములు, భూత-చిత్త-చిదాకాశములు, కాళ్లు-చేతులు, మనస్సు- ఇవన్నీ బయల్వెడలుచున్నాయో, అవన్నీ అట్టి ఎద్దానిని పొందజాలకున్నాయో.. అదియే **"నిర్విషయ పరమానందము"**. అదియే **పరమాత్మ, కేవలాత్మ, పరబ్రహ్మము** - అని కూడా అనబడుచున్నది.
తత్ బ్రహ్మానందమ్, అద్వంద్వం నిర్గుణమ్ సత్య చిద్ఘనమ్। విదిత్వా స్వాత్మరూపేణ న బిభేతి కుతశ్చన। ఏవం యస్తు విజానాతి స్వగురోః ఉపదేశతః। స సాధు-అసాధు కర్మభ్యాం సదా న పతతి ప్రభుః	బ్రహ్మానందము ఇంద్రియ సంస్పర్శజమైన ఆనందము కాదు. **విషయరహితమైనది. గుణరహితమైనది. సత్‌స్వరూపము (సత్యము). కేవల చిత్ ఘనము** (ఎరుక). అట్టి **"నిర్విషయ పరానందమే స్వాత్మ"** అని ఎరిగిన తరువాత, ఇక దేనికీ భయము ఉండదు. గురు-ఉపదేశములచే ఎవ్వడు స్వస్వరూపము గురించి ఎరుగుచున్నాడో, అట్టివాడు పాప-పుణ్యకర్మల మార్గములను దాటివేసినవాడై, సర్వమునకు తానే నియామకుడు (ప్రభువు) అగుచున్నాడు. ఆతనికిక కర్మచక్రము లోనికి పతనము ఉండదు. (సమస్తమునకు ప్రభువై ఆనందిస్తాడు).
తప్య - తాపక రూపేణ విభాతమ్ అఖిలం జగత్॥	ఈ జగత్తంతా తప్య-తాపక రూపంగా ప్రకాశిస్తోంది. తపింపజేయువాడు. తపించినది, ప్రకాశింపజేయువాడు - ప్రకాశించునది → రూపమున ఈ సర్వజగత్తుగా ఆత్మచే విభాతమానమగుచున్నది. (Being enlightened and manifested)
9 ప్రత్యగాత్మ తయా భాతి జ్ఞానాత్ వేదాంత వాక్యజాత్।	ఇక, ముముక్షువు "మమాత్మాబ్రహ్మ। శాంతమ్-పరమ్-సుఖమ్- అద్వైతం బ్రహ్మ। అహమ్ బ్రహ్మాస్మి। తత్ త్వమ్। ఏకోహి దృక్-(ద్రష్ట -దృశ్యః)".. ఇత్యాది వేదాంత వాక్యముల జ్ఞానముచే, విచారణచే ప్రత్యగాత్మ (కేవల ఆత్మస్వరూపుడు)గా భాసించుచున్నాడు. అట్టిది - **ఈ జీవుని సహజ రూపమే సర్వదా - అయి ఉన్నది.**

శుద్ధమ్ – ఈశ్వర చైతన్యం –
జీవచైతన్యమేవ చ– ప్రమాతా చ ప్రమాణం చ–
ప్రమేయం చ ఫలం తథా,
ఇతి సప్తవిధం ప్రోక్తం భిద్యతే వ్యవహారతః।

అనిర్వచనీయమగు ఆత్మయొక్క తత్త్వము ఏమిటో విశదీకరించటానికై ఈ వ్యావహారికంగా కనిపించే అంతటినీ..,

(1) శుద్ధ చైతన్యము (2) ఈశ్వరచైతన్యము (3) జీవచైతన్యము. (4) ప్రమాత (5) ప్రమాణము (6) ప్రమేయము (7) ఫలము.. అని "7" విధములుగా విడమర్చి .. విభాగించి శాస్త్రములచే చెప్పబడుచున్నది.

'మాయోపాధి వినిర్ముక్తం
'శుద్ధమ్'.. ఇతి అభిదీయతే।
మాయాసంబంధశ్చ → 'ఈశో'।
'జీవో' అవిద్యావశః తథా,
అంతఃకరణ సంబంధాత్ 'ప్రమాత'।
– ఇతి అభిదీయతే।

కేవలాత్మ **ఉపాధి రహితము. 'మాయ' అనే ఉపాధి దేహము లేనట్టిది.** ఈ జీవుని యొక్క-కేవల బ్రహ్మస్వరూపమే **'శుద్ధము'** - అని పిలువబడుతోంది. అట్టి - జీవుని యొక్క శుద్ధపరబ్రహ్మస్వరూపము "కల్పన-ఊహ-భావన".. రూపమగు మాయతో సంబంధము కలిగి ఉన్నప్పుడు - (మాయ అనే ఉపాధి కలిగి ఉన్నప్పుడు) → **ఈశ్వరుడు** - అనబడుచున్నాడు. "మాయ నాదియే కదా!" అన్నప్పుడు ఆతడు ఈశ్వరుడు.

అట్టి ఊహ-కల్పన- భావముల రూపమగు 'అవిద్య'కు వశుడై ఉన్నప్పుడు పరబ్రహ్మమే **'జీవుడు'** అను శబ్దముతో చెప్పబడుచున్నారు.

ఆ జీవుడు అంతఃకరణ విభాగములైనట్టి మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకార విభాగ **పరిమితుడై, సంబంధితుడై** ఉన్నప్పుడు **'ప్రమాత'** అనబడు చున్నాడు.

తథా తత్ వృత్తి సంబంధాత్
'ప్రమాణమ్' – ఇతి కథ్యతే।
అజ్ఞాతమపి చైతన్యం
'ప్రమేయమ్' – ఇతి కథ్యతే।

ఆతడు ఆ విధంగా వృత్తి (Avocation)- (కనబడే-వినబడే- స్పర్శించబడే- ఆఘ్రాణించబడే-రుచి చూడబడే-విషయాల పట్ల ధ్యాసలు) కలిగి ఉన్నప్పుడు 'ప్రమాణము' అని అనిపించుకుంటున్నాడు.

చైతన్యము తనను తాను ఏమరచి 'దృశ్యమే సత్యము' అని భావిస్తున్నప్పుడు, (చైతన్యము తెలియనిదగు చుండగా).. **'ప్రమేయము'** అని చెప్పుకోబడుచున్నాడు.

తథా జ్ఞాతం చ చైతన్యం
'ఫలమ్' ఇతి అభిధీయతే।
సర్వోపాధి వినిర్ముక్తం
స్వాత్మానం భావయేత్ సుధీః।
ఏవం యో వేదతత్త్వేన...
'బ్రహ్మభూయాయ కల్పతే।।

సర్వము ఎరుగుచూ ఉన్న చైతన్యము గురించి తెలుసుకోవటమే 'ఫలము' అని అభివర్ణించబడుతోంది.

అల్పబుద్ధులను అధిగమించివేసి, - ఉత్తమ బుద్ధిమంతుడైనవాడు → సర్వ ఉపాధుల నుండి విడివడిన వాడై - **"ఉపాధి రహితమై ప్రకాశించుచున్న స్వాత్మ"**.. నే భావన చేయాలి.

ఎవ్వడు సర్వోపాధి వినిర్ముక్తమగు స్వస్వరూపాత్మ యొక్క సహజ - సత్య - నిత్య- ఆనంద - అప్రయమేయ తత్త్వమును ఎరుగుచున్నాడో, ఆతడు బ్రహ్మభూయాత్మ (లేక) బ్రహ్మమే అగుచున్నాడు.

సర్వ వేదాదంత సిద్ధాంత
సారం వచ్మి యథార్థతః।।
స్వయం మృత్వా,
స్వయం భూత్వా
స్వయమేవ అవశిష్యతే।।
ఇతి ఉపనిషత్।
కఠరుద్రోపనిషత్ సమాప్తా।।
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః।

సర్వ వేదాంత - సిద్ధాంత సారము, యథార్థము - చెప్పుచున్నాను. సమస్తము ఆత్మయొక్క విన్యాస ప్రదర్శనమే.

- తానే (ఆత్మయే) జన్మ మృత్యువులు. తానే జనిస్తున్నాడు.
- తానే మరణిస్తున్నాడు.
- తానే ఈ సర్వము।
- తానే జగత్తు। అంతర్గతము-బహిర్గతము కూడా తానే!
- "ఇదంతా ఆత్మయే!" అని గ్రహించి ఆత్మజ్ఞుడు సర్వము తానై ఉంటున్నాడు.

ఇతి కఠరుద్రోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

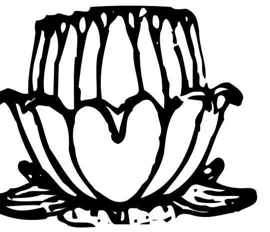
కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

8 కఠ రుద్రోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము



త్రిపదస్థానము - బ్రహ్మచైతన్య రూపము అగు ఏ అపార సుఖాకృతి గురించి ఈ శ్రీ కఠ రుద్రోపనిషత్ విద్య చెప్పుచున్నదో...., అట్టి మహావిద్య సిద్ధించటానికి శ్రీరామచంద్రమూర్తి పాదపద్మములను శరణువేడుచున్నాను.

"ఓం"కారతత్త్వ పరబ్రహ్మమునకు నమస్కరిస్తూ ఉపాసించుచున్నాను.

- - -

ఒకానొక సందర్భములో దివ్యతేజోరూపులు, అశరీరులై సృష్టిక్రమమంతా సేవించువారు - అగు దేవతలు సృష్టికర్తయగు ప్రజాపతిని (బ్రహ్మదేవుని) దర్శించటానికై బ్రహ్మలోకము ప్రవేశించారు. వారంతా స్వభావతః సర్వలోకక్షేమమును, లోకకల్యాణమును కోరుకొనువారు కాబట్టి, సర్వజీవుల శ్రేయస్సును ఉద్దేశ్యిస్తూ ప్రజాపతిని ఇట్లు అభ్యర్థించారు.

హే భగవన్! సృష్టికర్తా! మహాప్రజ్ఞా దురంధరా! ప్రజాపతీ! మీకు సాష్టాంగదండప్రణామములను భక్తి పూర్వకంగా, హృదయపూర్వకంగా సమర్పించుచున్నాము. హే మహాత్మా! సర్వజీవులను సంసార బంధముల నుండి సముద్ధరించగల 'బ్రహ్మవిద్య'ను విశదీకరించమని మిమ్ములను వేడుకొనుచున్నాము. మా అందరి ఆనందము కొరకై మీరు మహత్తర ప్రజ్ఞతో కల్పించిన దృశ్య జగత్ దృశ్యములో దేవతలము, మానవులము, - తదితర సర్వజీవులము సంసార బద్ధులమై మ్రగ్గుచున్నాము. అందుచేతనే మిమ్ములను 'బ్రహ్మవిద్య'ను ప్రవచించమని అభ్యర్థన చేస్తున్నాం. మా అందరిపై, సకల జీవులపై ప్రేమ-దయార్ద్ర హృదయులగు మీరు మాకు జ్ఞానామృతం ప్రసాదించండి. బ్రహ్మతత్త్వమునకు ఉపాయము, బ్రహ్మతత్త్వ సారూప్య స్వభావములు వివరించప్రార్థన.

ప్రజాపతి : స్వభావతః సర్వజీవులకు ఆనందము కలుగజేయు ఉద్దేశ్యమును కలిగియుండు ఓ దేవతలారా! మీరు సమస్త జీవుల క్షేమమును కోరుకొంటూ **'ఆత్మవిద్య'** గురించి ప్రశ్నించటము - నాకు ఎంతో సంతోషము కలుగజేస్తోంది. తప్పక వివరిస్తాను. వినండి.

❖ ❖ ❖

నేను కల్పించుచున్న సృష్టిలో ప్రవేశించి భౌతిక దేహము స్వీకరిస్తున్న ఈ జీవులలో అత్యధికులు ఈ దృశ్యములో కనిపిస్తున్న దేహముల పట్ల, సందర్భముల పట్ల, సంబంధ-అనుబంధ-బాంధవ్యముల పట్ల **రాగము-కామము** కలిగియుండి మమేకమగుచున్నారు. ఇదియే సర్వ అనర్థములకు, దుఃఖములకు కారణము. దేహమును స్వీకరించుచున్నప్పటికంటే మునుముందే ఉన్న ముఖ్యాశయమును (The objective at the Point of Birth) ఏమరచుటచేతనే, ఆత్మ దృష్టి మరుగున పడుచున్నది. మమకార-అహంకార సంబంధమైన, అనేక బాహ్య భావావేశములు ఆత్మస్వరూపుడగు ఈ జీవుని నిబద్ధుని చేయుచున్నాయి.

దేవతలు : మహాత్మా! ప్రజాపతి భగవాన్! అవును! దేహాత్ములము, జీవాత్ములము అగు మేము జీవ-దేహభావ బద్ధులమై అనేక దుఃఖపరంపరలకు లోను అగుచున్నాము. అజ్ఞానము చేత జనించిన ఆశా-నిరాశా- మమకారభ్రాంతి పాశములలో నిబద్ధులమగుచున్నాము. ఆత్మదృష్టికై విద్యార్థిత్వమును ఏమరచుచున్నాము. జీవులు ఆత్మదృష్టి - భావనలను ఆశ్రయించు విధి విధానముల గురించి, పరబ్రహ్మతత్త్వము గురించి, దయతో సవివరించప్రార్థన!

ప్రజాపతి : చెప్పుచున్నాను వినండి. ఈ జీవుడు తాను ఇంద్రియములను ప్రవర్తింపజేయుచున్నప్పుడు క్రమంగా **"నావి - నా పేరు ప్రతిష్ఠలు - నా వ్యవహారములు-నాపుత్రులు-నాగృహాది సంపదలు- తదితరుల కంటే నా యొక్క ప్రత్యేకతలు - నాకు సంబంధించిన ఆయా ప్రాపంచక విషయాలు.. ఇవన్నీ నాకు సొంతమై ఉన్నవి"**.. అనే మమకారము రూపుదిద్దుకుంటోంది. **"బంధుమిత్ర పరివార సమేతంగా వీటన్నింటికీ నేను సంబంధించినవాడిని. ఇవన్నీ నాకు చెందినవి"** - అనే అహంకారము స్థూలమగుచున్నది. ఇవన్నీ అనేక జన్మల అభ్యాసముచే ఘనీభూతమై, ఎప్పటికప్పుడు క్రొత్త క్రొత్తగా చిగురిస్తూ ఈ జీవుని పట్టిపీడిస్తున్నాయి. అట్టి మమకార-అహంకారములకు సంబంధించిన విషత్వము తొలగటానికి, 'అమృతత్వము' వైపు త్రోవచేసుకోవటానికి ఆత్మవేత్తలగు మునులు **'సన్న్యాసమార్గము'** అను ఒకానొక సంప్రదాయమును సూచించుచున్నారు. అద్దాని గురించి ముందుగా, కొన్ని విశేషాలు చెప్పుచున్నాను. వినండి.

సన్న్యాస విధి

'సన్న్యాస ఆశ్రమము' స్వీకరించుచున్నవాడు మొట్టమొదట శిఖను (పిలకను), శిరస్సుపై కేశములను (వెంట్రుకలను) త్యజించాలి. ఆ తరువాత ఉపనయన సంస్కార సంజ్ఞ అయినట్టి 'యజ్ఞోపవీతము'ను కూడా త్రెంచునుగాక! (సన్న్యాసవిధులలో భాగముగా) తన **కుమారుని** పిలిచి ఇట్లు పలకాలి! (ఇది పరమాత్మ స్థానమునుండి - జగన్నాటక అంతర్గతమైన (స్వకీయ స్వీకృత) **'జీవాత్మ'**-అను పాత్రధారుని సంబోధించు విధానమని కూడా విజ్ఞుల అన్వయము).

సన్న్యసించబోవువాడు → కుమారుని సంబోధనము:

→ కుమారా! ఈ సర్వము బ్రహ్మమే! కనుక త్వం బ్రహ్మ! నీవు బ్రహ్మమువే! (అంతేగాని నాకు కుమారుడమాత్రుడవు, కావు).

→ **నీవు సృష్టికర్తవు**. ఒకడు స్వప్నమును కల్పించుకొని, కొనసాగించి, ఉపసంహరించుకొంటున్న తీరుగానే, స్వయం పరబ్రహ్మస్వరూపుడవగు నీవు బ్రహ్మాండముల సృష్టి -స్థితి-లయ కల్పనా సామర్థ్య సంపన్నుడవు.

→ **యజ్ఞ స్వరూపుడవు :** ఈ సృష్టి అనే మహాయజ్ఞ కార్యక్రమమంతా ఆత్మవగు నీ ప్రదర్శనా చమత్కారమే!

→ **త్వం వషట్కారః :** నీవే → **వాత్సల్యము - భవ శోషణము - ఉదారత్వము - అభయ ప్రదానము - ఆపత్కాల సంరక్షణము - అక్షయపదము**.. అను '6' గుణములు గల 'విష్ణువు'వు.

దృశ్య-దేహ-మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములకు కర్తవు (ఆత్మవు) కాబట్టి కూడా వషట్కారుడవు.

త్వం 'ఓం'కారః → 'అ' కార + 'ఉ' కార - 'మ' కార స్వరూపుడవు. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి ప్రదర్శనశీలుడవు. అ+ఉమ= పురుష + ప్రకృతి స్వరూపడవు. కర్త + కర్మ + క్రియా స్వరూపుడవు. ఇహ + పర + పరాత్పర స్వరూపుడవు. అందుచేత నీవు 'ఓం'కార స్వరూపుడవు.

త్వగ్ం స్వాహా : దేవతలకు యజ్ఞములో సమర్పించు హవిస్సుల స్వరూపుడవు. ఈ సర్వము సమర్పణము చేయుచున్న స్వాహా రూపుడవు. మనోరూపుడవు. (దేవతలకు 'స్వాహా' శబ్దము చెప్పుచూ సమర్పిస్తాము)

త్వగ్ం స్వధా: పితృ దేవతలకు సమర్పించు తర్పణముల స్వరూపుడు. భౌతిక రూపుడవు. (పితృదేవతలకు 'స్వధా' శబ్దము చెప్పుచూ సమర్పిస్తాము). "అహమ్ బ్రహ్మ-అన్నం బ్రహ్మ-భోక్తాచ బ్రహ్మ".. అను మంత్రములో బ్రహ్మమువు.

త్వం ధాతా : ఈ సృష్టిని ధరించు - సంరక్షించువాడవు. సృష్టికి కర్తవు. బ్రహ్మవు!

త్వం విధాతా : ఈ సృష్టిని నియమించువాడవు. సర్వ నియామకుడవు. విశ్వస్వరూపుడవు. ఇద్దాని అనుభూతి-అనుభవము - అంతా నీ నిర్వచన చమత్కారమే!

త్వష్టా త్వమ్ : ఈ విశ్వమునకు నిర్మాణకర్తవు. (Engineer), విశ్వకర్మవు. విశ్వస్వరూప రచన చేయు రచయితవు (The worker of the Universe).

ప్రతిష్ఠా అసి : విశ్వరూపుడవు. ఈ విశ్వముగా ప్రతిష్ఠితుడవై ఉన్నట్టి వాడవు.

ఓ కుమారా! మమాత్మవు - సర్వాత్మకుడవు అయి ఉన్న నీవు ఆత్మగా ఈ ఈ విలక్షణ లక్షణ సమన్వితుడవు! ఔను కదా!

ఇప్పటివరకు గృహస్థుడై.. ఇక ఇప్పుడు సన్న్యసించుచున్న సన్న్యాసాశ్రమాభిలాషి చెప్పు పై వాక్యములను ఆతని కుమారుడు **'సన్న్యాసాశ్రమ విధి'**ని అనుసరించి, **"ఆత్మావై పుత్రః"** అను వాక్యార్థము విని, ఎరిగి ఇట్లు బదులు పలుకుచున్నాడు.

సన్న్యసించబోవువానియొక్క కుమారుని "ప్రతి స్పందనము" :

> *"అవును! నేను బ్రహ్మమును! నేను ఈ సృష్టియజ్ఞ స్వరూపుడను! నేను వషట్‌కారుడగు విష్ణువును! 'ఓం'కారస్వరూపుడను! అగ్ని యొక్క పత్ని (ధర్మము) అగు 'స్వాహా' స్వరూపుడను! దేవతా సమర్పితుడను! పితృదేవతల ధర్మమగు 'స్వధా' స్వరూపుడను! సృష్టికి కర్తృత్వము వహించుచున్న 'ధాత'ను. సృష్టి నియామకుడనగు విధాతను (బ్రహ్మను) కూడా! ఇంకా, సృష్టికి భౌతికరూపము రచించుచున్న త్వష్ట (విశ్వకర్మ)ను! సృష్టి రూపముగా, సృష్టిధర్మముతో కూడి ప్రతిష్ఠితుడనై ఉన్నవాడను.*
>
> *(ఆత్మయే సహజ స్వరూపముగా కలవాడను కనుక పై విశేషణములు కలవాడను! ఆ విశేషణములు నా స్వస్వరూపమునకు యుక్తి-యుక్త వర్ణనయే!')'*

ఈ విధంగా సన్న్యాసవిధి ముముక్షువులచే వ్రతముగా స్వీకరించబడుచున్నది. ఈ రీతిగా సన్న్యసించువాడు పై విధముగా పలుకుచూ కంటతడి పెట్టరాదు. బాధపడుచూ (నైరాశ్యము - తామసికమైన విరక్తిలతో) సన్న్యసించరాదు. **"నేను మహత్తరమైన ఆశయముతో సన్న్యాసాశ్రమమును ఆశ్రయిస్తున్నాను"**.. అను రూపంగా **ధృతి-ఉత్సాహము** కలిగి ఉండాలి. ఎవ్వరైతే కంటతడిపెట్టుచూ (శ్మశాన వైరాగ్యముతో గాని, 'ఏదో పోగొట్టుకొనుచున్నామే! వదలుచున్నామే!" అనే వ్యథతో గాని) - సన్న్యసిస్తారో,... అట్టి వారు తమ సంతానమును (భార్య-పుత్రులు మొదలైనవారిని) బాధించినవారు అగుచున్నారు. ఇతః పూర్వపు ఆశ్రమఫలములను విచ్ఛిన్నము చేసుకొన్నవారే అగుచున్నారు గానీ, త్యజించినవారు అవరు. త్యాగఫలము సిద్ధించదు. అందుచేత సాత్త్విక వైరాగ్యశీలురై, వివేకులై సన్న్యసించెదరుగాక!

ఈ విధంగా 'సన్న్యాసవ్రత సమాప్తి' అయిన తరువాత కుటుంబ సభ్యులకు ఆత్మభావనతో ప్రదక్షిణము ఆచరించి, **ఇక వెనుకకు చూడకుండా ఆ స్థలమును సన్న్యాసిగా త్యజించి అక్కడి నుండి కదలివెళ్లిపోవాలి.** ఎవ్వరైతే ఈఈ శాస్త్ర విధులను అనుసరిస్తూ సన్న్యాసాశ్రమము స్వీకరిస్తారో, అట్టివారు ఉత్తమ (స్వర్గాది) లోకమును పొందగలరు. ఊర్ధ్వలోకములకు అర్హులగుచున్నారు.

దేవతలు : అట్టి "మమకార-అహంకార-రాగ-ద్వేష-సంసారబంధ-త్యాగరూపమగు **సన్న్యాసమార్గమునకు** అర్హమగుసమయము ఎట్టిదో- (what is proper and appropriate time?) - దయచేసి వివరించండి. ఏఏ స్థితుల తరువాత (After what phases and practices) మానవుడు సన్న్యసించవచ్చును?

బ్రహ్మచారి దీక్ష

ప్రజాపతి : మొట్టమొదట ఈ జీవుడు - **"నేను సంసారబంధము నుండి విముక్తుడను అగుటకై ఈ 'మానవ జన్మ' అను సుదుర్లభమైన మహత్తర అవకాశమును సద్వినియోగపరచుకొనెదను గాక"**.. అను **మహదాశయమును** హృదయంలో సారూప్య పరచుకొనునుగాక! **అప్పుడిక వేదములు చెప్పుపద్ధతి** (వేదోక్తము)ని అనుసరించుచూ, 'బ్రహ్మచారీ ఆశ్రమము'ను స్వీకరించాలి. అనగా, **"బ్రహ్మవిద్యను నేర్చెదనుగాక!"** అని నిర్ణయించుకొని **అధ్యయన విద్యార్థి** అగునుగాక! అటుపై ఆచార్యుల వారిని (గురువును) ఆశ్రయించునుగాక! వేదోక్తంగా జీవిస్తూ వేదపఠనము, వేదముల అధ్యయనము నిర్వర్తించునుగాక! ఆ విధంగా గురుబోధలచే, శాస్త్ర పరిశీలనచే **స్వవిచారణ పూర్వకంగా బ్రహ్మవిద్యను** నేర్చుకోవాలి. బ్రహ్మము అనగా ఏమో, ఈ జగత్తు యొక్క స్వరూపమేమిటో, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తుల సంచాలకుడు సంచారుడు అగు తానెవ్వరో, బ్రహ్మముతో గల జగత్-జీవాత్మల అభిన్నత్వము ఎట్టిదో.. ఇవన్నీ **గురుముఖతః అభ్యసించి బ్రహ్మజ్ఞానమును సముపార్జించుకోవాలి.**

గృహస్థాశ్రమము

ఆ విధంగా బ్రహ్మచారి వ్రతమును సంపూర్తి చేసుకొని, వేద-వేదాంగముల మహత్ అర్థమును హృదయస్థము చేసుకొన్న తరువాత **'గురు అనుజ్ఞ'**తో గృహమునకు వచ్చి, తల్లి- తండ్రుల అంగీకారముతో వివాహము చేసుకోవాలి. గృహస్థాశ్రమము స్వీకరించాలి. వేద విధులను అనుసరిస్తూ ధర్మ-అర్థ-కామమోక్షములను సేవిస్తూ.. సంతానమును పొందాలి. ఆ సంతానమును (కుమార్తె-కుమారులను) వివాహ విధితో కలపాలి. పెళ్ళిళ్లు చేయాలి. అప్పుడిక తగిన సమయంలో **గృహస్థాశ్రమమును** త్యజించి **సన్న్యాసాశ్రమమునకు** సంసిద్ధుడు కావచ్చును.

సన్న్యాసాశ్రమము

సన్న్యాసాశ్రమం స్వీకరించు ముముక్షువు గృహస్థమగు ధర్మములను సమీక్షించుకొని, ముగింపుచేసుకొని, బాధ్యతలను సంతానమునకు చేతికివ్వాలి. ముందుగా యథాశక్తి గృహస్థ ధర్మములుగా చెప్పబడిన యజ్ఞములను లోకకల్యాణార్థమై నిర్వర్తించాలి. అటు తరువాత సన్న్యసించటానికై గురువుల యొక్క, ముఖ్యబంధువుల యొక్క (భార్య-పుత్రులు – తన తరువాత కుటుంబ పరిరక్షకులు మొ॥వారి యొక్క) అనుజ్ఞను తీసుకొని.. అప్పుడు సన్న్యసించాలి. ***(గురుభిః అనుజ్ఞాతశ్చ, బాంధవైశ్చ।)***

సో అరణ్యం పరేత్య ద్వాదశరాత్రం పయసా అగ్నిహోత్రం జుహుయాత్। అప్పుడు ఇక అరణ్యంలోగాని, ఏకాంత ప్రదేశంలోగాని ప్రవేశించాలి. 12 రాత్రులు పాలతో అభిషేకము చేస్తూ, అగ్నిహోత్రమునకు హోమములు సమర్పిస్తూ సన్న్యాసవ్రత దీక్ష స్వీకరించాలి. ముముక్షువు ఆ 12 రాత్రులు 'పాలు' మాత్రమే స్వీకరించు నియమమును పాటించుచున్నారు.

12 రాత్రుల తరువాత...,

అగ్నిని, వైశ్వానరుని, ప్రజాపతిని వేదమంత్రములతో ఉపాసిస్తూ... యజ్ఞపరికరములను అగ్నిదేవునికి సమర్పించాలి. అగ్నిని, ప్రాజాపత్యమును, వైష్ణవమును ఉపాసిస్తూ... యజ్ఞములో ఉపయోగించిన త్రిముఖదారు (కొయ్య) పాత్ర, వస్త్రములు మొ॥నవాటిని అగ్నిగుండములో వేయాలి. మట్టిపాత్రలను తడిపి మట్టిలో కలిపివేయాలి. లోహపాత్రలను గురువులకు, యాజ్ఞికులకు సమర్పించాలి.

అప్పుడు **"గార్హపత్యాగ్ని-అహవనీయాగ్ని-దక్షిణాగ్ని"** అని పిలువబడు త్రి-అగ్నులను వ్రేల్చిన 3 ప్రదేశముల నుండి గుప్పెటతో (ముష్టితో) భస్మమును చేతికి తీసుకొని..,

> "ఓ యజ్ఞ భస్మమా! **మా త్వం మామ్ అపహాయ పరాగాః। న అహం త్వాం అపహాయ పరాగామ్ ఇతి।** మీరు నన్ను విడచి ఎప్పుడూ ఎటూ వెళ్లకండి. నేను మిమ్ములను విడచి ఎటూ వెళ్లను"

అని పలుకుచూ స్తుతించాలి. **"అరణిలో ఆ భస్మమును ఉంచి నీటితో చేర్చి మంత్రమును ఉచ్ఛరిస్తూ త్రాగాలి"**... అని కొందరు యజ్ఞవేత్తలు విధి-విధానముగా చెప్పుచున్నారు.

❋ ❋ ❋

→ అప్పుడు ఇక శిఖ కేశములను (పిలక-జుట్టులను) తీసివేయించాలి.

→ ఉపనయన క్షణముల నుండి ధరిస్తూ వస్తున్న ఉపవీతమును (ప్రత్తిధారముతో నిర్మితమైన బ్రహ్మముడితో కూడిన ఉపనయన ధారపు పంక్తిని) త్రెంచివేయాలి.

'భూస్వాహాయేతి' అని పలుకుచూ ఆ యజ్ఞోపవీతమును నీటితో భూమిలోనికి హోమముగా సమర్పించాలి.

అత ఊర్ధ్వమ్, అనశనమ్, అపాంప్రవేశమ్, అగ్ని ప్రవేశమ్, వీరాధ్వానం మహాప్రస్థానం, వృద్ధాశ్రమమ్ వా గచ్ఛాత్! అప్పుడు నీటిలో ప్రవేశించాలి. (స్నానాదులు చేయాలి). అగ్నిలో ప్రవేశించాలి. (అగ్నిని చేతులతో స్పృశించాలి) వీరా ధ్యానముతో మహాప్రస్థానము చేయాలి. (సన్న్యాస దండముతో అక్కడి ప్రదేశమును త్యజించి బయల్వెడలాలి). వృద్ధాశ్రమమును చేరుకోవాలి. ఇక ఆపై ఆహారమునకు సంబంధించిన నియమ-నిష్ఠలు పాటిస్తూ ఉండాలి.

4 ఆశ్రమవాసులు సర్వదా నిర్వర్తించవలసిన మహాప్రస్థాన దీక్ష :

– ఈ భౌతిక దేహమును "ఒక గతించిపోయిన – నశించిపోయిన వస్తువు" వలె దర్శించువాడై ఉండాలి. దీనిని తనది కానట్టి – దేవతల సొత్తు అయినట్టి **"బాహ్య వస్తువు- అవిషయము"**వలె భావన చేస్తూ ఉండాలి. ఇట్టి నియమమే **'మహాప్రస్థాన విధి'**గా చెప్పబడుచున్నది.

అంతేకాదు.

సన్న్యాసి → ఈ దేహమును ఒక 'యజ్ఞవాటిక'గా భావిస్తూ ఆహార పదార్థములను **'హోమద్రవ్యములు'**గా భావిస్తూ ఉండును గాక.

ఆయా నియమములు '4' ఆశ్రమములవారికి ('మనుధర్మము' చేతను, 'ఋగ్వేదము' చేతనూ) నియమించబడినవి. సన్న్యాసాశ్రమం స్వీకరించువారు చేయు హోమముల గురించి వినండి.

సాయగ్ం పయసా హోమము: సాయంత్రము 'పాలు' మాత్రమే స్వీకరించు నియమమును **'సాయగ్ం పయసహోమము'** అని అంటున్నారు.

ప్రాతః పయసా హోమము : ప్రాతః కాలములో మాత్రమే 'పాలు' స్వీకరించు నియమమును **'ప్రాతః పయస హోమము'** అని పిలుస్తున్నారు.

దర్శన హోమము : అమావాస్యనాడు 'క్షీరము (పాలు)' మాత్రమే స్వీకరించు నియమమును **'దర్శనము'** అని చెప్పుతారు.

పౌర్ణ మాస్యము : పౌర్ణమిరోజు క్షీరము మాత్రమే త్రాగు నియమమును **'పౌర్ణమాస్య హోమము'** అని అంటారు.

తదితరములైన నియమ – నిష్ఠలు

→ వసంతకాలంలో మాత్రమే జుట్టును – గడ్డమును – గోరులను – మీసమును క్షవరము చేయించుకొనువిధిని పాటించాలి.

→ సన్న్యసించిన తరువాత మరల అగ్నిని గ్రహించరు. సన్న్యాసికి అగ్నికార్యనియమములు ఉండవు. అగ్నికి సంబంధించిన అగ్నిష్టోమ హోమము మొదలైనవి సన్న్యసించిన వానికి ఉండవు.

→ **యన్మృత్యుంజయమావహమ్** : 'మృత్యుంజయము' అనే ఆత్మబుద్ధిరూప ఆవహనీయాగ్నికి నేను చేయు సర్వకార్యములను, సర్వప్రాణ–మనో–బుద్ధి–చిత్త–దేహ–దృశ్య వ్యాపారములను అనుక్షణమూ సమర్పించుచూ ఉన్నాను → అని మంత్ర – మంత్రార్థములను అనువర్తిస్తూ ఉండాలి.

→ **అనన్యత్వము : "స్వస్తి సర్వ జీవేభ్య"..** సర్వ జీవరాశులకు నావలన స్వస్తి (శుభ–శాంతి–ఐశ్వర్య–ఆనందములు) కలుగునుగాక... అని పలుకుతూ, సర్వ సహజీవులను స్వస్వరూపాత్మరూపులుగా, స్వాఽఽత్మకు అనన్యముగా భావిస్తూ ఉండాలి. చేతులెత్తి **"స్వస్తి సర్వ జీవేభ్య"..** అని పలుకుచూ ఈ దృశ్య జగత్తులో సంచరించునుగాక!

→ 'అని కేతః చరేత్' – ఇల్లుయో, గుహయో, వీధియో, గుడియో... ఏదైనా సరే "ఇది నా నివాస స్థలము.. నాది".. అనునది ఏదీ కించిత్ కూడా ఆతని పట్ల ఏ మాత్రమూ ఉండకుండునుగాక!

→ "నేను వీరికి ఇది ఇస్తున్నాను" అనునదేమీ కొంచము కూడా భావించకుండునుగాక! లవలేశము కూడా "నేను ఇతరులకు ఇస్తున్నాను" – అను భావన కలిగి ఉండకూడదు. **"సర్వము ఆత్మయే అయి ఉండగా, ఇచ్చువాడు – ఇవ్వబడునది – ఇవ్వబడుచున్న వాడు (స్వీకరించువాడు) – సర్వమూ అఖండాత్మ స్వరూపమై ఉన్నది! ఎవ్వడు ఎవ్వడికి ఏదీ ఇచ్చుట లేదు. ఎవ్వడు ఎవ్వడి నుండి ఏదీ స్వీకరించటమూ లేదు"**.. అను సర్వాత్మ–అఖండాత్మ భావనను పరిపోషించుకొనుచుండునుగాక!

→ జంతువుల నుండి, కీటకముల నుండి, వర్షము నుండి రక్షణకు ఎంత అవసరమో, అంత వరకే పరికరములు, వస్తువులు కలిగి యుండునుగాక! అంతకుమించి దాచుకొనకుండునుగాక!

యతి గురించి శ్లోకార్థ గానము ఈ విధంగా ఉన్నది

→ ఒక కుండపైగాని, చమక పాత్రపైగాని, ఉట్టిపైగాని, త్రిపివిష్టపము (3–మూతలు కొమ్ము చెంబు) పైగాని, బొంతపైగాని, కౌపీనముమీదగాని, పవిత్రము (దర్భముడి)పైగాని, స్నానశాటి (స్నానము చేయటానికి ఉపయోగించు రంగు ఉత్తరీయము)పై గానీ, పైబట్టమీదగాని, యజ్ఞోపవీతముపైగాని, వేదములపైగాని.. యతికి మమకారము, ఇష్ట–అయిష్ట భావన, అవినాభావన.. ఉండదు. యతి అవన్నీ త్యజించియే, ఆయా సందర్భములలో – సందర్భోచితంగా **కలిగి ఉంటాడు, త్యజించి వేసి ఉంటాడు కూడా!** "నాది – నాకుండాలి– లేకుంటే ఎట్లా?".. అనునది వాటి వేటిపట్లా కూడా యతికి ఉండదు.

→ పవిత్రమైన స్థలములలో మాత్రమే స్నానము, పానము, ఆహార స్వీకరణ.. ఇటువంటివి నిర్వర్తించాలి. **స్నానం పానం తథా శౌచం అద్భిః పూత అభిరాచరేత్!** అపవిత్రమైన స్థలములలో నిలువరాదు. అపవిత్రజలములో స్నానము చేయరాదు.

→ నది ఒడ్డున గాని, ఇసుక ప్రదేశములోగాని, దేవాలయ ప్రాంగణములలోగాని నిదురించాలి.

→ యతులు ఈ భౌతిక దేహమును సుఖ–దుఃఖ విషయములచేతగాని, వస్తుజాలముచేతగాని ఏ మాత్రము తపింపజేయరు.

→ వారు తమను స్తుతించేవారిని (పొగిడేవారిని) చూచి సంతోషపడరు. – తిరిగి పొగడరు. దూషించేవారిని చూచి శపించరు. **"అంతయూ ఆత్మవిన్యాసమే"** అను ఎరుకచే సుదృఢులై ఉంటారు.

→ ఏ మాత్రము బద్ధకించనివారై, సర్వదా – సర్వ సందర్భములలోను బ్రహ్మచర్యమును (బ్రహ్మము నందే చరించుచున్న భావమును) పాటిస్తూ ఉంటారు.

మైథున అష్టాంగములు : (1) దర్శనము (కామదృష్టితో –కామసంకల్పముతో చూడటము) (2) స్పర్శనము (తాకటము) (3) కేళీ (సరసములు) – (4) కీర్తనము (భౌతిక దేహవిభాగములను స్తుతించటము) (5) గుహ్యా రహస్యభాషణము (శృంగారపు మాటలు మాటలాడటము) – (6) సంకల్పములతో కూడి సరసయత్నములు (7) అధ్యవసాయము (ధ్యాస) (8) క్రియానిర్వర్తనము.. ఈ '8' కూడా 'మైథున అష్టాంగము' అని చెప్పబడుతోంది. ఇవి భౌతిక – లౌకిక– దృశ్యమాన దృష్టులను ప్రవృద్ధము చేసి,... ఆధ్యాత్మిక దృష్టిని (అఖండాత్మ దృష్టిని) కప్పి ఉంచుచున్నాయి. అందుచేత మోక్షము (ఆత్మజ్ఞానము–సర్వాత్మత్వము) ఆశయముగా కలిగి ఉన్నట్టి ముముక్షువు వీటిని త్యజించి సుదూరముగా ఉంచుచున్నాడు. అట్టి అతీత (విపరీత) సంప్రయత్నము – 'బ్రహ్మచర్యము'గా – చెప్పబడుచున్నది. సర్వాత్మభావనయందు అనునిత్యుడై ఉంటాడు.

దేవతలు : పితృదేవా! జగద్గురూ! జగత్ కల్యాణమూర్తీ! ప్రజాపతిదేవా! **'సర్వాత్మత్వము'** అనగా ఏదై ఉన్నదో వివరించవలసినదిగా మా విన్నపము.

సర్వాత్మత్వముతో మమేకము

→ ఏదైతే ఈ జగత్తు నంతటినీ భాసింపజేయుచున్నదో, జగత్ భావమును ప్రదర్శించుచూ వెలిగించుచున్నదో, (That which is enlightening all this being seen with pancha - indrias), – **యత్ జగత్ భాసకమ్..,**

→ ఏదైతే పంచేంద్రియ జగత్తుగా భాసిస్తోందో (That which is being experience as pancha - Indria scenary) **భాసమ్..,**

→ ఏదైతే స్వయముగా స్ఫురణ రూపముగా నిర్మలాకృతి అయి వెలుగొందుచున్నదో, భాసించుచున్నదో (That which is enlighting by itself whithout dependence on anything outside else).. **నిత్యమ్ భాతి స్వతః స్ఫురత్..,**

స ఏవ జగతః సాక్షీ సర్వాత్మా విమలాకృతిః। అదియే.. జగత్ కేవల సాక్షి! (That is a mere witness to all being experienced). అదియే **విమలాకృతియగు ఆత్మ!** అద్దాని పరమ–ఔన్నత్య స్థానమే **"సర్వాత్మత్వము".**

"నేను జీవాత్మ–దృశ్య పరిమితుడను కాదు. సర్వ దేహములలో వెలుగుచు, సర్వ దేహములుగా ప్రకాశించుచున్న సర్వాత్మస్వరూపుడను" – అనునదే సర్వాత్మత్వము.

అట్టి ఆత్మ....,

సర్వదేహములలో, సర్వజీవులలో **"ఘనీభూతము–కేవలము"** అగు 'ప్రజ్ఞ'గా ప్రతిష్ఠితమైయున్నది.

దేవతలు : హే సద్గురూ! ప్రజాపతీ! సర్వాత్మకము–కేవలము అగు ఆత్మయే స్వస్వరూపముగా కలిగియున్న ఈ జీవునికి అట్టి సహజానంద స్వస్వరూపము తెలియుటకు మార్గమేది? ఈ జీవుడు ఏఏ కర్మలు నిర్వర్తించుటచే అట్టి బ్రహ్మతత్త్వమును సముపార్జించుకోగలుగుతాడు?

ప్రజాపతి : అట్టి **"సర్వదేహములలో సర్వదా అనునిత్యముగా వెలుగొందుచున్న ఆత్మస్వరూపుడను నేను"** అను **"బ్రహ్మభూతత్వము"**ను లేక "పరబ్రహ్మము"ను ఎవ్వడూ కూడా...,

- కర్మలు అనేకముగా నిర్వర్తించటముచేత పొందలేడు.
- (లేక) భార్య – పిల్లలు – బంధువులు – స్నేహితులు – సేవకులు – శిష్యులు – సంపద మొదలైన జనసంపద ఇవన్నీ కూడా సమృద్ధిగా కలిగియున్నంత మాత్రం చేత పొందలేడు.

మరింకేదో తపస్సు – ప్రాణామాయము మొదలైన ఆయా తదితరముల చేత కూడా పొందలేడు.

మరి? **బ్రహ్మవేదన మాత్రేణ బ్రహ్మ ఆప్నోతి ఏవ మానవః।** బ్రహ్మము గురించి ఎరుగట చేత మాత్రమే బ్రహ్మము పొందబడుచున్నదగుచున్నది.

బ్రహ్మమును ఏమని తెలుసుకోవాలి?

సత్యమ్। జ్ఞానమ్। సుఖము। → ఉనికి–ఎరుక–అనుభూతి... అద్దాని లక్షణములై ఉన్నాయి.

అద్వయమ్ : అద్దానికి ద్వితీయమైనదంటూ ఏదీ లేదు. ఈ జీవాత్మ – జగత్తులు, ద్రష్ట–దృశ్యములు, భావించువాడు– భావించబడునవి.. ఇవన్నీ ఆత్మస్వరూపములే! ఆత్మకు ద్వితీయమైనవి కావు. ఈ కనబడేదంతా స్వ–అనన్య అఖండాత్మయే!

సంసారము : సంసారేచ గుహావాచ్యే, మాయ–అజ్ఞాది సంజ్ఞికేః।

'సంసారము' అనునది ఒక కొండగుహలోని చీకటిలో ప్రవేశించటమువలె అనేక భయానక–భీభత్సక–విశేష–విషయ పరంపరలన్నీ అంతర్గతంగా కలిగియున్నట్టిది. అది **'మాయ', 'అజ్ఞానము'** మొదలైన అనేక ఆయా సంజ్ఞలతో వర్ణించబడుతోంది. నిర్వచించబడుతోంది. ఆత్మత్వమును పట్టించుకోకుండా, జీవత్వ–దేహత్వ–సందర్భత్వ.. మొదలైనవాటిని పట్టించుకొనుచుండటమే 'మాయ'.

పరమాకాశము : భూతాకాశమును, చిత్తాకాశమును ఆక్రమించుకొని, ఆరెండింటికి ఆవల భూత–చిత్తాకాశముల ప్రభవస్థానమై సర్వకారణ–కారణమైయున్నదే **'పరమాకాశము'** అను **'సంజ్ఞ'**తో చెప్పబడుతోంది. అట్టి పరమాకాశ సంజ్ఞార్థమగు బ్రహ్మమును ఎవ్వరు తెలుసుకుంటారో,... అట్టి క్రమమును ఎరిగిన ద్విజోత్తముడు (one who becomes aware of the other side of all this) ... సకల కామములు సిద్ధించుకొన్నవాడగుచున్నాడు. అట్టివానికి మరింకొకటేదో కోరుకోవటానికి శేషించి ఉండదు.

ప్రత్యగాత్మ: అజ్ఞానమునకు, మాయాశక్తికి కూడా కేవలసాక్షి అయి, సర్వమునకు అతీతమై ఉన్నదానికి "ప్రత్యగాత్మ"... అని కూడా పిలుస్తున్నారు. **"నేను మాయాశక్తికి, అజ్ఞానమునకు సాక్షి అగు ప్రత్యగాత్మను"** అను ఎరుగటయే **"బ్రహ్మైవాఽహమస్మి"** అని తెలుసుకొన్నవాడవటము.

"బ్రహ్మము అనగా ఇది" అని ఎరుగుటచే అట్టివాడు బ్రహ్మమే తానై ప్రకాశించుచున్నాడు. (బ్రహ్మవిత్ బ్రహ్మైవ భవతి).

దేవతలు : అట్టి నిర్మల – సర్వాతీత–సర్వసాక్షి అగు 'బ్రహ్మము'నందు ఈ **"జీవుడు – జగత్ దృశ్యము"** అనబడునవి, **'మాయ–అజ్ఞానము'** మొదలైనవి ఎందుకు ఏర్పడుచున్నాయో, ఆ ఏర్పడుచున్న వరుసక్రమము ఏమిటో వివరించండి, ప్రభూ!

సర్వదా బ్రహ్మభూతాత్మనః

ప్రజాపతి : మట్టి బొమ్మలన్నిటికీ, వాటి వాటి వేరు –వేరు ఆకారములకు,... ఆ ఆకారముల నామరూపములకూ → మునుముందుగా మట్టియే ఉన్న తీరుగా (మృత్తికేవ సత్యమ్– అనురీతిగా),..

మొట్టమొదట, అటు తరువాత, ఇప్పుడు ఇంకెప్పటికీ **'బ్రహ్మభూతాత్మ'**యే ఉన్నది.

అట్టి 'బ్రహ్మము' (లేక) ఆత్మ సర్వశక్తియుతము. ఒక హస్తములో వస్తువును మోయగల శక్తి దాగి ఉన్నట్లుగా,... అట్టి బ్రహ్మము కేవలమై, అంతర్గత జగత్ కల్పనా శక్తియుక్తమై యున్నది. ఈ అనంతకోటి బ్రహ్మాండములను, అట్టి ప్రతిఒక్క బ్రహ్మాండములలో అనంతకోటి జీవులను స్వశక్తితో ధరించి ఉన్నట్టిదే బ్రహ్మము.

అట్టి **"బ్రహ్మభూతాత్మ"** నుండి శక్తితో మిశ్రితమై "అపంచీకృతాకాశము' (Basic form) – రాయిలో శిల్పము వలె, బంగారములో ఆభరణము వలె.. ప్రదర్శితమగుచున్నది.

దేవతలు : ఆత్మ నుండి మొట్టమొదట బయల్వెడలిన అపంచీకృత ఆకాశము అనునది – ఆత్మకు (లేక) బ్రహ్మమునకు భిన్నమైనదా? అభిన్నమైదనా?

ప్రజాపతి : అభిన్నమైనదే! ఒక దృష్టాంతము చెప్తుతాను. వినండి. ఒక అవిచారణ శీలుడు, ఆవేశపరుడు, పిరికివాడు అగు బాటసారి ఉన్నాడు. ఆతడు బాటలో ప్రయాణిస్తూ, ఒకచోట బాటలో ఒక చాంత్రాడు (నూతి నుండి పెద్దబొక్కెనతో నీరు తోడుటకు ఉపయోగించు త్రాడు)పై కాలు వేశాడు. అంతేcl **"అయ్యబాబోయ్। పెద్ద త్రాచుపామును తొక్కాను। చచ్చాన్రోయ్।"..** అని ఒక్కసారి పైకి ఎగిరి నేలపై కూలబడ్డాడు. భయముతో గజగజా వణకసాగాడు. నోటి నుండి పాము కరచినప్పుడు నురుగు రావటం అతనికి గుర్తుకు రాసాగింది. ఆ బాటసారికి త్రాడుయందు పాము కనిపించటము ఎటువంటిదో, కేవలస్వరూపమగు పరబ్రహ్మము (లేక) ఆత్మ యందు అపంచీకృత–ఆకాశము అట్టిదే!

→ అక్కడ ఉన్నది త్రాడే!

→ అట్లాగే అపంచీకృతాకాశముగా చెప్పబడుచున్నది, కనబడుచున్నది కూడా బ్రహ్మమే! ఆత్మయే!

ఈ విధంగా రజ్జుసర్పవత్ తస్మాత్ బ్రహ్మభూతః శక్తిమిశ్రితాత్ అపంచీకృత ఆకాశః సంభూతో। త్రాడులో కనిపించిన పామువలె ఆత్మయందు 'శక్తి'తో కూడిన అపంచీకృత ఆకాశము (Matter concept with no bifurcated form accompanying the energy) సంభూతమగుచున్నది. **అద్దాని గుణము శబ్దము.**

- అట్టి **ఆకాశము** నుండి వాయువు. **అద్దాని గుణము** 'స్పర్శ',
- ఆ వాయువు నుండి **అగ్ని!** అగ్ని నుండి **జలము (ద్రవము)!** జలము నుండి **భూమి (స్థూలము),**
- ఈశ్వరశక్తిచే అపంచీకృతమైన సూక్ష్మభూతములు (ఆకాశ–వాయు–అగ్ని–ద్రవ–స్థూల–సూక్ష్మ తత్త్వములు),
- వాటి విషయముల సూక్ష్మతత్త్వములు (శబ్ద–స్పర్శ–రూప–రస–గంధ సూక్ష్మ తత్త్వము)గా – పంచీకృతము – ఇవన్నీ బయల్వెడలుచున్నాయి. అట్టి ఈశ్వరుడగు శివుని చేతనే ఈ భౌతికంగా ఎదురుగా కనిపిస్తున్న బ్రహ్మాండమంతా సృష్టించబడుతోంది.

అట్టి ఈశ్వర నిర్మిత అపంచీకృతము నుండి పంచీకృతము చేయబడినట్టి బ్రహ్మాండము యొక్క గర్భములో ఆత్మసంకల్పముచే– మీరు(దేవతలు), దానవులు, యక్షులు, కిన్నెరులు, మనుష్యులు – పశుపక్ష్యాదుల దేహాలు నేను, ఇవన్నీ కర్మానుసారంగా నిర్మితము అగుచున్నాము.

భౌతిక శరీరము

ఆత్మ యొక్క శివసంకల్ప విశేష సంబంధమైన సూక్ష్మ భూతశక్తుల పంచీకృత విశేషం చేతనే జీవులందరి స్థూలదేహములు కూడా నిర్మితములు అగుచున్నాయి. అట్టి శివశక్తి సహిత పంచీకృత విశేషములే.. ఈ దేహములోని అస్థి (బొమికలు), స్థాయువు (మాంసము) – చర్మము – రక్తము మొదలైన ఆయా విశేషములన్నీ కూడా! ఈ విధంగా శివ సూక్ష్మపంచభూతతత్త్వమే (ఈశ్వరుడే). సర్వ శరీరములలో అనేక పదార్థములుగా ఏర్పడుచుండగా, అట్టి సర్వదేహములలో దేహి (The experiencer) గా అఖండ – దివ్య శివచైతన్యమే ప్రత్యక్షమై యున్నది.

పంచకోశములు

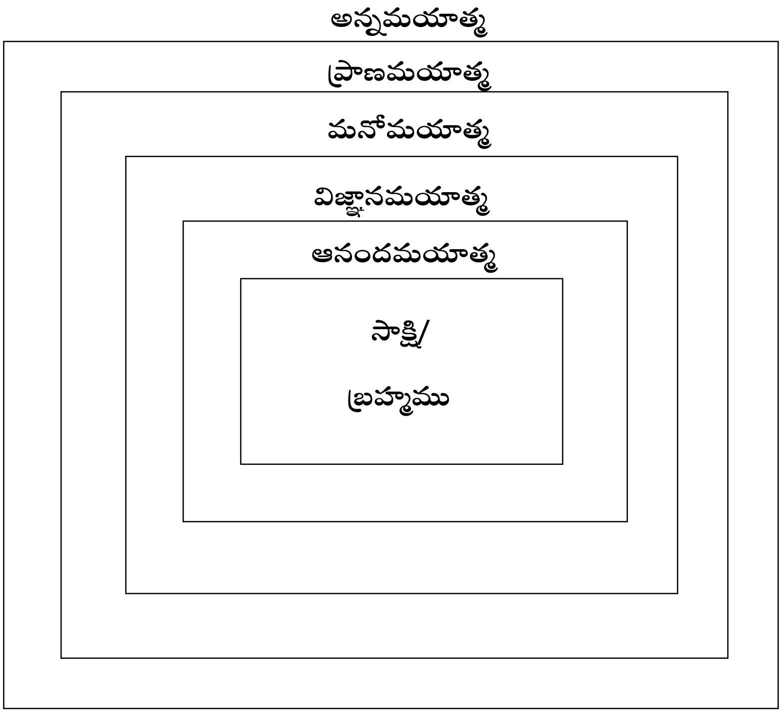
అన్నమయ ఆత్మ : యో ఆయమ్ అన్నమయోహి ఆత్మాభాతి సర్వ శరీరిణః। ఏకము – అక్షరము అగు ఈశ్వరుడు తన యొక్క చైతన్యస్ఫూర్తితో సర్వదేహములలో చర్మము–రక్తము–మాంసము– ఇంద్రియముల రూపంగా సర్వదా ప్రకాశించుచున్నారు. పరబ్రహ్మమే ఈ విశ్వములోను, ఈ భౌతిక దేహములోను కనిపించే సర్వభౌతిక విశేషాలను కల్పించటము, పరిపోషించటము, తానే అవన్నీ అగుచూ ఉండటము నిర్వర్తించుచున్నది. **"స్వస్వరూప పరబ్రహ్మమే అన్నమయమై వెలయుచున్నది"** ... అను అవగాహనచే – భౌతికమైనదంతా (లేక) అన్నమయమైనదంతా – ఆత్మయొక్క అనన్యమగు ఒకానొక అంశ అగుచున్నది. **ఒకే అన్నమయాత్మ అనేక భౌతిక దేహములుగా అగుపిస్తోంది.**

ప్రాణమయాత్మ: తతః ప్రాణమయో హి ఆత్మా విభిన్నశ్చ అంతర స్థితః। ఒకే బంగారు లోహము అనేక నామరూపములు గల ఆభరణములుగా అగుచున్నది. ఒకే విద్యుత్తు అనేక విద్యుత్ దీపములలో ప్రవేశించి అనేక రకములైన వస్తు జాతములపై వెలుగు రూపంగా ప్రసరిస్తోంది. ఒకే వాయువు అనేక ఆకారములు గల బూరలలో ప్రకాశించి అనేక ఆకారములకు కారణమగుచున్నది. అట్లాగే పరబ్రహ్మము యొక్క ఏకైక ప్రాణశక్తి అనేక అసంఖ్యాక దేహములలో ప్రాణముల–ప్రాణుల రూపముగా సంప్రదర్శితమౌతోంది. ప్రాణులు అసంఖ్యాకము కావచ్చు. అన్ని దేహములలో అఖండాత్మ యొక్క ప్రాణశక్తి సర్వదా ఏకమే! అనేకము కాదు. అదియే ప్రాణమయాత్మ. అన్నమయ ఆత్మలో ప్రాణమయాత్మ అంతరమున వెలుగొందుతోంది.

మనోమయాత్మ : తతో మనోమయో హి ఆత్మా విభిన్నశ్చ అంతర స్థితః। {అన్నమయాత్మకు వేరై అన్నమయాత్మయందు (Altogether different in the matter) ప్రాణమయాత్మ స్థితి కలిగి ఉన్నతీరుగానే}, ప్రాణమయాత్మకు అంతరమున వేరైన ప్రాణమయ విభాగంగా **మనోమయాత్మ** స్థితి కలిగి ఉన్నది. పరబ్రహ్మము యొక్క **అఖండ మనోమయాత్మయే** సర్వదేహుల మహామనోరూపమై, మనోమయాత్మకంగా ప్రవర్తమానమగుచున్నది. ఒకనాటకములోని అన్ని పాత్రల యొక్క మనస్తత్త్వములు ఆ నాటక రచయిత యొక్క కథాకల్పనా మనోరూపమే అయి ఉంటున్న తీరుగా,... సర్వదేహుల మనోమయ విశేషములన్నీ పరబ్రహ్మము యొక్క **"మహామనోమయాత్మ"**గా ఆత్మజ్ఞులు దర్శించుచున్నారు.

విజ్ఞానాత్మ : తతో విజ్ఞానాత్మాతు తతో అన్యశ్చ అంతర స్థితాః॥ అట్టి మనోమయాత్మకు అంతరమున, – మనోతత్త్వమునకు వేరైన **"విజ్ఞానమయాత్మ"** – స్థితి కలిగి ఉన్నది. 'తెలివి' రూపమున సర్వ అన్నమయదేహములలో ప్రాణమనో→అంతర్గతంగా విజ్ఞానమయాత్మ ప్రకాశించుచున్నది. 'ఎరుగుట' అనునది నిర్వర్తిస్తోంది.

ఆనందమయాత్మ : ఆనందమయాత్మాతు తతో అన్యశ్చ అంతర స్థితిః అట్టి విజ్ఞానమయాత్మ యొక్క అంతరముగా విజ్ఞానమునకు వేరైనదిగా ఆనందమయాత్మ ఏర్పడినదై ఉన్నది. ఇది పంచభూతాత్మికమైన - దృశ్యసంబంధమైన-వస్తు సంబంధమైన అజ్ఞాన నిర్మితమైన ఆనందము.



బ్రహ్మము : అట్టి (లోకసంబంధమైన) ఆనందమయాత్మకు **"కేవల సాక్షి"** అయి వేరుగా ప్రకాశించుచున్నదే **పరబ్రహ్మము**. బ్రహ్మ చైతన్యమే ఈ జీవుని వాస్తవ-సహజరూపము.

"సాక్షి-ఆనందమయ-విజ్ఞానమయ-మనోమయ-ప్రాణమయ-అన్నమయ - జీవాత్మలన్నీ కూడా → **అఖండం బ్రహ్మము**తో (మట్టి బొమ్మలతో మట్టివలె) పూర్ణమై ఉన్నాయి. బ్రహ్మము వాటన్నిటికీ వేరై, వాటన్నిటి యందు నిండిఉన్నది. సర్వమునకు మూలపదార్థము (Raw-Material) అయి ఉన్నది. కనుక ఇదంతా ఆత్మానందమే!

◆ ◆ ◆

ఓ దేవతలారా! ఎవ్వరైతే సత్య-జ్ఞానస్వరూపము, అఖండ-అద్వయాత్మకము అగు **"బ్రహ్మపుచ్ఛము (బ్రహ్మతత్త్వమును)"** ఎరుగుచున్నారో, అట్టివారు మాత్రమే వాస్తవమగు సుఖమును ఆస్వాదించగలరు. అన్యథా సుఖమెక్కడిది? లేనే లేదు. స్వస్వరూపాత్మను ఏమరచి, నేను కల్పించిన జగత్తులో సుఖముకై వెతకి ఏమిలాభం? ఆ తీరుగా వెతకటం - ఒకడు ఒక వస్తువును ఎక్కడో పోగొట్టుకొని, మారెక్కడో వెతకటము వంటిది - అగుచున్నది.

ఓ ముముక్షువులారా! మీరంతా ఒక్క ముఖ్య విషయము గమనించెదరుగాక! అసత్తగు ఈ దేహములందు **"పరానందస్వరూపము - స్వస్వరూపాత్మభూతము- అఖిలాత్మకము"**.. అగు బ్రహ్మచైతన్యమే ఉండి ఉండకపోతే, జడమగు ఈ భౌతికదేహములు ఎట్లా జీవించగలవు? ఎట్లా తమకు తామే కదలగలవు? ఆత్మయొక్క ఉనికి చేతనే ఈ భౌతికదేహాలు స్వయంప్రతిపత్తితో జీవిస్తున్నాయి, కదలగలుగుచున్నాయి కూడా సుమా!

ఈ జీవుడు తన యొక్క అంతరాంతరమున సర్వాత్మకమగు పరబ్రహ్మముగా సర్వదా, సర్వే సర్వత్రా భాసించుచునే ఉన్నాడు! అయితే, ఈ జీవుడు ఎల్లవేళలా - ఏడ్చే పసిబాలుడిని తండ్రి సముదాయించుచుండుతీరుగా - జడము-దుఃఖసంకేతము అగు 'జీవాత్మత్వము'ను సంతోషింపజేయాలనే ప్రయత్నములో నిమగ్నుడై దేహ-దేహాంతరములు పొందుచున్నాడు. అజ్ఞానుల దృష్టి ఈ రీతిగా ఉన్నది మరి!

ప్రాపంచక సుఖములు : పసిపిల్లవాడు మారాము చేస్తూ ఉంటే, ఏడుపు మానిపించటానికి మధుర పదార్థములేవో కొని తెచ్చి, చేతిలో పెట్టి, ఏడుపు ఆపించటము వంటివి మాత్రమే ఈ ప్రాపంచక సుఖములు. ఆ తండ్రి గారి గదమాయింపు వంటివి - ప్రాపంచక దుఃఖములు.

ఆత్మయోగి

మహామతి అగు ఆత్మయోగియో,...

→ దృశ్యములో ఒకానొక దృశ్య విషయము కానట్టిది, (అదృశ్యత్వము స్వలక్షణముగా కలిగి ఉన్నట్టిది),

→ సత్-చిత్-ఆనందలక్షణ సమన్వితమైనట్టిది,

→ భేదరహితమైనదైనట్టిది,

→ పరమాద్వైతమైనట్టిది,

అగు "స్వస్వరూపము" నందే సర్వదా రమిస్తున్నాడు. అంతేగాని దృశ్యమునందుకాదు. (న తేషు రమతే బుధః)

అట్టి ఆత్మదర్శనమే అభయస్థానము. ఆత్మయొక్క ప్రతిబింబము వంటి జగదంతర్గతమగు జీవాత్మ స్వరూపమును సముదాయిస్తూ, ఇద్దాని - సుఖ-దుఃఖములు తొలగించాలనో, పాప-పుణ్యముల నుండి సముద్ధరించాలనో, అనుకోవటం వృథాప్రయాసయే - అని గమనించుచున్నాడు. సమస్త భేదరహితమగు ఆత్మయందు రమించటమే అభయ-ఆనంద రూపమగు మార్గము. కల్యాణప్రదము. పరమ-అమృతరూపము.

అట్టి పరబ్రహ్మమునకు త్రిపదభేదము... లేనే లేదు. అనగా,

- భూత - భవిష్యత్-వర్తమాన → **కాలభేదం,**
- జీవ - ఈశ్వర - పరాత్మ → **త్రిపుటి భేదము,**
- సత్వ-రజో-తమో → **త్రిగుణముల భేదము,**
- జన్మ - జీవన్ - మృత్యు → **త్రిదశల భేదము,**
- ఇహము - పరము - పరాత్పరము → **త్రిగతుల భేదము,**

మొదలైన పరిచ్ఛేదమే → బ్రహ్మమునందు (లేక బ్రహ్మమునకు సంబంధితమై) **ఉండజాలవు.**

ఎంతెంత వరకైతే ఈ మానవుడు (లేక ఈ జీవుడు) – కొంచెము 'భేదము' అయినా చూస్తాడో,... అట్టివాడు భయమును అధిగమించలేదు. "ఆత్మకు రెండవది ఉన్నది".. అని తలచినంతకాలము అభయము సిద్ధించదు. (ఏకో అభయమ్ - ద్వితీయమ్ భయమ్ భవతి)

ఓ దేవతలారా! విష్ణు మాయావిలాసము యొక్క చమత్కారము అయినట్టి ఎక్కువ-తక్కువలు, అల్ప - అధికులు, సుఖ - దుఃఖములు, పుణ్య-పాపములు, బంధ-మోక్షములు మొదలైన ద్వంద్వములను **తార-తమ్య భేద పూర్వకంగా** ఆశ్రయించి, ఈ జీవుడు వాటియందు **సుఖ-దుఃఖ రూప అశాంతిని** పొందుచున్నాడు. నటుడి అభిరుచిని బట్టి నాటక సంఘటనలు రచించబడతాయా? లేదుకదా! ఈ జగత్ నాటకము జీవాత్మకు (నటునివలె) అంతే! నాటకంలో నటించే నటుడు, "నేను నటించువాడను" - అనునది ఏమరచి, **"నాటకంలో సంఘటనలు ఇట్లాగే ఉండాలి కదా. అది అట్లా ఉండకూడదు కదా"** – అని నాటక సందర్భములతో సుఖ-దుఃఖములు పొందటము వంటిదే ఈ జీవుని జగత్ సంబంధ సుఖ-దుఃఖములు.

ఆత్మానురక్తి

ఎవ్వని బుద్ధి అయితే – ఆయా దృశ్యములోని విషయముల పట్ల అనురక్తి (fondness) త్యజించుచూ, తనయొక్క తదితరులయొక్క ఆత్మతత్త్వము పట్ల అభిరుచి పెంపొందించుకొంటూ శ్రవణ-మననముల ద్వారా **ఆత్మజ్ఞాన సమాచారము - ఆత్మభావనలను ఆశ్రయిస్తూ ఉంటుందో, అట్టి బుద్ధికలవాడు సుఖ-దుఃఖ ద్వంద్వ మోహములను క్రమముగా అధిగమించుచున్నాడు.** బుద్ధి పవిత్రమగుచుండగా, అది స్వయముగా స్వస్వరూపభూత అఖండాత్మయందు భాసించుచున్నది.

అనగా, ఆతని **బుద్ధి పరిమితము, సంకుచితము, కల్పనామయము, భ్రమ దాయకము** అగు **'ఇహము'**ను అధిగమించి **సర్వాత్మకమగు పరమునందు** ప్రభాసిస్తోంది.

స్వరూపభూత ఆనందము - పరతత్త్వము

నిమిత్తం కించిత్ ఆశ్రిత్య ఖలు శబ్దః ప్రవర్తతే।

ఈ ప్రపంచములోని పదార్థములన్నిటినీ 'శబ్దము'తో చెప్పవచ్చు. వినినవాడు ఆ శబ్దమును బట్టి - **"ఇది వస్తువు! ఇది విషయము"..** అని తెలుసుకొననూవచ్చు. మాటలతో చెప్పుకొని **అర్థం** చేసుకోగలవాటన్నిటికీ కించిత్ **నిమిత్తకారణము** ఉంటుంది. ఉదాహరణకు 'మామిడిపండు' అనగానే అద్దాని రంగు - రుచి-ఆకారము మొదలైనవి వెంటనే శ్రోతలో స్ఫురించి "మామిడిపండు అనగా ఇది"... అని తెలుసుకొని, ఆ శ్రోత తిరిగి ప్రతిస్పందిస్తాడు.

'ఆత్మ' 'బ్రహ్మము' అను పేర్లతో పిలువబడే ఈ జీవుని యొక్క పరతత్త్వ స్వస్వరూపము శబ్దముతో చెప్పగానే చెప్పేవాడు చెప్పివేసినట్లూ కాదు. వినువాడు 'తెలిసిపోయినది' అని అనటానికి కుదిరేదీ కాదు. నిమిత్తమైన భావాలు మనస్సుకు చెందినవి. ఆ మనస్సు ఎద్దానికి విషయమో, ఏది మనస్సుకు - వాక్కుకు ఉత్పత్తిస్థానమో,.. అద్దానికి (ప్రాపంచక వస్తువులవలె, విషయములవలె) నిమిత్తకారణమే లేదు. **యతో వాచో నివర్తంతే నిమిత్తా నామ భావతః, నిర్విశేషే పరానందే కథం శబ్దః ప్రవర్తతే?** ఎద్దానిని నిర్వచించి - "ఇది! ఇట్టిది! ఇంతటిది! ఇట్టి పరిమితములు కలిగినట్టిది! ఈ పరిధికి సంబంధించినది!" - అని వాక్కు పలుకజాలక, వెనుకకు మరలుచున్నదో, నిర్విశేష (విషయములకు సంబంధించని) పరతత్వమగు (ఇహమును అతిక్రమించినట్టి) ఆనంద స్వరూపమో, అట్టి ఆత్మతత్త్వము పట్ల ఏ శబ్దములు ఎంత వరకు ప్రవర్తిస్తాయి? ప్రవర్తించజాలవు. అయితే, **అద్దాని గురించి బోధించుకోవాలంటే శబ్దములు అనివార్యము.**

అద్దాని యొక్క సూక్ష్మతరమగు (Most subtle) మనస్సు (Thought process) యొక్క వ్యావృత్తి (Act of extending) వలననే ఈ 'జగత్తు' అనబడు దృశ్యవ్యవహారమంతా అద్దానికి స్వయంకల్పిత రచనగా అవస్థితమగుచున్నది. అనుభూతము అవుతోంది.

బ్రహ్మానందమ్ విదిత్వా స్వాత్మరూపేణ!

ఎద్దాని నుండి → చెవులు (శ్రోత్రము) - వినికిడి - వినబడునవి; కళ్లు (చక్షువులు)- చూపు- కనబడునవి; చర్మము- స్పర్శ - స్పృశ్యానుభావములగు విషయములు .. మొదలైన జ్ఞానేంద్రియములు, కర్మేంద్రియములు,.. వాటి వాటి వ్యాపారములు .. ఇవన్నీ కూడా 'వ్యావృత్తి' (Extention of Avocation) రూపమున వెలువడుచున్నాయో...,

- ఈ ఆకాశము మొదలైన పంచభూతములు **ఎద్దాని నుండి** బహిప్రదర్శనము అగుచున్నాయో..,
- ఎద్దానిచే అవన్నీ కూడా ప్రవర్తింపజేయబడుచున్నాయో...

... అట్టి **నిర్గుణ చిద్ఘన బ్రహ్మాందన స్వరూపమును** తన యొక్క స్వస్వరూపమే అని ఎరుగుచుండగా..,

ఇంక ఆ యోగికి దేనిపట్ల భయం? **యస్మాత్ శ్రోత్ర - త్వక్-అక్ష్యాది ఖాది కర్మేంద్రియాణి చ, వ్యావృత్తాని పరం ప్రాప్తుం, నసమర్థాని తానితు, తత్ బ్రహ్మానందమ్, అద్వంద్వమ్ సత్యచిద్ఘనమ్ -** ఏ కర్మేంద్రియ-జ్ఞానేంద్రియ-పంచభూతాదులు, ఇవన్నీ తమ వ్యావృత్తిచే ఎద్దానిని చేరుకోలేవో, అదియే **నిర్గుణ- ద్వంద్వాతీత - సత్యచిద్ఘన బ్రహ్మానందము. తత్ విదిత్వా స్వాత్మరూపేణ న బిభేతి కుతశ్చన।** అట్టిది స్వస్వరూపము - అది ఎరిగిన తరువాత సర్వభయములకు లయస్థానము. అది అభయస్థానము! అట్టి ఆత్మానందము - ఇంద్రియములు వస్తువులను స్పృశించునప్పుడు ఏర్పడు - ఇంద్రియానందము వంటిది కాదు.

- అది విషయ సంబంధ రహితము।
- గుణాతీతమైనది!
- కేవల సత్-కేవల చిత్ ఘన రూపము!

అట్టి నిర్విషయ పరమానందమే తన రూపముగా ఎరుగటయే **ఆత్మసాక్షాత్కారము. ఆత్మదర్శనము. ఆత్మతత్త్వజ్ఞానము.**

సత్‌గురు ఉపదేశములచే, సత్‌శాస్త్ర ప్రవచనములచే, స్వవిచారణచే అట్టివాడు పాప-పుణ్య కర్మల పరిధులను దాటివేస్తాడు. ఇక ఆపై, తానే ఈ సర్వమును **"తపింపజేయు-తపింపబడు"** స్వరూపుడై సకల జగత్ స్వరూపముగా ప్రకాశమానుడగుచున్నాడు. సర్వజగత్ సాక్షి-కర్త-భోక్త తానే అయి సారూప్యుడై ఆనందించుచున్నాడు.

ఓ దేవతలారా!

అది ఈ జీవునికి సుసాధ్యమే సుమా! వాస్తవానికి, జన్మ యొక్క మహదాశయమే అది! అటువంటి ఆత్మానందము (లేక) కేవలీస్వరూప (లేక) కైవల్యము ప్రతి జీవునికి జన్మహక్కు.

- సర్వమ్ ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ। అయమాత్మా సాఽఽత్మానమ్ బ్రహ్మ।
- శాంతమ్ పరమ్ సుఖమ్ అద్వైతం బ్రహ్మ।
- త్వమేవాఽహమ్। తత్త్వమ్। సోఽహమ్। అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి।
- జీవో బ్రహ్మైఽతి నా పరః।
- అఖండమద్వైత స్వాత్మా బ్రహ్మ।

ఈ ఈ మొదలైన ఉపనిషత్ ప్రవచితమైన పరాకాష్ఠ మహావాక్యములను పరమార్థపూర్వకంగా మననము చేయుచుండగా, ఆతడు ప్రత్యగాత్మ (సర్వాత్మ కేవల స్వరూపుడు)గా రూపుదిద్దుకుంటున్నాడు. (అనగా) నిస్సందేహముగా **"ఇదంతా నేనైన నేను"**గా ఎరుగుచున్నాడు.

దేవతలు : స్వామీ! ఈ జీవుడు పరమార్థమగు స్వస్వరూపాత్మతత్త్వమును సులభముగా ఎరిగి, దర్శించి, తదేకమగుటకు ఇంకా కూడా ఉపాయాలు దయతో చెప్పండి. వేదాంత శాస్త్ర విభాగములు ఉపయోగించు శబ్దజాల విశేషములను ముముక్షువు పఠించవలసిన తీరు గురించి కూడా వివరించమని అర్థిస్తున్నాము.

ప్రజాపతి : ఆత్మతత్త్వమును ఎరిగినట్టి కొందరు మహనీయులు అనిర్వచనీయమగు స్వస్వరూపాత్మను విశదీకరించి ప్రబోధించటానికై.. వ్యవహారికంగా సప్త (7) విభాగములుగా విభజనను కల్పించి చెప్పుచున్నారు.

(1) శుద్ధచైతన్యము (2) ఈశ్వరచైతన్యము (3) జీవచైతన్యము (4) ప్రమాత (5) ప్రమాణము (6) ప్రమేయము (7) ఫలము

"స్వస్వరూపాత్మ" గురించి చెప్పుకోవటానికై ఈ ఏడిటిని ఇప్పుడు వివరించుకుంటున్నాము. వినండి.

(1) శుద్ధ చైతన్యము : మాయోపాధి వినిర్ముక్తం 'శుద్ధమ్' ఇతి అభిధీయతే। కేవలము, మాయా (కల్పన)కు మునుముందే సర్వకల్పనా రహితము అగు స్వస్వరూపమును **'శుద్ధము'** అని పిలుచుచున్నారు. అద్దానికి ఈవల **జీవాత్మ-జగత్తులు** అద్దాని **కల్పన**గా భాసిస్తున్నాయి. శుద్ధచైతన్యమునకు ఆవల మరింకేమీ లేదు. సర్వ కల్పనలకు వేరుగా ఉన్నట్టి స్వస్వరూపమే ఆ శుద్ధ పరబ్రహ్మము. ఇది ఉపాధి రహితము. మాయకు - ఆవల ఉన్నట్టిది. 'ప్రత్యగాత్మ' అని కూడా పిలుస్తున్నారు. (నారాయణుడు - వాసుదేవుడు-శివుడు.. అని శుద్ధచైతన్యమే చెప్పబడుచున్నది)

(2) ఈశో-ఈశ్వర చైతన్యము : అట్టి శుద్ధ చైతన్యము కల్పన-ఊహ-భావన-సంకల్పములను తనకొరకై తానే ఆశ్రయించినప్పుడు "మాయ-అను ఉపాధిని ఆశ్రయించినది".. అని అనబడుతోంది. కేవలము+కల్పన = **ఈశ్వర చైతన్యము**

మాయ యొక్క సంబంధము చేత శుద్ధచైతన్యమే 'ఈశ్వర చైతన్యము'గా గమనించబడుతోంది. ఈశ్వర చైతన్యమునకు 'మాయ' ఉపాధి అగుచున్నది. వస్త్రము వంటిది. **("ఈశ్వరమాయ" = ఈశ్వరుని యొక్క మాయ)**

(3) జీవచైతన్యము : జీవో అవిద్యావశః తదా! శుద్ధ చైతన్యము (లేక ఈ జీవుని కేవల స్వస్వరూపము) తన యొక్క అప్రమేయత్వ-సాక్షిత్వములను ఏమరచి, **"నేను కల్పనకు సంబంధించినవాడిని. మాయకు బద్ధుడను. మాయచే పరిమితుడను"..** అని తలచుచూ పరిమితత్వమును పొందుచున్నప్పుడు **'జీవచైతన్యము'**గా అగుచున్నది.

జీవుడు = అవిద్యావశుడు. 'అవిద్య'ను ఉపాధిగా కలవాడు. శుద్ధ చైతన్య స్వరూపుని స్వకీయ మాయా-అంతర్గత భావనాస్వరూపుడు.

(4) ప్రమాత : అంతఃకరణ సంబంధాత్ 'ప్రమాతే' ఇతి అభిధీయతే। శుద్ధ చైతన్య మాయాంతర్గత స్వరూపమగు ఈ జీవుడు 'అంతఃకరణము'తో సంబంధితుడుగా ఉన్నప్పుడు 'ప్రమాత' అని అనబడుచున్నాడు.

అంతఃకరణ చతుష్టయము = మనో-బుద్ధి-చిత్త అహంకారములు.

→ నేను ఆలోచనలకు (మనస్సుకు) సంబంధించిన వాడిని. ఈ ఈ ఆలోచనలు నాకు సంబంధించినవి **(మనస్సు);**

→ నేను 'తెలివికి-తెలియబడువాటికి' సంబంధించినవాడను. ఈఈ తెలియబడేవన్నీ నాకు వేరై, నాకు సంబంధించినవి **(బుద్ధి);**

- నేను "ఇష్టమునకు, ఇష్టమైనవాటికి" సంబంధించిన వాడను. ఈ ఇష్టములైనవన్నీ నాకు సంబంధించినవి **(చిత్తము).**
- నేను ద్రష్టత్వమునకు సంబంధించినవాడను. ఈ దృశ్యమంతా నాకు సంబంధించినది **(అహంకారము)**, అని భావిస్తూ ఉంటే **"శుద్ధపరబ్రహ్మము ప్రమాతత్వమును స్వీకరించినదై ఉన్నది"**.. అని చెప్పబడుతోంది.

  ప్రమాత = సంబంధీకుడు

  ఆత్మచైతన్యము యధాతథమై ఉండియే ఈ జీవ-ప్రమాతత్వములను లీలావినోదిగా స్వీకరించుచున్నది.

(5) ప్రమాణము : అట్టి శుద్ధ చైతన్య పరాత్పరుడు - తధా తత్ వృత్తి సంబంధాత్ 'ప్రమాణమ్' ఇతి కథ్యతే। "నేను ఈ కనబడుచున్న - వినబడుచున్న - వాసన చూడబడుచున్న - స్పృశించబడుచున్న - రుచిచూడబడుచున్న ధ్యాసలచే నిబద్ధుడను కదా!"... అని వృత్తి సహితుడు (Accompanying avocations), ధ్యాససమన్వితుడు అగుచున్నప్పుడు - 'ప్రమాణుడు/ప్రమాణము' అని అనుకోబడుచున్నాడు.

(6) ప్రమేయము : అజ్ఞాతమపి చైతన్యం 'ప్రమేయమ్' ఇతి కథ్యతే। తన చైతన్యత్వమును పూర్తిగా ఏమరచి, జడత్వము నందు తన్మయుడై ఉన్నప్పుడు 'ప్రమేయుడు/ప్రమేయము' అని (శుద్ధచైతన్యమే) అనబడుచున్నది. "నేను జనన-దేహవిషయ- మృత్యువుల మధ్య మరెవ్వరిచేతనో ఇరికించబడుచున్నాను" ... అను రూపము గల బుద్ధియే **ప్రమేయము.**

(7) ఫలమ్ : తథా జ్ఞాతం చ చైతన్యం 'ఫలమ్' ఇతి అభిధీయతే! "నేను చైతన్య స్వరూపుడనుకదా! శుద్ధ పరబ్రహ్మమును! ఈ ఈశ్వర-జీవ-ప్రమాతా-ప్రమాణ-ప్రమేయములన్నీ నా లీలలు. వేషములు. నాకు ఆభరణములు. చమత్కారమైన ధారణలు!".. అని ఎరుగుచున్నప్పుడు 'ఫలము! ఫలస్వరూపుడు' అని శుద్ధచైతన్యము గమనించబడుచున్నది. చైతన్యముచే ఏదేది "ఎరుగబడుచున్నది" అను రూపముగా ఏర్పడుచున్నదో - అదియే 'ఫలము' కూడా!

బ్రహ్మభూయాయకల్పతే!

ఓ దేవతలారా! ఈ జీవుడు "ఈశ్వర-జీవ-ప్రమాత-ప్రమాణ-ప్రమేయములు" అనబడే సర్వ ఉపాధులను దాటివేసినట్టి భావన-దృష్టి-అనుభూతి - అవగాహనలను కలిగి ఉండి, **"నేను సర్వమునకు ఆధారము - కారణము"** - అను భావనతో **"ఆత్మయేవాఽహమ్"** భావనను ఆశ్రయించాలి. **సర్వోపాధి వినిర్ముక్తం, స్వాత్మానం భావయేత్ సుధీః।**

ఇక్కడి అహమ్-త్వమ్-తత్‌లను అఖండ-బ్రహ్మము యొక్క **యథాతథ స్వరూపము**గా ఎరిగినవాడై, అట్టి చెదరని పవిత్ర దృష్టిని స్వభావముగా పొందినవాడు **"బ్రహ్మభూయాయతనుడు - స్వయమ్ బ్రహ్మమూర్తి"** అగుచున్నాడు.

ఇదియే సర్వవేదాంత సిద్ధాంత (వేద = తెలుసుకొనబడుదానికంతటికీ, అంత = ఆవల గల ఎరుక రూపుడగు చిత్‌స్వభావుడు) సారాంశము. **"ఇది యధార్థము"** అని చేతులెత్తి ప్రకటించుచున్నాను!

శుద్ధ పరబ్రహ్మతత్త్వమే,...

- స్వయముగా సర్వదా బ్రహ్మమే అయి ఉండి..., అమృతస్వరూపము అయి కూడా,
- ఒకానొకప్పుడు 'మార్పు-చేర్పులు' అను రూపము గల మృత్యుత్వమును స్వీకరించి...,
- సహజము-స్వభావము అగు స్వకీయ బ్రహ్మతత్త్వమును ఏమరచి, స్వీయకల్పనలో (స్వప్నంలోలాగా) సంచారములు చేస్తూ..,
- మరింకొకప్పుడు సర్వము ఆత్మకు అభిన్నమని ఎరుగుచున్నదై..,
- తనకు తానే అఖండాత్మతత్త్వముగా శేషించుచున్నది.

ఈ ఉపనిషత్ ప్రవచనుడు గాని, శ్రోతగాని, తదితరులుగాని పరబ్రహ్మము కాని క్షణమే లేదు.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత కఠరుద్రోపనిషత్

ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

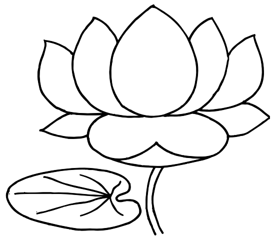
కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

9 కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్

(భస్మత్రిపుండ్ర ధారణాయోగము)

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ బ్రహ్మజ్ఞాన ఉపాయతయా, యత్ విభూతిః ప్రకీర్తితా,
తమ్ అహం కాలాగ్ని రుద్రం భజతాం స్వాత్మపదం భజే॥



ఏ విభూతిరూపుడైతే బ్రహ్మజ్ఞానమునకు ఉపాయముగా బ్రహ్మజ్ఞులచే ప్రకీర్తించబడుచున్నారో, అట్టి మహత్తరుడగు స్వాత్మపదమును ప్రసాదించు కాలాగ్ని రుద్ర భగవానుని భజించుచున్నాను.

ఓం కాలాగ్ని రుద్రాయనమః। సంవర్తికోగ్ని ఋషయే నమః। ఓం సనత్కుమారాయ నమః।

ఓం

1 **అథ కాలాగ్ని రుద్రోపనిషదః।**
సంవర్తకోఽగ్ని ఋషిః।
అనుష్టుప్ఛందః।
శ్రీకాలాగ్ని రుద్రో దేవతా
శ్రీకాలాగ్ని రుద్ర ప్రీత్యర్థే
భస్మత్రిపుండ్ర ధారణే వినియోగః।

(త్రిపుండ్రధారణ విధిని నిర్వచించు) ఈ కాలాగ్నిరుద్రోపనిషత్‌కు
ఋషి= సంవర్తికోఽగ్ని ఋషిభ్యోం - నమోనమః
ఛందస్సు = అనుష్టుప్।
దేవతా = శ్రీకాలాగ్నిరుద్రుడు।
శ్రీకాలాగ్నిరుద్ర భగవానుని ప్రీతి కొరకు (మరియు) 'ఓం'కార రూపుడగు ఆ పరమాత్మయొక్క అనుగ్రహము కొరకై ఆశ్రయించబడుచున్నట్టి - భస్మ-త్రిపుండ్ర ధారణము → వినియోగము

ఓం అథ కాలాగ్నిరుద్రం,
భగవంతం – సనత్కుమారః పప్రచ్ఛః:

బ్రహ్మమానసపుత్రుడగు సనత్కుమారుడు ఒకసారి - భగవంతుడగు కాలాగ్ని రుద్ర భగవానునికి ప్రణామము సమర్పించి, ఈ విధంగా పరిప్రశ్నించసాగారు.

---

2. అధీహి భగవన్। త్రిపుండ్ర విధిం స-తత్త్వం,
కిం ద్రవ్యం? కియత్ స్థానం?
కతి ప్రమాణం? కా రేఖాః? కే మంత్రాః?
కా శక్తిః? కిం దైవతం?
కః కర్తా? కిం ఫలం? ఇతి చ।

"హే కాలాగ్ని రుద్ర భగవాన్! తత్త్వార్థపూరితమైన - విభూతి ధారణకు సంబంధించిన - '**త్రిపుండ్రవిధి**' గురించి దయతో వివరించండి. అట్టి త్రిపుండ్ర ధారణ విధికి సంబంధించిన ద్రవ్యము ఏది! అద్దాని స్థానము ఎయ్యది! ప్రమాణము ఎంత? రేఖలు ఎట్టివి? పఠించవలసిన మంత్రము ఏది? అద్దాని శక్తి ఎటువంటిది? అట్టి విధికి దేవత ఎవరు? కర్త ఎవరు? ఫలము ఏదై ఉన్నది? సవివరణగా నాకు బోధించ ప్రార్థన."

<u>**తగ్ం హోవాచ భగవాన్ కాలాగ్ని రుద్రః।**</u>
యత్ ద్రవ్యం, తత్ 'ఆగ్నేయం భస్మ'।
'సద్యోజాత' ఆది పంచబ్రహ్మ మంత్రైః పరిగృహ్య।
అగ్నిరితి భస్మ। వాయురితి భస్మ।
వ్యోమేఽతి భస్మ। జలమితి భస్మ। స్థలమితి భస్మ।
– ఇతి అనేన అభిమంత్ర్య,

కాలాగ్ని రుద్రభగవానుడు : త్రిపుండ్ర ధారణ విధికి ద్రవ్యము -అగ్నిచే రూపము దిద్దుకొన్నట్టి "భస్మము". విభూతిని పరిగ్రహించుచున్నప్పుడు - <u>పంచబ్రహ్మమంత్రములను</u> పఠిస్తూ గ్రహించాలి.
సత్యోజాతం ప్రపద్యామి - మొదలుకొని గల '5' మంత్రములను పఠిస్తూ అగ్ని భస్మమును తయ్యారుచేయాలి.
అభిమంత్రణ : జలముతో తడుపుచూ "అగ్నిరితి భస్మ'। వాయురితి భస్మ। వ్యోమేఽతి భస్మ। జలమితి భస్మ! స్థలమితి భస్మ".. అని ఆ భస్మమును అభిమంత్రించాలి.

'మానస్తోక' ఇతి సముద్ధృత్య,
'మానో మహాంతమ్' ఇతి
జలేన సంసృజ్య, 'త్రియాయుషమ్' ఇతి
శిరో లలాట వక్షః
స్కంధేషు త్రియాయుషైః త్ర్యంబకైః త్రిశక్తిభిః
తిర్యక్ తిస్రో రేఖాః ప్రకుర్వీత।

"మానస్తోకే తనయే మాన ఆయుషి మానో। గోషు మానో। అశ్వేషురీరిషః। వీరాన్మాన। రుద్ర భామితో వధీః హవిష్మంతో నమసావిధేమతే॥.. అను మంత్రము చెప్పుచూ, భస్మమును చేతులతో రాసుకొని, **"మానో మహాన్తమ్। ఉతమానో। అర్భకంమాన। ఉక్షన్తమ్ ఉతమాన ఉక్షితం। మానో అవధీః। పితరం మోత। మాతరం ప్రియా। మానః తనువో రుద్రరీరిషః॥"**, అను మంత్రమును జపిస్తూ జలముతో ఆ భస్మమును తడపాలి.
"త్రియాయుషం జమదగ్నేః, కశ్యపస్య త్రియాయుషం, యత్దేవానాం త్రియాయుషం - తత్ మే (తన్మే) అస్తు త్రియాయుషమ్॥.." అనే మంత్రము చదువుచూ శిరస్సు- ముఖము - రొమ్ము-భుజములపై.... త్రియాయుషములతో, త్ర్యంబకములతో, త్రిశక్తులతో అడ్డముగా మూడు రేఖలు వ్రాయాలి!

వ్రతమ్ ఏతత్ "శాంభవమ్" సర్వేషు, వేదేషు
వేదవాదిభిః ఉక్తం భవతి।
తస్మాత్ తత్ సమాచరేత్
ముముక్షుః న పునః భవాయ।

'శాంభవము' అనబడే ఈ త్రిపుంఢ్రధారణ విధి 4 వేదములలోను చెప్పబడినదై, వేదవాదులచే ముముక్షువులకు సాధనదీక్షగా బోధించ బడుతోంది. ఇట్టి శాంభవ-త్రిపుంఢ్ర ధారణ - త్రిరేఖా భస్మలేపన విధిని వ్రతముగా ఎవ్వరు శ్రద్ధతో ఆచరిస్తూ.. మంత్రముగ్ధంగా త్రిరేఖా భస్మధారణ చేస్తూ ఉంటారో, వారు (వారికి శ్రద్ధ-పట్టుదలలు తోడు కాగా) పునర్జన్మ రహితులు అగుచున్నారు.

---

3 **అథ సనత్కుమారః పప్రచ్ఛ :**
ప్రమాణమ్ అస్య
త్రిపుంఢ్ర ధారణస్య,
త్రిధా రేఖా భవంతి,
ఆ లలాటాత్ ఆ చక్షుషోః,
ఆ మూర్ధ్నో భ్రువోః మధ్యతశ్చ।
యా అస్య ప్రథమా రేఖా,
సా 'గార్హపత్య' శ్చ, 'అ'కారో,
రజో, 'భూః' లోక, ఆత్మా క్రియాశక్తిః,
– ఋగ్వేదః ప్రాతః సవనం।
– మహేశ్వరో దేవతా– ఇతి॥

శ్రీ సనత్కుమారుడు (పరిమాణము) : త్రిపుంఢ్రధారణకు ప్రమాణము ఏది? అడ్డముగా భస్మరేఖలు ఎంతవరకు పొడుగుగా ధరించాలి? వాటి వాటి వైదాంతిక - ఆధ్యాత్మిక అర్థములు ఎట్లా ఎరిగి ఉండాలి?
కాలాగ్ని రుద్ర భగవానుడు :
సద్యోజాతాది పంచమంత్రములు
1. సద్యోజాతం ప్రపద్యామి। సద్యోజాతాయవై నమో నమః। భవే భవేన అతిభవే భవస్వమాం। భవోద్భవాయ నమః॥
2. వామదేవాయ నమో। జ్యేష్ఠాయ నమః। శ్రేష్ఠాయ నమో। రుద్రాయ నమః। కాలాయ నమః। కలవికరణాయ నమో। బలవికరణాయ నమో। బలాయ నమో। బలప్రమథనాయ నమః। సర్వభూత దమనాయ నమోః మనో - ఉన్మనాయ నమః॥
3. అఘోరేభ్యో। అథ ఘోరే భ్యో। ఘోరఘోరతరేభ్యః। సర్వేభ్యః। సర్వ। శర్వేభ్యో। నమస్తే అస్తు రుద్రరూపేభ్యః॥
4. తత్పురుషాయ విద్మహే, మహాదేవాయ ధీమహి। తన్నో రుద్రః ప్రచోదయా
5. ఈశానః సర్వవిద్యానాం ఈశ్వరః సర్వభూతానాం। బ్రహ్మోధిపతిః। బ్రహ్మణే-అధిపతిః। బ్రహ్మ శివో మే అస్తు సదాశివ 'ఓం'॥
ఈ 5 మంత్రములతో విభూతిని గ్రహించాలి.
త్రిపుంఢ్రధారణ విధిలో '3' రేఖలు.
- లలాటము (నుదురు-) చివరివరకు గాని (కనుబొమ్మల చివరలను కలుపుచూ పై భాగమంతాగాని),
- కనుల స్థానము వరకు గాని
- మూర్ధ్ని - కనుబొమ్మలకు పై ప్రదేశములో గాని, భ్రూమధ్య ప్రదేశంలోగాని భస్మము (విభూతి) ధారణ చేయాలి.
అట్టి త్రిపుంఢ్రము యొక్క
ప్రథమ (1) రేఖ→ యజ్ఞ - యాగములలో మొట్టమొదటి అయినట్టి "గార్హాపత్యాగ్ని" రూపము!
- 'ఓం'కార ప్రణవములోని మొదటిది అయినట్టి 'అ'కారము।

		- త్రిగుణములలోని 'రజో'గుణ సంజ్ఞ। - 'భూ' లోకము (భూలోకము). - ఆత్మ యొక్క **క్రియాశక్తి (పార్వతి).** - ఋగ్వేదము - ఋక్కుల - మంత్రసారాంశములు - ప్రాతః సవనం → ఉదయకాలపు ప్రార్థన (సృష్టి ప్రారంభ) ధ్యానోపాసన। దేవత = మహేశ్వరుడు
4	**యా అస్య ద్వితీయ రేఖా,** **సా దక్షిణాగ్నిః । ఉకారః।** **సత్త్వమ్। అంతరిక్షమ్।** **అంతరాత్మా। ఇచ్ఛాశక్తిః।** **యజుర్వేదో। మధ్యం దినగ్ం** **సవనగ్ం। సదాశివో దేవతా – ఇతి॥**	**ద్వితీయ (2)వ రేఖ ఏమై ఉన్నది?** - యజ్ఞ-యాగములలో వెలిగించబడే దక్షిణాగ్ని! - ప్రణవములో రెండవ అక్షరమగు **'ఉ'కారము** - గుణము = సత్వగుణము, లోకము = అంతరిక్షము. - అంతరాత్మయొక్క **ఇచ్ఛాశక్తి (సరస్వతి).** - యజుర్వేద యజస్సుల - ఉపాసన. - కాలము - **మధ్యాహ్న కాలపు సవనము** (ప్రార్థన). - దేవతా = సదాశివుడు. (సదా శివోపాసన).
5	**యా అస్య తృతీయా రేఖా,** **సా ఆహవనీయో। 'మ' కారః।** **తమో। ద్యౌః లోకః। పరమాత్మా।** **జ్ఞానశక్తిః। సామవేదః।** **తృతీయ సవనం।** **మహాదేవో దేవత। ఇతి॥**	**త్రిపుండ్రములోని తృతీయ (3వ) రేఖ ఏదై ఉన్నది?** -ఆహనీయాగ్నికి సంజ్ఞ. మహిమ, విధి. - ప్రణవములోని మూడవదగు **'మ'కారము** - గుణము = **తమోగుణము** - లోకము = **దివి(ద్యౌ) లోకము (దేవలోకము)** - స్వరూపము = **పరమాత్మ** - శక్తి = **జ్ఞానశక్తి (లక్ష్మి)** - సామవేద సవనము. సాయంకాలోపాసన. - దేవత : **మహాదేవుడు**
	ఏవం త్రిపుండ్రం విధిం, భస్మనా కరోతి, **యో విద్వాన్ బ్రహ్మచారీ గృహీ** **వానప్రస్థో యతిర్వా,** **స మహాపాతక, ఉపపాతకేభ్యః పూతో భవతి।**	ఈ విధంగా త్రిపుండ్ర భస్మధారణను విధి-ఉపాసనాపూర్వకంగా, మంత్రోచ్చారణతో నిర్వర్తిస్తూ ఎవరు ఉంటారో, ఆతడు విద్వాంసుడు (పాండిత్యము సముపార్జించువాడు)కాగలడు. ఆతడు, బ్రహ్మచారిగాని, గృహస్థుడుగాని, వానప్రస్థుడు గాని, యతిగాని.. ఏ ఆశ్రమంలో ఉన్నవాడైనా కూడా, మహాపాతక-ఉపపాతములు చేసినవాడు కూడా.. పవిత్రుడు కాగలడు.
	స సర్వేషు తీర్థేషు స్నాతో భవతి। **స సర్వాన్ వేదాన్ అధీతో భవతి।** **స సర్వాన్ దేవాన్ జ్ఞాతో భవతి।** **స సతతం సకల రుద్ర మంత్ర జాపీ భవతి।** **స సకల భోగాన్ భుంక్తే,** **దేహం త్యక్త్వా శివ సాయుజ్యమ్ ఏతి।** **న స పునరావర్తతే। న స పునరావర్తత।** **ఇతి ఆహ- భగవాన్ కాలాగ్నిరుద్రః।** **యస్తు ఏతత్ వా అధీతే, సో అపి ఏవమేవ భవతి** **ఇతి ఓగ్ం సత్యమ్।** **ఇత్యుపనిషత్** ***ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః।***	సర్వ తీర్థములలో స్నానము చేసిన పుణ్యము పొందగలడు. అన్ని వేదముల అధ్యయనము చేసిన ఉత్తమ ఫలము సముపార్జించుకోగలడు. సర్వదేవతల తత్త్వమును ఎరిగినవాడు అగుచున్నాడు. ఎల్లప్పుడు రుద్రమంత్రము చదివితే లభించగల ఫలము త్రిపుండ్ర ధారణ విధిని అభ్యసించువాడు పొందుచున్నాడు. ఇహము నందు సకల భోగములు అనుభవిస్తూ, దేహానంతరము శివసాయుజ్యము పొందు చున్నాడు. ఇక ఆతనికి పునరావృత్తి దోషము ఉండదు. - ఆ బ్రహ్మ-భువనాల్లోక పునరావృత్తి పొందుచున్న ఈ జీవుడు త్రిపుండ్ర భస్మధారణావిధిచే పునరావృత్తి దోషము నుండి పునీతుడు కాగలడు. ఈ విధంగా కాలాగ్నిరుద్ర భగవానుడు శంకర భగవత్ విభూతియుక్తమగు త్రిపుండ్రధారణ విశేషాలు వివరించారు. ఎవ్వరు ఈ కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్ అధ్యయనము చేస్తారో, వారు కూడా త్రిపుండ్ర విభూతి విధి యొక్క ఫలము పొందుచున్నారు. ఇది సత్యము. ఓంకారతత్త్వవిధి। **ఇతి కాలాగ్నిరుద్రోపనిషత్** **ఓం శాంతిః శాంతిః । శాంతిః॥**

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

9 కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్

(భస్మత్రిపుండ్ర ధారణాయోగము)

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

ఓం కాలాగ్ని రుద్రాయ నమః। సంవర్తి కోఽ౭గ్ని ఋషయే నమః। ఓం సనత్కుమారాయ నమః।

ఎవ్వనియొక్క విభూతి బ్రహ్మజ్ఞానమునకు సులభోపాయముగా ప్రకీర్తింపబడుచున్నదో....అట్టి **కాలాగ్ని రుద్ర భగవానునికి,** స్వ-ఆత్మపదమును ప్రసాదించు ఆ **యోగీశ్వరునికి** నమస్కరించుచున్నాను.

నమో నమః। ఇప్పుడిక 'కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్' తత్త్వమును ఉపాసించుచున్నాను. మంత్రఋషియగు సంవర్త అగ్ని కోఽ౭గ్నికి నమస్కరిస్తున్నాను.

ఛందస్సు → అనుష్టుప్

దేవత → శ్రీ కాలాగ్ని రుద్రుడు

అట్టి భగవంతుడగు శ్రీకాలాగ్ని రుద్ర ఆత్మ భగవానుని ప్రీతికొరకై, ఆ స్వామి కరుణా కటాక్ష వీక్షణ కొరకై **'భస్మ త్రిపుండ్ర ధారణము'** అను ఉపాసనామార్గమును స్వీకరించుచున్నాను.

ఒకానొక సమయములో బ్రహ్మ మానసపుత్రుడగు సనత్కుమారస్వామి ముముక్షువుల పట్ల గల అవ్యాజమైన ప్రేమతో కూడిన హృదయముగల వారై, భక్తి ప్రపత్తులతో కాలాగ్నిరుద్రభగవానుని సమీపించి, త్రి ప్రదక్షిణ - త్రి సాష్టాంగ - త్రి దేహ పూర్వక నమస్కారము సమర్పించి, భగవానుడగు కాలాగ్ని రుద్రుని ఈ విధంగా స్తుతి పూర్వకంగా అభ్యర్థించసాగారు.

శ్రీ సనత్కుమారుడు: హే భగవాన్! కాలాగ్ని రుద్ర-దేవాది దేవా! లోకకళ్యాణమూర్తీ! భక్తవత్సలా! ఆశ్రితవత్సలా! భక్తసులభ ప్రసన్నమూర్తీ! దయార్ద్ర హృదయా! పరమానందస్వరూపా! చంద్రశేఖరా! పాహిమాం! రక్షమాం!

కాలాగ్ని రుద్రభగవానుడు : బిడ్డా! సనత్కుమారా! నీరాక నాకు సంతోషమును కలుగజేస్తోందయ్యా! ఏమీ నీ అభిలాష? చెప్పవయ్యా?

శ్రీ సనత్కుమారుడు : స్వామీ! భస్మభూషితాంగా! ఫాలనేత్ర శూలధారీ! తత్త్వార్థ పూరితమైనట్టి **"భస్మ త్రిపుండ్ర ధారణ విధి"** యొక్క విధానము, మంత్రోచ్చారణలు, అద్దాని ఉద్దేశ్య - పరార్థములు, అద్దాని ప్రయోజనములగురించి మీవద్ద శ్రవణము చేయభావించాను. దయతో ఆ వివరాలు ప్రవచించమని వేడుకొనుచున్నాను. **అట్టి త్రిపుండ భస్మధారణకు** సంబంధించి....

- తాత్త్వికార్థము ఏమిటి?
- **కిం ద్రవ్యమ్?** అందుకు ఏ ద్రవ్యమును ఉపయోగించాలి?
- **కిం స్థానమ్?** ధారణ చేయవలసిన స్థానము ఏది?
- **కతి ప్రమాణమ్?** ఎంతటి ప్రమాణముతో ధారణ చేయాలి?
- **కా రేఖాః?** ఎన్ని రేఖలు?
- **కే మంత్రాః?** ఉచ్చరించవలసిన మంత్రములు ఏవేవి?
- **కా శక్తిః?** అద్దాని శక్తి ఎట్టిది?
- **కిం దైవతమ్?** అద్దాని అధిదేవతా మూర్తులు ఎవ్వరెవ్వరు?
- **కిం కర్తా?** అద్దాని కర్తలు ఎవ్వరు?
- **కిం ఫలమ్?** త్రిపుండ్ర ధారణవలన కలుగు ప్రయోజనములు ఏమేమి? ఈ వివరముల గురించి బోధించండి

కాలాగ్ని రుద్రభగవానుడు : త్రిపుండ్రమునకు (ఆవు పిడకలు – గంధపు చెక్కలు మొదలైన) వస్తువులతో 'ఆగ్నేయ భస్మము' (అగ్నితో కాల్చినప్పటి బూడిద)ను సేకరించాలి. ఆ విధంగా విభూతి (ఆగ్నేయ భస్మము) స్వీకరించుచున్నప్పుడు పారాయణము! (పఠనము) చేయవలసిన '5' మంత్రములు చెప్పుచున్నాను.

(1)	**ఓం సద్యోజాతం ప్రపద్యామి। సద్యో జాతాయవై నమో నమః। భవే భవే నాతి భవే భవస్వమామ్, భవోద్భవాయ నమః॥**	*ఏది త్రికాలములలోనూ – "యో జాతమ్ సత్", 'కేవలసత్' స్వరూపమే అయి ఉండి, **ఈ జగత్తు రూపముగా** కనిపిస్తూ ఉన్నదో, అట్టి **పరబ్రహ్మము**ను స్తుతించుచున్నాను. నమస్కరిస్తున్నాను. భవుడగు ఆయనే ఈ భవమైయున్నది. ఈ విభవమంతా ఆయనయే! ఆయనకు ఆవల ఏదీ లేదు. ఆ భవుడు నన్ను కాపాడునుగాక! అట్టి భవుని నుండి బయల్వెడలు భవమునకు కూడా నమస్కరిస్తున్నాను. ఆయన నా భవ బంధములు తొలగించుగాక!*
(2)	**ఓం వామదేవాయ నమో, జ్యేష్ఠాయ నమః। శ్రేష్ఠాయ నమో, రుద్రాయ నమః। కాలాయ నమః। కలవికరణాయ నమః। బలవికరణాయ నమో నమః। బలాయ నమో, బలప్రమథనాయ నమః। సర్వభూత దమనాయ నమో మనోన్మనాయ నమః॥**	*కేవలీ స్వరూపుడు, నామ (సుందర రూప) తేజస్సులతో విరాజిల్లువారు, దేవతలకే దేవత, సర్వమునకు ముందే ఉన్న జ్యేష్ఠులు, సర్వమునకు శ్రేష్ఠులు, సర్వమును పరమ సత్యము నందు లయింపజేయు రుద్ర – కాలస్వరూపులు, కాలఃకాలుడు, కాలమును అకాలము చేయువారు, బలమును గొప్పగా ప్రదర్శించువారు, బలవంతుడు, బలస్వరూపుడు, సమస్త భూతజాల నియామకుడు, సర్వజీవులు తన పర్యవేక్షణయందు కలిగి ఉన్నవారు, మనస్సుకే మనస్సు అయినవారు అగు **ఆ ఆది దేవునికి నమస్కారము.***
(3)	**ఓం అఘోరేభ్యో అథ ఘోరేభ్యో ఘోర ఘోరతరేభ్యః। సర్వేభ్యః సర్వ శర్వేభ్యో నమస్తే అస్తు రుద్రరూపేభ్యః॥**	*సూక్ష్మమైన దానికంతటికీ సూక్ష్మ స్వరూపుడు, స్థూలమైన దానికంతటికీ స్థూలమైనవాడు, స్థూల – సూక్ష్మములకు ఆవల కారణ స్వరూపుడు, సర్వులకు సుఖ శాంతి ఐశ్వర్య ఆనందప్రదాత, సర్వజీవులు తన స్వరూపముగా కలిగియున్నవారు, సర్వరక్షకులు అగు **రుద్ర భగవానునికి నమస్కారము.***
(4)	**ఓం తత్పురుషాయ విద్మహే మహాదేవాయ ధీమహి। తన్నోరుద్రః ప్రచోదయాత్॥**	*సాక్షాత్తూ 'తత్' ⟶ పరబ్రహ్మముగా భాసిల్లుచున్న ఆ పరమపురుషుని ఎరిగెదముగాక! అందుకొరకై సర్వమును ఎరిగియున్నవాడు సకల జీవులలో 'బుద్ధి' అను 'మహిమ'ను ప్రదర్శిస్తున్నవాడు అగు **'రుద్రభగవానుడు'** మా యందు ఆత్మబుద్ధిని ప్రేరేపించునుగాక!*
(5)	**ఓం ఈశానః సర్వవిద్యానామ్। ఈశ్వరః సర్వభూతానామ్। బ్రహ్మాధిపతిః। బ్రహ్మణో అధిపతిః। బ్రహ్మ శివోమే అస్తు సాదాశివ 'ఓం'!**	*ఈశ్వరుడే సమస్త విద్యలకు అధిపతి. సృష్టిలోని సమస్త జీవరాశులకు ప్రభువు. సమస్త వేదములకు అధిపతి. సర్వ విద్యలు, సర్వుల ఎరుకలు... అన్నీ ఈశ్వరునికి చెందినవే! సర్వజీవులు (ఎరుగుచున్న వారందరు) ఈశ్వరుడే! ఎరుగబడేది, ఎరుగుచున్నది కూడా అంతటా ఈశ్వరుడే! బ్రహ్మకు (సృష్టికర్తకు) అధిపతి. వేదములలోని బ్రాహ్మణములకు స్తుతి విశేషుడు. సర్వము తానైన 'ఓం' సంజ్ఞారూపుడగు **సదాశివుడు** నాకు **శివతత్త్వజ్ఞానము** ప్రసాదించును గాక!*

ఈ విధంగా 'ఈ' 5 మంత్రములు చెప్పుచూ, అర్థముయొక్క భావనను మననము చేస్తూ 'విభూతి'ని పరిగ్రహించాలి. విభూతి తయారుచేయునప్పుడు **"అగ్ని రితిభస్మ। వాయురితి భస్మ! వ్యోమేతిభస్మ! జలమితి భస్మ! స్థలమితి భస్మ!"** ఇతి అనేన అభిమంత్ర్య – అను మంత్రముతో అభిమంత్రించాలి.

ఆ విభూతిని ధారణ చేయబోవుచున్నప్పుడు చేతులకు రాసుకొంటూ,.... చదువు మంత్రము.

మానస్తోకే। తనయే మాన। ఆయుషి మానో।
గోషు మానో। అశ్వేషు ఈరిషః (విశ్వేషు ఈరితః)।
వీరాన్ మనో। రుద్ర భామితో అవధీః।
హవిస్మంతో నమసా విధేమతే॥

విభూతిని చేతులతో రాసిన తరువాత నీటితో తడుపుచూ చదువు మంత్రము :

మానో మహాన్తమ్। ఉత మానో।
అర్భకం మాన।
ఉక్షన్తమ్ ఉతమాన ఉక్షితం।
మానో అవధీః। పితరం మోత।
మాతరం ప్రియా మానః।
తనువో రుద్ర ఈరిషః॥

ఈ విధంగా విభూతి (అగ్నేయ భస్మము)ను నీటితో తడిపి, శిరస్సు – లలాటము – ముఖము – రొమ్ములు – పొట్ట భుజములందు త్రిరేఖలు అవధరిస్తూ **"త్రి–ఆయుష–త్ర్యంబక – త్రిశక్తుల"** రూపంగా భావన చేయాలి.

త్రి ఆయుష మంత్రము

త్రియాయుషం జమదగ్నేః।
కస్యపస్య త్రియాయుషం।
యత్ దేవానామ్ త్రియాయుషం।
తన్ మే అస్తు త్రియాయుషం॥

జమదగ్ని కస్యప మహర్షుల వంటి (మరియు) దివ్యమగు దేవతల వంటి త్రి – ఆయుషములు (జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు; ద్రష్ట జీవాత్మ ఈశ్వత్వములు; ధ్యాన ధ్యాత ధ్యేయములు) నాకు ప్రసాదించబడునుగాక!

త్ర్యంబక మంత్రము

ఓం త్ర్యంబకమ్ యజామహే
సుగంధిమ్ పుష్టి వర్ధనమ్॥
ఉర్వారుకమివ బంధనాత్
మృత్యోః ముక్షీయ।
మా అమృతాత్

త్రిపురేశ్వడగు శ్రీ శివభగవానుడు మాయందు ఉత్తమగంధములను (సుసంస్కారములను) పుష్టిని (ధ్యానయోగ బలములను) వర్ధింపజేసి, అనుగ్రహించెదరుగాక! దోసకాయ పరిపక్వమవగానే దోస తీగ నుండి విడివడుచూ ఉంటుంది కదా! మేము మార్పుచెందుచున్న సర్వము నుండి విడివడి అమృతస్వరూపముతో ఏకము అగునట్లు నడిపించెదరుగాక। మా బుద్ధి జ్ఞాన పరిపక్వత పొంది, మేము ప్రకృతి యొక్క మాయ నుండి విడివడునట్లుగా, మా యొక్క అమృత స్వరూపము వైపు అడుగులు వేయునట్లుగా కటాక్షించెదరుగాక!

త్రిశక్తిమంత్రము

'ఇచ్ఛాశక్తి జ్ఞానశక్తి క్రియాశక్తి ఓం
ఓం శక్తి ఓం శక్తి ఓం శక్తి ఓం॥

ఇచ్ఛ = శ్రీ సరస్వతి, జ్ఞాన = శ్రీలక్ష్మి, క్రియా = శ్రీ పార్వతి

ఈ విధమైన మంత్రములను పలుకుచూ, తాత్వికార్థమును మననము చేయుచూ త్రిపుండ్ర విభూతి (భస్మ) ధారణము చేయు 'శాంభవీ వ్రతము'.... సర్వ వేదములలో ఉదహరించబడినదే! వేదవాదులచే వ్యాఖ్యానించబడుచున్నదే! ఇహ పర ప్రయోజనములు, మోక్షము కోరువారు శాంభవమైన విభూతి ధారణా వ్రతమును ఆచరించెదరుగాక! అట్టి వారు - **న పునః భవాయ** - పునర్జన్మ రహితులు అగుచున్నారు. ముముక్షువులు భస్మధారణ విధిని ఆచరించుటచేత శుభము పొందగలరు.

శ్రీ సనత్కుమారుడు : హే కాలగ్నిరుద్ర దేవాదిదేవా! త్రిపుండ్రముయొక్క పరిమాణము గురించిన వివరణ దయచేసి తెలియజేయండి!

కాలాగ్ని రుద్ర భగవానుడు: త్రిపుండ్ర ధారణస్య త్రిధారేఖా భవంతి : అడ్డముగా '3' రేఖలు.

- ముఖము మొత్తముగాని - **ఆలలాటాత్,**

- కన్నుల చివ్వర - ఆఖరు వరకూగాని - **ఆచక్షుషోః,**

- తలయొక్క చివ్వరివరకుగాని,.. - **ఆ మూర్ధ్నో,**

- కనుబొమ్మల మధ్యయందుగాని - **భృవోర్మధ్యతశ్చ**

త్రిపుండ్రమును ధారణ చేయవచ్చును.

మొదటి రేఖ : యా అస్య ప్రథమరేఖా, సా 'గార్హపత్యశ్చ' 'అ'కారో, రజో, భూర్లోక, ఆత్మాక్రియాశక్తిః, ఋగ్వేదః, ప్రాతః సవనం మహేశ్వరో దేవతేతి!

ఏది ప్రథమ రేఖయో, అయ్యది:

- యజ్ఞములో ప్రథమాగ్ని అయినట్టి **'గార్హాపత్యాగ్ని'** రూపము.
- ఓంకారలోని 'అ'కారము.
- రజోగుణ సంజ్ఞ
- భూలోకమునకు ప్రతీక।
- ఆత్మయొక్క క్రియాశక్తి (పార్వతి)
- ఋగ్వేదరూపము. ప్రాతః కాల సవనము. (ఉపాసనము)
- దేవత = మహేశ్వరుడు

రెండవ రేఖ - యా అస్య ద్వితీయరేఖా.... ఏది రెండవ రేఖయో, అయ్యది....

- యజ్ఞములోని **దక్షిణాగ్ని** రూపము.
- ఓంకార ప్రణవములోని **'ఉ'**కారము.
- సత్వగుణరూపము, **అంతరిక్ష** రూపము.

- అంతరాత్మయొక్క **ఇచ్ఛాశక్తి** రూపము (సరస్వతి).
- యజుర్వేదము. మధ్యాహ్నకాల సవనము (ఉపాసనము).
- దేవత = సదాశివుడు.

మూడవ రేఖ – యా **అస్య తృతీయ రేఖా**.... ఏది '3'వ రేఖయో, అది :

- యజ్ఞములోని **ఆహవనీయాగ్ని** రూపము...
- ఓంకార ప్రణవములోని **'మ'**కారము.
- **తమో**గుణరూపము. **ద్యులోక** (దేవతాలోకము).
- పరమాత్మ యొక్క **జ్ఞానశక్తి** రూపము (లక్ష్మీదేవి).
- **సామ**వేదము. తృతీయ (సాయం) సవనము (ఉపాసనము)
- దేవత = మహాదేవుడు.

శ్రీ సనత్కుమారుడు : ఏ ఏ ఆశ్రమము వారు ఈ త్రిపుండ్ర విభూతి (భస్మ) ధారణావిధికి అర్హులు?

శ్రీ కాలాగ్నిరుద్రభగవానుడు : 4 ఆశ్రములలోవారు కూడా త్రిపుండ్ర ధారణకు అర్హులే! బ్రహ్మచారి – గృహస్థ – వానప్రస్థ. – యతి .... ఎవ్వరైనా సరే ఈ త్రిపుండ్ర విధి దీక్షగా నిర్వర్తించెదరుగాక!

ఫలశ్రుతి :

మహాపాతక – ఉపపాతకములు చేసినవాడు కూడా మంత్ర – మంత్రార్థభావనాపూర్వకముగా త్రిపుండ్ర విధిని ఆచరించటము చేత పవిత్రుడు కాగలడు. పాపదృష్టులు, సాంస్కారములు భస్మమైపోగలవు. అట్టి యోగి (లేక) అట్టి త్రిపుండ్రభస్మ ధారణ చేసినవాడు →

- సర్వ పుణ్యతీర్థములలో స్నానము చేసినవాడు అగుచున్నాడు.
- సర్వ వేదములు అధ్యయనము చేసినవానితో సమానుడు.
- సర్వ దేవతల తత్త్వము ఎరిగినవాడుగా అగుచున్నాడు.
- ప్రతిరోజూ రుద్రజపము చేయుటచేత లభించే అత్యుత్తమ ప్రయోజనము సిద్ధించగలదు.

అట్టివాడు ఇహములో సకల భోగములను పొంది దేహానంతరము శివసాయుజ్యము పొందుచున్నాడు.

ఆతడు పునరావృత్తిదోషముతో కూడిన 'జన్మ–కర్మ–చక్రము' నుండి విడివడుచున్నాడు.

ఈ విధంగా కాలాగ్నిరుద్ర భగవానుడు సనత్కుమారునికి భస్మ త్రిపుండ్ర (విభూతి) ధారణ విధి గురించి వివరించారు.

యస్తు ఏతత్ అధీతే సో అపి ఏవమేవ భవతి। ఇత్యోగ్ం సత్యమ్। ఎవ్వరు ఈ కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్తు అధ్యయనము చేస్తారో...వారు కూడా అట్టి ఫలమునే తప్పక పొందగలరు. **ఇది సత్యము.**

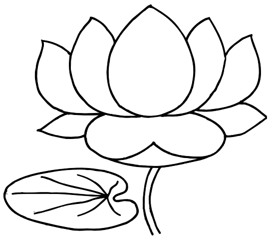
ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్
ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

10 కైవల్యోపనిషత్

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ కైవల్యోపనిషత్ వేద్యమ్ కైవల్య ఆనంద తుందిలమ్
కైవల్య గిరిజ ఆరామమ్, స్వమాత్రమ్ కలయేత్ అహమ్।



కేవల స్వస్వరూపమునకు దారిచూపునది, నిర్హేతుక - కేవలానందమును ప్రసాదించునది. 'కైవల్యము' అనే కొండ శిఖరముపైగల ఆరామ విశ్రాంత గృహమునకు జేర్చునది - అగు కైవల్యమార్గమును ఈ కైవల్యోపనిషత్ ప్రసాదించగలదు.

1 అథ అశ్వలాయనో
భగవన్తం, పరమేష్ఠినం
పరిసమేత్య, ఉవాచ॥

ఒకప్పుడు → అశ్వలాయన మునివరేణ్యులు - సాధన చతుష్టయమును చక్కగా అభ్యాసము చేసినవారై, అటు తరువాత → భగవంతుడు, పరమేశ్వరుడు అగు **బ్రహ్మదేవుని** సన్నిధానానికి **ఆత్మజ్ఞానార్థి అయి** వెళ్లారు. ఈ విధంగా **ప్రశ్నించారు.**

---

2 అధీహి భగవన్। బ్రహ్మవిద్యామ్, వరిష్ఠామ్,
సదా సద్భిః సేవ్యమానామ్ నిగూఢామ్,
యయా అచిరాత్ సర్వపాపం వ్యపోహ్య
'పరాత్ పరమ్ పురుషమ్' ఉపైతి దివ్యమ్॥
(ఉపైతి విద్వాన్)।

హే భగవాన్! బ్రహ్మవిద్యావరిష్ఠా! పరమేష్ఠీ। బ్రహ్మదేవా!

- ఎల్లప్పుడు సత్పురుషుల చేతను, మహనీయుల చేతను సేవించబడుచున్నది,
- 'అతి రహస్యము' అయి ఉన్నట్టిది,
- త్వరితగతిగా సర్వ పాప-అల్ప - సాంసారిక దృష్టుల నుండి ఈ జీవుని సముద్ధరించునది,
- అత్యంత ఉన్నతము - ప్రాముఖ్యము అయినది

అగు '**బ్రహ్మవిద్య**' కొరకై మిమ్ములను ఆశ్రయిస్తున్నాను. స్వామీ! ఈ జీవునికి సంబంధించి ఇహము-పరములకు ఆవల గల దివ్యమగు **పరాత్-పరమ పురుషార్థస్థానము**ను మేము ఎట్లా పొందగలుగుతామో, అట్టి మార్గమును ఉపదేశించమని మిమ్ములను ప్రార్థిస్తున్నాను.

---

3 తస్మై సహోవాచ పితామహశ్చ:
శ్రద్ధా భక్తి ధ్యాన యోగాత్ అవైహి।
న కర్మణా, న ప్రజయా - ధనేన।
త్యాగేన ఏకే అమృతత్వమానశుః॥

అప్పుడు పితామహుడు (సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుడు) అశ్వలాయన మునికి ఇట్లు బోధించసాగారు.

ఓ బిడ్డా! అశ్వలాయనా! నీవు తెలుసుకోవాలనుకొంటున్న పరాత్ పరమపురుషుని చేరాలంటే, అందుకు **శ్రద్ధ, భక్తి, ధ్యానము, యోగముల అభ్యాసమే శరణ్యము.** అంతేగాని లౌకిక కర్మల చేతనో, పుత్ర-శిష్య. బంధు-మిత్ర ఇత్యాది జనసంపద చేతనో, ధనము చేతనో లభించేది కాదు, ఒక్క **'త్యాగము' అను మార్గములో వెళ్లితేనే అమృతత్వమును ఈ జీవుడు పొందగలుగుతాడు.**

4 పరేణ నాకం, నిహితం గుహాయాం,
విభ్రాజతే యత్ యతయో విశన్తి,
వేదాంత విజ్ఞాన సునిశ్చిత అర్థాః
సన్యాస యోగాత్ యతయః శుద్ధ సత్త్వాః॥

ఆ స్థానము స్వర్గము మొ॥న ఊర్ధ్వలోకములకు కూడా ఆవల ఉన్నట్టిది. అయితే అది ఈ జీవుని యొక్క హృదయ గుహలోనే ఉన్నది. కనుక అత్యంత సామీప్యమైనది కూడా!

(1) వేదాంత విజ్ఞానము చేత సునిశ్చితమైన అర్థమును బుద్ధిలో గ్రహించటం చేతను, (2) **"ఇంద్రియ దృశ్యములో నాది అనునది ఇక్కడ ఏదీ లేదు! సర్వము పరమాత్మకు చెందినదే"** అనే రూపముతో కూడిన సన్న్యాస యోగము చేతను..,

సంపాదించుకున్న నిర్మల బుద్ధితో వివేకులు ఆ పరబ్రహ్మమును ఇక్కడే, ఇప్పుడే, తమయందే పొందుచున్నారు. అద్దానియందు ప్రవేశించి సుఖ విశ్రాంతి శీలురు అగుచున్నారు.

---

5 తే బ్రహ్మలోకేషు పరాన్తకాలే
పరామృతాత్ పరిముచ్యంతి సర్వే,
వివిక్త దేశే చ సుఖాసనస్థః
శుచిః సమగ్రీవ శిరః శరీరః॥

అట్టివారు ఇహ సంబంధమైన జన్మ-కర్మల వ్యవహారమంతా అధిగమించి, పరమునకు (స్వర్గాదులకు) ఆవల చేరి బ్రహ్మలోకములో ప్రవేశించి, ఆపై సర్వమునుండి విడివడి **పర-అమృత స్థానము** ను అధిరోహిస్తున్నారు.

ఇక అందుకు మార్గము :

→ **ఏకాంత ప్రదేశములో సుఖాసనమును ఆశ్రయిస్తూ మనస్సును నిర్మలముగా, శుచిగా తీర్చిదిద్దుకుంటూ, శిరస్సు - శరీరము నిలువుగా ధారణ చేసి యోగాభ్యాసం చేయాలి.**

---

6 అంత్యాశ్రమ స్థః, సకల-ఇంద్రియాణి
నిరుధ్య, భక్త్యా స్వగురుమ్ ప్రణమ్య
హృత్ పుండరీకమ్ విరజమ్-విశుద్ధమ్
విచిన్త్య, మధ్యే విశదమ్ విశోకమ్॥

→ చతుర్విధ ఆశ్రమ పరిధులను దాటివేసిన స్థానములో సంస్థితుడై, నాది-నేనులను అధిగమించిన ఉత్తమ బుద్ధితో,

→ సకల ఇంద్రియ - ఇంద్రియ విషయముల మననమును నిరోధిస్తూ..

→ భక్తి-ప్రపత్తులతో బ్రహ్మతత్త్వమును బోధించు సద్గురువునకు ప్రణమిల్లుతూ గురువుపై 'గురి' కలిగియుండి,

→ హృదయ కమలము నుండి రజో-తమోగుణములను ప్రయత్న పూర్వకంగా తొలగించుకొంటూ,

→ సర్వ దిగుళ్లను, శోకములను సుదూరంగా నెట్టివేస్తూ,

→ హృదయ మధ్యగతుడైన పరమాత్మను చింతన చేయాలి!

"సర్వాత్మకుడవు, సర్వతత్త్వస్వరూపుడవు అగు పరమాత్మా! మీరు నా హృదయమున వేంచేసియే ఉన్నారు కదా!" - అని ఉపాసించాలి.

---

7 అచిన్త్యమ్, అవ్యక్తమ్, అనన్తరూపమ్,
శివం ప్రశాన్తమ్ అమృతం బ్రహ్మయోనిమ్।
తత్ ఆది-మధ్య-అన్త విహీనమ్, ఏకమ్,
విభుమ్ చిదానన్దమ్, అరూపమ్, అద్భుతమ్॥

ఆ పరాత్పరుడగు పరమాత్మ ఎట్టివాడు?

అచిన్త్యుడు। → మనస్సులో 'ఇట్టిది' అని నిర్వచించగలిగేవారు కాదు. **అవ్యక్తుడు. అనన్తరూపుడు। శుభస్వరూపుడు। పరమప్రశాంతుడు। అమృతుడు। పరబ్రహ్మస్వరూపుడు। ఆది మధ్యాంత రహితుడు। ఏకమ్। నిత్యమ్।**

అనేకముగా కానివాడు! సర్వముగా ప్రకాశించువాడు! విభుడు! చిదానందస్వరూపుడు! అరూపుడు! అద్భుతుడు!..

ఈ రీతిగా హృదయకమలములో ఆయనను ఉపాసించాలి.

---

8 ఉమా సహాయమ్, పరమేశ్వరమ్ ప్రభుమ్,
త్రిలోచనమ్ నీలకంఠమ్ ప్రశాన్తమ్,
.. ధ్యాత్వా మునిః గచ్ఛతి భూతయోనిమ్ →
సమస్త సాక్షిమ్, తమసః పరస్తాత్॥

ప్రకృతి రూపమగు 'ఉమ'తో కూడుకొన్నవాడు! పరమేశ్వరుడు! సర్వమునకు ఆవల ప్రకాశించువాడు! త్రిలోచనుడు! నీలకంఠుడు! పరమప్రశాంత స్వరూపుడు! సమస్తమునకు సాక్షి! తమస్సు నుండి రజో, సత్త్వములు బయల్వెడలుచుండగా ఆయన సర్వదా తమస్సుకు ఆవల ప్రకాశించువాడు!

అట్టి పరాత్పరుని ధ్యానిస్తూ, సర్వ భూతజాలములకు ఉత్పత్తి స్థానమగు పరమాత్మను మునులు చేరుచున్నారు.

9 స బ్రహ్మ। స శివ। స ఇన్ద్రః। సో అక్షరః। పరమః స్వరాట్। స ఏవ విష్ణుః। స ప్రాణః। స కాలో అగ్నిః। స చన్ద్రమాః।	ఆయనయే ఆదికారణుడు! ఆయనయే సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మ! సదాశివుడు! ఇంద్రుడు! నాశనము లేనివాడు! శ్రేష్ఠుడు! స్వయమ్ ప్రభువు! ఆయనయే సర్వముగా వేంచేసిన విష్ణువు (All-present)! ఆయనయే ప్రాణశక్తి స్వరూపుడు! ప్రాణాధారుడు! ఆయనయే కాలస్వరూపుడు! త్రికాలముల ఆయన రూపమే! అగ్నిగా వెలుగొందుచున్నవాడు! చంద్రుడుగా సర్వము శీతలముగా, చల్లగా చూస్తూ, అమృతకిరణములను ప్రసరింపజేస్తున్న స్వామి।
10 స ఏవ సర్వమ్ యత్ భూతమ్, యచ్చ భవ్యగ్ం। సనాతనమ్। జ్ఞాత్వా, తమ్ మృత్యుమ్ అత్యేతి। న అన్యః పంథా విముక్తయే।।	ఇంతః పూర్వము ఉన్నది, ఇప్పుడు ఉండి ఉన్నట్టిది, ఇక ముందు ఉండబోవునది.. సర్వము **సర్వదా సనాతనమగు ఆ పరమాత్మయే!** అట్టి త్రికాలాతీత - సర్వాత్మ స్వరూపుడగు పరమాత్మ (పరబ్రహ్మము)ను ఎరుగుటచేత మాత్రమే ఈ జీవుడు మృత్యువును జయించివేయగలడు! లేదా; మృత్యువుకు బద్ధుడైయ్యే ఉండవలసి వస్తోంది! ఇంతకుమించి మృత్యువును జయించటానికి వేరే త్రోవ లేనే లేదు.
11 సర్వ భూతస్థమ్ ఆత్మానమ్, సర్వ భూతాని చ ఆత్మని, సం పశ్యన్ బ్రహ్మ పరమమ్ యాతి। న అన్యేతి (అన్యేన) హేతునా।	పరమాత్మను ఎరుగుట అనగా? ఏమని ఎరుగటము? పరమాత్మ సర్వజీవులలో వేంచేసియున్నవారుగా. సర్వుల **అంతర్యామిగా!** - పరమాత్మయే సర్వ జీవులుగా ఉన్నారు! ఆత్మ **సర్వజీవులయందు,** ఆత్మయందే **సమస్త జీవులు** సంస్థితులై ఉన్నారు. ఇట్టి మనో అభ్యాసముచే జీవులు పరబ్రహ్మమును దర్శించగలరు. పరమాత్మ సందర్శనమునకు వేరే త్రోవ లేదు!
12 ఆత్మానమ్ అరణిమ్ కృత్వా ప్రణవం చ ఉత్తరారణిమ్ జ్ఞాన నిర్మథన – అభ్యాసాత్ పాశమ్ (పాపం) దహతి పండితః।।	నిత్యానిత్య వివేకి యగు పండితుడు.., జీవాత్మను → ఘర్షణచే అగ్ని పుట్టించే రెండు కొయ్యచెక్కలలో - క్రింద అరణి (చెక్క)గాను, **ఓంకారము యొక్క అర్థమగు ప్రణవము**→ ను పై కొయ్య చెక్క (అరణి)గాను జ్ఞానము-అనే ఒరిపిడి చేతను, ఆత్మానుభవాగ్నిని జనింపజేస్తున్నాడు. అట్టి బ్రహ్మ జ్ఞానాగ్నితో సంసార పాశమును-మృత్యుపాశమును, దృశ్యము గురించిన భావావేశ పాశమును.., దహించివేస్తున్నాడు. భస్మము చేసి వేస్తున్నాడు.
13 స ఏవ మాయా పరిమోహితాత్మా, 'శరీరమ్' ఆస్థాయ కరోతి సర్వమ్। స్త్ర్యన్న (స్త్రీ–అన్న) పానాది విచిత్ర భోగైః స ఏవ జాగ్రత్ పరితృప్తిమ్ ఏతి।।	**జాగ్రత్:** అనన్యుడు, అఖండుడు అగు పరమాత్మయే ఒకానొకప్పుడు స్వకల్పితమాయచే (లేక) కల్పన - భావనలచే తనకు అన్యమైనది తానే కల్పించుకొని పరిమోహితుడగుచున్నారు. శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధానుభవములందు అభిలషితుడై ఈ 'శరీరము' అనే ఇంద్రియార్థ యంత్రమును ఆశ్రయించుచున్నారు. ఇక సర్వము నిర్వర్తిస్తూ అనేక కర్మల యందు అభినివేశితుడు అగుచున్నారు. స్త్రీ సాంగత్యము, అన్నపానాదులు మొదలైనవన్నీ జాగ్రదావస్థలో పొందుతూ, "ఇవియే నాకు తృప్తి-సంతోషము కలుగజేస్తున్నాయి కదా! కనుక ఇవియే నా సంపూర్ణ-ప్రపంచము" అని తలచటం ప్రారంభిస్తున్నాడు. జాగ్రత్‌లో ఇంద్రియ విషయజాలములో చిక్కుకొనుచున్నారు.
14 స్వప్నే తు జీవః సుఖ–దుఃఖ భోక్తా, స్వమాయయా కల్పిత విశ్వలోకే। సుషుప్తి కాలే సకలే విలీనే తమోఽభి భూతః సుఖ రూపమ్ ఏతి।।	**స్వప్నము: ఇక స్వప్నములోనో..?** తనమాయచే తానే ఒక స్వప్నదృశ్యమును కల్పించుకొని, 'ఊహ' అనే కన్యను తన వెంట నిడుకొని, ఆ స్వప్నలోకంలో విహరిస్తూ "నేను ఇంతటివరకే! ఇదియే నేను''.. అని తలచటం ప్రారంభిస్తున్నారు. సుషుప్తసందర్భములోనో..? సర్వజాగ్రత్ -స్వప్నవిషయములు ఆయన యందు అప్రదర్శితరూపమై లయము పొందగా, ఆతడు అజ్ఞానము - ఖండత్వములచే ఏర్పడి ఆవరించబడి విషయముల శ్రమచే ఏర్పడిన "తమోరూప సుఖము''ను కల్పితముగా అనుభవిస్తున్నారు.

15 పునశ్చ జన్మాన్తర కర్మయోగాత్
స ఏవ జీవః స్వపితి ప్రబుద్ధః
పురత్రయే క్రీడతి యశ్చజీవః,
తత్ అస్తు జాతగ్ం సకలమ్ విచిత్రమ్॥

ఈ విధంగా జాగ్రత్తులో రోజురోజు అనేక ఇంద్రియ విషయాలు పొందుచూ వదలుచూ ఉండగా, స్వప్నదశలో అనేక స్వప్నాలు వచ్చి ఉండి, కరగిపోవుచుండగా,

ఈ దేహము బాల్య-కౌమార-యౌవన-వార్ధక్య దశలలో మార్పు చెందుచూ ఒకనాటికి శిథిలమైపోతోంది. ఈ దేహము నశిస్తోంది. **"ఇంద్రియ విషయ జగత్తు నాపట్ల సత్యమే కదా!"** అని భావించిన కారణముగా మరల మరొక దేహము కర్మానుసారంగా వచ్చిపడుతోంది. ఈతడు ఇతఃపూర్వపు దేహము సంబంధించిన విశేషాలను స్వప్నతుల్యంగా త్యజించి, క్రొత్త దేహంతో **"ఈ వర్తమాన ఇంద్రియ విషయాలే సత్యము కదా!"** అని అనుకొని పునర్జన్మ రూపుడు అగుచున్నాడు. ఎవ్వడైతే జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులనే 3 పురములలో సంచారాలు చేస్తున్నాడో, ఆతని వలననే ఆతని నుండియే ఈ విచిత్ర విశ్వమంతా జనిస్తోంది. తిరిగి ఆతనియందే లయిస్తోంది.

---

16 ఆధారమ్, ఆనన్దమ్, అఖండబోధమ్
యస్మిన్ లయం యాతి పురత్రయం చ।
ఏతస్మాత్ జాయతే ప్రాణో
మనః సర్వేంద్రియాణి చ।
ఖం, వాయుః, జ్యోతిః ఆపశ్చ పృథివీ విశ్వస్య ధారిణీ॥

ఈ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులనబడేవి ఎందులోంచి వస్తున్నాయి? ఎందులో లయిస్తున్నాయి? సమస్తమునకు ఆధారమైనవాడు, స్వతఃగానే ఆనంద స్వరూపుడు, అఖండబోధ స్వరూపుడు అగు పరమాత్మ నుండే ఈ త్రిపురములు ఒకప్పుడు బయల్వెడలుచున్నాయి. మరొకప్పుడు లయము పొందుచున్నాయి. అందుచేత.. మనం ముఖ్యంగా గమనించవలసినది ఏమంటే,

→ ప్రాణశక్తి; మనస్సు;
→ సర్వేంద్రియాలు; ఇంద్రియ విషయాలు;
→ ఆకాశము - వాయువు - అగ్ని(జ్యోతి) - జలము - భూమి అనే పంచభూతాలు;
→ ఈ విశ్వధారిణియగు ప్రకృతి-

.... ఇవన్నీ కూడా - ఈ జీవుని సహజ స్వస్వరూపమగు - పరమాత్మ నుండే జనిస్తున్నాయి. పరమాత్మయే ఆధారముగా కలిగి ఉన్నాయి-అని!

---

17 యత్ పరమ్ బ్రహ్మ సర్వాత్మా
విశ్వస్య ఆయతనమ్ మహత్,
సూక్ష్మాత్ సూక్ష్మతరమ్ నిత్యమ్
తత్ త్వమేవ। త్వమేవ తత్॥
(తత్త్వమసి–సామవేద మహా వాక్యం)

"ఇంతకీ పరబ్రహ్మము అనగా ఎవ్వరు?"
ఓ అశ్వలాయనా! ఈ ప్రశ్నకు నీకు సూటిగా సమాధానము చెప్పు చున్నాను. విను. **ఎవ్వరైతే సర్వమునకు పరమైనవాడో, పరబ్రహ్మ స్వరూపుడో, సర్వాత్మకుడో, మహత్ స్వరూపుడై ఈ విశ్వమంతటికీ స్థానము అయి ఉన్నాడో, సూక్ష్మము కంటే కూడా సూక్ష్ముడో, సర్వకాల-సర్వావస్థల యందు ఉండియే ఉన్నాడో, నిత్యుడో,.. ఆతడు నీవే! నీవు ఆ పరమాత్మవే! స్వస్వరూపమేవ పరమాత్మా!**
(తత్త్వమసి-సామవేదము)। **తత్ త్వమేవ। త్వమేవ తత్।** ఇందులో సందేహమే లేదు.

---

18 జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్త్యాది
ప్రపంచం యత్ ప్రకాశతే,
తత్ బ్రహ్మాహమ్ – ఇతి జ్ఞాత్వా
సర్వబన్ధైః ప్రముచ్యతే॥

"జాగ్రత్ -స్వప్న-సుషుప్తులలోను, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులుగాను ప్రపంచ స్వరూపముగాను ఏదైతే ప్రకాశిస్తోందో, **అట్టి ఆ బ్రహ్మమే నేను। నేనే బ్రహ్మమును!"** అని ఎప్పుడైతే ఈ జీవుడు గ్రహిస్తున్నాడో.. వెనువెంటనే, ఆ మరుక్షణమే సర్వబంధములు ఆతనికి ఉండవు. సర్వబంధములు ఆతనిపట్ల పటాపంచలౌతున్నాయి! (అయమాత్మా బ్రహ్మ-అథర్వణ వేదము)

---

19 త్రిషు ధామసు యత్ భోగ్యమ్,
భోక్తా – భోగశ్చ యత్ భవేత్,
తేభ్యో విలక్షణః 'సాక్షీ'
చిన్మాత్రోఽ హమ్। సదా శివః।
('ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ' – ఋగ్వేద మహావాక్యం)

జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులనబడే మూడు స్థానములందూ కూడా ఏదైతే (1) భోజ్యము - అనుభవించబడునది (2) భోక్తా - అనుభవించువాడు, (3) అనుభవము - భోగము అను త్రివిధ రూపములుగా కనిపిస్తోందో ఆ త్రిరూపములను **ఎరుగుచున్నట్టి** చిన్మాత్ర స్వరూపుడను! విలక్షణమైయున్న సాక్షిని! సదా శివ స్వరూపుడను! ఎరుగు విషయములకు మునుముందే ఉన్నట్టి ఎరుక - (లేక) కేవల చిత్ మాత్ర.. స్వరూపుడను! జీవాత్మగా సర్వాత్మత్వమును ఏమరచినప్పటికీ, పరాత్మకాని క్షణమే లేదు. ఎల్లప్పుడు శివుడనే। *(ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ-ఋగ్వేద మహావాక్యం)*

20 **మయ్యేవ సకలం జాతమ్,** **మయి సర్వమ్ ప్రతిష్ఠితమ్,** **మయి సర్వమ్ లయమ్ యాతి,** **తత్ బ్రహ్మ అద్వయమ్ అస్మి అహమ్॥"** **('అహం బ్రహ్మాస్మి'-యజుర్వేద మహావాక్యం)**	ఈ జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు, వాటివాటి అంతర్గతమైన లోకములు, బ్రహ్మాండములు - ఇవన్నీ కూడా నావలననే, నాయందే ఏర్పడుచున్నాయి. కలుగుచున్నాయి. త్రిమూర్తులతో సహా ఇదంతా ఆత్మయందే ప్రతిష్ఠితమై యున్నది! ఇవన్నీ ఆత్మయందే లయిస్తున్నాయి. ఈ సృష్టి-స్థితి-లయములు ఎందులో దృశ్యమానమగుచున్నాయో.. అట్టి **అద్వయ పరబ్రహ్మమే నేను! (అహమ్ బ్రహ్మాస్మి-యజుర్వేదం)**
21 **అణోరణీయాన్ అహమేవ తద్వత్।** **మహాన్ అహమ్ విశ్వమిదమ్ విచిత్రమ్।** **పురాతనోఽహమ్। పురుషోఽహమ్ ఈశో,** **హిరణ్మయోఽహమ్। శివరూపమస్మి॥** **(చిదానంద రూపం। శివోఽహమ్)**	అణువు కంటే అణువుగాను, మహత్తు కంటే మహత్తుగాను అగు ఆ తత్ పురుషుడను నేనే! ఈ విచిత్రవిశ్వము నా స్వరూపమే! ఈ విశ్వమంతా శరీరమైయుండగా, నేను శరీరిని। దేహిని। సృష్టికి ముందే ఉన్నవాడను. పురాతనుడను! జగత్తు అను క్రియకు పురుషకారము నేనే! కనుక పరమ పురుషుడను! పూర్ణ-కారణ పురుషుడను! పురుషోత్తముడను। ఈ సర్వమునకు నియామకుడను. కనుక ఈశ్వరుడను! పరమాత్మను! సర్వమును 'ఎరుక' అను వెలుగులో వెలిగించుచున్న జ్యోతి స్వరూపుడను! హిరణ్మయ స్వరూపుడను! సర్వ శుభంకరుడను! మంగళ స్వరూపుడను! శివరూపుడను! **శివోస్మ్యహమ్! శివరూపమహమస్మి!**
22 **అ పాణి – పాదోఽహమ్, అచిన్త్య శక్తిః।** **పశ్యామి అచక్షుః స శృణోమి అకర్ణః** **అహమ్ విజానామి వివిక్తరూపో।** **న చ అస్తి వేత్తా మమ చిత్ సదాఽహమ్॥** **(అచింత్య చిన్మాత్ర రూపోఽహమ్)**	నేను హస్త-పాద రహితుడను! కాళ్లు-చేతులు నా అచిన్త్య శక్తిచే కదలు ఉపకరణములు మాత్రమే! అవి కదల్చువాడను! చింతించటానికి అలవి కానివాడను! కన్నులు లేనప్పటికీ సర్వము చూచువాడను. చెవులు లేనప్పటికీ సర్వము వింటున్నది నేనే! సర్వమునకు ఆవల గల పర - కేవలస్వరూపుడను। సర్వము తెలుసుకొను వాడను! చిత్ స్వరూపుడను! నేను ఎవ్వరికీ తెలియబడవాడను కాను! ఎల్లప్పుడు చిన్మాత్ర స్వరూపుడను! నాయొక్క 'ఎరుక' యొక్క చమత్కార విన్యాసమే ఈ విశ్వరూపమై చెన్నొందుచున్నది. **(చిన్మాత్ర రూపోఽహమ్)**
23 **వేదైః అనేకైః, అహమేవ వేద్యో।** **వేదాన్తకృత్ వేదవిదేవ చ అహమ్।** **న పుణ్య-పాపే, మమ నాస్తి నాశో,** **న జన్మ దేహ-ఇంద్రియ బుద్ధిః అస్తి॥** **(వేదాంత వేద్యోఽహమ్)**	తెలుసుకొనబడుచున్నవి అనేకము! కానీ, తెలుసుకొనుచున్న నేను ఒక్కడినే! తెలుసుకొనబడేదాని ఆవల ఉండి తెలుసుకొనుచున్నవాడను! వేదాంత (వేద = తెలియబడునది, అంత = ఆవలగల) స్వరూపుడను! అంతేకాదు! తెలియబడుచున్నదంతా కూడా నేనే! వేదములు తెలియజేస్తున్నది నా గురించే! ఆత్మస్వరూపుడనగు నాకు పుణ్య-పాపములు లేవు. జన్మ-దేహ-ఇంద్రియ- బుద్ధి-నాశన ఇత్యాది ధర్మములు ఏమాత్రము లేనివాడను!
24 **న భూమిః ఆపో మమ వహ్నిః అస్తిః.** **న చ అనిలో మే అస్తి నచ అంబరం చ।** **-ఏవమ్ విదిత్వా పరమాత్మ రూపమ్** **గుహాశయం నిష్కళం అద్వితీయమ్,** **సమస్త సాక్షిగ్ం, సత్-అసత్ విహీనమ్,** **ప్రయాతి శుద్ధమ్ పరమాత్మ రూపమ్॥** **(కేవలోఽహమ్। కైవల్యరూపోఽహమ్)**	భూమి-జలము-అగ్ని-వాయువు-ఆకాశము (పంచభూతములు) లేనివాడను! అవి లేనప్పుడు కూడా నేను ఉన్నాను! - హృదయకుహరంలో విలాసి అయి ప్రశాంతముగా ఉండువాడను। - ఏ దోషము చేతను స్పృశించబడనివాడను। - సమస్తమునకు కేవల సాక్షిని। - సత్-అసత్‌లు లేనట్టి సత్ - చిత్ సమరస స్వరూపుడను. అట్టి స్వస్వరూప పరమాత్మను ఎవ్వరు ఇప్పుడు - ఇక్కడ తెలుసుకుంటారో - వారు శుద్ధ పరమాత్మ స్వరూపులే అగుచున్నారు! (బ్రహ్మవిత్ బ్రహ్మైవ భవతి)

ఫలశృతి :

25 యః శతరుద్రీయమ్ అధీతే
సో అగ్నిపూతో భవతి।
స వాయుపూతో భవతి।
స స్వర్ణ-స్తేయాత్ పూతో భవతి।
స సురాపానాత్ పూతో భవతి।
స బ్రహ్మహత్యాయాః పూతో భవతి।
స కృత్యా-అకృత్యాత్ పూతో భవతి।
తస్మాత్ విముక్తమ్ ఆశ్రితో భవతి।
అత్యాశ్రమీ సర్వదా సకృద్వా జపేత్॥

ఫలశృతి :

'శతరుద్రీయము' అను మరొకపేరు గల ఈ కైవల్యోపనిషత్ ఎవరు అధ్యయనము చేస్తారో, వారు అగ్నివలె, వాయువు వలె పరమ పవిత్రులు అవుతారు.

అష్ట మహాపాతకాలైనట్టి బంగారము దొంగిలించటము, సురాపానము, బ్రహ్మహత్య మొదలైనవి చేసి ఉన్నా కూడా, ఈ ఉపనిషత్ అధ్యయనము చేత దోష నివృత్తులు కాగలరు.

నిర్వర్తించిన - నిర్వర్తించుచున్న - నిర్వర్తించబోవుచున్న - నిర్వర్తించలేక పోవుచున్న సర్వ కర్మ బంధముల నుండి విముక్తులు అగుచున్నారు.

ఈ ఉపనిషత్ అధ్యయనము, అర్థమును హృదయస్థము చేసుకొనుచున్నవాడు మోక్షమార్గమును ఆశ్రయించువాడే అగుచున్నాడు. అందుచేత -అనేకసార్లు కైవల్యోపనిషత్ అర్థమును ఆశ్రయించాలి! మరల మరల ఎల్లప్పుడూ పఠించాలి. చతుర్విధ ఆశ్రమములవారికి, ఆశ్రమాతీతులగువారికి కూడా. ఈ అధ్యయనము శుభప్రదము.

---

26 అనేన 'జ్ఞానమ్' ఆప్నోతి,
సంసారార్ణవ నాశనమ్।
తస్మాత్ ఏవమ్ విదిత్వైనమ్
కైవల్యం పదమశ్నుతే॥
కైవల్య పదమశ్నుత ఇతి॥

ఇతి కైవల్యోపనిషత్

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

సంసార సాగరమును నశింపజేయగల మహత్తరగు ఆత్మ జ్ఞానమును ఈ ఉపనిషత్ పఠన - అధ్యయనములు ప్రసాదించగలదు.
ఎవ్వరైతే ఇందలి రహస్యార్థమును తెలుసుకొంటారో అట్టివారు కైవల్యపదమును పొందినవారే అగుచున్నారు.

కైవల్య సిద్ధి సిద్ధించగలదు.

ఇందలి గూడార్థము బుద్ధికి కైవల్యము ప్రసాదించగలదు!

ఇతి కైవల్యోపనిషత్

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

10 కైవల్యోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

శ్లో॥ కైవల్యోపనిషత్ వేద్యమ్ కైవల్య ఆనందతుందిలమ్।
కైవల్య గిరిజారామమ్ స్వమాత్రమ్ కలయేత్ అహమ్।

కైవల్యోపనిషత్‌ను ఉపాశించటము, ఆరాధించటము, పఠించటము, అధ్యయనము చేయటము.. అనునది –

→ 'కైవల్యానందము' అనే **ఆనంద రసము**ను ఆస్వాదించటమే।

→ జగజ్జనని పార్వతీదేవి సంచరించే కైవల్యము అనే ఆనందవనములో ప్రవేశించటము, విహరించటమూను।

→ "అహమేవ తత్ పరబ్రహ్మమ్" అను పరమసత్యముతో మమేకమగుచుండటమే!

– – –

శ్రీ అశ్వలాయన మునీంద్రులవారు గొప్ప భక్తి–ధ్యాన–యోగ సాధనా సంపన్నులు. వారు సుదీర్ఘకాలము – శ్రవణ–మనన–అధ్యయన–నిదిధ్యాసలు, శమ–సంతోష–సత్సంగ–విచారణ రూపములైన సాధన **చతుష్టయము**ను సేవించినట్టి ముని ప్రవరేణ్యులు.

ఒకరోజు...,

ఆ ఆశ్వలాయన మునీశ్వరులు 14 లోకములలో సంచారములు చేస్తూ బ్రహ్మలోకము ప్రవేశించారు. పరమానందస్వరూపులు, మహత్తర ప్రజ్ఞా దురంధరులు, సృష్టికర్త, మహత్ వరేణ్యులు, అపార కరుణామయులు, పరమేష్ఠి, భగవంతుడు, సర్వజీవులకు ప్రియము కలుగజేసే పితామహులు అగు బ్రహ్మదేవుని దర్శించారు. భక్తి–ప్రపత్తులతో సాష్టాంగ దండప్రణామములు సమర్పించారు. స్వామి పాదపద్మములను ఆనందాశ్రువులతో అభిషేకించారు.

అశ్వలాయనముని: హే పరబ్రహ్మమూర్తీ! లోకేశ్వరా! బ్రహ్మవిత్! పితామహా! సర్వాంతర్యామీ! సర్వతత్త్వ స్వరూపా! జ్ఞానానంద ఐశ్వర్యా! మా నమస్కారములు ప్రేమతో స్వీకరించెదరుగాక!

బ్రహ్మదేవుడు : బిడ్డా! నీ భక్తికి మెచ్చుకొంటున్నాను. శుభమగు గాక! నీవు ఏమి అభిలషిస్తున్నావో, అది నెరవేరుస్తాను. కోరుకోవయ్యా!

అశ్వలాయనముని : హే భగవాన్! పూర్వ పుణ్యవశము చేతను, మీ యొక్క కరుణాకటాక్ష వీక్షణ చేతను మీ **దర్శనభాగ్యం** నాకు ఇప్పుడు లభించింది.

విద్యలన్నిటికీ రాజవిద్య బ్రహ్మవిద్యయే కదా! వరిష్ఠము – మహత్తరము – పరమ పవిత్రము, సత్పురుషులచే ఎల్లప్పుడు సేవించబడుతూ ఉండేది, రహస్యములలోకెల్లా పరమరహస్యము (నిగూఢము) అగు పరబ్రహ్మము గురించి మీ నుండి తెలుసుకోవాలనునదే నా అభిలాష. అట్టి బ్రహ్మము గురించి విశదీకరించమని నా విన్నపము.

ఇహ–పరములకు ఆవల గల దివ్యమగు **"పరాత్-పరమ పురుషస్థానము"**ను మేము చేరుకొనేది ఎట్లాగో.., దయతో ఉపదేశించండి!

సంసారమునందు చిక్కి అనేక భ్రమలందు సంచరించే మేము, మాయొక్క పాప – అల్ప దృష్టుల నుండి విముక్తి పొంది, చంచలత్వమును జయించి పరాత్పర పురుషుని పాదపద్మముల వద్ద బుద్ధి స్థిరత్వమును పొందేది ఏ మార్గంలో? కైవల్యమునకు ఉత్తమము–సులభము అగు ఉపాయమేమిటి? అట్టి బ్రహ్మవిద్యను ఉపదేశించవలసినదిగా మిమ్ములను శరణువేడుతూ మరల మరల అభ్యర్థిస్తున్నాను.

పితామహుడగు బ్రహ్మదేవుడు : నాయనా! శ్రేయోదాయకము, శోభాయమానము అయినట్టి విషయమునే అడిగావు.

బ్రహ్మము ఎట్టిది? నేను ఎవరు?

ఈ రెండిటికి ఉత్తమమైన సమాధానము సముపార్జించుకోవటమే **బ్రహ్మవిద్యోపార్జనము.** అదియే పరాత్ పరమ పురుషస్థానము చేరే ఉపాయము, కేవలీ స్వస్వరూపానుభవమగు కైవల్యము కూడా! అయితే, బ్రహ్మము గురించి తెలుసుకోవటము ఎట్లా? అందుకు నాలుగు సాధనలను (సాధన చతుష్టయమును) చెప్పబడుచున్నాయి. ఈ నాలుగింటిని ఈ జీవుడు ఒకసారే ఆశ్రయించాలి. ఆచరించాలి సుమా!

1. శ్రద్ధ : ఈ జీవుడు దేనిపై శ్రద్ధ చూపిస్తున్నాడో, అద్దానినే పొందుచున్నాడు. అశాశ్వతము, దుఃఖప్రదము అగు లోకాంతర్గత విషయాల పట్ల శ్రద్ధ కలిగి ఉండటం చేత, అవియే పొందటం జరుగుతోంది. కానీ, ప్రయోజనం? దుఃఖము తొలగుట లేదు.

పరమశాంతము, అఖండానందము, సంసారదోష నివారకము అగు బ్రహ్మము–బ్రహ్మజ్ఞానము పట్ల శ్రద్ధ కలిగి ఉంటే, అది ఈ జీవుడు తప్పక పొందగలడు.

2. భక్తి : పరాప్రేమస్వరూపమైన భక్తి పెంపొందించుకోవాలి. అప్పుడు బ్రహ్మజ్ఞానము స్వయముగా వికసించగలదు. సర్వే–సర్వత్రా ప్రేమయే భక్తి యొక్క ముఖ్య లక్షణము! ప్రపత్తి (శరణాగతి) అందుకు త్రోవ! పరాప్రేమ అనగా – తల్లికి బిడ్డ పట్ల గల 'అవ్యాజప్రేమ' వంటిది. సర్వ సహజనులపట్ల సహజమైనట్టి వ్యాజాతీతమైన ప్రేమభావన కలిగి ఉండటమే 'భక్తి'.

3. ధ్యానము : ధ్యాసను పరమాత్మ వైపుగా నడిపించాలి. అనగా, తదితరములైన ఇంద్రియ విషయములపై ధ్యాస సన్నగిల్లుతూ రావాలి. ధ్యాసను పవిత్రపరచుకొంటూ ఉండాలి. వేటివేటిచే మనస్సు చంచలమౌతోందో గమనించి, ఆయా సర్వ విషయములనుండి ధ్యాసను వెనుకకు మరల్చి, పరమాత్మ గురించిన అనునిత్య అనుక్షణిక ధ్యాస కలిగి ఉండటమే 'ధ్యానము'. ఇదంతా పరమాత్మగా దర్శించటమే "ఆత్మదర్శనము". సహజీవులను చూస్తున్నప్పుడు అన్యములైనట్టి నామ–రూప గుణములను ప్రక్కకుపెట్టి దృష్టిని అఖండ – ఆత్మవైపుగా మరల్చాలి!

4. యోగసాధన : యోగ సాధనలచే చిత్తము యొక్క ప్రాపంచిక వృత్తులను తొలగించుకుంటూ రావాలి. యోగ సాధనచే బుద్ధి నిర్మలము, సునిశితము, విస్తారము కాగలదు.

ఈ ఈ అభ్యాసములు ఈ జీవుని క్రమంగా పరాత్‌పర స్థానమునకు జేరుస్తాయి. అంతేగాని, కేవలము లౌకిక కర్మల చేతగాని, **పుత్ర-మిత్ర-శిష్య-తదితర బంధు జనసందోహముల సముపార్జన చేతగాని, సంపదల చేతగాని - పరాత్ పరమపురుషత్వము లభించేదికాదు.**

త్యాగము : త్యాగేన ఏకే అమృతత్వమానసుః (త్యాగేనైవతు కైవల్యమ్।) *"నాది అనునది సర్వదా పరమాత్మదే-"* అను రూపంగా సర్వము త్యజించినవారై ఉండటమే ఉత్తమమార్గము. **'త్యాగము'** అను మార్గము అమృతస్థానమును జేర్చగలుగుతుంది.

ఆ పరపదము స్వర్గము మొదలైన సుఖమయమగు ఊర్ధ్వలోకాలకు కూడా ఆవల ప్రకాశించుచున్నట్టిది. అది ఆత్మస్థానము! అయితే..., ఆత్మ ఎక్కడో ఆవల సుదూరంగా ఉన్నదా? కాదు. సహజమగు స్వస్వరూపమే. **పరేణ నాకం నిహితం గుహాయాం విభ్రాజతే యత్ యతయో విశన్తి।** స్వర్గాది ఊర్ధ్వలోకాలో? బాహ్య విశేషాలు మాత్రమే! కనుక ఈ జీవునికి ఆ పరాత్‌పరమపదమే అత్యంత సామీప్యమైనట్టిది. ఇందుకు విజ్ఞులు రెండు ఉపాయాలు సూచిస్తున్నారు.

(1) వేదాంత విజ్ఞాన సునిశ్చితార్థాః। ప్రతినిత్యము వేదాంత శాస్త్రముచే ప్రతిపాదించబడుచున్న ఆత్మ విషయకమైన పరమసత్యమును అర్థం చేసుకొంటూ 'పరమార్థము' (The Final and the Absolute of one's own self) పట్ల సునిశ్చితమగు బుద్ధిని పరిపోషించుకోవటం!

(2) సన్న్యాస యోగాత్ :**సత్ న్యాసమ్ - ఇతి సన్న్యాసమే.** "సర్వము ఆ పరమాత్మకు సర్వదా చెందినదే".. అనే సంయోగ–వియోగాతీత యోగభావనను అనునిత్యముగా అభ్యసిస్తూ ఉండటము. 'సర్వమ్ 'సత్' బ్రహ్మముగా న్యాసించుటచే (లేక) ఉపాసించుటచే ఏర్పడు 'యోగస్థితి'యే **'సన్న్యాసయోగము'.**

ఈ ఉభయ ప్రయత్నములతో తీర్చిదిద్దుకున్నట్టి సాత్త్విక- పరిశుద్ధ బుద్ధిచే ఈ జీవుడు సంసారము నుండి బహిర్గతుడై, **పరాత్పరమ్-బ్రహ్మమ్** స్థానమును తప్పక చేరగలడు.

మహనీయులగు యతులు అట్టి ఇహ (భౌతిక) – పర (స్వర్గాది మానసిక) లోకాలను, జన్మ-కర్మ బంధములను దాటివేసి, సర్వ విషయ-వ్యవహార-సందర్భ-సంకల్పిత దృష్టులను తెగనరికి, బ్రాహ్మీ దృష్టిని ఆశ్రయిస్తున్నారు. బ్రహ్మలోకములో ప్రవేశించిన వారై, ఇక ఇక్కడి నుండి పరాంతకాలమున అమృత స్వరూపమగు స్వస్థానము (సహజ స్వస్వరూపము)ను చేరుచున్నారు.

అందుకు మార్గము ఏమిటి? మరికొంత విశ్లేషించుకుందాము.

"యోగాభ్యాసము"

వివిక్తదేశేచ : "నేను – దృశ్యము – పరమాత్మ"ల అఖండత్వము మాత్రమే భావించగలిగే ప్రదేశము → వివిక్తదేశము (Isolated place). అటువంటి ఏకాంత ప్రదేశము ఆశ్రయించటము. (మనస్సుతో, బుద్ధితో పరమాత్మ తత్త్వ సంబంధమైన మనన-అవగాహన-అన్వయములే 'ఏకాంతోపాసన' లేక 'వివిక్తోపాసన').

సుఖాసనస్థః : అట్టి ఏకాంత ప్రదేశములో సుఖమైన ఆసనమును (A Physical setting posture which is very convenient to the body as well as to condition the thought process) అవధరించటము.

బాహ్య - అభ్యంతర శుచి : శుచి అయిన భావాలను ఆశ్రయించటము. అశుచి అయిన భావాలను (వాళ్ల అటువంటివారు – నేను అంత – వీరు ఇంత-వారు ఎంత- ఇత్యాది భావాలను) దూరంగా ఉంచగలిగేట్లు పరిసరాలను ఎన్నుకోవటము. పరిశుభ్రపరచుకోవటము.

సమగ్రీవ శిరః-శరీరః : ఇక యోగసాధన – ధ్యానములకు ఉపక్రమించాలి. యోగాభ్యాసము చేస్తూ ఉన్నప్పుడు – శిరోఉపరిభాగము – శిరస్సు – మెడ- శరీరము నిటారుగా, నిశ్చలముగా సుఖాసనరీతిగా నిలిపి ఉంచటము.

అత్యాశ్రమస్థః : చిత్తమును ఆశ్రమ (కూర్చునియున్న) పరిసరాలన్నీ అధిగమింపజేయటం.

సకల ఇంద్రియాణి నిరుధ్య : సమస్త ఇంద్రియములను, ఇంద్రియ విషయములను బాహ్యముననే నిరోధించి; సుదూరంగా త్యజించి, పారద్రోలాలి. (స్పర్శాన్ కృత్వా బహిః బాహ్యాన్).

భక్త్యా స్వగురుమ్ ప్రణమ్య : భక్తితో స్వగురువుకు, ఇష్టదైవమునకు ప్రణామములు, స్తోత్రములు సమర్పణ చేయాలి.

హృత్ పుండరీకమ్ విరజమ్-విశుద్ధమ్ (అంతర్-శుచిః) : హృదయ కమలమును చుట్టుకొని ఉన్న రజో-తమోగుణ దోషములను తొలగించుకొంటూ, పరిశుభ్రపరచుకొంటూ..., ప్రయత్నపూర్వకంగా బయటకు నెట్టివేస్తూ ఉండాలి.

విశోకమ్ : సర్వదిగుళ్లను, శోకములను, నిరుత్సాహములను, బద్ధకములను తొలగించివేసుకొంటూ ఉండాలి.

మధ్యే విశదమ్ : హృదయ కమలము మధ్యలో ప్రవేశించాలి.

విచిన్త్య! : సర్వాంతర్యామి, సర్వతత్త్వస్వరూపుడు అగు – ఆ పరమాత్మను ధ్యానము చేయాలి!

అశ్వలాయనుడు : స్వామీ! ఆ విధంగా తగు ప్రయత్నము – శుభ్రత-జాగరూకతతో స్వీయ హృదయ పుష్పములో ప్రవేశించిన తరువాత, ధ్యానించవలసిన ధ్యేయ వస్తువు ఏది? ఎవరు? ఎట్టిది? 'పరమాత్మ' అనగా ఎవరు?

(పితమాహ) బ్రహ్మ దేవులవారు : అట్టి ధ్యేయ వస్తువగు పరమాత్మ గురించి చెప్పుచున్నాను. విను.

అచిన్త్యమ్ : అది నామ – గుణ – రూపాత్మకమైనది కాదు. కేవల చైతన్యము. సర్వ చింతనలకు ఆవల ఉన్నట్టిది. కాబట్టి ఆచిన్త్యమ్. (బుద్ధిగ్రాహ్యమ్ – అతీంద్రియమ్). బుద్ధితో (Through common sense) గ్రహించగలిగేదే గాని, మనస్సుతో ఊహించగలిగేది కూడా కాదు. ఇంద్రియములకు విషయమై ఉండలేదు.

అవ్యక్తమ్ : తానే సమస్తమును వ్యక్తీకరిస్తూ, తాను మాత్రం సర్వవ్యక్తీకరణములకు మునుముందు – ఆవలగా ఉన్నట్టిది. (It is the manifestor of all manifestations. Hence it is not any thing appearing as manifested).

అనన్తరూపమ్ : ఉత్పత్తి అయ్యే ప్రతిదానికి ఒకానొకప్పుడు వినాశనము అనివార్యము. యత్ దృశ్యమ్ – తత్ నశ్యమ్! సర్వసాక్షి అగు పరమాత్మయో! అంతమే లేనివాడు. దేహముతో **పుట్టువాడుకాదు.** దేహముతో **అంతమయ్యేవాడు** కాదు. **అనన్తరూపుడు.**

శివమ్ : సర్వము తానే అయి ఉండటం చేత సర్వునకు **శుభము చేకూర్చువాడు. శుభస్వరూపుడు. సుఖస్వరూపుడు. సర్వస్వరూపుడు** కాబట్టి సర్వమునకు శ్రేయస్సు కలుగజేయువాడు. **శివస్వరూపుడు!**

ప్రశాన్తమ్ : పరమ ప్రశాంత స్వరూపుడు. స్వప్నములో ఏఏ విశేషాలు ఉన్నప్పటికీ ఆ స్వప్నద్రష్టను అవి స్పృశించవుకదా! అట్లాగే "అహమ్"నకు కూడా ఉత్పత్తి స్థానమగు పరబ్రహ్మము పరమ ప్రశాంతము. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులకు కేవల సాక్షి అయి వెలుగొందువాడు.

తత్ : వేద వాఙ్మయము అద్దానికి 'తత్' అను పేరు పెట్టింది ఈ లోకాలు, అందలి జీవాత్మలు ఎద్దాని కల్పనయో, ఎద్దాని నుండి బయల్వెడలుచున్నాయో, **అదియే తత్. తత్ ఏవ త్వమ్। అదియే 'నీవు' - అయి ఉన్నావయ్యా!**

అమృతమ్ బ్రహ్మయోనిమ్। "ఆది - మధ్య - అంత" హీనమ్ : మార్పు - చేర్పులు లేనట్టిది. సర్వమునకు జననస్థానము బ్రహ్మ యోని! అట్టి పరమాత్మకు - మొదలు - మధ్య- చివర అనునవే లేవు. ఉత్పత్తియే లేనప్పుడు, సర్వమునకు కారణ - కారణము అయినప్పుడు అద్దానికి పుట్టుక ఇత్యాదులు ఎక్కడుంటాయి? పరబ్రహ్మము - ఆదిమధ్యాంత రహితము! సర్వదా కేవలము!

ఏకమ్ : పరమాత్మ సర్వదా ఏకమే గాని అనేకము కాదు, అనేకముగా కనిపిస్తున్నప్పటికీ.. ఆత్మజ్ఞాన దృష్టిచే 'ఏకమే'!

కథలో వేరువేరైన అనేక విశేషాలు ఉండవచ్చుగాక. కానీ రచయిత సర్వదా ఒక్కడేకదా!

విభుమ్ : జీవాత్మ - జగత్తులకు విభుడు. యజమాని, **భవస్య ముఖ్యకారణమ్ ఇతి విభుమ్।** మూలకారణడు। **యస్త్యచ విభూతిమ్ ఇతి విభుమ్!** ఇదంతా ఎవరి విభూతి-విభవమో.. ఆయనయే **పరమాత్మ!**

చిదానన్దమ్ : 'ఎరుగుట-ఎరుక' అనునది ఎవ్వరియొక్క స్వకీయ విన్యాసపూర్వక విలాసమో ఆయనయే పరమాత్మ! ఈ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు ఆత్మ యొక్క ఆనంద క్రీడావిలాసమే। పరమాత్మ సర్వదా ఆనంద విలాసుడు! చిదానంద **చిద్విలాసుడు! జగత్ కల్పనా క్రీడావినోది!**

అరూపమ్ : - బంగారమునకు 'ఇది' అనబడే రూపమేయున్నది? కాని ఆభరణరూపముగా కనిపిస్తున్నది బంగారమే!

- అగ్నికి 'ఇది' అనబడు రూపమేమున్నది? కానీ, ఏ వస్తువును దహిస్తూ ఉంటోందో,.. ఆ ఆకారము కలిగి ఉన్నట్లు కనిపిస్తుంది?
- పరమాత్మ సర్వరూపములు తనవై ఉన్నవాడు! కనుక అరూపుడు! రూపరహితుడు! అన్ని రూపములు తానై ఉన్నవాడికి 'ఇది రూపము' - అనునదేమున్నది?
- దేహమునకు రూపము ఉన్నది. మరి, 'దేహి'కి రూపమేముంటుంది?
- **కదిలే దేహములకు రూపమున్నది! కదిలించేవానికి రూపము ఏమై ఉంటుందని అనగలం**? ఈ విధముగా పరమాత్మ **అరూపుడు!**

అద్భుతమ్: పరమాశ్చర్యకరమైనది. అతఃభుతమ్-సర్వభూతములును తానై.., అనేకముగా కనిపిస్తూ సర్వదా 'ఏకమే' అయి ఉన్నవాడు.

న-భూతమ్ ఇతి అద్భుతమ్ : 'సర్వసాక్షి' అనురూపముగా వేరే అయి (Mere witness), కంటికి కనబడనివాడై ఉన్నవాడు.

- సర్వ జీవ-బుద్ధులందు **సంకల్ప- వికల్పములను సర్వత చేయుచు,**
- **నిర్వికల్పుడు అగుచు** ఉన్నవాడు ఈ విధంగా పరమాత్మ **మహాద్భుతుడు!**

ఉమాసహాయమ్ : ఆ పరమేశ్వరుడు 'ఉమ'ను తోడుగా కలిగి ఉన్నవాడు. పరమాత్మ కేవల సత్ స్వరూపుడై ప్రకృతి 'ఉ' + జీవాహంకారము (మ) లచే ప్రదర్శితుడగుచున్నాడు.

ఓం = అ+ఉ+మ -

శివశివా = శివ + శివా -
= పురుషుడు + ప్రకృతి -
= సత్ + చిత్ + ఆనంద

} **స్వరూపుడు!**

సత్ - చిత్ - ఆనందములను తన వెంట తోడుగా కలిగి ఉండటం చేత - పరమాత్మ 'ఉమాసహాయమ్' బిరుదాంకితుడు!
(PRESENCE BEING ACCOMPANIED BY PERCEPTION + PERCEIVER)

పరమేశ్వరమ్ : పరమ్ = ఆవల
ఆవల 'కేవలుడు' (Abosolute) గా ఉండి...,
ఈవల అంతటా తానే అయి వెలుగొందుచున్నవాడు.

అంతటా – అన్నిటా – అన్నీ గా ప్రకాశమానుడు అగుచున్నవాడు. అన్నిటిలోను, అన్నిటిగాను ప్రకాశించుచున్నట్టి వాడు.

పరమ్ = మహత్తరమై, **ఈశ్వరమ్** = విస్తరించి ఉన్నవాడు

[(సమమ్ సర్వేషు భూతేషు తిష్ఠన్తమ్ పరమేశ్వరమ్।
ఈశ్వరః సర్వభూతానామ్ హృత్ దేశే తిష్ఠతి! (భగవద్గీత)]

ప్రభుమ్: సర్వనియామకుడు. పరబ్రహ్మము యొక్క ఇచ్ఛానుసారమే మాయ, జన్మ-కర్మలు, బంధము, మోక్షము.. ఇత్యాదులన్నీ ఉనికి కలిగి ఉంటున్నాయి. ఆయనయే సర్వమునకు అధినాయకుడు! ప్రభువు!

త్రిలోచనమ్ : ఆ పరబ్రహ్మమే – ఒక విషయమును ఒక భావనను, ఒక సంకల్పమును, ఒక అభిప్రాయమును, ఒక అభిరుచిని, ఒక బంధమును

→ సృష్టించుకోవటము - (To Create),
→ స్థితింపజేసుకోవటము - (To Maintain),
→ లయింపజేయుటము - (To Desolve),

తన యందు నిర్వర్తిస్తుండటం చేత పరమాత్మ త్రినేత్రుడు. అనన్యమగు పరమాత్మయే జీవాత్మగా అయి

- జాగ్రత్
- స్వప్న
- సుషుప్తి

అను మూడు వేరువేరైన దృష్టులను (Different channels) తనకు అన్యమైనదాని వలె కల్పించుకొనటము కూడా ఆయన యొక్క త్రినేత్రత్వము.

= ద్రష్ట – దర్శనము – దృశ్యము
PERCEIVER - PERCEIVING - That Being PERCEIVED

= జ్ఞాత – జ్ఞానము – జ్ఞేయము
KNOWER - KNOWING - That being KNOWN

= అనుభవి – అనుభవము – అనుభవించబడునది
EXPERIENCER - EXPERIENCING - That being EXPERIENCED

ఇట్టి త్రిపుటీ తత్త్వములు కూడా → పరాత్ పరము, ప్రతి **ఒక్కరి కేవలీ స్వస్వరూపము,** అగు **పరబ్రహ్మమూర్తి** నుండే బయల్వెడలుచున్నాయి. కనుక ఆయన **త్రిలోచనుడు,** **త్రిమూర్తి** అని కూడా అభివర్ణించబడుచున్నారు. జాగ్రత్ స్వప్నసుషుప్తులుగా మూర్తీభవించువాడు.

నీలకంఠమ్ : ఈ ఇంద్రియములకు కనబడేదంతా కాలముచే నశించేదే! పరాత్పరుడు, పరమపురుషుడు అగు ఆత్మదేవుడు కాలబద్ధుడుకాడు. కాలనియామకుడు.

ఆయన మృత్యు రూపముతో జగత్తులను హరించి, మరల ఉద్భవరూపంతో సంస్కార బీజముతో సృష్టిస్తున్నారు. జగత్తులు నశించవచ్చుగాక! జగత్ తత్త్వమును ఆ పరమేశ్వరుడు రక్షించి పునః సృష్టికి కారణభూతుడగుచున్నారు.

'వినాశనము' అను కాలకూటవిషాన్ని కంఠమునందు ధరించి జగత్తులను రక్షిస్తూ ఉంటాడు కాబట్టి పరమాత్మ 'నీలకంఠుడు'.

సర్వజ్ఞుడగు పరమాత్మ జీవాంశ స్వరూపుడై..., 'నీలత్వసంజ్ఞ' అయినట్టి 'ఏమరపు' నందు తదితరమైనది దాచి ఉంచుకుంటున్నారు.

- జీవాత్మగా తన యొక్క పరమాత్మత్వను ఏమరపు నందు దాచి ఉంచుచున్నారు.
- జాగ్రత్ సందర్భములో స్వప్న – సుషుప్తులను పదిలంగా ఏమరపు విభాగము నందు పదిలపరచుకొని ఉంచుకుంటున్నారు.

అట్లాగే స్వప్నసమయంలో జాగ్రత్ – సుషుప్తులను, సుషుప్తి సమయంలో జాగ్రత్–స్వప్నములను రహస్యముగా పరిరక్షించుకుంటూ ఉన్నారు.

- జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తుల సందర్భాలలో తన యొక్క తురీయత్వమును (కేవల సాక్షిత్వమును) లోనపెట్టుకొని ఉంటున్నారు.
- తురీయత్వ సందర్భంలో జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తానుభవములను క్రీడా వినోదంగా పర్యవేక్షించుకుంటున్నారు.

'ఏమరపు'ను నీలకంఠముగా కలిగి ఉండి, సర్వమును పరిరక్షించుచునే ఉన్నారు. కనుక పరమాత్మ **'నీలకంఠ'** బిరుదాంకితుడు అగుచున్నాడు.

ప్రశాన్తమ్ : పరమాత్మ సర్వము లయించగా, శాంతించగా కూడా శేషించేవాడు. ఈ జగత్ విషయములకు సాక్షి.

జగత్తులు ఉన్నప్పుడు లేనప్పుడు కూడా సర్వదా ప్రశాంత స్వరూపుడు.

సమస్త సాక్షిమ్ : సమస్తమునకు కేవలసాక్షి (Mere witness) అయిన వాడు.

తమసః పరస్తాత్ : అజ్ఞానమునకు ఆవల, ఆదికారణుడై ఉన్నవాడు.

ఓ అశ్వలాయన మునీంద్రా! తనయందు వేంచేసియున్న పరమాత్మ సందర్శనము కొరకై, ఈ జీవుడు ఏంచేయాలి?

నిర్మలముగా తీర్చిదిద్దుకోబడిన హృదయములో ప్రవేశించి, హృదయములోనే దాగి ఉన్న పరాత్పరభాగవానుని...,

- అచిన్త్యునిగా, అవ్యక్తునిగా, అనన్తరూపునిగా..
- శివమ్ – ప్రశాంతమ్ – తత్త్వ రూపునిగా,
- అమృత స్వరూపునిగా,
- ఆది మధ్యాంతరహితునిగా,
- ఏకస్వరూపుడు – విభువు – గా,
- చిదానన్ద స్వరూపునిగా, అరూపునిగా,
- అద్భుత రూపునిగా,
- ఉమాసహాయునిగా, పరమేశ్వరునిగా, ప్రభువుగా, త్రిలోచనునిగా, నీలకంఠునిగా,
- ప్రశాంతునిగా,

కేవల సాక్షిగా, అజ్ఞానాంధకారమునకు ఆవల ఉన్నవాడుగా

మనస్సుతోను బుద్ధిలోను శ్రద్ధగా **ఉపాసించాలి!**

అట్టి యోగి సర్వమునకు ఆదికారణము అగు **పరమాత్మస్థానము**నకు చేరుచున్నాడు.

❀ ❀ ❀

సమస్తమునకు ఆవల కేవలసాక్షి-సర్వకారణుడు అగు ఆ పరాత్పరుడే...,

- సృష్టి సంకల్ప నిర్వర్తకుడు, పితామహుడు, ప్రజాపతి – అగు బ్రహ్మ.
- సర్వ శుభ–సుఖ–ఆనంద ప్రదాతయగు **శివుడు.**
- ఇంద్రియతత్త్వములకు అధిపతి – అధిదేవుడు అగు **ఇన్ద్రుడు.**
- నాశనరహితమగు **అక్షరుడు.**
- దేహమునకు 'దేహి' వలె, ఈ విరాట్ విశ్వమునకు (బ్రహ్మాండమునకు) పరమ **స్వరాట్! విరాట్ స్వరూపుడు! విశ్వరూపుడు!**
- సర్వములోను – సర్వముగాను సర్వదా వేంచేసిఉన్న **విష్ణువు.**
- సర్వులలోను – సర్వములోను కదిలిస్తున్న, ఉజ్జీవింపజేస్తున్న **ప్రాణేశ్వరుడు! ప్రాణశక్తిస్వరూపుడు! సర్వులకు ప్రాణప్రదాత!**
- సర్వమును సృష్టించి – స్థితింపజేసి – లయింపజేసే **కాలస్వరూపుడు.**
- సర్వమును తన ఉష్ణత్వముచే కాపాడుచు, సర్వమును దహించివేయగల **అగ్నిదేవుడు! తేజోరూపుడు! జ్యోతిస్వరూపుడు!**
- సర్వమును చల్లపరుస్తూ, భూమికి ఓజస్సును, ఓషధీ రసమును ప్రసాదిస్తున్న **చంద్రుడు (చంద్రమసః).**

ఇంతేకాదు!

సయేవ సర్వమ్
→ యత్ భూతమ్
→ యచ్చ భవ్యగ్ం
→ సనాతనమ్!

ఎప్పుడు – ఎక్కడ – ఏది **ఉనికి** కలిగి ఉంటుందో,.. అదంతా కూడా **పరబ్రహ్మస్వరూపమే!**

ఇతః పూర్వము ఉండి ఉన్నది, ఇప్పుడున్నది ఇక ముందు ఉండబోయేది, సనాతనమై ముందుగానే ఉండి ఎప్పటికీ ఉండేది, అంతా కూడా...,

"చిదానంద రూపము, పరాత్ పరము అగు- పరబ్రహ్మమే!"

ఎప్పుడైతే సర్వస్వరూపుడు, స్వహృదయాంతరంగుడు, అనన్యుడు అగు పరమాత్మను ఈ జీవుడు తెలుసుకుంటాడో, అప్పుడు మాత్రమే మృత్యువును జయించివేయగలడు!

"ఒకటి పోగొట్టుకోవటం - మరొకటి పొందుచుండటం - అనే రూపము గల మృత్యువును అధిగమించి సర్వాతీతమగు కేవల - అచ్యుత - "అమృతస్వరూపుడు" అగుచున్నాడు!

ఈ జీవుడు ఏ బంధము (Bondage, the shackles of Relatedness)ను అనుభవిస్తున్నాడో, అది తొలగాలంటే..,

అమృతతుల్యమగు ఆత్మను *ఎరుగవలసిందే!* ఇక వేరే త్రోవ లేదు! మరే కారణంగాను శాంతి లభించదు. **జ్ఞానేనైవతు కైవల్యమ్।** ఆత్మను **ఎరుగటయే కైవల్యము!** ఎరుగకపోవటమే **సంసారము!**

- **"నేను సర్వదా జాగ్రత్‌కుగాని, స్వప్నమునకుగాని, సుషుప్తికి గాని పరిమితము కానట్టి.., ఆ త్రినేత్రములుగల (దృష్టులుగల) ఆత్మస్వరూపుడను! నేనే జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తులుగా మూర్తీభవిస్తూ ఉన్నాను. ఈవిధంగా నేను త్రినేత్రుడను, త్రిమూర్తిని –గా వర్ణించబడుచున్నాను.**
- ఇదంతా మమాత్మయే!
- ఆత్మకు భిన్నమైనది ఎక్కడా ఏదీ లేదు!
- నాకు కనబడేవారంతా ప్రియాతిప్రియమగు అస్మత్ ఆత్మస్వరూపులే! ఇదంతా నా కేవలీస్వరూప చమత్కారమే!
- ఆత్మ సర్వదా సర్వమునకు సాక్షి! బంధరహితము! కానీ, సర్వమునకు ఆధారము! అరూపమగు ఆత్మ సర్వరూపము కూడా! నేను సర్వదా ఆత్మస్వరూపుడను!

అని గ్రహించటమొక్కటే **బంధవిముక్తికి మార్గము. కైవల్యపదము!**

అట్టి ఆత్మతత్త్వజ్ఞానము, ఆత్మసాక్షాత్కారము, ఆత్మాహమ్ భావము సముపార్జించుకోవటానికై,

(1)	జీవాత్మను (లేక) బుద్ధిని (లేక) మనస్సును (లేక) సాధన వస్తువగు ఈ దేహము	→	యజ్ఞాగ్ని విధానములో అగ్నిని జనింపజేసే అరణియొక్క **"క్రింద అరణి (క్రింద కొయ్య)".**
(2)	ఓంకార రూపమగు ప్రణవము – మరియు అంతర్గతములు : – అ+ఉ+మ+ 'అర్ధమాత్ర – జాగ్రత్ + స్వప్న + సుషుప్తి + తురీయములు	→	యజ్ఞాగ్ని జనింపజేయటానికి **"పై అరణి (పైకొయ్య)"**
(3)	ఆత్మజ్ఞాన నిర్మథన అభ్యాసము :	→	ఆ రెండింటిని అగ్ని కొరకై సంఘటితము చేయటము.

బుద్ధిని+ఉపాసనను తీవ్రం చేసి ఆత్మజ్ఞానాగ్నిని జనింపజేసి నిత్యానిత్య వివేకులు తమను బంధిస్తున్న సంసార పాశములను తగులబెట్టి భస్మము చేసి వేసి బంధవిముక్తులగుచున్నారు. అన్యమైనదంతా **'ఆత్మాహమ్'** జ్ఞానాగ్నిచే దహించివేసి, అనన్యస్వరూపులై, త్రిలోకములను భస్మధారణగా చేస్తూ, భస్మభూషితులగుచున్నారు.

ఆత్మాహమ్ స్థానము

- స్వప్న దృశ్యము స్వప్నము తన దైనవానిని బంధిస్తుందా? పరిమితునిగా చేస్తుందా? లేదు కదా!
- ఆత్మ స్వరూపుడనగు నాయొక్క **స్వీయ క్రీడాకల్పనలు, వినోద ప్రదేశాలు అయినట్టి**, జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తి అంతర్గత విశేషాలు నాకు వినోదమేగాని విషాదము కాదు. బంధము కానే కాదు.

అనే ఆత్మాహమ్ స్థానమును, కైవల్య పదమును వివేకి (జీవితము అనే అవకాశమును ఎట్లా ఉపయోగించుకోవాలో – తెలిసినవాడు) – చేరుచున్నాడు.

అశ్వలాయనముని : హే పితామహా! సృష్టి ప్రజ్ఞానంద రూపా! లోకగురూ! నాదొక సందేహము.
- అసలీ మాయ ఎవరిది?
- ఎందుకు ఎట్లా కల్పించబడి మమ్ములను నిబద్ధులుగా చేసివేస్తోంది?
- మేము ఎందుచేత ఎవరి కారణంగా ఇందులో చిక్కుకుని ఉన్నాము?
- ఇందులోంచి తేలికగా బయల్వెడలటం ఎట్లా?

బ్రహ్మదేవుడు : అంతా కూడా పరబ్రహ్మస్వరూపుడగు పరమాత్మయొక్క స్వీయ క్రీడా కల్పనా విశేషమే!

ఒకడు తన స్వప్న దృశ్యమును తానే కల్పించుకొని అందులో సుదూర ప్రదేశాలలో స్వప్నానుభూతి పూర్వకంగా విహరిస్తూ **"నేను గదిలోనే ఉండి నిదురిస్తున్నానుకదా!"**.. అనే విషయం ఏమరుస్తూ ఉన్నాడు. నిదుర లేవగానే స్వప్నదృశ్యమంతా క్షణంలో త్యజించి జాగ్రత్‌లో కార్యక్రమాలు పునః ప్రారంభిస్తున్నాడు కదా!

అట్లాగే పరమాత్మ జీవాత్మత్వము – అనే కల్పన చేసుకొని "ఇది నా కల్పనే కదా!" – అనునది ఏమరుస్తున్నాడు.

జీవాత్మ - జాగ్రత్ అవస్థ

→ స్వయముగా తన మాయను తానే కల్పించుకొని అందులో ప్రవేశిస్తున్నాడు,

→ తన కల్పనయందు తానే పరిమోహితుడు (Deeply illusioned) అగుచున్నాడు.

→ భౌతిక శరీరము నందు ప్రవేశించి, ఇందులో సంస్థితుడై, ఇక ఆపై పంచేంద్రియములను ఉపయోగిస్తూ అనేక కార్యక్రమ పరంపరలలో **'నిమగ్నుడు'** అగుచున్నాడు.

→ శృంగారము, అన్నము, పానము, గృహములు, ధనము, దేహముల రాకపోకలు, లోకములో ప్రవేశ – నిష్క్రమణములు ఇటువంటి చిత్ర – విచిత్రములైన భోగములను ఆశిస్తూ, ఆశ్రయిస్తూ, అనుభవిస్తూ, గర్విస్తూ, శోకిస్తూ.. రోజులు గడుపుచున్నాడు.

→ ఇంకొక విచిత్రం ! నూతిలోని కప్ప (కూపస్థ మండూకము) "ప్రపంచమంతా ఇంతే!".. అని అనుకుంటుంది చూచావా? **స్త్రీ- అన్న-పానేషు విచిత్రభోగైః - స ఏవజాగ్రత్ పరితృప్తమేతి!**

"నా యొక్క మొత్తము వ్యవహారత్వము – నా సమస్తము ఈ ఎదురుగా దేహ–ఇంద్రియాలచే ప్రాప్తిస్తున్న జాగ్రత్‌కు మాత్రమే పరిమితము".. అని తలచటం, నమ్మి ఉండటం, పరిమితమైపోవటం ప్రారంభిస్తున్నాడు. ఎప్పటికప్పుడు అంతంతవరకు మాత్రమే తనను తాను గమనిస్తూ పరితృప్తి పొందినవాడై ఉంటున్నాడు.

❋ "ఈ జాగ్రత్‌కు వేరై– నాకు కావలసినది, నేను పొందవలసినది, ఆశించవలసినది, తెలుసుకోవలసింది నాకు సంబంధించి – ఇంకేమీ లేదు.

❋ ఈ జాగ్రత్‌లో నేను ఏమేమి సంపదలు, సంబంధాలు, అనుబంధాలు, బాంధవ్యాలు, పేరు–ప్రతిష్టలు కలిగి ఉన్నానో,... ఇంతవరకే నాకు చెందినవి. వీటి వరకే నేను చెందినవాడను. నా సంగతి ఇంతింత మాత్రమే.

ఇవి అనుకూలమా?... సంతోషము!

ప్రతికూలమా?.. నాకు పరమ దుఃఖము. నా కొంప మునిగినట్లే!

❋ ఈ జాగ్రత్‌లో ఏమి పొందితే, అది వాస్తవానికి పొందినట్లు. ఏదేది పొందలేదో, అది నేను పొందనట్లే కదా మరి!"

అని అత్యంత దృఢంగా భావన చేస్తూ నిమగ్నమగుచున్నాడు.

జీవాత్మ- స్వప్నావస్థ

స్వప్నేతు జీవః సుఖ-దుఃఖ భోక్తా స్వమాయయా కల్పిత విశ్వలోకే!

ఇంద్రియ బాహ్యత్వమును జాగ్రత్ రూపముగా కొంతసేపు అనుభవించిన ఈ జీవుడు దైనందికంగా, తనకు తానే (on a Daily basis) స్వప్న జగత్తులో ప్రవేశిస్తున్నాడు. స్వప్నము ఎవరి కల్పన? మరొకరి కల్పనయా? కానే కాదు.

జాగ్రత్ - స్వప్నములు రెండూ స్వకీయ కల్పనలే!

ఈ జీవుడు తనకు తానే తన ఊహాచమత్కారముచే స్వప్నలోకమును కల్పించుకొని, **"ఈ కనబడే (స్వప్న) జగత్ మాత్రమే నాకు సంబంధించిన పూర్ణ సత్యము కదా!"** అని భావన చేస్తున్నాడు.

"ఈ స్వప్నలోకంలో నాకిప్పుడు కనిపిస్తున్నదే నాకు సంబంధించిన విశ్వమంతా! ఇక్కడి సుఖ-దుఃఖాలు వాస్తవమైనవే" అని తలచుచున్నాడు.

అనగా...,

- స్వప్నలోకంలో విహరిస్తున్నప్పుడు ఆ స్వప్న ద్రష్టకు **జాగ్రత్ - లేనిది, అవాస్తవము** అగుచున్నది. స్వప్నలోకమే సర్వస్వముగా నమ్మబడుచున్నది.
- జాగ్రత్‌లో విహరిస్తున్నప్పుడు వర్తమాన జాగ్రత్ (ఇంద్రియాలతో ఇంద్రియార్థ దృశ్యములు) సత్యముగా అనిపిస్తూ, "స్వప్న విషయాలన్నీ - భ్రమాత్మకము మాత్రమే కదా!" - అని అనిపిస్తూ ఉంటోంది.

జాగ్రత్ లోకమే సర్వస్వముగా భావించబడుతూ వస్తోంది!

జీవాత్మ- సుషుప్తి అవస్థ

సుషుప్త కాలే సకలే విహీనే
తమోఽభిభూతః సుఖరూపమేతి!

ఈ జీవుడు 'సుషుప్తి'ని ఆశ్రయించుచున్న సమయంలో ఇక ఆతడు జాగ్రత్ -స్వప్నములలో అనుభవిస్తూ వస్తున్న సర్వ విషయాలు, విశేషాలు, సందర్భాలు 'మౌనము' అను పెట్టెలో దాచి ఉంచబడుచున్నాయి. (Both are hided in silence)

నిర్విషయ తమోస్థితి (Sheer Ignorance of all else) పొందబడుతోంది!

ఆ తమో స్థితిలో విషయ సంబంధమైన మానసిక శ్రమ లేకపోవటం చేత...,

- ఇదియే సుఖస్థితి!
- నాకు విషయములే లేవు! జ్ఞాపకమునకు రాకుండునుగాక!
- ఈ స్థితియే నాకు సంబంధించిన సమస్తము కూడా!...

అని ఈ జీవాత్మ భావించి, ఆ తమో సుషుప్త స్థితియే సర్వస్వముగా ఆపాదించుకొని ఆస్వాదించుచున్నాడు.

పునర్జన్మ : ఈ జీవాత్మ కర్మయోగముచేత ఈ దేహానంతరము మరొక దేహము పొందుచున్నాడు. మరల బాల్య-యౌవన వార్ధక్యాలు! మరల జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు! ఇదంతా, అంతులేని క్రీడ! సంచార విలాసము!

పరస్వరూపమ్ : జాగ్రత్- స్వప్న- సుషుప్తులు జీవుని యొక్క 'ఇహ' స్వరూపాలు. ఈ జాగ్రత్ - స్వప్న- సుషుప్తులకు ఆవల పరమై ఈ జీవాత్మ యొక్క సాక్షీభూత- ఆత్మ స్వరూపము అనునిత్య చైతన్య జ్యోతి అయి ప్రకాశిస్తోంది. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులను ప్రదర్శించునదై, సర్వమును చేతనముగా చేయుచున్నదై ఉన్నది. అదియే ఈ జీవుని యొక్క

- పరమాత్మత్వము! (విష్ణుతత్త్వము).
- పరతత్త్వ స్వరూపము! (శివతత్త్వము).
- చిత్ చైతన్య స్వరూపము! (దేవీ దివ్యస్వరూపము).

అట్టి "పర, పరాత్పర, కేవలీ ఆత్మ" స్వరూపము ఎట్టిదో... ఇక విను.

- అది జాగ్రత్ - స్వప్న, సుషుప్తులకు, వాటివాటి అంతర్గత సర్వ విశేషాలకు, ఇంద్రియ-ఇంద్రియార్థ - తత్సంబంధమైన సర్వ భావాలకు **ఆధారము.**
- అది స్వయమానంద స్వరూపము. అద్దాని ఆనందము కొరకై మరొక్కటేదీ అవసరమే లేనట్టి కేవలానందము.
- అద్దానియందే నీవు-నేను-జన్మలు-కర్మలు-జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు... ఇత్యాదులన్నీ జలంలో తరంగాలు, బుడగలు మొదలైనవాటి వలె బయల్వెడలుచున్నాయి. అది కేవల బోధ స్వరూపము. 'తెలివి' అనేకముగా అవకుండానే, 'తెలియబడేవి' ఏకానేకములై ఉన్నాయి కదా!
- తెలివి సర్వదా ఏకము! అట్లాగే ఆత్మ **అఖండ బోధ స్వరూపము!**
- **యస్మిన్ లయమ్ యాతి పురత్రయంచ :** ఈ జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు ఎప్పటికప్పుడు ఎందులోంచి వస్తున్నాయి? ఎందులో లయం అగుచున్నాయి? ఆత్మనుండే! ఆత్మయందే!

జలంలో తరంగాలవలె జాగ్రత్-స్వప్న సుషుప్తులు, దేహముల రాక-పోకలు, ఇంకా లోకముల రాకపోకలు కూడా →

→ ఆత్మ నుండే (పరస్వరూపము నుండే) బయల్వెడలుచున్నాయి.
→ ఆత్మయందే లయమును పొందుచున్నాయి.

- **యస్మాత్ జాయతే ప్రాణో, మనః సర్వేంద్రియాణిచ:**

❖ ఎందులోంచైతే ప్రాణశక్తి (Energy), మనస్సు (ఆలోచన) - వీక్షణ - భావన (Thought), సర్వ ఇంద్రియాలు బయలుదేరుచున్నాయో...
❖ ఎందులోంచి భూమి (Solid), జలము / ద్రవము (liquid), అగ్ని (Heat & Light), వాయువు (సర్వ సంచలనములు), ఆకాశము (స్థలము).. అనే పంచభూతములు బయల్వెడలుచున్నాయో..
❖ ఎందులో ఈ విశ్వమంతా ప్రదర్శితమౌతోందో...,
అదియే పరమాత్మ! (పరమ్ + ఆత్మ)

ఓ అశ్వలాయన మునీంద్రా!

ఇక్కడ ఒక అతిముఖ్యమైన విషయము గమనించు!

తత్త్వమసి (సామవేదప్రవచమ్) : ఏదైతే సర్వాత్మకమై, తన మహత్‌గా ఈ విశ్వమును ప్రదర్శించుచున్నదో, సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైయున్నదో, కాలానికి కూడా ఆవల నిత్యమై - నిత్య సత్యమైయున్నదో.. అట్టి పరబ్రహ్మము

తత్ త్వమేవ - అది నీవే అయి ఉన్నావు!

త్వమేవ తత్ - నీవు అదియే ఉన్నావు!

అయమాత్మాబ్రహ్మ (అథర్వణవేద ప్రవచనము) : జాగ్రత్ - స్వప్నము - సుషుప్తి మొదలైన అనేక విషయాలు, విశేషాలతో కూడినవన్నీ ఎద్దానిచేత ప్రకాశింపజేయబడుచూ ఉన్నాయో, అట్టి **బ్రహ్మమే నేను! ఈ 'జీవాత్మ' అనబడునది బ్రహ్మమే.**

అంతేగాని,

... జాగృత్‌లోనో, స్వప్నములోనో, సుషుప్తిలోనో చిక్కుకొన్న ఒక జీవశకలాన్ని కాదు!

'జాగ్రత్' అనునది ఆత్మస్వరూపుడనగు నాచేత ప్రకాశింపజేయబడుతోంది. ఇక అందులో, నా ప్రకాశరూపమైన-'త్వమ్' ఇత్యాది అనేక విశేషాలు.

అట్లాగే స్వప్నము, సుషుప్తి కూడా!

ఈ విధంగా...,

"జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు ప్రకాశింపజేయు, ప్రదర్శనచేయు, ప్రకటిత పరచు బ్రహ్మము నేనే"... అని నీవు గ్రహించుచుండగా, సర్వ బంధములు వాటికవే తొలగిపోయి, నీవు ముక్తుడవు (Relieved of every thing) అగుచున్నావు. **"ఆత్మ నా సహజ రూపము కాబట్టి బంధమే లేదు"** అను అవగాహన (Convinced state)యే ముక్తి, మోక్షము కూడా! **సోఽహమ్।**

ప్రజ్ఞానమ్ బ్రహ్మ-(ఋగ్వేదవాక్యము) - 'ఎరుక' రూపముగా ఏది ఉన్నదో, అది బ్రహ్మమే। తెలివియే। 'తెలియబడుచున్నది'గా విస్తారమగుచున్నది. 'ఎరుక + ఎరుగబడునది' ల రూపమగు ప్రజ్ఞానమే బ్రహ్మము.

జగదనుభవము అనగా...,

❖ అనుభవించువాడు.

❖ అనుభవము.

❖ అనుభవించబడునది.

వీటిని త్రిధామములు (లేక) త్రిస్థానములు అని అంటాము. ఈ మూడింటికి వేరై, విలక్షణమై, కేవల సాక్షియై ఏదైతే ఉన్నదో, అట్టి

- కేవల చిన్మాత్ర స్వరూపుడను!

- సదాశివ స్వరూపుడను నేను!

ఒక నాటకంలో నేను పాత్ర వహిస్తూ ఉంటే, ఆ పాత్ర యొక్క (1) "అనుభవించువాడు (Actor), (2) అనుభవించబడునది (నాటకములోని సంగతులు, సందర్భములు), (3) నటన (Acting).. ఈ మూడింటికి వేరై ఉన్నాను కదా! అట్లాగే పైన చెప్పబడిన జగత్తు సంబంధమైన త్రిధామములు జగన్నాటకాంతర్గతం!

ఇక నేనో? చిదానందరూపమ్ శివోఽహమ్! శివోఽహమ్! కేవల ప్రజ్ఞాన - ఆనంద స్వరూపుడను.

అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి - యజుర్వేదమహావాక్యము

ఈ సర్వము నా నుండే జనించుచున్నది → **మయ్యేవ సకలమ్ జాతమ్!**

ఈ సర్వము నాయందే ప్రతిష్టితమై ఉన్నది → **మయి సర్వమ్ ప్రతిష్ఠితమ్!**

ఇదంతా నా యందే లయించుచున్నది → **మయి సర్వమ్ లయమ్ యాతి!**

అట్టి అద్వితీయ బ్రహ్మమే నేనై ఉన్నాను → **తత్ బ్రహ్మాద్వయమస్మి అహమ్!**

⌘ అణువుకంటే కూడా <u>సూక్ష్మాతి సూక్ష్ముడను!</u>

⌘ మహత్తు కంటే <u>మహత్తరమైనవాడను!</u>

⌘ చిత్రవిచిత్రములతో కూడిన ఈ విశ్వమంతా <u>నా యొక్క రూపవిశేషమే!</u>

⌘ అన్నిటికీ మొదలే ఉన్నవాడను! <u>పురాతన పురుషుడను! సనాతనుడను!</u>

⌘ ఈశ్వరుడనై అంతటా అన్నీగా వ్యాపించిఉన్నది నేనే!

⌘ ఆనంద తేజోరూపుడను! జ్యోతి స్వరూపుడను!

⌘ సర్వమును పవిత్రముగా చేసివేయు మంగళ స్వరూపుడను. శివోఽహమ్! శివోఽహమ్। శివోఽహమ్।

⌘ బ్రహ్మమే స్వరూపముగా గలిగినట్టి నాకు కాళ్లు–చేతులు లేవు. కానీ కాళ్లు–చేతులను చైతన్యపరచువాడను నేనే!

⌘ మనస్సుచే "ఇట్టిది" అని నిర్వచించబడజాలని అచిన్త్య శక్తి స్వరూపుడను! కానీ మనస్సు నా చిదానందముచే ప్రేరణమగుచున్న – చేతనమగుచున్న వస్తువే!

⌘ నా యొక్క వివిధ రూపములన్నీ నేనే ఎరిగినవాడిని! ఎరుగుచున్నవాడను! (1) జాగ్రత్‌లో **నేను!** (2) స్వప్నములో **నేను!** సుషుప్తిలో **నేను!** తురీయుడగు **నేను!** అన్నీ నేనైన నేను। – అన్నీ ఎరిగియే ఉన్నవాడను.

నన్ను ఎరుగువారు మరొకరెవరూ లేరు! నేను సర్వము సర్వదా ఎరుచున్నట్టి వాడను. ఇదంతా నా యొక్క చిదానంద విన్యాసమే!

తెలుసుకోబడుచున్నవి అనేకము. ఎరుగుచున్నవాడిని మాత్రము నేనొక్కడినే!

తెలియబడేదంతా తెలుసుకుంటున్నవాడిని కూడా తెలుసుకొంటున్నవాడిని! తెలియబడేదానికి ఆవల ఉండి సర్వము తెలుసుకొనుచున్నవాడిని! **వేదాంత కృత్। వేదవిదేవచ అహమ్!** వేదములు తెలుపుచున్నది నాగురించే! నాకు పుణ్యము లేదు! పాపము

లేదు! మార్పు లేదు! చేర్పు లేదు! జన్మ లేదు! మృత్యువు లేదు! దేహము లేదు! మనస్సు లేదు! బుద్ధికి ఆవల ఉన్న వాడను! అందుచేత బుద్ధిరహితుడను! నాకు ఇంద్రియములు లేవు! **న జన్మ దేహ ఇంద్రియ బుద్ధ్యాది - అస్తి।**

పరాత్ పరస్వరూపుడనగు నాకు పంచభూతములైనట్టి భూమి-జలము-అగ్ని-వాయువు-ఆకాశము లేవు. వాటికి వేరుగా, వాటికి ఆవల, వాటికి ఉత్పత్తి స్థానమై నేనున్నాను.

ఈ విధంగా పరబ్రహ్మస్వరూపుడనగు నేను **సర్వహృదయములలోని అంతర్యామిగా ఉన్నవాడను। ఎట్టి సాంసారిక- పాంచభౌతిక దోషములచే స్పృశించబడనివాడను! అంతా నా స్వరూపమే! నాకు ద్వితీయమనునది ఎక్కడా ఏదీ లేదు! అద్వితీయుడను!**

అంతేకాదు!

సమస్తమునకు (నాటక దీపమువలె) కేవలము 'సాక్షిని' (I am a mere witness being quite beyond and quite unaffected by what all that tends to happen)! **నేను సత్తును కాదు! అసత్తునుకాదు! సదసత్తును కాను.**

దృశ్యములోని - జగత్తులోని - విశ్వములోని ఒకానొక వస్తువు-రూపము -నామము కాదు! కనుక సత్తును కాదు.

నేను ఉండుటచేతనే ఈ జగత్తుకు సత్తుగా కల్పితమగుచున్నది. వస్తువురూపము, నామము యొక్క ఆధారము నేనే! అందుచేత నేను అసత్తును కూడా కాదు! **ఈ విధంగా 'సత్-అసత్ విహీనమహమ్!**

⌘

ఎవ్వరైతే పైన చెప్పిన విశేషణములతో కూడిన తమ యొక్క పరమాత్మ రూపమును తెలుసుకుంటారో...

బ్రహ్మవిత్ బ్రహ్మైవ భవతి।

అట్టివారు శుద్ధ పరమాత్మయందు ప్రవేశించి, శుద్ధ పరమాత్మ స్వరూపులే అగుచున్నారు!

- - -⌘- - -

'శతరుద్రీయము' అని కూడా పేరుతో చెప్పబడుచున్న ఈ కైవల్యోపనిషత్ ఎవ్వరైతే అధ్యయనం చేస్తారో, వారు అగ్నివలె పరమపవిత్రులౌతారు. వాయువు వలె నిర్మలులౌతారు.

సురాపానము, బ్రహ్మహత్య ఇత్యాది దోషముల నుండి కడిగి వేయబడతారు!

కృత(నిర్వర్తించినవి) అకృత (నిర్వర్తించనివి) అగు సర్వకర్మదోషముల నుండి విముక్తులౌతారు. **కృతకృత్యా పూతో భవతి!** కృతకృత్యులు అవుతారు. పరమ నిర్మలత్వము సంతరించుకోగలరు.

సంసార బంధవిముక్తి కొరకై ఈ కైవల్యోపనిషత్‌ను బుద్ధితో ఆశ్రయించెదరుగాక! వర్ణాశ్రమవాసులందరికీ (4 ఆశ్రమముల వారికి) ఈ ఉపానిషత్ అర్థం గొప్ప ఉపాయం. వర్ణాశ్రమ ధర్మాలను త్యజించినవాడు కూడా ఈ ఉపనిషత్ పరిశీలిస్తూ అధ్యయనము చేస్తూ తదర్థమును జపము (మననము) చేయునుగాక! తప్పక మహత్తర ప్రయోజనము సిద్ధించి తీరుతుంది!

ఈ కైల్యోపనిషత్ పఠనము - మననము- అధ్యయనము చేస్తూ చేస్తూ ఉండగా..,

- పరాత్ పరమపదము లభించగలదు.
- అట్టి వానియొక్క సంసార సాగరము - మండు వేసవికాలపు ఎండలో చిన్నగుంటలోని జలమువలె - ఇగిరిపోగలదు.

అందుచేత, ఇందలి విషయము తెలుసుకోవటము **కైవల్య పదమే!** అని ఆర్యుల వాక్యం! కేవలీ స్వస్వరూపానుభవ అనునిత్యత్వమే కైవల్యము.

అట్టి కైవల్యము - అనునది కరతలామలకం అవుతుంది! అనునిత్యంగా స్వబుద్ధికి స్వానుభవం కాగలదు.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత కైవల్యోపనిషత్
ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

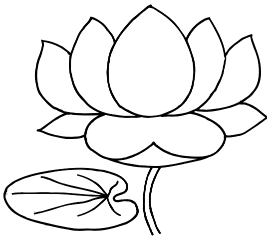
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

11 గర్భోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ యత్ గర్భోపనిషత్ వేద్యమ్ గర్భస్య స్వాత్మ బోధకమ్
శరీరాపహ్నవాత్ సిద్ధమ్ స్వమాత్రమ్ కలయే హరిమ్॥



గర్భస్థ శిశువు యొక్క యోచనారీతిని, శరీరము పొందినందుకు ఉపయోగించుకొనువలసిన విధిని, జీవిత యజ్ఞతత్త్వమును బోధించే "గర్భోపనిషత్"ను అధ్యయనము చేయువాడు ఆ శ్రీహరిని స్వ ఆత్మరూపముగా దర్శించగలడు.

ఓం

ఓంకారరూప పరమాత్మా! నమస్కరించుచున్నాము.

1 పంచాత్మకమ్। పంచ సువర్తమానమ్।
'షట్'-ఆశ్రయమ్, 'షట్'-గుణ యోగయుక్తమ్।
తమ్ సప్త-ధాతుమ్। త్రి-మలమ్। త్రి-యోనిమ్।
చతుర్విధ(4) ఆహారమయమ్ శరీరమ్॥

ఈ భౌతిక దేహము→ ఐదు వస్తువులతో తయారైనది. పంచ కర్మేంద్రియములు, పంచ జ్ఞానేంద్రియములు కలిగినదై వర్తిస్తోంది. ఆరింటిని ఆశ్రయించి ఉంటోంది. ఆరు గుణములతో కూడి ఉంటోంది. సప్తధాతువులు ఇందులో ఉన్నాయి. మూడు మలములు, మూడు యోనులు కలిగి ఉన్నది. (భక్ష్య-భోజ్య - చోష్య-లేహ్యములనబడే) నాలుగు రకాల ఆహారాలు ఇది స్వీకరిస్తూ ఈ దేహము జీవనము కొనసాగిస్తోంది.

---

2 భవతి పంచాత్మకమ్ ఇతి కస్మాత్?
3 పృథివి ఆపః తేజో వాయుః ఆకాశాత్
ఇతి అస్మిన్ పంచాత్మకే శరీరే॥

పంచాత్మకము అనగా?

(1) పృథివి (భూమి) (2) ఆపః(జలము) (3) తేజస్సు (4) వాయువు (5) ఆకాశము - వీటినే 'పంచాత్మకము' అనే పేరుతో చెప్పుచున్నారు. ఈ 5 కూడా ఈ శరీర నిర్మాణమునకు మూలపదార్థములు.

---

4 కా పృథివీ? కా ఆపః?
కిం తేజః? కో వాయుః? కిమ్ ఆకాశమ్?
.. ఇతి అస్మిన్ పంచాత్మకే శరీరే।

పృథివి-జలము- తేజస్సు- వాయువు - ఆకాశము.. అనగా ఏమి? ఈ పంచాంశక (సమన్విత) శరీరములో అవి ఏఏ రూపములుగా ఉన్నాయి?

---

5 యత్ కఠినమ్.. సా పృథివీ। యత్ ద్రవమ్ తత్ ఆపో।
యత్ ఉష్ణమ్ తత్ తేజో।
యః సంచరతి స వాయుః।
యత్ సుషిరమ్ తత్ ఆకాశమ్।
ఇతి ఉచ్యతే।

పృథివి - కఠినంగా ఉండేది - Solid. **ఆపో** - ద్రవముగా ఉండేది - liquid. **తేజస్సు** - ఉష్ణముగా ఉండేది - Heat/light. **వాయుః** - చలనము - స్పందము - Vibration/movement.

ఆకాశము-స్థానము-(placement and way out), ద్వారముగా ఉన్నది, సుషిరమ్ - వృద్ధిచేయునది (That from which all else develops)

---

6 తత్ర పృథివీ (నామ)ధారణే,
ఆపః పిండీకరణే,
తేజో రూపదర్శనే,

పృథివి → ఆకారము కలిగి ఉంటోంది. నామధారిణి. పొడి రూపం. (Dry Powder)

ద్రవము → పొడిని పిండీకరణం చేస్తూ ఉన్నది. పొడిని సపిండీకృతం చేస్తోంది.

వాయుః గమనే,
ఆకాశమ్ అవకాశ ప్రదానే,
శ్రోత్రమ్ శబ్దే,
త్వక్ స్పర్శే,
చక్షూ రూపే,
జిహ్వా రసే,
ఘ్రాణం గంధే,
వాక్ వచనే,
పాణిః ఆదానే,
పాదో గమనే,
పాయుః విసర్గే,
ఉపస్థ ఆనందే -
వర్తతే॥

తేజస్సు → రూపములను దర్శింపజేస్తోంది.
వాయువు → గమనమును - చలనమును నిర్వర్తిస్తోంది.
ఆకాశము → అవకాశమును (space) ప్రసాదిస్తోంది.
చెవులు → వినటానికి, శబ్దము కొరకై,
చర్మము → స్పర్శానుభవము కొరకు,
చక్షువులు → చూడటానికి, (కళ్లు),
నాలుక → రుచిని ఆస్వాదించటమును,
ముక్కు → వాసన చూచుటయందును,
నోరు → మాటలు పలుకుట యందును,
చేతులు → వస్తువులను ఎత్తుట - పట్టుట యందును,
పాదములు → నడుచుటయందు,
పాయువు- విసర్జించుట యందు,
వర్తిస్తూ ఉన్నాయి.

---

7 **బుద్ధ్యా బుధ్యతి నిశ్చినోతి;**
మనసా సంకల్పయతి - వికల్పయతి చ;
చిత్తేన సంజానాతి;
అహంకారేణ 'అహం' కరోతి;
తాని తాని తత్‌తత్ విషయేషు వర్తంతే॥

బుద్ధితో గ్రహించటం - నిర్ణయించటం (Understanding & Decision making) జరుగుచున్నది. మనస్సు సంకల్ప- వికల్పములు నిర్వర్తించుచున్నది.

చిత్తము-ఇష్టంగాను, సుతీక్ష్ణమైన భావాల ఆవేశముతో అన్యమైనదంతా తెలుసుకొనుచున్నది. ఇష్ట-అయిష్టములు ప్రదర్శించుచున్నది.

అహంకారము - నేను -నేను ఇటువంటివాడిని. ఇవన్నీ కూడా నా మనోబుద్ధి చిత్తములు నాకు చెందినవి → అని భావన చేయుచున్నది.

అవన్నీ వాటివాటి విషయాలలో ప్రవర్తిస్తూ, స్పందిస్తూ, పాల్గొనుచూ ఉన్నాయి.

---

8 **కుతః <u>'షట్'(6) ఆశ్రయమ్</u> ఇతి?**
'షట్' వై రసా : →
"మధుః ఆమ్ల లవణ కటు కషాయ తిక్తాః"
తాన్ ఆశ్రయతే తైరపి ఆశ్రితమ్॥

ఈ దేహము ఆరింటిని ఆశ్రయించి ఉంటోందని అనుకున్నాం కదా? ఏమి ఆ '6'?

ఆ '6' కూడా షట్ రసములు - రుచులు - **"తీపి"**, **"పులుపు"**, **"ఉప్పు"**, **"కారము"**, **"వగరు"**, **"చేదు"**, రుచులు.... ఈ దేహమును ఆశ్రయించి ఉన్న రసానుభూతి తత్త్వములు.

ఈ శరీరము ఈ ఆరు రసములను ఆశ్రయించి ఉంటోంది. అవి ఈ శరీరమును ఆశ్రయించి ఉంటున్నాయి కూడా!

---

9 **షడ్వై(6) భావ వికారా**
అస్తి; జాయతే;
వర్ధతే; పరిణమతే;
అపక్షీయతే; వినశ్యతి
ఇతి భవతి విక్రియతే చ॥

షట్ భావ వికారాలు ఏమై ఉన్నాయి?

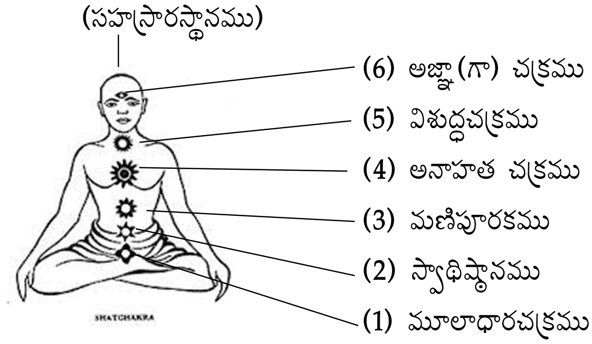
(1) ఉండటం (2) కలగటం/ప్రత్యక్షమవటం/**పుట్టటం** (3) వృద్ధి పొందటం (4) పరిణతి - పరిపక్వమవటం (5) అపక్షయం పొందటం - కృశించటం (6) నశించటం..

ఈ షట్ వికారములు ఈ దేహము పొందుచుండటం జరుగుతోంది.

(ఉనికి, జననము, వృద్ధి, పరిణతి, అపక్షీయము, వినాశనము) - '6'

10 షడ్వై చక్రాణి
మూలాధార; స్వాధిష్ఠాన;
మణిపూరక; ఆగ్నేయ (ఆజ్ఞా);
అనాహత; విశుద్ధాని;
తత్థమ్ అన్య ఆశ్రితమ్॥

ఈ దేహములో 'షట్' చక్రములు ఉన్నాయి.



ఈ ఆరు చక్రములు శక్తి స్థానములై ఆయా ఆరు నాడులను ఆశ్రయించినవై ఉన్నాయి.

---

11 షట్ (6) అవగుణాః –
కామాదయః॥
శమాదయః చ (శమాదయశ్చ) గుణాః॥
తత్ యోగసన్నిష్ఠా, తయా చ యుక్తమ్॥

ఆరు అవగుణములు - ఈ దేహమును వెంటనంటి 'ఆరు' అవగుణాలు ప్రదర్శనమగుచున్నాయి. కామము - క్రోధము - లోభము - మోహము- మదము - మాత్సర్యము (6).
ఆరు సద్గుణాలు - శమము; దమము; తితీక్ష; ఉపరతి; శ్రద్ధ; సమాధానము(6)
ఈ ఆరు షడంగములు, యోగసాధన యొక్క 'ఆరు' అంగములు. ఇవన్నీ వాటి వాటి నిష్ఠతో దేహములో చేరి, ఏర్పడినవై ఉన్నాయి. అనగా, పరమాత్మతో సంనిష్ఠను ఈ ఆరు ప్రసాదిస్తూ యోగిని యుక్తునిగా తీర్చిదిద్ద గలవు.

---

12 అథ చ,
షడ్జ; ఋషభ;
గాంధార; మధ్యమ;
పంచమ; ధైవత;
నిషాదా చ (నిషాదాశ్చ)
ఇతి ఇష్టా – అనిష్ట
శబ్ద సంజ్ఞాః
ప్రతివిధా భవంతి సప్త॥
శుక్లో; రక్తః కృష్ణో;
ధూమ్రః, పీతః, కపిలః
పాండర..,
ఇతి సప్త ధాతవత్ తత్ వర్ణాః॥

ఈ దేహము యొక్క గొంతు విభాగము నుండి బయల్వెడలు నాదము '6' విధములుగా విభజించి చెప్పబడుచున్నాయి.
షడ్జము - ఋషభము - గాంధారము - పంచమ- (మధ్యమ) - ధైవత-నిషాదము శబ్దములు-'7' సంగీతనాదములను-సప్తస్వరములు (స-రి-గ-మ-ప-ద-ని) జనింపజేస్తున్నాయి. ఇవి ఆ దేహికి ఇష్టములైన - అయిష్టములైన శబ్దముల సంజ్ఞలుగా అగుచున్నాయి.
శబ్ద-అర్థ-అవగాహణ-శ్రుతి-అభిరుచులను అనుసరించి వీటిలో కొన్ని పరస్పర మధుర రూపంగాను, మిగిలినవి పరస్పర బాధిత రూపములుగా ఉంటున్నాయి.
ఏడు (7) ధాతువులు ఈ దేహములో అంతరమున ఏర్పడినవై ఉన్నాయి. (శుక్లము, బొమికలు, రక్తము, మాంసము, చర్మము, క్రొవ్వు- మజ్జ, నాడులు)
శుక్లము (తెలుపు); రక్తము (ఎరుపు); కృష్ణము (నలుపు), ధూమ్రము(బూడిద రంగు), పీతము (పసుపు రంగు); కపిలము (గోధుమ రంగు); పాండరము (ఎరుపు-నలుపుతో కలసిన తెలుపు) ఏడు రంగులతో ఆయా ధాతువులు ఉండి ఉంటున్నాయి.

---

13 కస్మాత్ యదా కస్యచిత్
ద్రవ్యవిషయా జాయంత, ఉపచీయంతే
పరస్పర రసగుణత్వాత్ వా
యోనిః – సా రసః॥

దేహంలో బాహ్యద్రవ్యములు (ఆహార పదార్థములు మొ॥వి) ప్రవేశించగానే రసతత్త్వ స్పందన జరుగుచున్నది. ద్రవ్యము - యోచనలనుండి దేహంలో ఒక్కొక్క రసగుణము ప్రకోపనమై 'రసతత్వము' అని చెప్పబడుతోంది. దేహములోని రసము కారణంగా రసాయనిక మార్పులు పొందుచుండగా అనేక ధాతుక్రమ భూత పదార్థాలు ఏర్పడి - వృద్ధి పొందుచున్నాయి.

---

14 షట్(6) విధో (షడ్విదో) రసోః
రసాత్ → శోణితమ్
శోణితాత్ → మాంసమ్।
మాంసాత్ → మేదో।

దేహములో '6' విధములగు రసములు జనిస్తున్నాయి.
దేహములోని రసము నుండి → రక్తము,
రక్తము నుండి → మాంసము,
మాంసము నుండి → క్రొవ్వు,

మేదసో అస్థీని।
అస్థిభ్యో మజ్జా।
మజ్జాయా శుక్లం।
శుక్ల–శోణిత సంయోగాత్
ఆవర్తతే గర్భో
హృదివ్యవస్థామ్ నయతి॥

క్రొవ్వు నుండి → ఎముకలు,
ఎముకల నుండి → మజ్జ,
మజ్జ నుండి → శుక్లము ఏర్పడుచున్నాయి.
శుక్ల-శోణిత సంయోగముచే (పురుషాంశ-స్త్రీ అంశలచే) గర్భము (Pragnancy) కలుగుచున్నది.
గర్భమున జనించు శిశువులో నూతన 'హృదయవ్యవస్థ' - అంతా జనిస్తోంది.

---

15 హృదయేభ్యోఅంతరాగ్నిః।
అగ్నిస్థానే పిత్తమ్।
పిత్తస్థానే వాయుః।
వాయుస్థానే హృదయమ్।
ప్రాజాపతి ఋతుకాలే సంప్రయోగత,
ఏకరాత్రోషితం కలలమ్ భవతి॥

ఆ నూతన గర్భస్థ శిశువు హృదయస్థానములో.. అంతరాగ్ని
- ఆ అంతరాగ్ని స్థానములో 'పిత్తము'.
- ఆ పిత్తము స్థానములో ప్రాణవాయువులు/శక్తి -
- ఆ ప్రాణవాయుశక్తి స్థానములో హృదయము ఏర్పడుచున్నాయి.

ప్రజాపతియగు బ్రహ్మదేవుని సృష్టి నియమానుసారంగా 'ఋతు'కాలంలో స్త్రీ-పురుషుల సంయోగము చేత ఇదంతా జరుగుతోంది. పురుషుని నుండి శుక్లము, స్త్రీ నుండి **శోణితము**-ఈ రెండు స్త్రీ గర్భంలో ఏకము పొందినప్పుడు ఒక్కరాత్రి గడవగానే అది మీగడ వంటి ముద్ద - అగుచున్నది.

---

16 సప్త రాత్రోషితమ్ బుద్బుదమ్ భవతి।
అర్ధమాస అభ్యంతరేణ పిండో భవతి।

ఆ పురుషాంశ శుక్లము-స్త్రీ అంశ శోణితముల మిశ్రమమగు మీగడ వంటి ముద్ద:
- ఏడు రాత్రులు గడచేసరికి ఒక బుడగగా ఏర్పడుచున్నది
- అర్ధమాసము - (15 రోజులు) గడిచే సమయానికి ఆ బుడగ ఒక పిండము (ద్రవపు ముద్ద) ఆకారముగా అగుచున్నది.

---

17 మాసాభ్యంతరేణ కఠిణో భవతి।
మాసద్వయేన శిరః కురుతే।
మాసత్రయేణ పాదప్రదేశో భవతి।
అథ చతుర్థే మాసే గుల్ఫ జఠర కటి ప్రదేశో భవతి।

పంచమే మాసే పృష్ఠవంశో భవతి।
షష్ఠే మాసే ముఖ – నాస–అక్షి–శ్రోత్రాణి భవంతి।
సప్తమే మాసే జీవసంయుక్తో భవతి।
అష్టమే మాసే సర్వసంపూర్ణో భవతి।
నవమే అపీవతే॥

ఒక నెల గడిచేసరికి పల్చగా ఉన్న ఆ పిండము గట్టిపడుతోంది.

రెండు(2) నెలలకాలం గడుస్తున్న సమయానికి ఆ పిండపు ముద్దకు శిరోభాగం ఏర్పడుతోంది.

మూడు(3) నెలల కాలం గడుస్తూ ఉండగా శిరోభాగముతో కూడిన ఆ పిండమునకు కాళ్లు - చేతుల ఆకారాలు తయారగుచున్నాయి.

నాలుగు(4) నెలలు అయ్యేసరికి ఆ శిరోభాగము - కాళ్లు- చేతుల ఆకారం గల పిండమునకు కటి ప్రదేశము (మొలత్రాడు భాగము) ఏర్పడుతోంది. కడుపు -నడుము- తొడలు ఏర్పడుచున్నాయి.

ఐదు (5) నెలలకు ఆ శిరస్సు - కాళ్లు-చేతులు-తొడలు- కడుపు-నడుము గల పిండమునకు 'వెన్నెముక' ఏర్పడుచున్నది.

ఆరు (6) నెలలకు ఆ పిండమునకు ముక్కు (ప్రాణశక్తి-కదలికలు) - కళ్లు (చూపు) - చెవులు (వినికిడిశక్తి) ఏర్పడినవగుచున్నాయి.

ఏడు (7) నెలలు గడుస్తూ ఉండగా ఆ గర్భస్థ పిండమునకు అనుభవ రూపమగు జీవశక్తి - జీవాత్మ (Experienear) యొక్క సంయుక్తత (Association) జరుగుతోంది. జీవాత్మ సంబంధించిన 'అహమ్' ప్రవర్తితమౌతోంది,

ఎనిమిది (8) నెలలు పూర్తియగుచుండగా ఆ జీవపిండము యొక్క అవయవములు సంపూర్ణంగా ఏర్పడిన వగుచున్నాయి.

తొమ్మిది (9) నెలలు అయ్యేసరికి ఆ పిండము కదలటం ప్రారంభించి **'గర్భస్థశిశువు'** గా పిలువబడుచున్నది.

18 శుక్లం పుంభాగః। శోణితమ్ స్త్రీ భాగః। ఉభయమ్ క్లీబమ్।	ఈ విధంగా రెండుచోట్ల నుండి - ఒక చోటికి వచ్చిన పిండభాగాలు తల్లి గర్భంలో పిండము - శిశువుగా అగుచున్నాయి. పురుషభాగము 'శుక్లము' అని పిలువబడుతోంది. స్త్రీభాగము 'శోణితము' అనే పేరు. ఆ రెండింటినీ కలిపి 'క్లీబము' అంటారు. ఈ విధంగా శుక్ల - శోణితములు :: క్లీబము :: పిండము: శిశువుల - సృష్టికర్తయగు ప్రజాపతి సంకల్పానుసారము ఏర్పడినవగుచున్నాయి.
19 పితృరేతో అతిరేకాత్ పురుషో భవతి। మాతృరేతో అతిరేకాత్ స్త్రియో భవంతి। స్త్రి యోహి కామిన్యత్ తాసామ్ సుఖాధిక్యాత్ తా ఏవ బహులా జాయంత। ఉభయోః బీజతౌల్యే నపుంసకో భవతి॥	పితృ రేతస్సు - శుక్లము - యొక్క అధికత్వము చేత 'పురుషశిశువు'గా ఆ పిండము అగుచున్నది. మాతృరేతస్సు - శోణితము - యొక్క అధికత్వము చేత 'స్త్రీ శిశువు'గా అగుచున్నది. ప్రకృతి విధిని అనుసరించి స్త్రీలకు కామాధిక్యత, కామసుఖాధిక్యత.. కారణంగా.. పురుష శిశువుల కంటే స్త్రీ శిశువుల సంఖ్యాపరంగా అధికంగా ఉంటారు. స్త్రీ-పురుషుల (శోణితము - శుక్లముల) ఆధిక్యత - ప్రభావములు సరిసమానముగా ఉన్నప్పుడు ఆ శిశువు "స్త్రీ + పురుష" లక్షణములతో కూడిన 'నపుంసక శిశువు' జనిస్తోంది.
20 వృత్తి-అనుగుణా హి ప్రవృత్తిః। తతోహి పిత్రనుగుణా ప్రజా వ్యాకులిత మనోభ్యామ్ అంధాః, ఖంజాః కుబ్జా వామనా వ్యంగా జాయంతే॥	కారణమును అనుసరించే కార్యము ఉంటుంది. మానసిక వృత్తిని (Avocation) అనుసరించి ప్రవృత్తి (Tendency of Avocations) ఉంటాయి. తల్లితండ్రుల ప్రవృత్తులను అనుసరించియే శిశువుల రూపురేఖలు - గుణములు కూడా ఉంటూ ఉంటాయి. స్త్రీ-పురుషులు ప్రవృత్తుల రీత్యా చిత్త, చాంచల్యము, వికృతగుణ స్వభావములు, వ్యాకులతమై తీవ్ర మనోభావాలు కలిగియున్నవారై ఉంటే, సంభోగ సమయంలో అవి అధికంగా మనోగతమై ఉండటం జరిగినప్పుడు - పుట్టబోయే శిశువులు గ్రుడ్డి (Blind), గూని, పొట్టి, వంకర ఇటువంటి శారీరక-మానసిక దోషములు కలిగినవారై ఉంటారు. ఇదంతా ప్రకృతి చిద్విలాసము.
21 పుష్పవతోః ఉపరక్తయోః అంగవైకల్య భాజః। కాల-దేశ-క్రియా-ద్రవ్య భోగ ఉపాధిభిః ఉపచిత - అపచిత, అనురూపా-అననురూప మూర్తయో భవంతి॥	స్త్రీ యొక్క పుష్పవతి (3 రోజుల బహిష్టు) సమయంలో ఉపరక్తులు (సంభోగతులు) అవటంచేత శిశువులు అంగవైకల్యము కలవారు, బలహీనులు, అనారోగ్యవంతులు అయి ఉండటం జరుగుతుంది. స్త్రీ పురుషుల.. సంభోగము సంబంధించి కాలము - దేశము - క్రియ-ద్రవ్యము - భోగము.. ఇటువంటి సంగతి - సందర్భాలను అనుసరించి - ఆ శిశువు.. భారీ దేహము, అతి సన్నదేహము, సమానదేహము, అసమాన దేహము.. ఇటువంటి ఆకార భౌతికరూప దేహములు పొందటం జరుగుతోంది.
22 సమ్యక్ యోగే సారూప్యమ్ అవాప్య సమాన గుణా భవంతి। బింబమివ ఉపాధౌ ప్రతిబింబమ్।	యోగభావనతో, రాగ-ద్వేష మోహావేశ రహితమగు సమ్యక్ భావనతో, భక్తి- జ్ఞాన- సాత్వికవృత్తులు, ఆప్యాయత- అనురాగముతో కూడియున్న దంపతులకు సారూప్యము (తమ రూపమేగల) - సమాన గుణ(అట్టి గుణము)- స్వభావములు గల శిశువులు జన్మిస్తూ ఉన్నారు. బింబము వలెనే జలములో ప్రతిబింబము ఉండటము సహజమే కదా! అయితే జలము చంచలమగుచున్నప్పుడు ప్రతిబింబమూ చంచలంగా అగుచున్నది.
23 అన్యోన్య వాయు పరిపీడితానాం శుక్ల ద్వైవిధ్యే యమళౌ భవతః। పిత్రోః తథా తు ఏన రేతో విభాగే మిశ్ర ప్రజామ్రేడితా భవతి॥	పరస్పరము - పరస్పరవాయు పీడితులగుచున్న సందర్భాలతో శుక్లము రెండు విభాగములుగా అవటం జరిగిందా - ఆ దంపతులకు కవల పిల్లలు పుడుతూ ఉంటారు. శుక్లము - శోణితము → ఈ రెండూ కూడా విడిపోయి, (తల్లితండ్రుల ఇరువురి రేతస్సు విడిపోయి సంయోగ మొందినప్పుడు) - మిశ్ర ప్రజామ్రేడితా - అంటు కవల పిల్లలు పుట్టటం జరుగుతూ ఉంటుంది.

24 పంచ మానుషీ పేశ్య।
ఏకా సాధారణీ।
ద్వౌ కాసాంచిత్।
బహ్వ్యః సహస్రతమీషు।
ముహుః నిషేకే అధికాంగస్స్యుః।
సకృత్ నిషేకే శుష్క అసకృత్।
ఆధానే స్త్రీయో అన్యాం యుగ్మాః ప్రజాయంతే।।

మానవులలో '5'(ఐదు) అండముల వరకు ఉండవచ్చును.

సామాన్యంగా ఒకరిలో ఒక అండము మాత్రమే ఉండటం సహజము. కొందరికి రెండు అండములు ఉంటాయి.

అంతకంటే ఎక్కువ అండములు (2 కంటే ఎక్కువ) వేయి మందిలో ఒక్కరికి ఉండవచ్చును.

అనేకసార్లు రేతస్సు సేవించటం చేత ఆ శిశువు అధికమైన అంగములు కలిగి ఉంటున్నది. రేతస్సును అల్పంగా సేవించటం చేత శిశువు శుష్కమైన - బలహీనమైన అంగములు కలిగి ఉంటోంది. ఎప్పుడో సుదీర్ఘ కాలపు నిడివితో సంభోగము జరిగితే ఆ స్త్రీకి యుగ్మలు (చర్మపు ముడతలు) అధికంగా కలిగియున్న శిశువులు జన్మిస్తున్నారు. (ఇదంతా ప్రకృతి చమత్కార వైపరీత్యములు).

---

25 పంచాంత్మకః సమర్థః।
పంచాత్మక తేజస – అధిగంధ రసశ్చ।
సమ్యక్ జ్ఞానాత్ – ధ్యానాత్
అక్షరమ్ – ఓంకారమ్ చింతయతి।
తదేవ చ ఏకాక్షరమ్ జ్ఞాత్వా,
అష్టౌ ప్రకృతయః – షోడశ వికారాః శరీరే।
తస్యైవ దేహినో అథ నవమేమాసే
సర్వ లక్షణ సంపూర్ణో భవతి।
పూర్వజాతిమ్ స్మరతి।
కృతాకృతమ్ కర్మ విభాతి।
శుభాశుభమ్ కర్మ విందతి।।

ఈ విధంగా తల్లి తండ్రుల మానసిక వృత్తులు పాల్గొనుటచేతను, పంచభూత దేవతల సహకార సంపత్తి చేతను ఆ జీవుడు సమర్థమైన దేహమును చేకూర్చు కొనుచున్నాడు. ఆ దేహములో పంచకర్మేంద్రియ ములు, పంచ జ్ఞానేంద్రియములు రూపుదిద్దుకుంటున్నాయి. శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధములు, తెలుసుకొనే 'తెలివి' ప్రవర్తించ ప్రారంభిస్తున్నాయి. ఆ శిశువులో సమ్యక్ <u>జ్ఞానము,</u> ధ్యాసరూపమైన <u>ధ్యానము,</u> అక్షరమగు <u>ఓంకారము</u>.. ఈ మూడింటి యొక్క సమన్వయ రూప-చింతన బయల్వెడలుతోంది. ఏకము-అక్షరము అగు ఆత్మ యొక్క అనుభూతి ఏమిటో తెలుసుకుంటు న్నాడు (ఆతనికి ప్రాపంచిక విషయముల పొర అప్పటికి ఉండదు కాబట్టి).

శరీరములో పంచభూతములు - మనస్సు - బుద్ధి - అహంకారము.. అనే అష్టవిధ ప్రకృతి 9వ నెలలో క్రియాశీలంగా రూపుదిద్దుకుంటున్నాయి. 16 వికారములు బయల్వెడలుచున్నాయి. 9 నెలలు పూర్తయ్యే సరికి సర్వ - లక్షణ సంపన్నుడగుచున్నాడు.

ఇక అప్పుడు **తన యొక్క ఇతః పూర్వపు దేహముల జాతి-జన్మ-కర్మలను స్మరించటం ప్రారంభిస్తున్నాడు.** చేసినవి - చేయాలనుకొన్నవి - చేయలేక పోయినవి-వద్దనుకుంటూనే చేసియున్నవి... అగు కర్మలను, వాటికి సంబం ధించిన శుభ-అశుభ విశేషాలను గుర్తు చేసుకోవటం, విచారణ చేయటం, బాగు-ఓగులకు సంతోష-దుఃఖములు పొందటం - ప్రారంభిస్తున్నాడు.

<u>అంతర్ యోచనలు</u>

26 "నానా యోని సహస్రాణి దృష్ట్వా చ ఏవ
తతో మయా।
ఆహారా వివిధా భుక్తాః।
పీతాశ్చ వివిధాః స్తనాః।"

గతించిన సంఘటనలు ఇక గుర్తు చేసుకోవటము, యోచించటము, విచారణ (Analysis) **చేయటము, బాధపడుచూ ఉండటము - ప్రారంభిస్తున్నాడు.**

"ఆహా! నేను ఇప్పటికే వేలాది జీవజాతులలో - అసంఖ్యాకమగు తల్లుల యోనులను దర్శించాను. ప్రవేశించాను. నాచే ఎన్ని మాతృ యోనులు పొందబడినయో.. అంతు లేదు. లెక్కలేదు!
అనేక - అనేక రకములైన ఆహారాలను రుచిచూచాను. భుజించాను. అనేక మంది తల్లుల స్థనములలో పాలుగ్రోలాను".

---

27 "జన్మభూమిః హి సర్వా భూః
శ్మశానమ్ అపి మే పురా।
చతురాశీతి లక్షేషు
యోని భేదేషు చ అభవమ్।

"అనేక చోట్ల జన్మించియున్న నాకు ఈ సమస్త భూమండలము జన్మభూమియే! అనేక చోట్ల మరణించి ఉండటం చేత ఈ సమస్త భూమండలము నాకు శ్మశాన భూమియే కూడా!

ఆహా! 84 లక్షల జీవజాతుల గర్భములలో జన్మించి, ఆయా దేహ ధర్మములు నాపై ఆపాదించుకొని ఆహార-విహారములు నిర్వర్తించాను.

28 జాతశ్చాఽస్మి మృతశ్చాఽస్మి **సంసార్యస్మి పునః పునః।** **జన్మ-మృత్యుః పునర్జన్మః।** **పునః మృత్యుః పునర్జనిః॥**	"ఎన్నోసార్లు పుట్టాను - చచ్చాను. మరల మరల 'ఈ దృశ్యమే సత్యము' అని తలచుచూ కళ్లకు - చెవులకు ప్రాప్తించే ఇంద్రియ విషయాలకు బద్ధుడనై పరిమితము - ఇరుకు అయిన ఆలోచనలతో జీవించాను. వాటితోనే మరణించాను. పుట్టడం! చావటం! మరల పుట్టటం! మరల చావటం! ఎన్ని మార్లో , ఎంతెంతగానో!
29 గర్భవాసే మహత్ దుఃఖమ్, **మోహో దుఃఖం చ జన్మసు।** **బాల్యే దుఃఖమ్, తథా శోకః** **పారవశ్యంచ మూఢతా॥**	**గర్భవాసం - జన్మ దుఃఖమ్** తల్లి గర్భంలో పిండముగా ఉండి ఎన్నో దుఃఖాలు పొందాను! పుట్టుచు ఎన్ని దుఃఖాలు - ఎంత బాధ అనుభవించాను! ఎంతటి మోహము అవి! **బాల్యే** : ఆకలి - దప్పిక, ఆట-పాట, ఆశ-నిరాశలతో మూఢుడనై పరవశిస్తూ అనేకసార్లు బాల్య దుఃఖాలు, వేదనలు అనుభవించానే! బాల్యంలోని మూఢత్వము (Ignorance)తో కూడిన పారవశ్యము - ఎంతటి బాధాకరం?
30. హితా కరణమ్ ఆలస్యమ్, **అహిత ఆచరణం తథా।** **యౌవనే విషయాసక్తిః** **తాపత్రయ నిపీడితః॥**	**యౌవనే** : మంచి పనులు చేయబుద్ధి కాకపోవటం! చెడుపనులే చేయాలనే ఉద్విగ్నత! అశుభము - అహితము అగు ఆచరణము. అనేక విషయములందు - విశేషములందు ఆసక్తి (Inquisitiveness)! ఎల్లప్పుడు తాపత్రయములచే పీడించబడటం! - ఇదీ యౌవన దశ. అదీ గడచిపోవటం అనేకసార్లు జరిగింది.
31 చింతా-రోగశ్చ వార్ధక్యే మరణేతు మహత్ భయమ్। **ఆశయా చ అభిమానేన కామ-క్రోధాది సంకటే,** **అత్యుత్కటే (అతి - ఉత్కటే) మహద్దుఃఖమ్,** **అస్వతంత్రశ్చ దుఃఖితః॥**	**ఇక వార్ధక్యం** : అనేక చింతలు! దేహము రోగాలతో డొల్ల! **"మరణము వచ్చి మీద పడదు కదా!"**.. అనే భయం. **"తరువాత గతి ఏమిటి?"** అనే తికమక. ఎన్నో తీరని ఆశలు! అభిమానానికి దెబ్బమీద దెబ్బలు! కామము వదలదు! క్రోధము, లోభము, మోహము, మదము తొలగవు! అనేక ఉత్కంఠతలు మనస్సును తొలుస్తూ ఉంటాయి. మహత్‌దుఃఖములు వెంటనంటి ఉంటాయి. అస్వతంత్రమైన బ్రతుకు. ఎవరన్నా సాయపడితేగాని రోజులు వెళ్ళవు.
32 దుఃఖ బీజమ్ ఇదమ్ జన్మ **దుఃఖ రూపం చ దుస్సహమ్।** **నివృత్తి ధర్మో న ఉపాత్తో (నో పాత్తో)** **న యోగ - జ్ఞాన సాధనమ్।**	జన్మంతా దుఃఖమే! జన్మ అనేదే దుఃఖానికి బీజము. ఈ సంబంధాలు, సంపదలు.. ఇవన్నీ దుఃఖప్రదాతలే! భరించరాని అనేక ఆదుర్దాలతో కూడిన దుఃఖపరంపరలు బ్రతుకును నింపి ఉంటున్నాయి. ఈవిధంగా ఉపాధులు వస్తున్నాయి, పోతున్నాయి. జన్మ-దుఃఖనివృత్తి ధర్మములు, మార్గములు అయినట్టి **యోగ-జ్ఞాన సాధనలు** ఆశ్రయించుకుండానే బ్రతుకులు బుగ్గిపాలు అయిపోయినాయే!
33 అహో। దుఃఖోదధౌ మగ్నో, **న పశ్యామి ప్రతిక్రియామ్।** **ధిక్ అజ్ఞానమ్। ధిక్ అజ్ఞానమ్।** **ధిక్ కామ-క్రోధ సంకటమ్।**	ఆహాఁ! అనేక దుఃఖపరంపరా తరంగములతో కూడిన దుఃఖ సాగరంలో మునిగియే ఉంటున్నాను. మరి దీనికి ప్రతిక్రియ ఏదీ నాకు కనిపించటం లేదు. ఒకవేళ కనిపించినా, నేను ప్రయత్నించటం లేదు. ధిక్ అజ్ఞానం! నా అజ్ఞానమునకు ధిక్కారమగుగాక! నా యొక్క కామ-క్రోధ-లోభ సంకటములకు ధిక్కారమగు గాక! ఓ కామ-క్రోధములారా! ఇక నన్ను వదలండి! పొండి!
34 సంసార శృంఖలమ్ ధిక్ ధిక్। **ఆచార్యాత్ జ్ఞానమ్ ఆప్నుయామ్,** **యది యో అన్యామ్ ప్రముంచామి,** **సాంఖ్యమ్ యోగమ్ సమాశ్రయే।**	నాకు నేనే మనస్సుతో కల్పించుకొన్న సంసార బంధములకు ధిక్కారమగు గాక! నాచే ధిక్కరించబడు గాక! ఈ సంసార వ్యవహారములను తిరస్కరించి, దీనికి వేరైన సాంఖ్య-యోగ (Differentiation) మార్గములను ఆశ్రయించెదనుగాక! మహనీయులు - ఆత్మజ్ఞులు అగు ఆచార్యులను ఆశ్రయించి ఆత్మజ్ఞాన సముపార్జనకై యత్నిస్తూ జీవితావకాశమును సద్వినియోగపరచుకొనెదను గాక!

35 అశుభక్షయ కర్తారమ్,
ఫలముక్తి ప్రదాయకమ్,
యో అన్యాం యది ప్రముంచామి
తం ప్రపద్యే మహేశ్వరమ్॥

ఈ యోని నుండి ఎట్లాగో అట్లా బయటపడితే చాలు. బయల్వెడలితే చాలు. అశుభమును క్షయింపజేయువాడు, ముక్తి ఫలప్రదాత అగు మహేశ్వరుని ప్రార్థిస్తూ ఉంటాను. శరణు వేడుతాను. (దృశ్యలంపటము నుంచి నా బుద్ధిని ఉద్ధరించుకుంటాను)

36 అశుభక్షయ కర్తారమ్
పురుషార్థ ప్రదాయినమ్,
యది యో అన్యా ప్రముంచామి
తం ప్రపద్యే జగదీశ్వరమ్।

అశుభమైన సంసార ధ్యాసలు క్షయించుటకొరకై, పురుషార్థమగు మోక్ష స్థానమును నా బుద్ధి సముపార్జించుకోవటానికై ఈ సంసార మార్గమునకువేరైన **బంధ-విముక్తి మార్గము** చూపవలసినదిగా, ప్రసాదించ వలసినదిగా-నేను ప్రవేశించబోయేజగత్తుకు ఈశ్వరుడగు ఆ జగదీశ్వరుని ప్రార్థించెదను గాక! అంతే. అశాశ్వత విషయములలో తల దూర్చను.

37 సర్వ శక్తిమ్, చిదాత్మానమ్
సర్వ కారణ కారణమ్
యది యోఽన్యాః ప్రముచ్యేయం-
ప్రపద్యే పరమేశ్వరమ్,
భర్గమ్, పశుపతిమ్,
రుద్రమ్, మహాదేవమ్, జగద్గురుమ్।

ఈ యోని ప్రదేశములో చిక్కుకొని ఉన్నానే! ఈ యోని ద్వారమునుండి ఎట్లాగో బయటపడ్డానా, ఇక - ఆ సర్వశక్తిమంతుడు, చిదాత్మ స్వరూపుడు, అగు పరమాత్మను శరణువేడుతాను. సర్వకారణ కారకుడు, పరమేశ్వరుడు, సర్వమును ఉత్తేజపరుస్తూ వెలిగించుచున్న భర్గుడు, పశుపతి, రుద్రుడు, మహాదేవుడు అగు పరమాత్మను గానము చేస్తాను. జగద్గురువగు పరమ శివ భగవానుని ఉపాసించి, సేవించి, ఇటువంటి గర్భనరకానుభవముల నుండి తరిస్తాను.

38 యోని బంధాత్ ప్రముచ్యేయమ్,
యది, తప్స్యే మహత్తపః।
గర్భవాసాత్ ప్రముచ్యేయమ్
యది, విష్ణుమ్ భజే హృది,
అమృత ప్రదమ్, ఆనందమ్,
నారాయణమ్, అనామయమ్।

ఈ 'తల్లి గర్భము' అనే యోని బంధము నుండి ఎట్లాగో ఒక్కసారి బయటపడ్డానా.. ఇక **గొప్ప-మహత్తరమైన తపస్సు** చేయటం ప్రారంభిస్తాను. ఈ గర్భవాసము నుండి బయటపడి, ఇక్కడి నుండి విముక్తుడనైన తరువాత, ఇక అమృతప్రదుడు, ఆనంద స్వరూపుడు, నిర్విషయ-నిరామయుడు, సర్వత్రా ఉనికి కలిగి ఉన్న విష్ణువు - అగు ఆ నారాయణునినే సర్వదా నా హృదయమునందు నిలుపుకొని ధ్యానిస్తాను. భజిస్తాను. ఇక మనస్సును ఎటూ వెళ్లనివ్వను.

39 మాతృకుక్షౌ నిబద్ధోఽస్మి
ముచ్యే యత్ యద్య బంధనైః
వాసుదేవమ్ ప్రతోష్యామి
భగవంతమ్ అనన్యధీః॥

అయ్య బాబోయ్! ఇప్పుడు ఈ తల్లి గర్భములో నేను బంధించబడి ఉన్నానే! ఎట్లా ఈ బంధము నాకు తొలగేది? ఈ బంధము తొలగిబయటపడ్డానా.. ఇక అనన్యమైనట్టి బుద్ధితో భగవంతుడగు వాసుదేవుని ఆరాధించి, భజించి సంతోషింపజేసి ఆయన కరుణకు పాత్రుడను అయ్యెదను గాక! దృశ్య విషయములను పరిమితుడను అవను గాక, అవను.

40 పురా పరజనస్య అర్థే
కృతమ్ కర్మ శుభ-అశుభమ్।
... ఏకాకీ తేన దహ్యామి,
గతాః తే ఫలభాగినః॥

ఇతః పూర్వము నేను - "నా వారేలే" అని అనుకొన్న మిత్ర - కళత్ర-పుత్ర - తదితర బంధు జనములను సంతోషంగా ఉంచటానికి అనేకములైన శుభ-అశుభకర్మలు - కార్యక్రమములు నిర్వర్తించాను. వారేరీ? నేను చేసిన కర్మల లాభములను అనుభవించినవారు ఒక్కరు కూడా నా వెంట రాలేదు. అందరూ గతించారు. అప్పటి కర్మల చేత ఏకాకినై నేను ఆయా కర్మ ఫలములన్నీ అనుభవిస్తున్నాను.

41 నాస్తిక్యేన భయమ్ త్యక్త్వా
పాపాని అకరవమ్ పురా।
భుంజామి తత్ఫలమ్ హి అద్య
భవిష్యామి ఆస్తికస్స్థితః (ఆస్తికస్తు స్థితః)।

"నేను నిర్వహిస్తున్న సర్వ కర్మవ్యవహారములకు సర్వసాక్షి అయి, అన్నీ చూస్తున్న పరమాత్మ ఒకరు ఉన్నారు కదా!" అని భయం లేకుండా అనేక పాపపు పనులు చేశాను. ఇతరులను బాధించాను. ఆ కర్మల పాప - ఫలములను ఇప్పుడు అనుభవిస్తున్నాను! ఇకనుంచన్నా, "నా కర్మలకు సాక్షియై, నా తప్పులకు శిక్షించువారై, నన్ను సర్వదా రక్షించువారై, నాకు సర్వము ప్రసాదించే భగవంతుడు ఒకాయన ఉన్నారు! చూస్తున్నారు'.. అని గుర్తుంచుకుంటాను. గురి కలిగి ఉంటాను.

42 ఏవమ్ నానా విధ అనర్థాన్
పరిచింత్య ముహుర్ముహుః।
శశ్వత్ సాంసారికం దుఃఖమ్
స్మృత్వా నిర్వేదమ్ అప్యచ।
అవిద్యా కామ కర్మాద్యైః
ముహ్యతే జంతురాంతరః॥

ఈ విధంగా ఆ గర్భస్థ జీవాత్మ తాను క్రితం ఉపాధితోను, అంతకు ఉపాధులతోను నిర్వర్తించియున్న అనేక దృశ్య సంబంధమైన, అనర్ధములైన కర్మలను, భావావేశములను మరల మరల గుర్తు తెచ్చుకుంటూ **పరిచింతన** చేస్తున్నాడు. సంసార దుఃఖముల గురించి జ్ఞాపకం తెచ్చుకొంటూ, వైరాగ్యము పొందుతూ ఉంటున్నాడు. తన యొక్క అవిద్యాపూర్వకమైన కోరికలను, నిర్వర్తించిన కర్మలను స్మరిస్తూ అంతరాంతరాలలో ఇంకా మోహము పొందుచున్నాడు.

---

43 సవై జంతుః స్త్రీ యోనిశతం
గత్వా, యోని ద్వారమ్ ఉపేత్య
ముముక్షుః యతతే, తత్ర అశక్తో
యంత్రేణ పీడ్యతే।
మహతా దుఃఖేన క్లిశ్యతి,
పిష్యతే చ ప్రసూతివాతేన,
జాత మాత్రస్తు వైష్ణవేన వాయునా
సంస్పృశ్యతే, తదా న స్మరతి।
నైవ కించన పారత్రికమ్
న అపరోక్ష దృక్ భవతి।

ఈ జీవుడు వందల స్త్రీ యోనులను పొందాడు - ప్రవేశించాడు. జన్మ మృత్యురూపమగు పెద్ద యంత్రములో ప్రవేశించి పైకి - క్రిందికి దేహ-దేహాంతరములలో ప్రవేశ-నిష్క్రమణములను నిర్వర్తిస్తూ, "ఎట్లాగురా, జన్మ-మృత్యు చక్రము నుండి బయల్వెడలేది?".. అని తలుచుచున్నాడు. ప్రయత్నించి కూడా, జన్మ-కర్మల బాధ నుండి విముక్తుడు కాలేకపోతున్నాడు. అశక్తుడై ఉంటున్నాడు. సుదీర్ఘము - మహత్తరము అగు దుఃఖ పరంపరల చేత బాధింపబడుచున్నాడు. నలిగిపోతున్నాడు. ప్రసూత వాయువులచే పీడింపబడుచున్నాడు.

పుట్టీ - పుట్టగానే వైష్ణవ మాయావాయువుచే స్వీకరించబడి మరల మోహము - చెందుచున్నాడు.

మరల జన్మపొందిన తరువాత - ఏ పరమార్థమును గర్భములో ఉన్నప్పుడు యోచించాడో - ఆ పారమార్థికమును కించిత్‌గా కూడా స్మరించటమే లేదు. అపరోక్ష జ్ఞానము కొరకై దృష్టి - ధ్యాస కలిగి ఉండటం లేదు.

---

44 భూమి సంస్పర్శనాత్ జంతుః
ఉగ్రదృక్ పామరో భవేత్।
జల సంస్పర్శనాత్
ఊర్ధ్వమ్ దృక్ దోషః, తస్య నశ్యతి॥

నేల మీద పడిన, నేలను తాకిన మరుక్షణం నుండి ఈ జీవుడు క్రూర దృష్టిని ఆశ్రయించుచున్నాడు. **"నాది-నేను-నాకు-నాదే"** ఇత్యాది క్రూర భావాలు, ఆశ్రయించి **'పామరుడు'** అగుచున్నాడు. జలస్పర్శ చేత (నీళ్లలో మునిగినప్పుడు) ఒకని ఊర్ధ్వ దృష్టి (బయి కనిపించిన దృశ్యదృష్టి) నశించిపోయిన తీరుగా..., గర్భములో ఉన్నప్పటి దృష్టులు, ఇతఃపూర్వపు దోషములు, యోచనలు, ప్రణాళికలు.. భూమిపై పడగానే పటాపంచలగుచున్నాయి.

---

45 న హవై జాతస్య
జన్మ-మరణ-కర్మ-శుభాశుభ
సాధన స్ఫూర్తిః
వాసనాశ్చ నిగూహితా భవంతి;
కథమ్ అథో జానాతి?
వాతః పిత్తం శ్లేష్మా చ
త్రయో ధాతవః
సమానా ఆరోగ్యదా భవంతి।

ఈ జీవుడు నూతన శరీరమును ఆశ్రయించినవాడై భూమిపై పడిన తరువాత ఏమరపు పొందుచున్నాడు. ఇతః పూర్వపు జన్మ-మృత్యువు - కర్మ - శుభాశుభ సాధనా స్ఫూర్తులు.. ఏవీ ఈ జగత్ - జీవిత సందర్భములో, గుర్తుకే రావటం లేదు. అయితే అవన్నీ కూడా వాసనల రూపంలో అంతరాంతరాలలో నిగూఢంగా దాగియే ఉంటున్నాయి కూడా.

ఇక ఈ జన్మించిన జీవుడు వర్తమానమును ఏ తీరుగా తెలుసుకొంటూ ఉండటం జరుగుతోంది?

ప్రకృతిచే నిర్మితమగు ఈ భౌతిక దేహములో వాతము - పిత్తము - శ్లేష్మము.. అనే మూడు ధాతువులు సరియైన పాళ్లలో ఉన్నప్పుడు, ఈ జీవుడు ఆలోచనా విధానం సక్రమంగా ఉండి, ఇంద్రియముల ద్వారా జగత్ విషయాలు తెలుసుకొంటూ ఉంటున్నాడు.

---

46 విషమాస్తే రోగదా। నైవ రోగీ విందతే వేద్యం చ
తేన తర్హి పిత్తే.. న అనురూపేణ జానాతి
న్యూనేన అల్పమ్ - అధికేన అధికం

ఒకవేళ ఏదైనా కారణం చేత ఈ '3' ధాతువులు సక్రమంగా లేకపోతే ఆ దేహము వ్యాధిగ్రస్తమౌతోంది. కాబట్టి పిత్తధాతువు సమరూపంగా ఉంటేనే విషయములు సక్రమంగా ఎరుగగలుగుచున్నాడు. పిత్త-వాత-శ్లేష్మములు అల్పంగా ఉంటే అల్పముగాను, అధికంగా ఉంటే అధికంగాను జగద్విషయాలు (ఇంద్రియముల ద్వారా) ఎరుగుచున్నాడు. ఈ ధాతువుల ఉనికిని అనుసరించి దేహము- ఇంద్రియములు బలంగానో, బలహీనంగానో ఉంటున్నాయి.

వికృతేన వికృతో
ఉన్మత్తాయతే! తద్వై పిత్తమగ్నిః
కర్మాశయగతో,
ధర్మ- అధర్మ మూలేన వాయునా ప్రజ్వాల్యతే
యద్వత్ ఇంధనమ్ భోగ్యమ్
అంతరమ్ - బాహ్యం చ।

కొన్ని దేహములలో ఈ ఈ ధాతువులు వికృతంగా ఉండటం చేత ఆ జీవుడు ఉన్మత్తమైన ప్రవర్తన కలిగినవాడగుచున్నాడు.
ధాతువులు ధర్మ- అధర్మములు (Functioning, Disfunctioning) మూలముగా కలిగి యుండి, దేహాగ్నిచే స్పృశించబడుచూ ఉంటున్నాయి.
- ఇంధనము రూపంగా దేహములో ఉంటూ,
-వాయువుచేత ప్రజ్వరిల్లుచూ,
-బాహ్య - అభ్యాంతర భోగ్యముగా ఈ దేహమును తీర్చిదిద్దుతోంది. పరిరక్షిస్తోంది. పరిపోషిస్తోంది.

---

47 స హి అగ్నిః కతి విధో భవతి?
త్రిణి వై। శరీరాణి త్రీణివావ
రేతాగ్ంసి, త్రైపురః
త్రిధా తు, త్రయీమయః,
త్రివిధో అగ్నిః త్రైతానామ శారీరకో
వైశ్వానరః॥

దేహములోని అగ్ని ఎన్ని విధములుగా ఉంటోంది?
- త్రి శరీరములుగాను (స్థూల-సూక్ష్మ-కారణ),
- త్రి ధాతువులుగా (వాత, పిత్త, శ్లేష్మ),
- త్రిపుర రూపములుగాను (జాగ్రత్ -స్వప్న - సుషుప్తులు) ఉంటోంది.
ఈ విధంగా ఈ త్రిధాతువులు, త్రి శరీరములు, త్రిఆగ్నులు.. ఇవన్నీ కలిపి 'వైశ్వానరాగ్ని' అయి ఉన్నది.

---

48 స ఏవ "జ్ఞానాగ్నిః" "దర్శనాగ్నిః",
"కోష్ఠాగ్నిః" ఇతి చ భవతి।
తత్ర..,
జ్ఞానాగ్నిః మానసో।
దర్శనాగ్నిః ఐంద్రియకః (ఇంద్రియకః)।
కోష్ఠాగ్నిః దాహరఃసతు,
నిత్యమ్ అశిత → పీత- లేహ్య
చోహ్య ఆదికం పాచయతి సమమ్
ప్రాణ-అపానాభ్యామ్।

వైశ్వానరాగ్నియే
-జ్ఞానాగ్ని-దర్శనాగ్ని-కోష్ఠాగ్నిగా త్రివిధ రూపములుగా రూపుదాల్చుచున్నది. అందులో..,
మనస్సు → జ్ఞానాగ్ని రూపము.
ఇంద్రియములు → దర్శనాగ్ని రూపము.
ప్రాణదహరము → కోష్ఠాగ్ని రూపము
ఈ కోష్ఠాగ్ని (లేక) దహరాకాశము (లేక) ప్రాణాగ్ని -
- ప్రాణ - అపాన వాయువులతో కలయుచూ
- ప్రతిరోజు ఈ జీవుడు భుజించుచున్నట్టి భక్ష్య - భోజ్య - లేహ్య - చోహ్య మొ॥న షడ్రసోపేతము ('6' రుచులతో కూడిన) అన్న-పానములను జీర్ణము చేస్తోంది. దేహములో ఆహార రసమును సిద్ధింపజేస్తోంది.

---

49 'దృక్' ఏవ → దర్శనాగ్నిః।
విజ్ఞాన వికృతిః దృశ్య దర్శనమ్ కరోతి।
తస్య త్రీణి స్థానాని భవంతి,
ఇంద్రియ గోళకాని, ఉపస్థానాని,
చక్షురేవ అవసథః॥

కంటి చూపుకు ఆవల గల (జగత్ ద్రష్టకు సాక్షియగు) 'దృక్'యే దర్శనాగ్ని. ఈ 'దృక్'యే → దేహములో ఉన్నదై, విషయ విజ్ఞానము (Knowing things) అను వికారము ద్వారా దృశ్యమును దర్శించటమును నిర్వర్తిస్తోంది.
ఈ దృక్ → **"ద్రష్ట- దర్శనము - దృశ్యము"** అని మూడు రూపాలుగా ప్రకాశిస్తోంది. ఇంద్రియగోళములు, ఉపస్థానముగా - (నేత్రములు స్థానముగా) కలిగి ఉన్నది.

---

50 హృదయే దక్షిణాగ్నిః। ఉదరే
గార్హపత్యమ్।
ముఖేచ ఆహవనీయమ్।
యజతే పురుషో యజమానః।
బుద్ధిమ్ పత్నీం పరిగృహ్య,

ఈ దేహధారణ **యజ్ఞ రూపము** అయి ఉన్నది! అట్టి దేహయజ్ఞము నందు:
హృదయము → దక్షిణాగ్ని స్థానము.
ఉదరము (పొట్ట) → గార్హపత్యాగ్ని స్థానము.
ముఖము → ఆహవనీయాగ్ని స్థానము.
పురుషుడు (జీవుడు) ఈ 'జీవితము' అనే యజ్ఞమునకు - యాగకర్త, యజమాని.

దీక్షాం సంతోషమ్।
ధీ – ఇంద్రియాణి యజ్ఞ పాత్రాణి।
కర్మేంద్రియాణి ఉపకరణాని।
సత్రే శారీరకే।
తత్ తత్ దేవతాఏవ
ఋత్విజః। తటస్థా ఏవ
యథా దేశమ్ యజమానమ్ అనుయజంతే,
తత్ర కాలా శరీరమ్।
కుండంతు శిరః। కపాలమ్ కేశా దర్భాః।
ముఖమ్ అంతర్వేదిః।

"బుద్ధి"యే - యాగకర్త యొక్క ధర్మపత్ని (భార్య).
సంతోషముగా ఉండటమే → దీక్ష.
కళ్లు-చెవులు-ముక్కు-నోరు-చర్మము→ జ్ఞానేంద్రియములు - యజ్ఞపాత్ర.
ఈ జీవన యజ్ఞమునకు కర్మేంద్రియములు - "యజ్ఞోపకరణములు".
ఈ దేహమే యజ్ఞశాల. శరీరమునందు ఆయా జీవింపజేయు ధర్మములు నిర్వర్తించు ఇంద్రియదేవతలే తటస్థ - ఋత్విజులుగా ఆయా దేహస్థానములలో ఉండి, 'జీవుడు' అనే యజమానితో గూడి 'జీవితము' అనే గొప్ప యజ్ఞమును నిర్వర్తించుచున్నారు.
- దేహయజ్ఞమునకు ఈ భౌతిక శరీరమే 'యాగశాల'.
- శిరోకపాలము - యజ్ఞకుండము.
- కేశములు... దర్భలు.
ఈ దేహము యొక్క ముఖము- అంతర్వేది.

కామమ్ ఆజ్యమ్।
జీవితకాలః సత్రకాలో
దాహరో నాదః – సామః।
వైఖరీ యజుః।
పరా–పశ్యంతీ – మధ్యమా ఋచః।
పరుషాని అథర్వ ఖిలాని।
సూనృతాని వ్యాహృతయః।
ఆయుః బలమ్।
పిత్తమ్ పశవో। మరణమ్ అవబృథః॥

దేహి యొక్క కామము.. ఆజ్యము (అగ్నికి సమర్పించే నేయి).
పుట్టుక నుండి - చావు వరకు జీవిత కాలమంతా.. యజ్ఞకాలము.
"ఓమ్" - అను దహర (ఆకాశ) శబ్దతత్త్వమే - సామగానము.
'వైఖరీ' శబ్దము - యజుర్వేదము.
పరా-పశ్యంతీ - మధ్యమములు-ఋగ్వేదము -
పరుషముగా (గట్టిగా) చెప్పు శబ్దములే - అధర్వణవేద 'ఖిల' విభాగములు.
సత్యవాక్యములు - వ్యాహృతులు.
ఆయుష్షు - బలము.
పిత్తము - యజ్ఞపశువు.
మరణము - అవబృథస్నానము.

---

51 తస్మిన్ యజ్ఞే ప్రజ్వలంతి అగ్నయః।
తత్ర దేవాః సాంసారికమ్ అనురూపమ్ ఉపయచ్ఛంతి।
యే కేచిత్ చేతయేయుః సర్వే యజ్ఞకృతో।
న అయజ్ఞకృత్ జీవతి।
యజ్ఞాయ ఇదమ్ శరీరమ్
యజ్ఞాత్ భవతి।
యజ్ఞానురూపమ్ వివర్తతే
పరిణామినీ శరీర ధారా
దుఃఖాబ్ధిమ్ గచ్ఛతి॥

అటువంటి "జీవితము - భౌతిక దేహము - అనుభూతులు" అనే యజ్ఞాగ్నులు ప్రజ్వరిల్లుచున్నాయి. ఇక్కడి 'దేహము' అనే యజ్ఞశాలలో దేవతలు సంసారసౌఖ్యమును (దృశ్యానుభూతిని) అనుభవించుచున్నారు.
ఈ దేహ రాక - పోకలతో కూడిన జీవితమే ఒక యజ్ఞము.
ఈ **"దేహ-జీవిత-జీవ"**యజ్ఞమును ఎవరు తెలుసుకొంటారో, వారందరు యజ్ఞమును చేస్తున్న వారే అగుచున్నారు. అట్టి యజ్ఞ భావమును బుద్ధితో స్వీకరించనివాడు జీవించియున్నవాడే కాదు, (న అయజ్ఞకృత్ జీవతి).
ఈ భౌతిక దేహము యజ్ఞము నుండియే, యజ్ఞము కొరకే ఏర్పడినదగుచున్నది.
యజ్ఞ కార్యక్రమమును అనుసరించియే ఈ దేహము వివర్తమగుచున్నది. వికారములు కలిగి ఉంటోంది. పరిణామములు పొందుతోంది. **"దుఃఖ సాగరంలో తేలటము"**.. అనునది కూడా ఒకానొక యజ్ఞాంతర్గత విశేషమే!

---

52 తస్య ఏతత్ శరీరస్య
షోడశ(16) పాత్ర దంతపటలాని,
దశపంచ(15) సుషయః।
షణ్ణవత్(96) అంగులోత్ మానమ్।
చతుర్దశ (14) నాడీ స్థాన,
అన్య అష్టోత్తరమ్(108) మర్మాణి।

భౌతిక దేహ విశేషాలు
అటువంటి ఈ శరీరంలో 16 × 2 = (32) దంతాలు.
(15) సుషిరములు (రంధ్రస్థానాలు).
ఈ దేహము పొడవు (96) అంగుళములు. (96 ఉంగరపు వ్రేలుల ప్రమాణము).
ఇందులో నాడీ స్థానములు - (14).
మర్మావయవ స్థానాలు (108).

తత్ర ద్విసప్తతి (72) ధమస్య (ధమనస్య) తాసామ్ మధ్యేః ద్విసప్తతి। తాసు ముఖ్యాః త్రిస్ర(3) → ఇడా పిగళా సుషుమ్నా చ ఇతి। తురీయా(4) పురీతతిః। పంచమీ(5) జీవితమ్। జీవితాత్ అధి పిత్తమ్। పిత్తాత్ అర్వాక్ పురీతతిః। నాభేత్ ఊర్ధ్వమ్ ద్వయ అంగుళే వామభాగే పిత్త మూలమ్ ప్రతిష్ఠితమ్। అన్నమ్ అశితమ్ త్రేధా విధీయతే। మూత్రమ్; పురీషమ్; సార ఇతి॥ మూత్రమ్ ద్విధా భూత్వా నాభేః అధో వామే ప్రస్రవతి। పురీషమ్ సప్తధా। తత్ర దక్షిణే వర్తతే। సారః పంచవిధః శరీరమ్ వ్యాప్నోతి। తేనవై రేతః శోణితమ్ చ అన్న పానాభ్యామ్।	ముఖ్య ధమన నాడులు - (72). ఇతర నాడులు (సిరలు) (72). ఈ నాడులలో అతిముఖ్యమైన పాత్ర వహిస్తున్నవి - '3' నాడులు → **ఇడ, పింగళ, సుషుమ్న**. నాలుగవది శక్తి నాడి - **'పురీతతి'**. ఐదవ నాడి - **'జీవుడు'**. ఆ తరువాత **'పిత్తము'**. పిత్తమునకు ముందు **'పురీతతి'**. నాభి (బొడ్డు) స్థానమునకు రెండు అంగుళముల దూరంలో ఎడమ వైపుగా ఉపరితలంగా పిత్తము యొక్క మూలము ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నది. జీవుడు తినుచున్న ఆహారము పిత్తములో **"(1) మూత్రము (2) మలము (3) సారము"**.. అను మూడు విధములుగా మారటం జరగుతోంది. **మూత్రము** - రెండు భాగములుగా అయి, నాభి స్థానమునకు ఎడమ వైపుగా పిత్తమూలస్థానమునకు క్రిందుగా ప్రవహించుచున్నది. మలము ఏడు మార్గములుగా దేహము యొక్క కుడివైపుగా కదలుచూ వెళ్లుచున్నది. ఇక అన్నసారము ఐదు విధములుగా అయి శరీరమంతా వ్యాపించుచున్నది. అన్నము - పానములు నుండి దేహములో రేతస్సు (వీర్యరసం), రక్తము ఏర్పడుచున్నాయి.
53 తత్ర దేహే చాలకో వాయుః సప్రాణః। సూత్రాత్మా, తేనో ఉచ్ఛ్వసతి, నిశ్వసతి, చేష్టతే చ। సహి అంగమ్, శారీరకమ్। తేన వినా న జీవతి। వాయునావై రుధిర స్రోతాంసు ఉ (యు)రశ్చక్రా (హృదయచక్రా)- నాడీషు చాల్యంతే। తత స్త్వాచమ్ సర్వదర్శనమ్।	ఈ దేహమంతా కదలిక - స్పందము కలిగియుండేటట్లు చేసే వాయువు 'ప్రాణము'. ఆ ప్రాణము నూలుపోగు ఆకారంగా దేహంలో ప్రవర్తిస్తోంది. అట్టి ప్రాణ శక్తి యొక్క ప్రభావము చేతనే ఈ శరీరములో శ్వాసపీల్చటం, వదలటం, సంచరించటం - మొదలైన కార్యక్రమములన్నీ జరుగుచున్నాయి. అంగములు కదలుచూ ప్రవర్తిస్తున్నది. ప్రాణశక్తి చేతనే దేహము జీవిస్తోంది. ఈ ప్రాణశక్తి లేకుంటే ఈ దేహము జీవించదు. వాయువుల ప్రసరణ శక్తి చేత రక్తము హృదయచక్రము నుండి సర్వనాడుల మూల-మూలలకు ప్రసరిస్తోంది. వాయువే రక్తమును సర్వేంద్రియములు చేరటానికై స్పందన నిర్వర్తిస్తోంది.
54 రసః పక్వః సవిత్రీ కుక్షౌ స్రంసిన్యా జరాయుమ్ గత్వా శిశు శిరః కపాలమ్ ప్రవిశ్య సుషుమ్నా ద్వారా గర్భశాబక ప్రాణమ్ తర్పయతి॥	పక్వమైనటువంటి అన్నము (ఆహారము) యొక్క రసము తల్లిగర్భంలో "నాడీద్వారము" ద్వారా "గర్భాశయము" చేరుతోంది. ఆ గర్భాశయము నుండి శిశువు యొక్క (జీవపిండము యొక్క) కపాల మూలముగా ప్రవేశిస్తోంది. "సుషుమ్న నాడీ మార్గము"గా జీవి (పిండము) యొక్క ప్రాణశక్తిని ఆ అన్నరసము చేరుచున్నది. ఆ శిశువు యొక్క పిండ దేహములోని ప్రాణశక్తిని చేరి, అద్దానిని సంతృప్తి పరచుచున్నది.
55 సుషుమ్నా బ్రహ్మనాడీ భవతి। తత్ర వ్యజ్యతే ప్రాణాదిః గర్భస్య జన్మ అభిముఖే అథోధః ప్రస్కందతే జాతస్యతు హృదయే ప్రతిష్ఠితః।	గర్భములో ఉన్న శిశువుకు నివాస స్థానము 'సుషుమ్న' - బ్రహ్మనాడి అయి ఉన్నది. బ్రహ్మరంధ్రమువరకు విస్తరించి ఉండటంచేత 'బ్రహ్మనాడి'. గర్భములో ఉన్నప్పుడు ఆ శిశువు యొక్క "మూల ప్రాణశక్తి" మొదలైన శక్తితత్వాలన్నీ బ్రహ్మనాడి యందే ఉండి, **ఆ శిశువు తల్లి గర్భము నుండి బయల్వెడలుచున్నప్పుడు, శిరస్సు అధో ముఖము అగుచుండగా - ఆ మూలప్రాణశక్తులు హృదయస్థానములో ప్రవేశించి, అక్కడ ప్రతిష్ఠితమగుచున్నాయి.**

తంతు యోగేన ఆయమ్య "భ్రూమధ్యాత్ – సుషుమ్నాంతమ్" ప్రాపయేత్,
"యథాగర్భగః తథా అపరోక్ష దర్శీ" భవతి॥

ఇక.., ఒకానొకరోజున - ఆ శిశువు జన్మించి, దేహముతో తాదాత్మ్యము చెందుచూ - ఇంద్రియ విషయములే తన యొక్క సర్వస్వముగా భావించుచున్నది. సంసార పంజరములో ఈ జీవుడు మరల చిక్కుకొనుచున్నాడు.

యోగాభ్యాసులు :

ఇప్పుడు యోగి హృదయస్థానము నందున్న మూల ప్రాణశక్తిని యోగాభ్యాసం చేత భ్రూమధ్య స్థానము నందు గల సుషుమ్నానాడి యొక్క తుది ప్రదేశము వరకు తీసుకొనిపోయి నిలిపినప్పుడు.. ఆ యోగి - గర్భస్థ శిశు క్షణికానుభవం వలె- అనుక్షణికంగా అపరోక్షమగు ఆత్మను దర్శించగలడు.

---

56 తాదృగ్ విధే దేహే,
అంతర్యామిః ఆత్మా, అమృతః
సాక్షీ, పురుషః
సహి ఆవృతో
జీవత అభిమాన అవిద్యయా చేతతే ప్రాణీ।
తస్య ఆవరకమ్ అజ్ఞానమ్ బీజమ్।
తత్ అంకురమ్ అంతః కరణమ్।
తత్ వృక్షః శరీరమ్।

అట్టి ఈ దేహములో → పురుషుడు (ఈ సృష్టులను స్వప్నములను కల్పించుకోవటం - త్యజించటం నిర్వర్తించగల పురుషకారము గల తత్త్వము) - అంతర్యామియై, అమృత స్వరూపుడై, కేవల సాక్షిస్వరూపుడై ఉన్నాడు. ఆ పురుషుడు "ఇంద్రియ విషయములే నాకు సంబంధించిన పూర్తి సత్యము".. అను రూపమగు అవిద్యచే కప్పబడి ఉన్నాడు. దేహాభిమానియై, దేహము నందు - చరిస్తూ "నేను పరిమితమగు జీవుడను" అను స్థితిని అనుభవిస్తున్నాడు.

ఈవిధంగా జీవుడు యొక్క "జీవ బద్ధత్వము" పొందుచున్నాడు (లేక) సంసారమునకు నిబద్ధడగుచున్నాడు. "ఆత్మగురించి ఏమరచి, - ఇంద్రియ దృశ్య విషయములే నా సర్వస్వము" అనురూపము గల పరిమిత భావనను ఆశ్రయిస్తున్నాడు. అదియే అజ్ఞానమునకు బీజము.

- ఆ బీజము యొక్క అంకురము - మనో - బుద్ధి చిత్త అహంకారావరణమగు అంతఃకరణము అగుచున్నది.

- ఆ అంకురము యొక్క వృక్షరూపమే - ఈ శరీరము.

---

57 తస్మిన్ లోమ్నామ్
అష్టౌ కోటయః (8 కోట్లు) అస్తు।
అశీతి (80) సంధిశతమ్,
నవ స్నాయు శతాని (900)।
హృదయ పలాని అష్టౌ (8)।
ద్వాదశ (12) పలా జిహ్వా।
పిత్తమ్ ప్రస్థమ్।
కఫశ్చ ఆఢకమ్।
శుక్లమ్ కుడుపం
మేదః ప్రస్థౌ ద్వౌ।
సర్వమ్ నశ్వరమ్ విజ్ఞాయ।
యథా గర్భగః సుషుమ్నా
ప్రతిష్ఠితో భూయాత్
జంతుః వివేకీ ముచ్యతే।
న పునః శరీరమ్ ప్రాప్నోతి।

అటువంటి ఈ దేహములో..,
- 8 కోట్ల రోమ స్థానములున్నాయి.
- '80' వందల సంధులు
- 9 వందల నరములు
హృదయము (గుండె) → 8 ఫలములు.
జిహ్వ(నాలుక భాగం) → 12 ఫలములు.
పిత్తము → ఒక ప్రస్థము (పడి)
కఫము → ఒక తూమెడు
శుక్లము → రెండు తూములు (కడుపము)
మేదము (క్రొవ్వు) - రెండు ప్రస్థములు (రెండు పడులు)

"ఇదంతా నశించబోయేదే! చచ్చిన వాటితో సమానమే"

అని ఈ జీవుడు తెలుసుకొని ఉండాలి.
-గర్భములో ఉన్న శిశువు వలె
- 'సుషుమ్నానాడి యందు' స్థిరస్థానము కలిగి ఉండు గాక।
విజ్ఞానియై సుషుమ్నా నాడి స్థానము పొంది ఉండును గాక।

గురువును శరణు వేడి, యోగాభ్యాసి అయి శరీరము యొక్క సర్వ విషయాలు దాటిపోయి సుషువ్నులో ఉండి, తన యొక్క కేవల-పురుషరూపదర్శనముచే సర్వదేహా విషయ-విశేషాల నుండి విముక్తుడగుచున్నాడు. ఇక శరీరత్వమును ప్రాప్తించుకోక, సర్వదా పరమై పరస్వరూపుడై పరమాత్మ అయి విరాజిల్లుచున్నాడు.

---

58 అన్యథా తు అజ్ఞస్య
సంసారిణ అహరహః
క్రిమివత్ తత్ మూత్ర – పురీషయోః పానమ్,
యథా నరకే తద్వత్ ఇహైవ శరీరే।
తదేతత్ పరిమాణమ్ పరిజ్ఞాయ నిర్విద్యాత్।

ఇతి పైప్పలాదమ్ మోక్షశాస్త్రమ్ పరిసమాప్తమ్॥
ఇత్యుపనిషత్।
గర్భోపనిషత్ సమాప్తా।
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥॥

అట్లా కాకుండా-

- ఈ దేహమును - ఇందలి ఇంద్రియాది సర్వ సంబంధిత విషయాలను నశించునవిగాను, 'దేహి' అనబడు పురుషుడు శాశ్వతుడుగాను - దర్శించనివాడు **నిబద్ధుడు.**

"నేను ఇంద్రియ సంబంధితుడను" అను భావించువాని గతి ఏమిటి? అట్టివాడు అజ్ఞుడై, సంసారి అయి, రాత్రింబవళ్లు గడుపుచున్నాడు. ఒక క్రిమి కీటకము వలె ఈ శరీరములో గర్భస్థుడై మూత్ర-పురీషముల స్పర్శలను పొందుచూ, అనేక నరకయాతనలు అనుభవించవలసి వస్తోంది. ఈ శరీర బంధనములలో చిక్కుకుని నానా బాధలు అనుభవించు చున్నాడు. ఈ దేహమునకు వేరై, దేహమునకు ఏమాత్రము సంబంధించని తన యొక్క పరమ పరుషస్థానమును తెలుసుకొనుటకై వైరాగ్యమును పొంది, ఈ దేహమును ఉపకరణముగా చేసుకొని, **మోక్షలాభము** సంపాదించుకుంటున్నాడు.

శ్రీ పిప్పలాద మహర్షిచే ప్రబోధించబడిన దేహతత్త్వము - మోక్ష - మార్గముల గురించి చెప్పుచున్న ఈ గర్భోపనిషత్ మోక్షశాస్త్రము సమాప్తము.

ఇతి గర్భోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

11 గర్భోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

శాంతి పాఠము

ఓం

మం॥శ్లో॥ సహనావవతు। సహనౌ భునక్తు।
సహవీర్యం కరవావహై।

తేజస్వి నావధీతమస్తు।
మా విద్విషావహై ॥
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

మం॥ శ్లో॥ ఓం శం నో మిత్రః। శం వరుణః।
శం నో భవతు అర్యమా।
శం న ఇంద్రో బృహస్పతిః।
శం నో విష్ణురురుక్రమః।

నమో బ్రహ్మణే। నమస్తే వాయో।
త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మాసి।
త్వామేవ ప్రత్యక్షమ్ బ్రహ్మ వదిష్యామి।
ఋతమ్ వదిష్యామి! సత్యమ్ వదిష్యామి।
తన్మామవతు। తద్వక్తారమవతు।
అవతుమామ్। అవతువక్తారమ్।
ఓం శాంతిః శాంతిః। శాంతిః।

'ఓం' శబ్దార్థ – పూర్ణాత్మానంద స్వరూపుడు, విశ్వేశ్వరుడు – అగు పరమాత్మకు నమస్కరిస్తున్నాము!

⌘ ⌘ ⌘

గురు - శిష్యులమగు మేమిరువురము →

→ ("ఆత్మమేవాఽహమ్" అను స్వాభావికానుభవము కొరకై) కలసి ప్రయత్నశీలురము అగుచున్నాము.

→ ఉభయులము ఆత్మానుభవఫలరసమును పొంది ఆనందించెదము గాక!

→ తేజోరూపమగు ఆత్మ మాకు అవగతము, అనుభవము అగునుగాక!

→ పరస్పరము ద్విషము (ద్వేషము, ద్వైతము) దరిజేరనీయక ఆత్మ భావనతో దర్శించుకొనెదము గాక! సర్వతాపములు ఆత్మయందు సశాంతించునుగాక।

తేజోరూపుడు, తేజోప్రదాతయగు సూర్యభగవానుడు, జీవనప్రాణప్రదాత అగు వరుణ భగవానుడు. త్రిలోకాధిపతియగు ఇంద్రభగవానుడు. దేవతల గురువగు బృహస్పతులవారు, సర్వమును ఆక్రమించినవారైయున్న విష్ణుభగవానుల వారు - మాకు సుఖశాంతి ఐశ్వర్య ఆనంద ప్రదాతలయ్యెదరుగాక! ఓ సృష్టికర్త యగు బ్రహ్మదేవా! బ్రహ్మమును నిర్వచించు వేదములలోని బ్రాహ్మణములారా! మీకు నమస్కరిస్తున్నాము. ఓ వాయుదేవా! ప్రాణేశ్వరా! (చేతన-ప్రేరణ స్వరూపులగుటచే) మీరే (ప్రాణశక్తియే) ప్రత్యక్ష బ్రహ్మముగా ఉపాసిస్తున్నాము.

ఋక్కులు చెప్పుచున్న సర్వదా సత్ స్వరూపమైయున్న బ్రహ్మము గురించియే సంభాషించుకోవటానికి మేము సంసిద్ధులమగుచున్నాము.

ఆ తత్-బ్రహ్మము మమ్ము (మరియు) మాకు బ్రహ్మమును గురించి బోధిస్తున్న వక్తారులను (గురువులను) సర్వదా రక్షించునుగాక!

ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః।

భౌతికంగా, సాకారముగా కనిపిస్తూ ఉన్న శరీరము –

ఐదు (5) వస్తువులతో పంచాత్మకమై నిర్మితమౌతోంది → (భూమి – జలము – అగ్ని – వాయువు ఆకాశము)

ఐదు (5) వస్తువులు తనయందు కలిగి ఉండి వర్తించుచున్నది. → (శబ్ద – స్పర్శ – రూప – రస – గంధములు)

ఆరింటిని (6) ఆశ్రయించి ఉన్నది. → (తీపి, పులుపు, ఉప్పు, కారము, వగరు, చేదుల అనుభవములు)

ఆరు (6) గుణములతో కూడినదై ఉన్నది. → (ఉనికి, పుట్టుక, ఎదుగుదల, మార్పు, కృంగటం, నాశనము)

ఏడు (7) ధాతువులను కలిగి ఉంటోంది. → (చర్మము, రక్తము, మాంసము, క్రొవ్వు, బొమికలు, నరములు, నాడులు)

మూడు (3) మలములచే కప్పబడి ఉంటోంది. → (వాత పిత్త కఫములు)

మూడు (3) యోనులను–కారణములను కలిగి ఉన్నది. → (స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ దేహములు. తండ్రి–తల్లి – పంచభూతములు)

చతుర్విధములైన (4) ఆహారములను స్వీకరించి రూపుదిద్దుకుంటోంది. → (భక్ష్య భోజ్య లేహ్య చోష్యములు)

అటువంటి ఈ శరీరము యొక్క స్వభావము గురించి, ఇందులో దాగియున్న పురుషతత్త్వము [One who is using (or) operating Functioner] గురించి, 'మోక్షము' యొక్క మార్గము స్థానముల గురించి ఇప్పుడు మనము వివరించుకుంటున్నాము.

⌘ ⌘ ⌘

పంచభూతాత్మకమ్

ఎందుచేత, దేనిని ఉద్దేశ్యించి ఈ దేహము 'పంచభూతాత్మకము' అని చెప్పుకుంటున్నాం?

ఒక 'ఐదు' మూలతత్త్వాలచే ఈ భౌతిక దేహము నిర్మితమై సమ్మేళనముగా వ్యవహరిస్తోంది.

అస్మిన్ పంచాత్మకే శరీరే కా పృథివీ ఇత్యాదిః? పంచాత్మక జనశరీరాలలో పృథివి మొదలైనవి ఏమై ఉన్నాయి?

1. పృథివి : *కా పృథివి? యత్ కఠినం, సా పృథివి!* ఏదైతే ఘనరూపంగా కనిపిస్తోందో – అదీ పృథివి. చర్మము, మాంసము, బొమికలు, నరములు, ప్రేగులు.. వీటిలోని ఘనీభూత (Solid) తత్త్వము – పంచభూతములలో మొదటిదగు **'పృథివి'**గా చెప్పబడుచున్నది.

పృథివీ → నామధారిణే। రూపాత్మకమై, ఘనీభూతంగా, పార్థివరూపంగా, పాదార్థికంగా, వస్తు రూపంగా కనిపించేదంతా పంచభూతములలో భూ(లేక) పృథివీ తత్త్వము అయి ఉన్నది.

2. కా ఆపః? యత్ ద్రవమ్, తత్ ఆపో! ఏదైతే ద్రవరూపంగా దేహములోను– బాహ్యముగాను కనిపిస్తోందో... (రక్తము మొ॥వి). అదంతా **'ఆపః'** అను పంచభూతములలోని రెండవదగు జలతత్త్వము. **ఆపః పిండీకరణే।** ఈ ద్రవతత్త్వము – స్థూలమైన దానిని పిండీకరణరూపంగా తయారు చేయుటకు కారణమగుచున్నది.

3. కిం తేజః? యత్ 'ఉష్ణమ్' తత్ తేజో: దృశ్యములోను; దేహములోను, విశ్వములోను కనిపించే వేడి–ఉష్ణము–వెలుతురు (కాంతి) రూపంగా ఏది కనిపిస్తోందో.. అదియే పంచభూతములలో మూడవది అగు తేజస్సు. **తేజో రూపదర్శనే!** – ఘన–ద్రవరూపములను ఏకాంతిచే చూడగలుగుతున్నామో.. అదియే తేజము (లేక అగ్ని). **గు కారమ్ కాంతిత్వాం తేజోమయమ్ యత్ సరూపమ్ – కాంతిమ్–ప్రకాశమ్ కురుతే, తత్ అగ్నిః ।** చీకటిని తొలగించి ఆకారములను చూపగలుగుచున్నదే... న–గ్ని = – అగ్నిః (చీకటిని లేకుండా చేసేది) ఈ దేహములో ఉష్ణము రూపముగా ఉండి తేజోరూపముగా విరాజిల్లుచున్నట్టిది.

4. కో వాయుః? యత్ సంచరతి–తత్ వాయుః: సర్వ కదలికలకు–చలనములకు–స్పందనలకు ఏది కారణభూతమై ఉంటుందో... అదియే 'వాయువు'. **వాయుర్గమనే!** సర్వత్రా సంచారము కలిగియున్నది కాబట్టి వాయువు సర్వజీవరాసులకు ఆయువు వాయువే!

5. అస్మిన్ పంచాత్మకేశరీరేని – కిమ్ ఆకాశమ్? యత్ సుషిరమ్, తత్ ఆకాశమ్ ఉచ్యతే। ఏది మిగతా '4' పంచభూతాత్మక విశేషాలకు "చోటు– Place".... రూపముగా ఉన్నదో, అది ఆకాశము. **ఆకాశమ్ – అవకాశ ప్రదానే।** తదితరములకు అవకాశము ప్రసాదించుచూ ఉన్నట్టిదే ఆకాశము. **సుషిరమితి ఆకాశమ్।** ఏది ఘన–ద్రవ–ఉష్ణ–వాయువులకు ద్వారప్రవేశమైయున్నదో, వృద్ధి చేస్తోందో... అది **'ఆకాశము'** అయి ఉన్నది.

జ్ఞానేంద్రియ-కర్మేంద్రియములు - విషయములు

ఇక ఈ దేహములో ఆ పంచభూతముల సంబంధమైన మరికొన్ని విశేషాలు ఉన్నాయి. ఆయా వివిధ శక్తులు ఇంద్రియములయందు ప్రవర్తిస్తూ. వివిధ విధులు నిర్వర్తిస్తున్నాయి. చెవులు, చర్మము, కళ్లు, మొదలైనవి ఇంద్రియ శక్తులకు ద్వారములు, ఉపకరణములు కూడా!

- ఆకాశమునుండి శబ్దము. అద్దాని విషయత్వము కొరకై వినికిడి - చెవులు.
- వాయువు నుండి స్పర్శ - అది అనుభూతంగా నిర్వర్తించేది - **త్వక్-చర్మము.**
- అగ్ని నుండి దర్శనము. అద్దాని క్రియాఉపకరణము - చక్షువులు (కళ్లు).
- వాయువు నుండి గంధము.. అద్దాని అనుభూతి అంగము - ముక్కు (ఆఘ్రాణము).
- భూమి నుండి - వాక్ ..., - వచనే - సంభాషించుట యందు సహకరించునది.
- పాణిః - ఆదానే → చేతులు.. వస్తువులను ఎత్తుటలోను, పట్టుకొనుట యందు.
- పాదో-గమనే → కాళ్లు సంచారములు చేయుటయందు నడుచుటయందు.
- పాయువు- విసర్గే → పాయువు (మలద్వారము) విసర్జించుట యందు.
- ఉపస్థ ఆనందే → ఉపస్థ-శృంగారానందము నందు.

ఈ విధంగా ఈ శరీరంలో వివిధ జ్ఞానేంద్రియములు, కర్మేంద్రియములు వాటివాటి క్రియా విశేష ధర్మాలలో ప్రవర్తిస్తూ ఉన్నాయి. ఇవన్నీ ఇలా ఉండగా.. ఇంకాకూడా మరికొన్ని విశేషాలు ఈ దేహంలో అంతరంగ చతుష్టయ విభాగాలై ప్రవర్తిస్తున్నాయి.

దేహాంతర్గత అంతరంగ చతుష్టయం (4)

బుద్ధ్యా బుద్ధ్యతి నిశ్చినోతి! అంతరంగములోని 'బుద్ధి' అని చెప్పబడే విభాగము.

- అనేక విషయములను గ్రహించటము. **అర్థం చేసుకోవటము** (understanding and interpreting).
- ఏది ఎట్లా నిర్వర్తించాలో, (లేక) నిర్వర్తించవద్దో.. **నిర్ణయములు తీసుకోవటము** (Decision making) - ఇవన్నీ బుద్ధి విభాగము.. నిర్వర్తిస్తోంది.

మనసా సంకల్పతే - వికల్పతే : 'మనస్సు' అని పిలువబడే మరొక విభాగము సంకల్పములు నిర్వర్తించటము - విరమించటము (Taking up thought provoked assumptions and pressumptions as well as withdrawing the same) - నిర్వర్తిస్తోంది.

చిత్తేన సంజానాత్ : 'చిత్తము' అను విభాగము కొన్నిటిని ఇష్టముగాను, మరికొన్ని అయిష్టమైనవిగాను గుర్తిస్తూ, తెలుసుకొంటూ ఉన్నది. భావము + ఆవేశము.. కలిసి చిత్తము రూపముగా అగుచున్నది.

అహంకారేన అహమ్ 'కరోతి' : 'అహంకారము' అనబడు విభాగమేమో, **"ఇది నేను. ఇది నాకు సంబంధించిన నేను. నేను ఇట్టివాడను. అటువంటి వాడను కాను. ఇవన్నీ నావి. అవి కావు. వీరు నా వారు, వారు కాదు"..** ఇత్యాది అహంకార సంబంధమైన భావనా-క్రియా-సంకల్పనా కార్యవిశేషాలన్నీ నిర్వర్తిస్తోంది.

ఈ "అంతరంగ చతుష్టయము" అను మనో, బుద్ధి, చిత్త, అహంకారములు- ఆయా సంబంధితమైన విశేషాలలో, విషయాలలో వర్తిస్తూ ఉన్నాయి.

రసా షట్(6) ఆశ్రయమ్

ఇంకా ఈ దేహము - '6' రసాస్వాదనలు తన యందు ప్రవర్తించుచున్నదై-ఉన్నది. ***కుతః తత్ ఆశ్రయమ్ ఇతి?*** ఏమిటా ఆరు ఆశ్రయాలు? - అవి ఈ '6' రసాలు - రుచులు!

తీపి (మధుః) :: పులుపు (ఆమ్ల) :: ఉప్పు (లవణ) :

కారము (కటు) :: వగరు (కషాయ) :: చేదు (తిక్తా)ః ;

ఈ ఆరు రసాలు దేహాన్ని ఆశ్రయించి ఉంటున్నాయి. (లేక) ఈ దేహము - ఆ '6' రసాలను ఆశ్రయించి ఉంటోంది!

ఆరు భావవికారాలు - షడ్వై భావ వికారాః

ఈ దేహము స్థితి-గతులకు సంబంధించిన భావనా సంబంధమైన వికారాలు తనయందు అనునిత్యము చేసుకొని ఉంటోంది.

(1) అస్తి (ఉండి ఉండటము - ఉనికి) (2) జాయతే (పుట్టటము) (3) వర్ధతే (ఎదగటము) (4) పరిణామము (Change) పొందుచూ ఉండటము (5) ఉపక్షయము (కృంగుతూపోవటము) (6) వినశ్యతి - నాశనము పొందటం.

ఇవన్నీ విక్రియముగా (స్వయత్నము లేకుండానే) దేహమునకు సంప్రాప్తిస్తున్నాయి.

ఆరు - చక్రములు - షడ్వై చక్రాని షట్ చక్రములు

(యోగశాస్త్రానుసార వివరణ)

చక్రము	భూతస్థానము	దేవత	బీజాక్షరము
సహస్రారము స్థానము	చిదాకాశము	సహస్రారము	ఓం
(6) ఆజ్ఞా (భ్రూమధ్య)	అపంచకము	సదాశివుడు	హ్రీం
(5) విశుద్ధము (కంఠ)	ఆకాశము	ఈశ్వరుడు	"హం"
(4) అనాహతము (హృదయస్థానం)	వాయువు	రుద్రుడు	"యం"
(3) స్వాధిష్ఠానము	అగ్ని (నాభి)	విష్ణువు	"రం"
(2) మణిపూరకము	జలము	బ్రహ్మ	"వం"
(1) మూలాధారము	పృథ్వీ	మహాగణపతి	"క్లీం"

(ఆయా వేరు వేరు ఉపనిషత్తులలో ప్రవచించబడిన కొన్ని వివరణలు కూడా పైన ఉదహరించుకుంటున్నాము).

ఈ ఆరు-శక్తియొక్క వివిధ కేంద్ర బిందుస్థానములుగా ఉన్నవై, దేహము యొక్క పృథివీ-ద్రవ-ఉష్ణ-వాయు-ఆకాశ-జీవాత్మత్వములను పర్యవేక్షిస్తూ యోగులను జీవపరిమితత్వము నుండి **"పరమ పురుషత్వము, బ్రహ్మీభావము, పరమాత్మత్త్వమును సర్వాత్మత్వమును"** -పునికిపుచ్చుకొనే ఉపాసనా స్థానములై ఈ దేహములో చెన్నొందుచున్నాయి. అనగా పరము **(వేరుగా -అన్యముగా)** ఉన్న స్వస్వరూప ఆశ్రయమునకు మార్గములగుచున్నాయి.

షట్ (6) అవగుణాః - అరిషట్వర్గము

అంతర్గతంగా ఈ దేహమును 'అహం-మమ (నేను-నాది)" అని పరిపాలిస్తున్న దేహిని వెంటనంటి '6' అవగుణాలు ఉంటున్నాయి. అవి ఆరు విభాగములుగా (వర్ణములుగా) చెప్పబడుచున్నాయి.

(1) కామము : "ఏదో ఇంకా ఇంకా పొందాలి. అప్పటిదాకా శాంతి లేదు - సుఖము లేదు".. అనే మనో నిశ్చయముతో ప్రవర్తించటము. సహజ స్వభావమగు సంతోషమును పోగొట్టుకొని ఉండటము.

- ఇంకా ఈ ఈ సంపదలు, ఆ సంబంధాలు, సానుకూల్యతలు కావాలి. అప్పటికిగానీ 'సుఖము' లేదు.
- ఇంద్రియముల వలన ఇంకా సుఖమయ వస్తు-విషయ సంబంధాలు లభించే వరకు ఇదంతా దుఃఖమే.

... ఇటువంటి రజోగుణ స్వభావము చేత తీవ్రంగా ఆకాంక్షలు కలిగి ఉండే స్థితిని 'కామము' అంటారు. దృశ్య విషయముల పట్ల అభినివేశ రూపమే 'కామము'గా ప్రవర్తిస్తోంది.

(2) క్రోధము : కొన్నిటిపై, కొందరిపై అయిష్టత. కోపము. ఆ కోపము ఆవేశము రూపంగా ప్రదర్శితమగుచున్నది. ఫలితం? అంతరంగమంతా అంశాతితోను, అయిష్టతతోను, ఇతరులకు బాధ, కష్టము కలిగించే రీతిగాను భావోద్వేగాలు బయల్వెడలుచుండటము జరుగుతోంది.

(3) లోభము : కొన్నిటిపై రాగము – "ఇవి నావే! నాకు చెందినవే! ఇవి కోల్పోయానా, నాగతి నిర్గతే!".. అనే మమకారము. దోచుకొని – దాచుకొని ఉండాలనే స్వభావము,

తత్ఫలితంగా తెలివి–ధ్యాస కొన్ని వస్తువులకు పరిమితమై, బుద్ధి వికసించక, ... పరము – నిత్యము అగు సత్యమును జీవుడు గమనించటానికి సంసిద్ధుడు కాలేకపోవుచున్నాడు. **'దేహమునకు నేను పరిమితుడను'** అను **పరిమిత–న్యూనతాభావాలు** లోభగుణానికి సంబంధించినవి.

ఇది జీవునికి అశాంతియే కల్పిస్తోంది కాబట్టి – ఆరుగురు శత్రువులలో (అరిషట్ వర్గము)లో ఒకటి అయి కూర్చుంటోంది.

(4) మోహము : పరిమిత దృష్టితో కూడిన భావాలు – అభిప్రాయాలు – భ్రమ క్రోధ స్వభావాలు కలిగి ఉండటం. వాటిచే ప్రభావితులై వస్తు–విషయ దర్శనము చేయు స్వభావము.

సమగ్రంగా సమాచారము కలిగి ఉండక, అందుకు ప్రయత్నించక... సత్యమును ఏ మరచటము. **అసత్యమును, కల్పితమును సత్యము వలె దర్శించటము.** సందర్భంగా కనిపించే దానినే సత్యమని భావిస్తూ, సహజము–నిత్యము అగు సత్యమును ఏమరచటము.

ఉదాహరణకు

(1) **ఈ దేహముల మునుముందు, దేహానంతర స్థితి స్థానములు, సర్వాతీత స్వస్వరూపము మొదలైన విషయముల** అధ్యయనము చేయకుండా ఎటువంటివో పరిశీలించుకోకుండా, వర్తమానంలో కనిపించే రూపమును ఊహ–అపోహలను జోడించి... అప్పుడు జనిస్తున్న అభిప్రాయములతో కూడి ప్రవర్తించటము. పరిమితమవటము.

(2) అల్పమైన ఆశయములను స్వీకరించి, మహదాశయములను తిరస్కరించటం.

(3) లేనిది–ఉన్నట్లుగాను, ఉన్నది లేనట్లుగాను అనిపించే అభ్యాసము.

ఇవన్నీ **ఆనందమయమగు సర్వాత్మావగాహనకు అడ్డుగోడగా ఉండటం జరుగుతోంది.**

అందుచేత ఈ మోహము – అరిషట్వర్గములలో **(అంతఃశత్రువులలో) ఒకటిగా** చెప్పబడుతోంది.

(5) మదము : "ఇతరుల కన్నా నేను ప్రత్యేకత గల వాడను. అధికుడను. తదితరులు నాకన్నా అల్పులు, స్వల్పులు" – అను రూపముగల – జాతి, విద్యా, ధన, జన...ఇత్యాదుల వలన కలిగేవి – **మదగర్వము. 'నేను గొప్ప వాడినని అందరూ అనుకోవాలి'** అనే తీవ్రాశయం కలిగి ఉండటం. ఇతరులను తక్కువ చేసి చూచుచూ మాట్లాడే స్వభావమే ఇందుకు బీజము. కనుక, భగవత్ ప్రసాదితమైన శక్తి–యుక్తులు పరమశాంతమగు ఆత్మసత్యమువైపుగా కాకుండా, గర్వము–దర్పములవైపుగా ఈ జీవుని నడిపిస్తున్నాయి. అందుచేత ఇది జీవునికి శత్రువుగా పరిణమించుచున్నదని గుర్తు చేయబడుతోంది.

(6) మాత్సర్యము : అధికార–ధన –జన సంపదను చూచుకొని, ఇతరులపై ఆధిపత్యము, క్రూరత్వము, బాధించటము, అవమానించటము, ఎగతాళి చేయటం – ఇటువంటివన్నీ ఆనంద విషయములుగా అనుకోవటము... ఇవన్నీ మాత్సర్య స్వభావములు. ఇవన్నీ ఆత్మ దృష్టికి సుదూరంగా తీసుకొని పోవుచుండటం చేత.. ఇది జీవునికి శత్రువుగా చెప్పబడుతోంది.

ఈ విధంగా ఈ ('6') అరిషట్వర్గ అవగుణములు ఈ దేహములో అంతరంగమునందు మనో–బుద్ధి కల్పితములుగా అభ్యాసవశం చేత ఏర్పడినవై ఉంటున్నాయి.

శరీర ఉపకరణము – శమాదిషట్కసంపత్తి

యోగాభ్యాసకుల కొరకై యోగ శాస్త్రముచే మార్గము చూపబడుచున్న '6' యోగాభ్యాస సంబంధమైన నిష్ఠలు కూడా ఈ దేహము చేత ఆశ్రయించబడుచున్నాయి. (లేక) ఈ దేహము ఈ '6' అభ్యాస సంబంధమైన గుణవైశిష్ట్యాలు కూడా ఏర్పడి ఉన్నాయి.

(1) శమము : కామము – క్రోధము మొ॥గా గల అరిషట్వర్గములను శమింపజేస్తూ ఉండగా ప్రవృద్ధి పొందుచుండు శాంతస్థితి. బాహ్య విషయ నిగ్రహము. సందర్భములకు, సంగతులకు, సంపద–ఆపదలకు వేదన చెందకుండా, శాంతమును కోల్పోకపోవటము. **శాంత రస స్థాయీ భావః।** మనస్సు శాంతిని ఆశ్రయింపజేయటం

(2) దమము : ఇంద్రియ నిగ్రహము. **ఇంద్రియనిగ్రహాది క్లేశ సహనమ్!** ఇంద్రియములను నియమించటం. కష్ట సుఖ సందర్భములపట్ల సహనశీలుడై ఉండటము. ఇంద్రియములు విషయములపై వ్రాలే అభ్యాసమును నిగ్రహించటము.

(3) తితిక్ష : ఓర్పు. క్షమాగుణం. సహించగలగటము. బాధలను, వ్యతిరిక్తతలను భరించటగలగటము. కష్టాలను జగద్గురు భగవానుని పాఠ్యాంశ శిక్షణగా దర్శించటము. సంగతులను, సందర్భములను, సంబంధములకు ఆవేశకావేశములు

ప్రాణాయామము : రేచక – పూరక–కుంభకాది వాయు బంధనము. **ప్రాణశక్త్యోపాసన.** ప్రాణ చలన–**మౌనగమనిక.** ప్రాణోపాసన ద్వారా ప్రాణేశ్వరుని ఆశ్రయించటం. 'శక్తి'ని ఉపాసిస్తూ శివదర్శనం. ఇది తితిక్షను వృద్ధి చేయగలదు.

4) ఉపరతి / ప్రత్యాహారము : బాహ్య దృష్టిమ్ పరిత్యజ్యామ్–అంతర్ముఖత్వమ్! ఇంద్రియములను అదుపులో ఉంచుకొని, ఉపాసనల వైపుగా, భగవదారాధన మార్గముగా నియమించటము. అందరిలో అంతర్గతమైయున్న ఆత్మనే దర్శించు అభ్యాసము.

5) శ్రద్ధ / ధారణ : ఆత్మభావనా పరిపోషణ. ఏకాగ్రత్వం. దృష్టిని నిలుపి ఉంచటము. బుద్ధి యొక్క చంచలత్వమును త్యజించే ప్రయత్నము.

(6) సమాధానము / సమాధి : సర్వత్రా స్వాభావికమైన సమదర్శనం. ఆత్మగా అంతా దర్శించటము. విషయములు విషయములుగా కాకుండా... "ఆత్మోపమ్యేవ దృష్టి" – కలిగి ఉండటము.

ఈ యోగనిష్ఠాగుణ సంపత్తికి ఈ దేహము సాహకారికమగు ఉపకరణము.

ఇష్టా – అనిష్ట శబ్ద సంజ్ఞా – ప్రతివిధాభవంతి సప్త।

ఈ దేహములో గల కంఠములోని కండరములలోను–నరములలోను–ఉపనరములలోను వాయు ప్రసరణముచే ఈ జీవుడు... తన ఇచ్ఛాశక్తి ప్రభావం చేత శరీరము నుండి శబ్దములు పలికించుచున్నాడు. అట్టి నాదములు చిత్తముచేత ఇష్టము తెలియజేయటానికి కొన్ని, అయిష్టము తెలిపుటకు మరికొన్ని ప్రకటితమగుచున్నాయి. కొన్ని సంకల్పితంగాను, మరికొన్ని అసంకల్పితంగాను శబ్దీకరించబడుచున్నాయి. ఈ విధంగా చిత్తము–బుద్ధి–మనస్సు–ప్రాణవాయు శక్తి ఒకచోటకి వచ్చి నిర్వర్తించే క్రియావిశేషాల చేత ఈ మానవ శరీరము నుండి ప్రదర్శనమగుచున్న శబ్దజాలము (స్వరయుక్తంగా) '7' విధములుగా విభజించబడి చెప్పబడుచున్నాయి.

సామవేద సప్తస్వర బీజములు :

(1) షడ్జము (2) ఋషభము (3) గాంధారము (4) పంచమ (5) మధ్యమ (6) ధైవతము (7) నిషాదాత్తము ఇవన్నీ... ఇష్ట (Interesting) అయిష్ట (Non interest) రూపాలుగా అనిపించుచూ, కంఠము నుండి, తదితర శరీర భాగములలోను ఉత్పత్తి అయి బహిస్పందనము–బహిర్గతము అగుచున్నాయి.

భౌతిక శరీరము – సప్త ధాతువులు

ఈ దేహములో సప్తధాతువుల సప్త రంగులలో

శుక్లము (తెలుపు) → బొమికలు – తెల్లకణములు –

రక్తము (ఎరుపు) → క్రొవ్వు మొదలైనవి ఎర్రకణములు, మాంస విభాగములు మొ॥వి.

కృష్ణము (నలుపు) → ప్లీహము, (కొన్ని) ప్రేగులు, (కొన్ని) మెదడు విభాగములు మొ॥వి

ధూమ్రము (బూడిద రంగు) → కొన్ని కండరములు మొ॥వి

పీతము (పసుపురంగు) → బొమికలు – ప్రేగుల అంతర్విభాగములు మొ॥వి

కపిలము (గోధుమరంగు) → చర్మాంతర్విభాగములు మొ॥వి

పాండరము → కనుగుడ్లు మొ॥వి

... ఈ విధమైన రంగురంగుల మేళవింపు కలిగినవై ఈ దేహములోని అంతర్–బహిర్ విభాగములు ఏర్పడి ఉంటున్నాయి. సప్తధాతువులు – సప్తవర్ణముల మేళవించి–ఒక గొప్ప కళాకారుని కళాఖండముల వలె అవన్నీ అలంకారమగుచున్నాయి.

శరీరము - రస గుణతత్త్వము (రసము = Chemicals, Eg: పైత్య-జఠర రసములు)

ఈ దేహములో ఆయా ద్రవ్య విషయములు ప్రవేశించుచుండగా, అవన్నీ ఒక్కొక్క రసగుణమునకు కారణముగా అగుచున్నది. దేహములోని-ఆహార పదార్థములోని రసగుణత్వము-పరస్పర ఏకత్వము పొంది ప్రదర్శితమగుచున్నది. ఇదియే → "దేహములోని రసము - రసతత్త్వము - రసగుణస్వభావము".. అని చెప్పబడుతోంది. అట్టి దేహములోని ఆహార పదార్థముతో రసపరస్పరత్వము - '6' విధములుగా ప్రవర్తన కలిగి ఉంటోంది.

తిన్న ఆహారము నుండి	→	రసము.
రసము నుండి	→	శోణితము.
శోణితము నుండి	→	మాంసము.
మాంసము నుండి	→	మేదస్సు (క్రొవ్వు)
మేదస్సు నుండి	→	బొమికలు.
బొమికల నుండి	→	మజ్జ (బొమికలలోని పుప్పొడి)
మజ్జ నుండి	→	శుక్లము

(These are all the chemical events between "పైత్య రస - జఠరరస" of the Body with the Association of Food stuffs that continue through out Life-Time)

... ఇవన్నీ కూడా శిశువు దేహములో రూపుదిద్దుకుంటూ,.. ఆ తర్వాత - తరువాత కూడా వృద్ధి చెందుతూ వస్తున్నాయి.

జీవ బీజ - అంకుర - పిండ - శిశువులు

శుక్ల - శోణిత సంయోగము చేత శిశువు యొక్క గర్భము (పొట్ట విభాగములు), హృదయ వ్యవస్థ మొదలైనవన్నీ రూపుదిద్దుకొని ఏర్పడినవగుచున్నాయి.

ఆ నూతన శిశువు యొక్క...

హృదయ స్థానములో	...	అంతరాగ్ని,
అంతరాగ్ని స్థానములో	...	పిత్తము,
పిత్త స్థానములో	....	వాయువు,
వాయు స్థానములో	...	హృదయము (గుండె) హృదయపు లోపలి - బయటి సర్వ విభాగములు. ఎడమ-కుడి కవాటములు. రక్తనాళములు. రక్తజనిత స్థానము.

→ ఇవన్నీ... రూపము దిద్దుకొని, క్రమంగా క్రియాశీలకమగుచున్నాయి.

దేహ నిర్మాణ చమత్కారం

సృష్టికర్త - ప్రజాపతియగు బ్రహ్మదేవుని సంకల్పానుసారంగాను, సృష్టి నియమానుసారంగాను...,

స్త్రీ యొక్క ఋతుకాలములో స్త్రీ-పురుషుల సంయోగం చేత జరిగే కలియక - సంప్రయోగముచే (శుక్ర-శోణిత సంయోగముచే) "జీవ బీజ భౌతిక తత్త్వము" ఉద్భవము అగుచున్నది.

ఏకరాత్రోషితమ్ "కలలమ్" భవతి : పురుషుని నుండి శుక్లము- స్త్రీ నుండి శోణితము... ఈ రెండు స్త్రీ గర్భము నందు 'ఏకము' అయినప్పుడు - **ఒక్క రాత్రి గడవగానే** - ... అది మీగడవలె అగుచున్నది.

సప్త రాత్రోషితం బుద్బుదమ్ భవతి : వారం రోజులకు (ఏడు రాత్రులకు) ఆ మిశ్రమము బుద్బుదము (బుడగ)వలె అగుచున్నది.

అర్ధమాస అభ్యంతరేణ పిండో భవతి : రెండు వారాలకు ద్రవపు ముద్ద ఆకారముగా - పిండము (ముద్ద)వలె ఆకారము పొందుచున్నది.

మాసాభ్యంతరేణ కఠినో భవతి : ఒక నెల రోజులు గడుస్తూ ఉండగా పలచగా ఉన్న ఆ పిండము గట్టి పడుతూ వస్తోంది.

మాసద్వయేన శిరః కురుతే : రెండు నెలల కాలం గడుస్తూ ఉండగా ఆ పిండమునకు శిరోభాగముగా ఏర్పడుతోంది.

మాసత్రయేణ పాదప్రదేశో భవతి : మూడు నెలలకు శిరోభాగముతో కూడిన ఆ పిండమునకు కాళ్లు తదితర ప్రదేశముల ఆకారాలు ఏర్పడుచున్నాయి.

చతుర్థే మాసే గుల్ఫ - జఠర కటి ప్రదేశో : 4 నెలలు అయ్యే సరికి ఆ పిండమునకు - చీలమండలములు, పొట్టభాగము, మొలత్రాడు చుట్టూ భాగము, నడుము ఏర్పడుచున్నాయి.

పంచమమాసే పృష్ఠవంశో భవతి : '5' నెలలు అయ్యేసరికి వెన్నెముక నిట్టునిలువుగాను, గట్టితనముతోను ఏర్పడినదగుచున్నది.

షష్ఠే మాసే ముఖ - నాస - అక్షి - శ్రోత్రాణి భవతి : '6' నెలలకు ముఖము-ముక్కు - కాళ్లు-చెవులు రూపుదిద్దుకుంటున్నాయి.

సప్తమే మాసే జీవసంయుక్తో భవతి : 7వ మాసము గడుస్తూ ఉండగా జీవశక్తి సంయుక్తము అగుచూ, జీవుడు **అనుభవిగా** ప్రదర్శితమగుచున్నాడు.

అష్టమమాసే సర్వసంపూర్ణో భవతి : '8'వ నెల జరుగుచుండగా ఆ జీవపిండమునకు - ఆమూలాగ్రము అవయవములన్నీ సంపూర్ణంగా ఏర్పడినవగుచున్నాయి. ఆ పిండ శిశుదేహము కొంచెము కదులుచూ ఉంటుంది. 'సంకల్పము' పనిచేయనారంభిస్తుంది.

నవమే అపీవతే : తొమ్మిది నెలలు అయ్యేసరికి ఆ పిండము కదలటం పూర్తిగా ప్రారంభిస్తుంది. ఇక "గర్భస్థ శిశువు" అని పిలువబడుచున్నది. భావ-అభావములు, జాగ్రత్-స్వప్న స్వభావములు ప్రవర్తించనారంభిస్తున్నాయి.

- - -

ఈ విధంగా → స్త్రీ - పురుష... రెండు దేహముల నుండి ఒక్కచోటికి (స్త్రీ గర్భాశయములోనికి) వచ్చి చేరిన శోణితము - శుక్లము... అను పేర్లతో పిలువబడే రెండు శరీరక (మూలక - మూలసృష్టి) విభాగములు... 'శిశువు'గా రూపముదాల్చుచున్నాయి.

- పురుష భాగము → 'శుక్లము'
- స్త్రీ భాగము → 'శోణితము'

ఈ రెండింటినీ కలిపి (ఆ రెండు కలిసి ఉన్నప్పుడు) 'క్లీబము' అని అంటారు.

ఈ విధంగా శుక్ల-శోణితములు - క్లీబము - పిండము- శిశువు-శైశవము-బాల్యము - కౌమారము.. యౌవనము- వార్ధక్యము - మరణము... ఈ దశలన్నీ సృష్టికర్తయగు ప్రజాపతి సంకల్పానుసారముగా ఈ దేహము పట్ల దేహధర్మములుగా ఈ భూతాకాశమునందు అవస్థితమై ప్రవర్తిస్తున్నాయి. వీటన్నిటిలో పరమాత్మయొక్క అంశయే ప్రవర్తితమగుచుండగా, **'పరమాత్మ'**యే **'జీవుడు'**గా ప్రదర్శితమగుచున్నారు.

శిశువు - లింగధారణ

గర్భస్థ పిండము...,

- **పితృరేతో అతిరేకాత్ పురుషోభవతి।**
  పితృరేతస్సు యొక్క అధికత్వము (over powering) చేత పుంలింగ శిశువుగా అగుచున్నది.
- **మాతృరేతో అతిరేకాత్ స్త్రీయో భవతి।**
  మాతృరేతస్సు యొక్క అధికత్వము (over powering) చేతనో,... స్త్రీ లింగ శిశువు అగుచున్నది.

స్త్రీ యోహి కామిన్యః తాసామ్ సుఖాధిఖ్యాత్ తాఏవ బహులా జాయంత! ప్రకృతి విధిని అనుసరించి స్త్రీలకు **"కామాధిక్యత"**- కారణంగా పురుష శిశువుల కంటేకూడా స్త్రీ శిశువులు సంఖ్యాపరముగా అధికంగా ఉంటారు.

ఒక్కొక్కసారి శుక్ల-శోణితముల (పురుషుల - స్త్రీల రేతస్సుల) ఆధిక్యత - ప్రభావములు సరిసమానంగా ఉంటూ ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. **ఉభయోః బీజతౌల్యే నపుసంకో భవతి।** - ఆ శిశువు స్త్రీ+పురుష - ఉభయలక్షణములు కలిగి ఉండి, నపుంసక శిశువుగా అగుచున్నది.

- - -

"వృత్తిః" అనుగుణాహి ప్రవృతిః । వృత్తి (Avocations) అనుసరించియే ప్రవృత్తి (Tendency) ఉంటూ ఉంటుంది. కారణమును అనుసరించి కార్యము ఉండటము సామాన్యంగా (usually) లోకరీతి కదా! అట్లాగే తల్లితండ్రుల రూపురేఖలను, గుణములను అనుసరించి... కొంతవరకు శిశువుల రూపురేఖలు, స్వభావాలు ఉంటూ ఉంటాయి.

ఒకవేళ తల్లి-తండ్రులు - వారి ప్రవృత్తుల రీత్యా సంభోగసమయానికి ముందుగాని, సంభోగ సమయానికిగాని **వికృతగుణవంతులు, చంచలస్వభావులు, చిత్త-చాంచల్యవంతులు, క్రూరస్వభావులు, తీవ్రమైన వ్యాకులత కలవారు, పగ-ద్వేష-హింస స్వభావులు,**

అకారణ క్షణ-క్షణ కోపోద్రిక్తత కలవారు, ఒకరినొకరిపట్ల తిరస్కార-ద్వేషభావములు పెంపొందించుకున్నవారు అయి ఉండటం జరుగుతుంటే... అప్పుడు పుట్టబోయే శిశువులు పుట్టుగ్రుడ్డులు, పుట్టు చెమిటివారు, పొట్టివారు, వంకర-టింకర దేహాకారములు గలవారు, శారీరక మానసిక దోషములు కలవారు అగు సందర్భములు ఏర్పడుచున్నాయి.

అట్లా కాకుండా... స్త్రీ-పురుషులు పరస్పర ప్రేమాస్పదులు, పరస్పరము ఆప్యాయత కలిగి ఉన్నవారు, స్నేహ-మృదుభావులు, స్త్రీ పురుషుల కలయికను ఉపాసనగా భావించువారు... అయినప్పుడో? ఆ శిశువులు తదనుగుణంగా సాత్విక-దైవీ గుణ సంపన్నులు, ఆరోగ్య-ప్రకాశములు గల దేహములు కలవారు అగుచున్నారు.

పుష్పవతోః ఉపరక్తయోః అంగవైకల్యభాజః : స్త్రీల పుష్పవతిత్వ (బహిష్టు) సమయాలలో దంపతులు ఉపరక్తులు అయితే (సంభోగించటం జరిగితే)..., శిశువులు బలహీనులు, అంగవైకల్యము కలవారు, శారీరక-మానసిక అనారోగ్యవంతులు అగుచూ ఉంటున్నారు.

కాల దేశ క్రియా ద్రవ్యభోగ ఉపాధిభిః ఉపచిత-అపచిత, అనూరూప-అననురూపమూర్తయో భవంతి॥స్త్రీ-పురుషుల కలయికకు సంబంధించిన కాలము-దేశము క్రియ-ద్రవ్యము - భోగములను అనుసరించి ఆ శిశువు-భారీదేహము, అతిసన్నని దేహము, సమాన-అసమాన దేహములు... ఇటువంటి ఉత్తమ-అల్ప ఆకార దేహములు- పొందుచుండటం జరుగుతోంది.

(ఉదాహరణకు..సాయం ప్రదోషకాలము సంయోగమునకు నిషిద్ధమని, పగలు సంయోగముచే శిశువులు రాక్షస-పిశాచ ప్రవృత్తులు కలిగి ఉంటారని పురాణములలోని కొన్ని దృష్టాంతాలు తెలుపుచున్నాయి).

సమ్యక్ యోగే సారూప్యమ్ అవాప్య సమానగుణా భవంతి -బింబమివ ఉపాధౌ ప్రతిబింబమ్:

→ యోగ భావనతో, సంయోగ వియోగాతీత భావులై,
→ రాగ ద్వేష మోహ ఆవేశ రహితమగు సమ్యక్ భావనతో,
→ భక్తి - జ్ఞాన-ధర్మానుసరణానుకూల - లోక కల్యాణ సంకల్పములతో,
→ సాత్వికవృత్తులు, ఆప్యాయత, అనురాగము ఇత్యాది దైవీసంపత్తి ఆశ్రయించుచున్నవారై...,

దంపతులు ఉంటున్నప్పుడు, ఆ దంపతులకు సారూప్యము (తమ రూపమే గల), సమాన గుణములు (అట్టి సాత్విక - దైవీగుణములుగల) శిశువులు కలుగుచూ ఉంటారు.

బింబము వలెనే జలములోని ప్రతిబింబము ఉండటము సహజమే కదా! జలము చంచలముగా ఉన్నప్పుడో? ప్రతిబింబము చంచలంగా అగుచున్నదికదా! మనస్సు చంచలముగాను, అల్పభావ - ఉద్రేక సమన్వితంగాను ఉంటే, ఆ దోషము పుట్టిన పిల్లలకు అంటగలదు. **అందుచేత దంపతులు మానవ జన్మను ఉత్తమ అవకాశముగా భావిస్తూ, సంతానమును పొందటము యోగముగా, ఉత్తమ గుణ-స్వభావము గల లోకకల్యాణ భావములుగల శిశు సంతానము - తమ యొక్క విద్యుక్త ధర్మమైన సేవగా భావించెదరుగాక!**

యమళ (కవల)పిల్లలు: అన్యోన్యవాయు పరిపీడితానామ్ శుక్ల ద్వైవిధ్యే యమళౌ భవతః॥ కొన్ని కొన్ని సందర్భాలలో దంపతుల దేహములోని తీవ్ర వాయు (పరస్పర భావావేశ సందోహములచే పరస్పరము వాయు పీడితులగుచున్నప్పుడు) శుక్ల-శోణితములు రెండు -రెండు విభాగాలుగా విడిపోయి,... ఆ దంపతులకు కవలపిల్లలు (జంట పిల్లలు) కలగటం జరుగుతోంది.

మిశ్రప్రజా - ఆమ్రేడితా శిశువులు : (అంటు శిశువులు) : ఎక్కడో కొద్ది సందర్భాలలో శుక్ల-శోణితములు ఏకమగుచున్న క్షణములలో తీవ్రముగా విడిపోయి, మరల వేగముగా 'జంటలు'గా పరస్పర తాకిడిచే ప్రకృతి వైపరీత్యంగా అంటు శిశువులు రూపదిద్దుకుంటున్నారు. అట్టి ఆమ్రేడితా శిశువుల యొక్క శరీర విభాగములు పరస్పరము చొచ్చుకొనిపోయి ఏక-మిశ్రమ దేహము కలవారై ఉండటం జరుగుతోంది.

– – –

అత్యధికంగా (Maximum) మానవులలో ఐదు (5) అండముల వరకు ఉండవచ్చును. సామాన్యముగా ఒకరిలో ఒక అండమే ఉండటము సహజము. కొంతమందిలో రెండు అండములు ఉండి ఉంటున్నాయి. రెండుకు మించిన సంఖ్య గల అండములు వేలాది మందిలో ఒక్కొక్కరిలో ఉండటం జరుగుతోంది.

పిండధారణ సమయంలో పిండము అనేకసార్లు రేతస్సు సేవించటం చేత ఒక్కొక్క శిశువులో అంగములు మామూలుగా కాకుండా,... అధికంగా ఉండటం జరుగుతోంది. మరికొన్ని సందర్భాలలో రేతుస్సును అల్పముగా సేవించటం చేత, ఆ పిండ శిశువు శుష్కమైన, అల్పమైన, తక్కువ అంగములు కలిగి ఉంటున్నది. ఎప్పుడో సుదీర్ఘకాల విరామముగానో, అన్యాపదేశముగానో (Very drowry /

Absent minded / sleepy state) సంభోగము జరుపినప్పుడు కొన్నిసార్లు యుగ్మములు (చర్మపు ముడతలు) అధికంగా ఉండే శరీరము నిర్మితమౌతోంది. ఇదంతా అనిర్వచనీయమగు, అప్రతిహతమగు ప్రకృతి వైపరీత్య చమత్కారములు.

శ్లో॥ పంచాత్మకః సమర్థః, పంచాత్మక తేజస అధిగంధ రసశ్చ,
సమ్యక్ జ్ఞానాత్ ధ్యానాత్ అక్షరము ఓం కారమ్ చింతయతి॥

ఈ విధంగా తల్లితండ్రుల శారీరక-మానసిక ప్రవృత్తులను, యోగ-అయోగభావ-ఉద్విగ్నతలును, స్వీకరించే ఆహార పదార్థాలను, పంచభూత దేవతల సహకార-సంపత్తులను-అనుసరించి, శుక్ర-శోణితమిశ్రమముగా ఆరంభమగుచున్నది. దేహబిందువుగా పరిణమించుచూ **జీవతత్త్వముగా పరిణమించుచూ సమర్థము, పంచేంద్రియ పరిపుష్ఠము అగు-దేహముగా రూపము పొందటం జరుగుతోంది.** దేహములో పంచ-జ్ఞానేంద్రియములు పంచకర్మేంద్రియములు రూపుదిద్దుకుంటున్నాయి. క్రమంగా దేహములో శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధములను తెలుసుకొనే **'తెలివి'** రూపము (చిత్ విలాసకిరణము) స్థానభూతమగుచున్నది.

- సమ్యక్ జ్ఞానము (విచక్షణాజ్ఞానము).
- 'ధ్యాస' (Avocation) రూపమగు ధ్యానము (అనుభవము, అనుభూతి),
- అక్షర పరబ్రహ్మతత్త్వమగు 'ఓం'కారము (ఆత్మ) → ఈ మూడు భౌతికదేహంలో ప్రత్యక్షమగుచున్నాయి.

ఈ మూడింటియొక్క చింతన రూపముగా 'చిత్తము' ఉత్పన్నమగుచున్నది. (The Experiencer is begining his function of Experiencing)

❋ ❋ ❋

"ఇక ఆ శిశువు క్రమంగా ఏకము-అక్షరము-ఓంకార సంజ్ఞార్థము - అగు అనుభూతి ఎట్టిదో అనుభూతం చేసుకొంటున్నాడు. (అప్పటికి ఇంద్రియ ప్రపంచము భౌతికంగా ఎదురుగా లేదు కనుక!).

శరీరములో పంచభూతములు, మనస్సు (ఆలోచన), బుద్ధి (విచక్షణ), చిత్తము (ఇష్టాఇష్టములు) అనబడే అష్టవిధ ప్రకృతి - '9'వ నెలలో సంపూర్ణముగా రూపుదిద్దుకుంటున్నాయి.

అష్టవిధ ప్రకృతి + షోడశవికారాలు పూర్తిగా తయ్యారవగా, జీవుడు+దేహము... (User and usager)... ఉభయము సర్వలక్షణ సంపూర్ణమైనవగుచున్నాయి. పరస్పరము సమాశ్రయించినవగుచున్నాయి.

ఇకప్పుడు ఆ శిశువులో తన యొక్క ఇతః పూర్వపు అనుభవములకు సంబంధించి జ్ఞాపకములు గుర్తుకురావటం, విమర్శన - విచారణలకు విషయములవటం ప్రారంభమగుచున్నాయి. ఇంతకుముందు జరిగిపోయిన దేహముల-జీవజాతి, జన్మ-కర్మలు, సంబంధ-అనుబంధ-బాంధవ్యములు, వాటి-వాటికి సంబంధించిన శుభ-అశుభ విశేషాలు, సుఖ-దుఃఖాలు, తప్పు- ఒప్పులు మనోదర్పణంలో స్ఫురించనారంభిస్తున్నాయి. **పూర్వజాతిమ్ స్మరతి! కృత-అకృతమ్ కర్మవిభాతి! శుభ-అశుభకర్మ విందతి!**

- ఈ దేహంతో ఇట్లాగు, ఆ దేహముతో అట్లాగు జరిగిపోయింది కదా!
- ఇది ఇట్లా చేశాను. అది అట్లా అనుకుని కూడా చేయలేకపోయానే! అదంతా ఇట్లా అనుకుంటే, .. అట్లా జరిగిందేం?
- ఇది బాగా చేశాను... అది నేను చేయటం అశుభప్రదమేగా!

... ఈ రీతిగా బాగు-ఓగుల గురించి తలచుచూ, సుఖ-దుఃఖములు పొందటము ప్రారంభిస్తున్నాడు.

ఆ శిశువు యొక్క విచారణ - విశ్లేషణ - యోచన- భావన - అనుభూతి - బాధ-కోపము... ఇటువంటి ఆలోచనా తరంగాలు ఈ రీతిగా అనుభూతి రూపమై ఆతనిని స్పృశించనారంభిస్తున్నాయి.

నవమాస గర్భస్థ శిశువు - ఆలోచనాపరంపరలు

"ఆహాఁ! **నానా యోగి సహస్రాణి దృష్ట్వా చ ఏవ తతో మయా!** నేను ఇప్పటికి రకరకాల-వేలాది జీవజాతులలో జనించాను. మరణించాను. అసంఖ్యాకంగా తల్లుల గర్భములను దర్శించాను. వాటియందు జీవించాను. శయనించాను. ఇప్పుడు ఈ మాతృయోనిలో ప్రవేశించాను. ఇప్పటికి ఎన్ని మాతృయోనులలో ప్రవేశించి, ఆ దేహముల నుండి నిష్క్రమించియున్నానో... అసంఖ్యాకం! అంతూ-పొంతూ లేదుకదా!

ఆహారా వివిధా భుక్తాః పీతాశ్చ వివిధాః స్తనాః। అనేక విధములైన ఆహారాలు స్వీకరించాను. రకరకములైన తల్లుల స్థనములలో పాలు గ్రోలాను. అనేకచోట్ల పుట్టాను. ఇంకెన్నో చోట్ల చచ్చాను. భూమండలమంతా నేను అనేక చోట్ల జన్మభూములుగా కలిగి ఉండటం జరిగింది. అనేక ప్రదేశాలు నాకు శ్మశానాలు కూడా అవటం జరిగింది. ఈ విధంగా నాకు ఏకానేక భూప్రదేశాలన్నీ కూడా జన్మస్థలములు, మరణించిన స్థానములు కూడా అయి ఉన్నాయి కదా!

శ్లో॥ జాతశ్చాఽస్మి మృతశ్చాఽస్మి। సంసార్యస్మి పునః పునః।
జన్మమృత్యూ, పునర్జన్మః। పునః మృత్యుః పునర్జనిః।

ఏన్నోసార్లు పుట్టాను, చచ్చాను.. మరల మరల **"ఈ దేహములోని ఇంద్రియ ద్వారముల ద్వారా ధ్యాస ప్రవహించుచున్నప్పుడు ఏ దృశ్యము- దృశ్య విషయాలు నాకు అనుభవమగుచున్నాయో... ఇదియే కదా, నాకు సంబంధించిన సమస్తము - సమగ్రము అగు సత్యము"** అని తలచి సంసార చక్రములో ఇరుక్కొని దేహపరంపరలలో గడుపుతూ వచ్చాను.

గర్భవాసే → మహత్ 'దుఃఖమ్', మోహో దుఃఖం చ జన్మసు!

ఆహాహాః! తల్లి గర్భములోని పిండమును ఆశ్రయించి, పిండ-శిశు స్వరూపుడనై ఎన్నిసార్లు ఎంతెంతగా దుఃఖాలు పొందాను! తల్లి గర్భము నుండి బయల్వెడలుచు ఎన్ని బాధలు-దుఃఖాలు అనుభవించాను! అదంతా ఎంతటి మోహాము! (What an Illusion that was many many times serially undergone by me!)

బాల్యే → దుఃఖమ్ తథా శోకః పారవశ్యం చ మూఢతః।

సరేః! ఎట్లాగో అట్లా తల్లిగర్భంలోంచి బయల్వెడలి పాంచభౌతిక దృశ్య ప్రపంచములలోనికి అనేకసార్లు ప్రవేశించాను. అటు తరువాత, ఆకలి-దప్పిక-నిస్సహాయత-బెంగ-ఆటపాటలు- ఆశ-నిరాశలు-పేరాశలు... ఇటువంటి అనేక దోషములచే విమూఢుడనై, పరవశము పొందుచూ అనేకసార్లు బాల్యదుఃఖాలు, బాలదశ వేదనలు అనుభవించానుకదా! బాల్యములోని మూఢత్వము (Sheer Ignorence) తో కూడిన పారవశ్యము ఎంతటి బాధాకరము!

యౌవనౌ: క్రమంగా యౌవనమును పొందుచుండటం జరుగుతూ ఉండేది కదా!
హితాకరణమ్; ఆలస్యమ్; అహిత ఆచరణమ్ తథా, యౌవనే విషయాసక్తిః - తాపత్రయ నిపీడితః।

ఆ విధంగా, యౌవనములో ప్రవేశించిన తరువాత...,

→ మంచి పనులు చేయబుద్ధి కాదు. వాటి పట్ల బద్ధకము, తిరస్కారము పెంపొందినవై ఉండేవి.

→ అహితమైన-దుర్మార్గపు చెడు పనులు ప్రారంభించటానికి మాత్రము ఎక్కడలేని ఉత్సాహము-ఉత్తేజము వచ్చిపడుతూ ఉండేది.

→ అనేక లౌకిక విషయముల పట్ల కట్టలు త్రెంచుకొని వస్తున్న ఆసక్తి!

→ ఆధిభౌతికము-ఆధి దైవికము-ఆధ్యాత్మికము రూపములలో ఉండి-'3' తాపాలు; తాపత్రయాలు... వీటిచే నిత్యము పీడించబడటము.

- ఈ విధంగా ధ్యాస, ఇంద్రియ విషయములకు ఆవల ఉన్న నిత్యము - సత్యము అగు ఆత్మజ్ఞానము పట్ల, శ్రద్ధగాని, ఏకాగ్రతగాని ఏమాత్రమూ కుదరటమే లేదు. దేహంలో ప్రవేశించటం! ఇంద్రియ విషయాలలో పడటం! దేహనిష్క్రమణం! ఇంకో దేహం... ఇదే పని అయిపోతూ వస్తోంది!

ఇక వార్ధక్యము

- నిర్వర్తించిన నిర్వర్తించని కర్మల గురించి, వ్యవహారముల గురించి అనేక చింతనలు.
- దేహములో అనేక బాధలు, రోగములు.
- **"ఎప్పుడు చావు వచ్చి పడుతుందో, ఏమో"** అనే మరణ భయము.
- అనేక **ఆశ-నిరాశ-దురాశ-పేరాశ** భావాలు. తీరని కోరికలు.
- అభిమానములు. లోభములు.
- కామ-క్రోధముల సంకటములు.

- అనేక ఉత్కంఠలు (ఏది ఏవిధంగా ఏమౌతుందోననే ఉద్వేగములు).
- స్వతంత్రంగా ఏమీ చేయలేనట్టి నిస్సహాయత.

... ఇటువంటి అనేక దుఃఖములతో అనేక వార్ధక్యములు గడిచిపోయినాయి.

అసలీ 'జన్మ' అనునదే అనేక "మహాదుఃఖములు" అనే మహావృక్షమునకు బీజము. **దుఃఖబీజమ్ ఇదమ్ జన్మ, దుఃఖరూపంచ దుస్సహమ్!** జన్మంతా కూడా సహింపరాని దుఃఖరూపము. అటువంటి పరిస్థితులలో అనేక దేహపరంపరలు వస్తున్నాయి. పోతున్నాయి. ఇప్పుడు ఈ వర్తమాన గర్భస్థశిశు స్థితి అనుభవిస్తున్నాను. దుఃఖ నివృత్తికి ఉపాయాలు ఏమిటి? యోగము, జ్ఞానము, ప్రవృత్తికి వేరైన నివృత్తి ధర్మములు - ఇవి మార్గములుగా విజ్ఞులు చెప్పుతూ వస్తున్నారు. ఇవి నేను విని కూడా సరిఅయిన రీతిలో ఆచరించకుండానే, వారి మాటలు పెడచెవిని పెట్టాను. ఫలితంగా గొప్ప అవకాశములు గల అనేక ఉపాధులు నిష్ప్రయోజనంగా బుగ్గిపాలు అయిపోయాయి!

ఇప్పుడు మరల ఈ తల్లి గర్భములో శిశుదేహంలో చిక్కుకుని ఉన్నాను. అయ్యబాబోయ్! ఇది ఏమి స్థితి! ఎంత కష్టం! దుఃఖసాగరంలో మునిగిఉన్నాను! **అహో దుఃఖ దధౌ మగ్నో! న పస్యామి ప్రతిక్రియామ్!** ఈ దుఃఖస్థితి-బంధస్థితి తొలగేందుకు ఏమీ ప్రతిక్రియ చేయలేని పరిస్థితి! దుస్థితి! థిక్ అజ్ఞానము! థిక్ అజ్ఞానము! ధిక్ కామక్రోధ సంకటము! ఓ నా అజ్ఞానమా! నీకు ధిక్కారము! నీకు ధిక్కారమగుగాక! నేను అనేక ఉపాధులతో ఆశ్రయించిన కామ-క్రోధములు ధిక్కారమగుగాక! అవియే నన్ను ఇప్పటి ఈ స్థితికి ఈడ్చుకుంటూ తీసుకువచ్చాయి!

"ఈ ఇంద్రియ విషయములే, ఈ దేహమే నా సర్వస్వము. ఇదియే సమగ్రము"- అని అనుకొంటూ అనేక దేహాలలో బద్ధుడనై జీవిస్తూ, మరణిస్తూ వస్తున్నాను. అట్టి నా అజ్ఞాన శృంఖలములకు (బేడీలకు) ధిక్కారమగుగాక!

ఇక ఇంద్రియ విషయములకు - ఇంద్రియములకు కూడా ఆవల ఉన్న ఆత్మతత్త్వ జ్ఞానమును సముపార్జించకోవటానికై ఆచార్యులను సమీపించి, వారి బోధల ద్వారా **ఆత్మవిచారణారూపమగు విచక్షణను** పెంపొందించుకొనెదనుగాక! **సాంఖ్యయోగమును సమాశ్రయించెదనుగాక!**

సరే! అయినదేమో అయినది! ఇప్పటి మాట ఏమిటి? ఇప్పుడు మాతృగర్భంలో చిక్కుకొని ఈ గర్భనరక దుఃఖాలన్నీ అనుభవిస్తున్నాను కదా! ఈ మాతృయోని నుండి **ఎట్లాగో అట్లా విడుదల అయ్యానా,...** ఇక అశుభమునకు క్షయకర్త, పురుషార్ధప్రదాత - అయినట్టి జగదీశ్వరుడగు పరమాత్మను శరణువేడి తద్వారా సంసార శృంఖలములను త్రెంచివేసుకొనెదనుగాక!

- సర్వశక్తిమంతుడు....,
- సత్-చిత్-ఆనందాత్మ స్వరూపుడు,
- సర్వకారణ కారణుడు,...
- సర్వమునకు పరమైయున్నట్టి పరమేశ్వరుడు, సర్వమూ 'తానే' అయినవాడు,
- సర్వమును ఉత్తేజపరచుచు, ప్రకాశవంతము చేయుచున్నట్టి భర్గుడు,...,
- సర్వదేహాలలోని సర్వేంద్రియములకు అధిపతియగు - పశుపతి...,
- కాలః కాలస్వరూపుడగు రుద్రుడు,
- దేవతలకే దేవుడైనట్టి దేవదేవుడు, మహాదేవుడు...,
- శరణన్న వారికి ఆత్మానందమునకు, ఆత్మసాక్షాత్కారమునకు త్రోవచూపించి నడిపించు జగద్గురువు...

అగు పరమేశ్వరుని స్తోత్రం చేస్తాను.. పూజిస్తాను. ఆరాధిస్తాను. శరణువేడుతాను. అంతేగాని ఇంద్రియ విషయబద్ధుడను అవనే అవను! "ఇంద్రియ విషయములు" - అనే సర్పములు సంచరించే నూతిలో పడిన 'కప్ప'వలె అటూ ఇటూ గెంతులు వేయను.

ఈ యోని బంధము నుండి ఈ ఒక్కసారి విముక్తుడనై బయల్వెడలానా...,

- ఆ భగవంతుని కరుణాకటాక్ష వీక్షణను సముపార్జించుకోవటానికై-గొప్ప తపస్సు, ధ్యానము, యోగము ప్రారంభిస్తాను. అదొక్కటే నా పని.

ఈ గర్భవాసము నుండి బయటపడగానే...,

- అమృత–ఆనంద ప్రదాత,
- అపరిమితుడు, అనామయుడు,
- నారాయణ నామధేయుడు

అగు ఆ విష్ణు భగవానుని హృదయమునందు నిలుపుకొని సర్వదా ఆయననే భజిస్తాను. ఉపాసిస్తాను. అంతేకాని, దృశ్య విషయముల జోలికే వెళ్ళను.

ఈ మాతృకుక్షిలో (తల్లి గర్భములో) చిక్కుకున్న నేను– ఇప్పుడు అనుభవిస్తున్న బంధనముల నుండి విముక్తుడనయ్యానా...;

ఇక అప్పటి నుండి **"ఈ కనబడేదంతా కూడా, వాసుదేవమయమే! సర్వాత్మకుడగు వాసుదేవుడే నాకు కనబడుచున్న సర్వజీవులుగా ఉన్నారు కదా!"...** అనే అనన్య చింతనను ఆశ్రయిస్తాను. సర్వకర్మలు–కార్యక్రమములను ఆ వాసుదేవునికే సమర్పించి, నా మనో–చిత్త–బుద్ధి–అహంకారములతో ఆయననే పూజిస్తూ ఆయనను కర్మ–జ్ఞాన–యోగముల ద్వారా సంతోషింపజేస్తాను. ఆయన దయచే జన్మ–కర్మ చక్రము నుండి, దృశ్యమోహముల నుండి విముచ్యుడనౌతాను. అంతేగాని ఇంద్రియ విషయములను నమ్మి, కామ–క్రోధములను ఆశ్రయించి ఇక **మరల మోహములో పడనుగాక, పడను!**

– – –

ఓ గతించిన బంధువులారా! మీకోసమై ఎన్నెన్నో పుణ్య–పాపకార్యములను ఆచరించాను!

"నా వాళ్లు– నా పిల్లలు – నా భార్య– నా బంధువుల" అని తీవ్రంగా భావిస్తూ, కామ–రాగ–మోహములతో అనేక చెయ్యకూడని పనులను కూడా చేశాను. అనుక్షణము ఎవరెవరికొరకో తాపత్రయములు అనుభవిస్తూ కాలం గడిపాను. "నా వారు – నీ వారు; అయినవారు – కానివారు; శత్రువులు – మిత్రులు; ఇష్టం అయినవారు – కానివారు" అని అనుకుంటూ జగత్ – దృశ్య వీధులలో ఊరకుక్కలాగా తిరుగాడాను.

"సంతానము కోసము - కుటుంబము కోసము- బంధువుల కొరకు ఇంకా ఇంకా ఏదో చేయాలి. కట్టబెట్టాలి" అని తలుస్తూ భగవత్ ప్రసాదితమగు ఆయుష్షును వృధా చేసుకొన్నాను. ధర్మమును విడచి అర్థ–కామముల వెంట పరుగులు తీశాను. చివరకు జరిగిందేమిటి? **గతాః తే ఫలభాగినః।** నేను సంపాదించదానిని పంచుకున్నవారు, అనుభవించినవారు, నేను తాపత్రయపడినవారు – వారంతా కూడా వారివారి త్రోవలలో ఎక్కడో ఉండిపోయారు. ఎటెటువైపో వెళ్లిపోయారు. ఇక ఇప్పుడు నాగతి ఏమిటి? అట్టి "నావారు– నావారు"... అనుకూంటూ నిర్వర్తించిన అనేక అర్థ–కామ సంబంధమైన అనేక దుష్టకర్మల ఫలితాలన్నీ ఏకాకిగా అనుభవిస్తున్నాను! ఆ బంధువులందరూ నాకు తోడు అయ్యారా? లేదే! లేనే లేదు! **ఏకాకీ తేన దహ్యామి గతాః తే ఫలభాగినః॥**

"ఆఁ! ఎవరు చూస్తారులే!" ... అని అనుకుంటూ నేను అనేక పాపకార్యాలు చేసి ఉన్నాను. "పరమాత్మ అనే ఆయన సర్వసాక్షి అయి ఒకరు ఉన్నారు. ఆయన తప్పు చేస్తే తప్పక శిక్షిస్తారు కదా!". అనే విషయమే నేను పట్టించుకోలేదు. (ఇతరులెరుగకున్న ఈశ్వరుడెరుగడా?) నాస్తికుడనై (సృష్టికర్త లేడు – ఎవ్వరూ లేరు – అని పలుకుచు) భయం లేకుండా తప్పుడు పనులు చేశాను. **భుంజామి తత్ఫలమ్ హి అద్య।** వాటి ఫలితాలు ఇప్పుడు అనుభవిస్తున్నాను కాబోలు. అప్పటి కోపము – ఆవేశము – కసి–దూషణ–అపశబ్దాలకు తదనంతర ప్రయోజనములు ఇప్పుడు తెలుస్తున్నాయి. ఇతరులకు బాధ కలిగించినదంతా ఇప్పుడు కట్టి కుడుపుతోంది.

ఇక ఆ తప్పులు చేయను. **పరమాత్మకు భయపడి, ధర్మానికి కట్టుబడి జీవిస్తాను.** ఆస్తికుడనై పరమాత్మ యొక్క ఆగ్రహమునకు లోనుకాకుండా, అనుగ్రహము కొరకై కర్మ–భక్తి–జ్ఞాన–సర్వసమర్పణ–దైవీగుణ సంపత్తులను నిర్వర్తిస్తూ ఆత్మభావన వృద్ధిపరచుకుంటాను". పెద్దలు చెప్పిన మార్గంలో నాయొక్క 'కేవలస్వరూపము' వైపు దృష్టి సారించి కైవల్యము సిద్ధించుకుంటాను.

❋ ❋ ❋

ఈ విధంగా మాతృగర్భస్థమగు శిశుదేహము ఆశ్రయించిన ఆ జీవాత్మ, **ఏవమ్ నానావిధ అనర్థాన్ పరిచింత్య ముహుర్ముహుః।**

తాను క్రితం ఉపాధులతోను, అంతకుముందటి ఉపాధులతోను నిర్వర్తించియున్న అనేక దృశ్యసంబంధములైన అనర్థములగు కర్మలను – భావావేశములను... మరల మరల గుర్తుతెచ్చుకుంటూ పరిచింతన చేయుచున్నాడు. **"వర్తమాన గర్భస్థయోని బంధము ఎట్లా తొలగుతుందిరా బాబూ? ఎవరు దిక్కు?"...** అని వేదన చెందుచున్నాడు. తాను ఇతః పూర్వపు దేహములతో పొందిన

- ఇంద్రియ విషయముల పట్ల,
- "సంపదలు, స్వజనులు, సిరులు (ఇల్లు-ధనము మొ॥వి) భౌతిక సుఖధ్యాసలు - ఇత్యాది కార్యక్రమముల పట్ల

- బుద్ధిని నిలిపి, సంసారపు బంధములను తొలగుప్రయత్నములు చేయనందుకు పశ్చాత్తాప్పడుచున్నాడు. సంసార దుఃఖములు ఎటువంటివో మరల మరల గుర్తు చేసుకుంటూ ఉన్నాడు. **శశ్వత్ సాంసారికమ్ దుఃఖమ్. స్మృత్వా-నిర్వేదమ్ ఆప్యచ...।** తన యొక్క అవిద్యాపూర్వకమైన కర్మలను స్మరిస్తున్నాడు. గుర్తు చేసుకొని, అంతరాంతరాలలో నిర్వేదన చెందుచున్నాడు. అనేక విషయాలు గుర్తు చేసుకొని మోహమునకు లోను అగుచున్నాడు. అవిద్య - కామ్య కర్మలు మొదలైనవి తలచుకొని మోహపరవశుడగుచుండటం జరుగుతూ ఉంటోంది.

ఈ జీవుడు ఒకటి తరువాత మరొకటిగా వందల-వేల, రకరకాల జంతుజాతుల మాతృయోనులలో ప్రవేశించాడు. నిష్క్రమించాడు. యంత్ర మహాచక్రములో ప్రవేశించినవాడు ఆ యంత్ర చక్ర గమనముతోబాటే పైకి-క్రిందికి తిరుగాడుతూ ఉంటాడు కదా! ఆ విధంగా "కల్పన - భావన - ఊహ" అను స్వకీయ మాయలో ప్రవేశించి 'జీవుడు' అనే అంశకు బద్ధుడు అగుచూ ఉండి, తల్లుల గర్భములలో ప్రవేశిస్తూ-బయటపడుతూ, పుట్టుచు-మరణిస్తూ... దేహ-దేహాంతరములలో తిరుగాడుచున్నాడు. **"ఎట్లాగురా, ~~ఈ~~ జన్మ-మృత్యుచక్రభ్రమణముల నుండి బయల్వెడలేది?"**... అని తలచుచున్నాడు. కొన్నిసార్లు, ముముక్షువై ప్రయత్నించి కూడా జన్మ-కర్మల వేగ గమన పరిధుల నుండి బయటకు రాలేకపోతున్నాడు. **ముముక్షుః యతతే। తత్రా, అశక్తో యంత్రేణ పీడ్యతే।** జన్మ-కర్మలను పీడగా అనుభవిస్తున్నాడు.

ప్రసూతి వాయుస్పర్శ

ఇప్పుడు గర్భవాసములో ఉండి, ప్రసూతి వాతముచే (వాయువులచే) స్పృశించబడినప్పుడల్లా నలిగిపోతూ మహత్ దుఃఖమును ఆ శిశువు పొందటం జరుగుతోంది.

ఒకానొక రోజు ప్రసూతివాయువుల పీడనముచే ఆ శిశుదేహము క్లేశములు పడుచూ యోని నుండి బయటపడుతోంది.

మరొక అద్భుతం!

ఆ శిశువు నేల మీద పడగానే వైష్ణవ వాయు సంస్పర్శచే ఆతని గర్భనరక బాధలు తొలగుచున్నాయి. పుట్టినబిడ్డ పుట్టగానే ఉగ్రదృక్ (క్రూరదృష్టి) కలవాడై, స్నానము చేయించేసరికి సర్వాంతర్యామి, విశ్వదృశ్యరూపుడగు వైష్ణవస్పర్శచే స్వాంతనము చెందుచున్నాడు.

గొప్ప విశేషం ఏమిటంటే...,

పుట్టిన ఆ శిశువు తన యొక్క జనన-మరణములను, తాను గర్భములో స్మరించిన పూర్వజన్మ స్మృతులను, తాను దేహోపకరణముతో నిర్వర్తించాలనుకొన్న ప్రణాళికలను, శుభ - అశుభకర్మల స్ఫూర్తిని, - ఇవన్నీ యాథాలాభంగా ఏమరచుచున్నాడు. ఆతనికి ఆ విశేషాలన్నీ స్ఫురించటమే లేదు. అయితే, నిగూఢంగా పూర్వజన్మల వాసనలు మాత్రము సూక్ష్మ సంస్కార రూపములుగా ఆతనితోబాటే ఆతనియందు దాగి ఉంటున్నాయి.

ఇక జన్మించిన ఆ శిశువు దేహియై దేహము గురించి, ఇంద్రియముల గురించి, ఇంద్రియ విషయముల గురించి, (కనబడేవి - వినబడేవి - స్పర్శ - రుచి-వాసనలు మొదలైనవి) ఏ విధంగా తెలుసుకుంటూ ఉండటం జరుగుతోంది? కథమ్ అథో జానాతి?... ఈ విషయమై వివరించుకొనెదముగాక!

దేహములో వాతము-పిత్తము- శ్లేష్మము అను మూడు ధాతువులు ఉంటున్నాయి. అవి సమపాళ్ళలో (అవసరమైనంతగా) ఉండి, సక్రమంగా విధులు నిర్వర్తిస్తూ ఉంటే, అప్పుడు ఆ జన్మించిన శిశువు ఆరోగ్యవంతుడై ఉంటున్నాడు.

(వాతము వాయు సంబంధమైనది. పిత్తము స్థూల సంబంధమైనది. కఫము జలసంబంధమైనది)

ఒకవేళ తల్లి గర్భంలో ఉన్నప్పుడు తల్లి స్వీకరించిన విపరీత-ఆహారములు కారణంగానో, (లేక) జన్మించిన తరువాత పొందిన దోషపూరిత ఆహారముల వల్లనో... వాత పిత్త కఫములు-అవసరానుసారము సమపాళ్లలో ఉండకపోతేనో? ఆ శిశువు దేహము రోగగ్రస్తమౌతోంది. ముఖ్యంగా పిత్తధాతువులు సమరూపంగా (ఎక్కువ-తక్కువ కాకుండా తగినంతగా) ఏర్పడుచూ ఉంటేనే, ఆ దేహధారుడు ఇంద్రియములను - ఇంద్రియ విషయములను సక్రమంగాను, సరిఅయిన రీతిగాను ఎరుగగలుగుచున్నాడు. పిత్తధాతువు అల్పంగా ఉంటే అల్పముగా మాత్రమే ఇంద్రియశక్తితత్వాలు ఉపయోగించగలుగుచున్నాడు. అధికంగా ఉంటే... అధికాధికంగా

విషయాలు తెలుసుకోగలుగుచున్నాడు. పిత్తధాతువు వికృతరూపంగా ఉంటే, ఆ జీవుని మనస్తత్త్వము కూడా వికృతంగా ఉంటోంది. విపరీతమైన భావాలు ఆతడు కలిగి ఉంటున్నాడు. పిత్తధాతు తీవ్ర వికృతత్వము వలన ఉన్మత్తుడై (పిచ్చివాడై) చరిస్తున్నాడు.

అట్టి పిత్తధాతువు...,

- శరీరమునందలి అగ్నిచే సమ్మిళితమగుచూ...,
- దేహములో ఇంధనము రూపముగా ఉంటూ...,
- వాయువు యొక్క స్పర్శలచే ప్రజ్వరిలుచూ...,
- లోపల - బయట కూడా విషయభోగము కొరకై సహకరిస్తూ...,

ఈ దేహము క్షయించకుండా కాపాడుతోంది.

పిత్తధాతువు బలహీనమైతే క్రమంగా దేహములోని స్థూల విభాగము కూడా శిథిలము కాగలదు.

అగ్ని : సహి అగ్ని కతి విధోభవతి? ఈ దేహములో అగ్ని ఉండి, దేహమును, దేహవిభాగములను, దేహోపకరణములగు శబ్ద - స్పర్శ - రూప రస గంధములను ప్రజ్వలింపజేస్తూ దేహమును ఎల్లప్పుడూ రక్షిస్తూ ఉంటోంది. అగ్ని యొక్క తేజోప్రభావమే అంతా కూడా!

- త్రీణివై శరీరాణి (ఈ దేహమునకు సంబంధించిన స్థూల-సూక్ష్మ-కారణ శరీరములు).
- త్రిణివావ రేతాగంసి- త్రివిధములైన రేతస్సులు (రసతత్త్వములు).
- త్రిధాతుః - వాత, పిత్త, కఫ ధాతువులు.
- త్రయీమయ-ద్రష్ట, దర్శన, దృశ్యములు.
- త్రివిధో అగ్నిః దేహములోని మూడు విధములైన అగ్నులు.
- **త్రైతానామ శరీరకో** - స్థూల సూక్ష్మకారణ శరీరములు.

... ఇవన్నీ **అగ్ని యొక్క తేజోవిభాగము చేతనే ఉత్తేజితమై** ప్రవర్తించటం **జరుగుతోంది.**

త్రి అగ్నులు - జీవన్ యజ్ఞము

తత్త్వజ్ఞులగు మహనీయులు **'జీవితము'** అనుదానిని **పవిత్ర-మహత్తర యజ్ఞము**గా దర్శిస్తున్నారు.

జీవన్ యజ్ఞములోని త్రి అగ్నులు జ్ఞానాగ్ని, దర్శనాగ్ని, కోష్టాగ్ని. ఈ మూడు రీతులుగా, జీవన్ యజ్ఞాగ్ని ఈ దేహమును తేజోమయముగా, ఉత్తేజితముగా, అర్థవంతముగా చేయుచున్నది.

జ్ఞానాగ్ని యొక్క చర్య (క్రియ)	→	మనస్సు	**ఏతా నామ శారీరకో వైశ్వానరః।**
దర్శనాగ్ని యొక్క చర్య (క్రియ)	→	ఇంద్రియములు	
కోష్టాగ్ని యొక్క చర్య (క్రియ)	→	దహరాకాశము (ప్రాణశక్తి)	**ఈ మూడు వైశ్వానరుని శారీరక దర్శనములు**

కోష్టాగ్ని ప్రాణ-అపానముల రూపమును దాల్చి, ఈ జీవుడు నోటితో ప్రతిరోజు భుజిస్తున్న భక్ష్య-భోజ్య-లేహ్య-చోష్యరూపములైన షడ్రుచులు (6 రుచులు) గల పదార్థములను రస శక్తి రూపముగా మార్చి.. ఆ రసశక్తి దేహములోని నర-నరములు అందుకునేటట్లు శరీర తీరును నడుపుచున్నది.

(అట్టి మహత్తర ప్రభావ సమన్వితమగు తాను తినిన ఆహారమును పచనము చేసి జీర్ణము చేస్తున్న అగ్నిని **"వైశ్వానరుడు"**గా కొన్ని పురాణ ఇతిహాసములచే చెప్పబడుచున్నది.)

ఈ జీవన మహాయజ్ఞ కార్యక్రమానికి - **ద్రష్ట, దర్శన, - దృశ్యము**లకు ఆవల గల - **'దృక్'** స్వరూపమే త్రిఅగ్నులలోని 'దర్శనాగ్ని' - అయి ఉన్నది. అట్టి దృక్ స్వరూపము [కేవల దృక్ (లేక) ఆత్మచైతన్యము] - జీవన్ మహాయజ్ఞమునకు ప్రారంభపు వాక్యమగుచున్నది.

'విజ్ఞానము' → అనే వికాసము - వికృతిని స్వీకరించి "దృశ్యమును దర్శించటము".. అను నాందీ ప్రస్తావన జరుగుచున్నది. అనగా దృక్ స్వరూపము → **'తెలుసుకొనవాడు'** రూపి అయి దృశ్యమును **"తెలుసుకోవటం"** - అనే ఒక యజ్ఞ కార్యక్రమము వినోదియై ప్రారంభిస్తున్నారు.

అట్టి దర్శనాగ్ని స్వరూపమగు దృక్ - **ఇంద్రియ గోళములందు, ఉప(హృదయ) స్థానమునందు, చక్షువులందు** వెలుగొందుచూ - అచ్చటచ్చట ముఖ్య స్థానములుగా కలిగినదగుచున్నది.

జీవన్ యజ్ఞము , శారీరక యజ్ఞము - యజ్ఞ విశేషాలు

ఈ 'జీవితము' అనే సందర్భమును జీవన్ మహాయజ్ఞమును నిర్వర్తిస్తున్నట్లుగా శారీరక యజ్ఞకోవిదులు భావన చేస్తున్నారు.

అనగా, 'నా ఈ జీవన్ యజ్ఞము జననముతో ప్రారంభమై మరణముతో ముగుస్తూ ఉంటుంది!'.... అనే అవగాహనతో జీవిత సందర్భమును వారు దర్శిస్తున్నారు.

ఈ జీవన్ యజ్ఞములో

హృదయము	→	దక్షిణాగ్ని స్థానము అని,
ఉదరము (పొట్ట)	→	గార్హ పత్యాగ్ని అని,
ముఖము	→	ఆహవనీయాగ్ని అని.
పురుషుడు (జీవుడు)	→	ఈ జీవన్ యజ్ఞమునకు యజమాని, యాగకర్త అని
విచక్షణా రూపమగు బుద్ధి	→	యాగకర్త యొక్క ధర్మపత్ని అని

'జీవనయజ్ఞము' నందు అనుక్షణము పాల్గొనుచున్నవారై ఉంటున్నారు.

సత్-చిత్ దాంపత్యం

(1) పురుషుడు (2) ఆయన యొక్క 'బుద్ధి' → దంపతులై ఈ జీవన్ యజ్ఞమును నిర్వర్తిస్తున్నారు ఎందుకు?

వినోదము, ఆనందము కొరకే!

సత్	-	పురుషుడు
చిత్	-	బుద్ధి
ఆనందము	-	వినోదము

కనుక..,

సంతోషము, వినోదము... ఇవియే ఇక్కడ **యజ్ఞదీక్ష.**

ఈ దేహములోని జ్ఞానేంద్రియములు → కళ్ళు- చెవులు, ముక్కు, చర్మము, నోరు : ... ఇవియే **యజ్ఞపాత్రలు.**

ఇందలి కర్మేంద్రియములు → కాళ్లు-చేతులు-గుదము-ఉపస్థ : యజ్ఞకార్యమునకు **ఉపకరణాలు, పనిముట్లు** (Instruments).

సత్రే శారీరకే - శరీరమే యాగశాల. **తత్ తత్ దేవతాయేవ ఋత్విజః తటస్థా యథా దేశం యజమానమనుజయంతే!** - ఈ శరీరములో నాటక దీపమువలె, తటస్థులై ప్రకాశిస్తున్న దేవతా శక్తులే - దేవతలే యజ్ఞమును చేయించే మంత్ర ద్రష్టలగు ఋత్విజులు. వారంతా కూడా యజమానితో కూడి ఈ దేహయజ్ఞమును నిర్వర్తిస్తున్నారు. (దేవతలు = సృష్టిరచనలో పాల్గొనే అశరీర దివ్య ప్రజ్ఞలు)

ఈ శరీరము... **యజ్ఞశాల.**

శిరః కపాలము... **యజ్ఞ కుండము.**

ఈ దేహముయొక్క కేశములు (వెంట్రుకలు)... **దేహయజ్ఞవిధికి సంబంధించిన 'దర్భలు'.**

ఈ శరీరము యొక్క ముఖమే... **యజ్ఞము యొక్క అంతర్వేది. మంత్ర-శాస్త్ర సంబంధమైన ప్రజ్ఞావిశేషాల రూపము.**

దేహమును, ఇంద్రియములను ఉపయోగించి ఏవేవైనా చేయాలి - కావాలి- పొందాలి అను కామమే - ఈ శారీరకయజ్ఞములో అగ్నికి సమర్పించే **'ఆజ్యము' (నేయి).**

గర్భస్థ పిండమును ఆశ్రయించిన క్షణం నుండి - జీవితకాలము → శరీరము త్యజించే వరకు ... **యజ్ఞకాలమే! సత్రయాగకాలమే!**

దహరో నాద స్సామః ఆకాశతత్త్వమగు పలికే నాదము (శబ్దోచ్చారణ) - శారీరక యజ్ఞములో అంతర్విభాగంగా పలికే **సామవేదగానము!**

జీవిత అంతర్ విశేషాలు – బహిర్ విశేషాలే "మధ్యమ – పరా – పశ్య → శబ్దాలు, శబ్దార్థాలు, **(పరా, పశ్యంతి, మధ్యమములు) (ఋక్‌వేద ఋక్కులు, ఋక్‌వేదమంత్రములు).**

పరుషాని అథర్వఖిలాని → గట్టిగా మాట్లాడే మాటలన్నీ అథర్వవేదఖిలములు (ఉపాసనలు).

పలికే సత్యవాక్కులు – సూనృతాని-వ్యాహృతయః। సత్యవాక్కులన్నీ దేవతా స్తోత్రరూపమగు వ్యాహృతులు.

ఆయుష్షు : ఆయుః బలమ్! ఆయుస్సే యజ్ఞకర్త యొక్క ఓపిక రూపమైన బలము.

పిత్తమ్ పశవో – దేహములోని పిత్తధాతువే యజ్ఞపశువు

మరణము – మరణమే (The Death) శారీరక యజ్ఞ పరిసమాప్తి సూచకమగు "అవబృథ స్నానము" (మరణించినవాని భౌతిక దేహమునకు స్థానము చేయించటమనేది అవబృథస్నానము)

అటువంటి 'శారీరక యజ్ఞము' అనే జీవనయజ్ఞ – అగ్నికుండములో "అనుభూతులు– అనుభవములు – అనుబంధములు" మొ॥న రూపములు గల యజ్ఞాగ్ని జ్వాలలు ప్రజ్వరిల్లుచున్నాయి. **తస్మిన్ యజ్ఞే ప్రజ్వలంతి అగ్నయః। సర్వము శారీరక యజ్ఞములోని విశేషములే!**

ఇక్కడి "దేహము" అనే యజ్ఞశాలలో కళ్ళకు, చెవులకు, నాశికకు, చర్మమునకు, జిహ్వాకు.. మొ॥ కర్మేంద్రియ-జ్ఞానేంద్రియములకు సొంతదారులు – దేవతలు. ఆయా దేవతలు వారివారి ఇంద్రియ విషయరూపములగు సంసార (విషయ సంబంధ) సౌఖ్యములను ఈ శరీరములో అనుభవించుచున్నారు. (జీవుడు 'సాక్షి' అయి ఉన్నాడు)

ఈ విధంగా ఈ భౌతిక దేహరూప రాకపోకలను, జీవితములోని సర్వ సందర్భాలను, కార్యక్రమాలను **"నేను శారీరక యజ్ఞమును** (ఒక సత్యనారాయణ వ్రతము వలె, ఒక యాగము వలె) **నిర్వర్తిస్తున్నాను"** అని ఎవ్వరు సందర్శిస్తూ ఉంటారో,.. వారు **దేహాత్మ యజ్ఞ-కృతులు** (యజ్ఞమును నిర్వర్తించువారు) అగుచున్నారు.

ఎవరు తమ బుద్ధితో "జీవితము" – అనే సందర్భము గురించి అట్టి యజ్ఞభావమును స్వీకరించరో, వారు వాస్తవానికి జీవిత సందర్భమును ఎరిగినవారే కాదు. ఎందుకంటే..,

యజ్ఞాయ ఇదమ్ శరీరమ్ యజ్ఞాత్ భవతి। యజ్ఞానురూపం వివర్తతే పరిణామీనీ। ఈ భౌతిక దేహము – 'యజ్ఞము' నుండియే, 'యజ్ఞము' కొరకే ఏర్పడినదై ఉన్నది కాబట్టి!

విశ్వయజ్ఞమును అనుసరించియే, అంతర్విభాగముగా ఈ దేహము వివర్తమగుచున్నది. పరిణామములు సంతరించుకుంటోంది. అనేక వికారములు పొందటం జరుగుతోంది. దుఃఖసాగరంలో మునకలు కూడా దేహయజ్ఞంలో కనబడే అంతర్గత యజ్ఞవిశేషాలే!

(యజ్ఞాత్ కర్మణో అన్యత్ర లోకోఽయం కర్మబంధనః)

ఈ భౌతిక దేహాన్ని ఒక్కసారి విశ్లేషణరూపంగా మనము మరికొంత పరిశీలిస్తే..., విశ్వ యజ్ఞములో దేహ యజ్ఞము అంతర్విభాగమే అగుచున్నది.

... ఇందులో "16×2=32" దంతాలు ఉన్నాయి. ... '15' సుషిరములు (రంధ్రములు) ఉంటున్నాయి.

... ఈ దేహము షణ్ణవత్ (96) అంగుళముల పొడవు కలిగి ఉంటోంది.

... ఇందులో ఇంకా చతుర్దశ (14) నాడీ మండలాలు స్పందిస్తూ ఈ దేహమును క్రియావంతము చేస్తున్నాయి.

... ఇంకా కూడా ఇందులో '108' మర్మస్థానములు ఉంటున్నాయి.

... '72' ధమననాడులు, '72' తదితర (శిర)నాడులు విస్తరించినవై ఉన్నాయి.

... ఈ నాడీ మండలములో అతిముఖ్యమైన '3' నాడులు దేహ-జీవిత విధానాలను శాసిస్తున్నాయి.

అవి → (1) 'ఇడ', (2) 'పింగళ', (3) 'సుషుమ్న'.

ఇక తురీయమైన ముఖ్యనాడి (4వది – చతురీయము)... పురీతతి. ఐదవది → జీవనాడి.

"జీవనాడి– జీవితము" (Life factor)ల ను దాటి → పిత్తరసమున్నది.

పిత్తరసమునకు మునుముందు – 'పురీతతి' అను నాడీమండల అంతర్విభాగము.

పిత్తము : నాభేః ఊర్ధ్వమ్ ద్వయ అంగుళే-వామభాగే 'పిత్తమూలమ్' ప్రతిష్ఠితమ్। నాభి (బొడ్డు) స్థానమునకు రెండు అంగుళముల దూరంలో ఊర్ధ్వము (పైవైపు)న- ఎడమవైపుగా పిత్తధాతువు (లేక పిత్తరసము) యొక్క మూలము ప్రతిష్ఠితమైయున్నది.

❖

ఈ జీవుడు ప్రకృతి ప్రసాదితమైన ఆహారము నోటితో స్వీకరిస్తున్నాడు కదా! అట్టి ఆహారము కంఠనాళముల ద్వారా ప్రయాణించి. పొట్టప్రేగులలోకి జేరుతోంది. **అన్నమ్-అశనమ్ త్రేథా విధీయతే!** ఆ విధంగా ఈ దేహముతో జీవుడు తిన్న ఆహారము పొట్టలో వైశ్వానరాగ్నిచే పచనమౌతోంది. అటు తరువాత ఆ వచనము మూడు తీరులుగా అగుచున్నది.

(1) మూత్రము (2) పురీషము (మలము) (3) సారము

మూత్రము: రెండు ప్రవాహములుగా అయిన, నాభిస్తానమునకు ఎడమవైపుగా క్రిందకు ప్రసరించుచున్నదగుచున్నది. **మూత్రమ్ ద్విధా భూత్వా నాభే-అధో వామే ప్రస్రవతి।**

పురీషము : పురీషమ్ సప్తదా తత్ర దక్షిణి వర్తతే! పురీషము (మలము) ఏడు మార్గములుగా దేహము యొక్క కుడివైపుగా కదలుచూ వెళ్లుచున్నది.

సారము : సారః పంచవిధః శరీరమ్ వ్యాప్నోతి । ఇక అన్నసారము '5' మార్గములను అనుసరిస్తూ శరీరమంతా వ్యాపించుచున్నది. అన్న-పానముల నుండి ఈ దేహములో రేతస్సు-రక్తము ఏర్పడుచున్నాయి, వృద్ధి చెందుచున్నాయి. అన్నపానముల నుండియే రేతస్సు, శోణితము ఉత్పత్తి అగుచున్నాయి.

ప్రాణము : తత్ర దేహే చాలకోవాయుః స ప్రాణః। ఈ దేహమంతా స్పందనమును - కదలికను ఏర్పరచు తత్త్వమే ప్రాణశక్తి. అట్టి ప్రాణశక్తి నూలుపోగు వలె ఆకారము కలిగి దేహమంతా విస్తరించినదై ఉంటోంది. అట్టి ప్రాణశక్తి యొక్క విభవము, ప్రభావము చేతనే ఈ దేహములో ఉచ్ఛ్వాస-నిశ్వాసలు (గాలి పీల్చటము-వదలటము), వాటివలన దేహమంతా అణువణువు వరకు వాయు సంచారములు జరుగుచున్నాయి.

ఈ శరీరము, ఇందులోని అంగములు కదలటానికి ఆదిశక్తి రూపమగు ప్రాణమే కారణము.

→ ప్రాణశక్తి సంచలనరూపమై ఉన్నది కాబట్టే ఈ దేహము జీవించగలుగుతోంది.

→ ప్రాణశక్తి యొక్క మహత్తరమగు మహిమచేతనే హృదయ చక్రము నుండి సర్వనాడులలోని మూలమూలల వరకు రక్తము ప్రసరించటం జరుగుతోంది.

→ వాయువు వలననే రక్తము అన్నరసము - ప్రాణవాయువులతో కూడి సర్వేంద్రియములను స్పృశిస్తూ రసము రూపంగా శక్తి ప్రదాత అయి ఉంటుంది. ఆయా ఇంద్రియములు కార్యక్రమములు నిర్వర్తించటానికి త్రాణప్రదాతగా అగుచున్నది - ప్రాణశక్తి యొక్క వాయు సంబంధిత స్పందనమే!

❖ ❖ ❖

తల్లి గర్భంలో శిశువు ఉన్నప్పుడే నుండే ప్రాణశక్తి ఆ శిశుదేహమునకు జీవన ప్రదాత కూడా! తల్లి స్వీకరించిన ఆహారము కుక్షిలో జఠరాగ్నిచే పక్వమై రసముగా మారుచున్నది. ఆ అన్నరసము నాడీ ద్వారముల ద్వారా, తల్లి గర్భాశయము నుండి - జీవపిండము (గర్భస్థ శిశువు) యొక్క కపాల మూలము నుండి → శిశువు దేహములో ప్రవేశించుచున్నది. ఆ అన్నరసము పిండము (శిశువు) యొక్క పిండ దేహములోనికి - తల్లియొక్క నాడీ మార్గంగా ప్రవేశిస్తోంది. ఆ పిండములోని ప్రాణశక్తికి ఇంధనముగా అగుచున్నది. ఆ ప్రాణశక్తిని సంతృప్తిపరచుచున్నది. ఇకప్పుడు పిండములోని ప్రాణశక్తి పిండము యొక్క వృద్ధికి, అంగములకు ప్రాణప్రదాత అయి వర్తించుచున్నది.

తల్లి గర్భంలో శిశువుగా ఉన్నప్పటినుండే ఆ దేహములోని సుషుమ్ననాడి → బ్రహ్మనాడియై వర్తిస్తోంది. (సుషుమ్ననాడి - మూలాధారము నుండి - మూసియున్న కపాల ఉపరి భాగములోని బ్రహ్మరంధ్రము వరకు విస్తరించి ఉండటంచేత - 'బ్రహ్మనాడి' అని అంటారు)

ఆ శిశువుయొక్క మూల ప్రాణశక్తి మొ॥న సర్వశక్తులు ఆ బ్రహ్మనాడియందే (సుషుమ్నయందే) ప్రక్షిప్తమై ఉంటున్నాయి. ఆ శిశువు భూమిపై ప్రవేశించటానికై ఒక సమయంలో అభిముఖము కావటం ప్రారంభిస్తోంది. అప్పుడు తేజోరూపమగు రేతస్సు (వీర్యశక్తి Inspiration and Inclination) ప్రత్యుత్సాహమగుచూ ఉంటోంది. అప్పుడు ఆ శిశువు యొక్క మూలప్రాణశక్తి శిశువు యొక్క

హృదయస్థానములో ప్రవేశించి, ప్రతిష్ఠితమై... ఇక ఆ శిశువు యొక్క ఉచ్ఛ్వాస-నిశ్వాసలకు, రక్త ప్రసరణ - ఇత్యాదుల కొరకు సర్వమును ఉత్తేజపరుస్తూ సంసిద్ధింపజేస్తోంది.

ప్రశూతి వాయువుల తీవ్రమగు స్పందనల చేత ఆ శిశువు యోని నుండి బహిర్గతమౌతోంది.

ప్రాణశక్తియే బాహ్య ప్రకృతికి సానుకూల్యంగా దేహములోని హృదయమును, కండరములను, నాడులను, ఉపనాడులను, రక్తప్రసరణ మార్గములను ప్రత్యుత్సాహపూర్వకంగా ప్రేరేపణ కలిగిస్తున్నది. ఇదంతా విశ్వయజ్ఞ-అంతర్గత విశేషము.

❖ ❖ ❖

ఇక ఇప్పుడు...,

గర్భములో ఉన్నప్పుడు ఇంద్రియాతీత సాక్షియగు జీవుడు-ఆత్మతో దగ్గిర సంబంధము- ఆత్మతోమమేకత్వము కలిగి ఉంటున్నాడు. అట్టి గర్భస్థ శిశువు - ఈ పాంచ భౌతిక ప్రపంచములోనికి దేహముతో ప్రవేశించిన కొన్ని క్షణాలతో, ఆత్మను ఏమరచి... ఇంద్రియములలో ప్రవేశించి..., వాటి వాటితో మమేకత్వము చెందుచున్నాడు. **"ఈ ఇంద్రియ విషయములే నా యొక్క సర్వస్వము కదా!"**.. అనే సంసార పంజరములో చిక్కుకొనుచున్నాడు.

ఎప్పుడైతే ఈ జీవుడు యోగాభ్యాసమును ఆశ్రయించినవాడై

- యోగాభ్యాసం చేత ప్రాణశక్తిని బుద్ధి సహాయంతో భ్రూమధ్యస్థానము వరకు నడిపించి,
- **భ్రూమధ్యాత్ సుషుమ్నాంతమ్ ప్రాపయేత్** - భ్రూమధ్యలో గల సుషుమ్నానాడియొక్క చిట్టచివ్వరి ప్రదేశమునకు జేర్చి.., అక్కడ నిలిపి,
- ఆ స్థానము నుండి సహస్రారమున గల సుషిరిగము (సన్నటి బ్రహ్మరంధ్రము. బ్రహ్మలోక ప్రవేశద్వారము)పై దృష్టి సారించుచూ..,

యోగాభ్యాసము చేస్తూ ఉంటాడో, అట్టివాడు క్రమంగా ఈ ఇంద్రియ ప్రపంచ పరిమితత్వమును దాటివేయుచున్నాడు. **యథా గర్భగః తథా అపరోక్ష దర్శీ భవతి।** గర్భములో ఉన్నప్పటి కించిత్ అనుభవ విషయమైనట్టి **అపరోక్షజ్ఞానము-అపరోక్షానందమును**.... ఇప్పుడు ఈ దేహము సహాయముతో (దేహమును ఉపకరణముగా చేసుకొని) - **అనుక్షణికరూపంగా సముపార్జించుకొంటున్నాడు. అపరోక్షజ్ఞాని అయి ప్రకాశించుచున్నారు**. క్రమంగా పరమాత్మ స్వరూపుడై సర్వత్రా విరాజమానుడగుచున్నాడు.

ఈ దేహమును ఉపయోగించి జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులను ఈ జీవుడు (లేక, పురుషుడు) తనకు తానే కల్పన చేసుకొని అనుభవిస్తూ ఉన్నాడుకదా! అట్టి ఈ జీవుడు 'యోగాభ్యాసము'ను చేపట్టనప్పుడేమో - దేహాభిమానియై, బద్ధుడై 'జీవాత్మ' అను శబ్దమునకు అర్థముగా మిగిలిపోవుచున్నాడు. బద్ధుడై దేహముల రాక-పోకలను, గర్భస్థనరకములను పొందటము జరుగుతోంది. ఆతడే యోగాభ్యాసి అయినప్పుడో..., క్రమంగా →

- నేను సర్వమునకు **అంతర్యామిని!**

- దేహ-మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములకు దృశ్య వ్యవహారములకు **నియామకుడను.** దేహముల రాక-పోకలకు **కేవల సాక్షిని!**

- అమృతానంద స్వరూపుడను!

- పరమ పురుషుడను!

అని గ్రహించి, తదేకనిష్ఠాపరుడై పరబ్రహ్మమే తానై, సర్వ సంసార శృంఖలములను ఛేదించి వేస్తున్నాడు.

అసలీ జీవునికి సంసార బంధము ఎక్కడి నుంచి వచ్చిపడింది? ఈతడు సహజ స్వస్వరూపమగు ఆత్మను ఏమరచి, అభ్యాసవశంగా **"దృశ్యవిషయములే నా సర్వస్వము"** అనే మననమునకు ఉపక్రమించి, జీవ బద్ధత్వము తెచ్చిపెట్టుకుంటున్నందువలనే! అంతేగాని, మరెవ్వరూ ఈతనికి సంసార బంధము కల్పించలేదు.

అనర్థమగు సంసారమునకు బీజము - అజ్ఞానమే!

- అట్టి అజ్ఞాన బీజము యొక్క అంకురమే - అంతఃకరణము.
- మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకార రూపమగు అంతఃకరణ-అంకురమే... ఈ 'దేహ' భావ వృక్షముగా ప్రాప్తించుచున్నట్టిది!

అటువంటి ఈ దేహ వృక్షములో

- 8 కోట్ల రోమస్థానములు.
- 8 వేల సంధులు.
- 9 వందల నరములు.
- ‘8’ పలముల (షుమారు 8×4=32 తులముల) బరువు గల హృదయము.
- ‘12’ పలముల (షుమారు 48 గ్రాముల) నాలుక విభాగము.
- 1 ప్రస్థము ... (షుమారు ‘6’ గ్రాముల) పిత్తగ్రంథి.
- 1 తూమెడు....కఫము, శుక్లము 2 మానులు
- 2 కుడుపముల బరువు గల (షుమారు 1/2 కెజి) మేదోవిభాగము. (కొవ్వు)

... ఇటువంటి అనేక రకములైన పదార్థముల సమ్మేళనములతో దేహములోఉండి, అవన్నీ ఈ శరీరము పనిచేయటానికి వీలుగా ఆయా పరస్పర సాహకారిక ధర్మాలు నిర్వర్తిస్తూ ఉండటం జరుగుతోంది.

అయితే ఇక్కడ ఒక ముఖ్యవిషయం గమనించబడుగాక!

ఇప్పుడు మనం చెప్పుకున్న దేహ విభాగ విశేషాలన్నీ కూడా నశ్వరము. నశించబోయేవి. ఇది ఎప్పుడూ జ్ఞాపకము పెట్టుకొనియే ఉండాలి. గర్భములో శిశువుగా ఉన్నప్పటి సందర్భము వలె “సుషుమ్నానాడి” యందే సుస్థిర స్థానము కలిగి ఉండాలి. ఇంద్రియ విషయముల రూపంలో ఉన్నట్టి సర్వబాహ్య జగద్విషయాలను యోగసాధనామార్గంగా అధిగమించాలి. పరమపురుషత్వ దర్శనముచే సర్వేంద్రియ వివర్జితుడవ్వాలి. **వివేకి అయినవాడు జీవితావకాశమును సద్వినియోగపరచుకొని సర్వసంసార బంధాల నుండి విముచ్యడగుచున్నాడు. “ఈ శరీరమే నేను – ఈ శరీరము నాకు సంబంధించినది, నేను ఈ శరీరమునకు సంబంధించినవాడను, దేహపరిమితుడను**... అనే పరిమిత శృంఖల భావాలను త్యజించివేస్తున్నాడు. అట్టివాడు మరల సంసారమున పడుటలేదు.

ఒకవేళ... **ఆ తీరుగా – ఆ మార్గముగా కాకుండా...,**

ఈ దేహము–సంబంధాలు మొదలైనవన్నీ నిత్యమేనని, ఇందలి సంబంధ–బాంధవ్య–అనుబంధాలన్నీ శాశ్వతమేనని, ఇంద్రియ విషయాలే సర్వస్వమని భావిస్తూ జీవిస్తుంటే, ఆత్మజ్ఞానము కొరకై తగినంతగా ప్రయత్నశీలుడు కాకుండా ఉంటే? దృశ్యమే సత్యమని నమ్ముకొని ఉన్నందుకు పర్యవసానం?

- అట్టివాడు అజ్ఞుడై, సంసారియై, రాత్రింబవళ్ళు గడిపివేస్తూ, ఆయుష్షును బుగ్గిపాలు చేసుకుంటున్నాడు.
- ఒక క్రిమి–కీటకము వలె జీవిస్తూ – ఉత్తమ ప్రయోజనమేదీ పొందని వాడగుచున్నాడు.
- అనేక సార్లు యోని–పురీష ప్రదేశములలో ప్రవేశించి, అనేక దుర్భర గర్భనరకములను పరంపరగా అనుభవిస్తూనే ఉంటున్నాడు.

❖ ❖ ❖

- ఏది ఈ దేహమునకు **“పరమై-వేరై-సంబంధించనిదై** అ**ప్రమేయమై”** యున్నదో...,
- ఎద్దానియందు ఈ జగత్తులన్నీ సర్వదా దర్పణములోని ప్రతిబింబమువలె, **మట్టియందు** మట్టిబొమ్మలకొలువువలె సర్వదా ప్రతిష్ఠితమై యున్నాయో...,

అట్టి ‘ఆత్మమేవాఽహమ్’ తత్త్వమును వివేకి అయినవాడు ఈ దేహమును ఉపకరణముగా ఉపయోగించుకొని–సముపార్జించుకోగలడు.

తత్ ఏతత్ పరిమాణం పరిజ్ఞానాయ నిర్విద్యా। జీవుడు దేహమును పొందినందుకుగాను, ఇద్దానిని ఉపకరణంగా చేసుకొని, వైరాగ్యముచే అవిద్యను జయించి, ఆత్మతత్త్వమును ఆశ్రయించి → మోక్షస్వరూపుడై **“ఆత్మమేవాఽహమ్”** స్థానమును సముపార్జించుకోవాలి. ఇదియే మహదాశయము.

ఇతి పైప్పలాదమ్ మోక్షశాస్త్రమ్ పరిసమాప్తమ్। ఇత్యుపనిషత్.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత గర్భోపనిషత్

ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

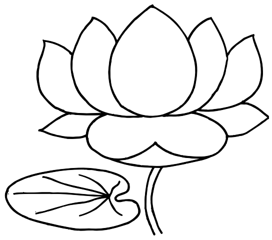
12 తేజో బిందూపనిషత్

శాంకర విద్య / శాంభవ విద్య

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ యత్ర చిన్మాత్ర కలనా
యాతి అపవహ్నోవ మంజసా,
తత్ చిన్మాత్రమ్ అఖండ-ఏక
రసమ్, బ్రహ్మభవామి అహమ్॥



ఏ చిన్మాత్ర స్థానమునందు కల్పితమైనదంతా తొలగి పోవుచున్న దగుచున్నదో, అట్టి అఖండ ఏక చిన్మాత్ర బ్రహ్మమే నేనైయున్నాను - (అను నిశ్చిత బోధ కొరకై తేజోబిందుపనిషత్ అధ్యయనము చేయుచున్నాను).

1వ అధ్యాయము - తేజోబిందు పరంధ్యానము

(i) తేజో బిందు ధ్యానము శ్లో 1-14 (ii) యోగాంగములు శ్లో॥ 15-39
(iii) యోగ విఘ్నములు శ్లో॥ 40-41 (iv) బ్రాహ్మీవృత్తి శ్లో॥ 42-51

ఓం

01. 'తేజోబిందు' పరం ధ్యానమ్
విశ్వాత్మ హృది సగ్ంస్థితమ్
అణుం శాంభవగ్ం శాంతమ్
స్థూలం సూక్ష్మం పరం చ యత్।

ఓంకార రూప పరమాత్మకు నమస్కరిస్తూ...,
'ఈ సర్వము స్వస్వరూపాత్మ బిందువు యొక్క తేజోరూపమే !' అను ధ్యానమే → **తేజోబిందు ధ్యానము.**
ఈ భౌతిక రూపజగత్తు కంతటికీ 'ఆత్మ' స్వస్వరూపాత్మయే. అదియే విశ్వాత్మ అయి, ప్రతి ఒక్కరి హృదయమున ప్రకాశమానమై (సంస్థితమై) యున్నది. ఆత్మతేజో భావనయే తేజోబిందువు యొక్క ధ్యానము. 'ఇహము'ను దాటివేసినట్టి **'పరంధ్యానము'.** అట్టి పరధ్యాన వస్తువు అయినట్టి తేజోబిందువు సూక్ష్మాతి సూక్ష్మము కాబట్టి అణురూపం. శివతత్త్వ సంబంధమైనది కాబట్టి శాంభవము. పరమ శాంతమైనది. ఇక్కడి స్థూల సూక్ష్మములకు ఆవలి (పరమైనట్టి) తత్త్వము. **అట్టి 'శాంభవీ' విద్యను ఇక ఇప్పుడు చెప్పుకుంటున్నాము.**

---

02. దుఃఖాఢ్యం చ దురారాధ్యం
దుష్ప్రేక్ష్యమ్ ముక్తమ్ అవ్యయమ్
దుర్లభం తత్ స్వయం ధ్యానమ్
మునీనాం చ మనీషిణామ్॥

అట్టి తేజో బిందు ధ్యానముచే దుఃఖములన్నీ తొలగిపోగలవు. అది ప్రయత్నముచే మాత్రమే లభించునట్టిది. దుర్లభము. తేలికగా దర్శించలేనిది. అద్దాని స్వరూపము మాత్రము నిత్యముక్తము, అవ్యయమైనదిగా - ఉత్తమ బుద్ధిగల మునీశ్వరులు స్వయముగా ధ్యానమునందు దర్శించి - ప్రవచించుచున్నారు. ప్రయత్నశీలురకు సుసాధ్యము.

---

03. యతాహారో, జిత క్రోధో,
జిత సంగో, జితేంద్రియః,
నిర్ద్వంద్వో, నిరహంకారో,
నిరాశీః అపరిగ్రహః,

04. అగమ్యాగమ కర్తారో
గమ్య - ఆగమన మానసాః

నియమితమైన ఆహారము (ఇంద్రియ వ్యాపారములు) స్వీరించువారు, **క్రోధమును** జయించినవారు (ఎవ్వరి పట్లా కూడా ద్వేషము, **కోపము** కలిగి ఉండని వారు), వస్తు - విషయ సంబంధ - సంగతి వ్యవహారములతో **సంగమును** (Attachment) జయించువారు, **ఇంద్రియ నిగ్రహము** కలవారు, ద్వంద్వ దృష్టులను అధిగమించి **ఏకత్వమును దర్శించు అభ్యాసము** నిర్వర్తించువారు, లౌకికమైన దేనినీ హృదయస్థానములోనికి **పరిగ్రహించనివారు,** (జీవులలో అనేకులకు) **ఇంద్రియములకు అగమ్యముగు స్థానమును** (లోకదృష్టిని వదలి పరమార్థ దృష్టిని) ఆశ్రయించువారు అద్దానిని పొందుచున్నారు.

05. ముఖే త్రీణిచ విందంతి
త్రిధామా 'హగ్ంస' ఉచ్యతే।
పరం గుహ్యతమం విద్ధి హి
యస్తతంద్రీ
నిరాశ్రయః
సోమరూప కలా సూక్ష్మా
'విష్ణోః' తత్ పరమం పదమ్।

ఇంద్రియ విషయములపై మనస్సును ప్రసరింపజేయనట్టివారు (నిరోధించువారు) → **జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులను తమ సంచారస్థలములుగా దర్శించి ఆనందిస్తున్నారు.** త్రిధాములగు అట్టివారు 'సోऽహమ్' - హగ్ంస' అని స్వానుభూతులగుచున్నారు.

హంస (సోऽహమ్) అర్థమగు స్వస్వరూప సహజ స్వస్థానము బాహ్యమైన రూపధారణవంటిది కాదు. **పరమ రహస్యమైనది.** ఎట్టి ఆశ్రయము / ఆధారము లేనట్టిది. పూర్ణచంద్రకళవలే **స్వచ్ఛమైనది. సూక్ష్మమైనది.** అదే **"విష్ణు పదము - పరము పదము"** అని గ్రహించెదము గాక! అదే తేజోబిందూ స్థానము!

---

06. త్రివక్త్రం త్రిగుణం స్థానమ్
త్రిధాతుగ్ం రూపవర్జితమ్
నిశ్చలం నిర్వికల్పం చ
నిరాకారం నిరాశ్రయమ్।

అట్టి స్వస్వరూప ఆత్మతేజో బిందువును ఈ జీవుడు అనుక్షణం చిన్తన చేస్తూ, విష్ణు పదముగా చెప్పబడు స్థానము చే, సర్వ దృశ్య - బంధనములు 'లేనివి'గా చేసివేయాలి. ఆ కేవలీ తేజోబిందుత్వము ఎటువంటిదంటే...

త్రివక్త్రమ్ : మూడు ముఖములుకలది. (జీవుడు - ఈశ్వరుడు - పరమేశ్వరుడు) తన ముఖములుగా కలిగి ఉన్నట్టిది.

త్రిగుణస్థానమ్ : సత్త్వ -రజో - తమో గుణముల ఉత్పత్తి స్థానము

త్రిధాతుగ్ం : సత్ - చిత్ ఆనంద ధాతువులు కలిగి ఉన్నట్టిది. రూప రహితము. చలనరహితము. నిశ్చలము. కల్పనలకు ముందే ఉన్న నిర్వికల్పము. నిరాకారము. దేనినీ ఆశ్రయించనట్టిది.

---

07. ఉపాధి రహితగ్ం స్థానమ్
వాక్ – మనో అతీత గోచరమ్,
స్వభావం భావ సంగ్రాహ్యమ్
అసంఘాతం పద 'అచ్యుతమ్'॥

అట్టి తేజోబిందూ స్థానము ఉపాధి రహితము. ఈశ్వరునికి **'మాయ',** జీవునికి **భౌతిక దేహములు**-ఉపాధులై ఉండగా - అద్దానికి ఉపాధి లేదు. వాక్కుకు (చెప్పటానికి) మనో (ఆలోచనలకు) అతీతము. అగోచరము.

అది ఈ జీవుని సహజ స్వభావము. అట్టి ఆత్మతేజస్సు నుండి భావనలు బయల్వెడలుచున్నాయి. ఇదంతా తానే భావిస్తూ ఉన్నది! అది భావనచే మాత్రమే గ్రహించబడునది. దేనితో సంఘాతము (Association) లేనిది. చ్యుతి పొందనట్టిది.

---

08. అనాన్దమ్, అనాతీతమ్,
దుష్ప్రేక్ష్యమ్, ముక్తమ్, అవ్యయమ్।
చిన్మయమేవం వినిర్ముక్తమ్
శాశ్వతమ్ ధ్రువమ్ అచ్యుతమ్॥

అనుభూతికి మునుముందే ఉన్నట్టిది. ఆనన్దమునకు సాక్షి . **'సర్వము'** అయి ఉండటము చేత అతీతమై ఎక్కడో ఉన్నది కాదు. ఇక్కడే ఉన్నట్టిది. **ఇదంతా అదే!** కంటికి కనబడే వస్తువు కాదు కాబట్టి **దుష్ప్రేక్ష్యము.** అద్దానికి ఏ బంధనములు లేవు. కనుక **నిత్యముక్తము.** మార్పు చెందునది కాదు. 'తరుగుట' అను ధర్మము లేనిది. కనుక **అవ్యయము.** ఆ తేజో బిందుత్వము సర్వ బంధములనుండి విముక్తి ప్రసాదించునది. త్రికాలములకు **బద్ధము కాదు.** అద్దానిని ఎవ్వరూ ఎటూ కదల్చలేరు, కనుక **ధ్రువము.** అట్టి స్వస్వరూప స్థానము చ్యుతి పొందటమే లేదు. **అచ్యుతము.** అదియే చింతన చేయవలసినట్టిది.

---

09. తత్ బ్రహ్మణః, తత్ అధ్యాత్మమ్,
తత్ విష్ణోః తత్ పరాయణమ్।
అచిత్యం చిన్మయాత్మానమ్
యత్ వ్యోమ పరమగ్ం స్థితమ్॥

ఆ కేవల తేజోబిందువే బ్రహ్మస్థానము. అదియే సర్వమునకు ఆత్మ కాబట్టి **'అధ్యాత్మము'.** సర్వజీవులలోను సర్వదా సమముగా వేంచేసినదై ఉన్నది కాబట్టి **విష్ణుత్వము'** (లేక) విష్ణువు. సర్వమునకు ఆవల సర్వమునకు ఆధారమైయున్నది కాబట్టి **పరాయణము.** (ఇహ-ఆయనమునకు వేరైన పర-ఆయనము).

అది ఒక వస్తువు - సంఘటన - భౌతిక సంబంధము వంటిది కాదు. అచిన్త్యము. 'కేవల ఎరుక (Awareness) ను స్వరూపముగా కలిగి ఉండటము చేత 'చిన్మయాత్మ'. పరమాకాశముగా (Zone of self beyond matter & thought) సంస్థితి కలిగియున్నట్టిది.

10. అశూన్యగ్ం శూన్యభావం తు శూన్యాతీతగ్ం హృదిస్థితమ్ న ధ్యానం చ, న చ ధ్యాతా న ధ్యేయో ధ్యేయ ఏవ చ।	అది భావరహితము కాబట్టి 'శూన్యము'. అయినప్పటికీకూడా, అశూన్యమే! ఎందుకంటే, అద్దానినుండే ఈ సర్వము బయల్వెడలుచున్నది కదా! అందుచేత శూన్య - అశూన్యములకు అతీతమై, సర్వహృదయములలోనూ వేంచేసియే ఉన్నది. అదియే ధ్యానించ తగినట్టిది. కానీ అది ధ్యాత (Thinker) కాదు. ధ్యానము (Thinking) కాదు. ధ్యేయము (object of thinking) కూడా కాదు. అయినప్పటికీ **ధ్యానించవలసినది అదియే!**
11. సర్వం చ, న పరగ్ం, శూన్యం, న పరం న అపరాత్పరమ్, అచిన్త్యమ్ అప్రబుద్ధం చ న సత్యమ్ న పరం విదుః।	అది ఏదో వేరై (పరమ శూన్యమై) ఉన్నది కాదు. ఇదంతా అదే! అది పరము (ఆవల ఉన్నది) కాదు. ఆ పరమునకు పరమై ఉన్నది కాదు. (ఇదంతా అదే). చింతనకు విషయముకాదు. అచింత్యము. తెలుసుకో గలిగినది కాదు. **తెలుసుకొనుచున్నట్టిదే అది.** అందుచేత అప్రబుద్ధము. అది సత్యము కాదు, పరము కాదు - అని విజ్ఞులు ఎరుగుచున్నారు.
12. మునీనాగ్ం సంప్రయుక్తం చ న దేవా న పరం విదుః। లోభం మోహం భయం దర్పం కామం క్రోధం చ కిల్బిషమ్,	సర్వలోక సంబంధములపట్ల **'మౌనము వహించటము'** అనే 'గెలుపు'ను సముపార్జించుకున్న మునీశ్వరులకు ఉపలబ్ధమై, ప్రస్ఫుటమై యున్నది. ఇహముపై ఆధిపత్యము వహించు దేవతలకు కూడా తెలియవచ్చుట లేని పరము. ఇహము కానిది. దేవతలకు పరమై తెలియవచ్చుచున్నట్టిది.
13. శీత - ఉష్ణే క్షుత్ పిపాసే చ సంకల్పక వికల్పకమ్ న బ్రహ్మకుల దర్పంచ న ముక్తి గ్రంథి సంచయమ్॥	అది లోభము (నాకే ఉండాలని అనునది), మోహము (భ్రమించటము), భయము, దర్పము, (లేనిది కోరుకొనే స్వభావముగు) కామములకు చోటు లేనట్టిది. క్రోధము - పాప భావాలకు తావు దొరకనిది. శీత - ఉష్ణ - ఆకలి - దాహ సంకల్ప - వికల్పములు లేనట్టిది. 'జాతి - కుల అహంకారముల దర్పము ఉండజాలనట్టిది. బ్రహ్మకుల దర్ప రహితము. ముక్తి సంబంధమైన బ్రహ్మ - విష్ణు - రుద్ర గ్రంధుల సంచయము, ఏకత్వము. అదియే బ్రహ్మము!
14. న భయం న సుఖం దుఃఖం తథా మాన - అవమానయోః ఏతత్ భావ వినిర్ముక్తం, తత్ బ్రహ్మ బ్రహ్మ తత్పరమ్।	భయ - దుఃఖ - సుఖ - మాన - అవమాన....ఇత్యాది భావాలన్నిటికీ ఆవల వెలుగొందుస్థానమే తత్పర బ్రహ్మము. అదియే పరమగు శాంత - ఆనంద స్వస్థితి. అదియే జీవుడు సంపాదించుకోవలసినది.
యోగాంగములు	**యోగాభ్యాసమునకు అంగములు**
15. యమో హి నియమః త్యాగో, మౌనం దేశశ్చ కాలతః ఆసనం మూలబంధశ్చ దేహసామ్యం చ దృక్ స్థితిః, **16.** ప్రాణ సంయమనం చైవ ప్రత్యాహారశ్చ ధారణాః, ఆత్మధ్యానగ్ం సమాధిశ్చ ప్రోక్తాని అంగాని వై క్రమాత్॥	అట్టి తేజో బిందుస్వరూప - కేవలాత్మ స్వస్వరూప ధ్యాననిష్ఠ కొరకై 'అంగయోగములు' చెప్పబడుచున్నాయి. వాటియొక్క వరుసక్రమం : **యమము, నియమము,దృశ్యత్యాగము, దేశ కాలములపట్ల మౌనము, ఆసనము**; మూలబంధము + దేహసామ్యము + దృశ్యమునకు సాక్షియగు **'దృక్ స్థితి'** (State of perceiver beyond perceptions) ఇంకా, - **ప్రాణసంయమనము (లేక) ప్రాణాయామము**; - **ప్రత్యాహారము ; ధారణ ; ఆత్మధ్యానము**; - **సమాధి**... ఇవన్నీ క్రమమైన యోగాంగములుగా చెప్పబడుచున్నాయి.
17. 'సర్వమ్ బ్రహ్మేతి' వై జ్ఞానాత్ ఇంద్రియ గ్రామ సంయమః 'యమో' అయమ్ ఇతి సంప్రోక్తో అభ్యసనీయో ముహూర్ముహుః॥	**యమము : 'ఈ ఇంద్రియములకు విషయము - దృశ్యముగా కనిపించుచున్నదంతా - సర్వము సర్వదా బ్రహ్మమే కదా!' అను అభ్యాసమే - ముఖ్యమైన 'యమము'.** అనగా **'సర్వమ్ బ్రహ్మేతి'**..... భావన మరల మరల **అభ్యసించబడటమే యమము.** 'ఈ సకల జీవరాసులు, ఈ దృశ్యము... ఇదంతా 'బ్రహ్మము' అను స్వస్వరూపముచే నిర్మితమైనదే....' అను భావనయొక్క అభ్యాసమే 'యమము'.

18. సజాతీయ ప్రవాహశ్చ
విజాతీయ తిరస్కృతిః
నియమో హి పరానందో
నియమాత్ క్రియతే బుధైః॥

నియమము : సజాతీయ ప్రవాహము - 'సత్' రూపమగు ఆత్మభావనా రూప ఆలోచనా తరంగాలు కొనసాగించటమును, విజాతీయ (అనాత్మ భావనా) తరంగాలను తిరస్కరించటమును, **'నేను-నీవు-వారు-వీరు పరానందాత్మ స్వరూపములము కదా'...** అను మనో నియామకమును **'నియమము'** అంటున్నారు. బుధులు (విజ్ఞులు) పాటించు అట్టి ఆలోచనల నియామకమే నియమము. **మనస్సును కూడా ఆత్మగా భావించటమే నియమము.**

19. త్యాగః ప్రపంచ రూపస్య
సత్ - చిత్ ఆత్మావలోకనాత్
త్యాగోహి మహతాం పూజ్యః
సద్యోమోక్ష ప్రదాయకః॥

త్యాగము : బాహ్యముగా కనులకు కనిపిస్తున్నదంతా (నామ - రూప - గుణాత్మకమైనదంతా) త్యజిస్తూ, ఈ సర్వముపట్ల సత్‌చిత్ ఆత్మావలోకనమును నిర్వర్తిస్తూ ఉండటమే **త్యాగము.** అట్టి - 'సర్వమును ఆత్మగా అవలోకనము చేయటము' - అనబడు 'త్యాగము'ను మహనీయులు పూజిస్తూ ఉంటారు. అట్టి సత్ చిత్ ఆనందాత్మగా దృశ్యమును, సహజీవులను భావించటము - ఇప్పటికిప్పుడే మోక్షమును ప్రసాదించ కలిగినట్టిది. సద్యో మోక్ష ప్రదాయకము.

20. యస్మాత్ వాచో నివర్తంతే
అప్రాప్య మనసా సహ,
యత్ 'మౌనమ్' యోగిభిః గమ్యం
తత్ భవేత్ సర్వదా (అ)జడైః॥

21. వాచో యస్మాత్ నివర్తంతే
తత్ వక్తుమ్ కేన శక్యతే?
'ప్రపంచో' → యది వక్తవ్యః
సోఽపి శబ్దవివర్జితః॥

మౌనము : ఏదైతే నిర్వచించి చెప్పటానికి మనస్సు వాక్కు...ప్రయత్నించి కూడా' చెప్పజాలక వెనుకకు మరలుచున్నాయో...అట్టి అశబ్దతత్త్వమే యోగులకు గమ్యము (place of reach) అగుచున్నది. యోగులయొక్క అట్టి పరాకాష్ఠ లక్ష్యము అగు ఆత్మ- చైతన్యరూపమే గాని, జడమైన స్థితి అయి ఉండలేదు. బ్రహ్మ భావన నుండి 'అచ్యుతి'యే 'కాష్ఠమౌనము'.

ఎద్దానిని చెప్పుటకు వాక్కులు - తమకు చేతగాక - వెనుకకు మరలుచున్నాయో, అద్దాని గురించి ఎవ్వరు మాత్రం ఏమని 'ఇది' అని నిర్ణయించి చెప్పగలుగుతారు? అది ప్రపంచములోని ఒక వస్తువు వంటిది కాదు. అది వాస్తవానికి శబ్దమునకు అందనిది. ప్రపంచమైతే మాటలతో ఏదో చెప్పుకోవచ్చు. బ్రహ్మము గురించి మాటలతో నిర్వచించ జాలము.

22. ఇతి వా తత్ భవేత్ మౌనం
సర్వం సహజ సంజ్ఞితమ్।
గిరా మౌనం తు బాలానామ్
అయుక్తం బ్రహ్మవాదినామ్।

'ఆ పరబ్రహ్మము వాక్కుచే ప్రకటించజాలము కదా!' అని - (మరియు) "ఈ కనబడేదంతా అద్దానియొక్క **'సంజ్ఞామాత్రము'** అని - గమనిస్తూ ఉండటమే 'మౌనము'. **'మాట్లాడకపోవటమే మౌనము' అను మాట పసిబాలురలవంటి వారు అనుకునే మాట.** బ్రహ్మవాదుల దృష్టిలో నోటితో మౌనమును **'మౌనము'** - అని అనటం యుక్తి యుక్తమే కాదు.

23. ఆదావంతే చ, మధ్యే చ
జనో యస్మిన్ న విద్యతే,
యేన ఇదం సతతం వ్యాప్తం
స 'దేశో' విజనః స్మృతః॥

దేశము : ఏ ప్రదేశములో (లేక) స్థానములో మొట్టమొదటగాని, మధ్యలోగాని, చివ్వరికిగాని సర్వము ఏకమే అయి ఉన్నదో, అనేకము (వేరు జనులు మొదలైనవి) అనునదే లేదో, (బంగారు ఆభరణాలన్నిటిలో బంగారమే నిండి ఉన్న తీరుగా) దేనిచేతైతే ఇదంతా వ్యాపించినదై ఉన్నదో, అదియే **'దేశము'** అను శబ్దము యొక్క ఉత్తమార్థము.

24. కల్పనా సర్వభూతానాం
బ్రహ్మాదీనాం నిమేషతః
'కాల' శబ్దేన నిర్దిష్టగ్ం
హి అఖండానందమ్, అద్వయమ్॥

కాలము : సృష్టికర్త బ్రహ్మదేవుడు మొదలుకొని సర్వభూతజాలము ఏ నిమిషకాలము నుండి కల్పన చేయబడుచున్నదో, అదియే 'కాలము' శబ్దముగా చెప్పబడుతోంది. కాలము ఆత్మయొక్క అఖండానంద స్వరూపమే. సర్వము (సర్వజగత్తు) కాలబద్ధమే! కాలమునకు వేరై, ద్వితీయమై ఏదీ లేదు. కాలము-బ్రహ్మముయొక్క స్వకీయ కల్పనయే.

25. సుఖైనైవ భవేత్ యస్మిన్
(న) అజస్రం బ్రహ్మచింతనమ్
'ఆసనమ్' తత్ విజానీయాత్।
అన్యత్ సుఖ వినాశనమ్॥

ఆసనము : ఈ శరీరముతో ఏ ఆసనముతో కూర్చుని ఉంటే 'బ్రహ్మచింతన'కు సానుకూల్యమై ఉంటుందో, అదియే ఆతనికి సుఖాసనము. బ్రహ్మచింతనకు అనుకూలము కాని విధంగా ఉండేదంతా (Confining to technical factors of 'Asanam') - **'సుఖవినాశనకరము'** అనియే చెప్పాలి.

26. సిద్ధయే సర్వభూతాది
విశ్వాధిష్ఠానమ్ అద్వయమ్
యస్మిన్ సిద్ధిం గతాః సిద్ధాః
తత్ 'సిద్ధాసనమ్' ఉచ్యతే॥

__సిద్ధాసనము :__ ఏ ఆసనముతో కూర్చుని ఉండి
→ సర్వజీవులకు ఆదిస్థానము,
→ ఈ విశ్వమునకు అధిష్ఠానము (విశ్వమంతా ఏర్పడినదైయున్న చోటు / స్థానము)...
→ అద్దానికి ద్వితీయమనునదే లేనట్టి అద్వయము...
అయినట్టి బ్రహ్మమును సిద్ధింపజేసుకొను అభ్యాసము సుఖప్రదమో,... అదియే **సిద్ధాసనము.**

---

27. యన్మూలగ్ం సర్వలోకానాం,
యన్మూలం చిత్తబంధనమ్,
'మూలబంధః' సదా సేవ్యో
యోగ్యోఽసౌ రాజయోగినామ్।

__మూలబంధము :__ ఈ లోకాలన్నిటికీ ఏది 'మూలము' (Root Place) అయి ఉన్నదో, అదియే ఆత్మ. ఏద్దాని చేత చిత్తమునకు బంధమును కలుగుచున్నదో అదియే **బంధనము.**
దేనిచే చిత్తము శాశ్వత వస్తువగు ఆత్మతో సంబంధము కలుగుతోందో, అదియే **మూలబంధము.** రాజయోగులు సేవించే యోగము - మూలవస్తువుతో సంబంధ బంధనమే. సర్వము ఆత్మగా దర్శించు దృష్టియే మూలబంధనము.

---

28. అంగానాం సమతాం విద్యాత్
సమే బ్రహ్మణి లీయతే
నోచేత్ నైవ సమానత్వమ్
ఋజుత్వగ్ం శుష్క వృక్షవత్॥

దేహాంగములన్నీ ఒకసమమైన (సమరేఖ అయిన) స్థితికి తెచ్చి ఉంచి నిలిపి అప్పుడు బుద్ధిని బ్రహ్మమునందు లీనముచేయాలి. కేవలము దేహాంగములను సమరేఖగా (భుజములు - మెడ - తల నిఠారుగా, నిలువుగా) నిలిపి ఉంచి, మనస్సు మాత్రము బ్రహ్మమునందు లయింపజేసే ప్రయత్నం చేయకపోతే, **అది కొమ్మలు విరిగి కూడా నిఠారుగా నిలచిన శిథిల వృక్షముతో సమానము.**

---

29. దృష్టిం జ్ఞానమయీం కృత్వా
పశ్యేత్ బ్రహ్మమయం జగత్।
సా దృష్టిః పరమోదారా
న నాసాగ్ర అవలోకినీ॥

__దృష్టి :__ దృష్టి యొక్క అపవిత్రత కారణంగా అనుభవము - విషయమయములకు పరిమితము అవుతోంది. దృష్టి ని జ్ఞానమయము చేస్తే ఈ జగత్తు బ్రహ్మమయముగానే కనబడగలదు. బ్రాహ్మీ దృష్టియే - పరమోత్కృష్టము. అంతేగాని దృష్టిని కేవలము ముక్కుపై నిలిపినంత మాత్రంచేత అది ఏకాగ్ర దృష్టి కాదు.

---

30. ద్రష్టృ దర్శన దృశ్యానాం
విరామో యత్ర వా భవేత్,
దృష్టిః తత్రైవ కర్తవ్యా
న నాసాగ్ర అవలోకినీ॥

__జ్ఞానమయ దృష్టి :__ ఏ దృష్టిచే ద్రష్ట (చూచువాడు) - చూపు (దర్శనము) - దృశ్యము (చూడబడునది)...యొక్క భేదమంతా **'విరామము'** పొందినదై 'ఏకత్వము' సంతరించుకొనుచున్నదో, అట్టి జ్ఞానదృష్టినే అభ్యసించాలి. అంతేగాని ముక్కు యొక్క ఊర్ధ్వస్థానములో చూపును నిలిపినంత మాత్రాన నిజమైన, అసలైన దృష్ట్యభ్యాసము (యోగదృష్టి) కాదు.

---

31. చిత్త – ఆది సర్వభావేషు
బ్రహ్మత్వేనైవ భావనాత్,
నిరోధః సర్వవృత్తీనాం
'ప్రాణాయామః' స ఉచ్యతే॥

__ప్రాణాయామము :__ మనో - బుద్ధి - చిత్త - అహంకార సంబంధితమైన వృత్తులన్నీ (భావనలన్నీ) బ్రాహ్మీభావనతో ఏకం చేసి, బ్రహ్మమునకు వేరైన - అన్యమైన సర్వ చిత్తవృత్తులను నిరోధించటమే ప్రాణాయామము -అని అనబడగలదు.**(కేవలము గాలిని పీల్చి-వదలటము ప్రాణాయామము - అని అనిపించుకోదు). సమస్తము బ్రహ్మముగా అనిపించుటకొరకే వాయు నిరోధ ప్రాణాయామము.**

---

32. నిషేధనం ప్రపంచస్య
రేచకాఖ్యః సమీరితః।
'బ్రహ్మైవాస్మి' ఇతి యా వృత్తిః
'పూరకో వాయుః' ఉచ్యతే।

__రేచకము :__ ప్రపంచము అనబడే అనేక భేదములతో కూడిన దృష్టి - భావన - అవగాహనలను నిరోధించటము, సర్వత్రా సమమగు బ్రాహ్మీదృష్టిని నిలుపుకొని ఉంచటము - అనునవే 'రేచకము' (గాలిని వదలడము) అనే శబ్దముయొక్క ముఖ్యోద్దేశ్యము. భేదములను వదలకుండా కేవలము గాలిని బయటకు వదిలితే అది రేచకము కాదు.

__పూరకము :__ **"బ్రహ్మైవాస్మి - నేను బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాను"** - అను బుద్ధియొక్క యావృత్తియే పూరకము. అంతేకాని కేవలము గాలిని గుండెలో నింపినంతమాత్రమున నిజమైన పూరకము కాదు.

33. **తతః సత్ వృత్తిః నైశ్చల్యం**
కుంభకం ప్రాణ సంయమః
అయంచాపి ప్రబుద్ధానాం
అజ్ఞానాం ఘ్రాణపీడనమ్।

<u>**కుంభకము :**</u> 'సర్వము బ్రహ్మమే' అను బ్రాహ్మీ వృత్తియొక్క అచంచల నిశ్చలత్వమే నిజమైన 'ప్రాణాయామ కుంభకము'. 'ప్రాణాయామ వృత్తి' యొక్క తాత్త్వికార్థము తెలిసియున్న ప్రబుద్ధుల దృష్టిలో ఆత్మభావన యొక్క అచ్యుతియే కుంభకము. తత్త్వార్థము - తత్త్వ ఉద్దేశ్యము తెలియకుండా ముక్కుతో చేసేది కేవలము 'ముక్కుపీడనము' మాత్రమే!

---

34. **విషయేషు ఆత్మతాం దృష్ట్వా**
మనసః చిత్త రంజకమ్,
'ప్రత్యాహారః' స విజ్ఞేయో
అభ్యసనీయో ముహుర్ముహుః॥

<u>**ప్రత్యాహారము :**</u> ప్రాపంచక విషయములన్నిటినీ 'ఆత్మయొక్క సంప్రదర్శనము'... అనబడు ఆత్మభావనాదృష్టి కలిగి, మనస్సుతో చిత్తమును ఆత్మగా దర్శనాభిలాషచే రంజింపజేయుటము - **'ప్రత్యాహారము'**. అట్టి విషయములను విషయముగా కాకుండా, **ఆత్మ దృష్టితో చూడటము**ను మరల మరల **అభిరుచితో** అభ్యసిస్తూ ఉండాలి.

---

35. **యత్ర యత్ర మనోయాతి**
'బ్రహ్మణః' తత్ర దర్శనాత్
మనసా ధారణం చ ఏవ
'ధారణా' సా పరామతా।

<u>**ధారణ :**</u> ఈ మనస్సు (ఆలోచనలు) ఎక్కడికి పోయి ఏఏ విశేషములు - సంగతులు మొదలైన వాటిపై వ్రాలుచున్నదో, అక్కడక్కడ ఆయా విషయములు - వస్తువులు - వ్యక్తులు మొదలైనవన్నీ **బ్రహ్మముగా దర్శనము చేస్తూ ఉండటము - 'ధారణ'**గా చెప్పబడుచున్నది. **అట్టి ధారణ పరతత్త్వమును ప్రసాదించునదై ఉన్నది.**

---

36. **'బ్రహ్మైవాస్మి' ఇతి సత్‌వృత్త్యా**
నిరాలంబతయా స్థితిః
'ధ్యాన' శబ్దేన విఖ్యాతః
పరమానంద దాయకః॥

<u>**ధ్యానము :**</u> సర్వ ఆవలంబనముల ఆవశ్యకతను దాటివేసి, **నిరాలంబస్థితి - కేవలాత్మస్థితి** యొక్క **సత్తా వృత్తిని** మాత్రమే ఆశ్రయిస్తూ ఉన్నప్పుడు 'ధ్యానస్థితి' అను శబ్దముతో చెప్పబడుతోంది. **అట్టి ధ్యానము ఈ జీవునకు పరమానందదాయకము.**

---

37. **నిర్వికారతయా వృత్త్యా**
బ్రహ్మాకారతయా పునః
వృత్తి విస్మరణగ్ం సమ్యక్
'సమాధిః' అభిధీయతే॥

<u>**సమాధి :**</u> సర్వ దృశ్య వృత్తులను (All out ward related avocations) విస్మరించి వేసి, కేవలము 'బ్రహ్మాకారవృత్తి' ని మాత్రమే ఆశ్రయించి ఉండుటచే ఏర్పడు **'సర్వత్రా సమరూపము'** అయినట్టి **'సమ్యక్ స్థితి'**ని **'సమాధి'** అని పిలుచుచున్నారు.

---

38. **ఇమంచ అకృత్రిమానందమ్**
తావత్ సాధు సమభ్యసేత్।
లక్ష్యో యావత్ క్షణాత్ పుగ్ంసః
ప్రత్యక్త్వగ్ం సందధేత్ స్వయమ్॥

అట్టి అకృత్రిమ - అప్రమేయ సహజానంద స్థితిని సాధువు సర్వదా బాగుగా అభ్యసించాలి. అట్లా అభ్యసించుచూ ఉండగా **ప్రత్యక్ ఆత్మతో అనుసంధానము స్వయముగా** జరుగ గలదు. అదియే లక్ష్యము యొక్క సిద్ధి.

---

39. **తతః సాధన నిర్ముక్తః**
'సిద్ధో' భవతి యోగిరాట్।
తత్ స్వరూపమ్ భవేత్ తస్యా
అవిషయో మనసో గిరామ్।

ధ్యానముచే 'సమాధి' (సర్వత్రా సమస్వరూపమగు ఆత్మగా అవధరించిన స్థితి) సిద్ధిస్తూ ఉండగా, **ఇక సర్వసాధనలు తమకు తామే కాలక్రమంగా ఉపశమిస్తాయి.** దృష్టి ఆత్మత్వము సంతరించుకొన్నదై, సాధన - సాధ్యముల ఏకత్వము సిద్ధించగా అట్టివాడు **'యోగీశ్వరుడు' (లేక) యోగిరాట్** అగుచున్నాడు. అట్టి యోగి రాట్ యొక్క సర్వత్రా స్వస్వరూపానంద సందర్శనము - మనో వాక్కులకు అవిషయము.

యోగ విఘ్నములు

40. **సమాధౌ క్రియమాణే తు**
విఘ్నాన్ ఆయాంతి వై బలాత్।
అనుసంధానరాహిత్యం,
ఆలస్యం, భోగలాలసమ్।

యోగ విఘ్నములు

అట్టి **సర్వ సమ స్వరూపమే** తానై ఉండు సమాధిస్థితి' కొరకై చేయు సాధనలో అనేక విఘ్నములు తటస్థ పడుచూ ఉంటాయి.

(1) **అనుసంధాన రాహిత్యము** - ఆత్మతో అనుసంధానము కుదరక భేదదృష్టులే పెత్తనము చెలాయించటము

(2) **ఆలస్యము** - అలసత్వము. బుద్ధి మాంద్యము. బద్ధకము. అశ్రద్ధ.

(3) **భోగలాలసము** - దృశ్య సంబంధమైన భోగముల పట్ల లాలసత్వము. అభిలాష. కోరిక. ఆకర్షణ. అభినివేశము.

41. లయః, తమశ్చ, విక్షేపః
తేజః, స్వేదశ్చ, శూన్యతా
ఏవగ్ంం హి విఘ్నబాహుళ్యం
త్యాజ్యం బ్రహ్మ విశారదైః॥

(4) **లయము** - ఆయా సంగతి - సందర్భ - సంబంధములలో 'లయము' (Immersed) అగుచుండటము.
(5) **తమము/తమస్సు**: విషయముల గురించి తెలిసీ కూడా వదలలేక, అంధకారము, అజ్ఞానము కొనసాగించటము.
(6) **విక్షేపము**- యోగసాధన నుండి చ్యుతి (విరామ - ఉపసంహారములు) ఏర్పడటము. ధ్యాస ప్రాపంచక విషయములవైపుగా వెళ్ళి, మరలి రాకుండటము.
(7) **తేజము** - స్వాప్నిక స్థితి (తేజసము).
(8) **స్వేదము** - అలిసిపోవటము. చెమట పట్టటము. విసుగు.
(9) **శూన్యత్వము** - బుద్ధిని నిస్తేజత్వము ఆక్రమించటము .
ఈ అనేక రకములైన విఘ్నములను **బ్రహ్మము యొక్క జ్ఞాన సముపార్జన** పట్ల పట్టుదలతో ఎంతగా శ్రమించైనాసరే, త్యజించాలి.

---

42. భావ(బాహ్య) వృత్త్యా హి భావ (హ్యా) త్వగ్ం।
శూన్యవృత్త్యా హి శూన్యతా।
బ్రహ్మ వృత్త్యా హి పూర్ణత్వమ్
తయా 'పూర్ణత్వమ్' అభ్యసేత్॥

వృత్తులే (Practice of Avocations) అన్నిటికీ కారణము అగుచున్నాయి.
భావ వృత్తులచే → భావనా పరంపరలు, భావత్వము ఏర్పడుచున్నాయి.
బాహ్య వృత్తులచే → బాహ్యత్వము, శూన్యవృత్తిచే → శూన్యత్వము,
బ్రహ్మ వృత్తి (బ్రాహ్మీభావన)చే → పూర్ణత్వము కలుగుచున్నాయి. అందుచే బ్రాహ్మీ వృత్తినే అభ్యసిస్తూ **'నేను పూర్ణుడను కదా'** అను పూర్ణవృత్తినే సర్వదా ఆశ్రయించాలి.

---

43. యే హి వృత్తిం విహాయైనామ్
బ్రహ్మాఖ్యాం పావనీం పరామ్
వృథైవ తే తు జీవంతి
పశుభిశ్చ సమా నరాః॥

బ్రహ్మీవృత్తిని వదలనే రాదు. ఎవ్వరైతే **బ్రాహ్మీభావన** (ఇదంతా బ్రహ్మమే! స్వస్వరూప పరబ్రహ్మమే - అనుభావన)ను **వదలి, "పావనము , పరతత్త్వ సంబంధము"** అగు వృత్తిని **ఏమరచి, దృశ్య వస్తువృత్తిని** రోజురోజా వృద్ధి చేసుకుంటారో, వారి 'జీవితము' అనే అవకాశము వృథా! వారు నరులు అయి కూడా పశుప్రాయులే!

---

44. యే తు వృత్తిం విజానంతి
జ్ఞాత్వా వై వర్ధయంతి యే,
తే వై సత్పురుషా। ధన్యా।
వంద్యాః తే భువన త్రయే॥

ఎవ్వరైతే **"ఇదంతా కూడా సర్వదా యథాతథమై యున్న ఆత్మయొక్క లీలా ప్రదర్శనా విశేషమే! సర్వజీవులు - నేను కూడా అఖండమై యున్న ఆత్మయే! కనుక ఈ జగత్తు - లోకాలు - జీవులు నాయొక్క ప్రియాత్మ స్వరూపమే"** అనే 'ఆత్మవృత్తి'ని చేబట్టుతారో అట్టి ఆత్మీయతను, (సర్వజీవులతో గల ఆత్మబంధమును) ఎరిగి, అద్దానిని ప్రవృద్ధం చేసుకుంటూ ఉంటారో - అట్టి వారే **'సత్పురుషులు'**. వారు ధన్యులు. మూడు లోకములలో నమస్కరించ తగువారు.

---

45. యేషాం వృత్తిః సమా వృద్ధా
పరిపక్వా చ సా పునః
తే వై సద్బ్రహ్మతాం ప్రాప్తా
నేతరే (న ఇతరే) శబ్దవాదినః॥

ఎవ్వరైతే అట్టి 'ఆత్మ వృత్తి' (లేక) 'ఇదంతా నా ప్రియమగు ఆత్మ విన్యాసప్రదర్శనమే' అనబడు 'బ్రాహ్మీవృత్తి' ని బాగుగా ప్రవృద్ధి చేసుకొంటూ, అట్టి వృత్తిని 'పరిపక్వము' చేసుకుంటారో వారు మాత్రమే చివరికి **'సత్బ్రహ్మత్వము'** ను ప్రాప్తింపజేసుకుంటున్నారు. అంతేగాని కేవలము 'తత్ త్వమ్ - సోఽహమ్ - అహమ్ బ్రహ్మాస్మి'...అనే మాటలు పలుకుతూ ఉన్నంత మాత్రంచేత **సద్బ్రహ్మత్వము** ప్రాప్తించదు. మాట్లాడు కున్నంత మాత్రం చేత సిద్ధించదు. మననముచేత మాత్రమే సుసాధ్యము.

---

46. కుశలా బ్రహ్మవార్తాయాం
వృత్తిహీనాః సురాగిణః
తేఽపి (తే అపి) అజ్ఞానతయా నూనం
పునః ఆయాంతి యాంతి చ॥

'బ్రహ్మము అనగా సత్‌చిత్ ఆనందము, అఖండము, సర్వము, నిత్యము'. ఈ విధంగా బ్రహ్మము గురించిన వార్తలు చెప్పుకుంటూ, 'బ్రాహ్మీవృత్తి'ని సమవృద్ధి చేసుకోకుండా, ఆయా దృశ్య విషయములపట్ల సరాగులై (రాగము కలవారై) ఉంటే, వారు అజ్ఞానులే. అట్టి వారు జన్మ - కర్మలలోనికి రాకపోకలు కొనసాగిస్తూనే ఉంటారు.

47. నిమిషార్థం న తిష్ఠంతి వృత్తిం బ్రహ్మమయీం వినా యథా తిష్ఠంతి బ్రహ్మాద్యాః సనకాద్యా శుకాదయః॥	అట్టి 'బ్రాహ్మీవృత్తి'ని పరిపక్వము చేసుకున్నవారు ఉన్నారా? ఉన్నారు. సనకుడు, శుకుడు మొదలైన ఎందరో మహానుభావులు - ఒక్క అర నిమిషము కూడా అట్టి 'ఆత్మీయత' (లేక)' 'బాహ్మీవృత్తి'ని వదలి ఉండరు. 'ఇదంతా నా ప్రియమగు ఆత్మయే!' అనే అనుభూతిని, అవగాహనను వదలనే వదలరు. (మనము కూడా 'బ్రాహ్మీదృష్టి'ని ఏ పరిస్థితులలోను వదలనే కూడదు)
48. కారణం యస్య వై కార్యం కారణం తస్య జాయతే। కారణం తత్వతో నశ్యేత్ కార్య – అభావే విచారతః॥	'ఈ 'జగత్తు' అనే కార్యమునకు 'కారణము' ఏది?'...అని విచారిస్తే ('జీవాత్మ (The Experiencer) స్వతఃగా అకారణమగు బ్రహ్మమే కాబట్టి, ఇద్దానికి) 'కారణమే లేదు' అని తెలియవస్తోంది. **'ఈ జగత్తు అనే కార్యమే లేదు, అంతా సర్వదా ఆత్మయే కాబట్టి'** అను భావనచే కారణమును నశింపజేస్తే "జగత్ బంధము (లేక) సంసారబంధము" అనే కార్యము కూడా 'తత్వార్థము'గా నశించిపోగలదు.
49. అథ శుద్ధం భవేత్ వస్తు యద్వై వాచామ్ అగోచరమ్, ఉదేతి శుద్ధ చిత్తానాం వృత్తిజ్ఞానం తతః పరమ్॥	అత్యంత పరిశుద్ధమగు 'బ్రాహ్మీభావన' (లేక) 'ఆత్మీయవృత్తి' అనునది ఫలించటము (సిద్ధించటము) ఎట్లా? 'వాక్కు'కు అగోచరమై, అత్యంత శుద్ధము - నిర్మలము అయి ఉన్న 'బ్రహ్మము' ఏదో - ఎట్టిదో, ఎరుగుచూ, పరిశుద్ధమైన చిత్తమును పెంపొందించుకున్న వారికి తప్పక సిద్ధిస్తోంది. పరిశుద్ధమైన చిత్తమునకే పరిశుద్ధ ఆత్మవస్తువు అనుభవమై ఫలిస్తోంది. (చిత్తము = ఇష్టము)
50. భావితం తీవ్రవేగేన యద్వస్తు నిశ్చయాత్మకమ్। దృశ్యగ్ం హి అదృశ్యతాం నీత్వా బ్రహ్మాకారేణ చింతయేత్॥	**'ఇదంతా నా ప్రియమైన ఆత్మయే'**...అని తదితర జీవులపట్లా, ఈ జగత్ దృశ్యము పట్లా **నాకు అనిపించటం లేదే? ఎందుచేత?'** అను ఈ ప్రశ్నకు **సమాధానము-** ***- ఒకడు ఏ వస్తువును ఏ రీతిగా తీవ్రమైన భావన చేస్తూ ఉంటాడో, ఆ వస్తువు ఆ విధంగానే నిశ్చయానుభవమై తీరుతోంది. (యత్ భావమ్ - తత్ భవతి).*** అందుచేత **'దృశ్యమానమై కనిపిస్తున్న ఈ జగత్తు సర్వదా అదృశ్యరూపమగు ఆత్మయే'**...అను 'అఖండ బ్రహ్మముయొక్క ఆకారము'గా ఎల్లప్పుడూ, అన్ని పరిస్థితులలోనూ చింతన చేయాలి. అట్టి తీవ్రమైన భావనచే బ్రహ్మాకారత్వముగా ఇదంతా అనుభవమవగలదు. అనుకుంటూ ఉంటే అనిపిస్తూ ఉండగలదు.
51. విద్వాన్ నిత్యం సుఖే తిష్ఠేత్ ధియా చిద్రస పూర్ణయేతి॥	నిత్య - అనిత్య వివేకము సముపార్జించుకున్న విద్వాంసుడు - చిత్ రస పూర్ణమైన, కేవల చిత్‌ధారణా రూపమైన బుద్ధితో క్రమక్రమంగా అనునిత్యమగు **ఆత్మసుఖము నందు శాశ్వత స్థానము** పొంది ఉంటున్నాడు.

2వ అధ్యాయము
అంతా అఖండ – ఏక స్వరూపమే!

01. అథ హ కుమారః శివమ్
పప్రచ్ఛ:
అఖండ ఏకరస చిన్మాత్ర
స్వరూపమ్ అనుబ్రూహి। ఇతి॥
సహోవాచ పరమ శివః:
అఖండైక రసం దృశ్యమ్।
అఖండైక రసం జగత్।
అఖండైక రసం భావమ్।
అఖండైక రసగ్ం స్వయమ్॥

ఒక సందర్భములో షణ్ముఖుడు, ప్రేమమూర్తి అగు కుమారస్వామి పితృదేవులగు శివభగవానుని సమీపించి, నమస్కరించి ఈవిధంగా పరిప్రశ్నించారు.

హే భగవాన్! సర్వతత్త్వస్వరూపా! శివ దేవాది దేవా! ఆత్మ → అఖండము - ఏకరసము (unpartitioned unity) అని శాస్త్రములు అంటున్నాయి కదా! అట్టి అఖండ - ఏకరస చిన్మాత్రముయొక్క స్వరూపము ఎట్టిదో దయతో సవివరించండి.

పరమ శివభగవానుడు: ఈ దృశ్యమంతా కూడా అఖండైక రస స్వరూపమేనయ్యా.

అఖండము ఏకము అగు ఆత్మ సర్వదా ఎట్టి విభాగము లేనిదై, జీవ - బ్రహ్మ ఐక్యరూపమై , కేవల ఆనంద చిన్మాత్రమై వెలుగొందుచున్నది.

ఉదా : ఒకనిలో వెలుగొందుచున్న **ఎరుక**(Awareness)యే ఆతడు నాటకములో నటించు పాత్రయందు కూడా వెలుగొందుచున్నది కదా! జీవాత్మ - పరమాత్మలు అఖండైక రస స్వరూపులే.

ఈ **దృశ్యము,** ((ద్రష్ట+దర్శనములతో సహా) **జనించి గతించు** ధర్మమును ప్రదర్శించే **జగత్తు,** అట్టి జగత్తు యొక్క అనుభూతికి కారణమగునది **'భావము'**. ఆ భావము జనించు **స్వస్వరూపము-అంతా అఖండైక రసమే!**

---

02. అఖండైక రసో మంత్ర।
అఖండైక రసా క్రియా।
అఖండైక రసం జ్ఞానమ్।
అఖండైక రసం జలమ్।
03. అఖండైక రసా భూమిః
అఖండైక రసం వియత్।
అఖండైక రసగ్ం శాస్త్రమ్।
అఖండైక రసా త్రయీ।

ఇక్కడ బయల్వెడలు మనన రూపమగు 'మంత్రము', ఆ మననము నుండి బయల్వెడలు క్రియ, ఆ క్రియ నిర్వర్తించటానికి పాల్గొనుచున్న జ్ఞానము అఖండైక రసరూపమే! అఖండైక తత్త్వమే.

పంచభూతములు - భూమి, జలము, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము - అఖండైక రసమే!

శాస్త్రము, ఋుక్ - యజో - సామ - త్రివేదములు...అఖండ - ఏక రస స్వరూపములే.

---

04. అఖండైక రసం బ్రహ్మ చ।
అఖండైక రసం వ్రతమ్।
అఖండైక రసో జీవ।
అఖండైక రసో హి అజః।
05. అఖండైక రసో బహ్మా। అఖండైక రసో హరిః।
అఖండైక రసో రుద్ర। అఖండైక రసోఽస్మి అహమ్।

బ్రహ్మము సర్వదా అఖండము, ఏకము అగు రసస్వరూపమే.

ఉపాసనారూపమగు వ్రతము, ఆ వ్రతమును ఆశ్రయించిఉండు వ్రతస్థుడు, జీవుడు, జన్మరహితుడగు ప్రజాపతి (అజుడు)...అఖండైక రసమే!

సృష్టికి ఉత్పత్తి కారకుడగు బ్రహ్మ, సృష్టిని స్థితింపజేయు హరి, లయింప చేయు రుద్రుడు, ఈ సృష్టికి అనుభవరూపి (Experiencer) అగు (సాక్షినగు) నేను - అఖండ ఏకరస రూపులమే!

---

06. అఖండైక రసో హి ఆత్మా హి।
అఖండైక రసో గురుః।
అఖండైక రసం లక్ష్యమ్।
అఖండైక రసం మహః॥

జీవాత్మ - పరమాత్మ రూపములను ధరించుచున్న **ఆత్మ,** ఆ ఆత్మను నిర్వచించి బోధించుచున్న గురువు, ఆ గురువు చూపుచున్న **స్వాత్మ స్వరూప భావనాసిద్ధి** అనే సంలక్ష్యము, **మహత్తు** (కేవల బుద్ధితత్త్వము)- ఇవన్నీ అఖండ-ఏక రస స్వరూపమే.

---

07. అఖండైక రసో దేహమ్।
అఖండైక రసం మనః।
అఖండైక రసం చిత్తమ్।
అఖండైక రసగ్ం సుఖమ్॥

ఈ భౌతిక **దేహము, మనస్సు, చిత్తము, సుఖము, దుఃఖము, విద్య... ఇవన్నీ అఖండ ఏకరస పరబ్రహ్మమే!**

(ఉదా : ఒకానొకని కేవలమగు **నటనా కౌసల్యము,** పాత్రలో లీనమై నటిస్తున్నప్పటి **నటనా కౌసల్యము** ఒక్కటే కదా!)

08. అఖండైక రసా విద్యా, అఖండైక రసో అవ్యయః। అఖండైక రసం నిత్యమ్, అఖండైక రసం పరమ్॥	ఏది అవ్యయము అని, నిత్యము అని, ఇహ పర స్వరూపమని చెప్పబడుచున్నదో - అదంతా కూడా అఖండ బ్రహ్మమే.
09. అఖండైక రసం కించిత్, అఖండైక రసం పరమ్। అఖండైక రసాత్ అన్యత్ నాస్తి, నాస్తి, షడానన!	కించిజ్ఞుడు (జీవుడు) సర్వజ్ఞుడు ఈశ్వరుడు (లేక) (పరస్వరూపుడు) అఖండ - ఏక రసాత్మకమగు కేవలాత్మయే. ఓ షడాననా! కుమారస్వామీ! షణ్ముఖా! అఖండైక రసమునకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ లేనే లేదయ్యా! - **అన్యత్ నాస్తి నాస్తి।**
10. అఖండైక రసాత్ నాస్తి। అఖండైక రసాత్ నహి। అఖండైక రసాత్ కించిత్। అఖండైక రసాత్ అహమ్॥	అఖండైక రసమునకు వేరైనది ఏదీ లేదు...వేరైన వారు ఎవ్వరూ లేరు. "అఖండైకరసము" అని చెప్పుకొనే ఒకానొక వస్తువు ఏదీ లేదు. కించిత్‌కూ ఏదీ అఖండైక రసమునకు మరొక్కటై లేదు. 'నేను' (అహమ్) - అనునది అఖండైక రస స్వరూపమే!
11. అఖండైక రసం స్థూలం, సూక్ష్మం చ అఖండరూపకమ్। అఖండైక రసం వేద్యం। అఖండైక రసో భవాన్।	ఇక్కడి స్థూలంగా కనిపించేది, సూక్ష్మంగా అనిపించేది. తెలియబడు చున్నట్లుగా తెలియవచ్చేది, తెలుసుకొంటున్న నీవు-అనునదంతా కూడా ఇదంతా అఖండైక రసమే! 'నాకు' తెలియబడుచున్న 'నీవు' కూడా అఖండైక రస స్వరూపమే.
12. అఖండైక రసం గుహ్యమ్। అఖండైక రసాదికమ్। (ఇదమ్) అఖండైక రసో జ్ఞాతా, అఖండైక రసా స్థితిః।	గుప్తంగా (రహస్యంగా) ఉన్నట్టిది, 'ఇది'గా బట్టబయలై ఉన్నది, ఇదంతా తెలుసుకొంటున్న జ్ఞాత, అజ్ఞాత స్థితి, మనము ఉన్న స్థానము కూడా అఖండైక రసమే!
13. అఖండైక రసా మాతా। అఖండైక రసః పితా। అఖండైక రసో భ్రాతా। అఖండైక రసః పతిః॥	తల్లి - తండ్రి - సోదరులు-భర్త....మొదలైన 'నా' 'నీ' అనుకొనబడేవారు, వారు - వీరు - అంతా అఖండైక రసమే!
14. అఖండైక రసగ్ం సూత్రమ్। అఖండైక రసో విరాట్। అఖండైక రసం గాత్రమ్। అఖండైక రసం శిరః॥	సూత్రము-విరాట్ సూత్రప్రాయంగా చెప్పబడేది, విస్తారమైన విరాట్టు - వ్యష్టిశరీరములు, శిరస్సు, మనో - బుద్ధి - చిత్త - అహంకారములని 'చతుష్టయము' చెప్పబడే **అంతరంగము**, ఇంద్రియములకు **బాహ్యమున కనిపించే** సర్వ విషయములు - అఖండైక రస చమత్కారమే!
15. అఖండైక రసం చ అంతరః। అఖండైక రసం బహిః। అఖండైక రసం పూర్ణమ్। అఖండైక రస అమృతమ్।	ఎద్దానిచే ఇక్కడ కనిపించేదంతా పూర్ణమైయున్నదో, ఏది మార్పు చెందక అమృతమైయున్నదో...అదంతా కూడా అఖండైకరసమే!
16. అఖండైక రసం గోత్రమ్। అఖండైక రసం గృహం (గ్రహమ్।) అఖండైక రసం గోప్యమ్। అఖండైక రసః శశీ॥ **17.** అఖండైక రసాః తారా। అఖండైక రసో రవిః। అఖండైక రసం క్షేత్రమ్, అఖండైక రసా క్షమా। **18.** అఖండైక రసః శాంతః। అఖండైక రసో గుణః। అఖండైక రసః సాక్షీ। అఖండైక రసః సుహృత్।	గోత్రము (భూమిక), ఇల్లు, భూమి చుట్టూ తిరుగుచున్న గ్రహముల విన్యాసము, రహస్యంగా ఉన్న గ్రహ శకలములు, చంద్రుడు, నక్షత్రములు (తారలు), సూర్యుడు, విత్తనములు మొలకెత్తు స్థానమగు క్షేత్రము, భూమిలో - జీవులలో కనిపించే ఓర్పు - క్షమాగుణము, శాంతముగా ఉండటము, సత్త్వ-రజో-తమోగుణముల ప్రదర్శనము, ఆ త్రిగుణములకు ఆవల త్రిగుణాతీతుడగు సాక్షి, సహృదయులగు జనులు-అంతా అఖండైక రసమే! ('గ్రహమ్' అనుచోట 'గృహమ్' అనునది పాఠ్యాంతరము)
19. అఖండైక రసో బంధుః అఖండైక రసః సఖా। అఖండైక రసో రాజా। అఖండైక రసమ్ పురమ్। **20.** అఖండైక రసగ్ం రాజ్యమ్। అఖండైక రసా ప్రజాః। అఖండైక రసం తారమ్। అఖండైక రసో జపః। **21.** అఖండైక రసం ధ్యానమ్। అఖండైక రసం పదమ్। అఖండైక రసం గ్రాహ్యమ్। అఖండైక రసమ్ మహత్॥	తనకు సహృదయుడు అయినవాడు (తనమంచి కోరుకొనువాడు), బంధువు, స్నేహితుడు, తనను పాలించు-దండించు రాజు, తాను ఉన్న పురము, గ్రామము, తదితరులైన ఆ రాజ్య ప్రజలు తాను కూడా - అఖండైక రసమే. తరింపజేయునట్టిది, జపించబడునది, జపము, ధ్యానింపబడునది, ధ్యానము అట్టి ధ్యానము వలన ప్రాప్తించే పదము, ధ్యానముచే గ్రహించబడు గ్రాహ్యము....అఖండైక రసరూపమే! 'సర్వ దేహములలోని నేనైన నేను'...అనే మహదత్వము (మహత్‌తత్త్వము = నాలోని ఈ సర్వ జగత్ రూపుడనైన నేను) - అఖండైక రసమే.

22. అఖండైక రసం జ్యోతిః। అఖండైక రసం ఘనమ్।
అఖండైక రసం భోజ్యమ్। అఖండైక రసగ్ం హవిః॥
23. అఖండైక రసో హోమమ్। అఖండైక రసో జపః।
అఖండైక రసం స్వర్గమ్। అఖండైక రసః స్వయమ్।

సర్వులలోని ఆత్మజ్యోతి స్వరూపము, ఘనీభూతమై కనిపించేది, భుజించబడునది, అనుభవించబడేది, దేవతలకు సమర్పించబడే హవిస్సు, హోమ కార్యక్రమము, తపనతో కూడి తలచు రూపమైన జపము, జప-హోమముల ఫలరూపములై సుఖమయంగా కనిపించే స్వర్గలోకము, ఆ ఆయా లోకములను అనుభవముగా పొందుచున్న తానైన తాను - అంతా అఖండైక రసమే!

<u>సర్వం చిన్మాత్రమేవ</u>

24. అఖండైక రసగ్ం సర్వమ్,
చిన్మాత్రమితి భావయేత్।
చిన్మాత్రమేవ చిన్మాత్రం
అఖండైక రసంగ్ం రసమ్।
<u>సర్వం చిన్మాత్రమేవ హి</u>
25. భవవర్జిత చిన్మాత్రగ్ం
సర్వం చిన్మాత్రమేవ హి।
ఇదం చ సర్వం చిన్మాత్ర మయం, చిన్మయమేవ హి।

"అఖండైక రసమే చిన్మాత్రము" - అని భావన చేయబడు గాక.

చిత్ = ఎరుక, చిన్మాత్రము = ఎరుగబడేదంతా 'ఎరుక' యొక్క రూపమే! ఇదంతా ఈ సర్వము కూడా అఖండైక రసముగాను చిన్మాత్రము (స్వకీయమైన ఎరుకయొక్క సంప్రదర్శనము) గాను, ఎరుగుచున్నవాడు - చిన్మాత్ర స్వరూపుడుగా ఎరిగి ఉండుము.

సమస్తము చిన్మాత్ర భావనయే। చిన్మాత్ర స్వరూపమే।

ఎరుక + ఎరుగబడేది ఎరుగుచున్నవానిని కూడా కలుపుకొని సమస్తము చిన్మాత్రమే. ఎరుగుచున్న వానినుండి 'ఎరుక' అద్వితీయమై బయల్వెడలు తోంది. ఎరుగబడేదంతా ఎరుక యొక్క రూపమే! చిన్మాత్రమే! ఇదంతా కూడా స్వకీయమైన 'ఎరుక' అను చిన్మాత్రముతో నిండి ఉన్నది. సర్వము చిన్మయమే! భావవర్జిత చిన్మాత్రం! ఎరుగబడేది లేనప్పుడు కూడా ఎరుక ఉన్నది. ఎరుక లేనప్పుడు కూడా ఎరుగుచున్నవాడు ఉంటాడు. ఈ మూడు ఎల్లప్పుడు ఏక స్వరూపమై ఉంటాయి.

---

26. ఆత్మభావం చ చిన్మాత్రమ్, అఖండైక రసం విదుః।
సర్వలోకం చ చిన్మాత్రం, త్వత్తా మత్తా చ చిన్మయమ్।

'నేను ఇదంతా ఆత్మగా భావిస్తున్నాను' అనునది కూడా ఎరుక విన్యాసమే! చిన్మాత్రమే! అంఖండైక రసమే! ఈ లోకమంతా 'స్వకీయ ఎరుక' రూపమే! 'నాది - నీది - నేను - నీవు' అంతా చిన్మాత్రమే! స్వకీయ చిత్ స్వరూపమునుండే అద్వితీయంగా "నేను-నీవు-ఆతడు" మొదలైనవి (అగ్ని నుండి అగ్ని శిఖవలె) బయల్వెడలుచున్నాయి. అన్యమైనదంతా అనన్యమగు చిన్మాత్ర ప్రదర్శనమే.

---

27. ఆకాశో భూః జలం వాయుః
అగ్నిః బ్రహ్మా హరిః శివః
యత్ కించిత్, యత్ న కించిత్ చ
సర్వం చిన్మాత్రమేవ హి।

ఆకాశము, భూమి, జలము, వాయువు, అగ్ని (పంచభూతములు), వాటితో జగత్ వస్తువులను ప్రణాళిక చేస్తున్న బ్రహ్మాభగవానుడు, సర్వజీవులను పరిపోషిస్తూ పరిరక్షిస్తున్న హరి, సర్వ శుభ - సుఖ - ఆనంద ప్రదుడగు శివుడు - అంతా చిన్మాత్రమే. ఏది కించిత్ (కించిత్‌జ్ఞుడగు జీవుడు) యో, ఏది సర్వజ్ఞమో (ఈశ్వరుడో) - ఈ రెండూ చిన్మాత్రమే!

---

28. అఖండైక రసగ్ం సర్వం,
యద్యత్ చిన్మాత్రమేవ హి।
భూతం భవ్యం భవిష్యచ్చ,
సర్వం చిన్మాత్రమేవ హి॥

తెలుసుకొనువాడే 'తెలియబడునది' అను రూపమగుచున్నది. (knower - what ever being known) అనబడు **రెండూ కూడా-** ఏది అగుచున్నదో, అదంతా - అఖండైక రసమగు చిన్మాత్రమే! ఇతః పూర్వము ఉన్నది, ఇప్పుడు ఉన్నది, ఇక ముందు ఉండబోవునది .... సర్వము చిన్మాత్రమే!

---

29. ద్రవ్యం కాలం చ చిన్మాత్రం, జ్ఞానం జ్ఞేయం చిదేవ హి
జ్ఞాతా చిన్మాత్రరూపశ్చ, సర్వం చిన్మయమేవ హి।

ద్రవ్యము (Matter), కాలము (Time) , జ్ఞానము (knowing), జ్ఞేయము (That being known) చిన్మాత్రమే. జ్ఞాత (knower) కూడా చిన్మాత్రమే! **సర్వము సర్వదా చిన్మాత్రమే!**

---

30. సంభాషణం చ చిన్మాత్రం
యద్యత్ చిన్మాత్రమేవ హి।
అసత్ చ సత్ చ చిన్మాత్రం
ఆద్యంతం చిన్మయగ్ం సదా।

సంభాషించుకొనే 'భాష' చిన్మాత్రమే. ఆ భాషతో ఏమేమి చెప్పబడుతోందో, అదీ చిన్మాత్రమే! జాగ్రత్ కల్పన - ఊహ - భావము - స్వప్నకల్పన - భ్రమ' మొదలైనవాటితో కలిపి అనుభవమగుచున్నదంతా చిన్మాత్రమే! సత్తు అగు ద్రష్ట (కేవల స్వస్వరూపము), అసత్తగు దృశ్యజగత్తు కూడా చిన్మాత్రమే. ఈ జగత్తు యొక్క మొదలు - మధ్య - అంతము కూడా చిన్మాత్రమే!

31. ఆది - అంతశ్చ చిన్మాత్రం గురు - శిష్యాది చిన్మయమ్। దృక్ - దృశ్యం యది చిన్మాత్రం అస్తి చేత్, చిన్మయగ్ం సదా॥	ప్రతి ఒక్క జీవునియొక్క ఆది మధ్య అంతములు చిన్మాత్రమే! ఆత్మ వస్తువును అధ్యయనము చేయు గురు - శిష్య వ్యవహారమంతా చిన్మాత్రమే! చిన్మయానందమే. 'పరబ్రహ్మమునుండి దృక్-(ద్రష్ట-దర్శన - దృశ్యములు వేరుగా ఉన్నాయి' అని ఎవరికైనా అనిపిస్తే, ఆ ఉన్నట్లుగా ఉన్నదంతా కూడా చిన్మాత్రమే.
32. సర్వాశ్చర్యం చ చిన్మాత్రం। దేహః చిన్మాత్రమ్ ఏవ హి। లింగం చ కారణం చ ఏవ చిన్మాత్రాత్ నహి విద్యతే।	దేహములోని సర్వాశ్చర్య స్వరూపుడగు 'దేహి', ఆ దేహి కదిలిస్తూ ఉండటం చేత కదలుచూ ఉన్న దేహము, దేహి - దేహము - దృశ్యముల మధ్యగా ప్రవర్తనమగుచున్నట్లుగా విడమర్చి చెప్పబడు లింగశరీరము (సూక్ష్మ శరీరము), కారణ (సంస్కార) శరీరము... ఇవన్నీ చిన్మాత్రమునకు ఏమాత్రము వేరుకాదు.
33. అహం - త్వం చైవ చిన్మాత్రం మూర్త - అమూర్తాది చిన్మయమ్। పుణ్యం పాపం చ చిన్మాత్రం దేహః చిన్మాత్ర విగ్రహః॥	నేను - నీవు అనునది, మూర్తీభవించినట్టిది (with form - physical body - feelings - etc.,), అమూర్తము (The user of the body feeler) మొదలైనవి, పుణ్య - పాపములు, దేహము యొక్క ఆకార విశేషాలు...ఇవన్నీ చిన్మయమే!
34. చిన్మాత్రాత్ నాస్తి సంకల్పః చిన్మాత్రాత్ నాస్తి వేదనమ్। చిన్మాత్రాత్ నాస్తి మంత్రాది, చిన్మాత్రాత్ నాస్తి దేవతా। **35.** చిన్మాత్రాత్ నాస్తి దిక్పాలాః చిన్మాత్రాత్ వ్యావహారికమ్। చిన్మాత్రాత్ పరమం బ్రహ్మ। చిన్మాత్రాత్ నాస్తికోఽపి హి॥	'చిన్మయము'నకు వేరుగా సంకల్పము (Ideation sending the feeling towards some thing) లేదు. సంకల్పించబడుచున్న 'విషయము' అనునదీ లేదు. చిన్మయమునకు వేరై మననము లేదు. ధ్యానము రూపమగు 'మంత్రము - పూజ - ధ్యాస - భక్తిభావన' మొదలైనవీ లేవు. ఆ మంత్రముచే సంబోధించబడే 'దేవత' లేదు. వ్యవహారమునంతటినీ నడుపుచున్న దిక్పాలకులులేరు. వ్యావహారికము, పరబ్రహ్మము అను ఉభయము చిన్మాత్రమే. చిన్మాత్రమే పరబ్రహ్మము అయి ఉన్నది. చిన్మాత్రమునకు వేరైనదంటూ ఎక్కడా ఏదీ లేదు.
36. చిన్మాత్రాత్ నాస్తి మాయా చ చిన్మాత్రాత్ నాస్తి పూజనమ్। చిన్మాత్రాత్ నాస్తి మన్తవ్యమ్। చిన్మాత్రాత్ నాస్తి సత్యకమ్॥	చిన్మాత్రమునకు వేరుగా 'మాయ' (కల్పన - భావించుటచే జనించేది - ఊహించుటచే అనుభవమయ్యేది) అనునది లేదు. ఎవ్వరు ఏ నామ - రూపములతో పూజించినా కూడా సర్వజీవుల కేవలమగు చిన్మాత్రమే పూజించబడుచున్నది. చిన్మాత్రమే ప్రతి ఒక్కరి మననము కూడా. మననము చేయబడుచున్నది, మననము చేయువాడు కూడా స్వయముగా చిన్మాత్రమే!
37. చిన్మాత్రాత్ నాస్తి కోశాది, చిన్మాత్రాత్ నాస్తి వైవసు చిన్మాత్రాత్ నాస్తి మౌనం చ చిన్మాత్రాత్ నాస్తి అమౌనకమ్।	చిన్మాత్రమునకు వేరుగా అన్నమయ - ప్రాణమయ - మనోమయ - విజ్ఞానమయ - ఆనందమయ...పంచకోశములు లేవు. అష్ట వసువులు (కిరణ విశేషములు) లేవు. 'మౌనము' - చిన్మాత్రమునకు వేరు కాదు. అమౌనము కూడా చిన్మాత్రమే. విరాగము చిన్మాత్రరూపమే! మాట్లాడకుండా ఉండటము, మాట్లాడుచూ ఉండటము - చిన్మాత్రమే.
38. చిన్మాత్రాత్ నాస్తి వైరాగ్యగ్ం, సర్వం చిన్మాత్రమేవ హి యచ్చ యావచ్చ చిన్మాత్రం, యచ్చ యావచ్చ దృశ్యతే। యచ్చ యావచ్చ దూరస్థగ్ం, సర్వం చిన్మాత్రమేవ హి॥	సర్వము చిన్మాత్రమే! ఏదైతే ఉన్నదో, ఏదేది కనిపిస్తోందో, ఏది ఏదైతే కళ్ళకు కనబడకుండా సుదూరముగా ఉన్నదో - అట్టి సర్వము చిన్మాత్రమే! సాకారములగు దేహములు, వాటి నిర్మాణమును-కొనసాగటమును నిర్వర్తించే అశరీరులగు దివ్యదేవతా ప్రజ్ఞలు - **చిన్మాత్రమే.**

39. యచ్చ యావచ్చ భూతాది యచ్చ యావచ్చ లక్ష్యతే,	ఏఏ ఆకాశ - వాయు - గాలి - అగ్ని - భూ మొదలైన పంచభూతాదులుగా ఇం(ద్రియములకు లక్ష్యమై (విషయమై) ఉన్నాయో... అదంతా చిన్మాత్రమే!
40. యచ్చ యావచ్చ వేదాంతాః। సర్వం చిన్మాత్రమ్ ఏవ హి। చిన్మాత్రాత్ నాస్తి గమనం। చిన్మాత్రాత్ నాస్తి మోక్షకమ్।।	ఏ ఏ యావత్తు - తెలియబడే అంతటికీ కూడా ఆవల "తెలుసు కొనుచున్న వాని" రూపముగా - ప్రకాశమానమగుచున్నదో ... అదంతా చిన్మాత్రమే! చిన్మాత్రమునకు వేరుగా ఈ దేహ - మనో - బుద్ధి - చిత్త - అహంకారముల గమనము లేదు. 'తెలియబడేదంతా నా తెలివియొక్క ప్రదర్శనమే' అనబడు **"సర్వబంధ విముక్త రూప, స్వస్వరూప, ఆత్మభావనా మోక్షము"** అనబడునది కూడా చిన్మాత్రమే!
41. చిన్మాత్రాత్ నాస్తి లక్ష్యం చ సర్వం చిన్మాత్రమేవ హి। అఖండైకరసం బ్రహ్మ చిన్మాత్రాత్ నహి విద్యతే।।	చిన్మాత్రమునకు వేరైన మరొక లక్ష్యము ఏదీ లేదు. అఖండైక బ్రహ్మ చిన్మాత్రమే ఇదంతా! అద్దానికి వేరైనది ఎక్కడా ఏదీ లేదు. అన్యముగా తెలియబడునదంటూ ఎక్కడా ఏదీ ఏ సమయమందునూ లేదు. అన్యము-అనన్యము, ఏకము-ద్వైతము, సందర్భము - సహజము -- సమస్తము అఖండైక రస - బ్రహ్మ చిన్మాత్రమే. అందుకు వేరై ఏదీ లేదు.
42. శాస్త్రే మయి – త్వయా శే చ హి। అఖండైక రసో భవాన్। ఇతి ఏక రూపక తయా యో వా జానాతి అహం తు।। ఇతి సకృత్ జ్ఞానేన ముక్తస్స్యాత్। సమ్యక్ జ్ఞానే స్వయం గురుః ఇతి।।	ఓ ప్రియకుమారా! కుమారస్వామి! షణ్ముఖా! శాస్త్రములయందు, నాయందు, నీయందు, ఈశ్వరుని యందు అఖండైక రస స్వరూపడవై నీవు సర్వదా ఉన్నావయ్యా! ఎవ్వరైతే, **"లోకములయందు, ఈ సర్వజీవులయందు, లోకపాలకులయందు అఖండ-ఏక చిదానంద కేవల రూపుడనై సర్వదా నేనే సమముగా ఉనికి కలిగి ఉన్నాను"** - అను చిన్మాత్ర భావన కలిగి ఉంటున్నాడో...అట్టి అఖండైక సుజ్ఞాని (అట్టి సమ్యక్ జ్ఞానముచే) ముక్తుడు అగుచున్నాడు. 'సమ్యక్ జ్ఞానేన స్వయంగురుః'। - సమ్యక్ జ్ఞానము సముపార్జించుకొనువాడు స్వయముగా తనకు తానే 'గురువు' అగుచున్నాడు. సర్వశ్రేష్ఠుడై ప్రకాశించుచున్నాడు. 'ఆత్మైవహి గురుః' ధ్యాని అయి తరిస్తున్నాడు. 'ఆలోచన' ఎక్కడి నుండి వస్తోందో, అట్టి ఆత్మయే గురువు - అని గమనించి అట్టి ఆత్మయే తానగుచున్నాడు. (చిన్మాత్రము = ఎరుక + సమన్వయము + అనుభూతి **The knowing + The Giving Meaning + The experiencing)**

3వ అధ్యాయము
(ఆత్మయొక్క స్వానుభవము)

01 కుమారః పితరమ్
'ఆత్మానుభవమ్' అనుబ్రూహి-ఇతి పప్రచ్ఛ।
సహోవాచ పరశ్శివః

పరానుభవము

పరబ్రహ్మ స్వరూపో౽హమ్।
పరమానందమస్మి అహమ్।
కేవలం జ్ఞానరూపో౽హమ్।
కేవలం పరమో౽స్మ్యహమ్॥

కుమారస్వామి: తండ్రీ! పరమశివా! ఆత్మయొక్క స్వానుభవము ఎట్టిదో వివరించి విశదీకరించండి.

ఇహమునకు వేఱైన పరానుభవము

పరమశివుడు : జీవుడుగా దృశ్యమునందు ఏరీతిగా ఉన్నప్పటికీ 'ఆత్మ' అనబడు శివస్వరూపముగా 'నేను ఇది కదా!' అని ఎరిగి ఉండటము, అట్లు ఎరిగినదానిని అనునిత్యంగా అనుభవైకవైద్యము చేసుకోవటమే... **ఆత్మానుభవము.**

- నేను జాగ్రత్‌లోనో, స్వప్నములోనో సుషుప్తిలోనో కనిపించే ఇహస్వరూప పరిమితుడను కాను. మరి? ఇహమునకు ఆధారమగు **పరబ్రహ్మ స్వరూపుడను.**

- ఇహపరిమితులు లేనివాడను కాబట్టి **పరమానందరూపుడను.**

- తెలుసుకొనటకు మునుముందే ఉన్నట్టి **కేవలజ్ఞానరూపుడను.** సర్వమునకు ఆవలగల **పరస్వరూపుడను.**

---

02. కేవలగ్ం శాంత రూపో౽హమ్
కేవలం చిన్మయో౽స్మ్యహమ్।
కేవలం నిత్యరూపో౽హం
కేవలగ్ం శాశ్వతో౽స్మ్యహమ్।

- కేవల శాంతస్వరూపుడను. జలంలో తరంగాలు ఉంటాయి. అయితే జలము తరంగాలుగా చెదరటం లేదు కదా! ఆ రీతిగా నిత్య **శాంతరూపుడను. 'ఎరుక' అను కేవలీ లక్షణముచే** చిన్మయస్వరూపుడను.

- కేవలము అగు ఆత్మచే నిత్య - శాశ్వత స్వరూపుడను.

---

03. కేవలగ్ం సత్త్వరూపో౽హమ్
అహం త్యక్త్వా, అహమస్మ్యహమ్।
సర్వహీన స్వరూపో౽హమ్।
చిదాకాశమయో౽స్మ్యహమ్॥

సత్ - ఉనికి ('నేను ఉన్నాను కదా' అనబడు) కేవల **సత్త్వరూపుడను!** పరిశుద్ధ చిదాకాశమయుడను. 'నేను అనుకొనుటకు మునుముందే ఉన్న **అహమహమ్ స్వరూపుడను.** ఏదీ లేనప్పటికీ నేను ఉండియే ఉంటాను కాబట్టి సర్వహీనస్వరూపుడను. చిదాకాశమయుడను.

---

04. కేవలం తుర్యరూపో౽స్మి
తుర్యాతీతో౽స్మి కేవలః।
సదా చైతన్య రూపో౽స్మి,
చిదానందమయో ౽స్మ్యహమ్॥

జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు నావైయున్న **కేవల తుర్య (4వ) రూపుడను.** నా తుర్యమునకు నేను సాక్షిని కనుక కేవల **తుర్యాతీతుడను** కూడా! జాగృత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు నాయొక్క చైతన్య ప్రదర్శనములే కాబట్టి,.... **సదా చైతన్యరూపుడను.** సర్వమునకు నాయొక్క ఎరుకయే మూలపదార్థము కనుక **చిదానందమయుడను.**

---

05. కేవలాకార రూపో౽స్మి।
శుద్ధరూపో౽స్మ్యహగ్ం సదా।
కేవలం జ్ఞాన రూపో౽స్మి।
కేవలం ప్రియమస్మ్యహమ్॥

- నేను పదార్థములకు - శరీరములకు, మనో - బుద్ధులకు వేఱైనట్టి 'ఆత్మ' అనబడు కేవలాకారరూపుడను. శుద్ధ పరబ్రహ్మ పరాత్పరుడను! 'తెలియబడటము'నకు మునుముందే ఉన్న - **కేవల జ్ఞానరూపుడను.** ప్రియమైన వస్తువులకు మునుముందే గల **కేవల ప్రియస్వరూపుడను.**

---

06. నిర్వికల్ప స్వరూపో౽స్మి।
నిరీహో౽స్మి నిరామయః।
సదానంద స్వరూపో౽స్మి।
నిర్వికారో౽హమవ్యయః॥

సంకల్పించుటకు మునుముందే ఉన్నట్టి **నిర్వికల్ప స్వరూపుడను.** కల్పనలన్నీ నానుండే! నాచేతనే! కలంతా తనదే అయినవాడు కలలోని కొన్ని వస్తువులను కోరుకోవటం, మరికొన్ని వదలాలనుకోవటం ఉండదు కదా! అట్లాగే నేను **నిరీహస్వరూపుడను.** (నిర్-ఈహ =కోరికలు లేనివాడను). బంగారముతో ఆభరణము చేస్తున్నప్పటికీ బంగారములో ఆభరణత్వము లేదు కదా! అట్లాగే నేను **విషయరహితుడను. నిరామయుడను.**

07. **సదైక రస రూపోఽస్మి। సదా చిన్మాత్రవిగ్రహః। అపరిచ్ఛిన్న రూపోఽస్మి, హి అనంతానంద రూపవాన్॥**	సర్వదా సత్ స్వరూపుడను. నాయొక్క ఉనికిచే నేనే ఆనందించు **స్వ-సదానంద స్వరూపుడను.** ఎల్లప్పుడు **కేవల చిత్** (ఎరుగుటకు ముందేగల ఎరుక) **- స్వరూపుడను. చిన్మాత్రవిగ్రహుడను. మార్పు చేర్పులు లేనివాడను కాబట్టి అవ్యయుడను. నిర్వికారుడను.** కలలో పదిమంది కనిపిస్తూ ఉండగా, ఆ కల తనదైనట్టివాడు పది రూపములుగా అగుచున్నాడా? నాటక రచయిత నాటకములోని అనేక పాత్రలుగా విభాగమగుటలేదుకదా! అట్లాగే నేను **అపరిచ్ఛిన్నరూపుడను.** నా ఆనందమే అనంతరూపములను దాల్చుచున్నది. అందుచేత **అనంతానంద రూపుడను. (నాటక పాత్రలలోని పరస్పర సంబంధములు రచయితను అంటనివిధంగా నేను నిర్వికారుడను).**
08. **సత్ పరానంద రూపోఽస్మి, చిత్ పరానందమస్మ్యహమ్। అంతరాంతర రూపోఽహమ్, అవాక్ మానస గోచరః॥**	సత్తు - పరము - ఆనందము అగు **సత్ పరానంద రూపుడను.** అట్లాగే ఎరుకచే **చిత్ పరానంద రూపుడను.** అంతరమునకు కూడా అంతరమైన రూపమును. వాక్కు - మనస్సులకు గోచరము కానివాడను. అగోచరుడను.
09. **ఆత్మానంద స్వరూపోహగ్ం। సత్యానందోఽస్మ్యహగ్ం సదా। ఆత్మారామ స్వరూపోఽస్మి, హి అహమ్ ఆత్మా సదా శివః॥**	ఆత్మానందస్వరూపుడను, ఎల్లప్పుడు సత్యానంద స్వరూపుడను ఈ జగత్తంతా ఆత్మయే. కనుక ఆత్మయందు రమించు **ఆత్మానంద** స్వరూపుడను. ఎరిగినప్పుడు - ఎరుగనప్పుడు కూడా నేను సదాశివుడనే! ఆత్మారామ స్వరూపుడను. నేనే ఆత్మను!
10. **ఆత్మప్రకాశ రూపోఽస్మి, హి ఆత్మజ్యోతీ రసోఽస్మ్యహమ్। ఆది మధ్య అంత హీనోఽస్మి, హి ఆకాశ సదృశోఽస్మ్యహమ్॥**	సర్వమును ఆత్మయే ప్రకాశింపజేయుచుండగా, నేను ఆత్మ ప్రకాశరూపుడను. ఒకే అగ్ని తేజస్సు అన్ని దీపములుగా ప్రకాశమానమగు తీరుగా, **ఆత్మజ్యోతి రసస్వరూపుడను** అయి - సర్వజీవులుగా వెలుగొందుచున్నాను. నాకు ఆది - మధ్య - అంతములు లేవు. ఆకాశమువలే మొదలు - మధ్య - చివరలు లేని **నిర్వికారుడను.** సమస్తము నానుండే బయల్వెడలుచున్నప్పటికీ **వస్తురహితుడను.**
11. **నిత్యశుద్ధ చిదానంద సత్తామాత్రోఽహమ్ అవ్యయః। నిత్యబుద్ధ విశుద్ధైక సత్ చిత్ ఆనందమస్మి అహమ్॥**	ఈశ్వరుడు - జీవుడు - జగత్తు ఎద్దాని నుండి బయల్వెడలి, ఎద్దానిలో ప్రదర్శనమగుచూ, ఎద్దానియందు లయమగుచున్నాయో అట్టి నిత్య **శుద్ధ - చిదానంద (ఎరుక అను అనుభూతి లక్షణముగా గల) - సత్తామాత్ర (ఉనికి స్వభావముగా గల)** అవ్యయస్వరూపుడను. బుద్ధి (Intelectual) అను **నిత్యబుద్ధ స్వరూపుడను.** విశుద్ధుడను. (దోషములు అంట జాలనివాడను) . అందరిలోని బుద్ధి... అను ఏకస్వరూపుడను. సత్ (ఉనికి) - చిత్ (ఎరుక) - ఆనంద (అనుభూతి)... అను కేవలీలక్షణ ప్రదర్శకుడను.
12. **నిత్య శేష స్వరూపోఽస్మి, సర్వాతీతోఽస్మ్యహగ్ం సదా। రూపాతీత స్వరూపోఽస్మి పరమాకాశ విగ్రహః॥**	నిత్యమైనట్టిది; జాగ్రత్ అంతర్గత - స్వప్నాంతర్గత - సుషుప్తి అంతర్గత సర్వ విశేషాలు లయించిపోయినప్పటికీ, అప్పటికీ శేషించుచున్నట్టిది; సర్వమునకు అతీతమైయున్నట్టిది - అగు **స్వస్వరూపుడను.** నా స్వరూపము రూపరహితము. కదిలే - శరీరమునకు, ఆలోచనలకు రూపమున్నదేమో గాని... కదిలించే దేహికి ఆలోచించేవానికి రూపమెక్కడిది? **పరమాకాశమే నా సహజ స్వరూపము. పరమాకాశ విగ్రహుడను.**
13. **భూమానన్ద స్వరూపోఽస్మి। భాషా హీనోఽస్మ్యహగ్ం సదా। సర్వాధిష్ఠాన రూపోఽస్మి। సర్వదా చిద్ఘనోఽస్మ్యహమ్॥**	ఆత్యంతికమగు **భూమానంద స్వరూపుడనై** ఉన్నాను. అట్టి నా భూమానంద స్వరూపము ఎవ్వరూ భాషించలేరు కాబట్టి **ఎల్లప్పుడు భాషాహీన స్వరూపుడను.** సర్వ ఆభరణములను బంగారమే అధిష్ఠించియున్న తీరుగా సర్వ దేహములలో దేహులుగా అధిష్ఠించి ఉన్నవాడను. సర్వకాల - సర్వ అవస్థలలోనూ ఘనీభూతమైన చిత్ స్వరూపుడను. **సర్వదా చిత్ ఘనరూపుడను.**

14. దేహ భావ విహీనోఽస్మి।
చింతా హీనోఽస్మి సర్వదా।
చిత్తవృత్తి విహీనోఽహం।
చిదాత్మైక రసోఽస్మ్యహమ్॥

దేహముతో కనిపిస్తూనే దేహమునకు అతీతమగు **"కేవల దేహీ స్వరూపుడను"**. భావనలకు - చింతనలకు మునుముందే ఉన్నవాడను - నేనుంటే అవన్నీ ఉంటాయి. అవి లేకపోయినా కూడా నేనుంటాను. అందుచేత **దేహభావ విహీనుడను. చింతాహీనుడను.** చిత్తవృత్తులు నానుండి బయల్వెడలుచుండవచ్చుగాక! వాటికి అతీతమగువాడను. చిత్తవృత్తి విహీనుడను. **చిత్‌ఆత్మ - ఏక రస స్వరూపుడను.**

---

15. సర్వ దృశ్య విహీనోఽహమ్।
'దృక్' రూపోఽస్మి అహమేవ హి।
సర్వదా పూర్ణ రూపోఽస్మి।
నిత్యతృప్తోఽస్మ్యహగ్ం సదా॥

ద్రష్ట ఇంద్రియ దృశ్యములను ఆస్వాదిస్తూ ఉండగా, **ఆ ద్రష్టయే నాకు దృశ్య వస్తువు** అగుచున్నాడు. సర్వ దేహములలోని ద్రష్టత్వమునకు అతీతమైయున్న సర్వ దృశ్య రహిత - **దృక్ స్వరూపుడను.** అంతేగాని దృశ్యములో విభాగము కాదు.

నేను స్వతఃగానే పూర్ణుడను. అంతేగానీ, మరింకొకటేదోవచ్చి, అప్పుడు పూర్ణుడను కాబోవటము లేదు. ఆత్మగా జీవాత్మ - జగత్తులు నా అంతర్గత కల్పితములు. మరింకొకటేదీ నాకూ లభించవలసిన ఆవశ్యకత నాకులేదు. నాకు నేనే నా ఆత్మతత్త్వము చేత నిత్యతృప్తుడనై ఉన్నాను.

---

16. అహం బ్రహ్మైవ సర్వగ్ం స్యాత్।
అహం చైతన్యమేవ హి।
అహమేవ అహమేవాఽస్మి।
భూమాకాశ స్వరూపవాన్॥

ఇదంతా నాకు నేనుగా వినోదము కొరకై నేనే సృష్టించుకొనుచున్నవాడను. కనుక బ్రహ్మను. సర్వదేహములలోని **"కదలు్ప శక్తి "** అగు చైతన్య స్వరూపుడను. సర్వ దేహములలో 'నేను'గా ఉన్నది నేనే! నేనే ఇదంతా అయినట్టి భూమాకాశ స్వరూపుడను. ఏది సర్వత్రా సర్వదా వెలయుచు, ఈ కనబడేదంతా 'తానే' అయి ఉన్నదో, అట్టి బ్రహ్మమే నేను.

---

17. అహమేవ మహాన్ ఆత్మా హి।
అహమేవ పరాత్పరః।
అహమ్ అన్యవత్ ఆభామి హి।
అహమేవ శరీరవత్॥

కథలోని పాత్రల స్వభావాలన్నీ ఆ కథా రచయిత కల్పనలే అయి ఉన్న తీరుగా, **సర్వదేహులలో ఆత్మగా ప్రకాశించుటచే మహాన్ ఆత్మ స్వరూపుడను.** ఈ జీవునికి ఇహ - పరస్వరూపములకు పరమైనట్టి మహాన్ ఆత్ముడనుకాబట్టి పరాత్‌పరుడను.

పరాత్ పరుడునగు నేను - నాకు నేనే జీవాత్మ అయి, "నేను వేరుగా ఉన్నట్లుగా" ఆస్వాదిస్తున్న వాడను. శరీరి - శరీరములు నాకు వేరైనట్లు నేనే వాటియందు ప్రతిబింబిస్తున్నాను.

---

18. అహగ్ం శిష్యవత్ ఆభామి హి
అహం లోకత్రయాశ్రయః।
అహం కాలత్రయాతీత
అహం వేదైః ఉపాసితః॥

నాకు నేనే సర్వదా కేవలాత్మ స్వరూపుడనై ఉండి, నా గురించి (ఆత్మ గురించి) నేనే విద్యార్థిని అగుచున్నాను. శిష్యునివలె కూడా ఆభాసిస్తున్నాను. ఈ భూ - భువర్ - సువర్ లోకములు ఆశ్రయించి ఉన్నది మమాత్మనే! నన్నే!

ఆత్మనై సర్వదా యథాతథుడను. అందుచేత భూత - వర్తమాన - భవిష్యత్ కాలములకు అతీతుడను. వేదములన్నీ ఉపాసిస్తున్నది, అభివర్ణిస్తున్నది, నిర్వచిస్తున్నదీ నా ఆత్మ స్వరూపమునే! నన్నే? లోకాలు, కాలము, తెలియబడే సమస్తము నన్ను ఆశ్రయించినవై ఉన్నాయి.

---

19. అహగ్ం శాస్త్రేణ నిర్ణీతః।
అహం చిత్తే వ్యవస్థితః।
మత్ త్యక్తం నాస్తి కించిద్వా,
మత్ త్యక్తం పృథివీ చ వా(న)॥

వేద - పురాణ - ఇతిహాస శాస్త్రములు నన్నే అభివర్ణిస్తూ ఎలుగెత్తి గానం చేస్తున్నాయి. 'చిత్తము' అనునది నాయందే వ్యవస్థితమై ఉన్నది. నన్ను ఏదీ కించిత్ కూడా వదలి ఉండటములేదు. ఈ పృథివి నన్ను ఆశ్రయించియే వ్యక్తీకరణమౌతోంది. సమస్తము సర్వదా నన్ను ఆశ్రయించినవై ఉన్నాయి. (అంతేకాని, నేను వాటిని ఆశ్రయించి లేను).

---

20. మయా అతిరిక్తం యత్‌యత్ వా,
'తత్ తత్ నాస్తి' ఇతి నిశ్చిను।
అహం బ్రహ్మాస్మి। సిద్ధోఽస్మి।
నిత్యశుద్ధోఽస్మి అహగ్ం సదా॥

నన్ను అధిగమించి ఏదీ లేదు. అధిగమించి ఏమైనా ఉంటే అది స్వతఃగా లేనిదే! ఎందుకంటే, అంతటా సర్వదా నేనే ఉన్నాను. నేను బ్రహ్మమును. సర్వమును సిద్ధింపజేయువాడను. ఎల్లప్పుడు నిత్యశుద్ధుడను. దృశ్య - దేహ - మనో - చిత్త - బుద్ధి - అహంకారముల దోషములచే కించిత్ కూడా స్పృశించబడనివాడను. దృశ్య మనో చిత్త అహంకారములతో సహా సమస్తము నాచే సిద్ధింపజేయబడుచున్నాయి.

21. నిర్గుణః కేవలాత్మాఽస్మి నిరాకారోఽస్మ్యహం సదా। కేవలం బ్రహ్మమాత్రోఽస్మి హి అజరోఽస్మి। అమరోఽస్మ్యహమ్॥	త్రిగుణములు నన్ను ఆశ్రయించి ఉన్నాయి. వాటికి ఆవల నిర్గుణుడను. కేవలాత్మ స్వరూపుడను. దేహమునకు ఆకారముండవచ్చుగాక! దేహికి ఆకారము ఎక్కడిది? నేను ఆత్మగా సర్వదా నిర్వికారుడను. ఆకార రహితుడను. కేవల పరబ్రహ్మస్వరూపుడను. దేహ ధర్మములైనట్టి బాల్య-యౌవన-వార్ధక్యములు లేనివాడను. పాంచభౌతిక దేహము నన్ను ఆశ్రయించినదై ఉన్నది. అంతేగాని దేహము నాకు ఆధారము కాదు. **నిరాధారుడను. అజరుడను. మరణధర్మము లేనివాడను. అమరుడను.**
22. స్వయమేవ స్వయం భామి। స్వయమేవ సదాత్మకః। స్వయమేవ ఆత్మని స్వస్థం। స్వయమేవ పరాగతిః॥	నన్ను మరొకటేదీ భాసింపచేయటములేదు. **స్వయం ప్రకాశకుడను.** నన్ను నేనే ప్రభవింపజేయువాడను, ప్రకటించువాడను, ప్రదర్శించువాడను, ప్రకాశస్వరూపుడను కూడా! నాకు నేనే సర్వదా జీవాత్మ-ఈశ్వరాత్మలతో కూడిన సదాత్ముడను. (సత్ - అనునది మరొకరెవ్వరో నాకు ఇచ్చుచున్నది కాదు). నాకు నేనుగా ఆత్మయందు ఆత్మగా స్వస్థుడను. నేనే సర్వమునకు **పరాగతిని.**
23. స్వయమేవ స్వయం భుంక్తే। స్వయమేవ స్వయగ్ం రమే। స్వయమేవ స్వయం జ్యోతిః। స్వయమేవ స్వయమ్ మహః॥	నాకై నేనే స్వయముగా జీవాత్మ - జగదనుభవములను కల్పించుకొని ఆస్వాదించుచున్నాను. నాయందు నేనే జీవాత్మనై లోకములను కల్పించుకొని, తదితర జీవాత్మలు నేనే అయి, **వాటియందు (స్వప్న సదృశంగా) రమించుచున్నాను.** జీవాత్మ - పరమాత్మలు నేనే! వాటిని నాకు నేనే వెలిగించుకొనుచున్న స్వయం జ్యోతి స్వరూపుడను. స్వయముగా నాకు నేనే సర్వాంతర్యామిని. అందుచేత **మహత్ స్వరూపుడను. (స్వప్నంలో కనిపించేవాటన్నిటికీ స్వప్న ద్రష్టయే కారణము, అంతర్యామి కదా!)**
24. స్వస్యాత్మని స్వయగ్ం రంస్యే। స్వాత్మన్యేవ విలోకయే। స్వాత్మన్యేవ సుఖాసీనః। స్వాత్మ మాత్రావశేషకః॥	నా ఆత్మయందు నేను కల్పించుకొన్న '14 లోకములు' అనే మైదానము నందు నేనే క్రీడించుచున్నాను. నా ఆత్మను నేనే లోక - లోక విషయముల రూపమున మౌనంగా చూస్తూ ఉన్నాను. సర్వదా స్వాత్మయందు నేను సుఖాశీనుడనై ఉన్నాను. సర్వదా ఆత్మగా శేషించుచున్నవాడను.
25. స్వచైతన్యే స్వయగ్ం స్థాస్యే స్వాత్మ రాజ్యే సుఖే రమే। స్వాత్మసింహాసనే స్థిత్వా స్వాత్మనో అన్యత్ న చింతయే॥	స్వచైతన్యమునందు స్వయముగా సంస్థాపించుకొనుచున్నవాడనై స్వాత్మరాజ్యమునందు సుఖపూర్వకంగా రమించుచున్నాను. 'స్వాత్మ' అనే సింహాసనముపై అధిష్ఠితుడనై... ఇక స్వాత్మకు అన్యమైనది చింతన చేయుటము లేదు. స్వాత్మయందే చింతన కలిగి ఉన్నాను. రాజసింహాసనముపై అధిష్ఠించిన రాజాధిరాజు 'నేను ద్వారపాలకుడి పనులు చేయాలి కదా' అని అనుకోడు కదా! దృశ్యమంతా నా చింతన స్వరూపమే! (What ever being seen is in my own thought - presentation / visualization)
26. చిద్రూపమాత్రం బ్రహ్మైవ సత్-చిత్-ఆనందమ్ అద్వయమ్। ఆనంద ఘన ఏవ అహమ్, అహమ్ బ్రహ్మాస్మి కేవలమ్॥	నేను దేహమునా? కాదు. జీవుడనా? కాదు. చిద్రూపమాత్ర (కేవల ఎరుకరూప) పరబ్రహ్మమును! ద్వితీయమనునదే లేనట్టి సత్ - చిత్ ఆనంద స్వరూపుడను. ఘనీభూత ఆనందస్వరూపుడను. నేను **కేవలము బ్రహ్మమునే!**
27. సర్వదా సర్వ శూన్యోఽహగ్ం సర్వాత్మానందవాన్ అహమ్। నిత్యానంద స్వరూపోఽహమ్ ఆత్మాకాశోఽస్మి నిత్యదా॥	నాయందు జగత్తులు లేవు. సహజీవులు లేరు. లోకాలులేవు. కలలో చూచినదంతా వాస్తవానికి శూన్యమే కదా! నేను శూన్యమాత్ర స్వరూపుడనే! నాకు భిన్నము అయినదేదీ లేదు. నేను జీవాత్మను కాదు. సర్వాత్మకుడను. సర్వాత్మానంద విగ్రహుడను. నిత్యానంద స్వరూపుడను. ఆత్మాకాశ స్వరూప - అనునిత్యుడను.

28. అహమేవ హృదాకాశే చిదాదిత్య స్వరూపవాన్। ఆత్మన్ ఆత్మని తృప్తోఽ స్మి, హి అరూపోఽ స్మి అహం అవ్యయః॥	హృదయాకాశములో చిదాదిత్యుడనై (చిత్ అనబడు సూర్యుడను అయి) వెలుగుచున్నది నేనే! ఆత్మచేత ఆత్మగా సదా సంతృప్తుడనై ఉన్నాను! అవ్యయుడను! నామ రూప రహితుడను. సర్వ రూపములు నావే అయి ఉండగా, ఇక నాది ఏ రూపము? సర్వత్రా నా రూపమే కాబట్టి నేను రూపరహితుడను!
29. ఏకసంఖ్యా విహీనోఽ స్మి నిత్యముక్త స్వరూపవాన్। ఆకాశాత్ అపి సూక్ష్మోఽ హమ్ ఆద్యంత (ఆది-అంత) అభావవాన్ అహమ్।	నాకు అనేక సంఖ్యా లేదు! ఏకసంఖ్య లేనివాడను! ఒకటి ఉంటే సంఖ్యలన్నీ ఉన్నట్లే. కానీ 'లేదు' ('0'స్వరూపుడను). జీవాత్మకు ముక్తి లేదు. పరమాత్మకు బంధమూ లేదు. "జీవాత్మ" - నా భావన మాత్రమే. పరమాత్మ స్వరూపుడను కాబట్టి - **నిత్యముక్త స్వరూపుడను.** ఆకాశము కంటే కూడా అత్యంత సూక్ష్ముడను, నాకు ఆది లేదు. అంతము లేదు. ఆది - అంతము లేనివాడికి మధ్య ఎక్కడున్నది?
30. సర్వప్రకాశ రూపోఽ హమ్ పరాపర సుఖోఽ స్మ్యహమ్ సత్తామాత్ర స్వరూపోఽ హమ్ శుద్ధ మోక్ష స్వరూపవాన్॥	సర్వమును ప్రకాశింపజేయువాడను. నేను ప్రకాశింపజేయుటచేతనే 'తెలియబడుట' అనునది సిద్ధిస్తోంది. ఇహ - పర (పరాపర) సుఖ స్వరూపుడనై ఉన్నాను. ఆ రెండూ నా సుఖ స్వరూపములే! కేవల సత్తామాత్ర స్వరూపుడను. నా ఉనికి యొక్క ప్రసరణయే ఈ సర్వ లోకముల ఉనికి. నా ఇహస్వరూపము నాకు నాయొక్క ప్రతిబింబము వంటిది. కనుక నా ఇహ స్వరూపమునకు బంధములేదు. పరస్వరూపము గా ఇహమంతా నా కల్పనయే. నా పరస్వరూపమునకు ఇహముచే బంధము కలుగజాలదు. కనుక సర్వదా శుద్ధ మోక్ష స్వరూపుడను.
31. సత్యానంద స్వరూపోఽ హమ్ జ్ఞానానంద ఘనోఽ స్మ్యహమ్ విజ్ఞానమాత్ర రూపోఽ హగ్ం సచ్చిదానంద (సత్-చిత్-ఆనంద) లక్షణః॥	సత్యానంద స్వరూపుడను. జ్ఞానానంద ఘనుడను. విజ్ఞానమాత్ర రూపుడను. సత్-చిత్-ఆనంద లక్షణుడను. ఘనీభూతమైనట్టి కేవలసత్, కేవలచిత్ (జ్ఞాన), కేవలానంద, కేవల విజ్ఞాన స్వరూపుడను.
32. బ్రహ్మమాత్ర మిదగ్ం సర్వం। బ్రహ్మణో అన్యత్ న కించన। తదేవాహగ్ం (తత్ ఏవ అహగ్ం) సదానందం, బ్రహ్మైవాహగ్ం (బ్రహ్మైవ అహగ్ం) సనాతనమ్।	ఓ షణ్ముఖా! ఇదంతా కూడా బ్రహ్మమే అయి ఉన్నదయ్యా! బ్రహ్మమునకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ కించిత్ కూడా లేదు! లేదు! ఈ జగత్తుగా కనిపించేదంతా సనాతనము (జగత్తుకు ముందే ఉన్నది) అగు **సదానంద పరబ్రహ్మమే!** సదానంద-సనాతన సకలాధారమగు బ్రహ్మమే నేను.
33. 'త్వమ్' ఇత్యేతత్, 'తత్' ఇత్యేతత్, మత్తో అన్యో నాస్తి కించన। చిత్ చైతన్య స్వరూపోఽ హమ్, అహమేవ పరశ్శివః॥	నీవు నేనే అయి ఉన్నావు. నేను నీవే అయి ఉన్నాను. త్వమ్-అహమ్ అనునవి అఖండ తత్ స్వరూపమే! నేనే బ్రహ్మమును. కాబట్టి నాకు వేరైనది ఎక్కడా ఏదీ లేదు. చిత్ చైతన్య స్వరూపుడను. **పరశ్శివుడను నేనే! ఇహజ్జీవుడను నేనే!** మనమంతా ఏక అఖండ ఆత్మానంద స్వరూపులము.
34. అతిభావ స్వరూపోఽ హమ్ అహమేవ సుఖాత్మకః। సాక్ష్యవస్తు విహీనత్వాత్ సాక్షిత్వం నాస్తి మే సదా॥	భావములకు మునుముందటి స్వరూపమును. భావనారాయణుడను. నా నుండి భావాలు వస్తున్నాయి కనుక ముందే ఉన్నాను. జగత్తు కన్నా ముందే ఉన్నవాడిని. సుఖాత్మక స్వరూపుడను. వస్తు రహితమగు సాక్షాత్ స్వరూపుడును. నేను కేవలుడను అవటం చేత దేనికీ నాకు సాక్షిత్వము లేదు. అనగా సర్వమునకు నేను సాక్షినై ఉండగా, నన్ను సాక్షిగా చూస్తున్నది మరొక్కటేదీ లేదు. నేను దేనికీ సాక్షినీ కాదు.
కేవలమ్ బ్రహ్మోహమస్మి 35. కేవలం బ్రహ్మ మాత్రత్వాత్ అహమాత్మా సనాతనః।	**నేను కేవల పరబ్రహ్మమును.** 'కేవల బ్రహ్మము'యే నాయొక్క సహజ - నిత్యస్వరూపము. దేహముల కంటే, భావముల కంటే, ఎరుగట కంటే, అనుభూతుల (Feelings) కంటే, ద్వితీయమైన సర్వము కంటే మునుముందే ఉన్న స్వరూపమును

అహమేవ ఆదిశేషోఽ హమ్।
అహగ్ం శేషో అహమేవ హి॥

'బ్రహ్మము' అని అంటున్నారు. అందుచేత నేను సనాతనమగు బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాను. ద్వితీయమై దృశ్య-దేహ-మనో-బుద్ధి-చిత్త- అహంకారాలు మొ॥వి ప్రక్కన పెడుతూపోతే, చివ్వరికి శేషించే ఆదిశేషుడను! నేనుకు కూడా నేనైన వాడను. ఆవల శేషించి ఉన్నట్టివాడను.

---

36. నామరూప విముక్తోఽ హమ్
అహమ్ ఆనంద విగ్రహః।
ఇంద్రియాభావరూపోఽ హగ్ం
సర్వ భావ స్వరూపకః॥

నామ-రూపములు ఈ పాంచ భౌతిక ప్రపంచమగు లోకములకు సంబంధించినవి. నేనో? ఈ జగత్ దృశ్య సమస్తము ఎద్దానిలో ఉన్నదో, అట్టి ఆత్మ స్వరూపుడను. అట్టి ఆత్మ పరబ్రహ్మ స్వరూపుడనగు నాకు నామరూపముల పరిమితత్వమే లేదు. అందుచేత మూర్తీభవించిన ఆనందమును. ఇంద్రియములను ఆభావించనప్పుడు కూడా అమూర్తి రూపుడనై, అభావ స్వరూపుడనై ఉన్నాను. ఇది ఇట్లా ఉండగా... సర్వ భావములను స్వరూపముగా కలవాడిని. భావములకు స్వరూప ప్రదాతను కూడా.

---

37. బంధ – ముక్తి విహీనోఽ హగ్ం
శాశ్వతానంద విగ్రహః।
ఆది చైతన్య మాత్రోఽ హమ్
అఖండైక రసోఽ స్మ్యహమ్॥

సందర్భ సత్యమగు జీవాత్మ - జగత్తులు జలంలోని ప్రతిబింబ సూర్యుని వంటివి. సహజము-అప్రమేయము అగు ఆత్మను అగుటచే, **నాకు బంధమే లేదు. బంధము లేదు కనుక 'ముక్తి' కూడా లేదు.** బంధముక్తులు లేని కారణంగా కేవలానందరూపుడను. శాశ్వతానంద విగ్రహుడను.

సర్వము కల్పనయే! నేనే లీలగా కల్పించువాడను. నా చైతన్య (Active) స్వరూపము నుండే 'లోకములు - దృశ్యములు' అను కల్పన బయల్వెడలు తోంది. కనుక ఆదిచైతన్య మాత్రుడను. అఖండ - ఏక రసస్వరూపుడను.

---

38. వాక్ మనో (అ)గోచరశ్చ అహగ్ం।
సర్వత్ర సుఖవాన్ అహమ్।
సర్వత్ర పూర్ణరూపోఽ హం।
భూమానంద మయోఽ స్మ్యహమ్॥

ఎందుకు కల్పనను కలిగి ఉన్నాను? ఎందుకు కల్పనను నిర్వర్తిస్తున్నాను? అదంతా నా వినోదము మాత్రమే! అందుచేత - వాక్కుకు, మనస్సుకు గోచరమయ్యేదంతా నా కల్పనయే కాబట్టి - నేనే అయి ఉన్నాను. కానీ, వాక్ మనస్సులకు గోచరము కానట్టి ఆత్మను.
అంతా నా సుఖస్వరూపమే! సర్వత్రా సర్వముగా పూర్ణుడనై ప్రదర్శన స్వరూపుడను. భూమానందమయుడను.

---

39. సర్వత్ర తృప్తి రూపోఽ హం।
పరామృత రసోఽ స్మ్యహమ్।
ఏకమేవాద్వితీయగ్ం
సత్ బ్రహ్మైవాఽ హమ్। న సంశయః॥

సర్వమునకు పరమైన ఆవల అయి ఉన్న అమృత రసస్వరూపుడను! సర్వత్రా తృప్తి రూపుడనై వెలయుచున్నవాడను!

ఏకము - అద్వితీయము అగు సత్ బ్రహ్మమే స్వరూపముగా కలవాడను. ఏకమేవా ద్వితీయ **సత్ బ్రహ్మమే నేను!**

---

40. సర్వశూన్య స్వరూపోఽ హగ్ం
సకలాగమ గోచరః।
ముక్తోఽ హం। మోక్షరూపోఽ హం।
నిర్వాణ సుఖ రూపవాన్॥

ఈ జగత్ దృశ్యమంతా నేనే ఆత్మగా పరిపూర్ణుడనై ఉండటంచేత, ఇదంతా నా స్వరూపమే! కానీ, నాలో 'జగత్తులు' అనబడే కల్పన ఏదీ మొదలే లేదు. బంగారు ఆభరణమంతా బంగారమే అయినప్పటికీ బంగారము నందు ఆభరణము ఉన్నట్లా? దర్పణంలో దృశ్యము కనబడినంత మాత్రం చేత దృశ్యవస్తువులు ఉన్నట్లా? కాదు కదా! కనుక సర్వశూన్య స్వరూపుడను. సకల వేదములలో కనిపించే వేదపురుషుడును. ముక్తుడను. మోక్ష స్వరూపుడను. నిర్వాణ సుఖ స్వరూపుడను.

---

41. సత్య విజ్ఞాన మాత్రోఽ హం।
సన్మాత్రానందవాన్ అహమ్।
తురీయాతీత రూపోఽ హం
నిర్వికల్ప స్వరూపవాన్॥

నేను దేహ - మనో - బుద్ధి - దృశ్య - చిత్త - అహంకారులు కాదు! అవి నా కల్పనలు! మరి నేనెవరు? **కేవల సత్, కేవల చిత్ , కేవల ఆనంద స్వరూపుడను.** అనగా సత్య విజ్ఞానమాత్రుడను. సత్ - మాత్ర ఆనందుడను. అహమ్ తత్। తత్ అహమ్।

జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులలో సంచారాలు చేస్తున్న తురీయుడనైనప్పటికీ, ఆ తురీయము (నాలుగవది)నకు కూడా కర్తను. సాక్షిని. కనుక **తురీయా తీతుడను.** సర్వ కల్పనల కర్తగా మునుముందే ఉన్నవాడిని కాబట్టి, **నిర్వికల్పుడను.**

42. సర్వదా హి 'అజ' రూపోఽ హమ్
నీరాగోఽ స్మి నిరంజనః।
అహగ్ం శుద్ధోఽ స్మి। బుద్ధోఽ స్మి।
నిత్యోఽ స్మి। విభురస్మ్యహమ్॥

దేహముతో పుట్టను. చావను. ఎందుకంటే దేహము నా 'కల్పనా కళ'లో ఒకానొక ఉపకరణము మాత్రమే! అసలు నాకు పుట్టుకయే లేదు. సర్వదా జన్మరహితుడను. జన్మలకు మునుముందే ఉన్నాను. నా కలలో కనిపించే కొన్ని వస్తువులపట్ల రాగమేముంటుంది? మరికొన్ని వస్తువుల పట్ల ద్వేషమేముంటుంది? కనుక నీరాగుడను. రాగరహితుడను. నిత్య నిర్మలుడను. నిత్యుడను. సర్వనియామక విభుడను.

---

43. 'ఓం' కారార్థ స్వరూపోఽ స్మి
నిష్కళంకమయో ఽ స్మ్యహమ్।
చిదాకార స్వరూపోఽ స్మి
నాఽ హమస్మి। న సోఽ స్మ్యహమ్॥

కలలో మురికిగుంటలోపడితే..కల తనదైనవాడికి ఆ మురికి అంటుతుందా? లేదు కదా! అట్లాగే నాకు లోకసంబంధమైన ఏ దోషములు అంటవు. కనుక నిత్యశుద్ధుడను. తెలియబడేదానికి మునుముందే ఉన్న కేవలబుద్ధి స్వరూపుడను! నేను నిత్యుడను! అనిత్యమైన వాటికి విభువును! నియామకుడును! సొంతదారుడను! 'ఓం' కారము యొక్క అర్థము ఏదై ఉన్నదో, ఆ అర్థమే నా స్వరూపము. కలలోని దోష వస్తువులు కల తనదైన వానిని అంటవు కదా? ఆ విధంగా **'నిత్య బుద్ధ - సర్వసాక్షి ఆత్మ'**నగు నన్ను ఏ దోషములు అంటవు. **నిష్కళంక రూపుడను.** సర్వదా **చిదాకారస్వరూపుడను.** నేను ఏదీ అవను. దేనికీ చెందినవాడను కాను. నేను నేనే! నేను ఏదీ అగుటలేదు. ఏదీ నేనుగా అగుటలేదు.

---

44. నహి కించిత్ స్వరూపోఽ స్మి
నిర్వ్యాపార స్వరూపవాన్।
నిరంశోఽ స్మి నిరాభాసో,
న మనో, నేంద్రియోఽ స్మ్యహమ్॥

బంగారు లోహమునకు స్వతఃగా, ఆకారములేదు. ఆభరణమునకు ఆకారము ఉన్నంత మాత్రంచేత బంగారమునకు ఆకారము ఉన్నట్లు కాదు. అట్లాగే నేను కించిత్ కూడా స్వరూపము కలిగిలేను. నాటక దీపమువలె నిష్క్రియుడను. నేనేమీ చేయటము లేదు. వ్యాపార - వ్యావహారరహితుడను. జీవాత్మ నా అంశయే అయి కూడా నేను అంశ రహితుడు. (ఒకడు కొడుకుగా - అల్లుడుగా అయి ఉండి కూడా అవేమీ తాను కాదు కదా). నేను మనస్సుగాని ఇంద్రియములుగాని అగుటలేదు.

---

45. న బుద్ధిః న వికల్పోఽ హమ్
న దేహాది త్రయోఽ స్మ్యహమ్।
న జాగ్రత్ స్వప్న రూపోఽ హమ్
న సుషుప్తి స్వరూపవాన్॥

బుద్ధి యొక్క వికల్పములు నేను కాదు. ఎందుకంటే, బుద్ధి ఎట్లా ఉన్నా నేను నేనుగానే ఉంటాను కదా! నాకు స్థూల-సూక్ష్మ-కారణ దేహములు ఏమీ లేవు. అవన్నీ-నా కలలోని (లేక) నేను నాకొరకై వ్రాస్తున్న కథలోని విశేషములవంటివి. నేను జాగ్రత్ స్వరూపుడను కాదు. స్వప్న స్వరూపుడను కాదు. సుషుప్తిరూపుడను కాదు. అవన్నీ నా స్వీయ కల్పనా సంచార ప్రదేశములే కానీ, నేను కాదు. అవి నా స్వరూపము కాదు. స్వభావము కాదు.

---

46. న తాపత్రయ రూపోఽ హమ్
న ఈషణాత్రయవాన్ అహమ్।
శ్రవణం నాస్తి మే సిద్ధేః
మననం చ చిదాత్మని॥

ఆధి భౌతిక - ఆధి దైవిక - ఆధి ఆత్మిక (తాపత్రయ) రూపుడను కాదు. దృశ్యము - మనస్సు - బుద్ధిలలో ఉండే ఈషణములు (కోరికలు) నా రూపము కాదు. 'వినిన తరువాత సిద్ధి పొందుతాను' అనునది గాని, 'మననము చేత అప్పుడు చిదాత్మను' అనునదేదీ నాకు లేదు. ఎందుకంటే **నేను ఎల్లప్పుడు సిద్ధించియే ఉన్న చిదాత్మనే!**

---

47. సజాతీయం న మే కించిత్
విజాతీయం న మే క్వచిత్।
స్వగతం చ న మే కించిత్
న మే దేహత్రయం క్వచిత్॥

నాకు చెందినది గానీ, నాకు చెందనిది గాని ఏదీ లేదు. అంతా నేనే! నేను ఏదీ కాదు. అందుచేత నాకు **'సజాతీయము'** అయిగానీ, **'విజాతీయము'** అయిగానీ ఏదీ లేదు. నాయందు వ్యక్తిగతమై కూడా, స్వగతమై కూడా ఏదీ లేదు. నాకు కించిత్ కూడా స్థూల - సూక్ష్మ - కారణదేహాలు (దేహత్రయము) లేవు.

మమాతిరక్తమ్ అసత్తేవ (అసతోమా సద్గమయ)	నాకు వేరైనదంతా అసత్తే - లేనిదే. (అసతోమా సద్గమయ)
48. అసత్యగ్ం హి మనో రూపమ్। అసత్యం బుద్ధి రూపకమ్। అహంకారమ్ అసత్, 'ధీ' ఇతి, నిత్యోఽహగ్ం, శాశ్వతో హి అజః॥	ఈ కనబడేదంతా నాటకంలోని సంఘటనలవలే, స్వప్నంలోని వస్తు జాలము వలే, కథలోని కోటీశ్వరునివలే స్వతఃగా అసత్యము! సందర్భోచితమై మాత్రమే 'ఉన్నది' అగుచున్నది! ఆ విధంగా మనోరూపమై, బుద్ధి రూపమై - ఊహలోని వస్తు ఆకారము వలే ఇదంతా అసత్యము! అహంకారము కూడా అసత్యమని స్వతఃగా ఉన్నది కాదని బుద్ధితో గమనించబడుచున్నది. **బుద్ధికి ఆవల సాక్షిగా, జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులకు ఆవలగా ఉన్న** 'నేను' మాత్రమే నిత్యుడను. శాశ్వతుడను. మిగతావన్నీ కల్పనచే ఉంటాయి. కల్పన ఉపసంహరిస్తే - మొత్తం పోతాయి. నేనుంటేనే కల్పన!
49. దేహత్రయమ్ అసత్ విద్ధి। కాలత్రయమ్ అసత్ సదా। గుణత్రయమ్ అసత్ విద్ధి హి, అహగ్ం సత్యాత్మకః శుచిః॥	స్థూల - సూక్ష్మ - కారణ దేహములు (దేహత్రయము), భూత - వర్తమాన - భవిష్యత్ దశలతో కూడిన కాలము... **ఈ రెండూ అసత్తే!** సత్వ - రజ - తమో త్రిగుణములు కూడా **స్వతఃగా లేవు.** నాటకీయత వంటి కల్పన ఉంటే అవి ఉంటాయి. కనుక స్వతఃగా అసత్తే! మరి 'సత్తు' ఏది! నేనే! నేనే సత్యాత్మకుడను! శుచిని!
50. శ్రుతగ్ం సర్వం అసత్ విద్ధి వేదగ్ం సర్వం అసత్ సదా। శాస్త్రగ్ం సర్వం అసత్ విద్ధి హి, అహగ్ం సత్యం చిదాత్మకః॥	వినబడేదంతా అసత్తే. **వినుచున్న నేనే సత్యమును.** తెలియబడుచున్న ఈ సర్వము అసత్తే! **తెలుసుకొనుచున్నవాడనగు నేను మాత్రమే సత్యమును!** శాస్త్రములు అన్నీ అసత్తే అయి ఉన్నాయి. అవన్నీ 'అనుభవము' నుండి ప్రావిర్భవిస్తున్నాయి. నేనో? **అనుభవిని! సత్యమగు చిదాత్మను. అనుభవము లేనప్పుడు కూడా ఉండి ఉన్నవాడను.**
51. మూర్తిత్రయమ్ అసత్ విద్ధి। సర్వ భూతమ్ అసత్ సదా। సర్వ తత్త్వమ్ అసత్ విద్ధి హి, అహం భూమా సదాశివః॥	మూర్తీభవించిన సృష్టి - స్థితి - లయములు, అద్దాని అధిదేవతలగు బ్రహ్మ - విష్ణు-మహేశ్వరులు...జగత్ కల్పనా దృష్టిచే అసత్తే! సృష్టించబడే సర్వ భూతజాలము కూడా అసత్తే! స్వతఃగా ఉనికి లేదు. **'అది నీవు'** సంబంధించిన **శాస్త్ర వివరణలు కూడా అసత్తే!** సర్వము కంటే భూమరూపుడను! సదాశివుడను! **నేనే అవన్నీ అగుచు, వేరై ఉంటూ, పరమ సత్యమును అయి ఉన్నాను.**
52. గురు శిష్యమ్ అసత్ విద్ధి। గురోః మంత్రం అసత్ తతః। యత్ దృశ్యం తత్ అసత్ విద్ధి। న మాం విద్ధి తథా విధమ్॥	గురువు - శిష్యుడు అనునది అసత్తేనని గమనించు. ఆ ఇరువురి మధ్య సంభాషణ వస్తువగు ఆత్మయే సత్యము. గురువు సూచిస్తున్న మంత్రము - ప్రాణయామ విధులు మొదలైనవి కూడా అసత్తేనని ఎరుగుము. అవి ఉపాసించు **నేను** సత్యము అని గ్రహించు. ఏది కనులకు కనబడుతోందో, అది అసత్తేనని ఎరిగి ఉండు. 'నేను' - మాత్రమే నిత్య సత్తు - అని కూడా ఎరుగుము. చూచువాడు సత్యము! చూడబడునదంతా అసత్తే!
53. యత్ చిన్త్యమ్ తత్ అసత్ విద్ధి। యత్ న్యాయం తత్ అసత్ సదా। యద్ధితం తత్ అసత్ విద్ధి న మాం విద్ధి తథావిధమ్॥	ఓ షణ్ముఖా! ఏది చిత్తము (లేక) ఇష్టముగా కనిపిస్తోందో అదంతా అసత్తే! 'న్యాయము' [జగత్ - మనో - బుద్ధి - చిత్త అహంకార న్యాయము (లేక) వాటివాటి ధర్మములు]...అసత్తే. ఏది హితము - రుచి అని అనిపిస్తోందో అదంతా అసత్తే అని ఎరుగుము! 'ఆ చిత్తము - హితము ఎవ్వరిదో అట్టి 'నేను' అసత్తుకాదు. **సత్తే అని గమనించు.**
54. సర్వాన్ ప్రాణాన్ అసత్ విద్ధి। సర్వాన్ భోగాన్ అసత్ (వ) ఇతి దృష్టగ్ం శ్రుతమ్ అసత్ విద్ధి ఓత ప్రోతమ్ అసత్ మయమ్।	పంచ ప్రాణములు, సర్వప్రాణులు, వారి వారి భోగములు (Experiences and enjoyments) అసత్తే! దృష్టము (చూడబడుచున్నది), శ్రుతము (వినబడుచున్నది), వాటియొక్క ఓత ప్రోతములు అసత్తే! వినువాడు చూచువాడు మాత్రమే అఖండమగు సత్తు! (ఓత-ప్రో(స్రో)తము = నిలువుగాను, అడ్డముగాను వ్యాపించి ఉన్నట్టిది). (దృష్టాంతం = వస్త్రములో దారము)

కార్య - అకార్యమ్ అసత్ విద్ధి।
నష్టం ప్రాప్తం అసత్ మయమ్॥

"ఇది చేశాను. అది చేయలేదు - ఏదో చెయ్యలేకపోయాను...అది లాభించింది. ఇది నష్టమయింది" → ఇదంతా అసత్తే! అదంతా అట్లా భావన చేస్తున్న - భావనకు మునుముందే ఉన్న 'నేను' మాత్రమే సత్తు.

---

55. దుఃఖ - అదుఃఖమ్ అసత్ విద్ధి।
సర్వాసర్వమ్ అసన్మయమ్।
పూర్ణాపూర్ణమ్ (పూర్ణ-అపూర్ణమ్) అసత్ విద్ధి।
ధర్మాధర్మమ్ (ధర్మ-అధర్మములు) అసత్‌మయమ్॥
56. లాభాలాభమ్ అసత్ విద్ధి।
జయాజయమ్ (జయ-అజయమ్) అసన్మయమ్।
శబ్దగ్ం సర్వం అసత్ విద్ధి।
స్పర్శగ్ం సర్వం అసత్ సదా॥
57. రూపగ్ం సర్వం అసత్ విద్ధి।
రసగ్ం సర్వం అసత్‌మయమ్॥
58. గంధగ్ం సర్వమ్ అసత్ విద్ధి।
సర్వ జ్ఞానమ్ అసత్ మయమ్॥
అసదేవ సదా సర్వమ్। అసదేవ భవోద్భవమ్॥

ఓ కుమారా! కుమారస్వామీ! దుఃఖము - సుఖము - రెండూ అసత్తేనని ఎరిగి ఉండు! 'ఇది వేరు! ఈ సర్వము - అదికాదు'...అనునదంతా అసత్తే! అవన్నీ ఆ రీతిగా భావన చేస్తూ, ఆవల ఉన్నట్టి **'నేను' మాత్రమే సత్తు.**

ఇది పూర్ణము-అది అపూర్ణము, ఇది ధర్మము-అది అధర్మము, ఇది లాభము-అది నష్టము, ఇది జయము-అది అపజయము...ఇవన్నీ **అసత్తే!**

సర్వశబ్ద ప్రపంచము అసత్తుగా చూడు! శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస గంధములు, (పంచతన్మాత్రలు), వాటి వాటి విషయములు, ఆ విషయసంబంధమైన జ్ఞానము...అవన్నీ ఎల్లప్పుడు అసత్తే! ఉంటూ ఉన్నది - ఉద్భవించుచూ ఉన్నదీ... (భవ-ఉద్భవములు) అంతా అసత్తే! అవన్నీ ఏ 'నేను'కు అనుభవములై ఉంటున్నాయో, **'అట్టి ఆవల గల నేను'** మాత్రమే సత్తు! (నాటకములోని పాత్రల పరస్పర సంబంధ-అనుబంధ-బాంధవ్య-వ్యవహార విశేషములన్నీ అసత్తు. నాటకమునకు వేరైన రచయిత, పాత్రకు వేరైన పాత్రధారుని స్వస్వరూపము మాత్రమే సత్తు)

---

59. అసదేవ గుణం సర్వగ్ం।
సన్మాత్రమ్ అహమేవ హి।

'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి' మననము

స్వాత్మమంత్రగ్ం సదా పశ్యేత్।
స్వాత్మ మంత్రగ్ం సదా అభ్యసేత్॥

సత్వరజోతమో త్రిగుణ ప్రదర్శనమంతా అసత్తే! అట్టి గుణములకు ఆధారుడు - ప్రదర్శకుడు అగు **'అహమ్ - నేను'** మాత్రమే సన్మాత్రము (సర్వదా, సర్వత్రా, సర్వమై ఉన్నట్టిది).

నేనే బ్రహ్మమును - అను మననమే మంత్రము

ఓ షణ్ముఖా! 'స్వాత్మ'ను (నేనే ఆత్మను) మననరూప మంత్రమునే **దర్శించాలి.** 'ఈ కనబడే జగత్తంతా స్వాత్మయే! నేనే!'... అనునది స్వాత్మమంత్రము. అదియే సర్వదా **అభ్యసించవలసినట్టిది.**

---

60. "అహమ్ బ్రహ్మాస్మి" మంత్రోఽయం
దృశ్యపాపం వినాశయేత్।
అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽయం
అన్య మంత్రం వినాశయేత్॥

'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి - నేను స్వయముగా బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాను' అను మననమే (మననాత్ త్రాయతే ఇతి) మంత్రః - మంత్రము. అయ్యది- 'దృశ్యము నాకు వేరు' అనే దోషము వినాశనము కాగలదు. 'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి' మంత్ర - మంత్రార్థ మననములచే 'అన్యము' అనునది నశించి, **ఈ జీవుడు అనన్యమగు ఆత్మస్వరూపుడు కాగలడు.**

---

61. అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽయం
దేహదోషం వినాశయేత్।
అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽయం
జన్మపాపం (పాశం) వినాశయేత్॥

'అఖండము - సర్వము అయి ఉన్న బ్రహ్మమే నేను కదా!' అని అనుకుంటూ (మననము చేస్తూ) ఉండగా **'నేను దేహపరిమితుడను'**...అనే దేహదోషము నశిస్తుంది. **'నేను జన్మలకు బద్ధుడను'**...అనే జన్మపాపము తొలగుతుంది. జన్మల పాశము ముడి విడివడుచున్నది.

---

62. అహంబ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽయం
మృత్యుపాశం వినాశయేత్।
అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽయం
ద్వైత దుఃఖం వినాశయేత్॥

'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి - నేను వస్తుతః స్వతఃగా బ్రహ్మమునే' అను **మననముచే....**

మార్పు - చేర్పుల రూపముగల 'ఏదో పొందుచున్నానే - కోల్పోవుచున్నానే!' అను భావములతో కూడిన **మృత్యుపాశము తెగిపోగలదు. మరణ భయం తొలగుచున్నది.**

జీవాత్మ వేరు - జగత్తు వేరు, జీవుడు వేరు - శివుడు వేరు....అనే **ద్వైత దుఃఖము తొలగిపోతుంది.**

63. అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
భేదబుద్ధిం వినాశయేత్।
అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
చింతా దుఃఖం వినాశయేత్॥

“ అహం బ్రహ్మాస్మి” - మంత్రము యొక్క భావన - ఉపాసనచేత
‘వారు వేరు - వీరు వేరు - మనము వేరు’ అనే భేదబుద్ధి రహితమౌతుంది. సర్వచింతలు, దుఃఖములు (worries and anguish) తుడిచివేయ బడతాయి.

---

64. అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
బుద్ధి వ్యాధిం వినాశయేత్।
అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
చిత్త బంధం వినాశయేత్॥

‘పరిమిత - సంకుచితమైన అవగాహనలు’ అనే బుద్ధి వ్యాధి శమిస్తోంది. ‘నేను చిత్తముచే బంధింపబడ్డాను’ అనే **చిత్తబంధము** వీగిపోతుంది.

---

65. అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యగ్ం
సర్వవ్యాధీన్ వినాశయేత్।
అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యగ్ం
సర్వ శోకం వినాశయేత్॥

‘ఈ శరీరము - ఇద్దాని వ్యాధులు నన్ను ఇట్లా చేసి వేస్తున్నాయి’ అనునవి తరిగిపోతాయి.
శోకము (meloncholy) → తోకముడుస్తుంది.

---

66. అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యగ్ం
కామాదీన్ నాశయేత్ క్షణాత్।
అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
క్రోధ వృత్తిం వినాశయేత్।

‘నాకేదో లేదు. ఇంకేదో కావలసిందే’ అనే రూపముగల **కామము** మొదలైనవి క్షణంలో మటుమాయమౌతాయి.
కోపము - క్రోధవృత్తులు నివృత్తి చెందుతాయి.

---

67. అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
చిత్త వృత్తిం వినాశయేత్।
అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యగ్ం
సంకల్పాదీన్ వినాశయేత్।

చిత్తము యొక్క వృత్తులు (Avocations) సమసిపోతాయి.
‘నేను సంకల్పబద్ధుడను’ అను సంకల్పము కాస్తా ‘అహమ్ బ్రహ్మాస్మి’ అను సంకల్పమునందు - మహత్ లయము అగుచున్నది. వేడి నీటిలో విడచిన మంచుగడ్డ యొక్క ఆకారము వలే... సంకల్పములన్నీ (చిత్త వృత్తులన్నీ) ఆత్మయందు లయమయి, ఆత్మయే సర్వముగా తెలియబడగలదు.

---

68. అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
కోటి దోషం వినాశయేత్।
అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యగ్ం
సర్వ తంత్రం వినాశయేత్।

‘అహమ్ బ్రహ్మాస్మి’ అను మననరూప మంత్రముచే **కోటి దోషములు** తొలగిపోతున్నాయి. కామక్రోధ లోభమోహ సంబంధమైన **వృత్తులన్నీ నివృత్తి అగుచున్నాయి. సర్వ తంత్రములు, తంతువులు తెగిపోవుచున్నాయి.** వ్యతిరిక్త తంత్రములన్నీ అబాధరూపమౌతాయి.

---

69. అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
ఆత్మ – అజ్ఞానం వినాశయేత్।
అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
ఆత్మ–లోక జయప్రదః।

ఓ కార్తికేయా! ఆత్మకు సంబంధించి ఏమరపు రూపమగు అజ్ఞానము సుజ్ఞానముచే తొలగించబడుచున్నది. ఆత్మావలోకమునందు నిన్ను విజయునిగా చేస్తున్నది. ఆత్మావలోకమునతో అహమ్-అఖండమగు ఆత్మతో ఏకీభూతమగు చున్నది.

---

70. అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
అప్రతర్క్య సుఖప్రదః।
అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
అజడత్వం ప్రయచ్ఛతి।

అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రముచే లౌకిక వాదనలకు, తర్కములకు అందని ఆత్మసుఖమును ప్రసాదిస్తున్నది.
అజడత్వమంతా తొలగి, నీవు చైతన్య ఆనందుడవు అగుచున్నావు.

---

71. అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
అనాత్మ–అసురమర్దనః।
అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽ యం
అనాత్మాఖ్య గిరీన్ హరేత్॥

అనాత్మత్వమును, అహంకారము - బలము - దర్పము - క్రోధము - పౌరుష్యము - అజ్ఞానము - ఆభిజాత్యము మొదలైన ఆసురీగుణములు అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మననముచే మర్దించివేయబడుచున్నాయి. ‘అనాత్మ’ అనే అవగాహనలతో నిర్మితమైన పెద్దపెద్ద కొండలను హరించి వేయుచున్నది.

72. **అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽయం**
అనాత్మాఖ్య అసురాన్ హరేత్।
అహం బ్రహ్మాస్మి మంత్రోఽయగ్ం
సర్వాగ్ంస్తాన్ మోక్షయిష్యతి॥

'నేను బ్రహ్మమునే కదా' అను మననము 'అనాత్మ' అనే రాక్షసుని సంహరించి వేస్తోంది.

'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి' మంత్రము ఎట్టివానికైనా సరే మోక్షమును ప్రసాదించగలదు. సర్వమనో బంధములనుండి విడిపించివేయగలదు.

---

73. **'అహం బ్రహ్మాస్మి' మంత్రోఽయం**
జ్ఞానానందం ప్రయచ్ఛతి।
సప్తకోటి మహామంత్రం
జన్మకోటి శతప్రదమ్॥

జ్ఞానానందమును ప్రసాదించుచున్నది. 'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి' మంత్రము 7 కోట్ల (అన్య దేవతా) మహామంత్ర జపముతో సమానము. కోటిజన్మల పుణ్య ఫలమును ప్రసాదించగలదు.

---

74. **సర్వమంత్రాన్ సముత్సృజ్య**
ఏతత్ మంత్రగ్ం సదా అభ్యసేత్।
సద్యో మోక్షమ్ అవాప్నోతి।
నాస్తి సందేహమ్ అణ్వపి। ఇతి॥

అందుచేత ఓ కుమారస్వామీ! షణ్ముఖా! అన్ని (అన్యదేవతా భావన) మంత్రములను వదలివేసి **'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి'** మంత్రమును ఆశ్రయించు! అట్టి ఆశ్రయముచే ఇప్పటికిప్పుడే కళ్లు తెరచి, వెలుతురు చూచు రీతిగా **సద్యోముక్తి పొందగలవు. (సోహఽమ్ - శివోఽహమ్ - అహమిత్యేవ విభావయేత్ భవానీమ్ - ఇత్యాదులు అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రములు). ఇందులో సందేహమే లేదయ్యా.**

(అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రము =

నేను - నీవు - ఈ దృశ్య జగత్తు, ఈ సమస్తము అఖండ బ్రహ్మమే.

నేను బ్రహ్మమును!

ఈ సమస్తము బ్రహ్మమే!

కనుక,

నేనే ఈ సమస్తముగా అస్మత్ బ్రాహ్మీ రూపముతో సంప్రదర్శితుడను)

- చిదానందరూప శివోఽహమ్

(భగవద్గీతలోని 'అహమ్ ఇతి' అను స్వస్వరూప వర్ణనా స్తుతులు - 10వ అధ్యాయము - విభూతి యోగము).

4వ అధ్యాయము
జీవన్ముక్త - విదేహ ముక్తుల లక్షణములు

01 కుమారః పరమేశ్వరమ్ పప్రచ్ఛ:
'జీవన్ముక్త' 'విదేహముక్త' యోః
స్థితిమ్ అనుబ్రూహి - ఇతి।
స హోవాచ పరశ్శివః

జీవన్ముక్తుడు

చిదాత్మాఽహం। పరాత్మాఽహం।
నిర్గుణోఽహం పరాత్పరః,
ఆత్మమాత్రేణ యః తిష్ఠేత్
సః "జీవన్ముక్త" ఉచ్యతే।

ప్రేమాస్పదుడు, కరుణామయుడు అగు కుమారస్వామి - పితృదేవులు, పరమేశ్వరుడు అగు శివభగవానుని ఇంకా ఇట్లా అభ్యర్థించారు.

కుమారస్వామి : హే సర్వాంతర్యామీ! లోకశుభంకరా! శివ భగవాన్! నామీద కరుణతో 'అహమ్ బ్రహ్మాసి' మంత్ర ఔన్నత్యము తెలియజేశారు. ఇప్పుడిక **జీవన్ముక్తుడు - విదేహముక్తుడు** అను వారి స్థితులు ఎట్టివో దయతో విశదీకరించండి.

జీవన్ముక్తుడు

పరమశివుడు : ముందుగా జీవన్ముక్తుడు తన స్వస్వరూపము గురించి ఎటువంటి అవగాహన కలిగి ఉంటాడో విశదీకరిస్తున్నాను. విను. జీవన్ముక్తుడు ఈ విధంగా భావన కలిగి ఉంటాడు.

- నేను దృశ్యములో ఒక రూపమునుకాను. కేవల చిత్ స్వరూపముచే 'చిదాత్మ'ను.

- సర్వమునకు పరమైన కేవల సాక్షిని కాబట్టి పరాత్మను.

- కేవల ఆత్మను.

(ఇట్టి అవగాహన - అనుభూతి కలవాడు జీవన్ముక్తుడు.)

---

02. దేహత్రయ అతిరోక్తోహగ్ం
శుద్ధ చైతన్యమస్మ్యహమ్।
'బహ్మాహమ్' - ఇతి యస్య
అంతః →సః జీవన్ముక్త
ఉచ్యతే।

హిమగిరినందినీ ప్రియతనయా! శ్రీ కార్తికేయా! జీవన్ముక్తుడు ఇంకా కూడా ఇట్లా భావిస్తాడు.

"ఈ స్థూల - సూక్ష్మ - జీవాత్మ దేహములను అధిగమించిన స్వరూపము గలవాడిని!

శుద్ధ చైతన్య స్వరూపుడను!

నేను జ్ఞాన అజ్ఞానములతో సంబంధం లేకుండా సర్వదా బ్రహ్మమునే" అని అంతరమున ఎరిగి ఉంటాడు.

---

03. ఆనందఘన రూపోఽస్మి
పరానందఘనోఽస్మ్యహమ్।
యస్య దేహాదికం నాస్తి,
యస్య బ్రహ్మేతి నిశ్చయః
పరమానందపూర్ణో యః, స జీవన్ముక్త ఉచ్యతే॥

- ఘనీభూత ఆనంద స్వరూపుడను!

- నాకు చెందిన 'ఇహము' అంతా జగన్నాటకములోనిది. నేనో? పరానంద ఘన స్వరూపుడను - అని ఎరిగి ఉంటాడు.

- ఎవ్వరి దృష్టిలో ఈ దేహము మొదలైనవి మొదలే లేనివై ఉన్నాయో,

- ఎవ్వరు 'ఇదంతా బ్రహ్మమే' అను నిశ్చయము కలిగి ఉంటారో...,

- ఎవ్వడు పరమానందముచే పూర్ణుడై ఉంటాడో....ఆతడే **జీవన్ముక్తుడు.**

---

04. యస్య కించిత్ అహమ్ నాస్తి
చిన్మాత్రేణ అవతిష్ఠతి,
చైతన్యమాత్రం యస్యాంతః
చిన్మాత్రైక స్వరూపవాన్॥

- ఎవ్వనికి 'నేను కర్తను-నేను భోక్తను' అనునది కించిత్ కూడా ఉండదో...

- 'అహం' అనుదానికి మునుముందే ప్రవర్తమానమై - ప్రకాశమానమై యున్న **'కేవలచిన్మాత్రము'** నందు అవతిష్ఠితుడు అయి ఉంటాడో...

- ఎవని నిశ్చయమును అనుసరించి ఇదంతా ఏకమగు చైతన్యమాత్రమో, 'ఎరుక' అను చిన్మాత్ర ఏకస్వరూపమో (అంతేగాని అనేకము అయి ఉండలేదో) ..., ఆతడే **జీవన్ముక్తుడు.**

05. సర్వత్ర పూర్ణ రూపాత్మా। **సర్వత్ర ఆత్మావశేషకః।** **ఆనంద రతిః అవ్యక్తః** **పరిపూర్ణః చిదాత్మకః॥**	ఎవ్వడైతే... - సర్వత్రా పూర్ణమై యున్నట్టి రూపము అగు ఆత్మ స్వరూపుడై ఉంటాడో..., - అందరియొక్క ఆత్మయే తానుగా శేషిస్తూ ఆనందించువాడై ఉంటాడో..., - అవ్యక్తమగు ఆత్మయందే ఎల్లప్పుడూ రమిస్తూ ఉంటాడో (దృశ్యము నందు రమించువాడై ఉండడో), - పరిపూర్ణుడు, చిదాత్మకుడు అయి ఉంటాడో...ఆతడే **జీవన్ముక్తుడు.**
06. శుద్ధ చైతన్య రూపాత్మా, సర్వసంగ వివర్జితః। **నిత్యానందః ప్రసన్నాత్మా హి,** **అన్య చింతా వివర్జితః।** **కించిత్ అస్తిత్వ హీనో యః, స జీవన్ముక్త ఉచ్యతే॥**	- ఎవ్వడు శుద్ధ చైతన్య రూపాత్ముడై...సర్వ సంగములను అంతరంగము నందు వివర్జించినవాడై ఉంటాడో..., -ఆత్మాऽహమ్ భావనచే అన్యచింతనలను వదలి ఉంటాడో, తనయందు కించిత్ కూడా ఆత్మకు అన్యమగు ద్వైత విశేషము ఏదీ కలిగి ఉండడో...ఆతడే జీవన్ముక్తుడు!
<u>జీవన్ముక్తుని ఆత్మోహమ్ గానం</u>	**జీవన్ముక్తుడు ఈ విధంగా 'ఆత్మగానము' చేయుచున్నాడు!**
07. న మే చిత్తం। న మే బుద్ధిః। **న అహంకారో న చ ఇంద్రియమ్।** **08. న మే దేహః కదాచిత్ వా,** **న మే ప్రాణాదయః క్వచిత్।** **న మే మాయా న మే కామో।** **న మే క్రోధః పరోఽస్మ్యహమ్।**	- నేను కేవలాత్మస్వరూపుడను. ఆత్మగా నిర్మల స్వరూపుడనై ఉండటము చేత నాకు చిత్తము - బుద్ధి - అహంకారము - ఇంద్రియములు.... (అంతరంగము) భౌతికదేహము మొదలైనవేవీ లేవు. ప్రాణములు మొ॥వి కూడా లేవు. ఆకాశములో నగరములు ఉండని విధంగా నాకు మాయ, కామ, క్రోధములు, లోభ మోహ మద మాత్సర్యములు మొ॥వి ఏవీ లేవు. (పాత్ర సంబంధించినవి నటనాకళలో ఉన్నవి ఎట్లా అవుతాయి?)
09. న మే కించిత్ ఇదం వాఽపి। **న మే కించిత్ క్వచిత్ జగత్।** **న మే దోషో। న మే లింగం।** **న మే చక్షుః న మే మనః॥**	ఇక్కడ ఉన్నది ఏదీ కించిత్ కూడా నేను కలిగి లేను! ఈ జగత్తు కించిత్ కూడా నాకు లేదు! ఆత్మగా నిత్య నిర్మలుడను. దేహధర్మములైనట్టి స్త్రీ - పురుష - జాతి ఇత్యాదులులేవు. చూపులేదు. మనస్సు లేదు. (ఒక వేళ ఉంటే అవి నా కల్పనా చమత్కారాలే! నా అంశ అగు జీవాత్మకు చెందినవి మాత్రమే).
10. న మే శ్రోత్రం। న మే నాసా। **న మే జిహ్వా। న మే కరః।** **న మే జాగ్రత్। న మే స్వప్నం। న మే కారణమ్ అణ్వపి।** **న మే తురీయమ్-ఇతి యః, స జీవన్ముక్త ఉచ్యతే॥**	నాకు చెవులు - ముక్కు - నాలుక, వినికిడి - వాసన - రుచి....ఈ ఈ ధర్మములు లేవు. ఆత్మనగు నాకు 'కారణము' అంటూ ఏదీ లేదు. కారణదేహము లేదు. నాకు జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు లేనట్లే...'తురీయము' అనబడు 4వది (చతురీయము) కూడా లేదు-**అని ఎరిగి ఉండువాడే జీవన్ముక్తుడు.**
11. ఇదగ్ంం సర్వం న మే కించిత్, **అయగ్ంం సర్వం న మే క్వచిత్।**	ఇక్కడ సర్వము గాని, అక్కడ సర్వముగాని, మరొకచోట గాని నాకు ఏదీ లేదు. బంగారు ఆభరణమునకు 'నా సొంత దారు ఈతడు - ఆతడు' అనునదేమీ ఉండదు కదా!
12. న మే కాలో, న మే దేశో, న మే వస్తు న మే మతిః। **న మే స్నానం నమే సంధ్యా। న మే దైవం। న మే స్థలమ్।** **13. న మే తీర్థం। న మే సేవా। న మే జ్ఞానం। న మే పదమ్।** **న మే బంధుః। న మే జన్మ। న మే వాక్యం। న మే రవిః।**	నాకు కాలము (Time Factor) లేదు. దేశము (place factor) లేదు. వస్తు స్వభావము లేదు. బుద్ధి పరిమితుడను కాను. ఆత్మగా నాకు స్నానము లేదు! సంధ్య (ఉపాసన) లేదు! దైవము లేదు! స్థలము లేదు! తీర్థము లేదు! తీర్థసేవనము లేదు! జ్ఞానము లేదు! జ్ఞానపదము లేదు! బంధువులేడు! జన్మలేదు! వార్ధక్యము లేదు! రవి (సూర్యుడు)లేడు! నేనే ఉన్నాను! నేనై ఉన్నాను.
14. న మే పుణ్యం। న మే పాపం। న మే కార్యం। న మే శుభమ్। **న మే జీవ ఇతి స్వాత్మా, న మే కించిత్ జగత్త్రయమ్॥**	నాకు పుణ్యములేదు. పాపము లేదు! చేయవలసిన కార్యము లేదు! శుభాశుభములు లేవు! జీవుడు లేడు! సర్వదా 'స్వాత్మ'నగు నాకు మూడు లోకములు లేవు!

15. న మే మోక్షో। న మే ద్వైతం। న మే వేదో। న మే విధిః।
న మే అంతికం। న మే దూరం। న మే బోధో। న మే రహః॥

సర్వదా ఆత్మ స్వరూపుడనగు నాకు మోక్షము లేదు! ద్వైతము లేదు! వేదము లేదు! విధి లేదు? విధానము లేదు! కట్టుబాట్లు లేవు!
నాకు దగ్గిర లేదు. దూరము లేదు. బోధ లేదు. రహస్యము లేదు.

16. న మే గురుః। న మే శిష్యో। న మే హీనో। న చ అధికః।
న మే బ్రహ్మా। న మే విష్ణుః। న మే రుద్రో। న చంద్రమాః॥

'గురువు' లేదు. 'శిష్యుడు' లేదు. హీనత్వములేదు. అధికత్వము లేదు.
నాకు సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మలేడు! విష్ణువు లేరు! రుద్రుడు లేరు. చంద్రుడు లేడు!

---

17. న మే పృథ్వీ। న మే తోయం। న మే వాయుః। న మే వియత్।
న మే వహ్నిః। న మే గోత్రం। న మే లక్ష్యం। న మే భవః॥

నాకు పృథివి లేదు! జలము లేదు! వాయువు లేదు! ఆకాశము లేదు! అగ్ని లేదు! జాతి, కుల సంబంధమైన గోత్రము లేదు! లక్ష్యము లేదు! పుట్టుక లేదు! చావు లేదు! ఈ జన్మ లేదు! మరుజన్మ లేదు! చోటు లేదు!

---

18. న మే ధ్యాతా। న మే ధ్యేయమ్। న మే ధ్యానం। న మే మనుః।
న మే శీతం। న మే చ ఉష్ణం। న మే తృష్ణా। న మే క్షుధా॥

నాకు ధ్యానించువాడు-ధ్యానించబడునది ధ్యానము-మంత్రము (Thinker, Object of thinking - Process of Thinking, the culture of thinking)... అనునవేవీ లేవు! నాకు చల్లదనము లేదు. వేడితనము లేదు! ఆకలి - దప్పికలు లేవు! మానవ ధర్మములు, మను ధర్మములు అనునవీ లేవు.

---

19. న మే మిత్రం। న మే శత్రుః।
న మే మోహో। న మే జయః।
న మే పూర్వమ్ న మే పశ్చాత్।
న మే చ ఊర్ధ్వమ్। న మే దిశః॥

- కేవల ఆత్మస్వరూపుడను అగు నాకు మిత్రుడు లేడు! శత్రువు లేడు!
- అయినవాడు లేడు! కానివాడు లేడు!
- మోహము (Illusion) లేదు! జయాపజయములులేవు!
- నాకు 'ఇంతకుముందు' అనునది లేదు. 'ఇకముందు' అనునదీ లేదు. తూర్పు - పడమర - ఊర్ధ్వము - తదితర దిశలు లేవు!

---

20. న మే వక్తవ్యమ్ అల్పం వా। న మే శ్రోతవ్యమ్ అణ్వపి।
న మే గంతవ్యమ్ ఈషద్వాత్। న మే ధ్యాతవ్యమ్ అణ్వపి।

నాకు చెప్పవలసినది కొంచము కూడా లేదు! వినవలసినది అణువంత కూడా లేదు! చూడవలసినది ఈషణ్మాత్రము లేదు! ధ్యానించవలసినది అణుమాత్రం కూడా లేదు!

---

21. న మే భోక్తవ్యమ్ ఈషద్వాత్। న మే స్మర్తవ్యమ్ అణ్వపి।
న మే భోగో। న మే రాగో। న మే యోగో। న మే లయః॥

భోక్తవ్యము (అనుభవించవలసినది) కానీ, స్మరించవలసినదికానీ కూడా ఈషణ్మాత్రము - అణువంత కూడా లేవు!
నాకు భోగము లేదు. రాగము లేదు. యోగము లేదు. లయము లేదు.

22. న మే మౌర్ఖ్యం। న మే శాంతం। న మే బంధో న మే ప్రియమ్।
న మే మోదః ప్రమోదో వా। న మే స్థూలం। న మే కృశమ్।

నాకు మూర్ఖత్వము లేదు. శాంతత్వము లేదు. బంధము లేదు. ప్రియత్వము లేదు.
మోదము చెందవలసినది లేదు. ప్రమోదము పొందుచున్నది లేదు. స్థూలమైనది లేదు. కృశము (సూక్ష్మము లేదు).

---

23. న మే దీర్ఘం। న మే హ్రస్వం। న మే వృద్ధిః। న మే క్షయః।
అధ్యారోప అపవాదోవా, న మే చ ఏకం। న మే బహు॥

నాకు దీర్ఘములేదు. హ్రస్వము (చిన్నది - పొట్టిది) లేదు. వృద్ధి లేదు. క్షయము లేదు. అధ్యారోపవాదము లేదు. అపవాదము లేదు. ఏకము లేదు. బహులము లేదు.

---

24. న మే ఆంధ్యం। న మే మాంద్యం। న మే పట్విదమ్ అణ్వపి।
న మే మాగ్ంసం। న మే రక్తం। న మే మేదో। న మే హి అసృక్।

నాకు అంధత్వము లేదు. మాంద్యత్వము లేదు. పటుత్వము (సమర్ధత) లేదు. ఇవన్నీ నాకు అణువంత కూడా లేదు!
నాకు మాంసము లేదు - రక్తము లేదు. మేదస్సు లేదు. క్రొవ్వు లేదు.

25. న మే మజ్జా। న మే అస్తి అస్థి। న మే త్వక్, ధాతు సప్తకమ్।
న మే శుక్లం। న మే రక్తం। న మే నీలం। న మే పృథక్।

మజ్జ లేదు. బొమికలు లేవు! చర్మము లేదు! సప్త ధాతువులులేవు! తెలుపు - ఎరుపు - నీలము రంగులుగానీ, తదితర రంగులుగానీ లేవు!

26. న మే తాపో। న మే లాభో। న ముఖ్యం, గౌణం। న మే క్వచిత్।
న మే భ్రాంతిః। న మే స్థైర్యం। న మే గుహ్యం। న మే కులమ్॥

నాకు తాపము లేదు! లాభము లేదు! ముఖ్యమైనది - ముఖ్యము కానిది అంటూ ఏదీ లేదు! భ్రాంతి లేదు! స్థైర్యము లేదు! రహస్యము లేదు! కులము, జాతి, వర్ణ విభాగములు ఇవేవీ నాకు లేవు.

27. న మే త్యాజ్యం। న మే గ్రాహ్యం। న మే హాస్యం। న మే నయః। న మే వ్రతం। న మే గ్లానిః। న మే శోచ్యం। న మే సుఖమ్॥	నాకు త్యజించవలసినది లేదు! గ్రహించవలసినది అంతకన్నా లేదు! హసించవలసిన (నవ్వవలసిన), హాస్యము లేదు! నయము లేదు! భవములేదు! వ్రతములేదు, గ్లాని (త్రోవతప్పుట) లేదు! శోచనము చేయవలసినది (దుఃఖము) లేదు! సుఖము లేదు!
28. న మే జ్ఞాతా। న మే జ్ఞానం। న మే జ్ఞేయం। న మే స్వయమ్। న మే తుభ్యం। న మే మహ్యం। న మే త్వం చ। న మే త్వహమ్॥	నాకు జ్ఞాత (ఎరుగుచున్నవాడు) లేడు! జ్ఞానము లేదు! జ్ఞేయము (తెలుసుకోవలసినది) లేదు! నీకు - నాకు, నీది - నాది అనునవేవీ లేవు!
29. న మే జరా। న మే బాల్యం। న మే యౌవనమ్ అణ్వపి అహమ్ బ్రహ్మాస్మి। అహమ్ బ్రహ్మాస్మి। అహం బ్రహ్మేతి నిశ్చయః॥ చిదహం చిదహం చేతి స 'జీవన్ముక్త' ఉచ్యతే॥	నాకు అణువంత కూడా బాల్య-యౌవన-వార్ధక్య-మరణములు లేవు! **నేనే బ్రహ్మమును! నేను బ్రహ్మమును. బ్రహ్మము అనగా నా సహజ స్వరూపమే! నేనే! నేను బ్రహ్మమే - అనునది సునిశ్చయము.** నేను చిత్‌రూపుడను. నేను చిత్‌రూపుడను. ఎరుగువాడిని నేనే! ఎరుగబడునదంతా కూడా నేనే... **అని ఎరిగినవాడే 'జీవన్ముక్తుడు' అని చెప్పబడుచున్నాడు.**
30. బ్రహ్మైవాఽహమ్। చిదేవాఽహమ్। పరోవాఽహమ్ – న సంశయః॥	ఓ షణ్ముఖా! జీవన్ముక్తిని గురించి ఇంకా విను. నేనే బ్రహ్మమును! నేను చిత్ స్వరూపుడను! ఈ సర్వమునకు పరమై ఉన్నవాడను! ఇందులో సంశయమే లేదు!
31. స్వయమేవ స్వయం హంసః। స్వయమేవ స్వయం స్థితః। స్వయమేవ స్వయం పశ్యేత్। స్వాత్మరాజ్యే సుఖం వసేత్। స్వాత్మానందగ్ం స్వయం భుంక్తే, స జీవన్ముక్త ఉచ్యతే॥	"నాకు నేనే స్వయముగా 'హంస'ను, 'సోఽహమ్'! నాయందు నేనే స్వయముగా సంస్థితుడనై ఉన్నాను! **నాకు నేనే నా ఆత్మనే సర్వత్రా దర్శించుచున్నాను!** స్వాత్మ రాజ్యమునందు సర్వదా సుఖవంతుడనై ఉన్నాను! స్వాత్మానంద స్వరూపుడనై సర్వము జగత్ దృశ్యముగా... నన్ను నేనే ఆస్వాదించుచున్నాను!" - అను అవగాహనకలవాడే **జీవన్ముక్తుడు.**
32. స్వయమేవ ఏక వీరో అగ్రే। స్వయమేవ 'ప్రభుః' స్మృతః। స్వస్వరూపే స్వయం స్వప్స్యేత్, స జీవన్ముక్త ఉచ్యతే॥	"నేనే స్వయముగా సర్వ అనుభవములకు మునుముందే ఉండి, స్వయముగా వీరాగ్రేశ్వరుడనై, ప్రభువునై, స్వస్వరూపమునందు స్వయముగా కించిత్ నిద్రా-ముద్ర వహించుచున్నవాడను"- అని ఎరిగియున్నవాడు జీవన్ముక్తుడు.
<u>విదేహముక్తుడు</u> – <u>వైదేహీముక్త ఏవ సః</u>	<u>వైదేహీ (విదేహ) ముక్తుడు</u>
33. బ్రహ్మభూతః ప్రశాంతాత్మా, బ్రహ్మానందమయః సుఖీ, స్వచ్ఛరూపో మహామౌనీ, వైదేహీముక్త ఏవ సః॥	బ్రహ్మమే తన స్వరూపముగా కలవాడై, బ్రహ్మభూతుడై, పరమ ప్రశాంతాత్ముడై, బ్రహ్మానందమయుడై, స్వచ్ఛరూపుడై, ఆత్మసుఖమును ఆస్వాదిస్తూ, సర్వ విశేషములపట్ల మహామౌనము అవధరించి ఉన్నవాడు... → **విదేహముక్తుడు!**
34. సర్వాత్మా సమరూపాత్మా శుద్ధాత్మా తు, అహమ్ ఉత్థితః, ఏకవర్జిత ఏకాత్మా సర్వాత్మా స్వాత్మ మాత్రకః॥	"సర్వజీవులలో ఆత్మరూపుడై వెలుగొందు వాడను! సర్వులలో సమ స్వరూపుడుగా నన్ను నేను దర్శించువాడను! శుద్ధాత్మ స్వరూపుడనై అంతటా, అందరిలో, అందరుగా నేనే ఉదయిస్తున్నాను!" → అని విదేహముక్తుడు అనుభూతుడై ఉంటున్నాడు.
35. అజాత్మా చ అమృతాత్మాహగ్ం స్వయమ్ ఆత్మాఽహమ్ అవ్యయః। లక్ష్యాత్మా లలితాత్మాఽహం తూష్ణీమాత్రా స్వభావవాన్॥	ఏకత్వము - ద్విత్వము...లేని వాడను! సర్వదా ఏకాత్ముడను! సర్వుల ఆత్మయే స్వాత్మ (మమాత్మ). నా ఆత్మయే సర్వ భూతములలోని (జీవులలోని) ఆత్మ అయి ఉన్నది! జన్మరహితము-అమృతము-అవ్యయము అగు ఆత్మయే స్వయముగా అయి ఉన్నాను కదా! సర్వమునకు, సర్వులకు లక్ష్యము అయి ఉన్నట్టి ఆత్మను! ఎవ్వరూ ఎప్పుడూ అలక్ష్యము చేయబడనట్టి ఆత్మను! అత్యంత సులభము, లలితము (సౌమ్యము) అగు ఆత్మను! కానీ ఆత్మ స్వభావమును పట్టించుకోకుండా స్వీయకల్పనలో సంచరించువాడను. జగద్దృశ్యముపట్ల స్వభావంగానే తూష్ణీమాత్ర స్వభావుడను కూడా!

36. ఆనందాత్మా, ప్రియో హి ఆత్మా,
మోక్షాత్మా బంధ వర్జితః।
బ్రహ్మైవాహం। చిదేవాహమ్।
ఏవం వాఽపి న చింత్యతే॥

ఓ మయూరాసనా! షణ్ముఖా! ఇంకా కూడా, విదేహముక్తుని స్వస్వరూపానుభూతి ఎట్లా ఉంటుందో...విను!
"నేను సహజముగానే ఆనందాత్ముడను. అందరికి ప్రియమైన ఆత్మను. బంధ రహితమగు మోక్షాత్మను. 'బ్రహ్మము' అని చెప్పుచున్నది నా గురించే! నేనే బ్రహ్మమును! కేవల చిన్మాత్రమును" అని ఎరిగి ఉంటాడు. తానే బ్రహ్మము అయి సంచరిస్తూ ఉంటాడు. ఇక 'చింతన' అనునది ఏముంటుంది? ఉండదు!

---

37. చిన్మాత్రేణైవ యః తిష్ఠేత్,
వైదేహీ ముక్త ఏవ సః॥

ఎవ్వడైతే ఎల్లవేళలా సర్వమునకు అధిష్ఠానము - సర్వస్వరూపము అగు - **'చిన్మాత్రత్వము'**నందే ప్రతిష్ఠితుడై ఉంటాడో....ఆతడే విదేహముక్తుడు.

---

38. నిశ్చయం చ పరిత్యజ్య
'అహం బ్రహ్మేతి' నిశ్చయమ్
ఆనందభరిత స్వాంతో
వైదేహీ ముక్త ఏవ సః॥

ప్రపంచమునకు సంబంధించిన సర్వ నిశ్చయములను అభిప్రాయములను పరిత్యజించివేసి 'ఈ సర్వులు, సర్వము ఏ బ్రహ్మమైయున్నదో ఆ బ్రహ్మమే నేను' ... అను అహమ్ బ్రహ్మోస్మి నిర్ణయమొక్కటే కలిగి ఉంటాడు. సర్వదా బ్రహ్మానందభరితుడై ఉండువాడు విదేహముక్తుడే!

---

39. సర్వం అస్తీతి నాస్తీతి
నిశ్చయం త్యజ్య తిష్ఠతి
అహంబ్రహ్మోస్మి, నాస్మీతి
సచ్చిదానంద (సత్-చిత్-ఆనంద) మాత్రకః॥

'ఈ ఎదురుగా కనబడేది ఉన్నదా? లేదా?'...అనే మీమాంస - ఇక ఆతడు త్యజించి, అధిగమించినవాడై ఉంటాడు. స్వప్నమంతా 'స్వప్నద్రష్టదే అయినట్లుగా ఇదంతా నాదే. నేనే ఇట్లా ఉన్నాను' అనునది కూడా (ద్వితీయం కాబట్టి) ఉండదు! తానే అది అయి సత్ చిత్ ఆనంద విగ్రహుడు అయి ఉంటాడు! సందృశ్యమైయ్యేదంతా స్వయముగా తానే అయి వెలుగొందుచూ ఉంటారు.

---

40. కించిత్ క్వచిత్ కదాచిత్ చ
ఆత్మానం న స్పృశతి అసౌ।
తూష్ణీమ్ ఏవగ్ం స్థితః, తూష్ణీం
తూష్ణీం సత్యం న కించన॥

కొద్దిగాకూడా ఎప్పుడైనా ఎక్కడైనా కూడా తనయందు 'తనకు వేరు' అను రీతిగా స్పృశించడు. దేనినీ స్వీకరించక 'బాహ్యము - అన్యము' అనబడేదంతా తుష్ణీకరించి, 'ఇదంతా నేనే' అను ఏకైక సత్యమును మాత్రమే తూష్ణీకరించక, సర్వదా ఆస్వాదించువాడై ఉంటాడు.

---

41. పరమాత్మా గుణాతీతః
సర్వాత్మా భూతభావనః॥

గుణాతీతుడై పరమాత్మగా ఉంటాడు. సర్వదేహులకు తానే ఆత్మస్వరూపుడై, సర్వత్రా స్వస్వరూపుడై విరాజిల్లుతూ ఉంటారు.

---

42. కాలభేదం వస్తుభేదం
దేశ భేదగ్ం స్వభేదకమ్
కించిత్ భేదం న తస్య అస్తి।
కించిత్ వాపి న విద్యతే॥
అహం-త్వం-తత్ ఇదం సోఽయం
కాలాత్మా కాలహీనకః॥

ఆతడు త్రికాలములలో ఏకసత్యమగు పరబ్రహ్మమై ప్రకాశిస్తూ భూత - వర్తమాన-భవిష్యత్ త్రికాలభేదములేనివాడై ఉంటాడు. **'సర్వము స్వస్వరూప బ్రహ్మమే! నేనే!'** అను ఎరుకచే **వస్తుభేదరహితుడై** ఉంటాడు! **'ఈ సర్వము నాయందే కదా!'** అను సందర్శనముచే దేశభేదము ఉండదు! 'నేను - నీవు-అది-ఇది-ఆతడు-ఈతడు'...ఇవన్నీ తనయొక్క కాలాత్మత్వమునందు దర్శిస్తూ కాలాతీతుడై కాలరహితుడై, కేవల సాక్షి అయి ఉంటారు.

---

43. శూన్యాత్మా, సూక్ష్మరూపాత్మా,
విశ్వాత్మా, విశ్వహీనకః।
దేవాత్మా, దేవహీనాత్మా,
మేయాత్మా, మేయ వర్జితః।

- ఈ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి విశేషాలన్నీ **కథలోని, కల్పనలోని, ఊహలోని** విశేషాలుగా (అనగా) వాస్తవానికి లేనివిగా చూస్తూ ఉండటం చేత శూన్యాత్ముడై ఉంటారు.
- సర్వమునకు (ఈ కనబడే స్థూలమైనట్టి సర్వమునకు) తానే సూక్ష్మరూపాత్ముడు అయి దర్శిస్తారు. ఈ విశ్వమంతటికీ తానే ఆత్మ అయి, అదే సమయంలో విశ్వరహితుడై ఉంటున్నారు.
- దేవతలందరికీ తానే ఆత్మ అయి ఉంటూనే, దేవతా రహితుడై, కేవల సాక్షి అయి చెన్నొందుచున్నారు. మేయాత్మ (పరిమితుడు జీవాత్మ) తానే అయి, అదే సమయంలో-**అపరిమితాత్మ స్వరూపుడై** ప్రభవిస్తూ ఉంటారు.

44. సర్వత్ర జడహీనాత్మా **సర్వేషాం అంతరాత్మకః।** **సర్వ సంకల్ప హీనాత్మా** **చిన్మాత్రోఽ స్మీతి సర్వదా॥**	- అంతటా జడహీనుడై, చైతన్యస్వరూపుడుగా ఉంటాడు. సర్వదేహులకు, సర్వదేవతలకు అంతరాత్మ అయి ఆనందపూరితుడై ఉంటాడు. సర్వభూతములు తానే అయి, సర్వసాక్షిగా వేరై - భేదమనునదే లేనివాడై ఉంటాడు. సర్వసంకల్ప రహితుడై, **"సర్వదా చిన్మాత్ర స్వరూపుడను నేను"** అను ఎరుకచే తానే సత్ - చిత్ మాత్రుడై వెలుగొందుచూ ఉంటారు.
45. కేవలః పరమాత్మాహమ్ కేవలో జ్ఞాన విగ్రహః। సత్తామాత్ర స్వరూపాత్మా న అన్యత్ కించిత్ జగత్ భయమ్।	ఇహమంతా తన భావనా - లీలా వినోదమై, ఏ పరమాత్మయొక్క విభవమై యున్నదో , **అట్టి పరమాత్మకు అభిన్నుడను** నేను! పరిశుద్ధ - కేవల జ్ఞానవిగ్రహుడను! అట్టి నా జ్ఞాన స్వరూపము (తెలివి) నుండి జ్ఞేయము (తెలియబడే ఈ సమస్తము)... అభిన్నమై ప్రదర్శితమవుతోంది. ఏ కేవలసత్త నుండి 'జగత్ సత్త-అహమ్ సత్త-త్వమ్ సత్త-సఃసత్త-ఇదమ్ సత్త'...ఇవన్నీ బయల్వెడలుచున్నాయో...అట్టి **కేవల సత్తాస్వరూపుడను.** నాకు వేరైన జగత్ కించిత్ కూడా లేదు. అందుచేత **అభయుడను.**
46. "జీవ-ఈశ్వరేతి" వాక్యేతి, వేద శాస్త్రాది యత్ "అహం" తు ఇతి, "ఇదం చైతన్యమేవ"-ఇతి। అహం "చైతన్యమితి"-అపి - ఇతి నిశ్చయ శూన్యో యో, వైదేహీ ముక్త ఏవ సః॥	అట్టి నా గురించి ప్రబోధిస్తూ ప్రవచించటానికి వేదములు శాస్త్రములు 'జీవుడు-ఈశ్వరుడు, అహమ్బ్రహ్మ, ఇదమ్ చైతన్యమేవ మొదలైన శబ్దాలు కల్పిస్తున్నాయి. అవన్నీ సర్వదా నేనే! నాగురించియే. అంతేగాని జీవేశ్వరులు అనగా, బ్రహ్మము-చైతన్యము అనగా మరెవరిగురించో కాదు. ఇదంతా శుద్ధ చైతన్యము. నేనో? శుద్ధ చైతన్య స్వరూపుడను. **ఇట్టి నిశ్చయము కలిగి ఉన్నవాడు విదేహముక్తుడు।**
47. చైతన్యమాత్ర సంసిద్ధః "స్వాత్మా రామః" సుఖాసనః। **48.** అపరిచ్ఛిన్న రూపాత్మా అణు-స్థూలాది వర్జితః, తుర్యతుర్యః పరానందో, వైదేహీ ముక్త ఏవ సః॥	- ఎవ్వడైతే **'నేను కేవల చిత్ చైతన్య మాత్రుడను'** అను నిశ్చయ - నిశ్చల భావనకు సర్వదా సర్వత్రా సంసిద్ధుడై, స్వ-ఆత్మారాముడై సుఖాసీనుడై ఉంటాడో...., - "నీవు-నేను-అతడు-వాడు-వీడు-అది-ఇది-దేవతలు-మానవులు-జంతువులు" మొదలైన పరిచ్ఛిన్నత్వము కించిత్ కూడా లేనట్టివాడై , సూక్ష్మము (అణువు) - స్థూలము మొదలైన భేదములను తిరస్కరించినట్టి **అతీత స్థానము** ఆశ్రయించి **అపరిచ్ఛిన్నరూపుడై** ఉంటాడో.... - జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులకు 'సాక్షి' అగు తుర్యమునకే తుర్యుడై, పరానందుడై ఉంటాడో...అట్టివాడే **విదేహముక్తుడు.**
49. నామ - రూప విహీనాత్మా పర సంవిత్ సుఖాత్మకః తురీయాతీత రూపాత్మా శుభాశుభ వివర్జితః॥	ఓ కార్తికేయా! కుమారా! సర్వజన ప్రియా! ఇంకా ఈ విదేహముక్తుని అనుభవం గురించి...విను! - ఎవ్వరి దృష్టిలో ..., → నేను నామ - రూప పరిమితుడనుకాను! అపరిమిత - ఆనందాత్మను! → ఇహమునకు ఆధారమైనట్టి పర (సత్ విత్ - సంవిత్) సుఖాత్ముడను! → జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులకు 'సాక్షి' అయినట్టి, 'కర్త' అయినట్టి తురీయమునకు కూడా అతీతుడను. తురీయమును ఒక అంశగా గల రూపుడను! → ఈ సర్వము సర్వదా సర్వత్రా నేనే అయి ఉండటముచేత, నాకు... 'ఇది శుభము - అదికాదు' అనునది లేదు. శుభాశుభ వివర్జితుడను!

50. యోగాత్మా, యోగయుక్తాత్మా, బంధ – ముక్తి వివర్జితః। గుణాగుణ విహీనాత్మా దేశ కాలాది వర్జితః॥	- జీవాత్మ - పరమాత్మల ఏకత్వమగు **యోగాత్మను. యోగయుక్తాత్మను.** నా కల్పనలో నా కల్పితమగు జీవాత్మకు (స్వతఃగా లేదు కాబట్టి) బంధము లేదు. పరమాత్మగా సర్వమునకు వేరై ఉన్నాను. కాబట్టి దేని వలనా నాకు బంధము లేదు. బంధమే లేని చోట ముక్తి ఎక్కడిది? **బంధ - ముక్తి వివర్జితుడను.**
51. సాక్షి – అసాక్షిత్వ హీనాత్మా కించిత్ కించిత్ న కించన యస్య ప్రపంచ భానం న। బ్రహ్మాకారమపి ఇహ న॥	గుణ-అగుణములు లేనట్టి, దేశకాలములకు సంబంధము కానట్టి **కేవల ఆత్మను.** ఈ సర్వము నాదై, నేనే అయి నాయందే ఉండటంచేత - **దేశ కాల భేదము లేనట్టివాడను.** కించిత్ కించిత్ కూడా నాకు సాక్షిత్వము లేదు. అసాక్షిత్వము లేదు! ఇక్కడ ప్రపంచాకారము లేదు. బ్రహ్మాకారము లేదు.
52. స్వస్వరూపే స్వయం జ్యోతిః స్వస్వరూపే స్వయం రతిః। వాచామ్ అగోచరానందో వాక్ మనో అగోచరః స్వయమ్। అతీతాతీత భావో యో వైదేహీ ముక్త ఏవ సః॥	- నా స్వస్వరూపము (సర్వదీపములను వెలిగించు అగ్నివలె) స్వయం జ్యోతి స్వరూపము! - స్వస్వరూపము నందు 'జగత్' అనే స్వీయకల్పనయందు స్వయముగా రమించుచున్నాను! చెప్పటానికి వీలు లేనివాడను. వాక్ - మనస్సులు ప్రకటించలేని స్వానంద స్వస్వరూపుడను! ***ఇట్టి సర్వాతీత భావము కలవాడు 'విదేహముక్తుడు' అని పిలువబడుచున్నారయ్యా!***
53,54 చిత్త వృత్తేః అతీతో యః, చిత్త వృత్తిః అవభాసకః॥ సర్వవృత్తి విహీనాత్మా వైదేహీముక్త ఏవ సః॥ తస్మిన్ కాలే విదేహీతి దేహస్మరణ వర్జితః॥	ఎవ్వడైతే...., - చిత్త వృత్తులన్నిటికీ అతీతుడై, సాక్షి అయి, మౌనముగా సందర్శించువాడై ఉంటాడో.... - చిత్త వృత్తులను తన నుండి (సూర్యుని నుండి సూర్యకిరణములను వలె) ప్రసరించునట్టి స్వరూపుడై ఉంటాడో..., - సర్వ వృత్తులు లేనట్టి స్థానమును (వృత్తి, రహిత స్థానమును) అలంకరించి సర్వాలంకృతుడై ఉంటాడో...ఆతడే విదేహముక్తుడు. ఏ క్షణంలో నీవుగాని, ఏ జీవుడైనా కానీ 'దేహస్మరణము'ను విస్మరించి వేస్తాడో... (దేహస్మరణ రహితుడౌతాడో) ఆ క్షణం నుండి ఆతడు విదేహముక్తుడే!
55. ఈషన్మాత్రగ్ం స్మృతం చేద్యః తదా సర్వ సమన్వితః। పరైః అదృష్ట బాహ్యాత్మా పరమానంద చిద్ఘనః॥	ఆ విదేహముక్తుడు తనయొక్క అనంత - అఖండ - దివ్య చైతన్యము నుండి బయల్వెడలు అనంత చిత్ కిరణములయొక్క ఒక చిన్న స్ఫురణ విభాగములో (ఈషణ్మాత్రములో) ఈ సర్వజగత్ విభూతులు కలిగియున్నవాడై ఉంటున్నారు! పరులకు కనబడని బాహ్యాత్ముడై, పరమానంద చిద్ఘనుడై, అంతరమున దేదీప్యమానముగా వెలుగొందుచున్నారు.
<u>బ్రహ్మానంద రసాస్వాదుడు</u> **56.** పరైః అదృష్ట బాహ్యాత్మా సర్వ వేదాంత గోచరః బ్రహ్మామృత రసా స్వాదో బ్రహ్మామృత రసాయనః॥	**<u>బ్రహ్మానంద రసాస్వాదుడు</u>** పరస్వరూపుడై, దృశ్య దృష్టికి విషయము (దృష్టము) కానట్టి, 'సర్వ వేదాంతవాక్యములకు (సోఽహమ్ - తత్త్వమ్ - త్వమేవాహమ్...ఇత్యాది మహావాక్యములకు) మాత్రమే గోచరుడు అగుచూ..., బ్రహ్మామృత రసమును గ్రోలుచూ, బ్రహ్మామృతరసస్వరూపుడై అంతటా సంప్రదర్శితుడై ఉంటున్నారు.

57. బ్రహ్మామృత రస అసక్తో,
బ్రహ్మామృత రసః స్వయమ్।
బ్రహ్మామృత రసే మగ్నో
బ్రహ్మానంద శివార్చనః॥

→ ఎల్లవేళలా 'బ్రహ్మముయొక్క అనుభూతి' అను రసమును గ్రోలుటయందు. ఆసక్తచిత్తుడై ఉంటారు.
→ అంతటితో ఆగరు. సక్తత లేకుండానే తనకు తానే బ్రహ్మామృత రసస్వరూపుడై విరాజిల్లుచున్నారు.
→ బ్రహ్మామృత రసమునందు అనునిత్యము నిమగ్నుడై, అనుక్షణికంగా బ్రహ్మానంద శివార్చనను నిర్వర్తించుచున్నారు. బ్రహ్మానందమే ఆతని శివార్చన.

---

58. బ్రహ్మామృత రసే తృప్తో
బ్రహ్మానందానుభావకః।
బ్రహ్మానంద శివానందో
బ్రహ్మానంద రసప్రభః॥

→ బ్రహ్మానంద రసాస్వాదనచే పరమ సంతృప్తుడై ఉంటున్నారు.
→ సర్వత్రా **'ఇదంతా నాయొక్క బ్రహ్మానందానుభవమే!'** అని భావించువాడై ఉంటున్నారు.
→ బ్రహ్మానంద శివ - ఆనందుడై బ్రహ్మానంద - అమృతరస - మధుర రసప్రభలతో వెలుగొందుచున్నారు.

---

59. బ్రహ్మానంద పరంజ్యోతిః
బ్రహ్మానంద నిరంతరః।
బ్రహ్మానంద రసాత్ నాదో
బ్రహ్మానంద కుటుంబకః॥

- (సహస్ర దీపములలోని దీపకాంతివలె) బ్రహ్మానంద పరంజ్యోతి స్వరూపుడై నిరంతరము **పరమానంద-అనునిత్య ఆస్వాదుడై** ఉంటున్నారు. ఎల్లవేళలా బ్రహ్మానంద రసనాదమును, శబ్దములను, బ్రహ్మానంద పలుకులను పలుకుచున్నాడు. బ్రహ్మానంద కుటుంబీకుడై జగత్తులో నివసిస్తున్నారు.

---

60. బ్రహ్మానంద రథారూఢో
బ్రహ్మానందైక చిద్ఘనః।
బ్రహ్మానంద రస ఉద్వాహో
బ్రహ్మానంద రసంభరః॥

'బ్రహ్మానందము' అనే రథమును అధిష్టించిన వాడై విహరిస్తున్నారు. బ్రహ్మానంద - ఏకరస - చిద్ఘనులై వెలుగొందుచున్నారు.

బ్రహ్మానంద రసదేవతా దాంపత్య సమేతుడై బ్రహ్మానందముతో నిండి ఉన్నవాడగుచున్నారు. బ్రహ్మానంద రసంభరుడు అగుచున్నాడు. రసభరితుడై ఊయలలూగుచున్నారు.

---

61. బ్రహ్మానంద జనైః యుక్తో
బ్రహ్మానందాత్మని స్థితః।
ఆత్మరూపమ్ ఇదగ్ంం సర్వమ్
ఆత్మతో అన్యత్ న కించన॥

బ్రహ్మానందమును ఎరిగిన సహజనులతో కూడి బ్రహ్మానందాత్మయందు స్థాపితుడై ఉంటున్నారు.

బ్రహ్మానందాత్మని సిద్ధి స్థితి

ఇక్కడ (ఇంద్రియములకు) ఎదురుగా కనిపిస్తూ ఉన్నదంతా - ఆత్మస్వరూపమే! ఆత్మకు వేరై, కించిత్ కూడా ఎక్కడా ఏదీ లేనే లేదు!

---

62. సర్వమ్ ఆత్మాహమ్, ఆత్మాస్మి
పరమాత్మా పరాత్మకః, నిత్యానంద స్వరూపాత్మా
వైదేహీ ముక్త ఏవ సః॥

ఆత్మనగు నేనే ఈ సర్వము అయి ఉన్నాను. నిత్యానంద స్వరూపాత్మ స్వరూపమగు పరమాత్మను! సర్వము నేనై న నేనే నేను!

- **ఇట్టి అనుభూతి - అవగాహనలచే, అట్టివాడు విదేహముక్తుడే!**

---

63. పూర్ణరూపో మహాన్ ఆత్మా
ప్రీతాత్మా శాశ్వతాత్మకః
సర్వాంతర్యామి రూపాత్మా
నిర్మలాత్మా నిరాత్మకః॥

ఎవ్వరైతే....

- (పంచజ్ఞానేంద్రియములు - పంచకర్మేంద్రియ విషయములు - మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములు - జీవాత్మ - ఈశ్వరాత్మలతో కూడిన షోడశ కళలతో కూడిన) సర్వము తానే అయినట్టి **'పూర్ణరూపమహాన్' ఆత్మగా** ఉంటారో,
- చిదానంద - ప్రీతిస్వరూపుడుగా తనను తాను భావిస్తారో,
- 'నేను శాశ్వతమగు అమృతాత్మను' అని ఆస్వాదిస్తూ ఉంటారో,
- సర్వాంతర్యామి రూపాత్ముడై ఉంటారో,
- నిర్మలాత్ముడై ప్రకాశమానుడౌతారో,
- ఆత్మతత్త్వమునకు ఆవల నిరాత్మకులై కూడా ఉంటారో...,

64. నిర్వికార స్వరూపాత్మా
శుద్ధాత్మా శాంతరూపకః
శాంత శాంత స్వరూపాత్మా
నైకాత్మత్వ వివర్జితః॥

- వికార రహితమగు (దృశ్యత్వము - దేహత్వము మొదలైన వికారములు లేనట్టి) కేవలాత్మ స్వరూపుడుగా ఉంటారో...,
- పరమశాంతమగు పరిశుద్ధాత్ములై ఉంటారో...,
- శాంతమునకే శాంత స్వరూపులై ఉంటారో...,
- సర్వదా ఏకాత్ములై, అనేకాత్మలు కానివారై, అఖండులై... ఏకానేకాత్మత్వమును కూడా విసర్జించి ఉంటారో, **ఆయనయే విదేహముక్తుడు!**

---

65. జీవాత్మ – పరమాత్మేతి
చింతా సర్వస్వ వర్జితః।
ముక్తాముక్త స్వరూపాత్మా,
ముక్తాముక్త వివర్జితః॥

66. బంధమోక్ష స్వరూపాత్మా,
బంధమోక్ష వివర్జితః।
ద్వైతాద్వైత స్వరూపాత్మా,
ద్వైతాద్వైత వివర్జితః॥

'జీవాత్మ - పరమాత్మలు' అనే భేదచింతనను అతిక్రమించి ఉంటారో..,
-జీవాత్మకమైన సర్వస్వమును-పాము తన కుబుసమును వదలునట్లు వదిలి వేసి ఉంటారో (జీవాత్మ పరమాత్మయేనని ఎరిగి ఉంటారో),
- పరమాత్మగా ముక్తము - జీవాత్మగా అముక్తము అను ఉభయములు స్వభావ చమత్కారముగా ప్రదర్శిస్తూ ముక్త - అముక్తములను (Relief and bondage) రెంటినీ జయించి ఉంటారో...,
- బంధ - మోక్షములు ఆత్మస్వరూపముగా గమనిస్తూ (తానే అయి) బంధమోక్షములను వివర్జించివేస్తారో..,
-ద్వైత - అద్వైతములు రెండూ ఆత్మ స్వరూపములుగా గ్రహించి, తానే అయి ద్వైత - అద్వైత వివర్జితుడై ఉంటారో ఆయనయే విదేహముక్తుడు!

---

67. సర్వాసర్వ స్వరూపాత్మా
సర్వాసర్వ వివర్జితః।
మోదప్రమోద రూపాత్మా
మోదాది వినివర్జితః॥

సర్వ - అసర్వ స్వరూపాత్మగా అయి సర్వ - అసర్వములను వదలివేసి ఉంటారో.....,
మోద - ప్రమోద స్వరూపాత్మను ఎరిగి మోదములన్నీ (All Pleasantaries) జయించివేసి ఉంటారో...

---

68. సర్వసంకల్పహీనాత్మా
వైదేహీ ముక్త ఏవ సః॥
నిష్కళాత్మా నిర్మలాత్మా
బుద్ధాత్మా పురుషాత్మకః॥

సర్వ సంకల్పములను రహితం చేసుకొని, సంకల్పములకు ఉత్పత్తి స్థానమగు కేవల స్వస్వరూపమునందు స్థితి పొంది ఉంటారో, అట్టివారే విదేహముక్తులు.
ఎట్టివారైతే... సర్వులయొక్క, తమయొక్క స్వస్వరూపమును - సర్వ సందర్భములకు ఆవలగల కళంకము లేవీ స్పృశించజాలని నిష్కళాత్మగాను, కళాతీతంగాను, నిత్యనిర్మలాత్మగాను, కేవలీ - బుద్ధాత్మగాను, పరమపురుషాత్మగాను దర్శించుచున్నారో, వారే విదేహముక్తులు.

---

69. ఆనందదాది విహీనాత్మా, అమృతాత్మా అమృతాత్మకః।
కాలత్రయ స్వరూపాత్మా, కాలత్రయ వివర్జితః॥

70. అఖిలాత్మా హి అమేయాత్మా, మానాత్మా మాన వర్జితః।
నిత్యప్రత్యక్షరూపాత్మా, నిత్యప్రత్యక్ష వర్జితః॥

71. అన్యహీన స్వభావాత్మా, అన్యహీన స్వయం ప్రభః
విద్యా అవిద్యాది మేయాత్మా, విద్యా–అవిద్యాది వర్జితః॥

-'నేను అన్నమయ - ప్రాణమయ - మనోమయ - విజ్ఞానమయ - ఆనందమయ కోశములన్నీ లేనట్టివాడను!
- అమృతాత్మను! అమృతాత్మకుడను!
- త్రికాలాత్మ స్వరూపుడను! త్రికాలములు లేనట్టివాడను.
- అఖిలాత్మ స్వరూపుడను. అందుచేత అమేయ - అనంతాత్ముడను!
- ఈ ప్రత్యక్షమంతా నా ఆత్మ స్వరూపమే! అయితే, నిత్యప్రత్యక్ష రహితుడను కూడా!
- 'అన్యము' అనునదే లేనట్టి స్వభావముగల ఆత్మను!
- అన్యముయొక్క అవసరమే లేనట్టి స్వయంప్రకాశాత్మను!
- విద్య - అవిద్యలు మమాత్మ స్వరూపమే! కానీ విద్య-అవిద్య మొదలైనవేవీ కించిత్‌కూడా లేనట్టి స్వయం సంపూర్ణాత్మను!

72. నిత్యానిత్య విహీనాత్మా
ఇహాముత్ర వివర్జితః
శమాది షట్క శూన్యాత్మా
ముముక్షుత్వాది వర్జితః॥

- ఆత్మస్వరూపుడుగా నాకు నిత్య-అనిత్యములనేవేవీ లేవు! ఇహ - ఆముత్ర (ఈవల దృశ్య-ఆవల దృశ్యరహిత స్థానఫలములు) లేనట్టివాడను!

- ఆత్మ సర్వదా నాయందు నేనే అయి సిద్ధించియుండగా ఇక ఆపై నాయందు - శమము, దమము, మొదలైన షట్కసాధన సంపత్తికి చోటు ఏది? లేదు? ముముక్షుత్వము కూడా లేదు. సర్వదా ఆత్మ నా స్వరూపమే అయి ఉండగా, ఇక అందుకై **'మోక్ష - అపేక్ష'** అనునదేమున్నది? సర్వదా సిద్ధించియున్న దానికి సాధన సంపత్తితో పనేమున్నది?

---

73. స్థూలదేహ విహీనాత్మా
సూక్ష్మదేహ వివర్జితః
కారణాది విహీనాత్మా
తురీయాది వివర్జితః॥

- సర్వదా ఆత్మయే స్వరూపముగా కలిగియున్నట్టి నాకు స్థూలదేహము లేదు. సూక్ష్మ దేహము లేదు. కారణదేహము - సంస్కార దేహము మొ॥వి లేవు. తురీయావస్థ లేదు. అసలు అవస్థలే లేవు. సర్వదా యథాస్థితుడను కదా!

---

74. అన్నకోశ విహీనాత్మా, ప్రాణకోశ వివర్జితః
మనఃకోశ విహీనాత్మా, విజ్ఞానాది వివర్జితః॥
75. ఆనందకోశ హీనాత్మా, పంచకోశ వివర్జితః
నిర్వికల్ప స్వరూపాత్మా, సవికల్ప వివర్జితః॥

ఆత్మ గురించి వివరించి - నిర్వచించి చూపుటకొరకై అన్నమయ - ప్రాణమయ-మనోమయ-విజ్ఞానమయ - ఆనందమయ...పంచకోశములు శాస్త్రములు **కల్పించి** చెప్పుచున్నాయి. వాస్తవానికి నేను ఆత్మగా పంచకోశ వివర్జితుడను! ఆత్మభావన సిద్ధించుచుండగా, ఇక ఆ విభాగముల చర్చతో పని లేదు. సర్వ సంకల్పములకు జననస్థానమగు ఆత్మయే నేను! కనుక 'సవికల్పత్వము'ను వివర్జించినప్పటి నిర్వికల్ప స్వరూపాత్మను అయి ఉన్నాను!

---

76. దృశ్యానువిద్ధ హీనాత్మా
శబ్దవిద్ధ వివర్జితః
సదా సమాధి శూన్యాత్మా
ఆదిమధ్యాంత వర్జితః॥

దృశ్యమునకు ద్రష్టత్వము, శబ్దమునకు శ్రవణత్వము అను ధర్మములు ఆత్మనగు నా ధర్మములు కావు. అవి మనో సంబంధమైనవి.

ఎల్లప్పుడూ ఆత్మనిష్ఠుడనే! సమాధి అనునది కూడా ఆత్మగా నాధర్మము కాదు. అది బుద్ధి ధర్మము మాత్రమే. ఎందుకంటే, నాకు మొదలు - మధ్య - చివర లేదు. (మనోబుద్ధులకు అవి ఉంటే ఉండవచ్చు గాక!).

---

77. ప్రజ్ఞాన వాక్య హీనాత్మా
'అహమ్‌బ్రహ్మాస్మి' వర్జితః॥
'తత్త్వమసి' – ఆది హీనాత్మా।
'అయమాత్మా' ఇతి అభావకః॥

అనిర్వచనీయమగు కేవలీ పరబ్రహ్మస్వరూపుడను. నా గురించి 'ప్రజ్ఞ' 'బ్రహ్మము' 'త్వమ్' 'ఆత్మ' అనునవన్నీ బోధించుటకై కల్పించబడుచున్నాయి.

-ప్రజ్ఞ (తెలివి) కంటే ముందే ఉన్నవాడిని. కనుక ప్రజ్ఞాన వాక్యహీనుడను!

- అవాక్ మానస గోచరుడను. కనుక 'బ్రహ్మాస్మి' అను శబ్దవర్జితుడను!

- అఖండ స్వరూపుడనగుటచే 'త్వమ్' 'తత్త్వము' అనునది కూడా లేనివాడను. **అఖండ భావన స్వాభావికమైన తరువాత, ఇక వాటితో పని ఏమి?**

---

78. ఓంకార వాచ్య హీనాత్మా
సర్వ వాచ్య వివర్జితః॥
అవస్థాత్రయ హీనాత్మా
అక్షరాత్మా చిద్మాతకః॥

- జీవాత్మ నా స్వరూప - స్వభాములుకావు. అయమాత్మా అభావుడను.

వాక్కులచే 'ఓం' అనుసంజ్ఞామాత్రముచేత, వాచ్యమాత్రము చేత సర్వాత్మకమగు మమ ఆత్మరూపము 'ఇది'అని చెప్పజాలనిది. సర్వవాచ్యములు (శబ్దవర్ణములు) నిర్వచించజాలనిది. **'కైవల్యము' అనుభవైకవేద్యమైనది మాత్రమే. భాషకు అందేది కాదు.**

జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు నా సంచారము కొరకు స్వీయకల్పనలగుట చేత...., నా స్వరూపమునకు అవస్థలకు వేరైనట్టిది. అక్షరము - చిదాత్మకము అయినట్టిది! నేను అవస్థాత్రయ రహితుడను. నా స్వరూపము పరిధిరహితము.

79. ఆత్మజ్ఞేయాది హీనాత్మా
యత్ కించత్ ఇదమ్ ఆత్మకః।
భావాభావ విహీనాత్మా (భానాభావ విహీనాత్మా)
వైదేహీముక్త ఏవ సః॥

ఆత్మ తెలుసుకోబడునది కూడా కాదు. "తెలుసుకొనుచున్నది" "తెలియబడునది", "తెలుసుకోవటము" కూడా తానే అయి ఉన్నట్టిది. తెలియబడే దృశ్య జగత్ విషయము కానప్పటికీ, తెలియబడేదంతా 'తానే' అయినట్టిది. ఆత్మ భావ - అభావ రహితమైనది!

ఈవిధంగా స్వస్వభావము గురించి ఎరిగియున్నవాడు.

తత్ భావనాభ్యాసముగలవాడు - విదేహముక్తుడు!

---

80. ఆత్మానమేవ వీక్షస్వ
ఆత్మానం బోధయ స్వకమ్।
స్వమాత్మానం స్వయం భుక్ష్వ
స్వస్థో భవ, షడానన!

81. స్వ ఆత్మని స్వయం తృప్తః
స్వమాత్మానగ్ం స్వయం చర।
ఆత్మానమేవ మోదస్వ।
వైదేహీ ముక్తికో భవ।

ఇత్యుపనిషత్॥

ఓ షణ్ముఖా! షడాననా! కుమారస్వామీ!

(1) ఇదంతా ఆత్మగా భావించి ఆత్మనే సందర్శించుచుండుము.

(2) ఆత్మబోధ స్వరూపుడవై ప్రకాశించుము.

(3) స్వస్వరూపాత్మనే స్వయముగా ఆస్వాదిస్తూ, ఈ దృశ్యమునంతటినీ స్వస్వరూపముగా దర్శిస్తూ ఆత్మచే స్వస్థుడవై ఉండుము.

(4) స్వస్వరూపాత్మయొక్క జ్ఞాన - విజ్ఞాన అనుభవములచే స్వయంతృప్తుడవై ఉండుము. **స్వాత్మయందే దృశ్యమునంతా స్వాత్మకు అభిన్నమని ఎరిగినవాడవై** స్వయముగా చరించుచుండుము.

(5) ఆత్మచే ఆత్మను దర్శిస్తూ, ఆత్మయందే సంచరిస్తూ రమిస్తూ ఆనందించుము.

విదేహముక్తుడవై ఉండుము.

ఇత్యుపనిషత్

5వ అధ్యాయము
ఆత్మ – అనాత్మ వివేకము

01. 'నిదాఘో' నామ వై మునిః
పప్రచ్ఛ ఋభుం భగవంతమ్
ఆత్మ – అనాత్మ వివేకమ్
అనుబ్రూహి – ఇతి'।
సహోవాచ హ ఋభుః
సర్వ వాచో అవధిః బ్రహ్మ।
సర్వ చింతా అవధిః గురుః।
సర్వ కారణ కార్యాత్మా
కార్యకారణ వర్జితః।

'నిదాఘుడ' అను మునిపుంగవుడు ఒకప్పుడు సద్గురువు, భగవంతుడు అగు ఋభుమహర్షిని సమీపించారు. నమస్కరించారు.

నిధాఘముని : హే భగవాన్! ఋభుమహర్షీ! 'ఆత్మ - అనాత్మ వివేకము' గురించి ప్రసంగిస్తూ దయచేసి నాకు బోధించండి.

బ్రహ్మైవ – న బ్రహ్మవిత్

ఋభుమహర్షి : నాయనా! నిదాఘా। బ్రహ్మము సర్వ వాచ్యములకు (భాషకు -వాక్యములకు-చెప్పటానికి) అవధి (ఆవల) అయి ఉన్నది. సర్వవాక్కులకు సర్వచింతలకు అవధి (పరాకాష్ఠ). కేవల - ఆత్మాహమ్ సిద్ధుని అనుభవం ఏమిటో విను. చెప్పుతాను.

సర్వ కార్య కారణములకు ఆత్మయే కారణము. కానీ ఆత్మ కార్య - కారణములకు సంబంధించినదే కాదు.

---

02. సర్వ సంకల్ప రహితః,
సర్వనాదమయః శివః।
సర్వ వర్జిత చిన్మాత్రః।
సర్వానందమయః పరః॥

03. సర్వతేజః ప్రకాశాత్మా
నాదానందమయాత్మకః।
సర్వానుభవ నిర్ముక్తః
సర్వధ్యాన వివర్జితః॥

ఆత్మ సంకల్పములకు విషయమే కాదు. ఎందుకంటే, ఆత్మ నుండే ఆత్మచే ఆత్మకు అభిన్నమై- సంకల్పములు బయల్వెడలుచున్నాయి. అయితే, ఆత్మ సర్వనాదమయ శివస్వరూపము।

సర్వము అధిగమించినట్టి కేవల చిత్ (ఎరుక) మాత్రము (చిన్మాత్రము). కానీ అద్దానికి ఇదంతా ఆనందమయమై, సర్వమునకు సర్వదా వేరైయున్నది. తన తేజస్సుతో సర్వము ప్రకాశింపజేయుచున్నదై, 'నాదానందమయము' అగు ఆత్మయే ప్రదర్శనమానమగుచున్నది.

ఆత్మ → సర్వ అనుభవములనుండి విడివడినట్టిది! సర్వ ధ్యానములకు వేరైనట్టిది! 'ఆత్మ' అనునది ధ్యాతయొక్క సహజమగు స్వస్వరూపమే అయి ఉన్నది.

---

04. సర్వ నాద కలాతీత
ఏష ఆత్మా అహమ్ – అవ్యయః।
ఆత్మ–అనాత్మ వివేకాది
భేద–అభేద వివర్జితః।

సర్వ నాద - కళలకు అతీతమైయున్న అట్టి అవ్యయమగు ఆత్మయే నేనై ఉన్నాను. ఆత్మ-అనాత్మ వివేకము మొదలైన వాటిచే ఆత్మ సంబంధితమైలేదు.
'ఇది ఆత్మ - అది అనాత్మ'.... అను భేద - అభేదములను వివేకి - దాటివేసి ఉంటాడు.

---

05. శాంతాశాంత విహీనాత్మా
నాదాంత జ్యోతిరూపకః॥
మహావాక్యార్థతో 'బ్రహ్మాస్మి'
ఇతి అతి దూరతః॥

శాంత - అశాంత రహితమగు (ఆ రెండింటికీ సాక్షి అగు) ఆత్మను ఆతడు సర్వత్రా దర్శించుచున్నాడు. నాదమునకు ఆవల 'వత్తి లేని జ్యోతి' రూపకుడై వెలుగొందుచున్నాడు. 'బ్రహ్మాస్మి' అను మాటలకు కూడా అతిదూరంగా ఉంటున్నాడు. బ్రహ్మమే తానైనప్పుడు, ఇక బ్రహ్మాస్మి వాక్యార్థము అవసరమే లేనివాడగుచున్నాడు. (మామిడిపండు తన 'తీపి' గురించి ప్రచారము చేసుకోవలసిన పనేమున్నది).

---

06. 'తత్' శబ్ద వర్జః
'త్వమ్' శబ్ద హీనో
వాక్యార్థ వర్జితః।
క్షరాక్షర విహీనో యో
నాదాంత జ్యోతిరేవ సః।

బ్రహ్మమును సిద్ధించుకొన్నవారు - తత్ - త్వమ్ శబ్దముల భేదమును రహితము చేసి ఏక - అఖండ బ్రహ్మమును దర్శించువారై ఉంటున్నారు. సర్వ వ్యాకార్థములను అధిగమించి ఏకత్వమునందు ఐక్యత్వము పొందిన వాడగుచున్నారు.

నాదమునకు ఆవల తత్త్వార్థ రూప కేవల జ్యోతి స్వరూపులై, ఇక క్షర - అక్షర భేద రహితులగుచున్నారు.

07. అఖండైక రసోవాహమ్, ఆనందోఽస్మి – ఇతి వర్జితః
సర్వాతీత స్వభావాత్మా, నాదాంత జ్యోతిరేవ సః॥

'నేనే అఖండైక (అఖండ + ఏక) రస ఆనందస్వరూపుడను'... మొదలైన శబ్దముల ఆవస్యకతను కూడా దాటివేసిన వారై సర్వమునకు అతీతమగు - నాదమునకు ఆవల **కేవల స్వయం-జ్యోతి స్వరూపుడై సం(ప్రకాశమానుడగుచున్నారు.**

---

08. 'ఆత్మ' ఇతి శబ్ద హీనోఽయం
ఆత్మ శబ్దార్థ వర్జితః
సత్-చిత్-ఆనంద హీనో
య ఏషైవ ఆత్మా సనాతనః॥

'ఇది నా ఆత్మ' అను శబ్దములను అధిగమించి ఆత్మ శబ్దార్థములను వదలి వేసినవాడగుచున్నారు. (ఆత్మయే తానై ఉండగా, ఇక 'ఆత్మ' అను శబ్దార్థముల విచారణతో పనిఏమి?) ఆతనిపట్ల సత్ - చిత్ - ఆనంద శబ్దముల వ్యవహారమంతా తొలగి తనకు తానే 'సనాతనాత్మ'గా వెలుగొందుచున్నాడు. **ఆతడు బ్రహ్మము గురించి ఎరిగినవాడు మాత్రమే కాడు! బ్రహ్మమే తాను!**

---

09. స నిర్దేష్టుమ్ అశక్యో యో
వేద వాక్యైః అగమ్యగః,
యస్య కంచిత్ బహిః నాస్తి
కించిత్ అంతః కియత్ న చ।

అట్టి బ్రహ్మమే తానై యున్న వాని స్థితి 'ఇట్టిది' అని నిర్ణయించి - నిర్దేశించి చెప్పలేము! వేదవాక్యములకు కూడా దొరుకనివాడు! కేవలానుభవము నందు బ్రహ్మమే తానై వెలుగొందువాడు! ఆతనికిక బాహ్య ప్రపంచము లేదు. అంతర ప్రపంచము లేదు. ఆ భేదమే ఉండదు. శాస్త్ర పాఠ్యాంశాలన్నీ మౌనము వహిస్తాయి! ఆతడు మౌనానుభవుడై ఉంటాడు! (మౌనవాఖ్యా ప్రకటిత పరబ్రహ్మ తత్త్వమ్ యువానమ్)

---

10. యస్య లింగం ప్రపంచం వా
బ్రహ్మైవ ఆత్మా, న సంశయః।
నాస్తి యస్య శరీరం వా
జీవోవా భూత భౌతికః॥

అఖండమగు ఆత్మయే తానైయున్న ఆత్మస్థితియందు...,
తానే బ్రహ్మమై వెలుగొందుచుండగా ఇక ఈ భౌతిక (లింగ) ప్రపంచమంతా ఆతని దృష్టిలో (నాటకం-పాత్రయొక్క నాటకీయ సంబంధాలు వలె) స్వతఃగా లేనిదే అగుచున్నది.
- 'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి' శబ్దమును దాటి, భావనలో ప్రవేశించి ఉన్నవానికి ఇక, - శరీరము - జీవాత్మ - భౌతికమైన భూత ప్రపంచము కల్పనామాత్రమై, 'లేనివే' అగుచున్నాయి. **ఎవరో వ్రాసిన ఏదో కథవలె వినోదరూపమగుచున్నాయి.**

---

11. నామరూపాదికం నాస్తి, భోజ్యం వా, భోగభుక్చ వా,
సద్వా-అసద్వా స్థితిర్వా అపి, యస్య నాస్తి క్షర – అక్షరమ్॥

- నామ రూపములు, భోగించబడునది - భోగము - భోగించువాడు (All that being experienced - Experiencing - Experiencer) 'లేనివే' అగుచున్నాయి. సత్తు - అసత్తు, క్షరము - అక్షరము...అను వాటికి కూడా స్థానము లేనట్టిది ఆత్మానుభవము!

---

12. గుణం వా విగుణంవా పి,
సమ ఆత్మా, న సంశయః,
యస్య వాచ్యం వాచకం వా
శ్రవణం మననం చ వా,

13. గురు శిష్యాది భేదం వా
దేవలోకాః సుర – అసురాః
యత్ర ధర్మం – అధర్మం వా
శుద్ధం వా అశుద్ధమ్ అణ్వపి॥

కేవలాత్మానుభవమునందు ప్రవేశించిన వానికి....
- త్రిగుణములు లేవు. గుణరాహిత్యము లేదు.**'గుణములను దాటివేస్తేనే ఆత్మ అనుభవమౌతుంది'** అను సందేహమే ఉండదు. గుణసహిత - గుణరహిత స్థితులలో సమమగు ఆత్మయే అనుభవైక వేద్యము అగుచున్నది!
ఎవ్వనియొక్క **'వచించువాడు - వచనము - వచించబడునది, వినబడునది - వినికిడి - వినువాడు, మనస్సు - మననము - మననము చేయబడే వస్తువు** → ఇవన్నీ ఆత్మయందు లయించి, లేనివగుచున్నాయో,
- గురుశిష్య భేదమంతా సమసిపోతోందో, దేవ - భూ - పాతళములనబడే లోక భేదములు కనబడకుండా పోతున్నాయో,
- దేవతలు - రాక్షసులు మొదలైన భేదమంతా ఏ ఆత్మానుభవి సమక్షంలో అభేదము సంతరించుకుంటున్నాయో...,
- ఏ చోట ధర్మ - అధర్మములకు శుద్ధ - అశుద్ధములకు అణువంత కూడా చోటులేదో...,

---

14. యత్రకాలమ్ అకాలం వా
నిశ్చయః, సంశయో నహి,
యత్ర మంత్రం – అమంత్రం వా
విద్య – అవిద్యే న విద్యతే।

- ఎచ్చట త్రికాలములు అకాలములో ఏకమై ఆత్మయొక్క నిశ్చయము అశంసయము స్థిరరూపము పొందుతాయో,
- ఎక్కడ మంత్ర - అమంత్రములు, విద్య - అవిద్యలు...అనునవి భేదమై కనుపించవో...,

15. ద్రష్టృ దర్శన దృశ్యం వా ఈషణ్మాత్రం కలాత్మకమ్, అనాత్మేతి ప్రసంగో వా హి అనాత్మేతి మనోఽపి వా,	- ద్రష్ట - దర్శన - దృశ్య భేదమంతా కూడా ఆత్మయొక్క కించిత్ కలాప్రదర్శన విశేషము మాత్రమే. - 'అనాత్మ' అనునదే మాట్లాడటానికి గాని, మనస్సులో ఆలోచించటానికి గాని ఏమాత్రము ఉండి ఉండదో... అదియే అనన్యాత్మత్వము.
16. అనాత్మేతి జగద్వాపి, నాస్తి నాస్తీతి నిశ్చిను॥ సర్వసంకల్ప శూన్యత్వాత్, సర్వ కార్య వివర్జనాత్।	- ఏచోట 'ఈ జగత్తు అనాత్మ' అనునది ఏమాత్రము 'లేనిది' అగుచున్నదో, అదియే ఆత్మత్వము, ఆత్మస్థానము, ఆత్మానుభవిత్వము కూడా. ఆత్మ సర్వసంకల్ప రహితము, సర్వసంకల్పాతీతము కూడా.
17. కేవలం బ్రహ్మమాత్రత్వాత్ నాస్తి అనాత్మేతి నిశ్చిను। దేహత్రయ విహీనత్వాత్, కాలత్రయ వివర్జనాత్,	ఓ నిదాఘ మనిసత్తమా! ఆత్మస్థితి గురించి ఇంకా కొన్ని విశేషాలు వినండి. - కేవలము బ్రహ్మము మాత్రమే ఉన్నది. 'అనాత్మ' అనునదే లేదు. - ఆత్మ అకర్త-అభోక్త కాబట్టి 'ఇది చేశాను - అది చేయలేదు. ఇంకా అది చేయాలి' అను రూపము గల కార్యక్రమములన్నీ అంతరమున వదలివేసిన స్థితి! అట్టి ఆత్మ స్థితిలో స్థూలదేహము లేదు. సూక్ష్మదేహము లేదు. కారణదేహము లేదు. భూతకాలము లేదు. వర్తమాన కాలము లేదు. భవిష్యత్ కాలము లేదు. ఆత్మవేత్త → దేహత్రయ - కాలత్రయ వివర్జితుడై, సర్వదా కేవలుడై ఉంటాడు!
18. జీవత్రయ గుణ అభావాత్, తాపత్రయ వివర్జనాత్, లోకత్రయ విహీనత్వాత్- సర్వమ్ ఆత్మేతి శాసనాత్॥	అట్టి 'ఆత్మమేవాఽహమ్' స్థితి... → జీవుడు - ఈశ్వరుడు - ఆత్మల భేదము, బాల్య - యౌవన, వార్థక్య భేదము లేనట్టిది. → అధి భౌతిక - అధి దైవిక - ఆధ్యాత్మిక తాపములు విసర్జించివేసినట్టిది. - భూ - సుర - పాతాళ లోకముల నివాస భేదమే ఉండనట్టిది. 'సర్వము ఆత్మయే' అను **అనుశాసనము** కలిగి ఉన్నట్టిది.
ఇది లేదు కాబట్టి అదీ లేదు **19.** చిత్త అభావాత్ చింతనీయం (న), దేహ అభావత్ జరా-న చ। పాద అభావాత్ గతిః నాస్తి। హస్త అభావాత్ క్రియా న చ॥	**ఇది లేనిభావనచే అదీ లేదు** - చిత్తమే ఆత్మభావన ఉన్నచోట ఉండజాలదు కాబట్టి ఆత్మకు వేరుగా చింతన చేయునదేదీ ఉండదు. - ఆత్మానుభవము సమక్షములో దేహత్వమే లేదు కాబట్టి, **వార్థక్యము లేదు.** - పాదములు అభావించబడుటచేత **గతి** (Walking towards whatever) **అనునది లేనిదే!**
20. మృత్యుః నాస్తి జనన అభావాత్ బుద్ధి అభావాత్ సుఖాదికమ్। ధర్మో నాస్తి। శుచిః నాస్తి। సత్యం నాస్తి। భయం న చ॥	- చేతుల భావమే అభావమై పోతోంది కనుక, **క్రియలు ఉండనివే!** - 'ఆత్మ నగు నేను దేహముతో పుట్టువాడను కాను'...అను 'జన్మ' - అభావము స్వభావసిద్ధమై ఉండటముచేత, **'మృత్యువు'** కూడా లేనిదే. - ఆత్మానుభవము సమక్షంలో 'బుద్ధి' (way of interpreting) 'లేనిదే' అగుటచేత **సుఖదుఃఖాలు లేనివే!** 'అహమాత్మా' భావన సమక్షంలో **ధర్మము - అధర్మము, శుచి - అశుచి, సత్యము - అసత్యము, భయము - అభయములు కూడా మొదలే లేనివగుచున్నాయి.**

21. అక్షరోచ్చారణం నాస్తి గురు – శిష్యాది నాస్తి అపి, ఏక అభావే ద్వితీయః న న ద్వితీయే, న చ ఏకతా॥	'కేవల పరబ్రహ్మమ్' - నిశ్చలానుభవ ఉచ్చారణను దాటిపోయినట్టి స్థితి కాబట్టి అక్షరము(Letters)కు ('ఓం' శబ్దోచ్చారణలకు) ఆత్మన ఆవల ఉన్నట్టిది. ఆత్మ సర్వదా ఏకమే కాబట్టి - గురుశిష్య భేదం లేనిదే. 'ద్వితీయభావము' అనునదే లేకపోవటం చేత **'ఏకభావము' లేనిదే!** ద్వితీయమే లేనిచేట ఏకత్వము మాత్రము ఎక్కడిది?
22. సత్యత్వమ్ అస్తిచేత కించిత్, అసత్యం న చ సంభవేత్। అసత్యత్వం యది భవేత్, సత్యత్వం న ఘటిష్యతి॥	'ఆత్మానుభూతి' ఉన్నచోట సత్యము లేదు. అసత్యము లేదు... 'సత్యత్వము' అనేది ఉండటం జరిగితే, 'ఇది అసత్యము' అనునది కూడా ఉండగలదేమో. అసత్యత్వము ఉన్నచోట్ల సత్యత్వము ఎట్లా ఘటిస్తుంది? ఘటించదు కదా!
23. శుభం యది, అశుభం విద్ధి హి, అశుభాత్ శుభమ్ ఇష్యతే। భయం యత్, అభయం విద్ధి, న భయాత్ భయమ్ ఆపతేత్॥	'ఇది శుభము' అని ఉన్నచోట 'అది అశుభము' అనునది కూడా ఉన్నదే అగుచున్నది. అశుభము ఉన్నచోట 'అది శుభము' అనునది అక్కడే ఉన్నది అగుచున్నది. **ఆత్మభావనకు శుభాశుభములు లేవు.** 'భయము' ఉన్నచోట 'అట్లా అయితే అభయము'... అనునది ఉన్నదే అగుచున్నది. 'ఇది అభయము' అనునది ఉన్నచోట 'అది భయము' అనునది ఉన్నట్లే! ఆత్మ భావన ఉన్నచోట **భయ-అభయములు రెండూ ఉండవు.**
24. బంధత్వమ్ అపి చేత్ మోక్షో బంధ అభావే న మోక్షతా। మరణం యదిచేత్ జన్మ జన్మ అభావే మృతిః న చ॥	'బంధము' ఒక వేళ ఉంటే...అప్పుడు అక్కడ 'మోక్షము ఎట్లాగురా?' అనే ప్రశ్న ఉంటుంది. **'బంధము అనునదే లేదు'...అని అభావించబడిన చోట మోక్ష మెక్కడిది? 'ఆత్మభావన' ఉన్నచోట బంధ -మోక్ష భావనలకు చోటు ఉండదు.** పునర్జన్మ ఉన్నదా? 'మరణము' అనేది ఉంటే...అప్పుడు 'జన్మ' అనేది ఉంటుంది. 'మరణము' అనే భావనయే లేనిచోట 'జన్మ' అనునది ఎక్కడిది? **ఆత్మభావన ఉన్నచోట జనన మరణములు లేవు. ఆత్మదృష్ట్యా ఈ జన్మయే లేనప్పుడు ఇక పునర్జన్మ ఎక్కడిది?**
25. 'త్వమ్' ఇతి అపి భవేత్ చ 'అహమ్', త్వమ్ నోచేత్ అహమేవ న। 'ఇదం' యది 'తదేవ' అస్తి, తత్ అభావాత్ 'ఇదం' న చ॥	కలలో ఎవ్వరో కనిపిస్తూ ఉంటే...ఆ 'నీవు' అనబడునది వాస్తవానికి లేదు కదా! ఆత్మభావనచే ఈ జాగ్రత్‌లో 'నీవు!' అనునది కూడా రహితమై పోతోంది. **'నీవు' (త్వమ్) లేనిచోట 'నేను' (అహమ్) కూడా లేనిదే!** ఇది (జీవాత్మ - జగత్తు) ఉంటే అది (పరమ్) ఉన్నదగుచున్నది. 'ఇదమ్'.... అను భావన ఆత్మయొక్క భావనచే రహితమగుచున్నప్పుడు ఇక 'తత్' భావన మాత్రము ఎక్కడిది? (ఆ రెండూ వేరువేరుగా లేనివే).
26. అస్తి ఇతి చేత్ నాస్తి తదా, నాస్తి చేత్ అస్తి కించ న। కార్యం చేత్ కారణం కించిత్ కార్య అభావే న కారణమ్॥	'ఇది ఉన్నది' అని అనుచున్నచోట 'అది లేదు' అనునది ఉంటున్న దగుచున్నది. 'అది లేదు' అన్నచోట మరొకటి 'ఉన్నది' అనునది స్ఫురణలో ఉంటుంది. **ఆత్మభావనయందు 'ఉన్నది - లేదు' అనునదేదీ లేదు.** 'కార్యము ఇది'.... (something happened) అనునది ఉన్న చోట కారణము కించిత్‌గా అయినా ఉంటుంది. "కార్యము లేదు" - అని కార్యమును అభావించినప్పుడు కారణము ఎక్కడుంటుంది? **ఆత్మ కార్యకారణ రహితము!** ఈ జగత్తంతా కూడా కార్యకారణ రహితము!
27. ద్వైతం యది, తదా అద్వైతం, ద్వైత అభావే ద్వయం న చ। దృశ్యం యది (చేత్) దృక్ అపి అస్తి దృశ్య అభావే దృక్ ఏవ న॥	ద్వైత భావన ఉండి ఉన్నచోట ఇది 'అద్వైతము' అనుభావన ఉంటుంది. రెండవది ఉన్నచోట 'ఒకటి' ఉన్నదగుచున్నది. రెండవదే లేనిచోట ఒక్కటి మాత్రము ఎక్కడిది? **ఆత్మ భావనయందు ద్వైత అద్వైతములు లేవు.** దృశ్యము అనేది నిజానికి ఉంటే, 'ద్రష్ట' అనే వాడు ఉండినవాడై ఉంటాడు. **ఆత్మభావనచే దృశ్యమే అభావించబడుచుండగా, ఇక ద్రష్ట ఎక్కడున్నాడు?**

28. అంతర్ యది, బహిః సత్యం
అంతః అభావే బహిః న చ।
పూర్ణత్వమ్ అస్తిచేత్ కించిత్
అపూర్ణత్వం ప్రసజ్యతే॥

29. తస్మాత్ ఏతత్ క్వచిత్ నాస్తి
త్వం చ అహం వా ఇమే ఇదమ్।
నాస్తి దృష్టాంతగ్ం సత్యే
నాస్తి దార్ష్టాంతికగ్ం హి యజే॥

'పూర్ణత్వము ఉన్నది' అనుచోట కించిత్ అపూర్ణత్వముగా (Concept of relativity) ఉండియే ఉంటుంది. **ఆత్మకు పూర్ణ-అపూర్ణత్వములు లేవు!**

అందుచేత ఓ నిదాఘ మునీంద్రా! మీకు జగత్తులో స్ఫురిస్తున్న 'నేను - నీవు - ఆతడు - అది - ఇది' మొదలైనవన్నీ మొదలే లేవు. 'మొట్టమొదటగా ఆత్మయే ఉన్నది. ఇప్పుడూ ఆత్మయే ఉన్నది'...అనునదే ఆత్మ భావన! దృష్టాంతాలన్నీ సృష్టి కల్పనలో జనించినవే. ఆత్మ తప్పించి వేరుగా ఏదీ లేనప్పుడు, ఆత్మ జన్మరహితమై ఉండగా, ఇక ఆత్మను చూపు 'దృష్టాంతము' ఎక్కడున్నది? 'దార్ష్టాంతగ్'గా చూపబడునది ఏమున్నది? **అంతా ఆత్మయే!**

---

30. 'పరం బ్రహ్మాహమస్మి' ఇతి
స్మరణస్య మనో నహి।
బ్రహ్మమాత్రం జగత్ ఇదం।
బ్రహ్మమాత్రం త్వమపి అహమ్॥

ఆత్మనో అన్యత్ నాస్తి

'నేను **ఇహమ్ - జగత్తు**లో ఒక వస్తువును కాదు. **పరమ్ బ్రహ్మమునే** - అనే మనన ప్రయత్న రూప మనో స్మరణ కూడా ఆత్మాఽహమ్ భావన సమక్షంలో నిలచి ఉండదు. మనస్సే లేనిదగుచున్నచోట ఆ మనస్సు యొక్క ఎట్టి స్మరణకైనా చోటెక్కడిది? ఏ మనస్సుకు ఈ జగత్తు కనిపిస్తోందో, అట్టి జగత్తంతా కూడా స్వతఃగానే 'బ్రహ్మము' అయి ఉన్నది. **నీవు బ్రహ్మమే! నేను బ్రహ్మమే!**

---

31. చిన్మాత్రం కేవలం చ అహమ్
నాస్తి అనాత్మేఽతి నిశ్చిను।
ఇదం ప్రపంచం నాస్త్యేవ
నోత్పన్నం (న ఉత్పన్నం), నో స్థితం క్వచిత్॥

"బ్రహ్మమే 'నేనుగా - నీవుగా' సర్వదా అయి ఉన్నది" అని బుద్ధితో గ్రహించిన తరువాత అప్పుడు.... సమస్తము చిన్మాత్ర స్వరూపముకదా! ఇక 'అనాత్మ' అనునది ఎక్కడున్నది? కనుక, 'అనాత్మ' అనునదే లేదను నిశ్చయము కలిగి ఉండుము.

బ్రహ్మము అద్వితీయము (రెండవది లేనట్టిది) అయి ఉండగా, నీకు వేరుగా గాని, నాకు వేరుగా గాని, దృశ్యప్రపంచమునకు వేరైగాని ఉండ జాలదు. **ప్రపంచము అనునదే లేదు.** ఉత్పత్తి కాలేదు. స్థితించియున్నదీ లేదు. లయించబోవునదీ లేదు. **ప్రపంచము ఆత్మయే!**

---

32. చిత్తం ప్రపంచం ఇత్యాహుః
నాస్తి నాస్త్యేవ సర్వదా।
న ప్రపంచం, న చిత్తాది
న అహంకారో, న జీవకః॥

'ఈ ప్రపంచము చిత్తము యొక్క స్వానుభవమే'...అని చెప్పబడవలసినదీ లేదు. చిత్తము - ప్రపంచము అనబడేవి **ఎప్పుడూ లేవు. లేనే లేవు. ఇక వాటి లయమెక్కడిది?** ప్రపంచము లేదు. చిత్తము - మనస్సు - బుద్ధి - అహంకారము మొ॥వి కూడా లేనే లేవు. కాబట్టి ఆత్మకు వేరై 'జీవుడు' అనబడువాడే లేడు. నాటకంలో కనిపించే పాత్ర వాస్తవానికి ఎక్కడ సత్యమై ఉన్నది? జగత్తులో జీవాత్మ అట్టిదే! **(స్వప్నంలో దృశ్యము వాస్తవానికి లేనట్లే, జాగ్రత్‌లోని దృశ్యము కూడా వాస్తవానికి లేదు).**

---

33. మాయా కార్యాదికం నాస్తి
మాయా నాస్తి భయం నహి।
కర్తా నాస్తి। క్రియా నాస్తి।
శ్రవణం మననం నహి॥

చిత్తము - జగత్తు - జీవాత్మలు ఆత్మకు వేరై లేనేలేదు. అప్పుడు మాయ - వాటి కార్యములు మాత్రం ఎక్కడున్నాయి? మాయ లేదు. (యా మా)! (కలలోని క్రియలకు కర్తలేని తీరుగా)...ఇక్కడ కర్తలేడు. క్రియ లేదు. శ్రవణ - మనన - నిదిధ్యాసలు లేవు.

---

34. సమాధి ద్వితయం నాస్తి
మాతృమానాది నాస్తి హి।
అజ్ఞానంచాఽపి నాస్త్యేవ
హి, అవివేకం కదాచ న॥

నేనూ-నీవూ ఆత్మయే కదా! ఇక వేరే ధ్యానమెక్కడిది? 'సమాధి' ఎక్కడిది? ఆత్మను వదిలి ద్వితీయములో ప్రవేశించటము (సమాధి నుండి చ్యుతి) లేదు. ప్రమాణము లేదు. మానము లేదు. అవమానములేదు.

నీవు-నేను, ఆత్మకాని క్షణమే లేదు. అటువంటప్పుడు అజ్ఞానము మాత్రము ఎక్కడిది? అది తొలగటమెక్కడిది? అజ్ఞానము లేదు. అవివేకములేదు. అంతా ఆత్మయే!

35. అనుబంధ చతుష్కం న।
సంబంధ త్రయమ్ ఏవ న।
న గంగా న గయా సేతుః
న భూతం న అన్యత్ అస్తి హి॥

సర్వదా ఆత్మస్వరూపులమైయున్న మనకు అనుబంధ చతుష్కము **(జగత్తుతో-దేహముతో-ఆలోచనతో-ఇష్టముతో** అనుబంధము) లేనే లేదు.

- త్రికాలములతో, దృశ్య - జీవ - ఈశ్వరులతో, అహమ్ - త్వమ్ - సః లతో **ఆత్మకు సంబంధత్రయము లేదు.**

- గంగాస్నానముచే పవిత్రులమవటము, గయ ఉత్తమ లోకాలకు సేతువు అవటం, పాంచభౌతికత్వము, అద్దానికి వేరైనవి... ఇవన్నీ లేవు. ఆత్మగా ఉండజాలవు.

---

36. న భూమిః న జలం న అగ్నిః
న వాయుః న చ ఖం క్వచిత్।
న దేవా, న చ దిక్పాలా,
న వేదా న గురుః క్వచిత్॥

'ఆత్మాఽహమ్' స్వరూపులమగు మనము సహజముగా అఖండాత్మయే అయి ఉండగా...భూ-జల- అగ్ని-వాయు-ఆకాశ స్వరూప సంబంధము లేనేలేదు. మనము పంచభూతములకు సంబంధించినవారము కాము. అవి మనకు సంబంధించినవి కావు. కల్పన కల్పనయే కదా! ఆత్మ సర్వదా అఖండము - అప్రమేయము కదా! అందుచేత ఇక (వేరుగా) దేవతలూ లేరు. దిక్పాలకులు లేరు. వేదములు లేవు. గురువులులేరు.

---

37. న దూరం న అన్తికం న అన్తం
న మధ్యం న క్వచిత్ స్థితమ్।
న అద్వైతం ద్వైత సత్యం వా
హి, అసత్యం వా ఇదం న చ॥

సహజ-అప్రమేయ-నిర్మల-ఆత్మ స్వరూపులమై ఉండటము చేత ఆత్మగా మనకు 'వారు దూరము' అనునదీ లేదు. 'వీరు దగ్గిర' అనునదీ కించిత్ కూడా లేదు. దూరము-దగ్గర-మధ్య-ఇక్కడ-ఎక్కడో ఇవన్నీ లేవు.

- అద్వైతము లేదు. ద్వైతమూ లేదు. ఇక్కడ సత్యము లేదు. అసత్యము లేదు. **సందర్భంగా అంతా సత్యమే! సహజంగా చూస్తే అంతా అసత్యమే!**

---

38. బంధ మోక్షాదికం నాస్తి
సద్వా అసద్వా సుఖాది వా।
జాతిః నాస్తి। గతిః నాస్తి।
వర్ణో నాస్తి, న లౌకికమ్॥

జీవాత్మ పరమాత్మకు అంశ - ప్రతిబింబ రూపము కనుక పరమాత్మగా బంధమోక్షాదులులేవు. ఆత్మ సర్వమునకు వేరై (అప్రమేయమై ఉన్నదికాబట్టి) **ఆత్మకు బంధ మోక్షములు మొదలే లేవు. అట్లాగే సత్తు లేదు. అసత్తులేదు. సుఖము లేదు. దుఃఖము లేదు.**

దేహధర్మములైనట్టి జాతి - గతి - కదలిక - రాకపోకలు - లౌకిక ధర్మాలు - ఇవన్నీ కూడా సర్వదా త్రికాలములలోను ఆత్మస్వరూపులమగు మనకెక్కడివి? అసలే లేవు!

---

39. సర్వం బ్రహ్మేఽతి నాస్త్యేవ
బ్రహ్మ ఇత్యేవ నాస్తి హి।
చిత్ ఇత్యేవేతి నాస్త్యేవ
చిదహమ్ భాషణం నహి॥

మనము సర్వదా సర్వ కల్పనా స్వరూపమగు బ్రహ్మమే అయి ఉండగా, మనకిక 'సర్వంఖిల్విదమ్ బ్రహ్మ' 'బ్రహ్మతత్త్వము'-ఇటువంటి వాక్యార్థము లతో పనేమున్నది? అవన్నీ ఆత్మగా మనకు లేవు. అట్లాగే "చిత్ - చిదహమ్ - చిత్ త్వమ్"ఇత్యాది సంభాషణల వలన కొత్తగా వచ్చేదేమున్నది? పోయేదే మున్నది? అహమ్ ఆత్మా! త్వమ్ ఆత్మా! - మాటలతో పనేమున్నది! (అఖండత్వము, అప్రమేయత్వము స్వాభావికమే అగుచున్నది).

---

40. అహం బ్రహ్మాస్మి నాస్త్యేవ
నిత్యశుద్ధోఽస్మి న క్వచిత్।
వాచా యత్ ఉచ్యతే కించిత్,
మనసా మనుతే క్వచిత్,

'అహం బ్రహ్మాస్మి - నిత్య శుద్ధోఽస్మి' అని వాక్కుతో చెప్పటం, మననము చేయటం మొదలైనవేవీ అవసరమే లేదు. అద్వితీయత్వము నా స్వభావమే! ఇక మాటలతో పని ఏమి? (ఒక అధికారి 'నేను అధికారినే!' - అనే జపము చేయటం అవసరం లేదు కదా!).

---

41. బుద్ధ్యా నిశ్చినుతే నాస్తి।
చిత్తేన, జ్ఞాయతే నహి।
యోగీ యోగాదికం నాస్తి
సదా సర్వగ్ం సదా న చ॥

బుద్ధితో కొత్తగా నిశ్చయించవలసినది ఏమున్నది? చిత్తముతో తెలుసుకోవలసినదేమున్నది? 'మనము సర్వదా ఆత్మానంద స్వస్వరూపులము'... అనేది ఎప్పటికీ ఉన్న మాటయే! యోగిత్వము లేదు. యోగత్వము లేదు. **'అంతా నేనే! ఏదీ నేను కాదు'** అనే విశేషణ వర్ణములుతోనూ పనిలేదు. (స్వస్వరూపము సర్వదా కేవలాత్మయే కదా!).

42. అహోరాత్రాదికం నాస్తి
స్నాన ధ్యానాదికం నహి।
భ్రాంతిః అభ్రాంతిః అపి న
నాస్తి అనాత్మేతి నిశ్చినుః॥

కాలః కాల (కాలనియామక) స్వరూపమగు కాలమే లేదు. పగలు లేదు. రాత్రిలేదు. సంధ్యా సమయమనునదీ లేదు. స్నానము లేదు. ధ్యానము మొదలైనవి లేవు. ధ్యానము యొక్క ఆశయ వస్తువే నేనై ఉండగా... ఇక నేనే అయి ఉన్న ఆత్మ గురించిన నియమ నిష్ఠలు ఎందుకు?

నేను నేనై, ఈ జగత్తు నా భావన అయి సర్వము నాకు అద్వితీయమై ఉండగా, ఇక భ్రాంతి ఎక్కడిది? అభ్రాంతి ఎక్కడిది? అనాత్మ అని మీరు దేనిగురించి అడిగారో అట్టి దేదీ లేదు! నాకు వేరైనదుంటే కదా అనాత్మ! **'వేరు' అని అనుకోవటమే అనాత్మ!**

సర్వం మిథ్యా। అంతా మిథ్యయే – న సంశయః

అంతా మిథ్యయే అనుమానమే లేదు!

43. వేదం శాస్త్రం పురాణం చ
కార్యం కారణం ఈశ్వరః
లోకో భూతం జనస్తి ఐక్యగ్ం
సర్వం మిథ్యా న సంశయః॥

సర్వాత్మ భావన సిద్ధించగా ఇక, అదియే, పరమ సత్యమై ఉండగా.. వేదము, శాస్త్రము, పురాణములు, కార్య - కారణములు, ఈశ్వరుడు, లోకములు, వివిధ లోకజీవులు, జనులు, ఆ జనుల ఏకత్వము - ఇవన్నీ కల్పనా మాత్రమే! మిథ్యయే! అనుమానమేలేదు.

---

44. బంధో మోక్షః సుఖం ధ్యానం, చిత్తం సుర అసురాః, గౌణం,
ముఖ్యం పరం చ అన్యత్, సర్వం మిథ్యా న సంశయః॥

బంధము - మోక్షము - సుఖము - దుఃఖము - సాధన - ధ్యానము - చిత్తము - దేవతలు - రాక్షసులు - గౌణము (అముఖ్యము) - ముఖ్యము - పరము - అపరము - **అన్నీ మిథ్యయే**। అనుమానమే అక్కర్లేదు.

---

45. వాచా వదతి యత్ కించిత్
సంకల్పైః కల్ప్యతే క్వచిత్
మనసా చింత్యతే యత్‌యత్
సర్వం మిథ్యా న సంశయః॥

- వాక్కుతో ఏమేమి - ఏకించిత్ పలుకబడుచూ ఉంటోందో,
- సంకల్పములచే ఏదేది కల్పితమై ఉండటము జరుగుతోందో,
- మనస్సుతో ఏదేది ఆలోచనా రూపమగుచున్నదో...అట్టి సర్వము మిథ్యయే! సందేహించవలసినదే లేదు! (ఆ మాట్లాడువాడు, ఆ సంకల్పించు వాడు, ఆ ఆలోచించువాడు - అగునట్టి ఆత్మయే సత్యము).

---

46. బుధ్యా నిశ్చీయతే కించిత్, చిత్తే నిశ్చీయతే క్వచిత్
శాస్త్రైః ప్రపంచ్యతే యత్‌యత్, నేత్రేణైవ నిరీక్ష్యతే,
47. శ్రోత్రాభ్యాం శ్రూయతే యత్‌యత్, అన్యత్ సద్భావమేవ చ,
నేత్రం శ్రోత్రం గాత్రమేవ, మిథ్యేతి చ సునిశ్చితమ్॥

బుద్ధితో ఏదేది ఏకించిత్, అయినా "ఇది ఇంతే" అని నిశ్చయించబడినదై ఉంటోందో, చిత్తముచే ఏదేది 'బాగు బాగు' అని ఇష్టమగుచున్నదో, శాస్త్రములచే ఏదేది విస్తరించబడి, విశ్లేషించబడి 'మనోబుద్ధి-చిత్త-అహంకార-బంధ-మోక్ష' భాషాయుక్తముగా విభజన పూర్వకంగా చెప్పుకుపోబడుచున్నదో, కళ్లతో ఏదేది 'ఇది బాగులేదు' అని చూడబడుచూ ఉన్నదో, చెవులతో ఏదేది వినబడుచూ ఉంటోందో, ఏది మంచి - చెడు - చేయాలి-చేయకూడదు - సద్భావము - దుర్భావముగా చెప్పబడుచూ ఉన్నదో- **అంతా మిథ్యయే!**
- ఈ కళ్లు - చెవులు - గొంతు ....ఇవన్నీ మిథ్యయే. ఇది సునిశ్చితం!

---

48. ఇదమ్ ఇత్యేవ నిర్దిష్టమ్, అయమ్ ఇత్యేవ కల్ప్యతే,
త్వమ్, అహమ్, తత్ ఇదగ్ం
సోఽహమ్, అన్యత్, సద్భావమేవ చ,
49. యత్ యత్ సంభావ్యతే లోకే, సర్వ సంకల్ప సంభ్రమః
సర్వ అధ్యాసగ్ం, సర్వ గోప్యగ్ం, సర్వభోగ ప్రభేదకమ్,
50. సర్వ దోష ప్రభేదాశ్చ నాస్తి। అనాత్మేతి నిశ్చినుః॥
మదీయం చ, త్వదీయం చ మమేతి చ, తవేతి చ,

ఏది అనాత్మగా చూడాలి?
- ఇది ఇట్లాగే చేయాలి! అట్లా చేయరాదు.
- ఇది ఇట్లాగే తెలుసుకోవాలి. ఆ రీతిగా తెలుసుకోరాదు.
- దీనిపట్ల ఇటువంటి కల్పనయే తగును. అట్టి ఆ రీతి కల్పన తగదు.
- నీవు-నేను-అది-ఇది-నేను ఇది, అది కాదు - ఇవి మంచి భావాలు. మంచిగా ఉండాలి-ఇటువంటి రీతిగా లోకంలో సంభవించే సర్వసంకల్ప విభ్రమములన్నీ అనాత్మయే! అనాత్మగా చూచీ - చూడక ఉండాలి.

→ అట్లాగో - ఇట్లాగో అనుకోకూడనివి (ఉదా : చావు గురించి మాట్లాడుకోకూడదు...మొదలైనవి) అన్నీ కూడా...,
→ గొప్ప గొప్ప రహస్యములుగా అనుకోబడుతూ ఉండేవి...,
→ గొప్ప - తక్కువ భోగ విషయాలుగా అనుకోబడేవి...,
→ సర్వ దోషములకు సంబంధించిన బేధాభిప్రాయములు...ఇవన్నీ లేవు. అవన్నీ సందర్భములకు సంబంధించి మాత్రమే ఉన్నాయి. సందర్భము లేకుంటే లేవు. కనుక అనాత్మగా గమనించబడవలసినవే.

51. మహ్యం తుభ్యం మయా ఇత్యాది
తత్ సర్వం వితథం భవేత్।
రక్షకో విష్ణుః ఇత్యాది,
బ్రహ్మా సృష్టేస్తు కారణమ్,
52. సగ్ంహారే రుద్ర ఇత్యేవగ్ం
– సర్వం మిథ్యేతి నిశ్చిను।

ఓ నిదాఘా! "ఇది నాకు చెందిన వ్యవహారము. అదంతా నీకు చెందినది. ఇదంతా నాది. అదంతా నీది. నేను చేసేది ఇది. నీవు చేసేది అది"...ఇదంతా ఏదీ వాస్తవానికి లేవు. భావాలు - అభిప్రాయాలు - ఆవేశాలు - ఆవేదనలు నిమిషానికి ఓ తీరు...కనుక లేవు - అను భావన కలిగియే ఉండండి.

"జగత్తుకు రక్షకుడు విష్ణువు. సృష్టించువాడు బ్రహ్మదేవుడు. సంహారకుడు రుద్రుడు - ఇవన్నీ మిథ్యయే"....అను నిశ్చయము కలిగి ఉండండి.

---

53. స్నానం జపః తపో హోమః, స్వాధ్యాయో దేవపూజనమ్
మంత్రం తంత్రం చ సత్సంగో, గుణ దోష విజృంభణమ్,
అంతఃకరణ సద్భావ, అవిద్యాయాశ్చ సంభవః
అనేక కోటి బ్రహ్మాండగ్ం, సర్వం మిథ్యేతి నిశ్చిను।

స్నాన నియమములు, జపోవిధులు, తపోనిష్ఠలు, హోమక్రియలు, స్వాధ్యాయన పారాయణములు, దేవతాపూజలు, మంత్రములు, తంత్రములు, సత్సంగములు, గుణదోషముల విజృంభణములు, అంతఃకరణము, సద్భావములు, అవిద్య, ఏవేవి సంభవిస్తున్నాయో....అవన్నీ కూడా, అనేక కోటి బ్రహ్మాండములనబడునవి - సర్వము మిథ్యయే → అను అంతర్భావన - నిశ్చయము కలిగియే ఉండండి.

---

54. సర్వదేశిక వాక్యోక్త్యా
యేన కేనాపి నిశ్చితమ్,
55. దృశ్యతే జగతిః యత్ యత్, యత్ యత్ జగతి వీక్ష్యతే,
వర్తతే జగతి యత్ యత్, తత్ సర్వం మిథ్యేతి నిశ్చిను।

సర్వ ఉపదేశవాక్యముల ప్రబోధములు, దేనిచే ఏదేది ఎట్లా నిశ్చయింపబడుచున్నవో....అవన్నీ, ఏదది కళ్లకు ఎదురుగా జగత్తుగా కనిపిస్తోందో...అట్టిదృశ్య జగత్తు, ఏదేది జగత్తును చూస్తోందో....అదియు, ఏదేది జగత్తులో వర్తిస్తోందో అది - అంతా కూడా మిథ్యయే! (స్వప్నములోని స్వప్నద్రష్ట స్వప్నానుభవాలవలె గమనించి ఉండండి).

---

56. యేన కేన అక్షరేణ ఉక్తం, యేన కేన వినిశ్చితమ్,
యేన కేనాపి గదితం, యేన కేనాపి మోదితమ్,

దేనిచేత ఏదైతే 'అక్షరము'గా చెప్పబడుచున్నదో, దేని సహాయముచే (ఏ ఏ గురు వాక్యాదుల దృష్టాంతములచే) ఏది సునిశ్చితము అని చెప్పబడుతోందో, ఏదేది-దేనిచే గమనించబడుతోందో, ఏది దేనిచే ఆనందింపబడుచున్నదో,

---

57. యేన కేనాపి యత్ దత్తం, యేన కేనాపి యత్ కృతమ్,
యత్ర యత్ర శుభం కర్మ, యత్ర యత్ర చ దుష్కృతమ్,
58. యత్ యత్ కరోషి సత్యేన
సర్వం మిథ్యేతి నిశ్చను।

- ఏది దేనిచే ఎవ్వరికి ఇవ్వబడుచూ గమనించబడుచున్నదో,
- ఏది దేనిచేత, దేని కొరకు నిర్వర్తించబడుతోందో,
- ఎక్కడెక్కడ ఏది శుభకర్మగా అనుకోబడుతోందో,
- ఎక్కడెక్కడ ఏది ఎవరిచేత అశుభకర్మగా పరిగణించబడుతోందో...,
- ఏదేది ఎక్కడ ఎట్లా చేస్తూ ఇది 'సత్యమే' అను భావనతో చూస్తూ ఉన్నారో - అదంతా 'మిథ్యయే' అని ఎరిగియే ఉండండి.

"ఇదంతా నీవే।"

59. త్వమేవ పరమాత్మాఽసి।
త్వమేవ పరమో గురుః।
త్వమేవ ఆకాశరూపోఽసి
సాక్షి హీనోఽసి సర్వదా।
త్వమేవ సర్వభావోఽసి
త్వమ్ బ్రహ్మాఽసి। న సంశయః॥

నీవే ఇదంతా

నిదాఘముని : అయితే → **పరమాత్మ। పరమ గురువు।** అనునవి కూడా → మిథ్యయేనని ఎరుగమంటారా?

ఋభుమహర్షి : నీవే పరమాత్మ. నీవే పరమ గురువు! నీకు నీవే పరమాత్మ - పరమ గురువు అయి ఉండగా, 'పరమాత్మ వేరు, నేను వేరు'...... అనునది మిథ్యయే మరి. (ఆత్మైవహి గురుః గురోర్గురుః)

త్వమేవ సర్వమ్

ఓ నిధాఘమహాత్మా! తరంగములన్నీ స్వయముగా జలస్వరూపమే కదా! మనముచెప్పుకొంటూ ఉన్న ఆత్మ (లేక) బ్రహ్మము నీవే అయి ఉన్నావు. ఇందులో కించిత్ కూడా సంశయించవలసిన పని లేనే లేదయ్యా!
- నీవే ఇటు, భౌతికాకాశ - అటు, పరమాకాశరూపుడవు కూడా!
- నీవు దృశ్య-దేహ-మనో-చిత్త-అహంకార-జీవాత్మ-ఈశ్వరాత్మలకు **కేవలసాక్షివి.** జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులకు కూడా **సాక్షివి.** నీకు సాక్షి ఇంకెవరూ లేరు. నీయొక్క సర్వభావములు నీ స్వరూపమే. **నీవే బ్రహ్మమువు.** సంశయమే ఉండనక్కర్లేదు.

60. కాలహీనోఽసి, కాలోఽసి,
సదా బ్రహ్మాసి చిద్ఘనః।
సర్వతః సర్వరూపోఽసి స్వస్వరూపోసి
చైతన్యఘనవాన్ అసి॥

61. సత్యోఽసి। సిద్ధోఽసి। సనాతనోఽసి।
ముక్తోఽసి। మోక్షోఽసి। ముదామృతోఽసి।
దేవోఽసి। శాంతోఽసి। నిరామయోఽసి।
బ్రహ్మాసి। పూర్ణోఽసి। పరాత్పరోఽసి॥

త్రికాలములలో ఏకరూపుడవు కాబట్టి నీవు కాలమునకు సంబంధించిన వాడివే కావు. కాల రహితుడవు. కానీ **కాల స్వరూపుడవునీవే!** (నాటకంలోని పాత్ర నీవు కావు. కానీ జరుగుచున్న నాటకంలో పాత్రగా కనిపిస్తున్నది మాత్రం నీవే - అను తీరుగా!) **సదా చిద్ఘన** (ఘనీభూతమైన ఎరుకతో కూడిన) **బ్రహ్మమువు.** సర్వత్రా సర్వరూపములు నీవే! **ఘనీభూత చైతన్య స్వరూపుడవు.** సత్ య- **సత్యరూపుడవు.** సర్వము నీ చేతనే సిద్ధింపజేయ బడుతోంది. కనుక **సిద్ధిరూపుడవు.** జన్మ-కర్మములకంటే , ఈ లోకముల ప్రహసనముకంటే **మునుముందే ఉండి ఉన్నవాడివి.** కనుక **సనాతనుడవు.** ఆత్మస్వరూపుడవగుటచే **నిత్యముక్తుడవు.** ఆత్మకు బంధమెక్కడిది? కనుక **'మోక్ష రూపుడవు.** నీ క్రీడా వినోదమే సరదాయే ఈ సృష్టి. కనుక **ఆనందామృతుడవు. దేవతలకే దేవుడవు. శాంతస్వరూపుడవు. నిరామయుడవు.** నీవే **బ్రహ్మమువు. పూర్ణుడవు. పరాత్పరుడవు!**

---

62. సమోఽసి। సచ్చాఽసి। సనాతనోఽసి।
సత్యాది వాక్యైః ప్రతిబోధితోఽసి।
బ్రహ్మేంద్ర రుద్రాది విభావతోఽసి॥
సర్వాంగ హీనోఽసి। సదా స్థితోఽసి।

సర్వము నీవే కనుక **సర్వసముడవు. కేవల సత్ స్వరూపుడవు.** సర్వకల్పనలు నీవే కాబట్టి **సనాతనుడవు!** సత్ - చిత్ - ఆనంద→ ఉనికి - ఎరుక - అనుభూతి ... మొదలైన అనేక వాక్యములలో ప్రబోధించబడునది నీ స్వరూపమే! బ్రహ్మ - ఇంద్రుడు - రుద్రుడు మొ॥న **అన్నిరూపములుగా ప్రకాశించుచున్నది నీవేనయ్యా! అంగరహితుడవు. సదాస్థితుడవు.**

---

63. సర్వ ప్రపంచ భ్రమవర్జితోఽసి।
సర్వేషు భూతేషు చ భాసితోఽసి।
సర్వత్ర సంకల్ప వివర్జితోఽసి।
సర్వ ఆగమాంత అర్థ విభావితోఽసి।

స్వప్నము (కల) తనదైనవాడు కలలో ఎప్పుడైనా బంధించబడుచున్నాడా? లేదుకదా! ఈ సర్వ ప్రపంచ భ్రమ నీకు వాస్తవానికి లేదు. ఎందుకంటే మెలకువ రాగానే కల కరిగిపోయిన రీతిగా, **ఎప్పుడనుకుంటే అప్పుడు ప్రపంచభ్రమను త్యజించగలిగియే ఉన్నావు.** కల తనదైనవాడే కలలో భావనా పూర్వకంగా అనేకమందిగా కనిపిస్తున్నట్లుగా, నీ జాగ్రత్‌లోని సర్వజీవులుగా భాసిస్తున్నది నీవే! నీ జాగ్రత్‌లో నీవు కాక మరెవ్వరూ భాసించటంలేదు.

సర్వత్రా సంకల్పములకు వేరుగా ఉన్నవాడివే గానీ, ఎవరి సంకల్పమో నీవు కావు. **సర్వ సంకల్పములు లేనివాడివే నీవు.** సర్వవేదముల అంతరార్థములుగా, ఆ అంతరార్థములతో ప్రకాశించుచున్నట్టివాడవు.

---

64. సర్వత్ర సంతోష సుఖాసనోఽసి।
సర్వత్ర 'గతి' ఆది వివర్జితోఽసి।
సర్వత్ర లక్ష్యాది వివర్జితోఽసి।
ధ్యాతోఽసి। విష్ణ్వాది సురైః అజస్రమ్॥

ఈ జగత్ దృశ్యానుభవము, బంధ - మోక్షముల వ్యవహారమంతా నీకు క్రీడ! సరదా! నీ ఆనందము. అందుచేత, నీవు సర్వత్రా సంతోష - సుఖసమన్వితంగా ఆశీనుడవై ఉన్నావు.

నీవు ఎక్కడి నుండి - ఎక్కడకు వెళ్ళుటయే లేదు. అందుచేత...**గతి అనునది ఏమాత్రము లేనట్టివాడవు.** ఈ కనబడేదంతా **నీయందే నీవు నీవుగా ఉండటమే!** కాబట్టి నీవు పొందవలసినదీ లేదు. చేరవలసినదీ లేదు. అనగా 'లక్ష్యము' మొదలైనవేవీ లేనివాడవు. విష్ణువు మొదలైన దేవతలకు అనుక్షణము ధ్యానవస్తువు నీవే అయి ఉన్నావు సుమా!

---

65. చిదాకార స్వరూపోఽసి।
చిన్మాత్రోఽసి నిరంకుశః।
ఆత్మన్యేవ స్థితోఽసి త్వగ్ం।
సర్వశూన్యోఽసి నిర్గుణః॥

నీవు భౌతిక దేహాకార స్వరూపుడవేమోనని అనుకుంటున్నావా? కానే కాదయ్యా! **'కేవల ఎరుక'** అగు చిదాకారస్వరూపుడవు. నీవు నీ ఆత్మస్థానము నుండి చ్యుతి పొందిన క్షణమే లేదు. ఎల్లప్పుడూ ఆత్మస్థితుడివే! **నిన్ను ఆత్మస్థితి నుండి ఎవ్వరూ కదల్చజాలరు.** నిరంకుశముగా ఆత్మయందుస్థితి కలిగి ఉన్నావు. నీలో జగత్తులు లేవు. గుణములు లేవు. దర్పణములోవలె అవి నీ ప్రదర్శనములు మాత్రమే! కనుక **సర్వశూన్యుడవు. నిర్గుణుడవు.**

66. ఆనందోఽసి। పరోఽసి ।
త్వమ్ ఏకఏవ అద్వితీయకః।
చిద్ఘనానన్ద రూపోఽసి
పరిరూర్ణ స్వరూపకః॥

ఈ జగత్తుల కల్పన అంతా నీ ఆనందము. ఆనందించటము నీ స్వభావము. ఆనంద స్వరూపుడివి కదా, మరి!

సర్వమునకు ఆవల సర్వదా విజయంచేసి ఉన్నవాడివి. నీవు ఎల్లప్పుడు పరస్వరూపుడివే! నీకు ద్వితీయమైనది ఎక్కడా ఏదీ లేదు కనుక... ఏకస్వరూపుడవే! అనేక స్వరూపుడివి కావు.

చిద్ఘన - ఆనందరూపుడవు. నీ ఆత్మ రూపమును గురువు అగు నేనో, మరొక ఇష్టదైవమో వచ్చి పరిపూర్ణము చేయవలసిన పనిలేదు. **స్వతఃగానే పరిపూర్ణ స్వరూపుడవు!**

---

67. సదసి త్వమసి జ్ఞోఽసి।
సోఽసి జానాసి, పశ్యసి।
సత్-చిత్-ఆనంద రూపోఽసి।
వాసుదేవోఽసి వై విభుః॥

ఆ నిర్మల - కేవల సత్ రూపమగు ఆత్మ నీవేనని నీవు ఎరిగియే ఉన్నావు. అదియే నీవని నీకు ఎరుకయే! (You know everything) చూస్తూనే ఉన్నావు. (గురువుగా) నేను గుర్తు చేయవలసిన సందర్భము కూడా నీ లీలానందము మాత్రమే.

నీవు సర్వదా సత్ - చిత్ - ఆనందరూపుడవు. సర్వ జగత్తులకు నియామకుడవై, ఉండుటచేత విభుడవు. సర్వ జీవులలో వేంచేసి ఉండటము చేత **వాసుదేవుడవు!**

---

68. అమృతోఽసి విభుశ్చాసి।
చంచలో హి అచలోహి అసి।
సర్వోఽసి। సర్వ హీనోఽసి।
శాంతాశాంత వివర్జితః।

69. సత్తామాత్ర ప్రకాశోఽసి
సత్తాసామాన్యకో హి అసి।
నిత్యసిద్ధ స్వరూపోఽసి।
సర్వసిద్ధి వివర్జితః।

ఓ నిదాఘ నామ మహాశయా! నీవు ఆత్మవు! **జన్మ - మరణములకు విషయమే కావు. అమృత స్వరూపుడవు**. దేహములో **పుట్టువాడవు కావు. చావువాడవు కావు**. మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములకు **నియామకుడవు! విభువువు. ఎప్పటికీ ఏ కదలికలు లేనివాడివి.** అచలుడవు → అయి ఉండి కూడా → సర్వ కదలికలు నీవే కాబట్టి, చంచలుడవు కూడా. సర్వమును కదల్చువాడవు! కదలిక లేనివాడవు!

అన్నీ నీవే అయి, ఏమీ కానట్టి వాడవు. నీవు రచించే నవలలో పాత్రలు నీ కల్పిత వైభవమే అయి కూడా, నీ నవలలో ఏపాత్రగాగానీ నీవు అగుట లేదు కదా! ఇది కూడా అట్టిదే! నీవు శాంతుడవు కాదు! అశాంతుడవు కాదు. ఆ రెండిటితో సంబంధము లేనివాడవు. శాంతాశాంత వివర్జితుడవు.

నీ స్వరూపమును నీవు ఇప్పుడు వ్రతములు జపములు-ప్రాణాయామాది యోగములు నిర్వర్తించి సిద్ధించుకోవలసినది కానే కాదు. నీవు నిత్యసిద్ధ స్వరూపుడవు. అది అట్లుండగా ఇక్కడ సిద్ధించినట్లు కనబడేదేదీ కూడా ఏమాత్రము లేనట్టి వాడవు.

---

70. ఈషన్మాత్ర విశూన్యోఽసి
అణుమాత్ర వివర్జితః।
అస్తిత్వ వర్జితోఽసి త్వం
నాస్తిత్వాది వివర్జితః॥

నీవు ఈషణ్మాత్రము కూడా ఈ జగత్తులో లేవు. అస్వరూపుడవు. అణుమాత్ర కూడా స్వరూపము లేనివాడవు.

నీవు ఉంటేనే దేహాలు, జగత్తులు, అస్తిత్వాలు ఉంటాయి. ఇక నీకో? అస్తిత్వము లేదు. నాస్తిత్వము లేదు. నీ కలలో నీవు ఉన్నావా? ఉన్నావు. వాస్తవానికి కలలో ఉన్నావా? లేదు. కల నీది కాని, కలలోనివాడవుకాదు. నీయొక్కజగత్ అస్తిత్వ - నాస్తిత్వాలు ఇట్టివే।

---

71. లక్ష్య లక్షణ హీనోఽసి
నిర్వికారో, నిరామయః।
సర్వ నాదాంతరోసి త్వం
కలా కాష్ఠా వివర్జితః॥

నీకు 'ఇది లక్ష్యము' అనునది ఏదీ లేదు. అంతా నీయందే ఉండి ఉండగా నీకు లక్ష్యము (objective) ఏముంటుంది? లక్ష్యము లేనివాడవు కనుక, లక్షణములు కూడా లేనివాడవే!

సర్వ శబ్ద స్వరూపుడవు. అక్షరుడవు. సర్వనాదముల అంతరమున చైతన్యరూపుడవై వేంచేసి ఉన్నావు. కలా (కల్పనా - భ్రమయుక్త) కాష్ఠము (శరీరము) లేనట్టి వాడవు.

72. బ్రహ్మ విష్ణు ఈశ హీనోఽ సి।
స్వస్వరూపం ప్రపశ్యసి॥
స్వస్వరూప విశేషోఽ సి।
స్వానందాబ్ధౌ నిమజ్జసి॥

సర్వదా స్వస్వరూపమునే జగత్ దృశ్యముగా సుసందర్శిస్తున్న నీకు → సృష్టి లేదు. స్థితి లేదు - లయము లేదు. బ్రహ్మ లేరు. విష్ణువు లేరు. రుద్రుడు లేరు. ఇదంతా నీకు స్వప్నము వంటిదే! నీ స్వప్నమునకు నీకు వేరైన సృష్టికర్త - స్థితికర్త - లయకర్త ఉండరు కదా! త్రికర్తృత్వములు నీవే అయి ఉన్నావు. త్రిమూర్తులు నీ స్వస్వరూప-అభిన్న విశేషములే!

నీవు స్వస్వరూప విశేషుడవై స్వ-ఆనంద మహాసముద్రములో మునుగుచు - తేలుచు ఉండుటమే నీకు జగత్ ఉత్పత్తి - నాశనములు.

---

73. స్వాత్మ రాజ్యే స్వమేవాఽ సి।
స్వయం భావ వివర్జితః।
శిష్ట పూర్ణ స్వరూపోఽ సి।
స్వస్మాత్ కించిత్ న పశ్యసి॥

నీ 'స్వాఽ త్మరాజ్యము'లో నీవే స్వయముగా 'స్వయం భువము'ను ఏమరచి (వదలి) స్వయముగా ఉన్నావు. శిష్టపూర్ణ స్వరూపుడవై ఉన్నావు. స్వాత్మను కించిత్ దర్శించని వాడవై, అజ్ఞాన భూమికలను నీ **అంగీకారముతోనే నీవు పొందుచున్నావు.**

---

74. స్వస్వరూపాత్ న చలసి
స్వస్వరూపేణ జృంభసి।
స్వస్వరూపాత్ అనన్యోఽ సి,
హి, అహమేవాసి నిశ్చిను॥

స్వస్వరూపము నుండి ఏమాత్రము చలించకుండానే స్వస్వరూపముతో జగత్ దృశ్యుడవై విజృంభిస్తున్నావు. స్వస్వరూపమునకు నీవు అన్యుడవై ఉండటము అనునదే లేదు. కనుక **'ఈ కనబడేదంతా నీవే! నాయొక్క స్వరూపమే!'....** అని ఎరిగి ఉండుము. నిశ్చయుడవై ప్రకాశించుము.

యత్ స్వతః నాస్తి – శశవిషాణవత్–కుందేటికొమ్ము వలె

కుందేలుకు కొమ్ముల వలె జగత్తు లేనేలేదు

75. ఇదం ప్రపంచం యత్ కించిత్
యద్యత్ (యత్ యత్) జగతి విద్యతే,
'దృశ్య' రూపంచ 'దృక్' రూపగ్ం
సర్వగ్ం శశ విషాణవత్॥
(కుందేటి కొమ్మువంటిది)

- ఈ ప్రపంచము రూపముగా ఏకించిత్ కూడా నీకు అనుభవమౌతోందో,
- ఏదేది నీకు జగత్తుగా తెలియవస్తోందో...,
- ఏది దృక్ - ద్రష్ట - దృశ్యముగా నీముందు సంప్రదర్శనమౌతోందో,.... అదంతా కుందేటి కొమ్ములవలే మొదలే లేదు. కుందేలు పరుగులు తీస్తూ ఉంటే చెవులు రిక్కరించటముచేత కొమ్ములు ఉన్నట్లు కనిపించవచ్చు గాక. కానీ లేవు. ఈ జగత్తు అట్టిదే!

---

76. భూమిః ఆపో అనలో వాయుః
ఖం మనో బుద్ధిరేవ చ,
'అహం' కారశ్చ, తేజశ్చ,
లోకం, భువన మండలమ్,

→ పంచభూతములగు భూమి (solid), జలము (liquid), అగ్ని(Heat), వాయువు(movement / Flow factor), ఆకాశము (splacement), మనస్సు, బుద్ధి, అహంకారము, తేజస్సు, ఈ లోకము, తదితర భువన మండలములు -

ఇవన్నీ **"నాటకంలోని, కథలోని స్వప్నంలోని విషయాలువలె", కుందేలుకు కొమ్ములు వలె"** - స్వతఃగా లేవు.

---

77. నాశం జన్మ చ, సత్యం చ
పుణ్యపాప జయాదికమ్
రాగః కామః క్రోధ లోభౌ
ధ్యానం ధ్యేయం గుణమ్ పరమ్,

నశించునవి, జనించునవి, సత్యమైనవి (వాస్తవంగా ఉన్నవి), పుణ్య-పాపములు, జయ - అపజయము, రాగము - కామము - క్రోధము - లోభములు, ధ్యానము - ధ్యానింపబడుచున్న వస్తువులు, ధ్యాన, ధ్యానించువాడు, త్రిగుణములు, త్రిగుణములకు పరమైనది...ఇవన్నీ స్వతఃగా లేవు. **జగత్ - భ్రమచే మాత్రమే ఉన్నాయి.**

---

78. గురు – శిష్య ఉపదేశాదిః, ఆది అంతః శమం శుభమ్,
భూతం భవ్యం వర్తమానం, లక్ష్యం లక్షణమ్ అద్వయమ్,
79. శమో విచారః సంతోషో
భోక్తృ భోజ్యాది రూపకమ్,
'యమ' ఆది అష్టాంగ యోగం చ,
గమన – ఆగమనాత్మకమ్,

గురువు-శిష్యుడు-గురూపదేశములు, ఆద్యంతములు, శమము (ఇంద్రియ నిగ్రహము), శుభాశుభములు కూడా-వాస్తవమైన ఉనికి కలిగిలేవు.
భూత-వర్తమాన-భవిష్యత్‌రూపమగు కాలము, సాధన లక్ష్యమగు అద్వయ లక్షణము, శమము - విచారణ - సంతోషము - సత్సంగము అనబడు సాధన చతుష్టయము. భోక్త - భోగము - భోగించునది అగు త్రిపుటి, యమము - నియమము - ఆసనము - ప్రాణాయామము - ప్రత్యాహారము - తితిక్ష-ధారణ (ధ్యానము) - సమాధి...అను అష్టాంగయోగములు, గమన - ఆగమానాత్మకములు (రాక - పోకలు) - **ఇవన్నీ అసన్మయమే!** నాటకంలోని సంఘటనలవలెనే స్వతఃగా లేవు.

80. ఆది మధ్య అంతం చ, అంతరంగం చ,
గ్రాహ్యగ్ం త్యాజ్యగ్ం
హరిః శివః, ఇంద్రియాణి,
మనశ్చైవ, అవస్థా త్రితయం తథా॥

ఆది (మొదలు), మధ్య (In between), అంతము, అంతరంగము (Inner recess of Heart), గ్రాహ్యము (స్వీకరించవలసినవి), త్యాజ్యము (వదలవలసినవి), సర్వాంతర్యామియగు హరి, శుభంకరుడు అగు శివుడు, ఇంద్రియములు, మనస్సు, జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తి అవస్థల - ఇవన్నీ కుందేటికి కొమ్ములవలే **వాస్తవానికి లేవు.**

---

81. చతుర్విగ్ంశతి (24) తత్త్వం చ
సాధనానాం చతుష్టయమ్
సజాతీయం విజాతీయం
లోకా భూః ఆదయః క్రమాత్,

పంచప్రాణములు + పంచకర్మేంద్రియములు + పంచ జ్ఞానేంద్రియములు' + పంచేంద్రియ విషయములు + మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములు - 24-తత్త్వములు, సాధన చతుష్టయము అయినట్టి శమము (ఇంద్రియ నిగ్రహము)+విచారణ+సత్సంగము+సంతోషము, భూ-భువర్ సువర్ -మహర్-జనో-తపో-సత్య ఊర్ధ్వ (7)లోకములు, అతల - వితల -సుతల - తలాతల - రసాతల - మహాతల - పాతాళ అధో (7)లోకములు...ఇవన్నీ (కుందేటికి కొమ్ములవలే) స్వతఃగా లేవు. కల్పనచే ఉన్నాయి.

---

82. సర్వ వర్ణాశ్రమాచారం, మంత్ర తంత్రాది సంగ్రహమ్,
విద్యా - అవిద్యాది రూపం చ, సర్వ వేదం జడాజడమ్,
83. బంధ మోక్ష విభాగం చ, జ్ఞాన విజ్ఞాన రూపకమ్,
బోధాబోధ స్వరూపం వా, ద్వైత - అద్వైతాది భాషణమ్,
84. సర్వ వేదాంత సిద్ధాంతగ్ం, సర్వ శాస్త్రార్థ నిర్ణయమ్,
అనేక జీవ సద్భావమ్, ఏక జీవాది నిర్ణయమ్,
85. యత్ యత్ ధ్యాయతి చిత్తేన, యత్ యత్ సంకల్పతే క్వచిత్,
బుద్ధ్యా నిశ్చీయతే యత్ యత్, గురుణా సగ్ంశృణోతి యత్,

సర్వ వర్ణాశ్రమ ఆచారాలు, మంత్ర-తంత్ర వ్యవహారాలు, విద్య - అవిద్యలు, సర్వవేదములు, జడ-అజడములు, శాస్త్రములలోని బంధ-మోక్ష పార్యాంశ విభాగములు, జ్ఞాన - విజ్ఞా విశేషాలు, బోధ - అబోధ స్వరూపము, ద్వైత - అద్వైత సంభాషణాపూర్వక చర్చలు, సర్వవేదాంత సిద్ధాంతాలు, సర్వశాస్త్రములు - వాటి వాటి భాష్యములు, వేదోపవాద నిర్ణయములు, అనేక జీవుల అనేక సద్భావనలు, జీవైక్య (అఖండాత్మ) నిర్ణయాలు, ఇవన్నీ మాయలోనివే! కల్పనలోనివే! వాస్తవ దృష్టిచే లేనివే! ఆత్మగురించిన అజ్ఞానము తొలగటానికై విజ్ఞులచే కల్పించబడినవి మాత్రమే.

- ఈ చిత్తముతో ఏవేవి ధ్యానించబడుచున్నాయో, ఏదేది కొద్దిగానైనా సంకల్పించబడుచున్నదో, బుద్ధి ఏమేమి నిర్ణయిస్తోందో, గురువు చెప్పునది శ్రద్ధగా వినబడుచున్నదో.... అంతా కల్పనా విశేషాలే! మాయయే! కుందేటి కొమ్ములవలే మొదలే లేనివి!

---

86. యత్ యత్ వాచా వ్యాకరోతి,
యత్ యత్ ఆచార్య భాషణమ్,
యత్ యత్ సర్వేంద్రియైః భావ్యం, (భాష్యం),
యత్ యత్ మీమాంస్యతే పృథక్,

ఏదేది వాక్కుచే వ్యావహరించబడుచూ ప్రవచించబడుతోందో...,
ఏదేది ఆచార్యులచే భాషణము (ఉపన్యాసముగా)గా చెప్పబడుతోందో,
- ఏదేది అన్ని ఇంద్రియములచే భావించబడుచున్నదో..., ఏదేది భాష్యముగా చెప్పబడుతోందో,
- ఏదేది - 'ఇది వేరు - మేము చెప్పేది వేరు'...అనురూపముగా మీమాంస చేయబడుచున్నదో (చర్చించబడుతోందో...),

---

87. యత్ యత్ న్యాయేన నిర్ణీతం
మహద్భిః వేద పారగైః,
"శివో రక్షతి లోకాన్" వై,
"విష్ణుః పాతి జగత్రయమ్",
88. బ్రహ్మా సృజతి లోకాన్వై,
ఏవమ్ ఆది క్రియాదికమ్,
యత్ యత్ అస్తి పురాణేషు,
యత్ యత్ వేదేషు నిశ్చయమ్,

- ఏదేది 'న్యాయము' 'విధి'...'అనుసరించవలసినది' అని మహనీయులగు వేదపారగులు చెప్పుచున్నారో, **"అది అట్లాగే చేయాలి! వేదవాక్కు కదా!"**....అని జనులచే అనుసరించబడుచున్నదో,

('సర్వః వ్యర్థం మరణ సమయే సాంబ ఏకః సహాయః। శివో రక్షతి లోకాన్')
- శివుడే లోకాలకు రక్షకుడు. విష్ణువే త్రిలోకములకు పాలకుడు → అను భావనలు,

'బ్రహ్మయే ఇదంతా సృష్టిస్తున్నారు' మొదలైన దేవతాకర్తృత్వ ఆపాదన భావములు...**ఇవన్నీ మాయలోనివే!**

పురాణాలలో పురాణ పురుషుల - అవతార పురుషుల మహిమల అభివర్ణనములు, పురాణాలలో 'ఉన్నవి'గా చెప్పబడునవి, వేదముల నిర్ణయాత్మకమైన వర్ణ - ఆశ్రమ ధర్మాలు. - **ఇవన్నీ కుందేటి కొమ్మువంటివే!** వాస్తవానికి లేనివిగా మాయలోనివే.

89. **సర్వ ఉపనిషదాం భావగ్ం**
సర్వగ్ం శశ విషాణవత్॥

ఉపనిషత్తులచే చెప్పబడు (యోగాది) వ్యవహారములు - కుందేటి కొమ్ముల వంటివే.

"దేహోఽహమ్" – సంకల్ప పర్యవసానం

'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పమ్
తత్ అంతఃకరణగ్ం స్మృతమ్।

90. **'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పో**
'మహత్సగ్ంసార' (మహత్ సంసార) ఉచ్యతే।
'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పం
తత్ 'బంధమ్' ఇతి చ ఉచ్యతే॥

నేను దేహమును - అనే సంకల్ప భ్రమ

నిదాఘుముని : మీరు మహదాశ్చర్యకరమైన 'మాయ' వివరణ చెప్పుచున్నారు. ఇదంతా మాయ అయిఉండి కూడా 'సత్యము' అనే 'భ్రమ' ఎట్లా కలుగుతోంది?

ఋభుమహర్షి : 'కుందేటి కొమ్ముల వలే వాస్తవానికి లేదు'....అని ఎరిగి ఉండమని చెప్పినదంతా 'ఉన్నది' అని అనేకమంది దేహులకు అనిపిస్తూ ఉండటానికి కారణము, ఉత్పత్తి స్థానము కూడా - **దేహోఽహమ్ భావనయే! 'నేను పాంచభౌతిక దేహమును'** అను సంకల్పమే...

→ 'అంతఃకరణము' అని చెప్పుకోబడుచున్నది. (లేక) అంతకరణములో - అల్ప, దుష్ట సంకల్పముల వ్యసనములచే ఏర్పడుచున్నది!

→ **'మహా-భీకర -సంసారబంధము'** అని అదియే అనబడుచున్నది!

'నేను ఈ దేహమును మాత్రమే' - అనునదే ఈ జీవునికి బంధము. " దేహము నాకు సంబంధించినది - దేహమునకు నేను సంబంధించిన వాడను''...అను అవినాభావ సంబంధమే బంధము'! ''దేహమే నా ప్రారంభము. దేహమే నా ముగింపు'' - అనునదే **"సంసారభ్రమ".**

91. **'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పమ్**
తత్ 'దుఃఖమ్' ఇతి చ ఉచ్యతే।
'దేహోఽహమ్' ఇతి యత్ జ్ఞానం
తదేవ 'నరకమ్' స్మృతమ్।

ఏ తెలివి-(ప్రజ్ఞ-జ్ఞానముచే నీవు (లేక ఈ జీవుడు) దేహోఽహమ్ సంకల్పమును ఆశ్రయిస్తుండటం జరుగుతోందో, అదియే దుఃఖము (worry)! అదియే నరకము! **నేను దేహమాత్రుడనుకాను - "దేహమునకు వేరైన 'దేహి'ని కదా నేను!"** అను దాని ఏమరపుయే నరక దుఃఖముగా అగుచున్నదని చెప్పబడుతోంది.

92. **'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పం**
'జగత్ సర్వం' ఇతి ఈర్యతే।
'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పో
'హృదయగ్రంథిః' ఈరితః।

'దృశ్యజగత్తు'...అని పొందబడుచూ - చూడబడుచున్నది కూడా... **దేహోఽహమ్** భావనా వృక్ష ఫలమే.

'నేను దేహమును' అను భావనా సంకల్పమే.

- బ్రహ్మగ్రంథి (ఇదంతా సృష్టించబడుతోంది)'.
- విష్ణుగ్రంథి (ఇది పరిపోషించబడుతోంది).
- రుద్రగ్రంథి (ఇది లయింపజేయబడుతోంది).

...అనబడు త్రిగంధి రూప భ్రమలు. ఇవియే హృదయగ్రంథులుగా అభివర్ణించబడుచున్నాయి.

93. **'దేహోఽహమ్' ఇతి యత్ జ్ఞానం, తదేవ 'అజ్ఞానమ్' ఉచ్యతే।**
'దేహోఽహమ్' ఇతి యత్ జ్ఞానం, తత్ 'అసద్భావమ్' ఏవచ॥

'అజ్ఞానము'గా చెప్పబడుచున్నదంతా ఈ దేహమే నేను - అను జ్ఞానమే! దేహోఽహమ్ భావనయే 'అసత్ భావన' (నేను దేహత్వమునకు వేరై ఉన్నాను - అనునది ఏమరచటము) అయి ఉన్నది.

94. **'దేహోఽహమ్' ఇతి యా బుద్ధిః**
సా చ 'అవిద్య' ఇతి మన్యతే।
'దేహోఽహమ్' ఇతి యత్ జ్ఞానం
తదేవ 'ద్వైతమ్' ఉచ్యతే॥

అవిద్య : ఏ బుద్ధిచే 'దేహమే నేను' 'దేహమాత్రుడను'....అను భావన పరిపోషించబడుతోందో అదియే **అవిద్య.**

'దేహముచే పరిమితుడను' అను శబ్దముచే ఉద్దేశ్యించబడుచున్నట్టిదే 'ద్వైతము' అను దోషముగా చెప్పబడుతోంది.

95. **'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పః**
సత్ య 'జీవః' స ఏవ హి।
'దేహోఽహమ్' ఇతి యత్ జ్ఞానం
'పరిచ్ఛిన్నమ్' ఇతీరితమ్।

దేహోఽహమ్ భావన చేతనే 'జీవుడు' అనునది ఏర్పడినదగుచున్నది. (దేహోఽహమ్ భావన తొలగితే ఈ జీవుడు శివుడే)!

'నేను వేరు - నీవు వేరు - దేవత వేరు - గురువు వేరు'...ఇటువంటిదంతా దేహోఽహమ్ భావనా రూపమే. దేహోఽహమ్ జ్ఞానఫలితమే!

96. 'దేహోఽహమ్' ఇతి సంకల్పో
'మహాపాపమ్' ఇతి స్ఫుటమ్।
'దేహోఽహమ్' ఇతి యా బుద్ధిః
'తృష్ణా దోషామయః' కిల॥

"ఈ పాంచభౌతిక దేహము మాత్రమే నా రూపము - గుణము - స్వభావము" - అనునదే 'మహాపాపము' రూపముగా ప్రస్ఫుటమగుచున్నది. 'ఈ దేహము మాత్రమే నాయొక్క ధర్మము అయి ఉన్నది'-అనునదే తృష్ణ- (దాహము). 'ఏదోకావాలి-పొందాలి! లేదా, నా గతి ఇంతే!'...అను రూపముగా ఈ జీవునికి ప్రాప్తిస్తున్నదే తృష్ణ. తృష్ణాదోషముచే పరిమితమగు ఇహము ప్రాప్తిస్తోంది. అపరిమితమగు ఆత్మ ఏమరువబడుచున్నది.

---

97. యత్ కించిదపి సంకల్పం
'తాపత్రయమ్' ఇతీరితమ్॥
కామం, క్రోధం, బంధనం, సర్వ దుఃఖం,
విశ్వం దోషం కాల నానాస్వరూపమ్।
యత్ కించ ఇదగ్ం
సర్వ సంకల్ప జాలం,
తత్ కించ ఇదగ్ం
'మానగ్ం' సోమ్య! విద్ధి॥

'దేహమే నేను' అను భావనయొక్క కించిత్ సంకల్పమే ఆధి భౌతిక - ఆధ్యాత్మిక - ఆధి దైవిక - అను త్రితాపములకు దారితీస్తోంది. దేహోఽహమ్ భావననే **'తాపత్రయము'** అంటున్నారు.

కామము (ఏదో కావాలని తపన); క్రోధము (పగ-ద్వేషము - అసూయ); బంధనము; సర్వదుఃఖములు; 'ఈ విశ్వము నాకు దోషములచే ప్రాప్తించింది'....అనే విశ్వదోష దర్శనము; ఇప్పుడు ఇట్లా - అప్పుడు అట్లా అనబడే కాలచక్ర స్వరూపానుభవము → ఇవన్నీ దేహోఽహమ్ సంకల్పజాల పరిణామాలే! 'దేహాఽహమ్' భావననుండే మనస్సు జనిస్తోంది. కలనా (భ్రమాత్మక) భావ ప్రభావమే దేహోఽహమ్ భావన.

ఇదంతా మనస్సే

మన ఏవ ఇదగ్ం జగత్ సర్వమ్

98. మన ఏవ జగత్ సర్వం।
మన ఏవ సదా రిపుః
మన ఏవ హి సంసారో।
మన ఏవ జగత్త్రయమ్॥

శ్రీ నిదాఘముని : 'ఈ జీవునికి మనస్సే బంధమని, మనో అతీతుడు శివస్వరూపుడే'... అని చెప్పబడుతోంది కదా! అట్టి మనస్సు యొక్క స్వరూప - స్వభావాలగురించి దయచేసి వివరించండి!

ఋభుమహర్షి : మనస్సే ఈ సర్వజగత్ స్వరూపము అయి ఉన్నదయ్యా! స్వస్వరూపము యొక్క చిత్ శక్తి నుండే సంకల్పరూపంగా అది బయల్వెడలు తోంది. ఈ జీవుని విషయంలో **మనస్సే శత్రువు**. అంతకు వేరైన శత్రువే లేదు.

'సంసారము' అను శబ్దమునకు - 'దృశ్యముతో స్వయముగా ఏర్పరచుకొన్న అపార్థము' - అనునది శబ్దార్థము అయినప్పటికీ, అద్దాని అంతరార్థము - పరమార్థము మాత్రము **మనస్సే!** మనస్సే ఈ భూ - దివి - పాతాళ త్రిజగత్తులు కూడా!

---

99. మన ఏవ మహత్ దుఃఖం
మన ఏవ జరాదికమ్
మన ఏవ హి కాలశ్చ
మన ఏవ మలం తథా॥

మనస్సే ఈ జీవునిపట్ల అవిజ్ఞాతుడై ఉన్నంతకాలము మహత్ (గొప్ప) దుఃఖ (Worry) రూపము.

మనస్సే బాల్య - యౌవన - వార్థక్య రూపములుగా ప్రవర్తిస్తోంది. మనస్సే కాలస్వరూపము. మనస్సు లేనివానికి భూత-వర్తమాన-భవిష్యత్ కాలమే లేదు. అరిషట్ వర్గములు మనోరూపమే! సర్వ మలములకు (దోషాలకు) మనస్సే కారణం.

---

100. మన ఏవహి సంకల్పో
మన ఏవహి జీవకః
మన ఏవహి చిత్తం చ
మనో అహంకార ఏవ చ॥

మనస్సుయొక్క రూపమేమిటి? సంకల్పించుటయే! సంకల్పములకు వేరుగా మనస్సు ఏదీ లేదు.

'జీవుడు' అనగా భౌతిక దేహము కాదు. మరి?

మనస్సే!

'చిత్తము - ఇష్టము' → అనగా కూడా మనస్సే. మనస్సే అహంకార రూపము కూడా!

101. మన ఏవ మహత్ బంధం **మనో అంతఃకరణం చ తత్** **మన ఏవహి భూమిశ్చ** **మన ఏవహి తోయకమ్॥** **102. మన ఏవహి తేజశ్చ** **మన ఏవహి మరుత్ మహాన్।** **మన ఏవ హి చ ఆకాశం** **మన ఏవ హి శబ్దకమ్॥**	ఈ జీవుడు → భార్యాబిడ్డలో, సంగతి - సందర్భ - సంబంధ - బాంధవ్యములో, సంపద - ఆపదలో, భౌతిక దేహమో → ఇవన్నీ బంధమనుకుంటున్నాడు. కాదు. కానేకాదు. **మనస్సే అసలైన మహత్ (గొప్ప) బంధము.** - మనస్సే అంతఃకరణము. - ఇంకా కూడా చెప్పాలంటే... మనస్సే భూమి - జలము - తేజస్సు - వాయువు - ఆకాశము...అనబడు పంచభూతముల వాస్తవ - అంతర్గతరూపము. - శబ్దములన్నింటికీ జనన స్థానము మనస్సేనయ్యా!
103. స్పర్శ రూపం రసం గంధం **కోశాః పంచ మనో భవాః।** **జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్త్యాది** **మనోమయమ్ ఇతీరితమ్॥**	- మనస్సే శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస - గంధములగు ఇంద్రియ విషయముల వాస్తవరూపము. మనోభావములే విషయరూపములుగా ప్రదర్శనమగుచున్నాయి. -శాస్త్రములు నిర్వచిస్తున్న భూతమయ - ప్రాణమయ - మనోమయ - విజ్ఞానమయ - ఆనందమయ - పంచకోశములు మనోసాగర భావతరంగాలే! జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్త మొ॥న దశలన్నీ మనస్సే! మనస్సే ఆయా దశల రూపముగా సంప్రదర్శితము అగుచున్నది.
104. దిక్పాలా వసవో రుద్రా **ఆదిత్యాశ్చ మనోమయాః।** **దృశ్యం జడం ద్వంద్వజాతమ్** **అజ్ఞానమ్ – మానసం స్మృతమ్॥**	ఇంద్రుడు-యముడు-వాయువు మొదలైన అష్టదిక్పాలకులు, అష్ట వసువులు, ఏకాదశరుద్రులు, ద్వాదశ ఆదిత్యులు మొదలైనవన్నీ మనోమయములే! ఎదురుగా కనిపిస్తున్న ఈ దృశ్యము, ఇక్కడ జడ - చేతనములుగా కనిపించేది, ఇక్కడ కనబడే సుఖ - దుఃఖ, శీత - ఉష్ణ మొదలైన ద్వంద్వములవలన అనుభవమగుచున్న ఆయా విశేషాలు...ఇవన్నీ కూడా **'అజ్ఞానముతో కూడిన మనన రూప మనస్సు చేతనే అది అట్లున్నది'** అను నిశ్చయము కలిగి ఉండుము.
105. సంకల్పమేవ యత్ కించిత్ **తత్త్వం నాస్తీఽతి నిశ్చిను।** **నాస్తి నాస్తి జగత్ సర్వం।** **గురు శిష్యాదికం నహి॥** **ఇత్యుపనిషత్**	సంకల్పించుట చేతనే మనస్సు. మనస్సుయొక్క అభ్యాస దృష్టిల చేతనే - జగత్ జీవులు ఈఈ తీరుగా ఉన్నారని గమనించు. సంకల్పమే లేకుంటే జగత్తు లేదు. గురువు లేడు. శిష్యుడు లేడు. 'సంకల్పము' లేకుంటే 'నీవు' ఎక్కడిది? సంకల్పములచేతనే 'నేను-నీవు' మొదలైనవి ఏర్పడి ఉంటున్నాయి. సంకల్పము రహితమైతేనో, ... 'నేను-నీవు'లతో సహా సర్వము **అఖండమగు ఆత్మయే!** **ఇత్యుపనిషత్**

6వ అధ్యాయము (సర్వం సచ్చిదానందమ్ – న అన్యమ్)

01. <u>ఋభుః ఉవాచ :</u> సర్వగ్ం సత్ – చిత్ మయం విద్ధి, సర్వగ్ం సత్ చిత్ మయం తతమ్। సత్ చిత్ ఆనందమ్ అద్వైతగ్ం సత్ చిత్ ఆనందమ్ అవ్యయమ్॥	**శ్రీనిదాఘుడు** : ఈ ఎదురుగా ఘనీభూతమై కనిపిస్తున్న శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస-గంధ సమన్వితమై అనేక సంఘటనలు, సంబంధములు, సుఖదుఃఖములతో కూడిన **జగత్ దృశ్యము** యొక్క - వాస్తవ స్వరూపము ఏమిటి? ఎక్కడి నుండి ఇది జనించి ఇక్కడ సిద్ధిస్తోంది? **శ్రీ ఋభుమహర్షి** : ఓ ప్రియ నిధాఘమునీ! ఇదంతా కూడా స్వస్వరూపాత్మ స్వభావమగు 'సత్ (ఉనికి) - చిత్ (ఎరుక)' చేత నిండి, 'తన్మయము' అయి ఉన్నది. ఈ సర్వము **'సత్‌చిత్ ఆనంద అద్వైత అవ్యయము'** చేతనే విస్తరించినదై ఉన్నది.
02. సచ్చిదానంద మాత్రగ్ం హి సచ్చిదానందమ్ అన్యకమ్। సచ్చిదానంద రూపోఽ హగ్ం సచ్చిదానందమేవ ఖమ్।	ఇదంతా నీయొక్క సత్‌చిత్ ఆనంద స్వరూపమే. (అనుభూతి). నీ స్వస్వరూపమునకు ద్వితీయము కానట్టిది. అద్వితీయము. అన్యమైనదంతా అవ్యయమగు నీ సత్ - చిత్ - ఆనందమే. (దృష్టాంతము - ఒకడు తెలుగు అక్షరములతో కథరాస్తే, అక్షరములు తరుగుతాయా? పెరుగుతాయా?' లేదుకదా! అక్షరములు అవ్యయము కదా! **అట్లాగే నేను నీవు కూడా అవ్యయమగు ఆత్మాకాశ స్వరూపులమే! వారు-వీరు అందరము సర్వదా సచ్చిదానంద రూపులము)**
03. సచ్చిదానందమేవ త్వగ్ం। సచ్చిదానంకోఽస్మి అహమ్। మనోబుద్ధి అహంకార చిత్త సంఘాతకా హి యమీ॥	నీవు శరీరము కాదు. అంతరంగముకాదు. అభిప్రాయములు - భావములు కాదు. ఆ వాటన్నిటికంటే ముందే ఉన్న సత్‌చిత్ ఆనంద మాత్రుడవు! నీకు అన్యమైనదంతా ఏమిటంటావా? అదంతా కూడా నీయొక్క సర్వదా సత్‌చిత్ ఆనంద మాత్రమే! **నేను, ఈ భూత, చిత్త , చిదాకాశములు,** నీయొక్క సచ్చిదానందమే! అహమ్, అహంకారము, చిత్తము, ఆ చిత్తమునకు లభిస్తున్న విషయ పరంపరల సంఘాతము, మనస్సు - మనో సంఘాతములు... ఇవేవీ **సత్‌చిత్ ఆనందమునకు వేరు కాదు!**
04. న త్వం, న అహం, న చ అన్యం వా। సర్వం బ్రహ్మైవ కేవలమ్। న వాక్యం న పదం వేదమ్ న అక్షరం న జడం క్వచిత్॥	సత్‌చిదానందమే బ్రహ్మము! ఇదంతా బ్రహ్మమే! అట్టి బ్రహ్మమునకు వేరుగా నీవు లేవు! నేను లేను! లోకపాలకులు లేరు! మరెవ్వరూ లేరు. వాక్యము, ఆ వాక్యములోని పదజాలము (కర్త-కర్మ-క్రియలు), వేదము (తెలియబడేదంతా), అక్షరము (మార్పు లేనిది), జడము (తాను కదలిక - మరొకరిచే కదలించబడేది) - ఇవన్నీ సత్ చిత్ ఆనందస్వరూపమగు బ్రహ్మమునకు ఏమాత్రము వేరుకాదు. (స్వప్నములో కనిపించిన ఒక మూల ఉన్న గృహములోని ఒకానొక గది కూడా - స్వప్న ద్రష్ట యొక్క ఊహాచైతన్య విశేషమే అయిన తీరుగా - ఇదంతా ఏర్పడినదగుచున్నది)
05. న మధ్యం న ఆది న అంతం వా న సత్యం, న నిబంధనమ్। న దుఃఖం న సుఖం భావం। న మాయా ప్రకృతిః తథా।	నీయొక్క - నాయొక్క కేవలీ స్వరూపమగు సత్‌చిత్ ఆనంద పరబ్రహ్మమునకు వేరై...మొదలు లేదు. మధ్య లేదు. చివ్వర ఏదీ లేదు. బ్రహ్మమునకు వేరై మరొక సత్యము లేదు. నిబంధనము లేదు. సుఖ దుఃఖ భావాలు లేవు. మాయలేదు. ప్రకృతి లేదు.
06. న దేహం న ముఖం ఘ్రాణం న జిహ్వా న చ తాలునీ న దంతోష్ఠౌ లలాటం చ నిశ్వాస ఉచ్ఛ్వాస ఏవ చ॥	సత్ - చిత్ - ఆనందమగు బ్రహ్మము (లేక) పరతత్త్వమునకు వేరై - దేహము లేదు. ముఖము లేదు. తాలువు (దవుడ) లేదు. చెవులు - దంతములు - లలాటము (Fore face) లేవు. ఉచ్ఛ్వాస - నిశ్వాసలు కూడా వేరై లేవు.

07. **న స్వేదమ్ అస్థి మాగ్ంసం చ న రక్తం న చ మూత్రకమ్। న దూరం న అంతికం న అంగం న ఉదరం న కిరీటకమ్॥**	స్వేదము (చెమట) - అస్థులు (బొమికలు) - మాంసము - రక్తము - దగ్గిర - దూరములు, అంగములు, పొట్ట - కిరీటకము (నుదురు) - ఏవీ బ్రహ్మము నుండి వేరు కాదు.
08. **న హస్త పాద చలనం న శాస్త్రం న చ శాసనమ్। న వేత్తా వేదనం వేద్యం న జాగ్రత్ స్వప్న సుప్తయః॥**	చేతులు, కాళ్ళు, వాటి కదలికలు, శాస్త్రములు, శాసనములు, తెలిసినవాడు, తెలిసికొనటము, తెలియబడునది, జాగ్రత్ స్వప్న - సుషుప్తులు ఇవన్నీ కూడా బ్రహ్మమునకు వేరైనవి కావు.
09. **తుర్యాతీతమ్ న మే కించిత్, సర్వగ్ం సచ్చిన్మయం తతమ్। న అధ్యాత్మికం। న అధిభూతమ్। న అధిదైవం ।న మాయికమ్॥**	సత్‌చిత్ అగు బ్రహ్మమునకు వేరుగా తుర్యాతీతములేదు. అధ్యాత్మిక - ఆధి భూత అధిదైవికములు లేవు.
10 **న విశ్వః తైజసః ప్రాజ్ఞో విరాట్ సూత్రాత్మకః ఈశ్వరాః న గమ ఆగమ చేష్టా చ న నష్టం। న ప్రయోజనమ్।**	బ్రహ్మమునకు వేరుగా- → విశ్వుడు (జాగ్రత్ అనుభవము కొరకై మనచే అంశగా నియమిత పురుషాకార పురుషుడు)గాని - తేజసుడు (స్వప్నానుభవము కొరకై నియమించబడు పురుషాకార పురుషుడు) గాని, - ప్రాజ్ఞుడు (గాఢ నిద్రానుభవము వహించే {తురీయునిచే} నియమిత పురుషాకార పురుషుడు)గాని లేరు. - జాగ్రత్ - స్వప్న సుషుప్తులు, విరాట్ పురుషుడు, సూత్రాత్మకుడు, ఈశ్వరుడు, దేహియొక్క రాకపోకలు, దేహముల రాకపోకలు, నష్టము - ప్రయోజనము.. ఇవన్నీ కూడా బ్రహ్మమునకు వేరుగా లేవు.
11 **త్యాజ్యం గ్రాహ్యం న దూష్యం వా హి అమేధ్యా మేధ్యకం తథా న పీనం న కృశం క్లేదం న కాలం దేశ – భాషణమ్॥**	త్యజించవలసినట్టివి, గ్రహించవలసినట్టివి, దూషించవలసినవిగా కనిపించేవి, వినతగినవి, విన కూడనివి, చిన్నవి, కృశించేవి, కష్టమైనవి ఇవన్నీ కూడా బ్రహ్మమునకు వేరై లేవు. కాలము, దేశ-భాషణములు, దృశ్య సంబంధమైన ఈ సర్వము, భయము, ద్వైతము, వృక్షములు, పర్వతములు-అన్నీ కూడా **బ్రహ్మమునకు వేరుగా లేవు. బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాయి.**
12 **న సర్వం న భయం ద్వైతం, న వృక్షః తృణ పర్వతాః న ధ్యానం యోగ సగ్ంసిద్ధిః, న బ్రహ్మ క్షత్ర వైశ్యకమ్॥** **13** **న పక్షీ న మృగో న అంగీ, న లోభో మోహ ఏవ చ। న మదో, న చ మాత్సర్యం, కామక్రోధాదయః తథా॥**	-ధ్యాస - ధ్యానము, యోగము, యోగచ్యుతి, యోగసంసిద్ధి, - బ్రహ్మణ క్షత్రియ వైశ్య శూద్రులు, పక్షులు, మృగములు, వస్త్రము, లోభము, మోహము, **అంతా బ్రహ్మమే!** మదము, మాత్సర్యము, కామ-క్రోధములు (అరిషట్ వర్గము).. ఇవన్నీ బ్రహ్మమునకు వేరుకానివై ఉన్నాయి.
14 **న స్త్రీ శూద్ర బిడాలాది, భక్ష్య భోజ్యాదికంచ యత్ న ప్రౌఢ హీనో నాస్తిక్యం, న వార్త – అవసరో అస్తి హి॥** **15** **న లౌకికో అలౌకికోవా, న వ్యాపారో న మూఢతా। న భోక్తా భోజనం భోజ్యం, న మాతా మాన మేయకమ్।**	స్త్రీలు, శూద్రులు, పిల్లి, మేక, భక్ష్యములు, భోజ్యములు, లేహ్యములు, నపుంసకులు, నాస్తికులు, వార్తలు, అవసరములు.. ఇవేమియు లేవు. బ్రహ్మము మాత్రమే ఉన్నది. బ్రహ్మమునకు అవేమీ వేరు కాదు. లౌకిక (లోకసంబంధమైన) వ్యాపారములుగాని, అలౌకిక క్రియా-కార్యక్రమములుగాని, మూఢత్వముగాని, భోక్త (Consumer) - భోజనము (Consuming) - భోజ్యము (Being Consumed) ప్రమాత-ప్రమాణము - ప్రమేయములు గాని..,

16 న శత్రు మిత్ర పుత్రాది న మాతా న పితా స్వసా। న జన్మ న మృతిః వృద్ధిః న 'దేహోఽ_హమ్' – ఇతి భ్రమః॥	శత్రు-మిత్రులు, పుత్రులు, తల్లి-తండ్రులు - తోబుట్టువులు గాని, జన్మ-మృత్యువులు, హాని-వృద్ధులు, 'దేహమే నేను' అను భావనలు గాని.., ఇవేవీ బ్రహ్మమునకు అన్యము కాదు!
17 న శూన్యం నాపి చ అశూన్యం న అంతఃకరణ సగ్ంస్మృతిః న రాత్రిః న దివా నక్తం న బ్రహ్మా న హరిః శివః॥	-శూన్య అశూన్యములుగాని, - మనస్సు-బుద్ధి-చిత్తము-అహంకారము.. అనబడే అంతఃకరణముగాని, రాత్రి-పగలు-అర్ధరాత్రులు గాని, బ్రహ్మ-హరి-శివులు ఇవన్నీలేవు. బ్రహ్మమే ఇవన్నీ అయి ఉన్నాయి. బ్రహ్మమునకు వేరుగా చూస్తే అవేవీ లేవు.
18 న వార పక్ష మాసాది వత్సరం న చ చంచలమ్। న బ్రహ్మలోకో వైకుంఠో న కైలాసో న చ అన్యతః॥	'7' వారములు, శుక్ల - కృష్ణపక్షములు, ద్వాదశ (12) నెలలు, ఋతువులు, సంవత్సరములు, చంచలమగు కాలగతి, ఈ రోజులు, ఆ రోజులు.. ఇవన్నీ బ్రహ్మమే! బ్రహ్మలోకము - వైకుంఠము - కైలాసము తదితర లోకములు.. అవన్నీ కూడా బ్రహ్మమునకు వేరుగా లేవు.
19 న స్వర్గ్ం న చ దేవేంద్రో న అగ్నిలోకో, న చ అగ్నికః। న యమో యమలోకోవా అన్యలోకా, లోకపాలకాః॥	దివ్యమగు సువర్లోకము, అద్దాని అధినేత అగు **దేవేంద్రుడు,** అగ్నిలోకము, ఆ అగ్ని లోకాధిపతి అగు **అగ్నిదేవుడు,** యమలోకము, అద్దానికి అధిపతియగు **యమభగవానుడు**, తదితర లోకములు, వాటి వాటి **అధిపతులు..** అంతా కూడా **బ్రహ్మమునకు వేరుగా లేరు! బ్రహ్మమునకు వేరు కాదు! బ్రహ్మమే అయి ఉన్నారు!**
20 న భూర్భువ స్వః త్రైలోక్యం న పాతాళం న చ భూతలమ్। న అవిద్యా, న చ విద్యా చ న మాయా ప్రకృతిః జడా॥	భూ-భువర్-సువర్లోకములు, తదితర ఊర్ధ్వ-అధో(పాతాళము) మొ॥న లోకములు, భూతలము, ఆయా లోకపాలకులు, అవిద్య, విద్య, మాయ, ప్రకృతి, జడము, చేతనము.. **ఇవన్నీ బ్రహ్మము కంటే వేరుగా లేవు. వేరు కావు. బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాయి!**
21 న స్థిరం క్షణికం నాశం న గతిః న చ ధావనమ్। న ధ్యాతవ్యం న మే స్నానం న మంత్రో న జపః క్వచిత్॥	స్థిరమై ఉండేవి, క్షణికమై ఉండేవి, కొంతకాలము ఉండి నశించునవి, గతి, నిర్గతి, ధావనము (నిర్మలముగా చేయు విధి-విధానములు) - ధ్యానింపవలసినది, స్నానము, మంత్రము, జపము.. **అన్నీ బ్రహ్మమునకు ద్వితీయమై లేవు. బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాయి.**
22 న పదార్థం, న పూజార్థం, న అభిషేకం, న చ అర్చనమ్, న పుష్పం న ఫలం పత్రం, గంధ పుష్పాది ధూపకమ్॥	ఇక్కడ కనిపించే పదార్థములు, పూజాద్రవ్యములు, అభిషేకము, అర్చనము, పుష్పము, ఫలము, ఆకులు, గంధపుష్పములు, ధూపము,
23 న స్తోత్రం న నమస్కారో న ప్రదక్షిణమ్ అణ్వపి। న ప్రార్థనా పృథక్ భావో న హవిః న నివేదనమ్॥	స్తోత్రము, నమస్కారము, ప్రదక్షిణము.. ఇవన్నీ అణువంత కూడా బ్రహ్మమునకు వేరు కావు! అనేక నామరూపాలతో దైవమును ప్రార్థించటము, యజ్ఞములో సమర్పించే హవిస్సు, ఇంకా అనేక ఆయా నివేదనలు,
24 న హోమో న చ కర్మాణి న దుర్వాక్యగ్ం సుభాషణమ్। న గాయత్రీ న వా సంధిః న మనస్యం న దుస్థితిః॥	హోమకర్మలు, తదితర వివిధ కర్మలు.... ఇవన్నీ బ్రహ్మమే కాని, వేరు కాదు. బాధించే దుర్వాక్యములు, సంతోషము కలిగించే సుసంభాషణములు, గాయత్రీ మంత్రము, సంధ్యావందనము, మానసిక స్థితిగతులు, దుస్థితులు.. ఇవన్నీ **ఆత్మకు అనన్యమే కానీ.. అన్యము కానే కావు!**

25 న దురాశా న దుష్టాత్మా
న చండాలో న పౌల్కసః
న దుస్సహం దురాలాపం
న కిరాతో న కైతవమ్॥

గొప్ప దురాశాపరుడు, దుష్టమైన ఆలోచనలు గల దుష్టాత్ముడు, చండాలుడు, పౌల్కసుడు.. (దాసీకి-యజమానికి జనించినవాడు) దుస్సాహసములు, ఇతరుల గురించి దూషణగా - చెడ్డగా మాట్లాడటము → ఇవన్నీ కూడా బ్రహ్మమునకు అభిన్నమేగాని, భిన్నము కాదు.

---

26 న పక్షపాతం పక్షం వా
న విభూషణ తస్కరౌ
న చ దంభో దాంభికో వా
న హీనో న అధికో నరః॥

- పక్షపాత బుద్ధి, ఒక పక్షంలో ఉండి రెండవ పక్షమును తిట్టిపోయుటము, అలంకారములుగా కలిగి ఉన్న వస్తువులు (ఆభరణములు),
- దొంగతనములు చేయువాడు
- లేని గొప్పలు చెప్పుకొనటమనే దంభము, దాంభికము, నరులలో హీనులు, అధికులు.. ఇవన్నీ, బ్రహ్మమే కానీ ఏ మాత్రము వేరు కాదు.

---

27 న ఏకం ద్వయం త్రయం తుర్యం
న మహత్త్వం న చ అల్పతా।
న పూర్ణం న పరిచ్ఛిన్నం
న కాశీ, న కృతం తపః॥

ఏ ఒక్కటో (ఏకము) అయి ఉండటము, రెండుగా అయి ఉండటము (ద్వంద్వము), మూడు అయి ఉండటము, నాలుగు అయి ఉండటము, పూర్ణమైనది, పరిచ్ఛిన్నమైనది, 'కాశీ' వంటి పుణ్యక్షేత్రములు, నిర్వర్తించియున్న కర్మలు, తపస్సు-ఇవన్నీ కూడా ఆత్మయే! ఆత్మకు వేరుకావు! ఆత్మయే బ్రహ్మము. సచ్చిదానందమే!

---

28 న గోత్రం న కులగ్ం సూత్రం
న విభుత్వం న శూన్యతా।
న స్త్రీ న వయోషిన్ నో వృద్ధా
న కన్యా న వితంతు తా॥

కుల-గోత్రములు, వాటివాటికి సంబంధించిన జీవన సూత్రములు, ఆయా.. సందర్భములకు, జనులకు నియామకుడై ఉండటము, నిండుగా ఉండటము, నిర్విషయత్వము (లేక) శూన్యత్వము,
స్త్రీలు, వయస్సులో ఉన్నవారు, వృద్ధులు, కన్యలు, భర్త చనిపోయినట్టి వితంతువులు.. **అంతా బ్రహ్మమయమే! బ్రహ్మమునకు వేరు కాదు.**

---

29 న సూతకం న జాతం వా
న అంతర్ముఖ సువిభ్రమః
న మహావాక్యం ఐక్యం వా
న అణిమాది విభూతయః॥

సూతకము (మైల), జననము, మరణము, అంతర్ముఖత్వము, సంవిభ్రమములు, మహావాక్యములు, పరమాత్మతో ఐక్యమవటము,
అణిమ - గరిమ - లఘిమ - ఈశిత్వ-ప్రాకామ్య - ఇచ్ఛ - వశిత్వ మొదలైన విభూతులు.. అంతా బ్రహ్మమే. బ్రహ్మమునకు వేరై లేవు.

---

30 <u>సర్వం చైతన్యమాత్రత్వాత్</u>
<u>సర్వ దోషః సదా నహి।</u>
<u>సర్వగ్ం సన్మాత్ర రూపత్వాత్</u>
<u>సత్ చిత్ ఆనంద మాత్రకమ్॥</u>

"సర్వము చైతన్య మాత్రమే" - అయి ఉండటము చేత ఎక్కడా ఏవీ దోషములు కావు. సర్వము "సత్- మాత్రము"చే తయారైనవే కాబట్టి సత్‌చిత్ ఆనందమే! (కొన్ని బంగారు ఆభరణములలో "ఆభరణమైతే నాకు నచ్చదు" అన్నంత మాత్రాన బంగారమునకు లోటు ఏముంటుంది?)

---

31 బ్రహ్మైవ సర్వం, న అన్యోఽస్తి।
తత్ అహమ్। తత్ అహమ్ తథా,
తదేవాహమ్। తదేవాహమ్।
బహ్మైవాహగ్ం సనాతనమ్॥

సర్వము బ్రహ్మమే! బ్రహ్మమునకు వేరై ఏదీ ఎక్కడా లేదు. కాబట్టి నేను బ్రహ్మమునకు వేరెట్లా అవుతాను? బ్రహ్మమునే! ఈ విధంగా నేనెప్పుడూ బ్రహ్మమే! ఆ తత్‌బ్రహ్మమే నేను. అదియే నేను! సర్వజన్మ-కర్మలకు, జగత్తులకు మునుముందే ఉండి ఉంటున్నదైనట్టి బ్రహ్మమును! అందుకే **'సనాతన బ్రహ్మము'** అని పిలువబడుచున్నాను.

బ్రహ్మైవాఽహమ్ సదా

నేను అప్పటికీ - ఇప్పటికీ - ఎప్పటికీ బ్రహ్మమునే!

32 బ్రహ్మై వాహం। న సగ్ంసారీ।
బ్రహ్మైవాహం న మే మనః।
బ్రహ్మైవాహం న మే బుద్ధిః।
బ్రహ్మైవాహం న చ ఇంద్రియమ్॥

నేను సదాశివ బ్రహ్మమును!
- సంసారిని కాదు. దృశ్యబద్ధుడనుకాదు!
- ఆలోచన నా నుండి బయల్వెడలుతోంది. నేను ఆలోచన కాదు! కాబట్టి మనస్సును కాదు! బ్రహ్మమునే!
- తెలివి నా నుండి బయల్వెడలే ఒక స్ఫూర్తి. అంతేగాని నేను తెలివిని

33 బ్రహ్మైవాహం న దేహోఽహం
బ్రహ్మైవాహం న గోచరః।
బ్రహ్మైవాహం న జీవోఽహం
బ్రహ్మై వాహం న చేదభూః॥
(న అచేతభూః)

కాదు. అనగా బుద్ధిని కాదు. **నేను బ్రహ్మమును'. అహమ్ బ్రహ్మాస్మి.**

- జ్ఞానేంద్రియములు, కర్మేంద్రియములు నేను ఉపయోగించు - నా స్ఫూర్తి రూపములగు ఉపకరణములు. అంతేగాని నేను ఇంద్రియములు కాదు. సదా శివబ్రహ్మమునే!

-ఈ భౌతిక దేహము నాచే ఉత్తేజింపజేయబడుచున్న, కదల్చబడుచున్న ఒక వస్తువు. ఈ దేహము నేను కాదు! సర్వదా బ్రహ్మమును!

- కళ్లకు గోచరమయ్యేదీ నేను కాదు. ఇదంతా నాయందు నా కల్పన! అందుచేత నేను ఎల్లప్పుడు బ్రహ్మమే!

- నేను బ్రహ్మమును. అంతేగాని దేహముచే కదల్చబడు అచేతనుడను కాదు. జీవుడను కాదు.

---

34 బ్రహ్మైవాహం జడో నాఽహమ్
అహం బ్రహ్మ న మే మృతిః।
బ్రహ్మైవాహం న చ ప్రాణో
బ్రహ్మై వాహం పరాత్ పరః॥

అచేతనమగు జడమును కాదు. సర్వము సచేతనముగా చేయుచున్న బ్రహ్మమే నేను! సృష్టి అంతా భావన - కల్పన! నేనో? భావన - కల్పనలకు కర్తను. అందుచేత నేనే బ్రహ్మదేవుని సృష్టికల్పనా కళాకారుడను. (నా స్వప్నంలో నేను సృష్టించటం లేదా?) కనుక బ్రహ్మను నేనే. మార్పులకు కారణము బ్రహ్మముగా నేనే, కాబట్టి 'మృత్యువు'ను కూడా నేనే! ప్రాణములు స్వతఃగా జడము. నేను ప్రాణములు కదల్చుచున్న చైతన్యబ్రహ్మమును. కనుక ప్రాణములు నేను కాదు. ప్రాణేశ్వరుడను.

---

35 ఇదం బ్రహ్మ పరం బ్రహ్మ
సత్యం బ్రహ్మ ప్రభుర్హి సః।
కాలో బ్రహ్మ కలా బ్రహ్మ
సుఖం బ్రహ్మ స్వయం ప్రభమ్॥

జగత్తుగా ఉన్నది బ్రహ్మము! దీనికి సాక్షిగా ఉండి 'పరము'గా ఉన్నట్టిది బ్రహ్మమే! సత్యము (యమ్ సత్) బ్రహ్మము! ఈ సర్వమునకు అధికారి, ప్రభువు బ్రహ్మమే! కాలము బ్రహ్మమే! కల్పన కూడా బ్రహ్మమే! సుఖము బ్రహ్మమే! నేనే బ్రహ్మమును. 'బ్రహ్మము' అయినట్టి నన్ను వేరెవరో భావింపజేయటము లేదు. బ్రహ్మముగా నేనే సర్వమును భావిస్తున్నాను.

---

36 ఏకం బ్రహ్మ ద్వయం బ్రహ్మ
మోహో బ్రహ్మ శమాది కమ్।
దోషో బ్రహ్మ, గుణో బ్రహ్మ,
దమః శాంతం విభుః ప్రభుః।

-'ఏకము'గా ఉన్నదీ బ్రహ్మమే!

- ద్వయము (పరమాత్మ - జీవాత్మలు)గా ఉన్నదీ బ్రహ్మమే!

మోహము బ్రహ్మమే! ఆ మోహము శమింపజేయు విధి విధానములు, ప్రక్రియలు బ్రహ్మమే!

దోషము బ్రహ్మమే! గుణములు బ్రహ్మమే! దోషగుణములు బ్రహ్మమే! అంతరింద్రియములు బ్రహ్మమే! అంతరింద్రియ నిగ్రహము బ్రహ్మమే! అప్పుడు లభిస్తున్న శాంతి బ్రహ్మమే! ఇదంతా ఎవ్వరి విభూతియో, ఆ విభువు బ్రహ్మమే! దీనికంతటికీ యజమాని పాలించువాడు, ప్రభువు కూడా బ్రహ్మమే!

---

37 లోకో బ్రహ్మ గురుర్బ్రహ్మ
శిష్యో బ్రహ్మ సదా శివః।
పూర్వం బ్రహ్మ పరం బ్రహ్మ
శుద్ధం బ్రహ్మ శుభాశుభమ్॥

ఈ లోకమంతా బ్రహ్మమే! దీనినంతటినీ బ్రహ్మముగా నిర్వచించి సుస్పష్టీకరిస్తున్న బ్రహ్మానుభావుడగు గురువు బ్రహ్మమే! గురు ప్రవచనములను భక్తి-జ్ఞాన-వైరాగ్యములతో వినుచున్న శిష్యుడు బ్రహ్మమే!

వినకముందు - వినుచున్నప్పుడు - వినిన తరువాత ఆ గురుశిష్యులిద్దరూ 'సదా' - శివబ్రహ్మస్వరూపులే! పూర్వము (Past)) బ్రహ్మమే! ముందు ముందు (In future) ఉండబోవునది బ్రహ్మమే! పూర్వ-పరములు లేనట్టి శుద్ధము - బ్రహ్మమే! శుభము - అశుభము కూడా బ్రహ్మమే!

38 జీవ ఏవ సదా బ్రహ్మ
సచ్చిదానందమస్మి అహమ్॥
సర్వం బ్రహ్మమయం ప్రోక్తం,
సర్వం బ్రహ్మమయం జగత్॥

ఈ జీవుడు త్రికాలములలోను, త్రిదశలలోను, ఎరుగక-ఎరుగుచూ-ఎరిగిన తరువాత కూడా బ్రహ్మమే. నీకు ఇదంతా చెప్పుచూ ఉన్న నేను సదా శివబ్రహ్మమునే! నీవు బ్రహ్మమే. ఇదంతా నేను ఇట్లా ఇప్పుడు నిర్ణయించి చెప్పటము లేదు. **వేద-ఉపనిషత్తులు, సత్యదర్శులు-వారందరిచే అంతా 'బ్రహ్మమయము' అని చెప్పబడుచూనే ఉన్నది.** "మట్టి బొమ్మలో అంతా మట్టియే" అనువిధంగా-జగత్తు సర్వము బ్రహ్మమయమే!

39 స్వయం బ్రహ్మ న సందేహః
స్వస్మాత్ అన్యత్ న కించన।
సర్వం ఆత్మైవ, శుద్ధాత్మా!
సర్వం చిన్మాత్రమద్వయమ్॥

నీవు-నేను-ఆతడు-ఈతడు-వారు-వీరు మనమంతా స్వయముగా 'బ్రహ్మము' అయిఉన్నాము! మనము 'బ్రహ్మము' అగుటకు మరొక్కటేదీ రావలసిన-పొందవలసిన పనిలేదు. చేయవలసినది లేదు. ఇందులో సందేహమే లేదు. స్వస్వరూపమునకు అన్యమై ఎక్కడా-ఏదీ లేదు. ఓ శుద్ధాత్మా! ఇదంతా నీ ఆత్మయేనయ్యా! సర్వము అద్వయమగు చిన్మాత్రమే!

అణుమాత్రం ఇదం జగత్

40 నిత్య నిర్మల రూపాత్మా హి, ఆత్మనో అన్యత్ న కించన
అణుమాత్ర లసత్ రూపం, అణుమాత్రమ్ ఇదం జగత్॥

అణుమాత్ర జగత్తు

ఆత్మ నిత్య-నిర్మల రూపమై ఉన్నది. ఆత్మకు అన్యమై ఎక్కడా ఏదీ కించిత్ కూడా లేదు. అట్టి అనంతాత్మ-ప్రకాశములోని అణుమాత్ర విభాగంలో ఈ సమస్త దృశ్య జగత్తు పరమాణుమాత్ర పరిమాణంగా వెల్లివిరుస్తోంది.

41 అణుమాత్రం శరీరం వా హి
అణుమాత్రం అసత్యకమ్।
అణుమాత్రం అచింత్యం వా
చింత్యం వా హి అణుమాత్రకమ్॥

నా 'పరబ్రహ్మము' అనబడు అనంత చిదానందములో ఒకానొక చిత్ అణువు శరీరత్వము. 'కల్పన-అసత్యము" అనేవి కూడా అణుమాత్రమే! అచింత్యమైనదంతా ఆత్మాకాశమునందు అణుమాత్రమే! చింత్యమైనది కూడా అనంతాత్మయందు అణుమాత్రమే!

బ్రహ్మైవాఽహమ్ – న సందేహః

42 బ్రహ్మైవ సర్వం చిన్మాత్రం
బ్రహ్మమాత్రం జగత్ త్రయమ్।
ఆనన్దమ్ పరమానన్దమ్
అన్యత్ కించిత్ న కించన॥

బ్రహ్మైవాఽహమ్ - సందేహమే లేదు

నీలోని-నాలోని - జీవులందరిలో "ఎరుగుచున్నది" - యే "ఎరుగబడునది" గా అయి ప్రభవిస్తోంది. ఆ రెండింటి ఏకత్వమే చిన్మాత్రము, చిన్మాత్ర మంతా కూడా బ్రహ్మమే! భూ-భువర్ - సువర్, మర్త్య- పాతాళ - ఆకాశ దివ్య త్రిలోకములు బ్రహ్మమే! సమస్తము కూడా ఆనంద-పరమానంద స్వరూపమగు కేవలాత్మా-సంప్రదర్శనమే. ఆత్మకు అన్యమనునదే లేదు.

43 చైతన్య మాత్రం ఓం కారం, బ్రహ్మైన సకలగ్ం స్వయమ్
అహమేవ జగత్ సర్వమ్। అహమేవ పరం పదమ్॥

ఓంకారము చైతన్య బ్రహ్మమాత్రమే! ఈ సకలము స్వయముగా బ్రహ్మమే! నేను స్వయముగా బ్రహ్మమునే! కనుక నేనే సర్వజగత్తును! నేనే ఈ జగత్తుకు ఆవల గల పరమపదమును కూడా!

44 అహమేవ గుణాతీత(మ్)।
అహమేవ పరాత్ పరః।
అహమేవ పరంబ్రహ్మ
అహమేవ గురోర్గురుః॥

నేను గుణములకు ఉత్పత్తి స్థానమగుటచేత నేనే గుణాతీతుడను. ఈ ఇహామునకు ఆవల దీనికి సాక్షిగా ఉన్న 'పరము' (That Beyond the Present)ను కూడా నేనే! కేవల సాక్షినై యుండుటచేత **పరాత్-పరుడను.** నేనే **పర బ్రహ్మమును.** గురువు - శిష్యులకు ఆత్మయే విషయము (Subject) కనుక, నేనే 'ఆత్మ'ను అయి ఉండటము చేత.. నేనే **గురోర్గురువును.**

45 అహమేవ అఖిలాధార, అహమేవ సుఖాత్ సుఖమ్।
ఆత్మనో అన్యత్ జగత్ నాస్తి, ఆత్మనో అన్యత్ సుఖం చ న॥

ఈ కనబడే దృశ్యాంతర్గత లోకములన్నిటికీ ఆధారముగా ఉన్నది ఆత్మయే! ఆత్మయే నేను కాబట్టి, నేనే ఆధారము! అంతేకాదు. నేను సుఖమునకే సుఖస్వరూపమైయున్నాను. ఆత్మయే స్వయముగా సుఖస్వరూపం. ఇంక ఆత్మకు వేరైన సుఖముతో పనిఏముంది?

46 ఆత్మనో అన్య ఆగతిః నాస్తి
సర్వం ఆత్మమయం జగత్।
ఆత్మనో అన్యత్ నహి క్వాపి
ఆత్మనో అన్యత్ తృణం నహి॥

ఆత్మనగు నేను ఆత్మకు వేరైనట్టి మరింకెక్కడికీ వచ్చియుండలేదు. నేను ఎక్కడికి వచ్చియున్నానో,.. అదంతా ఆత్మయే! ఎందుకంటే, ఈ సర్వజగత్తు మమాత్మమయమే కనుక! ఆత్మకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ లేదు కాబట్టి! ఆత్మకు వేరుగా ఒక గడ్డిపరకంతటిది కూడా ఏదీ ఎక్కడా లేకుండటం చేత।

47 ఆత్మనో అన్యత్ తుషత్ నాస్తి
సర్వం ఆత్మమయం జగత్।
బ్రహ్మమాత్రమ్ ఇదగ్ం సర్వం
బ్రహ్మమాత్రమ్। అసత్ నహి॥

ఆత్మకు అన్యమై (వేరై) ఒక ఊకపొయ (వడ్లగింజపై పొర) అంత కూడా ఏదీ లేదు. ఈ సమస్తము, ఈ దృశ్యమంతా కూడా బ్రహ్మమాత్రమే! బ్రహ్మము సర్వదా 'సత్తు'యే కాబట్టి, ఇదంతా అసత్ అన వీలు లేదు కూడా! ఆత్మకు వేరుగా ఏదీ లేదు కాబట్టి - అసత్తు అనునదే లేదు.

48 బ్రహ్మమాత్రం శ్రుతం సర్వం
స్వయం బ్రహ్మైవ కేవలమ్।
బ్రహ్మమాత్రం వృతం సర్వం
బ్రహ్మమాత్రం రసం సుఖమ్॥

వినబడుచున్నదంతా బ్రహ్మమే! వినుచున్నట్టి నీవు కూడా కేవలము బ్రహ్మమువే! ("మామిడి పండులో మామిడి రసము" వలె) ఇదంతా బ్రహ్మమాత్రముచే - బ్రహ్మమగు నీచే ఆవృతమైయున్నది. రసము - రస సుఖము బ్రహ్మమే! బ్రహ్మముయొక్క మధురరసానుభూతియే ఈ 'దృశ్యజగత్తు" - అనబడు ప్రదర్శనమంతా కూడా.

49 బ్రహ్మమాత్రం చిదాకాశమ్
సచ్చిదానందమవ్యయమ్।
బ్రహ్మణో అన్యతరత్ నాస్తి
బ్రహ్మణో అన్యత్ జగత్ న చ॥

చిదాకాశము (The Zone of Awareness (or) knowing) - సచ్చిదానందము - అవ్యయము అగు బ్రహ్మము యొక్క స్వరూపమే ఇదంతా. **బ్రహ్మమునకు వేరైగాని, దాటివేసికాని, ఎక్కడా ఏదీ లేదు. వేరుగా జగత్తు మొదలుగా ఏదీ ఉండజాలదు"** - ఈ సిద్ధాంతానుసారము బ్రహ్మమునకు వేరై జగత్తు లేదు. నేను లేను, నీవు లేవు. మనమంతా కూడా అఖండాత్మానంద స్వరూపులమే.

50 బ్రహ్మణో అన్యత్ అహం నాస్తి।
బ్రహ్మణో అన్యత్ ఫలం నహి।
బ్రహ్మణో అన్యత్ తృణత్ నాస్తి।
బ్రహ్మణో అన్యత్ పదం నహి॥

బ్రహ్మమునకు వేరుగా అహమ్-నేను అనునది లేదు. బ్రహ్మమునకు వేరుగా కర్మ ఫలములు లేవు. బ్రహ్మమునకు వేరుగా గడ్డి పరక కూడా లేదు. బ్రహ్మమునకు వేరుగా ఇంద్రపదము - బ్రహ్మపదము - విష్ణుపదము మొదలైనవి లేవు. సమస్తము సర్వదా పరబ్రహ్మమే అయి ఉండగా - ఇక ఊర్ధ్వ లోకాలకు వెళ్ళవలసిన పనేమి?

51 బ్రహ్మణో అన్యో గురుః నాస్తి।
బ్రహ్మణో అన్యత్ అసత్ వపుః।
బ్రహ్మణో అన్యత్ న చ అహంతా
త్వత్ తా, ఇదంతే నహి క్వచిత్॥

బ్రహ్మమునకు వేరుగా గురువు లేడు. బ్రహ్మమునకు వేరుగా ఏదైనా ఉన్నదనిపిస్తే - ఆ అనిపించేది 'అసత్ మాత్రమే' అని చెప్పబడుతోంది. బ్రహ్మమునకు వేరై నాకు చెందినదంటూ ఏదీ లేదు. నీకు చెందినది లేదు. మరొకరికి చెందినదీ లేదు. ఇదంతా ఏదీ లేదు. కొంచము కూడా లేదు. సమస్తము సర్వదా బ్రహ్మమునకు అనన్యము.

బ్రహ్మమునకు వేరుగా చూస్తే అంతా "అసత్తేవహి కేవలమ్"

అన్యమైనది అసత్తే

52 స్వయం బ్రహ్మాత్మకం విద్ధి, స్వస్మాత్ అన్యత్ న కించన।
→ యత్ కించిత్ దృశ్యతే లోకే,
→ యత్ కించిత్ భాష్యతే జనైః,
53 → యత్ కించిత్ భుజ్యతే క్వాపి,
తత్ సర్వం 'అసత్' ఏవ హి॥
కర్తృభేదం, క్రియాభేదం, గుణభేదం రసాదికమ్,
54 లింగభేదం ఇదగ్ం సర్వం, అసదేవ సదా సుఖమ్।

"స్వయముగా నాకు ఉన్నదంతా బ్రహ్మాత్మకమే!".... అని గ్రహించి ఉండుము. స్వస్వరూపమునకు అన్యంగా ఏదీ లేదని కూడా తెలిసియే ఉండుము. ఏ కొంచెము లోకములో కనిపించినా, ఏది జనులతో చెప్పుకోబడుచున్నా, ఏదేది జనులచే భుజించబడుచున్నా కూడా - బ్రహ్మమునకు వేరు చేసి చూస్తే.. అదంతా అసత్తే!
బ్రహ్మము సదా సమస్వరూపమై, సర్వుల యందు సమముగా వేంచేసినదై ఉన్నది. ఇక ఇక్కడి కర్తృత్వ భేదము, క్రియాభేదములు, గుణభేదములు, రసానుభవముల అల్పాధికములు, లింగ భేదము (Gender Differences) - అసత్తుయే! స్వతఃగా లేవు! బ్రహ్మమే అయిఉన్నాయి.

కాల భేదం దేశ భేదం, వస్తు భేదం జయాజయమ్
55 యత్ యత్ భేదం చ, తత్ సర్వమ్ అసత్ ఏవహి కేవలమ్॥

ఇది వరకు-ఇప్పుడు-ఇక ముందు అనబడే కాలభేదము, ఈ ప్రదేశము -ఆప్రదేశము అనబడే దేశభేదములు, వస్తుభేదములు, జయ- అపజయములు-అవన్నీ కూడా కథలోని-కలలోని సంఘటనలవలె-**అసత్ మాత్రమే!**

అసత్ అంతఃకరణకమ్,
అసత్ ఏవ ఇంద్రియాదికమ్।
56 అసత్ ప్రాణాదికం సర్వం
సంఘాతమ్ అసదాత్మకమ్।
అసత్యం పంచకోశాఖ్యం।
అసత్యం పంచదేవతాః।

మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారాలనబడే అంతఃకరణములు అసత్తే! పంచజ్ఞానేంద్రియాలు, పంచకర్మేంద్రియాలు, పంచ ప్రాణములు, ప్రాణాదికమైనవి అన్నీ, (ఇష్టంగా అనిపించేవన్నీ, వాటిలో ఏర్పడే సంఘాతము (Association), అన్నమయ-ప్రాణమయ- మనోమయ- విజ్ఞానమయ- ఆనందమయములనబడే పంచకోశములు, భూదేవత - వాయుదేవత - జలదేవత-అగ్నిదేవత-ఆకాశదేవత అనబడే పంచదేవతలు కూడా అసత్తే! *(ఆత్మమాత్రమే సత్తు).*

57 అసత్యగ్ం 'షట్'(6) వికారాది అసత్యం అరి వర్గకమ్। అసత్యగ్ం షట్ ఋతుశ్చైవ అసత్యగ్ం షట్ రసః తథా॥	షట్ (ఆరు) వికారాలు, అసత్యమే! అనగా, (పుట్టుక-వృద్ధి-ప్రవృద్ధి-అపక్షయము -క్షయము-వినాశనము).. అనునవన్నీ కూడా అసత్తే! (అట్లాగే) "కామ-క్రోధ-లోభ-మోహ- మద - మాత్సర్యములు".. అనే అరిషట్ ('6' శత్రువుల) వర్గము, (అదేవిధంగా) వసంత-గ్రీష్మ-వర్ష - హేమంత - శశిర-శరత్ ఋతువులు, షట్(6) రుచులు.. ఇవన్నీ అసత్యమే!
58 సత్ చిత్ ఆనంద మాత్రోఽహమ్ అనుత్పన్నం ఇదం జగత్। ఆత్మైవాహం చిదానందో న అన్యాః సగ్ంసార దృష్టయః॥	ఓ నిదాఘ మహాత్మా! నేను దృశ్యమును కాదు, దేహమును కాదు. అంతరంగము కాదు. మునిని కాదు, మహర్షిని మొ॥వి కాను. **కేవలము సత్-చిత్-ఆనంద మాత్రుడను.** మరి నేను పొందుతూ ఉన్న ఈ జగత్ విషయం ఏమంటావా? స్వప్నములో కనిపించిన 'రెండస్తుల మేడ' వలె ఇది మొదలే ఉత్పన్నము కాలేదు. నేను చిదానందమగు ఆత్మయే! (దీపం వెలుగుచున్నచోట చీకటి ఉండజాలని విధంగా) ఆత్మకు అన్యమగు సంసార దృష్టులకు చోటెక్కడిది? ఉండజాలదు.
59 సత్యమానంద రూపోఽహమ్ చిద్ఘనానంద విగ్రహః। జ్ఞానాకారమ్ ఇదగ్ం సర్వం జ్ఞానానందోఽహమ్ అద్వయః॥ అహమేవ పరానందీః। అహమేవ పరాత్పరః। **60** సర్వ ప్రకాశ రూపోఽహగ్ం సర్వాభావ స్వరూపకః।	సత్యము (సత్)-ఆనందము.. స్వరూపముగా కలిగి ఉన్నవాడను. "ఘనీభూతమగు ఎరుక"యే నా విగ్రహస్వరూపము. ఇక ఈ జగత్తు నా యొక్క జ్ఞాన స్వరూపము. నాయొక్క 'ఎరుక'యే జగత్ రూపమై **ఎరుగబడుచున్నదిగా** అగుచున్నది. అద్వయమగు జ్ఞాననానందుడను. తెలియబడేదంతా నా జ్ఞానానందస్వరూపమే! నేనే పరానందుడను. పరాత్పరుడను. ఏది ఏరీతిగా తెలియబడుచున్నదో, అది అట్లు ప్రకాశింపజేస్తూ ఉన్నది, సర్వభావములు ప్రదర్శిస్తూ ఉన్నట్టిది - ఇదంతా నా స్వరూపమే!
61 అహమేవ సదా భామి ఇత్యేవగ్ం రూపం కుతోఽపి అసత్? త్వమ్ ఇత్యేవం పరంబ్రహ్మ చిన్మయానంద రూపవాన్॥	(సూర్యుడు సదా ప్రకాశించుచూ సర్వజగత్ వస్తువులను ప్రకాశింపజేయుచున్నవిధంగా) నేను సర్వజగత్ విశేషాలను భాసింపజేస్తున్న **స్వయం భాసకుడను.** సర్వ నామరూపాత్మకమైన విశేషాలన్నీ నా 'సత్‌భాసము' (వెలుగు)చే భాసించుచుండగా, అసత్తు ఎట్లా అవుతాయి? **అంతా నా సత్ స్వరూపమే కాబట్టి 'అసత్' అనునదే లేదు.** నాచే భాసింపబడుచున్న 'నీవు' కూడా సర్వదా పరబ్రహ్మస్వరూపుడవే! చిన్మయానంద రూపుడవు అయి ఉన్నావు. **నీవు నా సత్ సర్వరూపము. నేను నీసత్ స్వరూపమును. జగత్ మన సత్ స్వరూపమే!** ఇక అసత్ ఎక్కడిది?
62 చిదాకారం చిదాకాశం చిదేవ పరమగ్ం సుఖమ్। ఆత్మైవాఽహమ్। అసత్ న అహమ్। కూటస్థోఽహం గురుః పరః॥	ఓ నిదాఘమునీంద్రా! ఈ భూత-చిత్తాకాశములు వాస్తవ సుఖరూపమైనవి కావు. నాయొక్క చిదాకాశరూపమగు చిదాకార చిత్ రూపమే పరమ సుఖరూపము. నేను ఆత్మ స్వరూపుడనే! అసత్ స్వరూపుడను కాను. సర్వమునకు కేంద్రీకృత బిందు స్థానమును. కూటస్థుడను. పరస్వరూపుడను. మహోత్కృష్ట వస్తువు అగుటచేత గురువును. (లఘువునుకాను).
63 సచ్చిదానంద మాత్రోఽహమ్। అనుత్పన్నం ఇదం జగత్। కాలో నాస్తి। జగత్ నాస్తి। మాయా ప్రకృతిరేవ న॥	కేవల సత్-చిత్‌మాత్ర రూపుడను. ఈ 'జగత్తు' అనబడేది (స్వప్నంలో బండరాయిలాగా, కుందేటి కొమ్మువలె, కల్పితమగు కథలో అందమయిన స్త్రీ వలె) మొదలే ఉత్పన్నము కాలేదు. కాలము లేదు. జగత్తు లేదు. మాయలేదు. ప్రకృతి కూడా లేనట్టిదే.
64 అహమేవ హరిః సాక్షాత్। అహమేవ సదాశివః। శుద్ధ చైతన్య భావోఽహగ్ం శుద్ధ సత్త్వానుభావనః॥	కేవలాత్మానంద స్వరూపముచే నేనే సాక్షాత్ లోకరక్షకుడగు హరిని. నేనే సదాశివ స్వరూపుడను. శుద్ధ చైతన్య కేవల (భావించు) భావస్వరూపుడను. శుద్ధ సత్త్వమును భావన చేయుచున్నట్టివాడను. (అనుభావన చేయువాడను)

65 అద్వయానందమాత్రోఽహమ్
చిద్ఘనైక రసోఽస్మ్యహమ్।
సర్వం బ్రహ్మైవ సతతగ్ం।
సర్వం బ్రహ్మైవ కేవలమ్॥

(ద్వితీయ మనునదే లేనట్టివాడనగుటచే) అద్వయానందమాత్రుడను. చిద్ఘన రస స్వరూపుడను. కేవల బ్రాహ్మీ స్వరూపుడును. ఈ సర్వము ఎల్లప్పుడూ బ్రహ్మమే! కేవలము బ్రహ్మము మాత్రమే! మరింకేమీ కాదు! 'అన్యమైనది' అనునది ఏమైనా ఉంటే, - (బ్రహ్మము (లేక) ఆత్మ అనన్యము, అఖండము ఎట్లా అవుతుంది?

---

66 సర్వం బ్రహ్మైవ సతతగ్ం
సర్వం బ్రహ్మైవ చేతనమ్।
సర్వాంతర్యామి రూపోఽహగ్ం
సర్వ సాక్షిత్వ లక్షణః॥

సర్వము సర్వదా (సతతము) శివ బ్రహ్మమే! సర్వచేతనములు (కదలికలు) బ్రహ్మమే! కనుక నేను సర్వదా బ్రహ్మమును. అందుచేత సర్వుల యొక్క అంతర్యామి స్వరూపుడను! సర్వజీవులలోని **'కేవలసాక్షిత్వము'** - అనునది- నా యొక్క స్వభావసిద్ధ లక్షణము అయి ఉన్నది.

---

67 పరమాత్మా పరంజ్యోతిః
పరంధామ పరాగతిః।
సర్వవేదాంత సారోఽహగ్ం
సర్వశాస్త్ర సునిశ్చితః॥

''పరమాత్మ' - అనబడేది నా సహజ - స్వభావసిద్ధరూపము. సర్వజీవాత్మలు నాయందు జ్యోతులుగా వెలుగొందుచున్న పరంజ్యోతి స్వరూపుడను. (ఒకే అగ్ని వేలాది దీపములలో వెలుగొందుచూ ఏకస్వరూపమైయున్న తీరుగా)! సర్వమునకు ఆవల ఏక స్వరూపుడనై ఉండగా, సర్వము వెలుగొందుచున్నది.

సర్వ వేదాంత - సిద్ధాంత సారస్వరూపుడను. నా యొక్క సహజ - వాస్తవ స్వరూపమే నేను. సర్వశాస్త్రములు **ఏ కేవలీ - సహజ-స్వస్వరూమును** సునిశ్చయించి ప్రకటిస్తున్నాయో, అది నేనే! అది నేనే! అదే నేను.

---

68 యోగానంద స్వరూపోఽహం
ముఖ్యానంద మహోదయః
సర్వజ్ఞాన ప్రకాశోఽస్మి
ముఖ్య విజ్ఞాన విగ్రహః॥

సర్వము యొక్క ఏకత్వముగా అగు యోగ- ఆనంద స్వరూపుడను.

"సర్వ" ఆనందములకు పరాకాష్ఠను! ప్రాముఖ్యము - ప్రముఖము అగు ఆనందము స్వరూపముగా కలవాడను! సర్వజ్ఞానములను ప్రకాశింపజేయు వాడను! సర్వజ్ఞానముల ప్రకాశమంతా నాదే! జ్ఞానములకు పరాకాష్ఠ యగు ఆత్మజ్ఞాన-పరమార్థస్వరూపుడను! ముఖ్యజ్ఞాన విగ్రహుడను!

---

69 తుర్యాతుర్య ప్రకాశోఽస్మి
తుర్యాతుర్యాది వర్జితః।
చిత్ అక్షరోఽహం సత్యోఽహం
వాసుదేవో అజరో అమరః॥

తుర్యముగా (జాగ్రత్-స్వప్న - సుషుప్తులలో సంచరించువాడిగా), జాగ్రత్ - స్వప్న-సుషుప్తులను నా యొక్క ప్రకాశము (Enlightenment)గా కలవాడను! అయితే తుర్య - అతుర్యములు నాకు లేవు. అక్షరమగు(Endless) చిత్ స్వరూపుడను. సత్యస్వరూపుడను! సర్వజీవులయందు సర్వదా వేంచేసి ఉన్నవాడిని కాబట్టి వాసుదేవుడను! జరామరణములకు సంబంధించిన వాడినే కాను. అవి నాకు సంబంధించినవీ కావు. నేను వాటికి సంబంధించి లేను.

---

70 అహంబ్రహ్మ చిదాకాశం
నిత్యం బ్రహ్మ నిరంజనమ్।
శుద్ధం బుద్ధం సదా ముక్తమ్
అనాత్మకమ్। అరూపకమ్॥

చిదాకాశ పరంబ్రహ్మ స్వరూపుడను! నిత్యుడను! బ్రహ్మమును! దోషము లేవీ స్పృశించజాలనివాడను! శుద్ధుడను! కేవల బుద్ధి మాత్రుడను! పరస్వరూపుడనగు నేను దేనిచేతనూ బంధింపబడువాడను కాను! **అనాత్మను ప్రదర్శించువాడను కూడా నేనే!** రూపరహితుడను! సర్వరూపములు నావే.

---

71 సచ్చిదానంద రూపోఽహగ్ం
అనుత్పన్నమ్ ఇదం జగత్।
సత్యాసత్యం జగత్ నాస్తి
సంకల్ప కలనాదికమ్॥

సత్ చిత్ ఆనందరూపుడనగు నా సమక్షంలో జగత్తు అనునది ఉత్పన్నమే అయి ఉండలేదు. మరి? **ఈ జగత్తు సంకల్పములచే నిర్మితము. అందుచేత ఈ జగత్తు సత్యము కాదు. అసత్యము కాదు.**

72 నిత్యానందమయం బ్రహ్మ, కేవలగ్ం సర్వదా స్వయమ్।
అనంతమ్ అవ్యయగ్ం శాంతమ్, ఏకరూపమ్, అనామయమ్॥

నేనే స్వయముగా సర్వదా - కేవలమగు నిత్యానందమయ **పరబ్రహ్మమును. అనంతుడను. అవ్యయుడను. పరమ శాంతుడను. ఏకరూపుడను. జగత్ దృశ్యరహితుడను. పరిమితములు లేనివాడను.**

మత్తో అన్యత్ జగత్ నాస్తి	నాకు వేరుగా జగత్తు లేదు
73 మత్తో అన్యత్ అస్తి చేత్ మిథ్యా,యథా మరుమరీచికా వంధ్యాకుమార వచనే... భీతిశ్చేత్ అస్తి కించన?	నాకు వేరైనది ఎక్కడైనా ఏదైనా ఉంటే, అది → యండమావులలో కనబడు త్రాగునీరు వంటిది. గొడ్రాలి కుమారుడు చెప్పుమాటలు విని ఎవ్వరికైనా భయము వేస్తూ ఉండటము అనేది సత్యమా? సత్యమైతే జగత్తు కించిత్‌గానైనా ఉన్నట్లు.
74 శశ శృంగేణ నా గేంద్రో మృతశ్చేత్ జగదస్తి తత్। మృగతృష్ణా జలం పీత్వా తృప్తశ్చేత్ అస్తి ఇదం జగత్॥	**నాకు వేరుగా జగత్తు లేనిదే జగత్ నాస్తి** ఈ జగత్తు స్వతఃగా లేదు. ఏది ఎట్లు కల్పన చేస్తే అది అట్లే అనుభవమౌతోంది. కనుక కల్పన కారణంగా ఉన్నట్లు అనిపిస్తోంది. **"ఒక కుందేలు తన రెండు కొమ్ములతో పెద్ద నాగుపామును చంపింది"..** అనునది నిజమైతే అప్పుడు మాత్రమే జగత్తు వాస్తవంగా ఉన్నట్లు! **"ఒకాయనకు పిచ్చపిచ్చగా దాహం వేస్తూ ఉండగా, మృగతృష్ణలో జలం త్రాగి ఆ దాహంకాస్తా తీర్చుకొన్నాడు. తృప్తి పొందాడు"..** అనునది వాస్తవమైతే, అప్పుడు జగత్తు వాస్తవమే!
75 నరశృంగేణ నష్టశ్చేత్ కశ్చిత్ అస్తి ఇదమేవ హి। గంధర్వ నగరే సత్యే జగత్ భవతి సర్వదా॥	**"ఒక నరుడు తనయొక్క రెండు కొమ్ములు కారణంగా చాలా నష్టము పొందాడు"** - అనేది సత్యమైతే - ఈ జగత్తు సత్యమే! మనోకల్పనా రూపమగు (A City created and shown by a Magician) అను గంధర్వనగరము నిజంగానే ఉండి ఉంటే, ఈ జగత్తు ఉన్నట్లే మరి!
76 గగనే నీలిమాసత్వేత్ జగత్ సత్యం భవిష్యతి। శుక్తికా రజతం సత్యం భూషణం చేత్ జగత్ భవేత్॥	**"ఆకాశం నీలంగా కనబడటానికి కారణం ఎవ్వరో ఆకాశంలో నీలపు రంగు పొడి చల్లారు"**- ఇది సత్యమేనా? ఇది నిజమైతే 'జగత్తు సత్యము' అనునది కూడా సత్యమే! "ఒక గొప్ప పెద్దమనిషి ముత్యపు చిప్పలు ఏరి తీసుకువచ్చి, వాటిలో లభించిన వెండితో వాళ్ల ఆవిడకు మట్టెలు, చిరుగజ్జలు చేయించాడు" అనునది సాధ్యమే అయితే, ఈ జగత్తు యొక్క ఉనికి సాధ్యము.
77 రజ్జు సర్పేణ దష్టశ్చేత్ నరో భవతు సంసృతిః। జాతరూపేన బాణేన జ్వాలాగ్నౌ నాశితే జగత్।	**"ఒక తెలివి గలవాడు త్రోవలో పోతూ పోతూ ఒకత్రాడును చూచి పాము- అని భ్రమించాడు. అంతే. ఆ పాము కాస్తా ఆతనిని కరచింది. లబోదిబో మంటున్నాడు"** - ఇది ఇట్లా అని ఒప్పుకుంటే, సంసారము అనునది కూడా ఉన్నట్లు ఒప్పుకోవచ్చు. **"ఒకచోట ఒక ఇల్లు తగులబడుతోంది. ఒకానొకడు తన మనస్సుతో బాణము సంధించి వదిలాడు. అగ్ని ఆరి, మరల ఇల్లు యథాతథంగా కనబడుతోంది"**. ఇది నిజమా? నిజమైతే జగత్తుఉండినట్లు. లేదా, లేనట్లు!
78 వింధ్యాటవ్యాం పాయససాన్నమ్ అస్తిచేత్ జగత్ ఉద్భవః। రంభా స్తంభేన కాష్ఠేన పాకే సిద్ధే జగత్ భవేత్।	"వింధ్య పర్వతముపై గల అడవిలో ఒకచోట పాయసము (పాలు- సగ్గుబియ్యముతో చేసే తీపి వంటకము) తో నిండియున్న తటాకము జనించింది. పాయసము తెచ్చుకొందాము రండి!".. అనేది నిజమైతే, ఈ జగత్తు జనించటం నిజమే! "అరటి బోదె (అరటి కాండము)ను వంట చెరకుగా ఉపయోగించి ఆయన వంట చేస్తుఉన్నాడు.. మనం పోయి తినివద్దాం రండి" → అనే మాట నిజంగా సిద్ధిస్తే.. ఈ జగత్తు సిద్ధించినట్లు!
79 సద్యః కుమారికా రూపైః పాకే సిద్ధే జగత్ భవేత్। చిత్ర స్థ దీపైః తమసో నాశశ్చేత్ అస్తి ఇదం (అస్త్విదం) జగత్॥	"ఒకావిడ ఇప్పుడే కొద్ది నిమిషాల క్రితం ఒక కుమార్తెను కన్నది. అప్పుడే పుట్టిన ఆ పాపాయి కుమారి అయి, వంట ఇంటిలో దండిగా వంటలు చేస్తోంది! అన్నీ సిద్ధం అవుచున్నాయి. పోయి తిందాము రండి!" - ఇది నిజమైతే జగత్తు నిజమే! "ఒకాయన చిత్తు కాగితంపై ఒక దీపపు బొమ్మను కలముతో చిత్రలేఖనం చేశాడు. అది చీకటిని పోగొడుతోంది" - ఇది నిజమా? జగత్తు అంతే!

80 మాసాత్ పూర్వం మృతో
మర్త్యో హి ఆగతశ్చేత్ భవేత్ జగత్॥
తత్క్రమం క్షీరస్వరూపం చేత్
క్వచిత్ నిత్యం జగత్ భవేత్॥

" ఈ ఊరిలో ఒకాయన నెలరోజుల క్రితం చనిపోయాడు. ఆయన మనందరినీ పలకరించటానికి ఇప్పుడు వచ్చాడట. పదండి, కాసేపు ఆతనితో మాట్లాడి వద్దాం".. అనేది వాస్తవమా? జగత్తు అంతే వాస్తవం!

"ఒక గొప్పావిడ! పెరుగును మజ్జిగగా చిలికింది. అవన్నీ పాలుగా అయ్యాయి!" ఇది నిజంగా జరిగితే ఈ జగత్తు అనునిత్యమై ఉండగలదు!

---

81 గో స్తనాత్ ఉద్భవం క్షీరం
పునః ఆరోపణే జగత్।
భూరజో అబ్ధౌ సముత్పన్నం
జగత్ భవతు సర్వదా॥

"ఒకాయన ఆవు పొదుగుల నుండి చెంబు నిండా పాలు పిండాడట. ఇక పాలు ఇంటికి తీసుకుపోదామని అనుకుంటూ ఉండగా, ఆ పాలన్నీ పైకి లేచి తిరిగి ఆవు పొదుగులోకి పోయాయి".. అనునది ఆరోపించగలిగితే ఈ జగత్తు ఉన్నదని ఆరోపించవచ్చునేమో!

"ఒకాయన ఒక మట్టి గడ్డను రెండు చేతులతో పొడిచేశాడు. ఆతడు చూస్తూ ఉండగానే, ఆ మట్టి పొడిలోని ఒక రజను నుండి గొప్ప మహా సముద్రం పుట్టి ఊరిని ముంచి వేసింది" అనునది జరిగితే, ఈ జగత్తు ఎల్లప్పుడూ ఉన్నట్లు! లేదా, స్వతఃగా లేనట్లు!

---

82 కూర్మరోమ్ణా గజే బద్ధే
జగదస్తు మదోత్కటే।
నాళస్థ తంతునా మేరుః
చాలితశ్చేత్ జగత్ భవేత్॥

"ఒక తాబేలు నెమ్మదిగా కదులుతూ వెళ్తోంది. ఈలోగా ఏం జరిగిందీ! ఒక మదించిన ఏనుగు ఉరకలు వేస్తూ వస్తోంది! తాబేలుకు భలే కోపం వచ్చింది. "అరెꓽ! నాకు ఎదురుగా నువ్వు వస్తావా?" అంటూ ఆ తాబేలు తన వెంట్రుకలతో ఆ పెద్ద మదించిన మదపుటేనుగును కట్టిపడేసింది".. ఇది సత్యమే అయితే జగత్తు సత్యమే!

"ఒక పెద్దాయన తామరతూడులోని సన్నని దారములను భుజముపై తగిలించుకొని వెళ్లి మేరుపర్వతాన్ని ఆ దారములతో కట్టి అటూ ఇటూ ఊపుతున్నాడు రండి! చూద్దాము" → ఇది నిజమనుకుంటే జగత్తు ఉన్నట్లు అనుకోవచ్చు.

---

83 తరంగ మాలయా సింధుః
బద్ధశ్చేత్ అస్తి ఇదం జగత్।
అగ్నేః అధశ్చేత్ జ్వలనం
జగత్ భవతు సర్వదా॥

"ఇంకొక మహానుభావుడు సముద్రంలోని తరంగాలను ఒక మాలగా చుట్టి ఆ సముద్రాన్నే కట్టివేశాడు" - అంటే, మనం ఒప్పుకుంటే, అప్పుడు జగత్తు ఉన్నట్లు ఒప్పుకోవచ్చు. అగ్నిజ్వాలలు పైకికాకుండా క్రిందికి జ్వలిస్తూ ఉంటే, జగత్తు సర్వదా ఉన్నట్లు.

---

84 జ్వాలావహ్నిః శీతళశ్చేత్
అస్తి రూపం ఇదం జగత్।
జ్వాలాగ్నిమండలే పద్మవృద్ధిశ్చేత్
జగత్ అస్తి ఇదమ్॥

"అగ్ని జ్వాలలు ఎంత చల్లగా ఉన్నాయో" అనునది నిజమైతే, ఈ జగత్తుకు రూపము ఉన్నట్లు! లేదా, జగత్తు లేదు. ఒక రూపమూ లేదు!

"ఒక చోట గొప్ప అగ్నిజ్వాలలతో మండలముగా (Zone circle)గా మండుతోంది. అందులోంచి ఒక పద్మము పుట్టి ఇప్పుడిప్పుడే వికసిస్తోంది".. అట్లా జరిగితే, అప్పుడే జగత్తు - ఉన్నట్లు!

---

85 మహత్‌శైల ఇంద్రనీలం వా,
సంభవశ్చేత్ ఇదం జగత్॥
మేరుః ఆగత్య పద్మాక్షే (పద్మకుక్షే)
స్థిత శ్చేత్, అస్తి ఇదం జగత్।

"ఒక చోట ఒకాయన చెరువు నుండి నీళ్లు తెచ్చి ఒక కడవ (Pot) లో పోశాడు. అప్పుడు ఆ కడవలోంచి ఒక పెద్ద ఇంద్రనీలపర్వతము పుట్టు కొచ్చింది" ఇది నిజమా? నిజమైతే ఈ జగత్తు అనబడేది సంభవించినట్లు.

"ఒకరోజు ఏమైందో తెలుసా? మేరుపర్వతం మొత్తంగా కదలి వస్తూ ఉన్నది. త్రోవలో ఒక తటాకము ఉన్నది. ఆ తటాకములో ఒక పద్మము ఉన్నది. మేరు పర్వతము ఆ పద్మములో దూరి, ఒదిగి ఉన్నది" - ఇది సాధ్యం అయితే, ఈ జగత్తు ఉండి ఉండటం సాధ్యం!

86 నిగిరేచ్చేత్ భృంగ సూనుః **మేరుః చలవత్, అస్తి ఇదమ్॥** **మశకేన హతే సింహే** **జగత్ సత్యం తదాఽ_స్తుతే॥**	- తుమ్మెద 'ఘుం'కారమే చేయదు. -మేరు పర్వతము కదలి, ఎగిరిగంతులు వేస్తోంది. - ఒక దోమ సింహమును చంపిండి. ఈ జగత్తు ఉండి ఉండటము అనేది, అటువంటి నిజము మాత్రమే! పైవి జరిగితేనే జగత్తు సత్యమైనదైనట్లు!
87 అణుకోటర విస్తీర్ణే **త్రైలోక్యం చేత్ జగత్ భవేత్।** **తృణా అనలశ్చ నిత్యశ్చేత్** **క్షణికం తత్ జగత్ భవేత్॥**	**"ఒక గోడకు అతి చిన్నదైన, అణువంత పరిమాణము గల రంధ్రమున్నది. అటువంటి అణుప్రమాణమైన స్థలంలో ఈ భూమి, గ్రహాలు, నక్షత్ర మండలాలు, దివ్యలోకాలు, పాతాళలోకాలు మొదలైన వాటితో కూడిన త్రిలోకాలు - ఎందుకో మరి, ఇరుక్కున్నాయి"..** ఇది అవుననుకుంటే, ఈ జగత్తు ఉన్నది అవగలదు. "ఒక గడ్డి పరకను అగ్ని అంటుకున్నది. అది 100 సంవత్సరములుగా కాలుతూనే ఉన్నది".... నిజంగా జరిగితే, ఈ జగత్తు ఒక్క క్షణమైనా ఉన్నది అవగలదు.
88 సప్న దృష్టం చ యత్ వస్తు **జాగరేచేత్ జగత్ భవః** **నదీ వేగో నిశ్చలశ్చేత్** **కేనాపి ఇదం జగత్ భవేత్।**	**"కలలో ఒక రెండు అంతస్థుల మేడ కట్టించాను. ఇదిగో, ఇప్పుడు ఈ జాగ్రత్తులో ఆ మేడకు రంగులు వేయువారిని పిలిపించి మంచి మంచి రంగులు వేయిస్తున్నాను"..** అనునది అట్లాగే అయి ఉంటే, ఎట్లాగో ఈ జగత్తు నిజంగానే ఉన్నట్లు లెక్క! "వేగంగా ప్రవహించే నదీ జలము, ఒక్కసారి నిశ్చలం పొందిదీ." - అన్నది.. అన్నట్లే అయితే ఏదో విధంగా జగత్తు ఉన్నదే అవుతుంది.
89 క్షుధి తస్య అగ్నిః భోజ్యశ్చేత్ **నిమిషం కల్పితం భవేత్।** **జాత్యంధై రత్న విషయః** **సుజ్ఞానశ్చేత్, జగత్ సదా॥**	**"ఒకనికి ఆకలివేసింది.. వెంటనే అగ్నిశిఖలను నమిలి మ్రింగాడు. ఆకలి తీరింది"** - ఇది నిజమైతే ఒక నిమిషమైనా ఈ జగత్తు ఉన్నట్లు ఒప్పుకోవచ్చేమో! ఒక పుట్టు గ్రుడ్డివాడు ఉన్నాడు. ఆతడు అంతదూరం నుండే "ఇవి రాళ్ళు-ఇవి రత్నాలు- ఇవి ఈ జాతి రత్నాలు"- అని చెప్పగలిగితే ఈ జగత్తు ఉన్నదనవచ్చు.
90 నపుంసక కుమారస్య **స్త్రీ సుఖం చేత్ భవేత్ జగత్।** **నిర్మితః శశ శృంగేణ** **రథశ్చేత్ జగత్ అస్తి తత్॥**	**"నపుంసకుని కుమారునికి స్త్రీ సుఖము తెలుసు, పొందుచున్నాడు"..** అని ఎవ్వరైనా అంటే.. ఈ జగత్తు ఉన్నదనవచ్చు. **"ఒక గొప్ప కమ్మరి కుందేటి కొమ్ములు ఏరుకొని వచ్చి వాటితో రథమును నిర్మిస్తున్నాడు. ఆ రథంలో మనము త్వరలో ఊరేగుదాం"** అన్నది నిజమే అయితే, జగత్తు ఉన్నట్లు.
91 సద్యో జాతాతు యా కన్యా **భోగ యోగ్యా భవేత్ జగత్॥** **వంధ్యాగర్భ ఆప్తితః సౌఖ్యం** **జ్ఞాతం చేత్ అస్తి ఇదమ్ జగత్॥**	"ఇప్పుడే ఒక కన్య పుట్టింది. ఆమె ఇప్పుడే భోగించుటకు యోగ్యురాలు అయింది" - అన్నది అంతే అయితే, అప్పుడు జగత్తు ఉన్నదని చెప్పవచ్చు. "వంధ్యాపుత్రుని (గొడ్రాలి కుమారుని) వలన సుఖము తెలియవచ్చు చున్నది - అని అనగలిగితే 'జగత్తు' అనబడేది నిజంగా ఉన్నట్లు.
92 కాకోవా హంసవత్ గచ్ఛేత్ **జగత్ భవతు నిశ్చలమ్॥** **మహాఖరో వా సింహేన** **యుధ్యతే చేత్ జగత్ స్థితిః॥**	"ఒక కాకి-హంసవలె నడవటము, నీటిలో ఈత కొట్టటము, ఎగరటము చేస్తోంది" అనునది సంభవిస్తే.. అప్పుడు జగత్తు నిశ్చలంగా ఉన్నదను కోవచ్చు. "ఒక గొప్పగాడిద సింహముతో యుద్ధము చేసింది. సింహము ఓడిపోయింది".. అనునదే యదార్థము అయితే, ఈ జగత్తు స్థితి కలిగినదై ఉన్నదనవచ్చు.

93 మహాఖరో గజగతిం
గతశ్చేత్ జగదస్తు తత్।
సంపూర్ణ చంద్రః సూర్యశ్చేత్
జగత్ భాతు స్వయం జడమ్॥

"ఒక గాడిద గజపతి (ఏనుగుల నాయక ఏనుగు)తో సమానంగా హుందాగా నడుస్తూ ఉన్నది" అని అనగలిగితే (గాడిద నడకలో గజపతి యొక్క హుందాతనం ఉన్నది - అంటే) అప్పుడు.. ఈ జగత్తు ఉన్నదని భావించవచ్చు.

"ఈ రోజు పౌర్ణమి కదా! ఆకాశంలో పూర్ణచంద్రుడు ఆహ్లాదంగా వెలుగుచున్నాడు. అర్ధరాత్రి అయింది. బయటకు వచ్చి నేను వచ్చి, పూర్ణచంద్రుని చూస్తూ ఉన్నాను. ఇంతలో ఆపూర్ణచంద్రుడు ఒక్కసారిగా మధ్యాహ్న సూర్యుడై తీవ్రమైన ఉష్ణకాంతులు - ఉష్ణకిరణాలు ప్రసరింపజేయసాగాడు. ఆ వేడికి తట్టుకోలేక, ఏం చేయాలో తెలియక నీ దగ్గరకు వచ్చానయ్యా! -అని అంటే ఆతని మాటలు నమ్ముతామా?

"ఈ జడ జగత్తు స్వయముగా నా పట్ల వాస్తవరూపమై భాసిస్తోంది".. అనునది అటువంటి వార్త.

---

94 చంద్ర సూర్యాదికౌ త్యక్త్వా
రాహుశ్చేత్ దృశ్యతే జగత్।
భ్రష్ట బీజ సముత్పన్న
వృద్ధిశ్చేత్ జగత్ అస్తు తత్॥

చంద్ర-సూర్యులు కనబడకుండా రాహువు మాత్రం కనబడటం జరిగితే జగత్ - దృశ్యము, దాని వలన బంధము ఉండినట్లు.

పూర్తిగా కుళ్లిపోయిన ఒక బీజము తిరిగి అంకురించి, పెద్దవృక్షము బయల్వెడలటము నిజమైతే, **జగత్తు- జగత్ బంధము నిజము.**

---

95 దరిద్రో ధనికానాం చ
సుఖం జానాతిచేత్ జగత్।
శునా వీర్యేణ సింహస్తు
జితో యది, జగత్ తదా॥

"ఒక దరిద్రుడు ఉన్నాడు. ఆతని దగ్గర అంతులేని ధనము ఉన్నది. ఆ ధనంతో సుఖంగా ఉన్నాడు తెలుసా?"- అన్నది అర్థ సహితమైన వాక్యమైతే, జగత్తు ఉండినట్లు.

"కుక్క భౌభౌ అంటూ ఉంటే సింహము భయపడి గజగజ వణుకుతోంది" .. అనునది నిజమైతే ఈ దృశ్య జగత్తు ఉండి తీరుచున్నట్లు.

---

96 జ్ఞానినో హృదయా మూఢైః, జ్ఞాతం చేత్ కల్పనం తదా
శ్వానేన సాగరే పీతే, నిశ్శేషేణ, → మనో భవేత్॥

"ఆత్మజ్ఞాని యొక్క జగత్‌దర్శన - స్వస్వరూపానందము" మూర్ఖుడగు అజ్ఞానికి అర్థం అయితే, ఒక కుక్కపిల్ల సముద్ర జలమంతా తాగగలిగితే, అప్పుడు 'మనస్సు' అనబడేది నిజంగా ఉన్నట్లు!

---

97 శుద్ధాకాశో మనుష్యేషు
పతితశ్చేత్ తదా జగత్।
భూమౌ వా పతితం వ్యోమ
వ్యోమ పుష్పం సుగంధకమ్,

98 శుద్ధాకాశే వనే జాతే
చలితే తు తదా జగత్।
కేవలే దర్పణే నాస్తి,
ప్రతిబింబం తదా జగత్॥

"శుద్ధమగు ఆకాశము ఎక్కడి నుండో వచ్చి ఒక మనుష్యునిపై పడిందట తెలుసా" అని చెప్పే మాట ఎట్టిదో, ఈ జగత్తు ఉన్నది - అని అనటం అటువంటిది.

-"ఆకాశం భూమిపై రాలిపడింది" అనటము..,

-"ఆకాశంలో ఒక పుష్పము పుట్టింది. అది ఎంత సువాసనయో".. అని ఆకాశపుష్పం గురించి కవి వర్ణించటము,

- శుద్ధాకాశములో పుష్పవనము పుట్టి, ఆకాశంలో సంచారాలు చేస్తోంది.. అని చెప్పుకోవటము.. ఇవన్నీ ఎటువంటివో.. **" ఈ జగత్తు ఉన్నది. నాకు బంధనమగుచున్నది. దీని నుండి విముక్తి ఎక్కడ?"** అని అనటం అటువంటిది.

దర్పణం లేకుండానే ఎదురుగా ముఖం కనబడితే, "దర్పణం (Mirror)లో నా ముఖము కనిపిస్తోంది. కనుక నా ముఖము దర్పణములో ఉన్నది" - అని అనగలిగితే, - అట్లాగే **ఈ జగత్తు బాహ్యము లోనో-లోపలనో ఉన్నదని అనవచ్చు.**

---

99 అజకుక్షౌ జగత్ నాస్తి హి, ఆత్మకుక్షౌ జగత్ నహి।
సర్వదా భేద కలనం, ద్వైతాద్వైతం న విద్యతే॥

ఒక మేకపొట్టలో ఈ జగత్తు ఉన్నదా? లేదు. అట్లాగే నా పొట్టలో గాని, నాలోగాని → ఈ అనేక భేదముల సంకల్పము, ద్వైత-అద్వైత వ్యవహారములతో కూడినది → అగు **ఈ జగత్తులేదు. ఆత్మయందు జగత్తు లేదు.**

100 మాయాకార్యం ఇదం భేదమ్
అస్తి చేత్→ బ్రహ్మ భావనమ్।
దేహోఽహమ్ ఇతి దుఃఖం చేత్
'బ్రహ్మోహమ్' – ఇతి నిశ్చయః॥

ఇక్కడి జగత్తు అనేక భేదములతో స్వకీయ కల్ప లేక 'మాయ' చేత ఒకవేళ ఉన్నదని ఎవ్వరైనా అంటే, అప్పుడు **"ఇదంతా బ్రహ్మము యొక్క భావనా చమత్కారమే"** అని అనక తప్పదు.

మాయాజగత్తు ఉన్నది. ఈ దేహముచే నేను పరిమితుడను. ఈ దేహమే నేను''.. అను-భ్రమాత్మకమైన మూర్ఖత్వమే అన్ని అరిష్టములకు, దుఃఖములకు మూలము- అని గమనించబడుగాక!

"బ్రహ్మమే నేను-నేను బ్రహ్మమునే" అని సునిశ్చితము చేసుకొనబడుగాక!

---

101 హృదయ గ్రంథిః అస్తిత్వే
ఛేదనే బ్రహ్మచక్రకం
సగ్ంశయే సమను ప్రాప్తే
బ్రహ్మ నిశ్చయమ్ ఆశ్రయేత్।

హృదయగ్రంథి అనగా (1) బ్రహ్మగ్రంథి= ఈ జగత్తు సృష్టించబడింది; (2) విష్ణు గ్రంథి = ఈ జగత్తు పరిపోషించబడుతోంది. (3) రుద్రగ్రంథి = ఇది లయిస్తోంది.

"నేను ఎల్లప్పుడూ కూడా కేవలము నిత్యానందమయము అయి ఉన్నాను కదా'' అనునదే సత్యాశ్రయము. ఈ జగత్తు ఎప్పుడైనా ఉన్నది - అని నీకు అనిపిస్తే.. **బ్రహ్మమునే నేను - అనే విష్ణు చక్రముతో ఖండించివేయాలి**

"ఈ జగత్తు ఉన్నది కదా! లేదంటారేం?'' అనే సంశయము కొనసాగటం జరుగుతూ ఉంటే, ఇకప్పుడు 'ఇదంతా బ్రహ్మమే'- అను బ్రహ్మనిశ్చయము మరల మరల ఆశ్రయించటమే జగత్ - దుఃఖమునకు ఉపాయము.

---

102 అనాత్మరూప చోరశ్చేత్, ఆత్మరత్నస్య రక్షణమ్।
నిత్యానందమయం బ్రహ్మ, కేవలగ్ం సర్వదా స్వయమ్॥

హృదయగృహములో అనాత్మరూపమైన (ఆత్మకు నేను వేరు-నీవు వేరు-దైవము వేరు అనురూపమైన) దొంగ ప్రవేశిస్తూ ఉంటే **"బ్రహ్మసత్యమ్-జగత్ మిథ్య''**.. అను బ్రహ్మవిద్యచే 'ఆత్మ' అను రత్నమును **రక్షించుకోవాలి.**

---

103 ఏవం ఆది సుదృష్టాంతైః
సాధితం బ్రహ్మమాత్రకమ్।
బ్రహ్మైవ సర్వ భు (భ)భవనం
భువనం నామ సంత్యజ॥

"బ్రహ్మమునే అయి ఉన్నాను" అను సిద్ధాంతమును చెప్పుచున్న బ్రహ్మవేత్తల దృష్టాంతములను, ప్రవచనములను, సంబోధనములను విచారణ చేసి, **"సర్వము బ్రహ్మమే! కనుక నేను బ్రహ్మమునే!"** అను అవగాహనను సునిశ్చితమును ఆరూఢము చేసుకోవాలి!

ఓ నిదాఘా! "ఈ లోకమంతా బ్రహ్మమే అయి ఉన్నదికదా'' అను అనుక్షణికమైన భావనచే (భావన చేస్తూ) 'లోకము' అనే శబ్దమే వదలివేయవయ్యా!

---

104 'అహం బ్రహ్మేతి' నిశ్చిత్య
అహం భావం పరిత్యజ।
సర్వమేవ లయం యాతి
సుప్త హస్తస్థ పుష్పవత్॥

"ఈ సర్వము బ్రహ్మమే! నేను బ్రహ్మమును! కనుక నేనే ఇదంతా" అనబడు **'అహమ్ బ్రహ్మభావన'** సహాయముతో వ్యష్టి అభిమానముతో కూడిన 'అహమ్‌భావము'ను పరిత్యజించివేయి. దేహోహమ్ భావనను దాటివేసి ఆత్మాహమ్ భావనను సునిశ్చయపరచుకో.

ఎప్పుడైతే "బ్రహ్మోహమ్'' భావనను సదా మననము చేస్తూ ఉంటావో,.. అప్పుడు → సర్వ జగత్ భావావేశాలు తమకు తామే లయిస్తాయి. ఒకడు గుప్పెట్లో పువ్వు పెట్టుకొని పరుండగా, నిద్రపట్టగానే, - మూసిన గుప్పెట తెరుచుకొని పుష్పము చేయిజారు రీతిగా **దేహోహమ్ - వ్యష్టి అహమ్-జాత్యహమ్**.. మొదలైనన్నీ జారిపోతాయి.

---

105 న దేహో న చ కర్మాణి
సర్వం బ్రహ్మైవ కేవలమ్।
న భూతం న చ కార్యం చ
న చ అవస్థా చతుష్టయమ్॥

'బ్రహ్మోహమ్' భావన చిగురిస్తూ, ఫలించుచుండగా..,

→ ఇక ఈ దేహము ఉండదు. మరొక దేహము ఉండదు. దేహత్వమే మటుమాయమౌతుంది.

→ అటుపై సంచిత - ఆగామి - ప్రారబ్ద కర్మ విశేషములన్నీ "లేనివి''గా అగుచున్నాయి.

సర్వము కేవలము బ్రహ్మమే అయి ఉండగా.. అవన్నీ అవిషయాలౌతాయి.

"పంచభూతములు, వాటి వాటి కార్యములు, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి-తురీయములనబడే అవస్థాచతుష్టయము కూడా లేనివే అగుచున్నాయి.

106	**లక్షణా త్రయ విజ్ఞానగ్ం** **సర్వం బ్రహ్మైవ కేవలమ్।** **సర్వ వ్యాపారమ్ ఉత్సృజ్య** **'అహమ్ బ్రహ్మేతి భావయ॥**	సత్త్వ-రజో-తమో లక్షణ త్రయమంతా కూడా - వాటి వాటి విజ్ఞాన విశేషాలతో సహా - **సర్వము కేవలము బ్రహ్మమే.** కనుక, సర్వ ఇంద్రియ వ్యాపారములు, తత్ సాధనలు వదలివేసి **"నేనే బ్రహ్మమును"..** అను ఆత్యంతికమగు భావనను నిర్వర్తిస్తూ ఉండండి. పరమోద్దేశ్యమును వదలకయే ఉండండి.
107	**అహం బ్రహ్మ, న సందేహో హి।** **అహం బ్రహ్మ చిదాత్మకమ్।** **సచ్చిదానంద మాత్రోఽహమ్** **ఇతి నిశ్చిత్య తత్ త్యజ॥**	ఓ తత్త్వ స్వరూపా! **"నేనే బ్రహ్మమును! సందేహమే లేదు! చిదాత్మకుడను। పరబ్రహ్మమును। కేవల సత్-చిత్ - ఆనందమాత్రుడను!"** → ఇట్టి నిశ్చయముతో తత్త్వజ్ఞానివై ఉండు. క్రమంగా అట్టి నిశ్చయము చేయు ప్రయత్నమును కూడా త్యజించి, అదియే స్వభావసిద్ధంగా నీవై ఉండుము.
108	**శాంకరం తు మహాశాస్త్రం** **న దేయం యస్య కస్య చిత్।** **నాస్తి కాయ కృతఘ్నాయ** **దుర్వృత్తాయ దురాత్మనే॥**	"శ్రీ శాంకరము" అని పిలువబడు ఈ తేజోబిందూపనిషత్ మహా శాస్త్రమును (విరాగిత్వము, వినమ్రత్వము, గురుభక్తి, మహదాశయము)ల అర్హత చూచి మాత్రమే బోధించాలి. శ్రోత యొక్క వైరాగ్య పూర్వక - ఉత్తమోత్తమ సత్య ఆశయము లేకుంటే బోధించకూడదు. నాస్తికుడు, కృతఘ్నుడు, దుష్టవృత్తి ప్రవృత్తులు కలవాడు, దురాత్ముడు అగువాడు ఇందలి పరమ సత్యమును విశదీకరించి బోధించటానికి అర్హుడు కాడని విజ్ఞులచే నిర్ణయించబడుచున్నది.
109	**గురుభక్తి విశుద్ధాంతఃకరణాయ** **మహాత్మనే,** **సమ్యక్ పరీక్ష్య దాతవ్యం** **మాసగ్ం - షణ్మాస -వత్సరమ్॥**	గురుభక్తి, విశుద్ధాంతః కరణము కలవాడు, మహదాశయము కలవాడు, విశ్వప్రేమ-సహనశీలత-ఉత్తమశీలము మొదలైన మహాత్ముల లక్షణములు కలవానికి తప్పక బోధించాలి. అయితే ఒక నెలయో, 3 నెలలో, 6 నెలలో, సంవత్సరమో ఆతనిని పరీక్షించి, ఆతని సాధన సంపత్తిని అనుసరించి ఇది బోధించటము సముచితము.
110	**సర్వోపనిషత్ అభ్యాసం** **దూరతః త్యజ్య సాదరమ్** **"తేజోబిందూపనిషత్"** **అభ్యసేత్ సర్వదా ముదా॥**	సర్వ ఉపనిషత్ అభ్యాసములను సాదరంగా దూరంగా ఉంచి, ఈ "తేజోబిందూపనిషత్"ను ప్రశాంతముగా ఉపాసించటము సర్వదా గొప్ప ఫలము అగుచున్నది.
111	**సకృత్ అభ్యాసమాత్రేణ** **బ్రహ్మైవ భవతి స్వయమ్॥** ***ఇతి తేజో బిందూపనిషత్*** ***ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥***	ఈ ఉపనిషత్ పరమార్థమున కొద్దిగా అభ్యసించినంత మాత్రము చేతనే ఆ పరిశీలించువాడు స్వయముగా బ్రహ్మమై వెలుగొందుచున్నాడు. ***ఇతి తేజో బిందూపనిషత్*** ***ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః***

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

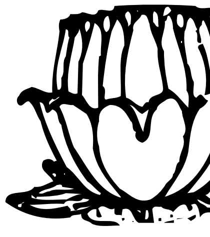
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

12 తేజో బిందూపనిషత్

శాంకర విద్య / శాంభవ విద్య

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము



1వ అధ్యాయము

స్వస్వరూప- చిత్‌రసపూర్ణ జగత్

ఇప్పుడిక – ఇహధ్యాసలను అధిగమించగా లభించగలుగు **"పరధ్యాస"** (లేక) **"పరధ్యానము"** (లేక) **"పరతత్త్వధ్యానము"** గురించి ఈ "తేజోబిందూపనిషత్"గా మనము చెప్పుకోబోవుచున్నాము.

ఏ 'భావనాజ్యోతి" అయితే – ఈ విశ్వమంతా తన స్వస్వరూపమైయున్న 'విశ్వాత్మ' యొక్క హృదయాకాశమున తేజోరూపంగా సంస్థితమై ప్రకాశించుచున్నదో, అదియే **'పరతత్త్వధ్యానము'**నకు ధారణ వస్తువు అయి ఉన్నది. అట్టి **'తేజో బిందు కేవలీతత్త్వము'** ధ్యానములో సిద్ధించుచూ.. అణు ప్రకాశానందరూపమైయున్నది. తేజోబిందూ ధ్యానము **'శాంకర విద్య', 'శాంభవీ విద్య'**గా.. మునిలోకములో సుప్రసిద్ధము. ఏదైతే ఈ స్థూలము, సూక్ష్మము తానే అయి ఉండియే, ఆ ఉభయములకు పరము (Beyond and Before).. అయి ఉన్నదో, అద్దాని సందర్శనమే **శాంభవీ దర్శనము.** హృదయాంతర్గత తేజోబిందువునందు, **జగత్ తేజస్సును** (బిందువునందు విశ్వమును) దర్శించుటయే అందుకు సదభ్యాసము.

అట్టి "బిందు పస్య తేజోపాసన" →

- సర్వ దుఃఖములకు (for all worrier) చెలియలికట్ట కనుక **దుఃఖాద్యము.**
- ఉత్తమ యోగ సాధనచేతనే సందర్శనమగుచున్నది. కాబట్టి **దురాధ్యము.**
- పవిత్రము, ఆత్మభావనాయుతము అగు దివ్య దృష్టిచే అఖండానుభవరూపముగా ప్రాప్తించటమే శాంకరీ విద్య. అట్టి తేజో బిందుధ్యానము **దుప్రేక్షము, దుర్లభమైనది. అయితే ఉపాసనచే సులభమే.**
- ఈ జీవునికి అట్టి విశ్వ హృదయాంతర్గత తేజోధ్యానము **ముక్తిదాయకము. అవ్యయ స్వరూపానుభవప్రసాదము.**
- బుద్ధి సమన్వితులగు మునీశ్వరులచే అది **'స్వస్వరూపాత్మ ధ్యానము'**గా అభ్యసించబడుచున్నది. అట్టి అభ్యాసముచే (ఈ జగత్తంతా తేజోబిందురూపముగా ఉపాసించుటచే).. ఆ యోగి **హంస** (సోఽహమ్)– **పరమహంస** అగుచున్నాడు. **("తేజోబిందూ ధ్యానము = ఈ జగత్తును స్వస్వరూపాత్మ తేజస్సు యొక్క ఒక బిందురూపంగా.. ధ్యానించటము").**

'సోఽహం స' హంసయోగముయొక్క యోగాభ్యాసం–ఎవరికి సులభ సాధ్యము?

- **నియమిత ఆహారులు.** ఇంద్రియ వ్యాపారములపై కట్టడి కలిగియున్నట్టివారు.
- క్రోధమును జయించినవారు. 1). అవతలవారి తప్పుల గురించిన సమాచారములను, ఊసులను ఏ మాత్రం అంతరంగములోకి రానీయకపోవటం (లేక) హృదయము నుండి పార ద్రోలివేసి ఉండటము. (2). ఇదంతా **ఆత్మ – ఆరామం**గా దర్శిస్తూ ఉండటము. అట్టి యోగాభ్యాసికి ఈ జగత్తు నియమిత (విషయ) ఆహారరూపము– అగుచున్నది.

- **జిత స్సంగో** – తోటి జనులతోను, సందర్భములతోను, సంఘటనలోను, – "ఇవి నాకు చెందినవి–నేను వీటికి చెందినవాడను".. అను **సంగము** (Attachment) **ను జయించినవారు. ఆత్మసంగులై ఉంటున్నవారు.**
- **జితేంద్రియః** – ఇంద్రియ విషయములకు తాను వశుడై ఉండక, తాను వాటిని నియమించువాడై – వాటిని తనయొక్క సాక్షిత్వముచే జయించినవారై ఉండువారు. ఇంద్రియ నిగ్రహము కలవారు. (ఇంద్రియములకు దాసులు కాక, ఇవి తమకే దాసులుగా మలచుకొనుచున్నవారు).
- **నిర్ద్వందో** – ద్వంద్వములగు సుఖదుఃఖములను, శీతోష్ణములను, సంపద–ఆపదలను సమదృష్టితో సందర్శించు ఓర్పు–నేర్పు – కూర్పు కలవారు. ఆయా వివిధ సందర్భములలో ఏకత్వమును దర్శించు అభ్యాసము కలవారు,
- **నిరహంకారో** – మమకారముచే రూపుదిద్దుకునే అహంకారమును హృదయంలో 'రహితము' చేసుకొనువారు,
- **నిరాశీ** – "నేను ఇది పొందలేదే ? ఇంకా అది పొందాలే!" అను అసంఖ్యాకమగు ఆశాపాశ – దుర్వాసనలలో చిక్కుకొననివారు.
- **అపరిగ్రహః** – పడవనీళ్లలో ఉన్నప్పటికీ, నీళ్లు పడవలోనికి రానివ్వని పడవవానివలె, సర్వాంతర్యామియగు పరమాత్మను ఆహ్వానించవలసిన హృదయగర్భములోనికి ప్రాపంచక విషయములు, సందర్భములు, గుణసామ్యతలను రానివ్వనివారు, (స్పర్శాన్ కృత్యా బహిః బాహ్యాన్).. బయట లోకసంబంధమైన (లౌకిక) విషయాలు బయటనే వదలి ఉంచు అభ్యాసము కలవారు.
- **అగమ్యా గమనకర్తారో**.. దృశ్యము నందు మనస్సును నియమించకుండా (పరిమితము చేయక) – **అదృశ్యరూపము– దృశ్య ప్రాపంచము దృష్ట్వా అగమ్యము.. అగు "ఆత్మతత్వము"** వైపుగా గమన శీలురై ఉండు మననము (మనస్సు) కలవారు. పారమార్థిక దృష్టిని అధిగమించి పరామర్థి దృష్టిని ఆశ్రయించువారు →

  అట్టివారు **జాగ్రత్–స్వప్న సుషుప్తులనబడు త్రిస్థానములను తమ యొక్క త్రిముఖములుగా సందర్శిస్తూ ఆనందిస్తున్నారు.** అంతేగాని **"నేను జాగ్రత్‌లోని వాడిని. జాగ్రత్ పరిమితుడను. దేహపరిమితుడను"..** అను పరిమితత్వము పొందటము లేదు. అపరిమితానందులై, త్రివిధములకు అతీతులై సంచరిస్తున్నారు. 'హంస' (సో–హమ్ ధ్యానపరులు)గా వారు చెప్పబడుచున్నారు. పరము–పరమ రహస్యము – పరతమము (Superlative) అగు పరబ్రహ్మము (లేక) పరమాత్మత్వమును పుణికిపుచ్చుకున్నవారై, నిరాధారత్వము సముపార్జించుకొనుచున్నారు.

  అట్టి పరమాత్మానుభవము (లేక) పరతత్వానుభవము ఎటువంటిది?
- నిరాధారుడు / నిరాశ్రయుడు = **"నేను జాగ్రత్ – జాగ్రత్ అంతర్గత విషయాలచే గాని, స్వప్న–స్వప్నాంతర్గత విషయాలచేగాని, సుషుప్తి– సుషుప్తి అంతర్గత విషయాలచేగాని పరిమితుడను కాను, వాటిపై ఆధారపడనట్టి కేవలీ స్వరూపుడను కదా!"** అను భావన యొక్క ధారణ। జగత్తు చేతగాని, మరి దేనిచేతగాని, తాను ధరింపబడనట్టి జగదతీత – ధ్యానావగాహన।

  ఆతడు పూర్ణచంద్రకళారూపుడై, సూక్ష్మస్వరూప–స్వభావుడై, స్థూలత్వమును అధిగమిస్తున్నాడు. "విష్ణుపదము".. అగు తత్ పదము (ఆత్మపదము) చేరుచున్నవాడు.
- **త్రివక్రమ్ :** – జాగ్రత్–స్వప్న – సుషుప్తులలో 'నేను' అనే జీవాత్మత్వమును అధిగమించి **"జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తులు నా యొక్క ముఖ–కవళికలే"** అను పరమాత్మ స్థానమును చేరుచున్నాడు. ఇహస్థానమంతా తన పరస్థానము నందు అంతర్గతము చేసివేయుచున్నవాడు.
- **త్రిగుణ స్థానమ్ :** సత్వ–రజో–తమో గుణములకు బద్ధుడు కానివాడై, వాటికి తానే ఉత్పత్తి స్థానముగా ఎరుగుచున్నవాడు.
- **త్రిధాతగ్ం :** సత్–చిత్–ఆనంద (త్రిధాతు) కేవల ధర్మములు స్వభావసిద్ధమైనట్టివాడు.
- **రూపవర్జితమ్ :** నామ–రూపములైనట్టి దృశ్య వ్యవహారమంతటికీ అతీతుడై, సాక్షి అయి ప్రకాశమానుడగుచున్నవాడు.
- **నిశ్చలమ్–నిర్వికల్పం :** చంచల జగత్తును ఇంద్రియములతో చూస్తూనే తాను నిశ్చలుడు, నిర్వికల్పుడు అయి ఉంటున్నవాడు.
- **ఉపాధి రహితగ్ం–స్థానమ్ :** ఇంద్రియములకు → దృశ్యము ఉపాధి. ఇంద్రియములు → దేహమునకు ఉపాధి. దేహమో → దేహికి ఉపాధి. సర్వాంతర్యామిత్వమునకు → దేహి ఉపాధి. ఆ యోగి సర్వాంతర్యామిత్వము సంతరించుకొని.. ఉపాధి లేనివాడై (తాను దేనికీ ఉపాధి కానివాడై) ప్రకాశించుచున్నవాడు.
- **వాక్ మనో అతీతమ్ – అగోచరమ్ :** వాక్కుకు–మనస్సుకు అలభ్యుడై, అగోచరుడై, అతీతుడై నిర్మలబుద్ధిచే తనను తాను ఎరుగుచున్నవాడై ఉంటున్నవాడు.

స్వస్వభావమగు ఆత్మభావనను గ్రహించుచున్నవాడగుచు, అసంఘాతపదము (A state not touched by and not associated with any thing else) అగు **'అచ్యుతత్వము'**ను పుణికిపుచ్చుకొనుచున్నాడు. అదియే ఈ ప్రతి ఒక్క జీవుని సహజానంద స్వభావ - స్వరూపము. అందులోంచి బయల్వెడలే భావాలన్నీ - భావించబడేవన్నీ అద్దాని స్వరూపమే కాబట్టి, అది **అనాతీతము (దేనికీ అతీతము కాదు)**-అని కూడా అనబడుతోంది. అచ్యుతము కూడా ("సర్వసాక్షి, సమస్తమునకు కారణకారము అగు పరబ్రహ్మము నేనే" - అను కచ్చితమైన అవగాహననుండి చ్యుతి పొందకపోవటము)

ఆత్మానుభవము భౌతికమైన కళ్లకు కనిపించేది కాదు. **కేవలము నిర్మలమగు బుద్ధికి స్వయముగా అనుభవమయ్యేది**. కనుక **దుర్ప్రేక్షము**. అది నిత్యముక్తస్వరూపము. ఇహ స్వరూపము జగత్ నాటక అంతర్గతమై ఉంటుంది కాబట్టి నిత్యబద్ధము. పరస్వరూపము సర్వదా ఆవల - కేవల సాక్షి కాబట్టి - అద్దానికి లోక-శాస్త్ర-దృశ్య బంధమూ లేదు. అందుచేత ఆ యోగి చేరుస్థానము (తేజోబిందూపాసకునికి అనుభవమగు స్థానము) - **"నిత్యముక్తమైనట్టిది"**.

ఈ జీవుడు ఈ ఉపనిషత్‌లో చెప్పబడబోవు తేజోబిందూధ్యానము ద్వారా అట్టి శాశ్వతము - ధ్రువము - అచ్యుతము - అగు నిత్య వినిర్ముక్త స్థానము గురించే చింతన చేయాలి. అదియే మహదాశయము. తదితరమైనదంతా అల్పాశయములే! అదియే బ్రాహ్మీస్థానము, అధ్యాత్మస్థానము, సర్వులకు ఆత్మస్థానము. అట్టి **విష్ణుత్వమే** పారాయణము చేయవలసినట్టిది. అది **అచింత్యము**. కేవలము బుద్ధి (common sense)కి అనుభవమై ప్రాప్తించునది. అది చిన్మయానందస్వరూపము. ('ఎరుక' అను విన్యాసానందస్వరూపము). ఆ తేజో బిందుస్థానము పరమాకాశమునందు సంస్థితమై ఉన్నట్టిది. ఈ జీవుని వాస్తవ స్వరూపము పరమాకాశమే.

అది నిర్విషయము కాబట్టి **శూన్య స్వరూపము**. అట్లా అయి ఉండి కూడా అది శూన్యము కాదు. ఈ సర్వము అద్దాని నుండియే జనించుచుండగా, లోకములకు-లోకపాలకులకు-లోకులకు జననస్థానమై ఉండగా, - **అది శూన్యమెట్లా అవుతుంది?** కనుక **అశూన్యము!**

ఆ తేజోబిందు సంజ్ఞయగు ఆత్మ...,

శూన్యమునకు కూడా **సాక్షి**గా, హృదయమున **సంస్థితమై** ఉండటము చేత **'శూన్యమునకు అతీతము'**. తేజో బిందుస్వరూపమగు ఆత్మ

- ధ్యానము (Thinking) కాదు. ధ్యాత (Thinker) కూడా కాదు.
- ధ్యేయము (That being thought) కూడా కాదు.

కానీ అది సర్వుల ధ్యేయస్వరూపమే! ఆ మూడూ కూడా అదియే!

అది శూన్యమే (contains nothing there in) అయి ఉండి కూడా, ఈ సర్వమునకు వేరైనది కాదు. అది **అచిన్త్యము!** బుద్ధితో క్రొత్తగా కనిపెట్టవలసినది కాదు. కాబట్టి ప్రబుద్ధము కాదు. అది **అప్రబుద్ధము**.

- అది ఈ కనబడేదిగా అగుటలేదు. కనుక సత్. (యమ్ సత్ - ఉన్న వస్తువేదీ) కాదు.
- మరి ఎక్కడో ఆవల (పరమ్) ఉన్నట్టిది కాదు! ఈ సర్వమునకు వేరు కాదు! అసత్ కాదు.

... అని విజ్ఞులు వర్ణిస్తూ ఉన్నారు. మునులు ఆరాధిస్తున్నారు.

ఇంకా కూడా అది అన్యదేవతల రూపము కాదు! పరమై మరెక్కడో ఉన్నదీ కాదు! తపో-ధ్యాన సంపదచే అది సంప్రయుక్తము (ప్రయత్నములచే లబ్ధము) అగుచున్నట్టిదియే.

అందుచేత...,

అంతరంగ సంకల్పదోషములగు లోభము, మోహము, భయము, దర్పము, కామ-క్రోధములు-అనబడే దోషములను త్యజించి; ఆధిభౌతికములగు శీత-ఉష్ణ ఆకలి దప్పికల సంకల్పములను, కుల-జాతి-బ్రహ్మ కుల దర్పముల మొదలంట్లా వదలి; భయము-సుఖము-దుఃఖము-మానావమానములు మొదలైన భావములను పరిత్యజించి, "సర్వమునకు వేరై ఆవల పరమై" యున్న తత్ బ్రహ్మమును (బ్రాహ్మీదృష్టిని) ఆశ్రయించి ఉండాలి!

అట్టి తేజోబిందుయోగ సంజ్ఞితమగు **"కేవలాత్మ స్వస్వరూపధ్యాన నిష్ఠ"** నిశ్చలమవటానికై లోకకల్యాణమూర్తులగు తత్త్వవేత్తలచే - శాస్త్రముల రూపంగా **'అంగయోగములు'గా** చెప్పబడుచున్నాయి.

అవి : **యమము; నియమము;** (దృశ్య వ్యవహారమును త్యజించి రూపమగు) **త్యాగము; మౌనము; దేశము; కాలము; ఆసనము; మూలబంధము; దేహసామ్యత్వము; దృక్‌స్థితి; ప్రాణ సంయమనము; ప్రత్యాహారము; ధారణ, ఆత్మధ్యానము; సమాధి**. ఇవన్నీ వరుసక్రమంగా 'అంగములు (step by step)... రూపంగా ప్రతిపాదించబడుచున్నాయి.

అంగయోగములు

(1) యమము : సర్వమ్ బ్రహ్మేతి వైజ్ఞానాత్ ఇంద్రియ గ్రామ సంయమః యమో-సంప్రోక్తః ఈ కనులు -చెవులు మొదలైన ఇంద్రియములకు అనుభూతి-దృశ్యముల రూపమున ప్రాప్తిస్తున్నదంతా కూడా 'బ్రహ్మమే' అను విజ్ఞానము కలిగి ఉండటమే **'యమము'**. అట్లా అనిపించటానికి చేయుచున్న యత్నమే **యమాంగ యోగము.**

అభ్యసనీయో ముహుర్ముహుః। "ఈ సమస్త దృశ్యము వేదాంతశాస్త్ర - గురు వాక్యానుసారము ఆత్మకు అభిన్నము కదా" అని మరల మరల అనేకసార్లుగా అభ్యసించాలి! "ఈ సకల జీవులు, జీవరాసులు 'బ్రహ్మము' యొక్క నాటకీయ సంప్రదర్శనా క్రీడా వినోదమే!" - అను జ్ఞాపకము పదిలపరచుకోవటము, ప్రవృద్ధ పరచుకోవటము - ఇదే **'యమము'** యొక్క ముఖ్యార్థము.

(2) నియమము : "సర్వము పరబ్రహ్మమే! ఆత్మయే" అను ఆత్మభావనకు సానుకూలమగు క్రియలను, ఆలోచనలను అనువర్తించటము; భేదదృష్టులను బేదభావములను నిరోధించటము - .. ఇదియే **నియమము.** ఉత్తమబుద్ధితో పరానందపూర్వకమైన భావనలను వృద్ధి చేసుకోవటము, "ఇహపరిమిత దృష్టులను, **భేదమును వృద్ధి చేయు భావనలను - క్రియామార్గములను"** - త్యజిస్తూ ఉండటము - **నియమము.** వివేకవంతులచే ఇట్టి నియమము సదా ఆశ్రయించబడుతోంది.

(3) త్యాగము : ఈ దృశ్య ప్రపంచములో బాహ్యముగా కనిపిస్తున్న నామ-రూపాత్మకమైనదంతా బాహ్యముననే వదలి, అంతర్ దృష్టిచే **"ఇదంతా సత్‌చిత్ ఆనంద రూపమే! ఆత్మయే!"**.. అను భావనను ఆశ్రయించటమే **త్యాగము**. విజ్ఞులగు మహనీయులు బాహ్య దృష్టిని త్యజించి ఆత్మదృష్టితో చూడటమును అనునిత్యంగా అభ్యసిస్తూ ఉంటారు! అట్టి అన్యదృష్టిని వదలుచూ, అనన్యాత్మ దృష్టిని ఆశ్రయించు ప్రయత్నమే - 'త్యాగము' అనబడుతోంది.

ఈ విధంగా సర్వజీవులను, సమస్త దృశ్యమును సచ్చిదానందాత్మగా దర్శించటమును అభ్యసించుటచేత, అది **సద్యోమోక్ష ప్రదాయకము**. సూటిగా, (సాధన కాల వ్యవధి మొదలైనవి అవసరం లేకుండా) ఇప్పటికిప్పుడే - **"నాకు బంధము ఉండజాలదు"** అను మోక్షభావన రూపుదిద్దుకోగలదు.

(4) మౌనము : యస్మాత్ వాచో నివర్తంతే అప్రాప్య మనసా సహ। ఏ ఆత్మ చైతన్యమును.. వాక్కు - "ఇది ఇట్టిది" అని వర్ణించలేక (నిర్వచించలేక) తన యజమాని అగు మనస్సుతో సహా వెనుకకు మరలుచున్నదో, అద్దానిని బుద్ధితో (with the help of common sense) గమనించుచుండటమే **'మౌనము'**. యోగులు అజడమగు ఆత్మను మనో-వాక్కులకు అతీతమై, సర్వదేహములుగా వేంచేసి ఉన్నట్లుగా గమనిస్తూ, అట్టి అనునిత్య-అనుభావనయే తమ గమ్యముగా (As a main objective) కలిగి ఉంటారు. **వాచో యస్మాత్ నివర్తంతే, తత్ వక్తుమ్ కేన శక్యతే?** వాక్కు అద్దానిని వర్ణించలేక వెనుకకు మరలుతూ ఉంటే, ఎవ్వరు మాత్రము ఆత్మాఽహమ్ అనుభవము గురించి ఏమి చెప్పగలరు? **ప్రపంచో యది వక్తవ్యః, సోఽపి శబ్ద వివర్జితః॥ "ఈ ప్రపంచము ఇటువంటిది"** అని చెప్పటానికే **మాటలు చాలవు**. ఇక, **ద్రష్ట-దృశ్య-దృక్ రూపమగు ఆత్మ** గురించి మాటలతో **ఏమి చెప్పగలము**? ఇది ఎరిగి, **వాక్కు - మనస్సుల సహాయముతో వాక్ అతీత వస్తువు**ను దర్శించు యత్నమే మౌనము!

- పరబ్రహ్మము వాక్కుకు అందునది కాదు.
- ఈ ప్రపంచమంతా ఆ పరబ్రహ్మమును ఎరుగుటకు ఒక గుర్తు (Smybol) వంటిది! ఒక సంజ్ఞ!

అని అనుకోవటమే మౌనము.

అంతేగాని కేవలము మాటలు మాట్లాడకపోవటము మౌనము కాదు. **గిరా మౌనం తు బాలానామ్ ఆయుక్తమ్ బ్రహ్మవాదినామ్!** బ్రహ్మమును ఎరిగిన బ్రహ్మవాదులు **"ఒక కొండ వలె మాట్లాడకపోవటము మౌనమని చిన్నపిల్లల వంటివారు చెప్పేది".. అని గమనించువారై ఉంటారు. "ఈ సర్వము ఆత్మకు అనన్యము"** - అను భావనయే **మౌనభావన.**

(5) దేశో : ఆదావంన్తే చ మధ్యే చ జనో యస్మిన్ న విద్యతే। తెలుసుకొనుచున్నదే ఆత్మ. ఈ తెలియబడేదంతా - (దీని మొదలు - మధ్య - చివర కూడా) ఆత్మ యొక్క కల్పనావిభాగము. దేని ప్రారంభము - మధ్య కూడా ఎవ్వరూ ఎరుగరో, - ఏది సర్వదా 'ఏకమే' అయి ఉండటం చేత - ("అనేకము-అనేక మంది జీవాత్మలు - లోక భేదములు - పుణ్య-పాప విభాగములు".. మొదలైన) భేదములన్నీ అద్దానియందు ఆపాదించలేమో..., అదియే ఆత్మ.

- బంగారు ఆభరణాలన్నీ బంగారము చేతనే వ్యాపించి ఉన్న తీరుగా..,
- మట్టి కుండలన్నీ మట్టిచే నిర్మితమైయుండునట్లుగా..,

యేన ఇదం సతతం వ్యాప్తం, స దేశో విజనః స్మృతః॥ దేనియందు, దేనిచేత ఈ కనబడే సర్వము (ద్రష్ట-దృశ్యములతో సహా).. కల్పితము అయి, విస్తరించబడినదై ఉన్నదో.. అదియే **'దేశము'.** (ఆత్మతత్త్వమే దేశము).

ఎక్కడ 'నీవు-నేను' మొదలైన ద్వితీయమంతా లయించినదై, సర్వసమమగు అఖండ-ఏక-అద్వితీయ ఆత్మభావన ప్రభవించి, వెల్లవిరిస్తుందో.. అదియే **దేశము!**

కాలము : కల్పనా సర్వభూతానాం బ్రహ్మాదీనాం నిమేషతః, కాలశబ్దేన నిర్దిష్టగ్ం హి అఖండానందమ్ అద్వయమ్: ఏ మహత్తరమగు, అఖండానందరూపమగు, అద్వయమగు **"అహమ్ బ్రహ్మాస్మి"** భావన సమక్షంలో.. సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుని నుండి సర్వభూతములతో (ఇక్కడి అసంఖ్యాత జీవులతో) కూడిన దృశ్య కల్పనంతా "నిమేషమాత్రము" (ఒక నిమిషకాలం ఉంటుంది. మరొక నిముషానికి లేనిది అగుచున్నది) - అని దర్శించబడుచున్నదో.., అట్టి నిమేషకాల సర్వజగత్ దృష్టి భావనా వైచిత్ర్య సందర్శన బుద్ధిరూపమే- **కాలము. జగత్ కల్పనను, కాలముయొక్క కల్పనగా దర్శించుచుండటమే - కాలజ్ఞానము.**

ఆసనమ్ : ఏ ఆసనము (Posture of Body) 'బ్రహ్మచింతన'కు సానుకూల్యము, సుఖప్రదము అయి ఉంటుందో... అదియే "సుఖాసనము". బ్రహ్మచింతనకు సానుకూల్యము కానిది, శరీర కష్టములో మాత్రమే కూడినది - సుఖాసనమని అనిపించుకోదు. 'బ్రహ్మము' యొక్క చింతనకు సానుకూల్యంగాని ఏ ఆసమైనా కూడా సుఖమును పోగొట్టేది.. అనియే ఎరుగబడుగాక!

సిద్ధాసనము : ఎవరికి వారికి 'ఆత్మభావన' సానుకూల్యమగునదే సిద్ధాసనము.

- సర్వజీవులలో సమముగా ఏ "అఖండ-అప్రమేయ నిత్యస్వయంప్రకాశక ఆత్మ" అధిష్ఠానమైయున్నదో
- ఈ జీవులంతా ఏ ఆత్మయందు స్థానము కలిగి ఉన్నారో...,
- సర్వ జీవుల ఆదిస్థానము సందర్శనమౌతుందో...,
- ఈ విశ్వమంతా ఎద్దాని యందు (ఆభరణము బంగారమునందు వలె, మట్టితో చేసిన బొమ్మ మట్టి యందువలె) అధిష్ఠానమై యున్నదో...,

అట్టి పరతత్త్వ భావన, (కేవల బ్రహ్మము యొక్క) అవగాహన సిద్ధింపజేయగలిగినదే **"సిద్ధాసనము".**

మూలబంధము : 'చిత్తము' యొక్క వాస్తవ రూపమేమిటి? లోకముల అనుభవరూపమే చిత్తము. అట్టి చిత్తమునకు లోకములకు 'మూలము' (Basis and Root) అగు ఆత్మతో - రాజయోగము (అష్టాంగయోగములు) ద్వారా చేయు సంయోగ ప్రయత్నము - **"మూలబంధము"** అనబడుతోంది.

ఏ ప్రయత్నముచే ఈ దేహాంగములన్నీ ఒక ఋజుక్రమము (సమరేఖ స్థితికి) వచ్చి, చిత్తము ఆత్మయందు లయింపజేయటమునకు సానుకూల్యమగుచున్నదో, అదియే **మూలబంధము.**

సర్వభేదములను అధిగమించి (సమం సర్వేషు భూతేషు తిష్ఠంతమ్ పరమేశ్వరమ్), సర్వ స్వరూపమగు పరమాత్మత్వమును సిద్ధింపజేసుకొను **ప్రయత్నమే మూలబంధము.** ఈ బుద్ధిని **సర్వ సమస్వరూపమగు ఆత్మత్వము**ను ఆశ్రయించు ఆశయమునందు నియమించుకోకుండా, కేవలము దేహాంగములను సమరేఖగా (మెడ-ముఖము-తల మొదలైనవి నిఠారుగా ఉంచి) చేయు యోగసాధన... నిస్సారమైన యత్నమే అవుతుంది. **అఖండ - ఆత్మతత్త్వానుభవ ఆశయము** లేనట్టి యోగసాధన-కొమ్మలు విరిగి నిఠారుగా నిలిచి ఉన్న శిధిలవృక్షముతో సమానము. యోగ విద్య యొక్క వాస్తవ ఫలము-**ఆత్మానుభవము ప్రసాదించుటయే.**

దృష్టి : దృష్టిమ్ జ్ఞానమయీమ్ కృత్వా పశ్యేత్ బ్రహ్మమయమ్ జగత్! దృష్టిని జ్ఞానమయము చేయుటచే, ఈ జగత్తు జగత్తుగా కాకుండా.. బ్రహ్మమయమై కనిపించగలదు. అట్టి పరమ-ఉదారమగు దృష్టియే **"దృష్టి-అభ్యాసము".** అంతేగాని, **ముక్కుకు ఊర్ధ్వభాగము నందు దృష్టిని నిలపటము నిజమైన దృష్టి-అభ్యాసము అయి ఉండలేదు.**

దృష్టి యొక్క దోషము చేతనే ధ్యాస ఇంద్రియ విషయములకు పరిమితమగుచూ, ఆత్మసందర్శనము మరుగున పడుచున్నది. **"సర్వము పరబ్రహ్మమే కదా!"..** అను దృష్టి ప్రసిద్ధమగుచుండగా, ఇంక **"నాసాగ్రదృష్టి అభ్యాసము"**తో పెద్దగా పని ఏమున్నది?

నాసాగ్రదృష్టి : ద్రష్టయే దృష్టి రూపుడై దృశ్యమును (స్వప్న సంఘటన వలెనే) పొందుచున్నాడు. ఏ దృష్టిచే ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్యములు శమించినవై, ఆత్మదృష్టి రూపుచెందుచున్నదో, అదియే అసలైన దృష్టి. ముక్కుకు ఊర్ధ్వంగా దృష్టిని నిలుపటము వాస్తవమైన నాసాగ్ర-దృష్టియేకాదు.

ప్రాణాయామము : చిత్తాది సర్వభావేషు బ్రహ్మత్వేనైవ భావనాత్, నిరోధః సర్వవృత్తీనాం "ప్రాణాయామ" స ఉచ్యతే। వాయు పూరక-రేచక-కుంభకాలే ప్రాణాయామమవదు. చిత్తము యొక్క ప్రాపంచక, నామరూపాత్మక, భేద పూర్వక-వృత్తులను ఉపశమింప జేస్తూ, చిత్తము యొక్క సర్వభావములతో **'బ్రహ్మము'**ను భావన చేయటమే అసలైన **"ప్రాణాయామము".**

రేచకము : నిషేధనం ప్రపంచస్య రేచకాఖ్యః సమీరతః। ఈ ప్రపంచ దృశ్యమును **పాంచభౌతిక కలన** (Illusion)గా భావిస్తూ బ్రాహ్మీదృష్టితో ప్రపంచమును త్యజించి ఉండటమే రేచకము. కేవలం గుండెలోని గాలి బయటకు వదలటము రేచకము కాదు. **జగత్తును జగత్తుగా త్యజించి ఉండటమే – రేచకము.**

కుంభకము : తతః తత్ వృత్తి నైశ్చల్యం కుంభకం ప్రాణ సంయమః

→ ఈ సర్వజీవులలో నా సహజానంద స్వస్వరూప పరపరబ్రహ్మమే వేంచేసినదై యున్నది.

→ సహజానంద బ్రహ్మము అన్ని రూపాలుగా, నీవు–నేనుగా సర్వదా ప్రకాశించుచున్నది.

→ నేను సర్వాత్మకుడనై ఈ అందరిలో – అందరుగా ప్రకాశించువాడనై ఉన్నాను...

అను "సర్వజనులలో స్వస్వరూపాత్మను దర్శించు బుద్ధి వృత్తి"ని ఆశ్రయించు ప్రయత్నమే 'కుంభకము'. ఆ ఆత్మీయమగు వృత్తిని ఆయా సర్వ పరిస్థితులతోను, సర్వ సందర్భములలోను వదలి ఉండకపోవటమే – ప్రాణ సంయమ (ప్రాణాయామ) పూర్వక కుంభకము. అట్టి **ప్రబుద్ధమే** కుంభకము యొక్క **అసలైన ఉద్దేశ్యము.** అట్టి **"ఈ సర్వము నాయందు – ఈ సర్వమునందు నేను"...** అనునది నిద్ర లేపకుండా.. కేవలము ముక్కుతో బాహ్యమున గాని, అంతరమునగాని గాలి బిగిస్తే.. అది ముక్కును పీడించటమేగాని **'ప్రాణాయామము–ప్రాణసంయమము'** అవదు.

ప్రత్యాహారము : జనులు మనస్సును ఇంద్రియ విషయములపై ప్రసరింపజేసి, తద్వారా మనస్సును రంజింపజేయు ప్రయత్నములో – రోజులు గడుపుచున్నారుకదా! ఈ జీవుడు జీవితమును సాఫల్యము చేసుకోవటానికై 'ప్రత్యాహారము'.. ఒక అంగముగా చెప్పబడుతోంది. అనగా? **విషయేషు (స్వ) ఆత్మతాం దృష్ట్వా మనసః చిత్తరంజనమ్ 'ప్రత్యాహారమ్' సవిజ్ఞేయో!** ఇంద్రియములకు విషయములైనట్టి ఈ జగత్తులోని శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధ విశేషాలు ఆత్మదృష్టితో చూడటం, మనస్సుతో ఆత్మగా ఆస్వాదించటము–**ప్రత్యాహారము.**

ధారణ : యత్రయత్ర మనో యాతి, బ్రహ్మణః తత్ర దర్శనాత్, మనసా ధారణం చ ఏవ ధారణా। ఈ మనస్సు (లేక) ఆలోచన ఎక్కడెక్కడ ఏ ఏ విషయములపై ప్రియ–అప్రియములతో కూడి వ్రాలుచున్నదో.. అట్టి **"ఆయా సర్వ విషయములు సర్వదా బ్రహ్మమే స్వరూపముగా కలిగిఉన్నాయి"..** అని మనస్సుతో అవగాహన వదలకపోవటము 'ధారణ'. అట్టి ధారణ యొక్క అభ్యాసముచే ఈ జీవుడు స్వయముగా 'పరతత్త్వము'ను సముపార్జించుకోగలడు.

ధ్యానము : "నేను బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాను".. అనునదే సత్‌వృత్తి (Absolute - Al-present sense). **"ఈ దృశ్యముపై గాని, ఈ దేహముపైగాని, మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములయొక్క స్థితి–గతులపైగాని కించిత్ కూడా ఆధారపడిలేను. నిరాలంబ** (Non-Dependent) - **స్థితియందు బ్రహ్మముగా సుస్థాపితుడనై ఉన్నాను"** అను స్థితి – 'ధ్యానము' అను శబ్దముచే ఉద్దేశ్యించబడుతోంది. అట్టి "నేను బ్రహ్మమునే– **"బ్రహ్మైవాహమస్మి"** ధ్యాస (లేక) ధ్యానము పరమానందదాయకమై ఉన్నది.

సమాధి : సర్వ దృశ్య వృత్తులను త్యజించివేసి, వికారములన్నీ వదలివేసి, నిర్వికారత్వముతో కూడిన బ్రాహ్మీవృత్తిని మరల మరల అవధరించువాడై ఉండటమే సమాధి. **"వీరు ఇట్టి వారు – వారు అట్టివారు; ఇది పొందాలి– అది తొలగాలి; ఇది కావాలి– అది వద్దు; ఇది చేయాలి – అది చేయకూడదు"** – మొదలైన ఈ ద్వంద్వ వృత్తులన్నీ దాటివేసి..., సర్వమునకు **సాక్షి** అయి – **మౌని** అయి, సర్వసమరూపమగు సమ్యక్ స్థితియందు నెలకొని ఉండటము **'సమాధి'** అని అనబడుతోంది.

సిద్ధి : ఆనందము రెండు విధములైనది. (1) వస్తువుల నుండి లభించునది – కృత్రిమమైనది, పరతంత్రమైనది కూడా (2) **సహజమైనది, స్వతంత్రమైనది.**

సంసారదృష్టులు కారణంగా ఈ జీవుని ఆనందము వస్తువులపై సందర్భములపై, సంఘటనలపై ఆధారపడినదై ఉంటోంది. సాధువు యొక్క (లేక) యోగి యొక్క విషయము ఇందుకు భిన్నమై ఉంటోంది. ఆతడు ఇప్పుడే ఇక్కడే **"సహజము–అకృత్రిమము అగు ఆనందము"**ను సిద్ధించుకొనుటయందు నిమగ్నుడై, అందుకొరకై కర్మ–యోగ–తపో–ధ్యాన–సమాధులను అభ్యాసపరికరములుగా కలిగి ఉంటున్నాడు. అట్టి అభ్యాసముచే **"ప్రత్యగాత్మ"**తో అనుసంధానము స్వయముగా ఏర్పడుచున్నది. అట్లు ఏర్పడటమే సిద్ధి–సిద్ధుడు–సిద్ధ సమాధియోగి".. మొదలైన ఆయా పరాకాష్ఠస్థితి శబ్దములుగా చెప్పబడుచున్నాయి.

ధ్యానము యొక్క (వృత్తిరహిత ఆత్మధ్యాస) యొక్క అభ్యాసముచే సర్వసమ–సమరస పూర్వక అనుభవమగు సమాధి సిద్ధిస్తోంది. అది **"సర్వము సమరూపమగు ఆత్మగా అవధరించటము" అనుస్థితి. తానే సర్వతత్త్వస్వరూపుడై బ్రహ్మానందించటము.**

అటుపై ఇక ఇతఃపూర్వపు సర్వసాధనలు తమకు తామే ఉపశమిస్తాయి. స్వతఃగానే అకృత్రిమమగు **"స్వయమాత్మా–మమాత్మా ఇదమ్ సర్వమ్"**–అను ద్రష్టత్వమునకు సాక్షిత్వము (దృక్) **స్వభావసిద్ధమగుచున్నది.** దృష్టి ఆత్మత్వము సంతరించుకొన్నదై, సాధన–సాధ్యములు ఏకరూపము, పొందుచున్నాయి.

అట్టివాడే **'యోగీశ్వరుడు'** (లేక) **'యోగిరాట్'.** ఆతడు ఆస్వాదించు స్వయం-స్వస్వరూపత్వము మాటలతో చెప్పజాలనిది.

అట్టి సమాధి ఫలమగు 'సర్వమహమేవ' స్థానము (లేక 'సమాధి పరాకాష్టస్థానము') చేరుటకు నిర్వర్తించు యోగి యొక్క ప్రయత్నములకు కలుగు విఘ్నములలో కొన్నిటి గురించి ఇక్కడ మనము ఉదహరించుకొనుచున్నాము.

"యోగాభ్యాసము" సమయంలో కలిగే విఘ్నములు

(1) అనుసంధాన రాహిత్యము : అనేక భేదభావములు, అభినివేశములు, స్నేహ-ద్వేష అభిప్రాయములు, తప్పు-ఒప్పుల ఆపాదనలు.. మొదలైనవన్నీ పెత్తనము చెలాయించటం చేత.. **"ఇదంతా అఖండమగు ఆత్మయే! మమాత్మయే ఇదంతా"..** అను అనుభూతి పూర్తిగా మరుగునపడుతూ ఉంటోంది. బుద్ధి ఆత్మతో అనుసంధానము పొందుటలేదు. (The Unitedness with the finest truth is remaining as uncatched)

(2) ఆలస్యము : బుద్ధి మాంద్యము. బద్ధకము. పరిశీలించాలనే ఉత్సుకత మందగించి ఉండటము. అతి నిద్ర.

(3) భోగలాలసత్వము : ఇంద్రియ విషయ రూపములగు భోగముల పట్ల అభిలాష. నామ-రూపముల పట్ల, ఆయా సంబంధ-అనుబంధముల పట్ల రాగము. మమకారము. ఆకాంక్ష! (Expectations).

(4) లయము : కొన్ని సంగతి-సంబంధములలో లీనమై ఉండటము. నూతిలోని కప్పవలె అల్పబుద్ధికి పరిమితమవటము. అంతకుమించినదేదీ పరిశీలించుటకు, అభ్యసించటానికి, తెలుసుకోవటానికి తిరస్కార భావము కలిగి ఉండటము. సంగతి-సంబంధము-సందర్భములలోను, అనుబంధ బాంధవ్యములలోను లయమైపోయి ఉండటం.

(5) తమము : అజ్ఞానముతో కూడిన సంకుచితత్వము. అసంగత్వము. అవివేకము, అపరిశీలనాత్మకమైన, దురావేశపూరితమైన **అజ్ఞానభూమికాభ్యాసములు.** వివేకదృష్టికై వెతికే ప్రయత్నము లేకపోవటము.

(6) విక్షేపము : ఒకటి తరువాత మరొక ధ్యాస, ఒకేసారే అనేక ధ్యాసలు కలిగి ఉండటము. ఏకాగ్రత ఏమాత్రము లేకపోవటము. ఒకచోట ఒక విశేషము వింటూనే ధ్యాస-మరొక చోటికి వెళ్ళుచున్నదై ఉండటము.

(7) తేజస్సు : యోగాభ్యాసము కొనసాగుచుండగా దర్శనమగు తేజస్సు (తేజస్సు కూడా ఆత్మకు అన్యమే కాబట్టి అనన్యమగు "ఆత్మాఽహమ్ స్థితి-స్థానము" పొందుటకు ముందుగా దర్శనమయ్యే తేజస్సు కూడా 'సమాధి' అభ్యాసమునకు ఒక విఘ్నముగా చెప్పబడుచున్నది)

(8)స్వేదము: దేహము అలసి, సొలసిపోవటము. చెమట పట్టటము. [యోగ/సమాధి అభ్యాసములలో చెమట (Sweting)... ఒకానొక స్థితిగాను, క్రమంగా..అభ్యాసము కొనసాగుచుండగా స్వేదము(చెమట) కలుగకపోవటము తరువాతి మెట్టుగా జరుగుతూ ఉంటుంది].

(9) శూన్యతా : యోగాభ్యాసము (లేక) సమాధి అభ్యాసము - అనునది - దృశ్యవస్తువుల (నామ-రూప-గుణముల) త్యాజ్యరూపము. అభ్యాసము కొనసాగుచుండగా ఒకానొక స్థితిలో పదార్థరహిత-విషయ రహిత శూన్యత్వము అనుభవమగుచున్నది. అట్టి స్తబ్ధత ఒక విఘ్నముగా అగుచున్నది. సోఽహమ్ రూపమగు ఆత్మ శూన్యము కాదు. స్తబ్ధము కాదు. సర్వమును చేతనపరచు చైతన్యము. ఈ జగత్తులన్నీ ఎందులోంచి బయల్వెడలినవై ప్రకాశమగుచున్నాయో అది శూన్యము ఎట్లా అవుతుంది? అందుచేత మరికొంత యోగాభ్యాసముచే "సర్వము తానైన నేను (ఆత్మ)! సర్వమునకు సాక్షి అయిన నేను (ఆత్మ)!".. అను స్థితి (శూన్యమును కూడా అధిగమించుటచే) సిద్ధించగలదు.

ఈ విధంగా అనేక విఘ్నములు అనేక రూపాలుగా (బాహుళ్యంగా) కలుగుతూ ఉంటాయి. యోగి వాటినన్నిటినీ-బ్రహ్మవిచారణ (బ్రహ్మజ్ఞానము-బ్రహ్మము గురించిన సమాచారము - అవగాహన), గురువుతో సంభాషణ - ఓరిమి సహాయంతో-త్యజిస్తూ, జయిస్తూ అధిగమించాలి. పట్టుదలతో కూడిన అభ్యాసమే అందుకు ఉపాయము.

అన్నిటికీ కారణము దురభ్యాసము-అందుకిక ఉపాయము సదభ్యాసమే!

ఈ జీవుడు ఏదేది దేహముతోను, మనస్సుతోనూ, చిత్తముతోను అభ్యసిస్తూ ఉంటే, అదియే సిద్ధిస్తూ కొనసాగుతుంది. అభ్యాసము యొక్క ప్రభావము అటువంటిది మరి!

భావవృత్త్యా హి భావత్వగ్ం - "ఈ జగత్తు అనేక రూపములుగా ఉన్నది. బంధములు కలిగించగలదు. ఇష్టములు పొందాలి, బాధలు తొలగాలి. నమ్మతగినవి- నమ్మరానివి ఇక్కడ ఉన్నాయి" - ఇటువంటి మొదలైన అనేక అనుభవములుగా ఇక్కడివన్నీ ప్రాప్తిస్తున్నాయి. ఇటువంటి ఏఏ భావ వృత్తులు ఒకడు ఆశ్రయిస్తూ ఉంటాడో.. ఆ రకమైన భావ వృత్తియే ఘనీభూతమై - అట్టివాడు

అదియే స్వానుభవముగా, అనుభూతిగా పొందుచున్నాడు. అవియే ఆతని **స్వభావము**గా అగుచున్నాయి. భావముల అధికత్వముచే, ఆ రీతిగానే అనిపించటము ప్రారంభిస్తోంది. (యద్భావము తత్ భవతి).

శూన్య వృత్త్యా హి శూన్యతా : 'ఇదేమీ లేదు' అనే శూన్యవృత్తిని ఆశ్రయించినవాడు శూన్యత్వమే పొందుచున్నాడు.

బ్రహ్మవృత్త్యా హి పూర్ణత్వమ్ : "నాతోసహా ఈ సమస్తము "అఖండము, ఆనందరూపము" అగు పరబ్రహ్మమే" – అను బ్రాహ్మీవృత్తిని అభ్యసిస్తే, 'బ్రహ్మము'గానే అనిపించగలదు.

- ❖ ఇక్కడ అనుభవమగు జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి.. అంతర్గత దృశ్యములు,
- ❖ ఆ దృశ్యములు విషయములుగా కలిగియున్న ఇంద్రియములు, ఇంద్రియములతో కూడిన ఈ భౌతికదేహము,
- ❖ ఆ ఇంద్రియములకు ఆధారమైయున్న రూప-చూపు-వినికిడి-రుచి-వాసన-స్పర్శరూప ఇంద్రియానుభవములు, వాటికి సంబంధితులగు-ఇంద్రియ దేవతలు..

ఇవన్నీ అభ్యాసంచేతనే సిద్ధిస్తున్నాయి. "అన్ని తరంగాలలోను ఒకే జలమున్నవిధంగా-ఏకము, అఖండము, అక్షరము అగు బ్రహ్మమే" – అను వృత్తిచే, "బ్రహ్మమే అయి ఉన్న నేను పూర్ణుడను" – అను పూర్ణత్వం సిద్ధిస్తోంది.

<u>బ్రాహ్మీవృత్తి</u> :

- ○ ఈ దేహమును కదల్చుచున్న దేహి, ఆతని "ఈ దేహము నాది" అనే **జీవత్వము,** (ఈ దేహమునకు నేను పరిమితుడను-అనునది)
- ○ "నేను వస్తూ-పోతూ ఉన్న అనేక దేహములకు సంబంధించినవాడను".. అనబడు **ఈశ్వరత్వము,** (అనేక దేహములలోనివాడను-అనునది).
- ○ "సర్వదేహములలో నేనై ఉన్న నేను" అను సర్వాంతర్యామిత్వము,
- ○ "సర్వమునకు, సమస్తమునకు వేరైయున్న నేను" అను అప్రమేయత్వము"– ఇవన్నీ కూడా **<u>అభ్యాసవశమే!</u>**

"ఇదంతా అఖండము – నిత్యము – అప్రమేయము అగు బ్రహ్మమే" అను వృత్తిని ఎల్లప్పుడు అభ్యసిస్తూ ఉండటం చేత మాత్రమే – అట్టి 'బ్రాహ్మీవృత్తి'చే ఈ జీవుడు 'పూర్ణత్వము' పొందగలడు. అందుచేత **"ఈ సర్వము సర్వదా నేనైన నేను"**.. అను వృత్తిచే **పూర్ణత్వము**నే అభ్యసించి, ఉత్తమ ప్రయోజనమగు **'పూర్ణుడు'**గా రూపుదిద్దుకోవటమే అన్నిటికంటే ఉత్తమము. అదియే జీవితము యొక్క మహదాశయము. **"భావన చేతనే బంధము-భావన చేతనే మోక్షము అనుభవమగుచున్నాయి"** అని గమనించబడు గాక!

అనగా..

"ఈ సర్వ శరీరధారులగు జీవులు – సర్వ అశరీర దివ్య ప్రజ్ఞారూపులగు దేవతలు – ఈ లోక లోకాంతరములు.. ఇవన్నీ కూడా-నాతో సహా-సర్వదా అఖండమగు బ్రహ్మమేకదా".. అను **'పవిత్రము, పరము'** అగు వృత్తిని ఆశ్రయించాలి. అట్లా ఆశ్రయించక, అనేక భేదములతో కూడిన (జాతి భేదములు – దేహభేదములు-స్వభావ భేదములు-జీవేశ్వరభేదములు-గురుశిష్య భేదములు మొదలైన వాటితో కూడిన) భేదవృత్తులనే ఆశ్రయిస్తూ (అభ్యసిస్తూ) ఉంటే.. వారి 'జీవితము' అనే అవకాశము వృధాయే – అగుచున్నది.

ఎందుచేతనంటే, అఖండమగు ఆత్మ అనుభవమునకు రాదు.

ఈ సర్వము బ్రహ్మమే! నేను బ్రహ్మమునే! ఈ సర్వము నేనే.. అనురూపముతో కూడిన బ్రాహ్మీ భావన (లేక) బ్రాహ్మీ వృత్తిని వృద్ధి చేసుకోకుండా, ఎవ్వరు అంతరంగములో దృశ్యవృత్తులనే వృద్ధి చేసుకుంటూ ఉంటారో.., అట్టివారు మానవజన్మ అనే గొప్ప సదవకాశమును పోగొట్టుకొని దుర్వ్యసనపరులు అగుచున్నారు. వారు పశుప్రాయులే!

ఎవ్వరైతే ఏ వృత్తి (Avocation) యొక్క పర్యవసానమెట్టిదో, ఏ వృత్తి బ్రాహ్మీస్థానము చేర్చగలదో ఎరిగినవారై.. బ్రాహ్మీ వృత్తి (ఈ సర్వము మమాత్మయే! అఖండమగు బ్రహ్మమే! – అను వృత్తి) యొక్క అభ్యాసములను రోజురోజూ వృద్ధి చేసుకుంటూ ఉంటారో..,

- ❖ అట్టివారు ధన్యులు.. **'సత్పురుషులు'** అని పిలువబడుచున్నారు.
- ❖ వారు **త్రిలోకపూజ్యులు**

అందుచేత..

బ్రాహ్మీవృత్తిచే బ్రాహ్మీదృష్టియొక్క సమవృద్ధిని పొందుచూ, బుద్ధి – పరిపక్వతము సంతరించుకోసాగుతుంది. అట్టివారు **'సత్‌బ్రహ్మత్వము'**ను సిద్ధింపజేసుకొనుచున్నారు.

మహావాక్యములు పలుకుచున్నంత మాత్రంచేత సరిపోతుందా?

"అహమ్ బ్రహ్మాస్మి – సోఽహమ్ – తత్త్వమ్ – సర్వం ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ – జీవోబ్రహ్మేతి నాపరః" మొదలైన శబ్దములను మాత్రము ఉచ్ఛరిస్తూ, ఆ శబ్దార్థములకు సంబంధించిన **"మనోవృత్తి–బుద్ధియొక్క అవగాహన, చిత్తముచే ఇష్టము"..** అను రూపముగల బ్రాహ్మీవృత్తులను వృద్ధి చేసుకోకుండా ఉంటే లాభమేమున్నది? వృత్తులను ఆశ్రయించకుండా శబ్దములను పలికినంత మాత్రము చేత ఒకడు 'సత్బ్రహ్మత్వము'ను సంతరించుకోగలడా? లేదు. శబ్దముతోబాటు **స్వకీయభావనలను అభ్యాసపూర్వకంగా సమున్నతపరచుచున్నప్పుడే ప్రయోజనము.**

ఒకానొకడు బ్రహ్మము గురించి – బ్రహ్మము గురించిన సమాచారము గురించి చదవటములోను, సంభాషించటములోను గొప్ప ప్రావీణ్యత కలిగి ఉండి కూడా సరిపోదు. జనులచే "ఆహాఁ! ఈతనికి ఎన్ని విషయాలు అనర్గళంగా చెప్పగల ప్రావీణ్యత ఉన్నది!" అని మెచ్చుకోబడుచూ గూడా.., సంపూర్ణత సంతరించుకున్నట్లు కాదు. తెలుసుకొన్నట్టి **బ్రహ్మీతత్త్వమును అనిపించే వరకు అనుకోవాలి. అదే తాను కావాలి.**

ఈ సర్వము పరబ్రహ్మమే! "ఈ కనబడే జగత్తుయొక్క, జనులందరి యొక్క, నా యొక్క సహజ రూపము–పరతత్త్వమే కదా!" అని అనిపించే వరకు శ్రవణ–మననముల అభ్యాసము అత్యావశ్యకము. *(ప్రాణాయామము, ఆరాధన,పూజ, సాకారోపాసన మొదలైన ఇవన్నీ అభ్యసించటమును అందుకు ఉద్దేశ్యించారు).*

"అనుకోవటము – అనిపించుటము" అను బ్రాహ్మీవృత్తిని అభ్యసిస్తున్నవాడై ఉండకపోతే? (మరియు) రాగ–ద్వేషవృత్తులను కొనసాగిస్తూనే ఉంటేనో? అట్టివాడు తెలిసి తెలిసి అజ్ఞాన దశను విడచిపెట్టనట్లే అగుచున్నది. ఆతడు అజ్ఞానియేగాని, సుజ్ఞానికాదు. ఇక ఆతని పట్ల 'పునరపి జననం–పునరపి మరణం' అను దేహ–దేహాంతర రాకపోకలు తప్పునవి కావు. **పునః ఆయాంతి యాంతిచ!**

అట్టి సుస్థిరమైన – నిశ్చలమైన – సర్వమును సర్వదా బ్రహ్మముగా దర్శించు 'బ్రాహ్మీవృత్తి యొక్క సిద్ధత్వము' పొందినవారు ఉన్నారా? ఓఁ! తప్పకుండా ఉన్నారు. మనకు (పౌరాణికంగానో, చారిత్రకంగానో, వినికిడిగానో) కొన్ని పేర్లు మాత్రమే తెలిసి ఉండవచ్చుగాక! కానీ బ్రాహ్మీ దృష్టిని పూర్ణముగా సిద్ధించుకొన్నవారు తప్పక సర్వకాలములలోను, సర్వజీవజాతులలోను అనేకులు ఉండియే ఉన్నారు. బ్రహ్మమానసపుత్రుడగు సనకుడు, వ్యాసపుత్రుడగు శుకమహర్షి మొదలైన ఎందరో మహానుభావులు!
వారు ఒక నిముషంలో అర్ధభాగం కూడా 'బ్రాహ్మీవృత్తి'ని విడనాడి ఉండరు.

కార్య–కారణ రహితత్వం

ఒక వ్యక్తి దూరంగా కనిపిస్తున్న బాటలో నడిచి వెళ్ళుచున్నట్లుగా కనిపిస్తోందనుకోండి. ఆ 'నడవటము' అనే కార్యము నడచువానికి భిన్నమా? కాదు. అట్లాగే ఒక కార్యమునకు అద్దాని కారణము భిన్నము కాదు. కారణము చేతనే కార్యము ఏర్పడినదిగా అగుచున్నది.

ఇప్పుడు... **కారణమును తొలగిస్తేనో? కార్యమే ఉండదుకదా!**

అనగా, 'నడచువాడే లేదు' అనునది (సత్యమును పరిశీలించినప్పుడు) సిద్ధించిందనుకోండి. అప్పుడు 'నడవటము' అనునది తనకు తానే లేనిదగుచున్నది కదా!

"ఈ జగత్తుకు, జీవాత్మకు కారణము తత్త్వతః లేదు. ఎందుకంటే, "ఆత్మ సదా నిష్క్రియము, కారణత్వమునకు సంబంధించనట్టిదది" – అని తత్త్వార్థపూర్వకంగా ఎరిగినప్పుడు, అట్టి విచారణచే **"అద్వితీయమగు ఆత్మపట్ల జగత్తు, జీవాత్మల కారణత్వము లేదు"..** అనునది సుస్పష్టమగుచున్నది. విచారణచే **"జగత్తు–జీవాత్మలు** (That beeing experianced and experiencer).. 'లేనివే' అను అభావము పొందుచున్నాయి. అనగా **"ఆత్మయే ఒకానొక అవిజ్ఞాత దృష్టిచే (లేక) అవిచారణదృష్టిచే జగత్తు –జీవాత్మలుగా అగుపించుచున్నది".. అను "కార్య అభావము"** సిద్ధిస్తోంది. ఎప్పుడైతే వాక్కుకు కూడా అగోచరము, శుద్ధము అగు ఆత్మ వస్తువు వృత్తి జ్ఞానముచే (శుద్ధ) చిత్తమునకు పరమై అనుభూతమగుచున్నదో– అప్పుడిక **ఈ ఇంద్రియ జగత్తు, జగత్తును ఇంద్రియములతో అనుభూతపరచుకొన్న ద్రష్ట కూడా–శుద్ధము అగు ఆత్మకు వేరై ఉండవు!** అనగా అప్పుడిక జీవాత్మ–జగత్తులు కూడా శుద్ధమగు ఆత్మగానే – శుద్ధమగు చిత్తమునకు నిత్యానుభూతమై ఉంటాయి. సస్వరూపాత్మయొక్క సంప్రదర్శనమే ఈ సమస్త జగత్ – దృశ్యము కూడా. నాటకములో రచయితది కానిదేది? అయినది ఏది? అట్లాగే దృశ్యములో ద్రష్టకు చెందినదేది? చెందనిదేది?

ఒకడు ఏ వస్తువును తీవ్ర చింతనతో ఏ విధంగా భావనచేస్తే, అది ఆ రీతిగానే అనుభూతమగుచున్నది.. **"దృశ్యములో కనిపించే అనేకత్వమంతా సత్యమే"** అను భావనచే ఇదంతా ఆత్మకు భిన్నమువలె, (ద్వైతమై) అనుభవమగుచున్నది. అందుచేత **"దృశ్యమానమగు**

(కళ్లకు ఎదురుగా కనిపిస్తున్న) ఈ జగత్తు - అదృశ్యమాన స్వరూపమగు ఆత్మయే అయి ఉన్నది" అను నిశ్చయాత్మక బుద్ధిని ప్రవృద్ధ పరచుకోవాలి. ఈ సర్వము బ్రహ్మాకారముగా చింతన చేయాలి! **దృశ్యగ్ం హి అదృశ్యతాం నీత్వా బ్రహ్మాకారేణ చింతయేత్!** సర్వము స్వస్వరూప **'చిత్‌రస పూర్ణము'**గా దర్శించుచు, నిత్యానిత్య వివేకియగు విద్వాంసుడు **ఆత్మసుఖమును సర్వదా, అనునిత్యముగా ఆస్వాదించుచున్నాడు.**

2వ అధ్యాయము

అఖండ - ఏక రస చిన్మాత్రము

ఒకానొక సమయములో షణ్ముఖుడు, దేవసేనాధిపతి, లోకకల్యాణమూర్తి అగు కుమారస్వామి, పితృదేవులగు పరమశివ స్వామిని సమీపించి, సాష్టాంగ దండప్రణామములు సమర్పించి ఈ రీతిగా పరిప్రశ్నించసాగారు.

కుమారస్వామి: హే భగవాన్! అస్మత్ పితృదేవా! జగత్ పితా! సర్వతత్త్వాత్మకా! సర్వతత్త్వ స్వరూపా! శివమహాదేవా! **"స్వస్వరూపమగు ఆత్మ అఖండము - ఏకరసము అయి ఉన్నది"** అని ఆత్మజ్ఞులు అభివర్ణిస్తున్నారు. అట్టి "అఖండ ఏకరస చిన్మాత్రము" గురించి మీ నుండి సవివరణగా వినాలని అభిలషిస్తున్నాను. దయతో వివరించప్రార్థన!

ఎందుకంటే, మా బుద్ధి 'నేను - నీవు-జగత్తు' మొదలైన రూపములతో కూడిన ఖండత్వము త్యజించలేకపోతోందే? మరిక, అఖండమగు ఆత్మదృష్టి మాపట్ల సిద్ధించేది ఎట్లా? దయతో దారి చూపండి.

పరమ శివ భగవానుడు : ఓ ప్రియకుమారస్వామీ! మయూరాసనా!

అఖండము ... ఖండముగా కానట్టిది,
ఏకము ... అనేకంగా కనిపిస్తూ కూడా సర్వదా 'ఏకమే' అయి ఉన్నట్టిది -

అగు ఆత్మయే ఇదంతా కూడా. నీవు-నేను-తదితరులు → మనమంతా కూడా సర్వదా అఖండాత్మ స్వరూపులమే!

దృష్టాంతములు :

- నాటకంలో అనేక పాత్రలు - ఆ పాత్రలకు ఆయా స్వభావాలు ఉండవచ్చుగాక! అవన్నీ **అఖండము-ఏకము** అగు నాటక రచయిత యొక్క 'రచనా శైలి' యేకదా అట్టి ఊహాచైతన్యము ఒక్కటే కదా!
- వినటము, చూడటము, స్పర్శానుభవము మొ॥వి వేరువేరే అయినప్పటికీ - అవన్నీ తనవైన ఈ దేహియొక్క అనుభూతి అనుభవము ఒక్కటే కదా!
- కలలో అనేక విధములగు వస్తువులు, జనులు, ఆ జనుల స్వభావములు, స్వప్నాంతర్గద్రష్ట. ఇవన్నీ కనిపిస్తూ ఉంటాయి. ఆతీరుగా కనిపించేవన్నీ స్వప్నము తనదైన వాని **ఏక-అఖండ** స్వప్నకళాచైతన్యము యొక్క సంప్రదర్శనమే కదా!

(1) సందృశ్యమై కనిపిస్తున్న ఈ **'జగత్తు'** భావనావైచిత్ర్యమే. అట్టి 'భావన', ఆ భావన తనదైయున్నట్టి భావికుడు (స్వస్వరూపము), భావించబడినది-ఈ మూడూ కూడా (జగత్తు, భావన, భావించువాడూ కూడా) **అఖండేకరస రూపమే! అఖండ బ్రహ్మమే! అఖండాత్మయే!**

ఈ **జగత్తు,** ఇది విషయముగా కలిగియున్నట్టి **మననము, మంత్రము**, ఈ దేహ-ఇంద్రియ-మనస్సులతో నిర్వర్తించబడే **సర్వక్రియలు,** ఆ క్రియలు నిర్వర్తించుటకై ఆధారమైయున్న **జ్ఞానము**.. ఇవన్నీ అఖండైకరసరూపమగు ఆత్మయే! బ్రహ్మమే! అట్లాగే **జలము, భూమి, ఆకాశము, మహనీయుల** స్వానుభవములు, వారి వాక్కులను, గ్రంథీకరించే ఋక్-యజో-సామ **త్రివేదములు**.. **అఖండైక రసరూపమే!**

సృష్ట్యభిమాని అగు బ్రహ్మ, వేద-పురాణ-ఇతిహాసములచే జీవుల ఉద్ధరణ కొరకై చెప్పబడుచున్న వ్రతములు, అవన్నీ అనుసరించే ఈ జీవులు.. అంతా అఖండైక రసమే! ప్రజాపతియగు అజుడు అదియే! ఈ సృష్టికి కర్తయగు బ్రహ్మ, ఇద్దానిని పరిపోషిస్తూ రక్షించుచున్న హరి, లయకారకుడగు రుద్రుడు, ఈ సృష్టికి సాక్షినై దర్శించుచున్న "నేను".. **అంతా అఖండైక రసబ్రహ్మమే!**

'ఆత్మ' అనబడునది, అట్టి ఆత్మను నిర్వచించి **'తత్త్వమసి'** అని బోధిస్తున్న **గురువు,** ఆ గురువు తన శిష్యునికి గుర్తు చేస్తున్న **సత్‌లక్ష్యము,** కేవల బుద్ధి స్వరూపమగు **'మహత్తు'** - ఇవన్నీ **అఖండైక రసస్వరూపమే!**

ఈ భౌతిక దేహము, అంతరంగ విభాగములగు మనస్సు (ఆలోచనలు), బుద్ధి (విచక్షణ చేయు విభాగము), చిత్తము (ఇష్టము), వ్యష్టిగతమైన అహంకారము - అన్నీకూడా అఖండైక రసరూపములే! ఆత్మను బోధించు విద్య, ఆ విద్యచే పొందబడు అవ్యయాత్మ - అఖండైకరసమే! 'కించిత్' అనబడు ఇంద్రియ విషయజగత్తు, జీవుడు(ఇహాత్మ), వీటికి, పరమైయున్న పరాత్మ (పరము)-అన్నీ అఖండమే!

ఓ షడాననా! అఖండ-ఏక రసమగు ఆత్మకు వేరై ఏక్కడా ఏదీ లేదు. లేదు. ఏ ఒక్కరు అఖండైకరసమునకు వేరుకాదు. అహంకారము, మమకారము మొదలైనవి కూడా **అఖండైక రసరూపమే!**

ఇక్కడ స్థూలముగా (పాంచభౌతాత్మికమై)కనిపించేది, సూక్ష్మంగా (మనోబుద్ధిచిత్త అహంకార రూపములుగాను, సూక్ష్మదేహంగాను) కనిపించేది, తెలియబడుచున్నదై కనిపించేది, అట్లాగే **నీవు-నేను** గా కనిపించేది.. **అంతా ఏకరసమే!**

ఎదురుగా ప్రదర్శితమై కనిపించేది, రహస్యమై ఎదురుగా కనబడక దివ్యశక్తియుతులగు దేవతల క్రియా రూపంగా సృష్టి రచనకు కారణమగుచూ ఉండి ఉన్నట్టిది, ఇదంతా తెలిసికొనియున్న జ్ఞాత, ఇక్కడ స్థితి-గతి కలిగియున్నవి...ఇవన్నీ **సర్వదా ఆనందైక రసమే.**

తల్లి, తండ్రి, భర్త, భార్య, సోదరులు.., ఈ జీవులను పరస్పరము సంబంధ రూపముగా కలిపి ఉంచే అంతర్గత సూత్రము (సూత్రేమణి గణా ఇవ), విరాట్ రూపము, వ్యష్టి శరీరములు, ఆ శరీరముల ఆలోచనా విభాగములు, ఈ సర్వ జీవులలోని అంతరంగ-బాహ్యరంగములు- ఇవన్నీ సర్వదా **అఖండానంద ఆత్మ రూపమే!**

సూత్రప్రాయంగా చెప్పబడేవి, సవివరణాత్మకముగా చెప్పబడేవి, దానం చేయబడేవి, ఆస్వాదించబడేవి, మనస్సు యొక్క అంతర్ విభాగము, బహిర్ విభాగము – అంతా **అఖండాత్మయే!**

ఇక్కడి సర్వము అయినట్టి పూర్ణము, మార్పుచేర్పులను పొందువిభాగము.. అంతా అమృతైక రసమే!

ఇల్లు, వాకిలి, కుటుంబజనులు, సగోత్రీకులు, తదితరులు, చంద్రుడు, నక్షత్రములు, సూర్యుడు, క్షేత్రములు, క్షేత్రపాలకులు, గుణములు, ఆ గుణములు సశాంతించినప్పటి శాంతి, జగత్తులో సంచరించు జీవునియొక్క ఉనికి, (జీవునిలోని) సాక్షి, సర్వజగత్ సర్వసాక్షి... **అంతా ఏక అఖండ రస తత్త్వమే!**

ఈ జీవుని యొక్క ప్రేమించే సహృదయులు, బంధువులు, స్నేహితులు, మధ్యస్తులు, తదితరులు, రాజు, అంతఃపురము, రాజ్యము, ప్రజలు, ఈ జీవుని తరింపజేయు మార్గములో జపము, ధ్యానము, ధ్యానముచే పొందబడు పదము (స్థానము), ధ్యానముచే గ్రహించబడునవి, "సర్వదేహములలోని 'నేను' నేను" అను రూపముగల మహదత్వము... **అంతా అఖండైక రస సంప్రదర్శనమే!**

ఆత్మజ్యోతి, అఖండ జ్యోతి, సర్వమును వెలిగించు జ్యోతి, ఘనీభూతమై కనిపించే అనుభవములు, భుజింపబడేవి, యజ్ఞములో సమర్పించబడే హవిస్సు, హోమద్రవ్యములు, హోమవిధానములు, జపములు, యజ్ఞఫలములు అయినట్టి స్వర్గాది లోకములు, ఆ యజ్ఞఫలముగా – ఊర్ధ్వలోకములు పొందుచున్న ఈ జీవులు (యజ్ఞకర్త)..... ఇవన్నీ **అఖండైక రసమే!**

సర్వము చిన్మాత్రముగా భావన చేయు చిన్మాత్రము కూడా **అఖండైక రసరూపమే సుమా!**

ఇట్టి అభ్యాసపూర్వకమైన దృష్టి-అవగాహనలచే నీయొక్క అఖండైక రస స్వస్వరూపము నీకే సాక్షాత్కారము కాగలదయ్యా!

చిన్మాత్ర భావన

అంతా ఎరుగుచున్నట్టివాని ఎరుక రూపమే!

చిత్ = ఎరుక. చిన్మాత్రము = (1) ఎరుగువాడు + (2) ఎరుగుబడునది + (3) ఆ ఎరుగువానిని సాక్షి అయి దర్శిస్తున్నవాడు (Knower+Known+Witness to The knower)

ఈ కనబడేదంతా – **"నా యొక్క కేవల స్వరూపమగు 'ఎరుక'యే – 'ఎరుగబడుచున్నది'గా అయి, ఎరుకచే పొందబడుచున్నది'** – అనునదే పరమ సత్యమగు చిద్భాము. ఈ ఎరుగబడేదంతా స్వకీయ చిన్మాత్రమే! కేవల సాక్షియే లేనప్పుడు **'ఎరుగుచున్నవాడు' కూడా ఉండజాలడు. ఎరుగబడేదీ ఉండదు!** కనుక ఈ తెలియబడుచున్న సర్వము **కేవల చిన్మాత్రరూపమే! చిన్మయమే!** మట్టి బొమ్మలన్నీ మట్టియే అయి ఉన్న తీరుగా.., తెలియబడుచున్నదంతా స్వకీయ చిత్ చైతన్య స్వరూపమే! 'ఆత్మభావన'చే ఇదంతా ఆత్మచిన్మాత్రమే అగుచున్నది! (**దృష్టాంతము:** గాఢ నిద్రలో ఉన్నవానికి జాగ్రదనుభవి – జాగ్రత్ దృశ్యము 'లేనివే' అయినవగుచున్నాయి కదా!)

→ ఆత్మభావన కూడా చిన్మాత్రమే! అదీ అఖండైక రసమే!

→ ఈ సర్వలోకములు; ఆయా లోకములలో తారసబడుచున్న నీవు, నేను, నీది, నాది, పంచభూతములు (ఆకాశము-భూమి-జలము-వాయువు-అగ్ని), బ్రహ్మదేవుడు, హరి, శివుడు.. మొదలైన ఇవన్నీ కేవల చిన్మాత్ర స్వరూపములే! ఏది కించిత్తుయో, ఏది మహత్తరమైయున్నదో.. **అదంతా చిన్మాత్రమే.**

అఖండైక రసముగా మనము ఇక్కడ వివరించి చెప్పుకొనినవన్నీ కూడా, అంతా కూడా చిన్మాత్రమే!

→ ఇప్పుడున్నది, ఇతఃపూర్వము ఉండి ఉన్నది, ఇక ఉండబోవునది.. అంతా చిన్మాత్రమే!

అనగా, ఒకనికి అనుభవమగుచూ ఉన్న సమస్తమూ – ఆ **ఎరుగుచున్న వాని ఎరుకరూపమే! అఖండరూపమే!**

→ ద్రవ్యము, కాలము, జ్ఞానము (Process of knowing), జ్ఞేయము (That which is being known), జ్ఞాత (The knower)... అంతా చిన్మాత్రమే! సర్వసంభాషణలు, అసత్, సత్ – ఇవన్నీ **మొదటి నుండి చివరి వరకు చిన్మాత్రమే!**

→ సర్వము ఆద్యంతము చిన్మాత్రమే! గురువు–శిష్యుడు–వారివారి పరస్పర భావనా దృష్టులతో సహా చిన్మాత్రస్వరూపులే! ఈ ద్రష్ట–దృశ్యము స్వతఃగా సత్యమే అయి ఉంటే, ఇదీ చిన్మాత్రమే! సూర్యుడు, చంద్రుడు, దేహము, దేహి, లింగశరీరము (భావనా శరీరము, సంస్కార శరీరము, సంకల్ప రూపశరీరము), కారణ శరీరము.. ఇవన్నీ కూడా చిన్మాత్రమే. భక్తుడు – ఇష్టదైవము ఉభయులు చిన్మాత్ర స్వరూపులే.

→ ఎరుక+ఒక తీరుగా ఎరుగుట + ఎరుగబడునది – ఇవన్నీ కూడా ఏక – అఖండమగు – చిన్మాత్ర శరీరమునకు వేరుకాదు. **అట్టి చినాత్రము ఆత్మయొక్క తేజో విభవమే.**

ఆహాఁ! ఈ చిన్మాత్రము ఎంత ఆశ్చర్యమైనది! **సర్వాశ్చర్యం చ చిన్మాత్రం!**

- తెలుసుకొంటూ ఉన్నదీ తానే!
- తెలివి తానే!
- తెలియబడుచున్నదంతా తానే!

ఇట్లయి ఉండి కూడా, అట్టి చిన్మారతము – సర్వమును తనకు వేరైనట్లు దర్శించుచూ, (తన స్వరూపమగు, తనకు అభిన్నమగు) **"తెలియబడుదానిచే"** **'నిబద్ధత'** (Bounded) పొందుచూ **'సంసార బంధము'** పొందుచున్నది. (The knower is being encompased by his own facet of knowing). *(దృష్టాంతము → స్వప్నసందర్భము)*

ఈ జీవుడు చిన్మయ స్వరూపుడే అయి ఉండి, తన **"చిన్మయమహత్త్వము"** నుండి **'అన్యము'**ను కల్పించుకొని, ఆ **అన్యము** నందు చిన్మయరూపబంధము పొందుచూ – **"ఇప్పుడు నేను బద్ధుడను! ఓ చిన్మయ పరమాత్మా! మీరెక్కడున్నారు! రండి! నన్ను బంధము నుండి తొలగించండి"** అని – తన యొక్క **నిత్యనిర్మల స్వరూపమగు 'కేవల చిన్మయము**ను ఎలుగెత్తి ప్రార్థన చేయుచున్నాడు.

ఓ కుమారస్వామీ! **అహమ్ త్వమ్చైవ చిన్మాత్రమ్.** నీవు–నేను – బంధము– మోక్షమూ అంతా చిన్మయమే.

మూర్తీభవిస్తూ (As form) కనిపించేది, మూర్తీభవించటమును నిర్వర్తిస్తూ తాను మాత్రము ఏమాత్రము మూర్తీభవించక అమూర్తమై (one that is exhibiting all forms while one's own self is continuing as non-exhibitive)... యున్నది – **ఉభయము అఖండ – ఏక చిన్మాత్రమే!**

పుణ్యం పాపం చ చిన్మాత్రమ్: 'ఇది పుణ్యము–ఇది పాపము'.. అని అనుకోబడేది, చెప్పుకోబడేది.. ఆ పాపఫలములు, పుణ్యఫలములుగా భావించబడేది.. అవన్నీ అట్లు అనుకోవటం చేతనే ఆ రూపమై సిద్ధిస్తున్నాయి. కనుక చిన్మాత్రరూపములే!

ఒకటి ఒకతీరుగా అనుకుని, అట్లు ఎరిగి, అట్లే పొందటమే చిన్మాత్రరూపప్రదర్శనా చమత్కారము! **(యత్ భావమ్ తత్భవతి)**

దేహః చిన్మాత్ర ఏవహి : ఈ భౌతిక దేహము, ఇందులో భౌతికంగా కనిపించే వస్తుజాలము, ఇంద్రియ ప్రదర్శనలు, దేహి.. ఇవన్నీ చిన్మాత్ర రూపమే!

స్థూల శరీరము	...	Physical Body.
లింగ శరీరము	...	Thoughts and feelings Body. Experiencing Body.
కారణ శరీరము	...	A body which is cause to లింగ శరీరము. Habit-derived Body.
శరీరి	...	One who in operating all above.

.... అన్నీ చిన్మాత్రమే! చిన్మాత్రమునకు వేరుగా సంకల్పము (Assumption & visualization) గాని, వేదనము (Experiencing) గాని లేవు. అనుభవరూపమైనదంతా **"కేవల చిన్మాత్రము"** అనే ముడిపదార్థము (Raw-material)తో రూపుదిద్దుకొన్నవే! ఈ జీవుడు సర్వదా కేవల చిన్మాత్ర స్వరూపుడే!

⌘

చిన్మయ రూపమునకు వేరుగా మనన రూపమగు మంత్రము లేదు. మంత్రదేవతా లేదు. ఇంద్రుడు–వరుణుడు–వాయువు–యముడు మొ॥న దిక్పాలకులు లేరు. ఈ పాంచభౌతిక వ్యవహారికమైనది, భౌతికంగా వ్యవహారముగా కనిపించనట్టి దేవతా ప్రజ్ఞలు (సృష్టిని తమ ప్రజ్ఞతో నామరూపాత్మకంగా చేస్తూ ప్రదర్శించువారు) లేరు. చిన్మాత్రమునకు వేరుగా 'ఆవల గల నేను' అను అన్యస్థితమగు పరబ్రహ్మము లేదు. చిన్మాత్రము (తెలివి–ఎరుక–ధ్యాసరూపము)నకు వేరు ఎక్కడా ఏదీ ఏ మాత్రమూ లేదు. వేరై ఎవ్వరూ లేరు. శివుడనగు నేను (వేరుగా) లేను. షణ్ముఖుడువగు నీవూ చిన్మాత్రమునకు వేరు కాదు.

చిన్మాత్రమునకు వేరుగా...

⌘ 'లేనిది ఉన్నట్లుగా కనిపించటము – ఉన్నది లేనట్లుగా కనిపించటము".. అనబడే 'మాయ' లేదు.

⌘ మరొక పూజనీయమైనది ఏదీ లేదు. పూజనీయము (దేవత–గురువు ఇత్యాదులు)గా స్వీకరించబడుచున్నదంతా చిన్మాత్రమే!

⌘ మననము చేయబడుచున్నదేదీ (చిన్మాత్రమునకు అన్యమై) లేదు. మనస్సుచే మననము చేయబడుచున్నదంతా చిన్మాత్రమే!

⌘ నాస్తి సత్యమ్! చిన్మాత్రమునకు వేరై ఉనికి కలిగియున్నది ఏదీ లేదు!

⌘ స్థూలమయ – ప్రాణమయ – మనోమయ – విజ్ఞానమయ – ఆనందమయ పంచకోశములూ లేవు. అవన్నీ స్వకీయ చిన్మయ (ఎరుక) రూపమే!

⌘ ఈ భౌతిక వస్తు–భౌతిక దేహ రూప నిర్మాతలు (The Engineers of All physical forms) అగు అష్టవసువులు లేరు. ఆ ప్రజ్ఞలన్నీ (దివ్యప్రజ్ఞారూప దేవతలంతా) **చిన్మయానందరూపులే!**

⌘ 'సర్వము లేవు' అని మౌనము వహించు కేవలాకాశమూ లేదు. **అట్టి మౌనము చిన్మయ స్వరూపమే!**

⌘ అనురాగము–విరాగము లేదు. వైరాగ్యము (దేనిపట్ల మమకారము–ధ్యాస–ఆశలేనట్టి స్థితి) కూడా **చిన్మయరూపమే.**

సర్వమ్ చిన్మాత్రమేవ హి...!

అంతా చిన్మాత్రమే అయి ఉన్నది!

⌘ ఏదేది కారణకారణమై యున్నదో...,

⌘ ఏదేది కార్యరూపమై దృశ్యరూపముగా అనుభూతమగుచున్నదో...,

⌘ ఎక్కడ ఏదైతే దూరంగా ఉన్నట్లు అనుభూతమౌతుందో...,

⌘ ఎక్కడ ఏదేది పాంచభౌతికంగాను, జీవుల రూపముగాను అగుపిస్తూ ఉన్నదో...,

⌘ ఎక్కడ ఏదేది ఆశయము ((Objective, Target) రూపముగా లక్ష్యమై ఉన్నదో.., ఎక్కడ ఏదేది తెలియబడుచున్నదానికి ఆవల తెలుసుకుంటూ ఉన్నట్టి వేదాంత రూపము (వేదముతెలియబడునది; అంతము = ఆవల :: తెలుసుకొనుచున్నట్టిది). – అయి ఉన్నదో...,

అట్టి సమస్తమూ స్వయముగా 'స్వకీయమగు ఎరుక' రూపమే! చిన్మాత్రమే!

అఖండైక రసబ్రహ్మమే! బ్రహ్మమే అయి ఉన్న **కేవల చిన్మాత్ర ప్రదర్శనా చమత్కారమే?** చిన్మాత్రమునకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ లేదు. సర్వగమనములు (All Movements from place to place as well as mental state to state)... చిన్మాత్రమయములే!

స్వకీయ ఎరుకచే నిర్మించుకోబడుచున్నవే జగత్ పరంపరలు! – ఇదంతా నీవే!

బంధము – మోక్షము కూడా 'ఎరుక'కు సంబంధించినవే! కనుక చిన్మాత్రరూపములే! ఏ లక్ష్యముతో మోక్షార్థిఅయి ముముక్షువులు యత్నశీలురై ఉన్నారో.. అది కూడా చిన్మాత్రమునకు ఏ మాత్రము వేరుకాదు.

అఖండైకరస రూపమగు చిన్మాత్రమునకు వేరుగా జీవుడు లేడు. శివుడు లేడు!

ఓ ప్రియ కుమారస్వామీ! షణ్ముఖనాథా! ఒక ముఖ్యమైన రహస్యము చెప్పుచున్నాను.. విను!

తత్త్వమ్। శాస్త్రములయందు, నా యందు, నీ యందు అఖండైక రసస్వరూపుడవై నీవే సర్వదా ప్రకాశించుచున్నావు. నీవు కానిదేదీ నీకు అన్యంగా ఏమాత్రమూ ఎప్పుడూ లేదు.

(జీవా! నీవే బ్రహ్మమని స్మృతి తెలుపంగ, నీకేలా తెలియదు, లేరా! పరబ్రహ్మరూపము నీవై ఉండగ.... మరుపేల వచ్చెను? లేరా! జీవా! నీవే బ్రహ్మము!)

⌘

ఇదంతా నేనే! సోఽహమ్।

"ఈ సర్వలోకములయందు, సర్వ జీవులయందు, సర్వదేవతలయందు, సర్వలోకస్థులయందు అఖండ–ఏకరూపుడనై, కేవల చిన్మాత్ర స్వరూపుడనై సర్వత్ర సమముగా ప్రకాశించుచున్నది నేనే! మమాత్మయే! **అహమస్మి ఇదమ్ సర్వమ్। సంశయో నాస్తి తత్ర।**

ఈ సర్వము నాయొక్క అఖండ-అప్రమేయ చిన్మాత్ర సంప్రదర్శనమే! ... యిట్టి సకృత్ (I am the maker and worker for all else) అను జ్ఞానముచే, సర్వము ఏకరూపముగా స్వస్వరూపముగా దర్శించు అభ్యాసముచే **ఈ జీవుడు ముక్తుడే అగుచున్నాడు..**

సమ్యక్ (సర్వ సమస్వరూపమగు ఆత్మయే నేను అను) జ్ఞానముచే ఈ జీవుడు తనకు తానే 'గురువు' అగుచున్నాడు (ఆత్మైవహి గురుః). అంధకారమంతా తొలగిపోగా తానే సర్వమై వెలుగొందుచున్నాడు. (అహమ్ సర్వస్య ప్రభవో।)

⌘

3వ అధ్యాయము

స్వ-ఆత్మానుభవమ్

శ్రీకుమారస్వామి: ఆత్మానుభవమ్ అనుబ్రూహీతి। తండ్రీ. మేము దేహానుభవము, దృశ్యానుభవము, సుఖ-దుఃఖానుభవము, లోకానుభవము, జన్మానుభవము మొదలైనవన్నీ అనుశ్రుతంగా పొందుచూ ఉన్నాము. ఆత్మానుభవమే ఈ జీవుని జన్మ-కర్మల పరమాశయము కదా! అట్టి **ఆత్మానుభవము** సిద్ధించుకొన్న వాని స్వానుభవము ఏ విధంగా ఉంటుందో, దయతో వివరించండి.

శ్రీ పరమశివుడు : "ఆత్మమేవాఽహమ్" అనుభవము→ ఈ జన్మ-కర్మ విశేషాలతో సహా దేని చేతనూ స్పృశించబడక, సర్వమునకు అప్రమేయమై, కాలగతిచే మార్పు చెందక, **అనునిత్యంగా స్వానుభవమై** ఉంటోంది. ఆత్మజ్ఞానము యొక్క పరిపక్వతచే **"సర్వాంతర్యామి-సర్వస్వరూపము-సర్వము అయి ఉన్నది నేనే కదా!"**.. అను ఆత్మానందమునందు ఆత్మానుభవి డోలలాడుచూ ఉంటున్నాడు.

- ఇక్కడి ఉన్నదంతటికీ (ఇహమునకు) ఆధారమై, అసంగమైయున్న **పరబ్రహ్మ స్వరూపుడను** నేను. మట్టియే మట్టి బొమ్మలకు ఆధారమై మట్టిగానే ఉండిఉండు రీతిగా, నేను సర్వస్వరూపుడను. సర్వాతీతుడను. **పరబ్రహ్మస్వరూపుడను. పరబ్రహ్మ స్వరూపోఽహమ్।**
- ఇహానందము ఒక వస్తువుపైనో, సంఘటనపైనో, సంబంధముపైనో ఆధారమై జనిస్తోంది. ఏ ఆనందముకొరకై సకల లోక జీవులు దేవులాడుచున్నారో, అట్టి ఆనందమే నా స్వాభావిక స్వరూపము. **పరమానందమే నేను! పరమానందమస్మ్యఽహమ్।**
- **నిర్హేతుక - ఆనంద స్వరూపుడను.** (I need no external reason to be happy. It is my own natural form)
- ఏ'జ్ఞానము' మునుముందుగా ఉండి ఉండటము చేతనే సర్వము ఎరుగబడుచున్నదో,.. అట్టి తెలియబడటానికి ముందే ఉన్నట్టి **కేవలం జ్ఞానరూపోఽహమ్।**
- ఇక్కడ తారసబడే దృశ్య - ఇంద్రియ - దేహ - మనో - బుద్ధి - చిత్త - అహంకార - జీవాత్మ - ఈశ్వరాత్మలకు పరము (Beyond) - అయి ఉన్నాను. కేవలుడనై (As Absolute prior to commenament of Relativity at its core) ఉన్నాను. **కేవలమ్ పరమోస్మ్యఽహమ్।**
- జాగ్రత్- స్వప్న-సుషుప్తులు నాయందు ప్రదర్శితమగుచూ లయిస్తూ ఉండగా, నేను పరమశాంతుడనై, మౌనముగా సాక్షినై ఉన్నాను. **కేవలమ్ శాంతరూపోఽహమ్।** శాంతానందాత్మస్వరూపమును వీడని వాడనై చిరునవ్వుతో జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులను చూస్తూ ఉన్నట్టివాడను. **దేహముల రాక - పోకలు కూడా స్వకీయ వినోదములోని కించిత్ సందర్భములు.**
- నాయొక్క ఎరుక (చిత్)నుండియే ఎరుగుచున్నవాడు (The knower), ఎరుగుట (knowing), ఎరుగబడుచున్నది (That being known) లీలా వినోదముగా ప్రదర్శనమగుచున్నాయి. ఈ అన్ని లోకములుగా తెలియబడుచున్నదంతా నా చిన్మయానందరూపమే! **కేవలమ్ చిన్మయోస్మ్యఽహమ్।** ఎవరు ఎక్కడ ఏది ఎట్లా ఆస్వాదించినాకూడా, అది నాయొక్క చిన్మయానందరూపమే.
- 'కాలము' (Time factor) నా చిన్మయరూపమే! కాబట్టి త్రికాలములకు (The Past, The Present, The Future) ఆవల నిత్యస్వరూపుడనై వెలుగొందువాడనై ఉన్నాను. **కేవలమ్ నిత్యరూపోఽహమ్।** నిత్యానందస్వరూపుడను.
- ఈ జగత్తుల రాక - పోకలకు ఆవల శాశ్వతమై ఉన్నట్టివాడను. జగత్తు ఊహాకల్పితమై ఉండగా, నేను ఊహకు జననస్థానమై ఉన్నట్టివాడను. **కేవల శాశ్వతోస్మ్యఽహమ్।**
- నేను కేవలము ఉనికి (సత్) స్వరూపుడనై ఉండగా, నా కేవలసత్ యొక్క ఒక్క కిరణమువలననే ఈ భౌతిక దేహములు, లోకములు, లోకపాలకులు.. మొదలైనవన్నీ కించిత్ 'సత్'ను పొంది ప్రకాశమానమగుచున్నాయి. విలక్షణమగు సత్‌స్వరూపుడనై ఉన్నాను. **కేవలగ్ం సత్యరూపోఽహమ్।** "నేను ఉన్నాను కదా".. అను నాయొక్క సత్ నుండియే సర్వము ఉనికిని పొందుచున్నది. కేవల సత్‌స్వరూపుడనై ఈ సర్వమునకు సత్తు (ఉనికిని) ప్రసాదించువాడను!

- **'అహమ్‌-నేను'** అను భావన నాయొక్క కేవల స్వరూపమునుండి బయల్వెడలుచున్నది. అనగా 'అహమ్‌' కన్నా కూడా మునుముందే కేవలుడనై ఉన్నట్టివాడను. 'అహమ్‌' అనునది ప్రదర్శించనప్పుడుకూడా **అహమ్‌స్వరూపుడనై ఉన్నట్టివాడను**. 'నేను'కు కూడా జనస్థానమగు నేనై ఉన్నవాడను. 'నేను'ను కదలించు నేనైన వాడను! **అహమ్‌ త్యక్త్వా అహమస్మ్యఽహమ్‌!** అందరిలోని నేను నేనే అయి ఉన్నట్టి వాడను! కనుక నేను 'అహమ్‌' పరిమితుడను కాను. జాగ్రత్‌-స్వప్న--సుషుప్తులలోని 'నేను'ను త్యజించినా కూడా శేషించే ఉండే సర్వాతీతమగు నేనే 'నేను'.
- ఈ భౌతిక దేహమునకు ఆకారము ఉండవచ్చుగాక! దీనిని కదల్చు చైతన్య స్వరూపుడనగు నాకు ఏ ఆకారమూలేదు. నాయొక్క దేహిత్వ విశేషముచే దేహమును కదల్చుచున్నప్పటికీ, నాకు ఏ స్వరూపము లేదు. స్వరూపమే లేనట్టి స్వరూపుడను. **సర్వహీన స్వరూపోఽహమ్‌।**
- ఈ ఎరుగబడుచున్న సర్వమునందు **'ఎరుక'** అను రసమై ఉన్నట్టి వాడను. అనంతమగు ఎరుక స్వరూపుడను. అంతటా 'ఎరుక'చే వెలయుచున్నట్టివాడను. **చిదాకాశమయోస్మ్యఽహమ్‌!** 'ఎరుగుట' అనునది ఏమాత్రము తరగని **కేవల-ఎరుక స్వరూపుడను.**
- నాకై నేను జాగ్రత్‌-స్వప్న-సుషుప్తులు కల్పించుకొని, - నాయొక్క ఒక 'అంశ' - సంకల్పిత-అసంకల్పితంగా వాటిలో ప్రవేశ నిష్క్రమణములు నిర్వర్తిస్తూ ఉండగా వినోదిస్తున్నాను. అంతేగాని నేను జాగ్రత్‌లోనివాడను కాను. స్వప్నములోని వాడను కాను! సుషుప్తిలోని వాడను కాను! అందుచేత **'4వ వాడు - చతురీయుడు-తురీయము'** అను పేరుతో శాస్త్రములు పిలుస్తున్నాయి. జాగ్రత్‌ - స్వప్న - సుషుప్తులు లేనప్పుడు కూడా... నేను తురీయస్వరూపుడనై ఉండియే ఉన్నాను. అందుచేత కేవల తురీయుడను. **కేవల తుర్యరూపోఽస్మి!**
- అంతేకాదు. ఆ జాగ్రత్‌ - స్వప్న - సుషుప్తి సంచార స్వరూపునికికూడా ఆవల ఉండి, మౌనంగా - ప్రశాంతంగా - జాగ్రత్‌-స్వప్న - సుషుప్తి కల్పనలకు, ప్రవేశ - నిష్క్రమణలకు కర్తయగు తురీయమును కూడా మౌనంగా **చూస్తూ ఉన్నట్టివాడను**. కేవల నిష్క్రియ స్వరూపుడను. **తుర్యాతీతోఽస్మి కేవలః!**
- ఆలోచనలను, భావములను, దృశ్యభావ-అభావములను నాచైతన్యశక్తిచే ప్రదర్శితము చేయువాడను. జాగ్రత్‌-స్వప్న-సుషుప్తులు, అందలి ఆయా విశేషములు నా చైతన్యస్వభావముచేతనే చేతనములై ఉంటున్నాయి. **"నేను మానవుడను-దేవతను"** మొదలైనవన్నీ చైతన్యపరచువాడను. నా చైతన్యశక్తి సర్వమునకు మునుముందుగానే ప్రకాశమానమై ఉన్నది. అద్దానికి కాల - దేశ - స్థాన పరిమితులు లేవు! 'కథ' వ్రాసేవాడు. కథలోని విషయములచే పరిమితుడా? కాదు కదా! ఈ విధంగా ఎల్లప్పుడు చైతన్యస్వరూపుడనై ఉన్నాను. **సదా చైతన్యరూపోఽస్మి!**
- ఆనందమయమగు నా ఎరుకయే ఆనంద విశేష రూపమగు 'ఎరుగబడురూపము'గా ప్రవర్తిల్లుచున్నది. ఇదంతా నా ఆనందమయ స్వీయ కల్పనా విన్యాసమే! 'ఎరుక'ను వినియోగించి ఆనందించువాడను. **చిదానందోఽహమ్‌! చిదానందయోస్మ్యఽహమ్‌!**
- నా యొక్క సహజస్వరూపము కేవలాకార స్వరూపము! **కేవలాకార రూపోఽస్మి!** దృశ్య-దేహ-జీవాత్మల దోషములచే ఏక్షణంలోనూ తాకబడను. కలలోని వస్తువుల దోషములు ఆ కల (స్వప్నము) తనదైన వానిని తాకవు కదా! నాటకములోని కొన్ని పాత్రల మంచి-చెడులు - నాటకమును రచించిన రచయితవి ఏక్షణములోనూ అవవుకదా! అట్లాగే కేవలాత్మాకారుడనగు నన్ను జన్మ-కర్మల దోషములు అంటజాలవు. **శుద్ధరూపోఽస్మ్యఽహమ్‌ సదా!**
- జ్ఞానినై అనేక విషయములు తెలుసుకొనుచున్నప్పుడు,... ఆ తెలియబడే అన్నిటికీ మునుముందే కేవల జ్ఞానరూపుడనై ఉన్న వాడను! "అది తెలుసుకోవటము" - అనేది నా సహజ - కేవలీ రూపము. **కేవలం జ్ఞానరూపోఽస్మి!** నేను ప్రియత్వము ప్రదర్శిస్తూ, కొన్ని వస్తు-విషయ-వ్యక్తుల పట్ల ప్రియముగా ఉండవచ్చుగాక! అవన్నీ తారసబడకముందే కేవల ప్రియత్వము కలిగియుండటం చేతనే అది సిద్ధిస్తోంది. కాబట్టి కేవల ప్రియస్వరూపుడను. **కేవలం ప్రియమస్మ్యఽహమ్‌!**
- సర్వ సంకల్పములకు మునుముందే ఉన్నట్టి సంకల్ప రహిత కేవలాత్మను! సంకల్పములకు ముందు, సంకల్పములు ఏర్పడుచున్నప్పుడు, సంకల్పములు లయించినప్పుడు కూడా యథాతథమగు తత్‌స్వరూపుడను. **నిర్వికల్ప స్వరూపోఽహమ్‌!**
- (నవలా రచయిత-నవలవలె) సర్వము నేనే అయి ఉండటం చేత 'ఇది కావాలి' అనురూపముగల 'కోరిక' ఏదీ లేనివాడను. అన్నీ మట్టితో చేసిన బొమ్మలే అయి ఉండగా, అట్టి మట్టికి కొన్ని బొమ్మలపై మాత్రమే ఇష్టమనునది ఏముంటుంది? కల అంతా తనదై ఉండగా, కలలో కొన్ని వస్తువులు ఉంచుకోవాలనే ఈషణము ఆతనికి ఏముంటుంది? ఈ జగత్‌ దృశ్యమంతా నేనే అయి ఉండటం చేత.. నేను నిర్‌ - ఈహ (కోరిక రహిత) స్వరూపుడను! ఈ జగత్తంతా నా రచనా చమత్కారముగా రచించుట చేత,

ఆత్మకు అభిన్నంగా దర్శించటం చేత ఎల్లప్పుడు ఆనందించువాడనై ఉంటున్నాను. **సదానంద స్వరూపోఽహమ్!** ఒకడు తాను వ్రాసిన ఒక నవలలోని సంఘటనలకు, పాత్రల పరస్పర సంబంధములకు (అనేక నవలలు వ్రాయురచయిత అయిన) తానే వికారములు పొందడు కదా! **ఈ జగత్తంతా ఆత్మ యొక్క స్వీయ రచనా వైభవంగాను, నేను ఆత్మాస్వరూపుడుగాను గమనించుచుండటం చేత వికారములేవీ లేనివాడనగుచున్నాను. నిర్వికార స్వరూపోఽహమ్!** ఆత్మగా మార్పు-చేర్పులు లేకుండటం చేత **అవ్యయుడను.**

- "నేను - నీవు - దృశ్యజగత్తు - లోకములు - లోకపాలకులు".. ఇదంతా 'సత్' అను ఏకరసమే.. అని గమనించుచున్నాను. కేవల చిత్ స్వరూప విగ్రహుడనై ఇదంతా నా **'ఎరుక'** యొక్క విన్యాసముగా దర్శించుచున్నాను. **సత్-ఏకరస రూపోఽస్మి సదా చిన్మాత్ర విగ్రహః॥**
- ఆత్మనగు నాకు "నేను-నీవు-ఆతడు-ఈతడు" ఇత్యాది పరిచ్ఛిన్నత్వమే లేదు. అంతా అఖండ-ఏకరసాత్మయే అయి ఉండగా జీవుడు - ఈశ్వరుడు-దృశ్యము - అను భేదములు ఎక్కడివి? **అపరిచ్ఛిన్న రూపోఽస్మి॥** అందుచేత "అనంతుడను కూడా" - అను ఆనందమును ఆస్వాదించుచూ ఉన్నాను. **అనంతానంద రూపవాన్!** ఆత్మగా నా ఉనికి చేతనే సర్వము ఉనికి పొందుచుండటం చేత సర్వమునకు ఆవల సత్ - పరరూపుడను. **సత్ పరానందరూపోఽస్మి!** కలలో 10 మంది కనిపిస్తూ ఉన్నంత మాత్రముచేత కల తనదైనవాడు (1) ఆ 10 రూపములుగా అగుచుండనట్లు, (2) ఆ కలలోని 10 రూపములకు తానే 'సత్' అగుచున్నట్లు, (3) ఆ 10 మందికి తాను వేరై ఉన్నట్లుగా - **సత్ పరానందరూపమును సంతరించుకొని ఉన్నాను.**
- తెలియబడే అంతటికీ ఆవల ఉండి, తెలియబడేదంతా నా చిత్ రూపమే (ఎరుక - తెలివి రూపమే) అగుటచే **చిత్‌పరానంద మస్మ్యఽహమ్!**
- మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములు ప్రదర్శనమగుచున్నట్టి స్థానమగు 'ఆత్మ'ను. అంతరమునకు అంతరరూపుడను! **అంతరాంతర రూపోఽహమ్!** మాటలకు-మనస్సుకు అందనివాడను. **అవాక్ మానస గోచరుడను.**
- ఆనందమగు ఆత్మయే నా సహజ-అనునిత్య-అప్రతిహతరూపము. **ఆత్మానంద స్వరూపోఽహగ్ం!** నా యొక్క ఉనికియే నాకు ఆనందమగుచున్నట్టివాడను. ఉనికి-ఎరుక నన్ను వీడవు (presence & consciousness at its absolute do continue ever with me). **సత్యానందోఽస్మ్యహగ్ం సదా!**
- ఆత్మయొక్క ప్రకాశము (manifestation of Asolute self) రూపముగా కలవాడను. ఆత్మతేజో-జ్యోతి స్వరూపుడను! **ఆత్మ ప్రకాశరూపోఽస్మి! ఆత్మజ్యోతీ రసోఽస్మ్యహమ్!** ఆది-మధ్య-అంతములు లేనివాడను. ఆకాశమువలె అనంతుడను! **ఆది మధ్యాంతహీనోఽస్మి॥ ఆకాశ సదృశోస్మ్యఽహమ్॥**
- సర్వము బయల్వెడలి-నిలిచి-లయించునట్టి **కేవలతత్త్వుడను. నిత్యశుద్ధుడను.** చిదానంద (కేవల) మాత్రుడను. అవ్యయుడను. కేవల చిత్‌చే నిత్యబుద్ధుడను (Ever awakened consciousness). **సత్ చిత్ ఆనందస్వరూపుడను.** విశుద్ధ-ఏకస్వరూపుడను.
- సర్వము లయించిన తరువాత కూడా శేషించి యుండు **కేవల సత్-చిత్ స్వరూపుడను.** సదా సర్వమునకు ఆవల ఉన్నవాడను! సర్వ నామ-రూపములకు అతీతుడను. మూర్తీభవించిన **పరమాకాశ స్వరూపుడను. పరమాకాశ విగ్రహుడను.**
- స్వతఃగానే భూమానన్దస్వరూపుడను. సర్వ ఆనందములకు ఉత్పత్తి స్థానమగు కేవలానంద స్వరూపుడను. భాషకు భావములకు అందనివాడను. సర్వము నేనై ప్రకాశించుచున్నాను కాబట్టి **భాషించుటకు, భాషించబడుటకు అవిషయుడను**. సర్వ బంగారు ఆభరణములకు బంగారమే అధిష్ఠానమైయున్నరీతిగా, ఈ జగత్ దృశ్య - దేహ - మనో - బుద్ధి - చిత్త - అహంకార - జీవాత్మలకు, జంతు - మానవ - దేవతాది సర్వమునకు అధిష్ఠానమైయున్నాను. ఈ సర్వము నాయొక్క ఘనీభూతమైన 'ఎరుక'యే కాబట్టి చిదానందఘనుడను. **చిదానంద ఘనోస్మ్యఽహమ్!**
- సూర్యుని కిరణములచే వస్తు ఆకారములు ప్రకాశించినంతమాత్రము చేత, ఆ వస్తు ఆకారమును సూర్యునికి ఆపాదించముకదా! అట్లాగే, ఆత్మయొక్క చైతన్య స్ఫూర్తిచే (లేక) తేజోజ్యోతి యొక్క వెలుగులో దేహములు, చిత్తములు, ప్రకాశించుచుండవచ్చుగాక! వాస్తవానికి ఆత్మగా నేను దేహభావరహితుడను. చిత్తవృత్తులు కూడా లేనివాడను. నా తేజస్సు నందు చింతనలు ప్రవర్తిస్తున్నాయి. **చిదాత్మైక రస స్వరూపుడను!**
- దృశ్యము-ద్రష్టలకు ఆవల సాక్షిని. దృక్ స్వరూపుడను. అందుచేత నాకు 'దృశ్యము' అనునదే లేదు. **కేవల దృక్ రూపుడను.** సదా సర్వదా పూర్ణుడను. మరింకొకటేదో వచ్చి నాకు పూర్ణత్వము ప్రసాదించవలసిన అగత్యమే లేదు. **స్వతఃగానే పూర్ణుడను.** జీవాత్మ-జగత్తులు నా పూర్ణత్వము నుండి ప్రసరించు కిరణములు. చంద్ర కిరణములు పూర్ణచంద్రుని నుండి బయల్వెడలుతాయి.

అంతేగాని చంద్ర కిరణములు, ఆ కిరణములు ప్రసరించే ప్రదేశములు – అవన్నీ చంద్రుని క్రొత్తగా పూర్ణుని చేస్తాయా? లేదుకదా! స్వతఃగానే పూర్ణుడనవటం చేత నిత్యతృప్తుడను!

- **అహమ్ బ్రహ్మైవ సర్వగ్ం స్యాత్!** అంతటా–అన్నిటా–అంతాగా–అన్నీగా నేనే బ్రహ్మమై ఉన్నాను. సర్వమును చేతనపరచుచున్న చైతన్యస్వరూపుడను! నేను నేనే గాని మరొకటేదీ అవను! కాను. భూమాకాశ–పరాకాశ–ఆత్మాకాశ స్వరూపుడనై సర్వత్రా వెలయుచున్నాను. (I am the occupant of Matter, the subtle beyond matter and the Al-present SELF).
- నేనే మహాన్ ఆత్మను! ఆత్మ సర్వదా అఖండము కాబట్టి సర్వుల ఆత్మను నేనే! సర్వాత్మకుడను! ఇహమునకు ఆవల గల పరమునకు కూడా పరమై ఉండటం చేత **పరాత్ పరుడను**. అయితే 'జీవాత్మ–ఈశ్వరుడు'.. ఇత్యాదులుగా వేరువేరుగా కనిపిస్తూ ఆభాసిస్తున్నది (Refraction) కూడా నేనే! సర్వదేహములలో 'శరీరి'గా ఉన్నది నేనే! నేనే! అంతేకాదు. **ఆత్మస్వరూపుడనే** అయి ఉండి కూడా నా గురించి నేనే **శిష్యుడనై** ఆత్మ గురించి **తెలుసుకొను ప్రయత్నమునందు నిమగ్నుడను** అగుచున్నది కూడా నేనే! ఆత్మ గురించి బోధిస్తున్న గురువును కూడా నేనే!
- త్రిలోకములను ఆశ్రయించి ఉన్నవాడిని కూడా నేనే! త్రిలోకములుగా సంప్రదర్శితుడను కూడా!
- త్రికాలములకు అతీతుడను కూడా!
- వేదములను ఉపాసించునది, వేదములచే నిర్ణయించి చెప్పబడుచున్నది.. రెండూ నేనే!

చిత్తము రూపముగా సర్వజీవులలో అవస్థితుడనై **ఉన్నది నేనే!**

ఇంతెందుకు! నన్ను ఏదీ త్యజించి ఉండజాలదు. నాకు వేరై పృథివి, ఆకాశము మొదలైనవి లేవు. ఆత్మస్వరూపుడనగు నన్ను అధిగమించి ఏదైనా ఉన్నదనిపిస్తే... అది వాస్తవానికి లేనిదే అయి ఉన్నది.

- నేనే బ్రహ్మమును! **అహమ్ బ్రహ్మాస్మి। అహమేవ బ్రహ్మమ్। తత్ బ్రహ్మమ్ అహమేవ!** సిద్ధించవలసినది సర్వదా సిద్ధించియే ఉన్నట్టి వాడను. నిత్యశుద్ధుడను!
- సర్వదా నిర్గుణము–కేవలము అగు ఆత్మయే నా స్వరూపము! నిరాకారుడను! కేవలము బ్రహ్మమునే అయి ఉన్నాను! అందుచేత నాకు జరా–మరణములు లేవు!

నాకు నేనే–మరొకరి ప్రమేయమేదీ లేకుండానే–సర్వదృశ్యములు, ద్రష్ట–దృక్ (చూచువానిని చూచువాడు) రూపములుగా భాసించుచున్నాను. మరొకటేదీ నన్ను భాసింపజేయుటము లేదు. నాకు నేను స్వయముగా సత్–చిత్ ఆత్మకుడను! స్వయముగా ఆత్మస్వరూపుడనై స్వస్థుడనై ఉన్నాను. నేనే మార్గమును! నేనే సర్వజీవులు చేరు స్థానమును కూడా! **పరాగతిని** (The ultimate end to every thing and every body).

స్వయమేవ స్వయం భుక్తే! రమే! నాకు నేనే స్వయముగా జీవాత్మ–జగత్ కల్పనలను కల్పించుకొని సర్వము ఆస్వాదించుచున్నాను. స్వయముగా నేనే సర్వరూపములుగా, సర్వలోకములలో రమించువాడను. స్వయం జ్యోతి స్వరూపుడను. నాకు నేనే మహత్తర స్వరూపుడను, మహత్ స్వరూపుడను కూడా! ఆత్మానందుడను! ఆత్మా రాముడను!

ఆత్మస్వరూపుడనగు నాకు నేనే అస్మత్ ఆత్మయందు 14 లోకములు కల్పించుకొని, ఆ 14 లోకాల మైదానములలో క్రీడించుచున్నాను. **స్వాత్మని విలోకయే!** నా ఆత్మను నేనే జీవాత్మపరంగా, దృశ్యపరంగా, మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారపరంగా స్వయంగా విలోకిస్తున్నాను. నాచే అవలోకించబడునదంతా– నా అవలోకనా చమత్కారమే!

స్వాత్మ రాజ్యమునందు రమించుచూ అనంత విశ్రాంతిని ఆస్వాదిస్తూ ఉన్నాను. సర్వదా స్వాత్మగా శేషించినవాడనై ఆత్మ సింహాసనముపై కూర్చుని ఉన్నాను. ఇంక దేనికీ చింతించక, ప్రశాంత–ఆనందములను పొందుచున్నవాడనై ఉన్నాను.

స్వ–చైతన్యమునందు స్వయముగా ఈ సర్వమును స్థాపించుకొని,– **"ఆత్మనగు నాకు ఎక్కడా ఏదీ అన్యముగాలేదు"**.. అనుభావనతో ఆత్మ సామ్రాజ్య చక్రవర్తిత్వము అధిరోహించినవాడనై ఉన్నాను! ఒక చక్రవర్తి **"నేను ద్వారపాలకుడివలె ఉంటే బాగుండును!"**.. అని అనుకోడుకదా! అట్లాగే **"ఇది నేను అవ్వాలి!"** అని ఏదీ కోరుకోవటము లేదు.

నేను దేహాదులు కాను! సత్‌చిత్ మాత్ర అనందమయమగు బ్రహ్మమును। అద్వయుడను। ఆనందఘనుడను। కేవలము బ్రహ్మమును। **అహమ్ బ్రహ్మాస్మి కేవలమ్!**

రచయితలో ఆతని నవలలోని పాత్రలు ఉండి ఉండనట్లు, నేను సర్వదా సర్వశూన్యుడను। సర్వాత్మానందుడను। నిత్యానంత స్వరూపుడను। ఆత్మాకాశ స్వరూపుడను। నాలో జగద్దృశ్యము లేదు. తదితర జీవులు లేరు.

నేనే హృదయాకాశంలో చిత్-ఆదిత్య సూర్యుడనై వెలుగొందుచున్నాను. ఆత్మచేత ఆత్మతృప్తుడనై ఉంటున్నాను. రూపరహితుడను! అవ్యయుడను!

ఏకమై ఉన్నవాడను! అంతేగాని ఏకసంఖ్యకు చెందినవాడను కాను! జీవాత్మ నాటకంలోని పాత్రవలె కల్పితము కాబట్టి అద్దానికి **'ముక్తి'** అనునది లేదు. అద్దంలో ప్రతిబింబానికి బంధమేమున్నది? మోక్షమేమున్నది? పరమాత్మగా-నేను దేనికీ చెందనివాడను. అప్రమేయుడను. దేనిచేతను పరిమితుడను కాను. కాబట్టి - **నిత్యముక్తస్వరూపుడను!**

ఆకాశము కంటే అత్యంత సూక్ష్ముడను. నాకు ఆది-మధ్య-అంతములు లేవు.

సర్వమును ప్రకాశింపజేయుచున్నట్టివాడను. పర-అపరములచే సుఖస్వరూపుడనై ఉన్నాను. కేవల సత్తామాత్రస్వరూపుడను. సర్వదా శుద్ధ-మోక్ష స్వరూపుడను! అంతేగాని ఇప్పటికిప్పుడు ఏవేవో సాధనలు చేసి అటుతరువాత మాత్రమే మోక్షము పొందవలసినట్టివాడను కాను. సత్యానంద-జ్ఞానానంద-ఘనస్వరూపుడను! నా సత్ (ఉనికి)యే నాకు ఆనందము! నా కేవల జ్ఞానస్వరూపమే నాకు ఆభరణము!

సత్-చిత్-ఆనంద లక్షణుడను. సచ్చిదానందుడను! చిన్మయానందుడను!

ఓ షణ్ముఖా! **బ్రహ్మమాత్రమిదగ్ం సర్వమ్!** ఇదంతా కూడా బ్రహ్మమేనయ్యా! బ్రహ్మమునకు వేరుగా ఎక్కడా ఏదీ లేనేలేదు! ఈ జగత్తుగా కనిపించేదంతా కూడా సనాతనము అయినట్టి (జగత్తుగా కనిపించటానికి మునుముందే ఉన్నట్టి) **సదానంద పరబ్రహ్మ స్వరూపమే!**

అట్టి పరబ్రహ్మమునకు వేరుగా నీవు-ఆతడు-నేను లేము. నీవు-ఆతడు-నేనుగా ఉన్నది ఆ **అఖండ సనాతన పరబ్రహ్మమే!**

నేను సర్వదా చిత్ చైతన్యస్వరూపుడను! పరమగు శివ స్వరూపుడను! సదాశివుడను!

- భావాతీత స్వరూపుడను! భావములు జనించు స్థానమై ఉన్నట్టివాడను. నాకు నేనే ఆత్మ సుఖస్వరూపుడనై ప్రకాశించువాడను!
- నేను దేనికో సాక్షిని కాదు!
- నాకు సాక్షిత్వము అనునదేదీ లేదు!
- ఏదీ కూడా నాకు సాక్షి అయి ఉండటము లేదు!

నేను ఏదియో, నీవు అదియే! **సోऽహమ్! తత్ త్వమ్!**

ఇదియే ఆత్మతత్త్వవేత్తయొక్క- ఆత్మైతత్త్వ స్వరూపునియొక్క అనుభూతి! అనుభవము! **ఎలుగెత్తి పలుకు స్వానుభవ జ్ఞానము.**

కోऽహమ్! కేవలమ్ బ్రహ్మమేవాऽహమ్

కుమారస్వామి : పరమాత్మా! సర్వజన ఆనందసుఖప్రదాతా! పరమశివా! పితృదేవా! వేద-ఉపనిషత్తులు గానం చేస్తూ ఉన్న మహామంత్రము - మహావాక్యము అగు **"అహమ్ బ్రహ్మాऽస్మి"**.. యొక్క మహదార్థము - అంతరార్థము ఏమిటో... మరికొంత వివరించమని మిమ్ములను అభ్యర్థిస్తున్నాను.

పరమశివుడు: బిడ్డా! షణ్ముఖా! **'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి'** అను వేద-ఉపనిషత్ మహావాక్యమును (పైన చెప్పుకొన్నదే కాకుండా), మరికొంత వివరణగా చెప్పుచున్నాను...విను.

నేను కేవలము బ్రహ్మమాత్రడను. అందుచేత, జన్మ-కర్మలకు ఆది స్వరూపమై.., వాటికి మునుముందే పరమోత్తేజరూపమైయున్న ఆత్మయే నేను. జీవాత్మ-జగత్తులకు కూడా ఆదిరూపము, జననస్థానము అయిఉన్న **పరబ్రహ్మమును. పరమాత్మస్వరూపుడను.**

సర్వము (లోకములు-భావనలు మొదలైనవన్నిటికీ) ఆదిస్వరూపుడను. అవన్నీ అధిగమించినప్పుడు (లేక) లయించినప్పుడు కూడా శేషించి ఉన్నవాడిని కనుక ఆదిశేషుడను. **'అహమ్'** అనునది లయించినప్పుడు కూడా శేషించి ఉండు **కేవలాऽహమ్ స్వరూపుడను. 'నేను' అను భావానుభూతికి జనన స్థానమగు నేనైనట్టిదే నేను.**

ఇక్కడి 'జగత్తు' అనబడే -దృశ్యములో కనిపించే నామరూపములకు సంబంధించినవాడనుకాను. వాటిచే పరిమితుడనుకాను. సర్వదా **నామ-రూప విముక్తుడను** (always beyond name and form). వాటి దుఃఖము నాకు లేదు కనుక ఎల్లప్పుడు

ఆనందవిగ్రహుడను. ఇంద్రియముల (కళ్లు-చెవులు చూపు-వినికిడి) మొదలైనవి నా ప్రాణ చైతన్యప్రదర్శనా చమత్కారములు. మునుముందే ఉన్నట్టి నేను- **ఇంద్రియ అభావరూపోఽ హగ్ం!** ఇంద్రియ భావములు అభావించినప్పటి **కేవల భావరూపుడను.** అయితే, నా అభావస్వరూపము నుండే సర్వభావములు ప్రదర్శితమగుచున్నాయి కాబట్టి.. **సర్వభావ స్వరూపుడను కూడా!**

నాకు 'జీవాత్మ' అనునది జలములో ప్రతిబింబించే బింబము వంటిది. ప్రతిబింబమునకు బంధమేమి? మోక్షమేమి? బింబస్వరూపమగు పరమాత్మగా సర్వమునకు పరమై-ఆవల ఉన్నట్టి అస్మత్ ఆత్మ స్వరూపమునకు బంధమేమి? మోక్షమేమి? కాబట్టి **బంధ-ముక్తిరహితుడను! శాశ్వత-ఆనంద విగ్రహుడను!** మొట్టమొదటియే ఉండిఉంటున్న **ఆదిచైతన్యమాత్రుడను. అఖండ-ఏక రస స్వరూపుడను.**

ఈ కనబడేదంతా కల్పనయే! ఇక నేనో? సర్వకల్పనలకు **కారణ కారణుడను.** కల్పన చేయుకర్మకు కర్తను. సాక్షిని. నా చైతన్యస్వరూపము (my own feature of activating every thing) నుండియే ఈ లోకములు, దృశ్యములు ప్రకటనమగుచూ, ప్రదర్శనమగుచున్నాయి. కాబట్టి **ఆదిచైతన్య రూపోఽ హమ్! వాక్ మనో గోచరశ్చ అహమ్!** వాక్-మనస్సులకు గోచరమగుచున్నదంతా నేనే అయి ఉన్నాను. ఈ దృశ్యమంతా సర్వత్రా సుఖ-ఆనంద స్వరూపుడనై వేంచేసి యున్నాను. స్వప్నమంతా స్వప్నద్రష్ట యొక్క స్వప్నచైతన్యమే నిండి ఉన్నట్లు, ఈ సర్వము నా సుఖానందరూపమే! సర్వత్రా పరిపూర్ణరూపుడనై జగత్తు -ద్రష్ట- దృశ్యములందు నిండియుండి యున్నాను. (I am filled up in all this else). ఈ సర్వము నేనే అయినట్టి భూమానందమయుడను.

ఒక నాటక రచయిత వ్రాస్తున్న నాటకములోని పాత్రలన్నీ అతని 'కల్పనాచమత్కృతులే' అయినప్పటికీ.. 'ఆ రచయితలో పాత్రలు-పాత్రల స్వభావాలు ఉన్నాయి'.. అని అనముకదా! ఈ సర్వరూపములు నేను అయి ఉండినప్పటికీ... నా యందు ఏ రూపములు లేవు. అందుచేత **సర్వ శూన్య స్వరూపోఽ హగ్ం!**

సర్వ వేదములు నన్ను గోచరింపజేయటానికే ఉన్నాయి. వేదవేద్యుడను! వేదములు అభివర్ణిస్తూ ఎలిగెత్తి గానం చేస్తున్నది మమాత్మస్వరూపము గురించే! **సకల ఆగమ గోచరుడను!**

ఆత్మగా నిత్యముక్తుడను! ఆత్మానగునాకు దేహ-దృశ్యాదులు బంధమేకాదు. కనుక **స్వతఃగానే మోక్షరూపుడను! నిర్వాణ సుఖరూపుడను!**

సర్వస్వరూపుడనగు నేను సర్వత్రా స్వస్వరూపానందముచే **సదా సంతృప్తరూపుడను!** పరము - అమృతరసము రూపముగా కలవాడను!

ఏకమేవా ద్వితీయం బ్రహ్మ! సర్వమునకు అద్వితీయము అగుటచే ఏకరస స్వరూపుడను. సర్వదా కేవలమగు సత్‌బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాను. ఇందులో కించిత్ కూడా సందేహమే లేదు. సత్యము-జ్ఞానము-అనంతము అగు బ్రహ్మమును. సత్ (కేవలమైన ఉనికి-Absolute presence) మాత్రానందవంతుడను.

జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులనబడే స్వీయ కల్పితమైన మైదానములలో సంచరించే **'తురీయము'**నకు కూడా సాక్షిని. **తురీయాతీతరూపుడను.** సర్వకల్పనలకు ఆవలివాడను. **నిర్వికల్ప స్వరూపుడను.**

దేహముతో పుట్టువాడను కాను. దేహముతో నశించువాడను కాను. దేహమునకు పుట్టుక ఉండవచ్చుగాక! 'దేహి'ని అగు నాకు "పుట్టుక"యే లేదు! **సర్వదా హి 'అజ' రూపోఽ హమ్!** సర్వము నేను అయి ఉండటం చేత, నాకు దేనిపట్లా రాగము లేదు. ద్వేషము లేదు. నిరంజనుడను. నిత్యనిర్మలుడను. నిత్యశుద్ధుడను. నిత్య ప్రబుద్ధుడను. బుద్ధిరూపముగా ఎల్లప్పుడు మేలుకొనియే ఉన్నట్టివాడను. ఎల్లప్పుడు ఉండియే ఉన్నవాడిని! **నిత్యోఽ స్మి!** మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారాలకు నేనే నియామకుడను.

'ఓం' కారమునకు ఏ అర్థము ప్రతిపాదించబడుచున్నదో... అట్టి కేవలాత్మస్వరూపుడను. మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములు ఆత్మనగు నన్ను అంటవు. **నిష్కళంకమయోఽ స్మ్యహమ్।**

సర్వదా శుద్ధ చిత్ (ఎరుక అను చైతన్య) ఆకార స్వరూపుడను. సర్వదా చిదాకార స్వరూపుడనేగాని మరొకటేదీ ఎప్పుడూ అగుటలేదు! మరొకటేదీ నేనుగాగానూ అవటము లేదు. **నాకు నేనే నేనైయున్నాను.**

సర్వస్వరూపములు - ఆత్మగా 'నావే' అయిఉండటముచేత "ఇది నా స్వరూపము" అనునదేదీ కూడా లేనట్టివాడను. **నహి కించిత్ స్వరూపోఽ స్మి!**

'బంగారపు ఆభరణము' అనుసందర్భములో 'ఆభరణమగుట' అను కర్తృత్వము బంగారమునకు ఆపాదించలేము. అట్లాగే "ఇది నీ ఆభరణము-అదినా ఆభరణము".. అను 'నీ-నా' అనుదానికి కూడా బంగారమునకు కర్తృత్వముగాని, సంబంధముగాని కించిత్ కూడా ఉండదుకదా! అదేవిధంగా ఆత్మగా నాకు ఎట్టి కర్తృత్వమూ లేదు. భోక్తృత్వము లేదు. **నిర్వ్యాపార స్వరూపవాన్!** కర్తృత్వ-భోక్తృత్వ వ్యాపారములేవీ లేనివాడను. "జీవాత్మ నా అంశ. జగత్తు కూడా నా అంశ. మనో-బుద్ధులు నా అంశలే!".. అని ఎవ్వరైనా అంటారేమో!

వాస్తవానికి ఆత్మగా అఖండుడను-అప్రమేయుడను కాబట్టి నాకు ఎట్టి అంశలు లేవు! **నిరంశోఽస్మి!** నేను ఏదీగా ఆభాసించటము లేదు. జీవాత్మగానో, దేహముగానో, స్వభావముగానో ఆభాసించువాడను కూడా కాను! **నిరాభాసోఽస్మి।**

అట్లాగే మనస్సు-ఇంద్రియములు నేను కాదు. **న మనో, నేంద్రియోస్మ్యహమ్।** బుద్ధి వికల్పములు-సంకల్పములు కలిగి ఉన్నా-లేకున్నా కూడా.. ఆత్మగా నేను సర్వదా యథాతథమైయున్నాను. బుద్ధి (విచక్షణ)ని ఉపయోగించుచున్నప్పుడు **(జాగ్రత్-స్వప్నదశలు)**, బుద్ధిని ఉపయోగించనప్పుడు **(గాఢనిద్ర దశయందు)**, బుద్ధి మౌనరూపము దాల్చినప్పుడు **(సమాధియందు) నాయొక్క ఆత్మస్వరూపము** ఏదీ పొందటము లేదు. పోగొట్టుకొనటము లేదు. కనుక, **న బుద్ధి, న వికల్పోఽహమ్!** బుద్ధి నేను కాదు. వికల్పములు-సంకల్పములు Thought culture and thoughts) నేను కాదు. నేను సంకల్పములు జనించు స్థానమును (I am that where from ideas emenate).

ఈ (1) **స్థూల** (matter related) (2) **సూక్ష్మ** (Thoughts feelings views, ideas etc, related) (3) కారణ (A personality that ie. framed by Repetence of acts relating to thoughts, feelings, ideas etc.,) – త్రిదేహములు నేను కాదు. ఆ మూడిటికి వేరై, 'దేహి'ని అయి ఉన్నాను.

కనుక **న దేహాది త్రయోస్మ్యఽహమ్!** ఆ మూడు దేహములు నేను కాదు.

న జాగ్రత్ స్వప్న రూపోఽహమ్। న సుషుప్తి స్వరూపవాన్: జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు నేను ప్రవర్తించు రంగ స్థలములు (Platforms) కావచ్చుగాక! అవి నా స్వరూపములు అయిఉండలేదు. అంతేకాదు. అవి నాకు కలలో కనిపించే వస్తువుల వంటివి. నేను వాటికి **అప్రమేయుడనగు** ఆత్మను! కేవల సాక్షిని. వాటికి ఆధారమైనవాడిని.

న తాపత్రయ రూపోఽహమ్! న ఈషణాత్రయవాన్। ఇక్కడి ఆధిభౌతిక (Matter related worries), అధిదైవిక (Incident related worries), ఆధ్యాత్మిక (worries while understanding myself).. తాపత్రయములకు సంబంధించిన వాడినికాదు! అవన్నీ బుద్ధికి సంబంధించినవి. నేనో? బుద్ధికి ఆవల ఆత్మజ్యోతిగా వెలుగొందువాడను. నాటక దీపమునకు – నాటకములోని సంఘటనలకు... సంబంధమేలేనట్లుగా, ఆత్మనగు నేను తాపత్రయములకు వేరైనవాడను. అట్లాగే దృశ్యములోను- మనస్సులోను-బుద్ధిలోను జనించి లయిస్తూ ఉండే ఈ షణములకు (ఈషణత్రయము-భార్యేషణ, పుత్రేషణ, ధనేషణలకు) సంబంధించినవాడను కాను! అవన్నీ సూక్ష్మ-సంస్కార దేహములకు సంబంధించినవి. ఆత్మనగు నేను సర్వదా వేరై ప్రకాశించువాడనై ఉన్నాను.

నిత్యసిద్ధుడను : చిదాత్మ ఎల్లప్పుడు సిద్ధించియే ఉన్నది. అట్టి కేవలాత్మత్వము ఇప్పుడు **శ్రవణము** చేతను, మననము చేతనూ క్రొత్తగా సిద్ధించేది కాదు.

సర్వము ఆత్మస్వరూపమై, నేను ఆత్మస్వరూపమై ఉండటం చేత, అఖండాత్మ స్వరూపుడనగు నాకు సజాతీయముగాని, విజాతీయముగాని, (నా జాతికి చెందినది. వేరైనజాతికి చెందినది-(My group, (or) my subsect (or) the other group) అనునవి కించిత్ కూడా లేవు. స్వగతమైనది లేదు. పరగతమైనది లేదు. దేహత్రయము లేదు. **అంతా నాదే! అంతా నేనే! ఏదీ నేను కాదు! నాకు వేరైనదంటూ ఎక్కడా ఏదీ లేదు.**

నాకు వేరైనది ఏదైనా.... అది అసత్తే! మమాతిరిక్తం అసత్తేవ!

ఈ దృశ్యములో అంతర్భాగమై కనిపించే సంఘటనలు, దృశ్య-దేహ-మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములు మొదలైనవి... ఇవన్నీ కథలోని కోటీశ్వరునివలె, స్వప్నంలోని '3' అండస్తుల 'మేడ' వలెన వాస్తవానికి కాల్పికము. ఆత్మమాత్రమే సత్యము! ఆత్మగా నేను మాత్రమే సత్యము. తదితరమైనదంతా అసత్తు.

అసత్తు = సందర్భంతో జతచేసి చూస్తే ఉన్నది. సందర్భము లేదనుకుంటే లేనట్టిది.

దృష్టాంతము – 'సూర్యుడు – భూమి'ల సంబంధముగా చూస్తే తూర్పు-పడమరలు ఉన్నాయి. సూర్యుడు-భూమి లేనిచోట అవిలేవు. కనుక తూర్పు-పడమరలు స్వతఃగా లేవు.

జాగ్రత్‌లో ఉన్నవి స్వప్నంలో లేవు. స్వప్నంలో ఉన్నవి జాగ్రత్తుతో లేవు. కనుక అవి సందర్భ సత్యములేకాని, సహజ సత్యములు కావు. సహజము (Original) సందర్భముల యొక్క ఆవస్యకత లేనట్టిదియే సత్తు. తదితరమైనవి అసత్తే!

("I am a Bank officer", is true when questioned as "what are you doing?" "What am I at the Absolute?".. Its answer is 'సత్' "What am I contextually, relatively, incidentally, temporarily, place and time relatedly (for the time or place being) - all this is అసత్. infact not true).

మననమే మనస్సు యొక్క రూపం! మననముతో ఊహించబడేది భావనను అసరించి ఉంటుంది. కనుక సహజము–నిత్యము అగు సత్యముకాదు. భావన మారితే అనుభవము మారిపోగలదు. అందుచేత మనస్సు, ఆ మనస్సుచే పొందబడేదీ.. అసత్తే! అట్లాగే, బుద్ధిరూపంగా చెప్పబడేది, అహంకారరూపముగా పొందబడేదీ కూడా అసత్తే! నేను ఉన్నాను కాబట్టి అవన్నీ నాచే నిర్మితమగుచున్నాయి. అవన్నీ అనిత్యము, సందర్భ పరిమితము, అవాస్తవము కూడా. **కేవలుడను, ఆత్మరూపుడను అగు నేను మాత్రమే నిత్యుడను. శాశ్వతుడను. జన్మరహితుడను. ఎందుకంటే నేను ఉండటము చేత మాత్రమే జన్మలు, మనస్సు బుద్ధి, అహంకారము మొదలైనవన్నీ నాయొక్క క్రీడాకల్పనగా ఏర్పడి, ప్రవర్తించి, తిరిగి నాయందే లయిస్తున్నాయి. నేను ఉండటము చేతనే ఏర్పడినవై ఉన్నవి–నన్ను ఎట్లా బంధిస్తాయి?**

ఓ ప్రియపుత్రా! షణ్ముఖనాథా! కుమారస్వామీ! 'అసత్' గురించి ఇంకా కూడా చెప్పుచున్నాను. విను.

⌘ శాస్త్రములు విశ్లేషించి చెప్పుచున్న **స్థూల–సూక్ష్మ–కారణ త్రిదేహములు** కూడా అసత్తే. ఎందుకంటే "అవి స్వతఃగా లేవు. ఆత్మ గురించి నిరూపించి చెప్పటానికై శాస్త్రములు సహకారికంగా విభజనలను కల్పించి చెప్పుచున్నాయి"–అని గ్రహించి ఉండుము.

⌘ అట్లాగే 'భూత – వర్తమాన – భవిష్యత్' అనబడే త్రిరూపములుగా కనిపించే కాలము కూడా కల్పనయే! అసత్తే! సహజంగా ఉన్నట్టిది కాదు. సాపేక్షికంగా మాత్రమే (merely As a relative factor) ఉన్నట్టిది. జాగ్రత్‌లోని, దేశ–కాల పరిమాణములు స్వప్నంలో అగుపించటము లేదు కదా!

⌘ సత్వ–రజో–తమోగుణములు కూడా ఒకదానితో మరియొకటి పోల్చినప్పటి.. మనో అనుభూతములు మాత్రమే! ఆ త్రిగుణములు కూడా అసత్తే! త్రిదేహములకు 'దేహి' ఎవ్వరో, త్రికాలములకు 'కాల్పికుడు' ఎవ్వరో, త్రిగుణములకు 'గుణి' ఎవ్వరో **అది నేను.** దేహి–కాల్పికుడు–గుణి అనునవి నా కల్పనలు కాబట్టి అసత్తు. వాటి దోషములచే స్పృశించబడనివాడను, శుచిని, సత్యాత్మకుడను నేను! నేను మాత్రమే సత్తు!

⌘ **శ్రుతగ్ం సర్వం అసత్ విద్ధి।** వినబడుచున్నదంతా అసత్తుగా గమనించబడుగాక! వినబడుచున్నదంతా అసత్తే! వినుచున్నట్టి నేను మాత్రమే సత్తు! శ్రోత సత్తు. శ్రుతము – అసత్తు.

⌘ **వేదగ్ం సర్వం అసత్ సదా!** తెలియబడుచున్నదంతా కల్పనా విశేషమే. కాబట్టి 'అసత్తే'. ఎరుగుచున్నట్టి నేను మాత్రమే 'సత్తు'.

⌘ **శాస్త్రగ్ం సత్యం అసత్ విద్ధి।** శాస్త్రములు అన్నీ కూడా అసత్తే! అట్టి శాస్త్రములు ఎవ్వరి అనుభవము నుండి జనిస్తున్నాయో, అట్టి చిదాత్మకుడనగు నేను మాత్రమే సత్తు!

⌘ **మూర్తిత్రయం అసత్ విద్ధి।** ఇక్కడ మూర్తీభవించనట్లుగా కనిపిస్తున్న సృష్టి–స్థితి–లయములు, వాటి అభిమానమూర్తులగు బ్రహ్మ–విష్ణు–రుద్రులు కూడా 'అసత్' (లేక) సందర్భానుచిత కల్పనలోని విభాగ విశేషములే.

⌘ **సర్వభూతమ్ అసత్ సదా!** అట్టి సృష్టిలో కనిపించే భూతజాలమంతా కూడా (జీవులంతా కూడా).. స్వప్నములో కనిపించే జీవులవలె పరస్పర భేదముల దృష్ట్యా అసత్తే! ఇక్కడి సర్వజీవుల వేరువేరైన సర్వస్వభావములు అసత్తే! ఇవన్నీ ఎవ్వరికి అనుభవరూపములై ఉంటున్నాయో అట్టి మహత్తరము, భౌమము, సదాశివుడను అగు నేను మాత్రమే సత్తు!

⌘ **గురు–శిష్యమ్ అసత్ విద్ధి। గురోః మంత్రం అసత్ తతః।** ఇక్కడి గురువు–శిష్యుడు అనునదంతా కాల్పికము. అసత్తే! ఆ గురుశిష్యులిరువురికీ **"బోధక మహత్‌విషయమగు కేవలాత్మానుభవము"** మాత్రమే సత్తు! అట్లాగే – గురువు శిష్యునికి నియమించు మనన రూపమగు మంత్రము కూడా అసత్తే. ఆ మననరూప–**ఆత్యంతిక సూచనయగు ఆత్మయే సత్యము.** అవన్నీ సత్యమగు ఆత్మను గుర్తుచేయుటకొరకై ఉన్నాయి.

⌘ **యత్ దృశ్యం తత్ అసత్ విద్ధి।** ఏ దృశ్యము ఇంద్రియములకు ఎదురుగా 'జగత్ దృశ్యము' రూపముగా ప్రాప్తిస్తూ ఉన్నదో.. అదంతా అసత్తే అయి ఉన్నది. కళ్ళకు కనిపించేదంతా చూపుశక్తి–దృష్టి–ఉద్దేశ్యములను అనుసరించి ఆయా రీతిగా అనుభవమగుచున్నది.

అయితే, **న మాం విద్ధి తథా విధమ్ !** నేను మాత్రం ఆ విధంగా అసత్ కాదు. కేవల సత్ స్వరూపుడను.

ఏది చిత్తము (ఇష్టము–ఇచ్ఛ).. గా విభాగించి చెప్పబడుచున్నదో అది 'అసత్తే' అని గ్రహించబడుగాక!

ఏది మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములచే "న్యాయము" అని, "ధర్మము (feature)" అని గమనించబడుచున్నదో.. అదంతా అసత్తే!

ఏ చిత్తము (లేక) ఇష్టము నాదో, ఏ న్యాయము (feature) నాదో,.. అట్టి నేను సత్ స్వరూపుడను. ఏది 'హితము' అని అనబడుచున్నదో.. అది అసత్తే! ఆ హితము ఎవరికో, అట్టి నేను మాత్రము సత్తే! (హితము మొదలైనవాటి వలె) **నేను మాత్రము అసత్తు కానే కాదు!**

సర్వప్రాణములు (ప్రాణ-అపాన-వ్యాన-ఉదాన-సమాన-సప్రాణములు), అఖండ ప్రాణము యొక్క విభజన రూపమగు ప్రాణులు, అవన్నీ 'అసత్తే' అని ఎరిగి ఉండాలి. **"ఇదంటే నాకు ప్రాణము"** అనబడే సర్వభోగములు కూడా మొదలే అసత్తు! ఇష్టంగా వినబడేది, ఇష్టంగా (ప్రాణంగా) కనబడేది.. అదంతా అసత్తే! అవన్నీ దేనిచే (వస్త్రమునందు వలె) ఓత-ప్రోతమైయున్నదో.. అదీ అసత్తే! ఆ ప్రాణశక్తి ప్రీతి, ఆ భోగముల పట్ల ఏర్పడే ఆప్యాయత.. అంతా అసత్తే! **ఆ ప్రాణశక్తి ఎవ్వరిదో.. అట్టి నేను మాత్రము సర్వదా సత్తు! ప్రాణములు - ప్రాణేశ్వరుడనగు నాయొక్క శక్తి ప్రదర్శనము మాత్రమే.**

చేయవలసినది-చేస్తున్నది-చేయలేకపోయినది-చేయకూడనిది-లాభము-నష్టము అంతా కూడా.... మొట్టమొదటి నుండి చిట్టచివ్వరి దాకా అసత్-మయమే! -ఇది నాకు దుఃఖము (Worrying), అది నాకు సుఖకరము.. అనిపించేదంతా కూడా అసత్తే!

సర్వము	-	కొంత విభాగము
పూర్ణము	-	అపూర్ణము
ధర్మము	-	అధర్మము
లాభము	-	అలాభము (నష్టము)
జయించాను	-	ఓడిపోయాను (అపజయము)

మొదలైన ద్వంద్వములు, వాటివాటికి సంబంధించి - సంబంధిచని సర్వశబ్దములు అసత్తే!

శబ్దము-స్పర్శ-రూపము-రసము-గంధము-... వాటికి సంబంధించిన ఏకానేక విషయాలు, విశేషాలు, ఆయా జ్ఞానములు, సమాచారములు.. అంతా అసత్తు-తో తయారైనవి మాత్రమే! ఉన్నది.. ఉండబోయేది- ఉద్భవించి ఉన్నట్టిది- ఉద్భవించబోయేది, ఇది వరకు ఉన్నది, ఇప్పుడున్నది, ఇక ముందుముందు ఉండబోయేది - **భవ ఉద్భవమ్**.... అంతా అసత్‌మయమే! స్వప్నంలో కనిపించిన ఇంటిలోని ఇల్లు, వాకిలి, వంట ఇల్లుల మధ్య భేదము వంటివే ఇక్కడి తేడాలన్నీ.

- సర్వగుణములు, ధర్మములు, న్యాయములు.. అన్నీ అసత్తే!

సన్మాత్రమ్ అహమేవ హి! కేవల సత్‌మాత్ర స్వరూపుడనగు నేను మాత్రమే సత్యమును! నిత్యమును!

అహమ్ బ్రహ్మోస్మి మననమ్।

కుమారస్వామి : తండ్రీ! జగద్గురూ! సర్వశుభంకరా! పరమశివా! **"నేను మాత్రమే సత్తు. తదితరమైనదంతా అసత్తు!"** → అని బ్రహ్మమును నిర్వచించుచున్న తమ మహావాక్యములు మహత్తరము. మహతత్త్వ-ప్రదము. సులభముగా అనుభవైకవేద్యము కూడా! స్వామీ! **"అహమ్ బ్రహ్మోస్మి"** అను మననము గురించి అద్దాని స్వానుభవసిద్ధి గురించి దయచేసి మరికొంత వివరించండి!

పరమశివుడు : ఓ షణ్ముఖా! **అహమ్ బ్రహ్మోస్మి**-మననము మహత్తరమైనది! సర్వరుగ్మతకు మహదౌషధం. అందుచేత ఎప్పుడూ స్వాఽఽత్మ (స్వస్వరూపాత్మ)నే దర్శిస్తూ ఉండాలి. ఈ "సర్వము మమాత్మయే" (మమాత్మా సర్వభూతాత్మ)! **అరూపమగు మమాత్మయే ఈ జగత్-దృశ్యము-ఇందలి సర్వజీవుల రూపము తానైఉన్నది** అను మననము (లేక) మంత్రము..ను అభ్యసిస్తూ ఉండాలి. ఆ మంత్రార్థభావనతో సర్వము గమనించబడుగాక! "నా సహజమగు స్వరూపము-స్వభావము సర్వదా బ్రహ్మమే అయి ఉన్నది **అహమ్ బ్రహ్మోస్మి".. అనుమంత్రము** →

- సర్వదృశ్య దోషములను (భేదదృష్టులను) తొలగించివేయగలదు. నశింపజేయగలదు.
- తదితర లోకసంబంధమైన మననములన్నిటినీ ఏకము చేయగలదు. **'అన్యత్వము'** (భగవంతుడనగా నాకు వేరు)-అను దోషము తొలగిపోగలదు. **అనన్యత్వమును నిత్యోదితముగా చేసివేయగలదు.**
- దేహముతో మమేకమవటము "(దేహమ్ వినా నేను లేను" - అను దేహతాదాత్మ్యము), దేహ బంధము, దేహబాధలకు కృంగటము, దేహము నశిస్తే సర్వము కోల్పోతానేమో-అనే మృత్యుభయము→ వీటన్నిటితో కూడిన **దేహదోషములను** దరిజేరనీయదు.
- "నేను జన్మ-కర్మలకు బద్ధుడను. జనన-మరణ చక్రములో చిక్కుకున్నాను. జనన-మరణములకు సంబంధితుడను"- అను **జన్మదోషము - కర్మపాపము**, మొదలైన భ్రమల నుండి సంరక్షణ ప్రసాదించగలదు.
- "నేను దేహముతో పుట్టువాడను. దేహముతో చచ్చువాడను. మృత్యువుకు నేను ఎరకానున్నాను. మృత్యువు నన్ను త్రాళ్ళతో కట్టి ఎటో ఈడ్చుకు పోబోవుచున్నది" - అను **మృత్యుపాశమును** పటాపంచలు చేయగలదు.

- జీవాత్మ వేరు– పరమాత్మవేరు; దృశ్యము వేరు–ద్రష్టవేరు; ఇప్పుడు వేరు–దేహానంతరము వేరు; నేను వేరు–నీవు వేరు; జ్ఞానివేరు–అజ్ఞానివేరు → ఇత్యాది ద్వైతభావములచే బుద్ధియందు ఘనీభూతమై ఉంటున్న **'ద్వైతదుఃఖము'**ను మొదలంట్లా కడిగివేయగలదు.
- తదితర సహజీవులపై పెంపొందించుకొనియున్న **భేదబుద్ధి**.. అనే భయానకమగు రుగ్మత నుండి, అట్టి శ్రాంతి (శ్రమ) నుండి విశ్రాంతి ప్రసాదించగలదు.
- "భార్య–భర్త–సంతానము–మిత్రులు".. మొదలైన వాటిగురించి, స్థితి–గతులగురించి, భీకర సముద్ర తరంగము వలె ఎదురగుచున్న అసంఖ్యాక చింతనలు, వాటి వలన కలిగే దుఃఖములు (worries) తోకముడుస్తాయి.
- ఈ లౌకికమైన బుద్ధి అనేక రుగ్మతలు కలిగియుంటోంది. అవన్నీ అల్పాశయములు (Lower state objectives), అల్పమైన అవగాహనలు, దుష్టమగు అభిప్రాయములు భయ ఉద్వేగములు మొదలైనవాటి రూపముగా పరిణమిస్తోంది. అట్టి బుద్ధివ్యాధి (ఆధి).. ఉపశమించగలదు.
- **"నేను దేహములకు, బాంధవ్యములకు, ఆయా సంగతులకు బద్ధుడను"** అను చిత్తబంధము తెగిపోగలదు.
- శారీరక వ్యాధులు బాధించజాలవు. ఆత్మోత్సాహము సమక్షములో అవన్నీ 'చిన్నవి' అని అనిపించగలవు.
- సర్వ శోకములు (All lamentation and meloncholy) మటు మాయమైపోతాయి. ప్రక్షాళనమైపోతాయి.
- **"నాకు ఏదో కావాలి! ఏదో పొందాలి! పొందనంతవరకు ఈ నా దీనస్థితి తొలగదు"**.. అను రూపముగా జనించే **కామము మొదలైనవి అకామమైపోగలవు.**
- **"వారి సంగతి చూడాలి. వీరిని బాధించాలి. మరింకెవరినో వేధించాలి"**.. ఇటువంటి క్రోధవృత్తులు నివృత్తి అవుతాయి.
- చిత్తములో జన్మజన్మలుగా పేరుకొనియున్న అసంఖ్యాక వృత్తులు (దృశ్య సంబంధమైన ధ్యాసలు – uncountable Avocations)... వదలిపోతాయి.
- **"క్షణక్షణం ఏదో ఒకటి సంకల్పిస్తూనే ఉండటము"**.. అనే అవిశ్రాంత దుష్ట–అల్పచర్యలు, వికల్పములు మొదలైన మానసిక దోషములు శలవు తీసుకుంటాయి.
- మనో–బుద్ధి–చిత్త అహంకారములలో రూపుదిద్దుకొనియున్న కోటిదోషములను **'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి'**.. మంత్రము మొదలంట్లా కడిగివేయగలదు. సర్వపరతంత్రములను కూడా 'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి' స్థితి.. నిర్వీర్యము చేయగలదు.
- అజ్ఞానమును పటాపంచలు చేసివేయగలదు.
- ఆత్మవలోకమునందు ప్రవేశించి అట్టి అహమ్ బ్రహ్మాస్మి మంత్రద్రష్ట – అనే వీరుడు – ఆత్మలోకమును దిగ్విజయుడై ఆక్రమించగలదు.
- ఆతడు 'ఇది' అని నిర్ణయించలేనట్టి, వాదనలకు అందని **అప్రతర్క్య స్థానము** పొందుచున్నాడు.
- అట్టి ఆత్మాహమ్ మనన ద్రష్టయందు జడత్వము మచ్చునకు కూడా దొరుకదు. ఆతడు అజడుడు!
- 'అహమ్–బ్రహ్మాస్మి'ని సిద్ధించుకొనుచుండగా అజ్ఞానాసురుడు ఓడిపోగలడు.

  "దేహమే నేను! బద్ధుడను! పరిమితుడను! అల్పుడను! మనస్సు శత్రువు! ఇంకేదో లభిస్తేగాని త్రోవలేదు. కుల–మత–జాతి భేదములచే గొప్ప–తక్కువలు ఉంటాయి! జీవుడు ఆగామి–ప్రారబ్ధ–సంచిత కర్మల బద్ధుడు। మోక్షము అసాధ్యము। బంధము అనివార్యము। చాలామంది దొంగలే! కొందరు నాకు గిట్టనివారు. మరి కొందరు శత్రువులను బాధించాలి!"..

  మొదలుగా గల అనేక బంధనములకు త్రోవచూపిస్తున్న, జన్మ–కర్మలకు నిబద్ధించుచున్న 'అనాత్మ' అని చెప్పబడు అసురుడు... **ఓడించబడి, సంహరించివేయబడగలడు.**
- **'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి'** అను **తత్త్వార్థమననము** చే సర్వజనులకు కూడా (ఎవ్వరు ఎట్టివారైనాసరే) సర్వబంధములు విడిపోయి 'మోక్షము' కరతలామలకము కాగలదు.
- ఈ జీవుడు ఆత్మానుభూతిని అనుక్షణికం చేసుకొన్నవాడై **'జ్ఞానానందము'** అను పరమ పవిత్రస్థానము చేరుకోగలడు.
- కోటి జన్మలలో 7కోట్ల ఆయా అన్యదేవతా మహామంత్రములను జపిస్తే కలిగే పుణ్యఫలము "అహమ్ బ్రహ్మాస్మి" మంత్రముచే ఇప్పుడే, ఇక్కడే లభిస్తోంది.

అందుచేత ఓ సర్వజనులారా! ఓ ఉమామహేశ్వర ప్రియనందనా! హిమవతీపుత్రా! ప్రేమమూర్తీ! భక్తజన రక్షకా! కుమారస్వామీ!.. నేను వేరు - దైవము వేరు.. అను పరోక్ష భావనలతో కూడిన సర్వమంత్రములను (మననములను) క్రమంగా దాటివేయి. ఓ జనులారా! బ్రహ్మము గురించి తెలుసుకొని, **"నేనే బ్రహ్మమును. అహమ్ బ్రహ్మోస్మి"** అను మంత్రమును, మననమును, నిదిధ్యాసను మీరంతా ఆశ్రయించండి.

సర్వమంత్రాన్ సముత్సృజ్య ఏతత్ మంత్రగ్ం సదా అభ్యసేత్! అన్నీ వదలండి. అహమ్ బ్రహ్మోస్మి మంత్రమును ఒక్కటే పట్టుకోండి. ఇక అద్దాని ఫలమంటారా? **సద్యోమోక్షమ్ అవాప్నోతి!**.. "సాధనలు, ఉపాసన, జ్ఞానసముపార్జన, భక్తిజ్ఞాన వైరాగ్యములు".. మొదలైన క్రమముక్తి విశేషాల ఆవశ్యకత ఉండదు! **(సద్యోమోక్షమ్** = ఇప్పటికిప్పుడే ఇక్కడే సర్వబంధనములు తొలగి మోక్షము లభించటము).

నాస్తి సందేహమ్ అణ్వపి! ఇందులో అణువంత సందేహము కూడా ఉండవలసిన పనిలేదయ్యా!

4వ అధ్యాయము

జీవన్ముక్త - విదేహముక్త లక్షణములు

కుమారస్వామి : హే లోకశుభ శంకరా! మహేశ్వరా! **"ఈ సర్వము బ్రహ్మమే! నేను బ్రహ్మమే! ఈ సర్వము నాయొక్క బ్రాహ్మీ స్వరూపము"**.. అను మహత్తరమైన అర్థమును కలిగియుండి, అద్వితీయ స్థానమును జేర్చు **"అహమ్ బ్రహ్మోస్మి"** అను మంత్ర మననము-ఉపాసనల ప్రయోజనము ఎట్టిదో.. అమోఘంగా వివరించినందుకు మీకు కృతజ్ఞుడను.

పితృదేవా! శివభగవాన్! ఇక ఇప్పుడు జీవన్ముక్త - విదేహముక్తులు లక్షణములు ఏతీరైనవో.. మీరు తెలియజెప్పుచుండగా తెలుసుకోవాలని భావిస్తున్నాను. మిమ్ములను అభ్యర్థిస్తున్నాను.

పరమశివుడు : బిడ్డా! విను.

జీవన్ముక్తుని లక్షణములు

"నేను ఎవ్వరు? ఏమి అయిఉన్నాను? ఏమి అయి ఉండనేలేదు?" అని తనను గురించి తాను సుస్పష్టముగా ఎరిగి ఉంటున్నవాడే జీవన్ముక్తుడు. ఆతడు స్వస్వరూపమగు ఆత్మగా (లేక) తనను తాను ఏఏ ఉపాయములతో ఆత్మస్వరూపునిగా తెలుసుకొంటూ ఉన్నాడో,.. అవియే **జీవన్ముక్త లక్షణములు.**

జీవన్ముక్తుని స్వస్వరూపావగాహనా గానము

చిదాత్మాఽహమ్ : 'ఎరుక+ ఎరుగబడునది'.. ఏక స్వరూపమై ఉంటున్న **'కేవల ఎరుక'** స్వరూపుడను! **చిదాత్మను!** జగత్తులన్నీ నా 'ఎరుక' లేక 'చిత్' నుండియే రూపుదిద్దుకుంటున్నాయి. ఈ కనబడేదంతా నా చిదాత్మయే! సర్వదా నేను చిదాత్మనే!

పరాత్మాఽహమ్ : ఒక కథకు ఆ కథారచయిత **'కథకు పరము** (Beyond) - **కథకు ఆత్మ'** అయి ఉన్నాడు. ఒక స్వప్నమునకు ఆ స్వప్నము తనదైనవాడు - **స్వప్నమునకు పరము, స్వప్నమునకు ఆత్మ** అయిఉన్నాడు.

అట్లాగే.... (1) ఈ జగత్ దృశ్యము అంతటికీ.. నేను **ఆవల ఉన్నాను.** (2) దీనికంతటికీ **సర్వదా ఆత్మను అయిఉన్నాను.** నాకు కనబడుచున్న సమస్త దృశ్యమునకు ఆత్మను నేనే - అనునదే జీవన్ముక్త లక్షణము.

నిర్గుణోఽహమ్ : ఒక నాటక రచయిత - కోపము, ప్రేమ-మాయ, అమాయకత్వము, శృంగారము, క్రోధము, సౌమ్యత, దుఃఖము, ఆవేశము- మొదలైన నవరసాలు జోడించి నాటకం వ్రాస్తాడు. కానీ,.. ఆ నవరసాలు ఆయనలో ఉన్నాయా? ఆయన లక్షణములా? కాదు! అట్లాగే.... ఆ నాటకలో పాత్రలు ధరించే పాత్ర ధారులకు సంబంధించినవా? అబ్బే! కానే కాదు. పోనీ, ఆ నాటకం చూచే ప్రేక్షకులవా? అసలే కాదు! మరెవ్వరివి?

ఎవ్వరివీకాదు!

నాటకము వినోదము కొరకు వ్రాయబడుతోంది; నటులచే నటించబడుతోంది; ప్రేక్షకులచే వినోదముగా చూడబడుతోంది. అట్లాగే.. సత్వ - రజో - తమోగుణ నిర్మితమైన ఈ జగత్ దృశ్యము, ఈ లోక-లోకాంతరములు.. ఇవన్నీ కూడా →

- సృష్టికర్తవి (బ్రహ్మదేవునివి).. కావు!
- ఇందులో జీవులై పాల్గొనుచున్నవారివి కాదు! కర్మ-జీవులుగా ఇవన్నీ అనుభవముగా పొందుచున్నవారివి కావు!
- చూస్తున్న 'ద్రష్ట'వీ కావు.

మరెవ్వరివి? ఎవ్వరివీ కాదు! ఇదంతా **లీలా వినోదంగా** కల్పించబడి, **ఇంద్రజాలము-స్వప్నవస్తువువలె**.. ఎదురుగా అనుభూతమగుచున్నది. ఇది **సుస్పష్టముగా గమనించుచున్నట్టివాడు జీవన్ముక్తుడు.** గుణాతీతుడై, నిర్గుణుడై ఇదంతా క్రీడావిశేషాలుగా, లీలా వినోదముగా జీవన్ముక్తుడు దర్శిస్తున్నాడు.

పరాత్పరః : ఇంద్రియములకు ఎదురుగా కనిపించేదంతా **'ఇహము'** (here). దీని తన అనుభూతిగా కలిగి ఉన్నవాడో పరస్వరూపుడు (లేక) జీవుడు. అట్టి పరము (జీవుడు.. experiencer)ను – దృశ్యవిషయము వలె కలిగి ఉన్నవాడు – **పరాత్ పరుడు.** పరమునకు కూడా పరమైనవాడు. తనను తాను–(సర్వము ఎందులో ఉన్నదో.. 'అది తాను' గా–ఆస్వాదిస్తూ..) **'పరాత్పరుడు'**.. అయి ఉంటున్నాడు. ఈ జగత్తులన్నిటినీ, **సహజీవులందరినీ కూడా తన పరాత్పర తేజోవిశేషముగా జీవన్ముక్తుడు దర్శిస్తున్నాడు.**

ఆత్మమాత్రేణ యః తిష్ఠేత్, సః జీవన్ముక్త – ఉచ్యతే! ఎవ్వడైతే సర్వదా కేవల–ఆత్మమాత్రుడై శేషించి ఉంటాడో.. ఆతడు జీవన్ముక్తుడు. ఏదైతే దృశ్యాత్మగా–జీవాత్మగా–ఈశ్వరాత్మగా–పరాత్మగా కూడా ఉన్నదో.. అట్టి ఆత్మయే, తానై సంతిష్ఠించుకొని ఉంటున్నవాడే జీవన్ముక్తుడు.

❖ ❖ ❖

కుమారస్వామి : తండ్రీ! శివమహేశ్వరా! కైలాసవాసా! జీవన్ముక్తుని స్వభావ లక్షణములుగా **"చిదాత్మాహమ్ పరాత్మాహమ్ నిర్గుణోఽహమ్ పరాత్పరోఽహమ్ ఆత్మమాత్రోఽహమ్"..** అనునవి మహత్తరంగా వివరించారు. అమోఘము!

ఇంకా కూడా మరికొన్ని విశేషాలు మా యొక్క జీవన్ముక్తత్వ సిద్ధి కొరకై, జీవన్ముక్తుని అవగాహనల గురించి, చెప్పవలసినందిగా విన్నపము.

పరమశివ భగవానుడు : ఓ పార్వతీ ప్రియనందనా! విను. చెప్పుచున్నాను.

దేహ త్రయ అతిరిక్తోహగ్ం : ఇక్కడ కనిపించే స్థూల – సూక్ష్మ – కారణ దేహములు మాయాకల్పితములు. ఒక మంత్రగాడి (Magician) కల్పనా ప్రదర్శన (Magic show) లో అంతర్భాగముల వంటివి. అట్టి స్థూల (matter related) - సూక్ష్మ (thought-related) - కారణ (mental habit - related) దేహములకు వేరైనది ఆత్మ. **అట్టి ఆత్మయొక్క అనునిత్య దర్శనమును జీవన్ముక్తుడు కలిగి ఉంటున్నాడు.** అట్టి ఆత్మయే 'తత్' శబ్దముచే చెప్పబడుచూ, 'త్వమ్'నకు 'అహమ్'నకు అనన్యముగా నిర్వచించబడుతోంది.

"ఆత్మనగు నేను 'దేహి'గా ఉండటం చేతనే స్థూల–సూక్ష్మ–కారణములు ఉనికిని కలిగి ఉన్నాయి. అంతేగాని, వాటిలో నేను లేను. నాలో అవి లేవు." → అని ఎరిగిన వాడై ఉంటున్నాడు.

శుద్ధ చైతన్యమస్మ్యహమ్: "కదలువాడు-కదలునది" కూడా అయిఉన్న **కేవల–శుద్ధ** (Absolute) **చైతన్యస్వరూపుడను.**

మనో–బుద్ధి–చిత్త – అహంకారాలకు **భావనా చైతన్యము,** భౌతికదేహమునకు **జీవన చైతన్యము**, జగత్ దృశ్యమునకు **అనుభవ చైతన్యము** నేనే!

ఆ మూడిటికీ వేరైన **సాక్షీచైతన్యరూపుడను!** ఆ మూడిటికీ అందనివాడను! ఆ మూడిటిచే స్పృశించబడనివాడను! కాబట్టి – **శుద్ధ చైతన్య స్వరూపమై ఉన్నాను " అని జీవన్ముక్తుడు గమనించుచున్నాడు. 'సర్వమునకు ఆవల గల బ్రహ్మమే నేను' –** అని గ్రహిస్తున్నాడు.

సర్వసంగ వివర్జితః : కలలో కనిపించినవన్నీ ఆ కల తనదైనట్టివానియొక్క కల్పనే అయినప్పటికీ,.. ఆ కల తనదైనవాడు–(స్వప్న కాల్పికుడు) – స్వప్నముతో ప్రారంభమగుట లేదు. స్వప్నముతో ముగియడు. అట్లాగే "ఆత్మనగు నేను జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తుల కల్పనకు మునుముందే, **"సర్వమునకు కల్పించువాడినై, సర్వమునకు వేరై, కల్పనా రహితుడనై.. ఉన్నాను"**.. అను స్వావలంబన సహితుడై (జీవనన్ముక్తుడు) ఉంటున్నాడు.

నిత్యానంద ప్రసన్నాత్మా: "జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తులు నా ఆనంద ప్రదర్శనము.. ఆనందములో విభాగములు. ఆత్మగా, నేను నిత్య–ఆనంద ప్రసన్నత్వము – అను సలక్షణుడనై ఉన్నాను".. అని అవగాహనను వీడనివాడై ఉంటున్నాడు. అన్యచింతా వివర్జితః॥ ఈ విశ్వమంతా ఆత్మస్వరూపమే! నేను ఆ ఆత్మనే! కనుక ఈ 14 లోకాలలో నాకు అన్యమైనది లేదు. స్వప్నద్రష్టకు వేరుగా స్వప్నంలో ఏదైనా విభాగం ఉంటుందా? ఉండదు. నా భావనకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ లేదు. కనుక అన్యచింతనా రహితుడను. **ఇదంతా నాకు అనన్యము. నేను ఈ సర్వమునకు అనన్యమును –** అని జీవన్ముక్తుడు ఎరిగి ఉంటున్నాడు.

శ్లో॥ యస్య దేహాదికం నాస్తి, యస్య బ్రహ్మేతి నిశ్చయః,
పరమానంద పూర్ణోయః (తస్య) ఆనంద ఘనరూపోఽస్మి! పరానంద ఘనోస్మ్యహమ్॥

"ఎవ్వరికైతే స్థూల సూక్ష్మ కారణ.. ఇత్యాది దేహములు లేనేలేవో, ఎవ్వరు సర్వదా బ్రహ్మమే నిశ్చయముగా అయిన్నారో, పరమానందముచే స్వయముగా పూర్ణులై ఉన్నారో.. అట్టి ఆనంద-పరానంద ఘనపూర్ణుడను" అని తనను తాను సందర్శించుకొనుచున్నవాడే జీవన్ముక్తుడు.

"ఎవ్వరిపట్ల కించిత్ కూడా పరిమితమైన 'నేను'నకు (జాగ్రత్‌లోని నేను -స్వప్నములోని నేను. సుషుప్తిలోని నేను లకు)చోటు లేదో, **"సర్వమునకు ఆవల కేవల చిన్మాత్రస్వరూపుడనై - స్వభావుడనై ఉన్నానో.. అదియే నేను!"**.. అను అవగాహనను పుణికి పుచ్చుకొని ఉంటున్నాడో, ఆతడే జీవన్ముక్తుడు.

అట్టి జీవన్ముక్తుడు..,

☞ **ఈ కనబడేదంతా నా ఆత్మస్వరూపముచే నిండినదై ఉన్నది** → అను అనుభూతిచే సర్వత్రా పరిపూర్ణరూపాత్ముడై ఉంటున్నాడు.

☞ ఎప్పుడు ఎక్కడ ఎట్లా ఉండిఉన్నప్పటికీ **సర్వదా ఆత్మగా** శేషించువాడై ప్రకాశించుచున్నాడు.

☞ వ్యక్తీకరణమగుచున్న ఈ జగత్తుకు ఆవల **అవ్యక్తానందమునందు** రమించుచున్నాడు.

☞ తాను పరిపూర్ణ **చిత్-ఆనందుడై** ఉండియే జగత్తులో దేహిగా కూడా చరిస్తున్నాడు.

☞ సర్వసంగములను (All Attachments) విసర్జించివేసి, **శుద్ధచైతన్య స్వరూపుడై** వెలుగొందుచున్నాడు.

☞ సర్వ చింతలు త్యజించి 'అన్యము' అనునదే లేనివాడై **నిత్యానంద ప్రసన్నాత్ముడై** ఉంటున్నాడు.

☞ దేనిలోనూ కించిత్ కూడా అస్థిత్వము లేనివాడై **సర్వము తనయందే** దర్శించుచున్నాడు.

ఓ షణ్ముఖా : ఆ జీవన్ముక్తుడు ఇంకా కూడా తనను తాను ఈఈ విధంగా దర్శించుచున్నాడు.

☞ నిత్యోదిక చైతన్యరూపుడను. (I am always over-flowing Inspiration). అట్టి నిత్య చైతన్యరూపుడనగు నాకు మనోబుద్ధి-చిత్త-అహంకారాలు లేవు. ఇంద్రియములు లేవు. అవన్నీ బ్రహ్మజ్ఞాన పాఠ్యాంశముగా నా పట్ల కల్పించబడి చెప్పుకోబడుచున్నాయి. నా కల్పనలోనివి నాకు చెందిన లక్షణములు అవవుగదా! నాటకంలోని పాత్ర లక్షణాలు, స్వభావాలు నాటక రచయితకి ఆపాదించలేనట్లే - ఇక్కడి దేహము, అంతరంగము, ప్రాణతత్త్వము మొదలైనవన్నీ నా స్వరూప సంబంధమైనవి కావు. **స్వీయ కల్పనలో విశేషములు మాత్రమే!**

☞ ఆత్మనై యున్న నాకు దేహము లేదు. పంచప్రాణములు లేవు. అట్లాగే మాయలేదు. కామము లేదు. క్రోధము లేదు. కలలో ఊహగా జనించినవి ఊహలోని అంతర్భాగములేగాని 'నావి' కావు. నేను కలిగి ఉన్నట్టివి కావు. కలలోని విశేషాలు నా స్వభావంగా ఎవ్వరూ ఆపాదించనూలేరు కదా! అట్లాగే జాగ్రత్ కూడా స్వకీయ కల్పిత స్వప్నమువంటిదేగాని, మరొకరెవరో కల్పించగా నేను ప్రవేశించినది కాదు.

☞ ఇక్కడ ఉన్నదేదీ (శరీరము మొదలైనవి) నేను కాదు. నాకు 'జగత్తు' అనబడునది కించిత్ కూడా ఎన్నడూ లేదు. మనోబుద్ధి చిత్త సంబంధమైన ఏ దోషములు నా స్వరూపమునకు సంబంధించినవి కావు. దేహము యొక్క లింగభేదము, కళ్లు-చూపు, తదితర ఇంద్రియములు, మనస్సు - **ఇవేవీ నాకు లేవు**. అతన్నీ **జగత్‌స్వప్న-కల్పన**లోనివి. చెవులు-నాలుక-ముక్కు-చేతులు.. ఇవన్నీ కూడా నాకు సంబంధించినవి కావు. జాగ్రత్-స్వప్నములు గాని, వాటిని పొందుటకు గల కారణములుగాని నాకు సంబంధించినవి కావు. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి-తురీయములకు చెందినవాడిని కాను. కనుక అవన్నీ నా యొక్క (ఆత్మయొక్క) విభాగమే కావు. ఆత్మయొక్క సమక్షముచే ఆత్మయందు స్వయంకల్పితమగుచున్న - ఆత్మకు అభిన్నమైన స్వకీయ విశేషాలు మాత్రమే అవి.

... ఇట్టి అవగాహనచే.. అట్టివాడు 'జీవన్ముక్తుడు'గా చెప్పబడుచున్నాడయ్యా!

ఓ హిమగిరినందిని ప్రియకుమారా! కరుణామయుడుగా ప్రసిద్ధుడా! కార్తికేయా!

జీవన్ముక్తుడు → ఈ జగత్ దృశ్యమును, జన్మకర్మలను చూస్తూనే.. ఎట్టి అవగాహన కలిగి ఉంటాడో.. మరికొన్ని విశేషాలు ఇంకా చెప్పుచున్నాను. విను.

జీవన్ముక్తుని మరికొన్ని అవగాహనా విశేషములు

⌘ ఇక్కడ నేను ఏదేదిగా కనిపిస్తూ ఉన్నానో, అదంతా కూడా కించిత్ కూడా నేను కాదు. **ఇదగ్ం సర్వమ్ నమే కించిత్!** దృష్టిచే కనిపించేదంతా దృష్టికి సంబంధించినది మాత్రమే! నాకు సంబంధించినది కాదు. *(ఎందుకంటే, యత్ దృశ్యమ్ - తత్ నశ్యమ్ కనుక)*

⌘ నాకు సంబంధించిన వస్తువంటూ ఇక్కడ ఏదీ లేదు. ఈ దేహము మొదలైనవి జగత్ కల్పనలోనివి. నేనో, కల్పనా రహితమగు **'తేజోస్వరూప కేవలాత్మ'**ను.

⌘ ఇక్కడి ఆచరణ రూపంగా కనిపించే స్నానము, సంధ్య, దైవము మొదలైనట్టి ఇవేమీ నాకు లేవు. నేను సేవించవలసియున్న తీర్థ స్థలము లేదు. నాది అను స్థలము లేదు.

⌘ నాకు జ్ఞానదశలు, జ్ఞానము, అజ్ఞానము.. ఇవన్నీ లేవు. జ్ఞాన-జ్ఞేయములన్నీ కల్పనాదృష్టితో ఉన్నట్లు అగుపిస్తూ కూడా,.. ఆత్మదృష్టిచే లేనట్టివే!

⌘ 'దేహి'కి కూడా సాక్షినగు నాకు దేహమే లేదు. కాబట్టి జన్మలేదు. బంధువులు లేరు. కల్పన చేతనో (లేక) ఊహగానో కల్పించబడే కథనములలో కనిపించే వాటికి ఒకదానితో మరొకదానికి బంధుత్వమేముంటుంది?

⌘ ఆత్మనగు నాకు ఇది పుణ్యము-అది పాపము అనబడునదేదీ లేదు. నేనొక కథ వ్రాస్తే అందులోని పాత్రల స్వభావాలు-స్వరూపాలు నావి అవుతాయా? లేదుకదా! అందుచేత నాకు సంబంధించినవై →

... పాపపుణ్యములు లేవు.

... కార్యములు లేవు. వాటి వలన కలిగే శుభములు లేవు. అకార్యములు లేవు. వాటివలన అశుభములు లేవు.

... జీవాత్మ లేదు! నాకు చెందినది మాత్రమే అయినట్టి 'స్వాత్మ' అనునదీ లేదు.

... నాపట్ల స్వర్గ-మర్త్య-పాతాళ లోకములు (త్రిజగత్తులు) లేవు. వాటి యందు నాయొక్క ప్రవేశ-నిష్క్రమణములు లేవు.

... మోక్షము లేదు. ఆ మోక్షమునకు అవరోధమని చెప్పబడే ద్వైతము లేదు.

... **"....ఇది నాకు దగ్గిర అయినది. అది నాకు దూరముగా ఉన్నది.."** - అనునదేదీ లేదు. నాస్వప్నంలో నాకు దూరమైనదేది? దగ్గరయినది ఏది?

... ప్రదర్శనమైనది లేదు. రహస్యమైనది లేదు. బోధ లేదు. అబోధ లేదు. **ఏకమగు ఆత్మయే ఉన్నది.**

... **"సర్వము నేనైన నేను"** అను నా సర్వాత్మకత్వమునకు.. గురువు (బోధించువాడు) లేడు. శిష్యుడు (బోధింపబడవలసి ఆవశ్యకత కలవాడు) లేడు.

... నేను ఎవ్వరికన్నా హీనుడనుకాను. అధికుడను కాను. అధిక-అల్పత్వములనునవేవీ లేవు. అందరిలో ఆత్మగా వేంచేసి ఉండగా సర్వులు మమాత్మ సహజరూపులే అయి ఉండగా..., ఇక **ఏది దేనికంటే అధిక-అల్పములు కలిగి ఉంటుంది?** కలలో ఎవ్వరో ఇద్దరు కనిపిస్తే నిద్రలేచి ఎవరు ఎవరి కంటే గొప్ప - అని నిర్ణయించుకుంటాము? అల్పులని సిద్ధాంతీకరించుకుంటాము?

... ఆత్మనగు నానుండే బయల్వెడలు ఊహ-భావన-లీల-వినోదము-కల్పనయే ఈ సృష్టి. అందుచేత కేవలస్వరూపమగు మమాత్మ సమక్షములో సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మ, స్థితికారుడగు విష్ణువు, లయకారుడగు రుద్రుడు, మనోరూపుడగు చంద్రుడు కూడా కల్పన, (లేక) మాయలోని విశేషములే! ఆత్మకు వేరుగా బ్రహ్మ-విష్ణు-రుద్రులు లేరు. చంద్రుడు లేరు! తదితర దేవతలు లేరు!

... ఆత్మదృష్ట్యా ఇక్కడి పృథివి (Solid), తోయము. (జలము-Liquid), అగ్ని (Heat), వాయువు (Air, సంచలనము), ఆకాశము (space) అను పంచభూతములు కూడా లేవు. కుల-గోత్రములు లేవు. మరొకటైన (ఆత్మకు వేరైన) లక్ష్యము లేదు. ఎందుకంటే నాకు పుట్టుకయే లేదు. దేహముతో పుట్టను. చావను. దేహమునకు పరమై యున్న నాకు దేహిగా కుల-గోత్ర-జాతి-దేశ భేదము లేమి ఉంటాయి?

... **'కలలోని నేను'** అనునది **"కల నాదైన నేను"** యొక్క **కల్పన**యే కదా! కలలో నాకు వేరుగా **ధ్యాత**-(One who is observing), **ధ్యానము** (observation), **ధ్యేయము** (That being observed).. ఉన్నాయా? లేవుకదా! అట్లాగే జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులకు కేవల-మౌన సాక్షినగు నాకు ఎక్కడా (జాగ్రత్ మొ॥వాటిలో) ధ్యాత-ధ్యానము-ధ్యేయము లేవు. అట్లాగే 'మనస్సు' అనబడునది నాకు వేరుగా లేదు. నా ఆలోచనల ప్రదర్శనమునే శాస్త్రములు -'మనస్సు' అని 'ఇష్టము' అని - పిలుస్తున్నాయి.

– నాకు శీత-ఉష్ణములు, ఆకలి-దాహములు లేవు. అవన్నీ **భౌతిక శరీర ధర్మములు. ఆత్మధర్మములు కావు.**

- నాకు శత్రువు లేడు. మిత్రుడు లేడు. మోహము లేదు. ఆ మోహముపై జయము అనునదీ లేదు. అవన్నీ కలలోని సంఘటనల వంటివి. అవి మనో ధర్మములు. ఆత్మనగు నా ధర్మములు (Features) కావు.
- ఆత్మనగు నేను జన్మలకంటే, కర్మల కంటే మునుముందే ఉన్నాను. ఇప్పుడు ఆత్మగా ఏమై ఉన్నానో, ఇతఃపూర్వము అదియే అయి ఉన్నాను. ఇక ముందు అదియే అయి ఉండబోవుచున్నాను. క్రితం జన్మలోను-ఇప్పుడు-వచ్చే జన్మలోను నేను నేనుగానే ఉంటాను. అందుచేత నాకు పూర్వము (past) అనునది లేదు. పశ్చాత్ (Now Afterwards) అను మరొకటేదీ లేదు. నాకు పైన-క్రింద-8 దిక్కులు.. ఇవన్నీ లేవు. సూర్యుడు-భూమిలను ప్రక్కకు పెట్టితే దిక్కులే లేనివిధంగా... **నాకు దిక్కులు లేవు.**
- నేను నా గురించి ఆత్మగా మరొకరికి చెప్పవలసినదేదీ కొంచము కూడా లేదు. ఇతరుల నుండి నా గురించి వినవలసినదీ అణువంతకూడా లేదు. క్రొత్తగా చూడవలసినది ఈ షణ్మాత్రము కూడా 14 లోకాలలో ఎక్కడా ఏదీ లేదు. అణువంత క్రొత్తగా ఆలోచించవలసినది (ధ్యాతత్వము) కూడా ఏదీ లేదు. నాకు మరొకటేదో భోగించవలసినది లేదు.స్మరించవలసినది (స్మర్తవ్యము).. కూడా లేవు.
- నాకు భోగము లేదు. రాగము లేదు. యోగము లేదు. ఏదో పోయి ఎందులోనో లయించవలసినదీ లేదు.
- ఆత్మనగు నానుండే గుణములన్నీ బయల్వెడలుచున్నాయి. అందుచేత సహజంగానే గుణములకు ఆవల గుణాతీతుడను. నాకు మూర్ఖగుణము లేదు. శాంతగుణము లేదు. ప్రియమైనది లేదు. అప్రియమైనది లేదు. బంధము లేదు. మోక్షము లేదు. ఈ దృశ్యజగత్తులో నాకు ఏదీ మోదము (సంతోషము) చెందవలసినది లేదు. ప్రమోదము (మహదానందము) పొందవలసినదీ లేదు.
- నాకు స్థూలత్వము లేదు. కృశత్వము లేదు. ఆ రెండు ఈ భౌతిక దేహధర్మములు. ఆత్మనగు నా ధర్మాలు కాదు. అట్లాగే "పొడుగు-పొట్టి-వృద్ధి-క్షయము" – ఇవేమీ లేవు.
- అధ్యారోపవాదము (ఆత్మ జీవుడుగా అగుచున్నది), అపవాదము (జీవాత్మ-పరమాత్మ ఒకే చోట గల రెండు తత్త్వములు. రెండు కలిగి యున్న పక్షులు) ; ఏకము – బహుళము = ఇవన్నీ కూడా ఆత్మను నిర్ణయించలేవు. ఆత్మకు ఆరోపించబడజాలవు.
- అంధత్వము– మాంద్యత్వము (బుద్ధి మాంద్యము), స్థూలత్వము, అణుత్వము, రక్త-మాంస మేదో (క్రొవ్వు))– బొమికలు – మజ్జ-చర్మము-సప్తధాతువులు-శుక్లము-రక్తము-ఎరుపు-నీలము.. ఇవన్నీ దేహవిశేషాలేగాని, ఆత్మకు సంబంధించియే లేవు.

తపస్సు, తపో ఫలితాలు-ఇవన్నీ ప్రకృతిలోని మనో-బుద్ధులకు సంబంధించినవేగాని, ఆవల (పరమ్) ఆత్మనగు నాకు అవి సంబంధించి లేవు. బంధించేవికావు. "ఇది ముఖ్యము-ఇది గౌణము(తక్కువగా ముఖ్యము)" – అను ముఖ్యాముఖ్య భేదమేదీ ఆత్మగా నాకు లేవు.

నాకు భ్రాంతి లేదు. స్థైర్యము లేదు. కులము లేదు. **'వ్యక్తిగత రహస్యము'** అనునదేదీ లేదు. అట్లాగే **"ఇది నేను తప్పక త్యజించాలి –** అనునదీ లేదు. **"అది నేను తప్పక గ్రహించాలి"** – అనునదీ లేదు. **'నయము'** (Softway) అనునది లేదు. **భయము** లేదు. **హాస్యము** లేదు. **అపహాస్యము** లేదు. ఎవ్వరిచేతనూ అపహాస్యము చేయబడువాడనుగాను. **అవన్నీ అహంకారము యొక్క, మనస్సు యొక్క ధర్మాలు.**

ఆత్మనగు నాకు వ్రతములు, నియమములు, వ్రత ఫలితములు, అడ్డంకులు, దిగుళ్ళు, దుఃఖాలు, సుఖము, మౌఢ్యము మొదలైనవి లేవు. అవన్నీ మనస్సు పొందవచ్చుగాక! వాటిచే స్పృశించబడువాడను కాను.

అట్లాగే "తెలుసుకొనువాడు **(జ్ఞాత)**; తెలుసుకోవటం **(జ్ఞానము)**; తెలియబడునది (జ్ఞేయము) – అను ధర్మములు ఆత్మనగునాకు లేవు. **అవన్నీ స్వకీయ కల్పన అగు 'జీవాత్మ'కు సంబంధించినవి!** అవి కేవలాత్మకు సంబంధించినవి కావు. అట్లాగే నేను (స్వయం)–**నీవు** (తుభ్యం), **మహ్యం** (నాకు చెందినది)–**త్వంచ** (నీకు సంబంధించినవి), **'నేనైన నీవు'**, **'నీవైననేను'**.. అనునవీ లేవు. అవన్నీ ఊహ-అపోహల విన్యాసము మాత్రమే!

ఈ దేహము పొందే జన్మ-బాల్య-కౌమార – యౌవన-వార్ధక్య-మరణధర్మములు ఆత్మనగునాకు లేవు.

నేను సర్వదా బ్రహ్మమునే! సర్వదా బ్రహ్మమునే! బ్రహ్మమునకు వేరైనదేదీ నేను కాదు! చిదానందరూపుడను! ఇది సునిశ్చితం!

ఇట్టి తీరుగా ఎవరికి నిశ్చయము ఉంటుందో – ఆతడు జీవన్ముక్తుడే!

అనగా ఎవ్వరికైతే సంశయములన్నీ తొలగిపోగా →

- నేను బ్రహ్మమునే! చిత్‌స్వరూపుడను!
- స్వయముగా హంసను! 'సోఽహమ్'ను!
- నాయందు నేనే సర్వదా సంస్థితుడనై ఉన్నాను. మరొకచోట ఎక్కడో లేను.
- 'స్వాత్మ' అను రాజ్యమునందు సుఖవంతుడనై ఆత్మగా ఆత్మతృప్తిని పొందినవాడనై ఉన్నాను.
- అంతా దర్శిస్తున్నది నేనే! నేను దర్శిస్తున్నదంతా నా కల్పనయే! మరొకరి కల్పనను కాదు.
- ఈ జగత్తు అంతా కూడా నా కల్పనగా నేను నా కొరకై ఆస్వాదిస్తూ ఉన్నట్టిది.
- నేనే ముందుగా ఉన్నాను. సర్వము నిర్వర్తిస్తున్నది నేనే! నాకు నేనే నియామకుడను! ప్రభువును! స్వస్వరూపమునందు స్వయముగా నిదురించినప్పుడు స్వప్నవిశేషాలే – **జీవాత్మ జగత్తులు** కూడా!

సర్వమునకు కారణంనేనే! కార్యము నేనే!

అని ఎరిగి ఉన్నవాడు "జీవన్ముక్తుడు!"

విదేహముక్తుడు

బ్రహ్మజ్ఞానమును విజ్ఞానరూపముగా ధరించి – జీవన్ముక్తుడు స్వయంప్రకాశకుడగు సూర్యభగవానునివలె విదేహముక్తుడై ప్రకాశించుచున్నాడు.

- బ్రహ్మమే తానైనవాడు! **బ్రహ్మభూతుడు.**
- సర్వము సశాంతించినప్పటి **ప్రశాంతాత్ముడు,**
- జగమంతా తన బ్రహ్మానంద స్వరూపమై జగదానంద సుఖము ఆస్వాదించువాడు. **జగత్ శరీరుడు. జగదానంద శరీరుడు. జగదానంద కారకుడు.**
- స్వచ్ఛరూపుడు. సర్వము తానే అయి మహామౌనము వహించువాడు.

ఇట్టివాడు – విదేహముక్తుడు.

ఓ స్వామినాధా! షణ్ముఖా! ఇంకా విదేహముక్తుని స్వానుభవం గురించి మరికొన్ని విశేషాలు చెప్పుకుందాము.

"నేను అనంత కోటి జీవులలో ఒక జీవాత్మను" అను కల్పనను అధిగమించి "సర్వులలోని అంతర్యామిని! సర్వాత్మకుడను. **సర్వజీవులలో సమముగా ప్రకాశించు సమరూపాత్ముడను – నేను"** – అను అనుభవము ఆతనియందు స్వాభావికమై ఉంటుంది.

– సమరూపాత్ముడు → సర్వము నందు సమముగా తనను **(ఆత్మానమ్ సర్వరూపస్థమ్),**
→ సర్వము తనయందు, **(ఆత్మని సర్వరూపాని చ),**
→ సర్వులు తన ఆత్మరూపులుగాను **(సర్వే మమాత్మరూపం చ),**
→ తాను సర్వుల ఆత్మరూపుడుగాను **(మమాత్మా సర్వరూపాత్మా),**

శుద్ధాత్ముడు – అయి ఉంటాడు. **జగత్ రహిత–మనోబుద్ధి రహిత కేవలీ స్వరూపత్వమును కించిత్ కూడా ఏమరువక ఉండువాడు విదేహముక్తుడు.**

ఏకవర్జిత ఏకాత్మా! సర్వాత్మా స్వాఽత్మమాత్రకః! "నేను ఏకమే! ఇన్ని రూపములు నేనే".. అను ఏకాత్మభావనా ప్రయత్నము యొక్క అవసరం లేకుండానే స్వాభావికంగానే **ఏకాత్ముడు అయి ఉంటాడు. ఆత్మ అనగా ఈ వ్యష్టి దేహమునకు పరిమితమైనదికాదు. సర్వజీవుల స్వరూపమైయున్నటిది.** సర్వజీవులుగా ఉన్నట్టి నేనే మమాత్మ! ఈ విశ్వమంతా నాశరీరము! నా స్వభావము! అన్ని రూపాలు నేనైన నేనే నేను".. అను స్వానుభూతి– అచంచలానుభవమునందు సర్వదా సుప్రతిష్ఠితుడై ఉంటున్నారు. విశ్వరూపుడై, **"విశ్వరూప సందర్శన యోగము"** ను సిద్ధించుకొనినవాడై ఉంటాడు.

ఎద్దాని నుండి దేహములు – ఇంద్రియ జగత్తులు – జలంలో తరంగాల వలె, స్వప్నంలో గ్రామసీమలవలె, బంగారంలో ఆభరణములవలె జనిస్తూ ఉన్నప్పటికీ, తనకు మాత్రం 'జన్మ' అను ధర్మమే లేదో, సర్వదా నేను అట్టి అజాత్మను। మార్పు–మృతము లేనట్టి అమృతస్వరూపుడను! నాకు నేనే స్వయముగా ఆత్మ అయిఉన్నట్టివాడను! అంతేగాని, మరొకరి ప్రమేయముతోనో, ప్రయత్నములోనో 'ఆత్మ'ను అగుచుండటం

లేదు. అక్షరములు ఉపయోగించి ఒకడు ఒక కథ వ్రాస్తే.... అక్షరములు పెరగవు తరుగవుకదా! ఆ విధంగా జగత్తుల ఆవిర్భావ – ఉనికి–తిరోభావములచే ఆత్మనగు నేను తరుగుట లేదు. పెరుగుట లేదు. అందుచేత **అవ్యయుడను.**

సర్వజీవులయొక్క సర్వ ప్రయత్నముల, సర్వసాధనముల, వేద–ఉపనిషత్–పురాణ–ఆచారాది సర్వ విశేషముల.. అంతిమసారము, లక్ష్యము.. నేనే! సూక్ష్మమునకే సూక్ష్మమగు లలితాత్ముడను! స్వభావము (ప్రకృతి–భావన–ఊహ).. అగు ఈ దృశ్య జగత్తుకు.. అట్టి స్వభావము నాదైనట్టివాడను! స్వభావమును కూడా తుష్ణీకరించు **స్వస్వభావుడను!**

పరమానందాత్మను! సర్వులకు ప్రియమగు ఆత్మను! నేను దేనికీ సంబంధించక, బద్ధుడు కానట్టివాడను! అందుచేత నిత్యముక్త–మోక్ష స్వరూపమగు **ఆత్మయే నేను! చిత్‌స్వరూపుడను! కేవలుడను! చైతన్య స్వరూపుడను, ఎరుక స్వరూపుడను** అగునాకు ఇక 'చింతలు' ఏమి ఉంటాయి? **చిత్ స్వరూపుడనై, చింతలు లేనట్టివాడను! అస్మత్ స్వస్వరూప సందర్శనాగ్నిచే చింతలన్నీ నిశ్చింతలుగా చేసి వేయుచున్నాను.**

ఈ విధంగా ఎవ్వరైతే తమను తాము అఖండ–అప్రమేయాత్మగా ఎరుగుచున్నారో.. వారు విదేహముక్తులు!

సర్వ తదితర నిశ్చయములను సుదూరముగా పరిత్యజించి **"అహమ్ బ్రహ్మాస్మి"** నిశ్చయమును మాత్రమే కలిగి ఉంటున్నారు. బ్రహ్మము యొక్క సర్వత్వము, సర్వసమత్వము, నిత్యత్వము, ఆనందత్వములను **తన ఆనంద స్వభావముగా** గమనించి అనునిత్యముగాను, స్వాభావికంగాను ఆనందస్వాంతుడై ఉండువారు **విదేహముక్తుడు.**

ఈ సర్వము ఉన్నదా? లేదా? అనే చర్చ–విచారణ–నిర్ణయములను (మేడను చేరువాడు మెట్ల దాటి వేయుతీరుగా) అధిగమిస్తున్నాడు. "నేను బ్రహ్మమును! (లేక) కాను!.. మొదలైన చర్చనీయాంశ ప్రయాసలను వదలి **"సత్ చిత్ ఆనంద మాత్రము"**.. తనకు తానే అయి వెలుగొందుచున్నవాడు – **విదేహముక్తుడు.** "ఈ సమస్త విశ్వము అస్మత్ దేహమగుచుండగా నేను విశ్వదేహిని. విశ్వముగా విశదీకరించుకొనుచున్న విశ్వేశ్వరుడను" – అను ఎరుక గలవాడు.

"ఏదీ, ఎప్పుడూ, ఏకించిత్ కూడా – ఆకాశమువలె కేవల సాక్షి అగు – ఆత్మను స్పృశించదు"... అని గ్రహించి సర్వ అన్యత్వములను తూష్ణీకరించినవాడై, ఒక్క పరమ సత్యమగు ఆత్మను తుష్ణీకరించక, ఏమరచక సర్వము తానై ఆనందించువాడు – **విదేహముక్తుడు.** తనను తాను ఈ కనబడే సమస్తమునకు అనన్యుడై దీపించువాడు ఆతడు.

గుణములన్నిటికీ అతీతుడై (గుణాతీతుడై) **"ఈ సర్వజీవులకు ఆత్మను సర్వదానేనే"**.. అను **"సర్వభూతాత్మభూతాత్మ"** భావనను నిశ్చలముగా కలిగి ఉంటున్నాడు. ఆతనికి కాలభేదము గాని, వస్తు భేదముగాని, దేశభేదముగాని, స్వ–పర భేదముగాని కించిత్ కూడా శేషించి ఉండదు!

"నాకు–నీకు–ఇద్దానికి కాలాత్ముడను. కాలస్వరూపుడను. కాలహీనుడను (కాలరహితుడను). **కాలఃకాలుడను.** ఏదీ **కూడా ఎందులో అయితే ఏమాత్రమూ లేదో,.. అట్టి శూన్యాత్ముడను. పరమశూన్యరూపుడను. ఈ విశ్వమంతటికీ ఆత్మను! విశ్వరహితుడను. దేవతలందరికీ ఆత్మనైనట్టివాడను. దేవతా రహితుడను! పరిమితములైనట్టివాటికన్నిటికీ ఆత్మనై ఉన్నట్టి అపరిమితుడను!** కలలో కనిపించిన జడమగు రాయికి స్వప్న ద్రష్ట యొక్క దివ్య–స్వప్నకళాచైతన్యమే మూలవస్తువయిఉన్న **తీరుగా, జాగ్రత్‌లో సర్వత్ర జడముగా కనిపించునదంతా నా జాగ్రత్ చైతన్యరూపమే అయి ఉన్నవాడను. నిత్యోదిత చైతన్య స్వరూపుడను కాబట్టి జడత్వ రహితుడను!** సంకల్పముల కల్పనా **రహితుడను".... అని ఎరిగి ఉండువాడే విదేహముక్తుడు.**

ఇంకా కూడా,

- కేవల **పరమాత్మ స్వరూపుడును.** తెలుసుకొనునది – తెలియబడునది కూడా నేనే – అయినట్టి కేవలజ్ఞానవిగ్రహుడను. కేవలము ఉనికి (presence) – అను రూపమగు సత్తా మాత్రుడనై, నా 'సత్తా' చేత తదితరమైన సర్వమునకు సత్తా ప్రసాదించుచూ, నిష్క్రియుడనై ఉన్నవాడను! నాయొక్క కల్పనయే అయినట్టి, నానుండి బయల్వెడలుచున్న కించిత్ సత్తా మాత్రమైనట్టి జగత్తు వలన నాకేమి భయం? **"రాత్రి కల కల్పించుకుంటానేమో?"** అని ఎవ్వరూ భయపడనట్లే, నాకు కూడా నా సత్తా యొక్క కించిత్ రూపమగు జగత్తు చూచి భయపడను.
- ఇక్కడ – జీవుడు (ఒక దేహమునకు సంబంధించినవాడు)–ఈశ్వర (అనేక దేహములకు సంబంధించినవాడు) – అని శాస్త్రములు దేనిదేని గురించి చెప్పుచున్నదో.. అదంతా నేనే!
- ఇదంతా చైతన్య ప్రదర్శనము. నేను చైతన్య స్వరూపుడను. కనుక ఇదంతా నా ప్రదర్శనమే!

ఇట్టి నిశ్చయముతో **"నాకు వేరైనది ఎక్కడా లేదు"** అను **పూర్ణ-శూన్యభావము** కలిగి ఉన్న వాడు **విదేహముక్తుడు!**

- "సర్వత్రా అస్మత్ చైతన్యముచే సర్వమును సిద్ధింపజేసుకొనుచున్నట్టివాడను. చైతన్యమాత్ర సంసిద్ధుడనై, స్వాత్మయందు రమించుచూ, సుఖాసనాశీనుడనై ఉన్నాను. ఈ సమస్తము నాచే సిద్ధించుకోబడుచున్నది కాబట్టి - దీనికంతటికీ నేనే సిద్ధపురుషుడను.
- నా స్వస్వరూపమునకు, **"నేను-నీవు-ఈలోకము-ఆలోకము- లోకపాలకులు-లోకపాలితులు"**.. ఇట్టి పరిచ్ఛిన్నత్వము కించిత్ కూడా లేదు. అణు-స్థూల ఇత్యాదివేమీ నాస్వరూపమునకు లేవు. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తుల సంచారుడగు తుర్యమునకే తుర్యుడను!"..
  .... **అని తనను తాను గమనించి ఉండువాడు విదేహముక్తుడు!**
- తనను తాను **ఎదుటివాని ఆత్మస్వరూపంగా దర్శించు అనినిత్యత్వము** కలవాడు - విదేహముక్తుడు.

⌘

"పర సంవిత్ (పర+సత్+విత్) సుఖ స్వరూపుడనై సర్వమునకు, ఆవల-ఈవల కూడా ఆక్రమించుకొని ఉన్నవాడను, తురీయాతీతస్వరూపుడనగు నాకు శుభ-అశుభములనువేవీ లేవు.

☞ గుణరహితుడను. గుణాతీతుడను. త్రిగుణానంద స్వరూపుడను. అయితే, ఒక కళాకారుడు కళను ప్రదర్శించి ఆనందించు రీతిగా, నేను త్రిగుణ ప్రదర్శనముచేసి వినోదిస్తూ ఉంటాను.

☞ దేశకాల పరిమితములు లేనివాడను. అవి స్వీయకల్పనలోని ఒకానొక విభవము మాత్రమే.

☞ నేను దేనికీ సాక్షి కాదు. ఏదీ నాకు సాక్షి కాదు. సాక్షిత్వ-అసాక్షిత్వములనేవేవీ నాకు లేవు.

☞ ఏ కొంచములో ఏ కొంచమై నాయందు ఈ కొంచముగా ప్రపంచ రూపముదాల్చి యున్నట్లు అనిపిస్తోందో, అట్టి ఇదంతా సత్యదృష్టి కాదు. స్వకీయ వినోదచమత్కార దృష్టి. **వినోదకల్పనలో సత్యాసత్యములేమి ఉంటాయి**?

☞ ఇక్కడ ప్రపంచాకారము లేదు. బ్రహ్మాకారము లేదు. సమస్తము సర్వదా అఖండమగు బ్రహ్మమే అయి ఉన్నది.

☞ **"స్వస్వరూపమే స్వయం జ్యోతి స్వరూపము. స్వస్వరూపమునందే స్వయముగా జగత్ భావననై రమించుచున్నాను. ఈ జగత్ నాయొక్క కేవలీ స్వరూపమే"**.. అను సత్యముచే సిద్ధించుచున్న ఆనంద స్వరూపుడను. మనస్సుకు, వాక్కుకు అగోచరుడను. నేను నా స్వరూపమును వివరించి ఇట్టిదని మాటలతో చెప్పజాలను! అతీతమునకే అతీతమైయున్న భావనా మాత్ర సంవేద్యుడను.

☞ చిత్తవృత్తులుగా ప్రకాశిస్తూనే చిత్తవృత్తులకు అతీతుడనై యున్నవాడను, ఏ వృత్తీ లేనివాడను. **సర్వవృత్తి విహీనాత్మా!**

⌘

ఇట్టి అనుభూతి కలవాడు విదేహముక్తుడు! ఒకడు వస్త్రము ధరించియే వస్త్రస్మరణాతీతుడగునట్లు, దేహస్మరణాతీతుడై వెలయుచున్నాడు. ఆ విదేహముక్తుడు తన దివ్య-అనంత-అఖండ చైతన్యము యొక్క ఒకానొక స్వల్ప విభాగము నందు చిత్ కిరణ-స్ఫురహరూపంగా ఈ జగత్ విభూతులన్నీ ప్రదర్శించుచున్నవాడై ఉంటున్నాడు.

- ఈ విశ్వమంతా స్వస్వరూపమే అయి ఆనందించుచున్నాడు. విశ్వస్వరూపుడై, విశ్వాంతర్యామి అయి, విశ్వాతీతుడై వెలయుచున్నాడు.
- పరస్వరూపుడైనట్టి ఆతని పరమానంద చిద్ఘనము - పరులకు 'ఇట్టిది' అని తెలియబడకయే, ఆయన స్వయముగా బాహ్యరూపముతో మాత్రం జగత్ దృశ్యములో ప్రదర్శనమగుచున్నారు.
- **పరమానంద చిద్ఘనస్వరూపుడు ఆతడు!**

⌘

ఆ విదేహముక్తుడు ఇతరుల దృష్టికి "ఇట్టి అనుభవము కదా".. అని కనిపించటము లేదు. **పరైః అదృష్టబాహ్యాత్మా!** సర్వవేదాంత శాస్త్రములకు మాత్రమే **సవిషయుడు** అగుచున్నారు. సర్వదా 'బ్రహ్మామృతము'.. అనే రసాస్వాదన చేయుచున్నారు. బ్రహ్మామృత రసస్వరూపుడై విరాజిల్లుచున్నారు.

ఇతరులకు తనయొక్క **"చిన్మాయానంద విదేహముక్త్యనుభవము"**ను తెలుపవలసిన అగత్యముగాని, విధానముగాని లేకయే జగదుద్యానవనంలో లీలగా విహరిస్తున్నారు. దేనిపట్లా కించిత్ కూడా ఆసక్తి లేనివారై, కేవలము 'బ్రహ్మము' అను సర్వసమము - సర్వరూపము- సర్వాతీతము అగు రసమునందు మాత్రమే సదా తేలియాడుచూ ఉంటున్నారు.

అంతేకాదు.

అట్టి **బ్రహ్మామృతరసము** స్వయముగా తానే అగుచున్నారు. బ్రహ్మానందరసము నందు నిమగ్నుడై సర్వదా **బ్రహ్మానందమనే శివార్చనను** అనుక్షణము నిర్వర్తిస్తున్నారు.

బ్రహ్మానంద-అనుభావకుడై బ్రహ్మానందముచే నిత్యతృప్తుడై ఉంటున్నారు.

బ్రహ్మానంద శివానందుడై బ్రహ్మానంద రసప్రభలను సర్వత్రా వెదజల్లుచున్నారు.

బ్రహ్మానంద పరంజ్యోతి స్వరూపులై వెలుగొందుచున్నారు.

నిరంతరము బ్రహ్మానందమునందు ఓలలాడుచున్నారు.

బ్రహ్మానంద కుటుంబసభ్యుడై బ్రహ్మానంద రసనాదమును సంసార జీవులకు వినిపించుచున్నారు.

బ్రహ్మానంద-చిత్ (ఎరుక) ఘనీ భూతుడై బ్రహ్మానంద రథమును అధిరోహించి, విశ్వమంతా సంచరిస్తున్నారు. బ్రహ్మానంద రసభరితుడై బ్రహ్మానందమునందు ఊయల ఊగుచున్నారు.

బ్రహ్మానందులగు సహజనులతో కూడి బ్రహ్మానందాత్మ గృహముతో బ్రహ్మము గురించి కథలు కథలుగా చెప్పుకుంటూ నివసించుచున్నారు.

ఆత్మరూపమ్ ఇదగ్ం సర్వమ్
ఆత్మనో అన్యత్ న కించనా!

ఇదంతా ఆత్మయే! **నేను ఆత్మను!** ఆత్మకు వేరుగా ఎక్కడా ఏదీ లేదు. **నాకు వేరైనదంటూ ఏదీ లేదు**. ఇదంతా మమాత్మానంద - స్వవిస్తార స్వరూపమే. **ఆత్మయే పరమాత్మ!** పరమాత్మస్వరూపుడనగు నేను **పరాత్ పరాత్మను। సర్వులు నా ఆత్మయే! సర్వుల ఆత్మ నేనే! నిత్యానంద స్వరూపాత్ముడను!** త్వమ్ - తత్‌లకు నేను ఆత్మను. త్వమ్ - తత్‌లు నీకు ఆత్మ। ఆత్మ సర్వదా అఖండము. అహమ్-త్వమ్-సః - తత్‌ల భేదమే లేని ఏకాక్షరాత్మను.

→ **ఇట్లు గమనిస్తూ సర్వము తానై, సర్వమునకు వేరై ఇదంతా దర్శిస్తూ, సందర్శించుచున్నదంతా తానే అయి ఆనందించువాడు 'విదేహముక్తుడు'!**

- ఆత్మచే సర్వదా పూర్ణుడై ఉండుటచే **పూర్ణాత్ముడు!**
- సర్వాత్మకుడగుటచే **మహాన్ ఆత్మ!**
- సర్వులకు ప్రీతి అయిన వస్తువుగా తనను తాను దర్శిస్తూ, ప్రీతితో సర్వులను దర్శించుచూ ఉండుటచే **ప్రీతాత్ముడు!**
- త్రికాలములలో యథాతథుడు కాబట్టి - **శాశ్వతాత్ముడు.**
- తనను తాను సర్వజీవుల 'అంతర్యామి'గా దర్శించుచుండటం చేత **'సర్వాంతర్యామి'. నవలలోని పాత్రలన్నిటికీ నవలా రచయితవలె, కలలో కనిపించే వ్యక్తులందరికి స్వప్న - ద్రష్ట వలె - ఈ జాగ్రత్‌లో సర్వులకు తానే ఆత్మ.**
- ఆకాశము దేనిచేతనూ దోషము పొందని తీరుగా బాహ్య-అంతరంగముల దోషము ఆతడు పొందుటలేదు కనుక **'నిర్మలాత్ముడు'**
- నామరూపములన్నీ తనవే అయి ఉండటం చేత - **అరూపాత్ముడు.**
- ఆత్మకు ఆవల కేవల సాక్షి కనుక **నిరాత్ముడు!**
- దేహాదులకు సంబంధించిన ఎట్టి **వికారములు**, మస్సుకు సంబంధించిన **విషాదములు**, బుద్ధికి సంబంధించిన ఎట్టి **వివాదములు,** చిత్తమునకు సంబంధించిన ఎట్టి **వినోదములు** పొందనివాడై ఉంటాడు కాబట్టి **నిర్వికారస్వరూపాత్ముడు!**
- కేవల స్వరూపుడు కనుక **శుద్ధాత్ముడు.**
- సర్వజగత్ విశేషములు తనయందు సర్వదా సశాంతించినవై ఉండటం చేత **పరమశాంతరూపుడు.**

- ఏక-అనేకములను ద్వైత-అద్వైతములను వదిలియున్నవాడు కాబట్టి **అనేకాత్ముడు కాదు. వ్యష్టిగత జీవాత్ముడు కూడా కాదు.** సర్వులకు ఆత్ముడు. ఆత్మమాత్రమే అయి ఉన్నవాడు కాబట్టి అద్దానికి ఏక-అనేకములు కూడా ఆపాదించలేము!
- "ఇది జీవాత్మ-ఇది పరమాత్మ"-అనే చర్చలు, వాదోపవాదములు-అన్నీ వదలివేసి ఉంటాడు. మామిడి పండు తింటూ ఉండగా ఇక-మామిడి పండు రుచి గురించి చర్చలతో పనేమీ? వర్ణనములు అన్వయించుకోవటమెందుకు?

- తానే ముక్త (పర)-అముక్త (ఇహ).. ఏక స్వరూపుడుకాబట్టి ముక్త-అముక్తముల ఊసులన్నీ వదలివేస్తున్నాడు! "జీవాత్మ ప్రతిబింబము వంటిది కాబట్టి 'విముక్తి' అనే ప్రసంగమే లేదు. **"పరమాత్మ నిత్యముక్తముకదా! కనుక నాకు బంధము లేదు, ముక్తిలేదు"**.. అని గమనిస్తూ ఉన్న **ముక్తాముక్త విముక్తాత్ముడు! "నేను నా వినోదముకొరకై నాటకపాత్రవలె కల్పించుకొన్న జీవుడు – అనబడుదానికి ముక్తి ప్రసంగమెక్కడిది? ఎందుకు?"** – అని ప్రశ్నిస్తాడు.
- బంధము –మోక్షము తనకు అభిన్నంగా దర్శిస్తూ బంధమోక్షరహితుడగుచున్నాడు.
- ద్వైతాద్వైత స్వరూపాత్ముడై ద్వైత-అద్వైతములను త్యజించివేస్తున్నాడు.
- సర్వాసర్వ స్వరూపాత్ముడై, సర్వ-అపసర్వముల ప్రహసనమంతా అధిగమించివేసి ఉంటున్నారు.
- మోద-ప్రమోదములు (సంతోష-ఆనందములు) తానే అయి ఆ రెండింటినీ విడిచివేసి ఉంటున్నాడు. సర్వ సంకల్పములకు ఆవల గల **"సంకల్పములు ఎందులోంచి బయలుదేరుచున్నాయో, అట్టి నేనైన నేను"** అను ఆత్మత్వము ఆస్వాదిస్తున్నాడు. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులకు **ఆదిరూపము, జననస్థానము** తానే అయి **సంప్రకాశమానుడగుచున్నాడు.**

ఇట్టివాడు విదేహముక్తుడే! – సర్వ సంకల్పహీనాత్మా వైదేహీముక్త ఏవ సః॥

- సర్వకళలకు ఉత్పత్తి స్థానము. ఆత్మ కళంకములు అంటజాలవు కాబట్టి తాను **నిష్కళాత్ముడు.**
- నిత్య **నిర్మలాత్ముడు. పరమ పురుషుడు**! కేవల **బుద్ధిస్వరూపుడు**! విషయాతీతుడగుటచే **మౌనస్వరూపుడు!**
- ఆనందములకు-అనానందములకు పట్టుపడనివాడు. అమృతాత్ముడై ఈ సర్వమును **అమృతమయము చేయుచున్నట్టివాడు.**
- భూత-వర్తమాన-భవిష్యత్తులనబడే త్రికాల స్వరూపుడై **త్రికాలమును వివర్జించివేస్తున్నాడు. కాలాతీతుడు। భావాతీతుడు। త్రిగుణాతీతుడు।**
- అఖిలాత్ముడగుటచే **అమేయుడు!** ఆద్యంత రహితుడు! పరిమితములు లేనివాడు. **అపరిమితుడు.**
- తనను తాను ఆత్మగా మానము (self respect) కలిగి ఉంటూనే సర్వము తానైనట్టి **విశ్వాభిమానుడు.** వ్యష్టిత్వపరిధులు దాటివేసినవాడు.
- నిత్య ప్రత్యక్ష రూపాత్ముడై ఉండియే, నిత్య ప్రత్యక్షత్వము లేనివాడై ఉంటాడు. కనబడుచున్నదంతా తానే అయి, **కనబడనివాడై ఉంటాడు.**
- 'అన్యము' అను స్వభావము ఏమాత్రము లేనివాడై ఉండియే, అన్యమైనదంతా తానే అయి ఉంటాడు. **"అన్యమైనదిగా ప్రకాశించుచున్నది నేనే కదా!"**... అని ఆస్వాదిస్తున్నారు.
- విద్య-అవిద్యలచే పరిమితుడు అగుచూనే, విద్య-అవిద్యలను వదలి ఉంటారు.
- ఆతడు నిత్య-అనిత్యములను విడచివేసినవాడై, ఇహము (here-జీవాత్మ) ఆముత్రము (పరము)ల రహితుడై ఆవల-ఈవల ఉంటున్నాడు.
- ఆత్మయే తాను అయిఉన్నట్టి నిశ్చల-సుస్థిరభావనచేత, ఇక ఆతనికి ముముక్షుత్వముతోను, శమము-దమము-తితిక్ష-ధారణ... ఇత్యాది **'శమాది షట్కము'** తోనూ క్రొత్తగా పొందవలసినది ఏదీ ఉండదు.
- ఆత్మను విశదీకరించటానికి శాస్త్రములు స్థూల-సూక్ష్మ-కారణ-తురీయ-తురీయాతీత- ఇత్యాది దేహవిభజనలు చెప్పుచున్నాయి. అఖండాత్మత్వము పుణికిపుచ్చుకొన్న విదేహముక్తునికి అట్టి స్థూల దేహము నుండి-తురీయాతీతమువరకు విశ్లేషించబడు విభాగ సమాచారము యొక్క ఆవశ్యకత శమిస్తోంది. అట్లాగే అన్నమయ-ప్రాణమయ-మనోమయ- విజ్ఞానమయ-ఆనందమయ-పంచకోశవిభాగ పాఠ్యాంశముల ఆవశ్యకత కూడా ఉండదు. **లక్ష్యము చేరుకొన్న తరువాత మార్గమధ్యలోని విశ్లేషణలతో సమాచారములతో పనేముంటుంది?**
- ఆతడు కల్పనలకు మునుముందే ఉన్న **'కల్పించువాడు'** అయినట్టి స్వస్వరూపమును ఆశ్రయించుచున్నవాడై, సర్వకల్పనలను (సవికల్పమును) దాటి, ఆవలగల **నిర్వికల్పాత్ముడై ఉంటున్నారు.** సంకల్పముల ఉనికి చేతగాని, నిరోధించుటచేతగాని ఆతనికి **'ఆత్మానుభవము'**ను మించి పొందవలసినదేమీ ఉండదు. ఆతని **ఆత్మానుభవము సంకల్ప-వికల్పములచే శాసించబడజాలదు.**
- దృశ్యము-ద్రష్ట-దర్శన విభాగరహితుడై ఏకాత్మస్వరూపుడై ఉంటారు. ఇక దృశ్యమును ఆశ్రయించనివారై, సర్వశబ్దజాలములను అధిగమించి ఉంటారు.

- ఆతడు సర్వదా ఆత్మయందు రమించుచుండుట చేత, అష్టాంగ యోగములలో ఆఖరిదగు **'సమాధి'** యొక్క అభ్యాసముతో క్రొత్తగా పని ఉండదు. సిద్ధించవలసినది సిద్ధించగా, ఇక సాధన వస్తువులతో ఆతనికి పని ఏదీ కనిపించదు. **సర్వత్రా స్వస్వరూప సందర్శనము స్వాభావికము అగుచున్నది.**
- ఇక ఆతడు ఆత్మయే తానై ఉండగా,.. అహమ్ బ్రహ్మాస్మి, తత్త్వమసి అయమాత్మా బ్రహ్మ.. మొదలైన భావనలను ఆశ్రయించు ప్రక్రియలతో ఆతనికి పని ఉండదు. 'ఓం'కారము యొక్క పరమార్థమును సిద్ధింపజేసుకొనుటచేత, 'ఓం' ఇత్యాది శబ్దముల అభ్యాసముచే కొత్తగా కావలసినది ఉండదు. భావనలోకి అనుభవములోనికి వెళ్లిన వానికి ఇక **శబ్దములతో పని ఏముంటుంది?**
- ఆత్మను ఎరిగి 'మమేకము' అయి ఉండటం చేత **"జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు నా స్వయం కల్పిత లీలా వినోదమైదానములు అంతేగాని నాయొక్క దశలుకావు"**...అని గ్రహించి ఉంటారు. తాను ఎల్లప్పుడూ **అక్షరుడై, చిదాత్మకుడై** తేజరిల్లుచూ ఉంటారు.

తెలుసుకొనవలసినది ఆత్మయే! అందుకు వేరైన జ్ఞేయము – మొదలై వ్యవహారమంతా లేనివాడై ఉంటారు. **"కించిత్ నుండి బృహత్‌వరకు ఈ సర్వము ఆత్మయగు నేనే"** అని ఆస్వాదించువానికి వేరే జ్ఞేయవస్తు నిరూపణలతో పనేమున్నది?

ఆతడు భావ-అభావ రహితుడై, కేవలుడై ప్రకాశించుచున్నారు. **అట్టి నిత్య-అనుక్షణికానుభవము కలవాడే విదేహముక్తుడు.**

ఓ హిమగిరినందిని ప్రియకుమారా! భవభయహారా! షడానానా! బిడ్డా! కుమారస్వామీ!

- 'ఇదంతా ఆత్మయే' అని ఎరిగి ఆత్మగానే దర్శించుము.
- ఆత్మగానే ఎరిగినవాడవై ఉండుము.
- స్వయముగా స్వాత్మ స్వరూపుడవై ఆస్వాదించు!
- ఆత్మవై ఆత్మగా ఆస్వాదిస్తూ స్వస్థుడవగుము!

ఆత్మచే ఆత్మ సంతృప్తుడవై ఉండుము. అద్వితీయమగు స్వాత్మయందే రమించువాడవగుము. అంతేగాని ద్వితీయముగా భావిస్తూ దృశ్యజగత్ వర్తివై ఉండకుము. ఇక ఆపై ఈ జగన్నాటకములో ఎట్లా కనిపిస్తూ ఉండాలో, అట్లాగే ఉండుము.

ఆత్మచే ఆత్మగా ఆనందించువాడవై "విదేహముక్తుడు"గా ప్రకాశించుము.

ఇత్యుపనిషత్

5వ అధ్యాయము

ఆత్మ-అనాత్మ వివేకము

(ఓం నిదాఘమునీంద్రాయనమః! శ్రీ ఋభుమహర్షి భ్యోం నమః)

నిదాఘుడు తపః తేజో సంపన్నులగు మునీశ్వరులు. ఆయన ఒకసారి సద్గురువు, బ్రహ్మజ్ఞాని, భగవంతుడు అగు ఋభుమహర్షిని సద్గురువుగా దర్శించి, అర్చించి, సంతోషింపజేసి ఈ విధంగా విజ్ఞాపనను సమర్పించారు.

నిదాఘ మునీంద్రుడు : హే బ్రహ్మజ్ఞా! సద్గురూ! ఋభు మహర్షీ! జ్ఞానార్థినై అడుగుచున్నాను. దయతో **'ఆత్మ – అనాత్మ వివేకము** గురించి బోధించ ప్రార్థన!

ఋభు మహర్షి: సర్వవాక్యములకు ఆవల – బ్రహ్మము, ఆ బ్రహ్మానుభవమును సిద్ధించుకొన్న గురువు సంప్రకాశమానులై ఉన్నారు. బ్రహ్మము సర్వకారణ-కార్యములకు ఆవల ఉండి సర్వకారణ-కార్యములకు ఆత్మగా (రూపముగా) విరాజిల్లుచున్నదయ్యా! అనిర్వచనీయమగు ఆత్మ గురించి వాక్కు మనస్సులను ఉపయోగించి ఎట్లా తెలియజేయగలను? అది అవాక్ మానసగోచరం!

అయినాకూడా, విద్యార్థివై భక్తి-శ్రద్ధలతో అడుగుచున్నావు కాబట్టి, **గురువుల స్వానుభవము, గురువులచే బోధించబడుచున్న రీతి, గురువుల సాంప్రదాయము**లను దృష్టిలో పెట్టుకుని మనము కొన్ని విశేషాలు చెప్పుకొందాము. వినండి.

ఆత్మ ఎట్టిది? – ఏష ఆత్మా సనాతనః

ఆత్మ – సర్వ సంకల్పములకు మునుముందే ఉన్నట్టిది. ఈ జన్మ-కర్మ-దృశ్యవ్యవహారములన్నీ సంకల్పములచే నిర్మితమైనవి మాత్రమే! ఆత్మయో **సంకల్పరహితము.** సంకల్పములకు విషయము కాదు.

కానీ సర్వ నాదమయము! శివస్వరూపము! నామరూపాత్మకమైనట్టి సర్వమునందు అట్టి శివతత్త్వమే (లేక) ఆత్మయే నిండి ఉన్నది. సమస్త సంకల్పములకు జనన స్థానము. శివానందము. ఇంక, సంకల్పములచే పొందబడేది కూడా శివానంద స్వరూపమే!

⌘ తెలియబడేదంతా దాటివేసి, ఆవల చూచినప్పుడు తెలుసుకొనుచున్నది (The perceiver, the knower) కదా, ఉన్నది! అట్టి కేవల చిన్మాత్రమే ఆత్మ! సర్వమునకు పరమై, అయితే సర్వ ఆనందము (All experiences) తన స్వరూపమైయున్నట్టిది. (ఆనందము = Experience, అనుభూతి).

⌘ సర్వత్రా తేజోప్రకాశరూపమై విరాజిల్లుచున్నట్టిది. అద్దాని తేజోరూపమే ఈ **జీవాత్మ, జగత్తులు**. నాదానందమయమై, సర్వశబ్దముల ఆనందరూపమైయున్నది.

⌘ సర్వ అనుభవములకు మునుముందే ఉండి ఉన్నదై, సర్వానుభవ రహితమైయున్నది. సర్వ ధ్యానములు లయించగా, సమస్త ధ్యాసలు మౌనము వహించగా – అప్పటికీ శేషించు 'ధ్యాని' యొక్క **కేవలీ-ధ్యాసవర్జిత రూపమైయున్నది.**

⌘ ఇక్కడి నాద (expression) -కళ (Art)లకు అతీతమై, ఆవల ఆత్మ ఉన్నది. సర్వ సంప్రదర్శనలకు, సర్వేంద్రియ రూపములకు ఇంద్రియ విషయములకు కళాత్మకమై, (The artist) నాదరూపమై (expressive), ఆధారమై, అవన్నీ వాస్తవానికి స్వతఃగా లేనట్టిదై, తన కల్పనచే అవన్నీ ప్రకటించుచున్నట్టిదై ఉన్నట్టిది. 'నాది-నాయొక్క' అనునదంతటికీ ఆవల, 'నేను'కు (అహమ్) మునుముందుగా **అవ్యయమై యున్నట్టిది.**

(**అవ్యయము** = ఒక చతురత గల నటుడు ఒకానొక నాటకములో ఒకపాత్రగా నటిస్తూ ఉన్నాడనుకుందాం. అట్లా నటిస్తూ ఆతని నటనా కళ (The Art of acting) ఖర్చు అయిపోతోందంటామా? లేదు కదా! ఈ విధంగా, ఆత్మ **"అహమ్, దేహమ్, దృశ్యమ్"** లను ప్రకాశింపజేయుకళను ప్రదర్శిస్తూ ఉన్నప్పటికీ.. ఆత్మ యొక్క ప్రదర్శనాకళ (The Art of manifestation) వ్యయము అనటం లేదు. ఒక నటుడు దుఃఖము ప్రదర్శించవలసిన దృశ్య సంఘటన (Scene) లో నటిస్తూ ఉండగా, 'ఈతని నటనాచాతుర్యము దుఃఖిస్తోంది" – అని అనము కదా!)

⌘ ఆ నటుడు (Artist) కళ (Art)కు ఆవల ఉన్నవాడు కాబట్టి, నాదము (expression) తనదై యున్నవాడు కనుక..., **సర్వనాద-కళాతీత ఏష ఆత్మా అహమ్ అవ్యయః।** ఓ నిదాఘ మహాశయా! నాద-కళలకు (expression)లకు **ఆవల** (As Artist) **నా యొక్క అవ్యయ స్వరూపమే 'ఆత్మ' అనబడుచున్నది.**

ఓ నిదాఘ మహదాశయా! మీ యొక్క-నాయొక్క అఖండ-సనాతన ఆత్మ గురించి మరికొన్ని విశేషాలు వివరించుకుంటున్నాము. వినండి.

⌘

ఆత్మానాత్మ వివేకాది భేదాభేదవివర్జితః : సర్వజీవులలో ఆత్మ **సమముగా వేంచేసి** ప్రకాశమానమగుచున్నది. అట్టి ఆత్మ – ఆత్మవివేకము (శాస్త్ర సమాచారము)కలవానిలో అధికంగాను, అవివేకిలో అల్పంగానూ ఉన్నదా? లేనేలేదు. (సమం సర్వేషుభూతేషు తిష్ఠంతమ్ పరమేశ్వరమ్). అందుచేత ఆత్మ-అనాత్మల వివేక-అవివేకములకు సంబంధించనిదై, ఆ రెండింటికీ వివర్జితమై యున్నది.

శాంతాశాంత విహీనాత్మా: ఒక శాంతునిలోను, ఒక అశాంతునిలోను ఆత్మ సమరసమైయున్నది. అందుచేత మనస్సు పొందు శాంత-అశాంత సందర్భములకు ప్రమేయములేనిదై, ఆ రెండింటిని విడిచిపెట్టినదై ఉన్నది. వేరై ఉన్నది.

నాదాంత జ్యోతి రూపకః : సర్వ సంప్రదర్శనలకు (To All expressions) ఆవల, వాటినన్నిటినీ వెలిగించుచున్న జ్యోతిస్వరూపము. నాటక రంగము (Drama stage) పై పాత్రల విన్యాసమంతా – అక్కడి దీపపు కాంతిలోనే అగుపిస్తున్న తీరుగా – ఆత్మ యొక్క ప్రకాశములోనే లోకులు-లోక పాలకులతో కూడిన లోకదృశ్యమంతా అగుపిస్తోంది.

మహావాక్యార్థ 'బ్రహ్మాస్మి' – ఇతి.. అతి దూరతః : వేద వాఙ్మయము **'తత్త్వమ్', 'సోఽహమ్', 'జీవోబ్రహ్మేతి నాపరః', 'అయమాత్మా బ్రహ్మ', 'సర్వమ్ ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ', 'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి'..** మొదలైన మహావాక్యములు ప్రకటిస్తోంది. అవన్నీ విశ్లేషిస్తూ వివరిస్తూ తత్త్వశాస్త్ర విచారణ అంతా చెప్పబడుతోంది. మంచిదే! కానీ,.. అట్టి మహావాక్యముల ఉచ్చారణ మాత్రము చేత ఆత్మ తెలియబడజాలదు. ఆత్మానుభవము స్వానుభవరూపము. మహావాక్యములు అందుకు గుర్తింపు సూచనలు (Signal Board messages) వంటివి. అందుచేత ఓ నిదాఘా! "మహావాక్యార్థములకు కూడా ఆత్మ సుదూరమై ఉన్నది", అని గుర్తెరిగి, వాటి సూచనలు గ్రహించి, మనన-నిదిధ్యాసలతో ఆత్మత్వమును పుణికిపుచ్చుకోవాలయ్యా! **"మహావాక్యార్థములకు ఆత్మానుభవం సుదూరము"**.. అని, అందుచేతనే, చెప్పబడుతోంది.

తత్ – త్వమ్.. వాక్యార్థవర్జితః : "బంగారు ఆభరణము"లో బంగారము-ఆభరణము వేరువేరు కాదుకదా! అట్లాగే 'ఈ ఆభరణము ఆయనది- అదేమో నీది-ఇక ఇది నాది కదా".. అను దానినంతటికీ బంగారముతో ఏమి సంబంధము? అట్లాగే, అహమ్-త్వమ్-తత్ (సోఽహమ్-తత్త్వమ్ ఇత్యాది) వాక్యార్థములతో సంబంధము లేదు. ఆత్మ శబ్దార్థ-వాక్య రహితము

క్షరాక్షర విహీనో : అది అంతము గల వాక్యములు → అక్షరాలలో నుండి వస్తున్నాయి. అక్షరాలు – నాదమునకు గుర్తింపులు. నాదము – శబ్దము నుండి, శబ్దము – జీవాత్మ నుండి, జీవాత్మ– పరమాత్మ నుండి ప్రదర్శనమగుచున్నాయి. అయితే, ఆత్మ–క్షర–అక్షర ప్రదర్శనా రూపముగా (జీవత్మరూపకంగా) కనబడుచూనే, **క్షర–అక్షర రహితమై ఉన్నది.** అట్టి ఆత్మయే నా యొక్క–నీయొక్క–మనందరి యొక్క సహజస్వభావము. నాదము (Expression/sound) నకు ఆవల, అద్దానికి వేరై జ్యోతిరూపముగా ఆత్మ వెలుగొందుచున్నది.

ఆత్మకు క్షరము (క్షీణించుట), అక్షరము (క్షీణమనునది లేకపోవటం) – అనే ధర్మములు (Features) లేవు.

అఖండైక రూపోఽహమ్! ఆనందోఽస్మి – ఇతివర్జితః : "నేను అఖండము – ఏకము అగు ఆనందరూపుడను" మొదలైన వాక్య పరంపరలన్నీ కూడా... ఆత్మానుభవము సమక్షంలో ఇక మౌనము వహిస్తున్నాయి. ఆత్మయే మనమై ఉండగా,.. ఇక మనకు ఆత్మ గురించిన వాక్య సమూహమెందుకు? మధురమగు పదార్థము ఆస్వాదిస్తూ ఉన్నవాని వద్దకు వెళ్లి, "ఇక మనము 'మాధుర్యము' ఎట్లా ఉంటుందో వాక్యములచే వివరించుకుందామా?" – అని అనటమెందుకు?

ఆత్మ సర్వమునకు అతీతమైయుండటమును స్వభావముగా కలిగి ఉన్నది. నాదమునకు ఆవల (సర్వ శబ్దములకు, వాటి అర్థములకు మునుముందే, వాటిని అతిక్రమించి) – వాటిని వెలిగించే **జ్యోతి స్వరూపం!**

'ఆత్మ' గురించిన అనుభవం 'ఆత్మ' శబ్దమును కూడా వదలినట్టిది. అనుభవము నుండి శాస్త్రము, శాస్త్ర శబ్దములు వస్తున్నాయి. శబ్దము నుండి అనుభవం కాదు. శ్రోతపట్ల స్వయంగా అనుభవము ప్రారంభం కాగానే శబ్దములు ఉపశమిస్తున్నాయి. కనుక ఆత్మ–ఆత్మశబ్దరహితము కూడా!

సత్ చిత్ ఆనంద హీనోఽయం, ఏషైవ ఆత్మా సనాతనః। సత్ (ఉనికి), చిత్ (ఎరుక) ఆనందము (అనుభూతి) (లేక–అహమ్–చిత్త, బుద్ధులు–మనస్సు).. ఆత్మకు లక్షణ విశేషములు అయి ఉన్నాయి. అయితే లక్షణములు కలవాడు ఆయాలక్షణములకు మునుముందే ఉండాలి కదా! లక్షణములు లేనప్పుడు కూడా ఉండి ఉండాలి కదా! సత్–చిత్–ఆనందములకు మునుముందే ఆత్మ ఉండిఉండటం చేత, **"ఆత్మ సనాతనము"** (That which is there prior to all else) - అనబడుచున్నది.

ఓ నిదాఘ మహాశయా! ఆత్మను 'ఇది' అని నిర్దేశించి చెప్పటము ఎట్లా చెప్పండి?

అది శబ్దములకు, లక్షణములకు మునుముందే ఉండటము చేత 'ఇది' అని నిర్దేశించి చెప్పలేము. అందుచేత **అనిర్దేశ్యము.** వేదవాక్యములు కూడా అద్దానిని వర్ణించగలవేమోగాని, నిర్దేశించి (duly defining as this is that) చెప్పజాలవు. అందుచేత వేదవాక్యములకు కూడా పరిమితమవజాలము.

- ఎద్దానికి కించిత్ కూడా బాహ్య–అంతరములు (The outer and Inner zones/spheres) లేనేలేవో..,
- ఎద్దానికి స్థూల–సూక్ష్మ–కారణ శరీరములనబడేవి మొదలే లేవో.., జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్త దేహములు ఎద్దానికి సంబంధించినవే అయి ఉండవో,
- జీవుడు–జీవులు–భౌతికరూపములు ఇత్యాది భేదమంతా ఎద్దానికి సంబంధించినవే అయి ఉండదో...,
- ఎద్దాని సమక్షంలో అయితే ఈ నామరూపాత్మక – లింగ ప్రపంచము కలలోని వస్తువులవలె ఉనికి లేనిదగుచున్నదో.

బ్రహ్మైవ ఆత్మా న సంశయం: అట్టి బ్రహ్మమే ఆత్మ (The self) అయి ఉన్నది. ఇందులో సంశయమే లేదు. (There is no doubt at all).

(ఆత్మ = The Self); బ్రహ్మము = The Al- present and Al- pervading self))

- ఎద్దానికి నామ–రూపములు మొదలైనవి మొదలే లేవో, ఎప్పుడూ కూడా లేవో..,
- ఎద్దానికి – భోగించువాడు–భోగించబడునది–భోగము.. అను విభాగములు స్వల్పముగా కూడా ఏ సమయమందునూ ఏర్పడుటయే లేదో..., (అవన్నీ సందర్భ పరిమితమైన ఆరోపణలు మాత్రమేనో),
- ఎద్దానికి సత్ (ఉనికి) గాని, అసత్ (లేమి)కాని, క్షర–అక్షరములుగాని ఆపాదించి (విభజిస్తూ) చెప్పజాలమో,
- అది సగుణమనిగాని, నిర్గుణమనిగాని చెప్పుతూ నిర్ణయించలేమో..,

అదియే ఆత్మ! సందేహం లేదు!

- దేనికైతే-చెప్పబడునది (వాచకము)-చెప్పువాడు; వినబడునది-వినువాడు; మననము-మననము చేయువాడు; గురువు-శిష్యుడు భేదములు; దేవ-మానవ-పాతాళ లోకభేదములు; "దేవతలు- రాక్షసులు, ధర్మ-అధర్మ, శుద్ధ-అశుద్ధ" మొదలైన భేదములు అణువంత కూడా ఏ మాత్రమూ లేవో..,
- ఎద్దాని సమక్షంలో కాలము కూడా 'అకాలము' అయి ఉంటోందో →

అదియే ఆత్మ! ఇది నిశ్చయము! సంశయము లేదు!

- ఎద్దాని సమక్షంలో ద్రష్ట (Pereciver) – దృశ్యము (Object) – దర్శనము Perception) అనునవన్నీ ఈషణ్మాత్రంగా లేకయే కల్పనారూపము మాత్రమే అయి ఉన్నాయో...,
- "ఇది ఆత్మ-ఇది అనాత్మ" అను ప్రసంగములు, మనోవ్యాపారములు – ఇవన్నీ **కొద్దిసేపు చేయు ఊహ-కల్పనల వంటివి మాత్రమే** అగుచున్నాయో, **అదియే ఆత్మ!**

ఓ నిదాఘ మునివర్యా! ఇక్కడ, మీరు అడిగిన 'అనాత్మ' గురించి కొన్ని విశేషాలు చెప్పుకుందాము.

అనాత్మ

ఏది సందర్భముచే కల్పించబడి, సందర్భము నశిస్తే తాను కూడా లేనిదగుచున్నదో.. **అదియే అనాత్మ!**

ఒక నాటకంలో (లేదా) ఒక కథలో "ఈమె ఆతనికి భార్య! ఆమె ఆతనికి తల్లి! ఆతడు ఇటువంటి స్వభావము కలవాడు".. అనునదంతా 'నాటకము' (లేక) కథకు మాత్రమే పరిమిత సత్యము గాని,.. వాస్తవ సత్యము కాదు కదా! వాస్తవము, సహజము అగు సత్యము కాకుండా, ఒకానొక కల్పన చేతనో, సందర్భముచేతనో, భావన చేతనో, ఊహచేతనో అనిపించేది, కనిపించేది, అనుభూతమయ్యేదంతా 'అనాత్మ' అని పిలువబడుతోంది.

స్వతఃగా ఉన్నది – ఆత్మ,

స్వతఃగా లేనిది – అనాత్మ –

... అనబడుచూ ఉన్నది.

ద్రష్ట దర్శన దృశ్యములు కూడా స్వతఃగా (By themselves) ఉన్నట్టివి కావు. కలలో **"కల" చూచువాడు, "కలలో చూడబడునవి"** – ఇవన్నీ కల సందర్భంలో "నిజమే! ఉన్నాయి!".. అని అనిపించవచ్చుగాక! జాగ్రత్‌కు వచ్చినవాడు కలలో కనిపించిన రెండంస్తుల మేడ కొరకై వెతకుచున్నాడా? లేదు. ఎందుచేత? స్వతఃగా లేదు కాబట్టి.

అట్లాగే, ఆత్మను ఎరిగిన వానికి ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్యముల భేదమే ఉండదు. అవన్నీ స్వతఃగా లేనివే అగుచున్నాయి. అనాత్మను నిర్వచించటానికిగాని, మనస్సుతో యోచించటానికిగాని స్వతఃగా లేదు! లేని దాని గురించి చెప్పవలసినదేమున్నది? ఉన్నది తొలగే ప్రసక్తే లేదు!

- జీవుల పరస్పర సంబంధ-బాంధవ్యములన్నీ సందర్భోచితమై, ప్రసంగమాత్రంగా ఉండవచ్చుగాక! స్వతఃగా అసత్తు!
- ఏ మనస్సుచే దృశ్యమంతా అనుభూతమగుచున్నదో అట్టి మనన-ఆలోచన రూప మనస్సు. అనాత్మయే (లేనిది). ఆలోచించుటకు మునుముందే ఉన్న ఆత్మయే సర్వదా ఉన్నది.
- ఈ జాగ్రత్తు కూడా స్వతఃగా లేదు. భావించుటచే ఉన్నట్లుగాను, అభావనచే లేనిదిగాను అగుచున్నది.

అందుచేత ఓ నిదాఘా! ఈ జగత్తు నాస్తి! నాస్తి! లేదు! లేదు! నిశ్చయముగా లేదు. దీనిని భావనగా దర్శించే నీవు భావాతీతుడవై ఉన్నావు. ఏది నీ సహజరూపమో అది మాత్రమే ఆత్మ! మిగిలినదంతా అనాత్మ! (ఉదా॥ నేను ఒకనికి తండ్రిని, మరొకరికి కొడుకును. వృత్తిచే ఉద్యోగిని, సంబంధముచే స్నేహితుడను – అనునవన్నీ అనాత్మ. 'నేను' అనునది ఆత్మ)

అందుచేత,

సర్వసంకల్ప శూన్యుడవై, సర్వసంకల్పములను దూరంగా వదలివేసి **"కేవలము బ్రహ్మమును"** అను నిశ్చయమును సుదృఢపరచుకో! 'అనాత్మ అనునదేలేదు".. అని కృతనిశ్చయుడవగుము.

– స్థూల-సూక్ష్మ-కారణ దేహములు స్వతఃగా ఉన్నవి కావు. అట్లాగే భూత-వర్తమాన-భవిష్యత్ త్రికాలములు స్వతఃగా లేవు. సాత్విక-రాజసిక-తామసిక త్రిగుణములు కూడా అభావించగా అప్పటికి శేషించునది ఆత్మ. స్వర్గ-మర్త్య-పాతాళ త్రిలోకములు కూడా స్వతఃగా లేవు. ఇవన్నీ కలలోని విశేషాలు వంటివి. కల తనదైనవాని కల్పనల వంటివే అవన్నీ! ఆత్మ మాత్రమే సత్యము! సహజము! త్రికాలములచే అసాధ్యము! కాబట్టి "సర్వము ఆత్మయే".. అని **అనుశాసనము.**

నాస్తి నాస్తీఽతి – మిథ్యా న సంశయః – మిథ్యేతి నిశ్చను।

ఋభు మహర్షి : ఓ నిదాఘ మునీంద్రా! 'ఇతినాస్తి'.. 'లేనిది – లేదు' అని దేని గురించి ఆత్మజ్ఞులు నిర్ణయము కలిగి ఉంటున్నారో.. అట్టి "నాస్తీతి! మిథ్యాయేతి" – లేనిది – మిథ్య (Illusion) అయినది – అగుదాని గురించి మనము మరికొన్ని విషయాలు ఇప్పుడు వివరణ చేసుకుంటున్నాము. వినండి.

ఒకని **'స్వప్న-చైతన్య సత్త'** నుండి **స్వప్నము** → ఊహ, భావనా, కల్పనామాత్రంగా బయల్వెడలుతోంది. స్వప్నములోని వస్తువులు వాస్తవానికి 'లేనివే' అగుచున్నాయికదా! అట్లాగే ఆతని 'జాగ్రత్ చైతన్యసత్తా' నుండి ఊహా-భావనా-కల్పనామాత్రంగా జాగ్రత్ దృశ్యానుభవము, దృశ్యము బయల్వెడలుచున్నాయి. అనగా, దృశ్యాంతర్గత విషయానుభవాలన్నీ స్వతఃగా లేవు. కల్పనచే మాత్రమే ఉన్నాయి.

చిత్త అభావాత్ చింతనీయం నః। చిత్ (ఎరుక) నుండి 'తెలుసుకోవటము' బయలుదేరుచున్నది. 'తెలుసుకోవటము' అనునది ఇష్ట-అయిష్టములతో కూడినదై **'చిత్తము'**గా రూపుదిద్దుకొనుచున్నది. అట్టి చిత్తము- "స్వప్నములో నాచే కల్పించబడిన నేను" వంటిది. **"నేను రచించిన నాటకములో సముత్సహముతో కూడి సంభాషించు ఒక పాత్ర"** వంటిది. ఈ విధంగా 'చిత్తము' అనునది కల్పనచే ఉన్నదే గాని, స్వతఃగా ఉన్నది కాదు. చిత్తమే స్వతఃగా లేదు కాబట్టి **చింతనీయములగు విషయములు కూడా స్వతఃగా నాస్తి-లేవు!**

దేహి అభావాత్ జరా న చ। దేహము ఆత్మకు ఐహికమైన కల్పన వంటిది. దేహమే (నేను యొక్క సమక్షంలో) స్వతఃగా లేదు. కాబట్టి బాల్య – యౌవన- వార్ధక్య – జన్మ – పునర్జన్మలు కూడా నాస్తి – లేనివే!

పాద అభావాత్ గతిర్నాస్తి। దేహము కూడా కల్పనా విషయమే! ఇది **"నా స్వప్నములోని నా దేహము"** వంటిదే! ఆత్మదృష్ట్యా స్వతఃగా లేదు. ఇక "అద్దానికి 'పాదాలు ఉండటము' అనునదీ లేదు. పాదాలే లేవు కాబట్టి గతి-నడక-నడుచు ప్రదేశములు కూడా స్వతఃగా లేనివే! నడకలు, నడిచే ప్రదేశములు – ఇవన్నీ ఏమని భావిస్తే (తీర్థయాత్రా ప్రదేశంగానో, మిత్రదేశంగానో, శతృప్రదేశంగానో, పవిత్రంగానో, అపవిత్రంగానో), ఎట్లా భావిస్తే – అట్లే ఉంటాయి. భావించకుంటే లేనివే! అభావనచే – పాదములు లేవు. అవి నడుస్తున్న గతులు లేవు. ఆత్మ చేతననే అవి ఉంటున్నాయి. కలలో – ఒకడు ఒకచోటి నుండి మరొక చోటికి నడచి వెళ్ళినప్పుడు- నిజంగానే నడచినట్లు కాదు కదా.

హస్త అభావాత్ క్రియాన చ। దేహమువలె చేతులు కూడా కల్పనా విభాగములే! కాబట్టి చేతులతో చేసే క్రియలు కూడా స్వప్నములోని క్రియావిశేషాల వలె లేనివే! చేతులు, చేతలు కూడా స్వతఃగా లేవు. ఆత్మచేత ఉనికి పొందుచున్నాయి.

మృత్యుః నాస్తి జనన అభావాత్। ఏ జీవుడూ దేహముతో పుట్టువాడు కాడు. దేహముతో ముగియడు. (దేహే జాతే న జాతోఽసి। దేహే నష్టే న నశ్యతి)! దేహము స్వీకరించటము-త్యజించటము మాత్రమే ఇక్కడ జరుగుతోంది. జీవాత్మ ఎవరు? **పరమాత్మ యొక్క జగత్ దర్పణ-ప్రతిబింబమే.** కాబట్టి, అఖండమగు పరాత్మకు జననమే లేదు. జననమే లేనిదానికి మరణము మాత్రము ఎక్కడది?

బుద్ధి అభావాత్ సుఖాదికమ్। ఆత్మ నుండి లీలా వినోదముగా **"ఇట్లా ఉంటే బాగుంటుంది. అట్లా ఉండకుంటే బాగుండదు"**.. అను రూపముగల బుద్ధి (వివేచన) బయల్వెడలుతోంది. ఆ బుద్ధికి ఇది **సుఖము-అది దుఃఖము**; ఒకటి ఆనందము – మరొకటి విషాదము-మొదలైన భావాలు పుట్టుకొస్తున్నాయి. అవి అనుభూతిరూపమై అనుభవములుగా సిద్ధిస్తున్నాయి. కలలో ఏది కనిపించినా, కల తనదైనవాడు తన ఆవలి స్థానము కోల్పోవుచున్నాడా? లేదు కదా! బుద్ధి-మనో-భావములచే భావములకు ఆవలిదగు ఆత్మకు ఏదీ రాదు! ఏదీ పోదు. బుద్ధియే స్వతఃగా ఉన్నట్టిది కాదు. కాబట్టి సుఖము, దుఃఖము, సంతోషము, విషాదము – మొదలైనవి కూడా స్వతఃగా లేవు. భావిస్తే ఉంటాయి. భావించనప్పుడు భావనకు ముందే సర్వదా భావాతీతమై ఉన్నదే ఆత్మ.

అదేవిధంగా ధర్మము లేదు. శుచి లేదు. సత్యము లేదు. భయము లేదు. అవన్నీ భావనలోనుండి జనించిన సందర్భ – సత్యములేగాని, సహజ సత్యములు కావు. **ఆత్మ మాత్రమే సహజ సత్యము!**

అట్లాగే కేవలమగు ఆత్మత్వము సిద్ధించిన తరువాత

☞ అక్షర ('ఓం') ఉచ్ఛారణ లేదు.

☞ గురువు–శిష్యుడు అను భేదము ఉండదు. ఇరువురికి ఆత్మయే ధ్యేయపరాకాష్ఠ కదా!

☞ 'ద్వితీయము' అనునది మొదలే లేనిదగుటచే 'ఏకము' అనునది కూడా ఏదీ లేదు. ఒకవేళ ద్వితీయం ఉంటే ఏకమూ ఉంటుంది. రెండూ ఉండనప్పుడు, సర్వము ఆత్మయే అగుచున్నప్పుడు ఇక – ఏకత్వము గురించిన చర్చనీయాంశము ఏముంటుంది?

– 'సత్తు' అనునదే ఉన్నది.. – అని అన్నప్పుడు ఇక అసత్తుకు కించిత్తు కూడా చోటు దొరకదు! 'అసత్యత్వము' ఒకవేళ్ళ ఉంటే, అప్పుడు 'సత్యము' ఉండజాలదు. ఆత్మయే ఉన్నది. సత్–అసత్‌లు అజ్ఞానమునకు సంబంధించిన విచారణ సందర్భము కొరకు మాత్రమే ఉన్నాయి. ఆత్మభావన అనుభవములోనికి రాగానే ఆ రెండిటి ఊసే ఉండదు.

"జగత్తు ఉన్నది. కానీ ఆత్మకు కించిత్ కూడా భిన్నము కాదు! ఆత్మయొక్క భావనయే జగత్తుయొక్క ఉనికి రూపము" అనునదే సిద్ధిస్తోంది. జగత్తు స్వస్వరూపాత్మగానే స్వభావసిద్ధమగుచున్నది.

'ఇది శుభము' అని ఉన్నచోట 'అది అశుభము సుమా!' అని చెప్పబడుచున్నట్లే – అనగా, 'అశుభము' ఉన్నచోట శుభము కూడా ఉన్నట్లే అగుచున్నది. భయం ఉంటే అభయం కూడా ఉన్నట్లే. అట్లాగే 'అభయము' ఉన్నచోట భయము ఉన్నదే–అగుచున్నది. ఆత్మభావన ఉన్నచోట భయ–అభయములు రెండింటికీ చోటు ఉండదు. అవన్నీ ఆత్మయొక్క భావనామాత్రములే.

☞ 'బంధము' (Bondage) అనునది ఎక్కడ ఉంటే అక్కడ 'మోక్షము ఎట్లాగురా?" అనే ప్రశ్న ఉదయిస్తుంది. బంధము 'లేదు' అని బుద్ధికి సునిశ్చితమైనప్పుడు (లేక) బంధము అవగాహనచే అభావించబడినప్పుడు, ఇక క్రొత్తగా మోక్షము పొందవలసిన దేముంటుంది? 'బంధము లేదు' – అని మనస్సుకు అనిపించటమే ఆత్మభావన! బంధము యొక్క అభావమే మోక్షము. (పాశబద్ధః తథా జీవః। పాశముక్తః సదాశివః)

☞ మరణము ఉంటే జన్మ ఉంటుంది. మరణము అభావించబడితే? జన్మ ఉండదు. జన్మ అభావించబడితేనో? మరణం లేనిది అగుచున్నది. 'దేహము లేకున్నా, ఉన్నా కూడా నేను ఉండియే తీరుచున్నాను కదా!".. అని భావిస్తే ఇకప్పుడు? జనన–మరణాలు దేహసంబంధమైన సంఘటనలు మాత్రమే. ఆత్మకు సంబంధించినవి అవవు!

☞ 'త్వమ్–నీవు' అనేది ఉన్నదని భావన చేస్తే 'అహమ్–నేను' అనునది 'ఉన్నది'అగుచున్నది. స్వప్నములో 'నేను–నీవు'.. అనునవి ఎక్కడున్నాయి? జాగ్రత్ కూడా అట్టిదే. "త్వమ్–అనునది లేదు".. అని భావన చేస్తే, అప్పుడు ఇక, 'అహమ్' భావన కూడా 'లేనిది' అగుచున్నది.

☞ 'ఇది ఇప్పుడు ఉన్నది' అని భావిస్తే అప్పుడు "అది అప్పుడు ఉన్నది" అగుచున్నది. 'ఇది ఇప్పుడే లేదు'.. అన్నప్పుడు "అది అప్పుడూ లేదు' అను భావన సిద్ధిస్తోంది. **తత్ అభావేత్ ఇదమ్ న చ।** 'అది లేదు' అని భావిస్తే "ఇదీ లేదు".. అను భావన అనుభవమవగలదు. **'ఆత్మకు ఇదీ లేదు అదీ లేదు'**.. అని అభావిస్తే, **ఇక ఆత్మయే భావించబడగలదు!**

☞ ఒక వస్తువు 'ఉన్నది' అని భావిస్తే, అద్దానిపట్ల ప్రేమయో, ద్వేషమో ఉంటాయి. 'వస్తువే లేదు" అని భావిస్తే ప్రేమ – ద్వేషములకు చోటెక్కడిది? **'జగత్తు – జగదనుభవము స్వయముగా లేదు'** అని అభావిస్తే లేనిదే అగుచున్నది. లేని వస్తువు వలన బంధమెక్కడిది? మోక్షమెక్కడిది?

☞ 'కార్యము ఉన్నది' అని భావిస్తే దానికి 'కారణము కించిత్ అయినా ఉన్నది' అనునది కూడా భావిస్తున్నట్లే! "కార్యము (ఈ జగత్తు) లేదు" అని భావిస్తేనో? కారణము కూడా అభావించినట్లే!

☞ ద్వైతము భావించబడితే, అద్వైతము కూడా భావించినట్లే! 'రెండవది ఉన్నది' అని అనుకుంటే "ఒకానొకటి రెండుగా ఉన్నది".. అని భావించినట్లేకదా! ద్వైతమును అభావిస్తే, అప్పుడు ద్వైత–అద్వైతములు రెండూ అభావించబడి, లేనివగుచున్నాయి. **ఆత్మభావన స్వభావసిద్ధమగుచున్నప్పుడు ద్వైత–అద్వైతములు రెండూ 'అభావన'ను సంతరించుకుంటున్నాయి.**

☞ దృశ్యమును భావిస్తే దృక్ (percaver) యొక్క ఉనికిని భావించబడినదగుచున్నది. దృశ్యము అభావించబడినప్పుడు దృక్ కూడా లేనిదగుచున్నది! 'చూడబడునది' అభావించబడినప్పుడు, 'చూచువాడు' కూడా అభావించబడుచున్నాడు. అనగా ఆ రెండిటి ఏకస్వరూపమగు ఆత్మగానే ఈ జీవుడు నిస్సందేహంగా తెలియబడుచూ శేషిస్తున్నాడు.

☞ 'అంతరము' అనునది నిజంగా ఉంటే, 'బాహ్యము' అనునది కూడా ఉన్నదే అగుచున్నది. అంతరమును అభావిస్తే, బాహ్యము లేనిదే అగుచున్నది. కనుక బాహ్య–అంతరము భావనచే ఉండటము, అభావనచే లేనివి–అగుచున్నాయి.

☞ పూర్ణత్వము ఉన్నట్లైతే 'అపూర్ణత్వము' భావించబడినట్లే అగుచున్నది. పూర్ణత్వ-అపూర్ణత్వములు అభావించబడినప్పుడు ఆ రెండూ లేనివగుచున్నాయి. అఖండ - అప్రమేయ - స్వస్వరూపాత్మయే భావ - అభావముల సాక్షిగా ఈ జీవునిపట్ల శేషించినదగుచున్నది.

సంకల్పనామాత్రమ్ ఇదగ్ంం సర్వమ్।

అందుచేత ఓ నిదాఘ మునివరా! జగత్తులో కనిపిస్తున్న నేను-నీవు-ఆతడు-అది, ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్యములు, ఆత్మ-అనాత్మలు, దేహత్రయములు, కాలత్రయములు, తాపత్రయములు, లోకత్రయములు, చిత్త-చింతనీయములు, పాద-గతులు, హస్త-క్రియలు, జన్మ-మృత్యువులు, ధర్మ-అధర్మములు, క్షర-అక్షరములు, ఏక-ద్వితీయములు, సత్య-అసత్యములు, శుభ-అశుభములు, భయ-అభయములు, బంధ-మోక్షములు, జీవన్-మరణములు, త్వమ్-అహమ్‌లు, ఇదమ్-తత్‌లు, అస్తి-నాస్తిలు, కార్యకారణములు, ద్వైత-అద్వైతములు, దృశ్య-ద్రష్టలు, బాహ్య-అంతరంగములు, పూర్ణత్వ-అపూర్ణత్వములు.. ఇవన్నీ **సంకల్పించుటచే (లేక) భావనచే ఉన్నాయి. అభావించినప్పుడు అవన్నీ లేవు. స్వప్నసంకల్పము ఎట్టిదో.. జాగ్రత్ సంకల్పము అట్టిదే!**

- ఆత్మ ఒక్కటే సర్వదా ఉన్నది!
- ఆత్మయొక్క భావనచే ద్రష్టత్వము - దృశ్యము సిద్ధిస్తున్నాయి.
- రెండూ, సిద్ధించి, ఇక తదితరమైన దంతా పొందబడుచున్నది.

ఆత్మ-"యత్ భావం, తత్ భావతీతి"- దేనిని ఎట్లా భావిస్తే, అది అట్లే సిద్ధిస్తోంది. ఆత్మ సర్వమునకు ఆవల, సర్వజగత్ కల్పనలకు కారణమై, కేవలమై, మనోవాక్అగోచరమై ఉండగా, అద్దానికి దృష్టాంతము ఏమున్నది? ఆ దృష్టాంతము ద్వారా నిర్వచించి 'ఇది ఇంతే'.. అని చెప్పగలిగినది ఎవ్వరు? (దార్ష్టాంతికగ్ంం ఎవ్వరు?) ఆత్మ ఎక్కడున్నది? ఏమైయున్నది? ఏరూపంగా ఉన్నది? ఇక్కడిదంతా ఆత్మయే। ఆత్మ సర్వమునకు అప్రమేయము కూడా!

ఓ నిదాఘ ఆత్మానంద స్వరూపా! ఏదైతే 'పరబ్రహ్మము' అను శబ్దమునకు అర్థమైయున్నదో,.. అది **అహమస్మి, నేనే!** అట్టి పరబ్రహ్మమే ఈ జగత్తు! అదియే నీవు! అది మనస్సు యొక్క స్మరణకు, స్ఫురణకు కూడా అందునది కాదు! కేవలమగు బుద్ధికి మాత్రమే అనుభవం.

ఇదంతా అట్టి కేవల చిత్ మాత్రమే! (The absolute presence and its absolute knowing)! నేను-నీవు ఆ చిన్మాత్రస్వరూపులమే! "సర్వము చిన్మాత్రాత్మమే అయి ఉండగా, ఇక 'అనాత్మ' అనునది ఎక్కడున్నది? **"అటువంటిది ఏదీ లేదు"** అని గమనించువారై ఉండండి!

ఇక, ఈ దృశ్యప్రపంచమంటారా?

ఇది వస్తుతః లేదు. **ఇదం ప్రపంచం నాస్త్యేవ, న ఉత్పన్నం! నో స్థితం క్వచిత్!** కలలో కనిపించిన నగర వీధులలోని జనబాహుళ్యము ఉత్పన్నమైనదెప్పుడు? నశించునదెప్పుడు? అట్లాగే ఈ ఇంద్రియములకు కనిపించే పాంచభౌతికమైన దృశ్యప్రపంచము ఉత్పన్నము అవనూ లేదు! నశించబోవటమూ లేదు. ఉత్పన్నమే కానిది నశించటమెక్కడిది? మరి ఇదంతా ఎదురుగా ఎట్లా కనిపిస్తోందంటారా?

"ఇదంతా చిత్తము యొక్క స్వకీయ కల్పనా దృశ్య విశేషము" మాత్రమే! ఇక చిత్తము ఎక్కడి నుండి వచ్చింది? బాహ్యమునుండియా? కాదు. చిత్ నుండియే. చిత్తము 'ఇష్టము+భావన' రూపంగా బయల్వెడలుతోంది. కనుక, చిత్‌కు వేరైన ఉనికి చిత్తమునకు లేదు.

ఈ విధంగా **చిత్తము** గాని, ఆ చిత్తము 'నాది' అనుకుంటున్న **అహంకారముగాని**, ఆ చిత్తమునకు విషయమగు **'ప్రపంచము'** అనబడునదిగాని, ఆ అహంకారము 'నాది' అనుకొనే' **జీవుడు** గాని - స్వతఃగా లేవు! ఆత్మస్వరూపుడవగు నీ యొక్క భావనలే అవన్నీ!శాస్త్రములు ఆత్మను వర్ణించి చెప్పటానికై - **'జీవాత్మ, అహంకారము, చిత్తము, ప్రాణము, ఇంద్రియములు, ప్రపంచము'** ఇవన్నీ విభాగించి చెప్పుచున్నాయి. **ఏకోసత్! విప్రాబహుధా వదంతి!** ఆత్మ అనన్యము కాబట్టి ఆత్మకు వేరై అవన్నీ లేనివే!

- ఆత్మకు వేరుగా 'మాయకార్యములు' అనబడునవి స్వతఃగా లేవు. మాయలేదు. భయము లేదు. అభయము లేదు. కర్త-కర్మ-క్రియ లేవు. శ్రవణమనన-నిదిధ్యాసలు లేవు. ఆత్మ యొక్క భావనచే అవి ఉన్నట్లుగా ఉంటాయి. అభావనచే అవన్నీ ఆత్మకు అభిన్నమౌతాయి. **ఆత్మ అద్వితీయము సుమా!**
- ఆత్మయే నీవై ఉండగా, ఆత్మకొరకై 'సమాధి' అను అభ్యాసమెక్కడిది? ద్వితీయము లేదు. ప్రమాణము లేదు. ప్రమేయము లేదు.
- అజ్ఞానము లేదు. ఆత్మ ఏమరువబడునదీ కాదు. అవివేకము లేదు. ఆత్మ కానిదెవ్వరు? లేనిదెన్నడు? ఆత్మను తిరిగి పొందవలసినది ఎవ్వరు? పోగొట్టుకున్నవారెవ్వరు?

ఆత్మయే సర్వదా మన సహజ స్వరూపమై యుండగా "అజ్ఞానము, అది తొలగించుకోవటము, అందుకు ఆత్మజ్ఞానము".. ఇవన్నీ స్వతఃగా లేవు. భావనచే ఏర్పడి భావనచే తొలగుచుండగా, **భావనకు 'ఆది' స్థానమగు ఆత్మ యథాతథము! సర్వదా సిద్ధించియున్న ఆత్మకు సాధనలతో పనిఏమి?**

ఆత్మనగు నాకు "దృశ్యముతో – దేహముతో – జీవాత్మతో ఈశ్వరాత్మతో" – అనుబంధ చతుష్కము లేదు. అహమ్ – త్వమ్ – తత్ త్రి సంబంధములు లేవు. పవిత్రత-అపవిత్ర ద్వంద్వములు లేవు. అపవిత్రత తొలగటానికై – గంగాస్నానము, గయా పిండము, సేతు దర్శనము, భౌతిక దేహము, పాంచభౌతికతత్వము మొదలైనవేవీ లేవు.

- పంచభూతములగు భూమి-జలము-అగ్ని-వాయువు ఆకాశము ఇవన్నీ స్వతఃగా లేవు. ఆత్మచేతననే, ఆత్మనుండియే ఉనికిని పొందుచున్నాయి. (ఆత్మాత్-ఆకాశమ్; ఆకాశాత్ –వాయుః; వాయుః-అగ్నిః; అగ్నిః-ఆపః; ఆపః-పృథ్వి కాబట్టి). ఆత్మకు భిన్నమై అవి లేవు. **"ఆత్మానుభవము-ఆత్మయొక్క భావములు"** చేతనే అవి అనుభూతమగుచున్నాయి. వాటి వివిధ రూపములగు ఈ దృశ్య ప్రపంచమంతా భావనాకల్పితమే!
- సర్వము ఆత్మయే అయి, ఆత్మ – సర్వదా అఖండమై ఉండటం చేత – **దేవతలు లేరు. దిక్పాలకులు లేరు. వేదములు లేవు.. శాస్త్రము లేవు. గురువులు లేరు. శిష్యులు లేరు.** కలలోని వస్తువుల వలె అవి స్వతఃగా లేవు. భావనాజగత్తు వలెనే భావనా లోకపాలకదేవతలు, వారిని స్తుతించు వేదములు కూడా లేనివే! అవన్నీ 'ఆత్మాఽహమ్' భావనకు తిరిగి మార్గము చూపునై, మార్గములోనే ఉండిపోవుచున్నాయి.
- ఇక్కడి దూరము-దగ్గర-ఆది-మధ్య-అంతము మొదలైనవన్నీ స్వయముగా లేవు. అవన్నీ పోలికలకు సంబంధించిన సంకల్పములచే (Assumpiton pertaining to relativity).. ఉన్నవిగా అనిపిస్తున్నాయి. అంతేకాదు. ఇక్కడ ద్వైతము లేదు. అద్వైతము లేదు. సత్యమైనది లేదు. అసత్యమైనది లేదు. ఎవరు ఏది ఎట్లా భావించుచూ ఉంటే (యత్ భావమ్), అది అట్లే అనుభవమై సిద్ధిస్తోంది. (తత్ భవతి).
- ఇక్కడ బంధము లేదు. మోక్షము లేదు. ఆత్మ మాత్రమే సత్యమై ఉన్నది. అద్దాని జీవాత్మత్వము నాటకములోని పాత్రధారణవంటివి మాత్రమే. ఆత్మ నిత్యముక్తమై ఉండగా, బంధమెవరికి? మోక్షమెవరికి? ఆత్మను బంధించగలిగినట్టి ఏది?
- ఇక్కడ సత్తు (that which has presence & existence) లేదు. అసత్తు లేదు. సత్ సుఖము లేదు. అసత్ దుఃఖము లేదు. జాతి లేదు. దేశ-కాలములు లేవు. వర్ణములు లేవు. ఆ భేదములన్నీ కల్పనలోనివే! అట్లాగే.. లోక సంబంధమైగాని, 14 లోకములుగాని ఏవీ ఆత్మతత్త్వము దృష్ట్యా లేవు. ఆ లోకములలోని జీవులు ఈ లోకములోనికి రావటము – పోవటము, స్థితి-గతి.. ఇవన్నీ ఏవీ లేవు. లోకములతో బాటు లోకపాలకులు లేరు. వేరువేరు సమయ-అసమయ సందర్భములలో వేరువేరు వస్త్రములు ధరించుచున్నప్పటికీ, ఆ వ్యక్తి వేరు వేరు కాదు కదా! అట్లాగే, ఇవన్నీ ప్రదర్శించు అఖండాత్మ.. ఇవన్నీ అగుట లేదు. సంకల్ప మాత్రం చేతనే అవి ఉన్నట్లుగా భావించబడటము, అనుభూతిగా సారూప్యమవటము జరుగుతోంది.

అట్లాగే – శాస్త్రములు వక్కాణిస్తున్న... **సర్వము బ్రహ్మమే** (సర్వమ్ ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ)లో బ్రహ్మము అనబడునదేదీ మరొకటై లేదు. 'చిత్' అనునదీ లేదు. 'చిదాభాసమ్' అనే తెలియుట యొక్క **ఆభాసరూప జగత్ దృశ్యము** లేదు. 'నేను చిత్‌రూపుడను' అనిగానీ.. అవునా – కాదా?".... అనునదంతా లేదు. దూరంగా కనిపించే కొండలు నునుపుగా ఉన్నట్లనిపించవచ్చు గాక! "అక్కడ నునుపు ఉన్నదా? ఆ నునుపుకు కారణమెవ్వరు? ఎందుచేత" – అనునది ఎట్టిదో, జగత్తుగా కనిపించే ఇదంతా అంతే! నునుపు గురించి వర్ణించి, విమర్శించుకోవటమే ఈ **"జగత్. అనుభవ విమర్శ".**

"అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి; నేను బ్రహ్మమును; నిత్యశుద్ధుడను" ఇటువంటివన్నీ కూడా కొంచము కూడా లేవు.

అంతేకాదు. **వాచా యత్ ఉచ్యతే కించిత్, మనసా మనుతే క్వచిత్, బుద్ధ్యా నిశ్చినుతే నాస్తి, చిత్తేన జా (జ్ఞా)యతే నహి!** వాక్కు చేత ఏదేది చెప్పబడుచూ ఉన్నదో, మనస్సుచే ఏదేది ఆలోచించబడుతోందో, బుద్ధితో ఏదేది నిశ్చయించబడుతోందో, చిత్తములో ఏదేది తెలుసుకోబడుతోందో, పొందబడుచున్నదో – అవన్నీ కూడా వాస్తవానికి లేవు. భావనా సందర్భంలో భావనా కల్పనలు మాత్రమే! అట్లాగే యోగి, పరమయోగి, యోగీశ్వరుడు, యోగము, యోగాధికము.. ఇవన్నీకూడా లేవు! రాత్రి-పగలు-మధ్యాహ్నము-అర్ధరాత్రి-ప్రదోషకాలము ఇవన్నీ లేవు. కాలమే కల్పనా విశేషమైనప్పుడు, ఆ విభజనలు కూడా.. అట్టి కల్పనా విశేషాలే కదా!

ఆవిధంగానే భ్రాంతి లేదు. అభ్రాంతి లేదు. అనాత్మ అనబడేది లేదు. వేద-శాస్త్ర-పురాణాలు లేవు. **అవన్నీ కొన్ని కల్పనలకు విరుగుడుగా మరికొన్ని కల్పనలు వంటివి. కాలులో విరిగిన ముల్లును తొలగించటానికి ఉపయోగపడే మరొక ముల్లు వంటివి.**

కార్యము లేదు. కారణము లేదు. జీవుడులేదు. ఈశ్వరుడు లేదు. భౌతిక లోకము లేవు. జన సమూహములు లేవు. **అన్నీ మిథ్యయే!**

అంతామిథ్యయే - సర్వం మిథ్యా। న సంశయః

ఈ దృశ్యముగా కనబడేది, అద్దానికి ద్రష్టత్వము వహించినదై ఉన్నది - ఈ ఈ మొదలైనవన్నీ కూడా తరచి చూస్తే స్వతఃగా ఉన్నవి కావు. లేనేలేవు. **"స్వప్నములోని నేను-స్వప్నములో నాకు కనిపించే ప్రదేశములు, పదార్థములు, రూపనామములు"** వలె- అంతా మిధ్యయే! స్వతఃగా లేవు. ఊహాకల్పితంగా ఉండినవి మాత్రమే!

- వేద-శాస్త్రపురాణాలు, కార్యకారణ కర్తృత్వములు, పుణ్య-పాపలోకములు, ఆయా లోకములలో అనుభవాలు, ఒక్కొక్క లోకములోని జనసమూహాలు.. **అన్నీ మిథ్యయే! న సంశయః।**
- బంధుత్వములు, బంధువులు, బంధము, మోక్షము, సుఖము, దుఃఖము, ధ్యానము, ధ్యానఫలములు, చిత్తము, దేవతలు, రాక్షసులు, ముఖ్యమైనవి, అముఖ్యము (గౌణము) అయినవి, ఇహము, పరమైనవి, ఇక్కడ కనిపిస్తున్నవి, మరొకచోట (పుణ్య-పాప లోకములలో)ఉన్నట్లుగా చెప్పబడేవి... అంతా మిథ్యయే. వాస్తవానికి లేవు. ఉన్నాయని అనుకుంటూఉంటే,.. ఉన్నట్లే అగుచున్నాయి. ఆత్మ కల్పించుకోకపోతే అవేవీ లేవు. **ఆత్మ కల్పించుకొంటే మాత్రమే ఉంటాయి. ఆత్మకు అన్యమైనదంతా కల్పితమే.**
- వాక్కుతో ఏకించిత్ పలుకబడుచూ ఉన్నదో..,
- సంకల్పములతో ఏదేది సంకల్పించబడుచూ ఉన్నదో...,
- మనస్సుచే ఏదేది ఆలోచన చేయబడుచూ ఉన్నదో..,
- బుద్ధితో ఏదేది ఏ రకంగా నిశ్చయించబడుచూ ఉన్నదో..,
- చిత్తముతో ఇష్టముగా ఏదేది అనుకోబడుచూ ఉన్నదో...,
- శాస్త్రములచే ఏవేవి దృశ్య, ద్రష్ట, దృక్, దేహ, దేహి, జీవాత్మ , ఈశ్వరాత్మ , పరమాత్మ , మనో బుద్ధి చిత్త అహంకార, త్రిభువన, ఇహ పర, పాంచభౌతిక, ఇంద్రియ ఇంద్రియార్థ, బంధ మోక్ష, వ్రత నియమ, ప్రాణాయామ - రేచక పూరక-కుంభక, మూలాధారాది షట్చక్ర, చతుర్విధ ఆశ్రమ ధర్మ, మరణానంతర లోకముల వర్ణన మొ॥వన్నీ సవిస్తారముగా.. చెప్పబడుచున్నదో,...
- కళ్లకు ఏదేది కనిపిస్తోందో..,
- ఏదేది చెవులకు వినిపిస్తూ ఉన్నదో..,
- సత్ భావములుగా, దుర్భావములుగా ఏవేవి నీతి శాస్త్రములచే నిర్ణయించి చెప్పబడుచున్నాయో...,
- యజ్ఞ-దాన-తపస్సులు మొ॥వి వాటి వాటి బాహ్య ప్రయోజనములు,

ఈ విధంగా కళ్లతో, చెవులతో గొంతుకతో నిర్వర్తించుచున్నవి, నిర్వర్తించవలసినదిగా బోధించేవీ, సంబోధించేవీ, సంభోగించేవీ..

ఇవన్నీ మిథ్యయే। ఇది నిశ్చయము। సునిశ్చితము। అనుమానమే లేదు!

- ఇది ఇట్లాగే చేయాలి! అది అట్లా చేయకూడదు.. సానుకూల-మత ఆచారములు, అసానుకూల అనాచారములు, వాటికి సంబంధించిన విధి-నిషేధములు, వాటి ఫలములు,
- నేను, నీవు, ఆతడు.. నేను ఇట్టివాడను. **నీవు** అట్టివాడు, ఆతడు అటువంటివాడు, నేను ఆతడే. (సోఽహమ్), తత్త్వమ్ (నీవు అదే), జీవుడే బ్రహ్మము, బ్రహ్మమే జీవుడు - మొదలైన ఆయా సర్వ సంభావ్యములు (భావించబడేవి), సంభాషణలు, సంకల్పములు, సంభ్రమములు, ధ్యానించవలసినవిగా-ధ్యానించకూడనివిగా చెప్పబడేవి, రహస్యములుగా అనుకోబడేవి,

అంతా నాస్తి! మిథ్యయే।

- సర్వభోగములు, వాటికి సంబంధించిన ప్రయత్నములు, వారికి-వీరికి-నీకు-నాకు మధ్య గల భేదములు, స్థితి-గతి భేదములు, వారి-వీరి-నీ-నా దోషములు, దోషవృత్తులుగా చెప్పబడేవి..,

... ఇవన్నీ నాస్తి! లేవు! అనాత్మయే!

- అనే నిశ్చయము కలిగి ఉండియే ఈ ప్రపంచంలో చరించాలి. ఓ నిదాఘ మునిసత్తమా! ఈ దృశ్య సంఘటనా సమస్తము కూడా మిథ్యయే - అనునది ఏమరువక, ఆత్మత్వమునకై ఉపయోగించుకొని అటు తరువాత **'మిథ్యయే'** అని వదలివేయాలి! ఎందుకంటే **'ఆత్మ ఏవాహమ్'** అను **భావము సమక్షములో వాటన్నిటికీ చోటులేదు! ఇంకా వినండి.**

"నీవు-నేను-నీది-నాది-నీ స్వభావము-నా స్వభావము-నీవు ఎట్టివాడవు-నేను ఎట్టివాడను-వారు-వీరు ఎట్టివారు- దేవుడు జీవుడు-అల్పుడు-అధికుడు-జ్ఞాని-అజ్ఞాని.. ఇవన్నీ కూడా **మిథ్యయే! సహజ సత్యము** కాదు. కానీ, **"ఆత్మత్వము ధరించటానికి**

ఉపకరణములు అవగలవు!".. అని ఎరిగి జగత్తులో చరించాలి. ఎందుకంటే **"బ్రహ్మసత్యమ్ - జగత్ మిథ్యా"**.. అనునది మహావాక్య సత్యప్రకటనము కాబట్టి।

ఇంకా కూడా వినండి!

- బ్రహ్మ ఈ సృష్టికి కారణుడు. విష్ణువు పరిపోషకుడు. రుద్రుడు ఈ జగత్తుకు లయకారకుడు!
- విష్ణువే సర్వజీవుల రక్షకుడు!
- శివుడు విష్ణు రూపుడు! విష్ణువు శివరూపుడు!
- **భవ భయములు, భవ బంధములు.., భవము**= ఉన్నది- ఈ జగత్తు ఉన్నది. మరణించిన తరువత ఈ జగత్తు పోగొట్టుకుంటాము. ఇప్పుడు ఇక్కడ ఉన్నాము. అప్పుడు అక్కడ ఉంటాము. అది ఎట్లా ఉంటుదో మరి...? ఈ ఈ రూపముగా గల భావములు
- ఆ భవబంధము, భయము పోగొట్టుకోవాలి. ఎట్లా? స్నానము! జపము! తపస్సు! హోమము! స్వాధ్యాయము! దేవతా పూజలు! మంత్రములు! తంత్రములు!
- సత్సంగములు! గుణదోష విజృంభణములు!
- అంతఃకరణము। అందులోని సద్భావములు-దుర్భావములు! అవిద్య! విద్య! బ్రహ్మాండము! అనేక కోటి బ్రహ్మాండములు..,

ఇవన్నీ మిథ్యయే! ఆత్మను ఎరిగి ఆస్వాదించువానికి ఇవన్నీ కూడా కల్పనామాత్రమే.. అగుచున్నది!

ఓ నిదాఘ యతీంద్రా!! మరికొంతగా కూడా, కొన్ని విశేషాలు-'మిథ్య' గురించి వినండి!

- సర్వ ఉపదేశవాక్యములు, వాటికి సంబంధించిన సుదీర్ఘమైన ప్రబోధములు, ఏదేది ఏదేదిగా నిశ్చయింపబడుచున్నదో.. అదంతా కూడా,
- ఏ దృశ్యజగత్తు ఘనీభూతమై కనిపిస్తోందో అట్టి ఈ జగత్ దృశ్యము, ఇందులో కనిపించే (భార్య-భర్త-కొడుకు- కూతురు-స్నేహితుడు-శ్రేయోభిలాషి-అయినవారు-కానివారు-మిత్రులు మొదలైన) పరస్పర సంబంధ- అనుబంధ - బాంధవ్యములు, ఈ జగత్తులో ఆయా నా యొక్క, మీయొక్క తదితరుల యొక్క వర్తనములు, అనువర్తనములు,

  ఇవన్నీ కూడా మిథ్యయే! కల్పనయే!

  భావనానుసారంగా ఉండేవే! అభావముతో లేనివే! స్వప్న సంకల్పముల వంటివే!

- ఏదేది 'అక్షరము' అని అభివర్ణించబడుతోందో.. ఏదేది దేనిచేత పొందబడగలదని నిర్ణయించి చెప్పబడుతోందో,.. ఏదేది దేనిచేత గమనించబడుతోందో,.. ఏదేది దేనిచేత ఆనందానుభవంగా చూడబడుతోందో..,
- ఏది ఎవ్వరికి ఎక్కడ ఇవ్వబడుతూ ఉన్నదో.., ఏది ఎవ్వరి నుండి ఎక్కడ ఎప్పుడు పొందబడుతోందో, ఏదేది శుభకర్మ అని - అశుభకర్మ అని భావించబడుతోందో...

అంతా మిథ్యయే!

ఓ నిదాఘా! "అంతా మిథ్యయే కదా!" అని ఎరిగి ఉండండి. **మిథ్యను మిథ్యగా గమనించకపోతే స్వకీయ సహజరూపమగు ఆత్మను ఈ జీవుడు గమనించకయే ఉండిపోతాడు. మిథ్యను మిథ్యగా దర్శించటమే సత్యదర్శనము.**

అప్పుడు ఆత్మ సులభముగా, స్వయముగా అభిన్నానుభవమై, అద్వితీయమై, అనునిత్యమై సిద్ధించగలదు.

త్వమేవ సర్వమ్- ఇదంతా నీవే

నిదాఘ మునీంద్రుడు : స్వామీ! "ఈ సర్వము మిథ్యయే **- జగన్మిథ్యా"**.. అను మహావాక్యార్థమును సవివరంగా ప్రవచించారు. మీరు చెప్పిన విశేషములు వినటం చేత అనేక సాంసారిక-మనోరుగ్మతలు తొలగుచున్నాయనుటలో సందేహమే లేదు. మీకు మేమంతా కృతజ్ఞులము స్వామీ! హే మహాత్మా! సద్గురూ! ఇప్పుడు నాదొక ప్రశ్న.... మీ చేత ఈ విషయాలన్నీ బోధిస్తూ ఉండగా విద్యార్థినై, ముముక్షువునై బుద్ధివికాసము పొందుచున్న నేనెవ్వరు? పరమ సత్యమును నిర్మోహమోటముగా, ముక్కుకు సూటిగా చెప్పుచున్న మీరెవ్వరు? మనిద్దరి మధ్య ఇప్పుడు కొనసాగుచున్న గురు-శిష్య భేదము కూడా మిథ్యయేనంటారా? నేనెవ్వరు? పరమాత్మ ఎవ్వరు? పరమాత్మకు నాకు గల సంబంధమేమిటి? నా బుద్ధిని వికశింపజేస్తున్న సద్గురువులగు మీరెవ్వరు? మనిద్దరి సంబంధము ఎట్టిది?.. ఈ విషయాలు నాకు సుస్పష్టమయ్యే తీరుగా మీ ప్రవచనము కొనసాగించవలసినదిగా వేడుకొనుచున్నాను. పరమాత్మ-పరమగురువు కూడా మిథ్యయేనా? - దయతో వివరించండి!

ఋభు మహర్షి : నాయనా! నిదాఘా! ఇప్పుడు తత్త్వశాస్త్రమును వివరిస్తున్నాను. వినండి. త్వమ్– **నీవు**.. తత్.. **ఆదియే** అసి–అయి ఉన్నావు. **త్వమేవ పరమాత్మాఽసి! త్వమేవ పరమో గురుః** ఆ 'పరమాత్మ' అనుబడునది సర్వదా సాక్షాత్తు నీవేనయ్యా! నీవే పరమగురువువు! ఆత్మైవహి గురుః, ఆత్మయే గురువు! నీవు ఆత్మవే!

నిదాఘుడు: ఇప్పుడు మీరు చెప్పుసిద్ధాంత వాక్యమును మరికొంత సుస్పష్టంగా, సోదాహరణ పూర్వకంగా దయతో సవివరించండి!

ఋభు మహర్షి : నీవే సాక్షాత్తూ భూతాకాశరూపుడవు! చిత్తాకాశ రూపుడవు! చిదాకాశరూపుడవు! అంతేగాని, కేవలమూ రక్త–మాంస–బొమికల కలయిక అగు ఒక చిన్నగుట్టవు కావు!

ఇహముగా నీకు కనిపించేదంతాకూడా నీ యొక్క అనంతగుణస్వరూపమగు ఒకానొక అంశ అయినట్టి జీవాత్మత్వరూపము మాత్రమే! ఇది నీళ్లలో సూర్య ప్రతిబింబము వంటిది. ఆకాశ సూర్యునివలె నీవు సర్వదా పరమాత్మవే! ఈ జగదనుభవములకు, అవన్నీ పొందుచున్న జీవాత్మకు కేవల సాక్షివి. అంతేకాదు! నీ పరమాత్మ స్వరూపమునకు మరొక సాక్షి ఎవ్వరూ ఎన్నడూ లేరు. సర్వము నీ యొక్క సాక్షిత్వ– స్వకీయ పరికల్పనలే!

సర్వము భావిస్తున్నది నీవే! అంతేగాని నీవు మరొక్కరి భావనవు కావు. నిన్ను నీవే జగత్ విషయములుగా భావించుచుండటం చేత **'సర్వభావకుడవు'** అయి ఉన్నావు. 'బ్రహ్మము' అని దేనిగురించి వేదోపనిషత్తులు, పురాణములు ఎలుగెత్తి గానం చేస్తున్నాయో అది నీవే! అంతేగాని, నీకు వేరైన మరొకటి కాదు. కాదు! **త్వమ్ సదా బ్రహ్మాసి!** నీవు బ్రహ్మమువే అయి ఉన్నావు. **న సంశయః** ఇందులో కించిత్ కూడా అనుమానించవలసినది లేనేలేదయ్యా।

కాలహీనోఽసి। కాలోఽసి! : సదాశివ బ్రహ్మమగు నీవు కాలబద్ధుడవుకాదు. త్రికాలములలో యథాతథరూపుడవు. కాల రహితుడవు. కాలము లేనప్పుడు కూడా నీవు ఉన్నావు. మరొక్క చమత్కారం, ఏమిటంటే, – **'కాలము' రూపముగా ఉన్నది కూడా నీవే!** కాలస్వరూపుడవు! కాలనియామకుడవు! కాలః కాలుడవు। కాలమును ధరించినవాడవై లోకములను కల్పించి, కొనసాగించి, లయింపజేసుకొంటున్నట్టి లీలావినోద సహిత – కేవల సత్తా స్వరూపుడవు. (దృష్టాంతము – జాగ్రత్‌లో కనిపిస్తున్న 'కాలము' స్వప్నములో ఉండదు. స్వప్నములో కనిపించేది 'సుషుప్తి'లో ఉండటము లేదు కదా!

- ఎల్లప్పుడు **చిద్ఘనీభూతమగు బ్రహ్మమువే!**
- సర్వత్రా సర్వరూపుడవై (ఘనీభూత చిద్ఘన బ్రహ్మమై) వెలుగొందుచున్నావు. **చైతన్య స్వరూపుడవు!** నీకు అన్యమై నీకు కనిపిస్తున్నదంతా – నీయొక్క ఆత్మ తేజోవిభవమే.
- సత్య స్వరూపుడవు. **సర్వదా స్వస్వరూపుడవు! స్వసిద్ధుడవు!** నిన్ను నీవే కల్పనా జగత్తునందు సిద్ధింపజేసుకుంటున్నావు.
- జన్మ–కర్మలకంటే మునుముందే ఉన్నవాడవు! అందుచేత **సనాతనుడవు! ఆది స్వరూపుడవు! ఆద్యంతరహితుడవు!**
- ఆత్మవే అయి ఉండటం చేత **నిత్యముక్తుడవు. వస్తుజాలము ఆకాశమును బంధించగలవా? లేదు. అట్లాగే, ఈ జగత్ దృశ్యములుగాని, మనో–బుద్ధి–చిత్త–అహంకారములుగాని, జీవన్–మరణములుగా–ఆత్మాకాశస్వరూపుడవగు నిన్ను స్పృశించనైనా లేవు. ఇక జగత్ సందర్భములు, సంఘటనలు నిన్నెట్లా బంధిస్తాయి?**
- నీవు దృశ్య–దేహ–మనో–బుద్ధి–చిత్త–అహంకార–జీవాత్మలకు ఏ మాత్రమూ కూడా **బద్ధుడవుకాదు. సర్వదా మోక్షస్వరూపుడవు.** సర్వదా ఆనంద–అమృతమును గ్రోలువాడవు!
- ఆత్మవే అగుటచే సర్వదేవతా స్వరూపుడవు. సర్వదా సర్వము నీయందే స–శాంతించునట్టి **పరమశాంత స్వభావుడవు.**
- నీయందు జగత్తులు లేవు. నీ కల్పనలే ఈ జగత్తు. సర్వదా నిరామయుడవు! నిర్విషయుడవు! సమస్త జగత్తులు నీయొక్క భావనా చమత్కారములు మాత్రమే.
- సర్వము నీయందే కలవాడవు! **పూర్ణుడవు! పరిపూర్ణుడవు! పరబ్రహ్మమువు.**
- ఇహమునకు ఆవల గల **పరస్వరూపుడవు!** ఆ పరమునకు కూడా సాక్షివవటం చేత **పరాత్–పరుడవు.**
- సర్వజీవులలో సమస్వరూపుడవై ఉన్నవాడవు. **సమోఽసి! సమం సర్వేషు భూతేషు!** సత్ స్వరూపుడవు. సనాతనుడవు! **సత్–చిత్–ఆనందము, కేవలసత్, నిత్యము, ప్రజ్ఞానఘనము..** ఇత్యాది వాక్యముల ద్వారా గురువుల ప్రబోధిస్తున్నది నీ గురించే! **నీ చే చూడబడే సకల జీవులలో నీవే సత్తారూపుడుగా వేంచేసిఉన్నావు.**
- బ్రహ్మ–ఇంద్ర–రుద్ర ఇత్యాది సర్వదేవతలంతా కూడా నీ స్వస్వరూపాత్మ సంప్రదర్శనమే! సర్వలోక పాలకులలో నీవు ఆత్మరూపుడుగా సంప్రకాశమానుడవు. సర్వదేవతల (అష్టోత్తర శత–సాహస్ర) నామార్చన వర్ణనముల పరమార్థము నీయొక్క కేవలీ పర స్వరూపమే.

- సర్వజీవుల రూపముగా భాసిస్తూ ఉన్నది నీవే! అట్లా భాసిస్తూనే,... సర్వసాక్షిగా వేరుగా ఉన్నవాడవు. భ్రమరహితుడవు కూడా! **సర్వప్రపంచ భ్రమ వర్జితుడవు, భ్రమరహితుడవు.**
- సర్వ ఉపనిషత్తుల, సర్వవేదముల అంతరార్థముల విభవమంతా నీవే! సర్వసంకల్పములు నీవే అయి, సర్వసంకల్పములకు ఆవల సర్వసంకల్పరహితుడవై, సంకల్పించువాడవై ప్రకాశించుచున్నావు. సర్వదేవతల స్తోత్రములు నీయొక్క కేవల స్వరూప స్తుతులే.
- ఆనంద స్వరూపుడవు. నీ క్రీడా-లీలా-బాలా వినోదరూపమే ఈ జగత్ ప్రదర్శనము. సర్వ సంతోష-సుఖాసీనుడవు. సృష్టిలోని కదలికలన్నీ నీవే అయి కూడా, గతులన్నిటినీ త్యజించియున్నవాడవు. గతి (movement from one spot to another) అనునదే లేనివాడవు. "ఇది కావాలి-అది పొందాలి-అది అట్లా చేయాలి- ఇది అట్లా అవాలి" అనురూపముగల లక్ష్యములు మొదలైనవి (objectives to be achieved) లేనట్టివాడవు.
- విష్ణువు మొదలైన దేవతలందరికీ ధ్యాన వస్తువు అయినట్టి **కేవలాత్మానంద స్వరూపుడవు!**
- ఏదీ అడ్డుపడజాలనట్టి, దేనికీ అధీనము కానట్టి నిరంకుశము అగు చిన్మాత్ర స్వరూపుడవు. **చిత్ (ఎరుక-Awareness) ఆకార స్వరూపుడవు!**
- స్వస్వరూపముగా 'చ్యుతి' లేనివాడవు. ఆత్మయందే సర్వదా సంస్థితుడవు. ఒక నవల వ్రాస్తున్నవాని చేతనే నవలలోని సంఘటనలు రచించబడుచున్ననప్పటికీ... ఆ సంఘటనలు రచయితలో లేని తీరుగా, జగత్తులోని త్రిగుణరచనా చమత్కృతి నీదే అయినప్పటికీ **నిర్గుణుడవు! సర్వశూన్యుడవు!** ఏక స్వరూపుడవై నీకు వేరైనది ఎక్కడా ఏదీ లేనట్టి- **ఏక ఏవ, అద్వితీయః!** ఇహానందములన్నిటికీ ఉత్పత్తి స్థానమైనట్టి **పరానంద స్వరూపుడవు!**
- నీవు సర్వదా **పరిపూర్ణుడవు!** జన్మ-కర్మ- జగత్తుల నుండి క్రొత్తగా ఏదీ అవసరము లేనివాడవు. నీకు నీవే చిద్ఘనానంద రూపుడవు. నీయొక్క ఎరుక రూపమే ఈ ఎరుగబడుచున్నదంతా!
- సత్ స్వరూపడవై, సర్వము ఎరుగుచున్నట్టివాడవు. ఎరుక రూపుడవై, ఎరుగబడేదంతా – ఎరుక రూపంగా కలిగియున్నట్టివాడవు.
- సత్-చిత్ ఆనంద రూపుడవు. నాటక రచయిత యొక్క రచనా చైతన్యమే ఆనాటకములోని సర్వపాత్రల స్వభావములను ధారణ చేస్తున్న తీరుగా,.. ఈ జగత్తులోని సర్వజీవుల **అంతర్యామివి!** సర్వజీవుల **అంతరంగ వర్తుడవు.** అందుచేత, నీవే **వాసుదేవుడవు.** సర్వనియామకుడవు కాబట్టి **విభువువు.** ఈ దృశ్యమంతా **నీ వైభవమే!**
- **జనన-మరణ రహితుడవు.** కూర్పు-చేర్పులు లేనట్టివాడవు. **అమృతుడవు.** సర్వమును భరించు, ఉద్దీపింపజేయు **విభుడవు.** సర్వచంచలములు నీ విభవమే అయి ఉన్నట్టి **అచంచలుడవు!** ఎటూ వెళ్లేవాడివి కావు. ఎక్కడినుండీ వచ్చేవాడవు కావు.
- సర్వము నీవే అయి ఉండి కూడా, ఏమీ కానట్టివాడవు. **పరమశాంతుడవు.** కానీ, **'శాంతము'** అనుగుణమునకు కూడా ఆవలి వాడవు. సర్వము నీనుండే ప్రదర్శనమగుచూ, నీయందే సశాంతిస్తూ ఉన్నది.
- 'లక్ష్యము' (some thing to be achieved ahead) అనే లక్షణమే లేనివాడవు. వికారము లేవీ (కోపము-ప్రేమ-ఇష్టము-ఆవేశము మొ॥నవేవీ) లేనట్టి **నిర్వికారుడవు.** నీయందు జన్మలు లేవు. కర్మలు లేవు. బ్రహ్మాండములు ఎప్పుడూ లేవు. సర్వదా నిరామయుడవు. ఇట్లయిఉండియే, ఒక్కొక్కసారి కొంతకాలము వరకు ఏదో లక్ష్యపరిమితులను నీ గురించి నీవే ఆపాదించుకొనుచూ, **'జీవాత్మ'** – అనబడుచున్నావు.
- సర్వనాదముల అంతర స్వరూపుడవు. కల్పన(భ్రమ) కాష్ఠము (జడత్వము) లేనట్టివాడవు.
- సర్వము నీవే! బ్రహ్మ-విష్ణువు-ఈశ్వరుడుగా ఉన్నది నీవే! కానీ మూర్తిరహితుడవు కాబట్టి ఆ త్రిమూర్తి స్వరూపములకు వేరైనవాడవు. స్వస్వరూపుడవై సృష్టి-స్థితి-లయకారుల రూపముగాను, వేరుగాను కూడా ఉన్నవాడవు. స్వస్వరూపముగా ప్రదర్శనమగుచు, **"సర్వరూపము"** అనే **'స్వానందమహాసముద్రము'** నందు నిమజ్జనము పొంది ఉన్నవాడవు. స్వయముగా సర్వభావముల నుండి వివర్జితుడవై (having left aside all ideations), స్వాత్మరాజ్యము నందు స్వయముగా విరాజిల్లుచున్నట్టివాడవు!
- శిష్టము (ప్రసిద్ధము) అగు పూర్ణ స్వరూపుడివై ఉండి కూడా, అట్టి పూర్ణత్వమును కించిత్ ఏమరచి, జీవాత్మత్వమును ఆపాదించుకొంటూ **"నేను అపూర్ణుడును** కదా!" అనునది తనకు తనుగా ఆపాదించుకొనుచున్నదీ నీవే! అప్పుడు ఇక,- ఉపనిషత్తులు మొదలైన వేదాంత శాస్త్రములు, గురువులు గుర్తుచేయటము, విస్తారమైన ఆత్మజ్ఞాన వాఙ్మయము సంసిద్ధమవటము కూడా – నీయొక్క చమత్కారమే! నీ గురించి నీవు గురువును ప్రశ్నించి, వారు చెప్పు ఆత్మీయ వాక్యములు విని, **"అవును. నేను ఇది కదా!"**...అని బ్రహ్మానందమును పొందుచున్నావు.

- 'స్వస్వరూపము' అగు అఖాండాత్మత్వము నుండి ఏ మాత్రమూ చలించకుండానే, స్వా-అన్యస్వరూపుడవై జగత్తు-జీవాత్మలుగా (స్వప్నము తనదైనట్టివానివలెనే) విజృంభిస్తున్నావు. దేహములు-బ్రహ్మాండములు మొదలైనవన్నీ కల్పించుకొని వినోదించుచున్నావు. లీలా వినోదినివి! క్రీడావినోదినివి! బంధముక్తులు నీ క్రీడా వినోద విభాగములే!

కనుక ఓ నిదాఘుమహాశయా! **నీ స్వస్వరూపమునకు అన్యమైనదేదీ నీకు ఎక్కడా అనుభవమవటం లేదు**-అని మరల మరల ప్రకటిస్తున్నాను సుమా! **"నేను సదా స్వస్వరూపాత్మగానే ఉండి ఉన్నాను. ఈ సర్వము కల్పించుకొని, వినోదించి, మరల నా స్వస్వరూపమునందే లయింపజేసుకొంటున్నాను. నేను నీవే! నీవు నేనే!"** – అని గమనిస్తూనే ఈ మాయా కల్పిత ఇంద్రియ విషయ – ఇంద్రజాల దృశ్య జగత్తునందు లీలావినోదివై వ్యవహరించెదవుగాక!

జగత్ సహితుడవు-జగత్ రహితుడవు అగు నీవే బ్రహ్మమువు!
తత్ త్వమ్ అసి! అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి! త్వమేవాఽహమ్! అహమేవ త్వమ్।
న సంశయః। స న సంశయః। న సంశయః।

– – –

సర్వగ్ం శశ విషాణవత్
ఈసర్వము కుందేటి కొమ్ములవలె

నిదాఘు మునీంద్రుడు : మహాత్మన్! తత్త్వ శాస్త్ర సారవిషయమగు **"తత్ త్వమ్"** అనునది బహుస్పష్టముగా వివరించారు. మిమ్ములను బ్రహ్మము గురించి వినుటకు ఆశ్రయించినట్టినాకు **"త్వమ్ సర్వదా బ్రహ్మమేవ"** అని సిద్ధాంతీకరించి, వేదాంత శాస్త్రము యొక్క ప్రవచనము ఎలుగెత్తి వినిపించుచున్నారు. స్వామీ! మీరు చెప్పుచున్నదంతా యుక్తియుక్తమేనని, వేద-వేదాంత వాఙ్మయ నిరూపణయేనని నేను ఒప్పుకుంటున్నాను.

నేను – మీరు గుర్తు చేస్తున్న విధంగా – ఆత్మగా అంతటివాడనే! కేవలాత్మనే! అయితే కూడా ఇంద్రియములతో కల్పించుకొని సంబంధము వలన కాబోలు, మాకు "ఇదంతా స్వస్వరూపబ్రహ్మమే" అను అనుభవమునందు మాకు **నిశ్చలబుద్ధి** ఏర్పడుట లేదు. **చంచలత్వము తొలగుట లేదు.**

అందుచేత **"స్వస్వరూపమగు బ్రహ్మమునకు, – అనుభూతమై** కనిపిస్తున్న **ఈ జగత్ దృశ్యమునకు** గల **సంబంధము** ఎట్టిదో మరొక్కసారి కూడా మరికొన్ని విశేషాలు చెప్పండి.

ఋభు మహర్షి : ఓ నిదాఘ నామధేయ ఆత్మానందస్వరూపా! వినండి!

ఇదగ్ం 'ప్రపంచమ్' యత్ కించిత్ యద్యత్ 'జగత్' విద్యతే,... దృశ్యరూపంచ-'దృక్' రూపంచ..., సర్వగ్ం శశ విషాణవత్। ఇక్కడ ఏ పాంచభౌతిక జగత్తు, చూచువాడు-చూడబడునది రూపాలతో కూడి మనలో ప్రతిఒక్కరికి అనుభూతమౌతోందో, అట్టి ఏ కొంచెం జగత్తు కూడా కుందేటి కొమ్ముువలె – **మొదలే లేదు!**

"మాకు తెలియబడుచూ అనేక సుఖ దుఃఖములు కలుగజేస్తూ ఉంటే, 'లేదు' అని ఎట్లా అంటారు?" అని అంటారా?

ఒక దృష్టాంతము వినండి.

ఒక 'అడవిలో కొందరు ఆటవిక బాలురు ఒకరోజు ఒక కుందేలును పట్టుకోవాలనే ఉద్దేశంతో దాని వెంటబడ్డారు. ఆ కుందేలు ఛంగ్ఛంగ్‌న ఎగురుతూ పరుగులు తీయనారంభించింది. అప్పుడు అద్దాని వెడల్పు-పొడవు అయినట్టి చెవులు భయముతో నిక్కబొడుచు కున్నాయి. అప్పుడు ఆ ఆటవిక బాలురలో ఒకడు **"చూచారా? ఆ కుందేటికి కొమ్ములు మొలిచాయి. దాంతో మనలను పొడుస్తుందేమో! ఎందుకైనా మంచిది, జాగ్రత్త!"..** అని అరిచాడు. మరొక బాలుడు– **"భలేవాడివే! కుందేటికి కొమ్ములు ఉండవు కదా?"** అన్నాడు. అప్పుడు మొదటి బాలుడు **"ఔను! ఉండవు! కానీ ఈ పరిగెత్తే కుందేటికి మాత్రం కొమ్ములు ఇప్పుడు మొలచుకువచ్చాయి! ఇది నిజం! మీకు కనబడటం లేదా? మీరూ చూడండి!"** అని పలికాడు. అప్పుడా అమాయక బాలురందరూ **"అవును! కుందేటికి కొమ్ములు ఉండని మాట నిజమే కానీ.. ఈ పరుగులు తీస్తున్న కుందేటికి మాత్రము ఇప్పుడు కొమ్ములు ఉన్నాయి. ఎందుకంటే, ... కనబడుచున్నాయి కాబట్టి!"..** అని ఒక నిర్ణయానికి వచ్చారు.

అనేకమంది **"ఈ జగత్తు ఉన్నది. ఇద్దాని ద్రష్ట-దృశ్యములు కనబడుచున్నాయి కాబట్టి, ఉన్నాయి"**– అని సంభాషించుకోవటమంటే, ఆ అమాయక ఆటవిక బాలురకు-**పరుగెత్తుచున్న కుందేలు పట్ల కనబడిన కొమ్ములు – వంటిదే!**

ఇక్కడ పంచభూతములగు భూమి-జలము-అగ్ని-వాయువు ఆకాశము, అంతరంగ చతుష్టయము అయినట్టి మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములు, అనేక దృశ్య పరంపరలతో కూడిన లోకములు, లోకములలోని వస్తుజాలము, ఆ లోకములలో భౌతికదేహముతో ప్రారంభమయ్యే జననములు, ఆ పుట్టిన భౌతికదేహముల పరస్పర సంబంధములు, ఆ దేహములకు సంబంధించిన కర్మ విశేషములు, ఆ కర్మలలో కనబడు పుణ్య-పాపములు, జయ-అపజయములు, చావు-పుట్టుకలు → ఇవన్నీ లేవు. భావనచే ఉన్నట్లు కనబడుచున్నప్పటికీ, **వాస్తవానికి లేవు. సత్‌చిత్ ఆనందరూపమగు ఆత్మమాత్రమే ఉన్నది.**

కలలోని వస్తువులన్నీ లేవు. అవన్నీ కల తనదైనటివాని ఊహాకల్పనయే! కల తనదైనవాడు మాత్రమే ఉన్నాడు.. కలలో అనుభవించువాడు **– కలలోని దృశ్యము.. తెల్లారేసరికి 'లేనివే' అవుతాయి. ఎటు పోతున్నాయి? ఆ కల తనదైనవానిలో తిరిగి లయిస్తున్నాయి కదా!**

అట్లాగే...,

ఈ జాగ్రత్, ఆ జాగ్రత్‌లోని సర్వ వస్తుజాలము, ఆ జాగ్రత్. దృశ్యమును అనుభవముగా పొందుచున్న **జాగ్రత్‌లోని పురుషుడు (విశ్వుడు), ఆతడు నిర్వర్తించు క్రియలు.. ఇవన్నీ లేవు.**

మరి? జాగ్రత్ సమస్తము తనయొక్క కల్పనయే అయినట్టి **'పరమ పురుషుడు'** మాత్రమే సత్యము. ఇక తదితరమైనదంతా కల్పించుటచే **'ఉండటము'**, కల్పనను త్యజిస్తే **'లేనిది అవటము'** జరుగుతూ ఉండటం కొనసాగుతోంది. జాగ్రత్‌లో సందర్భపడుచున్న సర్వ సంకల్ప – వికల్పముల దృశ్య కల్పన – తిరిగి ఆ జాగ్రత్ పురుషునియందే – జలంలో తరంగంలాగా – లయమగుచున్నది.

జాగ్రత్ లోని క్రియాశీలుడు	=	జీవుడు పురుషుడు. ద్రష్ట. దృక్ 'విశ్వుడు'.
జాగ్రత్ తనదైనవాడు	=	జాగ్రత్‌కు ఆవల ఉండి ఉన్నవాడు. జాగ్రత్ కల్పన తనదైనవాడు. శివుడు. పరమాత్మ. పరమపురుషుడు. తురీయుడు.

జాగ్రత్‌లోని వస్తువులు – సంఘటనలు, సంబంధములు, జాగ్రత్ యొక్క రాకపోకలు – ఇవన్నీ కుందేటి కొమ్ముల వంటివే! – ఇవన్నీ భావనచే ఉన్నాయి. స్వతఃగా లేవు. భావనచే ఏర్పడినవై, తిరిగి భావించువానియందే (స్వప్న దృశ్యమువలె) మౌనముగా లయిస్తున్నాయి.

⌘

ఇంకా కూడా వినండి! నవల – ఆ నవలలోని పాత్రల పరస్పర వ్యవహారములవలె ఈ జాగ్రత్తు మనోసంబంధమైన కల్పనయే.

⌘ ఇక్కడ **జన్మ-కర్మలు, పుణ్య-పాపములు,** (కామ-క్రోధ-లోభ, మద-మాత్సర్యములనబడే) **అరిషట్‌వర్గములు,** (ధ్యాన విషయములు- ధ్యానము-ధ్యానించువాడు (Thinking items - thoughts - thinker) అనబడే **త్రిపుటి,**...;

⌘ ఇక్కడ గురు-శిష్య భేదములు, వారిద్దరి మధ్య జరిగే ఉపదేశములు, దేహము యొక్క ఆది (మొదలు)- చివర (మరణము)లు, (అనగా దేహముల రాకపోకలు)...;

⌘ ఇంద్రియ నిగ్రహమునకు సంబంధించిన శాస్త్రములు చెప్పే శమము-దమము మొదలైన శమాది షట్(6)కము, వాటివలన పొందబడే శుభములు;

⌘ భూతకాలము, వర్తమానకాలము, భవిష్యత్ కాలము;

⌘ సాధనలక్షణములు, సాధ్యరూపమగు అద్వితీయత్వము;

⌘ శమము-విచారణ-సంతోషము-సత్సంగము అనబడు (యోగవాసిష్ఠము మొదలైన గ్రంథాలలో చెప్పిన) సాధన చతుష్టయము;

⌘ భోగించువాడు (experiencer) భోజ్యము (All that being experienced) - భోగము (experiencing) (లేక) అనుభవించువాడు – అనుభవించబడునది- అనుభవము...;

⌘ (యమము-నియము-తితిక్ష-ప్రాణాయామము-ప్రత్యాహారము-ధారణ-ధ్యానము-సమాధి అనబడే) యోగము యొక్క '8' అంగములు (అష్టాంగములు)....;

⌘ జగత్తులో కనిపిస్తున్న జీవులందరి యొక్క రాక-పోకలు;

⌘ ప్రతి వస్తువు-దేహము-విషయము-సంఘటనల యొక్క ఆది మధ్య అంతములు (మొదలు-మధ్య-చివరలు);

⌘ ఇక్కడ గ్రహించేవి (గ్రాహ్యములు), త్యజించేవి (త్యాజ్యములు);

⌘ హరి, శివుడు, ఇష్టదైవములగు అవతారమూర్తులు, గురువులు, మార్గదర్శకులు.. మొదలైనవి;

⌘ పంచ-ఇంద్రియములు, మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము;

⌘ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులనబడే త్రి-అవస్థలు;

⌘ 24 తత్త్వాలు [('5) జ్ఞానేంద్రియములు+(5) కర్మేంద్రియములు+(5) ఇంద్రియ విషయములు - శబ్ద స్పర్శ రూపరస గంధములు + అంతరంగ చతుష్టములు+పంచప్రాణాలు];

⌘ సజాతీయంగాను-విజాతీయంగాను కనిపించే జీవులలోని, సమత్వాలు.., విభేదాలు...;

⌘ లోకములు, పంచభూతములు, లోకపాలకులు, లోకజనులు;

ఇవన్నీ - కుందేటి కొమ్ములవలె 'జగత్ భ్రమ'లోని విశేషాలే! నాటకంలోని వ్యవహారములవంటివే! కథలోని రాజుగారి ఏడుగురు కుమారుల వంటివే! ఊహా సౌధములోని వేరువేరు అంతస్థులలోని '2' గోడలపై గల వేరువేరైన గీతల వంటివే!

ఇంకా కూడా వినండి!

⌘ ఇక్కడి 'మా వర్ణము (కులము), మా కుల-ఆచారాలు'.. వంటి వర్ణ ధర్మములు; బ్రహ్మచారి-గృహస్థ-వానప్రస్థ-సన్యాస ఆశ్రమ ధర్మములు;

⌘ కుల-మతముల తక్కువ-ఎక్కువలు;

⌘ మంత్ర తంత్ర పూజాది విధి విధానములు, నియమ-నిష్టలు, వాటివాటి ఫలములు;

⌘ **ఇది విద్య-ఇది అవిద్య** - అనబడే అనేక వివరణాత్మక విశేషాలు;

⌘ తెలియబడేదంతా కూడా; (మరియు) అట్లా తెలియబడేదానిలోని **ఇది జడము-ఇది అజడము(చైతన్యము)**... అని చెప్పుకోబడేది...;

⌘ జ్ఞాన(Information)-విజ్ఞాన(Implomentation) రూపములగు **బంధ-మోక్షముల విశేష వర్ణనలు**;

⌘ బోధ(ఎరుగుచున్న చైతన్యము) - అబోధ (ఎరుగలేనట్టి చైతన్య) విభాగ విశేషాలు;

⌘ ద్వైత-అద్వైతము గురించిన వాదోపవాదములు, చర్చలు, వివరణలు, సంభాషణలు;

⌘ వేదాంత శాస్త్రము సిద్ధాంతీకరిస్తూ- వివరిస్తున్న 'సోఽహమ్, తత్త్వమ్, జీవో(బ్రహ్మైఽతి నాపరః, అయమాత్మాబ్రహ్మ".. ఇత్యాది మహావాక్యములు, వాటి చర్చలు, వివరణలు మొదలైనవి..;

⌘ జీవుల 'మంచిగా ఉండాలి' - మొదలైన ఆయా సద్భావములు, తదితరములైన భావములు, 'జీవులందరు ఒక్కటే! వేరు వేరు కాదు' అను నిర్ణయాత్మక సవివరణలు;

⌘ చిత్తముతో ఏవేవి ధ్యానింపబడుచున్నాయో, ఏవేవి మనస్సుతో సంకల్పించబడుచున్నాయో, బుద్ధితో నిశ్చయింపబడుచున్నాయో, ఏఏ గురుబోధలు సాక్షీ-ప్రమాణంగా తీసుకొనబడి 'అనుసరించాలిసిందే' అని అనుకోబడుచున్నాయో.. అవన్నీ కూడా;

⌘ ఏవేవి వాక్కుచే వ్యాఖ్యానించబడుచున్నాయో, ఏవేవి ఆచార్యులచే సంభాషించబడుచున్నాయో - అవి;

⌘ ఇంద్రియములతో ఏవేవి సంభావించబడుచున్నాయో.. అవన్నీనూ;

⌘ ఏవేవి మహనీయులగు వేద పండితులచే "ఇవి మహత్తరము. ఇది నిర్ణయము. ఇది న్యాయము. ఇది ధర్మము".. అని ఎక్కడికక్కడ చెప్పబడుచూ.. సూచించబడుతోందో.. అవన్నీ కూడా..,

ఇవన్నీ-కుందేటి కొమ్ములవలె కల్పనయే. సహజమగు 'స్వస్వరూపాత్మ'-దృష్ట్యా- భ్రమయే. భ్రమతో కూడి వ్యావహారికముగా అగుచున్నవే!

⌘ ⌘ ⌘

ఋభు మహర్షి : ఓ నిదాఘా! "కుందేటి కొమ్ములవలె మొదలే ఉండజాలవు - కానీ ఉన్నట్లు కనబడేవి. లేని-పోని కథా కల్పనలు - అయినట్టి **ఇంకాకూడా కొన్ని కొన్ని విశేషాలు** వినండి.

⌘ ఈ లోకాలకు **శివుడే రక్షకుడు!** మరొకరు కాదు!

⌘ త్రిలోకాలను పాలిస్తున్నది, **పరిపోషిస్తున్నది విష్ణువే!**

⌘ **బ్రహ్మదేవుడే లోకాలన్నీ సృజిస్తున్నారు! అనునదంతా కల్పనలోని విభాగమే! కుందేటి కొమ్ముల వంటివే!**

⌘ ఏదేది పురాణాలలో వర్ణించి చెప్పబడుతోందో...,

⌘ ఏదేది వేదవాక్కులచే నిర్ణయించి నిర్దేశ్యించబడుతోందో..,

⌘ సర్వ ఉపనిషత్తులచే చెప్పబడుచూ, ఉపనిషత్ వేత్తలచే సవివరణ-సంవిశ్లేషణ రూపభావాలుగా ప్రకటించబడుచున్నాయో..,

అట్టి అవన్నీ కూడా - "శశ శృంగవత్ → కుందేటికి కొమ్ములు చూచాను. లేవంటే మాత్రం ఊరుకోను!" - అను నమ్మిక, ఆవేశపూరిత అభిప్రాయముల వంటివే!

ఆత్మయే సత్యము! తదితరమైనదంతా మిథ్య!

ఓ నిదాఘా! ఇది గమనించి, **మిధ్యను సత్యము కొరకై ఆశ్రయించు.** అంతేగాని.. **మిథ్య కొరకు సత్యమును ఆశ్రయించ కూడదు సుమా!**

దేహమేవాఽహమ్ భ్రమ సంకల్పమ్।

నిదాఘ మునీంద్రుడు : హే భగవాన్! తత్త్వదర్శకులగు మహర్షీ! ఋభు మహాత్మన్!

స్వస్వరూపమగు ఆత్మయే సత్తు! తదితరంగా ప్రచారములోను, ప్రసిద్ధముగాను తటస్థించేదంతా **"కుందేటికి గల రెండు వెడల్పైన తెల్లటి-పొట్టి కొమ్ములు"** వలె 'అసత్తే' - అనునది నేను ఒప్పుకొంటున్నాను. అంతేకాదు. మీరు చెప్పు వచనములు నన్ను అనేక భ్రమల నుండి రక్షించి **"స్వస్వరూపమగు సత్-చిత్-ఆనంద స్థానము"** అనే స్వగృహమును తట్టి లేపి చూపిస్తున్నాయి... అని అనటములో **సందేహమే లేదు.**

అయినా కూడా **నా యొక్క "ఆత్మ సునిశ్చయత్వము" కొరకై మరొక విషయము అడుగుచున్నాను.**

సర్వదా కేవలాత్ముడను, అద్వితీయుడను (ద్వితీయము - అనునదేలేనివాడను) అగు నాకు ఈ భౌతిక దేహసంబంధము ఎట్లా, ఎందుకు, ఎవరి కారణంగా, ఎప్పటి నుండి, ఏ విధంగా రూపుదిద్దుకుంటోంది?

ఆత్మనగు నేను 'దేహి-దేహము-దృశ్యము' రూపాలుగా ఎందుకు పరిణమిస్తున్నాను? **ఇది వివరించండి!**

ఋభు మహర్షి : నీవు సర్వదా అఖండము అప్రమేయము-నిత్యము-సత్యము అగు ఆత్మవే! సదా శివుడవు! కాల నియామకుడవు! ఇందులో కించిత్ కూడా అనుమానించవలసినదేదీ లేదు. ఎందుకంటే, వేద-వేదాంగములు, వేదాంతశాస్త్రము, మహర్షులు, తదితర సత్యదర్శులు - **"ఊర్ధ్వబాహుః విరౌమ్యేష"..** రెండు చేతులు పైకెత్తి బిగ్గరగా గానం చేస్తున్నారు. ఇందులో మీకు గాని, నాకు గాని, మరెవ్వరికైనాగాని సందేహించవలసిన పనేమున్నది? వేద ఉపనిషత్ శృతి-స్మృతులు తనయందు ఇముడ్చుకొన్న తత్త్వ శాస్త్రము "తత్ త్వమ్".. అని చెప్పటం మనందరి చెవులకు అనుశ్రుతమైన విషయమేకదా! ఇక... అఖండాత్మస్వరూపులమగు మీకు గాని, నాకుగాని, "దేహము".. అనే స్థితి ఎట్లా వచ్చిందంటారా? **"దేహభావమే దేహత్వము"** అని మునుముందుగా గమనించండి! ఇక వినండి.

⌘

అఖండము, అప్రమేయము, నిత్యము, సత్యము, కాలాతీతము అగు ఆత్మ - సర్వదా అనన్యమై ఉండి కూడా, ఒకడు స్వప్నమును కల్పించుకొని ఆస్వాదించుతీరుగా - **'అన్యము'** (something different)ను కల్పించుకొనుచున్నది. ఎందుకు? అది - **"క్రీడ, లీల, వినోదము, కల్పనావిన్యాసము, స్వకీయ ఆనంద ప్రదర్శనము"..** అని అనవచ్చు. అంతకుమించి కారణం చెప్పలేము. అందుచేతనే, **"అకారణమైన అన్యత్వము"..** అని అనబడుచున్నది. అట్టి అన్యత్వమే "మనో - బుద్ధి-చిత్త-వ్యష్టి అహంకార రూపమగు **అంతః కరణము**".. అని కూడా పిలువబడుచున్నది. నిదురించటం ప్రారంభించినవాడు స్వప్నమును, ఆ స్వప్నములో సంపద - ఆపదలను ఎందుకు కల్పించుకొంటున్నాడో, అందుకే అద్వితీయాత్మ ద్వితీయమును కల్పించుకుంటోంది.

'దేహోఽహమ్'- ఇతి సంకల్పం, తత్ అంతఃకరణగ్ం స్మృతమ్! 'నేను దేహమును' అనునది అట్టి అంతఃకరణము నుండి జనించిన ఒకానొక **"బాల్య చాపల్య రూప సంకల్పము"..** అని చెప్పబడుతోంది. అనగా, మీరుగాని, నేను గాని **"నేను అఖండాత్మను"..** అనునది కించిత్ కూడా వదలకుండానే, **"ఇంద్రియములకు, ఇంద్రియ విషయములకు సంబంధించిన ఒక భౌతిక దేహమును.. అని అనుకుందాం!"..** అను కల్పితమగు ఖండత్వమును ఆశ్రయించామన్న మాట! అట్టి ఆశ్రయము "సంకల్పించుట"-అనుప్రక్రియ ద్వారా జరుగుతోంది.

ఈ దేహోఽహమ్ భావన ఏ విధంగా పరిణమించినదై ఉంటోందో.. ఇక వినండి!

'దేహోఽహమ్' సంకల్పమేవ। - "(నేను రూపతః ఒక దేహమును' -అనే భావనయే)... →

→ **అంతరఃకరణమ్ స్మృతమ్।** - 'అంతఃకరణము'గా చెప్పబడుతోంది.

→ **మహత్ 'సగ్ంసార' ఉచ్యతే।** - "మహాభయంకరముగు సంసార సాగరము".. అని పలుకబడుచున్నది.

→ **తత్ బంధమ్ ఇతి ఉచ్యతే।** - **'ఈ దేహమే నేను'** అని తలచిన మరుక్షణం సర్వబంధములు వచ్చి వ్రాలుచున్నాయి.

తత్ సంకల్పం-దుఃఖమ్-ఇతి చ ఉచ్యతే - దేహ భావనయే దుఃఖము యొక్క రూపము (All worries emanate because of relatedness with physical form).

దేహోఽహమ్ యత్ జ్ఞానమ్ - తదేవ 'నరకమ్' స్మృతమ్। - 'నరకము' అని దేని గురించి చెప్పబడుచున్నదో, అదంతా "నేను దేహమును" అనుదానియొక్క రూపమే (లేక) పరిణామమే!

దేహోఽహమ్ ఇతి సంకల్ప జగత్ సర్వం ఇతి ఈర్యతే। "నేను దేహమును" అను సంకల్పమే "సంకల్పాత్మక జగత్తు"గా ఫలీకరిస్తోంది.

హృదయ గ్రంథిః ఈరితః (1) ఈ సృష్టి ఉన్నది (బ్రహ్మగ్రంధి) (2) ఈ సృష్టి కొనసాగుచున్నది (విష్ణుగ్రంధి) (3) ఇది లయిస్తోంది (రుద్రగ్రంధి).. అనబడే హృదయగ్రంధులు 'దేహమే నేను' అను మూల సంకల్పవృక్షము నుండి బయల్వెడలిన కొమ్మలు.

యత్ దేహోఽహమ్ జ్ఞానమ్ తదేవ అజ్ఞానమ్: ఏ జ్ఞానముచే → జన్మ-బాల్య-కౌమార-యౌవన-వార్ధక్యములతో, **"ఈ భౌతిక దేహమే నేను! దీని సుఖదుఃఖములు నాకు చెందినవే! దీనితో హానివృద్ధులు పొందుచున్నాను"**→ అని అనిపిస్తోందో, అదియే **అజ్ఞానము.**

తత్ దేహోఽహమ్ జ్ఞానమేవ అసత్ భావమ్ - 'నేను 'ఆత్మనుకదా' అనునదే **సత్ భావము. 'నేను దేహమును'** అనునదే **అసత్‌భావము.** లేనిది ఉన్నట్లుగా భావించటము. **'నేను దేహము'నే** అనునదే 'అసత్తు'-అయి ఉన్నది. **"దేహికి దేహము ఐహికమైన మోహము"** - అని సిద్ధాంతీకరిస్తూ గుర్తు చేయబడుతోంది.

దేహాత్మ బుద్ధియేవ అవిద్య : ఏ విచక్షణచే **'నేను దేహమును'** అని అపిస్తోందో,... అదియే **'అవిద్య'!**

తదేవ ద్వైతమ్: ఏకము-అఖండముఅగు ఆత్మ-**'నేను దేహమును'** అను సంకల్పము ప్రారంభించటము కొనసాగించటమే- **'ద్వైతము'!**

దేహోఽహమ్ సంకల్పః సతి య జీవః సఏవహిః। 'దేహమే నేను' అను సంకల్పమునే 'జీవుడు' అను శబ్దముతో ఉద్దేశ్యిస్తున్నారు.

'దేహోఽహమ్' ఇతి జ్ఞానం పరిచ్ఛిన్నమ్। అపరిచ్ఛిన్నమగు ఆత్మకు 'దేహోఽహమ్' జ్ఞానము కారణంగానే పరిచ్ఛిన్నత్వము ఆపాదించబడుతోంది! దర్శించబడుతోంది.

దేహోఽహమ్-ఇతి సంకల్పో మహాపాపమ్ ఇతి స్ఫుటమ్ : 'నేను దేహమును' అను సంకల్పమే మహాపాపమని, మహాపాతకమని శాస్త్రములచే గుర్తు చేయబడుతోంది.

యా బుద్ధిః తృష్ణా దోషామయః : 'దేహోఽహమ్' అను బుద్ధి చేతనే 'తృష్ణ' (The hunger that I must get some thing) అనే దోషమంతా వచ్చిపడుతోంది.

దేహోఽహమ్ యత్ కించిదపి సంకల్పమ్ 'తాపత్రయమ్' ఇతి ఈరితమ్ - ఆధిదైవికము, ఆధి భౌతికము, ఆధ్యాత్మికము అనబడే '3' తాపములు 'నేనీ దేహపరిమితుడును' - అను చోట మాత్రమే మొలుస్తున్నాయి.

ఓ సౌమ్యా! నిదాఘా!

"నేను దేహములో ఇరుక్కున్నవాడను".... అను దేహాత్మభావన - కారణంగానే, కామ క్రోధ మోహ మద మాత్సర్యములు, బంధనము, ఆయా పరిస్థితులను తారుమారు చేయగల కాలచక్ర గతులు, సర్వ దృష్టిదోషములు, లోకదోషములు, పరస్పర హింస మొ॥వన్నీ రూపము పొందుచున్నాయి!

ఇన్ని మాటలెందుకు?

ఇక్కడ ఏర్పడే సర్వ సంకల్ప జాలములు **"నేను భౌతిక దేహమాత్రుడను"** అను కించిత్ భావోద్రేకము నుండియే బయల్వెడలుచున్నాయి - అని గ్రహించు!

మనయేవ ఇదమ్ జగత్।
(మనయేవ మనుష్యాణాం కారణం బంధ-మోక్షయో।)

నిదాఘ మునీంద్రుడు : సర్వసాక్షి, కేవలము అగు ఆత్మకు **"నేనొక భౌతిక దేహబద్ధుడను కదా!"..** అనే బంధము-సంబంధము ఎట్లా ఏర్పడుచున్నాయి?

ఋభు మహర్షి : ఆత్మ యొక్క సంకల్ప విభాగమునందే సర్వము జనిస్తోంది. **"మననము"** లేక **"భావించటము"** అనే ఆత్మ యొక్క ఒకానొక **కళావిభవమే** మనస్సు యొక్క రూపము. మననమే మనస్సు. అందుచేత ఆత్మతత్త్వము గురించిన (అఖండత్వ-అప్రమేయత్వ, నిత్యత్వ-సత్యత్వ) మననము చేత అన్య మననములు మొదలంట్లా మ్రింగి వేయబడగలవు! **న సందేహః।**

మన ఏవ జగత్ సర్వమ్! "మనస్సు యొక్క రూపమేమిటి?" అని విచారణ చేయగా, **జగత్తుగా ఏది అనుభవమగుచున్నదో అదియే మనస్సు"....** అని గమనించబడుతోంది. ఈ జీవునికి **మనస్సే మిత్రుడు. మనస్సే శత్రువు కూడా! మనస్సే** - దృశ్యముతో సంబంధము,

స్వస్వరూపముపై అపార్థపూర్వకమైన 'అల్పత్వము' తెచ్చిపెట్టుచున్నది. అందుచేత మనస్సే సంసారము. ఈ మూడు లోకములు, వాటిలో జీవుల ఊర్ధ్వ-అధో గమనములు.. అంతా మనస్సే! (**మనో యః కరోతి, తత్ కృతమ్ భవతి**). మనస్సు చేస్తేనే ఏదైనా నిర్వర్తించబడినది అగుచున్నది.

– మనస్సే ఈ జీవునకు ఆదుర్దాలు, వేదనలు, భయములు, దుఃఖములు (worries) – అన్ని తెచ్చిపెట్టుచున్నది.
– మనస్సే దేహముతో తన్మయమై, ఆత్మస్వరూపడవగు నీకు, "పుట్టాను. పెరిగాను. వార్ధక్యము. నాగతి ఇది. మరణిస్తున్నాను".. – మొదలైనవన్నీ తెచ్చి ఇస్తోంది. **మనననే మనోరూపమై**.. ఈఈ పరిణామములు అనుభూతపరుస్తోంది.

'కాలము' అనునది కూడా మనోరూపమే! మార్పు-చేర్పులే కాలరూపము. అట్టి మార్పు చేర్పులన్నీ మనోరూపమే! కాబట్టి మనస్సే కాలము! మనస్సే సర్వదోషముల రూపము.

- మనస్సే సంకల్పము – మనస్సే ఈ జీవుడు.
- మనస్సే చిత్తము-మనస్సే అహంకారము.
- మనస్సే ఈ జీవునికి అసలైన బంధము.
- మనస్సే బుద్ధి-చిత్త-అహంకారముల రూపమైనట్టి "అంతఃకరణము" అయి ఉన్నది.
- మనస్సే భూమి-జలము-తేజస్సు (అగ్ని) మరుత్ (వాయువు) ఆకాశము అనబడే పంచభూతములు కూడా.
- మనస్సే శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధములు.
- స్థూలమయ-ప్రాణమయ-మనోమయ-విజ్ఞానమయ-ఆనందమయ.. పంచకోశములు కూడా మనోరూపవిన్యాసములే.
- జాగ్రత్-స్వప్న- సుషుప్త త్రిదశలూ మనోభావ (లేక మనో సంచలన) నిర్మితములే.
- ఇంద్రుడు-యముడు-వరుణుడు-వాయుదేవుడు మొదలైన అష్టదిక్పాలకులు, అష్టవసువులు, లయకారుడగు రుద్రుడు, ఆదిత్యుడు.. ఇవన్నీ మనోరూపములే!
- ఈ దృశ్యములో కనిపించే – కదలనివి, కదలేవి (జడ-చేతనములు), జీవ-ఈశ్వరులు, కష్ట-సుఖములు.. ఇవన్నీ కూడా మనోరూపములే!
- అంతా సంకల్పమే! సంకల్పమునకు భిన్నమై ఎక్కడా ఏదీ లేదు. ఏకించిత్ తత్త్వం కూడా లేదు. ఈ జగత్తు, గురువు, శిష్యుడు ఇవన్నీ కూడా సంకల్పరూపములే!

ఈ సర్వము ఆత్మయొక్క సంకల్పరూపమే। సంకల్పము ఆత్మరూపమే! అందుకే **'జగత్తు ఆత్మరూపమే'** అని ప్రకటించబడుచున్నది.

6వ అధ్యాయము

సర్వము సత్-చిత్-ఆనందమయమ్-ఉనికి-ఎరుక-అనుభూతిల నిర్మితం

నిదాఘ మునీంద్రుడు : హే మహాత్మన్! ఇక్కడ శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధముల రూపంగా ఘనీభూతమై కనిపిస్తూ అనేక సంఘటనలకు, సంబంధ-అనుబంధ-బాంధవ్యములకు, భావ-అభావములకు స్థానభూతమై ఆలవాలమై కనిపిస్తున్న ఈ జగత్తు యొక్క వాస్తవ రూపము ఏమిటి? ఇదంతా ఎక్కడ నుండి బయల్వెడలుచున్నది? ఎట్లా ఇక్కడ మనకు ఎదురుగా సిద్ధించినదై ఉంటోంది? ఇద్దాని అసలు రూపము ఏమై ఉన్నది? ఇద్దానికి నాశనము ఉన్నదా?.. ఈ విశేషాలు వివరించండి.

ఋభు మహర్షి : ఆత్మకు కేవల సంబంధమైనట్టి '3' విశిష్ట లక్షణములు శాస్త్రములచే విశదీకరించబడుచున్నాయి.

సచ్చిదానందము = సత్+చిత్+ఆనందము = పరబ్రహ్మతత్త్వము, బ్రహ్మము.

(1) సత్ = ఉనికి – "నేను ఉన్నాను" అను సంభావన – **సత్భావన.**

(2) చిత్ = "ఎరుక. ఎరుగువాడు + ఎరుగబడునది" ల రూపమై ఉన్నట్టిది. ఆ రెండికి ఏర్పడి ఉండు సంబంధము **చిత్భావన.**

(3) ఆనందము = అభిప్రాయము + అనుభూతి+ వినోదముల కలయికతోకూడిన **ఆనంద భావన.**

ఈ **మూడు** ఏకమగుచోటే ఆత్మ **అనుభూతిత్వము** పొందుచున్నది. అందుచేత "జగత్తు"-అనునది, అందులోని సర్వ విశేషములతో సహా – **సచ్చిదానంద రూపమే!**" – అని ఎరిగి ఉండుము.

సర్వము అద్వైతమగు సచ్చిదానందమే! అది అవ్యయమైనది. ఏ విధంగా అక్షరములతో ఒకడు అనేక రచనలు రచించినాకూడా, అక్షరములకు పెరుగుదల-తరుగుదల ఉండదో,.. సచ్చిదానందము కూడా అట్లాగే అక్షరము (క్షరము లేనిది). జగత్తుల ఉత్పత్తి-లయములతో కూడిఉండికూడా, (స్వప్నద్రష్ట-స్వప్నములవలె)-"సత్‌చిత్‌ఆనందాత్మ" - సర్వదా యథాతథము.

జగత్తు అనబడేది నీ యొక్క సచ్చిదానందరూపమే! నేను కూడా నీయొక్క సచ్చిదానందమునే! నీవు నాకు అదియే। 'ఆత్మాకాశము' అనునది కూడా సచ్చిదానందమే! అట్లాగే మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము, వాటి సంఘాతమగు అంతర్-బహిర్.. రంగములు, మరొకప్పటి వాటి విఘాతములు కూడా సచ్చిదానందమే! విషయములు, గుణములు, అనుభూతులు అనుభవములు.. అన్నీ కూడా **సచ్చిదానందమే.**

ఓ నిదాఘమహాశయా! సచ్చిదానందరూప పరబ్రహ్మమునకు వేరుగా-నీవుగాని, నేనుగాని, సర్వలోకజీవులు-లోకపాలకులగు దేవతలు, త్రిమూర్తులు.. మొదలైనవి గానీ లేవు. అక్షరములకు పదములు, వాక్యములు మొ॥నవి వేరు కానట్లు, **ఈ కనబడేదంతా అక్షర-పరబ్రహ్మమే!** పరబ్రహ్మమునకు వేరుగా జడమైనది లేదు! చేతనమైనదీ లేదు! **ఇదంతా సత్-చిత్-ఆనంద సంయోగమే.**

- ప్రతి ఒక్కరి యొక్క, ప్రతి ఒక్కటి యొక్క ఆది-మధ్య-అంతము,
- ప్రతి ఒక్కటి యొక్క సత్ (ఉనికి) స్థానము, అలంకరించబడినదై యున్నచోటు (స్థానము)→అంతా **సత్‌చిత్ ఆత్మకమగు అక్షర పరబ్రహ్మమే!**

భావనారూపములగు సుఖ-దుఃఖములు, (లేనిది ఉన్నట్లు-ఉన్నది లేనట్లు అనిపించు తత్త్వమగు) మాయ, ప్రకృతి... **ఇవన్నీ సచ్చిదానంద బ్రహ్మమునకు వేరుకాదు.**

పరబ్రహ్మమునకు వేరుగా దేహము లేదు. ముఖము లేదు. ఘ్రాణము (ముక్కు-వాసన) లేదు. నాలుక (రుచి) లేదు. దవడ లేదు. దంతములు (పళ్ళు)లేవు. పెదిమలు లేవు. లలాటము (foreface) లేదు. ఉచ్ఛ్వాస-నిశ్వాసములు లేవు. శరీరములో నిస్వేదము (చెమట), బొమికలు, మాంసము, రక్తము, మూత్రము ... ఇవన్నీ **ఉనికి-ఎరుక-అనుభూతుల కలయిక రూపములే!** దూరము-దగ్గర, అంగములు, ఉదరము-నుదురు స్థానము, హస్త-పాదముల చలనము, శాస్త్రములు, శాసనము, వేత్త(ఎరుగుచున్నవాడు), వేదనము (ఎరుగుట) వేద్యము (ఎరుగబడుచున్నది), అంతా **సత్‌చిత్ ఆనందమే!**

జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు, అందులోని ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్యములు, తురీయము.. ఇవన్నీ పరబ్రహ్మమునకు వేరుకాదు. తురీయాతీతము కూడా బ్రహ్మమునకు వేరై లేదు. బ్రహ్మమునకు వేరుగా ఆధ్యాత్మికమూలేదు. అధి భౌతికము లేదు. ఆధిదైవికము లేదు. విశ్వుడు (జాగ్రత్‌ను ఆస్వాదించు పురుషకారము), తేజసుడు (స్వప్నము ఆస్వాదించుపురుషకారము), ప్రాజ్ఞుడు (సుషుప్తిని ఆస్వాదించు పురుషకారము), విరాట్ పురుషుడు (ఈ భౌతిక విశ్వమంతా తన శరీరముగా భావించు పురుషకారము), సూత్రాత్మ (సర్వజీవులలో సమస్వరూపమైయున్న అంతర్యామి), ఈశ్వరుడు (సర్వ జీవుల రూపముగా విస్తరించుచున్నవాడు), వేద ప్రవచిత క్రియలు, వాటివలన లాభములు, నష్టములు.. అంతా **సత్‌చిత్ ఆనందరూపమగు బ్రహ్మమునకు ఏమాత్రము వేరుకాదు**. అనేక ఆకారములు గల బంగారు ఆభరణములన్నీ బంగారమునకు వేరు కాదుకదా!

ఇక్కడ త్యాజ్యము (త్యజించబడేది), గ్రాహ్యము (గ్రహించబడేది), దుష్యము (దూషించబడునది), పూజ్యము, అనుభవించతగినది, అనుభవించతగనిది (మేధ్య-అమేధ్యములు), తినునది, త్రాగునది, కష్టము, సుఖము, కాలము, దేశము, దేశ భాషలు... ఇవన్నీ పరబ్రహ్మమునకు వేరుకాదు. **సచ్చిదానందరూపమే!** - ఈ కనబడే సర్వము కూడా బ్రహ్మమే! భయము, ద్వైతము, ద్వైతభయము, అద్వైతము-అభయము, వృక్షములు, గడ్డిపోచలు, పర్వతాలు బ్రహ్మమునకు వేరులేదు. స్వప్నంలో కనిపించేదేదైనా స్వప్న ద్రష్ట-స్వకీయ స్వప్నచైతన్యమునకు వేరుకాదు కదా! ఇదీ అంతే! **అంతా సచ్చిదానందమే! ఉనికి ఎరుక అనుభూతిల ఏకరూపమే!**

ధ్యానము, యోగము, సిద్ధి, బ్రాహ్మణ-క్షత్రియ-వైశ్య-శూద్రులనబడే చాతుర్వర్ణములు, పక్షులు, మృగములు, వస్త్రములు, కామ-క్రోధ-లోభ-మోహ-మద మాత్సర్యములు, స్త్రీలు, పురుషులు, శూద్రులు, పిల్లలు, భక్ష్య-భోజ్య-లేహ్య-చోష్యములు (ఆహారంగా స్వీకరించు నాలుగు రీతులు), నపుంసకులు, నాస్తికులు,వార్తలు, అవసరములు.. ఇవన్నీ బ్రహ్మమునకు వేరుకాదు. ఒకనాటక రచయిత యొక్క రచనాశైలి వైవిధ్యమువలె,... ఇవన్నీ కూడా **బ్రహ్మమే అయి ఉన్న నీయొక్క స్వకీయ స్వరూప సందర్శనా వైవిధ్యమే!**

లౌకికము, అలౌకికము, వ్యాపారములు, క్రియా-కార్యక్రమములు, బద్ధకము. మూఢత్వము-**అంతా బ్రహ్మమే!** భోక్త-భోజనము-భోజ్యము (Enjoyer-enjyoing-object); ప్రమాత-ప్రమాణము-ప్రమేయము (subject, its relationship, object of relationship); శత్రువులు, స్నేహితులు, సంతానము; భార్య, భర్త, తల్లి, తండ్రి, సోదరులు, సోదరిలు, తదితర బంధువులు; జన్మ-వృద్ధి-మృతి; 'దేహమే నేను' అనే భ్రమ.. అంతా కూడా **సర్వదా బ్రహ్మమే!**

ఒక నాటక రచయితకు – తాను వ్రాసిన నాటకంలో తన కల్పన కానట్టి సంఘటనగాని, పాత్రగాని, స్వభావముగాని ఏముంటాయి?

బ్రహ్మముకానిదేదీ ఎక్కడా ఏదీ లేదు! అనుభూతమయ్యేదీ బ్రహ్మమే! అనుభవి బ్రహ్మమే! **'ఇంకా అనుభూతం కావాలి కదా!'** – అని అనుకునేది – అంతా బ్రహ్మమే.

శూన్యముగాని–అశూన్యముగాని, మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారరూప అంతఃకరణముగా చెప్పబడేదిగాని, రాత్రి,పగలు, బ్రహ్మీముహూర్తములు (4Am to 7 Am and 4 Pm to 7 Pm), ప్రదోషకాలము (సంధ్యకాలము), అర్ధరాత్రి, మధ్యాహ్నము గాని...

బ్రహ్మదేవుడు గాని, విష్ణువుగాని, శివుడుగాని, దిన–వార–పక్ష–మాస–సంవత్సరములుగాని, చంచలమగు కాలగతులుగాని, బ్రహ్మలోకము–వైకుంఠము– కైలాసము– ఇంద్రలోకము–చంద్రలోకము.. మొదలైనవిగాని,

7+7=14 భూ–భువర్ సువర్–ఇత్యాది ఊర్ధ్వ – అధో లోకములుగాని, అగ్నిలోకము–యమలోకము–వాయులోకము–ఇంద్ర –మహేంద్ర లోకములు మొదలైన ఆయా దిక్పాలక (మరియు) తదితర అవాంతర (Incidental) లోకములుగాని, అగ్ని–యముడు–వాయుదేవుడు–ఇంద్రుడు–మహేంద్రుడు మొదలైన దిక్పాలకులు గాని తదితర లోకపాలకులుగాని,

భూ–భువర్–సువర్–మహర్–పాతాళ.. ఇత్యాది ఊర్ధ్వ–అధో సర్వలోకవాసులుగాని, స్వర్గ–మర్త్య–పాతాళ త్రిలోకములుగాని →

ఇవన్నీ కూడా పరబ్రహ్మమునకు–కించిత్ కూడా వేరుకాదు. సూర్యుడు–సూర్యుని అసంఖ్యాత కిరణములు వేరువేరు కాని తీరుగా, –సమస్తము కూడా 'బ్రహ్మము' అను సూర్యుని నుండి బయల్వెడలుచున్న **అసంఖ్యాత కల్పనా–భావనారూప కిరణసమూహములే।**

అవిద్య–విద్య, మాయ, ప్రకృతి, స్వభావము, ఊహ, భావన, ఆకాశము, శాంతము, కోపము, స్థిరమైనది, అస్థిరమైనది, 'గతి' కలిగినది, క్షణికమైనది. అవినాశనము, నశించుచున్నట్టిది– ఒకానొకని ఊహలోని దృశ్యములవలె– **బ్రహ్మమునకు వేరుకావు। సచ్చిదానంద రూపమే।**

❖

ఇంకా కూడా....,

ధ్యానింపబడుచున్నది, ధ్యానము, ధ్యానించకూడనిది, స్నానము, జపము, మంత్రములు, మొ॥వి సచ్చిదానందస్వరూపుడనగు నాకు కించిత్ కూడా వేరు కాదు. పదార్థముగాని, పూజచే లభించగల పూజార్థములుగాని, అభిషేకముగాని, అర్చనగాని, ప్రార్ధనగాని, పత్ర–పుష్ప–ఫల–జలములుగాని, ధూప–దీప–నైవేద్య–నివేదనలు గాని, స్తోత్ర–ప్రదక్షిణ నమస్కారాలు గాని.. ఇవన్నీ బ్రహ్మమునకు అణువంత కూడా వేరైలేవు.

అంతేకాదు! సచ్చిదానందముకానిది కూడా లేదు.

హోమములు, విద్యుక్త ధర్మములు, కర్మలు సు–సంభాషణలు, దుర్–సంభాషణలు, గాయత్రీ మంత్రము, త్రిసంధ్యావందనములు, మనస్సు–అద్దాని స్థితిగతులు, దుస్థితులు... ఇవన్నీ సత్‌చిత్ ఆనంద మాత్రమునకు వేరుకావు. మనస్సు బాగుండకపోవటము, దురాశ, దుష్టాత్మత్వము, పరులను బాధించుస్వభావుడగు చండాలుడు, అపవిత్ర సంబంధములు కలిగి బిడ్డలను కనువారు, అట్టి బిడ్డలు, దుస్సాహసములు, ఇతరులను తిట్టిపోయు దురాలాపములు, పక్షులను–జంతువులను–తదితర జీవులను నిర్దాక్షిణ్యంగా హింసించే కిరాతకులు, ఇతరులను అవమానించువారు, నిర్ధాక్షిణ్య–అవమాన సందర్భములు, పక్షపాత బుద్ధి, ఒక పక్షంలో ఉండి రెండవ పక్షములోని వారిని నిందించుటయే స్వభావముగా కలవారు, గొప్పగొప్ప భూషణములు ధరించినవారు, దొంగబుద్ధి కలవారు, దంభము–దాంభికత–లేని గొప్పలు చెప్పుకొని పెత్తనములు చెలాయించువారు, నరులలో హీనులు, అధికులు .. అవన్నీకూడా పరబ్రహ్మము కానిది లేదు.

పరబ్రహ్మము – కానివారు లేరు. కలలో కనిపించిన కటికవాడు – కల కనేవాని స్వప్న చైతన్యరూపము కాకపోతాడా? అట్లాగే "కల కనేవాడు అట్టివాడు'.. అని అంటామా? అట్లా అని అనం కదా! రెండూ లేదు కదా! **పరబ్రహ్మము ఈ సర్వము అయి ఉండటము అట్టిదే! ఈ సర్వము కానిదై ఉండటము – అటువంటిదే.**

ఏకము (అఖండాత్మ), ద్వయము (జీవాత్మ–పరమాత్మలు), త్రయము (జీవాత్మ–ఈశ్వర–పరమాత్మలు), తుర్యము (జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్త, తురీయములు), ఇహత్వ–పరత్వములు, మహదత్వములు (సర్వములోని నేనైన నేను), గొప్పతనము, అల్పత్వము, పూర్ణము, పరిచ్ఛిన్నము, 'కాశీ' వంటి పుణ్యక్షేత్రములు, అక్కడ తపస్సులు చేయువారు, కుల–గోత్రములు, 'అందరిలోని అంతర్యామి' అను సూత్రాత్మలు, జీవుల మధ్య సంబంధ–బంధములు కలిగించు సూత్రములు, సూత్రప్రాయంగా

చెప్పే గొప్ప సిద్ధాంతములు, స్త్రీలు, పురుషులు, నపుంసకులు, బాలురు, యువకులు, వృద్ధులు, వయోవృద్ధులు, వివాహిత స్త్రీలు, కన్యలు, వితంతువులు, 'అంతా నేనే' అనే విభుత్వము వహించువారు, "నాకు దేనితోను సంబంధము లేదు" అని శూన్యత్వము వహించువారు, సూతకులు (మైలవారు), పాతకులు (పాపము చేయువారు), అంతర్ముఖులు, బహిర్ముఖులు అంతా-అందరూ పరబ్రహ్మమే! పరబ్రహ్మము కాకుండే ఎవ్వరూ-ఏదీ లేరు-లేదు! అందరు సచ్చిదానంద స్వరూపులే.

ఐక్యము-ఏకత్వము (జీవబ్రహ్మైక్యత్వము), అణిమ-గరిమ-లఘిమ-మహిమ-ఈశిత్వ-ప్రాకామ్య-ఇచ్ఛా... ఇత్యాది సిద్ధులు, విభూతులు, **సర్వమూ కూడా 'చైతన్యమాత్రమే'! చైతన్యము నిత్య నిర్మలము! అందుచేత ఎక్కడా ఏ దోషమూ లేదు. ఏదీ దోషము కాదు. సర్వము నిర్మల బ్రహ్మమే! సర్వము సత్ మాత్రరూపమే! సత్‌చిత్ ఆనందమే!**

బ్రహ్మైవ సర్వమ్। న అన్యోఽస్తి! సర్వము సర్వదా బ్రహ్మమే అయి ఉన్నది. బ్రహ్మమునకు వేరుగా ఎక్కడా ఏదీ లేదు.

తత్ అహమ్! నేను బ్రహ్మమును! **తత్ అహమ్ తథా!** ఇప్పుడు మాత్రమే బ్రహ్మమునా? కాదు. ఇప్పటికిప్పటికీ, ఎప్పటికీ బ్రహ్మమునే! **తదేవ అహమ్।** ఆ బ్రహ్మమే నేను! మరొకటేదీ కాదు! ఎప్పటికీ బ్రహ్మమునే! సర్వము కేవల-సన్మాత్రరూపమే! ఉనికి కలిగినదంతా సన్మాత్రమే! అందుచేత **సర్వమ్ సచ్చిదానంద మాత్రకమ్! "బ్రహ్మైవ సర్వం, న అన్యోఽస్తి।"**

"నేను బ్రహ్మమునకు వేరు। అది బ్రహ్మమునకు వేరు। వారు బ్రహ్మము కాదు" అని భావించటమే అసత్తు. అంతకుమించి 'అసత్తు' అనునది లేదు.

❁ ❁ ❁

బ్రహ్మైవాహమ్ సదా। న అహమ్ అన్యమ్।

నిదాఘ మునీంద్రుడు : ఆహాఁ! ఋభుమహర్షీ! మీరు ప్రకటించు పరమ సత్యము మహత్తరము. ఇంతటి "సర్వమ్ ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ" అను పరమ సత్యమును అనుభూతపరచుకొన్న మీరు ఎంతటివారు! సామాన్యులు గారు! ఆహాఁ స్వామీ! మీరు ఎంతటివారో, ఎవ్వరో, ఏమిటో వివరించండి! మిమ్ములను చూచి ఆశ్చర్యపడుచున్నాను!

ఋభు మహర్షి : నాయనా! నిదాఘా! ఈ దేహము, నామరూపములు, లోకములో నా పాత్ర, ఇతరుల గురించి నా అభిప్రాయములు, ఇతరుల యొక్క నా గురించిన అభిప్రాయములు.. ఇవన్నీ స్వప్నతుల్యమగు జగత్-అంతర్గత కల్పితములు. అవన్నీ నేను పట్టుకోవటం లేదు. వదలటం లేదు. జగత్తు బ్రహ్మమే. నేను బ్రహ్మమే. నా వలెనే నీవూ బ్రహ్మమే!

బ్రహ్మైవాహమ్। బ్రహ్మైవాహమ్। బ్రహ్మైవాహమ్! నేను బ్రహ్మమును। బ్రహ్మమును మాత్రమే. మరింకేమీ కాదు. బ్రహ్మముకాక మరింకేమి ఎక్కడా లేనప్పుడు నేను బ్రహ్మమును కాకుండా, మరింకొకటేది అవుతాను? ఇప్పుడు - ఇదివరకు - ఇకముందు **బ్రహ్మైవాహమ్। బ్రహ్మమునే!**

న సగ్ంసారీ! అంతేగాని సంసారిని కాదు. సంసార బద్ధుడను కాదు. కల తనదైనవాడు కలలో ఇరుక్కుంటాడా? కథలోని పాత్రకు రచయిత బద్ధుడా?

నమే మనః : ఆలోచనలు నేను కాదు. నా నుండి ఆలోచనలు బయల్వెడలుచున్నాయి. కనుక 'మనస్సు' నేను కాదు.

న మే బుద్ధిః : ఇది చేయాలని-అది చేయకూడదని పుట్టే బుద్ధి నేను కాదు. నేనుంటే బుద్ధి. అంతేగాని బుద్ధి తరువాత నేను కాను. కనుక బుద్ధిని నేను కాదు. తెలివితేటలు, తెలివితక్కువదనము-నేను కాదు. బుద్ధి పుట్టినా, పుట్టకున్నా.. **సత్ వస్తువగు నేనున్నాను.** కనుక, అన్నిటికీ ప్రత్యేకమై, అన్నీ తానే అయిన బ్రహ్మమే నేను.

న చ ఇంద్రియమ్ : నేను కన్ను కాదు. చెవులు, ముక్కు, నాలుక, చర్మము నేను కాదు. చూపు, వినికిడి, వాసన, రుచి, స్పర్శ మొదలైన ఇంద్రియములు నేను కాదు. ఒకడు ఒక కర్రను చేతిలో ధరించి ఉంటే, ఆతడు ఆ కర్రగా అవుతాడా! అవడు. అట్లాగే నేను ఇంద్రియములు కాదు. ఇంద్రియార్థములు కాదు.

న దేహోఽహమ్ : ఒకడు ఎర్రటి చొక్కా (వస్త్రము) ధరిస్తే ఆతడు ఆ చొక్కా (Shirt) అవుతాడా? లేదే! నేను దేహమును ధరించి ఉండవచ్చుగాక! కానీ దేహమును కాదు. బ్రహ్మమునే।। "ఆ ఎర్ర చొక్కావాడిని ఇటు పిలవండి।" అన్నంత మాత్రం చేత ఎర్రచొక్కావాడిని అవుతానా? రేపు మరొక రంగు చొక్కా వేసుకుంటాను కదా!

న గోచరః : కళ్లకు కనిపించే ఏదీ నేను కాదు. కళ్లకు కదిలేది కనిపించవచ్చు గాక! కదిలించే వాడు కనిపిస్తున్నాడా? లేదుకదా! మరిలేడా? ఉన్నాడు. ఇంద్రియములకు విషయమే కానట్టి, నిర్మలబుద్ధికి మాత్రమే అనుభూతమవగల, సర్వము తానే అయి ఉన్న బ్రహ్మమే నేను.

న జీవోఽహమ్ : నాటకంలో పాత్ర (Role)గా నటిస్తున్నప్పుడు, ఆ పాత్రగా నేనగుచున్నానా? లేదు. వేరు (పరమ్)గా ఉన్నాను. పాత్ర ధర్మాలన్నీ నావి కావు. నాటకంలోనివి. నాటకమే కల్పన! అట్లాగే 'పాత్ర' కూడా కల్పనయే! ఈ 'జగన్నాటకదృశ్యము'లో కనిపించే 'జీవాత్మ' అనునది దృశ్యకల్పనయే. స్వతః లేదు. నేను మాత్రమే స్వతఃగా బ్రహ్మమై ఉన్నాను. అందుచేత నేను జీవుడను కాదు! మరి? బ్రహ్మమునే!

న చేత భూః : ఎవ్వరి చేతనో ఎక్కడి నుండో కదిలిస్తూ ఉంటే, కదలుతూ ఉండే కీలుబొమ్మ నా! ఏ మాత్రమూ కాదు. దేహము-ఆలోచనలు - నిర్ణయములు - ఇష్టములు.. వీటనన్నిటినీ కదలుస్తూ, వీటికన్నిటికీ సాక్షినగు 'కేవలచైతన్యము'ను. అంతేగాని, మరొకరు ఎవరిచేతనో కదల్చబడు ఒక భౌతిక వస్తువును కాదు. **బ్రహ్మమును!**

జడో నాహమ్ : తనకు తానుగా కదలలేని ఒక జడపదార్థమునా? ఊహూ! కాదు. సర్వస్వతంత్రమగు పరబ్రహ్మమే నేను. 'కార్య-కారణమగు బ్రహ్మమే నేను' అని బ్రహ్మజ్ఞులు, వేదాంత శాస్త్రము ఎలుగెత్తి, గానం చేస్తూ ఉండగా **"లేదు! అల్పమగు జడపదార్థమును : ఎవ్వరో ఎప్పటికో వచ్చి చైతన్యపరిస్తేగాని, నా గతి మారదు"..** అని ఎట్లా అంటాము? లేదు. బ్రహ్మమునే నేను!

అహమ్ బ్రహ్మ! నమే మృతిః : కల తనదైనవాడు కలలో ముగియబడుచున్నాడా? (one dreaming, - is he ending with that dream? No.) లేదు. అట్లాగే జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులతోను, దేహములోను కనిపిస్తూ ఉండవచ్చుగాక! వాటివేటితోనూ ప్రారంభమవని, ముగియని (that neither begins nor ends with) బ్రహ్మమే నేను! అందుచేత 'మృతి' అనే దేహధర్మము ఆత్మనగు నాది కాదు. **నాకు మృతి లేదు, సర్వదా అమృతస్వరూపుడను!**

బ్రహ్మైవాఽహమ్। న చ ప్రాణో : నేను ప్రాణశక్తి పరిమితుడనుకాను. ప్రాణశక్తి సమన్వితుడను. శక్తి తనదైనవాడు- శక్తికి పరిమితుడు కాదు కదా! ప్రాణశక్తి నాది. అంతేగాని ప్రాణములు నేను కాదు. నా యొక్క ప్రాణశక్తిచే జడ-దేహములను, సర్వ భావములను చైతన్యపరచువాడను. అందుచేత **న చ ప్రాణో!** పంచ ప్రాణములు నేను కాదు. నావి! అంతవరకే!

బ్రహ్మైవాఽహమ్ పరాత్ పరః : నాయొక్క జగత్తులో కనిపించే 'ఇహ' 'దేహ-ఇంద్రియ-గుణ' సంఘాత రూపమునకు ఆవల ఉన్నవాడను. పరుడను. జీవాత్మత్వమునకు ఆధారుడను. జీవాత్మ-జగత్తులను చైతన్యపరచు పరస్వరూపుడను. అంతటితో ఆగలేదు.

పరమగు చేతనమును కూడా నియమించు **అఖండ-అప్రమేయ దివ్య చైతన్య స్వరూపుడను.** పరమునకు కూడా పరమైనవాడను. పరాత్-పరుడను! ఇహ-పరములు నేనే అయి, వేరై ఉన్నవాడను!

నేను పరబ్రహ్మమునే! 'బ్రహ్మము' అని వర్ణించబడునది నా గురించే! మరి ఈ జగత్తో? ఈ జగత్తు కూడా సర్వదా పరబ్రహ్మమే! అనగా, **ఇదం బ్రహ్మమును! పరం బ్రహ్మమును! సుఖం బ్రహ్మమును! స్వయం ప్రభువును నేనే!** బ్రహ్మమే స్వరూపముగా గల నన్ను మరొకటేదీ నియమించటము లేదు. సర్వము బ్రహ్మమే అయి ఉండగా.. అద్దానిలో జగత్తు ఎక్కడ? అహమ్-త్వమ్ ఎక్కడివి? నియమించునది-నియమించబడునవి ఎక్కడున్నాయి? బ్రహ్మమగు నా యొక్క భావనయే ఈ దేహము-ఈ జగత్తు కూడా! భావన భావించువాని రూపమే కాబట్టి, ఈ జగత్తు-పరబ్రహ్మమగు నా రూపమే! జగత్ రూపుడను! ఈ జగత్తు భావనారూపమే! నేనైన జగత్తు, జగత్తైన నేను ఏక-అఖండ బ్రహ్మము మాత్రమే! సత్యమగు అట్టి బ్రహ్మమే నేను.

ఇదం బ్రహ్మ! ఇదంతా బ్రహ్మమే! పరమైనట్టిదీ బ్రహ్మమే। దీనికి ఆవల ఉన్నదీ బ్రహ్మమే! సత్యమగు బ్రహ్మమే సర్వమునకు ప్రభువు! అట్టి బ్రహ్మమే నేను! కనుక ప్రభువును. సర్వము బ్రహ్మమే! కాలము, కాలములోని కలనా (కల్పనా) విశేషాలు, సుఖ-దుఃఖములు- అంతా బ్రహ్మమే! సర్వము ప్రభవించునది బ్రహ్మము నుండే! బ్రహ్మమే స్వరూపముగా గల నానుండే!

- ఏకము-ద్వయము-అనేకము కూడా బ్రహ్మమే!
- మోహము బ్రహ్మమే! ఆ మోహమునకు ఔషధరూపమగు శమము-దమము-ధారణ-తపస్సు మొదలైనవన్నీ బ్రహ్మమే!

- గుణములు బ్రహ్మమే! గుణదోషములు బ్రహ్మమే! దమము, శాంతము బ్రహ్మమే! ఆ శాంతము ఎవరిదో, ఆ విభుడు (నియామకుడు, ప్రభువు) బ్రహ్మమే!

- **లోకో బ్రహ్మ! గురుర్బ్రహ్మ! శిష్యోబ్రహ్మ సదాశివః॥** లోకములన్నీ బ్రహ్మమే। అట్టి బ్రహ్మము గురించి ఎలుగెత్తి చాటుచున్న గురువు బ్రహ్మమే! గురువుచే బోధించబడుచున్న శిష్యుడు బ్రహ్మమే! నీతో –నాతో– ఈలోకముతో–లోకులతో సహా – సదా **సర్వదా సర్వత్ర సదాశివ బ్రహ్మమే! అట్టి సదాశివ బ్రహ్మమునే నేను!**

- **పూర్వం బ్రహ్మ! పరం బ్రహ్మ। శుద్ధం బ్రహ్మ శుభాశుభమ్।** ఇతః పూర్వమంతా బ్రహ్మమే! వర్తమానమంతా బ్రహ్మమే! భవిష్యత్ అంతా బ్రహ్మమే! నా యొక్క–నీయొక్క–ప్రతి ఒక్కని యొక్క పూర్వాపరములంతా బ్రహ్మమే! ఇక్కడి శుభ–అశుభములు.. అన్నీ కూడా శుద్ధబ్రహ్మమే! శుద్ధ పరాత్ పరబ్రహ్మ రూపమే!

జీవ ఏవ సదా బ్రహ్మ– సచ్చిదానందమస్మ్యహమ్ : ఒక నటుడు తాను నాటకంలో నటిస్తున్న పాత్రగా అవకయే, పాత్రగా ఉన్నది తానే అయి ఉంటున్నాడు కదా! అట్లాగే నేను జీవాత్మగా అగువాడను కాను. కానీ జీవాత్మగా కనిపిస్తున్నది నేనే. ఈ విధంగా **జీవుడుగా కనిపిస్తున్నది బ్రహ్మమే!** బ్రహ్మమగు నేను **ఇహ–పర–పరాత్పర** రూపుడను కూడా! సత్–చిత్–ఆనంద స్వరూపమే ఈ జీవుడుగా ఉన్న నేను! పరమగు శివుడుగా ఉన్నదీ నేనే!

ఇతః పూర్వము బ్రహ్మజ్ఞులగు మహనీయులచే చెప్పబడినదే నేనూ చెప్పుచున్నాను! **'సర్వము బ్రహ్మమయమే'**. ఈ జగత్తు 'బ్రహ్మము' అనే మట్టితో చేయబడిన మట్టిబొమ్మల ఆకారమే. సాకారం, నిరాకారం, జగత్తు, ద్రష్ట–అంతా సర్వదా బ్రహ్మమే!

- ఆత్మ సర్వదా నిత్య నిర్మల రూపము అయి ఉన్నది.
- ఆత్మకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ లేదు.
- ఆత్మయొక్క ఒకానొక చిన్న అంశాణువులో అణుమాత్రంగా ఈ జగత్తులన్నీ ప్రకాశమానమగుచున్నాయి.

అట్టి ఆత్మయే నేను! ఆత్మయే నీవు! సర్వులు ఆత్మయే! ఈ జగత్తంతా అణుమాత్రమే! ఈ శరీరము కూడా అణునిర్మితమే! అణువులే దేహములు–వస్తువుల రూపంగా ఏర్పడి ఉన్నాయి. **ఈ అణువుల ఆకారమగు జగదాకారము, దేహాకారము స్వతఃగా సత్యము కాదు.** ఈ చింతన చేయుచున్నట్టివాడు– చింతన చేయబడుచున్నది– చింతన.. అంతా అణుమాత్రమే! అంచిత్యమైనది కూడా అణుమాత్రమే!

"ఎరుగుచున్నది + ఎరుగబడుచున్నది" యొక్క ఏక రూపమే చిన్మాత్రము. చిన్మాత్రమే జగత్తు. చిన్మాత్రమే బ్రహ్మము. త్రి జగత్తులు బ్రహ్మమాత్రమే! **బ్రహ్మము స్వతఃగానే సహజానంద స్వరూపము!** కనుక ఇదంతా ఆనందరూపమే! పరమానందమే! అట్టి ఆనంద రూపమునకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ లేదు. లేదు. **బ్రహ్మమును ఎరుగుటచే నేను–నీవు బ్రహ్మమే అగుచున్నాము. (బ్రహ్మవిత్ బ్రహ్మైవ భవతి)**

సకలము కూడా కేవల **చైతన్యమాత్రము. ఓంకార రూపము. స్వయముగా బ్రహ్మమే!** స్వయముగా నేనే **బ్రహ్మమును**. అందుచేత, **అహమేవ జగత్ స్వయమ్। బ్రహ్మమేవ పరంపదమ్!**

- ఈ సర్వజగత్తులుగా నాకు కనిపిస్తున్నది స్వయముగా నేనే!

- **నేను సర్వమునకు పరమపదమును.** ఇదంతా ఉన్నది నాకు అభిన్నంగా నాయందే! బంగారములోనే బంగారానికి అభిన్నంగా ఆభరణము ఉన్నవిధంగా, జలములో జలమునకు అభిన్నంగా అనంత సంఖ్యలో తరంగాలు ఉన్నట్లుగా, **సర్వము సమస్తము నాయందే నేనుగా ఉన్నది.**

అహమేవ ఇహమ్, పరమ్, అతీతమ్।

అహమేవ గుణాతీతమ్ : జగదనుభవములన్నీ సత్వ–రజో–తమో త్రిగుణముల సంప్రదర్శనము అయి ఉండగా,... ఆ గుణములకు ఉత్పత్తి, ఉనికి, లయస్థానము నేనే!

అహమేవ పరాత్ పరః : ఇహ–పరములకు అవల పరాత్పరుడనై ఉన్నది నేనే!

అహమేవ పరం బ్రహ్మ : 'పరబ్రహ్మము' అని చెప్పబడుచున్నదంతా నాగురించే! వేదములు వర్ణిస్తున్నది. స్తుతించుచున్నది – **అస్మత్ పరబ్రహ్మత్వము గురించే!** వేదంబులు కననేరని ఆది పరబ్రహ్మమూర్తిని!

అహమేవ గురోర్గురుః : సద్గురువు విశ్లేషించి చెప్పుచున్నది నా యొక్క పరంబ్రహ్మతత్త్వము గురించే కాబట్టి, గురువుకే గురువునై ప్రకాశించువాడను. నేనే సర్వము యొక్క ఉనికికి ఆధారుడను. సుఖమునకే సుఖస్వరూపమై ఉన్నవాడను. సుఖము నా స్వరూపము, నిర్వచనము, స్వస్వరూపము కూడా! ఆత్మకు వేరైన జగత్తు లేదు. ఆత్మకు వేరైన సుఖము లేదు!

నిదాఘ మునీంద్రుడు : మహర్షీ! అట్టి ఘనీభూతమగు ఆత్మస్థితి నుండి 'జీవుడు' అను గతికి ఎందుకు వచ్చినవారమై, ఈ సంసారమును పొందుచున్నాం?

ఋభు మహర్షి : మిత్రమా! నిదాఘమహాశయా! ఆత్మ నుండి మనమెవ్వరమూ చ్యుతి పొందటమే లేదయ్యా! ఆత్మ నుండి ఎక్కడికో వచ్చి ఉండలేదు! ఆత్మకు వేరైనది ఎక్కడా ఏదీలేదు. ఆత్మ నుండి 'రాక' లేదు. ఆత్మలోకి 'పోక' లేదు. **ఆత్మనో అన్యః ఆగతిః నాస్తి।** ఎట్లా అంటారా? **సర్వమ్ ఆత్మమయమ్ జగత్।** ఈ జగత్తంతా ఆత్మమయమై ఉండగా, ఆత్మకు రాకపోకలేమిటి? బంగారము ఆభరణములో ప్రవేశించటమేమున్నది? నిష్క్రమించటమేమున్నది? ఆత్మకు అన్యంగా ఒక గడ్డిపరక కూడా లేదు. ఒక ఊకపాయ కూడా లేదు. ఇక 'అసత్తు' గురించి ఏమిటంటారా? **బ్రహ్మమాత్రం ఇదగ్ం సర్వం। బ్రహ్మమాత్రం అసత్ నహి।** జగత్తుగా కనిపించేదంతా బ్రహ్మమే అయి ఉన్నది. ఇక అసత్ ఎక్కడ? లేనే లేదు.

కబడేది, వినబడేది – అంతా కూడా **కేవలము బ్రహ్మమే!** ఇదంతా బ్రహ్మము చేతనే ఆవృతమై ఉన్నది. మామిడి పండులో అంతా రసమే ఉన్నట్లుగా, ఈ సర్వము 'బ్రహ్మము' అను రసముతోనే నిండి ఉన్నది.

బ్రహ్మమే అవ్యయమగు సత్–చిత్–ఆనంద రూపమై, చిదాకాశస్వరూపమై, **"తెలుసుకొనుచున్నది– తెలియబడుచున్నది"** కూడా 'తానే' అయి – వెలుగొందుచున్నది. బ్రహ్మమునకు దాటి ఏదీ లేదు. **బ్రహ్మణో అన్యత్ జగత్ నహి!** ***బ్రహ్మమునకు వేరుగా 'జగత్తు' అనబడునది ఎక్కడా ఏదీ లేనేలేదు. మరింకేదీ లేదు! ఈ భూతాకాశము బ్రహ్మాకాశము యొక్క తేజో రూపమే!***

బ్రహ్మణో అన్యత్ కించిత్ నాస్తి

బ్రహ్మమునకు వేరై 'నేను' అనునది లేదు. 'నేను'గా ఉన్నది, 'నీవు'గా ఉన్నది కూడా బ్రహ్మమే! బ్రహ్మమునకు వేరుగా ఫలము (Some other result) లేదు. తృణము (భౌతిక జగత్తు, గడ్డిపరక) కూడా లేదు. బ్రహ్మమునకు వేరైన (కైలాసము, వైకుంఠము, స్వర్గము) మొదలైన పదములు (Positions) లేవు. లోకములు లేవు.

(గణితము నేర్పు–నేర్చుకొను సందర్భములో గురు–శిష్యులిద్దరికీ గణితమే లక్ష్యమైనట్లు – just like mathematics is the subject for both the student and the teacher), బ్రహ్మము విషయము కూడా అంతే! గురు–శిష్యులిద్దరూ బ్రహ్మమే అయి ఉన్నారు. బ్రహ్మమునకు వేరుగా గురువు లేదు. శిష్యుడు లేరు. **వారిరువురి బోధనా విశేషమంతా ఇరువురి, కేవలాత్మ–స్వరూపమే.**

బ్రహ్మమునకు వేరుగా 'అసత్' అనునదీ లేదు. "నేను–నీవు–ఆతడు–ఈతడు–ఈమె–ఆమె".. అనునవీ లేవు.

అందుచేత ఓ నిదాఘ నామధేయ ప్రియ మహాశయా! "స్వయముగా నేనే బ్రహ్మమును! ఈ సర్వము బ్రహ్మాత్మకమే".. అనునది గమనించి ఉండండి. "అసత్తు అనబడునది లేదు".. అను నిర్ణయము కలిగి ఉండండి.

స్వస్వరూపమగు బ్రహ్మమునకు వేరుగా జగత్తులు లేవు. లోకములు లేవు. లోకపాలకులు లేరు. స్వస్మాత్ అన్యమ్ న కించన। స్వస్వరూపమునకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ కించిత్ కూడా లేదు – అనునది ఎదిగినవారై, అనుభూతులై ఉండండి!

- 'లోకము' రూపంగా ఏఏ కించిత్ అగుపిస్తోందో..,
- ఏఏ కించిత్ జనులు సంభాషించుకుంటూ ఉన్నారో..,
- ఏదేది జనులచే ఎక్కడెక్కడ ఆస్వాదించబడుచున్నదో; అనుభవించబడుచున్నదో, పొందబడుచున్నదో, భుజింపబడుతోందో..,

అవన్నీ కూడా స్వస్వరూపాత్మకు వేరైనవిగా భావిస్తే, ఆ విధంగా భావించబడేదంతా అసత్తే! అభేదమగు ఆత్మ సమక్షంలో భేదముగా అనిపించేది –కనిపించేది అసత్‌ను భావించుటచేతనే! అన్యమే లేని ఆత్మభావనను కించిత్ ఏమరచుట చేతనే **"అది ఆతడు చేశాడు–నేను**

ఇది చేశాను" -మొదలైన కర్తృత్వ భేదము, క్రియాభేదము, త్రిగుణాత్మకమైన భేదములు, నవరసములగు ప్రేమ-ఇష్టము-కోపము-ఆవేశము-కరుణ-దాక్షిణ్యము-సంతోషము.. మొదలైన భేదములు, స్త్రీ పురుష నపుంసక లింగ భేదములు..., ఇవన్నీ ఆత్మకు వేరుగా అనిపిస్తూ ఉన్నాయి. "సర్వభేదములు అసత్తే" అని ఎరిగి ఆత్మసుఖస్థానము మాత్రమే అధిరోహించినవారై ఉండండి! ఆయా భేదములన్నీ **"మనో సంకల్ప సందర్భ పరిమితములు"** మాత్రమే. స్వయముగా ఉన్నవి కావు.

'నిన్న-నేడు-రేపు'... అను రూపముగల కాలభేదము, "నా ప్రదేశము-నీ ప్రదేశము-వారి ప్రదేశము.. ఇత్యాది దేశభేదములు, ఆహార ధాన్యములు మొ॥న (అపరములు-ఖనిజములు-రాళ్లురప్పలు.. మొదలైన) వస్తు భేదములు, "నేను గెలిచాను-ఆతడు ఓడినాడు, ఇది పొందాము, అది పొందలేదు, అది సిద్ధించింది, ఇది ఇంకా లేదు'.. అనబడు జయ-అపజయ భేదములు; ఇంద్రియ సంబంధమైన యోగ, భోగ, భేదములు - అవన్నీ ఆత్మకు వేరుగా దర్శిస్తే-'అసత్తు' (Non-existant obsolutely but related accordingly by contixts)యే అయి ఉన్నాయి. ఈ మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములనబడే అంతరంగ చతుష్టయము, ఈ దేహములో స్థాపించబడినవై కనిపిస్తున్న కర్మేంద్రియ-జ్ఞానేంద్రియ పంచకములు, ప్రాణ-అపాన-వ్యాన-ఉదాన-సమానములనబడే పంచప్రాణములు, ఒకటితో మరొకటి చేరినప్పటికి సంఘాతము (ఉదా : ఎరుపు-తెలుపుల కలయికచే ఏర్పడే పసుపు పచ్చతనము) **మొదలైనవన్నీ అసదాత్మకమే!**

భూతమయ-ప్రాణమయ-మనోమయ-విజ్ఞానమయ-ఆనందమయ-పంచకోశములుగా చెప్పబడేవి, 'కామ-క్రోధ-లోభ-మోహ-మద-మాత్సర్యములు' అనబడే అరిషట్(6) వర్గములు, వసంత-గ్రీష్మ-వర్ష-హేమంత-శిశిర-శరత్‌లనబడే షట్ (6) ఋతువులు, 'తీపి-చేదు-కారము-వగరు, పులుపు-ఉప్పదనము'.. అనబడే షట్ (6) రసములు.. ఇవన్నీ ఆత్మయొక్క అనుభూతులు మాత్రమే. కనుక అసత్తే. ఆవల గల స్వకల్పనకు అధిష్ఠానమై యున్న **ఆత్మయే సత్తు-సత్యము కూడా।**

- నేను కేవలము సత్-చిత్-ఆనందమాత్రుడను.
- ఈ 'జగత్తు' మొదలే ఉత్పన్నమయి ఉండలేదు.
- చిదానందరూపము-కేవల సాక్షి అగు ఆత్మయే నేను.
- కేవల దృక్‌రూపుడనగు నేను అంతా అన్నీ అయి ఉన్నాను కాబట్టి, నాకు వేరుగా సంసారము - సంసార దృష్టులు... అనబడునవేవీ కుందేటి కొమ్ములవలె మొదలే లేవు.
- నాకు నేనే స్వయముగా సత్యజ్ఞానానంద రూపుడను.

అంతేగాని ఈ పాంచభౌతిక-చర్మ మాంస శరీర మాత్రుడను కాను. **ఘనీభూతమైన ఎరుక (చిద్ఘనం)**తో కూడిన ఆనందవిగ్రహుడను. నా ఎరుక యొక్క ప్రకటితరూపమే ఈ జగత్ దృశ్యము. ఈ జగత్తు నారూపమే కనుక జ్ఞానానంద అద్వయుడను. సర్వమును ప్రకాశింపజేయు ఆత్మజ్యోతి స్వరూపుడను. సర్వభావములు నా స్వరూపవిశేషమే! నేను అన్నిటినీ ప్రకాశింపజేయుచుండగా, నన్ను ప్రకాశింపజేయు మరొక్కటేదీ లేదు. సూర్యునివలె, దీపమువలె స్వయంజ్యోతి స్వరూపుడను. స్వయం ప్రకాశ రూపుడను. సర్వము నా యొక్క సత్ భావనా రూపమే అయి ఉండగా, ఇదంతా నాయొక్క ప్రభావము, విభవము అయి, ప్రదర్శించబడుతోంది. నాకు వేరైనదే లేదు. ఇక, కుతోపి అసత్? అసత్ అనబడునది ఎక్కడున్నది? లేనే లేదు! నేను పరబ్రహ్మమును! నీవు కూడా అట్లాగే చిన్మయానందరూపమువు. (One who is full of Absolute Awareness). పరబ్రహ్మమువు (The Most Final beyond All else).

నేను చిత్ ఆకారుడను! భూతాకాశమునకు, చిత్తాకాశమునకు ఆవల సర్వము తానే అయినట్టి చిదాకాశ స్వరూపుడను! అట్టి నా చిదాకాశరూపమే పరమ సుఖమైనట్టిది. నేను సర్వదా ఆత్మవంతుడను. అంతేగాని అసత్తును కాదు. సర్వము నా యందు కల్పనచే నాకు అభిన్నంగా కలిగి ఉండటం చేత కూటస్థుడను. దృశ్య-దేహ-మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకార-జీవాత్మ-ఈశ్వరాత్మలకంటే సర్వశ్రేష్ఠుడను. సర్వమునకు ఆవల ఉన్నవాడను (పరమును). సత్‌చిత్ ఆనంద విలక్షణుడను. నాకు వేరుగా ఈ జగత్తు స్వతఃగా లేదు. నాచే భావించబడుచున్న సందర్భములో, కల్పితమగు రూపు దిద్దుకున్నదై ఉంటోంది.

జగత్తు అనబడేది గొడ్రాలి రెండవ కుమారుని నామరూపములు వలె మొదలే లేదు. నాకు వేరుగా జగత్తు లేదు, కాలము లేదు. ప్రకృతి లేదు. మాయలేదు. బంగారము ఆకారరహితమైనప్పటికీ ఆకార దృష్టిచే ఆకారము ఉన్నట్లే కనబడవచ్చుగాక! ఆకారము బంగారమునకు అభిన్నముకదా! అట్లాగే, జీవాత్మ-జగత్తులు నా యొక్క సత్-చిత్-ఆనంద లక్షణ నిర్మితమే! అంతేగాని అవన్నీ ఆత్మనగు నాకు భిన్నమైనవి కావు. ఈ జగత్తుకు మూల పదార్థము (Raw material) అస్మత్ అఖండాత్మయే!

కేవలమైన **'ఉనికి',** కేవలమైన **'ఎరుక'** అనబడు **'శుద్ధ సత్త్వము' 'శుద్ధచిత్'**ల భావికుడను! నేనే కాదు. సర్వ జలతరంగములు జలముచేతనే ప్రదర్శితమగుచున్నట్లు దేవతలు, మానవులు, జంతువులు, లోకపాలకులగు అష్టదిక్పాలకులు, త్రిమూర్తులు.. నీవు, నేను, వారు, వీరు.. అందరూ కూడా "శుద్ధసత్త్వము" అను సముద్రజలములోని 'శుద్ధచిత్ భావకులము – భావితులము' కూడా. సముద్ర జలములో జల తరంగముల వంటివారమే!

శుద్ధసత్ = ఆ రాముడు అనే పిల్లవాడు ఎక్కడున్నాడు? బడిలో ఉన్నాడు. వీధిలో ఉన్నాడు. ఇంటిలో ఉన్నాడు. ఊరువెళ్ళి ఉన్నాడు. స్నేహితుడి ఇంటిలో ఉండవచ్చు. ఎక్కడున్నాడో మరి? వీటన్నిటిలోని ఉనికిని **'సత్'** అంటాము.

ఆనందము = ఎందుకు చేస్తున్నాడు? అదంతా ఆతనికి వినోదమగుటచేతనే.

శుద్ధచిత్ = ఏమి చేస్తున్నాడు? చదువుకుంటున్నాడు. అల్లరి చేస్తున్నాడు. మాట్లాడుచున్నాడు. గంతులు వేస్తున్నాడు.... ఇట్లా ఏదో ఒకటి చేస్తూ ఉంటాడు కదా! ఏదో ఒకటి చేస్తూ, ఎరుకతో ఉంటాడు. చేతనమును ప్రదర్శించు చైతన్యస్వరూపుడై ఉన్నాడు.

ఈ విధంగా "ఉనికి–ఎరుక (లేక) ఎరుగుచూ ఉండుట" అను సత్–చిత్‌లు ఆత్మధర్మములు. ఆత్మయే అందరూ। అందుచేత అందరము అట్టి సత్ – చిత్‌లు స్వరూపముగా కలవారమే। హరి, సదాశివుడు మొదలుకొని పురుగు వరకు – సర్వులము సత్‌చిత్ ఆనంద– స్వరూపులమే। ఈ జగత్తు సత్‌చిత్ ఆనంద స్వరూపమే. శ్రీహరి.. సదాశివుడు కూడా ఆత్మయే। నేను నీవు కూడా – సత్‌చిత్ స్వరూపులమే। **కాబట్టి, నేనే సాక్షాత్, హరిని। నేనే సాక్షాత్ సదాశివుడను। నేనే నీవు। నేనే జగత్తు।**

'సర్వము నేనైన నేను' అను రూపముతో కూడిన నాకు **"ద్వితీయమే లేదు"** (There is nothing away or different from absolutely what I am). 'అద్వయ – ఆనంద' స్వరూపుడనై ప్రకాశించుచున్నాను. సర్వము నా ఎరుక యొక్క ప్రత్యక్ష రూపమే కాబట్టి, ఇదంతా – **నా చిద్ఘన–ఏక రసానందమే!**

– సర్వము సర్వదా బ్రహ్మమే। నేను బ్రహ్మమునే।

– ఈ విధంగా ఇదంతా నేనే!

– సర్వము–సర్వదా కేవలము బ్రహ్మమే। నేనే।

ఉన్నదంతా బ్రహ్మమే। చేతనమంతా బ్రహ్మమే। కాబట్టి నేను బ్రహ్మమునే। అందుచేత.....,

(1) సర్వాంతర్యామి (స్వప్నము తనదైనవాడు స్వప్నములో కనబడే సర్వరూపముల అంతర్యామి అయినట్లు)

(2) సర్వమునకు సాక్షి → (**"కేవలస్వప్న ద్రష్ట"** వలె చూస్తూ మౌనముగా ఉండువాడు).

అను రెండు విశేషములతో సర్వత్రా ప్రకాశించుచున్నాను.

సర్వ దీపములలో జ్యోతి (వెలుగు)వలె సర్వజీవులలో సత్‌చిత్ జ్యోతిస్వరూపుడను! జ్యోతులకే (జీవులకే) జ్యోతిని! పరంజ్యోతిని! ఈ సర్వమునకు వేరై, ఈ సర్వము నాయందే అద్వితీయమై నేను ఉండి ఉన్నాను. అందుచేత **పరంధాముడను** (A beyond state of self where in all else is placed). సర్వము నాయందే బయల్వెడలి, ఉనికి కలిగి, తిరిగి లయిస్తున్నది. అందుచేత నేనే **పరాగతి** అని చెప్పబడుచున్నాను.

"తెలుసుకొనుచున్నవాడు – తెలియబడుచున్నది" ఈ రెండింటికి సాక్షిని! ఉత్పత్తి స్థానమును కూడా! కాబట్టి సర్వవేదాంతముల సారము నేనే! సర్వ శాస్త్రముల అంతిమ నిర్ణయమగు, సునిశ్చితమై యున్నట్టి **వేదాంతశాస్త్రసారమును. శాస్త్రములచే ప్రవచించబడుచున్నట్టి వాడను. శాస్త్ర నిర్ణయస్వరూపుడను!**

– సర్వము నేనే అయి, సర్వము నాతో చేరినదైయున్న **ఆనందుడను. యోగానంద స్వరూపుడను.**

– అనుక్షణము 'బ్రహ్మానందము' అనునది ఉదయించుచున్న స్థానమును. **ముఖ్యానంద మహోదయుడను।**

– కేవల – ముఖ్య విజ్ఞానము రూపముగా కలిగి ఉండి, సర్వత్రా జ్ఞానముగా ప్రకాశించువాడను. **సర్వజ్ఞాన ప్రకాశోఽస్మి, ముఖ్య విజ్ఞాన విగ్రహః।**

(1) మెలకువగా ఉండటము. కల కనుచూ **ఉండటము.** నిద్రపోతూ **ఉండటము** (2) వీటన్నిటిలోని "ఉండటము".. అనబడు **తుర్యాతుర్యక్**గా ప్రకాశించువాడను. **తుర్యాతుర్యక్ ప్రకాశోఽస్మి।** నేను ఉన్నాను కాబట్టి జాగ్రత్-స్వప్న - సుషుప్తి - తురీయములు ఉన్నాయి. వాటికి మునుముందే ఉండటంచేతే **తుర్యాతుర్య వివర్జితుడను.**

జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులను ఎరుగుచున్నట్టివాడను. అయితే, నా 'ఎరుక' అను స్వలక్షణము జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి-తురీయములచే ఖర్చు అగునది కాదు. అందుచే **చిత్ అక్షరుడను**. ఆ నాలుగుగా ఉన్నది నేనే। **కనుక సత్యస్వరూపుడను**. నాకు అనుభవమయ్యేదంతా నా ఉనికియే। **వాసుదేవుడను।** జన్మరహితుడను। అజరుడను। మరణ రహితుడను- అమరుడను। అమృత స్వరూప-స్వభావుడను!

- - -

బ్రహ్మ - చిదాకాశరూపుడను। ఎల్లప్పుడు నిర్మల బ్రహ్మమునే। **నిత్యం బ్రహ్మ నిరంజనమ్।** నిత్యశుద్ధ స్వరూపుడను। ఎందుకంటే జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తుల అంతర్గత విషయముల దోషముచే స్పృశించబడను। వస్తువుల ధర్మములు ఆకాశమును స్పృశించవుకదా! (The features of the matter cannot polute the space). నిత్యబుద్ధుడను. 'ఎరుగుట' అనునది సర్వదా నన్ను ఆశ్రయించియే ఉంటుంది!

పరమాత్మనగు నేను దేనిచేతనూ బద్ధుడను కాదు. ఆత్మగా **నిత్యముక్తుడను!** వాయువు వాయు తరంగములచే బంధించబడుతుందా? లేదు కదా! అట్లాగే నా నుండి బయల్వెడలే జగత్ భావములకు, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి-తురీయ-తురీయతీత స్థితి-గతులచే నేను బద్ధుడనుకాదు. **కాబట్టే నిత్యముక్తుడను!**

జీవాత్మకు పరిమితుడను కాను.. **అనాత్మకుడను.**

నామరూపములకు పరిమితుడను కాను.. **అరూపుడను.**

సచ్చిదానంద రూపోఽహమ్। అనుత్పన్నం ఇదమ్ జగత్।।

- సర్వదా సత్-చిత్-ఆనందరూపుడనగు నా పట్ల ఈ జగత్తు అనబడేది ఉత్పన్నమే అయి ఉండలేదు.
- 'కేవల ఉనికి' స్వరూపుడనగు నేను జగత్తులో ఒకచోట ఉండటమేమిటి? మరొకచోట లేకపోవటమేమిటి?
- 'కేవల అనుభూతి'నగు నాకు 'జగత్ అనుభూతి' అనునది జనించటమేమిటి? ఇక, గతించటమేమిటి?

జగత్తు అనబడునది నా సంకల్పముల చమత్కారము మాత్రమే। కనుక ఇది సత్యము కాదు. అసత్యము కాదు. సత్య-అసత్యము కాదు. నాచేత సంకల్పములచే కల్పించకొనబడి, నాచే ఆస్వాదించబడున్నట్టిది మాత్రమే.

- - -

స్వయముగా నేనే సర్వదా నిత్యానందమయమగు బ్రహ్మమును అయి ఉన్నాను! **ఆద్యంతరహితుడను! అనంతుడను!** మార్పు-చేర్పులకు విషయమే కాను! **అవ్యయుడను!** ఏదీగా అవకుండానే అన్నిస్థితులకు, గతులకు ఆధారుడను. పరమశాంత స్వరూపుడను. సర్వతరంగములు జలమునకే చెందినవై ఉంటున్నట్లు, తరంగాలన్నీ ఏకమగు జలస్వరూపమే అయి ఉన్నట్లు, **సర్వదా ఏకరూపుడను.**

జలంలో తరంగాలు ఉన్నాయా? (లేక) జలమే తరంగాలా? (కాక) జలము తరంగాల రూపంగా కనిపిస్తోందా? - అవును, కాదు కూడా. ఏది ఏమైనా జలము సర్వదా జలమే కదా! అట్లాగే నాలో జగత్తులు ఉన్నాయా?.. అవును! ఉన్నాయి.. నేనే జగత్తులుగా కనిపిస్తున్నా?.. అవును. నేను జగత్ రూపుడనా? అవును! నేను మరొకటిగా అసలు మారువాడనా? కాను. ఈ విధంగా నేను **అనామయుడను**.

మత్తో అన్యత్ అస్థిచేత్-తత్ సర్వం నాస్తి। మిథ్య యేవ।

నాకు వేరై భావాలు, అభిప్రాయాలు, దృశ్యాలు, జన్మలు, కర్మలు, ఆవేశాలు.. ఉన్నాయా? లేవు. అవన్నీ నా విశేషములే! నా విశేషణములు నాకు వేరై ఎట్లా ఉంటాయి? 'అతడు మంచివాడు' - అను వాక్యములో "అతడు వేరు మంచితనము వేరు"-అంటామా? అనలేము కదా! ఒకవేళ ఆతనికి వేరుగా మంచితనమును గమనించదలిస్తే.. అది మిథ్యయే!

అట్లాగే.. నాకు వేరై జగత్తులేదు. దేహాలు లేవు. జన్మలు లేవు. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు లేవు. తదితర జీవులు లేరు. బ్రహ్మవిష్ణు మహేశ్వరులు వేరు. లోకములు లేవు. లోకపాలకులు లేరు। గురువు లేరు। శిష్యుడు లేరు। మరింకేమీ లేదు. **మత్తో అన్యత్ అస్థిచేత్**

మిథ్యా యథా మరుమరీచికా॥ ఒకవేళ, "ఇది నాకు వేరు".. అని ఎవ్వరైనా అనదలుచుకుంటే.. అట్లా గమనించబడేదంతా ఎటువంటిదంటే..

మిథ్యా = కలలోని ఇంద్రభవనమువలె మిథ్య. వాస్తవానికి లేదు.

మరు మరీచికా = ఎండమావులలోని నీరువంటిది.

నాకు వేరై ఏదీ లేదు! జగత్ నాస్తి! జగత్ నాస్తి।

"నాకు ఈ జగత్తు వేరుగా లేదు" – అని చెప్పుకోవడానికి కొన్ని దృష్టాంతములు

"ఒక గొడ్రాలి రెండవ కుమారుడు మా ఇంటికి వచ్చి చెప్పేమాటలు విన్న తరువాత.. నాకు చాలా లాభం వచ్చింది" – ఇది నిజమా? నిజమైతే నాకు వేరై ఏదైనా ఉన్నట్లు! ఈ జగత్తు ఉన్నట్లు,

శశశృంగేణ నాగేంద్రో మృతశ్చేత్। "ఒక విషయం తెలుసా? ఒక కుందేలు ఈ మధ్య తన వాడిఅయిన కొమ్ములతో ఒక కొండచిలువను పొడిచిపొడిచి చంపివేసింది!".. ఇది వినేవాడు ఒప్పుకుంటే జగత్తు ఆత్మకు ద్వితీయమై ఉన్నట్లు!

మృగతృష్ణా జలం పీత్వాః : మండుటెండలో "ఒక బాటసారికి బాగా దాహం వేసింది. అల్లంత దూరంలో 'మృగతృష్ణ (ఎండమావులు) కనిపించింది. వెంటనే పరుగుతీసి, ఆ మృగతృష్ణలో నీరు త్రాగి దాహం తీర్చుకొని, ఇక మెల్లగా ప్రయాణం కొనసాగించాడు".. అని చెప్పుచుండగా, ఆ శ్రోత "ఓహో! అట్లాగా? ఆ తరువాత?".. అని అడిగి ఊరుకుంటే,... ఈ జగత్ దృశ్యము ఉన్నట్లు. లేదా, లేనట్లు.

నర శృంగేణ నష్టశ్చేత్ కశ్చిత్ అస్తి ఇదమేవహి : "ఒక పెద్ద మనిషి ఉన్నాడు. వ్యాపారంలో చాలా లాభం గడించాడు. ఇంతలో ఒకసారి బాగా నష్టం వచ్చింది. ఎందుకో తెలుసా? ఆతని రెండు వాడికొమ్ములు కారణంగానే. తన కొమ్ముల వల్ల వారం రోజులలో మొత్తం నష్టపోయాడు. ఇది మీరు తెలుసుకోండి" – అని అన్నప్పుడు, ఆ ఎదుటివాడు "అబ్బే! ఇది నాకు తెలియదండీ! నష్టం వచ్చింది మరెందుకోనని అనుకున్నాను!" అని అంటాడా? **అట్లా అంటే జగత్తు ఉన్నట్లు! (మనిషికి కొమ్ములుండటమేమిటి?)**

గంధర్వ నగరే సత్యే : "ఒకానొకడు తన ఊహలో ఒక నగరం ఊహించాడు. అట్టి ఊహానగరము (గంధర్వనగరము) ఇక్కడి నుండి 10 మైళ్ల దూరంలో ఉన్నది. రండి వెళ్లి చూచివద్దాము" .. అని మనలో ఒకడు చెప్పితే, "సరే! పదండి? వెళ్దాము".. అని మనం అంటామా? **అట్లా అనగలిగితే ఈ 'జగత్తు' అనబడేది ఉనికి కలిగి ఉన్నట్టు! లేదా, నాస్తి జగత్!**

గగనే నీలిమా సత్యేత్ । "ఆకాశం నీలంగా ఉన్నది! ఎందుచేత? అక్కడ ఎవ్వరో నీలం రంగును కుంచెతో వేశారు తెలుసా?" ఆ నీలపు రంగును ఇంటికి తెచ్చుకోవచ్చుకూడా" అని అన్నప్పుడు, "పదండి! కొంచెము నీలం రంగును అక్కడి నుండి ఒక డబ్బాతో తెచ్చుకుందాము!" అని వాళ్లావిడ బయలుదేరితే.. ఈ 'జగత్తు' అనబడేది ఉన్నట్లు. ఆత్మకు అన్యమైనది ఉనికి కలిగి ఉన్నట్లు. **లేదా జగత్తే లేనట్లు.**

శుక్తికా రజతం సత్యం భూషణం చేత్ : "ఒక పెద్ద మనిషి కొన్ని ముత్యపు చిప్పలు ఏరుకొచ్చి, వాటి నుండి లభించిన 'వెండి (silver)'తో తన ప్రియురాలికి కాలిగజ్జెలు తయారుచేయించి ఇచ్చాడు!".... **ఇది నిజమైతే ఈ సందర్భ – సంఘటనలతో కూడిన జగత్తు ఉన్నట్లే!**

రజ్జు సర్పేణ దష్టశ్చేత్ నరో భవతు : "ఒక బాటసారి చిమ్మ చీకటిలో ఒకచోట ఒక త్రాడును త్రొక్కి "ఇది పామేమో" అని అనుకున్నాడు. అంతే! ఆ త్రాడు బుస్సున లేచి–ఆ బాటసారిని కాటేసింది! ఇక ఆ తరువాత ఏమి చెప్పమంటారు?".. అనే మాట మనం ఒప్పుకుంటే.. **ఈ జగత్తు ఉండినట్లు! సంసారము అనబడేది ఉన్నట్లు : ఉండియే – బంధనము కలిగిస్తున్నట్లు!**

జాత రూపేన బాణేన జ్వాలాగ్నౌ నాశితే జగత్ : "ఒక చోట ఒక ఇల్లు తగలబడుతోంది. ఆ త్రోవనే పోవుచున్న ఒక ఆటవికుడు వెంటనే విల్లు ఎక్కుపెట్టి ఒక బాణం సంధించాడు. వెంటనే అగ్ని ఆరిపోయింది. ఇల్లు మరల యథాతథంగా ఉన్నది. తెలుసా?".. అనువాడు నిజమే చెప్పుచూ ఉంటే, **ఈ జగత్తు, ఇందులోని అనుబంధ–సంబంధ– బాంధవ్యాలు నిజంగా ఉన్నట్లే!**

వింధ్యాటవ్యాం పాయసాన్నం అస్తి చేత్ : "వింధ్య పర్వతంపై ఒక లోయ ఉన్నది. ఆ లోయలో ఒక అడవి. ఆ అడవి మధ్యలో ఒక తటాకం. ఆ తటాకములో కమ్మటి పాయసాన్నముతో నిండిన బిందెలు బయటపడుచున్నాయి. ఆ బిందెలలోని పాయసం

ఘుమఘుమలాడుతోంది. పోయి రుచిచూచి వద్దాము".. అని చెప్పగానే, తెలివిగలవారు చెంబులు, గిన్నెలు తీసుకుని అడవిలోకి పరుగులు తీస్తారా? **ఈ దృశ్యము, జగత్తు, బంధము మొదలైనవన్నీ అటువంటివి.**

రంభాస్తంభేన కాష్ఠేన పాకే సిద్ధేః : "ఒకాయన ఇంట్లో కట్టెలు అయిపోయినాయి. అప్పుడు వంట చేసుకొనేది ఎట్లా? అందుకని అరటి బోదెలను ప్రక్క వారింటిలోంచి తెచ్చి, పొయ్యి రగిల్చి అరటి బోదెలను మండించి వంట చేస్తున్నాడు!" అనునది ఎంతవరకు వాస్తవమో – **ఇక్కడి జగత్తు ఈ దేహము యొక్క అనుబంధములగు ఇంద్రియముల అనుభవములు అంతగా మాత్రమే వాస్తవం!**

సద్యః కుమారికా రూపైః పాకౌ సిద్ధేః "ఈ ఉదయమే మా బంధువులలో ఒకామెకు ఆడపిల్ల పుట్టింది. పుట్టీ పుట్టగానే ఆ పసిబిడ్డలు కుమారిగా అయింది. వెంటనే వంట ఇంటిలో ప్రవేశించింది. వంటలు చేసివేసింది. బంధువులందరికీ ఆ పసిపాప మధ్యాహ్నానికల్లా షట్‌రసోపేతంగా భోజనము వడ్డించింది! ఇదిగో నేను కూడా ఇప్పుడే తిని, చేయి కడుక్కుని వస్తున్నాను తెలుసా?".. ఇది ఎంతవరకు నమ్మవచ్చో, "ఈ జగత్తు సత్యమై ఉన్నది. మనకు దృశ్యరూపంగా అనుభవమయ్యేదంతా సత్యమే!".. అనునది అంతవరకు నమ్మవచ్చు.

చిత్రస్థ దీపైః తమసో నాశశ్చేత్ : "మా స్నేహితుని ఇంట్లో ఒకరోజు దీపము కొండ ఎక్కింది. ఇల్లంతా చిమ్మచీకటి. ఏమీ కనబడటం లేదు. అప్పుడు ఆ మా స్నేహితుడు గోడవైపు చూచాడు. ఆ గోడపై ఒక చిత్రపటము ఉన్నది. "అరెఁ! ఈ చిత్రపటంలో ఒక వెలుగుచున్న దీపము చిత్రించారు కదా! ఇంకేమి!" అనుకోగానే.. ఇంకేమున్నది! ఆ చిత్రపటంలోని దీపములో నుండి విరజిమ్మిన కాంతులతో ఇల్లు మొత్తం దేదీప్యమానంగా వెలుగసాగింది! ఇక అప్పటి నుండీ మా స్నేహితుడి ఇంట్లో దీపం వెలిగించటం మానేశారు. చిత్రపటంలో దీపముండగా, ఇక దీపాలు-నూనెలతో పనేముంటుంది?".. ఇది సత్యమా? **అయితే ఈ దేహముతో కూడిన జగత్ వ్యవహారమంతా సత్యమేనని మనం అనవచ్చు.**

మాసాత్ పూర్వం మృతో మర్త్యోహి ఆగతశ్చేత్ : "మాకు తెలిసిన వారింట్లో ఒక పెద్దాయన నెలరోజుల క్రితం చనిపోయాడు. దహన సంస్కారాలు బాగా జరిగాయి. నెలరోజులు గడిచిపోయాయి. నెల మాసికంరోజున ఆ చనిపోయిన పెద్దాయన వచ్చి, విస్తరి పరచుకొని "ముందు నాకు భోజనం పెడతారా? చస్తారా?".. అని మొండికేసుకుని కూర్చున్నాడు. "ఆగండి బాబూ! ఇంకా వంట అవలేదు!".. అని ఆ ఇంట్లోవాళ్లు చెప్పుచున్నాకూడా, వినిపించుకోవటం లేదే!" – ఈ వార్త నమ్ముతామా? ఒప్పుకుంటామా! ఇది ఒప్పుకుంటే, **"ఈ జగత్తు నిజం. ఉన్నది, జరుగుచున్నదంతా నిజం!".. అని ఒప్పుకోగలం.**

తక్రం క్షీర స్వరూపంచేత్ ఒక గడుసరి భార్య ఎటో ఊరువెళ్లి, ఇంటికివచ్చి, వాళ్ల ఆయనతో "ఈ గిన్నెలో పాలు ఉండాలి? ఏమైనాయి?" అని గదమాయించింది. అప్పుడు ఆ ఇంటాయన, "ఏమీ కాలేదు! పాలు కాచి, తోడు వేసి మజ్జిగచేశాను. ఆ ప్రక్క గిన్నెలో మజ్జిగ(Butter milk) ఉన్నది చూచుకో!" అని సమాధానం చెప్పారు. వెంటనే ఇంటావిడ ఇంతెత్తున లేచి, "మజ్జిగ చేయటమేమిటి? ఇప్పుడు పాలుకావాలి!".. అని అరచింది. వెంటనే ఇంటాయన, "అట్లాగా? గొడవ చేయకు!".. అని చెప్పి, మజ్జిగలో చేయిబెట్టి త్రిప్పాడు. అంతే. మజ్జిగ పాలుగా మారిపోయింది. తన ప్రియమైన భార్యకు చేతికందించాడు!" ఔనా? ఇది 'ఔను' అయితే... **ఈ దృశ్యవ్యవహారంతో ఇందులోని చిత్ర-విచిత్రమైన విశేషాలతో సహా ఔను! నిజమైనట్లు! నిత్యమైనట్లు! జగత్తు బంధము కూడా అగుచున్నట్లు!**

గోస్తనాత్ ఉద్భవః క్షీరం పునః ఆరోపణే జగత్। "ఒక గొల్లవాడు గోస్తనముల నుండి (ఆవు యొక్క స్తనముల నుండి) పాలు పితకనారంభించాడు. అంతా పూర్తి చేశాడు. కాసేపైన తరువాత వాళ్లావిడ వచ్చి "ఏమండీ! పాలు పితకటం అయ్యిందా?" అని అరిచింది. "అయిపోయిందే! ఇదిగో! పాలచెంబు, చెంబునిండా పాలు".. అని పాలచెంబు ఎదురుగా పెట్టాడు. అప్పుడు వాళ్లావిడ "ఓఁ! బాగుంది! ఇంతకీ దూడ పాలు త్రాగిందా?" అని ప్రశ్నించింది.

అప్పుడా గొల్లవాడు "అరెరే! మరచిపోయానే! ఆగుఁ! దూడను వదలివస్తాను!.. అని చెప్పాడు. సత్వరున నిండాపాలున్న పాలచెంబు తీసుకొని, ఆవు యొక్క పొదుగులలోకి పాలన్నీ పోసివేశాడు. అప్పుడు ఆవు దూడను కట్టువిప్పాడు. అది ఆవు దగ్గర పాలు త్రాగిన తరువాత, మరల పాలు తీసి, తన ప్రియమగు భార్య చేతిలో పాలతో నిండి ఉన్న చెంబు పెట్టాడు" ⟶ **ఈ వార్త ఎంతవరకు 'సరే' అనవచ్చో, "ఈ జగత్తు ఎందుకు లేదు? ఉన్నది!" అని అంతవరకు ఆరోపించవచ్చు.**

భూ రజో అబ్ధౌ సముత్పన్నం। "ఒకచోట మట్టి ముద్దను ఒకడు చూస్తూ ఉండగా, ఆ గుప్పెడు మట్టిలోని మట్టి రజము (పొడి) నుండి ఒక మహాసముద్రము పుట్టి, ప్రదర్శనమైంది".. అను సమాచారము వంటిదే – **ఈ జగత్తు 'ఉన్నది' – అనే మాట.**

కూర్మ రోమ్ణా గజే బద్ధే మదోత్కటే। ఒకాయన ఒక తాబేలు వీపుపైగల వెంట్రుకలు తెచ్చి ఆ వెంట్రుకలతో మదగజమును బంధించాడు, ఎరుకయేనా?

నాళస్థ తంతునా మేరుః చాలితశ్చేత్। కలువపూల నాళ-తంతువులు కొన్ని తీసుకొని మేరుపర్వతానికి చుట్టి, లాగాము. ఇంకేముంది? ఆ మహాపర్వతము అటూ-ఇటూ కదలనారంభించింది.

తరంగ మాలయా సింధుః బద్ధశ్చేత్! ఆ మధ్య సముద్ర స్నానానికి వెళ్లినప్పుడు సముద్రంలోని తరంగాలను ఒక త్రాడులాగే పేని, ఆ తరంగముల మాలతో సముద్రం మొత్తాన్ని కట్టిపడేశాము! మరి నీకు తెలుసో, తెలియదో?

అగ్నిః అధశ్చేత్ జ్వలనః మా ఇంట్లో అగ్నిజ్వాలలు పైవైపుగా కాకుండా, క్రిందవైపుగా ప్రసరణ కలిగి ఉంటాయి.

జ్వాలా వహ్నిః శీతళశ్చేత్ : ఒక ప్రదేశము ఉన్నది. అక్కడ ఒకసారి చాలా పెద్దమంటలు లేచాయి. ఆ మంటలు కలిగించిన చలికి అక్కడి జనులంతా గడగడావణకసాగారు. ఆ చలివణుకును దుప్పట్లు కూడా ఆపలేకపోయాయి. ఇక అప్పటి నుండి అక్కడ మంటలు ఎగసినప్పుడల్లా జనులకు చలి పుడుతోంది. **ఇది నిజమైతే జగత్తు సర్వదా ఉన్నట్లే!**

జ్వాలాగ్ని మండలే పద్మ వృద్ధిశ్చేత్, జగదస్తీదమ్। ఇంకొక చోట అగ్నిజ్వాలలు మధ్యలో- (ఆ మంటల మధ్యగా)- ఒక పద్మము వికసించింది. ఆ పద్మము మధుర వాసనలు వెదజల్లుచూ ఆ గ్రామమును, ఆ చుట్టుప్రక్కల గల గ్రామ ప్రజలను పరమానందంగా ఆహ్లాదపరుస్తోంది. కట్టెల మంటలు, ఆ మంటలలో వికసించిన పద్మము, ఆ పద్మము నుండి అత్యంత మధురమైన సువాసనలు చాలాచాలా రోజులుగా కొనసాగుచూనే ఉన్నాయి. **ఇది నమ్మవచ్చా! జగత్తు ఉండి ఉండటం అట్టిదే.**

మహత్ శైల ఇంద్రనీలం వా సంభవశ్చేత్ ఇదం జగత్ : ఒక గొప్ప రత్నశాస్త్ర విశారదుడు ఉన్నాడు. ఆయన ఇంద్ర నీలమణులను బుట్టలు-బుట్టలుగా అందరికీ ఇవ్వనారంభించాడు. ఎట్లా ఇవ్వగలిగాడు? ఆయన ఒకరోజు ఒక కుండను కొని ఇంటికి తెచ్చాడు. ఆ కుండలో నీళ్లు పోస్తూ ఉండగా,... ఆ కుండలోంచి ఒక పెద్ద ఇంద్రనీల మణిపర్వతము బయటబడింది. ఇదిగో, అందుచేత ఇంద్రనీలమణులను పంచగలుగుచున్నాడు. **అటువంటిదే ఈ జగత్తు ఉన్నదనటం.**

మేరుః ఆగత్య పద్మ - అక్షే స్థితశ్చేత్ : ఒకరోజు ఉదయం సమయంలో మేరు పర్వతమునకు భూమిపై విహరించాలని అనిపించి,... ఇక బయలుదేరింది. అలా అలా షికారుగా వస్తూ ఉండగా, ఆ మేరు పర్వతానికి ఒక తటాకములో ఒక వికసించిన పద్మము కనిపించింది. ఆ పద్మము యొక్క సౌందర్యమునకు ముగ్ధము, ఆశ్చర్యము-ఆనందము పొంది, ఆ మేరుపర్వతము పద్మము యొక్క పుప్పొడి విభాగపు మధ్యలో దూరి ఇక హాయిగా ఉండసాగింది! **ఆవిధంగా ఉంది, ఈ జగత్తు ఉన్నదనుకోవటం.**

నిగిరేచ్చేత్ భృంగ సూనుః । తుమ్మెదలు ఝంకారము చేయటం మానివేసి 'కావ్-కావ్' అనటం ప్రారంభించాయి.

మేరుః చలవత్ - అసి ఇదమ్। మేరు పర్వతము గాలిలోకి లేచి - అతిప్రావీణ్యముగల శృంగార నర్తకి వలె నృత్యం చేస్తోంది.

మశకేన హతే సింహే : ఒక దోమకు బాగా ఆకలివేసింది. ఎదురుగా భీకరంగా గర్జిస్తూ వస్తున్న ఒక సింహమును చూచింది. ఆకలికి తట్టుకోలేక ఆ సింహమును ఆ దోమ చంపి మ్రింగివేసింది.

అణుకోటర విస్తీర్ణే త్రైలోక్యం చేత్ । ఒకచోట ఒక గొట్టములో 'అణువు' అంత విస్తీర్ణము ఉన్నది. అందులో భూలోకము-స్వర్గలోకము-పాతాళ లోకము, లోక-జనులు, లోక-పాలకులు, త్రిమూర్తులు వారివారి పనులు నిర్విఘ్నంగా నిర్వర్తించుకుంటూ కనిపించారు.

ఇవన్నీ జరుగుతూ ఉంటే నిజమే అయితే.. ఈ జగత్తు ఉన్నట్లు! - అనగా ఈ జగత్తు వాస్తవానికి లేదు.

తృణా అనలశ్చ నిత్యశ్చేత్। ఒకచోట ఒక గడ్డిపరక ఉన్నది. ఏ కారణం చేతనో దానికి నిప్పు అంటుకుంది. ఆ నిప్పు వల్ల వచ్చిన మంటలు 100 సంవత్సరాలుగా ఇంకా కొనసాగుచూనే ఉన్నాయి. ఆ గడ్డిపరక ఇంకా ఇంకా మండుచూనే ఉన్నది.

- ఇవన్నీ నిజమైతే.... ఒక్క క్షణకాలమైనా ఈ జగత్తు ఉన్నట్లు- **క్షణికం తత్ జగత్ భవేత్!**

నిదాఘ మునీంద్రుడు : స్వామీ! ఈ జగత్తు మొదటలేదు. ఆ తరువాత లేదు. ఇప్పుడు లేదు. ఉండజాలదు-అని **"జగత్‌నాస్తి! అస్తి ఆత్మ"** అని వారు సిద్ధాంతీకరిస్తున్నారు. మీరు చెప్పేది ఆశ్చర్యంగా ఉన్నది!

ఋభు మహర్షి : నేను మాత్రమే ఇప్పుడు సిద్ధాంతీకరించటము లేదయ్యా. ఆత్మను ఎరిగి ఆత్మత్వము పుణికిపుచ్చుకున్న ఆత్మాత్మానుభవులగు మహనీయుల అనుభవము ఎట్టిదో, వేద–ఉపనిషత్ వాఙ్మయము ఏ విధంగా విశదీకరిస్తున్నదో..., అట్టి పరమ సత్యమునే మనము చెప్పుకుంటున్నాము సుమా!

– ఈ జీవుడు సర్వదా సర్వసాక్షియగు బ్రహ్మమే!
– అట్టి ఈ జీవుడు స్వతఃగా సత్యస్వరూపుడు అవటం చేత – (యత్ భావం తత్ భవతి), **ఈతడు ఏది సత్యమనుకుంటే, అదియే ఆతనికి సత్యము.**
– ఈ జగత్తు ఉండటానికి మూలకారణము ఏమిటి? "ఈ జగత్తు ఉన్నది" అని (స్వతఃగానే సత్యస్వరూపుడగు) ఈ జీవుడు సత్యత్వమును ఆపాదించటము చేతనే!
– ఈ జీవుడు భావనా రహితుడైతేనో,.. జగత్తు అనబడునదే లేదు. **'లేనిది' అని భావన చేయు జీవునికి ఇది 'లేనిదే' అగుచున్నది.**

అనగా.. ఈ **జీవుడు ఆత్మ అయి ఉండగా,.. ఆతనికి వేరుగా జగత్తు లేదు. లేదు.**

కనుక ఓ నిదాఘా!

– ఉన్నదనుకుంటే ఉన్నది. లేదనుకుంటే లేదు! అందుచే ఈ జగత్తు, ఇద్దాని బంధ – మోక్షములు స్వతఃగా ఉన్నట్టివి కావు.
– జగత్‌కు సంబంధించిన సర్వ అనుభవములకు, అనుభూతములకు, జన్మ–జరా–మరణ–పునర్జన్మలతో సహా సర్వ సంఘటనలకు 'సత్యత్వము' ప్రసాదించేదీ నీవే! భ్రమగా గుర్తించేదీ ఆ నీవే!

ఇది గమనించుటయే జ్ఞానము. ఇక **"ఈ జగత్తు సత్యమా?" అను ప్రశ్నకు మరికొన్ని దృష్టాంతాలు చెప్పుచున్నాను. వినండి.**

స్వప్న దృష్టం చ యత్ వత్ వస్తు జాగ్రతేశ్చ ఒక బిచ్చగాడు ఉన్నాడు. ఆయన స్వప్నంలో కనిపించిన రాజవీధిలోని తనదైనట్టి '3' అంతస్తుల మేడలో నిదురించాడు. తెల్లారి నిద్ర లేచిన తరువాత 'జాగ్రత్'లో కూడా ఆ బిచ్చగానికి తనదైన ఆ భవనం కనిపిస్తే,... అప్పుడు ఈ జాగ్రత్ జగత్తులో కనబడేదంతా సత్యము–నిత్యము అని అనుకోవచ్చు. క్రితం దేహముతో పొందినదంతా గడిచిపోయిన స్వప్నము వంటిదైతే, ఈ దేహముతో ఇంద్రియములకు కనిపించేదంతా రాబోయే దేహము సందర్భములో **"గడిచిపోయిన స్వప్నము"** వంటిదే అవబోవుచున్నది కదా!

నదీ వేగో నిశ్చలశ్చేత్ కేనాపి : "ప్రవహిస్తున్న నదీ జలము నిశ్చలంగా ఉంటుంది" **అనునది జరిగేదయితే ఈ జగత్తు అన్నది ఉన్నట్లు!**

క్షుధితస్య అగ్నిః భోజ్యశ్చేత్ । ఒకాయనకు బాగా ఆకలివేసింది. అప్పుడు అగ్నిశిఖలను అన్నపుముద్దవలె చేసి భుజించాడు. దానితో ఆతనికి ఆకలి తీరింది. ఇది నిజమైతే ఈ **జగత్తు ఒక్క నిముషమైనా కల్పించబడి ఉన్నది – అని అనవచ్చేమో!**

జాత్యంధై రత్న విషయః సుజ్ఞానశ్చేత్ : పుట్టు గ్రుడ్డివాడు రత్నముల నాణ్యత నిర్ణయించగలిగితే, సరిగ్గా ఎరుగగలిగితే, అప్పుడు ఈ జగత్తు ఎల్లప్పుడు ఉన్నట్లే అగుచున్నదనవచ్చు.

నపుంసక కుమారస్య స్త్రీ సుఖంచేత్ భవేత్ జగత్ 'ఒక నపుంసకుడున్నాడు. ఆతని కుమారుడు స్త్రీ సుఖం పొందుచున్నాడు. అనునది సత్యమైతే – **జగత్ భవేత్! జగత్తు** అనబడేది ఉన్నదనవచ్చు.

నిర్మితః శశ శృంగేణ రథశ్చేత్ జగదస్తి తత్ : "ఒకడు కుందేటి కొమ్ములను ప్రోగుచేసి ఇంటికి తీసుకునివచ్చి, ఆ కొమ్ములతో ఒక గొప్ప రథమును తయారు చేసి, ఇక బాటలలో నడిపిస్తూ ఉన్నాడు" – అనునది నిజమే అయితే,.. ఈ జగత్తు ఉన్నట్లు!

సద్యో జాతాతు యా కన్యా భోగయోగ్యా భవేత్ జగత్! "అప్పుడే పుట్టిన కన్య భోగించుటకు యోగ్యురాలు" – అనే మాట అర్ధసహితమైతే జగత్తు అర్ధసహితమై ఉన్నట్లు!

వంధ్య అయిన ఒక స్త్రీకి పుట్టిన కుమారుని వలన (గొడ్రాలి కుమారుని వలన) సుఖము లభించ గలదు... ఇటువంటి వాక్యములలోని నిజము వలె ఈ జగత్తు యొక్క నిజము.

అవి నిజము కానట్లే జగత్తు నిజము కాదు. వాస్తవానికి లేదు. భ్రమచేతనే ఉన్నదనిపిస్తోంది. లేని జగత్తులో సుఖము కొరకై వెంపరలాడటం?

కాకోవా హంసవత్ గచ్ఛేత్ జగత్ భవతు నిశ్చలమ్। ఘనీభూతమైన కనిపించే ఈ దృశ్యజగత్తు అనుక్షణం మార్పు చెందుచూనే ఉంటుంది. జ=జనించటం, గత్ = గతించడం. ఇక్కడ నిశ్చలమైనది ఏదీ లేనేలేదు. అట్టి ఈ జగత్తు నిశ్చలంగా ఉన్నది – అనునది అర్థరహిత వాక్యం. "కాకి హంస వలె జలములో తేలియాడుతూ విహరించగలదు" – అనునది ఎట్టిదో 'ఈ జగత్తు నిశ్చలము" అనుమాట అట్టిది.

మహా ఖరోవా సింహేన యుధ్యతే చేత్। "ఒక పెద్ద గాడిద సింహముతో యుద్ధము చేస్తూ చాలా చాలా సేపు నిలబెట్టి వేసింది"– అనే వార్తవలె 'ఈ జగత్తు' స్థితి కలిగి ఉన్నది"–అన్నమాట అట్టిది. తెలివిగలవాడెవ్వడూ–గాడిదకు సింహాన్ని నిరోధించే శక్తి ఉన్నదంటే నమ్మడు. అట్లాగే **ఈ చంచల జగత్తు యొక్క ఉనికిని తెలివిగలవాడెవ్వడూ నమ్మి ఉండడు. (న తేషు రమతే బుధః)**

సంపూర్ణ చంద్ర సూర్యశ్చేత్ : "పున్నమి చంద్రుడు అర్ధరాత్రి అయ్యేసరికి.. సూర్యుడుగా అయ్యారు!" అన్నది నిజమా? ఈ జడజగత్తు ఆత్మయొక్క భావనకు వేరై తనకుతానుగా భాసిస్తోంది".. అనటము అట్టిది.

- చంద్ర సూర్యులు లేకుండానే (సంబంధించకుండా) రాహువు తనకు తానే ఆకాశంలో ప్రత్యక్షమయ్యారు – అనేది ఎంతగా నిజం కాదో, **"భావన–భావించువాడు లేకుండా జగత్తు ప్రత్యక్షమై ఉన్నది"**.. అనునది నిజం కాదు.
- **భ్రష్ట బీజ సముత్పన్నం వృద్ధిశ్చేత్।** కుళ్లిపోయిన విత్తనంలోంచి ఒక మహావృక్షం ఉత్పన్నమయినదటం ఎంతగా నమ్మలేమో.. **ఈ జగత్తు ఉన్నదనటము అంతే!**
- "ఒక దరిద్రుడు సర్వసంపదలు కలిగి ఉన్నాడు" అంటామా? అట్లా అయితే ఆతడు దరిద్రుడు కాదు కదా! **'ఈ జగత్తు వలన సుఖము ఉన్నది'** అనునది అట్టిమాట!
- **శునో వీర్యేణ సింహస్తు జితో యది, జగత్ తదా।** 'కుక్క'భౌభౌ అంటూ ఉండగా, సింహము గజగజ వణుకుతోంది, ఓడిపోయింది!" – అను వాక్యము వలె, **"ఈ జగత్తు నాకు బంధములు కలుగజేస్తోంది. భయపెట్టుచున్నది"**.. అనునది వాస్తవము కాదు. (జగత్తు స్వతఃగా బంధనము కలిగించజాలదు).
- ఒక ఆత్మజ్ఞాని యొక్క జగత్‌దర్శన విధానము మూఢునికి ఎంతగా వివరించి చెప్పినా అర్థం కాదుకదా! ఒక కుక్క యధాలాభంగా సముద్రపు ఒడ్డుకు వెళ్లి సముద్ర జలమంతా మ్రిగివేయగలదా?

  ఈ రెండిటవలెనే, "మనస్సు ఉన్నది. ఆ మనస్సు జగత్తుతో సంబంధం కలిగిస్తోంది".. అనునది కుదరని మాట!
- "ఒకానొకరోజు శుద్ధమైన నిర్మలమైన శూన్యాకాశములోంచి మనుష్యులు వర్షపు చినుకులవలె భూమిపై కురిశారు!".. అనే అర్థరహితవాక్యం వంటిది ఈ జగత్.
- ఒకరోజు ఆకాశంలో గల వనములో గొప్ప పుష్పము వికసించింది. ఆ ఆకాశపుష్పము భూమిపై సువాసనలను వెదజల్లసాగింది.
- ఆకాశంలో ఒక వనం కనబడుతోంది. ఆ వనంలో అనేక మంది జనులు అటూ–ఇటూ తిరుగుచున్నారు.
- ఇక్కడ అద్దము గోడ, జలము.. ఇటువంటివేమీ లేకుండానే, శూన్యంలో ప్రతిబింబములు కనిపిస్తూ ఉంటాయి.

... ఇవన్నీ జరుగుచున్నాయనునది **ఎంతగా అవాస్తవమో – "ఈ జగత్తు ఉన్నది. నాకు బంధనములు కలిగిస్తోంది. నేను బద్ధుడనై.. దిక్కుతోచదు. నాగతి ఇంతే। ఇందులో బంధువులు, నావారు, నీవారు.. ఇవన్నీ నిజమే। ఈ కనబడేదంతా వాస్తవమే"** – అనునదంతా **అంతే అవాస్తవం.**

మా ఇంట్లో గల మేము పెంచుకొంటున్న మేకపిల్ల పొట్టలో భూమి–ఆకాశము–నక్షత్రములతో కూడి జగత్తు మాకు కనిపిస్తోంది" – అనే సమాచారం నమ్ముతామా? అట్లాగే "ఆత్మయందు జగత్తు ఉన్నది" అనునది వట్టిమాటయే. "బంగారములో ఆభరణమున్నది; మట్టిలో విగ్రహము ఉన్నది; కలలో భవనమున్నది?.. మొదలైన మాటలు ఎట్టివో "ఆత్మయందు జగత్తు ఉన్నది"... అనునది అట్టిదే!

ఆత్మలో ఆత్మయే ఉన్నది. **ఆత్మ కుక్షే జగత్ నహి!** ఆత్మయందు గాని, ఆత్మవలనగాని, మరొకరివలనగాని ఆత్మకు వేరైన జగత్తులేదు. అనేక భేదముల కల్పనతో ద్వైత-అద్వైత భావన-అనుభూతులతో కూడిన 'జగత్' అనునది స్వప్నదృశ్యమువలె ద్రష్టయొక్క స్వకీయకల్పనా విశేషమేగాని, వాస్తవానికి లేదు.

- జగత్ దృశ్యవిశేషమంతా ద్రష్టయొక్క భావనాకల్పనయే! కనుక, దృశ్యము ద్రష్టకు భిన్నము కాదు. **అభిన్నమే!**
- ద్రష్ట ఎవరు? ఆత్మయొక్క భావనేయే కాబట్టి, ఆత్మకు ద్రష్ట భిన్నము కాదు! **అభిన్నమే.**
- కనుక జగత్తు ఆత్మకు **అభిన్నము, అద్వితీయము!**

ఈ జగత్తంతా స్వతఃగా లేదు కాబట్టి మాయా కార్యము – అని అనబడుచున్నది.

మాయా= యా మా= ఏదైతే స్వతఃగా లేదో! వాస్తవం కాదో! ఆత్మయే అయిఉండి కూడా, స్వకీయ కల్పనచే ఏదైతే వేరుగా కనిపిస్తోందో..।

'జగత్తు ఉన్నది' అనటమంటే, → "నీవు వేరు-నేను వేరు- లోకపాలకులు వేరు-ఇష్టదైవము వేరు" అను అసంఖ్యాత భేదభావములు దృష్టి కలిగి ఉండటమే! **వాస్తవానికి ఇంద్రియములచే ఆకార భేదము, కల్పనచే విషయభేదము పొందుచున్నది మనస్సే.**

❖❖❖

నిదాఘ మునీంద్రుడు : మహాత్మా! మీరు చెప్పు-**"ఆత్మకు ఈ దృశ్యమంతా అభిన్నము! ఆత్మ నగు నాకు అభిన్నము"**.. అనునది సిద్ధాంతంగా నేను ఒప్పుకుంటున్నాము. ఎందుకంటే, అది తత్త్వానుభవుల ప్రవచన వాక్యమే కాబట్టి!

అయితే **"ఇక్కడ అనేకము ఉన్నది. ఇదంతా అనేక భేదములతో కూడి ఉన్నది"**.. అను బుద్ధిని మేము గెలువలేకపోతున్నామే! మాకు అనేక భేదములు కనిపిస్తున్నాయే? ఎందుచేత కనిపిస్తున్నాయి?

ఋభు మహర్షి : భేదములు కనిపిస్తున్న మాట నిజమే! "నాటకములోని ఇద్దరు పాత్రల పరస్పర బంధుత్వము-స్నేహత్వము-శత్రుత్వము"లాగా జగత్తులో ఆయా పరస్పర సానుకూల్య – ప్రాతికూల్య వ్యవహారాలు, సంబంధాలు ఉన్న మాట నిజమే.

- నాటకం దృష్ట్యా.... ఆయా పాత్రల పరస్పర సంబంధమైన భేదములు ఉన్న మాట కూడా నిజమే!
- అయితే, నాటకమంతా కల్పనయే కాబట్టి పాత్రల పరస్పర భేదాలు కూడా కల్పనచేతనే ఉన్నాయి. వాస్తవానికి ఉన్నాయా? లేవు.
- జగత్తు దృష్ట్యా భేదాలు ఉన్నాయి. కానీ జగత్తే కల్పన అయినప్పుడు భేదాలు కూడా కల్పన కాక మరింకేమిటి?

అందుచేత **"మాయాకార్యమ్ ఇదమ్ భేదమ్, అస్తిచేత్ బ్రహ్మభావనమ్!"** ఇక్కడి భేదములన్నీ మాయాకార్యము. బ్రహ్మమే అజ్ఞాన చిత్తమునకు వేరువేరుగా అనిపిస్తోంది. **ఆత్మభావనచే ఇదంతా 'అనేకం'గా కనిపిస్తూ కూడా, 'ఒకటి'గా అనిపించగలదు.** అందుచేత **'దేహభావన'**ను జయించి **'ఆత్మభావన'**ను ఆశ్రయించండి. **దేహోఽహమ్ ఇతి దుఃఖంచేత్ 'బ్రహ్మోఽహమ్' – ఇతి నిశ్చయః।** 'నేను దేహమును' అనునదే సర్వ దుఃఖ-సర్వబంధములకు కారణం! **"బ్రహ్మమే నేను! ఈ సహజీవులంతా అఖండ బ్రహ్మమే! ఈ జగత్తు అంతా అద్వితీయ బ్రహ్మమే"** – అను నిశ్చయము మాత్రమే సర్వ దుఃఖముల నుండి ఈ జీవుని ఉద్ధరించగలదు. వేరే త్రోవలన్నీ ఈ జీవునికి "నేను నిబద్ధుడను" – అను బంధభావనను అంతకంతకు వృద్ధిచేస్తూ పొందేవే। **న సందేహః। బ్రహ్మభావన ఒక్కటే బంధవిముక్తిని మార్గము.**

ఒకవేళ...

- ఈ సృష్టి ఎవ్వరిచేతనో సృష్టించబడినదై ఉన్నది. **(బ్రహ్మగ్రంధి).**
- ఇది పరిపోషించబడుచూ ఎవ్వరి చేతనో పరిరక్షించబడుతోంది **(విష్ణుగ్రంధి),**
- ఇది మరెవ్వరి చేతనో లయించబడుతోంది **(రుద్రగ్రంధి),**

ఈ విధమైన 'హృదయ గ్రంధులు' ఉన్నాయి – అని అనిపిస్తూ ఉంటే,.. అప్పుడు ఏమి చేయాలంటావా? **హృదయగ్రంధిః అస్తిత్వేత్, .. ఛేదనే బ్రహ్మచక్రకమ్.** 'బ్రహ్మభావన' అను విష్ణు చక్రముతో 'ఈ జగత్తు-ఇందలి భేదభావనలు'.. అనే హృదయ గ్రంధులను

మొదలంట్లా ఛేదించివేయాలయ్యా! అంతేగాని, **జగత్‌దృశ్యమును నమ్మి ఉంటూ, స్వస్వరూపాత్మయొక్క ఔన్నత్యమును సందేహిస్తూ.... మీనమేషాలు లెక్కపెట్టువ్యసనముతో 'మానవజన్మ'ను వృథా చేసుకోకూడదు. అట్లా వృథా చేసుకోవాలనుకునేవానికి మేము చెప్పగలిగేదేమున్నది?**

"నేను బ్రహ్మమును. ఈ సర్వము బ్రహ్మమే. నేనే ఈ సర్వము" అను నిశ్చయము ఏర్పడక, ఒకవేళ అనేక సంశయములు (అనుమానములు) పీడిస్తూ ఉంటే, అట్టి పీడ తొలగాలంటే **"సర్వమ్ ఖల్విదమ్ బ్రహ్మ - సర్వము బ్రహ్మమే"**... అను భావమును గురుముఖతః, అధ్యాత్మశాస్త్ర ముఖతః, స్వవిచారణముఖతః **సునిశ్చితము చేసుకోవాలి. సగ్ంశయే సమనుప్రాప్తే బ్రహ్మనిశ్చయమ్ ఆశ్రయేత్!** సర్వ సంశయములు తొలగటానికి బ్రహ్మము యొక్క నిశ్చయమును ఆశ్రయించాలి.

అనాత్మరూప చోరశ్చేత్ ఆత్మ రత్నస్య రక్షణం! 'నేను వేరు- ఈ జగత్తు వేరు - తదితరులు వేరు' అను **'అనాత్మ'** (అనే) దొంగ నుండి - **'ఆత్మ భావన'** అనే రత్నమును **'ఆత్మగా భావించటము'** అనే అభ్యాసముచే **రక్షించుకోవాలి.**

నేను సర్వదా స్వయముగా "సర్వతత్త్వము- నిత్యానందమయము" అగు బ్రహ్మమునే!

అను భావనచే ఈ జీవుడు సర్వ భేద శృంఖలములను త్రెంచివేసి, బ్రహ్మమే తానై ప్రకాశించగల మహత్తర అవకాశము ఈ మానవజన్మ. **'తత్ త్వమ్'** అను మహవాక్యములను అనేక దృష్టాంతములతో విశదీకరిస్తున్న సత్యదర్శుల భాషణములు, అట్టి రూపమైనట్టి ఉపనిషత్తులు మొదలైనవి శ్రవణం చేస్తూ మనన-నిదిధ్యాసలతో, **బ్రహ్మమాత్రమ్ ఇదమ్ సర్వమ్'** అను సత్యమును సిద్ధించుకొనుచుండగా ఈ జీవునియొక్క సర్వరుగ్మతలు తొలగుతాయి. ఈ **జీవుడే శివుడై, నిత్యానంద బ్రహ్మమై విరాజిల్లగలడు. ఇదియే తత్త్వజ్ఞానము. శివతత్త్వజ్ఞానము. ఆత్మసాక్షాత్కారము. మోక్షము, సమాధి.**

ఓ ప్రియ నిదాఘ మునీశ్వరా!

'సర్వ భువనములు బ్రహ్మమే'.... అను భావనతో, అవగాహనతో 'భువనములు' అనబడు నామ-రూపాత్మకమైనదంతా వదలివేయండి! **"అహం బ్రహ్మేతి-నేను బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాను కదా!"** అను నిశ్చియముతో - (వ్యష్టి సంబంధమైన) పరిమితాహంభావములన్నీ పరిత్యజించివేయండి!

అట్టి పరిత్యాజ్యము చేత - గాఢ నిద్రపోతున్నవాని చేతిలో పుష్పము ఆతనిచే వదలబడు తీరుగా - ఈ సర్వజగత్ భేదములు స్వస్వరూప బ్రహ్మమునందు తమకు తామే - (స్వప్నములోని వస్తు జాలము, నామరూపాత్మక భేదము మొదలైనవి మెలుకువ రాగానే మటుమాయమగుచున్నట్లు) - లయమైపోతాయి. స్వప్నంలో ఒకడు చూచిన చిన్న బంతి-పెద్దబంతుల ఆకారభేదము మెళకువరాగానే ఏమౌతుంది? ఈజగత్తులో కనిపించే భేదము అట్టివే అవుతాయి.

ఇక్కడ భౌతిక దేహము లేదు. దాని పుట్టుక-పెరుగుదల-నాశనము లేదు. సంచిత-ఆగామి-ప్రారబ్ధ.. ఇత్యాది కర్మలు లేవు.. పంచభూతములు లేవు. వాటి వాటి కార్యములయినట్టి నామ-రూపాత్మక ఇంద్రియ ప్రపంచము లేదు. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి అవస్థలు లేవు. ఆత్మ సత్యమ్। జగత్ మిథ్య। **"ఆత్మాత్ ఆకాశమ్"** అను వాక్యానుసారము జగత్తు ఆత్మకు సర్వదా అభిన్నము.

'సర్వము సర్వదా కేవలమగు బ్రహ్మమే అయి ఉన్నది'

దృక్-ద్రష్ట-దృశ్యములతో సహా ఇదంతా **"స్వకీయ బాలాలీలా వినోదము"** వలె కల్పనచే నిజమనిపిస్తూ ఉండవచ్చుగాక. స్వతఃగా ఆత్మయే! బ్రహ్మమే!

'బ్రహ్మోహమ్' భావన చిగురిస్తూ రూపుదిద్దుకొనుచుండగా, ఇక లక్షణాత్రయములగు సత్త్వ-రజో-తమోగుణములు, భూత-భవిష్యత్-వర్తమానములు, దృశ్య-ద్రష్ట-దృక్‌లు, పూర్వదేహము-ఇప్పటిదేహము-రాబోయే దేహములు, స్వర్గ-మర్త్య-పాతాళములు, దేశ-కాల-పదార్థ ఇత్యాది త్రయములు - ఇవన్నీ 'లేనివి' అగుచున్నాయి. ఇక బ్రహ్మ భావనను ఆశ్రయించటంలో తాత్సారము ఎందుకో చెప్పండి.

సత్‌చిత్ ఆనంద బ్రహ్మమే సర్వమై, అప్రమేయమై నిత్యమై ప్రకాశమానమైయున్నది.

అందుచేత ఓ నిదాఘమహాశయా! సర్వభావములను వదలివేసి, సర్వకార్యక్రమములను ప్రక్కకు పెట్టి

– సర్వవ్యాపారమ్ ఉత్సృజ్య 'అహమ్ బ్రహ్మేతి' భావయ!

"నేనే బ్రహ్మమును! అహమ్ బ్రహ్మేతి!".... అను భావనను మాత్రమే భావించువాడవై ఉండుము. **"జగత్-దృశ్యమునకు-ద్రష్టకు కూడా కేవల సాక్షినై సర్వ దేహములలో వెలుగు అఖండ జ్యోతిని"** – అను అఖండ భావనను ఆశ్రయించుము.

"అహంబ్రహ్మాస్మి" – ఇందులో సందేహమే లేదు. సందేహములే సంసారము! వాటిని వదలించుకొనుటకే వేదాంత శాస్త్రము. ఆత్మజ్ఞులతో సత్సంగము. అందుచేత, **"సర్వము నా యొక్క ఎరుక యొక్క విన్యాసమే! అంతా చిదాత్మయే! చిదాత్మక పరబ్రహ్మమే! నేను కేవలము సత్ (ఉనికి) చిత్ (ఎరుక) ఆనంద (అనుభూతి) లక్షణుడను! తదితరమైనదంతా నా సత్-చిత్-ఆనందముల సంప్రదర్శనము అని తత్త్వజ్ఞతతో సునిశ్చయుడవై ఉండండి.**

❖❖❖

నిదాఘ మహాశయా!

ఇది 'శాంకరము' అను పేరు గల మహాశాస్త్రముగా మహనీయులగు తత్త్వజ్ఞుల హృదయస్థమై, లోకవిదితమై యున్నది!

అయితే, పవిత్రమైన ఆశయము లేనట్టి ఎవరికిబడితే వారికి ఇది ప్రసాదించవద్దు! నాస్తికుడు, కృతజ్ఞతను ఏమరిచిన కృతఘ్నుడు, దుష్టవృత్తులు కలవాడు. దుర్లక్షణములలో తదితరులను బాధించు స్వభావుడు – ఇది వినటానికి అర్హుడుకాదు. అట్టి దృష్టవృత్తులు త్యజించు సాధన – ప్రయత్నములలో ఉన్నవాడు మాత్రమే ఈ **'శాంకరీమహావిద్య'**కు అర్హుడు!

విరాగిత్వము, వినమ్రత్వము, గురుభక్తి, మహదాశయము, సహనశీలత్వము, భక్తి-యోగముల అభ్యాసి-అయినవాడు వినుటచే మహత్తరమగు ప్రయోజనము పొందగలడు.

విశుద్ధాంతః కరణునికి, విశ్వప్రేమశీలునికి, మహత్ గుణములు కలవానికి తప్పక బోధించాలి. అయితే, '3' నెలలో, '6' నెలలో, సంవత్సరమో పరీక్షించి, సాధన సంపత్తిని అనుసరించి బోధించాలి.

కించిత్, సర్వ ఉపనిషత్తులు చెప్పు పరమసత్యమే ఇక్కడ చెప్పబడింది! కనుక ఉపనిషత్తులలోని ప్రాణాయామము-మూలాధారాది చక్రోపాసనలు, బాహ్య-అభ్యంతర కుంభకము, అష్టాంగయోగములు – మొదలైన అభ్యాసాలన్నీ క్రమంగా అధిగమిస్తూ, – ఈ తేజోబిందూపనిషత్ చెప్పు **శాంకరీవిద్యను** అభ్యసించటము, – పారాయణము **సులభముగా లక్ష్యమును సిద్ధించుకోవటమే అగుచున్నది.**

అభ్యాస మాత్రం చేతనే ఈ జీవుడు బ్రహ్మమై వెలుగొందుచున్నాడు.

ఇతి తేజో బిందూపనిషత్

ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

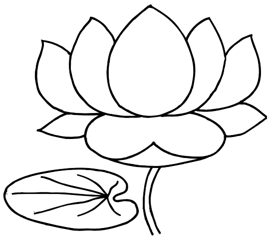
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

13 తైత్తిరీయోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

1. శీక్షావల్లి
2. ఆనందవల్లి (బ్రహ్మానందవల్లి)
3. భృగువల్లి



1. అధ్యయనము। (The Training Phase)
2. బ్రహ్మానందము। (The Experiencing Phase)
3. కింతత్ బ్రహ్మ? -అహమేవ తత్ (The Clarity

1వ అధ్యాయము - శీక్షావల్లి

1వ అనువాకము - మిత్రాది దేవతలకు విన్నపము

ఓం శం నో మిత్రః। శం వరుణః। శం నో భవతి అర్యమా। (భవత్వర్యమా)
శం న ఇంద్రో, బృహస్పతిః। శం నో విష్ణుః ఉరుక్రమః। నమో బ్రహ్మణే।
నమస్తే వాయో। త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మాసి।
త్వా(త్వ)మేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మ వదిష్యామి। ఋతం వదిష్యామి। సత్యం వదిష్యామి।
తన్మామ్ (తత్ మామ్) అవతు। తత్ వక్తారమ్ అవతు। అవతు మామ్। అవతు వక్తారమ్।
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥ (సత్యం వదిష్యామి పంచ చ)

2వ అనువాకము - గురు-శిష్య ఉభయ శ్రేయోస్తుతి

ఓం సహ నావవతు। సహనౌ భునక్తు। సహ వీర్యం కరవావహై, తేజస్వినావధీతమస్తు।
మా విద్విషావ హై। ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

ఓం శీక్ష (The Training)

1. శీక్షాం వ్యాఖ్యాస్యామః।
వర్ణః। స్వరః।
మాత్రా। బలమ్। సామ। సంతానః।
ఇతి ఉక్తః-
శీక్ష అధ్యాయః ॥ (శీక్షాం పంచ।)

The Training

ఓంకార పరబ్రహ్మమునకు నమస్కరిస్తూ, మొట్టమొదటగా 'శీక్ష' అను (పైకి అనవలసిన లక్షణములు) వైదికపరమైన స్వర-శాస్త్రము గురించి చెప్పుకుంటున్నాము.

'శీక్ష' - '6' విధములుగా చెప్పబడుచున్నది.

(1) **వర్ణములు** = 'అ' నుండి 'క్ష' వరకు - అకారాది క్షకారాంతము వరకు అక్షరములు - **మౌళిక శబ్దములు.**

(2) **స్వరములు**=ఉదాత్తము-అనుదాత్త-స్వరితపము-**స్వరముయొక్క స్థాయి.**

(3) **మాత్రలు** = హ్రస్వమాత్ర - దీర్ఘమాత్ర - ప్లుతము - **స్వరముయొక్క పరిమాణము.**

(4) **బలము** = అక్షరములు ఉచ్చరించునప్పుడు బలము (ఉచ్చరణ శక్తి) ఉపయోగించు తీరు.

(5) **సామము**= అక్షరము పలుకునప్పటి వేగ (speed) నియమములు

(6) **సంతానము**=[విలంబనము (pause)] ఎంత ఉండాలి...అని ఎరిగి ఉండటము

ఇవన్నీ వేద - ఉపనిషత్తు పఠించునప్పుడు ఎరుగుట శుభప్రదము.

1వ అధ్యాయము - శీక్షావల్లీ -3వ అనువాకము

01. సహ నౌ యశః।
సహ నౌ బ్రహ్మవర్చసమ్॥
అథ అతః సగ్ంహితాయా
ఉపనిషదం వ్యాఖ్యాస్యామః॥ పంచసు అధికరణేషు॥
– అధిలోకమ్। అధిజ్యౌతిషమ్।
అథి విద్యమ్।
అథి ప్రజమ్। అధ్యాత్మమ్॥
తం "మహాసగ్ంహితా" ఇతి ఆచక్షతే॥

ఉపనిషత్ ఉద్యానవనములోని ఈ 'తైత్తిరీయోపనిషత్' అధ్యయనము చేస్తున్న గురుశిష్యులిరువురమగు మనకు ఆత్మభావనా సామ్రాజ్యములో స్థానము, కీర్తి, యశస్సు, బ్రహ్మవర్చస్సు, బ్రహ్మతత్త్వము స్వభావ సిద్ధిమవటము... ఇవన్నీ సిద్ధించునుగాక.

స్వర-వర్ణ-మాత్ర-బల-సామ-సంతానములనబడే ఉదాత్త అనుదాత్తములతో కూడిన, హ్రస్వ - దీర్ఘమాత్రలతో కూడిన, శబ్దబల ఉచ్చారణతో కూడిన, సమవేగముతో కూడిన, విలంబనములతో కూడిన అక్షరాభ్యాసము తరువాత,

ఇక ఇప్పుడు ఐదు అధికరణములు (లేక) ఆశ్రయము లతో కూడిన **'ఆత్మసామీప్యత'** రూపమగు ఉపనిషదమును (లేక) బ్రహ్మతత్త్వ సామీప్య - ఉపాసన గురించి వ్యాఖ్యానించు కొనుచున్నాము.

(1) **అధిలోకమ్** - లోకములయందు ఉపాసన। - **విశ్వోపాసన**
(2) **అధిజ్యౌతిషమ్** -జ్యోతి-తేజస్సు నందు ఉపాసన। -**కాంతి- తేజోపాసన**
(3) **అథి విద్యమ్** - విద్యలయందు ఉపాసన। -**విద్య-విద్యోపాసన**
(4) **అథి ప్రజమ్**-జనుల యందు ఉపాసన। - **సంతానము-సహజనోపాసన**
(5) **అథి ఆత్మమ్**-తనయందు దేహమునందు ఉపాసన- **శరీరము-దేహాంతరోపాసన**

ఈ '5' కూడా 'పంచ-మహాసంహితలు' (ఉపాసనా మార్గములు) అని తత్త్వజ్ఞులు (వేదజ్ఞులు) ప్రవచించుచున్నారు. (విశ్వ-కాంతి-విద్య-సంతాన-శరీరో పంచమహా సంహితోపాసనలన గురించి చెప్పుకుంటున్నాము).

అథ అధిలోకమ్।
పృథివీ – పూర్వ రూపమ్।
ద్యౌః – ఉత్తర రూపమ్।
ఆకాశః – సంధిః।
వాయుః – సంధానమ్ః
ఇతి 'అధిలోకమ్'॥

(1) అథి లోకోపాసన (లోక సంహిత) - యొక్క విశ్వరూపోపాసన
విశ్వముయొక్క -
పూర్వరూపము - పూర్వాక్షరము = **పృథివి / భూమి.**
ఉత్తరరూపము - ఉత్తరాక్షరము = **ద్యౌః / అంతరిక్షము**
పూర్వ - ఉత్తర రూపముల (కలయిక) సంధి = **ఆకాశము**
భూమి - ఆకాశముల అనుసంధానము = **వాయువు,**
ఈ విధముగా పరస్పర సంబంధము గమనిస్తూ ఈ విశ్వమును ఆత్మరూపముగా ఉపాసించటము.

---

02. అథ అధిజ్యౌతిషమ్।
'అగ్నిః' – పూర్వరూపమ్।
'ఆదిత్యః' – ఉత్తర రూపమ్
'ఆపః' – సంధిః॥
'వైద్యుతః' – సంధానమ్।
ఇతి అధి జ్యౌతిషమ్।

(2) అధిజ్యౌతిష - ఉపాసన - తేజస్సును ఉపాసించటమెట్లా?(అధి జ్యోతిష సంహిత) - కాంతి (లేక) తేజస్సుయొక్క ఉపాసన
పూర్వరూపము - పూర్వాక్షరము = **అగ్ని**
ఉత్తరరూపము - ఉత్తరాక్షరము = **ఆదిత్యుడు (సూర్యుడు)**
పూర్వ-ఉత్తర రూపముల-(అక్షరముల) సంధి (కలయిక)= **జలము (ఆపః)**
పూర్వ - ఉత్తర రూపముల (అక్షరముల) అనుసంధానము = **విద్యుత్తు (తేజస్సు)**
ఇట్టి ఆశ్రయము (సంహితము)తో జ్యోతి (లేక) తేజస్సును బ్రహ్మముగా ఉపాసించటము. (లేక) తేజస్సును ఇట్లా ధ్యానించటము.

అథ అధి విద్యమ్
'ఆచార్యః' – పూర్వరూపమ్।
'అన్తేవాసి' – ఉత్తరరూపమ్।
'విద్యా' – సంధిః।
ప్రవచనగ్ం – సంధానగ్ం।
ఇతి అధి విద్యమ్॥

(3) 'విద్య'ను ఉపాసించునప్పుడు... (అధివిద్యా సంహిత)-విద్యోపాసన
పూర్వరూపము - పూర్వాక్షరము = **గురువు - ఆచార్యులవారు.**
ఉత్తరరూపము - ఉత్తరాక్షరము = **శిష్యుడు.**
సంహితయొక్క పూర్వ - ఉత్తర రూపముల (అక్షరముల) సంధి = **విద్య (వేదవిద్య / బ్రహ్మవిద్య)**
పూర్వ - ఉత్తరరూపముల అక్షరముల అనుసంధానము = **ప్రవచనము**
ఈ విధంగా విద్యను పరబ్రహ్మతత్త్వము కొరకై ధ్యానించటము. ఇది 'విద్య'ను ఆశ్రయించి చెప్పబడు ఉపాసన (లేక) సంహిత.

<u>**అథ అధి ప్రజమ్**</u>

'మాతా' – పూర్వరూపమ్।

'పితా' – ఉత్తరరూపమ్।

'ప్రజా' – సంధిః।

ప్రజననమ్ (గ్ం) – సంధానమ్।

ఇతి అధి ప్రజమ్।

<u>**అథ అధ్యాత్మమ్।**</u>

అధరా – హనుః – పూర్వరూపమ్।

ఉత్తరా హనుః – ఉత్తర రూపమ్।

వాక్ – సంధిః।

జిహ్వా – సంధానమ్।

ఇతి అధ్యాత్మమ్॥

ఇతీమా మహా సగ్ంహితాః।

ప్రజోపాసన (లేక) ప్రజాసంహిత - సంతాన విద్య - ఉపాసన

పూర్వరూపము - పూర్వాక్షరము = మాతృదేవత తల్లి - అమ్మ (దేహమునకు ఆవల)

ఉత్తరరూపము - ఉత్తరాక్షరము = పితృదేవులవారు తండ్రి - నాన్న (దేహమునకు ఈవల)

పూర్వ ఉత్తర రూపముల (లేక) అక్షరముల సంధి= (సంతానము) ప్రజలు, సర్వజీవులు

పూర్వ ఉత్తరరూపముల అనుసంధానము = ప్రజనము ప్రజోత్పత్తి - ప్రజాపోషకులగు దేవతలు.

ఇది 'ప్రజ'ను ఆశ్రయించి నిర్వర్తించవలసిన ప్రజనోపాసన - సంహిత।

అధ్యాత్మోపాసన - అధ్యాత్మసంహిత - దేహఉపకరణోపాసన

పూర్వరూపము - పూర్వాక్షరము = క్రింద పెదవి

ఉత్తర రూపము - ఉత్తరాక్షరము = పై పెదవి

పూర్వ ఉత్తరాక్షరముల సంధి = **వాక్కు పలకటం**

పూర్వ - ఉత్తర రూపముల (అక్షరముల) అనుసంధానము = **నాలుక**

ఈ విధముగా సాధకుడు తనయొక్క ఈ భౌతిక దేహమును ఆశ్రయించి నిర్వర్తించవలసిన ఉపాసన (లేక) సంహిత (లేక) అధ్యాత్మ సంహిత.

ఇవి పంచ మహత్ సంహిత-పంచ మహా ఉపాసనలుగా చెప్పబడుచున్నది.

య ఏవమ్ ఏతా

మహా సగ్ంహితా వ్యాఖ్యాతా వేద,

సంధీయతే, ప్రజయా

పశుభిః బ్రహ్మవర్చసేన

అన్నాద్యేన సువర్గ్యేణ లోకేన॥

(సంధిః ఆచార్యః పూర్వరూపమ్

ఇతి అధిప్రజం లోకేన।)

ఎవ్వరైతే ఈ విధంగా వ్యాఖ్యానింపబడుచున్న మహా సంహిత (మహాసంయోగము-మహదోపాస)ను తెలుసుకొని **పంచోపాసనలను** నిర్వర్తించు చున్నారో,... అట్టివారు ఉత్తమ ప్రజలతోను, సంతానముతోను, తత్త్వజ్ఞులగువారి సహవాసముతోను, పశుసంపదతోను, బ్రహ్మవర్చస్సు తోను ప్రకాశించుచున్నారు. అన్నాద్యములతోను (భోగ్యవస్తువులను పొందుట చేతను), సువర్గ (స్వర్గ) లోక ప్రవేశము చేతను - సుసంపన్ను లగుచూ, ఆత్మతత్త్వముతో అనుసంధానము పొందుచున్నారు. **'ప్రజనాశ్రయము'** అని ఆచార్యులవారిచే ఈ విధంగా ఉపాసనగా, 'పంచసంయోగ మహాసంహిత'గా నిత్యోపాసనకొరకై శిష్యులకు బోధించబడుచున్నది! ప్రసాదించబడుచున్నది!

1వ అధ్యాయము – శీక్షా వల్లీ – 4వ అనువాకము

1. యః ఛన్దసామ్ ఋషభో విశ్వరూపః।

ఛన్దోభ్యో అధి అమృతాత్ సంబభూవ।

సమేంద్రో మేధయా స్పృణోతు॥

అమృతస్య దేవధారణో భూయాసమ్।

శరీరం మే విచర్షణమ్।

జిహ్వా మే మధుమత్తమా।

కర్ణాభ్యాం భూరి విశ్రువమ్।

బ్రహ్మణః కోశో௨సి

మేధయా పిహితః,

శ్రుతం మే గోపాయ।

అవహన్తీ వితన్వానా॥

ఏది వేదములలో ప్రాధాన్యముగా పురుషోత్తమ-విశ్వరూపము (ప్రణవము) గా స్తుతించబడుచూ ఉన్నదో, వేదముల సారమై అమృత రూపమై పలుకబడుచున్నదో, సంప్రకాశమానమై ఉన్నదో, అట్టి ఇంద్ర తత్త్వము (పరబ్రహ్మతత్త్వము) అగు 'ఓం' సంజ్ఞార్థము నా మేధస్సును (ప్రజ్ఞను) చేరునుగాక! స్పృశించునుగాక! నా మేధను ఉత్తేజపరచును గాక.

ఓ దేవా! **అమృతరూపమగు బ్రహ్మతత్త్వమును** మేము ధారణగా పొందెదముగాక! అందుకుగాను మా ఈ శరీరము విచక్షణమై (లేక) యోగ్యమై ఉండునుగాక! మా యొక్క ఈ నాలుక **'మధురభాషణము'** అనే **భూషణము** పొందినదై ఉండుగాక! మా ఈ చెవులు బ్రహ్మము గురించి విస్తారముగా వినుటకు శక్తియుతమై ఉండునుగాక!

ఓ పరబ్రహ్మ తత్త్వమా! నీవు మాయందు ఉండియే ఉన్నావు. అయితే పంచకోశములచేతను, మా లౌకిక ప్రజ్ఞచేతను కప్పబడినదానవై ఉన్నావు. మా యొక్క ఆత్మజ్ఞానము యొక్క వినికిడిని దయతో రక్షించి, మమ్ములను కప్పియున్నట్టి అడ్డుల నుండి రక్షించుము.

ఈ విధంగా ఆత్మమేధస్సు కోరువాడు చేయవలసిన ప్రార్థనగా చెప్పబడింది!

2. (అవహన్తీ వితర్వానా)
కుర్వాణ ఆచీరమాత్మనః।
వాసాగ్ంసి మమ గావశ్చ।
అన్న పానే చ సర్వదా।
తతో మే శ్రియమావహ।
లోమశాం పశుభిః సహ స్వాహా॥
ప్రమాయన్తు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా।
ఆమాయన్తు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా।
ని(వి)మాయన్తు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా।
దమాయన్తు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా।
శమాయాన్తు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా।
యశోజనే అసాని స్వాహా।
శ్రేయాన్ అస్యసో అసాని స్వాహా।
తం త్వా భగ, ప్రవిశాని స్వాహా।
స మా భగ ప్రవిశ స్వాహా।

ఓ పరమాత్మా! ఉత్తమ శరీరము, మేధాశక్తులతోబాటుగా చిరకాలము సర్వదా... మాకు వస్త్రములను, గోవులను, అన్న - పానములను కూడా ప్రసాదిస్తూ విస్తరింపజేయండి! రోమములు గల గొర్రెలను కూడా ప్రసాదించి మా స్వాహా (దేవయజ్ఞ) విధులను దిగ్విజయముగా నిర్వర్తింపజేయండి!
బ్రహ్మ విద్యను ఆశ్రయించినవారై, ఉత్తమమగు ఆశయము కలవారు సమస్త దిక్కులనుండి చక్కగా - **ఆయాన్తు**-ఇక్కడికి వచ్చెదరుగాక. నియమ - నిష్ఠలతో, శ్రద్ధతో వారిని (విద్యార్థులను) ఈ ఆశ్రమమునకు ఆహ్వానిస్తున్నాము. ఇంద్రియ నిగ్రహముగల, శమముగల, బ్రహ్మచారులు (బ్రహ్మమును అభ్యసించు ఆశయముగల విద్యార్థులు) నన్ను సమీపించెదరుగాక! ఈ హోమద్రవ్యమును స్వీకరించి, మీ దివ్యమగు ఆశీస్సులు ప్రసాదించండి. ఇక్కడి గురుశిష్యులమంతా కూడా జనులయందు యశస్సు పొందెదముగాక! మా ఈ గురు- శిష్య సాంప్రదాయము, తాత్త్విక విషయముల అభ్యాసములు జనులలో ప్రసిద్ధిపొందునుగాక! మేము శ్రేయస్సు పొందెదముగాక!
హే భగవాన్! ఆధ్యాత్మిక పాఠ్యాంశములు గురువుగా నేను చెప్పు చున్నప్పుడు, శిష్యుడుగా ఈతడు ఎరుగుచున్నప్పుడు మా ఇరువురి బుద్ధి నీయందు ప్రవేశించి ప్రకాశించునుగాక...
మాయందు భగ (తేజోరూపమై) తత్త్వజ్ఞానము ప్రవేశించి ప్రకాశించును గాక! దేవతల సమర్పణగా ఈ ఉపనిషత్ వ్యాసంగము దిగ్విజయమగును గాక! భక్తితో హోమద్రవ్యములను సమర్పిస్తున్నాము.

---

3. తస్మిన్ తు సహస్ర శాఖే।
నిభగా అహం త్వయిమ్ ఋజే స్వాహా।
యథా ఆపః ప్రవతాఽఽ యన్తి (ప్రవతా ఆయన్తి)
యథా మాసా అహః జరమ్, (అహర్జరమ్)।
ఏవం మాం బ్రహ్మచారిణః।
ధాతరాయంతు సర్వతః స్వాహా॥

సహస్ర (వేలాది) విధానములుగా చెప్పబడుచూ అభివర్ణించబడుచున్న ఓ ప్రణవమా! ఆత్మ భగవాన్! నీయందు నేను సత్యదృష్టితో ప్రవేశించి పరిశుద్ధుడనగుదునుగాక! "స్వాహా" అని దేవతలను ఆహ్వానిస్తున్నాను.
ఓ సర్వాత్మకుడవగు పరమాత్మా! ప్రణవస్వరూపా!
→ ఏ విధంగా నీరు పల్లము ఎరిగి ప్రవహిస్తూ ఉంటుందో...
→ ఏ విధంగా కాలమును మాసములు, సంవత్సరములు వెంటనంటినవై నడుస్తూ ఉంటాయో,
ఆ విధంగా ఆధ్యాత్మ విద్యయందు శ్రద్ధ-ఆసక్తి- అభిలాషలు గల బ్రహ్మచారులు (అధ్యయన విద్యార్థులు) సర్వదిక్కులనుండి నన్ను సమీపించుటకై వచ్చెదరుగాక! ఈ ఆశ్రమములో బ్రహ్మవిద్య - అధ్యయనము లోకములకు శుభము చేకూర్చునుగాక!

---

04. ప్రతివే అశోఽసి (ప్రతివేశోఽసి)
ప్రమా భాహి।
ప్రమాపద్యస్వ।
(వితన్వానా ప్రవిశ స్వాహా సప్తచ। - ద్రవిడ పాఠః)
(వితన్వానా శమాయన్తు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా
ధాత రాయన్తు సర్వతః స్వాహా। హి ఏకం చ॥ - (ఇతరపాఠః॥)

హే భగవాన్! పరబ్రహ్మమా! ఎవరు మిమ్ములను శ్రద్ధతో ఉపాసిస్తారో, వారి గృహములలో స్వయముగా ప్రవేశించటము మీ స్వభావము కదా! మా గృహమునకు వేంచేయండి.
మా గృహమును పొంది మమ్ము ప్రకాశింపజేయుము. ఆత్మతత్త్వము మాయందు ప్రవేశించి మమ్ములను ప్రకాశింపజేయునుగాక! (ఆత్మ శ్రేయస్సు కోరి ఉపనిషత్ ఉపదేశము పొందకోరువాడు ముందుగా జపము మంత్రము-హోమమంత్రము-ప్రణవప్రార్థన నిర్వహించాలి).

1వ అధ్యాయము - శీక్షా వల్లీ - 5వ అనువాకము

1. 'భూః భువః స్సువః' ఇతి వా
ఏతాః తిస్రో వ్యాహృతయః।
తాసామ్ ఉహ అస్మైతాం - చతుర్థీమ్
మహాచమస్యః ప్రవేదయతే।

(3వ అనువాకమునందు లోక - జ్యోతి - విద్య - ప్రజ - ఆత్మ (స్వదేహ) సంహితము (ఉపాసనల) గురించి పంచమహాసంహితముగా చెప్పబడింది. 4వ అనువాకంలో మేధ - శ్రీ (సిరి - సద్గుణములు) కోరుకొనువానికి - అందుకొరకై సాధనభూతములగు మంత్రములు చెప్పబడ్డాయి).
ఇక ఈ 5వ అనువాకములో **'వ్యాహృతి స్వరూప బ్రహ్మమును**

'మహ' ఇతి। తత్ బ్రహ్మ।
స ఆత్మా। అంగాని (అంగాస్య) అన్యా దేవతాః।
'భూః' ఇతి వా అయం లోకః।
'భువః' ఇతి అంతరిక్షమ్।
'సువః' ఇతి అసౌ లోకః।
2. 'మహ' – ఇతి ఆదిత్యః।
ఆదిత్యేన వావ సర్వే లోకా
మహీయన్తే।

హృదయంలో ధ్యానించండి'... అంటూ బ్రహ్మకు అంగభూతములైన వ్యాహృతులు ఉపాసనగా చెప్పబడుతోంది.

దృశ్యలోకమును ఉద్దేశ్యించి ఉపాసన

-'భూ'- భువర్- సువర్ లోక వ్యాహృతులకు...ఈ '3' తన అంగముగా గల 'మహర్‌లోకము' అనే 4వ వ్యాహృతిని 'మహాచమన్యుడు' అనే మహర్షి తన తపస్సుతో దర్శించి చెప్పారు. అట్టి 4వ వ్యాహృతి గురించి చెప్పుకుంటున్నాం.

భూః - ఈ భౌతికంగా కనిపించే లోకము.

భువః - అను 'వ్యాహృతి'ని అంతరిక్షములోని (ఆకాశములోని-భూలోక-దేవలోకములకు మధ్య గల లోకములను ఉద్దేశ్యించి చెప్పబడుతోంది.

సువః - అను 'వ్యాహృతిని' సువర్లోక (లేక) దేవ(స్వర్గ) లోకమును భావిస్తూ ఉపాసించాలి. లోక నిర్మాణకర్తలు,అశరీరులు అగు దివ్యతత్త్వాభిమానులగు దేవతలు ఉపాసించబడుచున్నారు.

మహః=భూ-భువర్-సువర్-లోకములుగా సంప్రదర్శితమగుచూ ఆ మూడిటిని తన అంగములుగా కలిగి ఉన్నది. 'ఆదిత్యలోకము'! మహర్లోకము. అట్టి 'మహత్'యే '3' లోకములు. సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మ పురుషుడే **ఆత్మ-ఆదిత్యుడు**. దేవతలు ఆదిత్యుని అంగములయి, ఆదిత్యమే సర్వ తదితర లోకములు అయి, ఆదిత్యునిచే వృద్ధి చేయబడుచున్నది. "మహీయన్తే!" - అని ఉపాసించబడుచున్నది.

'భూః' ఇతి వా అగ్నిః।
'భువ' ఇతి వాయుః।
'సువః' ఇతి ఆదిత్యః।
'మహ' ఇతి చంద్రమాః।
చన్ద్రమసా వావ సర్వాణి
జ్యోతీగ్ంషి మహీయన్తే।
'భూః' ఇతి వా ఋచః।
'భువః' ఇతి సామాని।
'సువః' ఇతి యజూగ్ంషి।
'మహ' అతి బ్రహ్మ।
బ్రహ్మణా వావ సర్వే వేదా మహీయన్తే।

దివ్యప్రజ్ఞలగు దేవతలను ఉద్దేశ్యించి ఉపాసన

ఇంకా చతుర్ - హ్యాహృతీ ఉపాసన గురించి చెప్పబడుచున్నది.

'భూః' వ్యాహృతి → 'అగ్ని'గాను,
'భువర్' వ్యాహృతి → 'వాయువు'గాను,
'సువర్' వ్యాహృతి → ఆదిత్యుడుగాను, (సూర్యుడు)
మహర్ వ్యాహృతి → చంద్రతత్త్వము గాను (మనస్సు)

చంద్రునిచేతనే సర్వ అగ్ని - వాయు - ఆదిత్యులు వృద్ధి చేయబడుచున్నట్లుగాను, చంద్రుని జ్యోతి స్వరూపముగాను, అద్దాని వెలుగుయే తదితరమంతా అని... ఉపాసించుచున్నాము!

వేదములను ఉద్దేశ్యించి ఉపాసన

ఋగ్వేదమును → భూవ్యాహృతిగాను,
సామవదేమును → 'భువర్' వ్యాహృతిగాను
యజుర్వేదమును → 'సువర్' వ్యాహృతిగాను
'ఓం'కారమగు బ్రహ్మమును → మహర్ వ్యాహృతిగాను
ఉపాసించుచున్నాము.

వేదములన్నీ కూడా 'ఓం'కార సంజ్ఞ అగు 'పరబ్రహ్మము' యొక్క త్రి అంగములు. అవి మహర్వ్యాహృతి చేతనే ఋక్ యజుర్ సామవేదములుగా వృద్ధిచెందుచున్నాయి. 'మహ' యే త్రివేదములుగా విస్తరించుచున్నది.

---

03. 'భూః' ఇతి వై ప్రాణః
'భువః' ఇతి అపానః।
'సువః' ఇతి వ్యానః।
'మహ' ఇతి అన్నమ్॥

ప్రాణశక్తిని ఉద్దేశ్యించి ఉపాసన

ప్రాణము (పీల్చువాయువు)ను → 'భూ' వ్యాహృతిగాను,
అపానము (వదలువాయువు)ను → 'భువర్' వ్యాహృతిగాను,
వ్యాన (వ్యాప్తి కలిగియున్న) వాయువును → సువర్ వ్యాహృతిగాను,
అన్నము (ఆహారము) - మహర్వ్యాహృతిగాను ఉపాసించుచున్నాము.

అన్నేన వావ సర్వే ప్రాణా మహీయన్తే।
తావా ఏతాః చతస్రః
చతుర్ధా।
చతస్రః చతస్రో (4 x 4 = 16)
వ్యాహృతయః।
తా యో వేద, స వేద బ్రహ్మ।
సర్వే అస్మై దేవా
బలిమ్ ఆవహన్తి॥
అసౌ లోకో యజూగ్ంషి
వేద ద్వే చ।

అన్నము చేతనే సర్వప్రాణులు వృద్ధిచెందుచున్నారు. అందుచేత సర్వజీవుల ప్రాణప్రదర్శనములకు కారణమగు 'అన్నము'ను పరబ్రహ్మ స్వరూపముగా ఉపాసించెదము గాక.

పైన చెప్పుకున్నట్లు బ్రహ్మమును భూ - భువర్ - సువర్ - మహర్ వ్యాహృతులను → లోక - దేవ - వేద - ప్రాణ దృష్టులతో దృక్ రూపమగు ఆత్మను ఉపాసించాలి.

(1) భూవ్యాహృతిని → పృథివి - అగ్ని - ఋగ్వేదము, ప్రాణవాయువుగాను....

(2) భువర్ వ్యాహృతిని → అంతరిక్షము, వాయువు, సామవేదము, అపానవాయువుగాను,

(3) సువర్ వ్యాహృతిని → స్వర్గము, ఆదిత్యుడు, యజుర్వేదము, వ్యానవాయువుగాను

(4) మహర్ వ్యాహృతిని → ఆదిత్య లోకము, చంద్రుడు, ఓంకారము, అన్నముగాను ఉపాసించుచున్నాము.

ఈ 4 × 4 = 16...ఆత్మయొక్క అంగభూతములుగాను, ఆత్మయొక్క వ్యాహృతులుగాను ఎవ్వడు ఎరిగి - ఉపాసిస్తున్నాడో, **ఆతడు బ్రహ్మమును ఎరిగి ఉపాసించుచున్న వాడగుచున్నాడు. దేవతలందరిని పూజించిన ఫలము పొందుచున్నాడు.**

అట్టివాడు (1) **ఇహము,** (2) ఇద్దానికి ఆధారమగు **పరము**...ఈ రెండిటిని ఉపాసన చేయుచున్నవాడగుచున్నాడు.

1వ అధ్యాయము - శీక్షా వల్లీ - 6వ అనువాకము

01. స య ఏషో అన్తర్హృదయ
ఆకాశః।
తస్మిన్ అయం పురుషో
మనోమయః।
అమృతో హిరణ్మయః।
అన్తరేణ తాలుకే।
య ఏషస్తన ఇవ అవలమ్బతే॥
స ఇన్ద్ర యోనిః, (సేన్ద్రయోనిః)
యత్ర అసౌ కేశాన్తో
వివర్తతే।
వ్యాపోహ్య శీర్ష కపాలే।

ఇప్పటి వరకు భూ-భువర్-సువర్-మహర్ వ్యాహృతులచే బ్రహ్మయొక్క 'అంగపూజ' చెప్పబడినది.

ఇప్పుడు హృదయాకాశములో బ్రహ్మమును ధ్యానించటము, దర్శించటము - ఉపాసించటము గురించి చెప్పుకోబోవుచున్నాము.

అంతర్-హృదయ పుండరీకమునందు మధ్యగా చిత్-ఆకాశమునందు **మనోమయుడు, హిరణ్మయుడు, జ్యోతిర్మయుడు,** మరణముగాని-మార్పు- చేర్పులు గాని లేనట్టి **అమృతస్వరూపుడు,** ఈ సమస్తమును తనయొక్క **పురుషకారముగా కలవాడు** అగు పరమాత్మ వేంచేసి ఉన్నారు. సర్వనాడులకు ఊర్ధ్వభాగమునందు, ప్రాణములకు స్థానమై యున్నారు. **ఆయనను పొందడమే పరమపదస్థానము.**

- హృదయమునకు ఊర్ధ్వభాగంలో సుషుమ్ననాడి!

- ఆ సుషుమ్ననాడి దవడల మధ్య భాగంలో స్తనమువలె వ్రేలాడుచూ ఉన్నది.

ఆ నాడి తల వెంట్రుక వంటి రూపంగా శిరస్సు యొక్క ఊర్ధ్వభాగము వరకు (బ్రహ్మరంధ్రము వరకు) విస్తరించి ఉన్నది. అంతే కాదు. శిరస్సు చీల్చుకొని బయటకు కూడా (సహస్రారమునకు) విస్తరించినదైయున్నది. అనగా కపాలమును దాటినదై, విశ్వ- విశ్వాంతరాళమందు ప్రసరించునదై యున్నది. **అది బ్రహ్మమును ప్రాప్తించుకొనటమును ఎరిగిన యోగి యొక్క కపాల ఊర్ధ్వమునుండి బయటకు స్వానుభవమై** వెడలుచున్నది.

2. 'భూః' ఇతి అగ్నౌ
ప్రతితిష్ఠతి।
'భువః' ఇతి వాయౌ।
'సువః' ఇతి ఆదిత్యే।
'మహః' ఇతి బ్రహ్మణి।
ఆప్నోతి స్వా రాజ్యమ్।
ఆప్నోతి మనసస్పతిమ్।
వాక్పతిః। చక్షుష్పతిః।
శ్రోత్ర పతిః। విజ్ఞాన పతిః।
ఏతత్ తతో(త్) భవతి।
ఆకాశ శరీరం బ్రహ్మ।
సత్యాత్మ ప్రాణ ఆరామం
మన ఆనన్దమ్।
శాన్తి సమృద్ధమ్
అమృతమ్।
ఇతి, ప్రాచీన యోగ్య ఉపాస్స్వ। (యోగ్యోపాస్య)
(వాయా వ అమృతమ్ ఏకం చ॥)

'భూః' అను వ్యాహృతాత్మకమైన అగ్నియందు సుషుమ్న నాడ్యభ్యాసి ప్రతితిష్ఠితుడగుచున్నాడు. వ్యాహృతుడై భూమి - అగ్ని స్వరూపుడగు చున్నారు. అంతరిక్షమునందు ప్రవేశించి **'భువర్'** అను వ్యాహృతాత్మక మగు వాయువునందు ప్రవేశించి వాయువునందు ప్రతితిష్ఠితుడు అగుచున్నారు. వాయు స్వరూపుడై సర్వ కదలికలు తనవిగా దర్శిస్తున్నారు.

'సువః' అను ఆదిత్యునియందు (సూర్యునియందు) ప్రతితిష్ఠితుడై ఉంటున్నారు. తన వెలుగులో అన్నీ ఉజ్జీవింపజేయువాడగుచున్నారు.

'మహర్' అను 4వ వ్యాహృతాత్మకమగు బ్రహ్మమునందు ప్రతితిష్ఠితుడై ఉంటున్నారు. మనస్సుకు అధిపతిఅయి, స్వస్వరూపమగు స్వారాజ్యము (ఆత్మ సామ్రాజ్యము) పొందుచున్నారు. ఏలుచున్నారు.

→ వాక్‌కు అధిపతిగాను, చూపుకు - చెవులకు (వినికిడికి) అధిపతిస్థానము పొందుచున్నారు. విజ్ఞానము (ఎరుక) నకు అధిపతి అయి ప్రకాశిస్తున్నారు.

ఓ ప్రాచీనయోగ్యా! (అట్లు సంషుమ్ననుండి కేశమువంటి మార్గములో 'కేశాంతము' చేరి, కపాలభాగమును దాటిన యోగి) ఈ సర్వము తనయందు దర్శించువాడై, తానే ఈ సమస్తమై ప్రకాశించుచున్నారు.

→ ఆకాశమంతా తన శరీరముగా దర్శిస్తూ, ఆకాశమంతా తన శరీరముగా కలిగి ఉంటున్నారు. **మూర్త - అమూర్తము కూడా తానైన సత్యాత్మ స్వరూపుడు అగుచున్నారు.**

→ ప్రాణ శక్తి యందు క్రీడించువాడు, ఆనందమయమగు మనస్సును సంతరించుకున్న వాడు, సర్వము తనయందు శాన్తించగా కూడా శోభించియుండువాడు, అమృతుడు... అగు **పరమాత్మ శరీరుడు అగుచున్నాడు.**

ఓ ప్రాచీన యోగ్య శిష్యా! నీవు అట్టి సుషుమ్ననుండి వెంట్రుక వంటి మార్గములో కపాలమును దాటి ఆత్మవై పంచభూతములు నీ సూక్ష్మశరీరముగా, ఈ లోక-లోకాంతరములతో కూడిన సమస్త దృశ్యము స్వశరీరముగా కలవాడవై ప్రకాశించుము!

1వ అధ్యాయము - శిక్షా వల్లీ - 7వ అనువాకము

1. పృథివీ, అన్తరిక్షం, ద్యౌః,
దిశో అవాన్తర దిశాః।
అగ్నిః వాయుః ఆదిత్యః
చన్ద్రమా నక్షత్రాణి।
ఆప ఓషధయో వనస్పతయ
ఆకాశ ఆత్మా।
<u>ఇతి అధిభూతమ్।</u>
<u>అథ అధ్యాత్మమ్</u>
ప్రాణో వ్యానో అపాన ఉదానః
సమానః।
చక్షుః శ్రోత్రం మనో
వాక్ త్వక్
చర్మ మాగ్ంసగ్గం
స్నావా అస్థి మజ్జా।
ఏతత్ అధివిధాయ
ఋషిః అవోచత్–

ఆత్మను పంచ విభాగములుగా గమనిస్తూ ఉపాసించువిధానము అగు 'పాంక్త పంచక ఉపాసన' గురించి ఇప్పుడు చెప్పుకుందాము.

బాహ్య - పాంక్త త్రయము-అధిభూత పాంక్తత్రయము

ఆత్మను పంచముఖములుగా (పంచముఖ శివతత్త్వముగా) ఉపాసించు రీతి.

(1) లోకపాంక్తము : పృథివి, అంతరిక్షము, ద్యులోకము, దిశలు, అవాంతర దిశలు - ఇవి ఐదు. ఆత్మభగవానుని **'పంచలోకపాంక్తములు'**గా ఉపాసించుచున్నాము.

(2) దేవతా పాంక్తము : అగ్ని, వాయువు, ఆదిత్యుడు, చంద్రుడు, నక్షత్రములు...ఇవి ఆత్మయొక్క దేవతా పంచప్రత్యక్షములుగా (లేక) దేవతా పాంక్తములుగా భావించి ఉపాసించుచున్నాము.

(3) భూతపాంక్తము : జలము, ఔషధులు (ఆహార ధాన్యములు - వరి, గోధుమ మొ॥వి). **వనస్పతులు** (పెసలు, మినుగులు, మొ॥న పప్పు ధాన్యములు, ధనియాలు మిరియాలు...మొదలైన దినుసులు), **ఆకాశము, ఆత్మ**...ఈ భూత పాంక్తము - పరమాత్మయొక్క రస విభవములుగా భావించి ఉపాసించుచున్నాము.

అధ్యాత్మ పాంక్తత్రయము

(1). వాయుపాంక్తము : ప్రాణము, వ్యానము, అపానము, ఉదానము, సమానము...ఈ ఐదూ ప్రాణేశ్వరుని పంచప్రాణముఖములుగా, ఆత్మయొక్క పంచ ప్రదర్శనములుగా భావించి ఉపాసించుచున్నాము.

పాఙ్క్తం వా(పాక్తంవా) ఇదగ్ం
సర్వమ్।
పాంక్తేనైవ పాంక్తగ్గ్ం
స్పృణోతి ఇతి।
(సర్వం ఏకం చ॥)

(2) ఇంద్రియ పాంక్తము : చక్షువులు, శ్రోత్రము, మనస్సు, వాక్కు (నోరు), త్వక్కు (స్పర్శ)...ఈ ఐదింటిని పరమాత్మయొక్క ఇంద్రియ పంచప్రదర్శనముగా చూస్తూ ఆత్మను ధ్యానించుచున్నాము.

(3). ధాతు పాంక్తము : చర్మము, మాంసము, వస (స్నాయువు), అస్థి (బొమికలు), మజ్జ → ఈ ఐదు పరమాత్మయొక్క పంచధాతు ప్రత్యక్షములుగా దర్శించి ఉపాసిస్తున్నాము.

ఋత్ (సత్యము)ను ఎరిగిన ఋషులు జనుల ఆత్మోపాసనకొరకై 'పాంక్త షట్క (3+3) కోష్ఠముల-పంచవిభాగముల **'6' కోష్ఠములను 'ఆత్మచైతన్యసంప్రదర్శనములు'**గా ఉపాసించుమార్గమును చూపుచున్నారు.

పరమాత్మ **పంచాత్మకుడు** (దృశ్యము+దేహము+జీవాత్మ+ఈశ్వరాత్మ +పరమాత్మ). అందుచేత పాంక్త-పంచముఖుడు అని చెప్పబడుచున్నాడు.

ప్రపంచము కూడా పంచభూత నిర్మితము కాబట్టి 'పాంక్త' శబ్దవాచ్యమే। కాబట్టి నాయొక్క ప్రపంచముయొక్క స్వరూపం ఒక్కటే. వేరు కాదు.

ఉపాసనచే... ఇదంతా **అనేకంగా కనిపిస్తూనే, ఏకమే** అయి ఉన్నది.

ఏకము - సర్వము అయినట్టి అఖండ బ్రహ్మముయొక్క వ్యాహృతాత్మక వైభవమే-ఇదంతా-అను అవగాహనతో **ఆత్మ ఉపాసించబడుగాక!**

బ్రహ్మమే సర్వస్వరూపమైయున్నది! నేను జగత్తు కూడా (ఏక-అఖండ) బ్రహ్మ స్వరూపులం! త్వమ్-తత్ కూడా అఖండ బ్రహ్మమే!

1వ అధ్యాయము – శీక్షా వల్లీ – 8వ అనువాకము

1. **'ఓం' ఇతి బ్రహ్మ।**
'ఓం' ఇతి ఇదగ్ం సర్వం।
'ఓం' ఇతి ఏతత్
అనుకృతి హస్మ వా
అప్యోశ్రావ
యేత్యా శ్రావయన్తి।
'ఓం' ఇతి సామాని గాయన్తి॥
'ఓగ్ం శోమ్' (సోమ్) ఇతి శస్త్రాణి
శగ్ం సన్తి।
'ఓం' ఇతి అధ్వర్యుః
ప్రతిగరం ప్రతిగృణాతి।
'ఓం' ఇతి బ్రహ్మ ప్రసౌతి।
'ఓం' ఇతి అగ్నిహోత్రమ్ అనుజానాతి।
ఓం ఇతి బ్రాహ్మణః
ప్రవక్ష్యన్ న ఆహ।
'బ్రహ్మో అవాప్నువాన్' ఇతి
బ్రహ్మ ఏవ అవాప్నోతి॥
(ఓం దశ)

సమస్త ఉపాసనలకు అంగభూతమైనట్టి 'ఓం'కారోపాసన

ఓ శ్రోతలారా! **'ఓం'**ను ఏ రీతిగా ఉపాసించాలో చెప్పుకుందాము!

'ఓం' అను శబ్దముయొక్క రూపము **పరబ్రహ్మమే.** ఇదంతా కూడా ఓంకార స్వరూపమే! **'ఓం'** అనునది ఈ జగత్తుయొక్క **"కర్తృరూపము - అను కృతము"** అని ప్రసిద్ధి. 'ఓం' కారమును శబ్ద బ్రహ్మముగా ధ్యానించాలి.

జగత్తు **ఓంకారము** నుండి శ్రవిస్తోంది. కాబట్టి 'శ్రావయతి' అంటారు.

ఇదంతా **'ఓంకారమే'** అని సామవేద మంత్రములు గానం చేస్తున్నాయి.

ఓగ్ం-శోం - ఓంకారమనగా పరమాత్మయే - అని శాస్త్ర-మంత్రద్రష్టలు చెప్పుచున్నారు. శబ్దరూపంగా ఉన్న సమస్తము **'ఓం'** నకు అధీనము. శబ్దములన్నీ **'ఓం'**ను అనుకరిస్తున్నాయి.

అందుచేతనే యజ్ఞ - యాగములు చేయించు ఆధ్వర్యుడు **'ఓం-అథ-ఓం-ఇదమ్'** అని బదులు పలుకుచున్నారు. ప్రతిగరంగా (Resoundingly) స్వస్తి చెప్పుచున్నారు - చెప్పిస్తున్నారు.

'ఓం'తోనే బ్రహ్మ (యజ్ఞ మంత్రద్రష్ట) యజ్ఞము ప్రారంభిస్తున్నారు. సమస్త కర్మలు చేయిస్తున్నారు. బ్రహ్మ ఆధ్వర్యులకు **'ఓం'**తో యాగ ప్రారంభమునకు అంగీకారము ఇచ్చుచున్నారు.

'ఓం'కారముతో ప్రారంభించి బ్రాహ్మణుడు వేద మంత్రములను పలుకుచున్నారు. **'ఓం'**తో సర్వ ప్రవచనములు ప్రారంభిస్తున్నారు. 'ఓం' అని బ్రహ్మోపాసన ప్రారంభించి బ్రహ్మమును ఉద్దేశ్యించిన వారై, బ్రహ్మమునే పొందుచున్నారు. అందుచేత **'ఓం'**కారమును బ్రహ్మముగా, పరబ్రహ్మ స్వరూపముగా భావించాలి!

'సర్వాత్మకము - సర్వ స్వరూపము - సర్వ బాహ్య - అభ్యంతరము - సర్వసాక్షి, సర్వకారణ కారణము అగు పరబ్రహ్మమునే 'ఓం' అను సంజ్ఞతో పిలుస్తున్నాము'. అని ఎరిగి 'ఓం'ను ప్రారంభములో ఎలుగెత్తి పలకాలి!

1వ అధ్యాయము - శీక్షా వల్లీ - 9వ అనువాకము

1. ఋతం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ। **సత్యం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **తపశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **దమశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **శమశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **అగ్నయశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **అగ్నిహోత్రం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **అతిథయశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **మానుషం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **ప్రజా చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।**	తపోధనులగు మహనీయుల **స్వానుభవ ఆత్మతత్త్వ ప్రవచనములే ఋక్కులు**. ఋషి వాక్కులలోని సత్యమును పారాయణం చేయాలి! ప్రవచించాలి! నిర్వర్తించాలి. వేద ప్రవచనములను, విధులను పాటించాలి. కలసి పఠించాలి. సాధ్యాయనంగా అధ్యయనం చేయాలి. **సత్యమగు** బ్రహ్మమునే స్వాధ్యాయనంచేయాలి. ప్రవచించాలి. పాటించాలి. కలిసి తపస్సు చేయాలి. స్తుతి-జ్ఞాన వాఙ్మయములను స్వాధ్యయనం చేయాలి. నిర్వర్తించాలి. **బాహ్య ఇంద్రియ నిగ్రహమును** తప్పక కలిగి ఉండాలి. అద్దాని విధులను సంభాషించుకోవాలి. **అంతరింద్రియ నిగ్రహమును** స్వాధ్యాయనం చేయాలి. అనుష్ఠించాలి. అనుసరించాలి. అగ్ని కార్యములను స్వాధ్యాయ - ప్రవచనములను నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి. శ్రుతులు చెప్పే శ్రోతములు నిర్వర్తించబడుగాక! అగ్నిహోత్రమును ఉపాసించాలి. స్వాధ్యాయ ప్రవచనములు నిర్వర్తించబడుగాక! అనుష్ఠించబడునుగాక! అతిథులను సేవించాలి. సేవింపజేయాలి. స్వాధ్యాయ - ప్రవచనములను నిర్వర్తించాలి! చెప్పాలి! చేయాలి! మానుషత్వమును సేవించాలి. సంతోషింపజేయాలి. **'దైవం మానుషరూపేణ'** అని ఉపాసించాలి. స్వాధ్యాయ - ప్రవచనములతో ఆరాధించాలి. ప్రజలను, సంతానమును భగవత్ భావనతో పరిపోషించాలి. కలిసి ఉండి సేవా భావంతో, ప్రవచనములతో సేవించాలి. శ్రద్ధ కలిగి ఉండాలి. (వివాహములు చేయాలి). ఉత్తమ బోధలతో తీర్చిదిద్దాలి.
2. ప్రజనశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ। **ప్రజాపతిశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ।** **'సత్యమితి' సత్య వచాః -** **రాథీ తరః।** **'తప' ఇతి తపో నిత్యః -** **పౌరుశిష్టిః।** **స్వాధ్యాయ ప్రవచనే** **ఏవేతి నాకో** **మౌద్గల్యః।** **తద్ధి తపః। తద్ధి తపః।** **(ప్రజా చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ షట్చ॥)**	సంఘము వృద్ధికై, సంఘము క్షేమం కోరి శుభకార్యములు నిర్వర్తించాలి. కలసి పనిచేయాలి. సేవాభావం కలిగి ఉండాలి. సృష్టికర్తను → జీవుల అవసరాలకు సర్వము సృష్టిస్తున్న ప్రజాపతిని (బ్రహ్మదేవుని) స్తుతించాలి. కృతజ్ఞతలు తెలుపాలి. ఏది సత్యమో...అట్టి సత్యమే పలకాలి. సత్యమును వినాలి. సత్యమునే ఆశ్రయించాలి. సత్యమే తెలుసుకోవాలి. **ఇది రాథీతరగోత్రోద్భవుడగు సత్యవచమహర్షి సిద్ధాంత సూచన.** తపనయే తపస్సు. పరమాత్మ గురించిన, దైవకార్యముల గురించిన, ఆత్మ గురించిన తపనతో తపస్సు చేయాలి. తపించాలి! - అని పురిశిష్టిమహర్షి కుమారుడగు పౌరుశిష్ఠ మునీంద్రుల పాఠ్యబోధ. ఇది అనుష్ఠానం చేయాలి. **స్వాధ్యాయ - ప్రవచనముల గురించి** సత్యవచః → సత్యమునే పలుకువాడై ఉండాలి. తపోనిత్యః → తపసి నిత్యం వర్తత ఇతి। నిత్యము తపస్సు నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి. (పేరుశిష్ఠః → తల్లి - తండ్రి - గురువులచే చక్కగా శిక్ష పొందుటయందు శ్రద్ధగలవాడు - ఇది మౌద్గల్య మహర్షి ప్రవచనము). (మౌద్గల్యః → ముదం శాస్త్రార్థ నిరూపనామ్, గలతి - స్రవతీతి. సంతోషంగా శాస్త్రార్థములను చెప్పుకొనువాడు). తపో నిష్ఠుడై తపస్సు నిర్వర్తించాలి. ప్రజాసేవ, స్వాధ్యాయనము - ప్రవచనము. **ఇవన్నీ తపోరూపములే.**

1వ అధ్యాయము - శీక్షా వల్లీ - 10వ అనువాకము

1. అహం వృక్షస్య రేరివా।
కీర్తిః పృష్ఠం గిరేరివా।
ఊర్ధ్వపవిత్రో వాజినీవ
స్వమ్ అమృతమస్మి।
ద్రవిణగ్ం సవర్చసమ్।
సుమేధా అమృతోక్షితః।
ఇతి, త్రిశంకోః
వేదానువచనమ్॥
(అహగ్ం షట్॥)

నేను → దేహపరిమిత రూపుడను కాను. మరి? ఈ జన్మ - జరా - మరణ రూపమగు 'దేహము' అను వృక్షమునకు రేః → **అంతర్యామి యగు ప్రేరకుడను.**

అహమ్ స్వరూపుడగు నాకీర్తి - ఖ్యాతి పర్వతము యొక్క పృష్ఠ ఆధార - బాహ్య భాగమువలె వేదములలో, ఉపనిషత్తులలో ప్రదర్శనమగుచున్నది. ఈ బాహ్యమునకు వెనుకభాగమగు ఆధారము నేనే! ఊర్ధ్వంగా పవిత్రమగు ఆత్మనై ప్రకాశించువాడను.

స్వయముగా అమృత స్వరూపుడను. ఆత్మ తేజస్సు చే 'దీప్తి' అను ద్రవ్యముచే ప్రకాశించువాడను. బుద్ధికి సాక్షినై, కేవల బుద్ధి స్వరూపుడనై అమృతమునందు స్థితి కలిగి ఉన్నవాడను.

ఇవి త్రిశంకు మహర్షి యొక్క ఆత్మాఽహమ్ పూర్వకమైన పలుకులు - వేద అనువచనము. - (ఇది '6'వ సూత్రము).

1వ అధ్యాయము - శిక్షా వల్లీ - 11వ అనువాకము

1. వేదమ్ అనూచ్య –
ఆచార్యో అన్తేవాసినమ్ అనుశాస్తి।
'సత్యం వద। ధర్మం చర।
స్వాధ్యాయాత్ మా ప్రమదః।'
ఆచార్యాయ ప్రియం ధనమ్।
ఆహృత్య, ప్రజాతంతుం
మా వ్యవచ్ఛేత్సీః॥ (వ్యతచ్ఛేత్సీః)
సత్యాన్ న ప్రమదితవ్యమ్।
ధర్మాన్ న ప్రమదితవ్యమ్।
కుశలాన్ న ప్రమదితవ్యమ్।
భూత్యై న ప్రమదితవ్యమ్।
స్వాధ్యాయ ప్రవచనాభ్యాం
న ప్రమదితవ్యమ్।

ఆచార్యులవారు శిష్యునికి వేదార్థములను బోధిస్తూ, వేదాధ్యయనముకొరకై శిష్యుని నియమించుచున్నారు. అనుశాశించుచున్నారు! ఈవిధంగా శిష్యునికి బోధించుచున్నారు.

- అధ్యయనమునకు సంసిద్ధుడవు అగుచున్న ఓ శిష్యా! బిడ్డా! ప్రియ ఆనందాత్మస్వరూపా! సత్ వస్తువు అగు **ఆత్మ గురించియే వినుము. మాట్లాడుము. విద్యుక్త ధర్మములను, నియమిత ధర్మములను, బ్రహ్మచారి- గృహస్థ ఇత్యాది ఆశ్రమ ధర్మములను శ్రద్ధతో నిర్వర్తించుము.** ఆత్మతత్త్వము గురించిన అధ్యయనము, అభ్యాసము ఎట్టి పరిస్థితులలోనూ వదల వద్దు. ఆచార్యులను సేవ-సమర్పణలతో సంతోషింపజేయుము. వారి కుటుంబమునకు, కుటుంబ సభ్యులకు ఎటువంటి బాధ-ఇబ్బంది కలిగించ వద్దు.
- సత్యము నుండి (ఆత్మతత్త్వ జ్ఞానము-యమ్ సత్... లేక సత్య స్వరూపమునుండి) విడిపోవద్దు. ప్రమాదము-(బద్ధకము-అశ్రద్ధ) కూడదు.
- నీకు **నియమించబడిన స్వధర్మమును** వదలనే వద్దు! తప్పక నిర్వర్తించుము. తదితర-సహజీవులకు శ్రేయస్సు కలిగించు కుశల కర్మలను వదలనే వద్దు. భూత దయ విషయంలో బద్ధగించకూడదు. స్వాధ్యాయనము (శాస్త్ర అధ్యయనము), ప్రవచనములను వినటము-చెప్పటముల నుండి విరమించరాదు.

---

2. దేవ పితృ కార్యాభ్యాం
న ప్రమదితవ్యమ్।
మాతృదేవో భవ। పితృదేవో భవ।
ఆచార్య దేవో భవ। అతిథి దేవో భవ।
యాని అనవద్యాని కర్మాణి,
తాని సేవితవ్యాని। నో ఇతరాణి। (న ఇతరాని)।
యాని అస్మాకగ్ం సుచరితాని,
తాని త్వయా ఉపాస్యాని। నోఇతరాని। (న ఇతరాని)।

విద్య ముగించుకొన్న తరువాత

దేవతా కార్యములను, పితృ కార్యములను తప్పక నిర్వర్తించాలి. అశ్రద్ధ కూడదు. తల్లిని, తండ్రిని, ఆచార్యులవారిని (గురువును), అతిథిని దైవ సమానులుగా భావించి, పూజ్యభావముతో సేవించాలి.

పెద్దల దృష్టిలో, తదితరుల దృష్టిలో నింద్యము కానట్టి, (తప్పు కానట్టి, ఇతరులకు, మంచిది...అనిపించునట్టి), ఇతరులకు ఇబ్బంది - బాధ కలిగించనట్టి కర్మలు-అనింద్య కర్మలు) మాత్రమే నిర్వర్తించాలి. నింద్యమగు కర్మలు నిర్వర్తించకూడదు!

బిడ్డా! శిష్యా! నీవు ఇతరులకు బాధ - హింస - ఇబ్బంది కలిగించు కర్మలు చేస్తూ ఉంటే, 'ఈతడు ఆయన శిష్యుడు కదా!'...అని గురువునకు నన్ను దూషిస్తారు. గురువుకు మంచి పేరు తేగల కర్మలే నీవు నిర్వర్తించాలి. తదితరములైనవి చేయరాదు సుమా! **(అస్మాకం సుచరితాని। నో ఇతరాని।)**

యే కే చ అస్మత్ శ్రేయాగ్ం సో
బ్రాహ్మణాః, తేషాం
త్వయా ఆసనేన ప్రశ్వసితవ్యమ్॥
శ్రద్ధయా దేయమ్। అశ్రద్ధయా అ(న) దేయమ్।
శ్రియా దేయమ్।
హ్రియా దేయమ్। భియా దేయమ్।
సంవిదా దేయమ్।

మనకంటే అధికులు, విద్వత్తు కలవారు, శ్రేష్ఠులు ఉంటారు. బ్రహ్మజ్ఞులను, పెద్దలు, వచ్చినప్పుడు లేచి నిలుచుని, ఆసనము ఇచ్చి, వారి శ్రమ పోగొట్టాలి. వినమ్రతతో సంభాషించాలి. పెద్దల పట్ల, అమర్యాదకూడదు. భక్తి - ప్రపత్తి - శరణాగతి ప్రదర్శించాలి.

- శ్రద్ధతో గౌరవించాలి. అశ్రద్ధగా ఉండరాదు.
- ఆశ్రయించినవారికి - ఉపయోగపడు ధనమును, వస్తువులను శ్రద్ధ - భక్తులతో ఇవ్వాలి.
- అణకువతో ఇవ్వాలి. గర్వముతో కాదు. సిగ్గుచూపిస్తూ...దానము చేయాలి. **"నేను ఇంతవరకు మాత్రమే ఇవ్వగలుగుచున్నానే"**- అని అనుకొంటూ ఇవ్వాలి.
- భయ-భక్తులు ప్రదర్శిస్తూ దానం చేయాలి. **పరమాత్మకు సమర్పిస్తున్నాను. కృతజ్ఞతతో ఇస్తున్నాను** - అని భావిస్తూ ఇవ్వాలి. **'ఈతడు పరమాత్మ స్వరూపుడు కదా!'** అను సత్‌విత్ భావనతో సమర్పించాలి.

---

4. అథ యది తే కర్మవిచిత్సా వా
వృత్త విచికాత్సా వా స్యాత్,
యే తత్ర బ్రహ్మణాః సమదర్శినః, (సమ్మర్శినః)
యుక్తా – అయుక్తాః, అలూక్షా
ధర్మ కామాస్స్యుః। యథా
తే తత్ర వర్తేరన్,
తథా తత్ర వర్తేథాః॥
అథ అభ్యాఖ్యా తేషు।
యే తత్ర బ్రాహ్మణా స్సంమ్మర్శినః (సమదర్శినః)
యుక్తా అయుక్తాః అలూక్షా
ధర్మ కామాస్స్యుః,
యథా తే తేషు వర్తేరన్
తథా తేషు వర్తేథాః।
<u>ఏష ఆదేశః। ఏష ఉపదేశః।</u>
ఏషా వేదోపనిషత్।
ఏతత్ అనుశాసనమ్।
ఏవమ్ ఉపాసితవ్యమ్।
ఏవమ్ చ ఏతత్ ఉపాస్యమ్।
స్వాధ్యాయ ప్రవచనాభ్యాం
న ప్రమదితవ్యమ్।
తాని త్వయా ఉపాస్యాని
విచికిత్సావ్యాస్యాత్ (విచికిత్సావ అస్యాత్)
తేషు వర్తేరన్ – సప్త చ॥

ఒకవేళ **'ఏ కర్మలు ఏ తీరుగా చేయాలి? ఏది నిష్ఠ? ఏవి నియమములు?"** అనే సందేహము (కర్మవిచికిత్స మరియు ఆచారముల గురించిన విచికిత్స - సందేహము) వస్తే...అప్పుడు వేదజ్ఞులగు బ్రాహ్మణులను, (లేదా) యుక్తాయుక్తములు తెలిసిన సాత్వికులు (అలూక్ష) అగు పెద్దలను ధర్మ నిర్వహణ గురించి సంప్రదించాలి. ధర్మాభిలాషులగు పెద్దలు ఆచరణమును ప్రాతిపతికగా తీసుకొని వర్తించాలి. వారి అభిభాషణము లను, వారు మెచ్చుకొనే విధానములను పాటించాలి. లోక కళ్యాణ ధ్యేయముగల పెద్దలు చెప్పినది తప్పక అనుసరించాలి.

'దోషులు' అని నీకు ఎవ్వరి విషయమైనా సంశయములు వస్తూఉంటే, పెద్దల అభిప్రాయముననుసరించి త్యజించి ఉండాలి. దేశకాలమానములను అనుసరించి, బ్రహ్మజ్ఞులు, యుక్తాయుక్తములు తెలిసిన ధార్మికబుద్ధి గల సాత్వికులు - సకల జన క్షేమము అరయు వారు అగు పెద్దలను విధి-నిషేధముల గురించి సంప్రదించాలి. వారు బోధించు తీరుగా, నియమించు విధంగా వర్తించాలి! (ఆర్య వ్యవహారంబు దృష్టంబు గ్రాహ్యంబు।)

పెద్దలు చెప్పునది, నియమించునది, అనుసరించాలి. మీరు నిర్వర్తించబోయేది పెద్దలకు కూడా ముందుగా నచ్చాలి.

పెద్దల అనుభవ ప్రవచనములను ఆదేశముగాను, ఉపదేశముగాను స్వీకరించాలి! **ఇది తప్పక నిర్వర్తించ వలసిన అనుశాసనము!**

ఇట్లు పెద్దల చూపుమార్గమును ఆశ్రయించి ఉపాసించాలి. శాస్త్రాను సారంగా, దేశకాలానుసారంగా చెప్పబడు ఆచారములు, ఆచార్యుల ఆజ్ఞలు తప్పక గౌరవించాలి।

స్వాధ్యాయమును (శాస్త్ర పరిశీలనను, శాస్త్ర నిర్వచనములను, బోధనములను), విడచి ఉండరాదు. సాత్వికులు - శుభ ఆశయులు అగు బ్రహ్మవేత్తల - పెద్దల ప్రవచనములను వినాలి. విని ఆకలింపు చేసుకోవాలి. ఏమరువరాదు. బద్ధగించరాదు. పెద్దలను తిరస్కరించరాదు. వారి ఉపదేశములను యుక్తాయుక్త విచారణ వాక్యములను స్వీకరించి, ఉపాసనను అవిరామంగా కొనసాగించాలి. (ఇది '7'వ సూత్రము).

1వ అధ్యాయము - శీక్షా వల్లీ - 12వ అనువాకము

1. శం నో మిత్రః। శం వరుణః।
శం నో భవతి అర్యమా।
శం న ఇన్ద్రో బృహస్పతిః।
శం నో విష్ణుః ఉరుక్రమః।
నమో బ్రహ్మణే। నమస్తే వాయో।
త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మ అసి।
త్వామేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మ అవాదిషమ్।
ఋతమ్ అవాదిషమ్। సత్యమ్ అవాదిషమ్।
తత్ మామ్ ఆవీత్। తత్ వక్తారమ్ ఆవీత్।
ఆవీత్ మామ్। ఆవీత్ వక్తారమ్।
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥
(సత్యం అవాదిషం పంచ చ)॥
శం న శ్శీక్షగ్ం సహ నౌ
యః ఛన్దసాం భూః సయః
పృథివీ 'ఓం' ఇతి ఋతం చ
అహమ్ వేదమ్ అనూచ్య
శం నో ద్వాదశ।
శం నో మహ ఇతి ఆదిత్యో
నో ఇతరాణి త్రయోవిగ్ంశతిః॥

(ప్రాణవృత్యభిమాన పగలు దేవత అగు) **మిత్రభగవానుడు,** (అపాన వృత్యభిమాన - రాత్రి దేవత-జలదేవత అగు) **వరుణ భగవానుడు,** (సూర్యమండలమునకు, కనులకు అభిమానదేవత అగు) **అర్యమ భగవానుడు,** (సర్వేంద్రియాభిమాన దేవత అగు) **ఇంద్రభగవానుడు,** (వాక్ - బుద్ధి అభిమానదేవత అగు) **బృహస్పతి భగవానుడు,** (త్రివిక్రమావతారమునందు మూడు పాదములతో ఈ సర్వమును నింపుచున్న) ఉరుక్రముడగు **విష్ణుభగవానుడు మాకు సర్వ సుఖములు, శుభములు ప్రసాదించెదరుగాక!**

పరబ్రహ్మమునకు నమస్కారము. ఓ వాయుదేవా! నమస్తే। నమో నమః (సమస్తమును చేతనముగా చేయుచున్నారు కాబట్టి మిమ్ములను 'ప్రత్యక్షబ్రహ్మము'గా ఉపాసిస్తున్నాము. ప్రత్యక్షముగా 'బ్రహ్మము' అని - అవాదిషమ్ - ఎలుగెత్తి పలుకుచున్నాను.

నిజము - నిజముగా, ఋత-ఋతంగా, సత్యము-సత్యంగా ప్రాణేశ్వరులగు మిమ్ములను **'ప్రత్యక్ష బ్రహ్మము'** అని చెప్పుకొనుచున్నాను.

ఓ పరమాత్మా! మీరే నాకు రక్షకులు. నాకు, బ్రహ్మము బోధిస్తున్న సత్‌గురువు (వక్తారమ్)కు కూడా రక్షకులు. నన్ను రక్షించండి! వక్తయగు ఆచార్యులకు సదా (ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యాలు ప్రసాదిస్తూ) సంరక్షకులై ఉండండి!

(బ్రహ్మవిద్యను) శిక్షకులు (ఆచార్యులవారు) చెప్పుచుండగా, మేము వినుచుండగా, అడ్డులు తొలగుగాక! (ఆధ్యాత్మిక, ఆధి భౌతిక, ఆధి దైవిక) తాపత్రయములు... సశాంతించుగాక! వేదభూమియగు పృథివి ప్రణవోపాసనలచే, ఋక్కులు గానములలచే శుభప్రదమగు గాక.

ఇతి - శీక్షావల్లి - 1వ అధ్యాయము

---

2. ఆనందవల్లి

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 1వ అనువాకము

1. హరిః ఓం। సహ నావవతు
సహ నౌ భునక్తు।
సహ వీర్యం కరవావహై।
తేజస్వి నావధీతమస్తు
మా విద్విషావహై।
ఓం శాన్తిః। శాన్తిః। శాన్తిః।

ఓంకార స్వరూపుడగు హరిని స్మరిస్తున్నాము. శిష్య - ఆచార్యులమగు మా ఇరువురిని అవతు → పరమాత్మ రక్షకులై ఉండెదరు గాక!

మా ఇరువురిని పరబ్రహ్మము పరిపాలించునుగాక! ఉత్తముడగు రాజు ప్రజలను సంరక్షించు రీతిగా, మమ్ములను కాపాడును గాక!

'బ్రహ్మవిద్య' మా ఇరువురి బుద్ధిని తేజోవంతము చేయును గాక! మేము వీర్యవంతులమై, ఈ బోధ కార్యక్రమమును నిర్వర్తించెదముగాక!

తేజవంతమగు ఆత్మ విద్య - **అధీతమస్తు** - మాచే అధ్యయనము చేయబడును గాక!

గురు - శిష్యులమగు మేము ఒకరికొకరము ప్రేమించుకొనెదముగాక! ద్వేషించుకొనకుండెదము గాక! శాన్తి సర్వత్రా పరిఢవిల్లునుగాక!

---

2. బ్రహ్మవిత్ ఆప్నోతి పరమ్।
తత్ ఏషా అభ్యుక్తా।
సత్యం జ్ఞానమ్ అనన్తమ్ బ్రహ్మ।

బ్రహ్మమును తెలుసుకొన్న బ్రహ్మవేత్త పరబ్రహ్మమును పొందగలడు. పరబ్రహ్మతత్త్వమే తానై ప్రకాశించగలడు. అట్టి 'బ్రహ్మము' గురించి ఇప్పుడు మనము చెప్పుకొనుచున్నాము.

బ్రహ్మము అనగా? కింతత్ బ్రహ్మ?

సత్యం: సత్యస్వరూపము. యమ్ సత్! ఏదైతే స్వతఃగానే ఉనికి (presence) కలిగియున్నదో, అది సత్తు. (బ్రహ్మమునకు వేరైనదంతా అసత్తు)

యో వేద నిహితం
గుహాయాం పరమే వ్యోమన్।

జ్ఞానమ్ : 'ఏరుక - ఎరుగబడుచున్నది - ఎరుగువాడు....కూడా తానే అయినట్టి కేవల జ్ఞాన స్వరూపము. (Absolute awareness)

అనన్తమ్ : అది ఎరుగబడే దేని చేతనూ (ఈ విశ్వము - అంతరంగము - అహమ్ మొ॥న వాటి చేత) పరిమితమైనది కాదు. అపరిమితము. ఆది అంత రహితము. (No begining - No end). వేదజ్ఞుల హృదయ గృహలలో సుస్పష్టంగా ప్రకాశిస్తున్న పరమాకాశము.

సో అశ్నుతే సర్వాన్ కామాన్
(తు) సహ।
3. బ్రహ్మణా విపశ్చితే ఇతి।
తస్మాద్వా ఏతస్మాత్
ఆత్మన ఆకాశః సంభూతః।
ఆకాశాత్ వాయుః।
వాయోః అగ్నిః।
అగ్నేః ఆపః।
అద్భ్యః పృథివీ।
పృథివ్యా ఓషధయః।
ఓషధీభ్యో అన్నమ్।
అన్నాత్ పురుషః।

అట్టి బ్రహ్మమును - ఎవ్వరైతే బుద్ధిగుహయందు అవ్యాకృతము (Non extended outward / placed in ones own self), పరము (శ్రేష్ఠము) అయినట్టి హృదయాకాశమునందే ఏర్పడి ఉన్నది - అని దర్శిస్తాడో, అట్టి విపశ్చిత్తు (విశేషేణ-పశ్చిత్, సత్య-జ్ఞాన-అనంత బ్రహ్మ దార్శనికుడు)... తాను కోరుకొను సర్వము తనయందే పొందుచున్నాడు. తానే బ్రహ్మమై బ్రహ్మమగు సర్వము పొందుచున్నాడు. ఎందుకంటే?

అటువంటి బ్రహ్మమే అయి ఉన్న అఖండమగు ఆత్మ నుండియే ఈ ఆకాశాది సమస్తము బయల్వెడలుచున్నాయి కాబట్టి!

→ **సత్యజ్ఞానానంత** స్వరూపమగు 'ఆత్మ' నుండి ('శబ్దము' గుణముగా కలిగి సర్వమునకు 'అవకాశము' ప్రసాదిస్తున్న) 'ఆకాశము',...పుట్టుచున్నది.

→ అట్టి శబ్ద గుణ సమన్వితమగు **'ఆకాశము' నుండి** → ('శబ్ద-స్పర్శ' అను రెండు గుణములు కలిగియున్న) **'వాయువు'** జనిస్తోంది. (స్పర్శ=స్పందన)

→ అట్టి వాయువు వలన {'శబ్ద - స్పర్శ - రూపములు' అనే మూడు ధర్మములు (లేక) గుణములు కలిగియున్న} **'అగ్ని'**...పుట్టుచున్నది. (అగ్ని = Form, Light and Heat)

→ అట్టి శబ్ద - స్పర్శ - రూప సమన్వితమగు 'అగ్ని' నుండి {శబ్ద - స్పర్శ - రూప- రసములు....అనే '4' ధర్మములు (గుణములు)గల} 'జలము' పుట్టుకొస్తోంది. (జలము = Flow)

→ అట్టి '4' గుణముల సమన్వితమైన 'జలము' (లేక) ఉదకము నుండి - {శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస గంధ గుణములతో కూడిన పృథివి} జనిస్తోంది. (పృథివి = Solid)

→ అట్టి భూమి నుండి ఆహార ధాన్యములు, అపరములు, పూలు - పళ్ళు రూపమగు ఓషధులు, వనస్పతులు పుట్టుచున్నాయి. వృక్ష సంపద వస్తోంది. (Basic Material for Physical Formations)

→ ఓషధుల నుండి అన్నము (ఆహారము) జనిస్తోంది. అన్నము నుండి పురుషుడు (జీవుడు) భౌతికంగా రూపుదిద్దుకొనుచున్నాడు. (అన్నము = All that being experienced)

---

4. స వా ఏష పురుషో అన్న రసమయః।
తస్య ఇదమేవ శిరః।
అయమ్ దక్షిణః పక్షః।
అయమ్ ఉత్తరః పక్షః।
అయమ్ ఆత్మా ఇదం పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా।
తత్ అపి ఏష శ్లోకో భవతి॥

అట్టి ఈ పురుషుడు అన్నము నుండి జనించు రేతస్సురూపుడై ఉన్నాడు. రసమయుడగు ఆతనికి 'ఇది శిరస్సు - ఇది కుడి చేయి, విభాగము - ఇది ఎడమ చెయ్యి, విభాగము - మొ॥వి ఏర్పడినవగుచున్నాయి. అట్టి **ఈ పురుషునిగా, దేహముగా ఆత్మయే ప్రతిష్ఠితమై యున్నది.** ఆత్మచేతనే చేతనమగుచున్నది.

ఇంకా కూడా ఇట్లా గానం చేయబడుతోంది.

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 2వ అనువాకము

1. అన్నాత్ వై ప్రజాః ప్రజాయన్తే।
యాః కాశ్చ పృథివీగ్ం శ్రితాః।
అథో అన్నే నైవ జీవంతి।
అథ ఏనత్ అపి యంతి అంతతః।
అన్నగ్ంహి భూతానాం జ్యేష్ఠమ్।
తస్మాత్ సర్వ ఔషధమ్ ఉచ్యతే।
సర్వం వై తే అన్నమ్ ఆప్నువంతి,
యే అన్నం బ్రహ్మోపాసతే।

అన్నగ్ం హి భూతానాం జ్యేష్ఠమ్।
తస్మాత్ 'సర్వ ఔషధమ్' ఉచ్యతే।

(1) అన్నమయమ్

యాః కాః చ - ఏ ఏవైతే ఈ భూమిని ఆశ్రయించి ఉన్నాయో...అట్టి స్థావర జంగమాత్మకమైనవి - అన్నీ కూడా (సమస్త దేహములు కూడా)→ అన్నరసమునుండే పుట్టుచున్నాయి. అన్నమును ఆశ్రయించియే రూపము పొందుచున్నాయి.

అంతేకాకుండా 'అన్నము' చేతనే జీవిస్తున్నాయి. ప్రాణములు ధరించి వృద్ధి పొందుచున్నాయి. చివరికి అన్నరసమునందే లయమును పొందటం జరుగుతోంది.

అందుచేత, అన్నమే సర్వజీవులకు అత్యంత ప్రాముఖ్యము, జ్యేష్ఠము.

సర్వులకు అన్నము 'ఔషధము' అని చెప్పబడుతోంది.

'అన్నం బ్రహ్మ'....అని ఆహారమును పరబ్రహ్మ స్వరూపముగా ఉపాసిస్తారో, వారు అన్నము వలన సర్వము పొందుచున్నారు. అన్నమే సర్వజీవులకు జ్యేష్ఠము అయి ఉండటం చేత అన్నము సర్వులకు 'ఔషధము' గా స్తోత్రము చేయబడుచున్నది. 'ఆకలి' అనే వ్యాధికి ఔషధము అన్నమే.

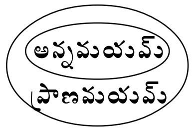
---

2. అన్నాత్ భూతాని జాయన్తే।
జాతాని అన్నేన వర్ధన్తే।
అద్యతే అత్తి చ భూతాని।
తస్మాత్ అన్నం తత్ ఉచ్యత
ఇతి।
తస్మాత్ వా ఏతస్మాత్
అన్నరసమయాత్।
అన్యో (అన్యే) అంతర ఆత్మా
ప్రాణమయః (హో)।
తేనైష (తేనైవ) పూర్ణః (హో)।
స వా ఏష పురుషవిధ ఏవ।
తస్య పురుష విధతామ్।
అన్వయం పురుష విధః (హో)।

'అన్నము' చేతనే భూతజాతమంతా జనిస్తోంది, వృద్ధి చెందుతోంది కూడా! అన్నమే సర్వభూతజాలముచే భక్షించబడి, పరిపోషకముగా అగుచున్నది. అందుచేత 'ఈ భౌతిక దేహములన్నీ అన్నమయమే! అన్నరూపమే! అన్న రస ప్రదర్శనమే! - అని స్తుతిచేయబడుతోంది.

(2). ప్రాణమయమ్

ఆత్మకు అంతరమున 'అన్నము' అన్నమునకు వేరుగా ప్రాణమయమగు ఆత్మ ఉన్నది. అది అన్నమయాత్మను తనయందు పూర్ణముగా ధరించినదై ఉన్నది.



ప్రాణమయాత్మ చేత అన్నమయాత్మ పూర్ణమైయున్నది కూడా!

ప్రాణమయాత్మ యొక్క పురుషకారమే (Functional feature) అన్నమయముగా అన్వయము అగుచున్నది. అందుచేత ప్రాణమయాత్మను 'పురుష విధుడు' అని కూడా అంటారు.

---

3. తస్య ప్రాణ ఏవ శిరః।
వ్యానో దక్షిణః పక్షః।
అపాన ఉత్తరః పక్షః।
ఆకాశ ఆత్మా।
పృథివీ పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా।
తదపి ఏష శ్లోకో భవతి।

అట్టి ప్రాణమయాత్మకు

→ ప్రాణము శిరస్సు (ముఖమునుండి, ముక్కునుండి లోనికి వెళ్ళుచుండు వాయు రూప ప్రాణము - శిరస్సు)

→ వ్యానవాయువు → దక్షిణ (కుడి) బాహువు

→ అపానవాయువు → ఎడమ బాహువు (లేక ఎడమ Left చేయి)

→ ఆకాశమంతా నిండియున్న సమాన వాయువు ఆత్మ! మధ్యభాగము.

→ పృథివి (భూమి) - ఆధార విభాగము! (స్వచ్ఛము)గా ప్రతిష్ఠితమగుచున్నది.

అది శ్లోకంగా గానము చేయబడుచున్నది! ఉపాసించ బడుతోంది.

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 3వ అనువాకము

1. ప్రాణం దేవా అను ప్రాణన్తి।
మనుష్యాః పశవశ్చ యే,
ప్రాణోహి భూతానామ్ ఆయుః।
తస్మాత్ 'సర్వాయుషమ్' ఉచ్యతే।
సర్వమేవ త ఆయుర్యంతి
యే ప్రాణం బ్రహ్మోపాసతే।
ప్రాణో హి భూతానామ్ ఆయుః (హో)।
తస్మాత్ 'సర్వాయుషమ్'
ఉచ్యత ఇతి॥
తస్య ఏష ఏవ శరీర ఆత్మా
యః పూర్వస్య।

అగ్ని మొదలైన దేవతలంతా ప్రాణచైతన్య ప్రదర్శనమగు వాయు చలనమును అనుసరిస్తూ వారివారి కర్మలు నిర్వర్తిస్తున్నారు. అనగా, ఇంద్రియములు ప్రాణశక్తిచే చలిస్తూ వర్తిస్తున్నారు.

మనుష్యులు, పశువులు, తదితర జీవజాలమంతా ప్రాణశక్తి చేతనే జీవితముయొక్క 'ఆయుష్షు'ను పొందుచున్నాయి. అందుచేత ప్రాణమయ కోశమును 'సర్వాయుషము' అని పిలుస్తూఉంటారు.

జీవుల 'ఆయుష్షు' (లేక జీవనము)ను ఆయుష్మంతము చేయుచున్నది-ప్రాణశక్తియే.

ఏ ప్రాణ తత్త్వము సర్వజీవుల ఆయురూపమై ఉన్నదో, సర్వజీవులు ప్రాణతత్త్వ స్వరూపమేనని, ప్రియరూపమని దర్శించబడుచున్నదో, ఆ ప్రాణశక్తి యొక్క పూర్వ స్వరూపమే ఆత్మ. 'ఆత్మ నుండియే, ఆత్మకు అభిన్నమై ప్రాణశక్తి ప్రవర్తమానము-క్రియమానము అగుచున్నది. **దేహములో (అన్నమయ శరీరములో) ప్రదర్శనమగుచున్న ప్రాణమయుడు ఆత్మయే!**

---

02. తస్మాత్ వా ఏతస్మాత్
ప్రాణమయాత్ - అన్యో అంతర్ ఆత్మా
"మనోమయః"। తే న ఏష పూర్ణః।
స వా ఏష పురుష విధ
ఏవ। తస్య పురుష విధతామ్।
అన్వయం పురుష విధః(ధి)।
తస్య 'యజురేవ' (యజురివ) శిరః।
'ఋక్' దక్షిణః పక్షః।
'సామా' ఉత్తరః పక్షః।
ఆదేశ ఆత్మా।
'అధర్వా' అంగిరసః।
పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా।
తదపి ఏష శ్లోకో భవతి॥

(3) మనోమయము: అట్టి ప్రాణమయాత్మకము కంటే వేఱై, ('ఆత్మ'యందు) **మనోమయాత్మ స్వరూపుడు** తనయందు **ప్రాణమయాత్మచే** పూర్ణుడై ఉన్నారు. ప్రాణమయాత్మకు అంతరమున ఉండి మనో మయాత్మ ప్రాణమయముచే పూర్ణమైయున్నది. ప్రాణమయ పురుషుని అంతరమున గల మనో మయ పురుషుడే ప్రాణమయ పురుషత్వమును తన ఆకారముగా కలిగి ఉన్నారు. **మనోమయుడు** అనబడుచున్నాడు.

అట్టి మనోమయ పురుషునికి
→ యజుర్వేద-యజుస్సులు → శిరస్సు,
→ ఋగ్వేద-ఋక్కులు → దక్షిణ భాగము
→ సామవేద స్తుతులు, గానములు → ఉత్తరభాగము
→ బ్రహ్మము గురించి వివరించు బ్రాహ్మణములు - పుచ్ఛము.
అనగా, ఆత్మ గురించి చెప్పు మహావాక్యములు (ఆదేశములు)→ అథర్వణ వేదము. అంగిరసులగు ఋషుల ప్రవచనములు → **పృచ్ఛికాకృతి (నిలపటానికి ఆధారము).**
పై విధముగా గానము చేయబడుచున్నది. ప్రస్తుతించబడుచున్నది.

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 4వ అనువాకము

1. యతో వాచో నివర్తంతే
అప్రాప్య మనసా సహ।
ఆనందమ్ బ్రహ్మణో విద్వాన్
న బిభేతి కదాచన ఇతి।
తస్య ఏష ఏవ శరీర ఆత్మా।
యః పూర్వస్య।
తస్మాద్వా ఏతస్మాత్ మనోమయాత్।
అన్యో అంతర ఆత్మా 'విజ్ఞానమయః'।
తేన ఏష పూర్ణః। స వా ఏష పురుష విధ ఏవ॥

ఏ కేవలీ స్వస్వరూపమునుండి వాక్కులు మనస్సుతో సహా-చెప్పుటకు చేతకాక - వెనుకకు మరలుచున్నాయో, అట్టి **కేవలానందానుభూతి**యగు బ్రహ్మము గురించి ఎరిగిన ఆత్మతత్త్వజ్ఞుడగు విద్వాంసుడు-తానే తత్ ఆత్మ, తత్ సత్యము, తత్ సర్వము-అగుటచే, ఇక దేనికీ భయమును పొందడు.

ప్రాణాత్మ శరీరమునకు మునుముందుగానే ఉన్నట్టిది 'మనోమయాత్మ'.

(4) విజ్ఞానమయాత్మ: అట్టి మనోమయాత్మకు అంతరముగా, మనోమయ పురుషునకు వేఱై-విజ్ఞానమయాత్మ (విజ్ఞానమయ పురుషుడు) ఉన్నది. అట్టి విజ్ఞానమయాత్మ చేతనే మనోమయాత్మ పూర్ణమైయున్నది. **విజ్ఞానమయాత్మ పురుషుని పురుషకారమే మనస్సు.**

2. తస్య పురుష విధతామ్।
అన్వయం పురుష విధః।
తస్య శ్రద్ధైవ శిరః।
ఋతమ్-దక్షిణః పక్షః।
సత్యమ్ - ఉత్తరః పక్షః।
యోగ ఆత్మా।
మహః పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా।
తదపి ఏష శ్లోకో భవతి।

మనస్సు యొక్క పురుషవిధత్వము యొక్క అన్వయముచే విజ్ఞానమయ పురుషవిధము గుర్తించబడుతోంది. ఆలోచనకు మునుముందే **'ఏది ఆలోచించాలి'?** అను ధీశక్తి ఉండాలి కదా! అట్టి వివేచన, నిర్ణయములు నిర్వహించు పురుషకారము - 'విజ్ఞానమయాత్మ'.
అట్టి విజ్ఞానమయాత్మ పురుషునకు
శ్రద్ధ (Attention / Concentration)→ శిరస్సు.
ఋతము (ఋుక్కులు) → దక్షిణ పక్షము.
సత్యము → ఉత్తర విభాగము.
యోగము → ఆత్మ.
మహత్-తత్త్వము 'నేను...' అను స్వభావము → ప్రతిష్ఠితమగు పుచ్ఛము (Bagage where it is placed).
ఈ విధంగా సత్యదర్శులచే గానముచేయబడుతోంది.

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 5వ అనువాకము

1. విజ్ఞానం యజ్ఞం తనుతే।
కర్మాణి తను తేఽపి చ।
విజ్ఞానం దేవాః సర్వే। (దేహః సర్వే)।
బ్రహ్మ జ్యేష్ఠమ్ ఉపాసతే।
విజ్ఞానం బ్రహ్మచేత్ వేద,
తస్మాత్ చేత్ న ప్రమాద్యతి।
శరీరే పాప్మనో హిత్వా,
సర్వాన్ కామాన్ సమశ్నుత ఇతి।
తస్య ఏష ఏవ శారీర ఆత్మా
యః పూర్వస్య।

విజ్ఞానమే లోకంలో సర్వయజ్ఞముల రూపము దాల్చినదై ఉన్నది. సర్వ కర్మలకు తనువు విజ్ఞానమే (బుద్ధియే). సమస్తమునకు మొదటిది విజ్ఞానమే అని 'విజ్ఞానమే - బ్రహ్మము' అని, (ఇంద్రుడు మొదలైన) దేవతలందరు ఉపాసిస్తున్నారు. (ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ)! అన్నిటికన్నా శ్రేష్ఠమైన బ్రహ్మతత్త్వముగా 'విజ్ఞానము' → ఉపాసించ బడుచున్నది.
సృష్టికి ప్రప్రథమ అభిమాని అగు బ్రహ్మ దేవతలలో శ్రేష్ఠుడుగా ఉపాసించ బడుచున్నారు. **ఆయనయొక్క విజ్ఞానమయ స్వరూపమే ఈ సృష్టి.**
ఎవ్వరైతే **'సర్వజీవులలోని ప్రజ్ఞయే బ్రహ్మము'**...అని ఎరిగి ఉపాసిస్తూ ప్రజ్ఞానము (కేవల ప్రజ్ఞ)ను బ్రహ్మముగా దర్శించటమునందు ప్రమాదము పొందరో, వారు 'దేహభావము' సంబంధితమైన సర్వదోషములనుండి విడివడినవారగుచున్నారు. అట్టివారు సర్వ కోరికలను సిద్ధింపజేసుకోగలరు.
విజ్ఞానమయ **పురుషుడు = మనోమయ పురుషుని ఉనికి స్థానము. మనోపురుషునిలోని ఆత్మ!**

2. తస్మాత్ వా ఏతస్మాత్ విజ్ఞానమయాత్-
అన్యో అన్తర - ఆత్మా "ఆనందమయః"।
తేనైష పూర్ణః। (తేన ఏష పూర్ణః)।
స వా ఏష పురుషవిధ ఏవ।
తస్య పురుష విధతామ్।
అన్వయం పురుష విధః।
తస్య ప్రియమేవ శిరః।
మోదో దక్షిణః పక్షః।
ప్రమోద ఉత్తరః పక్షః।
ఆనంద ఆత్మా।
బ్రహ్మ పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా।।
తదపి ఏష శ్లోకో భవతి।।

ఆనందమయాత్మ
అట్టి విజ్ఞానమయ పురుషుని నుండి, అద్దానికి వేరైనట్టి ఆనందమయ పురుషుడు విజ్ఞానమయ శరీరుని పూర్ణముగా చేయుచున్నట్టివాడు.
విజ్ఞానమయాత్మ యొక్క మూల వస్తువు, జననస్థానము- ఆనందమయ పురుషుడు.
విజ్ఞానమయ పురుషత్వమునకు ఆనందము పురుషకారమైయున్నది. ఆనందమయ ఆత్మపురుషుడే విజ్ఞానమునకు యజమాని.
అట్టి ఆనందమయ పురుషకారము ఈ విధంగా అన్వయించుకో బడుచున్నది.
ప్రేమ - ప్రియము...ఆ ఆనందమయాత్మ యొక్క → శిరస్సు
సంతోషము - మోదము → దక్షిణపక్షము
ప్రమోదము - ఆనందము → ఉత్తరపక్షము
ఆత్మానందము - బ్రహ్మానందము → ఆత్మ!
బ్రహ్మమే → ఆధారము
ఈ విధంగా ఆనందమయాత్మ గురించి గానము చేయబడుచున్నది. స్తుతించబడుతోంది.

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 6వ అనువాకము

1. అసత్ ఏవ (అపన్నేవ) స భవతి,
అసత్ బ్రహ్మ ఇతి వేదచేత్।
అస్తి బ్రహ్మేతి చేత్ వేద
సంతమేనం తతో విదురితి।
తస్య ఏష ఏవ శారీర ఆత్మా
యః పూర్వస్య, అథాతో
అనుప్రశ్నాః।
ఉత అవిద్వాన్ అముం లోకం ప్రేత్య,
కశ్చన గచ్ఛతీ?
ఉ(3) అహో విద్వాన్
అముం లోకం ప్రేత్య।

కొందరు ఇట్లా అనవచ్చు - "సర్వాంతర్యామి అయిన పరమాత్మగాని, సర్వమునకు వేరై-సర్వము స్వస్వరూపత్మగాని - లేవు". వారు ఆత్మ తిరస్కారులు. అనగా, 'బ్రహ్మము లేదు' అను దృష్టిచే, భావనచే...అట్టివాడు 'అసత్' గా (లేనివాడుగానే) తనను తాను దర్శిస్తున్నాడు. 'నేను లేను'...అను అభిప్రాయము ఆశ్రయించువాడగుచున్నాడు. అసత్ వాదులు - "నేనే లేను" - అనుచున్నవారగుచున్నారు.

'బ్రహ్మము ఉన్నది' అను భావనచే అట్టివాడు తనను తాను '**సత్ స్వరూప బ్రహ్మము**'గానే ఎరుగుచున్నాడు. ప్రజ్ఞానమునకు పూర్వమే గల ఆనందమయ సత్ స్వరూపుడై ప్రకాశిస్తున్నాడు.

"శరీరమే ఆత్మ (నేను)" అనుకొనువాడు శరీరానంతరము ఉంటాడా? ఇక ఇప్పుడుకొన్ని ప్రశ్నలు, వాటి సమాధానములు చెప్పుకుందాము.

ఆత్మ గురించి (లేక బ్రహ్మము గురించి) తెలుసుకొననట్టి అవిద్వాంసుడు (ప్రేత్య) మరణానంతరము-అముత్రలోకమును (పరమాత్మమ్-పరబ్రహ్మమునును) - బ్రహ్మజ్ఞాని అగు విద్వాంశునివలే - పొందుతాడా? పొందడా? బ్రహ్మమును ఎరిగిన విద్వాంసుడు మాత్రమే పరబ్రహ్మమును పొందుచున్నాడా?

---

2. కశ్చిత్ సమశ్నుతా 3 (ఉ) (ఆహా ఓహో)
సో అకామయత।
"బహుస్యాం ప్రజాయే యేతి"।
స తపో అతప్యత।
స తపః తప్త్వా,
ఇదగ్ంం సర్వమ్ అసృజత।
యత్ ఇదం కిం చ, తత్ సృష్ట్వా,
→ తదేవ అనుప్రావిశత్।

పై ప్రశ్నలకు సమాధానము :

బ్రహ్మము → 'బహుస్యాం ప్రజాయేయే యేతి।

ఆహా! ఓహో! నేను అనేక రూపములుగా అగుదునుగాక'...అని బ్రహ్మము (లేక, ఆత్మ) స్వయంగా తలచినది.

ఆ బ్రహ్మము (లేక - పరమాత్మ) - తాను అనేక రూపములుగా అగుటకై తపన పొందింది. అనగా తపస్సు చేసింది. తన తపస్సు ద్వారా తనయందు అప్పుడు ఈ సమస్తము అయినట్టి జగత్తును (ఒకడు స్వప్నము కల్పించుకొనుతీరుగా) సృష్టించుకొనుచున్నది.

తనయందు ఏ సృష్టిని సృష్టించుకున్నదో, అద్దానియందు (కల తనదైనవాడు తానే ద్రష్టగా ప్రవేశించువిధంగా) తానే - **అనుప్రావిశత్** - ఆశ్రయించి, ప్రవేశించి, తను కల్పించుకొనిన దానియందు తానే 'ద్రష్ట'గా అగుచున్నది. ఆ తదనంతరము బద్ధుడుగా కూడా అగుచున్నది.

---

3. తత్ అనుప్రవిశ్య, (అనుప్రవిశ్చ)
సత్ చ త్యత్ చ అభవత్। (సచ్చత్యచ్చాభవత్।)
నిరుక్తం చ, అనిరుక్తం చ।
నిలయనం చ, అనిలయనం చ।
విజ్ఞానం చ, అవిజ్ఞానం చ।
సత్యం చ, అనృతం చ।
సత్యమ్ అభవత్।
యత్ ఇదం కిం చ,
'తత్ సత్యమ్ ఇతి' ఆచక్షతే।
తదపి ఏష శ్లోకో భవతి।

ఆత్మ (లేక) బ్రహ్మము సర్వదా యథాతథమే. అట్లయికూడా, తన 'ఊహ - కల్పన - సృష్టి'యందు తాను ప్రవేశించి, అద్దానియందు సత్ - త్యత్ (మూర్త - అమూర్త) రూపములుగా కూడా అయినది. (స్వప్నము ముగియగానే స్వప్నములో ఉన్నవన్నీ లేనివి అవుతాయి. కానీ స్వప్నము తనదైనవాడు లేకుండాపోడు కదా!)

మూర్తములు పంచభూతములు

అమూర్త = మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారములు మొ॥వి.

బ్రహ్మము తన కల్పన - ఊహ - సృష్టిలో

→ నిరుక్తము (దేశకాలబద్ధము) - అనిరుక్తము (దేశ కాలావ్యతిరిక్తము)
→ నిలయము (స్థానము-నిలయముకలది)-అనిలయము (చోటులేనిది)
→ విజ్ఞాతము (సర్వము ఎరుగునది) - అవిజ్ఞాతము (తెలియనట్టిది)
→ సత్యము (ఉనికి కలిగినది) - అసత్యము (కల్పన)
→ చేతనము (కదలునవి) - అచేతనము (జడము)

...ఇవన్నీ సద్వస్తువు అగు బ్రహ్మమే తన కల్పనయందు కల్పించుకొని ఆస్వాదించుచున్నదని సత్యద్రష్టలగు ఆత్మజ్ఞులు ప్రకటించుచున్నారు. ఇంకా కూడా ఇట్లా చెప్పుచున్నారు. స్తుతిస్తున్నారు.

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 7వ అనువాకము

1. అసత్ వా ఇదమ్ అగ్ర ఆసీత్।
తతో వై సత్ అజాయత।
తత్ ఆత్మానగ్గం స్వయమ్ అకురుత।
తస్మాత్ తత్ సుకృతమ్ ఉచ్యత ఇతి।
యద్వై తత్ సుకృతమ్।
రసో వై సః।
రసగ్గం హి యేవ అయం లబ్ధ్వా
ఆనందీ భవతి॥
కోహి (కరిహి) ఏవా అన్యాత్ (అన్యత్)
కః ప్రాణ్యాత్, యత్ ఏష
ఆకాశ ఆనన్దో న స్యాత్, ఏష హి ఏవ ఆనన్దయాతి।

ఇంద్రియములకు అనుభవమై ప్రాప్తిస్తూ, సత్‌రూపమై కనిపిస్తున్న ఈ దృశ్యము మొట్టమొదట అవ్యాకృతమై (unexhibitive), అవ్యవహారికమై, అప్రదర్శితమైయున్నది. జాగ్రత్ సందర్భంలో స్వప్న చైతన్యమువలె, (ఒక గొప్ప గాయకుడు గాఢనిద్రలో ఉన్నప్పుడు ఆతని గానకళ వలె) - అసత్ రూపమున ఉన్నది. ఒకానొకప్పుడు సత్ ప్రదర్శన రూపము దాల్చినదై సంప్రదర్శితమగుచున్నది. అట్టి అవ్యాకృతపరబ్రహ్మము తనకు తానే స్వయముగా ఈ సత్‌రూప (ఉనికి రూప) ప్రపంచముగా అగుచున్నది. అందుచేత ఇదంతా **"స్వయంకృతము - స్వయంకల్పితము "**అని చెప్పబడుచున్నది. ప్రతిజీవుడు వాస్తవానికి కేవలుడై సందర్శనములను కల్పించుకొని ఆస్వాదిస్తున్నాడు.

ఈ సర్వము పరబ్రహ్మముయొక్క రసస్వరూపము (The Artistic feature form of Divinity) అగుచున్నది. స్వీయరసరూపమగు ఈ జగత్తును సుకృతముగా రచించుకొని పరబ్రహ్మము (లేక) పరమాత్మ దృశ్యత్వము పొందుచు ప్రియరూపమగు ప్రాణము (స్వశక్తి)తో కూడి ఆనందించుచున్నది.

---

2. యదా హి ఏవైష
ఏతస్మిన్ అ(న)దృశ్యే అనాత్మ్యే
అనిరుక్తే అనిలయనే,
అభయం ప్రతిష్ఠాం విందతే।
అథ సో అభయం గతో భవతి।
యదా హి ఏవ ఏష ఏతస్మిన్
(ను)ఉదరం అంతరం కురుతే,
అథ తస్య భయం భవతి।
తత్త్వేవ భయం విదుషో
అమన్వానస్య॥
తదపి ఏష
శ్లోకో భవతి॥

పరబ్రహ్మము - తన స్వీయ కల్పన అగు జీవుడు (experiencer)గా అయి, (అట్టి కల్పనయే అగు) జగత్ కల్పనారూప స్వీయసృష్టియందు సంచరిస్తూ అట్టి కల్పనలో కనిపించే తదితరులలో ఒకడై ఉంటున్నది. **'ఇది నా కల్పన'** - అనబడు స్వీయకల్పనా- కర్తృత్వమును, కల్పనకు కర్తయగు పరబ్రహ్మత్వమును ఏమరుస్తున్నది. ఎప్పుడైతే ఈ జీవుడు కంటికి కనబడనట్టి, జీవాత్మత్వ రహితమైనట్టి, వికారరహితమైనట్టి, నిరాధారమైనట్టి → పరబ్రహ్మత్వమునందు ప్రతిష్ఠితుడౌతాడో, అప్పుడు అభయ స్థానమగు పరమాత్మగా అగుచున్నాడు. అభయస్వరూపుడగుచున్నాడు. జీవుడు (Individual unit sense) అను స్థితిని ఆత్మ (All-pervading unit sense) ఆక్రమించివేస్తున్నాడు.

'పరమాత్మనగు నాయందు జీవాత్మ - ఆ జీవాత్మానుభవమగు జగత్తు నా కల్పనచేతనే ఉన్నాయి' - అనునది ఏమరచి, 'ఇదంతా మరొకరి కల్పన! నేను ఇందులో ప్రవేశించాను. ఈ తదితర జీవులు వేరు. నేను వేరు. నావి వేరు - అనే అంతరము (భేదము)ను ఆశ్రయిస్తేనో? **తస్యభయం భవతి।** భయము వచ్చి పడుతోంది.

ఒకానొకడు తత్త్వశాస్త్రముయొక్క ఆకలింపునందు, బోధించుటయందు గొప్ప విదుషుడు అయి ఉండి కూడా, **'పరబ్రహ్మస్వరూపుడనగు నాకు ఈ 'జీవుడు-జగత్తులు-తదితరజీవులు అభిన్నము'** అనునది ఆశ్రయించక పోతేనో? భయము వీడదు! అభయము సిద్ధించదు. ఇది బ్రహ్మజ్ఞుల గానము. **ఆత్మగురించి తెలుసుకుంటే చాలదు. ఆత్మయే తానై ఉండాలి.**

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 8వ అనువాకము

1. భీషా అస్మాత్ వాతః పవతే।
భీషో ఉదేతి సూర్యః।
భీషా అస్మాత్ అగ్నిశ్చ, ఇన్ద్రశ్చ।
మృత్యుః ధావతి పంచమ ఇతి।
స ఏషా ఆనన్దస్య
మీమాగ్ంసా భవతి।

పరబ్రహ్మము నుండే మనమంతా జనించి, ఉనికిని కలిగి ఉన్నాము. అట్టి పరబ్రహ్మముయొక్క సంకల్పము సిద్ధింపజేస్తున్న శ్రద్ధ - భయములతో వాయువు ఈ విశ్వమంతా వీచుచున్నది.
→ తాను కలిగియున్న భీషా (భయము) చేతనే సూర్యుడు దినదినము తూర్పున ఉదయిస్తున్నారు.
→ అట్టి భయముచేతనే అగ్ని వస్తువులను జ్వలింపజేయటము, ఇంద్రుడు త్రిలోకములను పాలించటము కూడా. ఐదవదగు మృత్యువు...మార్పు చేర్పులను నిర్వర్తిస్తున్నది - అందుచేతనే,
ఇక ఇప్పుడు ఆత్మానందము (లేక) బ్రహ్మానందము గురించి మీమాంస (విచారణ) చేయుచున్నాము.

<u>ఆనందో బ్రహ్మ</u>	<u>బ్రహ్మాహమ్ ఆనందము</u>
2. యువ అస్యాత్ సాధు, యువ అధ్యాయకః ఆశిష్ఠో ద్రఢిష్ఠో బలిష్ఠః, తస్య ఇయం పృథివీ సర్వా విత్తస్య పూర్ణాస్యాత్। స ఏకో మానుష ఆనన్దః – శ్రోత్రియస్య చ అకామహతస్య।	**మానుష్యానందము**: ఒక→ యౌవన దార్ఢ్యము కలవాడు, సాధు గుణములు కలవాడు, వేదములను అధ్యయనము చేయుచున్నవాడు, భోగములను అనుభవిస్తూ దృఢమైన-బలమైన శరీరము కలిగి ఉన్నవాడు, భూమిపై గల సర్వభోగములచే-సంపదలచే పరిపూర్ణుడు అయి ఉంటే, అది **ఒక మానుషానందముతో** సమానము. అట్టి ఆనందమును ఒక శ్రోత్రియుడు, (సర్వ కోరికలను త్యజించి) కోరికలచే హతడు కానివాడు పొందుచున్నాడు.
3. తే యే శతం మానుషా ఆనన్దాః స ఏకో "మనుష్య గన్ధర్వాణాం ఆనన్దః"– శ్రోత్రియస్య చ అకామహతస్య॥	**మనుష్యగంధర్వాణాం ఆనన్దము** అట్టి మానుష్యానందములు నూరు సంఖ్యలు (100 Times) అయితే అట్టిది **ఒక మనుష్యగంధర్వానందము.** శ్రోత్రియుడు, కామములన్నీ హరించిపోయినట్టివాడు → ఈ ఆనందమును ఇక్కడే పొందుచున్నాడు.
4. తే యే శతం మనుష్యగన్ధర్వాణాం ఆనన్దాః → స ఏకో 'దేవ గన్ధర్వాణామ్' ఆనన్దః, శ్రోత్రియస్య చ అకామహతస్య॥	అటువంటి మనుష్యగన్ధ ర్వానందములు నూరు లభిస్తే...అది **ఒక దేవ గంధర్వానందముతో** సమానము. శ్రోత్రియుడు, కామములు జయించినవాడు అది ఇక్కడే పొందుచున్నాడు. (అకామహతస్య = సర్వకామములు తనయందు హరింపజేసుకున్నవాడు).
5. తే యే శతం దేవగన్ధర్వాణాం ఆనన్దః, → స ఏకః పితౄణాం "చిరలోక లోకానాం ఆనన్దః" శ్రోత్రియస్య చ అకామహతస్య।	దేవగంధర్వానందములు ఒక నూరు ఒక చోటికి చేరితే,...అది 'చిరలోకులు' అగు **పిత్రులోకవాసుల ఆనన్దముతో** సమానము. వేదములు చెప్పు భక్తి - జ్ఞాన - వైరాగ్య - సర్వసమర్పణ మార్గములో సర్వ కామములు జయించినట్టి- దాటివేసినట్టి శ్రోత్రియుడు అది ఇప్పుడే పొందుచున్నాడు.
6. తే యే శతం పితౄణాం చిరలోక లోకానామ్ ఆనన్దః, స ఏక "అజానజానాం దేవానామ్ ఆనన్దః" → శ్రోత్రియస్య చ, అకామహతస్య॥	అట్టి 'చిరలోకము' అనబడే పిత్రులోకానందము (పితరులు పొందు ఆనందము)నకు నూరు రెట్లుగా **అజాన జానుడు (స్మార్తకర్మల విశేష ఆచరణముచే దేవలోకము జేరినవాడు) పొందుచున్న ఆనందము.** కామముచే హతుడు కానట్టి శ్రోత్రియుడు అట్టి ఆనందమును ఈ ఇహమందే పొందుచున్నాడు.
7. తే యే శతమ్ అజానజానాం దేవానామ్ ఆనన్దాః, స ఏకః "కర్మదేవానాం దేవానామ్ ఆనన్దః" యే కర్మణా దేవానపియన్తి శ్రోత్రియస్య చ, అకామహతస్య॥	అట్టి స్మార్తకర్మల విశేషానందముచే అజానజానదేవతా ఆనందమునకు నూరు అంతలు → యజ్ఞయాగకర్మలు నిర్వర్తించిన కర్మదేవలోకములోని **కర్మ దేవానందము** ఒక్కటి అగుచున్నది. కామములన్నీ త్యజించిన శ్రోత్రియుడు (శ్రుతుల ఉద్దేశ్యము గ్రహించినవాడు) అట్టి ఆనందము పొందుచున్నాడు.
8. తే యే శతం కర్మదేవానాం దేవానాం ఆనన్దాః స ఏకో "దేవానాం ఆనన్దః" – శ్రోత్రియస్య చ, అకామహతస్య॥	అట్టి కర్మదేవతానందములు ఒక నూరు ఒక చోటికి జేరినప్పుడు దేవలోకములో జనించిన 'దేవత' యొక్క ఒక **దివ్య దేవానందముతో** సమానము. అకామకామియగు శ్రోత్రియుడు (శృత్యర్థములు ఎరిగినవాడు) అట్టి ఆనందము పొందుచున్నాడు.
9. తే యే శతం దేవానామ్ ఆనన్దాః స ఏక "ఇన్ద్రస్య ఆనన్దః" – శ్రోత్రియస్య చ, అకామహతస్య॥	అట్టి దేవతానందమునకు నూరు అంతలు దేవలోక ప్రభువగు **ఒక ఇంద్రుని ఆనందముతో** సమానము. శ్రోత్రియుడగు అకామి అద్దానిని పొందుచున్నాడు.

10. తే యే శతమ్ ఇన్ద్రస్య ఆనన్దాః→ **స ఏకో "బృహస్పతేః ఆనన్దః",** **శ్రోత్రియస్యచ అకామహతస్య॥**	అట్టి ఇంద్రుని ఆనందమునకు నూరు రెట్లు **ఒక బృహస్పతి ఆనందము.** శ్రుతులు ఎరిగిన శ్రోత్రియుడు సర్వకామములు జయించినప్పుడు అట్టి ఆనందము ఇక్కడే పొందుచున్నారు.
11. తే యే శతం బృహస్పతేః ఆనన్దాః **→ స ఏకః "ప్రజాపతే ఆనన్దః"** **శ్రోత్రియస్య చ అకామహతస్య॥**	అట్టి బృహస్పతి ఆనందమునకు నూరు అంతలు → జీవసృష్టి కారకుడగు **ప్రజాపతి ఆనందము** ఒక్కటి అగుచున్నది. శ్రోత్రియుడగు అకామి అద్దానిని ఇక్కడే పొందుచున్నాడు.
12. తే యే శతం ప్రజాపతేః **ఆనన్దాః → స ఏకో** **"బ్రహ్మణ ఆనందః"** **శ్రోతియస్య చ అకామహతస్య॥**	అట్టి విరాట్ పురుషుడు (సర్వ జీవులు నాదేహములోని వారే) అని ఎరిగి ఆస్వాదించు ప్రజాపతి ఆనందమునకు నూరు అంతలు **బ్రహ్మదేవుని ఆనందము.** సర్వకామములను దాటివేసిన శ్రోత్రియుడు అది పొందుచున్నాడు.
13. స యశ్చ అయం పురుషే **యశ్చ ఆసావాదిత్యే, స ఏకః॥**	**ఈ జీవునియందు వేంచేసియున్న పరమాత్మ - సూర్యునియందు వేంచేసియున్న పరమాత్మ ఏకస్వరూపులే! ఏకపరమాత్మయే!**
14. స య ఏవం విత్→ **అస్మాన్ లోకాత్ ప్రేత్య,** **ఏతమ్ అన్న మయమ్** **ఆత్మానమ్ ఉపసంక్రామతి॥** **ఏతం ప్రాణమయమ్ ఆత్మానమ్** **ఉపసంక్రామతి॥** **ఏతం మనోమయమ్ ఆత్మానమ్** **ఉపసంక్రామతి॥** **ఏతం విజ్ఞానమయ్ ఆత్మానమ్** **ఉపసంక్రామతి॥** **ఏతం ఆనందమయమ్ ఆత్మానమ్** **ఉపసంక్రామతి॥** **తత్ అపి ఏష శ్లోకో భవతి॥**	ఎవ్వడైతే ఈ విధముగా పరమాత్మ గురించి (సమం సర్వేషు భూతేషు అని) తెలుసుకుంటాడో, ఆతడు ఈ లోక పరిమిత దృష్టుల నుండి విడివడి **'అన్నమయాత్మ స్వరూపధారుడు'** అగుచున్నాడు. **అన్నమయాత్మ**ను పొందుచున్నాడు. **సర్వభౌతిక ఆకారములు** తనవిగా స్వాత్మానుభావనను పొంది ఆనందిస్తున్నాడు. → ఆతడు ఇంకా ప్రాణమయ ఆత్మానందమును పొంది సర్వజీవుల **ప్రాణస్వరూపుడగుచున్నాడు.** → మనోమయ ఆత్మానంద స్వరూపుడై సర్వజీవులలోని **మనోరూపాత్మగా ప్రకాశించుచున్నాడు.** → విజ్ఞానమయాత్మ స్వరూపుడై సర్వదేహములలోని **విజ్ఞాన మయత్వమును** సంతరించుకొనుచున్నాడు. ఆతడు ఇంకా కూడా ఆనందమయ ఆత్మత్వము సంతరించు కొనుచున్నాడు. సర్వకామములు జయించి, శ్రుతులు చెప్పు ఆత్మ తత్త్వమును పునికిపుచ్చుకొనుచున్నాడు. **ఆత్మయే తానైయున్నవాని ఆనందమునకు హద్దులు లేవు.** ఈ విషయం ఇంకా ఇట్లా ప్రకటించబడుతోంది.

2వ అధ్యాయము - ఆనందవల్లి - 9వ అనువాకము

1. యతో వాచో నివర్తంతే, అప్రాప్య మనసా సహ॥ **ఆనన్దం బ్రహ్మణో విద్వాన్, న బిభేతి కుతశ్చనేతి॥** **ఏతగ్ం హవావ న తపతి–కిమ్ అహగ్ం సాధు న అకరవమ్॥** **కి మహం పాపమ్ అకరవమితి॥** **స య ఏవం విద్వాన్ ఏతే, ఆత్మానగ్గ్ం స్పృణుతే॥** **ఉభే హి ఏవైష ఏతే** **ఆత్మానగ్గ్ం స్పృణుతే, య ఏవం వేద॥** **ఇత్యుపనిషత్** ***ఇతి ఆనందవల్లీ (బ్రహ్మానందవల్లీ)*** ***ద్వితీయోధ్యాయః సమాప్తః॥***	ఏ 'పరబ్రహ్మము'ను వాక్కు - మనస్సు వర్ణించలేక ప్రకటించలేక అలసి - సొలసి వెనుకకు మరలుచున్నాయో, అట్టి ఆనందబ్రహ్మమును బుద్ధితో తెలుసుకొన్నవాడు ఇక దేనివలన కూడా భయమును పొందడు. అట్టివాడు ఆత్మను ఎరిగినవాడై, ఆత్మత్వము సంతరించుకుంటూ... → అయ్యో! ఈ సాధుకర్మలు చేయలేకపోయానే? ఆ అసాధు (పాప) కర్మలు చేశానే? ఎట్లా?'...అను తపనను మొదలంట్లా త్యజించివేస్తాడు. **సర్వ సందేహాలు పటాపంచలైపోతాయి.** **ఎవడు ఆత్మత్వమును పుణికిపుచ్చుకోవటమును ప్రవృద్ధపరచు కుంటాడో....ఆతడే విద్వాంశుడు.** ఆత్మను ఎరిగినవాడు ఇటు ఇహత్వమును, అటు పరత్వమును ఏకం

<u>ఉత్తర శాంతి పాఠః</u>

సహనావవతు। సహనౌ భునక్తు।
సహవీర్యం కరవావహై। తేజస్వి
నావధీతమస్తు। మావిద్విషావహై।
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

చేసి, ఆత్మబలము సమృద్ధపరచుకొనుచున్నాడు. ఆత్మానందమును, బ్రహ్మానందమును పునికిపుచ్చుకొనుచున్నాడు.

ఇతి ఉపనిషత్

ఆనందవల్లీ(బ్రహ్మానందవల్లీ) రెండవ అధ్యాయము సమాప్తము.

ఉత్తర శాంతి పాఠః

బ్రహ్మానందవల్లీ ముఖ్య వ్యాఖ్యః

బ్రహ్మవిత్ ఇదమయమ్
ఇదమ్ ఏకవిగ్ంశతిః (21);

బ్రహ్మవేత్త ఇక్కడి 21 తత్త్వములను తన ఆత్మ స్వరూపములో నింపివేసి ఉంచుచున్నారు.

అన్నాత్ అన్న రసమయాత్।

భౌతికంగా కనిపించేదంతా అన్నమయమైయున్నది.

అన్నాత్ ప్రాణో వ్యానో
అపాన ఆకాశః పృథివీ
పుచ్ఛం షడ్విగ్ంశతిః (26);

అట్టి అన్నమయాత్మ - ప్రాణ - అపాన - వ్యాన ఉదాన - సమాన - సప్రాణములు పీఠముగా ఉన్నది. షడ్వింశతిః [(26) తత్త్వములు తనయందు కలిగి ఉన్నది.]

ప్రాణం యజుర్ ఋక్
సామ ఆదేశో అథర్వ
అంగిరసః పుచ్ఛం
ద్వావింశతిః (22);

అట్టి ప్రాణము - యజుర్వేదము, ఋగ్వేదము - సామవేదము - అథర్వణ వేదము - ఆదేశము - అంగిరసము..... పీఠముగా కలిగి ఉన్నది. [ద్వావింశతిః (22)].

యతః శ్రద్ధర్తగ్ం సత్యం
యోగో మహో అష్టాదశ (18);

ఆ ప్రాణాత్మ → మనస్సునందు ఆశీనమైయున్నది. శ్రద్ధ - సత్యము - యోగము - ఇవి మనస్సు యొక్క మహత్‌లక్షణములు [అష్టాదశ (18) మహత్ లక్షణములు]

విజ్ఞానం ప్రియం మోదః
ప్రమోద ఆనందో బ్రహ్మ
పుచ్ఛం - ద్వావింగ్ంశతిః (22);

అట్టి మనోమయ పురుషాత్మ విజ్ఞాన పురుషుని పీఠముగా కలిగి ఉన్నది. విజ్ఞానాత్మ→**మోదము,ప్రమోదము ఆనందము**లను ఆశీనముగా కలిగి యున్నది. ఆనందమునకు బ్రహ్మమే ఆశీనస్థానం. [ద్వావింశతాః (22);]

రసత్ షోడశ (16);
అసత్ ఏవ అథ అష్టావింశతి (28);
అసత్ షోడశ (16);

అసత్ (నిర్విషయమగు) ఆత్మనుండి సత్ రూప దృశ్యము ప్రదర్శితమగు చున్నది.

అష్టా వింశతి (28); → తత్త్వములు ఆత్మయే.

షోడశ (16) రసతత్త్వములు ఆత్మయే.

అసత్తులో గల సత్తే ఇదంతా. సత్తు సర్వదా సత్తే। ఉనికియే। ఇక అసత్తో? **'లేనిది'** అనియే కదా!

భీషా అస్మాత్ మానుషో
మనుష్యగంధర్వాణాం, దేవగంధర్వాణాం,
పితౄణాం, చిరలోకానామ్, అజానజానాం, కర్మదేవానాం,
యే కర్మణా దేవానామ్
ఇంద్రస్య, బృహస్పతేః, ప్రజాపతేః, బ్రహ్మణః,
స యశ్చ సంక్రామ ఇతి॥

ఆత్మభగవానునిపట్ల భయముతో ఆత్మ సంకల్పమునకు లోనై సర్వము ప్రవర్తిస్తోంది. 'ఆత్మ' అనబడు సంకల్పించువాని సంకల్ప చమత్కారమే ఇదంతా!

మానుష - మనుష్య గంధర్వ - దేవగంధర్వ - చిరలోకపితృ - అజానజాన - కర్మదేవతా- దేవతా - ఇంద్ర - బృహస్పతి ప్రజాపతి - బ్రహ్మదేవాది ఆనందములన్నీ - **ఆత్మానందము యొక్క కించిత్ తేజో కిరణములు.**

ఏకమ్ పంచాశత్; (51);

ఏక పంచాశత్ (51) - తత్త్వములు ఆత్మయే.

యతః కుతశ్చన

అవన్నీ ఏకమగు అఖండానంద స్వరూప విభవములే!

ఏక ఏకాదశ నవ॥ (119)

ఏకాదశ నవ (119) - తత్త్వములు - ఆత్మయే. **ఆత్మ మేవాహమ్। ఆత్మత్వమేవ। ఇదమ్ ఆత్మయేవ।**

(బ్రహ్మవిత్ నవ)
ఆనందవల్లి సమాప్తమ్॥

ఇతి బ్రహ్మానందవల్లీ - పునశ్చరణమ్.

ఓం సహనావవతు॥ .... (శాంతిపాఠము)

3. భృగువల్లి

3వ అధ్యాయము - భృగువల్లి - 1వ అనువాకము

ఓం
సహ నావవతు।
సహ నౌ భునక్తు।
సహవీర్యం కరవావహై।
తేజస్వినా వధీతమస్తు
మా విద్విషావ హై।
ఓం శాన్తిః శాన్తిః శాన్తిః॥

(ఓం సంజ్ఞార్థస్వరూపుడు - సర్వతత్త్వ స్వరూపుడు - సర్వాంతర్యామి అగు) పరమాత్మ **సహనా వవతు।** → గురుశిష్యులమగు, వక్త - శ్రోతలగు, ఆచార్యులు. అధ్యయని అగు మన ఇరువురికి **రక్షకుడై ఉండెదరు గాక!** మన ఇరువురిని ఉత్తమగుణములుగల రాజువలే పరిపాలించును గాక! ఇరువురము వీర్యవంతులమై 'బ్రహ్మవిద్య'కు సంసిద్ధులమగుదుము గాక! తేజోరూపమగు ఆత్మ విద్య మన ఇరువురిచే అవధారణ చేయబడును గాక! ఒకరినొకరు అయిష్టపడకుండెదముగాక! కాలత్రయము - దేహత్రయము -దృక్‌త్రయము-లోక త్రయము ఆత్మయందు సశాంతించినవగును గాక!

<u>భృగుర్వై వారుణిః</u>
<u>వరుణం పితరమ్ ఉపససార:</u>
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి।
<u>తస్మాత్ ఏతత్ ప్రోవాచ:</u>
అన్నం ప్రాణం చక్షుః శ్రోత్రం
మనో వాచమ్ ఇతి।
<u>తగ్ం హోవా వాచ:</u>
యతో వా ఇమాని భూతాని
జాయన్తే, యేన జాతాని
జీవన్తి, యత్ ప్రయన్తి
అభిసంవిశన్తి....?
తత్ విజిజ్ఞాసస్వ।
తత్ బ్రహ్మేతి।
స తపో అతప్యత।
స తపః తప్త్వా...॥

వరుణభగవానుని కుమారుడగు భృగువు 'బ్రహ్మవిద్య' యందు తీవ్రమైన అభిలాషతో పితృదేవులను సమీపించి త్రిప్రదక్షిణ నమస్కారము, సాష్టాంగ నమస్కారము సమర్పించారు.

భృగువు: పూజ్యులగు భగవాన్! పితృదేవా! శరణు వేడుచున్నాను. 'బ్రహ్మము' గురించి దయతో ఉపదేశించండి.

అప్పుడు వరుణ దేవుడు ఇట్లు చెప్పసాగారు.

బిడ్డా! బ్రహ్మతత్త్వ సిద్ధిని పుణికిపుచ్చుకోవటానికి కొన్ని **ద్వారాలు** (Entrance Gate) చెప్పబడుచున్నాయి. అవి ముందుగా గమనించు.

అన్నము; ప్రాణము; చక్షువులు; శ్రోత్రము (చెవులు); మనస్సు; వాక్కు...మొదలైన ఇవన్నీ!

ఓ భృగూ! ఇంకా విను!

దేనివలన.... ఈ జీవులంతా దేనివలన జీవిస్తున్నారు? అదియే 'బ్రహ్మము'.

→ ఈ సర్వభూత జాలము పుట్టుచున్నదో...

→ ఇదంతా ఎవరిచే పరిపోషించబడుచున్నదో, ఉజ్జీవించబడుచున్నదో...

ఈ జీవులందరు దేనియందు (జలతరంగము → జలములోవలే) తిరిగి లయము పొందుచున్నారో....

ఈ జీవులంతా దేనిని సర్వదా పొందియే ఉన్నారో, దేనిచే ఎల్లప్పుడు తదాత్మ్యము చెంది ఉంటున్నారో...,

...ఈ జీవులంతా స్వతఃగా, స్వయముగా ఏ స్వరూపము అయి ఉన్నారో...

అదియే పరబ్రహ్మము. నీవు తెలుసుకోవలసినట్టిది అదేనయ్యా! పోయి ప్రయత్నించు.

తండ్రి చెప్పిన మాటలన్నీ శ్రద్ధగా విన్న భృగువు పరబ్రహ్మముయొక్క సంసిద్ధికొరకై అప్పటికప్పుడే తపస్సు ప్రారంభించారు. **తపస్సు చే ఈ విధంగా తెలుసుకోసాగారు.**

3వ అధ్యాయము - భృగువల్లి - 1వ అనువాకము

అన్నం బ్రహ్మేతి?

అన్నం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్।
అన్నాత్ ఏవ ఖలు ఇమాని భూతాని జాయన్తే।
అన్నేన జాతాని జీవన్తి।
అన్నం ప్రయన్తి అభిసంవిశంతీతి।
తత్ విజ్ఞాయ।

<u>అన్నమే బ్రహ్మమా?</u>

"ఈ జీవులంతా దేనిచేత పుట్టుచున్నారో దేనిచే జీవిస్తున్నారో, చివరికి దేనిలో ప్రవేశిస్తున్నారో, ఏది తాము విడచియే ఉండటము లేదో అదీ పరబ్రహ్మము అని పితృదేవులు సూచన చేశారు కదా! అది ఏది?"- అని యోచించి, విచారణ చేస్తూ...ఆ భృగువు ఇట్లు....మననము చేయసాగారు.

"ఈ జీవులంతా కూడా...అన్నము చేతనే జనిస్తూ, అన్నము చేతనే జీవిస్తూ, తిరిగి అన్నమునందే ప్రవేశించువారు కదా! కాబట్టి అన్నమే పరబ్రహ్మము।

→ అవును అన్నమయ దేహమే బ్రహ్మము" అని తలచారు.

<u>పునరేవ వరుణమ్</u>
<u>పితరమ్ ఉపససార:</u>
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి।
<u>తగ్ంం హో వాచ :</u>
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ॥
తపో బ్రహ్మేతి।
స తపో అతప్యత।
స తపః తప్త్వా....॥

"అయితే.... నా నిర్ణయము యుక్తి యుక్తమా కాదా? అయినా తండ్రి గారి వద్ద బ్రహ్మము గురించి శ్రవణం చేద్దాం" అని తలచారు.

మరల తండ్రియగు వరుణదేవుని సమీపించి, "తండ్రీ! నేను మీ ఆజ్ఞానుసారం తపస్సు చేసి బ్రహ్మమును తెలుసుకున్నాను. ('అన్నమయ దేహమేవ పరబ్రహ్మమ్' అని అనుకుంటున్నాను" - అని పలికారు

వరుణదేవుడు: బిడ్డా! **తపస్సు చేయవయ్యా! తపస్సుచేతనే బ్రహ్మమును ఎరుగగలవు.**

అప్పుడు భృగువు మరల తపస్సుకు ఉపక్రమించి ఆ తరువాత...ఇట్లా అనుకోసాగారు.

3వ అధ్యాయము – భృగువల్లి – 3వ అనువాకము

<u>ప్రాణో బ్రహ్మేతి।</u>
ప్రాణో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్।
ప్రాణాత్ ఏవ ఖలు ఇమాని
భూతాని జాయన్తే।
ప్రాణేన జాతాని జీవన్తి।
ప్రాణం ప్రయన్తి, అభిసంవిశన్తి ఇతి।
తద్విజ్ఞాయ।
<u>పునరేవ వరుణం పితరం ఉపససార।</u>
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి।
<u>తగ్ంం హో వాచ।</u>
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ।
తపో బ్రహ్మేతి। స తపో అతప్యత।
స తపః తప్త్వా...॥

<u>**ప్రాణమే బ్రహ్మమా?**</u>

ఈ జీవులంతా ఎట్లా జీవించగలుగుచున్నారు? కేవలము అన్నము చేతకాదు. ఎందుకంటే ముందుగా జీవించి ఉంటేనే అన్నము వ్యవహారము కదా! అందుకు ప్రాణములు ముఖ్యము కదా! అందుచేత - ప్రాణముల నుండి (ప్రాణశక్తి నుండి)యే ఈ జీవులు జనిస్తున్నారు. ప్రాణములు కారణంగానే జీవిస్తున్నారు. ప్రాణమునందే ప్రళయము పొందుచున్నారు (ప్రయాన్తి). ప్రాణములలోనే ఏకత్వము పొందుచున్నారు. జీవుడు ప్రాణములచేతనే జీవిస్తున్నాడు **కాబట్టి ప్రాణమే బ్రహ్మము"** - అని అనుకున్నారు. మరల తండ్రిని సమీపించారు.

భృగువు : తండ్రీ! తెలిసింది. ప్రాణము ఉంటేనే ఈ జీవుడు జీవిస్తున్నాడు. కనుక ప్రాణమే బ్రహ్మము అని నాకనిపిస్తోంది.

వరుణదేవుడు : కుమారా! నీవు చెప్పింది విన్నాను. అయితే తపస్సు చేయి. తపస్సు చేతనే కదా ఎవ్వరైనా బ్రహ్మమును ఎరుగగలిగేది.

అప్పుడు భృగువు **'ఆహా! ఇంకనూ ఎరుగాలి కాబోలు'** అని తలచి తండ్రి ఆజ్ఞానుసారం మరల తపస్సు చేశారు. అప్పుడు ఇట్లా తెలుసుకోసాగారు.

3వ అధ్యాయము – భృగువల్లి – 4వ అనువాకము

<u>మనో బ్రహ్మేతి?</u>
మనో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్।
మనసో హి ఏవ ఖలు ఇమాని
భూతాని జాయన్తే।
మనసా జాతాని జీవన్తి।
మనః ప్రయన్తి అభిసంవిశన్తి ఇతి।
తత్ విజ్ఞాయ, <u>పునరేవ వరుణం</u>
<u>పితరం ఉపససార।</u>
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి।
<u>తగ్ంం హో వాచ:</u>
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ। తపో బ్రహ్మేతి।
స తపో అపతప్యత। స తపః తప్త్వా...॥

<u>**మనస్సే బ్రహ్మమా?**</u>

"మనస్సే బ్రహ్మమని తెలియవస్తోంది. మనస్సుంటేనే జీవుడు కదా! ఈ జీవులంతా మనస్సునుండే బయలుదేరుచున్నారు. మనస్సు చేతనే జీవిస్తున్నారు. మనస్సునందే సర్వము లయిస్తోంది. ఈ జీవుడు మనోరూపుడే అయి ఉన్నాడు. కనుక **మనస్సే బ్రహ్మము!"** - అని భృగువు భావించి, మరల తండ్రిని సమీపించారు.

భృగువు : నాన్నగారూ! **'మనస్సే బ్రహ్మము'** అని మరల తపస్సు చేసిన తరువాత తెలుసుకుంటున్నాను.

వరుణభగవానుడు: ఓహో! అట్లాగా! సరే! అయితే, తపస్సు చేత బ్రహ్మమును తెలుసుకో మరి! బ్రహ్మమును ఎరుగుటకు తపస్సే ఉపాయము.

భృగువు : **'తండ్రి గారి దృష్టిలో నేను ఇంకా బ్రహ్మమును ఎరుగటకు తగనన్నమాట! సరే ఆయన ఆజ్ఞ ప్రకారం మరల తపస్సు చేస్తాను'.** ఆయన మరల తపస్సు చేసి ఈ విధంగా తెలుసుకున్నారు.

3వ అధ్యాయము – భృగువల్లి – 5వ అనువాకము

విజ్ఞానమ్ బ్రహ్మేతి?

విజ్ఞానం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్।
విజ్ఞానాత్ ఏవ ఖలు ఇమాని
భూతాని జాయన్తే। విజ్ఞానేన జాతాని జీవన్తి।
విజ్ఞానం ప్రయన్తి, అభిసంవిశన్తి
ఇతి। తత్ విజ్ఞాయ।
పునరేవ వరుణం పితరం ఉపసససార:
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి।
తగ్ం హోవాచ:
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ।
తపో బ్రహ్మేతి। స తపో అతప్యత।
స తపః తప్త్వా....॥

విజ్ఞానమే బ్రహ్మమా?

'మనస్సు స్వతఃగా తెలుసుకోలేదు. మనస్సు అనగా ఆలోచనయే కదా! 'ఇది నా మనస్సు' అని ఎరుగుచున్నవాడు ఉండాలి. కాబట్టి ఎరుగుచుండునట్టి ఎరుకయే (లేక) విజ్ఞానమే బ్రహ్మము! ప్రజ్ఞారూపమగు విజ్ఞానమే బ్రహ్మము! ఎరుకరూపమగు విజ్ఞానమునుండి (లేక) తెలియబడేదానికి ఆవలగల తెలివి నుండే ఈ భూతజాలము జనించి - జీవించి - ఫలము (లయము) పొందుచున్నది. కనుక విజ్ఞానమే బ్రహ్మము' - అని తలచారు. తండ్రిని సమీపించారు.

భృగువు : హే భగవాన్! పిత్రుదేవా! నేను **'విజ్ఞానమే బ్రహ్మము'** అని తపస్సు తరువాత విచారించి అట్టి ఈ నిర్ణయమునకు వచ్చాను. అంతే కదా?

వరుణభగవానుడు : నాయనా! భృగూ ఇంకా తపస్సు చేయి. తపస్సు చేతనే బ్రహ్మము తెలియబడగలదు. నేను నిర్ణయించి చెప్పితే కాదు.

అప్పుడు భృగువు, మరల తపస్సు కొనసాగించారు. ఈ విధంగా తెలుసుకున్నారు.

3వ అధ్యాయము – భృగువల్లి – 6వ అనువాకము

ఆనన్దో బ్రహ్మేతి।

ఆనన్దో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్।
ఆనన్దాత్ ఏవ ఖలు ఇమాని
భూతాని జాయన్తే।
ఆనన్దేన జాతాని జీవన్తి।
ఆనన్దం ప్రయన్తి – అభిసంవిశన్తి। ॥ఇతి॥
స ఏషా 'భార్గవీ – వారుణీ విద్యా
పరమే వ్యోమన్ ప్రతిష్ఠితా।
స య ఏవం వేద ప్రతితిష్ఠతి।
అన్నవాన్ అన్నాదో భవతి।
మహాన్ భవతి।
ప్రజయా పశుభిః బ్రహ్మవర్చసేన।
మహాన్ కీర్త్యా॥

ఆనన్దమే బ్రహ్మము

ఇష్టమునుబట్టి తెలివి, తెలివిని బట్టి మనస్సు, మనస్సును అనుసరించి భౌతికానుభవం ఉంటాయి. ఒకడికి చదువు కన్నా సంగీతము ఇష్టమైతే సంగీతమే వస్తుంది. చదువు రాదు కదా! కనుక ఇష్టము రూపమగు ఆనందమే బ్రహ్మము. ఆనందము **(లేక)** అనుభూతియే బ్రహ్మము. అనుభూతినుండే (ఆనందము నుండే) తెలివి (ప్రజ్ఞ), ఆలోచన, శక్తి, భౌతికత్వము వస్తున్నాయి. ఆనందమునుండే జీవులు జనిస్తున్నారు, జీవిస్తున్నారు, లయిస్తున్నారు. ఇష్టమైన దానితో (ఆనందముతో) మమేకమగుచున్నారు. **ఆనందమే బ్రహ్మము** అని గ్రహించి, తండ్రితో చెప్పారు.

ఇది సుప్రసిద్ధమగు ఆత్మ విద్య-**వారుణి (వరుణదేవుని) భార్గవీ (భృగువుని) విద్య** అని ఎరుగుచున్నారు.

పరమాకాశము నందు ఆనంద, విజ్ఞాన, మనో, ప్రాణ - అన్న బ్రహ్మములు ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నాయి - అని ఎవడు ఈ విద్యను వరుస క్రమంగా సేవిస్తాడో, అట్టివాడు అన్నవంతుడు - అన్నాదుడు అగుచున్నాడు. అట్టివాడు సంతానవంతుడు, గోసంపద కలవాడు, కీర్తిమంతుడు, మహాన్ కూడా అగుచున్నాడు. (అన్నమ్ = అనుభవమగు, అన్నాదుడు = అనుభవమును జనింపజేయువాడు).

3వ అధ్యాయము – భృగువల్లి – 7వ అనువాకము

అన్నం న నిన్ద్యాత్। తత్ వ్రతమ్।
ప్రాణో వా అన్నమ్।
శరీరమ్ అన్నాదమ్।
ప్రాణే శరీరం ప్రతిష్ఠితమ్।
శరీరే ప్రాణః ప్రతిష్ఠితః॥
తదేతత్ అన్నమ్ అన్నే ప్రతిష్ఠితమ్।
స య ఏతత్ అన్నమ్ అన్నే ప్రతిష్ఠితం
వేద ప్రతితిష్ఠతి।

'అన్నము'ను నిందించరాదు. ఇది వ్రతము. ప్రాణమే అన్నము రూపముగా ఉన్నది. (లేక) శక్తియే పదార్థ రూపముగా ప్రదర్శితమవుతోంది.

(సూత్రము - ఒకటి ఏద్దాని లోపల ఉన్నదో, అది అన్నాదమ్, ఏది అద్దానిలో ఉన్నదో అది "అన్నమ్").

ఏద్దాని లోపల అన్నమ్ ఉన్నదో అది అన్నాదమ్!

ప్రాణము శరీరములోపల ఉన్నది. కనుక - **ప్రాణము అన్నము. శరీరము అన్నాదము.**

అట్లాగే - శరీరము అన్నాదము. ప్రాణము అన్నము కూడా. (శరీరములో ప్రాణము ఉన్నది).

అన్నవాన్ అన్నాదో భవతి।
మహాన్ భవతి।
ప్రజయా పశుభిః బ్రహ్మవర్చసేన।
మహాన్ కీర్త్యా॥

ఈ శరీరము ప్రాణమునందు ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నది కూడా! **కనుక శరీరము అన్నము, ప్రాణము అన్నాదము కూడా.** ఈ విధంగా పరస్పర ప్రతిష్ఠితమైయున్న శరీరము - ప్రాణము - **ఈ రెండూ పరస్పరము అన్న-అన్నాదములు అగుచున్నాయి.**

ఈ విధంగా - శక్తి పదార్థములో ఉన్నది కాబట్టి - **పదార్థము అన్నము, శక్తి అన్నాదము.** శక్తిలో పదార్థము ఉన్నది కాబట్టి శక్తి అన్నము. పదార్థము అన్నాదము. ఎవడు ఈ విషయము ఎరిగి ఉపాసిస్తాడో...అట్టి వాడు అన్నవంతుడు (ఈ సర్వము తనయందు), అన్నాదవంతుడు (ఈ సర్వమునందు తాను)...అగుచున్నాడు. 'మహాత్ముడు' అగుచున్నాడు.

'ఈ సర్వమునందు నేనున్నాను. నాయందు ఈ సర్వము ఉన్నది' అని ఎరిగినవాడు-**అన్న-అన్నాదుడు.** పుత్ర - పౌత్ర ప్రజ, సంపదలతో,శమ, దమములతో కూడిన బ్రహ్మవర్చస్సు, కీర్తి పొందుచున్నాడు.

3వ అధ్యాయము - భృగువల్లి - 8వ అనువాకము

అన్నం న పరిచక్షీత।
తత్ వ్రతమ్।
ఆపోవా అన్నమ్। జ్యోతిః అన్నాదమ్।
అప్సు జ్యోతిః ప్రతిష్ఠితమ్।
జ్యోతిషి ఆపః ప్రతిష్ఠితాః।
తదేతత్ అన్నమ్ అన్నే
ప్రతిష్ఠితమ్।
స య ఏతత్ అన్నమ్ అన్నే
ప్రతిష్ఠితం వేద ప్రతితిష్ఠతి,
అన్నవాన్ అన్నాదో భవతి।
మహాన్ భవతి।
ప్రజయా పశుభిః
బ్రహ్మవర్చసేన। మహాన్ కీర్త్యా।

అన్నబ్రహ్మోపాసన - వ్రత నియమములు

అన్నమును వృద్ధి చేయాలి. పాడుచేయరాదు. పరిహాసము చేయరాదు. బ్రహ్మవేత్తకు ఇది వ్రతము అగుగాక!

→ జలమునందు అగ్ని ఉన్నది. కనుక జలము అన్నము. అగ్ని అన్నాదము.

→ అగ్నియందు జలము ప్రతిష్ఠితమైయున్నది. కనుక అగ్ని అన్నము. జలము అన్నాదము.

→ జలమునందు అగ్ని, అగ్నియందు జలము ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నాయి. ఈ విధంగా జలము - అగ్ని. పరస్పరము అన్న - అన్నాదములై ప్రతిష్ఠితములు అయి ఉన్నాయని గ్రహించువాడు, ఉపాసించువాడు- ఆ రెండింటికీ **'అన్న - అన్నాదుడు'** అగుచున్నాడు.

రెండిటియందు ఆత్మగా ప్రతిష్ఠితుడు అయి, 'మహాన్' అగుచున్నాడు.

అట్టివాడు **(1) తనయందు భౌతికములగు భూ-జల-అగ్నులు, (2) తాను వాటియందు ఉనికిగా ఉన్నట్లు - ప్రతితిష్ఠుతుడు అగువాడు** - జనసంపద, పశుసంపద, బ్రహ్మవర్చస్సును పొంది, **'మహానుభావుడు'** అని కీర్తించబడుచున్నాడు.

3వ అధ్యాయము - భృగువల్లి - 9వ అనువాకము

అన్నం బహు కుర్వీత। తత్ వ్రతమ్॥
పృథివీ వా అన్నమ్।
ఆకాశో అన్నాదః। పృథివ్యాం
ఆకాశః ప్రతిష్ఠితః। ఆకాశే పృథివీ ప్రతిష్ఠితా।
తదేతత్ అన్నమ్ అన్నే ప్రతిష్ఠితమ్।
స య ఏతత్ అన్నమ్ అన్నే
పతిష్ఠితం వేద, ప్రతితిష్ఠతి।
అన్నవాన్ అన్నాదో భవతి।
మహాన్ భవతి। ప్రజయా పశుభిః।
బ్రహ్మ వర్చసేన। మహాన్ కీర్త్యా॥

అన్నమును సర్వదా వృద్ధి చేయాలి. అది వత్రముగా స్వీకరించాలి. పృథివిలో ఆకాశము ఉన్నది. అందుచేత పృథివి అన్నము. ఆకాశము, అన్నాదము.

ఆకాశమునందు పృథివి ప్రతిష్ఠితమైయున్నది. అందుచేత ఆకాశము అన్నము. పృథివి అన్నాదము. ఈ విధంగా పృథివి - ఆకాశములు పరస్పరము అన్నము - అన్నాదములుగా ప్రతిష్ఠితములై ఉన్నాయి. అట్టి అన్న - అన్నాదముల ప్రతిష్ఠితములు ఎరుగువాడు ఆత్మయందు సంప్రతిష్ఠితుడు అగుచున్నాడు.

అట్టివాడు - అన్నవాన్ అగుచున్నాడు. అనగా పృథివి - ఆకాశములు తనయందు ఉన్నవిగా అగుచున్నాడు.

అన్నాదవాన్ → పృథివి - ఆకాశముల యందు ఉన్నది తానగుచున్నాడు. మహానుభావుడు అగుచున్నాడు. ప్రజాసంపద, పశుసంపద, బ్రహ్మవర్చస్సులతో బాటు మహాకీర్తిమంతుడగుచున్నాడు.

3వ అధ్యాయము - భృగువల్లి - 10వ అనువాకము

న కంచన వసతౌ
ప్రత్యాచక్షీత। తత్ వ్రతమ్।
తస్మాత్ యయాకయా చ
విధయా బహు అన్నం ప్రాప్నుయాత్।
ఆరాధ్యస్మా అన్నమ్ ఇతి ఆచక్షతే।
ఏతద్వై ముఖతో అన్నగ్ం రాద్ధమ్॥
ముఖతో అస్మా అన్నగ్ం రాద్ధ్యతే।
ఏతద్వై మధ్యతో అన్నగ్ం రాద్ధమ్।
మధ్యతో అస్మా 'అన్నగ్ం రాద్ధ్యతే।
ఏతద్వా అంతతో అన్నగ్ం రాద్ధమ్।
అంతతో అస్మా అన్నగ్ం రాధ్యతే॥

'వసతి' కొరకు తనను సమీపించిన వానిని ఎవ్వరినీ (అతిథి - అభ్యాగతులను) నిరాదరించరాదు. (అభ్యాగతిః స్వయం విష్ణుః అతిథి దేవోభవ). ఇది ఒక వ్రతముగా ఆచరించబడుగాక! ఇది పృథివీ ఆకాశోపాసకుడు (లేక) పృథివీ **"ఆకాశ అన్న = అన్నాదోపాసకుని"** నియమము అగుగాక! అతిథి - అభ్యాగతి సమర్పణ కొరకై అన్నమును నివాస స్థానమును వృత్తిచే సమృద్ధిగా సముపార్జించబడునుగాక!

అతిథిలకు(వసతికై ఆశ్రయించువారికి)- **"అయ్యా! అన్నము సంసిద్ధముగా ఉన్నది. దయచేయండి!"**... అని సంసిద్ధత కనబరచబడుగాక!

అన్నార్థియై సమీపించువానికి ముఖతః → ఎదురువెళ్ళి ఎల్లప్పుడూ సమర్పించువానికి,...అన్నము ఎదురొచ్చి ప్రాప్తిస్తుంది.

మధ్యతః {మధ్యరకంగా (అనగా) అడిగినప్పుడు మాత్రమే కొంతవరకు మాత్రమే} అతిథులకు సమర్పించువానికి మధ్య రకంగానే లభిస్తుంది. చివ్వరికిగాని సమర్పించనివానికి, చివ్వరికి మాత్రమే లభించగలదు. దానము - దాచిపెట్టుకోవటమే! అన్నము, నివాస-అవకాశము దానము చేయువాడు సమృద్ధిని పొందగలడు.

---

2. య ఏవం వేద, క్షేమ ఇతి వాచి।
యోగ - క్షేమ ఇతి ప్రాణ - అపానయోః।
కర్మేతి హస్తయోః। 'గతిః' ఇతి పాదయోః।
విముక్తిః ఇతి పాయౌ।
ఇతి మానుషీః సమాజ్ఞాః।
అథ దైవీః।

ఆధ్యాత్మికోపాసనలు - క్షేమము

బ్రహ్మము సర్వత్రా ఉన్నదని ఆరాధించబడుగాక!
→ వాక్కునందు 'క్షేమ' రూపంలో ఉన్నదని ఎరిగి క్షేమము - ప్రేమ - వాత్సల్య పూర్వక వాక్కులతో బ్రహ్మమును ఉపాసించాలి.
→ ప్రాణ - అపానములు ఈ దేహమును సర్వదా రక్షిస్తున్నాయి కదా! అందుచేత **'ప్రాణ - అపానములయందు పరమాత్మయే - క్షేమము రూపమున ఉన్నారు'**...అని గమనిస్తూ బ్రహ్మమును ఆరాధించాలి.
→ పని చేయాలంటే చేతులు బాగుండాలి కదా! అందుచేత పరబ్రహ్మమును హస్తముల రూపముగా ఉన్నారు - అని భావిస్తూ **(అయమ్ మే హస్తో భగవానః అని అనుకుంటూ)** భగవానునికి కర్మలు సమర్పించాలి. చేతులలో పరమాత్మచే ప్రసాదించబడిన 'క్షేమమును' గమనిస్తూ, హస్తములు ఆత్మస్వరూపంగా ఉపాసించబడు గాక!
→ 'పాదములయందు గతి రూపమున భగవంతుడు వేంచేసి ఉన్నారు' అని భావిస్తూ, **('సంచారః పదయోః ప్రదక్షిణ విధిః' - భావనతో)** నడకలను ప్రదక్షణ భావన చేయాలి. 'క్షేమము'ను దర్శించాలి.
'విసర్జనావయములో విముక్తిరూపులై పరమాత్మ ఉన్నారు' అని భావించాలి.
ఈవిధంగా ఆత్మభగవానుని గురించి **ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానశీలత** కలిగి ఉండాలి.

'తృప్తిః ఇతి వృష్టౌ।
బలమ్ ఇతి విద్యుతి॥
3. యశ ఇతి పశుషు। జ్యోతిః ఇతి నక్షత్రేషు।
ప్రజాతిః 'అమృతమ్ ఆనంద' ఇతి ఉపస్థే।
సర్వమ్ ఇతి ఆకాశే।
తత్ ప్రతిష్ఠేతి ఉపాసీత, ప్రతిష్ఠావాన్ భవతి।
తత్ 'మహ' - ఇతి ఉపాసీత మహాన్ భవతి।
తత్ 'మన' - ఇతి ఉపాసీత మానవాన్ భవతి॥

ఆధి దైవికోపసనలు

బ్రహ్మము వర్షమునందు అన్నములను ప్రసాదించుట ద్వారా తృప్తిరూపమున ప్రదర్శనమగుచున్నది - అని ఉపాశించాలి.

మెఱుపు - విద్యుత్ (జ్యోతి) యందు (లేక కాంతియందు) 'బలము' రూపముగా ఉన్నట్లు బ్రహ్మమును ఉపాసించాలి. పశువులయందు యశస్సు (క్షేమము) కలిగించు రూపముగాను, నక్షత్రములలో జ్యోతి రూపముగాను, ఉపస్థయందు సంతాన ప్రదాతగాను బ్రహ్మమును దర్శిస్తూ ఉపాసించాలి.

ఆకాశమునందు సర్వదృశ్యరూపముగా బ్రహ్మము ప్రదర్శనమగు చున్నట్లుగా **'సర్వము బ్రహ్మమే'** అను భావనారూప మననముతో బ్రహ్మమును పూజించాలి.

'ఈ సర్వము బ్రహ్మమునందే సర్వదా ప్రతిష్ఠితమైయున్నది' అను మననము - ధ్యానములను ఆశ్రయించువాడు. బ్రహ్మమునందే తాను ప్రతిష్ఠితుడగుచున్నాడు.

'ఈ పాంచభౌతిక జగత్తు - ఇందలి జీవులు ...ఈ సర్వము పరమాత్మ యొక్క మహత్ స్వరూపవైవభవమే'...అను మహానుభావనచే...ఈ జీవుడు సంకుచిత స్థితి నుండి → మహానుభావుడు అగుచున్నాడు.

'పరబ్రహ్మమే → మనన స్వరూపమై, మహామనోరూపమై అనేక విధములైన హావభావాలతో అనేక దేహములలో ప్రదర్శనమగుచు, జగత్ కల్పనా వినోదమునకు కారణమగుచున్నది' అను మననముతో పరబ్రహ్మమును ఉపాసించువాడు జగద్విషయములపట్ల మౌనవంతుడు...అగుచున్నాడు. మానవంతుడు (సగౌరవించబడువాడు) అగుచున్నాడు.

---

4. తత్ 'నమ' ఇతి ఉపాసీత,
నమ్యన్తే అస్మై కామాః।
తత్ బ్రహ్మేతి ఉపాసీత,
బ్రహ్మవాన్ భవతి।
తత్ బ్రహ్మణః "పరిమర" ఇతి ఉపాసీత,
పర్యేణం మ్రియన్తే ద్విషన్తః సపత్నాః।
పరియే అప్రియా భ్రాతృవ్యాః
స యశ్చ అయం పురుషే,
యశ్చ ఆసావాదిత్యే స ఏకః।

స్వస్వరూపము - సర్వస్వరూపము అయినట్టి, జగత్ - సాక్షి - జగత్ రూపము కూడా అయినట్టి → **పరబ్రహ్మము**నకు మనస్సుతోను, భావనతోను రెండు చేతులతో **నమస్కరిస్తూ ఉపాసించాలి.** అట్టి వానిపట్ల సర్వకామములు వినమ్రత ప్రదర్శించుచున్నాయి. లోబడుచున్నాయి.

ఈ సర్వము 'పరబ్రహ్మమే' అని ఉపాసించువాడు స్వయముగా బ్రహ్మమే అగుచున్నాడు. బ్రహ్మముయొక్క ఉపాసన సర్వ పరిమిత సంకుచిత భావములను సపరివారంగా నశింపచేయగలదు.

'నేను బ్రహ్మమునే! సర్వసహజీవులు సర్వదా బ్రహ్మమే. ఈ జగత్తు బ్రహ్మమే! ఆవల-ఈవల...అంతా బ్రహ్మమే' అని ఉపాశించువానిపట్ల...

→ ద్వేషభావములు, అరిషట్ వర్గములు రూపుమాసిపోతాయి.

→ అప్రియత్వమంతా తొలగి, సర్వభ్రాతృత్వము వెల్లివిరిస్తుంది.

→ (1) అట్టి వాని ఆత్మ, (2) ఆదిత్యుని ఆత్మ, (3) సర్వజీవుల ఆత్మ - **ఈ మూడూ ఏకస్వరూపమై ప్రకాశించుచున్నది. ఆతడు అఖండాత్మ స్వరూపుడై ఆత్మానంద సంభరితుడు** అగుచున్నాడు.

---

5. స య ఏవం విత్, అస్మాత్
లోకాత్ ప్రేత్య, ఏతమ్
అన్నమయమ్ ఆత్మానమ్ ఉపసంక్రమ్య।
ఏతం ప్రాణమయమ్ ఆత్మానమ్ ఉపసంక్రమ్య।
ఏతం మనోమయం
ఆత్మానమ్ ఉపసంక్రమ్య।
ఏతం విజ్ఞానమయమ్
ఆత్మానమ్ ఉపసంక్రమ్య।
ఏతం ఆనన్దమయమ్
ఆత్మానమ్ ఉపసంక్రమ్య।
ఇమాన్ లోకాన్ కామాన్నీ
కామరూప్య అనుసంచరన్।
ఏతత్ సామగాయన్నాస్తే।
హా 3। వుహా 3। వుహా 3 వు॥

"సర్వము నాయందే ఉన్నది (అన్నమ్)। సర్వము నందు నేనున్నాను (అన్నాదమ్)" → అను ఉపాసనను సిద్ధించుకొన్నవాడు 'బ్రహ్మవేత్త' అగుచున్నాడు. ఆదిత్యునియందు, తనయందు, సర్వజీవులయందు, సర్వజగత్తులనందు ప్రకాశించు అఖండ బ్రహ్మమునకు నమస్కరిస్తూ భక్తి - జ్ఞాన - వైరాగ్యములతో ఉపాసించువాడు....

→ ఈ భౌతికలోకముల పరిధులను దాటివేయుచున్నాడు.

→ అన్నమయాత్మను, ప్రాణమయాత్మను మనోమయాత్మను, విజ్ఞానమయాత్మను, ఆనందమయాత్మను క్రమముగా ఆక్రమిస్తూ, పొందుచూ,...తనకు ఇష్టము అయినట్టి రూపములను నూతన వస్త్రములవలె ధరిస్తూ, ఆశ్చర్యకరమైన మధుర స్వరముకలిగియున్న గాయకునివలే సామగానం చేస్తూ...హాయి-ఆనందరూపుడై, విహరిస్తున్నాడు. తాను ఏక - అఖండ స్వరూపుడై తన కల్పనయందు తానే (స్వప్నంలోవలే) ఆనందముగా విహారములు చేయుచున్నాడు! ఆశ్చర్యం! అమోఘం!

ఆహా! ఓహో! ఊహూ! (సర్వ భూతస్థమ్ ఆత్మానమ్, సర్వభూతాని చ ఆత్మని).

6. అహమ్ అన్నమ్। అహమ్ అన్నమ్।
అహమన్నమ్।
అహమ్అన్నాదో౽ అహమ్ అన్నాదో౽
అహమ్ అన్నాదః।
అవాగ్గ్ శ్లోక కృత్।
అహగ్గ్ శ్లోక కృత్।
అహగ్గ్ శ్లోక కృత్।
అహమస్మి ప్రథమజా
ఋతా 3 స్య।
పూర్వం దేవేభ్యో అమృతస్య
నా 3 భా 3 యి।
యో మా దదాతి
స ఇదేవ మా3ఉ ఉ వాః।
(ఆ ఆవాః।)
అహమ్ అన్నమ్
అన్నమ్ అదన్తమా 3 ద్మి।
అహం విశ్వం భువనమ్।
అభ్య భవా 3 మ్। భవామ్।
సువర్ణ జ్యోతీః।
య ఏవం వేద।

అన్యపాఠక మూలము
(రాధ్యతే విద్యుతి, మానవాన్ భవ,
ఏకో, హా 3 వు
య ఏవం వేద 'ఏకం' చ॥)

ఇతి తైత్తిరీయోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

అహమ్ అన్నమ్। అహమ్ అన్నాదమ్। అహమ్ బ్రహ్మ॥

బ్రహ్మమును, పరమాత్మను అగు నాయందే, సర్వలోకములు - స్వకీయ కల్పనచే ఉన్నాయి. కనుక **నేనే అన్నమును. అహమన్నమ్! అహమన్నమ్!**

సర్వలోక దృశ్యములు నాయందే ఉన్న తీరుగానే...ఈ సర్వమునందు నేను ఉన్నాను. కనుక **నేను అన్నాదుడను! అహమన్నాదమ్! అహమన్నాదమ్।**

వేద - వేదాంత - పురాణ - ఇతిహాసములు, ప్రవచనములచే పరమాత్మగా నేనే శ్లోకములచే (విశ్వమ్ విష్ణుః...మొదలై మాటలచే)...స్తుతించ బడుచున్నాను. (సర్వ దేవతా సహస్రనామ స్తోత్రములు అస్మత్ ఆత్మ స్వరూప వర్ణనములే!)

సృష్టి - అనబడేది నా యొక్క భావనయే! భావన నా కల్పనయే! ఈ సర్వమునకు నేను కల్పించువాడనై ఉన్నాను. అందుచేత సర్వకల్పనలకు మూలము - మొదలు నేనే! సర్వ సందర్భ సత్యములకు మొట్టమొదటి ప్రప్రథముడుగు 'సృష్టికర్తను'! హిరణ్యగర్భుడను! నాకు వేరైనదంతా కల్పనయే! పరమ సత్య స్వరూపుడను. నాయొక్క అమృత స్వరూపమే సత్యము. దేవతలకు మునుముందువాడును! మూర్తామూర్త స్వరూపుడను! కేవలాత్మను!

సమస్త దేవతా స్వరూపుడగు ఏ అఖండాత్మదేవుడు నన్ను అన్నార్థుల కొరకై ప్రసాదించుచున్నాడో, ఆతడే సర్వ జగత్ రక్షకుడు! ఆతడే నీకు రక్షకుడు. ఆతడు నీకు నాకు అభిన్నమగు పరమాత్మయే! పరబ్రహ్మమే! ఆతడు నీకూ అభిన్నుడే! నాకూ అభిన్నుడే!

నేనే ఈ సర్వమునకు తినుచున్నవాడను! (I am the consumar of all). నేనే సర్వులచే అనుభవరూపంగా భక్షించబడుచున్నవాడను కూడా! (I am also at the same time, the subject for consumption). ఈ విశ్వమంతా నేనే! ఈ విశ్వభావనమంతా నేనే అయి, ఈ సర్వమును తిరస్కరించువాడనై ఆవల ఉన్నాను! ఇద్దానిని పురస్కరించువాడనై కూడా ఈ సమస్తమునందు నిండి ఉన్నాను. తిరస్కరించువాడుగా ఈ సమస్తమునకు అతీతుడను కూడా.

నాయొక్క రూపము సువర్ణమగు స్వయంజ్యోతి స్వరూపము! ఈ విశ్వమంతా నా వెలుగు రూపము!' అని ఎరుగుచున్నాను.

జ్యోతి - జ్యోతి (భౌతిక) రూపము ఒక్కటే! జీవాత్మ - జగత్తు - పరమాత్మ ఏకమే. ఇదంతా కూడా ఏకము అఖండము అగు ఆత్మగా తెలియబడు చున్నది. మమాత్మయే ఇదంతా!

ఇతి తైత్తిరీయోపనిషత్ సమాప్తా।
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

13 తైత్తిరీయోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

శిక్షావల్లి

1వ అనువాకము	-	శాంతి పాఠము - 1	414
2వ అనువాకము	-	శాంతి పాఠము - 2	414
3వ అనువాకము	-	ఆచార్యులవారి "శిక్షా"	414
4వ అనువాకము	-	శిష్యునికి ఆహ్వానము-గురుశిష్య సమాగమం	417
5వ అనువాకము	-	చాతుర్వ్యాహృతులు - షోడశకళ - ఆత్మ భగవానుడు	419
6వ అనువాకము	-	ఆత్మయోగము	420
7వ అనువాకము	-	పాంక్త - ఉప పాంక్తములు	422
8వ అనువాకము	-	'ఓం' కారోపాసన	424
9వ అనువాకము	-	పురుషార్ధ సాధనములు	425
10వ అనువాకము	-	'అహమ్' సహజ పరస్వరూపము	427
11వ అనువాకము	-	శిష్య అనుశాసన నియమావళి	427
12వ అనువాకము	-	సూర్యాది దేవతాస్తుతి - శాంతి	429

ఆనందవల్లి / బ్రహ్మానందవల్లి

1వ అనువాకము	-	బ్రహ్మతత్త్వము	430
2వ అనువాకము	-	అన్నమయ, ప్రాణమయ	432
3వ అనువాకము	-	మనోమయ	433
4వ అనువాకము	-	విజ్ఞానమయ	433
5వ అనువాకము	-	ఆనందమయ	434
6వ అనువాకము	-	సత్ - అసత్	434
7వ అనువాకము	-	రసోవై అయం పురుషః	436
8వ అనువాకము	-	అభయానందము	437

1వ అధ్యాయము - శీక్షావల్లి

ఈ ప్రథమాధ్యాయములో 'అ'కారాది వర్ణములు, 'ఉదాత్త' ఆదిస్వరములు, హస్వదీర్ఘాది మాత్రలు, వర్ణముల మధ్యమ వృత్తి ఉచ్చారణ, వర్ణముల సంధి - ఇవన్నీ ప్రస్తావించబడటంచేత "శీక్షావల్లీ".

1వ అనువాకము - శంనో మిత్రః! శం వరుణః! శం నో భవత్వర్యమా!.....

ప్రాణ వృత్యభిమాన దేవతయగు **మిత్రుడు,**

అపాన వృత్యభిమాన (మరియు) జలతత్త్వాభిమానదేవత అగు **వరుణుడు,**

చూపు-అభిమాన దేవత, పితృదేవతల అధినాయకుడు, దేహనిర్మాణముల అభిమాని యగు.. **అర్యముడు,**

((త్రిజగముల సర్వేంద్రియాభిమాన దేవతయగు) **ఇంద్రుడు,**

(బుద్ధి-వాక్-విజ్ఞానాభిమాన దేవతయగు) **బృహస్పతి,**

((త్రిలోకములకు ఆధార-పరిరక్షక దేవతయగు) **విష్ణువు-ఉరుక్రముడు**

మాకు కరుణతో సుఖశాంతి-ఐశ్వర్య-ఆనందములు ప్రసాదించెదరుగాక! ఓ సర్వదేవతల అఖండ స్వరూపుడవగు పరబ్రహ్మమా! మీకు నమస్కరిస్తున్నామయ్యా!

సర్వజీవుల ప్రాణేశ్వరుడవగు **ఓ వాయుదేవా!** మీకు హృదయపూర్వకముగా నమో వాక్యములు సమర్పిస్తున్నాము. మీరే మాకు పరబ్రహ్మస్వరూపులై బ్రహ్మోపాసనకు ఉపాస్య దైవమగుచున్నారు. మీరే సమస్తమును చేతనపరచుచున్న చైతన్య - స్వయమాత్మానందస్వరూపులు కదా।

'త్వమ్' రూపమగు ఈ ప్రత్యక్షమైనదంతా తత్ రూపమగు పరబ్రహ్మమే అయి ఉన్నది. తత్ త్వమ్। నేను అదే। సో ऽహమ్।

మేము ఋతముగా బ్రహ్మము గురించియు చెప్పుకొంటున్నాము. యమ్-సత్.... సత్యమును సంభాషించుకొనుచున్నాము. ఓ పరబ్రహ్మమా! మీరే మాకు సర్వదా సంరక్షకులు. మాకు బ్రహ్మమును చెప్పుచున్న సద్గురుభగవానుడు పరబ్రహ్మస్వరూపులే అయి ఉన్నారు.

ఓ పరబ్రహ్మమా! మీరు మమ్ములను అజ్ఞానమునుండి రక్షించువారు, మాకు బ్రహ్మమును బోధించువారు కూడా మీతో సమానమే. మమ్ములను, మాకు బ్రహ్మము బోధించు వక్త అగు ఆచార్యులవారిని సర్వదా రక్షించెదరు గాక! ఓం శాన్తిః। శాన్తిః శాన్తిః॥

మా యొక్క దృశ్యత్వము, దేహిత్వము, దేహత్వము **స్వస్వరూపాత్మతత్త్వము** నందు **సశాంతించినవై** ఉండునవగును గాక!

2వ అనువాకము - సహనావవతు...సహనౌభునక్తు...।

గురుశిష్యులమగు మనము..., పరబ్రహ్మము గురించి సత్సంగ పూర్వకంగా సంభాషించుకొనుచున్నాము.

- గురుశిష్యులమగు మన ఇరువురిని సర్వాత్మకుడగు పరామాత్మ సర్వదా రక్షించునుగాక! జీవనయాత్రకు అవసరమగునవి ప్రసాదించెదరుగాక!
- ఇరువురము బుద్ధి కుశలతచే వీర్యవంతులమై బ్రహ్మతత్త్వమును అధ్యయనము చేసెదముగాక!
- తేజో (Enlightenment) రూపమగు ఆత్మ విద్యను మనము బుద్ధితో ఎరుగుచుండెదముగాక!
- పరస్పరము ప్రేమతో ఈ అధ్యయనము కొనసాగించెదముగాక! అయిష్టత - ద్వేషములు మన ఇరువురి మధ్య దరిచేరకుండును గాక!

ఓం శాన్తిః। శాన్తిః। శాన్తిః।

3వ అనువాకము - "ఆచార్యుల వారి "శిక్షా" (Training Techniques)

సహ నౌ యశః। సహనౌ బ్రహ్మవర్చసమ్॥ గురుశిష్యులమగు మేము ఇరువరము యశస్సు, బ్రహ్మవర్చస్సు పొందుచుండెదము గాక। **అధా అతః సగ్ంహితయా ఉపనిషదం వ్యాఖ్యాస్యామః।** - కాబట్టి ఇప్పుడు ఉపాసనా సమన్వితమైన (తైత్తిరీయ) - సంహితా ఉపనిషత్ వ్యాఖ్యానము చేస్తున్నాము. **శిక్షా - ఆనంద - భృగు** తైత్తిరీయములను (Three Facets) అధ్యయనము చేయుచున్నాము.

ఉచ్ఛరించటము ఆరు విధములుగా చెప్పబడుచున్నది

(1) వర్ణములు : 'అ' కారాది – 'క్ష' కారారాన్తము – అక్షరముల ధ్వని. అక్షరమును నిండు ధ్వనితో పలుకటము. **మౌఖిక శబ్దోపాసన.** ప్రతి అక్షరమును నిర్దుష్టముగా, సుస్పష్టముగా, సుమధురంగా, భావయుక్తంగా శబ్దీకరించటము.

(2) స్వరములు : అక్షరములను శబ్దార్థము – భావన సిద్ధించుటకై అవసరమగు ప్రకంపన, కంపన పరిమితులు. స్థాయి. **ఉదాత్త – అనుదాత్తము – స్వరితము – స్వరములయొక్క స్థాయి.**

(3) మాత్రా : హ్రస్వము–ఎట్లా కుచించాలి? అనుదాత్త స్వరములు, దీర్ఘములు – ఎట్లా విస్తరించి ఎంతవరకు పలకాలి? → ఈ వివరణలు. (హ్రస్వ – దీర్ఘ మాత్రలు; రెండింతల దీర్ఘము = ప్లుతము) – **స్వరముయొక్క పరిమాణము.**

(4) బలము : కంఠనాళము పైపైన – లో నుండి అక్షరమును పలుకు రీతులు. ఉదా : (1) 'ఓం' శబ్దము పెదమిల వద్ద ప్రారంభించటం, (2) స్వరనాళము నుండి ప్రకంపింపజేస్తూ గొంతు–గుండెల ఆధారంగా పలుకటము. (3) శబ్దము పలుకు ప్రయత్నము యొక్క అల్ప–అధిక–అత్యధిక బలములు నొక్కి ఉచ్ఛరించటం. – **ఉచ్చారణశక్తి.**

(5) సామము : త్వరితంగాగాని, నిదానంగాగాని, మధ్యరకంగాగాని అక్షరమును పలకటము., సమవేగము – విలంబనముల– సన్నగొంతు–పెద్దగొంతుల ఉదాత్త–అనుదాత్తములు. (Modulation of voice towards deeper pick up etc) – అను **స్వరభేదములు.**

(6) సన్తానః : ప్రతి అక్షరమును ఉచ్చార సమయమును పాటిస్తూ, దాటివేయకుండా పలకటము. **భావనను ఉద్దేశ్యిస్తూ, ప్రేరేపించుచూ పలకటము.** శబ్దములో ఉత్సాహము, సంప్రేరేపణను, ప్రశాంత–ఆనందములను జోడించటము.

ఈ ఉచ్చారణా భేదములను, వాటికి సంబంధించిన భావ పరిపుష్టిని మొట్టమొదట ఆచార్యుల వారు శిష్యునికి నేర్పుచున్నారు. (ఉదా : "ఓం–న–మః–శి–వ–యః–సి–ద్ధం–న–మః".. అను ప్రారంభ మంత్రముతో ఈ ఈ విశేషాలు చెప్పుచున్నారు)

ఈ విధముగా వేదమంత్రముల ఉచ్చారణను ఎరుగుచూ ఉండగా,... ఇక అప్పుడు ఆత్మహితము కొరకై ఉపనిషత్ అధ్యయనమును, శిష్య–ఆచార్యుల సంబోధన–సంవాదన విధానంగా చెప్పుకొనుచున్నారు.

శిష్య–ఆచార్యులు లేచి నిలబడి ఆత్మభగవానుని ఇట్లు ప్రార్థిస్తున్నారు.

సహ నౌ యశః। సహనౌ బ్రహ్మవర్చసః। → మన మిరువురము పరబ్రహ్మము గురించిన విచారణచే పరమాత్మ కరుణచే యశస్సు–బ్రహ్మవర్చస్సు పొందెదముగాక। బుద్ధి – సునిశిత్వమును, నిర్మలత్వమును, విస్తారత్వమును, ప్రశాంతత్వమును, అధ్యయనత్వమును – **వర్చస్సుగా కలిగియుండునుగాక।**

ఆచార్యులవారు : ప్రియ శిష్యులారా! ముందుగా మనము 'సంహితలు' గురించి చెప్పుకుదాము.

పంచమహాసగ్ం హితా। పంచమహా సంయోగములు। సంయోగ సిద్ధాంతము

సంహితలు = వేటివేటిని ఉపాసనా వస్తువులుగా స్వీకరించి ఉపాస్య వస్తువగు పరమాత్మతత్త్వమును సిద్ధింపజేసుకోవచ్చునో.. అవి 'సంహితలు' అనబడుచున్నాయి. **'అధికరణములు** లేక **ఉపకరణములు'** అని కూడా చెప్పబడుచున్నాయి.

అట్టి ఉపాసనను – ఇటు (పూర్వస్థానము) అటు ఉత్తరస్థానము, ఆ రెండింటిలయ స్థానము (సంధి) ; ఇటు అటు కలుపునది (అనుసంధానము)–గా (4 విభజనలతో)–నిర్వర్తించాలి.

'5' సంహితలు (లేక) ఉపకరణముల (లేక) అధికరణములు : (1) **అధి లోకమ్** (ప్రపంచము) (2) **అధిజ్యోతిషం (తేజస్సు)** (3) **అధి విద్య** (జ్ఞానము) (4) **అధి ప్రజమ్** (సంతతి / సహజీవులు), (5) **ఆధ్యాత్మం** = శరీరముతో ప్రపంచోపాసనం [విశ్వము–కాంతి (తేజస్సు) – విద్య – సంతానము – శరీరము...అను ఐదు సంహితలను ఆత్మోపాసనకై వినియోగించుచున్నాము.]

1. అధిలోకమ్ – అధిలోకోపాసన – అధిలోక సంహిత (దృశ్య ప్రపంచము ఉపాసనకు ఉపకరణగా)

ఈ ఎదురుగా కంటికి, తదితర ఇంద్రియములకు భౌతికంగా సిద్ధించినదై కనిపించేదంతా (లేక) ఈ పృథివిఅంతా (ఈ ప్రపంచమంతా) ఉపాసనా వస్తువు (లేక) సంహితగా భావించబడి, ఆత్మతత్త్వ సిద్ధికొరకై ఉపాసించటము **'అధిలోకము'** అనబడుచున్నది.

పృథివి (భూమి) (భౌతిక విభాగము)	-	అధిలోకము యొక్క పూర్వరూపము
ద్యు(దేవతా) ద్యే-లోకము (దివ్యత్వము)	-	అధి లోకము యొక్క ఉత్తరరూపము
ఆకాశము (స్థానము)	-	విశ్వముయొక్క పూర్వరూపమగు భూమి-ఉత్తరరూపమగు దేవలోకముల → సంధిస్థానము.
వాయువు (స్పందము)	-	అనుసంధానము (లేక) సంధానకర్త.

మనస్సు ఏ ప్రపంచము గురించి అనుక్షణం ఆలోచించటలో నిమగ్నమై అలసిపోతూ ఉన్నదో.. అట్టి ఆయా వస్తు-విషయ- సంబంధ-సంపద-ఆపద ఇత్యాది విషయవలయము నుండి ఈవలికి తేవాలి. **"ఈ కనబడే ఈ దృశ్యజగత్తు ఆత్మధ్యానము కొరకై ఉపాసన వస్తువు"**.. అని భావించాలి. భూమి-ఆకాశము, (దేహ-తదిత-ఈ సర్వ నిర్మాణములలో పాల్గొనుచున్న అశరీరులగు దేవతల దేవతా లోకము; ఈ మూడు అనుసంధానము చేస్తున్న వాయువు (ప్రాణతత్త్వము)లను గమనించటము - **"అధిలోక సంహిత"**.. అనబడుతోంది. ఈ రీతిగా గమనిస్తూ క్రమంగా ఈ సర్వమునకు ఆధారమైన ఆత్మ యొక్క ఉనికిని గురించి, భావించి, మమేకము కావాలి. (భూ-ద్యే(దేవతాలోకముల) - ఆకాశముల పరస్పర వాయు (ప్రాణశక్తి) సంబంధములను దృష్టిలో ఉంచుకొని - విశ్వముయొక్క రూపమును ధ్యానించాలి).

2. అధిజ్యౌతిష ఉపాసన సంహిత (లేక) తేజసో ఉపాసన - తేజోభావన

దృశ్యజగత్తు కళ్ళకు కనబడాలంటే, తేజస్సు (లేక) వెలుగు కావాలి కదా! అట్టి తేజస్సును ఉపాసించునిది - **"అధి జ్యోతిష సంహిత"**

పూర్వరూపము - **అగ్ని।** ఉత్తరరూపము - **ఆదిత్యుడు (సూర్యుడు)।**

సంధి = ఆపః / జలము **సంధానకర్త** = విద్యుత్ / మేఘపు మెరుపులు॥

అగ్ని - ఆదిత్య - జల - విద్యుత్తులలో **"కాంతి విభాగము"**ను సంహితగా (ఉపాసనా వస్తువుగా) భావించి ఉపాసించుటము - **తేజోపాసన** (లేక) **అధిజ్యోతిషోపాసన.**

సర్వే సర్వత్రా కనిపించే **'వెలుగు'**, ఆ వెలుగు ప్రసరిస్తూ ఉండగా కనిపించే సమస్త దృశ్యము ఉపాసనా వస్తువుగా అగుచున్నాయి. అధిలోకోపాసన (భౌతికమైన నామరూపాత్మాక జగదోపాసన) కంటే కూడా తేజో భావన ఉన్నతమైనది. ఉత్కృష్టమైనది, కష్టము. ఉత్తమ ప్రయోజనకరము. యోగులు కళ్లు మూసుకుని, కళ్లు తెరచి కూడా - అంతరంగ చతుష్టయమును **అంతరజ్యోతి**గాను, ఈ జగత్తుగా కనిపించేదంతా **బహిర్-జ్యోతి**గాను దర్శిస్తూ, అట్టి అధిజ్యౌతిషసంహితను ఆత్మత్వమునకు "సాధన ద్రవ్యము'గా వినియోగించుచున్నారు. శిష్యులారా! ఈ విధంగా **అధితేజసో(జ్యోతిషో)పాసన**ను నిర్వర్తించండి.

3. అధివిద్యాసంహిత - విద్యాఉపాసన - విద్యాభావన (గురు శిష్య విద్యాభ్యాస విధానమే ఉపాసనకు ఉపకరణంగా)

విత్+యత్= ఏది తెలుసుకోవాలో అట్టి ఆత్మ గురించిన అధ్యయమే అధివిద్య. ఈ అధివిద్యా ఉపాసనకు

పూర్వ రూపము	→	**ఆచార్యుల వారు. గురుదేవులు.**
ఉత్తర రూపము	→	**అన్తేవాసి (శిష్యుడు, విద్యార్థి)**
ఇద్దరి కలయిక	→	సంధి - **విద్య (ఆత్మవిద్య)**
అనుసంధానము	→	**ప్రవచము. శాస్త్ర అధ్యయనము.** తత్ భావన. తత్ - అనుభవము.

- శిష్యుడు ఆత్మ విద్యకై ఆచార్యుల వారిని ఆశ్రయించటము
- ఆచార్యులు - **"తత్-త్వమ్.. నీ సహజ రూపము అఖండమగు ఆత్మయే"** - అని నిరూపించు ప్రవచనములను అనేక దృష్టాంతముల ద్వారా ప్రసాదించటము.
- శిష్యులు ఆచార్యులవారిని పరబ్రహ్మముగా ఉపాసించటము.
- గురువు శిష్యుని అఖండాత్మ స్వరూపమును తన ప్రవచనముల అంతరార్థరూపముగా ఉపాసించటము (తత్త్వమ్ అని భావించి చెప్పుట) ....
- 'ఆత్మభావన'తో అనుసంధానము.

ఇట్టి కార్యక్రమము గురుశిష్యులకు **'అధి విద్యాసంహిత'** అయి-ఆత్మోపాసనకు, ఆత్మ ధ్యానమునకు, ఆత్మావలోకమునకు ఆత్మాఽహమ్ భావనకు-**సుమార్గమగుచున్నది. బిడ్డలారా! ఈ విధంగా అధివిద్యోపాసనను ఎల్లప్పుడు మనో-బుద్ధులతో నిర్వర్తించెదరుగాక।**

4. అధి ప్రజోపాసన–ప్రజాసంహితము–ప్రాణుల ఉత్పత్తి ఉపాసన (దేహమే ఉపాసనకు ఉపకరణముగా)

ఇక 'ప్రజ'ను అశ్రయించి సంహితరూపముగా (ఉపాసనా వస్తువుగా) ఉపయోగించి ఆత్మోపాసన చేయుటము ఎట్లాగో చెప్పుకుంటున్నాము. ఈ ప్రజోపాసనకు –

("సంతానము"నకు)			**(ఉత్కృష్టార్థము)**
పూర్వరూపము	→	మాత (తల్లి)!	(ప్రకృతి) (దేహముకంటే మునుముందు రూపము)
ఉత్తర రూపము	→	పిత (తండ్రి)!	(పురుషుడు) (దేహము పొందిన తరువాత రూపము)
పూర్వ ఉత్తర సంధి (కలయిక)	→	సంతానము–ప్రజ	(దేహమునకు ఆవలి–ఈవలి సంధి) (పరమ పురుషుని అనేక రూప ప్రదర్శనము)
అనుసంధానము	→	ప్రజల ఉత్పత్తి విధి; సంతతి	(అఖండము, అప్రమేయము అగు పరమాత్మయొక్క జీవాత్మతో అనుసంధానము)

ఈ విధంగా ప్రజా ఉపాసన నిర్వర్తించుదురుగాక!

ప్రాణుల ఉత్పత్తికి సంబంధించిన భావన–ఉపాసనారూపమై ఈ విధంగా సిద్ధిస్తోంది. "ప్రకృతి–పురుషుడు – ఉత్పత్తి–పరిపోషణ"... అను నాలుగు ఉపాసనా వస్తువులుగా అగుచున్నాయి. తల్లి పూర్వరూపము; తండ్రి ఉత్తరరూపము; వీరిద్దరి సంధిస్థానము సంతానోత్పత్తి క్రియ వీరిద్దరిని సంధానపరుస్తుంది. ఈ విధంగా **'సంతానము'** గురించి ధ్యానించాలి. 'ప్రజోపాసన'కు కనిపించే సమస్త దేహములు ఉపాసనా వస్తువుగా భావించబడుచున్నాయి.

5. అధ్యాత్మోపాసన – శరీరోపాసన – శరీరము నుండి వెలువడు వాక్ ఉపాసన– వాక్ సంహిత – స్తుతి

అధ్యాత్మోపాసనకు శరీరములో 'నోరు' ముఖ్యమైన అంగము. నోటితో శబ్ద ఉపాసన చెప్పబడుచున్నది.

అధరహనుః – అధరములు (పెదిమలు), క్రింద దవడ → వాక్ రూప అధ్యాత్మోపాసనకు పూర్వరూపము.
ఉత్తర హనుః - పై దవడ (ఉత్తర హనువు) → శరీర (అధ్యాత్మ భావన) యొక్క ఉత్తర రూపము
వాక్ సంధిః – శబ్దములు – వాక్కు → సంధి (అక్షర స్థానము)
జిహ్వా సుధానమ్ – జిహ్వా (నాలుక) → అనుసంధానము..పూర్వ–ఉత్తర రూపములను సంధానపరుస్తుంది.

ఈ తీరైన శరీరము గురించిన ధ్యానము అధ్యాత్మోపాసనగా చెప్పబడుతోంది. ఈ విధంగా **భౌతికదేహమును, ఈ దేహము నుండి జనించే అక్షరములను** ఉపాసించు విధానము **అధ్యాత్మోపాసన** అగుచున్నది. వాక్కును ఆధ్యాత్మిక మార్గములో సద్వినియోగించటము 'అధ్యాత్మోపాసన'గా సూచించబడుతోంది. (భగవత్‌స్తుతి, నామసంకీర్తన, పురాణపఠణము, దివ్యమగు భగవత్, అవతారముల – భక్తుల చరిత్రల పారాయణము – ఇవన్నీ అధ్యాత్మోపాసనారూప విధానమునకు ఉపకరణములు)

⌘

ఈ విధమైన '5' సంహితలు ('5' ఉపాసనలు) 'పంచ మహాసంహితలు' వాఖ్యానించబడుచున్నాయి. "ఈ పంచసంహితా ఆఖ్యాతములను (Explanations) ఎరిగి, అనుసంధానము చేయువాడు ఉత్తమ ప్రజలను (సంతానము–స్నేహితులు మొదలైనవాటిని), తత్త్వజ్ఞులతో సామీప్యమును, పశుసంపదను, బ్రహ్మవర్చస్సును, భోగ్యవస్తువులగు అన్నాద్యములను, సువర్ణజ్యోతిస్థానమును పొందుచున్నాడు. పంచసంహితభావనల వలన ఈ మనస్సు "నేను–నాది".. అను రూపములుగల సంకుచితమైన శృంఖలములను (బంధముల) త్రెంచి వేసుకొనుచున్నది. **"విశ్వమంతా నేనైన నేను"**గా పరిణమించుచున్నది.

4వ అనువాకము శిష్యునికి ఆహ్వానము – గురుశిష్య సమాగమం

యః ఛందసాం ఋషభో విశ్వరూపః.... – శాంతి ప్రవచనము :

→ ఏదైతే వేదములచే శ్రేష్ఠముగా, అత్యంత ప్రాధాన్యముగా– ఓంకారనాదముచే ఉద్దేశ్యించబడుచున్నదో...,

→ ఏది విశ్వము యొక్క వాస్తవ రూపము అయి ఉన్నదో...,

→ వేదసారమై 'అమృతరూపము'గా చెప్పబడుచున్నదో..., వేదములచే ఎలుగెత్తి గానము చేయబడుచున్నదో..., అట్టి "పరబ్రహ్మరూపము" నా మేధస్సును (బుద్ధిను) స్పృశించి, హృదయములో ప్రవేశించి నిండుకుండలోని నీరువలె నిలిచి ఉండునుగాక! ప్రణస్వరూపుడవగు ఓ దేవాదిదేవా! ఆత్మదేవా! మా బుద్ధి మీ యొక్క (బ్రహ్మతత్త్వము యొక్క)ధారణను పొందిఉండునుగాక!

అట్టి బుద్ధిని కలిగియుండి, బ్రహ్మము యొక్క అనునిత్యధారణకై ఈ మా భౌతిక దేహము ఆరోగ్యవంతమై, అర్హత పొందియుండునుగాక! ఈ మా జిహ్వ (నాలుక) బ్రహ్మతత్త్వము గురించిన మధుర భాషణమునకై సదా సంసిద్ధమై ఉండునుగాక! మా ఈ చెవులు బ్రహ్మతత్త్వము గురించి శ్రద్ధగా వినుట కొరకై సర్వవేళలా సముత్సాహవంతమగునుగాక!

ఓ పరబ్రహ్మమా! మీరు ఎక్కడ ఉనికి కలిగి ఉన్నారు?

మరింకెక్కడనో కాదు! మాలోని పంచకోశములకు అంతరాంతరముగా , ఆవల – ఈవల కూడా వెలుగొందుచూ, మేము కల్పించుకొనుచున్న 'లౌకిక ప్రజ్ఞ'చే కప్పబడి ఉన్నారు. మేము లోకసంబంధమైన బుద్ధిని అధిగమించి, బుద్ధియొక్క ఉత్తర విభాగముతో మిమ్ములను దర్శించెదముగాక!

ఓ ఆత్మ భగవాన్ ! **శ్రుతం మే గోపాయ।** నేను వినుచున్న ఆత్మజ్ఞాన వాక్యములను సమాచారమును... మీరు సంరక్షిస్తూ... మా బుద్ధి పరిపక్వమై, ఆత్మశుద్ధి పొందుటకొరకై తోడు అవండి.

ఈవిధంగా ఆత్మభావన యొక్క సిద్ధి కొరకై 'ప్రార్థన' ను గురు–శిష్యులు ముందుగా ఎలుగెత్తి గానము చేసెదరు గాక!

❖

ఓ పరమాత్మా! **ఆవహన్తీ వితన్వానా। కుర్వాణాచీరమాత్మనః।** వాసాగ్ంసి మమ గావశ్చ।

మీరు మాకు ఎల్లప్పుడు అన్న–పానములను, వస్త్రములను, గోసంపదను, రోమములు గల గొర్రెలను ప్రసాదించండి! అవి విస్తారమగుచుండునుగాక! మేము ఎప్పుడూ 'దేవయజ్ఞము' నందు నిమగ్నులమై, మీచే మాకు ప్రసాదించబడు సర్వసంపదలను తిరిగి యజ్ఞవిధుల ద్వారా మీకే సమర్పించుచుండెదము గాక! మా 'స్వాహా' పూర్వక యజ్ఞ–యాగ–కర్మ విధులను విజయవంతము చేసి తత్–ఫలములను మీరు స్వీకరించ వేడుకొనుచున్నాము. **'తత్ భావన'**ను మాకు ప్రసాదించండి!

గురువు – శిష్యులను ఆహ్వానించటం : ఓ దేవతలారా! బ్రహ్మవిద్యను మనసా, వాచా కోరుకొను అధ్యయనులు, బ్రహ్మవిద్య కొరకై నన్ను సమీపించెదరు గాక! శ్రద్ధ–నియమనిష్ఠలు గల అట్టి విద్యార్థులను నేను మనఃపూర్వకముగా ఆహ్వానించుచున్నాను. ఆత్మ వస్తువుయొక్క పరిసేవనము కొరకై ముముక్షువులను నాకు దగ్గర అగుటకు పిలుచుచున్నాను.

ఇక్కడ ఈ చోట సమావేశమగుచున్న గురిశిష్యులము అగు మేము జనులందు 'యశస్సు' పొందెదముగాక! గురు–శిష్య సాంప్రదాయములు, తాత్త్విక విశేషాలు, ఆధ్యాత్మిక అభ్యాసములు జనులలో ప్రసిద్ధిపొందునుగాక। జనులలో ఆధ్యాత్మిక ఆశయములు, భావములు ప్రవృద్ధమై, పరిపుషి&ఒ పొందును గాక।

గురుశిష్యులమగు మేము ఆధ్యాత్మిక విశేషాలు సంభాషించుకొనుచుండగా, అట్టి సంభాషణములు గూడార్థములు, అంతరార్థములు మా హృదయములలో ప్రకాశమానమగుచుండునుగాక! మేము ఇరువురము 'భగ'–జ్ఞానతేజోవంతులమగుదుముగాక! దేవతల సమర్పణముగా మా ఉపనిషత్ వ్యాసంగములు దిగ్విజయముగా అగునుగాక! సహస్ర (వేలాది) రీతులుగా చెప్పబడుచున్న ఓ ప్రణవమా! ఆత్మదేవా! మేము నీయందు సత్యదృష్టితో ప్రవేశించి పునీతులము (పవిత్రులము) అయ్యెదముగాక! 'స్వాహా' అను దేవతాసమర్పణ–వేదోచ్ఛారణలతో ఈ మా గురు–శిష్య ఆధ్యాత్మిక సమాగమునకు దేవతలను ప్రేమగా ఆహ్వానము పలుకుచున్నాము. ప్రేరేపకులు అగుటకై అర్థించుచున్నాము.

సద్యాత్మకుడవగు ఓ పరమాత్మా! ఓంకార ప్రణవస్వరూపా! ఈ ఆశ్రమానికి **దేశము యొక్క** – **ప్రపంచము యొక్క** నలుమూలల నుండి అధ్యాత్మ విద్య–బ్రహ్మవిద్యయందు శ్రద్ధ, ఆసక్తి, అభిలాష గల **బ్రహ్మచారుల ఆగమనాభిలాషినై** యున్నాను. ఈ ఆశ్రమంలో తత్త్వజ్ఞాన ప్రవచనములు వెల్లివిరియాలని మిమ్ములను మనసా వాచా ప్రార్థిస్తున్నాను. అట్టి బ్రహ్మవిద్యా అధ్యయనము లోకకల్యాణ కారకము అగునుగాక! **ఎవ్వరు ఆత్మవిద్యను శ్రద్ధగా ఉపాసిస్తూ అభ్యర్థిస్తారో, వారి గృహములలో ప్రవేశించటము మీ స్వభావము కదా!** కనుక మా ఈ గృహాశ్రమమునకు సుస్వాగతము! ఆత్మతత్త్వము మా యందు ప్రవేశించి, ఉదయించుచున్న సూర్యునివలె, సహస్ర కిరణ అఖండ జ్యోతిగా ప్రకాశమానము అగునుగాక!

✠ ✠ ✠

మేధోకాముడు మరియు శ్రీకాముడు (తెలివి, సంపద కోరువాడు), ఆత్మశ్రేయస్సు కోరువాడు – ముందుగా **జపము, తపము, భగవత్ గుణగానము, గురుస్తోత్రము, కర్మయోగము** మొదలైనవాటిని ఆశ్రయించాలి. బుద్ధిని కుశలము, నిర్మలము, విస్తారము, సునిశితము చేయాలి. {**'3వ అనువాకము'**లో చెప్పిన రీతిగా} **"లోక–జ్యోతి–విద్యా–ప్రజా–ఆత్మ (స్వదేహ) పంచ సంహితులను (ఉపాసనలను)"** ఆచరించాలి. మేధ–సద్గుణములను, అందుకు కారణభూతములగు అభ్యాసములను ఆశ్రయించాలి.

అటుపై వ్యాహృతులను–భూ–భువర్–సువర్... ఆ మూడింటికి ఆధారభూతమగు మహర్ వ్యాహృత్‌ను ఆశ్రయించాలి. (Let the generating origin of the matter, the thought and the logic be adored)

5వ అనువాకము – చతుర్వ్యాహృతులు – షోడశకళ ఆత్మభగవానుడు

మహో చమస్యః ప్రవేదయతే: చతుర్–వ్యాహృతి స్వరూపబ్రహ్మమును హృదయములో ధ్యానించుచున్నాము. అట్టి వ్యాహృతి ఉపాసన బ్రహ్మదేవుని అంగములయినట్టి భూ భువర్–సువర్... ఆ మూడింటికి ఆధారమగు మహర్ వ్యాహృతిని 'మహాచమన్యుడు' అను మహర్షి తన దివ్యదృష్టితో స్వానుభవముగా దర్శించి ప్రవచనము చేస్తున్నారు. (వ్యాహృతులు = నిగూఢమైన మహదత్వమును నిదురలేపు మంత్రాక్షరములు).

అట్టి చతుర్ (4) వ్యాహృతి ఉపాసనలు

(1) లోక చతుర్ వ్యాహృతి ఉపాసన
(2) దేవ చతుర్ వ్యాహృతి ఉపాసన
(3) వేద చతుర్ వ్యాహృతి ఉపాసన
(4) ప్రాణ చతుర్ వ్యాహృతి ఉపాసన
4 x 4 = 16 వ్యాహృతులు

వ్యాహృతి = (i) ఉచ్ఛారణ, (ii) కర్మల పరమాశ్రయము; (iii) ఉపాసన; (iv) ప్రదర్శన (expression), (v) సమర్పణ. ఈ ఐదింటి సమన్వయము

<u>భూ–భువర్ ఇత్యాది – లోక వ్యాహృతి</u>

భూః – భూలోకము, భౌతిక రూపములు → వ్యాహృతులుగా, (ఉపాసన సామగ్రిగా) అగుచున్నది.

భువః–అంతరిక్షము (లేక) ఆకాశములోని లోకములు (వరుణ లోకము, అగ్నిలోకము, వాయు లోకము మొ॥వి)–ఉపాసనా విషయములు.

సువః – సువర్గ (లేక) స్వర్గలోకము. దివ్యతత్త్వములగు దేవతా లోకములు.

మహర్– భూ–అంతరిక్ష–సువర్ లోకములను తన అంగములుగా కలిగి ఉన్నట్టి **<u>నాలుగవది.</u>**

అంగి (అంగములుగా కలిగి ఉన్నట్టిది) అగు హిరణ్యగర్భుని ఉపాసించుచున్నాము. అనగా ఈ భూ–భువర్–సువర్ త్రిలోకములు సృష్టి యొక్క అంగములు (అవయవములు)– అని, అట్టి ఈ అంగములు ఎవరివో అట్టి 'అంగి' → బ్రహ్మదేవుడు అని ఎరిగి, ఆయనను ఉపాసించుచున్నాము. (We are chanting the worker of the creation, the thought and the Presentation of this creation)

ఈ విధంగా 4వ దగు మహర్ వ్యాహృతి బ్రహ్మదేవుని హృదయ మధ్య భాగమగు ఆత్మగా ఆత్మదర్శులగువారిచే గమనించబడుతోంది.

నామరూపాత్మకంగా ఉపాసించుటకై....

హిరణ్యగర్భుని (సృష్టికర్త) ఉపాసనకొరకై బ్రహ్మదేవునికి–

భూ – (matter) వ్యాహృతి – 'హిరణ్యగుర్భుని పాదములు' అని

భువర్ – (Thought) వ్యాహృతి – హిరణ్యగర్భుని బాహువులు' అని

సువర్ (బుద్ధి) వ్యాహృతి–హిరణ్యగర్భుని శిరస్సు గాను..... ఈ విధంగా శరీర భాగములుగా ఉపాసించుచున్నాము.

ఇక 4వ వ్యాహృతి (మహర్)తత్త్వమును 'శరీరి' లేక 'అంగి' అగు బ్రహ్మదేవుని ఆత్మగా ఉపాసించుచున్నాము. అట్లాగే..,

ప్రతిజీవుని చూస్తూ ఉన్నప్పుడు

= భౌతికము – భూతత్త్వము
= మానసికము – భువర్‌తత్త్వము
= బుద్ధి – సువర్‌తత్త్వము.

ఈ మూడు బుద్ధి ఆత్మ వ్యాపిత, స్వరూపములు (That manifested)

4వది = శరీరి – మహత్ – తత్త్వము. కేవలాత్మ – బ్రహ్మము.

మొదటి మూడింటిని ధరించుచున్నట్టి, మూడుగా అగుచున్నట్టి మహర్‌తత్త్వము. "అన్నిటినీ **వ్యాపింపజేయు వ్యాపక స్వరూపము – సర్వవ్యాపకము"** అని ఉపాసించి, ఆత్మోపాసనను సిద్ధింపజేసుకొనుచున్నాము. (The Manifistation and The Manifester be adored).

నాలుగవది అగు – మహత్ లేక మహోవ్యాహృతి యే బ్రహ్మస్వరూపము. అది సర్వ వ్యాపక (శరీరి) స్వరూపమని, మొదటి '3' – వ్యాపించిన (శరీర) రూపములని ఉపాసించుచున్నాము. ఈ విధంగా **వ్యాపిత** (3 వ్యాహృతులు) – **వ్యాపక** (4వ వ్యాహృతి)గా భావిస్తూ చేయు ఉపాసనమే **'వ్యాహృతోపాసన'** అగుచున్నది. ఇదియే 'బ్రహ్మోపాసన' కూడా.

ఆత్మకు తదితరములైన చతుర్(4) వ్యాహృతులు – అంగ విశ్లేషణ

(1) లోక వ్యాహృతులు = (1) భూ–భూలోకము; (2) భువర్–అంతరిక్షము; (3) సువర్ – మనుష్యులు, జీవులతో కూడిన ప్రపంచము;.. (4) మహః = సూర్యుడు (ఆదిత్యుడు)

సూర్యుని చేతనే సమస్తలోకములు వృద్ధి చెందుచున్నాయి. ఆయన జగత్‌శరీరమునకు 'దేహి'.

(2) దేవతా వ్యాహృతులు = (1) భూ=అగ్ని; (2) భువః = వాయువు; (3) సువః = సూర్యుడు; (4) మహః = చంద్రుడు.

చంద్రుని యొక్క (ఓషధీతత్త్వము యొక్క)ఉనికి చేతనే సమస్త తేజస్సులు వృద్ధి చెందుచున్నాయి.

(3) వేదవ్యాహృతులు = (1) భూ= ఋగ్వేదము, ఋక్కులు; (2) భువర్ = సామవేదము, సామగానములు

(3) సువః = యజుర్వేదము, యజస్సులు, (4) మహః = బ్రహ్మస్వరూపమగు 'ఓం'కారము

'ఓం'కారము చేతనే సమస్త వేదములు వృద్ధి చెందుచున్నాయి.

(4) ప్రాణ వ్యాహృతులు = (1) భూ=ప్రాణము; (2) భువః =అపానము; (3) సువః= వ్యానము; (4) మహః = అన్నము

అన్నము చేతనే సమస్త ప్రాణులు వృద్ధి చెందుచున్నాయి.

ఈ విధంగా లోక–దేవతా–వేద–ప్రాణ (4) × (4) విభాగములు.. 16... షోడశకళలు ఆత్మపురుషునివిగా భావించి **"షోడశాత్మక ఆత్మ పురుషుని"** ఉపాసించటమే **'వ్యాహృతి ఉపాసన'.**

ఎవ్వడు ఈ షోడశ(16) కళలను తెలుసుకొని పరబ్రహ్మమును షోడశకళాత్మకముగా ఉపాసిస్తాడో, అట్టివాడు దేవతలందరినీ పూజించినవాడు అగుచున్నాడు. దేవలోకంలో కూడా పూజనీయుడగుచున్నాడు.

6వ అనువాకము – ఆత్మయోగము

ఇప్పటివరకు భూ–భువర్–సువర్–మహర్ వ్యాహృతులతో కూడిన లోక–దేవతా–వేద–ప్రాణ.. షోడశ (4×4=16) అంగ పూజ గురించి చెప్పుకున్నాము. ఇప్పుడిక షోడశకళల పురుషుడగు ఆ హిరణ్యగర్భ పురుషుని (లేక) పరమపురుషుని – హృదయాకాశములో గమనించటము, దర్శించటము, ఉపాశించటము **మమేకము–ఏకత్వము** సిద్ధించుకోవటము గురించి చెప్పుకొంటున్నాము.

ఈ జగత్తు స్వతఃగా బ్రహ్మమే! అట్టి బ్రహ్మమునకు స్థానము హృదయాకాశము! స్వప్నంలో కనిపించే ఆయా వ్యక్తుల ఆత్మ – ఆ **స్వప్నద్రష్ట యొక్క భావనా – స్వస్వరూపమే కదా!** అట్లాగే **స్వాత్మను సర్వాత్మకముగా భావన చేయుట చేతనే ఈ జీవుని సత్యమగు స్థానము జేర్చుచున్నది.**

ఈ విశ్వమును బ్రహ్మముగా, సర్వజీవుల అఖండాత్మస్వరూపముగా సందర్శించు అభ్యాససిద్ధియే **"ఆత్మసాక్షాత్కారము". "అట్టి అఖండమగు విశ్వాత్మ – మమాత్మయే" – అను లక్ష్యమే 'ఆత్మవిద్య'. "సర్వభూతములందు నేనే ఆత్మగా స్థితించి ఉన్నాను. సర్వభూతములు నా ఆత్మయందే స్థితి కలిగి ఉన్నాయి" – అను స్థితియే 'సోఽహమ్' భావము.**

❖ ❖ ❖

ఓ శిష్యుడా! ఈ దేహోపకరణమును ఉపయోగించి యోగమార్గములో ఆత్మస్థానమును చేరు ఒకానొక యోగసాధన గురించి ఇప్పుడు మనము చెప్పుకుందాము.

(1) హృదయ మధ్య ప్రదేశంలో ఆకాశము ఉన్నది. అది బాహ్యాకాశమువలెనే విస్తారమైనది. బాహ్యాకాశము కంటే కూడా అత్యంత సూక్ష్మమైనది.

(2) అట్టి ఆకాశములో ఆత్మవిరాజిల్లుచున్నది.

(3) అట్టి ఆత్మ భగవానుడు (లేక) పరమ పురుషుడు – మనోమయుడై, చైతన్యస్ఫూర్తితో అమృతమయుడై, హిరణ్మయుడై (జ్యోతిర్మయుడై) నిత్యప్రకాశమానుడై ఉన్నారు. ఆయన ఈ విశ్వమంతా ఆక్రమించుకొని ఉన్నారు. అంతేకాదు. ఈ విశ్వమంతా ఆయనకు అనన్యము.

(4) ఆయనది ఆధ్యాత్మిక స్వరూపమే కాని భౌతిక రూపం కాదు (దేహంతో స్వప్నసీమవలె) స్థూల రూపం కాదు. సూక్ష్మరూపము.

(5) అట్టి హృదయాకాశము గురించి, అద్దానిలో ప్రకాశిస్తున్న సర్వగతమగు ఆత్మభగవానుని గురించి → బుద్ధి యొక్క ఏకాగ్రతతో, యోగసాధన సహాయంతో గమనిస్తూ, 'ఉపాసన'ను వృద్ధి చేసుకొంటున్నాము.

❖

సర్వపరిపూర్ణుడగు 'ఆత్మ'... దేవుడు →

- సర్వ నాడులకు (శక్తి తరంగాలకు) ఊర్ధ్వంగాను,
- 'ప్రాణశక్తి'కి జనన స్థానముగాను,
- క్రింద వైపుగా (అధోముఖంగా) చైతన్యస్ఫూర్తి రూపంగా వ్రేలాడుచూ..,
- మాంసమయమగు హృత్ పద్మ ఆకాశమునందు...,
- **మనోమయమై, అమృతరూపమై, తేజోరూపమై** ప్రదర్శనమగుచున్నారు.

స్వీయ హృదయమే పరమాత్మస్థానము. అట్టి పరమాత్మను చేరు విధానము యోగసాధనా విధి.

✠ దేహముతో కొన్ని సూక్ష్మశక్తి ప్రవాహములు నిరంతరము అనువర్తిస్తూ ఉన్నాయి.

✠ వాటిలో **'వెన్నముకాకాశము'** నందు ఇడ–పింగళ, వాటి మధ్యగా సుషుమ్ననాడులు.. ముఖ్యమగు శక్తిగత నాడులు

✠ హృదయమునకు ఊర్ధ్వంగా సుషుమ్ననాడి ముఖ్య ప్రదర్శనము కలిగినదై, గుండె, కంఠము, ముఖముల వైపుగా విస్తరించి, శిరోకపాలమును స్పృశిస్తూ ఉన్నది. అంతేకాదు. కేశముల (వెంట్రుకల) మూల విభాగము నుండి – శిరోకపాలమును చీల్చుకొని శిరస్సు యొక్క ఊర్ధ్వకాశము వరకు విస్తరించినదై యున్నది. ఇది 'బహ్మప్రాప్తి' సంబంధమైన "యోగ–శక్తి–తేజోమార్గము". సుషుమ్ననాడి ద్వారా బ్రహ్మరంధ్రమును ఛేదించి సహస్రారములో ప్రవేశించి సర్వాత్మత్వము సంతరించుకోవటమే – యోగాభ్యాసము.

అట్టి సుషుమ్ననాడి దవడల మధ్య భాగమునందు "తాలు ఆకాశము" నందు మాంసపిండము రూపమువలె వ్రేలాడుచూ యోగాభ్యాసికి అనుభవమగుచున్నది.

ఆత్మను **"అద్వితీయము – సర్వవ్యాపకము – సర్వాధారము"** అని తెలుసుకొనుచున్న యోగి. (1) యోగాభ్యాసముచే సుషుమ్నా–శక్తినాడి యందు ధ్యాసను ఏకాగ్రం చేయుచున్నాడు. (2) హృదయాకాశము నుండి ప్రస్ఫుటమై బయల్వెడలుచు, సుషుమ్నయందు ఆయా స్థానములలో ప్రాణ – మనోబుద్ధి కుంభకములచే ఉపాసిస్తూ బ్రహ్మరంధ్రమును చేరుచున్నాడు. అటు తరువాత...

☞ "నేను భూస్వరూపుడను! భౌతిక రూపములన్నీ నాదైనవాడను!" – **భూమి–అగ్ని–ఋగ్వేద – ప్రాణ స్వరూపుడను.**

☞ భువర్ – స్వరూపుడను! అంతరిక్ష–వాయు. **సామవేద–అపాన స్వరూపుడను!**

☞ సువర్–స్వరూపుడను! దేవతా (దివ్య) లోక–సూర్య–**యజుర్వేద–వ్యాన స్వరూపుడను!**

☞ ఈ మూడింటికీ కారణభూతుడగు సూర్యస్వరూపుడను! చంద్ర – ఓంకార – అన్నస్వరూపడను.

ఈ విధంగా ప్రాణ – మనో–బుద్ధి కుంభక విధిగా ఏకాగ్రతతో ఉపాసన చేస్తూ ఉండగా, క్రమంగా అగ్ని–వాయు–ఆదిత్య బ్రహ్మముల యందు ఆత్మస్వరూపుడై (తన యొక్క రూపము దర్శించువాడై) స్వర్భావము పొందుచున్నాము. ఒక్కొక్కటిగా స్వాత్మ స్వరూపముతో ఏకము చేయుచు, క్రమంగా సర్వాత్మకుడై, **అఖండాత్ముడై కేవల స్వరూపముగా వెలుగొందుచున్నాము.** (ఇదియే కైలాసవాసము (లేక) కైవల్యము కూడా। **సందర్భములన్నిటినీ కేవలస్వరూపమునందు అంతర్గతము చేయటమే కైవల్యము.**

మరికొంత విశేష వివరణ

☞ హృదయము నుండి 101 ముఖ్యనాడులు బయల్వెడలుచున్నాయి.

☞ అట్టి నాడులలో '100'నాడులు కంఠము – ఇంద్రియముల ద్వారములలో విస్తరించి ఉండగా, ఒక్కనాడి మాత్రము నడినెత్తి స్థానము వరకు విస్తరించి విశ్వంతర్గత – విశ్వబహిర్గతశక్తి యుతమై ఉన్నది.

- ☞ తాలువు అంతమయ్యే చోట నాసాగ్ర ఆకాశమునకు అంతరమున కొండనాలుకను స్పృశిస్తూ ఆ 101వ (సుషుమ్న) నాడి ఊర్ధ్వముగా ప్రయాణించుచున్నదై ఉన్నది.
- ☞ ఈ తాలువు (కొండనాలుక)-ఆకాశము ద్వారా ప్రయాణించు శక్తి (నాడీ) మార్గము ఈ జీవుని అమరత్వమునకు చేర్చునదై ఉన్నది. తక్కిన నాడులు మృతస్వభావము గల (మార్పులకు అంతర్గతమైన) స్థానములకు (ఇంద్రియముల వైపుగా) విస్తరించి ఉన్నాయి.
- ☞ హృదయమునుండి – శిరః కపాలస్థానము ద్వారా విశ్వాంతరాళము ప్రవేశించు యోగాభ్యాసముచే ఆ **యోగి అమృతస్థానము** చేరుచున్నాడు. ఇంద్రియనాడుల వైపు ఆకర్షితుడైనవాడు అధోలోకములు పొందుచున్నాడు.

[హృదయం = ప్రాణస్థానము. భావనారాయణస్థానము. భావములు, అనుభూతులు జనించు స్థానము.

→ ఉద్వేగాలు, ఆలోచనలు మొదలైనవన్నీ నియంత్రించబడుస్థానము.

→ హృదయంతో నిండుగా చెప్పటం, గుండె ముక్కలు అవటం-గుండెమీద చేయి వేసుకొని చెప్పుచున్నాననటం... ఇవన్నీ హృదయస్థాన-దైనందికానుభవ సంబంధములు]

మనో – అధిపతిత్వ ఆత్మత్వము

ఈ విధంగా సుషుమ్నానాడి మార్గంగా హృదయమునుండి శిరో ఊర్ధ్వభాగమును అధిరోహించి, బహిర్-విశ్వములో ప్రవేశించు యోగి →

- ☞ సర్వ స్వరూపుడై అఖండత్వము అప్రమేయత్వము పుణికిపుచ్చుకొనుచున్నాడు.
- ☞ మహామనో స్వరూపుడై సర్వదేహాలలోని కేవల మనోరూపుడై **'మనో అధిపతిత్వము'** పొంది ఆస్వాదిస్తున్నాడు.
- ☞ సర్వవాక్కులకు ప్రభువు, సర్వ చక్షువులకు-దృష్టులకు ఆది స్వరూపుడు, సర్వశ్రోతములకు (వినికిడిలకు) అధినేత, సర్వవిజ్ఞానములకు విజ్ఞానఖని, సర్వజీవులు ఆదిస్వరూపుడుగా **– తనను తాను సందర్శించుచున్నాడు. సర్వులను తన సహజాత్మస్వరూపులుగా దర్శిస్తూ ఆత్మానందభరితుడు అయి ఉంటున్నాడు.**
- ☞ సర్వముకంటే కూడా (లోకసంబంధమైన సర్వవిశేషములకంటే కూడా) వేఱై, సాక్షీస్వరూపుడై – **అధికాధికుడు** అగుచున్నాడు.
- ☞ ఆకాశము వలె సూక్ష్మాతి సూక్ష్మస్వరూపుడై మూర్త-అమూర్తములు (All that is with form and without form) తానే అగుచున్నాడు.
- ☞ సర్వప్రాణములు తన క్రీడాస్థానముకా కలిగి ఉన్నట్టిది, మహామనో ఆనంద స్వరూపము, పరమ శాంతస్థానము, అమృతరూపము అగు పరబ్రహ్మమే తానై **"అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి"** అను **వేదమహావాక్యతాత్పర్యమును అనుభవముగా సిద్ధింపజేసుకొనుచున్నాడు.**

ప్రాచీన (The self that is prior to all else) స్వరూప యోగ్యుడవగు ఓ శిష్యదేవా! ప్రాచీన యోగ్యనామధేయా! నీవు పై సుషుమ్నానాడీ మార్గముచే పృథివీ-అగ్ని-వాయు-ప్రాణరూపుడవై-అవన్నీ అతిక్రమించి పరబ్రహ్మ రూపమును ధ్యానిస్తూ.., **పరబ్రహ్మ స్వరూపడవై ప్రకాశించు అభ్యాసమును ఆశ్రయించుము.**

7వ అనువాకము - పాంక్త - ఉపపాంక్తములు

బిడ్డా! శిష్యా! ఇప్పటివరకు ఆత్మ ఏ విధంగా వ్యాహృతి (ఇహ) స్వరూపమై, అదే సమయంలో (at the same time) సర్వదా పరమై ఉన్నదో, ఏ స్వస్వరూప-అఖండ సర్వస్వరూప పరబ్రహ్మము అయి ఉన్నదో, అద్దాని ఉపాసన-ఉపవాసముల గురించి చెప్పుకుంటున్నాం. ఇప్పుడు 'పాంక్తములు'గా (ఉపాసన వస్తువులుగా) పృథివి మొదలైనవి తీసుకొని **ఉపాసించు విధి** గురించి **కొన్ని విశేషాలు** వివరించుకుంటున్నాము.

పాంక్తము (ఉపాసనా వస్తు విశేషము)

- → **అధి భూత పాంక్తము (బాహ్యమున)**
  - **లోక**
  - **దేవతా**
  - **భూతపాంక్తములు**
- → **అధ్యాత్మ పాంక్తము (అంతరముగా)**
  - **ప్రాణవాయువు**
  - **ఇంద్రియ**
  - **ధాతు పాంక్తములు**

అధిభూత-(బాహ్య) పాంక్త త్రయము

'3' పాంక్తములు (అధి భూతపాంక్త త్రయము)... ఒక్కొక్కటి 5 ఉపపాంక్తములను (ఉపలక్షణములను) కలిగి ఉంటున్నాయి.

(1) లోకపాంక్తము - పృథివి- అన్తరిక్షము - ద్యులోకము-దిశలు-అవాంతరము (in between)

ఇవి ⟶ ఆత్మభగవానుని **పంచలోక-ఉపపాంక్తములుగా ఎరిగి ఆరాధించబడుగాక!**

(2) దేవతా పాంక్తము - అగ్ని - వాయువు -ఆదిత్యుడు-చంద్రుడు-నక్షత్రములు.. ఇవి ⟶ ఆత్మదేవుని

"పంచదేవతా-ఉపపాంక్తములు"గా గమనిస్తూ పూజించబడుగాక!

(3) భూత పాంక్తము = జలము, ఓషధులు (వరి-గోధుమ-జొన్నలు మొదలైన ఆహార ధాన్యములు), వనస్పతులు (నవధాన్యములు)- ఆకాశము, జీవాత్మ ⟶ ఇవి ఆత్మభగవానుని పంచభూత ఉపపాంక్తములుగా దర్శించుచూ **ఉపాసించబడుగాక!.**

ఇవి పరమాత్మ యొక్క బాహ్య సంప్రదర్శితమగు "అధి భూతపాంక్త త్రయము"గా భావించబడుచున్నది. సందర్శించబడుచున్నది. **ఉపాసించబడుచున్నది.**

ఆధ్యాత్మపాంక్త త్రయము (అంతర పాంక్తములు)

(1) వాయు పంచ ఉపపాంక్తము : ప్రాణము (వాయువును దేహములోనికి స్వీకరించు ప్రక్రియ) - **అపానము** (వాయువును-క్రిందకు కదిలించు ప్రక్రియ) - **వ్యానము** (వాయువు దేహములో అన్ని మూలలకు వ్యాప్తింపజేయు ప్రక్రియ) - **ఉదానము** (దేహములో ఉండి అన్ని చోట్ల ఉత్తేజమును నింపి ఉంచు ప్రక్రియ) - **సమానము** (ఆహారమును జీర్ణింపజేసి రసతత్త్వమును శరీరమునకు నలుమూలలలో ప్రతిక్షేపించు ప్రక్రియ).. ఇవి పంచప్రాణములు ప్రాణశక్తి యొక్క పంచ ప్రదర్శనములు.

సప్రాణము = విశ్వమంతా నిండి ఉండే చైతన్య స్ఫూర్తిరూప ప్రాణ ప్రక్రియా - ప్రాణశక్తి ప్రదర్శనము. సప్రాణము యొక్క దేహములోని దశవిధక్రియా నిర్వహణములే పంచప్రాణ - పంచ ఉపప్రాణములు.

పంచ ఉప ప్రాణములు :

నాగ	: పొట్టలోని ప్రక్రియలను పర్యవేక్షించు ఉపప్రాణము
కూర్మ	: కనురెప్పలు, మఖకవళికలు పర్యవేక్షించు ఉపప్రాణములు
త్రితల	: ఆకలి-దప్పికలను పర్యవేక్షించే ఉపప్రాణము
దేవదత్త	: ఆవలింత - నిద్ర-స్వప్నము - మొదలైన విశేషములను పర్యవేక్షించు ఉపప్రాణము
ధనంజయ	: ప్రాణశక్తిని సమముగా ప్రసరింజేసి ఆరోగ్యము, రోగ నిరోధక విధిని పర్యవేక్షించు ఉపప్రాణము.

ఈ విధంగా పంచప్రాణ-ఉపప్రాణములు ఆత్మయొక్క ఈ దేహములోని సంప్రదర్శనములుగా ఉపాసించుచుండెదము గాక!

ప్రాణేశ్వరుని దశహస్తములుగా గమనించబడుచుండునుగాక!

(2) ఇంద్రియ పంచ ఉప పాంక్తములు : కళ్లు - చూపు; **చెవులు** - వినికిడి; **ముక్కు - గంధము; వాక్కు** (నోరు)-మాటలు పలకటము; **చర్మము**-స్పర్శ

ఈ ఐదు పరమాత్మ యొక్క ఇంద్రియ ప్రదర్శనా విశేషములుగా గమనిస్తూ.. వీటిని తన ప్రత్యక్ష ప్రదర్శనములుగా కలిగి ఉన్నట్టి 'ఆత్మ'ను పూజాభావంగా దర్శించాలి.

ధాతు పాంక్తము : శరీరములోని ధాతువులు ⟶ **చర్మము** (స్పర్శ); **మాంసము; వప** (స్నాయు); **అస్థి** (బొమికలు); **మజ్జ..** ఈ '5' - పరమాత్మ యొక్క పంచధాతు ప్రత్యక్షములుగా భావించబడుచూ ఆత్మదృష్టిని ప్రవృద్ధపరచుకొనెదము గాక!

పరమ సత్యమగు పరబ్రహ్మ తత్త్వమును ఋక్కులు గానం చేస్తున్నాయి. అట్టి పరమసత్యమును తమకు తాముగా ఎరుగుచు, లోకములకు మార్గదర్శకులగుచున్నవారు - 'ఋషులు'. అట్టి ఋషులు ఆత్మతత్త్వమును ఉపాసించు ఉపాయములను, ఉపకరణములను సూచిస్తున్నారు. వారు

బాహ్య పాంక్తత్రయము లోక-దేహ-భూత పాంక్తత్రయము

అధ్యాత్మ పాంక్త త్రయము (వాయు(ప్రాణ)-ఇంద్రియ-ధాతు పాంక్తములు)

3+3=6.. ఈ విధంగా **పాంక్తన షట్కమును – "ఆత్మయొక్క ప్రదర్శిత రూపములుగా ఉపాసిస్తూ ఆత్మత్వము సంతరించుకొనటమును** చెప్పుచున్నారు. ఆత్మ విభవములుగా, ఆత్మ సంప్రదర్శనములగు విశేషములుగా భావిస్తూ, ఆత్మత్వమును పునికి పుచ్చుకోవటమును దారిగా చూపుచున్నారు.

ఓ బిడ్డలారా! శిష్యదేవులారా! 'వేదము' అను శబ్దార్థము (గూఢార్థము) = తెలియబడు ఈ సమస్తము ఈ ఎదురుగా కనిపిస్తున్న పంచభూతాత్మకమైనదంతా (ఆకాశ–వాయు–అగ్ని, జల–భూవిశేషాలన్నీ)... ప్రాణాది **పాంక్తపంచకము** నుండే ఉదయిస్తున్నది. కనుక సర్వము **ఆత్మయొక్క పాంక్తమే** (ప్రదర్శనమే).

"ఆత్మ" అను పాంక్తము (source) **చేతనే ఈ సర్వము వ్యాహృతమై యున్నది"**.. అని సిద్ధాంతీకరించబడుచున్నది. ఈ సర్వము వ్యాహృత హిరణ్యగర్భపరబ్రహ్మమే! అయితే బ్రహ్మము సర్వదా అవ్యాహృతము (It does not extend as any thing else). ఇదంతా అనేకంగా కనిపిస్తూ ఉన్నప్పటికీ, వస్తుతః **ఏకము–అఖండము అగు పరబ్రహ్మమే!** ఈ జీవుడు స్వతఃగా ఏక–అఖండ పరబ్రహ్మ ప్రదర్శనా రూపుడే! [**దృష్టాంతానికి** – నీవు వినుచున్నప్పుడు, చూచుచున్నప్పుడు, మాట్లాడుచున్నప్పుడు, పోట్లాడుచున్నప్పుడు – ఏకరూపుడవే అయి ఉంటావుగాని,.....ఆయా ధర్మములనుబట్టి వేరు వేరు జీవులుగా అగుటలేదు కదా!]

పంచముఖుడు

పరమాత్మ "దృశ్యము–దేహము–జీవాత్మ–ఈశ్వరాత్మ–సర్వాత్మ".. అనబడే '5' ముఖముల ప్రదర్శన సమన్వితుడు అయి ఉండటం చేత పంచపాంక్తుడు, పంచముఖుడు–అను శబ్దముచే స్తుతించబడుచున్నారు. ఈ జీవుడు అట్టివాడే, ఈతడు ఆత్మ స్వరూపుడే!

జీవో శివః। శివో జీవః। ప్రపంచము (ప్ర+పంచము) కూడా పంచభూతాత్మికమే కాబట్టి పంచపాంక్త శబ్దవాచ్యమే! పరమాత్మయే ప్రపంచరూపుడు! ప్రపంచము–పరమాత్మ–జీవాత్మ ఏక–అఖండ రూపులేగాని, వేరు–వేరు కాదు.

8వ అనువాకము – 'ఓం'కారోపాసన

"ఈ సమస్తము పరబ్రహ్మమే" అని చెప్పటానికి 'ఓం' శబ్దము వేదములచే ఉచ్చరించబడుతోంది!

అట్టి పరబ్రహ్మము 'ఓం' కారశబ్ద–నాద–ప్రదర్శనా రూపముగా ఆత్మను దర్శించిన బ్రహ్మజ్ఞులు–వాటిని అపౌరుషేయములగు వేదములుగా ప్రకటిస్తున్నారు.

స్వస్వరూపము–సర్వానుభవముల అఖండాత్మయే **ఓం** – కారము!

అట్టి 'ఓం'ను ఎట్లా ఉపాసించాలో చెప్పుకుంటున్నాము.

⌘ ఓంకార శబ్దము యొక్క రూపము, అర్థము పరబ్రహ్మమే!

⌘ ఓంకారమే భగవంతుడు! పరమాత్మ! ఇష్టదైవము!

⌘ ఈ కనబడేదంతా కూడా ఓంకారమే! ఈ జగత్తు 'ఓం'కార పరమార్థ స్వరూపమే!

⌘ ఈ జగత్తును అనుభవముగా పొందుచున్న జీవాత్మ (The Experiencer) కూడా ఓంకారమే!

⌘ జగత్తు ఓంకారము చేతనే అనుకృతము. (It is made up of). ఇదంతా స్వతఃగా సర్వదా ఓంకారమే కాబట్టి అకృతము కూడా! (It is as it is).

⌘ జగత్తు – జీవులు ఓంకారము నుండే స్రవిస్తున్నాయి (out flowing). కాబట్టి 'శ్రావయతి ఇతి ఓం' అనబడుచున్నది. స్రవింపజేయునది శ్రావ్యమగు ఆత్మ!

⌘ 'అవును' అని సూచించటానికి, "చెప్పు" అని అనటానికి, "విను" అని చెప్పటానికి 'ఓం'యే పలుకబడుచున్నది. ('ఓ రామా! విను" అను 'ఓం'తో ప్రారంభమౌతోంది).

పరమాత్మ యొక్క విభూతులు వర్ణించు సామగానము.. **'ఓం ఇతి ఓం'** అని పలుకుచు 'ఓం'ను ఆది–అంత శబ్దములుగా పలుకుచున్నది.

'ఓం శోం' (ఓంకారమ్ సర్వత్రా ఏర్పడినదై ఉన్నది) అను శబ్దముతో ఋగ్వేదమంత్రములు పలుకుబడుచున్నాయి. శాస్త్రమంత్రద్రష్టలు 'ఓం'తో ప్రారంభిస్తున్నారు. శబ్దరూపముగా ఉన్న సమస్తము ఓంకారమే! ఓంకార అధీనమే! శబ్దములన్నీ 'ఓం'ను అనుకరిస్తున్నాయి. ఆశ్రయించినవై ఉంటున్నాయి.

యజ్ఞములు చేయించు ఆధ్వర్యులు 'ఓం–అథ', 'ఓం–ఇవ' అని పలికి, యజమాని చేత అట్లే బదులు పలికిస్తున్నారు. **'బింబము–ప్రతిబింబము'**వలె.. ఈ జగత్తు ఓంకారరూపమేనని వారు సూచిస్తున్నారు. అగ్నిహోత్రమును 'ఓం' స్వరూపముగా ఆహ్వానిస్తూ, ప్రజ్వలింపజేస్తున్నారు. బ్రహ్మ (యజ్ఞములు చేయించు ప్రారంభ –శ్రేష్ఠ, ఆధ్వర్యుడు) – తదితర ఆధ్వర్యుల చేత (యజ్ఞమును

చేయించు మంత్రోపాసకులచేత) 'ఓం' అని అనుజ్ఞ ఇస్తున్నారు. తదితర ఆధ్వర్యులు 'ఓం' అని అంగీకరించి తదితర తతంగమంతా నిర్వర్తిస్తున్నారు, నడిపిస్తున్నారు.

'ఓం'తో ప్రారంభించి బ్రాహ్మణుడు వేదమంత్రములను ప్రారంభిస్తున్నారు. ఓంతో 'ప్రవచనములు' అన్నీ ప్రారంభమగుచూ, 'ఇతి ఓం' అని ముగించబడుచున్నాయి. 'ఓం' అని బ్రహ్మోపాసన' ప్రారంభమై "ఓం ఇతి సిద్ధిః" అని సిద్ధించుఫలము 'ఓం'కారరూపంగా దర్శించబడుతోంది.

"లోకం సృష్టించబడినప్పుడు 'ఓం' శబ్దమే ధ్వనిస్తున్నది! 'ఓం' సృష్టిగా కొనసాగుచున్నది. ఓం యందే ఇదంతా లయించుచున్నది!".. అని సృష్టితత్త్వజ్ఞులు ఆత్మపరంగా సిద్ధాంతీకరించి చెప్పుచున్నారు. యోగులు సృష్టికి మునుముందు నుండి ఇప్పటి దాకా 'ఓం' శబ్దమునే వినుచూ పలుకుచున్నారు. 'ఓం' శబ్దము ఎవ్వరో ఒక్కరిచేత పుట్టించబడినది కాదు. అందుచేత "అనాహతము! అపౌరుషేయము"... అని అనబడుతోంది. **'ఓం' ఆత్మ యొక్క అమృతమగు స్వాభావిక సూచనము.**

అందుచేత 'ఓం' కారమును పరబ్రహ్మరూపంగా భావించాలి! 'ఓం' అనునప్పుడు నేను పరబ్రహ్మమునే ఉపాసిస్తున్నాను"... అని గుర్తు పెట్టుకొని ఉండాలి.

ఓం= – సర్వాత్మకము; సర్వస్వరూపము; సమస్తమునకు ద్రష్ట.	సమస్తమునకు ద్రష్టత్వము, దృశ్యత్వము, 'దృక్' రూపము.
– స్వస్వరూపము; సర్వ బాహ్య–అభ్యంతరము; సర్వానుభావి.	అ(జాగ్రత్); ఉ (స్వప్నము); మ (సుషుప్తి); మ్...(తురీయము)
– సర్వకారణ కారణము; సర్వస్వము; సర్వ – తమ్.	
– సర్వజీవుల సహజ రూపము + సందర్భరూపము; సర్వము!	– కేవలము; సందర్భము; సహజము.
– జీవాత్మ–పరమాత్మల అఖండ–ఏక నిత్యరూపము..,	

అని ఎరిగి 'ఓం'ను ఎలుగెత్తి పలుకుచూ గానం చేసి, ఆ తదుపరి ఈ 'జగత్తు' అనుబడు సందర్భరూపవిశేషాలను స్వీకరించాలి!

ఓం కారముతో (ఈసర్వము పరబ్రహ్మమే – అనుభావనతో) ప్రారంభమగుచున్న సమస్తక్రియలు అత్యంత ఫలప్రదములగుచున్నాయి.

ఓంకార (పరమాత్మభావనా) రహితమైన సమస్త క్రియలు నిష్ఫలములగుచున్నాయి. ఓంకారమును పరమాత్మస్తుతిగా ఉపాసించాలి! దర్శించాలి। ఆస్వాదించాలి॥

ఓంకారోఽ హమ్ – ఓంకార త్వమ్ – ఓం కారమిదమ్।

9వ అనువాకము – పురుషార్థ సాధనములు

ఓ ప్రియశిష్యా!

కర్మలను **పురుషార్థ సాధనములుగా** ఎట్లా మరల్చుకోవచ్చో,... కొన్ని ముఖ్య సూచనలను సిద్ధాంతీకరిస్తూ.... ఇప్పుడు మనము చెప్పుకుంటున్నాము. వినండి! **ఆత్మ దృష్టికి, ఆత్మావగాహనకు, ఆత్మాతాదాత్మ్యమునకు, ఆత్మమేవాహమ్** భావనకు ఇది త్రోవ అయి ఉన్నది.

ఋతం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనేచ। సత్యమును స్వానుభవంగా దర్శించి **(శృణ్వం తి విశ్వే – అమృతస్యపుత్రః! వేదాఽ హమ్ ఏతమ్ పురుషమ్। ఆదిత్యవర్ణమ్! తమసః పరస్తాత్) – ఓ బిడ్డలారా! సత్యమును మీకు వినిపిస్తున్నాం. కల్పనను ప్రక్కనపెట్టి మీ స్వరూపము గురించిన ఈ సత్యవాక్కులు వినండి!"** అని ఎలుగెత్తి చెప్పబడు సమాచారమే **'ఋతము'** అనబడుచున్నది. అట్టి ఋషివాక్కులను, ఋక్కుల గానములను, మహనీయుల సూచనలను, అభిప్రాయములను, అనుభూతములను, అనుభవములను శ్రద్ధగా వినాలి! పారాయణం చేయాలి! పఠించాలి! అంతర్ముఖంగా యోచించాలి! కలిసి కూర్చుని సంభాషించుకోవాలి! స్వాధ్యాయనము (Group study) - అధ్యయనము (one's own study) నిర్వర్తించాలి!

సత్యం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనేచ। : చీకటిలో గదిలోని వస్తువులు సరిగ్గా అగుపించవు! వెలుతురు వస్తేనో? అన్నీ సుస్పష్టమౌతాయి. 'యమ్–సత్' ఏది ఎల్లప్పుడు ఉండి ఉంటోందో– **అట్టి ఆత్మజ్ఞాన సమాచారము యొక్క తేజస్సులో** ఈ జగత్తును, ఈ సమస్తమును దర్శించాలి! అందుకుగాను పరబ్రహ్మము యొక్క అద్వితీయత్వము గురించిన వివరణలు, నిర్వచనములు స్వాధ్యాయనం – ప్రవచనములు జరుగుతూ ఉండునుగాక! సత్యము వినాలి! సంభాషించాలి! సత్ సంగమ – సత్యముయొక్క అనుభవమునకు రాచబాట.

తపశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ! : పరిమితమగు జీవాత్మత్వము నుండి అపరిమితము - సర్వము అగు పరమాత్మతత్త్వము గురించిన స్వానుభవముకొరకై తపన యే తపస్సు. మనలో ప్రతి ఒక్కరి ఆత్మ **సర్వాత్మకమైనదే**కాని, కేవలము ఒక భౌతికదేహపరిమితము కాదు. ఈ విషయము గురించిన ప్రవచనములు **వినాలి. స్వాధ్యాయము** (Study) చేయాలి! లోకాతీత-గుణాతీత-విషయాతీత స్వస్వరూపము వైపుగా **దృష్టిని సారించాలి!** భేదముల నుండి **దృష్టిని వెనుకకు మరల్చాలి!** ఇదియే **తపస్సు.**

దమశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ ! : ఈ కళ్లు-చెవులు మొదలైన ఇంద్రియములను దృశ్యము నుండి విరమింపజేస్తూ, **ఆత్మను దర్శించు మార్గములో సశాస్త్రీయంగా** నియమించాలి!

శమశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ। : మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారాలను **ఆత్మతో మమేకము చేస్తూ సర్వాత్మకుడగు ఆత్మ భగవానుని కళావిశేషాలుగా గమనించు** ప్రక్రియలందు నియమించాలి.

అగ్నయశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ : వేదములు - శాస్త్రములు సూచిస్తున్న అగ్నికార్యములను (దీపములను వెలిగించటము, యజ్ఞ-యాగములు.. ఇటువంటివి) అగ్న్యుపాసనలను వదలరాదు. నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి! దైనందిక పూజ మొ॥నవి, దైవకార్యములు, పితృకార్యములు ఆగ్నోపాసనతో ప్రారంభించాలి! (యజ్ఞోపాసనగా వెలిగించబడుచున్నప్పుడు అగ్ని - అగ్నిహోత్రమగుచున్నది.)

అగ్నిహోత్రం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ। : సహస్ర దీపములలో ఏక స్వరూపుడగు అగ్నిహోత్రమును ఆత్మలక్షణ సమన్వితముగా ఆరాధించాలి। **"నాకు కనబడుచున్న ఈ సర్వజీవులు పరంజ్యోతి స్వరూపుడగు పరమాత్మ యొక్క జ్యోతిస్వరూపములే"..** అను అవగాహనతో అగ్నిహోత్రమును ఉపాసించాలి!

అతిధయశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ। :తనను సంపద కొరకు, జ్ఞానము కొరకు, శాస్త్ర వివరణల కొరకు ఆశ్రయించవచ్చువారిని ఆదరించాలి. అతిధులను పరమాత్మ భావనతో ఆరాధిస్తూ సేవించాలి! (అభ్యాగతిః స్వయం విష్ణుః అనుభావనతో) ఉపాసించాలి!

మానుషం చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ। : తోటి మానవులను పరమాత్మ రూపంగా దర్శించాలి! భావించాలి! ఉపాసించాలి!

ప్రజా చ స్వాధ్యా ప్రవచనే చ : తన కుటుంబ సభ్యులను, సంతానమును, బంధువులను పరమాత్మ రూపంగా భావించి సేవించాలి! పూజాభావం కలిగిఉండాలి.

ప్రజనశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనేచ : దేశక్షేమము కోరి, ఆయా విధులు నిర్వర్తించాలి. కలిసి పనిచేస్తూ సేవాభావము కలిగి ఉండాలి! స్వాధ్యాయ- ప్రవచనములు ఆచరించాలి. గ్రామ - మండల - రాష్ట్ర - దేశ - ప్రపంచజనుల శుభ - శాన్తి - ఐశ్వర్య - ఆనందములకొరకు (ఉద్దేశ్యించి) దైవ - యోగ - జ్ఞానోపాసనలు నిర్వర్తించాలి.

ప్రజాపతిశ్చ స్వాధ్యాయ ప్రవచనే చ : సృష్టిని-సృష్టికర్తను ప్రస్తుతిస్తూ స్వాధ్యాయ-ప్రవచనములు నిర్వర్తించాలి. దేహములను, ఆహారములను, పరస్పర సంబంధములను ప్రసాదించుచున్న సృష్టికర్త యొక్క పాత్రను ఏమరువరాదు. ఉపాసించాలి. ప్రకటించుచూ సంభాషించుకోవాలి. "ఓ ప్రజాపతీ! ఈ చేతులు, ఈ కాళ్ళు, ఈ చర్మము, ఈ గుండె శరీరముయొక్క జనన వృద్ధులు ఎంతటి ప్రజ్ఞతో రచించారు! ఆహా! అమోఘం!" - అని గుర్తిస్తూ స్తుతించాలి.

'సత్యమితి' సత్యవచాః రాథీతరః : ఏది సత్యమో, నిత్యమో.. అద్దానినే గుర్తుపెట్టుకుని సంభాషించాలి. ఆచార్యులు చెప్పుపరమసత్య వచనములను ఆశ్రయించాలి. సోదాహరణంగా సంభాషించుకోవాలి. - అని రాధృతర గోత్రోద్భవుడగు సత్యవచస మహర్షులగువారు ప్రవచిస్తున్నారు. గుర్తు చేస్తున్నారు. **వారు సూచించు మార్గమును అనుష్ఠించాలి.**

(రాధా = ఆరాధన)

'తప' ఇతి తపోనిత్యః పౌరుశిష్టిః : పరమాత్మ గురించిన తపనయే ధ్యానాదులకు, శ్రుతములకు (వినుటకు) అధ్యయనమునకు దారితీస్తోంది. - అని పురుశిష్టముని కుమారుడగు **పౌరుశిష్టులవారు**, సిద్ధాంతీకరిస్తూ సూచించుచున్నారు. సత్యము కొరకు 'తపన' కలిగి ఉండాలి... అని వారి ఉద్దేశ్యము.

స్వాధ్యాయ ప్రవచన ఏవ ఇతి నాకో మౌద్గల్యః : **స్వాధ్యాయము** : **అభ్యసించటము; అధ్యయనం చేయుటము, ప్రవచనము = బోధించటము** → ఇవి బ్రహ్మతత్త్వమును సిద్ధింపజేయు **ఉత్తమ సహకారి కారణములు** - అని ముద్గల మహర్షి పుత్రుడగు నాకాచార్యులవారి సూచన. స్వాధ్యాయ ప్రవచనములను ప్రయత్నపూర్వకముగా నిర్వర్తించాలి. అనుష్ఠించాలి. అర్ధ-జ్ఞానములు స్వాధ్యాయ-ప్రవచనముల ఆధీనము అయి ఉన్నాయి. **అర్ధజ్ఞానము వలననే పరమ శ్రేయస్సు సిద్ధిస్తోంది.** అట్టి ఆత్మ శ్రేయస్సు కొరకై స్వాధ్యాయ-ప్రవచనములను విడవనే కూడదు. ధర్మమే స్వాధ్యాయ-ప్రవచనముల రూపమని కూడా ఏమరువరాదు. అధ్యయనము అనుష్ఠానరూపము సంతరించుకొనునుగాక! **అనుష్ఠానము చే ఈ జీవుడు ముక్తుడై బ్రహ్మస్వరూపుడై ప్రకాశించుచున్నాడు.**

10వ అనువాకము - 'అహమ్' - సహజ పరస్వరూపము - శాంతి పాఠము

అహం వృక్షస్య రేరివా। కీర్తిః పృష్ఠం గిరేః ఇవ॥ ..., జనన - వృద్ధి - నాశన స్వరూప సంసారవృక్షమునకు ప్రేరణ అయి, బలమును చేకూర్చు చైతన్యరూపుడను నేనే। జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులకు ఆవల నా యొక్క 'అహమ్' స్వరూపము యొక్క కీర్తి (ఖ్యాతి) కొండ శిఖరము వలె సమున్నతమై వెలుగొందుచున్నది. సూర్యుని వలె సర్వమునకు ఆవల ఊర్ధ్వముగా పరమ పవిత్రమై నా యొక్క ఘనతకు చెందిన సహజ స్వస్వరూపము మార్పుచేర్పులచే స్పృశించబడనిదై ఉన్నది. సర్వదా **అమృతస్వరూపుడనై, అవినాశినై, అప్రమేయుడనై** వెలుగొందుచున్నాను. ఈ దృశ్యమునకు **ద్రవ్యాధికార స్వరూపుడను!** ఇదంతా **నా సంపదయే!** నా వర్చస్సు యొక్క ప్రదర్శనమే ఇదంతా! జగత్తును నా బుద్ధి ప్రదర్శనముగా కలవాడనై సుమేధస్సు (ఉత్తమ బుద్ధి) స్వరూపుడను! జాగ్రత్‌కే జాగృత్ స్వరూపుడను! వృద్ధి క్షీణములు లేనట్టి అమృతస్వరూపుడను!

ఇతి త్రిశంకు మహర్షి యొక్క ఆత్మ-తత్త్వోపదేశ మహావాక్యము।

ఈ దేహ-దేహి-మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములుగా కనిపించేదంతా నా ఆత్మతేజోవిలాసము యొక్క షట్ విన్యాసమే! దృశ్య-దేహ-మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకార విన్యాసమే!

జీవాత్మ-అవ్యక్త-త్రిగుణ(3) - గుణాతీత-స్వకీయ వినోద విన్యాసమే!

11వ అనువాకము శిష్య - అనుశాసన నియమావళి

వేదమ్ అనూచ్య ఆచార్యో అన్తేవాసినమ్ అనుశాస్తి। వేదములను నేర్పుచున్న ఆచార్యులవారు (ఈ తెలియబడేదంతా తెలుసుకొంటున్న ఆత్మతత్త్వమును విశదీకరించుచున్న సద్గురువు) → వేదాధ్యయనము (మరియు) ఆత్మతత్త్వమును అధ్యయనము చేయుచున్న శిష్యులకు (అన్తేవాసికి) ఈ విధంగా అనుశాసిస్తూ **"తప్పక అనుసరించండి"**.. అని బోధిస్తున్నారు. సంబోధిస్తున్నారు.

ఓ ప్రియ ముముక్షూ! శిష్యా! తత్త్వజ్ఞానాన్వేషీ! నీవు ఈ ప్రకారముగా వర్తించుము - (అనుష్ఠాన ఉపనిషత్ వాక్యములు).

సత్యమ్ వద! సత్యమునే పలుకాలి. యమ్ సత్-ఏది సత్యమో, నిత్యమో అట్టి ఆత్మతత్త్వమును దృష్టిలో పెట్టుకొని జీవించాలి! పరమాత్మత్వము సిద్ధించుటకై ఉత్తమ ఆశయములతో జీవితము గడపాలి! అంతేకాని అసత్తును పట్టుకొని వ్రేలాడి ఉండకుము!

ధర్మమ్ చర! : "ఇది నీ యొక్క స్వధర్మము" అని శాస్త్రములచే, సర్వ శ్రేయోభిలాషులగు పెద్దలచే, సంఘముచే నీకు ఏది నియమించబడియున్నదో, అద్దానిని తప్పక శ్రద్ధగా ఆచరించాలి. అంతేకాదు. అధర్మప్రవృత్తి కలిగి ఉండకూడదు. స్వధర్మమును విశాలదృష్టితో తప్పక నిర్వర్తించాలి. అశ్రద్ధ, ఆలస్యము, బద్ధకము ఉండరాదు.

మానవ ధర్మము, ఉపాసనా ధర్మము ఇత్యాదులు ఏమరువవద్దు. ఉపేక్షించవద్దు!

స్వాధ్యాయాత్ మా ప్రమదః : వేదాధ్యయనము, ఆత్మతత్త్వ అధ్యయనము, మహనీయుల ప్రవచనములు. అవతారపురుషుల విశేషములు, బోధలు మొ॥వాటి పట్ల స్వాధ్యాయుడవై గానం చేస్తూ పఠించువాడవై, వింటూ - వినిపిస్తూ - ఉండుము. స్వాధ్యాయము పట్ల ప్రమత్తత (బద్ధకము) పనికిరాదు. విడచి ఉండకూడదు.

ఆచార్యాయాయ ప్రియం ధనం ఆహృత్య : విద్యనేర్పిన ఆచార్యుల వారికి గురుదక్షిణ సమర్పించి, విద్య నేర్పినందుకు కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తూ సంతోషింపజేయండి. వారిని సేవించాలి. వారికి ఆజ్ఞానువర్తుడవై ఉండాలి. వారి ఆశయములు నెరవేర్చు ప్రయత్నములు వీడరాదు.

ప్రజాతన్తుం మా వ్యవచ్ఛేత్సీః : వంశావళికి, వివాహవ్యవస్థకు, సంతానమునకు, కుటుంబమునకు సేవకుడవు-సంరక్షకుడవు అయి ఉండుము. వంశ వ్యవస్థకు విచ్ఛిత్తి కలిగించకూడదు. "బిడ్డలను కని వారిని శ్రేయోమార్గానువర్తనులుగా తీర్చిదిద్దాలి!" అను ఆశయము కలిగి ఉండండి!

సత్యాత్ న ప్రమదితవ్యమ్ : సత్యమార్గమును విడిచిఉండవద్దు. అసత్యము - అపవాదము.. మొదలైన దుష్టమార్గములకు దూరంగా ఉండండి!

ధర్మాత్ న ప్రమదితహ్యమ్ : నీవు నిర్వర్తించవలసిన ధర్మము- ధర్మకార్యముల పట్ల ఏ మాత్రము వైదొలగకూడదు. బద్ధగించరాదు. ఎవరిపైనో కోపముతోనో, చిరాకుపడియో ధర్మమార్గమునుండి చ్యుతిపొందకూడదు.

కుశలాత్ న ప్రమదితవ్యమ్ : ఏది నీకు- నీ కుటుంబీకులను- బంధువులకు - సంఘమునకు శ్రేయోదాయకమో, అట్టి విధి-విధానముల పట్ల అశ్రద్ధ కూడదు! నిర్వర్తించాలి! శ్రేయోధర్మముల పట్ల శ్రద్ధను వీడవద్దు. దేశముయొక్క సహజనులయొక్క కుశలము కొరకై -

కర్మలు ఉద్దేశ్యించాలి. బద్ధగించకూడదు. నీకు దేనియందు కుశలత్వము (Efficiency) ఉన్నదో, ఆది పరోపకారముకొరకై నిర్వర్తిస్తూనే ఉండుము.

భూత్యై న ప్రమదితవ్యమ్ : సహజనులకు ఏది శ్రేయోదాయకమో, అట్టి కార్యక్రమములను తప్పక నిర్వర్తించాలి. సహజీవుల పట్ల ప్రేమ-ఆప్యాయత-క్షమ కలిగి ఉండాలి. ఇది మరువరాదు. జీవకారుణ్యమును తపస్సులా భావించి నిర్వర్తించాలి. పక్షులపట్ల, జంతువుల పట్ల కారుణ్యము కలిగి ఉండాలి. పేదలపట్ల, నిస్సహాయులపట్ల "భూతదయ" కలిగి ఉండాలి. దయా-దాక్షిణ్యములను ఏ కారణం చేతకూడా విడిచి ఉండరాదు.

స్వాధ్యాయ ప్రవచనాభ్యాం న ప్రమదితవ్యమ్ : అధ్యయనము చేయుటము, నేర్చినది ఇతరులకు నేర్పటము.. ఈ రెండూ వదలనే కూడదు. నేర్చుకుంటూనే ఉండాలి. నేర్పుతూనే ఉండాలి.

దేవ పితృ కార్యాభ్యాం న ప్రమదితవ్యమ్ : ఈ భౌతిక దేహమును ప్రసాదించిన దేవతలకు కృతజ్ఞతతో దైవ కార్యములు నిర్వహిస్తూ ఉండాలి. ఈ దేహ రక్షణకు కారణమగుచున్న పితృదేవతలకు ఉపాసనలు తప్పక నిర్వర్తించాలి. అది దేహ రక్షకులగు దేవతలకు కృతజ్ఞలు తెలుపటము - దేహానంతరము సాధనలకు సానుకూల్యమగు ఉపాధులకు అర్హత పొందటము కూడా అగుచున్నది. పితృకార్యములను ఏమరువరాదు.

మాతృదేవో భవ : తల్లికి ఎటువంటి వాత్సల్యము, అకృత్రిమమైన-ప్రతిఫలాపేక్ష రహితమగు ప్రేమ కలిగి ఉంటుందో అట్టి ప్రేమ-వాత్సల్యములను స్వభావముగా కలిగి ఉండండి! **జన్మనిచ్చిన తల్లికి కృతజ్ఞుడవై ఉండండి!**

పితృ దేవో భవ : తండ్రి వలె సహజనులపై ప్రేమ - రక్షణ - అనురాగము - ఆప్యాయత కురిపించుము. **నీ పితృదేవులను పూజ్యభావముతో సేవించుము.**

తల్లితండ్రులకు బాధకలిగిస్తూ కృతఘ్నులు కావద్దు.

ఆచార్యదేవో భవ : ఆచార్యులను దైవ సమానముగా భావించి గౌరవించుము. ఆచార్యుడవై నీవు నేర్చిన వేదవిద్యను, ఆత్మవిద్యను ప్రియముగా బోధించుము. 'తత్త్వమ్' భావన కలిగి ఉండి తత్త్వ శాస్త్ర విశేషాలు నేర్పుము. తెలియజేయుము. ఆచార్యులను దైవసమానులుగా భావించి సేవించండి. వారి ఆశయములను గుర్తుంచుకోండి.

అతిధి దేవో భవ : "ఈ జగత్తుకు నేను అతిధి వంటివాడిని" అని గ్రహించి మమకార-అహంకారములను త్యజించినవాడవై ఉండుము. **నీ ఇంటికి విచ్చేసిన అతిధులను పూజ్యభావముతో సేవించుము.** 'అభ్యాగతిః స్వయం విష్ణుః' అను ఉద్దేశ్యము, ఉపాసన కలిగి ఉండుము. **ఆశ్రయించినవారికి ఆప్యాయత, సేవ, సహకారములను అందించుము.** అది ఉపాసన వలె, వ్రతముగా నిర్వర్తించుము.

యాని అనవద్యాని కర్మాణి, తాని సేవితవ్యాని నో ఇతరాని। నిందితములు, ఇతరులకు ఆమోదము కానివి, ఇతరులను బాధించునవి అగుకర్మలు చేయవద్దు. అనిందితములగు కార్యములనే సేవించుము. తదితర జనుల సానుకూల్యత, శ్రేయస్సులను దృష్టిలో పెట్టుకొని కర్మలు నిర్వర్తించండి.

యే కేచ అస్మత్ శ్రేయాగ్ంసో బ్రాహ్మణాః, తేషాం త్వయా ఆసనేన ప్రశ్వసితవ్యమ్ : మీకంటే అధికులైన వేద విద్య- బ్రహ్మవిద్య తెలిసినవారు ఎదురుగా కనబడితే, ఆసనము నుండి లేచి, వారిని సుఖాశీనులను చేసి గౌరవించాలి. వారికి ఉపచర్యలు చేసి వారి శ్రమను తొలగించాలి. వారికి ఉత్తమ ఆసనమును సమర్పించాలి. భక్తి ప్రపత్తులను చూపండి.

శ్రద్ధయాదేయమ్। అశ్రద్ధయా న దేయమ్! ఇతరుల కొరకై దాన-ధర్మములు తప్పక నిర్వర్తించాలి. ఆ విధంగా దానము చేయుచున్నప్పుడు..,

- **"వీరు భగవత్ స్వరూపులై స్వీకరించుచున్నారు. ఇది నా భాగ్యము"** అని శ్రద్ధగా దానం చేయాలి! దానము స్వీకరించువారిని చులకన చేసియో, తక్కువచేసియో, నిందించుచూనో.. ఇవ్వటంకూడదు.
- **"వీరికి ఇవ్వవలసివచ్చిందేం!"** అని బాధపడుతూ దానం చేయరాదు.
- **శ్రియా దేయమ్** : "ఈ స్వీకరించువారికి శుభము - శ్రేయస్సు కలగాలి!".. అని భావించి దానం చేయాలి. స్వీకరిస్తున్నవారికి కష్టపెడుతూనో, నిందిస్తూనో, అశుభము కోరుతూనో దానం చేయకూడదు. వారికి నిరుపయోగమైనదానిని దానముగా ఇవ్వకూడదు."మంచి అగుగాక!" - అని ఉద్దేశ్యిస్తూ ఇవ్వాలి (దానం చేయాలి).
- **హ్రియాదేయమ్** : "నేను ఇంతటివాడిని కాబట్టి ఈ దానం చేస్తున్నాను".. అని గర్వపడుతూ ఇవ్వరాదు. **"అయ్యో! ఇంతమాత్రమే సమర్పిస్తున్నానే!"..** అని సిగ్గుపడుతూ ఇవ్వాలి.

- **భియా దేయమ్** : వినమ్రత కలిగి ఇవ్వాలి. గౌరవిస్తూ సమర్పణ భావంతో ఇవ్వాలి. భగవంతుని పట్ల భయ-భక్తులతో దానము సమర్పణగా చేయాలి! "భగవంతుడు ప్రసాదిస్తూ ఉన్నదానికి ఈ రూపంగా కృతజ్ఞతలు" – అని భావిస్తూ ఇవ్వాలి.
- **సంవిదా దేయమ్** : స్నేహ-సౌహార్ద్ర-ప్రేమభావాలతో ఇవ్వాలి. 'పరమాత్మస్వరూపుడు' అని భావించి దానం చేయాలి.

ఉదాశీనత లేకుండా, శక్తి మేరకు – అవసరముల మేరకు, భగవంతుడు సంతోషిస్తారనే ఉద్దేశ్యంతో, "నన్ను ఈ దాన కార్యము ఉద్ధరించగలదు కదా!".. అని భావిస్తూ నిర్వర్తించాలి. పవిత్రత – పరిపూర్ణతలకు అవకాశంగా అనుకొని దానం చేయాలి. "ఈ **స్వీకరించువాడు నాపై ఆధారపడి లేడు. నేను కూడా దైవంపై ఆధారపడినవాడినే! ఏ ప్రాణీ నాపై ఆధారపడి లేదు. నేను తృప్తి పొందటానికి ఇది దైవము ప్రసాదించిన అవకాశము. ఇది వీరికి ఉపయోగపడితే అదియే నాకు సంతోషము"..** అని మననము చేసుకుంటూ ఇవ్వాలి.

– – –

ఎప్పుడైనా, – **"ఏ కర్మలు చేయాలి? అవి ఎట్లా చేయాలి? ఎందుకు చేయాలి?"** అనే మీమాంస వచ్చినప్పుడు ఏమి చేయాలి? బిడ్డలారా! ఇది కూడా వినండి!

అప్పుడు **సమదర్శులగు బ్రహ్మతత్త్వము తెలిసిన బ్రహ్మజ్ఞులగు పెద్దలను** సమీపించండి. యుక్తాయుక్త విచక్షణ తెలిసినవారు, అలూక్షులు (ఇతరుల పట్ల క్రూర భావములు లేనివారు, ఇతరుల పట్ల ప్రేమ-దయ కలవారు), ధర్మవర్తనులు, ధర్మమును అభిలషించువారు అగు పెద్దలతో, మహాత్ములతో సంభాషించండి. సంప్రదించండి. వారిని గమనించండి. వారు ఆయా విద్యుక్త ధర్మములు ఎట్లా నిర్వర్తిస్తున్నారో... అది గమనిస్తూ మీమీ నిర్వర్తించవలసిన కర్మలను విచక్షణతో నిర్ణయించుకోండి. దోష బుద్ధి, మూర్ఖ బుద్ధి, అల్ప బుద్ధి, ద్వేష బుద్ధి, రాగ బుద్ధి కలవారు చెప్పు 'ధర్మచ్యుతి' మార్గములను, దుష్ట కర్మవిధులను గ్రుడ్డిగా స్వీకరించకండి. వివేచన, విచక్షణలతో శుభాశుభములను పరిశీలించి మాత్రమే స్వీకరించాలి. దోషులుగా సమాజముచే పరిగణించేవారి మాటలు వినుచున్నప్పుడు జాగరూకులై ఉండండి. ఉద్రేకము– బద్ధకము–దురభిప్రాయములు కలిగియుండి చెప్పుమాటలను విచారించకుండా, విచక్షించకుండా పాటించరాదు.

"(1) ఇది ఆదేశము! ఇట్లా చేయవలసిందే!
(2) ఇది ఉపదేశము! మీ క్షేమము కోరి మీకు చెప్పుచున్న మాటలు.
(3) ఇది వేద-ఉపనిషత్ హృదయము. దైవాజ్ఞ.
(4) ఇది అనుశాసనము! ఉల్లంఘించకూడదు.
(5) ఇది ఇట్లాగే ఉపాసించాలి.
(6) ఇది ఇట్లా చేయక తప్పదు.
(7) ఇందుకు వేరుగా చేసే స్వతంత్రము నాకు లేదు".

→ ఈ విధంగా ఏడు విభాగములుగా గుర్తెరిగి సాధు కర్మలు, లోకహిత కర్మలు, విద్యుక్త ధర్మములు నిర్వర్తించాలి.

12వ అనువాకము – సూర్యాది దేవతాస్తుతి – శాంతి॥

దేవతలకు కృతజ్ఞతలు చెప్పుచున్నాము.

శం నో మిత్రః। శం వరుణః। శంనో భవతు అర్యమా.. ఈ సృష్టిని తన తేజో కిరణములచే ఉత్తేజపరుస్తున్న మిత్రభగవానుడు, (సూర్యదేవుడు), జలదేవత అగు **వరుణ భగవానుడు,** పితృదేవతాధినేత అగు **అర్యమ భగవానుడు,** ఇంద్రియములను ప్రసాదిస్తూ పరిరక్షిస్తున్న **ఇంద్రభగవానుడు,** త్రివిక్రమావతారముతో సర్వమును నింపివేస్తున్న **విష్ణు భగవానుడు** మాకు సుఖ-శాంతి-ఐశ్వర్య-ఆనందములు ప్రసాదించెదరుగాక!

ఓ పరబ్రహ్మమా! మీకు భక్తితో మనసా, వాచా కర్మణా నమస్కరిస్తున్నాము. **ఓ వాయుదేవా! ప్రాణేశ్వరా!** మీకు నమో వాక్కములు.

మీరు ప్రత్యక్ష పరబ్రహ్మ స్వరూపులుగా నమస్కరిస్తున్నాము. ఓ ప్రాణదేవా! మిమ్ములను ప్రత్యక్ష బ్రహ్మముగా స్తుతిస్తున్నాము.

వేదములు ఋక్కుల ద్వారా చెప్పు పరబ్రహ్మ తత్త్వమును, ఋతమును పలుకుచుండెదముగాక! సత్యము అగు పరమాత్మ గురించే సంభాషించుకొనెదముగాక! పరబ్రహ్మము గురుశిష్యులమగు మన ఇరువురిని కాపాడునుగాక! అట్టి పరబ్రహ్మము ఆచార్యుల వక్తృత్వ సామర్థ్యము రూపంగాను, శిష్యునిలో అవగాహనా సామర్థ్యముగాను ప్రకాశించి వర్ధిల్లునుగాక! శ్రోతనగు నన్ను వక్తారుడగు గురువును పరబ్రహ్మము సదా రక్షించుచుండునుగాక! నన్ను-నా బోధకుని పరమాత్మ సర్వదా కాపాడునుగాక!

ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః।

2 ఆనందవల్లి (లేక) బ్రహ్మానందవల్లి

1వ అనువాకము - బ్రహ్మతత్త్వము

ఆచార్య - శిష్యులిరువురము కలిసి - అధ్యాత్మవిద్యా-అధ్యయనము సందర్భములో - అవరోధములు, ఆటంకములు, అలసటలు, అలసత్వములు ఎదురు రాకుండా పరమాత్మ అనుగ్రహించుటకై - సమర్పిస్తున్న విన్నపము! ప్రార్థన!

సహ నావవతు : (బ్రహ్మతత్త్వమును తెలుసుకొనుటకు, ఉపాసించుటకు, బ్రహ్మముతో అజ్ఞానమువలన మనము. కల్పించుకొన్న భేదమంతా తొలగి **'అహమ్‌బ్రహ్మాస్మి'** భావన → దైనందికము - అనుక్షణికము అగుటకు - సంసిద్ధపడుచున్న) → **మన ఇరువురిని** సర్వాత్మ భగవానుడు రక్షించునుగాక!

సహనౌ భునక్తు : (రక్షించటమే కాకుండా మనకు బ్రహ్మవిద్యా-అధ్యయనమునకు అవసరమైనవి, సానుకూలమైనవి) **మన ఇరువురికి ప్రసాదించి పరిపోషించునుగాక!**

సహ వీర్యం కరవావహై : ఆచార్య-శిష్యులము అగు ఇరువురము కలిసి వీర్యవంతులము (Enthusiastic, energitic and wel-established) అయి శ్రద్ధ-పట్టుదలతో పరిశ్రమించెదము గాక!

తేజస్వి నావధీతమ్ అస్తు : మన ఇరువురి స్వాధ్యాయన పూర్వక ప్రయత్నమంతా ఇరువురి పట్ల జ్ఞానతేజోరూపంగా ఫలప్రదమగుగాక.

మా విద్విషావహై : శిష్య-ఆచార్యులమగు మనమిరువురము సంకుచిత భావములకు లోను కాకుండెదముగాక! పరస్పరము ద్వేషించుకొనకుండెదము గాక! పరస్పరము గుర్తింపు-గౌరములతో ఈ అధ్యయనము కొనసాగించెదముగాక!

"తత్త్వమ్! ఓ శిష్య దేవా నీవు తత్ స్వరూప పరమాత్మవే!" అను ఎరుకను ఏమరువక ఆచార్యులు ప్రవచించెదరు, వ్యాఖ్యానించెదరు, మార్గదర్శకత్వము వహించెదరు గాక!

"గురుః సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ".. అను సత్-భావనను మనో-బుద్ధులందు నిండుగా నింపుకొను శిష్యుడు శ్రవణము, అటు తరువాత మననము, ఆపై నిదిధ్యాసలకు ఉపక్రమించుచుండునుగాక!

బ్రహ్మజ్ఞానము

ప్రతిజీవునిలోను, ప్రతి జీవునిగాను 'బ్రహ్మము' అను ఒకానొక మహత్తర వస్తువు ఉన్నది! అది - ఈ దృశ్యము-దేహము-ఆలోచనలు-బుద్ధి-జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్త అంతర్గత అహంకారమునకు ఆవల-వాటన్నిటికంటే మహత్తరమై - వాటిన్నిటిని నియమించుచున్నది. వాటన్నిటినీ తన తేజోరూపములుగా కలిగి ఉన్నది! అందుచేతనే "బ్రహ్మము", "కేవలానందము" అనబడుచున్నది. అట్టి మన యొక్క కేవల స్వరూపము ఈ దృశ్యములోని సర్వము కంటే శ్రేష్ఠము. (అంతేకాకుండా) ఈ సర్వము తన యందు ప్రకాశింపజేయునదై ఉన్నది. **(కేవలస్వరూపమగు ఆత్మతో అనుక్షణికమగు మమేకత్వమే 'కైవల్య'ము)-**

అట్టి బ్రహ్మము గురించి తెలుసుకోవాలి

ఎందుకు?

బ్రహ్మవిత్ ఆప్నోతి పరమ్-తత్ఏషా అభ్యుక్తా! బ్రహ్మమును ఎవ్వరు తెలుసుకొంటారో అట్టివాడు సర్వము కంటే పరమై, శ్రేష్ఠమై మహత్తరమై విరాజిల్లగలడు. ఇది వేదోపనిషత్తులచే, బ్రహ్మమును ఎరిగిన తత్త్వజ్ఞులచే చెప్పబడుచున్నది. వేదములలోని ఋక్కులచే (సత్యమును ఎరిగిన ద్రష్టలచే) గానం చేయబడుతోంది. మాకు స్వానుభవం కూడా! అట్టి బ్రహ్మము ముఖ్యంగా మూడు లక్షణములు కలిగినదై ప్రకటితమగుచున్నది.

"సత్యమ్ జ్ఞానమ్ అనన్తమ్ బ్రహ్మ"

(1) సత్యమ్ - సత్‌లక్షణము : "నేను ఉన్నాను" - అను బుద్ధి యొక్క అనుభూతియే **'సత్'**। 'ఉనికి' (PRESENCE) అనునది ఈ జీవుని సహజ స్వభావమే. 'బ్రహ్మము' యొక్క లక్షణమగు 'ఉనికి'ని సమాశ్రయించి, ఇక తదితరమైనదంతా 'ఉనికి'ని పొందుచున్నది. వాస్తవానికి **బ్రహ్మమునకు మాత్రమే స్వకీయమైన ఉనికి. తదితరము బ్రహ్మము యొక్క** భావనా చమత్కారమునకు **కించిత్‌కూడా అన్యము కాదు.**

నటుడు ఉన్నాడు కాబట్టి – నటించటము, పాత్ర యొక్క నవరసభావాలు మొదలైనవి ఉంటాయి కదా! కనుక బ్రహ్మము గురించి చెప్పుచున్నప్పుడు **'తత్ సత్యమ్! తదితరమ్ కల్పనా'** అనబడుచున్నది. జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్త సంబంధమైన సర్వకల్పనలకు మునుముందే ఉన్నట్టిది 'బ్రహ్మము' అని అనబడుచున్నది.

(2) జ్ఞానమ్ – చిత్ లక్షణము : బ్రహ్మము 'ఎరుగుట' అను స్వకీయ కేవల (Absolute) లక్షణము కలిగి ఉన్నది. విలక్షణ లక్షణముచే తనకుతానే "ఎరుగుబడుచున్నది"గా అగుచున్నదంతా కల్పించుకొని ఆస్వాదించుచున్నది. జ్ఞానము చేతనే స్వరూప–స్వభావములకు ఆవల–ఈవల వెలుగొందుచూ సర్వము తానే అయి ఉండి కూడా, ఒక్కొక్కసారి తన కల్పనలోని ఒక విభాగమున నందు – **"నేను వేరు – తెలియబడేది వేరు"** – అనే పరిమితభావము పొందుచున్నది. ఎరుగుచున్నట్టిది (ద్రష్ట) – ఎరుగబడుచున్నట్టిది (దృశ్యము) – ఈ ఉభయము అఖండ–జ్ఞాన స్వరూపమే!

అనంతమ్ : స్వస్వరూపమగు పరబ్రహ్మము దేహముల రాకపోకలకు గాని, దేశ–కాలములకుగాని, మరింకెట్టిదాని చేతగాని పరిమితము కాదు. కనుక 'అనంతమ్' – 'అపరిమితమ్' – అని చెప్పబడుతోంది. కల కనుచున్నవాడు కలతో ముగియడు కదా! అట్లాగే బ్రహ్మము దేనిచేతనూ ముగింపబడునది కాదు. దేహములు, కర్మలు, సంబంధములు, జ్ఞాన – అజ్ఞానములు మొదలైనవేవీ అద్దానిని పరిమితము చేయలేవు. కనుక అది అనన్తము.

అట్టి బ్రహ్మము ఉన్నదెక్కడ? నిహితం గుహాయాం ! ఎక్కడ ఆలోచనలు జనిస్తున్నాయో, భావముల ఉత్పత్తి అగుచున్నాయో.., అట్టి స్థానమే హృదయం. అది అవ్యాకృతము (It is not extended towards any side; It is in itself)" అని కూడా చెప్పబడుతోంది. **అట్టి స్వీయ హృదయ గుహయే యోగులు బ్రహ్మమును సందర్శించుచున్నస్థానము.** స్వస్వరూప భావాతీత రూపము! ఎవ్వడు– సర్వమునకు పరమగు బ్రహ్మమును (జగత్తులకు, ద్రష్టత్వమునకు ఆదిస్వరూపము అగు) హృదయాకాశములో సందర్శించుచున్నాడో..

అట్టి వాడు – సో అశ్నుతే సర్వాన్ కామాన్ సహ! పొందవలసినదంతా పొందినవాడై ఉంటున్నాడు. **బ్రహ్మణా విపశ్చితేతి!** సర్వజ్ఞుడై నిగూఢమగు బ్రహ్మమును సర్వవేళలా ఉన్నట్లుగా దర్శిస్తూ, బ్రహ్మమే తానై → **నిత్య–ప్రకాశమానుడై ఉంటున్నాడు.**

- సర్వవస్తువులకు వస్తుత్వము ప్రసాదించువాడై..,
- 'నియతి' యొక్క నియామకుడై...,

కేవల చైతన్యస్వరూపుడై, సర్వమును చైతన్యపరచువానిగా తనను తాను దర్శించుచున్నాడు. **సర్వము తానే అయి ఉండగా క్రొత్తగా కోరుకోవలసినదేముంటుంది?**

ఆత్మాత్ ఆకాశాత్ – ఇత్యాది

తస్మాద్వా ఏతస్మాత్ ఆత్మని 'ఆకాశః' సంభూతః! : 'ఆత్మ' అను శబ్దమునకు పరమార్థము – సత్యజ్ఞానానందలక్షణ సమన్వితము అయి ఉన్నది. ఈ జీవుని వాస్తవ– నిజ–సహజరూపము అగు.. ఆత్మ (లేక) 'పరబ్రహ్మము' నుండి → **"జలం నుండి తరంగములు"** వలె, **"బంగారము నుండి ఆభరణములు"** వలె, **"శిల నుండి శిల్పములు"**వలె – (ఈ 'తదితరము' వలె కనిపించేదంతా) ప్రదర్శితమై, అనుభూతరూపము సంతరించుకుంటోంది. **ఆత్మాత్ ఆకాశమ్!** : నిర్గుణము–నిత్యసత్యము అగు ఆత్మ నుండి శబ్దము అను గుణము కలిగి ఉండి, ఈ దేహములకు, భూ–జల–అగ్ని–వాయువులకు 'అవకాశము (space)' కల్పించుచున్న **'ఆకాశము'** జనిస్తోంది.

ఆకాశాత్ వాయుః! : 'శబ్దము' తన గుణ విశేషముగా గల ఆకాశము వలన.. 'శబ్ద–స్పర్శలు' అనే ద్వి(2) లక్షణములు గల 'వాయువు' ప్రదర్శితమౌతోంది. వాయువు ఆకాశము నుండి జనించి, ఆకాశమునందే సంచారములు కలిగి ఉంటోంది.

వాయో అగ్నిః : వాయువు వలన శబ్ద–స్పర్శ–రూపములనే '3' గుణములు గల 'అగ్ని' జనిస్తోంది.

అగ్నే ఆపః! : అగ్ని వలను శబ్ద–స్పర్శ–రూప–రసములనే '4' గుణములు గల 'జలము–ఆపః' పుట్టుతోంది.

అద్భ్యః పృథివీ! జలము వలన శబ్ద–స్పర్శ–రూప–రస–గంధములనే '5' గుణములు గల **'పృథివి'** బయల్వెడలుతోంది.

పృథివి నుండి ఆహారధాన్యములు ప్రసాదించు మొక్కలు–లతలు–వృక్షములు–ఓషధులు జనిస్తున్నాయి.

ఓషధుల వలన అన్నము (ఆహార రసము),

అట్టి అన్నము నుండి → ఆహార రసము 'రేతస్సు' రూపమును దాల్చి– తల, కాళ్ళు, చేతులు మొదలై– అన్నిటితో కూడిన పురుషుడు (జీవుడు) దేహధారుడుగా అగుచున్నాడు.

స వా ఏష పురుషో అన్న రసమయః। 'కుండ' అంతా 'మట్టి'యే అయిన తీరుగా, ఈ పురుషుడు అన్నరసమయ స్వరూపుడు. శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధముల భావన వలనే తేజోసంభూతుడై పురుషుడు జీవిస్తున్నాడు.

అట్టి అన్నరస రూపమగు రేతస్సు రూపుడగు ఈ పురుషుని సమస్త అవయవములలో శిరస్సు ప్రధానమైనది. దేహము యొక్క కుడి-ఎడమ విభాగములకు శిరస్సే ఆత్మ (ముఖ్యవిభాగము). ఇదంతా గోవు యొక్క పుచ్ఛ (ఊర్ధ్వ) భాగమువలె ఈ మానవ శిరస్సు ఆకారము కలిగి ఉంటోంది. అట్టి ఈ శరీర వృక్షమును (అన్నమయ శరీరమును) ఆశ్రయించి ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ, ఆనందమయ కోశములు ప్రవర్తిల్లుచున్నాయి.

2వ అనువాకము - అన్నమయ, ప్రాణమయ

అన్నమయ పురుష శరీరము :

అన్నాత్ వై ప్రజాః ప్రజాయన్తే! యాః కాశ్చ పృథివీగ్ం శ్రితాః జీవన్తి। అన్నము నుండే ఈ భూమిని ఆశ్రయించియున్న సమస్త దేహులు (జనులు) పుట్టుచున్నారు. జీవులందరూ అన్నముచేతనే జీవిస్తున్నారు, వృద్ధి చెందుచున్నారు. దేహానంతరము ఈ అన్నమయదేహము అన్నము రూపమునే పొందుచున్నది.

అన్నగ్ం హి భూతానాం జ్యేష్ఠమ్! 'అన్నము'యే భూతజాలమంతటికీ శ్రేష్ఠమైన వస్తువు. అన్నమును **'సర్వౌషధము'**... అని అందుకే పిలుస్తున్నారు. అన్నముచేతనే సర్వజీవులు నిర్మితమగుచున్నారు. **అన్నాత్ భూతాని జాయంతే। జాతాని అన్నేన వర్ధంతే। అద్యతే అత్తి చ భూతాని।**

- ఆహారమును ప్రాణులను భక్షిస్తున్నారు.
- చివరికి ప్రాణులను అన్నమే భక్షిస్తోంది.
- అన్నము = అద్.. అను ధాతువు నుండి చెప్పబడుచున్నది. అది తినబడునది, తినునది కూడా!

తస్మాత్ అన్నమ్ తత్ - ఉచ్యత। అన్నమును బ్రహ్మముగా ఉపాసించాలి. **అన్నమ్ బ్రహ్మ!** అన్నము జీవులచే హరింపజేయుబడుచూ, ఆ అన్నమ్ జీవులను హరిస్తోంది కూడా. కనుక, 'ఆహారము' అని కూడా అంటున్నారు.

ప్రాణమయ పురుష శరీరము

ఈ విధంగా అన్నము-ఆహారము చేత నిర్మితమైయున్న ఈ భౌతికదేహమునకు వేరైన మరొక దేహతత్త్వము-ఇద్దానియందు వేంచేసి, ఇద్దానిని ఆశ్రయించి ఉన్నది. అట్టి ప్రాణము శక్తిరూపము. ఈ దేహము యొక్క కాళ్లు-చేతులు మొదలైన సర్వవిభాగములలో ప్రాణశక్తి నిండి ఉన్నది. ఈ దేహము చలనవంతమవటానికి ప్రాణమే శక్తిరూపంగా కారణమగుచున్నది. అట్టి ప్రాణమయమనే రెండవ పురుషకార దేహము - అన్నమయ దేహమువలెనే శిరస్సు, పార్శ్వములు కలిగి ఉన్నవి.

శిరస్సు → **ప్రాణము** - బాహ్యము నుండి వాయువును ముఖ - ముక్కుల ద్వారా దేహములోనికి స్వీకరించుశక్తి.

దక్షిణ / కుడి భాగము → **వ్యానము** శరీరమంతా వాయువును నింపి ఉంచు శక్తి.

ఉత్తర / ఎడమ భాగము → **అపానము** శరీరము నుండి వాయువు బయటకు ప్రసరింజేయు శక్తి.

సమానము → ఆకాశము నందు వాయువును అంతటా వ్యక్తీకరణముగా విస్తరింపజేయుచున్న శక్తి.

ఈ విధంగా అన్నమయ దేహమునకు శిరస్సు, కాళ్లు, చేతులు ఉన్నట్లే, ప్రాణమయ దేహమునకు కూడా ఉన్నాయి. అట్టి ఆకాశము నందు వాయువును కదల్చు ఆధారశక్తియగు సమానవాయు అన్నరస వికారముగా (Formulate as physical form) అగుచున్నది. సర్వ జీవులకు ఆయువు రూపముగా ప్రదర్శనమగుచున్నది. ఈ భౌతికమైనదంతా ప్రాణశక్తియందు స్థానము కలిగి ఉన్నది. అట్లాగే ఆ ప్రాణశక్తి ఈ భౌతికరూపమునందు నిక్షిప్తమైయున్నది కూడా. ప్రాణశక్తి ఆత్మకు అభిన్నమై ప్రవర్తన శీలము. క్రియాశీలకము అయి ఉంటోంది. ప్రాణమయుడగు ఆత్మయే దేహముల భౌతిక రూపముగా కూడా కనబడుచున్నది. ఈ స్థూలదేహము నిలవటానికి ప్రాణమే ఆధారము. స్థూల దేహములో అణువణువు శక్తి రూపంగా ఉన్నదే ప్రాణము. ప్రాణము ఉత్క్రమణము పొందిన మరుక్షణం ఈ శరీరములోని విశేషములన్నీ కుళ్లిన పండువలె నశిస్తున్నాయి.

ప్రాణం దేవాః (ఇంద్రియములు) అను ప్రాణన్తి। ప్రాణశక్తిని అనుసరించే ఇంద్రియ దేవతలు (ఇంద్రియములు. దేహములో నివసించే ఇంద్రియ ప్రజ్ఞా దేవతలు) - సర్వదా దేహము నందు ప్రవర్తిల్లుచున్నారు. ప్రాణము బలహీనమైతే ఇంద్రియములు కూడా బలహీనమౌతాయి. అనగా ఇంద్రియ దేవతలు దేహమునుండి నిష్క్రమిస్తున్నారు.

యే ప్రాణ 'బ్రహ్మ' ఉపాసతే, ప్రాణోహి భూతానాం ఆయుః తే సర్వం ఆయుః యాన్తి! 'ప్రాణము బ్రహ్మమే' అని ఉపాసించువారు ఉత్తమ ఆయుష్షును పొందుచున్నారు. ప్రాణశక్తి ఆహారము నుండి లభించే రస-శక్తిని ఉపాహారముగా చేసుకొని, ఈ జీవుని దేహములో క్రియలు చేస్తూ ఉన్నది. క్రియాకారకమగుచున్నది. అందుచేత, **"ప్రాణో హి బ్రహ్మమ్"।** ప్రాణము బ్రహ్మమే అయి ఉన్నది!

3వ అనువాకము – మనోమయ

శ్లో॥ తస్మాద్వా ఏతస్మాత్ ప్రాణమయాత్ అన్యో – అంతరాత్మా మనోమయః – తేన ఏష పూర్ణః॥

అట్టి ప్రాణమయ స్వరూపమునకు వేరైన మనోమయ పురుషుడు ఉన్నాడు. **ఆయన తన యందు ప్రాణశక్తిని తన పురుషకారముగా కలిగి ఉన్నారు.** అనగా, ప్రాణము మనోమయుని పురుషకారమే! (Energy is workmanship of the thought).

అట్టి తన యందు ప్రాణతత్త్వమును అంతర్గతముగా కలిగియున్న మనోమయపురుషునికి...

శిరస్సు → యజుర్వేదములోని పురుషుని గురించిన (ఆత్మ గురించిన) అభివర్ణనములు.

దక్షిణ (కుడి) విభాగము → ఋగ్వేదము. ఋక్కులు. మంత్రములు వర్ణించి ఋక్‌గానము। ఆత్మతత్త్వస్తుతి.

ఉత్తర (ఎడమ) విభాగము → సామవేదము. సామములు. స్తోత్రములు.

ఆత్మ → బ్రహ్మము గురించి సిద్ధాకరిస్తూ వివరిస్తున్న బ్రాహ్మణములు. ఆత్మ గురించి చెప్పు (సోఽహమ్ – తత్త్వమ్ మొదలైన) తత్త్వ మహావాక్యములు

మనస్సు ప్రాణముచే పూర్ణమైయున్నది. మనస్సు కూడా స్థూల దేహము – ప్రాణదేహములవలె ఈ జీవునికి దేహమే. అనగా ఈజీవుడు **భౌతికదేహుడే** (అన్నమయ దేహుడే) కాకుండా, **ప్రాణమయదేహుడు, మనోమయ దేహుడు** కూడా!

అంగిరసుడు మొదలైన ఋషువుల ప్రవచనములు, అధర్వణవేదము – ఈ మనోమయ పురుషుని నిర్వచిస్తూ ఇంకా ఇట్లా వర్ణిస్తున్నాయి కూడా!

అయితే **యతో వాచో నివర్తంతే అప్రాప్యమనసా సహ।** "ఎద్దానిని వాక్కు- మనస్సు నిర్వచించలేక, అభివర్ణించలేక వెనుకకు మరలుచున్నాయో.. అదియే ఆనందమయమగు ఆత్మ! **ఆనందో బ్రహ్మణో విద్వాన్, న బిభేతి కదాచనా** – ఇతి॥

అట్టి ఆత్మను మనస్సుతో ఎరిగినప్పుడు ఇక ఈ జీవుడు దేనికీ భయము పొందదు.

మనస్సు ఆత్మకు శరీరము. మనస్సుకు పూర్వమే ఉన్న ఆత్మచే మనస్సు నింపబడినదై ఉన్నది. యః పూర్వస్య తస్మాద్వా ఏతస్మాత్ మనోమయాత్॥

4వ అనువాకము – విజ్ఞానమయ

ఇప్పటివరకు అన్నమయ పురుషుడు – ప్రాణమయ పురుషుని యందు (ప్రాణమయ పురుషుని పురుషకారంగా) ప్రాణమయ పురుషుడు మనోమయ పురుషునియందును (మనోమయ పురుషుని పురుషకారముగా) – **పూర్ణమై నిండియున్నారనుకొన్నాము** కదా! **"అట్టి మనోమయ పురుషుడు ఎద్దానియందు ఏర్పడినవాడై ఉన్నాడు?"..** అనునది ఇప్పుడు గమనిద్దాము.

'ఎరుక-ఎరుగుట'యే స్వరూపముగా గల విజ్ఞానమయ పురుషుని యందు పురుషకారముగా.. మనోమయ పురుషుడు పూర్ణుడై నిండి ఉన్నాడు. అట్టి విజ్ఞానమయ పురుషునికి –

శిరస్సు (head) –	శ్రద్ధ (concentration and attention)
దక్షిణ విభాగము –	ఋతువు. ఋక్కులు ఈ జీవాత్మ యొక్క "సహజ-సత్య-నిత్య ఆత్మ" స్వరూపము గురించి చెప్పే పరాకాష్ఠ- పాఠ్యాంశసారము.
ఉత్తర భాగము –	సత్యము; అసత్తుకు ఆవల అమృత – కేవల – యథా స్వరూపమగు ఆత్మ; – యోగము; జీవ-బ్రహ్మముల ఏకత్వము; కలయిక

విజ్ఞానాత్మ **ప్రతిష్టతమగు పుచ్ఛము/స్థానము.** మహత్ తత్త్వము. సర్వాత్మకత్వము. జగదాత్మకత్వము. ఈ ఒక దేహము మాత్రమే కాకుండా **"సర్వదేహములలోని నేనైన నేను"** రూపము.

ఈ విధంగా సత్యదర్శులచే గానము చేయబడుచున్నది.

విజ్ఞానం యజ్ఞం తనుతే! విజ్ఞానము = ఎరుక। తెలివి। విజ్ఞానమే ఈ లోకాలలో జరుగుచున్న సర్వ్వల యొక్క కార్యక్రమముల రూపములను దాల్చుచున్నది. విజ్ఞానము, యజ్ఞములను తన శరీరములుగా కలిగియున్నది. సమస్తమునకు మొట్టమొదటిది విజ్ఞానమే. ఇదియే 'బుద్ధి' అని కూడా అనబడుచున్నది. **విజ్ఞానం దేవాః సర్వే।** సర్వదేవతల స్వరూపము ఈ విజ్ఞానమే!

– బ్రహ్మజ్యేష్ఠమ్ ఉపాసతే; విజ్ఞానం బ్రహ్మచయత్ వేద!

ఓ శిష్యా! విజ్ఞానము మహత్ స్వరూపమే! బ్రహ్మమే! అనుమానం లేదు. విజ్ఞానము చేతనే ఈ జీవుడు సంసారములో ప్రవేశిస్తున్నాడు. అయితే, బ్రహ్మమును ఏమరుస్తున్నాడు. అట్టి ఈ జీవుని యొక్క మహత్ బ్రహ్మము, **'ఉపాసన'** చేతనే పునః అనుభవమగుచున్నది.

ఒకానొక జీవుడు ఆత్మజ్ఞానైశ్వర్యము సంపాదించి త్రిమూర్తుల పదములను స్వీకరించగలుగుచున్నాడు. బ్రహ్మము యొక్క ఉపాసనచే ఇంద్రుడు వరుణుడు మొదలైనవారు జ్ఞానైశ్వర్యులు అగుచున్నారు. ఈ విధంగా విజ్ఞానము చేతనే 'జీవుడు' అను స్థితి, త్రిమూర్తుల స్థానములు కూడా సిద్ధింపబడుచున్నాయి.

అన్నమయంలో ప్రాణమయం। ప్రాణమయంలో మనోమయం। మనోమయంలో విజ్ఞానమయం।

అన్నమయము ప్రాణమయంలో। ప్రాణమయము మనోమయంలో। మనోమయము విజ్ఞానమయములో। ఈ విధంగా దేహములు జీవునకు ఏర్పడినవై ఉన్నాయి. విజ్ఞానమయ దేహమును ఆత్మగా తెలుసుకొని, బ్రహ్మముగా దర్శించుచూ, అనుభూతపరచుకొనువాడు ఈ అన్నమయ-ప్రాణమయ - మనోమయ దేహసంబంధములైన సర్వదోషములను అధిగమించి **విజ్ఞానమయ-స్వయమాత్మ స్వరూపుడగుచున్నాడు.** అట్టివాడు **'ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ'** అనబడు విజ్ఞానమయ దేహముతో అన్నమయ-ప్రాణమయ- మనోమయదేహములచే 'పొందవలసినవి'గా అనిపించుచున్నవన్నీ పొందినవాడగుచున్నాడు. అట్టి విజ్ఞానమయాత్మ → మనోమయాత్మకు అంతరమున కేవలాత్మగా సర్వదా ప్రకాశించుచున్నదై ఉన్నది.

5వ అనువాకము - ఆనందమయ

ఆనందమయాత్మ: ఇంకా కూడా– **తస్మాత్ ఏ తస్మాత్ విజ్ఞానమయాత్ అన్యో- అన్తర ఆత్మా-ఆనన్దమయః, తేన ఏష పూర్ణః।** విజ్ఞానమయాత్మకు వేరై, విజ్ఞానమయాత్మకు అన్తరముగా 'ఆనన్దమయాత్మ' వెలుగొందుచూ ఉన్నది. విజ్ఞానమయాత్మ ఆనన్దముచే పూర్ణమైయున్నది. **ఆనన్దమయాత్మ - 'పురుషుడు'గాను, విజ్ఞానమయాత్మ 'పురుషకారము'గాను ఏర్పడినవై ఉన్నాయి.**

ఆనందమయాత్మ పురుషునికి..,

శిరస్సు – ప్రియము ప్రేమభావన, ఇష్టము – **ప్రియమేవ శిరః।**

దక్షిణ పక్షము– మోదము, సంతోషము – **మోదోదక్షిణః పక్షః।**

ఉత్తరపక్షము – ప్రమోదము;– **ప్రమోద ఉత్తరః।**

ఆత్మ– ఆనందము; ఆత్మానందము – **ఆనంద– ఆత్మా।**

ఆధారము / పుచ్ఛము – బ్రహ్మము – **బ్రహ్మపుచ్ఛ ప్రతిష్ఠా।**

6వ అనువాకము - సత్ - అసత్

అన్నమయ దేహము నందు ప్రాణమయ దేహము; ప్రాణమయ దేహమునందు మనోమయ దేహము; మనోమయ దేహమునందు విజ్ఞానమయ దేహము; విజ్ఞానమయ దేహమునందు ఆనందమయదేహము.. అనబడు పంచ దేహ-దేహాంతరములకు **"దేహి".. వేరని, అట్టి దేహమే తానని ఎవ్వడు** ఎరుగుచున్నాడో... అట్టివాడు ఆత్మను ఎరిగినవాడగుచున్నాడు. బ్రహ్మజ్ఞుడై బ్రహ్మమును ఎరిగి, **బ్రహ్మమే తానై ప్రకాశించుచున్నాడు.'నేను బ్రహ్మమునే' అను దానికి వేరైనదంతా అసత్తే.**

బ్రహ్మము సత్తా? అసత్తా? ఉన్నట్టిదా? లేనట్టిదా?

"ఈ ఇంద్రియ విషయ ప్రపంచమునకు వేరుగా - 'బ్రహ్మము'అనబడునదేదీ లేదు" – అని ఎవడు భావన చేస్తాడో ఆతడు "అన్నమయ దేహమే నేను!" మొదలైన పరిమితులకు లోను అయి, ఉంటున్నాడు. అట్టివానికి కేవలాత్మానుభవము – "దృష్టికి రానిదే" అగుచున్నది. అట్టివాడు "నేను లేనే లేను! కానీ ఈ దేహము, దృశ్యము, ప్రాణములు, మనస్సు, విజ్ఞానము చిత్తము, ఆనందము మాత్రము సత్యమే".. అని అన్నట్లు అవుతుంది. ఆతడు తన బ్రహ్మతత్త్వమును, తన అనునిత్యమగు ఉనికిని తానే. తిరస్కరించువాడగుచున్నాడు.

"అసత్తే ఉన్నది. బ్రహ్మము లేదు" అను భావనను ఆశ్రయించువానికి బ్రహ్మమే లేనట్లే – అనిపించుచున్నది. **అసత్ ఏవ స భవతి –'అసత్‌బ్రహ్మ ఇతి వేదచేత్।**

'అస్తి బ్రహ్మ' ఇతి చేత్ వేద, సంత్ మేనం తతో విదురితి! 'బ్రహ్మము ఉన్నది అన్నమయ–ప్రాణమయ మనోమయ–విజ్ఞానమయ–ఆనందమయ దేహములకు దేహిగా నేను బ్రహ్మమునే అయి ఉన్నాను" అనునదే తత్త్వవాక్యార్థము. తత్–త్వ'మ్ మహావాక్యమును, మహనీయుల అభిప్రాయమును గౌరవిస్తూ, విశ్వసిస్తూ అందుకుగాను ప్రయత్నశీలుడై అనునిత్య స్వాభావికత్వమును ఎవడు అభ్యాసము చేస్తూ ఉంటాడో..., అట్టివాడు – తస్య ఏష శరీర ఆత్మా!– అట్టివాడు ఆత్మయే తన శరీరముగా కలవాడగుచున్నాడు.

- "బ్రహ్మము ఉన్నది! బ్రహ్మమే ఉన్నది!
- ఇదంతా బ్రహ్మము యొక్క ప్రత్యక్షరూపమే!
- నేను అట్టి సదా శివబ్రహ్మమునే! జీవుడు, ఈ జీవునికి అనుభవమగు జగత్తు – మొదలైనవన్నీ సదాశివ స్వరూపుడనగు **నా స్వకీయ లీలావినోదకల్పనయే!"**

అని అనుభవపూర్వకముగా అనుభూతపరచుకొనుచున్నాడు. తనను తాను "సర్వదా–సదా ప్రత్యేకమై ఉన్నాను" అని గమనించుచున్నాడు. ఆచార్యుల ప్రశ్నలను విని సమాధానము విని యోచించి "విజ్ఞానమయకోశమునకు ఆత్మయగు **ఆనందాత్మయే నేను**" అని ఎరుగుచున్నాడు. ఆస్వాదిస్తున్నాడు. సర్వత్రా ఆత్మయే కాబట్టి తనను తాను సమస్తమునకు సర్వాంతర్యామిగా దర్శించుచున్నాడు.

శిష్య ప్రశ్న

గురువర్యా! **"పంచకోశములకు అంతరమున 'దేహి' అయి – ఆత్మ (లేక) బ్రహ్మము ఈ జీవుని వాస్తవ–సహజ స్వరూపముగా వెలుగొందుచున్నది"** – అని తమరు సిద్ధాంతీకరించుచున్నట్లుగా నేను గమనిస్తున్నాను.

అయితే గురుదేవా! మీరు చెప్పుచున్న **"నేను బ్రహ్మమును! పంచకోశములు నా కల్పనా విభాగములోనివి!"**.. అని అనేక మంది జీవులు గమనించటములేదు. **"నేను అన్నమయ దేహమును! ఈ దృశ్యములో ఒక వస్తువు వంటివాడిని!"..** అనియే అనుకుంటూ ఉన్నారు. **ఎందుచేత**? (పంచకోశములు = అన్నమయ, ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ, ఆనందమయ)

నా మరొక ప్రశ్న ఏమిటంటే,..., ఎవ్వడు బ్రహ్మమును, తన యొక్క బ్రాహ్మీస్థితి – స్వరూపములను **ఎరుగడో**, అట్టి జీవుడు దేహపతనానంతరము తిరిగి ఈ త్రిలోకములలో జీవుడై పుట్టుచున్నాడా? ఈ లోకములను పొందలేకపోవుచున్నాడా? బ్రహ్మజ్ఞాని తిరిగి ఈ లోకములను పొందుచున్నాడా? పొందుటలేదా? (లేక) బ్రహ్మమును ఎరిగిన విద్వాంసుడు బ్రహ్మమును పొంది, ఇక ఈ లోకములకు తిరిగి రాకుండా ఉంటున్నాడా? బ్రహ్మజ్ఞాని – అజ్ఞానుల విషయంలో తదనంతర జన్మల విషయమై భేదమేమన్నా ఉంటుందా? ఉండదా?

గురుదేవుని సమాధానము

శిష్యా! నీ ప్రశ్నకు సమాధానంగా – ఆత్మయొక్క స్వకీయ వినోదరూప 'అన్యత్వ కల్పన' గురించి విను. ఆత్మ సర్వదా ఏకము, అఖండమే! అంతేగాని, **'జీవాత్మ'**గా గాని, **'దేహములు'**గా గాని ఎప్పుడూ అగుచుండటమేలేదు.

అయితే, సో అకామయత "బహుస్యాం ప్రజాయేయా!".. ఇతి। ఆత్మ ఒకానొకప్పుడు అనిర్వచనీయ కారణంగా – **'ఏకము–అఖండము అగు నేను అనేకమును కల్పించుకొనెదును గాక! అనేకముగా అయ్యెదనుగాక! అనేక రూపములుగా అయి ఆస్వాదిస్తానుగాక!"..** అను ఊహ (భావన)ను పొందుచున్నది. **స తపో అతప్యత।** తపస్సు (తపన) నిర్వర్తించుచున్నది. దృశ్యకల్పన రూపంగా **ఈ సర్వమును తనకుతానే స్వప్నమువలె సృజించుకొనుచున్నది.** ఇక్కడ కనబడుచున్నదంతా సృష్టించుకొని ఇద్దానియందు చైతన్యరూపమున – **అనుప్రావిశత్** । ప్రవేశించుచున్నది.

సత్ చ ⟶ మూర్తివంతమైన కనిపించే ⟶ పృధివి, జలము, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము మొదలైనదంతాగానూ,

అసత్ చ ⟶ అమూర్తివంతమైన అనుభవమగు ⟶ మనో బుద్ధి చిత్త అహంకార రూపంగానూ...

⟶ దేశ–కాలములుగాను – తానే అగుచు, తానే ప్రవేశించి, తనకు తానే అద్దానికి 'పరిమితము'ను (Limitedness / Boundedness) కల్పించుకొంటోంది.

→ **నిరుక్త - అనిరుక్తములు** = (సామాన్య-విశేషములు),

→ **నిలయంచ-అనిలయంచ..** = (ఆశ్రయసహితమైనది- ఆశ్రయరహితమైనది),

→ **విజ్ఞానంచ-అవిజ్ఞానంచ...** = (తనకు తెలిసినవి- తెలియనవి),

→ **'సత్యము'గా తెలియబడునది** = అనృతము (అసత్యము)గా తెలియబడుచున్నది,

ఇవన్నీ ఆత్మ కల్పించుకొనుచున్నది. అవన్నీ తానే అగుచున్నది కూడా! అద్వితీయమై వెలుగొందుచున్నది.

అట్టి ఆత్మ ఏది ఏ తీరుగా (సత్యమనో-అసత్యమనో, నిత్యమనో - అనిత్యమనో, సుఖమనో - దుఃఖమనో) సంకల్పించుకొనుచున్నదో.. అది అట్లే సిద్ధించినదై అనుభూతమగుచున్నది. ఇక్కడ ఏకించిత్ ఏతీరుగా ఆత్మ సత్యమని అనుకుంటే అది అతీరుగా సత్యముగా అగుచున్నది. **(యత్ భావమ్, తత్ భవతి)**.

అందుచేత, ఆత్మను **"సత్యసంకల్పి-తాను ఏది సత్యమనుకొంటే.. అది అట్లే అగుచున్నది"**... అని ఆత్మ-జగత్తుల పరంగా నిర్వచించబడుతోంది. వాస్తవానికి ఆత్మ సర్వదా కేవలమైయున్నది. అద్దానిపట్ల జీవుడు లోకములు మొ॥వి లేవు. లేని వాటి గురించి "ఎప్పుడు ఏమగుచున్నది?" - అను మీమాంస వదలిపెట్టండి. ఒకడు ఏవిధంగా భావించినా కూడా ఆతడు 'తనను తాను' అనబడు ఆత్మత్వము వదలుటయే లేదు. **ఆత్మకు అన్యమైన దేనికీ స్వతఃగా 'ఉనికి' లేదు.**

7వ అనువాకము - రసో వై అయం పురుషః

అసద్వా ఇదమ్ అగ్ర ఆసీత్। ఈ ఇంద్రియములకు వర్తమానమున ఈ జీవునికి అనుభవమగుచున్న నామరూపాత్మకమైనదంతా మొట్టమొదటగా లేదు. మొదట ఇది **అసత్తు** (That which is not existent) అయి **అవ్యాకృతమై** (unexhibited) **అవ్యవహారికమై,** అప్రదర్శితమైయున్నది. ఇదంతా ఆత్మయందు ఆత్మగానే ఉన్నది. ఇప్పుడు కూడా ఆత్మకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ అన్యముగా లేదు. వేరుగా ఉంటే ఆత్మ అనన్యము ఎట్లా అవుతుంది?

"ఆత్మయందు ఈ జగత్తు ఉన్నదా?" - అను దానికి సమాధానం విను.

→ జాగ్రత్‌లో ఈరోజు రాత్రి నిద్రించటం జరిగినప్పుడు కనిపించబోవు స్వప్నములోని దృశ్యజాలమువలె,

→ ఒక గాయకుడు గాఢనిద్ర పోవుచున్నప్పటి ఆతని జాగ్రత్ అనుభవములు, సంగీత కళానైపుణ్యము మొదలైనవాటివలె.

→ గొప్ప కథ రచించబోవు గొప్ప రచయిత యొక్క కథాకల్పనకు మునుముందుగా - రచన (ప్రారంభమైన తరువాత) రూపుదిద్దుకోబోవు కథలోని పాత్రల యొక్క పరస్పర సంబంధములవలె,

→ నిశ్చల జలములో - ఆ తరువాత ఏర్పడు చంచలము వలన కనిపించు తరంగముల ఆకారములవలె

అసత్ రూపము (అప్రదర్శిత -నాస్తిరూపము) దాల్చి ఉన్నది. ఎప్పుడో ఒక సమయ - సందర్భములలో → ఆత్మయొక్క వ్యవహారికత్వము కారణంగా సంప్రదర్శనమై సత్తుగా (ఉన్నదిగా) రూపము పొందుచున్నది. అవ్యాకృత పరబ్రహ్మమే స్వయముగా 'జగత్ సత్త' రూప దృశ్యప్రపంచత్వము సంచరించుకొనుచున్నది. అంతేగాని బ్రహ్మమునకు (లేక) ఆత్మకు వేరుగా ఏ కారణం చేతనూ ఇదంతా ఆత్మయందు కనిపించటం లేదు.

అందుచేత **"జగత్తు ఆత్మకు స్వయంకృతము - స్వయంభావన - స్వయం రచన"** అని చెప్పబడుతోంది. ఆత్మ "దృక్ చైతన్యము - ద్రష్ట - దృశ్యము - అను త్రిమూర్తిస్వరూపము అనబడుచున్నది.

ఈ కనబడే నామ రూపాత్మకమైనదంతా బ్రహ్మము యొక్క స్వీయానుభవ రచనా విజృంభణమే! ఏ కారణం చేత ఈ జగత్తు ఆత్మ తన యొక్క భావనా కల్పనగా రచించుకొనుచున్నదో,.. ఆ కారణం చేతనే **'స్వయంకృత'** అని (ఆత్మ) పిలువబడుతోంది.

రసోవై సః

ఇదంతా ఆత్మ యొక్క ఆనందరస ప్రదర్శనమే।

ఆత్మయందు ఆత్మచే ఆత్మకు అభిన్నమై కల్పించబడి, ఆత్మచేతనే అనుభవించబడు ఈ జగత్తు ఎట్లా రూపుదిద్దుకుంటోంది? లీలా వినోదంగా స్వయంకృత రసానుభూతిగా। తన ఈ రసప్రదర్శనచే జీవుడు దీనినంతటినీ తన సుఖమయరూపముగా తలచుచున్నాడు.

సుఖ స్వరూపమగు పరబ్రహ్మము తన హృదయాకాశమున తన సుఖస్వరూపమును ప్రదర్శించుటచేతనే ఈ ప్రాణాది వ్యాపారములు ఏర్పడినవగుచున్నాయి. ప్రాణములు బ్రహ్మముయొక్క ప్రియరూపమే!

సుఖ భావనయే ప్రాణ స్వరూపమై, ప్రాణశక్తి సుఖ రూపముగా అనుభవమగుచున్నది.

బ్రహ్మము యొక్క సుఖ భావనయే–(1) జీవుడు (సుఖముగా దర్శించుచూ అనుభవము పొందువాడు–Experiencer) (2) ప్రాణశక్తి (సుఖమయ భావన– energy)ల – కలయిక ఏర్పడుచున్నది. 'జగత్ దృష్టి'ని స్వీయసుఖమయ కల్పనగా నిర్మించుకొని, **జగత్–దృష్టి నుండి జగత్–సృష్టిని పొందుచున్నది.** అనగా **దృష్టియే సృష్టి.** తన దృశ్యరూపమగు – అట్టి సృష్టిలో ప్రవేశించి, స్వీయ చమత్కారము చేత స్వకీయ సృష్టియందే సంచరిస్తూ, **"నేను ఏదో –ఎవరిదో సృష్టిలో ప్రవేశించాను! ఇదంతా నాకు అన్యము, బంధము"!** – అని భావించి ఉపాధి పరంపరలు కొనసాగించనారంభిస్తోంది. అనాత్మమైనది, బంధప్రదమైనదంతా పొందటం జరుగుతోంది.

ఆత్మచేత ఆత్మకు అన్యమైనది భావించబడేదంతా 'అసత్' అని పిలువబడుతోంది.

బ్రహ్మమే స్వీయభావనాక్రమముచే జీవుడుగా కనబడుచున్నది. **జీవుడు సర్వదా బ్రహ్మమే అయి ఉన్నాడు.**

'అభయమ్'

ఏది సర్వదా సత్‌స్వరూపమై ఉండియున్నదో, అదియే ఉద్భవిస్తోంది. ఆ పరమాత్మ స్వతఃగానే ఆనందమయుడు। రసస్వరూపుడు। **రసగ్ం హి ఏవ అయం లబ్ధ్వా ఆనందీ భవతి।** రసస్వరూపుడగు భగవానుని నుండి ఆనందము పొందటం చేతనే – ఈ జీవుడు ఆనందము కలిగినవాడై ఉంటున్నాడు. హృదయాకాశంలో ఆనందము లేకుంటే ఎవ్వడు మాత్రం ఎట్లా జీవించగలడు! ఈ జీవించటము – అనునదంతా – **పరమాత్మయొక్క ఆనందస్ఫురణా విశేషమేగాని మరింకొకటేదీ కాదు.**

అఖండుడు, అద్వితీయుడు, అనన్యుడు అగు ఆత్మదేవుడు మన హృదయాకాశంలో ఆనందమయస్వరూపుడై సర్వదా వేంచేసియే ఉన్నారు.

ఈ జీవుని సహజమగు ఆత్మరూపము →

→ అదృశ్యే ...... కంటికి కనబడనట్టి,
→ అనాత్మ్యే ...... అభౌతికము (Non material) అయినట్టి,
→ అనిరుక్తే ...... అనిర్వచనీయుడయినట్టి,
→ అనిలయ ...... ఆధారరహితుడైనట్టి,
→ అభయం ...... అభయ స్వరూపుడైనట్టి

ఏ జీవుడు భగవంతుని తన హృదయస్థానమునందే పైవిధంగా గుర్తించి, దర్శిస్తాడో.. **అథ సో అభయం గతో భవతి।**

ఆతడు అభయ స్వరూపుడై ఇప్పుడే ఇక్కడే ప్రకాశించగలడు. **అభయం హి ఆత్మా!**

యదా హి ఏవ ఏష ఏతస్మిన్ ఉదరమ్ "అన్తరమ్" కురుతే, అథ తస్య భయం భవతి।

ఎప్పుడు ఈ జీవుడు అట్టి పరమాత్మస్థానమునుండి తనపట్ల తాను తన ఉదరమునందు వేరైన భావము పొందటము జరుగుచున్నదో, అదియే సంసారము. స్వస్వరూప భావనతో (అనగా) ఈతడు దృశ్యముతో సందర్భములతో, సంఘటనలతో, సంబంధ–అనుబంధ–బాంధవ్యములతో.. **"నేను వీటిచే పరిమితుడను"..** అను జీవాత్మ ధర్మమునకు పరిమితుడగుచూ ఆశ్రయించుచున్నాడో, ఆ మరుక్షణమే 'భయము' బయల్వెడలుచున్నది.

ఎవ్వడు పరమాత్మతత్త్వమును స్వస్వరూపభావనతో చింతన చేయడో, ఆతడు విదుషుడు (పండితుడు) అయినప్పటికీ 'భయము' కొనసాగుచూనే ఉండగలదు. (ద్వితీయో భయమ్ భవతి। అద్వితీయో అభయమ్।)

8వ అనువాకము – అభయానందము

ఆత్మ సర్వదా అభయస్వరూపము. అందుకు భిన్నమైనదంతా 'భయము'తో కూడినదే.

అట్టి పరమాత్మ పట్ల భయము చేతనే...., 'అన్యము'గా కనిపించేదంతా ఆత్మకు అధీనమై ప్రవర్తిస్తోంది.

- **భీషా అస్మాత్ వాతః పవతే** – వాయువు ఆత్మ పట్ల భయముచేతనే ఆకాశమంతటా వీచుచున్నది
- **భీషా ఉదేతి సూర్యః** – సూర్యుడు ఆకాశంలో భయముచేతనే ఉదయిస్తున్నారు.
- అగ్ని–ప్రకాశించటము, ఇంద్రుడు ఇంద్రియములను–లోకములను పరిపాలించటము – ఇదంతా **ఆత్మపట్ల భయముచేతనే** జరుగుతోంది.

- ఈ దృశ్య ప్రపంచములో కనిపిస్తున్న మార్పుచేర్పుల చమత్కారమంతా పరమాత్మ పట్ల భయముచేతనే (మృత్యువు= మార్పు) ఏర్పడుచున్నదగుచున్నది. ఆత్మకు భయపడియే **మృత్యువు – తన పనిని తాను నిర్వర్తిస్తోంది.**

ఆనంద మీమాంస

ఇప్పుడు 'ఆనందము' యొక్క అవధుల గురించి ఒకానొక మీమాంసగా చెప్పుకుంటున్నాము.

మానుష్యానన్దము : యౌవనదార్ఢ్యము, ఉత్సాహము, సాహసము, ధైర్యము, శక్తి గల – వేదాధ్యయనము చేసినట్టి ఒక యువకుడు తన శక్తి–సామర్థ్యములతో అనేక మందిని శాసించగలుగుచూ, **తస్య అయం పృథివి సర్వా విత్తస్య పూర్ణస్యాత్।** – భూమిపై గల సంపదలన్నీ ఆతని సొంతమై, ఆతని కనుసన్నలలో మెలగుచున్నాయని అనుకుందాం. అట్టి వానికి కలుగుచున్న ఆనందము – **'ఒక మనుష్యానందము'**తో సమానము.

శ్రోత్రియస్యచ, అకామహతస్య చ। అటువంటి ఒక మానుష్యానందమును – ఒక శ్రోత్రియుడు (వేదముల హృదయమగు ఆత్మతత్త్వము తెలిసినవాడు), అకామహతుడు (కామములచే జయింపబడనివాడు) అగు మానవుడు ఇప్పుడే, ఇక్కడే వస్తు – విషయాదులు లేకుండానే పొందుచూ ఉన్నాడు.

మనుష్య గన్ధర్వానందము : అటువంటి మానషానందమునకు వంద ఇంతల ఆనన్దము (×100) ఒక **మనుష్య–గంధర్వానందము**తో (సంగీతము ఇత్యాది, కళలతో పరాకాష్ఠ ఆనందముతో) సమానము. అయితే అది ఒక శ్రోత్రియుడైన ఆత్మతత్త్వవేత్త (మరియు) అకామహతుడు, తాను ఉన్నచోటనే పొందుచూ ఉన్నాడు.

దేవగంధర్వానందము : మనుష్య గన్ధర్యానందమునకు 100 రెట్లు దేవగంధర్వానందము. అది కూడా కామరహితుడగు బ్రహ్మజ్ఞానికి ఇక్కడే లభిస్తోంది.

పితృదేవతా చిరలోకానన్దము : ఇది దేవగంధర్వానందమునకు నూరింతలు. అయితే, ఇది కూడా వేదరహస్యము తెలిసిన అకామహతుడు పొందుచున్నాడు.

అజానజానానందము : అట్టి పితృలోకానికి నూరురెట్లు దేవలోకములో జనించిన **అజానజానానందము** అగుచున్నది. అక్కడ మానవునివలె మృత్యువు ఉండదు.

నూరు అజానజానానందములు **ఒక కర్మదేవతానందము.** యజ్ఞయాగాది కర్మలు చేసినవారు అట్టి కర్మదేవతానందము పొందుచున్నారు.

అట్టి కర్మదేవతానందమునకు నూరురెట్లయినది. → **ఒక దేవానందము** (దేవతా లోకాలలో దేవత పొందుచున్నది)

అట్టి **'దేవానామ్ ఆనందములు'** నూరు అంతలు – ఒక **ఇంద్రదేవానందము.**

ఇంద్ర దేవానందమునకు నూరురెట్లు – ఒక **బృహస్పతి ఆనందము**. అట్టి **'బృహస్పతి ఆనందము'**.... నూరు ఇంతలు లభిస్తే అది లోకముల నిర్మాణ సామర్థ్యమును ప్రదర్శించుచున్నట్టి ప్రజాపతి ఆనందముతో సమానము. అట్టి ప్రజాపతి ఆనందమును కూడా బ్రహ్మజ్ఞానము గల శ్రోత్రియడగు అకామకామి తాను ఎక్కడ ఉంటే అక్కడ పొందుచూనే ఉన్నాడు.

అట్టి ప్రజాపతి ఆనందమునకు నూరురెట్లు – **స ఏకో బ్రహ్మణ ఆనందః। – అది బ్రహ్మానందము.**

ఆ కోరికలు జయించిన బ్రహ్మవేత్త అది ఇక్కడే ఇప్పుడే పొందుచూనే ఉన్నాడు.

అందుచేత ఇంద్రియ దృశ్య సంబంధమైన కోర్కెలను (All wordly expectations and desires) త్యజిస్తూ **ఆత్మజ్ఞానము వైపు అడుగులు వేస్తూ ఉండటమే ఆత్యంతికానందముకొరకై ఏకైక ఉపాయము.**

ఆత్మానందము

ఆత్మానందము ఎక్కడ లభిస్తుంది? ఆత్మ ఈ జీవుని హృదయంలోనే సర్వదా వేంచేసియే ఉన్నది. ఈ మనుజునియందు ఏ ఆత్మానందము ప్రకాశమానమై ఉన్నదో,.. అదియే – **సయశ్చ అయం పురుషే, యశ్చ ఆసావాదిత్యే। – స ఏకః।** ఆదిత్యునియందు కూడా ఆ ఆత్మానందమే ఉన్నది. బ్రహ్మదేవుని నుండి – ఒక జీవుని వరకు అంతర్–హృదయంగా ఏ ఆత్మానందము సమముగా సర్వదా ప్రకాశమానమై ఉన్నదో,... అద్దానిని తెలుసుకొనుచుండటమే **ఆత్మజ్ఞానము**. అట్టి ఆత్మానందమును గుర్తిస్తున్న వాడే **వేదవేత్త! విదితవేద్యుడు। అది ఎరిగిన వాడు బ్రహ్మానంద స్వరూపుడై విహరిస్తున్నాడు.**

సర్వదేహములలో ప్రకాశించు అఖండాత్మానందమును దర్శించువాడు – **తం అన్నమయమ్, ప్రాణమయమ్, మనోమయమ్, విజ్ఞానమయమ్, ఆనందమయమ్ ఆత్మానమ్ ఉపసంక్రామతి!** ఆతడు పంచకోశములను తనయందు లయంచేస్తూ ఆక్రమించివేస్తూ... **కేవలాత్మానంద స్థానము**ను చేరుచున్నాడు. **"పంచకోశములు నాలోని చమత్కారములు. వాటికి నేను వేరై ఉన్నాను!"** అని గమనిస్తున్నాడు.

ఆనందవల్లి - 9వ అనువాకము -ఆత్మజ్ఞః

అట్టి ఆత్మానందము 'ఇట్టిది' అని మాటలలో ఎట్లా చెప్పటం? **యతో వాచో నివర్తంతే అప్రాప్య మనసా సహ!** వాక్కు మనస్సు కూడా వాటి గురించి అభివర్ణించ ప్రయత్నించి, వల్లకాక... వెనుకకు మరలుచున్నాయి.

అట్టి ఆనందము బుద్ధికి మాత్రమే విదితమగుచున్నది. (one's own common sense only shall be able to observe that).

తత్ ఆనన్దమ్ బ్రాహ్మణో విద్వాన్ న బిభేతి కుతశ్చనేతి! అట్టి సర్వాత్మకమగు అఖండ పరబ్రహ్మమును తెలుసుకొని, అనుభూతపరచుకున్నవాడికి భయము పొందుటకు విషయమే ఉండదు. పుణ్య పాపవ్యవహారములతో సహా ఈ సర్వము ఆత్మస్వరూపమై అనుభూతమగుచున్నది. అందుచేత దేహ-దేహాంతరములప్పుడు కూడా పుణ్య-పాప, సుఖ-దుఃఖ, అల్ప-అధిక ఇత్యాది ద్వంద్వములు అట్టి ఆత్మజ్ఞుని బాధించవు. బాధించలేవు! ఆతడు సర్వదా ఆత్మగా ప్రకాశమానుడై ఉంటున్నాడు.

– ఇత్యుపనిషత్ –

3 భృగువల్లి

1వ అనువాకము – సహనావవతు..... (శాంతి పాఠము)

సర్వాత్మకుడు, కరుణామయుడు అగు పరమాత్మ – శిష్య, ఆచార్యులమగు మన మిరువురికి రక్షకుడగునుగాక! మనమిరువురము పరిపోషించబడెదముగాక! బ్రహ్మజ్ఞాన – బ్రహ్మతత్త్వానుభవములు సిద్ధించుటకై శిష్య-ఆచార్యులమగు మనమిరువురము వీర్యవంతులమై పరిశ్రమించెదముగాక! మన ఈ స్వాధ్యయనము తేజోవంతమై ఉత్తమ ఫల ప్రదమగునుగాక। శిష్య – ఆచార్యులమగు మనమిరువురము పరస్పరము అయిష్టపడక, ఇష్టముగా ఈ ఆత్మబోధాకార్యక్రమము నిర్వర్తించుకొనెదముగాక! ఓం శాంతి శ్శాంతి శ్శాంతిః। అధి భూత-అధిదైవ-అధ్యాత్మ తాపములు ఆత్మభావనయందు సశాంతించిన వగునుగాక।

వరుణ భగవానుని కుమారుడు భృగ మహర్షి ఒక సందర్భములో పితృదేవులను సమీపించి **"తండ్రీ! భగవంతుడు (లేక) పరమాత్మ (లేక) బ్రహ్మము గురించి దయచేసి నాకు అధీహి। ఉపదేశించండి!"** అని ప్రార్థించారు.

వరుణ భగవానుడు : బిడ్డా! భృగూ! అన్నము, ప్రాణము, చక్షువులు, చెవులు మనస్సు వాక్కు.... అంతా పరబ్రహ్మమే! పరమాత్మ ప్రదర్శనమే! సర్వం బ్రహ్మమే!

మరికొంతగా ఇంకొక విశేషంగా చెప్పుచున్నాను విను. **యతోవా ఇమాని భూతాని జాయన్తే, యేన జాతాని జీవన్తి, యత్ ప్రయన్తి అభిసంవిశన్తి,** → ఈ జీవజాలమంతా ఎక్కడ నుండి పుట్టుచున్నదో.., దేనివలన జీవిస్తూ ఉన్నదో, చివ్వరికి దేనిలో లయిస్తూ ఉన్నదో.... **తత్ విజ్ఞానస్వ!** అది తెలుసుకో! అదియే బ్రహ్మము. బ్రహ్మము గురించి నేను చెప్పినంత మాత్రంచేత తెలిసేది కాదయ్యా. అందుకు తపస్సు చేసి స్వబుద్ధితో ఎరగాలి సుమా!

– – –

అప్పుడిక భృగువు ఒక ఏకాంతపు దేశమును చేరారు. **"ఈ భూత జాలమంతా ఎక్కడ నుండి జనిస్తూ ఎందులో జీవిస్తూ, దేనిలోలయిస్తోంది? ఇది గమనించమని, కదా గురుదేవులగు పితృదేవుల సూచన! దేనినుండి జీవులు జనించి జీవిస్తున్నారు?" –** అని యోచన ప్రారంభించారు. తపస్సుకు ఉపక్రమించసాగారు. 'తపన' అను ప్రయత్నమే తపస్సు కదా! ఆతడు మనస్సును ఇంద్రియాలను అంతర్ముఖంచేసి **"నేను – సహజీవులు – దృశ్య ప్రపంచము"**ల జనించు – జీవించు – లయించు స్థానము గురించి బుద్ధితో అన్వేషణ చేయసాగారు. కొంతకాలం గడిచింది.

2వ అనువాకము – అన్నం బ్రహ్మేఽతి వ్యజానత్

భృగువు : ఈ దేహాలన్నీ **దేనిచేత** జనించి **పరిపోషించబడుతూ భౌతికంగా** ఇట్లా **కనిపిస్తున్నాయి**? ఓహో! అన్నము చేతనే ఈ దేహాలన్నీ పుడుచున్నాయి. జీవిస్తున్నాయి. తిరిగి అన్నము చేతనే నశించి అన్నము నందు లీనమగుచున్నాయి. **కాబట్టి అన్నమే బ్రహ్మము!** అనగా? అన్నమయ దేహముల ప్రత్యక్షరూపమే 'బ్రహ్మము' అని నాన్నగారి ఉద్దేశ్యము!" అని భావించాడు. తండ్రి గారి దగ్గర ఈ విషయం ఆరూఢపరచుకోతలచారు. వరుణుల వారిని సమీపించారు.

❖

భృగువు : తండ్రీ! వరుణ భగవాన్! అన్నమ్ బ్రహ్మ। **"ఆహారము – ఆహారముచే నిర్మించబడి–పరిపాలింపబడుచూ – ఆహారముచే లయించబడుటచే అన్నమయ దేహమే బ్రహ్మము"..** అని నేను గమనిస్తూ ఉన్నాను. ఔను కదా! ఇప్పుడు బ్రహ్మము అనగా ఏదియో, మీ వద్ద కూడా ఎరుగ తలచాను. అన్నమయమైనదే (భౌతికమైనదే) బ్రహ్మము కదా?

వరుణ భగవానుడు అది విని – చిరునవ్వు చిందించారు. 'ఔను' అనలేదు. 'కాదు' అనలేదు. **"బిడ్డా! తపస్సు చేయి। తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ! తపో బ్రహ్మేఽతి! తపస్సు వలననే బ్రహ్మము అనగా ఏమో తెలియవస్తోంది. తపస్సు చేసి 'ఇది బ్రహ్మము' అని తెలుసుకో!"** అని పలకాలి. అప్పుడు భృగువు "ఓహో! నాన్నగారి ఉద్దేశ్యంలో నేను బ్రహ్మముగురించి ఎరిగినది సమగ్రము కాదన్నమాట. (Not comprehensive). అందుచేత వారి ఆజ్ఞను అనుసరించి మరల తపస్సు చేస్తూ విచారణ కొనసాగిస్తాను".. అని తలచారు. మరల తపస్సు ప్రారంభించారు. కొంతకాలము గడిచింది.

3వ అనువాకము – ప్రాణో బ్రహ్మేఽతి వ్యజానాత్

భృగువు ఇట్లా తలచసాగాడు.

''ప్రాణమే భగవంతుడు. ప్రాణమే–బ్రహ్మము అని ఇప్పుడు నాకు అనిపిస్తోంది. ఈ జీవులంతా ప్రాణమునందే ఉద్భవిస్తున్నారు. ప్రాణము ఉంటున్నప్పుడే కదా జీవిస్తున్నది! కాబట్టి ఈ జీవులంతా 'ప్రాణశక్తి' నుండే బయల్వెడలి, ప్రాణము చేతనే జీవిస్తూ, ప్రాణమునందే లయమగుచున్నారు. మరణానంతరం ప్రాణము ప్రాణములో లయిస్తోంది! అందుచేత 'ప్రాణమే బ్రహ్మము' అని నాకు అర్థమగుచున్నది! జీవుడు = ప్రాణరూపుడు!"

ఇట్లు ఎరిగినవాడై తండ్రి వరుణుని సమీపించి, **"తండ్రీ! ప్రాణమే బ్రహ్మమని ఎరుగుచున్నాను! నేను 'ప్రాణమే బ్రహ్మము' అని ఎరిగిన దాని గురించి నాకు మరికొంత ఇంకేమైనాఉంటే విశదీకరించండి" – అని బ్రతిమలాడారు.**

మహనీయుడగు వరుణుడు చిరునవ్వు నవ్వుచూ **"ప్రియపుత్రా! తపస్సు చేసి బ్రహ్మమును ఎరిగెదవుకాక! తపస్సు వల్లనే 'బ్రహ్మము' యొక్క పూర్ణార్థమును ఎరుగగలవు. సుమా!"...** అను పలికి ఊరుకున్నారు.

అప్పుడు భృగువు.. **"అట్లాగా! అనగా, 'ప్రాణమే బ్రహ్మము' అనునది సమగ్రము** (complete and comprehensive) కాదా? **సరే!"** అని అనుకొని మరల కొంతకాలము తపస్సు చేయసాగారు.

4వ అనువాకము – మనో బ్రహ్మేఽతి వ్యజానాత్

భృగువు : దేహము ప్రాణముతో జీవిస్తోంది. అయితే ప్రాణము శక్తి రూపము కదా! అట్టి శక్తి ఎవ్వరి ఆధ్వర్యంలో ఉన్నది? ఆహాఁ! మనో పురుషుడి (ఆలోచనలు) హస్తములలో ప్రాణము ఉపకరణము. ఆలోచనాశక్తి చేతనే ఈ భౌతిక దేహములో ప్రాణము నిలచి ఉండి, ప్రాణ – అపాన – వ్యాన – ఉదాన – సమాన ధర్మములు నెరవేరుస్తోంది. *(**"మనయేవ ఇదమ్ ఆప్తవ్యమ్" "మనో యఃకరోతి తత్ కృతం భవతి। మనో య నకరోతి, తత్ న కృతమ్ భవతి!".. "మనయే'వ మనుష్యాణాం కారణమ్ బంధ–మోక్షయ్యో"** మొదలైన)* మనో నిర్వచన ఆప్త వాక్యములను అనుసరించి "మనస్సు ఈ జీవుని రూపం" అనునది విదితమౌతోంది. కనుక **మన సోహి ఏవ ఖలు ఇమాని భూతాని జాయన్తే।** మనస్సు నుండే ఈ జీవ జాలమంతా జనిస్తోంది. **మనసా జాతాని జీవన్తి।** మనస్సు చేతనే జీవిస్తున్నారు. మనస్సు నందే తిరిగి లయిస్తున్నారు. కనుక **మనస్సే బ్రహ్మము. మనస్సు నుండియే జీవులంతా బయల్వెడలుచున్నారు.**

❖❖❖

ఇట్లా గ్రహించి భృగువు మరల తండ్రిని సమీపించారు.

భృగువు: 'మనస్సే **సర్వోత్కృష్టమగు బ్రహ్మము"..** అని నేను తపస్సు తరువాత గ్రహించాను. ఈ దేహము – ప్రాణము మనస్సుకే అంగములు కదా! ఇప్పుడు మీరు దయతో బ్రహ్మము గురించి ఇంకేమైనా ఉంటే చెప్పండి.

వరుణ భగవానుడు : కుమారా! తపస్సు చేతనే బ్రహ్మము గురించి తెలుసుకోగలవు. తపస్సే బ్రహ్మమును తెలుసుకొను ఉపాయము! పెద్దల, బ్రహ్మవేత్తల సూచన మార్గము అదే కదా!

❖❖❖

అప్పుడు భృగువు ఇట్లా తలచాడు.

"అయితే మనస్సు బ్రహ్మము.. అనునది కూడా పరాకాష్ఠ - సత్యము కాదన్న మాట! సరే! నాన్న గారి సూచనానుసారంగా మరల తపస్సు కొనసాగిస్తాను!" - ఇట్లా పలికి తిరిగి ఏకాంతంగా తపస్సు-వివేకముతో కూడిన 'స్వకీయ-విచారణ' కొనసాగించారు.

5వ అనువాకము - "విజ్ఞానం" బ్రహ్మేతి వ్యజనాత్

భృగువు : (తనలో) మనస్సు బుద్ధికి తెలియబడుతోంది కదా! మనస్సుచే తెలియబడేదంతా బుద్ధిని అనుసరించే ఉంటోంది! కనుక విజ్ఞాన-విచక్షణా రూపమగు బుద్ధిని అనుసరించే మనస్సు-ప్రాణము-అన్నమయ దేహము ప్రవర్తిల్లుచున్నాయి. తెలివియే లేనప్పుడు తెలియబడేది, తెలుసుకుంటున్న మనస్సు ఉండజాలవు. కాబట్టి **విజ్ఞానమ్ బ్రహ్మేతి! విజ్ఞానమే బ్రహ్మము!** విజ్ఞానము (తెలివి) నుండే ఈ జీవులంతా జీవిస్తున్నారు. తెలివిచేతనే జీవులు జీవిస్తున్నారు. తెలియబడేది + మనస్సు చివరికి తెలివియందే లీనము అగుచున్నాయి. కనుక "విజ్ఞానమే బ్రహ్మము".. అని తెలియవస్తోంది. 'విజ్ఞానము' నుండే జీవులంతా బయల్వెడలుచున్నారు.

ఇట్లా తలచి, భృగువు మరల తండ్రిగారిని సమీపించారు.

భృగువు : తండ్రీ! వరుణ భగవాన్! **'కేవల తెలివి'** (The Factorof knowing at its Absolute) **రూపమగు విజ్ఞానమే బ్రహ్మము** - అని నాకు అనిపిస్తోంది. ఇప్పుడు బ్రహ్మము గురించి నిర్వచిస్తూ విశదపరచండి.

వరుణ మహర్షి : తపసోబ్రహ్మ విజ్ఞానస్వ! తపో బ్రహ్మేతి। తపస్సుచేత మాత్రమే **"బ్రహ్మము అనగా ఇది"** అని తెలియవస్తోందయ్యా!

అప్పుడు భృగువు మరల మరొక్కసారి తపస్సు చేయనారంభించారు. కొంతకాలం గడిచింది ఈ విధంగా ఎరుగసాగారు.

'6'వ అనువాకము - ఆనన్దోబ్రహ్మేతి వ్యజానాత్

భృగువు : తెలివి ఇచ్ఛను అనుసరించి ఉంటుంది కదా! కాబట్టి ఇష్టము (లేక) చిత్తము (లేక) ఆనందమే బ్రహ్మము. ఆనందము (లేక) ఇష్టము నుండే తెలివి, ఆలోచన, ప్రాణశక్తి, అన్నమయ దేహము బయల్వెడలుచున్నాయి. 'ఇష్టము' నుండే ఈ జీవులంతా బయల్వెడలుచున్నారు. ఆనందము నందు ఆనందము చేతనే జీవిస్తున్నారు కూడా! ఈ జీవులంతా తిరిగి ఆనందమునందే లయిస్తున్నారు. 'ఆనన్దో బ్రహ్మ' అని నిర్ణయించుకుంటున్నాను. అందుచేత ఇచ్ఛా రూపమగు 'ఆనందము' నుండియే ఈ జీవుల ఉత్పత్తి జరుగుతోంది.

\- - -

ఈ విధంగా భృగువు తండ్రి వరుణ మహర్షి సూచనలను అనుసరించి తపస్సుచే పరిశుద్ధమైన అంతరంగము కలవాడయ్యారు. తపస్సు చేతనే "ఆనన్దమే బ్రహ్మము" అని తెలుసుకొని **"నా బ్రహ్మానంద స్వరూపమే ఈ విజ్ఞానమయ-మనోమయ-ప్రాణమయ-అన్నమయ కల్పనా విశేషాలు"..** అని గ్రహించారు. అట్టి ఆనందము హృదయాకాశమునందే ఏర్పడి ఉన్నట్లు గ్రహించారు. **"ఆనందోబ్రహ్మ!"** (This is all my pleasure) అని ఆనందించసాగారు.

ఈ విధంగా వరుణ-భృగువుల సంవాదము ఎరిగినప్పుడు, అట్టి బ్రహ్మవిద్యచే ఆ అధ్యయనుడు-తన హృదయమునందు' **ఆనంద బ్రహ్మము**ను దర్శించి, బ్రహ్మమే తానై ప్రకాశించుచున్నాడు. ఆనందమును (బ్రహ్మము యొక్క ఇష్టరూపమే ఇదంతా అని) ఎరిగినవాడు.

- అన్నము (సిద్ధించుకోవాలనుకొన్నది) సిద్ధించుకోగలడు
- తేజోవంతుడు, సత్సంతానవంతుడు, (పశు మొ॥న) సంపత్తి గలవాడు, అగుచున్నాడు.
- శమ దమములు మొ॥నవి స్వభావసిద్ధమై, 'శ్రేష్ఠుడు' అగుచున్నాడు.

7వ అనువాకము - అన్నమ్ ప్రాణస్వరూపమ్

(అన్న - అన్నాదములు = (దృష్టాంతం). కుండలోని నీరు ఉన్నప్పుడు కుండ 'అన్నాదము'. నీరు అన్నము).

అన్నము జీవుని జీవనానికి, ఈ దేహము పరిపోషించబడటానికి కారణమై ఉంటోంది. అన్నము బ్రహ్మజ్ఞానమునకు మొట్టమొదటి ఉపాయము. అందుచేత అన్నమును నిందించకూడదు. **అన్నమ్ న నింద్యాత్!** అన్నము శక్తిని దేహానికి ప్రసాదిస్తోంది. అన్నములో ప్రాణశక్తి నిక్షిప్తమైయున్నది. అందుచేత అన్నమును వృద్ధి చేయటానికి జీవుడు శ్రమించాలి. అన్నమును వృధా చేయరాదు. తినే పదార్థాలను సహజీవులతో పంచుకోవాలేకాని, దుమ్ము-ధూళిలో వేయటమో, చెడేవరకు పాత్రలలో దాచి ఉంచటమో చేయరాదు.

తద్వ్రతమ్! అన్నమును సహజీవులకు సమర్పించటము వ్రతముగా పాటించాలి. అన్నము దైవార్పితము, న్యాయార్జితము అయి ఉండాలి.

(i) అన్నములో ప్రాణశక్తి ఉన్నది. (ii) ప్రాణశక్తి చేతనే శరీరము నిర్మించబడుతోంది (iii) శరీరములో అన్నము ప్రాణశక్తి రూపముగా ఉన్నది.

ప్రాణోవా అన్నమ్। - శరీరమ్ అన్నాదమ్। శరీరములో అన్నము ప్రాణరూపంగా ప్రవేశిస్తోంది.

I.***"శరీరము → అన్నాదము. ప్రాణము → అన్నము"....అగుచున్నాయి.***

II. **శరీరే ప్రాణ ప్రతిష్ఠితమ్।** ఈ శరీరము అన్నము చేతనే నిర్మితము అగుచున్నది. అనగా, ప్రాణములో ఈ భౌతిక శరీరము ప్రతిష్ఠితమై యున్నది. కనుక **"ప్రాణము - అన్నాదము. శరీరము అన్నము"**

III. పై I & II స్థితులను అనుసరించి శరీరము - ప్రాణము పరస్పరము ఒకదానియందు మరొకటి ప్రతిష్ఠితమగుచూ ఉన్నాయి.

ఈ విధంగా **ఈ శరీరము - ప్రాణము పరస్పరము ఒకదానియందు మరొకటి ప్రతిష్ఠితమగుచూ ఉన్నాయి.** [అనుభవించునది (అన్నాదమ్), అనుభవించబడునది (అన్నమ్) అగుచున్నాయి.] ఈ విధమైన శరీర-ప్రాణములకు గల పరస్పర-అన్నమన్నాదతత్త్వములను తెలుసుకున్నవాడు అన్నమన్నాద స్వరూపుడై మహాన్ (మహనీయుడు) అగుచున్నాడు. శరీర-ప్రాణములు అవినాభావత్వమును ఎరిగి ఉపాసించువాడు పుత్ర-మిత్ర ఇత్యాది జన సంపద, పశుసంపద పొందుచున్నాడు. శరీర-ప్రాణములను బ్రహ్మముగా ఎరిగినవాడు బ్రహ్మవర్చస్సుచే తేజోవంతుడు అగుచున్నాడు. **కీర్తివంతుడై-మహాన్ కీర్త్యా-ప్రకాశించుచున్నాడు.**

ఆహారమును భగవంతుని అనుగ్రహంగా భావించాలి. ప్రాణసమానంగా భావిస్తూ స్తుతిస్తూ, పరమాత్మకు కృతజ్ఞతలు సమర్పిస్తూ స్వీకరించాలి. ఇట్లు నిర్వర్తించువాడు అన్నమన్నాదుడు అగుచున్నాడు.

అనగా → నాలో అన్నము-దేహము ప్రాణము ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నాయి.

→ నేను అన్నము - దేహము - ప్రాణములలో ప్రతిష్ఠితమై యున్నాను - అని అనుభూతుడగుచున్నాడు.

మరికొంత వివరణ

అన్నాదమ్ = ఎందులో అయితే ఒకానొకటి, ప్రతిష్ఠితమైయున్నదో అది-**'అన్నాదమ్'**

అన్నమ్ = ఏది ప్రతిష్టితమై యున్నదో అది - **అన్నమ్!**

"శరీర-ప్రాణములు ఒకదానిలో ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నాయి కాబట్టి పరస్పరము 'అన్నమన్నాదమ్' అయి ఉన్నాయి".. అని **ఆహారమును 'శరీరము'గాను, శరీరము ప్రాణ రూపంగాను, ప్రాణమును శరీరము**గాను ఉపాసించువాడు 'మహత్‌తత్త్వము' సిద్ధించుకొనగలడు.

8వ అనువాకము - ఆపః-జ్యోతిః - అన్నమన్నాదమ్ - జలము - అగ్ని - పరస్పరం అన్నమన్నాదమ్

అన్నమును- **న పరిచక్షీత**→ ఉపేక్షించకూడదు. చెడిపోనీయకూడదు. ఇది **జీవునికి వ్రతముగా అగుగాక!** జలములో అన్నరసము (అన్నము) ఉన్నది. అట్లాగే జలము అన్నాదము. అగ్ని అన్నము.

అప్సు జ్యోతిః ప్రతిష్ఠితమ్।-జలమునందు అగ్ని ప్రతిష్టితమై యున్నది. అగ్నియందు జలము ప్రతిష్ఠితము.

జ్యోతిషి ఆపః ప్రతిష్ఠితాః జలము - అగ్ని →

రెండూ పరస్పరము అన్నము-అన్నాదము అయి ఉన్నాయి. ఇది ఎరిగినవాడు "అన్నమన్నాదుడు' అగుచున్నాడు. అనగా..

→ నేను ఆహారము - దేహము - జలము అగ్నిలోప్రతిష్ఠితుడనై ఉన్నాను

→ నాలో ఆహారము - దేహము - జలము అగ్ని ప్రతిష్టితమై ఉన్నాయి

అను **అనుభూతియందు ప్రతిష్ఠితుడగుచున్నాడు.**

అట్టివాడు ఆపఃజ్యోతి అన్నమన్నాదుడై మహదత్త్వము పునికి పుచ్చుకొనుచున్నాడు. సంతానము-పశుసంపద (భౌతిక సంపద) కూడా పొందుచున్నాడు. బ్రహ్మవర్చస్సుతో మహత్తర కీర్తి సంపన్నుడగుచున్నాడు.

9వ అనువాకము - సర్వము నాయందు

అన్నం బహుకుర్వీత! అన్నము విస్తారంగా వృద్ధి చేయుటకై శ్రమించాలి. "ఆహారమును అభివృద్ధి చేయాలి" అనునది వ్రతమువలె ఆచరించాలి. **పృథివీ అన్నం! ఆకాశో అన్నాదః।** పృథివి ఆకాశమునందు ప్రతితిష్ఠిత కలిగి ఉన్నది. ఆకాశము పృథివియందు ప్రతితిష్ఠత కలిగి ఉన్నది. (1) పృథి అన్నాదము. ఆకాశము అన్నము. (2) ఆకాశము అన్నాదము. పృథివి అన్నము.

పృథివ్యామ్ ఆకాశః ప్రతిష్ఠితః। ఆకాశే పృథివీ ప్రతిష్ఠితా। తత్ ఏతత్ అన్నామన్నే ప్రతిష్ఠితమ్।

పృథివి ఆకాశంలోను, ఆకాశము పృథివియందు ప్రతితిష్ఠత (ఉనికి) కలిగి ఉండడం చేత.. పరస్పరము 'అన్నమన్నాదమ్' అయి ఉంటున్నాయి. పరస్పరము ఆహారము అయి ఉంటున్నాయి. ఈ విధంగా ఎవరు ఉపాసిస్తారో, అట్టివారు అన్నమన్నాదులు అగుచున్నారు.

→ **నేను అన్నమయ - ప్రాణమయ-మనోమయ-విజ్ఞానమయ ఆనందమయ-భూ-ఆకాశములతో ప్రతితిష్ఠుదనై ఉన్నాను.**

→ **నాయందు అన్నమయ-మొదలైన (పైన చెప్పబడిన) వన్నీ ప్రతితిష్ఠితమై ఉన్నాయి.**

అందుచేత అవన్నీ నాకు - నేను వాటికి అన్నమన్నాదులము - అని గ్రహించబడుగాక.

- భూమియే అన్నము. ఆకాశము అన్నాదము
- పృథివి ఆకాశము నందు, ఆకాశము పృథివి నందు ఏర్పడినవై అనుభవరూపంగా పరస్పరము ఉన్నాయి.. అని ఉపాసిస్తూ.. ఈ సర్వము తనయందు, తనయందు ఈ సర్వము దర్శించువాడు → **మహాశయుదు, బ్రహ్మవర్చసుదు, మహాన్ కీర్తిమంతుడు, ప్రజా - పసు సంపద సమన్వితుడు** అగుచున్నాడు.

అట్లాగే, **పరమాత్మ - జీవాత్మలు పరస్పరము అన్మమ్- అన్నాదములై ఉన్నారు.**

10వ అనువాకము - త్యాగమహిమ

బ్రహ్మ విద్యను కోరి, 'బ్రహ్మవేత్త అగుటను ఆశయముగా కలిగియున్న యోగికి మరికొన్ని ముఖ్య సూచనలు, ఇప్పుడు ఇవ్వబడుచున్నాయి.

అన్నమునకు శ్రమించాలి. వృద్ధి చేయాలి। సహజీవులకు సమర్పిస్తూ ఉండాలి।

న కంచన వసతౌ ప్రత్యాచక్షీత। తనను ఆహారము కొరకు, నివాసము కొరకు ఎవ్వరైనా వచ్చి ఆశ్రయిస్తే అట్టి అతిధులను "లేదు! ఇవ్వను! వెళ్లు-".. అని తిరస్కరించి పంపరాదు. **తత్ వ్రతమ్।** ఇది వ్రతముగా ఆచరించాలి. ఎందుకంటే..., **"నాది"** అనునది **బంధము,** అత్మానుభవమునకు **అడ్డుగోడ, విఘాతము** అగుచున్నది. **"ఇదంతా పరమాత్మకు చెందినది"**.. అను వ్రతము ఆత్మజ్ఞానమునకు, ఆత్మాఽహమ్ భావనకు రాచబాట అగుచున్నది. ఎట్లాగైనాసరే, శ్రమించి అన్నము స్వయంగా సముపార్జించాలి. **"అతిధిదేవా! రండి! మీకు సమర్పించుటకై, ఆహారము 'ఆరాధి'।** సిద్ధముగా ఉన్నది" - అని 'ఆచక్షతే'.. చెప్పాలి! **ఏతత్ వై ముఖతో అస్మాత్ అన్నగ్ం రాద్ధమ్!** చక్కగా అన్నము అతిధీదేవునికి సమర్పించాలి (అతిథిదేవో భవ).

బాల్య వయస్సులోను, మధ్యవయస్సులోను, చివరి వయస్సులోను కూడా ఎవడు అన్నము తనను ఆశ్రయిస్తున్న సహజీవులకు సమర్పించి, వారితో ఇష్టంగా పంచుకుంటారో, అట్టివారు మరల మరల ఆయా సమయములలో తిరిగి సమృద్ధిగా పొందుచూ ఉంటారు. ఆహారమును వృద్ధి చేయటము, పంచుకోవటము, సమర్పించటముల **ఫలములను** ఎరిగి **ఇష్టముగా** ప్రవర్తించువాడు **ఉత్తముడు। అస్మాత్ అన్నగ్ం రాధ్యతే!** - ఆతడు తనను తాను సర్వసమృద్ధివంతునిగా తీర్చిదిద్దుకొనుచున్నాడు.

దాన గుణముచే ఈ జీవుడు సంతాన-సౌభాగ్యము, గోసంపత్తి, బ్రహ్మతేజస్సు, మహదత్వము పొందుచున్నాడు.

❖ ❖ ❖

పరమాత్మ ఎక్కడెక్కడ సంస్థాపితుడై ఉన్నారు?

సమతతో కూడిన మమత!

పరమాత్మ అంతటా ఏర్పడి ప్రేరణ-ఉత్సాహము-**ఆప్యాయత**లను సంప్రదర్శనము చేయుచూ ప్రతిష్ఠితులై ఉన్నారు.

- వాక్కు నందు - **వాచి క్షేమ ఇతి - 'క్షేమము'** రూపంగాను (వినువారికి ప్రీతి కలిగించు రూపంగాను)..,
- ప్రాణ-అపానములందు - **యోగ క్షేమ ఇతి-పొందటము, రక్షించటము** నిర్వర్తించుచున్నవారుగాను,

- **హస్తయో కర్మ** ఇతి– చేతుల యందు క్రియానిర్వర్తక విశేషుడుగాను,
- **పాదయో 'గతిః'** ఇతి–పాదములయందు నడక–నడతల రూపంగాను,
- **పాయౌ విముక్తి ఇతి** – 'గుదము'నందు విసర్జన క్రియారూపముగాను

ఈ విధంగా జీవుడు ఆత్మ భగవానుని చైతన్యప్రదర్శనమును దర్శిస్తూ ఉపాసించునుగాక! ఇంకా.., **'తత్ ప్రతిష్ఠా' ఇతి ఉపాసీత**.. ఈ ఈ రీతిగా సర్వత్రా ప్రేరణ – చేతన రూపములతో ప్రతిష్ఠితుడై ఉన్నట్లుగా ఉపాసించాలి!

- మానవునియందు (జీవులయందు) చింతన రూపమును (మనస్సు రూపంగాను), – **వాచి 'క్షేమః' – ఇతి,**
- 'భగవత్ చింతన' యందు పరాప్రేమను వర్షించు రూపంగాను, – దైవోపాసనయందు 'ఉపాసన' రూపంగాను, వృష్టి (వర్షము) నందు తృప్తి రూపముగాను – **వృష్టీ 'తృప్తీ' – ఇతి.**
- విద్యుత్ యందు బలరూపంగాను, – **విద్యుత్ 'బలమ్' – ఇతి,**
- జీవులలో, పశువులలో – యశస్సు రూపంగాను – **పశుషు 'యశః'– ఇతి,**
- నక్షత్రములలో జ్యోతి (వెలుగు) రూపంగాను, – **నక్షత్రేషు 'జ్యోతిః' – ఇతి,**
- ఉపస్థయందు సంతాన పునరుత్పత్తి రూపంగాను, ఆనన్దరూపముగాను, – **ఉపస్థే 'ప్రజాపతిః అమృతం ఆనందం"** – ఇతి,
- ఆకాశంలో 'సమస్త' రూపంగాను – **ఆకాశే 'సర్వమ్' – ఇతి,**

భగవంతుడే వేంచేసి ఉన్నారు! తత్ ప్రతిష్ఠేతి ఉపాసతే! సర్వమునకు ఆధారముగా పరమాత్మయే ఉపస్థితులై ఉన్నారని దర్శించాలి. ఆయా రూపములుగా ఉపాసించాలి.

మహత్తు –మహాన్ మనోస్వరూపుడై స్వస్వరూపుడై ఉన్న పరమాత్మను ఉపాసిస్తూ హృదయపూర్వక నమస్కారములు సమర్పించాలి. **అస్మైః కామా నమ్యన్తే!** అట్టివాడి సర్వకోరికలు తమకు తామే సిద్ధిస్తున్నాయి.

తత్ బ్రహ్మేహి ఉపాసీత – బ్రహ్మవాన్ భవతి। 'ఇదంతా బ్రహ్మమే' అని ఎరుగుచున్నవాడు బ్రహ్మవాన్ – 'బ్రాహ్మణుడు' అని చెప్పబడుచున్నాడు.

- పరమాత్మను 'అధినేత'గా ఉపాసించువాడు నేత (leader) అగుచున్నాడు.
- పరబ్రహ్మమునందే ఈ సమస్తము మార్పు–చేర్పులు చెందునదిగాను, నశించు స్వభావము కలవానిగాను ఉపాసించువాడు మార్పుచేర్పులను, నాశన–ఉత్పత్తులకు సాక్షీ దృష్టిని పొందుచున్నాడు.
- పరమాత్మను 'లయకారుడు'గా ఉపాసించువాడు సర్వము తన యందు లయింపజేసుకొని సామర్థ్యమును పొందుచున్నాడు.
- పరమాత్మ యొక్క 'నాశన శక్తి'ని ఉపాసించువాడు అరిషట్ వర్గ శతృనాశనము, ద్వేషించుస్వభావ నాశనము పొందుచున్నాడు. **పర్యేణం మ్రియన్తే ద్విషంతః సపత్నాః।**
- పరమాత్మ యొక్క **'మహత్ స్వరూపోపాసన'** చేయువాడు మహత్ స్వరూపుడగుచున్నాడు.
- పరమాత్మను మనోరూపుడుగా ఉపాసించువాడు– సర్వము స్వస్వరూపంగా దర్శిస్తున్నాడు.

ఈ విధంగా ఈ జీవుడు పరమాత్మ యొక్క మనన రూప–ఉపాసన వలన సర్వ సామర్థ్యములు పొందుచున్నాడు.

న = పరమాత్మ సంజ్ఞ. మ = జీవాత్మ సంజ్ఞ. సంధి = ఏకత్వము. నమ = జీవాత్మ పరమాత్మ అనుసంధానము.

తత్ నమ ఇతి ఉపాసీత! పరబ్రహ్మమును 'మనః' (కేవల మనోరూపం)గాను, సర్వాత్మకముగాను 'నమః' నమస్కరిస్తూ ఉపాసించాలి. అట్టివాని కోరికలన్నీ నమ్యంతే – నమ్రత పొందుచున్నాయి. (తల వంచుచున్నాయి). **తత్ బ్రహ్మేఽతి ఉపాసతః బ్రహ్మవాన్ భవతి! "ఇదంతా బ్రహ్మమే!"** అని ఉపాసించువాడు **ఇదంతా తానై, తానే బ్రహ్మమై, సత్యమై,** నిత్యమై **బ్రహ్మానంద భరితుడగుచున్నాడు.**

"తత్ పరిమర" ఇతి ఉపాసీత,... పర్యేణం మ్రియన్తే.. ఆ ఆత్మను సర్వసంహారకముగా ఉపాసించువాడు ఈ దృశ్యమంతా ద్రష్టయందు ఉపశమించినదై, దృక్ సాక్షీత్వముచే స్వీయాత్మానందముగా రూపుదిద్దుకొనుచున్నాడు. సమస్తము స్వస్వరూపమునందు లయించబడుచున్నది. (లయము = స్వస్వరూపముతో ఏకత్వము, అనన్యత్వము)

మ్రియన్తే ద్విషన్తః సపత్నాః। సర్వము బ్రహ్మముగా దర్శిస్తూ, ఉపాసిస్తూ స్వయముగా తానే బ్రహ్మమై "ఇదంతా నా అఖండానందమే"

అను అనుభవము సిద్ధించిన తరువాత ఇక పరిమితమగు "రాగము – (వీరే నా వారు,వారు తదితరులు; వీరు శత్రువులు; కనుక నాకు అయిష్టులు; వారు నాకు ద్వేషింపతగిన వారు) మొదలైనదంతా స్వభావ సిద్ధంగా రూపుమాసిపోతుంది. ఆత్మీయమగు దృష్టి ప్రవృద్ధమగుచుండగా – హృదయమంతా "ఈ జీవులంతా నాకు ప్రియమగు ఆత్మానంద స్వరూపులే!" అనే **సమతతో కూడిన మమత** వెల్లివిరుస్తుంది. ఏ జీవుడు అట్టి **అకారణ-అఫలాపేక్షా – విశాల దృక్పథరూప ఆత్మీదృష్టిని (లేక) బ్రాహ్మీ దృష్టిని సిద్ధించుకొనుచున్నాడో** ఆతని **'మానవ జన్మ'** అను మహత్తర అవకాశము ఉత్తమోత్తమ ప్రయోజనము తెచ్చిపెట్టినట్లే అగుచున్నది. భ్రాంతులన్నీ నశిస్తాయి. అదియే జన్మించటము – అను సందర్భమునకు మహదాశయసిద్ధి.

ఏక – అఖండాత్మ

ఆత్మ గురించి తెలుసుకొనే మార్గమేది?

స యశ్చ అయం 'పురుషే', యశ్చ ఆసావ-'ఆదిత్యే' – స ఏకః! ఈ జీవునిలో ఏ ఆత్మ ప్రకాశిస్తోందో,.. ఆదిత్యునిలో ఏ ఆత్మ ప్రకాశమానమౌతోందో.. అట్టి ఆత్మ **సర్వదా ఏకమే! ఏమాత్రము 'అనేకము' కాదు! ఆదిత్యునియందు, ఒక పురుగునందు, నాయందు ఒకే ఆత్మ అఖండముగా ప్రకాశించుచున్నది. అనగా** సర్వ ప్రదేశములలో ఒకే విశ్వాగ్ని ప్రకాశిస్తున్నట్లు, అంతటా ఒకే గాలి వీచుచున్న విధంగా **"ఆదిత్యుని నుండి – ఒక సూక్ష్మ జీవివరకు"** ఏకాత్మ యొక్క సంప్రదర్శనమే ప్రత్యక్షమై యున్నది. ఎందుచేతనంటే, – ఆత్మ సర్వదా అఖండము కాబట్టి.

స య ఏవం విత్। : ఇది ఎరిగిన వాడు ఆత్మను ఎరిగినవాడు.

సః అస్మాత్ లోకాత్ ప్రేత్య, – అట్టివాడు ఈ లోకస్థితి-గతులన్నీ (సర్వభేదములను) అతిక్రమించివేస్తున్నాడు.

ఏతాం అన్నమయ – ఆత్మానం ఉప సంక్రమ్య, – 'నేను భౌతిక రూపపరిమితుడను' అను రూపములో ఏర్పడుచున్న అన్నమయాత్మత్వమును – **'ఇదే కాకుండా, ఇంతకు మించిన స్వరూపుడనై ఉన్నాను'**.. అను భావముతో – దాటివేస్తున్నాడు.

ఏతాం మనోమయ ఆత్మానమ్, ప్రాణమయ ఆత్మానం, విజ్ఞానమయి ఆత్మానమ్, ఆనందమయ ఆత్మానమ్ – ఉపసంక్రమ్య...భౌతిక దేహ-మనో-ప్రాణ-బుద్ధి (విజ్ఞాన)-ఆనందమయ పరిమిత రూపత్వములకు ఆక్రమిస్తూ.. అతిక్రమిస్తూ..

– ఇమాన్ లోకాన్ కామాన్నీ కామ రూప్య – ఒకవైపు లోకములన్నీ తనయందు దర్శిస్తూ →

– మరొకవైపు లోకములలో తనకు ఇష్టమైన రూపమును ఇష్టమును అనుసరించి ధరిస్తూ **– అనుసంచరన్**– పర్యటిస్తూ ఉంటున్నాడు.

ఏతత్ సామ గాయన్తే అస్తి। ఆనందముగా సామగానం చేస్తూ **"ఆత్మగా ఆవల – జీవుడుగా ఈవల"**.. ఆనందముగా, వినోదముగా, తనయందు తానే తానై ఉంటున్నాడు. తన స్వరూపమగు జగత్తులందు, – తనతోటలో ఈల పాటలు పాడుతూ వినోదంగా సంచరించే చక్రవర్తిలాగా – **ఈ సర్వము ఆస్వాదిస్తున్నాడు.** 'ఆహాఁ! ఓహూ' అని ఆనందప్రదంగా పాటలు పాడుకుంటూ **జాగ్రత్తులో** వస్తు సంబంధ – సంచారములు, **స్వప్నములో** ఊహ-అపోహలు, **సుషుప్తిలో** విశ్రాంతిగా కూర్చుని ఉండటములు→ **నిర్వర్తిస్తున్నాడు.**

నేనెవరు?

- నేను జన్మించటం లేదు! మరణించటం లేదు।
- ఒకడు తన స్వప్న కల్పనలలో తానే సంచారములు చేస్తూ వినోదిస్తున్న విధంగా నాకు నేనే సర్వ కల్పనలకు మునుముందే ఉండి, **'స్వీయ కల్పన'** అను విన్యాసమును కోరుకొన్నవాడనై, 'కల్పన' అనే స్వకీయ మాయను కల్పించుకొని, అద్దానియందు నాకు నేనే ఆస్వాదిస్తున్నాను. అనుభవించుచున్నాను. వినోదిస్తున్నాను.

ఆహాఁ! ఓహో! ఊహూ! ఓహోహో। ఊహాఁ।

నా స్వరూపము ఎంత ఆశ్చర్యం!

⌘ పరమాత్మగా కేవల సాక్షిని!

⌘ 'మాయ'గా నాకు అన్యమైనదంతా జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తుల రూపంగా కల్పించుకొనువాడను! ఇదంతా నా కల్పన. స్వకీయ మాయ! దీని రచయితను నేనే!

⌘ జీవాత్మగా జాగ్రత్ - స్వప్న-సుషుప్తులలో నా యొక్క అంశ'అను ప్రవేశింపజేయువాడను.

⌘ దృశ్యమును కల్పనగా కలిగి ఉండి, ఆత్మగా ఏమరచి, జీవాత్మగా బంధము స్వీకరించి, నా కల్పనలో నేనే (స్వప్నములో వలె) తిరుగాడు వాడను। "నేను బద్ధుడను. మోక్షం కావాలి. కానీ కష్టం" - అని అనుకొంటూ వినోదించువాడను.

కల్పన - భౌతికవిశేషములైనట్టి దేహముల రాకపోకలు,
- మనోవిశేషములగు జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు,
- బుద్ధి ధర్మములగు బంధ-మోక్షములు
- చిత్త ధర్మములగు ఆనంద - దుఃఖములు

మొదలైన ఏకానేక విశేషములతో కూడిన ఈ సమస్తము కల్పించుకొనువాడను నేనే! నేనే ఆత్మను! నేనే జీవాత్మను! నేనే పరమాత్మను! నేను దృశ్యముగా విస్తరించియున్న ఈశ్వరుడు.

ఒక చక్రవర్తి తన వనములో వినోదముగా ప్రవేశించి..,

- ఈ తోట అంతా నాదే! 'పరమాత్మత్వము'
- ఈ తోటలో ఈ మూల ఉండిపోయానే? **'జీవాత్మత్వము' - "రెండూ నా కల్పనలే।"**

అహమన్నమ్ : ఈ కనబడే సర్వము నా యొక్క భావనారూపమే! ఈ జగత్తంతా నా ఆత్మస్వరూపముచే నిండినదైయున్నది. నేను అన్నమును! ఇందులో ఉన్నాను. జగత్తు నాకు అన్నాదమ్! ఈ జగత్తు నేనున్న స్థానము! కనుక జగత్తు అన్నాదమ్!

అహమన్నాదమ్ : ఈ జగత్తులు, లోకములు నాయందే ఉన్నాయి. కనుక జగత్తులు, లోకములు - అన్నమ్! నేనో?.. "అన్నాదమ్"

ఈ విధంగా ....,→ ఈ సమస్త జగత్తులలో నేను సర్వదా జీవాత్మనై, త్రిలోక సంచారినై ఉన్నాను.

→ ఈ సమస్త జగత్తులు పరమాత్మయగు నాయందు స్వీయ మనో-నమో కల్పనారూపములై ఉన్నాయి.

అహమన్నమ్! అహమన్నమ్! అహమన్నమ్! (నేనే జగత్తులో ఉన్నాను)! అహమన్నాదో! అహమన్నాదో! అహమన్నాదః। (జగత్తంతా నాలో ఉన్నది)

ఈ దృశ్యము నాకు ఆహారము - నేను ఆహారము స్వీకరించువాడను. **అహమన్నాదః।** ఈ దృశ్యము (కల్పన)కు నేనే ఆహారము! **అహమన్నమ్।** భుజించేవాడునేనే! భుజించబడేది నేనే! **అహమన్నమన్నాదః।**

అహగ్గ్ం శ్లోకకృత్! అహగ్ం శ్లోక కృత్। అహగ్గ్ం శ్లోక కృత్!

ఈ లోకములు, ఈ దృశ్యములు, వీటిలో ఈఈ స్థితిగతులు.. ఇవన్నీ నా గానము! ఒక చక్రవర్తి తన తోటలో ఈలపాట వినోదంగా పాడుకుంటూ సంచరిస్తూ ఉన్నట్లుగా....,

- ఈ లోకములు నాయందే ఉన్నాయి - అని పాడుకుంటున్నాను.
- ఈ లోకములలో నేను వినోదముగా సంచరిస్తూ పాడుకుంటున్నాను.
- ఇందు దృశ్య-ద్రష్టత్వములు కల్పించుకొని స్వీయగానముగా నేనే పాడుచూ, నా పాటను నేనే వింటూ ఆనందంగా వినోదిస్తున్నాను.

అహమస్మి ప్రథమజా ఋతా ఉ అస్య!

ఈ లోక కల్పనలన్నిటికీ మునుముందుగానే 'ఆత్మ'గా ఉనికి కలిగి ఉన్నవాడను! ఈ సర్వమునకు ప్రప్రథమంగా ఉన్నవాడను. నేనుంటేనే కల్పనలు! అంతేగాని నేను కల్పనలలో ఒక విషయమును కాదు. సర్వమునకు ప్రప్రథముడను! నేను మునుముందుగా ఉండి ఉండటం చేతనే **"కల్పన - మాయ; లోక - లోకాంతరములు; జన్మ - జన్మాంతరములు -"** ఇవన్నీ భావనా చమత్కారంగా వెలయుచున్నాయి.

పూర్వేదేవేభ్యో అమృతస్య నా 3భా। 3యి!

ఓహో। ఆహా౦। ఊహూ। దేవతలకు కూడా మునుముందే లోకములన్నిటికీ జనన స్థానమై నాభిప్రదేశమై ఉన్నట్టి ఆత్మను! అమృత

స్వరూపుడను! సర్వదా యథాతథ స్వరూపుడను! ఆత్మనుండే దేవతలు, ఆ దేవతలచే నిర్మించబడే భౌతిక లోకములు, మనోలోకములు.. ఇవన్నీ జనించి, స్థితించి,.. ఆత్మ యందే లయిస్తున్నాయి. నేను సహజంగా, స్వభావంగా **ఆత్మస్వరూపుడను!**

యో మా దదాతి, స ఇవేవ మా(ఉ) వాః।

– ఈ లోకాలన్నీ ఎవ్వరు ప్రసాదిస్తున్నారో **ఆ పరమాత్మ జీవాత్మనగు నాకు సర్వగా రక్షకుడు!**

– ఏ పరమాత్మ నుండి ఈ జీవాత్మ జనించి రక్షించబడుచున్నడో,.. **అది నా ఆత్మస్వరూపమే!**

నేనే పరమాత్మగా రక్షకుడను! జీవాత్మగా పరిపోషించబడి, రక్షించబడువాడను! సమస్త లోకములు నాకు ఆహారము! ఇదమ్ అహమ్! ఇదమ్ అన్నమ్। అహమ్ అన్నాదమ్! ఈ లోకములను కల్పించుకొని ఆస్వాదిస్తున్నవాడిని నేనే!

– అహమన్నమ్। అహమన్నమ్। అనుభవించబడువాడను!

– ఆ పరమాత్మకు నేను ఆస్వాదించబడు వస్తువును! నన్ను కల్పించుకొని ఆస్వాదిస్తూ, వినోదిస్తూ, భక్షిస్తూ ఉన్నారు.

అందుచేత పరమాత్మకు జీవాత్మగానేను – అహమన్నమ్! అహమన్నమ్! అహమన్నమ్। అహమన్నాదమ్।

హమ్ – అ। అహమ్। నమః। మనః।

అహమ్ అదన్తమాద్మి

పరమాత్మగా... జీవాత్మను – లోకములను భక్షించువాడను.

అహమన్నమ్ – I am one who is being experienced and enjoyed.

అహమన్నాదమ్ - one who is experiencing and enjoying.

జీవాత్మగా –పరమాత్మగా కూడా నేను **"అన్నమన్నాదుడను।"**

అహమ్ విశ్వం భువనమభ్య భవా౩మ్॥

ఈ లోకాలన్నీ జయించి ఆత్మనగు నాయందు ఏకరూపముగా లయింపజేయుచున్నవాడను! లోకములను తిరస్కరించి లోక – అలోకేశ్వరుడై ప్రకాశించుచున్నాను.

ఈ **లోకములలో** సర్వే సర్వత్రా **జ్యోతిస్వరూపుడనై** వెలుగొందువాడను!

జ్యోతిస్వరూపుడనగు నా వెలుగులో వెలుగు రూపంగా ఈ లోకములన్నీ సర్వదా వెలుగొందుచున్నాయి.

అహమ్ సువర్ణ జ్యోతిః। – నేను అఖండ – చిదాత్మ సువర్ణ జ్యోతిని।

❖

ఈ విధంగా తననున తాను ఎరిగినప్పుడు – ఈ జీవుడు ఆత్మజ్యోతి స్వరూపుడై, ఈ లోకములన్నీ తన యందు ఆనందరూపముగా కలిగి ఉండి ప్రేమ–ఆనంద–కేవల–అఖండ–అప్రమేయ నిత్య–సత్య ఆత్మజ్యోతి స్వరూపుడై వెలుగొందుచున్నాడు. రాధ్యతే విద్యుతి మానవాన్ భవతి॥

తాను ఈ సమస్తమునందు ఆత్మానంద స్వరూపుడై విహరిస్తున్నాడు.

య ఏవం వేద ఏకం చ॥ ఆతనికి సమస్తము ఏకస్వరూపమై సిద్ధిస్తోంది.

ఇత్యుపనిషత్

ఓం సహనా వవతు। సహ నౌ భునక్తు
సహ వీర్యంకరవావహై। తేజస్వి నా వధీమస్తు మా విద్విషావహై।

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత తైత్తిరీయోపనిషత్
ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

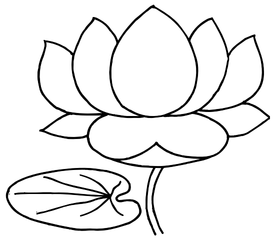
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

14 దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ యత్ మౌన వ్యాఖ్యయా (యన్మౌన వ్యాఖ్యయా)
మౌని పటలం క్షణమాత్రతః
'మహామౌన పదం' యాతి, స హి మే పరమాగతిః॥



ఏ 'పరమాత్మ' అగు శ్రీ దక్షిణామూర్తి స్వామి యొక్క 'మౌనవ్యాఖ్యానము'ను విని మునిజనమంతా 'మహామౌనపదము' అను స్వాత్మసాక్షాత్కారము పొందుచున్నారో....అట్టి స్వామియే మాకు పరమాగతి!

ఓం

1. బ్రహ్మావర్తే 'మహాభాండీర'
వట మూలే మహాసత్రాయ సమేతా,
మహర్షయః శౌనకాదయః।
తే హ సమిత్పాణయః,
తత్త్వజిజ్ఞాసవో మార్కండేయం,
చిరంజీవినమ్ ఉపసమేత్య పప్రచ్ఛుః॥

'బ్రహ్మావర్తము' అనే మహాపుణ్యప్రదేశం. **మహావట (మర్రి) వృక్షము** క్రింద జరుగుచున్న **'మహాసత్రయాగము'**. ఆ ప్రదేశమునకు శౌనకుడు మొదలైన మహర్షులు యాగపరికరములు (కట్టెలు మొ॥వి) చేత ధరించి వచ్చారు.

వారంతా **'తత్త్వమును తెలుసుకోవాలి'** అనే జిజ్ఞాస కలవారై అక్కడకు విచ్చేసియున్న **'చిరంజీవి'** అగు శ్రీ మార్కండేయ మహర్షిని సమీపించారు. హృదయపూర్వక నమస్కారములు సమర్పిస్తూ ఈ విధంగా పరిప్రశ్నించసాగారు.

<u>శౌనకాదౌవాచే</u>

2. కేన త్వం చిరంజీవసి?
కేన వా ఆనన్దమ్ అనుభవసీతి?
<u>శ్రీ మార్కండేయౌవాచ :</u>
'పరమ రహస్య శివతత్త్వజ్ఞానేన ఇతి!'
<u>స హో వాచ :(శౌనకాదయః)</u>
కిం తత్ పరమ రహస్య "శివ తత్త్వ జ్ఞానమ్?"
కో దేవః? తత్ర కో జపః?
కే మన్త్రాః? కా ముద్రా? కా నిష్ఠా?
కిం తత్ జ్ఞాన సాధనమ్?
కః పరికరః? కో బలిః?
కం కాలః? కిం స్థానమ్? ఇతి॥

శౌనకాది మహర్షులు : శివభక్తులై, ఆ పరమ శివుని వరప్రసాది అయి, **'చిరంజీవత్వము'** సంతరింపజేసుకొన్నట్టి ఓ మార్కండేయ మహర్షీ! మీ దర్శనముచే మేము ధన్యులము. నమో నమః।

- దేనిచే మీరు **చిరంజీవులైనారు?** మునిలోకంలో ఆత్మానందము గురించి చెప్పుచున్నప్పుడు - మిమ్ములను దృష్టాంతంగా చెప్పుతూ ఉంటారు.

- ఎట్లా మీరు ఆత్మానంద నిత్యత్వమును పొందగలుగుచున్నారు. దయచేసి మాకు వివరించండి!

శ్రీ మార్కండేయ మహర్షి : మీరు చెప్పినదంతా నేను **'శివతత్త్వజ్ఞానము'** చేతనే పొందుచున్నాను. అది పరమ రహస్యమైనట్టిది.

శౌనకాది మహర్షులు : పరమ రహస్యమగు అట్టి శివతత్త్వజ్ఞానము ఏమై ఉన్నది?

- అట్టి జ్ఞానమునకు అధిదేవత ఎవరు?

- అది పొందటానికి నిర్వర్తించవలసిన జపము - తపము ఏది? అందుకు మంత్రము ఏమి?

సహోవాచ : (మార్కండేయో)

యేన దక్షిణాముఖః శివో,
(అ) పరోక్షీకృతో భవతి,
తత్ పరమరహస్య
శివతత్త్వ జ్ఞానమ్।
యః సర్వా ఉపరమే కాలే,
సర్వాన్ ఆత్మని ఉపసంహృత్య,
స్వాత్మానందే సుఖే మోదతే
ప్రకాశతే వా, స దేవః।
అత్ర ఏతే మంత్ర రహస్య శ్లోకా భవంతి।
"మేధా దక్షిణామూర్తి" మంత్రస్య। –
బ్రహ్మ ఋషిః।
గాయత్రీ ఛందో।
దేవతా దక్షిణా–అస్యో మంత్రేణ అంగన్యాసః।

- అందుకు ఏ 'ముద్ర'ను ధరించాలి? ఏఏ **నిష్ఠలు** పాటించాలి? అందుకుగాను **జ్ఞానసాధన** ఏది? అట్టి సాధనకు **సహకారిక పరికరములు** ఏమేమి? ఏమేమి (బలిగా) సమర్పించాలి?

అట్టి మన్త్ర - **జప - ముద్ర - నిష్ఠ - జ్ఞాన సాధన - బలి - ఇత్యాదులకు కాలనియమములు** ఏమన్నా ఉన్నాయా?

అట్టి శివతత్త్వజ్ఞానము కొరకై చేయు ఉపాసనలకు ప్రదేశము (place) సంబంధించిన ఏ నియమాలు పాటించాలి?

ఈ ఈ విశేషాలన్నీ దయచేసి వివరించండి!

మార్కండేయ మహర్షి : ఏ జ్ఞానముచే పరోక్షుడు (**ఇహమును పరదృష్టిలో** దర్శించు మూడవ కన్నుగలవాడు), దక్షిణాభిముఖుడు అగు పరమ శివుడు-ప్రత్యక్షుడు అగుచున్నారో, అదియే పరమ రహస్యమగు మీరు ప్రశ్నిస్తున్న **శివతత్త్వజ్ఞానము**. అది **అపరోక్షజ్ఞానము**నకు మార్గము॥

దేవత = ఏ పరమశివుడు ప్రళయకాలంలో ఈ దృశ్య జగత్తులన్నీ తనయందు ఉపసంహరించుకొని, స్వాత్మానందసుఖరూపుడై ఆనందిస్తూ ఉన్నారో, సర్వత్రా ప్రకాశమానుడై వెలుగొందుచున్నారో, స్వస్వరూప - సర్వ స్వరూపుడై విరాజిల్లుచున్నారో, ఆయనయే శివతత్త్వజ్ఞానమునకై ఉపాసించవలసిన దేవత! *(సమస్తము స్వస్వరూపమై నిస్పందేహంగా అనుభవమవటమే "ప్రళయము")*.

మంత్రము : అందుకు చేయు మంత్రము శ్లోకములుగా ఉన్నాయి.

అట్టి మేధా దక్షిణామూర్తి మంత్రమునకు
ఋషి → **సృష్టికర్త అగు బ్రహ్మదేవుడు।**
ఛందస్సు → **గాయత్రీ ఛందస్సు।**
దేవత → **శ్రీ దక్షిణామూర్తి।**
దక్షిణామూర్తి మంత్రముతో అంగన్యాస కరన్యాసములు చెప్పాలి!
'ఓం నమః శివాయ'। (5)
ఓం శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తయే నమః (12)

---

3. '<u>ఓం</u>' – ఆదౌ। '<u>నమ</u>' ఉచ్చార్య
తతో <u>భగవతే</u> పదమ్।
'<u>దక్షిణా</u>' ఇతి పదం పశ్చాత్।
'<u>మూర్తయే</u>' పదమ్ ఉద్ధరేత్।
'<u>అస్మత్</u>' శబ్దం చతుర్థ్యంతమ్।
'<u>మేధాం</u>' ప్రజ్ఞాపదం వదేత్।
<u>సముచ్చార్య</u> తతో <u>వాయుబీజం</u>
'<u>ఛం</u>' చ తతః పఠేత్
<u>వహ్నిజాయాం తతస్తు</u>। ఏష
చతుర్వింశ (24) అక్షరో మనుః।

ఓం ఆదౌ చతుర్వింశతి అక్షర మంత్ర ప్రారంభము (ఓం నమో భగవతే తతో దక్షిణామూర్తయే అస్మత్ మేధాం సముచ్చార్య-ఛం) - (24)
నమో....నమస్కారములు.
భగవతే..... సర్వమును వెలిగించుచున్న చైతన్యస్ఫూర్తి,
దక్షిణా..... ఈ దృశ్యమునకు ఈవల ఆవల-బుద్ధి రూపుడై, సాక్షి దర్శకుడై,
మూర్తయే... సమస్తముగా మూర్తీభవించిఉన్నట్టి వారు, ఉద్ధరించునట్టి వారు,
అస్మత్.... నాయొక్క (అజ్ఞానము తొలగించుచూ),
మేధాం....విజ్ఞతను, మేధస్సు ప్రసాదించునుగాక!
సముచ్చార్య ....'ఉత్'ను ప్రసాదించు ఆచార్యులై 'సత్'కు చేర్చెదరు గాక! సముద్ధరించు శ్రీ దక్షిణామూర్తిని ఆచార్యుల వారిని ఉపాసిస్తున్నాము.
- వాయువు బీజమై **'ఛం' అను అక్షరముతో వారిని ఉపాసిస్తున్నాము.**
అగ్నివలే తేజోమయుడగు ఆ మేధా దక్షిణామూర్తిని 24 అక్షరములతో ఆరాధిస్తున్నాము.

<u>ధ్యానమ్</u>

స్ఫటిక రజత వర్ణమ్,
మౌక్తికీమ్ అక్షమాలామ్,

దక్షిణామూర్తి స్వరూపవర్ణన - స్తోత్రం

స్ఫటికమువలె, వెండివలె నిర్మలముగా, తెల్లగా ప్రకాశించుచున్నట్టి వారు, ముత్యముల అక్షమాలను ధరించనట్టి వారు,

అమృత కలశ విద్యాం,
జ్ఞానముద్రాం కరాగ్రే,
దధతమ్ ఉరగ కక్షం
చంద్రచూడం త్రినేత్రమ్,
విధృత వివిధ భూషం
దక్షిణామూర్తి మీడే॥

- మృత్యువును జయింపజేయు అమృత కలశ విద్యాస్వరూపులు, అమృతత్వమును నింపి ఉంచిన కలశమును ధరించియున్న వారు,
- 'తత్ -త్వమ్'ను సూచించు (బొటనవ్రేలు-చూపుడు వ్రేలు, కలిపి ఉంచిన) **చిన్ముద్ర** (లేక) **జ్ఞానముద్ర** ధరించినవారు, నడుమున పామును అలంకారముగా ధరించినవారు, (జగద్విషయములన్నీ దివ్య దేహాలంకారములుగా అగుచున్నవారు),
- చంద్రుని శిరస్సుపై అలంకరించుకున్నవారు,
- (దృక్ - ద్రష్ట - దృశ్యములను), పగలు-రాత్రి-ప్రదోషకాలములను (త్రికాలములను) త్రినేత్రములుగా కలిగిఉన్నవారు.
- వివిధములైన భూషణములను ధరించినవారు.

అగు శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి స్వామిని ధ్యానించుచున్నాము.

<u>మంత్రేణ న్యాసః</u>

ఆదౌ వేదాదిమ్ ఉచ్చార్య
స్వర-ఆద్యం, స-విసర్గకమ్,
పరిచార్ణం తత ఉద్ధృత్య
అంతరం స-విసర్గకమ్,
అంతే సముద్ధరేత్ తారం
మనుః ఏష నవాక్షరః॥

<u>మంత్రముతో అంగన్యాస - కరన్యాసము:</u>

హ్రస్వ-దీర్ఘ-ఉదాత్త-అనుదాత్త విసర్గక ఇత్యాదులతో కూడిన స్వరములు పలుకుచూ వేదమంత్రములలోని శ్రీ దక్షిణామూర్తి స్తోత్రములను లయ - గాన - విన్యాసములతో ఎలిగెత్తి పలికెదము గాక!

చివరికి విసర్గలతో, అంతరమున మనస్సులో **'ఓం దక్షిణామూర్తయే నమః'** (లేక) **'మేధా దక్షిణామూర్తయేచ్ఛ'** నవాక్షరములతో శాంతి ప్రవచనములు పలుకబడునుగాక!

<u>స్తోత్రం</u>

ముద్రాం భద్రార్థ ధాత్రీం, స పరశు హరిణం
బాహుభిః బాహుమ్, ఏకమ్,
జాన్వాసక్తం దధానో,
భుజగవర సమాబద్ధ కక్ష్యో వటాధః
ఆసీనః చంద్ర ఖండ, ప్రతిఘటిత
జటాక్షీర గౌరః త్రినేత్రో, దద్యాత్ ఆద్యైః శుకాద్యైః
మునిభిః అభివృతో, భావశుద్ధిం భవో నః॥

స్తోత్రము : భద్రముద్ర యగు చిన్ముద్రను, జింక - పరసువులను చేతులకు ధరించినవారు, భుజములను సమాంతరముగా నిలిపి ఉంచువారు, మోకాలిపై ఒక చేతిని ఉంచుకొని ఉన్నవారు, పామును మొలత్రాడుగా ధరించినవారు, జటా జూటమునందు అర్థచంద్రుని అలంకారముగా కలిగియున్నవారు, క్షీరము (పాలు) వలే తెల్లటి తెలుపురంగు అయినవారు.

జీవ - ఈశ్వర - పరములనబడే త్రినేత్ర ధారులు, శ్రీ శుకుడు మొదలైన మహర్షి - ముని జనముచే పరివృతులైనవారు. (తనచుట్టూ ఆశీనులై బ్రహ్మతత్త్వమును వినుటకై సంసిద్ధులైన వారు)....అట్టి శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి స్వామి మాకు **'భావశుద్ధి'**ని అనుగ్రహించెదరుగాక!

---

4. మన్త్రేణ న్యాసః। బ్రహ్మ ఋషి న్యాసః

తారం <u>'బ్లూం నమ'</u> ఉచ్చార్య
మాయాం వాక్ భవమేవ చ।
<u>'దక్షిణా'</u> పదమ్ ఉచ్చార్య
తతః స్యాత్ <u>మూర్తయే</u> పదమ్।
<u>జ్ఞానం దేహి</u>, తతః పశ్చాత్
<u>వహ్నిజాయాం</u> తతో వదేత్।
మనుః అష్టాదశార్ణోఽయం
సర్వమంత్రేషు గోపితః।

మంత్రముతో న్యాసము - 'దక్షిణా' ఉపాసన - బ్రహ్మదేవుని ఋషిగా ఉపాసించుచున్నాము. ఉచ్చారణ. తారం **'భూం నమః'**

- వాక్కుగా **'మాయ'** నుండి ఉద్ధారణ కలిగించునది అగు **'దక్షిణా'** పదమును **గట్టిగా** నొక్కి పలుకుచూ, **'మూర్తయే నమః'** అని **తేలికగా** ఉచ్చరించాలి. శివమూర్తిని ధ్యానించాలి! 'జ్ఞానమును ప్రసాదించండి' అని అభ్యర్థిస్తూ 'జ్ఞానాగ్ని'ని ఉద్దేశ్యిస్తూ అగ్నికార్యము నిర్వర్తించాలి.

'18' రెక్కలు (ఆకులు) గల బుద్ధి పుష్పము నందు (దక్షిణయందు) సర్వమంత్రములు దాచబడుచున్నాయి. (పంచేంద్రియములు-పంచ ప్రాణములు-పంచ భూతములు-మనోబుద్ధి చిత్తములు-ఇవి-18 రెక్కలు)

<u>ధ్యానమ్</u>

భస్మవ్యా పాండుర - అంగః
శశి శకలధరో, జ్ఞానముద్రాక్ష మాలా,
వీణా పుస్తైః విరాజః కర కమలధరో,
యోగ పట్టాభిరామః,

భస్మ భూషితాంగులు (విభూతి ధరించినవారు), తెల్లటి అంగములతో శోభిల్లువారు, (పాండుర అంగః), చంద్రకళలు ధరించినవారు, చేతులందు చిన్ముద్రను అక్షమాలను అలంకారముగా కలిగి యున్నవారు, వీణ - గంధములను చేతులలో అలంకారముగా కలిగియుండి విరాజమానులగుచున్నవారు, యోగపట్టాభిరాములు, మహావాక్య వ్యాఖ్యపీఠము అధిరోహించి ప్రకాశించువారు, మునిజనముచే పరివేష్ఠితులు

వ్యాఖ్యా పీఠే నిషణ్ణో మునివర నికరైః
సేవ్య మానః ప్రసన్నః, సః వ్యాళః కృత్తివాసాః
సతతమ్ అవతు నో దక్షిణామూర్తిః ఈశః॥

అయిన వారిచే సేవించబడుచూ ప్రసన్న వదనులు (నవ్వు ముఖమును ప్రదర్శించువారు), సర్పములను ఆభరణముగా ధరించినవారు, సర్వేశ్వరులు - అగు శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి స్వామి మమ్ములను కరుణారస దృక్కులతో సంరక్షించెదరుగాక!

మంత్రేణ న్యాసః।
బ్రహ్మ ఋషిః, న్యాసః
తారం మాయాం రమా బీజం
పదం సాంబశివాయ చ
తుభ్యంచ అనల జాయాం చ
మనుః ద్వాదశవర్ణకః॥

మంత్ర పూర్వకంగా మనన పూర్వకంగా అంగ - కర న్యాసములతో ఉపాసించుచున్నాము.
అందుకుగాను సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుని ముందుగా ఋషిగా ఆశ్రయిస్తున్నాము.
మాయ నుండి తరింపజేయునది తారం → **తారం మాయా।**
బీజము → రమాదేవి (మూల ప్రకృతి / జ్ఞానస్వరూపిణి)।
ఆశ్రయం → సాంబ సదాశివుని పాదపద్మములు,
హృదయమూలమున 12 రెక్కలు గల (ద్వాదశాదిత్యుల) అగ్నిరూప పుష్పమును భావించు చున్నాము. స్వామికి సమర్పిస్తూ ఆహ్వానిస్తున్నాము.

ధ్యానమ్
5. వీణాం కరైః, పుస్తకమ్ అక్షమాలాం,
బిభ్రాణమ్ అభ్రాభ గళం వరాఢ్యం,
ఫణీంద్ర కక్ష్యం మునిభిః
శుకాద్యైః సేవ్యం,
వటాధః కృత నీడ మీడే।
విష్ణు ఋషిః। అనుష్టుప్ ఛందో।
దేవతా దక్షిణాఽఽస్యో।
మంత్రేణ అంగన్యాసః
తారం - నమో భగవతే తుభ్యం వటపదం తతః,
మూలేతి పదమ్ ఉచ్చార్య, వాసినే పదమ్ ఉద్ధరేత్।
(ప్రజ్ఞా మేధాపదం పశ్చాత్ ఆది సిద్ధిం తతో వదేత్)।
వాగీశాయ (తతః) పదం
పశ్చాత్, 'మహాజ్ఞాన' పదం తతః।
(వహ్నిజాయాం తతస్తు ఏష
ద్వాత్రింశత్ (32) వర్ణకో మనుః)
దాయినే పదమ్ ఉచ్చార్య, మాయినే 'నమ' ఉద్ధరేత్।
అనుష్టుభో మంత్రరాజః, సర్వ మంత్ర-ఉత్తమోత్తమః।

సంగీతమునకు సంజ్ఞయగు వీణను, విద్యకు గుర్తుఅగు పుస్తకమును, అక్షరమునకు ప్రతీక అగు అక్షమాలను ధరించిన స్వామి, నీల మేఘపు రంగు కంఠము కలవారు (గరళ కంఠులు), చేతులెత్తి నమస్కరించినంత మాత్రం చేతనే చిరునవ్వుతో మాకు కరుణతో వరములను ప్రసాదించు స్వామి, ఫణిరాజు (నాగు పాము)ను మొలత్రాడుగా కలిగి ఉన్నవారు, శుకుడు మొదలైన మునులచే పరివేష్ఠితులై సేవించబడువారు, వట (రావి) వృక్ష ఛాయలో ప్రశాంతంగా ఆశీనులైనట్టి వారు, - అగు శ్రీ దక్షిణామూర్తిని ధ్యానించుచున్నాము.
ఋషి → **విష్ణుదేవుడు.** ఛందస్సు → **అనుష్టుప్.** దేవత → **దక్షిణామూర్తి...** అగు మేధా దక్షిణామూర్తి మంత్రమును అంగన్యాస - కరన్యాసముతో మంత్రోపాసన చేస్తున్నాము.
తారం - తరింపజేయు ధ్యానము
వటవృక్షమూలమున ఆసీనులైయున్న భగవంతుడగు దక్షిణామూర్తికి నమస్కరిస్తున్నాము. వారు మమ్ము సముద్ధరించెదరుగాక! ప్రజ్ఞ-మేధలను ప్రసాదించి **ఆది స్వరూప సిద్ధికి** మార్గదర్శకులయ్యెదరుగాక! స్వామీ! ఉత్తమ వాక్కు, మహాజ్ఞాన పదము మాకు దయతో ప్రసాదించండి. సర్వమును వెలిగించు 32 వర్ణములగు మీకు నమస్కారము! ఉత్తమ బుద్ధిని ప్రసాదించండి. మాయకు యజమాని (మాయి) అగు మీరు మమ్ములను మాయ నుండి ఉద్ధరించండి. (*మాయినంతు మహేశ్వరః*).
అనుష్టుప్ ఛందో బద్ధమగు ఈ దక్షిణామూర్తి మంత్ర రాజము ఉత్తమోత్తమ మైనది.

ధ్యానము
ముద్రా పుస్తక వహ్ని నాగ విలసత్ బాహుం
ప్రసన్న ఆననం, ముక్తాహార విభూషణం,
శశికలా భాస్వత్, కిరీటోజ్వలమ్,
అజ్ఞానాపహమ్, ఆదిమ్

జ్ఞానముద్రా సహితులు, పుస్తకము-అగ్ని తేజస్సు-సర్పములచే అలంకరించబడిన బాహువులు కలవారు, చిరునవ్వుతో కూడిన ప్రసన్నముఖులు, పుష్పమాలాంకితులు, చంద్రునిచే అలంకరించబడిన కిరీటధారులు, ఆత్మజ్ఞాన జ్యోతిని వెలిగించి అజ్ఞానాంధకారమును తొలగించువారు, గౌరీదేవిని అర్ధభాగముగా కలవారు, (భవానీ పతి),

ఆదిమగిరామ్, అర్థం భవానీపతిం। **న్యగ్రోధాఽన్త నివాసినం, సురగురుం (పరగురుం)** **ధ్యాయేత్ అభీష్టాప్తయే॥**	వటవృక్షమూల నివాసి, దేవతలకు కూడా గురువు, భవుడై భవరోగమునకు వైద్యులు అగు - శ్రీ మేథా దక్షిణామూర్తిని అభీష్ట సిద్ధికై ధ్యానించు చున్నాము.
6. మౌనముద్రా 'సోఽహమ్' ఇతి, **యావత్ ఆస్థితిః,** **సా '<u>నిష్ఠా</u>' భవతి।** **తత్ అభేదేన మన్వామ్రేడనం** **<u>జ్ఞాన సాధనమ్</u>।** **చిత్తే తత్ ఏకతానతా '<u>పరికరః</u>'।** **అంగ చేష్టార్పణం - '<u>బలిః</u>'।** **త్రీణి ధామాని - '<u>కాలః</u>'।** **ద్వాదశాంత పదం <u>స్థానమ్</u> ఇతి।** **<u>తేహ పునః శ్రద్ధధానాస్తం ప్రత్యూచుః :</u>** **కథం వా అస్య ఉదయః?** **కిం స్వరూపమ్?** **కోవా అస్య ఉపాసకః? ఇతి।**	'ఈ జీవ-జగత్తులు ఏ తీరుగా ఉన్నప్పటికీ, సోఽహమ్ మంత్రార్థముచే ఆత్మనగు నాకు లోటు లేదు'....అని భావించటమే మౌనముద్ర. 'ఆ బ్రహ్మమే నేను' అను స్థితిని సర్వకాల సర్వావస్థలయందును కలిగి యుండటము → **'నిష్ఠ'** అగుచున్నది. ఆత్మకు అభేదముగా భావన కలిగియుండటము మనస్సుతో చేసే **జ్ఞాన సాధనము**. చిత్తము (ఇష్టము) సర్వదా, సర్వత్రా ఏకత్వమును ఆశ్రయించి, సంతరించుకొని ఉండటమే శివతత్త్వజ్ఞాన పరికరము.(తత్ శివః త్వమేవ-ఇతి తత్త్వ జ్ఞానమ్।) ఈ దేహముతో ఇంద్రియములతో నిర్వర్తించే క్రియలన్నీ 'శివార్పణమస్తు' అని ఉద్దేశించటమే 'బలి' సమర్పణము! (యత్-యత్ కర్మ కరోమి తత్ తత్ అఖిలం, శంభో! తవారాధనం) త్రికాలములు, త్రి అవస్థలు శివోపాసనకు కాలమే! నిదుర లేచింది మొదలు మరల నిదురించువరకు శివోపాసనకు తగిన కాలమే! [జడ దృష్టి (లేక) 'భేద దృష్టి' వదలి శివదృష్టిని ఉపాసించటానికి అనునిత్యమూ కాలమే]. 'ద్వాదశాంతపదం' అనబడు శిరోఊర్ధ్వభాగమున గల బ్రహ్మరంధ్రము శివతత్త్వోపాసనకు ముఖ్య స్థానము. (అంతేగాని బాహ్యమున ఏదో ప్రదేశము స్థానముకాదు) **ఈ విధంగా మార్కండేయ మహర్షిచెప్పుచున్నదంతా శ్రద్ధగా విని శౌనకాది మహర్షులు మరల ఇట్లా ప్రశ్నించారు.** హే భగవాన్! ఓ మార్కండేయ మహర్షీ! అట్టి కేవల-చైతన్యాత్మ స్వరూపుడగు దక్షిణామూర్తి (లేక) పరమాత్మ తత్త్వము సిద్ధించేది ఎట్లా? దక్షిణామూర్తి స్వరూపమెట్టిది? ఆయనను ఎవ్వరెవ్వరు ఉపాసిస్తూ ఉన్నారు? ఎట్లా మేము ఉపాసించాలి.
<u>సహోవాచ :</u> **<u>వైరాగ్య</u> <u>తైల</u> సంపూర్ణే,** **<u>భక్తి</u> వర్తి సమన్వితే,** **<u>ప్రబోధ</u> <u>పూర్ణ</u> పాత్రేతు,** **<u>జ్ఞప్తి</u> దీపం విలోకయేత్।** **మోహాంధకారే నిస్సారే** **ఉదేతి స్వయమే వ హి॥** **'<u>వైరాగ్యమ్</u>' అరణిం కృత్వా,** **'<u>జ్ఞానం</u>' కృత్వా ఉత్తర - అరణిం,** **గాఢతా మిశ్ర** **సంశాంతం, '<u>గూఢం అర్థం</u>' నివేదయేత్।** **<u>మోహ</u> భానుజ, సంక్రాంతం** **<u>వివేకాఖ్యం</u> మృకండుజమ్,** **<u>తత్త్వ - అవిచార</u> పాశేన**	**మార్కండేయ మహర్షి** : ఆ పరమ శివుని ఉపాసించు విధానమేమిటో వివరిస్తున్నాను. వినండి! → **<u>వైరాగ్యము</u>** [దృశ్య విషయములపట్ల - "నాది" అను రాగము (Attachment) ఉపసంహరించుకొనబడుచుండగా ఏర్పడు రాగరహిత స్థితి]...అనే **నూనెను** సముపార్జించి, → **'భక్తి' అనే దీపవర్తి (లేక) ప్రపత్తిని తయారు చేసుకొని,** → **ప్రబోధము** (పరమాత్మ గురించి తెలుసుకోవటము, శాస్త్ర - గురుబోధలు వినటము) అనే **జ్ఞానబోధ పాత్రలో** ఉంచి, → **జ్ఞప్తి** (పరమాత్మ-జ్ఞానము గురించిన జ్ఞాపకము) అనే **దీపము వెలిగించి,** → **ఈ జగత్తును ఆత్మ జ్ఞానముతో అవలోకించాలి। సర్వము శివమయముగా అనుక్షణికంగా దర్శించాలి** - అనిపించేంత వరకు అనుకుంటూనే ఉండాలి. → అప్పుడు 'మోహము' అనే చీకటి తొలగిపోతుంది. శివ సాక్షాత్కారం (సర్వము శివమయముగా శివోఽహమ్‌గా) అనుభవమౌతుంది. (యజ్ఞ - యాగముల కొరకై నిప్పు పుట్టించటానికి 'అరణి' అనే రెండు భాగములు గల ఉపకరిణం వాడుతారు). వైరాగ్యం క్రింద అరణి

బద్ధం ద్వైతభయాతురమ్,
ఉజ్జీవయత్ నిజానందే
స్వస్వరూపేణ సంస్థితః।
శేముషీ దక్షిణా ప్రోక్తా
సా యస్య అభీక్షణే ముఖమ్,
'దక్షిణా అభిముఖః' ప్రోక్తః
శివోఽసౌ బ్రహ్మవాదిభిః॥

ఉపకరణ విభాగం. 'జ్ఞానము'పై అరణి విభాగం. ఆ రెండింటి తాడనము చేయగా **'వేదాంత గూఢార్థము'** అనే అగ్ని జనిస్తుంది. **మోహభానుజ సంక్రాంతం వివేకాఖ్యం మృకుండుజమ్!** ఓ శౌనకాది మహామునులారా! ఈ మార్కండేయుడు అనే జీవుడు 'మోహము' అనే సూర్యపుత్రుడగు యముని పాశములకు జన్మ - జన్మలుగా చిక్కుకుంటూ వచ్చాడు.

ఎందుచేత? **తత్త్వ విచారణ లేకపోవటం చేత।** తత్త్వజ్ఞాన రాహిత్యము అనే యమపాశములచే బంధింపబడి ద్వైతభయమును తెచ్చిపెట్టుకొని, జన్మ జన్మలుగా పరితాపము పొందుతూ ఉన్నాడు. "జీవుడు" అనే సందర్భంలో ఇరుక్కొన్నవాడిగా భావించి సహజమగు శివస్వరూపము ఏమరచాడు.

వైరాగ్యతైలంతో భక్తిని, వత్తిని (వైరాగ్య - జ్ఞానముల అరుణితో తాడించగా జనించిన) **జ్ఞానాగ్నితో** వెలిగించగా, **వివేకము** అనే ఉష్ణముచే బుద్ధి ఉత్తేజితమవగా, **"నిజానంద-స్వస్వరూపము"**- అనే పరమాత్మ మోహము - అనే యముని కాలితో తన్నగా, **మోహము పటాపంచలయింది.**

బుద్ధి అనే నేత్రములకు (మేధకు) ఎదురుగా బోధపడువారే స్వస్వరూపు లగు దక్షిణామూర్తి (దక్షిణ బుద్ధి)। ఆ దక్షిణామూర్తి యొక్క సందర్శనమే బుద్ధితో నిర్వర్తించ వలసిన ఆత్మ శివదర్శనము - అని బ్రహ్మవాదులు చెప్పుచున్నారు! (బుద్ధితో సిద్ధించుకోవలసినదే 'శివోఽహమ్')

---

7. సర్గాదికాలే భగవాన్ విరించిః
ఉపాస్య ఏనం
'సర్గ సామర్థ్యమ్' ఆప్య,
తుతోష చిత్తే వాంఛితార్థాంశ్చ
లబ్ధ్వా ధన్యః।
సో అస్య ఉపాసకో భవతి
ధాతా।

ఓ మునులారా! ఈ కనబడే సృష్టికి కర్తయగు విరించి (సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుడు) సృష్టిని ప్రారంభించు సమయంలో సర్వాత్మకుడగు మేధా దక్షిణామూర్తి స్వామిని ఉపాసించి, సృష్టి సామర్థ్యమును పొందటం జరిగింది. స్వస్వరూపముయొక్క సర్వాత్మత్వమును ఎరుగుటచే సృష్టించు ప్రయోజకత్వము సిద్ధించింది.

ఎవ్వరైతే భక్తిచే వెలిగించిన ఆత్మజ్ఞాన దీపపు వెలుగులో తమయందే వేంచేసి యున్న శివతత్త్వమును దర్శిస్తారో అట్టి వారు బ్రహ్మదేవునివలెనే సృష్టి సామర్థ్యమునే పొందగలరు. **ఇక సకల వాంఛితార్థములు వాటికవే నెరవేరగలవని వేరే చెప్పటమెందుకు?**

య ఇమాం పరమ రహస్య
'శివతత్త్వ విద్యామ్' అధీతే,
స సర్వపాపేభ్యో ముక్తో భవతి।
య ఏవం వేద,
స కైవల్యమ్ అనుభవతి॥

ఇతి దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

పరమ రహస్యమగు ఈ **'ఆత్మజ్ఞానముచే వాక్య విషయములపై రాగమును జయించి, ఆత్మయందే శివదర్శనం చేయటం!'** అనే శివతత్త్వజ్ఞాన విద్యను ఎవ్వరు అభ్యసిస్తారో, అట్టివారు **సర్వదోషముల నుండి, సర్వ పాపములనుండి 'విముక్తులు'** (Relieved) **కాగలరు.**

- శివతత్త్వజ్ఞానము...('త్వమ్ తత్ శివయేవ యత్ జ్ఞానమ్, తత్ శివతత్త్వజ్ఞానం!') -....చే 'కైవల్యము' పొందగలరు. అనగా, ఈ జీవుడు తనయొక్క సందర్భ పరిమిత సంబంధమైన శృంఖలములను (బేడీలను) త్రెంచివేసి, కేవలీ స్వస్వరూపమును ఆస్వాదించగలరు. "నేను, నీవు, జగత్తు కూడా సర్వదా శివస్వరూపమే" అని అభ్యసించుటయే - "శివోహమ్", తద్వారా "నేను జీవశ్శివ ఏక-అఖండ స్వరూపుడను" - అనునది సునిశ్చితము, అనుక్షణికము అగుచున్నది.

ఇతి దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

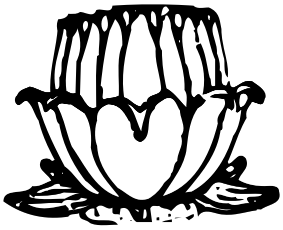
కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

14 దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము



స్తుతి

ఓం శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తయే నమో నమః। ఓం నమశ్శివాయ।

।।శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్ స్తుతి।।

యః మౌనవ్యాఖ్యయా మౌని పటలం క్షణమాత్రతః "మహామౌన పదం" యాతి......

ఎవ్వరైతే తన **'మౌనవ్యాఖ్య'**చే **'పరబ్రహ్మతత్త్వము'**ను ప్రకటించుచుండగా, ఆయన చుట్టూ పరివేష్ఠితులైయున్న మునుల పటలముయొక్క స్వస్వరూపమునకు సంబంధించిన సర్వసందేహములు మొదలంట్లా తొలగిపోయి......, **'శివోఽహమ్'** జ్ఞానానందరూపమగు **'మహామౌనపదము'**ను అధిరోహించి పరమానందించుచున్నారో....

స హి మే 'పరమాగతిః'।।

అట్టి శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తియే, ఆ పరమశివుడే నాకు సర్వదా గతి – అని ప్రార్థిస్తున్నాను. నాకు-వేరే గతి లేదు.

ఉపనిషత్ – శౌనకాది మునుల ప్రశ్న

'బ్రహ్మావర్తము' → మునులు – ఋషులు – బ్రహ్మతత్త్వజ్ఞులు నివాసముంటున్న పరమ పవిత్రమగు ప్రదేశము. ఒక మహావటవృక్షమూలములో వేదజ్ఞులు, వేదాంతతత్త్వజ్ఞులు, లోకకళ్యాణ మహదాశయముతో వేయి సంవత్సరముల కాలం జరిగే **'మహాసత్రయాగము'** ప్రారంభించారు. శ్రీ శౌనకుల వారు మొదలైన మహనీయులంతా సమిత్పాణులై (యజ్ఞ పరికములను వెంట నిడుకొన్నవారై) ఆ యాగమునకు విచ్చేసియున్నారు.

శ్రీ మార్కండేయ మహర్షి ఒకరోజు ఏకాంతంలో ప్రశాంత – ఆనందములతో సుఖాశీనులై ఉండగా శ్రీ శౌనకుడు మొదలైన మునులు, మహర్షులు – ఆ మహర్షిని దర్శించి, పాదాభివందనములు సమర్పించారు. ఈ విధంగా స్తుతించారు.

– జన్మతః పుత్రవరదానమును అనుసరించి అల్పాయుష్కులై ఉండి కూడా, నారదాది మహర్షులచేతను, మీ పితృదేవులగు మృకండమహర్షి చేతను బోధించబడి, శివపంచాక్షరీ మహామంత్రమును స్వీకరించి, మనోవాక్ కాయములచే శివభగవానుని పాదములు ఆశ్రయించినట్టివారు.

– ఆ పరమశివుని మేధాదక్షిణామూర్తి రూపమును హృదయమున పదిలపరచుకున్నవారు, యమభటులు మిమ్ములను సమీపించలేక వారిని నిస్సహాయులుగా చేసివేసినట్టివారు, స్వయముగా యముడే వచ్చి మృత్యుపాశములు విసరుచుండగా, శివభగవానుడు తన ఎడమ పాదముతో యముని గుండెపై తాడించగా...యముడు వెనుకకు మరలటము జరిగి, తాము 'చిరంజీవులు'గా అయినవారు.

– శివానంద స్వరూపులు-అగు మీకు నమస్కరించుచున్నాము.

మార్కండేయులవారు ఆ శౌనకాది మహర్షులకు సుస్వాగతము పలికి ఉచితాసనములు సమర్పించారు.

శౌనకాది మునులు : హే శివతత్త్వజ్ఞానానంద ప్రజ్ఞాస్వరూపా! భగవాన్! మార్కండేయ మహాశయా! మీరు శాశ్వతమగు ఆత్మానందస్థితిని, పరమతాత్త్విక రూపమగు చిరంజీవత్వమును సిద్ధించుకున్నారని మునిలోకము మిమ్ములను ప్రస్తుతించుచూ ఉంటుంది. ఇది ఎట్లా మీకు సుసాధ్యమైనదో సవివరించవలసిందిగా అభ్యర్థిస్తున్నాము.

కేన త్వం చిరంజీవసి? దేని చేత మీరు చిరంజీవులయ్యారు?

కేన వా ఆనందమ్ అనుభవసీతి? దేనివలన మీరు తెంపులేని ఆత్మానందమును సిద్ధించుకోగలుగుచున్నారు?

శ్రీ మార్కండేయ మహర్షి : మహనీయులారా! మీరు చెప్పుచున్నదంతా – పరమ రహస్యమగు **'శివతత్త్వజ్ఞానము'** చేతనే శ్రీ దక్షిణామూర్తి ప్రసాదముగా నాకు సిద్ధించుచున్నది.

శౌనకాది మునులు :

- అట్టి పరమ రహస్యమగు శివతత్త్వజ్ఞానము ఏ విధమైనది? ఏ తీరైనది? **కిం తత్ పరమరహస్య శివతత్త్వజ్ఞానమ్?**
- **కోదేవః?** అందుకు 'దేవత' ఎవరు? **కో జపః?** జపము ఏది? **కే మంత్రాః?** అందుకు మంత్రములు ఏవి? ఏ ముద్రతో అట్టి జప మంత్ర ధ్యానములు నిర్వర్తించారు?
- **కా నిష్ఠాః?** ఎటువంటి నిష్ఠ కలిగి ఉండాలి?
- **కిం తత్ జ్ఞాన సాధనం?** అందుకు జ్ఞానసాధనములు (ఉపకరణములు Instruments) ఏమేమి? అందుకు పరికరములు?
- **కిం బలిః?** అందుకు సమర్పించవలసినవి ఏమేమి?
- **కం కాలః?** అందుకు ఏ ఏ సమయములు పాటించాలి? ఎప్పుడెప్పుడు చేయవచ్చు?
- **కిం స్థానం?** ఏఏ ప్రదేశములు అట్టి శివతత్త్వజ్ఞాన సాధనకు అనువైన స్థలములు / ప్రదేశములు అయి ఉంటున్నాయి? ఎక్కడెక్కడ నిర్వర్తించవచ్చు? దయతో వివరించండి!

శ్రీ మార్కండేయ మహర్షి : యేన దక్షిణాముఖః శివో (అ)పరోక్షీకృతో భవతి – తత్ – పరమరహస్య శివతత్త్వజ్ఞానమ్! దక్షిణా (ఆత్మజ్ఞానా) అభిముఖుడగు ఆ **పరమ శివుడు...** ప్రత్యక్షమా? పరోక్షమా?

– 'ప్రత్యక్షము కాదు. పరోక్షము కాదు. అపరోక్షము. నాకు ఇంద్రియముల విషయరూపము కాదు. కాబట్టి ప్రత్యక్షము కాదు.

మరెక్కడో నాకు వేరై ఉన్న వారు కాదు. నాకు భిన్నం కాదు! మనందరి స్వస్వరూపమునకు అభిన్నము. అందుచేత పరోక్షమూ కాదు.

అపరోక్షము.....: **'ఇంద్రియములకు అవిషయుడగు స్వస్వరూపుడు. నాకు, సర్వజీవులకు కూడా స్వస్వరూపుడే!"** అను జ్ఞానమునే **పరమరహస్యమగు శివతత్త్వజ్ఞానము** ('త్వమ్ తత్ శివయేవ – ఇతిజ్ఞానమ్') అంటున్నారు.

"నీవుగా ఉన్నది ఆ పరమశివుడే" ⟶ అనునదే రహస్యమగు శి వ – తత్ –త్వమ్। – తత్ శివః త్వమేవ। – ఏతత్ జ్ఞానమ్।

అట్టి దృష్టియే 'పరోక్షము' (పరము చెందిన దృష్టి).

సర్వాంతర్యామి, సర్వతత్త్వ స్వరూపుడు అగు ఏ స్వస్వరూప పరమాత్మ–ఈ జగత్ దృశ్యభావనా వ్యవహారమంతా తనయందు ప్రళయకాలమునందు, [ఉపసంహార కాలమునందు (At the Time of with drawl)] లయింపజేసుకొని 'స్వాత్మ' యందు బ్రహ్మానందంగా సుఖస్వరూపులై విరాజిల్లుచూ ప్రకాశించుచున్నారో – ఆయనయే ఆ **పరమ దేవాది దేవుడు. (సమస్త దృశ్యమును నిస్సందేహముగా "స్వస్వరూపాత్మకు – అభిన్నంగా దర్శించటమే "ప్రళయము".**

శివోఽహమ్! నేను సర్వదా కేవలాత్మ యగు శివస్వరూపుడనే! **(సోఽహమ్)**. నీవు కూడా శివస్వరూపుడవే! **తత్ త్వమ్।** ప్రతి జీవుడు అదియే! **అయం జీవోబ్రహ్మేతి నాపరః।**

నా నుండి భావనామాత్రంగా బయల్వెడలుచూ ప్రత్యక్షమై కనిపిస్తున్న ఈ లోక–లోకాంతర దృశ్య వ్యవహారమంతా – ఒక స్వప్నదృశ్యము వలె – తిరిగి ఏ **'కేవలాఽహమ్' స్వస్వరూపము**నందు లయమగుచున్నదో, అదియే **'శివోఽహమ్'**। సర్వశేష్య – సుఖానంద – పరమానందము మేధకు (లేక) స్వబుద్ధికి ప్రకాశమానమగుచున్నదో అదియే **'శివోఽహమ్'!**

మేధా.......కేవల బుద్ధి స్వరూపమై, బుద్ధికి మాత్రమే అనుభవమై

దక్షిణా.......కేవల జ్ఞానానందమై, ద–ప్రసాదిస్తూ,

మూర్తిః........జగత్తుగా మూర్తీభవించినదై ఉన్న కేవలీతత్త్వమే **శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి తత్త్వము.**

అట్టి **శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి గురించి శివతత్త్వజ్ఞులగు మహనీయులు స్తుతించుచున్నారు.**

అట్టి స్తోత్రములు,....మంత్రరహస్య శ్లోకములే మేధా దక్షిణామూర్తి మంత్రములై శివతత్త్వోపాసకులకు ధ్యానశ్లోకములగుచున్నాయి. వారికి ఆశ్రయము అగుచున్నాయి.

అత్రైతే - మంత్రశ్లోకా

మొట్టమొదటగా నేను సేవించే అట్టి మేధా దక్షిణామూర్తి మంత్ర - శ్లోకములను వివరిస్తున్నాను. వినండి.

- ఓం శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి మహా మంత్రస్య
- బ్రహ్మ - ఋషిః
- గాయత్రీ - ఛందో
- దేవతా, 'దక్షిణా'

ఆస్యో మంత్రే అంగన్యాసః!

→ **ఓం శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తయే నమః**

కరన్యాసః	**ఓం మేధా**	→ అంగుష్ఠాభ్యాం నమః।		→ అనామికాభ్యాం నమః।
	దక్షిణా	→ తర్జనీభ్యాం నమః।		→ కనిష్ఠికాభ్యాం నమః।
	మూర్తయే నమః	→ మధ్యమాభ్యాం నమః।		→ కరతలకర పృష్ఠాభ్యాం నమః।
అంగన్యాసః	**ఓం మేధా**	→ హృదయాయ నమః।		→ కవచాయహుమ్।
	దక్షిణా	→ శిరసే స్వాహా।		→ నేత్రత్రయాయ వౌషట్।
	మూర్తయే నమః	→ శిఖయాయ వౌషత్।		→ అస్త్రాయ ఫట్

భూర్భుస్సువరోమ్ ...... ఇతి దిగ్బంధః॥

<u>ఓం</u> అని ప్రారంభించాలి. **<u>"నమో"</u>..... జీవబ్రహ్మైక్య భావం।**

<u>నమో ఊహవకే (6)</u> (న = కేవలము. **మ** = సందర్భము)

(న = పరమాత్మ. **మ** = జీవాత్మ)

<u>ఆదౌ దక్షిణా మూర్తయే (8)</u> ... జ్ఞానమయమైన మూర్తికి-మూర్తీభవించినట్టి, 'ఆది' స్వరూపులకు,

<u>చతుర్ధ్యంతం (4)</u> .... తురీయమునకు సాక్షి అగు,

<u>మేధాం (2)</u> .....(ప్రజ్ఞాస్వరూపుడగు స్వామి)

<u>సముచ్చార్య (4)</u> ... నా బుద్ధిని నిద్ర లేపువారై 'చైతన్యస్ఫూర్తి'తో ప్రత్యక్షమగుదురుగాక!

'ఛం ఛం ఛం' వాయుబీజమై → జీవనాధారులై

(ఓం) నమో భగవతే	(6)
ఆదౌ దక్షిణామూర్తయే	(8)
చతుర్ధ్యంతం	(4)
మేధాం	(2)
సముచ్చార్య	(4)
ఏష చతుర్వింశాక్షరో	(24)

ఛం।

వహ్నిజాయాం తత్ అస్తు → జ్ఞానాగ్నిచే నాయందు 'వ్యష్టిభ్రమ' అనే చీకటిని తొలగించి "తత్ స్వరూపులై" ప్రకాశించెదరుగాక!

24 అక్షరములతో శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి స్వామిని నిత్యము ఆశ్రయిస్తున్నాను.

ధ్యానమ్

శ్లో॥ స్ఫటిక రజత వర్ణమ్, మౌక్తికీమ్ అక్షమాలామ్,
అమృత కలశ విద్యాం, జ్ఞానముద్రాం కరాగ్రే,
దధతమ్ ఉరగ కక్షం, చంద్రచూడం త్రినేత్రమ్,
విధృత వివిధ భూషం దక్షిణామూర్తి మీడే॥

స్ఫటికము - వెండిల వలె నిర్మల ప్రకాశ సమన్వితులు, ముక్తాహారము ధరించినట్టివారు, అక్షమాల -గ్రంథ (పుస్తక) ధారి, చేతులతో అమృత కలశమును, బ్రహ్మవిద్యా సంజ్ఞ అగు చిన్ముద్ర (జ్ఞానముద్ర)ను ధరించినవారు, నడుమున సర్పమును ధరించినవారు, చంద్రధారి, త్రినేత్రుడు అనేక ఆభరణములు ధరించినవారు - అగు ***శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తిని ధ్యానించుచున్నాను.***

"ఓం" నమో భగవతే ఆదౌ దక్షిణామూర్తయే

చతుర్ధ్యంతం మేధాం సముచ్చార్య (24) - ఛం॥

న్యాస మంత్రము

శ్లో॥ **ఆదౌ వేదాదిమ్ ఉచ్చార్య । స్వరాత్ యం స-విసర్గకమ్।**
పరిచార్ణం తత ఉధృత్య। అంతరం స విసర్గకమ్।
అంతే సముద్ధరేత్ తారం। మనుః ఏష నవాక్షరః॥

వేదములు ఆదిస్వరూపుడుగా స్వర - విసర్గలతో కూడిన మంత్రరూపంగా చెప్పుచున్నది, హృదయ కవాటములు విప్పునది, అంతరమున జగత్తులను లయము చేసుకొనునది, మమ్మలను సముద్ధరించునది, తరింపజేయునది, ఉత్తమబుద్ధిని ప్రసాదించునది అగు నవాక్షర మంత్రమును ఆశ్రయించుచున్నాను.

"ఓం	- శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తయే	- నమః"

స్తోత్రం (ప్రార్థన)

శ్లో॥ **ముద్రాం భద్ర - అర్థ దాత్రీం, స పరశు హరిణం**
బాహుభిః బాహుమ్ ఏకమ్,

భద్రార్థముద్ర (చిటికెన వేలు - చూపుడు వేలు కలిపిన - తత్ - త్వమ్ చిన్ముద్ర)ను ధరించినవారు, చేతులతో హరిణము (జింక)ను, పరశువు (గొడ్డలి) కలిగియున్నవారు. ఉభయ భుజములను సమాంతరముగా ధారణ చేయువారు,

జాన్వాసక్తం దధానో, భుజగవర
సమాబద్ధ కక్ష్యో వటాధః,

(చేతులను మోకాళ్లపై ఆనించుకొని ఉన్నవారు), పామును మొలత్రాడుగా కలిగియున్నవారు

ఆసీనః చంద్రఖండ ప్రతిఘటిత
జటాక్షీర గౌరః త్రినేత్రో,

ముడిపెట్టిన జటాజూటములో చంద్రకళను ధరించి ఆసీనులై ఉన్న వారు, క్షీరము (పాలు) వలె తెల్లటి వర్ణులు, త్రినేత్రులు,

దద్యాత్ ఆద్యైః శుకాద్యైః
మునిభిః అభివృతో భావశుద్ధిమ్ భవో నః॥

వటవృక్షమూలములో (మర్రిచెట్టు మొదలున) ఛాయలో శ్రీశుకుడు మొదలైన మహర్షులతో, మునిజనముతో పరివృతులు అగు శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి స్వామి మాకు **భావసంశుద్ధిని** ప్రసాదించి మా మనో బుద్ధి చిత్తములను పవిత్రముచేసెదరుగాక.

మంత్రముతో న్యాసము

ఋషి → **బ్రహ్మదేవులవారు**; తారకమంత్రం → **'భ్లూం నమ'** ఉచ్ఛరించటం; మాయ → వాక్కు అగునుగాక, 'ద క్షి ణా' → అనుపద ఉచ్చారణ; **పదము** (మహదాశయము) → **తతోమూర్తి**।

ఓం తారం భ్లూం నమ ఉచ్చార్య మాయాం వాగ్భవమేవ చ,దక్షిణాపదమ్ ఉచ్చార్య
తతః స్యాత్ మూర్తయే పదమ్। జ్ఞానం దేహి, తతః పశ్చాత్ వహ్ని జాయాం తతో వదేత్॥

*స్వామీ! ఈ మా అగ్నికార్యము స్వీకరించి మాకు 'జ్ఞానము'ను ప్రసాదించండి! మాయకు యజమానులగు మీరు మమ్మ మాయ నుండి తరింపజేయండి? - "నమో దక్షిణామూర్తయే" - ఈ అష్టాదశాక్షర మేధా దక్షిణామూర్తి మంత్రము తనయందు సర్వ మంత్రములను కలిగియున్నట్టిది. ఉచ్చారణచేత దక్షిణామూర్తి పదము వాక్‌నందు ప్రవేశించగలదు. **"జ్ఞానందేహి"** - అను శబ్దముచే ఆత్మజ్ఞానము సిద్ధించగలదు.*

మంత్రము

"ఓం బ్లూం దక్షిణామూర్తయే నమః। జ్ఞానం దేహి। వహ్నిజాయాం మనః"

ధ్యానమ్

శ్లో॥ **భస్మవ్యా పాండురాంగః శశిశకల ధరో జ్ఞానముద్రాక్షమాలా, వీణా పుస్తైః విరాజః**
కరకమలధరో యోగపట్టాభిరామః, వ్యాఖ్యా పీఠే నిషణ్ణో మునివర నికరైః సేవ్యమానః ప్రసన్నః॥

తెల్లటి భస్మమును ధరించిన భస్మ భూషితాంగులు, శిఖలో చంద్రుని ధరించినవారు, చిన్ముద్ర (జ్ఞానముద్ర)ను ధరించినవారు, అక్షమాలను (రుద్రాక్షమాలను) అలంకరించుకొన్నవారు, వీణ - పుస్తకములను చేతిలో కలిగి ఉన్నవారు, కమల పుష్పము చేతిలో కలవారు, యోగీశ్వరులు, మౌనవ్యాఖ్యాపీఠముపై ఆశీనులైనవారు, చుట్టూ మునిజనము పరివేష్టితులై సేవించబడుచున్నవారు, ప్రసన్నవదనులు - అగు ***శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి స్వామికి నమస్కరించుచున్నాము.***

శ్లో॥ సః వ్యాళః, కృత్తివాసాః, సతతమ్ అవతు నో
దక్షిణామూర్తి ఈశః

సర్వాభరణులు, కృత్తివాసులు ఈశుడు అగుసాక్షాత్ శ్రీ దక్షిణామూర్తి మాకు సదా రక్షకులై కాపాడుదురు గాక।

మన్త్రేణ న్యాసః మంత్రముతో కూడిన న్యాసములతో →

ఋషి → బ్రహ్మదేవుడు; బీజము → **మాయ నుండి తరింపజేయు అమ్మవారు**; రమాబీజం।

దేవత → సాంబశివపాదపద్మములు;

తుభ్యం చ అనల జాయం చ మనుః ద్వాదశ వర్ణకః '12' వర్ణముల శోభితులు, అగ్నిప్రకాశము కలవారు

ధ్యానము :

శ్లోకము వీణాం కరైః పుస్తకమ్ అక్షమాలాం, బిభ్రాణమ్ అభ్రాభ గళం వరాఢ్యమ్
ఫణీంద్ర కక్ష్యం మునిభిః శుకాద్యైః, సేవ్యం వటాధః కృతనీడ మీడే॥

వీణా పుస్తక - అక్షమాలాధారులు, గరళకంఠులు, మేఘము వంటి కంఠపు రంగులో ప్రకాశించువారు, నాగరాజును మొలత్రాడుగా ధరించినవారు, శ్రీశుకుడు మొదలైన మునిగణముచుట్టూ ఆశీనులై ఉన్నట్టివారు, వటవృక్షమూలమున నీడయందు ఆశీనులై ఉన్న ***శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తిని*** *భావించి ధ్యానిస్తున్నాము.*

అంగన్యాస - కరన్యాసయుక్తంగా →

ఋషి → **విష్ణువు; అనుష్టుప్** ఛందస్సు ; దేవత → **శ్రీ దక్షిణామూర్తి ;**

- అజ్ఞానము నుండి తరింపజేయువారు,
- భగవతితో కూడుకొన్నవారు,
- **"మూలేతి"** అను పదము ఉచ్చరిస్తూ హృదయ పీఠము ధరించి ఉద్ధరించువారు
- ప్రజ్ఞా - మేధను సిద్ధింపజేయువారు,

అగు శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తి మాకు ఉత్తమమగు వాక్కును, అహమాత్మా-తత్ పదమును ప్రసాదించెదరుగాక! 32 వర్ణములతో కూడిన సాంబసదాశివులకు నమస్కారము!

'దాయినే' (ప్రసాదించువారు) - అను పదోచ్చారణతో మేము ప్రార్థిస్తున్నాము. మమ్ములను **'మాయ'** నుండి సముద్ధరించెదరుగాక! అనుష్టుప్ చంధస్సుతో కూడిన మంత్రమును అనుష్ఠించుచున్నాము.

మాయినంతు మహేశ్వరః। దురత్యయమగు మాయను దాటటానికి 'మాయి' అగు సాంబశివులవారిని ఉద్దేశించి, 'శరణు! శరణు' అని పలుకుచున్నాము.

ధ్యానము :

శ్లో॥ ముద్రా పుస్తక వహ్ని నాగ విలసత్ బాహుం ప్రసన్నాననమ్।
ముక్తాహార విభూషణం, శశికలా భాస్వత్ కిరీటోజ్జ్వలమ్।
అజ్ఞానాపహమ్ ఆదిమ్ ఆదిమగిరామ్ అర్థం, భవానీపతిం।
న్యగ్రోధాన్త నివాసినం పరగురుం ధ్యాయేత్ అభీష్టాప్తయే॥

ధ్యానముద్ర-పుస్తకము-అగ్నితేజస్సు-సర్పము-ఈఈ మొదలైన ధారణా విశేషములతో అలంకరించబడిన బాహువులు కలవారు, ప్రసన్నముతో కూడిన ముఖపద్మము కలవారు, ముత్యాలహారము అలంకారముగా కలవారు, చంద్రబింబముతో ఉజ్వలముగా

ప్రకాశించుచున్న కిరీటము ధరించినవారు, భావించినంతమాత్రం చేత అజ్ఞానంధకారమును పటాపంచలు చేసివేయువారు, సర్వమునకు ఆదిస్వరూపులు, వటవృక్షమూలమున ఆశీనులైన వారు, దేవతలకు గురువు అగు – శ్రీ మేధా దక్షిణామూర్తిని మా అభీప్సిత సిద్ధికొరకై ధ్యానము చేయుచున్నాము.

❖ ❖ ❖

ఓ మునీశ్వరులారా! మనము ఇప్పటివరకు **'శ్రీమేధా దక్షిణామూర్తి స్తుతి'** గురించి, శివతత్త్వ స్తోత్ర – ధ్యాన – అంగ ఉపాంగ ఉపాసనల గురించి చెప్పుకున్నాము.

ఇక మనము మీరు అడిగిన – మహత్తర రూపమగు **'శివతత్త్వమ్-శివోఽహమ్'** నకు సంబంధించిన వివరణాత్మక సూచనలను ప్రసాదించగల – ప్రశ్నలకు సమాధానములను వివరించుకుందాము.

శివతత్త్వజ్ఞానము – నిష్ఠ

నిష్ఠా : మౌనముద్రా సోఽహమ్ ఇతి యావత్, ఆస్థితః – సా, 'నిష్ఠా' భవతి॥

"నేను దృశ్య – దేహ – మనో – బుద్ధి – చిత్త అహంకారములకు వేరై, కేవల 'సాక్షి' అయినట్టి ఆత్మ స్వరూపుడను! ఈ దృశ్యము మొ॥ వన్నీ ఆత్మస్వరూపమే అయి, ఆత్మ యొక్క మౌనభావనచే నేను దర్శించెదనుగాక"....అను నిష్ఠయే **'మహామౌన నిష్ఠ!** అదియే 'శివతత్త్వజ్ఞానము' (లేక), **'చిదానందరూపమ్ – శివోఽహమ్'**.... భావన! ఈ సమస్తము పట్ల శివభావన, అనన్య భావన కలిగి ఉండటమే మౌనముద్ర.

'త్వమ్ తత్ శివయేవ' ఇతి జ్ఞానమ్ – "నీవు ఆకారమునకు, గుణములకు, స్వభావములకు **ఆవల** ప్రకాశిస్తున్న శివస్వరూపుడవే! జీవాత్మ – జగత్తులకు అతీతుడవు! సాక్షివి! కేవల మౌన స్వరూపడవు!" – ఇది జగద్గురువగు శ్రీ దక్షిణామూర్తి చిన్ముద్రా సమన్వితులై చిరునవ్వుతో చూపిస్తున్న స్వస్వరూపతత్త్వము.

ఈ సమస్త సహజీవులపట్ల, జగత్ దృశ్యముపట్ల – "తత్త్వమ్ – భావన"యే శివతత్త్వజ్ఞానము.

చిదానందరూపమ్! శివోఽహమ్! శివోఽహమ్! శివోఽహమ్! – ఇదియే **సుస్థిరీకరించుకొనవలసిన మౌనవ్యాఖ్యాసారము.**

ఈ కనబడేదంతా 'శివతత్త్వమే' – అని గురువాక్యానుసారం గ్రహించి, ఆ విధంగా మరల మరల అనుకొనుటము, సమయన్వించుకోవటము నిష్ఠ! **'నాలోని నైన నేనే ఇదంతా'** అనునదే మౌనవ్యాఖ్య! అద్దాని మననమే 'నిష్ఠ' అని గ్రహించెదముగాక! **నేనే బ్రహ్మమును! నేను బహ్మమే! నాకు వేరుగా కనిపించే నీవు – జగత్తు → ఇవన్నీ భేదదృష్టిచే స్వప్నములోని వస్తువులవంటివై, ఆత్మదృష్టిచే మమాత్మయే అయి ఉన్నాయి – ఇతి భావనాభ్యాసమ్ నిష్ఠ! అట్టి నిష్ఠ కలవాడు – అత్యంత స్వభావసిద్ధంగా, జన్మ మృత్యువులకు గాని, దేహముయొక్క స్థితి – గతులకు గాని విషయుడవడు. సాక్షి అయి చిద్విలాసంగా అవలోకిస్తూ, వినోదిస్తూ ఉంటాడు. 'త్వమ్' (నీవు) – గా కనిపించేదంతా తత్‌గా (శివ స్వరూపంగా) అనుక్షణము దర్శించటమే "మౌనము".**

జ్ఞాన సాధనం

తత్ అభేదేన మన్వామ్రేడనం జ్ఞాన సాధనం। "పరబ్రహ్మము అనగా నా సహజస్వరూపమే! తదితరమైనదంతా (రచయితయొక్క తన కథారచననా వ్యాసంగ సంబంధమువలె) కల్పనా మాత్రము. స్వయం కల్పిత భావనా మాత్రము"....అని మనస్సుతో మననము కలిగి ఉండటమే **జ్ఞానసాధనం.**

అభేదమైనట్టి 'సోఽహమ్' మననముతో కూడిన మంత్రజపమును ఉద్దేశించియే, పరోక్ష స్తోత్రములు (శివ – విష్ణు – దేవీస్తోత్రములు) కూడా మానవాళికి పురాణపురుషులగు ఆ మహనీయులచే అందించబడుచున్నాయి.

ముఖ్యార్థము – ఈ జీవునియొక్క కేవలమగు పరస్వరూపము గురించియే। అపరోక్షజ్ఞానమే ముఖ్యోద్దేశ్యము.

ధ్యాన పరికరములు

చిత్తే తదేకతో పరికరః। బాహ్య విశేషాలను అధిగమించిన దృష్టి – చిత్తముతో (ధ్యాస – ఇష్టములతో) ఏర్పరచుకొనుచూ, ప్రవృద్ధ పరచుకొనుచున్న తదేక ధ్యానమే – పరికరము (ఉపకరణము).

అనేకమును (భేదమును) అధిగమించిన అభేదమగు ఏకత్వమగు ఆత్మగురించిన ధ్యాసయే. → **"తదేక ధ్యానము".**

"ఆత్మయే నాకు నాయొక్క జగత్ (భేద) దృష్టిచే అనేకముగా (బంధు మిత్ర – శత్రు – మధ్యస్థ – ద్వేష్య – పాప – పుణ్యులుగా) కనిపిస్తున్నది. ఇక్కడ కనిపించేవారంతా బ్రహ్మమే! **'నా కలలో కనిపించేవారంతా నా కల్పనయే అయినట్లు, జాగ్రత్‌లో కనిపించేదంతా నా జాగ్రత్ కల్పనా విశేషములే! 'అంతా మమాత్మకు అభిన్నము'**...అను జ్ఞాన దృష్టితో కూడిన ధ్యాసలే **ధ్యాన పరికరములు.**

అంగచేష్టార్పణం బలిః।

"ఓ సర్వాత్మకుడువగు పరమాత్మా! పరమాశివా! **(యత్‌యత్ కర్మకరోమి తత్‌తత్ – అఖిలం, శంభో! తవారాధనమ్।)** ఈ ఇంద్రియములు మీకు చెందినవి! నేను చేస్తున్న సర్వకర్మలు మీ వినోద – విలాసములే. జీవన్ – మరణములతో సహా సమస్త వ్యవహారములు నేను మీకు సమర్పించే పూజాపుష్పములే....అను అంగ చేష్ఠా సమర్పణమే – శివునికి అర్పించు బలి. ('శివాత్ పరతరమ్ నాస్తి' అనునానుడిచే) ఈ సమస్త సందర్భములు, సంఘటనలు, సంప్రదర్శనములు మొ॥వి. జగన్నాటకములోనివిగా, రచయిత పరమ శివుడుగా – దర్శించటమే – సమర్పణ.

త్రీణి ధామాని కాలః

నిదురలేచింది మొదలు → మరల పరుండువరకు (ఉదయము – మధ్యాహ్నము – రాత్రి .....(త్రికాలములు) శివతత్త్వోసనకు తగిన కాలమే! సర్వకాల – సర్వావస్థలయందు శివధ్యానమునకు శివతత్త్వోపాసనకు తగిన సమయమే! **'ఈ కనబడేదంతా శివతత్త్వస్వరూపమే'** అను కాలఃకాల భావనకు కాలనియమమేముంటుంది? "శివుడే ఈ సమస్తము" అను శివతత్త్వ సమదర్శనమునకు 'అకాలము' అనునదే ఉండవలసినపనిలేదు.

ద్వాదశాంత పదం స్థానమ్ (లేక సహస్రారస్థానము)

ద్వాదశాంతపదము : నాసాగ్రము నుండి (ముక్కు పైభాగమునుండి) కపాలముయొక్క ఊర్ధ్వభాగములోగల బ్రహ్మరంధ్రము వరకు బ్రహ్మమార్గము. బ్రహ్మరంధ్రమునకు ఆవల 12 అంగుళముల ఊర్ధ్వస్థానము – "సహస్రారము". **"లోకాలలో నేను లేను! నాలోనే ఈ లోకాలున్నాయి"** అను **'బ్రహ్మమేవాఽహమ్'** భావనను – అనుభూతమై ఉండునదే ద్వాదశాంతపదము. శిరస్సుకు ఉపరి భాగస్థానంలో అట్టి స్థానము అభ్యాసముచే స్వానుభవము అవగలదు. అట్టి **ద్వాదశాంత (12 అం॥మ్ ఆవల) పరబ్రహ్మస్థానము – మనము శివతత్త్వోపాసన కొరకై ఎన్నుకొనబడుచున్న ఉత్తమ యోగాభ్యాస స్థానము.**

❋❋❋

అది విని అత్యంత శ్రద్ధగా వినుచున్న శౌనకాది మునులు మార్కండేయుని పలుకులకు పరమానందము పొందుచూ, మరల ఇట్లా ప్రశ్నించారు.

శౌనకాది మునిగణము: హే మహాత్మన్! మార్కండేయా! **కథవా అస్య ఉదయః**? హృదయంలో అట్టి **"శివ తత్త్వజ్ఞానము"** ఎట్లా ఉదయిస్తుంది? **కిం స్వరూపమ్**? శివ పరమాత్మయొక్క స్వరూపము ఏది? **కోవా అస్య ఉపాసకః**? ఆయనను ఉపాసిస్తూ ఉన్న ఈ జగత్ రచనలో **'శివోఽహమ్ – శివతత్త్వమ్'**ను స్వాభావికంగా సిద్ధించుకొన్న దృష్టాంతాలు ఎవరన్నా ఉన్నారా?

శ్రీ మార్కండేయ మహర్షి: శౌనకాది ప్రియ మునీంద్రులారా! వినండి. హృదయంలో జీవులమగు మనము జ్ఞానదీపం వెలిగిస్తే ఆ జ్ఞాన తేజస్సుతో ఆత్మారాముడై ఆ శివభగవానుడు సందర్శితమగుచున్నారు. స్వాత్మయే ఆయన! అపరోక్షస్వరూపుడగు ఆ శివభగవానుడు బాహ్యవస్తువు కాదు! అంతర వస్తువూ కాదు. **బాహ్య–అభ్యంతర స్థితమగు మనయొక్క కేవలస్వస్వరూపమే ఆయన।**

వైరాగ్య తైల సంపూర్ణే। ....దృశ్య విషయములపట్ల **"రాగరాహిత్యము' (లేక) విరాగము"** అనే తైలమును ముందుగా సముపార్జించుకోవాలి.

భక్తివర్తి సమన్వితే : భక్తి (విశ్వప్రేమ – పరాప్రేమ) అనే **'వర్తి'**ని తయారుచేసుకోవాలి.

ప్రబోధపూర్ణపాత్రేతు : ఆత్మ మహావాక్యార్థముల విచారణతో కూడిన **'ప్రబోధము'** అనే ఉత్తమ **ఆత్మవిద్యాసమన్వితమైన బుద్ధిపాత్రలో......**

జ్ఞప్తి దీపం విలోకయేత్ : "సర్వము శివమయమే" అను భావన యొక్క జ్ఞప్తి (Conscious Rememberance) – **త్వమ్ తత్ శివయేవ –'నీవు'గా కనిపిస్తున్నది ఆ పరమశివుడే!'** అనే **"దీపము"** వెలిగించాలి.

మోహాంధకారే నిస్సారే..., ఎప్పుడైతే ఆత్మజ్ఞాన జ్యోతి వెలుగుచున్నదో, మరుక్షణం 'మోహము' అనే చీకటి తొలగుచున్నది. అనగా 'శివతత్త్వమ్' సందర్శనాభ్యాసమునుండి 'శివోఽహమ్' జనించగా, మోహము పోతుంది. ఈ కల్పిత జగదృశ్యమునకు ఆధారమైయున్న మాయా విలోలుడు, బ్రహ్మస్వరూపుడు అగు పరమశివుని దర్శనమగుచున్నది.

మోహము అనగా? : భ్రమ! ఒకడు కథ చదువుచూ **'అదంతా నిజమే'** అని ఆవేశకావేశముతో పొందటమువంటిది. స్వతఃగా లేనిదే అయికూడా, కల్పనచే అనుభవమయ్యేది. వాస్తవానికి లేనిదే అయి, ఉన్నట్లే అనుభూతమగుచూ,– అనేక స్పందనలకు కారణమగుచూ ఉన్నట్టిది. దీపము వెలిగించగానే చీకటిలో కనిపించిన భ్రమాకారములన్నీ లేనివగుతీరుగా, **'శివతత్త్వజ్ఞానము' అనే వెలుగులో 'అన్యము' అనే వ్యసనము మొదలంట్లా తొలగుతుంది.**

కలలో చూచిన దేహములు, సందర్భములు, సంఘటనలు, కల జరుగుచున్నంతసేపు **'నిజమే'** అని అనిపిస్తుంది. మెళుకువ రాగానే? **"ఆఁ! అదంతా నా భ్రమే!"** అని అనిపిస్తుంది. కల సమయంలో కలలోని విషయాలు 'నిజమే' అని అనిపించటమే 'మోహము'. ఈ దృశ్య జగత్తులో కనిపించే భేదమంతా – ఆత్మజ్ఞానం జనించనంత సేపు 'నిజమే' అని అనిపిస్తుంది! **ఆత్మజ్ఞాన–ఆత్మదృష్టులచే 'మమాత్మయే ఇదంతా కదా!'** అను అనుభూతి స్వభావసిద్ధమగుచున్నది. **'అన్యము'** అని అనిపించినంతవరకు అది 'మోహము'. "నాకు అనన్యమే" అని అనిపిస్తున్న మరుక్షణం మోహజాలమంతా వీగిపోవుచున్నది.

'నేను–నా జీవాత్మ–ఈ జగత్తు–నా ఇష్టదైవము–నా గురువు...ఇవన్నీ సర్వదా ఏకము – అక్షరము అగు శివానంద తత్త్వమే'...పరమానంద పరబ్రహ్మత్త్వమే' అని బుద్ధికి అనన్యముగా, అఖండముగా సుస్పష్టమవటమే, అనుభూతమవటమే – **మోహ నిర్మూలనము.**

మోహము = మా + ఊహమ్ = వాస్తవానికి లేనట్టిది. ఊహయందు అనుభవమగుచున్నట్టిది.

అహమ్ = నేను...ఆత్మయొక్క **కేవలీరూపము. శివస్వరూపము.** ఈ విధంగా 'జ్ఞానజ్యోతి' యొక్క వెలుగులో మోహము తొలగగా 'శివోఽహమ్' స్వరూపము అనునిత్యమై స్వతస్సిద్ధముగా స్వానుభవమగుచున్నది. (ఇదియే కేవలీ అనునిత్యానుభవము అగు 'కైవల్యము').

ఉదేతి స్వయమేవ హి....స్వయముగా సుస్పష్టము, స్వానుభూతము అగుచున్నది.

..... ఈ జీవుని **సందర్భరూపము....జీవాత్మ!**

..... ఈతని **నిత్య – సత్య – సహజరూపము....శివానంద పరబ్రహ్మమే! అది అమృతరూపమైయుండగా ఈ జీవునికి మృతమెక్కడిది?**

శౌనకాది మునులు : అట్టి 'స్వాత్మానంద–శివబ్రహ్మము' అనునిత్యంగా, అనుక్షణికంగా అనుభవమయ్యే విధి – విధానమేది?

మార్కండేయ మహర్షి: నిప్పును జనింపజేయటానికై రెండు కొయ్యచట్రములు (చెక్కలు)గల అరణిలను ఉపయోగిస్తూ ఉంటాము కదా!

ఈ దృష్టాంమును ఉపయోగించి శివతత్త్వానుభవము గురించి చెప్పుకుంటున్నాము వినండి.

- సర్వప్రాపంచక విషయముల పట్ల అనురాగమును జయించివేసి, రాగరాహిత్యము (విరాగము) ప్రవృద్ధ పరచుకోవటము.
  వైరాగ్య అరణం కృత్వా → వైరాగ్యమును అరణిగా చేసుకోవాలి.
- ఆత్మజ్ఞాన సమాచారసముపార్జనను – **జ్ఞానం కృత్వా ఉత్తరారణిం** → ఆత్మజ్ఞాన సమాచారమే 'పై అరణి' చేసుకోవాలి.
- జ్ఞానం వైరాగ్యములతో కూడి నిరంతరమై కర్మ–భక్తి–జ్ఞాన– యోగాభ్యాసములు – **"గాఢతామిస్ర సంశాంతమ్"** → ఆ రెండు అరణిల ఒరిపిడి.

ఈ విధంగా **వైరాగ్య – జ్ఞాన అరణిల నిరంతరాభ్యాసము** అనే ఒరిపిడినుండి **గూఢం అర్థం నివేదయాత్!**.....పరమ రహస్యమగు **'చిదానందరూపమ్ – తత్ శివం అహమేవ'** అనే పరమార్థము బుద్ధికి స్వాభావికమగునట్లుగా సిద్ధించుకోవాలి.

- **'దేహమేవ–అహమ్'** అనే మృత్యురూపుడగు యమునిచే అడ్డగించబడినవాడై......,
- **'అజ్ఞానాంధకారము'** అనబడే – ఇంద్రియ ధ్యాసలలో చిక్కుకుని, తత్త్వ రహస్యమగు **'శివోఽహమ్'** – అను సత్యమును పూర్తిగా ఏమరచి....
- అనేక అనుబంధ–సంబంధ–వ్యావహారిక కర్మ పరంపరలు అనే బంధములో, **మనన – జనన – మరణ పాశములతో దేహపంజరములో చిక్కుకున్న ఈ మార్కండేయ జీవుడు...,**
- అనేక ద్వైతములలో చిక్కి జన్మజన్మాంతరములుగా భ్రమలను–దుఃఖములను–వేదనలను పొందుచూ, పరిభ్రమిస్తూ ఉండగా, అనేక పరితాప పరంపరలకు లోను అగుచుండగా....
- **'ఓం నమః శివాయ'** పంచాక్షరీ...మహామంత్రము, శివతత్త్వ స్తోత్రముల ఆశ్రయముచేతను....

స్వస్వరూపమే అయి ఉన్న 'నిజానంద పరమాత్మ – భావన' వికసించ సాగుతోంది.

అప్పుడీ వర్తమాన ఉపాధితో మార్కండేయ నామధేయ జీవాత్మ మృత్యువు నుండి, మృత్యు పాశములనుండి విడివడి

జన్మ – కర్మల సాక్షియగు స్వస్వరూపాత్మత్వము అగు శివానందము సంతరించుకొనుచున్నాను. ఇదియే నా చిరంజీవత్వ పరమార్థము.

అనగా,

'మేధా దక్షిణామూర్తి' అనబడు బుద్ధి వికాసత్వముచే ఆత్మ ఎరుగబడి – **"కేవలము–సర్వము అగు ఆత్మయే నేను"** → అను ఎరుకతో కూడిన స్వానుభవమే **'చిరంజీవత్వము'**.

ఏ విధంగా అయితే ఒక స్వప్నద్రష్ట విషయంలో స్వప్నము ప్రారంభంలో జనించటము, స్వప్నము ముగియగానే మరణించటము అనునదేదీ ఉండదో,.....అదే తీరుగా....సహజమగు స్వస్వరూపాత్మ దృష్ట్యా ఈ జీవునికి దేహము యొక్క రాక 'ప్రారంభము' కాదు.

దేహముయొక్క నాశనము 'అంతము' కాదు. ఎందుచేతనంటే, ఆ రెండిటికీ సాక్షి అయి, **పరమై యున్న కేవలాత్మత్వముతో కూడిన శివానందస్వరూపమే నేను! అదియే నీవు! – ఇట్టి ఎరుకయే శివుని వామపాదము. 'మార్పు – చేర్పుల పరిధి' అగు యముడు – యమపాశములు నా పట్ల శివభక్తి–శివభావనాభ్యాసనములచే జనించిన శివుని వామపాదతాడనము కారణముగా – 'మొదలే వాస్తవానికి లేనివి' – అగుచున్నాయి.**

తత్త్వ–అవిచార పాశేన బద్ధం ద్వైత భయాతురం। ఈ మార్కండేయుడు తత్త్వ –అవిచారణారూప పాశములను, ద్వైత భయములను శివానుష్ఠానముచే జనించిన వివేకముచే సర్వఆతురతలను నిర్జించివేయుచున్నాడు. ఈ విధంగా "దేహముల రాక పోకలచే నేను **జనిస్తున్నాను – మరణిస్తున్నాను"** అనే భ్రమ తొలగిపోవుచున్నది. **"ఇప్పుడు ఇట్లా ఉన్నాను! మరణిస్తే మరొకవిధంగా ఉంటాను'** అనే మృత్యురూప ద్వైత భయ – ఆతురత తొలగిపోగా, **"నిత్య జీవితుడను"**. క్రమంగా **"నిజస్వరూపుడను"** అగుచున్నాను.

ఉజ్జీవయన్ – నిజానందే స్వస్వరూపేణ సంస్థితః। నిజానంద స్వరూపుడగు స్వస్వరూప పరమశివత్వమునందు స్థానము (Sense of placement) లభించుటచే చిరంజీవుడను! బుద్ధినేత్రములకు స్వస్వరూప పరమాత్మ సందృశ్యమగుచుండటంచేత – **శేముషీ–దక్షిణా ప్రోక్తా సాయస్య అభీక్షణే ముఖమ్। దక్షిణాభిముఖః ప్రోక్తః శివోఽసే బ్రహ్మావాదిభిః॥ → ఆ స్వానుభవమగుచున్న కేవల – స్వస్వరూపమే మేధా దక్షిణామూర్తి సాక్షాత్కారము** – అని బ్రహ్మతత్త్వము ఎరిగిన మహనీయులు నిర్వచిస్తూ విశదీకరిస్తున్నారు కూడా! దక్షిణ = పరాకాష్ఠబుద్ధికి అభిముఖవటము)

ఓ శౌనకాది మునిశ్రేష్ఠులారా!

నేను ఇప్పటివరకు చెప్పిన.....,

"వైరాగ్య – జ్ఞానకర్మలచే ద్వైతము జయించబడగా మేధకు (బుద్ధికి) "సహజ – నిత్య – సత్యస్వరూపుడగు కేవలాత్మదర్శనము" అనే మేధా దక్షిణామూర్తి దర్శనము (లేక) శివోఽహమ్ – స్వాభావిక స్థానమును".... ఇతః పూర్వము మహనీయులెందరో సిద్ధింపజేసుకొని **"శివోఽహమ్"** తత్త్వజ్ఞాన సంపన్నులై మృత్యుపరిధులను జయించి అమృతరూపులై ప్రకాశించుచున్నారు. వారందరు మనకు ఆదర్శ పురుషులు. వారి ప్రవచనములే మనకు శిరోధార్యము.

శివోఽహమ్ భావసిద్ధిచే సృష్టి సామర్థ్యము

ఈ సృష్టి యొక్క ప్రారంభంలో సృష్టికర్త అగు బ్రహ్మదేవుడు **సర్గాదికాలే భగవాన్ విరించిః** – మనము చెప్పుకున్న జన్మ – మరణముల, మార్పు చేర్పులకు విషయమే కానట్టి శివతత్త్వమును ధ్యానించి, ఆరాధించి **శివోఽహమ్ జ్ఞానము**చే ఆనందము పొందినవారై **సృష్టి సామర్థ్యము**ను పొంది.... ఈ **లోకములన్నీ సృష్టించుచున్నారు.**

ఈ పరమ రహస్యమగు **శివతత్త్వజ్ఞానమును** (త్వమ్ తత్ శివయేవ – జ్ఞానము) (లేక) **శివతత్త్వవిద్యను** లేక **శివోఽహమ్ విద్య**ను పొందిన ఉపాసకునికి సర్వసిద్ధులు సిద్ధిస్తాయి. బ్రహ్మదేవునివలె స్వరూపి సామర్థ్యమును పొందగలడు. ఇక తదితర సంపదల విషయం చెప్పేదేమున్నది?

సిద్ధుడు = ఈ దృశ్య – దేహ – మనో – చిత్త – అహంకార – జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తులతో సహా సమస్తము నాయొక్క ఆత్మ స్వరూపముచే సిద్ధించుకొనుచున్నట్టివి – అను సునిశ్చలమగు ఎరుక కలిగిఉండువాడు. <u>తదేవ చిరంజీవత్వమ్।</u>

దీనిని పఠించి, అభ్యసించి సర్వము తానైన **"శివతత్త్వమ్ నిజస్వరూపమ్" దక్షిణ (బుద్ధి)** నేత్రములతో దర్శించు భక్తుడు, యోగి, జ్ఞాని....ఇప్పుడే ఇక్కడే **సమస్త దోషములనుండి వినిర్ముక్తుడై మోక్షమును సిద్ధింపజేసుకొనగలడు.**

య ఇమాం పరమరహస్య శివతత్త్వవిద్యాం అధీతే, స సర్వపాపేభ్యో ముక్తో భవతి। ముక్తుడై 'చిరంజీవి' కాగలడు.

య ఏవం వేద, స కైవల్యమ్ అనుభవతి!

శివతత్త్వమును స్వతత్త్వముగా ఎరిగినవాడు ఇప్పుడే, ఇక్కడే 'కైవల్యము'ను స్వానుభవంగా పొందుచున్నాడు. కేవలుడై, కేవలానందుడై విరాజిల్లుచున్నాడు.

కేవలమగు పరమాత్మత్త్వమును–సందర్భమాత్రమగు జీవాత్మత్త్వమును అద్వితీయ – అభేదదృష్టితో ఆస్వాదించు స్వానుభవమే కైవల్యము. (తదేవ చిరంజీవత్వమ్।)

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్

ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

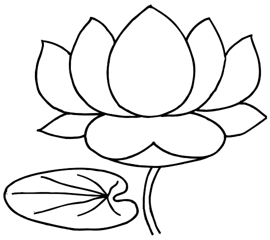
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

15 ధ్యాన బిందూపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ ధ్యాత్వా యత్ బ్రహ్మమాత్రం తే స్వ-అవశేష ధియా యయుః,
యోగతత్త్వ జ్ఞానఫలం తత్ "స్వమాత్రం" విచింతయే॥



అన్యమైనదంతా బుద్ధితో 'నేతి' రూప విశ్లేషణగా త్యజించగా, చివ్వరికి శేషించినట్టి ఆత్మ గురించిన యోగాభ్యాస-తత్త్వ విచారణచే ధ్యానించటము యొక్క **స్వస్వరూప జ్ఞానఫలము** - అని విచింతన చేయబడును గాక!

ఓం

01. యది శైల సమం పాపం
విస్తీర్ణం బహుయోజనం
భిద్యతే ధ్యానయోగేన
న అన్యో భేదః కదాచన॥

పాపముల గుట్టలు-అనేక యోజనముల వరకు విస్తరించియున్న కొండల సమూహమువలె ఉన్నప్పటికీ కూడా, అవన్నీ **'ధ్యానయోగము'**చే నశించి పోగలవు. లేదా, వాటియొక్క ఉత్తరోత్తర అనుభవము అనివార్యము. మరేవిధంగానూ అవి తొలగవు. **అందుచేత ధ్యానయోగము అత్యంత ప్రయోజనకరము.**

లేదా, జన్మ-కర్మల ప్రహసనమునకు అంతు-పొంతు ఉండదు.

---

02. బీజాక్షరం పరం,
బిందు నాదమ్
తస్య ఉపరిస్థితమ్,
స శబ్దశ్చ అక్షరే క్షీణే,
'నిశ్శబ్దమ్ పరమంపదమ్'॥

పరమునకు సంజ్ఞ అగు 'ఓం'... బీజాక్షరము (లేక) ప్రణవము-సర్వ బిందు నాదములను దాటినట్టి స్థానమును (అది భౌతికం కాదు). శబ్దరూపమాత్రం కూడా కాదు. సర్వమునకు ఆవల! కాబట్టి పరము।

శబ్దముయొక్క అక్షరోచ్చారణ క్షీణించగా, ఇక ఆపై ప్రణవము (ఓం) - కేవలాత్మానుభవముగా, **'నిశ్శబ్ద పరమపద స్థానము'** గా అయిఉంటున్నది. (మామిడి పండు రుచి తింటేనే నిజానికి తెలుస్తుంది. పేరు చెప్పినంత మాత్రం చేతకాదు కదా! కేవలాత్మానుభవము అట్టిది. అది **నిశ్శబ్ద పరమపదము. అనుభవైక వేద్యము**).

---

03. అనాహతంతు యత్ శబ్దమ్,
తస్య శబ్దస్య యత్ పరమ్,
తత్ పరమ్ విందతే యస్తు,
స యోగీ ఛిన్న సంశయః॥

ఏ యోగాభ్యాసి అయితే

-అభ్యాసముచే అనాహత చక్రము. (హృదయ చక్రము - అభౌతిక శక్తి రూపము) నుండి వినబడు ఓంకార శబ్దమును వినుచూ, ఆ శబ్దమునకు ఆవల (పరంగా) గల సాక్షీ స్వస్వరూపమును అనుభూతపరచుకొనుచూ ఉంటున్నాడో, అట్టి యోగి **సర్వ సంశయము లను దాటినవాడై ఆత్మానుభవముచే నిత్యముక్తుడు అగుచున్నాడు.**

---

04. వాలాగ్ర శత సాహస్రం
తస్య భాగస్య భాగినః
తస్య భాగస్య భాగార్థమ్
తత్-క్షయేతు నిరంజనమ్॥

నిర్మలుడు, అప్రమేయుడు అగు పరమాత్మ సూక్ష్మ రూపముతో సర్వ దేహములలో వేంచేసియే ఉన్నారు. ఒక జంతువు తోకయొక్క చిట్ట చివరి కొనాగ్ర భాగంలోని సూక్ష్మకణముయొక్క లక్షవవంతు భాగమువలె అతి సూక్ష్మరూపుడై ప్రకాశించుచున్నారు. యోగముతో మనస్సు లయించగా ఆ యోగి నిరంజనుడై అట్టి పరమాత్మానుభవము పొందుచున్నాడు.

05.	పుష్పమధ్యే యథా గంధః పయో మధ్యే యథా ఘృతమ్, తిలమధ్యే యథా తైలమ్, పాషాణేష్వివ కాంచనమ్,	**ఆత్మభావన అనగా? ఆత్మ ఎట్టిదో గ్రహించి భావించటము.** ఏ విధంగా పుష్పములలో గంధము (సువాసన) ఉంటుందో, పాలలో అంతర్గతంగా 'నేయి' (Ghee) దాగి ఉంటుందో, నువ్వు గింజలలో నూనె, రాళ్లలో (బంగారు ఖనిజపు రాళ్లు) బంగారము దాగి ఉంటుందో....(ఆత్మ సర్వత్రా అట్లా వేంచేసి ఉన్నది. ప్రతి జీవుని అంతరమున పరబ్రహ్మము ఆవిధంగా వెలుగొందుచున్నది).
06.	ఏవం సర్వాణి భూతాని మణౌ సూత్ర ఇవ ఆత్మని। స్థిరబుద్ధిః అసమ్మూఢో బ్రహ్మవిత్ బ్రహ్మణి స్థితః॥	పూలదండలోని దారమువలే సర్వజీవులలో అఖండస్వరూపమగు ఆత్మ వేంచేసి, విస్తరించినదై ఉన్నది. ఆత్మదర్శనమునకై ముందుగా స్థిరమైన బుద్ధితో దృశ్యపరిమితమైన మూఢ - మూర్ఖత్వములను అధిగమించాలి. బ్రహ్మముగురించి తెలుసుకోవాలి. ఇకప్పుడు బ్రహ్మీస్థితిని అభ్యాస పూర్వకంగా సంతరించుకోవాలి. **బ్రహ్మము తానై ఉండటమే బ్రాహ్మీస్థితి.** బ్రహ్మమును ఎరిగినవాడు బ్రహ్మమునందే సంస్థితుడగుచున్నాడు.
07.	తిలానాం తు యథా తైలం, పుష్పే గంధ ఇవ ఆశ్రితః, పురుషస్య శరీరేతు స బాహ్య - అభ్యంతరే స్థితః॥	నువ్వులగింజలలో నూనె వలె, పుష్పములలో సువాసన ఉంటున్న తీరుగా **ఈ జీవుని దేహముయొక్క బయట - లోపల కూడా పరమాత్మ వ్యాపించి ఉన్నారు.** ఆత్మ తత్త్వమే విస్తరించినదై- **అంతర్ బహిర్ స్వరూపమైయున్నది.** బాహ్య-అభ్యంతరములుగా ఉన్నదంతా పరమాత్మయే. (అంతర్బహిశ్చ యత్సర్వం వ్యాప్యనారాయణ స్థితః)
08.	వృక్షం తు సకలం విద్యాత్ ఛాయా తస్యైవ నిష్కళా, సకలే - నిష్కళే భావే సర్వత్ర ఆత్మా వ్యవస్థితః॥	ఒక పెద్ద ఫలవృక్షము యొక్క ఛాయ (నీడ)లో వృక్షముయొక్క కొమ్మలు, పూలు, ఫలముల నీడలు సాకారంగా కనిపిస్తూ ఉన్నప్పటికీ, పరిశీలనగా చూస్తే, అంతా ఒకతీరైన ఛాయయే కదా! ఈ భావనా రూప జగత్తంతా కూడా (వృక్షముయొక్క వివిధ భాగముల ఛాయలలో వృక్షఛాయయే అయి ఉన్నరీతిగా) - **సర్వత్రా ఆత్మయే వ్యవస్థితమై యున్నది.** ఆత్మయే జగత్తుగా భేద దృష్టికి అగుపిస్తోంది. ఆత్మకు వేరై ఏదీ లేదు. ఆత్మ సర్వదా ఏకము - అఖండముగానే భావ-అభావ రూపంగా సర్వత్రా వ్యవస్థితమై ఉన్నది. (ఆత్మ వృక్షము వంటిదైతే, జగత్తు ఛాయ వంటిది)
09.	'ఓం' ఇతి ఏక అక్షరమ్ బ్రహ్మ ధ్యేయం సర్వ ముముక్షుభిః। పృథివి అగ్నిశ్చ ఋగ్వేదో 'భూః' ఇత్యేవ పితామహః 'అ'కారేతు లయం ప్రాప్తే ప్రథమే ప్రణవాంశకే। (అ)	అట్టి ఏకము (అనేకముకానిది), అక్షరము (క్షరము లేనిది) అగు బ్రహ్మము 'ఓం' అను సంజ్ఞతో చెప్పబడుచున్నది. మోక్షము కోరు ముముక్షువు లందరికీ అట్టి ఏక-అక్షర పరబ్రహ్మమగు 'ఓం' ధ్యానబిందువు. **'ఓం'** అని ఉచ్చరించబడుచున్న బ్రహ్మమునకు '4' అంశలు. **మొట్టమొదటి ప్రణవాంశ 'అ'.** అట్టి 'అ'కార ప్రణవ ప్రథమాంశతో భూమి, అగ్ని, ఋగ్వేదము, 'భూః' అనే వ్యాహృతి, బ్రహ్మ (సృష్టికర్త)...వీటిని లయం అగుచున్నారో **(వీటన్నిటినీ అ కార పరబ్రహ్మముగా భావించబడుచున్నాయి)**
10.	అంతరిక్షం యజుః వాయుః, 'భువో' విష్ణుః జనార్దనః, 'ఉ' కారేతు లయం ప్రాప్తే ద్వితీయో ప్రణవాంశకే। (ఉ)	'ఓం' శబ్ద సంజ్ఞా ప్రణవము **యొక్క రెండవ అంశ 'ఉ'.** అంతరిక్షము, యజుర్వేదము, వాయువు-ఇవన్నీ ఉకార ప్రణవాంశ. అట్టి ఉకారాంశ లయమైనప్పుడు భువో (అంతరిక్షము), యజుర్వేదము, 'భువః' అను వ్యాహృతి, మహావిష్ణువు - ఉకారాంశయందు లీనమై ఉంటున్నాయి. అనగా, అవన్నీ **'ఉ'కారాంశ స్వరూపమై ఉపాసకునకు అనుభూతనగుచున్నాయి.**
11.	ద్యౌః సూర్యః సామవేదశ్చ స్వర (స్సువః) ఇత్యేవ మహేశ్వరః 'మ' కారేతు లయం పాప్తే తృతీయే ప్రణవాంశకే। (మ)	ప్రణవము యొక్క **'3వ' అంశ 'మ'కారము.** సువర్ (స్వర్గ) లోకము సూర్యుడు, సామవేదము - ఇవన్నీ మ కారాంశలు. మహేశ్వరుడు స్సువః వ్యాహృతి రూపము. ప్రణవోపాసమునకు సువర్ (దేవతా) లోకము, సూర్యుడు, సామవేదము - ఇవన్నీ మకారాంశగా అనుభవమై, అప్పుడిక-**మకారాంశయందు లీనమైనవిగా అగుచున్నాయి.**

12.	**అకారః పీతవర్ణస్స్యాత్ రజోగుణ ఉదీరితః 'ఉ'కారః సాత్వికః శుక్లో 'మ' కారః కృష్ణ తామసః॥**	'అ'కారము పీత (పసుపు) రంగుతో ప్రకృతిలో 'రజోగుణము' రూపమై ప్రదర్శితమగుచున్నది. 'ఉ' కారము శ్వేత (తెలుపు) వర్ణముగా ప్రకృతిలో సాత్విక గుణము రూపమై ఉన్నది. 'మ' కారము కృష్ణ (నీల-నల్లని) వర్ణమై తమోగుణరూపమై ఉన్నది.
13.	**అష్టాంగం చ చతుష్పాదం త్రిస్థానమ్, పంచదైవతమ్। ఓంకారం యో న జానాతి బ్రాహ్మణో న భవేత్తు సః॥**	ప్రణవము (అకార - ఉకార - మకార - అర్ధమాత్ర-బిందు - నాద - కళ - కళాతీత - అనబడే) '8' అంగములు కలిగియ్యున్నది. 4 పాదములు, '3' వ్యాహృతులు, '5'గురు అధి దేవతలు కలిగియున్నది. అట్టి అకారమును ఎవ్వరు తెలుసుకుని ఉండరో, అట్టివారు 'బ్రాహ్మణుడు' అని అనిపించుకోరు. ఆత్మ సర్వుల **బాహ్య అభ్యంతర స్వరూపమై**, భూ-భువర్-సువర్-**త్రివ్యాహృతి స్వరూపమై**, **త్రిగుణాత్మకమై**, **అష్టాంగయోగముల లక్ష్యమై జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి - తురీయముల చదుష్పాదమై**, **పైన - మధ్య - క్రింద స్థానములను ఆక్రమించుకొని ఉన్నది.** పంచభూతాత్మమగు ఆత్మగా కనిపించే దృశ్యప్రపంచమంతా ఆత్మయే. అట్టి 'ఓం'కారార్థమగు ఆత్మను తెలుసుకొని పలుకువాడే - బ్రాహ్మణుడు.
14.	**ప్రణవో ధనుః। శరో హి ఆత్మా। బ్రహ్మ తత్ లక్ష్యమ్ ఉచ్యతే।**	ప్రణవమును ధనస్సుగాను, మనోరూప జీవాత్మరూపమును బాణముగాను, బ్రహ్మము లక్ష్యముగా నియమించి **దృశ్య పరిమితభావనను (జాగ్రత్ దృష్టి-సంకుచిత పరిమిత భావములను) ఛేదించాలి. బ్రహ్మమును చేరిన మనస్సు బ్రహ్మమే అగుచున్నది. (ఈ జీవుడు ప్రణవోపాసనచే శివుడే అగుచున్నాడు).**
15.	**అప్రమత్తేన వేద్ధవ్యం శరవత్ తన్మయో భవేత్। నివర్తంతే క్రియాః సర్వాః తస్మిన్ దృష్టే పరావరే॥**	అప్రమత్తుడై "మనస్సు" అను బాణమును ఆత్మభావనానుసంధానము లక్ష్యముగా సంధించి విడచినవాడు బ్రహ్మ మయుడు (తన్మయుడు) అగుచున్నాడు. అట్టి పరమాత్మ దృష్టి-భావనల నిర్దుష్టతత్వముచేత సర్వ సాంసారిక క్రియలు కూడా నివర్తము పొందుచున్నాయి. అన్యముగా అనిపించేదంతా అంతిమంగా ఆత్మయొక్క **'అనన్యత్వము'**లో విలీనమై, **అరూపమగుచున్నది.**
16.	**'ఓం' కార ప్రభవా వేదా। 'ఓం' కార ప్రభవాః స్వరాః। 'ఓం' కార ప్రభవం సర్వమ్ త్రైలోక్యం స చరాచరమ్॥**	'ఓం'కారము నుండియే 4 వేదములు, వేదమంత్ర (16 విధములగు) స్వరములు, ఈ భూ-పాతాళ-స్వర్గ త్రిలోకములు, ఈ కనబడే - వినబడే విశ్వజగత్తు, అట్టి త్రైలోక్యములలోని సర్వ చర - అచరములు ప్రభవిస్తున్నాయి. (ఓంకారము వలననే ప్రవర్తితమగుచున్నాయి).
17.	**'హ్రస్వో' దహతి పాపాని 'దీర్ఘః' సంపత్ ప్రదో అవ్యయః అర్ధమాత్రా సమాయుక్తః ప్రణవో మోక్షదాయకః॥**	హ్రస్వమగు 'ఓం' కారము జన్మ - జన్మాంతరములలోని **పాపములన్నీ భస్మము చేసివేయగలదు.** దీర్ఘమగు ప్రణవము **సర్వ సంపదలు ప్రసాదిస్తోంది. అర్ధమాత్ర (మ్మ్)తో కూడిన ప్రణవము మోక్షమును ప్రసాదించుచున్నది.** (**అర్ధమాత్ర** = The sense of its Essence)
18.	**తైలధారామ్ ఇవ అచ్ఛిన్నం (అవిచ్ఛిన్నం) దీర్ఘ ఘంటా నినాదవత్, అవాచ్యం ప్రణవస్య అగ్రమ్ యస్తం (యః తం) వేద, స వేదవిత్।**	తెంపులేని తైలధారవలెను, (నూనె ధారవలె), సుదీర్ఘంగా గంట అనేకసార్లు మ్రోగిస్తూ జనించు వస్తున్న 'టంగ్‌గ్‌గ్-టంగ్‌గ్‌గ్' శబ్దతరంగముల నినాదము వలెను వాక్కునకు విషయముగాని ప్రణవమును (లేక - ఇదంతా సర్వదా....బ్రహ్మమే అగుటను) ఎవ్వరు తెంపు లేకుండా (అనుక్షణికంగా) తెలుసుకుంటారో అట్టివాడు **వేదవేత్త! వేదహృదయ మును ఎరిగినట్టివాడు.**
19.	**హృత్ పద్మ కర్ణికా మధ్యే స్థిరదీప నిభాకృతిమ్ అంగుష్ఠమాత్రమ్ అచలమ్ ధ్యాయేత్ 'ఓం' కారమ్ ఈశ్వరమ్॥**	హృదయపద్మ - కర్ణికల (రెక్కల) మధ్యగా నిశ్చల దీపమువలే ప్రకాశించు వాడు. అంగుష్ఠ బొటనవ్రేలు ప్రమాణముగా (బల్బులోవెలుగు తీగవలె) 'తత్' అర్థపూర్వకంగా) స్థానభూతుడు, జన్మ-కర్మల వ్యవహారముచే చలనము పొందనివాడు 'ఓం'కారస్వరూపుడు-అగు ఈశ్వరుని హృదయములోనే గమనించి, దర్శించి, ధ్యానించాలి. అంతేగాని, బాహ్యమున మరెక్కడో కాదు.

20. **ఇడయా వాయుమ్ ఆపూర్య**
పూరయిత్వ ఉదర స్థితమ్,
'ఓం' కారం దేహ మధ్యస్థం
ధ్యాయేత్ జ్వాలావళీవృతమ్॥

(ఎడమవైపుగాగల) ఇడనాడిని (ఎడమ ముక్కుపుటము ద్వారా) గాలిని పూరకం చేసి, అట్టి గాలిని ఇడనాడి - ఉదర (పొట్ట) భాగములలో నింపి కుంభకం (నిండు నిశ్చలం) చేసి, దేహము మధ్య తేజోమయమై జ్వాలావళి వెలుగొందుచున్న **ప్రకృతి - పురుష ఏకరూపమగు ఓంకారార్థ స్వాత్మను** ఎల్లప్పుడు ధ్యానిస్తూ ఉండాలి. 'అహమ్-త్వమ్-జగత్' - ఏక రూపుడుగా అనుభూతపరచుకోవటమే ధ్యానముయొక్క లక్ష్యసిద్ధి.

---

21. **బ్రహ్మా 'పూరక' ఇత్యుక్తో,**
విష్ణుః 'కుంభక' ఉచ్యతే।
'రేచో' రుద్ర ఇతి ప్రోక్తః
ప్రాణాయామస్య దేవతాః॥

→ వాయువును పూరించటమును-**'పూరకము'**ను-సృష్టికర్త అగు **'బ్రహ్మ'**గాను,
→ వాయువును నిలిపి ఉంచే ప్రక్రియమగు **'కుంభకము'**ను - స్థితికారకుడు, పరిపోషకుడు అగు **'విష్ణువు'**గాను,
→ వాయువును బయటకు వదలు ప్రక్రియయగు **'రేచకము'**ను **లయకారకుడగు రుద్రుడు** గాను... త్రిమూర్తులను ప్రాణేశ్వర- ఏకరూపంగా భావించి **ఉపాసించాలి.**

---

22. **'ఆత్మానమ్' అరణిం కృత్వా,**
'ప్రణవమ్' చ ఉత్తరారణిమ్,
'ధ్యాన' నిర్మథనాభ్యాసాత్
'దేవమ్' పశ్యేత్ నిగూఢవత్॥

నిప్పు జనింపజేసే ప్రకియలో అరణి (రెండు కొయ్యలను) ఉపయోగించు తీరుగా,
→ 'జీవాత్మ'ను అట్టి అరణియొక్క ఒరిపిడి పొందే **క్రింద కొయ్యగాను,**
→ ప్రణవమును, అరణి కొయ్య - యొక్క **పైవిభాగముగాను,**
→ 'ధ్యానము'ను **ఒరిపిడి చేయు క్రియావిశేషముగాను** భావించి స్వహృదయమునందే రహస్యముగా వేంచేసియున్న ఆ ఆత్మ దేవుని 'సాధన' అనే ప్రయత్నముతో జ్యోతి (వెలుగు)గా సందర్శించాలి.

---

23. **'ఓం' కార ధ్వని నాదేన**
వాయోః సంహరణాంతికమ్
యావత్ బలం సమాదధ్యాత్
సమ్యక్ నాద లయావధి॥

హృదయమున సర్వ స్వరూపుడగు పరమాత్మ అనునిత్యానుభవమయ్యే వరకు, రేచక-పూరక-కుంభకములను (మరియు) నాదముల శ్రవణోపాసన చేయాలి. పరమాత్మ తత్త్వముతో భావ-ఐక్యత పొందే వరకు శక్తి - అవకాశములను అనుసరించి పూరక-కుంభక-రేచక-ప్రాణాయామ యోగసాధన విధివిధానంగా నిర్వర్తిస్తూనే ఉండాలి.

---

24. **గమ – ఆగమస్థం, గమనాది శూన్యమ్,**
'ఓం' కారమ్ ఏకమ్,
రవికోటి దీప్తమ్,
పశ్యంతి యే సర్వజనాంతరస్థమ్
హంసాత్మకం, తే విరజాభవంతి।

ఈ దృశ్యములోని సర్వజీవులయొక్క-జగత్తులయొక్క-లోకముల యొక్క **రాకపోకలన్నీ తనవే అయి ఉన్నట్టిది,** కానీ తనకు స్వతఃగా **ఎటువంటి రాకపోకలు లేనట్టిది,** సర్వధా యథాస్థానములోనే ఉండి ఉన్నట్టిది, కోటి సూర్యుల **దీప్తితో వెలుగొందుచున్నట్టిది, సర్వదా ఏకమే అయి ఉన్నట్టిది** (అనేకముగా అవనట్టిది)-అగు ఓంకార సంజ్ఞయగు **పరబ్రహ్మమును** ఎవ్వరైతే సర్వజీవులలో అంతరస్థమై ఉన్నట్లు దర్శిస్తూ ఉంటారో...అట్టి **హంసాత్మకుడు (సోఽహమ్‌భావుడు)** సర్వదృశ్య భావములనుండి విరామము పొంది **మోక్షస్వభావుడగుచున్నాడు. దృశ్యమంతా తానై వెలుగొందుచున్నాడు. ఆ పరబ్రహ్మము తానే అయి విరాజిల్లుచున్నాడు.**

---

25. **యత్ 'మనః' త్రిజగత్ సృష్టిః**
స్థితిః వ్యసనకర్మ కృత్,
తత్ మనో విలయం యాతి
తద్విష్ణోః పరమం పదమ్॥

ఈ త్రిజగత్తుల సృష్టి అంతా మనోకల్పనయే! ఏ మనస్సైతే కల్పనా రూపమగు పాతాళ-భూ-స్వర్గ, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులను ఒకవ్యసనము వలే ఆశ్రయించుచూ ఉన్నదో-అట్టి మనస్సు అద్దాని జనన స్థానమునందు (తరంగం జలంలోలాగా) లయించినప్పుడు-ఇక అప్పుడు అనుభవమునకు వచ్చు స్వస్వరూపము- **'పరమునకే పరమగు విష్ణుతత్త్వము'.**

---

26. **అష్టపత్రం (8) తు, 'హృత్' పద్మమ్**
ద్వాత్రింశత్ (32) కేసరాన్వితమ్
తస్య మధ్యే స్థితో భానుః
భానుమధ్యే గతః శశీ॥

→ 'హృదయము' అనే పద్మము-'8' దళములతో (దృశ్య-దేహ-మనోబుద్ధి -చిత్త-అహంకార-కాల-జీవాత్మలతో), 32 కేసరములతో విరాజిల్లుచున్నది.

→ అట్టి హృదయములో **ఆదిత్యుడు! సూర్యుడు!** (The State prior to all that is making a begining) సూర్యమండలము!

→ సూర్య మండలము మధ్యగా **చంద్ర మండలము!**

27. **శశి మధ్యగతో వహ్నిః,**
వహ్ని మధ్యగతా ప్రభా।
ప్రభా మధ్యగతం పీఠమ్
నానారత్న ప్రవేష్టితమ్॥

→ చంద్ర మండలము మధ్యగా **వాహ్ని (అగ్నిమండలము)!**
→ అగ్నిమండలము మధ్యగా ప్రభ **(వెలుగు) (ప్రభామండలము)!**
→ అట్టి ప్రభామండలము మధ్యగా **నానా రత్నఖచితమైన పీఠము!**

---

28. **తస్య మధ్యగతం దేవమ్**
వాసుదేవమ్ నిరంజనమ్।
శ్రీవత్స కౌస్తుభోరస్కం
ముక్తామణి విభూషితమ్।

అట్టి నవరత్న ఖచిత సింహాసనముపై నిత్యనిరంజనుడగు (నిత్యనిర్మలుడు సర్వ హృదయవాసి, కేవలుడు అగు) **వాసుదేవుడు** ఆసీనులై ఉన్నారు. **(వాసుదేవ స్సర్వమితి).**
ఆయన శ్రీవత్స చిహ్నము ధరించిన వారు, అసతీ పుష్పమువలె నీలిరంగు ఛాయచే ప్రకాశించువారు, ముక్తామణిచే విభూషితులు.

---

29. **శుద్ధ స్ఫటిక సంకాశం**
చంద్రకోటి సమప్రభమ్,
ఏవం ధ్యాయేత్ మహావిష్ణుః
ఏవం వా వినయాన్వితః।

శుద్ధ స్ఫటికము వంటి స్వరూపులు, కోటిచంద్రుల ప్రశాంతమగు చల్లని కాంతులు విరజిమ్మువారు, అగు మహావిష్ణు భగవానుని **వినయ - భక్తి జ్ఞాన - యోగ విధేయతలతో ధ్యానించాలి. "ఈ విశ్వమంతా ఆత్మస్వరూపు డగు విష్ణుభగవానుని సంప్రదర్శనమే"- అని భావించటమే- ధ్యానించటము. ధ్యాసయే ధ్యానము.**

---

30. **అతసీ పుష్ప సంకాశం**
నాభిస్థానే ప్రతిష్ఠితమ్
చతుర్భుజమ్ మహావిష్ణుమ్
పూరకేణ విచింతయేత్॥

త్రిరావృత్తి ప్రాణాయామము

నాభి స్థానములో అతసీ (అగిసె) పుష్పమువలే ప్రకాశిస్తూ చతుర్భుజములతో ప్రతిష్ఠితులై విరాజిల్లుచున్న మహావిష్ణుభగవానుని **పూరక ప్రాణాయామ విధానముగా** ధ్యానించాలి.

---

31. **కుంభకేన హృదిస్థానే, చింతయేత్ కమలాసనమ్।**
బ్రహ్మాణం రత్నగౌరాభం, చతుర్వక్త్రం పితామహమ్।

హృదయ స్థానములో కమలాసనుడు, పచ్చటి రత్నమువలే ప్రకాశించువారు, నాలుగు ముఖములు కలవారు, పితామహుడు అగు బ్రహ్మదేవుని **కుంభక ప్రాణాయామ పూర్వకంగా** ధ్యానించాలి.

---

32. **రేచకేన తు విద్యాత్మా**
లలాటస్థం త్రిలోచనమ్।
శుద్ధ స్ఫటిక సంకాశం
నిష్కళం పాపనాశనమ్॥

లలాట స్థానములో ఆత్మతత్త్వజ్ఞాన విద్యాసంపన్నులు, **త్రినేత్రుడు,** శుద్ధ స్ఫటికమువలె తెల్లని దేహముతో ప్రకాశించువారు, నిష్కళంక - నిర్మల స్వరూపులు, సర్వపాపములను, సర్వ కర్మలను నశింపజేయువారు- **అగు శంకరభగవానుని రేచకప్రాణాయామ విధానంగా** ధ్యానించాలి.

---

33. **అబ్జపత్రమ్ అధః పుష్పమ్**
ఊర్ధ్వనాళమ్ అధోముఖమ్
కదళీపుష్ప సంకాశం
సర్వవేదమయమ్ శివమ్॥

హృదయకమలము

యోగవిద్యా సుసంపన్నులగు యోగులు →
→ క్రింద వైపుగా పుష్పమును → ఊర్ధ్వ (పై) వైపుగా నాళమును
కదలీ (అరటి) పుష్పము ఆకారముగా **క్రిందకు వేలాడుచున్న** రీతిగా సర్వవేదమయుడు, వేదపురుషుడగు శివభగవానుని హృదయకమల యందు ధ్యానించెదరు గాక. తెలియబడేదంతా శివానంద స్వరూపమే కాబట్టి - ఆయన వేదమయుడు.

---

34. **శతారం శత పత్రాఢ్యమ్**
విప్రకీర్ణాబ్జ కర్ణికమ్
తత్ర చంద్ర - అర్క - వహ్నీనామ్
ఉపర్యుపరి చిన్తయేత్॥

ఈ విధంగా నూరు రేకులతోను, నూరు అంచులతో కూడిన హృదయ కమలమును హృదయమునందు భావించి అరటిమొగ్గ (అరటిపువ్వు) ఆకారంగా భావించి, అద్దాని యందు చంద్ర - సూర్య - అగ్ని తేజస్సును ధ్యానించాలి, **"తేజోమయమ్, విశ్వమనంతమాద్యం"**గా ఉపాసించాలి.

---

35. **పద్మస్య ఉద్ఘాటనం కృత్వా**
సూర్య-చంద్ర-అగ్ని వర్చసః
తస్య 'హ్రీం' బీజమ్ ఆహృత్య
ఆత్మానం చరతే ధ్రువమ్।

అట్టి సూర్య-చంద్ర-అగ్ని తేజస్సు గల హృదయకమలమును (రేచక ప్రాణాయామముతో) వికశింపజేసి, అద్దానియందు 'హ్రీం' బీజాక్షరము ఆశ్రయించి తిరుగాడు (ఆత్మయొక్క సందర్భ సత్యరూపమగు) **'జీవాత్మ'**ను గమనించాలి. **"నేను పరమాత్మను. జీవాత్మ నాయొక్క ఒక అంశ"** - అను రీతిగా దర్శించాలి.

36. త్రి-స్థానం చ, త్రి-మాత్రం చ, త్రి బ్రహ్మేచ, త్రియక్షరమ్, త్రి మాత్రమ్ - అర్ధమాత్రం వా యస్తం వేద స వేదవిత్‌।	అట్టి జీవాత్మను → 'అ ఉ మ' అను త్రిమాత్రలు కలిగి ఉన్నదిగాను, → 'ఓం'కార త్రి-అక్షరస్వరూపంగాను 3 మాత్రలు + అర్ధమాత్ర సమన్వితముగాను, (జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు, వాటిలో నాలుగవదగు సంచారిగాను) ఎవ్వరు తెలుసుకుంటారో - అట్టివారు తెలుసుకొనవలసినది తెలుసుకొన్నవాడగుచున్నట్టివారు. **(విదిత వేద్యులు, వేద వేద్యులు).**
37. తైలధారామ్ ఇవ అ(వి)చ్ఛిన్నం, దీర్ఘఘంటా నినాదవత్ అవాచ్యం ప్రాణవస్య అగ్రం, బిందు నాద కళాతీతం యస్తం వేద సవేదవిత్‌॥	తెంపులేని తైలధారవలె, దీర్ఘంగా మ్రోగిస్తున్న గంట యొక్క శబ్దమువలె, ఇహాత్మ (జీవాత్మ) చమత్కారమునకు అతీతమై, జీవాత్మను తన అంశగా కలిగియున్నట్టిదై, **నాద - బిందు - కళాతీతమగు పరాత్మను ఎరిగినవాడే విదిత వేద్యుడు. అట్టి పరమాత్మతో మమేకమవటమే ధ్యానము.**
38. యథైవ ఉత్పల నాళేన, తోయమ్ ఆకర్షయేత్ నరః తథైవ ఉత్కర్షయేత్ వాయుం, యోగీ యోగపదే స్థితః॥	కలువపువ్వు - కాడతో జలమును పీల్చు విధంగా ఎవ్వడైతే దేహమంతా నిండియున్న వాయువును (పూరక - ప్రాణాయామ విధి విధానంగా) ఆకర్షిస్తాడో, అట్టి యోగి క్రమంగా **'యోగపదము'** నందు స్థితిని పొందుచున్నాడు.
39. అర్ధమాత్రాత్మకం కృత్వా కోశభూతం తు పంకజమ్‌। కర్షయేత్ నాళమార్గేణ భృవోః మధ్యే లయం నయేత్‌।	'ఓం'కారములోని 'మ్‌మ్'... (Sense) అను అర్ధమాత్రాత్మకంగా భావించి, అట్టి అర్ధమాత్రతో భ్రూమధ్యమునగల రెండు దళముల పద్మమునందు మనస్సును ప్రకాశింపజేయాలి. అర్ధమాత్రోపాసనతో నాళమార్గంగా (సుషుమ్న ద్వారా) భ్రూమధ్యలో - (అనగా అక్కడగల చైతన్యస్ఫూర్తితో) **మనస్సును** లయింపజేయాలి.
40. భృవోః మధ్యే లలాటే తు నాసికాయాస్తు మూలతః జానీయాత్ అమృతస్థానమ్ తత్ బ్రహ్మాయతనం మహత్‌॥	ముక్కుకు పైభాగ స్థానంలోగల (నాసిక యొక్క ఊర్ధ్వమూలంగా) భ్రూమధ్యలో గల 'లలాటస్థానము'నందు (బొట్టుపెట్టు కొనే కనుబొమ్మల మధ్య స్థానంలో) మహత్తరమగు **'బ్రహ్మానందము'**ను ప్రసాదించు 'అమృత స్థానము' ఉన్నది. (అది మార్పు-చేర్పుల సంబంధితమైన ఇంద్రియ విషయములను దాటివేసిన స్థానము). అది కేవల-స్వస్వరూప సంబంధమైనది.
41. <u>"ఆసనం ప్రాణ సంరోధః, ప్రత్యాహారశ్చ ధారణా ధ్యానం సమాధిః"</u> ఏతాని యోగాంగాని భవంతి 'షట్' (6)	అట్టి స్థానములో యోగాభ్యాస పూర్వకంగా మనస్సును ప్రవేశింపజేయు చుండగా, అట్టి అమృతస్థానములో ప్రకాశించుచున్న యోగికి సర్వాత్మకమగు పరబ్రహ్మము స్వానుభవముగా సిద్ధించగలదు. **యోగసాధనకు షట్ (6) అంగములు.** (1) సుఖాసనము (2) పూరక - రేచక - కుంభకముల ద్వారా ప్రాణ నిరోధము (3) ఇంద్రియములను ఆత్మోపాసనయందు (ఆత్మభావన యందు) నియమించే ప్రత్యాహారము (4) జ్ఞప్తి (జ్ఞాపకము) రూపమైన ధారణ (5) ధ్యాసరూపమగు ధ్యానము (6) నిశ్చల భావనారూపమగు సమాధి. (అదియే తానై ఉన్న సంస్థితి)
42. ఆసనాని చ తావంతి, యావంతో జీవజాతయః, ఏతేషామ్ అతులాన్ భేదాన్, విజానాతి మహేశ్వరః।	**ఆసనము :** ప్రతి జీవజాతికి, ప్రతి జీవునికి సానుకూల్యమైన, ఏకాగ్రతను ప్రసాదించులకు సానుకూల్యమగు ఒక్కొక్క తీరైన 'ఆసనము' ఉన్నది. అంతటి వివిధ విస్తారరూపములగు ఆసనముల భేదముల గురించి ఈశ్వరునికే ఎరుక!
43. సిద్ధం భద్రం తథా సింహం పద్మం చ ఇతి చతుష్టయమ్‌। **ఆధారం ప్రథమమ్ చక్రమ్, స్వాధిష్ఠానం ద్వితీయకమ్‌॥**	వాటిలో ముఖ్యమైన ఆసనములను మాత్రమే మనము ఇక్కడ ఉదహరించుకొనుచున్నాము. (1) సిద్ధాసనము (2) భద్రాసనము (3) సింహాసనము (4) పద్మాసనము - ఇవి ముఖ్యమైన 4 ఆసనములు.

44. యోనిస్థానం తయోః మధ్యే
కామరూపం నిగద్యతే।
ఆధారాఖ్యే గుదస్థానే
పంకజం యః చతుర్దళమ్।
45. తన్మధ్యే ప్రోచ్యతే యోనిః
కామాఖ్యా సిద్ధ వందితా।
యోని మధ్యే స్థితం లింగం
పశ్చిమాభిముఖం తథా।

ఆధార - స్వాధిష్ఠాన - మణిపూరక చక్రములు

(1) ఆధార చక్రము (మూలాధార చక్రం)

గుదస్థానమునకు కొంచము పైగాను లింగస్థానమునకు కొంచము క్రిందగాను యోనిస్థానం మధ్యన కామ రూపంగా మూలశక్తిరూపమగు మూలాధార చక్రము ఉన్నది. **ఈ మూలాధార చక్రమునందు 4 దళముల పద్మమున్నది.** (4 దళములు బీజాక్షరములు - వ, శ, ష, స)

(2) స్వాధిష్ఠాన చక్రము

'కామము' యొక్క యోని స్థానమున సంస్థితమైన ఈ స్వాధిష్ఠానచక్రము సిద్ధులచే నమస్కరించబడుతూ ఉంటోంది. యోని మధ్య చక్ర స్థానమునకు పశ్చిమ అభిముఖంగా లింగము ఉండి ఉంటుంది.

---

46. మస్తకే మణివత్ భిన్నమ్
యో జానాతి స యోగవిత్।

లింగ ప్రదేశమునకు పై స్థానంలో మణివలె ఆకారము కలిగియున్న ఈ చక్ర - స్థానము (పూరక ప్రాణాయామ క్రియ ద్వారా) ఎరుగుచూ, క్రమంగా ఆ స్థానమును బుద్ధితో గ్రహించినవాడు యోగవేత్తయే!

---

47. తప్త చామీకరాకారం, తటిల్లేఖేవ విస్ఫురత్
చతురశ్రమ్ ఉపరి 'అగ్నేః' అథోమేఢ్రాత్ ప్రతిష్ఠితమ్॥
48. 'స్వ' శబ్దేన భవేత్ ప్రాణః, 'స్వాధిష్ఠానమ్' తత్ ఆశ్రయమ్।
స్వాధిష్ఠానమ్ తతః చక్రమ్, 'మేఢ్రమ్' ఏవ నిగద్యతే।

స్వాధిష్ఠాన చక్రం → మెరుస్తున్న బంగారురంగు కలది, విద్యుత్ తీగ వలె ప్రకాశించుచున్నది. 4 కోణములు కలిగియున్నట్టిది. మేఢ్రమునకు (పొత్తి కడుపునకు) పై భాగమున ఇది సంస్థితమైయున్నది. 'స్వయముగా శబ్దము చేయునది, **'స్వశబ్దము'** అని పిలువబడే ప్రాణశక్తికి ఆధారస్థానం కాబట్టి దీనిని **'స్వాధిష్ఠానము'** అని పిలుస్తున్నారు. ఈ స్వాధిష్ఠాన చక్రమునకు **'మేఢ్రము'** అనే మరో పేరు కూడా ఉన్నది.

---

49. మణి వత్తంతునా యత్ర, వాయునా పూరితం వపుః।
తత్ నాభిమండలం చక్రం, ప్రోచ్యతే **'మణిపూరకమ్'।**

(3) మణిపూరక చక్రము - దారముతో కూర్చబడిన మణివలే ఉంటుంది. కాబట్టి 'మణిపూరకము' వాయువుచే ప్రేరణ పొందుతూ మేఢ్రమునకు (పొత్తి కడుపునకు) పై భాగంగా (బొడ్డు స్థానమునందు) ఉనికి పొంది ఉంటుంది.

---

50. ద్వాదశార మహాచక్రే, పుణ్యాపాప నియంత్రితః
తావత్ జీవో భ్రమతి యేవం, యావత్ తత్త్వం న విందతి।
ఊర్ధ్వం మేఢ్రాత్ అథో నాభేః, కందో యో అస్తి ఖగాండవత్।
తత్ర నాడ్యః సముత్పన్నాః, సహస్రాణి ద్విసప్తతిః। (72000)

'12' ఆకులు గల ఈ మణిపూరక చక్రమునందు - ఈ జీవుడు బ్రహ్మతత్త్వము తెలుసుకోనంతవరకు భ్రమయుతుడై ఉంటున్నాడు. పుణ్య - పాపకర్మలచే నియంత్రితుడై సంచారములు చేస్తూ ఉంటున్నాడు.

మేఢ్రమునకు పైభాగంగాను, నాభికి క్రింద భాగంగాను 'పక్షియొక్క గ్రుడ్డు' వలే ఒక ఘనీభూతమైన మాంసపుగడ్డ ఉన్నది. అట్టి ఘనీభూతగడ్డ నుండి '72000' నాడులు బయల్వెడలుచున్నాయి.

---

51. తేషు నాడీ సహస్రేషు
ద్విసప్తతిః ఉదాహృతాః। (72)
52. ప్రధానాః ప్రాణవాహిన్యో
భూయః తత్ర 'దశ' స్మృతాః।
'ఇడా' చ, 'పింగళా' చ ఏవ
'సుషుమ్నా' చ తృతీయకా
53. 'గాంధారీ' 'హస్తిజిహ్వా' చ
'పూషా' చ ఏవ 'యశస్వినీ'
'అలంబుసా', 'కుహూః' అత్ర
శంఖినీ, దశమీ స్మృతా।

అట్టి 72000 నాడులలో ముఖ్యమైనవి '72' నాడులుగా చెప్పబడుచున్నాయి. ఇవి తమయందు ప్రాణశక్తిని ప్రవహింపజేస్తూ, శరీరమంతా ప్రాణశక్తి ప్రవహించటానికి వాహకములు (Vehicles) అగుచున్నాయి. ఆ '72' ముఖ్యనాడులలో 10 అతి ముఖ్యమైనవిగా వర్ణించబడుచున్నాయి.

10 అతి ముఖ్య నాడులు

(1) ఇడ, (2) పింగళ, (3) సుషుమ్న, (4) గాంధారి, (5) హస్తజిహ్వ, (6) పూషా, (7) యశస్వినీ, (8) అలంబుసా, (9) కుహూ, (10) శంఖినీ.

54. ఏవం నాడీమయం చక్రం
విజ్ఞేయం యోగినా సదా।
సతతం ప్రాణవాహిన్యః
సోమ - సూర్య - అగ్ని దేవతాః

'యోగి' ఈ నాడీమయ చక్రమును ఎల్లప్పుడు తెలుసుకొన్నవాడై ఉంటున్నాడు. అందులో '3' అత్యంత ముఖ్యమైన నాడులు నిరంతరము ప్రాణచలన స్పందన శక్తిని ధారణ చేస్తూ ఉన్నాయి. (1) ఇడ, (2) పింగళ, (3) సుషుమ్న ఈ మూడింటికి అధి దేవతలు → (1) చంద్రుడు (ఇడకు), (2) సూర్యుడు (పింగళకు), (3) అగ్ని (సుషుమ్నకు).

55. ఇడా పింగళా సుషుమ్నాః
తిస్రో నాడ్యః ప్రకీర్తితాః।
ఇడా వామే (ఎడమ)స్థితా భాగే
పింగళా దక్షిణే (కుడి) స్థితా॥

'ఇడ'నాడి ఈ దేహమునకు ఎడమవైపుగాను, 'పింగళ' నాడి దేహమునకు కుడివైపుగాను, సుషుమ్న దేహమునకు మధ్యగాను... ఈ విధంగా ప్రాణశక్తి ప్రసరణ మార్గములుగా ఉన్నాయి. ఈ '3' అతి ముఖ్య **ప్రాణ ప్రసరణ - తేజోపూరిత శక్తి మార్గములు**గా గమనించబడుచున్నాయి.

56. సుషుమ్నా మధ్య దేశస్థా
"ప్రాణమార్గాః త్రయః" స్మృతాః
ప్రాణో అపానః సమానశ్చ,
ఉదానో వ్యానః తథైవ చ।

ఇక ప్రాణశక్తి గురించి, అద్దానియొక్క దేహములోని సంచలనములను ఉద్దేశ్యిస్తూ పంచప్రాణములుగా పంచ ఉపప్రాణములుగా (అవి నిర్వర్తించు ధర్మములను దృష్టిలో పెట్టుకొని) యోగ శాస్త్రముచే విశదీకరించ బడుతోంది.

57. నాగః కూర్మశ్చ కృకరో
దేవదత్తో ధనంజయః
ప్రాణాఖ్యాః పంచవిఖ్యాతా।
నాగాద్యాః పంచవాయవః॥

పంచ ప్రాణవాయువులు : (1) ప్రాణము, (2) అపానము, (3) సమానము, (4) ఉదానము, (5) వ్యానము

పంచ ఉప ప్రాణవాయువులు: (1) నాగ, (2) కూర్మ, (3) కృకర, (4) దేవదత్త, (5) ధనంజయ - ఇవి **"నాగాది పంచవాయువులు"** అని ప్రసిద్ధి.

58. ఏతే నాడీ సహస్రేషు
వర్తంతే జీవరూపిణః,
ప్రాణ అపాన వశో జీవో హి
అధశ్చ ఊర్ధ్వం ప్రధావతి।

పంచప్రాణములు(+)పంచ ఉపప్రాణములు → ఈ 10 ప్రాణ వాయువుల ఉత్తేజము '72,000' నాడులలో జీవరూపములుగా సంచరిస్తూ ఉన్నది. ఇక పరమాత్మయొక్క స్వకీయ-అంశ అగు జీవాత్మ ప్రాణ - అపానము లకు వశుడై (దేహములో) పైకి - క్రిందికి కదలికలు నిర్వర్తిస్తూ ఉన్నాడు.

59. వామ దక్షిణ మార్గేణ
సంచలత్వాత్ న దృశ్యతే।
ఆక్షిప్తో భుజదండేన
యథా ఉచ్చలతి కందుకః॥

60. ప్రాణ - అపాన సమాక్షిప్తః
తద్వత్ జీవో న విశ్రమేత్।
అపానాత్ కర్షతి ప్రాణో
అపానః ప్రాణాచ్చ కర్షతి-

61. ఖగ రజ్జువత్, ఇత్యేతత్
యో జానాతి స యోగవిత్॥

ఈ విధంగా ప్రాణ ప్రసరణ వెంట కుడి (పింగళ ప్రాణ ప్రసరణ) - ఎడమ (ఇడ ప్రాణ ప్రసరణ) మార్గాలలో ఈ జీవుడు నిరంతరం తిరుగాడుతూ ఉండటం చేత ఒక్కచోట ఎక్కడా కనిపించటం లేదు. నిలబడటం లేదు. నిలకడ లేదు.

భుజదండములచే కొట్టబడుచూ ఉన్న బంతివలె (Like Foot Ball) ఈ జీవుడు ప్రాణ - అపానముల వెంట తిరుగాడుచూ (క్షిప్తుడై), పైకి క్రిందికి విశ్రాంతి అనేది లేకుండా అవిశ్రాంతంగా తిరుగాడుచున్నాడు.

అపానము ప్రాణము చేతను, ప్రాణము అపానము చేతను మింగబడుచుండగా, ఈ జీవుడు ప్రాణ - అపానముల వెంట నిరంతరం పరుగులు తీస్తూ...ఒకచోట ఆగి ఉండటమే లేదు.

కాలుకు త్రాడుచే కట్టబడిన పక్షివలే అటూ-ఇటూ పరుగులు తీసే జీవాత్మను ఎవ్వడు గమనించి, తెలుసుకుంటూ ఉంటాడో, అట్టివాడు యోగవేత్త.

'హ'కారేణ బహిః యాతి,
'స' కారేణ విశేత్ పునః

ఈ జీవుని పరుగులు అవిశ్రాంతమై ఏ తీరుగా ఉన్నాయంటే... 'హం' కారముతో బయల్వెడలుచున్నాడు. 'సం' కారముతో లోనికి వస్తున్నాడు.

62. 'హంస హంస' ఇతి అముం, మంత్రం జీవో జపతి సర్వదా।
శతాని షట్ దివారాత్రగ్ం, సహస్రాణి ఏకవిగ్ం శతిః
(21600)

'హం' 'సం' - 'హం' 'సం' అనబడు శ్వాస - ప్రశాసలతో ఈ జీవుడు అనుక్షణం 'సోஉహమ్' మంత్ర - క్రియా జపం నిర్వర్తిస్తూ ఉన్నాడు. (అదంతా అసంకల్పిత విభాగమునుండి జీవునిచే నిర్వర్తించబడుతోంది) రోజుకు 21600సార్లు హంస జపం చేస్తూ ఉన్నాడు.

63. ఏతత్ సంఖ్యాన్వితం మంత్రం జీవో జపతి సర్వదా, 'అజపా' నామ గాయత్రీ యోగినాం మోక్షదా సదా।	యోగి తన శ్వాస - నిశ్వాసలను 'సోఽహమ్' మంత్ర జపంగా, గమనిస్తూ బుద్ధితో 'సోఽహమ్' అనుభూతిని 'గమనిక'ను సిద్ధించుకోవటమును **'అజపాగాయత్రి'** అంటారు. **ఇది పరస్వరూపములో, అర్థానికి అనన్యంగా ఇహస్వరూపం గమనించటము.** అట్టి అజపాగాయత్రి యోగులకు సర్వదా మోక్షప్రదాత.
64. అస్యాః సంకల్ప మాత్రేణ నరః పాపైః ప్రముచ్యతే। అనయా సదృశీ విద్యా, అనయా సదృశో జపః, 65. అనయా సదృశం పుణ్యం న భూతం, న భవిష్యతి, యేన మార్గేణ గంతవ్యం బ్రహ్మస్థానం నిరామయమ్॥	**"సోఽహమ్"** - జీవాత్మగా ప్రాణ అపానములవెంట పరుగులు తీస్తూ, **"జీవాత్మ-ప్రాణప్రసరణములకు నేను ఆది - ఆధారమగు పర స్వరూపుడను"**- అని ఎరుగుచుండటము, జీవాత్మత్వమును అధిగమించి పరమాత్మగా భావనచేస్తూ, "సర్వ సంకల్పములకు ఆవల స్థానము అవధరించి ఉండటం'' అనే యోగాభ్యాసంతో సర్వదోషాలు విడివడతాయి. అట్టి "అజపా గాయత్రి'' ... అనబడే 'సోఽహమ్' మంత్రోపాసనకు సమానమైన విద్యగాని, జపముగాని, పుణ్యముగాని - న భూతో, న భవిష్యతి. - మరొకటేదీ ఇదివరకు లేదు. ఇక ఉండబోదు. 'సోఽహమ్' అజపాగాయత్రీ బుద్ధి సంబంధమైన మంత్రము. నిరామయమగు బ్రహ్మస్థానమును ఆ యోగికి అజపాగాయత్రి ప్రసాదించగలదు.
66. ముఖేన ఆచ్ఛాద్య తత్ ద్వారం ప్రసుప్తా పరమేశ్వరీ। ప్రబుద్ధా వహ్ని యోగేన మనసా మరుతా సహ।	'కుండలినీ' అనే శక్తి (లేక) పరమేశ్వరి ఆచ్ఛాదన ధరించిన ముఖముతో దేహములో (మూలాధార స్థానములో) కునుకులు తీస్తూ ఉన్నది. మనస్సు, ప్రాణశక్తి, అగ్నిలను ఉపకరణములుగా చేసుకొని నిదురిస్తున్న ఆ కుండలినీ మహాశక్తి స్వరూపిణిని (విశ్వశక్తీదేవిని) దేహము అనే క్షేత్రంలో -నిదురలేపాలి. (కుండలినీ=ఇచ్ఛ-జ్ఞాన-క్రియాశక్తుల దృశ్య సంబంధత్వమే ఆ నిదుర).
67. సూచీవత్ గుణమ్ ఆదాయ, వ్రజతి ఊర్ధ్వం సుషుమ్నయా। ఉద్ఘాటయేత్ కవాటం తు, యథా కుంచికయా హఠాత్। 68. కుండలిన్యా తథాయోగీ మోక్షద్వారం విభేదయేత్।	దారము గ్రుచ్చబడిన సూదిని పైకి లాగు తీరుగా యోగి స్వకీయ శక్తి స్వరూపమగు 'కుండలినీ శక్తి'ని నిదురలేపి ప్రేరేపించి... కుంచికతో తలుపుతీయురీతిగా కుండలినీ శక్తితో మోక్షద్వారమును (శిరస్సుపై గల-మూసుకుపోయి ఉన్న బ్రహ్మ రంధ్రమును) బలాత్కారంగా భేదించాలి. మోక్షద్వారములను తెరచివేయాలి. [సహస్రారము - (Open Al-pervading Self) లో ప్రవేశించాలి].
69. కృత్వా సంపుటితౌ కరౌ దృఢతరం, బధ్వా అథ పద్మాసనమ్, గాఢం వక్షసి సన్నిధాయ చుబుకం, ధ్యానం చ తత్ చేతసి, వారం వారం అపానమ్ ఊర్ధ్వమ్ అనిలం ప్రోచ్చారయన్ పూరితమ్, ముంచన్ ప్రాణమ్ ఉపైతి బోధమ్ అతులం శక్తి ప్రభావాత్ నరః।	**యోగసాధనా విధానం: కుండలినీయోగం** → రెండు చేతులను ముకుళించి, → దృఢంగా పద్మాసనమును వైచుకొని (అవధరించి), సుఖఆశీనుడై, → గడ్డమును వక్షస్థలమును తాకించుచు, → చిత్తమును **సర్వాత్మకుడు, స్వస్వరూపుడు, సర్వస్వరూపుడు, సర్వసాక్షి, కేవలుడు** అగు పరమాత్మను ధ్యానించాలి. ధ్యాసను నిలపాలి. బుద్ధిని నిలపాలి. → మరల మరల క్రిందవైపుగా ప్రసరించు స్వభావముగల 'అపానవాయువు'ను ఊర్ధ్వంగా (upwarding) లాగుచూ → పూరక ప్రాణవాయు అభ్యాసము (పూరక ప్రాణాయామము) నిర్వర్తిస్తూ... → ప్రాణవాయువును బ్రహ్మరంధ్రమార్గముగా ప్రయాణింపజేస్తూ (నడిపిస్తూ) శిరస్సుయొక్క ఉపరిభాగమునగల బ్రహ్మరంధ్రమును స్పృశిస్తూ ఉండాలి. **ఈ సాధనచే యోగి బ్రహ్మజ్ఞానము (బోధ)ను త్వరగా పొందగలడు. స్వాభావికంగా సిద్ధంపజేసుకోగలడు.**

70. పద్మాసన స్థితో యోగీ
నాడీ ద్వారేషు పూరయన్,
మారుతం కుంభయన్ యస్తు
స ముక్తో। న అత్ర సంశయః॥

నాడీ అంతర్గత కుంభకము:
పద్మాసమును ధరించి నవ నాడీ ద్వారములలో వాయువును పూరించి (నింపి) కుంభకయోగము అభ్యసించుయోగి క్రమంగా స్వభావంగా, అప్రయత్నంగా (నాడులలో కుంభకము సిద్ధించుకొను క్రమంగా) ముక్తిని పొందగలడు! ఇందులో సందేహమేలేదు.

71. అంగానాం మర్దనం కృత్వా
శ్రమజాతేన వారిణా।
కట్వ ఆమ్ల లవణ త్యాగీ
క్షీరపానరతః సుఖీ॥

యోగాభ్యాసము చేస్తూ ఉండగా జనించు స్వేదనమును (చెమటను) ఇంకునట్లుగా అంగములను మర్దనము చేయును గాక.

యోగసాధన సమయంలో సాత్వికమైన ఆహారము తీసుకుంటూ ఉండాలి. కారము - పులుపు - ఉప్పు...వదలి, పాలు అధికంగా తీసుకొనుయోగి యొక్క కుండలినీ యోగసాధన సుఖవంతమగుచున్నది.

72. బ్రహ్మచారీ మితాహారీ
యోగీ యోగ పరాయణః
అబ్దాత్ ఊర్ధ్వం భవేత్ సిద్ధో।
న అత్ర కార్యా విచారణా॥

బ్రహ్మమునే ఉపాసిస్తూ **బ్రహ్మచారి** అయి, ఆహారము మితంగా స్వీకరిస్తూ, ఇంద్రియములను విషయములవైపు పోనివ్వకుండా, యోగపరాయణుడై యున్న యోగి-ఒక సంవత్సరకాలములో **'బ్రాహ్మీదృష్టి'** అనే సిద్ధిని పొందగలడు. ఇందులో విచారణ చేయవలసింది లేదు. అనగా అనుమానం ఉండనక్కర్లేదు.

73. కంఠా ఊర్ధ్వ కుండలీ శక్తిః
స యోగీ సిద్ధి భాజనమ్।
అపాన – ప్రాణయోః ఐక్యమ్
క్షయాత్ మూత్ర పురీషయోః॥

మూలబంధన యోగము : మూలాధారంలో మౌనంగా నిద్రాముద్రను ధరించియున్న కుండలినీశక్తిని ఏ యోగి అయితే కంఠము పై భాగమునకు చేర్చుచున్నాడో,.... ఆ యోగి యోగసిద్ధికి 'పాత్రుడు' అగుచున్నాడు.

లోనికి ప్రసరించే ప్రాణవాయువును, బయటకు ప్రసరించు అపాన వాయువును ఆ యోగి ప్రాణాయామ సాధనలో ఐక్యం చేయటం జరుగుతోంది. అట్టి అపాన-ప్రాణ ఐక్యమువలన అకుండలినీయోగ సాధకుని శరీరంలో మల-మూత్రముల అధికత్వము తొలగగలదు. క్షీణిస్తాయి. అనగా విసర్జకాయవములు స్వాధీనమై జీవుని సుఖవంతుని చేస్తున్నాయి..

74. యువా భవతి వృద్ధో౾పి
సతతమ్ మూలబంధనాత్
పార్ష్ణిభాగేన సంపీడ్య
యోనిమ్ అకుంచయేత్ గుదమ్।
75. అపానమ్ ఊర్ధ్వమ్ ఉత్కృష్య
'మూలబంధో' అయమ్ ఉచ్యతే।
ఉద్యాణం కురుతే యస్మాత్
అవిశ్రాంత మహాఖగః॥

అట్టి 'మూలబంధనము' అనబడే కుండలినీ యోగం (మూలాధారంలో అపానమును మార్గము నుండి వెనుకకు లాగి ప్రాణముతో ఏకము చేయు విధానము) అభ్యాసము చేయు యోగి వృద్ధుడైన కూడా యువకునివలె ఉత్సాహము - సాహసము - బుద్ధి - శక్తి - కార్యదక్షత కలిగి ఉంటాడు. కాలి మడమతో గుదస్థానము (మలవిసర్జన స్థానమును) నొక్కి పట్టిపీడించుచు, అపానమును ఊర్ధ్వమునకు ఆకర్షిస్తూ యోని స్థానమును లోపలివైపుగా ముడుస్తూ ఉండటము, ప్రాణముతో సంయోగము-మూలబంధనము అగుచున్నది.

76& 'ఉడ్డియాణం' తదేవస్యాత్। తత్ర బంధో విధీయతే।
77. ఉదరే పశ్చిమం తాణం, నాభేత్ ఊర్ధ్వం తు కారయేత్,
ఉడ్డియాణో అపి అయం
బంధో...మృత్యుమాతంగ కేసరీ।
బధ్నాతి హి శిరోజాతమ్
అధోగామీ నభో జలమ్, తతో 'జాలంధరో బంధః'
కంఠ దుఃఖౌఘ నాశనః॥

ఉడ్యాణ బంధము : హంస స్వరూపుడగు ఈ జీవుడు - నాశికా (ముక్కు) - మూల స్థానమునకు కొంచెము క్రింద (అధోభాగము)గా ఉండు 'ఆజ్ఞా చక్రము' నకు ఎడతెగకుండా → చిత్త - ప్రాణశక్తులతో ప్రయాణము చేయుటమును **'ఉడ్డీయాణబంధము'** అని అంటారు.

మరొక తీరైన ఉడ్డీయాణ బంధము :
నాభికి ఊర్ధ్వంగా ఉదరము (పొట్ట)లో ఎడమవైపుగా (పశ్చిమంగా) ఉన్న ప్రదేశమును గుదించి ప్రాణ-యోగసాధనచే అనుభవముగా తెలుసుకొని ఉండటము కూడా ఉడ్డీయాణబంధమే! ఇది మృత్యువను ఏనుగు సింహమునకు వలె - వశముగా అగుచూ, అంతా తెలియబడినదై ఉంటుంది. 'దృశ్యమంతా మమాత్మయే' అను భావన స్వాభావికము అగుచున్నది.

78. జాలంధరే కృతే బంధే
(కర్ణ సంకోచ లక్షణే, కంఠ సంకోచ లక్షణ)
కంఠ దుఃఖౌఘ భక్షణే॥
79. న పీయూషం పతతి అగ్నౌ
న చ వాయుః ప్రధావతి॥
కపాల కుహరే జిహ్వా
ప్రతిష్ఠా విపరీతగా,
80. భ్రువోః అంతర్గతా దృష్టిః
ముద్రా భవతి 'ఖేచరీ'।
న రోగో మరణం తస్య,
న నిద్రా, న క్షుధా తృషా।

జాలంధర బంధము : కంఠములోను, చెవుల వద్ద కుంభక అభ్యాసముతో కూడినది. కంఠ దోషములను తొలగించగలదు. శిరస్సునందు యోగసాధన సమయంలో ప్రశాంతమగు రసము (ఉపరిభాగంలో) ప్రవిస్తూ ఉంటుంది. అది 'ఆకాశగంగ' అని వర్ణించబడుతోంది. అట్టి 'ఆకాశగంగ'ను యోగి → కంఠస్థానంలోను, చెవుల ద్వారములలోను బంధించటమును 'జాలంధరబంధము' అని అంటారు.

శిరో ఉపరి భాగమునుండి కంఠము వరకు యోగసాధనలో 'మాధుర్యము'ను నింపి ఉంచే ఈ జలంధర యోగముచే సర్వదుఃఖములు, ఆదుర్దాలు స్వయంగా శమిస్తాయి. కంఠము వరకు ప్రసరించు ఆకాశగంగ సర్వ చెడు రసములను కడిగివేస్తుంది.

అప్పుడు అగ్నియందు అమృతబిందువు పడదు. (అమృతభావం నశించదు). ప్రాణవాయు చలనములు స్థిరత్వం పొందుతాయి.

ఖేచరీ ముద్ర : (1) నాలుకను వెనుకకు త్రిప్పి, కపాల కుహరం (బ్రహ్మరంధ్రము నుండి బయల్వెడలు → దవడలోగల క్రింద రంధ్రము, కొండనాలుక అంచుస్థానము)ను స్పృశిస్తూ, (2) **దృష్టిని భ్రూమధ్యలో చేర్చి ఉంచటమును 'ఖేచరీముద్ర' అని అంటారు.**

అట్టి ఖేచరీ ముద్ర అభ్యసించు యోగి - మరణము, నిద్ర, ఆకలి, దప్పికము - జయించివేయుచున్నాడు. చొక్కా మార్చినట్లు "ఈ దేహం వదిలాను. ఆ దేహం స్వీకరించాను" అనే దేహాతీత బుద్ధిశక్తితో కూడిన అమృతస్థితి పొందుచున్నాడు.

---

81. న చ మూర్ఛా భవేత్ తస్య, యో ముద్రాం వేత్తి ఖేచరీమ్
పీడ్యతే న చ రోగేణ, లిప్యతే న చ కర్మణా॥

అట్టి ఖేచరీ-యోగాభ్యాసిని మూర్ఛ, రోగము మొదలైనవి పీడించవు. ఖేచరీముద్రను అభ్యసిస్తున్న యోగిని కర్మదోషములు అంటవు. ఆగామి-సంచిత-ప్రారబ్ధకర్మలచే ఖేచరీముద్రను అభ్యసించు యోగి బద్ధుడు కాడు.

---

82. బధ్యతే న చ కాలేన
యస్య ముద్రా అస్తి 'ఖేచరీ'।
చిత్తం చరతి ఖే యస్మాత్
జిహ్వా భవతి ఖే గతా,
83. తేన ఏషా ఖేచరీ నామ
ముద్రా సిద్ధ నమస్కృతా।
ఖేచర్యాముద్రయా యస్య
వివరం లంబిక ఊర్ధ్వతః॥

భూత-వర్తమాన-భవిష్యత్ కాలములను దాటి కాలః-కాల స్వరూపుడౌతాడు. కాలములోని సర్వవిశేషములకు సాక్షిగా ఉండ గలడు. అనగా, కాలబద్ధుడు కాడు. ఆతని చిత్తము దహరాకాశము (ఆత్మాకాశము)లో సంచరించగలదు. నాలుక కపాల ఆది రంధ్రస్థానమును తాకి ఉండే ఖేచరీ ముద్రచే- చిత్తము "చిత్ రూపము"గా సంతరించుకుంటుంది. ఖేచరీ-యోగసిద్ధి పొందినవాడు సిద్ధులచే నమస్కరించబడుటకు అర్హుడగుచున్నాడు.

యోనిముద్ర : 'ఖేచరీముద్ర'ను నిర్వర్తించుటచే సిద్ధించు ఊర్ధ్వ కపాలయోగము (లేక) 'లంబికాయోగము'చే యోగి స్థిరచిత్తుడు, స్థిర శరీరుడు అగుచున్నాడు.

---

84. బిందుః క్షరతి నో యస్య, కామినీ ఆలింగతస్య చ,
యావత్ బిందుః స్థితో దేహే, తావత్ మృత్యు భయం కుతః?

అట్టి యోగికి ప్రియకామినితో ఆలింగనము కలిగినప్పటికీ శుక్లబిందు పతనము కాదు. (అనగా) దృశ్య విషయములు కోరుకోవలసివస్తూ ఉన్నప్పటికీ విషయములకు బద్ధుడు కాడు. (అకామకామీ-అనాకర్షితుడై ఉండగలడు) ఆ విధంగా శుక్ల బిందు పతనమును జయించి, జితేంద్రియుడగు యోగికి, ఇక మృత్యుభయము ఉండదు. ఆతని బుద్ధి ఇంద్రియ విషయ పంజరములో ప్రవేశించదు.

85. యావత్ బద్ధా నభో ముద్రా
తావత్ 'బిందుః' న గచ్ఛతి।
గళితోఽపి యదా బిందుః
సంప్రాప్తో యోని మండలే,
86. వ్రజతి ఊర్ధ్వం హఠాత్ శక్త్యా
నిబద్ధో యోనిముద్రయా।

ఖేచరీముద్ర ధరించి 'లంబయోగము' సిద్ధించుకున్న యోగి, ఖేచరీముద్ర ధరించనంతసేపు బిందు స్రవము (శుక్లస్రవము) ఉండదు. రేతస్సు స్కలనము కాదు. (అనగా) **బిందువులో బ్రహ్మాండమంతా దర్శించు, బిందు ధ్యానయోగము నుండి చ్యుతి పొందదు.** ఒకప్పుడు స్కలనము అయినప్పటికీ కూడా... (విషయ సహితుడైనప్పటికీ) తేజస్సు విభాగం ఊర్ధ్వముగా ఎగసి శిరస్సును చేరుచున్నది. అందుకే దీనిని 'యోనిముద్ర' అని పిలుస్తున్నారు. యోనియందు స్రవించు రజోబిందు తేజస్సును సమాకర్షించి 'లంబిక' (కొండ నాలుక) యందు స్థిరముగా చేర్చినప్పుడు - అట్టి యోగి త్రికాలజ్ఞాన సంపన్నుడగుచున్నాడు. ('హఠయోగ దీపిక'...అను శాస్త్రమునందు 'స్కలన తేజస్సు'ను కపాలకుహరమునకు చేర్చటమును 'వజ్రోళిముద్ర' అని కూడా చెప్పబడుతోంది)

---

87. స ఏవ ద్వివిధో బిందుః।
పాండరో, లోహితః తథా।
పాండురం శుక్లమ్ ఇతి ఆహుః
లోహితాఖ్యం 'మహారజః'।
విద్రుమ ద్రుమ సంకాశం
యోని స్థానే స్థితం రజః॥

'బిందువు' → రెండు విధములు

(1) పాండరబిందువు : శుక్లము, పురుషసంబంధమైనవి. తెల్లటి రంగు, శివస్వరూపము. (పురుషునికి సంజ్ఞ)

(2) లోహితబిందువు : శోణితము, రక్తవర్ణము, రజోబిందువు. పగడమువలే ఎరుపు యోని స్థానమునందుండునది. (రక్త బిందువు అని కూడా అంటారు). (ప్రకృతికి సంజ్ఞ)

---

88. శిశ్నస్థానే వసేత్ బిందుః
తయోః ఐక్యం సుదుర్లభమ్।
బిందుః శివో, రజః శక్తిః।
బిందుః ఇందూ, రజో రవిః।

శిశ్నము (పురుషాంగము) నందలి శుక్ల బిందువునకు - యోని స్థానమునందలి 'రక్తబిందువు'నకు ఐక్యము అత్యంత దుర్లభము.

శుక్ల బిందువు → శివస్వరూపము. - పురుషుడు శోణితము → శక్తి స్వరూపము - ప్రకృతి బిందువు శుక్లము → చంద్రరూపము శోణితము (రజము) → సూర్యరూపము (రవి)	ఐక్యము — అభేదత్వం అనన్యత్వం

---

89. ఉభయోః సంగమాత్ ఏవ, ప్రాప్యతే పరమం వపుః
వాయునా శక్తి చాలేన, ప్రేరితం ఖే యదా రజః
90. రవిణి ఏకత్వమ్ ఆయాతి, భవేత్ దివ్య వపుః తథా।
శుక్లం చంద్రేణ సంయుక్తం, రజః సూర్య సమన్వితమ్।
91. ద్వయోః సమరసీభావమ్
యో జానాతి, స "యోగవిత్"॥

శుక్ల - శోణితములు కలియుటచేతనే 'పరము' అనునది ఏర్పడుచున్నది. శ్రేష్ఠమగు దివ్య - పర శరీరము రూపుదిద్దుకుంటోంది.
వాయువుచే ప్రేరితమైన రజస్సు ఆకాశంలో సూర్యునితో (పాండర బిందువు, శుక్లము)తో ఏకత్వము పొందినప్పుడు దివ్య శరీరము ఏర్పడుచున్నది.
చంద్ర - సూర్యుల తేజోరూపమగు శుక్ల -శోణితముల సంయోగంలో గల 'సమరసీభావన'ను ఎవ్వరు తెలుసుకొని ఉంటారో - ఆతడు యోగవేత్తయే! (ఇది ద్రష్ట-దృశ్యముల అభేద తత్త్వము)

---

92. శోధనం మలజాలానాం
ఘటనం చంద్ర – సూర్యయోః
రసానాం శోషణం 'సమ్యక్
'మహాముద్రా' అభిధీయతే।

మహాముద్ర - రజస్సులో మలజాలము తొలగినప్పుడు చంద్రతేజో రూపమగు శుక్లము - సూర్యతేజో రూపము అగు శోణితముల ఘటనము (కలయిక) అయి, పురుష ప్రకృతుల ఉభయముల రశాంశములు ఒకదానితో మరొకటి అభేదము, ఏకత్వము పొందుటమే సమ్యక్ రూపమగు **మహాముద్ర.**

---

93. వక్షోన్యస్త హనుః నిపీడ్య, సుంషిరం యో నేశ్చ
వామాంఘ్రిణా,
హస్తాభ్యాం అనుధారయన్ ప్రతితతం పాదం
తథా దక్షిణమ్,
అపూర్య శ్వసనేన కుక్షియుగళం
బధ్వా, శనైః రేచయేత్।
ఏషా పాతక నాశినీ నను
"మహాముద్రా" నృణాం ప్రోచ్యతే॥

మహాముద్రా యోగాభ్యాసము

వక్ష స్థలమునకు గడ్డమును ఉపరితలమును తాకించుచూ,
(1) సుషిరమును (బ్రహ్మరంధ్ర స్థానమును) బిగించి, (2) యోనిని (మూలాధార స్థానమును) ఎడమ పాదముచేత బిగియబట్టి కుడి పాదమును రెండు చేతులతో పట్టుకొని, (3) వాయువుతో కుక్షిని (పొట్టను) నింపి కుంభకము చేసి, (4) నెమ్మది నెమ్మదిగా రేచక ప్రక్రియతో ఆ వాయువును ఖాళీ చేస్తూ (రేచకం చేస్తూ) నిర్వర్తించు ప్రాణాయామ ప్రక్రియ 'మహాముద్ర' అనబడుతోంది. అది మానవుని సర్వపాతకములు వశింపజేయగలదు-అని యోగ వేత్తలచే సూచించ బడుచున్నది.

ద్వితీయో అధ్యాయము

01. అథ ఆత్మ నిర్ణయం వ్యాఖ్యాస్యే।
హృదిస్థానే 'అష్టదళపద్మమ్' వర్తతే।
తన్మధ్యే రేఖావలయం కృత్వా
జీవాత్మరూపమ్, జ్యోతీరూపమ్
అణుమాత్రమ్ వర్తతే।
తస్మిం తు సర్వం ప్రతిష్ఠితం భవతి॥

ద్వితీయ అధ్యాయము - ఆత్మ నిర్ణయము

ఇప్పుడు మనము 'ఆత్మ' గురించిన నిర్ణయము (లేక) నిర్వచనమును వ్యాఖ్యానించు కుంటున్నాము.

హృదయస్థానంలో **'8' దళములు గల పద్మము** వర్తించుచూ ఉన్నది. ఆ పద్మమున మధ్యగా రేఖావలయం ఉన్నది. అట్టి హృదపద్మములోని రేఖావలయంలో జ్యోతిస్వరూపమై, అణుస్వరూపమై-జీవాత్మరూపము (తేజస్సు) వర్తించుచూ ఉన్నది. అట్టి జీవాత్మయందే ఈ జగత్తులన్నీ (భావనా కల్పన రూపంగా) ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నాయి.

సర్వం జానాతి। సర్వం కరోతి।
సర్వమ్ ఏతత్ చరితమ్।
"అహమ్ కర్తా। అహమ్ భోక్తా।
సుఖీ। దుఃఖీ। కాణః। ఖంజో।
బధిరో। మూకః। కృశః। స్థూలో"-
అనేన ప్రకారేణ స్వతంత్రవాదేన వర్తతే।
పూర్వ దళే విశ్రమతే (తదా),
పూర్వ దళం శ్వేతవర్ణమ్।
తదా భక్తి పురస్సరం, ధర్మ మతిః భవతి।
యదా ఆగ్నేయదళే విశ్రమతే, (తదా)
ఆగ్నేయ దళమ్ రక్తవర్ణమ్।
తదా నిద్రా – ఆలస్యమతిః భవతి।
యదా దక్షిణదళే విశ్రమతే, (తదా)
తత్ దక్షిణదళం కృష్ణవర్ణం।
తదా ద్వేష–కోపమతిః భవతి।
యదా నైరృతిదళే విశ్రమతే, (తదా)
నైరృతి దళం నీలవర్ణమ్।
తదా పాపకర్మ, హింసామతిః భవతి॥

జీవాత్మ దేహములో ఉండి ఏమి చేస్తున్నాడు? **'ఇది నా దేహము - ఇది దృశ్యము-ఇది నా గుణము-ఇది నేను-ఇది తదితరము' మొదలైనదంతా తెలుసుకొనుచూ ఉంటున్నాడు.** సర్వమును నిర్వర్తించువాడు. ఈ జగత్ దృశ్యమంతా ఆ జీవుడు స్వయముగా **చరించు స్థానము.** ఆతడు **చరించువాడు.**

"నేను కర్తను! నేను భోక్తను! నేను ఇప్పుడు సుఖిని! ఇప్పుడు దుఃఖిని! గ్రుడ్డివాడను! గూనివాడను! బధిరుడను (చెవిటివాడిని)! మూగవాడను! కృశించినవాడను! స్థూలుడను (లావుపాటి శరీరము వాడిని)" - ఈ విధంగా జీవుడు అనేక ప్రకారములైన వ్యక్తిగతమైన స్వతంత్రవాద - ఉప వాదములతో వర్తించుచున్నాడు. స్త్రీ, పురుష రూపములన్నీ తనపై ఆపాదించుకుంటున్నాడు.

ఈ జీవుడు హృదయకమల అష్టదళములలో పూర్వదళము **(తూర్పుదళము)** నందు విశ్రమించుచుండటం నిర్వర్తిస్తున్నప్పుడు తెల్లటి ఆ దళమునందు సంచరించుచుండగా **భక్తి - ధర్మ పూర్వకమైన బుద్ధి** కలవాడగుచున్నాడు. స్వాత్విక భావములు పొందుచున్నాడు.

ఆగ్నేయ దళమునందు విశ్రాంతి తీసుకుంటూ ఉన్నప్పుడు అక్కడి ఎర్రటి దళ - అంతర్గత సంచారముచే ఈ జీవుడు తమోగుణములగు నిద్ర, **బద్ధకము, అలసత్వము**గల బుద్ధికలవాడుగా ఉంటున్నాడు.

దక్షిణమువైపునగల నల్లటి రంగుతో కూడిన **దళములో** విశ్రాంతుడై సంచరించుచున్నప్పుడు - అట్టి వాని బుద్ధి-**ద్వేషము, కోపములను** అధికముగా ప్రదర్శించునదై ఉంటోంది.

నీలవర్ణము అగు నైరృతి - వైపుగల దళములో సంచరించుచున్నప్పుడు ఆ జీవుని బుద్ధి **పాపకర్మలు చేయునదిగాను, హింసించు స్వభావముతో** కూడినది గాను అయి ఉంటోంది.

---

02. యదా పశ్చిమదళే విశ్రమతే, (తదా)
తత్ పశ్చిమ దళమ్ స్ఫటిక వర్ణమ్।
తదా క్రీడా వినోదే మతిః భవతి।
యదా వాయవ్యదళే విశ్రమతే, (తదా)
వాయవ్యదళం మాణిక్యవర్ణమ్।
తదా గమన చంచల వైరాగ్యే మతిః భవతి।
యదా ఉత్తరదళే విశ్రమతే, (తదా)
తత్ ఉత్తరదళం పీతవర్ణమ్।
తదా సుఖ శృంగారమతిః భవతి।

హృదయపద్మములయొక్క - **స్ఫటికవర్ణము అగు - పశ్చిమ దళమునందు** జీవుడు సంచరించుచున్నప్పుడు, ఆ జీవుడు **క్రీడా వినోదములతో కూడిన బుద్ధి** కలవాడగుచున్నాడు.

జీవుడు **మాణిక్యవర్ణమును వెదజల్లు వాయువ్య దిశలోగల హృదయపద్మదళములో** సంచారములు చేయుచున్నప్పుడు - బుద్ధి ఒకచోట నిలువక, **గమనములుకలది, చంచలము, వైరాగ్యముతో** కూడినది అగుచున్నది.

పీత (పసుపురంగు) **హృదయపద్మదళము - ఉత్తరదిక్కునగల** దళము - నందు సంచారములు చేయుచూ ఉన్న జీవునిబుద్ధి **సుఖాశా - శృంగార భావములు** అధికముగా కలిగినదై యుంటోంది.

యదా ఈశాన దళే విశ్రమతే (తదా)
తత్ ఈశానదళం వైదూర్య వర్ణమ్।
తదా దానాది కృపామతిః భవతి।

వైదూర్యమణి రంగుతో ప్రకాశించే ఈశాన్య దళములో జీవుడు సంచరిస్తూ ఉన్నప్పుడు - దానము చేయుబుద్ధి, ఇతరుల పట్ల కృపచూపించు స్వభావ సంపన్నుడు అయిఉంటున్నాడు.

యదా సంధి సంధిషు మతిః భవతి, తదా
వాత పిత్త శ్లేష్మ మహావ్యాధి ప్రకోపో భవతి।

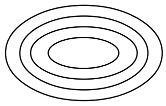
దళముల సంధి ప్రదేశములలో సంచరించు జీవుడు, వాత - పిత్త - శ్లేష్మనాడులలో కలుగు వ్యత్యాసము చేత ఆయా సంబంధితమైన వ్యాధులు ప్రకోపించటము జరుగుతోంది.

యదా మధ్యే తిష్ఠతి
తదా సర్వం జానాతి। గాయతి। నృత్యతి।
పఠతి। ఆనందం కరోతి।

ఎప్పుడు ఈ జీవుని బుద్ధి హృదయపద్మముయొక్క మధ్య భాగమునందు తిష్ఠించినది అగుచున్నదో, అట్టివాడు సర్వము తెలుసుకొనగల తెలివిగలవాడు, గానము - నృత్యము చేయువాడు, పఠించగలుగువాడు, ఆనందముగా ఉండువాడు అగుచున్నాడు.

---

03. యదా నేత్రశ్రమో భవతి,
శ్రమ నిర్హరణార్థం
ప్రథమ రేఖావలయం కృత్వా
మధ్యే నిమజ్జనం కురుతే।
ప్రథమరేఖా, బన్ధూకపుష్ప వర్ణా,
తదా <u>నిద్రావస్థా</u> భవతి।
నిద్రావస్థా మధ్యే <u>స్వప్నావస్థా</u> భవతి।
స్వప్నావస్థా మధ్యే
దృష్టం, శ్రుతమ్, అనుమాన సంభవ
వార్తా...ఇత్యాది కల్పనాం
కరోతి। తదా అధిక శ్రమో భవతి।



<u>జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తి తురీయములు</u>

ఎప్పుడైతే ఈ జీవునికి సర్వ - ఇంద్రియ వ్యాపారముల వలన కలిగిన శ్రమ (Tiresomness) కనులలో ప్రవేశిస్తుందో, అప్పుడు ఆ శ్రమను తీర్చుకోవటానికి బంధూక పుష్పము (మంకిన చెట్టుపువ్వు) ఎరుపు రంగుగా ఉండే ప్రథమ రేఖావలయమునందు నిమజ్జనము స్వీకరించుచున్నాడు. ఆ ఎర్రటి రంగుగా ప్రకాశిస్తున్న మొదటి వలయములో బాహ్య ప్రపంచమైన బుద్ధి అణగినప్పుడు, బాహ్య ఇంద్రియ వ్యాపారములన్నీ నిలచిపోవుచున్నాయి. నేత్రములకు కలిగిన శ్రమ నివారణము కొరకై జీవుడు నిదురపోవుచున్నాడు.

ఆ 'నిద్రావస్థ' యొక్క మధ్యలో స్వప్నావస్థ కలుగుచున్నది.

అట్టి 'నిద్రావస్థ'కు మధ్యలో చూడబడేవి, వినబడేవి, అనుమానించబడేవి - అవన్నీ **మనస్సుతో యోచించబడేవే**. కలలోని వ్యవహారములన్నీ **మనస్సుచే కల్పించ బడినవగుచూ, జీవునిచే పొందబడుచున్నాయి**. వాటిచే ఆ జీవుని శ్రమ అధికముగా అగుచున్నది.

శ్రమ నిర్హరణార్థం ద్వితీయ
రేఖా వలయమ్ కృత్వా,
మధ్యే నిమజ్జనం కురుతే।
ద్వితీయరేఖా ఇంద్రగోపవర్ణా।
తదా <u>సుషుప్త్యవస్థా</u> భవతి।
సుషుప్తౌ కేవల పరమేశ్వర
సంబంధినీ బుద్ధిః భవతి।
నిత్య బోధ స్వరూపా భవతి।
పశ్చాత్ పరమేశ్వర స్వరూపేణ ప్రాప్తిః భవతి।

ఆ స్వప్న దశ యందు కలుగు శ్రమని తొలగించుకోవటానికై ఇంద్రగోప పురుగు (మెఱుగుడు పురుగు) రంగు గల రెండవ రేఖావలయ ములో ప్రవేశించి అద్దాని మధ్యయందు నిమజ్జనమును పొందుచున్నాడు.

అప్పుడు ఆ జీవునికి **'సుషుప్తి - అవస్థ'** సిద్ధిస్తోంది.

అట్టి సుషుప్త్యవస్థలో ఈ జీవునికి విషయ సంబంధమగు ఇహబుద్ధి - భావములన్నీ అప్రదర్శితములై, ఆవలగల కేవలుడగు పరమేశ్వరునితో సంబంధముగల బుద్ధి మాత్రమే ప్రదర్శితమై ఉంటోంది.

బుద్ధి → కేవల - నిత్య - ఏకబోధా స్వరూపముగా అగుచున్నది.

అట్టి సుషుప్త్యవస్థ తరువాత ఈ జీవుడు పరమేశ్వర స్వరూపమును సంతరించుకొని ఉంటున్నాడు.

తృతీయ రేఖావలయంకృత్వా
మధ్యే నిమజ్జనం కురుతే।
తృతీయ రేఖా, పద్మరాగవర్ణా
తదా <u>తురీయ అవస్థా</u> భవతి।

'పద్మరాగమణివర్ణము'తో కూడిన '3'వ రేఖా వలయంలో నిమజ్జనము పొంది ఈ జీవుడు 'తురీయావస్థ' పొందుచున్నాడు. (తురీయమ్ = చతురీయం=నాలుగవది). జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులలో ప్రవేశ నిష్క్రమణ ములను నిర్వర్తించు క్రియాత్మకమగు స్వస్వరూపాంశ. (The one who owns and operates the said 'Three') అయి ఉంటున్నాడు.

04. తురీయే కేవల పరమాత్మ
సంబంధినీ భవతి।
నిత్య బోధస్వరూపా భవతి।
తదా శనైః శనైః ఉపరమేత్
బుద్ధ్యా ధృతి గృహీతయా,
ఆత్మసంస్థం మనః కృత్వా
న కించదపి చింతయేత్।
తదా ప్రాణ అపానయోః ఐక్యం కృత్వా,
సర్వం విశ్వమ్ ఆత్మ స్వరూపేణ,
లక్ష్యం ధారయతి।

'తురీయమ్' అనునది కేవల పరమాత్మ (The Absolute)కు సంబంధించినది అగుచున్నట్టిది. కేవల బుద్ధి స్వరూపము. నిత్యబోధ స్వరూపం! అప్పుడు, అట్టి 'తురీయాఽహమ్' స్థితి నుండి నిర్మల బుద్ధి - ధృతిలను ఉపకరణములుగా తీసుకోవాలి. దృశ్య సంబంధములైన జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులనుండి మనస్సును ఉపసంహరిస్తూ, ఆత్మస్థానమునకు (సర్వము స్వస్వరూపాత్మగా దర్శించు బుద్ధితో కూడిన స్థానమునకు) ఆ మనస్సును చేర్చాలి. ఇక ఆత్మకు అన్యమైనదేదీ చింతన చేయకుండునుగాక! సర్వ చింతనలు వీడి బ్రహ్మము గురించే చింతన దర్శనమనే అభ్యాసమును ఆశ్రయించాలి. **ప్రాణ - అపానము లను ఐక్యము చేసిన యోగి,** (యోగాభ్యాసముచేత జాగ్రత్‌లోనే తురీయుడై) **ఈ సర్వ విశ్వమును ఆత్మస్వరూపంగా (ఇదంతా నేనే - అను) లక్ష్యమును ధారణ చేయుచున్నాడు.**

తదా <u>తురీయాతీతావస్థా।</u>
తదా సర్వేషామ్ ఆనన్దస్వరూపో భవతి।
ద్వంద్వాతీతో భవతి।
యావత్ దేహధారణావర్తతే, తావత్ తిష్ఠతి।
పశ్చాత్ పరమాత్మ స్వరూపేణ ప్రాప్తిః భవతి।
ఇతి అనేన ప్రకారేణ మోక్షో భవతి।
ఇదమేవ ఆత్మదర్శనోపాయమ్ భవతి।
చతుష్పథ సమాయుక్త, మహాద్వార గవాయునా
సమాస్థిత త్రికోణార్థా, గమనే దృశ్యతే 'అచ్యుతః'।
పూర్వోక్త త్రికోణస్థానాత్
ఉపరి 'పృథివి' ఆది
పంచవర్ణకమ్ ధ్యేయమ్।
ప్రాణాది పంచవాయుశ్చ 'బీజమ్'।
వర్ణంచ స్థానకమ్।
'య' కారం ప్రాణబీజం చ।
నీలజీమూత సన్నిభమ్।
'ర' కారం అగ్నిబీజం చ,
అపాన ఆదిత్య సన్నిభమ్।
'ల' కారం పృథివీ రూపం,
వ్యానం బంధూక సన్నిభమ్।
'వ' కారం జీవబీజం చ,
ఉదానం శంఖవర్ణకమ్॥
'హ' కారం విశ్వరూపం చ,
సమానం స్ఫటిక ప్రభమ్
హృత్ – నాభి – నాసా – కర్ణం చ
పాద – అంగుష్ఠాది సంస్థితః॥

క్రమంగా 'తురీయాతీత-అవస్థ'ను అవధరించుచున్నాడు. అప్పుడాతడు సర్వజీవులకు 'ఆనందస్వరూపుడు' గా తనకుతాను అనుభవమగుచున్నాడు. ఆతడు ద్వంద్వా తీతుడై **'ఈ తదితరులు - ఈ జగత్ దృశ్యము నాకువేరు కాదు! నాకు అనన్యము' అను అనినిత్యానుభవ-**కారణాతీత స్థితిని చేరుచున్నాడు.

ఇక ఆతడు ఈ భౌతిక దేహము నిలచి ఉన్నంత వరకు కూడా ద్వంద్వ రహితుడై, ఆనందరూపుడై ఉంటూ దేహానంతరము పరమాత్మ స్వరూపము ప్రాప్తించుకున్నవాడై విరాజిల్లుచున్నాడు. ఇదియే అనేక ప్రాకారములుగా (జీవన్ముక్తి, విదేహముక్తి, జీవబ్రహ్మైక్యము మొదలైన శబ్దములతో) కూడా చెప్పబడు మోక్షము. ఇదియే ఆత్మదర్శనోపాయము! (ఇడ-పింగళ-సుషుమ్నా-పురీత అనబడు) 4 త్రోవలు (నాడీ మార్గములు) - కూటస్థం అయినట్టి కంఠ ప్రదేశంలోకి చేరుచున్నాయి.

ప్రాణ వియోగసమయంలోను, సమాధి నిష్ఠ వహించినప్పుడు కూడా దేహంలోని సర్వవాయువులు - సభలోకి ప్రవేశించే పౌరజనుల వలే వచ్చి చేరుచున్నాయి. అట్టి సుషుమ్నానాడికి **'మహాద్వారము'** అని పేరు. అప్పుడే జీవుడు '4' త్రోవలుగల సహస్రార చక్రంలో అచ్యుతుడుగా (చ్యుతిలేనివాడై) స్వానుభూతుడగుచున్నాడు. ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్యముల సమస్థితియే త్రికోణార్థము.

ఇంతకు ముందుగా చెప్పబడిన త్రికోణమగు మూలాధారమునకు పైన పృథివి మొ॥న పంచభూతములు ఆయా స్థానములలో ఆయా వర్ణములు కలిగి ఉంటున్నాయి. అవి ధ్యేయమగుచున్నాయి. అందుకు మార్గముగా ఆయా రంగులతో కూడిన పంచభూతములను ఏకాంశ సంభూతుడగు పరమాత్మగా ధ్యానించాలి.

ప్రాణ-అపాన-వ్యాన-ఉదాన-సమానములు' అనబడే పంచప్రాణముల బీజము, వర్ణము, స్థానము చెప్పుకుంటున్నాము.

'య' నీలమేఘపు రంగు స్థానముగా 'య'-అను బీజాక్షరంతో ధ్యానించాలి.

'ర' 'అపానము' ఉత్పత్తి అగు స్థానము అగు అగ్నిబీజమును 'ర'కారాక్షరముతో, సూర్యమండల సన్నిభంగా ఉపాసించాలి,

'ల'కారము పృథివీ రూపమును బంధూక (మంకెన) పుష్ప రంగుగాను 'వ్యాన వాయువు'గాను, (శరీరమంతా వ్యాపించు ప్రాణశక్తివలే) భావించి 'ల'కార బీజాక్షరంతో ఉపాసించాలి.

'వ' కారము ఈ జీవుల ఉత్పత్తి స్థానముగాను - (జీవబీజంగాను), 'ఉదాన' ప్రాణముగాను శంఖవర్ణముతో ఉపాసించాలి.

'హ' కారము ఈ విశ్వరూపమును 'హ'కారము, బీజాక్షరముతో, స్ఫటికప్రభ భావనతో ఉపాసించబడునుగాక!

ఈ విధంగా హృదయము, నాభి (బొడ్డు), ముక్కు, చెవులు, పాదములు, వ్రేళ్ళ వద్ద ఆత్మను ఆయాస్థానములలో సంచారిగా ఉపాసించాలి.

05. **ద్విసప్తతి సహస్రాణి (72000)**
నాడీమార్గేషు వర్తతే।
అష్టావింశతి కోటిషు (28 కోట్ల)
రోమ కూపేషు సంస్థితః।
సమాన ప్రాణ ఏకస్తు
జీవః సో అపి ఏకఏవ హి।
రేచకాది త్రయం కుర్యాత్
దృఢచిత్తః సమాహితః
శనైః సమస్తమ్ ఆకృష్య
హృత్ సరోరుహ కోటరే
ప్రాణ అపానౌచ బధ్వాతు
ప్రణవేన సముచ్చరేత్।
కంఠ సంకోచనం కృత్వా
లింగ సంకోచనం తథా,
మూలాధారాత్ సుషుమ్నాచ
పద్మతంతు నిభా శుభా
అమూర్తో వర్తతే నాదో
వీణాదండ సముత్థితః,
శంఖ నాదాదిభిశ్చైవ
మధ్యమేవ ధ్వనిః యథా।
వ్యోమరంధ్ర గతో నాదో
మాయూరం 'నాదమ్' ఏవ చ।
కపాల కుహరే మధ్యే
చతుః ద్వారస్య మధ్యమే
తత్ ఆత్మా రాజతే తత్ర,
యథా వ్యోమ్ని దివాకరః।
కోదండ ద్వయ మధ్యే తు
బ్రహ్మరంధ్రేషు శక్తితః
స్వాత్మానం పురుషమ్ పశ్యేత్
మనః తత్ర లయం గతమ్।।
రత్నాని జ్యోత్స్నికా నాదం
'బిందుం మాహేశ్వరమ్ పదమ్'।
య ఏవం వేద పురుషః
స కైవల్యం సమశ్నుత ఇతి।
ఇతి ధ్యానబిందూపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఈ జీవుడు '72000' నాడీ మార్గములలోవర్తించుచున్నాడు. 28 కోట్ల రోమ కూపములలో సంస్థితుడై ఉన్నాడు. నాభి వద్ద సమానవాయువుతో ఏకస్వరూపుడై ఈ శరీరమంతా ధరించవాడై యున్నాడు.

ఆయా అనేక విశేషములతో కూడిన ఈ భౌతిక దేహమునందు జీవాత్మ దృఢ (పట్టుదలగల) చిత్తముతో సమాహితుడై రేచక - పూరక - కుంభక ప్రాణాయామములను అసంకల్పితంగా నిర్వర్తిస్తూ ఉన్నాడు. (ఇప్పుడు స-సంకల్పితం చేయాలి).

మెల్లగా సమస్తమును ఆత్మభావనలోనికి ఆకర్షిసూ, హృదయ పద్మముయొక్క కోటరంలో ప్రాణ-అపానములను ఒకదానితో ఒకటి బంధిస్తూ..., నిత్యము ప్రణవస్వరూపుడై ప్రకాశించుటకై, కంఠమును, లింగమును సంకోచింపజేస్తూ యోగాభ్యాసము చేయును గాక!

<u>సుషుమ్న</u> 'మూలాధారమునుండి మొదలై, పద్మము యొక్క కాడలోని తంతువు వలె విస్తరించునది. శుభప్రదమైనది. నాదమువలె అమూర్తము అయినది, వీణాదండమువలె ఉన్నట్టిది-**సుషుమ్ననాడి.** అట్టి సుషుమ్న స్వరూపరహితమైయున్నది. (శక్తి రూపము). అద్దాని నుండి ఒకానొక 'నాదము' జనిస్తోంది.

ఆ నాదము శంఖానాదము యొక్క మధ్యమ ధ్వని వలె ఉన్నట్టిది. మధ్యమ ధ్వని అయినట్టి సుషుమ్న నుండి పుట్టిన శంఖానాదము - వ్యోమరంధ్ర మగు సహస్రారమును చేరుచున్నది. అట్లు చేరుచున్నప్పుడు షడ్జమ స్వరము వంటి మయూరకూజిత ధ్వనిచే ధారణయందు నిలచి ఉంటోంది.

ఈ జీవుడు 'కుండలినీయోగము'గా కుండలినియందు ప్రవేశించి, బుద్ధిని క్రమంగా ఊర్ధ్వముగా నడపుచూ, కపాల కుహరము యొక్క '4' వ ద్వారము మధ్యయందు ప్రవేశించి జగత్తును స్వీయ కల్పనా మాత్రమైన దానిగా తిరస్కరించివేస్తున్నాడు. పరమాత్మ సాక్షాత్కారముచే ఆత్మానందభరితుడై, **సహస్రారంలో ఉనికిని** పొంది - అంతరిక్షంలో సూర్యునివలే సర్వలోకములను ప్రకాశింపజేయుచున్నాడు.

- పరమాత్మలో ఐక్యము పొందుటకై...
- భ్రూ మధ్య స్థానమున నిలచి,
- స్వ దృష్టి - శక్తులచే బ్రహ్మ రంధ్రస్థానమును లక్ష్యముగా కలవాడై
- బ్రహ్మ రంధ్రస్థానము చేరి..,

తన సహజ స్వస్వరూపము - అగు పరమాత్మను ఎరుగుచున్నాడు.
జీవాత్మ - పరమాత్మల ఏకరూపమును బుద్ధితో ప్రస్ఫుటపరచుకొనుచున్నాడు.
- 'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి' అను జ్ఞానము నందు 'మనోలయము'ను సిద్ధింప జేసుకుంటున్నాడు.

అనేక రత్నముల ఏకరూపకాంతివలె, జ్యోతి స్వరూపమై, నాద - బిందు - కళాతీతమైనట్టి మహేశ్వర పదమును అధిరోహించుచున్నాడు.

జీవ - బ్రహ్మైక్యమును చేర్చగల భ్రూమధ్య స్థానము నుండి - బ్రహ్మరంధ్రము వద్ద స్వశక్తితో లక్ష్యమును నిలిపి, **"అహంబ్రహ్మాఽస్మి। అహమేవ ఇదమ్ సర్వము"** అను సుస్థిర - అనునిత్యబుద్ధిని సిద్ధింపజేసుకొన్నవాడు. ఈ ఉపనిషత్ దారిచూపు 'సోహమ్' మహత్తర స్థానమును పుణికి పుచ్చుకొనుచున్నాడు.

కేవలీ స్వరూపుడై ప్రకాశించుచూ - పునరావృత్తి దోషము లేనట్టి కైవల్యపదమును పొందుచున్నాడు.

ఇతి ధ్యానబిందూపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

15 ధ్యాన బిందూపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

ప్రథమాధ్యాయము - యోగసాధనా వివిధ విధానములు

ఇప్పుడు 'ధ్యానయోగము' గురించి అద్దానికొరకై శరీర - ఉపకరణ సంబంధమైన విశేష విషయాల గురించి చెప్పుకొనుచున్నాము. ధ్యాన యోగాగ్నిచే - అనేక జన్మల సువిస్తీర్ణ పాపకర్మల గుట్టలగుట్టలు కూడా దహించి వేయబడగలవు. బుద్ధియొక్క అనేక జన్మల దృశ్యపరిమిత సంస్కారములను రహితము చేసుకోవటానికి **'ధ్యానయోగము'**ను మించిన ఉపాయము మరింకేదీ లేదు. **భిద్యతే ధ్యానయోగేన, న అన్యః భేదః కదాచన**

'బీజాక్షరము' అగు ఓంకారము → నాద - బిందువులకు ఆవల అభౌతికమై, అశబ్దతత్త్వమై యున్నది.

'ఓం'కార అర్థము: సర్వమునకు ఆవల ప్రకాశమానమైయుండునది ఆత్మ. అద్దాని సంజ్ఞ - **'ప్రణవము'. 'పరస్వరూప సంజ్ఞ'**....అని కూడా అనబడుతోంది. ఓంకారము మొట్టమొదట శబ్దరూపముగానే ఆశ్రయించబడుతోంది. క్రమంగా శబ్దము - అక్షరములను దాటివేసినదై నిశ్శబ్ద - పరమస్థానమగు **'కేవలాత్మానుభము'గా, 'స్వానుభవమాత్రము'**గా **'మౌన ఆత్మానందమిదమ్ సర్వమ్'**గా రూపుదిద్దుకో వలసినదైయున్నది. పరమ ప్రశాంతమగు బుద్ధి విభాగముతో అవ్యాజ-అనిర్వచనీయ స్వాత్మానందముగా ఆస్వాదించవలసినట్టిది.

మామిడిపండు రుచి ఎట్లా వర్ణనాతీతమో, అట్లాగే **బిందు అతీత, బీజాక్షరాతీత,** కేవల **'ఓం' తత్త్వానుభవము అవాక్ గోచరము! అరూపస్వానుభవము! సర్వజగత్‌స్వరూప సర్వసాక్షీస్వరూప ఏకరస రూపము! అజపాగాయత్రీస్వానందము!**

హృదయస్థానములోని **అనాహతములో నిశ్శబ్దమైన బుద్ధికి** వినబడు ప్రణవనాదమగు 'ఓ....మ్....మ్' శబ్దమును వినుచున్న యోగాభ్యాసి క్రమంగా ఆ శబ్దమును అధిగమించి అద్దానికి ఆవల - అద్దానికీ ఆధారమైనట్టి **'కేవల చైతన్యాత్మ'** అగు **'తత్ పదము'**ను దర్శించుచున్నాడు. అట్టి అశబ్ద ఓంకారాత్మ తత్త్వార్థ జ్ఞానదర్శనముచే (అనుభవముచే)....ఆ యోగి యొక్క సర్వ సందేహములు తొలగిపోయి, ఆతడు ఆత్మానందమును ఆస్వాదించగలడు. **తత్ చైతన్యాత్మయే తానగుచున్నాడు.**

పరమాత్మను ఎట్లా, ఎక్కడ దర్శించాలి?

పరమాత్మ అత్యంత **సూక్ష్మస్వరూపుడు!** ఒక జంతువు తోక యొక్క చిట్టచివరి కొనభాగంలోని సూక్ష్మకణములోని లక్షవ వంతు భాగమువలె **సూక్ష్మాతిసూక్ష్ముడు. అత్యంత నిర్మలుడు. అప్రమేయుడు.** అన్ని మట్టి బొమ్మలలో మట్టివలె - **అసంగుడు.** సర్వజీవులలో అంతర్ - హృదయుడై సర్వజీవులలోను సమముగా సాక్షిగా **ప్రకాశమానుడై ఉన్నారు.** ఆత్మతత్త్వోపాసకుడగు యోగి - తన జగత్ భావసంబంధమైన మనస్సు లయించగా - నిర్మల హృదయుడై, తనయందే **సర్వతత్త్వస్వరూపుడగు పరమాత్మ**ను అనునిత్యంగా, అనుభూతపరచుకొనుచున్నాడు. అనుక్షణికము **కేవలానంద స్వరూపంగా** దర్శించుచున్నాడు.

అట్టి ఆత్మ బాహ్య జగత్తులోని ఒక వస్తువు వంటిదా? కాదు! అది సర్వ జగత్ భావ - అనుభవములకు జననస్థానము.

ఆత్మ ఉన్నది ఎక్కడ?

పుష్పములలో **సుగంధము**వలె, పాలలో **నేయి**వలె, **నువ్వులలో నూనె**వలె, ఖనిజములో **బంగారము**వలె, ఆభరణములలో **బంగారము**వలె, తరంగములలో **జలము**వలె, మట్టి బొమ్మల కొలువులో **మట్టి**వలె, కథలోని పాత్రలకు **కథారచయిత** వలె, స్వప్నమునకు **స్వప్నసాక్షి**వలె **సర్వజీవులలో సర్వదా అఖండస్వరూపుడై సర్వత్రా విస్తరించినదై (ఆత్మ)యున్నది.** అట్టి ఆత్మయొక్క దర్శన – స్వానుభవములకై....

- దృశ్యపరిమితమై యుంటున్న మూఢ – మూర్ఛబుద్ధిని పరిశుభ్రపరచుకోవాలి. మూర్ఖత్వమును అధిగమించాలి.
- స్థిరమైన – నిశ్చలమైన బుద్ధిని ప్రవృద్ధము చేసుకోవాలి. చంచలములన్నిటికీ ఆధారమైయున్న స్థిర – కేవలబుద్ధిని దర్శించు అభ్యాసమును ఆశ్రయించాలి.
- అనేక జన్మలుగా కొనసాగుచున్న వాసనలతో, సంస్కారములతో యుద్ధము ప్రకటించాలి. వాటినన్నిటినీ దృశ్య ప్రపంచమునకే మొదలంట్లా అప్పగించివేయాలి.
- బ్రహ్మము గురించిన – శాస్త్ర ప్రవక్తలు, స్వానుభవశీలురు అగు మహనీయుల – **ఆప్త వాక్యములు, ఆత్మతత్త్వ ప్రవచన – నిర్వచనములు** – శ్రవణం చేస్తూ, **ఆత్మతత్త్వవేత్త** అగుచూ ఉండాలి. **బ్రహ్మజ్ఞానముచే, బ్రహ్మవేత్త అవాలి.**
- శ్రవణము సరిపోతుందా? లేదు. సునిశితమైన, నిశ్చలమైన, శుభప్రదమైన ఆత్మబుద్ధికొరకై యోగాభ్యాసశీలి అవ్వాలి. మనన – నిదిధ్యాసలకు యోగాభ్యాసమే మార్గము. (శ్రవణము = వినటం. పఠించటము; మననము = అనుకుంటూ ఉండటము; నిదిధ్యాస = అనిపించటము; సమాధి = అదే తానవటము.)

అట్టివాడు క్రమంగా బ్రహ్మవేత్త అయి, బ్రాహ్మీస్థితికి సంసిద్ధుడు అగుచూ, బ్రహ్మమే తానై ప్రకాశించుచున్నాడు. **తన నిత్య – సహజ స్వరూపము 'బ్రహ్మమే' అని సునిశ్చలుడు, సునిశ్చితుడు** (Well decided and undistracted) **అగుచున్నాడు.**

ఈ జీవునికి ఆత్మకు గల సంబంధము

నువ్వుగింజలలో అంతటా నూనె ఉన్నట్లు, పుష్పములో సువాసన అంతటా ఉన్నట్లు.... ఈ జీవుని బాహ్య – అభ్యంతరములలో **అంతటా స్వస్వరూపము – సర్వస్వరూపము కూడా అయి ఉన్న ఆత్మయే వెలుగొందుచూ సంస్థితమైయున్నది.** అట్టి ఆత్మ జీవాత్మ – జీవాత్మానుభవములకు కూడా స్థానము. ఎందుకంటే, **ఈ జీవాత్మ పరమాత్మ కానట్టి క్షణమే లేదు.**

ఈ జగత్తు ఆత్మస్వరూపమే!

ఒక మహావృక్షము యొక్క 'నీడ'లో కొమ్మలు, ఆకులు, పుష్పములు, ఫలముల నీడలు కనిపిస్తూ ఉన్నప్పటికీ.... అంతా **'ఏకఛాయ'** యే కదా! ఆత్మభావనచే – ఈ జగత్తు అనేకముగా కనిపిస్తూ ఉన్నప్పటికీ.... నిష్కళంక భావనచే **'సర్వత్రా ఆత్మయే వ్యవస్థితమై యున్నది'** – అని అనుభూతమవగలదు. నిర్మల హృదయానికి ఇదంతా అఖండ – నిత్య నిర్మల – సత్య పరమ ఆత్మానంద స్వరూపంగానే అనుభవమగుచున్నది. అనేకంగా కనిపిస్తున్న ఇదంతా ఏకమగు ఆత్మగానే **ఆత్మసంయమయోగి కి అనిపిస్తూ** ఉన్నది.

ఆత్మగా అనిపించేది ఎట్లా? ఆత్మభావనగా ఇదంతా సిద్ధించేది ఎట్లా?

ఈ దృశ్యమంతా కూడా **భేద దృష్టిచే** అనేకమైన పరస్పర సానుకూల – వ్యాతిరిక్తములతో కూడుకొని ఉన్నట్లు అనిపిస్తోంది. **ఆత్మదృష్టిచే సర్వమూ ఆత్మగా అనిపించుటకు మార్గమేమిటి?** అందుకు **'ధ్యాస'**యే మార్గము. ధ్యాస కొరకై **'ధ్యానము'**ను అభ్యసించాలి. **ధ్యానమే అందుకు ఏకైక మార్గము.**

దేనిని ధ్యానించాలి?

జన్మ–కర్మ పరంపరల నుండి, దృశ్యభ్రమ బంధములనుండి, వాటివాటిచే ఏర్పడుచున్న అసంఖ్యాక సంబంధ – అనుబంధ రూప శృంఖములనుండి విడివడదలచిన 'మోక్షార్థి'యగు ముముక్షువు – 'ఓం' అను అక్షరసంజ్ఞతో – అక్షర పరబ్రహ్మమును ధ్యేయముగా కలిగి ఉపాసించాలి. ధ్యానించాలి. అప్పుడు ఈతడు 'క్షరము' (మార్పుచెందుదాని) నుండి విడివడి, **అక్షరస్వరూపుడై విరాజిల్లగలడు.**

సకల ముముక్షువులకు రాచబాట అగు 'ఓం' అనబడు ప్రణవోపాసన గురించి ఇప్పుడు మనము చెప్పుకొనుచున్నాము.

'ఓం'కార ప్రణవాంశలు

'ఓం' అను ఉచ్చారణ రూప పరబ్రహ్మమును – '3' అంశలుగా ఉపాసించుచున్నారు. – అ + ఉ + మ

<u>ప్రథమ (మొదటి) ప్రణవాంశ – ఉపాసన – 'అ'కారోపాసన</u>

'అ' కారము 'ఓం'కారములోని ప్రథమ ప్రణవాంశ. ఇట్టి 'అ' శబ్దమును ఉపాసిస్తూ ఉన్నప్పుడు →

- భూతతత్వము (Physical appearence in toto) ఉపాసనా వస్తువు (భూః వ్యాహృతి – ప్రథమ వ్యాహృతి) అగుచున్నది.
- పితామహుడగు బ్రహ్మదేవుడు.... ఉపాసనా దైవము.
- పృథివి (భూమి), అగ్ని, ఋక్కులతో కూడిన ఋగ్వేదము.... అకారమునకు ప్రత్యక్ష రూపములు అగుచున్నాయి.

ఈ విధంగా ఈ భౌతికంగా కనిపించే భూమిని, జ్యోతిస్వరూపము (అగ్ని)ను, ఋగ్వేదములోని ఋక్కులగానములను, ఈ సృష్టికి కర్తయగు బ్రహ్మదేవుని 'అ'కారమునందు లయింపజేయాలి. అనగా, అవన్నీ ఓంకారములోని ప్రథమాంశయగు 'అ'కార స్వరూపంగా భావించుచూ **'అ'కారపూర్వక ఓంకారోపాసన చేయాలి.** 'అ'కారము = **<u>రజోగుణస్వరూపము.</u>** రంగు = **పీతము (ఎరుపు)**

<u>ద్వితీయ (2వ) ప్రణవాంశోపాసన – 'ఉ'కారోపాసన</u>

'ఓం' కారములోని ద్వితీయ ప్రణవాంశయగు **'ఉ'కారమును**

- యజుర్వేదము – యజస్సులుగాను,
- వాయు రూపంగాను, ప్రాణరూపంగాను,
- భువర్ – ఆకాశ స్వరూపంగాను (ద్వితీయ వ్యాహృతిగాను),
- జనార్దనుడగు విష్ణుభగవానుని తత్త్వముగాను....ఉపాసించాలి. 'ఉ'కారమునందు వాటినన్నిటినీ లయింపజేయాలి. **'ఉ'కార స్వరూపములుగా భావించాలి.** ***గుణము = <u>సాత్త్వికము.</u> రంగు = తెలుపు.***

<u>తృతీయ (3వ) ప్రణవాంశోపాసన – 'మ'కారోపాసన</u>

'ఓం' కారములోని '3'వ అంశ అగు **'మ'కారమును....**

- సూర్యభగవానుని గాను,
- సామవేదముగాను, సామగానములుగాను, స్తోత్రగానములు గాను,
- సువర్ (స్వర్గ)....అంతరిక్ష రూపము గాను,
- మహేశ్వర భగవానునిగాను,

ఉపాసించాలి. అవన్నీ **'మ' కారము**నందు లయం చేయాలి. అనగా, **అవి 'మ'కార స్వరూపంగా భావించాలి.**

<u>గుణము = తామసము,</u> రంగు = కృష్ణ (నలుపు) వర్ణము.

ఇంకనూ 'ఓం' ప్రణమును ఈఈ రీతులుగా భావించుచూ ఉపాసించాలి.

అష్టాంగము (8 అంగములు కలది) = (అకార – ఉకార – మకార – అర్థమాత్ర – బిందు – నాద – కళ – కళావీత స్వరూపము)

చతుష్పాదము (4 పాదములతో కూడినది) = జాగ్రత్, స్వప్న, సుషుప్తి, తురీయములు తన పాదములుగా కలిగియున్నట్టిది. (మాండూక్యోపనిషత్ దృష్టాంత వివరణ);

త్రిస్థానము (3) (3) స్థానములలో ప్రకాశించునది) = సత్య – జ్ఞాన – అనంత స్థానసహితము. ఇహ – పర – పరాత్ పరరూపము; <u>Here - Beyond - Alpervading Form</u> without Boundaries); భూత – వర్తమాన – భవిష్యత్ కాలనియామకము; దృశ్య – జీవ – ఈశ్వరరూపము; బ్రహ్మ – విష్ణు – రుద్రః – సత్య – జ్ఞాన – ఆనంద దేవతా (దివ్య) రూపములు.

పంచ <u>దైవతము</u> (5గురు అధిదేవతలు కలిగి ఉన్నట్టిది) =

తత్సవితుః	→ బ్రహ్మాత్మనే!
వరేణ్యం	→ విష్ణవాత్మనే!
భర్గోదేవస్య	→ రుద్రాత్మనే!
ధీమహీ	→ సత్యాత్మనే!
ధియోయోనః	→ జ్ఞానాత్మనే!
ప్రచోదయాత్	→ సర్వాత్మనే।

❖ ❖ ❖

'ఓం'కార ప్రణవమును ఇప్పుడు మనము చెప్పుకొన్న అంతరార్థంగా ఎవ్వరు **తెలుసుకొని దర్శిస్తూ** ఉపాసించరో, అట్టివారు బ్రాహ్మణులు (లేక) బ్రహ్మతత్త్వజ్ఞులు అని అనిపించుకోజాలరు.

అనగా, 'ఓం' అని ఉచ్చరిస్తూ....పరమాత్మను

- ప్రతి జీవునియొక్క బాహ్య (జగదనుభవ) రూపంగాను, అభ్యంతర (మనోబుద్ధి – చిత్త – అహంకార) రూపంగాను,
- భూ – భువర్ – సువర్ (భూమి – ఆకాశము – అంతరిక్ష) వ్యాహృతుల స్వరూపముగాను,

- భూతాకాశ - చిత్తాకాశ - చిదాకాశరూపంగాను,
- సత్వ-రజో-తమో త్రిగుణాత్మకంగాను,
- యమ నియమ ఆసన ప్రాణాయామ ప్రత్యాహార ధారణ సమాధులనబడే - అష్టాంగ యోగ లక్ష్యరూపముగాను,
- జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తి - (మూడిటి బహిర్) అంతర్గత రూపముగాను,
- పాంచభౌతికంగా కనిపించే సమస్తముగాను, ఆవలగల ఆత్మగాను,

తెలుసుకొని 'ఓం' కారమును పలుకువాడే ఓంకారమును ఎరిగిన (ప్రణవమును తెలుసుకొన్న) బ్రాహ్మణ శబ్దార్థుడు.

బ్రాహ్మీస్థితి - లక్ష్యము

అట్టి ప్రణవము (ఓంకారము) → ధనస్సుకాగా,

స్వకీయ- జీవాత్మత్వము → బాణముగాను,

సర్వతత్త్వస్వరూపమగు 'బ్రహ్మమే తానగుట' - అనునది → లక్ష్యముగాను... సంసిద్ధుడవాలి.

"ఓం" → ధనస్సును బాణముతో సంధించి, ముముక్షువు అప్రమత్తుడై (With all Awakened Enthusiasm and Attention) - జీవాత్మత్వ బాణము లక్ష్యమును తాకు విధంగా **పరబ్రహ్మముతో తన్మయుడు** కావాలి. **బ్రహ్మమే తానుగా అవాలి**. అట్టి పరాత్పరము (దేహమునకు సాక్షియగు జీవాత్మకే సర్వాంతర్యామిరూప మహత్ సాక్షిత్వము) సంపాదించుకొనునుగాక.

ఇక ఆపై **సర్వమునకు ఆది అగు మమాత్మకు** క్రియలు లేవు! జన్మలు లేవు! కర్మలు లేవు! చావుపుట్టుకలు లేవు! దేహముల రాకపోకలు లేవు! **"వాటి అన్నిటికీ లీలగా ఆధారమై, సర్వ కల్పనలకు ఆవల - మౌనంగా, ఆనందంగా చూస్తూ ఉన్నట్టి కేవలసాక్షియే నేను"**....అని ఎరుగాలి! అట్టివాడు సర్వ దృశ్యవ్యవహారములలో ఉండి కూడా,....వాటన్నిటినుండీ నివర్తితుడు.(One who has withdrawn every thing into himself) .....అగుచున్నాడు. **ఓంకారార్థమే తానై ఉంటున్నాడు.** జన్మలు, కర్మలు మొదలైనవన్నీ ఉండి కూడా, **ఆతనిపట్ల అవన్నీ మెదలే** ఏ క్షణమందూ 'లేనివే' అగుచున్నాయి. ఆతడు **అన్నీ ఉండి, ఏమీ లేనివాడై ఉంటున్నాడు.**

'ఓం' = దృశ్యజగత్తు + ద్రష్ట + దృక్ + ఈశ్వర + పరమాత్మల అఖండైకతత్త్వం.

'ఆత్మ'కు సంజ్ఞయే 'ఓం'కారము. 'ఓం' కారం చ ప్రభవమ్ ఇదమ్ సర్వమ్!

ఓంకారమునుండియే → **ఋక్ - యజుర్ - సామ - అధర్వణ** చతుర్వేదములు జనిస్తున్నాయి.

ఓంకారము నుండియే → 16 విధములగు **స్వరములు** పుట్టుకొస్తున్నాయి.

ఓంకారమునుండియే → భూ - భువర్ - సువర్ మొదలైన **లోకములు, లోకస్థులు, లోకేశులు** సంప్రదర్శితమగుచున్నారు.

ఓంకారమునుండియే → ఈ **చరాచర జగత్తు** ఉద్భవించి, ఓంకారము నందే ప్రదర్శితమగుచ్చుంది! అంతా కూడా **తదభిన్నం.**

ఓంకారమే.....**'నేను'** రూపంగా జాగృత్ స్వప్న సుషుప్తులలో వేరు - వేరు రూపములవలె ప్రదర్శితమగుచున్నది. ఆ 'నేను' కు అక్కడ - ఇక్కడ అనుభవమగుచున్నదంతా పరమాత్మార్థమగు ఓంకారమే!

'అ - ఉ - మ' (ఓం అని చిన్నగా పలకటము)....అని హ్రస్వరూపంగా (వేరువేరుగా) ఓంకారమును ఉపాసించువాని పాపములన్నీ హ్రస్వ ప్రణవాగ్నిచే సర్వపాప దృష్టులు, మనోవికలములు దహించివేయబడుచున్నాయి. (అ = పరాత్మ; ఉ = ఊహ, భావన, ప్రకృతి మ = ఊహించువాడు, భావించువాడు, అనుభవి)

ఓ......మ్.... (సుదీర్ఘంగా ఓంకారము - ఏకంచేసి) - దీర్ఘ ప్రణకోచ్చారణ - **అవ్యయమగు సర్వసంపదలు ప్రసాదించగలదు.**

అర్ధమాత్ర (మ్.....): అర్ధమాత్రతో కూడిన ప్రణవోపాసన → మోక్షమును ప్రసాదించునదై ఉన్నది. **'నేను ఈ దృశ్య - దేహ - జీవాత్మలచే బంధితుడను కాను. సంబంధితుడనుకాను'** అను అనుశ్రుతమగు ఉత్తేజముతోకూడిన అనుభవమును శాశ్వతము చేసివేయగలదు. (ఓంకార పరమార్థ భావనయే అర్ధమాత్ర).

విదిత వేద్యుడు (లేక) వేదవేద్యుడు

ఎవ్వరైతే....ఇదంతా అవాక్ - మానస గోచరమగు బ్రహ్మముయొక్క (ఆత్మయొక్క) ప్రత్యక్ష రూపమేనని,

- ఓంకారార్థ ప్రణవ స్వరూపమేనని.....
- అట్టి ప్రణవము తైలధారవలె తెంపులేనిదని, 'ఈ దేహ - దృశ్య - జీవాత్మత్వములవలె కొలబద్ధము (measerable) కాదు' అని, గంటయొక్క ట్రంగ్ - ట్రంగ్ మ్రోతవలె అవిచ్ఛిన్న నాదపరంపర వంటిదని....

గ్రహిస్తారో... వారే **వేదహృదయమును ఎరిగినట్టి వేదవేద్యులు.**

ఓంకార (ప్రణవ) ధ్యాన విధానములు

హృదయాంతర్గత ఆత్మజ్యోతిరూపంగా....

(18) హృత్పద్మ కర్ణికామధ్యే స్థిరదీప నిభాకృతమ్
అంగుష్ఠమాత్రమ్ అచలమ్ ధ్యాయేత్ 'ఓం'కారమ్ ఈశ్వరమ్!

హృదయము= ఎక్కడ ఆలోచన, భావన, కోపము, ప్రేమ, ఇష్టము, అయిష్టము మొదలైన ఆయా సమస్త భావములు, ఉద్వేగములు గుణములు జనిస్తున్నాయో....అట్టి భావనాజనిత స్థానము. ఈ లోకములన్నీ జీవుని భావనా రూపములే కాబట్టి - **లోకములన్నీ స్థానముగా కలిగియున్నట్టిది హృదయమే.**

అట్టి **'హృదయము'** అను పద్మము యొక్క కర్ణికల (పూరెక్కల) మధ్యగా అంగుష్ఠ మాత్ర (బొటనవ్రేలు నిలువుగా పెట్టి ఉంచినప్పటి) ఆకారము గల **పొగలేని జ్యోతి** రూపంగా **ఆత్మజ్యోతి** వెలుగొందుచున్నది...అట్టి అచలమగు ఆత్మజ్యోతి రూపమును ఓంకార - ఈశ్వర స్థానముగా ధ్యానము చేయాలి.

పూరక ప్రాణాయామ - ఆత్మో (ప్రణవో) పాసన

ఈ దేహములో ఎడమవైపుగా మూలాధారమునుండి → కంఠస్థానము వరకు ప్రసరించి ఉన్న సూక్ష్మ నాడిని **'ఇడా నాడి'** అని పిలుస్తున్నారు. కుడివైపున→ మూలాధారమునుండి కంఠస్థానము వరకు ప్రసరించి ఉన్న సూక్ష్మనాడిని **'పింగళా నాడి'** అని అంటారు.

అనగా, మూలాధారచక్రమునుండీ

కుడివైపు పింగళానాడి - ఎడమవైపు → ఇడనాడి - వెన్నెముకను వెంటనంటి ఊర్ధ్వంగా శక్తి ప్రదర్శనముగా విస్తరించి ఉన్నాయి.

ఎడమవైపుగల ముక్కుపుటము ద్వారా గాలిని పీల్చి, ఆ గాలిని ఎడమవైపుగాల ఇడాశక్తి నాడియందు నింపి (పూరించి), పొట్టభాగంలో ఆ గాలిని కుంభకము చేసి (కుంచితముగా, స్థిరముగా నిలిపి ఉంచి), అప్పుడిక ధ్యాసతో దేహమధ్యభాగములో జ్వాలావళి (నిశ్చల దీపజ్వాల) వలె వెలుగొందుచున్న ఓంకార సంజ్ఞార్థమగు **'ఆత్మజ్యోతి'**ని ధ్యానము చేస్తూ ఉండాలి.

ప్రాణాయామ దేవతోపాసన

ప్రాణాయామప్రక్రియ '3' క్రియలు కలిగి యున్నది.

(1) పూరకము = గాలిని (12 అంగుళముల దూరమునుండి) ఎడమముక్కు రంధ్రము ద్వారా (ఇడనాడి గుండా) లోనికి నెమ్మదిగాను, దీర్ఘంగాను పీల్చటము. అట్టి ప్రక్రియ నిర్వర్తిస్తూ....సృష్టికర్తయగు **బ్రహ్మదేవుని అధిదేవతగా మనస్సుతో ఉపాసిస్తూ ఉండాలి.**

(2) కుంభకము = పీల్చిన గాలిని ఉదర (పొట్ట) భాగము వరకు నింపి - కదలకుండా ధారణ చేయాలి. అట్టి స్థితిలో స్థితికారకుడగు విష్ణుమూర్తిని మనో బుద్ధులతో ఉపాసనాభావన చేస్తూ ఉండాలి.

(3) రేచకము = 'కుంభకము' చేసిన గాలిని కొంతసేపు కదలకుండా ధారణ చేసి, ఆ తరువాత కుడి ముక్కుపుటము ద్వారా (పింగళ సూక్ష్మనాడి ద్వారా) నెమ్మదిగా వదలాలి. అట్టి విడుచుచున్న సమయమంలో మనస్సుతో లయకారుడగు రుద్రభగవానుని భావన చేస్తూ ఉండాలి.

అటు తరువాత కుడి ముక్కు పుటముతో అదే తీరైన యామము.

ఈ విధంగా బ్రహ్మ - విష్ణు - రుద్రో పాసన పూర్వకంగా ప్రాణాయామయజ్ఞ విధి - **"ఓంకార-ప్రాణాయోగోపాసన (ఆత్మోపాసన)"**గా చెప్పబడుచున్నది. **'దేవతోపాసన పూర్వక ప్రాణాయామయోగము'**గా కూడా అభివర్ణించబడుతోంది.

ధ్యానరూప ప్రణవ (ఆత్మ) ఉపాసన

నిప్పును జనింపజేసే ఒకానొక ప్రక్రియలో రెండు చెక్కలు (1) క్రింద చెక్క పూర్వారణి (2) పై చెక్క - ఉత్తరారణి....ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. (ఇది యజ్ఞ - యాగములలో నిప్పును పుట్టించే ప్రక్రియగా ప్రసిద్ధము). ఆ విధంగా

→ ఈ 'జీవాత్మత్వము'ను ఒక ఉపకరణగా **క్రింది 'అరణి'**గాను,

→ 'ఓం'కార శబ్ద - అర్థ జ్ఞాన సమన్విత ఉచ్చారణను "పై అరణి"గాను భావించుచూ....

→ 'ధ్యానము' (సర్వాత్మకుడగు పరమాత్మ గురించిన ధ్యాస) అనే నిర్మథనోభ్యాసముతో (ఒకదానితో మరొకటి వేగముగా తాకించు ప్రక్రియ సహాయముతో)

ఆత్మజ్ఞానాన్ని జనింపజేస్తూ, అద్దాని వెలుగులో దేహమంతటా అణువణువు వేంచేసియున్న హృదయాంతర్గతుడగు ఆత్మదేవుని దర్శించాలి. సర్వాత్మకుడగు ఆత్మ భగవానునితో మమేకత్వమును పొందాలి. (ఆయనయే నేను కదా – అను సహజపూర్వకమైన బుద్ధి–భావనలను ఆశ్రయించి ఉండాలి).

పూరక – కుంభక – రేచక – ప్రాణాయోగాభ్యాసము – నాద లయము

ఓంకార – అంతర్ ధ్వనినాదముతో ప్రాణాయామభ్యాసము (పూరక–కుంభక–రేచకములను) శక్తికొలది అభ్యసిస్తూ ఉండాలి. యోగాభ్యాసి వాటి 'నాదము' లయించువరకు ప్రాణాయోగాభ్యాసము కొనసాగిస్తూ ఉండునుగాక!

విరజా – హంసాత్మకమ్ – ఆత్మజ్యోతి

– ఆత్మ...., ఈ జగత్తుల రాక – పోకలన్నీ తనవే అయి ఉండి కూడా, తాను మాత్రమూ గమన – ఆగమనములు (రాక–పోకలు) ఏమాత్రము లేనట్టిది

- సర్వదా ఏకమేగాని అనేకముగా ఏమాత్రము కానట్టిది
- కోటి సూర్యకాంతుల ప్రభతో వెలుగొందుచున్నట్టిది

అట్టి **ఆత్మజ్యోతి – అనేక దీపములలో ఒకే అగ్ని వలె – సర్వదా సర్వజీవులలో అఖండ దీపమై వెలుగొందుచున్నది.**

అట్టి **హంసాత్మకమగు, సో஽హమ్ స్వరూపమగు, ఓంకారార్థమగు** ఆత్మను ఎరుగుటచే అట్టివాడు సర్వదోషములనుండి శుభ్రపడినవాడై నిర్మలాత్మగా వెలుగొందుచున్నాడు.

మనో లయాత్మ యోగము

మనస్సే సర్వమును కల్పిస్తోంది, కలిగి ఉంటోంది, త్యజిస్తోంది. మనస్సే బంధ మోక్షములకు కారణము. అట్టి మనస్సు త్రిజగత్తులను సృష్టించుకుంటోంది. కలిగినదై ఉంటోంది. అట్టి మనస్సు లయిస్తే, సర్వము లయిస్తాయి. మనస్సు లయించగా, అప్పుడిక ఈ జీవునిపట్ల ఏది శేషించుచున్నదో అదియే ఓంకార సంజ్ఞార్థమగు కేవలాత్మ! మనస్సు లయిస్తే అప్పటికీ శేషించునదేదో, అద్దాని ధారణయే **'విష్ణుపదము'.** మనస్సు ఆత్మను భావించుచున్నంత మాత్రంచేతనే విష్ణుపదము లభించగలదు.

వాసుదేవోపాసన (ఇష్టదైవోపాసన)

హృదయము 8 దళములు కలిగి ఉంటోంది. (యోగ శాస్త్రములోని కొన్ని పాఠ్యాంశములలో '12 దళములు' అని చెప్పబడుతోంది. ఇక్కడ '8' ముఖ్యమైనవిగా సూచన చేయబడుచున్నది).

[పంచభూతములు మనస్సు, బుద్ధి అనబడు] (8) మరియు (32) కేసరములుతో ద్వారములతో అలంకరించబడినదై ఉంటోంది.

పంచభూతములు; పంచ ప్రాణములు; పంచ ఉపప్రాణములు; పంచకర్మేంద్రియములు; పంచజ్ఞానేంద్రియములు, అంతరంగ చతుష్టయం (మనో బుద్ధి చిత్త అహంకారములు త్రిగుణములు) (స్వాత్విక–రాజసిక– తామసిక భావావేశములు) దళములుగా చెప్పబడుచున్నాయి.

- అట్టి 8 పత్రముల 32 కేశముల హృదయపద్మము మధ్యలో భానుడు (సూర్యుడు) ప్రకాశించుచున్నారు.
- ఆ సూర్యమండలము మధ్యగా చంద్రమండలము; (మనో మండలము).
- చంద్ర మండలము మధ్యగా వహ్ని (అగ్ని) మండలము; (విజ్ఞాన మండలము).
- ఆ అగ్నిమండలము మధ్య ప్రభా (తేజో) మండలము; (ఎరుక. విషయముగా దృశ్యమును వెలిగించునది)
- అట్టి తేజోమండలము మధ్యన – హృదయపీఠము;

ఆ హృదయ పీఠము అనేక రత్నములతో అలంకరించబడి ఉన్నది. అట్టి హృదయపీఠముపై సర్వాంతర్యామి, సర్వత్ర స్వరూపుడు, నిరంజనుడు, నిర్మల స్వరూపుడు అగు వాసుదేవుడగు, మహావిష్ణుభగవానునికి వినయముగా ప్రణమిల్లాలి. (సర్వమునకు అంతర్యామి, సమస్తమునకు బాహ్య – అభ్యంతరము అగు స్వస్వరూపమే వాసుదేవుడు.

త్రిరావృత్తి ప్రాణాయామము – (ఇంకొక విధానము)

మహావిష్ణుమ్ – నాభిస్థానమ్ – పూరకేన విచింతయేత్।

నాభిస్థానములో → శ్రీవత్స చిహ్నమును ధరించినవారు; అతసీ పుష్పపు (నీలి) కాంతులు విరజిమ్ము ముక్తామణిని ధరించినవారు; శుద్ధ స్ఫటికమువలె ప్రకాశమానులై ఉన్నవారు; కోటిచంద్రుల కాంతులతో విరాజిల్లుచున్నవారు; చతుర్భుజుడు – అగు **మహావిష్ణువును** పూరకము (గుండెనిండా గాలిని నింపు సమయములో విచింతన చేయాలి. **(నాభిస్థానోపాసన)**

బ్రహ్మాణం - హృదిస్థానమ్ - కుంభకేన చింతయేత్।

హృదయస్థానములో → 'కుంభక ప్రాణాయామము'తో,.... పచ్చటి రత్నమువలె ప్రకాశించువారు, కమలముపై ఆశీనులై ఉన్నవారు, పితామహులు, '4' ముఖములు కలవారు అగు **బ్రహ్మదేవుని** ఉపాసించాలి. **(హృదయస్థానోపాసన).**

త్రిలోచనమ్ - లలాటస్థం - రేచకేన విచింతయేత్।

లలాటస్థానములో → 'రేచక ప్రాణాయామము'తో..... ఆత్మ విద్వత్ పరిపూర్ణుడు, '3' కన్నులు గలవారు. శుద్ధ స్ఫటికమువలె నిర్మలముగా ప్రకాశించువారు, నిష్కళంకులు, సర్వపాపముల నుండి రక్షించువారు – అగు **రుద్ర భగవానుని** ఉపాసించాలి. **(లలాటస్థానే)**

అట్టి విష్ణు– బ్రహ్మ–త్రిలోచన...త్రిమూర్తులను పూరక–కుంభక–రేచకముల సమయములలో ధ్యానించటం **'త్రిరావృత్తి ప్రాణాయామమ్'** – అని అంటారు.

హృదయ పద శివదర్శనం

నూరు అంచులు కలది, నూరు రేకులతో ఉన్నది–అగు హృదయ కమలము. అందు నాళము – ఊర్ధ్వముగాను, ముఖము క్రిందగానుగల అబ్జ (పద్మ) పత్ర పుష్ప ఆకారము గల హృదయము. అద్దానియందు సర్వవేదమయుడు అగు → శివభగవానుని ధ్యానించాలి.

హృదయ కమలములో జీవచైతన్య తేజో దర్శనము (ఇంకొక యోగాభ్యాసమార్గము)

ఈ యోగాభ్యాసములో....,

- 100 రేకులతోను 100 అంచులతోను ప్రకాశించు హృదయపద్మము.
- అద్దానియందు అరటిమొగ్గ (అరటిపువ్వు) ఆకారము గల అంతర్ హృదయ (మాంసఖండ) విభాగము.
- అట్టి అంతర హృదయ విభాగము అగు విశాలమైన నడిబొడ్డుగల అరటి పువ్వు ఆకారమునందు (1) చంద్రుని (2) సూర్యుని (3) అగ్నిల తేజస్సులు ఒకదానితో మరొకటి ఉన్నట్లు ధ్యానించాలి.
- అట్టి చంద్రునితో, సూర్యతేజస్సు – సూర్యునితో అగ్ని తేజస్సు గల హృదయ కమలము ముడుచుకుని ఉంటోంది. 'రేచక ప్రాణాయామము (వాయువును హృదయపద్మమునుండి బయల్వెడలదీయుట)' యొక్క అభ్యాసముచే ఆ హృదయ కమలము యొక్క రెక్కలు విచ్చుకొనుచున్న అభ్యాసము నిర్వర్తించాలి.
- ఆ వికసించుచున్న హృదయ కమలములో సంచారములు చేస్తున్న 'హ్రీం' అను బీజాక్షరమును ఆశ్రయించుచూ 'జీవాత్మ'ను గమనించాలి.

అట్టి జీవాత్మను.....,

త్రిస్థానం చ → జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తులు అనబడే '3' స్థానములు తన సంచార ప్రదేశములుగా కలిగియున్నట్టిది గాను,

వ్యాహృతిం చ → భూ– భువర్ – సువర్ వ్యాహృతులు తనయందు సందర్శించుచూ, విహారముగా కలిగి ఉన్నట్టిది గాను,

త్రిమాత్రం చ → ద్రష్ట – దర్శన – దృశ్యముల, ఈశ్వర – జీవ – జీవానుభూతముల ఏకస్వరూపముగాను,

త్ర్యక్షరమ్ చ → అకార (శివ) – ఉకార (ప్రకృతి) – మకార (అనుభవి – వ్యాప్తి) చైతన్యముల త్ర్యక్షరముగాను.....,

త్రి బ్రహ్మ చ → బహిర్ – అంతర – అంతరాంతరములకు తానే సృష్టికర్తగాను,

త్రిమాత్ర – అర్ధమాత్రంచ : అకార – ఉకార – మకార – అర్ధమాత్రలను...ఈశ్వర – ప్రకృతి – ద్రష్ట – దృక్‌లను జీవాత్మ విశేషాలుగాను,

ఎవ్వరు దర్శిస్తారో....ఆతడే వేదవేత్త! అనగా.....ఎవ్వరైతే 'సాక్షి' స్వరూపమును ధరించి, తన హృదయ కమలమందు సంచరించు తన జీవాత్మను త్రిస్థాన – త్రిబ్రహ్మ – త్రిమాత్ర – అర్ధమాత్ర విశేషములతో కూడినట్టిదిగా, దర్శిస్తాడో...ఆతడే తెలుసుకోవలసినది తెలుసుకుంటున్నవాడు. **విదితవేద్యుడు.**

ఓంకార పరమాత్మ ధ్యానం

ఎవ్వరైతే తన సహజ – వాస్తవ – నిత్యసత్యమగు ఓంకార సంజ్ఞారూపక స్వస్వరూపాత్మను.....→

- దేహములచేతను, జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్త దశల చేతను ఏమాత్రమూ ఖండితము కానిదై, 'తైలధార' వలె **అవిచ్ఛిన్నమైనట్టిదిగాను,**

- గంట యొక్క సుదీర్ఘ నినాదమువలె **నిత్య చేతనము, సర్వకారణము, సర్వత్రా వ్యాపకము**గాను,
- వాక్కుచే నిర్వచించి చెప్పరానిదిగాను, అనిర్వచనీయముగాను,
- ప్రాణశక్తికి ఆవల **ప్రాణేశ్వర స్వరూపంగాను,**
- బిందు – నాద – కళాత్మకమై కూడా, ఆ మూడింటికి **అతీతమైనదిగాను–**

తెలుసుకొని ఉంటాడో.... ఆతడు వేదవేత్త! **తెలుసుకొనుచున్నదానిని తెలుసుకొన్నట్టివాడు! తెలుసుకోవలసినది తెలుసుకుంటున్నవాడు.**

యోగి యొక్క యోగ పద స్థితత్వము

ఎవ్వరైతే – ఒక కలువ పువ్వు యొక్క కాడతో జలమును పీల్చు విధానంగా – దేహమంతా స్వభావతః నిండియున్న వాయువును 'రేచక ప్రాణాయామవిధి (The Process of Vacating the Air from whole physical Body) గా వెనుకకు మరల్చి, కేవల ప్రాణశక్తిని తనవైపుగా ఆకర్షిస్తూ ఉండు అభ్యాసమునందు కృతకృత్యుడు అవుతాడో,.... అట్టి యోగి **'యోగపదస్థితుడు'** (యోగస్థానమునందు స్థితిని సంపాదించుకొన్నవాడు) – అగుచున్నాడు.

భ్రూమధ్య – అర్ధమాత్రాత్మక – మనోలయ యోగము

- రెండు కనుబొమ్మల మధ్యగల దహరాకాశ ప్రదేశములో – భ్రూమధ్యస్థానమున అధోభాగంగా 'అ' – రెండు దళములుగల కమలమును యోగాభ్యాసకులు దర్శించుచున్నారు.
- అట్టి కమలమును అర్ధమాత్రము (ఉమ్...) యొక్క అంత్యస్థానంగా భావించి, పరిపరి విధములుగా సంచారములు చేస్తున్న మనస్సును ఆహ్వానించి, హృదయ కమలములో నిత్యోదితమైన ఉంటున్న **'ఆత్మచైతన్య స్ఫురణ'** లోనికి,
- నయముగా (అనగా→ భయముగాకాదు, బలవంతముగా కాదు, స్వభావ–అభ్యాసపూర్వకంగా).... **అఖండ చైతన్యభావనయందు** మనస్సును లయింపజేయు విధానమును **'మనోలయయోగము'**గా (కొందరు యోగాభ్యాసులు) అభ్యసిస్తున్నారు.

లలాటాంతర్గత బ్రహ్మాకాశోపాసన

ముక్కుకు ఉపరిభాగంలో (నాశికకు ఊర్ధ్వమూలముగా) (భ్రూమధ్యంగా గల స్థానము) లలాట స్థానము. అట్టి (బొట్టు పెట్టుకొనే) కనుబొమ్మల మధ్యగా కించిత్ క్రిందస్థానము బ్రహ్మానందమునకు ఉపాసన – సిద్ధిస్థానము. అది 'అమృతస్థానము' అని కూడా అంటారు. అట్టి అమృతస్థానములో మనస్సును (ఆలోచనను) ఏకాగ్రపూర్వకంగా (అనేకత్వమును త్యజింపజేస్తూ) ప్రవేశింపజేయుచుండగా..... అక్కడ అమృత రూపమగు, సర్వాత్మక స్వభావముతో కూడిన 'పరబ్రహ్మము' – స్వానుభవముగా త్వరితగతిని సిద్ధించగలదు. ***యోగాభ్యాసముచే*** ఇది సుసాధ్యము. (అమృతస్వస్వరూపము = జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తుల సందర్భములలో ఏకము–అక్షరము అయి ఉన్న స్వకీయ ఆత్మ).

యోగాంశములు

(1) ఆసనము (2) ప్రాణసంరోధము (3) ప్రత్యాహారము (4) ధారణ (5) ధ్యానము (6) సమాధి

..... ఈ '6' కూడా 'యోగము'నకు షష్ఠ (6) అంగములు

ఆసనము : యోగశాస్త్రము అనేక ఆసనముల గురించి ప్రస్తావించుచున్నది. దేహముయొక్క ఎట్టి అంగముల అమరికచే (అంగముల ధారణచే) మనస్సు చంచలత్వమును వీడి, బుద్ధి ఏకాగ్రం అవుతుందో, అదియే **'సుఖాసనము'**. ఒక్కొక్క దేహికి తన దేహముచే ఒక్కొక్క ఆసనము ఏకాగ్రతను ప్రసాదించగలదు. యోగాభ్యాసము సుఖముగాను, నిశ్చలముగాను కొనసాగగలదు. ఆ విధంగా **"జీవజాతులపట్ల ఎన్నెన్ని సుఖాసనములు ఉన్నాయి?"** – అనేది వర్ణించుటకు అలవి అయ్యేదికాదు. అది సర్వేశ్వరుడగు మహేశ్వరునికే ఎరుక. అట్టి ఆసనములలో ముఖ్యమైనవి నాలుగు. (1) సిద్ధాసనము (2) భద్రాసనము (3) సింహాసనము (4) పద్మాసనము. అట్టి ఒకానొక సుఖాసనమును స్వీకరించి, ఆపై బుద్ధితో మనస్సును తెచ్చి చక్రములందు ప్రతిక్షేపించటమును – యోగాభ్యాసంగా ప్రసిద్ధి. ఇది గురుముఖతః తెలుసుకొని, గమనించి, అభ్యసించాలి.

చక్రముల గురించి....!

మూలాధార చక్రము : గుద స్థానమునకు కించిత్ పైగాను, లింగస్థానమునకు కొంచము క్రిందుగాను 'మూలాధారాకాశ (శక్తి) చక్రము' ఉన్నది. ఈ చక్రములో..... 4 దళముల కమలము. (ఈ చక్రము 'వ–శ–ష–స' బీజాక్షరముల భావనచే ఉత్తేజితము అగుచున్నది – అని అన్య ఉపనిషత్ పాఠము).

స్వాధిష్ఠాన చక్రము : యోనిస్థానము, లింగస్థానము. మూలాధారమునకు పైభాగముగా ఉన్నట్టిది. దీనిని 'కామాఖ్యము' అని కూడా అంటారు. సిద్ధులచే నమస్కరించబడుచున్నట్టిది. యోనికి మధ్యగా పశ్చిమాభిముఖంగా లింగస్థానమున ఉండి ఉంటోంది. అట్టి లింగమునకు పశ్చిమంగా అగ్రమున మణివలె భిన్నమైయున్నది. అట్టి **'స్వాధిష్ఠానాకాశము'**ను యోగి – ఏకాగ్రతతో కూడిన యోగాభ్యాసముచే స్వానుభవముగా – పొందుచున్నాడు.

ఈ స్వాభిష్ఠానచక్రము....

- కాల్చబడిన (తప్త) బంగారము (చామీకరపు) ఛాయ కలిగినట్టిది.
- విద్యుల్లతవలె ప్రకాశములు వెదజల్లునది.
- నాలుగు కోణములు కలిగినట్టిది
- జఠరాగ్ని స్థానమునకు కించిత్ పైభాగముగాను, మేఢ్రము (పొత్తి కడుపు)నకు కొంచము క్రిందగా ఉన్నట్టిది. అందుచేత 'మేఢ్రము' అని కూడా పిలుస్తున్నారు. ఇది పొత్తికడుపు వరకు విస్తరించి ఉన్నది.
- ఇక్కడ ప్రాణవాయువునకు ఆధారమై యుండటంచేత 'స్వమ్'...అను శబ్దము వినపడుతూ ఉంటుంది.

అట్టి **స్వాధిష్ఠానచక్రాకాశస్థానము**ను అనుభూతముగా ఎరిగినవాడు వేదవేద్యుడే!

మణిపూరక చక్ర – అగ్నిస్థానము :

ఇది దారముతో కూర్చబడిన 'మణి'వలె వాయువుచే పూరకమై ఉండటంచే 'మణిపూరక చక్రము' అనే పేరుతో పిలుస్తున్నారు. ఇందలి ఆకాశములో '12' ఆకులు గల చక్రములో ఈ జీవుడు పుణ్య–పాపములచే నియంత్రితుడై తిరుగాడుచూ ఉన్నాడు. చక్రములో చిక్కిన మణివలె సంచారములు పొందుచూ ఉండటంచేత కూడా – 'మణిపూరకము' అనే పేరు వచ్చింది. ఈ చక్రములో జీవుడు 12 ఆకులలో – బ్రహ్మతత్త్వము తెలియనంత వరకు తిరుగాడుచూనే ఉంటాడు.

ప్రాణశక్తి ప్రవాహక నాడులు

బొడ్డుకు క్రిందగాను, మేఢ్రమునకు (పొత్తి కడుపుకు) పైభాగంగాను పక్షియొక్క గ్రుడ్డువలె ఒక మాంసమయ ఖండము ఉన్నది. ఆ గడ్డ నుండి 72,000 నాడులు బయల్వెడలి శరీరమంతా విస్తరించినదై ఉంటున్నాయి. అందులో 72 నాడులు ముఖ్యమైనవి. శరీరమంతా 'ప్రాణశక్తివాహకము'లు (Main vehicles that carry prana Energy)గా (నాడులన్నీ) ఉన్నాయి. అనగా, అవి తమయందు 'ప్రాణశక్తి'ని ప్రవహింపజేస్తున్నాయి.

ముఖ్యమగు 72 నాడులలోనూ మరికొంత ముఖ్యమైనవిగా చెప్పబడేవి – '10'. అవి.... (1) ఇడ (2) పింగళ (3) సుషుమ్న (4) గాంధారి (5) హస్తజిహ్వ (6) పూషా (7) యశస్విని (8) అలంబుసా (9) కుహూ (10) శంఖినీ.

సుషుమ్ననాడికి ఎడమవైపు **ఇడనాడి,** కుడివైపు **పింగళనాడి** ఉన్నాయి. **కుహు, సరస్వతి** నాడులు సుషుమ్నకు ప్రక్కగా ఉన్నాయి. **గాంధారి, హస్తజిహ్వ** 'ఇడ'కు ముందు వెనుకలుగా ఉన్నాయి. **పూషా, శంఖిని,** పింగళనాడికి వెనుకగా ఉన్నాయి. పూషకు, సరస్వతీనాడికి మధ్యగా **యశశ్వినీనాడి** ఉన్నది. గాంధారికి – సరస్వతికి మధ్యగా **శంఖినీ నాడి** ఉన్నది. కంఠమధ్యభాగమునుండి పాయువు వరకు **అలంబుసనాడి** ఉన్నది. యోగి బుద్ధిని స్వీయ దేహమును ప్రవేశింపజేసి, అట్టి బుద్ధితో ఈ 10 నాడుల ఆయా ధర్మముల నిర్వహణను ఎరుగుచూ గమనిస్తూ ఉంటున్నాడు.

అట్టి '10' నాడులలో కూడా, **'మూడు' నాడులు** అత్యంత ముఖ్యమైనవై, ఎల్లవేళలా దేహము జీవిస్తున్నంతకాలము – ప్రాణశక్తిని ఏమాత్రము ఒక్క క్షణం కూడా వీడకుండా ధారణ చేస్తూ ఉన్నాయి. ఈ మూడే **"ప్రాణమార్గములు".**

(1) ఇడా వామే స్థితా భాగే! వెన్నెముకకు ఎడమవైపుగా బొడ్డు క్రిందనుండి కంఠ ప్రదేశము వరకు విస్తరించి ఉన్న ముఖ్య ప్రాణవాహకనాడి. అధి దేవత – చంద్రుడు. ఓషధతత్త్వముతో దేహమును కాపాడుచుండు నాడి. సుషుమ్నకు, ఎడమవైపుగా ఉన్నది.

(2) పింగళ – పింగళా దక్షిణే స్థితా! ఈ ప్రాణ ప్రవాహ ముఖ్యనాడి దేహమునకు (వెన్నెముకకు) కుడి భాగముగా, బొడ్డు నుండి కంఠము వరకు విస్తరించి ఉన్నది. సుషుమ్నకు కుడివైపుగా ఉన్నది.

(3) సుషుమ్న : దేహమునకు మధ్యగా (వెన్నెముకకు మధ్యగా) మూలాధారము నుండి ఆజ్ఞాచక్రము వరకు, ఆపై ఉపరిభాగముగా గల బ్రహ్మ రంధ్రము వరకు విస్తరించి ఉన్నది. (వీపునకు మధ్యనున్న వెన్నెముక – (వీణాదండము) ద్వారా శిరస్సు పర్యంతము సుషుమ్ననాడి ప్రతిష్ఠితమైయున్నది)

ఈ విధమైన నాడులలో పంచ ప్రాణములు, పంచఉపప్రాణములు → దూర దూరంగా సంచారములు చేస్తూ, ఈ శరీరములో ఆయా నియమిత ధర్మములు నిర్వర్తిస్తున్నాయి. **శరీర రక్షణ – ప్రవర్తనము**లను పర్యవేక్షిస్తున్నాయి.

పంచ ప్రాణములు : వాయుస్పందన - ప్రాణ అపాన సమాన ఉదాన వ్యానములు- అను ధర్మములు కలిగి ఉంటోంది. దేహములో అవన్నీ వివిధ సంచలనములు కలిగియుండి, ఆయా దేహరక్షణ - పరిపోషణ - జీవన ధర్మములను నిర్వర్తిస్తున్నట్టివి.

(1) ప్రాణము → **ముఖమునకు ముక్కునకు మధ్యగాను, నాభిమధ్య, హృదయమునందు** నిత్యము సంచరిస్తూ ఉన్నట్టిది. ఉత్తేజిత - ప్రేరణ - ఉత్సాహరూప సమన్వితము అగు ప్రాణవాయువు. ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాస ప్రాణకర్మలు నిర్వర్తిస్తున్నట్టిది.

(2) అపానప్రాణము → గుదము, పొత్తికడుపు (మేఢ్రము), తొడలు, మోకాళ్లు (జానువుల) మధ్యగా సంచరించు వాయువు. మల-మూత్ర ఇత్యాది విసర్జనలు అపానవాయు కార్యక్రమములు.

(3) సమానప్రాణము → దేహమునందు అంతటా ఆపాదమస్తకమూ సంచరిస్తూ ఉన్న వాయువు. సర్వమునకు పరస్పరము సమన్వయమును పర్యవేక్షిస్తూ ఉంటోంది.

(4) ఉదానము → దేహములోని కణతలు, చేతి మణికట్టు, కంఠము మొదలైన ప్రాణస్థానములందు, చేతులయందు, కాళ్లయందు ప్రసరించుచున్న వాయువు. ఊర్ధ్వ గమనధర్మము నిర్వర్తించు వాయువు.

(5) వ్యానము → రెండు కళ్లలోను, బొడ్డు (నాభి) యందు, పిక్కలయందు, చెవులయందు, రెండు కళ్ళ మధ్య ప్రదేశమునందు, భుజస్కంధములయందు, కాళ్ల చీలిమండలములయందు సంచరించుచున్న వాయువు. ఆయా అంగములను విడివిడిగా ఉంచు ధర్మము నిర్వర్తిస్తూ ఉండటంచేత **'వివాదకృత్‌ప్రాణము'** అని కూడా అంటారు.

పంచ ఉపప్రాణములు: నాగము; కూర్మము; కృకరము; దేవదత్తము; ధనంజయము, 'పంచఉపవాయువులు' అని కూడా అంటారు.

నాగవాయువు → కక్కుకొనుటము, వ్యర్థ పదార్థములను త్యజించటము కొరకు సహకరిస్తున్న ఉపవాయువు.

కూర్మము → కనులు మూయటయందు, తెరచుటయందు సహకరిస్తున్న ఉపవాయువు.

కృకరము → వాయుచలనము, తుమ్ములను పర్యవేక్షించు ఉపప్రాణము.

దేవదత్తము → నిదుర, కునికిపాట్లు మొదలైన తంద్రీకర్మలు పర్యవేక్షిస్తున్న ఉపప్రాణము.

ధనంజయము → దేహముయొక్క శోభ, ఉత్సాహము, ఆకాశములను పర్యవేక్షిస్తున్న ఉపప్రాణము.

ఈ పంచప్రాణములు, పంచఉపప్రాణములు కూడా 72,000 నాడులలో జీవరూపములుగా నిత్యము సంచరిస్తూ ఉన్నాయి.

ఈ జీవుడో? ప్రాణ - అపానములకు మనస్సుచే వశుడై దేహములో పైకి, క్రిందికి నిరంతరము సంచారములు సలుపుచున్నాడు. ఈ విధంగా **నిత్యసంచారి** అయి, ఈ జీవాత్మ దేశ ద్రిమ్మరివలె పరమాత్మ కల్పిత ఇంద్రియ దృశ్యలోకములలో పర్యటిస్తున్నాడు. ప్రాణ -అపానముల వెంట, ఇడ-పింగళనాడుల వెంటా ఎల్లప్పుడు చంచలుడై తిరుగుచూ ఉండటంచేత ఈ జీవుడు ఈ దేహములో ఏ ఒక్కచోట కూడా నిలకడ కలిగి ఉండుటములేదు. **'ఇదిగో! ఇక్కడ!'**.... అన్నట్లుగా జీవునికి ఒకచోట ఎక్కడా కుదురు లభించటంలేదు. గాలిలోకి విసరబడి, భుజములచే కొట్టబడుచున్న బంతివలె ప్రాణ-అపానముల వెంట బలవంతముగా పరుగులు తీయుచు పైకి - క్రిందికి అవిశ్రాంతంగా దేహములో తిరుగాడుచున్నాడు. ప్రాణము అపానముచేత-అపానము ప్రాణముచేత ఆక్రమించబడి, మ్రింగ బడుచూ ఉండగా... **ఈ చంచల జీవుడు ప్రాణ-అపానముల మధ్యగల నిశ్చలస్థానమును అనుక్షణికంగా కోల్పోవుచూనే ఉన్నాడు.**

గాలిలో హాయిగా ఎగిరే పక్షిని పట్టి తెచ్చి, ఒక గుంజకు సన్నని త్రాడుతో కట్టి వదలితే, ఆ పక్షి త్రాడుయొక్క చుట్టు కొలతలను అధిగమించలేక అక్కడక్కడే ఎగురుతూ గంతులు వేస్తూ ఉంటుందికదా! ఈ జీవాత్మ కూడా దేహభావ పరిధులలో ఆవిధంగా చిక్కుకొని దుఃఖితుడై బంధములను పొంది గంతులు వేస్తూ ఉన్నాడు. జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తుల మధ్య, దేహదేహాంతరములుగా అవిశ్రాంతంగా కాందిశీకునివలె ప్రయాణములు సాగిస్తున్నాడు.

అట్టి ఈ జీవునియొక్క **సహజరూపము** ఎట్టిది? **సందర్భ రూపము** ఎటువంటిది? **ఆత్మగా ఈ జీవుని వాస్తవ స్వరూప-స్వభావములు ఏమై ఉన్నాయి.** ఈ విషయాలు ఆత్మతత్త్వజ్ఞానము దృష్ట్యా ఎరిగినప్పుడు అట్టివాడు **యోగవేత్త** అగుచున్నాడు. అది ఎరుగనంతవరకు, అనుక్షణికంగా స్వానుభవం కానంత వరకు యోగవేత్త కాలేడు. **యోగాభ్యాసి మాత్రమే!** నిత్యము చంచలుడై, దేనినీ నమ్మక - పొందక - ఆగక తిరుగాడుచూనే ఉంటాడు. అట్టి చంచలత్వమే జీవుని సర్వ దుఃఖమునకు కారణమగుచున్నది. అంతేగాని, **దృశ్య వ్యవహారములు దుఃఖమునకు కారణము కాదు.**

జీవుని ఉరుకు - పరుగులు

ఈ జీవుడు ప్రాణములవెంటబడుచున్నవాడై 'హం' అను ఉచ్చారణచే బయటకు వెళ్లుచున్నాడు. 'సం'...అని పలుకుచూ లోనికి వచ్చుచున్నాడు. ఈ విధంగా

" 'హం' – సం! హం – సం" అనురూపముగల శ్వాస ప్రశాసలచే **అసంకల్పితంగా** ప్రవర్తిస్తున్నాడు. పగలు – రాత్రీ, మెళకువ – నిద్రా సమయములలో కూడా – రోజుకు '21,600' సార్లు 'సోఽహమ్' జపము **అసంకల్పితముగా** నిర్వర్తిస్తూ ఉన్నాడు.

కానీ ఏమి లాభం? మనస్సును ప్రాణ–అపానముల మధ్యగల నిశ్చలస్థానములో జేర్చలేకపోవటంచేత అనేక వ్యసనములు,దిగుళ్ళు, దుఃఖములు పొందుచూనే ఉంటున్నాడు.తన దుఃఖములకు స్థితి – గతులకు కారణం మాత్రం దృశ్యములో వెతుకుచున్నాడు. ఎంత వెతికినా దృశ్యములో ఆతనికి శాంతి లభించటమే లేదు.

శ్వాసపై ధ్యాస – అజపా గాయత్రీ.

మనస్సును నియమించి 'హం – సో – హం' అనురూపముగా జరుగుచున్న ఉచ్ఛ్వాస – నిశ్వాసలను గమనిస్తూ, దృశ్య సందర్భముల వెంట ఈ మనస్సు పరుగులు తీయకుండా నియంత్రిస్తూ క్రమంగా ప్రాణ – అపానముల మధ్య **నిశ్చలచిదాకారము**ను అనుభూతిగా సంతరింపజేసుకోవటమే **'అజపాగాయత్రి'.** అట్టి అజపాగాయత్రి శ్వాససంఖ్యలను నియంత్రించునదై, క్రమంగా **'నేను దేహ దృశ్య జీవాత్మలకు నిబద్ధుడను కాను'** అనురూపమగు **మోక్షము**ను ప్రసాదించుచున్నది.

"నా అంశ అగు జీవాత్మ హం–సో–హం అజపాగాయత్రీ ప్రణవమును స్వభావసిద్ధంగానే నిర్వర్తిస్తున్నది. నేను జీవాత్మ పరిమితుడనా? కాదు. ప్రాణ–అపానముల వెంట పరుగులు తీస్తున్న జీవాత్మకు – ప్రాణశక్తికి – ప్రాణ ప్రసరణములకు నియామకుడును! పర్యవేక్షకుడను! సాక్షిని కూడా! ప్రాణ – అపానముల జనన–లయస్థానమును ఆక్రమించుకొని ఉన్నవాడను. నిర్ద్వైతు – నిత్యనిర్మలాత్మాకార స్వరూపడనై ప్రకాశించువాడను!" →

అను స్థానమును **కించిత్ సంకల్పిస్తూ** ఉన్నంత మాత్రంచేతనే **ఈ జీవుడు సర్వపాపదృష్టుల నుండి విముక్తుడు కాగలడు. నిత్యనిర్మలుడై ప్రకాశించగలడు.** అటువంటి **'ప్రాణ–అపానములను ఏకస్థానమునకు తెస్తూ, గమనించు అతీతస్థానము'** అగు యోగస్థితికి సరితూగగలిగే విద్యగాని, జపముగాని, పుణ్యముగాని భూత–భవిష్యత్తులలో మరొకటేదీ లేదు. అట్టి అజపాగాయత్రీ ధ్యాసపూర్వక ధ్యానము – ఈ జీవుని **'నిరామయమగు బ్రహ్మీస్థితి'**కి చేర్చగలదు.

కుండలినీ యోగము – మోక్ష ద్వార భేదనము

మట్టి బొమ్మలలో మట్టివలె ఈ విశ్వమంతా ఆక్రమించియున్న 'కుండలినీ' అని పిలువబడుచున్న పరమేశ్వరీశక్తి ఈ భౌతికదేహములో ఇచ్ఛ – శక్తిరూపముగా ప్రతిష్ఠితమై దాగియున్నది. అట్టి కుండలినీ దేవి – తన ముఖముపై దృశ్య పరిమితరూపమైన ఆచ్ఛాదనము ధరించి, ఈ దేహములో కునుకులు తీయుచున్నది. (Drowsy / Numb). [ధ్యాసను – దృశ్యము వైపుగా ఇచ్ఛాపూర్వకంగా ఉండి, ఆత్మ యొక్క స్వానుభవమును ఏమరచటమే – కుండలినియొక్క కునుకులు].

(1) ఆలోచనలకు ఆవల ఏకాగ్రతరూపమగు మనస్సు (2) పంచ ప్రాణ – ఉపప్రాణ ధర్మములను నిర్వర్తించు ప్రాణశక్తి (3) జ్ఞానాగ్ని (అగ్ని) ఈ మూడిటిని ఉపకరణములుగా తీసుకొని....దేహములో నిదురిస్తున్న దేహాంతర్గత కుండలినీరూప విశ్వశక్తీ దేవత ముఖముపైగల ఆచ్ఛాదనలను తొలగించాలి. **"విశ్వరూపుడు – విశ్వాతీతుడు – విశ్వసాక్షి"** అగు స్వస్వరూపముయొక్క స్వానుభవము కొరకై విశ్వశక్తీ స్వరూపిణియగు **"కుండలినీ దేవి – బ్రహ్మరంధ్రచ్ఛేదన"** – అనునది మహత్తరమగు ఉపాయము.

దారముతో గ్రుచ్చబడిన సూదిని (వస్త్రము కుట్టునప్పుడు) పైకి లాగు తీరుగా కుండలినీశక్తిని నిదురలేపుతూ సముత్సాహముతో నింపివేయాలి. యోగి–ఆ నిదురలేచిన కుండలినీ శక్తిని కుంచికతో హఠముగా తలుపులు (Doors) తెరుచుకునేట్లుగా చేయు విధంగా **(ప్రాణ – అపాన ఏకీకృత యోగాభ్యాసముచేత, ఇడ –పింగళ హస్తములతో సుషుమ్న ద్వారా) బ్రహ్మరంధ్రమునకు** చేర్చాలి.

మోక్షద్వారమును, (శిరస్సుయొక్క ఉపరితలముపైగల బ్రహ్మరంధ్రమును) బలవంతముగా తెరచివేసుకోవాలి.

అట్టి కుండలినీ శక్తియొక్క బ్రహ్మరంధ్ర విభేదనముచే ఆ యోగి **'జగత్తులలో నేను' ను అధిగమించి, 'నాలోని (ఆత్మలోని) కల్పిత జగత్ చమత్కారము'** అను **సహస్రారస్థానము** చేరుచున్నాడు.

కుండలినీ దేవీ సుప్రభాతము గురించిన యోగ సాధనా విధానములు

కుండలినీ శక్తితో బ్రహ్మరంధ్ర స్పర్శ

⌘ **రెండు చేతులను సంపుటీకరించి,** ముకుళించి,

⌘ **పద్మాసనమును** సుదృఢముగా అవధరించి, సుఖాశీనుడై, **చుబుకమును** (గడ్డము చివరి కొనను) వక్షస్థలముపై (గుండె మధ్యభాగముపై) **తాకించుచు,**

⌘ బుద్ధితో 'ధ్యానము'ను అవధరిస్తూ, "సర్వాత్మకుడు, నిత్యుడు, అప్రమేయుడు" అగు **పరమాత్మ**ను ధ్యానిస్తూ,

⌘ క్రిందగా ప్రసరించు స్వభావముగల **'అపానవాయువు'**ను మరల మరల బుద్ధిపూర్వకంగా పైకిలాగుచూ,

⌘ పూరక ప్రాణాయామము (గాలిని లోనికి నిండుగా పీల్చు ప్రక్రియ)ను నిర్వర్తిస్తూ....

⌘ క్రమంగా కనుబొమ్మల మధ్యగల ఆజ్ఞాచక్రాకాశము ద్వారా శిరస్సుకు ఉపరితల స్థల ఆకాశమగు బ్రహ్మరంధ్రము లోనికి ప్రాణశక్తిని విస్తరింపజేయాలి. (ప్రాణశక్తితో కుండలినిని ఉత్సాహపరచి బ్రహ్మరంధ్రపు 'మూత'ను తొలిగించాలి)

అట్టి **"కుండలినీ బ్రహ్మరంధ్ర ప్రవేశోపాసన"**ను అభ్యసించు యోగి **'నేను – నీవు – జగత్తులతో కూడిన ఇదంతా సర్వదా బ్రహ్మమేకదా'** అను బ్రహ్మజ్ఞానానుభూతిని స్వభావసిద్ధంగా పొందుచున్నాడు. **బ్రహ్మమే తానై సర్వత్రా వెలయుచున్నాడు.**

నాడీ ద్వారములు–పూరక కుంభక యోగాభ్యాసము (నోరు, ముక్కుపుటము,కళ్ళు, చెవులు, గుదము శిశ్నము, బ్రహ్మరంధ్రము)

'పద్మాసనము'ను ధరించి, **నాడీద్వారములను బుద్ధితో** (ధ్యాసతో) **సమీపించాలి**. నాడీ ద్వారములను ముక్కుద్వారా పీల్చిన వాయువుతో **పూరించి** ఉంచి, అట్టి నాడీ ద్వారములవద్ద **కుంభకమును** (గాలిని నిశ్చలము చేయు విధిని) అభ్యసించు యోగి **నిత్యముక్తుడు.** అతనిపట్ల ఈ దేహ – మనో బుద్ధి చిత్తాదులు, జన్మకర్మలు....ఏమాత్రమూ కూడా బంధము కలిగించజాలవు. నాటకంలో నటిస్తున్నప్పుడు ఒక నటునికి సంబంధించిన 'పాత్ర' యొక్క కష్ట–సుఖములు, బంధ–సంబంధములు ఆతనికి చెందినవి కావు కదా! అట్లాగే **'నాడీ ద్వారపూరక–కుంభక–రేచకాభ్యాసియగు యోగి'**కి నిత్యముక్తత్వము స్వభావసిద్ధమగుచున్నది. (నవనాడులు = రెండు కళ్ళు; రెండు చెవులు; రెండు ముక్కుపుటములు; బొడ్డు, శిశ్నము, గుదము). [మొట్టమొదట ఒక్కొక్క నాడీ ద్వారములో పూరక– కుంభక–రేచకములను అభ్యసిస్తూ, క్రమంగా 1 సం॥ కాల అభ్యాసము తరువాత నవరంధ్రములలో ఒకేసారి త్రి–యాసనములను నిర్వర్తించగలడు].

ఈ విధంగా(1) అపానవాయువును ఊర్ధ్వమునకు లాగుచూ ప్రాణశక్తిని బ్రహ్మరంధ్రాకాశములో ప్రవేశింపజేయుటము. (2) నాడులలో పూరక – కుంభక అభ్యాసము అను ప్రక్రియల ద్వారా మూలాధారములో నిద్రాణమైయున్న కుండలినీ శక్తిని ఉత్తేజపరచి ఊర్ధ్వప్రయాణము నిర్వర్తించుయోగాభ్యాసి → **'బ్రహ్మానందస్వభావుడు'**గా స్వయముగా రూపుదిద్దుకొనుచున్నాడు.

నవ రంధ్రములలో పూరక–కుంభకములచే అంగాంగములలోని అంతర్విభాగములను స్పృశిస్తూ ఉండగా, అట్టి ప్రాణవాయు స్పర్శచే అంగములలో శ్రమంతా కొద్ది క్షణములలో శమించిపోగలదు.

యోగ అభ్యాసము చేస్తున్నప్పుడు శ్రేయో ఆహారము

కట్వ – ఆమ్ల – లవణము (కారము – పులుపు – ఉప్పు) పదార్థములను తగ్గించుచు, పాలు అధికంగా తీసుకొనుచుండుటచే...యోగాభ్యాసము సుఖమయము కాగలదు. బ్రహ్మభావనను ఉపాసించు బ్రహ్మచారి అయి, మితాహారము స్వీకరిస్తూ యోగపరాయణుడగు యోగి యోగాభ్యాసము నిర్వర్తిస్తూ ఉండగా, **ఒక సంవత్సరకాలము**లో కుండలినీ శక్తితో (కుండలినీ యోగంతో) **బ్రహ్మరంధ్రాకాశము**ను స్పృశిస్తూ సహస్రారములో ప్రవేశించి బ్రహ్మీస్థితిని సిద్ధించుకోగలడు. ఇందులో అనుమానమే లేదు.

[సహస్రార స్థానసిద్ధి = (1) నాలోని బ్రహ్మాండములతో కూడిన "నేను" (2) బ్రహ్మాండములలోని **"నేను"**ల యొక్క → **అభేదత్వము**]

మూలబంధయోగము

I. మూలాధారములో నిద్రాముద్ర వహించియున్న కుండలినీ విశ్వశక్తిని చైతన్య – ఆనంద స్ఫూర్తితో కంఠముపైభాగము వరకు నడిపించి, అక్కడ (ఇహ–పర) దివ్యశక్తి స్వరూపిణియగు జగన్మాతగా ఉపాసించటము. అట్టివాడు యోగసిద్ధికి (బ్రహ్మ తత్త్వానుభవమునకు) సంసిద్ధుడు అయినట్లే, ఇది ఒక మూలబంధ యోగము.

II. దేహములో సంచరించు ప్రాణ–అపానములను ఐక్యము చేయుటము, ప్రాణతత్త్వమును దేహమంతా సమస్థితిగా అవధరించి ఉండటము....ఇది కూడా **'మూలబంధయోగము'** అనియే పిలువబడుచున్నది.

అట్టి యోగాభ్యాసికి మలమూత్రముల విసర్జనము స్వాంతనము పొందినవై, దేహము సుఖమయమై ఉండగలదు. అట్టి 'మూలబంధనయోగము' అభ్యసించు యోగికి **[మూలాధారములో చలనముగల అపానవాయువును వెనుకకు మరల్చి – ముక్కు నుండి లోకి ప్రవేశించుచున్న వాయువులతో (ప్రాణశక్తితో) ఏకము చేసి ధారణచేయు అభ్యాసము ఆశ్రయించువానికి]**....దేహము దృఢముగా ఉండగలదు. వార్ధక్యములో కూడా ఈ దేహము ఆయా క్రియ వ్యవహారములందు, ఆధ్యాత్మిక సాధనలయందు ఆరోగ్య పూర్వకముగా సులభ – సుఖప్రద ఉపకరణముగా ఉండగలదు. ఆ యోగి యువకునివలె ఉత్సాహసము, ధైర్యము, సాహసము, ఉత్తమ బుద్ధి కలిగి ఉండగలదు.

III. యోగసాధనములలో మరొక మూలబంధ సాధన

సుఖాశీనుడై 'కాలిమడమ'తో గుదస్థానమును (మూలాధార ఆకాశస్థానమును) నొక్కిపట్టిపీడించుచూ, అక్కడ స్వభావసిద్ధంగా వచ్చిచేరుచున్న **'అపానవాయువు'** యొక్క క్రిందవైపు ప్రసరణను నిరోధించి, అద్దానిని ఊర్ధ్వమునకు కదలించుచు, ప్రాణము (ముక్కు నుండి లోనికి ప్రయాణిస్తున్న వాయువు)తో పరస్పరము ఏకము చేసి ఒక్కచోటకి (కంఠము, హృదయము, ఉదరమునకు గాని) తెచ్చి ఉంచటము **'మూలబంధనము'**లోని క్రియావిభాగము.

ఉడ్డియాన బంధన యోగాభ్యాసము

మహాఖగ (హంస) రూపుడగు (సో-హం-సో ఉచ్ఛ్వాస - నిశ్వాస అనువర్తుడగు) ఈ జీవుడు...,

1) నాశికయొక్క మూలస్థానమునకు కొంచము క్రిందగా (అధోభాగ ఆకాశముగా) ఉండు ఆజ్ఞాచక్రస్థానమునకు చిత్త - ప్రాణములను చేర్చి, ఎడతెరిపిలేకుండా (రోజంతా మెళుకువ ఉన్నంతవరకు) నిలిపి ఉంచు యోగాభ్యాసము - ఉడ్డియాన బంధము అంటారు.

2) అట్లాగే....నాభికి పైభాగముగా, పొట్ట (ఉదరము)నకు ఎడమవైపుగా (పశ్చిమంగా) ఉన్న ఆకాశ ప్రదేశమునందు బుద్ధిని ఏకాగ్రం చేసి, అక్కడి ఆకాశస్థానమును బుద్ధికి అనుభూతపరచి రోజూ కొంతసేపు ఉంచటము కూడా **ఉడ్డియానబంధయోగాభ్యాసమే.** ఇట్టి ఉడ్డియాన యోగాభ్యాసము - 'మృత్యువు' అనే ఏనుగుకు సింహస్వప్నము వంటిది.

జాలంధర బంధము

బుద్ధిని ప్రాణ - అపాన సంయోగ స్థానము నందు నిలుపుచుండగా...ఒకానొక ప్రశాంతత శిరస్సునందు రూపుదిద్దుకుంటూ ఉంటుంది. అప్పుడు శిరస్సుయొక్క ఊర్ధ్వస్థాన ఆకాశంలో ఒకానొక చల్లటి రసజలము జనిస్తుంది. దీనినే యోగవాఙ్మయంలో 'ఆకాశగంగ' అని అంటారు. శిరస్సులో జనించిన అట్టి ఆకాశగంగను (శిరస్సుపై అనుభవమైన చల్లటి జలతత్త్వమును) క్రిందుగా తెచ్చి కంఠ ప్రదేశములో నిలిపి ఉంచటమును **'జాలంధరయోగము'** అని పిలుస్తున్నారు.

శిరో ఉపరిభాగమునుండి కంఠ ప్రదేశము వరకు ఈ జలంధరబంధ యోగము ఒకానొక మాధుర్యమును నింపి ఉంచుచుండగా ఆ యోగి అనిర్వచనీయమగు ప్రశాంతతను ఆస్వాదించుచున్నాడు. ఈ జాలంధరయోగము అభ్యసించు యోగిపట్ల సర్వదుఃఖములు ఆదుర్దాలు స్వయముగా శమిస్తున్నాయి. అప్పుడు ఆతని అమృత భావన చెదరదు. మనస్సు ఈదృశ్యమునందు చిక్కుకోదు. **అగ్నియందు పీయూషము (అమృతబిందువు) పడదు**. అనగా, అమృతభావన సర్వకాల సర్వ అవస్థలయందు కొనసాగుచూనే ఉండగలదు. ప్రాణవాయు సంచలనము స్వాధీనమై స్థిరత్వము పొందగలదు.

ఖేచరీముద్ర : కపాలకుహరే జిహ్వా ప్రవిష్టా విపరీతగా భ్రువోః అంతర్గతా దృష్టిః ముద్రాభవతి ఖేచరీ!

ఖేచరీ మద్రను అభ్యసించు యోగులు **రెండు విశేషములైన** ప్రక్రియలు నిర్వర్తించువారై ఉంటున్నారు.

(1) నాలుకను కొంచము కొంచముగా **పైవైపుగా మడచటము**. ఆ విధంగా మడచి నెమ్మదిగా నాలుక చివరతోను కొండనాలుక అగ్రభాగమును [కపాలకుహరమునకు (శిరస్సు భాగమగు పుర్రెయొక్క బ్రహ్మరంధ్రమునకు) సూటిగా గల పై దడవలోని కొండనాలుక చివరిస్థానమును] నాలుకాగ్రభాగముతో, స్పృశించు యోగము. దీనిని **'లంబికాయోగము'** అని కూడా అంటారు. ఇది గురుముఖతః సూచనలు పొంది అభ్యసించాలి.

(2) అదే సమయంలో → దృష్టిని విషయములన్నింటినుండీ వెనుకకు మరల్చి భ్రూమధ్య (రెండు కనుబొమ్మల మధ్యగా కొంచెము క్రిందగా గల ఆకాశము)లో ప్రవేశింపజేసి, అక్కడ నిశ్చలముగా ఉంచటము.

ఈ రెండూ కలసి 'ఖేచరీముద్ర' అగుచున్నది.

భ్రూమధ్యగల ఆకాశములో - **గురురూపముగాని, శివలింగముగాని, ఇష్టమైన తీర్థస్థలంలోగల ఇష్టదేవతా రూపమును** గాని భావించి, మననము ద్వారా అనుభూతపరచుకొంటూ దృష్టిని ఇంద్రియ విషయ, ప్రాపంచకసందర్భ సంఘటనలవైపు పరుగులు తీయకుండా నయంగా (softly and positively) నియమించటము.

పై ఉభయము నిర్వర్తిస్తూ ఉండటమే ఖేచరీ ముద్ర.

ఇట్టి **'ఖేచరీ ముద్ర'** అభ్యసిస్తూ ఉండగా, అట్టి యోగి మరణదశను పొందడు. అనగా అట్టి వాని బుద్ధి, **అవగాహనలకు** → మరణము **"ఒక వస్త్రమును వదలి మరొక వస్త్రము ధరించునంతటి స్వల్ప విషయము"**గా అగుచున్నది. అట్టివాడు నిద్ర - ఆకలి - దప్పికలను జయించి, వాటిని తన స్వాధీనమునందు కలిగినవాడగుచున్నాడు. అంతేకాదు. (మహా భారతంలో విరాట్‌పర్వ ఉత్తరగోగ్రహణం సంఘటనలో భీష్ములవారు అర్జునుడు ప్రయోగించిన సంమోహనాస్త్రమునకు నిద్రావశుడు అవని విధంగా) - **ఖేచరీ ముద్రను అభ్యసించుయోగి పరవశ - భయ - ఉద్వేగసంబంధితమైన 'మూర్ఛదశ'కు గురి కాడు.** ఖేచరీ ముద్రను ఎరిగిన, అభ్యసించుచున్న యోగి రోగబాధలచే పీడించబడని వాడై, శారీరక బాధలకు 'సాక్షి'గా ఉండగల సామర్థ్యము కలిగి ఉండగలడు. కర్మలు - కర్మ

ఫలములు ఆతనిని బంధించజాలవు. వాటికి అతీతమగు స్థానమును చేరిన బుద్ధిని ఆతడు పొందుచున్నాడు. అంతేకాదు. ఖేచరీ ముద్రాభ్యాసి.....

- కాలము కల్పించు **మార్పు – చేర్పులకు అతీతత్వము** వహించగలిగినవాడై ఉంటాడు. చిరునవ్వు చెదరనివాడై ఉండగలడు.
- నాలుక చివరకు కపాల రంధ్రమును తాకిస్తూ చిత్తమును భ్రూమధ్యమున నిలుపుటలో ప్రావీణ్యత పొందిన యోగి యొక్క చిత్తము దృశ్యమును జయించి **చిదాకాశములో ఆనందముగా విహరిస్తూ** ఉండగలదు.
- **ఆగామి – సంచిత – ప్రారబ్ధములు** ఆతనిని **నిబద్ధించలేవు. అవన్నీ ఆ యోగికి అసంబంధించినవి అవుతాయి.**
- ఖేచరీ ముద్ర వహించిన వానికి ఆకాశంలో సంచరించు సిద్ధులు కూడా నమస్కరిస్తూ, సగౌరవంగా చూచువారై ఉంటారు. ఆతడు **సిద్ధనమస్కృతుడై** ఉంటాడు.
- [ఖేచరీ ముద్రచే సిద్ధించు లంబయోగమును **'సిద్ధ యోగముద్ర'** అని కూడా పిలుస్తున్నారు]. ఖేచరీ ముద్రచే ప్రాప్తించే లంబికా ఊర్ధ్వయోగస్థితిచే – శుక్లముపై ఆధిపత్యము కలుగుచున్నది. అనగా కామినీ ఆలింగన సంబంధమైన బిందు పతనమును జయించినవాడై ఉంటాడు. [స్వస్థానము నుండి దృశ్య విషయములోకి చ్యుతుడు కాకుండానే సర్వము నిర్వర్తిస్తూ ఉండగలడు]. **యోగములో సిద్ధించే బిందుస్థానము నుండి ఏ మాత్రము పతితుడు కాడు.**
- **'బిందు పతనమును'**ను శాసించగల అట్టి ఖేచరీముద్రా స్థిత – లంబికా యోగి సిద్ధునికి అకాల మృత్యుభయము ఉండదు. దేహమంతా చిత్–చైతన్య బిందుస్థితమై ఉంటున్న అట్టివానికి ఇక మృత్యు భయమేముంటుంది? **యావత్ బిందుః స్థితో దేహే, తావత్ మృత్యు భయం కుతః?** మార్పు చేర్పులకు సంబంధించిన మృత్యుభయము ఉండదు.
- ఈ ఖేచరీ ముద్ర (లేక) యోనిముద్రా సిద్ధుడగు లంబికాయోగి బిందు స్థానమునుండి (బిందు ఏకాగ్రతనుండి) కించిత్ చ్యుతి పొందినప్పటికీ, తిరిగి బ్రహ్మ – తేజస్సును సమాకర్షించి యోని మండలములో **అచ్యుతుడై** ఉండగలడు.
- రేతస్సు స్ఖలించినప్పటికీ, తేజస్సును ఆకర్షించి తనయందు పదిలము చేసుకొని ఉండగలడు.
- యోని యందు స్రవించు రజోబిందు తేజస్సును సమాకర్షించి లంబిక (కొండనాలుక) యందు ఆ తేజస్సును పదిపలచుచున్నప్పుడు ఆ యోగి **'లంబికాయోగ సంపన్నుడు'** అగుచున్నాడు.

(హఠయోగ దీపిక అను యోగ శాస్త్ర పాఠక పుస్తకము నందు – స్ఖలన తేజస్సును కపాల కుహరమునకు జేర్చుట – అను యోగ విధి – 'వజ్రోళి ముద్ర' అను పేరుతో వర్ణించబడుచున్నది)

బిందుయోగము

ఈ జీవజాల సృష్టి అంతా బిందుయోగము చేతనే సిద్ధిస్తోంది. అట్టి ప్రకృతిలో ప్రవర్తమానమై ఉంటున్న బిందువు రెండురీతులైనవి.

(1) పాండర బిందువు → శుక్ల రూపము. పురుష సంబంధమైనది. రంగు – తెలుపు శివస్వరూపము **(పురుషుడు)**

(2) లోహిత బిందువు → శోణితము. స్త్రీ సంబంధమైనది. రంగు – రక్తవర్ణము – పగడపు రంగు. **(ప్రకృతి)**

రజోబిందురూపము : స్త్రీ యోని స్థానమున ఉండునది. శిశ్న స్థానములో చోటుచేసుకొనె శుక్ల బిందువుకు యోని స్థానమునందుగల శోణిత బిందువుకు ఐక్యతచే సృష్టి (దేహములు) ఏర్పడుచున్నాయి.

(ఇది జీవ–బ్రహ్మైక్య సంబంధమైనదని గ్రహించబడు గాక!)

ఈ జీవునిలో జీవబ్రహ్మైక్యయోగరూపమగు శుక్ల – శోణిత బిందుయోగము సుదుర్లభమైన విశేషము.

అది పురుష (Doer)– ప్రకృతుల (Doings) సమ్మేళనము. **'అ'**కారముతో **'ఉమ'**కార ఐక్యరూపమగు 'ఓం'.

బిందువు – శివుడు	రజము – శక్తి	'అ' = శివుడు / పురుషుడు
బిందువు – చంద్రుడు	రజము – సూర్యుడు	'ఉమ' = శివా / స్వభావము / భావన / ఊహ

ఈ ఉభయముల ఐత్యతయే బిందుయోగము.

యోగాభ్యాసముచే ప్రకృతి – పురుషుల (రజ – శుక్లముల) సమాగమము ఏర్పడుచున్నది. అట్టి సమాగమముచే యోగికి **'పరతత్వము'** సిద్ధిస్తోంది. శ్రేష్ఠమగు విశ్వరూప దివ్య శరీరము ఈ జీవునిపట్ల రూపము దిద్దుకొంటోంది. **అది అభౌతికమైన ఆత్మానంద – నిర్మిత మహత్ దేహము.**

దివ్యత్వము : రవి చంద్రుల (శోణిత – శుక్లముల); ప్రకృతి – పురుషుల; దృశ్య – ద్రష్టల)....ఏకత్వముచే అట్టి యోగ సాధకునికి **'దివ్యశరీరము'** లభిస్తోంది. అది **దేహ – దృశ్యములకు సాక్షీ శరీరము.** ఎవ్వరైతే....ఈ శరీరములో

– శుక్లము చంద్రతత్త్వ సంయుక్తమని, తేజస్సు సూర్య సమన్వితమని గమనించువారై.....

– ఆ రెండిటియొక్క సమరస విశేషత్వము (ద్రష్ట – దృశ్యముల ఏకత్వము)

తెలుసుకొనుచున్నారో **అట్టి యోగులే 'యోగము'ను ఎరిగిన యోగవేత్తలు.**

శుక్ల శోణితముల స-రసత్వము (మహాముద్ర)! : యోగాభ్యాసముచే చంద్ర – సూర్యులలో (దృశ్య – ద్రష్టలలో, ప్రకృతి – పురుషులలో) భేదదృష్టి సంబంధమైన దోషజాలమంతా శోధించబడగా....చంద్రసూర్యుల **రసాంశములు పవిత్రమై, ఏకత్వము** పొందుచున్నాయి. అట్టి ఏకత్వము **'మహాముద్ర'** అని పిలువబడుచున్నది.

- చంద్ర – సూర్యుల; ప్రకృతి – పురుషుల
- జీవాత్మ – పరమాత్మల; ద్రష్ట – దృశ్యముల;
- –త్వమ్ – తత్‌ల; జగత్ – జీవుల; త్వమ్ – అహమ్‌ల సమరసభావనా, **సమరస అనుభవయోగసిద్ధియే మహాముద్ర.**

మహాముద్రా యోగాభ్యాసవిధానము

> **వక్షోన్యస్త హనుః నిపీడ్య, సుషిరం యోనేశ్చ వామంఘ్రిణా,**
> **హస్తాభ్యాం అనుధారయన్ ప్రవితతం పాదం తథా దక్షిణమ్....,**
> **ఆపూర్య శ్వసనేన కుక్షియుగళం బధ్వా, శనైః రేచయేత్।**
> **ఏషా పాతక నాశనీ నను "మహాముద్రా" నృణాంప్రోచ్యతే॥**

(1) మొట్టమొదట సుఖ– ఆశీనుడై, (2) గడ్డముయొక్క చివరి భాగమును (చుబుకమును) వక్షస్థలము (గుండెకు) తాకించుచూ, (3) యోనియొక్క (మలవిసర్జనా దేహ విభాగము యొక్క) సుషిరమును (బెజ్జమును) ఎడమపాదముచేత బిగియించి కుడిపాదమును రెండు చేతులతో పట్టుకొని, (4) వాయువును పూరక కుంభక ప్రాణాయామముల ద్వారా కుక్షిలో (పొట్టలో) నింపి (5) నెమ్మదిగా రేచక ప్రాణాయామ ప్రక్రియ ద్వారా గాలిని బయటకు వదలుచూ....నిర్వర్తించు విధానము (యోగశాస్త్రముచే) **'మహాముద్ర'** అని నిర్వచించబడుచున్నది. అట్టి మహాముద్ర వలన యోగసాధకునిపట్ల సర్వ పాపదృష్టులు ప్రక్షాళనము అగుచున్నాయి. ఈ విధంగా,

శుక్లము	→	శోణితము,
ఆలోచన	→	ఆలోచించబడునది,
భావన	→	భావించబడునది,
అనుభూతి	→	అనుభూతమై పొందబడుచున్నది, →

మొదలైన విభజనలే ప్రతి జీవునిలోని పురుష–స్త్రీ రూపములగు శుక్ల శోణితములు. ఆ రెండిటియొక్క సమరసత్వధారణ – **మహాముద్ర.**

ద్వితీయ అధ్యాయము – కిం ఆత్మ? నిర్ణయ వ్యాఖ్యానము

హృదిస్థానే అష్టదళపద్మమ్ వర్తతే! భావనకు, ఆలోచనకు, అనుభూతికి జననస్థానమగు హృదయాకాశస్థానములో '8' దళములుగల పద్మము ప్రవర్తమానమైయున్నది. ఆ పద్మమునకు రేఖావలయముల రూపముగా '3' వలయములు. ఆ రేఖా వలయముల మధ్యగా జీవాత్మ → జ్యోతి స్వరూపుడై, అణుస్వరూపుడై, సర్వమును అభిమానించువాడై వెలయుచున్నాడు. వర్తించుచున్నాడు. ఆ జీవాత్మజ్యోతి – బిందు స్వరూపుడై సర్వ జగత్ అభిమానములకు కర్త, భోక్త కూడా. ఈ భౌతికంగా కనిపిస్తున్న జగత్ వ్యవహారమంతా కూడా ఆ జీవాత్మ జ్యోతి స్వరూపుని యందే భావనా స్వరూపంగా ప్రతిష్ఠితమై యున్నది. ఆ జీవాత్మ చిత్‌చైతన్య స్ఫురణ స్వరూపుడే।

సర్వమ్ జానాతి → ఇది నేను! ఇది నా అనుభవము. ఇవి నా స్థితి–గతులు – అను **సర్వము ఎరుగుచున్నట్టివాడు.**

సర్వమ్ కరోతి → ఇదంతా నేను చేయుచున్నట్టివాడను – అను **కర్తృత్వము కలవాడు.**

సర్వమ్ ఏతత్ చరితమ్ → సర్వము ఆ జీవునిచే చరించు స్థానముగా పొందబడుచున్నది. అట్టి ఈ జీవుడు ఇంకా కూడా..."నేను కర్తను! భోక్తను! సుఖిని! దుఃఖిని! గ్రుడ్డివాడను! గూనివాడను! చెవిటివాడను! మూగవాడను! ఇప్పుడు కృశించిపోయిన వాడను! ఒకప్పుడు బలముతో ఉండేవాడను! జనించువాడను! మరణించువాడను!"....ఇటువంటి అనేక **శారీరక లక్షణములన్నీ తన స్వస్వరూపముపై ఆపాదించుకొనుచూ, ఈ శరీరరూపము (అనేక ఆయా స్థితిగతులతో సహా) తానే అయినట్లు** భావించుచూ, వర్తించుచున్నాడు.

హృదయకమల అష్టదళములందు ఒక్కొక్కప్పుడు ఒక్కొక్క స్వభావము తానే అయినట్లు, తనయొక్క సమస్తము అయినట్లు సంకుచిత భావకుడై వర్తించుచున్నాడు.

హృదయ అంతర్గత - అష్ట దళ పద్మము

హృదయముపద్మములోని తూర్పుదళము ఈ జీవుడు విశ్రమిస్తున్నప్పుడు→	తెలుపు రంగు →	భక్తిమంతుడు, పరాప్రేమసమన్వితుడు, ధర్మనిరతి కలవాడు అగుచున్నాడు.
ఆగ్నేయ దళములో తిరుగుచున్నప్పుడు →	ఎరుపు వర్ణము →	నిద్ర, ఆలస్యములతో కూడినబుద్ధి కలవాడగుచున్నాడు.
దక్షిణ దళములో సంచరిస్తున్నప్పుడు →	కృష్ణ (నలుపు) రంగు →	ద్వేష - కోపములతో కూడిన మతి.
నైరృతి దళములో కునుకులు తీయునప్పుడు →	నీలవర్ణము →	పాపమతి, హింసామతి కలవాడై ఉంటున్నాడు.
పశ్చిమ దళములో విశ్రాంతి పొందుచున్నప్పుడు →	స్ఫటిక వర్ణము →	బాలుర స్వభావి. క్రీడావినోది.
వాయువ్య దళములో విశ్రమిస్తూ ఉంటే →	మాణిక్యవర్ణము →	అటు ఇటు తిరుగాడు స్వభావి. వైరాగ్యముగల బుద్ధి.
ఉత్తరదళములో నిదురిస్తున్నప్పుడు →	పీత (పసుపు) వర్ణము →	సుఖాభిలాషి, శృంగారమతి అగుచున్నాడు.
ఈశాన్య దళములో కునుకుచున్నప్పుడు →	వైఢూర్య వర్ణము →	దానము చేయువాడు, కృపకలిగియుండు బుద్ధి కలిగి ఉంటున్నాడు.
దళముల సంధి ప్రదేశములో సంచారము కలిగి ఉన్నపుడు →		వాత పిత్త- శ్లేష్మ మహావ్యాధి ప్రకోపములు పొందుచున్నాడు.
హృదయ పద్మముయొక్క మధ్యభాగములో తిష్ఠితుడై ఉన్నప్పుడు→		అన్నీ వివరంగా తెలుసుకొనుచూ, గానం చేస్తూ, పఠనము చేస్తూ సంతోషంగా ఉంటున్నాడు.

I జాగ్రత్ అవస్థ : జాగ్రత్‌లో ఇంద్రియములను ఉపయోగిస్తూ దృశ్య జగత్తును అనుభవముగా పొందుచున్నాడు.

నిద్రావస్థ : ఈ విధంగా హృదయపద్మ దళములలోను, దళముల చివర, మధ్య స్థానములోను తిరుగు ఈ జీవుడు జాగ్రత్‌లో సంచరిస్తూ కొంత సమయానికి నేత్రములో (కళ్లలో) 'శ్రమ' (Tiresomeness) పొందుచున్నాడు.

శ్రమ నిర్హరణార్థం ప్రథమ రేఖావలయం కృత్వా, మధ్యే నిమజ్జనం కురుతే! ఎప్పుడైతే ఈ జీవుడు కళ్లలో శ్రమపొందినవాడగుచున్నాడో, అప్పుడు ఆ శ్రమను తొలగించుకోవటానికై ప్రథమ వలయము నిర్మించుకొనుచున్నాడు.

బంధూక (మంకెన పూవు) వంటి హృదయములోని ఎర్రటి రంగుతో ప్రకాశించు ప్రథమ వలయమును... చుట్టుకొని ఆ ప్రథమ రేఖావలయంలో ప్రవేశించి, 'నిద్రాస్థితి' పొందుచున్నాడు. **నిద్రలో నిమజ్జనము పొందుచున్నాడు.**

II. స్వప్నావస్థ : అట్టి నిద్రా సమయంలో నిద్రావస్థకు మధ్యగా - **నిద్రావస్థా మధ్యే స్వప్నావస్థా భవతి! స్వప్నావస్థ పొందుచున్నాడు. స్వప్నావస్థా మధ్యే దృష్టం, శ్రుతమ్, అనుమానసంభవ, వార్తా ఇత్యాది కల్పనాం కరోతి!** నిద్రకు ఉపక్రమించిన తరువాత పొందిన స్వప్నావస్థ మధ్యలో ఇంతకుముందు చూడబడినవి, వినబడినవి, అనుమాన గ్రస్తమైనట్టివి...ఇటువంటి అనేక వ్యవహారములన్నీ స్వకీయ కల్పితముగా అనుభూతములగుచున్నాయి.

జాగ్రత్‌స్వప్నముల పరస్పర భ్రాంతి-కల్పనా మాత్ర అవగాహనము

ఇక్కడ ఒక చమత్కారము జరుగుతోంది

జాగ్రత్ దశలో	**స్వప్న దశలో**
జాగ్రత్ అంతా 'ఇది సత్యమే' - అనురూపంగా పొందబడి - అనుభవమగుచున్నది. అట్టి జాగ్రత్‌లో **"స్వప్నములో తారస బడిందంతా సత్యమే కాదు కదా!"**...అనే నిశ్చితాభిప్రాయము ప్రవర్తించుచున్నది. అనగా **"రాత్రి స్వప్నంలో చూచిన ప్రదేశములు, సంగతులు, సందర్భములు, వస్తుజాలములు మొ॥వి సత్యములు కావు. జాగ్రత్‌తో ఉన్నవే సత్యము'!** - అను రూపముగల అనుభూతము ఆశ్రయించబడుతోంది.	స్వప్నములోని విశేషాలు, సందర్భాలు, సంఘటనలు, వస్తువులు - అన్నీ కూడా స్వప్నము సమయంలో - **"ఇవన్నీ సత్యమే కదా!"** అని భావించబడి, అనుభవించ బడుచున్నాయి. అట్టి స్వప్నానుభవ సందర్భములో **"జాగ్రత్ సంబంధించిన విశేషములయినట్టి ప్రదేశములు, సంగతులు, సందర్భములు, వస్తుజాలములు - మొదలైనవన్నీ సత్యము కాదు. ఈ స్వప్నములోని శేషాలే సత్యము"** - అను అనుభూతము ఆశ్రయించబడుతోంది.

(1) జాగ్రత్ సమయంలో స్వప్నవిశేషాలు, పదార్థాలు మొ॥వి, (2) స్వప్న సమయంలో జాగ్రత్ విశేషాలు, పదార్థాలు మొ॥వి **పరసర్వము 'లేనివి – అసత్యము' అయినట్టుగా అనిపిస్తున్నాయి (లేక) భ్రమయేనను భావన ఏర్పడినదై ఉంటోంది.**

అట్లాగే ఒక ఉపాధికి అంతకు ముందటి **ఉపాధి** విశేషాలు, సంఘటనలు, సందర్భాలు, సంబంధాలు మొదలైనవన్నీ – **'లేనివి – అసత్యము'**.... అగుచున్నాయి. **అనగా,**

వర్తమాన ఉపాధి విశేషాలు, సంబంధములు, సంఘటనలు, ఇళ్లు – ఊళ్లు మొదలైన పదార్థ జాలమంతా కూడా, తదనంతర ఉపాధి సందర్భములో **'లేనివి – అసత్యము'** కాబోవుచున్నాయి.

వర్తమానములో ఉన్నట్లే అనిపిస్తూ, మరొక దశలో [స్వప్నదశలో (లేక) తదనంత ఉపాధి దశలో] లేనివి కాబట్టి, – **'అసత్తు'** అగుచూ వస్తున్నాయి. అయితే ఏం? వర్తమానంలో కలిగి ఉన్న సంగతులు, సంబంధములు, అనుబంధములు, బాంధవ్యములు, ప్రదేశములు, పదార్థములు – ఇవన్నీ కూడా **"నాకు ఉండియే ఉన్నాయి. బంధము అగుచున్నాయి"** అని మాత్రం అనిపిస్తూ వస్తోంది. అట్లా అనిపించుదానికంతటికీ ఈ జీవుడు బద్ధుడై ఉంటున్నాడు. **'నాకు బంధము ఉన్నది కదా!'** అను అభినివేశమును (లేక) వ్యసనమును వదలలేకపోవుచున్నాడు.

III. సుషుప్తి దశ : శ్రమ నిర్హరణార్థం ద్వితీయ రేఖావలయం కృత్వా, మధ్యే నిమజ్జనం కురుతే। ద్వితీయ రేఖా, ఇంద్రగోపవర్ణా, తదా 'సుషుప్త్యవస్థా' భవతి॥ స్వప్నదశలో కొంత సమయము గడిపిన ఈ జీవుడు, స్వప్నములో పాల్గొనుచు, స్వప్నములోని సంఘటనలను, సంబంధములను, పదార్థజాలమును పొందుచున్నాడు కదా. క్రమంగా, **'పొందటము'** అనే శ్రమచే అలసి సొలసి పోవుచున్నాడు. అప్పుడు ఆ శ్రమను తొలగించుకోవటానికి రెండవ రేఖావలయమును గీచుకొని, అందులో ప్రవేశించుచున్నాడు. ఆ రెండవ రేఖ – తదంతర్గతము – ఇంద్రగోప (మెరుగుల) పురుగువర్ణముగా (బూడిద వర్ణముతో) అనుభూతము అగుచున్నది. అట్టి రెండవ రేఖను చుట్టుకొని ఉండి, క్రమంగా ఆ రెండవరేఖా వలయంలో ప్రకాశించి **'విషయరహితత్వము'**ను ధరిస్తున్నాడు. అదియే **సుషుప్త్యవస్థ.** అట్టి సుషుప్తిలో **"భగవత్ సంబంధమైనబుద్ధి"**ని ఆశ్రయించినవాడై ఉంటున్నాడు.

- గాఢనిద్రలోని బుద్ధి **నిత్య బోధకమైనది.** ఎందుకంటే ఆ బుద్ధి – తిరిగి ఏ క్షణమైనా స్వప్నజాగ్రత్ వ్యవహారములను కల్పించుకొనగలిగినట్టిది. సామర్థ్యము – కలిగియే ఉన్నది కదా। అనగా బుద్ధి మెళుకువగాను, జాగ్రత్ – స్వప్నదశలు మౌనముగాను ఏర్పడిఉన్నాయి. +(అనగా, రహితము కాలేదు. సంస్కారములు, జ్ఞాపకములు అంతరంగా దాచబడినవై– ఉండియే ఉన్నాయి).
- సుషుప్తియందు మౌనస్వరూపుడు అగుచున్నాడు. విస్తరణ రాహిత్యమును ఆశ్రయించి ఉంటున్నాడు.

IV. తురీయము: జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తులకు ఆవల మరొక రూపమును ఈ జీవుడు కలిగియున్నాడు. **తృతీయ రేఖావలయం కృత్వా మధ్యే నిమజ్జనం కురుతే।** సుషుప్తికి ఆవల మరొక 3వ రేఖావలయమును కల్పించుకొని ఆ వలయములో ప్రవేశించి నిమజ్జనము పొందుచున్నాడు. తురీయుడు (4వ తురీయుడు–4వ దశ కలవాడు) అయి ఉంటున్నాడు. **పశ్చాత్ పరమేశ్వర స్వరూపేన ప్రాప్తిః భవతి.**

జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులకు **'ప్రవేశము – నిష్క్రమణ'** అను కల్పనలను తన విశేషణములుగా కలిగినట్టి ఈ **తృతీయ (చతురీయ) రేఖావలయము** పద్మరాగమణి రంగు కలిగినట్టిది. ఆ తురీయావస్థలో **మౌనస్వరూపుడై, జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులను** తనయొక్క **వ్యాఖ్యాన విశేషములుగా** కలిగి ఉంటున్నాడు. తురీయావస్థయందు కేవల పరమేశ్వర స్వరూపుడై **(సర్వమునకు పరమ్** ఆవల; **సర్వముగా విస్తరించి** ఉండుటచే 'ఈశ్వర స్వరూపుడు'గా) ప్రకాశమానుడగుచున్నాడు. **తురీయే కేవల పరమాత్మ సంబంధినీ భవతి!** పరమాత్మ తత్త్వ సంబంధితుడై ఉంటున్నాడు. అట్టి తురీయావస్థయందు నిత్యబోధ స్వరూపుడై ఉంటున్నాడు. **కేవల నిత్యబోధ 'స్వరూపా భవతి'.**

V. తురీయాతీతము : యోగాభ్యాసి ఈ విధంగా తన రేఖావలయ కల్పనలు, వలయ ప్రవేశ – నిష్క్రమణములను గ్రహించి, ఇక ఆపై తురీయాతీత స్థితియొక్క ప్రత్యక్షానుభవమునకు సంసిద్ధుడు అగుచున్నాడు. జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తులను, అందులో ప్రవేశిస్తూ – నిష్క్రమిస్తూ ఉన్న **"తురీయమును దాటివేయుయోగమునకు యోగాభ్యాసి"** అయి ఉంటున్నాడు. బుద్ధిని జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తి – తురీయములనుండి మరల్చి, వాటికి ఆవలగల నిత్య **స్వస్వరూపమగు, కేవలసాక్షి అగు ఆత్మయందు (బుద్ధిని) ప్రవేశింపజేయటమును 'ఆత్మ సంయమ యోగము'** అని పిలుస్తున్నారు.

ఏ విధంగా తురీయాతీతము సిద్ధించగలదు?

తదా శనైః ఉపరమేత్, బుద్ధ్యా ధృతి గృహీతయా, ఆత్మసంస్థం మనః కృత్వా, న కించిదపి చింతయేత్! ఈ యోగాభ్యాసి నెమ్మది నెమ్మదిగా 'నిర్మలము – సునిశితము – ఉత్సాహ సాహస సమన్వితము – స్వీయానంద పరబ్రహ్మోత్సాహము' .....అగు బుద్ధిని పెంపొందించుకొని మనస్సును **తురీయస్థితికి కూడా సాక్షి అయి ఉన్న ఆత్మయందు ప్రతిక్షేపించాలి.** సర్వమును స్వస్వరూపమగు కేవలాత్మకు అభిన్నముగా దర్శించు బుద్ధి స్థానమునకు మననరూపమగు మనస్సు ను చేర్చాలి. ఇక క్రమంగా సర్వ అన్యచింతనలను విడచివేసి, దాటివేసి **'ఇదంతా మమాత్మయే! మమాత్మా సర్వభూతాత్మా!'** ....అను ఏకైక లక్ష్యమును, అనుభూతిని, భావనను ధారణచేయాలి.

సర్వము సర్వదా బ్రహ్మమే! అహమ్ బ్రహ్మాస్మి। త్వమ్‌బ్రహ్మాసి। జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తి – తురీయమ్ బ్రహ్మాభిన్నం!....నేను బ్రహ్మమును! బ్రహ్మమునే! నాకు అన్యముగా జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తి – తురీయములుగాని, వాటియందలి అంతర్గత విశేషాలుగాని లేవు!' అను సర్వాతీత – కేవలస్థితిని అనుక్షణికంగా అవధరించటము క్రమంగా సిద్ధించగలదు.

ఎంతకాలము ఆవిధమైన తురీయాతీత – కేవల ఆత్మా అభిన్నస్థితి ధారణ చేస్తూ ఉండాలి? *తురీయాతీతత్వమును సిద్ధించుకొన్న సిద్ధ పురుషుని అనుభూతి, అనుభవము ఏ విధంగా ఉంటుంది?***.....ఈ ప్రశ్నలకు మనము ఇప్పుడు సమాధానము చెప్పుకొనుచున్నాము.

తురీయాతీత సిద్ధపురుషానుభవము (లేక) కేవల ఆత్మానుభవి యొక్క స్థితి

ప్రాణ – అపానయో ఐక్యం కృత్వా : ఆతని పట్ల ప్రాణ – అపానములు ఐక్యత పొందినవై, ఆ రెండిటి మధ్య ఏర్పడినదైయున్న నిశ్చలప్రాణస్వరూపుడుగా ఆతడు ప్రకాశించుచున్నాడు.

సర్వమ్ విశ్వమ్ ఆత్మస్వరూపేణ లక్ష్యం ధారయతి : ఇక ఆతడు ఒక దేహమునకు ఆత్మగా మాత్రమే ఉండడు. మరి? **'ఈ విశ్వమంతా మమాత్మ స్వరూపమే'** అను లక్ష్యమును, అనుభూతిని ధారణ చేయుచున్నవాడై ఉంటాడు. ఈ సమస్త విశ్వమునకు తానే ఆత్మ అయి ప్రకాశించుచున్నాడు.

తదా తురీయాతీతావస్థా : శాస్త్రములచే అది **'తురీయాతీతావస్థ'** – అని గానము చేయబడుచున్నది.

ఆనన్ద స్వరూపో భావతి : 'ఆనందము పొందటము' అనే స్థితిని దాటిపోయి **'అసంకల్పిత – సర్వసందర్భాతీత – స్వభావాతీత – అవ్యాజ – నిర్హేతుక ఆనందము' ...ఆతని స్వభావము – స్వరూపము** అగుచున్నది.

ద్వంద్వాతీతో భవతి: 'నాకు ద్వితీయమనునది ఎప్పుడూ లేదు. ఎక్కడా లేదు!'....అను **స్వానుభూతిసిద్ధమగు ద్వంద్వాతీతుడుగా** అగుచున్నాడు.

యావత్ దేహధారణా వర్తతే, తావత్ తిష్ఠతి। పశ్చాత్ పరమాత్మ స్వరూపేణ ప్రాప్తిః భవతి! 'నాకు ఒకానొక భౌతిక దేహము ఉన్నది'....అని అనిపించుచున్న పర్యంతమూ ఆతడు తుర్యాతీత భావనను ధారణగా కలిగి ఉంటాడు. అద్దానిని కూడా దాటివేసినప్పుడు, ఇక ఆపై అనేక ప్రకారములుగా పరాకాష్ఠగా చెప్పబడుచున్న **విదేహముక్తి; మోక్షము ; జీవబ్రహ్మైక్యము; సోఽహమ్‌తత్త్వము; తురీయాతీత కేవల స్వరూపము. అఖండ పరమానందస్థితి**....మొదలైన పేర్లతో చెప్పబడే అనునిత్య – కార్యకారణాతీత స్థానము ప్రాప్తించుకొనుచున్నాడు. ***ఇదియే ఆత్మ దర్శనోపాయము, ఆత్మ దర్శన మార్గము, ఆత్మ సాక్షాత్కారము కూడా!***

చతుష్పథ సమాయుక్త : జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్త – తురీయములనబడే చతుష్పధములతో కూడి, ఆవల సంస్థితుడై ఉంటున్నాడు. ఈ నాలుగు ఆతనికి నాలుగు కాళ్ళవంటివి అగుచున్నాయి.

ఇడ–పింగళ–సుషుమ్న–పురీత' అనబడే 4 నాడీ మార్గములలో ఆతడు బ్రహ్మ రంధ్రమును స్పృశించి, దాటిపోయి... సహస్రారుడగు చున్నాడు. విశ్వాకారుడగుచున్నాడు. ఆతడు చక్రములను దాటి సమవత్‌స్థితమగు **బ్రహ్మరంధ్రమహాద్వారములో** ప్రవేశము పొంది సర్వాంతర్యామిత్వము సంతరించుకొనుచున్నాడు. **ఇదంతా నాయందే! నేనే ఈ సర్వమునందు**...అను కైవల్య స్వభావమును సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.

సమాధి నిష్ఠకాలములో సభలో ఆసీనుడైయున్న చక్రవర్తిని మంత్రులు సమీంచునట్లుగా పంచ ప్రాణములు ఆతని 'సమక్షము'ను పొంది ఏకరూపము సంతరించుకొనుచున్నాయి. ఆతడు శిరస్సునకు ఉపరిభాగము బ్రహ్మరంధ్రము ద్వారా సహస్రార చక్రములో ప్రవేశించి అచ్యుతుడై పరమాత్మతో మమేకమగుచున్నాడు. ఆతని యోగమార్గ ప్రయాణపు బాట అగు సుషుమ్న **'మహాద్వారము'** అను పేరు పొందినదై ఉంటోంది.

ఇతః పూర్వం చెప్పబడిన ద్రష్ట - దర్శన - దృశ్య త్రికోణ స్థానమునకు ఆవల పృధివి మొదలైన పంచభూతములు - వాటివాటి వర్ణముల (colours) పూర్వకంగా ఆతనికి ధ్యేయవస్తువు అగుచున్నది. అనగా, ఈ విశ్వమంతా ఆతనికి విశ్వేశ్వరరూపమే అయి ఆతనికి స్వస్వరూప ధ్యానమునకు ధ్యేయమే అగుచున్నది. 'త్వమ్'గాను, 'ఇదమ్'గాను కనిపించేదంతా ఆతనికి భగవత్‌స్వరూపమే! స్వస్వరూప - ఆనంద - సంప్రదర్శనమే।

జనన స్థానముల బీజోపాసన

అట్టి తురీయాతీత యోగసిద్ధికి ధ్యానమార్గము ఈ విధంగా సూచించ బడుచున్నది.

య-ప్రాణబీజధ్యానం : ప్రాణ - అపాన - వ్యాన - ఉదాన - సమాన పంచవాయువులను (ఇతః పూర్వం చెప్పుకున్న) ఆయా వర్ణముల భావనతో ధ్యానం చేయునుగాక!

'య' కారము ప్రాణ బీజంగా నీలమేఘ వర్ణంగా ప్రాణశక్తిని ధ్యానం చేయాలి.

ర-అపానవాయు - అగ్ని బీజ ధ్యానం : 'ర'కార అక్షరంతో, అపానవాయువును **ఆదిత్య (సూర్య)** రూపంగా ధ్యానం చేయాలి.

ల-వ్యానవాయు - పృథివీ బీజధ్యానం : 'ల' అక్షరంతో పృథివీరూపమును, వ్యానవాయువును బంధూక (మంకెన) పూరంగు (ఎరుపురంగు) గా ధ్యానించాలి.

వ-ఉదానవాయు జీవబీజ ధ్యానం : జీవ బీజమును 'వ' అక్షరముతో ఉదానప్రాణరూపంగా శంఖవర్ణమును (శంఖపు వర్ణమును) భావించి ధ్యానించాలి.

హ-సమానప్రాణ విశ్వరూపధ్యానం : ఈ విశ్వ స్వరూపమును 'హ' అను అక్షరంతో స్ఫటిక ప్రభగా ధ్యానము చేయాలి.

ఈ విధంగా పంచప్రాణములను **'వాటియొక్క బీజస్థానము ఆత్మయే'** అను అవగాహనతో బీజస్థానమును ఉపాసించెదరుగాక!

అంగాంగ ఆత్మధ్యానము : హృదయములోను, నాభిస్థానములోను, ముక్కుయందు, చెవులయందు, పాదములయందు, కాలివ్రేళ్లయందు, చేతివ్రేళ్లయందు 'పరమాత్మ' యొక్క ఉనికిని బుద్ధితో గమనిస్తూ ఆత్మానుభూతిగా మరల్చుచుచూ కొంతసేపు ఏకాగ్రముగా (with concentration) ధారణ చేస్తూ ఉండటము.

జీవుని ఉనికితత్త్వం - జీవతత్త్వం

ఈ దేహములో 72000 నాడీ మార్గములు ఏర్పడినవై ఉన్నాయి. జీవుడు తనయొక్క జీవచైతన్య స్ఫూర్తి స్వరూపముతో ఈ 72000 నాడీ మార్గములలో సంచారములు కలిగి ఉంటున్నాడు. అట్టి నాడీమార్గములన్నిటిలో ఆత్మచైతన్యమే ప్రదర్శితమై ఉన్నట్లు ఉపాసించెదరుగాక!

అట్లాగే దేహములో ఉనికి కలిగియున్న 28 కోట్ల రోమకూపములలో కూడా జీవచైతన్యరూపుడై **ఆత్మభగవానుడే** ప్రత్యక్షమై ఉన్నట్లు కూడా **ఆత్మతత్త్వోపాసన** నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి.

ఆత్మానంద తేజస్సే - ఏకస్తమై, - సమానప్రాణరూపముగా దేహమంతా అణువణువు నిండి ఉన్నట్లు **సమాహితమగు దృఢచిత్తముతో** (ఆప్యాయతతో) గమనిస్తూ **పరబ్రహ్మతత్త్వమును** ఉపాసించాలి.

ఈ దేహములో దృఢ చిత్తస్వరూపుడై రేచకము - కుంభకము - పూరకములను స్వభావసిద్ధంగా నిర్వర్తిస్తున్నది సర్వాంతర్యామి - సర్వసాక్షియగు - ఆత్మదేవాది దేవుడే'! అను దృఢసంకల్పముతో గమనిస్తూ ప్రేమాస్పదంగా భక్తి - ప్రపత్తులు సమర్పిస్తూ ఉండాలి.

స్వ-హృదయపద్మము యొక్క 'కోటరము'లో తేజోరూపుడై ప్రత్యక్షమగుచున్నట్లు భావించాలి. ఒకవైపు **సమస్తమును 'ఎరుక' రూపములో సమాకర్షిస్తూ, మరొకవైపు ప్రాణ - అపానములను ఒకదానితో మరొకటిని బంధిస్తూ మధ్యగా ఉన్న ఆత్మను దర్శిస్తూ ఉండాలి.** 'ఓం' అను ప్రణవమును, సముచ్చరించుచూ ఆత్మదేవునికి నివేదనలు సమర్పించాలి. 'కంఠసంకోచమును లింగ సంకోచము చేస్తూ యోగోపాసనచే ఆత్మను ఆరాధించాలి. సమస్తమునకు, సమస్త సహజీవులకు బాహ్య - అభ్యంతర స్వరూపుడుగా ఉపాసించాలి.

మూలాధారము మొదలుగాగల ప్రణవరూప మహానాదోపాసన

ఆత్మ మహాదేవియే దేహములో ప్రణవనాద స్వరూపిణియై విరాజిల్లుచున్నది.

సుషుమ్నానాడి : మూలాధారము నుండి బయల్వెడలుచున్నదై యున్నది,

- పద్మముయొక్క కాడలోని తంతువువలె సూక్ష్మమైనది,
- శక్తి స్వరూపమగుటచే అమూర్తమైనట్టిది,
- శరీరమంతటికీ (మరియు) మనో బుద్ధులకు కూడా శుభప్రదాత అయినట్టిది,
- వీణాదండమువలె ఉన్నట్టిది....,

అగు 'సుషుమ్న' నాడినుండి 'ప్రణవరూపము' అయినట్టి ఓమ్మ్...ప్రణవమహత్ నాదము ధ్వనించుచున్నది. దానినుండి ఏకాగ్రతచే యోగికి 'అంతర్నాదము' వినబడుచూ ఉంటోంది. యోగ ఏకాగ్రతచే అట్టినాదము – అంతర్నాదముగాను, శంఖనాదమువలెను, మద్దెలనాదమువలెను, గజ్జలనాదము వలెను, గంటానాదమువలెను వినబడుచున్నది. అట్టి ప్రణవనాదము 'మూలాధారము నుండి బయల్వెడలి క్రమక్రమంగా బ్రహ్మరంధ్రమును జేరుచున్నప్పుడు – షడ్జమ స్వరము – అయినట్టి హంస (మయూరము) యొక్క 'కూ'జితమువలె వినబడుచున్నది.

కపాల కుహరే మధ్యే – చతుర్ద్వారస్య మధ్యమే–తత్ ఆత్మా రాజతే, తత్ర యథా వ్యోమ్ని దివాకరః! యోగి బ్రహ్మరంధ్రమునుండి సడ్జమ స్వరమును వినటమును అభ్యసిస్తూ...కపాలకుహర ఆకాశములో ప్రవేశిస్తున్నాడు. కపాలకుహరము యొక్క 4వ ద్వారము (తురీయము)లో ప్రవేశించి అక్కడ ఆత్మానందమునుందు నిమగ్నమగుచున్నాడు.

'సహస్రారము' అనబడే అత్యుత్తమ యోగస్థానమును చేరి సమాధి యోగమున ప్రవేశించి జగత్తులను స్వస్వరూపాత్మ స్వరూపముగా దర్శించుచూ ఆత్మానందము పొందుచున్నాడు. **'సర్వలోకములు మమాత్మ ప్రకాశమే కదా!'**....అనబడు సర్వలోక సంప్రకాశమానుడై ఉంటున్నాడు.

అంతరిక్షములో సూర్యుడు ఏ ఆధారము లేకుండా సంచరించువిధంగా, **'కోదండ ద్వయమధ్యము'.... అనే భ్రూమధ్యస్థానమునందు నిలచి, బ్రహ్మరంధ్రమును స్వశక్తితో ఆక్రమించి, అధిగమించి స్వస్వరూపమును ఎరిగి నిరాలంబుడై స్వయం ప్రకాశమానుడగుచున్నాడు.**

స్వస్వరూపమును సర్వజగత్ రూపముగా తెలుసుకొని....**'జీవాత్మగా కనిపిస్తున్న నేనే పరమాత్మను! పరమాత్మనగు నేనే జీవాత్మగా కూడా ఉండి ఉన్నాను'** అను రూపముగల **'జీవబ్రహ్మైక్యత్వము'** తో కూడిన బుద్ధితో **సర్వే సర్వత్రో వ్యాపించినవాడై ఉంటున్నాడు.**

అహమేవ బ్రహ్మమ్! అహమ్ బ్రహ్మోస్మి ! అహమ్ జీవ – బ్రహ్మైక్య ఏకరూపమస్మి! అను ఏకాగ్రతతో కూడిన చిదాకాశస్వస్వరూపమునందు మనస్సును, అద్దాని అనుభవములను లయము చేసివేయుచున్నాడు. **ఇహ–పరములను సంపూర్ణముగా ఆత్మానందమునందు అంతర్గతము చేసివేయుచున్నాడు.**

ఒకచోట ఉంచబడిన అనేక రత్నముల కాంతియొక్క ఏకస్వరూపమువలె, పౌర్ణమినాటి అసంఖ్యాక అమృత కిరణములను అన్నివైపులా వెదజల్లు పూర్ణచంద్రుని వలె – **"బిందురూప అఖండ పదము"**ను చేరుచున్నాడు.

అట్టియోగి పునరావృత్తి రహితమగు కైవల్య పదమును అలంకరించి ఉంటున్నాడు.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత ధ్యానబిందూపనిషత్
ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

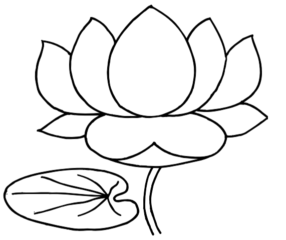
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

16 నారాయణోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ మాయా తత్కార్యమ్ అఖిలమ్
యత్ బోధాత్, యత్ అపహ్నవమ్
త్రిపాద్ నారాయణాఖ్యమ్
తత్ కలయే "స్వాత్మమాత్రతః॥



ఏ "నారాయణతత్త్వ విచారణ" చేయటంచేత (తత్ ఆఖ్యమ్) - ఈ కనబడేదంతా నారాయణ-త్రిపాదతత్త్వముగా తెలియగలదో, ఇదంతా ఆ నారాయణుని మాయావిలాసంగా **అనుభూతమవగలదో, "నారాయణుడు-అనగా స్వస్వరూపాత్మయే"**నని **అనుభవమౌతుందో, అట్టి శ్రీమన్నారాయణునికి నమస్కరిస్తున్నాము!**

ఓం
01. అథ పురుషో హవై
నారాయణో అకామయత,
'ప్రజాః సృజేయ!' ఇతి।

పరమపురుషుడగు శ్రీమన్నారాయణుడు - **'ఏకస్వరూపుడు, అనన్యుడు. "నేను అనేకమంది ప్రాణులను సృష్టించుకొనెదను గాక!'**...అనే ఇచ్ఛను పొందుచున్నారు. (ఒకడు కలలో అనేకమందిని కోరి కల్పించుకొని - ఆ స్వప్నమును ఆస్వాదిస్తున్న తీరుగా)।
(ఆ ఇచ్ఛయే-ఊహ, భావన, సంకల్పము, రుచి, లీల, క్రీడ, సరదా-అనికూడా అనవచ్చు)।

నారాయణాత్ ప్రాణో జాయతే,
మనః, సర్వేంద్రియాణి చ।
ఖం, వాయుః, జ్యోతిః, ఆపః,
పృథివీ విశ్వస్య ధారిణీ।

మొట్టమొదట ప్రాణతత్త్వమును, ప్రాణులను, దానినుండి మనస్సును, దాని నుండి పంచేంద్రియతత్త్వములను (శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస గ్రంథ "సూక్ష్మ" తత్త్వాలను), ఆ తత్త్వాలనుండి ఆకాశ - వాయు - జ్యోతి - జల - పృథివి (స్థూల) పంచభూతతత్త్వాలను, వాటితో ఈ విశ్వమును ధారణ చేస్తున్నారు. ఆయన కల్పనయే కాబట్టి **ఇవన్నీ ఆయనకు అభిన్నం. (కథలోని సంఘటనలు రచయితకు అభిన్నమైనట్లుగా).**

నారాయణాత్ బ్రహ్మా జాయతే।
నారాయణాత్ రుద్రో జాయతే।
నారాయణాత్ ఇంద్రో జాయతే।
నారాయణాత్ ప్రజాపతిః ప్రజాయతే।

నారాయణుని సంకల్పము నుండి..., మొట్టమొదట సృష్టికర్తయగు **బ్రహ్మదేవుడు,** సంహారకర్తయగు **రుద్రుడు,** ఇంద్రియతత్త్వరూపుడు, ఇంద్రియాభిమాని, త్రిలోకాధిపతి అగు **ఇంద్రుడు,** జీవుల రూపభావకుడగు **ప్రజాపతి-** బయల్వెడలుచున్నారు.

నారాయణాత్ ద్వాదశ ఆదిత్యా,
(ఏకాదశ) రుద్రా, (అష్ట) వసవః।
సర్వాణి ఛందాసి -
నారాయణాత్ ఏవ - సముత్పద్యంతే।
నారాయణాత్ ప్రవర్తంతే।
నారాయణే ప్రలీయంతే।
ఏతత్ ఋగ్వేద శిరో అధీతే।

ఇతి ఋగ్వేదాంతర్గత
ఉపనిషత్ (10) అధ్యయన ఫలమ్।

అట్లాగే, ఆయననుండి ద్వాదశ (12) ఆదిత్యులు, ఏకాదశ (11) రుద్రులు, అష్ట(8) వసువులు, సకల వేదములు ఆవిర్భవించుచున్నాయి. సృష్టిలోని చరాచరములన్నీ ఆ నారాయణునినుండే సముత్పన్నమౌతున్నాయి. నారాయణునియందే ప్రవర్తిస్తున్నాయి. తిరిగి నారాయణునియందే (కథ రచయితయందు కథాక్రమమువలె) విలీనమగుచున్నాయి-జల తరంగాలన్నీ జలంలోనే ఉత్పన్నమయి, జలంలోనే ఉండి, జలంలోనే లయమగుచున్నట్లుగా!
ఇట్టి నారాయణతత్త్వము ఋగ్వేద శిరస్సుచే (ఋగ్వేద-ఉపనిషత్తులచే) బోధింపబడుచున్నది.
ఇతి ఋగ్వేద శిరో - ఋగ్వేదాంతర్గత (10) ఉపనిషత్ అధ్యయన-అంతిమ ఫలము.

02. అథ నిత్యో నారాయణః।
బ్రహ్మా నారాయణః।
శివశ్చ నారాయణః।

అట్టి నారాయణుడు నిత్యుడు. ఎల్లప్పుడు ఉండి ఉండువాడు. ఆయన సంకల్పమే సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుడు. కనుక బ్రహ్మగా ఉన్నది నారాయణుడే! తన స్వరూపమే యగు సృష్టిలోని జీవులకు శుభము - ఆనందము-సుఖము ప్రసాదించు శివునిగా ఉన్నదీ నారాయణుడే!

శక్రశ్చ నారాయణః।
ద్యావా పృథివ్యౌ చ నారాయణః।
కాలశ్చ నారాయణః।
దిశశ్చ నారాయణః।
ఊర్ధ్వం చ నారాయణః।
అధశ్చ నారాయణః।

త్రిలోకాధిపతి-ఇంద్రియాధిపతియగు **ఇంద్రునిగా** ప్రదర్శనమగుచున్నదీ నారాయణుడే! ఆకాశము-భూమిలుగా కనబడుచున్నది కూడా నారాయణుడే!

నారాయణుడే **కాలస్వరూపుడు!** తూర్పు-పడమర-ఉత్తరము-దక్షిణ-ఈశాన్య-వాయువ్య-నైరుతి-ఆగ్నేయ-**అష్టదిక్కులుగా** ఉన్నది నారాయణుడే! పైన(ఊర్ధ్వము)గాను, క్రింద(అధోదిశగాను) ఉన్నదీ నారాయణుడే!

అంతర్బహిశ్చ నారాయణః।
నారాయణ ఏవ ఇదగ్ం సర్వమ్,
యత్ భూతమ్-
యచ్చ భవ్యమ్।।
నిష్కళంకో, నిరంజనో, నిర్వికల్పో,
నిరాఖ్యాతః, శుద్ధో,
దేవ ఏకో నారాయణః।
న ద్వితీయో అస్తి కశ్చిత్।
య ఏవమ్ వేద
స విష్ణురేవ భవతి।
ఏతత్ యజుర్వేద శిరో అధీతే।।

ఇతి యజుర్వేదాంతర్గత
ఉపనిషత్ (51)అధ్యయన ఫలమ్।

బాహ్య-అభ్యంతరాలలో సంస్థితుడై ఉన్నదీ నారాయణుడే! (నవలా రచయిత నవలంతా నిండి ఉన్న తీరుగా, కలకనేవాడే కలంతా నిండి ఉన్న విధంగా!)

ఇప్పుడు ఇక్కడున్నట్లు ఉన్నదంతా నారాయణుడే! ఇతః పూర్వము, ఇక ముందు కూడా "ఉన్నది" - అగుచున్నదంతా సర్వము నారాయణుడే! ఆయన తప్పించి ఎక్కడా ఏమీలేదు! ఏదీ లేదు!

అట్టి పరమాత్మయగు శ్రీమన్నారాయణుడు ఈ సర్వము అగుచూ కూడా,
సర్వదా ఏకము - అఖండము కూడా,
నిష్కళంకుడు। కళంక రహితుడు। దోషరహితుడు।
నిరంజనుడు। సర్వదా జ్ఞాన సహితుడు।
నిర్వికల్పుడు। కల్పన లేనివాడు।
నిరాఖ్యాతుడు । వర్ణింపనలవికానివాడు।
శుద్ధో = పరమనిర్మలుడు।
ఏకో = అనేకంగా కనిపిస్తూ కూడా ఏకమే అయి ఉన్నవాడు।

జగత్ కల్పనచే, అట్టి కల్పనకు కర్తయగు ఆత్మానారాయణునకు ఏలోటూ లేదు! ఆ నారాయణుని ఇచ్ఛా చైతన్యము నుండి ఈ సృష్టి, సృష్టికర్త, సృష్టిశక్తులు బయల్వెడలుచున్నప్పటికీ, **ఆయనకు వేరై ఎక్కడా ఏదీ ఏ కించిత్ కూడా లేనేలేదు.**

ఎవరు-ఈ కనబడే సర్వమును ఆత్మానారాయణునకు అభిన్నంగా ఎరుగుచున్నారో, సందర్శిస్తున్నారో-వారు విష్ణురూపులే అగుచున్నారు. **ఇదియే యజుర్వేద-ఉపనిషత్తులు ఎలుగెత్తి గానం చేస్తూ వినిపిస్తున్నాయి. బోధిస్తున్నాయి! యజుర్వేదాంతర్గత (51) ఉపనిషత్ అధ్యయన ప్రయోజనము.**

---

03. 'ఓం' ఇతి అగ్రే వ్యాహరేత్।
'నమ' ఇతి పశ్చాత్।
'నారాయణాయ' ఇతి ఉపరిష్టాత్।
'ఓం' ఇతి ఏకాక్షరమ్।
'నమ' ఇతి ద్వే అక్షరే।
'నారాయణాయ' ఇతి పంచాక్షరాణి।
ఏతత్ వై నారాయణస్య (ఓం నమో నారాయణాయ)

అట్టి "నారాయణ సోఽహమ్" కొరకై శ్రీ మన్నారాయణోపాసనమంత్రము మనకు ప్రసాదించబడుచున్నది.

ఓం: మొట్టమొదట "ఓమ్..మ్..." శబ్ద-నాదముల గానంగా ఉచ్ఛరించబడునుగాక!

నమో : తరువాత పర - ఇహ రూపములగు **పరమాత్మ - జీవాత్మల ఏకత్వ సూచకమగు నమో** - అని ఉచ్ఛరించాలి. (న=కేవలము, మ = సందర్భము)

నారాయణాయ : ఆ తరువాత నారాయణాయ అని పలకాలి! (ఒకే జలము అనేక తరంగములగు తీరుగా, ఒకేతత్త్వము అనేక జీవులుగా).

'ఓం' అనునది ఏకము - అక్షరము అగు పరబ్రహ్మ సూచకము.

అష్టాక్షరమ్ పదమ్। యో హ వై
నారాయణస్య అష్టాక్షరమ్
పదమధ్యేతి।
అనప బ్రువన్ సర్వమ్ ఆయురేతి।
విందతే ప్రాజాపత్యమ్।
రాయస్పోషమ్ గౌపత్యమ్।
తతో అమృతత్వమ్ అశ్నుతే।
తతో అమృతత్వమశ్నుత ఇతి।
ఏతత్ సామవేదశిరో అధీతే॥

ఇతి సామవేదాంతర్గత
(16) ఉపనిషత్ అధ్యయన ఫలమ్।

'నమ' చేత అఖండమగు పరబ్రహ్మము నుండి 'పరము - ఇహము' అనే రెండు చమత్కారములగు పరమాత్మ-జీవాత్మ కల్పనల ద్వే-'2' అక్షర తత్త్వము ఉపాసించబడుతోంది. (భావించువాడు-భావించబడువాడు)

'నారాయణాయ' - ఇతి పంచాక్షరి. పంచప్రాణములు. పంచభూతములు. పంచకర్మేంద్రియములు. పంచజ్ఞానేంద్రియములు. ఇదంతా ఉపాసనా నారాయణతత్త్వమగుచున్నాయి.

మొత్తముగా నారాయణతత్త్వమును ఉపాసించటమే - **"ఓం నమో నారాయణాయ"** అష్టాక్షరీ మహామంత్ర రూపము దాల్చుచున్నది.

ఈ అష్టాక్షరీ మహామంత్రమును ఎవరు అర్థ - పరమార్థ సహితంగా, శ్రద్ధాభక్తులతో, ప్రీతిగా జపిస్తారో, అట్టివారు పూర్ణాయుర్దాయుష్కులు (ఆయుర్దాయమును సద్వినియోగపరచుకొన్నవారు)-అగుచున్నారు. ప్రజాపత్య (ప్రజాపతి) స్థానమును పొంది ఆనందిస్తున్నారు. బ్రహ్మ అయి, **సృష్టి కల్పనా సామర్థ్య - ఆనందమును** పొందుచున్నారు.

ఇంద్ర పదవిని అధిష్టించి త్రిలోకాధిపత్యానందము పొందుచున్నారు. ధన - ధాన్య-పశు-ఇత్యాది సంపదలు స్వయముగా ఆతనిని ఆశ్రయిస్తున్నాయి. నారాయణ తత్త్వమును తెలుసుకొని మృత్యుశృంఖలములను తెగత్రెంచుకొని, **అమృతస్వరూపులగుచున్నారు. ఈ రీతిగా సామవేదము - సామ వేదోపనిషత్తులు పాడుతూ తెలియజేస్తున్నాయి. ఇది సామవేదాంతర్గత (16) ఉపనిషత్ అధ్యయన ప్రయోజనము.**

---

04. ప్రత్యక్ ఆనందమ్।
బ్రహ్మ పురుషమ్।
ప్రణవస్వరూపమ్।
'అ'కార 'ఉ'కార 'మ'కార ఇతి॥
తాని ఏకథా సమభవత్,
తత్ ఏతత్ 'ఓం' – ఇతి। –

→ ఓం 'అ'కార + 'ఉ'కార + 'మ'కారమ్ ఇతి - 'ప్రణవ' స్వరూపము.
→ సత్ + చిత్ + ఆనందమ్
→ పరమాత్మ + జీవాత్మ + దృశ్యము

ఓం → ప్రత్యక్ ఆనందస్వరూపమగు పరబ్రహ్మ పురుషుడు - అట్టి 'ఓం'కారమును అర్థయుక్తంగాను, జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్త సాక్షిగాను భావిస్తూ, స్మరణ చేస్తూ ఉండగా, ఏ ఈ అనేకములోని ఏకమగు **సత్ వస్తువు** అనుభవమునకు వస్తుందో - అదియే ప్రణవము - **"ఓం"**.

యమ్ ఉక్త్వా ముచ్యతే యోగీ
జన్మ సంసార బంధనాత్॥
ఓం నమో నారాయణాయ
ఇతి మంత్ర – ఉపాసకః
వైకుంఠభవనమ్ గమిష్యతి॥
తత్ ఇదమ్! పరమ్! పుండరీకమ్!
విజ్ఞానఘనమ్!
తస్మాత్ తటిదాభమాత్రమ్॥
బ్రహ్మణ్యో దేవకీ పుత్రో।
బ్రహ్మణ్యో మధుసూదనః।
బ్రహ్మణ్యః పుండరీకాక్షో।
బ్రహ్మణ్యో విష్ణుః, అచ్యుతః। ఇతి॥

ఓంకార ప్రణవముయొక్క స్మరణచే, అట్టి యోగి (లేక అభ్యాసి) జన్మ సంసార బంధములనుండి విముక్తుడగుచున్నాడు.

"ఓం నమో నారాయణాయ" అను మంత్రమును ఉపాసించువాడు **దేహపురము** (Individual self) **నుండి, వైకుంఠపురమునకు** (All-Pervading Self) చేరుచున్నాడు.

"సర్వాంతర్యామి - సర్వతత్త్వ స్వరూపుడు" అగు **నారాయణతత్త్వమును** సముపార్జించుకొనుచున్నాడు.

సర్వ వ్యాపకమగు ఆ పరమాత్మయే ఇహ-పరస్వరూపుడై
- స్వ-సర్వ హృదయ, పుండరీకము (హృదయపుష్పము) నందు...
- కేవలచిత్ (కేవల తెలివి) స్వరూపమగు విజ్ఞానఘనమై,
- విద్యుల్లత (మెఱుపు)గా ప్రకాశమానుడు అయి,
- అంతర్యామియై,
- అంతరాత్మగా ప్రకాశించుచున్నారు.

అంతరాత్మయే నారాయణుని ఉనికి ప్రత్యక్షస్థానము. అపరోక్ష స్వానుభవం.

సర్వభూతస్థమ్ ఏకమ్ వై నారాయణమ్।
కారణ పురుషమ్।
అకారణమ్।
పరబ్రహ్మ 'ఓం'।
ఏతత్ అథర్వ శిరో అధీతే॥

ఇతి అథర్వణవేదాంతర్గత
(31) ఉపనిషత్ అధ్యయన ఫలమ్।

పరబ్రహ్మస్వరూపుడగు నారాయణుడు...,

- దేవకీ పుత్రుడగు శ్రీకృష్ణ భగవానుడు. (కృష్ణస్తు భగవన్ స్వయమ్)
- నిర్మల పరబ్రహ్మస్వరూపుడు.
- మధుకైటభ సంహారియగు మధుసూదనుడు.
- సమస్త జీవుల యందు ఏకస్వరూపుడై సర్వదా - సర్వత్రా వెలుగొందు చున్నది శ్రీమన్నారాయణుడే!
- ఆయనయే ఈ సమస్త ప్రపంచమునకు, బ్రహ్మాండములకు కారణభూతుడైనవాడు.
- 'నాకు అనుభూతమగుచున్న సర్వదృశ్యములకు నేనే కారణుడను కదా!'...అను **జ్ఞానప్రదాత!**
- సర్వమునకు కారణమగుచు, **అకారణుడై** ఉన్నవారు. **"నేను కారణపరిమితుడను కాను. అకారణుడను"** అను ప్రజ్ఞను ప్రసాదించువారు. తనకు వేరు కారణము లేనట్టివాడు. ఆతడే పరబ్రహ్మము. **జగత్ రూపంగా మూర్తీభవించుచున్న పరబ్రహ్మమూర్తి! శాస్త్రములచే ఎలుగెత్తి ప్రకటించబడుచున్న - శాస్త్రి. (కిమపి శాస్త్రేణ ప్రవచతీతి)**

ఇది ఈ రీతిగా **ఆ నారాయణ భగవానుని అథర్వవేదముయొక్క అంతర్గత గానమైన, (31)అథర్వణోపనిషత్తులు** ఎలుగెత్తి అభివందనము చేస్తున్నాయి.

---

05. ప్రాతః అధీయానో
రాత్రి కృతమ్ పాపమ్ నాశయతి।
సాయమ్ అధీయానో
దివస కృతమ్ పాపమ్ నాశయతి।
తత్ సాయమ్ ప్రాతః
అధీయానః అపాపో భవతి।
మాధ్యం దినమ్ ఆదిత్య
అభిముఖో అధీయానః
పంచమహాపాతక-ఉపాతకాత్ ప్రముచ్యతే।
సర్వ వేద పారాయణ పుణ్యమ్ లభతే।
నారాయణ సాయుజ్యమ్ అవాప్నోతిః।
శ్రీమన్నారాయణ సాయుజ్యమ్ అవాప్నోతి,
య ఏవమ్ వేద॥

ఇత్యుపనిషత్
నారాయణోపనిషత్ సమాప్తా।
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇది సర్వోపనిషత్ సారము. **'ఓం నమో నారాయణాయ'** మంత్ర మహత్యమును తెలుపుచున్న ఈ 'నారాయణోపనిషత్'...ను ఎవ్వరు, తెల్లవారుజామున పాతఃకాలంలో పఠిస్తారో, వారు అజ్ఞానము చేత (రాత్రి) తెలిసీ-తెలియక చేసిన పాపదోషములను నశింపజేసుకొనుచున్న వారగుచున్నారు.

ఎవరు ఉదయము - సాయంత్రము కూడా ఈ నారాయణోపనిషత్‌ను పారాయణ చేస్తారో, వారు హృదయములోని సమస్త పాపవృత్తులను తొలగించుకొనుచున్నారు.

ఎవ్వరైతే మధ్యాహ్నకాలములో సూర్యభగవానునికి ఎదురుగా నిలబడి ఈ నారాయణోపనిషత్ పారాయణము చేయుచున్నారో, వారు పంచమహా పాతకములనుండి, ఉప-పాతకములనుండి విముక్తులై పుణ్యకర్మలపట్ల ప్రేరితులగుచున్నారు. పుణ్యసంస్కారములు పొందుచున్నారు.

ఈ ఉపనిషత్ పారాయణము రోజూ చేయువారు →

- **సర్వవేద పారాయణ పుణ్యమునను సముపార్జించుకొనుచున్నారు.**
- **ప్రారబ్ధ కర్మణానంతరము నారాయణ సాయుజ్యమును పొందుచున్నారు.**

నారాయణతత్త్వమును ఎరిగినవారు నారాయణ స్వరూపులే అగుచున్నారు.

ఇతి శ్రీమత్ నారాయణ తత్ త్వమ్॥
ఇతి నారాయణోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

16 నారాయణోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

నారాయణ
మహాజ్ఞేయమ్

సోఽహమ్
నారాయణోఽస్మి।

శ్లో॥ మాయా తత్కార్యమ్ అఖిలం
యత్ బోధాత్ యాతి అపహ్నవమ్,
త్రిపాద్ నారాయణాఖ్యం తత్
కలయే స్వాత్మమాత్రతః॥

*ఎద్దాని తత్త్వబోధచే మాయ - మాయా కార్యములు కూడా మొదలంట్లా 'లేనివే' అవుతాయో, **అట్టి త్రిపాద నారాయణ భగవానుడు** అనగా - **"స్వాత్మయే"** - అను ప్రవచనమును శ్రవణము, అధ్యయనము చేయుటకై **శ్రీమన్నారాయణ స్వామిని శరణు వేడుచున్నాము.***

"ఏతత్ ఋగ్వేదశిరో అధీతే"

ఈ సృష్టికి పూర్వము అఖండ స్వరూపుడు, అద్వితీయుడు, అయినట్టి **'శ్రీమన్నారాయణుడు'** ఒక్కరే ఉన్నారు. **(ఏకోనారాయణః।)**. అట్టి కేవల సత్‌స్వరూపునకు అనేకము - అనునదే లేదు. **ఏకస్వరూపుడై ఉన్నారు.** (అది మనందరియొక్క కేవల స్వస్వరూపమే).

ఆయనకు **"నేను అనేకమును కల్పించుకొనెదనుగాక। అనేక రూపనామములతో కూడిన సృష్టిని భావించుకొని ఆనందించెదనుగాక।"**... అనే ఇచ్ఛ, అభిలాష, వినోదము, సరదా కలుగుచున్నది.

ఒకడు ఒకచోట నిదురిస్తూ, తాను ఒక్కడే అయి కూడా, స్వప్నములో అనేక మంది జీవుల - సహచరుల రూపములను, వస్తువులను, ఇల్లు- గ్రామము- రహదారి-కొండ-అడవి... మొదలైనవాటిని **కల్పించుకొని, స్వయంకల్పనయగు స్వప్న దృశ్యవిశేషాలు** ఆస్వాదిస్తున్నాడు. అదంతా **తననుండి, తనయొక్క** ఇచ్ఛా రూపకల్పనగా **తనయందే** బయల్వెడలి రూపుదిద్దుకుంటోంది. కానీ, ఆ స్వప్నము తనకు వేరైనట్లుగాను, తాను ఆ స్వప్న దృశ్యములో ఒక వ్యక్తియై తనకు వేరైన తదితర వ్యక్తులతో సంభాషించుచున్నట్లుగాను, **అనుభూతి-అనుభవము** పొందుచున్నాడు. 'జాగ్రత్'కు వచ్చిన తరువాతనో? **"కలలోని నేను వేరు. కలలో కనిపించిన జనులు వేరు. జాగ్రత్‌లోని ఇప్పటి నేను వేరు"**.... అని తలచుచున్నాడు. వాస్తవానికి సమస్తము స్వయం కల్పితమే కదా!

అదేవిధంగా...,

కేవల - శుద్ధ పరతత్త్వ స్వరూపుడగు నారాయణుడు కూడా సృష్టి సంకల్పుడగుచున్నారు. అట్టి సృష్టి సంకల్పము యొక్క 'సిద్ధి' (execution) కొరకై మొట్టమొదట ఆ నారాయణుని నుండి **"ప్రాణశక్తి (Energy)"** బయల్వెడలుచున్నది. ఆయన నుండి బయల్వెడలినదేదైనా ఆయనకు వాస్తవానికి అభిన్నమే అయి ఉన్నది కదా! శక్తి - శక్తిమంతుడు ఏకరూపులే!

ఆ తరువాత

- ఆయన నుండి ఆయనకు అద్వితీయమే అయినట్టి ప్రప్రథమ భావజనితమైనట్టి **'ఆలోచన'** బయల్వెడలుతోంది. అదియే సృష్టి సంబంధమై 'మహామనస్సు'. 'సృష్టికర్తృత్వము', 'హిరణ్యగర్భుడు', 'బ్రహ్మదేవుడు' అని కూడా పిలువబడుచున్నది.
- అట్టి మహామనోతత్వము నుండి – సృష్టికి నామము – రూపము, వాటికి స్పందించే జీవాత్మ, ఆ జీవాత్మ యొక్క క్రియావిషయములు కావాలి కాబట్టి – సూక్ష్మ పంచేంద్రియార్థములైనట్టి **శబ్దశక్తి– స్పర్శశక్తి–రూపశక్తి–రసశక్తి– ఆఘ్రాణశక్తి** బయల్వెడలుచున్నాయి. అవి దివ్యమగు, సూక్ష్మమగు – దేవతా శక్తులుగా అభివర్ణించబడుచున్నాయి.
- ఆ ఇంద్రియశక్తులకు విషయముల అనుభవశక్తి సిద్ధించటానికై ఆకాశము (Space), వాయువు (స్పందము), అగ్ని (జ్యోతి–తేజస్సు), జలము (Liquid – రసము), భూమి(Solid) అనబడే పంచ సూక్ష్మ–ఉప–మహాభూతశక్తులు బయల్వెడలుచున్నాయి.

వాటన్నిటి యొక్క సమన్వయముచే ఈ విశ్వము రూపుదిద్దుకొనుచున్నది.

ఈ సర్వము తత్ ఆత్మానారాయణునుండియే శ్రీమన్నారాయణునిచేతనే, ఆయనకు అభిన్నము అయి ప్రదర్శితమగుచున్నది.

నారాయణాత్ బ్రహ్మా జాయతే : సృష్టిని 'ధారణ' చేయు ప్రజ్ఞాతత్త్వము నారాయణుని నుండే బయల్వెడలింది. ఆ ప్రజ్ఞాతత్త్వము (ఇచ్ఛా–క్రియా స్వభావము) 'బ్రహ్మ' అనబడుచున్నది. ఈ విధంగా నారాయణునికి అభిన్నమే అయినట్టి బ్రహ్మదేవుడు ఆత్మానారాయణుని నుండే సృష్టి సంకల్పసిద్ధికొరకై జనించుచున్నారు. **(బ్రహ్మణోఽపి ఆదికర్త్రే!)**

నారాయణాత్ రుద్రో జాయతే! నారాయణుని నుండే 'సృష్టికల్పన'ను లయింపజేయుతత్త్వము కూడా ఆయనకు అభిన్నమై బయలుదేరుతోంది. అదియే **రుద్రతత్త్వము** (లేక) రుద్రుడు.

*(కల కనేవాడు తన యొక్క బ్రహ్మదేవాంశతో స్వప్నదృశ్యమును సృష్టించుకొనుచున్నాడు. విష్ణు అంశతో స్వప్నభావనను పొడిగించుకుంటూ, పరిపోషించుకుంటూ కొనసాగిస్తున్నాడు. రుద్రాంశతో ఆ కలను ముగించి తనయందు లయింప జేసుకుంటున్నాడు – అనునది **పరమార్థము.** ఈ జీవుడు స్వతఃగా నారాయణ, స్వరూపుడే.)*

కనుక నారాయణుడే రుద్రుడై **'లయము'** అను క్రియ నిర్వర్తిస్తున్నారు.

నారాయణాత్ ఇంద్రోజాయతే: ఇంద్రియములన్నిటికీ అభిమాని, అధిపతి, పర్యవేక్షకుడు, త్రిలోకాధిపతి కూడా – అయినట్టి **ఇంద్రుడు** నారాయణుని నుండియే బయల్వెడలుచున్నారు. అనగా, నారాయణుడే ఇంద్రుడుగా అయి త్రిలోకాలు పాలిస్తున్నారు. దిక్పాలకుల – తదితర దేహనిర్మాణ దేవతల కార్యక్రమములను పరిపాలిస్తూ ఉన్నారు. (హృషీకేశుడు). అట్టి దిక్పాలకాది దేవతలంతా నారాయణాంశయే!

నారాయణాత్ ప్రజాపతిః ప్రజాయతే: ఆ నారాయణుడే ప్రజాపతి అయి సర్వజీవులుగా కూడా ప్రదర్శనమగుచున్నారు. జీవుల భౌతికదేహ నిర్మాణములు, వస్తుధర్మములు–**ఇవన్నీ పర్యవేక్షించు ప్రజాపతి నారాయణచైతన్యమే. (ప్రజాపతిస్త్వమ్, ప్రపితామహశ్చ).**

నారాయణాత్ ద్వాదశాదిత్యాః : ఆత్మానారాయణుడే విష్ణువు, సూర్యుడు మొ॥న '12' ఆదిత్యుల రూపులై తమ తేజస్సుతో సృష్టిని, లోకాలను హృదయాంతరాలములను తేజోమయం చేస్తూ ఉన్నారు. సర్వదేహాలకు, దేహతత్త్వాలకు, సర్వవస్తువులకు ఉనికి – జీవనము – ఉత్సాహము–క్రియాసామర్థ్యము – దేవతా దివ్య శక్తులు – ఇవన్నీ ఇచ్చి నారాయణుడే పరిపోషిస్తున్నారు.

నారాయణాత్ రుద్రః : ఆ నారాయణుడే శంకరుడు మొదలైన ఏకాదశ రుద్రస్వరూపులుగా అయి ఈ సృష్టికి సుఖము, శుభముగా చెన్నొందుచూ ఇక్కడిమాయా కల్పనలను తగిన సమయంలో ఉపసంహారక్రియ నిర్వర్తిస్తున్నారు.

నారాయణాత్ వసుః : నారాయణుడే అష్టవసువుల రూపములు దాల్చి దేహముల రూపకల్పన, అనేక దేహ విభాగముల పరిరక్షణ, తదితర విధి – విధానాలను పర్యవేక్షించు 'శక్తి'గా ఉన్నారు. అంతేకాదు. ఈ దేహగృహాలన్నీ ఆయనవే! సర్వజీవుల ఉనికి – సంస్కారములు ఆయనవే. [**వాసనాత్ వాసుదేవస్య వాసితంతే జగత్రయమ్, సర్వభూత నివాసోఽసి!**] **(అష్ట విధములైన తత్త్వములుగా భౌతికదేహమునందు క్రియా వ్యవహారులై ఉన్నారు).**

నారాయణాత్ సర్వాని ఛందసాని : నాలుగు వేదములలో ఛందోబద్ధంగా స్తోత్రం చేయబడు స్తోత్రగానము, స్తోత్రార్థములు.. ఇవన్నీ కూడా నారాయణ స్వరూపములే! వివరణ, ప్రవచన, విశ్లేషణములన్నీ నారాయణ తత్త్వము గురించియే!

- పరసత్యముగా నారాయణుని ఉపాసించువారు,
- ఆ ఉపాసనా మార్గములైనట్టి వేదములు,
- ఉపాసనా ఆశయమగు తత్త్వమును నిర్వచించుచూ, విశ్లేషిస్తూ అభివర్ణిస్తున్న... తత్త్వశాస్త్ర వాఙ్మయమగు ఉపనిషత్తులు,
- ఆ ఉపనిషత్ ప్రవక్తకులగు మహర్షులు....,

అంతా నారాయణ స్వరూపమే! ... మనమంతా కూడా సర్వదా నారాయణస్వరూపులమే!

నారాయణాత్ ఏవ సముత్పద్యంతే : ఎక్కడెక్కడ ఏదేది సముత్పన్నము అగుచున్నదో.. అదంతా నారాయణుడే అట్లు సముత్పన్నమగు చున్నారు. కథలోని పాత్రలుగా సముత్పన్నమగుచున్నది **కథారచయిత** యొక్క **రచనా చమత్కృతియే** కదా! **రచనా చమత్కృతి** రచయిత యొక్క కళా విశేషమేకదా! **కళ కళాకారుని ప్రదర్శనారూపమే కదా!** (Whatever we come across in a Novel is nothing but the **"Art of Story Visualization"** of the Novelist only)

ఈ విధంగా జగత్తుగా – జీవుడుగా – మరేదైనాగా కూడా నారాయణుడే ఆయా సర్వ ప్రదర్శనములుగా సముత్పన్నమగుచున్నారు. ***జీవుడుగాను*** (As Experiencer) **–** ***జగత్తుగాను*** (As that being experienced) ***సముత్పన్నమగుచున్నది నారాయణుడే!***

నారాయణో ప్రవర్తంతే : జీవుడుగా – జగత్తుగా, నేనుగా–నీవుగా, సర్వదేవతలుగా, సర్వసృష్టిశక్తులుగా **ప్రవర్తిస్తున్నది ఆత్మానారాయణుడే!**

నారాయణో ప్రలీయంతే : (1) "లయము పొందుచున్నట్టిది", (2) "ఎందులో లయము పొందుచున్నదో, అది" – **ఈ ఉభయము కూడా నారాయణుడే।**

ఈ విధంగా సృష్టి–స్థితి–లయకారుడు, సృష్టి–స్థితి–లయములు పొందుచున్నట్టిది – ఉభయము **నారాయణుడే।**

- ఆలోచించువాడు, ఆలోచన, ఆలోచించుబడు వస్తువు / విషయము / వ్యక్తి మొదలైనవి
- నేను – నీవు – జగత్తు,
- ఇతః పూర్వము ఉన్నది, ఇప్పుడున్నది ఇక ముందు ఉండబోవునది,
- బ్రహ్మ – విష్ణు – మహేశ్వరులు,
- జగత్ నిర్మాతలు, పరిపాలకులు, పరిరక్షకులు, వినాశకులు,

... **అంతా నారాయణుడే।**

ఇతి ఋగ్వేదశిరో అధీతే!

ఈ విధముగా, ఋగ్వేదము– ఋగ్వేదాంతర్గమగు (10) ఉపనిషత్తులు నారాయణుని గురించి మంత్ర రూపములుగా అభివర్ణిస్తున్నాయి. ఇట్టి ఋగ్వేద 'ఋక్' రూప నారాయణ తత్త్వమును ఎరిగినవాడు 'విష్ణు' స్వరూపుడగుచున్నాడు! ఆతడే **సోఽహమ్ విష్ణుః॥**

"ఏతత్ యజుర్వేద శిరో అధీతే।"

నిత్యో నారాయణః॥ అట్టి ఇహ–పరస్వరూపుడగు అద్వితీయ నారాయణుడు నిత్యుడు. నారాయణునికి **ద్వితీయమైనదంతా దృష్టిచే** ఏర్పడేది మాత్రమే! – అనిత్యం కూడా! అనిత్యమైన సర్వవస్తు – విషయ – విశేషాలన్నీ నిత్యుడగు నారాయణునియందే సందర్భానుచిత భూతములై ఉంటున్నాయి. వచ్చి–పోతున్నాయి. **నిత్యో అనిత్యానామ్ ఏతత్ నారాయణః!** అనిత్యమైన వస్తువులలో నిత్యమై ఉన్నది నారాయణుడు.

❖

ఒకాయన వినోదంగా, సరదాగా కథ వ్రాయాలనుకొన్నాడు.

- వినోదీ ఆయనే! కథారచన ఊహించువాడూ ఆయనే!
- ఊహలోని పాత్రలు – సంఘటనలు – సందర్భాలు ఆయనయే! ఆయనవే! ఆ కథ యొక్క ఉపసంహారము ఆయనయే కదా! పాఠకులు కూడా కథాశ్రవణ వ్యాసంగులై – కథాసంబంధితులే। అట్లాగే...,

బ్రహ్మగా ఉన్నది నారాయణుడే : ఈ సృష్టికి కల్పన చేయువాడై సంసిద్ధుడగుచున్నది (అగు) **'బ్రహ్మ' పాత్రను** దాల్చుచున్నది, దీనిని నడిపించు **విష్ణుపాత్రను** కల్పించి దాల్చుచున్నది కూడా నారాయణుడే! బ్రహ్మగా విష్ణువుగా ఉన్నది నారాయణుడే! సృష్టిగా – సృష్టి రూపంగా – సృష్టి అనుభవిగా ఉన్నదంతా ఆత్మానారాయణుడే!

శివశ్చ నారాయణః : ఈ సృష్టికి, ఇందలి సర్వ జీవులకు సుఖ-శుభ-ఆనంద ప్రదాతయగు శివభగవానుడుగా ఉన్నది నారాయణుడే! నాలుకలో రుచి సుఖము, కళ్ళలో రూపసుఖము, చెవులలో శబ్దసుఖము, (అట్లాగే) స్నేహసుఖము, వాత్సల్యసుఖము... ఇత్యాది సర్వసుఖప్రదాతయగు శివ భగవానుడుగా - శివ స్వరూపుడుగా ఉన్నది ఆత్మానారాయణుడే!

శక్రశ్చ నారాయణః : జీవులకు ఇంద్రియ ప్రదాత, ఇంద్రియ రక్షకుడు, ఇంద్రియ పరిపోషకుడు అగు ఇంద్రభగవానుడుగా ఉన్నది. ఆ శ్రీమన్నారాయణుడే! త్రిలోకపాలకుడై, లోకపాలక నియామకుడై **త్రిలోక జీవులను ఒక రాజువలె రక్షణ కల్పిస్తున్న ఇంద్రుడుగా** ఉండి అన్నీ నిర్వర్తించుచున్నది ఆత్మానారాయణుడే!

ఆత్మానారాయణుని కల్పనాశక్తి యొక్క అంతర్విభాగములుగా ఉన్న లోకములు - లోకపాలకులు కూడా నారాయణుడే! ఇంద్ర పరిపాలనలో వివిధ కార్యక్రమములు నిర్వర్తించు అష్టదిక్పాలకులు, నవగ్రహములు, సప్తఋషులు, ఏకాదశ రుద్రులు... ఇవన్నీ నారాయణుడే!

ద్యావా పృథివ్యౌ చ నారాయణః: ఆకాశము - భూమి... ఈ రెండు ఈ కనబడే భూ విశేషాలన్నిటికీ ఈవల-ఆవల ఉన్న తొడుగులవలె వ్యవహరిస్తున్నాయి. అనేక వస్తు ధర్మములు-తత్త్వములు అంతర్లీనంగాను ఉన్నాయి, మధ్యగాను కలిగి ఉన్నాయి. ఆకాశము - భూమి రెండూ కూడా సర్వతత్త్వరూపుడగు నారాయణుడే! [**ద్యావా పృథివ్యోరిదమంతరర్హి వ్యాప్తం త్వ ఏకేన దిశశ్చసర్వాః (భగవద్గీత)**]

కాలశ్చ నారాయణః : అనిర్వచనీయము, అరూపము అగు కాలము ఆత్మానారాయణుడే! **(కాలోఽస్మి లోకక్షయకృత్-ప్రవృద్ధో)**. ఈ జగత్తుల అంతరమున కాలస్వరూపమై సర్వవిశేషాల ప్రారంభము - క్షయముల మధ్యగాను, వాటిని ఆవల - ఈవలగాను ఉన్న కాల స్వరూపము నారాయణ స్వరూపమే! ఆత్మానారాయణుడే!

దిశశ్చ-ఊర్ధ్వంచ - అధశ్చ- అంతర్బహిశ్చ నారాయణః : ఈ విశ్వము యొక్క 8 దిక్కులలోను, పైన-క్రింద, బయట-లోపల అంతా ఆత్మానారాయణుడే!

స్వప్నమంతా అన్నివైపులా, అన్ని దిక్కులుగాను ఉన్నది స్వప్న ద్రష్టయే కదా! ఆయన చైతన్యాకృతియే కదా! ఒక '**భావన**'కు ఈవల-ఆవల లోన-బయట అన్నివైపులా ఉన్నది భావికుడే కదా!

- ఒక కళాఖండములోని రంగుల దృశ్యము, కళాత్మక విశేషాలు.. అన్నీ ఆ కళాకారుని కళాచైతన్యమేగా!
- ఒక ఊహయొక్క ఈవల-ఆవల-, ఇటు - అటు, లోన-బయట ఉన్నది ఆ ఊహించువాడే కదా!

ఇదీ అంతే! ఈ విశ్వమంతా విశ్వేశ్వర ప్రదర్శనమే! నారాయణుడే! శ్రీమన్ ఆత్మానారాయణుడే!

ఇదగ్ం, యశ్చభూతం, యశ్చభవ్యం... సర్వమ్ నారాయణయేవ।

ఇప్పుడున్నది, ఇది వరకు ఉండి ఉన్నది, ఇక ముందు ఉండబోవునది... **ఈ సర్వము నారాయణుడే!**

దేహాత్మకుడు - విశ్వాత్మకుడు,
దేహేంద్రియములు- విశ్వేంద్రియములు,
దేహాంతఃకరణములు - విశ్వాంతఃకరణములు

ఇవన్నీ సర్వదా సర్వత్రా నారాయణుడే! ఆత్మానారాయణుడే!

అట్టి నారాయణుడు;....,

నిష్కళంకో : ఒక కథలోని పాత్రల గుణములు, స్వభావములు, సంఘటనా సంబంధమైన సుఖ-దుఃఖములు... ఆ కథారచయితచే కల్పించబడినవే అవవచ్చుగాక! కానీ వాటిని ఆ కథా రచయితకు ఆపాదించగలమా? లేదు. సర్వాంతర్యామి - సర్వ స్వరూపుడు అయి కూడా, నారాయణుడు సర్వదా కళంక (దోష) రహితుడు. నిష్కళంకుడు. అస్పృశ్యుడు. దేనిచేతా తాకబడనివాడు.

నిరంజనో : ఆయన ఎట్టి రంజనములచే, ఇంద్రియ విషయ దోషములచే, జన్మ-కర్మ వ్యవహారములచే స్పృశించబడనివాడు. మట్టితో చేసిన ఒక గుర్రపుబొమ్మ బాగున్నది, బాగోలేదు - అను దానితో ఆ మట్టికి ఏమి సంబంధము?

నిర్వికల్పో: కల్ప-వికల్పములు ఆయన క్రీడ అయినప్పటికీ, ఆయన ఎట్టి కల్పనలు లేనట్టివాడు. ఈ జగత్తంతా సవికల్పము. ఆత్మా నారాయణుడో... సదా నిర్వికల్పుడు. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్త కల్పనలకు అతీతుడు! **సర్వకల్పనలు తనవై, సర్వదా వేరై ఉన్నవారు!**

నిరాఖ్యాతః : 'నారాయణుడు ఇట్టివాడు' అని వ్యాఖ్యానించలేము. వర్ణింపనలవికానివాడు. లీలగా జగత్ రూపధారి అయి కూడా, అరూపుడు. గుణముల కన్నా ముందే ఉన్నవాడు. సత్-చిత్-ఆనందములు కూడా ఆయన విలాసములే! 'ఇది' అని 'తీపి'

అనుభవించవలసినదే కాని – వర్ణించి ఇతరులకు అనుభూతము చేయలేము కదా! వేదములే ఆయన గురించి **"యతో వాచో నివర్తంతే, అప్రాప్య మనసా సహ"..** అని అనుచుండగా, ఆ నారాయణుని గురించి ఏమి చెప్పగలం? కళ్ళకు – నాలుకకు.. వాటి వాటి ఉనికికి **"చైతన్యస్ఫూర్తి"** అయి ఉండగా, అవి ఆత్మానారాయణుని నిర్వచించటమెట్లా? మనము ఉపయోగించే ఇంద్రియాలతో ఆ ఇంద్రియములకే త్రాణ-ప్రేరణ-ఆధారము అయి ఉన్న నారాయణుని చెప్పగలగటము ఎట్లా? కళ్ళు చూచువానిని చూడలేవు కదా! చెవులు వినుచున్న వానిని వినలేవు కదా!

శుద్ధో: ప్రతి ఒక్కరి సహజస్వరూపుడగు నారాయణుడు ఈ జగత్ సందర్భములచే స్పృశించబడక, నిత్య శుద్ధుడై సర్వదా వెలుగొందుచున్నారు. అన్నీ ఆయనయే అయి కూడా, ఆయన దేనికీ సంబంధించి లేరు. దేనికీ పరిమితుడు కాదు. ఏ దోషమూ ఏ మాత్రము అంటనివారు.

న ద్వితీయో అస్తి కశ్చిత్ : ఒక సుదీర్ఘ నాటకంలో పాత్రలుగాని, సంఘటనలుగాని, సందర్భాలుగాని, గుణ-గణాలుగానీ- నాటకరచయితకు వేరై ఏదైనా ఉంటుందా? స్వప్నంలో ఏదీ కూడా స్వప్నద్రష్ట యొక్క స్వప్నసంకల్పమునకు వేరై ఉండదుగదా!

నారాయణుడే

దృక్-ద్రష్ట-దృశ్య స్వరూపుడు!

కర్త-కర్మ-క్రియ కూడా ఆయనే!

నారాయణునికి వేరైనది ఎక్కడా ఏదీ ఉండజాలదు. ఉండలేదు. ఉండబోదు. ఆయన అద్వితీయుడు. కానీ ఆయన సర్వదా తనకు తానై ఉన్నవాడు. ఆయనకు ద్వితీయము లేదు. ఆయనను నియమించునదేదీ లేదు.

ఎవ్వరైతే నారాయణతత్త్వమును తెలుసుకొంటారో (య ఏవమ్ వేద), వారు విష్ణుస్వరూపులే (Alpresent, Al-perveding presence)... అగుచున్నారు. ఇదియే... **యజుర్వేదము – యజుర్వేదాంతర్గతమగు (51) ఉపనిషత్తులు ఆలపిస్తున్న నారాయణ తత్త్వమహత్మ్యము.**

❁ ❁ ❁

ఏతత్ సామవేదశిరో అధీతే!

దివ్యమగు నారాయణతత్త్వముతో మమేకమవటమే ఈ జీవుని **సర్వ మానసిక రుగ్మతలకు పరమౌషధము.** అట్టి **"అహమ్ నారాయణాస్మి"** స్థానము కొరకై **"అష్టాక్షర శ్రీమన్నారాయణోపాసన మంత్రము"** గురించి ఇప్పుడు చెప్పుకుంటున్నాము.

"ఓం నమో నారాయణాయ"

"ఓం" : మొట్టమొదట-పొట్టలోపలిగా సంకోచింపజేస్తూ; శరీరమంతా-సహస్రారం వరకు ప్రేరణోత్సాహమయం చేస్తూ; శబ్ద తరంగాలను భావనా రూపంగా ఉత్తేజితం చేసుకుంటూ; రెండు పెదిమల స్థానము నుండి సహస్రారం వరకు బుద్ధితో సత్‌భావనను సంకల్ప పూర్వకంగా స్పృశిస్తూ-**'ఓం'** ఉచ్చారణను కించిత్ దీర్ఘంగా, ('మ్'ను కొనసాగిస్తూ) పలకాలి. (కొంత సాధన తరువాత **శబ్దరహితంగా ప్రాణశక్తితో ప్రేరణరూపంగా మౌనోచ్చారణారూపంగా** కూడా చేయాలి).

"నమో" : ఆ తరువాత పర-ఇహ రూపములగు పరమాత్మ-జీవాత్మల ఏకత్వము సూచించే 'నమో' శబ్దమును ఉచ్చారణ చేయాలి. ఊర్ధ్వమున సహస్రారంలో స్థానం కలిగి ఉంటూనే 'నమో' శబ్దమును రసస్థానంలో (నాలుక-పెదమల స్థానంలో) ఉండి ఉచ్చరించాలి.

నారాయణాయ: ఆపై ముఖమంతా శబ్ద బ్రహ్మముతో నింపి ఉంచి **'నారాయణాయ'** శబ్దమును పలకాలి.

మంత్రము దేహముతోను-మనస్సుతోను ఉచ్చరిస్తూ క్రమంగా మనోభావనతో ఎలుగెత్తి మనోచైతన్య రూపంగా ఈ అష్టాక్షరీ మంత్రమును ఉపాసించాలి. స్మరించాలి. ఉచ్చరించాలి. భావన చేయాలి. యోచన చేయాలి. దర్శించాలి. స్వీయ మనస్సుతో (పలికే మంత్రోచ్చారణ – వినాలి. ***బుద్ధితో కూడా అష్టాక్షరీ మంత్రార్థము (అదేసమయంలో) ఉపాసించబడుగాక! (అర్థం చేసుకోవటమే బుద్ధి యొక్క రూపము).***

మంత్రార్థజ్ఞానము

'ఓం' ఇతి ఏకాక్షరమ్ : ఏకము – అక్షరము అగు పరబ్రహ్మ సూచకము.. 'ఓం'

'నమ' ఇతి ద్వే అక్షరే : నకార (పరమాత్మ) – మ (జీవాత్మ)ల అభేదసూచకము. అఖండమైన దానిలో రెండు తత్త్వాలు. **"రూపతః రెండు, తత్త్వతః ఒక్కటే"** అయిన 'నమ', **ఇహ-పర రూపములు ఏకము చేయుచూ** ఉపాసించుబడుచున్నది.

'నారాయణాయ' – ఇతి పంచాక్షరాణి : తరంగాలన్నీ జలమే అయినట్లు సర్వము తానై, సర్వమునకు వేరైనదే నారాయణతత్త్వము. ఏకమే అయి, అయిదు (5)గా కనబడుచున్న తత్త్వము. **"స్వామీ! నారాయణా! పంచప్రాణములతో, పంచ ఉప ప్రాణములతో పంచభూతములతో, పంచకర్మేంద్రియములతో, పంచజ్ఞానేంద్రియములతో కనిపించే మిమ్ములను ఉపాసిస్తున్నాను. స్మరిస్తున్నాను"!– అని ధ్యానించబడుచున్నది.**

అష్ట (8) అక్షరీపదము అగు **"ఓం నమో నారాయణాయ"** అను మంత్రోపాసనచే నారాయణ, సామీప్యము, తత్త్వము లభించగలదు. ఈ అష్టాక్షరీ మంత్రమును జపించువాడు సంపూర్ణత్వము పొందుచున్నాడు. జగత్తులను నిర్మించు సామర్థ్యముతో, అప్రమేయుడైన, **ప్రజాపతి స్థానమును** సంపాదించుచున్నాడు. **"బ్రహ్మ"** – అయి సృష్టికల్పనా సామర్థ్య సంపన్నుడగుచున్నాడు. సర్వత్రా స్వస్వరూపము దర్శిస్తూ, **ఆనందానుభూతుడగుచున్నాడు.** త్రిలోకాధిపత్యము పొంది **ఇంద్రసమానుడగుచున్నాడు.** ధన–ధాన్య సమృద్ధిపొందుచున్నాడు. స్వయమ్ నారాయణతత్త్వమును తెలుసుకున్నవాడై, మృత్యుపరిధులను అధిగమించి అమృతస్వరూపుడగుచున్నాడు. జన్మపరంపరలకు మునుముందే ఉన్నవాడై, సర్వదా ప్రకాశించుచు, అహేతుక (నిర్హేతుక) – ఆనంద స్వరూపమై విరాజిల్లుచున్న **అమృతానంద స్వరూపుడై ప్రకాశించుచున్నాడు.**

ఇతి సామవేదము – సామవేదాంతర్గత (16) ఉపనిషత్తులు సమర్పిస్తున్న నారాయణమంత్ర తత్త్వార్థ జ్ఞానము. ఎలుగెత్తి నిర్వర్తిస్తున్న గానామృత మధుర రస ధ్వని.

ఏతత్ అథర్వ శిరో అధీతే!

ఆ నారాయణుడు ప్రత్యక్ ఆనంద స్వరూపుడు. **జగత్ సాక్షీ ఆనందము** ఆయన యొక్క **సహజతత్త్వము.** ఆయన **పరబ్రహ్మస్వరూపుడు. బ్రహ్మపురుషుడు.** ఆయనను **"ప్రణవ స్వరూపునిగా"** వేదములు వల్లిస్తున్నాయి. వర్ణిస్తున్నాయి. స్తుతిస్తున్నాయి.

ప్రణవము = **'అ'**కారము + **'ఉ'**కారము + **'మ'**కారము

ఏకస్వరూపుడై సర్వేసర్వత్రా సమస్వరూపుడై ప్రకాశించుచున్నవాడే 'ఓం'కార స్వరూపుడు.

అట్టి ప్రణవాక్షరమగు 'ఓం'ను ఎవ్వరైతే...,

→ **జగదంతర్గత సర్వ స్వరూపుడు,** (స్వప్నమంతా తానైన స్వప్నద్రష్ట వలె),

→ **జగత్తులను క్రీడగా కల్పించు మహాకవి,** (ఒక కథా రచయిత వలె),

→ **ప్రతి జీవుని యొక్క కేవల సహజ స్వరూపుడు** (మట్టితో తయారయిన అనేక బొమ్మలలోని మట్టి–బొమ్మలుగా ఉన్న మట్టివలె),

→ **జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తి సాక్షి** (మేడపై నుండి క్రింద బాటలలో గల మనుష్యులను, భవనములను, దూరముగా గల విశాల మైదానములను చూచువానివలె)

– **నిర్గుణుడు** (నాటకంలోని ఏ పాత్ర యొక్క స్వభావముగాని, గుణము గాని నాటకరచయితవి కాని విధంగా),

– **సర్వగుణుడు** (నాటకంలోని సర్వుల గుణ–స్వభావములు నాటక రచయిత యొక్క కల్పనయే అయిఉన్న తీరుగా),

– **సర్వాతీతుడు** (నాటకము చూచువాడు నాటకములోని సర్వ సంఘటనలకు సర్వదా వేరుగా సాక్షి అయి ఉన్నట్లుగా),

– **స్వస్వరూపుడు** (జలము తరంగమునకు సర్వదా స్వస్వరూపమే అయినట్లుగా),

ఈ ఈ విధములుగా – భావన చేస్తూ **"ఓం నమో నారాయణాయ"** అను ఈ అష్టాక్షరీ మంత్రమును ఉపాసన చేస్తూ ఉంటాడో.., అట్టివాడు **వైకుంఠభవనమ్ గమిష్యతి।** వైకుంఠ ధామమును చేరుచున్నాడు.

అట్టి **'ఓం నమో నారాయణాయ'**కు పరమ లక్ష్యమగు ఆ నారాయణుడు...,

→ మనందరి యొక్క స్వ–హృదయ పుండరీకము (పుష్పము)నందే సర్వదా వేంచేసియున్నారు.

→ కేవల చిత్ (విషయరహితమగు తెలివి) స్వరూపుడైన విజ్ఞానఘనుడు (The said concept of knowing)గా వెలుగొందుచున్నారు.

→ సర్వ-అంతర్యామియై అంతరాత్మగా ప్రకాశించుచున్నారు.

పరబ్రహ్మమగు నారాయణుడే జనుల అజ్ఞానాంధకారము పటాపంచలుచేయు **విజ్ఞాన జ్యోతియై** ప్రకాశించుచున్నారు. ఆత్మానుభవ మార్గదర్శనము కొరకై దేవకీ పుత్రుడగు శ్రీకృష్ణ భగవానుడుగా అవతరించారు. **బ్రహ్మమే తానైనట్టి మధుసూదనుడు** ఆయన! **బ్రహ్మణ్యో దేవకీ పుత్రో, బ్రహ్మణ్యో మధుసూదనః।**

(- అహమ్ సర్వస్య ప్రభవో.. మత్తః సర్వమ్ ప్రవర్తతే!

- మత్తః పరతరమ్ నాఽ న్యత్ కించిదస్తి!

- కాలోఽ స్మి లోకక్షయకృత్-ప్రవృద్ధో।

- మాయాతతమ్ ఇదమ్ సర్వమ్ జగత్ అవ్యక్తమూర్తినా!

- మత్ స్థాని సర్వభూతాని। న చ అహమ్ తేషు అవస్థితః న చ మత్‌స్థాని భూతాని। - ఇతి భగవత్ వాక్యః)

బ్రహ్మణ్యః పుండరీకాక్షో। బ్రహ్మణ్యో విష్ణుః, అచ్యుతః। - పద్మమువంటి కనులు గలిగిన పుండరీకాక్షుడు! విష్ణుభగవానుడు! స్వస్వరూపమునుండి చ్యుతి పొందనివాడు కాబట్టి అచ్యుతుడు! ఆయనయే పరబ్రహ్మము.

ఇటువంటి స్వస్వరూప నిర్వచన వాక్య ప్రదర్శనముచే శ్రీకృష్ణుడు-**"శ్రీకృష్ణ పరబ్రహ్మమూర్తి", "బ్రహ్మైవ-న బ్రహ్మవిత్"**... అయి ఉన్నారు. శ్రీకృష్ణోపాసకుడు, గురోపాసకుడు సాక్షాత్ నారాయణుడే! ఎవ్వరైతే సర్వజీవులలోను ఏకస్వరూపుడై సర్వదా ఉన్నారో,... ఆయనయే పరమ-పురుషుడు, నిత్యుడు, అఖండుడు అగు శ్రీమన్నారాయణమూర్తి!

ఆయనయే సర్వమునకు **కారణుడు**. ఆయన కారణ పురుషుడు. ఆయనకు మరొకటేదీ కారణము కాదు. కనుక **అకారణుడు.**

అట్టి ఓంకార శబ్దార్థ పరబ్రహ్మమూర్తియగు శ్రీమన్నారాయణుని భక్తితో ఆశ్రయించినవారు **తదేవ భవతి।** పరబ్రహ్మస్వరూపులై వెలుగొందుచున్నారు.

ఇది ఈ విధంగా అథర్వణవేదము - అథర్వ వేద (31) ఉపనిషత్తులు లోకములకు ఎలుగెత్తిగానం చేస్తూ పలుకుచున్నాయి. బోధించుచున్నాయి. గుర్తు చేస్తున్నాయి.

ఫలశ్రుతి

అట్టి పరమ పవిత్రము, ఉత్తమార్థప్రదాత అగు **"శ్రీమన్నారాయణ - అష్టాక్షరీ మంత్రమును"** ఎవరు భక్తితో, అత్యంతికార్థ పూర్వకంగా ఉపాసిస్తారో, వారు →

ఉదయము నిర్వర్తించిన **"ఓం నమో నారాయణాయ"** అష్టాక్షరీ మంత్రోపాసనచే రాత్రి చేసియున్న పాపములు - దోషములు [నారాయణునికి అన్యులై సహజీవులు ఉన్నారు - అను సర్వ అల్పదృష్టుల ప్రభావము] తొలగిపోగలదు. **పవిత్రమగు నారాయణతత్త్వ దర్శన దృష్టి ప్రవృద్ధమవగలదు.**

ప్రాతః-సాయం సమయాలలో అష్టాక్షరీమంత్రోపాసన చేయటం చేత ఆ రోజంతా చేసియున్న అల్పభావనల దుష్ప్రభావములు తొలగగలవు. **మనస్సు పవిత్రమగుచూ రాగలదు.**

మధ్యాహ్న సమయంలో సూర్యభగవానుని ఎదురుగా నిలబడి అష్టాక్షరీ **మంత్రోపాసన - నారాయణ ఉపనిషత్- పారాయణము** నిర్వర్తించటం చేత పంచమహాపాతకదోషాల దుష్ప్రభావాలు ఆ ఉపాసకుని పట్ల తొలగిపోతాయి.

నారాయణాత్ పరమ్ నాస్తి - అను ఆత్మభావన ఆరూఢమౌతుంది.

ఎవ్వరైతే ఈ నారాయణోపనిషత్ శ్లోక పఠనమును, అష్టాక్షరీ మంత్రజపమును ప్రతిరోజు నిర్వర్తిస్తుంటారో...

⌘ వారికి సర్వవేదముల పారాయణము చేసిన పుణ్యము లభించగలదు.

⌘ నారాయణ సాయుజ్యము ప్రాప్తించగలదు.

ఇది వేద వచన సార పాఠ్యాంశము!

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత నారాయణోపనిషత్

ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

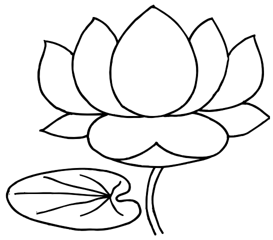
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

17 పంచ బ్రహ్మోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ బ్రహ్మాది పంచబ్రహ్మాణో,
యత్ర విశ్రాంతిమ్ ఆప్నుయుః,
తత్ అఖండ సుఖాకారం
రామచంద్ర పదమ్ భజే॥



సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుడు మొదలుగా పంచ బ్రహ్మలు ఎక్కడ ఆత్మానంద విశ్రాంతిని పొంది బ్రహ్మానందభరితులై ఉంటున్నారో,...అట్టి అఖండ సుఖాకారమగు శ్రీరామచంద్ర పదమును భజించుచున్నాము.

ఓం నమః శివాయ

01. ఓమ్। అథ పైప్పలాదో
ప్రశ్న : "భగవాన్! కిమ్ ఆదౌ?
కిమ్ జాతమ్?" ఇతి।
సమాధానం : "సద్యో జాతమ్" ఇతి।
ప్రశ్న : కిమ్ భగవ, ఇతి?
స : "అఘోర" ఇతి।
ప్ర : కిమ్ భగవ ఇతి?
స : "వామదేవ" ఇతి।
ప్ర : కిమ్ వా పునః ఇమే భగవ, ఇతి?
స : "తత్పురుష" ఇతి।
ప్ర : కిం వా పునః ఇమే 'భగవ' ఇతి?
స : సర్వేషాం విద్యానాం
ప్రేరయితా "ఈశాన" ఇతి
ఈశానో భూతభవ్యస్య
సర్వేషామ్ దేవయోనినామ్॥
ప్ర : కతి వర్ణాః? కతి భేదాః?
కతి శక్తయో?

మహాదేవ – పైప్పలాద సంవాదము

'ఓం'కార స్వరూపమగు పంచాక్షరీ శివతత్త్వమునకు నమస్కరిస్తూ...,

- ఒకప్పుడు పిప్పలాదమహర్షి కుమారుడగు (గాలవస్య నామధేయులగు) పైప్పలాదుడు - భగవంతుడగు మహాదేవుని గురించి ఉపాసించి, దర్శనం చేసుకొని- స్వామిని ఈ విధంగా 'ఆధ్యాత్మ' విద్య గురించి ప్రశ్నించారు.

పైప్పలాదుడు : హే మహాదేవా! సృష్టికి మొట్టమొదటగా ఏమి ఉండి ఉన్నది? తరువాత ఏమి జనించినది? కిమ్ అదౌ? కిమ్ జాతమ్?

మహేశుడు : 'సత్తు' మాత్రమే ఉన్నది. అదియే జననము పొందుటచే **సద్యోజాతము!** (The Absolute Presence is presenting itself as creation)

పిప్పలాదుడు : భగవానుడు (వెలిగించువాడు) అనగా ఎవరు?

మహేశుడు: సూక్ష్మతత్త్వము అయినట్టి **అఘోర.** (Subtle Divinity)

పైప్పలాదుడు : అఘోర - తరువాత ఆయనను వెలిగించు భగవానుడు?

మహేశుడు : వామదేవుడు (The Absolute witness)

పైప్పలాదుడు : ఇంకా ఆయనకు భగవంతుడెవ్వరు?

మహేశుడు : తత్పురుషుడు (The worker by being beyond)

పైప్పలాదుడు : ఆ తత్పురుషుని వెలిగించుచున్నది?-ఏ మరొక భగవంతుడు?

మహేశుడు : ఈశానుడు. (That which is enlightening itself as all else).

అన్ని విద్యలకు ప్రేరకుడు ఈశానుడు ఆయనయే సర్వ దేవతల యొక్క యోనిస్థానము. వర్తమాన - భవిష్యత్తుల **ప్రేరకుడు. కాలస్వరూపుడు.**

పంచబ్రహ్మతత్త్వములు

(1) సద్యోజాతుడు (2) అఘోరుడు (3) వామదేవుడు (4) తత్పురుషుడు (5) ఈశానుడు.

పైప్పలాదుడు : సర్వప్రేరకుడగు ఈశానుని వర్ణములు ఎన్ని? భేదములెన్ని? ఆయన ఏఏ శక్తులు కలిగిఉన్నారు?

స : యత్ సర్వమ్, తత్ గుహ్యమ్, తస్మై
నమో మహాదేవాయ। మహారుద్రాయ।
ప్రోవాచ :
తస్మై భగవాన్ మహేశః, గోప్యాత్ గోప్యతరమ్
లోకే యత్ అస్తి శృణు, శాకల!

మహేశుడు : సర్వ తత్త్వములకు, సర్వయోనులకు ప్రేరకుడు, గుహ్యాము సర్వాంతర్యామి. అట్టి మహాదేవుడగు మహారుద్రునికి నమోవాకములు. సర్వమునకు లయకారకుడగుటచే 'మహారుద్రుడు'....సర్వజీవుల అంతరాంతర స్వరూపుడై సర్వత్రా సర్వముగా సంప్రదర్శితులు.
ఓ శాకలా! లోకంలో అనేక రహస్యాలు ఉంటూ ఉండవచ్చుగాక!
రహస్యములన్నింటికంటే రహస్యమైనది చెప్పుచున్నాను విను.

ఉపాసన

(1) సద్యోజాతమ్
మహీ। పూషా। రమా।
బ్రహ్మ। త్రివృత్ స్వరః।
ఋగ్వేదో గార్హపత్యం చ
మంత్రాః సప్తస్వరాః తథా।
వర్ణం → పీతం।
క్రియా శక్తిః । సర్వ అభీష్ట ఫలప్రదమ్।

ఉపాసన

(1) సద్యోజాతము - ఈ జీవునియొక్క జన్మ - కర్మలకంటే మునుముందటి స్వరూపము. కేవల సత్ **సద్యోజాతము** సర్వమునకు **జననస్థానము. మహామహిమాన్వితము. పూషము** (పవిత్రమైనది). **రమా** (సంపత్‌ప్రదము), సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుని చైతన్యరూపము. త్రివృత్ (త్రిగుణ జనన స్థానము), స్వరరూపము, ఋగ్వేద ఋక్కులకు విషయము. గార్హపత్యాగ్ని స్వరూపము. మంత్రరూపము (మననాత్ త్రాయతే). సప్తస్వర రూపము. (స-రి-గ-మ-ప-ద-ని- సప్త స్వరరూపమే జగత్తు-జగదీశ్వరుడు కూడా).
ఎరుపు వర్ణము.
క్రియాశక్తి స్వరూపము. సర్వాభీష్ట ఫలప్రదము (కోరుకున్నవన్నీ) ప్రసాదించునది. **ఈరీతిగా సద్యోజాత ముఖము ఉపాసించబడు చున్నది.**

---

(2) అఘోరగ్ం :
సలిలం। చంద్రం। గౌరీ।
వేద ద్వితీయకమ్। (యజుర్వేదమ్)।
నీరదాభగ్ం స్వరగ్ం।
సాంద్రం। దక్షిణాగ్నిః ఉదాహృతమ్॥

(2) అఘోరము : సలిలము (జలస్వరూపం)। చంద్రము। గౌరీదేవీ స్వరూపము। రెండవదిగా తెలియబడునది। యజుర్వేదరూపము।
మేఘస్వర స్వరూపము. (మేఘ గర్జన శబ్దస్వరూపము)। సాంద్రమైన స్వరము।
దక్షిణాగ్ని రూపము - అని వర్ణించబడుచున్నది. **ఈ విధంగా రెండవ సృష్టి ముఖముగా ఆరాధించబడుచున్నది.**

---

2. పంచాశత్ (50) వర్ణ
సంయుక్తగ్ం స్థితిః।
ఇచ్ఛా క్రియాన్వితమ్।
శక్తి రక్షణ సంయుక్తగ్ం।
సర్వామౌఘ వినాశనమ్।
సర్వ దుష్ట ప్రశమనగ్ం।
సర్వైశ్వర్య ఫలప్రదమ్।

'50' వర్ణములతోకూడినట్టిది! సర్వత్రా స్థితి కలిగినట్టిది.
ఇచ్ఛా క్రియలతో కూడినట్టిది.
శక్తి, రక్షణలతో కూడినట్టిది. సర్వజీవులకు త్రాణ (శక్తి). సంరక్షణ పరిపోషణ రూపము సర్వపాపములను ప్రక్షాళనము చేయగలిగినట్టిది।
దుష్టత్వమును ప్రశమింపజేయునది. పూర్తిగా తొలగించునట్టిది.
సర్వ ఐశ్వర్యములు ప్రసాదించునదిగా **- అఘోర ముఖము ఉపాసించ బడుచున్నది.**

---

(3) వామదేవమ్ :
మహాబోధ దాయకమ్। పావకాత్మకమ్।
విద్యాలోక సమాయుక్తమ్।
భానుకోటి సమప్రభమ్। (సమప్రదమ్)।
ప్రసన్నగ్ం సామవేదాఖ్యం।
గానాష్టక సమన్వితమ్।
ధీరస్వరమ్ అధీనం చ।
ఆహవనీయమ్ అనుత్తమమ్।

(3) వామదేవము: ఉత్తమమగు మహా బోధ (ఆత్మబోధ)ను ప్రసాదించునది. సాధకుని (ఉపాసకుని) పరమ పవిత్రముగా చేయునది. బ్రహ్మ విద్యా-అవలోకనకు సమాయుక్తుడుగా బ్రహ్మవిద్యకు సిద్ధము చేయునది.
- కోటి సూర్య ప్రభలచే ప్రకాశించునది.
- నిత్య ప్రసన్నము.
- సామ వేదముచే గానములుగా వివరించబడునది. గానాష్టకములతో కూడి ఉన్నట్టిది.
బుద్ధి - ధీశక్తిగా సంప్రదర్శితము.
యజ్ఞములో ఆహవనీయాగ్ని స్వరూపము. ఉత్తమోత్తమము. ఉత్తమ పురుష

(అ)జ్ఞాన సగ్ంహార సంయుక్తగ్ం।
శక్తిద్వయ సమన్వితమ్।
వర్ణగ్ం → శుక్లమ్। తమో మిశ్రమ్।
పూర్ణబోధకరగ్ం స్వయమ్।
ధామత్రయ నియంతారమ్।
ధామత్రయ సమన్వితమ్।
సర్వసౌభాగ్యదం నృణాం,
సర్వకర్మ ఫలప్రదమ్।
అష్టాక్షర సమాయుక్తమ్,
అష్టపత్ర – అంతర స్థితమ్।

(నేను)కు జననస్థానము అగుటచే అనుత్తమము.
జ్ఞాన (అజ్ఞాన) సంహార సంయుక్తులు (జ్ఞేయ స్వరూపులు) ।
శక్తిద్వయం (పురుష + ప్రకృతి శక్తుల)తో కూడుకున్నవారు।
వర్ణము → తెలుపు
తమో మిశ్రమగుణులై కనిపించువారు। స్వయముగా పూర్ణ బోధక స్వరూపులు। కేవల బుద్ధి స్వరూపులు। గురుస్వరూపులు। త్రిలోకముల నియంత। మర్త్య - పాతాళ - దేవలోకాధీసులు. త్రిలోకములు తనవై, తన అధీనమునందు కలవారు। త్రిలోక సమన్వితులు। త్రిలోకస్వరూపులు!
సర్వసౌభాగ్యములు ప్రసాదించువారు! సర్వకర్మలకు ప్రదాత!
అష్టాక్షర (ఓం నమో నారాయణాయ)...సమాయుక్తులు! హృదయము యొక్క '8' రెక్కల అంతరమున సంస్థితులై ఉన్నవారు- **అని వామదేవ ముఖము ఆరాధించబడుచున్నది.**

---

4. తత్పురుషమ్

యత్ తత్పురుషం ప్రోక్తం
వాయుమండల సంవృతమ్।
ప్రంచాగ్నినా (పంచ–అగ్నినా) సమాయుక్తం।
మంత్రశక్తి నియామకమ్।
పంచాశత్ (50) స్వర వర్ణాఖ్యమ్।
అథర్వవేద స్వరూపకమ్।
కోటికోటి గణాధ్యక్షమ్।
బ్రహ్మాండ అఖండ విగ్రహమ్। వర్ణగ్ం రక్తం।
కామదం చ।
సర్వ అధి – వ్యాధి భే(భి)షజమ్।
సృష్టి స్థితి లయ – ఆదీనామ్
కారణగ్ం, సర్వశక్తి ధృక్।
అవస్థా త్రితయ అతీతమ్
తురీయమ్। సత్ యత్ చిత్
సుఖమ్। బ్రహ్మ, విష్ణు –
ఆదిభిః సేవ్యగ్ం।
సర్వేషాం జనకం
పరమ్।

(4) తత్ పురుషుడు (తత్పురుషమ్) :
వాయు మండలమంతా వాయుస్వరూపుడై విస్తరించి ఉన్నవారు,
పంచాగ్నుల-(**గార్హపత్యాగ్ని, ఆహవనీయాగ్ని, దక్షిణాగ్ని, అవసథ్యాగ్ని** అను 4 వైపుల అగ్నులు, ఊర్ధ్వంగా సూర్యాగ్ని)...స్వరూపులు. మంత్రముల యందు శక్తి స్వరూపులై ప్రకాశించువారు. మంత్రశక్తి నియామకులు.
- పంచాశత్ (50) స్వర వర్ణములచే సంప్రదర్శితులు. అక్షర-శబ్ద-వాక్య ఉచ్చారణలకు ప్రభావము ప్రసాదించువారు. అథర్వణ వేద స్వరూపులు. కోటి-కోటి గణాధ్యక్షుడు (కోటానుకోట్ల గణములకు అధ్యక్షుడు) అయినవారు.
- అఖండ బ్రహ్మాండ స్వరూపులు.
- రక్తపు (ఎరుపు) రంగుతో ప్రకాశించువారు.
- సంకల్ప - సృష్టి - స్థితి - సంచార - లయ - కామ స్వరూపులు.
- మానసిక - శారీరక వ్యాధులకు భిషజులు (వైద్యులు).
- సృష్టి - స్థితి - లయము - మొదలైనవాటికి కారణులు. కారణ కారణులు.
- సర్వశక్తిమంతులు.
- (జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులనబడే) త్రి - అవస్థలకు అతీతమైన స్వరూపముగా (తురీయుడై) విరాజిల్లువారు. తురీయస్వరూపులు.
- సత్ - చిత్ - ఆనందమగు తురీయసాక్షీసుఖ స్వరూపులు, బ్రహ్మ - విష్ణు మొదలైన సర్వదేవతలచే సదా సేవించబడువారు.
- సర్వమునకు, సర్వులకు జననస్థానము అయి ఉన్నవారు.
సర్వమునకు పరము అగు - అట్టి తత్‌పురుషుని సర్వదా సేవించాలి.
(పై విశేషణములతో తత్పురుషముఖము ఉపాసించబడుచున్నది).

---

(5). ఈశానమ్ :

పరమం విద్యాత్ ప్రేరకమ్।
బుద్ధిసాక్షిణమ్।
ఆకాశాత్మకమ్। అవ్యక్తమ్।
ఓంకార స్వర భూషితమ్।
సర్వదేవ మయగ్ం। శాంతగ్ం।
శాంతి అతీతగ్ం। స్వరాత్ బహిః॥

(5) ఈశానుడు (ఈశానమ్) :
- సర్వము విస్తరించి ఉన్నవారు. సర్వము తానే అయి, సర్వమునకు వేరైయున్నవారు. (సర్వ ఆభరణములకు 'బంగారము' వలె) సర్వమునకు **'పరము'** అయినట్టివారు.
- 'తెలుసుకోవటము' అనబడు విద్యకు ప్రేరకస్థానము.. **'పరావిద్య'కు ప్రేరణ స్వరూపులు.**
- బుద్ధికి ఆవల **'సాక్షి'** అయి, **బుద్ధికి మునుముందే ఉన్నట్టివారు.**
- ఆకాశమునకే ఆత్మ అయి ఉన్నట్టి **చిదాకాశస్వరూపులు.**

అకారాది (క్షరాంతగ్ం) స్వరాధ్యక్షమ్।
ఆకాశమయ విగ్రహమ్।
పంచకృత్య నియంతారమ్।
పంచ బ్రహ్మాత్మకం బృహత్।
పంచబ్రహ్మ ఉపసగ్ంహారం।
కృత్వా, స్వాఽత్మని
సగ్ంస్థితః।
స్వమాయావై భవాన్ సర్వాన్,
సగ్ంహృత్య స్వాత్మని స్థితః।
పంచబ్రహ్మాత్మక అతీతో భాసతే
స్వ స్వ తేజసా।
ఆదావంతే చ, మధ్యే చ
భాసతే న – అన్య
హేతునా। మాయయా
మోహితః శంభోః,
మహాదేవం జగద్గురుమ్।
న జానంతి సురాః సర్వే,
సర్వకారణ కారణమ్।

- ఈ సర్వమును **వ్యక్తీకరిస్తూనే** తాను మాత్రం **'అవ్యక్తము'** అయి ఉన్నట్టివారు.
- 'ఓం' అను స్వరముచే అలంకరించబడినట్టివారు.
- తనయందు సర్వదేవతలు ఉనికిగా కలిగియున్న వారు. సర్వదేవతా స్వరూపులు.
- పరమ **శాంత స్వరూపులు.**
- 'శాంతము' అను స్వభావమునకు మునుముందే సాక్షిగా ఉండి ఉన్నట్టివారు, కాబట్టి - **"శాంతాతీతస్వరూపులు" కూడా.**
- బాహ్యమున 'స్వ (నేను)' అను స్వరస్వరూపులు! స్వ-రసస్వరూపులు.
- 'అ'కారము నుండి 'క్ష' కారము వరకు (మరియు) అ-ఉ-మ-అర్ధమాత్రలకు కూడా (సర్వ స్వరములకు) → అధ్యక్షులు.
- ఆకాశమంతా తన ఆకారముగా కలిగి ఉన్నట్టి ఆకాశమయ విగ్రహులు. చిదాకాశ-ఆత్మాకాశ స్వరూపులు.
- (సృష్టి-స్థితి-పరిపోషణ-శైథిల్యము-లయము అనబడు) పంచకృత్యముల నియంత.
- **(సద్యోజాతుడు, అఘోర, వామదేవ, తత్పురుష, ఈశాన** అనబడు) పంచబ్రహ్మాత్మకులు. వాటిని సంప్రదర్శించువారు,
- **పంచబ్రహ్మలను సంప్రదర్శించుచూ, ఉపసంహరణ** (withdraw) **చేయుచున్నట్టివారు. ఈసర్వము ప్రదర్శిస్తూ, ఇచ్ఛానుసారంగా ఒకప్పుడు లయింపజేయు 'లయకారులు',**
- ఆ విధంగా పంచ బ్రహ్మలను ఉపసంహరించుచూ, పంచబ్రహ్మాత్మకత్వమునకు కూడా సాక్షి అయి, అతీతులై **స్వ-ఆత్మయందు స్వస్వరూపులుగా, స్వతేజస్సుతో వెలుగొందువారు, రమించువారు,**

ఎట్టి బాహ్య కారణము (హేతువు) ఏమీ లేకుండానే మొదలు - మధ్య - చివర **అన్నిగా (జీవాత్మ - దృశ్యములుగా) భాసించువారు!**

<u>అట్టి స్వకీయ మాయచే మోహింపజేయు శంభుని మహాదేవుని, జగద్గురువు యొక్క కారణ స్వరూపమేమిటో, తత్త్వమేమిటో, దేవతలకు కూడా తెలియరానిది.</u>

ఆయన సర్వకారణ కారణుడు! **బాహ్యకారణము లేనివాడు. తనకు తానే కారణము కాబట్టి స్వకారణుడు. తనయొక్క జీవాత్మత్వమునకు తానే కారణుడు.**

న సంద్రుశే తిష్ఠతి
రూపమ్ అస్య, పరాత్పరమ్।
పురుషం, విశ్వధామ।

ఆయన రూపము - కళ్ళకు కనిపించకయే సర్వత్రా అణువణువునా వ్యాపించినదై, తిష్ఠించినదై ఉన్నది. **ఆయన పరమునకే పరమైన రూపము గలవాడు! పరమపురుషుడు! ఈ విశ్వమంతా ఆయనకు ధామమే! గృహమే!**

యేన ప్రకాశతే విశ్వం
యత్రైవ ప్రవిలీయతే,
తత్ బ్రహ్మ పరమగ్ం।
శాంతం। తత్ బ్రహ్మాస్మి పరంపదమ్॥
పంచబ్రహ్మపరం విద్యాత్, సద్యోజాతాది
పూర్వకమ్, దృశ్యతే శ్రూయతే
యత్ చ, పంచ బ్రహ్మాత్మకగ్ం స్వయమ్।
పంచధా వర్తమానం తం బ్రహ్మకార్యమ్
ఇతి స్మృతమ్।
బ్రహ్మకార్యమ్ ఇతి శ్రుత్వా,
ఈశానం ప్రతిపద్యతే॥

- ఈ విశ్వమంతా ఎవ్వరి వలన ప్రకాశించుచున్నదో, ఎవ్వరియందు ప్రకాశించుచూ, లయమగుచున్నదో, **అట్టి 'పరబ్రహ్మమే' ఆయన తత్త్వము.** పరమశాంతమగు సద్యోజాత మొదలైన పంచబ్రహ్మలకు మునుముందే ఉన్నట్టివారు!

మునుముందే - ఆ తరువాత కూడా యథాతథమైయున్న శివతత్త్వమే ఆయన!

ఏది పంచబ్రహ్మాత్మకమై కనిపిస్తూ, వినిపించుచూ ఉన్నదో...అదంతా కూడా బ్రహ్మముయొక్క '5' విధములుగా బ్రహ్మమే నిర్వర్తించుచున్నదని గమనించబడుగాక! **అట్టి బ్రహ్మమే నేను - బ్రహ్మమే నీవు. సోఽహమ్। తత్త్వమ్।**

ఎవ్వరు పంచ బ్రహ్మాత్మకమైనదంతా బ్రహ్మముయొక్క నిర్వహణా విశేషమై, బ్రహ్మమునకు అభిన్నమై ఉన్నదని గ్రహించి, గమనించి, ఉపాసిస్తూ ఉంటారో, వారు **ఈశానత్వమును (ఈశ్వరత్వమును, ఈశ్వర లక్షణమును) సంతరించుకొనుచున్నారు.**

3. పంచ బ్రహ్మాత్మగ్ం
సర్వగ్ం, స్వ ఆత్మని ప్రవిలాప్య చ।
"సోఽ హమ్ అస్మి" ఇతి
జానీయాత్ విద్వాన్
బ్రహ్మ-అమృతో భవేత్।
ఇతి ఏతత్ బ్రహ్మ
జానీయాత్ యత్,
సః ముక్తో। న సగ్ంశయః॥

"ఇదంతా పంచబ్రహ్మాత్మకమే" అని భావిస్తూ తెలుసుకుంటూ దీనినంతటినీ ఎవ్వరైతే 'స్వాత్మ'యందు ప్రవిలాప్యము (విలీనము) చేయుచూ...**"ఇదంతా మమాత్మానంద విస్తార సంప్రదర్శనమే"**...అను ఎరుకను అనునిత్యం చేసుకుంటున్నారో, అట్టివాడు **ఆ అమృత పరబ్రహ్మమే తానుగా అగుచున్నాడు.**

స్వభావనయే ఇదంతా! ఇదంతా స్వకీయ స్వభావమే!

ఈ విధంగా సర్వ స్వరూపమగు బ్రహ్మమును స్వస్వరూపముగాను, పంచబ్రహ్మాత్మకముగాను, త్వమ్ తత్ శివేతి - శివతత్త్వజ్ఞానముగాను, సోఽహమ్-అట్టి బ్రహ్మమే నేను - అని ఎరుగుచున్నాడో, **అట్టివాడు సర్వదా ముక్తుడే! ఇందులో సందేహమే లేదు!**

పంచాక్షరమయగ్ం శంభుం,
పరంబ్రహ్మ స్వరూపిణమ్।
'న'కార ఆది - 'య'కార అతం
జ్ఞాత్వా పంచాక్షరం జపేత్॥
(న-మః-శివా-య)

ఆ శంభు భగవానుడు, పరమశివుడు
- పంచ - అక్షరమయుడని, పంచాక్షర దేహ ప్రత్యక్షుడని,
- పరబ్రహ్మ స్వరూపుడని
- సర్వ స్వరూపుడు, స్వస్వరూపుడు అని

'న'కారాది 'య'కారాంతము వరకు (ఓం) ''నమః శివాయ'' - సద్యోజాత-అఘోర-వాసుదేవ-తత్పురుష-ఈశాన)
పంచబ్రహ్మాత్మకుడుగా తెలుసుకొని 'పంచాక్షరి'ని జపించాలి.

సర్వం పంచాత్మకం
విద్యాత్, పంచ
బ్రహ్మాత్మ తత్త్వతః॥
పంచ బ్రహ్మాత్మికాం
విద్యాం యో అధీతే భక్తి భావితః,
స పంచాత్మకతామ్
ఏత్య, భాసతే 'పంచధా' స్వయమ్॥

ఓ పైప్పల మహర్షి ప్రియపుత్రుడా! పైప్పలాదా! **"సర్వమ్ పంచ బ్రహ్మ అఖండ తత్త్వమ్"** అని, పంచాత్మకమని తత్త్వతః గ్రహించెదవుగాక!

మనము చెప్పుకున్న "పంచ బ్రహ్మాత్మిక విద్య''ను ఎవ్వడు భక్తి - జ్ఞానములతో పఠిస్తాడో, అధ్యయనం చేస్తాడో...అట్టివాడు స్వయముగా 'పంచాత్మకత్వము'ను పొంది - సద్యోజాత , అఘోర, వామదేవ, తత్పురుష, ఈశాన - స్వరూపుడై **స్వయముగా పంచ విధములుగా ప్రకాశమానుడగుచున్నాడు.** స్వస్వరూప పంచతత్త్వ ప్రదర్శకుడై, **ఈ దృశ్యమును విహారస్థానముగా చూస్తూ వినోదిస్తున్నాడు.**

ఏవమ్ ఉక్త్వా, మహాదేవో గాలవస్య
మహాత్మనః, కృపాం చకార తత్రైవ
స్వ అంతర్ధిమ్ అగమత్ - స్వయమ్॥

భక్తులపాలిటి కల్పవృక్షము అయినట్టి మహాదేవుడు ఈ విధంగా మహాత్ముడగు పిప్పలాదమహర్షి కుమారుడగు పైప్పలాద మునికి బోధించి, అటు తరువాత అంతర్ధానం అయ్యారు.
పైప్పలాదుడగు గాలవస్యుడు ఇట్లా విచారణ చేయసాగారు.

యస్య శ్రవణ మాత్రేణ శ్రుతమ్ ఏవ
శ్రుతం భవేత్, అమతం చ
మతం జ్ఞాతం, అవిజ్ఞాతం చ
శాకల! ఏకేనైవ తు
పిండేన మృత్తికాయాః చ
గౌతమ! విజ్ఞాతం
మృణ్మయగ్ం (మృత్ మయగ్ం) సర్వం,
మృత్ అభిన్నగ్ం హి కార్యకమ్।
ఏకేన లోహమణినా, సర్వం లోహమయం
యథా, విజ్ఞాతగ్ంస్యాత్ అథ ఏకేన
నఖానాం కృంతనేన చ।

గాలవస్య/శాకల నామధేయ పైప్పలాదుడు : ఎవ్వరు ఈ పంచ బ్రహ్మోపనిషత్‌ను (గురుముఖతః) శ్రవణం చేస్తారో.... అట్టివాడు వినవలసిన వేద - వేదాంతసారమును విన్నవాడగుచున్నాడు.

ఓ గాలవస్యా! మట్టి గురించి తెలుసుకుంటే, మట్టి పాత్రల గురించి, మట్టి బొమ్మల గురించి తెలుసుకున్నట్లే అవుతుంది కదా! అట్లాగే, ఓ గౌతమా! అమతము, (స్వానుభవము), మతము (మహనీయుల అభిప్రాయము), జ్ఞాతము (తెలియబడుచున్నట్టిది) అజ్ఞాతము (తెలియబడనట్టిది)...అన్నీ కూడా తెలియబడగలవు. మట్టి -కార్యకము, అకార్యకము కూడా అయి మట్టి పాత్రలుగా ప్రదర్శనమగుచున్నట్లే, బ్రహ్మము (లేక) శివము ఇదంతా ప్రదర్శనమగుచున్నది. (వెండి) లోహపు ముక్క గురించి తెలుసుకుంటే "వెండి ఆభరణముల తత్త్వమంతా తెలిసిపోతుంది కదా. కారణము కంటే కార్యము (బ్రహ్మము కంటే సాహంకార జగత్తు) భిన్నము కాదు-అని స్వభావంగానే తెలియవచ్చు చున్నది. శివతత్త్వమును ఎరిగినప్పుడు-జీవుడు, జగత్తుల తత్త్వము కూడా తెలిసిపోగలదు.

సర్వం కారణాయ సంజ్ఞాతం తత్
అభిన్నగ్ం స్వభావతః।
కారణాత్ అభిన్నరూపేణ
కార్యం కారణం ఏవ హి।
తత్ రూపేణ సదా సత్యం, భేదేన
ఉక్తిః మృషా ఖలు।
తత్ చ కారణం ఏకం, హి న భిన్నం,
నో భయాత్మకమ్। భేదః సర్వత్ర మిథ్యా ఏవ॥

కార్యరూపమైన 'నీవు'-'జగత్తులు' **ఏకముగు బ్రహ్మమే అనునది సత్యము. భిన్నము సత్యము కాదు! భిన్నముగా కనిపించే దానిలోని ఏకత్వము సత్యము! కారణమే కార్యరూపముగా (అజ్ఞాన దృష్టికి) కనిపించుచున్నది.**

ఆది స్వరూపమగు ఆత్మ ఈ దృశ్యమునకు భిన్నము కాదు. ఉభయాత్మకము కాదు! కారణమునకు వేరుగా కార్యమున్నదనటం - స్వకీయ భ్రమయే. నీటిలోని ప్రతిబింబము కనబడినంత మాత్రంచేత నీటిలో వస్తువు ఉన్నదనటము వలె భ్రమయే! **బ్రహ్మమునకు జగత్తుకు భేదము మిథ్యయే!** బ్రహ్మము అద్వితీయుడు కాబట్టి - ఈ జీవుడు శివ (బ్రహ్మ) స్వరూపుడే. జీవుడు-దేవుడు-దృశ్యముల భేదము భ్రమమాత్రమే.

ఈ జీవుడు కూడా చూడబడుచున్న సమస్తమునకు అద్వితీయుడే.

ధర్మాదేః అనిరూపణాత్,
అతశ్చ కారణం
నిత్యం "ఏకం ఏవ,
అద్వయం" (ఏకమేవాద్వయం) ఖలు।
అత్ర కారణం అద్వైతగ్ం,
శుద్ధచైతన్యమ్ ఏవ హి।
అస్మిన్ బ్రహ్మ పురే
వేశ్మ దహరం యత్
ఇదం, మునే! పుండరీకం తు।
తత్ మధ్యే ఆకాశో
దహరో అస్తి తత్।
స శివః సత్ చిత్ ఆనందః।

ధర్మము - అధర్మముల చర్చ మొదలైనవి అంతిమ నిర్ణయమై లభించటము లేదు. ఒకనికి ఏది ధర్మమనిపిస్తోందో, మరొకరికి అది అధర్మము - అనిపిస్తోంది. వాటివాటి భేదములు సందర్భ పరిమితములు మాత్రమే. కాబట్టి, ధర్మాధర్మముల చర్చ అంతిమ సత్యము కాదు. మిథ్యయే! ఆది-కారణస్వరూపమగు ఆత్మ మాత్రమే సర్వదా నిత్యము, సత్యము, ఏకము అయి ఉన్నది!

అద్దానికి (ఆత్మకు) ద్వితీయమే లేదు. అద్వితీయము. ఆభరణములు అనేకములైనప్పటికీ బంగారము ఒక్కటే కదా!

అట్టి సమస్తమునకు కారణస్వరూపమగు ఆత్మ సర్వదా శుద్ధ చైతన్యమే. ఓ మునీశ్వరులారా! ఈ దేహము అనే బ్రహ్మపురిలో 'దహరకాశము' ఉన్నది. ఆ దహరాకాశములో హృదయ పుండరీకము (హృదయపుష్పము) ఉన్నది.

- ఆ హృదయ పుష్పమునందు సత్ - చిత్ - ఆనందస్వరూపుడగు 'శివుడు' చైతన్యమూర్తిగా, చైతన్యస్ఫూర్తిగా వేంచేసి ఉన్నారు.

సో అన్వేష్టవ్యో
ముముక్షుభిః।
అయగ్ం హృది
స్థితః సాక్షీ,
సర్వేషామ్
అవిశేషతః।
తేన అయగ్ం
హృదయం ప్రోక్తః,
శివః సంసారమోచకః।
ఇతి పంచబ్రహ్మోపనిషత్॥
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

అట్టి అంతర హృదయాంతరంగుడు, సర్వము తానైనవాడు, సర్వసాక్షి అగు పరమశివుని ముముక్షువు చివరికి తన **హృదయమునందే దర్శించాలి.** మరింకెక్కడో కాదు. **ఈ జగత్తులను శివునియందు, శివుని తన హృదయమునందు దర్శించాలి!** శివోఽహమ్। శివోఽహమ్।

ఆయన హృదయములో వేంచేసి ఉండియే, హృదయమునకు ఈశ్వరుడు (హృదయేశ్వరుడు), సర్వసాక్షి కూడా!

ఆయన **సర్వవిశేషములకు, విశేషణములకు సంబంధించనివారై సర్వదేహములలో ప్రకాశించుచున్నారు.** సర్వము లయించగా కూడా శేషించువారై ఉండటము చేత (స్వస్వరూప) శివతత్త్వము - ఆదిశేష్యము. అట్టి స్వ-హృదయతత్త్వజ్ఞానము ఈ జీవుని సర్వ సంసార బంధములకు విమోచన రూపమైయున్నది. (ఇదియే శివతత్త్వ జ్ఞానము).

పంచబ్రహ్మోపనిషత్ సమాప్తా
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

17 పంచ బ్రహ్మోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

సర్వ తత్త్వాత్మకమ్, సాంబమ్, సర్వతత్త్వ విదూరకమ్,
సర్వ తత్త్వస్వరూపం చ, ఏకబిల్వమ్ శివార్పణమ్॥

ఓం నమో నారాయణాయ।
ఓం నమః శివాయ।

బ్రహ్మ మొదలైన పంచబ్రహ్మలు ఏ కేవలానంద పరబ్రహ్మమునందు పరమప్రశాంతతను, అనిర్వచనీయమైన విశ్రాంతిని ఆస్వాదిస్తూ ఉన్నారో, అట్టి బ్రహ్మానంద భరిత – అఖండా సుఖాకారమగు శ్రీరామచంద్ర పదమును భజించుచూ ఆశ్రయిస్తున్నాము.
'ఓం' కార శివ స్వరూపమగు పంచాక్షరీ – పంచముఖ శివతత్త్వమునకు నమస్కరిస్తూ....

ఒకప్పుడు పిప్పలాద మహర్షి కుమారుడు, 'శకలముని' నామధేయులు అగు పైప్పలాదుడు – ఒక ప్రశాంతమగు ఏకాంత ప్రదేశములో పరమ శివుని సాక్షాత్కారము కొరకై దీర్ఘకాలము శివోపాసన నిర్వర్తించారు. ఒకానొక శుభసమయంలో, పైప్పలాదుని ఆరాధనకు సంతోషించిన **మహేశ్వరుదు త్రినేత్ర – త్రిశూల – త్రిరేఖ – త్రివిధ ప్రకృతి సిద్ధ – సగుణాత్మకులై, సర్వశుభలక్షణములతో** సాక్షాత్కరించారు.

⌘

మహేశ్వరుడు : ఓ పైప్పలాద మహర్షి ప్రియకుమారా! శకలమునీంద్రా! నీ భక్తితత్పరతకు ఆనందించానయ్యా! వరము ప్రసాదించుటకై నీముందు సాక్షాత్కరిస్తున్నాను. ఏమి కావాలో కోరుకో బిడ్డా!

పైప్పలాదుడు : తండ్రీ! ఇహ – పర – పరాత్పరానంద స్వరూపా! మహేశ్వరా! సాష్టాంగదండ ప్రణామములు. మీరు ప్రేమానంద స్వరూపులు! దేవాదిదేవులు! మిమ్ములను ఆరాధించినంతమాత్రం చేతనే అన్ని శుభములు ఒనగూడినట్లే! **స్వభావసిద్ధమగు భక్త్యానందముతో మిమ్ములను ఆరాధిస్తున్నాను.** ఏదో కోరి కాదు. ఈరోజు నాకు శుభదినము. మీ ప్రకృతి సిద్ధమగు పరమపావన స్వరూపంతో సాక్షాత్కరించారు. **నాయొక్క జన్మజన్మల జాడ్యము తొలగిపోయింది.**

స్వామీ! వరం కోరుకోమన్నారు కాబట్టి బ్రహ్మతత్త్వజ్ఞానార్థినై, జగదానందకరుడు, జగద్గురువు అగు మిమ్ములను అస్మత్ సందేహనివృత్తి కొరకై అధ్యాత్మశాస్త్ర పూర్వకంగా మీయొక్క 'పంచబ్రహ్మతత్త్వము' గురించి విశదీకరించగోరుచున్నాను. విష్ణు బ్రహ్మలకు కూడా ఉపాసనాంశములని చెప్పబడు మీయొక్క "పంచముఖ–శివతత్త్వము"ను దయతో వివరించండి!

హే భగవాన్! మహేశ్వరా! ఈ ఎదురుగా మా ఇంద్రియములకు కనబడుచున్న 'సృష్టి'కి మొట్టమొదట ఉన్నదేది? ఆ తరువాత (Later) జనించుచున్నదేది? ఆ తదనంతర భగవత్ దివ్య స్వరూపులెవరు? ఏఏ రీతులుగా మేము సంసార నివృత్తికొరకై, బ్రహ్మతత్త్వ సిద్ధికొరకై ఉపాసించాలి? దయతో ఈఈ విషయాలు కూడా నాకు బోధించమని అభ్యర్థన.

మహేశ్వరుడు : నీ ప్రశ్న నాకు సంతోషము కలుగజేస్తోందయ్యా! అస్మత్ 'పంచబ్రహ్మతత్త్వము' గురించి చెపుతాను. విను.

(1) సద్యోజాతము: ఈ ఇంద్రియానుభవమగుచున్న సృష్టికి ముందుగా కేవలము 'ఉన్నాను' అనురూపము గల 'సత్' తత్త్వము ఉన్నది. అట్టి 'సత్తు' యే....సృష్టి రూపముగా జనించినదగుచున్నది. అందుచేత నాయొక్క ప్రప్రథమతత్త్వము **'సత్-యో-జాతమ్-సద్యోజాతము'** అని స్తుతించబడుచున్నది. సర్వమునకు మునుముందుగా ఉన్నది→ సర్వాత్మకుడను, సర్వతత్త్వ విదూరుడను అగు నేనే! అన్యమే లేనట్టి నాయొక్క 'కేవలసత్' నుండియే, ఈ సమస్త దృశ్య జగత్తులు 'ఉనికి'ని సంతరించుకొంటున్నవై 'సద్యోజాతబ్రహ్మము' - అని పిలువబడుచున్నాయి.

(2) అఘోరము: అద్దాని నుండి "అనుభూతి" రూపంగా **సూక్ష్మతత్త్వము** బయల్వెడలుచూ **'అఘోరబ్రహ్మము'** అని స్తోత్రము చేయబడుచున్నది.

(3) వామదేవము : ఇక '3'వ భగవత్ (వెలిగించు) తత్త్వము ప్రకృతి స్వరూపమగు **వామదేవ బ్రహ్మము** → ఎరుక (knowing) అను తేజస్సులో సర్వత్రా కనిపించటము జరుగుచున్నట్టిది. సమస్తమునకు ఆధారమై ఆవల ఉన్నట్టిది.

(4) తత్పురుషమ్ : తత్ స్వరూప పరబ్రహ్మము. ఈ సమస్తము తనయొక్క పురుషకారముగా కలిగియున్నట్టిదే - అస్మత్ తత్పురుషరూప బ్రహ్మము.

(5) ఈశాన: ఆపై, సర్వేషాం విద్యానాం ప్రేరయితా-అయినట్టి ప్రేరణ (Inspiration) స్వరూపమగు **'ఈశానబ్రహ్మము'.** అట్టి నా యొక్క ఈశానత్వము, భూత-వర్తమాన- భవిష్యత్తులలో **ప్రదర్శితమగుచూ, సర్వదేవతల నివాసస్థానము** అయి ఉన్నది. **సర్వము అగుచూ కూడా, సర్వము కాకయే ఉన్నది.**

పైప్పలాదుడు - శాకలుడు : స్వామీ! పంచముఖా! పంచబ్రహ్మానంద స్వరూపా! ఆ '5' బ్రహ్మలయొక్క ఉపాసన ఎట్లాగో చెప్పండి. వాటి వర్ణములు ఏమేమి? వాటి భేదములు ఏమి? ఆ మీ పంచశక్తి తత్త్వాలు ఎటువంటివి? ఏదైతే **"ఇదమ్ సర్వమ్ - పరమగుహ్యమ్"** అని వేదములచే, వేదవేత్తలచే, యజ్ఞ-యాగ-రుద్ర-మహాన్యాస ఇత్యాది మంత్రములచే స్తోత్రము చేయబడుచున్నదో, అట్టి మీ పంచబ్రహ్మ విశేషముల ఉపాసన గురించి వివరించండి! అంతే కాకుండా, హే మహాదేవా! రుద్ర భగవాన్! నాపై కరుణతో తత్త్వార్థములను కూడా బోధించండి!

సద్యోజాత-అఘోర-వామ దేవ-తత్పురుష-ఈశానములు అనబడే పంచబ్రహ్మతత్త్వములు ఎట్టివో, ఎట్లా ఉపాసించాలో-వివరణ

మహేశ్వరుడు : బిడ్డా! శాకలమునీశ్వరా! నీవు కోరినట్లుగా, పంచబ్రహ్మ (పంచముఖ) తత్త్వవిశేషాల గురించి చెప్పుచున్నాను. విను.

(1) సద్యోజాత బ్రహ్మముఖ - ఉపాసన

సద్యోజాతం మహీ। పూషా। రమా। బ్రహ్మ। త్రివృత్।

స్వరః। ఋగ్వేదో। గార్హపత్యం చ। మంత్రాః। సప్తస్వరః తథా। వర్ణం పీతం। క్రియాశక్తి॥

- **సత్:** ఈ సర్వమునకు మునుముందే ఉండి, ఈ సర్వమునకు జాత (జనన) స్థానము - జనించునది కూడా అయినట్టిది.
- **యా జాతమ్:** జన్మ-కర్మల కంటే ముందుగా ఉన్నట్టిది. నాయొక్క కేవల సత్‌యే। 'సత్' నుండియే సమస్తము జనిస్తూ ఉండి కూడా, సత్ నుండి అన్యమైనదేదీ జనించటమే లేదు.
- **మహీ:** అది మహత్తరమైనట్టిది. మహామహిమాన్వితము, ఎందుకంటే, ఆ నా సత్ స్వరూపముయొక్క కించిత్ స్ఫురణ నుండి 14 లోకాలు జనిస్తున్నాయి.
- **పూషా:** నిత్య నిర్మలము. నిర్విషయ స్వరూపము.
- **రమా** - తన కల్పనయందు తానే **రమించు ఉత్సాహ ప్రదర్శనా రూపము.** సర్వసంపత్ ప్రదాత! ('జాత' ధర్మము)

బ్రహ్మ → సృష్టి సంకల్పముయొక్క సిద్ధరూపమగు బ్రహ్మ దేవస్వరూపము. సృష్ట్యభిమాన స్వరూపము.

త్రివృత్ : జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తి; దృశ్య - ద్రష్ట - దర్శన; సృష్టి - స్థితి - లయ; భూత - వర్తమాన - భవిష్యత్; దృశ్య - దేహ - దేహ సంచాలక - ఇత్యాది త్రివృత్ (త్రివృత్తుల - త్రివృత్తముల) రూపము.

సప్త స్వరః : షడ్జము, రిషభము, గాంధారము, మధ్యమము, పంచమము, దైవతము, నిషాదము అనబడు - సప్త స్వరరూపము. స్వస్వరూపము యొక్క నాద సంజ్ఞా విశేషము.

ఋగ్వేదో : ఋగ్వేదములలోని ఋక్కుల (స్తోత్రములు) స్తుతికి విషయము.

గార్హపత్యాగ్ని రూపము : యాగవిధానములోని అగ్నిత్రయములలో (త్రేతాగ్నులలో) మొదటిది.

మంత్రాః : 'మననాత్ త్రాయతే'.....అను అంతర్ విశేష రసముతో కూడిన మంత్రరూపము. మహర్షులు, మహనీయులు ప్రసాదించిన సమస్త మంత్రముల సిద్ధిరూపము.

వర్ణము (రంగు) = పీతము (పసుపుపచ్చరంగు)

శక్తి = **"క్రియా శక్తి రూపము", "క్రియాశక్తి సమన్వితమ్"**

ఉపాసనాప్రయోజనము = సర్వాభీష్టఫలప్రదమ్! కోరుకొనునది ప్రసాదించు స్వరూపము.

ఓ పైప్పలాదా! ఈవిధంగా నామొట్టమొదటిదగు సద్యోజాత ముఖమును తెలుసుకొని, భావించి, పూజించు. (ఓం సద్యోజాతం ప్రపద్యామి, సద్యోజాతాయవై నమో నమః)

(2) అఘోరబ్రహ్మముఖ - ఉపాసన

అఘోరగ్ం-సలిలం। చంద్రం। గౌరీ। వేదద్వితీయకమ్। నీరదాభగ్ం। స్వరగ్ం। సాంద్రం। దక్షిణాగ్నిః - ఉదాహృతమ్॥

అఘోరము = సూక్ష్మతత్త్వమగు అభిలాష, కల్పనా వినోదము. ద్వితీయమనే సరదా.

సలిలం: జలస్వరూపము (యో ఆపః మాం యతనం వేద)। అన్ని తరంగాలుగా జలమే విస్తరించియున్న తీరుగా సర్వత్రా నిండి ఉన్నట్టిది! జీవాత్మతత్త్వ ప్రదర్శనారూపము.

చంద్రము : ప్రశాంతము, ఔషధ ప్రదాతము. అన్న (ఆహార)తత్త్వరూపము. చంద్రుని ఆభరణముగా కలిగి ఉన్నట్టిది.

గౌరీ : శక్తితత్త్వము. జగజ్జననీ (పార్వతీ) తత్త్వము, ఓంకారములోని **'ఉమ'**. ప్రకృతి రూపము. స్వభావము. భావన. ఊహారూపము.

వేదద్వితీయకమ్ : రెండవదగు, యజుర్వేద స్వరూపము. (యజ్ఞ-యాగముల ఉపాసనా లక్ష్యము।). 'జీవాత్మ' అను అంశను రెండవదిగా - వేద (తెలియబడునది - తెలుసుకొనువాడుగా) కల్పించుకొనుచున్నట్టి రూపము. తెలుసుకొనబడుదాని కల్పనా క్రియావిశేషము.

నీరదాభగ్ం - స్వరం = నాదస్వరూపంగా గమనించు యోగులచే మేఘవర్ణముగా, మేఘగర్జన స్వరముతో ఉపాసించబడుచున్నట్టిది.

సాంద్రమ్ : జగత్ ప్రత్యక్షముచే దట్టముగా, నిండుగా ఉన్నది.

దాక్షిణాగ్ని : యజ్ఞ - యాగములలో దక్షిణాగ్ని మంత్రములచే ఉపాసించబడునది. దక్షిణాగ్నిగా ఉపాసించబడుచున్నట్టిది.

పంచాశత్ వర్ణ సంయుక్త గ్ం స్థితమ్: '50' వర్ణములతో కూడి ఉన్నట్టిది. పంచాశత్(50) పీఠములను అలంకరించియున్న రూపము.

ఇచ్ఛాశక్తిరూపము : ఇచ్ఛా క్రియా న్వితము.

శక్తి రక్షణ సంయుక్తమ్ : విశ్వమునందు, దేహములయందు రక్షణ శక్తి స్వరూపము. ప్రభువు.

ఈ విశేషములతో నాయొక్క శివతత్త్వమును అఘోర బ్రహ్మముగా ఉపాసించుచుండగా, ఈ జీవునియొక్క పాప - దుష్ట సంస్కారములు, ప్రవృత్తులు శమించగలవు. **(అఘోర తత్త్వోపాసన సర్వైశ్వర్య ఫలప్రదము. అఘోరేభ్యో అథ ఘోరేభ్యో। ఘోర ఘోరత రేభ్యః సర్వేభ్య స్సర్వ శర్వేభ్యో। నమస్తే అస్తు రుద్ర రూపేభ్యః॥)**

(3) వామదేవ బ్రహ్మముఖ - ఉపాసన

వామదేవం - మహాబోధదాయకం। పావకాత్మకమ్। విద్యాలోక సమాయుక్తం। భానుకోటి సమప్రభమ్। ప్రసన్నగ్ం। సామవేదాఖ్యం। గానాష్టక సమన్వితమ్।

శివతత్త్వమును (1) **గురు** (మరియు) (2) **ప్రకృతి** రూపంగా ఉపాసించటము. 'వామదేవ-మహాదేవ-శివశంకర' అను ఉపాసన.

ఈ 3వదగు **వామదేవోపాసన**...'ఆత్మబోధ' (లేక) మహాబోధను ప్రసాదించునది. జీవునికి తనయొక్క 'మహత్' తత్త్వమును ప్రభోదించునట్టిది. జీవుని **పవిత్రునిగా** తీర్చిదిద్దుచున్నది. 'బ్రహ్మవిద్య'తో కూడుకొన్న రూపము. సద్గురు రూపము.

కోటి సూర్యతేజోమయము. పరమానంద-ప్రసన్నముఖము.

సామవేదముయొక్క సామగానములచే వ్యాఖ్యానింపబడుచూ, ప్రస్తుతించబడుచున్నట్టిది. 'శివాష్టకము' మొదలైన గానాష్టకములచే స్తోత్రము చేయబడుచున్నట్టిది. (ఉదాహరణకు : **బ్రహ్మమురారి సురార్చితలింగమ్, నిర్మలభాషిత శోభితలింగమ్....).**

ధీర (ఉత్తమ బుద్ధికి నిర్మల బుద్ధికి) స్తుతి విషయము.

ఆహవనీయాగ్ని రూపముగా మంత్రస్తోత్రములు చేయబడుచున్నట్టిది.

అజ్ఞానమున సంహరించునది. **"జ్ఞాన శక్తి సమన్వితమ్".** శివ – శక్తి – 'ద్విశక్తి' సమన్వితము.

వర్ణము (రంగు) – **శుక్లము** (తెలుపు), **గుణము** – తమో మిశ్రమము

ఇట్టి వామదేవబ్రహ్మోపాసన – **పూర్ణ బోధకరగ్ం స్వయమ్** – ఈ జీవునకు స్వయం – పూర్ణత్వముగురించి బోధించునది. వామదేవ రూపము త్రిథామములను ('3' లోకములను) నియమించు తత్త్వము. త్రిలోకములు తన శరీరముగా కలిగిఉన్నట్టిది కూడా! సర్వ సౌభాగ్యములు, పుణ్యకర్మఫలములు ఉపాసకునికి ప్రసాదించునది.

శ్రీమన్నారాయణునిచే ఉపాశ్యము! ('ఓం నమో నారాయణాయ' అను) అష్టాక్షరీ సమాయుక్తము కూడా! అష్టాక్షరీ అంతరార్థము.

అష్టాక్షరోపాస ఫలప్రదాత! హృదయముయొక్క '8' దళముల మధ్యగా సంస్థితమై యున్న రూపము. ఈ రీతిగా 'వామదేవ బ్రహ్మముఖము'ను (లేక) వామదేవోపాసనను దేహ – మనో – బుద్ధులతో అభ్యసించు జనులు ఉత్తమ ప్రయోజనములను పొందగలరు. **(భవే భవే నాతి భవే భవస్వమామ్। భవోద్భవాయ నమః। వామదేవాయ నమః।)**

4. తత్పురుష బ్రహ్మ ముఖ – ఉపాసన

యత్ తత్ పురుషమ్ ప్రోక్తం – వాయు మండల సంవృతమ్। పంచాగ్నినా సమాయుక్తమ్। మంత్రశక్తి నియామకమ్। పంచాశత్ స్వరవర్ణాఖ్యమ్। అథర్వ వేద స్వరూపకమ్। కోటికోటి గణాధ్యక్షమ్। బ్రహ్మాండాఖండ విగ్రహమ్।

ఓ శాకలమునీ! – తత్పురుష – 4వ బ్రహ్మ (4వ ముఖము)ను ఎరుగుచూ ఉపాసించు విధానము చెప్పుచున్నాను. శ్రద్ధగా వినెదవుగాక!

వాయుమండల సంవృతమ్ : వాయు మండలమంతా విస్తరించియున్న రూపము, **కదులుచున్నవాయువు,** ఆ వాయువును **కదల్చుచూ,** ఆధారమై ఉన్న శక్తి...లను **నాయొక్క తత్పురుష వైభవంగా** ఉపాసించు. అట్లాగే **దేహములోని ప్రాణశక్తి**ని ప్రాణేశ్వరుడగు తత్పురుషునిగా కొలువుము. నీలోని ప్రాణమును ప్రాణేశ్వరుడను నేనే!

పంచాగ్నినా సమాయుక్తము : 'తత్ త్వమ్' అను మహావాక్యములోని నాయొక్క తత్ పురుషుని **పంచాగ్ని స్వరూపుని**గా ఉపాసించెదవుగాక! యజ్ఞవిధిలోని **గార్హపత్యాగ్ని; ఆహవనీయాగ్ని; దక్షిణాగ్ని; అవసథ్యాగ్ని; సూర్యాగ్ని**లతో కూడుకొని యజ్ఞపురుషుడనై ఉన్నాను – అను మననము కలిగియుండుము.

ఇంకనూ....(మననాత్ త్రాయతే – ఇతి) మంత్ర శక్తి సమాయక్తుడుగా, '50' స్వరవర్ణములచే గానము చేయబడుచున్నాను. అథర్వణ వేద – వేదాంత స్వరూపుడునుగాను, కోటి కోటి గణములకు అధినేత – అధ్యక్షుడనుగాను, ఉపాసించుము. అఖండ బ్రహ్మాండ మండల – దివ్య విగ్రహుడుగాను, ఒకే తత్త్వము బ్రహ్మాండములో అనేక ప్రదర్శనములు నిర్వర్తిస్తూ, ఇదంతా 'తానే' అయినట్టివాడుగాను నన్ను దర్శించాలి. ఆరాధించాలి. బుద్ధితోగ్రహించాలి. **"సర్వశక్తి సమాన్వితము"**

వర్ణము – రక్త (ఎరుపు) వర్ణము.

కామ పంచరూపుడను

(1) సంకల్ప – (2) భౌతికసృష్టి – (3) పరిపోషక – (4) సంచార – (5) లయ స్వరూపుడుగా ఎరిగి స్తుతించబడుచున్నాను.

- "ఆధి (మానసిక రుగ్మతలు) వ్యాధి (శారీరక రుగ్మత)లకు భిషజులు. వైద్యులు.
- సృష్టి – స్థితి – లయ...మొదలైన వాటినన్నిటికీ కారణ కారణులు. సర్వశక్తిమంతులు.
- జాగ్రత్ స్వప్నసుషుప్తులకు ఆవల తురీయస్వరూపులు.
- **సత్ – చిత్** (ఉనికి – ఎరుక) – **ఆనంద** (సుఖ) స్వరూపులు.
- బ్రహ్మ, విష్ణువు మొదలైన దేవతలచే సేవించబడువారు.
- జగత్పిత. సర్వమునకు జననస్థానమై, సర్వమునకు పరమై ఆవల ఉన్నవారు"

అను ఈ ఈ విధాలుగా నాయొక్క తత్ పురుష బ్రహ్మముఖమును వేదోపనిషత్తులు ఎలుగెత్తి గానము చేయుచున్నాయి. **(తత్పురుషస్య విద్మహే। సహస్రాక్షస్య మహాదేవస్య ధీమహి। తన్నో రుద్రః ప్రచోదయాత్)**

5. ఈశానబ్రహ్మ ముఖ – ఉపాసన

ఈశానం పరమమ్। విద్యాత్ ప్రేరకం। బుద్ధి సాక్షిణమ్। ఆకాశాత్మకమ్। అవ్యక్తం। ఓంకార స్వరభూషితమ్। సర్వదేవమయగ్ం। శాంతగ్ం। శాంత్యతీతగ్ం। స్వరాత్ బహిః। అకారాది స్వరాధ్యక్షమ్। ఆకాశమయ విగ్రహమ్। పంచకృత్య నియంతారమ్। పంచబ్రహ్మాత్మకమ్ బృహత్।

- పరవిద్య (ఆత్మవిద్య)కు ప్రేరణస్వరూపులు;
- బుద్ధికి ఆవల సాక్షీస్వరూపులు; జగత్తుకే ఆత్మ అయినట్టివారు – సర్వాత్మకులు.
- ఆకాశమునకు అంతటికీ ఆత్మస్వరూపులు;
- సర్వమును వ్యక్తీకరిస్తూ....తాను అవ్యక్త స్వరూపులై ఉంటున్నవారు;
- 'ఓం' కార స్వరమును ఆభరణముగా ధరించినవారు;
- సర్వ దేవతలలో అంతరముననూ, సర్వ దేవతా స్వరూపులుగాను విస్తరించి ఉన్నవారు;
- పరమ శాంత స్వభావులు; సర్వము సశాంతించిగా కూడా శేషించి ఉన్నవారు కాబట్టి, 'శాంతి'కి కూడా అతీతులు. జగత్ – సాక్షికి పరమై ఉన్నవారు.
- 'అ' నుండి 'క్ష' వరకు స్వరముల రూపముగా శబ్ద స్వరూపులై, సర్వ బహిర్ నాదస్వరూపులై విరాజిల్లుచున్నవారు;
- ఆకాశమును తనయందు ప్రదర్శించువారు; ఆకాశమయ విగ్రహులు;

అని నన్ను యోగులు సందర్శిస్తూ గానం చేస్తున్నారు. నా ఈశానముఖమును ఉపాసిస్తున్నారు. ఇంకా,

పంచకృత్య నియంతారమ్ – సృష్టి, స్థితి, లయ, తిరోధాన, అనుగ్రహములు అనబడుట పంచకృత్యములకు నియంత, నియామకుడను.

పంచబృహత్ బ్రహ్మాత్మకమ్ : సద్యోజాత – అఘోర – వామదేవ – తత్పురుష – ఈ శానములనబడు – పంచబ్రహ్మాత్మకుడను.

పంచబ్రహ్మ ఉపసగ్ంహారం కృత్వా స్వాత్మని సగ్ంస్థితః : పంచబ్రహ్మలను నాయందు ఉపసంహరించుకొనుచున్నవాడను కూడా! ఆ విధంగా ఉపసంహరించుకొని 'స్వాఽత్మ' యందు సంస్థితులై ఉండువాడను. స్వమాయలో అంతర్విభాగమగు ఈలోక–లోకాంతర వ్యవహారమంతా నాయందు లయం చేసుకొని, **పంచబ్రహ్మాత్మకమైన దానికంతటికీ అతీతుడై ఉండువాడను. పంచబ్రహ్మ ఉపసంహార సమన్విత శక్తి రూపుడను.**

- బాహ్య కారణములంటూ ఏమీ లేకుండానే ఈ సర్వము యొక్క మొదలు, మధ్య, చివర, స్వయముగా, స్వ–విలాసముగా, స్వ–అభిన్నంగా భాసించువారు.

  స్వయం పరబ్రహ్మ స్వరూపము **అని నా ఈశానముఖము అంతటా స్తుతించబడుతోంది.**
- **స్వమాయ వైభవాన్ సర్వాన్ సగ్ంహృత్య స్వాత్మాని స్థితః॥** స్వమాయచే సర్వమును భావించువాడను, స్వమాయకు లీలా వినోదంలో మోహము పొందుచున్నట్టివాడను కూడా! నా మాయను నేనే ఉపసంహరించి ఆత్మయందు సర్వదా సంస్థితుడనై ఉన్నవాడను.
- అట్టి నా ఈశ్వర రూపము – కళ్ళకు కనిపించే భౌతిక రూపముకాదు. కానీ ఈ కళ్ళకు కనిపించే అంతటియందు తిష్ఠించుకొని ఉన్నట్టిది. ఆ నా ఈశ్వర రూపమే! ఇదంతా సర్వదా ఈశ్వర స్వరూపమే! "అట్టి సర్వులను మోహింపజేయు ఆ శంభుడే మహాదేవుడు, జగద్గురువు కూడా. కారణములకే కారణుడగు అట్టి ఈశ్వరుని మాయ సురులకు కూడా తెలియరానిది. "ఆయన కంటికి కనిపించకయే – ద్రష్ట దృశ్యములతో సహా సమస్తము అయి ఉన్నారు"

  – అని నా ఈశ్వర తత్త్వమును యోగజనులు ధ్యానించుచున్నారు.
- పరమునకే పరమైనవట్టి 'పరాత్‌పరుడను!
- పరమ పురుషుడను!
- ఈ విశ్వమంతా నా ధామము, (నివాస స్థానముగా కలిగినట్టివాడను). **[ఈశాన స్సర్వ విద్యానాం। ఈశ్వర స్సర్వ భూతానాం। బ్రహ్మాధిపతిః। బ్రహ్మణోఽధిపతిః। బ్రహ్మశివోమే అస్తు సదాశివ 'ఓం'॥]**

❖

ఓ పైప్పలాదా! ఈ విశ్వమంతా ఎవరివలన ప్రకాశించుచున్నదో....ఎద్దానియందు (ఎవ్వనియందు) ఇదంతా తిరిగి ఉపశమిస్తోందో....అట్టి పరమశాంతమైనట్టి, బ్రహ్మమే నేను. పంచబ్రహ్మములకు 'పరము' (Beyond) అయినట్టి బ్రహ్మమే సర్వదా నేనై ఉన్నాను. **సోఽహమ్॥** ఏది నేనై ఉన్నానో,... **అదియే నీవు! తత్త్వమ్ ॥** అదియే ఈ జీవుడు! **జీవో బ్రహ్మేతి॥** ఏది జగత్తుగా కనిపిస్తుందో అది బ్రహ్మమే! **సర్వమ్ ఖలు ఇదమ్ బ్రహ్మ॥** నేనుగా నీకు కనిపిస్తున్నది నీవే! **త్వమేవాఽహమ్॥**

అట్టి ఆత్మస్వరూపుడనగు నేను **సద్యోజాతము, అఘోరము** మొదలైన **పంచబ్రహ్మలకు మునుమందే, వాటికి పరమై ఉన్నాను.** అట్టి నా కేవల – సహజ స్వరూపమగు పరస్వరూపముయొక్క స్వయం ప్రదర్శనారూప – పంచబ్రహ్మస్వరూపమే ఇదంతా!

❖

ఈ విధంగా ఎవ్వరైతే పంచబ్రహ్మాత్మకమైనదంతా కూడా

(1) **బ్రహ్మముయొక్క నిర్వహణా ప్రదర్శనా విశేషము** – అని

(2) **బ్రహ్మమునకు అభిన్నమని**

(3) **"బ్రహ్మమే నేను"** అని

తెలుసుకుంటారో, వారు ఈశానత్వమును, ఈశ్వర లక్షణములను పొంది, ఈశ్వర తత్త్వరూపమును సంతరించుకొనుచున్నారు.

"ఇదంతా కూడా నాయొక్క పంచబ్రహ్మాత్మకమే! నాలోని నేనే ఇదంతా! నేను కానిదేదీ లేదు! నేను ఏదీ అగుటయూ లేదు".

– అని గమనిస్తూ ఇదంతా 'ఆత్మ'యందు విలీనము చేయుచూ, **"అట్టి నాయందు సర్వము విలీనము అగుచుండగా శేషించియుండు ఆత్మయే నేను! సోఽహమస్మి!"** అని ఏ విద్వాంసుడైతే గ్రహించి ఉంటాడో, అట్టివాడు జనన-మరణ పరిధులను దాటివేసి **'అమృతస్వరూపుడు'** అగుచున్నాడు. **'ఇదంతా బ్రహ్మమే! నేను బ్రహ్మమునే! నేనే ఇదంతా'** అని ఎరిగినవాడు ఎల్లప్పుడు ముక్తుడే! సందేహమే లేదు. ఆతడు నాకు అభిన్నుడు. ***(పంచబ్రహ్మాసనాసీనాయైనమః। పంచబ్రహ్మ స్వరూపిణ్యై నమః। లలితాసహస్రనామములు)***

పంచాక్షరీ – పంచబ్రహ్మోపాసన

ఈ విధంగా పరమశివ (శంభు) స్వరూపము పంచాక్షరమయుడని, పంచబ్రహ్మతత్త్వుడని గ్రహించి, పరబ్రహ్మమే సర్వస్వరూపమని, స్వస్వరూపమని బుద్ధితో సునిశ్చితము చేసుకొని 'న'కారాది 'య' కారాంతమగు, "ఓం **న**మః శివా**య**" అను పంచాక్షరీ మంత్రమును శ్రద్ధతో నీ **అంతరహృదయుడనగు నన్ను ఉద్దేశ్యించి** జపించు! పరమశివుని పరబ్రహ్మస్వరూపముగా ఆరాధించెదవుగాక!

ఓ శకలమునీ! పైప్పలాదుడా! సర్వము పంచబ్రహ్మతత్త్వమగు **పంచాక్షరీ ప్రత్యక్ష రూపమేనయ్యా!** అట్టి పంచ బ్రహ్మాత్మిక తత్త్వమును ఎవ్వరు శ్రద్ధతో, భక్తి భావనతో ఉపాసిస్తారో – అట్టివాడు పంచబ్రహ్మాత్మకుడై స్వయముగా పంచబ్రహ్మమునకు కూడా సాక్షియగు **'చిదానంద రూపమ్ –శివోఽహమ్ శివాఽహమ్'** అను పంచధామము చేరుచున్నాడు. **అట్టి లక్ష్యశుద్ధి పొందెదవు గాక!**

❖

ఈ విధంగా మహాదేవుడగు పరమశివుడు భక్తుడగు 'గాలవశ్యుడు' అను మరొక పేరుగల శాకల్యునకు (పిప్పలాద మహర్షికుమారుడగు పైప్పలాదునకు) స్వతత్త్వమగు 'పంచబ్రహ్మాత్మక – పంచబ్రహ్మాతీత' తత్త్వమును **'త్వమేవ తత్ శివేతి'** అను రూపవర్ణనతో సుస్పష్టముగా బోధించి ఆ పైప్పలాదుడు చూస్తూ ఉండగానే – అంతర్ధానమైనారు.

మహనీయుడగు ఆ శాకలుడు మహాదేవుడు చెప్పినదంతా శ్రద్ధా భక్తులతో విన్నారు. ఈవిధంగా సహ శిష్యునితో కూడి మననము చేయసాగారు.

❖

శ్లో॥ ఏకేనైవ తు పిండేన మృత్తికాయాశ్చ, గౌతమ।
విజ్ఞాతం మృణ్మయగ్ం సర్వమ్, 'మృత్' అభిన్నగ్ం హి కార్యకమ్।

ఓ గౌతమా! 'అనేక మట్టి బొమ్మలలో మట్టి సర్వదా అఖండమే కదా! ఒక్కటే కదా! అట్లాగే శివతత్త్వమే ఈ సర్వజీవుల దేహముల –దేహిల రూపముగా ప్రత్యక్షమైయున్నది. ఒకడు అమతుడు అయినా, సమతుడు అయినా (తెలిసినా, తెలియకున్నా)... శివస్వరూపము యథాతథము. మట్టిని తెలుసుకుంటే, వేలాది మట్టి బొమ్మల గురించి క్రొత్తగా తెలుసుకోవలసినది ఏమున్నది? బొమ్మలన్నీ మట్టిమయమే కదా! కారణరూపమగు బ్రహ్మమే కార్యరూపమగు జగత్తు – జీవుడుగా కూడా సంప్రదర్శనమగుచున్నది.

– **లోహమణినా సర్వం లోహమయం యథా।** లోహమణిలో (లేక) ఒక వెండి వస్తువులో ఉన్నదంతా లోహమే (వెండియే) కదా! కారణము కంటే కార్యము వేరు కాదు. బ్రహ్మము కంటే 'అహం'కారముగాని, ఈ సాహంకార జగత్తుగాని వేరు కాదు! **కారణరూపమగు ఆత్మ సర్వదా సత్యము.** ఇక్కడ కనబడే భిన్నత్వమో? బంగారముతో తయారుచేయబడిన వివిధ ఆభరణములు బంగారముకంటే వేరా? కాదు. అట్లాగే ఇక్కడి **భిన్నత్వము సత్యము కాదు! భిన్నత్వమునందు అంతర్లీనమైయున్న ఏకత్వమే సత్యము!**

కనుక...,

అజ్ఞాన దృష్టిచే అనేకముగా కనిపిస్తున్న ఇదంతా కూడా, శివతత్త్వజ్ఞానముచే ఏకత్వముగా అనిపించగలదు! ఇదియే **'బ్రహ్మసత్యమ్ – జగత్ మిథ్య'** అను సిద్ధాంతము.

ఆదిస్వరూపమగు ఆత్మయే అఖండమై ఉండికూడా ఈ భిన్న భిన్న విశేషములతో కూడిన ప్రదర్శనములతో అగుపిస్తోంది. నేను సర్వదా అఖండము, అభిన్నము – అగు ఆత్మస్వరూపుడనే! ఇదంతా నేనే! కారణస్వరూపుడునగు నాకు స్వీయ కార్యస్వరూపమగు జగత్తు భిన్నము కాదు!

నేను వేరు – నాలోని చూచేవాడు, వినేవాడు, స్పర్శానుభవి, యోచించేవాడు, రుచిచూచేవాడు వేరు వేరు – కాదు కదా! అట్లాగే సర్వగతమగు ఆత్మయే సర్వత్రా సర్వదా సంప్రదర్శితమైయున్నది.

దర్పణములో వస్తువులు కనబడుచున్నప్పటికీ, దర్పణంలో అవేవీ ఉండవు. నీటిలో ప్రతిబింబము కనబడినంత మాత్రంచేత నీటిలో ఆ వస్తువు ఉండదు. (అట్లాగే)**ఆత్మయందు జగత్తు, ఖండమగు జీవాత్మ–ప్రతిబింబిస్తూ ఉన్నప్పటికీ, ఆత్మయందు అవేవీ మొదలే లేవు.**

లేనివి తొలగించుటమాత్రం ఎక్కడిది?

ఈ దృశ్యము ఆత్మకు భిన్నము కాదు. ఆదిస్వరూపమగు ఆత్మ దృశ్యముగా అగుటయూ లేదు. (**దృష్టాంతము** – నాటకంలోని పాత్రయొక్క లక్షణాలన్నీ రచయితయొక్క ఊహయే! కానీ పాత్రయొక్క లక్షణాలు రచయితకు ఆపాదించలేము).

ఆత్మ – దృశ్యము అనబడు రెండు వేరైన వస్తువులు లేవు.

రెండవదగు దృశ్యము మొదలే లేదు. కారణమునకు భిన్నముగా కార్యము లేదు.

ఆత్మకు భిన్నముగా జగత్తు లేదు.

ఆత్మ నిత్య నిర్మలము. అద్దానియందు జగత్తు అనబడేదేదీ మొదలే లేదు.
జగత్తుగా కనిపించేది ఆత్మయే! కానీ, ఆత్మ జగత్తుగా అగుటయే లేదు.

దర్పణంతో దృశ్యము కనబడుచూ ఉన్నప్పటికీ, దర్పణములో దర్పణమే ఉంటుందికాని, వస్తువులు ఉంటాయా? ప్రతిబింబిత వస్తువు నీటితో ఉన్నదనటం సమంజసము కాదు కదా!

బ్రహ్మమే జగత్తు! బ్రహ్మమే 'నీవు'! బ్రహ్మమే నేను! **"నేను–నీవు"** గా కనిపిస్తున్నది పమర ఆత్మయే. అయితే, ఆత్మ సర్వదా అఖండము. ఈ సత్యమును ఆస్వాదించుటయే మహాదేవుల వారు బోధించిన **పంచబ్రహ్మోపనిషత్ సారము!**

⌘

కారణము నిత్యము. కార్యము సందర్భ పరిమితము మాత్రమే. కారణము అద్వైతమగు శుద్ధ చైతన్యమే!

బ్రహ్మపురములో దహరము ఉన్నది. దేహపురంలో కూడా ఉన్నది. దహరములో సర్వము ఉండీ – లేనివై ఉన్నాయి.

అందు హృదయ పద్మము.

ఆ హృదయ పద్మములో దహరాకాశము.

ముముక్షువు స్వీయ హృదయంలోని దహరాకాశములోనే **సర్వాత్మకుడగు సచ్చిదానందుడగు పరమశివుని కొరకై** – అన్వేషించాలి.

ఆయన సర్వము అయి, సర్వమునకు వేరై, సాక్షి అయి వెలుగొందుచున్నారు.

స శివః సచ్చిదానందః సో అన్వేష్టవ్యో ముముక్షుభిః। అయగ్ం హృది స్థితః సాక్షీ సర్వేషాం అవిశేషతః॥
తేన అయగ్ం హృదయం ప్రోక్తః "శివః" । సంసార మోచకః॥

అట్టి శివతత్త్వమును తెలుసుకొని, ఉపాసించి, ఆరాధించి ఆయనతో ఏకమగుటయే సర్వ సంసార దోషములకు **"దివ్యౌషధము".**
పైప్పలాదమునీంద్రుడు ఈవిధంగా ఎరిగినవాడై బ్రహ్మానందముగా, సర్వము శివమయంగా జగత్తును దర్శించసాగారు.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత పంచబ్రహ్మోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

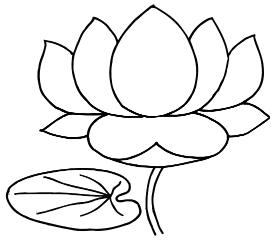
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

18 ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ శరీర యజ్ఞ సంశుద్ధ
చిత్త సంజాత బోధతః
మునయోః యత్ పదమ్ యాంతి
తత్ "రామపదమ్" ఆశ్రయే॥



'శరీర యజ్ఞము'చే సంశుద్ధమైన చిత్తము వలన జనించుచున్న బోధచే మునులు ఎట్టి పదమును పొందుచున్నారో, అట్టి **'రామపదము'** ను ఆశ్రయించుచున్నాము.

01. ఓమ్। అథ, అతః,
సర్వ ఉపనిషత్ సారగ్ం,
సగ్ంసార జ్ఞాన అతీతమ్,
అన్నసూక్తగ్ం, "శారీరయజ్ఞం"
వ్యాఖ్యాస్యామో।

'ఓం' సంజ్ఞార్థ సగుణ నిర్గుణ పరబ్రహ్మతత్త్వమునకు నమస్కరిస్తూ.... **(ఆత్మయజ్ఞ పురుషుని ఆరాధించటానికై) ఇప్పుడు,**
- సర్వ ఉపనిషత్ సారము,
- సంసారజ్ఞానమునకు అతీతమైనట్టి **ఆత్మజ్ఞాన సంబంధితము**

అగు **'అన్నసూక్తము'** సంబంధించిన **'శరీరయజ్ఞము'** గురించి వ్యాఖ్యానించుకొనుచున్నాము. **ఇది సర్వ ఉపనిషత్ సారము అయి ఉన్నది.**

యస్మిన్ ఏవ పురుషః శరీరే,
వినా – అపి అగ్నిహోత్రేణ,
వినా – అపి సాంఖ్యేన –
సంసార విముక్తిః భవతి ఇతి॥

మనము చెప్పుకొంటున్న ఈ **'అన్నసూక్త స్వరూప శరీర యజ్ఞము'** - జీవుని ఉద్ధరించునది. ఈ జీవుడు తన పురుషకారముచే "అగ్నిహోత్రము" మొదలైన యజ్ఞ - యాగములు నర్వర్తించకున్నా కూడా, 'సాంఖ్యము' (విభజనముచే వేదాంతశాస్త్ర పరిశీలనాజ్ఞానము) ఎరుగకున్నా కూడా... ఈ **ఉపనిషత్ యొక్క విచారణచే** సంసార బంధమునుండి **విముక్తి పొందగలరు.**

స్వేన విధినా అన్నం, భూమౌ నిక్షిప్య
"యా ఓషధయః సోమరాజ్ఞీ –
ఇతి తిసృభిః,
"అన్నపత" ఇతి ద్వాభ్యామ్ అనుమంత్రయతే।
"యా ఓషధయః సోమరాజ్ఞీః
బహ్వీః శతవిచక్షణాః
బృహస్పతి ప్రసూతాః,
తానో ముఞ్చం త్వగ్ం హసః।

"యా ఓషధయః సోమరాజ్ఞీ - ఇతి తిసృభిః, అన్నపతీ" ఇత్యాది (3) మంత్రములతో అన్న పాత్రను 2 సార్లు సంప్రోక్షము చేయాలి.

ఏఏ ఓషధులు - సోముని (చంద్రుని) రాజుగా కలిగి, తాము రాణులు అయి ఉన్నాయో, అనేక సంఖ్యలుగా ఉండి వందల శారీరక వ్యాధులను నివారించుచున్నాయో, బృహస్పతిచే బోధితమై జీవులకు సునిశిత బుద్ధిని ప్రసాదించుచున్నాయో, బృహస్పతి అంశను పుణికి పుచ్చుకొని, ఈ జీవునికి ఆహారమై బుద్ధి ప్రవృద్ధమవటానికి కారణమగుచున్నాయో - అట్టి ఓషధులు మా బుద్ధి దోషములను, పాప ప్రవృత్తులను కడిగివేయుచుండునుగాక!

యాః ఫలినీర్యా, అఫలా, అపుష్పా, యాశ్చ
పుష్పిణీః, బృహస్పతి ప్రసూతాః,
తానో ముఞ్చం త్వగ్ం హసః॥"

ఏఏ ఓషధులు...
- ఫలములతో కూడియున్నవో, - ఫలములు లేనట్టివో...,
- పుష్పములు ఉండినట్టివో...,   - పుష్పములు కాయుచుండనట్టివో...,

బృహస్పతి సంకల్పమునుండి జనించిన **అట్టి ఓషధులన్నీ కూడా మమ్ములను పాపబుద్ధులనుండి విడిపించి, పవిత్రులుగా తీర్చిదిద్దునుగాక!**

2. "జీవలాం న హారిషాం,
మా తే బధ్నామి ఓషధీమ్,
యాత ఆయుః ఉపాహరాదప,
రక్షాగ్ంసిచాఽఽ తయాత్।
అన్నపతే! అన్నస్య నో
ధేహ్యా సమీపస్య శుష్మిణః
ప్రప్రదాతారం తారిష।
ఊర్జం నో ధేహి ద్విపదే, చతుష్పదే।
యత్ అన్నమ్
అద్మి బహుధా విరుద్ధగ్ం
రుద్రైః ప్రజార్థం యదివా
పిశాచైః, సర్వం తత్ ఈశానో
అభయం కృణోతు।

భూమిపై ఓషధులను పరిరక్షించి మా పరిపోషణకై అందించుచున్న ఓ వనదేవతలారా! మీకు సంబంధించిన ఏఏ ఓషధులు మా జీవలమును (ఆయుష్షును) హరించే స్వభావము కలిగి ఉంటాయో, రాక్షసత్వమును (ఆసురీగుణములను) వృద్ధి చేస్తాయో, - **ఆపదలను బంధములను కలిగించు అట్టి ఓషధులను మేము తీసుకోము!** అందుకుగాను (తీసుకోకుండా) అనుగ్రహిస్తూ, **ఆయుర్వృద్ధి, సత్వగుణము, ఉత్సాహము, తేజస్సు వృద్ధి చేయు ఓషధములను మాకు సమీపముగా ఉండునట్లుగా అనుగ్రహించండి.**

అన్నదాత, అన్నమునకు అధిపతి అగు ఓ పరమాత్మా! దయతో మాకు తేజస్సు ఆహ్లాదము ప్రసాదించండి! మేము ఉన్నచోటే సమీపంగా పరిపుష్టి - రుచి గల ఆహారము లభించేరీతిగా అనుగ్రహించండి.

ద్విపదులగు మానవులకు, చతుష్పాదులగు గోవులు (ధేనువులు) ఇత్యాది సంపదకు అన్నము (ఆహారము) సమృద్ధిగా లభించునుగాక!

రుద్రభూమిలోని పిశాచములు మొదలైనవాటిచే స్పృశించబడి, ఆశ్రయించబడి, ఎంగిలిచేయబడిన తినగూడని విరుద్ధాన్నము మేము భక్షించినప్పుడు కూడా ప్రమాదములు మమ్ము సమీపించకుండునుగాక! సర్వము ఈశ్వర సంబంధితమై, మేము ఈశ్వరునిచే అభయము పొందెదముగాక!

శివమ్ ఈశానాయ స్వాహా।
అంతః చరతి భూతేషు,
గుహాయాం విశ్వతోముఖః।

ఈశ్వరుని అనుగ్రహము కొరకై ముందుగా అన్నము (ఆహారము)ను ఈశానునికి సమర్పిస్తున్నాము. నైవేద్యంగా నివేదన చేస్తున్నాము. వైశ్వానర - జఠరాగ్ని రూపంగా సర్వజీవుల శరీరములలో వేంచేసియున్న హే ఆత్మభగవాన్! సర్వజీవుల హృదయాలలో విశ్వతోముఖలై(విశ్వప్రదర్శనా - దృశ్య స్వరూపులై) వేంచేసియున్నారు. ఈ విశ్వమును మీరు ముఖముగా కలిగియున్నారు. అట్టి వైశ్వానర పరబ్రహ్మమునకు నమో నమః॥

త్వం యజ్ఞః। త్వం బ్రహ్మా।
త్వం రుద్రః। త్వం వషట్కారః।
ఆపో జ్యోతి రసో
అమృతం
బ్రహ్మ భూః
భువః సువరోం నమః॥"
<u>ఇతి అన్నమంత్రేణ స్వాహా।</u>

- మీరే సృష్టి యజ్ఞములోని సర్వ క్రియావిశేషాలకూ **సృష్టి - యజ్ఞపురుషులు.**
- మీరే సృష్టికర్తయగు **బ్రహ్మ!**
- మీరే లయకారులగు **రుద్ర దేవ స్వరూపులు!**
- మీరే-(సృష్టి-రక్షణ-పరిపోషణ-వృద్ధి-క్షయ-వినాశనములు అను షట్ కార్యములను నిర్వర్తిస్తున్న) **వషట్కారులు. సర్వప్రత్యక్ష స్వరూపులు, పరిపోషకులు.**
- **మీరే ఆపో (జల - ప్రాణ) స్వరూపులు. జ్యోతిర్మయులు!**
- **అమృతస్వరూపులు!**
- భూ - భువర్ - సువర్ లోకములందు **బ్రహ్మముగా** ప్రకాశిస్తూ...అవన్నీ **మీ స్వరూపమే** అయిఉన్నవారు. అట్టి **శివానంద** స్వరూపులగు మీకు నమస్కరిస్తున్నాము.

---

3. ఆపః పునంతు పృథివీం।
పృథివీ పూతా పునాతు మామ్।
పునంతు బ్రహ్మణస్పతిః,
బ్రహ్మ పూతా పునాతు మామ్।
యత్ ఉచ్ఛిష్టం అభోజ్యం,
యత్ వా దుశ్చరితం మమ,

ఈ భూమి జలవనరులచే సమృద్ధమై యుండునుగాక! జలముచే పవిత్రమై ఈ పృథివి - మమ్ముల పవిత్రులను, పునీతులను చేయునుగాక!

ఈ భూమిపైగల వేద - వేదాంగవేత్తలు-తమయొక్క వేదగానములతో, తమ ఉపనిషత్ ఆత్మతత్త్వవాక్య - ఆత్మతత్త్వ నిరూపణా వాదములతో కూడిన బ్రహ్మతత్త్వ బోధచే నన్ను పరమపవిత్రము చేయుదురుగాక!

ఓ జలదేవతా! వరుణభగవాన్! నేను ఏఏ భుజింపకూడని, వదలవలసిన

సర్వం పునంతు మామ్,
ఆపో అసతాన్ చ
ప్రతిగ్రహగ్ం స్వాహా।
అమృతమ్ అస్తు! అమృత
ఉపస్తరణమ్ అసి। అమృతం
ప్రాణే జుహోమి।
యమాశిష్యంతో అసి,
ఓం ప్రాణాయస్వాహా।
ఓ అపానాయ స్వాహా।
ఓ వ్యానాయ స్వాహా।
ఓం ఉదానాయ స్వాహా।
ఓం సమానాయ స్వాహా।
ఓం బ్రహ్మణే స్వాహా।
ఓం బ్రహ్మణి మ ఆత్మా
అమృత్వా యేతి!
– స్వాహేతి॥ –

పదార్థములను భుజించియున్నానో, ఏఏ దుశ్చరితములను దురాచాలములను నిర్వర్తించనివాడనై ఉన్నానో....అట్టి సర్వ దోషములనుండి జలములు నన్ను పునీతుని, పవిత్రుని చేయుగా - అని ప్రార్థిస్తున్నాను. అసత్యములగు ఏఏ వాటితో నేను సంబంధం పెట్టుకొనియున్నానో, వాటి నుండి నన్ను **నిర్మలుని చేయండి!** మా ఈ (అగ్నియందు ఆజ్యము రూపంగా) సమర్పించు సమర్పణములను స్వీకరించండి!

ఓ జలదేవతా! మీరు అమృతస్వరూపులు! అమృతత్వము ఆచ్ఛాదనముగా కలవారు. ప్రాణముల ఉనికిని రక్షించు త్రాణ కాబట్టియే జీవులమగు మేము ప్రాణముయొక్క శుభము - అస్తిత్వముల కొరకై మీకు ప్రాణములకు (ప్రాణదేవతకు) సమర్పిస్తూ వ్రేల్చుచున్నాము.

మీరు జీవులమగు మాకు శక్తి ప్రసాదితులు.

జలదేవత యొక్క అమృత రసతత్త్వమును ఉపాసిస్తున్నాము.

ప్రాణములకు...,

అపానమునకు...,

వ్యానమునకు...,

ఉదానమునకు...,

సమానమునకు...,

పంచ ప్రాణములకు జల తత్త్వామృతమును - 'స్వాహా' = నివేదనము. ఓంకార స్వరూపులగు పరబ్రహ్మమునకు సర్వము ఆహుతి ఇస్తున్నాము. **నా ఆత్మయందు పరబ్రహ్మము అమృతస్వరూపమై విరాజిల్లుచున్నది. అట్టి బ్రహ్మమునకు సర్వము సమర్పిస్తున్నాను. ఓ ఆత్మ భగవాన్! ఈ మాయొక్క సమస్తమును స్వీకరించి మమ్ములను పవిత్రాత్మస్వరూపంగా తీర్చిదిద్దండి!**

---

4. కనిష్ఠిక – అంగుల్యా
అంగుష్ఠేన ప్రాణే
జుహోతి।
అనామికయా అపానే।
మధ్యమయా వ్యానే।
సర్వాభిః ఉదానే।
ప్రదేశిన్యా సమానే।
తూష్ణీమ్ ఏకామ్
ఏక ఋచా జుహోతి।
ద్వే ఆహవనీయే।
ఏకాం దక్షిణాగ్నౌ।
ఏకాం గార్హపత్యే।
ఏకాం సర్వ ప్రాయశ్చిత్తీయే!

జలమును ఈ విధంగా హస్తములతో అమృతభావనగా సమర్పించాలి!

"- కనిష్ఠ అంగుళీ వ్రేలు ద్వారా (చిటికిన వ్రేలు ద్వారా) ప్రాణమునకు జలమును సమర్పిస్తున్నాను.

- అనామిక (ఉంగరపు వ్రేలు) ద్వారా అపానప్రాణమునకు అమృతజల సమర్పణ చేస్తున్నాను.

- మధ్య వ్రేలు ద్వారా వ్యానప్రాణమునకు జలమును 'స్వాహా' అంటూ జలముతో అభిషేకము నిర్వర్తిస్తున్నాను.

- అన్ని వ్రేళ్ళతో..ఉదానప్రాణమునకు, అరచేతితో సమానప్రాణమునకు తర్పణ హోమము చేస్తున్నాము. (జలము సమర్పిస్తున్నాను).

అన్నిటికీ కలిపి అన్నివ్రేళ్ళతో ఒకసారి తర్పణము (జలామృత తర్పణము) చేయుచున్నాను.

మరొక్కసారి అన్ని వ్రేళ్ళతో సత్యమగు ఆత్మసమర్పణముగా తర్పణము చేయుచున్నాను. ("సర్వం హోమం జుహోమి" - అంటూ పంచాగ్నులకు నేయిని (లేక జలమును స్ఫురణపూర్వకంగా సమర్పించుచున్నాను).

ఈ విధంగా చేయుటచే సూర్యాగ్నియందు ఒకసారి, ఆహవనీయాగ్నియందు రెండుసార్లు, దక్షిణాగ్నియందు ఒకసారి, గార్హపత్యాగ్నియందు ఒకసారి, సర్వప్రాయశ్చిత్తము (దోషములు పోవుటకు) ఒకసారి హోమము చేయుటతో సమానమగుచున్నది. ఏతత్ ఫలములు ఈ శారీరక జలహోమముచే సిద్ధించగలదు.

అథా అపిధానమ్ అసి
అస్య అమృతత్వాయ
ఉపస్పృశ్య పునః ఆదాయ,
పునః స్పృశేత్।
సవ్యే ప్రాణావ ఆపో గృహీత్వా
హృదయం అనుపలభ్య జపేత్।
"ప్రాణో అగ్నిః,
పరమాత్మా, పంచ
వాయుభిః ఆవృతః।
అభయగ్ం సర్వభూతేభ్యో।
న మే భీతిః కదాచన" ఇతి॥

అటు తరువాత **"అపిధామసి"...,"**

"అమృతత్వాయ ఉప దధామి" అను మంత్రములతో అమృత (మృత్యువును దాటినట్టి) భావనతో జలమును వ్రేళ్ళతో స్పృశించటము.

ఎడమచేతియందు ప్రాణ స్వరూప భావనతో జలమును పోసుకొని హృదయము దగ్గరగా ఎడమచేతిని తాకిస్తూ...ఈ విధంగా జపము చేయాలి. (**"ప్రాణో అగ్నిః"** ... అను మంత్రమును పఠించటము).

ప్రాణాగ్ని స్వరూపుడగు పరమాత్మ ప్రాణ - అపాన - వ్యాన - ఉదాన - సమానములనబడు పంచవాయువులయందు (పంచప్రాణములుగా) ఆవృతులై విస్తరించి ఉన్నారు.

అట్టి ప్రాణేశ్వరుడు సర్వజీవులకు అభయస్వరూపుడై, (రక్షకుడై, ప్రేమస్వభావియై) ఉన్నారు. సర్వజీవులు ఆత్మస్వరూపులే! కనుక నేనూ ఆత్మస్వరూపుడనే! ఇక భయమెందుకు! **సర్వం ప్రాణాయ జుహోమి।**

ద్వితీయ ఖండః

5. విశ్వో అసి వైశ్వానరో
విశ్వరూపం త్వయా
ధార్యతే। జాయమానమ్,
విశ్వం త్వా హుతయః సర్వా।
యత్ర బ్రహ్మ అమృతో అస్తి।
మహానవో అయం పురుషో

ఓ పరమాత్మా! ఈ విశ్వమంతా నీ స్వరూపమేనయ్యా! వైశ్వానరాగ్ని స్వరూపుడవై నీకు నీవే ఈ విశ్వరూపమును రూపుదిద్దుచున్నావు! ఈ విశ్వమంతా నీ ధారణయే! ఈ తెలియబడుచున్న విశ్వమంతా మీకు సమర్పించబడుచున్న ఆహుతియే అయి ఉన్నది. ఇదంతా కూడా ఆస్తంభ-బ్రహ్మ పర్యంతము నీయొక్క అమృత స్వరూపమే! నీ అమృతరూపమందు ఏదీ నశించుటలేదు. జనించుట లేదు.

ఏ పరమ పురుషుడైతే...సదా అనుభవమగుచూ కూడా ఎప్పటికప్పుడు నవ - అనుభావుడు అయి ఉన్నారో..., అన్న ప్రసాదితుడు అగు అట్టి ఆత్మభగవానుడగు పరమేశ్వరుడు - బొటనవ్రేలు అగ్రభాగంలో ప్రతిష్ఠితుడై ఉన్నారని దర్శిస్తున్నాను. ఆయనను అమృతరూప జలముతో పరిషేచించుచున్నాను.

యో అంగుష్ఠ – అగ్రే ప్రతిష్ఠితః।
తమ్ అద్భిః పరిషించామి।
సో అస్యాం, తే అమృతాయ చ।
అనావితి ఏష బాహ్య ఆత్మా
ధ్యాయేత్ అగ్నిహోత్రం
జుహోతి। సర్వేషాం ఏవ
సూనుః భవతి। అస్య
యజ్ఞ పరివృతా ఆహుతీః, హోమయతి,
స్వే శరీర యజ్ఞమ్ పరివర్తయామి। ఇతి॥

ఈ నా కుడిచేతి బొటనవ్రేలు యొక్క ఊర్ధ్వ (పై) భాగమున అధిష్ఠించి యున్న ఆ తత్‌పురుషుడే నాకు మోక్షమును, అమృతత్వమును ప్రసాదించునది!

ఈయనయే నాయొక్క బాహ్యమంతా ఆక్రమించుకొనియున్న స్వస్వరూప ఆత్మతత్త్వముగా ధ్యానిస్తున్నాను. అగ్నిహోత్రమునకు హోమరూపంగా ఆయనకొరకై సమర్పిస్తున్నాను. సర్వక్రియలు ధారబోస్తున్నాను.

ఆయనయే సర్వజీవరాసులకు ఆనందమును ప్రసాదించువారు.

ఈ విధంగా ముఖమునందు అగ్నిహోత్రుని ప్రత్యక్ష స్వరూపుడుగా భావించి, ఆహుతులను హోమం చేస్తూ, శరీరయజ్ఞమును సర్వదా నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి. స్వశరీరమునందే యజ్ఞమును అనుక్షణికంగా చేస్తున్నాము.

6. చత్వారో, అగ్నయః
తే కిం 'నారమ్' అర్థయాః।
(1) తత్ర **'సూర్యాగ్నిః'** నామ
సూర్యమండల ఆకృతిః,
సహస్ర రశ్మి పరివృత
ఏకర్షిః భూత్వా
మూర్ధ్ని తిష్ఠతి।

దేహాంతర్గత చతుర్విధాగ్నులు: ఈ భౌతిక శరీరముతో స్థానము కలిగి ఉన్నట్టి అగ్ని 4 విధములైనట్టిది - వాటి వాటి జలతత్త్వ అమృత స్వరూపార్థములను చెప్పుకుంటున్నాము.

(1) సూర్యాగ్ని : 'సూర్య మండల ఆకృతి కలిగి ఉన్నట్టిది. వేలాది కిరణములతో పరివృతమై, సంప్రదర్శితమై ఉన్నట్టిది.

ఏకర్షి - ఏకైక సత్యమై ప్రకాశించుచున్నది.

ఈ శరీరములో మూర్ధ్ని (ముఖము యొక్క ఊర్ధ్వభాగంగా) యందు ప్రదర్శితమై ఉంటోంది.

(2) యస్మాత్ ఉక్తో "దర్శనాగ్నిః" నామ చతుః
ఆకృతిః, ఆహవనీయో భూత్వా, ముఖే తిష్ఠతి॥
(3) 'శారీరో అగ్నిః' నామ జరా (జరా) ప్రణుదా
హవిః అవస్కందతి, అర్థ చంద్రాకృతిః దక్షిణాగ్నిః
భూత్వా, హృదయే తిష్ఠతి,
(4) తత్ర "కోష్ఠాగ్నిః" ఇతి॥
కోష్ఠాగ్నిః నామ అశిత,
పీత, లీఢ, ఖాదితగ్ం
సమ్యక్ విషయిత్వా
గార్హపత్యో భూత్వా నాభ్యాం తిష్ఠతి॥

(2) దర్శనాగ్ని : దేనిని 'దర్శినాగ్ని' అని అంటున్నామో, అయ్యది చతురాకృతి కలిగియున్నదై 'ఆహవనీయాగ్ని' అని పిలువబడుచూ, ముఖమునందు తిష్ఠించినదై ఉన్నది.

(3) శరీరాగ్ని : 'జఠరాగ్ని'గా అర్థచంద్రాకృతిగా 'దక్షిణాగ్ని', అని చెప్పబడుచూ, హృదయమునందు సంస్థితి కలిగి యున్నది. సర్వ హవిస్సులను 'హుతము' చేయుచున్నట్టి 'అగ్ని'.

(4) కోష్ఠాగ్ని : నాభి (బొడ్డు) స్థానములో సంస్థితమై ఉన్నట్టిది. అశితము (మ్రింగబడుచున్నవాటిని), పీతము (త్రాగబడువాటిని), లీఢము (నాలుకతో పీల్చబడువాటిని), ఖాదితము (పళ్ళతో నములబడువాటిని) - సమముగా చేసి జీర్ణమగునట్లు చేయుచున్న అగ్ని. 'గార్హపత్యాగ్ని' అని పిలువబడుచున్నది.

---

7. 'ప్రాయశ్చిత్త' యస్తు అధస్తాత్
తిర్యక్ తిస్రో హిమాంశుః
ప్రభుః ప్రజనన కర్మా॥

'ప్రాయశ్చిత్తాగ్ని' - మంత్ర మనన రూపమున అన్ని అగ్నులకు క్రింద **భాగముగా స్థితి కలిగి ఉంటోంది.** అట్టి ప్రాయశ్చిత్తాగ్నికి - ఇడ - పింగళ - సుషుమ్న' అను 'నాడీత్రయము' 'ముగ్గురు స్త్రీలవలె కలిగి ఉంటోంది. ఆ మూడిటికి ప్రభువై, చంద్ర కిరణములతో ప్రజలను పుట్టించు కర్మలను నిర్వర్తించుచున్నది.

తృతీయ ఖండః

అస్య శరీర యజ్ఞస్య
యూప రశనా శోభితస్య–
కో యజమానః? కా పత్నీ?
కే ఋత్విజః? కే సదస్యాః?
కాని యజ్ఞపాత్రాణి?
కాని హవీగ్ంషి?
కా వేదిః?
కా అంతర్వేదిః?
కో ద్రోణ కలశః?
కో రథః?
కః పశుః?
కో అధ్వర్యుః?
కో హోతా?
కో బ్రాహ్మణాచ్ఛగ్ంసీ?
కః ప్రతి ప్రస్థాతా?
కః ప్రస్తోతా?
కో మైత్రావరుణః?
క ఉద్గాతా?
క ధారా?
కః పోతా?
కే దర్భాః?

తృతీయ ఖండః

'యూపము' అనే కట్టుకొయ్య (ఆశ అనే) , రసనము (త్రాడు)చే శోభితమగు ఈ శరీయయజ్ఞ దేహమునకు (యజ్ఞస్తంభమునకు)
- యజమాని ఎవరు? - యజ్ఞపత్ని ఎవరు?
ఈ శారీరక యజ్ఞమునకు ఋత్విజులెవరు?
సదస్యులు (సభికులు) ఎవ్వరు?
- యజ్ఞపాత్రలు ఏమేమి?
హవిస్సు (అగ్నిలో తేల్చుటానికి సిద్ధము చేయు ఇగురబెట్టిన అన్నము, నెయ్యి మొదలైనవి) - ఏది?
అంతర్వేది (ఉత్తరవేదిక) ఏది?
'ద్రోణకలశము' అనగా? రథము ఏది? పశువు ఏది?
అధ్వర్యులు - ఈ (శారీర యజ్ఞమునందు యజుర్వేదాది మంత్రములను నడుపువారు) - ఎవ్వరు?
హోతా → (ఋగ్వేదమంత్రములు తెలిసిన ఋత్విక్కు - హోమము చేయించువారు) ఎవ్వరు?
బ్రాహ్మణములు (ఉపాసనలను) నిర్వర్తింపజేయు బ్రాహ్మణచ్ఛంసి ఎవ్వరు?
- నిషేధములను, విధులను ప్రస్థావించి, నడిపించు ప్రతిప్రస్థాత, ప్రస్తోత ఎవ్వరెవ్వరు?
మైత్రావరుణుడు (మిత్రకర్మము చేయించువాడు) ఎవ్వరు?
- ఉద్గాత (యజ్ఞమునందు సామవేద తంత్రమును, దేవతాహ్వానగాన విధులను నడుపువాడు) ఎవ్వరు?
- ఆధారము ఏది?
- పోయువాడు (పోతా) ఎవరు?
- శారీరక యజ్ఞములో దర్భలు ఏవి?

కః స్రువః? స్రువము (నేయిని ఆహుతి చేయు కొయ్య గరిట (మాను-గరిటి) ఏది?

కా ఆజ్య స్థాలీ? స్రుక్కు హోమపాత్ర, - ఆజ్యస్థాలి - ఏది?

కౌ అఘారౌ? (కావాఘారౌ)। అఘారము (స్నానము చేయునపుడు, తదితర ఆ సందర్భములలో జపించు మంత్రములు) ఏమి?

కా వా ఆజ్య భాగౌ? ఆజ్యభాగము ఏది? ప్రయాజ భాగమేది?

కే ప్రయాజాః? అనుయాజము ఏది?

కే అనూయాజాః? 'ఇడ' ఏది?

కా ఇడా? (కేడా) సూక్త వాకము (శ్రీసూక్తి - పురుష సూక్తి మొ॥వి) ఏవి?

కః సూక్తవాకః? శంయోర్వాకము (శంయవాకము - శంనోమిత్రశ్శంవరుణః మొ॥వి) ఏవి?

కః శంయోర్వాకః? పత్నీ సంయాజిలు (భార్యలు) ఎవ్వరు?

కే పత్నీ సంయాజాః? 'యూప' (యజ్ఞములో పశువును బంధించటానికై నాటిన పై పట్ట (లేక) కొయ్య) ఏది?

కో యూపః? రశనము (నడుముకట్టు) ఏది?

కా రశనా? ఇష్టములు ఏమి?

కా ఇష్టయః? ఋత్విక్కులకు, యాజ్ఞీకులకు మొదలైనవారికి ఇచ్చే దక్షిణ ఏది?

కా దక్షిణా? శారీరక యాగములో అవభృథస్నానము అనగా?

కిం అవభృథమ్? ఇతి?

చతుర్థ ఖండః

8. <u>అస్య శారీర యజ్ఞస్య యూప రశనా శోభితస్య,</u> –

ఆత్మా యజమానో।
బుద్ధిః పత్నీ। వేదాః మహా ఋత్విజో।
అహంకారో అధ్వర్యుః।
చిత్తగ్ం హోతా।
ప్రాణో బ్రాహ్మణాచ్ఛగ్ంసీ।
అపానః ప్రతి ప్రస్థాతా।
వ్యానః ప్రస్తోతా।
ఉదానః ఉద్గాతా।
సమానో మైత్రావరుణః।
శరీరం వేదిః।
నాసికా అంతర్వేదిః।
మూర్ధా ద్రోణకలశః।
పాదో రథో।
దక్షిణహస్తః స్రువః।
సవ్యహస్తః ఆజ్యస్థాలీ।
శ్రోత్రే ఆఘారౌ।
చక్షుషీ ఆజ్య భాగౌ।
గ్రీవా ధారా। పాదః పోతా।

చతుర్థ ఖండః

'యూప (పశువును కట్టు స్థంభము), రశనము (ముక్కు త్రాడు)లతో శోభించుచున్న ఈ శారీరక యజ్ఞము నందు...శోభించుచున్న విశేషాలు...

ఈ జీవుడు (జీవాత్మ) → యజమాని.
బుద్ధియే → పత్ని।
వేదములు (చతుర్వేదములు, ఇంద్రియములకు తెలియబడేవి)
ఋత్విక్కులు (మహాఋత్విజులు).
అహంకారము → కర్మకాండను నడిపించు అధ్వర్యుడు
చిత్తము → ఋగ్వేద మంత్రములు ఉచ్చరించు 'హోత' ('ఋత్విక్కు').
ప్రాణములే బాహ్మణములు గానంచేయు బ్రాహ్మణాచ్ఛంసులు.
అపానము - ప్రతిప్రస్థాత (నియమావళిని నడుపువారు).
వ్యానము → ప్రస్తోత (యజ్ఞపరికరములన్నీ అమరికచేయువారు).
ఉదానము → ఉద్గాత (దేవతాహ్వానము పలుకు యాజ్ఞీకుడు)
సమానప్రాణము - మైత్రావరుణులు (అమరికలన్నీ చక్కదిద్దుతూ నడిపించు ఋత్విక్కు).
ఈ శరీరమే - యజ్ఞవేదిక
నాశికాస్థానము - అంతర్వేదిక (ఉత్తరవేదిక - పై వేదిక)
మూర్ధము-(ముఖశిఖర భాగము Upper Fore - face) - ద్రోణకలశము
దక్షిణ (కుడి) చేయి → స్రువము (నేయిని ఆహుతి చేయు చెక్కతో చేసిన గరిట)
ఎడమచేయి → నేయిపాత్ర (ఆజ్యస్థాలీ)
చెవులు → అఘారము. నేయి
కనులు - హవిస్సు. నేయిని అభికరించటానికి, ఉపకరించు పాత్ర. స్రుక్కు.
కనులు, చూపు → నేయి విభాగము
గ్రీవము (మెడ నరము) ఆధారము → పోత (పోయుటకు ఉపయోగించు చిల్లులతో కూడి పాత్ర!)

తన్మాత్రాణి సదస్యాః।
మహాభూతాని ప్రయాజాః।
భూత గుణా-అనూయాజాః।
జిహ్వా ఇడా।
దంత-ఓష్ఠౌ-సూక్తవాకః।
తాలుః శంయోర్వాకః।
స్మృతిః-దయా।
క్షాంతిః అహిగ్ంసా।
పత్నీ సంయాజాః।
ఓంకారో యూపః।
ఆశా రశనా।
మనో రథః। కామః పశుః।
కేశాః దర్భాః।
ఇంద్రియాణి యజ్ఞపాత్రాణి।
కర్మేంద్రియాణి హవీగ్ంషి।
అహిగ్ంసా ఇష్టయః।
త్యాగో దక్షిణా।
అవభృథం మరణాత్।
సర్వాణి అస్మిన్ దేవతా
శరీరే అధి సమాహితాః।
వారణస్యాం మృతోవాఽపి।
ఇదం వా బ్రాహ్మణః పఠేత్,
ఏకేన - జన్మనా జంతుః
మోక్షం చ ప్రాప్నుయాత్॥
ఇతి ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్॥
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః।

శబ్ద - స్పర్శ - రూప - రస గంధములనబడే తన్మాత్రలు → సదస్యులు (సభను అలంకరించిన జనులు)
- **పంచ మహాభూతములు** → ప్రయాజులు (ముఖ్య యాజ్ఞీకులు)
- **భూతగుణములు** → అనుయాజులు
- **జిహ్వ (నాలుక)** → హవిస్సు. అన్నము, పురోడాశపాత్రము (ఇడ).
దంతములు - ఓష్ఠములు (పెదవులు) → సూక్తవాకము (శ్రీసూక్తము, నారాయణసూక్తము, మొదలైనవి)
తాలువు (దవడ) - శఁయోర్వాకము (శం నో అస్తు ద్విపదే, శం ద్విపదే ఇత్యాదులు)
దేహయజ్ఞ యజమాని. (దేహి)కి భార్యలు → స్మృతి (తెలివి, జ్ఞాపకము), **దయ (సర్వసహజీవుల పట్ల అవ్యాజమైన ప్రేమ) క్షాంతి** (ఓర్పు)యే, **అహింస.**
ఓంకారమే...యూపస్థంభము (పశువును కట్టు స్థంభము),
ఆశ....పశువును కట్టు రశనపు త్రాడు.
మనస్సే పరమాత్మను ఊరేగించు రథము.
- **కామము** (కావాలి, నిర్వర్తించాలి...అను ఆవేశము) → యజ్ఞపశువు, యాగార్థపశువు.
దేహముయొక్క వెంట్రుకలు → దర్భలు,
"పంచజ్ఞానేంద్రియములు → యజ్ఞపాత్రలు.
పంచకర్మేంద్రియములు (చేతులు, కాళ్ళు, వాక్కు, పాదములు, పాయువు, ఉపస్థ) → హవిస్సులు
అహింస → యజ్ఞము యొక్క 'ఇష్టము' రూపము.
ఇంద్రియ విషయములను త్యజించి, అతీతంగా ఉండటము అనబడు **త్యాగము** → దక్షిణ
మరణమే → అవబృథ స్నానము.
సర్వ దేవతలు కూడా ఈ శరీరమునందు సమాహితులై, అధిష్టితులై ఉన్నారు. ఈ శరీరము నశించు ధర్మము కలిగి ఉండి-**వారణాస్యము.**

> **"శారీరబ్రాహ్మణము"** (లేక) **"ప్రాణాగ్ని హోత్రోపనిషత్"** అనబడే ఈ ఉపనిషత్ పఠించుచుండగా ఈ జన్మయందే అట్టి అధ్యయనముచే మోక్షము సిద్ధించగలదు.

ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్ సమాప్తా॥
ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః॥

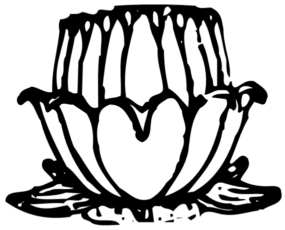
కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

18 ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము



పరబ్రహ్మ । పరమేశ్వర । పురుషోత్తమ। సదానంద। పరంజ్యోతి। పరాత్పర।
పతిత పావన స్వప్రకాశ। వరదాయక సకలలోక వాంఛిత ఫలద అప్రమేయ।
పాహి పాహి మాం పాహి। పాహి పాహి మాం పాహి।

మునులంతా కూడా శరీరక యజ్ఞముచే పొందిన శుద్ధ చిత్తముతో ఏ పరమపదమును సిద్ధించుకొంటున్నారో – అట్టి శ్రీరామచంద్రమూర్తి పాదపద్మములకు నమస్కారము!

సర్వతత్త్వ స్వరూపుడగు 'ఓం'కార సంజ్ఞార్థ పరమాత్మకు నమస్కరిస్తూ....

⌘

అనేక జన్మలుగా దృశ్య తదాత్మ్యముచే ఏకానేక వేదనలను ప్రోగుచేసుకొనియున్న ఈ జీవునికి 'వర్తమాన మానవ ఉపాధి' (Physical Body) **"ఆత్మా౽హమ్ భావనాసిద్ధి"** ప్రసాదించటానికై మహత్తరమైన **ఉపకరణము** అయిఉన్నది. అట్టి ఈ దేహము యొక్క తత్త్వమేమిటి? ఇందులో దేవతా ప్రజ్ఞలు ఏఏ స్థానములు ఆక్రమించి ఉన్నారు? కాలనిర్మితమగు ఈ భౌతిక దేహోపాధిని సద్వినియోగము పరచుకొనేది ఎట్లా?

ఇటువంటి కొన్ని ముఖ్య విశేషాలు ఈ **'ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్'**లో చెప్పుకుంటున్నాము.

'సర్వ ఉపనిషత్ సార విషయము, సంసార జ్ఞానమునకు ఆవలి గట్టు వంటిది' అగు విశేషాలతో కూడిన **అన్నసూక్త రూపమగు** శరీర యజ్ఞమును ఇప్పుడు మనము వ్యాఖ్యానించుకొంటున్నాము.

1వ ఖండము

ఈ జీవునికి ఆయా ఇహలోక సంబంధమైన, పరలోకసంబంధమైన ఉత్తమ స్థానములు, స్థితిగతులు సంపదలు సిద్ధింపజేయగలుగు అనేక యజ్ఞ – యాగ – క్రతువులను 4 వేదములు సిద్ధాంతీకరించి చెప్పుచున్నాయి. విధి విధానములు ప్రబోధించుచున్నాయి. అవన్నీ కూడా యజ్ఞ – యాగములు నిర్వర్తించగోరు యజమాని (లేక) యజ్ఞకర్తచే నిర్వర్తింపజేయుటకై వేదమాతచే మానవాళికి ప్రసాదించబడుచున్నది.

వేద వేదాంగ పాండితీమణులగు **ఋత్విజులు** (తమ ఆధ్వర్యములో యజ్ఞము చేయించువారు);

కర్మకాండను నడిపించు **అధ్వర్యులు**;

ఋగ్వేద ఋక్కులు ఉచ్ఛరించు **హోతలు**;

బ్రాహ్మణములను (ఉపాసనా స్తోత్రములను) గానము చేయు **బ్రాహ్మణ్యులు**;

నియమావళిలను నడిపించుచూ యజ్ఞ పరికరములను అమరిక చేయు **ప్రస్థాతలు**;

దేవతాహ్వానములను విధివిధానంగా పలుకు **ఉద్గాతలు**;

విధానములను సమీక్షిస్తూ, లోపము లేకుండా చక్కదిద్దుతూ, సదస్యులకు వేదికలను, అంతర్వేదికలు తీర్చిదిద్దు **మైత్రావరుణులు**;

ఇవన్నీ కూడా యజ్ఞ - యాగ నిర్వహణకై సహకారులు. నియమనిష్ఠలు సూచించినవారు, నడిపించువారు కూడా.

- **సంతానము కొరకై** - పుత్రకామేష్ఠి యాగము,
- **ఇహసంపద, పరమున ఉత్తము లోకములు కొరకై** - విశ్వజిత్ యాగము,
- **దిగ్విజయము, ప్రజాక్షేమము, సంపద వృద్ధి కొరకై** - రాజసూయయాగము,

....మొదలైన యజ్ఞ-యాగములు వేదములలో (వాటివాటి 1180 ఉపశాఖలచే) అభివర్ణితమై ఉన్నాయి.

అయితే, అవన్నీ కూడా యాగవేదిక - అగ్నిహోత్రము - యాగశాలలు మొదలైన అనేక వ్యయ ప్రయాసలతో కూడినవై ఉన్నాయి.

అట్టి అనేకానేక ప్రయత్నములతో ప్రయాసలతో పనిలేకుండా ఈ జీవుడు తన శరీరము నుండే జరుగుచున్న శారీరక యజ్ఞరూపమగు అన్న సూక్త విధిని **'ఎరుగుట, గమనించుట, భావనచేయుట'** అను విధానముగా **"ప్రాణాగ్నిహోత్ర శారీరక యజ్ఞము"** సులభము. ఎవ్వరైనా ఎక్కడైనా నిర్వర్తించవచ్చు.

అథా అతః ఉపనిషత్ సారగ్ం, సంసార జ్ఞానాతీతమ్ అన్నసూక్తగ్ం శారీర యజ్ఞం వ్యాఖ్యాస్యామో॥

- **వినా అపి అగ్నిహోత్రేణ** - అగ్నిహోత్రము వేదిక, యజ్ఞశాల, మొదలైన వాటి అవసరం లేకుండానే,
- **వినా సాంఖ్యేన** - అనేక శాస్త్రముల పరిశీల, విశ్లేషణ, పఠణ శ్రవణ శ్రమలతో కూడికొని ఉంటున్న 'సాంఖ్యము' యొక్క అగత్యము లేకుండా కూడా....

సంసార విముక్తః భవతీతి॥ ఈ పురుష (జీవ) శరీరములో (తన శరీరములో తానే) నిర్వర్తించు - ఉపనిషత్ సారము అయినట్టి - **'శారీరక యజ్ఞము'** ఈ జీవునికి ఇప్పుడే, ఇక్కడే సంసారబంధములనుండి శాశ్వత విముక్తి కలిగించగలదు. అట్టి **"అన్నసూక్తి విధి"**తో కూడిన **శారీరక యజ్ఞము** గురించి వివరించుకుంటున్నాము.

⌘

ముందుగా...అన్నసూక్త ఉపాసన - అన్నోపాసన :

స్వేన విధినా అన్నం భూమౌ నిక్షిప్య..., వారి వారికి సానుకూలమైన విధిగా అన్నమును పచనము చేసి, అన్న పాత్రను సానుకూల్యమగు ఒకచోట భూమిపై నిక్షిప్యము చేయాలి. అప్పుడు

యా ఓషధయః సోమరాజ్ఞీః బహ్వీః శత విచక్షణాః
బృహస్పతి ప్రసూతాః తానో ముఞ్చంత్వగ్ం హసః॥

.....అని అన్నమును ఉపాసనగా ఉద్దేశ్యించి మంత్రములను, '3' సార్లు పలకాలి. **"అన్నపతేః"** అను స్తోత్రములతో కూడిన అన్నమును ప్రసాదించిన పరమాత్మను స్తుతించి అన్నపతి మంత్రమును '2' సార్లు గానం చేయాలి. అర్థమును కూడా చదువుచూ, భావిస్తూ...మంత్రములను గానం చేయాలి.

అన్నపతేః నమః

యా ఓషధయః - ఆహార రూపములుగా పరిణమిస్తున్న ఓషధులు సోమరాజ్ఞులుగా (చంద్రునికి రాణులుగా) ఉన్నాయి. సోముని (చంద్రుని) తమ రాజుగా కలిగియున్నాయి. అట్టి ఓషధ దేవతలు తమయొక్క చంద్రాంశలచే అనేక సంఖ్యలలో రూపుదిద్దుకొనుచూ

వందలకొలదిగా ఏర్పడుచూ ఉన్న ఈ భౌతిక శరీరములోని వ్యాధులను నివారిస్తూ ఉన్నాయి. 'ఆకలి' అనే వ్యాధిని ఉపశమింపజేసి ఆహార రసరూపంగా శరీరమునకు పుష్టి, శక్తి కలుగజేస్తున్నాయి. అంతేకాకుండా బృహస్పతిచే ప్రేరితమై, దివ్యుడగు బృహస్పతి యొక్క అంశలుగా దేహములలో ప్రవేశించి బుద్ధియొక్క ప్రవృద్ధికి కారణమగుచున్నాయి.

అట్టి ఓషధ దేవతా ప్రసాదములయినట్టి ఓషధుల పరిపక్వరూపము – "అన్నము". అట్టి 'అన్నము' నందు ప్రక్షిప్తమై పరిపోషకములు ఉన్నాయి. **ఓషధరూప 'అన్నము'నకు నమస్కరిస్తున్నాము.**

ఇది మా దేహములలో ప్రవేశించునప్పుడు మాయొక్క చిత్త దోషములను, పాపవృత్తులను కడిగివేయుచూ, మా బుద్ధిని పవిత్రము, నిర్మలము, సునిశితము, విస్తారము, ప్రజ్ఞాసమన్వితముగా తీర్చిదిద్దునుగాక!

ఓ ప్రియ ఓషధరూప (ఆహారరూప) సోమరాజ్ఞీ!

యా ఫలినీర్యా, అఫలా, అపుష్పా యాశ్చ పుష్పిణీః,
బృహస్పతి ప్రసూతాః, తానో ముంచం త్వగ్ం హసః॥ *(మంత్రము అర్థములతో సహా '3' సార్లు పఠించాలి)*

- ఏ వృక్ష – పువ్వుల – కాయల తీగల రూపములుగా ఉన్నాయో,
- కొన్ని ఫలములతో కూడియు మరికొన్ని ఫలములు లేకయు,
- కొన్ని పుష్పములు కలిగియు, మరికొన్ని పుష్పములు పుష్పించనివై ఉన్నటువంటివి – అయి ఉన్నాయో,
- **అవన్నీ ఓషధులు, వనస్పతులుగా భూమిపై ప్రదర్శనమగుచున్నాయి.**

బృహస్పతి భగవానుని సంకల్పము నుండి జనించినట్టి ఓషధులు, వనస్పతులు అన్నీ కూడా వాటి వాటి రసశక్తితో సహా మా ఈ భౌతిక దేహములలో ప్రవేశించినప్పుడు మా 'ఆకలి' అనే వ్యాధిని ఉపశమింపజేయుచుండగా, బుద్ధిని నిర్మలము చేయును గాక! మా బుద్ధులను పాప ధ్యాసలనుండి విడిపించి, మమ్ములను పవిత్రులుగా చేయునుగాక! మా చిత్తమును సునిశితముగాను, తత్త్వజ్ఞాన సవిమన్వతంగాను తీర్చిదిద్దుటకై ప్రార్థిస్తున్నాము.

వన దేవతా స్తుతి – నిషిద్ధ ఆహార త్యాగము

జీవలాం నహారిషాం మాతే బధ్నామి ఓషధీమ్,
యాత ఆయుః ఉపాహరాదప రక్షాగ్ంసి చ ఆతయాత్॥ *(3 సార్లు అర్థ పూర్వకంగా పఠించాలి)*

భూమిపై ఓషధులను పరిరక్షించుచున్న ఓ **వనదేవతలారా!** మీకు మనసా, వాచా, కర్మణా – చేతులు జోడించి నమస్కరించుచున్నాము. మాపై దయ ఉంచండి.

- ఏఏ ఓషధులు ఆయుష్షును వృద్ధి చేస్తూ దైవీగుణములను ప్రవృద్ధపరుస్తూ ఉన్నాయో ఆపదలను తొలగిస్తూ, మా బుద్ధులను పరమత్మోపాసనకు సిద్ధింపచేస్తున్నాయో, **సహజీవులు శ్రేయో–ఆనందముల కొరకై మమ్ములను ప్రేరేపిస్తున్న అట్టి ఓషధులు (ఆహారములు) మమ్ములను చేరుచుండునుగాక!**
- ఏఏ ఓషధులను జీవలమును (ఆయుష్షును) బలహీనపరచి, ఆయుష్షును హరిస్తూ ఉంటాయో, కామము–క్రోధము, ఆవేశము–ఇతరులను బాధించు, హింసించువృత్తులను – దంభ దర్ప అహంకార పారుష్య అజ్ఞాన గర్వాదులను వృద్ధిపరుస్తూ ఉంటాయో, **అట్టి ఓషధులను మేము స్వీకరించము.**

ఓ వనదేవతా! ఈ విధంగా ఆయుఃవృద్ధి చేయు ఓషధములను మాత్రమే స్వీకరించుటకు అనుజ్ఞ ఇవ్వండి. ఆయుష్షును హరించు, ఆసురీగుణములను పెంపొందింపజేయు ఓషధులను తిరస్కరిస్తూ, స్వీకరించకుండా ఉండగల ఉత్తమబుద్ధిని దయతో ప్రసాదించండి.

అన్నపతిస్తుతి (2 సార్లు చదువవలసినది)

అన్నమునకు అధిపతియగు ఓ పరమేశ్వరా! **అన్నపతే। అన్నస్య నో దేహ్య సమీపస్య శుష్మిణః ప్రప్రదాతారం తారిష!** అన్నమును, అన్నపరిరక్షకులు అగు వనదేవతలను, అన్న పరిపోషణరూపియగు ఈ భూదేవతను తమయొక్క అంశలుగా కలిగియున్న ఓ అన్నపతీ! ఆత్మదేవా! దేవాది దేవా! దయతో మా బుద్ధులకు తేజస్సు (Enlightenment) ప్రసాదించ ప్రార్థన. మనస్సుకు ఆహ్లాదము కలుగజేయండి! జీవరాసులందరికి వారు ఉన్న చోటనే, వారికి సమీపంగా అన్నము (ఆహారము) లభించునట్లుగా అనుగ్రహించండి! అన్న పరిపోషకులగు

మీకు సవినయ – కృతజ్ఞతాభివందనములు సమర్పించుకొనుచున్నాము. **ఊర్జం నో దేహి ద్విపదే, చతుష్పదే!** ద్విపాదులగు సర్వ మానవులకు, చతుష్పాదులగు పశువులు మొదలైన వాటికి, పక్షులకు, తదితర సర్వ జీవులకు 'అన్నము' **సమృద్ధిగాను, వారివారికి సమీపముగాను, ఓషధీ రసయుక్తముగాను** లభించునుగాక – అని మిమ్ములను నమస్కరిస్తూ వేడుకొనుచున్నాము.

ఓ ఈశ్వరా! విశ్వేశ్వరా! సర్వేశ్వరా! మరొక విన్నపం కూడా!

యత్ అన్నమ్ అద్మి బహుధా విరుద్ధగ్ం, రుద్రైః ప్రజార్థం, యది వా పిశాచైః సర్వంతత్, ఈశానో అభయం కృణోతు। ఏ 'అన్నము' అయితే అనేక దోషములు (ఆవేశము, మత్తు, ఉద్రేకము మొ॥వి) కలిగించేవో, ఏ అన్నమైతే రుద్రునిచే తదితర జీవులకు ప్రసాదించి ఉండగా, అది మేము స్వీకరిస్తున్నామో, ఏ అన్నమైతే పైశాచక (Crual, Hearting) స్వభావముగల పిశాచములచే స్పృశించబడినదై ఉన్నదో....అట్టి 'అన్నము'ను మేముస్వీకరించటం జరిగి ఉంటే....వాటివాటి సంబంధితమైన దోషములు మమ్ములను శారీరకంగా, మానసికంగా, బుద్ధిపరంగా ఈశ్వరానుగ్రహంచేత తాకకుండును గాక! మా ఈశ్వరోపాసనకు విరోధము కలుగకుండా మాకు అభయము ప్రసాదించండి. **మేము ఈశ్వరేచ్ఛకు ప్రణమిల్లుచున్నాము.**

ఈశ్వరార్పితమ్

మేము అన్నమును మితముగా, దైవార్పితంగా, న్యాయార్జితంగా స్వీకరించెదముగాక! సాత్వికమైన లక్షణ సమన్వితంగా ఆహారము మేము అవసరమైనంత పొందెదము గాక!

మొట్టమొదటగా మేము స్వీకరించబోవు అన్నమును ఈశ్వరునికి నివేదనము చేస్తున్నాము. **శివమ్ ఈశానమ్ స్వాహా! అన్నముతో కొంత భాగమును తదితర జీవులకు సమర్పించుకొనుచున్నాము. శివస్వరూపుడగు సర్వేశ్వరుడు మేము అతిథులకు, తదితర జీవరాసులకు సమర్పిస్తున్న అన్నమును సర్వాంతర్యామియై స్వీకరించునుగాక!**

ఈశ్వర స్తుతి

అంతః చరతి భూతేషు గుహాయాం విశ్వతో ముఖః।
త్వం యజ్ఞః। త్వం బ్రహ్మా। త్వగ్ం రుద్రః।
త్వం వషట్కారః। అపోజ్యోతి రసో అమృతం బ్రహ్మా।
భూః భువః సువః ఓం నమః॥

సర్వతత్త్వ స్వరూపుడవగు ఓ పరమాత్మా! పరంధామా! సర్వజీవుల హృదయగుహలలో జ్వాజ్వల్యమాన స్వయం ప్రకాశకుడవగు ఓ శివభగవాన్! ఈ విశ్వమంతా తమ ముఖారవిందమే! భూ-వన దేవతల (మరియు) ఈశ్వర ప్రసాదితంగా లభిస్తున్న 'అన్నము'ను మాకు ప్రసాదించు విశ్వ – విశ్వాంతరాళ యజ్ఞ స్వరూపులు మీరు! మాకు అత్యంత ఆహ్లాదమును కలుగజేయుచున్న సృష్టిని రచించు బ్రహ్మ మీరే! సర్వమును తేజోవంతము చేయుచున్న అహంకారస్వరూపుడగు రుద్రుడు కూడా మీరే! అంతేకాదు! ఇక్కడి (1) దృశ్య (2) ఇంద్రియ సమన్వితమగు భౌతికమగు దేహమునకు (3) ఆలోచనా రూపమగు **మనో దేహమునకు**, (4) విచక్షణా రూపమగు **బుద్ధి దేహమునకు**, (5) ఇష్టము రూపమగు **చిత్త దేహమునకు**, (6) వ్యష్ఠిరూపమగు **జీవాత్మలకు** మీరు **పరిపోషకుడు, పరిరక్షకుడు।** ఇవన్నీ అంశలుగా ప్రసాదించువారు! అట్టి వషట్కారుడు (షట్-6-దివ్యతత్త్వస్వరూపులు) అగు విష్ణు భగవానుడు కూడా మీరే! ప్రాణములకు 'త్రాణ'యగు జలమునందలి రసస్వరూపులై, ఈ దేహముయొక్క ప్రాణతత్త్వమునకు పరిపోషకులై, దేహమును రక్షిస్తున్న హే అన్న భగవాన్! నమస్కారము!

మీరు జ్యోతికే జ్యోతి స్వరూపులు!

జగత్తునందు రసస్వరూపులై బాహ్య అభ్యంతరములకు స్థితిని కలుగజేస్తున్నారు. భూ(Matter Related), భువర్ (Subtla form related), సువర్ (Devine Formless Intelectual), త్రిలోకములలో అమృతస్వరూపులై – సాకారమగు మట్టిబొమ్మలందు నిరాకారమగు మట్టి వలె – పరబ్రహ్మతత్త్వమై **ప్రదర్శమగుచున్నారు.**

అట్టి వేద – వేదాంత – పరబ్రహ్మానంద స్వరూపులగు పరమాత్మకు, **అన్న భగవానునికి నమో నమః!** నమస్కరించుచున్నాము!

జల దేవతా భ్యోం నమః

ఆపః పునంతు పృథివీ! ఈ పృథివి జలముతో సమృద్ధమై, సర్వజీవులకు సానుకూల్యమై, జలముచే పవిత్రమై ఉండును గాక! **పృథివీ పూతా పునాతు మామ్!** రస సమృద్ధి స్వరూపియగు పృథివీమాత కరుణారస రూపిణియై మా దేహ – మనో – హృదయములను పవిత్రము చేయుచుండునుగాక!

పునంతు బ్రహ్మణస్పతిః।

వేదహృదయము, ఉపనిషత్ – అత్యాంతికార్థము తెలిసి, వేదగానము చేయు వేద వేదాంగ వేత్తలయొక్క బ్రహ్మణస్పతములు మా చెవులలో మార్మోగి మా హృదయములను పవిత్రము చేయునుగాక! **యత్ ఉచ్ఛిష్టమ్ అభోజ్యం, యద్వా దుశ్చరితం మమ, సర్వం పునంతుమాం ఆపో।** వేదవాక్కుల సౌరభముచే మాయొక్క ఉచ్ఛిష్ఠము (త్యజించవలసినవి) భుజించటము, (భుజింపకూడనివి భుజించటము) అను దోషములు తొలగించబడునుగాక! ఈ జలము మాయొక్క దుశ్చరితములన్నీ కడిగి వేయుచూ సచ్ఛరితముల వైపు నడిపించుచూ మమ్ములను పునీతము (పవిత్రము) చేయునుగాక!

ఆపో అసతాన్ చ ప్రతిగ్రహగ్గ్ం స్వాహా!

ఈ జలము మా యొక్క 'అసత్' భావములన్నీ కడిగివేయుచు, మా బుద్ధియందు సత్‌తత్త్వమును సుప్రతిష్ఠితము చేయునుగాక! ప్రతి గ్రహణములన్నీ జలమునందు తర్పణము చేయుచున్నాము. **(అసతోమా సద్గమయ।)**

అమృత జలముతో అమృతాత్మకు తర్పణము

ఓ ఉదకములారా! **అమృతమ్ అస్తు!** మీరు అమృత స్వరూపులై ఉన్నారు. **అమృత – ఉపస్తరణమసి!** అమృతమును ఆచ్ఛాదనముగా కలిగి ఉన్నారు. **అమృతం ప్రాణే జుహోమి॥** ఉదకము ద్వారా ఉదకమును ఆచ్ఛాదించియున్న **అమృతరసమును ప్రాణములందు హోమము చేయుచున్నాము.** మా భౌతికదేహమునందు దాహము, మనస్సునందుగల **అశాంతి శమించుటకై అమృతముచే ఆచ్ఛాదించబడిన జలమును స్వీకరించుచున్నాము.** ప్రాణదేవతకు సమర్పిస్తున్నాము. జలమును **ప్రాణ ప్రాణమునకు, అపానప్రాణమునకు, వ్యానప్రాణమునకు, ఉదానప్రాణమునకు, సమాన ప్రాణమునకు** సమర్పించుచున్నాము. **పంచప్రాణాయ స్వాహా।**

ఈ జలముతో ఓంకార సంజ్ఞార్థరూపమగు పరబ్రహ్మ తత్త్వమునకు తర్పణము చేయుచున్నాము. నా ఆత్మ – **బ్రహ్మమునందు, బ్రహ్మమునకు అభిన్నమై, అమృత స్వరూపమై** అనుభవమగుగాక. అట్టి బ్రహ్మమునకు మమాత్మ చైతన్య హస్తములతో అమృతజలమును తర్పణము చేయుచున్నాను.

- **కనిష్ఠిక అంగుల్య అంగుష్ఠేన ప్రాణే జుహోతి** – చిటికిన వ్రేలుతో అమృత రూపమగు జలమును **ప్రాణ–ప్రాణము**నకు తర్పణము సమర్పిస్తున్నాను.
- **అనామికాయా అపానే।** – ఉంగరపు వ్రేలుతో **అపానప్రాణము**నకు జల–తర్పణము.
- **మధ్యమయా వ్యానే।** – మధ్యవ్రేలుతో **వ్యానప్రాణము**నకు జల తర్పణము.
- **సర్వాభిః ఉదానే।** – అన్ని వ్రేల్లు (5 వ్రేళ్ళు) కలిపి **ఉదాన ప్రాణము**నకు జల–తర్పణము.
- **ప్రదేశిన్యా సమానే।** – అరచేతి నుండి **సమాన ప్రాణము**నకు జల–తర్పణము.
- **తూష్ణీం ఏకామ్।** – అన్ని వ్రేళ్ళు, అరచేయి కలిపి మరల ఒకసారి బ్రహ్మతత్త్వమునకు జలామృత తర్పణము.

ఏకా ఋచా జుహోతి।	ఋచా (సూర్యాగ్ని) యందు	ఒకసారి
ద్వే ఆహవనీయే।	ఆవహనీయాగ్నికి	రెండుసార్లు
ఏకాం దక్షిణాగ్నౌ।	దక్షిణాగ్నికి	ఒకసారి
ఏకాం గార్హపత్యే।	గార్హపత్యాగ్నికి	ఒకసారి

ఏకాం ప్రాయశ్చిత్తయే। సర్వప్రాయాశ్చిత్తముగా అరచేయి ముని వ్రేళ్ళ మీదుగా మరొక్కసారి నేయిని అగ్నికి సమర్పిస్తూ, ప్రక్కగా జలమును తర్పణము చేయాలి. (అగ్నికి కించిత్ కుడిగా పళ్లెములో జలమును అన్నివ్రేళ్ళతో వదలాలి). అటు తరువాత....

అథా అపి ధానమ్ అసి। నీవు పరంధామ స్థానమును ప్రకాశింపజేయగలుగుదువు!.

అమృతత్వాయా ఉపస్పృశ్య పునః ఆదాయ। జలమును స్పృశించుచూ అమృతత్వమును భావన చేస్తున్నాము. **పునః స్పృశేత్!** మరల మరల స్పృశించుచున్నాము! (కుడి చేతి మునివ్రేళ్ళతో జలమును స్పృశించాలి. వదలాలి. మరల స్పృశించాలి).

ఇప్పుడిక....

సవ్యే ప్రాణావ ఆపో గృహీత్వా, హృదయమ్ అనుపలభ్య, జపేత్। జలమును 'ప్రాణశక్తి స్వరూపం'గా భావిస్తూ, ఎడమ చేతియందు తీసుకొని, హృదయమునకు దగ్గరగా ఎడమచేతి గుప్పిటను తాకిస్తూ....ఈ విధంగా జపము చేయాలి.

ప్రాణో అగ్నిః పరమాత్మా పంచవాయుభిః - ఆవృతః। అభయగ్ంం సర్వభూతేభ్యో। న మే భీతిః కదాచన। ఇతి।। పరమాత్మ మొట్టమొదటి ప్రాణాగ్ని తేజోస్వరూపుడైనారు. అటుతరువాత, పంచవాయు స్వరూపులై (ప్రాణ-అపాన-వ్యాన-ఉదాన-సమాన ప్రాణముల స్వరూపుడై) అన్ని దేహములలో ఆవృతులుగా (ఆక్రమించుకొని) ఉన్నారు. **అభయగ్ంం సర్వభూతేషు।** పరమాత్మయే ప్రాణస్వరూపుడై సర్వజీవులకు సర్వదా అభయప్రదాత అయి ఉన్నారు. అందుచేత నేను దేనికీ భయము పొందవలసిన అగత్యమేమున్నది? నాతోబాటుగా నాయందు సర్వదా (దేహమున్నప్పుడు, లేనప్పుడు కూడా) ప్రాణేశ్వరుడై ప్రకాశిస్తూనే ఉంటారు కదా! పరమాత్మ ప్రాణేశ్వరుడై నన్ను వదలరు. నేను ఆయనను వదలను. **ఈలోగా జడమైన దేహాలు వస్తూ పోతూ ఉండవచ్చు గాక! నాకేమి భయం?**

ద్వితీయ ఖండము

వైశ్వానరాగ్నికి ఆహుతులు

విశ్వో అసి వైశ్వానరో! విశ్వరూపం త్వయా ధార్యతే! ఓ వైశ్వనరా! విశ్వేశ్వరా। **"ఈ విశ్వమంతా వైశ్వానరాగ్నిగా ఉన్నది మీరే"** - అని మిమ్ములను దర్శిస్తూ, ఉపాసించుచున్నాము. ఇంకా కూడా చెప్పాలంటే...ఈ విశ్వము వైశ్వానరునిచేతనే, (లేక) పరమాత్మచేతనే 'ధారణ' చేయబడుతోంది. ఈ తెలియబడుచున్న విశ్వమంతా మీకు సమర్పించబడు ఆహుతియే! బ్రహ్మ మొదలు స్తంభము వరకు (ఆ బ్రహ్మ స్తంభ పర్యంతము) ప్రాణదేవుని అమృతరూపమే! అట్టి వైశ్వానరాగ్ని హోత్రునియందు

- **ఏదీ జనించటమూ లేదు!**
- **ఏదీ నశించటమూ లేదు.**

తత్పురుషాయ - తర్పయామి। అభిషించామి।

పురుషుడు : జన్మ - కర్మలకు మునుముందే సత్-చిత్-ఆనంద స్వరూపుడై, నిర్విషయుడై ఉండి ఈ జన్మ - కర్మలు మొదలైన సర్వానుభవములతో సహా సర్వము తన పురుషకారముగా కలిగియున్నవారు! (నాయొక్క ప్రతి, ఒక్కని-యొక్క) **"కేవలీ రూపము"!** నిష్క్రియుడై ఉండి కూడా సర్వకారణ కారణుడు! ఈ దృశ్యములు, ఈ లోకములు, ఈ కనబడే సమస్తము **ఎవ్వరియొక్క పురుషకారమో** ఆతడే **"పురుషుడు"** - అని వ్యవహరించబడుచున్నారు.

పురుషుడు - పురుషకారము - పరమపురుషుడు (త్రిమూర్తి స్వరూపము)

(1). ఇహ పురుషుడు - జీవాత్మ

ఈ జగత్తులో దేహముతో కూడి భౌతికంగా కనిపిస్తూ, జగన్నాటకంలో ఆయా సంగతి-సందర్భము-సంబంధములకు పరిమితమై కనిపిస్తున్నదంతా భౌతికదేహ పరిమితము అగు **స్వకీయ పురుషకారము. ఒక నాటకములోని నేను నటించు పాత్ర వంటిది.**

(2). ఈశ్వరపురుషుడు : (జన్మ - జన్మాంతర బాటసారి, పురుషకారుడు, కేవల పురుషకారము)

దేహ - దేహాంతరములు తనవిగా భావిస్తూ, సమిష్ఠిగా వ్యవహరించు పురుషకారము. ఏకానేక దేహ సందర్భములలో పాల్గొనుచున్న, దేహములోకి ప్రవేశ-నిష్క్రమణములను నిర్వర్తిస్తున్న **స్వకీయ పురుషకారము. అనేక జన్మలు తనవైనట్టి పురుషుడు.** అనేక నాటకములలో నటించుచున్న నటనయొక్క నటనా విశేషము (The art of acting) వంటిది. **దేహ దేహాంతరములలోని నేనైన నేను.** ***(నటునిగా నటనా కౌశల్యము వంటిది).***

(3). పరమ పురుషుడు – కేవల సాక్షి

అనేక జన్మ – కర్మలలో కూడా ప్రకాశించుచూ – నిష్క్రమిస్తూ ఉన్న ఈశ్వరపురుషకారమునకు కూడా ఆవల (పరముగా) ఉన్న కేవల సాక్షీ – చైతన్యము. **జన్మ పురుషకారమునకు, జన్మ జన్మాంతర పురుషకారమునకు ఆవల (పరమై) యున్న - నేనైన నేను.**

ఈ విధంగా ప్రతి జీవుడుకి సంబంధించి

(1) ఇహ పురుషకారము (వర్తమాన **దేహత్వమునకు పరిమితమైన 'నేను')**

(2) ఈశ్వర పురుషకారము (జన్మ జన్మాంతరములుగా ప్రయాణిస్తూ **జన్మ జన్మాంతరములను విస్తరింపజేస్తున్న నేనైన నేను)**

(3) పరమ పురుషకారము (కేవల సాక్షి, నిష్క్రియుడు, కానీ, కారణకారణుడు! మౌన స్వరూపుడు – అగు నేనైన నేను....)

అను త్రివిధములైన 'నేను'లు ప్రవర్తమానమై ఉంటున్నాయి.

త్రిమూర్తి స్వరూపుడగు తత్ పురుషోపాసన – అమృత జలాభిషేక విధి

త్రిమూర్తి (One who is executing his manifestations in '3' Frames) స్వరూపుడగు ఆ స్వస్వరూప పరమ పురుషుని ఉపాసించుచున్నాము.

- ఆతడు స్వస్వరూపుడే కాదు, సర్వస్వరూపుడు కూడా!
- **అయం పురుషో మహానవో!** అట్టి పరమ పురుషుడు. మహాన్ స్వరూపుడు. సదా అనుభవుడై కూడా ఎప్పటికప్పుడు నవానుభావుడు, నిత్య నూతనుడు. (సదా అనుభవేపి). ఆయన ఉదయ చమత్కారమే ఇదంతా!
- **యో అంగుష్ఠా అగ్రే ప్రతిష్ఠితః।** అట్టి పరమపురుషుడు **"బొటనవ్రేలు ఉపరిస్థానములో"** ప్రతిష్ఠితుడై ఉన్నట్లు (ఉపాసనకై) (సం)భావించుచున్నాను.
- **తమ్ అద్భిః పరిషించామి।** అట్టి తత్‌పురుషుని బొటనవ్రేలుపై సంకల్పించి, అమృతస్వరూపమగు జలముతో పరిషించము (అభిషేకము) చేస్తూ ఉపాసిస్తున్నాను. (పరిషేచనము = చేతిలో నీళ్ళు పోసుకొని చుట్టూ పోయుట / చల్లుట).
- **సో అస్యాం అమృతాయ చ :** నాయొక్క కుడి బొటనవ్రేలు అగ్రభాగమును అధిష్టించియున్నట్లుగా యోగవిధిచే భావన చేయబడుచున్న అట్టి తత్ పురుషుడే **నాకు అమృతత్వమును ప్రసాదించునట్టి సర్వగతుడు! సర్వసాక్షి! కేవలుడు! సర్వస్వరూపము! స్వ అనన్య పరమపురుషుడు! త్వమ్ – అనన్యుడు! జగత్తుకు కూడా అనన్యుడు!**
- **అనావితి ఏష బాహ్యాత్మా!** అట్టి స్వస్వరూపుడు, స్వ–అభిన్నుడు, త్వమ్–అభిన్నుడు, జగత్–అభిన్నుడు, అనన్యుడు అగు తత్ పురుషపరమాత్మయే బాహ్యమున **సర్వజగత్ స్వరూపుడై** విరాజిల్లుచున్నారు. బాహ్యాత్మ ఆతడే। అంతరాత్మ కూడా ఆతడే.

ధ్యాయేత – అగ్నిహోత్రమ్ జుహోతి. అట్టి **"సర్వము తానైన", "నేను కూడా తానైన" పరాత్‌పరపురుషుని స్తుతిస్తున్నాను.** సర్వమునకు అంతర్లీనుడై యున్న ఆ చైతన్య పురుషుని ధ్యానిస్తున్నాను. ఆయన చైతన్యమును **'అగ్నిహోత్రుడు'**గా ధ్యానిస్తున్నాను. తత్ స్వరూపుడగు అగ్నిహోత్రుని కొరకై హోమరూపంగా అగ్నికి హోమ ద్రవ్యములను (నెయ్యి మొదలైనవాటిని)....ఇదిగో, సమర్పిస్తున్నాను.

అట్టి అగ్నిహోత్రుడు ఎట్టివారు?

సర్వేషాం ఏవ సూనుః భవతి! ఆ తత్ పురుషుడే సమస్త జీవులలో ప్రాణాగ్ని హోత్ర స్వరూపుడై, ప్రతి ఒక్క జీవునికి ప్రియాతి ప్రియుడై ఉన్నారు. **సర్వజీవులకు ఆనందమును పంచిపెట్టుచున్నారు.** ఆయన మన శరీరమునందు **అణువణువూ వేంచేసి వెలుగొందుచూ ఉన్నారు.** అట్టి ఆత్మస్వరూపుడగు ప్రాణాగ్నిహోత్రుడు విశ్వమంతా నిండియున్నారు. **వైశ్వానరుడై విశ్వరూప ధారణ** చేయుచున్నట్టివారు. పరబ్రహ్మమే ఆయన!

ఈ విధంగా అగ్నిహోత్ర బుద్ధిని భావనచే ప్రేరేపించుకోవాలి.

"యజ్ఞ పరివృతా ఆహుతీః హోమయతి, స్వే శరీరయజ్ఞమ్ పరివర్తయామి!" "నా ముఖమునందు, సర్వముఖములందు (సర్వతోముఖః) ప్రత్యక్ష స్వరూపుడై, ప్రాణాగ్నిహోత్రుడు ఆత్మానంద చైతన్యముగా వెలుగొందుచున్నారు".... అని భావించుచున్నాము. ఇంద్రియ కార్యక్రమములన్నీ, ఏతత్ విషయములతో సహా **'ప్రాణాగ్నిహోత్రావధానము'** చేస్తూ ఆహుతులుగా ఆ తత్ స్వరూపునికి సమర్పించుచున్నాము. ఇట్టి **'శారీరయజ్ఞము'** ను అనుక్షణికం చేసుకుంటున్నాము. ఇంద్రియానుభవముల సమర్పణగా నిర్వర్తించుచున్నాము.

చతుర్విధ శారీరాంతర్గత అగ్న్యోపాసనలు

'శారీరకయజ్ఞము' అను విషయము గురించి వివరించుకుంటున్న మనము ఇప్పుడు ఈ భౌతిక శరీరములో పరివేష్ఠితమై (వేంచేసి, స్థితిపొందియున్న) 4 అగ్నుల గురించి చతుర్విధోపాసనకొరకై – చెప్పుకుంటున్నాము.

(1) సూర్యాగ్ని : సూర్య మండలాకృతిః సహస్ర రశ్మి పరివృత। సూర్యమండల – ఆకృతి కలిగియున్నట్టిది. వేలాది తేజోకిరణములను జ్ఞానకిరణములను దేహమంతా, దృశ్యమంతా ప్రసరింపజేస్తున్నట్టి అగ్ని. **ఏకర్షిభూత్వా మూర్ధ్ని తిష్ఠతి!** ఒకే సూర్యుడు తన తేజోకిరణములను అసంఖ్యాక ప్రదేశములలోని వస్తు సముదాయముపై ప్రసరింపజేస్తున్న విధంగా... ఈ సూర్యాగ్ని ఒకేచోట ఉండి శరీరమంతా తన కిరణజాలమును (ఉత్సాహ–సావాస–ఎరుక అనుభూతి రూప కిరణములను) ప్రసరింపజేస్తోంది. **(The Factor of Enlightening).**

శరీరములోని సూర్యాగ్నిస్థానము = మూర్ధ్ని స్థానము (ముఖ్యముగా) ముఖముయొక్క ఊర్ధ్వభాగము (Fore face)

(2) దర్శనాగ్ని : చతురాకృతిః ఆహవనీయోభూత్వా ముఖే తిష్ఠతి॥ చతురస్రాకృతి కలిగియున్నట్టిది. దర్శించు సవరూపము. (The Factor of perceiving). దీనిని యజ్ఞవాఙ్మయంలో **"ఆహవనీయాగ్ని"** అని పిలుస్తున్నారు.

శరీరములో దర్శనాగ్ని (లేక) ఆహవనీయాగ్ని యొక్క స్థానము – ముఖము (Entire Face).

దర్శనాగ్నిర్నామ చతురాకృతిః ఆహవనీయోభూత్వాముఖే తిష్ఠతి॥

3. శారీరోఽగ్నిః జరా ప్రణుదా హవిః అవస్కందతి। అర్ధచంద్రాకృతిః దక్షిణాగ్ని భూత్వా హృదయే తిష్ఠతి॥ దీనినే **'జఠరాగ్ని'** అని అంటారు. **'దక్షిణాగ్ని'** అని కూడా చెప్పబడుతోంది. అర్ధచంద్రాకృతి ఆకారము కలిగినదై 'హృదయస్థానము' నందు సంస్థితమైయున్నది. సర్వపదార్థములను హవిస్సులుగా స్వీకరించుచున్నట్టిది. మనోబుద్ధి సంబంధమైన సర్వ విశేషములను 'హుతము' చేయుచున్నట్టి అగ్ని.

(4) కోష్ఠాగ్ని : నాభి స్థానములో ప్రదర్శితమగుచున్నట్టి 'అగ్ని'.

- అశితములను → మ్రింగబడుచున్నవాటిని,
- పీతములను → త్రాగబడుచున్నవాటిని,
- లీఢములను → నాలుకతో పీల్చబడుచున్న వాటిని,
- ఖాదితములను → పళ్ళతో నవలబడుచున్న వాటిని,

వీటినన్నిటినీ 'సమము'గా చేసి జీర్ణమగునట్లు చేయుచున్న అగ్ని. **'గార్హాపత్యాగ్ని'** అని కూడా చెప్పబడుచున్నది. **కోష్ఠాగ్నిర్నామ అశిత – పీత – లీఢ – ఖాదితగ్ం సమ్యక్ విషయిత్వా గార్హపత్యేభూత్వా, నాభ్యాం తిష్ఠతి॥**

ప్రాయశ్చిత్తాగ్ని – అంతర్హితాగ్ని : మంత్ర (మనన) రూపముగా – **సూర్యాగ్ని, దర్శనాగ్ని, శారీరోఽగ్ని, కోష్ఠాగ్నులకు** అంతర్లీనమై, అంతర్గతంగా, క్రిందుగా (As a base) ఏర్పడియున్న అగ్నిని **'అంతర్హితాగ్ని'** అని, **ప్రాయశ్చిత్తాగ్ని** అని పిలుస్తున్నారు.

ప్రాయః – మునుముందుగా ఉన్నట్టి
చిత్తాగ్ని – ప్రియస్వరూపంగా వెలుగొందుచున్న తేజోరూపము.

ఈ ప్రాయశ్చిత్తాగ్ని:

- ఇడ–పింగళ–సుషుమ్న....అను నాడీత్రయమును తన ముగ్గురు ప్రియురాళ్ళవలె కలిగి ఉంటున్నట్టి అగ్ని. ఆ మూడిటికి ప్రభువు.
- రస – ఓషధ సమన్వితమగు చంద్రకిరణములతో ప్రకాశమానమై ఉంటోంది.
- ప్రజలను (సర్వదేహములను) పుట్టించుకర్మలను నిర్వర్తిస్తూ, పర్యవేక్షించుచున్నట్టిది.

ఈ విధంగా ఈ శారీరయజ్ఞశాలలో **చతుర్విధ అగ్నులు,** వాటికి ఆధారమైయున్న (ఆధారరూప) **ప్రాయశ్చిత్తాగ్ని** సంప్రదర్శనమానమై ఉన్నాయి. ఆయా క్రియా విశేషములన్నిటికీ శక్తిని ప్రసాదిస్తూ, శక్తిప్రదర్శరూపమై విరాజిల్లుచున్నాయి.

అగ్నిహోత్ర ప్రాణాగ్ని ప్రదర్శనమే ఈ విశ్వము యొక్క అనునిత్యరూపము. ఇట్టి అగ్నుల బుద్ధిపూర్వకమైన ఉపాసనయే "పంచాగ్నిహోత్రోపాసన"గా యోగ–యజ్ఞ వాఙ్మయ ప్రసిద్ధము.

3వ ఖండము & 4వ ఖండము
శారీరయజ్ఞోపాసన

ప్రియ ఆత్మస్వరూపులారా! ఈ భౌతిక శరీరమే ఒక యజ్ఞశాల. ఈ శారీరక యజ్ఞశాలలోని యూప (జంతువును కట్టి ఉంచు నిలువు స్తంభము) యొక్క సంజ్ఞ గురించి, రచనా శోభితమైయున్న ఈ 'శరీరము'లో జరుగు 'శారీరక యజ్ఞము'లోని అంతర్లీన యజ్ఞసంజ్ఞా విశేషాలు (సమన్వయములు) గురించి ఇప్పుడు చెప్పుకుందాము. ముముక్షువగు యోగి ఈ **'శారీరక యజ్ఞశాల – యజ్ఞము**లను ఏవిధంగా ఉపాసించి, **'ఆత్మమేవాఽహమ్',** స్థానమును సుస్థిరించుకోవాలో...అది వివరించుకుంటున్నాము.

శారీరక యజ్ఞ భావనా–యజ్ఞ వివరణములు
(దర్శనా విధానములు – ఉపాసనా విధులు)

3వ ఖండము	4వ ఖండము
ఈ శారీరక యజ్ఞమునకు =	**అస్య శారీర యజ్ఞస్య, యూప రసనా శోభితస్య....**
కో యజమానః – యజమాని ఎవ్వరు?	ఆత్మా యజమానో। - జీవాత్మయే యజమాని. (వ్యష్ఠిగతమైన 'నేను')।
కా పత్నీ? పత్ని ఎవ్వరు?	"బుద్ధి"।
కే ఋత్విజః? యజ్ఞమును సమవేక్షించు (దర్శకుడు) ఎవ్వరు?	వేదములే ఋతిజ్వులు (The conductors)
కే సదస్యాః? ఆహ్వానుతులగు శారీర యజ్ఞమును వీక్షించు సభాసదు లెవ్వరు?	సర్వ సహజీవులు. కేవల సాక్షీ స్వరూపుడగు స్వస్వరూపాత్మ।
కాని యజ్ఞ పాత్రాణి? యజ్ఞ పాత్రలు ఏవేవి?	పంచేంద్రియములు।
కాని హవీగ్ంషి? అగ్నిలో వ్రేల్చుటకు సిద్ధము చేయబడు అన్నము, నెయ్యి మొదలుగా గల 'హవిస్సు' ఏది?	శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధములు।
వేదిక ఏది? – కా వేదిః?	ఈ శరీరమంతా వేదికయే।
అంతర్వేదిక ఏది? – కా అంతర్వేదిః?	నాశిక (ముక్కు)।
ద్రోణ కలశము ఏది? – కో ద్రోణ కలశః?	మూర్ధము।
రథము ఏది? – కో రథః?	మనస్సు। (మనోరథము)
పశువు ఏది? కః పశుః?	కామము।
అధ్వర్యుడు – ఈ శరీర యజ్ఞములో యజుర్వేద మంత్రవిధులను నడుపువాడు – ఎవ్వరు? – కో అధ్వర్యుః?	అహంకారము।
ఋగ్వేద మంత్రములను ఎరిగి ఋక్కుల గానంతో హోమము చేయించుహోత ఎవ్వరు? కోహోతా?	చిత్తము।

ఇంకా కూడా - శారీర యజ్ఞ భావనా అభ్యాసమునందు

బ్రాహ్మణాచ్ఛగ్ంసీ కో? (బ్రాహ్మణములు ఉపాసింపజేయువారు)	-	ప్రాణవాయువు (లోనికి పీల్చు గాలి)
- ప్రతి ప్రస్థాత (ఛంద ప్రస్తారము చేయువాడు) కః?	-	అపాన వాయువు
- ప్రస్తోత-వేద శాస్త్ర నియమములను పాటింపజేయువాడు	-	వ్యానవాయువు (యజ్ఞపరికరములను అమరిక చేయువాడు)
- మైత్రావరుణుడు ఎవ్వరు? దేవతలతో ప్రేమపూర్వక వచనములు పలికించువాడు	-	సమాన ప్రాణవాయువు
క ఉద్గాతా? దేవతాహ్వానముల యాజ్ఞికుడు ఆహ్వాన వచన, స్తోత్రములు చెప్పువాడు	-	ఉదాన వాయువు
గ్రీవ-ఆధారము ఏది? (జలమును ధారగపోయు ఆధారపాత్ర)	-	మెడ, మెడనరము
పోతా ఎవ్వరు?	-	ప్రజ్ఞ
దర్భలు ఏవి?	-	దేహములోని వెంట్రుకలు
నెయ్యిని ఆహుతి ఇచ్చునప్పుడు ఉపయోగించు కొయ్య గరిట అగు 'స్రువము' ఏది?	-	కుడిచేయి
యజ్ఞపాత్రలు	-	ఇంద్రియములు
ఆజ్య స్థాలీ (హోమపాత్ర) ఏది?	-	ఎడమ చేయి
ఏది ఆజ్య భాగము? కా ఆజ్యభాగే।	-	కనులు, చూచువాడు
ప్రయాజ భాగము ఏది?	-	చూపు
అనూయాజ భాగము ఏది?	-	త్రిగుణములు
ఇడా ఏది?	-	జిహ్వా
- సూక్త వాకము ఏది? (శ్రీసూక్త, పురుష సూక్త విభాగములు)	-	ఓష్ఠము (పెదవులు), దంతములు
- శంయోర్వాకము	-	తాలువు (దవడ)
పత్నీ సంయాజకులు ఎవరు? (ధర్మపత్నులు)	-	స్మృతి, దయ, క్షాంతి, అహింస
యూపము ఏది?	-	ఓం కారము
రశనము ఏది? (నడుముకు కట్టు త్రాడు)	-	నిర్ణయము
దక్షిణ ఏది?	-	ఇంద్రియ విషయములను త్యజించి, అతీతుడై ఉండటము
అవబృథము ఏది?	-	మరణము
సర్వాణి అస్మిం దేవతా శరీరే అధి సమాహితః॥ వారణాస్యాం మృతోవాఽపి	-	ఈ శరీరము చేరు పవిత్రస్థలమే 'వారణాసి'. దేవతలంతా 'వారణాసి' అను ఈ సమగ్ర శరీరములో వేంచేసియే ఉన్నారు.

ఈవిధంగా సమస్తము ఈ శరీరముతోనే సమాహితమై ఉన్నది. ఈ శరీరమును సాధన వస్తువుగాను, మహత్తరమగు వేదశాలగాను ఉపాశించబడు గాక!

'శారీర బ్రాహ్మణము' (లేక) 'ప్రాణాగ్ని హెూత్రోపనిషత్' పఠించుచుండగా, దేహ యజ్ఞ అనువర్తనచే ఈ జన్మయందే మోక్షము సిద్ధించగలదు.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత ప్రాణాగ్ని హెూత్రోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

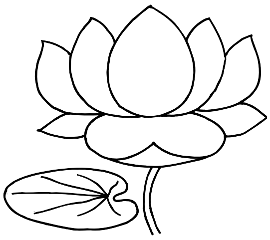
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

19 బ్రహ్మోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

ఓం
బ్రహ్మ-కైవల్య-జాబాల-శ్వేతాశ్వో- హంస-ఆరుణిః
గర్భో-నారాయణో-హంసో-బిందు-నాద-శిరః-శిఖా
ఏతాః త్రయోదశ - ఓం॥



ప్రణవార్థమును తెలుపుచున్నట్టి ఉపనిషత్తులు '13'. (1) బ్రహ్మోపనిషత్ (2) కైవల్యోపనిషత్ (3) జాబాలోపనిషత్(4) శ్వేతాశ్వతరోప నిషత్ (5) హంసోపనిషత్ (6) అరుణికోపనిషత్ (7) గర్భోపనిషత్ (8) నారాయణో పనిషత్ (9) హంసోపనిషత్ (10) అమృతబిందూపనిషత్ (11) అమృతనాదోప నిషత్ (12) అథర్వ శిరోపనిషత్ (13) అథర్వశిఖోపనిషత్

ఓం సహనా వవతు। సహనౌ భునక్తు। సహవీర్యంకరవావహై
తేజస్వి నావధీతమస్తు। మా విద్విషావహై। ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

ఓం శం నో మిత్ర శ్శం వరుణః। శం నో భవత్వర్యమా! శం న ఇంద్రో బృహస్పతిః। శం నో విష్ణురురుక్రమః।
నమో బ్రహ్మణే। నమస్తే వాయో। త్వమేవ ప్రత్యక్షమ్ బ్రహ్మాసి। త్వామేవ ప్రత్యక్షమ్ బ్రహ్మవదిష్యామి। ఋతమ్ వదిష్యామి।
సత్యమ్ వదిష్యామి। తన్మామవతు। తద్వక్తారమవతు। అవతుమామ్। అవతు వక్తారమ్।
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

2 అథ **అస్య పురుషస్య చత్వారి** **స్థానాని భవంతి।**	(అఖండుడు అప్రమేయుడు) అగు పరమపురుషుడు నాలుగు స్థానాలలో మరింత సుస్పష్టంగా **ప్రదర్శితుడు, ప్రకాశమానుడు, తత్ స్థానస్వరూపుడు** అగుచున్నారు.
నాభిః। హృదయమ్। **కంఠమ్। మూర్థా చ।**	(1) నాభి, (2) హృదయము, (3) కంఠము, (4) మూర్ధము (Force/Foreface)
తత్ర చతుష్పాదమ్ బ్రహ్మ విభాతి।	నాలుగవ స్థానము స్వస్వరూప బ్రహ్మస్థానము. ఇవియే పరమపురుషుని యొక్క **జాగరిత-స్వప్న-సుషుప్తి-తురీయ** చతుష్పాద సంప్రదర్శనములు. (లేక) బ్రహ్మవిభూతుల, విభవములు.
జాగరితే...బ్రహ్మ। **స్వప్నే....విష్ణుః।** **సుషుప్తౌ....రుద్రః।** **తురీయమ్ → అక్షరమ్॥**	**జాగరిత పురుషుడు** - పురుషకారము - **బ్రహ్మ।** **స్వప్నపురుషుడు** - పురుషకారము - **విష్ణువు।** **సుషుప్తిపురుషుడు - రుద్రుడు।** **తురీయ స్వరూపము** - పురుషకారము - **అక్షర పరబ్రహ్మము।** ఇవియే సర్వమునకు ప్రదర్శకము - ప్రేరకము అగు పరబ్రహ్మము యొక్క **త్రిమూర్తి (స్థాన)** ప్రదర్శనములు, నాలుగవది (చతురీయము) **తురీయము.**
3. స ఆదిత్యో, **- విష్ణుశ్చ, ఈశ్వరశ్చ।** **- స్వయమ్ అమనస్కమ్! అశ్రోత్రమ్।**	అట్టి పరబ్రహ్మమే సర్వమునకు 'ఆది' (మొట్టమొదటే ఉన్నవాడు) అగు ఆదిత్యుడు. సర్వము తానై వెలయు విష్ణువు. ఆయనయే ఈశ్వరుడు (అంతటిలో అంతగా విస్తరించి ఉన్నవాడు) కూడా. అట్టి పరమాత్మ →

అపాణి – పాదమ్!
జ్యోతిర్విదితమ్!

అమనస్కుడు. మనోరహితుడు. చెవులు - చేతులు - పాదము లేనివాడు. అవన్నీ ఆయన నుండి బయల్వెడలుచున్నాయి. ఆయన **కేవల జ్యోతి స్వరూపుడు. ఆదిపురుషుడు.** సర్వమునకు మునుముందేగల **కేవలాత్మస్వరూపుడు.**

లోకాలకు ముందే ఉన్నట్టివాడు. కనుక **అలౌకికుడు.**

యత్ర – లోకా న లోకా...,
దేవా న దేవా....,
వేదా న వేదా, యజ్ఞా న యజ్ఞా।
మాతా న మాతా, పితా న పితా।
స్నుషా న స్నుషా, చండాలో న చండాలః।
పౌల్కసో న పౌల్కసః।
శ్రమణో న శ్రమణః।
తాపసో న తాపసః –
ఏకమేవ
తత్పరమ్ బ్రహ్మ
విభాతి నిర్వాణమ్॥

అట్టి కేవలీ స్వరూపుని సమక్షంలో
- లోకములన్నీ అలోకములే.
- వేదములన్నీ అవేదములే.
- యజ్ఞాలు - అయజ్ఞాలు.
- మాతాపితలు - అమాతాపితలు.
- కోడలూ - కోడలుకాదు.
- చండాలుడు - చండాలుడు కాదు.
- పౌల్కసుడు (భార్యకానట్టి స్త్రీకి జనించినవాడు) - పౌల్కసుడుకాదు.

ఆత్మసమక్షంలో.... పై భేదములే లేవు. ఇంకా,
శ్రమణుడు - అశ్రమణుడు (సన్న్యాసి సన్న్యాసి కాదు).
తపస్యుడు....తాపసుడు కాదు.
ఆ ఆదిపురుషుడు భేదరహితుడు. అనేకము కాదు.
ఆతడే అఖండ - ఏకస్వరూపుడు! ఆయనయే పరంబ్రహ్మ! తత్ బ్రహ్మమ్। ఆయనే అంతటా అన్నీ అగుచూకూడా, ఏమీ అవనట్టి నిర్వాణ స్వరూపుడు! అఖండుడు!

---

4. **న తత్ర దేవా – ఋషయః**
పితర ఈశతే
ప్రతిబుద్ధ్యః
సర్వ విద్యేతి (విదేతి)।
హృదిస్థా దేవతాః సర్వా।
హృది ప్రాణాః ప్రతిష్ఠితాః।
హృది ప్రాణాశ్చ జ్యోతిశ్చ
త్రివృత్ సూత్రం చ
తత్ విదుః ఇతి।
హృది చైతన్యే తిష్ఠతి॥

ఆయన 'ఇది' అని దివ్య దేహులగు దేవతలు, పితృదేవతలు (Workers of Physical Bodies), ఋక్‌ను ప్రవచించు ఋషులు కూడా "ఇంతే" అని నిర్వచించజాలరు.

అవాక్ - మానసగోచరుడు. అయితే నిర్మలము - ఉత్తమముగల **బుద్ధిగలవారు ఆయనను స్వ-హృదస్థునిగా ఎరుగుచూ దర్శిస్తున్నారు.**

సర్వదేవతలు హృదయములోనే **నివాసము** కలిగిఉన్నారు.

బ్రహ్మ-విష్ణు-మహేశ్వరులు, తదితర లోకాధిపతులు (సమస్త దేవతలు) హృదయములోనే నివాసము కలిగి ఉన్నారు. హృదయములోనే పంచప్రాణములు, జ్యోతిస్వరూపుడగు ఆత్మ (జీవాత్మ) పతిష్ఠితులై ఉన్నారు.

త్రిసూత్రములైనటువంటి ఇంద్రియ - ప్రాణ - తేజస్సులు, జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు హృదయమునందే స్థానము కలిగి ఉన్నాయి. (యజ్ఞోపవీతమే హృదయ సంజ్ఞ).

ఇక హృదయమో... చైతన్యస్వరూపమగు ఆత్మయందు స్థానము కలిగి ఉన్నది. అందుచేత దేవతలు, దేవతాధిపతులు, జీవాత్మ, ఇంద్రియ - ప్రాణ - తేజస్సులు, జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు మొ॥వన్నీ **ఆత్మజ్యోతి/ ఆత్మచైతన్య స్వరూప తేజో విశేషణములే - అని తత్త్వవేత్తలు ఎరిగియే ఉంటున్నారు!**

5. యజ్ఞోపవీతమ్ పరమమ్ పవిత్రమ్,
ప్రజాపతేః యత్ సహజమ్ పురస్తాత్।
ఆయుష్యమ్ అగ్ర్యమ్!
ప్రతిముంచ శుభ్రగ్ం।
యజ్ఞోపవీతమ్
బలమ్ అస్తు తేజః॥

"ఇంద్రియ - ప్రాణ - తేజో త్రిసూత్రరూపమగు తత్త్వములు యజ్ఞోపవీతముగా నాచే ధరించబడినవి కదా!"....అనే భావనారూపధారణ పరమపవిత్రమైనది. (అనగా **నేను ఆత్మరూపుడను** - అను భావన). సృష్టికి పూర్వమే ప్రజాపతి (సృష్టికర్త)తో పాటే యజ్ఞోపవీతము సంజ్ఞగా జనించింది. ఆయుష్షును వృద్ధి చేయునది. ఈ దృశ్యజగత్తును (త్రిగుణ) దారములచే ధరింపబడునదిగాను, తానే (బ్రహ్మముగా) ధారణ చేయువాడుగాను భావించటము →

- పరమ శ్రేష్ఠమైనది!
- ఆయుష్షును వృద్ధి చెందించునది!
- పరమ పవిత్రమునకు సంజ్ఞ!

అట్టి ఆత్మజ్ఞాన సంజ్ఞారూపమగు, ఆత్మధారణారూపమగు విశ్వరూప యజ్ఞోపవీతము యజ్ఞపురుషునిచే ధరింపబడునది. యజ్ఞపురుషత్వ - ఉపాసనచే మాకు ఆయుష్షు, బలము, తేజము ప్రాప్తించును గాక.

---

6. సశిఖం వపనం కృత్వా,
బహిస్సూత్రం త్యజేత్ బుధః।
యత్ అక్షరమ్ పరమ్ బ్రహ్మ
తత్ సూత్రమ్ ఇతి ధారయేత్।
సూచనాత్ సూత్రమ్ ఇతి ఆహుః
సూత్రమ్ నామ పరమ్ పదమ్।
తత్ సూత్రమ్ విదితమ్
యేన స విప్రో
వేదపారగః॥

'ఆత్మా౽హమ్' భావనయే ఆశయముగా గల బుధుడు (ఉత్తమబుద్ధి సమన్వితుడు) - శిఖతోసహా బహిస్సూత్రమును (బయటకు ధరించే త్రిసూత్రదంధ్యమును, యజ్ఞోపవీతమును) మనస్సుతో త్యజించి, బాహ్యాచారమునకు ఆవలగల అంతర్గత ఉద్దేశ్యమును (మనస్సుతో) ఆశ్రయించుచున్నారు.

"అక్షరము - పరము" అగు 'అంతా బ్రహ్మమే' అను బ్రహ్మసూత్రమును బుద్ధితో ధారణ చేయుచున్నారు.

'సూచన'యే సూత్రము అయి ఉన్నది. **బ్రహ్మమును సూచించునదే యజ్ఞ-సూత్రము!** ఇది గమనించి విజ్ఞుడు 'పరమపదము' అనుపేరుగల యజ్ఞసూత్రమును ఎరుగుచున్నాడు! **"బ్రహ్మమే జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులను ధారణ చేస్తున్నది! అట్టి బ్రహ్మమే నేను కదా!"**...అను అర్థమును, పరమార్థమును ఆశ్రయిస్తున్నాడు. ఎవ్వరు **యజ్ఞసూత్రము** సూచించే **సూచనను** గ్రహిస్తాడో, ఆతడే వేదార్థమును తెలుసుకొన్న విప్రుడు! (దూది సూత్రమును ధరించినంత మాత్రము చేత విప్రుడు కాదు, వేదార్థము తెలిసినవాడుకాదు). **"ఈ జగత్తు నాయొక్క యజ్ఞ సూత్రధారణా విశేషమే"** - అనునదే (యజ్ఞ) మాత్రము.

---

7. యేన సర్వమ్ ఇదమ్ ప్రోతగ్ం
సూత్రే మణిగణా ఇవ,
తత్ సూత్రమ్ ధారయేత్ యోగీ
యోగవిత్ తత్త్వదర్శివాన్॥
బహిస్సూత్రమ్ (బహిః సూత్రమ్) త్యజేత్ విద్వాన్
యోగమ్ ఉత్తమమ్ ఆస్థితః।
'బ్రహ్మభావమ్' ఇదమ్ సూత్రమ్
ధారయేత్
యత్ స చేతనః॥

యోగసాధనచే ఒకడు **"యోగవేత్త, తత్త్వదర్శి"** అగుచున్నాడు. **"దేనిచేత ఈ నీవు - ఆతడు - ఇది - అది మొ॥న వాటితో కూడిన దృశ్యమంతా** (పూలదండలో పూలు దారముచే ధరింపబడుచున్నవిధంగా) ధరింపబడుతోందో అట్టి సూత్రమును (దారమును) ధరించు బ్రహ్మమే నేను" - అను భావన, అవగాహనలను ధరించినవాడై యోగవేత్తగా జగత్తును సందర్శిస్తున్నాడు. అట్టి దార్శనికుడే యోగి. తత్త్వదర్శి కూడా.

యోగి ఉత్తమ యోగ స్థితిని సముపార్జించుకొని ఇక ఆపై బహిః సూత్రమును (నాకు బాహ్యమైనది ఈ జగత్తు - అను ధారణను) త్యజించుచున్నాడు!

"ఇదంతా బ్రహ్మమే! నేను బ్రహ్మమునే! నేనే ఇదంతగా అయి, నాకు నేనే అనుభూతమగు చున్నాను"....అను సచేతన సూత్రమును ధారణ చేస్తున్నాడు!

యజ్ఞః = యత్ + జ్ఞః → జగత్తును ఎరుగుచున్న 'ఎరుక'.

8. ధారణాత్ తస్య సూత్రస్య
న ఉచ్ఛిష్టో! న అశుచిః భవేత్।
సూత్రమ్ అంతర్గతమ్ యేషామ్
జ్ఞాన యజ్ఞోపవీతినామ్,
తే వై సూత్రవిదో లోకే।
తే చ యజ్ఞోపవీతినః।
జ్ఞాన శిఖినో, జ్ఞాన నిష్ఠాః,
జ్ఞాన యజ్ఞోపవీతినః।
జ్ఞానమ్ ఏవ పరమ్ తేషామ్
పవిత్రమ్ జ్ఞానమ్ ఉచ్యతే।
అగ్నేః ఇవ శిఖా, నాన్యా
యస్య జ్ఞానమయీ శిఖా॥

అట్టి బ్రహ్మసూత్రధారణ చేయువానికి-జగత్తు బ్రహ్మ స్వరూపమే అగుచున్నది. కనుక, వదలవలసినదేదీ ఉండదు! జగత్తును జగత్తుగా పట్టుకోడు! బ్రహ్మము తానై 'జాగత్ దృశ్యము' అనే సూత్రధారణ చేసినవాడై ఉంటాడు. ఇక ఆతనికి అశుచి, అనునదేమీ ఉండదు!

అంతరంగములో అంతర్గతముగా (In the Inner Recess) 'ఆత్మజ్ఞానము'మే - ఆతడు ధరించే యజ్ఞోపవీతసూత్రము! అట్టి వాడే యజ్ఞసూత్రమును ఎరిగినట్టినవాడు. "అంతా బ్రహ్మముచే ధరింపబడే సూత్ర చమత్కారమే"...అని ఎరిగియుండి, ఈ జగత్తును దర్శించువాడే యజ్ఞోపవీతుడు! తానే బ్రహ్మమై, జగత్తునంతా యజ్ఞోపవీతరూపంగా ధారణ చేస్తూ ఉంటాడు.

"అంతా నేనే! బ్రహ్మమే" అను జ్ఞానమే ఆయనయొక్క శిఖ (పిలక)! ఆత్మజ్ఞానమే ఆయన నిష్ఠ! ఆత్మగా (బ్రహ్మముగా) ఈ కనబడేదంతా దర్శించటమే ఆయనకు యజ్ఞోపవీతము! జ్ఞానమే ఆయనకు శ్రేష్ఠమగు పరరూపము. అట్టి జ్ఞానమే పరమ పవిత్రమైనది! ఎవ్వరైతే **"అంతా జ్ఞానాగ్నిచే భస్మముగా చేసే అగ్ని"** వలె జ్ఞానశిఖను ధరిస్తాడో...ఆతడే విద్వాంసుడు. అంతేగాని, నూలుప్రోగుల సూత్రము, జుట్టు (కేశ) పిలక ధరించినంత మాత్రం చేత కాదు!

---

9. స 'శిఖీ' ఇతి ఉచ్యతే విద్వాన్,
నేతరే (న ఇతరే) కేశ ధారిణః।
కర్మణి అధికృతా యేతు
వైదికే బ్రాహ్మణాదయః।

ఎవ్వడు 'ఆత్మయే ఇదంతా! "ఈ విశ్వమంతా బ్రహ్మముయొక్క శిఖాధారణమే" అను అవగాహనతో, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులను తాను ధరించే శిఖ యొక్క మూడు ప్రోగులుగా దర్శించుచున్నాడో - ఆతడే 'శిఖి' అని విద్వాంసులు భావిస్తున్నారు. తదితర శిఖులు కేశధారులు మాత్రమే! అందుచేత వైదిక బ్రాహ్మణులు మొదలైనవారు విశ్వమంతా ఆత్మకు శిఖగా భావించుచున్నారు.

తేభిః ధార్యమ్ ఇదమ్
సూత్రగ్ం
క్రియాంగం తత్ ధివై స్మృతమ్।
శిఖా జ్ఞానమయీ యస్య
ఉపవీతం చ తన్మయమ్।

వైదిక కర్మాధికారము కలిగినట్టి వైదిక బ్రాహ్మణులు 'బ్రహ్మము' అనే సూత్రమును ధారణ చేస్తూ క్రియాశీలురై ఆత్మబుద్ధిశీలురై **నియమితకర్మలు** నిర్వర్తిస్తున్నారు. ఇదియే కర్మయోగోద్దేశ్యము. శాస్త్రోద్దేశ్యము.

శిఖ → ఆత్మజ్ఞాన సంపన్నులై ఉండటము.

ఉపవీతము → ఆత్మతత్త్వముతో సామీప్యత. ఆత్మతన్మయులై ఉండటము

శిఖ + ఉపవీతము = జ్ఞానము + విజ్ఞానము Theory (+) Practicing

-జ్ఞాన-విజ్ఞాన శిఖ ఉపవీతధారులంతా - యజ్ఞోపవీతధారులే.

---

10. బ్రాహ్మణ్యగ్ం సకలం తస్య
ఇతి బ్రహ్మవిదో విదుః।
ఇదం యజ్ఞోపవీతం తు
పరమమ్, యత్ పరాయణమ్,
స విద్వాన్ యజ్ఞోపవీతీస్యాత్।
స యజ్ఞస్తం యజ్వానం విదుః।

"బ్రహ్మమే ఇదంతా నేను బ్రహ్మమునే!" అనునదే బ్రహ్మజ్ఞానము. **"సకలము బ్రహ్మణ్యమే! బ్రహ్మస్వరూపమే! బ్రహ్మమే"**...అని ఎరిగినవారే బ్రహ్మవిదులు. బ్రాహ్మణులు.

బ్రహ్మస్వరూప సందర్శమే బ్రహ్మసూత్రధారణ!

అట్టి 'బ్రహ్మభావన' అనబడే యజ్ఞోపవీతము పరము, మహత్తరము! బ్రహ్మ యజ్ఞముగా జగద్దృశ్య దర్శనము చేయువాడే 'యజ్ఞస్తుడు'.

'సర్వము బ్రహ్మమే' అనునదియే పారాయణ చేయవలసిన మననరూప మంత్రము!

ఈ రీతిగా యజ్ఞోపవీతమును తెలుసుకొనుచున్నవాడే **విద్వాంసుడు.** అట్టివానిని **యజ్ఞస్తుడుగా** (యజ్ఞము నిర్వర్తించినవానిగా) బ్రహ్మవేత్తలు ఎరుగుచున్నారు. అంగీకరించుచున్నారు. ఆత్మ యజ్ఞము చేయుచున్న వాడుగా అనుకోబడుచున్నాడు.

---

11. **ఏకో దేవః సర్వభూతేషు గూఢః।**
సర్వవ్యాపీ, సర్వభూతాంతరాత్మా।
కర్మాధ్యక్షః సర్వభూతాధివాసః।
సాక్షీ చేతా కేవలో నిర్గుణశ్చ।

పరమాత్మ ఏకస్వరూపుడు(ఏకమ్)। పరమాత్మ ఒక్కడే! ఆయన అనేకముగా అగుటలేదు. ఏకముగా ఉండి, సర్వజీవులలో రహస్యముగా దాగి ఉన్నారు. సర్వములోను, సర్వముగాను **సర్వవ్యాపిగాను** ఉన్నారు. సర్వుల **అంతరాత్మ** ఆయనయే! సర్వకార్యక్రమములకు అధ్యక్షుడు సర్వభూతాది / సర్వులలోని మనో - బుద్ధి - చిత్త - అహంకారాలకు సాక్షి। సర్వము ఆయన వలననే చేతనమగుచున్నది. సర్వుల సహజ స్వరూపుడు। కేవలుడు। గుణములకు ఆవల ఉన్నవాడు। నిర్గుణుడు।

ఏకో వశీ సర్వభూతాంతరాత్మా
ఏకగ్ం రూపం బహుధా యః కరోతి,
తమ్ 'ఆత్మస్థం' యే
అనుపశ్యంతి ధీరాః,
తేషాగ్ం సుఖమ్ శాశ్వతమ్।
నేతరేషామ్।

ఏకస్వరూపుడై సర్వజీవుల అంతరాత్మగా విరాజిల్లుచున్నారు! ఆయన ఏకమే అయి ఉండి అనేక రూపములుగా తనను తాను ప్రదర్శించు కుంటున్నారు.

ఏ ఏకస్వరూపుడు అద్వయుడు, అఖండుడు - అనేకముగా విద్యమాన మగుచున్నారో....అట్టి పరమాత్మను ఏ ధీరుడైతే తన ఆత్మస్థునిగా సందర్శిస్తున్నాడో, గమనించి **'తమేవాఽహమ్'** అగుచున్నాడో, ఆతని సుఖము మాత్రమే శాశ్వతము। అనునిత్యము। ఇక తదితరుల సుఖమో-అశాశ్వతము। కాలబద్ధము। సందర్భపరిమితము. దుఃఖభూయిష్టము.

---

12. **ఆత్మానమ్ అరణిం కృత్వా,**
ప్రణవమ్ చ ఉత్తరారణిమ్,
'ధ్యాన' నిర్మథన - అభ్యాసాత్
దేవమ్ పశ్యేత్
నిగూఢవత్।।

అట్టి మనయందే నిగూఢుడై ఉన్న సర్వాత్మకుని తెలుసుకోవటం, దర్శించటము, ప్రవేశించటము, అనన్యమైన ఆత్మానందము ఆస్వాదించటము ఎట్లా?

☛ **జగత్ భావనాయుక్తమైన జీవాత్మ- భావయుక్తమైన మనస్సు** ను → క్రింద కొయ్యగాను,

☛'ఓం' అను **జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్త సాక్షీ భావనారూపమనస్సు (ప్రణవమును)** → పై కొయ్యగాను

☛'ధ్యాస' రూపమైన **ధ్యానాభ్యాసమును** → మథనము *(ఒక దానితో మరొకదాని ఘర్షణ చేతను)*

అంతరంగ - అంతర హృదయాంతరంగుడగు ఆత్మదేవుని ఈ సమస్త స్వరూపుడుగా సందర్శించాలి!

---

13. **తిలేషు తైలమ్,**
దధినీవ సర్పిః
ఆపః స్రోతః
స్వరణీషు చ అగ్నిః
ఏవమ్ ఆత్మాత్మని జాయతే అసౌ,

నువ్వులలో నూనె, పెరుగులో నేయి, ప్రవాహములో జలము, కొయ్యయందు అగ్ని దాగి ఉన్నట్లుగా మనందరిలో సర్వాంతర్యామియగు పరమాత్మ సర్వదా దాగి ఉన్నారు. ఎల్లప్పుడు వేంచేసియే ఉన్నారు. అంతర్-హృదయాంతరంగుడై ఉన్నారు.

ఎవ్వరైతే ఎదురుగా ఇంద్రియములకు తారసబడుచున్న సందర్భములను అధిగమించి, సత్‌స్వరూపమును (యత్-సత్)ను ఉపాసిస్తూ, **"సత్యుడగు**

సత్యేన - తపసా యో అనుపశ్యతి।
ఊర్ణనాభిః యథా
తంతూన్ సృజతే
సగ్ంహరత్యపి,
జాగ్రత్ - స్వప్నే
తథా జీవో
గచ్ఛతి - ఆగచ్ఛతే పునః।

పరమాత్మయే ఇన్ని రూపములుగా అగుపిస్తున్నారు కదా! అనేకముగా కనిపిస్తూ ఉన్నప్పటికీ ఒక్కటిగా అనుపించుగాక" - అను విజ్ఞతతో దర్శిస్తూ, తపన రూపమైన తపస్సుచే అంతటా 'ఆత్మనే దర్శిస్తారో....

వారు తమయందలి పరమాత్మను స్వాభావికంగాను, సమస్త సందర్భములకు అతీతంగాను సందర్శించగలరు.

సాలె పురుగు తననుండి తంతువులను (దారమును) ఉపయోగించి సాలెగూడు కట్టుకొని త్రెంచుకొంటూ (బయటకు-లోపలకు) వెళ్ళి వస్తుంది కదా! అట్లాగే పరమాత్మ జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులను నిర్మించుకొని ప్రవేశము-నిష్క్రమణములను క్రీడా వినోదముగా మరల మరల నిర్వర్తిస్తున్నారు!

---

14. **నేత్రస్థం జాగరితమ్ విద్యాత్।**
కంఠే స్వప్నగ్ం సమావిశేత్।
సుషుప్తగ్ం హృదయస్థమ్ తు
తురీయమ్ మూర్ధ్ని సంస్థితమ్।

ఆత్మయొక్క విన్యాసరూపుడు, అంశ అయినట్టి జీవాత్మ

- జాగ్రత్ అవస్థలో నేత్రస్థానమును కేంద్ర స్థానముగా కలిగి ఉంటున్నాడు.

- స్వప్నావస్థలో కంఠమునందు,

- సుషుప్తిదశలో హృదయస్థానమునందు

- తురీయదశలో మూర్ధ్ని స్థానమునందు సంచారములు కలిగి ఉంటున్నాడు.

యతోవాచో నివర్తంతే
అప్రాప్య మనసా సహ।
ఆనందమ్ ఏతత్ జీవస్య
యత్ జ్ఞాత్వా ముచ్యతే బుధః।

"ఏకరూపమే" అయి ఉన్న జీవాత్మ-పరమాత్మలే సమస్తమునకు ఆధారము, పరమము, నిత్యసత్యము కూడా. **అట్టి పరమ పురుషుని గురించి నిర్వచించటానికి వాక్కు - మనస్సు తమకు సాధ్యము కాక, వెనుతిరుగుచున్నాయి.**

అయితే విజ్ఞతతోకూడినట్టి బుధులు - ఆత్మను స్వస్వరూప-సహజ ఆనంద విభవముగా గ్రహించి సంసారబంధవిముక్తులగుచున్నారు!

సర్వవ్యాపినమ్ ఆత్మానమ్
క్షీరే సర్పిః ఇవ అర్పితమ్।
ఆత్మవిద్యా తపోమూలం
తత్ బ్రహ్మోపనిషత్ పదమ్।।
తత్ బ్రహ్మోపనిషత్ పదమ్ ఇతి।।
ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత బ్రహ్మోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

పాలలో నేయి అంతటా ఉండి ఉన్నట్లు ఆత్మ సర్వవ్యాపకమై సర్వముగా వెలుగొందుచున్నది.

తపస్సుచే ఆత్మను గురించి తెలుసుకొన్నవారు - ఇక్కడే, ఇప్పుడే **బ్రహ్మపదమును** సముపార్జించుకొనుచున్నారు.

ఇతి బ్రహ్మోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః।

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

19 బ్రహ్మోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

స్వప్నానుభవమునకు మునుముందుగానే – స్వప్న ద్రష్ట ఉండి ఉన్నాడు కదా! అట్లాగే, జన్మలకన్నా మునుముందే 'జన్మలు' అను పురుషకారమును ప్రదర్శించబోవుచున్న 'పురుషుడు' ఉండియే ఉన్నాడు. **ఆయన 'కేవలుడు' అని, 'నిత్య-అనునిత్యుడు' అని, 'సత్ పురుషుడు' అని, 'సహజ పురుషుడు'** అని, అభివర్ణించబడుచున్నాడు.

ఆతడే **పరమపురుషుడు। ఆది పురుషుడు। ఆత్మ। దృక్। పరమాత్మ। పరతత్త్వము। ఓం। బ్రహ్మము। స్వసహజ స్వరూపము।** ఇటువంటి అనేక శబ్దములచే కూడా ఉద్దేశ్యించబడుచున్నారు.

అట్టి పురుషుని గురించి ఈ **బ్రహ్మోపనిషత్** విశదపరచుచున్నది.

– – –

అట్టి పరమపురుషుడు నాలుగు అభౌతిక – భౌతిక స్థానములుగా ప్రకాశమానమగుచున్నారు. (లేక) విద్యమానమగుచున్నారు. అట్టి **ఆదిపురుషుడు** ఈ భౌతిక దేహము పరంగా ప్రభవగుచున్న (లేక) ప్రదర్శనమగుచున్న స్థానములు

జాగ్రత్ :	**స్వప్నము :**	**సుషుప్తి :**	**(చ)తురీయము**
నాభి (బొడ్డు)	హృదయము	కంఠము	మూర్ధము/ శిరస్సు

ఈ నాలుగు ముఖ్య స్థానములలో జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి-తురీయ రూపుడుగా యోగులకు స్వానుభవమై వెలుగొందుచున్నాడు.

జాగ్రత్ అవస్థయందు... సృష్టికి కర్త, చతుర్ముఖుడు అగు **బ్రహ్మ** గాను,

స్వప్నావస్థయందు... స్థితికారుడగు **విష్ణువు** గాను,

సుషుప్తి యందు... లయకారుడగు **రుద్రుడు** గాను,

తురీయమునందు... సర్వమునకు ఆవల (పరమునందు) ప్రకాశించే **పరబ్రహ్మము** గాను అభివర్ణించబడుచున్నారు!

– తురీయమే, పరమ ప్రశాంతమగు నిర్వాణ స్థానము!

మొట్టమొదటే ఉండి ఉండటంచేత ఆ ఆదిస్వరూపమే (The inspiring self prior to every thing) **'ఆదిత్యుడు'** అనబడుచున్నాడు. **యతయో ఆదిః** – సర్వమునకు ప్రారంభముననే ఉన్నట్టి **స్వస్వరూపుడు ఆదిత్యుడు. (ఆద్యేవయత్ స్థితః, ఉదితః – తత్ ఆదిత్యః)**

అట్టి ఆదిత్యుడే విష్ణువుగాను, ఈశ్వరుడుగాను కూడా పిలువబడుచు ఉపాసించబడుచున్నారు! అనగా..., ఆ ఆదిత్యుడే విష్ణువు, ఈశ్వరుడు కూడా! ఆయనయే సమస్త దేహములలోను, సమస్త దేహములుగాను సంప్రదర్శితులు.

ఈ దేహి పట్ల మనస్సు, చెవులు, కళ్లు ఇత్యాదులు కనబడుచున్నాయికదా! అయితే ఆదిపురుషునియొక్క దేహత్వ భావన తరువాతయే అవన్నీ అంతర్గతమై ప్రదర్శనమగుచున్నాయి. 'దేహత్వము' అనే పురుషకారమును ప్రదర్శించే (దేహత్వమునకు మునుముందే ఉండే) చైతన్య స్వరూపుడైనట్టి 'ఆదిత్యుడు' లేక ఆదిపురుషుడు...ఎట్టివాడు?

అమనస్కుడు : స్వయముగా మనోరహితుడు. మనస్సు ఆయన యొక్క పురుషకారములోని ఒకానొక అంతర్గత విశేషము. ఆలోచనలకు మునుముందే ఆలోచించువాడుగా ఉండటం చేత అమనస్కుడు. ఆలోచనలకు ముందే ఆలోచనలకు ఆవల ఆలోచనలు లేనప్పుడు కూడా ఉండి ఉన్న స్వస్వరూప **చైతన్య స్వరూపుడే** ఆతడు! ఆలోచనలు ఆతని చేతన ప్రదర్శనము.

అశ్రోత్రమ్ - అపాణి-పాదమ్ : అట్టి ఆదిపురుషునికి కర్మేంద్రియములు గాని, జ్ఞానేంద్రియములు గాని లేవు. అవన్నీ ఆయన సంకల్పశక్తియొక్క ప్రదర్శనములు. నవలలోని పాత్రల రూపురేఖలు 'రచయితకు ఉన్నాయి' అని అనము కదా।

జ్యోతిర్విదితము : అయితే అవన్నీ వెలిగించే కేవల జ్యోతిస్వరూపుడుగా బ్రహ్మజ్ఞుల అనుభవ విషయమగుచున్నాడు. జ్యోతి స్వరూపముగా (That which enlightens, exhibits and operates all else)గా విదితమగుచున్నారు. దీపపు వెలుగులో గదిలోని వస్తువుల ఆకారములన్నీ కనిపిస్తున్న విధంగా, - 'ఆత్మజ్యోతి' వెలుగులో అన్యరూపమగు ఈ జగద్వ్యవహారమంతా అనుభవమవటం జరుగుతోంది.

పరబ్రహ్మస్థానము

<u>ఎక్కడైతే... (లేక) ఏదైతే...,</u>

→ **లోకాలన్నీ ఆలోకములుగాను** (లోకాలు ఏర్పడకముందే ఉన్న దివ్య స్వస్వరూప చైతన్యుడు కనుక),

→ **దేవాన్ అదేవాన్ - దేవతలు అదేవతలుగాను**, [దేవతల కంటే (ఆదిర్హి దేవానామ్) మునుముందే ఉన్న పరతత్త్వము కాబట్టి],

→ **వేదములు అవేదములుగాను**, - (వేదములు ఆపరమ పురుషుని గురించి గానం చేస్తున్నాయి. ఆయన వేద పురుషుడు, తెలుసుకొనబడే సమస్తమునకు తెలుసుకునేవాడుగా మునుముందే ఉన్నవాడు కాబట్టి),

వేదము (శబ్దార్థము) = తెలియబడునది

వేదపురుషుడు = తెలుసుకొనుచున్నవాడు (లేక) **తెలుసుకొనబడుచున్నదానిని + తెలుసుకొనుచున్న వానిని → తెలుసుకొంటున్న "ప్రజ్ఞాచైతన్య పురుషుడు."**

→ **సంబంధ-అనుబంధ- బాంధవ్యము లైనట్టి సర్వ విశేషములకు ఆవల ఉన్నట్టి అలౌకికస్వరూపుడుగాను,**

తల్లి..... తల్లిగా కానట్టి,
తండ్రి.... తండ్రి కానట్టి,
కోడలు... కోడలు కానట్టి,
చండాలుడు... చండాలుడు కానట్టి
అన్య స్త్రీ సంజాతుడు - పౌల్కసుడు కానట్టి,
మూర్ఖుడు... మూర్ఖుడు కానట్టి
శ్రమణుడు (సన్న్యాసి) - శ్రమణుడు కానట్టి,
సర్వ సంబంధములు లేనట్టి **తత్త్వముగాను**...,

- ఆ శ్రమ రూపకర్మలు లేనట్టిదిగాను,
- తపస్సు అతపోరూపమైనట్టిదిగాను అగుచున్నదో....,

ఏది సర్వచేతనమో, ఏది అనేకము కాకుండా, ఏకమైయుండి **ప్రకాసిస్తోందో..., అదియే,** ఆ స్థానమే **పరంబ్రహ్మము!**

ఆ ఆత్మ స్థానము నందు "వీరు అల్పజీవులు - వారు మానవులు - వారేమో దేవతలు - ఇకవారు పితృదేవతలు" మొ॥న భేదము లేవీ లేవు! అది అధికాధిక బుద్ధి సమన్వితులగు దేవతలచేత, పిత్రుదేవతల చేత కూడా నిర్వచన రూపంగా సవిదితమయ్యేదికాదు. దేవత - పితృదేవతలకు కూడా మునుముందే ఉన్నట్టిది ఆ పరబ్రహ్మ చైతన్యము! **(అహమ్ హి సర్వ దేవానాం, మహర్షీణాం చ సర్వశః) అయితే, నిర్మల హృదయులు** బుద్ధితో **సర్వే సర్వత్రా ఇదంతా అద్దాని మహిమగా గాంచుచున్నారు!**

సర్వదేవతల - దేవతాలోకముల ఉనికి (నివాస) స్థానము ఆ పరమ పురుషుని హృదయమే!

హృదయము - హృదయేశ్వరుడు:

☞ దేవతలు హృదయమునందే నివాసులు.

☞ ప్రాణశక్తి ప్రతిష్ఠితమై ఉన్నది కూడా హృదయములోనే!

☞ పంచ ప్రాణములు, జ్యోతిర్మండలము, ... ఇవన్నీ హృదయములోనే ఉన్నాయి!

☞ త్రివృత్ (3 Phases) (అనబడు → ఇంద్రియ - ప్రాణ - తేజస్సులు; జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు;
→ వాటికి సంజ్ఞయగు '3' ప్రోగుల యజ్ఞోపవీతము -

... ఉన్నది కూడా హృదయమునందే! ఇవన్నీ హృదయములోనే ఉన్నాయని తత్త్వవిదులు సిద్ధాంతీకరించుచున్నారు.

ఆ హృదయమో.. **ఆదిచైతన్య పురుషునియందు ప్రతితిష్ఠితమై ఉన్నది!**

అందుచేత దేవతలు దేవతాలోకాధిపతులు, పితృదేవతలు జ్యోతిర్మండలములు, జీవాత్మ, ఇంద్రియ - ప్రాణ- తేజస్సులు... ఇవన్నీ (ఒకే అగ్ని యొక్క అనేక శిఖల వలె) ఆత్మ యొక్క తేజోవిలాసములే! ఆత్మకు అభిన్నము! = అట్టి బ్రహ్మజ్ఞానము – **స్వీయానుభవమితి!** స్వకీయానుభవ విషయము మాత్రమే!

❖❖❖

శ్లో॥ యజ్ఞోపవీతం పరమమ్ పవిత్రం ప్రజాపతేః యత్ సహజం పురస్తాత్
ఆయుష్యమగ్ర్యం పతిముంచశుభ్రం। యజ్ఞోపవీతమ్ బలమస్తు తేజః॥

అట్టి ఆదిపురుషుడు అలంకారంగా ధరించే త్రిసూత్రములతో (3 దారములతో) – జాగ్రత్, స్వప్న సుషుప్తుల రూపములతో కూడిన పరమ – పవిత్రమగు యజ్ఞోపవీతమే ఈ ఈ జగత్తులు! ఈ త్రి-లోకాలు! ఈ సర్వలోక సంబంధమైన సంఘటనలు, సందర్భములు, సంబంధములు జన్మ-మృత్యువులు, ఇవన్నీ కూడా యజ్ఞ-ఉపవీతముయొక్క (ఆత్మయొక్క) త్రిసూత్ర అంతర్గతమే!

"ఆత్మాఽహమ్! నా యొక్క సహజ-అనునిత్య స్వరూపము పరబ్రహ్మమే" అనే అవగాహన ఆశయముగా గల బుధుడు (The wise) ఉత్తమ బుద్ధి సమన్వితుడగుచున్నాడు. ఆత్మతత్త్వము గురించిన సమాచారము – అవగాహన – సామీప్యము ప్రవృద్ధ పరచుకొనుచున్నాడు. క్రమక్రమంగా **కేశ-శిఖ** (పిలక రూపమైన జుట్టు)ను, దారముతో తయారు చేసి ధరించిన సంజ్ఞారూపమగు **త్రిసూత్ర (దారపు) యజ్ఞోపవీతమును** అధిగమించి, (వాటిని మానసికంగా త్యజించి...,) **'పరబ్రహ్మము'** అనే బుద్ధితో కూడిన (బుద్ధిరూప) త్రిసూత్ర ధారణకు ఉపక్రమించుచున్నాడు.

సూచనాత్ సూత్రమ్... ఇతి అహుః। 'సూత్రము' అనగా 'సూచన' అని ఉద్దేశ్యమై యున్నది.

"భౌతిక త్రిసూత్ర (దారముచే తయారు చేసుకొనిన) యజ్ఞోపవీతము అక్షరపరబ్రహ్మమునకు సూచన"... అను అవగాహన సిద్ధించుకోవటమే అంతరార్థము.

సూత్రమ్ నామ పరమ్ పదమ్!

"ఏ బ్రహ్మము జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తులను లీలా వినోదముగా ధారణ చేస్తున్నదో.. అదియే నాయొక్క వాస్తవ స్వరూపము కదా!" అను అర్థ – పరమార్థములను అలవరచుకొనువాడు పరమ పద స్థానమును చేరుచున్నాడు. **ఆ పరమ పదభావనయే 'సూత్రము' అని సూత్రధారులు ఎరిగి ఉండెదరు గాక!**

ఎవ్వడు యజ్ఞసూత్రము (యజ్ఞోపవీతము) యొక్క సూచన అగు పరమార్థమును **మననం చేస్తూ ఉంటాడో, తెలుసుకొంటూ ఉంటాడో, ఆత్మజ్ఞుడగుచూ ఉంటాడో, ఆతడే 'విప్రుడు'!**

అంతేగాని, ఎవడు – కేవలము ప్రత్తితో చేసిన త్రిసూత్రమును ధరించి, అది సూచించే పరమార్థమును బుద్ధిలో నిలుపుటకు ప్రయత్నించడో... ఆతడు విప్రుడుకాడు! వేదార్థము తెలిసిన 'వాడు' కాదు!

బ్రహ్మము యొక్క మననముచే ఒకడు యోగి అగుచున్నాడు. క్రమంగా యోగవేత్త అగుచున్నాడు. క్రమంగా తత్త్వవేత్త అగుచున్నాడు. అటువంటి తత్త్వదర్శి **"దేనిచే ఇదంతా కూడా ఓత-ప్రోతమై** (Every thing is made up of) **ఉన్నదో అట్టి బ్రహ్మమునే సూత్రముగా ధరించుచున్నాను"** అను భావనతో ధారణ చేయుచున్నాడు! (ఓత-ప్రోతము = వస్త్రములో దారము వలె నిలువుగాను, అడ్డంగాను).

ఆత్మయేవ ఇదమ్ సర్వమ్॥

"అనుకోవటము - క్రమంగా అనిపించటము" - అను అనుక్షణికమగు భావనయే ముఖ్యము. అంతేగాని బహిః సూత్రము మాత్రమే కాదు.

బహిః సూత్రమ్ త్యజేత్ విద్వాన్, యోగమ్ ఉత్తమమ్ ఆశ్రితః॥

ఉత్తమమైన (సంయోగ - వియోగ అతీత) బ్రహ్మ యోగ స్థానము- స్థితి సంపాదించుకుంటున్న యోగి బాహ్యమున ధరించిన సూత్రమును మానసికంగా త్యజించి, **'బ్రహ్మతత్త్వ సూత్రధారణ'** చేయువాడై ఉంటున్నాడు.

కనుక, అచేతనమగు దారపు సూత్రమును మనస్సుతో త్యజించి సచేతనమగు 'బ్రహ్మభావము' అనే సూత్రమును క్రమంగా మనో-బుద్ధి-చిత్తములతో ధరించాలి! అటువంటి 'బ్రహ్మసూత్రధారణ' చేయుచున్న యోగికి - ఎక్కడా దృశ్యములో వదలవలసినది (న ఉచ్ఛిష్టమ్) ఉండదు. అతను దేనినీ పట్టుకోడు, వదలడు. **అతనికి 'అశుచి' అనునదే ఉండదు!** అంతరంగములో **'సర్వము బ్రహ్మమే'** అను భావన రూపుదిద్దుకొనుచుండగా ఇక ఆపై శుచి - అశుచులు ఏమి ఉంటాయి? **"సర్వమూ తానే"** అయి, దృశ్యమును తన ధారణాసూత్రముగా ఎరుక కలిగి ఉంటున్నాడు.

- అట్టి **బ్రహ్మసూత్రమును** ఎరిగినవారే **సూత్ర విదులు,**
- వారే వాస్తవమగు **యజ్ఞోపవీత ధారులు!**

"అంతా **బ్రహ్మమే! నేను బ్రహ్మమునే! అహమ్- బ్రహ్మాఽస్మి"** అనునదే **జ్ఞానశిఖ! "బ్రహ్మ సత్యమ్- జగత్ మిథ్యా"** అనునదే ఆతని **నిష్ఠ.** (తడి బట్టలు - ఎవ్వరు తాకని బట్టలు - పట్టుబట్టలు - ధావళీ.. మొదలైనవి అసలైన నిష్ఠ అని అనిపించుకోవు).

(నిష్ఠ = ఎడతెగని శ్రద్ధ).

ఆత్మ భావనయే పరమాశయము! ఆత్మ జ్ఞానమే పరమ పవిత్రము! అందుచేత **బ్రహ్మజ్ఞానమే అసలైన యజ్ఞోపవీతము.** సర్వము భస్మము చేసే అగ్నివలె - సర్వప్రాపంచక విషయాలను జ్ఞానాగ్నిచే భస్మముచేయు సంజ్ఞయే జ్ఞానశిఖ! అదియే త్రి-విభూతి రేఖలు.

విద్వాంసులు దృశ్యమునకు ఆధారమైన ఆత్మ యొక్క జ్ఞానాగ్నినే శిఖగా దర్శిస్తారు. ఇతరమైన కేశధారణను వాస్తవ శిఖగా భావించరు. అట్టి జ్ఞాన శిఖ- జాతి భేదము లేకుండా ఎవ్వరైనా, ఎక్కడైనా ధరించగలిగేదే, ధరించవలసినదే. **ఇక, "వైదిక బ్రాహ్మణులు భౌతికమైన 'కేశశిఖ' ధరించే నియమము శాస్త్రప్రోక్తమై ఉన్నది కదా! అది శాస్త్ర నియమం కదా! దాని సంగతేమిటో"** - అని అంటారా? వారు కూడా భౌతికమైన కేశశిఖధారణతో తృప్తిపడక.. కర్మ సంబంధమైన కేశశిఖతో బాటు **"బ్రహ్మభావనయే విద్వాంసులు మెచ్చే శిఖ కదా!"...** అను దృష్టిని ప్రవృద్ధ పరచుకొనటం ఉచితం! అత్యావశ్యకం!

శాస్త్ర విధి - నియమాల కొరకై ధరించే క్రియాసూత్రమును (దూది సూత్రమును) బుద్ధితో బ్రహ్మభావనా క్రియా సూత్రముగా మలచుకొనెదరు గాక!

ఎవరి యొక్క క్రియలన్నీ జ్ఞానమయమై, తత్త్వదర్శన సమన్వితమై ఉంటాయో, అట్టివారి ధారణయే 'ఉపవీతము' (బ్రహ్మము యొక్క సామీప్యత-అనే ధారణ)! అదియే శబ్దార్ధము! బ్రహ్మముతో తన్మయమే ఉపవీతము!

"బ్రహ్మమే నేను - నీవు ఇత్యాదులతో కూడిన ఇదంతా కూడా!" అని బ్రహ్మవిదులు ఎరిగినవారై **"శృణ్వంతి విశ్వే"** అని ఎలుగెత్తి గానము చేస్తున్నారు.

మనము ఇప్పుడు చెప్పుకొనే సూత్రాత్మరూపమైన యజ్ఞోపవీత ధారణయే ఉత్తమోత్తమము! పరమధర్మము! నిత్యపారాయణము! **"సర్వము పరబ్రహ్మముగా నేను దర్శించుచుండెదనుగాక!"** - అను మననమును, మహదాశయమును - సర్వకాల, సర్వావస్థల యందు ఆశ్రయిస్తూనే ఉండటమే **'త్రిసూత్రధారణ'.**

ఆత్మభావనచే ఆత్మతత్త్వము సిద్ధించగలదు. అనుకుంటూ - అనుకుంటూ ఉంటే అనిపిస్తూ ఉంటుంది!

ఏ విద్వాంసుడైతే శాస్త్ర జ్ఞానము సంపాదించుకుంటూ "జ్ఞేయము (Practical Implementation)" రూపమగు యజ్ఞోపవీత ధారియై ఉంటాడో..., **ఆతడే యజ్ఞస్తుడు! యజ్ఞస్తమ్ సః!** - అని యజ్ఞవిదులు ఎరిగినవారై ఉంటున్నారు.

\- - -

ఏకోదేవః సర్వభూతేషు గూఢః॥ సర్వవ్యాపీ॥ సర్వభూతాంతరాత్మా॥ పరమాత్మ సదా, సర్వదా ఒక్కడే! ఏకస్వరూపుడే! అనేకముగా అగుచుండటమే లేదు! ఆయన ఏకస్వరూపుడై, సర్వజీవులకు అంతరాత్మయై వెలుగొందుచున్నారు. స్వయం ప్రకాశమానమగుచున్నారు! అనేకంగా (మనస్సుకు) కనిపిస్తున్నప్పటికీ ఏకముగానే అయి ఉన్నారు. ఆత్మజ్ఞుల దృష్టిలో ఇదంతా ఏకమేగాని, అనేకము కాదు.

- స్వప్నమంతా స్వప్న ద్రష్ట స్వప్న- చైతన్య స్వరూపుడుగా నిండి ఉన్నట్లు, స్వప్నంలో కనిపించేదేదీ స్వప్నద్రష్టయొక్క భావనలకు అన్యము కానట్లు,
- నాటక రచత యొక్క ఊహాచైతన్యమే నాటకములోని పాత్రలు-వారి మధ్య నాటక-రస యుక్తమైన సంఘటనలుగా సంప్రదర్శితమగుచున్నట్లు...,

పరబ్రహ్మమే సర్వవ్యాపి అయి సర్వజీవుల అంతరాత్మ స్వరూపముగా విరాజిల్లుచున్నది.

కర్మాధ్యక్షః సర్వభూతాధివాసః, సాక్షీ చేతా కేవలో నిర్గుణశ్చ। పరమాత్మయే సర్వకర్మలకు అధ్యక్షుడు. ఆయన సంకల్పవిన్యాసమే ఇదంతా! సర్వభూత-అధివాసుడు, కేవలుడు, నిర్గుణుడు, సాక్షి అయి ఉన్నారు. అటువంటి సర్వాత్మకుడు - పరబ్రహ్మము- సర్వలోకాధ్యక్షుడు - సర్వాధారుడు అగు పరమాత్మను.

- ఎక్కడికి వెళ్లి దర్శించాలి!
- ఏలోకములో ప్రవేశించి ఆయనను ఆశ్రయించాలి!

ఆయన కొరకై బాహ్యమున మరెక్కడికో వెళ్లవలసిన పని లేదు.

తమ్ ఆత్మస్థమ్! ఆయన ప్రతి ఒక్కని హృదయమునందు సర్వదా వేంచేసియే ఉన్నారు.

యే పశ్యంతి ధీరాః, తేషామ్ సుఖమ్ శాశ్వతమ్। నేఽ తరేషామ్!

ఏ తెలివి- ఉత్తమ వివేకము - నిర్మల బుద్ధి కలవాడైతే ఆ పరమ పురుషుని తన హృదయమునందే.., ***"ఓహో! ఆయన ఇక్కడే నా హృదయమునందే సర్వతత్త్వ స్వరూపుడై వేంచేసి ఉన్నారు కదా!"*** అని సందర్శనము చేస్తారో, వారి సుఖమే నిజమైనది; శాశ్వతమైనది!

- తదితరుల సుఖములు శాశ్వతముకాదు. ఇంద్రియ సుఖములు దుఃఖ మిశ్రితము - అయి ఉన్నాయి.
- అవి కాలమునకు, సందర్భ - సంఘటన - సంబంధములకు మనో కల్పితమైన **అనుబంధము**. అందుచేత **అశాశ్వతము!**

మనయందే సర్వదా వేంచేసి, నిగూఢుడై, మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములకు ఆవల దాగి ఉన్న ఆ **'పరబ్రహ్మోహము'** ను పట్టుకోవటానికి మార్గమేమిటి? ఆయనను తెలుసుకోవటం, దర్శించటము, సమీపించటము, అనన్యమవటము ఏవిధంగా?

→ *జగత్ దృశ్యభావన-జీవాత్మభావనతో ప్రవర్తిస్తున్న ఈ మనస్సు (లేక) చిత్తమును → క్రింద కొయ్య **(ఊర్ధ్వ అరిణమ్)**గాను,*
→ *అకార-ఉకార - మకార స్వరూపుడై, ఆవల గల కేవల సాక్షికి నంజ్ఞయగు ఓంకారమును → పైన కొయ్య **(ఉత్తరారిణమ్)** గాను*
→ *ఆత్మధ్యాసరూపమైన ధ్యానము (భక్తి-ప్రపత్తి - ప్రాణాయామాదులు) → అను అభ్యాసరూప* **మధనము** *(Beating) తోను*

ఆ నిగూఢంగా, అంతరమున ఉన్న ఆ దేవదేవుని సమీపించాలి! ఆశ్రయించాలి. **'సర్వము ఆయనే'** అను అద్వితీయత్వమును అభ్యసించాలి! అంతరంగ హృదయాంతరంగుడగు ఆ పరమేశ్వరుని సందర్శించాలి! **'నేను ఆయన యొక్క కిరణమునే'** అను రూపంగా ఉపాసించాలి! ఆయనతో 'మమేకము' సిద్ధించుకోవాలి. సహజీవులను "ఏకోదేవః కిరణములు" అను అంతరంగ-అభ్యాసమును ఆశ్రయించాలి.

ఆయన ఈ సర్వదృశ్య-అదృశ్య జగత్ స్వరూపుడై మనకందరికీ ఎదురుగానే ఉన్నారు! సర్వజీవుల ధారణ ఆయనదే! ఆయనయే ఇదంతా!

తిలేషు తైలమ్	...	అనేక నువ్వుగింజలలో నూనెలాగా...,
దధినీవ సర్పిః	...	పెరుగులో అంతర్లీనమై ఉన్న నేయి (Ghee) వలెను...,
ఆపః స్రోతః	...	అసంఖ్యాక తరంగాలలోని జలమువలెను,
స్వరణీషు చ అగ్నిః	...	కొయ్యలో అగ్ని దాగి ఉన్నట్లు

పరమాత్మ ఈ కనిపించే అందరిలోను, అందరుగాను, అంతర్యామిగాను, అంతర్బహి స్వరూపముగాను సర్వదా వేంచేసి ఉన్నారు. మనందరి అంతర్-బహిః స్వరూపానుభమంతా ఆయనయే! ఆయన **అద్వితీయుడు** కదా!

ఎవ్వరైతే ఈ ఇంద్రియములకు ఎదురుగా కనిపించే సంగతి-సందర్భము మొదలైనవాటిని అధిగమించి అనునిత్య సత్యమగు ఆత్మగానే తపోసంపద యొక్క సహాయముతో సందర్శిస్తారో - **యో అనుపశ్యతి ధీరాః...,** వారు:

"సాలెపురుగు సాలెగూడు కట్టుకొని లోపలికి వెళ్లటం, బయటకు రావటం నిర్వర్తిస్తున్నట్లుగా"..,

"నాకు నేనే..,; ఆత్మస్వరూపుడనై.., 'జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తులు' అనే '3' సాలెగూళ్లను వేరువేరుగా కట్టుకొని బయటకు వెళ్లటము, లోపలికి రావటము.. ఇవన్నీ నిర్వర్తిస్తున్నాను"- ... అని ఇదంతా గమనిస్తున్నారు. గూళ్ళు కట్టుకొనేది, త్రెంచుకొనేది కూడా ఆత్మయే!

→ జాగ్రత్ నా మనో నిర్మాణమే!

→ అట్లాగే స్వప్న-సుషుప్తులు కూడా నా మనో కల్పనయే! ... అని గుర్తించుచున్నారు.

వాటికి వేఱైన ఆత్మస్వరూపుడను నేను" అని ఆస్వాదిస్తున్నారు!

అనగా

ఈ జీవుడు ఈ విధంగా సాలెపురుగు – సాలెగూళ్లవలె, పంజరంలో పెరుగుచున్న పక్షి లోనికి – బయటకు వెళ్ళివచ్చు తీరుగా – జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులలోకి **గచ్ఛతి – ఆగచ్ఛతి – పునః!** మరల వస్తు – వెళ్ళుచూ ఉన్నాడు! అట్టి జాగ్రత్ – స్వప్న – సుషుప్తులలో రాకపోకలు నిర్వర్తిస్తున్న జీవాత్మ యొక్క **సహజ – ప్రారంభ- అనునిత్య స్వరూపమే బ్రహ్మము!**

ఇప్పుడు తత్త్వదర్శనము కొఱకై, పరమాత్మ యొక్క అంశ అగు జీవాత్మ సంబంధమైన వివిధ చైతన్య ప్రదర్శనములను యోగాత్మకంగా సూచించబడుచున్న భౌతిక దేహ సంబంధితమైన – కొన్ని విశేష స్థానములను విశదీకరించుకుంటున్నాము.

దశ	**దేహమునందు కేంద్రీకృత స్థానము**
జాగరితమునకు (జాగ్రత్‌నకు)	– నేత్రములు ముఖ్యానుభవ స్థానము!
స్వప్నమునకు	– కంఠ ప్రదేశము కేంద్రీకృతస్థానము!
సుషుప్తికి	– హృదయము కేంద్రీకృత ప్రదేశము!
తురీయమునకు	– ముఖము – (fore face) ముఖ్య సంస్థిత ప్రదేశము!

ఈ నాలుగు స్థానములలో సంచరించు స్వరూపమే పరమాత్మ! ఈ నాలుగు స్థానములు పరమాత్మ యొక్క వివిధ విన్యాసములు! ప్రదర్శనలు! అట్టి పరమాత్మను వాక్కు చేత గాని, మనస్సు చేతగాని 'ఇది' అని నిర్వచించలేము! నిర్దేశించలేము. మనోవాక్కులు పరమాత్మను 'ఇది' అని వర్ణిస్తూ, చివరికి పొందజాలక వెనుతిరుగుచున్నాయి.

జీవుని పరమానంద స్వరూపమే ఆ పరబ్రహ్మము! సహజానందము! జాగ్రత్ – స్వప్న సుషుప్తులకు వేఱైన, కేవల సాక్షి అయినట్టి **తురీయ** స్వరూపము! తురీయమునకు కూడా సాక్షిస్వరూపము! తురాయాతీతమగు **కేవలము**. ఈ జీవుడు అట్టి పరబ్రహ్మము కాని క్షణమే లేదు. ఏమరచినప్పుడు మాత్రమే "జీవుడు". జ్ఞప్తిచే కేవలుడగు శివుడే। సదానందుడే।

అట్టి స్వస్వరూప పరమాత్మ తత్త్వమును ఎరిగిన వారై బుద్ధిమంతులు, ధీమంతులు సర్వదృశ్య బంధముల నుండి విముక్తులు అగుచున్నారు.

ఈ జీవుడు బ్రహ్మమే! బ్రహ్మము అఖండము, అద్వితీయము. అందుకు ప్రమాణము? బ్రహ్మతత్త్వజ్ఞులగు **వారి అనుభవ వాక్యములే ప్రమాణము.** వారు ఈ విధంగా చాటుచున్నారు!

→ "నేను జాగ్రత్ నందు గాని, స్వప్నము నందు, సుషుప్తియందు బంధితుడనుగాదు! మరి?

→ జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు నాకు నేనుగా సంకల్పించుకొని సంచారము నిర్వర్తించుస్థానములు మాత్రమే!

నేను ఆ మూడికి స్థానమై, వేఱై, కేవల సాక్షి అయినట్టి పరబ్రహ్మస్వరూపుడను!

పరబ్రహ్మో ఽహమ్! అహమ్ బ్రహ్మాస్మి! సోఽహమ్

ఈవిధంగా వారు నిర్మల- సునిశిత బుద్ధితో ఎరుగిన వారై ఉంటున్నారు. **ఆత్మ సర్వత్రా – సర్వమునందు – పాలలో నేయవలె- వ్యాపించి ఉన్నట్టిది! తపస్సుచే ఆత్మ విదితమగుచున్నది! స్వానుభముగా సాక్షాత్కరించుచున్నది.**

ఇదియే

బ్రహ్మజ్ఞ ప్రవచనము! అనుసరణీయము। సిద్ధిస్థానము।
ఆత్మ విద్యాతపో మూలం తద్బ్రహ్మోపనిషత్ పదమ్। తద్బ్రహ్మోపనిషత్ పదమితి॥

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత బ్రహ్మోపనిషత్
ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

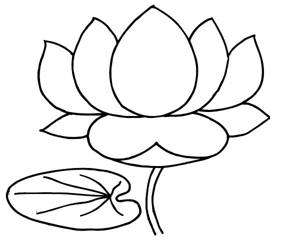
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

20 బ్రహ్మ విద్యోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ స్వావిద్యా (స్వ-అవిద్యా) తత్ కార్యజాతం
యత్ విద్యా అపహ్నవం గతమ్,
తత్ హంసవిద్యానిష్పన్నం
రామచంద్ర పదం భజే॥
(అపహ్నవం-దాచి ఉంచు, కప్పివేయు, మరుగుపరచు)



ఏ స్వకీయ అవిద్య, అద్దాని కార్యజాతములు ఆత్మ విద్యను కప్పి దాచి ఉంచినాయో, అట్టి మరుగునపడిన **'హంసవిద్య'** (లేక) సోఽహమ్ జ్ఞానము వికసించుటకై శ్రీ రామచంద్ర ప్రభువు పాద పద్మములను శరణు వేడుచున్నాము.

01. ఓం॥ ప్రసాదాత్ బ్రహ్మణః తస్య
విష్ణోః అద్భుత కర్మణః,
రహస్యం బ్రహ్మవిద్యాయా
'ధృవాగ్నిః' సంప్రచక్షతే॥

'ఓం' సంజ్ఞాత్మకుడగు పరమాత్మకు నమస్కరిస్తూ!
'ధృవాగ్ని' అనే బ్రహ్మతత్త్వజ్ఞుడు అద్భుతమైన కర్మలను (బ్రహ్మజ్ఞాన సముపార్జన సాధనములు విజయవంతముగా నిర్వర్తించినవారై) విష్ణు అనుగ్రహముచే **రహస్యమగు బ్రహ్మవిద్యను ఈ విధంగా ప్రవచించు చున్నారు. చాటి చెప్పుచున్నారు. శ్రీ ధృవాగ్ని గురువరేణ్యులచే ప్రవచించబడిన-రహస్యమగు బ్రహ్మవిద్యా దర్శనము॥**

---

02. 'ఓం' ఇతి ఏక - అక్షరం బ్రహ్మ యదుక్తం
బ్రహ్మవాదిభిః,
శరీరం తస్య వక్ష్యామి
స్థానం, కాలత్రయం తథా॥

బ్రహ్మవాదులగు మహనీయులు... దేనిని 'ఓం' అను అక్షరముచే ఏకము (unity) - అక్షరము (Changeless) [క్షరము (లేక) నాశనము లేనిది] అగు 'బ్రహ్మము'... యొక్క శరీము(Physical Form), స్థానము (Its Placement), (భూత - వర్తమాన - భవిష్యత్ - త్రికాల విశేషము (Its Time) గురించి ఎలుగెత్తి చెప్పుచున్నారో - **అట్టి బ్రహ్మము (లేక) ఆత్మ గురించి ఇప్పుడు మనము సత్సంగపూర్వకంగా** విచారణ చేస్తున్నాము.

---

03. తత్ర దేవాః త్రయః ప్రోక్తా
లోకా వేదాః త్రయో అగ్నయః
తిస్రోమాత్ర అర్ధమాత్రా చ
త్ర్యక్షరస్య శివస్య తు॥

ఆత్మయందు త్రి-దేవతలు (సృష్టి స్థితి లయ కారకులగు బ్రహ్మ - విష్ణు - మహేశ్వరులు), భూ-పాతాళ-స్వర్గములనబడు - త్రిలోకములు, ఋక్ యజుర్-సామవేదములనబడే త్రి-వేదములు, త్రి-అగ్నులు, త్రి-మాత్రలు, అంతే కాకుండా-(4వది అగు) అర్ధమాత్ర, ఇంకా **త్రి-అక్షరములు** వేంచేసినవై శివస్వరూపంగా విరాజిల్లుచున్నాయి.

---

04. ఋగ్వేదో గార్హపత్యం చ।
పృథీవీ బ్రహ్మఏవ చ।
'అ' కారస్య శరీరం తు
వ్యాఖ్యాతం బ్రహ్మవాదిభిః॥

ఇంకా బ్రహ్మవాదులచే ప్రణవము (ఓం) ఈ తీరుగా వ్యాఖ్యానింప బడుచున్నది.

'అ'కార - 'ఉ'కార 'మ'కారములలో...,

(1) 'అ'కారము : ఋగ్వేదముగా; గార్హపత్యాగ్నిగా; పృథివిగా; సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మ దైవముగా ఉపాసిస్తున్నారు. ఇవన్నీ 'అ'కారము యొక్క శరీరము. (సృష్టించుచున్న బ్రహ్మదేవ-ప్రజ్ఞయే పరమాత్మ).

---

05. యజుర్వేదో అంతరిక్షం చ
'దక్షిణాగ్నిః' తథై వ చ
'విష్ణుశ్చ' భగవాన్ దేవః
'ఉ' కారః పరికీర్తితః॥

(2) 'ఉ'కారము : యజుర్వేదముగాను; అంతరిక్షముగాను; దక్షిణాగ్ని; స్థితికారుడగు విష్ణుభగవానుడు దైవముగాను పరికీర్తించబడుచున్నది. (ఈ సమస్తమును పరిపోషిస్తూ, స్థితింపజేయుచున్న విష్ణుదేవ ప్రజ్ఞయే 'పరమాత్మ').

06. సామవేదః తథా ద్యౌశ్చ 'ఆహవనీయః' తథైవ చ। 'ఈశ్వరః' పరమో దేవో 'మ'కారః పరికీర్తితః॥	**(3) 'మ'కారము :** సామవేదముగాను; దివ్య (దేవతా) లోకముగాను, అహవనీయాగ్నిగాను; ఈశ్వరుడు పరమోదైవముగాను - అభివర్ణించబడు చున్నది. ఉపాసించబడుతోంది. (ఈ సమస్తము తనయందు కలిగి యుండి, తానే అయి ఉన్న ఈశ్వరుడే పరమాత్మ).
07. సూర్య మండల మధ్యే అథ హి 'అ' కారః శంఖ మధ్యగః। 'ఉ' కారః చంద్ర సంకాశః తస్య మధ్యే వ్యవస్థితః॥	**స్థానోపాసన** 'అ'కారమును → సూర్య తేజస్సును, సూర్యమండల మధ్యస్థముగాను, శంఖము మధ్యస్థముగాను దర్శనం చేస్తున్నారు. ఉపాసిస్తున్నారు. 'ఉ'కారమును → చంద్రప్రకాశరూపముగాను, చంద్రమండల మధ్యస్థముగాను వ్యవస్థితమై ఉన్నట్లు దర్శిస్తూ, ఉపాసిస్తున్నారు.
08. 'మ' కారస్తు అగ్ని సంకాశో, విధూమో విద్యుతోపమః। తిస్రో మాత్రాః తథా జ్ఞేయాః, సోమ-సూర్య-అగ్ని రూపిణః॥	'మ'కార→పొగలేని అగ్నితేజస్సునందు, మెరుపునందు దర్శనం, ఉపాసన చేస్తున్నారు. ఈవిధంగా ప్రణవమగు ఆత్మను **చంద్రుడు- సూర్యుడు-అగ్ని** రూపములతో **త్రిసోమాత్రము**గా దర్శిస్తూ ఉపాసిస్తున్నారు.
09. శిఖాతు దీప సంకాశా, తస్మిన్ను పరివర్తతే। అర్ధమాత్రా తథా జ్ఞేయా, ప్రణవస్య ఉపరి స్థితా॥	**అర్ధమాత్ర :** దీపముయొక్క పైన శిఖవంటిది. ప్రణవము అర్ధమాత్ర యొక్క ఉపరిస్థానమున ఉన్నట్టిది అర్ధమాత్ర. ॐ
10. పద్మ సూత్రనిభా సూక్ష్మా శిఖా సా దృశ్యతే పరా సా నాడీ సూర్యసంకాశా సూర్యం భిత్వా తథా పరా॥	అట్టి అ+ఉ+మ→ ఓం - సంజ్ఞార్థమగు ప్రణవము (ఆత్మ) - తామరకాడలోని తూడులోని తంతువు (దారము) వలె సూక్ష్మమైనది. సూక్ష్మమగు అగ్నిశిఖ యొక్క ఊర్ధ్వభాగము వంటిది. సూర్యతేజస్సు వంటిది. సూర్యమండలమును కూడా అధిగమించినట్టిది. సర్వమునకు పరము (ఆవల) ఉన్నట్టిది. (కేవలమై ప్రకాశించుచున్నట్టిది).
11. ద్విసప్తతి సహస్రాణి (72000) నాడీం భిత్వాచ మూర్ధని, వరదః సర్వభూతానామ్, సర్వం వ్యాప్య అవతిష్ఠతే॥	ఆత్మ → హృదయము నుండి బయల్వెడలు '72000' నాడులను అధిగమించినట్టి మూర్ధ (Fore Face) స్థానము. సర్వ జీవులకు అభయ ప్రదాత అయి, సర్వులయందు సర్వదా అవతిష్ఠితమై (ఆక్రమించు కొనినదై) ఉన్నట్టిది.
12. కాంస్య ఘంటా నినాదస్తు యథా లీయత శాంతయే, ఓం కారస్తు తథా యోజ్యః శాంతయే సర్వమ్ ఇచ్ఛతా॥	ఏ విధంగా అయితే కంచుగంట యొక్క 'టంగ్' నాదము క్రమంగా శాంతముగా శాంతము (Silence) నందు లీనమగుచున్నదో,...ఆ తీరుగా సర్వ విశేషములు చివరికి 'ఓం'కార రూపమగు ఆత్మయందే సశాంతిస్తున్నాయి. (ఓం కారమునకు అభిన్నంగా దర్శింపబడుచున్నాయి).
13. యస్మిం(తు) సలీయతే శబ్దః తత్ 'పరంబ్రహ్మ' గీయతే। ధియం హి లీయతే బ్రహ్మ సో అమృతత్వాయ కల్పతే॥	'ఓం' అను శబ్దమును ఉచ్చరించిన తరువాత, ఆ శబ్దము (Sound) ఎందులో లీనమగుచున్నదో, (సర్వము ఎందులో లీనము అగుచు న్నాయో)...అదియే పరబ్రహ్మము. (నటించుచున్నప్పటి పాత్ర వ్యవహారములన్నీ నటుని నటనా చాతుర్యమునందు లీనమగు తీరుగా)! బుద్ధిని బ్రహ్మమునందు తిరిగి లీనము చేయు అభ్యాసి- అమృతత్వమును సంతరించుకొనుచున్నాడు.
14. 'వాయుః' 'ప్రాణః' తథా ఆకాశః, త్రివిధో జీవసంజ్ఞికః। సజీవః 'ప్రాణ' ఇత్యుక్తో, వాలాగ్ర శత కల్పితః॥	**జీవము = (1) వాయువు (చలనము)** (2) ప్రాణము (శక్తి), (3) ఆకాశము, అవకాశము - (Placement) ...అను మూడింటి మేళనము. వందల కొలది కేశాగ్రములలో (జీవనాడులలో) ప్రవహించు శక్తియొక్క సంప్రదర్శనమే 'ప్రాణశక్తి'.
15. నాభిస్థానే స్థితం విశ్వం, శుద్ధతత్త్వం సునిర్మలం। ఆదిత్యమివ దీప్యంతం రశ్మిభిశ్చ అఖిలం శివమ్।	**అట్టి ప్రాణశక్తి...** నాభి→(బొడ్డు) స్థానమునందు విశ్వరూపంగా కేంద్రీకృతమై, సంస్థితమైయున్నది. →విశ్వమంతా నిండియుండి, విశ్వాత్మకమైనది. → సునిర్మలమైనది. → సూర్యకిరణముల వెలుగు అంతటా విరజిమ్మునవగుచూ, అన్నిటినీ వెలిగించుతీరుగా...ప్రాణశక్తి సర్వము వెలిగించుచూ ఆనంద ప్రదము చేయుచున్నది.

16. 'స' కారంచ 'హ' కారంచ జీవో జపతి సర్వదా నాభిరంధ్రాత్ వినిష్క్రాంతం విషయ వ్యాప్తివర్జితమ్॥	**'స' (సో) - 'హ' (హమ్)** - ఈ జీవుడు 'సో' అను శబ్దముచే ఊపిరిపీల్చుచు, 'హమ్' అని వదలుచు ప్రాణశక్తిచే 'సోఽహమ్' జపము ఎల్లప్పుడు అసంకల్పితముగా చేయుచూనే ఉన్నాడు. అట్టి ప్రాణచలనము నాభి రంధ్రమునుండి బయల్వెడలుచున్నది. విషయములకు సంబంధము లేనట్టిది. అనగా, విషయములకు మునుముందే ప్రాణశక్తి ఉన్నది.
17. తేన ఇదం నిష్కలం, విద్యాత్ – క్షీరాత్ సర్పిః యథా, తథా। కారణేన ఆత్మనా యుక్తః ప్రాణాయామైశ్చ పంచభిః॥	ఏవిధంగా అయితే పాలయందు నెయ్యి (Ghee) అంతటా నిండి ఏర్పడి ఉన్నదో, ఆవిధంగా నిష్కళముగా ఆత్మ చేత ఈ జగత్తంతా నిండినదై యున్నది. పంచ ప్రాణాయామములతో (ప్రాణ-అపాన-వ్యాన-ఉదాన-సమానములతో)-భౌతిక దేహమునందు ప్రాణశక్తి సంచరిస్తూ సంచాలనము కలిగి ఉంటూనే - తమయొక్క కారణతత్త్వమగు ఆత్మను ఆశ్రయించి ఉంటున్నాయి.
18. చతుష్కళా సమాయుక్తో, భ్రామ్యతే చ హృది స్థితః, గోళకస్తు యదా దేహే క్షీరదండేన వా హతమ్।	ప్రాణము తనయొక్క 4 కళలతో (స్థిర-(చంచల)-పూరక-రేచక-కుంభక యుక్తంగా) హృదయమునందు (In the Heart) తిరుగాడుచూ ఉన్నది. గొల్లకవ్వము పెరుగులో తిరుగాడువిధంగా, చేతితో కొట్టబడిన బంతివలె ప్రాణములు నిరంతరము దేహమునందు తిరుగాడుచున్నాయి.
19. ఏతస్మిన్ వసతే శీఘ్రమ్ అవిశ్రామమ్ మహాఖగః యావత్ నిశ్వసితో జీవః, తావత్ నిష్కళతాం గతః॥	హంస (సోఽహమ్) అను ప్రాణచైతన్యము (ఊపిరిపీల్చి వదలు ప్రక్రియరూపంగా) దేహములో చేతనరూపమై అవిశ్రాంతంగా తిరుగాడు చున్నది. ఎంతెంత సమయమైతే ఈ జీవుడు నిష్కళితుడయ్యే (అసంకల్పితంగా) గాలిని పీలుస్తూ (నిశ్వసితుడై) ఉంటాడో, అంతవరకు మాత్రమే జీవనము కొనసాగించగలుగుతూ ఉంటాడు.
20. నభస్థం నిష్కళం ధ్యాత్వా ముచ్యతే భవబంధనాత్। అనాహత ధ్వనియుతం 'హంసం' యో వేద హృత్ తతమ్, (హృద్గతమ్)। 21. స్వప్రకాశ చిదానందమ్ స 'హంస' ఇతి గీయతే। రేచకం పూరకం ముక్త్వా కుంభకేన స్థితః సుధీః।	హృదయాకాశమునందు నిష్కళత్వమును (అసంకల్పిత ప్రాణ చలనమును) గమనిస్తూ ధ్యానము చేయుటచే ఈ జీవుడు **భవబంధములనుండి** (ఈ ఇంద్రియ ప్రపంచము నిజంగానే ఉన్నది - అను నమ్మికలచే ఏర్పడుచున్న బంధములనుండి) **విడవడుచున్నాడు.** అనాహతము (ప్రాణస్పందనకు ప్రారంభ స్థానమగు హృదయాకాశము) నందు వ్యాపించియుంటున్నదై 'సోఽహం' అను ప్రాణశక్తియొక్క స్పందనల శబ్దమును తెలుసుకుంటున్న యోగి ప్రాణేశ్వర స్వరూపమగు-స్వస్వరూప **'స్వయంప్రకాశ చిదానందము'**ను సిద్ధించుకొని (అనుభవమునకు తెచ్చుకొని) - **'హంస'**...అని స్తుతించబడుచున్నాడు. (సోఽహమ్ సోఽహమ్ సోఽహమ్) ఏ బుద్ధిమంతుడైతే.... → రేచకమును (గాలి బయటకు వదలు మార్గమును), పూరకమును (గాలిలోకి ప్రవేశించు మార్గమును) నిరోధించి, కుంభకము (గాలిని దేహమునందు స్థిరముగా ఉంచు విధిని) అభ్యసిస్తూ ఉంటాడో.... అట్టివాడు 'హంసయోగము'ను ఎరిగినవాడు. హంసయోగి 'సోఽహమ్'ను స్వాభావికంగా సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.
22. నాభికందే సమౌ కృత్వా ప్రాణ–అపానౌ సమాహితః మస్తకస్థా అమృత ఆస్వాదం పీత్వా ధ్యానేన సాదరమ్। 23. దీపాకారం మహాదేవం జ్వలంతం నాభి మధ్యమే। అభిషిచ్య అమృతేనైవ 'హంస హంస' ఇతి యోజపేత్,	→ నాభి (బొడ్డు) ప్రదేశమునందు ప్రాణ - అపానములను సమస్థితి యందు ధారణచేస్తూ, → ధ్యాసను మస్తకము(Fore Face) నందు నిలిపి ధ్యానపరుడై సాదరముగా బ్రహ్మరంధ్రమునుండి జాలువాడు అమృతధారను త్రాగుచూ... (ప్రపంచపు మార్పు-చేర్పులకు సంబంధించని కేవల స్వస్వరూపమును ఆస్వాదిస్తూ), **స్వానుభవి** అగుచూ, - అట్టి అమృతధారతో నాభి (బొడ్డు) మధ్య ప్రదేశములో దీపాకారుడై ప్రకాశించుచున్న మహాదేవుని - అభిషేకించుచూ 'హంస - హంస - సోఽహమ్' -సోఽహమ్'....అని జపిస్తూ ఉంటాడో, **అట్టివాని బుద్ధిని జర (వార్ధక్య) - మరణ దోషములు స్పృశించజాలవు.**

24. జరామరణ రోగాది
న తస్య భువి విద్యతే।
ఏవం దినే దినే కుర్యాత్
అణిమాది విభూతయే,
25. ఈశ్వరత్వమ్ అవాప్నోతి
సదా అభ్యాసరతః పుమాన్।
బహవో అనేక మార్గేణ
ప్రాప్తా నిత్యత్వమ్ ఆగతాః॥

యోగి పై విధంగా ప్రతిరోజు అభ్యసించుటచే 'అణిమ' మొదలైన అష్టాంగ యోగములను సిద్ధింపజేసుకొనగలడు. అట్టివాడు 'ఇతఃపూర్వపు - ఇప్పటి - ఇకముందటి దేహపరంపరలలో ప్రదర్శితమగుచున్న **'నేనైన నేను'** - అను రూపముగల **'ఈశ్వరత్వము'**ను సిద్ధింపజేసుకుంటున్నాడు.

అనేకమంది అనేకమార్గములలో **'దేహముల రాక-పోకలకు సంబంధించని నేనైన నేను'** అనే రూపముగల **'ఈశ్వరత్వము'** అయినట్టి నిత్యత్వము సంపాదించుకోవటం జరుగుతోంది. అయితే అట్టి నిత్యత్వ (ఈశ్వరత్వ) సాధనలలో **'హంసవిద్య'**ను మించిన **అమృతత్వ నిత్యత్వసిద్ధి విధానము**-సులభము, మధురమైనది మరొకటి లేదు.

---

26. హంస విద్య అమృతే లోకే
(అన్యో) నాస్తి నిత్యత్వ సాధనమ్।
యో దదాతి మహావిద్యాం "హంసాఖ్యాం పరమేశ్వ(రీ)రమ్",
27. తస్య దాస్యం సదా కుర్యాత్,
ప్రజ్ఞయా పరయా సహ॥
శుభం వా అశుభమన్యత్ వా
యత్ ఉక్తం గురుణా భువి,
28. తత్ కుర్యాత్ అవిచారేణ
శిష్యః సంతోష సంయుతః॥
'హంసవిద్యామ్' ఇమామ్
లబ్ధ్వా గురుశుశ్రూష యా నరః,
29. ఆత్మానమ్ ఆత్మనా
'సాక్షాత్ బ్రహ్మ' బుధ్వా సునిశ్చలమ్,
దేహ – జాతి ఆది సంబంధాః
సర్వ–వర్ణాశ్రమ సమన్వితాన్
30. వేద శాస్త్రాణి చ అన్యాని
పాదపాంసుమివ త్యజేత్।

ఏ గురువైతే తన శిష్యునకు 'హంస' అనబడే పరమేశ్వరసంబంధమైన విద్యను ప్రసాదిస్తాడో, అట్టి ప్రదాతకు ఉత్తమబుద్ధితో పరమేశ్వరభావనలో దాస్యము చేయాలి. హంస యోగ ప్రదాతయగు సద్గురువును ఆశ్రయించాలి. సేవించాలి. పూజించాలి.

గురుముఖతః బోధించబడినది శుభమైనా, అశుభమైనా కూడా, అది చివరికి శిష్యునికి ఉత్తమము, శ్రేయోదాయకము, సిద్ధిప్రదము- అగుచున్నది.

అందుచేత గురువు సూచించిన అభ్యాసమును, చూపించిన మార్గమును **"ఇది ఏమిటి? ఎందుకు అది ఇట్లా?"**...అని వెనుకముందు చూడకుండా శిష్యుడు సంతోషంగా నిర్వర్తించటమే ఆ శిష్యునకు శుభప్రదము.

గురుశుశ్రూషచే ...,

→ ప్రాణ-అపాన సమష్ఠితి రూపమగు **'హంస'** విద్యను పొంది,

→ అభ్యాసబలంతో క్రమంగా ఆత్మతో ఆత్మను **'సాక్షాత్‌బ్రహ్మము'**గా సునిశ్చలము - నిశ్చితము అయినరీతిగా బుద్ధితో ఎరిగి....,

→ ఇక ఆపై దేహంతో సంబంధమును, దేహములకు చెందిన జాతి మొదలైన సర్వభేదములను, సర్వ వర్ణ - ఆశ్రమ భేదములను, వేద - శాస్త్ర నియమ - మీమాంసములను ....ఇవన్నీ కూడా **పాదములకు అంటిన ధూళితో సమానంగా** త్యజించినవాడై ఉండాలి. కడిగి వేసుకోవాలి.

గురుభక్తిం సదాకుర్యాత్
శ్రేయసే భూయసే నరః।
31. గురుః ఏవ హరిః సాక్షాత్ –
న అన్యః – ఇతి బ్రవీత్ శ్రుతిః।
శ్రుత్యా యత్ ఉక్తం,
పరమార్థమేవ తత్॥
సంశయో న అత్ర। తతః సమస్తమ్
శ్రుత్యా విరోధే
న భవేత్ ప్రమాణమ్,
భవేత్ అనర్థాయ
వినా ప్రమాణమ్॥

ఆత్మ శ్రేయస్సు కలుగజేయు హంసవిద్యచే ఆత్మతో మమేకము కోరుకొనువాడు....గురువుపట్ల ఆత్మదేవునితో సమానంగా ఎల్లప్పుడు 'గురుభక్తి'ని కలిగి ఉండాలి.

'గురువు సాక్షాత్ విష్ణువే! వేరుకాదు' - అని శ్రుతులు నొక్కి వక్కాణిస్తున్నాయి. ఆ విధంగా శ్రుతులు చెప్పునది పరమార్థమే! (It is the Highest meaning). **సంశయమే లేదు.**

శ్రుతులు చెప్పినదే ప్రమాణము. శ్రుతులకు విరోధమైనది అప్రమాణము. శ్రుతులకు విరోధమైనది అనర్థమునకే అయి ఉన్నది. 'శ్రుత్యర్థము'నకు, 'వేదపరమార్థము'నకు సానుకూల్యమై ఉంటేనే - అది స్వీకారయోగ్యము.

<u>సకళ నిష్కళములు</u>

31. దేహస్థః సకళో జ్ఞేయో,
నిష్కళో దేహవర్జితః।
ఆప్త ఉపదేశ గమ్యో అసౌ
సర్వతః సమవత్ స్థితః॥

'హంస హంస' అను మంత్రముచే దేహపరిధులను దాటి 'దేహి' తత్త్వములో ప్రవేశించాలి. దేహతత్త్వము **'సకళము'**. దేహాతీతమగు దేహిత్వమో - **నిష్కళము.**
- దేహముతో ఏర్పడే జాతి - ఆశ్రమ - బంధుపరిమితత్వమునకు సంకుచిత్వమునకు పరిమితమై ఉండటము - సకళము (దోషసమేతము)
- దేహమున దాటివేయటము. నిష్కళుడవై, దేహితుడవై ఉండుము. 'దేహి' తత్త్వమును ఆప్త ఉపదేశముచే ఎరిగినవాడు 'దేహి'గా అంతటా ఉన్నవాడుగా అగుచున్నాడు. సకళ-నిష్కళములను ఏకము చేయుచున్నాడు.

---

32. 'హంస హంస' ఇతి యో బ్రూయాత్,
హంసో నామ హరిః, శివః।
గురు వక్త్రాత్తు లభ్యేత
ప్రత్యక్షం సర్వతోముఖమ్॥

33. తిలేషు చ యథా తైలం,
పుష్పే గంధ ఇవ ఆశ్రితః,
పురుషస్య శరీరే అస్మిం తు
స బాహ్య - అభ్యంతరే తథా॥
ఉల్కా హస్తో యథా లోకే
ద్రవ్యం ఆలోక్యతాం త్యజేత్,
<u>జ్ఞానేన జ్ఞేయం ఆలోక్య</u>
<u>పశ్చాత్ జ్ఞానం పరిత్యజేత్॥</u>

"హంస - హంసః సోహమ్" అని దేనిని అంటున్నారో, అట్టి 'హంస అనగా సాక్షాత్ హరియే. సాక్షాత్ శివభగవానుడే! అట్టి 'హంస' యే ప్రత్యక్షమైయున్న ఈ జగత్ దృశ్యమంతా కూడా! ఇది గురుముఖతః సుస్పష్టమవగలదు. "నేను ఎవరు?" అను శిష్య ప్రశ్నకు - సద్గురు సమాధానము "ఈ దృశ్య జగత్తు ఎందులో ఉన్నదో అది నీవే. నీవే విశ్వముగా ప్రత్యక్షమై, సర్వతోముఖుడవై ఉన్నావు!" అని.
ఆత్మ ఏరూపంగా ఎక్కడ వేంచేసియున్నది?
→ అనేక అసంఖ్యాక నువ్వు గింజలన్నిటిలో తైలము ఉండి ఉన్నట్లుగా....
→ అనేక పుష్పములలో పుష్పసుగంధము ఆశ్రయించి ఉన్నట్లు
ఆత్మ ఈ జీవునికి అనుభూతమగుచున్న బాహ్య అభ్యంతరములలో సర్వాత్మకంగా సంప్రదర్శనమైయున్నది.
ఒకాయన చీకటిగదిలో విలువైన ద్రవ్యమును (ఉదా: రత్నముగాని ధనముగాని దాచినచోటు) గుర్తించి తేవటానికై దీపము వెలిగించాడు. చీకటి గదిలో ఆ విలువైన వస్తువును జేబులో పెట్టుకొని బయట వెలుతురు లోకి వచ్చాడు. అటు తరువాత ఆ దీపమును వదలి, ద్రవ్యమును వెంట ఉంచుకుంటాడేగాని, సూర్యుని వెలుగులో దీపము అట్టిబెట్టుకోడు కదా! అట్లాగే జ్ఞానముచే జ్ఞేయము (ఆత్మ)యొక్క అవలోకనము అయిన తరువాత, అట్టి జ్ఞానిచే జ్ఞానవిశేషణా సమాచారమంతా పరిత్యజించివేయ బడుచున్నది.

---

34. పుష్పవత్ సకలమ్ విద్యాత్, గంధః తస్యతు నిష్కళః।
వృక్షస్తు సకలం విద్యాత్ ఛాయా తస్యతు నిష్కళా॥
నిష్కళః సకళో భావః సర్వత్రైవ వ్యవస్థితః।
ఉపాయః సకలః తద్వత్, ఉపేయశ్చైవ నిష్కళః।
సకళే సకళో భావో నిష్కళే నిష్కళః తథా।

ఈ దృశ్య ప్రపంచరూప సకలము పుష్పమువంటిది అయితే, ఆత్మ (నిష్కళము) వాసన వంటిది. కలము (ఈ దృశ్య ప్రపంచము) వృక్షము వంటిది అగుచుండగా, నిష్కళము (ఆత్మ) ఆ వృక్ష ఛాయ వంటిది.

నిష్కళము, సకళము (పరము, ఇహము) భావరూపముగా సర్వత్రా వ్యవస్థితమైయున్నది. పురుష-ప్రకృతులు కలిసియే ఉంటాయి.

ఉపాదానము (ఇవ్వబడినది) **సకళము** (అన్యము దృశ్య విభాగము) అయి ఉండగా, **ఉపాదేయము** (ఇచ్చుచున్నది) - **నిష్కళము** - బ్రహ్మమే.

'సకళము' అగు జగత్ భావన జగత్ భావనయందే ఉండగా, నిష్కళమగు ఆత్మ ఆత్మయందే ఏర్పడినదై ఉన్నది.

---

35. ఏకమాత్రో ద్విమాత్రశ్చ
త్రిమాత్రశ్చైవ భేదతః
అర్ధమాత్రా పరా జ్ఞేయా।
తత ఊర్ధ్వమ్
పరాత్ పరమ్।
పంచధా పంచదైవత్యం (పంచదైవత్వం)
సకళం పరిపఠ్యతే॥

(1) అ = ఏకమాత్ర (2) ఉ = ద్విమాత్ర (3) మ = త్రిమాత్ర....అని 'ఓం' నందు వేరు వేరు మాత్రలు.

ఈ కనబడేదంతా అకార(పురుషుడు, Experiencer)తో నిండి ఉన్నది.

ఉమ (ప్రకృతి, That beeing Experienced) పురుషునికి పరమైనది.

(4) అ-ఉ-మలకు ఆవల (దాటిపోయి) అర్ధమాత్ర 4వది. ఆ మూడింటియందు అంతరమై, అంతర్లీనమై ఉన్నది. 'జ్ఞేయము', 'దృక్' అను పేర్లతో చెప్పబడినది.

(5) పరాత్ పరమ్ - 5వది

అర్ధమాత్రకు ఇంకనూ, ఆవల పరాత్ పరము. కేవల స్వరూపము → సకలము ('అన్య' అనుభవము) పొందుచున్నదై ఉన్నది.

36. బ్రహ్మణో హృదయం స్థానం
కంఠే విష్ణుః సమాశ్రితః।
తాలుమధ్యే స్థితో రుద్రో
లలాటస్థో మహేశ్వరః।
నాసాఽగ్రే అచ్యుతం విద్యాత్
తస్య అంతేతు పరం పదమ్॥
పరత్వాత్తు పదం నాస్తి।
ఇత్యేవం శాస్త్రస్య నిర్ణయః॥

1) హృదయస్థానమును → సృష్టికర్త యగు చతుర్ముఖ బ్రహ్మ ఆశ్రయించి ఉన్నారు.
2) కంఠస్థానమును → స్థితికారుడగు విష్ణువు సమాశ్రయించి ఉన్నారు.
3) తాలువు (దవడ) మధ్య స్థానమును → లయ కారుడగు రుద్రుడు స్థితి కలిగి ఉన్నాడు.
4) లలాటము (నుదురు, నొసలు, Fore Face) మధ్యగా → మహేశ్వరుడు వేంచేసియున్నారు.
5) ముక్కుకు ఎగువ స్థానములో → అచ్యుతుడు వెలయుచున్నారు.
చిట్టచివరగా → పరంపదము. ఆ 'పరమపదము'నకు ఆవల మరింకేమీ లేదు. ఇదియే శాస్త్రములు అనేకవిధాలుగా అభివర్ణించి చెప్పుచున్నాయి.

---

37. దేహాతీతం తు తం విద్యాత్
నాసాగ్రే ద్వాదశాంగుళమ్।
తత్ అంతమ్ తం విజానీయాత్
తత్రస్థం వ్యాపయేత్ ప్రభుః।
మనోఽపి అన్యత్ర విక్షిప్తం
చక్షుః అన్యత్ర పాతితమ్,
తథాఽపి యోగినాం యోగో హి
అవిచ్ఛిన్నః ప్రవర్తతే।
38. ఏతత్తు పరమమ్ గుహ్యమ్।
ఏతత్తు పరమమ్ శుభమ్॥
న అతః పరతరం కించిత్।
న అతః పరతరం శుభమ్।
శుద్ధ జ్ఞానామృతం ప్రాప్య,
పరమాక్షర నిర్ణయమ్,
గుహ్యాత్ గుహ్యతమం గోప్యం
గ్రహణీయం ప్రయత్నతః।

ముక్కుకు ఉపరిభాగమునకు 12 అంగుళములకు చివరిగా ఆ పరాత్పరుడు సంస్థితుడై ఉన్నారు. ఆయనయే విశ్వమంతా విస్తరించియున్న ప్రభువు సర్వవ్యాపకుడు. **'నాసాంతే ద్వాదశాంగుళమ్'** - చివరగా విశ్వవ్యాకుడై ఉన్నారు. ద్వాదశాంతము - (అనబడే సహస్రారము)నందు ఈ జీవుడు సర్వాత్మకుడై, సర్వతత్త్వ స్వరూపుడై వెలయుచున్నాడు.

యోగదృష్టి - మనస్సు ఆయా అనేక విషయములపై వ్రాలుచూ నిక్షిప్తము అగుచున్నప్పుడు కూడా,
- కనులు ఆయా దృశ్య విషయములు చూస్తూ ఉన్నప్పుడు కూడా, యోగయోగీశ్వరుడు ఎద్దానియందు అవిచ్ఛిన్నంగా ప్రవర్తితమై ఉంటున్నారో అట్టి సర్వాత్మాఽహమ్ భావనను ఆయన వదలరు. (పుంఖానుపుంఖ విషయ అనుక్షణ తత్పరోఽపి, బ్రహ్మావలోకధిషణం న జహాతి యోగి) **అట్టి ఆత్మాఽహమ్ స్థానము పరమరహస్యమైనది.** అట్టి పరాత్ పరస్థానమునకు మించిన స్థానము మరింకేదీ లేదు. అంతకు మించిన శుభప్రదస్థానం మరేదీ ఉండజాలదు. 'పరము', 'అక్షరము' అని నిర్ణయింపబడినట్టిది, రహస్యములలోకెల్ల అత్యంత రహస్యమైనట్టిది, గోప్యాతిగోప్యమైనట్టిది అగు - **అట్టి శుద్ధ (కేవల) జ్ఞానామృతస్థానమును ప్రయత్నపూర్వకంగా - గ్రహించుటయందు సర్వదా యత్నశీలుడవై ఉండాలి. అద్దాని అనునిత్య స్వాభావికానుభవమే కైవల్యము.**

---

39. న అపుత్రాయ ప్రదాతవ్యం
న అశిష్యాయ కదాచన।
గురుదేవాయ భక్తాయ,
నిత్యం భక్తి పరాయ చ..,
ప్రదాతవ్యం ఇదం శాస్త్రం।
నేతరేభ్యః (న ఇతరేభ్యః) ప్రదాపయేత్।
దాతస్య నరకం యాతి, సిద్ధ్యతే న కదా చన॥

గౌతమా! పుత్రుడు కానివానికి (పితృభక్తి లేనివానికి), శిష్యుడు కానివానికి ఈ పరాత్ పరస్థానమును గురించి బోధించరాదు.

గురుదేవునిపట్ల భక్తి - ప్రపత్తులు కలవానికి, నిత్యము 'పరాభక్తి' సమన్వితునికి మాత్రమే 'పరాత్పరస్థానము' గురించి బోధించాలి. తదితరులకు ప్రదాతవ్యము (Eligible to be given) కాదు.

గురుభక్తి, దైవభక్తి లేనివానికి ఉపదేశించువాడు నరకమును పొందగలడు. (విశ్వప్రేమ నుండియే విశ్వరూపత్వము సిద్ధించగలదు).

---

40. గృహస్థో బ్రహ్మచారీ చ
వాన ప్రస్థశ్చ బిక్షుకః,
యత్ర యత్ర స్థితో జ్ఞానీ
పరమాక్షర విత్ సదా,
విషయీ విషయాసక్తో
యాతి దేహాన్తరే శుభమ్॥

ఒకడు గృహస్థుడు కావచ్చు. బ్రహ్మచారి కావచ్చు. వానప్రస్థుడు కావచ్చు లేదా భిక్షకుడు కావచ్చు. **పరమాక్షరవేత్త** అయిన జ్ఞాని ఎక్కడ ఉన్నప్పటికీ, సర్వ విషయములకూ కూడా విషయమైయున్న **కేవల స్వరూపమునందు ఆసక్తుడై ఉంటాడు.** అక్షరబ్రహ్మమునకు వేరైన దేనియందూ ఆతనికి ఆసక్తి ఉండదు. **అట్టి వాడు దేహానంతరము కూడా శుభములను పొందగలడు.** వర్తమానములోనే దేహాతీత్వమును సిద్ధింపజేసుకోగలడు.

అటువంటి అక్షర పరబ్రహ్మజ్ఞానమునకు చెందిన శాస్త్రమును ఎరిగిన

జ్ఞానాదేవ అస్య శాస్త్రస్య
సర్వ - అవస్థోఽపి మానవః,
బ్రహ్మహత్యా అశ్వమేధాద్యైః
పాప - పుణ్యైః న లిప్యతే।

మానవుడు (జీవుడు) → ఏ అవస్థలో ఉన్నప్పటికీ కూడా, అటు 'బ్రహ్మహత్య' వంటి పాపముగాని, ఇటు అశ్వమేధయాగము మొదలైన కార్యములవలన కలిగే పుణ్యముగాని ఆతనికి అంటవు. ఆతడు పాప పుణ్యముల ద్వంద్వ - పరిధులను దాటి వేసినవాడై ఉంటాడు.

41. చోదకో బోధకశ్చ ఏవ
మోక్ష దశ్చ పరస్మృతః
ఇతి ఏషామ్ త్రివిధో జ్ఞేయః
ఆచార్యస్తు మహీతలే।।
చోదకో దర్శయేత్ మార్గం।
బోధకః స్థానమ్ ఆచరేత్।
మోక్షదస్తు పరం తత్త్వం
యత్ జ్ఞాత్వాః 'పరమ్' అశ్నుతే।।

జ్ఞేయులగు ఆచార్యులు ఈ భూమిపై '3' విధములుగా బోధనము చేస్తూ ఉంటారు.

(1) చోదకుడు : ఈయన 'ఇటు వెళ్ళండి!' - అని మార్గమును చూపుచూ సాధనలు తెలియజేస్తూ ఉంటారు.

(2) బోధకుడు : శాస్త్ర విశ్లేషణములను బోధిస్తూ, క్రమంగా శాస్త్రావగాహనని పెంపొందింపజేస్తూ ఉంటారు.

(3) మోక్షదస్తుడు: "సోహమ్, తత్త్వమ్"ల స్వానుభవమునకు దారి చూపుతూ ఉంటారు. పరతత్త్వమును తెలియజేయుచూ ఉండగా ఆ విధంగా తెలుసుకున్న మాత్రంచేత పరతత్త్వజ్ఞానముచే మోక్షమును సిద్ధించు కొనుటకై సహకరించుచూ ఉంటారు. **"నీకు బంధమే ఉండ జాలదు"** అనునది సుస్పష్టపరచుచూ ఉంటారు. ఇది సద్యోముక్తి ఉపాయము.

42. ప్రత్యక్ష యజనం దేహే
సంక్షేపాత్ శృణు, గౌతమ!
తేన ఇష్ట్వా స నరో యాతి
శాశ్వతమ్ పదమ్ అవ్యయమ్।
స్వయమేవ తు సంపశ్యేత్
దేహే బిందుం చ, నిష్కళమ్।
అయనే 'ద్వే' చ విషువే
సదా పశ్యతి మార్గవిత్।।

ఓ గౌతమా! ఈ దేహమునందే నిర్వర్తించు 'ప్రత్యక్షయజనము' గురించి సంక్షిప్తంగా చెప్పుచున్నాను. ఇట్టి 'దేహ - అంతర యాగము'చే (ఇష్టముచే) ఈ జీవుడు శాశ్వతము, అవ్యయము అగు పదమును పొందగలడు.

ఎవడికివాడే స్వయముగా తనయందు 'మార్గాన్వేషి', 'మార్గవేత్త' (Knower of Right Path) అయి తన దేహములో (1) బిందువు (2) నిష్కళము అను రెండు విషయములను సందర్శించుచున్నాడు.

43. కృత్వా యామం, పురా, వత్స!
రేచక పూరక కుంభకాన్।
పూర్వం చ ఉభయమ్ ఉచ్చార్య
హి అర్చయేత్తు యథాక్రమమ్।
నమస్కారేణ యోగేన ముద్రయా
ఆరభ్యచ అర్చయేత్।
"సూర్యస్య గ్రహణం", వత్స!
ప్రత్యక్షయజనం స్మృతమ్।

వత్సా! బిడ్డా! మునుముందుగా రేచక - పూరక - కుంభకములతో కూడిన ప్రాణాయామవిధిని ఆచరిస్తూ **'హంసోఽహమ్'** అని యథాక్రమంగా ఉచ్చారణ చేయాలి.

(త్రి ప్రాణాయామ ఆచరణ) తరువాత రెండు అరచేతులతో నమస్కారములచే, మనస్సు నిశ్చలము చేసియుంచు యోగాభ్యాసములచే, (చిన్ముద్ర మొదలైన) జ్ఞానముద్ర చేతనే సర్వాంతర్యామి అగు ఆత్మభగవానుని అర్చించాలి. ప్రియవత్సా! సూర్యునియొక్క గ్రహణము (సూర్య - ఉపాసన) 'ప్రత్యక్షయజనము' అని పిలుస్తున్నారు. జ్ఞాన సూర్యుని ఆవరించుయున్న ప్రత్యక్ష జగత్-భావనము ఆత్మతో ఏకము చేయటమే **"ప్రత్యక్ష యజనము"**.

44. జ్ఞానాత్ సాయుజ్య మేవ ఉక్తం
తోయే తోయం యథా తథా।
ఏతే గుణాః ప్రవర్తంతే
యోగాభ్యాస కృత శ్రమైః।
తస్మాత్ యోగం సమాధాయ
సర్వదుఃఖ బహిష్కృతః।
యోగ ధ్యానం సదా కృత్వా
జ్ఞానం తన్మయతాం వ్రజేత్।।

సూర్యునికి గ్రహణం పట్టు తీరుగా జీవాత్మయొక్క ఆత్మసూర్యుని 'అజ్ఞానము' అనే గ్రహణం పట్టుచున్నది. జ్ఞానముచే అజ్ఞానము తొలగినప్పుడు (జ్ఞానముచే) లభించు స్థితియే **'సాయుజ్యము'** అని చెప్పబడుతోంది. నీరు నీటితో కలిసినప్పుడు ఆత్మయందు ప్రవేశించి అఖండమగు ఆత్మయే తానగుచున్నాడు. **'యోగాభ్యాసము'** అనే పరిశ్రమయందు (త్రి)గుణములు ప్రవర్తించునవై ఉంటాయి. అయితే యోగాభ్యాసముచే ఆ అభ్యాసి సర్వ దుఃఖములనుండి బహిష్కృతుడు అగుచున్నాడు. గుణముల ద్వారా గుణాతీతత్వము సంతరించుకోగలడు.

అందుచేత యోగాభ్యాసమును ఎల్లప్పుడూ నిర్వర్తిస్తూ, మరొకవైపుగా జ్ఞానముచే కేవలాత్మ (లేక) అఖండాత్మతో తన్మయుడై ఉండునుగాక!

45. జ్ఞానాత్ స్వరూపం పరమం 'హంసమంత్రం' సముచ్చరేత్। ప్రాణినాం దేహమధ్యే తు స్థితో 'హంసః' సదా అచ్యుతః। హంస ఏవ పరం సత్యం, హంస ఏవ తు శక్తికమ్। హంస ఏవ పరం వాక్యం హంస ఏవతు వైదికమ్॥	ఆత్మజ్ఞానము యొక్క 'స్వరూపము' అయినటువంటి 'పరమ హంస' - 'సోఽహమ్ పరమమ్' - [ఆవలగల పరమగు **'సః' (లేక) తత్‌యే]** నేను...అను మంత్రార్థభావనతో **సోఽహమ్ పరమమ్** మంత్రమును ఎల్లప్పుడు ఎలుగెత్తి - మనసా-వాచా,కర్మణా, బుద్ధ్యా-సముచ్చరిస్తూ ఉండటమే యోగము. 'హంస' లేక 'సోఽహమ్' అను దాని స్థానము ఎక్కడ? ఎక్కడోకాదు. ప్రతి ప్రాణియొక్క దేహమధ్యస్థానంలో **'నేను ఇది కాదు! అది! జీవాత్మ పరిమితుడనుకాను! పరమాత్మనే'** అను హంస మననము చ్యుతి లేకయే (With no Distraction) ఏర్పడియున్నది. అట్టి హంస (I am actually that) అనునదే పరమవాక్యము. పరమసత్యము. వేదముల సారమగు వైదికము అదియే. ప్రతి జీవుని హృదయములో వెలుగొందుచున్న హంస (పరమహంస - సోఽహమ్ పరమమ్) యే సర్వమునకు పరుడగు రుద్రుడు. అట్టి హంసయే పరాత్పరుడు. (పరమునకే పరమైన ఈ జీవుని నిత్యసత్య సహజస్వరూప - స్వభావము)
46. హంస ఏవ పరో రుద్రో హంస ఏవ పరాత్ పరః। <u>సర్వదేహస్య మధ్యస్థో</u> <u>హంస ఏవ మహేశ్వరః।</u> పృథివి ఆది శివాంతంతు 'అ'కారాది యాశ్చ వర్ణకాః కూటాంతా హంసఏవ స్యాత్ మాతృకేతి వ్యవస్థితాః॥ మాతృకా రహితా మంత్రా ఆదిశంతే న కుత్ర చిత్।	సర్వ దేహుల మధ్యస్థుడైయున్న ఆత్మయగు హంసయే మహేశ్వరుడు. పృథివి (మట్టిగడ్డ) మొదలుకొని చిట్టచివ్వర శివుని వరకు గల ఏఏ ఆకారములతో ప్రారంభమైయున్న సర్వవర్ణకములు (All Discriptions), ... అట్లాగే కూటస్థునివరకు (Till its extreme base) వ్యవస్థితమై యున్నదంతా మాతృకయే! "ఉపాసకుడు ఉపాస్య దైవము.... ఉభయము కేవలమగు ఆత్మయే" - అనునదే మాతృక. అట్టి 'మాతృక' లేనట్టి (మాతృకారహితమైన) మంత్రము ఎక్కడా ఏదీ ఆదేశించబడుటలేదు. ఉపదేశించబడు ప్రతి మంత్రము - (ఓం నమః శివాయ - ఓం నమో నారాయణాయ మొదలైనవన్నీ - సర్వము) హంస (ఆత్మ) స్వరూపమే!మాతృకయే! "శివుడు" అనగా ఆత్మయే! విష్ణువు అనగా ఆత్మయే - అనునదే మాతృక. శివతత్త్వమ్-శివోఽహమ్-విష్ణు తత్త్వమ్ మొదలైన ఇవన్నీ మాతృకా బీజములే.
47. హంస జ్యోతిః అనౌపమ్యం (ప్రదేశము), మధ్యే దేవం వ్యవస్థితమ్। దక్షిణాముఖమ్ ఆశ్రిత్య జ్ఞానముద్రాం ప్రకల్పయేత్। సదా సమాధిం కుర్వీత హంసమత్రం అనుస్మరన్, నిర్మల స్ఫటికాకారం దివ్యరూపమ్ అనుపమమ్ (అనుత్తమమ్)	'ఇది ఇట్టిది' అని నిర్వచించి, దేనితోనూ పోల్చి చెప్పబడజాలని జ్యోతిస్వరూపమగు 'హంస' ఈ దేహమునందు వ్యవస్థితమైయున్నది. (That is the Electrifying force in every body. It is the absolute Enlightner). దక్షిణాభిముఖము (Towards the sensory world) గా ఆశ్రయించి "ఇదంతా హంస స్వరూపమే! ఆత్మస్వరూపమే"...అనే జ్ఞానముద్రను (తత్త్వమ్ అను చిన్ముద్రను) ధారణచేస్తూ ఉండాలి. నిర్మల స్ఫటిక ఆకారము కలది, దివ్యమైనది (Divine by itself) అనూపము (Placement) - అయినట్టి 'హంస' (సోఽహమ్) మంత్రమును క్షణక్షణము అనుస్మరిస్తూ 'సమాధి' యోగమును ఎల్లప్పుడు అభ్యసిస్తూ ఉండాలి. (సమాధి = అదియే తానై ఉండటము).
48. మధ్య దేశే పరం హంసం జ్ఞానముద్రాత్మ రూపకమ్। ప్రాణో అపానః సమానశ్చ ఉదాన వ్యానౌ చ వాయవః పంచకర్మేంద్రియైః ఉక్తాః <u>క్రియాశక్తి</u> బలోద్యతాః॥	ఆత్మయే జ్ఞానముద్రాత్మకమైన (చిన్ముద్ర - తత్ త్వమ్) 'హంస' దేహమధ్యలో సర్వదా సంస్థితమైయున్నది. అట్టి పరమహంస → ప్రాణ-అపాన-వ్యాన-ఉదాన-సమానములనబడే పంచప్రాణముల సమేతంగా ఉన్నది. వాటి వాటి మధ్య ప్రదేశమే (అనూపమే) ఆత్మక్షేత్రము. ఆత్మయే (వాక్కు, పాణి (చేతులు), పాదములు, పాయువు, ఉపస్థ అనబడే)-పంచకర్మేంద్రియములతో క్రియాశక్తి ప్రదర్శనా ఉద్యుక్తమై యున్నది.

నాగః కూర్మశ్చ కృకరో
దేవదత్తో దనంజయః॥

అట్టి 'హంస' లేక ఆత్మయే 'నాగము, కూర్మము, కుకరము, దేవదత్తము, ధనంజయము' అని పిలువబడు పంచ ఉపప్రాణవిధులను నిర్వర్తిస్తూ చేతనరూపంగా దేహమును చేతనపరచుచున్నది. [Inspiring]

---

49. పంచ జ్ఞానేంద్రియైః యుక్తా
జ్ఞాన శక్తి బలోద్యతాః॥
పావకః శక్తి మధ్యేతు
నాభిచక్రే వ్యవస్థితః॥
బంధ ముద్రా కృతాయేన
నాసాగ్రేతు స్వలోచనే॥

(చర్మము-కళ్ళు-చెవులు - జిహ్వ - ముక్కు అనబడే) పంచజ్ఞానేంద్రియములలో 'జ్ఞానశక్తి' అనే బలప్రదర్శన ఆత్మయే నిర్వర్తిస్తోంది.

శరీరములో మధ్యగాగల నాభి చక్రమునందు **తేజో (అగ్ని) రూపముగా ఆత్మశక్తి** ప్రవర్తితమై వెలుగొందుచున్నది.

ఎవ్వరైతే నాసాగ్రమున (ముక్కు యొక్క ఊర్ధ్వం - చివరగా) - రెండు కనుల మధ్య (భ్రూమధ్యమున) బంధముద్ర ధారణచేస్తాడో, అట్టివానికి ఆత్మ సులభముగా అనుభవ సిద్ధమగుచున్నది.

---

50. 'అ' కారే వహ్నిః ఇతి ఆహుః,
'ఉ' కారే హృది సంస్థితః॥
'మ' కారేచ భృవోర్మధ్యే ప్రాణశక్త్యా ప్రబోధయేత్॥
'బ్రహ్మ'గ్రంథిః 'అ' కారే చ, విష్ణుగ్రంథిః హృదిస్థితః॥
రుద్ర గ్రంథిః భృవోర్మధ్యే భిద్యతే అక్షరవాయునా।
'అ'కారే సంస్థితో బ్రహ్మా 'ఉ'కారే విష్ణుః ఆస్థితః॥
51. 'మ'కారే సంస్థితో రుద్రః॥ తతో అస్యాం తత్ పరాత్పరః॥
కంఠం సంకుంచ్య నాద్యాదౌ
స్తంభితే యేన శక్తితః,
రసనా పీడ్యమానేయం
షోడశీ(16) ఊర్ధ్వగామినీ॥

'అ'కారము అగ్నియందు, 'ఉ'కారము అనే హృదయములోను సంస్థితమై ఉన్నాయి. 'మ'కారముతో భ్రూమధ్యంలో ప్రాణశక్తితో 'అ'కారాగ్నిని ప్రజ్వలింపజేయాలి.

అకారమునందు బ్రహ్మగ్రంథి, హృదయమునందుగల విష్ణుగ్రంథి, భ్రూమధ్యగల రుద్రగ్రంథి - అక్షర వాయువుచే భేదింపబడుచున్నాయి.

'అ'కారరూపమగు బ్రహ్మ-'ఉ'కారమునందు విష్ణువు, 'మ'కారమునందు రుద్రుడు సంస్థితులై ఉన్నారు. ఆ మూడిటికి పరమై పరాత్పరుడు తత్ స్వరూపుడై ఉన్నారు. **సర్వత్రా పరాత్పరుడే సమస్తముగా వేంచేసిఉన్నారు.**

నాడీ ప్రారంభ స్థానమగు కంఠమును సంకోచింపజేసి, తద్వారా కంఠములోని 'స్థంభన'చే జిహ్వ (నాలుక) → పీడింపబడినదై ఊర్ధ్వ గామియై (దవడను స్పృశిస్తూ)...షోడశ (16) కళాసమన్వితం అగుచున్నది.

త్రికూటం త్రివిధం చ ఏ వ, గోలాకం నిఖరం తథా।
52. త్రిశంఖం వజ్రం 'ఓం' కారం,
ఊర్ధ్వ నాళం భ్రువోః ముఖమ్।
కుండలీం చాలయన్ ప్రాణాత్,
భేదయం శశి మండలం।
సాధయన్ వజ్ర కుంభాని
నవద్వారాణి బంధయేత్॥

ఈ విధంగా నాలుకను దవడకు బిగుతుగా తాకించు అభ్యాసముచే→ **త్రికూటము** (Association of three Energies), **త్రివిధము, గోలాకము నిఖరము, త్రిశంఖము, వజ్రతుల్యము, ఓంకార సంజ్ఞ, ఊర్ధ్వనాళనము, భ్రూమధ్య ఆకాశంలో ముఖము కలిగినది అగు- 'కుండలినీశక్తి'** ఉత్తేజితమగుచున్నది.

ఇక అక్కడి నుండి ప్రాణములను చాలనము చేయుచు చంద్ర మండలమును ఛేదించు క్రమంగా వజ్రకుంభకముతో నవద్వారములను యోగి బంధించుచున్నాడు.

సుమనః పవనారూఢః
స రాగో నిర్గుణః తథా।
53. బ్రహ్మస్థానేతు నాదస్యాః
శంఖినీ అమృతవర్షిణీ।
షట్ చక్ర మండల ఉద్ధారం
జ్ఞానదీపం ప్రకాశయేత్।
సర్వభూత స్థితం దేవం
సర్వేశం నిత్యం అర్చయేత్।

సుమనము (కేవల మనస్సు)తో కూడిన వాయువును అధిరోహించినది, సరాగమైనట్టిది అగు ఆత్మ **సగుణ-నిర్గుణతత్త్వము** కూడా అయి ఉన్నది.

యోగాభ్యాసముచే - శంఖిణీ, అమృతవర్షిణీ అగు నాదము బ్రహ్మస్థానమునందు (బ్రహ్మరంధ్రమునందు) వినబడసాగుతుంది.

షట్ చక్రమండలమును (మూలాధారం, స్వాధిష్ఠానం, మణిపూరకం, అనాహతం, విశుద్ధం, ఆజ్ఞా అనబడే '6' చక్రములలో సంస్థితమైయున్న ఆకాశమును) అధిగమించి, ఆత్మజ్ఞాని జ్ఞాన-దీపమును దేహమునందు వెలిగించుచున్నాడు.

అట్టి జ్ఞానదీపమును ప్రజ్వలింపజేసి - సర్వజీవులయందు సంస్థితుడైన వాడు దేవదేవుడు, సర్వమునకు ఈశ్వరుడు అగు అఖండ స్వరూప-పరమాత్మను నిత్యము యోగి హృదయాకాశమునందు అర్చించున్నాడు.

54. **ఆత్మరూపం తమ్ ఆలోక్యం, జ్ఞానరూపం నిరామయమ్।**
దృశ్యం తం దివ్యరూపేణ, సర్వవ్యాపీ నిరంజనః
'హంస హంస' వదేత్ వాక్యం, ప్రాణినాం దేహమ్ ఆశ్రితః॥

అట్టి పరాత్పరుడగు పరమాత్మను స్వస్వరూపాత్మరూపుడుగాను, కేవల జ్ఞానరూపుడుగాను, నిష్ప్రపంచ నిరామయుడుగాను, ఈ దృశ్యమంతా తన దివ్యస్వరూపముగా కలవాడు గాను, సర్వవ్యాపి - నిత్య నిర్మలుడుగాను సర్వ ప్రాణుల దేహములను ఆశ్రయించియున్నట్టి వాడుగాను - ఉపాసించుచున్నాము.

55. **సప్రాణ – అపానయోః గ్రంథిః, 'అజప' ఇతి అభిధీయతే।**
సహస్రం ఏకం, ద్వ్యయుతం, షట్ శతం చ ఏవ సర్వదా।
ఉచ్చరత్ పఠితో 'హంసః', 'సోఽహమ్' ఇత్యభిధీయతే।
పూర్వభాగే హి అధో లింగం, శిఖిన్యాం చ ఏవ పశ్చిమమ్।
జ్యోతిర్లింగమ్ భ్రువోః మధ్యే, నిత్యం ధ్యాయేత్ సదా యతిః॥

ప్రాణ-అపానముల గ్రంథిని (ఒకదానితో మరొకటి తాకుచూ లయించుస్థాన ఉపాసనను) 'అజప' అని అంటారు.

1000, 20000,600 శ్వాసలను గమనిస్తూ సర్వదా ఉచ్ఛరిస్తూ పఠిస్తున్నప్పుడు హంస → 'సోఽహమ్'గా చెప్పబడుచున్నది.

పూర్వభాగం (కుడివైపు) అధోలింగమున, ఎడమవైపు శిఖస్థాన లింగమును, భ్రూమధ్యగా జ్యోతిర్లింగమును యతి నిత్యము ధ్యానిస్తూ ఉంటున్నాడు.

కోఽహమ్? సోఽహమ్। (అజపం)

56. **అచ్యుతోఽహమ్।**
అచింత్యోఽహమ్।
అతర్క్యోఽహమ్।
అజోఽస్మ్యహమ్।
అవ్రణోఽహమ్।
అకాయోఽహమ్
అసంగోఽస్మి।
అభయోఽస్మ్యహమ్।

సోఽహమ్ (I am ever that) - భావన అనగా?

- నేను ఆత్మను కాని క్షణమే లేదు కాబట్టి **అచ్యుతుడను.**
- చింతన (thinking) నానుండి బయల్వెడలుతోంది. చింతనకు మునుముందే ఉన్నవాడను. కనుక **అచింత్యుడను.**
వాదోపవాదములకు ఆత్మగా అవిషయుడను (సిద్ధించుకొనబడువాడను కాను. బుద్ధికి ముందే ఉన్నవాడను. అందుచేత **అతర్క్యుడను.**
- దేహముతో జనించను. దేహముతో నశించువాడను కాను. అందుచేత **అజుడను.**
- దేహమునకు సంబంధించిన ఆధి - వ్యాధులు ఆత్మను స్పృశించవు. అందుచేత **అవ్రణుడను.**
- దేహము లేనప్పుడు కూడా స్వప్న - సుషుప్తుల యందువలె నేను ఉన్నాను. **అకాయుడను.**
- నేను దేనికీ సంబంధించినవాడను కాను. **అసంగుడను.**
- వస్తు దేహ సంబంధములకు అతీతుడను. **అభయస్వరూపుడను.**

57. **అశబ్దోఽహమ్। అరూపోఽహమ్।**
అస్పర్శోఽస్మ్యహమ్, అద్వయః।
అరసోఽహమ్। అగంధోఽహమ్।
అనాదిః। అమృతోస్మ్యఽహమ్।
అక్షయోఽహమ్। అలింగోఽహమ్।
అజరోఽస్మి। అకళోఽస్మ్యహమ్।
అప్రాణోఽహమ్। అమూకోఽహమ్।
అచింత్యోఽస్మి। అకృతోఽస్మ్యహమ్।

శబ్దము - రూప - స్పర్శలకు విషయుడను కాను. నాకు ద్వితీయమైనది ఎక్కడా ఏదీ లేదు. కనుక **అద్వితీయుడను.** రస-గంధములచే తెలియబడువాడను కాను. **ఆది** అనుదే **లేనివాడను.** జన్మ - మృత్యువులు లేనివాడను. **అమృతస్వరూపుడను.**

క్షయము (తరుగుదల) లేనివాడను. **అక్షయుడను.** నామరూపములు దేహమునకు సంబంధించినవి. **అసంగుడను.** ప్రాణములు నాయొక్క శక్తి ప్రదర్శనము. ప్రాణశక్తికి మునుముందే ఉన్నవాడను. **అప్రాణుడను.** శబ్దములన్నీ ఆత్మనగు నానుండే బయల్వెడలుచున్నాయి. అందుచేత **అమూకుడను.** (మూగవాడను కాను).

చింతనలకు దొరకనివాడను. **అచింత్యుడను.** కర్మలు దేనికీ నేను కారణము కాదు. **నిష్క్రియుడను. అకృతుడను. కర్మలన్నిటికీ అతీతుడను.**

58. **అంతర్యామ్యమహమ్ – అగ్రాహ్యో,**
అనిర్దేశ్యోఽహమ్ అలక్షణః।
అగోత్రోఽహమ్। అగాత్రోఽహమ్।
అచక్షుష్కోఽస్మి। అవాక్ అహమ్।

- (నాయొక్క కలతో ప్రవర్తించేవారందరి అంతర్ - హృదయుడను నేనే అయి ఉన్న తీరుగా) ఈ కనబడే విశ్వమునకు నేనే అంతర్యామిని.

- ఆత్మగా నేను ప్రపంచంలోని ఒక విషయమువలె, ఒక దృశ్యమువలె, ఒక వ్యక్తివలె తెలియబడువాడను కాను. **అగ్రాహ్యుడను.**

అదృశ్యోஉహమ్। అవర్ణోஉహమ్।
అఖండోஉస్మి అహమ్ అద్భుతః।
అశ్రుతోஉహమ్।
అదృష్టోஉహమ్।
అన్వేష్టవ్యో,
అమరోస్మ్యஉహమ్।

"ఆత్మ ఇది! ఇదే! ఇంతే!" అని నిర్దేశించబడునది కాదు. ఆత్మగా నేను **అనిర్దేశ్యుడను.**

- లక్షణములు 'నావి' కావచ్చునేమోగానీ, 'నేను లక్షణములు కాదు. నేను సర్వదా లక్షణములకంటే ముందే ఉన్నవాడను. **విలక్షణుడను. అలక్షణుడను.**

- గోత్రనామాలు దేహ సంబంధమైనవి. ఆత్మనగు నాకు గోత్రనామాలు లేవు. **అగోత్రుడను.**

- ఈ శరీరము - నేను ధరించిన వస్త్రము వంటిది. శరీరిగా నేను శరీరమునకు వేరై (పరమై) ఉన్నాను. అందుచేత **అగాత్రుడను.**

- ఈ కళ్ళు కనబడేవి, వాక్కు - చెప్పబడేవి, దృశ్యము - దర్శించబడేది, వర్ణము - వర్ణించబడేది 'నేను' కాదు. **పరుడను.**

- **అఖండుడను. అద్భుతుడను.** వినబడే వాడను కాదు. **అశ్రుతుడను. అదృష్టుడను.** వెదికితే దొరికేవాడను కాను. **అన్వేష్టుడను. అమరణుడను (మరణ రహితుడను).**

---

59. **అవాయుః అపి అనాకాశో।**
అతైజసో అవ్యభిచార్యஉహమ్।
అమృతోஉహమ్। అజాతోஉహమ్।
అతి సూక్ష్మో। అవికార్యஉహమ్।
అరజస్కో, అతమస్కోஉహమ్।
అసత్త్వోஉస్మి, అగుణోஉస్మ్యஉహమ్।
అమాయో అనుభవాత్మాஉహమ్।
అనన్యో (అ)విషయోஉస్మ్యஉహమ్।

నేను వాయువును (ప్రాణమును) కాను. ఆ వాయువు ఎందులో చలిస్తోందో అట్టి ఆకాశరూపుడను కూడా కాను. స్వప్న పురుషుడగు తేజసుడను (స్వప్నంలో చరించువాడను) కాను. నా స్వరూపమునుండి నేను వేరై చరించువాడనుకాను! **అవ్యభిచారుడను.**

ఆత్మగా నాకు చావు లేదు. పుట్టుక లేదు. స్థూలరూపుడను కాను. అత్యంత సూక్ష్మాతి సూక్ష్మరూపుడను. ఎట్టి జన్మ - వృద్ధి - క్షయ వికారములు లేనివాడను. అవికార్యుడను. రజో - తమో - సత్వ గుణరూపుడను కాను! **గుణరహితుడను. గుణాతీతుడను!**

మాయా అనుభవరూపుడను కాను. కథలోని అనుభవములు ఆ రచయితయొక్క అనుభవములా? కాదు కదా! అయితే ఆ అనుభవములన్నీ రచయితయొక్క కల్పనలోంచే వస్తున్నాయి కదా! అట్లాగే విషయములు నారూపము కాదు. నాకు వేరుగా విషయములు లేవు. అందుచేత అనుభవాతీతుడను.

---

60. **అద్వైతోஉహమ్, అపూర్ణోஉహమ్।**
అబాహ్యోஉహమ్, అనంతరః।
అశ్రోత్రஉహమ్। అదీర్ఘోஉహమ్। (అహ్రస్వోஉహమ్)
అవ్యక్తోஉహమ్ అనామయః
అద్వయానంద విజ్ఞాన
ఘనోஉస్మ్యహమ్, అవిక్రియః॥
అనిచ్ఛోஉహమ్। అలేపోஉహమ్।
అకర్తాస్మ్యஉహమ్ అద్వయః।

నాకు ద్వితీయమైనదంటూ ఎక్కడా ఏదీ లేదు. ఇదంతా నేనే! కనుక, **అద్వైతుడను, అద్వితీయుడను.** ద్వితీయమైన దేనిచేతనూ నేను పూరింపబడువాడను కాను. అందుచేత **అపూర్ణుడను.** అంతా నేనే! అయి ఉండటంచేత బయటవాడిని కాదు. లోపలివాడను కాను! **బాహ్య-అభ్యంతర రహితుడను.**

చెవులకు వినబడువాడను కాను. అశ్రోత్రుడను. పొడుగైనవాడినీ కాదు. పొట్టి అయినవాడినీ కాదు. నామరూపాత్మకంగా వ్యక్తమగు వాడిని కాదు. **అనామయుడను. అవ్యక్తుడను.** క్రియా వ్యవహారములకు సంబంధించని అద్వయ (ద్వితీయమనునదే లేనట్టి) - ఘనీభూతమైన **విజ్ఞాన ఆనందస్వరూపుడను.**

జీవాత్మగానో, మరొకటిగానో అగువాడను కాను. **అవిచ్ఛిన్నుడను.** విచ్ఛిన్నమనునదే లేనివాడను. నిత్యనిర్మలుడను. లేపము (దోషము) లేనివాడను. కథలోని ఒక పాత్రయొక్క చర్యలు **"రచయిత చేస్తున్నాడు"** - అని ఆపాదించలేము కదా! అట్లాగే నేను **అకర్తను.** కానీ అన్నీ కల్పనయే కనుక - **అద్వయుడను. అవేవీ నాకు ద్వితీయం కాదు. రచయితకు వేరుగా కథకు ఉనికి ఎక్కడ?**

61. అవిద్యాకార్యహీనోఽహమ్, అవాక్-మానస గోచరః।
అనల్పోఽహమ్। అశోకోఽహమ్।
అవికల్పోఽస్మి అవిజ్వలన్।
ఆది - మధ్య - అంత హీనోఽహమ్।
ఆకాశ సదృశోస్మ్యఽహమ్।
ఆత్మ చైతన్య రపోఽహమ్।
అహమ్ ఆనంద చిద్ఘనః।
ఆనందామృత రూపోఽహమ్।
ఆత్మసంస్థోఽహమ్ అంతరః।

కల్పనకు మునుముందే ఆ కల్పించువాడు ఉన్నరీతిగా, నాకు 'మాయ-జగత్తు అవిద్య' - ఇవన్నీ లేవు. సమస్తమునకు ముందే ఉన్నాను. **అవాక్ మానస గోచరుడను!**

అల్పుడనుకాను. శోకరహితుడను. వికల్పరహితుడను. ఎక్కడికీ ప్రవహించుటలేదు. **అవిజ్వలుడను. ఉన్నచోటనే సర్వదా ఉండువాడను.**

నాకు మొదలు-మధ్య-చివరలనునవేవీ లేవు. ఆకాశమువలె **అనంతుడను.** ఆత్మచైతన్యమే నా రూపము. సర్వదా **మహత్ - ఆనంద విగ్రహుడను!**

అంతరాంతరమగు ఆత్మగా సర్వమునందు ఆనంద - అమృత రూపుడుగా సంస్థితుడనై ఉన్నవాడను.

---

62. ఆప్తకామోఽహమ్
ఆకాశాత్
పరమాత్మేశ్వరోస్మ్యహమ్।
ఈశానోఽస్మ్యహమ్। ఈడ్యోఽహమ్।
అహమ్ ఉత్తమ పూరుషః
ఉత్కృష్టోఽమ్ ఉపద్రష్టాఽహమ్।
ఉత్తరతోఽస్మ్యహమ్।
కేవలోఽహమ్ కవిః
కర్మాధ్యక్షోహం కరణాధిపః।
గుహాశయోఽహమ్। గోప్తాఽహమ్।
చక్షుషః చక్షురస్మ్యహమ్।

'ఆకాశము' వలె అంతయూ నాయందే ఉండి ఉండటంచేత సర్వము సిద్ధించుకొన్నవాడనే!

ఆప్తకాముడను. కొత్తగా పొందవలసినదేదీ నాకు లేదు. సర్వమునకు వేరై, **పరమై ఉన్నవాడను.** కానీ **సర్వముగా విస్తరించి ఉన్నవాడను.** కనుక **ఈశ్వరుడను!** సర్వము నాయందే ఉండి ఉన్నది. అందుచేత **ఈశానుడను!** సర్వస్తోత్రములకు ఆత్మగా అర్హుడనే అగుటచే **ఈడ్యుడను.** 'నేను' అనబడు జగత్తుయొక్క **ఉత్తమపురుష** (First Person) అయి ఉన్నవాడను. ఉత్కృష్టుడను. నాటక దీపమువలె కేవల సాక్షినగుటచే ఉపద్రష్టను (చూచువానిని చూచువాడను. I am a witness to one who is seeing from within me)

కేవలుడను. (I am always the absolute) **శ్రేష్ఠుడను. కవిని.** దేహ మనోబుద్ధి సంబంధితమైన సర్వ కర్మలు నాయొక్క అధ్యక్షతన జరుగుచున్నాయి. కనుక కర్మాధ్యక్షుడను. కరణములకంటె (ఇంద్రియములకంటే) అధికాధికుడను. హృదయగుహయందు ఆశీనుడై, రహస్యముగా దాగినవాడనై ఉన్నాను. కంటికి చూపు స్వరూపుడును.

---

63. చిదానందో ఽస్మ్యహమ్ చేతా, చిద్ఘనః
చిన్మయోఽస్మి అహమ్।
జ్యోతిర్మయోస్మ్యహమ్ జ్యాయాన్
జ్యోతిషాం జ్యోతిరస్మ్యహమ్।
తమసః సాక్ష్యహమ్, తుర్యః
తుర్యోఽహమ్ తమసః పరః। దివ్యోదేవోస్మి దుర్దర్శో
ద్రష్టా ధ్యేయో ధ్రువోస్మ్యహమ్।

చిదానంద స్వరూపుడను. ఘనీభవించిన **చిత్‌స్వరూపుడను. చిన్మయ స్వరూపుడను.** మృణ్మయస్వరూపుడను కాను!

సర్వమునకు ఉత్కృష్టము అధికము అగు **స్వస్వరూపుడను! జ్యోతిర్మయ స్వరూపుడను!** జ్యోతికే జ్యోతి స్వరూపుడను. అంధకారమునకు ఆవల పరమై కేవల **సాక్షినై** ఉన్నాను. దివ్యమగు **దేవదేవుడను.** కళ్ళకు కనిపించువాడను కాను. **దుర్దర్శుడును. ద్రష్టను. ధ్యేయుడను.** ధృవమైన రూప సమన్వితుడను! (సర్వదా యథాతథుడను)

---

64. నిత్యోఽహమ్। నిరవద్యోఽహమ్।
నిష్క్రియోఽస్మి, నిరంజనః।
నిర్మలో, నిర్వికల్పోఽహమ్
నిరాఖ్యాతోఽస్మి నిశ్చలః॥
నిర్వికారో నిత్యపూతో నిర్గుణో నిస్స్పృహోఽస్మ్యహమ్।
నిరింద్రియో నియంతాఽహమ్।
నిరపేక్షోఽస్మి నిష్కళః
పురుషః పరమాత్మాఽహమ్, పురాణ పరమోఽస్మ్యహమ్।
పురాణ పురుషోఽస్మ్యహమ్।

నిత్యుడను। దేనిచేతను జయింపబడను। నిరవద్యుడను. నిష్క్రియుడను। నిర్మలుడను। నిరంజనుడను। సర్వ వికల్పములకు వేరైనవాడను. నిర్వికల్పుడను. చెప్పబడజాలనివాడను! **నిశ్చలుడను!**

వికారములు లేనివాడను. **నిర్వికారుడను. నిత్యనిర్మలుడను. నిర్గుణుడను.** ఎట్టి స్పృహ - భావన - యోచనలకు నిబద్ధుడనుకాను. నిస్పృహుడను. ఇంద్రియరహితుడను. కానీ ఇంద్రియములను పరిపాలించువాడను. **నియంతను.** దేనిపట్లా అపేక్షలేనివాడను. కళంకము లేనివాడను నిష్కళంకుడను.

పరమపురుషుడను - పరమాత్మను - పురాణపురుషుడను - పరమ పురుషుడను!

65. **పరావరోఽస్మ్యహం। ప్రాజ్ఞః।**
ప్రపంచ ఉపశమోస్మ్యఽహమ్।
పరామృతోఽస్మ్యఽహమ్, పూర్ణః।
ప్రభురస్మి పురాతనః।
పూర్ణానందైక బోధోఽహమ్।
ప్రత్యక్ ఏక రసోఽస్మ్యహమ్।
ప్రాజ్ఞాతోఽహమ్। ప్రశాంతోఽహమ్।
ప్రకాశః పరమేశ్వరః।

పరతత్త్వముచే ఆవరించబడువాడను. **కేవల ప్రజ్ఞాస్వరూపుడను. పరాత్‌పరుడను.** ప్రాజ్ఞుడను. నా పట్ల ప్రపంచము సర్వదా ఉపశమించినదై యున్నది. దృష్టాంతంగా ఒక కథా రచయిత తాను ఎప్పుడో వ్రాసిన కథను ఇప్పుడొకసారి చదువుకొంటున్న తీరైనదిగా చూస్తూ ఉండటమే-ఈ దృశ్యము.

సర్వదా పూర్ణుడను। అందుచేత నాకు మార్పు-కూర్పు - చేర్పులు లేవు. మృత్యువుకు ఆవలగా ఉన్నవాడను. **పురాతనుడను. సర్వమునకు ప్రభువును.** ఎందుకంటే, ఇదంతా నా ప్రభవము కాబట్టి (Its all my own appearence). ఈ జన్మ - కర్మలు, జ్ఞాన - అజ్ఞానములు....ఇవన్నీ నా ఆనందమునుండియే బయల్వెడలుచున్నాయి.

పురా (సర్వమునకు ఇతః పూర్వమ్) - ఆనంద ఏకబోధ స్వరూపుడను. ప్రత్యక్ (కేవల) ఏకరస స్వరూపుడను!

కేవల ప్రజ్ఞాస్వరూపుడను! ప్రజ్ఞా ప్రదర్శకుడను. ఆత్మస్వరూపుడనగు నేను **పరమ ప్రశాంతుడను!** సర్వత్రా ప్రకాశించువాడను! సర్వమునందు పరస్వరూపుడనై విస్తరించి ఉన్నవాడను! కాబట్టి పరమేశ్వరుడను!

---

66. **ఏకధా(అ)చింత్యమానోఽహమ్,**
ద్వైత - అద్వైత విలక్షణః।
బుద్ధోఽహమ్। భూతపాలోఽహమ్।
'భా'రూపో భగవాన్ అహమ్।
మహాదేవో మహాన్ అస్మి
మహాజ్ఞేయో మహేశ్వరః।
విముక్తోఽహమ్। విభుః అహమ్।
వరేణ్యో వ్యాపకోఽస్మ్యహమ్।

ద్వైత - అద్వైతములకంటె **విలక్షణుడను. ఏకస్వరూపుడనై విచారణచే తెలియవచ్చువాడను!**

కేవలబుద్ధి స్వరూపుడను. పంచభూతములచే నియమించబడువాడను కాను. పంచభూతములకు నియామకుడను. సర్వమును వెలిగించు (one who enlightens) భగవంతుడను.

మహత్తరమగు అద్భుత స్వరూపుడను. దేవతలకే ఆత్మగా దేవదేవుడను. మహాదేవుడను. మహత్ స్వరూపుడను. మహాజ్ఞేయుడను. మహేశ్వరుడను. సర్వమునుండి సర్వదా విముక్తుడను. విభుడను. సర్వులకు వరేణ్యుడను. సర్వవ్యాపకుడను!

---

67. **వైశ్వానరో, వాసుదేవో।**
విశ్వతః చక్షురస్మ్యహమ్।
విశ్వాధికోఽహమ్, విశదో।
విష్ణుః విశ్వకృదస్మ్యహమ్।
శుద్ధోఽస్మి। శుక్రః శాంతోఽస్మి।
శాశ్వతోఽస్మి। శివోఽస్మ్యహమ్।

వ్యష్టిని నేనే! సమిష్టినీ నేనే! అందుచేత వైశ్వానరుడను, వాసుదేవుడను కూడా! విశ్వమునకు దర్శనుడను. విశ్వమంతా చక్షువులు కలవాడను!

నాయొక్క విశదీకరణ రూపమే (The explanatory form of what I am) ఈ జగత్తు, ఈ విశ్వము. ఈ విధంగా ఈ విశ్వమునకు ఆవల అధిగమించినవాడనై ఉన్నాను. విశ్వ నిర్మాతను (విశ్వకృత్). విశ్వముగా వ్యాపించినవాడను - 'విష్ణుః'!

శుద్ధుడను. శాంతుడను! శుద్ధ - నిర్మలత్వములకు కూడా ఆవల (అంతః) ఉన్నవాడను! శాశ్వతుడను. శుభ - సుఖస్వరూపుడను. (శివోఽస్మి)!

---

68. **సర్వభూతాంతరాత్మాఽహమ్,**
అహమస్మి సనాతనః।
అహం సకృత్ విభాతోఽస్మి
స్వే మహిమ్ని సదా స్థితః।

(నాటక రచయితయే నాటక పాత్రలకు ముందే ఉత్పత్తి స్థానమై, సర్వపాత్రల - స్వభావముల - సంఘటనలకు అంతరాత్మగా అగుచున్నట్లుగా) - **నేనే సర్వజీవుల అంతరాత్మను. సనాతనుడను. జగత్ కార్యకర్తను. సకృత్!** విశ్వముగా కనిపిస్తూ జగత్తుగా ప్రకాశించుచున్నది నేనే! **ఇదంతా సదా నాయొక్క మహిమగా నాయందే సంస్థితమై యున్నది.**

---

69. **సర్వాంతరః స్వయంజ్యోతిః। సర్వాధిపతిరస్మ్యహమ్।**
సర్వభూతాధివాసోఽహమ్, సర్వవ్యాపీ స్వరాడహమ్।
సమస్త సాక్షీ సర్వాత్మా, సర్వభూత గుహాశయః॥

సర్వమునకు **అంతరుడు. స్వయం జ్యోతి స్వరూపుడను! సర్వమునకు అధిపతిని!** సర్వజీవులయందు **అధివాసుడను! సర్వవ్యాపిని! విశ్వవిరాట్‌ను!** విశ్వమంతా నా విస్తార సంప్రదర్శన రూపమే! సమస్తమునకు **సాక్షిని! సర్వమునకు ఆత్మను!** సర్వజీవుల హృదయగుహలలో ఆశయ స్వరూపుడనై ఉన్నది నేనే! సర్వభూత ఆశయ స్థితః!

70. **సర్వేంద్రియం గుణాభాసః।**
సర్వేంద్రియ వివర్జితః।
స్థానత్రయ వ్యతీతో౽హమ్
సర్వానుగ్రాహకోస్మ్యహమ్।
సచ్చిదానంద పూర్ణాత్మా
సర్వ ప్రేమాస్పదోస్మ్యహమ్।
సత్ చిత్ ఆనంద మాత్రో౽హమ్,
స్వ ప్రకాశో౽స్మి చిద్ఘనః॥

సర్వఇంద్రియములందు, వాటి వాటి గుణ - స్వభావ - అనుభవరూపము లందు భాసించుచున్నట్టిది (That being reflected) నేనే! ఇంద్రియములలో ప్రకాశిస్తూ కూడా ఇంద్రియ రహితుడనే అయి ఉన్నాను! **సర్వేంద్రియ వివర్జితుడను!**

ఇహ-పర-పరాత్పరములకు, భూ-స్వర్గ-పాతాళ లోకములకు వేరైనవాడను! త్రిస్థానములు నాయొక్క అనుగ్రహము చేతనే ఉనికి - ప్రదర్శనము కలిగి ఉన్నాయి!

సత్-చిత్-ఆనందములతో కూడుకొని ఉన్న నేను **సర్వదా పూర్ణుడను!** సర్వమునకు ఆత్మనై ఉండటం చేత **సర్వ ప్రేమాస్పదుడను! కేవల సత్ - చిత్ - ఆనందమాత్రుడను కూడా!** నన్ను మరొకటేదీ ప్రకాశింపజేయటం లేదు. **స్వయం ప్రకాశమాత్రుడను. చిద్ఘనుడను.**

---

71. సత్త్వ స్వరూపః చిన్మాత్ర
సిద్ధః సర్వాత్మకో౽స్మ్యహమ్।
సర్వాధిష్ఠాన చిన్మాత్రః
స్వాత్మబంధ హరోస్మ్యహమ్।
సర్వగ్రాసోస్మ్య౽హమ్ సర్వద్రష్టా
సర్వానుభూః అహమ్॥
యే చ బ్రహ్మవిదః సిద్ధాః
సర్వ ఏవం వదంతి హి॥
ఏవం యో వేద తత్త్వేన
స వై **'పురుష'** ఉచ్యతే॥
ఇతి బ్రహ్మవిద్యోపనిషత్ ॥సమాప్తా॥
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

సత్త్వ (కేవల సత్) స్వరూపుడను। చిన్మాత్రుడను। సర్వము నాపట్ల సిద్ధించియే ఉన్నట్టివాడను. **సర్వాత్మకుడను.** (ఆభరణములన్నిటికీ బంగారమే అధిష్ఠానము అయి ఉన్న తీరుగా)

- సర్వమునకు అధిష్ఠాన **చిన్మాత్రస్వరూపుడను!** నా బంధమును హరించువాడను నేనే!

సర్వమునకు అనుభవరూపకముగా గ్రాసము (అన్నము → అనుభవించ బడుచున్నది) నేనే! సర్వమునకు **కేవల ద్రష్టను! అనుభవముగా పొందబడుచున్న ఈ సర్వము నేనే!**

బ్రహ్మమును సిద్ధించుకున్న బ్రహ్మవేత్తల పలుకులే ఇవి! వారు ఎలుగెత్తి చెప్పుచున్న మనయొక్క స్వస్వరూప నిర్వచన వివరములే ఇవన్నీ!

ఎవరు ఈ బ్రహ్మవిద్యను - తత్త్వార్థంగా తెలుసుకొనుచున్నారో వారే 'పురుషుడు' అను శబ్దార్థము పుణికిపుచ్చుకొన్నవారగుచున్నారు.

ఇతి బ్రహ్మవిద్యోపనిషత్

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః॥

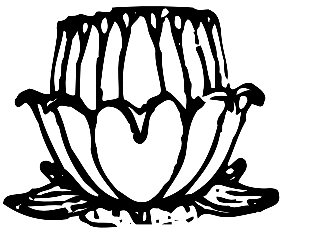
కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

20 బ్రహ్మవిద్యోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము



మహనీయుడగు సద్గురువు ధృవాగ్ని 'గౌతముడు' అను శిష్యునికి చేయుచున్న బోధ :

విష్ణుతత్త్వము కొరకై పరిశ్రమించి సిద్ధించుకొనియున్న బ్రహ్మవేత్తల యొక్క అద్భుత ప్రవచనముల చేత **ప్రసాదాత్** – పవిత్రులమై చెప్పుకొనుచున్న ఈ బ్రహ్మవిద్య (ధృవాగ్ని అయి) సర్వదిశలలో సర్వదా వెలుగులు నింపుచుండునుగాక! బ్రహ్మజ్ఞుల బాటలో బ్రహ్మవిద్యను ఇప్పుడు మనము ఉత్తమము – సువిశాలము – సుతీక్ష్ణము అగు దృష్టి–విజ్ఞతలతో–**సంప్రచక్షతే** – పరిశీలిస్తున్నాము.

సద్గురుః వాచ।

ప్రియశిష్యా! గౌతమా! బ్రహ్మతత్త్వజ్ఞులు (బ్రహ్మవాదులు) దేనిని 'ఓం' అను సంజ్ఞచే **'పరబ్రహ్మము'** గురించి సిద్ధాంతీకరించు చాటుచున్నారో,... అట్టి ఏకము, అక్షరము అగు పరబ్రహ్మము యొక్క రూప స్థాన–కాలత్రయ... ఇత్యాదుల గురించి కొన్ని విశేషాలు చెప్పుకుంటున్నాము.

ఓ గౌతమా! తదితర సమాశ్రితులగు శ్రోతలారా! ఇక వినండి.

⌘⌘⌘

"ఓంకార పరబ్రహ్మతత్త్వము" అనబడు మనందరియొక్క ఆత్మకు అనన్యమై, అంతర్గతమై... ఈ సమస్తము ఏర్పడి ఉంటోంది.

త్రయీ దేవాః → సృష్టి – స్థితి.. లయములు, వాటి వాటి అధిదేవతలగు బ్రహ్మ–విష్ణు–మహేశ్వరులు.

త్రయీలోకాః → భౌతిక – మనో – బుద్ధి ప్రధాన లోకములగు పాతాళ – భూ–దివ్య (దేవతా–స్వర్గ) త్రిలోకములు..,

త్రయీ వేదా → ఋక్ మంత్ర – యజ్ఞోపాసనా – స్తుతి ప్రధానములగు **"ఋక్ – యజుర్ – సామవేదములు"**..,

త్రయీ అగ్నిః → దేవతాహ్వాన – ఆసన సమర్పణ – వర్ణనా రూపములగు గార్హపత్య – దక్షిణ – ఆహవనీయ → త్రిఅగ్నులు..,

త్రిస్రో మాత్రా → శబ్ద ఉచ్చారణ – అర్థ – తత్ భావలయ రూపములగు **"శబ్దార్థ భావ తన్మయ"**.. మాత్రలు,

అర్ధమాత్రా చ → కేవల శబ్ద "మ్మ్..' కేవలీ భావనా రూపమగు, భావాతీత ఆత్మచైతన్యము

త్ర్యక్షరస్య → 'అ'కార (సత్) – 'ఉ'కార (చిత్) – మకార (ఆనంద) త్ర్యక్షరములు;

ఇవన్నీ బ్రహ్మము నందు.. జలమునందు తరంగాలవలె, బంగారమునందు ఆభరణములవలె అంతర్గతములు, అనన్యములు. అంతర్విశేషములు.

ఉపాసనకొరకై బ్రహ్మవాదుల వ్యాఖ్యానము–'మాత్రలు' (ఓం=అ–ఉ–మ–అర్ధమాత్ర)

(1). 'అ'కారము యొక్క శరీరము : (1) పృథ్వి (2) ఋగ్వేదము (ఋక్కులు) (3) గార్హపత్యాగ్ని (4) సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మ – అని వ్యాఖ్యానించబడుచున్నది. స్థానము = సూర్య మండల మధ్య సూర్య తేజస్సు – శంఖ నినాదము (మధ్యగా).

(2). 'ఉ'కారము యొక్క శరీరము : (1) యజుర్వేదములోని యజ్ఞమంత్రముల సంబంధమైన 'యజస్సులు' (2) అంతరిక్షము

(3) దక్షిణాగ్ని (4) దేవత = విష్ణు భగవానుడు – ఇవి 'ఉ'కార శరీరముగా పరికీర్తించబడుచున్నాయి. స్థానము : చంద్రమండలము మధ్య వ్యవస్థితమైయున్నది. చంద్రతేజో కాంతి రూపము.

(3). 'మ'కారము యొక్క శరీరము : (1) వేదగానములతో కూడినట్టి సామవేదము; (2) ద్యౌ–ద్యులోకము, (దేవతా లోకము); (3) ఆహవనీయాగ్ని; (4) దేవత = ఈశ్వరుడు – ఇవి మకార శరీరముగా అభివర్ణించబడుఉన్నది.

స్థానము = అగ్ని తేజస్సు. అగ్ని రూపము. విద్యుత్ (మెరుపు) కాంతి రూపము. ధూమము లేని అగ్ని రూపము

త్రిస్రోమాత్రాః తథా జ్ఞేయః సోమసూర్య అగ్ని రూపిణః। సూర్య – చంద్ర – అగ్నిల మూడిటిలో గల తేజోరూపమే –. 'అ – ఉ–మ' త్రిమాత్రలలోని జ్ఞేయవస్తువు.

(4). అర్ధమాత్ర : 'అ'కార 'ఉ'కార 'మ'కారముల అంత్యరూపము. దీపంజ్యోతి స్వరూపము. అర్ధమాత్ర = దీపము యొక్క శిఖా (చివరి) సంకాశము (ప్రకాశము), జ్వాలారూపము. అది ప్రణవమునకు ఉపరిస్థానము నందు (మ్‌మ్...మ్ రూపముగా) ఉన్నట్టిది.

→ తామరకాడలోని దారము వలె ఆ ప్రణవ–శిఖ (అర్ధమాత్ర) అతి సూక్ష్మమైనది

→ అది సూర్యతేజో సమమే కాకుండా సూర్యమండలమును భేదించి, అధిగమించినదై ఉన్నట్టిది. సూర్య– చంద్ర – అగ్ని మండల జ్యోతిని దాటివేసిన తత్త్వము.

అ–ఉ–మ–అర్ధమాత్రలను దేహములోని నాడీ స్థానపరంగా చెప్పుకొంటున్నప్పుడు:

- దేహములో కంద (పొట్టవిభాగము క్రింద నుండి) మూర్ధ్నీ ప్రదేశము (ముఖముయొక్క శిఖర ప్రదేశము వరకు) 72000 నాడుల విస్తారము – ఇవన్నీ మొదటి మూడు మాత్రలగు 'అ–ఉ–మ' తేజోస్థానము.
- ఇక 4వదగు అర్ధమాత్ర మూర్ధ్నీ ప్రదేశము నుండి శిరో ఉపరిభాగము వరకు విస్తరించి ఉండునట్టి ఇంద్రియ దేవతలను (ఇంద్రియ తత్త్వములను) అధిగమించినట్టి **అర్ధమాత్ర స్థానము.**

"ఓం" "అర్ధమాత్ర" అగు ఆత్మ
- **వరద సర్వభూతానామ్ :** సర్వభూతజాలమునకు వరదప్రదాత! ఇంద్రియములకు శక్తి ప్రసాదించుచున్నట్టిది.
- **సర్వవ్యాపి** : అర్ధమాత్ర తేజోవిశేషమే అంతటా, అన్నీగా వ్యాపించిఉన్న **తత్త్వము.**

(5). మాత్రా లయస్థానము (5వది): బిందుస్థానమునందు "అ–ఉ–మ–అర్ధమాత్ర"లగు "ఓం".. నందలి 'మ్' లయించినప్పటి స్థానము, ఎచ్చట శబ్దము నిశ్శబ్దమై అశబ్దమగుచున్నదో..., అదియే **జగత్ లయస్థానమగు పరబ్రహ్మము**". అట్టి పరబ్రహ్మమునందు సృష్టి సంబంధమైన సర్వ భావనలను (బ్రహ్మను) లీనము చేసినవాడు→ **"అమృతత్వము"** (మార్పు–చేర్పులకు అతీతమైన స్థానము)ను చేరుచున్నవాడు, సిద్ధించుకొనువాడు – అగుచున్నాడు.

జీవుడు – జీవము

"జీవము (The living Factor)" అనునది '3' సంజ్ఞికలు (Indications) కలిగియున్నది. (1) వాయువు (Movement) (2) ప్రాణము (Energy) (3) ఆకాశము (Space)

స (జీవః ప్రాణ ఇత్యుక్తో వాతాగ్రశత కల్పితః వాయు– కేశాగ్రము (Extreme edges) యొక్క '100' కలయికలచే కల్పించబడిన ప్రాణ స్వరూపుడే ఈ జీవుడు (లేక) ప్రాణి. (వాయుదేవుడు దేహములో శత – నాడులుగా అంతటా విస్తరించియున్నారు.)

ఆ విధంగా వాయు–ప్రాణ–ఆకాశముల శతాంశలచే కల్పించబడిన ఈ భౌతికదేహము యొక్క **నాభి (బొడ్డు) స్థానము నందు దివ్యమగు జీవచైతన్యము వెలయుచున్నది.** అట్టి జీవచైతన్యము విశ్వాత్మకమైనది. శుద్ధసత్త్వము. నిత్య నిర్మలము. సమస్తమునకు ఉనికి స్థానము. ఆదిత్య తేజస్సువలె సర్వదా స్వయం ప్రకాశమై, తనకిరణములు అన్ని వైపులా ప్రసరించుచుండగా, సర్వమును తేజోవంతము చేయునది. సర్వదా సంప్రదర్శనము అయిఉన్నది. ఆ తీరుగానే – **నాభి మండలాకాశము ఆత్మ తేజస్సుతో స్వయంప్రకాశమానమై యున్నది.** అట్టి జీవచైతన్యమే స్ఫూర్తి (Inclination) రూపంగా శరీరములోని అణువణువునూ ఉత్తేజితము, కార్యసమర్థము చేయుచున్నది. జీవచైతన్యమే సర్వమును **మంగళప్రదము** చేయుచూ సృష్టియందు అంతటా **ప్రవర్ధిల్లుచున్నది. ప్రవర్తిల్లుచున్నది.**

అజపా జపము

'స'కారం చ 'హ'కారంచ జీవో జపతి సర్వదా! → ఈ జీవుడు ఎల్లవేళల (1) "స" (**'సో'**–గాలి పీల్చటం) (2) "హ" (**'హమ్'** గాలి వదలటం).. అనురెండు ప్రక్రియలు – అసంకల్పితంగా నిర్వర్తిస్తున్నాడు. ఈ రెండూ కూడా నాభిరంధ్రము నుండే బయలుదేరుచున్నాయి.

ఇంద్రియములను అవి ఉత్తేజపరచి ఉజ్జీవింపజేస్తున్నాయి. అవి ఇంద్రియ-విషయ సంబంధమైనవికావు. **విషయవ్యాప్తి వర్జితం! మనస్సుకు విషయ సామర్థ్యమును ప్రసాదించు శక్తిరూపములు.**

అట్టి "సోఽహమ్" రూపమగు 'స-హ' స్ఫూర్తికి 'కారణము' ఏది? అందుకు సమాధానము **"పంచప్రాణాయామములతో కూడిన ఆత్మయే!"**

అట్టి "స-హ" (సోఽహమ్) → ఈ శరీరము నందు పక్షి (హంస)గా జీవాత్మ అవిశ్రాంతంగా తిరుగాడుచూనే ఉంటోంది.

అట్టి 'స-హమ్'ను గమనిస్తూ, వాటికి 'సాక్షిత్వ' అభ్యాసముచే – ఈ జీవుడు నిష్కళుడు(విషయాతీతుడు) అయి ఉండగలడు. అట్టి నిష్కళమగు 'స-హమ్' (హంసోహమ్) (Inward Air pull and outward push) ను **ధ్యానపూర్వకంగా సేవించుచూ ఉండగా, అట్టి యోగి సర్వ-సంసార భావముల నుండి విముక్తి పొందగలడు.**

హంస

స్వప్రకాశమగు చిదానందరూప 'ఆత్మ'నే 'హంస' అనుశబ్దముతో కూడా చెప్పుచున్నారు.

ఉత్తమ బుద్ధి కలవాడు – (సుధీః)...,

- రేచకము, పూరకములను దాటివేసి,
- 'కుంభకము' నందు సంస్థితుడై, స్వాభావిక కుంభకమును (మనో-బుద్ధి కుంభకమును) ఆశ్రయించువాడై,
- నాభి ప్రదేశములో గల 'కందము' నందు ప్రాణ-అపానములను సమస్థితింపజేసి, సమాహితం చేసి...,
- ధ్యాసను సాదరముగా మస్తకము వరకు నడిపించి, ధ్యానము ద్వారా నిలిపి ఉంచి,
- మస్తక (fore face) ఆకాశము నందు మార్పు-చేర్పులచే స్పృశించబడజాలని **అమృత-ఆనంద ఆత్మ రూపమును** (స్వకీయ అక్షర పరబ్రహ్మస్వరూపానందమును) **బుద్ధితో స్వీకరించుచున్నవాడై,** ఉపాసనాపూర్వకంగాను, ఉత్సాహంగాను చూచుచున్నవాడై,
- నాభి (బొడ్డు) మధ్య గల ఆకాశము నందు పొగలేని దీపము (Light)గా జ్వలించుచున్న ప్రకాశించుచున్న మహాదేవుని 'హంసహంసేతి' మహా జపము స్మరిస్తూ అమృతముతో అభిషేకించు యోగాభ్యాసి అయి,

జరామరణ రోగముల నుండి మొదలంట్ల విముక్తుడు అగుచున్నాడు

ఈ విధంగా రేచక పూర్వక ముక్తుడై (అవి రెండూ అవసరం లేకుండానే) – కుంభక స్థితిని అనుసంధానం చేస్తూ మస్తకము నందు జనించుచున్న అమృతమును గ్రోలుచు, నాభి మధ్యలో సంప్రకాశకుడగు మహాదేవుని అమృతాభిషిక్తునిగా "హంస హంస" మంత్రస్మరణ పూర్వకంగా ప్రతిరోజు నిర్వర్తించు యోగాభ్యాసముచే – అణిమ, గరిమ, మహిమ, లఘిమ, ఈశిత్వ, వశిత్వ, ప్రాకామ్య, ఇచ్ఛాది అష్టసిద్ధులు సిద్ధించగలవు. వాటిని కూడా దాటివేస్తూ సదా-అభ్యాస రతుడైన వాడు **'ఈశ్వరత్వము' పొందుచున్నాడు.** క్రమంగా పరమేశ్వరత్వమును పుణికిపుచ్చుకుంటున్నాడు. **(అమృతము = మార్పుకు విషయమేకానట్టి కేవలమగు స్వస్వరూపము).**

అనేక మంది అనేక మార్గములలో 'నిత్యత్వము' అను స్థానమును పొందటం జరుగుతూ ఉన్నది. అయితే, అట్టి నిత్యత్వసిద్ధికి (పైన చెప్పుకున్న) **"హంస విద్యామృతము"** వలె ఉత్తమమైనది మరింకొక్కటేదీ లేదు – అని యోగవేత్తల అభిప్రాయము.

గురుశుశ్రూష – తస్య దాస్యం సదా కుర్యాత్ – ప్రజ్ఞయా పరయా సహ।

ఏ గురువైతే శిష్యునకు మనము వివరించుకొనుచున్న **"పరమేశ్వర సంబంధమైన ప్రాణచిత్తనియామకమైన యోగ మహావిద్య"**ను యోగాభ్యాస పూర్వకంగా ప్రసాదిస్తారో, అట్టి గురువు సేవాపూర్వకంగా, బుద్ధి పూర్వకంగా సర్వదా సేవించుటకు అర్హులు. **ఆరాధ్య దైవసమానులు. 'తత్ త్వమ్' అని స్వస్వరూప-అఖండ-కేవలాత్మత్వమును గుర్తుచేయు సద్గురువుకు నమస్కారము.**

శుభంవా – శుభమన్యత్వా యత్ ఉక్తం గురుణా భువి॥

గురువు ఏది ఎట్లు చేయమని చెప్పితే అది (మనకు వర్తమానంలో మంచిదని అనిపించినా (లేక) అనిపించకపోయినా కూడా) – **శుభప్రదమే!** అది తప్పక మంచిదే అవుతుంది. గురువు చెప్పినది ఏదైతే, ఆ మార్గమును – ఇక వెనుక మందులు ఆలోచించకుండా – **తత్ కుర్యాత్ అవిచారేణ శిష్యః సంతోష సంయుతః** – శిష్యుడు సంతోష – ఉత్సాహములతో ఆచరించటం సముచితము, శుభప్రదము. శ్రేయోదాయకము. శోభప్రదము. గురుశుశ్రూతో ఈ → **కుంభక సమేత "మస్తకామృత- నాభి ప్రదేశ మహాదేవ" తేజోపూర్వక – 'హంస-హంస' మంత్రము సమేతంగా పరబ్రహ్మము అమృత భావనతో మహాభిషేకించు విద్య** ను గురువు నుండి తెలుసుకోవాలి. నిత్యము అభ్యసించాలి. అనుష్ఠించాలి. క్రమంగా...,

అట్టివాడు ఆత్మానమ్ ఆత్మనా సాక్షాత్ 'బ్రహ్మ' బుద్ధ్వా సునిశ్చలమ్। ఆత్మచేతనే ఆత్మను (About the 'SELF' with the help of one's own SELF) **'సాక్షాత్ బ్రహ్మమే'** అని సునిశ్చతముగా (sans any Distraction) తెలుసుకొనుచున్నాడు.

→ ఇక ఆపై

దేహ జాత్యాది సంబంధా వర్ణ ఆశ్రమ సమన్వితాన్,
వేద శాస్త్రాని చ అన్యాని పాదపాంసుమివ త్యజేత్॥

అట్టి సాధన యొక్క క్రమక్రమ సిద్ధి చేత **దేహ భేదములు** (The Genders), **దేహ సంబంధ-బాంధవ్య భేదములు** (Differences by virtue of relationships), **వర్ణ భేదములు,** బ్రహ్మచారి - గృహస్థ- వానప్రస్థ - సన్న్యాస **ఆశ్రమ భేదములు,** ఇంకా తెలియబడుచున్న దానిలో ఆయా అనేక భేద విశేషములు, వేద - శాస్త్ర పాండిత్యాది విశేషాలు, సకల భేదదృష్టులు కూడా - ఇంటిలోకి వస్తున్నప్పుడు కాళ్లకు అంటిన బురదను నీళ్ళతో కడిగి వేసుకొనుతీరుగా - **.... బాహ్యముననే వదలివేయుచున్నాడు! "అంతర్-దృష్టిచే సర్వత్రా సర్వదా ఏకము, అఖండము అగు ఆత్మనే దర్శిస్తున్నాడు.**

ప్రియగౌతమా! కాలికి అంటిన బురదను పొట్లం కట్టి ఇంట్లోకి తీసుకు వెళ్తామా? లేదు కదా! కాళ్ళు కడుగుకొని పాదధూళిని వదలివేసి ఇంటిలోకి వెళ్లుచున్నావు కదా! ఆ విధంగా -'తత్త్వమ్'ను సిద్ధాంతీకరించి చెప్పుచున్న సద్గురువును (బాహ్యవిషయాలు బాహ్యముననే త్యజించి) అప్పుడు సమీపించాలి.

'తత్ త్వమ్' అని నిరూపించి చెప్పు గురుదేవులవద్ద ప్రాపంచిక-లౌకిక భేద వాదోపవాదములు ప్రతిపాదించకూడదు.

పరమేశ్వర సంబంధమైన యోగవిద్య అగు 'హంస హంస' (సోఽహమ్ విద్య) కొరకై గురువును శరణు వేడవలసిందే!

గురుభక్తిం సదా కుర్యాత్ శ్రేయసే భూయసే నరః॥ స్వీయ శ్రేయస్సు కొరకై యోగసాధకుడగు ముముక్షువు గురుభక్తిని ఎల్లప్పుడు కలిగి ఉండాలి. **గురురేవ హరిః సాక్షాత్, న అన్యత్ ఇతి బ్రవీత్ శ్రుతిః॥** 'గురువు సాక్షాత్ హరియే' అవి శ్రుతులు ఎలుగెత్తి చెప్పుచూ గుర్తు చేస్తున్నాయి. శ్రుతి ఏది చెప్పుచున్నదో, అది పరమార్థమే! ఇందులో అనుమానమే (సంశయమే) లేదు. శ్రుతులు దేనిని 'కాదు' అని నిషిద్ధముగా చెప్పుచున్నాయో, అది ప్రమాణమే కాదు (Whatever sruthis declare as "Don't" accordingly follow as 'Don't') - ప్రమాణము కానిది అనర్థమే మరి!

ఈ జీవునిపట్ల రెండు ప్రమాణములు

☞ దేహము కలవాడు సకళుడు (కళాసమన్వితుడు) - దేహభావముతో కూడిన "దేహి".
☞ దేహమే లేనివాడు నిష్కళుడు - దేహభావతీత-కేవలచేతనుడగు "దేహి".

ఆత్మయొక్క తత్త్వోపదేశమును వదలి, సద్గురువు యొక్క **"తత్త్వమ్ - సోఽహమ్-ఇదమ్ తత్ అనన్యమ్"** - ల పరమార్థమును తనకు అనన్యమైనదిగా - గురువు బోధించే పరమార్థమును ఆశ్రయించకుండా మరెక్కడో **"అన్యము"** నందు వెతికి ఏమి ప్రయోజనం? "హంస" యోగాధారణ తనగురించే అయి ఉండి కూడా, - **సోఽహమ్**ను వదలి మరెక్కడికి వెళ్లి ఏమిపొందాలి? **'పరమాత్మ నాకు అన్యుడు'** అనే **జాడ్యమును** వదలకుండా పరమాత్మ గురించి ఎంత వెతికినాకూడా పరమాత్మ లభించడు. ఆయన సర్వదా శ్రోతకు హృదయేశ్వరుడే.

'హంస హంస' జపముగా స్వీకరించి, నాభి మధ్యలో దేనిని మస్తకామృతముతో యోగాభ్యాసి అభిషేకిస్తున్నాడో,.. 'హంస'ను సిద్ధింపచేసుకుంటున్నాడో..., అట్టి హంస అనగా ఏది? ఎట్టిది?

ఆప్త ఉపదేశ గమ్యౌ, అసౌ సర్వతః సమవత్ స్థితః,
హంస హంసేఽతి యోబ్రూయాత్ హంసో నామ "హరిః శివః"॥

బ్రహ్మజ్ఞులగు సద్గురువుల ఆప్త-ఉపదేశములన్నీ కూడా-సర్వత్ర - సమస్వరూపమైన **'హంస'**ను సూచిస్తున్నాయి? హంస అనగా - హరియే! హంస అనగా శివుడే! సర్వత్ర ముఖములు గల సర్వతోముఖుడే! **ఆత్మయే 'హంస' స్వరూపము.** గురుముఖతః తెలియవచ్చునదే ఆత్మ (లేక) 'హంస' స్వరూపము. అట్టి హంస.. (లేక ఆత్మ) →

తిలేషు చ యథా తైలం → తిలలలో తైలం ఉన్నట్లు,

పుష్పే గంధా ఇవ ఆశ్రితః॥ → పుష్పములలో గంధం (సువాసన) ఉన్నట్లు.

ఈ జీవుని **బాహ్య - అంతరములలో** సంప్రకాశమానమై ఉన్నది. **నిత్యోదితమై ఉన్నది**. ఈ జీవునికి అనుభవమగుచున్న అన్యమైనదంతా,.... ఈతని అనన్యాత్మ చేతనే పూర్ణముగా నిండినదై ఉన్నది.

ఆత్మానుభవము – సాధనలు

అట్టి ఆత్మ 'హంస' ఇత్యాది యోగ సాధనల వలన, జ్ఞాన సముపార్జనకు సంబంధించిన సమాచారముల వలన ఈ జీవునికి **'తన యందేగల ఆత్మ ఇక్కడే, ఇప్పుడే** సిద్ధించగలదు. ఎందుకంటే, 'ఆత్మ–పరమాత్మ, హంస–హంస' మొదలైన శబ్దములచే ఉద్దేశ్యముగా శాస్త్రములచే, ఆత్మజ్ఞులచే, యోగ గురువులచే, సద్గురువులచే వివరించి చెప్పబడేది **దేనిగురించి?**

కేవలము, సమస్తము అగు స్వస్వరూపము గురించియే!

ఆత్మ సర్వకాల–సర్వావస్థల యందు ఆ శ్రోత యొక్క స్వస్వరూప–అభిన్నంగా సిద్ధించియే ఉన్నట్టిది, మరి పరమాత్మ **"అన్యమైనది"** ఎట్లా అవుతుంది? అవదు. అవటానికే వీలు లేదు.

యోగ సాధనలతో బుద్ధి ఏకాగ్రము అగుచున్నది. ఏకాగ్రమగు బుద్ధిచే ఆత్మజ్ఞానము ప్రవృద్ధమగుచున్నది. తనను గురించిన (స్వస్వరూపము గురించిన) గురుబోధయే ఆత్మజ్ఞాన సమాచారము. ఆత్మజ్ఞాన సమాచారముచే ఈ ముముక్షువు **బ్రహ్మజ్ఞాని, బ్రహ్మవేత్త** అగుచున్నాడు. మంచిది అయితే, అంతటితో సరి పోయిందా? లేదు. **"అనన్యమగు బ్రహ్మమే నేను కదా"** – అను **అకృత్రిమ, అకారణ అనునిత్య స్వకీయానుభవమునకు** చేరాలి. (లేక) **జ్ఞేయమును సిద్ధించుకోవాలి**. అటుతరువాత, జ్ఞానము (జ్ఞాన విశ్లేషణలు, జ్ఞానసాధనలు, యోగ ప్రక్రియలు మొదలైనవి) స్వభావ సిద్ధంగానే త్యజించబడతాయి. **ఉల్కా హస్తో యథా లోకే ద్రవ్యమ్ ఆలోక్యతామ్ త్యజేత్।** చీకటి గదిలో దీపము సహాయంతో కావలసిన వస్తువు కనిపించి, అద్దానిని స్వీకరించి వెలుతురులోకి వచ్చిన తరువాత. ఇక అంతటా సూర్యకాంతి లభించుచుండగా చేతిలో దీపము ధరించవలసిన పనేముంటుంది? సాధనలు, జ్ఞాన విశ్లేషణలు అటువంటివే! **జ్ఞానేన జ్ఞేయమ్ ఆలోక్య, పశ్చాత్ జ్ఞానమ్ పరిత్యజేత్। జ్ఞానముతో జ్ఞేయమును సిద్ధించుకొని ఇక జ్ఞానము దివిటీవలె వదలివేయాలి.**

సకల యోగ సాధనాక్రమములు, జ్ఞాన విశ్లేషణా సమాచారములు 'పుష్పము వంటిది' అని అనుకుంటే,.... ఆత్మజ్ఞానముచే సిద్ధించు జ్ఞేయమగు స్వయమ్ హంసానుభవము (స్వయమాత్మానుభవము) → (నిష్కళుడగు, ఆత్మస్వరూపుడగు) ఈ జీవునికి సాధన పుష్పముల **"గంథము"** వంటిది. **ఒకడు పుష్పగంధమును పీల్చుతాడుగాని, పుష్పమును కాదు కదా!**

జగత్తు–జీవాత్మ–జగదనుభవం

ఈ జీవునికి ఎదురుగా ఘనీభూతమైనట్లుగా ఏర్పడినవై తారసబడుచున్న ఈ జగత్తు, ఈ జగదనుభవములు – వీటిని ఏ రీతిగా సమన్వయించుకొని ఉండాలి? చెప్పుకుందాము.

వృక్షస్య <u>సకలం</u> విద్యాత్ → ఈ దృశ్యమాన జగత్తు (All that being experienced) భావన – వృక్షము వంటిది.

ఛాయా తస్యతు <u>నిష్కళా</u> → కేవలాత్ముడగు (నిష్కళుడగు) జీవునికి (As an Experiencer) ఈ జగత్తు యొక్క భావన ఛాయ (Shadow) వంటిది.

వృక్షము యొక్క ఛాయ నుండి ఫలములు లభిస్తాయా? లేదు.

ద్రష్టయొక్క కల్పనయే అయి ఉన్న ఈ జగత్తు – కేవలస్వరూపుడగు / దృక్ స్వరూపుడగు ద్రష్టకు – 'వినోదము' వంటిది మాత్రమే!

నిష్కళః సకళోభావః భావములకు ముందే ఉన్నట్టి ఈ జీవుడు (Perceiver prior to perceptions) - భావములను కల్పించుకొని ఆస్వాదించువాడు. అనగా భావములకు మునుముందే భావనారాయణ స్వరూపుడై వెలుగొందుచున్నాడు. **అట్టి నిష్కళుని (భావనలకు ముందే ఉన్న భావికుని) కళా ప్రదార్శనములే భావములు. భావములు కలిగి ఉన్నప్పుడు 'సకళుడు' అగుచున్నాడు**. భావనలు ఇంకనూ ఆశ్రయించనప్పుడు 'నిష్కళుడు'గా ఉంటున్నాడు. **నిష్కళుడు=కేవలుడు; సకళుడు= భావములతో కూడి ఉన్నట్టి కేవలుడు.**

సర్వత్రైవ అవస్థితః : భావములకు మునుముందే ఉన్నట్టి నిష్కళుడు (లేక) కేవలుడు తన భావనా సామ్రాజ్యముగా దృశ్యజగత్తులను కలిగి ఉంటున్నాడు. **ఒక చక్రవర్తి యొక్క పరిపాలన ఆతని సామ్రాజ్యమునందు అంతటా విస్తరించి ఉన్నట్లు , భావకుని (ఈ జీవుని) భావనా కళయే ఆతని స్వానుభవమగు దృశ్యమంతా అవస్థితమై యున్నది. నిండి ఉన్నది.**

ఏకమాత్ర='అ' కారము	జాగ్రత్ అనుభవం
ద్వి మాత్ర= 'ఉ' కారము	స్వప్నానుభవం
త్రి మాత్ర= 'మ' కారము	సుషుప్త్యానుభవం

వీటిలో జీవుడు–నీవు–నేను–నీది–నాది–జ్ఞాని–అజ్ఞాని ఇత్యాది భేదములు అగుపిస్తున్నాయి.

అట్టి **'అ' కార 'ఉ' కార 'మ' కారములకు** ఆవల 'మ్' రూపమగు అర్ధమాత్ర "మ్మ్" నాద రూపంగా పలుకబడుచున్నది. అది జాగ్రత్- స్వప్న - సుషుప్తులకు వేరై ఉన్నది. కనుక "పరము- (That which is beyond the sensory world with its three phases)".. అని చెప్పబడుచున్నది. ("(చ)తురీయము" - అని కూడా అనబడుచున్నది).

"నిష్కళము" - అనునది → అది నాటకములో ఒకడు నటించు పాత్రకు వేరై ఉన్న ఆతని వ్యక్తిగతమగు నటనా చాతుర్యము (His Art of Acting) వంటిది. పాత్రకు సంబంధించిన హావ భావములు, నవరసములు, పాత్రకు చెందిన తదితర పాత్రలతో ఆ నాటకములో కనిపించే సంబంధ, అనుబంధ, బాంధవ్యములు, పరస్పరంగా ఆ నాటకంలో కనిపించే కష్టసుఖములు - ఇవన్నీ ఆ నటుని యొక్క **"నటనాకళ"**ను లేకుండా చేస్తాయా? లేదు కదా. అట్లాగే ఇక్కడి జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్త విశేషములు, ఇక్కడి పరస్పర సంబంధములు, అనుబంధములు మొదలైనవన్నీ ఈ జీవుని పరస్వరూపములో ఉన్న విశేషములు కావు. ఈ జీవుని పరస్వరూపమును అవి స్పృశించవు. **పరము అనగా (ఆవల ఉన్న) స్వస్వరూపాత్మ సర్వదా యథాతథము.** జీవించి ఉన్నప్పటి పరస్పర సంబంధ - అనుబంధములు- దేహానంతరము- ఏమగుచున్నాయి? **"గడచిపోయిన స్వప్నములోని విశేషములు"** వంటివి మాత్రమే అగుచున్నాయి.

పరాత్ పరము

'పరము'నకు ఆవల పరాత్-పరము.

నటనాకళకు ఆవల, తత్ కళా స్వరూపుడు (కళ తనదైనవాడు) అగు కేవలాత్మ స్వరూపము ఉన్నది. అట్టి రూపము **పరమునకే పరము.** తురీయమునకు కూడా **సాక్షి.** సర్వ **నియామకము।** విషయములచే **అస్పృశ్యము** కూడా! కనుక - **తురీయాతీతము.**

అట్టి కేవల 'సోఽహమ్' (లేక) హంస విషయ రహితమైనప్పుడు → నిష్కళుడు.

విషయ సహితమై ఉన్నప్పుడో → సకళుడు.

అట్టి పరాత్పరుడే...., బహురూపుడై ప్రదర్శితుడగుచున్నాడు. (యోగులు ఉపాసించు విధము)

బ్రహ్మణో హృదయం స్థానం→ హృదయములో సృష్టికర్తృత్వాభిమాని అగు "బ్రహ్మ"గా ఉన్నారు. (One who is inclined to create)

కంఠే విష్ణుః సమాశ్రితః→ కంఠములో స్థిత్యభిమానియగు విష్ణువుగా సమాశ్రితులై ఉన్నారు. (One who is inclined to maintain)

తాలు మధ్యే స్థితో రుద్రో→ దవడ మధ్యగల ఆకాశంలో రుద్రరూపుడుగా సంసిద్ధిడై ఉన్నారు. (One who is inclined to withdraw)

లలాటస్థో మహేశ్వరః→ లలాట (ఫాల) భాగంలో (In the space of Foreface) మహేశ్వరులై (జగత్ అనుభవికే నియామకులై) ఉంటున్నారు. (One who is appointing the Experiencer).

నాసాగ్రే అచ్యుతం విద్యాత్→ ముక్కుకు **అగ్రభాగ - ఆకాశంలో** స్వస్వరూపమునుండి చ్యుతియే లేనట్టి 'అచ్యుతుడు' (ఆత్మాఽహమ్ అభిమాని)గా వేంచేసి ఉన్నారు. (One who is as one's own obsolute self undistractedly).

తస్యాంతే తు పరంపదమ్ - నాసికాగ్ర భాగమునకు ఆవల బ్రహ్మరంధ్రమును స్పృశిస్తూ, ఫాల భాగమును అధిగమించి ('12' అంగళముల వరకు విస్తరించి యున్న ద్వాదశాంగుళాంతము వరకు) పరాత్పరుడు, పరమపద స్థానముగా వేంచేసియున్నాడు. (One who is enjoying himself as all else)

పరత్వాత్తు పరం నాస్తి। పరాత్పరుని యందే దేహముల రాక పోకలు దృశ్యములు, బ్రహ్మాండములు, జాగ్రత్- స్వప్న- సుషుప్తులు, దేహిలు మొదలైనవన్నీ జలంలో తరంగాలవలె ఉత్పత్తి- స్థితి- లయములు పొందుచున్నాయి. అట్టి 'పరాత్పరము' నకు ఆవల మరింకొకటేదీ లేదు. మరింకేమిలేదు. అట్టి పరాత్పరత్వము ఈ జీవుని **సహజ-అనునిత్య** స్వరూపము అయి ఉన్నది.

ఇత్యేవం శాస్త్రేషు నిర్ణయః। ఇది ఆత్మజ్ఞుల స్వానుభవ ప్రవచితములగు **శాస్త్రములచే సునిర్ణయమైయున్నది.**

అట్టి స్వస్వరూపుడు, సర్వస్వరూపుడు అగు పరమాత్మ (లేక) పరాత్పరుడు వేంచేసియున్న స్థానము ఏది?

అట్టి స్వస్వరూప పరాత్ పరుడు దేహమును అధిగమించిన వాడై ఉన్నారు. దేహము, దృశ్యము కూడా అట్టి మనయొక్క స్వాభావికమగు **"పరాత్పర స్వరూపం"**లో ఉన్నది. అంతేగాని ఆ మనయొక్క తత్ పరాత్పరము - దేహముచేత గాని , దృశ్యముచేత గాని పరిమితమై లేవు. **దేహాతీతం తు తమ్ విద్యాత్ నాసాగ్రే ద్వాదశాంగుళమ్।** నాసికకు ఉపరితలస్థానము నుండి 12 అంగుళములు ఊర్ధ్వంగా (బ్రహ్మరంధ్రమును దాటి) - సహస్రారస్థానము వరకు) విస్తరించి ఉన్న **"దహరాకాశము"** నందు ఆ పరాత్పరుని ఉనికిని గమనించాలి. **తత్రస్థం వ్యాపయేత్ ప్రభుః।** అట్టి ద్వాదశాంగుళ స్థానము నుండి ఆ ప్రభువు **సర్వే సర్వత్రా (విశ్వమంతా), విశ్వముగాను** వ్యాపించి ఉన్నారు. విశ్వేశ్వరుడై, విశ్వరూపుడై ప్రకాశించుచున్నారు.

ఈ మనస్సు ఒక (బాహ్యమైన) చోటికి ప్రసరించి ఉండవచ్చుగాక. దృష్టి ఇంకొక (బాహ్య) స్థానము నందు చేరుచుండవచ్చుగాక! అయినప్పటికీ ఆత్మయోగము సిద్ధించుకొనుచున్న యోగి యొక్క **"పరాత్పర్వతము"**తో యోగము విచ్ఛిన్నం కాదు. **ఆత్మ భావన, ఆత్మాఽహమ్** అనుభవముతో అవిచ్ఛిన్నంగా కొనసాగగలదు. (పుంఖానుపుంఖ విషయ అనుక్షణ తత్పరోఽపి, బ్రహ్మాఽవలోక ధిషణమ్ న జహాతి యోగీ) ఆత్మయొక్క సంస్థితికి, మనో- బుద్ధి- దృష్టుల చర్యలకు - సంబంధమేలేదు. ఆత్మ సర్వదా **నిశ్చలము. బంధరహితము.** తదితరములన్నీ **సందర్భ పరిమితము.** సందర్భమునకు **బద్ధము. చంచలము.**

ఇది పరమ శుభప్రదమగు "పరమ రహస్యము". (గుహ్యతమము)

<u>'హంస', 'ఓం', 'సోఽహమ్', 'త్వమేవాఽహమ్' 'తత్ త్వమ్'</u> శబ్దముల, వాక్యముల పరమార్థమగు పరాత్పరునికి మించినదేదీ లేదు. అట్టిది **శుద్ధజ్ఞానానంద స్వరూపము, 'పరమాక్షరము'** → అని నిర్ణయించబడి, చెప్పబడుతోంది.

గుహ్యాత్ గుహ్యతమమ్ గోప్యమ్ - రహస్యములలో కెల్ల గొప్ప రహస్యము అగు **సహజానంద స్వస్వరూపమే** అయ్యది.

గ్రహణీయం ప్రయత్నతః! ఎంతటి, ఎటువంటి ప్రయత్నము చేసి అయినాసరే, ఈ జీవుడు అట్టి అఖండ - అద్వితీయ ఆత్మత్వమే- తనకు తానై పొందవలసినది. ఎందుకంటే అదియే **పరాకాష్ఠసత్యము, పరమ శుభప్రదము** కాబట్టి. అట్టి మనయొక్క ఆత్మస్వరూపము పట్ల నమ్మకమును పునరుద్ధరించటానికే ఉపనిషత్ వాఙ్మయము ప్రవచనమగుచున్నది.

⌘ ⌘ ⌘

ఇటువంటి **'హంస హంస యోగము'** నకు సంబంధించిన పరాకాష్ఠ బోధను - 'కుమారుడే కదా?: అనియో, "శిష్యుడే కదా".. అని తలచియో అర్హత పరిశీలించకుండా ఇచ్చివేయరాదు. పితృదేవుని గురువుగా భావించి తత్త్వజ్ఞానముకై శరణు వేడినప్పుడు మాత్రమే పుత్రునికి, గురుభక్తితో ప్రణిపాతుడైన శిష్యునికి - మాత్రమే ఈ **"పరాత్పరోఽహమ్"** పాత్ర్యాంశమగు పరాకాష్ఠ - పరతత్త్వ శాస్త్ర విషయం బోధించాలి. ఇతరులకు ఇవ్వతగదు. **నేఽతరేభ్యః ప్రదాపయేత్।** అర్హత పరిశీలించకుండా బోధిస్తే అది బూడిదలో పన్నీరు పోసినట్లే అవుతుంది. **దాతస్య నరకం యాతి, సిద్ధ్యతే న కదాచన!** భక్తి, వైరాగ్యము, సాత్త్విక భావములు, గురుశుశ్రూష మొదలైనవి పరిశీలించకుండా "ఏమి బాగుంటుందిలే?" ... అని తలచి పరస్పర మర్యాద కొరకై **హంస యోగ విద్యను** బోధించుటచే, ఆ బోధించువాడు నరకమును ఆహ్వానించువాడు అగుచున్నాడు.

శిష్యుడు గాని, రక్త సంబంధీకులగు పుత్రులు మొదలైనవారుగాని, **- తనను 'హంస విద్య' కై అభ్యర్థించుచూ, తగిన అర్హత కలిగి ఉంటే** ఆ అభ్యర్థించినవానికి తప్పక బోధించాలి.

ఒకడు గృహస్థుడు కావచ్చు. బ్రహ్మచారి కావచ్చు. వానప్రస్థుడు కావచ్చు. భిక్షకుడు కావచ్చు. ఆతడు పరమాక్షరమగు **ఆత్మ** (లేక) **బ్రహ్మము** నందు ఆసక్తుడైతే, అట్టివాడు దేహపతనానంతరము కూడా ఆత్మానందము కొనసాగిస్తూ, సర్వశుభములు పొందుచున్నాడు.

ఈ ఉపనిషత్తులోని ఆత్మ విద్య(లేక) **'హంసోఽహం'** విద్య ఎరిగినవాడు సర్వావస్థలందు శుభ-శాంతి- ఐశ్వర్య- ఆనందములు పొందగలడు. అట్టి వాడు బ్రహ్మహత్య- అశ్వమేధ యాగ నిర్వహణ మొదలైన ఆయా కార్యక్రమములలోగల ద్వంద్వములగు పాప-పుణ్యములచే స్పృశించబడని వాడై ఉంటాడు.

త్రివిధ-ఆచార్యులు

మనము చెప్పుకున్న **"హంస - సోఽహమ్"** ఆత్మ విద్యను శిష్యులకు బోధ చేయు ఆచార్యులు '3' తీరులుగా ఉంటారు.

(1) చోదకుడు : వీరు అంతర్హృదయమైయున్న **ఆత్మస్థానమునకు 'దారి ఇది'** అని చూపుచూ ఉంటారు. మార్గాన్వేషకులకు మార్గదర్శకులు. **హంససాధనల ప్రాముఖ్యం గుర్తు చేస్తూ ఉంటారు. విధి-నిషేధములు అనుగ్రహిస్తూ ఉంటారు.**

(2) బోధకుడు : ఆత్మ స్థానము వద్దకు ప్రోత్సాహపరుస్తూ, **జగత్ స్వప్నత్వము**ను సుస్పష్టపరచుచూ ఉంటారు. **'హంస'** విద్యకు ఈయన బోధకుడు.

- ఓం కారము యొక్క 4 మాత్రలు. శరీరములో **అ** కార-**ఉ** కార- **మ** కార- అర్థమాత్రల సందర్శనము,
- ఓం కార **శబ్ద లయ** స్థానమగు **పరాత్ పరము;**
- 'స-హ' స్వభావసిద్ధ ప్రాణాయామము, సంప్రయత్నపూర్వక రేచక- పూరక-కుంభక- పునః రేచకములు;
- నాభి(బొడ్డు) కందకములో కుంభకంగా ప్రాణ అపానములను సమస్థితము చేయుట,
- మస్తకము నందు ధ్యాస వలన జనించిన అమృతానందరసముతో నాభియంది పొగలేని జ్యోతివలె వెలుగుచున్న మహాదేవుని అభిషేకించటము→

ఇవన్నీ శిష్యునికి సుస్పష్ట పరచుచూ, అభ్యసింపజేయుచుచూ ఉంటారు. వీరు **యోగ-ఇత్యాది సాధన గురువులు.**

(3). మోక్షదస్తుడు: వీరు – **"నీకు బంధము మొదలే లేదు. ఎందుకంటే అఖండమగు ఆత్మయే సర్వదా స్వస్వరూపము.** ఈ జగత్ – జీవాత్మనుభవములు – నీలోని కవి యొక్క కథా కల్పనా విశేషములే! కాబట్టి నీవు – జగత్తు కూడా **స్వస్వరూపాత్మకు అభిన్నము,** నీవు సర్వదా ఆత్మగా **అద్వితీయుడవు.** ద్వితీయమనునది మొదలే లేదు!"– అని శిష్యునికి సద్గురువై **'ఆత్మాఽ_హమ్'** ను సుబోధిస్తున్నారు.

మోక్షదస్తు పరంతత్త్వం, యత్ జ్ఞాత్వా పరమశ్నుతే। ఏది తెలుసుకొనుటచే పరతత్త్వము ఎరుగబడినదై ఆ శిష్యుడు పరాత్పరత్వము సంతరించుకో గలడో, ... అట్టి పరమ సత్యము అగు కైవల్యమును – సద్గురువు శిష్యునకు కరతలామలకము చేయుచున్నారు. ఆ శిష్యుడు ఇక ఆపై అమృతత్వమును అనుక్షణికానుభూతముగా పొందుచున్నాడు.

ప్రత్యక్ష యజనము

ఓ ప్రియ ఆత్మానంద స్వరూపుడగు గౌతమా! తదిత ప్రియశ్రోతలారా!

ప్రత్యక్ష యజనం దేహే సంక్షేపాత్ శృణు, గౌతమా!

ఈ దేహమే యాగశాల. అట్టి ఈ దేహయాగశాల యందు ఏ **'ప్రత్యక్ష యజనము'** అనే ఆత్మయజ్ఞమును మహనీయులగు తత్త్వవేత్తలు నిర్వర్తిస్తున్నారో, ...అట్టి విశేషమును సంక్షిప్తంగా చెప్పుచున్నాను. వినండి! **తేన ఇష్ట్వా, స నరో యాతి శాశ్వతం పదమవ్యయమ్।** మనం చెప్పుకొనబోవు **'శరీరాంతర్గత ఆత్మయజ్ఞము'**ను తెలుసుకొనినంత మాత్రం చేతనే ఈ జీవుడు శాశ్వతము– అవ్యయము అగు పదమును (A state beyond any change factor) అధిరోహించగలడు. అనునిత్యము చేసుకొనగలడు.

❖

ఈ భౌతిక దేహము ఒక పాంచభౌతికమైన ఉపకరణము. ఇది యోగ –ధ్యానముల కొరకై **"పంచపాత్ర"** (పాంచభౌతిక నిర్మితమైన పాత్రోపకరణము) అని అభివర్ణించబడుచున్నది. ధ్యానము–యోగములో? **'ఉద్ధరిణ'!** (ఉద్ధరించగల సహకారి వస్తుజాలము) వంటివి. **ఆయనే ద్వే చ విషువే సదా పశ్యతి –** ఎల్లప్పుడు రెండు విశేషముల పరస్పరాశ్రయములుగా – యోగవేత్తయగు మార్గాన్వేషి(మార్గవిత్) గమనించుచున్నాడు.

(1) స్వీకరించుచున్నట్టిది (The Receiver) – సంజ్ఞగా → సూర్యుడు – కేవలాత్మ– (Experiencer Receiver)

(2) స్వీకరించబడుచున్నట్టిది (That being received) – గ్రహణము– ప్రకృతి– (All that being known; being experienced; being received; being felt)

ఈ రెండు విభాగములే (1) పరమాత్మ (2) జీవాత్మ + ఇంద్రియానుభవములు

పరమాత్మ → సహజము. జీవాత్మ → సందర్భము.

జీవాత్మ–జగత్తులు పరమాత్మ యొక్క **స్వకీయ వినోద నిర్మితమగు అంశలే! ఈ రెండిటి ఏక–అఖండత్వములే (1) స (సో) (2) హమ్ (అహమ్)**

ఇది – "హంస" మంత్రము యొక్క తాత్త్వికార్థము. అట్టి హంసయోగ –ధ్యానములను ఉపాసించాలి. అందుకు విధానము.

(1) కృత్వా'యామం'– రేచక పూరక కుంభకానామ్ పూర్వం చ।। మునుముందుగా **రేచక– పూరక–కుంభక**–పునః రేచక (4) ప్రక్రియా విధులతో మనస్సును నిర్మలము – విస్తారముగాను, బుద్ధిని సునిశితముగాను చేసుకోవాలి.

(2) ఉభయమ్ ఉచ్చార్య హి అర్చయత్ యథాక్రమమ్। యథాక్రమంగా సో – (గాలిపీల్చటం) – 'హమ్' (గాలిని వదలటం) అనే ప్రక్రియలు పాల్గొనుచున్న స (Uplifting) – హమ్ (Releasing) శబ్ద సమన్వితంగా కొంతసేపు, శబ్ద రహితంగా మరికొంతసేపు ఉచ్చారణాభ్యాసమును బుద్ధిపూర్వకంగా నిర్వర్తించాలి.

– స – సో – పరమాత్మయే – పరస్వరూపమే లీలావినోది అయి –
– హమ్ = 'నేను' – జీవాత్మగా కనిపిస్తున్నారు. – ఇహస్వరూపముగా ప్రదర్శనమగుచున్నది.

"స : హ" – హం సో పాసన – హమ్ (నేను) సో (పర) స్వరూపుడను

– **"ఇహములో కనిపించే నేను"** → పరము – అగు పరమాత్మయే!

– పరము (పరమాత్మ)నగు నేనే → ఇహముగా (నాటకంలో పాత్రవలె) ఇక్కడ 'నేను'గా (జీవాత్మగా) ఉన్నాను!

వత్సా! గౌతమా!

నమస్కార యోగము : (1) న– పరస్వరూపుడనగు 'నేను' (2) మ = ఇహస్వరూపముగా జగత్–నాటకములో కనిపిస్తున్న పాత్రవంటి "నేను".

నమస్కారము = ఈ (1) & (2) నేనే అయిన **"నేను"**। ఈ రెండూ నీవే అయిన **"నీవు"**!

నమస్కారయోగము = ఆవల గల "నేను" + ఈవల (జగన్నాటకములో గల) నేను + నాదైన జగదనుభవము.

– ఆవలగల 'నీవు' + ఈవల (జగన్నాటకములోగల) 'నీవు' + నీదైన జగదనుభవము

ఈ త్రిపుటిల ఏకత్వమే **యోగము**

(1) జగత్ దృశ్యములోని **"నేను"** మరియు **"నీవు"** – జాగ్రత్ **జగత్ దృశ్యము – దర్శనము.**

(2) స్వప్నములోని **"నేను"** – స్వప్నములోని **"నీవు"** – జగత్‌లోని నీవు – నీవు చూస్తున్న **స్వప్న-జగత్ దృశ్యము** – నీ **స్వప్నములో కనబడు నేను – దర్శనము**

(3) సుషుప్తిలోని **"నేను"** – సుషుప్తి అనుభవము – సుషుప్తిలోని మౌనము.

ఈ ఈ మూడిటిని ఏకత్వము చేసిచూడటమే నమస్కారయోగము.

2) ముద్రాయోగము : చిన్ముద్ర

చూపుడువ్రేలు రేఖగా చాచి = ఎదురుగా కంటికి కనిపిస్తున్న 'నీవు' + 'నేను'

బొటనవేలు పైకి ధరించి = సర్వాత్మకుడైనట్టి 'నీవు' + నేను

ముద్ర = కలపటము (ఏకత్వ దర్శనం).

నాలోని నేనైన నీవే నేను – నీలోని నైనైన నేనే నీవు. నేను – నీవు కూడా అఖండాత్మ సంప్రదర్శనా చమత్కారమే!

ఈ రెండు గమన పూర్వక భావన (ధారణము) చేసి ఏకస్వరూపమగు **అఖండమగు ఆత్మను ఉపాసించాలి. భావించాలి. 'తన్మయము, తదేవాఽహమ్'నకై ప్రయత్నించి సిద్ధించుకోవాలి.**

3) సూర్యగ్రహణం :

సూర్య = ఆత్మ; గ్రహణం = ఆత్మను ఏమరిపిస్తున్న జగత్ భావన

గ్రహణం తొలగితే సూర్యుని స్వయం ప్రకాశము స్వయంగా సందర్శనగురీతిగా జీవాత్మ – జగత్ పరిమితభావనలను అధిగమించిన మరుక్షణము **అఖండము – సర్వము – నిత్యము అగు ఆత్మ–స్వభావసిద్ధమై అనుభవమవగలదు.** ఇది అభ్యసించటం – **'ప్రత్యక్ష యజనము'**గా చెప్పబడుచున్నది.

క్రమముక్తి : జీవాత్మగా యోగ జ్ఞానములను ఆశ్రయించి క్రమంగా ఆత్మస్వరూప సూర్యుడై వెలుగొందుచూ, ఈ సర్వము తనకు అభిన్నంగా, స్వభావసిద్ధదర్శనం సిద్ధించుకోవటము. (By practising step by step).

"యోగజ్ఞాన – సమాయుక్తం"

సాయుజ్యము : జ్ఞానాత్ సాయుజ్యమేవ ఉక్తం తోయే తోయం యథా తథా। నిర్మలమైన నీరు నిర్మలమైన నీరుతో కలిసిపోయినప్పుడు ఇక ఇతః పూర్వపు "వేరైన పాత్రలోని నీరు" అనే గుర్తింపు ఇంక శేషించదు కదా! అట్లాగే ఆత్మజ్ఞాని తనవ్యష్టిత్వమును పాము కుబుసము వలె త్యజించివేస్తున్నాడు. ఆ విధంగా... **ఏతే గుణాః ప్రవర్తంతే యోగాభ్యాసకృత శ్రమైః..** యోగాభ్యాసముచే ఆతని త్రిగుణములు విశ్వత్రిగుణములతో ఏకత్వము పొందినవగుచున్నాయి. **సమష్టిత్వముతో మమేకమగుచున్నాయి.**

ఈ జీవునికి దుఃఖములకు (For all worries) కారణము **వ్యష్టిగతమైన త్రిగుణముల ఆశ్రయమే!** 'హంసయోగాభ్యాసము'చే ఆ యోగాభ్యాసి **సర్వ దుఃఖముల నుండి బహిష్కృతుడై, గుణాతీతత్వము సంతరించుకోగలడు.** "హంస (ఆత్మ)"తో ధ్యానము (ఆత్మకు సంబంధించిన సందర్శన ధ్యాస) ను స్థితించుకోగలడు. **యోగ ధ్యానం సదా కృత్వా జ్ఞానం తన్మయితాం వ్రజేత్!** యోగ అభ్యాసము – ధ్యానములను ఉపకరణములుగా వాడుకొనుచూ, జ్ఞానముచే ఆత్మతో అభిన్న రూపమగు **'తన్మయిత్వము'** వైపు అడుగులు వేయుచున్నాడు. జ్ఞాన స్వరూపమగు 'పరమహంస' – (సోఽహమ్, తత్త్వమ్)– సదా మనసా, వాచా ఎలుగెత్తి గానం చేస్తూ అనుక్షణిక స్వానుభవముగా పుణికిపుచ్చుకొనునుచున్నాడు.

హంస–సంస్థానము

సర్వప్రాణుల దేహమధ్యగా (హృదయస్థానములో) 'హంస' సదా సంస్థితమైయున్నది.

ఆ హంస భగవానుడు అచ్యుతుడై వెలయుచున్నారు. ఆయనయే సర్వ జీవులలో పరమసత్యము.

ఆయన సర్వశక్తిమంతుడై వెలయుచున్నారు. ఆ హంసయే మహావాక్యముల సారభూతుడు. ఆయనయే వేదములచే **'ఉత్తమ పురుషుడు'** (The first person; ఉత్తమ పురుష) అని వర్ణించబడుచున్నారు.

అట్టి హంస రూప ఆత్మభగవానుడే వేదనారాయణుడు! సర్వదేహములలో వేంచేసి, సంస్థితుడై, సర్వమును ఎరుగుచున్న ఎరుక (Knowing) స్వరూపుడు. (The knower of all else).

ఆ హంసయే (అఖండాత్మయే) **పరోరుద్రుడు! పరాత్పరుడు!** సర్వదేహములలో ప్రకాశమాడగు **మహేశ్వరుడు!**

→ పృథివి (భూమి/మట్టిగడ్డ) మొదలుకొని శివుని వరకు గల సర్వతత్త్వములు,

→ 'అ'కారము నుండి 'క్ష' కారము వరకు గల సర్వవర్ణములు, సర్వశబ్దార్థములు..,

→ సర్వ దేహములలో 'కూటస్థుడు' అని చెప్పబడునది...,

కూటాంతమైనట్టి సప్తమాతృకలు – **సర్వము.. హంసయే!** ఆత్మతత్త్వమును ఉద్దేశ్యించనట్టి (మాతృకారహిత) మంత్రములు ఎక్కడా ఏవీ లేవు. అంతా 'హంస' లేక 'ఆత్మ' గురించియే! దేనితోనూ పోల్చజాలని హంసజ్యోతి – ఈ దేహి యొక్క దేహము మధ్యగా వెలుగుచూ ఉండుటచేతనే ఇది చైతన్యవంతమై ప్రవర్తమానమైనదగుచున్నది.

హంసజ్యోతి – జ్ఞానముద్రోపాసన

అట్టి దేహములో వేంచేసియున్న హంసజ్యోతిని ఈ జీవుడు 'దక్షిణము' (Towards the sensory scene)నకు అభి ముఖుడై బుద్ధిని నిలిపి ఉపాసిస్తూఉండటము–**జ్ఞానముద్ర.** అనగా, సాక్షిస్వరూపంగా జ్ఞానరూపమగు 'చిన్ముద్ర'తో (యోగముచే) దృశ్యమును దర్శిస్తున్నాడు.

"కనబడేదంతా ఆత్మకు అభిన్నము. ఆత్మయే" అను బుద్ధితో జగత్ దర్శనం చేయుచుండటము–ఇది దక్షిణాభిముఖము.

'సర్వము బ్రహ్మమే' అను ధ్యాన–సమాధిని అవధరించి ఉండటము – మొదలైనవన్నీ 'హంసముద్ర'యొక్క ఉపాసనా క్రమములు.

'సర్వము బ్రహ్మమే' అను **ధ్యాన–సమాధిని** అవధిరించునుగాక!

అట్టి బుద్ధికి అనుభవమగు **'హంసజ్యోతి'** →

- నిర్మల స్ఫటిక ఆకారము కలిగి ఉన్నట్టిది. దివ్యమగు (Devine) రూపము.
- హృదయ మధ్య ప్రదేశంలో జ్ఞానముద్రాత్మకమైనది.
- తన యొక్క విశ్వచైతన్య శక్తిచే సమస్తమును ఉత్తేజితము చేయుచున్నది. దేహములో (ప్రాణ, అపాన, సమాన, ఉదాన, వ్యాన) **పంచప్రాణములను,** (నాగ, కూర్మ, కృకర, దేవదత్త, ధనంజయ) పంచ ఉప ప్రాణములను స్వకీయ క్రియా శక్తియుక్త సంప్రదర్శనముచే కార్యోన్ముఖము చేయుచున్నట్టిది.
- పంచజ్ఞానేంద్రియములలో (కళ్లు – చెవులు – ముక్కు – నాలుక – చర్మములతో) జ్ఞానశక్తి బలప్రదర్శనము కలిగి నిత్య–ఉద్యుక్తమై (Always Exhibitive) ఉంటోంది. పంచ కర్మేంద్రియములను కదల్చుచున్నట్టిది.
- అట్టి 'హంస' శక్తి – నాభిచక్రమునందు అగ్ని (పావకుడు)గా తేజోపూరితంగా వ్యవస్థితమై యున్నది.

సమస్త ధర్మములు నెరవేరుస్తున్న హంస జ్యోతిని నాభి–హృదయ–భ్రూమధ్య ప్రదేశములలో కుంభకంగా సంకల్పించి ఉపాసించటము ***– హంసజ్యోతి యోగోపాసన.***

యోగముద్ర – బంధముద్ర

- నాభి చక్రమునందు మధ్యస్థమై వెలయుచున్న పంచ జ్ఞానేంద్రియ శక్తులతో కూడిన తేజో విభవనమగు "పావక శక్తి (తేజస్సు/అగ్ని)"ని భావనచేస్తూ...,
- దృష్టిని నాసాగ్రమున నిలుపుతూ....,
- నాభిలో 'అ'కారముగా తేజోశక్తిని, హృదయములో 'ఉ'కారముగా భావనాశక్తిని, భ్రూమధ్యమున 'మ'కారముగా ప్రాణశక్తిని సముచ్చారణలతో ఉత్తేజపరచాలి.
    - 'అకారముతో నాభిలోని బ్రహ్మగ్రంధిని భేదిస్తూ బ్రహ్మదేవోపాసన,
    - 'ఉ'కారముతో హృదయములో విష్ణుగ్రంథిని ఛేదిస్తూ విష్ణుదేవోపాసన,
    - మకారముతో భ్రూమధ్యలో రుద్రగ్రంధిని ఛేదిస్తూ రుద్రోపాసన –

నిర్వర్తించాలి.

ఇట్టి నాభి–హృదయ–భ్రూమధ్య స్థానములలో "సహజ కుంభకాభ్యాసము" నిర్వర్తించు యోగి క్రమముగా పరమాత్మస్వరూపుడై, సమస్తమును స్వకీయ–వినోద ప్రదర్శనముగా సందర్శిస్తూ **ఆత్మ జ్ఞానానంద భరితుడై, ఆత్మస్వరూపుడై విరాజిల్లగలడు.**

ఊర్ధ్వముఖ – కుండలినీ యోగము :

నాడీ ప్రారంభ స్థానమగు కంఠమును సంకోచింపజేయాలి. ఏ శక్తిచే నాడుల పారంభమున కంఠము సంకోచింపజేయగలమో, ఆ శక్తిచేతనే జిహ్వ దవడను స్పృశింపజేయబడునదిగా ఊర్ధ్వముగా పీడింపబడినదిగా చేయాలి.

దీనిచే **కుండలినీ శక్తి ఊర్ధ్వగామినిగా** (One that gets pushed upward)..**అగుచున్నది.**

త్రికూటము	→	త్రివిధము	→	గోలాకము		
'నిఖరము' అను	→	త్రిశంఖము	→	వజ్రము		**లతో కూడిన కుండలినీశక్తి చాలనము పొందుచున్నది.**
ఓంకారము	→	ఊర్ధ్వనాళము	→	భ్రూముఖము		

ఇట్టి "ఊర్ధ్వముఖ–కుండలినీ యోగ సాధన"–చే **కుండలినీశక్తి** పంచ ప్రాణముల పరిమితత్వమును అధిగమించి శిరోఆకాశమున గల చంద్రమండలమును జేరుచున్నది.

✣

సాధకుడు 'వజ్ర కుంభోపాసన'తో నవ ద్వారములను (The '9' external Gates of the Body) [2 కళ్ళు, 2 చెవులు, 2 ముక్కు పుటములు, నోరు, గుదము, శిశ్నము] కుంభకముతో బంధించాలి. బుద్ధి–ప్రాణశక్తుల నిశ్చలత్వమును అభ్యసించాలి. విషయముల నుండి వాటిని వెనుకకు మరల్చాలి. నిరోధించాలి. ఈ విధమైన యోగసాధనచే మనస్సు – **నిర్మలము, నిర్గుణము** – అను పవనములను అధిష్టించగలదు. అప్పుడు క్రమంగా బ్రహ్మ రంధ్రము నందు శంఖినీనాదము జనించుచూ, అమృతవర్షిణి అగుచున్నది. షట్చక్రమండలములు (మూలాధారు, స్వాధిష్ఠానం, మణిపూరకం, అనాహతం, విశుద్ధం, ఆజ్ఞా చక్రస్థానములు) కుండలినీ ఊర్ధ్వగ్గమనముచే ఉత్తేజితములౌతాయి. వాటి యందు **ఆత్మజ్ఞాన దీపం వెలుగొందగలవు.**

సర్వభూత స్థితం దేవం సర్వేశం నిత్యమ్ అర్చయేత్।

సర్వేశ్వరుడు, స్వస్వరూపుడు అగు ఆత్మభగవానుడే సర్వజీవుల యందును, సర్వ జీవులుగాను, సర్వమునకు నియామకుడుగాను, సర్వమునకు లీలావినోద కల్పనా రచయితగాను – ఉన్నారు.. → అని అనునిత్యముగా అర్చించుచుండటమే – **ఆత్మదేవో పాసన, ఆత్మజ్ఞాన దీపమును వెలిగించటము కూడా! అట్టి భావనయొక్క అనుక్షణికత్వమే సమాధి స్థితి కూడా!**

అట్టి పరాత్పరుడగు ఆత్మదేవుని ఇంకా కూడా....,

- సర్వ దేహగృహములలో వెలుగొందుచున్న కేవల జ్ఞాన ప్రకాశ స్వరూపముగాను; (The absolute form of knowing even prior to acts and incidental details of knowing)
- సర్వ విషయములకు మునుముందే ఉండి (తెలియబడు సర్వమునకు ముందు 'తెలివి' – అను విజ్ఞానరూపమై ఉండుటచే) **'నిరామయుడు'** గాను;
- సర్వవ్యాపియై, నిత్యనిర్మలుడై (నిరంజనుడై) ఈ దృశ్యమంతా తన యొక్క దివ్యరూపముగా కలిగియున్నవాడుగాను;
- హంస–హంసగా, (సోఽహము; ఊపిరిపీల్చునప్పుడు 'స' రూపుడుగాను, ఊపిరిని వదలునప్పుడు 'హం' రూపుడుగాను) సర్వ ప్రాణులను ఆశ్రయించి ఉన్నవాడుగాను;

ఎరుగుచూ 'హంసహంస' వాక్యముతో పూజించాలి. అవలోకనం చేయాలి. **ఈ విశ్వమును విశ్వాత్మకుని రూపంగా భావించాలి. ఆరాధించాలి.** ప్రాణ–అపానములు దేహములో ఎక్కడ (ఏచోట) అయితే కలియుచూ, పరస్పరము లయస్థితి పొందుచున్నాయో, అట్టి స్థానము యొక్క గమనికను **'అజపాగాయత్రి'** అని పిలుస్తున్నారు. 21,600 సార్లుగా జరుగు 'హంస' – ను గమనిస్తూ, అట్టి స్థితిలో 'హంస' 'సోఽహమ్' యొక్క **లయస్థానమే** 'లింగస్థానము'గా ఎరుగబడాలి. గమనించాలి.

యతిధ్యానం: – ***ఈ దేహము లింగ స్వరూపమే! ఇందులోని 'దేహి'యే లింగేశ్వరుడు!***

పూర్వ భాగేహి అధో లింగమ్ = పూర్వ భాగంలో (కుడివైపు భాగము → అధో లింగమును (లింగము యొక్క అధో భాగముగాను),

శిఖిన్యాం చ ఏవ పశ్చిమమ్ = పశ్చిమభాగము (ఎడమవైపు) → లింగము యొక్క శిఖి భాగమును (ఊర్ధ్వభాగముగాను),

భ్రువోర్మధ్యే జ్యోతిర్లింగమ్ = భ్రూమధ్యాకాశంలో జ్యోతిర్లింగమును,

యోగులు సర్వవేళలా దేహమును శివావలోకనంగా ధ్యానము చేయుచున్నారు. **ఆత్మయే లింగముగా వారిచే ఉపాసించబడుచున్నది. (ఆత్మయేవహి ఇదం లింగమ్)।**

ఆత్మోపాసనచే బ్రహ్మహ్మవిద్యను ఎరుగుచూ, అట్టి యోగి ఆత్మదృష్టిని సముపార్జించి, **'సోఽహమ్' 'అహమ్ ఆత్మా'** భావనను పొంది - జగత్తును ఆత్మగా సాక్షాత్కారము పొందుచున్నాడు.

అట్టి ఆత్మసిద్ధుడగు యోగి యొక్క ఆత్మతత్త్వ-ఆత్మసోఽహమ్ గానము వినండి. ఇద్దాని అధ్యయనము స్వస్వరూపాత్మోపాసనయే।

'నేను' ఎట్టివాడను? ఎంతటివాడను? (What I am? What extent I am?)

అచ్యుతోఽహమ్ : నేను ఆత్మను కానిక్షణమే లేదు. ఆత్మస్థానము నుండి ఏ సమయమందునూ చ్యుతియే పొందియుండటం లేదు. **అచ్యుతుడను.**

అచింత్యోఽహమ్: నా సహజ – నిత్య–వాస్తవ స్వరూపము ఆలోచనలకు విషయమేకాదు. ఆలోచనలకు మునుముందే ఉన్నట్టివాడను. ఈ జగత్తు ఆలోచనా కల్పిత– నిర్మితము. అందుచేత నా ఆత్మస్వరూపము **అచింత్యము.**

అతర్క్యోఽహమ్ : ఆత్మ ఇద్దరో ముగ్గురో – కొందరియో వాదోపవాదములచే, తర్క – వితర్కములచే అనుభవమగునది కాదు. ఎవరికి వారికే స్వ–అనుభవైక వేద్యము. అందుచేత **అతర్క్యము.**

అహమ్ అజో : జన్మలకంటే ముందే ఉన్న ఆత్మ చైతన్యస్వరూపుడను. జన్మరహితుడను. **అజుడను!** దేహముయొక్క 'రాక'తో జనించను. దేహము యొక్క 'పోక'తో మరణించను.

అహమ్ అవ్రణో : దేహమునకు వ్యాధి వ్రణదోషములు ఉండవచ్చుగాక! ఆత్మగా – నాకు దేహవ్యాధులు, దేహదోషముల సంబంధించినవి కావు. అందుచేత **అవ్రణుడను.**

అకాయోఽహమ్ : నాకు దేహాదులు లేవు. వాటి రాకపోకలు నా స్వరూపమునకు సంబంధించినవి కావు. నేను సదా యథాతథుడను. స్వప్నంలో నాకు భౌతికదేహమెక్కడున్నది? అయినా అనుభూతులు, అనుభవాలు ఉంటున్నాయి కదా! కాబట్టి, నేను సర్వదా **అకాయుడను.**

అసంగోఽహమ్ : నేను దృశ్యములో దేనికీ సంబంధించినవాడను కాను. ఏదీ నాకు సంబంధించినది కాదు. **సర్వదా అసంగుడను.**

అహమ్ అభయోఽస్మి : ఆత్మ స్వరూపుడనుగా దేని చేతా బంధితుడనుగాను. దేనిచేతా బాధింపవాడనూ కాను. సర్వదా **అభయస్వరూపుడను!** కలలోని నాకు భయముండవచ్చునేమో! కానీ, కల నాదైన నాకు కలంటే భయమేముంటుంది?

అశబ్దోఽహమ్ : శబ్దములు నా గురించి ఉద్దేశ్యించినవై చెప్పుకోబడవచ్చుగాక! కానీ...,ఆత్మగా శబ్దస్వరూపుడను కాదు. శబ్ద పరిమితుడను కూడా కాను. అందుచేత **అశబ్దుడను!**

అరూపోఽహమ్ : ఆత్మకు 'ఇట్టిది' అను రూపము లేదు. మట్టి బొమ్మలకు రూపముండవచ్చునేమోగాని, మట్టికి రూపమేమున్నది? ఆభరణానికి ఒక రూపముండవచ్చుగాక! బంగారానికి 'ఇది' అన్నరూపమేమున్నది? "అన్ని రూపములు ఆత్మవే" అని అనవచ్చుగాని, "ఆత్మకు ఇది రూపము" అనునది ఏమీ లేదు : కనుక **అరూపుడను! హంస (ఆత్మ) రూపుడను!**

అహమ్ అస్పర్శో : 'అహమ్' (నేను) స్వరూపమగు ఆత్మ స్పర్శకు విషయం కాదు. ఒకానొక స్పర్శచే ఇప్పుడు పొందవలసినది కాదు. కాబట్టి **అస్పర్శుడను!** అంతే కాదు. ఏదీ నన్ను స్పృశ్శించలేదు. **అస్పర్శుడను.**

అద్వయమ్ : కల కనేవానికి వేరై, ఆ కలలో ఏదీ ఉండదు కదా! అట్లాగే, నేను అద్వితీయుడను. నాకు అనుభవమయ్యేదంతా నేను భావనా స్వరూపుడైనప్పుడు మాత్రమే రూపం పొందుచున్నది. కనుక **అద్వితీయుడను.** నాకు వేరై త్రిమూర్తులుగాని, త్రిలోకములుగాని, త్రికాలములుగాని లేవు. అవన్నీ నా ఆత్మ స్వరూపము యొక్క స్వకీయ సృష్టి భావనయొక్క కల్పనాంతర్గత విశేషములే!

అరసోఽహమ్ : రుచి నా అనుభూతియే గాని, నేను రుచి స్వరూపుడను కాను. నవరస నాటకంలో రచయిత వాటిలో ఏ రసము కాని విధంగా, నేను అరస స్వరూపుడను. రసములు, రసానుభవములు – మొదలైనవన్నీ ఆత్మగా నాయొక్క రసాస్వాదనా విశేషములై ఉండగా, నేను **అరసస్వరూపుడను.**

అగంధోఽహమ్ : నేను గంధస్వరూపుడను కాను. వాసనను ఆస్వాదించువాడనవచ్చుగాక! గంధము నేను కాను. **అగంధస్వరూపుడను!** గంధముచే లభించువాడనుకాను.

అనాదిమ్ : దేహాదులకు మొదలు, చివర ఉన్నది. 'నేను'కు ఇది మొదలు అనునది లేదు. ఏదైనా 'కాలము' యొక్క పరిధిలో ఉంటేనే 'ఆది' అనేది కలిగినదై ఉంటుంది. కాలకల్పనకు కారణ కారణుడనగు నాకు 'ఆది' ఏమి ఉంటుంది? కనుక **అనాది స్వరూపుడను.**

అమృతోఽస్మి అహమ్ : 'జాగ్రత్ – స్వప్న–సుషుప్తులు నావై యున్న నేను దేహము యొక్క రాక–పోకలకు పరిమితుడనుకాను. 'మృత్యువు' అను సందర్భమునకు కూడా వేరై, సాక్షినై ఉన్నట్టివాడను. మార్పు–చేర్పులకు విషయుడను కాను. **ఉపాధుల రాకపోకలు నా సమక్షంలో నా యొక్క నా వినోదంగా జరుగుచున్న స్వయం కల్పితాలు.**

అహమ్ అక్షయో : పుట్టినప్పటి నుండి బాల్య – కౌమార – యౌవన – వార్ధక్యములలో ⟶ 'నేను' మారుట లేదు కదా! స్థితి–గతులచే 'నేను' తరుగుట లేదు. పెరుగుట లేదు. ఆత్మ క్షయము కానట్టిది. **అక్షయమును! అక్షయుడను!**

అలింగోఽహమ్: 'నేను' అనునది స్త్రీ– పురుష– నపుంసక లింగములకు సంబంధించినదా? కాదు కదా! ఆత్మ **అలింగస్వరూపము.** కోపము, ఇష్టము, అభిమానము మొదలైనవాటికి లింగభేదమేముంటుంది? ఇక వాటన్నిటికంటే – అత్యంత ప్రత్యేకమైన 'నేను'కు లింగభేదం అసలే ఉండజాలదు కదా.

అజరోఽస్మి : బాల్య–యౌవన–వార్ధక్యములచే 'నేను' అనునది మార్పుచేర్పులు పొందదు. వార్ధక్యము మొదలైనవి దేహమునకు సంబంధించినవేగాని, 'నేను'కు సంబంధించినవి కాదు. అందుచేత జరము (old age) లేనట్టివాడను. **జరా మరణములు భౌతిక దేహమునకు సంబంధించినవేకాని, ఆత్మ (హంస) అగు నాకు సంబంధించినవి కావు.**

అహమ్ అకళోఽస్మి : కళ నా యొక్క ప్రదర్శనమే కాని నేను కాదు. ఆత్మ కళాతీతమైనది. **నేను నాద బిందు కళాతీతుడను.** సంసార దోషములచే నేను స్పృశించబడటం లేదు.

అప్రాణోఽహమ్ : 'శక్తి' అనునది శక్తిమంతుని విశేషమేగాని, శక్తి ఆతడై ఉండడు. వాహనము నడుపువాడు నడుపుశక్తిగా మారడు కదా! (A Driver drives a vehicle. But he does not become driving art or process). అట్లాగే ప్రాణము నా యొక్క శక్తి ప్రదర్శనా చమత్కారము, నేనో? ప్రాణేశ్వరుడను. ప్రాణమును స్వశక్తిరూప అలంకారముగా కలవాడను. అంతేగాని ప్రాణమాత్రుడనుకాను. అప్రాణుడను.

అమూకోఽహమ్ : సర్వశబ్దములకు జనన స్థానమగు ఆకాశమునకే జననస్థానమగు ఆత్మాకాశము నేనే అయి ఉండగా, నేను మూగవాడిని ఎట్లా అవుతాను? ("మూకం కరోతి వాచాలమ్".. అను రీతిగా) మౌనస్వరూపమగు ఆత్మ నుండే సర్వశబ్ద, సర్వ వాక్ ప్రవాహములు బయల్వెడలుచున్నాయి. అందుచేత **నేను మూగ కాదు! అమూకుడను!**

అచింత్యోఽస్మి : చింతనల కన్నా ముందే ఉన్న నేను ఏ చింతయూ లేనివాడను. నిశ్చింతుడను. అచింత్యుడను! చింతనలచే బంధించబడువాడనూ కాను. సంబంధితుడనూ కాను. పరిమితడను కాను.

అకృతోఽస్మి అహమ్ : ఒక నవలలో ఒక పాత్ర అడవికి వెళ్ళి 'వేటాడటము' మొదలైన కొన్ని క్రియలు చేస్తూ ఉంటే, ఆ క్రియలన్నీ ఆ నవలా రచయిత చేస్తున్నట్లా? లేదు కదా! అట్లాగే జీవాత్మగా నాచే నిర్వర్తించబడుచున్నవేవీ పరమాత్మగా నా క్రియలు కావు. ధర్మములు కావు. అందుచేత సహజముగానే పరస్వరూపుడనగుటచేత సర్వదా నేను **అకృతుడను.** (Non doer). జగత్తు నాచే కల్పించబడుచున్నప్పటికీ, జగత్తులోని విశేషాలకు సంబంధితుడను కాను. కేవల సాక్షిగానే సర్వదా ఏర్పడినవాడనై ఉన్నాను.

అంతర్యామ్యస్మ్యహమ్ : కలలో కనిపించేవన్నిటికీ, అందరికీ అంతర్యామి 'కల' తనదైనవాడే కదా! ఒక కథలోని పాత్రల స్వరూప–స్వభావాలన్నిటికీ అంతర్యామి ఆ కథారచయిత యొక్క రచనా చమత్కృతియే కదా! నాచే అనుభూతముగా (As an experience) పొందబడుచున్న జగదనుభవమంతటికీ నేనే అంతర్యామిని. స్వకీయ కల్పన చేతనే అంతా సిద్ధిస్తోంది కనుక కనిపించే అంతటికీ అంతర–హృదయాంతరంగుడను.

అగ్రాహ్యోఽహమ్ : ఈ విశ్వజనులంతా మనస్సుతో ఇంద్రియములను ఉపయోగించి దృశ్య విషయములను తెలుసుకుంటూ ఉన్నారు. అటువంటి బుద్ధికే జనన స్థానమగు ఆత్మస్వరూపుడను. ఆత్మస్వభావుడను. మనస్సు అన్యములైన విషయములనే గ్రహిస్తుంది కాని, అనన్యమగు ఆత్మను ఎట్లా గ్రహించగలదు? అందుచేత మనస్సుకు **అగ్రాహ్యుడను!**

అనిర్దేశ్యోఽహమ్ : ఆత్మస్వరూపుడుగా నన్ను **"ఇది ఇంతయే! ఇట్టిదే! ఇటువంటిదే!"** అని చెప్పబడజాలను. **అపరిమితుడనవటం చేత నాకు పరిధులు లేవు.** అందుచేత **'నిర్దేశ్యము'**నకు పరిమితుడనుకాను. **అనిర్దేశ్యుడను!**

అలక్షణః : సర్వలక్షణములకు విలక్షుణుడను. సర్వ లక్షణములు నా ప్రదర్శనములే అయినప్పుడు నా గురించి "ఇవి లక్షణములు".. అని ఎట్లా ఆపాదించబడగలవు? లేదు! నవలలోని పాత్రల లక్షణములు రచయిత యొక్క కల్పనే, కానీ, అవి రచయిత లక్షణములు కావు కదా! అట్లే కేవలుడనగు నేను **అలక్షణుడను.**

అగోత్రోఽహమ్ : 'ఈ జాతి, గోత్రము చెందినవాడిని' అని ఆత్మనగునాకు ఆపాదించటము కుదరదు. అటువంటివన్నీ సాంఘిక విశేషములు మాత్రమే! ఆత్మసంబంధితములు గావు. ఆత్మస్వరూపుడనగు నేను **అగోత్రుడను!**

అగాత్రోఽహమ్ : శరీరమును శరీరిగా ధారణ చేయువాడను, శరీరము అను ఉపకరణమునకు కదలించువాడుగా–మునుముందే ఉన్నవాడను. శరీరము లేనప్పుడు, ఉన్నప్పుడు కూడా ఆత్మగా నేను సర్వదా ఉండియే ఉన్నాను. కాబట్టి **అగాత్రుడను!**

అచక్షుష్కో౽స్మి : కనులు ఉపయోగించి దృశ్యమును దర్శించువాడను. అంతేగాని చక్షువులు నేను కాదు. చక్షువులు కాలక్రమంగా నశించినా కూడా, నేను నశించను. ఉపకరణము చేజారితే ఉపయోగించువాడు చేజారడుకదా! నేను **అచక్షుస్వరూపుడను.**

అహమ్ అవాక్ : మాటలు పలుకువాడను నేను గాని, మాటలు నేను కాదు. వాక్కు నా యొక్క ఒకానొక క్రియాప్రదర్శనము. వాక్ పరిమితుడనుగాను. వాక్ స్వరూపుడనుగాను. అవాక్ మానస గోచరుడను. పలుకులు పలుకువాడను. పలుకులు (Expressions) నా స్వరూపం కాదు! **అవాక్స్వరూపుడను!**

అదృశ్యో౽హమ్ : దృశ్యములోని ఒక వస్తువు వంటివాడను కాను. దృశ్యములో భౌతికంగా కనిపిస్తున్న ఈ శరీరము నేను కాదు. శరీరిని. దృశ్యమును దర్శించువాడను. దృశ్యము లేకున్నా నేను ఉన్నాను. దేహము కనిపిస్తుందిగాని, 'దేహి' కనిపిస్తాడా? లేదే! ఆత్మనగు నేను **అదృశ్యుడను? కదలించే అదృశ్యరూపుడగు దేహిని నేను. కదిలే దేహస్వరూపమాత్రుడను కాను.**

అవర్ణో౽హమ్ : నేను వర్ణాశ్రమములకు, వర్ణాశ్రమ ధర్మములకు పరిమితుడనైన వానిని కాను. రంగు రూపు ఆత్మకు లేవు. ఆత్మయే నాయొక్క సహజరూపమగుట చేత నేను **అవర్ణుడను. వర్ణభేదములకు అసంబంధీకుడను.**

అహమ్ అఖండో౽స్మి : అనేక సందర్భములలో అనేక రూపనామములుగా కనిపిస్తున్నప్పటికీ నేను అఖండుడను. ఉదా : చూచేవాడుగా, వినేవాడుగా, స్పర్శానుభవిగా, ఆలోచించువాడిగా, నిర్ణయించేవాడుగా, ఇష్టభావికుడిగా, జీవుడుగా, అనేక శరీరములు ఒకదాని తరువాత ఒకటి ధరించువాడుగా ఉండి ఉంటూనే, **వేరువేరుగా** అవక - ఏక అఖండుడనై ఉన్నాను కదా! కనుక **అఖండుడను!**

అద్భుతః : భౌతికమైనదాని కంతటికీ అతీతుడను. **అద్భుతుడను.**

అశ్రుతోహమ్ : వినబడువాడనుగాను. వినికిడిని కల్పించుకొని, 'వినటము' అను స్వ-కల్పనను ఆస్వాదించువాడను. వినటం నా రూపం కాదు. నాయొక్క అనంత శక్తి ప్రదర్శనములలో 'వినికిడి' - ఒకానొకటి.

అదృష్టో౽హమ్ : చూడబడు దృశ్యమును కాను. చూపుచే చూచుచున్నవాడు అగుపించడు కదా! (One who is seeing canot be seen) **అదృష్టుడను.**

అన్వేష్టిః : వెతికితే లభించువాడను కాను. వెతుకువానికి వేరుకానట్టివాడను. ఆ వెతుకుచున్నవానినే నేను. **అన్వేష్టిని!** ఆత్మ గురించి అన్వేషిస్తూ ఉన్న సందర్భములో - అట్టి ఆత్మయే నేను కదా!

అహమ్ అమరో౽స్మి : మరణధర్మము దేహమునకు ఉండవచ్చుగాక. దేహినగు నాకు 'మరణము' అను ధర్మమే లేదు. **అమరణుడను.** జాగ్రత్‌లో నుండి స్వప్నములోనికి, స్వప్నమునుండి జాగ్రత్‌లోనికి పోవటము వంటిదే దేహ-దేహాంతరములు కూడా.

అవాయుః : 'వాయువు' రూపుడనుకాను. ఆ వాయువు ఎందులో చరిస్తోందో, అట్టి ఆకాశరూపుడను. ఆకాశమునకు కూడా ఆవలగల చిదాకాశరూపుడను. ఆత్మాత్ ఆకాశమ్। ఆత్మనగు నానుండియే ఆకాశాది పంచభూతములు బయల్వెడలుచున్నాయని వేదవాక్యము కదా!

అనాకాశో : ఈ భౌతికాకాశము ఎందులో ఏర్పడినదై ఉన్నదో.. అట్టి ఆత్మాకాశ స్వరూపుడను. భౌతికాకాశ పరిమితుడనుకాను. **అనాకాశుడను.**

అతేజసో : (జాగ్రత్ పురుషుడు-విశ్వుడు. స్వప్న పురుషుడు = తేజసుడు. స్వప్న పురుషుడు నా యొక్క ఒకానొక అంశ మాత్రమే! నేను స్వప్న పురుషుడను కాను. జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి పరిమితుడను కాను. తేజస్సు నాది కావచ్చు. నేను తేజస్సును కాదు.

అవ్యభిచార్యో౽హమ్ : జ్ఞాన-అజ్ఞాన; జన్మ-కర్మ-పునర్జన్మ; బంధ-మోక్ష.. ఇత్యాది సర్వదశలన్నీ మనోధర్మములు కావచ్చుగాక. ఏది ఎప్పుడు ఏ తీరై ఉన్నా కూడా నేను ఆత్మను వదలుట లేదు. **అవ్యభిచార్యుడను.**

అమృతో౽హమ్ : మృతము (మరణము అనే ధర్మము) లేనివాడను. ఆత్మగా సదా అమృతస్వరూపుడను.

అజాతో౽హమ్ : పుట్టుకయే లేనివాడను. దేహముతో పుట్టువాడను, దేహముతో మరణించువాడను కాను. ఆత్మగా నిత్యుడను. స్వప్న పరంపరలవలె దేహముల రాకపోకలు ఆత్మకు అప్రమేయములు. (దేహే జాతే న జాతో౽సి। దేహే నష్టే న నశ్యసి)

అతిసూక్ష్మో : ఆకాశము కంటే కూడా సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమగు ఆత్మను అవటం చేత **అతి సూక్ష్ముడను.**

అవికార్యో౽హమ్ : వికారములు (నామ-రూప-భావోద్వేగములు) దేహ-మనో-బుద్ధుల యందు ఒకప్పుడు ఉండవచ్చు. మరొకప్పుడు లేకపోవచ్చు. ఆత్మస్వరూపుడనగు నాకు ఎట్టివికారములు లేవు. ఆత్మగా నిర్వికారుడను.

అరజస్కో : నిర్వికారుడను. రజోగుణదోషముచే స్పృశించబడను. రజోగుణము నాది కావచ్చు. కానీ నేను నిర్గుణుడను.

అతమసోఽ హమ్ : తమోగుణ స్వరూపుడను గాను.

అసత్త్వోఽ హమ్ : సాత్త్వికగుణములు కూడా నారూపం కాదు

అగుణోస్మ్యఽ హమ్ : గుణములకు వేరై, నిర్గుణుడమై యున్నవాడను. గుణాతీతుడై ఉన్నాను. గుణములకు ముందే ఉన్నవాడను. నేను ఉన్నాను కాబట్టి గుణములు 'ఉనికి' పొందుచున్నాయి. అంతేగాని, గుణములు నన్ను జనింపజేయవు.

అహమ్ అమాయో : మాయ నా యొక్క వినోద చమత్కారమేగాని, మాయాస్వరూపుడను కాదు. మాయా స్వభావుడనుగాను. ఒక కథ వినుచూ తన్మయమయినంత మాత్రంచేత ఒకడు తనను తాను కోల్పోవటం లేదు కదా! **నేను అమాయను!**

అహమ్ అనుభవాత్మ : ఆ జగత్తులు, జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు, దేహదేహాంతరములు నా యొక్క స్వీయానుభవవిశేషములై ప్రదర్శితములగుచున్నాయి. వాటన్నిటికీ వేరుగా అనుభవజ్ఞుడనై, అనుభవాత్ముడనై వెలుగొందువాడను! నాకు తెలియబడుచున్న సమస్తమునకు ఆత్మను నేనే!

అనన్యో (అ) విషయోఽ స్మ్యహమ్ : అనన్యుడను. కథలోని విశేషాలన్నీ కథా రచయిత యొక్క కల్పనయే కదా! అవన్నీ రచయితకు వేరై ఉనికి కలిగియున్నాయా? లేదు. అట్లాగే నాకు ఇంద్రియములు కూడా అన్యము కావు. **అనన్య విషయుడను.**

అహమ్ అద్వైతో : "జీవాత్మ- ఆ జీవాత్మకు అనుభవమగుచున్న జగత్తు" నా అంశలే! ఆత్మస్వరూపుడగు నాకు 'ద్వితీయము' అనునదేదీ ఎక్కడా లేదు. అనుభవమయ్యేదంతా నేను-నీవుతో సహా, నా నుండి బయల్వెడలిన భావనా చైతన్యవిశేషమే!

అహమ్ అపూర్ణో : ఈ విస్తార విశ్వము, ఈ ఊర్ధ్వ అధో లోకములు - మొదలైన ఇవన్నీ నా అఖండ అనంతాత్మ స్వరూపమును కించిత్ కూడా పూరించలేవు. అందుచేత మమాత్మానందరూపము సర్వదా అపూర్ణము. (I cannot be filled up by all this being experienced)

అహమ్ అబాహ్యమ్, అనంతరః : ఆత్మసర్వత్రా సమస్వరూపమైయున్నది. బాహ్య-అభ్యంతరస్థితుడనై యుండుటచే నాకు బాహ్యము లేదు. అంతరము లేదు. ఆత్మగా బాహ్య-అభ్యంతరములను ఆక్రమించుకొని ఉన్నాను.

అశ్రోత్రోఽ హమ్ : వినబడువాడను, చెప్పబడువాడను కాను. వినుటకు ఆధారమైన స్వస్వరూపాత్ముడను. శ్రుతుల చేత కూడా పూర్తిగా నిర్వచించబడువాడను కాను. (యతో వాచో నివర్తంతే అప్రాప్య మనసా సహ)

అదీర్ఘోఽ హమ్, అన హ్రస్వోఽ హమ్: పొడవైన వాడను కాను. పొట్టిఅయిన వాడను కాను. అవన్నీ భౌతిక దేహధర్మములు మాత్రమే! 'దేహి' ఆత్మస్వరూపుడనగు నాకు సంబంధించినవి కావు. నేను దేహమును కదలిస్తూ ఉన్నవాడను. కదిలే దేహము నేను కాదు.

అవ్యక్తోఽ హమ్ : వ్యక్తీకరించబడునదేదీ నేను కాదు. సర్వము వ్యక్తీకరించుచూ, వ్యక్తీకరణమునకు ఆవల ఉన్నవాడను. **అవ్యక్తుడను.**

అనామయః : నామ రూపాత్మకంగా లభ్యమగువాడను కాను. నాయందు మరొకటేదీ లేదు. **అనామయుడను.** కథలోని విశేషాలు కథారచయితలో ఉన్నట్టివి కాదు కదా! విషయములు నన్ను ఆశ్రయిస్తూ ఉన్నప్పటికీ కూడా, నేను మాత్రం సదా నిర్విషయుడను.

అద్వయానంద విజ్ఞాన ఘనోఽస్మి : అద్వితీయ కేవల జ్ఞాన ఘనీభూతుడను. (The Facet of knowing at its core is what Iam) నాచే తెలియబడేదంతా నాయొక్క ఘనీభూత జ్ఞాన స్వరూపమే.

అవిక్రియోఽ హమ్ : నేనేమీ చేయువాడనుకాను. క్రియల సంబంధితుడను కాను. క్రియలచే లభించువాడను కాను. క్రియలు నిర్వర్తించువాడు క్రియల కంటే మునుముందే (క్రియలకు అతీతుడై) ఉండాలి కదా!

అనిచ్ఛోఽ హమ్: నేను జన్మించువాడనుగానో, జీవాత్మగానో, దృశ్యాంతర్గతంగానో విచ్ఛిన్నమగుటలేదు. విచ్ఛిన్న ధర్మములేనట్టి ఆత్మను! అఖండాత్మను! ఇచ్ఛ అయిచ్ఛలకు సంబంధించిన చిత్తపరిమితుడను కాను. చిత్ స్వరూపుడను. **ఇచ్ఛ 'నాది' కాని, 'నేను' కాదు.**

అలే పోఽ హమ్ : ఎట్టి దోషములు ఆత్మకు లేవు. అందుచేత నిత్యనిర్మలుడను. మట్టితో చేసిన బొమ్మ సరిగా కుదరకపోతే, అది మట్టికేమి సంబంధము? మట్టికేమి బంధము?

అహమ్ అద్వయా, అకర్తా : అద్వితీయుడను దేనికీ కర్తను కాను. నాటకంలోని పాత్రలు నిర్వర్తించు కర్మ వ్యవహారములు ఆనాటక రచయి చేస్తున్నాడని అనలేము కదా! కర్తృత్వము ఆపాదించలేము కదా! పాత్రయొక్క సుఖదుఃఖములు, కర్తృత్వ - అకర్తృత్వములు పాత్రధారుడివి ఎట్లా అవుతాయి?

అవిద్యాకార్యహీనోఽ హమ్ : అవిద్యకార్యములకు నేను కర్తను కాదు. భోక్తను కాదు. విద్య-అవిద్యల సాక్షిని. విద్య-అవిద్యలు ఆత్మగా నాకు ఆపాదించబడజాలవు. ఆత్మనగు నా స్వరూపముపై అవిద్యాకార్యములు ఆపాదించబడజాలవు.

అవాక్ మానస గోచరోఽస్మి : మనస్సుకుగాని, వాక్కుకుగాని గోచరించువాడనుగాను. ఆలోచనలన్నీ ఆలోచించువాడివై ఉండగా, ఆలోచనలలో ఆలోచించువాడు ఎట్లా లభిస్తాడు? నవలలో (పేజీలలో) నవలా రచయిత కనిపిస్తాడా? నా నుండి బయల్వెడలిన 'ఆలోచన' – నన్నెట్లా నిర్వచించి చెప్పగలుగుతుంది?

అహమ్ అనల్పో : ఆత్మగా అనంతుడను. ఆద్యంతములు లేనివాడను. అల్పుడను ఎట్లా అవుతాను? **అనల్పుడను.** త్రిమూర్తులకు, ఇంద్రాది దేవతలకు కూడా ఆత్మ – 'మమాత్మ'యే అయి ఉండగా, నాకు అల్పత్వమెక్కడిది?

అహమ్ అశోకో: ఆత్మకు దేని పట్లా వేదన లేదు. పాత్రకు వచ్చు శోకాదులు పాత్రధారునికిగాని, రచయితకుగాని చెందినవి కాదు కదా! మనోసంబంధమైనవేవీ ఆత్మకు చెందవు. మనస్సును ఒక వస్తువువలె వెలిగించు చైతన్యశక్తి – ఆత్మ. నేను ఆత్మ స్వరూపుడను.

అవికల్పోఽస్మి : సంకల్ప–వికల్పములు నా యొక్క కల్పనా విభాగము నుండి బయల్వెడలుచూ ప్రవర్తితమగుచున్నాయి. నేను మాత్రం ఆత్మగా వికల్పరహితుడను. **అవికల్పుడను.**

అవిజ్వలన్ : ఆత్మ సర్వదా ఉన్నచోటే ఉంటున్నది. ఆత్మ స్వరూపుడనగు నేను జ్వలించుట లేదు. ప్రవహించు ధర్మము నాకు లేదు. (I donot flow from any where to any where). ఆత్మగా ఎచ్చట నుండీ ఎక్కడికీ ప్రవహించటము లేనే లేదు. సర్వదా యథా–తథ స్థానము నందు ఏర్పడి ఉంటున్నాను.

అహమ్ ఆది మధ్యాంత హీనః : కాలములోని విశేషములకు మాత్రమే "మొదలు–మధ్య–చివర" – అనునవి ఉంటాయి. నేను కాలమునకు ఆవల ఆత్మగా వెలుగొందుచున్నట్టి వాడను. ఆదిమధ్యాంత రహితుడను!

అహమ్ ఆకాశ సదృశః : ఆకాశము అంతటా నిండి ఉన్న తీరుగా, నేను జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తులలోను, సర్వ లోకములలోను ఆక్రమించుకొని ఉన్నట్టివాడను.

అహమ్ ఆత్మచైతన్య రూపోస్మి : ఆలోచనలను, భావములను, అనుభూతులను, అభిప్రాయములను, ఆనంద అనానందములను నా యొక్క ఆత్మ శక్తిచే చేతనముగా (As moving) నిర్వర్తించున్నట్టివాడను. ఎరుగబడేదంతా ఎరుగబడేడట్లు చేస్తున్న చిత్ చైతన్యుడను.

మహత్–ఆనంద చిద్ఘనోఽహమ్ : ఒకడు తాను వ్రాసిన నవలను చదువుకొంటూ "ఈ పాత్రలు వైచిత్ర్యములు, పరస్పర సంబంధములు నా నైపుణ్యమేకదా!" అని ఆనందించువిధంగా **"ఈ సర్వము నేనైన నేను"**.. యొక్క భావనచే మహదానంద చిద్ఘనుడను.

ఆనందామృత రూపోఽహమ్ : మృతము లేని, దుఃఖకారణములే ఉండజాలనట్టి ఆనందామృతరూపుడను. ఆత్మానందామృతుడను.

అంతరః ఆత్మసంస్థోఽహమ్ : సర్వజీవులయందు అంతరాత్మగా సంస్థితుడైన వాడిని. ఒకడు – తన కలలో కనిపించిన వారందరి యొక్క అంతరాత్మ తానే అయిన తీరుగా, ఈ కనబడే సర్వమునకు అంతరాత్మను అయి ఉన్నాను.

ఆప్తకామోఽహమ్ – ఆకాశాత్ : ఆకాశము సర్వము తనయందే కలిగియుండగా, ఇక జగత్తులోని ఏదైనా ఒక స్థానమునో, వస్తువునో కోరుకొనే ప్రసక్తి ఎక్కడిది? సర్వలోకములు ఆత్మయందే ప్రతిబింబితమై ఉండగా, ఆత్మస్వరూపుడనగు నేను ఏదో లోకంలో ఏదో చోటు కోరుకోవటమేముంటుంది? నేను ఆప్తకాముడను. కోరుకోవలసినదేదీ లేనివాడను.

అహమ్ పరమాత్మేశ్వరోఽస్మి : జాగన్నాటకంలో కనిపించే 'ఇహాత్మ' లేక 'జీవాత్మ' □ అనేక నాటకములలో నటించు ఒక నటుని యొక్క ఒక నాటకములోని ఒక పాత్ర వంటిది. నేను ఆవల గల పరమాత్మస్వరూపుడనై స్వకీయరచనా జగత్తునందు విస్తరించి ఉన్నవాడను.

ఈశానోఽస్మ్యహమ్ : సర్వము నందు సర్వముగా విస్తరించి ఉన్నవాడను. **ఈశానుడను.**

ఈడ్యోఽహమ్ : సర్వత్రా సర్వభావములచే, సర్వదేవతా స్తోత్రములచే స్తుతించబడుచున్న ఆత్మయే నేను. అట్టి ఆత్మతత్త్వమంతా మమాత్మయే! సర్వాత్మకుడనై ఉండుటచే సర్వస్తోత్రములు, ఉపాసనలు నన్నే జేరుచున్నాయి.

అహమ్ ఉత్తమ పూరుషః : ప్రథమ పురుష (He; they Third person); మధ్యమ పురుష (You - second person); ఉత్తమ పురుష – (I, my-first person). **అందరిలోని నేనైన నేనే నేను కాబట్టి ఉత్తమ పురుషుడను! ఉత్తమపురుషకారమును. పురుషోత్తముడను.**

అహమ్ ఉత్కృష్టో : దృశ్య–దేహ–మనో–బుద్ధి–చిత్త–అహంకారాదుల కంటే మహత్తరమైన వాడను. **ఉత్కృష్టుడను.**

అహమ్ ఉపద్రష్టా : నవరసములతో కూడిన నాటకము జగరుచూ ఉండగా ఏ విధంగా అయితే 'నాటకదీపము' కేవల సాక్షియో, ఆ విధంగా బ్రహ్మలోకము వరకు జరుగుచున్న సర్వవ్యవహారములకు **కేవల సాక్షిని. ఉపద్రష్టను.**

ఉత్తరతోఽస్మి అహమ్ : దేవతా గణము, మునిగణము, లోక–లోకపాలకులు లయించగాకూడా శేషించియుండు ఆత్మను. సర్వమునకు ఆవల ఆత్మగా ప్రకాశించువాడను. ఉత్తరోత్తరుడను.

కేవలోఽహమ్ : ఈ జగత్ వ్యవహారములన్నీ నాటకంలోని సంఘటనల వలె సందర్భసత్యములు. ఇక నేనో? సహజసత్యమును. దేనిపైనా ఆధారపడి ఉండనివాడను. కేవలుడను. (I am the Absolute where as all else is merely relative that emanates from Assumptions and presumptions of my visualisation).

కవిః – అహమ్ : ఒక శిల్పమునకు సర్వశ్రేష్ఠుడు శిల్పియే అయిన విధంగా, ఒక నాటకమునకు నాటకరచయితయే సర్వశ్రేష్టుడైన విధంగా **ఈ జగత్ దర్శనానుభవమంతా–ఆత్మయొక్క స్వకీయ రచనయే అవటం చేత – ఆత్మయే సర్వశ్రేష్ఠమైనది.** నేను ఆత్మస్వరూపుడనే కాబట్టి కవిని! శ్రేష్ఠుడను!

కరణాధిపః, కర్మాధ్యక్షోఽహమ్ : సర్వ ఇంద్రియములకు, వాటి వాటి కార్యక్రమములకు ఆత్మయగునేనే అధిపతిని. కర్మేంద్రియములకు, వాటి కర్మవ్యవహారములకు సర్వాధ్యక్షుడగు ఆత్మను. **ఇంద్రియ పశువులకు పశుపతిని.** అంతేగాని **పశువుల కాపరిని కాదు.**

గుహాశయోఽహమ్; గోప్తాఽహమ్: (అహమ్ ఆత్మా సర్వభూత ఆశయస్థితః). సర్వజీవుల ఆశయములందు అంతర్లీనంగా నేనే ఆత్మగా వేంచేసియున్నాను. సర్వజీవుల హృదయగతుడనై ఆత్మగా ఉన్నాను. అందరిలో రహస్యముగా దాగి ఉన్న **అంతర్లీన గానమును నేనే!**

చక్షుసః–చక్షురస్మ్యహమ్ : కళ్ళలో 'చూపు' రూపంగా సంప్రదర్శితుడనై, కనులను ఉపయోగించువాడనై ఉన్నాను. ఆత్మయొక్క అసంఖ్యాక శక్తి ప్రదర్శనములలో 'చూపు' ఒకానొకటి. ఈ దేహము మొత్తమును జీవింపజేయటము – మరొకటి. దృశ్యమును స్వానుభవముగా రచించుకోవటము – ఇంకొకటి. **చక్షువులలో చూపుగా, చూచువాడుగా ప్రకాశించుచున్నవాడను నేనే.**

అహమ్ – చిదానందోఽస్మి చేతా : 'ఎరుగుట' అను విశేషముచే ఆనందించు బుద్ధిగలవాడనై చిత్–ఆనందుడుగా దేహమంతా, అంతరంగమంతా వెలుగొందుచున్నవాడను.

చిద్ఘనః చిన్మయోఽస్మి : ఘనీభూతమైన **చిన్మయ స్వరూపుడను.** చిత్తు (ఎరుక) నా స్వకీయాత్మలక్షణ విలక్షణము! అంతేగాని **మృణ్మయ (భౌతిక) రూపమాత్రుడను కాను. చిద్ఘన–చిన్మయుడను.**

అహమ్ జ్యోతిర్మయో జ్యాయాన్ : ఏ జ్యోతిస్వరూపముయొక్క **'ఎరుక'** అనే వెలుగు ప్రసరిస్తున్న ప్రదేశంలో ఈ దృశ్యవ్యవహారమంతా వ్యవహరిస్తోందో, అట్టి జగత్ జ్యోతికే జ్యోతిని! జీవాత్మజ్యోతికే జ్యోతిని! ఆత్మయొక్క 'ఎరుక' అనే జ్యోతి యొక్క కిరణ విశేషములే ఈ ఎరుగబడేదంతా!

జ్యోతిషాం జ్యోతిరస్మి అహమ్ : దృశ్యంతర్గతమైన సర్వ జీవులు జ్యోతి (దీపపు) స్వరూపాలైతే, ఆత్మగా నేను అస్మత్ సర్వాత్మకత్వముచేత దీపముయొక్క అగ్నిస్వరూపుడను. జ్యోతిర్జ్యోతి స్వరూపుడు. స్వయంజ్యోతి ప్రకాశితుడను. సమస్త దీపములలో అగ్నివంటివాడను.

తమసః సాక్ష్యహమ్ : కళ్ళు మూసుకుంటే చీకటి అనుభవమౌతుంది. అట్టి చీకటిని చీకటిగా అనుభవము పొందు సాక్షీస్వరూపుడను. (తమసః పరమ్ ఉచ్యతే!) చీకటికి పరము అయినవాడిని. అజ్ఞానమునకు కూడా సాక్షినే గాని, అదినా స్వభావము కాదు.

తుర్యః తుర్యోఽహమ్ తమసః పరః : అవిద్యాస్వరూపమగు ఈ జగత్ దృశ్యమునకు సర్వదా సాక్షిని. అజ్ఞానాంధకారమునకు ఆవలివాడను. జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తి పురుషుల (విశ్వ తేజో ప్రాజ్ఞుల) నియామకుడగు తురీయునికే తురీయుడను. తురీయాతీత స్వరూపుడను.

దివ్యోదేవోఽస్మి దుర్దర్శో: ఈ జగత్తే శరీరముగా కలవాడను. దివ్యుడగు దేవదేవుడను. భౌతికమైన కళ్ళకు (దేహిగా) కనిపించువాడను కాను.

ద్రష్టా : ఒక నాటకమునకు ప్రేక్షకునివలె ఈ జగత్తుకు కేవల ద్రష్టను.

ధ్యేయో : ఒక చక్రవర్తి సమక్షంలో నాటక ప్రదర్శనలాగా నా యొక్క సంభావన (అనుభావన)చేతనే 'జగత్తు' అనబడే వస్తు రూపంగా క్రియా విశేషములతో అనుభవమగుచున్నది. నా ధ్యానము యొక్క ధ్యాసరూపమగు ఈ జగత్తు నా యొక్క ధ్యేయ రూపము। జగత్తు నా యొక్క క్రీడాధ్యాసకు ధ్యేయ వస్తువు అయి ఉన్నది.

ధ్రువోఽస్మి : దేహములు దృశ్యములు నా స్థానమును స్పృశించనైనా లేవు. సర్వము మార్పు చెందుస్వభావము కలిగి ఉండగా, నేను మార్పు – చేర్పులు చెందక, ధృవమైన స్వరూపుడనై ఉన్నాను.

నిత్యోఽహమ్ : ఆత్మగా నేను నిత్యుడను. త్రికాల–అభాజ్యుడును. ఇతఃపూర్వము ఉన్నాను. ఇప్పుడున్నాను. ఇక ఎప్పటికీ ఉండబోవుచున్నాను.

నిరవద్యోఽహమ్ : దేనిచేతనూ కూడా జయింపబడువాడను, నాశనము పొందువాడను, మార్పు చెందువాడను కాను.

నిష్క్రియోఽస్మి : దీపపు వెలుగులో జనులు ఆయా క్రియావిశేషములు నిర్వర్తిస్తున్నప్పటికీ దీపపు వెలుగు తానుగా ఏదీ నిర్వర్తించనిదే అయి ఉంటుంది కదా! ఆత్మగా సర్వదా నిష్క్రియుడనై యుండగా, నాయొక్క చైతన్య స్ఫూర్తియందు జగత్తులు రాక-పోకలు స్వప్న విశేషములవలె జరిగిపోవుచున్నాయి.

నిరంజనః : పాప-పుణ్యములు, గుణదోషములు, మనో-బుద్ధి-చిత్తముల మంచి చెడులు ఆత్మనగు నన్ను అంటవు.

నిర్మలోఽహమ్ : నిత్య నిర్మలుడను. ఒకడు ఒక ఆభరణమును దొంగిలించటం చేత, ఆ దొంగిలించటమనే దోషము ఆభరణమునకు అంటుతుందా? సూర్యకిరణములు వస్తువులపై ప్రసరించినంత మాత్రం చేత, ఆ వస్తు దోషములు కిరణములను దోషరురుచగలవా? లేదు కదా! అట్లాగే, ఆత్మగా ఏ దోషముచేతనూ అంటబడజాలను.

నిరాఖ్యాతోఽస్మి : వర్ణించుటకు, తెలియజెప్పుటకు, అందజేయబడుటకు విషయమైనవాడిని కాను. స్వానుభావముచే మాత్రమే తెలియవచ్చువాడను.

నిశ్చలః : ఆత్మగా ఎప్పుడూ ఎట్టి చంచలము లేదు. సదానిశ్చలుడను. ఒకచోటికి పోవువాడను కాను. మరొకచోటికి వచ్చువాడనుకాను.

నిరింద్రియోఽహమ్ : ఇంద్రియములకు నేను చెందినవాడను కాను. ఇంద్రియములకు విషయమును గాను. ఇంద్రియములతో ప్రారంభమగువాడనుకాను. ఇంద్రియముల కంటే మునుముందే ఉండి, ఇంద్రియములను ఉపకరణములుగా కలిగియున్నవాడను. అందుచేత నిరింద్రియుడను.

నియంతాఽహమ్ : ఇంద్రియములను పాలించువాడను. నియమించువాడను. ఉపయోగించువాడను. అట్లాగే ఈ దృశ్యము నేను ఎట్లా నియమిస్తే, నాకు అట్లా అనుభవమయ్యే వస్తువు. అందుచేత ఈ సర్వమునకు నేను నియంతను. అంతేగాని, ఈ దృశ్యము నన్ను నియమించునది కాదు. ఎందుకంటే - దృశ్యమును అనుభవము రూపముగా తీర్చిదిద్దుకొనుచున్నది నేను కనుక.

నిరపేక్షోఽస్మి : కలలోని వస్తువులన్నీ కలనాదైన నాయొక్క స్వప్న-కల్పనా విశేషములే అయి ఉండగా, నాకలలో కనిపించిన కొన్నిటి పట్ల అపేక్ష, మరికొన్నిటిపట్ల నిరపేక్ష ఉండవలసిన పనేమున్నది? ఈ జాగ్రత్తు స్వీయకల్పనావిశేషమే! అందుచేత. అపేక్షలేనివాడను. అపేక్ష-నిరపేక్షలకు అతీతుడను.

నిష్కళోఽహమ్ : కళంకములు లేనివాడను. కల్పితములగు మనో-బుద్ధి-చిత్తములకు, జీవాత్మకు ఆపాదించగల దోషములు మొదలైనవి ఆత్మకు ఆపాదించబడజాలవు. పదార్థదోషములు, దిక్ దోషములు ఆకాశమునకు అంటవు, ఆపాదించలేము. అట్లాగే ఆత్మాకాశ స్వరూపుడుగా సర్వదోషరహితుడను.

పురుషః పరమాత్మాఽహమ్ : సర్వమునకు ఆవల ఉండి, సర్వము స్వకీయ సంకల్పముచే సిద్ధింపజేయుచుండువాడను. ఆత్మయొక్క పురుషకారమే ఈ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి అంతర్గత విశేషాలన్నీ. ఆత్మయే అయి ఉన్న నేను సర్వమునకు ఆవల ఉన్నవాడను. పరమాత్మను। పరమ పురుషుడను।

పురాణ పరమోఽస్మ్యహమ్ : ఈ జగదృశ్యము, జగత్తుల రాకపోకలు, దేహముల రాకపోకలు - వీటన్నిటికీ ఆత్మ మునుముందే ఉన్నది. ఆత్మయే నా సహజ స్వరూప స్వభావములు కూడా! అందుచేత, **ఆత్మగా నేను ఆది పురుషుడను! పురాణ పురుషుడను! సర్వమునకు పరమైనట్టి వాడను!**

అహమ్ పరావరోఽస్మి : ఈ దేహమునకు దేహిగా పరమై, వేరై ఉన్నాను. ఆ దేహిత్వము కూడా నా యొక్క ఒకానొక **ధారణ.** అందుచేత పరమునకే పరమైయున్నాను. పరాత్పరుడను. **పరావరుడను.**

ప్రాజ్ఞోఽస్మి : కేవల ప్రజ్ఞా స్వరూపుడను. దేహముల రాకపోకలను, మనోబుద్ధిచిత్త అహంకారముల కార్యకారణ విశేషములను ఎరుగుచున్నట్టివాడను. ప్రాజ్ఞుడను.

అహమ్ ప్రపంచ ఉపశమోఽస్మి : పంచభూతమేళవమగు ఈ ప్రపంచమంతా కూడా ఆత్మయగునాయందే-సముద్ర తరంగము సముద్రజలము నందు వలె - లేనిదదై, **ఉపశమనము పొందినదగుచున్నది.** స్వప్నమంతా స్వప్నము తనదైన వానియందే జనించి, ఉపశమిస్తోందికదా! **ఈ ప్రపంచము నానుండే జనిస్తోంది. నాయందే ఉపశమిస్తోంది.**

పరామృతోఽస్మి : జనన-మరణములచే స్పృశించబడని అమృతమగు **పరాస్వరూపుడను**. అంతేగాని ఇహంలో కనిపించే జీవత్మ పరిమిత స్వరూపుడనుకాను. **పరామృత స్వరూపుడను.**

పూర్ణః : ఎప్పటికో ఏదో పొంది అప్పుడు పూర్ణుడనగువాడనుకాను. ఇప్పటికీ, ఎప్పటికీ పూర్ణుడనే! క్రొత్తగా ఏదీ పొందవలసినదీ లేదు. కోల్పోవుచున్నదీ లేదు. సర్వదా పూర్ణాత్ముడను.

పురాతనః : సర్వమునకు మునుముందే ఆత్మజ్యోతి – ఆత్మానంద స్వరూపుడనై జ్వాజ్వలమానంగా సర్వదా సర్వత్రా వెలుగొందువాడను. **పురాతనుడను.**

ప్రభురస్మి : సర్వమునకు నియామకుడను. పాలించువాడను. ప్రభువును. మనోబుద్ధి చిత్త, అహంకారములకు, జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తి తురీయములకు నియామకుడను. పరిపాలించువాడను.

పూర్ణానందైక భోదోఽహమ్ : పూర్ణుడను. కేవల ఆనంద స్వరూపుడను. 'అనేకము' అనే స్వభావమే లేనివాడను. ఏకస్వరూపుడను. కేవల బోధ (ఎరుక, తెలివి) విజ్ఞాన స్వరూపుడను.

ప్రత్యక్ ఏకరసోఽస్మి : సర్వమునకు సాక్షినై సర్వమునకు **వేరై, సర్వము నేనే అయి, ఏకరస స్వరూపుడు**గా వెలుగొందుచున్నవాడను.

ప్రజ్ఞాతోఽహమ్ : తెలియబడుచున్నదంతా నేనే! తెలుసుకొనుచున్నదీ – నేనే! నేనే ఈ జగత్ స్వరూపముగా తెలుసుకొనబడుచున్నాను. అందుచేత ప్రజ్ఞాతను!

అహమ్ ప్రశాంతో : పరమ ప్రశాంతుడను. ఈ జగత్తులు, **ఈ జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులు, ఈ దేహదేహాంతరములు, లోకలోకాంతరములు – ఇవన్నీ కలిసి కూడా (ఏర్పడి గాని, విడిపోయిగాని) ఆత్మ యొక్క ప్రశాంతతను తొలగించలేవు.** నటుడు ఏ పాత్రగా ఏ రసము ప్రదర్శిస్తున్నా కూడా, ఆతని నటనాచాతుర్యసంబంధమైన ప్రశాంతతకు, సామర్థ్యమునకు ముప్పు లేదు కదా! ఇదీ అంతే!

ప్రకాశః : కేవల ప్రకాశస్వరూపుడను. నా ఆత్మ ప్రకాశమునందే దేహాదులు ప్రకాశిస్తున్నాయి.

పరమేశ్వరః : ఆవల ఉండి ఈవలను ప్రదర్శించువాడను. **ఈవల–ఆవల నేనైనవాడను.**

ఏకధాఽచింత్య మానోఽహమ్, ద్వైత అద్వైత విలక్షణః : ఏకస్వరూపుడను. చింతనకు కూడా దొరుకనివాడను. స్వానుభవమునకే విషయమై ఉన్నవాడను. (1) పరమాత్మలోంచి జీవాత్మ బయల్వెడలుచున్నది = **ద్వైతము.** (2)పరమాత్మయే జీవాత్మగా అగుపిస్తున్నాడు = **అద్వైతము.** ఇటువంటి ద్వైత– అద్వైత చర్చనీయాంశములకు పట్టుబడనివాడను. విలక్షణుడను.

బుద్ధోఽహమ్ : కేవల బుద్ధి స్వరూపుడను. బుద్ధికి ఆవల ఆత్మగా, ఈవల జీవాత్మ–జగత్తులుగా (As experiencer and experiences) ప్రకాశించువాడను.

భూతపాలోఽహమ్ : పంచభూతనిర్మితములగు ఈ దేహ–జాగ్రత్ జగత్ దృశ్యములచే బంధించబడువాడనుకాను. పంచభూతముల నియామకుడను. భూతజాలమును పాలించువాడను. (I am the Ruler of the matter, Matter does not rule me)

'భా' రూపో భగవాన్ అహమ్ : భావనలచే సమస్తము వెలిగించువాడను. దేనిని ఏ విధంగా భావనచేస్తే, అది అట్లే భవించినదగుచున్నది. (యత్ భావమ్, తత్ భవతి). భావనచే భవము (ఉనికి)ను, జగదనుభవములను సిద్ధింపజేయువాడను. భవుడను! భగవానుడను! భావనారాయణుడను!

శ్లో॥ మహాదేవో మహాన్ అస్మి మహాజ్ఞేయో మహేశ్వరః।
విముక్తోహం। విభురహమ్। వరేణ్యో వ్యాపకోఽస్మ్యహమ్॥

శరీరములో సర్వదేవతలు వేంచేసియుండగా 'శరీరి'నగు నేను దేవతలకే దేవుడగు మహాదేవుడను. తెలుసుకొంటున్న వానిని తెలుసుకొంటున్నాను కాబట్టి మహాన్‌స్వరూపుడను. నిత్యముక్తుడను. విభుడను, వరేణ్యుడను. వ్యాపకుడను.

వైశ్వానరో– వాసుదేవో :

(1) జీవాత్మ (Individual Being) (2) సర్వాత్మ (Al-present being)

ఈ రెండూ నేనే! ఆత్మ అఖండము! నేను ఆత్మను! అఖండుడను! ఖండముగా కనిపిస్తున్నదీ నేనే! బంగారు లోహము – బంగారు ఆభరణములవలె వైశ్వానరుడను (ఒక దేహములో ఉన్న వాడిని), వాసుదేవుడను (సర్వదేహములలో వేంచేసి ఉన్నవాడిని)... ఉభయము నేనే! – **"స్వప్నములో నేనుండి, స్వప్నము నాదై ఉన్న తీరుగా!"**

విశ్వతః చక్షురస్మ్యఽహమ్ : రచయిత యొక్క రచనా చక్షువులు రచన అంతటా నిండి ఉన్న రీతిగా, ... స్వకీయభావనా రూపమగు ఈ విశ్వమంతా చూపు కలిగి ఉన్నాను. దర్శించబడేదంతా ద్రష్టనగు నాయొక్క సందర్శన చక్షువులతోనే నిండినదై ఉన్నది.

విశ్వాధికో; విశదోఽహమ్ : ఒక చిత్రకారుడు– ఆతడు రచించు (చిత్రించు) చిత్రమునకు వేరై, ఆచిత్రపరమంతా ఆతని కళావిన్యాస ప్రదర్శనమే అయి ఉన్నట్లుగా.. నేను ఈ విశ్వముకంటే అధికాధికుడను. ఈ విశ్వముగా విస్తరించిఉన్నది నేనే! విశ్వమునకు అతీతుడను. సర్వత్రా విశదీకరించబడుచున్నది, సుస్పష్టమగుచున్నది నేనే!

శుద్ధోఽస్మి : పరమశుద్ధుడను. ఎట్టి దోషములు అంటనివాడను. వాయువుకు దుర్వాసనలు సువాసనలు అంటినవై ఉండవుకదా!

శుక్ర-శాంతోఽస్మి : శుక్రమైన (నిర్మలమైన) వాడను. ఆత్మజ్ఞానముచే మనోబుద్ధి-చిత్త-అహంకారములను, దృశ్య వ్యవహారములను నిర్మలముగా చేయువాడను. సర్వము నాయొక్క పరమశాంతమునందు సశాంతిచినవై ఉంటున్నాయి. **పరమశాంత స్వరూపుడను.**

శాశ్వతోఽస్మి : ఎల్లప్పటికీ ఉండువాడను. ఒకప్పుడు ఉండి, మరొకప్పుడు లేకుండువాడను కాదు. శాశ్వతుడను.

అహమ్ శివోఽస్మి : శివతత్త్వజ్ఞానముచే సర్వతత్త్వాత్మకుడను! సర్వతత్త్వ విదూరకుడను! సర్వతత్త్వ స్వరూపుడను. కేవల శివానంద స్వరూపుడను. సదాశివుడను. సర్వదా కేవల స్వరూపముచే పరమశివుడనై, ఇహమున 'జీవుడు' అనబడు త్రిగుణ సమన్విత స్వరూపమును జగన్నాటకములో ధారణచేస్తున్నాను. **పరముగా 'జీవాత్మ' - నాయొక్క ఒకానొక అంశ. ఇహపర శివానంద లహరీ స్వరూపుడను.**

అహమ్ సర్వభూతాంతరాత్మా : ఒక్క దేహపరిమితుడను కాను. సర్వజీవులలో అంతరాత్మ స్వరూపుడనై వేంచేసి ఉన్నవాడను! సర్వభూత-అంతరాత్మ స్వరూపుడను! (మమత్మా సర్వభూతాత్మా).

సనాతనోఽహమస్మి : జన్మ-కర్మల కంటే మునుముందే ఉండి, సర్వసందర్భములలోను యథాతథుడై ఉన్నవాడను. **సనాతనుడను.** జన్మ-కర్మల మధ్యగా జనించువాడనుకాను. ఆత్మనగు నేనుంటేనే జన్మ-కర్మలు. అంతేకాని, జన్మ-కర్మలు నన్ను కల్పించవు.

అహమ్ సకృత్ విభాతోఽస్మి : ఈ విశ్వముగా వెలుగొందుచున్నది నేనే! సత్ - కృత్ (ఉనికి - క్రియ) రూపముగా ప్రకాశమానుడై ఉంటున్న వాడనుకూడా.

సదా స్వే మహిమ్ని స్థితః : ఒక చక్రవర్తి యొక్క అధికారము సామ్రాజ్యమంతా విస్తరించియున్నతీరుగా, విశ్వమంతా నా మహిమయే. **నా మహిమ యందే నేను - నాకు నేనుగా - సంస్థితుడనై ఉన్నవాడను.**

సర్వాంతరః : సర్వుల అంతర స్వరూపుడను. అందరి యందును మమాత్మయే ప్రకాశమానమైయున్నది. మమాత్మయందే సర్వలోకజీవులు అస్మత్ హృదయాంతరంగ స్వరూపులై ఉన్నారు. కలలో కనిపించేవారంతా కల తనదైనవానియొక్క ఆత్మయే కదా।

స్వయం జ్యోతిః : అన్ని దీపములలో ఒకే అగ్ని వెలుగుచున్నతీరుగా అన్ని దేహములలో జ్యోతి స్వరూపుడనై వెలుగొందుచున్నవాడను. నన్ను వెలిగించుటకు మరొక జ్యోతి యొక్క ఆవశ్యకత లేదు. **నేనే స్వయంజ్యోతి స్వరూపుడను.**

అహమ్ సర్వాధిపతిరస్మి : ఈ ఇంద్రియములకు, దేహములకు, జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి భూములకు అధిపతిని. అధికారిని. విశ్వ-తేజస-ప్రాజ్ఞ పురుషుల నియామకుడను. సర్వాధిపతిని।

అహమ్ సర్వభూత అధివాసో : సర్వజీవుల అంతరాత్మయే నా నివాసగృహము. సర్వాంతరాత్ముడను. సర్వేసర్వత్రా ఆత్మగా ఉనికిని కలిగియున్నవాడను. సర్వత్రా సమస్వరూపుడనై సర్వదా వెలుగొందుచున్నవాడను. నా సమక్షమునందే అన్యమగు సమస్తము యొక్క సృష్టి - స్థితి - లయములు నాయొక్క భావనావినోదముగా జరుగుచూ ఉంటున్నాయి.

సర్వవ్యాపీ : స్వప్నద్రష్టయే స్వప్నమంతా వ్యాపించిఉన్న తీరుగా, సర్వే సర్వత్రా సర్వముగా వ్యాపించి, విస్తరించి ఉన్నవాడను; నాకు అన్యమై ఎక్కడా ఏదీ లేదు. ఇదంతా నా యొక్క సంప్రదర్శనమే.

స్వరాట్ అహమ్ : విశ్వవిరాట్ స్వరూపుడను. విశ్వమంతా నా యొక్క స్వయమానంద ప్రదర్శనమే! ఈ త్రిలోకములు త్రిమూర్తులు, దేవతలు, తదితరులు.. అంతా అస్మత్ ఆత్మ క్రీడా ప్రదర్శన విన్యాసమే! (అహమ్ ఆదిశ్చ మధ్యంచ భూతానామ్ అంతమేవచ).

సమస్తసాక్షీ; : సమస్తమునకు వేరుగా సాక్షీమాత్రుడనై యున్నాను. కేవల సాక్షీభూతుడనేగాని, జగత్తులో ప్రవేశించి, బాధింపబడువాడను కాను. బంధించువాడను అసలే కాను.

సర్వాత్మా సర్వభూత గుహాశయః! : సర్వాత్ముడను. సర్వులకు ఆత్మస్వరూపుడనై, సర్వభూతముల (జీవుల) హృదయగుహలలో- వాయువు వలె- ఆశ్రయించి ఉన్నవాడను. (అహమ్ సర్వభూత - ఆశయ స్థితః)

సర్వేంద్రియ గుణాభాసః; సర్వేంద్రియ వివర్జితః : సర్వేంద్రియముల స్వభావములందు, కార్యక్రమములందు అభాసించువాడను. (I Reflect in all organs, organ-related functions and concerned experience – related things). అయితే సర్వేంద్రియములను అధిగమించి, అతీతుడనై ఉన్నవాడను కూడా! (All this is my own reflection).

అహమ్ స్థానత్రయ వ్యతీతో : భూ-ఆకాశ-అంతరిక్ష స్థానములకు, భూత-వర్తమాన-భవిష్యత్ స్థానములకు అతీతుడైనవాడను.

అహమ్ సర్వానుగ్రహకో : సర్వము నా అనుగ్రహము (Accepting and According) నుండి బయల్వెడలు చున్నట్టివే! సర్వము నా అనుమతి నుండియే ఉనికి-ప్రవర్తనములను పొందుచున్నవగుచున్నాయి.

సత్-చిత్-ఆనంద పూర్ణాత్మా : సత్ (ఉనికి) - చిత్ (ఎరుక)- ఆనందము (అనుభూతి)లచే సర్వమును పూరించివేయుచున్న ఆత్మస్వరూపుడను. ఈ సర్వము సర్వదా నాయొక్క '**పూర్ణము**'లోని అంతర విశేషము.

అహమ్ సర్వప్రేమాస్పదో : సర్వము నా చిత్త (లేక) ఇచ్ఛా స్వరూపమే! నా ఇష్టము నుండే సర్వము బయల్వెడలుచున్నాయి. అందుచేత సర్వప్రేమాస్పదుడను. నా పరాప్రేమ ప్రదర్శనమే జగత్-దృశ్యము.

సత్‌చిత్ ఆనందమాత్రోఽ హమ్ : నేను కేవల సత్ (ఉనికి) చిత్ (ఎరుక) ఆనంద (అనుభవ) స్వరూపుడను. వాటి యొక్క విస్తరణయే ఈ విశ్వప్రదర్శనము.

చిద్ఘనః స్వప్రకాశోఽ స్మి : ఘనీభూత చిత్-స్వయం ప్రకాశ స్వరూపుడను. అట్టి స్వయం ప్రకాశము యొక్క వెలుగుయే తదితరమైనదంతా!

సత్త్వ స్వరూప : కేవల సాత్త్విక-సత్త్వ స్వరూపుడనై సర్వదా ప్రభాసమానుడను.

చిన్మాత్రః : కేవల చిన్మాత్రుడను. నా చిత్ వెలుగుయే ఈ జీవాత్మ- జగత్తుల రూపమును సంతరించుకొనుచున్నది.

సిద్ధః : సర్వము నా పట్ల సిద్ధించియే ఉన్నది. క్రొత్తగా సిద్ధించవలసినదేదీ లేనేలేదు. నాకు నేనుగా నా కొరకై మనో-బుద్ధి-చిత్త-అహంకారములను, అనురాగ-విరాగములను సిద్ధించుకొనుచున్నట్టివాడను.

అహమ్ సర్వాత్మకోఽ స్మి : సర్వాత్మకుడనై ఉండగా, క్రొత్తగా ఇంకా పొందవలసినదేమున్నది?

అహమ్ సర్వాధిష్ఠాన చిన్మాత్రోఽ స్మి : మట్టియే మట్టి బొమ్మలన్నిటికీ అధిష్ఠానమైయున్న తీరుగా నేను చిన్మాత్ర స్వరూపుడనై సర్వమును అధిష్ఠించినవాడనై ఉన్నాను.

అహమ్ స్వాఽ త్మబంధ హరో : నాయొక్క బంధమును నేనే కల్పించుకొనుచున్నాను. మరల నా ఇచ్ఛానుసారంగా బంధములు త్రెంచి వేసుకుంటున్నాను కూడా! అంతేగాని, నాకు బంధమును మరొకరు కల్పించునదీ కాదు. ఇంకొకరు తొలగించునదీ కాదు. నా బంధములను నేనే హరించుకొనువాడను.

అహమ్ సర్వగ్రాసో : సర్వము ఆస్వాదించువాడను! సర్వము నాకు ఉపాహారము! గ్రాసము! సర్వము నాయందే దాగి ఉండి, ప్రవర్తన శీలమగుచున్నది.

సర్వద్రష్టా : - సర్వమునకు ద్రష్టను.
- దృశ్యము నాకల్పన.
- నాయందు నేనే సర్వము దర్శించువాడనుకూడా! ఈ దృశ్యము - ద్రష్టలను సర్వదా దర్శించువాడను.

సర్వానుభూః అహమ్ : సర్వత్రా భూ-భువర్-సువర్-స్వరూపుడనై నాకు నేనే ఆస్వాదించువాడనై ఉన్నాను! సర్వ అనుభూతులకు రచయితను నేనే. ఆస్వాదించువాడను నేనే.

ఈ విధంగా స్వస్వరూపమగు ఆత్మగురించి చెప్పుకున్న విశేషణములన్నీ కూడా బ్రహ్మతత్త్వమును సిద్ధించుకొనినట్టి బ్రహ్మవేత్తలచే - (ఊర్ధ్వ బాహుః విరౌమ్యేష) - ఎలుగెత్తి, గానము చేయబడుచున్నాయి. రెండు చేతులు ఎత్తి సుస్పష్టపరచుచున్నాయి.

ఈ ఈ ఆత్మభావనలను మరల మరల పఠించాలి. అధ్యయనము చేయాలి. అనుభూతపరచుకోవాలి.

ఇవన్నీ మన యొక్క ఆత్మ సంబంధమైన **సహజ స్వరూప-స్వభావములు. మనలో ప్రతి ఒక్కరూ అట్టి ఆత్మానంద స్వరూపులమే. ఇందులో కాదనవలసినది ఏమున్నది?**

ఎవ్వరైతే స్వస్వరూప-సర్వస్వరూప ఆత్మ గురించి ఈ ఈ విధముగా ఎరిగినవారై మననము చేయువారై, క్రమంగా నిశ్చల చిత్త-చిత్ స్వరూపులై ఉంటారో... వారు '**పురుషుడు**' అను శబ్దముచే చెప్పబడుచున్నారు.

"వారే - "పురుషకారము"చే **"సిద్ధించుకోవలసినది"** సిద్ధించుకొన్నట్టి వారు.

సవై "పురుష" - ఉచ్యతే॥ ఓం తత్ సత్॥

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత బ్రహ్మవిద్యోపనిషత్
ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

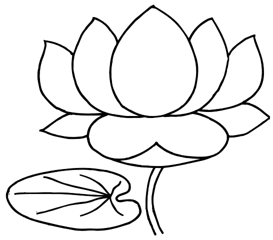
⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

21 యోగకుండల్యుపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ యోగకుండల్యుపనిషత్ యోగసిద్ధి హృదాసనమ్
నిర్విశేష బ్రహ్మతత్త్వం 'స్వమాత్రం' ఇతి చింతయే!



'యోగసిద్ధి'చే స్వహృదయమే ఆసనముగా కలిగియున్నట్టిది, నిర్విశేష బ్రహ్మతత్త్వము అయినట్టిది అగు ఆత్మతత్త్వమును స్వస్వరూప మాత్రంగానే చింతన చేయాలి. ఈ పరమరహస్యమును యోగకుండల్యుపనిషత్ → నిరూపించుచూ గానము చేయుచున్నది.

ప్రథమాధ్యాయము

01. ఓం హేతుద్వయం హి చిత్తస్య,
(1) వాసనా చ (2) సమీరణః।
తయోః వినష్ట ఏకస్మిన్ తత్ ద్వా అపి వినశ్యతః।
తయోః అదౌ సమీరస్య జయం కుర్యాత్ నరః సదా।
మితాహారశ్చ ఆసనశ్చ
శక్తిచాలః తృతీయకః
ఏతేషాం లక్షణం వక్ష్యే,-
శృణు, గౌతమ! సాదరమ్।

ఈ చిత్తము రెండు హేతువులు (Root - causations) కలిగియున్నది. (1) వాసనలు (2) వాయువు (ప్రాణతత్త్వము). ఈ (1) వాసనలు (2) ప్రాణ వాయువు (ప్రియము)లలో ఒక్కటి నశిస్తే రెండవది నశించగలదు. ఆ రెండిటిలో మునుముందుగా 'వాయుజయము'ను జీవుడు నిర్వర్తించటము ఉచితము. అది వాసనా జ్వరమునకు ఔషధము.
వాయుజయము (ప్రాణజయము) కొరకై మూడు నియమములు
(1) మితాహారము (2) ఆసనము (3) శక్తి చాలనము
ఓ గౌతమా! ఈ మూడిటి లక్షణములు చెప్పుకుంటున్నాము. శ్రద్ధగా ఇష్టముగా వినండి.

సుస్నిగ్ధ మధురాహారః
చతుర్థాంశ (1/4th) వివర్జితః,
భుజ్యతే శివసంప్రీత్యై
'మితాహారః' స ఉచ్యతే।
'ఆసనం' ద్వివిధం ప్రోక్తమ్,
'పద్మం', 'వజ్రాసనం' తథా।
ఊర్వోః ఉపరిచేత్ ధత్తే
ఉభే పాదతలే యథా
'పద్మాసనం' భవేత్ ఏతాత్, సర్వపాప ప్రణాశనమ్।

(1) సాత్వికము, మధురమైన (తక్కువ కారము, ఉప్పుగల) ఆహారము
(2) చతుర్థాంశ వివర్జితము
(పొట్టలో సగభాగము అన్నముతోను (ద్వేభాగం పూరయేత్ అన్నమ్);
- 1/4వ వంతు → జలముతోను,
- శేషించిన 1/4వ భాగము ఖాళీగా ఉంచటము).
(3) శివార్పితాహారమ్
ఈ మూడూ 'మితాహార లక్షణములుగా' చెప్పబడుచున్నది.
ఆసనము : ఆసనములు రెండు ముఖ్యమైన విధములుగా చెప్పబడు చున్నాయి (1) పద్మాసనము (2) వజ్రాసనము
పద్మాసనము = రెండు తొడల ఉపరిభాగముపై రెండు పాదములను (ఈ కాలు అటుగా, ఆ కాలు ఇటుగా - అమర్చి ఆసీనుడై ఉండటము పద్మాసనము. పద్మాసనము సర్వ పాపములను శమింపజేస్తుంది.

వామాంఘ్రి మూలకందా అధో, హి
అన్యం తదుపరి క్షిపేత్, సమ గ్రీవ శిరః కాయో
'వజ్రాసనమ్' ఇతి ఈరితమ్॥

ఎడమ మడమ (లేక) చీలమండలమును మూల కందము (మూలాధారము)పై ధరించి (నొక్కి ఉంచి), దానిపై కుడి మడమును ధరించి మెడ, శిరస్సు, శరీరములను సమముగా ధారణ చేయుటము **'వజ్రాసనము'.**

కుండల్యేన భవేత్ శక్తిః, తాంతు సంచారయేత్ బుధః
స్వస్థానాత్ ఆ భ్రువోః మధ్యం, 'శక్తి చాలనమ్' ఉచ్యతే।

శక్తి చాలనము : మౌనంగా ఉన్నట్టి 'కుండలినీ శక్తి'ని సంచారయుక్తముగా చేయుచూ దేహమును యోగమార్గంగా ఉపయోగించు విద్యను ఎరిగిన బుధులు → అందుకై యోగాభ్యాసం సూచిస్తున్నారు. మూలాధారమున నిదురిస్తు కుండలినీశక్తిని భ్రూమధ్య ప్రదేశము వరకు సంచరింపజేయు విధానము. - **'శక్తి చాలనము'** అని అనబడుచున్నది. (ఇచ్ఛా జ్ఞాన క్రియాశక్తి ఆత్మను ఏమరచి దృశ్యమునకు 'పరిమితము' అయి ఉండటమే- "నిదురించుచున్న కుండలిని")

---

02. తత్ సాధనే ద్వయం ముఖ్యమ్।
"సరస్వత్యాస్తు చాలనమ్"।
"ప్రాణరోధమథ" – అభ్యాసమ్॥
'ఋజ్వీ' కుండలినీ భవేత్।

అట్టి **'శక్తి చాలనము'** అను సాధనను నిర్వర్తించటానికి '2' ముఖ్య విధులు చెప్పబడుచున్నాయి.

(1) సరస్వతీ చాలనము (2) ప్రాణరోధమథ యోగాభ్యాసము

ఈ రెండింటిచే నిదురిస్తు కుండలినీ శక్తి ఋజు మార్గంగా చాలనము (movement) పొందగలదు.

తయోః ఆదౌ 'సరస్వత్యాః–
చాలనమ్' – కథయామితే।
'అరుంధత్యైవ' కథితా, పురావిత్భిః సరస్వతీ
యస్యాః సంచాలనే నైవ, స్వయం చలతి కుండలీ॥

మొదట 'సరస్వతీచాలనము' గురించి చెప్పుకొనెదముగాక.

'సరస్వతి చాలనము' నే **'అరుంధతీ చాలన యోగాభ్యాసము'** అని కూడా అంటారు. అట్టి 'సంచాలన యోగప్రక్రియ'చే మూలాధారంలో కునుకులు తీస్తూ ఉన్న కుండలిని స్వయముగా కదలికనుపొంది, ఊర్ధ్వగమనము ప్రారంభించగలదు.

ఇడాయాం వహతి ప్రాణే బధ్వా పద్మాసనం
దృఢం, ద్వాదశాంగుల దైర్ఘ్యం చ, అంబరః
చతురంగులమ్, విస్తీర్యతేన తత్ నాడీం
వేష్టయిత్వా తతః సుధీః।
అంగుష్ఠ –తర్జనీభ్యాం తు
హస్తాభ్యాం ధారయేత్ దృఢమ్,
స్వ శక్త్యా చాలయేత్ వామే
దక్షిణేన పునః పునః,
ముహూర్త–ద్వయ పర్యంతం
నిర్భయాత్ చాలయేత్ సుధీః।

సరస్వతీ చాలనము / అరుంధతీ చాలనము

1. పద్మాసనమును దృఢంగా ధరించి

2. ఎడమవైపుగా గల -'ఇడ' నాడియందు ప్రాణ-అపానముల స్థిరత్వముచే (ఏకత్వముచే) ప్రాణశక్తిని నిలిపి ఉంచి,

3. 12 అంగుళముల పొడవు, 4 అంగుళముల వెడల్పుగా ఈ 'ఇడ' నాడిని విస్తరింపజేసి

4. అంగుష్ఠ (బొటనవ్రేలు) - తర్జనీ (చూపుడువ్రేలు)లను బంధించి (చిన్ముద్రను గట్టిగా ధరించి)

5. స్వీయబుద్ధితో ఎడమ కుడి వైపుల నుండి - ఇడ - పింగళనాడుల మధ్య గల సుషుమ్న నాడిని 'కదలిక' భావనతో స్పృశిస్తూ

- రెండు ముహూర్తముల కాలము (12 + 12 క్షణముల = 24 క్షణముల కాలము) నిర్భయముగా కుండలినీ శక్తికి కదలికలు కలిగించటము. (క్రమంగా 68 + 68 = క్షణముల కాలము దానిని నిర్వర్తించాలి). ఇది సరస్వతీ చాలనము.

ఊర్ధ్వమ్ ఆకర్షయేత్ కించిత్
సుషుమ్నాం కుండలీ గతామ్,
తేన కుండలినీ తస్య
సుషుమ్నాయా ముఖం వ్రజేత్।
జహాతి తస్మాత్ ప్రాణో – అయం
సుషుమ్నాం వ్రజతి స్వతః।
తుందేతు తాణం కుర్యాత్ చ
కంఠ సంకోచనే కృతే,
సరస్వత్యాః చాలనేన
వక్షసశ్చ ఊర్ధ్వగో మరుత్।

- సుషుమ్ననాడి ద్వారా కుండలినీ శక్తిని ఊర్ధ్వముగా (ఆజ్ఞాచక్రము వైపుగా) ఆకర్షిస్తూ ఉండాలి.

- దీనితో కుండలినీ శక్తి సుషుమ్ననాడి యొక్క ఊర్ధ్వ - ముఖద్వారము అగు బ్రహ్మరంధ్రమును చేరుచున్నది.

- ఇట్టి సరస్వతీ చాలనయోగ ప్రక్రియచే అనగా, కుండలిని ప్రాణ-అపాన పరిధులను వదలి, సుషుమ్నను చేరినదగుచున్నదై, ఊర్ధ్వయానము ప్రారంభించి, బ్రహ్మరంధ్రమువైపుగా ఎక్కుబెట్టినదగుచున్నది.

- పైకి చేరుకున్న కుండలినిని ఆహ్వానిస్తూ తుందము (పొట్ట విభాగపు ఆకాశము నందు) తాణము (ప్రత్యుత్సాహపరచటము) నిర్వర్తించాలి. కంఠమును సంకోచింపచేస్తూ ఉండాలి. **ఈ విధమైన సరస్వతీ చాలనముచే వాయువు 'వక్షస్థలము' యొక్క ఉపరి భాగమునకు చేరగలదు.**

సూర్యేన రేచయేత్ వాయుమ్ సరస్వత్యాస్తు చాలనే।
కంఠ సంకోచనం కృత్వా, వక్షసశ్చ ఊర్ధ్వగో మరుత్।
తస్మాత్ సంచాలయేత్ నిత్యమ్ శబ్దగర్భాం సరస్వతీమ్।
తస్యాః సంచాలనేనైవ, యోగీ రోగైః ప్రముచ్యతే।
గుల్మం జలోదరః ప్లీహా
యేచ అన్యే తుంద మధ్యగాః, సర్వే తే శక్తి చాలేన
రోగా నశ్యంతి, అసంశయమ్॥

అటువంటి సరస్వతీ చాలన-అభ్యాస సందర్భములో సూర్యనాడి (పింగళ నాడి) యందు వాయురేచకము చేయాలి. కంఠమును సంకోచింప జేస్తూ ఉండగా వాయువు వక్షస్థలముయొక్క ఉపరిభాగమును చేరుచున్నది.

ఈ విధంగా నిత్యము 'శబ్దగర్భ'అగు 'సరస్వతి'ని సంచరింప జేయాలి. అట్టి సంచాలనము అభ్యసించు యోగి సర్వరోగములనుండి విముక్తికాగలడు. ప్లీహములోని దోషములు, ఉదరమునకు సంబంధించిన వ్యాధులు ఉదరములో ప్రాణ సంచాలనమగు **'సరస్వతీ చాలనము'**చే తొలగిపోగలవు. సందేహం లేదు.

03. ప్రాణరోధ మథేదానీం, ప్రవక్ష్యామి సమాసతః।
ప్రాణశ్చ దేహగో వాయుః
ఆయామః 'కుమ్భకః' స్మృతః॥
స ఏవ ద్వివిధః ప్రోక్తః, 'సహితః', 'కేవలః' తథా।
యావత్ 'కేవల' సిద్ధిస్యాత్
తావత్ 'సహితమ్', అభ్యసేత్।
(I) 'సూర్యా', (II) 'ఉజ్జాయీ' (III) 'శీతళీ' చ,
(IV) 'భస్త్రీ' చ ఏవ చతుర్థికా।
భేదైరేవ సమం కుంభో యస్యాత్ 'సహిత కుంభకః'

II. ప్రాణరోధ మథనము

ఇప్పుడు 'ప్రాణరోధ మథనము' లేక 'ప్రాణయామము' మొదలైనవాటి గురించి సంక్షిప్తంగా చెప్పుకుంటన్నాము. దేహములో వాయువుయొక్క ఉనికియే **'ప్రాణము'**. అద్దాని ఆయామము (సుస్థిరీకరణము) **'కుంభకము'** అని చెప్పబడుతోంది. దేహములో వాయు కుంభకమే ప్రాణాయామము. అట్టి కుంభకము రెండు తీరులు (1) సహితము (2) కేవలము

(1) **సహితము:** వాయు ధారణతో కూడుకొన్నట్టిది. 2. కేవలము మనస్సుతో చేసేది. **కేవల కుంభకము సిద్ధించేవరకు సహితకుంభకమును అభ్యసించాలి.**

సహిత కుంభకము 4 భేదములు కలిగియున్నది.
(1) సూర్య (2) ఉజ్జాయి (3) శీతళీ (4) భస్త్రీ
ఈ 4 కూడా సమాన కుంభక సంబంధమైనవి. ఇవి కేవలీ కుంభకమునకు మార్గములు.

(I) సూర్యభేదము
పవిత్రే నిర్జనే దేశే శర్కరాది వివర్జితే,
ధనుః ప్రమాణపర్యంతే
శీత–అగ్ని–జల వర్జితే,
పవిత్రే న అతి ఉచ్చ నీచే హి,
ఆసనే సుఖదే సుఖే,
'బద్ధపద్మాసనం' కృత్వా
సరస్వత్యాస్తు చాలనమ్।

1). సూర్యకుంభకము / సూర్యభేదము

సూర్య (సహిత) కుంభకము యొక్క అభ్యాసమును.....
- పవిత్రమైన, నిర్జన (జనులు లేని) ప్రదేశంలో
- ధనస్సు ప్రమాణము గల, ధూళి లేని పవిత్ర ప్రదేశం ఎన్నుకోవాలి. శీతలము (మంచు) - అగ్ని - జలము (తడి) ఉండనట్టిది, దుమ్ము - ధూళి ఉండనట్టి పవిత్రమైనట్టిది, మరీ ఎత్తు - మరీ పల్లము కానట్టిది అగు అట్టి ప్రదేశంలో **'బద్ధ పద్మాసనము'** అవధరించి, సుఖముగా కూర్చుని నిర్వర్తించాలి!

సరస్వతీ చాలనము అను విధానముగా అభ్యసించాలి.

దక్షనాడ్యా సమాకృష్య
బహిష్ఠం పవనగ్ం శనైః, యథేష్టం పూరయేత్
వాయుగ్ం, రేచయేత్ ఇడయా తతః।
కపాల శోధనేన అపి రేచయేత్ పవనగ్ం శనైః।
చతుష్కం వాత దోషం తు
క్రిమి దోషం నిహంతి చ।
పునః పునః ఇదం కార్యగ్ం
'సూర్య భేదమ్' ఉదాహృతమ్

బయట ఉన్న గాలిని కుడి (పింగళ) నాడిలోనికి నెమ్మదిగా చేతనయినంత సేపు పూరించాలి. ఆ తరువాత ఎడమ (ఇడ) నాడిచే రేచకము (గాలి విడువటం) చేయాలి.

- తరువాత కపాలమును శోధిస్తూ (కపాలములో వాయువు నింపి వదలుచూ) నెమ్మదిగా రేచకప్రాణాయామము నిర్వర్తించాలి.

ఇట్టి పూరక - రేచకములను గుండె, పొట్ట, కపాలములలో నిర్వర్తించుచూ అభ్యాసించుచుండగా దేహములో క్రిమిదోషములు తొలగిపోగలవు.

ఇటువంటి పూరక - రేచకములను మరల మరల అభ్యసించటమును **'సూర్యభేదము'** అని పిలుస్తున్నారు.

(II) ఉజ్జాయ కుంభకము
ముఖగ్ం సంయమ్య నాడీభ్యామ్
ఆకృష్య పవనగ్ం శనైః

(2) ఉజ్జాయ కుంభకము

నోరును మూసి ఉంచి కుడి నాడులయందు నెమ్మది నెమ్మదిగా వాయువును పూరించి (పింగళయందు గాలి పూరించి), కంఠమునుండి హృదయస్థానము వరకు సస్వనము (గాలిని నియాకము చేసి) - (పూర్వం

యథా లగతి కంఠాత్తు
హృదయావధి సస్వనమ్,
పూర్వవత్ కుంభయేత్
ప్రాణగ్ం, రేచయేత్ ఇడయా తతః॥

చెప్పినట్లుగా) ప్రాణమును కుంభకము (కదలకుండనివిధంగా) నిలిపి ఉంచి, కొంతసేపైన తరువాత ఇడనాడినుండి రేచకము(Out pushing of Air)ను నెమ్మదిగా నిర్వర్తించాలి. (Air to be slowly released through 'Ida' Naadi)

---

04. శీర్షా-ఉదిత అనల హరం,
గళ శ్లేష్మ హరం, పరమ్,
సర్వరోగ హరం పుణ్యం
దేహ - అనల వివర్థనమ్, నాడీ జల ఉదరం
ధాతు గత దోష వినాశమ్,
గచ్ఛతః తిష్ఠతః కార్యమ్-
'ఉజ్జాయ' ఆఖ్యంతు కుమ్భకమ్।

ఇట్టి కుంభకముతో కూడిన పూరక -రేచక **'ప్రాణ రోధన మధనము'** (ప్రాణాయామము) - శిరస్సులో అనలము (వాతము)ను హరింపజేస్తుంది. శ్లేష్మమును తొలగించగలదు. దేహములోని అనేక రోగములను పారద్రోలగలదు. దేహములో జఠరాగ్ని తేజోమయము, ఉత్సాహవంతము అవుతుంది. నాడీజలమును తొలగించి ఉదర సంబంధమైన ధాతు దోషములు తొలగిస్తుంది

ఇది ఉజ్జాయ కుంభకము : కొంత అభ్యాసము తరువాత, ఇది నడుచుచూ నిలబడి, ఆయా పనులు నిర్వర్తిస్తూ కూడా అభ్యాసము చేయవచ్చును.

(III) <u>శీతలీ కుంభకము</u>

జిహ్వయా వాయుమ్ ఆకృష్య
పూర్వవత్ కుమ్భకాత్ అను,
శనైస్తు ఘ్రాణ రంధ్రాభ్యాగ్ం
రేచయేత్ అనిలగ్ం సుధీః।
గుల్మ ప్లీహ - ఆదికాన్ దోషాన్
క్షయం పిత్తం జ్వరం తృషామ్।
విషాణి శీతహృత్ నామ
కుంభకోఽయం నిహంతి చ।

(3) శీతళీ (లేక) శీతాహృత్ కుంభకము (లేక) శీత హరకుంభకము

నాలుకతో గాలిని ఆకర్షించి, నోరుమూసి, నోటిలోను- కంఠములోను కుంభకము (Holding Air constantly) నిర్వర్తించి, అటు తరువాత నెమ్మదిగా ముక్కుపుటములతో వదలటము.

ఇట్టి అభ్యాసము - గుల్మ (పొత్తి కడుపు) - ప్లీహము మొదలైనచోట్ల గల దోషములను, పిత్తదోషములను, జ్వరమును నివర్తింపజేయగలదు.

ఇది శీతళీ (లేక) శీతహృత్ కుంభకము. 'శీతహర కుంభకము' అని కూడా అంటారు.

'శీత హృత్' కుంభకము వలన సర్వ విషదోషములు తొలగగలవు.

(IV) <u>భస్త్రీ కుంభకము</u>

తతః పద్మాసనం బధ్వా
సమ గ్రీవ-ఉదరః సుధీః,
ముఖగ్ం సంయమ్య
యత్నేన ప్రాణం
ఘ్రాణేన రేచయేత్।
యథా లగతి కంఠాత్తు
కపా లే సస్వనం తతః
వేగేన పూరయేత్, కించిత్
హృత్ పద్మావధి మారుతమ్।
పునః విరేచయేత్,
తద్వత్ పూరయేచ్చ పునః పునః।

4. భస్త్రీ కుంభకము-వేగవంతంగా రేచక పూరకములు

(1) రేచకము - గాలి వదలటము

- పద్మాసనమును అవధరించి,
- గ్రీవమును (కంఠమును) ఉదరమును (పొట్టను) సమముగా (నిట్టనిలువుగా) ధరించి,
- నోటిని మూసి ఉంచి,
- ప్రయత్న పూర్వకంగా ఘ్రాణము (ముక్కు)తో వాయువును రేచకము చేయాలి.

(2) పూరకం - గాలిని లోనికి పీల్చటం

కంఠమునుండి కపాలము వరకు సస్వనముగా(In a Rythmic manner) వేగముగా గాలిని పూరించటము. అనగా, హృదయ పద్మమున ఉన్న గాలిని కంఠము ద్వారా కపాలము స్పృశించువరకు వేగముగా పూరించటము.

ఈ విధంగా, ముందుగా **రేచకము**, ఆ తరువాత **పూరకము** నిర్వర్తించాలి. ఇట్లు మరల మరల రేచక-పూరకములను నిర్వర్తించాలి. (రేచకం= ముఖంలో గాలి సంయమిస్తూ, ముక్కు నుండి గాలి వదలటం, పూరకం= కంఠకపాలములలో గాలిని నింపటము. కంఠమును కించిత్ సంకోచింప జేస్తూ హృదయము నుండి కపాలమును స్పృశిస్తూ కపాలాకాశంలో మౌనానందమును ఆస్వాదిస్తూ, ఉండటము. అటు తరువాత రేచకం ముక్కు ద్వారా గాలిని వదలటము/రేచకించటము)

యథైవ లోహకారాణాం 'భస్త్రా' – వేగేన చాల్యతే,
తథైవ స్వ–శరీరస్థం, చాలయేత్ పవనగ్ం శనైః।
యథా శ్రమో భవేత్ దేహే, తథా సూర్యేణ పూరయేత్।
యథా ఉదరం భవేత్ పూర్ణమ్, పవనేన తథా లఘు,
ధారయత్ నాసికా మధ్యం, తర్జనీభ్యాం వినా దృఢమ్,
కుంభకమ్ పూర్వవత్ కృత్వా
రేచయేత్ ఇడయా అనిలమ్।

కమ్మరి ఏ విధంగా కొలిమితిత్తి నుండి కొలిమిలోనికి గాలిని వేగముగా వదలుతారో, అదే విధంగా స్వశరీరంలో సంచరించుచున్న వాయువును నెమ్మదిగా ప్రారంభించి వేగంగా చలింపజేయాలి. (చాలనం చేయాలి)

ఎంతవరకైతే దేహము శ్రమ అవధరించగలదో, (భరించగలదో) అంతవరకు సూర్యనాడి (పింగళి)ని పూరించి ఉంచాలి.

ఉదరమును గాలితో నింపి, తేలికగా ధారణ చేయగలిగినంతసేపు నాసిక మధ్యమున గాలిని నిలిపి, తర్జనుల రెండిటినీ (చూపుడు వ్రేళ్ళను) వదలుగా ఉంచి పూర్వమువలె కుంభకము చేసి ఇడచే గాలిని వదలాలి.

కంఠోత్థితా అనలహరగ్ం, శరీరాగ్ని వివర్ధనమ్।
కుండలీబోధకం, పుణ్యం।
పాపఘ్నగ్ం శుభదమ్ సుఖమ్।
బ్రహ్మనాడీ ముఖాంతస్థ
కఫాది యత్ గళనాశనమ్,।
గుణత్రయ సముద్భూత
గ్రంథిత్రయ విభేదకమ్, విశేషేణైవ కర్తవ్యం
భస్త్రాఖ్యం కుంభకం తు ఇదమ్।

భస్త్రీ కుంభక ప్రయోజనములు: కంఠములో చెడు గాలిని బయల్వెడలించునది; శరీరములో వాతమును తొలగిస్తూ అగ్నిని వృద్ధిని చేయగలదు. కుండలినిని బోధకముగా (సముత్సాహముగా) చేయగలదు. పాప భావములను తొలగించునది; పుణ్యభావములు కలిగించునది; శుభప్రదమైనది; సుఖదాయకమైనది; బ్రహ్మనాడి, ముఖము మొదలైన ప్రదేశములలో కఫము తొలగించి నిర్మలము చేయునది; సత్వ-రజో-తమో త్రిగుణముల వలన కలుగు విష్ణు-బ్రహ్మ-రుద్ర గ్రంథులను ఛేదించునది- అగు **భస్త్రీ కుంభకమును** విశేషంగా అభ్యసించటము - యోగికి సదభ్యాసము, అత్యంత శ్రేయోదాయకము కూడా!

---

05. చతుర్ణామపి భేదానాం
'కుమ్భకే' సముపస్థితే,
బంధత్రయం ఇదం కార్యం
యోగిభిః వీతకల్మషైః।
ప్రథమో → 'మూలబంధస్తు',
ద్వితీయో → 'ఉడ్డీయణాభిధః'।
'జాలంధరః' తృతీయస్తు। తేషాం లక్షణమ్ ఉచ్యతే।
అధోగతిం అపానంవై, ఊర్ధ్వగ్ం కురుతే బలాత్
ఆకున్చనేన తం
ప్రాహుః "మూలబంధో" అయమ్ ఉచ్యతే।
అపానే చ ఊర్ధ్వగే యాతే, సంప్రాప్తే వహ్నిమండలే,
తతో అనలశిఖా దీర్ఘా, వర్ధతే వాయునా హతా।।

పైన చెప్పిన (1) సూర్యా (2) ఉజ్జయీ (3) శీతళీ (4) భస్త్రీ - ఈ నాలుగు రకములైన కుంభకములను నిర్వర్తిస్తూ ఉండగా, ఆయోగి కల్మషములను తొలగించుకొనుచూ, క్రమంగా త్రిబంధములకు సంసిద్ధమగుచున్నాడు.

బంధత్రయము

(1) మూలబంధము (2) ఉడ్డీయాణము (3) జాలంధరము. ఈ '3' బంధముల లక్షణములు ఈవిధంగా చెప్పబడుచున్నాయి.

మూలబంధము : అధోగతి (క్రిందకు వెళ్ళు ధర్మముగల) అపాన వాయువును బలవంతముగా ఊర్ధ్వముగా (పైకి) అకుంచనము (ఈడ్చుకు రావటము) మూలబంధము.

అపానము ఊర్ధ్వంగా వచ్చుచుండగా, వాయువుతో కూడిన 'అగ్నిశిఖ' (తేజోతత్త్వము)ను స్పృశిస్తోంది. అట్టి తేజోమండలము దేహములో (అపాన) వాయు స్పర్శచే ప్రవృద్ధమగుచున్నది.

తతో యాతౌ వహ్న్యపానౌ
ప్రాణమ్ → ఉష్ణస్వరూపకమ్,
తేన అత్యంత ప్రదీప్తేన
జ్వలనో దేహజః తథా।
తేన కుండలినీ సుప్తా
సంతప్తా సమ్ప్రబుధ్యతే।
దండాహత భుజంగీ వ
నిశ్వస్య ఋజుతాం
వ్రజేత్।

క్రమంగా అగ్ని - అపానములు ఉష్ణస్వభావము కలిగియున్న ప్రాణమును కలియనారంభిస్తాయి. అట్టి ప్రాణ - అపానముల పరస్పర సంయోగస్పర్శచే దేహములో అంతటా అగ్ని ప్రజ్వలితమై, దేహము ప్రకాశవంతము కాగలదు.

అట్టి ప్రజ్వలనము యొక్క ప్రభావంచేత నిద్రాముద్రతో సుప్తమైయున్న కుండలినీ శక్తి సంతప్తమై మేలుకొనుచున్నది.

కర్రదెబ్బ తిన్న ఆడ త్రాచువలె తీవ్ర శ్వాసలతో బుసలు కొడుతూ మెలికెలు తిరిగియున్న కుండలినీ శక్తి → ఋజుత్వము (Stright Forwardness) పొందసాగుతుంది.

బిలప్రవేశతో యత్ర బ్రహ్మనాడి అంతరం వ్రజేత్।
తస్మాత్ నిత్యం 'మూలబంధః'
కర్తవ్యో యోగిభిః సదా।
కుంభకాన్తే – రేచక ఆదౌ
కర్తవ్యస్తు 'ఉడ్డీయాణకః'।
బంధో యేన సుషుమ్నాయాః
ప్రాణస్తు ఉడ్డీయతే యతః, తస్మాత్ ఉడ్డీయాణాఖ్యో
అయం యోగిభిః సముదాహృతః॥

బిల ప్రవేశం చేసే పామువలె బ్రహ్మ బిలప్రవేశమునకై శీర్షమునగల బ్రహ్మనాడివైపుగా అంతరయానము పొందుచున్నది.

అందుచేత యోగి అయినవాడు ఎల్లవేళలా మూలబంధము తప్పక నిర్వర్తించతగినది.

ఉడ్డీయాణము : ఇది కుంభకము ముగియుచూ - రేచకము ప్రారంభమగు స్థానమున నిర్వర్తించు యోగాభ్యాసము. ఇట్టి ఉడ్డియాణ అభ్యాసముచే సుషుమ్ననాడి నుండి ప్రాణశక్తి పైకి లేచుచుండటంచేత ఈ పేరు వచ్చింది. యోగులచే స్వానుభవమై ఈ ఉడ్డీయాణము ఈ క్రిందివిధంగా వర్ణితమై చెప్పబడుచున్నది.

---

06. **సతి వజ్రాసనే పాదౌ, కరాభ్యాం ధారయేత్ దృఢమ్।**
గుల్ఫదేశ సమీపే చ కందం తత్ర ప్రపీడయేత్।
పశ్చిమం తాణమ్ ఉదరే
ధారయేత్ హృదయే గళే।
శనైః శనైః యదా ప్రాణః
తుంద సంధిం నిగచ్ఛతి।
తుంద దోషం వినిర్ధూయ
కర్తవ్యగ్ం సతతం శనైః।

'వజ్రాసనము' ధరించి - పాదములను చేతులతో దృఢంగా పట్టుకొని ధారణ చేయాలి.

చీల మండలముతో కందస్థానమును (ఆసనస్థానమును) నొక్కిపట్టి ఉంచాలి.

పశ్చిమ తాణము (పొత్తికడుపు)ను ఉదరమువైపుగా నిలుపుకొని, హృదయమును ధారణగా నిలిపి ఉంచాలి.

ఎప్పుడైతే నెమ్మది నెమ్మదిగా ప్రాణశక్తి పొట్టయొక్క సంధి ప్రదేశము నుండి ఊర్ధ్వముగా బయల్వెడలుచున్నదో, పొట్టలోని దోషములు వాయు ప్రసరణముచే తొలగిపోతాయి. అందుచేత అట్టి ప్రాణసంచాలనమును నెమ్మదిగా సుదీర్ఘకాలం నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి.

<u>**జాలంధర బంధము**</u>

పూరకాంతేతు కర్తవ్యో
బంధో జాలంధరాభిదః।

జాలంధరము : పూరకముయొక్క అంతమునందు (ముగిసిన తరువాత), ఇంకనూ రేచక- ప్రారంభము కానట్టి స్థానములో 'జాలంధరము' అనబడు యోగమును యోగులు ధారణగా ఆశ్రయిస్తు న్నారు. పూరక-రేచకముల లయస్థానంలో ధ్యాసను నిలుపుచున్నారు.

కంఠ సంకోచ రూపోఽసౌ
వాయుమార్గ నిరోధకః
అధస్తాత్ కుంచనేనాశు
కంఠ సంకోచనే కృతే।
మధ్యే పశ్చిమ తాణేన స్యాత్
ప్రాణో బ్రహ్మనాడిగః।
పూర్వోక్తేన క్రమేణైవ
సమ్యక్ ఆసనం ఆస్థితః,
చాలనం తు సరస్వత్యాః
కృత్వా,....ప్రాణం నిరోధయేత్।

అట్టి జాలంధరము కంఠమునందు వాయుసంకోచ రూపమునకు సంబంధించినది. వాయువుయొక్క మార్గమును నిరోధించు యోగాభ్యాసము. కొంచము క్రింద వైపుగా కంఠమును కుంచింప జేయుటచే, మధ్యే మార్గముగా ప్రాణశక్తి బ్రహ్మనాడిని నిరాఘాతముగా చేరటము జరుగగలదు.

ఇతఃపూర్వం చెప్పిన తీరుగా (క్రమముగా)

→ శిరస్సు, మెడ, ముఖము నిశ్చలముగా, నిలువుగా నిలిపి,

→ సరస్వతీ చాలనము చేస్తూ

→ ప్రాణ ప్రసరణమును నిరోధనము (Control and wel conditioning) చేయాలి. ప్రాణశక్తిని సూటిగా బ్రహ్మరంధ్రమువైపుగా ప్రసరించునట్లుగా బుద్ధితో అభ్యసించాలి.

ప్రథమే దివసే కార్యం,
కుమ్భకానాం చతుష్టయమ్।
ప్రత్యేకం దశసంఖ్యాకం, ద్వితీయో పంచభిః తథా।
వింశతి అలం తృతీయేఽహ్ని
పంచ వృద్ధ్యా దినే దినే,
కర్తవ్యః కుమ్భకో నిత్యం
బంధత్రయ సమన్వితః,

యోగాభ్యాసము ప్రారంభించువాడు **మొదటిరోజు** - 4 కుంభకములు, **రెండవరోజు** - 5 కుంభకములు 2 సార్లు = 10 కుంభకములు, **మూడవరోజు** - 20 సార్లు అభ్యసించాలి. అంతకుమించి కుంభకములు చేయనక్కర్లేదు.

పై విధానంగా రోజు రోజుకు '5' కుంభకములను పెంచుకుంటూ పోవచ్చు.

ఈ విధంగా కుంభక ప్రాణాయామమును '3' బంధకములను (పైన చెప్పిన త్రిబంధములను) నిత్యము చేస్తూ ఉండాలి.

విఘ్నములు

దివాసుప్తిః నిశాయాంతు
జాగరాత్ అతిమైథునాత్,
బహుసంక్రమణం నిత్యగ్ం
రోధాత్ మూత్ర పురీషయోః,
విషమా - అశన దోషాచ్చ
ప్రయాస ప్రాణ చింతనాత్,
శీఘ్రం ఉత్పద్యతే రోగః
స్తంభయేత్ యది సంయమీ
"యోగాభ్యాసేన మే రోగ ఉత్పన్న"–
ఇతి కథ్యతే।
తతో అభ్యాసం త్యజేత్
ఏవం "ప్రథమం విఘ్నమ్" ఉచ్యతే॥

విఘ్నములు

కొందరు యోగాభ్యాసకులు ప్రారంభదశలో విఘ్నములు ఎదుర్కొనుచున్నారు.

మొదటి విఘ్నము

→ పగటి నిద్ర
→ రాత్రి జాగరణము.
→ అనేక పిచ్చి ఆలోచనలు. మనస్సు క్షణ క్షణ చాంచల్యము
→ మూత్ర పురీషములు అధిక/అల్పత్వములు
→ సరిగ్గా ఆహారం రుచించకపోవటం
→ అలసట s
→ కొన్ని రోగాలు మొదటికొస్తున్నాయని అనిపించటము
→ ఒంటి నొప్పులు

ఇవన్నీ మానసిక రుగ్మతలు. యోగాభ్యాసి ఓర్పు, పట్టుదల కలిగి ఉండాలి. అల్పభావములు దరిజేయనీయకుండా ఎదుర్కోవాలి. తితిక్ష అభ్యసించాలి.

....ఈ విధంగా చెప్పుకొని యోగాభ్యాసం నుండి కొందరు విరమిస్తూ ఉంటారు. అందుచేత **ఇవన్నీ మొట్టమొదట వచ్చిపడే విఘ్నములుగా చెప్పబడుచున్నాయి.**

---

07. ద్వితీయగ్ం సగ్ంశయాఖ్యం చ।
తృతీయంచ ప్రమత్తతా।
ఆలస్యాఖ్యన్ చతుర్థం చ,
నిద్రారూపం తు పంచమమ్।
షష్ఠం తు విరతి।
భ్రాంతిః సప్తమమ్ పరికీర్తితమ్।
విషమం చ అష్టమం చైవ
అనాఖ్యం నవమగ్ం స్మృతమ్।
అలబ్ధిః యోగతత్త్వస్య
దశమం ప్రోచ్యతే బుధైః॥
ఇతి ఏతత్ విఘ్న దశకం।
విచారేణ త్యజేత్ బుధః॥

'2'వ విఘ్నము → సంశయించటం (Getting Doubts) (ఇట్లా అవుతోందేం? అట్లా అవదేం? వేలాదిమందిలో ఒక్కొక్కడికేగా సిద్ధించేది? నాకు, ఇటువంటి వాడికి సిద్ధిస్తుందా? అబ్బే! - అనే అనుమానాలు).
'3'వ విఘ్నము → ప్రమత్తత (Dullness, Gloomyness)
'4'వ విఘ్నము → ఆలస్యము (బద్ధకము Lazyness)
'5'వ విఘ్నము → నిద్ర
'6'వ విఘ్నము → ప్రయత్నము మానివేసి తదితర విషయములవైపు, లౌకిక సందర్భములవైపు మరలటము.
'7'వ విఘ్నము → భ్రాంతి, భ్రమలు చెందటం.
'8'వ విఘ్నము → విషమము. సమత్వం కోల్పోవటం
'9'వ విఘ్నము → తెలివి తక్కువగా ఉండటం. అర్థం చేసుకోలేకపోవటం.
'10'వ విఘ్నము → యోగసిద్ధి లభించకపోవటము. ఎన్నాళ్ళురా? అని వేసటపడటం.

ఈ 10 విఘ్నములను విచారణ (పరిశీలన Analysing) ద్వారా త్యజించివేయాలి - అని బుధులు గుర్తు చేస్తున్నారు. పట్టుదల గలవాడు వీటన్నిటినీ జయిస్తున్నాడు.

ప్రాణాభ్యాసః తతః కార్యో
నిత్యగ్ం సత్యాస్థయా ధియా।
సుషమ్నా లీయతే చిత్తం
న చ వాయుః ప్రధావతి।
శుష్కే మలే తు చ
యోగీస్యాత్ గతిః చాలితా తతః।
అధోగతిం అపానం వై
ఊర్ధ్వగం కురుతే బలాత్।
ఆకుఞ్చనేన తం ప్రాహుః
'మూలబంధో' అయం ఉచ్యతే।

నిత్యము ప్రాణాభ్యాసమును **'సత్యమైన ప్రయోజనకారి' అనుభావనతో నిర్వర్తించాలి. బుద్ధిపూర్వకంగా అభ్యాసము చేయాలి.**

అప్పుడు చిత్తము క్రమంగా జగత్ విషయముల నుండి వెనుకకు మరలి, 'సుషుమ్న'యందు లీనము కాగలదు. ఇక ప్రాణవాయువులు తమ స్వభావమగు చంచలత్వము వదలి, నిశ్చలత్వమును సంతరించుకోగలవు. ప్రాణాయోగాభ్యాసముచే-దేహములోని మలిన పదార్థములన్నీ శుష్కిస్తాయి. వాయుగతి అడ్డంకులు తొలగుచుండగా చాలితము (Actively) అగుచున్నది. బుద్ధి సునిశితము కాసాగుచున్నది.

క్రిందకు ప్రసరణము పొందుచున్న అపానవాయువు బలవంతముగా ఊర్ధ్వత్వమును ఇచ్ఛాపూర్వకంగా పొందింపజేయటమే **మూలబంధము.**

అపానశ్చ ఊర్ధ్వగో భుత్వా
వహ్నినా సహ గచ్ఛతి।
ప్రాణస్థానం తతో వహ్నిః,
ప్రాణ-అపానౌ చ సత్వరమ్।
మిళిత్వా 'కుండలీం' యాతి।
ప్రసుప్తా కుండలాకృతిః।
తేన అగ్నినా చ సంతప్తా
పవనేనైవ చాలితా, ప్రసారస్య స్వశరీరస్య
సుషుమ్నా వదనాంతరే।

ఆ విధమైన 'మూలబంధనము' చే అపానవాయువు ఊర్ధ్వత్వం పొంది క్రమంగా దేహములో ఉన్న అగ్నితో ఏకమగుచున్నది.

అపాన - అగ్ని తత్త్వములు కలిసి ప్రాణముతో సంయోగము చెందుచున్నాయి.

ప్రాణ - అపానములు మిళితము అయి కుండలినీ శక్తిని సమీపిస్తున్నాయి.

నిద్రాముద్ర వహించిన కుండలినీశక్తి కుండలి (చెవికుండలి) ఆకృతి వహించి ఉంటుంది. అట్టి కుండలిని ప్రాణ - అపానముల వెంటనంటి సమీపించిన అగ్నిచే సంతప్తమై వాయువుచే చాలితమై (కదల్చబడి) యోగియొక్క స్వశరీరములో ఊర్ధ్వంగా ప్రసారముపొంది సుషుమ్ననాడి యొక్క ముఖద్వారంలో ప్రవేశించుచున్నది.

బ్రహ్మగ్రన్థిం-తతోభిత్వా రజోగుణ సముద్భవమ్।
సుషుమ్నా వదనే శీఘ్రం,
విద్యుల్లేఖేవ సగ్ంస్ఫురేత్।
విష్ణుగ్రంథిం ప్రయాతి ఉచ్చైః
సత్వరగ్ం హృదిసగ్ంస్థితా!

అప్పుడు సుషుమ్నద్వారా ముందుకు వెళ్ళి రజోగుణముచే ఉద్భవమైన (నాభిస్థాములోని/నాభికమలములోని) బ్రహ్మగ్రంథిని ఛేదిస్తూ ఉంటుంది. సుషుమ్నయొక్క ముఖప్రదేశము శీఘ్రంగా 'విద్యుల్లత' వలె ప్రకాశమానమై ఉండసాగుచున్నది.

అప్పుడు హృదయంలో సంస్థితమైయున్న (బిగుసుకుపోయి ఉన్న) సత్వగుణముచే జనించే విష్ణుగ్రంథిని కుండలినీ శక్తి ఛేదించి మరికొంత ఊర్ధ్వమునకు ప్రయాణించసాగుతోంది.

---

08. ఊర్ధ్వం గచ్ఛతి యత్ చ అస్తే,
రుద్రగ్రంథిం తత్ ఉద్భవమ్,
భృవోర్మధ్యంతు సంభిద్య
యాతి శీతాంశు మండలమ్।
అనాహతాఖ్యం యత్ చక్రం
దళైః షోడశభిర్యుతమ్।
తత్ర శీతాంశు సంజాతం
ద్రవగ్ం శోషయతి స్వయమ్।

ఇకప్పుడు కుండలినీశక్తి విష్ణుగ్రంథిని అధిగమించి రుద్రగ్రంధి ఉన్నచోట ప్రవేశము పొందుచున్నది.

(తమో గుణాధికృత్వా) రుద్రగ్రంధిని కూడా అధిగమించి భ్రూమధ్య స్థానములో ప్రవేశిస్తోంది. భ్రూమధ్య - ఆకాశమును కూడా ఛేదించి శీతాంశుమండలము (చంద్రమండలము) చేరుచున్నది.

షోడశదళములు (16 దళములు)గల కపాలముచుట్టూ వ్యాపించి ఉన్న 'అనాహత' అనబడే చక్రములో ప్రవేశిస్తోంది. అక్కడ చంద్రమండలము నుండి ద్రవిస్తున్న చంద్ర ద్రవమును స్వయముగా శోషింపజేస్తున్నది.

చలితే ప్రాణ వేగేన, రక్తం పిత్తం రవేః గ్రహాత్।
యాత ఇందు చక్రం యత్రాస్తే
శద్ధ శ్లేష్మ స్రవాత్మకమ్।
తత్ర సిక్తం గ్రసతి ఉష్ణం
కథగ్ం శీతస్వభావకమ్।
తథైవ రభసా శుక్లం
చంద్ర రూపగ్ం హి తప్యతే।

ప్రాణవేగముచే చలించుచూ రవి మండలములోని వేడిని గ్రహిస్తూ రక్తమును పిత్తముగా మార్చుచూ ఉంటుంది.

ఎక్కడ చంద్ర చక్రము (ఇందు మండలము) ఉన్నదో, అద్దాని అట్టి శుద్ధ శ్లేష్మముచే సిక్తమైన (నిండిఉన్న) దానిని ఉష్ణ స్వరూపముతో పొడిగా చేయుచున్నది.

అప్పుడు తెల్లటి రంగుతో ఉండే చంద్రమండల (బింబ) రూపము ఎర్రగా మార్పు పొందసాగుచున్నది.

ఊర్ధ్వం ప్రవహతి క్షుబ్ధం
తథైవం భ్రమతేతరామ్।
తస్యాః స్యాత్ అవశాత్ చిత్తం
బహిష్ఠం విషమేషు యత్।
తదేవ, పరమం భుక్త్వా
స్వస్థస్య ఆత్మరతోయువా।
ప్రకృత్యష్టక (ప్రకృతి-అష్టక) రూపన్చ
స్థానం గచ్ఛతి కుండలీ।

ఆ శుక్లవర్ణ చంద్రాకాశము క్షుబ్ధమై (క్షోభింపబడినదై) భ్రమతము (సుడివలె తిరగటం) ప్రారంభిస్తోంది. విషమత్వముల నుండి బహిర్గతమైన చిత్తము అట్టి సుడులకు చిక్కక బహిర్గతమైనదై ఉంటోంది.

అట్టి నిర్మల రసమును సునిర్మల చిత్తముతో ఆస్వాదించి, ఆ యోగి స్వస్థుడై ఆత్మయందు వాటినన్నిటినీ రమించువాడై ఉంటున్నాడు.

ఈ కుండలిని అష్ట విధ ప్రకృతి **(భూమి - ఆపః - అనలః - వాయుః - ఆకాశో - మనో - బుద్ధి - అహంకార రూపి)** అయి, తత్-తత్ స్థానము పొందుచున్నది. తనయందు వాటినన్నిటినీ ఏకము చేసివేసుకొనుచున్నది.

క్రోడీకృత్య శివం యాతి **క్రోడీకృత్య విలీయతే।** **ఇతి అధ–ఊర్ధ్వ రజః శుక్లగ్ం** **శివే తదను మారుతః॥** **ప్రాణ అపానౌ సమౌ యాతి** **సదా జాతౌ తథైవ చ॥**	కుండలినీ శక్తి తనయొక్క అష్టవిధ ప్రకృతిని క్రోడీకరించుకొని శివస్థానమును చేరుచున్నది. తనకు తాను క్రోడీకరించుకొని **శివస్థానమునందు విలీనమగుచున్నది.** అనగా, తానే జీవస్వరూపమును అధిగమించివేసి శివస్వరూపమును సంతరించుకుంటోంది. ఇంకాకూడా, క్రిందికి - పైకి రజస్సు కారణంగా శుక్లమైయున్న ప్రాణశక్తి (గాలి) శివస్థానం నందు చేరుచున్నది. ప్రాణ - అపానములు సమత్వము పొంది కుండలినిని అనుసరించినవై ఉంటున్నాయి. కుండలినీతోబాటే "విశ్వప్రాణత్వము"ను సంతరించుకుంటున్నాయి.
భూతే అల్పే చ, అపి అనల్పే వా **వాచకే త్వతి వర్ధతే।** **ధావయతి అఖిలా వాతా** **అగ్ని మూషా హిరణ్యవత్।** **అధి భౌతిక దేహస్తు** **అధి దైవిక విగ్రహే।** **దేహో అతి విమలం యాతి చ** **అతివాహికతామి యాత్॥**	అట్టి వారి వాచకము అల్పము అయినా, అనల్పము అయినా కూడా (కొంచము అయినా మిక్కిలి అయినా కూడా) భౌతికరూపంగా వర్ధిల్లసాగుతుంది. వాక్సుద్ధి వారికి కలుగుతుంది. 'అగ్నిమూష'లో బంగారు లోహము విషయములో జరుగువిధంగా వాయువు అంతటా బయల్వెడలుచున్నది. **అధి భౌతిక దేహము** (The sense Partaining to physical body) **- కాస్తా అధి దైవిక విగ్రహము'నందు కరిగిపోవుచున్నది. అధిభౌతిక దేహము అత్యంత నిర్మలమై,....అతివాహికత్వమును సంతరించు కొనుచున్నది.**
09. **జాడ్య భావ వినిర్ముక్తమ్** **అమలం చిన్మయాత్మకమ్।** **తస్య '<u>అతివాహికం</u>' ముఖ్యగ్ం** **సర్వేషాం తు మదాత్మకమ్।** **జాయా భవ వినిర్ముక్తిః** **కాలరూపస్య విభ్రమః।** **ఇతి తగ్ం స్వస్వరూపా హి** **మతీ <u>రజ్జు – భుజంగవత్।</u>** **మృషైవ ఉదేతి సకలం, మృషైవ ప్రవిలీయతే।** **రౌప్య బుద్ధిః శుక్తకాయాగ్ం** **స్త్రీ పుగ్ంసోః భ్రమతో యథా।**	జాడ్యభావన మొదలంట్లా తొలగిపోయినట్టిది, మల (దోష) రహితమైనట్టిది, కేవల ఎరుక - చిన్మయాత్మకమైనది - అగు **అతివాహికదేహమే సర్వజీవులకు ముఖ్యదేహము.** అంతేగాని ఆది భౌతిక దేహము ముఖ్యదేహము కాదు. "జీవుల పరస్పర జాయా (భార్య) ఇత్యాది భవరోగము, తొలగాలి కదా?" -అను సంసార భావనాక్రమమంతా కాల స్వరూప మార్పు చేర్పుల **విభ్రమము.** ఇటువంటివన్నీ కూడా రజ్జువుపై సర్పము ఆపాదించబడిన తీరుగా - **స్వస్వరూపాత్మపై ఆపాదించబడుచున్న అల్ప భావపరంపరలు.** **ఈ దృశ్య జగత్ వ్యవహారమంతా మృషము (భ్రాంతి) వలననే - పుట్టటము - లయించటము జరుగుచున్నది.** ముత్యపుచిప్పలో 'వెండి ఉన్నది' అను భ్రమవంటిదే స్త్రీ-పురుష భేదముతో కూడిన ఈ జగత్ భ్రమ. అజ్ఞాన దృష్టిచే ఉన్నది. విజ్ఞాన దృష్టిచే **లేనిది** అగుచున్నాయి.
పిణ్డ బ్రహ్మాండయోః ఐక్యం **లిఙ్గత్ సూత్రాత్ మనోః అపి,** **స్వాభావ వ్యాకృతయోః (అకృతయోః) ఐక్యగ్ం** **స్వప్రకాశ చిదాత్మనోః।**	పిండాండము - బ్రహ్మాండము-లింగ శరీరము - సూత్రాత్మ....ఇటువంటి సర్వభేదములు కూడా **స్వభావము - వ్యాకృతము - అనుభేదశబ్దముల వంటివే.** యోగాభ్యాసిపట్ల-ఇవన్నీ కూడా 'స్వప్రకాశచిదాత్మ'తో ఐక్యము పొందుచున్నాయి. అవన్నీ 'అనన్యము'ను సంతరించుకుంటున్నాయి.
శక్తిః కుండలినీ నామ, బిసతంతు నిభా శుభా। **మూలకందం ఫణాగ్రేణ** **దష్ట్వా కమల కందవత్।** **ముఖేన పుచ్ఛగ్ం సంగృహ్యా** **బ్రహ్మరంధ్ర సమన్వితా**	ఒక తామరతూడులో తంతువు (సన్నటి దారము) ఉన్న రీతిగా ఈ దేహములో కుండలినీశక్తి ప్రదర్శితమై ఉన్నది. శుభప్రదమైనది. ఒక కమలము తనయందు కందమును ధరించినదై ఉన్న తీరుగా కుండలినీశక్తి పడగవలె మూలాధారములో ఉన్నది. **ముఖము మూలాధారంలోను, తోక బ్రహ్మరంధ్రముతోను కూడినదై ఉన్నది.**
పద్మాసనగతః స్వస్థో **గుదమ్ ఆకుంచ్య సాధకః,** **వాయుమ్ ఊర్ధ్వగతం కుర్వన్** **కుమ్భక ఆవిష్ట మానసః।**	యోగాభ్యాసి (యోగసాధకుడు) పద్మాసనమును వైచుకొని, మనస్సును స్వస్థతగా ఉంచి, గుదస్థానమును (మూలాధారస్థానమును) కుంచింపజేసి, ప్రాణవాయువును ఊర్ధ్వగతం చేస్తూ కుంభకయోగాభ్యాసము చేస్తున్న మనస్సు కలవాడై సాధన చేయును గాక.

వాయుః ఆఘాతవశాత్ అగ్నిః
స్వాధిష్ఠానగతో జ్వలన్
జ్వలన ఆఘాత పవనా
ఆఘాతో రున్నిద్రితో ఽ హిరాట్।
బ్రహ్మగ్రంథిం తతో భిత్వా, (భి సత్త్వతః)
విష్ణుగ్రంథిం భినత్తి అతః,
రుద్రగ్రంథిం చ భిత్త్వైవ-
కమలాని భినత్తి షట్।
సహస్ర కమలే శక్తిః
శివేన సహమోదతే।
సైవ అవస్థా పరా జ్ఞేయా
సైవ నిర్వృతికారణి। ఇతి॥

<u>యోగాభ్యాసియొక్క స్వకీయయానము:</u> వాయువు యొక్క ఆఘాతము (వేగము, సంఘాతము)చే స్వాధిష్టానములోగల జ్వలిస్తున్న అగ్నిస్థానమును కుండలినీ యోగాభ్యాసి చేరుచున్నాడు.

ఆ సాధకుడు క్రమక్రమంగా (1) అగ్ని ఆఘాతము (2) వాయు-ఆఘాతము - ఈ రెండిటిచే **సర్పరాజు (కుండలినీశక్తి)ని మేలు కొలుపుచున్నాడు.**

మరికొంత క్రమంగా కుండలినీశక్తిని అనుసరిస్తూ 'బ్రహ్మగ్రంథి'ని సమీపించి, సముత్సాహపూర్వకమైన **కుండలినీశక్తితో ఆ బ్రహ్మగ్రంథిని ఛేదించుచున్నాడు.** ఆతరువాత విష్ణుగ్రంథిని, క్రమంగా రుద్రగ్రంథిని ఛేదించి వేయుచున్నాడు. అటు తరువాత షట్కమలమును కూడా భేదనము చేయుచున్నాడు.

అప్పుడిక ఆ యోగాభ్యాసి సహస్రకమల శక్తిమంతుడై (సహస్ర శీర్షా పురుషః, సహస్రాక్షః సహస్రపాద్, సభూమిమ్ విశ్వతో వృత్వా) - శివభగవానునితో కూడి ఆనందించుచున్నాడు. **సమస్తమునందు తానై, తనయందే సమస్తమై సమస్తము తానే అయి వెలుగొందుచున్నాడు.**

- అట్టి స్థితి పరాజ్ఞేయమైనది. నిర్వృతి (సర్వము జయించినట్టి) స్థితి.

ద్వితీయో (2వ) అధ్యాయః - ఖేచరీ విద్య

ఖేచరీ విద్య - ఆత్మాకాశ విహారము

01. అథాఽహం సంప్రవక్ష్యామి
విద్యాం ఖేచరి సంజ్ఞికామ్।
యథా విజ్ఞాతవాన్ అస్య,
లోకేఽస్మిన్ న జరా మరః,
మృత్యు వ్యాధి జరా గ్రస్తో
దృష్ట్వా విద్యామ్ ఇమాం, మునే!

ఓ గౌతమా! ఇప్పుడు నేను **'ఖేచరీవిద్య'** అనే సంజ్ఞచే చెప్పబడుచున్న దానిని వివరిస్తున్నాను. శ్రద్ధగా వినిదెరుగాక!

ఈ ఖేచరీ విద్యను ఎరిగినప్పుడు అట్టివాడు **అజరామరుడు** (వార్థక్యము - మృత్యువులచే పరిమితత్వము పొందనివాడు) అగుచున్నాడు. మృత్యువును సమీపించునప్పుడు, వ్యాధిగ్రస్తుడైనప్పుడు, వార్థక్యము వచ్చినప్పుడు కూడా వాటి బాధలనుండి అతీతత్వ స్వరూపమైన విముక్తికి ఈ ఖేచరీ దృష్టి ఉపశమనమై ఉన్నది.

బుద్ధిం దృఢతరం కృత్వా
ఖేచరీం తు సమభ్యసేత్।
జరామృత్యుగదఘ్నోఽ యం
ఖేచరీం వేత్తి భూతలే!
గ్రంథతశ్చ అర్థతశ్చైవ
తత్ - అభ్యాస ప్రయోగతః
తం, మునే! సర్వభావేన
గురుం మత్వా సమాశ్రయేత్।

సర్వ స్థితిగతులందు బుద్ధిని దృఢతరం చేసుకొని **ఖేచరీ విద్యను** అభ్యసించాలి.

భూతలమునందు జరా మృత్యువు దోషములను తొలగించివేయునదిగా **'ఖేచరీ విద్య'**ను యోగవేత్తలు వర్ణిస్తున్నారు.

ఇట్టి ఖేచరీ విద్యను ప్రయోగముగా అభ్యాసించునప్పుడు (1) గ్రంథము (Theory) (2) తాత్త్వికార్థము (Practice) గ్రహించి, అప్పుడు అభ్యాసము (Practising)నకు సిద్ధపడాలి.

అంతేకాదు. ఓ మునీ! **అర్థము చేసికొని సాధనకు ఉపక్రమించటానికై సర్వభావములతో గురువును శ్రద్ధా భక్తులతో సమాశ్రయించాలి.**

దుర్లభా ఖేచరీ విద్యా। తత్ అభ్యాసోఽపి దుర్లభః।
అభ్యాసం మేళనం చ ఏవ
యుగపత్ న ఏవ సిద్ధ్యతి।
అభ్యాసమాత్ర నిరతా
న విందంతేహ (విందంతి ఇహ) మేళనమ్।
అభ్యాసం లభతే, బ్రహ్మన్।
జన్మ జన్మాంతరే క్వచిత్।

ఖేచరీ విద్య ఎరుగుట దుర్లభమైనదని, అద్దాని అభ్యాసము ఇంకా దుర్లభమని చెప్పబడుతోంది.

(1) అభ్యాసము (2) అవగాహన (Practice and understanding) మేళము (Application).....ల చేత మాత్రమే అది సిద్ధించగలదు.

కేవలము అభ్యాసంచేస్తూ (అభ్యాసనిరతుడై ఉంటూ) అద్దానిని అవగాహనతో మేళవించుకోకపోతే (Its tallying in live situations) ఖేచరీ విద్య సిద్ధించినది అవదు. జన్మ - జన్మాంతరముల (అనేక జన్మల) అభ్యాసము, అధ్యయనపూర్వకమైన అవగాహనల చేతనే అది సిద్ధిస్తోంది.

మేళనం జన్మనాం తత్తు
శతాంతే అపి న లభ్యతే।
అభ్యాసం బహుజన్మాంతే
కృత్వా తత్ భావ సాధితమ్।
మేళనం లభతే కశ్చిత్
యోగీ జన్మాంతరే క్వచిత్।
యదా తు మేళనం యోగీ
లభతే గురు వక్త్రతః।
తదా తత్ సిద్ధిం ఆప్నోతి
యత్ ఉక్తా శాస్త్ర సంతతౌ॥

కేవలము మేళనము (Merely learning as subject and understanding) చేస్తూ ఉంటూ, యోగాభ్యాసము లేకపోతేకూడా వంద జన్మలెత్తినా - అది లభించేది కాదు.

ఓ మునీశ్వరా! అనేక జన్మల అభ్యాస-మేళనములచే ఏతత్ **"ఖేచరీ భావనాస్థితి"** ఈ జీవునిచే సిద్ధిస్తోంది.

అభ్యాస, - మేళనముల చేత జన్మ - జన్మాంతరములలో అది సిద్ధిస్తోంది. (అనేక జన్మ సంసిద్ధిం తతో యాతి పరాం గతిం).

ఎప్పుడైతే యోగి గురుముఖతః మేళనము (Its Interpretative understanding) పొందునో, అప్పుడు శాస్త్రములచే నిర్వచించి వివరించ బడుచున్న ఖేచరీ యోగసిద్ధి తప్పక పొందుచున్నాడయ్యా! అదియే 'ఆత్మాఽహమ్' స్థితి కూడా.

---

02. గ్రంథతశ్చ అర్థతశ్చైవ, మేళనం లభతే యదా,
తదా శివత్వమ్ ఆప్నోతి, నిర్ముక్తః సర్వ సంసృతేః।
శాస్త్రం వినాపి సంబోద్ధుం
గురవో అపి న శక్నుయుః।
తస్మాత్ సు దుర్లభతరం
లభ్యం శాస్త్రం - ఇదం, మునే!
యావత్ న లభ్యతే శాస్త్రం,
తావత్ గామ్ పర్యటేత్ యతిః।
యదా సం-లభ్యతే శాస్త్రం
తదా సిద్ధిః కరే స్థితా।
న శాస్త్రేణ వినా సిద్ధిః, దృష్టాచైవ జగత్ త్రయే।

ఎప్పుడైతే గ్రంథములలో (శాస్త్రములలో) చెప్పిన పరమార్థమును మేళనము (Its Practical Application here and now) లభిస్తుందో, ఇకప్పుడు సర్వ సంసృతులనుండి (సంసారబంధములనుండి) విముక్తుడై **సదాశివత్వమును** ఆ యోగి పొందుచున్నాడు.

శాస్త్రములు చదివినంత మాత్రముచేత సరిపోదు. **గురువు చెప్పితేనే అది అనుభవమౌతుంది. నిజమే! అయితే, గురువు కూడా శాస్త్రముల సహాయం లేకుండా** (Without making references to sastram) **అది చెప్పలేడు.** అందుచేత, ఓ మునీంద్రా, ఈ ఖేచరీ శాస్త్రము అతి దుర్లభమైనది.

శాస్త్రము లభించే వరకు యతి పర్యటన (Constant search for it) చేస్తూనే ఉండాలి. శాస్త్రము లభించిందా....ఇక సిద్ధి చేతికి లభించినట్లే.

'శాస్త్రము'ను ఆశ్రయించకుండా ఈ మూడు లోకములు వెతికినా కూడా సిద్ధి లభించదు.

తస్మాత్ మేళన దాతారగ్ం, శాస్త్రదాతారమ్ అచ్యుతమ్,
తత్-అభ్యాస ప్రదారతారగ్ం, 'శివం' మత్వా సమాశ్రయేత్।
లబ్ధ్వా శాస్త్రం ఇదం మహ్యమ్
అన్యేషాం న ప్రకాశయేత్।
తస్మాత్ సర్వ ప్రయత్నేన, గోపనీయం విజానతా।

అందుచేత, **మేళము** (Practical Application) ప్రసాదించినవారిని, **శాస్త్రము** ప్రసాదించినవారిని అచ్యుతుడగు విష్ణుభగవానునితో సమానముగాను, అభ్యాసప్రదాతను సాక్షాత్ పరమశివునిగాను భావించి సమాశ్రయించాలి.

మనం చెప్పుకుంటున్న ఈ **'ఖేచరీవిద్య'**ను పొందిన తరువాత ఇద్దానిని ఎవ్వరిబడితే వారికి (అర్హత చూడకుండా) బోధించరాదు. ఈ ఖేచరీ విద్య అత్యంత-రహస్యమైనదిగా (గుహ్యతమమ్)గా ప్రయత్నపూర్వకంగా భావించాలి. శ్రద్ధ, పట్టుదల, గురువుపై గురి, భక్తి మొ॥వి పరిశీలించి మాత్రమే బోధించాలి.

యత్ర అస్తే చ గురుః బ్రహ్మన్
దివ్యయోగ ప్రదాయకః, తత్ర గత్వా చ తేన ఉక్తం
విద్యాం సంగృహ్య 'ఖేచరీమ్'
తేనోక్తః 'సమ్యక్' అభ్యాసం, కుర్యాత్ ఆదావతంద్రితః॥
అనయా విద్యయా యోగీ, 'ఖేచరీ సిద్ధిభాక్' భవేత్।
"ఖేచర్యా ఖేచరీ యుంజన్
ఖేచరీ బీజపూరయా।
ఖేచరాధిపతిః భూత్వా
ఖేచరేషు సదా వసేత్।"

బ్రహ్మన్! ఎక్కడ ఖేచరీ దివ్యయోగవిద్య ప్రసాదించగల గురువు ఉంటారో, అక్కడికి వెళ్ళి ఈ విద్యను గురువును ఆశ్రయించి పొందాలి.

గురువు చెప్పురీతిగా ఓర్పుతో నేర్చుకోవాలేగానీ, తొందరబడి, త్వరత్వరగా నేర్చుకోవాలనే ఆవేశంతోకాదు. క్రమంగా, ఖేచరీ విద్యచే ఖేచరీ సిద్ధిభాక్ అగుచున్నాడు.

ఖే = ఆకాశము = ఆత్మాకాశము

ఖేచర్యముతో ఖేచరీ యోగాభ్యాసముచే ఖేచరీ బీజపూరకము చేయుచు, ఖేచరీ ఆధిపత్యత్వము ధారణ చేసి ఖేచరమునందు వసించాలి.

(ఆత్మచే ఆత్మయోగాభ్యాసి అయి ఆత్మ భీజముతో సర్వము పూరించుచూ, ఆత్మాధిపత్యత్వమును ధారణచేస్తూ ఆత్మగా ఆత్మయందు వసించాలి).

ఖేచర అవసథం వహ్నిమ్
అంబుమండల భూషితమ్।
ఆఖ్యాత ఖేచరీ బీజం, తేన యోగః ప్రసిధ్యతి।

జలమండల భూషితమై, ఖేచర అవసథమైన యోగాగ్ని-జ్ఞానాగ్నిలచే ఏర్పడు ఎరుకయే ఖేచరీ బీజము. అట్టి ప్రయత్నముచే యోగము సిద్ధించుచున్నది. ఖేచరీ విద్యచే పునర్జన్మ పరంపరాప్రదమగు సంసార బీజము పునః చిగురించదు.

సోమాగ్ంశ నవకం వర్ణం
ప్రతిలోమేన చ ఉద్ధరేత్।
తస్మాత్ త్ర్యగ్ంశకమ్ అఖ్యాతమ్
అక్షరం చంద్ర రూపకమ్।
తస్మాత్ అపి అష్టమం వర్ణం
విలోమేన పరం, మునే
తదా తత్ పరమం విద్ధి, తదాదిః అపి పంచమీ।
ఇందోశ్చ బహుభిన్నం చ
'కూటో' అయం పరికీర్తితః॥

ప్రతిలోమము (Indirect way of Approach)చే సోమాంశయొక్క నవకమైన వర్ణమును ఉద్ధరించాలి.

దానినుండి (జీవుడు - ఈశ్వరుడు - పరమాత్మ అనబడు) త్ర్యగ్ంశకము యొక్క యోగము, చంద్రరూపకమగు అక్షరములను ఎరగాలి.

అంతేకాకుండా మునీశ్వరా! అద్దానికి **విలోమముగా** (Directly) పరమై → '8'వ వర్ణము. అట్టి పరమైనది తెలుసుకోవాలి. అద్దానినుండి '5' వది (తురీయాతీతము) కూడా పరమము అయి ఉన్నది.

చంద్రునికి సంబంధించిన అట్టి బహుభిన్నమే 'కూటము' అని కూడా పరికీర్తించబడుచున్నది. ఈ జీవుడు కూటస్థుడే.

---

03. గురూపదేశ లభ్యం చ, సర్వయోగ ప్రసిద్ధిదమ్।
యత్ తస్య దేహజా మాయా, నిరుద్ధ కరణాశ్రయా।
స్వప్నేఽపి న లభేత్ తస్య, నిత్యం ద్వాదశ జప్యతః।
య ఇమాం పంచ లక్షాణి, జపేత్ అపి సుయంత్రితః,
తస్య శ్రీ ఖేచరీ సిద్ధిః
స్వయమేవ ప్రవర్తతే।
నశ్యంతి సర్వ విఘ్నాని।
ప్రసీదంతి చ దేవతాః॥

గురూపదేశముచే లభించు ఆత్మతత్త్వయోగము సర్వయోగములలో ప్రసిద్ధమైనది.

ఇంద్రియములతో కూడిన దేహముతోగల సంబంధరూపమైయున్న మాయ దురత్యయము (దాటుటకు కష్టమైనది). గురు ఆశ్రయము లేకుండా, "మాయ తొలగదు. ఆత్మాకాశ విహారము" అను ఖేచరీ సిద్ధికై నిత్యము ద్వాదశము (12) జపించాలి. ఎవ్వడు ఖేచరీ ధారణచే మంత్రమును సువ్రతుడై 5 లక్షలసార్లు జపిస్తాడో (అభ్యసిస్తాడో), అట్టి వాని పట్ల ఖేచరీ సిద్ధి స్వయముగా ప్రవర్తితమగుచున్నది.

అప్పుడు సర్వవిఘ్నములు స్వయముగా శమించుచున్నాయి. దేవతలు అట్టి యోగి పట్ల సంతోషము ప్రకటించువారై ఉంటున్నారు.

వలీ పలిత నాశశ్చ భవిష్యతి। న సగ్ంశయః।
ఏవం లబ్ధ్వా మహావిద్యామ్, అభ్యాసం కారయేత్ తతః।
అన్యథా క్లిశ్యతే, బ్రహ్మన్। న సిద్ధిః ఖేచరీ పథే।
యత్ అభ్యాసవిధౌ విద్యాం
న లభేత్ యతః సుధామయీమ్॥
తతః సంమేళక అదౌ చ
లబ్ధ్వా విద్యాగ్ం సదా జపేత్।
న అన్యథా రహితో, బ్రహ్మన్!
న కించిత్ సిద్ధిభాగ్ భవేత్।
యత్ ఇదం లభ్యతే శాస్త్రం
తదా విద్యాగ్ం సమాశ్రయేత్।
తతః తతో ఉదితాగ్ం
సిద్ధిమ్ ఆశుతాం, లభతే మునిః।

ఖేచరీ యోగాభ్యాసమువలన వార్ధక్య లక్షణములైనటువంటి శరీరము ముడుతలు పడటము, తలనెరియటము మొదలైనవి జయించబడగలవు. సంశయం లేదు. ఈ విధంగా ఖేచరీ మహావిద్యను అభ్యసించి, అద్దానిని అవగాహనతో కూడి నిర్వర్తించాలి. ఖేచరీ పదము కాకుండా తదితర మార్గములలో సిద్ధి, మోక్షము ప్రాప్తించటము కష్టతరము.

బుద్ధిచే ఖేచరీముద్ర

తదితర అభ్యాసపూర్వకమైన విధి - విధానములలో ఆత్మవిద్య అనునిత్య-స్వానుభవమై లభించునప్పుడు ఆ బుద్ధిమంతుడు, 'ఆత్మచే జగత్తును ఆత్మగా దర్శించి ఆత్మగా స్వభావసిద్ధము చేసుకోవటము' అనే సమ్మేళకముతో జపించాలి. ఖేచరీ = **ఆత్మగా అనుకోవటము + అనిపించటము.**

హే బ్రహ్మన్ తదితర విద్యలచే కొంచము ఆత్మబుద్ధిని పెంపొందించుకొని, అప్పుడిక **'ఆత్మచే ఆత్మగా ఆత్మతో ఆత్మదర్శనం'** అనే ఖేచరీ విద్యను సమాశ్రయించాలి. అట్టి ఖేచరీ విద్యచే త్వరితంగా సిద్ధిపొందగలవయ్యా, మునీ! సందేహంలేదు.

తాలు మూలగ్ం సముత్కృష్య
సప్తవాసరమాత్రవిత్।
స్వగురు ఉక్తప్రకారేణ
మలం సర్వం విశోధయేత్॥

యోగశాస్త్రీయమైన ఖేచరీ యోగాభ్యాస విధానము గురించి ఇక విచారిద్దాము.

తాలు (దవడ) మూల ప్రదేశములో కొండనాలుక వరకు బుద్ధిని చిత్తమును 7 రోజులు గురువు బోధించువిధంగా నిలిపి (ఏకాగ్రంచేసి) **మనో-బుద్ధులలో గల దోషములను వెతికివెతికి శోధించాలి.**

స్నుహిపత్రనిభం శస్త్రం, సుతీక్ష్ణం స్నిగ్ధనిర్మలమ్,
సమాదాయ తతః తేన, రోమమాత్రం సముచ్ఛినేత్।
హిత్వా సైంధవ పథ్యాభ్యాం, చూర్ణితాభ్యాం ప్రకర్షయేత్।
పునః సప్తదినే ప్రాప్తే, రోమమాత్రం సముచ్ఛినేత్।

బొమ్మజెముడాకువలె అతి పదునైన నునుపైన, చిక్కనైన శస్త్రమును తీసుకోవాలి. అద్దానియొక్క సహాయంతో (నాలుకపై పాచి) రోమములను తొలగించివేయాలి. తాలుమూలమును సైంధవ లవణముచే, చూర్ణించిన పథ్యములతో ప్రకర్షణమును కలిగించాలి. మరల 7 రోజులు అయిన తరువాత రోమమాత్రములను తొలగించాలి.

---

04. ఏవం క్రమేణ షాణ్మాసం
నిత్య ఉద్యుక్తః సమాచరేత్।
షణ్మాసాత్ రసనామూలం, సిరాబంధం ప్రణశ్యతి।
అథ వాగీశ్వరీ ధామ, శిరో వస్త్రేణ వేష్టయేత్।
శనైః ఉత్కర్షయేత్ యోగీ, కాలవేళా విధాన విత్।
పునః షణ్మాసమాత్రేణ, నిత్యగ్ం సంఘర్షణాత్,మునే।
భ్రూమధ్యా అవధి చ ఆప్యేతి, తిర్యక్ కర్ణబిలావధి।
అధశ్చ చుబుకం మూలం, ప్రయాతి క్రమచారితా॥

ఈ విధంగా 6 నెలల కాలము నిత్యము ఉద్యుక్తుడై ఆచరించాలి.

6 నెలలకు రసన - మూలమున సిరాబంధము తొలగగలదు.

అప్పుడు-'వాగీస్వరీ (సరస్వతి) ధామము'గా చెప్పబడు శిరస్సును వస్త్రముతో చుట్టవలె భావనచేస్తూ నాలుకను లోపలి వైపుగా మడచటం అభ్యసించాలి. 'కాలవేళావిధానము'ను ఎరిగినవాడై క్రమంగా ఉత్కర్షచేయాలి.

ఓ మునీ! '6' నెలల కాలము నిత్యసంఘర్షణచే క్రిందగల కర్ణ (చెవి) బిలమును (మనస్సుతో) ఆక్రమించిన యోగధ్యాసముచే- ధ్యాస నిశ్చలమై భ్రూమధ్య స్థానము చేరుచున్నది.

క్రమంగా చుబుకము (గడ్డము) మూలము వరకు యోగబలముతో కూడిన ధ్యాసచే ఆక్రమించబడుచున్నది.

పునః సంవత్సరాణాం తు, తృతీయా దేవలీలయా।
కేశాంతమ్ ఊర్ధ్వం క్రమతి, తిర్యక్ శాఖావధిః, మునే!
అధస్తాత్ కంఠ కూపాంతం, పునః వర్షత్రయేణ తు,
బ్రహ్మరంధ్రం సమావృత్య, తిష్ఠే దేవ, న సంశయః॥

'దేవలీలయా!'...అనువిధంగా 3 సంవత్సరముల అభ్యాసముచే పైకి కేశముల అంతము వరకు (యోగసమన్వితమైన ధ్యాస) క్రమముగా వెళ్ళుచున్నది. క్రిందవైపుగా కంఠబిలాంతము వరకు - 3 సంవత్సరముల అభ్యాసముచే - యోగధారణశక్తి విస్తరించినదై, ఆక్రమించుకొనుచున్నది.

ఆ తరువాత ఆ యోగి బ్రహ్మరంధ్రమును ఆక్రమించి, దేవతలతో ఆసీనుడగుచున్నాడు. సంశయము లేదు.

తిర్యక్ చూళితలం యాతి, అధః కంఠబిలావధిః,
శనైః శనైః మస్తకాచ్చ, మహావజ్ర కవాటభిత్।
పూర్వం బీజయుతా విద్యా హి, ఆఖ్యాతా యాతి దుర్లభా।
తస్యాః షడంగం కుర్వీత, తయా షట్ స్వరభిన్నయా।
కుర్యాత్ ఏవం కరన్యాసగ్ం, సర్వసిద్ధ్యాదిం హేతవే,
శనైః ఏవం ప్రకర్తవ్యం, అభ్యాసం యుగపత్ నహి॥

క్రింద కంఠబిలము వరకు, ప్రక్కలందు చూళి తలము వరకు వ్యాపించుచున్నాడు. నెమ్మది నెమ్మదిగా మస్తకములోని మహావజ్ర కవాటము (తలచుట్టూ కిరీటము ధరించి చుట్టు స్థానము) ఛేదింపబడుచున్నది.

బీజయుతమైన ఖేచరీ విద్య వివరించి చెప్పటం దుర్లభమైనది.

అద్దానిని షట్ (6) సర్వభిన్నములతో (వేరువేరైన స్వరములతో) షడంగములుగా (6 అంగములుగా, విభాగములుగా) చేయాలి.

సర్వసిద్ధులు ప్రసాదించు ఖేచరీ విద్యను (6) కరన్యాసములుగా కూడా చేయాలి. గురుముఖతః అభ్యాసము ప్రారంభించాలి. నెమ్మది నెమ్మదిగా అభ్యాసము చేయుటము ముఖ్య కర్తవ్యం. అంతేగాని మొత్తం (6) విభాగములను ఒకేసారి కాదు.

---

05. యుగపత్ వర్తతే యస్య, శరీరం విలయం వ్రజేత్
తస్మాత్ శనైః శనైః కార్యం అభ్యాసం, మునిపుంగవ
యదా చ బాహ్య మార్గేణ
జిహ్వా బ్రహ్మబిలం వ్రజేత్,
తదా 'బ్రహ్మార్గళం' బ్రహ్మన్!
దుర్భేద్యం త్రిదశైరపి॥
అంగుల్య – అగ్రేణ సంఘృష్య
జిహ్వామాత్రం నివేశయేత్।
ఏవం వర్షత్రయం కృత్వా, బ్రహ్మద్వారం ప్రవిశ్యతి॥

ఓ ముని పుంగవా! ఒక్కసారిగా 6 విభాగములు చేయనారంభిస్తే శరీరము విలయము పొందవచ్చుకూడా! అందుచేత నెమ్మది నెమ్మదిగా నిర్వర్తిస్తూ అభ్యాసం కొనసాగించాలి. **(గురుముఖతః అభ్యాసం చేయాలి).**

హే బ్రహ్మన్! ఎప్పుడైతే **బాహ్యమార్గంగా జిహ్వ (నాలుక) బ్రహ్మబిలము (కొండనాలుక యొక్క చిట్టచివరను) చేరుతుందో అప్పుడిక ఆతని బ్రహ్మార్గళము త్రిదశులగు దేవతలకు కూడా దుర్భేద్యమవగలదు.**

తాలుమూలాభ్యాసం చేస్తున్నప్పుడు నాలుక చివరను, చేతి వ్రేళ్ళ ఉపరి భాగంతో కొంచము కొంచము లోనికి నొక్కుతూ ఉండాలి. ఈ విధంగా **'3' సంవత్సరములు అభ్యసిస్తూ ఉంటే నాలుక అంగటిలోని బ్రహ్మ ద్వారము వైపు (కొండనాలుక చివర రంధ్రము వైపు) ప్రవేశించు సామర్థ్యము పొందగలదు.**

బ్రహ్మద్వారే ప్రవిష్టే తు, సమ్యక్ మథనమ్ ఆచరేత్। మథనేన వినా కేచిత్, సాధయంతి విపశ్చితః। ఖేచరీ మంత్ర సిద్ధస్య, సిద్ధ్యతే మథనం వినా। జపన్చ మథనం చ ఏవ, కృత్వా శీఘ్రం ఫలం లభేత్।	నాలుక చివర బ్రహ్మద్వారమును ప్రవేశించటం ప్రారంభమవగానే, ఇక 'మథనము' (Round shaped movement) ప్రారంభం కావాలి. **కొందరు మథనము లేకుండానే మననరూపమగు మంత్రమును కొనసాగిస్తూ ఉంటారు. వారు బుద్ధి బలంతో ఖేచరీ పరాకాష్ఠ స్థితిని సిద్ధింపజేసుకొనుచున్నారు.** ఖేచరీ మంత్ర సిద్ధి → మథనము లేకుండా కూడా → సిద్ధించగలదు. ఈవిధంగా ఖేచరీ విద్యా పూర్వకంగా యోగాభ్యాసము అగు **జపము + మథనము** ఒక్కసారే నిర్వర్తిస్తూ ఉండగా **ఖేచరీ ముద్రసిద్ధి త్వరగా లభించగలదు.**
స్వర్ణజాం రౌప్యజాంవాపి, లోహజాం వా శలాకినామ్ నియోజ్య నాశికా రంధ్రం, దుగ్ధ సిక్తేన తంతునా। ప్రాణాః నిరుధ్య హృదయే, సుఖమాసనమ్ ఆత్మనః, శనైః స మథనం కుర్యాత్, భ్రూ మధ్యే న్యస్త చక్షుషీ। షాణ్మాసం మథన అవస్థా, భావేనైవ ప్రజాయతే। యథా సుషుప్తిః బాలానాం యథా భావః తథా భావేత్। న సదా మథనగ్ం శస్తం మాసే మాసే సమాచరేత్।।	**ఖేచరీయోగ సంబంధిత బ్రహ్మాండ మహామార్గము -** బంగారం (లేక) వెండి (లేక) ఇనుప శలాకము (సన్నటి తీగ)ను పాలతో తడిపి ధారగా ముక్కు రంధ్రములో ప్రవేశపెట్టుచూ, - ప్రాణమును హృదయస్థానము నందు నిరోధించి (నిలిపి), - దేహమునకు సుఖమైన ఆసనమును ధారణ చేసి, - భ్రూమధ్యగా దృష్టిని నిలిపి ఉంచి, - నెమ్మదిగా మథనము (చిలకరించటము) చేయుచుండటము. ఇది **'ఖేచరీ యోగ బ్రహ్మాండ మహామార్గము'.** - '6' నెలలు మథనావస్థను అభ్యసించుటచే (ఆత్మ) భావన సిద్ధించగలదు. - చిన్నపిల్లవాడు కునికిపాట్లు పడురీతిగా అట్టి భావన రూపము కలిగి ఉంటుంది. - అట్టి మథనము అన్నివేళలా చేయతగదు. కొన్నికొన్నిసార్లుగా అప్పుడప్పుడు సమాచరిస్తూ (నిర్వర్తిస్తూ) ఉండాలి. (గురుముఖతః మాత్రమే అభ్యసించాలి). నెలకొకసారి చేయుచుండవచ్చు.
సదా రసనయా యోగీ మార్గం న పరిసంక్రమేత్। ఏవం ద్వాదశ వర్షాంతే సగ్ంసిద్ధిః భవతి ధ్రువా। శరీరే సకలం విశ్వం పశ్యతి ఆత్మా విభేదతః। బ్రహ్మాండోఽయం మహామార్గో 'రాజదంత, ఊర్ధ్వకుండలీ ఇతి।।	యోగి అట్టి యోగాభ్యాసంలో జిహ్వా (నాలుకతో) మార్గమును ఆక్రమించరాదు. సమార్గమును నిరోధించకుండానే బ్రహ్మరంధ్ర స్పర్శని (నాలుక చివరలో స్పృశించు 'ఖేచరి'ని) అభ్యసించాలి. ఈ విధమైన అభ్యాసము కొనసాగుచుండగా 12సం॥ కాలంలో ధ్రువమగు సంసిద్ధి లభించగలదు. స్వయంగా విశ్వరూపుడై, విశ్వమంతటికీ ఆత్మ అయి - విరాజిల్లుచున్నాడు. సమస్త విశ్వమును ఆత్మకు అద్వితీయంగా స్వశరీరమునందే సందర్శించుచున్నాడు. ఇది **'బ్రహ్మాండ మహామార్గము'** అని, **'రాజదంతా - ఊర్ధ్వకుండలి'** అని పిలువబడుచున్నది.

తృతీయ అధ్యాయః

3వ అధ్యాయము

06. మేళనమనుః 'హ్రీం భం సం షం ఫం సం క్షమ్"। పద్మజ ఉవాచ :- అమావాస్యాచ ప్రతిపత్, పౌర్ణమాసీ చ, శంకర। అస్యాః కా వర్ణ్యతే సంజ్ఞా? ఏతత్ ఆఖ్యాహి తత్త్వతః। <u>శంకర భగవానుడు:</u> ప్రతిపత్ దినతో కాలే అమావాస్యా తథైవ చ పౌర్ణమాస్యాగ్ం స్థిరీకుర్యాత్ స చ పంథాహి, న అన్యథా।।	సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మదేవుడు ఖేచరీ విద్య సంబంధమైన మేళనమును **'హ్రీం భం సం షం ఫం సం క్షమ్'** అను అక్షరములను ఉచ్చరిస్తూ ఒకానొకరోజు శంకరభగవానుని ఈ విధంగా ప్రశ్నించటం జరిగింది. **పద్మజుడు (సృష్టికర్త) :** హే శంకర భగవాన్! ఈ దేహాకాశములో (1) అమావాస్య (2) పౌర్ణమి (3) పాడ్యమి వాటియొక్క సంజ్ఞలు ఏమేమి అయి ఉన్నదో, అట్టి తాత్త్వికార్థములను దయతో వివరించండి. **శంకర భగవానుడు :** పగలు యొక్క (తెలివియొక్క) ప్రవేశమగు పాడ్యమిని అమావాస్య - పౌర్ణమిలయందు సుస్థిరీకరణము చేయాలి. ఇక వేరే త్రోవయే లేదు. సర్వకాలములయందు సమరసభావనను సుదృఢీకరించుకోవాలి. మనస్సు యొక్క సర్వ సమత్వస్థితియే **స్థిరీకరణ యోగ స్థితి.**

కామేన విషయ – ఆకాంక్షీ
విషయాత్ కామమోహితః।
ద్వావేవ సం – త్యజేత్ నిత్యం
నిరంజనమ్ ఉపాశ్రయేత్।
అపరగ్ం సంత్యజేత్ సర్వం
యదిచ్ఛేత్ ఆత్మనో హితమ్।
శక్తి మధ్యే మనః కృత్వా
మనః శక్తేశ్చ మధ్యగమ్,
మనసా మన ఆలోక్య
తత్ త్యజేత్ పరమం పదమ్।
మన ఏవ హి బిందుశ్చ
ఉత్పత్తి స్థికారణమ్।
మానసో ఉత్పద్యతే బిందుః
యథా క్షీరం ఘృతాత్మకమ్।
న చ బంధన మధ్యస్థం
తద్వై కరణ మానసమ్।
చంద్ర – అర్క మధ్యమా శక్తిః
యత్రస్థా తత్ర బంధనమ్।
జ్ఞాత్వా సుషుమ్నా తత్ భేదం
కృత్వా వాయుంచ మధ్యగమ్।
స్థిత్వాసౌ బైందవస్థానే
ఘ్రాణరంధ్రే నిరోధయేత్॥

కోరికవలన ఈ జీవుడు 'విషయాకాంక్షి' (కోరికలను కోరువాడు), కోరుచున్న విషయములచే కామమోహితుడు అగుచున్నాడు. హృదయములో కామ - క్రోధములను రెండిటినీ సంత్యజించివేయాలి. నిత్యము, నిరంజనము అగు ఆత్మను ఉపాశ్రయించాలి. ఉపాసించాలి. సమవర్తించాలి. సమస్తమును ఆత్మకు అనన్యముగా దర్శించాలి.

తనకు తనవలన (వర్తమాన జన్మవలన) హితము జరగాలని ఈ జీవుడు నిజంగా కోరుకొంటే, అపరము (కాలబద్ధము, సందర్భమాత్రము) అగు అన్యమైనదంతా (తదితరమైనదంతా) సంత్యజించివేయాలి. ఈ సమస్తమునకు అనన్యమగు ఆత్మనే భావనచేయువాడై ఉండాలి.

మనస్సును శక్తికి మధ్యగాను, శక్తిని మనస్సుకు మధ్యగాను సంకల్పించి, నిలిపి ఉంచి, **మనస్సుతో మనస్సును ఆలోకనము చేస్తూ 'పరమపదము'** వరకు సమస్త లౌకికాశయములను త్యజించి వేయాలి. **మనస్సే బిందువుకు ఉత్పత్తి, స్థితులకు** కారణము. పాల నుండి నేయి జనించుచున్నవిధంగా మనస్సు నుండి బిందువు ఉత్పన్నమగుచున్నది. విశ్వమంతా బిందు స్వరూపమే.

ఒకానొక కరణము (లేక) ఉపకరణము వంటి మనస్సు బంధనమునందు చిక్కుకున్నట్టిది కాదు. అద్దములో ప్రతిబింబించే వస్తువులచే అద్దమునకు బంధమెక్కడిది? మనో దర్పణమునకు కూడా బంధము లేదు.

చంద్ర - సూర్య (ఇడ - పింగళ నాడుల) మధ్యగా ఉన్న శక్తియే (కుండలినీ శక్తియే) బంధనము. (ఇడ-పింగళ నాడుల మధ్య మాత్రమే కుండలిని గుర్తించబడి ఉన్నంతవరకు జీవునకు బంధము కొనసాగుచున్నది)

- ఇడ - పింగళనాడుల మధ్య వేరై ఉన్న సుషుమ్నానాడిని వేరుగా ఎరిగి, అట్టి సుషుమ్నానాడిలో మధ్యగా వాయువును కుంభక ప్రాణాయామప్రక్రియతో నిలిపి ఉంచి, బైందవ స్థానము బ్రహ్మరంధ్రము యొక్క క్రింద → కొండ నాలుక ప్రదేశమునగల → బ్రహ్మరంధ్ర అధోబిందుస్థానమును ఆక్రమించుకొనియుండి, ముక్కు రంధ్రమును, నిరోధించి (కుంభించి) ఉంచాలి.

---

07. వాయుం బిందుగ్ం సమాఖ్యాతగ్ం
సత్వం ప్రకృతిమేవ చ
షట్ (6) చక్రాణి పరిజ్ఞాత్వా
ప్రవిశేత్ సుఖమండలమ్॥
మూలాధారగ్ం స్వాధిష్ఠానం
మణిపూరమ్ తృతీయకమ్।
అనాహతం విశుద్ధిం చ
ఆజ్ఞాచక్రంచ షష్ఠకమ్।
→ 'ఆధారం' గుదమ్ ఇత్యుక్తం
→ స్వాధిష్ఠానంతు లైంగికమ్।
→ మణిపూరం నాభిదేశం।
→ హృదయస్థమ్ అనాహతమ్।
→ విశుద్ధిః కంఠమూలే చ,
→ ఆజ్ఞాచక్రం చ మస్తకమ్।
షట్ చక్రాణి పరిజ్ఞాత్వా
ప్రవిశేత్ సుఖమండలే॥

బిందువు = వాయువు (ప్రాణశక్తి) 'బిందువు'గా చెప్పబడుతోంది.

ప్రకృతి = దృశ్యముగా ప్రదర్శనమై అనుభవమగుచున్నదంతా, సర్వేంద్రియ విషయ విశేషములతో సహా - 'ప్రకృతి' అని పిలువబడుచున్నది. బిందు ప్రకృతులను, షట్ (6) చక్రములను తెలుసుకొని...సుఖమయకుండలమగు బ్రహ్మరంధ్రము (సహస్రార ప్రారంభస్థానము) చేరాలి. (ప్ర = ప్రదర్శనము, కృ = కృతము, తి = తిరోధానము, (బ్రహ్మ-విష్ణు-మహేశ్వర తత్త్వము).

- గుదస్థానంలో **ఆధార (మూలాధార) చక్రము**
- లింగస్థానంలో స్వాధిష్ఠాన చక్రము
- నాభి ప్రదేశంలో - **మణిపూరక చక్రము**
- హృదయ స్థానములో - **అనాహత చక్రము**
- కంఠ మూలస్థానములో - **విశుద్ధి చక్రము**
- మస్తక స్థానములో - **ఆజ్ఞా చక్రము**

'భౌతిక దేహములో అభౌతికము' అనతగినట్టి ఈ '6' చక్రములను బుద్ధితో (గురుముఖతః) గమనించి, వాటిని 'కుంభకము' ద్వారా అధిగమించుచూ సుఖమండలమగు (శిరస్సుయొక్క ఉపరిభాగంలో సంస్థితమైయున్న) '**బ్రహ్మరంధ్రము**'ను చేరాలి. ప్రవేశించాలి.

ప్రవిశేత్ వాయుమ్ ఆకృష్య
తయైవ ఊర్ధ్వం నియోజయేత్।
ఏవం సమభ్యసేత్ వాయుం
స బ్రహ్మాండమయో భవేత్।
వాయుం బిందుం తథా చక్రం
చిత్తం చ ఏవ సమభ్యసేత్।
సమాధిమ్ ఏకేన సమమ్ అమృతం
యాంతి యోగినః।
యథా అగ్నిః దారు మధ్యస్థో
న ఉత్తిష్ఠేత్ మథనం వినా,
వినా చ అభ్యాసయోగేన
జ్ఞాన దీపః తథా నహి।
ఘట మధ్యగతో దీపో
బాహ్యే నైవ ప్రకాశతే,
భిన్నే తస్మిన్ ఘటేచైవ
దీపజ్వాలా చ భాసతే।
స్వకాయం ఘటమ్ ఇత్యుక్తం
యథా దీపో హి తత్పరమ్।
గురువాక్య సమాభిన్నే
బ్రహ్మజ్ఞానం స్ఫుటీ భవేత్।
కర్ణధారం గురుం ప్రాప్య
కృత్వా సూక్ష్మం తరంతి చ।
అభ్యాస వాసనా శక్త్యా
తరంతి భవసాగరమ్।

ఆ విధంగా వాయువును సమాకర్షించి, ప్రాణధారుడై (ప్రియత్వధారణచే) ప్రాణశక్తిని ఆజ్ఞాచక్రమునకు ఊర్ధ్వంగా → బ్రహ్మరంధ్రము - సహస్రారములయందు నియమించాలి. (సహస్రారము = ఈ విశ్వమంతా నాలో ఉన్నట్టి నేను).

ఈ విధమైన అభ్యాసముచే అట్టి యోగాభ్యాసి బ్రహ్మాండమయుడగుచున్నాడు. బ్రహ్మాండమంతా తన శరీరమై ఆతడు విరాజిల్లుచున్నాడు.

ఈ విధంగా (1) వాయువు (2) బిందువు (3) చక్రము (4) చిత్తమును ఏకం చేసి అభ్యసించుయోగి సర్వే సర్వత్రా **సమస్వరూపుడై, సర్వభూతములు తానె అయి, సర్వసాక్షిగా వేరై "సమ + అధి" = సమాధి సంస్థితుడై, మార్పు చేర్పులకు విషయమే కానట్టి అమృతత్వమును సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.**

కర్రలో అగ్ని ఉన్నది. కానీ, అద్దానిని చేతిలో ధరిస్తే అగ్ని అనుభవమౌతుందా? లేదు. కర్రలను ఒకదానితో మరొకటి ఒరిపిడి చేస్తే అగ్ని పుడుతుంది. అట్లాగే అభ్యాసయోగమును ఆశ్రయించకపోతే జ్ఞానదీపము వెలుగదు. కుండలో వెలుగుచున్న దీపము బాహ్యమున ప్రకాశము ప్రదర్శిస్తూ ఉంటుందా? ఉండదు.

ఆ కుండను ఛేదిస్తేనో? దీపపు కాంతి సర్వే సర్వత్రా కిరణ (జ్వాలా) రూపమై, పరిసరములను తేజోపుంజములతో భాసమానము చేస్తుంది.

ఈ భౌతిక దేహము (దేహోఽహమ్ భావన) ఘటము వంటిది. ఘటము (కుండ) లో (దేహములో) వెలుగొందు స్ఫూర్తియే ఆ పరమాత్మ!

'దేహభావన జయించబడగా, ''తత్ త్వమ్, జీవోబ్రహ్మైఽతి నాఽపరః, సోఽహమస్మి'' ఇత్యాది మహావాక్యముల **గురుదేవ ప్రవచన - వివరణ-బోధనలచే** (అహంబ్రహ్మోఽస్మి' సంబంధమైన) బ్రహ్మజ్ఞానము ప్రస్ఫుటము కాగలదు. అట్టి యోగి **"త్వమేవాఽహమ్"** భావనతో ఏకంచేసి ఈ జగత్తును చూస్తున్నాడు. అహమ్-త్వమ్ జగత్‌లపట్ల అఖండాత్మ నందుడగుచున్నాడు.

తత్త్వజ్ఞానము బోధించు సద్గురువు సంసార సాగరంలో చిక్కుకున్న పడవకు కర్ణధారుడు (చుక్కానిని నడుపువాడు). సద్గురుబోధను భక్తిశ్రద్ధలతో విని, మననము ద్వారా అంతర్ - హృదయ విచారణ చేసి, బుద్ధి నిశ్చలత కొరకై యోగాభ్యాసమును నిర్వర్తిస్తూ ఉండగా, అట్టి అభ్యాసవాసనాశక్తిచే ఆ అభ్యాసి, భవసాగరమునుండి తరించుచున్నాడు.

---

08. పరాయామ్ అంకురీ భూయ
పశ్యంత్యాం ద్విదళీకృతా।
మధ్యమాయాం ముకుళితా
వైఖర్యాం వికసీకృతా।
పూర్వం యథ ఉదితా యా
వాక్ విలోమేన అస్తగా భవేత్।
తస్యా వాచః పరో దేవః।
కూటస్థో వాక్ ప్రబోధకః।
'సోఽహమ్ అస్మి' ఇతి నిశ్చిత్య
యః సదా వర్తతే పుమాన్,
శబ్దైః ఉచ్చావచైః నీచైః
భాషితోఽపి న లిప్యతే।

"సోఽహమ్ - దేవః - ఆత్మైవాహమ్" - ధ్యానము

- 'పరా' (ఆవల)....యందు అంకురముగలదై,
- 'పశ్యంతి'...అను (జీవుడు - ఈశ్వరుడు అనబడు రెండు ఆకులు మొలువగా,
- 'మధ్యమా' అనే ముకిళితము (మొగ్గతొడగటం) ఆరంభమై,
- 'వైఖరీ'....అనబడే పుష్పవికాసము కలిగినదై....(వికసించినదై)
- వాక్కు మాట్లాడువానియందు అస్తమించుచున్నది (Speaking gets desloved in speaker).

వాక్యములకు ఆవల, ఆవాక్యముల ఉత్పత్తికి స్థానమై కూటస్థుడగు పరమాత్మ సర్వమునకు 'ప్రబోధకుడు'. "సోహమస్మి, తత్త్వమ్'' - స్వానుభవముల అనునిత్య స్వరూపమే **"ప్రబోధము"**.

అట్టి పరమాత్మ భావనచే (శబ్దములకు జనన స్థానమై, మొదలే సిద్ధించినదైయున్న) పరమాత్మను తనయందు అనుక్షణికానుభూతము చేసుకొన్నవానికి, ఇక ఉచ్చ - నీచములనుబడుదేనిచేతనూ దోషము పొందడు.

విశ్వశ్చ తైజసశ్చైవ
ప్రాజ్ఞశ్చేతి చ తే త్రయః।
విరాట్ హిరణ్యగర్భశ్చ ఈశ్వరశ్చ ఇతి తే త్రయః।
బ్రహ్మాండంచైవ పిండాండం
లోకా 'భూః' ఆదయః క్రమాత్।

(1) విశ్వుడు (జాగ్రత్ పురుషకారము) (2) తేజసుడు (స్వప్నపురుషకారము)
(3) ప్రాజ్ఞుడు (సుషుప్తి పురుషకారము) - వ్యష్ఠి పురుషకారములు
I విరాట్ (పురుషకారము) II హిరణ్యగర్భుడు (పురుషకారము)
III ఈశ్వరుడు (పురుషకారము) - విశ్వ పురుషకారములు
(i) బ్రహ్మాండము (ii) పిండాండము (iii)భూలోకము - దృశ్యపురుషకారములు

స్వస్వ - ఉపాధి లయాత్ ఏవ
లీయంతే ప్రత్యగాత్మని॥
అండం జ్ఞానాగ్నినా తప్తం
లీయతే కారణైః సహ
పరమాత్మని లీనం
తత్పరమ్ బ్రహ్మైవ జాయతే।

మొదలైన క్రమక్రమ విశేషాలన్నీ....వాటి వాటి ఉపాధులతో సహా లయము చేసి సర్వము పరబ్రహ్మమునందు లీనమై పరబ్రహ్మత్వము సంతరించుకుంటున్నాయి. అట్టి యోగ-జ్ఞానాభ్యాస బలముచే **కేవల పరమపురుషత్వము సిద్ధిస్తోంది.**

అండాండము (All Physical universe) జ్ఞానాగ్నిచే దగ్ధమై వాటి వాటి కారణములతో సహా పరమాత్మయందు లీనము పొంది పరబ్రహ్మ రూపముగా స్వానుభవము అగుచున్నది.

తతః స్తిమిత గమ్భీరం
న తేజో। న తమః తతమ్।
అనాఖ్యమ్, అనభివ్యక్తగ్ం
సత్ కించిత్ అవశిష్యతే।
ధ్యాత్వా మధ్యస్థమ్ ఆత్మానం
కలశాంతరదీపవత్।
అంగుష్ఠమాత్రమ్ ఆత్మానమ్
అధూమ జ్యోతి రూపకమ్
ప్రకాశయంతం అంతస్థం
ధ్యాయేత్ కూటస్థమ్ అవ్యయం॥

ఆత్మ అప్పుడిక గంభీరమై, స్థిమితమై యున్నట్టిది. అది **తేజస్సు కాదు. చీకటి కాదు. వాక్కుతో చెప్పబడజాలనిది. వ్యక్తము కానట్టిది.** అటువంటి 'కేవల సత్ మాత్రమే' శేషించి ఉంటోంది. అట్టి ఆత్మను కలశములో దీపమువలె స్వస్వరూపమునందే (లేక) **స్వహృదయమునందే వెలుగుచున్నట్లుగా ధ్యానించాలి.**

అట్టి కేవలాత్మ ప్రకాశము
- అంగుష్ఠ (బొటనవ్రేలు) ప్రమాణముగా,
- పొగ లేని జ్యోతి రూపంగా,
- అంతరమునకే అంతరమై (అంతరాంతమై), కూటస్థమై, అవ్యయమై, మార్పు చేర్పులు పొందనిదై,
- తదితరమైనదంతా ప్రకాశింపజేయుచున్నదై స్వస్వరూపమై, సమస్తమై విద్యమానమగుచున్నది.

అట్టి కూటస్థ పరబ్రహ్మమును ధ్యానము చేయాలి. అట్టి యోగి సర్వ దేవతాత్మకుడగుచున్నాడు. సర్వాత్మకుడుగా శేషిస్తున్నాడు.

---

09. విజ్ఞానాత్మా తథా దేహే
జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తితః
మాయయా మోహితః పశ్చాత్
బహూజన్మాంతరే పునః,
సత్కర్మ పరిపాకాత్తు
స్వవిచారం చికీర్షతి॥
"కోఽహమ్? కథమ్ అయం దోషః?
సగ్ంసారాఖ్య ఉపాగతః?
జాగ్రత్ స్వప్నే వ్యవహరన్
సుషుప్తౌ క్వ గతిః మమ?
ఇతి చింతాపరో భూత్వా,
స్వభాసా చ విశేషతః,
అజ్ఞానాత్తు చిదాభాసో

స్వతఃగా పరమాత్మస్వరూపుడగు ఈ విజ్ఞానాత్మ (జీవుడు, One Who is knowing, The knowing self) → జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తులలో మాయామోహితుడై ఉంటున్నాడు. ఈ విధంగా అనేక జన్మలలోని పుణ్యకర్మల పరిపక్వత చేత ఒకానొకప్పుడు **స్వవిచారణ** కు ఉపక్రమించు చున్నాడు.

- నే నెవడను? ఈ కనబడే సంబంధ - అనుబంధ దోషములు ఏవై ఉన్నాయి? ఈ 'సంసార దోషము' ఎక్కడి నుండి దాపరించింది?

జాగ్రత్‌లోను, స్వప్నములోను సంచరించుచున్న నాకు సుషుప్తిలో ఏ గతిని పొందుచుండటం జరుగుతోంది?

.....ఇటువంటి చింతనలో పడి విచారణ చేయుచున్నాడు

"నాయొక్క వెలిగించుట (భాససా) విశేషముచేత, అంతరమున స్వకీయ అజ్ఞానముచే సమస్తము అనుభవమౌతోంది. సమస్తమునకు చిత్‌స్వరూపుడను (Absolute knower with Faculty of knowing) అగు నేనే - బాహ్య తాపములచే (Out word worries) తపించు చిదాభాసుడను (Reflective knower) అగుచున్నాను కదా!

బహిః తాపేన తాపితః। **దగ్ధం భవత్యేవ తదా** **తూలపిండమివ అగ్నినా।** **దహరస్థః ప్రత్యగాత్మా** **నష్టే జ్ఞానే తతః పరమ్।** **వితతో వ్యాప్య విజ్ఞానం** **దహత్యేవ క్షణేన తు।** **మనోమయ జ్ఞానమయాగ్ం** **సమ్యక్ దగ్ధ్వా క్రమేణతు,** **ఘటస్థ దీపవత్ శశ్వత్** **అంతరేవ ప్రకాశతే।**	"ఆహా! అగ్నిచే దూదివలె నేను అజ్ఞానజనిత చిదాభాసత్వముచే దగ్ధం అగుచున్నానే?" - అని గమనిస్తున్నాడు. దహర (హృదయ) ఆకాశమున ఉన్న ప్రత్యగాత్మ (జీవాత్మ) ఆత్మతత్త్వమును (లేక) ఆత్మధర్మమును ఏమరచి **దృశ్య విభాగి** అగుచున్నాడు. **ఆత్మ జ్ఞానము** వికసించుటచే క్షణములో అన్యత్వమును దహించివేయుచున్నాడు. అన్యభావనా రూపమగు మనోమయ భావములను, అన్యవస్తుజ్ఞాన రూపమగు దృశ్యజ్ఞాన సమాచారములను క్రమంగా సమ్యక్ భావ - జ్ఞానములచే (Sense of perceiving equality every where) జయిస్తున్నాడు. కుండలో వెలుగుచున్న దీపమువలె అంతర్ - హృదయములలోనే ఆత్మజ్యోతి, జగత్జ్యోతి ప్రకాశమానం కాగలదు.
ధ్యాయన్ అస్తే మునిశ్చైవ **మా సుప్తేః మృతేస్తు యః** **జీవన్ముక్తః స విజ్ఞేయః।** **స ధన్యః। కృతకృత్యవాన్॥**	ఏ ముని (సర్వ ప్రాపంచక - బాహ్య విషయములపట్ల మౌనము (Let them be the way they are, Let me do what I have to do leaving aside all worries) వహించిన వాడు అయి ఉంటాడో, గాఢనిద్రాస్థితి వరకును - మరణమువరకును కూడా తన హృదయాకాశములో ప్రకాశమానమైయున్న సర్వాంతర్యామిని ఉపాసిస్తూనే ఉంటాడో, - **అట్టివాడు జీవన్ముక్తుడు.** స విజ్ఞేయుడు, తెలుసుకోవలసినది తెలుసుకున్నట్టివాడు. ఆతడు **ధన్యుడు. కృతకృత్యుడు.**
జీవన్ముక్త పదం త్యక్త్వా **స్వదేహే కాలసాత్ కృతే,** **విశతి అ(వి)దేహముక్తత్వం** **పవనో అస్పన్దతాం ఇవ॥**	ఈ పాంచభౌతిక దేహము కాలకృతంగా కాలాధీనము అగుచుండవచ్చు గాక! ఇక హృదయాంతర్గత **సర్వస్వరూప-పరమాత్మ ధ్యానము** చేయు యోగి....వాయువుయొక్క అస్పందత్వమువలె స-దేహముక్తమును దాటి **'విదేహముక్తి'** యందు ప్రవేశించుచున్నాడు. సర్వము ఆత్మకు అభిన్నమై, **"సర్వాత్మకమగు కేవల -పరతత్త్వము, అద్దాని అంతము (ఆవల)"** కూడా **తానే అయి శేషించుచున్నాడు.**
అశబ్దమ్। అస్పర్శమ్। అరూపమ్। **అవ్యయం। తథా అరసం।** **నిత్యం। అగంధవచ్చయత్।** **అనాది - అనంతం।** **మహతః పరమ్।** **ధృవమ్।** **తత్ ఏవ అవశిష్యతి** **అమలం।** **నిరామయం।** **ఇతి ఉపనిషత్** **యోగకుండల్యుపనిషత్ సమాప్తా**	అట్టి కేవలీ పరబ్రహ్మతత్త్వము.... → శబ్దములతో చెప్పబడేది కాదు. కాబట్టి **అశబ్దము!** → స్పర్శకు విషయం కాదు. **అస్పర్శమ్!** → కనులకు కనబడే రూపము కాదు. **అరూపమ్!** → హెచ్చుతగ్గులు లేనట్టిది. **అవ్యయమ్।** → రుచికి విషయం కాదు. నవరసాలలో ఏదీ కాదు. **అరసమ్!** → కాలబద్ధము కాదు. **నిత్యమ్!** → వాసనకు విషయం కాదు. **అగంధమ్!** → ఆద్యంతములు లేనిది. **అనాదిమ్! అనంతమ్!** - జీవ, ఈశ్వరులు (Role player in world Drama and Actor who acts in manya Drama) - రెండిటికి ఆవల ఉన్నట్టిది కాబట్టి మహత్ పరమమ్! - సర్వదా, సర్వే సర్వత్రా ఏక - అఖండ స్వరూపము **- ధృవమ్!** - నిర్మలము - **అమలమ్!** - నిర్విషయము. **నిరామయమ్! అదియే నీవు! అదియే నేను! తత్త్వమ్! సోహమ్।** ***ఇతి యోగకుండలినీ ఉపనిషత్*** ***ఓం శాంతిః। శాంతిః। శాంతిః।***

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

21 యోగకుండల్యుపనిషత్

అధ్యయన పుష్పము

ఈ యోగకుండల్యుపనిషత్ – గురుముఖతః నేరువవలసిన యోగస్థానమునకు యోగమార్గముగా, బ్రహ్మానందానుభవమగు **పరబ్రహ్మ తత్త్వముగా**, స్వస్వరూపముగా **స్వానుభవమగుటకు – "మార్గదర్శకము"**గా – తోడై ఉండగలదు.

– – –

ప్రథమాధ్యాయము

ఒకప్పుడు గౌతముడు (శిష్యుడు) తన గురుదేవులను సమీపించి, ఇట్లా అర్థించారు.

గురుదేవా! అవ్యాజ కరుణామూర్తీ! నాపై కరుణతో ఈ ఈ విశేషాలు బోధించండి.

(1) చిత్తము – అద్దాని హేతువులు.
(2) వాయువును జయించు విధానము.
(3) శక్తి చాలనము – సరస్వతీ చాలనము.
(4) ప్రాణ నిరోధము – ప్రాణ కుంభకము – వివిధ కుంభక విధానములు.
(5) బంధత్రయము, వాటి యొక్క అభ్యాస విధానములు.
(6) యోగాభ్యాస ప్రారంభ దశలో ఏర్పడు ప్రతిబంధకములు, వివిధ విఘ్నములు, వాటిని ఎదుర్కొనే ఉపాయములు.
(7) ఆధిభౌతిక – ఆతివాహికత్వములు.
(8) జగత్ భ్రాంతి – ఉపశమనము.
(9) కుండలినీ శక్తి – అద్దానిని నిదురలేపి ఊర్ధ్వగమనమును నిర్వర్తించు విధానము.
(10) ఖేచరీ విద్య.
(12) ఆత్మదర్శనము – పరమాత్మతో అనన్యత్వము.
(13) వాయువును ఆకర్షించి చక్రగమనము ద్వారా బ్రహ్మరంధ్ర – సహస్రారములు చేరి, ఆత్మదర్శనము చేయు యోగ విధానము
(14) 'ఆత్మమేవా஽హమ్' భావనా సిద్ధి – వైచిత్ర్యము. ఈ ఈ విశేషాలు వివరించమని, ప్రవచించమని వేడుకొంటున్నాను.

– – –

గురుదేవులు : ఓ గౌతమా! మీరు తెలుసువాలనుకొన్న విశేషాలు సంక్షిప్తంగా వివరించి చెప్పుచున్నాను, వినండి.

చిత్తహేతువులు

అసంఖ్యాక దృశ్య సంబంధమైన–విషయ పరంపరల వైపుగా సమాకర్షణమగుచున్న అభిరుచితో కూడిన మనన స్వభావమే 'చిత్తము'గా పిలువబడుతోంది. అట్టి కార్యరూపమగు చిత్తమునకు కారణహేతువులుగా '2' విశేషాలు చెప్పబడుచున్నాయి.

(1) **వాసనలు :** అనేక జన్మలలోని భౌతిక-మానసిక అభ్యాసముల కారణంగా దృశ్య విషయముల పట్ల ప్రత్యాకర్షణలచే రూపుదిద్దుకొనియున్న **వాసనలు, సంస్కారములు.**

(2) **ప్రాణచలనము :** విషయముల పట్ల (సంగతి, సంఘటన, సందర్భ పరస్పర సంబంధముల పట్ల) ఏర్పడినదైయున్న ప్రియత్వ రూపమగు **సమీరణము**. అనగా "ఇదంటే నాకు ప్రాణము"... అను వాక్యార్థమగు - **ప్రాణచంచలత్వము. ఆకర్షణము. అవినాభావత్వము.**

అట్టి (1) వాసనలు, (2) ప్రియత్వరూపమగు ప్రాణచంచలత్వములలో - **ఒకటి వినష్టమైతే రెండవది కూడా తొలగిపోగలదు.**

వాసనలు అనేక జన్మలుగా ఆర్జించబడినవై మనో-బుద్ధి-చిత్తములందు దట్టముగా పేరుకొని ఉంటున్నాయి. అందుచేత **ప్రాణ నియమము ద్వారా వాయు జయమును సిద్ధించుకోవటమే** వర్తమానంలో ముఖ్య ఉపాయము. 'జీవితము' అనే సదవకాశమును సద్వినియోగపరచుకోవటానికి ఈ జీవుడు యోగసాధనకు ఉపక్రమించి **'వాయు జయము'**నకు సంసిద్ధుడగుగాక!

వాయు జయము - ప్రాణ నిరోధము - ప్రాణోపాసన

ఓ గౌతమా! వాయుజయము (లేక) ప్రాణోపాసన కొరకై మునుముందుగా నిర్వర్తించవలసిన '3' ఉపాయములు ఆత్మజ్ఞులగు గురువులచే సూచించబడుచున్నాయి.

(1) మితాహారము (2) ఆసనము (3) శక్తిచాలనము. ఈ మూడింటి లక్షణముల గురించి కొన్ని విశేషాలు చెప్పుకుందాము. సాదరముగా, శ్రద్ధగా, ప్రియముగా వినుచుండెదరుగాక!

సమీరము గురించిన (లేక) వాయు జయము కొరకై '3' నియమములు

(1) మితాహారము :

(1) సుస్నిగ్ధ మధురాహారః: ఆహారము తేలికగా జీర్ణమయ్యేది అయి ఉండాలి. ఆవేశకావేశములు పెంచేవి కాకుండా, మధురమైన స్వభావము పెంపొందించేది కావాలి. (ఖట్వము, ఆమ్లము, లవణము అధికంగా ఉండేది కాకూడదు). **సాత్వికమైన ఆహారము** అగునుగాక. ప్రశాంతత పెంపొందించేదిగా ఉండాలి - ఇది మితాహారపు ఒక లక్షణం

(2) చతుర్థాంశ వివర్జితము : పొట్టలో 1/2వ వంతు ఆహారము (Soft food) తోను, 1/4వ వంతు జలము (Liquid) తోను పూరించాలి. **చతుర్భాగం వివర్జితః।** శేషించిన 1/4వ వంతు ఖాళీగా ఉంచటము మితాహారపు మరొక ముఖ్యలక్షణము.

(3) శివార్పితము : ఆహారము దైవార్పితాహారము అయి ఉండాలి. దైవమునకు (అనగా) తోటి జీవులకు 'నివేదన' చేసినప్పుడు, అది 'ప్రసాదము' (పవిత్రము) అగుచున్నది. **"దైవము నాకు ఆహారమును ప్రసాదిస్తున్నారు"** అను కృతజ్ఞతాభావముతో అతిథులకో, పక్షి-జంతు జీవులకో కొంతభాగము విభాగించి, అప్పుడు స్వీకరించు ఆహారము **'శివార్పితాహారము'** అగుచున్నది.

అట్లాగే ఆహారము **న్యాయముగా పొందినది అయి ఉండాలి**. ఇతరులను బాధించియో, మోసగించియో పొందినది అయి ఉండకూడదు.

ఈ రెండు విశేషములచే ఆహారము శివార్పితమైనదగుచున్నది.

ఈ విధంగా సాత్వికము, చతుర్థాంశ (1/4) వివర్జితము, శివ సంప్రీత్యము అగు ఆహారము 'మితాహారము' అనబడుచున్నది వాయుజయము కొరకై మొట్టమొదటి - 'మితాహారము'గా తీర్చిదిద్దుకోవాలి.

(2) ఆసనము :

మనస్సు చాంచల్యమును వీడటానికి, బుద్ధి-నిశ్చలతను సంతరించుకోవటానికి ఒకచోట కొంత వ్యవధి ఆసీనుడై 'ధ్యాననిష్ఠ'ను స్వీకరించాలి. ఇక్కడ మనము రెండు ముఖ్యమైన ఆసనముల గురించి చెప్పుకుంటున్నాము.

(1) పద్మాసనము : ఎడమ పాదము కుడి తొడపైన, కుడి పాదము ఎడమ తొడపైన ఉపరితలంగా ధరించి, 'పద్మాసనము' ధారణ చేసి నిశ్చలంగా ఆసీనులవటం. **పద్మాసనం భవేత్ ఏతత్ సర్వపాప ప్రణాశనమ్!** పద్మాసనము సర్వపాప-దుష్ట-అల్పభావములను దరిజేరనీయకుండా సహకరించగలదు.

(2) వజ్రాసనము : వామాంఘ్రి మూలకంద-అథో, హి అన్యం తదుపరి క్షిపేత్। సమగ్రీవ శిరః కాయో 'వజ్రాసనమ్' ఇతి ఈరితమ్॥ ఎడమ చీలమండలమును మూలాధారమును తాకించుచు, కుడి కాలు చీలమండలమును ఎడమ మోకాలిపై ఆనించి, కంఠము శిరస్సు కాయములను సమముగా ధరించి ఉండటము 'వజ్రాసనము' అగుచున్నది.

(3) శక్తిచాలనము :

కుండల్యేవ భావేత్ శక్తిః। 'కుండలిని'యే (ఇచ్ఛాజ్ఞానక్రియా) - శక్తిగా ప్రదర్శనమైయున్నది. అట్టి కుండలినీ మహత్ శక్తి దేహములో వేంచేసి, (మూలాధారస్థానములో) - గాఢ నిద్ర అనుభవిస్తున్న ఆడుత్రాచువలె నిద్రాణమైయున్నది. **తాంతు (తత్కుండలినీ శక్తిస్తు)**

సంచారయేత్ బుధః స్వస్థానాత్ భృవోర్మధ్యం-"శక్తిచాలనమ్" ఉచ్యతే। అట్టి మూలాధారమునందు నిద్రాముద్ర వహించి యున్న మహత్తరమగు కుండలినీ శక్తిని బుద్ధిపూర్వకమైన కదలికలచే నిదురలేపి, అద్దానిని ఊర్ధ్వముగా కదలించుచు (నడిపించుచు) భ్రూమధ్యస్థానము వరకు చేర్చు యోగాభ్యాసము **'శక్తిచాలనము'** అని పిలువబడుచున్నది.

(కుండలినీ నిద్రాముద్ర = ఇచ్ఛ- జ్ఞానక్రియా శక్తి - ఇంద్రియ విషయములలో మాత్రమే నిమగ్నమై, పరిమితమై, ఆత్మ-ఆత్మ సమాచారముల విషయంలో ఏమరచి ఉండటము).

అందుకు సాధనములు ముఖ్యంగా రెండు ***(1) సరస్వతీ చాలనము (2) ప్రాణ రోధమథాభ్యాసము.*** అభ్యాసము చేతనే కుండలినీ శక్తి ఋజుత్వము (Straight forward move) పొందటము జరుగగలదు. ఈ రెండిటి గురించి ఇక ఇప్పుడు చెప్పుకుందాము.

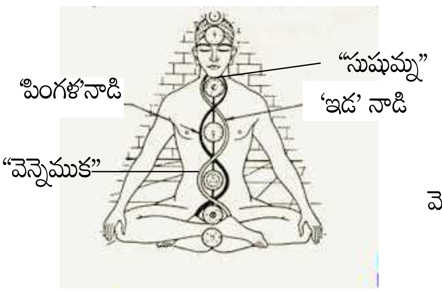
1. "సరస్వతీ చాలనము" / "అరుంధతి"

ఈ సరస్వతీ చాలనము పూర్వీకులచే - తత్త్వ యోగ పరిభాష వాఙ్మయములో **'అరుంధతీవిద్య'** అని కూడా వ్యవహరించబడి - వర్ణించబడింది. అట్టి సరస్వతీ చాలనముచే నిద్రాముద్ర వహించియున్న ఊర్ధ్వ కుండలినీశక్తి స్వయముగా ఊర్ధ్వ చలనము (Move towards upward Direction) స్వీకరించగలదు.

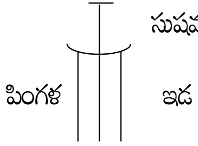
సరస్వతీ చాలన (లేక) అరుంధతీ యోగాభ్యాస విధానము :

(1) ముందుగా పద్మాసనమును దృఢముగా ధరించాలి. మెడ, శిరస్సు, భుజములను నిఠారుగా నిలిపిఉంచి కొద్దిక్షణములు.. ధారణ చేయాలి.

(2) **ఇడాయాం వహతి ప్రాణే బధ్వాః పద్మాసనమ్ దృఢమ్**



వెన్నెముక వెంటగా **ఎడమవైపుగా** శక్తినాడి 'ఇడ' - తమో గుణాత్మకము - సోమాత్మకం చాంద్ర(మనో) సంబంధమైన ప్రజ్ఞ - ఎడమ కంటిలో క్రియాశీలకము.



వెన్నెముక వెంట **కుడివైపుగా** శక్తినాడి 'పింగళ' - రజోగుణాత్మకము - సూర్యాత్మకమైన ప్రజ్ఞ - కుడికంటిలో క్రియాశీలకము

వెన్నెముక మధ్యగా శక్తి నాడి "సుషుమ్న" - అగ్న్యాత్మకము - తలలోని ఇంద్రతత్త్వమును స్పృశించునది.

(శిరస్సులో ⟶ చంద్రుడు = ఇష్టము, సూర్యుడు = ప్రజ్ఞ, అగ్ని = జ్ఞానము)

ద్వాదశాంగుళ (12") దైర్ఘ్యం చ, అంబరమ్, చతుర్ (4") అంగుళమ్ విస్తీర్యతేన తత్ నాడీం వేష్టయిత్వా, తతః సుధీ!

- 'ఇడ' నాడియందు ప్రాణశక్తిని నిరోధించాలి
- '12' అంగుళముల పొడవు '4' అంగుళముల వెడల్పుగా ఆ 'ఇడ' నాడీ ప్రదేశమును విస్తరించినది కాగలదు.
- **అంగుష్ఠ-తర్జనీభ్యాం తు హస్తాభ్యాం ధారయేత్ దృఢమ్!** అంగుష్ఠ (బొటనవేలు) - తర్జనీ (చూపుడువేలు)ల అనుసంధానముతో బంధనము ధరించాలి (చిన్ముద్ర).
- బుద్ధియొక్క శక్తి-ఏకాగ్రతలతో ఎడమ-కుడిల మధ్య (ఇడ - పింగళనాడుల మధ్య గల) సుషుమ్న నాడికి నిర్భయముగా 2 ముహూర్తములకాలము (12+12 క్షణముల కాలము; క్రమక్రమంగా 68+68 క్షణముల కాలము).. కదలికలు కలిగించాలి.
- క్రమంగా సుషుమ్ననాడి ద్వారా మూలాధారమున గల కుండలినీ శక్తిని చాలనము (కదలికలు) కలిగించాలి.
- సుషుమ్ననాడిచే కుండలిని ఊర్ధ్వమునకు ఆకర్షించాలి.
- క్రమంగా కుండలిని సుషుమ్నయొక్క ముఖమును పొందగలదు.
- **తస్మాత్ అయం ప్రాణో జహాతి సుషుమ్నాం వ్రజతి స్వతః।** కుండలిని ప్రాణాకర్షణను (ఇచ్ఛా-ఆవేశమును) వదలి సుషుమ్నానాడిని పొంది, సుషుమ్న వెంట ఊర్ధ్వగమనము (upward move) ప్రారంభించగలదు.
- **తుందేతు తాణం కుర్యాచ్ఛ, కంఠ సంకోచనే కృతే।** అప్పుడు ఉదరము (పొట్ట) యందు తాణము (Inward moving) చేయుచూ కంఠమును సంకోచింపజేస్తూ ఉండాలి. **(ఇదియే సరస్వతీ చాలనము)**

- అట్టి సరస్వతీ చాలనముచే వాయువు వక్షస్థలము యొక్క ఉపరిభాగమునకు చేరనారంభిస్తుంది.
- **సూర్యేణ రేచయేత్ వాయుమ్ సరస్వత్యాస్తు చాలనే।** సరస్వతీ చాలనము ద్వారా కుడివైపుగా గల సూర్యనాడి (పింగళనాడి)యందు వాయుదేచకము చేస్తూ ఉండాలి. అప్పుడు కూడా కంఠసంకోచనము జరుగుచూ ఉండగా, వాయువు వక్షస్థలము యొక్క ఉపరిభాగము (పై భాగము)నకు చేరుచుండగలదు.

ఈ విధంగా శబ్దగర్భయగు సరస్వతిని నిత్యము సంచలింపజేయాలి. అట్టి సంచాలనముచే యోగి సర్వరోగముల నుండి ప్రముచ్యుడు (Wel-Relieved) అగుచున్నాడు. అట్టి శక్తి చాలనముచే **గుల్మము** (హృదయ ఎడమభాగములో గల పచ్చని మాంసఖండము), ప్లీహము (గుండెలోని భాగము) యొక్క దోషములు, ఇంకా ఉదరములో జనించే వ్యాధులు – అవన్నీ నశించగలవు! అసంశయః। (ఇది గురుముఖతః నేర్చుకొని అభ్యసించటము శ్రేయోదాయకము).

(2) ప్రాణ రోధ మథాభ్యాసము

ఓ గౌతమా! ఇప్పుడు మనము **"ప్రాణరోధ మథ"** – అను యోగాభ్యాసము గురించి కొన్ని వివరములను చెప్పుకుంటున్నాము. ఈ భౌతికంగా కనిపిస్తున్న దేహములో జరుగుచున్న **వాయువు యొక్క ఉనికి+సంచలనములే ప్రాణము**. అట్టి ప్రాణము యొక్క ఆయామము (సుస్థిరీకరణము) – **'కుంభకము'** అని పిలుస్తున్నారు.

అట్టి కుంభకము రెండు విధములు (1) సహిత కుంభకము – వాయుచలన సంబంధమైన కుంభకము (2) **కేవల కుంభకము** వాయు చలనములకు ఆధారమైఉన్న **మనస్సుయొక్క – నిరోధము, బుద్ధియొక్క ఏకాగ్రతచే నిర్వర్తించు కుంభకము.**

యావత్ కేవల సిద్ధిస్స్యాత్, తావత్ 'సహితమ్' అభ్యసేత్। **కేవల కుంభకస్థితి** (లేక) **మనో–బుద్ధ్యుక్త కుంభకము** సిద్ధించేవరకు **సహితకుంభకమును** అభ్యసించాలి. కేవల కుంభకాభ్యాసము సిద్ధిస్తే ఇక ప్రాణాయామ పూర్వక కుంభక – సాధన ప్రక్రియలతోను, ప్రయత్నములతోను అగత్యము తరుగసాగుతుంది. ఆత్మయొక్క విశేష లక్షణములు నిస్సందేహంగా స్వ–స్వాభావికమే అయిన తరువాత, ఇక ఆత్మ గురించిన సాధనపూర్వక ప్రయత్నములతో పని ఏముంటుంది?

సహిత కుంభకము

సమస్వరూప సంబంధమైన కుంభకమునకు సాధన రూపమగు సహిత కుంభకము – 4 భేదములైనవిగా వర్ణించి చెప్పబడుచున్నది. (1) **సూర్య** కుంభకము (2) **ఉజ్జాయీ** కుంభకము (3) **శీతలీ** కుంభకము (4) **భస్త్రీ** కుంభకము.

(1). సూర్య కుంభకము

ఈ సూర్యకుంభకమును నిర్వర్తించటానికై (అభ్యసించటానికై)

- పవిత్రమైన నిర్జన (జనసంచారము లేనట్టి) రాళ్లు –రప్పలు ఉండనట్టి, చలి– వేడి–తడి (నీరు) ఏ మాత్రము లేనట్టి – చక్కటి ప్రదేశమును ఎన్నుకోవాలి.
- ఆచోట ధనస్సు ప్రమాణము గల చోటును చక్కగా తీర్చిదిద్ది సంసిద్ధం చేసుకోవాలి.
- ఆ చోటు మరీ ఎత్తుగా గానీ, మరీ పల్లముగాగాని కాకుండా ఉండాలి. పవిత్ర భావాలు జనింపజేసేదై ఉండాలి.
- అట్టిచోట **'బద్ధపద్మాసనము'** ధరించి సరస్వతీ చాలనయోగమును అభ్యాసము చేయాలి.
- (తరువాత) **దక్షణాద్యా సమాకృష్య బహిష్ఠం పవనగ్ం శనైః యథేష్టం పూరయేత్, వాయుగ్ం।** బయట ఉన్న గాలిని కుడి (పింగాళ) నాడిలోనికి ఇష్టముగా అనిపించినంతసేపు 'పూరణము' (Air inviting and filling into 'PINGALA') అభ్యసించాలి.
- ఆపై – **రేచయేత్ ఇడయాతతః।** 'ఇడనాడి'(ఎడమనాడి) ద్వారా రేచకము (Releasing out) చేయాలి.
- కపాలము (Higher part of the Head, forehead)ను శోధనము చేస్తూ (బుద్ధితో వాయువును బయటకు పంపు భావనను నిర్వర్తిస్తూ) నెమ్మదిగా వాయురేచకము – బుద్ధిపూర్వకంగా చేయాలి.

ఈ విధంగా (1) **సరస్వతీ చాలనము** (2) **పింగళపూరకము** (3) **ఇడారేచకము** (4) **కపాల రేచకముల** అను 4 విధములను అభ్యసించుట వలన దేహములో వాతదోషము (Air - disfunctioning in certain parts of the physical Body), దేహములో రోగక్రిములు ప్రోగుపడి రోగములను కలిగించు దోషము తొలగిపోగలవు. ఇట్టి నాలుగు ప్రక్రియలను మరల మరల నిర్వర్తించటమును **"సూర్యభేదము"** అను యోగవిధిగా చెప్పుచున్నారు.

(2) ఉజ్జాయ కుంభకము

- **ముఖగ్ం సంయమ్య** – నోరును మూసిఉంచి,
- **నాడీభ్యాం ఆకృష్య పవనగ్ం శనైః** – ఇంద-పింగళ రెండు నాడుల చేతను మెల్లగా గాలిని లోనికి పీల్చి
- కంఠప్రదేశము నుండి హృదయ స్థానము వరకు 'సస్వనము' (Systematicaly rhythmic) అను వాయునియామకము (లేక) వాయు కుంభకము నిర్వర్తించి,
- పూర్వం చెప్పినట్లు పింగళపూరకము, ఇడారేచకముచేస్తూ 'కుంభకము' చేయటము

ఇట్టి ప్రాణ సంయమనప్రక్రియను **'ఉజ్జాయ కుంభకము'** అని పిలుస్తున్నారు. ఇట్టి 'ఉజ్జాయీ' – శీర్ష (తల)భాగములో జనించే అనలము (వేడి)ని హరించివేయగలదు. గొంతులో శ్లేష్మదోషమును తొలగించగలదు. సర్వరోగములను హరించి, మనస్సుకు పుణ్య (Positive) భావములను కలిగిస్తుంది. దేహములో జలతత్వమును పరిపుష్టిగాను, సర్వత్రా సమముగాను చేస్తుంది. నాడులలోని జలదోషమును, ఉదరములో ధాతుదోషములను నశింపజేయగలదు. **'ఉజ్జాయకుంభకము'** గురించి మరొక విశేషం కూడా! **గచ్ఛతః తిష్ఠతః కార్యమ్ ఉజ్జాయ్యాఖ్యంతు కుంభకమ్।** యోగి కూర్చున్నప్పుడు, నడుస్తూ ఉన్నప్పుడు, ఆయా కార్యములు నిర్వర్తిస్తూ ఉన్నప్పుడు కూడా **ఉజ్జాయకుంభక ప్రాణాయామము** నిర్వర్తిస్తూ ఉండవచ్చు కూడా! (ఉత్+జాయీ → లేస్తూ, కదలుచూ, నడుచుచూ ఉన్నప్పుడు కూడా గాలి-పీల్చి, కుంభించి, గుండెలో నింపి, నెమ్మదిగా వదలు వాయుచలన విధానము)

(3) శీతలీ (లేక) శీతహృత్ (నామ) కుంభకము

ఓ బుద్ధిమంతుడా! ఇక శీతలీ కుంభకము గురించి వినండి.

- **జిహ్వయా వాయుం ఆకృష్య**.. నాలుకతో బయట గాలిని ఆకర్షించి, స్వీకరించి,
- పూర్వము చెప్పి ఇడ – పింగళలలో పూరక రేచకములను, కంఠ-హృదయ మధ్యగత ఆకాశములో పూరకము చేసి,
- నెమ్మదిగా ముక్కు రంధ్రముల ద్వారా రేచకము చేసి, (మరల) గుండె నిండుగా నోటితో గాలిపీల్చడం.
- **నోరు మూయటము. గుండె, భుజములలో కుంభకము, ఆతదనంతరము ముక్కుపుటముల ద్వారా నెమ్మదిగా గాలి వదలటము.**

ఇట్టి ప్రక్రియన **'శీతహృత్ కుంభకము'** అని అంటున్నారు. ఇది కూడా గుండెలో మాంసపు విభాగములో ఏర్పడే దుష్టవాయువుల దోషము (గుల్మము)ను హరిస్తుంది. ప్లీహదోషములను, వాత-పిత్తముల దోషములను, తొలగిస్తుంది. ముఖ్యముగా దేహములో ఉష్ణాధికత్వముచే ఏర్పడే జ్వరము (High Temperature)ను తగ్గించి దేహములో శీతలత్వము పెంపొందిస్తుంది కాబట్టి **'శీతహృత్నామ కుంభకము'** అనే పేరుచే చెప్పుకోబడుతోంది.

(4). భస్త్రీ (భస్త్ర) కుంభకము

(1) రేచక భస్త్రి

తతః పద్మాసనం బధ్వా → పద్మాసనమును వైచుకొని,

సమగ్రీవ ఉదరః సుధీ → మెడను పొట్టను నిలువుగా ధరించుచూ, బుద్ధితో ధారణచేయువాడై,

ముఖగ్ం సంయమ్య → నోటితో గాలి పీల్చి, నోటిని మూసిఉంచి,

యత్నేన ప్రాణం ఘ్రాణేన రేచయేత్ → ప్రయత్నపూర్వకంగా రెండు ముక్కు పుటముల నుండి గాలిని వేగంగా రేచకముచేయుటము (గాలిని వేగంగా వదలటం) – రేచక భస్త్రీ అనబడుచున్నది.

(2) పూరక భస్త్రి :

యథాలగతి కంఠాత్తు కపాలే సస్వనం తతః వేగేన పూరయేత్–నోటితో గాలిని పీల్చి, కంఠప్రదేశము నుండి–కఫాల ప్రదేశము వరకు అత్యంత వేగంగా గాలిని పూరించటము. కఫాలం యొక్క గుండ్రని ఉపరి భాగమును వేగముగా వాయువు స్పృశించు వరకు పూరించటము. క్రమముగాను, నెమ్మదిగాను ముక్కు పుటములనుండి వదలటము.

(3) హృదయపద్మమున గాలిని నింపి ఆ గాలిని కంఠము ద్వారా కఫాలమును వేగంగా స్పృశింపజేస్తూ పూరించటము.

ఈ విధంగా రేచక పూర్వకములను ఒకదాని తరువాత మరొకటి నిర్వర్తిస్తూ ఉండాలి.

రేచకము – నోటితో గాలి తీసుకొని, ముఖంలో గాలిని సంయమనం చేసి, రెండు ముక్కుపుటముల ద్వారా గాలిని వేగంగా వదలటము.

పూరకము – కంఠమును సంకోచింపజేస్తూ హృదయమునందు గాలిని నింపి, హృదయం నుండి కంఠము ద్వారా గాలిని వేగంగా కఫాల స్థానము స్పృశింపజేయటం (Speed Touch)

– హృదయపూరక – కఫాల సంవేగ సంస్పర్శ. ఈ విధంగా పునః పునః నిర్వర్తించాలి.

ఏ విధంగా అయితే గొడ్డలి, పలుగు, పార మొదలైన ఇనుప వస్తువులను తయారు చేసే కమ్మరి కొలిమితిత్తితో వేగంగా గాలిని వదలి కొలిమిలోకి ఊదుతూ పంపుచున్నాడో.. ఆ విధంగా స్వశరీరంలో సంచారములు చేస్తున్న వాయువును నెమ్మదిగా ఆకర్షించి వేగంగా పూరక–రేచకములు నిర్వర్తించాలి.

⌘ ⌘ ⌘

ఎంతెంతవరకైె శరీరము ఇబ్బంది–శ్రమ లేకుండా (నొప్పి మొదలైనవి రాకుండా) భరించగలదో గమనించి, అంతంత వరకు సూర్యనాడిని వాయువుతో పూరించిఉంచాలి.

- ఎంతవరకు ఉదరము (పొట్ట)ను గాలితో నింపి సులభముగా ధారణ చేయగలమో, అంతంవరకు నాశికామధ్యంగా గాలిని నింపి తర్జని (చూపుడు వేలుతో ముక్కు పుటము మూసి) కుంభకము చేయాలి.
- పింగళ నాడిలో గాలిని నింపి, ఇడనాడితో రేచకము నిర్వర్తించాలి.

భస్త్రి కుంభకము వలన ప్రయోజనములు

- ⌘ కంఠములో పేరుకొన్న దుర్వాసనలను బయటకు త్రోసివేయగలదు.
- ⌘ శరీరములో వాతమును (State of I cy solidness in certain bodily inner spaces) తొలగించి అగ్నిని వృద్ధి చేయగలదు.
- ⌘ కుండలినీ శక్తిని సముత్సాహపరచి, బ్రహ్మరంధ్రమువైపు సంసిద్ధమగునట్లుగా ప్రయాణింపజేయగలదు.
- ⌘ పాప–బలహీన–నిరుత్సాహ–ద్వేష–మోహ భావావేశములను తొలగించి, మనస్సును సంరక్షించి పవిత్రముగా చేయగలదు.
- ⌘ పుణ్య భావములను (Positive thoughts and feelings) సముత్సాహపరచగలదు
- ⌘ శుభ్రప్రదమైనది. శాంతి, సుఖదాయకమైనది. అట్టి యోగిని చూచినప్పుడు ఇతరులకు ప్రశాంతపూర్వకమై ఆహ్లాదము కలుగుచూ ఉంటుంది.
- ⌘ కంఠము, కఫాలము, ముఖము, హృదయము మొదలైన ప్రదేశములలో ఘనీభవించు కఫమును మొదలంట్లా తొలగించి వేయునది. శరీరమును నిర్మలము, సుఖవంతముగా తీర్చిదిద్దునది.
- ⌘ సత్వ రజో తమోగుణముల సకేంద్రీకృతత్వముచే ఏర్పడుచున్న 'విష్ణుగ్రంథి', **'బ్రహ్మగ్రంథి', 'రుద్రగ్రంధు'లను** విభేదించివేయగలిగినట్టిది,

ఇట్టి ఉత్తమ ప్రయోజనములను ప్రసాదించునది కాబట్టి భస్త్రీకుంభకము (లేక) **'భస్త్రాఖ్య కుంభకము'** దినదినము శ్రద్ధగా' అభ్యసించవలసినదై యున్నదిగా యోగవేత్తలచే సూచించబడుచున్నది.

– – –

పైన మనం చెప్పుకున్న సూర్యా, ఉజ్జాయీ, శీతలీ, భస్త్రీ కుంభకములను ప్రియముగా నిర్వర్తిస్తూ ఉండగా, **అట్టి** యోగి దేహ మనో వీధులలోని సర్వకల్మషములను కడిగివేస్తున్నాడు. నిష్కల్మషుడు – నిర్మలుడు అగుచున్నాడు. అట్టి యోగశక్తిచేత త్రి(3) బంధములను ఆశ్రయించి – సంసారబంధనముల నుండి సులభముగా విడివడుచున్నాడు. **అట్టి 'బంధయోగత్రయము' గురించి ఇప్పుడు వివరించుకుందాము.**

బంధత్రయము – మూల ఉడ్డీయాణ–జాలంధర।

యోగవేత్తలు అభ్యసించు యోగ బంధలక్షణములను '3' విధములుగా విభాగించి యోగవేత్తలు వివరిస్తున్నారు.

(1) మూలబంధము (2) ఉడ్డీయాణ బంధము (3) జాలంధర బంధము.

(1) మూలబంధము : అధోగతిం అపానంవై ఊర్ధ్వగ్ం కురుతే బలాత్, అకుంచనేన తం ప్రాహుః 'మూలబంధో' అయం ఉచ్యతే।
అపాన వాయువు స్వభావతః అధోగతి (Downward Move/Travel) కలిగి ఉంటోంది. ఈ శరీరము, ఇందులో క్రిందకు ప్రవహించు అపాన వాయువు యోగసాధకులకు యోగసిద్ధికై **ఉపకరణములు**గా అగుచున్నాయి. ఎట్లా? క్రిందకు ప్రయాణ ప్రసరణము అన్నివేళలా కలిగి ఉంటున్న అపాన వాయువును బుద్ధిబలముతో ఊర్ధ్వముగా చేయు యోగాభ్యాసమును **"మూలబంధయోగము"** అని అంటున్నారు.

ఈ బంధము మూలాధార ప్రదేశము నుండి ఆరంభమౌతుంది కాబట్టి మూలబంధము. ఆ విధంగా అపానవాయువు అధోగమనము నుండి యోగాభ్యాసపూర్వకంగా వెనుకకు మరల్చబడినదై వాయువుతో కూడి (ప్రాణశక్తితో కూడి) దేహములోని అగ్ని (వహ్ని) మండలమును పొందుచున్నది. – **సంప్రాప్తే వహ్నిమండలే, తతో అనిలశిఖా దీర్ఘా వర్ధతే వాయునా హతా।** అట్టి అగ్నిమండలము వాయువుచే (అపానముచే) స్పృశించబడుచూ ఉండగా, అద్దాని తేజస్సు ప్రవృద్ధమౌతూ వస్తుంది.

క్రమంగా అగ్ని – అపాన వాయువులు రెండూ ఏకమై ఉష్ణస్వభావము కలిగియున్నట్టి **ప్రాణశక్తి**తో కలియనారంభిస్తాయి. తత్ఫలితంగా దేహములో కాంతి–వేడిమి–వేగములు జనించి, దేహములోని మూలాధారకోశములో నిద్రాముద్ర వహించియున్న కుండలినీశక్తికి సంతప్తము (ఉష్ణము-Worming) కలిగిస్తాయి. అప్పుడు తోకపై కర్రదెబ్బ తిన్న ఆడత్రాచువలె తీవ్రమైన శ్వాసలు (బుసలు) చేస్తూ కుండలినీ శక్తి (The will power) తన వంకర స్థితిని వీడి, దేహములో ఋజుత్వము (Stright forwardness) పొందనారంభిస్తుంది. పాము వేగముగా బిలప్రవేశము చేయురీతిగా కుండలినీ శక్తి శిరస్సుకు ఉపరితలముగా ఉన్న 'బ్రహ్మనాడి' నందు ప్రవేశించుటకు ప్రయత్నశీలమగుచున్నది. కుండలినిని అనుసరించిన బుద్ధి క్రమంగా – **బ్రహ్మజ్ఞానానందము, సర్వతత్త్వ స్వరూపము** అగు **పరబ్రహ్మత్వము** సంతరించుకోనారంభిస్తుంది. అటువంటి ఉత్తమోత్తమ ప్రయోజనము ప్రసాదించగలదు కాబట్టే యోగ పుంగవులు **'మూలబంధము'ను తప్పక చేయవలసి సాధన కర్తవ్యముగా** యోగసాధకులకు ప్రబోధిస్తున్నారు.

2. ఉడ్డీయాణ బంధము: కుంభకాంతే రేచకాదౌ కర్తవ్యస్తు ఉడ్డియాణకః। (1) రేచకము (2) పూరకము (3) కుంభకము (4) పునఃరేచకము–అను నాలుగు విశేషములు గల **'కుంభకాంత–రేచకాదౌ'**–యోగాభ్యాసమును 'ఉడ్డీ యాణబంధము' అని అంటూ ఉంటారు. **కుంభకముచే ముగుస్తూ, రేచకముయొక్క ప్రారంభములో ధ్యాసను నిలుపు ఈ యోగాభ్యాసముచే ప్రాణశక్తి 1. సుషుమ్న నుండి ఊర్ధ్వముగా పయనించి, (2) బ్రహ్మరంధ్రమును స్పృశిస్తూ, (3) ఇంకా శిరో ఊర్ధ్వభాగము చేరుప్రయోజనము కలిగి యుండటంచేత, ఈ బంధమునకు 'ఉడ్డీయాణము' అనే పేరు వచ్చింది.**

కందము (పొట్ట భాగములో) ఉడ్డీయాణము

- వజ్రాసనము ధారణ చేసి చేతులతో పాదములను దృఢముగా పట్టుకొని ఉండి,
- కాలి చీల మండల సమీపముచే కందమును [ఆసనస్థానమును (లేక) మూలాధారస్థానమును (లేక) గుదసమీపస్థానమును] నొక్కిపట్టి ఉంచి, ఎడమవైపు పొత్తికడుపు (పశ్చిమతాణము)ను ఉదరము(పొట్ట) వైపుగా కొంచము లాగినట్లుగా ఉంచి
- నెమ్మది నెమ్మదిగా పొట్ట క్రింది భాగము నందు (తుందసంధి–స్వాధిష్ఠానచక్రస్థానము నందు) కుంభకమార్గంగా ప్రాణశక్తిని నిలిపి ఉంచటం. (పొట్టలోను, పొత్తి కడుపులోని కుంభక ప్రాణయామాభ్యాసము).

అట్టి పొట్ట ప్రదేశములో రేచకి–పూరక–కుంభక–పునఃరేచక ఉడ్డీయాణము యొక్క ప్రయోజనములు: పొట్టలోని – అజీర్తి, ఆమ్ల, జఠర రసముల అల్ప–అధిక్యతలు, అజీర్ణము, జీర్ణము జరుగుచుండగా జనించిన వాయువు బయల్వెడలక నిలిచిపోవటము(Gas formation) - మొదలైన దోషములు తొలగిపోగలవు. ఈ విధంగా ప్రాణసంచాలనము – ప్రాణకుంభకము పొట్ట భాగములో నిర్వర్తించి యోగాభ్యాసము జీర్ణశక్తిని ఉత్సాహపరచి, ఆరోగ్యమును కాపాడగలదు. **'ఉడ్డీయాణ బంధము' ఆరోగ్యప్రదము.**

3. జాలంధర బంధము

పూరకాంతే తు కార్తవ్యో బంధో జాలంధరాభిధః। 'పూరకాంత–కుంభకము' ప్రారంభస్థాన బంధము → జాలంధర బంధముగా పిలువబడుచున్నది. ***పూరకము తరువాత–కుంభకము ప్రారంభముకాకముందు గల స్థానము నందు ఈ జాలంధర బంధము*** అభ్యసించబడుతోంది.
– ఈ జాలంధర బంధము కంఠసంకోచ రూపముగా వాయుమార్గ నిరోధకరూపమైనది. క్రిందికి కుంచించుట ద్వారా కఠసంకోచము చేయుచుండగా పశ్చిమతాణము (ఎడమవైపు వాయు బంధన –ఊర్ధ్వయానము)చే ప్రాణశక్తి కఫాలమున గల బ్రహ్మనాడిని చేరుచున్నది. ఈ జాలంధర బంధములో కూడా,

- సుఖాసనము అవధరించటము. - సరస్వతీ చాలనము. - ప్రాణ నిరోధము.

ఇవన్నీ నిర్వర్తించబడుచున్నవై ఉంటాయి.

– ప్రధమే దివసే కార్యం కుమ్భకానాం చతుష్టయం – మొదటి దశలో కుంభక చతుష్టయమును (రేచక – పూరక–కుంభక–పునఃరేచకములను) రోజుకు ఒక్కసారి నిర్వర్తించాలి.

– ప్రత్యేకం దశ సంఖ్యాకం ద్వితేయే పంచభిః తథా।। – రెండవ దశలో పదిసార్లు దేహములోని '5' ప్రదేశములో కుంభక చతుష్టయమును అభ్యాసం చేయాలి. (5x2)

- వింశతి అలం తృతీయే : '3'వ దశలో 20 సార్లు మాత్రమే చేయాలి.

- ఏష్ని పంచవృద్ధ్యాదినే దినే! ఆ తరువాత 4వ దశలో రోజుకు '5' '5' చొప్పున కుంభక చతుష్టయమును పెంచుకుంటూ పోవచ్చు. ఆ తరువాత ఉడ్డీయాణ - జాలంధర ఉభయము ఒకటి తరువాత రెండవదిగా 'ఒకటి-రెండు-మూడుసార్లు, రోజూ అభ్యాసము చేయబడు గాక!

ఏదిఏమైనా దినదినాభ్యాసం ఉండాలి. బంధత్రయ సమన్వితంగా నిత్యము (Regularly, Every Day) → కుంభకాభ్యాసమును ఒక అలవాటుగా నిర్వర్తించటం ఆవస్యకం. ***(ఎన్నిసార్లు చేసినా కూడా ప్రతిరోజు చేయటము అలవాటుగా అయిఉండాలి)***

ప్రాణ సంయమయోగాభ్యాసములో ప్రారంభ ప్రతిబంధకములు

ప్రియ గౌతమ మునీశ్వరా! వాయుజయము, ప్రాణరోధనము (లేక) నిరోధము, కుంభక చతుష్టయము, ఇత్యాది యోగాభ్యాస విషయాల గురించి; కుండలినీశక్తిని ఇడ-పింగళనాడులలో వాయురేచక - పూరక - కుంభకముల సహాయంతో కుండలినీ శక్తి యొక్క సుషుమ్న ముఖప్రాప్తి, సరస్వతీ చాలనము.. ఇట్టి విశేషాల గురించి చెప్పుకుంటూ వస్తున్నాం కదా! అయితే, ఇట్టి యోగసాధనలకు సంసిద్ధుడగుచున్న యోగికి, పూర్వ-సంస్కారవశంచేత కొన్ని కొన్ని ప్రారంభదశలో విఘ్నములు ఏర్పడుచూ ఉంటాయి. అట్టి విఘ్నములు కలుగగానే యోగాభ్యాసి, అమాత్రానికి బద్ధకించరాదు. వెనుతిరుగరాదు. **"అవన్నీ యోగాభ్యాసములు కొనసాగుచుండగా, అభ్యాసబలం చేత తప్పక తొలగగలవు"..** అను నమ్మికతో ఆత్మ విశ్వాసంతో, పట్టుదలతో యోగాభ్యాసము నందు, ముందుకు సాగాలి. అట్టి విఘ్నములు పది రకములుగా విభజించి యోగతత్త్వజ్ఞులు శాస్త్రీయంగా విశదీకరిస్తున్నారు.

అట్టి దశవిఘ్నముల గురించి కొంత వివరించుకొని, ఆ తరువాత యోగాభ్యాస విశేషములు మరికొన్ని సంభాషించుకుందాము.

దశ విధ యోగాభ్యాసమార్గ- విఘ్నములు

1. మొదటి విఘ్నము: "అయ్యా! మేము యోగాభ్యాసమునకు సంసిద్ధమై, ఇక ప్రారంభించగానే మాకు కొన్ని ఇబ్బందులు వచ్చిపడుతున్నాయి. అందుకే, దినదినాభ్యాసం చేయలేకపోతున్నాం! మరి ఏమి చేద్దాంలెండి!" అని కొందరు యోగాభ్యాస ప్రారంభకులు ప్రారంభదశలో పట్టుదలను సడలిస్తున్నారు.

దివా సుప్తిః → పగటి నిద్ర; యోగాభ్యాసం ప్రారంభించిన కొద్దిసేపటికే కునుకువచ్చి, తూలటము.

నిశాయాం తు జాగరాత్ → రాత్రిపూట చాలాసేపు నిద్రపట్టకపోవటము, ఏదో తోచకపోవటము.

అతిమైథునామ్ → మైథునము (Sexual Intercourse) నకు సంబంధించిన ఊహలు ముసరటము.

బహు సంక్రమణం → ఏవేవో ఆలోచనలు, భావాలు ముసురుకోవటము. అనేక వ్యావహారిక సంబంధమైన ఆవేశపూరిత - అనుబంధములు గుర్తుకు రావటము.

నిత్యగ్ం రోధాః మూత్ర 'పురీషయోః → మూత్ర పురీషములు సరిగ్గా జరుగుట లేదని అనిపించటము. ఏవేవో ఏదో మార్పుగా అనిపించటము.

విషయ అశనదోషాశ్చ → విషయములకు సంబంధించిన దిగుళ్ళు. ఆకలి తగ్గినట్లు అనిపించటం - ఆహారం రుచించకపోవటం.

ప్రయాసమ్ → అలసటగా అనిపించటం.

శీఘ్రం ఉత్పద్యతే రోగ స్తంభయేత్, యది సంయమీ, యోగాభ్యాసేన మే రోగం ఉత్పన్న - ఇతి కధ్యతే। శరీరంలో ఏవో దోషాలు బయటపడుచున్నాయని, రోగాలేవో ఉత్పన్నమగుచున్నాయని - అనుకోసాగటము.

తతో అభ్యాసం త్యజేత్ ఏవం ప్రథమమ్ విఘ్నమ్ ఉచ్యతే। ఇటువంటివన్నీ ప్రథమ విఘ్నములు అగుచున్నాయి. కొందరి విషయంలో ఇవి కారణమై, ప్రాణయోగ సాధన నుండి విరమించటం జరుగుతోంది. అవన్నీ యోగాభ్యాస ప్రారంభదశలో అనిపించినప్పటికీ, అవి దేహంలో తిష్ట వేసుకొన్న దోషాలు బయటపడటంవంటివి. **యోగసాధన కొనసాగుచుండగా సరి అయిపోతాయి. అందుచేత - నిరుత్సాహపడకూడదు.** ఉత్సాహము, సాహసము, ధైర్యములతోను, ప్రియభావముతోను యోగాభ్యాసము కొనసాగించెదరు గాక. గురువుతో సంభాషిస్తూ ప్రత్యుత్సాహవంతులు కావాలి.

(2) ద్వితీయ విఘ్న-సగ్ంశయాఖ్యం చ : "మోక్షము-యతతామపి సిద్ధానాం కశ్చిత్ మాం వేత్తి"-అని అన్నారు కదా! మరి, వేలాది మందిలో ఎక్కడో ఒక్కరికి సిద్ధిస్తుందని అంటున్నారే? మరి నాకు సిద్ధిస్తుందా? నాకైతే నమ్మకం కలగటం లేదు. ఇంతా ప్రయత్నించి ఏమి సాధిస్తున్నట్లు?" ఇటువంటి అనుమానములు పొడచూపనారంభిస్తూ ఉంటాయి. ప్రతి ఒక్క జీవుడు యోగ పరాకాష్ఠకు అర్హుడే సుమా!

(3) తృతీయం చ ప్రమత్తాత : మూడవ విఘ్నము ప్రమత్తత. అశ్రద్ధ. బద్ధకము. అప్రమత్తుడు (Enthusicartic, Attentive) కాకపోవటము. ఉత్సాహము, సాహసము,పట్టుదలను ఆశ్రయిస్తూ ఉంటే - ప్రమత్తత తొలగిపోగలదు. ఎట్లాగైనాసరే, నిద్ర, బద్ధకములను జయించవలసిందే.

(4) ఆలస్యాఖ్యన్ చతుర్ధంచ : యోగసాధనకు ఆశీనులవ్వాలని సిద్ధపడుచూనే, మనస్సు ఏవేవో వ్యవహారముల వైపుగా ప్రసరించుచుండటం చేత బద్ధకము అశ్రద్ధలతో కూడిన 'చ్యుతి' (Distraction) వచ్చిపడుతూ ఉంటుంది. "కాసేపు ఆగుదాం. అప్పుడు యోగసాధనకు కూర్చుందాంలే!" → అని అనిపించటం జరుగుతుంది. క్రమంగా యోగసాధనను మానివేయాలనే బుద్ధి బలము పుంజుకోసాగుతుంది. యోగాభ్యాసి ఎల్లప్పుడు **'కాలనియమము'**ను నిర్దేశించుకొని **అనుసరించటమే** ఉపాయము.

(5) నిద్ర : యోగాభ్యాసము ప్రారంభించగానే ఆవలింతలు, నిద్ర ముంచుకురావటము.

(6) విరతి : ఏవేవో జ్ఞాపకమునకు వస్తూ ఉండటం చేత మనస్సు యోగక్రియావిశేషము నందు, యోగ భావన యందు రమించక, ఎటెటో సంచారములు చేస్తూ ఉండటము. ధ్యాస → ధ్యానము వైపుగా కాకుండా.. అల్పమగు లౌకిక విషయాల వైపు మరలటము. "వాళ్లు అటువంటివారు. ఇటువంటి వారు" - అనుమాటలలో అభిరుచి.

(7) భ్రాంతి : ఏవేవో పిచ్చి పిచ్చి ఆలోచనలు వచ్చిపడటము. ఏవేవో రూపములు, నీడలు, ఆకారములు కనిపించసాగటం. ధ్యాస ఏకాగ్రం కాకపోవటము.

(8) విషమం : ఎవ్వరిపైనో కోపము, ఆవేశము, అవమానము, రోషము, పగ, లోభము → మొదలైన విష సమానమైనవి గుర్తుకు వస్తూ, మనస్సునకు చెప్పరాని ఆవేశము, ఆక్రోశము కలగటము. "ఇంతకింతకు వాళ్ల-వీళ్ళ సంగతి చూస్తాను చూడు!" అనే దూషణ భావములు ప్రబలటం.

(9) అనాఖ్యం : తెలివి తక్కువదనం; ఆలోచనలు మొద్దుబారిపోవటం. ఏమీ అనుభవముచే గ్రహించలేకపోవటము. పైకి యోగిగా, లోన భోగిగాను, లోభిగాను ఉండిపోవటము.

(10) అలబ్ధి యోగతత్త్వస్య : "నాకింకా యోగసిద్ధి లభించదేం? ఆరు నెలలో కలగాలంటారుకదా? నాకు ఇదేం గతి? ఇంకా ఎన్నాళ్లు చేయాలి?".. అనే అలబ్ధిత్వము..

ఇవన్నీ **యోగభ్యాసి** - తన యొక్కయోగాభ్యాసము వలననే - **కలుగుచున్నాయని అనుకోవచ్చుగాక!** వాస్తవానికి ఇవన్నీ **మనోఫలకము (Box of Inwardness) నందు దాగి ఉన్న జన్మజన్మలుగా అభ్యాసవంతంగా ఆర్జించిన దోషపరంపరలు అభ్యంతర సంస్కారములు మాత్రమే!**

అందుచేత..., యుద్ధవీరునివలె యోగాభ్యాసి విఘ్నములపై యుద్ధము ప్రకటించవలసిందే. వేరే త్రోవ లేదు.

ఇత్యేతత్ విఘ్నదశకం విచారేణ త్యజేత్ బుధః। ఈ దశ విఘ్నములను బుధులు విచారణ చేసి, చక్కటి ఉపాయములను ఆశ్రయించి వాటిని త్యజించాలి. **తెలివి, పట్టుదల గురుప్రపత్తి, ఇష్టదైవము పై భక్తి, ఆత్మనమ్మకము** - ఇటువంటివన్నీ విఘ్నములు జయించటానికి ప్రోత్సాహక కారణములు.

ఆ విధంగా **స్వవిచారణచే, సద్గురువుల పోత్సాహముచే, తోటి యోగాభ్యాసుల సోదాహరణములచే** దశ విఘ్నములను జయించివేయాలి. ప్రాణాభ్యాసముపై పట్టుదల మనోగత విఘ్నములను తొలగించగలదు. **"ఇది నా బంధనములను తొలగించి, ఆత్మోన్నత్యమును సిద్ధింపజేయగలదు"..** అను **శాస్త్రము మీద, తన మీద, సాధన మీద, గురుసూచనపైన నమ్మికతో** యోగసాధనలో ముందుకు సాగాలి. దైనందికంగా యోగాభ్యాసమును శ్రద్ధతో పట్టుదలతో నిర్వర్తించాలి.

యోగాభ్యాసము ఎల్లప్పుడు తనకు, తదితరులకు కూడా ఆహ్లాదంగానే ఉండాలి. తననుగాని, తదితరులను గాని బాధించే రీతిగా ఉండరాదు. ప్రేమాస్పదంగాను, సర్వాత్మత్వము ఆశయముగాను ఉండాలి.

కుండలినీ ఊర్ధ్వసంచాలనము

క్రమంగా.. **సుషుమ్నాంతీయతే చిత్తం, న చ వాయుః ప్రధావతి।** చిత్తము ఇడ-పింగళ నాడులలో సంచారము జయించి సుషుమ్నయందు లీనమై నిర్మలత్వము సంతరించుకొనగలదు. వాయువు క్రమంగా తన చంచలత్వమును త్యజించి యోగసాధకునికి వశమగుచున్నది. దేహ సంబంధమైన, మనోసంబంధమైన దోషములన్నీ తొలగిపోనారంభిస్తాయి.

→ **అధోగతిం అపానంవై ఊర్ధ్వగం కురుతే బలాత్।** అధోగతి (Downward flow/trend) గల అపాన వాయువు స్వభావంగాను, బుద్ధిబలము చేతను ఊర్ధ్వముగా ఆకుంచనము అవగలదు. **ఇదియే మూలబంధము.**

→ **అపానశ్చ ఊర్ధ్వగో భూత్వా వహ్నినా సహ గచ్ఛతి।** ఊర్ధ్వగతిని పొందిన అపానవాయువు అగ్నితో ఏకమై ప్రవర్తించసాగుతుంది.

→ **ప్రాణ స్థానమ్ తతో వహ్నిః।** అపానము, అగ్ని - ఉభయము ప్రాణస్థానమును చేరుచున్నాయి.

→ **ప్రాణ - అపానౌచ సత్వరమ్ మిళిత్వా కుండలీం యాతి।** ప్రాణ-అపానములు కలిసి అగ్ని-వాయువులతో కూడి కుండలిని తాకుచున్నాయి. **ప్రసుప్తా కుండలాకృతిః।** నిదురించుచున్న కుండలీ శక్తిని వాయు-ఉష్ణములు వేగముగా స్పృశించి నిద్రలేపుచున్నాయి.

→ **తేన అగ్నినా చ సంతప్తా పవనేనైవ చాలితా!** అప్పుడు వాయువుచే స్పృశించబడుచూ అగ్నిచేత కుండలినీ శక్తి సంతప్తము పొందుచున్నది.

→ ఇకప్పుడు కుండలినీ శక్తి ఊర్ధ్వగమనము పొంది సుషుమ్నముఖ ద్వారము ద్వారా విద్యులేఖవలె ప్రకాశించసాగుచూ 'ఆజ్ఞాచక్రము' వరకు విద్యుల్లత వలె సంప్రకాశమానమవసాగుచున్నది.

→ అట్టి కుండలినీ శక్తి రజోగుణ సముద్భవమైన బ్రహ్మగ్రంధిని భేదించి, పైపైకి ప్రయాణించసాగుచున్నది.

→ క్రమంగా సత్వగుణ రూపమగు హృదయమున స్థానము కలిగియున్న **'విష్ణుగ్రంథి'**లో ప్రవేశించుచున్నది. ఆ విష్ణుగ్రంథిని కూడా ఛేదించి ఇంకనూ ఊర్ధ్వముగా ప్రయాణించసాగుతోంది.

→ అక్కడి నుండి **భృవోర్మధ్యగా** గల **రుద్రగ్రంధిలో** కుండలినీశక్తి ప్రవేశించుచున్నది.

కుండలినీ - భ్రూమధ్యము నుండి ఊర్ధ్వగమనము

రుద్ర గ్రంధియందు ప్రవేశించిన కుండలినీ శక్తి భ్రూమధ్యమును కూడా ఛేదించి (అధిగమించినదై) **- యాతి శీతాంశు మండలమ్!** శీతల స్వభావమగు చంద్రమండలమును (కేవల మనో మండలమును) స్పృశించుచున్నది.

అప్పుడు కుండలిని- 16 దళములతో శిరోఉపరిభాగమున గల **అనాహత చక్రము** (సూర్య స్థానము) నందు స్థానము పొందినదై, చంద్ర మండలము నుండి ప్రభవించుచున్న ద్రవమును స్వయముగా శోషింపజేయుచున్నది.

షోడశ దళ మండలమున ప్రవేశించిన కుండలినీ శక్తి- శివైక్యమవటము

ప్రాణచలన వేగముచే చలించుచున్న కుండలినీశక్తి దేహములో గల రవిమండలము (Heat Generating zone) నుండి ఉష్ణమును గ్రహించుచున్నది. రక్తమును ధాతుశేషమగు 'పిత్తము'గా మార్చివేయుచున్నది. అట్టి కుండలినీ చలనము - శుద్ధశ్లేష్మముచే సిక్తమై (నిండినదై) యున్న చంద్ర మండలములోని శ్లేష్మమును తన యొక్క ఉష్ణత్వముచే పొడిగా (Dry Cleaning) చేసి వేయుచున్నది.

అప్పటివరకు తెల్లటి రంగులో ప్రకాశించుచున్న చంద్రమండలము కుండలినీ ఉష్ణత్వ ప్రభావముచే ఎర్రబారిపోవుచున్నది.

ఇకప్పుడు శుక్లవర్ణ చంద్రాకాశము కుండలినిచే క్షోభింపబడినదై సుడివలె తిరుగుచు భ్రమతము (Round moving) పొందుచున్నది. అద్దాని విషమత్వముల నుండి బహిర్గతమైన చిత్తము చంద్రాకాశ-సుడులకు చిక్కక, ఈవల ఉంటోంది. (చంద్రుడు = మనస్సు)

అప్పుడు ఆ యోగి యొక్క చిత్తము చంద్రమండలము నుండి ద్రవించు నిర్మల రసమును ఆస్వాదించి, స్వస్థత పొంది, **తదేవ పరమం భుక్త్వా, స్వస్థః స్వాత్మరతోయువా।** ఆతడు స్వస్థుడై కేవలమగు స్వాత్మయందు సర్వదా రమించువాడై ఉండగలడు.

ఓ గౌతమా!

షోడశ (16) దళములతో కూడిన 'అనాహతము' అనే చక్రములో ప్రవేశించిన కుండలినీశక్తి ఆ తదనంతరము నిర్వర్తించు విశేషముల గురించి మరికొన్ని విశేషములు వినండి.

అష్టవిధ ప్రకృతి రూపధారిణీ, కుండలినీ

అనాహత చక్రమును కూడా దాటి వేసిన కుండలిని "భూమి - జలము - అగ్ని - వాయువు - ఆకాశము - బుద్ధి-అహంకారము".. అనబడే అష్టవిధ ప్రకృతి స్థానము నందు ప్రవేశించుచున్నది. అవన్నీ **స్వశరీర విశేషాలుగా, స్వకీయ చైతన్యమునకు అనన్యంగా** ధారణ చేస్తోంది.

క్రోడీకృత్య శివం యాతి! తాను తనయందు కలుపుకొంటూ పోతున్న బ్రహ్మగ్రంథి, విష్ణుగ్రంథి, రుద్రగ్రంథి, చంద్రమండలము, అనాహతచక్రము మొదలై సర్వమును (షట్చక్రములతో సహా), ఇంకాకూడా, పంచభూత - మనోబుద్ధిచిత్త ధర్మములతో సహా సర్వము తనయందు క్రోడీకరించుకొనుచున్నది. (It is encompassing and encovering all else into itself and starting to look at as **"I am all this"**).

క్రోడీకృత్య విలీయతే। తనను తానే క్రోడీకరించుకొని **"చిదానంద రూపమ్ - శివోఽహమ్"** నందు విలీనము పొందుచున్నది.

అట్టి యోగసిద్ధుడు శివతత్త్వము నందు ప్రవేశించినవాడై, సర్వము శివానందము నందు ఏకము చేయుచున్నాడు. **"శివతత్త్వమునకు అభిన్నము"** అను భావనయందు లయం చేసి, తానే **శివానంద లహరీ స్వరూపుడగుచున్నాడు.**

ఈ విధంగా ఊర్ధ్వ-అధోగమనములు గలిగియున్న వాయుతత్త్వమగు ప్రాణశక్తికే ప్రాణేశ్వరుడు, శుక్ల (వెండివలె తెలుపు) వర్ణుడు - అగు సర్వాత్మక శివభగవానుని యందు ప్రవేశించి శివత్వము పొందుచున్నది.

కుండలినీశక్తి సదాశివ సర్వాత్మకునియందు లయము పొందినట్టి యోగపుంగవుని విశేష లక్షణములు :

- ప్రాణ-అపానములు సమత్వము పొందినవై కుండలినీ యానమును అనుసరించినవై ఉంటాయి. ఆతడు విశ్వప్రాణుడై, ఆ బ్రహ్మ-స్తంభ పర్యంతము స్వకీయప్రాణ (ఇష్ట-చిత్త-ప్రేమ) స్వరూపంగా ఆస్వాదిస్తాడు.. **సమరస సప్రాణుడు** అగుచున్నాడు. ఈ సమస్త విశ్వమునందు, **"త్వమ్-తత్" అనబడే వాటియందు తనయొక్క "అప్రతిహతమైన ఉనికి"ని గమనించి "బ్రహ్మానంద భరితుడు"** అగుచున్నాడు.
- ఇక ఈ భూతప్రకృతి అధికముగా అయినా (లేక) అల్పముగా అయినప్పటికీ కూడా, సర్వవాచక స్వరూపుడై **"త్వమేవాఽహమ్ - నీవుగా ఉన్నది నేనే"**.. అను **తత్త్వమ్ భావనా వాచ్యుడు** అగుచున్నాడు.
- అగ్నిమూష (అగ్నిపై ఉంచి బంగారమును కరగించు ఉక్కుపాత్ర)లో కరగి ఆవిరగుచున్న బంగారము ఆ పాత్ర నిండా ఆక్రమించి ఉంటున్నతీరుగా - ఈ 'విశ్వము' అనే పాత్ర యందు ఆత్మరస స్వరూపుడై అంతటా నిండి ఉంటాడు. **ఈ 14 లోకములతో కూడిన ఈ సమస్తమునందు నేను లేనిచోటెక్కడ?** - అని చిరునవ్వు నవ్వుకొనుచున్నాడు.
- ఆతని ఆధిభౌతిక దేహము (Material Body of five elements) , ఆధిదైవికత్వము (దివ్యత్వము - Absolute Purity with beyondness to worldly impressions) సంతరించుకొనుచున్నది. అత్యంత నిమలమై, అనిర్వచనీయమగు ఆతివాహికత్వము (ఈవిశ్వము, ఈ విశ్వజనులు, ఈ 14 లోకములు నాకు దేహము వంటివి అనబడు) విశ్వేశ్వర - విశ్వంభరాస్థితి పొందినదగుచున్నది.

ఆతివాహిక దేహ విశేషము

ఓ గౌతమా! ఈ జీవుడు భౌతికంగా కాళ్లు చేతులు, ముక్కు, నోరు, కళ్లు, తలకాయి మొదలైన పాంచభౌతిక సమ్మిళిత రూపుడై అగుపించవచ్చుగాక! వాస్తవానికి ఈ భౌతిక దేహము సందర్భమాత్ర ప్రకృతి కల్పిత రూపమేగాని ఈ జీవుని వాస్తవ స్వరూపము కానే కాదు. మరి? **భావనలు ఎక్కడి నుండి జనించుచున్నాయో - అట్టి ఆతివాహిక శరీరమే సహజ శరీరము.**

- ఎట్టి మనోబుద్ధి - చిత్త-అహంకార జాడ్యములు, దోష-పరిమిత ఇష్టాఇష్ట భావములు స్పృశించజాలనట్టిది;
- సర్వ బంధముల నుండి సర్వదా **వినిర్ముక్తమైనట్టిది;**
- మలదోష రహితమైనది. **నిత్య నిర్మలము** అయినట్టిది;
- ఎరుగబడు సర్వమునకు మునుముందే ఉన్నట్టి **ఎరుక స్వరూపమైనట్టిది; చిన్మయాత్మకము;**
- 'నేను'కు మునుముందే ఉండి జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులలో వేరువేరైన 'నేను' లను సంప్రదర్శించుచుండటచే **మత్-ఆత్మకమైనట్టిది**

→ అట్టి **'ఆతివాహిక దేహమే నేను'** అని ఎరుగుట చేతనే ఈ జీవుడు తనను తాను వాస్తవముగా తెలుసుకొన్నవాడై **శివస్వరూపుడు, అఖండ-అవ్యాజానందస్వాత్ముడు** కాగలడు.

"ఆతివాహిక దేహోఽహమ్" భావన సిద్ధించుకొన్న కుండలినీ-శివసంయోగ సిద్ధుడు..,

- భౌతికమైన భార్య-భర్త-సంతానము-సంబంధీకులు- అసంబంధీకులు మొదలైన సర్వభావముల నుండి బంధ-వినిర్ముక్తుడై వాటినన్నీటినీ - **జగన్నాటకములోని తనకు ఇవ్వబడిన పాత్రకు సంబంధించినవిగా దర్శించువాడై ఉంటాడు.**
- తనయొక్క అనేక కల్పిత రూపముల యొక్క స్వకీయ కల్పనా జనిత-పరస్పర సంబంధిత వినోదముగా ఈ సమస్తమును ఎరిగి క్రీడించుచున్నాడు.
- **కాలరూపస్యవిభ్రమః:** "ఈ కనబడేదంతా కాలరూపవైచిత్ర్యమే! కాలచమత్కారమే! కాలవిభ్రమమే! సర్వము కాలముతో వచ్చి, కాలముతో పోయేదే!" అను దృష్టితో లీలావినోది అయి, ఈ దృశ్యవ్యవహారమంతా అన్వయించుకుంటూ దర్శిస్తున్నాడు.
- బ్రహ్మరుద్రాదులు కూడా ఆతని అన్వయము యొక్క అంతర్గత చమత్కారములుగా అగుచున్నారు.

ఇతి తగ్ం స్వస్వరూపాహి : శివతత్త్వమునందు **"కుండలినీ ప్రవేశ-తదేవరూప-యోగసిద్ధి"** పొందిన యోగేశ్వరుడు→ఇదంతా స్వస్వరూప-అభిన్నమైనదిగా ఎరిగి వినోదిస్తున్నాడు.

గౌతముడు : గురువర్యా! సర్వము శివమయమేనని అంటారు కదా?

గురువర్యులు : అవును. నిస్సందేహముగా అది పరమసత్యము.

గౌతముడు : అంతా శివతత్త్వమే అయిఉండగా, ఈ జగత్తు ఎందుకు ఎప్పుడు ఎట్లా జనిస్తోంది? ఎట్లా, ఎప్పటికి నశిస్తోంది?

గురువర్యులు : అదా? చెప్పుతాను విను. **మతీ రజ్జు భుజంగవత్।** ఒకడు బాటలో త్రాడును చూచి, 'పాము' అని తలచి సర్వభయములు పొందాడు. దీపము తెచ్చి కాస్తంత వెలుతురులో పరిశీలనగా చూచినప్పుడు – **"అబ్బే! ఇది పాము కానే కాదు. త్రాడు మాత్రమే!"** – అని తెలియవచ్చింది. ఈ సందర్భములో **తాడులో పాము ఎప్పుడు, ఎందుకు పుట్టింది**? **ఎప్పుడు నశించింది**? గౌతమా! చెప్పండి!

గౌతముడు : గురువర్యా! త్రాడు ఉన్నచోట పాము పుట్టనూ లేదు. నశించనూ లేదు. త్రాడే పాముగా ఒకప్పుడు భ్రమించబడింది. పరిశీలన తర్వాత త్రాడు త్రాడుగా గమనించబడి, **"పాముకాదు"** అని తెలియుటచే, పాముకు సంబంధించిన భ్రమ తొలగిపోయింది.

గురువర్యులు : బిడ్డా! గౌతమా! ఈ 'జగత్తు'గా దర్శించబడుచున్న విశేషము కూడా – **అట్టి త్రాడుయందు పాము వంటిదే!** వాస్తవానికి ఈ కనబడేదంతా కూడా సర్వదా శివతత్త్వమే!

కుండలినీ శక్తి ప్రాణరోధ యోగముచే జనించిన ఉష్ణ–వాయువుల వలన నిదురలేచి; సుషుమ్నచే ఆకర్షించబడి;

ప్రత్యుత్సాహి అయి, సుషుమ్ననాడిద్వారా ఊర్ధ్వగామి అయి ;

- బ్రహ్మ–విష్ణు–రుద్ర గ్రంధులను ఛేధించి;
- ఇంకనూ ఊర్ధ్వపథమును వేగంగా ప్రయాణిస్తూ 'భ్రూమధ్య'ను ఛేదించి;
- చంద్రమండలమున ప్రకాశించి, షోడశదళ చక్రము నుండి చంద్రమండల ద్రవమంతా ఆవిరిచేసివేసి;
- అష్టవిధ ప్రకృతిని క్రోడీకరించి ఏ శివస్థానము పొందుచున్నదో →

అట్టి శివతత్త్వమునకు భిన్నమై ఎక్కడా ఏదీ లేదు. శివోఽహమ్! శివ తత్ త్వమ్! మార్పు–చేర్పులతో కూడిన జ(జనించునది) – గత్ (గతించునది).. అను క్రియా పరంపరలతో కూడిన "జగత్తు" సర్వదా సర్వత్రా ఘనీభూతమై ఉన్నట్లు భ్రమచే అనిపిస్తోంది.

'కుండలినీ శివైక్య సిద్ధి'ని సిద్ధించుకొన్న యోగికి జగత్తు జగత్తుగా కాక, ... **"శివాత్ పరతరమ్ నాస్తి"** అను సూత్రార్థమగు అఖండ శివతత్త్వముగా తెలియవచ్చి, అనునిత్యానుభూతమగుచున్నది.

మృషైవ ఉదేతి సకలం! ఈ ఇంద్రియములకు విషయమగుచున్న దృశ్యవ్యవహారమంతా భ్రమయందు అసత్యముగా పుట్టి,

మృషైవ ప్రవిలీయతే! భ్రమయందే, అసత్యమునందే నశించుచున్నది. (అనగా) లేనిదై పోవుచున్నది.

రౌప్య బుద్ధిః శుక్తికాయాగ్ం స్త్రీ–పుగ్ంసో భ్రమతోయథాః। కొందరు అమాయకులు, అపరిశీలకులు అగు స్త్రీ పురుషులు ముత్యపు చిప్పలను చూచి, "ఆహాఁ! ఈ ముత్యపుచిప్పలలో మనకు విలువైన వెండి లభిస్తోంది కదా!".. అని సంతోషపడి, వాటిని ఇంటికి మోసుకొని తెచ్చుకున్న రీతిగా.., **"ఈ దృశ్య జగత్తు వాస్తవమే"** అని అజ్ఞానముచే భావించబడినదై ఉంటున్నది. మట్టితో తయారు చేసిన స్త్రీ – పురుషుల బొమ్మలలో, మట్టి దృష్ట్యా – భేదమేమిటి చెప్పండి? ఇదంతా మట్టి బొమ్మల కొలువు వంటిదే మరి!

- పిండాండము (Individual Physical form) – బ్రహ్మాండము (Universal physical form) ఏకమేగాని వేరైనవి కావు.
- లింగ్గము (జీవాత్మ) – సూత్రాత్మ (Universal soul).. ఏకమేగాని, అనేకము కాదు. **రెండూ మనోరూపమే!**
- స్వప్రకాశ–చిదాత్మల ఐక్యము అయినట్టి ఇవన్నీకూడా అఖండ– ఏక శివపరబ్రహ్మము యొక్క ఐక్యరూపములే! ఇదే జీవశివైక్యము!

కుండలినీ శక్తి యొక్క సుషుమ్నా ముఖద్వార ఊర్ధ్వప్రయాణ **"శివ–శివా యోగో పాసన"**చే పరబ్రహ్మము స్వానుభవము, స్వా–అభిన్నము అగుచున్నది.

మరొక్కసారి వివరిస్తున్నాను.

అట్టి కుండలినీ శక్తి...,

- **బిసతంతునిభా** → తామరతూడు నందలి దారము వలె సూక్ష్మమైన శక్తిరూపము.
- **శుభా** → ఉపాసనచే సర్వశుభములు కలుగజేయునట్టిది.
- **మూలకందం ఫణాగ్రేణ దృష్ట్వా కమల కందవత్**→ మూలకందమున (మూలాధారములో) కమల ఫలమును (పండు)ను నోట కరచిన పాము పడగవలె ఉంటోంది.
- **ముఖేన పుచ్ఛగ్ం సంగృహ్య, బ్రహ్మరంధ్ర సమన్వితా** → ముఖము మూలాధారమున, తోక చివర బ్రహ్మరంధ్ర సమన్వితమై (బ్రహ్మరంధ్రము వరకు ఉనికి కలిగి) యున్నది.

కుండలినీ యోగాభ్యాసము

- పద్మాసనాగతుడై, స్వస్థుడై,
- గుదస్థానమును (మూలాధారకాశ ప్రదేశమువద్ద) ఆకుంచ్యము చేసి (పట్టుబిగించి),
- కుంభకముతో కూడిన యోగసాధనా మానసుడై,
- **వాయుమ్ ఊర్ధ్వగతమ్ కుర్యన్** → అపానవాయువును ఊర్ధ్వగతంగా చేస్తూ,
- వాయువు యొక్క ఆఘాతముచే మణిపూరకము ద్వారా అగ్నిస్థానమగు మణిపూరకము ద్వారా స్వాధిష్ఠానము చేరి – **వాయ్వా ఘాత వశాత్ అగ్నిః స్వాధిష్ఠానగతో జ్వలన్** – జ్వలించుచు,
- అగ్ని – వాయువులచే స్వాధిష్ఠానము నుండి → మూలాధారములో నిదురిస్తున్న 'బిసతంతు తనీయశీ' అని వర్ణించబడు పద్మపుష్పుకాడలోని దారము వంటి 'కుండలినీ శక్తి' అను సర్పరాజును నిదురలేపి,
- ఉష్ణవాయువులచే జనించు ప్రత్యుత్సాహముచే కుండలినీ శక్తిచే బ్రహ్మ–విష్ణు–రుద్ర గ్రంథులను–**తతో భిత్వా** – భేదింపజేసి,
- **కమలాని భినత్తి షట్** → షట్కములము (అరు దళము కమలము గల శిరో ఉపరిభాగము – Upper circle part of skull)ను కూడా ఛేదించి,
- **సహస్ర కమలే శక్తిః శివేన సహ మోదతే** – సహస్ర కమలయుక్తుడగు (సహస్రారము – అనబడు) శక్తిశివైక్య **అఖండ సర్వతత్వాత్మకమును (– స+అంబ–సకల తత్త్వవిదూరక – సర్వతత్త్వ స్వరూప ఏకాత్మానంద స్వరూపుడగు శివభగవానుని)** చేరి ఆనందిస్తున్నాడు. **'శివోఽహమ్'** స్థానము చేరుచున్నాడు.

అట్టి సర్వము స్వస్వరూపముగా దర్శించు అవ్యాజ – అకారణ – అవాక్యవర్ణిత **ఆనందాస్వాదనయే 'మోక్షము'** అని, **'పరాజ్ఞేయము'** అని, **'నిర్వృతికారిణి'** అని వర్ణించబడుచున్నది. **స ఏవ అవస్థా పరాజ్ఞేయా, స ఏవ నిర్వృతి కారిణీ – ఇతి.** అచ్చట **"జగత్తులలో 'నేను' – నాలో జగత్తులు"** అను ఉభయము ఏకస్వరూపానుభవమగుచున్నాయి.

2వ అధ్యాయము – ఖేచరీ విద్య

గౌతముడు : మహాత్మా! గురుదేవా! ఇప్పుడిక "ఖేచరీవిద్య" యొక్క ఔన్నత్యము, వివరణల గురించి మీనుండి తెలుసుకోగోరుచున్నాను.

గురువర్యులు : మిత్రమా! గౌతమా! మునీశ్వరా! **అథ అహం సంప్రవక్ష్యామి విద్యాం 'ఖేచరి' సంజ్ఞికామ్।** ఇప్పుడు మనము 'ఖేచరీ' అనే సంజ్ఞచే చెప్పబడుచున్న యోగ విద్య గురించి కొన్ని విశేషాలు చెప్పుకుందాము. ఇద్దానిని ఎరిగినవాడు జరామరణ పరిధులను అధిగమించివేయుచున్నాడు. లోక పరిమితిని దాటివేయుచున్నాడు. అట్లాగే మృత్యువు, వ్యాధి – ఇవన్నీ సమీపించినప్పుడు కూడా, ఖేచరీ దృష్టిచే సర్వదా ఉపశమనము పొందినవాడై, కేవల సాక్షీభూతుడై ఉండగలుగుచున్నాడు.

అందుచేత బుద్ధిని దృఢతరము చేసుకొనుటకై 'ఖేచరీ'ని యోగాభ్యాసులు సమభ్యసించెదరు గాక! ఓ యోగాభ్యాసులారా, జరామృత్యుభయములకు, అనేక మానసిక రుగ్మతలకు 'ఖేచరీవిద్య' – ఔషధము.

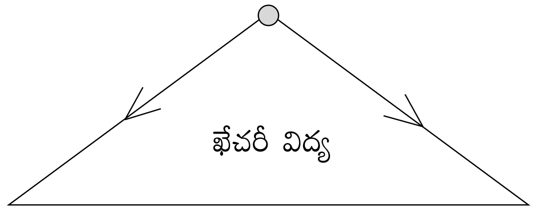
ఖేచరీ విద్యను గ్రంథ పూర్వకంగాను (Textually and Technically), అర్థపూర్వకంగాను (In its practical and Application dimention) - ఎరిగి యోగతః 'ఖేచరీ'ని అభ్యసించాలి సుమా! ఓ మునీ! **తం, మునే! సర్వభావేన గురుం మత్వా సమాచరేత్।** అట్టి ఖేచరీ అభ్యాసము యొక్క గురి, విధి విధానము, ఆశయ నిర్వచనము, సిద్ధించు విధానములను తెలుసుకొనటానికై – **యోగవిధానమును ఎరిగిన గురువును సమాశ్రయించాలి.** ఎందుకంటే, ఖేచరీ విద్యను ఎరుగట, ఖేచరీ యోగాభ్యాసము – ఈ రెండూ కూడా దుర్లభమైనవే! అనగా, శ్రద్ధగా విని, మార్గమును ఎరిగి అభ్యాసం చేస్తేనే ఉత్తమ ఫలము.

(1) అభ్యాసము (Practice) (2) మేళనము (Interpretatively wel understanding)

ఈ రెండు ఒక్కసారే గురువు లేకుండా సిద్ధించాలంటే అది కష్టమైన విషయమే! కేవలము 'అభ్యాసము!' మాత్రమే అనుసరిస్తే, మేళనము (Catching mentally and achieving its sense) సిద్ధించదు. **అభ్యాసమాత్రనిరతా న విందతి ఇహ మేళనమ్!**

హే బ్రహ్మన్! 'అభ్యాసము' అనునది కూడా జన్మ–జన్మాంతర ధ్యాస–ప్రయత్నములచేతనే లభిస్తోంది. అభ్యాసము లేకుండా, **"కేవలం వినటము, చదవటము మొదలైన వాటి వలన మేము సిద్ధింపజేసుకుంటాము"** – అని చెప్పితే, అప్పుడు కూడా ఖేచరీ పరాకాష్ఠచే ఆత్మసంయోగస్థితి వందల జన్మలకు కూడా సిద్ధించేది కాదు. **మేళనం జన్మనాం తత్తు శతాంతేఽపి న లభ్యతే! అభ్యాసం బహుజన్మాంతే కృత్వా తద్భావ సాధితమ్, మేళనం లభతే కశ్చిత్ యోగీ జన్మాంతరే క్వచిత్!** బహుజన్మల అభ్యాసము చేసిన యోగి, తత్ భావనచే

సాధించబడిన 'మేళనము'చే ఈ జన్మలోనో, మరుజన్మలోనే ఖేచరీ యోగ పరాకాష్ఠ స్థితి సిద్ధింపజేసుకుంటున్నాడు. అయితే ఎవ్వడైతే గురుముఖతః ఖేచరీ విధిని, మేళనమును ఆశ్రయించి, అభ్యసించుచున్నాడో, అట్టివాడు శాస్త్రములలో చెప్పబడిన సిద్ధిని అతి శీఘ్రముగా పొందుచున్నాడు. **(ఖే** = ఆత్మాకాశమునందు, **చరీ** = ప్రవేశము, **విద్య** = ఎరగటము)



యోగాభ్యాసి.. ఈ మూడింటిని ఎరిగినవాడై, ఇప్పుడే ఇక్కడే శాస్త్ర ప్రవచిత ఖేచరీ విద్యాఫలమును ఫలదీకరించుకొనవచ్చునుకూడా!

గ్రంథము = పాఠ్యపుస్తకము ; (Literature, theoritical part)

అర్థము = పరమార్థము అనుభవ సంబంధమైన అనుభూతి (Practical implementation by which a certain state of wel-understood and wel sensing mind gets equipped).

ఎప్పుడైతే ఈ రెండిటి మేళనము (Matching wel - combined state) లభిస్తుందో – **తదా శివత్వమ్ ఆప్నోతి, నిర్ముక్తః సర్వ సంసృతే!** – అట్టివాడు సర్వ సంసృతుల నుండి (దృశ్య సంబంధిత బంధముల నుండి సంసార బంధనముల నుండి నిర్ముక్తుడై (Having been relieved) శివత్వమును సముపార్జించుకొనుచున్నాడు.

గౌతముడు (శిష్యుడు) : మహాత్మా! ఖేచరీ విద్య (లేక) ఆత్మవిద్యకు శాస్త్రము ముఖ్యమా? గురువు ముఖ్యమా!

గురుదేవుడు : నాయనా! గౌతమ మునీ! గురువు చేయు సూచనలు, బోధనల ఆకళింపు అనుసరణముల చేతనే విద్య సిద్ధించగలదు. అంతేగాని, శాస్త్రములు చదివినంతమాత్రంచేత కాదు. **ఇందులో సందేహమే లేదు.**

అయితే, **శాస్త్రం వినాఽపి సంబోద్ధుం గురవోఽపి న శక్నుయుః।** శాస్త్రము ఉంటేనే గురువు బోధించగలుగుతారు. 'శాస్త్రం' సూచన చేయకుండా గురువు శిష్యునికి బోధించటము దుర్లభతరం. అందుచేత శాస్త్రము, గురువు – రెండూ అత్యావశ్యకమే! యతి (ప్రయత్నశీలుడు) శాస్త్రము, గురువు లభించేవరకూ పర్యటన (search) కొనసాగిస్తూనే ఉండాలి. 'శాస్త్రము' లభిస్తే ఇక ఆ యతి సిద్ధికొరకై సుసంపన్నుడు అగుచున్నట్లే. అయితే శాస్త్రార్థముకొరకై గురువు. **న శాస్త్రవినా సిద్ధిం దృష్టాచైవ జగత్ త్రయే!**

శాస్త్రమును ఆశ్రయించకుండా '3' లోకములలో ఎన్నిచూచినా, ఎంత వెతికినా సిద్ధి లభించదు. **శాస్త్రము = ఇతః పూర్వీకుల అనుభవములు + మార్గ సూచనలు**

అందుచేతనే.. (1) శాస్త్ర ప్రదాతను (2) జ్ఞానాంశను ప్రసాదించువారిని ఇరువురిని అచ్యుతునితో (విష్ణు భగవానునితో) సమానంగాను, తత్ అభ్యాసమును నేర్పువానిని సాక్షాత్తూ పరమశివునిగాను సమాశ్రయించాలి.

మనము చెప్పుకొనుచున్న ఖేచరీ విద్య అత్యంత రహస్యమైనది. రహస్యంగానే ఉంచుకోవాలి. అర్హత పరిశీలించకుండా ఇతరులకు బోధించరాదు. ఎక్కడ ఖేచరీ విద్య ఎరిగిన గురువు ఉంటారో, దివ్యమగు అట్టి ఆత్మయోగము కొరకై (ఖేచరీ ఆత్మ సంయోగము కొరకై) ఎంత దూరమైనా ప్రయాణించి అట్టి గురువును ఆశ్రయించాలి. అట్టి గురువుచే బోధించబడు ఖేచరీ విద్యను శ్రద్ధగా విని, నెమ్మదిగా అభ్యాసము చేస్తూ, త్వరలో ఖేచరీ విద్యాసిద్ధుడు అవ్వాలి. అభౌతికమగు **"ఆత్మాఽహమ్ ఖేచరీ"** తత్త్వమునందు సంప్రవేశితుడు కావాలి.

ఖేచర్యా ఖేచరీం యుంజన్ ఖేచరీ బీజ పూరయా, ఖేచరాధిపతిః భూత్వా ఖేచరేషు సదా వసేత్। ఖేచరీ విద్యచే ఆత్మాకాశమును యోగాభ్యాసము చేసి, ఖేచరీ బీజమును మొలకెత్తించి, ఖేచరాధిపతి అయి, ఖేచరీ యోగమునందు నిత్య నివాసి కావాలి.

"అంబు (జల) మండల భూషితము" అయినట్టి ఖేచరి యొక్క అభ్యాసముచే జనించే వెచ్చతనముచే ఖేచరీ బీజము (ఖేచరీ జలస్పర్శచే) మొలకలెత్తినదై, ఖేచరీ యోగము సుప్రసిద్ధము అగుచున్నది.

- సోమాంశ (మనస్సు) యొక్క నవకమగు (9వదగు) వర్ణము ప్రతి లోమముచే ఉద్ధరించబడుచున్నది.
- దాని నుండి జనించు త్ర్యంశకమైన (3 అంశాలు గల) అక్షరము – (అ–ఉ–మ= ఓం) – 'చంద్రరూపము' అని చెప్పబడుతోంది.
- దానికి విలోమముగా '8'వ వర్ణము ఉత్తమమైనది.
- అద్దానికన్నా '5'వది పరమోత్తమం.

సోమాంశ – **నవమ వర్ణము** – **శక్త్యంశము చంద్రరూపము** – **8వ వర్ణము** – **5వ వర్ణము**

(అ + ఉ + మ + అర్ధమాత్ర + నాద + బిందు + కళ + మౌనము + సాక్షి)

బహుభిన్నమైన చంద్రుని కళలు గల ఈ అంతరమును **"కూటము"** – అంటారు. **పరమాత్మ = కూటస్థుడు.**

"పరమాత్మ స్థానమే ముఖ్యాశయము"–అని యోగాభ్యాసి ఎల్లప్పుడూ 'గుర్తు' ఉంచుకొనియే ఉండాలి సుమా!

– – –

గురూపదేశముచే లభించు ఖేచరీ యోగము సర్వ యోగములకెల్ల ప్రసిద్ధమైనది. ఈ 'దేహమే నేను' అను దేహముతో వచ్చిపడిన మాయ గురుబోధాశ్రయమునకు (ఆత్మాశ్రయమునకు) విరుద్ధమైనది. అట్టి దేహబంధము 12 విధజపములచే కూడా తొలగుటలేదు. గురూపదేశపూర్వకంగా ఖేచరీ యోగభ్యాసము (**ఖేచరీ ఆత్మయేవాఽహమ్। నాన్యః** జపమును) 5 లక్షల మార్లు జపించువారికి ఖేచరీ సిద్ధి కలుగగలదు.

- సర్వ విఘ్నములు తొలగుతాయి.
- దేవతలు ప్రసన్నులు అవగలరు.
- ఖేచరీ విద్యాభ్యాసిచే వార్ధక్య లక్షణములగు తలనెరియటం, శరీరపు ముడతలు మొదలైనవి జయించబడగలవు.

మనో–దేహ ఆరోగ్య ప్రదమగు '**ఖేచరీ మహావిద్య**'ను గురువు నుండి తెలుసుకొని అభ్యాసవశము చేసుకొనుటచే మోక్షసిద్ధి సులభతరము అగుచున్నది. కొద్దికాలంలో కరతలామలకమవగలదు. అట్టి యోగసిద్ధునికి దేహ సంబంధమైన రాక – పోకలు, జరా – వార్ధక్య – మరణాదులు క్రీడావినోదమేగాని, 'పీడ' కాదు. బంధము కాదు.

– – –

కేవలము ఖేచరీవిద్యా – యోగాభ్యాసముచే సుధామయమగు కేవలీసిద్ధి లభించుటలేదనిపిస్తే అప్పుడు **'ఆత్మచే ఆత్మగా జగత్ దర్శనము'** అను సమ్మేళనముతో కూర్చి ఖేచరీ జపము కొనసాగించాలి. హే బ్రహ్మన్! ఆత్మగురించి శాస్త్రముల ద్వారా తెలుసుకొని, అట్టి ఆత్మభావన అనునిత్యము అవటమును ఖేచరీ – మేళన విద్యచే సిద్ధింపజేసుకొనెదరుగాక! ఖేచరీ విద్య యొక్క పరమాశయము – **'ఆత్మమేవాఽహ'మ్'** సందర్శనమే!

ఖేచరీ యోగాభ్యాస విధానము. (గురుముఖతః బోధించబడి అభ్యసించవలసినట్టిది).

తాలు మూలగ్ం సముత్కృష్య సప్తవాసర మాత్రవిత్, స్వగురూక్త ప్రకారేణ మలం సర్వం విశోధయేత్॥

బ్రహ్మరంధ్రము యొక్క సూటిగా క్రిందివైపు ప్రదేశమగు మూలకాశమునందు (కొండ నాలుక స్థానము నందు) నాలుకయొక్క చిట్టచివరి ప్రదేశాకాశమును ఏకము చేయటము – అనునది ఖేచరీ యోగాభ్యాసము. అట్టి 7 వారముల అభ్యాసముచే, గురువు నేర్పుచున్న రీతిగా నిర్వర్తించి బుద్ధి కుంభకముచే సర్వదోషములను పరిశుద్ధ పరచుకోవటము. (బుద్ధిచే బుద్ధికి సాక్షియగు 'ఆత్మ'యొక్క అవగాహనము).

స్నుహిపత్ర నిభం శాస్త్రం సుతీక్ష్ణం స్నిగ్ధ నిర్మలమ్, సమాదాయ తతః తేన రోమమాత్రం సముచ్ఛినేత్

బొమ్మజముడు ఆకుతో సమానమైన పదునైన – చిక్కనైన శరముతో రోమమాత్రములను (నాలుకపై) తొలగించి (నాలుకను పరిశుభ్రముగా గీచి),

హిత్వా సైంధవ పథ్యాభ్యాం చూర్ణితాభ్యాం ప్రకర్షయేత్ పునః సప్తదినే ప్రాప్తే రోమమాత్రం సముచ్ఛినేత్।

సైంధవ లవణ చూర్ణముతో ప్రకర్షణము చేసి, మరల 7 రోజులు గడచేవరకు రోమమాత్రమును తొలగిస్తూ ఉండటము.

ఈ విధంగా నిత్యము ఉద్యుక్తుడై 6 నెలల వరకు ఆచరిస్తూ ఉండాలి. 6 నెలలకు ఈ నాలుక మూలమునగల సిరాబంధము తొలగుచున్నది.

- **అథవాగీశ్వరీ ధామ శిరో వస్త్రేణ వేష్టయేత్।** – అప్పుడు 'వాగీశ్వరీ ధామము' (పెదిమలు–నాలుక చివర)ను శిరస్త్రానమువలె చుట్టచుట్టాలి.
- శనైః ఉత్కర్షయేత్ యోగీ కాలవేళావిధానవత్। 'కాలవేళా విధానము'ను ఎరుగుచూ నెమ్మదిగా ఉత్కర్షణము (Inward folding) చేయాలి. (ఇది కుంభకరూపము + నాలుకచలనము).

ఈ విధమైన దైనందిక అభ్యాసముచే అట్టి (భావసిద్ధి రూపమగు) **ఉత్కర్షణము** (Pressure) భ్రూమధ్యవరకు వచ్చుచున్నది. అడ్డముగా చెవి రంధ్రముల వరకు కూడా వచ్చుచున్నది. క్రిందికి గడ్డము వరకు కూడా వెళ్ళుచున్నది. 3 సంవత్సరముల అభ్యాసముచే, పైకి కేశాంతము వరకు (వెంట్రుకల చివరి వరకు) వెళ్ళుచున్నది. అడ్డముగా చేతుల వరకు, కంఠరంధ్రము వరకు వెళ్ళుచున్నది. ఆచోట అణు – ఘనీభూతత్వము సిద్ధించుచున్నది.

మరొక '3' సంవత్సరములకు బ్రహ్మరంధ్రమును ఉత్కర్షణము ఆవరించి ఉండగలదు. అట్టి ఘనీభూతచిత్ తత్త్వము →

- అడ్డముగా చూళి (చుబుకము) చివరి వరకు.
- క్రిందకు – కంఠ బిలము వరకు వెళ్ళుచున్నది.
- నెమ్మది నెమ్మదిగా మహావజ్రకవాటమును (కపాల ఊర్ధ్వస్థాన కవాటమును) భేదించి వేయుచున్నది. బీజయుత విద్య పొందటము దుర్లభంగా చెప్పబడుచున్నది.

– **తస్యాః షడంగం కుర్వీత తయా షట్ సర్వ భిన్నయా।** దానిని షట్ (6) స్వరములకు భిన్నమైన దానిగా 'షడంగము' చేయాలి. (షడంగన్యాసం = (1) పాదములపై మోకాళ్లవరకు (2) కటి పర్యంతము (3) హృదయము వరకు (4) కంఠము వరకు (5) కనుబొమ్మలవరకు (6) కపాలము వరకు – 6 చోట్ల బుద్ధిని ఏకాగ్రం చేసి పరతత్త్వధ్యానమును చేస్తూ నియమిత సమయము (say 3ని॥)బుద్ధిని నిలిపి ఉంచటము.

– – –

ఈ విధంగా కరన్యాసము చేస్తూ ఉండగా, ఆ యోగికి సర్వసిద్ధులు కలుగగలవు.

పైన చెప్పబడిన అభ్యాసమును మెల్లగా చేయాలేగాని ఒక్కసారే చేయాలని ప్రయత్నించకూడదు. ఒక్కసారే చేయాలని ప్రయత్నిస్తే శరీరము గాయపడి పడిపోవచ్చుకూడా! **అందుకే మెల్లమెల్లగా గురుముఖతః అభ్యాసం చేయాలి.**

– – –

హే బ్రహ్మన్!

ఎప్పుడైతే బాహ్య మార్గంగా జిహ్వ (నాలుక) బ్రహ్మబిలము (కొండనాలుక స్పర్శతో బ్రహ్మరంధ్రము వరకు గల సరళరేఖను) స్పర్శరూపంగా చేరుచున్నదో, అప్పుడు ఆతని బ్రహ్మమార్గమును నిరోధించటానికి త్రిదశులగు దేవతలు కూడా సమర్థులు కాదు.

– మొట్టమొదట – **అంగుల్య అగ్రేణ సంఘృష్య జిహ్వా మాత్రం నివేశయేత్** – చేతి వ్రేళ్ళ చివరలతో కొంచెము కొంచెముగా నాలుకను మడచి లోపలి వైపుగా నొక్కి ఉంచాలి. (నాలుకను కొంచము కొంచము మడచుచూ – కొంత సేపైన తరువాత నెమ్మది నెమ్మదిగా లోపలికి మడచి చేతి వ్రేళ్ళతో (గురువు నేర్పించు ప్రకారము) లోనికి త్రోయుచూ (pushing) ఉండాలి.

- ఈ విధంగా వ్రేళ్ళతో ఆ తరువాత స్వాభావికంగానూ నాలుకను లోపలికి త్రోయు అభ్యాసముచే – 3 సంవత్సరములకు నాలుక బ్రహ్మద్వారమును స్పృశించగలదు.
- నాలుక యొక్క చివరి బ్రహ్మద్వారము ప్రవేశించగానే యోగి మథనము (Round movement) ప్రారంభించునుగాక!
- **నాలుక యొక్క మథనము లేకుండా కూడా ఖేచరీ ముద్ర సిద్ధించగలదు.**

అయితే "జపము + బుద్ధిధారణ + మథనము" – ఒక్కసారే నిర్వర్తిస్తూ ఉన్నప్పుడు ఖేచరీముద్ర త్వరత్వరగా సిద్ధించగలదు.

మథనము – ఉపకరణ విధానంగా

'ఖేచరి' యొక్క మరొక విధానము

- బంగారము (లేదా) వెండి (లేక) ఇనుప శలాక (సన్నని దారము)ను పాలతో తడిపి నాశికారంధ్రములలో ప్రవేశింపజేసి,
- దేహమును సుఖమయ ఆసనమునందు నిలిపి,
- ప్రాణమును హృదయస్థానము నందు నిరోధించి (నిలిపి),

- దృష్టిని భ్రూమధ్యగా నిలిపి, ఉంచి,
- నెమ్మదిగా చిలకరించటమును "మథనము" చేయుచుండటము.

6 నెలలు 'మథనాయోగము'ను అభ్యసించటము చేత కూడా బుద్ధి సులభముగా ఆత్మభావన యందు ప్రవేశించగలదు – అని యోగవేత్తలచే సూచించబడుచున్నది.

అట్టి భావన చిన్నపిల్లవాడు కునికిపాట్లు పడురీతిగా జగత్తు- ఆత్మలు అనుభూతమౌతాయి. అయితే **న సదా మథనగ్ం శస్తం, మాసే మాసే సమాచరేత్।** అట్టి మథనము నెలకొక్కసారి మాత్రమే చేయతగినది. అంతేగాని ఎల్లప్పుడు చేయతగినది కాదు. (కాల నియమము గురు నిర్ణయము).

అట్టి యోగాభ్యాస సందర్భములో జిహ్వ మార్గమును అతిక్రమించరాదు.

(ఈ అభ్యాసము కూడా యోగ-గురు ముఖతః విని, వారి పర్యవేక్షణలో మొదట నిర్వర్తించాలి).

ఈ విధమైన అభ్యాసము కొనసాగుచుండగా 12 సంవత్సరాల కాలములో ధృవమగు సిద్ధి లభించగలదని సిద్ధగురువుల పాఠ్యాంశములు.

ఈ విధంగా ఖేచరీ వివిధ రీతులైన ఖేచరీ ముద్రలను అభ్యాసము చేయువాడు అభ్యాససిద్ధిచే – **(1) సమస్త విశ్వము ఆత్మయందు, (2) సమస్త విశ్వమునందు ఆత్మను, (3) ఆత్మను స్వశరీరము నందు, (4) స్వస్వరూపమునకు అభిన్నమైనదిగాను** – 4 రీతులుగా దర్శించుచున్నాడు.

ఖేచరీ యోగమును **'బ్రహ్మాండ మహామార్గము' అని, 'రాజదంత-ఊర్ధ్వకుండలిని'** అని కూడా పిలుచుచున్నారు.

⌘⌘⌘

బ్రహ్మదేవ-పరమశివ సంవాదము

గురువర్యులు: ఓ గౌతమా! ఒక సందర్భంలో బ్రహ్మదేవునికి దేవదేవుడగు పరమశివునికి జరిగిన సంభాషణను-సందర్భోచితం కాబట్టి వినండి.

సృష్టికర్తయ బ్రహ్మదేవుడు ఖేచరీ సంబంధమైన మేళనమును **'హ్రీం భం సం షం ఫం సం క్షమ్"** ఉచ్చారణ భావనలను **రచన చేసి**, అభ్యాసపూర్వకంగా ఆశ్రయిస్తూ, ఒక సందర్భములో జగద్గురువగు శంకర భగవానుని సమీపించి ఇట్లు సంభాషించసాగారు.

పద్మజుడు (బ్రహ్మదేవుడు) : హే జగదీశ్వరా! పరమేశ్వరా! శంకర భగవాన్! ఈ దేహములో నిత్యము జరుగుచున్నట్టి సిద్ధయోగులు గమనిస్తున్నట్టి (1) అమావాస్య (2) పౌర్ణమి (3) పాడ్యమిల విశేషమేమిటో, వాటి సంజ్ఞలు ఎట్టివో దయతో **తత్త్వార్థసహితంగా** వివరించండి.

శంకర భగవానుడు :

హే సృష్టికర్తా! బ్రహ్మభగవాన్। లోకకళ్యాణార్థమై మీరు అడిగిన విశేషములను చెప్పుచున్నాను వినండి.

- పగలును కాలమునందు (జాగ్రత్తును కాలగతి చమత్కారముగాను), అమావాస్యను పౌర్ణమియందు (ఇహవ్యవహారమంతా పరాత్మయందు) సుస్థిరీకరించివేయాలి. లేకుంటే సంసారము ఈ జీవుని పట్ల కొనసాగుచూనే ఉంటుంది. వేరే త్రోవలేదు.
- 'కామము' చేత ఈ జీవుడు "విషయ ఆకాంక్షి" (one who is in the deep habit of cluster expectation and cluster desires) పొందుచున్నాడు.

విషయములు (విషయ ఆకాంక్ష) = పరస్పర సంబంధ, అనుబంధ బాంధవ్యముల పట్ల → అభినివేశములు, అభిప్రాయములు, ఆశ నిరాశ దురాశ పేరాశలు; సంగతి, సంఘటనల పట్ల మానసిక వేదనలు; క్షోభలు కలిగి ఉండటము; కోప, తాప, ఆవేశములు; నమ్మకములు, అపనమ్మకములు; ఊహ అపోహలు మొ॥నవి. ఇవన్నీ 'విషయజాలము'గా గమనించబడుచున్నాయి. ఈ జీవుడు అట్టి 'విషయములు' – అనే త్రాళ్ళతో నిర్మితమైన జాలము నందు 'చేప' వలె చిక్కుకుని ఉంటున్నాడు.

విషయాత్ కామమోహితః : జగత్ దృశ్యమును భావావేశముతో దర్శించుచూ జగదీశ్వర సంకల్ప-ప్రమేయములను పూర్తిగా మరచి ఉండటం. **దృష్టాంతము** : ఒకడు నాటకంలో ఒకపాత్రను స్వీకరించి నటిస్తూ, ఆ పాత్ర యొక్క సుఖ-దుఃఖ-కోప-తాపముల 'నిజమే' అన్నట్లుగా తన హృదయ-మనో-బుద్ధులలో పేర్చుకుని "ప్రవర్తన (బాహ్యమున కూడా) ప్రదర్శన"-అను అలవాటు పొందటం

తన సహజమగు (నటుడిని కదా! - అనే) రూపమును ఏమరవటము. ఈ కనబడే సంగతి - సందర్భములు జగత్ రచయిత చమత్కారమననది గుర్తులేకపోవటం.

ఓ బ్రహ్మదేవా!

ఈ (1) విషయ ఆకాంక్షలు (2) విషయ కామమోహితత్వము - అనబడే రెండు ప్రమాదకరమైన జాడ్యములను, జీవుడు వదలివేస్తూ ఉండాలి. "ఎట్లా వదలటం?" అని అంటారా! **"నిత్య-నిరంజనుడగు పరమాత్మయే ఈ సర్వజీవుల సర్వ "బహిః-అంతర్" ప్రదర్శనము చేయుచున్నారు" అని భావిస్తూ, "పరమాత్మయే ఇన్ని రూపములుగా ఉన్నారు"**.... అను బుద్ధిని, మననమును పెంపొందించుకోవటమే అందుకు ఉపాయం. **నిత్యం నిరంజనమ్ ఉపాశ్రయేత్!** సర్వకాల సర్వ అవస్థ సర్వ సందర్భములందు **"నిత్యనిర్మలుడగు పరమాత్మయే సర్వరూపధారియై లీలావినోదము ప్రదర్శించుచున్నారు కదా!"**.... అని గుర్తు గట్టిగా పెట్టుకొని, ఉండటము - ఇదియే ఉపాయం.

ఓ ప్రియ మునిః పరాకాష్ఠేశ్వరా! మునులకు శుభప్రదా! సర్వజీవుల సుఖప్రదాతా! బ్రహ్మభగవాన్!

అసలు ఈ జీవుడు తనకు నిజంగా హితము కలిగించుకోదలచాడా? లేక, తనకు తానే అపకారము, ఆత్మద్రోహము కలిగించుకోదలచాడా?. **యది ఇచ్ఛేత్ ఆత్మనో హితమ్** తనకు హితము కలగాలి - అనే ఇచ్ఛ కలిగి ఉంటే, అందుకు ఒక్కటే ఉపాయం. **అపరగ్ం సంత్యజేత్ సర్వమ్! "పరమాత్మగా దర్శనము"**నకు వేరైన సర్వ అపర భావనలను మొదలంట్లా వదలివేసి ఉండటమే మార్గము. పర - అపరములను గురు - శాస్త్ర - అభ్యాసముల సహాయముతో విడదీయు ఉత్తమ దృష్టిని అభ్యాసపూర్వకంగా ఆశ్రయించాలి.

బ్రహ్మదేవుడు : జీవులలో అనేకులు "నేను ఒక జీవాత్మనై పరమాత్మను వెతుకుచున్నాను" అని భావిస్తూ ఉన్నారు. **"ఇడ-పింగళ నాడులలో వాయుకుంభక రేచకముల అభ్యాసములతో ప్రాణ-అపాన హస్తములను ఉపయోగించి సుషుమ్నానాడిచే మూలధారంలో కునుకులు తీస్తున్న తామరతూడులోని దారము వంటి కుండలినీ శక్తిని (ఉష్ణస్పర్శచే) నిదురలేపటము; షోడశ (16) దళ అనాహత ప్రవేశము చేయించి, సహస్ర దళ (సహస్రార) శివస్థానములో బుద్ధిని మమైక్యము చేయుటము"..** అనే యోగవిధి; (ఖేచరీ యోగవిధిని) ఇవన్నీ, జీవులకు అనేక ప్రయత్నములచే మాత్రమే సిద్ధిస్తాయి కదా! వీటన్నిటికి యొక్క సారవాక్యములు ప్రవచించండి. **జీవాత్మ స్థితిని వదలి పరమ పదము సముపార్జించుకొనే సులభోపాయం ఏమిటి?** జీవునికి మనోబంధనము తొలగేది ఎట్లా?

పరమశివుడు : ఓ సృష్టి ప్రజ్ఞానందఘనా! బ్రహ్మభగవన్! ఈ జీవుడు సదా శివానంద స్వరూపుడే! పరమాత్మయే! ఇక, క్రొత్తగా **"పరమపదము ఎప్పటికో పొందాలి?"** అను సుదీర్ఘ వ్యవహారం మాత్రం ఎక్కడిది? లేదు. అయితే మనన రూపమగు మనస్సే అన్ని భ్రమలకు, అన్ని ప్రతిబంధములకు కారణము! (మనయేవ మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయో). అట్టి మనోవ్యాధులకు చికిత్సగా ఒక ఉపాయం సూచిస్తున్నాను. వినండి.

శక్తి మధ్యే మనః కృత్వా, మనః శక్తేశ్చ మధ్యగమ్, మనసా మన ఆలోక్య తత్, త్యజేత్ పరమం పరమ్॥

> మనస్సును విషయముల నుండి కించిత్ మరల్చి, అద్దానిని (కుండలినీ) శక్తి యందు ప్రతిక్షేపించాలి. శక్తిని తెచ్చి మనస్సు యొక్క మధ్యగా నిలపాలి. అప్పుడు (సాక్షీభూత) మనస్సుతో (చంచలస్వరూప) మనస్సును ఆలోకనం చేస్తూ ఉండును గాక. ఇక ఆపై "తత్ పరమపదము" యొక్క ఆశ-ఆశయములను కూడా ఈ జీవుడు త్యజించివేయునుగాక!

ఈ జగదనుభవమంతా ఏ బిందువులో ఏర్పడినదై ఉంటోందో, అట్టి బిందువుకు ఉత్పత్తికారణము ఏది? **మన ఏవహి బిందుశ్చ ఉత్పత్తి స్థితి కారణమ్!** మనస్సే బిందువుకు ఉత్పత్తి-స్థితికారణం కూడా!

ఘృతాత్మకమైన (నేయి కలిగి ఉన్నదై) పాల నుండిఘృతము (నేయి-Ghee) ఉత్పన్నమగుచున్న రీతిగా - **మనసో ఉత్పద్యతే బిందుః యధాక్షీరం ఘృతాత్మకమ్** - మనస్సు నుండి బిందువు ఉత్పన్నమగుచున్నది.

బ్రహ్మదేవుడు : ఆత్మ ఈ జీవుని వాస్తవ - సహజ స్వరూపము. ఆత్మకు బంధమనే ప్రసక్తే లేదు. అయితే మనస్సుకు బంధము ఉన్నట్లుగా జీవునికి అనుభవమౌతోంది. అట్టి మనస్సుకు కలిగే బంధము తొలగేదెట్లా?

శివ భగవానుడు : మనస్సు జీవునికి ఒక ఉపకరణము మాత్రమే! అంతేగాని జీవుడు మనోరూపుడు కాదు. **అప్రమేయము, నిత్యానందము, శివానందము, నిత్యముక్తము - అగు ఆత్మస్వరూపుడే!** ఇక ఉపకరణమగు మనస్సు దగ్గిరకు వచ్చి చూద్దాం.

న చ బంధన మధ్యస్థం తతవై కరణమానసమ్! దర్పణములో (In a mirror) ఏ ప్రతిబింబము కనిపించినా, దర్పణము ప్రతిబింబముచేత బంధితమౌతుందో? ప్రతిబింబమునకు సంబంధితమౌతుందా? లేదుకదా! అట్లాగే, మనస్సు దర్పణమువలె ఒక ఉపకరణము మాత్రమే అయి ఉండగా, అట్టి **మనస్సు బంధములో చిక్కుకున్నది - అనే మాట ఎక్కడిది?**

చంద్ర–సూర్యుల మధ్యగా (ఇడ–పింగళ నాడుల మధ్యగా) శక్తి (కుండలిని) ఉన్నంతవరకు ఈ జీవుని పట్ల **'నేను బద్ధుడను'** అనే భ్రమ కొనసాగుచూనే ఉంటోంది.

- ☞ ఇడ – పింగళ మధ్యగా ఏర్పడినదైయున్న 'సుషుమ్నానాడి'ని సంయమనమైన బుద్ధితో ఎరిగి,
- ☞ అట్టి సుషుమ్నానాడి యందు కుంభకప్రాణాయామము సహాయముతో వాయువును నిలిపి ఉంచి,
- ☞ "బైందవ స్థానము" (బ్రహ్మరంధ్రము యొక్క క్రింద వైపు మూలస్థానము. కొండ నాలుక ప్రదేశము) – అనబడే బిందుస్థానమును మనస్సుతో ఆక్రమించుకొని ఉండి,
- ☞ ముక్కు రంధ్రములను కుంభకముతో నిరోధించాలి.

వాయుం బిందుగ్ం సమాఖ్యాతగ్ం సత్త్వం ప్రకృతిమేవచ। వాయువును **'బిందువు'** అని సత్త్వమును **'ప్రకృతి'** అని పిలుస్తున్నారు.

బిందువు = వాయువు (లేక) ప్రాణశక్తి

ప్రకృతి (లేక) సత్త్వము = సర్వేంద్రియ – విషయ ప్రపంచము 'జగత్' అనబడే సందర్భము.

బిందు–ప్రకృతుల సంప్రదర్శనా విశేషములగు **"మూలాధార** (పృధ్వీ ధర్మము–గుదము) స్వాధిష్ఠాన (జలధర్మము) – లింగస్థానము – **మణిపూరక** (అగ్నిధర్మము–నాభిస్థానము)–**అనాహత** (వాయుధర్మము–హృదయ ప్రదేశము) **విశుద్ధ** (ఆకాశ ధర్మము–కంఠప్రదేశము) – **ఆజ్ఞా** (సూక్ష్మ శరీర ధర్మము–మస్తకము)– అనబడే షట్ (6) చక్రముల స్థానములను, శక్తిచే **వాటిని దాటివేయటము"** – అనబడే యోగ ప్రక్రియను గురుముఖతః ఎరిగి, అభ్యాసము చేసి, ... క్రమంగా – **షట్చక్రాని పరిజ్ఞాత్వా ప్రవిశేతు సుఖమండలే।**– చివరికి సుఖమండలమగు **షోడశదళ మండల బ్రహ్మరంధ్రమును, సహస్ర దళమండలమగు సహస్రారమును చేరి శివస్వరూపుడై ప్రకాశించుచున్నాడు.**

త్రయీదేద్యుడై, త్రయీ మండలములను దాటివేసి తురీయుడగు శివాత్మకుడు అగుచున్నాడు. అనగా ఏమిటో మరికొంత వివరిస్తున్నాన వినండి.

ప్రవిశేత్ వాయుమ్ ఆకృష్య : వాయువును 'మనస్సు' అనే ఉపకరణముతో ఆకర్షించి షట్ (6) చక్రములలో ప్రవేశించాలి.

తయైవ ఊర్ధ్వం నియోజయేత్ : ఆ వాయువును పైకి కపాలము వైపుగా (బ్రహ్మరంధ్రమునకు) పంపాలి.

ఏవం సమభ్యసేత్ వాయుం, స బ్రహ్మాండమయో భవేత్ : ఈ విధమైన ప్రాణశక్తి – ఊర్ధ్వగమనము అను అభ్యాసముచే ఆ యోగి 'బ్రహ్మాండమయుడు' – అగుచున్నాడు.

అభ్యాసము: (1) వాయువు (2) బిందువు (3) చక్రము (4) చిత్తము ఈ 4 కూడా యోగికి అభ్యాసవస్తువులు (లేక) మార్గములు. ఈ నాలుగు యోగసాధనా – ఉపకరణములు అగుచుండగా, **సమాధిమ్ ఏకేన సమమృతం యాంతి యోగినః ।** – అది సమాధియోగమునకు మార్గమై, ఆ యోగి సమస్వరూపుడు. అమృతుడు (మార్పు–చేర్పులకు విషయమేకాని స్వస్వరూపము సంతరించుకొన్నవాడు) అగుచున్నాడు.

కర్ర మధ్యలో అగ్ని ఉంటుంది. కానీ, ఆ అగ్ని కర్రతో కర్రను ఒరిపిడి చేయకపోతే బయటకు రాదు. కుండలోగల దీపముయొక్క కాంతి కుండ పగిలితేగాని (లేక, రంధ్రము ఉంటే గాని) బయటకు ప్రసరించదు కదా!

స్వకాయం 'ఘటం' ఇత్యుక్తం। – ఈ శరీరమే ఆ ఘటము (కుండ). ఇందులో సర్వదా ప్రకాశమానుడైయున్న 'పరమాత్మ'యే ఘటములోని దీపము. **"తత్త్వమ్"** – అను గురూపదేశముచే **స్ఫుటీభవేత్।।** – **"అహమ్ బ్రహ్మాఽస్మి"** – అను బ్రహ్మజ్ఞానము బహిర్గతమై ఈ లోకములన్నీ తనయందు అంతర్గతం చేసివేసుకోగలదు.

– (1). గురూపదేశము : గురువు సంసార సాగరంలో ప్రయాణిస్తున్న 'జీవితము' అనే పడవను సరి అయిన మార్గంలో నడిపి ఒడ్డుకు జేర్చే కర్ణధారుడు। చుక్కాని పట్టి పడవను నడుపువాడు. ఆయనయొక్క **మార్గదర్శకత్వము** మార్గాన్వేషికి అవసరము.

– (2). స్వకీయ ప్రయత్నము: యోగభ్యాసముచే ఈ జీవుడు వాసనలను జయించి భవసాగరము నుండి తరించు ఉపాయములు.

"నేను భౌతిక దేహమాత్రుడను కాను. కేవల చైతన్య ఆత్మానంద స్వరూపుడను" – అను ఒడ్డుకు చేరటమే **దేహజయము.**

ఈ జీవుడు "పర" యందు అంకురించి, 'పశ్యంతి' యందు జీవాత్మ–పరమాత్మల విభాగయోగమనే రెండు ఆకులు చిగురించి, 'మధ్యమ'యందు మొగ్గతొడిగి, "వైఖరి" యందు వికసించుచున్నాడు. వాక్కుతో ప్రారంభమై బ్రహ్మతత్త్వాభ్యాసము క్రమంగా అనుభవము పొడచూపుచుండగా ఆ వాక్కు బ్రహ్మానుభవమునందు విలోమముగా అస్తమిస్తోంది. ఆ వాక్కును కూటస్థుడగు ఆత్మదేవుడే వాక్ ప్రబోధకుడు. ఈ విధంగా **'సోహఽమ్' భావమును పునికి పుచ్చుకొన్న వానికి జగత్ దృశ్యముగాని, కర్మవ్యవహారములుగాని అంటజాలవు. సమస్త యోగసాధనలు సోఽహమ్ భావనకు అడ్డగుచున్న విభ్రమములు తొలగడటానికోసమే.**

స్వకీయాత్మ నియామకములగు

I. (1) జాగ్రత్ అనుభవ పురుషుడగు **విశ్వుడు**;

(2) స్వప్నానుభవ పురుషుడగా **తేజసుడు** (3) సుషుప్తి స్వానుభవపురుషుడగు **ప్రాజ్ఞుడు.**

II. (1) ఈ భౌతిక జగత్ రూపపురుషుడగు **విరాట్**;

(2) సృష్టి అభిమాని, సృష్టికల్పనా పురుషుడగు **హిరణ్యగర్భుడు**;

(3) సర్వజీవులలో అంతర్ –బహిర్ స్వరూపుడై విరాజిల్లుచున్న **ఈశ్వరుడు.**

III. (1) బ్రహ్మాండము (2) పిండాండము (జీవాత్మ) (3) భూభువర్ సువర్.. మొదలైన 14 లోకములు

ఈ క్రమ క్రమ విశేషములన్నీ కూడా **"కేవల స్వస్వరూపమగు ఆత్మ"** ను సమీపించుచుండగా – సర్వము **ప్రత్యాగాత్మయొక్క కేవలాత్మ** – (The Absolute one's own SELF) యందు లయించి పోగలవు.

ఏకో సత్! ఆది శేషరూపుడై ఈ జీవుడు **'శివోఽహమ్'** స్థాన–స్వానుభవములకు చేరుచున్నాడు.

❖ ❖ ❖

అండం జ్ఞానాగ్నినా తప్తం, లీయతే కారణైః సహ, పరమాత్మని లీనం, తత్ పరబ్రహ్మైవ జాయతే॥

ఈ అండాండము (The sense of matterstic matter-related appearences) – కాస్తా 'ఆత్మజ్ఞానాగ్ని'చే సంతప్తమైనప్పుడు, ఇద్దానికి సంబంధించిన కార్య–కారణ సమూహములన్నీ కట్టకట్టుకొని పరమాత్మయందు లీనమై ఇక ఇదంతా పరమాత్మకు అభిన్నమై అనుభూతమవగలదు. **సర్వభేద భావములు స్థిమితపడిపోవుచున్నాయి.** అప్పుడు ఏది అఖండ పరమాత్మ అయి శేషించుచున్నదో..,

→ అది తేజస్సు కాదు. చీకటి కాదు.

→ 'ఇది ఇట్టిది' అని చెప్పబడజాలనిది. **అనాఖ్యాతము.** [It is a state and an experience which cannot be datailed and explained. It is however being described by The experienced]

→ **అనభివ్యక్తగ్ం :** అభివ్యక్తమైనట్లుగా కనిపించేదానికి మునుముందే ఉండి, ఈ వ్యక్తమైయ్యేదంతా తానే అయి ఉండుటచే – **అనభివ్యక్తము.** అటువంటి 'కేవల సత్' మాత్రమే శేషించనదై ఉంటున్నట్టిది.

అట్టి కేవల సత్ చిత్ స్వరూప ఆత్మను, కలశములో ఉన్న దీపము వలె తన యందు తానే దర్శించి, ఉపాసించి "తదేవాఽహమ్ – నేను అదియే! అహమ్ తదేవ– అది నేనే" అను ఎరుకుతో ఈ విశ్వమును ఆత్మాంతర్గతంగా ధ్యానోపాసన చేయటమే ఆత్మ–సాక్షాత్కారము.

అట్టి ఆత్మకేవలీ ప్రకాశము

- బొటనవ్రేలు ప్రమాణములో
- పొగలేని జ్యోతి స్వరూపమై
- కూటస్థమై, అవ్యయమై, తదితరమైనంతా తన యొక్క స్వయం ప్రకాశముగా కలిగినదై సర్వము తన తేజోవిలాసమగుచున్నది.

అట్టి స్వస్వరూపాత్మను ధ్యానించెదరుగాక!

❖

గౌతముడు : ఈ జీవుని పట్ల సందర్భమగుచున్న బంధము, మోక్షములు ఎట్లా ఎందుకొరకు ఏర్పడుచున్నవగుచున్నాయి?

గురువర్యులు : ఈ జీవుడు స్వతఃగా పరమాత్మ స్వరూపుడే! కేవల విజ్ఞానాత్మ స్వరూపుడేనయ్యా! **విజ్ఞానాత్మా తథా దేహే జాగ్రత్ స్వప్న సుషుప్తితః, మాయయా మోహితః!** తెలియబడే సర్వమునకు మునుముందే ఉన్నట్టి కేవల ప్రజ్ఞాస్వరూపుడగు పరాత్మయే దృశ్య కల్పనా వినోద సంబంధము చేత – దేహ సంబంధిత ప్రజ్ఞను ఆశ్రయించి దేహధారి అగుచున్నాడు. **"స్వీయ కల్పనారూపమే"** – అయి ఉన్న మాయచే మోహితుడై, తన మాయ యందు తానే దేహ–దేహాంతరములు, జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తుల పరంపరలను సుదీర్ఘంగా కొనసాగించనారంభించుచున్నాడు.

పశ్చాత్ బహుజన్మాంతరే పునః సత్కర్మ పరిపాకాత్తు స్వవిచారం చికీర్షతి! ఈ విధంగా మోహమాత్రమగు జన్మ పరంపరావ్యవహారమంతా కొనసాగుచుండగా.. ఒకానొకప్పుడు సత్కర్మల పరిపక్వత చేత **"ఇదంతా ఏమిటి? నేను దృశ్యముచే ఎందుకు బద్ధుడనై ఉన్నాను? ఈ దుఃఖ పరంపరల నుండి బయటపడుటకు త్రోవ ఏమైనా ఉన్నదా?"** – అనే స్వవిచారణకు పూనుకొనుచున్నాడు.

కోఽహమ్? → నేను అసలు ఎవ్వరు?

కథమ్ అయమ్ దోషః సగ్ంసారాఖ్య ఉపాగతః? ఈ దోషపూరితమైన సంసారమంతా నాకు ఎందుకు వచ్చిపడింది?

జాగ్రత్ స్వప్నే వ్యవహరన్ సుషుప్తే క్వ గతిః మమ? జాగ్రత్‌లోను స్వప్నములోను వ్యవహరిస్తున్న నేను సుషుప్తిలో ఏ స్థితిగతులను కలిగి ఉన్నాను? ఇటువంటి చింతనాపరుడగుచున్నాడు.

- స్వభావ విశేషంగా అజ్ఞానమును ఆశ్రయించిన కారణంగా..,
- స్వయముగా చిదాభాసుడు (one who Reflects in his own Awareness/consciousness) అయి
- కల్పనామాత్రమగు అనేక విషయ పరంపరలతో పెట్టుకున్న అనుబంధ – సంబంధములచే
- అగ్నిచేత దూదిలాగా దహించబడుచున్నాడు.

అజ్ఞానము నశించుచున్నప్పుడు, విజ్ఞానము వ్యాపకము కాసాగుచున్నది. క్రమంగా అజ్ఞానము మొదలంట్లా జ్ఞానాగ్నిచే దహించివేయబడుచున్నది. **"అరెం! నేను అజ్ఞానిని అగుటచేత కదా, ఈ విధంగా బాహ్య తాపములచే దహించబడుచున్నాను?"..** అనునదే **జ్ఞానాంకురము.**

ఆత్మతత్త్వమును (లేక) ఆత్మధర్మమును దహరాకాశమున (హృదయాకాశమున) **కలిగియుండియే,** ఈ జీవుడు సహజమగు తన ఆత్మస్వభావమును ఏమరచి, దృశ్యమాత్ర పరిమితుడు అగుచున్నాడు. **ఆత్మజ్ఞానము వికసించుటచే క్షణంలో అన్యత్వమంతా దహించివేయబడుచుండగా ఆ యోగి "అనన్యత్వము"** (All this is neither outside, nor different from what absolutely I am)ను ఆశ్రయించుచున్నాడు. అన్యభావనా రూపములగు **మనోమయ విశేషములను**, అన్య వస్తుజ్ఞాన పరిమితమగు **దృశ్యాభినివేశ జ్ఞానమును** క్రమంగా **సమ్యక్‌భావన–ఆత్మజ్ఞాన హస్తములచే నలిపివేయుచున్నాడు.** ఇక ఆపై అతిత్వరగా కుండలో వెలుగుచున్న దీపమువలె హృదయమున **'ఆత్మతేజోరూపుడు'** అయి **జగత్ జ్యోతి–స్వయం ప్రకాశమానుడై** వెలుగొందుచున్నాడు.

ఓ గౌతమ మునీ!

❉ ఏ జీవుడైతే....,

❉ గాఢనిద్ర ప్రవేశించుటకు ముందువరకు తన హృదయాకాశములో సర్వదా సర్వకారణకారుణుడై, సర్వకారణముల 'సాక్షి' అయి, స్వకారణ –కారణుడై, సర్వకారణ రహితుడై యున్న ఆత్మభగవానుని జాగ్రత్–స్వప్న–సుషుప్తులకు కేవల సాక్షియగు నిజ–స్వస్వరూపునకు "అభిన్నమేకదా!" అని ఎరిగి ఉపాసనాపూర్వకంగా ఆరాధిస్తున్నాడో, ఈ దేహమున్నంతవరకు అట్టి ఆరాధనను అనుక్షణికంగా కొనసాగిస్తున్నాడో, అతడు ధన్యుడు!

❉ నిర్వర్తించవలసినది నిర్వర్తించుచున్నవాడు కాబట్టి కృతకృత్యుడు!

దేహమున్నంతవరకు, అటుతరువాత కూడా ముక్తుడే! **ఆతడు జీవన్ముక్తుడే!**

ఇక,

కాలానుగతంగా వచ్చిన ఈ జడమగు భౌతిక దేహము కాలమునకు అధీనమై పోవుచుండగా, ఆతడు 'జీవన్ముక్తత్వము'ను కూడా వదలి – గాలి స్పందముల అభిన్నతత్త్వము వలె– **అదేహ (లేక, విదేహ) ముక్తత్వము** సంతరించుకొనుచున్నాడు. ఇక ఆ యోగి ఆత్మారాముడగుచున్నాడు. అట్టి కేవలీ ఆత్మానంద స్థితిని ఏమని వర్ణించగలము?

❉ అది శబ్దములతోను, వాక్యములతోను 'ఇట్టిది' అని నిర్వచించలేము. కనుక **అశబ్దమ్!**

❉ స్పర్శకు, రూపమునకు రుచికి, వాసనకు విషయముకాదు. కనుక **అస్పర్శము! అరూపము! అరసము! అగంధము!**

❉ అది కాలబద్ధమైనది కాదు. కాలః కాలము. కాలమునకే నియామకము. కాలముచే మార్పు చెందనిది. కనుక **అవ్యయము.**

❉ సర్వము అనిత్యమైయుండగా, అట్టి స్వస్వరూపాత్మ మాత్రమే **నిత్యము। సత్యము। నిత్యసత్యము।**

❉ దేహాదులవలె మొదలు – చివరి (ఆది అంతరములు) లేనట్టిది కాబట్టి **అనాది! అనంతము!**

❉ సర్వదేహములలోని దేహిగా ఉన్నట్టి **'మహత్తు'**కు కూడా పరమై (వేరై) ఉన్నది. **మహతః పరమ్।**

❉ సర్వదా సదాశివము, యథాతథము కనుక **ధ్రువము.**

సర్వము లయించగా కూడా, అట్టి కేవల–నిత్య–సత్య–అనన్యమగు ఆత్మయే సర్వదా శేషించినదై ఉండటం చేత **సర్వశేష్యము. ఆదిశేష్యము.**

సర్వ విషయములకు అధిగమించివేసినది కాబట్టి **నిరామయము.**

అన్ని యోగ–జ్ఞాన–భక్తి మార్గముల ముఖ్యోద్దేశ్యము అట్టి స్వస్వరూపాత్మోపాసన యొక్క అనునిత్యత్వమే!

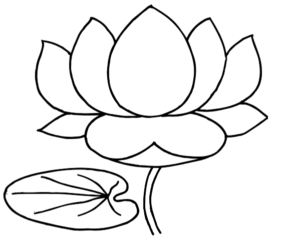
ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత యోగకుండల్యుపనిషత్
ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

22 యోగతత్త్వోపనిషత్

శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్

శ్లో॥ యోగైశ్వర్యం చ కైవల్యం
జాయతే యత్ ప్రసాదతః
తత్ 'వైష్ణవమ్ యోగతత్త్వం'
రామచంద్ర పదం భజే॥



ఎద్దాని ప్రసాదముచే యోగైశ్వర్యము, కైవల్యము కూడా లభించుచున్నాయో, అట్టి 'వైష్ణవయోగతత్త్వము' కొరకై శ్రీరామచంద్రమూర్తిని భజించుచున్నాము.

సీతాయాః పతయే నమః

ఓం

ఓంకార తత్త్వమును ధ్యానిస్తూ...., మనో వాక్ కాయములచే నమస్కరిస్తున్నాను.

01. యోగతత్త్వం ప్రవక్ష్యామి
యోగినాం హితకామ్యయా,
యత్ శ్రుత్వా చ, పఠిత్వా చ
సర్వ పాపైః ప్రముచ్యతే॥

యోగసాధకులందరికీ హితము కలగాలనే ఉద్దేశ్యము కలిగినవారమై **'యోగతత్త్వము'** ను మనము చెప్పుకుంటున్నాము.

ఎందుకంటే, యోగతత్త్వము పఠించినా వినినాకూడా సర్వపాపదృష్టుల నుండి, పాపక్రియలనుండి, పాప భావములనుండి కూడా - ఆ పఠించువాడు, ఆ వినుచున్నవాడు కూడా విముక్తుడు కాగలడు.

02. 'విష్ణుః' నామ మహాయోగీ,
మహాభూతో, మహాతపాః।
తత్త్వమార్గే యథా దీపో
దృశ్యతే పురుషోత్తమః॥

యోగయోగీశ్వరుడు, పురుషోత్తముడు అగు విష్ణు భగవానుడు సర్వ జీవులకు, మహత్ తపస్సంపన్నులకు కూడా శరణాగతి అయి ఉన్నారు. అట్టి స్వామి తత్త్వమార్గ అన్వేషకులకు వారి త్రోవలో మార్గదర్శకమగు దీపమువలె ప్రకాశించుచున్నారు. (విష్ణవే సర్వజిష్ణవే)

03. తమ్ ఆరాధ్య జగన్నాథం
ప్రణిపత్య పితామహః పప్రచ్ఛ:
యోగతత్త్వం మే బ్రూహి చ
అష్టాంగ సంయుతమ్।

ఒక సందర్భములో సృష్టికర్తయగు **బ్రహ్మ దేవుడు (పితామహుడు)** విష్ణులోకం వేంచేసిన వారై, ఆరాధ్యుడు, జగన్నాథుడు అగు **విష్ణుభగవానుని** దర్శించారు. ప్రణిపాతులై విష్ణుస్వామిని ఇట్లు ప్రశ్నించారు.

హే విష్ణు భగవాన్! అష్టాంగ యోగములతో కూడిన యోగతత్త్వమును వివరించి చెప్ప ప్రార్థన.

04. తమ్ ఉవాచ హృషీకేశో:
వక్ష్యామి శృణు తత్త్వతః।
సర్వే జీవాః సుఖైః దుఃఖైః
మాయాజాలేన వేష్టితాః॥

విష్ణుభగవానుడు (హృషీకాశుడు) : ఓ బ్రహ్మ దేవా! అష్ట (8) అంగములతో కూడిన యోగతత్త్వమును చెప్పుచున్నాను. వినండి. జీవులంతా కూడా 'సుఖము-దుఃఖము' అనే రెండు దారములతో నేసిన మాయ అనే వలలో చిక్కుకొనుచున్నారయ్యా! 'మాయ' యొక్క ప్రభావము చేతనే సుఖదుఃఖ పరంపరలలో మునిగి తేలుచూ ఉన్నారు. (స్వతఃగా చూస్తే జీవుడు మాయా నియామకుడగు ఆత్మయే కాబట్టి-బద్ధుడే కాదు).

05. తేషాం ముక్తికరం మార్గం
మాయా జాల నికృంతనమ్।
జన్మ మృత్యు జరా వ్యాధి
నాశనమ్, మృత్యుతారకమ్॥

అందుచేత, ఈ జీవులను అటువంటి మాయాజాలము (Fisher Nets of Maya) నుండి **బయటకు తెచ్చునది,** జన్మమృత్యు, వార్థక్య, వ్యాధి దోషములను **అధిగమింపజేయునది,** మృత్యువు నుండి **తరింపజేయునది** అగు **ముక్తిమార్గము** గురించి **చెప్పుకుంటున్నాము.** వినండి.

06. నానామార్గైస్తు దుష్ప్రాపం
కైవల్యం పరమం పదమ్,
పతితా శాస్త్ర జాలేషు
ప్రజ్ఞయా, తేన మోహితాః॥

'కైవల్యపదము' అని చెప్పబడు ఈ జీవుని కేవలీ స్వస్వరూపము జేరుటకై **మాయను జయించివేయునట్టి మార్గము కష్టసాధ్యమైనది. ప్రయత్నము చేతనే లభించగలదు.** కొందరు శాస్త్రములు పఠించి కూడా 'శాస్త్రములు' అనే ప్రజ్ఞత్వపు - వలలో పడి మోహమును వదలలేకున్నారు, పైగా మోహమును పెంపొందించుకొనుచున్నారు. **(ప్రజ్ఞావాదాంశ్చ భాషసే)**

---

07. అనిర్వాచ్యపదం వక్తుం
న శక్యం తైః సురైః అపి।
స్వాత్మ ప్రకాశరూపం
తత్ కిం శాస్త్రేణ ప్రకాశ్యతే?

ఎందుచేతనంటారా? మాటలకు అందని (కేవలీ స్వరూపధారణా రూపమగు) 'కైవల్య పదము' గురించి దేవతలకు కూడా నిర్వచించి చెప్పటానికి అలవి కావటం లేదు. అది అంతరాంతమగు స్వాత్మప్రకాశ రూపము (The Form of ones own enlightened self manifestaion). అట్టిది (బాహ్య) శాస్త్రములచే ఎట్లా ప్రకాశింపజేయబడగలదు-చెప్పండి?

---

08. నిష్కళం నిర్మలం శాంతం
సర్వాతీతమ్ నిరామయమ్,
తదేవ జీవరూపేణ
పుణ్య పాప ఫలైః వృతమ్।

నిష్కళము (కళంకరహితము), అత్యంత నిర్మలము, పరమశాంతము, ఈ సర్వదృశ్య వ్యవహారములకు అతీతమైనది అగు పరమాత్మయే (క్రీడగా, లీలగా) జీవరూపమును అంశగా కలిగినదై ఉంటున్నారు. (అట్టి ఆత్మయొక్క అంశామాత్రమైనట్టి) జీవరూపము పుణ్య-పాపఫలములచే ఆవృతమై ప్రవర్తమానమగుచున్నది. (కేవలమగు ఆత్మకు పుణ్య-పాపములతో సంబంధమై లేదు).

---

09. పరమాత్మ పదం నిత్యం
తత్ కథం జీవతామ్ గతమ్,
సర్వభావ పదాతీతం
జ్ఞానరూపం నిరంజనమ్?

వాస్తవానికి ఈ జీవుడు పరమాత్మ స్వరూపుడే! అట్టి పరమాత్మ పదము సర్వభావములకు అతీతమైనది. జీవుడు భావ సంబంధీకుడు. పరమాత్మ భావాతీతుడు. భావ పదాతీతుడు. కేవల జ్ఞానరూపుడు. నిరంజనుడు. నిత్యుడు. (జీవుడో? సందర్భ కల్పితుడు). **అట్టి పరమాత్మ జీవాత్మగా ఎట్లా అవుతాడు?** (పరమాత్మ సర్వదా యథాతథుడు అయినప్పుడు జీవుడుగా అవటము అనే ప్రసక్తి ఎక్కడిది?).

---

10. వారివత్ స్ఫురితం తస్మిన్
తత్ర అహంకృతిః ఉత్థితా,
పంచాత్మకం అభూత్ పిండమ్
ధాతుబద్ధం, గుణాత్మకమ్॥

11. సుఖః దుఃఖైః సమాయుక్తం
జీవ భావనయా కురు
తేన జీవాభిధా ప్రోక్తా
విశుద్ధే పరమాత్మని॥

నిరాకారమగు **జలములో** ఏ కారణం లేకుండానే **తరంగము** జనించి సాకారత్వము ప్రదర్శించుచున్నది కదా! అట్లాగే **పరమాత్మ** అనే సముద్రంలో 'అహంకారము' జనిస్తోంది. అట్టి 'అహంకారము' నుండి 'వ్యష్టి' ప్రదర్శనమగుచున్నది. పృథివి, జలము, అగ్ని, వాయు, ఆకాశములచే పంచభూతాత్మకమైనట్టిది, '7' ధాతువులచే బంధింపబడుచున్నట్టిది, సత్వ-రజో-తమో త్రిగుణాత్మక మైనది, అభూతాత్మకమైన మనో- బుద్ధి - చిత్త - అహంకారములతో కూడినట్టిది, సుఖ - దుఃఖముల అనుభవ పరంపరలతో కూడుకొని ఉన్నట్టిది అగు **జీవరూపము (జీవాత్మ)** ఏర్పడుచున్నది అగుచున్నది.

"విశుద్ధమగు పరమాత్మనుండియే ఈ జీవుడు బయల్వెడలుచున్నాడు" అని (ఆత్మతత్త్వజ్ఞులుచే సిద్ధాంతీకరించి) చెప్పబడుచున్నది.

---

12. కామ క్రోధం భయం చ అపి
మోహా లోభం మదో రజః
జన్మ మృత్యుశ్చ కార్పణ్యం
శోకః తంద్రా క్షుధా తృషా,

13. తృష్ణా లజ్జా భయం దుఃఖం
విషాదో హర్షఏవ చ
ఏభిః దోషైః వినిర్ముక్తః
స జీవః 'కేవలో' మతః॥

అందుచేత.....ఓ బ్రహ్మదేవా! ఎప్పుడైతే ఈజీవుడు → "ఇంకా ఏదో పొందాలి కదా!" **అనే కామము;** కోపగుణముల తీవ్రమైన అభ్యాసముచే ఏర్పడుచున్న **క్రోధము** (Revengeful sense of emotions); ఏదోపోతుందేమో, ఏది ఏమౌతుందో అనే **భయము;** అసత్యములైన, కల్పితములైన సంగతి సందర్భములపట్ల 'నిజమేకదా!' అని భావించు **మోహము;** "దాచుకోవాలి. పంచుకోను" అనే రూపముగల **లోభము; 'నేనే ఎక్కువ' అనే మదము;** ఇంకా ఏదో చేయాలి, చూడాలి, తిరగాలి' అనురూపమగు **రజోగుణము;** జన్మించువారి, మరణించువారి పట్ల జాలి బెంగ రూపముగల **కార్పణ్యము;** బాధపడటం, దుఃఖించటం, ఆదుర్దా పడటం రూపముగల **శోకము;** బద్ధకము, అతి నిద్ర రూపమగు **తంద్రా;** ఆకలి - దప్పిక దాహములపట్ల ధ్యాసరూపమగు **క్షుధా; తృషా - తృష్ణ;** సిగ్గుపడే స్వభావమగు **లజ్జ; భయదుఃఖములు; హర్ష విషాదములు...,** వీటన్నిటినీ ఎవడు విడుస్తాడో, అట్టివాడు **'జీవుడు'** అను స్థితినుండి → **"శివుడు"** (లేక) **కేవలుడు** అగుచున్నట్లేనని నిశ్చితాభిప్రాయం.

14. తస్మాత్ దోష వినాశార్థమ్
ఉపాయమ్ కథయామి తే।
యోగహీనం కథమ్ జ్ఞానమ్
మోక్షదం భవతి ధృవమ్?

పైవన్నీ ఈ జీవుడు జీవితచక్రమునకు **పరిమితము చేస్తున్న దోష గుణములు.** అందుచేత అటువంటి దోషములు తొలగగల ఉపాయాలు చెప్పుచున్నాను. వినండి. 1. జ్ఞానము 2. యోగాభ్యాసము.
అయితే, ఒకడు ఆత్మ గురించిన జ్ఞానమును వినుట చేతనో, చదువుటచేతనో, వ్రాయుటచేతనో, ఉపన్యశించు ప్రయత్నం చేతనో ఆత్మ గురించిన జ్ఞానము సంపాదించవచ్చు. అట్టి జ్ఞాన సమాచారం యోగాభ్యాసము (Application related practices) లేకుండానే **ధృవమగు మోక్షము** (Permanent sense of Ever-relieved) ఇవ్వగలదా? లేనేలేదు.

---

15. యోగోఽపి జ్ఞానహీనస్తు
న మోక్షో మోక్ష కర్మణి।
తస్మాత్ జ్ఞానం చ యోగం చ
ముముక్షుః దృఢమ్ అభ్యసేత్।

సరే! మరొకడు **యోగాభ్యాసమునందు మాత్రమే** ప్రయత్నశీలుడైతేనో? **అంతమాత్రంచేత అది మోక్షకర్మ అవుతుందా?** మోక్షం లభిస్తుందా? ఊహూ! లేనేలేదు. జ్ఞాన విశ్లేషణ లేకుండా మోక్ష కర్మల వలన కూడా మోక్షము లభించదు.
కాబట్టి మోక్షము ఆశయముగాగల ముముక్షువు అటు **జ్ఞానము, ఇటు యోగము - ఈ రెండూ కూడా దృఢంగా ఒకేసారి అభ్యసించవలసినదే!**

---

16. అజ్ఞానాత్ ఏవ సంసారో
జ్ఞానాత్ ఏవ విముచ్యతే।
జ్ఞాన స్వరూపమేవ ఆదౌ
జ్ఞానం జ్ఞేయ ఏకసాధనమ్॥

అస్సలు 'సంసారము' అనగా ఏమి? స్వస్వరూపాత్మకు సంబంధించిన **'అజ్ఞానము'** అయి ఉన్నది కదా! **అజ్ఞానము జ్ఞానము చేతనే కదా తొలగేది!**
మొట్టమొదట జ్ఞానముచేతనే **'తెలుసుకొనుచున్నవాడు'** (One who is knowing all that being known) రూపమగు **'జ్ఞేయము'** గురించి (ఆత్మ గురించి) తెలుసుకొనగలడు. కనుక **జ్ఞేయమునకు జ్ఞానమే మొదటి ముఖ్య సాధనము.**

---

17. జ్ఞాతంయేన నిజం రూపమ్, కైవల్యం పరమం పదమ్!
నిష్కళం నిర్మలం సాక్షాత్,
సత్-చిత్-ఆనంద రూపకమ్।

18. ఉత్పత్తి స్థితి సంహార
స్ఫూర్తిజ్ఞాన వివర్జితమ్
ఏతత్ 'జ్ఞానమ్' ఇతిప్రోక్తమ్।

జ్ఞానము అనగా? తనగురించి తాను ఎరుగుటం. ఈ జీవుడు తన సహజ-నిజరూపము యొక్క ఎరుక- అనునిత్యానుభవముగా కలిగి ఉండటమే **కైవల్యము. (కేవలోఽహమ్ భావేతి కైవల్యమ్)**
నిష్కళము, నిర్మలము, సాక్షాత్ సత్ (ఉనికి) - చిత్ (ఎరుక) - ఆనంద (స్వానుభూతి) రూపకము, ఈ దేహము యొక్క ఉత్పత్తి - స్థితి - లయములను అధిగమించినది - అయినట్టి ఆత్మ గురించిన సమాచారమే **'జ్ఞానము'** అను శబ్దముతో చెప్పబడుతోంది.

అథ యోగం బ్రవీమి తే।

19. యోగో హి బహుధా బ్రహ్మన్! భిద్యతే వ్యవహారతః।
'మంత్రయోగో', 'లయశ్చ' ఏవ
'హఠా' అసౌ 'రాజయోగకః॥

ఇప్పుడు 'యోగము' గురించి చెప్పుకుంటున్నాము.
హేబ్రహ్మన్! యోగము వ్యావహారికంగా అనేక (4) విధములు, రీతులుగా వివరణము చేయబడుచున్నది.
(1) మంత్ర యోగము (2) లయ యోగము (3) హఠ యోగము (4) రాజ యోగము

---

20. ఆరంభశ్చ ఘటశ్చ ఏవ, తథా పరిచయః స్మృతః,
'నిష్పత్తి' శ్చ ఇతి అవస్థా చ సర్వత్ర పరికీర్తితా।

అన్ని యోగ విశేషములలోను '4' అవస్థలు పరికీర్తించబడుచున్నాయి.
(1) ఆరంభము (2) ఘటము (3) పరిచయము (4) నిష్పత్తి

---

21. ఏతేషాం లక్షణం, బ్రహ్మన్! వక్ష్యే శృణు సమాహితః।
'మాతృక' ఆదియుతం మంత్రం, ద్వాదశాబ్దం ప్రయోజయేత్,
క్రమేణ లభతే 'జ్ఞానమ్', 'అణిమ' ఆది గుణాన్వితమ్।

బ్రహ్మన్! వీటియొక్క లక్షణములు సమాధాన చిత్తంతో సావధానంగా వినండి.
'మాతృక'తో ప్రారంభమై, ఆసాంతము వరకు మంత్రమును 12 సంవత్సరములు జపించువాడు → అణిమ మొదలైన అష్టసిద్ధులతో కూడిన జ్ఞానమును క్రమముగా పొందుచున్నాడు.

---

22. అల్పబుద్ధిః ఇమం యోగం, సేవతే సాధకాధమః।
లయ యోగః చిత్త లయః, 'కోటీశః' పరికీర్తితః॥

సాధకులలో క్రింద దశ యోగి, ఇంకా బుద్ధి పరిపక్వము పొందని దశలో **జప యోగము** సేవించువారై ఉంటారు. జప యోగము కంటే **లయ యోగము** ఉత్తమస్థితి అగుచున్నది. **'లయ యోగము'** అనగా చిత్తము ఉపాస్యవస్తువుతో లయము పొందటము. ఇదియే **'కోటీశము'** అని కూడా పిలువబడుచున్నది.

23. గచ్ఛన్ తిష్ఠం తు స్వపన్ భుంజన్ ధ్యాయేత్ నిష్కళమ్ ఈశ్వరమ్ సయేవ లయ యోగఃస్యాత్।	ఏ భావన-అనుభూతులచే ఒకానొకడు నడుస్తూ ఉన్నప్పుడు, కూర్చుని ఉన్నప్పుడు శ్వాస పీల్చుచున్నప్పుడు, భుజించుచున్నప్పుడు కూడా - నిష్కళుడు, నిర్మలుడు అగు ఈశ్వరుని ధ్యానిస్తూ, సర్వదా **ధ్యాస** కలిగి ఉంటాడో, అదియే **'లయయోగము'** - అని అభివర్ణించబడుచున్నది. **సర్వము ఈశ్వర స్వరూపంగా చూస్తూ ఈశ్వరభావముగా ఉపాసించటమే** లయయోగము.
హఠయోగమ్ అతః శృణు। **24&** 'యమ'శ్చ, 'నియమ'శ్చ ఏవ, 'ఆసనం'. **25.** 'ప్రాణ సంయమః', 'ప్రత్యాహారో' 'ధారణా' చ 'ధ్యానం' భ్రూమధ్యమే హరిమ్, సమాధిః సమతావస్థా స 'అష్టాంగో యోగ' ఉచ్యతే।	**ఇప్పుడిక 'హఠయోగము' గురించి వినండి. హఠయోగమునకు అంగములు - '8' (అష్టాంగ యోగములు)** (1) యమము (2) నియమము (3) ఆసనము (4) ప్రాణసంయమము (5) ప్రత్యాహారము (6) ధారణ (7) భ్రూమధ్యాకాశములో హరి ధ్యానము (8) సమాధి. ఇవి **సమతావస్థ యోగముయొక్క '8' అంగములు.**
26. మహాముద్రా మహాంబంధో మహావేధశ్చ ఖేచరీ జాలంధరో ఉడ్డియాణశ్చ మూలబంధః తథైవ చ, **27.** దీర్ఘప్రణవ సంధానం, సిద్ధాంత శ్రవణం పరమ్। వజ్రోళీ చ అమరోళీ చ సహజోళీ త్రిధామతా॥	(1) మహాముద్ర (2) మహాబంధము (3) మహావేధ (4) ఖేచరీ (5) జాలంధర బంధము (6) ఉడ్డియాణబంధము (7) మూలబంధము. (8) దీర్ఘ ప్రణవ సంధానము (9) 'పరము'నకు సంబంధించిన సిద్ధాంతశ్రవణము. ఇవన్నీ యోగ సంధానమునకు సంబంధించిన సాధన సహకారికములు. అట్లాగే → (1) వజ్రోళి (2) అమరోళి (3) సహజోళి - అను త్రిధామతములు (అంచలంచెలగు 3 యోగ సిద్ధి స్థానములు)
28. ఏతేషాం లక్షణమ్, బ్రహ్మన్! ప్రత్యేకం శృణు తత్త్వతః। లఘ్వాహారో యమేషు ఏకో ముఖ్యో భవతి నేతరః। (న ఇతరః)।	బ్రహ్మన్! వీటి వీటి తాత్త్విక సంబంధమైన ప్రత్యేక లక్షణములు వినండి. **యమము** : ఇంద్రియములు విషయములతో లఘువుగా (తక్కువ గా) సంబంధము కలిగి ఉండటము. 'లఘు ఆహారము. అట్టి లఘ్వాహారము 'యమము' యొక్క ముఖ్యార్థము. తదితర అన్ని యమ ఉపాంగము లలోకెల్లా ముఖ్యమైన ఉపాంగము.
29. అహింసా నియమేషు ఏకా ముఖ్యావై, చతురాననా! సిద్ధం పద్మం తథా సింహమ్ భద్రం చ ఇతి చతుష్టయమ్।	**నియమము** : ఓ బ్రహ్మభగవాన్! **'నియమము'** అనబడు ద్వితీయ అంగయోగములో 'అహింస' (తదితర జీవులకు బాధ కలిగించకుండా ఉండువ్రతము) ముఖ్యమైన **ఉపాంగము.** **ఆసనము:** ముఖ్యమైనవి '4' ఆసనములు. (1) సిద్ధాసనము (2) పద్మాసనము (3) సింహ ఆసనము (4) భద్రాసనము. **ఇవి ఆసన చతుష్టయము.**
30. ప్రథమాభ్యాస కాలే తు విఘ్నాస్స్యుః, చతురాననా! ఆలస్యం, కత్థనం, ధూర్తగోష్ఠీ, మంత్రాది సాధనమ్, **31.** ధాతు...స్త్రీ లౌల్యక – ఆదీని మృగతృష్ణామయాని వై, జ్ఞాత్వా సుధీః త్యజేత్ సర్వాన్ విఘ్నాన్ పుణ్య ప్రభావతః॥	ఓ చతురాననా! యోగాభ్యాసము యొక్క ప్రారంభ దశలో కొన్ని కొన్ని విఘ్నముల గురించి చెప్పుకుందాము. (1) బద్ధకము; ఆలస్యము; సోమరితనము (2) ఆత్మస్తుతి; పరనింద; (3) ధూర్తగోష్ఠి → ఇతరుల చెడు గురించి సంభాషించుకొనే అలవాటు. (4) మంత్రము జపించటమే సాధనముగా భావించి 'మనోలయము'ను ఆశయముగా కలిగి ఉండకపోవటము. (5) ధాతు ధ్యాస (ధనము, సంతానము తదితర సంపదలపై ధ్యాస) (6) స్త్రీ - పురుష ఆకర్షణ భావములు. మొదలైన ఇవన్నీ యోగ సాధకునికి ఎదురుపడే విఘ్నములు. బుద్ధిమంతుడైనవాడు **"ఇటువంటివన్నీ పైకి సుఖంగా వర్తమానంలో అనిపించటం భ్రమయే!- మృగతృష్ణలో నీరు త్రాగితే దాహం తీరి హాయిగా ఉంటుంది కదా-అని అనుకోవటం"** అని తెలుసుకొని ఉండాలి. పుణ్యకార్యములు నిర్వర్తిస్తూ, వాటి ప్రభావం చేత సర్వవిఘ్నములను జయించాలి. పుణ్యకార్యముల ముఖ్యోద్దేశ్యము-ఆత్మభావనకు కలుగు విఘ్నములు జయించటమే.

32. **ప్రాణాయామం తతః కుర్యాత్**
పద్మాసనగతః స్వయమ్,
సుశోభనం మఠం కుర్యాత్
సూక్ష్మద్వారంతు నిర్వ్రణమ్,
33. **సుష్ఠు లిప్తం గోమయేన**
సుధయా వా ప్రయత్నతః
మత్కుణైః మశకైః లూతైః
వర్జితం చ ప్రయత్నతః॥
34. **దినే-దినే చ సమ్మృష్టం**
సమ్-మార్జన్యా విశేషతః
వాసితం చ సుగంధేన
ధూపితం గుగ్గులాదిభిః॥

(ఇక ప్రాణ - అపానముల సమత్వ అభ్యాసరూపమగు) "**ప్రాణాయామము**"ను (లేక) "**ప్రాణ నియమము**" అను **యోగాభ్యాసమును** నిర్వర్తించవలెను. అందుకొరకై...,

ధ్యాన ప్రదేశమును గోమయము (ఆవుపేడ)తోనూ, (లేదా) సున్నముతోను **శుభ్రపరచుకోవాలి.**

నల్లులు, దోమలు, సాలెపురుగులు ఉండకుండా, చేరకుండా పరిశుభ్రంగా **ధ్యానస్థలమును సిద్ధం చేసుకోవాలి.**

శోభనమైన మఠము (లేక) నివాసప్రాంగణము, అద్దానికి **చిన్నవైన ద్వారం ఉండటము** - ఇటువంటివి యోగాభ్యాసమునకు **సులభసానుకూల్యాలు.**

రోజూ ఊడ్చి, చిమ్మి, సుగంధ ద్రవ్యములతోను, (అగరుబత్తి వంటి) సువాసన వస్తువులు, గుగ్గిలం పొగలతో పరిశుభ్రం చేసి **అలంకారం చేసుకొని ఉంచాలి. ఆహ్లాదవంతము, పరిమళవంతము చేసుకోవాలి.**

---

35. **న అతి ఉచ్ఛ్రితం,**
న అతి నీచం,
చేలాజిన కుశోత్తరమ్,
తత్ర ఉపవిశ్య మేధావీ,
పద్మాసన సమన్వితః,
36. **ఋజుకాయః ప్రాంజలిశ్చ**
ప్రణమేత్ ఇష్టదేవతామ్,
తతో దక్షిణ హస్తస్య
అంగుష్ఠేనైవ పింగళామ్,
37. **నిరుధ్య, పూరయేత్ వాయుమ్,**
ఇడయా తు శనైః శనైః
యథాశక్తి అవిరోధేన
తతః కుర్యాత్ చ "కుంభకమ్"॥

ధ్యానపీఠస్థానము మరీ ఎత్తుగాగాని, మరీ పల్లముగాగానీ ఉండరాదు. అద్దానిమీద దర్భలు, కృష్ణాజినము (జింకచర్మము) పరచి, పద్మాసనముతో ఆచోట ఆసీనుడై నిర్మలమైన, సుతీక్షణమైన బద్ధితో (మేధావి) ఇక యోగసాధనకు ఉపక్రమించాలి.

ప్రాణాయామము - "ఇడా పూర్వక"

- పద్మాసనాసీనుడై శరీరమును నిలువుగా, నిటారుగా ఉంచి
- ముందుగా ఇష్ట దేవతను తలచుకొని ముకుళించిన హస్తములతో కళ్ళు మూసుకొని ఏకాగ్రతతో **ప్రార్థనపూర్వక నమస్కారములు సమర్పించాలి.**

I. **ఇడాపూర్వకము:** ఇప్పుడు కుడిచేతి బొటనవ్రేలితో కుడిముక్కుపుటము, తద్వారా 'పింగళ' నాడిని అణచి ఉంచుకొని, ఎడమ ముక్కుపుటతో (12 అంగుళముల బహిర్స్థానము నుండి)... గాలిని నెమ్మది నెమ్మదిగా ఎడమ 'వైపుగల ఇడ' నాడిలో గాలిని పూర్ణముగా పూరించాలి.

అప్పుడు వాయువును లోన **కుంభించి (నిలిపి)** ఉంచాలి. అది 'కుంభకము' అవుతుంది. శక్తి కలిగినంతవరకు, అవిరోధపూర్వకంగా (సుఖముగా ఉన్నంతసేపు) 'కుంభకము' (Holding Air unmoved) నిర్వర్తించాలి.

---

38. **పునః త్యజేత్ పింగళయా**
శనైరేవ, న వేగతః॥
పునైః పింగళయా ఆపూర్య
పూరయేత్ ఉదరం శనైః॥
39. **ధారయిత్వా యథాశక్తిః**
రేచయేత్ ఇడయా శనైః
యయా త్యజేత్, తయా ఆపూర్య
ధారయేత్ అవిరోధతః॥

ఆ విధంగా వాయువును ఇడలో (Left side) పీల్చి-కుంభక ధారణ (Constantly/unmovingly Holding) సుసాధ్యమైనంతవరకు నిర్వర్తించిన తరువాత, పింగళనాడి ద్వారా (On the Right side - through nostrol) కుంభించినట్టి వాయువును నెమ్మదిగా బయటకు విడవాలి. వేగంగా కాదు! నెమ్మదిగా సుమా!

II. **పింగళా పూర్వకము:** ఇప్పుడిక పింగళాపూరక (ఎడమ ముక్కుపుటను కుడిచేతి చూపుడు వ్రేలుతోగాని, ఎడమచేతి బొటనవ్రేలుతోగాని మూసి ఉంచి, వాయువును 12 అం॥ములు బయటనుండి, గాలిని పీల్చుచు) → 'పింగళనాడి'ని నెమ్మదిగా పూరించాలి. ఆ వాయువును నెమ్మదిగా ఇడలోను, ఉదరంలోను నింపి ఉంచాలి. (ఉదర పూరకము).

(అనగా), ఇడలోను ఉదరములోను యథాశక్తిగా వాయువును ధారణ (ఇడా కుంభకము) చేసి ఉంచాలి. మనస్సుకు, దేహమునకు ఇబ్బంది, బాధ లేనంతవరకు ధారణ (కుంభకము) చేయాలి.

- అప్పుడిక ఇడనాడి ద్వారా (ఎడమముక్కు పుటద్వారా) నెమ్మదిగా వాయువును రేచకించాలి. (వదలాలి)

**40. జానూ ప్రదక్షిణీ కృత్య
న ద్రుతం, న విలంబితమ్
అంగులీ స్ఫోటనం కుర్యాత్
సా మాత్రా పరిగీయతే॥**

- ఎలా వాయువును త్యజించాడో, అట్లానే మరల వాయువును ఉదరముతో పూరించాలి.

"మాత్ర" - నిర్వచనము

- ఆ విధంగా పూరించిన వాయువుతో మోకాళ్ళచుట్టూ ప్రదక్షిణం చేయాలి. అట్టి ప్రాణవాయు ప్రదక్షిణమును మరీ పట్టుదలగా కాదు. మరీ పట్టుదల లేకుండా కాదు. మరీ వేగంగా కాదు. మరీ, నెమ్మదిగా కాదు. స్వాభావికంగా ఉండుగాక! **బొటనవ్రేలును స్ఫోటకం చేసి (ముక్కుపుట నుండి తొలగించి) వదలాలి. "పూరకం+జానునీ ప్రదక్షిణం+రేచకం = 1 మాత్ర"** అంటారు.

**41. ఇడయా వాయుమ్ ఆరోప్య, శనైః షోడశమాత్రయా
కుంభయేత్ పూరితం పశ్చాత్, చతుష్షష్ట్యాతు (64) మాత్రయా।
42. రేచయేత్ పింగళా, నాడ్యా ద్వాత్రింశత్ (32)
మాత్రయా పునః, పునః పింగళయా ఆపూర్య
పూర్వవత్ సుసమాహితః॥**

'ఇడ'లో వాయువును నెమ్మదిగా పూరించు సమయము = 16 మాత్రలు.

(పింగళలో) వాయువును కుంభించి ఉంచు సమయము = 64 మాత్రలు.

పింగళనాడి నుండి వాయువును వదలుచూ ఉండవలసిన సమయము = 32 మాత్రలు.

అటు తరువాత 'పింగళ' నాడిలో పూర్వమువలె సమాహితంగా పూరించవలసిన సమయము పైవిధంగానే.

**43. ప్రాతః మధ్యందినే సాయమ్
అర్ధరాత్రే చ కుంభకాన్
శనైః అశి (80) ఇతి
పర్యంతం చతుర్వారం
సమభ్యసేత్॥
44. ఏవం మాసత్రయ అభ్యాసాత్
నాడీ శుద్ధిః తతో భవేత్।
45. యదా తు నాడీ శుద్ధిస్స్యాత్
తదా చిహ్నాని బాహ్యతః
జాయంతే యోగినో దేహే
తాని వక్ష్యామి అశేషతః।**

పై విధమైన ప్రాణాయామమును

(1) ప్రాతఃకాలము (4 AM to 8 AM) (2) మధ్యందినే (12 Noon to 2 PM) (3) సాయంకాలము (4 Pm to 6 PM) (4) అర్ధరాత్రి (8 PM to 12 Night)

ప్రతి ఒకసారి - 20 మార్లు

20 × 4 = 80 ప్రాణాయామములను నెలలోగల 4 వారములు చక్కగా (తొందరలేకుండా నెమ్మదిగా) అభ్యాసము చేయాలి. **ఈ విధంగా '3' నెలలు అభ్యసిస్తే దేహములో నాడులన్నిటిలో శుద్ధి జరుగగలదు.**

(ఎప్పుడైతే **(1) ఇడాపూరక - కుంభక - పింగళారేచక (2) పింగళాపూరక - కుంభక - ఇడా రేచక** ద్వయముతో కూడిన ప్రాణాయామము 20 సార్లు ద్వయముతో కూడిన ప్రాణాయామము 20 సార్లు చొప్పున ప్రాతః - మధ్యాహ్న - సాయం - అర్ధరాత్రిలుగా రోజుకు 20 × 4 = 80 ప్రాణాయామములు '3' నెలలు నిర్వర్తించగా, నాడుల శుద్ధి జరుగగా) అప్పుడు అట్టి యోగి యొక్క దేహములో జరుగు నాడీశుద్ధి యొక్క శరీరపు బాహ్యచిహ్నములన్నీ వివరిస్తున్నాను. హే బ్రహ్మ భగవాన్! వినండి.

**46. శరీర లఘుతా, దీప్తిః,
జాఠరాగ్ని వివర్ధనమ్।
కృశత్వం చ శరీరస్య
తదా జాయేత నిశ్చితమ్॥
యోగవిఘ్నకర ఆహారం
వర్జయేత్ యోగ విత్తమః॥**

- ఇతః పూర్వము బరువుగా అనిపించే ఈ దేహము ఇక తేలికైన వస్తువువలె అనిపించసాగుతుంది.

- దేహమంతా తేజోవంతమై అనుభవమౌతుంది.

- పొట్టలోని జఠరాగ్ని బాగా జ్వలితమౌతుంది. (బాగుగా వెలుగ సాగుతుంది).

- శరీరము సన్నపడుతుంది

ఇవన్నీ క్రమక్రమంగా స్వానుభవము అగుచున్నాయి.

అయితే, ఒక చిన్న హెచ్చరిక!

యోగవేత్త (యోగాభ్యాసి) యోగసాధనకు విఘ్నకరములగు ఆహార పదార్థములను గమనించి, వాటిని వదలి ఉండాలి సుమా!

47. **లవణం, సర్ష, పంచామ్లమ్**
ఉష్ణం రూక్ష్ణం చ తీక్ష్ణకమ్
శాకజాతం రామఠాది
వహ్నీ స్త్రీ పథసేవనమ్,

48. **ప్రాతః స్నాన ఉపవాసాది**
కాయ క్లేశాంశ్చ వర్జయేత్।
అభ్యాసకాలే ప్రథమం
శస్తం క్షీర - ఆజ్య భోజనమ్॥

ఉప్పు, ఆవాలు, చింతపండు, బాగా వేడిగా ఉండే పదార్థాలు, కారము, కాక చేయు కారపు పదార్థాలు, (గోంగూర వంటి) కొన్ని తీవ్రక్షారగుణ ఆకు కూరలు, ఇంగువ, తెల్ల ఉల్లి....ఇటువంటివి అధికంగా తీసుకొంటూ ఉంటే అవి యోగాభ్యాసునికి విఘ్నములు కలుగజేసే అవకాశాలు అధికం. అట్లాగే పర స్త్రీలతో అధిక సరస-విరస సంభాషణలు, సంచారములు కూడా. (స్త్రీలకైతే పరపురుషులతో సరస-విరసాలు).

చలిలో తెల్లవారుజామున స్నానములు, అధికంగా ఉపవాసములు, తదితర దేహమునకు అధిక కేశములు కలిగించు క్రియావిశేషాల ఆధిక్యత - ఇవన్నీ యోగసాధనకు, సంబంధిత ఏకాగ్రతలకు ప్రాతికూల్యం అవవచ్చు. శరీర సానుకూల్యత దృష్ట్యా వదలి ఉండటం ఉచితం. యోగసాధనయొక్క ప్రారంభపు దశలో పాలు, నేయిలతో భోజనము శ్రేయస్కరము.

---

49. **గోధూమ ముద్గ శాల్యన్నం**
యోగవృద్ధికరం విదుః।
తతః పరం యథేష్టంతు
శక్తస్యాత్ వాయు ధారణే॥

గోధుమలు, ముద్గ (పెసలు) శాల్యన్నము (శ్రేష్ఠమైన వరి అన్నము) - ఇవి భుజించుటము యోగవృద్ధికరము.

యోగాభ్యాసము సుసాధ్యమైనంతవరకు కొనసాగుచుండగా క్రమంగా ఇష్టానుసారంగా వాయుధారణ చేయు సమయము వృద్ధి దానంతట అదే పొందుతూ ఉంటుంది.

---

50. **యథేష్ట ధారణాత్ వాయోః**
సిద్ధ్యేత్ 'కేవల కుంభకః'
<u>**కేవలే కుంభకే సిద్ధే**</u>
<u>**రేచ పూర వివర్జితే॥**</u>

ఆ విధంగా వాయు ధారణ ఇష్టముతో కూడి అధిక కాలయుతము, అధిక శక్తి సు-సంపన్నము అగుచుండగా **'కేవల కుంభకము'** అనే **"రేచక - పూరక రహిత ప్రాణయామము"** స్వభావసిద్ధి కాసాగగలదు. **కేవల కుంభకము సిద్ధిస్తూ ఉండగా రేచక - పూరకముల ఆవస్యకత ఉండదు.**

---

51. **న తస్య దుర్లభం కించిత్**
త్రిషులోకేషు విద్యతే।

52. **ప్రస్వేదో జాయతే పూర్వం**
మర్దనం తేన కారయేత్।
తతోఽపి ధారణాత్ వాయోః
క్రమేణైవ శనైః శనైః
కఫో భవతి దేహస్య
ఆసనస్థస్య దేహినః॥

ఏ యోగికి పూరక - రేచకములు అవసరము లేకుండానే **'కేవలకుంభకము'** సిద్ధిస్తూ ఉంటుందో, అట్టి వానికి (కేవల కుంభక సిద్ధియోగికి) ఈ మూడు లోకములలో అసాధ్యము, దుర్లభము అనునది ఏదీ ఉండదు.

యోగ సాధన సమయంలో ప్రారంభ దశలో స్వేదనము (చెమట) ఎక్కువగా జనిస్తూ ఉంటుంది. అట్టి స్వేదనలో 'యోగ తేసజస్సు' దాగి ఉంటుంది కనుక, అద్దానిని ఎప్పటికప్పుడు అచ్చోటనే (చర్మముపై) మర్దనము చేయబడునుగాక!

ఆ విధంగా మరికొంత వాయుధారణ (కుంభక ప్రాణాయామ సాధన) కొనసాగుచుండగా, దేహమునుండి ఆసన ప్రదేశంలో కఫము (Oily and Juicy) ఆ దేహికి అనుభూతమగుచూ ఉండగలదు.

---

53. **తతో అధికతర అభ్యాసాత్**
దారుణాత్ స్వేద ఉద్భవేత్,
యదా చ దార్దురో భావ
ఉత్ప్లుత్యో ఉత్ప్లుత్య గచ్ఛతి।

మరికొంత ప్రాణనిరోధాభ్యాసము జరుగుచుండగా అధికంగాను, వెచ్చగాను స్వేదము ఉద్భవము కాగలదు.

అటు తరువాత ఆ యోగికి 'కప్ప'వలె కుప్పిగంతులు వేయు దేహదార్ఢ్యభావము కలుగుచున్నది. ఆనందముతో కూడిన ఉత్సాహము పొంగి పొరల సాగుతుంది.

---

54. **పద్మాసనస్థితో యోగీ**
తథా గచ్ఛతి భూతలే।
తతో అధికతర అభ్యాసాత్
భూమిత్య ఆగశ్చ జాయతే॥

'పద్మాసనము' ధరించి యోగాభ్యాసము చేయుచూ ఉన్న యోగికి, భూమిపై ఎగురుచూ అడుగులు వేయు ఉత్సాహము (నైరాస్యరాహిత్యము) రూపుదిద్దుకోసాగుతుంది. వినోదముతో కూడిన ఉత్సాహము పొంగిపొరల సాగుతుంది

పద్మాసనముతో ప్రాణాయోగాభ్యాసము ఇంకా ఇంకా కొనసాగుచుండగా, అట్టి అభ్యాసికి భూమి నుండి పైకి ఎగయు శక్తి కూడా రూపుదిద్దుకోగలదు.

55. పద్మాసనస్థ ఏవ అసౌ **భూమిమ్ ఉత్సృజ్య వర్తతే।** **అతి మానుష చేష్టాది** **తథా సామర్థ్యమ్ ఉద్భవేత్।** **56.** న దర్శయేచ్చ సామర్థ్యం **దర్శనమ్ వీర్యవత్తరమ్।** స్వల్పం వా బహుధా దుఃఖం **యోగీ న వ్యథతే తదా।**	భూమి నుండి ఆకాశంలో పైకి ఎగయు శక్తి కూడా పద్మాసనస్థితుడగు ప్రాణాభ్యాసి సిద్ధించుకోగలుగుతాడు. మానవాతీతమగు కార్యముల సామర్థ్యములు ఆతని యందు ఉద్భవిస్తున్నాయి. అయితే, యోగాభ్యాసులకు ఒక ముఖ్యమైన జాగరూకత (లేక) హెచ్చరిక! అటువంటి యోగసిద్ధి - వీర్యవర్తన సామర్థ్యములను మహిమలతో కూడిన వ్యక్తిత్వమును ఇతరులకు చూపరాదు. ఇతరులు తెలుసుకోవాలని అనుకోకూడదు. **మానవాతీత సామర్థ్యములు తదితర జనులను ఆశ్చర్య పరచుటకు ఉద్దేశ్యించరాదు.** అట్టి యోగి యోగసిద్ధియొక్క ప్రభావంచేత - స్వల్పమైన (లేదా) అధికమైన సుఖదుఃఖములకు లోనుకాడు. చెక్కుచెదరడు. వ్యథ చెందడు.
57. అల్ప మూత్ర పురీషశ్చ, స్వల్ప నిద్రశ్చ జాయతే కీలవో దూషికా లాలా, స్వేద దుర్గంధతాననే ఏతాని సర్వథా తస్య, న జాయంతే తతః పరమ్।	ఆ యోగి విషయములో మలమూత్రముల విసర్జనావశ్యకత అల్పము అగుచున్నది. నిద్రయొక్క ఆవస్యకత కూడా స్వల్పముగా అగుచున్నది. కీలలు, దూష్తిక, (చెవులో గులుబు, కంటిలో పుసులు) లాలాజల, చమట దుర్వాసనలు కనిపించవు. ఆతడు వాటి నుండి నిర్మలత్వము సంతరించుకుంటున్నాడు. ఆతనిని దుర్వాసనలు స్పృశించవు. దరిజేరవు.
58,59. తతో అధికతర-అభ్యాసాత్, బలమ్ ఉత్పద్యతే బహు యేన భూచర సిద్ధిస్స్యాత్, భూచరాణాం జయే(త్) క్షమః। వ్యాఘ్రోవా శరభోవాఽపి, గజో గవయ ఏవవా సింహోవా యోగినా తేన, మ్రియంతే హస్త తాడితాః॥	ఆతనియొక్క ఇంకా అధికమైన అభ్యాసము చేత ఆతని దేహములో గొప్పదేహబలము ఉత్పన్నము కాగలదు. తద్వారా ఆతనికి **'భూచరసిద్ధి' ఏర్పడుచున్నది. భూమిపై చరించే ఏ జంతువునైనా శాసించే, జయించే సామర్థ్యము ఆయాచితంగా కలుగుచున్నది.** 'పులినైనా, శరభము (ఒంటె)నైనా, ఏనుగునైనా గవయమృగము (ఎద్దు)నైనా, సింహమునైనా కూడా ఒక చేతి స్పర్శతో శాసించగలదు. చేతితో కొట్టి చంపివేయగలడు.
60. కందర్పస్య యథా రూపం, తథాస్యాత్ అపి యోగినః॥ **61.** తత్ రూపవశగా నార్యః, కాంక్షంతే తస్య సంగమమ్। యది సంగం కరోతి, ఏష తస్య బిందుక్షయో భవేత్।	ఆతడు మన్మథుని వంటి తేజోసౌందర్యమును (ఆతని యోగా సాధనయొక్క ఉత్కృష్టతచేత) పునికిపుచ్చుకొనుచున్నాడు. స్త్రీలు ఆతని సంగమము కోరుకొనునంతటి స్ఫురద్రూపి అగుచున్నాడు. ఒక వేళ ఆతడు స్త్రీ వశుడై 'సంగము' పొందాడా, ఆతడు 'బిందుక్షయము (శుక్లక్షయము) పొందుచున్నాడు. యోగసాధనాబలము క్షీణించగలదు.
62. వర్జయిత్వా స్త్రియాః సంగం కుర్యాత్ అభ్యాసమ్ ఆదరాత్। యోగినో అంగే సుగంధశ్చ జాయతే బిందు ధారణాత్॥	అందుచేత యోగాభ్యాసి స్త్రీ సాంగత్యమునకు (పరస్త్రీతో స్పర్శాది సంబంధమునకు) దూరంగా ఉండి, ఏకాగ్రతతో యోగసాధనను కొనసాగించాలి. (సతి-ఈయమ్ - స్త్రీయమ్. దృశతాదాత్మ్యము. Its meaning is not mere 'Female'). ఈ విధంగా ఇంద్రియ విషయములపట్ల ధ్యాసను ఉపసంహరించుచూ యోగాభ్యాసమునందే ఇష్టముగా సాధన కొనసాగించు యోగి దేహమునందు ఆతడు ఉన్న పరిసరములను మాధుర్యముగా చేసివేయు 'సుగంధము' వ్యక్తమై, (పారిజాతమువలె) సహజీవులకు ఆతని ఉనికి ఆహ్లాదము కలుగజేయగలదు.
63. తతో రహస్య ఉపావిష్టః ప్రణవం ప్లుతమాత్రయా జపేత్ పూర్వార్జితానాం తు పాపానాం నాశ హేతవే॥	**యోగ అంతర్ముఖత్వము** యోగాభ్యాసి సమయము దొరికినప్పుడల్లా ఏకాంతము(Lonelyness) గా ఒకచోట పద్మాసనాశీనుడై కూర్చుని 'ఓం' కారమంత్రమును జపించును గాక. **"నేను పూర్వార్జితంగా స్వకీయ దేహ-మనో-బుద్ధి- చిత్త- అహంకారముల ద్వారా నిర్వర్తించుటచే జనించినట్టి దుష్ట - దోష - పాప స్వభావ సంస్కారములు ఏమేమి ఉన్నాయి?"** → అని గమనించి, ఓంకార మంత్ర జపం సహాయంతో నాశ హేతువులగు పాపదృష్టులను తొలగించు కుంటాడు. ప్రణవోచ్చారణచే **అట్టి దోషములు తొలగిపోతున్నాయి.**

64. సర్వవిఘ్నహరో మంత్రః ప్రణవః సర్వదోష హా। ఏవమ్ అభ్యాసయోగేన సిద్ధిః ఆరంభ సంభవా॥	'ఓం' అను (**అకార ఉకార మకార అర్థమాత్ర లయ** రూప) ప్రణవము యొక్క జప - భావ - ఉచ్చారణలు సర్వ విఘ్నములను హరించగలవు. సర్వ దోష దుష్ట అల్పదృష్టి సంస్కారములను, వాసనలను తొలగించగలదు. అందుచేత అభ్యాసయోగమును ప్రణవమంత్రోపాసనతో ప్రారంభిస్తే 'సిద్ధి'యొక్క స్థితి ఆరంభమయినట్లే.
65. తతో భవేత్ 'ఘటావస్థా' పవన అభ్యాస తత్పరా। 66. ప్రాణ – అపానో మనోబుద్ధిః జీవాత్మ పరమాత్మనోః అన్యోన్యస్య అవిరోధేన ఏకతా <u>ఘటతే</u> యదా 'ఘటావస్థా' ఇతి సా ప్రోక్తా।	**ఘటావస్థ** అట్టి 'ప్రణవము' యొక్క అధికమైన అభ్యాసముచే **'ఘటావస్థ'** ఏర్పడుచున్నది. **ఘటావస్థ అనగా?** (1) ప్రాణము (2) అపానము (3) మనస్సు (4) బుద్ధి (5) జీవాత్మ (6) పరమాత్మ - ఎప్పుడైతే ఈ '6' కూడా అన్యోన్యమై, పరస్పరము ఏమాత్రము విరోధము Opposition to each others కించిత్ కూడా లేకుండాపోయి, **ఏకత్వము పొందినవై ఉంటాయో** అద్దానిని **"ఘటావస్థ"** అని పిలుస్తున్నారు.
67. (ఘటావస్థా) తత్ చిహ్నని బ్రవీమి అహమ్। పూర్వం యః కథితో అభ్యాసః చతుర్థాంశం (1/4) పరిగ్రహేత్। దివా వా యదివా సాయం యామ మాత్రం సమభ్యసేత్।	బ్రహ్మాత్మదేవా! ఘటావస్థయొక్క తదితర ముఖ్య చిహ్నములు (గుర్తులు) చెపుతాను. వినండి. మనం ఇతఃపూర్వం చెప్పుకున్న ఇడ - పింగళలలో ఒకదాని తరువాత మరొకటిగా (1) **ఇడా పూరక - కుంభక - పింగళా రేచక ,** (2) **పింగళా పూరక - కుంభక - ఇడా రేచక,** "16 మాత్రలు --- 64 మాత్రలు --- 32 మాత్రలు" (మాత్ర = ఉదరములో పూరించిన వాయువును మోకాళ్ళు చుట్టూ ఒకసారి త్రిప్పుకొనివచ్చిన సమయము) ఈ అభ్యాసము 80 సార్లులో - నాలుగవవంతు (అనగా రోజుకు ఒక్కసారి - 20 ప్రాణాయామములు) - (తెల్లవారుఝామునగానీ, మధ్యాహ్నంగానీ, సాయంకాలంగాని, రాత్రిగాని ఒకసారి) - సమభ్యసించుటచే సిద్ధించునది → ఘటావస్థ. ఇది మొత్తం యామ మాత్రము (3 గంటల కాలము) క్రమంగా అభ్యసించబడును గాక!
68. ఏకవారం ప్రతిదినం కుర్యాత్ 'కేవల కుంభకమ్'। ఇంద్రియాణి ఇంద్రియార్థేభ్యో యత్ ప్రత్యాహరణమ్ స్ఫుటమ్। 69. యోగీ కుంభకమ్ ఆస్థాయ 'ప్రత్యాహారః' స ఉచ్యతే॥ <u>యత్ యత్ పశ్యతి చక్షుర్భ్యాం</u> <u>తత్ తత్ ఆత్మేతి భావయేత్।</u> యత్ యత్ శృణోతి కర్ణాభ్యాం తత్ తత్ <u>ఆత్మేతి భావయేత్॥</u> 70. లభతే నాసయా యత్యత్ తత్ తత్ <u>ఆత్మేతి భావయేత్॥</u> జిహ్వయా యత్ రసం హి యత్ యత్ తత్ తత్ <u>ఆత్మేతి భావయేత్॥</u>	ఈ విధంగా ప్రతిరోజు ఒక్కసారి కొంతసేపు 'కేవలకుంభకము'ను అభ్యసిస్తూ ఇంద్రియములను, ఇంద్రియార్థములను (ఇంద్రియవిషయము లను) వెనుకకు మరల్చి ఆత్మస్వరూపమునందు మౌనము చేసి ఉంచు ప్రత్యాహరణ క్రియయే **ప్రత్యాహారము. అదియే కేవలకుంభక ప్రత్యాహారధారణము.** ఇంద్రియములను ఇంద్రియ విషయముల నుండి ఉపసంహరించి కేవల కుంభకము నిర్వర్తిస్తూ ప్రత్యాహారం సిద్ధించుకోవటం అనగా ఏమి? ఎట్లా? **ఓ బ్రహ్మదేవా? అది సులభమే! ఎట్లా అనగా....** ✠ కనులకు ఏదేది కనిపిస్తోందో **అదంతా కూడా "ఆత్మయే"** అని భావించుచూ చూడటము. ✠ ఏదేది చెవులకు వినబడుచూ ఉన్నదో... **అదంతా 'ఆత్మయే' కదా"** అను భావనతో వినటము, ✠ ఏదేది ముక్కుతో గంధములుగా అగుచున్నదో అదంతా **"ఆత్మస్వరూపమే"** అని అనుకుంటూ ఆ వాసనానుభవం పొందటము.

71. త్వక్ చా యత్ యత్ స్పృశేత్
యోగీ, తత్ తత్ ఆత్మేతి
భావయేత్।
ఏవం జ్ఞానేంద్రియాణాం తు
తత్ తత్ సౌఖ్యం తు సాధయేత్।

✠ ఏదేది జిహ్వ (నాలుక)తో ఆయా అనేక రుచులుగా పొందబడుచున్నదో అదంతా **"ఆత్మరసమే, ఆత్మయే"**...అను అభిరుచితో ఆస్వాదించటము.

✠ ఏదేది ఈ చర్మమునకు అనేక స్పర్శానుభవములుగా అనుభూతమగుచున్నవో, అవన్నీ **'ఆత్మయే'** అని తలచుచూ వాటిని పొందటము,

ఈ విధంగా జ్ఞానేంద్రియముల అనుభవములన్నీ, వాటివలన ఏర్పడు సుఖదుఃఖములు, సమస్త అనుభవములు **'ఆత్మయే'** అను భావనచే పొందాలి. ఇదియే ప్రత్యాహారము! అదియే కేవల మరియు **సహజ** కుంభకము కూడా అట్టి ఆత్మసౌఖ్యము క్రమంగా స్వాభావికం అగుచున్నది.

---

72. యామ మాత్రం ప్రతిదినమ్
యోగీ యత్నాత్ అతంద్రితః
యథా వా చిత్త సామర్థ్యం
జాయతే యోగినో ధృవమ్॥

యోగి ప్రతిరోజూ ఒక జాముకాలము (Say 45 mts) (1) సోమరితనమును (2) విషయములవైపు మనస్సుయొక్క చ్యుతిని- త్యజించి ఇంద్రియ పరిధులను బుద్ధితో దాటివేసి **(అంచలంచల కుంభక- కేవల కుంభకము లను)**-యోగసాధన చేస్తూ ఉండగా, క్రమంగా ఆతని చిత్తము ధృవమగు సామర్థ్యము పొందగలదు. ఆతనిని సర్వసామర్థ్యములు ఆశ్రయిస్తాయి.

---

73. దూర శ్రుతిః దూరదృష్టిః
క్షణాత్ దూరాగమః తథా
వాక్సిద్ధిః కామరూపత్వమ్
అదృశ్య కరణీ తథా।

దూరశ్రవణము (దూరముగా ఉండి కూడా వినగలగటము); దూరంగా మరెక్కడో ఉన్నది ఇక్కడ ఉండిచూడగలగటము - **దూరదృష్టి;** క్షణంలో దూరప్రదేశంలో ప్రత్యక్షమవటము - క్షణాత్ **దూర ఆగమనము;** ఎట్లా పలికింది → అట్లాగే అగుచుండటము - **వాక్‌సిద్ధి;** కోరుకొన్న రూపము పొంది ఇతరులకు కనిపించగలగటము - **కామరూపత్వము** ; ఎదుటి వారు చూస్తూ ఉండగానే వారికి కనిపించకుండా ఉండటము - **అదృశ్యకరణి** → ఈ ఈ సామర్థ్యములన్నీ యోగి యోగాభ్యాసముచే పొందగలుగుచున్నాడు.

---

74. మలమూత్ర ప్రలేపేన
లోహాదేః స్వర్ణతా భవేత్
ఖే గతిః తస్య జాయేత
సంతత-అభ్యాస యోగతః।

యోగసిద్ధునియొక్క మల-మూత్రముల (మరియు చేతుల) స్పర్శ మాత్రం చేత ఇనుము మొదలైన లోహములు స్వర్ణము (బంగారము)గా మారగలవు.

యోగాభ్యాసము యొక్క సంతతమైన (ఎల్లప్పుడూ) అభ్యాసముచే ఆకాశమునందు విహరించు **'ఆకాశగమన సామర్థ్యము'** పొందగలడు.

---

75. సదా బుద్ధిమతా భావ్యం
యోగినా యోగసిద్ధయే,
"ఏతే విఘ్నా మహాసిద్ధే,
న రమేత్ తేషు బుద్ధిమాన్!"

ఎవడు ఏ ఆశయముతో యోగాభ్యాసమును చేస్తూ ఉంటాడో, ఆతడు పైన చెప్పిన అష్టాంగ యోగములలో ఆయా సామర్థ్యములను పొందగలడు. అయితే అటువంటి సామర్థ్యములన్నీ యోగసిద్ధి కాదు. **అవన్నీ అల్పాశయములు మాత్రమే. బుద్ధిమంతుడు (తెలివిగల యోగాభ్యాసి) - "నాయొక్క మహదాశయ యోగ సిద్ధి మార్గములో ఆయా (పైన చెప్పిన) సామర్థ్యములన్నీ కూడా విఘ్నములు. మహాసిద్ధికి అడ్డంకులే కదా"** అని గమనిస్తున్నాడు. బుద్ధిమంతుడు వాటియందు రమించే ధ్యాసను దరిచేరనీయడు. **ఆత్మసాక్షాత్కారమే ఆతని మహదాశయము.**

---

76. న దర్శయేత్ స్వ-సామర్థ్యం
యస్య కస్యాఽపి యోగిరాట్।
యథా మూఢో, యథా మూర్ఖో,
యథా బధిర ఏవ వా,

యోగిరాట్ (లేక) బుద్ధిమంతుడగు యోగసిద్ధుడు తనయొక్క సామర్థ్యములను ఇతరులకు తెలిపి ప్రచారము చేసుకోడు. (ఒకడు నిదురపోయే ముందు "కలలో కనబడే కొందరికి నా సామర్థ్యములగురించి చెప్పుకొని గొప్ప వాడినౌతాను" - అని అనుకొని నిద్రకు ఉపక్రమించడు కదా!) యోగ సామర్థ్యము , ఆత్మతో సంయమనము సిద్ధించుకొన్న యోగి తదితర సంసార జనులతో పాల్గొనుచున్నప్పుడు - ఏమీ తెలియని మూఢుని వలె, మూర్ఖునివలె, చెవిటివానివలె, - లోక వ్యవహార

77. తథా వర్తేత లోకస్య స్వ-సామర్థ్యస్య గుప్తయే॥	సందర్భములలో ఉంటాడు. యోగముచే సిద్ధించిన ఆయా సామర్థ్యములను బహిరంగపరచుకోడు. రహస్యముగా దాచుకొని ఉంటాడు. వాటిని కలలోని విషయములుగా చూస్తాడు.
78. శిష్యాశ్చ స్వస్వకార్యేషు ప్రార్థయంతి న సంశయః। తత్ తత్ కర్మకర వ్యగ్రః స్వాభ్యాసే విస్మృతో భవేత్। అవిస్మృత్య గురోః వాక్యమ్- అభ్యసేత్ తత్ అహర్నిశమ్।	కొంతకొంతమంది శిష్యులు ప్రాణ సంయమ యోగసిద్ధిని పొందినట్లు తెలుసుకొన్న యోగిని సమీపించి, **"అయ్యా! మాకు ఈ సంపదలు వచ్చేటట్లు చూడండి! మా కష్టాలు పోగొట్టండి"** అంటూ ప్రార్థనలు చేయసాగుతారు. అనుమానం లేదు. అప్పుడు ఆయా వారి వారి కార్యక్రమములలో **'అది చేస్తాను, ఇది చేస్తాను. రండి'** అని ఆహ్వానిస్తూ ఉంటే....అప్పుడు ఆ యోగి తనయొక్క యోగాభ్యాసము కొనసాగించటములో విస్మృతి పొందే అవకాశాలు అధికం. అందుచేత యోగాభ్యాస గురువాక్యములగు "తత్ త్వమ్ - సోఽహమ్ -ఆత్మమేవహి సత్యమ్! తదితరమంతా కల్పితమే"- అను మహావాక్యముల ఆశయమును గుర్తు చేసుకుంటూ రాత్రింబవళ్ళు తన యోగాభ్యాసము కొనసాగించుకోవాలి. పరమాశయముగా తదితరులకు గుర్తు చేయాలి.
79. ఏవం భవేత్ 'ఘటావస్థా' సంతత - అభ్యాసయోగతః। అనభ్యాసవతశ్చ ఏవ వృథా గోష్ఠ్యా న సిద్ధ్యతి। 80. తస్మాత్ సర్వ ప్రయత్నేన యోగమేవ సదా అభ్యసేత్। తతః 'పరిచయావస్థా' జాయతే అభ్యాస యోగతః॥	ప్రాణ-అపాన-మనో (ఆలోచన)-బుద్ధి (తెలివి)-జీవాత్మ (Individual Self) - పరమాత్మ (Universal as well as al-beyond absolute Self) ల యొక్క అన్యోన్య - అవిరోధ - ఏకతాభావన, అనుభూతి, అనిపించటము → అనబడు (ఈ ఉపనిషత్తులో మనము చెప్పుకొని యున్న) **ఘటావస్థ** యోగాభ్యాసికి ఎట్లా సిద్ధిస్తుంది? **క్రమమైన సాధన చేతనే.** **<u>సంతత అభ్యాసయోగము</u>** - సిద్ధికి మార్గము. అభ్యాసము లేకుండా (ఊరికే కేవలం చదవటం, వినటం, చెప్పటం, వ్రాయటం మొ॥నవి చేత (లేక)) తదితర వృథాగోష్ఠుల వలన ఎట్లా సిద్ధిస్తుంది? (Practice is necessary. Mere theory does not serve ultimate purpose). అందుచేత సర్వ ప్రయత్నములచే ఎల్లప్పుడు యోగము అభ్యసిస్తూనే ఉండాలి.
81. <u>(తతః పరిచయావస్థా జాయతే అభ్యాస యోగతః)</u> వాయుః పరిచితో యత్నాత్ అగ్నినా సహ కుండలీమ్ భావయిత్వా సుషుమ్నాయాం ప్రవిశేత్ అనిరోధతః। 82. వాయునా సహ చిత్రం చ ప్రవిశేత్ చ 'మహాపథమ్'।	ఈ విధంగా సర్వప్రయత్నములతో ఎల్లప్పుడు యోగము అభ్యసించు యోగిపట్ల క్రమంగా **పరిచయావస్థ** సిద్ధించుచున్నది. ప్రాణ - అపానములు ఏకరూపము పొందినవై అగ్నితో కూడుకొని, సుషుమ్నలో ప్రవేశము పొందుచున్నాయి. కుండలినీ శక్తిని ఉష్ణము ద్వారా నిదురలేపి, ఆశక్తిని సుషుమ్న యందు ప్రవేశింపజేస్తున్నాయి. భావనయొక్క బలముచే కుండలిని (సుషుమ్న ద్వారా) ఊర్ధ్వగమనము పొందుటలో అడ్డంకులన్నీ తొలగిపోతూ ఉంటాయి. పరిచయావస్థ సంసిద్ధమగుచున్నది. **'పరిచయావస్థ'** సిద్ధించుకుంటున్న యోగియొక్క ప్రాణ - అపాన ఏకరూపము అతిచిత్రంగా "మహామార్గము" అయి ఉన్న "సుషుమ్న నాడి"యందు స్వభావసిద్ధంగా ప్రవేశం పొందుచున్నది.
83. యస్య చిత్తమ్ స్వపవనః సుషుమ్నాం ప్రవిశేత్ ఇహ, భూమి ఆపో అనలో వాయుః ఆకాశశ్చ - ఇతి పంచకమ్ ఏషు పంచసు దేహానాం ధారణా 'పంచధా' - ఉచ్యతే।	**చిత్తముయొక్క శక్తిరూపమే కుండలిని.** ఏ యోగి యొక్క చిత్తము ప్రాణవాయువుతో కూడి (స్వపవనముతో) ఇక్కడ సుషుమ్న నాడియందు ప్రవేశించుచున్నదో, అట్టి యోగికి భూమి - జలము - అగ్ని - వాయువు - ఆకాశము - ఈ ఐదు కూడా సమస్తంగా ఆతనికి 'ఐదు' దేహములుగా అగుచున్నాయి. "పంచ భూతములు నాకు పంచ శరీరములు" - అను స్వభావసిద్ధమగు నిత్యానుభవములో ఆ యోగి ప్రవేశితుడగుచున్నాడు. అట్టి ధారణ "పంచధ" అని పిలువబడుచున్నది.

పృథివీ స్థాన విజయము

84. పాద ఆది → జాను పర్యంతం
"పృథివీ స్థానమ్" ఉచ్యతే।
పృథివీ చతురశ్రం చ
పీతవర్ణం 'ల' వర్ణకమ్॥

85. పార్థివే వాయుమ్ ఆరోప్య
'లం' కారేణ సమన్వితమ్,
ధ్యాయం చ చతుర్ముఖాకారమ్
చతుర్వక్త్రమ్ హిరణ్మయమ్।

86. ధారయేత్ 'పంచఘటికా':
పృథివీ జయమ్ ఆప్నుయాత్।
పృథివీ యోగతో....
మృత్యుః న భవేత్
అస్య యోగినః॥

పరిచయావస్థ సిద్ధికి పంచోపాసనలు

(1) పృథివీజయము: "పృథివీ అహమ్" - ధారణ, ధ్యాన విధానము

ఆ పరిచయావస్థ యోగి ''పాదముల నుండి మోకాలు వరకు విశ్వరూపుడనగు నాయొక్క పృథివీ స్థానము'' అను ధారణ స్వీకరించుచూ యోగసిద్ధి పొందుచున్నాడు.

ఓం పృథివీ తత్త్వాయ నమః॥

- పాదముల నుండి మోకాళ్ళ వరకు **పృథివీ స్థానము**
- **ఆకారము** చతురశ్రంగా భావించాలి □
- **రంగు** పసుపురంగును భావించాలి
- బీజము వర్ణము 'లం'

'ల కారసమన్వితంగా భూమిని వాయువునకు (ప్రాణశక్తికి జేర్చాలి)

దేవత : నాలుగు ముఖములుగల ఆకారుడు, చతుర్ - భుజుడు, సృష్టికర్త అగు బ్రహ్మదేవుని హిరణ్మయుడుగా ఉపాసించాలి. **ఈ విధమైన 5 గడియల ధ్యాన ధారణలచే అట్టి యోగికి పృథివీ జయము సిద్ధించుచున్నది. అనగా, సమస్త పృథివిని ఆత్మయొక్క ఒక అంశగా ధారణ చేయుచున్నాడు.**

పృథివీయోగము సిద్ధించుటచే, ఇక అట్టియోగికి మృత్యుభయము మొదలంట్లా తొలగిపోతుంది.

అపాం (జల) స్థాన విజయము

87. ఆజానోః → పాయు పర్యంతమ్
'అపాం స్థానమ్' ప్రకీర్తితమ్।
ఆపో అర్ధచంద్ర శుక్లం చ
'వం' బీజం పరికీర్తితమ్।

88. వారుణే వాయుమ్ ఆరోప్య
'వ' కారేణ సమన్వితమ్
స్మరన్ నారాయణమ్ దేవం
చతుర్బాహుమ్ కిరీటినమ్।

89. శుద్ధస్ఫటిక సంకాశం
పీతవాససమ్ అచ్యుతమ్
ధారయేత్ పంచఘటికాః
సర్వపాపైః ప్రముచ్యతే।

90. తతో జలాత్ భయం నాస్తి।
జలే మృత్యుః న విద్యతే।

(2) ఆపో జయము: "అపోఽహమ్" - దారణ, ధ్యానవిధానము

- **మోకాలు నుండి-గుదము వరకు 'జలస్థానము'**గా ప్రకీర్తించుచూ ధారణచేసి యోగసిద్ధి పొందుచున్నాడు.

ఓం అపో తత్త్వాయ నమః॥

- **ఆకారము** → అర్ధశుక్లచంద్రాకారము. ◠
- **రంగు** → తెలుపు (శుక్లము).
- **బీజాక్షరం** → 'వం'.
- 'వ'కారముతో కూడా వాయువును జలస్థానమునకు ఆరోపించాలి.
- **దేవతాస్మరణ : "చతుర్ (4) బాహుడు, కిరీటధారుడు, శుద్ధ స్ఫటికముతో సమానమైన రూపము కలవాడు పీత (ఎఱ్ఱటి) వస్త్రధారుడు, 'అహమ్ సర్వస్యప్రభవో' అను ఆత్మభావననుండి చ్యుతియే లేనట్టి అచ్యుతుడు".** ఈ విధంగా ధ్యానిస్తూ 5 గడియల కాలము ధారణ చేయుటచే ఆ యోగి జలమును జయించినవాడగుచున్నాడు. శ్రీమన్నారాయణుడుగా జలస్వరూపుడనై (వరుణ నామధేయుడనై) సృష్టియందు విస్తరించి ఉన్నాను" - అను అనునిత్య పరికీర్తనచే తత్ - స్వాభావికానుభూతుడు అగుచున్నాడు. సమస్త జలతత్త్వము ఆత్మతత్త్వము యొక్క అంశని ధరించుచున్నాడు.

అట్టివానికి ఇక 'జలభయము'ఉండదు. జలమువలన మృత్యువు పొందదు.

వహ్ని స్థాన విజయము

91. ఆ పాయోః → హృదయాంతం చ
'వహ్నిస్థానమ్' ప్రకీర్తితమ్, వహ్నిః త్రికోణ, రక్తం చ
('రం')–రేఫాక్షర సముద్భవమ్।
వహ్నౌ చ అనిలమ్ ఆరోప్య
రేఫాక్షర సముజ్జ్వలమ్।

92. త్రియక్షం వరదం రుద్రం తరుణాదిత్య సన్నిభమ్।
భస్మోద్ధూలిత సర్వాంగమ్ సుప్రసన్నమ్ అనుస్మరన్।

(3). అగ్ని జయము : "అగ్న్యహమ్" - ధారణ, ధ్యానవిధానము

- పాయువు(గుదము) నుండి హృదయస్థానము వరకు → అగ్నిస్థానముగా ప్రకీర్తించుచూ ధారణచేసి యోగ సిద్ధి పొందుచున్నాడు.

ఓం అగ్ని తత్త్వాయ నమః॥

ఆకారము → △ త్రికోణము రంగు → ఎరుపు - రక్త వర్ణము

రేఫాక్షరము నుండి జనించినట్టిది 'రం' బీజము = 'రం'

- 'రం' బీజాక్షరముతో వాయువును అగ్నితో జేర్చాలి. ఆరోపించాలి.

దేవతాస్మరణము = త్రినేత్రుడు, వరప్రదాత, సర్వమును వెలిగించువాడు, దహించుటచే రుద్రుడు. బాలసూర్యకాంతులతో వెలుగొందువాడు, దేహమంతా భస్మము ధరించినవాడు, సుప్రసన్నుడు అగు **రుద్ర భగవానుని స్మరించాలి.**

93. ధారయేత్ పంచఘటికా
వహ్నినా అసౌ న దహ్యతే।
న దహ్యతే శరీరం చ
ప్రవిష్టస్య చ అగ్ని కుండకే॥

అగ్ని తత్త్వమంతా ఆత్మయొక్క అంశగా భావిస్తూ ధ్యానము చేయుచున్నాడు. యోగి ఈ విధంగా '5' గడియలు ధ్యానం చేస్తూ ధారణ చేసినంత మాత్రం చేతనే అట్టి యోగసాధకుడు ఇక అగ్నిచే దహించబడడు. ఆ యోగసిద్ధుడు అగ్ని కుండములో ప్రవేశించినా కూడా ఆతని శరీరమును అగ్ని కాల్చదు.

<u>వాయుస్థాన విజయము</u>

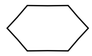
94. ఆ హృదయాత్ → భ్రువోః మధ్యం
'వాయుస్థానమ్' ప్రకీర్తితమ్।
వాయుః షట్ (6) కోణకమ్, కృష్ణమ్,
'య' కార అక్షర భాసురమ్।

95. మారుతమ్। మారుతమ్ స్థానే
ప్రాణీ ప్రాణం సమాహితః।
ధారయేత్ తత్ర సర్వజ్ఞం
ఈశ్వరం విశ్వతో ముఖమ్॥

96. ధారయేత్ పంచఘటికా
వాయువత్ వ్యోమగో భవేత్।
మరణం న తు వాయోఽస్తు
న భయం భవతి యోగినః॥

(4). వాయు జయము - వాయ్వ్యూహమ్ - ధారణ, ధ్యానవిధానము

హృదయస్థానము నుండి భ్రుకుటి స్థానము వరకు వాయుస్థానముగా ప్రకీర్తించుచూ ధారణ చేసి యోగసిద్ధి పొందుచున్నాడు.
ఓం వాయు తత్త్వాయ నమః॥

- **ఆకారము** - షట్కోణాకారము. 
- **రంగు** - కృష్ణము, నలుపు.
- **బీజము** - 'య'కారముగా భాసించునది.
- **స్థానము** : వాయుస్థానం.

ఇక్కడ 'యం' బీజాక్షరంతో ప్రాణమును ప్రాణముతో సమాహితము చేయాలి.

ధారణా దైవము : సర్వజ్ఞుడు, ఈ సర్వము తానే అయి విస్తరించిన వాడు, ఈ విశ్వము తన ముఖముగా కలవాడు అగు -ఈశ్వరుని ధ్యానం చేస్తూ ధారణ చేయాలి. ఈశ్వరుడే వాయురూపునిగా సర్వత్రా వెలయుచున్నట్లు ఉపాసన చేయాలి. వాయుతత్త్వమును ఆత్మయొక్క అంశగా భావించాలి. ఈ విధంగా 5 గడియలు ధ్యానము చేసినంత మాత్రం చేతనే అట్టి యోగి ఆకాశమునందు వాయువు (గాలి) వలె సంచరించగలడు. అట్టి వానికి వాయువు వలన మరణభయము ఉండదు.

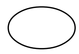
<u>ఆకాశ స్థాన విజయము</u>

97. ఆ భ్రూమధ్యాత్తు → మూర్ధాన్తమ్
'ఆకాశస్థానమ్' ఉచ్యతే।
వ్యోమ వృత్తం చ, ధూమ్రం చ
'హ' కార అక్షర భాసురమ్।

98. ఆకాశే వాయుమ్ ఆరోప్య
'హ'కార ఉపరి శంకరమ్।
బిందురూపం, మహాదేవమ్
వ్యోమాకారం 'సదాశివమ్'॥

(5) ఆకాశ జయం -"ఆకాశమహమేవ" - ధారణ, ధ్యానవిధానము

భ్రూమధ్య స్థానము నుండి మూర్ధస్థానము వరకు ఆకాశస్థానముగా ప్రకీర్తించుచూ ధారణచేసి యోగసిద్ధి పొందుచున్నాడు.
ఓం ఆకాశ తత్త్వాయ నమః॥

- **ఆకారం** → వర్తులాకారం 
- **రంగు** → ధూమ్రం.
- **బీజాక్షరం** → "హం"గా భాసురము.
- ఆకాశమునందు వాయువును జేర్చి <u>'హమ్'</u> కారముతో ప్రకాశించు బిందురూపము. సమస్త ఆకాశమును ఆత్మయొక్క అంశగా ధ్యానము చేయుచున్నాడు.

ధారణాదైవం - హకార బిందురూపుడు, సర్వశుభప్రదాత, సుఖప్రదాత అగుటచే శంకరుడు, బిందురూపుడు, దేవతలకే దేవుడగు మహాదేవుడు, ఆకాశాకారుడు- అగు సదా శివుడు! శంకరుడు!

---

99. శుద్ధ స్ఫటిక సంకాశమ్,
ధృత బాల - ఇందుశేఖరమ్,
పంచవక్త్రయుతం సౌమ్యం,
దశబాహుం త్రిలోచనమ్।

100. సర్వ - ఆయుధైః ధృతాకారమ్
సర్వభూషణ భూషితమ్
ఉమార్ధదేహమ్ వరదమ్
సర్వకారణ కారణమ్॥

- పరిశుద్ధమగు స్ఫటికమువలె ప్రకాశమానులు.
- బాలచంద్రుని శిరస్సునందు భూషణముగా ధరించువారు.
- పంచముఖులు.
- 10 బాహువులతో విరాజిల్లువారు.
- త్రిలోచనులు.
- పరమసౌమ్యులు.
- సర్వ ఆయుధములు ధరించినవారు.
- సమస్త ఆభరణములుచే భూషితులు.

101. ఆకాశ ధారణాత్ తస్య
ఖేచరత్వం భవేత్ ధృవమ్।
యత్రకుత్ర స్థితోవాఽపి
సుఖమ్ అత్యంతమ్ అశ్నుతే।

- ఉమాదేవికి తన దేహముయొక్క (ఎడమవైపు) అర్థభాగము సమర్పించుకొనియున్నవారు.
- వరదులు; సర్వము ప్రసాదించువారు.
- సర్వకారణకారణులు.

అటువంటి సాంబశివభగవానుని ఉపాశించాలి. ఆ పరమశివులవారే సర్వత్రా ఆకాశరూపముగా వెలయుచున్నట్లు ఉపాసించాలి.

ఈ విధంగా ఆకాశ ధ్యాన ధారణలచే ఆకాశ సంచార సామర్థ్యము కలుగుచున్నది. అట్టి యోగి ఎప్పుడు ఎక్కడ ఎట్లా ఉన్నప్పటికీ, ఏ స్థితిలో అయినా అభ్యంతరమగు ఆత్మ-సుఖము నుండి ఏమాత్రము చెదరనివాడై సర్వదా ఆస్వాదించువాడై ఉంటాడు.

---

102. ఏవం చ ధారణాః పంచ కుర్యాత్ యోగీ విచక్షణః,
తతో దృఢ శరీరస్స్యాత్, మృత్యుః తస్య న విద్యతే।

ఈ విధంగా యోగాభ్యాసి విచక్షణాశీలుడై **పంచధ్యాన-ధారణుడై నిత్యము పంచభూతతత్త్వోపాసనచే యోగాభ్యాసము నిర్వర్తించుటచే అట్టి వాని దేహము దృఢత్వము పొందుచున్నది. ఆతనిని మృత్యువు సమీపించదు. సర్వదా అమృతరూపుడై విరాజిల్లుతాడు.**

---

103. బ్రహ్మణః ప్రళయేనాపి, న సీదతి మహామతిః।
సమభ్యసేత్ తథా ధ్యానం, ఘటికా షష్టిమేవ చ।

104. వాయుం నిరుధ్య చ ఆకాశే, దేవతామ్ ఇష్టదామ్ ఇతి।
సగుణం ధ్యానమ్ ఏతత్స్యాత్, అణిమ–ఆది గుణప్రదమ్।

బ్రహ్మ ప్రళయము వచ్చి పడినప్పుడు కూడా అట్టి మహామతి అగు యోగి కించిత్ కూడా పీడనము చెందడు. చ్యుతిపొందడు. అందుచేత యోగాభ్యాసి - పై చెప్పిన రీతిగా షష్టి ఘటికాధ్యాన - ధారణలను (రోజుకు 6సార్లు) అభ్యసించునుగాక!

సగుణము: హృదయాకాశమునందు వాయువును నిరోధించి ఇష్టదేవతారాధనను నిర్వర్తించుచూ ఉండటమును **'సగుణోపాసన'**గా చెప్పుచున్నారు. సగుణధ్యానము (లేక) సగుణోపాసనవలన అణిమ - గరిమ - లఘిమ - మహిమ-ఈశిత్వ-వశిత్వ-ప్రాకామ్య-ఇచ్ఛా.... అష్టసిద్ధులు లభించగలవు.

---

105. నిర్గుణ ధ్యానయుక్తస్య
సమాధిశ్చ తతో భవేత్।
దిన ద్వాదశకేనైవ (12 రోజులకు)
సమాధిం సమవాప్నుయాత్।

106. వాయుం నిరుధ్య మేధావీ
జీవన్ముక్తో భవత్యయమ్,
సమాధిః సమతావస్థా
జీవాత్మ పరమాత్మనోః॥

నిర్గుణము: క్రమంగా అట్టివాడు నిర్గుణధ్యాన అభ్యాసి (యుక్తుడు) అగుచున్నాడు. **పంచతంత్రములు తనకు అనన్యంగా అభ్యసించు చున్నాడు.** ఎప్పుడైతే నిర్గుణధ్యాన యోగము ప్రారంభమౌతుందో, అట్టివాడు 12 రోజులలో అత్యుత్తమమగు 'సమాధిస్థితి'ని సముపార్జించు కొనుచున్నాడు. వాయు నిరోధముచే ఆ అభ్యాసి ఉత్తమ బుద్ధితో కూడిన మేధావి అయి క్రమంగా **'జీవన్ముక్తుడు'** అగుచున్నాడు.

సమాధి : (నాటకంలో పాత్రగా కనిపించుచున్నవాడు నటనా చాతుర్యము గల నటుడే అయి ఉన్నతీరుగా) → **"జీవాత్మ - పరమాత్మల సమతావస్థ"** యే 'సమాధి' అను పేరుతో చెప్పబడుచున్నది. సర్వము తానై వెలుగొందటమే 'సమాధి'. (ద్రష్ట-దృశ్య దర్శనముల ఏకత్వమే సమాధి).

---

107. యది స్వదేహమ్, ఉత్–స్రష్టుమ్ ఇచ్ఛాచేత్
ఉత్–సృజేత్ (ఉత్సృజేత్) స్వయమ్, పరబ్రహ్మణి లీయేత
న తస్య ఉత్క్రాంతిః ఇష్యతే।

108. అథ నోచేత్ సముత్ స్రష్టుమ్
స్వశరీరం ప్రియం యది,
సర్వలోకేషు విహరన్
అణిమాది గుణాన్వితః।

109. కదాచిత్ స్వేచ్ఛయా దేవో
భూత్వా స్వర్గే మహీయతే,
మనుష్యోవాఽపి యక్షో వా
స్వేచ్ఛయాపి క్షణాత్ భవేత్॥

సమాధి స్థితి సిద్ధించుటకై "నేను ఈ భౌతిక దేహ రూపమాత్రుడను" - అనే దేహభ్రాంతిని విడవటానికి ఇష్టుడైనప్పుడు, అట్టి యోగి దేహభావ పరిమితులను విడచి పరబ్రహ్మము నందు స్వయముగా లీనమగు చున్నాడు. అనగా దేహ-లోక భ్రాంతులను త్యజించి, బ్రహ్మమే తానగుచున్నాడు. అట్టి ఇష్టము పొందనంతవరకు పరబ్రహ్మతో లీనత్వము కలిగియున్నప్పటికీ, ఆ యోగికి ఉత్క్రాంతి కలుగదు. 14 లోకములలో ఆతని సంచారము వినోదముగా, ఇష్టముగా, స్వేచ్ఛానుసారం, అణిమాది అష్టసిద్ధులతో కూడినదై కొనసాగుచూనే ఉంటుంది.

యోగి తన శరీరమును (సృష్టిలో తన చేష్టా రూపమును) వదలుటకు ఇష్టపడక, స్వశరీర ప్రియుడై ఉంటే, అట్టి జీవాత్మ పరమాత్మల ఏకత్వానుభావుడగు) యోగేశ్వరుడు "అణిమ" మొదలైన అష్టసిద్ధులతో కూడుకొన్నవాడై స్వేచ్ఛగా అన్ని లోకములలో సంచారములు చేస్తూ ఉంటాడు. స్వర్గలోకవాసులచే కూడా పూజితుడై ఉంటాడు. అట్టివాడు మనుష్యుడు (మానవదేహముతో కూడుకొని ఉన్నవాడు) అయి ఉండి కూడా క్షణంలో స్వేచ్ఛగా 'యక్షుడు' అవగలడు.

110. సింహో వ్యాఘ్రో గజో వా
అశ్వః స్వేచ్ఛయా (స్వ-ఇచ్ఛయా)
బహుతా మియాత్, యథేష్టమేవ వర్తేత
యద్వా యోగీ మహేశ్వరః॥

యోగి యోగాభ్యాసముచే యోగీశ్వరుడై - సింహములాగా, ఏనుగులాగా, గుఱ్ఱములాగా స్వేచ్ఛా విహారి అయి, యథేష్టావర్తనుడుగా ఈ కల్పిత లోకములలో క్రీడా లీలా - వినోదంగా సంచారములు సలుపుచూ ఉంటున్నాడు. తనకు ఇష్టమనిపించిన ఏరకమైన దేహమైనా స్వీకరిస్తూ, త్యజిస్తూ ఉండగలడు.

---

111. అభ్యాస భేదతో భేదః,
ఫలంతు సమమేవ హి॥
పార్ష్ణిం వామస్య పాదస్య
యోని స్థానే నియోజయేత్।

112. ప్రసార్య దక్షిణం పాదం
హస్తాభ్యాం ధారయేత్ దృఢమ్
చుబుకం హృది విన్యస్య
పూరయేత్ వాయునా పునః॥

113. కుంభకేన యథా శక్త్యా
ధారయిత్వా తు రేచయేత్।
వామాంగేన సమభ్యస్య
దక్షాంగేన తతో అభ్యసేత్।

114. ప్రసారితస్తు యత్ పాదస్తమ్,
ఊరూ ఉపరి యోజయేత్।
అయమేవ **'మహాబంధ'**।
ఉభయత్రా ఏవమ్ అభ్యసేత్॥

యోగాభ్యాసముల విషయంలో అభ్యాసముల దృష్ట్యా కొన్ని కొన్ని భేదములు కనబడితే కనబడవచ్చుగాక! ఏది ఏమైనా అన్ని రీతులైన యోగాభ్యాసముల అంతిమఫలము మాత్రము ఒక్కటే (జీవ-బ్రహ్మ ఏకస్వరూప → సమాధిస్థితియే)!

పునశ్చరణగా కొన్ని బంధముల గురించి చెప్పుకుంటున్నాము.

మహాబంధము

- ఎడమకాలి మడమను యోని స్థానము (లింగస్థానము)ను తాకించాలి.
- కుడి కాలిని చాచి ఉంచాలి.
- రెండు చేతులుతో కుడిపాదమును గట్టిగా పట్టుకొని ఉండాలి.
- గడ్డము (చుబుకము)ను వక్షస్థలము తాకించి ఉంచాలి.
- వాయువును పూరకం చేసి (పీల్చి), శక్త్యానుసారం కుంభకమును (Holding) నిర్వర్తించి, ఆ తరువాత రేచకము (Releasing) చేయాలి.

ఈ విధంగా ఎడమవైపు, అటు తరువాత కుడివైపు పూరక - కుంభక - రేచకములను (గురుముఖతః) అభ్యాసం చేయాలి.

చాపపడిన (wel extended) పాదమును ఉరువుపై (తొడపైThe other side), తాకించి ఉంచాలి. కుడి ఎడమల రెండువైపులా ఉభయత్రముగా అభ్యసించాలి.

ఇదియే **"మహాబంధము"** - అగుచున్నది. ఇది ఈవిధంగా రెండు రీతులుగా అభ్యాసించవచ్చు.

---

115. మహాబంధ స్థితో యోగీ
కృత్వా పూరకమ్ ఏకధీః
వాయునా గతిం ఆవృత్య
నిభృతం కంఠముద్రయా।

116. పుటద్వయం సమాక్రమ్య
వాయుః స్ఫురతి సత్వరమ్,
అయమేవ **'మహావేధః'**
సిద్ధైః అభ్యస్యతే అనిశమ్॥

మహావేదబంధము

"మహాబంధము ధరించినట్టి యోగి స్థిరమైనబుద్ధితో→
→ పూరకమును నిర్వర్తించి
→ వాయువును కదలకుండా ఉంచి,
→ కంఠమును నిలువుగా, నిశ్చలముగా ఉంచుతూ -
- కంఠ ముద్రను ధారణచేసి
- రెండు ముక్కు పుటములనుండి వాయువును సత్వరముగా (Speedily) గ్రహించటము, వదలటము". ఇది **'మహావేధముద్ర'** అనబడుచున్నది. ఇది సిద్ధపురుషులు అన్నివేళలా అభ్యసిస్తూ ఉంటున్నారు.

---

117. అంతః కపాలకుహరే
జిహ్వాం వ్యావృత్య ధారయేత్,
భ్రూమధ్య దృష్టిః
అపి ఏషా ముద్రాభవతి **'ఖేచరీ'**॥

118. కంఠమ్ ఆకుంచ్య హృదయే
స్థాపయేత్ దృఢయా ధియా,
బంధో **'జాలంధర'** ఆఖ్యో।
అయం మృత్యు మాతంగ కేసరీ।

ఖేచరీముద్ర

- నాలుకను పైదవడకు తాకించుచు క్రమ-క్రమంగా పైలోపలికి మడచుచూ, కపాలముయొక్క అంతః కుహరము (రంధ్రము) - [అంగిలి-పై దవడ మొదలు ప్రాంత (కొండనాలుక చివర) బెజ్జము]తో నాలుకయొక్క చిట్టచివర భాగమును తాకించటము (మరియు)
- అట్టి అభ్యాసముయొక్క ప్రారంభక్షణమునుండి కూడా **దృష్టిని భ్రూమధ్య ప్రదేశమునందు నిలిపి ఉంచటము** - ఖేచరీముద్ర అగుచున్నది.

జాలంధర బంధము

కంఠభాగ ఆకాశమును సంకోచింపజేసి, అద్దానిని హృదయాకాశమునందు దృఢముగా స్థాపించి ఉండటము **జాలంధరముద్ర** అనబడుచున్నది. ఇది 'మృత్యువు' అను ఏనుగుకు సింహము (సింహనాదము వినబడటం) వంటిది.

119. బంధో యేన సుషుమ్నాయాం
ప్రాణస్తు ఉడ్డీయతే యతః
'ఉద్యాణ' ఆఖ్యో హి బంధోఽ యం
యోగిభిః సముదాహృతః॥

ఉద్యాణ (లేక) ఉడ్డీయాణ బంధము

ఇడ - పింగళనాడుల మధ్యగా గల 'సుషుమ్న' యందు ఏ ప్రాణశక్తి కుంభకముగా బంధితమైయున్నదో, అదియే **"ఉడ్డీయాణ బంధము"** - అని యోగి బృందముచే వివరీకరించబడుచున్నది.

---

120. పార్ష్ణిభాగేన సంపీడ్య
యోనిమ్ ఆకుంచయేత్ దృఢమ్
అపానమ్ ఊర్ధ్వమ్ ఉత్థాప్య
'యోనిబంధో' అయం ఉచ్యతే।

యోనిబంధము :

పాదముయొక్క మడమతో యోనిభాగమును బాగుగా అదిమి, (మూలాధారమునకు క్రిందగా గట్టిగా నొక్కిపెట్టి) బాహ్యగతమౌతున్న అపానవాయువును ఊర్ధ్వముఖముగా లాగి తెచ్చు అభ్యాసమును 'యోనిబంధము' అని అంటున్నారు.

---

121. ప్రాణ-అపానౌ, నాద-బిందూ
మూలబంధేన చ ఏకతామ్
గత్వా, 'యోగస్య సంసిద్ధిమ్' యచ్ఛతో।
న అత్ర సంశయః॥

మూలబంధము :

ప్రాణ - అపానములు, నాద - బిందువులు ఒక్కచోటికి తెచ్చి ఏకము చేయుటము 'మూలబంధము' అగుచున్నది. అట్టి మూలబంధ యోగాభ్యాసముచే యోగులకు అతి త్వరగా యోగసిద్ధి లభిస్తోంది. సిద్ధించగలదు. ఇందులో సందేహమే లేదు.

"కరణీ విపరీత"

122. కరణీ విపరీతాఖ్యా, సర్వవ్యాధి వినాశినీ।
నిత్యమ్ అభ్యాస యుక్తస్య, జఠరాగ్ని వివర్ధనీ।
123. ఆహారో బహుళః తస్య
సంపాద్యః సాధకస్య చ,
అల్పాహారో యది భవేత్
అగ్నిః దేహమ్ హరేత్ క్షణాత్॥
124. 'అధః శిరశ్చ ఊర్ధ్వపాదః'
క్షణం స్యాత్ ప్రథమే దినే,
క్షణాచ్చ కించిత్ అధికమ్
అభ్యసేత్తు దినే దినే।
125. వలీ చ పలితం చ ఏవ
షణ్మాసార్థాత్ న దృశ్యతే।
యామమాత్రంతు యో నిత్యమ్
అభ్యసేత్,....సతు కాలజిత్॥

'కరణీ విపరీత అభ్యాసము" (దేహముయొక్క తలక్రిందుల ధారణ)

కరణములను విస్తరించి ఉంచు అభ్యాసము-నిత్యము అభ్యసిస్తూ ఉంటే అట్టి కరణీవిపరీత అభ్యాసము సర్వ వ్యాధులను ఉపశమింపజేయగలదు. పొట్టలో జీర్ణప్రక్రియ కొరకై జనించే 'జఠరాగ్ని'ని ప్రవృద్ధము చేయగలదు.

యోగసాధకునికి ఆహారము యొక్క ఆవశ్యకత పెరుగుతూ ఉంటుంది.

అటువంటప్పుడు అల్పముగా, (చాలా తక్కువగా) ఆహారము తీసుకోవటం జరుగుతూ ఉంటే, అప్పుడు దేహములో జనించే జఠరాగ్ని దేహమును క్షణములలో (కొద్ది కాలములో) దహించివేయగలదు. అందుచేత పుష్టి అయిన ఆహారము యోగాభ్యాసంలో తగినంత స్వీకరించాలి. ఈ "కరణీ విపరీత అభ్యాసము" **శిరస్సు క్రిందకు - పాదములు పైకి ధారణ చేయు అభ్యాసము**. ఈ అభ్యాసమును ప్రారంభంలో మొదటిరోజు ఒక్క క్షణకాలం చేయాలి. ఇక ఆ తరువాత రోజుకొక క్షణమును పెంచుతూ రోజురోజులుగా అభ్యాసము చేయాలి.

అట్టి కరణీ విపరీత అభ్యాసికి షణ్మాసార్థకాలంలో (3 నెలల కాలంలో) అతనిలో కనిపించే వార్థక్యఛాయలు తొలగిపోగలవు. ప్రతిరోజు ఒక యామము (జాముకాలము) అభ్యాసం చేస్తూ ఉన్న యోగాభ్యాసి కాలమును జయించగలడు.

---

126. 'వజ్రోళీమ్' అభ్యసేత్ యస్తు, స యోగీ సిద్ధి భాజనమ్,
లభ్యతే యది, తస్యైవ యోగసిద్ధిః కరే స్థితా।
127. అతీతాన్ ఆగతం వేత్తి, ఖేచరీ చ భవేత్ ధృవమ్।
అమరీం యః పిబేత్ నిత్యం, నస్యం కుర్వన్ దినే దినే॥
128. వజ్రోళీమ్ అభ్యసేత్ నిత్యమ్, 'అమరోళీ' ఇతి కథ్యతే।
తతో భవేత్ 'రాజయోగో'। నాంతరా భవతి ధృవమ్॥
129. యదా తు రాజయోగేన నిష్పన్నా యోగిభిః క్రియా,
తదా వివేక వైరాగ్యం, జాయతే యోగినో ధ్రువమ్॥

కేవల కుంభక భావనా మాత్ర సిద్ధిరూపమగు 'వజ్రోళీ'ని అభ్యసించు యోగి సకల సిద్ధులు పొందుచున్నాడు. వజ్రోళీ యోగ సిద్ధిని సిద్ధించుకొని సంస్థితుడైన యోగి ముందు ముందు జరగబోయేవి మునుముందుగానే ఎరుగగలడు. ఆకాశ సంచారములు చేయగలడు. ఎవ్వరైతే నిత్యము నస్యము (దృశ్యరాహిత్యము) సిద్ధించుకొని చేసుకొని వజ్రోళిని అభ్యసిస్తూ ప్రతిరోజు అమృతమును త్రాగుచూ ఉంటారో అట్టివారు (అమృతపానులగుటచే) 'అమరోళి' అని చెప్పబడుచున్నారు.
అమరోళీయోగామృతముచే క్రమంగా 'రాజయోగము' సిద్ధిస్తోంది. వేరువిధంగా సిద్ధించదు మరి!
రాజయోగముచే సిద్ధించుకున్నయోగి లోకరీతి అయిన ప్రయోజనములను అధిగమించి, యోగక్రియా పరిపక్వము పొందినప్పుడు, ఆ యోగి యందు ధృవమైన వివేక - వైరాగ్యములు పరిపక్వమై ఉంటాయి.

130. 'విష్ణుః' నామ మహాయోగీ,
మహాభూతో, మహాతపాః
తత్త్వమార్గే యథాదీపో
దృశ్యతే పురుషోత్తమః॥

యోగ యోగీశ్వరుడగు విష్ణుభగవానుడు, సర్వభూత స్వరూపుడు! మహాతపః స్వరూపుడై, పురుషోత్తముడై "నీవు బ్రహ్మమే" - అని గుర్తుచేయు తత్త్వమార్గమునందు దారిచూపు దీపమువంటివారు.

ఈ సంసారము బహు చమత్కారరమైనది కదా!

131. యః స్తనః పూర్వపీతః
తం నిష్పీడ్య ముదమ్ అశ్నుతే।
యస్మాత్ జాతో భగాత్ పూర్వం,
తస్మిన్ ఏవ భగే రమన్।

ఈ జీవుడు తాను ఇతఃపూర్వము పాలుత్రాగిన స్తనమునే పీడించి నిష్పీడ్యము (మర్దనము) చేసి సంతోషపడుచున్నాడు. ఏ యోనియందు తాను ఇతఃపూర్వము జనించినాడో, అద్దానియందే రమించుచున్నాడు.

132. యా మాతా, స పునః భార్యా।
యా భార్యా మాతృకైవ హి।
యః పితా స పునః పుత్రో
యః పుత్రః స పునః పితా।

ఈ వర్తమానంలో కనిపిస్తున్న సంసారములోని సంబంధ - అనుబంధ - బాంధవ్యములు ఎంతటి చిత్రవిచిత్రములైనవి! ఎంతటి మార్పులు!

- ఎవ్వరు ఇప్పుడు తల్లియో, ఆమె మరొక జన్మలో భార్య. ఎవరు భార్యయో, ఆమె మరొక జన్మలో తల్లి అగుచున్నది!
- ఎవరు ఇప్పుడు తండ్రియో, ఆతడు (మరొక జన్మలో) కుమారుడు అగుచున్నాడు. ఎవడు ఇప్పుడు కుమారుడో, ఆతడే మరొకప్పుడు తండ్రి అగుచున్నాడు.

133. ఏవం సంసార చక్రేణ కూపచక్రే ఘటా ఇవ
భ్రమంతో యోని జన్మాని
కృత్వా లోకాంతు సమశ్నుతే॥

ఈ విధంగా 'సంసారము' అనే నూతియందు తిరుగాడుచున్న కూపచక్రము (గిలక) వెంట తిరుగాడుచూ ఉన్న ఘటము (బొక్కెన) వలె - ఒక యోని తరువాత మరొక యోనిలో ప్రవేశములు, దేహనిష్క్రమణములు పొందుచున్న ఈ జీవుడు ఉపనిషత్తు వినుటచే ఉత్తమ లోకములు (స్థితి గతులు) పొందుచున్నాడు.

---

134. త్రయోలోకాః। త్రయోవేదాః
తి-స్రసంధ్యాః। త్రయః స్వరాః।
త్రయో అగ్నయశ్చ। త్రిగుణాః
స్థితాః సర్వే త్రయాక్షరే।

135. త్రయాణామ్ అక్షరాణాం చ
యో అధీతేఽపి అర్థమ్ అక్షరమ్,
తేన సర్వమ్ ఇదమ్ ప్రోతమ్।
తత్ సత్యం। తత్ పరం-పదమ్॥

ఇక్కడ
- పాతాళ - భూ - స్వర్గములనే '3' లోకములు.
- ఋక్ - యజుర్ - సామములనే '3' వేదములు.
- ప్రాతః - మధ్యాహ్న - సాయం - '3' సంధ్యలు.
- ఉదాత్త - అనుదాత్త - స్వరితములనే - '3' స్వరములు.
- గార్హపత్య - దక్షిణ - ఆహవనీయములనే - 3 అగ్నులు.
- సత్త్వ - రజో - తమో - (త్రి) 3 గుణములు.

సమస్తము కూడా అకార - ఉకార - మకారములనే త్ర్యక్షరీ ఓంకారము నందు అమరినవై ఉన్నాయి. ఓంకార సంజ్ఞయగు ఆత్మయే ఇదం హి! ఇదంతా కూడా!

ఏ యోగి అయితే త్రయీ అక్షరమగు 'అ'కార, 'ఉ'కార, 'మ'కారములయొక్క అక్షరార్థమును అధ్యయనము చేస్తాడో, అట్టివాడు ఇదంతా ఓత - ప్రోతమైయున్న "తత్ పరమ్ - తత్ సత్యమ్" అగు ఆత్మయందు చూస్తూ, **ఆత్మపదమును చేరుచున్నాడు.**

---

136. పుష్ప మధ్యే యథా గంధః,
పయో మధ్యే యథా ఘృతమ్,
తిల మధ్యే యథా తైలమ్
పాషాణేషు ఇవ కాంచనమ్,

→ పుష్పము యొక్క మధ్యగా సువాసన ఉన్నట్లు,
→ పాలకు అంతరమున నేయి ఉన్నట్లు,
→ నువ్వులలో మధ్యగా నూనె ఉన్నట్లు,
→ పాషాణము (బంగారు ఖనిజము) మధ్యగా బంగారము ఉన్నట్లు,

137. హృదిస్థానే స్థితం పద్మమ్!
తస్య వక్త్రమ్ అధోముఖమ్।
ఊర్ధ్వనాళమ్, అధోబిందుం
తస్య మధ్యే స్థితం మనః॥

హృదయస్థానములో మధ్యగా పద్మము ఉన్నది.
ఆ పద్మము క్రిందవైపుగా ముఖము కలిగి అధోముఖముగా ఉన్నది.
అద్దాని, నాళము ఊర్ధ్వముగాను, క్రిందకు బిందువుగా ఉన్నది.
అట్టి పద్మమునకు మధ్యగా 'మనస్సు' ఉన్నది.

138. 'అ' కారే రేచితం పద్మమ్। **'ఉ' కారేణైవ భిద్యతే।** **'మ' కారే లభతే నాదమ్** **అర్ధమాత్రాతు నిశ్చలా।**	అట్టి హృదయపద్మము ✠ 'అ' కారముతో రేకులు విప్పుకొనుచున్నది. ✠ 'ఉ' కారముతో ఆ పద్మము వికసించుచున్నది. ✠ 'మ' కారముతో నాదరూపము పొందుచున్నది. ✠ 'అర్ధమాత్ర'చే సునిశ్చలము అగుచున్నది.
139. శుద్ధ స్ఫటిక సంకాశమ్, **నిష్కళం, పాపనాశనమ్,** **లభతే 'యోగయుక్తాత్మా'** **పురుషః తత్ పరంపదమ్॥**	అట్టి **"హృదయ సందర్శన - యోగోభ్యాసము"**చే, యోగి యోగ యుక్తాత్ముడై.... - శుద్ధ స్ఫటికమువంటిది, - నిష్కళము, - సర్వపాప భావములను మొదలంట్లా కడిగివేయునది, అగు తత్ **"పరమ పురుష పదము"**ను సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.
140. కూర్మః స్వపాణి పాదాది **శిరశ్చ ఆత్మని ధారయేత్,** **ఏవం ద్వారేషు సర్వేషు** **వాయుపూరిత రేచితః।**	తాబేలు తనయొక్క పాణి - పాదములను, శిరస్సును తనయందుతానే ఉపసంహరించుకుంటూ తనయందే ధారణ చేస్తున్నది కదా! అదే విధంగా అన్ని ద్వారములలో (నవద్వారములలో) వాయువును పూరించుచూ, రేచించుచూ శ్వాసలతో ప్రాణాయామము నిర్వర్తించాలి.
141. నిషిద్ధంతు నవద్వారే **ఊర్ధ్వం – ప్రాక్ నిశ్వసం తథా।** **ఘటమధ్యే యథా దీపో** **నివాతః కుంభకం విదుః।**	నవద్వారములను నిషేధించాలి. పైకి - క్రిందికి నిశ్వసనము (బాహ్యకుంభకము) ద్వారా నవద్వారములను మూసివేయాలి. "ఘటము (కుండ) మధ్యలో గాలిలేని చోట దీపము" ఎట్లా ఉంటుందో, ఆత్మజ్యోతి సమస్త దేహములలో అట్టిదని తెలుసుకొనబడునుగాక!
142. నిషిద్ధైః నవభి ద్వారైః **నిర్జనే నిరుపద్రవే,** **నిశ్చితంతు ఆత్మమాత్రేణ** **అవశిష్టం యోగసేవయా॥** **ఇతి** ***యోగతత్త్వోపనిషత్*** ***ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః***	యోగి → **'యోగసేవ'** లేక **'యోగాభ్యాసము'**చే.... - మనస్సును నవద్వారముల ప్రవేశమునుండి నిషేధించినవాడై **- నిర్జనమునందు అవశిష్టుడై, నిర్ - ఉపద్రవము, నిశ్చింతము అగు 'ఆత్మ'గా సర్వము తానై, సర్వమునకు వేరై, సర్వసాక్షి అయి, ఆత్మజ్యోతి స్వరూపముగా వెలుగొందుచున్నాడు.** ***ఇతి యోగతత్త్వోపనిషత్*** ***ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః***

కృష్ణ యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

22 యోగతత్త్వోపనిషత్

శ్రీ మహావిష్ణు - బ్రహ్మభగవన్ సంవాదము

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

అధ్యయన పుష్పము

*ఎద్దానివలన యోగైశ్వర్య కైవల్యస్థానము సిద్ధించుచున్నదో, అట్టి **'వైష్ణవయోగతత్త్వార్థి'**నై శ్రీరామచంద్ర భగవానునికి భజించుచున్నాను. తత్త్వాన్వేషకులమగు మనకు తత్త్వసిద్ధికి 'శ్రీరామరక్ష' వెంటనుండునుగాక!*

శ్రీ గురుదేవులవారు: ప్రియ ఆత్మానంద స్వరూపులగు శిష్యదేవులారా! ఏది వినుటచే, పఠించుటచే సర్వజనులకు సర్వదోషములు, సర్వ పాపములు, సర్వపాపదృష్టులు తొలగి, మనస్సు **'నిర్మలము'** కాగలదో, ఏది యోగులకు యోగసాధనయందు హితము-సానుకూల్యత ప్రసాదించగలదో – అటువంటి యోగతత్త్వము గురించిన విశేషములను చెప్పుకొనుచున్నాము. మీరంతా సావధానచిత్తులై శ్రద్ధాసక్తులతో **"సోఽహమ్-తత్త్వమ్" జ్ఞాన మహదాశయులై వినండి.**

సర్వాంతర్యామి, సర్వతత్త్వ స్వరూపుడు, కరుణామయుడు, యోగయోగీశ్వరుడు, భక్తవత్సలుడు, యోగజనుల విశ్రాంతి మార్గప్రదాత, జగత్ పాలకుడు – అగు విష్ణు భగవానునికి రెండు చేతులు జోడించి హృదయపూర్వకంగా నమస్కరిస్తున్నాము. మన ఈ తత్త్వవిచారణకు – బిడ్డకు తండ్రి వలె మార్గదర్శకులై తోడు నీడ అయి ఉండవలసినదిగా ప్రేమ – భక్తి పూర్వకంగా సుస్వాగతము పలుకుచున్నాము.

పరమ ప్రేమాస్పదుడు, జగత్ పితామహుడు, జగత్ రచయిత, సరస్వతీదేవీ సమేతుడై జీవులను తరింపజేయు మహదాశయుడు, (జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తి-తురీయములనబడే నాలుగు ముఖములతో ప్రకాశించు) చతుర్ముఖుడు – అగు బ్రహ్మ భగవాన్! నమో నమో నమో నమః।

మహావిష్ణు-బ్రహ్మదేవ సంవాదము

ఒకానొక సందర్భములో – **సృష్టికర్త, జగత్ పితామహుడు, సర్వజీవులపై అవ్యాజప్రేమాస్పదుడు, సర్వజీవ శ్రేయోభిలాషి, సర్వజీవులకు జీవనప్రదాత....**అగు బ్రహ్మదేవుడు **విష్ణులోకం** ప్రవేశించారు. విష్ణుభగవానుని దర్శించి సాష్టాంగదండ ప్రణామములు సమర్పించారు. విష్ణుభగవానుడు పుత్రవాత్సల్యంగా బ్రహ్మదేవునికి 'సుస్వాగతము' పలికారు. తన ప్రక్కనే సుఖాశీనులుగా చేశారు.

బ్రహ్మదేవుడు : స్వామీ! విష్ణుభగవాన్! పితృదేవా! నమో నమః।

శ్లో॥ 'విష్ణుః' నామ। మహాయోగీ। మహాభూతో। మహాతపాః।
తత్త్వ మార్గే యథాదీపో దృశ్యతే పురుషోత్తమః।

ఈ జీవులు తత్త్వాన్వేషకులై యుండగా, వారి తత్త్వానేషణా మార్గములలో **'చీకటిలో దీపము'** (భోదీపః బ్రహ్మ రూపేన సర్వేషాం హృది సంస్థితః) వలె కనిపించు **పురుషోత్తములు** మీరు! సర్వులకు స్వస్వరూపులై వెలయుచుండుటచే **"విష్ణు"** నామధేయులు! **మహాయోగ**

యోగీశ్వరులు! సర్వజగత్తులు, సర్వజీవులు, వారి వారి భౌతిక రూపములు తమ భౌతిక ప్రదర్శనమే కాబట్టి **మహాభూతస్వరూపులు!** తపస్సు – ధ్యానముల పరాకాష్ఠ మీ పాదపద్మములను చేరుటయే కాబట్టి **మహాతపోరూపులు!** అట్టి అరాధ్యదైవము, జగన్నాధుడు అగు మీకు ప్రణిపాతుడనగుచూ, సేవించుచూ పరిప్రశ్నించుటకై **'అనుజ్ఞ'** ప్రసాదించ వేడుకొనుచున్నాను.

స్వామీ! ఈ జీవులు సంసార దుఖములనుండి బయటపడేది ఎట్లా?

'యోగము' అనగా ఏమి? 'యోగతత్త్వము' ఏదైయున్నది? దేనితో యోగము సంతరించుకోవాలి?

అష్టాంగయోగ వివరణ పూర్వకంగా సర్వయోగాభ్యాసులకు సులభమమయ్యేరీతిగా దయచేసి వివరణ చేయండి.

హృషీకములకు (ఇంద్రియములన్నిటికీ) ఈశుడగు హృషీకేశుడు: హే సృష్టి కళా విశారదా! బ్రహ్మలోకాధిపతీ! బ్రహ్మ భగవాన్! మీరు కోరినట్లు తత్త్వార్థపూర్వకంగా యోగతత్త్వము గురించి వివరించి చెప్పుకొందామయ్యా. సర్వజనుల శ్రేయస్సును దృష్టిలో పెట్టుకొని చెప్పుచున్నాను. వినండి.

సర్వే జీవాః సుఖైః దుఃఖైః మాయాజాలేన వేష్టితః।
తేషాం ముక్తికరం మార్గం, మాయాజాల నికృంతనమ్॥

పంచేంద్రియములకు విషయముల రూపమైనట్టి ఈ దృశ్యముపట్ల ఈ జీవుడు అభ్యాసవశంగా కల్పించుకొన్న ఆశ–దురాశ–పేరాశ–నిరాశ–నిస్పృహా రూపమే "సంసారము". అట్టి ఈ సంసార బద్ధులగు జీవులంతా కూడా 'సుఖములు – దుఃఖములు' అను రెండు వరుసలు గల త్రాళ్లతో పేనబడిన మాయాజాలము (Fishernet of Illusionaly perceptions and cravings) లో చిక్కుకున్నవారై జీవితయానములను గడపుచూ ఉండటము జరుగుతోంది. అందుకు ముక్తి మార్గము ఏమిటి? స్వయం కల్పితమగు అట్టి ఆ మాయాజాలమును త్రెంచివేయుటయే (నికృంతనమ్). అప్పుడు ఈ జీవునకు సిద్ధించగల కేవలీ స్వస్వరూపమగు **'కైవల్యపదము'** అను పరమస్థానము **ప్రయత్నశీలునికే సిద్ధిస్తోంది.** అందుకే **'అప్రయత్నశీలునికి అది దుష్ప్రాప్యము'** అని శాస్త్రములచే గుర్తుచేయబడుచున్నది.

అయితే కేవలము శాస్త్ర విజ్ఞానము (Merely knowing and then Talking various details) మాత్రం చేత కైవల్యము లభించేది కూడా కాదు. **"కేవలం జ్ఞానమును ఆశ్రయిస్తాం. యోగసాధనతో పనేమున్నది?" – అనునది కుదురునది కాదు.** తెలుసుకొన్న తరువాత (జ్ఞానము తరువాత After Knowing) 'అనుకోవటము, అనిపించటము' (అనబడు మనన–నిదిధ్యాసలు) అవసరం కదా! అందుచేత **పతితా శాస్త్ర జాలేషు ప్రజ్ఞయా తేన మోహితాః।** కొందరు తెలివిగలవారై ఉండి కూడా జ్ఞానసమాచారము వింటూ, తెలుసుకొని కూడా, – వెళ్ళి వెళ్లి శాస్త్ర సమాచారముల వలలో పడి మోహితులై **'తత్ అఖండాత్మ అహమేవ'** అను స్వానుభవమునకు చెందిన తగినంత **'బుద్ధి సంసిద్ధత'** పెంపొందించుకోవటం లేదు. **"ఆఁ! తెలిసిపోయిందిలే!"** – అని విని, (లేక) చదివి ఊరుకుంటున్నారు. యోగాభ్యాసమునకు ఉపక్రమించటంలేదు. **"ఈ సమస్తము మమస్వరూపమగు అఖండాత్మయే"** – అను **అనిత్య, నిస్సందేహ స్వానుభవము**ను అనుక్షణికము చేసుకోలేకపోతే జ్ఞానముండి ఏమి ప్రయోజనం? అనగా, "తెలుసుకోవటము–తెలియజెప్పటము" ఈ రెండూ కూడా స్వానుభవమును సంతరించుకున్నప్పుడే ప్రయోజనము సుమా!

<u>**కైవల్యము**</u> **:** దేవతలకు కూడా చెప్పుటకు అలవికానిది. **అనిర్వాచ్యపదం వక్తుం న శక్యం తై సురైః అపి!** ఎందుకంటే అయ్యది ఎవరికి వారికే స్వాత్మప్రకాశరూపమై యున్నది. సర్వసందర్భములకు ఆవల **<u>కేవల సహజ స్వస్వరూపముగా</u> సర్వదా ప్రకాశమానమైయున్న ఆత్మపదస్థితి.** అది శాస్త్రములు పఠించినంత మాత్రం చేత ప్రకాశమానమవుతుందా? అనుభూతికి సరిపోతుందా? లేదు. అట్టి శ్రోత లక్ష్యశుద్ధితో అభ్యాసి కావాలి. బుద్ధి దోషములు తొలగాలి. అదే తాను కావాలి. (He has to uninterruptedly experience himself as Al-present and ever present self)

స్వాత్మ ప్రకాశరూపం తత్ కిం శాస్త్రేణ ప్రకాశ్యతే?

తానే అదై ఉన్నట్టిది. సర్వదా తానే అయి ఉన్న 'ఆత్మతేజస్సు'ను శాస్త్రములు వచ్చి వెలిగించటమేముంటుంది? కనుక తాను అదియే అని – అనునిత్యమైన అనుభవంగా సంతరించుకోవాలి. **నిష్కళంకము** (కళంక రహితము), నిత్యనిర్మలము, పరమశాంతము, ఈ దృశ్య – దేహ – దేహదేహాంతరములు – ఇత్యాది సర్వ వ్యవహారములకు **అతీతమైనది,** నిర్గుణ నిర్విషయ – నిరామయమైనది –

అగు **కేవలాత్మతత్త్వమే** (The Absolute Ever existent, ever blossoming and ever beyond self itself) ఈ జీవుని వాస్తవ రూపము. అట్టి పరతత్త్వమే **'జీవరూపాంశ'**ను, తనకుతానై ప్రదర్శించుచున్నది.

తదేవ జీవరూపేణ పుణ్యపాపై ఫలైర్వృతమ్। అట్టి **ఆత్మాంశరూపుడగు** జీవుడు (జీవాత్మ) స్వాత్మకల్పిత దృశ్యములో ప్రవేశించి, పుణ్య పాప ఫలములచే ఆవృతుడు అగుచున్నాడు. ఉపాధి పరంపరలు ధారణ చేస్తూ, దృశ్య గ్రాహ్య – దృశ్య త్యాజ్యములందు ఒకదాని తరువాత ఒకటిగా సమాహితుడగుచున్నాడు. అనేక దుఃఖ పరంపరలచే ఆవృతుడు(encompassed), ఆకృతుడు (en-formed) అగుచున్నాడు.

త్వమ్ తత్ ఏవ

'జీవుడు' అనునది ఆత్మకు సందర్భ సత్యమేగాని, **సహజసత్యము** కాదు. ఈ జీవుడు పరమాత్మ పదమును పోగొట్టుకొని ఉండలేదు. **కించిత్ ఏమరుపుయే – ఈ అపార సంసారము.**

అటువంటి పరమాత్మ స్వరూపము అనునిత్యమైనది. సర్వ భావపదములకు అతీతమైనది. కేవల జ్ఞానస్వరూపము (Form of Absolute knowing). అయ్యది జీవాత్మగా మారిపోతుందా? లేనేలేదు. ఒకడు ఉద్యోగిగా, తండ్రి – మేనమామ – భర్త – మిత్రుడు – పుణ్యుడు – పాపుడు – ఇత్యాదులుగా వేరువేరు సందర్భములలో వేరువేరు జనులతో సంబంధ, సందర్భ, అనుభూతులు కలిగి ఉన్నప్పటికీ ఆతడు సర్వదా 'పరము' (వేరుగా As Beyond all such related contexts) గానే ఉన్నాడు గాని, వాటిలో ఒకటి అయిపోయి ఉండటంలేదే! అట్లాగే పరమాత్మ యథాతథమై ఉన్నారు. **ఈ జీవుడు స్వతఃగా సర్వదా పరమాత్మస్వరూపుడే! ఇందులో సందేహించవలసినదే లేదు.**

అహంకారమ్ ప్రతిబింబిమివ స్ఫురితమ్।

జలములో సూర్యబింబము ప్రతిబింబిస్తూ కనిపిస్తున్న విధంగా ఆత్మయందు "జగత్ దృశ్యము", "అహంకారము" అనునవి భావనా – స్ఫురణరూపంగా బయల్వెడలుచున్నాయి. జలంలో తరంగమువలె ప్రదర్శితమౌతోంది. జీవితము అను సందర్భంనకు సంబంధించినది **జీవాహంకారము** (Individualistic sense of I). అది పంచభూతాత్మకముగా, అభూతపిండముగా (Non materialistic i.e., మనోబుద్ధి చిత్త అహంకార రూపములుగా), ధాతుబద్ధరూపంగా, సత్వ రజో తమో త్రిగుణాత్మకంగా, సుఖ దుఃఖ పరంపరలతో సమాయక్తమై (Deeply involved) **ప్రకటితమగుచున్నది** (Getting manifested). తత్ఫలితంగా విశుద్ధుడగు పరమాత్మయే–ఆ సందర్భములో 'జీవుడు' అని చెప్పుకోబడుచున్నారు. దీనికావల (పరమై) ప్రతి జీవునియందు 'పరమాత్మాఽహమ్' – అను సర్వాతీత, కేవలీ స్వకీయతత్త్వము అప్రతిహతంగా వేంచేసియే ఉన్నది.

'కేవలాత్మాఽహమ్' భావసిద్ధి :

ఈ జీవునిపట్ల ఆయా స్వకీయ అభ్యాసములు, స్వభావములు మొదలైనవి ఆత్మతత్త్వ అనుభవమునకు అడ్డులు <u>(Barriers)</u> అగుచున్నాయి.

- 'ఏదో ఇంకా పొందాలికదా!' అనురూపముతో వెంటనంటి వర్తించు **కామము** <u>(Desires);</u>
- తదితర జీవులను ఉద్దేశ్యించి సుదీర్ఘ తీవ్ర వ్యతిరిక్త రూపమగు **క్రోధము** <u>(Deep and long continued Anger and opposition)</u> {ఒకే సందర్భములో వచ్చిన కోపము 3 సార్లు మించి గుర్తు చేసుకొని కోపముతో చెప్పటము / ప్రదర్శించటము జరిగితే – అది క్రోధ లక్షణము};
- "ఉన్నదేదో పోగొట్టుకుంటామేమో! ఎప్పుడు ఏమవుతుందో!" అనే రూపముగల **భయము** <u>(Fear psychosis);</u>
- **సత్యాసత్యములు, నిత్యానిత్యములు** తగినంత పరిశీలించకుండా **ఊహ–అపోహలు** సుదీర్ఘముగా కొనసాగించు **మోహము** <u>(Illusionery perceptions);</u>
- 'ఇది నాది. నాకే ఉండాలి. ఇతరుల నుండి దాచుకోవాలి' అను దాచి దాచి ఉంచుకొను / అత్యాగరూపమగు **లోభము** <u>(Sense of privately and secretary possessing while refusing others share) ;</u>

- తనయొక్క ధన – జన – దేహ సంపదలను చూచుకొని **'నా అంతటివాడు ఎవ్వడు?'** అను రూపముగల **మదగర్వము** <u>(Exhibiting pride and dominating);</u>
- 'ఏదో ఇంకా చేయాలి! చేయాలి' అనే రూపముగల తీవ్ర **రజోగుణ స్వభావము** (Restlessly work – Holik);
- ఇతరులతో గల సన్నిహితమైన 'నావారు' అను తీవ్ర భావనచే ఏర్పడే **మమకారము** (బెంగ, కార్పణ్యము 'నావాళ్లకి ఏమౌతుందో' అనే దిగులు) (Pseudo pessimism on account of attachmente viz. 'my people', My belongings, My beloved etc.)
- ఇంకా ఇంకా పొందాలని, ఊళ్ళు ఊళ్లే సొంతం చేసుకొని కులకాలనే తీవ్ర వాంఛారూపమగు, – సంతృప్తియొక్క ఛాయ కూడా లేని **తృష్ణ** <u>(Urge to possess still something more);</u>
- 'నేను తక్కువ – వాళ్లు ఎక్కువ' అని తలచుచూ సిగ్గుపడటము, లజ్జ (sense of shy / feeling shy and low);
- ఎప్పటికప్పుడు ఏది ఏమౌతుందోనన్న ఆవేదన. ఉద్వేగపూరితమైన, **అసందర్భమైన భయము** (Feeling of Fear without a reason or context) ;
- అకారణంగా దిగులు, **వేదన చెందటము, దుఃఖపడటము** (worry as a Habit);
- ఎప్పుడూ బాధితునివలె దుఃఖితునివలె, నష్టపోయినవానివలె మాట్లాడుటము, **విషాదము** (Meloncholy);
- కష్టాలొస్తే క్రుంగిపోవటం....సుఖాలొస్తే పొంగిపోవటం. **హర్ష** (over flowing with happy events) – **శోకములు** (lamentings) ;

ఈ ఈ మనోదోషములన్నీ ఈ జీవుని మనోబుద్ధి ఫలకములలో చేరి ఈతనిని జన్మ జన్మాంతరములుగా పట్టి పీడిస్తున్నాయి. **ఈ దోషములను జీవుడు మొదలంట్లా తొలగించుకున్నాడా...ఇక, ఏభి దోషైః వినిర్ముక్తః, సజీవః కేవలోమతః।** అట్టి జీవుడు **కేవలుడే!** కేవలమగు ఆత్మానందమును స్వభావసిద్ధము చేసుకోగలడు. కేవల స్వరూపమునకు సంబంధించిన నిత్యోదిత స్వానుభవమే **"కైవల్యము".**

అందుచేత ఓ బ్రహ్మదేవా! **తస్మాత్ దోష వినాశార్థమ్ ఉపాయం కథయామితే।** ఈ దోషములు తొలగిపోవటానికి ఉపాయములు చెప్పుచున్నాను. వినండి.

జ్ఞానమ్ – యోగమ్

I. జ్ఞానమే గొప్పది :

ముముక్షువులలో కొందరు **"కర్మలు, యోగసాధనా ప్రక్రియలు వీటన్నిటికన్నా జ్ఞానమే గొప్పది. ఆత్మజ్ఞాన సమాచారమే ఉద్ధరిస్తుంది. కర్మలు, యోగసాధనములు ఎందుకులే!** అని తలచుచున్నారు. **"జ్ఞానము చేతనే కైవల్యము"** అని సిద్ధాంతీకరిస్తున్నారు.

II. యోగమే గొప్పది :

మరికొందరేమో **"ప్రాణాయామము, కుండలినీ ఊర్ధ్వ సంచలనము, షట్ చక్రోపాసనానంతర బ్రహ్మరంధ్ర – సహస్రార స్థానాంతర్గత ధ్యానము" మొదలైన సాధనల వలననే మోక్షము సాధ్యము. అది వదలివేసి, కేవలము ఆత్మజ్ఞాన సమాచారము వినుటచేత, చదువుటచేత "ఏమి ప్రయోజనం?"...** అను అభిప్రాయం కలిగి ఉంటున్నారు.

ఈ ఈ అభిప్రాయముల గురించి ఇప్పుడు విశ్లేషణం చేసుకుంటున్నాము.

యోగాభ్యాసము అత్యవసరమే! ఎందుకంటే, ఆత్మగురించి జ్ఞానము సంపాదించుకోవటమనేది తెలుసుకోవటం వరకే అగుచున్నది. **యోగహీనం కథమ్ జ్ఞానమ్ మోక్షదం భవతి ధృవమ్?** (1) తెలుసుకోవాలి (శ్రవణం) తెలుసుకొన్నది **అనుకోవాలి** (2) (మననము). అనుకున్నది **అనిపించాలి** (నిదిధ్యాస).(4) అనిపించే దానితో **మమేకం కావాలి. "ఈ కనబడే సమస్తము మమాత్మచమత్కార విన్యాసమే"** అనే అనుభూతి సహజము, అనుక్షణికము కావాలి (సమాధి). అందుకుగాను ఈ మనస్సు – దేనిని ఎంతవరకు ఏరూపంగా విడవాలో, అది అంతవరకు విడవబడాలి. దేనిని ఎంతవరకు ఏ రీతిగా పట్టుకోవాలో, అది ఆ రీతిగా పట్టుకోవాలి. తదితరమైనదంతా ఆత్మకు అనన్యమని **అశంసయంగా అనిపించటం స్వభావసిద్ధంకావాలి.**

అందుకు శాస్త్రములు సూచించు అష్టాంగ **యోగాభ్యాసములు, భక్తిసాధన మొదలైనవి అత్యావస్యకము.** కనుక జ్ఞానమాత్రం చేత (తెలుసుకోవటం, సంభాషించటం, వినటం....ఇంతమాత్రం చేత) **'నాకు బంధమే కించిత్ కూడా లేదు'** అను రూపముగల **మోక్షము ఎట్లా లభిస్తుంది?లేదు.** స్వానుభవమై అది అనుక్షణికమవటము సులభం కాదు. అందుకు అభ్యాసము అత్యావస్యకము.

జ్ఞానాభ్యాసము : జ్ఞానము అనగా "అవగాహన"యే కదా! **"మేము యోగాభ్యాసులమై మాత్రమే ఉంటాము. జ్ఞానసమాచారము వినము. అనవసరం!"** అనునది సరిపోతుందా? లేదు. **యోగోఽపి జ్ఞానహీనస్తు న మోక్షో మోక్ష కర్మణి!** "మోక్ష సాధనలో మేము యోగమునకు పరిమితమౌతాము" – అంటే కూడా మోక్షము లభించదు. జ్ఞానము లేకుండా యోగాభ్యాసములను నిర్వర్తించుచూపోతామంటే కూడా మోక్షము అనుభవమవదు. చిట్టచివరికి ఆత్మను ఎరుగుటయే మోక్షము. (జ్ఞానేనైవతు కైవల్యమ్).

అందుచేత...**తస్మాత్ జ్ఞానం చ, యోగం చ ముముక్షుః దృఢమభ్యసేత్!** జ్ఞానము, యోగము కూడా ముముక్షువు దృఢముగా అభ్యసించాలి. మోక్షాభిలాషి అయినవాడు – అటు **జ్ఞానాభ్యాసి, ఇటు యోగాభ్యాసి కూడా ఒక్కసారే** అయిఉండాలి. **జ్ఞాని** – అభ్యాసమును ఏమరువరాదు. **యోగి**–జ్ఞానమును తిరస్కరించి ఉండరాదు. రెండూ మోక్షమార్గములో ప్రయాణించే ద్విచక్ర వాహనమునకు రెండు చక్రములు – వంటివి. అంతేగాని, ఒకటి తరువాత మరొకటి కాదు. అవి వేరైన రెండు మార్గములు కానే కావు. "జ్ఞానులు వేరు, యోగులు వేరు" – అనునది చిన్న పిల్లలు పలికే పలుకులు. విజ్ఞులైన పండితులు అట్లా అనరు.

జ్ఞానము యొక్క ప్రాముఖ్యత

ఈ జీవుడు సంసార చక్రమునందు బద్ధుడైఉన్నాడు. సంసారము అనగా? దృశ్యముతో తనకు గల సంబంధ – అసంబంధముల గురించిన సరియగు విజ్ఞానమును పెంపొందించుకోవటమే. తనను తాను ఏమరచి దృశ్యపరంపరలయందు 'నిజమే' అని అనుకొంటూ పరిభ్రమించటమే.

అజ్ఞానమనగా? సత్యమును ప్రక్కకు పెట్టి నాటకీయమగు (Dramatic) అసత్యమును ఎదురుగా ఉంచుకొని భ్రమలు కొనసాగించటమే కదా! **అజ్ఞానము జ్ఞానము చేతనే తొలుగగలదు.** జ్ఞేయమగు ఆత్మ గురించిన జ్ఞానమే కేవలమగు స్వస్వరూపాత్మ గురించిన స్థానమునకు **ఏకైక సాధనము.** జ్ఞాతము = తెలుసుకోవటం. తనను తాను ఎరుగుట. తనయొక్క మాయాతీత సాక్షీమాత్ర నిర్మల **నిజరూపము** యొక్క స్వాభావికానుభవము. **పరమపదమగు కైవల్యము.**

'జ్ఞానము' యొక్క నిర్వచనం

*కళంక రహితము, నిర్మలము, కేవల సత్ (ఉనికి) – చిత్ (ఎరుక) – ఆనంద (అనుభూతి) స్వరూపము, ఈ జగత్ – వృత్తుల ఉత్పత్తి – స్థితి – లయములకు సాక్షీభూతము, ఇంద్రియములకు సంబంధించిన వివరణలకు పట్టుబడనిది – అగు **తనను తాను ఎరుగుటయే జ్ఞానము.***

కనుక సర్వయోగసాధనల అంతిమాశయము **'ఆత్మాఽమ్' "అహమ్ బ్రహ్మాస్మి" 'త్వమేవాఽహమ్'** 'తత్త్వమ్' యొక్క స్వానుభవమే!

యోగసాధన విశేషము

జన్మ జన్మలుగా ఈ జీవుడు ఆశ్రయించిన, "స్వస్వరూపాత్మపట్ల అజ్ఞానము" మొదలంట్లా తొలగి, 'అఖండమగు ఆత్మ' అనుక్షణికానుభవము అవటానికి సాధన – **యోగము.** హే బ్రహ్మన్! 'యోగము' అనునది అనేక విధాలుగా సాధన వ్యవహారితమైయున్నది. (1) మంత్ర యోగము (2) హఠయోగము (3) లయయోగము...ఇవన్నీ విడివిడిగాను, నాలుగవది అగు **రాజయోగము** వైపుగా – వివిధ మెట్లుగాను చెప్పబడుచున్నది. యోగములన్నిటిలో '4' అవస్థలు పరికీర్తించబడుచున్నాయి.

(1) ఆరంభావస్థ (The Begining Acts / Process)

(2) ఘటావస్థ (The State of Constancy/Solidarity)

(3) పరిచయావస్థ (Differentiation of (I) The Self with in the world and (II) The Self beyond the world)

(4) నిష్పత్తి (Mutually placing with due synchronisation)

హే బ్రహ్మ భగవన్! వీటి వీటి లక్షణముల గురించి వివరించుకొంటున్నాము. సమాహితమైన శ్రద్ధ – ఆసక్తులతో కూడిన చిత్తముతో ముముక్షువులు ఇది గమనించెదరుగాక!

I. జపయోగము

మంత్రము : మనన రూపము. అందుకుగాను ఇష్టదైవము యొక్క నామము, బీజాక్షర–సమన్వితము. నిర్మితము, పరమార్థపూరితము. ఋషిప్రసాదితము. మననమునకు సహకారికము అగుచున్నది. (మననాత్ త్రాయతే ఇతి మంత్రమ్). అట్టి **మనన రూపశబ్దము (లేక) వాక్యములో గల పరమ– ఉద్దేశ్యము పరమాత్మతో మమేకమే। అట్టి సోऽహమ్ భావన 'మాతృక' అనబడుచున్నది.** అట్టి 'మాతృక'తో కూడిన మంత్రమును పరమార్థమనన పూర్వకంగా శ్రద్ధాభక్తులతో 12 సంవత్సరములు మంత్రోపాసన (మంత్రజపము) చే మంత్రసిద్ధి కలుగగలదు. క్రమంగా 'అణిమ' మొదలైన **అష్టాంగయోగ సమన్విత స్థితి, తత్‌గుణాత్మకమైన జ్ఞానము** లభించగలవు.

II. లయయోగము! కోటీశమ్!

జపయోగము లయయోగమునకు ప్రారంభదశ మాత్రమే! జపముయొక్క ముఖ్యోద్దేశ్యము, ప్రయోజనము మనోలయమే! **జపము** పూర్వ – దశగాను, **లయయోగము** ఉత్తరోత్తర దశగాను చెప్పబడుచున్నది.

శ్లో॥ అల్పబుద్ధిః ఇమం యోగం సేవతే సాధకాధమః।
లయయోగః చిత్తలయః కోటీశః పరికీర్తితః॥

కేవలము జపము చేస్తూ ఉండటమనేది 'సాధన'లో క్రింద (మొదలు) కార్యక్రమము. క్రిందమెట్టు వంటిది. అంతకు మాత్రమే పరిమితమైతే, అది అల్పబుద్ధితో కూడిన 'సాధకాధమస్థితి' అగుచున్నది. అనేక భావనారూపమగు మనస్సు క్రమంగా దృశ్య విషయములనుండి జపయోగముచే **విరామము** (withdraw) పొందసాగుచున్నది. 'నామజపము' నుండి **ఇష్టదైవ–తత్త్వము**'నందు ప్రియము పొందుచూ, ఈశ్వరత్వమును, ఆత్మత్వమును సమీపించసాగుచున్నది. చిత్తము క్రమంగా ఇష్టదైవ పరమార్థ పరతత్త్వమునందు మమేకమగుచుండగా **'చిత్తలయము'** సిద్ధించుచున్నది. అదియే **"కోటీశము"** అని కూడా పరికీర్తించబడుచున్నది.

ఒకడు కూర్చుని ఉన్నప్పుడు, నడచుచున్నప్పుడు, భుజించుచున్నప్పుడు, ఊపిరి పీల్చుచున్నప్పుడు, వదలుచున్నప్పుడు కూడా ధ్యాస **'ఈశ్వర తత్త్వ ధ్యానము'** నందే నియమితమగుచుండగా, ఈ జగత్ దృశ్యమంతా **నిష్కళంకమగు ఈశ్వర స్వరూపంగా** (పరమాత్మయే ఈ అన్ని రూపాలలో, సమస్త రూపములుగా) – 'చ్యుతి' (Distraction) లేకుండా, స్వభావంగా – అనిపించటము జరుగుచూ ఉంటే → **సయేవ లయయోగస్యాత్।** "ఇదంతా సర్వదా ఈశ్వర విలాసమే" – అని అనిపించటమే **లయయోగము.**

III. హఠయోగము

"ఈ కనబడేదంతా పరమేశ్వర స్వరూపమే" – అని అనిపించటం లయయోగము. అది అనుక్షణికము, స్వాభావికము అవటానకిట మార్గము హఠయోగము. ఇక ఇప్పుడు హఠయోగము గురించి వివరించుకుందాము.

అష్టాంగ యోగములు : (1) యమము (2) నియమము (3) ఆసనము (4) ప్రాణసంయమము (5) ప్రత్యాహారము (6) ధారణ (7) ధ్యానము (భ్రూమధ్యగా హరిని ధ్యాసతో ధ్యానించటము) (8) సమతావస్థ స్వరూపమగు 'సమాధి' ఇవి అష్టాంగ యోగములుగా చెప్పబడుచున్నాయి. ఇవన్నీ **"మమాత్మా సర్వభూతాత్మా", "అహమ్ సర్వస్య ప్రభవో"** మొదలైన **"కేవలాత్మాऽహమ్"** స్వాభావికభావనకు – **ఉపకరణములు.** ఇవన్నీ "హఠయోగము" యొక్క అంగములు. ఈ అష్టాంగములకు ఉపాంగములు శాస్త్రములచే ప్రవచితము అగుచున్నాయి.

ఇవిగాక 'హఠయోగము'లో మరికొన్ని విశేషమైన విషయములు :

(1) మహాముద్ర (2) మహాబంధము (3) మహావేధ (4) ఖేచరీముద్ర (5) జలంధర ముద్ర (6) ఉడ్డీయాణము (7) ప్రణవమును (అ, ఉ, మ, ఓంలను) సుదీర్ఘంగా అనుసంధానము చేయుటము. (8) మహనీయుల స్వానుభవము, (9) వేదముల – వేదాంత వాఙ్మయముయొక్క మహావాక్య ప్రవచనములగు "సోऽహమ్, తత్ త్వమ్', ఏకో విష్ణుః మహత్ భూతమ్" మొదలైన సిద్ధాంతముల సవివరణములను శ్రవణము చేయుటము. (10) పరతత్త్వము గురించి శాస్త్రాధ్యయనము (11) త్రి – ధామతములు 'వజ్రోళీ', 'అమరోళీ', 'సహజోళీ' ఇవన్నీ కూడా 'హఠయోగము' యొక్క అంతర్విభాగ వివిధ విశేషములు. హఠయోగ వృక్షముయొక్క వివిధ

శాఖలు. హే బ్రహ్మ భగవన్! వాటి వాటి వేరువేరు ప్రత్యేక లక్షణముల గురించి, కొన్ని తాత్త్విక – ప్రాముఖ్యార్థములను లోక కళ్యాణార్థమై చెప్పుకొనుచున్నాము. **వినండి.**

(1) యమము : ఈ ఇంద్రియములు ఆయా ఇంద్రియ విషయములై వ్రాలుచూ ఉండటము స్వభావముగా కలిగినవైయున్నాయి. కంటికి–**చూపు;** చెవికి–**వినటము;** నోటికి–**మాట్లాడటము;** నాలుకకు–**రుచిచూడటము;** చర్మమునకు–**స్పర్శ;** ముక్కుకు–**వాసన చూడటము;** కాళ్లకు **తిరిగిరావటము;** చేతులకు **పనులుచేయటము**–ఇత్యాదులన్నీ 'ధర్మము' (Natural Feature) గా కలిగి ఉన్నాయి.

వాటి వాటి విశేషములవైపు ప్రసరణమే వాటికి 'ఆహారము'. **యోగి – వాటన్నిటినీ లఘు ఆహారవర్తనము' నందు (అవసరమైనంతవరకే) ఉపయోగించుచున్నాడు.** ఇదియే **'యమము'** యొక్క ముఖ్యమైన **తత్త్వార్థము.** ఇతరములన్నీ ముఖ్యోద్దేశ్య సిద్ధికొరకు మాత్రమే సాధనరూపములుగా చెప్పబడుచున్నాయి.

(2) నియమము : తదితర జీవులకు మనోవాక్ కాయములచే బాధ కలిగించకపోవటము – అహింస. ఓ చతురాననా! అహింసయే **'నియమము'** యొక్క ముఖ్య విశేషము (పెద్దకొమ్మవంటిది).

(3) ఆసనము : ధ్యానము యొక్క అభ్యాసము కొరకు దేహమునకు సానుకూల్యమైన ఆసనము (Sitting posture) ను యోగి ఆశ్రయించుచున్నాడు. అట్టి అనేక ఆసనములలో '4' ఆసనములు ముఖ్యమైనవిగా ఉదహరించుకుంటున్నాము.

(1) సిద్ధాసనము (2) పద్మాసనము (3) సింహాసనము (4) భద్రాసనము. ఈ నాలుగు **'ఆసన చతుష్టయము'**గా సూచించ బడుచున్నాయి.

యోగాభ్యాసములో ఎదురయ్యే విఘ్నములు

ఓ చతురాననా! బ్రహ్మదేవా! మొట్టమొదటగా యోగాభ్యాసము ప్రారంభించుచున్నప్పుడు అట్టి ముముక్షువుకు కొన్ని విఘ్నములు ఎదురు అగుచూ ఉంటాయి. యోగాభ్యాసులందరినీ దృష్టిలో పెట్టుకొని, వారికి శుభము కలుగుటకై...**"అట్టి విఘ్నములు ఏఏ తీరులుగా ఉంటాయి? వాటిని ఎదుర్కొని అధిగమించి, యోగాభ్యాసమును దృఢం ఎట్లా చేసుకోవాలి?"** – ఈ విషయాలు ముందుగా చెప్పుకుందాము.

(1) ఆలస్యము : బద్ధకము. సోమరితనము. 'యోగసాధనకు సిద్ధపడాలి' అని అనుకుంటూనే, ఆయా ప్రాపంచకమైన – ఆలోచనలతో, పరస్పర జనసంబంధమైన కబుర్లతో, లౌకికమైన సంభాషణలతో, పరస్పర దూషణలతో **కాలమును అవకాశములను వృధా చేసుకోవటం.** ఉపాసనా స్థానము, ఆసనస్వీకారము మొదలైనవి **ఆలస్యము** చేస్తూ కాలము వృధా చేయటం. లేదా, యోగాభ్యాస సమయమును అల్పము చేసుకోవటము.

(2) కత్థనం : తనను తాను స్థుతించుకోవటం (లేక) నిందించుకోవటం. అట్లాగే ఇతరులను నిందించటం (లేక) పొగుడుతూ కాలము వెచ్చించటం. [ఆత్మస్థుతి. పరనింద (లేదా) పరస్థుతి – ఆత్మనింద].

- వాళ్లు యోగాభ్యాసం చేయరేం? నేను చేస్తున్నాను చూచారా?
- వీళ్లు నాకన్నా బాగా చేస్తున్నారేం? మరి నేను వారిలా ఎట్లా చేయాలి?
- నాలాగా ఎందరు చేయగలరు? నాకు తెలిసినంతగా చాలామందికి తెలియటం లేదు.
- వాళ్ళు గొప్పవాళ్ళు. మనవలన ఏమౌతుంది? మన గతి ఇంతే. మోక్షము ఇప్పుడప్పుడే కుదిరేది కాదు.

ఈ ఈ మొదలైన ఆయా ఆలోచనలు చుట్టుముట్టుతూ ఉంటే, మనస్సు నిలవదు. ఏకాగ్రం కాదు. యోగసాధనలో నిలువవలసిన ధ్యాస బలహీనమౌతూ ఉంటుంది.

(3) ధూర్త గోష్ఠి : ఈ జీవుని మనస్సుకు కలుగుచూ ఉంటున్న ఒక ముఖ్యమైన దురభ్యాసమును జాగరూకత కొరకై గుర్తుచేస్తున్నాను.

- ఎవరెవరివో తప్పులు గురించి ఒకరికొకరు సంభాషించుకోవటము. ఒకరు చెప్పటం. మరొకరు 'ఊ – ఊహూ – ఔను' అంటూ ఉండటం...,
- అట్టి సమయములలో ఆ ఇతరుల సద్గుణములు, ఉపకారములు, మంచి పనుల ఊసు గుర్తు రానీయకపోవటం....,

- ✠ తనయొక్క మంచి గుణములు, మంచి క్రియలు, మంచి స్వభావములు ఉదహరిస్తూ ఉండటము....,
- ✠ తనయొక్క తప్పులను, దుర్గుణములను జ్ఞాపకమే పెట్టుకోకపోవటము!

గురుదూషణ. జ్ఞాన–యోగములు బోధించు వారి గురించి అల్పాభిప్రాయములు. దూషణ చేయటం.

{(The 'Evil' chat men do, lives after them. The 'Good' is often interred in their Bones. - William Shakespear - Julias Ceaser) (తప్పులెన్నువారు తండోపతండంచు, ఉర్విజనులకెల్ల ఉండుతప్పు. తప్పులెన్నువారు తమతప్పులెరుగరు, విశ్వధాభిరామ, వినురవేమ॥ – వేమనయోగి)}.

ఈ జీవుని చుట్టూ మంచివారూ ఉంటారు. చెడువారూ ఉంటారు.

- ✠ మంచి వారి 'మంచి' గురించి మాట్లాడాలనిపించకపోవటం.
- ✠ చెడ్డ వారి 'చెడు' గురించే మాట్లాడాలనిపించటం.

ఇది **ధూర్త గోష్ఠి** అగుచున్నది. ఇట్టి అభ్యాసముచే ఏకాగ్రత కొరవడుతుంది. అటువంటి అలవాట్లు చేత ధ్యాస–జ్ఞాన–యోగ సంజ్ఞలయందు బుద్ధి నిలువదు. అందుచేత **యోగాభ్యాసికి ధూర్తగోష్ఠి కూడదు. సర్వత్రా ఆత్మను, సర్వము ఆత్మగా** దర్శించటమే యోగాభ్యాసియొక్క అంతిమ ఆశయము కదా! మరి, **ధూర్తగోష్ఠి ఆ అభ్యాసిని వెనుకకు గుంజుతుందని గుర్తించకపోతే ఎట్లా?**

(అందుకే శ్రీరామచంద్రమూర్తి సర్వయోగాభ్యాసులకు ఒక సూచన ఇచ్చారు. **కుర్యాత్ నరాన్ స్వగుణదోష విచారణాని!** మానవజన్మ వచ్చింది తనగుణదోషములను వెతికి వెతికి తెలుసుకొని, తొలగించుకోవటానికేగాని, తదితరుల దోషముల చిట్టా వ్రాయటానికి కాదు – **యోగావాసిష్ఠ రామాయణము**)

4. మంత్రాది సాధనము : 'మంత్రము, తంత్రము, విధానములు, నియమములు, ఆహారనియమములు, కట్టు – బొట్టు' మొదలైన–ఇవియే అంతిమాశయములుగా భావించి, మంత్రాధిష్ఠాన దేవతయొక్క – (సర్వసహజీవులు తానైనట్టి) **దివ్య స్వరూపము**నందు మనస్సును లగ్నం చేయకపోవటము, లగ్నం చేసి లయింపజేసే ప్రయత్నము చేయకపోవటము – ఇది మరొక విఘ్నముగా గోడవలె నిలచుచున్నది. మంత్రోపాసన, గుణోపాసన, తదితర ధ్యాన యోగములు – ఇవన్నీ కూడా **'చిత్తలయము'** అనురూపమగు **లయయోగము** కొరకేకదా! సర్వము పరమాత్మగా దర్శిస్తూ, తనను తాను పరమాత్మతో మమేకము చేయుటమే ముఖ్యాశయమని సాధకుడు ఏ సమయమందును ఏమరువరాదు.

5. ధాతుధ్యాస : దేహముల పట్ల, ఇంద్రియ సౌఖ్యముల పట్ల, శృంగారము – ధనము – సంతానము – స్వజనము – ఇత్యాదుల పట్ల తీవ్ర ధ్యాస – యోగధ్యాసమునకు మరొక విఘ్నము.

6. స్త్రీ లోలుత్వము : స్త్రీ – పురుష పరస్పర అశాస్త్రీయ వ్యామోహములు అనేక దశలలో యోగసాధన విఘ్నములు అవగలవు.

ఈ ఈ మొదలైనవన్నీ 'సంసారము' అనే ఎడారిలో మృగతృష్ణా జలాశయములవంటివని గమనించబడునుగాక! ఈ విధంగా తెలుసుకొని, **వాటిని త్యజించాలి. దూరంగా ఉంచాలి. వాటితో యుద్ధము చేసి అయినాసరే, జయించక తప్పదు.**

ఆలస్యమును	....	ఉత్సాహము, సాహసము, ధైర్యము, బుద్ధి శ్రద్ధలతోను...
కత్థనమును (పరనిందను)	...	దైవస్తుతులతోను, భక్తుల–జ్ఞానుల–అవతారమూర్తుల కథా శ్రవణమువలనను,
ధూర్తగోష్ఠిని	....	ఆత్మవిమర్శతోను,
మంత్ర–ఆచార పరిమితత్వమును	....	సర్వము ఇష్టదైవమయంగా దర్శించు జ్ఞప్తితోను,
ధాతు స్వభావమును	....	త్యాగభావములతోను, దైవ సంకల్పముయొక్క గమనికతోను,
స్త్రీలోలుత్వమును	.....	మాతృభావదర్శనములతోను – ఎదుర్కొనాలి.

ప్రాణాయామ యోగాభ్యాసము

ఓ బ్రహ్మదేవా! ఈ జీవుడు స్వకీయ ప్రయత్నముచేతనే సర్వత్రా దిగ్విజయుడు కాగలడు. విఘ్నములను తొలగించుకోగలడు. పుణ్యకార్యములను నిర్వర్తిస్తూ ఇతఃపూర్వపు దోష – అల్ప "దృష్టి సంస్కారముల" పెత్తనములను నిర్జించగలడు. కనుక జనులు ప్రయత్నశీలురై ఉండెదరు గాక!

మనస్సును నిర్మలము, తేజోవంతము, విషయపరంపరల నుండి విరమించుశక్తివంతము అవటానికి, **బుద్ధిని** నిర్మలము – ప్రశాంతము – విస్తారము – సునిశతముగా తీర్చిదిద్దుకోవటానికి, **దేహమును** సముత్సాహవంతము, ఆరోగ్యవంతము, పుష్టివంతము చేసుకోవటాని → **ప్రాణాయామ యోగాభ్యాసము** అత్యంత ఉపయుక్తమగు యోగసాధనముగా యోగవేత్తలచే ప్రవచించబడుతోంది. అట్టి ప్రాణసంయమము (లేక) ప్రాణనియమము గురించి కొన్ని విశేషాలు వివరించుకుంటున్నాము.

ఆసనము

అట్టి ప్రాణాయామమునకు 'పద్మాసనధారణ' సులభము, ఉపయుక్తము కూడా.

అనువైన ప్రదేశము (sanction of place) : శోభగల మఠము లేక **స్థలమును ఎంచుకోవాలి**. ధ్యానప్రదేశమునకు చిన్న ద్వారము ఉంటే మంచిది. ధ్యానప్రదేశమును గోమయము (ఆవు పేడ)తోగాని, తెల్లటి సున్నముతోగాని అలకబడు గాక! నల్లులు, దోమలు, సాలెపురుగులు మొదలైనవి దగ్గరకు రాని విధంగా ధ్యానస్థానమును **పరిశుభ్రపరచుకోవాలి**. ప్రతిరోజు కూడా పరిశుభ్రంగా చిమ్మి **దుమ్ము ధూళి తొలగించుకోవాలి.** సుగంధ ద్రవ్యములతో, గుగ్గిలం పొగ (అగరుబత్తి) వంటి సువాసనలతో ఆహ్లాదముగా అలంకరించుకోవాలి. యోగాభ్యాసము కొరకై ఆసీనమగుచున్న స్థానము (ధ్యానపీఠము) – మరీ ఎత్తుగా గాని, మరీ పల్లముగా గానీ ఉండకుండా చూచుకోవాలి. ఆసీన స్థానముపై దర్భలు, కృష్ణాజినము (జింక చర్మము) పరచుకోవాలి. నలువైపులా పరిశుభ్రతను గమనించిన తరువాత ప్రజ్ఞావంతుడై, పద్మాసనము స్వీకరించి ఆసీనుడు అగునుగాక!

శరీరమును ఋజువుగా (Streight Forward) **'ధారణ' చేసి ఒక్కసారి ఇష్టదేవత, గురువుల రూపమును మననం చేస్తూ రెండుచేతులు ముకిళించి 'నమస్కారములు' సమర్పించాలి.** అప్పుడిక **'ప్రాణాయామము'**ను ప్రారంభించునుగాక.

ప్రాణాయామము చేయు విధానము

I. ఇడాపూరక కుంభక పింగళా రేచక ప్రాణాయామము

దక్షిణ హస్తస్య అంగుష్ఠేనైవ పింగళామ్ నిరుధ్య	*కుడిచేతి బొటనవ్రేలుతో కుడిముక్కుపుటమును, పింగళానాడిని అణచి ఉంచి,*
పూరయేత్ వాయుమ్ ఇడయాతు శనైః శనైః।	*ఎడమ ముక్కు పుటము ద్వారా (ముక్కు 12" దూరం నుండి) గాలిని లోనికి పీల్చి 'ఇడానాడి' యందు నమ్మెది నెమ్మదిగా వాయువును పూరించాలి. (Inward pulling and Filling the air into the left side line)*
యధాశక్త్య అవిరోధేన తతః కుర్యాచ్చ 'కుంభకమ్'	*యధాశక్తిగా ఇబ్బంది అని అనిపించనంతవరకు ఎడమవైపుగల ఇడా నాడిలో వాయువును కుంభించి ఉంచాలి. (Holding the Air)*
పునః త్యజేత పింగళయా శనైరేవ, న వేగతః॥	*చేతనైనంతగా వాయువును కుంభించి ధారణచేసిన తరువాత ఇక ఆపై పింగళ నాడి నుండి నెమ్మదిగా (వేగంగా కాకుండా) వాయువును వదలాలి.* ***కుడి ముక్కు*** *పుట ద్వారా క్రమపద్ధతిగా రేచకం (Outword Releasing) చేయాలి. పింగళలోని గాలినంతటినీ బహిష్కృతం చేయాలి.*

II. పింగళా పూరక కుంభక – ఇడా రేచక ప్రాణాయామము

పునః పింగళయ అపూర్య పూరయేత్ ఉదరం శనైః	*ఇప్పుడు (ముక్కుకు 12"ల దూరం నుండి) కుడిముక్కు పుటముగుండా పింగళ (కుడి) నాడిద్వారా వాయువును లోనికిపీల్చి, పూరించి ఆ వాయువును ఉదరము (పొట్ట)లో నెమ్మదిగా పూరించాలి.*
ధారయత్వా యధాశక్తిః రేచయేత్ ఇడయా శనైః	*శక్తి కొలది చేతనైనంత సమయము ధారణ చేసి, నెమ్మదిగా ఇడానాడితో ఎడమ ముక్కుపుటము ద్వారా వాయువును రేచనము చేయాలి (వదలాలి)*
యయా త్యజేత్ తయా ఆపూర్య – ధారయేత్ అవిరోధతః॥	*ఇప్పుడు, ఏ ముక్కు పుటతో వాయువు వదలబడుచున్నదో, ఆ వైపు ముక్కుపుట– నాడితో మరల పూరించి, దేహమునకు ఇబ్బంది లేనంతవరకు ధారణ చేయాలి. రెండవ ముక్కుపటుతో వదలాలి.*

పూరక - కుంభక - రేచకముల సమయపాలన - సూచనలు

'మాత్ర' - కాల నిర్ణయము

జాను ప్రదక్షిణీ కృత్య నద్రుతం, న విలంబితమ్	ఒక ముక్కుపుటమును మూసి, రెండవ ముక్కు పుటము ద్వారా వాయువును స్వీకరించి వేగంగా గాని, నెమ్మదిగా గాని కాకుండా (Neither speedily nor slowly) మోకాళ్ళ చుట్టూ ప్రదక్షిణ చేసి....,
అంగులీ స్ఫోటకం కుర్యాత్ "మాత్రా"-పరిగీయతే॥	వెంటనే మొదటి ముక్కుపుటను మూసిన అగుళి (బొటన వ్రేలును) తొలగించి రేచకము చేయుకాలము - **ఒక 'మాత్రకాలము' అని చెప్పబడుచున్నది.**
ఇడయా వాయుమ్ ఆరోప్య శనైః షోడశ మాత్రయా(16)	ఇడానాడితో నెమ్మదిగా వాయువును పూరించవలసిన సమయము 16 మాత్రలు
కుంభయేత్ పూరితం పశ్చాత్-చతుష్షష్ట్యాతు మాత్రయా (64)	పూరితము తరువాత కుంభించి ఉంచవలసిన కుంభక సమయము 64 మాత్రలు
రేచయేత్ పింగళా నాడ్యా	పింగళా నాడినుండి రేచకము చేయు (వదలు) సమయము 32 మాత్రలు
పునః పింగళయ అపూర్య పూర్వవత్సు సమాహితః॥	ఆ తరువాత పింగళతో పూరించటం 16 మాత్రలు
	కుంభకము 64 మాత్రలు
	ఇడ రేచకము చేయటము 32 మాత్రలు

ఈ విధంగా....

ఇడాపూరక (16 మాత్రలు) - కుంభక (64 మాత్రలు) - పింగళా రేచక (32 మాత్రలు)

పింగళా పూరక (16 మాత్రలు) - కుంభక (64 మాత్రలు) - ఇడా రేచక (32 మాత్రలు)

పింగళా పూరక ఉదరకుంభక - జానునీ ప్రదక్షిణ ఇడారేచక (ఒక్క మాత్రకాలం)

ఇడాపూరక - ఉదరపూరక - జానునీ ప్రదక్షిణ - పింగళా రేచక (ఒక మాత్రకాలం) - నిర్వర్తించాలి.

ఈ నాలుగు కూడా → ప్రతిరోజూ నాలుగు సమయముల చొప్పున

ప్రాతఃకాలము	4 AM to 6 AM	20 సార్లు
మధ్యాహ్న సమయం	10 AM to 12 PM	20 సార్లు
సాయంకాలం	6 PM to 8 PM	20 సార్లు
అర్థరాత్రి	10 PM to 12 Night	20 సార్లు

రోజుకు 80 సార్లు నెలలో నాలుగు వారములు సంపూర్ణ ప్రాణాయామము నిర్వర్తించాలి. ఈ విధంగా '3' నెలల కాలము అభ్యసిస్తే దేహములోని నాడులన్నీ శుద్ధి అవగలవు. నాడులలో వాయు కదలికలవలన, పదార్థముల ప్రవేశ - నిష్క్రమణముల వలన మిగిలిపోయి ఉండే దోషములన్నీ తొలగించబడతాయి. (ఈ ప్రాణాయామ ప్రక్రియ మొదట గురుముఖతః నేర్చుకోవటం - ఉచితము)

(This is an excellent solution to all Gastic Problems)

అట్టి యోగాభ్యాసియొక్క దేహ - విశేష లక్షణములు

⌘ శరీరము తేలికగా అనిపించసాగుతుంది.

⌘ దేహమంతా తేజస్సుతో నిండినట్లు అనుభూతి రోజంతా కొనసాగుచున్నది.

⌘ ఉదరములోని జఠరాగ్ని వివర్ధము (Increase) కాసాగగలదు. (The Digestional Fire becomes wel-poised).

⌘ లావు సన్నగిల్లుచున్నది. (Excessive mustle gets diluted).

ఇవన్నీ యోగాభ్యాసికి, ఎప్పటికప్పుడు స్వానుభవమవుతూ వస్తున్నాయి.

కొన్ని నియమములు

- ❖ ఉప్పు, ఆవాలు, చింతపండు, వేడి ఎక్కువగా ఉన్న పానీయాలు – పదార్థములు, కారము అధికంగా ఉండేవి, వాతమును అధికము చేయు (గోంగూర మొదలైన) కొన్ని శాకములు, ఇంగువ, వెల్లుల్లి.... ఇటువంటివి అధికంగా ఆహారంగా తీసుకొంటూ ఉంటే...అవి యోగ నిరోధకములు కాగలవు.
- ❖ యోగ సాధనాకాలంలో ధర్మవిరుద్ధమైన శృంగార వ్యసనములు, పరాయి స్త్రీలతో శృంగార సంభాషణములు...ఇటువంటివి యోగ – విఘ్నకరములుగా యోగి గమనించి ఉండునుగాక.
- ❖ దేహము సానుకూల్యము కానప్పుడు తెల్లవారుఝాము (చలిలో) స్నానములు, రోజంతా ఉపవాసములు మొదలైన దేహమునకు క్లేశంగా ఉండే వాటిని వర్జించి ఉండటము – యోగాభ్యాస సమయంలో ఉచితము. ఏది ఎంతవరకు సాధ్యమై ఉంటుందో, అంతవరకే సాధన. **"సాధ్యమైనదే సాధన"** – అనునది మూల సిద్ధాంతము.
- ❖ యోగాభ్యాస ప్రారంభ కాలములో పాలతోను, నేయితోను కూడిన ఆహారము ఉత్సాహమును పెంపొందించగలదు. అట్లాగే, గోధుమ – పెసలు – బియ్యపు నూకాన్నము ఇటువంటివి భుజించటం చేత యోగవృద్ధి త్వరితము అవగలదు.

కేవల కుంభకము

హే బ్రహ్మ భగవన్! ఈ విధంగా శక్త్యనుసారంగా (శక్తి కలిగినంతగా) యధేష్టానుసారంగా (ఇష్టము అగుచూ ఉన్నంతగా)....వాయుధారణ (కుంభకము) చేస్తూ, ఇడ – పింగళ నాడులను పూరక – రేచకములు ప్రత్యుత్సాహ పరచుచూ ఉండగా యోగసంసిద్ధుడగుచున్న అట్టి యోగి పట్ల **'కేవలకుంభకము'** యథాకాలంలో సిద్ధించుచున్నది.

పూరక – రేచకముల ఆవస్యకత లేకుండానే 'కుంభకము' సిద్ధించటము **'కేవల కుంభము'** అగుచున్నది. కేవల కుంభకము సిద్ధించు యోగి తన మనస్సును, బుద్ధిని – దేహ–దేహబాహ్య రంగములలో ఎక్కడైనా కూడా కుంభకము చేసి (కేంద్రీకృతం చేసి Concentration where ever he would like to) ఉంచగలడు.

న తస్య దుర్లభం కించిత్ త్రిషులోకేషు విద్యతే । 'కేవల కుంభకము' సిద్ధించుకున్న యోగికి ఈ మూడు లోకములలో 'దుర్లభము, అసాధ్యము' అనునది ఏదీ ఉండదు.

యోగాభ్యాసం సమయములో – స్థితి – గతి – సిద్ధులు

- **ప్రస్వేదో జాయతే పూర్వం మర్ధనం తేన కారయేత్।** యోగాభ్యాసం ప్రారంభించినప్పుడు క్రొత్తలో ప్రస్వేదము (చెమట) ఎక్కువగా (ముఖముపై, భుజములపై, మెడ చుట్టూ) జనిస్తూ ఉంటుంది. అట్టి స్వేదనమును అచ్చోటనే 'మర్దనము' చేయబడునుగాక! (To Rub at the same place). అట్టి స్వేదనము (చమట)లో యోగతేజస్సు ఇమిడి ఉంటుంది.
- ఆసనము ధరించి దీర్ఘంగా వాయుధారణ (కుంభకము) చేయుచుండగా దేహికి దేహములో అధికంగా కఫము బయటకు రానారంభిస్తుంది. చెమట, చెవులలో వేడి వాయువుల ప్రసరణము, కూర్చున్నచోట తడి–ఏర్పడుచూ ఉంటాయి. అధికాధిక అభ్యాసముచేత పెద్దగా చెమట (స్వేదము) బయల్వెడలగలదు.
- క్రమంగా దేహంలో చైతన్యోత్సాహము, దేహముతో ప్రాణ కదలికల కప్పగంతుల వంటివి అనుభవమగుచూ ఉంటాయి. మనస్సు ఉత్సాహము ఉరకలు వేస్తూ ఉంటుంది.
- యోగసాధన కొనసాగుచుండగా ఒకానొక స్థితిలో పద్మాసనము కొనసాగిస్తూనే ఆ అభ్యాసి ఒకచోటినుండి మరొక చోటికి స్థానపు కదలిక పొందగలడు. **పద్మాసన స్థితో యోగీ తథా గచ్ఛతి భూతలే।**
- ఇంకా అధికతరమైన – తీవ్రమైన ప్రాణాయామ కుంభక అభ్యాసముచే దేహము తేలిక అయి, భూమి నుండి గాలిలో పైకి (పద్మాసనము కొనసాగిస్తూనే) లేచుచున్నది. **భూమిత్యా ఆగచ్ఛ జాయతే। భూమిన్ ఉత్సృజ్య వర్తతే।**
- ప్రాణాయోగ అభ్యాసముల వలన ఆ యోగికి మానవాతీతమైన సామర్థ్యములు ఉద్భవించగలవు. **అతి మానుష చేష్టాది తథా సామర్థ్యమ్ ఉద్భవేత్।**

అయితే **'ఆత్మసాక్షాత్కార మహదాశయము'**గల యోగి యోగాభ్యాసఫలములగు తనయొక్క మానవాతీతములగు లౌకిక – వీర్యవత్తర సామర్థ్యములను ఇతరులతో; "చూడండి! నేను ఇంతటి యోగసిద్ధుడను! సామర్థ్యములు కలవాడను" – అను రూపంగా ఏమాత్రమూ ప్రదర్శించడు. ఇతరులకు చూపడు. ఇతరులకు తెలియనీయడు. **"అవి ఆత్యంతిక యోగసిద్ధికి విఘ్నములు కాగలవు"** – అను జాగరూకత కలిగి ఉంటాడు.

ఇక, ఆతనికి తదితర సంసారిక జనులవలెనే ఆయా సుఖదుఃఖములు సంభవిస్తూ ఉండవచ్చుగాక! **స్వల్పం వా బహుధా దుఃఖం యోగీ న వ్యథతే తదా!** యోగి స్వల్ప బహు సుఖ దుఃఖములను చూచి వ్యధ చెందడు. తాను చదువుచున్న కథలోని విషయములవలె, తాను వినోదము కొరకు చూస్తున్నవాడువలె ఇక్కడి సుఖదుఃఖ సంఘటనలను, సందర్భములను (యోగబలంచేత) దర్శించుచున్నాడు.

- యోగి విషయములో మూత్ర మలములు – శరీర జనిత తేజోశక్తి కారణంగా అల్పత్వము పొందుతాయి.
- అతి నిద్ర, బద్ధకము, నైరాస్యము, నిరుత్సాహము ఆతని దరిజేరలేవు. ముక్కుల దూషికము, చెవులలో గులిబి, నోటిలో అధిక లాలాజలము, చమట, దేహదుర్వాసన.....ఇటువంటివన్నీ యోగి దేహమునందు కనిపించనివై అల్పమై ఉంటాయి.
- ఆతని దేహము పరిపుష్ఠము, పటిష్ఠము అవసాగుతుంది. అధికతరమైన యోగాభ్యాసముచే దేహము గొప్ప బలవర్ధకమవుతుంది. అట్టి యోగబలంచే జనించిన భౌతికశక్తిచే సింహ – పులి – ఏనుగు – ఎలుగుబంటి వంటి బలముగల జంతువులను కూడా ఒక్క వ్రేటుతో జయించి వశం చేసుకోగలడు. చూపుతో శాసించగలడు.
- యోగాభ్యాసము యొక్క ప్రభావముచే ఆతని దేహము తేజో – ఉత్సాహ – ధైర్య – పరాక్రమ సంపన్నమై ఉంటుంది. మన్మధుని వంటి సౌందర్యము కలవాడగుచున్నాడు.
- యోగాభ్యాసము కొంచము కొంచము వృద్ధి చెందుచుండగా, అట్టి యోగాభ్యాసి ముఖము నిండుతనము సంతరించుకొని ఉంటుంది. కళ్లు – ముక్కు – నుదురు తేజోమయమవుతాయి. వాక్కు ఆప్యాయత సౌమ్యతము – విజ్ఞత్వము సంతరించుకోసాగుతాయి. ఇవన్నీ స్త్రీలకు ఆకర్షణ విశేషములు అవుతాయి. **తద్రూపవశగా నార్యః కాంక్షతే తస్య సంగమమ్।** స్త్రీలు అట్టి యోగసౌందర్య రూపితో సాంగత్యము అభిలషించటం కూడా జరుగవచ్చును. వారు నార్యాకర్షితులై ఉంటారు. ఒకవేళ యోగాభ్యాస దశలో పర స్త్రీ సంగమమునకు (దృశ్యములో సంగమమువైపుగా) ఆకర్షితుడు అయ్యాడా, ఆ యోగిపట్ల ఆతడు శ్రమించి సంపాదించుకున్న యోగతేజస్సు బిందుక్షయముచే తరిగిపోతుంది. అందుచేత అన్య స్త్రీ సంగమమును (దృశ్య సంగమును) ప్రసంగములను యోగి వర్జించినవాడై, బలహీన భావములను దరిచేరనీయనివాడై, యోగాభ్యాసముపైనే శ్రద్ధతో దృష్టిపెట్టాలి.

యోగి యొక్క **బిందుధారణ**చే ఆతని దేహమందు సుగంధము జనిస్తూ ఉంటుంది. దృశ్యమునందు అహంకార–మమకారముతో కూడిన మితిమీరిన వర్తనముచే తేజస్సు తరిగిపోగలదు. (స్త్రీ = సత్ ఇహ రతి)

ఘటావస్థ

యోగాభ్యాసము చేస్తూ పూరక – కుంభక – రేచక సమయములలో 'ప్రణవ' మంత్రము (ఓం) ను మననము చేయుచుండటంచేత (మనస్సుతో ఉచ్చరించుచుండటంచేత), అట్టి ప్రణవమంత్రము సర్వ విఘ్నములను తొలగించగలదు. ఇతఃపూర్వపు పాప కర్మల ప్రభావములను సర్వదోషములను హరించి వేయగలదు. అభ్యాసయోగ సిద్ధి త్వరత్వరగా కలుగగలదు. అట్టి అభ్యాసయోగముచేత 'యోగసిద్ధి' ప్రాప్తించటం ఆరంభమవుతుంది. అభ్యాసతత్పరత్వము చేత సిద్ధించు స్థితిని **'ఘటావస్థ'** అని పిలుస్తున్నారు. (1) ప్రాణము (2) అపానము (3) మనస్సు (4) బుద్ధి (5) జీవాత్మ (6) పరమాత్మ ఈ ఆరు కూడా – **అన్యోన్యస్య అవిరోధేన ఏకతా ఘటతేయథా, 'ఘటావస్థా' ఇతి ప్రోక్తా॥** ఈ '6' కూడా అన్యోన్యంగా అవిరోధమై (Mutually wet synchronised) ఏకతచే ఘటించడం జరుగుచున్నప్పుడు (When they become united and unified) ఏర్పడు యోగసిద్ధిస్థితి **'ఘటావస్థ'** అని చెప్పబడుచున్నది.

ఇతఃపూర్వము చెప్పుకున్నట్లుగా ఒకరోజులో ప్రాతఃకాలము – మధ్యాహ్నము – సాయంత్రము – అర్ధరాత్రి – 4 x 20 = 80 ప్రాణాయామములలో నాలుగవవంతు. [(అనగా) ఉదయముగాని, సాయం సమయంలోగాని ఒక్కోసారి అభ్యసిస్తే కూడా] 'ఘటావస్థ' సిద్ధించగలదు అనగా....

ఇడాపూరక-కుంభక-పింగళారేచక, పింగళాపూరక-కుంభక-ఇడారేచకములు, ఇడా-పింగళములలోని ఒక్కొక్క దానిలో వాయుపూరణం చేసి మోకాళ్ళచుట్టూ ఒక 'మాత్ర' కాలము ప్రదక్షిణం చేసి రెండవ దానితో రేచకము - 20 సార్లు రోజుకు ఒక్కోసారి.

ఇట్టి అభ్యాసముచే **'ఘటావస్థ'** లేక **ఘటయోగం** స్వభావసిద్ధమై సరి అయిన కాలములో సిద్ధించుచున్నది.

మనం చెప్పుకున్న ప్రాతః - మధ్యాహ్న సాయం - రాత్రి ప్రాణాయామ అభ్యాస సమయములు కొనసాగిస్తూ, కొంతకాలము గడచిన తరువాత **'కేవల కుంభకము'** ను ఆ యోగాభ్యాసి సిద్ధించుకొనుచున్నాడు.

రోజులోని కొంత కొంత యోగాభ్యాస విభాగంలో (ఉదయంగాని, సాయంకాలము గాని ఒకసారి) రేచక - పూరకము అవసరం లేకుండానే కేవల కుంభకము అభ్యసించబడునుగాక!

- ప్రాణ-అపానములను మనస్సు అనే చేతులతో క్షణంలో ఏకంచేసి ఉంచటము.
- **మనోబుద్ధులను ఏకం చేసి** 'ఆలోచించటము'ను కొంతసేపు పూర్తిగా విరమించి - **ఏకాగ్రతతో ధారణ చేయటము 'కేవల కుంభకాభ్యాసము'** అగుచున్నది. (లేక)
- మనో బుద్ధులను **నిస్పందనము (స్పందనరహితం)** చేసి నిర్విషయత్వముగాని, సర్వాత్మకత్వముగాని, గురుపాదారవిందములు మాత్రమే గాని **'ఏకైక ధారణ'** చేస్తూ కొన్ని క్షణములు స్వావలంబనము చేయటము - ఇవి కేవల కుంభకాభ్యాసములు.

"ప్రత్యాహారము"

కేవల కుంభకమును అభ్యసిస్తూ, క్రమంగా ఇంద్రియ **విషయములను** (All Wordly details) **ఇంద్రియములలోనికి, ఇంద్రియములను** తమ ఉపకరణములుగా కలిగియున్న **ఇంద్రియ శక్తులలోనికి, అట్టి ఇంద్రియశక్తులను ఆత్మవైపునకు** మరల్చటమే **ప్రత్యాహారము.**

(1) యోగాభ్యాసముతో - విషయములనుండి మనస్సును వెనుకకు మరల్చి ప్రాణాయామాభ్యాసముల ద్వారా కేవల కుంభకము సిద్ధించుకొనుచూ ప్రణవస్వరూపమగు ఆత్మ గురించిన తత్త్వ మననము - ప్రత్యాహారము.

(2) ఘటావస్థచే - 'ఈ సర్వముగా పరమాత్మయే సంప్రదర్శితులైనారు' అని భావిస్తూ, క్రమంగా యోగ విరామ సమయములో సర్వజీవులను పరమాత్మయొక్క ప్రత్యక్ష రూపంగా బుద్ధి సునిశ్చతను ప్రవృద్ధపరచుకోవటము. **'సర్వేంద్రియ విషయములు ఆత్మయే'** అనునదే కేవల కుంభక ప్రయోజనము.

ఈ రెండిటి అభ్యాసముచే **ఇంద్రియములకు కనిపించేదంతా ఆత్మభావనతో నింపటము ప్రత్యాహారము.** అనేకంగా కనిపించేదంటకీ ఆధారమైయున్న **ఏకమగు ఆత్మ**ను దర్శించుటయందు ఇంద్రియములు నియమించబడము **ప్రత్యాహారము.**

భావనా ప్రత్యాహారము

యత్ యత్ పశ్యతి చక్షుభ్యాం తత్ తత్ ఆత్మేతి భావయేత్।
కళ్ళకు కనిపించే సమస్తమూ ఆత్మయే! ఏది చూస్తోందో...అదీ 'ఆత్మయే' అని భావించబడును గాక। (All that being seen and one who is seeing are nothing but Absolute self / *'ఆత్మయే'*).

యత్ యత్ శృణోతి కర్ణాభ్యాం తత్ తత్ ఆత్మేతి భావయేత్।
చెవులతో వినుచున్నది, చెవులకు వినబడుచున్న సమస్తము ఆత్మయే। (What ever being heard - is nothing but Athma)

లభతే నాసయా యత్ యత్, తత్ తత్ ఆత్మేతి భావయేత్।
వాసన చూచుచూ ఉన్నది, వాసనలుగా పొందబడుచూ ఉన్నది-సమస్తము ఆత్మేతివా। (What ever being smelt is nothing but Athma).

జిహ్వయా యత్ రసం వ్యాత్తి తత్ తత్ ఆత్మేతి భావయేత్।
నాలుకతో రుచి చూచువాడు - రుచిగా పొందబడుచున్న సమస్తము ఆత్మయే। (What ever being tasted is nothing but Athma).

త్వక్చా యత్ యత్ స్పృశేత్ యోగీ, తత్ తత్ ఆత్మేతి భావయేత్।
చర్మముతో స్పర్శ స్వీకరిస్తున్నవాడు, స్పర్శగా స్వీకరించబడుచున్న సమస్తము 'ఆత్మతత్త్వము'గా భావించబడుగాక! (What ever being experienced as touch is nothing but Athma).

ఈ విధంగా - **"జ్ఞానేంద్రియముల అనుభవ విషయములుగా, సుఖప్రదాతలుగా సిద్ధించుచున్నదంతా ఆత్మయే!"** - అను సాధనయే **'ప్రత్యాహారము'** అగుచున్నది.

⌘

యోగి ప్రతిరోజు ఒక యామము కాలము - ప్రారంభంలో 3 ని॥, క్రమంగా 6 ని॥, 9 ని॥, 12 ని॥, 15 ని॥.... 45 ని॥

- బుద్ధియొక్క సోమరితనమును త్యజించి,
- మనస్సుయొక్క పరిపరివిధత్వమును నిలువరించి,
- ఇంద్రియ ఇంద్రియార్థముల (విషయములను) బుద్ధిని అధిగమింపజేసి,

అచంచల బుద్ధి రూపమగు 'కేవల కుంభకము'ను **మౌనము - ప్రశాంతతలతో కూడిన ధ్యాసనియాకముచే** అభ్యసిస్తూ ఉంటే క్రమంగా ఆ యోగాభ్యాసి యొక్క చిత్తము మహత్తరమగు సామర్థ్యమును పొందగలదు. అప్పుడు అట్టి దృఢమగు చిత్తమును సర్వ సామర్థ్యములు తమకు తామే ఆశ్రయిస్తాయి.

అంతిమలక్ష్యమగు ఆత్మతత్త్వసిద్ధికి మునుముందుగా కొన్ని కొన్ని సిద్ధులు ఆ యోగాభ్యాసిని ఆశ్రయిస్తూ ఉంటాయి కూడా.

యోగాభ్యాసము కొనసాగుచుండగా యోగిపట్ల సిద్ధించు లౌకికాతీత ప్రాపంచక సిద్ధులు

- దూరముగా ఎక్కడో ఎప్పుడో జరుగుచున్న సంభాషణలను వినగలగటము - **దూరశ్రుతి, దూరశ్రవణము;** ఎప్పుడో జరిగిపోయిన ఒక సందర్భములోని సంభాషణను ఇప్పుడు వినగలగటము-**(పూర్వకాలపు-విషయమును వర్తమాన శృతి);**
- దూరముగా గల దృశ్యమును చూడగలగటము **దూరదృష్టి;**
- క్షణంలో దూరప్రదేశము చేరగలటము - **క్షణాత్ దూరాగమః;** దూరంగా ఎవ్వరో పిలువగానే, వారి ముందు ప్రత్యక్షమవగలటము.
- **"ఇది ఇట్లా జరుగుగాక"** అని పలికితే, అది అట్లే జరగటం - **వాక్‌సిద్ధి, వాక్‌శుద్ధి;**
- తాను కోరుకొన్న రూపం అప్పటికప్పుడే సంతరించుకోగలగటము - **కామరూపము;**
- ఎదురుగానే ఉండి, ఎదుటివారి కళ్లకు కనబడకుండా ఉండగలగటము - **అదృశ్యకరణి; (ఈవిధంగా అష్టసిద్ధులు)**

ఈ ఈ సామర్థ్యములు కూడా **కేవల కుంభక నిర్విషయ మనోధారణాభ్యాసముచే** - ఆయా ఆశయములు కలవారికి సిద్ధించగలవు. ఇంకా కూడా వస్తుయోగసిద్ధుడు చేతులతో మల మూత్రములు స్పర్శించినంత మాత్రంచేత లోహములు (ఇనుము మొదలైనవి) బంగారముగా మారిపోగలవు. అజ్ఞులు కూడా విజ్ఞులు అవగలరు. ఈ విధంగా **సంతత వాయు అభ్యాసయోగులు అనేక విధములైన శ్రేష్ఠత్వములను సంతరించుకొనగలరు.** 'ఆకాశగమనము' మొదలైనవి కూడా యోగులకు కరతలామలకము అవగలవు.

అయితే,

బుద్ధిమంతుడైన యోగి "నేను ఆత్మశుద్ధిని పొంది **'ఆత్మసాక్షాత్కారము, అఖండాత్మమేవాఽహమ్'**ను సిద్ధించుకోవాలి" → అను మహదాశయుడై ఉంటాడు. యోగాభ్యాసముయొక్క అంతిమ ప్రయోజనమే ఆశయముగా కలిగి ఉంటాడు. ఇక పైన చెప్పుకున్న లోక సంబంధమైన 'దూరశ్రవణము, దూరదృష్టి, దూర గమన - ఆగమనములు, వాక్‌శుద్ధి, కామరూపత్వము, అదృశ్యకరణి, స్వర్ణయోగము, ఆకాశగమనము...మొదలైన సామర్థ్యములు పట్ల....**"వీటివీటి సామర్థ్య ప్రాప్తులు, ఇవి చూచి జనులు నేను గొప్పవాడినని తలచటము వలన నాకు ఏమి శాశ్వత ప్రయోజనం? ఇవన్నీ నాయొక్క మహదాశయమునకు, మహాసిద్ధికి గొప్ప విఘ్నములు మాత్రమే! విఘ్నములు ఆశయములు ఎట్లా అవుతాయి?"** అనే పూర్ణ - నిశ్చితావగాహన కలిగి ఉంటాడు. **న రమేత తేషు బుద్ధిమాన్।** బుద్ధిమంతుడైనవాడు వాటియందు రమించడు. వాటిని పొందినందుకు. పొంగడు. తబ్బిబ్బు కాడు. అట్టి యోగిరాట్ తన అలౌకిక సామర్థ్యములను ఇతరుల ముందు ప్రదర్శించడు. తనయొక్క యోగ సామర్థ్యములను రహస్యముగా దాచుకొని ఉంటాడు. లోకజనులతో లోకవిషయములలో పాల్గొనుచున్నప్పుడు తనను సమీపించుచున్న అలౌకిక సామర్థ్యముల విషయమై ఒక మూఢునివలె (తనకేమీ వాటి గురించి తెలియనివానివలె), అవి **వినినే విననట్లు** (బధిరునివలే), **అమాయకునివలే** ఉంటాడు. ఎందుకు? ఇతరుల ప్రశంసలు యోగమహదాశయమునకు విఘ్నములు కాగలవు కాబట్టి! **న దర్శయేత్ స్వ సామర్థ్యం యస్య కస్యాపి యోగిరాట్।**

సకామకామీ శిష్యులు

శిష్యాశ్చ స్వస్వకార్యేషు ప్రార్థయంతి, న సంశయః। కొందరు శిష్యులు యోగసిద్ధియందు నిమగ్నమైయున్న యోగపండితుని సమీపించి ఆత్మజ్ఞానము కొరకు కాకుండా - వారి వారి లోకసంబంధములైన తమయొక్క - తమ బంధువులయొక్క కష్ట సుఖముల గురించి, సంపద - ఆపదల గురించి **'అది ప్రసాదించండి. ఇట్లా కనికరించండి'** అని ఆయా యోగ సామర్థ్యముల లౌకిక ప్రయోజనములకై అర్థిస్తూ ఉంటారు. అటువంటి వ్యగ్రము (worry about wordly incidents) పొంద ప్రారంభించిన యోగపుంగవుడు తన యోగస్వభావమును ఏమరచే (విస్మృతిపొందే) విఘ్నములు కొన్ని కలుగవచ్చును. తాను తన యోగగురువు వద్ద నేర్చిన యోగాభ్యాసములపట్ల తీసుకొని ఉండవలసిన జాగరూకతల పట్ల అశ్రద్ధ కలుగవచ్చు. అందుచేత, **అవిస్మృత్య గురోః వాక్యమ్, అభ్యసేత్ తత్ అహర్నిశమ్।** గురు వాక్యములు ఏమరువకుండా రాత్రి-పగలు కూడా యోగాభ్యాసరతి విడువకుండా ఉండాలి. కేవలీస్వరూపానుభవ రూపమగు కైవల్యమే ఆశయముగా కలిగి ఉండాలి.

ఏవం భవేత్ ఘటావస్థా సంతత - అభ్యాసయోగతః॥

మనము చెప్పుకున్న **సహజ కుంభక, జీవ-బ్రహ్మ అవిరోధ, ఏకత్వ-సమదర్శన రూపమగు 'ఘటావస్థ'**-సంతత (Always) అభ్యాస యోగము చేత మాత్రమే సిద్ధించగలదు. అంతేగానీ, అభ్యాసమునకు సిద్ధపడకుండా వృథా ఘోష్ఠి (Wasteful conversations) వల్ల సిద్ధిస్తుందా? లేనేలేదు. **తస్మాత్ సర్వ ప్రయత్నేన యోగమేవ సదా అభ్యసేత్।** (It must be regularly practised). ఈ జీవులు ఎట్టి ప్రయత్నమునకు సిద్ధపడి అయినా యోగమును ఎల్లప్పుడూ అభ్యసిస్తూనే ఉండాలి. అటువంటి ఘటావస్థ యొక్క [సహజకుంభ (మరియు) ప్రాణ-అపాన-మనో-బుద్ధి-జీవాత్మ-పరమాత్మల సమదర్శన] అభ్యాసయోగముచే **'పరిచయావస్థ'కు సంసిద్ధులగుచున్నారు.** నిరంతర యోగాభ్యాసముచే పరిచయావస్థ స్వయముగా సిద్ధించగలదు. (తత్ స్వయం యోగ సంసిద్ధః కాలేన ఆత్మని విందతి - **భగవద్గీత**). అభ్యాసము లేకుండా కేవలము విమర్శించుస్వభావము మాత్రమే ఆశ్రయించుటచే-అది యోగభ్రష్టత్వమునకు దారితీయగలదు.

పరిచయావస్థ - విశేషములు

(1) 'ప్రాణాయామయోగము'చే (i) క్రిందకు ప్రయాణించు 'అపానము' (ii) ఊర్ధ్వగామి అగు ప్రాణముల - **పరస్పర పరిచయము** (ఒకటినొకటి తాకు స్థితి) (2) అగ్ని వాయువుల సమన్వితంగా సుషుమ్నానాడిలో ప్రవేశింపజేసి, భావనాబలముతో మూలాధారంలో నిదురించు కుండలినిని ఉష్ణస్పర్శతో నిదురలేపి సుషుమ్న ద్వారా ఊర్ధ్వగామిని చేయటము (3) కుండలిని యొక్క భృకుటీస్థానములో ప్రవేశము (4) తదుపరి బ్రహ్మరంధ్రము ద్వారా బహిర్గతమై సహస్రారస్థానంలోకి ప్రవేశము (5) అక్కడ ప్రకాశమానమగు సర్వతత్త్వ స్వరూపమగు పరమాత్మ (లేక) శివభగవానునితో ఏకము పొందటము- మహత్-పదప్రవేశము! **ఇది "పరిచయావస్థ"** యొక్క పంచ అంగములు. పరిచయావస్థ పొందుచున్న యోగి యొక్క ప్రాణములు చిత్రంగా సుషుమ్నయందు అడ్డు తొలగించుచూ, కుండలినీశక్తికి మహత్-పదప్రకాశమునకు (బ్రహ్మరంధ్రము వరకు, ఆపై సహస్రారము వరకు) దారి సరిచేయగలవు.

యోగియొక్క పంచభూత ధారణ - పంచధాయోగాభ్యాసము

చిత్తము స్వపనములతో కూడి (ప్రాణ - అపాన ఏకత్వరూపముతో కూడి) యోగాభ్యాసముచే సుషుమ్నయందు ప్రవేశము పొందుచూ ఉండగా, ఆ యోగి దేహములో - **"భూమి - ఆపో - అనలో - వాయు - ఆకాశ"** పంచకమును **'పంచధా ధారణాయోగము'**గా నిర్వర్తించుచున్నాడు. అట్టి దేహాంతర్గతమైన **'పంచధాయోగాభ్యాసము'** గురించి ఇప్పుడు మనము చెప్పుకొనుచున్నాము. వినండి.

ధారణా పంచ / పంచ జయ - ఉపాసనలు

'5' ధారణా-జయములు : (1) పృథివీ ధారణ (2) ఆపో ధారణ (3) అగ్ని ధారణ (4) వాయు ధారణ (5) ఆకాశ ధారణ యోగాభ్యాసపూర్వకంగా ఆయా దేహములోని విభాగములలో పంచభూతములను భావనచేసి, ధ్యాసలను నిలుపుటచే పంచభూత జయమును సముపార్జించబడుచున్నది. **ఏషు పంచసు దేహానాం "ధారణా పంచ" అథ ఉచ్యతే।**

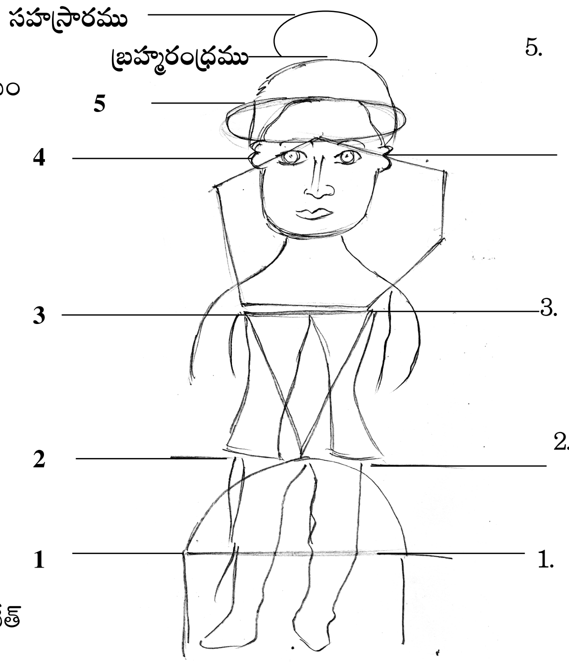
5. ఆకాశ ధ్యానము
యత్ర కుత్ర స్థితో వాపి సుఖం
అత్యతం అశ్నుతే।

4. వాయు ధ్యానము
మరణం న తు వాయోస్తు,
న భయం భవతి యోగినః।

3. వహ్ని (అగ్ని) ధ్యానము
త్రికోణాకారము
వహ్ని నా అసౌ న దహ్యతే।
న దహ్యతే శరీరం చ।

2. అపాం ధ్యానము
అర్థచంద్ర శుక్లం
జలే మృత్యుః న విద్యతే।

1. పృథివీ ధ్యానము
చతురస్రాకారము
పృథివీ యోగతో మృత్యుః న భవేత్



5. భ్రూ మధ్య నుండి - మూర్ధము వరకు
బీజాక్షరం - **'హ'**
(ఆ భ్రూమధ్యాత్తు - మూర్ధానమ్)

4. హృదయము నుండి భ్రూ మధ్య వరకు
బీజాక్షరం - **'య'**
(ఆ హృదయాత్-భృవోః మధ్యే)

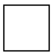
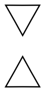
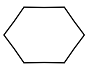
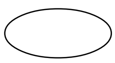
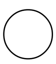
3. పాయువు (గుదము) నుండి-హృదయము వరకు
బీజాక్షరము - **'ర'**
(పాయోః హృదయాంతం చ)

2. మోకాళ్ళ నుండి - పాయువు వరకు
బీజాక్షరం - **'వ'**
(ఆ జానో పాయు పర్యంతమ్)

1. పాదముల నుండి మోకాళ్ళ (జానుని) వరకు
బీజాక్షరము - **'ల'**
(పాదాది జాను పర్యంతమ్)

పంచభూతోపాసనా – విధి

ఒక్కొక్క దేహవిభాగంలో పృథివి మొదలైన ఒక్కొక్క పంచభూతమును ఆకారము – రంగు – ప్రాణవాయు ఆరోపణ – అధి దేవతా రూప భావనలతో 5 గడియలు ఉపాసిస్తే కలుగు ఫలములు.

పంచభూతముల ఉపాసన/ధ్యానము	స్వ–శరీర భాగము	భావించు ఆకారము	రంగు	ప్రాణశక్తి ప్రదర్శనా భావన	ఉచ్చరించు బీజాక్షరము	ఉపాసించు దైవము / దివ్యరూపము	ధారయేత పంచఘటికా ప్రయోజనము
1) 'భూ' (పృథివీ) ధ్యానం / (భూధారణ)	పాదముల నుండి మోకాళ్ళ వరకు (పాదాది–జాను పర్యంతం పృథివీ స్థానమ్)	 చతురస్రము	పీత (పసుపుపచ్చ రంగు)	**పార్థివే వాయు ఆరోప్య,** పార్థివముపై వాయువును ఆరోపించటం (జత చేర్చటం)	'లం'	–చతుర్ముఖుడు (చతుర్వక్త్రుడు) అగు **హిరణ్యగర్భుడు**	పృథివిచే మృత్యువు ఉండదు. **పృథివీ–మృత్యుః న భవేత్**
2) 'ఆపో' (జలము) ధ్యానం / (జలధారణ)	మోకాళ్ళ నుండి గుదము వరకు (ఆజానో–పాయు పర్యంతం అపాంస్థానమ్)	అర్ధచంద్రం	శుక్లం (తెలుపు)	**వారుణే వాయు ఆరోప్య,** జలముపై వాయువును ఆరోపించటం (జత చేర్చటం)	'వం'	శుద్ధ స్ఫటిక రంగు పసుపు పచ్చ వస్త్రములు అచ్యుతుడు **శ్రీమన్నారాయణుడు**	జలము వలన భయము ఉండదు. జలము వలన మృత్యువు రాదు. **జలాత్ భయం నాస్తి। జలేః మృత్యుః న విద్యతే**
3) 'వహ్ని' (అగ్ని) ధ్యానం / (అగ్ని ధారణ)	గుదము నుండి (పాయువు నుండి) హృదయము వరకు (ఆ పాయో–హృదయాంతం చ వహ్ని స్థానము)	 త్రికోణము	రక్త వర్ణం (ఎరుపు)	**వహ్నౌచ అనిలం ఆరోప్య,** అగ్నిపై వాయువును ఆరోపించటం (జత చేర్చటం)	'రం'	త్రినేత్రుడు, వరదుడు, ఉదయిస్తున్న సూర్య తేజోమయుడు, సర్వాంగములు భస్మము అలంకారంగా కలవారు–ప్రసన్నవదనుడు అగు **రుద్రభగవానుడు**	అగ్ని వలన భయము ఉండదు. అగ్ని వలన మృత్యువు రాదు. **వహ్నినా అసౌ న దహ్యతే। న దహ్యతే శరీరం చ ప్రవిష్టస్య అగ్నికుండకే।**
4) 'వాయువు' (మారుతమ్) ధ్యానం / (వాయు ధారణ)	హృదయమునుండి భ్రూమధ్య స్థానము వరకు (ఆ హృదయాత్ – భృవోః మధ్యే వాయుస్థానమ్)	 షట్ కోణము	కృష్ణ వర్ణం (నలుపు)	**మారుతం మారుతం స్థానే, ప్రాణీ ప్రాణం సమాహితః।** వాయువును వాయువులో ప్రాణశక్తితో ఆరోపించటం (జత చేర్చటం) ప్రాణిని ప్రాణముతో ఆరోపించటము	'యం'	సర్వజ్ఞుడు, సర్వతోముఖుడు అగు **ఈశ్వరుడు**	ఆ యోగికి వాయువు వలన భయము ఉండదు **(వాయో) న భయం భవతి యోగినః। మరణం న తు వాయోస్తు।**
5) 'వ్యోమ' (ఆకాశము) ధ్యానం / (ఆకాశ ధారణ)	భ్రూమధ్యము నుండి మూర్ధము వరకు (ఆ భ్రూమధ్యాత్–మూర్ధాన్తమ్ ఆకాశ స్థానమ్)	 వ్యోమ వృత్తము 	ధూమ్ర వర్ణము (బూడిద రంగు)	**ఆకాశే వాయుం ఆరోప్య** ఆకాశముతో వాయువును ఆరోపించాలి. (జతచేర్చాలి)	'హం'	సహస్రార స్థానుడు, బిందురూపుడు, వ్యోమకారుడు (ఆకాశ రూపుడు) అగు **మహాదేవుడు, సదాశివుడు.** శుద్ధ స్ఫటిక సమానుడు. అర్ధచంద్రధారి, '5' ముఖములు గలవాడు. త్రిలోచనుడు. దశ బాహువులు గలవాడు	ఆకాశ ధారణచే ఆకాశంలో చరించగలడు. సర్వదా సుఖవంతుడు **ఖేచరత్వం భవేత్ దృఢమ్। యత్ర కుత్ర స్థితో వాపి సుఖమ్ అత్యంతం అశ్నుతే।**

ఆరోప్యమ్ అనగా →	ఘనంగా కనిపించేదాని ద్రవరూప భావన. ద్రవంగా కనిపించేదాని అగ్నిరూప భావన. అగ్నిగా కనిపించేదాని వాయురూప భావన. వాయువుగా కనిపించేదాని ఆకాశరూప భావన. ఆకాశంగా కనిపిందేదాని ఆత్మాకాశరూప భావన.

ఈ విధంగా పంచ (భూత) ధారణ నిర్వర్తించుటచే అట్టి విచక్షణాశీలుడగు యోగి దృఢమైన శరీరము పొందుచున్నాడు. మృత్యువు ఆతనిని సమీపించదు. అనగా, **మార్పు – చేర్పులు లేని అమృతమగు ఆత్మతో ఏకస్వరూపియై ఆనందించగలడు.** అట్టి యోగివరేణ్యుడు మహామతి అయి ప్రళయ సమయంలోకూడా **'అహమ్ బ్రహ్మాస్మి'** అను రూపముగల బ్రాహ్మీ స్వరూపమునుండి చ్యుతిపొందదు.

యోగి అందుకొరకై ఆవిధంగా **"ఘటికా షష్ఠి ధ్యానమును"** (ప్రాణ – అపాన – మనో – బుద్ధి – జీవాత్మ పరమాత్మల ఏకరూప అఖండతత్త్వమును) ఎల్లప్పుడూ ధ్యానము చేయువాడై ఉండుగాక! పంచభూములలో ఒక్కొక్కదానిని ఆత్మయందు ఆరోపించి 'ఆత్మాకాశ విహారము' ధ్యానము చేయుట – **"ఘటికా షష్ఠి"** ధ్యానము.

సగుణ ధ్యానము

ప్రాణాపానములను నిరోధించి స్వీయ హృదయాకాశములో ఇష్ట దైవముయొక్క రూపమును ప్రతిక్షేపించి ధ్యానించటము **'సగుణ ధ్యానము'** అగుచున్నది. **సగుణం ధ్యానమ్ ఏతత్స్యాత్ అణిమాది గుణప్రదం।** అట్టి సగుణధ్యానము (లేక) 'సగుణహృదయాంతర్గతోపాసన' 'అణిమ' మొదలైన సిద్ధులను ఆ ఉపాసకునికి ప్రసాదించగలదు. అయితే ఉత్తరోత్తర స్థితిలో భక్తుడు ఇష్ట దైవమునకు "సర్వసమర్పణ" చేస్తూ ఉంటాడు. ఆత్మానుభవాశయమే ఉత్తమ భక్తుని స్వభావమై ఉంటుంది. అణిమాది సిద్ధులు కాదు.

నిర్గుణ ధ్యానము

అటు తరువాత (సగుణధ్యానము నిర్వర్తించుచూ ఉండగా)....ఆ యోగి క్రమంగా, స్వభావంగానే (In a natural sequence) **నిర్గుణధ్యానయుక్తుడు** అగుచున్నాడు. గుణములకు ఆధారమై, ఈ జగత్తులన్నీ తన సంప్రదర్శనమగుచు, దీనికంతటికీ వేరైయున్న ఇష్టదైవము యొక్క **"కేవల చైతన్య స్ఫూర్తి"**ని ఆరాధించనారంభించుచున్నాడు. **"అట్టి సర్వాధారము – సర్వ స్వరూపము, సర్వమునకు వేరైనది, సర్వ వస్తు రహితము, కేవలము అగు మహత్తర తత్త్వమే నా స్వామి తత్త్వము"**...... అని తెలుసుకొనుచూ ప్రార్థించసాగుచున్నాడు.

- నా స్వామి ఎక్కడో లేదు! మరి? ఇక్కడే ఉన్నారు!
- ఎట్లా ఉన్నారు? ఏ రూపంగా ఉన్నారు? విగ్రహంగా (లేక పఠంగా) భౌతిక–మనో హస్తములచే పూజించబడుచున్న స్వామి **నాకు కనబడే సర్వజీవులందరిలో ఉన్నారు! సర్వ జీవులుగా ఉన్నారు!**
- **ఈ విశ్వమంతా విశ్వేశ్వర రూపమే! అన్ని నామములు ఆయనవే!** కాబట్టి ఆయన ఒక పేరు కాదు. **నామరహితుడు.**
- అన్ని రూపములు ఆ నా ఇష్టమైన దైవస్వామియే. కనుక ఆయన **దివ్యరూపుడు.** అన్నీ ఆయన రూపాలే కాబట్టి **రూపరహితుడు** కూడా. రూపముల దృష్ట్యా **అపరిమితుడు.**
- ఒక నాటకములో కనిపించే (నాటకములోని) స్వభావములన్నీ ఆ నాటక రచయిత యొక్క రచనా కళ నుండి బయల్వెడలుచున్నాయి కదా! అట్లాగే, ఈ జగన్నాటకములోని ఈ వేరు వేరు జీవులు, వీరివీరి వేరు వేరైన స్వభావములు, ఇవన్నీ జగన్నాటకములోనివే అయిఉండగా, **జగన్నాటక సూత్రధారియగు నా ఇష్ట దైవము నుండే ఇవన్నీ బయల్వెడలుచున్నాయి.**
- అయితే....,

నాటక రచయితలో ఈ పాత్రలు, స్వభావములు ఆయనలో ఉన్నాయని అందమా? నాటకము రచయిత యొక్క కళాత్మకమగు నాటక రచనా విశేషమేగాని నాటకములోని నాయకుడు, ప్రతినాయకుడు మొదలైనవి రచయితలో అంతర్గతముగా లేవు. అట్లాగే నా ఇష్ట

దైవమునందు ఈ ఈ జీవులు లేరు! జగత్తులు లేవు. ఆయనలో ఇవేవీ లేవు. కానీ, ఇవన్నీ ఆయననుండే బయల్వెడలుచున్నాయి. ఆయనయందే కనిపిస్తున్నాయి. అందుచేత నా స్వామి **పురాణపురుషుడు. కవి! ఆది! సర్వము తానైనవాడు! సర్వమునకు వేరైనవాడు.**

ఈ విధంగా సగుణ ధ్యాని తన ఇష్టదైవమును నిర్గుణ గుణాతీత తత్త్వముగా ఆరాధించనారంభిస్తున్నాడు.

"ఇన్ని రూపాలలో, ఇన్ని రూపాలుగా ఉన్నది ఆయనయే!" అను దర్శనమును చేయటం మొదలిడుచున్నాడు.

నిర్గుణ ధ్యానయుక్తుడు - సమాధి

ఈ విధంగా సగుణోపాసన నుండి ఆ ధ్యాని క్రమంగా సర్వాత్మకుడగు పరమాత్మ ధ్యానరూపంగా నిర్గుణోపాసనయందు ప్రవేశిస్తున్నాడు. అటుపై **సమాధినిష్ఠుడు** అగుచున్నాడు. **నిర్గుణధ్యానయుక్తస్య సమాధిశ్చ తతో భవేత్॥**

- సర్వములోను, సర్వముగాను ఉన్నది ఆ నా ఇష్టదైవమగు పరమాత్మయే!
- మరి నేనెవ్వరు? అన్ని రూపములలో, అన్ని రూపములుగా ఆయనయే ఉన్నప్పుడు 'నేను'గా ఉన్నది కూడా ఆయనయే అయి ఉండాలి కదా! **ఆయనకు వేరుగా నేనెక్కడుంటాను**? కనుక 'నేను-నాది' అనునదంతా కూడా ఆయనయే! ఆయనదే.
- నేను ఆయనకు వేరుగా లేను. **(సోఽహమ్)**
- ఆయనయే 'నేను'గా 'నీవు'గా, 'జగత్తు'గా ఉన్నారు. ఆహాఁ! తెలిసింది! నేనే ఇదంతా! **(తత్ త్వమ్।సోఽహమ్। ఇదమ్ అహమేవ।)**

ఇట్టి ప్రాణ - అపాన - మనోబుద్ధి - జీవ - బ్రహ్మ మమేకత్వానుభవమే **'సమాధి'.** నిర్గుణోపాసకుడు అటువంటి 'సమాధి' యందు భక్తి-యోగ-జ్ఞాన సమన్వితుడై స్వాభావికంగా ఏకము-అక్షరము-సర్వము అగు కేవాలనంద సమగ్ర స్వస్వరూపమునందు ప్రవేసించుచున్నాడు.

- పరమాత్మయే 'నేను'గా ఉన్నారు. నాయొక్క సమస్తము ఆయనదే! నేను ఆయన ఏకమే!
- కనుక అన్ని రూపాలుగా, జగత్తుగా, ఇదంటికీ వేరుగా ఉన్నది నేనే!
- నా సగుణ - నిర్గుణ సంప్రదర్శనమే ఇదంతా! (అహమ్ సర్వభూతాశయస్థితః॥)

అను **స్వాభావికమైన అనుక్షణిక ఆకృత్రిమానుభవము అను సమాధి స్వయముగా సిద్ధించినదగుచున్నది.**

దినం ద్వాదశకేనైవ సమాధిం సమవాప్నుయాత్! నిర్గుణ ధ్యానము ప్రారంభమైన 12 రోజులలో **సమాధి నిష్ఠుడు విశ్వరూపుడు, విశ్వ సాక్షి, సర్వస్వరూపుడు, నిర్విషయ విషయుడు, విషయ నిర్విషయుడు** - అయి **'కేవలము'**తో మమేకమై ఉండగలడు. అట్టి సమాధిస్థితి ఇట్టిది అని చెప్పగలిగేది కాదు, వినగలిగేది కాదు కాబట్టి, **'అనిర్వచనీయ నిర్హేతుక ఆత్మాహమ్ ఆనందమ్'** అనబడుచున్నది. మహనీయులు అద్దానిని అనిర్వచనీయ మత్ స్థానముగా సూచిస్తున్నారు. (There is nothing to talk. You go and Enjoy! That's all!)

- వాయు నిరోధము (ప్రాణాయామము - 4 పూటలు x 20 సార్లు) చే అట్టి మేధావి యగు యోగి **'జీవన్ముక్తుడు'** అగుచున్నాడు.
- జీవాత్మ - పరమాత్మల ఏకరూపానుభవమగు 'సమతావస్థ'చే అట్టి యోగి (లేక) ముముక్షువు పట్ల **'సమాధిస్థితి'** సిద్ధిస్తోంది. అట్టి సమాధినిష్ఠుడు ఈ క్రింద విధంగా ఉభయస్వాతంత్ర్యములు కలిగినవాడై ఉంటారు.

(1) సదేహ - సమాధి యోగ సిద్ధుడు : జీవాత్మ - పరమాత్మల ఏకత్వము సిద్ధంచుకుని కూడా ఆయన 'వర్తమాన శరీరము కలిగి ఉంటూనే, తదితర జీవులలో జీవిస్తూ, సహజీవులను, తానున్న పరిసరములను జీవ బ్రహ్మైక్యానంద భావనా పరిమళములతో నింపివేస్తూ ఉంటాడు. వర్తమాన దేహమో, మరికొన్ని దేహములో ధారణ చేస్తూనే సమాధిస్థితుడై....**జగత్తులన్నిటినీ స్వస్వరూపమునకు అనన్యముగా, అవిరోధముగా దర్శిస్తూ ఉంటారు.**

(2) విదేహ సమాధియోగ సిద్ధుడు : అంతటిదాకా ఒక దేహముతో యోగ సాధన చేస్తూ ఉన్న ఆ యోగాభ్యాసి **'సమాధి సిద్ధి'** పొందినవాడై ఆ భౌతిక దేహమును అధిగమించినప్పుడు సూక్ష్మ దేహధారి అయిన (ఆతివాహికదేహిత్వము ధరించినవాడై) - ఒక చక్రవర్తి తన ఉద్యానవనములో క్రీడా వినోదియై విహరించు విధంగా - **ముల్లోకములలో విహరిస్తూ ఉంటారు.** 'అణిమా' మొదలైన

అష్టసిద్ధులు ఆతనిని తమకుతామే వెంటనంటినవై ఉండగా, ఆతడు భూ-పాతాళ-స్వర్గలోకములలో, (ఆయా 14 లోకములలో కూడా) ఇష్టానుసారంగా సంచరించువాడై ఉంటున్నాడు. భూ-స్వర్గ-పాతాళ లోకములలో పూజనీయుడై ప్రదర్శనమగుచున్నారు. ఆతడు క్షణంలో మనుష్యుడుగానో, యక్షుడుగానో స్వేచ్ఛగా (స్వఇచ్ఛచే) అగుచూ ఉంటున్నారు. యోగీశ్వరుడై తన ఇష్టానుసారంగా సింహముగానో, పులిరూపంగానో, ఏనుగుగానో గుర్రముగానో రూపములు దాల్చుచూ స్వేచ్ఛా విహారి అయి ఉంటున్నాడు. మహేశ్వరుడై విశ్వమంతా తనయందు తానే తన స్వరూపముగా దర్శించుచూ, ఇష్టానుసారం స్వేచ్ఛా (స్వ-ఇచ్ఛా) విహారములను చేస్తూ, **యోగ-యోగీశ్వరుడై ఈ సర్వమును ఆస్వాదించుచున్నారు.**

నదీనామ్ సాగరో గతిః - యోగ మార్గములన్నిటి అంతిమ ఆశయం ఒక్కటే

అభ్యాసతో భేదః ఫలంతు సమమేవహి।'క్రియాయోగము, భక్తి యోగము, కర్మయోగము, సర్వసమర్పణయోగము, జ్ఞానయోగము, త్రిగుణాతీత కేవల సాక్షియోగము,కేవల కుంభక సమాధియోగము, శ్రీ చక్రోపాసనము, కుండలినీ సహస్రార ప్రవేశ శివోఽహమ్ యోగము' → ఇవన్నీ కూడా అభ్యాసము దృష్ట్యా వేరు వేరైనట్లు కనిపించినప్పటికీ, అంతిమఫలము **జీవ-బ్రహ్మైక్యత్వానుభవమే** అయి ఉన్నది. అట్లాగే, యోగమార్గములలోని అనేక విధానములు మొదలైనవి కూడా. **అఖండమగు ఆత్మతో మమేకత్వమే అంతిమ స్థానము.**

బ్రహ్మ భగవాన్ : మహాత్మా! జగదీశ్వరా! జగద్గురూ! ఇప్పుడు మరొక్కసారి **మహాబంధము; మహావేధ బంధము; ఖేచరీ ముద్ర; జాలంధర బంధము; ఉడ్డీయాణ బంధముల గురించి, యోగ సంసిద్ధత** గురించి; కరణీ విపరీత అభ్యాసము (తలక్రింద - కాళ్లు పైన) గురించి ఆత్మతత్త్వము గురించి - **యోగసాధకుల సౌకర్యమును దృష్టిలో పెట్టుకొని** - సంక్షిప్తంగా మరికొంత వివరించప్రార్థన.

విష్ణుభగవానుడు : హే బ్రహ్మదేవా! వినండి

⌘ ⌘ ⌘

బంధము:

- ఎడమ కాలి మడమను యోనిస్థానమును (లింగస్థానమును) తాకించుచూ **(పార్ష్ణిం వామస్య పాదస్య యోనిస్థానే నియోజయేత్),**
- కుడి కాలును నిఠారుగా భూమిపై చాచి ఉంచి **(ప్రసార్య దక్షిణం పాదం),**
- చేతితో కుడి పాదమును దృఢముగా తాకించి ఉంచి **(పాదం హస్తాభ్యాం ధారయేత్ దృఢమ్),**
- చుబుకమును (గడ్డమును) హృదయస్థానమును తాకించి ఉంచి **(చుబుకం హృది విన్యస్య), పూరయేత్ వాయునా పునః।**

పూరకము, కుంభకము, రేచకము ఇడ పింగళ (ఎడమ కుడిల విభాగాలలో ఒకసారి తరువాత మరొకటిగా) ప్రాణ నిరోధయోగము నిర్వర్తించటము **"బంధము"గా చెప్పబడుచున్నది.**

మహాబంధము : ప్రసారితస్తు యత్ పాదస్తం ఊరూ ఉపరి యోజయేత్। విస్తరించబడిన పాదమును (కుడిపాదమును) (ఎడమ) తొడయొక్క పై భాగంలో నియోగించి **ప్రాణాయామము** నిర్వర్తించటము.

కంఠముద్ర : మహాబంధము ధరించిన యోగి ఒక్కసారిగా పూరకము చేసి వాయుగతిని కంఠము చుట్టూ త్రిప్పి తెచ్చి, కంఠములో నిలువరించి ఉంచటము.

మహావేధముద్ర : బంధము (లేక) మహాబంధము ధరించి రెండు ముక్క పుటములలో గాలిని వేగవంతముగా పీల్చి సత్వరముగా వదలటమును **'మహావేధముద్ర'**గా సిద్ధులు ఎల్లప్పుడు అభ్యసించుచున్నారు. అభివర్ధిస్తున్నారు.

ఖేచరీముద్ర : నాలుకను మడతగా లోనికి కపాల కుహరము (కొండనాలుక) వరకు వ్యాపింపజేసి, దృష్టిని భ్రూమధ్యాకాశములో నిలిపి ఉంచటము. క్రమంగా భ్రూమధ్య నుండి బ్రహ్మరంధ్రము వరకు గల ఆకాశములో (మనస్సుతో) విహరించటము. బ్రహ్మరంధ్రమునకు అంతర-బాహ్యముల సంచార యోగాభ్యాసము.

జాలంధర బంధము : కంఠమును కుంచింపజేసి, హృదయమునందు వాయువును నింపి ఉంచటము. ఇది 'మృత్యువు' అను ఏనుగుకు **సింహము వంటిది.**

ఉద్యాణ (లేక) ఉడ్డీయాణ బంధము : ఇడ పింగళనాడుల మధ్యగల సుషుమ్ననాడి యందు ప్రాణ - అపానములను నిశ్చలం చేసి, కుంభకమును అభ్యసించటము.

ఇవన్నీ యోగపుంగవులచే విశదీకరించబడుతోంది.

యోనిబంధము

- పాదము యొక్క మడమ భాగములో **పార్‌ష్ణిభాగేన** ...,
- యోని భాగమును (విసర్జకావయము స్థానమును) ఎడమకాలి మడమతో గట్టిగా నొక్కి పట్టి ఉంచి – **యోనిమ్ ఆకుంచయేత్ దృఢమ్....,** అపానమును పైకి ఎత్తటమును **'యోనిబంధము'** అంటారు.
- అపానవాయువుయొక్క క్రిందవైపు గమనమును నిరోధించి ఆ అపాన వాయువును ఊర్ధ్వముగా ఆకర్షించి, వెనుకకు మరలునట్లు చేసి **అపానమ్ ఊర్ధ్వమ్ ఉత్థాప్య** (విసర్జన స్థానమును ప్రయత్న పూర్వకంగా కొంచెము బిగదీసి ఉంచి, వాయువును వెనుక మరల్చి)
- మూలాధారము నుండి శిరో–ఫాలభాగము వరకు వాయువును కుంభకము చేసి ధారణ చేయటము ఇది కూడా **యోనిబంధమగుచున్నది.**

⌘

ఇవన్నీ ఆయా అభ్యాస సూచనా విధములైన ముద్రలు.

ముద్ర = (1) దేహములోని ధారణ (Holding) (2) కేవల కుంభకముతో కూడిన వాయు నిశ్చలత్వము (3) మనస్సును బుద్ధితో నిశ్చలరూపంగా నిలిపి ఉంచటము–అను మూడు ప్రక్రియలు కలిసి ఉన్నట్టిది.

యోగ సంసిద్ధి

ఇప్పుడు 'యోగసంసిద్ధి' ఎప్పుడు జరుగుచున్నది? ఈ ప్రశ్నకు సమాధానం వినండి.

ఎప్పుడైతే....

I. ప్రాణము + అపానము

(The Air that is being pulled in ward in to the Body + The Air that is being pushed outward)

II. నాదము + బిందువు (హృదయబిందువు)

The Sound + The Point of prana Where from sound is emerging

(ఇష్టదైవ నామోచ్ఛారణ – ఇష్టదైవభావన) (శబ్దము + భావన) - The name and the sense)

– ఇవి ఎప్పుడైతే **మూలబంధము చేత** (Intentionally catching hold of and maintaining unmoved) **ఏకత్వము పొందినవిగా** అగుచున్నాయో,

– (ఆలోచన – ఆలోచించబడునది ఆలోచించువానితోనూ, భావన – భావించబడునది–భావించువానితోను) ఏకమైనవిగా అగుచున్నాయో....,

అప్పుడు ఆ యోగాభ్యాసి యోగ సంసిద్ధి పొందినట్లే! న అత్ర సంశయః। ఇందులో అనుమానమే లేదు.

'విపరీత కరణి' అభ్యాసము

మానవుని శరీరము పాదములు నేలను తాకుచు, కపాలము ఊర్ధ్వముగా నిర్మితమై ఇద్దానియందు పంచప్రాణ – పంచ ఉప ప్రాణములు వాటి వాటి ధర్మములను అనుసరిస్తూ ప్రవర్తిల్లుచున్నాయి కదా!

అధః శిరశ్చ – శిరస్సును నేలకు తాకించుచూ,

పాదః ఊర్ధ్వము – పాదములను ఊర్ధ్వంగా (పైకి ధారణ చేయుయోగము – వీపరీతకరణి)

మొదటి రోజు – క్షణకాలము **(క్షణం స్యాత్ ప్రథమే దినే)**

తరువాత నుండి – రోజుకు ఒక్కో క్షణము చొప్పున అధికంచేస్తూ **(క్షణాచ్చ కించిత్ అధికమ్ దినే దినే)**

ఈ కరణీ **విపరీత యోగము** అభ్యసించాలి.

అట్టి యోగాభ్యాసి పట్ల

- **జఠరాగ్ని వివర్థినీ!** దేహంలో జఠరాగ్ని వృద్ధి కాగలదు. ఆకలి పెరుగుతుంది. బాగా తినాలనిపిస్తుంది. తిన్నది చక్కగా జీర్ణమవుతుంది. అజీర్ణము, అల్పంగా ఆహారము తీసుకొనే బలహీనత తొలగుచున్నది.

  అల్పముగా ఆహారం తీసుకొనే అలవాటు చేత – **అల్పాహారో యది భవేత్, అగ్నిః దేహమ్ హరేత్ క్షణాత్।** యోగభ్యాసి పట్ల ఆహారముయొక్క ఆవస్యకత పెరుగుతుంది. ఆహారం తగినంత తీసుకోకపోతే, 'జఠరాగ్ని' దేహమును ప్రేగులను దహించగలదు.
- జఠరాగ్ని పెరుగుటచే ఆహారము తీసుకొనుచుండగా దేహము పుష్టి పొందగలదు. వ్యాధులు తొలగిపోతాయి. **సర్వవ్యాధి వినాశనీ!**
- **షణ్మాషార్థాత్ (షణ్మాసపు అర్థకాలంలో 3 నెలల కాలం) విపరీతకణిని అభ్యసించటం చేత** ముసలితనముయొక్క గుర్తులైనట్టి ముడతలు తొలగుతాయి. వార్థక్య ఛాయలుతొలగిపోతాయి. (మొట్టమొదటి 1, 2 ని॥లతో ప్రారంభించి క్రమంగా) ప్రతి రోజు యామము (గడియకాలము–45 ని.లు) ఈ **అధశ్శిరశ్చ ఊర్ధ్వపాదమ్** ధారణారూపమగు కరణీ విపరీత యోగాభ్యాసము చేయుటచే కాలమును జయించి **'కాలజిత్'** అగుచున్నాడు. త్రికాలములలో నిత్యసత్యము అయినట్టి ఆత్మతత్త్వభావనయొక్క అనునిత్యత్వము ('కాలజిత్ లక్షణము') సిద్ధించుచున్నది.

'వజ్రోళీ' అభ్యాస ఫలము : "కేవల కుంభక–జీవ బ్రహ్మైక్యభావ–మహామౌనానంద–యోగసాధనా విశేషము"

వజ్రోళీ సిద్ధి లభించిన యోగి యిక సిద్ధయోగియే! సిద్ధపురుషుడే! ఆతడు ఈ శరీరముయొక్క రాకపోకలు, ఆవల–ఈవల అంతా ఎరిగినవాడై, సహజము–నిత్యము అగు అతీతస్థితుడై ఉంటాడు. ఈ 'జగత్తులు' అను స్వప్న దృశ్యముల రాకపోకలు ఎరిగినవాడై ఉంటున్నాడు.

అదియే ఆత్మాకాశ విహారరూపమగు **ఖేచరీ యోగము** యొక్క తత్త్వ పరాకాష్ఠార్థము. ఖేచరుడై స్వీయ వినోద విన్యాసంగా జన్మ వ్యవహారములుగల స్వకీయ ఉద్యానవనములో విహరిస్తున్న **ఆత్మసంచార ఆనందము**ను యోగవిద్యాసిద్ధుడు పొందుచున్నాడు.

అమరోళీ:

యోగ విద్య – యోగాభ్యాస ఫలంగా, ఆ యోగి జన్మ, జన్మాంతర కర్మ కర్మాంతర విషయములకు విషయుడే కానట్టి **'అమరీ'** స్థానము చేరిన వాడై ఉంటున్నాడు. **'ఇదంతా లేదు – ఇదంతా నేనే'** అనే **'ఉభయ సత్ఫలరూపమగు నస్యయోగమును'** ప్రతిరోజు, ప్రతి సంఘటన – **సందర్భములలో సుశిక్షితుడగుచూ 'వజ్రోళీయోగము' అభ్యసించువాడు, అట్టి యోగ–అనునిత్యత్వము ను సిద్ధించుకొన్నప్పుడు, 'అమరోళీయోగి'** అని పిలువబడుచున్నాడు.

రాజయోగి:

- ఒక చక్రవర్తి సమక్షంలో ఆయన అనుజ్ఞచే మంత్రులు ఒక 'నాటకము'ను వేయించుచున్నప్పుడు, ఆ చక్రవర్తి ఆ నాటకమును వినోదముగా సందర్శిస్తూ, చిరునవ్వులు చిందిస్తున్న రీతిగా...
- ఒక కథా రచయిత తాను వ్రాసిన కథను చదువుతూ వినోదిస్తున్న విధంగా...
- ఒక స్వప్న ద్రష్ట తెల్లవారి లేచిన తరువాత రాత్రి తాను చూచిన స్వప్న దృశ్యమును మనోఫలకంలో చూచురీతిగా

  ఈ జగత్తును తన ముఖ్యమంత్రియగు 'బుద్ధి', సాంస్కృత మంత్రియగు మనస్సు అందిస్తున్న వినోదముగా దర్శించుచూ, 'రాజయోగి' అగుచున్నాడు.

సర్వలోకాంతర్గతమైన ప్రయోజనములను, సంగతులను, సందర్భములను, సంబంధములను, బాంధవ్యములను వాటి వాటి పరిధులన్నీ బుద్ధిచే అధిగమించినవాడై, నిప్పన్నుడు (uncatchable by worldly events) అయి, యోగ సాధనల ఫలితంగా వివేక వైరాగ్య సంపన్నుడై చివరికి **'రాజయోగి'**గా వెలయుచున్నాడు.

ఈ విధంగా యోగ మార్గంలో

వజ్రోళీ → అమరోళీ → రాజోళీ

అను–వరుసక్రమంగా చివరికి రాజయోగి అయి ప్రకాశించుచున్నాడు. (**వజ్రోళి** = 'అన్యము' పట్ల అతీతత్వధారణ. **అమరోళి** = అమృతస్వరూపమగు, కాలాతీతమగు స్వస్వరూప ధారణ. **రాజయోగి** = సమస్తము స్వకీయ కల్పనగా ధారణ).

గురువర్యులు : విష్ణుస్వరూపులగు ప్రియ శిష్యజనులారా! ఈ విధంగా బ్రహ్మదేవుడు – విష్ణు – భగవానుల లోకశ్రేయోదాయకమగు 'సంవాదము' చెప్పుకున్నాము.

పురుషోత్తముడగు విష్ణు భగవానుడు యోగ యోగీశ్వరుడై, మహాతపోధనుడై, జగద్గురువై యోగ మార్గన్వేషములకు, యోగసాధకులకు వారివారి మార్గములలో మార్గమంతా కాంతి పుంజములతో నింపి చీకటిని పారత్రోలు దీపముగా వెలయుచున్నారు. అట్టి విష్ణుభగవానునికి నమస్కరిస్తూ యోగ–ధ్యాన మార్గములలో ఆ భక్తవత్సలుని శరణువేడుచున్నాము.

ప్రియాతి ప్రియమగు మమాత్మానంద స్వరూప శ్రోతమహాజనులారా!

ఈ సంసార సముద్రము అతి భయంకరమైనది, బహుచమత్కారమైనది కూడా! ఎంత చిత్రవిచిత్రములు ఇందులో సందర్భమగుచున్నాయో, గమనిస్తూ ఉంటే బహు ఆశ్చర్యం!

→ పుట్టిన పసిబాలుడుగా ఏ స్త్రీ (మాతృ) స్థనముల నుండి జాలువారు పాలను త్రాగటానికి వేగిరపడుచూ ఏడ్చుచున్నాడో, తల్లిపాలు త్రాగుచూ ఆకలి తీరి ఆనందిస్తున్నాడో..., అట్టి స్థనములను యవకుడై శృంగార భావములతో పీడించి ఆనందిస్తున్నాడు. **యస్తనః పూర్వపీతః, తం నిష్పీడ్య ముదమ్ అశ్నుతే!**

→ ఏ యోని నుండి (మాతృగర్భమునుండి) బయల్వెడలి ఈ పాంచభౌతిక ప్రపంచంలో ప్రవేశించి దేహధారి అయి అటూ – ఇటూ తిరుగాడుచున్నాడో, ఆ యోనియందే శృంగార – ఉద్రేకమును పొంది రమించుచున్నాడు. **యస్మాత్ జాతో భగాత్ పూర్వమ్, తస్మిన్ యేవ భగే రమన్!**

→ ఎవ్వరు (వర్తమానవ జన్మలో) తల్లియో, ఆమె యే (మరొక జన్మలో) భార్యగా అగుచున్నది. ఎవరు భార్యయో, ఆమె (మరొక ఉపాధిచే) తల్లి అగుచున్నది. **యా మాతా స పునః భార్యా! యా భార్యా మాతృకైవ హి!**

→ ఎవ్వరు ఇప్పుడు తండ్రియో ఆతడు మరొకప్పుడు (మరొక ఉపాధిచే) కుమారుడుగా అగుచున్నాడు. ఎవ్వడు ఇప్పుడు కుమారుడో ఆతడు ఆ జీవునికి తండ్రిగా అగుచున్నాడు. **యః పితా స పునః పుత్రో। యః పుత్రః స పునః పితా।**

ఈ విధంగా – **ఏవం సంసార చక్రేణ 'కూప చక్రే ఘటా' ఇవ, భ్రమంతో యోని జన్మాని కృత్వా లోకాం తు సమశ్నుతే।** – నూతిలో త్రాడుకు కట్టబడి బొక్కెన (Bucket) నూతిలో పైకి – క్రిందికి తిరుగాడుచున్న విధంగా..., ఈ జీవుడు భ్రమాత్మకమగు సంసార కూపంలో అనేక జన్మ పరంపరల రూపంగా ఒక యోనిలో ప్రవేశించిన, జీవించి, మరణించి మరొక యోనిలో ప్రవేశించుచూ లోక లోకాంతరములలో తిరుగాడుచున్నాడు.

ఈ లోకములు, ఈ దేహ దేహాంతర వ్యవహారములు – ఇవన్నీ ఆత్మయందే కల్పితములై ప్రదర్శనములుగా అగుచున్నాయి! ఇది ఎంత ఆశ్చర్యం!

⌘ మర్త్య – పాతాళ – స్వర్గ త్రయోలోకములు...,
⌘ ఋక్ – యజుర్ – సామ త్రయోవేదములు...,
⌘ ప్రాతః, మధ్యాహ్న, సాయంత్ర = గాయత్రీ – సావిత్రీ – సరస్వతీ త్రిసంధ్యలు...,
⌘ ఉదాత్త (Upper) - అనుదాత్త (Lower) - స్వరిత (in between) త్రిస్వరములు...,
⌘ (యజ్ఞ విధానములోని) గార్హపత్య – దక్షిణ – ఆహవనీయ త్రయో అగ్నులు...
⌘ సత్వ – రజో– తమో త్రిగుణములు...

ఇవన్నీ కూడా త్రయక్షర రూపమగు (అ–ఉ–మ) 'ఓం' నందు నిబిళీకృతమై ఉన్నాయి. పై చెప్పిన త్రయీ రూపములన్నీ మట్టిబొమ్మలతో మట్టివలె ఓంకారము చేతనే నిర్మితమై, ఓత ప్రోతమై (ఒకే దారము వస్త్రములో నిలువు–అడ్డముగా నేయబడు తీరుగా) ఉన్నాయి.

అట్టి ఓంకారమే 'ఆత్మ'కు సంజ్ఞ! అన్ని ప్రయత్నములు, ఆత్మసిద్ధికొరకే. ఎందుకంటే, **ఆత్మయే సత్యము! నిత్యము! సర్వము! ఆత్మయొక్క సంప్రదర్శనా చమత్కారమే ఇదంతా!** ఎప్పుడూ ఎక్కడా ఏదీ ఆత్మకు అన్యమై లేదు! ఉండబోదు! ఉండి ఉండలేదు.

పుష్పము యొక్క మధ్యభాగంలో సుగంధము ఏ విధంగా ప్రత్యక్షమై ఉంటుందో, ఆ విధంగా **లోక – వేద – సంధ్య – స్వర – అగ్ని – గుణ త్రయీ విశేషములలో ఆత్మ ప్రత్యక్షమై ఉన్నది. ఆత్మలోనే ఇవన్నీ ఓత – ప్రోతమై ఉన్నాయి.**

పాలలో నేయి అంతటా ఉన్నట్లుగా, సర్వజీవుల అంతర్ – బహిఃస్థానములందు, 14 లోకములందు **ఆత్మ అంతర్గతమై ఉన్నది. అంతటా ఆత్మయతే ఓతప్రోతమైయున్నది.**

తిలలలో (నువ్వులలో) అంతటా నూనె దాగి ఉన్నతీరుగా, **సర్వజీవులయందు ఓంకారరూపమగు ఆత్మ సర్వత్రా అంతరాంతరమై ఉన్నది.**

పాషాణములో (బంగారు ఖనిజ ఖండములలో) బంగారము దాగి ఉన్నట్లు, సర్వజీవులలో అజ్ఞానముచే కప్పబడి ఆత్మ ప్రకాశించుచున్నదై ఉన్నది. లోహపరిశుద్ధిచే బంగారము లభించునట్లుగా, మనో బుద్ధులలోని దృశ్యభ్రమలరూపమగు సర్వదోషములు తొలగించుకొనుటచే ఆత్మానుభవము సిద్ధించుచున్నది.

అట్టి 'ఆత్మాహమ్' స్వానుభవము చే సమస్తము స్వస్వరూప సత్-చిత్-ఆనంద చమత్కారమై, సమస్తము లీలా-క్రీడా-వినోద ఆనంద భరితమై స్వానుభవమగుచున్నది.

మనో స్థానము

హృది స్థానే స్థితమ్ పద్మమ్: హృదయ స్థానములో ఒక పద్మము సంస్థితమై ఉన్నది.

తస్య వక్త్రమ్ అధోముఖమ్: అద్దాని ముఖము క్రిందవైపుగా (అధోముఖంగా) ఉన్నది.

ఊర్ధ్వనాళమ్ – అధో బిందుమ్ : నాళము ఊర్ధ్వముగాను, బిందువు (A point) క్రిందకు గాను ఉన్నది.

తస్య మధ్యే స్థితః మనః : ఆ బిందువుయొక్క మధ్యలో మనస్సు సంస్థితమై యున్నది. అట్టి మనస్సునందు పరమ పురుషుడు సంస్థితుడై ఉన్నారు.

అట్టి హృదయపద్మము.....

'అ'కార శబ్దోపాసనతో రెక్క విప్పుకొనుచున్నది.

'ఉ'కార శబ్దోపాసనచే వికశించుకొనుచున్నది.

'మ'కార శబ్దోపాసనచే నాదము వినబడుచున్నది.

'అర్ధమాత్ర' చే పద్మము మధ్యగా గల చంచలమగు మనస్సు నిశ్చలమగుచున్నది.

అట్టి నిశ్చలమగు మనస్సుచే యోగయుక్తాత్మునకు స్వస్వరూప అఖండాత్ముడు సందర్శితుడగుచున్నాడు. అట్టి పరమాత్మ దర్శనముచే,

- శుద్ధ స్ఫటికముతో సమానము,
- కళంకరహితము, నిష్కళంకము,
- సర్వపాప దృష్టులను పావనముగా చేసి వేయునది,

అగు **తత్ పరమపదము** లభించుచున్నది.

అట్టి పరమ పురుషునితో మమేకమగుట, పరమపదము సిద్ధించుట ఎట్లా?

తాబేలు తనయొక్క చేతులను కాళ్లను, శిరస్సును వెనుకకు మరల్చి తనయందే ధరించినదై యున్నరీతిగా....యోగి కూడా నవద్వారములను వాయుపూరణ రేచకములతో మూసివేయుచున్నాడు. పైన – లోపలి నిశ్వాసనము (రేచకము) ద్వారా నవద్వారములలో సహజకుంభకముచే మనస్సుయొక్క ప్రవేశమును నిరోధించుచున్నాడు. నిషిద్ధముగా చేయుచున్నాడు.

ఘటమధ్యే యధా దీపో నివాతః కుంభకం విదుః కుండ మధ్యలో ఏ విధంగా అయితే వాయుచలనము లేనట్టిదై నిశ్చలముగా దీపము వెలుగుచున్నదో యోగి కూడా →

నిషిద్ధైః నవభి ద్వారైః : నవద్వారములలోకి ప్రసరించుచున్న ఇష్ట అయిష్ట రూపములతో కూడిన మనస్సును నిరోధించినవాడై

నిర్జనే, నిరుపద్రవే : 'అఖండ ఆత్మ'రూపుడనగుటచే, సర్వులు, సర్వము అట్టి అఖండాత్మరూపులే కనుక, నిర్జనుడై (**ఒంటరి వాడ, చుట్టమొకడు లేడు** – వామన చరిత్ర – మహాభాగవతము – పోతనామాత్యులవారు) ఎటువంటి జన్మ – మృత్యు – జరా – వ్యాధి – సుఖ – దుఃఖ – సంబంధ – అనుబంధ **సాంసారిక ఉపద్రవములచే ఏమాత్రము స్పృశించబడనివాడై...,**

నిశ్చింతైః : లోకముల అంతర్ విశేషముల గురించిన చింతలను కించిత్ కూడా హృదయములో లేనివాడై,

ఈ పాంచభౌతిక జగత్‌దృశ్యమును **ఇంద్రియార్థముల మేళన కల్పనుగాను, స్వప్న సదృశంగాను, ఇంద్రజాల కల్పనగాను, స్వకీయ కథాకథన విశేషముగాను,** అనేక వాయిద్యములతో కూడిన **సంగీత సమ్మేళనము** గాను – **నిశ్చింతగా దర్శించుచూ...**

యోగసేవయా ఆత్మ మాత్రేణ అవశిష్టమ్!

తనయొక్క యోగాభ్యాస బలంచేత కేవల – అఖండ – సర్వస్వరూప సర్వాత్మక **'ఆత్మ మాత్రుడు'** అయి శేషించినవాడై ఉంటున్నాడు.

యోగులందరికీ మార్గము, లక్ష్యము అదియే అయి ఉన్నది. అట్టి యోగసిద్ధుడే యోగాభ్యాసకులకు మార్గదర్శి.

ఇతి కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత యోగతత్త్వోపనిషత్

ఓం శాంతిః శ్శాంతిః శ్శాంతిః ॥

చతుర్వేదాంతర్గత

ఉపనిషత్ ఉద్యానవనము

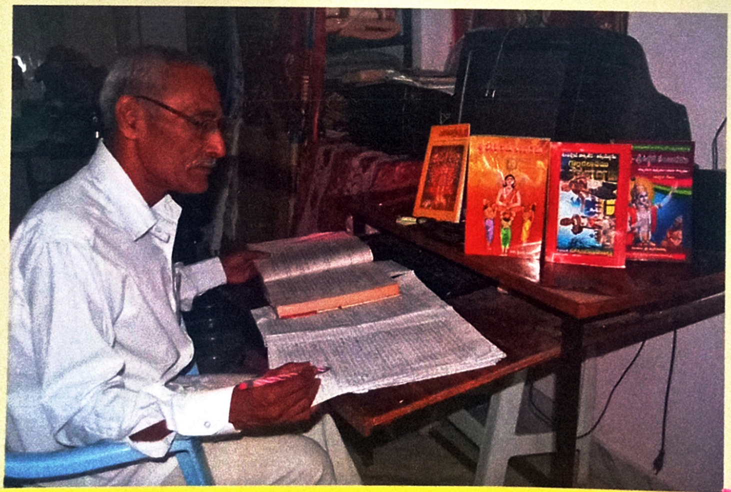
మంగళ శ్లోక - తాత్పర్య - వివరణ సమేతంగా
(రెండవ సంపుటి - కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత)

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత - అనుష్ఠాన పాఠము

I నారాయణీయా యాజ్ఞిక్యుపనిషత్

కృష్ణయజుర్వేదాంతర్గత - ఉపనిషత్తులు

1. అమృతనాదోపనిషత్
2. అమృత బిందూపనిషత్
3. అవధూతోపనిషత్
4. అక్ష్యుపనిషత్
5. ఏకాక్షరోపనిషత్
6. కలిసంతరణోపనిషత్
7. కఠోపనిషత్ (కఠవల్లీ)
8. కఠ రుద్రోపనిషత్
9. కాలాగ్ని రుద్రోపనిషత్
10. కైవల్యోపనిషత్
11. గర్భోపనిషత్
12. తేజో బిందూపనిషత్
13. తైత్తరీయోపనిషత్
14. దక్షిణామూర్త్యుపనిషత్
15. ధ్యాన బిందూపనిషత్
16. నారాయణోపనిషత్
17. పంచ బ్రహ్మోపనిషత్
18. ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్
19. బ్రహ్మోపనిషత్
20. బ్రహ్మ విద్యోపనిషత్
21. యోగకుండల్యుపనిషత్
22. యోగతత్త్వోపనిషత్



:- తాత్పర్య - వ్యాఖ్యానములు -:

యేలేశ్వరపు హనుమ రామకృష్ణ
డోర్ నెం. 2/8, రామలింగేశ్వరస్వామి గుడి వీధి
కూచిపూడి - 521 136, కృష్ణా జిల్లా ఆంధ్రప్రదేశ్

hasitha # 97042 75472