సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమం ద్వారా ప్రచురించబడుతున్న

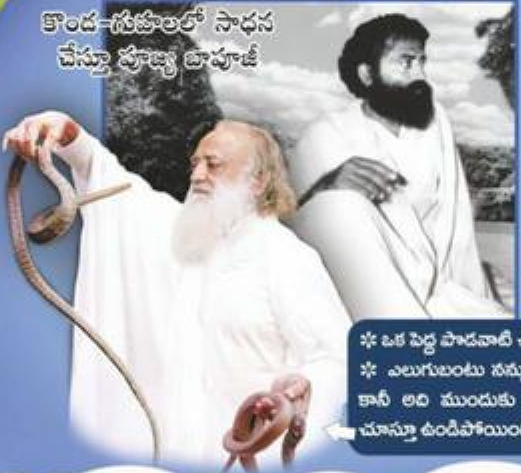
ఋషి ప్రసాద్

Rishi Prasad

Price : ₹ 7 Language : Telugu
Publication Date : 1st November 2022
Year : 17 Issue : 11
(Continuing Issue : 359)
Number of Pages : 36
(Including Cover Pages)

జీవన వికాసానికి రెండు రెక్కలు ఉన్నాయి - ప్రాణశక్తి మరియు జ్ఞానశక్తి. చదవండి పేజీ 6

ఈ రెండూ పెరిగినట్లయితే వ్యక్తి మొత్తం ప్రపంచాన్ని ఆశ్చర్యంలో ముంచెయ్యగలడు.



❊ ఒక పెద్ద పొడవాటి చిరుత నా ఎదుట నుండి వెళ్ళింది కానీ నన్ను అది ఏమీ చెయ్యలేదు. ❊ ఎలుగుబంటు నన్ను సరిగ్గా చూసింది అలాగే నేను కూడా దానిని సరిగ్గా చూశాను కానీ అది ముందుకు అడుగు వెయ్యలేదు. ❊ ఒక సర్పం ఎంతో ప్రేమతో నావైపు చూస్తూ ఉండిపోయింది. నేను దానిని చేతుల్లో తీసుకున్నాను. అది ఏమీ చెయ్యలేదు.

అహమదాబాద్ ఆశ్రమంలో జయప్రదమైన దీపావళి విద్యార్థి-అనుష్ఠాన-శిబిరం

పూజ్య బాపూజీ ఆత్మసాక్షాత్కారీ మహాపురుషులు. బాపూజీగారి పట్ల భగవత్ బుద్ధి, భగవత్ భావం కలిగించుకొండి, మీ లోపల సంతోషం, శాంతి, ఆనందం ఏవైతే మూతపడి ఉన్నాయో అవి ఉప్పొంగడం మొదలౌతుంది అలాగే మీ జీవితం కూడా సంతోషదాయకం అవుతుంది. - మహామండలేశ్వరులు స్వామీ ప్రకాశానందజీ, నైమిషారణ్యం (ఉ.ప్ర.) 25

మంత్రశక్తితో ఆరోగ్యం మరియు ఇతర లాభాలు 16 | రోగ-నివారణ యొక్క అనంత శక్తి మీలోనే ఉంది! 20

లోకంలో విలక్షణమైనది బాపూజీగారి ప్రియతముల దీపావళి !

సాధారణంగా దీపావళికి ముందే ప్రజలు నిమగ్నమౌతారు ఇళ్ళను అలంకరించుకోవడంలో, సంబంధీకులకు కానుకలను కొనడంలో అయితే బాపూజీగారి శిష్యులు తమ కుటుంబాలను విడిచిపెట్టి పేదలు, నిస్సహాయుల వద్దకు చేరుకుంటారు అలాగే వారి లోటుపాట్లను తొలగించి వాడిన హృదయాలకు గురుజ్ఞానం మరియు భగవన్నామంతో ఉల్లాసాన్ని కలిగించడంలో నిమగ్నమౌతారు !

ఈ మధ్యనే సాగర్ (మ.ప్ర.)కు సమీపాన గల వెనుకబడిన ప్రాంతాలు - గోరా ఖుర్ద్, బహోరీ ఖుర్ద్, మరగువాం, మరగువాం ఘాటీలో అలాగే దమోహ్ జిల్లాకు చెందిన వెనుకబడిన ప్రాంతాలలో సెప్టెంబరు 30 నుండి అక్టోబరు 10 దాకా సత్సంగాలు మరియు అన్నసంతర్పణాల ఏర్పాటు జరిగింది.

వక్తల ద్వారా అన్నసంతర్పణాల ప్రదేశాలలో గ్రామీణులకు సత్సంగ-కీర్తనల యొక్క రసపానం చేయించడం జరిగింది అలాగే వ్యసనాలు విడిచిపెట్టడానికి గృహవైద్య ఉపాయాలను (ఇంటి చిట్కాలను) చెప్పడం జరిగింది. పిల్లల జీవితాన్ని ఉన్నతంగా చెయ్యడానికై పూజ్య బాపూజీగారి సత్సంగాలలో చెప్పబడిన యుక్తులు మరియు సుసంస్కారాలను ప్రదానం చెయ్యడం జరిగింది. మిఠాయిలు, భోజనం, గొంగళ్ళు, చీరెలు, పిల్లలకు బట్టలు, వంటపాత్రలు, చెప్పులు, మేజోళ్ళు, సబ్బులు, కూరగాయలు, తులసి గోలీలు మొ॥ సామగ్రితోపాటు నగదు దక్షిణను ఇచ్చి వారి జీవితంలోని దుఃఖ-దరిద్రాలను తొలగించి వారిని సుఖ-సమృద్ధివైపు నడిపించడం జరిగింది.

గ్రామీణుల ముఖాలు బాహ్య మరియు అంతర ప్రసాదాన్ని పొంది విరబూశాయి. మరొకప్రక్క వారి కళ్ళు తమ చేతులతో ఇళ్ళు, సామగ్రి, ప్రసాదం, దక్షిణ మొ॥ వాటిని వితరణం గావించే పూజ్య బాపూజీగారి విరహంలో అశ్రుధారలు ప్రవహించడం జరిగింది. సాధకుల హృదయాలలో గురుప్రసాదం, గురుజ్ఞానాన్ని పంచిపెట్టిన ఆనందం పొందుతుండగా మరొక ప్రక్క ఈ అన్నసంతర్పణ నిమిత్తం బాపూజీగారి సాన్నిధ్యంలో సేవ యొక్క చక్కని అవకాశం లభించనందుకు బాధ కూడా కనిపించింది. అందరూ పూజ్య బాపూజీగారి తక్షణ విడుదలను కోరారు. దీపావళి సందర్భంగా దేశంలో విభిన్న ప్రదేశాలలో అన్నసంతర్పణలు జరిగాయి అక్కడ కూడా సుమారుగా ఇదే వాతావరణం కనిపించింది.

గోరా ఖుర్ద్, జి. సాగర్ (మ.ప్ర.)

జలనా, జి. దామోహ్ (మ.ప్ర.)

కల్లుబోలా, జి. రాజ్‌నాంద్‌గావ్ (ఛ.గ.)

పరస్‌పూర్, జి. గోండా (ఉ.ప్ర.)

బెలౌదీ, జి. దుర్గ్ (ఛ.గ.)

వడగావ్, జి. సతారా (మహా.)

బన్నీపథరా, జి. కబీర్‌ధామ్ (ఉ.ప్ర.)

నరపతిపూర్, జి. సీతాపూర్ (ఉ.ప్ర.)

బజాదాండ్ సిమరియా, జి. మండలా (మ.ప్ర.)

స్థలాభావం కారణంగా అన్ని ఫోటోలను ఇవ్వలేకపోతున్నాం. ఇతర అనేక ఫోటోల కొరకు www.ashram.org/sewa వెబ్‌సైట్ చూడండి

ఋషి ప్రసాద్

(Rishi prasad)

హిందీ, గుజరాతీ, మరాఠీ, ఒడియా, తెలుగు, కన్నడ, ఇంగ్లీషు మరియు బెంగాలీ భాషలలో ప్రచురింపబడుతుంది.

Year : 17 Issue : 11 Price : 7
Language : Telugu
Continuing Issue : 359
Publication Date : 1st November 2022
No. of pages : 36 (including cover pages)
Kaarthikam-Margashiram
Vikram Samvat 2078

Owner : Sant Shri Asharamji Ashram
Publisher : Dharmesh Jagram Singh Chauhan
Printer : Raghvendra Subhashchandra Gada
Place of Publication : Sant Shri Asharamji Ashram, Motera, Sant Shri Asharamji Bapu Ashram Marg, Sabarmati, Ahmedabad - 380005 (Gujarat).
Printed At : Hari Om Manufactureres, Kunja Matralion, Paonta Sahib, Sirmour (H.P.) - 173025.
Editor : Shrinivas R. Kulkarni
Co-Editor : Dr. P.K. Makwana
Patron : Shri Surendranath Bhargava, Former Chief Justice, Sikkim High Court, Former Chairperson, Human Rights Commission (Assam & Manipur), Former Justice, Rajasthan High Court

దయచేసి మీ సభ్యత్వ రుసుమును లేదా ఇతర ఏ విధమైన పైకాన్నిగానీ రిజిష్టర్ లేదా సాధారణ పోస్టు ద్వారా పంపించకండి. ఈ విధంగా పంపబడే పైకం జమకాకపోవడంలో ఆశ్రమం వారి బాధ్యత ఏమాత్రమూ ఉండదు. మీరు పంపే పైకాన్ని మనియార్డరు ద్వారా గానీ, డిమాండ్ డ్రాఫ్టు ద్వారా గానీ (హరిఓం మ్యాన్యుఫ్యాక్చరర్స్) (Hari Om Manufactureres) పేరున అహమదాబాద్‌కు పంపవలసిందిగా ప్రార్థన.

సంప్రదించవలసిన చిరునామా : 'ఋషి ప్రసాద్', సంత్ శ్రీ ఆశారాంజీ బాపూ ఆశ్రమ మార్గ్, సాబర్‌మతి, అహమదాబాద్-380005 (గుజరాత్)
(079) 27505010-11, 61210888.
Hyderabad : 9030602680, 9391233462
Only for 'Rishi Prasad' Enquiry : (079) 61210742
9512081081 'Rishi Prasad'
ashramindia@ashram.org
www.ashram.org, www.rishiprasad.org

సభ్యత్వ రుసుము (పోస్టు ఖర్చులతో సహా)
భారతదేశంలో

గడువు	హిందీ, ఇతర భాషలలో	ఇంగ్లీషులో
1 సం॥	₹ 75	
2 సం॥లకు	₹ 140	
5 సం॥లకు	₹ 340	
జీవిత సభ్యత్వం (12 సం॥లకు)	₹ 750	

విదేశాలలో (అన్ని భాషలలో)

గడువు	సార్క్ దేశాలు	ఇతర దేశాలు
1 సం॥	₹ 600	US$ 20
2 సం॥లకు	₹ 1200	US$ 40
5 సం॥లకు	₹ 3000	US$ 80

Opinions expressed in this publication are not necessarily of the editorial board. Subject to Ahmedabad Jurisdiction.

ఈ సంచికలో...

❖ ఆత్మసాక్షాత్కార దినోత్సవ సందర్భంగా
పూజ్య బాపూజీగారి మంగళమయ సందేశం 4
❖ జీవన వికాసానికి రెండు రెక్కలు 6
❖ ...ఎక్కడి నుండి వస్తున్నాయి ఇన్ని పాలు ? 8
❖ కొన్నిచోట్ల రావణ పూజ, రామ-సేనపైన రాళ్ళను రువ్వడం జరిగితే
మరికొన్ని చోట్ల రావణ దహనం 10
❖ దారిద్ర్యం తొలగుతుంది, బ్రతుకు తెరువులో వృద్ధి నిండుగా ఉంటుంది 10
❖ ... ఇక గీత అర్థమైపోతుంది 11
❖ పూజ్య బాపూజీ గారి జీవిత-సంఘటనలు 13
✲ నేర ప్రవృత్తిని విడిచి భక్తునిగా మారిన దాస్
✲ నేను గారడీ చెయ్యలేదు, ప్రణవ జపం యొక్క అద్భుతం అది
❖ జ్ఞాన దీపిక ✲ బంధనం కేవలం భావనయే ! 15
❖ మంత్రశక్తి ✲ మంత్రశక్తితో ఆరోగ్యం మరియు ఇతర లాభాలు 16
❖ విద్యార్థి సంస్కారాలు ✲ బీర్బల్ యొక్క బుద్ధి చాతుర్యం 18
✲ 8 సం॥ల వయస్సులో విభిన్న ప్రపంచ
రికార్డులు స్థాపించాడు - డా. ధర్మేంద్ర కటారియా
❖ ఆత్మ అన్వేషణ 20
✲ రోగ-నివారణ యొక్క అనంత శక్తి
మీలోనే ఉంది ! - పరమహంస యోగానంద
❖ మహిళా ఉత్థానం 21
✲ గీతలో భగవంతుడు స్త్రీల కొరకు చెప్పిన ముఖ్యమైన మాట ఏమిటి ?
❖ సంస్కృతి విజ్ఞానం ✲ నమస్కారం ఎందుకు ? 22
❖ ... ఇక అతడు హృదయానికే రాజు అయ్యాడు 23
❖ వీరంటారు 25
✲ పూజ్య బాపూజీగారి పట్ల మీ ఆలోచనాధారను మార్చుకోండి !
❖ సత్పురుషుల హితకరమగు వాణి 26
❖ భక్తుల అనుభవాలు 27
✲ యాత్ర : ఉద్యోగం లభించడం నుండి ఐ.టి. కంపెనీ యజమాని దాకా
- సిద్ధార్థ్ పాండేయ్
❖ కావ్య మంజరి ✲ లోకంలో జీవితం సఫలం వారికే... - సంత్ పథిక్‌జీ 30
❖ ఉద్గమ-స్థానంలో బుద్ధికి విశ్రాంతిని కలిగించి పుష్టివంతం చెయ్యండి 30
❖ ఆరోగ్య సంజీవని ✲ చలి కాలంలో ఆచరించదగినవి 31-33
✲ శీత ఋతువు కొరకు బల-పుష్టివర్ధక ప్రయోగం
✲ శరీరాన్ని వజ్ర-సమానంగా మార్చే శుద్ధ
హీరా భస్మంతో కూడినది : వజ్ర రసాయనం
✲ పెసర్లతో పౌష్టికమైన హల్వా
❖ పూజ్య బాపూజీగారి ద్వారా నిర్దేశించబడిన దినచర్య 34

వివిధ ఛానెళ్ళలో పూజ్య బాపూజీ గారి సత్సంగాలు | **సేవా కార్యాలు**

DIGIANA — ప్రతిరోజూ రాత్రి 10 గంటలకు
JK — ప్రతిరోజూ ఉదయం 7.30 గంటలకు, రాత్రి 8.30 గంటలకు
మంగళమయ ఇంటర్నెట్ ఛానెల్ — www.ashram.org/live
youtube.com/AsharamjiBapu
youtube.com/AsharamjiAshram
ఆశ్రమం యొక్క అధికారిక యూట్యూబ్ ఛానెల్స్

✲ 'డిజియానా దివ్యజ్యోతి' ఛానెల్ మధ్య ప్రదేశ్‌లో 'డిజియానా కేబుల్' (ఛానెల్ నెంబర్ 109)లో లభిస్తుంది. ✲ 'ఆరాధన' ఛానెల్ జమ్మూలో JK Cable లో లభిస్తుంది.

Download Rishi Prasad, Rishi Darshan & Mangalmay Digital Apps

ఆత్మసాక్షాత్కార దినోత్సవ సందర్భంగా పూజ్య బాపూజీగారి మంగళమయ సందేశం

... ఇక అన్ని పరుగులు సమాప్తమౌతాయి

ఏవో ది దేఖాడ్, హ్వాలా ! ఏవో ది ఉగాడ్ !!
దేఖుం తారూం రూప్ బధే, ఏవో ది దేఖాడ్ !!
భూలావీ హుం-మారూం హుం
నే తారామాం డూబాడ్...

'ఓ ప్రియతమా ! అలాంటి రోజులు చూపించు, అలాంటి రోజులను ఉదయింపజెయ్యి దానితో అందరిలో నీ రూపమే చూడాలి. కల్పితమైన నేను- నాది అనేవాటిని మరిపింపజేసి నన్ను నీలో ముంచెత్తు.'

ఓ పరమేశ్వరా ! ఓ దేవేశ్వరా ! ఓ విశ్వేశ్వరా ! ఎంతో జరిగింది !... ఎందరెందరో తల్లులు మారి ఉంటారు, ఎందరో తండ్రులు మారి ఉంటారు, ఎంతోమంది భర్తలు మారి ఉంటారు, భార్యలు మారి ఉంటారు, శరీరాలు మారి ఉంటాయి.... మారని ఓ దేవా ! నీలో మేల్కొనాలి, అంతే చాలు... నువ్వు మేల్కొనడానికి అవకాశం ఇస్తావు. ఈ దుష్ట ఇంద్రియాలు, విషయ వికారాలు, ఆకర్షణలు సాధనలో అసాధన చేసి అలస్యం చేయిస్తూ ఉన్నాయి, నిరంతరం నిన్ను పొందే సాధన జరిగితే ఢిల్లీ దూరంగా లేదు !... ఢిల్లీ అయితే కొద్దో గొప్పో దూరంగా ఉంటుంది కానీ ఆ హృదయేశ్వరుడైతే (దిల్‌బర్) కొద్దిగా కూడా దూరంగా లేదు నాయనా ! హృదయేశ్వరుడు దూరంగా లేడు, దుర్లభుడు కాదు, అతీతంగా లేడు, పరాయివాడు కాదు, మన సొంతమై ఉన్నాడు.

లాఖ్ చౌరాసీ కే చక్కర్ సే థకా, ఖోలీ కమర్ ।
అబ్ రహా ఆరామ్ పానా, కామ్ క్యా బాకీ రహా ॥
లగ్ గయా పూరా నిశానా, కామ్ క్యా బాకీ రహా ।
జాన్‌నా థా సోయీ జానా, కామ్ క్యా బాకీ రహా ॥
దేహ్ ప్రారబ్ధ్ సే మిల్‌తా హై సబ్‌కో సబ్ కుఛ్ ।
నాహక్ జగ్ కో రిఝానా, కామ్ క్యా బాకీ రహా ॥

చేరవలసిన గమ్యం వచ్చినట్లయితే రాకపోకల సాధనాలను విడిచిపెట్టు. నువ్వు నీ ఇంట్లో (నీలో నువ్వు) విశ్రాంతిని పొందు ! 'ఇది చెప్పాలి, అది చెయ్యాలి... ఇది పొందాలి...' అన్ని పరుగులు సమాప్తమౌతాయి.

ఎలా ఉంటారు తనలో తాను మేల్కొన్న మహాపురుషులు !

స తృప్తో భవతి ! స అమృతో భవతి ।
స తరతి లోకాంస్తారయతి ।
(నారద భక్తిసూత్రాలు : 4 మరియు 50)

వారి సంకల్పం, వారి దర్శనం, వారి సాన్నిధ్యం, వారి జ్ఞాపకాలు అసంఖ్య ప్రజలను తరింపజెయ్యడంలో సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటాయి. హే ప్రభు ఆనందదాతా !... **వారు సంకల్పం చేస్తే...** అంటే వారు ఒక వ్యక్తిగా సంకల్పం చేస్తారా ? లేదు-లేదు, అలాంటి పురుషులు అనంత బ్రహ్మాండాలలో వ్యాపించి ఉంటారు.

వారి శ్రీమూర్తి యొక్క దర్శనం చేసుకోవడం వల్ల మీకు సంతృప్తి కలుగుతుంది అయితే ఈ సంతృప్తి మళ్ళీ మళ్ళీ కలుగుతుంది, వస్తూ ఉంటుంది-పోతూ ఉంటుంది కానీ అసలైన సంతృప్తి యొక్క ఫలం 'మహాసంతృప్తి'.

దు:ఖం మరియు బాధకు చెందిన కన్నీరు వేరు అయితే పరమానందం యొక్క రసం హర్ష-రసం కాదు, శోక-రసం కాదు, కామ వికారాలకు చెందిన ఏదైనా పరిస్థితి యొక్క రసం కాదు అయితే మన సొంత రసం. **రసో వై స: ।** ఆ విశ్వేశ్వరుడు రసస్వరూపుడు.

తస్య తులనా కేన జాయతే ?
(అష్టావక్ర గీత : 18.89)

ఆ రసస్వరూపుడైన ఆత్మదేవుడి, తమను తాము తెలుసుకున్న వారిని ఎవరితో పోల్చగలం ? ఉపనిషత్తు అంటుంది : **యతో వాచో నివర్తంతే ।** అక్కడికి వాణి వెళ్ళలేదు. **అప్రాప్య మనసా సహ ।...** మనస్సు దానిని పొందలేదు. మతి దానిని చూడలేదు. **మతి న లఖై జిహ్వం మతి లఖై...** ఒక మతి ఏమిటి, లోకంలోని మతులు,

బ్రహ్మాండంలోని మతులన్నీ కలిసి కూడా దానిని చూడలేవు అలాగే మతి దాని సత్తాతోనే చూస్తుంది. దేనితో పట్టుకుంటామో దానితో మిగిలిన వాటిని పట్టుకోవడం జరుగుతుంది కానీ పట్టుకు ఏదైతే సత్తా ఇస్తుందో ఆ చేతిని అది ఏం పట్టుకోగలదు !

...ఇక హనుమంతుడు రాముడే అయ్యాడు

జ్ఞాత్వా దేవం ముచ్యతే సర్వపాశై: ।

(శ్వేతాశ్వతర ఉపనిషత్తు : 6.13)

ఆ ఆత్మదేవుడిని తెలుసుకోవడం వల్ల జీవుడు అన్ని బంధనాల నుండి ఎప్పటికీ ముక్తుడైపోతాడు. హనుమంతుడు బుద్ధిశాలురలో గొప్పవాడు. హనుమంతుడు భగవంతుడైన రాముని యొక్క అసలైన స్వరూపాన్ని తెలుసుకోవడంతో జన్మించవలసిన అవసరం కలగలేదు. 'రాముని అసలైన స్వరూపం స్వయంగా నా స్వరూపమే. సీతాదేవి యొక్క అసలైన స్వరూపం – నా ఆహ్లాదినీ శక్తి, స్వయంగా నాదే.' అలాంటి వివేకం హనుమంతునికి ఉంది !

> నిలబడనిది ఎలా నిలబడు తుంది అలాగే నిలబడేది ఎలా నశిస్తుంది ? నిలబడేవానిలో నిలబడితే, పని పూర్తవు- తుంది !... నేడు అదే రోజు మాది... ఓం ఓం ఓం ఆనందం... ఓం ఓం ఓం మాధుర్యం... మంగళ సమాచారం, శుభ సమాచారం... ఇప్పుడు త్వరగా మీకు కూడా శుభ సమాచారం కావాలి.

ఎవరైనా పని చేస్తే అంటారు : 'నీ జీతం 25 వేలు ఉంటుంది అలాగే నీలో పని చేసే శక్తి ఏదైతే ఉందో దానికి 20 వేలు.' అలా ఉంటుందా ! ఉదాహరణకు పురుషుడు మరియు పురుషుని శక్తి అభిన్నం అలాగే బ్రహ్మ మరియు బ్రహ్మ యొక్క ఆహ్లాదినీ శక్తి అభిన్నం, భిన్నత్వం అనేది కేవలం ప్రతీతిగా ఉంటుంది. ఎవరైతే అణువణువునా రమిస్తూ ఉన్నాడో అదే చైతన్యం, రాముని యొక్క అసలైన స్వరూపం అలాగే అతడి ఆహ్లాదినీ శక్తి ఏదైతే ఉందో ఆమె సీతాదేవి.

రాముడు మరియు సీతాదేవి సంయుక్త ఉపదేశంతో హనుమంతుడు రాముడయ్యాడు, రాముడు హనుమంతుడే అయ్యాడు. హనుమంతుడిని చూసి రాముడు, సీతాదేవి ఎంతో ప్రసన్నులయ్యారు. మీరు డిగ్రీ చదువును చదువుతారు దాని కంటే కూడా అధిక ఆనందం ఎవరికైనా చదివించినప్పుడు కలుగుతుంది లేదా మీ కూతురు-కుమారుడు, బంధువు మీ అనుభవం నుండి లాభాన్ని పొంది మంచి మార్కులతో పట్టభద్రుడైనప్పుడు కలుగుతుంది.

రాముడు అడగడంతో సీతాదేవి కూడా సంయుక్తమయ్యింది. సీతారాములు అడిగారు ఇది చెప్పడంలో నాకు ఎలాంటి సంకోచమూ కలగడం లేదు. అడిగారు : "ఇప్పుడు మేము ఎలా కనిపిస్తున్నాము ?"

హనుమంతుడు అంటాడు :

దేహదృష్ట్యా తు దాసోఽహం జీవదృష్ట్యా త్వదంశక: ।
వస్తుతస్తు త్వమేవాహమితి మే నిశ్చితా మతి: ॥

'దేహ దృష్టితో నేను మీ దాసుడిని, జీవ దృష్టితో మీ అంశను అలాగే పరమార్థ-దృష్టితో మీరు ఏదిగా ఉన్నారో, అదే నేను కూడా – అలా ఉంది నా నిశ్చిత ధారణ.'

రాముడు ఉండలేక పోయాడు. హనుమంతుడిని రాముడు ఆలింగనం చేసుకున్నాడు, ఆ చిత్రాన్ని మీరు కూడా చూసి ఉంటారు. విచిత్ర దశ యొక్క చిత్రం, విచిత్ర క్షణాలకు చెందిన, అలౌకిక క్షణాలకు చెందిన చిత్రమై ఉంటుంది ! గురువు శిష్యుడు, శిష్యుడు గురువు ఒక్కటయ్యారు ! బయట నుండి ఆలింగనం జరిగినట్లుగా కనిపిస్తుంది కానీ లోపలి నుండి ఏం ఆలింగనం జరిగిందనేదాన్ని వర్ణించలేము. మిలా ఈస్ సే ఈస్ । ఈశ్వరుడు ఎవరై ఉన్నారో అతడి యొక్క 'నేను జీవాత్మను' అలాంటి భ్రమను తొలగించుకుంటే 'మిలా ఈస్ సే ఈస్.'

మీ జీవితంలో కూడా అలాంటి శుభ ఘడియలు రావాలి

దేహ సభీ మిథ్యా హుయీ... అది సాకార భగవంతుల యొక్క దేహం కావచ్చు, సాకార జీవులది కావచ్చు, దైత్యుల, దానవుల దేహం కావచ్చు – ఇవన్నీ మిథ్యయే. మొదట్లో లేవు, తరువాత కూడా ఉండవు... కానీ ఏదైతే మొదట్లో ఉందో, ఇప్పుడు ఉందో,

(శేషభాగం 9వ పేజీలో)

జీవన వికాసానికి రెండు రెక్కలు

- పూజ్య బాపూజీ

జీవన వికాసానికి రెండు రెక్కలు – ప్రాణశక్తి మరియు జ్ఞానశక్తి. వ్యక్తి యొక్క ప్రాణశక్తి ఎంత పటిష్టంగా ఉంటే అలాగే జ్ఞానం ఎంత ఉన్నతంగా ఉంటే అతడు అంతగా ఉన్నతంలో ఉన్నతమగు పదవిని చేరుకుంటాడు.

పిల్లలకు, పెద్దలకు ప్రాణశక్తి మరియు జ్ఞాన శక్తి – ఈ రెండు శక్తుల అవసరం ఉంది. ఈ రెండూ పెరిగినట్లయితే వ్యక్తి మొత్తం లోకాన్ని ఆశ్చర్యంలో ముంచెత్తగలడు. ఎవరి జీవితంలో ప్రాణశక్తిని పెంచుకునే కళను తెలుసుకున్న జ్ఞానదాత సద్గురువు లేరో అతడు ఎంత పెద్దవాడై ఉన్నప్పటికీ పిల్లవాడే అలాగే ఎవరి జీవితంలో ప్రాణశక్తి మరియు జ్ఞానశక్తిని పెంచే సద్గురువు ఉంటారో ఆ పిల్లవాడు కూడా ఎన్నడూ మొద్దుగా ఉండడు ! ఆ చిన్నలో చిన్న పిల్లవాడు కూడా గొప్ప శిఖరాలను చేరుకునే పనిని చెయ్యగలుగుతాడు.

పూజ్య బాపూజీ గారి
మంగళమయ
సందేశం

జ్ఞానశక్తి మన ఆత్మ అలాగే ప్రాణశక్తి శరీరంలో క్రియను చేస్తుంది. ఎంతగా ప్రాణశక్తి మరియు జ్ఞానశక్తి వికసించి ఉంటాయో అంతగా వ్యక్తి యొక్క జీవితం వికసిస్తుంది.

ప్రాణశక్తి మరియు జ్ఞానశక్తి యొక్క బలం

ప్రాణశక్తి శరీరం, మనస్సు, బుద్ధిని పుష్టివంతం చేస్తుంది. రామమూర్తి ఎలాంటి బలహీనమైన విద్యార్థి అంటే స్కూలుకు వెళుతూ వెళుతూ నేలను పట్టుకుని కూర్చుండిపోయేవాడు. అతడికి ఎవరో ప్రాణాయామం చేయించడం నేర్పించడంతో గొప్ప మల్లయోధుడయ్యాడు. ఎన్నో అలాంటి కథలు-సంఘటనలు ఉన్నాయి.

ఓహో ! రావణునిలో తపస్సు తక్కువగా ఉందా ? అలా-ఇలా... అద్భుతమైనది రావణుని తపస్సు, వైభవం ! అయినప్పటికీ రాముని ప్రాణశక్తి-జ్ఞాన శక్తి ఎదుట రావణునికి ఓటమిని అంగీకరించాల్సి వచ్చింది. చివరికి రావణుడు మరణించేటప్పుడు అంటాడు : "శ్రీరామ భగవానునికి నా నమస్కారాలు !" ఎందుకంటే రాముడు జ్ఞానశక్తి యొక్క మూలంలో స్థితుడై ఉన్నాడు.

జ్ఞానశక్తిలో విశ్రాంతిని పొందే బ్రహ్మర్షి వసిష్ఠుని ఎదుట చివరికి రాజర్షి విశ్వామిత్రునికి ఓటమిని అంగీకరించాల్సి వచ్చింది.

జ్ఞానశక్తి మరియు ప్రాణశక్తి గురుకుల విద్యా- పద్ధతికి చెందిన పిల్లలు తెలుసుకోకపోతే టై మరియు ప్యాంటును ధరించే మరియు ఇంగ్లీషు చదువులో పతిత బుద్ధి కలిగిన వారు తెలుసుకుంటారా ? వారు అంతగా తెలుసుకోగలుగుతారా !

ఖద్దరు బట్ట ఆరోగ్యానికి ఉత్తమం. సింథటిక్ బట్ట ప్రాణశక్తిని ఉన్నతం చెయ్యలేదు అలాగే టై గొంతును ఒత్తి పెట్టడంతో రక్త ప్రసరణ (blood circulation) తగ్గిపోతుంది, దీనితో ఎంతోమందికి వ్యాధులు కూడా కలుగుతాయి.

బాల గంగాధర తిలక్ ఆంగ్లేయుల కాలంలో నుండి కూడా ధోతీ-కుర్తా ధరించి మహావిద్యాలయానికి వెళ్ళేవాడు. ఆ సమయంలో ఇతర విద్యార్థులు, టై, షర్ట్-ప్యాంటును ధరించి వెళ్ళేవారు. బాల గంగాధర్ తిలక్ తన సంకల్పం పైన దృఢంగా ఉండడంతో క్రమక్రమంగా 1-2-5-15... ఎందరో విద్యార్థులు వారిని అనుసరించి భారతీయ వేషధారణ చెయ్యసాగారు.

బాల గంగాధర్‌లో ప్రాణశక్తి ఉంది, జ్ఞానశక్తి ఉంది ! అంతేగానీ ఇతరులు నవ్వుతారని ఈ సిద్ధాంతాలను విడిచిపెట్టాలా !... లేదు.

మైం ఛుయీముయీ కా పౌధా నహీం,
జో ఛూనే సే ముర్‌ఝా జావూం ।
మైం వో గురు కా చేలా నహీం,
జో హవా సే డర్ జావూం ॥

నేను అడవులలో ఎలాంటి ప్రదేశాలకు వెళ్ళేవాడినంటే అక్కడ అడవి మృగాలు ఉండేవి. ఒకసారి నేను ఋషికేశ్ ఆశ్రమం వద్ద సాయంత్రం అడవిలో

తిరగడానికి వెళ్ళడంతో ఒక పెద్ద-పొడవాటి చిరుత నా ఎదుట నుండి వెళ్ళింది కానీ నన్ను అదేమీ చెయ్యలేదు. నాకు దానికి మధ్య కేవలం 10-15 అడుగుల దూరమే ఉంటుంది. నేను దానిని వెళ్ళి పోయిన తరువాత చూశాను. నేను క్రింద చూసుకుంటూ వెళుతున్నాను, అది కొండపై నుండి నన్ను చూసి ఉంటుంది. ఆకలితో ఉన్న చిరుత, దాని ఉదరం ఎలా ఉన్నదంటే నా వంటి వారిని అల్పాహారంగా తీసుకోవచ్చు కానీ అది ఏమీ చెయ్యలేదు. ప్రాణశక్తి-జ్ఞానశక్తి పటిష్టంగా ఉంటే హింసక ప్రాణులు కూడా మీ ఆధ్యాత్మిక ఆభాతో ఆ సమయంలో అహింసా స్వభావాన్ని కలిగినవిగా మారిపోతాయి.

ఒకసారి స్వామీ రామతీర్థ హిమాలయాల అడవులలో తిరుగుతూ ఉన్నారు. ఒక్కసారిగా 5 ఎలుగుబంట్లు పరుగెత్తుకుంటూ వచ్చాయి వారిపైన దాడి చెయ్యడానికి.

రామతీర్థులు : "ఏయ్ ! తిరిగి వెళ్ళండి !"

వారివైపు చూశాయి. భయపెట్టే స్వరంతో ఎలుగు బంట్లు భయపెడుతున్నాయి కానీ రామతీర్థుల ప్రాణశక్తి-జ్ఞానశక్తి యొక్క ప్రభావంతో చివరికి ఆ ఐదు ఎలుగుబంట్లు పారిపోయాయి, స్వామి రామతీర్థులు యథార్థంగా ఉండిపోయారు !

రాజస్థాన్‌లో మౌంట్ ఆబూ ఉంది. నేను అక్కడ సాధన చెయ్యడానికి ఉండడం జరిగింది. అక్కడ కూడా ఎలుగుబంట్లు ఉండేవి, అవి ఎంతో మందిపైన దాడి చేశాయి.

ఒక రాత్రి ఎలుగుబంటి గొంతు వినిపించింది. చూడగా మా గుహకు ఫలానా దిశ నుండి అది వస్తూ ఉంది. నేను గుహ నుండి క్రిందికి దిగాను. వెన్నెలలో అది ఎడమ వైపు నుండి వస్తూ ఉంది అలాగే నా కాలిబాట కలిగిన దారి కుడివైపు నుండి ఉంది. అది నల్లగా, దెయ్యంలా ఉంది అలాగే నావి తెల్లని బట్టలు. అది నన్ను సరిగ్గా చూసింది, నేను కూడా దానిని సరిగ్గా చూశాను కానీ అది ముందుకు రానేలేదు.

సర్ప్ విషైలే ప్యార్ సే వశ్ మేఁ బాబా తేరే ఆగే !...

(విష సర్పం కూడా వశమౌతుంది
బాబా ! నీ ప్రేమ ముందు)

నేను సర్పాన్ని చేతుల్లోకి తీసుకున్న ఫోటోను చూసే ఉంటారు. నా కంటే పొడవైన అడవి సర్పం ఉంది. నేను జగన్నాథపురి అడవులలో తిరగడానికి వెళ్ళేవాడిని. అక్కడ ఒక సర్పం ఎంతో ప్రేమగా నా వైపు చూస్తూ ఉంది. నేను చేతుల్లోకి తీసుకున్నాను. సర్పం చేతి స్పర్శను కూడా గుర్తిస్తుంది, తెలుసుకుంటుంది అయితే అది ఏమీ చెయ్యలేదు. మీరు జ్ఞానశక్తి-ప్రాణశక్తిలో మునిగిపోయి నిశ్చింతగా ఉంటే సర్పం కూడా తన విష స్వభావాన్ని మరచిపోతుంది.

ప్రాణశక్తి ఎలా పెరుగుతుంది ?

ప్రాణశక్తిని ఎలా పెంచుకోవాలనేది నాకు బాగా తెలుసు :

ఇంద్రియాణాం మనో నాథో మనోనాథస్తు మారుతః।
(హఠయోగ ప్రదీపికా : 4.29)

ఇంద్రియాలకు స్వామి మనస్సు అలాగే మనస్సుకు స్వామి ప్రాణం. కాబట్టి ఉదయం 3-5 మధ్య... అంటే 5 గంటలకు ముందు త్రిబంధంతో కూడిన 3 ప్రాణాయామాలు చెయ్యండి, చాలు...! ఒకటి నుండి ఒకటింబావు నిముషం శ్వాసను లోపల నిలపండి తరువాత నిదానంగా సమయాన్ని పెంచుకుంటూ వెళ్ళండి. నేనైతే 2 నిముషాల దాకా ఆపి ఉంచుతాను ఈ వయస్సులో కూడా. లోపల ఒకటింబావు నిముషం ఆపితే ఒక నిముషం బయట ఆపి ఉంచాలి. తరువాత నిదానంగా 5-5 సెకన్ల సమయాన్ని పెంచండి. ప్రాణాన్ని (శ్వాసను) నిలిపి ఉంచడం వల్ల ఊపిరితిత్తులలో మూతబడిన రంధ్రాలు తెరుచుకుంటాయి అలాగే ప్రాణశక్తి పెరుగుతుంది. (త్రిబంధయుక్త ప్రాణాయామానికి చెందిన పూర్తి విధి కొరకు చూడండి ఋషి ప్రసాద్, జూన్ 2021, పేజీ 31)

జ్ఞానశక్తిని ఎలా వికసింపజేసుకోవాలి ?

జ్ఞానశక్తి యొక్క మహిమ అంతులేనిది ! ఒక విద్యార్థి అనుకోసాగాడు 'జ్ఞానశక్తి ఎక్కడ ఉంటుంది అలాగే ఎలా వికసిస్తుంది ?'

గురూజీ అంతర్యామియై ఉంటారు, అన్నారు : "ఎంతోమంది విద్యార్థులు ఆలోచిస్తూ ఉంటారు 'జ్ఞానశక్తి ఎక్కడ ఉంటుంది, ఎలా వికసిస్తుంది ?' అరే, ఈ ఆత్మయే జ్ఞానస్వరూపం, నువ్వే జ్ఞాన స్వరూపుడివి నాయనా ! నీ జ్ఞానం మనస్సులోకి

వస్తుంది, బుద్ధిలోకి వస్తుంది, కళ్ళల్లోకి వస్తుంది. నువ్వు నీ మూల జ్ఞానాన్ని పొందినట్లయితే జనన మరణాల నుండి దాటిపోగలవు. నీ 21 తరాలు తరించిపోగలవు !"

ఇప్పుడు మీరు ప్రాణశక్తిని పెంచుకోవడానికి ప్రాణాయామం చెయ్యడం మొదలుపెట్టండి అలాగే జ్ఞానశక్తిని పెంచుకోవడానికి 'నేను ఎవరిని ?' ఆ విధంగా ఉదయం-సాయంత్రం అన్వేషించడం మొదలుపెట్టండి. **భగవంతుడిని లేదా గురువును తదేకంగా చూస్తూ ఓంకార నాదం, జపం చెయ్యడం వల్ల ప్రాణశక్తి మరియు జ్ఞానశక్తి రెండూ నిగారిస్తాయి.** □

తరిగిపోతున్న పశుధనం అయినా పాలు వెల్లువలా... ఎక్కడి నుండి వస్తున్నాయి ఇన్ని పాలు ?

లంపీ వ్యాధితో తలపడుతున్న మరణిస్తున్న ఆవులు

లంపీ వ్యాధి కారణంగా దేశంలోని ఎన్నో రాష్ట్రాలలో పశుధనం ఎంతగానో ప్రభావితమయ్యింది. రాజస్థాన్‌లో దీని తీవ్రత మరింత అధికంగా గంభీర రూపాన్ని దాల్చింది. లంపీ వ్యాధి కారణంగా రాష్ట్రంలో 60 వేల ఆవులు చనిపోయాయి అయితే 13 లక్షల కంటే అధికంగా ఆ వ్యాధికి గురికాబడి ఉన్నాయి. ఈ కారణంగా పండుగల రోజులలో పాల లోటుకు సంబంధించి సంకటం ఏర్పడాలి కానీ ఆశ్చర్యమేమిటంటే మార్కెట్లో పాలు, పనీర్ మరియు మేవా లభించడంలో ఎలాంటి లోటూ రాలేదు. పాల లోపం ఏర్పడినప్పటికీ వాటి పూర్తి ఎక్కడి నుండి జరుగుతూ ఉంది ?

మార్కెట్‌లోని అధిక శాతం పాలు త్రాగడానికి యోగ్యమైనవి కావు

దైనిక్ భాస్కర్ ద్వారా కైనంస్ సంస్థతో కలిసి జైపూర్ పాల మండీలు, పాల వర్తకులు మరియు ప్రైవేట్ డైరీల నుండి తీసుకుని 300 నమూనాలను ప్రసిద్ధ దర్యాప్తు ఏజన్సీ ద్వారా తనిఖీ చేయించిన మీదట 200 నమూనాలో కేవలం 5 నమూనాలే త్రాగడానికి యోగ్యమైనవిగా తేలింది, మిగిలినవి 'ఫుడ్ సేఫ్టీ యాక్ట్'కు తగినవిగా ఋజువు కాలేదు. ఫెయిల్ అయిన నమూనాలలో వస, విటమిన్, క్యాల్షియం మరియు మినరల్స్ లభించలేదు. పాల నమూనాలలో పామాయిల్, ఉప్పు మరియు పంచదార యొక్క కల్తీ అలాగే హై లెవెల్ ఏసిడిటి లభించడం జరిగింది. మేవాకు చెందిన 50 నమూనాలలో నుండి 2 అలాగే పనీర్‌కు చెందిన 50 నమునాలలో నుండి 3 నమూనాలు మాత్రమే పాస్ కావడం జరిగింది. **కొన్ని పాల మండీలకు చెందిన పాలు మరియు పనీర్ యొక్క 20-20 నమూనాలలో నుండి ఒక్కటి కూడా సేవించదగినది లభించలేదు.**

అలసట, రక్తలేమి మరియు నొప్పిని కలిగిస్తాయి అలాంటి పాలు

నిపుణులు చెప్పేదాని ప్రకారం శరీర పోషణ కొరకు కావలసిన పరిమాణంలో విటమిన్లు, ప్రొటీన్లు, క్యాల్షియమ్ మరియు ఖనిజాలు లభించని మీదట అలసట, రక్తలేమి, ఎముకలు మరియు మాంస కండరాల బలహీనత వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. పిల్లల శారీరక వృద్ధి ఆగిపోతుంది. కాళ్ళు-చేతులలో నొప్పి కలగడం మొదలౌతుంది. శరీర పోషణ కొరకు కావలసిన పైన పేర్కొన్న తత్వాలు ఏవైతే స్వచ్ఛమైన పాల నుండి లభిస్తాయో అవి నేడు మార్కెట్లో అమ్మబడే అధికశాతం పాలల్లో లభించడం లేదు, దీనికి విరుద్ధంగా దానిలో హానికారకమగు కెమికల్స్ యొక్క కల్తీ జరగడంతో వాటిని త్రాగే వారి జీర్ణవ్యవస్థకు బలహీనత మొదలైన ఇతర సమస్యలను కూడా ఎదుర్కోవలసి వస్తూ ఉంది.

దేశంలో ప్రతి ముగ్గురిలో ఇద్దరు త్రాగుతున్నారు డిటర్జెంట్ కలిగిన పాలను

2016 సం॥లో అప్పటి కేంద్రీయ విజ్ఞాన మరియు పారిశ్రామిక మంత్రి డా. హర్షవర్ధన్ చెప్పిందేమిటంటే దేశంలో ప్రతి ముగ్గురిలో ఇద్దరు వ్యక్తులు డిటర్జెంట్, కాస్టిక్ సోడా, యూరియా

మరియు పెయింట్ కలిగిన పాలను త్రాగుతున్నారు. దేశంలో అమ్మబడే 68 శాతం పాలు భారతీయ ఆహార సంరక్షణ మరియు మానక్ ప్రాధికరణ (FSSAI)కు కొలతలకు అనుకూలం లేవు. (దేశంలో ఇంతటి గోధనం మరణిచడం మరియు వ్యాధుల బారిన పడిన తరువాత స్థితి ఎలా ఉండి ఉంటుం దనేది ఊహించను ఊహించలేము.)

జీవితంపైన భారం ఈ పాలు...

ఐ.ఎమ్.ఏ. అధ్యక్షుడైన డా. ఎస్.ఎస్. అగ్ర వాల్‌ను అనుసరించి కల్తీ పాలు శరీరంపైన దుష్ప్రభావాన్ని చూపవచ్చు. యూరియా, కాస్టిక్ సోడా మరియు దీనిలో ఉండే ఫార్మలిన్ కారణంగా ప్రేగులలో వాపు (gastroenteritis) మొదలుకుని ఇంపేయర్‌మెంట్ (శారీరక మరియు మానసిక సామర్థ్యాన్ని కొద్దిగా లేదా పూర్తిగా కోల్పోవడం), గుండెజబ్బులు మరియు కేన్సర్ వంటి వ్యాధులు కలగడంతోపాటు మరణం కూడా సంభవించవచ్చు. డిటర్జెంట్‌తో జీర్ణవ్యవస్థలో సమస్యలు మరియు భోజనం విషపూరితం (Food Poisoning) కావడం జరగవచ్చు. దీని ఉన్నత అల్కాలైన్ కారణంగా శరీరంలోని తంతువులు శిథిలం కావడం మరియు ప్రొటీన్లు నశించడం జరగవచ్చు. ఈ ప్రమాదాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని జనతా యొక్క ఆరోగ్యాన్ని కాపాడవలసిన అవసరం ఎంతో ఉంది.

(సందర్భం : దైనిక్ భాస్కర్, అక్టోబరు 1, 2022 మరియు పత్రిక)

పైన పేర్కొన్న గణాంకాలు మరియు వాస్తవాలను చెప్పేదేమిటంటే ఇప్పుడు పాలు, పాలుగా లేవు, అవి విషయంగా మరాయి ! ప్రజల జీవితాలను పణంగా పెట్టి కూడా తమ జేబులను నింపుకునే స్థాయి దాకా వెళ్ళగలరు అనేదానికి ఇది ఉదాహరణ.

శుద్ధమైన, సాత్త్వికమైన పాలు, దానితో తయారైన పదార్థాల లాభాన్ని పొందండి

ఎక్కడైనా స్వచ్ఛమైన పాలు లభించగలవా ? లభించగలవు, సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమాల యొక్క మార్గదర్శనంలో నడుపబడుతున్న గోశాలల్లోని జాతి ఆవు యొక్క శుద్ధమైన మరియు మేలిరకం కలిగిన పాలు లభించగలవు. ప్రజలకు శుద్ధమైన, సాత్త్వికమైన పాలు, మజ్జిగ, వెన్న, నెయ్యి మరియు పాలతో తయారైన సాత్త్విక పదార్థాలు ఆకర్షణీయమైన ధరలకు సులభంగా లభించాలనే అలాగే గౌరక్షణ-పోషణ జరగాలనే మంచి ఉద్దేశ్యంతో ఈ గౌశాలలను నడపడం జరుగుతూ ఉంది. మీరు నకిలీ మరియు విషయుక్తమైన పాలు మరియు దానితో తయారైన పదార్థాల నుండి కాపాడుకుని ఈ గౌశాలల యొక్క విభిన్న మేలిరకం ఉత్పత్తుల లాభాన్ని పొంది మీ ఆరోగ్య రక్షణను మరియు పోషణను గావించుకోగలరు.

ఈ లాభం ఇప్పుడు జైపూర్ వారికి కూడా జైపూర్‌లో ఆరంభించబడే సేవా కేంద్రాల ద్వారా త్వరలోనే లభించగలదు.

(సంకలన కర్త : ధీరజ్ చౌహాన్) ❐

(5వ పేజీలోని 'ఆత్మసాక్షాత్కార దినోత్సవ సందర్భంగా.... ' శేష భాగం)

తరువాత కూడా ఉంటుందో అలాగే ఎన్నటికీ నశించదో, అది నీ వాస్తవిక స్వరూపం. వాస్తవికతను పొందినట్లయితే మిథ్యకు ఎలాంటి ప్రశంసలు లభించినా, ఎలాంటి నిందలు జరిగినా, ఎలాంటి సౌకర్యాలు లభించినా... ఏది లభించినా, ఎలాంటి తేడా ఉండదు.

యతో వాచో నివర్తంతే ...

అది వాటికి చెందిన విషయం కాదు.

అజబ్ రాజ్ హై మొహబ్బత్ కే ఫసానే కా,
జిస్‌కో జిత్‌నా ఆతా హై, గాయే చలా జాతా హై ॥

అందరూ ఉదయం నుండి సాయంత్రం దాకా, జననం నుండి మరణం దాకా ఇదే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటారు - దు:ఖాన్ని పారద్రోలతారు అలాగే సుఖాన్ని పట్టుకుని ఉంటారు. దు:ఖం పాపం వెళ్ళనే వెళ్ళరు అలాగే సుఖం నిలబడనే నిలబడదు. ఏదైతే కోరు కుంటారో అదంతా జరగదు, ఏదైతే జరుగుతుందో అదంతా కనిపించదు అలాగే ఏదైతే కనిపిస్తుందో అది నిలిచి ఉండదు, ఇదే పరిస్థితి ఉంటుంది. నిలబడనిది ఎలా నిలబడుతుంది అలాగే నిలబడేది ఎలా నశిస్తుంది ? నిలబడేవానిలో నిలబడితే, పని పూర్తవుతుంది !... నేడు అదే రోజు మాది... ఓం ఓం ఓం ఆనందం... ఓం ఓం ఓం మాధుర్యం... మంగళ సమాచారం, శుభ సమాచారం... ఇప్పుడు త్వరగా మీకు కూడా శుభ సమాచారం కావాలి. ❐

విజయదశమి యొక్క వివిధ రూపాలు

కొన్నిచోట్ల రావణ పూజ, రామ-సేనపైన రాళ్ళను రువ్వితే మరికొన్ని చోట్ల రావణ దహనం

దేశమంతటా విజయదశమి సందర్భంగా సాధారణంగా అధర్మంపైన ధర్మం యొక్క విజయానికి చిహ్నంగా రావణుని దిష్టిబొమ్మను దహనం చెయ్యడం జరుగుతుంది కానీ మధ్య ప్రదేశ్‌లోని విదిశా జిల్లాలో మూడు రకాల సాంప్రదాయాలకు అనుగుణంగా దశరాను జరుపుకోవడం జరుగుతుంది.

ఇష్టదైవం రూపంలో రావణునికి పూజ

విదిశాకు చెందిన రావన్ గ్రామంలోని రావణుని మందిరంలో సుమారు 10 అడుగుల పొడవుతో పడుకుని ఉన్న విగ్రహం ఉంటుంది. ప్రజలు ఇతడిని రావణ బాబా పేరుతో గుర్తిస్తారు. ఈ దర్బారుకు చేరుకుని ఎంతోమంది అతడి పూజ చేస్తారు. పడుకుని ఉన్న రావణుని ప్రతిమ యొక్క నాభిపైన నేతి లేపనం చెయ్యడం జరుగుతుంది దానితో భగవాన్ రాముని ద్వారా రావణుని నాభిలోకి సంధించబడిన అగ్నిబాణం యొక్క బాధతో అతడికి ఉపశమనం లభించాలని. దీనితోపాటుగా ఇక్కడ రోజంతా పూజ-అనుష్ఠానం జరుగుతుంది.

రామ-సేనపైన రువ్వుతారు రాళ్ళను

లటేరికి చెందిన కాలాదేవ్ అనేది దశరాకు ప్రసిద్ధి. ఇక్కడ మైదానం మధ్యలో రావణునికి ప్రతీకగా ప్రతిమ ఉంటుంది. విజయ ధ్వజాన్ని తగిలించడం జరుగుతుంది. దీనిని సాధించడానికి కాలాదేవ్ గ్రామస్థులు రామ నామం యొక్క జేజేలు పలుకుతూ పరుగులు తీస్తారు. వారు ధ్వజానికి ప్రదక్షిణ చేస్తారు అలాగే ఈ మధ్యలో రావణుని సేనగా భావించబడే వనవాసులు వారిపైన ఒడిసెల నుండి రాళ్ళు రువ్వుతారు అయితే ఆశ్చర్యకరమైన విషయం ఏమిటంటే ఆ రాళ్ళల్లోని ఒక్క రాయి కూడా రామ-సేనకు చెందిన వారికి తగలదు.

జిల్లాకు చెందిన ఇతర ప్రాంతాలలో రావణుని దిష్టి బొమ్మలను దహనం చెయ్యడం జరుగుతుంది.

(సందర్భం : పత్రిక)

ఈ విధంగా వేరు వేరు ప్రదేశాలలో విజయదశమి విభిన్న రూపాలలో జరుపుకోబడుతుంది.

పండుగైతే ఒక్కటే కానీ దానిని జరుపుకునే పద్ధతి ఎన్నో రకాలు! అలాగే ఆత్మతత్త్వమైతే ఒక్కటే కానీ దాని ప్రతిబింబమైన అంత:కరణాలలో సంస్కారాలు వేరు వేరుగా ఉండడంతో వేటినైతే కొంతమంది చెడుగా భావిస్తారో, వాటినే మరికొందరు గొప్పగా భావించి పూజిస్తారు కూడా. భేదం అంత:కరణాలలో, అభిప్రాయాలలో ఉంది, ఆత్మ తత్త్వంలో లేదా మన శుద్ధమైన నేనులో ఎలాంటి భేదమూ లేదు. ☐

దారిద్ర్యం తొలుగుతుంది, బ్రతుకు తెరువులో వృద్ధి నిండుగా ఉంటుంది - పూజ్య బాపూజీ

దారిద్ర్యాన్ని పారద్రోలాలంటే వ్యర్థమైన ఖర్చును చెయ్యకండి. వడ్డీలపైన అప్పు తీసుకుని వాహనాలను కొనకండి అలాగే ఇళ్ళను నిర్మించకండి. ఆదాయాన్ని పెంచుకోవాలనుకుంటే లేదా వృద్ధి తెచ్చుకోవాలనుకుంటే మంత్రం : **'ఓం అచ్యుతాయ నమః'** ఎవరి పదవి ఎన్నడూ వదలి(చ్యుతమవదో) పోదో... ఇంద్ర పదవి వదిలిపోతుంది, బ్రహ్మదేవుని పదవి కూడా వదిలి పోతుంది అయినప్పటికీ ఏదైతే వదిలిపోదో మన స్వభావం నుండి, మన నుండి, ఆ పరమేశ్వరుడైన 'అచ్యుతుడి'కి మనం నమస్కరిస్తాము. **అచ్యుతం కేశవం రామనారాయణం...**

'ఓం అచ్యుతాయ నమః' మంత్రాన్ని గురువారం నుండి గురువారం దాకా 2 వారాలు లేదా 4 వారాల దాకా 11 మాలలు రోజూ జపం చెయ్యండి. కొన్ని రోజులలోనే ఈ మంత్రం సిద్ధిస్తుంది. ఇక ఎవరైతే పని-వ్యాపారం లేదా ఉద్యోగం చేస్తారో వారు నీటిలోకి చూస్తూ 21 సార్లు జపం చెయ్యండి అలాగే కుడి ముక్కును మూసి ఎడమ నుండి శ్వాసను నడుపుతూ ఆ నీటిని త్రాగండి. దీనితో బ్రతుకు తెరువులో వృద్ధి కలుగుతుంది అలాగే దారిద్ర్యం నశిస్తుంది.

అంటారు : **'అచ్యుతాయ నమః...'** చెయ్యడం వల్ల జరుగుతుంది ?'

శ్రద్ధతో చేసి చూడండి. ప్రయోగం చేద్దామంటే శ్రద్ధ కలగదు. శ్రద్ధతో చేస్తే దారిద్ర్యం ఉండదు. ☐

... ఇక గీత అర్థమైపోతుంది

– పూజ్య బాపూజీ

నిరక్షరాస్యుడైనప్పటికీ గీతను అర్థం చేసుకున్నాడు

ఒక వృద్ధుడు గంగానది ఒడ్డున భగవద్గీతను చదువుతూ ఉన్నాడు. ప్రక్క నుండి నిమాయీ పండితుడు (గౌరాంగ్) వెళుతూ ఆ వృద్ధుడు 'ఊం హూం... ఊం ఊం...' అంటూ ఉండడం, గీతకు చెందిన ఏ శ్లోకాన్నీ కూడా ఉచ్చరించడం లేదు కానీ పులకరించిపోతూ ఉండడం గమనించాడు – శాంతంగా, మౌనంగా ఉన్నాడు, ఆనందితుడౌతూ ఉన్నాడు. అతడు దగ్గరగా వెళ్ళి వెనుక నిలబడ్డాడు. చూస్తే పేజీలను త్రిప్పడం లేదు కానీ 'ఊం హూం... ఊం ఊం...' అంటూ ఎంతో ఆనందంతో చదువుతూ ఉన్నాడు.

శ్రీ మద్ భగవద్ గీతా జయంతి : డిసెంబరు 3

గీతను చదివి ప్రక్కన పెట్టడంతో నిమాయీ పండితుడు అడిగాడు : "మీరు సంస్కృతం చదివారా ?"

అతడన్నాడు : "సంస్కృతంలోని ఒక్క అక్షరం కూడా నాకు తెలియదు."

"గీత అయితే మొత్తం సంస్కృతంలోనే ఉంది మరి మీరు ఏం చదవడం జరిగింది ?"

"నేను అర్జునుడు విషాదంలో మునిగి పోయాడని విని ఉన్నాను. అర్జునునికి భగవంతుడు ఉపదేశాన్నిచ్చి అతడి విషాదాన్ని తొలగించాడు. అంటే ఈ గీత విషాదనాశిని, విషాదాన్ని తొలగించి మన ఆత్మలో కూర్చోబెడుతుంది. 'ఊం హూం... ఊం ఊం... అంటాను, నాకు ఆనందం కలుగుతుంది, ఇక దీనిలో ఏం వ్రాసి ఉందో నాకు తెలియదు."

గౌరాంగ్ అన్నాడు : "మేము నిమాయి పండితులం, శాస్త్రార్థం చేసి ఇతరులను ఓడించాము అలాగే కొంత విశేషతను సంపాదించాము కానీ గీతను మాత్రం మీరే చదివారు ! మేము చదవలేదు."

అలాగే ఎంతో మంది భాగవతం, రామాయణం కథను చెబుతారు కానీ భాగవతాన్ని, రామాయణాన్ని ఏం తెలుసుకున్నారు ? పద్యాలు తెలుసు, శ్లోకాలు తెలుసు, వాటి లక్ష్యార్థం గురించి తెలియదు.

'ఇప్పుడు శాంతిని పొందడానికై చదువు'

ఘూట్‌వాలా బాబా వద్దకు ఎవరో ఒక ప్రొఫెసర్ వచ్చి అన్నాడు : "స్వామీ ! మీ పేరును విని ఎంతో దూరం నుండి వచ్చాను. నాకు కొంత శాంతి లభించేలా ఏదైనా ఉపాయాన్ని చెప్పండి."

బాబా ఆపాదమస్తకం వీక్షించి అన్నారు : మంచిది, నువ్వు గీతను చదువు."

అది విని అతడు ఆశ్చర్యంతో అన్నాడు : "బాబా ! గీతా !... గీతను నేను విద్యార్థులకు చదివిస్తాను. నేను మహా విద్యాలయంలో ప్రొఫెసర్‌ను. గీతను నేను ఎన్నోసార్లు చదివి ఉన్నాను. దానిపైన నాకు ఎంతో పట్టు ఉంది. దానిలో 700 శ్లోకాలు ఉన్నాయి, ఎన్నో శ్లోకాలు నాకు కంఠస్థం."

బాబా : "నేటి దాకా నువ్వు డబ్బులు సంపాదించడానికి గీతను చదివావు, ఇప్పుడు శాంతిని పొందడానికై చదువు."

బహుమతిని పొంది కూడా గీత గురించి తెలియదు

రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్‌కు నోబెల్ బహుమతి లభించింది.

ఒక రోజు సాయంత్రం వారు ఎంతో సంతోషంతో వెళుతూ ఉన్నారు. పొరుగున ఉండే ఒక వృద్ధుడు అరుగుపైన కూర్చుని ఉన్నాడు. రవీంద్రనాథ్ అతడితో అన్నాడు : "నేను 'గీతాంజలి' వ్రాశాను. దానికి నాకు నోబెల్ బహుమతి లభించింది !"

వృద్ధుడు పరీక్షగా చూసి అన్నాడు : "అరే, నీకు గీత గురించి తెలుసా, భగవంతుడు తెలుసా ?"

"గీత గురించి తెలుసా...! దార్శనిక చింతన ఆధారంగా నేను వ్రాసిన గీతాల సంగ్రహానికి గాను నాకు నోబెల్ బహుమతి లభించింది !"

"నోబెల్ బహుమతిని పొందితే గొప్పేముంది

గీత గురించి, భగవంతుడి గురించి తెలియదు !"

ఠాగూర్ వ్రాస్తారు 'ఆ వృద్ధ వ్యక్తి నా అహంకార మత్తును పిండి చేసేశాడు. అనిపించింది ఎక్కడ ఇతడి దర్శనం జరిగింది !... ఎంతోమంది ప్రశంసిస్తూ ఉన్నారు, ఎంతగానో కీర్తిస్తున్నారు, పెద్ద పెద్ద వైశ్రాయిల ద్వారా గౌరవింపబడుతూ ఉన్నాను మరి ఆ వృద్ధ వ్యక్తి కొంత లోతైన స్వరంతో అన్నాడు 'అరే, దార్శనిక గీతల గురించి వ్రాయడం తెలుసు మరి నీకు గీత గురించి తెలుసా ?... గీత గురించి తెలియదు, దార్శనిక సాహిత్యం గురించి ఏం వ్రాశావు!"

తల తిరగనారంభించింది, అతడి మాటలలో లోతైన దెబ్బ ఉంది. అనుకున్నాడు, 'అతడి వద్దకు వెళ్ళడం సముచితం కాదు, అక్కడ నిలబడడం మంచిది కాదు... మరి ఇప్పుడు ఆ మాటలు మెదడు నుండి ఎలా తొలగి పోతాయి ? పడుకుంటే ఆనంద దాయకమైన నిద్ర రావడం లేదు.'

నిరక్షరాస్యుడైన ఆ వయోవృద్ధ బ్రహ్మవేత్త రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ అణువణువునూ కదిలించేశాడు. రాత్రి నిద్ర పట్టలేదు. ఉదయాన మనస్సు కొద్దిగా ఉదాసీనతతో ఉంది, ఉదాసీనతను తొలగించుకోవడానికి ప్రాకృతిక వాతావరణంలో తిరగడానికి బయలు దేరాడు. సూర్యోదయం జరిగింది, ఉషోదయ కిరణాలు లభించాయి.

ఉదయపు సమయాన బుద్ధికి కొంత ప్రత్యేక వికాసం జరుగుతుంది, వాయుమండలంలో కొంత ఆనందం విశేషంగా ఉంటుంది. ఈ కారణం చేతనే ఉదయాన రోగులు తమను కొంత తక్కువ దు:ఖితులుగా భావిస్తారు.

ఉదయాన గాలిని సేవిస్తూ సేవిస్తూ బుద్ధి కొంత మారింది. వారు స్వయంగా కవి కావడం చేత ప్రాకృతిక సౌందర్యాన్ని చూస్తూ చూస్తూ అనిపించింది 'అరే, ఒకచోట చెరువు ఉంటే మరొక చోట సెలయేరు ఉంది, కొన్ని చోట్ల పాత్రలు-గిన్నెలు ఉన్నాయి... ఈ సాధనాలు వేరు వేరుగా ఉన్నాయి, వీటి అన్నింటిలో సూర్యుడు వేరు వేరు రీతులలో మెరుస్తూ ఉన్నాడు అయితే సూర్యుడు మాత్రం ఒక్కడే. అలాగే ఆ చైతన్యం భిన్న భిన్న సాధనాలలో భిన్న భిన్న రీతులలో మెరుస్తూ ఉంది కానీ ఆ చైతన్యం మాత్రం ఒక్కటే.'

ఈ ఆలోచనలలో రవీంద్రనాథ్ కొద్దిగా శాంతుడయ్యాడు, మౌనంగా ఉండిపోయాడు. 'అందరిలో ఒక్కడు, ఒక్కరిలో అందరు' అలాంటి చింతన చేస్తూ చేస్తూ నిర్వికార దశలో, తన నేనులోకి చేరుకున్నారు. ఇక ఏ విశ్రాంతి అయితే లభించిందో, ఏ ఆనందం మరియు చైతన్యం అయితే వచ్చాయో, తన ఔన్నత్యం ఏదైతే తెలిసి వచ్చిందో దానితో కళ్ళల్లో కొంత మెరుపు వచ్చింది.

వృద్ధుని వద్దకు వచ్చి తలుపు తట్టడం జరిగింది, అన్నారు : "నేను గీత గురించి తెలుసుకున్నాను, భగవంతుని గురించి తెలుసుకున్నాను."

వృద్ధుడు అతడిని వీక్షించి అన్నాడు "నేటి దాకా నువ్వు గీత గురించి అర్థం చేసుకోలేదు, ఇప్పుడు అర్థం చేసుకున్నావు. ఒక శ్లోకాన్ని కూడా ఉచ్చరించలేదు కానీ గీత గురించి ఇప్పుడు తెలిసి వచ్చింది. నీ కళ్ళు చెబుతున్నాయి."

ఎవరైనా గీత యొక్క శ్లోకాన్ని చెబితేనే గీతా సారాన్ని అర్థం చేసుకున్నట్లుగా లేదా ఎవరికైనా గీత గురించిన ప్రవచనాలు లేదా దాని వ్యాఖ్య చేసిన మీదట బహుమతి లభిస్తేనే ఆ వ్యక్తి ఆత్మజ్ఞాని అయిపోతాడు అనేదేమీ ఉండదు. పండితుడు, విద్వాంసుడు లేదా శాస్త్రి కావడం వేరు అలాగే బ్రహ్మవేత్త కావడం అనేది ఎంతో విలక్షణమైన మాట !

మన చిత్తం యొక్క వృత్తులు ఈ దేహం మరియు జగత్తును సత్యంగా భావించి చిక్కుకుపోతే మన ధనం, విద్య, సౌందర్యం మనల్ని పూడ్చి పెట్టడానికి గోతిని త్రవ్వే పనిని చేస్తాయి, మాటి మాటికీ మన చని పోవడం మరియు జన్మించడం అనేటటువంటి కుచక్రానికి కారణం అవుతాయి.

(శేషభాగం 17వ పేజీలో)

నేర ప్రవృత్తిని విడిచి భక్తునిగా మారిన డాన్

– పూజ్య బాపూజీ

పూజ్య బాపూజీ జీవిత సంఘటనలు

మేము ఎవరి చెడునూ కోరుకోము. గుండా చెడును కూడా కోరము, అతడికి కూడా మేలు జరగాలి. సంత్ ఒకరి చెడును ఎందుకు కోరుకుంటారు ! అం, ఎవరిదైనా తప్పు ఉంటే మేము వారికి చివాట్లు పెడతాము అతడికి మేలు జరగాలనే ఉద్దేశ్యంతో. అతడి చెడు కోసం మేము చివాట్లు పెట్టము.

నేటికి సుమారు 40 సం॥ల క్రితం మాట. కేరీ పీఠా – అహమదాబాద్‌లో నా సత్సంగం జరిగింది. 'హరి ఓఁఁఁఁ...మ్...' అలా అంటూ సత్సంగం యొక్క ఆరంభం జరుగుతుంది. సాయంత్రం 5 గంటలకు సత్సంగం మొదలయ్యింది. ఇంతలో ఒక వ్యక్తి గాజు గ్లాసులో టీని నింపి దానిలో బోర్నవీటా కలిపి చెంచాతో కలగలుపుతూ వచ్చి అన్నాడు : "బాబా ! టీ త్రాగు, సత్సంగం తరువాత చెయ్యి."

నేను అన్నాను : "మేము టీ త్రాగము."

అన్నాడు : "నీ కొరకు తయారు చేశాను, బోర్నవీటా కూడా కలిపాను, చూడు ఎంత బాగుందో !"

నేనన్నాను : "మేము త్రాగము, అక్కడ పెట్టు."

"కానీ నీ కోసం తయారు చేశాను కదా ! త్రాగు తరువాత సత్సంగం చెయ్యి. ఇప్పుడింకా పబ్లిక్ వస్తూ ఉంది, త్రాగు."

అతడు నిలబడే ఉన్నాడు. నాకు తెలీదు అతడు డాన్ అని. సైగ చేస్తే పట్టపగలు కేరీ పీఠా మార్కెట్‌ను మూసివేయించగలడు. సోడా బుడ్డీలు ఢమ్ ఢమ్ ఢమ్ ఢమ్... ఎగర గలవు అలాంటి తుఫానును సృష్టించగలడు. అతడి పేరు గురేల్ రహజన్. రహజన్ అంటే డాన్. అతడు డాన్‌లకు కూడా బాస్. అతడు గ్లాసును ముందుపెట్టి అన్నాడు : "అరే త్రాగు !"

నేనన్నాను : "కూర్చో !"

అతడిని గట్టిగా ఎదిరించి మాట్లాడేవారు ఎవ్వరూ ఇంతకు ముందు లేరు. నేనన్నాను, 'కూర్చో' అని నేను అనగానే అతడు కళ్ళు ఉరిమి చూశాడు – తన డాన్ రూపాన్ని చూపించాడు. తరువాత సత్సంగాన్ని విన్నాడు కానీ అక్కడ అతడికి అవమానం జరగడంతో కళ్ళు పెద్దవి చేసి చూశాడు. మేము కూడా కళ్ళు పెద్దవి చేసి అన్నాము : "ఏమిటి అలా చూస్తున్నావ ? కూర్చో !"

ఏమని చెప్పను అతడి ఏ పుణ్యం ఉద–యించిందో, అతడు మౌనంగా కూర్చున్నాడు. కూర్చుంటే ఎలా కూర్చున్నాడంటే చివరి దాకా కూర్చుని ఉండిపోయాడు తరువాత డాన్ పనులు మానుకుని ఆశ్రమానికి రావడం మొదలుపెట్టాడు. తరువాత సత్సంగం వింటూ వింటూ అతడికి రంగు అంటుకుంది. వంటగదిలో సేవ, సత్సంగానికి వచ్చేవారిని కూర్చోబెట్టే సేవ చెయ్యసాగాడు. అంటే మేము ఏదైతే నిశ్చయించుకుంటామో అది చేసి తీరుతాము. మేము నిశ్చయించుకున్నాము అలాగే అతడిని కూర్చోబెట్టగా అతడు ఎలా కూర్చుండి పోయాడంటే డాన్ పనులను విడిచిపెట్టి కూర్చుండి పోయాడు ! భక్తునిగా మారిపోయాడు ! అంటే అలా ఎలా జరుగుతుంది ! ఎలాగంటే **మీ అంతరాత్మ జ్ఞాన స్వరూపం అలాగే దానిలో అద్భుతమైన యోగ్యతలు, అద్భుతమైన శక్తి దాగి ఉన్నాయి.**

నేను గారడీ చెయ్యలేదు, ప్రణవ జపం యొక్క అద్భుతం అది

జరిగిన సంఘటన ఇది. ఒక వ్యక్తి సేల్స్ ట్యాక్స్ విభాగంలో సుమారు 2200 అధికారుల సమూహానికి ముఖ్య అధికారి. అతడికి ప్రతి శుక్రవారం నాడు సాయంత్రం 7 గంటలకు గుండెలో నొప్పి కలిగేది ఇక అతడు గుండెపోటు వచ్చిందని భావించేవాడు. ఏమని చెప్పను, అతడికి ఎంతటి బాధ కలిగేదంటే అతడి బాధను చూసి శత్రువుకి కూడా దయ కలుగుతుంది. అతడి పిల్లలు

మరియు భార్య అందరూ రోదించడం మొదలు పెట్టేవారు. అహమదాబాద్‌కు చెందిన ప్రముఖ డాక్టర్లందరికీ అతడు చూపించాడు, ముంబయిలో కూడా చూపించడానికి వెళ్ళాడు కానీ ఎలాంటి లాభం కలగలేదు.

చివరికి రోగానికి ఎలాంటి చికిత్సా లేదని తెలియడంతో అతడికి గుర్తుకు వచ్చింది అతడు ఎప్పుడైనా, ఎక్కడైనా విని ఉండవచ్చు లేదా ఎవరైనా వినిపించి ఉండవచ్చు :

మందులతో సరికాని రోగం
అది ప్రార్థనతో సరి అవుతుంది ।
ఒకవేళ పూర్ణ గురువు లభిస్తే
భగవంతునితో కలయిక ఏర్పడుతుంది ॥

ఏ కారణం చేతనైతేనేమి అతడు చేరుకున్నాడు బడ్‌బాద్‌షా (వటవృక్షం) వద్దకు చేరుకుని తన పూర్తి రామకథను (సమస్యను) వినిపించాడు. నేను అర్థం చేసుకున్నాను సమస్యను.

నేను అతడితో అన్నాను : "నా ఎదురుగా కూర్చో." తరువాత ప్రణవ జపాన్ని మొదలు పెట్టించాను.

అతడికి ప్రయోగం చెప్పాను "శుక్రవారం నాడు బాధ కలగడానికి 15 నిముషాలు ముందు ఓంకార జపాన్ని మొదలుపెట్టు. ఈరోజు గురు వారం. గత 7 నెలల నుండి నీకు ప్రతి శుక్రవారం నాడు బాధ కలుగుతుంది అలాగే రేపు శుక్రవారం కాబట్టి ఈ ప్రయోగం చెయ్యి. ఒకవేళ లాభం కలిగితే ప్రణవం (ఓంకారం) యొక్క కృపగా అర్థం చేసుకో. ఒకవేళ లాభం కలగకపోతే బాబా శుద్ధ దండగ అని భావించుకో."

జీవితంలో ఏ బాబాకైనా నమస్కారంగానీ, సలామ్ గానీ చేసేటటువంటి వ్యక్తులలోని వాడు కాదు ఆ సజ్జనుడు. సజ్జనులకు కూడా తమ తమ అభిప్రాయాలు ఉంటాయి. త్వరగా కళ్ళ నుండి కన్నీటిని తీసుకువచ్చేటటువంటివాడు కాదు అతడు. అతడు ఎంతోమందితో ఢీకొని ఉంటాడు, ఎంతోమంది వ్యాపారుల అకౌంట్ బుక్కులను జప్తు చేసి ఉంటాడు, చేయించి ఉంటాడు. అతడు ఎన్నో నిర్ణయాలు తీసుకుని ఉండవచ్చు.

శుక్రవారంనాడు అతడు ప్రయోగం చేశాడు మరియు నిశ్చింతగా ఉండిపోయాడు. తరువాత ఆశ్రమానికి వచ్చి అన్నాడు : "బాబాజీ ! బాధ కలగలేదు."

నేనన్నాను : "ఇప్పుడు ఏం సంకల్పం చేస్తావో చెప్పు ? బడ్ బాద్‌షాకు ఏమి ఇస్తావు ?

ఏ బాధనైతే డాక్టర్లు నయం చెయ్యలేక పోయారో, హకీమ్‌లు తొలగించలేకపోయారో, నీ తోటి అధికారులు – సేల్స్‌ట్యాక్స్ కమీషనర్లు తొల గించలేకపోయారో, దానిని భగవంతుని నామం తొలగించేసింది. బడ్‌బాదాషా ఆశీర్వదించింది, ఇప్పుడు నువ్వు ఏం చేస్తావు ?"

అన్నాడు : "బాపూజీ ! నేను బడ్ బాద్‌షాకు ప్రదక్షిణ చేసి కోరుకున్నాను."

నేను అడిగాను : "ఏం కోరుకున్నావు ?"

అన్నాడు : "ఒకవేళ రోగం 100 శాతం పూర్తిగా నశిస్తే నేను 501 రూపాయలు ఇక్కడ ఇస్తానని."

నేను అర్థం చేసుకున్నాను ఇతడు డబ్బులలో జీవించే వ్యక్తి అని. భావం అనేది కూడా ఒకటి ఉంటుంది ! శ్రద్ధ అనేది ఒకటి ఉంటుంది ! సమర్పణ అనేది కూడా ఒకటి ఉంటుంది ! కానీ ఆ లోకంలోకి అతడు రాలేదు పాపం !

నేనన్నాను : "ఇది చాలా తక్కువ."

అతడన్నాడు : "బాపూ ! 1001 ఇస్తాను అయితే 100 శాతం లాభం కలిగితేనే...!"

నేనన్నాను : "మంచిది, 1001 నువ్వు పెట్టుకో, అయితే లాభం కలిగిందని ఎప్పుడు భావిస్తావు ?"

అతడన్నాడు : "3 శుక్రవారాల దాకా బాధ కలగకపోతే నయం అయ్యిందని భావిస్తాను."

నేనన్నాను : "3 కాదు, 30 శుక్రవారాల దాకా గ్యారంటీ ! 501 లేదా 1001 అని నువ్వు ఏదైతే అంటున్నావో అది బాబాకు ఇచ్చేశానని అనుకో. (ఆ వ్యక్తి జేబువైపు సైగ చేస్తూ) ఇది నా జేబు, నువ్వు డబ్బులను నీ వద్దనే పెట్టుకో."

అయితే అతడన్నాడు : "నేను డబ్బులు ఇస్తా నని చెప్పాను కాబట్టి మంచి పనిలో వినియో గిస్తాను." అంటే అతడికి తెలిసిన గ్రామంలో ఎక్కడైతే నీటి సమస్య ఉందో అక్కడ →

బంధనం కేవలం భావనయే

జీవుడు బంధనంతో బిగించబడి ఉన్నాడు. కర్మలో పాప-పుణ్యాల యొక్క బంధనం ఉంటుంది. భోగాలలో సుఖదు:ఖాల యొక్క బంధనం ఉంటుంది. ప్రేమలో సంయోగ-వియోగాల యొక్క బంధనం ఉంటుంది. సృష్టిలో నలువైపులా భయం, బంధనం మరియు పరతంత్రతయే కనిపిస్తాయి. అలాంటప్పుడు భయం నుండి, బంధనం నుండి, పరాధీనత నుండి ముక్తి ఎలా కలుగుతుంది అనే జిజ్ఞాస ఉత్పన్నమౌతుంది.

శ్రుతి పురాన్ బహు కహేఉ ఉపాయీ ।

'వేదాలు మరియు పురాణాలలో ఎన్నో ఉపాయాలను చెప్పడం జరిగింది.'

(శ్రీ రామచరిత. ఉ.కా. : 116.3)

అయితే ఎలాంటి పనీ కూడా నెరవేరదు. ఒకవేళ స్వయంగా మన బ్రహ్మయే బయటకు వస్తే అన్ని సమస్యలు పరిష్కరింపబడగలవు. బ్రహ్మ జ్ఞానం వలన ఇదే ఉపయోగం.

మీరు బ్రహ్మను అర్థం చేసుకోవడం ఎంతో అవసరం. ఎప్పటిదాకా మిమ్మల్ని మీరు శరీరంగా, ఇంద్రియాలుగా, మనస్సుగా, బుద్ధిగా లేదా అహంకారంగా భావిస్తూ ఉంటారో అనగా మిమ్మల్ని పరిచ్ఛిన్న (పరిమితంగా) భావించుకుంటూ ఉంటారో అప్పటిదాకా వీటి బంధనాల నుండి ముక్తి లభించదు. వీటన్నింటి పరాధీనతను తొలగించుకోవడానికి కావాలి బ్రహ్మజ్ఞానం.

జనన మరణాలు మన సత్యస్వరూపానికి విరుద్ధం, అజ్ఞానం మన జ్ఞానస్వరూపానికి విరుద్ధం అలాగే దు:ఖించడం మన ఆనంద స్వరూపానికి విరుద్ధం. మనం ఎవరుగా ఉన్నామో (సచ్చిదానంద అద్వయం ★), మనకు విరుద్ధంగా జీవితాన్ని జీవిస్తూ ఉన్నాము. ఉదాహరణకు బందిపోట్లు కోటీశ్వ రులను పట్టుకుని అడవిలోని ఏదైనా చీకటి గదిలో బందిస్తే ఎలా ఉంటుందో అలాంటిదే మనిషి స్థితి.

కాబట్టి పదండి, మన బ్రహ్మస్వరూపాన్ని తెలుసుకుందాం అలాగే సకల బంధనాల నుండి, జనన మరణాల నుండి, అజ్ఞానం నుండి, దు:ఖం నుండి, రాకపోకల నుండి మరియు పరిచ్ఛిన్నత్వం నుండి ముక్తులం అవుదాం. ఇది జీవితానికి చెందిన పరమ పురుషార్థం. నిజంగా ఆలోచించి చూసినట్లయితే మనలో ఎక్కడా బంధనం అనేదాని జాడే ఉండదు. కాబట్టి బంధనం అనేది కేవలం భావనయే, ప్రాధాన్యతయే. ❐

★ ఏకమాత్ర

→ అతడు హ్యాండ్ పంప్ ఏర్పాటు చేసి ఉండవచ్చు లేదా ఏదైనా చేసి ఉండవచ్చు నాకు తెలీదు.

తరువాత ఆ వ్యక్తి ఆశ్రమానికి వస్తూ ఉండేవాడు. ఇక ఎన్నడూ అతడికి ఆ వ్యాధి రాలేదు. నేను గారడీ చెయ్యలేదు, బిడ్ బాద్‌షా ఏమీ ఊదలేదు, ప్రణవ జపం యొక్క అద్భుతం అది. ఇంక వేరే ఏమీ లేదు.

తస్య వాచక: ప్రణవ: ।

(పాతంజలి యోగదర్శనం)

పరమాత్మ యొక్క వాచకం ఓంకారం. ఇది అన్ని మంత్రాలకు రాజు. ప్రొఫెసర్ జే. మార్గన్ అన్వేషించినదేమిటంటే ఓంకారం యొక్క ఉచ్చార ణతో ఉదరం, ఛాతీ మరియు మస్తిష్కంలో ఏ స్పందనలైతే కలుగుతాయో, ఆందోళనలైతే కలుగుతాయో వాటితో నశించిన కోశికలు మళ్ళీ బ్రతుకుతాయి అలాగే బ్రతికిన కోశికలలో నవజీవనం ప్రసరిస్తుంది మరియు క్రొత్త కోశికల నిర్మాణం జరుగుతుంది. ఎవరికైతే భగవంతునితో ఎలాంటి ఇచ్చి పుచ్చు కోవడాలు లేవో, శరీరమే నేను అని భావిస్తారో అలాంటి దేహాధ్యాసులకు కూడా ఓంకార థెరపీతో ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి అయితే ఓంకారం యొక్క ఉచ్చారణ చేసినట్లయితే భగవంతుడు లభి-స్తాడు అనేది మహాపురుషుల అనుభవం. ❐

మంత్రశక్తితో ఆరోగ్యం మరియు ఇతర లాభాలు

('మంత్రశక్తితో ఆరోగ్యం' గత సంచిక శేషభాగం)

బీజమంత్రాల యొక్క అద్భుతమైన శక్తి

బీజమంత్రాల యొక్క అర్థాన్ని అర్థం చేసుకోవడం-చేయించడం అవసరమేమీ కాదు కానీ వాటి యొక్క ఉచ్చారణతో కలిగే లాభాలు అద్భుతం. ఉదాహరణకు ఓంకారం యొక్క జపంతో రక్షణ శక్తి, గతి శక్తి, కాంతి శక్తి, ప్రీతి శక్తి, అవగమ శక్తి, ప్రవేశ అవతి శక్తి మొ॥ 19 శక్తులు వికసిస్తాయి. 7 సార్లు ఓంకారాన్ని ఉచ్చరించడం వల్ల శరీరంలోని ఏడు కేంద్రాలపైన సాత్త్విక ప్రభావం పడుతుంది. దీని ఉచ్చారణతో అశాంతి-ఒత్తిడి తొలగిపోవడం మొదలౌతుంది.

విద్యార్థి జీవితంలో 'గం గం గణపతయే నమః।' ఈ మంత్రాన్ని జపించడం వల్ల బుద్ధిశక్తి, సంయమశక్తి యొక్క వికాసం జరుగుతుంది. 'గం' బీజమంత్రం.

ఒక్కసారిగా సమస్య లేదా ఏదైనా ఇబ్బంది వచ్చినా, ఎవరైనా చేతబడులు చేసినా భయపడ వలసిన అవసరం లేదు. గురుగీత పారాయణం చెయ్యండి, భగవంతుడు లేదా గురువు యొక్క శ్రీచిత్రం ఎదుట కూర్చుని ప్రార్థన చెయ్యండి అలాగే 'టం' బీజమంత్రాన్ని జపించడం మొదలుపెట్టండి. 10-15 నిముషాలు జపించండి, ఇబ్బంది పారిపోతూ ఉంటుంది. కేవలం 'టం టం టం...' వల్లించండి చాలు ! ఇక ఏ నిర్ణయం జరిగినా లేదా ఎక్కడికి వెళ్ళినా ఇబ్బంది 'టం టం' అయిపోతూ ఉంటుంది, పూర్తిగా ఖచ్చితమైన మాట ఇది !

పిల్లవాడు ఏడుస్తాడు, పాలు త్రాగడు లేదా వేరే ఏదైనా ఉంటే కాగితంపైన 11 సార్లు 'టం' వ్రాసి అతడి కుడి చేతికి కట్టండి. 7 లేదా 9 రోజుల దాకా అలాగే ఉండనివ్వండి. అతడు రోదించడం, అది-ఇది అంతా శాంతమైపోతుంది.

ఒకవేళ తల్లి శరీరంలో పాల లేమి ఉంటే అప్పుడు కూడా 'టం టం టం...' జపించండి. దీనిని జపించడం వల్ల తల్లి శరీరంలో పిల్లవాని కొరకు పాలు ప్రత్యేకంగా తయారౌతాయి.

'థం థం థం...' 108 సార్లు జపించడం వల్ల కొద్ది రోజులలోనే బహిష్టులో ఏదైనా లోపం ఉంటే సరి అవుతుంది, అధిక లేదా అల్ప రక్తపోటు (high and low B.P.) కూడా సరి అవుతుంది.

ఒకవేళ ఏదైనా మానసిక ఒత్తిడితో ఇబ్బంది, అశాంతి, దు:ఖం ఉంటే 'క్లీం క్లీం క్లీం...' జపించండి. దీనితో మానసిక అసమతౌల్యం సరికావడం మొదలౌతుంది.

అలాగే ఎవరి జీవితంలోనైనా సోమరితనం, ఆటంకం ఉంటే 'లం' బీజమంత్రాన్ని ఒక మాల జపించండి. ఆటంకాలను మరియు సోమరితనాన్ని తొలగిస్తుంది 'లం లం లం...' జపం.

నిర్లక్ష్యం అనే దుర్గుణం నుండి కాపాడుకోవడంలో 'లం' బీజమంత్రం యొక్క జపం సహాయకారి, లాభదాయకం. రోజూ 'ఓం లం లం లం లం లం...' ఈ విధంగా ఆదరణ మరియు తత్పరతతో కనీసం వెయ్యిసార్లు జపం చేసే నిర్లక్ష్య వ్యక్తి కూడా సరి అవుతాడు.

వినియోగం చెప్పి జపం చెయ్యడం వల్ల విశేష లాభం

మీరు జపం చేసినట్లయితే దేని నిమిత్తం చేస్తున్నారు, ఆ సంకల్పాన్ని మొదట వల్లించినట్లయితే జపం యొక్క శక్తి దానిలో పనికి వస్తుంది. వినియోగం చెప్పి తరువాత జపం చేసినట్లయితే ఆ మంత్రం ఎంతో శక్తిశాలి అవుతుంది. జీవితం యొక్క మహాసంకల్పం ఈశ్వరప్రాప్తి.

అంటే వినియోగం చెప్పి జపం చెయ్యాలి, ఎలాగంటే ఉదాహరణకు :

❊ ఓంకారం : అథ ఓంకార మంత్రః,

గాయత్రీ ఛంద:, పరమాత్మా ఋషి:/భగవాన్ నారాయణ ఋషి:, అంతర్యామి పరమాత్మా దేవతా, అంతర్యామీ ప్రీత్యర్థే, పరమాత్మప్రాప్తి అర్థే జపే వినియోగ: ।

✻ ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ : ఓం అస్య వాసుదేవద్వాదశాక్షరమహామంత్రస్య, ప్రజాపతి: ఋషి:, గాయత్రీ ఛంద:, వాసుదేవ: పరమాత్మా దేవతా, పరమాత్మప్రాప్తి అర్థే జపే వినియోగ: ।

మంత్రం యొక్క ఋషి, దేవత మరియు ఛంద తెలియనట్లయితే మూడూ 'బ్రహ్మా-పరమాత్మ' అని భావించాలి అనగా ఛంద బ్రహ్మా-పరమాత్మా, ఋషి బ్రహ్మా-పరమాత్మా, దేవతా బ్రహ్మా-పరమాత్మా ।

మంత్రం సిద్ధించడం వల్ల అద్భుతమైన లాభాలు

ఒకవేళ ఒక అక్షరం యొక్క మంత్రమైనట్లయితే 1,11,110 మంత్రజపం చెయ్యడం వల్ల ఆ మంత్రం సిద్ధిస్తుంది. ఒకటి కంటే అధిక అక్షరాలు కలిగిన మంత్రాల కొరకు మంత్రంలో ఎన్ని అక్షరాలు ఉంటాయో ఆ సంఖ్యను 1,11,110తో హెచ్చించిన మీదటన అనుష్ఠానం యొక్క జప-సంఖ్య లభిస్తుంది. ఉదా - 'ఓం నమ: శివాయ' షడక్షరీ మంత్రమైతే 6,66,660 జపం మరియు 12 అక్షరాల మంత్రం 'ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ' కొరకు 13,33,320 జపించాల్సి ఉంటుంది (దీనిలో అనుష్ఠానపు రోజులు మరియు మంత్రజపం యొక్క సంఖ్యను అనుసరించి ప్రతి రోజుకు మాలలను నిశ్చయించుకుని జపం చెయ్యాలి). మంత్రాన్ని సిద్ధించుకున్న సాధకునికి అకాల మృత్యువు సంభవించదు అలాగే దైవయోగాన అకాల మృత్యువుకు చెందిన ప్రారబ్ధం కలిగిన వారి మధ్య కూర్చున్నా కూడా అతడికి లేశమాత్రం కూడా హాని కలగదు. (అనుష్ఠానానికి సంబంధించిన మరింత సమాచారం కొరకు చదవండి 'మంత్రజప మహిమ మరియు అనుష్ఠాన విధి' పుస్తకం)

సోమవతీ అమావాస్య, ఆదివారపు సప్తమి, మంగళవారపు చవితి, బుధవారపు అష్టమి - ఈ నాలుగు తిథులు సూర్యగ్రహణానికి సమానమగు పుణ్యదాయకాలుగా చెప్పబడినవి. ఈ తిథులలో చెయ్యబడిన ధ్యానం, జపం 10 లక్షల రెట్లు అధిక ఫలదాయకంగా ఉంటుంది.

గురుమంత్రం యొక్క జపం ఆపదల నుండి తప్పిస్తుంది. ఒక్కసారిగా ఆపద వచ్చినట్లయితే సద్గురువు ఏ మంత్రాలనైతే ఇస్తారో, వాటిల్లో అప్పుడప్పుడూ ప్రత్యేకంగా బీజమంత్రాలను ఇస్తారు అలాగే వారి సంకల్పం కూడా ఉంటుంది.

ఆరోగ్యం కొరకు లేదా ఆర్థిక సమస్యను పరిష్కరించుకోవడానికి ఇవ్వబడిన సద్గురువు యొక్క మంత్రంతోపాటు గురువు యొక్క సంకల్పం మరియు సాధకుని శ్రద్ధ, తత్పరత మొ॥నవి కూడా పనిచేస్తాయి. మంత్ర జాప మమ దృఢ బిస్వాసా... ఎంతగా విశ్వాసం ఉంటే అంత అధికంగా లాభం, ఎంతగా తత్పరత ఉంటే అంతగా పరిస్థితులలో పరివర్తన, ఎంతగా సంయమనం ఉంటే అంతగా సాఫల్యత ఖచ్చితంగా ఉంటుంది. ❐

✻ ఇది సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమాలలోని సత్ సాహిత్య సేవా కేంద్రాల నుండి అలాగే సమితుల నుండి లభిస్తుంది.

(12వ పేజీలోని 'ఐతే గీత అర్థమైపోతుంది' శేషభాగం)

ఒకవేళ మన యొక్క నేను అనే జగత్తు యొక్క సత్యత మరియు దేహం యొక్క అహంకారం-మమతను విడిచిపెట్టి -

ఇంద్రియార్థేషు వైరాగ్యమనహంకార ఏవ చ ।
జన్మమృత్యుజరావ్యాధిదు:ఖదోషానుదర్శనమ్ ॥
(గీత : 13.8)

ఇటువైపు అనిపిస్తుంది... జన్మ-మృత్యువు యొక్క వృద్ధాప్యానికి చెందిన, మిత్రుల మోసానికి చెందిన దు:ఖం గుర్తుకు వస్తే అలాగే శత్రువులకు చెందిన వేధించే మాటలు, లోకం నశ్వరతను గుర్తు చేసుకుంటే అనిపిస్తుంది... - ఇది అనిత్యం, సుఖ రహితం. ఏదైతే అనిత్యమో, సుఖరహితమో దానిని తొలగిస్తూ తొలగిస్తూ ఇక ఏదైతే మిగిలి ఉంటుందో అది 'నేను'. 'నేను'లో విశ్రాంతి కలిగితే ఇక గీత అర్థమైపోతుంది, ఉపనిషత్తులు అర్థమైపోతాయి. ❐

విద్యార్థి సంస్కారాలు

బీర్బల్ యొక్క బుద్ధి చాతుర్యం

- పూజ్య బాపూజీ

'సభలో ఎంతమంది చెవిటివారు ఉన్నారు ?'

అక్బరు బీర్బల్‌ను అడిగాడు : "రాజదర్బారులో చెవిటివారు ఎంతమంది ఉన్నారు ?"

బీర్బల్ అన్నాడు : "ఇప్పుడు చెప్పేదా లేక తరువాత చెప్పేదా ?"

"ఎలా చెబుతావు ?"

"నా వద్ద ఒక యుక్తి ఉంది."

బీర్బల్ మాటలలో ఒక హాస్యం చేశాడు తరువాత కొంత సేపటి తరువాత రెండవది చేశాడు.

అక్బరుతో అన్నాడు : "రాజా సాహబ్ ! మొత్తం సభలో నలుగురు వ్యక్తులు చెవిటివారు."

అక్బరు అడిగాడు : "ఎలా తెలుసుకున్నావు ?"

"చెవిటి వ్యక్తి రెండు సార్లు నవ్వుతాడు, ఒక సారి అందరూ నవ్వుతుంటే వారితోపాటు అతడు నవ్వుతాడు తరువాత రెండవ వ్యక్తిని అడుగుతాడు 'ఏమని చెప్పాడు ?' అని అడిగి తెలుసుకుని రెండవసారి నవ్వుతాడు."

'రాముని పేరు స్థానంలో నా పేరు వ్రాయండి'

అక్బరు సభను పిలిపించాడు. సభలో గొప్ప-గొప్పవారు వచ్చారు - హిందువులు కూడా వచ్చారు, ముస్లింలు కూడా వచ్చారు. అక్బరు అన్నాడు : "నా రాజ్యంలో ఎలాంటి లోటూ లేదు కదా ?"

ఇప్పుడు ఎవరు అనగలుగుతారు లోటు ఉంటుందని ! ఓట్లు (voting) వేసే కాలం కాదు ఇలా : "నాయనా ! ఈ లోటు ఉంది, ఆ లోటు ఉంది... వీటిని దూరం చెయ్యి, లేదంటే మేము నీకు మా ఓటు (vote)వెయ్యము" అని చెప్పడానికి

అన్నారు : "జహాంపనా ! మీ రాజ్యంలో ఏ లోటు ఉండగలదు !"

"నా రాజ్యంలో సుఖ-సంపదలు, ఆనందం ఉన్నాయా ?"

"ఉన్నాయి."

"నా రాజ్యంలో మీరు దుఃఖంతో లేరు కదా?"

"లేదు జహాంపనా !"

"అంటే నా రాజ్యం రామరాజ్యం వలె ఉందా లేదా ?"

ముఖస్తుతి చేసే వాళ్ళు ఇంకేమంటారు, అన్నారు : "అవును రాజా ! మీ రాజ్యం రామ రాజ్యం వలె ఉంది."

అక్బరు ఇలా అన్నాడు : "రామ రాజ్యం వలెనే సుఖసౌకర్యాలు మరియు ఆనందం ఉన్నాయి కదా ?"

అన్నారు : "ఉన్నాయి."

"అయితే మరి హిందువులు వినండి, మొత్తం హిందువులు ఎవరైతే నా రాజ్యంలో ఉంటున్నారో వారు ఉత్తరం వ్రాయడానికి ముందు, లెక్కలు వ్రాయడానికి ముందు వ్రాస్తారు 'శ్రీరామ్' అని. ఇప్పుడు శ్రీరాముని స్థానంలో 'శ్రీఅక్బరు' అని వ్రాయండి."

హిందువులు అనుకున్నారు 'ఇక్కడ ఇతడు ఇబ్బందులపాలు చేశాడు ! ఇప్పుడేమని చెప్పాలి ! వ్రాయకపోతే ఇబ్బంది పెడతాడు అలాగే ఒకవేళ వ్రాస్తే ఇతడు రామునితో ఎలా సాటిరాగలడు ?'

(శేషం పేజీ 26లో)

గురుకృప యొక్క ప్రభావం

8 సం॥ల వయస్సులో విభిన్న ప్రపంచ రికార్డులు స్థాపించాడు

నేను మరియు నా ధర్మపత్ని బాపూజీగారి నుండి దీక్ష తీసుకున్నాము. వివాహం తరువాత మేము గురుదేవుల ద్వారా చెప్పబడిన సంయమనానికి చెందిన నియమాలను పాటించడం మరియు దివ్య శిశు సంస్కారాలు పుస్తకాన్ని చదవడం మొ॥ వాటిని చేసేవాళ్ళం.

పూజ్య బాపూజీగారి కృపతో 2014లో మా ఇంట ఇక బాలుని జననం జరిగింది, అతడి పేరు 'పార్థ' అని పెట్టాము.

మేము పార్థుడిని ఆశ్రమానికి తీసుకు వెళ్ళే వాళ్ళం, బడ్ బాద్‌షాకు ప్రదక్షిణ చేయించేవాళ్ళం, బాపూజీ గారి సత్సంగ - శ్రవణం చేయించే వాళ్ళం. 4 సం॥ల వయస్సు లోనే అతడి దినచర్య ఇతర పిల్లల కంటే విలక్షణంగా ఉండేది, ఉదాహరణకు బ్రహ్మముహూర్తంలో మేల్కొనడం, సూర్యునికి అర్ఘ్యం ఇవ్వడం, భ్రామరీ ప్రాణాయామం, గురుదేవులకు పూజ-వందన, తులసి-సేవనం చెయ్యడం మొ॥నవి.

బాపూజీ బాలలు, అమాయకులుగా ఉండరు

గురుదేవుల కృపతో అతడి జ్ఞాపకశక్తి మరియు మేధాశక్తి ఎంతగా వికసించాయంటే భూగోళం మరియు విజ్ఞానం వంటి లోతైన విషయాలు వేటినైతే అతడు చదువుతాడో అవి అతడికి ఒకటి-రెండు సార్లలోనే గుర్తుండిపోతాయి. అతడి యోగ్యతలు ఎలా వికసించాయంటే భారత్ మాత్రమే కాదు, ప్రపంచస్థాయిలో అతడిని ప్రశంసించడం జరుగుతూ ఉంది. ఇప్పుడు అతడి వయస్సు 8 సం॥లు మరియు గురుకృపతో అతడు ఎన్నో బహుమతులను పొందడం జరిగింది :

'ఇంటర్‌నేషనల్ బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్' ద్వారా 'అత్యంత ప్రతిభాశాలి బాలక్ పురస్కారం' ఇవ్వడం జరిగింది.

విజ్ఞాన శ్రేణిలో 'విలక్షణ బాలక్ పురస్కారం 2022' కొరకు ఎంపిక చెయ్యడం జరిగింది.

ఇండియా బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్ :

(1) 2 నిముషాలు 7 సెకండ్లలో యు.ఎస్.ఏ.కు చెందిన అన్ని రాష్ట్రాలను దాని దేశపటంపైన గుర్తించాడు.

(2) 4 నిముషాలు 56 సెకండ్లలో ప్రపంచ పటంపైన 183 దేశాలను గుర్తించాడు.

వరల్డ్ వైడ్ బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్ :

(1) ఆసియా పటం పైన దాని అన్ని దేశాలను గుర్తించిన అందరికంటే చిన్న వయస్సు కలిగిన బాలునిగా పేరుగాంచాడు.

(2) 2 నిముషాల 52 సెకండ్లలో సౌర మండలానికి చెందిన అన్ని గ్రహాలను వర్ణించిన అందరికంటే తక్కువ వయస్సుగల బాలునిగా కీర్తించబడ్డాడు.

ఇంత చిన్న వయస్సులో నా కుమారునిలో అలాంటి యోగ్యతలు వికసించాయి దీనిలో నాది కానీ లేదా నా కుమారుని తెలివికానీ లేదు, ఇది పూజ్య బాపూజీగారి ద్వారా చెప్పబడిన నియమాలను పాటించిన దాని మరియు వారి ఆశీర్వాదం యొక్క ఫలితం. అలాంటి పరమ కృపాళు గురుదేవుల శ్రీచరణాలకు సాదర నమస్కారాలు !

- డా. ధర్మేంద్ర కటారియా
చరవాణి : 8982619878

❋ ఇది సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమాలలోని సత్‌సాహిత్య సేవా కేంద్రాల నుండి అలాగే సమితుల నుండి లభిస్తుంది.

రోగ-నివారణ యొక్క అనంత శక్తి మీలోనే ఉంది!

– పరమహంస యోగానంద

(గత సంచిక తరువాయి భాగం)

మనిషి ప్రకృతికి చెందిన నియమాలను చక్కగా పాటిస్తూ తన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం పట్ల జాగ్రత్త వహించాలి...

...ప్రకృతి స్వాభావికంగా శరీరం యొక్క అనారోగ్య కారణాలను తొలగించ డానికి ప్రయత్నిస్తుంది. కళ్ళల్లోకి ధూళి వెళ్ళి నట్లయితే మనకు మనమే కళ్ళను మూస్తూ తెరుస్తూ ధూళిని తొలగించి బయటకు పంపే ప్రయత్నం చేస్తాము. ధూళి లేదా ఏదైనా మురికి ముక్కులోకి వెళ్ళినట్లయితే మనకు తుమ్ములు వస్తాయి. మనం ఏదైనా హానికారక పదార్థాన్ని తిన్నట్లయితే వాంతులు అవుతాయి. శరీరానికి చెందిన ఏదైనా అంతరంగిక అవ యవంపైన ఏదైనా రోగం దాడి చేసినట్లయితే ప్రకృతి ఎన్నో సాధనాలను అంది స్తుంది వాటిని వినియోగించి ఆ అవయవం తనను కాపా డుకోవడానికి (జ్వరం రావడం కూడా ఈ రకానికి చెందిన ప్రకృతి యొక్క ఒక ఏర్పాటు, అది శరీరంలోని దోషాలను శమనం చేసి శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది). అయితే జీవించే ఆ విభిన్న రీతుల కారణంగా, అవి అధికశాతం మందిని ప్రకృతి (ప్రాకృతిక నియమాల) నుండి వేరు చేస్తాయి, ప్రజలకు మళ్ళీ ఆరోగ్య లాభం మరియు కాయాకల్పం యొక్క యోగ్యతలు క్షీణిస్తాయి మరియు సమయానికి ముందే అడుగంటిపోతాయి.

హానిప్రదమగు బ్యాక్టీరియా శరీరంపైన నిరంతరం దాడి చేస్తూ ఉంటుంది, లాభప్రద మగు బ్యాక్టీరియా నిరంతరం దానికి రక్షణ కలిగిస్తూ ఉంటుంది మరియు ఈ కార్యంలో వాటికి అప్పుడప్పుడు పథ్యం, వనమూలికలు, ఔష–ధులు మరియు ఇతర ఆరోగ్యప్రద ఉపాయాలతో సహాయం లభి స్తూ ఉంటుంది.

అయితే మనిషి సురక్షకు కావలసిన అంతులేని ఆధారం ఈ దృఢ చింతనలో దాగి ఉంది అదేమి టంటే **భగవంతుని సంతానం కావడం వలన అతడు ఎలాంటి రోగానికి గురి కాలేడు.**

మనస్సులో ఔషధి కంటే ఎంతో అధికమైన శక్తి ఉంటుంది. అయితే ఔషధిలో ఎలాంటి శక్తీ లేదనడం అన్యాయం అవుతుంది ఎందుకంటే ఒకవేళ ఔషధిలో ఎలాంటి శక్తీ లేనట్లయితే మనిషి విషం తిని కూడా మరణించలేడు. ఎక్కడైతే ఔషధుల శక్తి గురించి వ్యతిరేకించకూడదో, అక్కడే మనిషి దీనిని కూడా అర్థం చేసు కోవాలి అదేమిటంటే ఔషధుల పైన నిరంతరం ఆధారపడడం అనేది అతడి కార్యసామర్థ్యం యొక్క పరిమితిని తెలియ జేస్తుంది. ఒక సమయం ఎలాంటిది వస్తుందంటే శరీరా నికి మళ్ళీ ఆరోగ్యాన్ని ప్రదానం చేసే తన పూర్వపు గుణాన్ని అతడు పోగొట్టుకుంటాడు.

రోగ నివారణ కొరకు కావలసిన అనంత శక్తి కేవలం మనిషి యొక్క మనస్సు మరియు ఆత్మలో ఉంది. ఒకవేళ మానసిక శక్తి మరియు విశ్వాసం బలహీనంగా ఉంటే శరీరాన్ని ఆధ్యాత్మిక ఉపా యాలతో ఆరోగ్యంగా ఉంచలేము. **చిరకాలపు ఆరోగ్యం మనస్సు యొక్క అపార శక్తి మరియు భగవంతుని కృపతోనే లభిస్తుంది.** (సశేషం) □

> శారీరక, మానసిక, నైతిక మరియు ఆధ్యా త్మిక – ఈ అన్ని బాధలు వేదాంతాన్ని అనుభూతి చేసుకోవడం వల్ల వెంటనే తొలగిపోతాయి అలాగే ఎవరైనా ఆత్మనిష్ఠ మహా పురుషుల సాంగత్యం లభించినట్లయితే వేదాంతం యొక్క అనుభవం చేసుకోవడం కఠిన కార్యం కాదు.
>
> **ఆశ్రమ పుస్తకం 'జీవన రసాయనం' నుండి**

గీతలో భగవంతుడు స్త్రీల కొరకు చెప్పిన ముఖ్యమైన మాట ఏమిటి ?

(గత సంచికలో మీరు స్త్రీలలో భగవంతునికి చెందిన 2 అంతరంగ విభూతుల గురించి చదివారు, ఇప్పుడు తరువాత...)

(6) ధృతి : 'ధృతి'కి అర్థం ఆపడం, పట్టుకుని ఉండడం. ఇది జీవితంలో భగవంతునికి చెందిన అన్నిటికంటే పెద్ద రూపం. ఎవరి జీవితంలో ధృతి లేదో అతడికి లోకంలో ఎలాంటి గౌరవం లభించదు. ధృతికి మూడు భేదాలు ఉన్నాయి :

(అ) తామసీ ధృతి :

యయా స్వప్నం భయం శోకం విషాదం మదమేవ చ ।
న విముఞ్చతి దుర్మేధా ధృతి: సా పార్థ తామసీ ॥
(గీత : 18.35)

తామస ధృతి యొక్క లక్షణం ఏమిటంటే జీవితంలో ఏదైనా స్వప్నం, శోకం, భయం, విషాదం, మదం కలిగిన మీదట వాటిని విడిచి పెట్టకుండా ఏడుస్తూ ఉంటారు 'అయ్యయ్యో ! మీ జీవితంలో అలాంటి విషాదం వచ్చింది, అలాంటి మదం వచ్చింది... మా వంటి దురదృష్టవంతులు ఎవరుంటారు !' అంటే దేనితో మనం దుర్గుణాలను మన జీవితంలో నిలుపుకుని ఉంటామో అది తామసీ ధృతి.

(ఆ) రాజసీ ధృతి :

యయా తు ధర్మకామార్థాన్ ధృత్యా ధారయతేర్జున ।
ప్రసంగేన ఫలాకాంక్షీ ధృతి: సా పార్థ రాజసీ ॥
(గీత : 18.34)

క్రియ, ధర్మం మరియు భోగాన్ని పట్టుకుని కూర్చుంటాము 'ఇప్పుడు ఈ ధర్మాన్ని మేము ఎన్నటికీ విడిచిపెట్టము అలాగే ఈ భోగాన్ని మేము తప్పకుండా అనుభవిస్తాము అలాగే ఈ కర్మను మేము తప్పకుండా చేస్తాము' - ఇది రాజసీ ధృతి.

(ఇ) సాత్త్విక ధృతి :

మీరు ఎవరి వ్యాఖ్యనైనా విని అంటారు 'ఏదైతే జరిగిందో దానిని జరగనివ్వు, నోటి నుండి వెలువడితే ఏమౌతుంది ?' లేదు నాయనా, మన నాలుకను అదుపులో పెట్టుకోవాలి.

ధృత్యా యయా ధారయతే మన:ప్రాణేంద్రియక్రియా: ।
యోగేనావ్యభిచారిణ్యా ధృతి: సా పార్థ సాత్త్వికీ ॥
(గీత : 18.33)

మనస్సు, ప్రాణం మరియు ఇంద్రియాల యొక్క క్రియను చెడు నుండి నిలువరించే శక్తి యొక్క పేరు సాత్త్విక ధృతి. మనస్సులోకి వచ్చిందని ఇంటికి వెళ్ళిపోకూడదు, ఎవరి వస్తువునైనా దొంగిలించ కూడదు, ఏదంటే అది మాట్లాడకూడదు, దేనినంటే దానిని తినకూడదు. ఆహారము మరియు విహారాలలో అలాంటి ధృతిశక్తి ఏదైతే ఉంటుందో అది స్త్రీ లేదా పురుషుడు ఎవరి జీవితంలో అయితే ఉంటుందో దానిని సాత్త్విక ధృతి అంటారు. మీ ఇంద్రియాలను చెడు పనిని చెయ్యనివ్వకండి, చెడు స్థానంలోకి వెళ్ళనివ్వకండి. ఈ ధృతిని అవ్యభిచారిణిగా మార్చుకోండి. దీని కొరకు సాధన చెయ్యవలసి వస్తుంది.

భగవంతుడు అంటాడు 'స్త్రీ-పురుషులలో ధృతి ఉండి తీరాలి' ఇదైతే మంచిది అయితే స్త్రీలో ధృతి ఉండడం అనేది ఆమె యొక్క ఒక ప్రత్యేక గుణం.

(7) క్షమ : ప్రతి ఒక్క నేరస్తునికి శిక్షను విధించకూడదు. శిక్ష ఏదైతే ఇవ్వబడుతుందో, అది శిక్షించేవారికి కూడా కొద్దో గొప్పో లభించే తీరుతుంది. స్త్రీ తన పిల్లవాడిని క్షమించదు... పిల్లవాడి మాటను ప్రక్కన పెట్టండి, తన మరిది, ఆడపడుచు, అత్తమామలు, భర్త - ఎవరితోనైనా మనస్పర్థలు ఏర్పడితే వాటిని మరిచిపోవాలి, ఇంట్లో అలా జరుగుతూనే ఉంటుంది. ఎల్లప్పుడూ చేతిలో కట్టెను పట్టుకుని కూర్చోవడం అనేది స్త్రీ యొక్క సద్గుణం కాదు. స్త్రీ యొక్క సద్గుణం ఏమిటంటే ఆమె నేరాన్ని మరచిపోయి వ్యక్తిని క్షమించాలి అలాగే తన హృదయాన్ని పాడుచేసుకోకూడదు.

గీతలో భగవంతుడు స్త్రీలకు చెప్పిదేమిటంటే మీరు నన్ను మీలోపల నెలకొల్పుకోండి, నేను ఏడు రూపాలలో మీ లోపల నివసిస్తాను - మీ పవిత్రమైన కీర్తి, శ్రీ, వాణి, స్మృతి, మేధా, ధృతి మరియు క్షమలో నేను ఉంటాను. ❐

నమస్కారం ఎందుకు ?

'నమస్కారం' అనేది భారతీయ సంస్కృతికి చెందిన ఒక శ్రేష్ఠమైన సంస్కారం. నమస్కారం అనగా వందనం లేదా ప్రణామం. భారతీయ సంస్కృతిలో రెండు చేతులను జోడించి, తలను వంచి నమస్కారం చేసేటటువంటి ప్రాచీన పద్ధతి ఉంది. మనం ఎవరైనా వృద్ధులు, తల్లిదండ్రులు లేదా సంతులు, ఆత్మజ్ఞాని మహా పురుషుల సమక్షంలో చేతులు జోడించి తలను వంచినప్పుడు మన అహంకారం కరిగిపోతుంది అలాగే అంత:కరణం స్వచ్ఛమౌతుంది; ఆడంబరం నశిస్తుంది అలాగే మనం సరళం మరియు సాత్త్వికంగా మారిపోతాము.

సంస్కృతి విజ్ఞానం

నమస్కార ముద్ర యొక్క విజ్ఞానం

నమస్కారం చేసేటప్పుడు రెండు చేతులను జోడించి వ్రేళ్ళపైన నుదటను అంటిస్తారు, కళ్ళను సగం తెరిచి మరియు సగం మూసి ఉంచుతారు. రెండు చేతులు జోడించబడి ఉంటాయి అలాగే హృదయంపైన ఉంటాయి. ఈ ముద్ర ఆలోచనలపైన సంయమనం, వృత్తులపైన అంకుశాన్ని మరియు అభిమానంపైన నియంత్రణను తీసుకువస్తుంది. నమస్కార ముద్ర ద్వారా ఏకాకారత మరియు తదాకారత యొక్క అనుభూతి కలుగుతుంది మరియు ద్వంద్వ రహిత దశ యొక్క ప్రాప్తిలో సహాయం లభిస్తుంది.

నమస్కారం ద్వారా మన అహం ఎవరైనా 'యోగ్యుని' ఎదుట వంచబడినప్పుడు శరణాగతి మరియు సమర్పణ యొక్క భావం కూడా ప్రకటితమౌతుంది. అన్ని ధర్మాలలో నమస్కారాన్ని స్వీకరించడం జరిగింది. క్రిస్టియన్లు ఛాతీపైన చేతిని ఉంచి తలను వంచుతారు. బౌద్ధులు కూడా తలను వంచుతారు, జైన ధర్మంలో కూడా తలను వంచి వందన చెయ్యడం జరుగుతుంది అయితే మన వైదిక ధర్మం యొక్క నమస్కారం చేసే ఈ పద్ధతి అతి ఉత్తమం. నమస్కార సమయంలో రెండు చేతులను జోడించడం వల్ల ఒక సమూహం తయారౌతుంది, దీనితో జీవనీశక్తి మరియు తేజోవలయం (తేజపూర్ణమైన ఆభా) యొక్క క్షయాన్ని నిలువరించే ఒక చక్రం తయారౌతుంది.

ఈ విధమైన నమస్కారం విశేష లాభకారి అయితే ఒకరినొకరు పరస్పరం చేతులు కలపడం వల్ల జీవనీశక్తి యొక్క క్షయం జరుగుతుంది అలాగే రోగాలు కూడా సంక్రమించడం జరుగుతుంది.

యోగుల యొక్క సాటిలేని అన్వేషణ : నమస్కారం

బాపూజీగారి సత్సంగంలో వస్తుంది : "మీరు మందిరంలోకి వెళ్ళినట్లయితే చేతులు జోడిస్తారు, సంత్-మహాత్ములకు చేతులు జోడిస్తారు... చేతులు జోడించడం వల్ల ఏం జరుగుతుంది ? భగవంతునికి సుఖం లభిస్తుందా ?

చేతులు జోడించడం వల్ల భగవంతునికి సుఖం లేదా దు:ఖం లభించదు. వాస్తవానికి ఇది యోగుల యొక్క అన్వేషణ అదేమిటంటే మీరు ఇంద్రియాలలో (పనులను చేసే సాధనాలలో) ఉంటారు అలాగే మనస్సు పరుగులు తీస్తూ ఉంటుంది. మనస్సుకు శాంతిని కలిగించడానికి ఉన్నటువంటి ముద్ర ఇది. ఒక చేతి వ్రేళ్ళు రెండవ చేతి వ్రేళ్ళతో కలుస్తాయి అలాగే పరస్పరం ఒత్తిడి కలిగించడంతో మనస్సు యొక్క స్పందనలు తగ్గిపోతాయి అలాగే మీకు కొన్ని అంశలలో భగవత్‌శాంతి లభిస్తుంది.

మహాత్మా బుద్ధుడు సత్యాన్ని అన్వేషిస్తూ అన్వేషిస్తూ అలసిపోయాడు. తరువాత బుద్ధునికి ఎవరో సిద్ధపురుషుడు లభించాడు. అతడు చెప్పినదేమిటంటే 'చేతులు జోడించడం వెనుక ఉన్న రహస్యం మనోనాడి జాగృతం కావడం.' ప్రజలు అలానే నమస్కారం చేసేస్తారు. కాదు, ఎంత గట్టిగా చేతులను ఒత్తగలరో అంతగా ఒత్తాలి, చేతులు ఎదురెదురుగా ఉండాలి అలాగే మోచేతులు తిన్నగా ఉండాలి.

ఇది ధర్మం యొక్క ఆరంభం

నమస్కారం అనగా 5 కర్మేంద్రియాలు, 5 జ్ఞానేంద్రియాలు మరియు 11వది మనస్సు - వీటన్నింటినీ పరమాత్మలో సమర్పించాలి. ఇది ధర్మానికి ఆరంభం. మనస్సులో రిద్ధులు, సిద్ధులు ఉన్నాయి, అద్భుతం చేసే సామర్థ్యం ఉంది అయితే దీనికి కూడా ఈశ్వర-తత్త్వం ఎదుట, ఆత్మసాక్షాత్కారం ఎదుట విలువా ఉండదు. కాబట్టి ఈ పదకొండింటినీ తత్త్వం (పరమాత్మ)లో విసర్జింపవలసి ఉంటుంది." (సశేషం)

... ఇక అతడు హృదయానికే రాజు అయ్యాడు - పూజ్య బాపూజీ

వైదిక కాలానికి చెందిన మాట. రాజా తేజ్ బహాదుర్ తిరగడానికి వెళ్ళాడు. తిరిగి వచ్చేటప్పటికి రాత్రి అయ్యింది, పౌర్ణమి రాత్రి అయి ఉండవచ్చు. అతడు వేరొక మార్గం నుండి వచ్చాడు, ఒక పూరిపాక కనిపించింది. అనుకున్నాడు 'ఈ అడవిలో పాపం ఎవరు ఉంటున్నారు ?' పూరిపాక లోకి తొంగి చూశాడు, చూస్తే ఒక గోనె పట్టా, దానిపైన ఎవరో కూర్చుని ఉన్నారు. జ్ఞానముద్రలో పర మాత్మ ధ్యానంలో పరవశి స్తున్నట్టుగా ఉన్నాడు.

"ఎవరైనా భికారా లేదా సాధువా ?" సామ్రాట్ పిలిచాడు.

సాధువు బయటకు వచ్చి అడిగాడు : "ఏమిటి ?"

"మీరు ఈ పూరి పాకలో ఉంటున్నారా ?"

"అవును."

రాజు గుర్రం నుండి క్రిందికి దిగి, చూడగా దబ్బాలో కొద్దిగా పెసర్లు ఉన్నాయి, అక్కడ రజాయికి ఎన్నో పురుగులు పట్టి ఉన్నాయి, గోనె పట్టా ఉంది, పాత్రలు పగిలిపోయి ఉన్నాయి అలాగే పూరిపాక ఎలా ఉన్నదంటే దానిలో దీపాన్ని వెలిగించాల్సిన అవసరం ఉండదు, చంద్రుని కిరణాలు మరియు మెరిసే నక్షత్రాల ప్రకాశం పైకప్పులోని పూరిపాకలోకి వస్తుంది. దీపం లేదు - ఒత్తి లేదు, నూనె లేదు, కిరోసిన్ లేదు.

రాజుకు దయ కలిగింది, అన్నాడు : "నా నగరంలో ఇలాంటి వ్యక్తి ! ఇంతటి దు:ఖితుడు- దరిద్రుడు ! ఏం బాగా లేదు. తీసుకో, నేను నీకు డబ్బులు ఇస్తున్నాను, తరువాత నువ్వు రా, మేము నీకు ఏర్పాట్లు చేయిస్తాము."

సాధువు అన్నాడు : "వెళ్ళు ! వెళ్ళి ఎవరైనా దరిద్రునికి ఇవ్వు."

"నీకు మించిన దరిద్రుడు ఎవరు దొరుకు తారు ? తినడానికి లేదు, కప్పుకోవడానికి లేదు, కట్టుకోవడానికి లేదు, ఉండడానికి లేదు... తీసుకో. ఎలా అనిపిస్తుందంటే నువ్వు ఎన్నో రోజుల నుండి దు:ఖాన్ని అనుభవిస్తున్నట్లుగా ఉంది అందుకే నా చిన్న కానుకను అవమానపరుస్తున్నావు, మేము వేరొక కానుకలను కూడా పంపిస్తాము."

"వేరొక వాటిని నీ వద్దనే పెట్టుకో, ఇది కూడా నువ్వు తీసుకు వెళ్ళు. నాకు అవసరం లేదు."

"మహారాజ్ ! మీరు కోపగించుకోకండి, మేము రేపు ఇంకా పంపిస్తాము."

"నేను వద్దంటు న్నాను, కోపమెందుకు ? ఎవరైనా దరిద్రునికి ఇవ్వు."

రాజు : "నీకు మించిన దరిద్రుడు ఎవరు దొరుకుతారు ?" అప్పుడు బాబాజీ తన పారవశ్యం లోకి వచ్చాడు, తన 'నిరంతర సంతుష్ట' స్వభావం లోకి వచ్చి అన్నాడు : "నేను దరిద్రుడ్ని కాదు. నాకు బంగారం తయారు చెయ్యడం తెలుసు, నా గురించి నీకు తెలీదు !..."

రాజు అనుకున్నాడు "ఈ బాబాల గురించి మనకేం తెలుసు ! మారువేషంలో ఎవరున్నారో ఏమో ?' అతడు చూస్తూ ఉండిపోయాడు.

"ఏం చూస్తున్నావు ! నాకు బంగారం తయారు చెయ్యడం తెలుసు."

బాబా వాణిలో నిజాయితీ ఉంది, ఏదో లోతైన విషయం ఉంది. రాజుకు గట్టి దెబ్బ తగిలినట్ల య్యింది 'అవును ! వాస్తవం కావచ్చు.' రాజు తలవంచాడు.

"మహారాజ్ ! ఈ దాసుడు సిద్ధంగా ఉన్నాడు, దాసుకుని నేర్పండి."

"నాయనా ! ఉదయం 4 గంటలకు స్నానాదులు పూర్తి చేసుకొని రా."

"అలాగే మహారాజ్ !"

రాత్రంతా నిద్ర రాలేదు ఆ రాజుకు. ఉదయాన వచ్చాడు, చూస్తే బాబాజీ ధ్యానంలో కూర్చుని ఉన్నాడు. అతడు బయట నిలబడ్డాడు గౌరవంతో. బాబాజీ ధ్యానం నుండి లేచి అన్నాడు : "వచ్చావా?"

"వచ్చాను మహారాజ్ !"

"ఇప్పుడు ఇలా చెయ్యి... నువ్వు నాతో అన్నావు నేను దరిద్రుడినని. ఇప్పుడు చెప్పు నేను దరిద్రుడినా లేక నువ్వు దరిద్రుడివా ? నువ్వు నా నుండి బంగారాన్ని తయారు చేసే విద్య అడగడానికి వచ్చావు, నేను ఇచ్చినప్పుడు నువ్వు తీసుకుంటావు."

రాజుకు ఎక్కడ తగ్గాలో అలాగే ఎక్కడ పట్టుబట్టాలో బాగా తెలుసు. అర్థం చేసుకున్నాడు ఇక్కడ తగ్గాలని.

"మహారాజ్ ! ఆజ్ఞ ! దాసుడు దరిద్రుడు."

"నువ్వు 7 సార్లు చెప్పు : నేను దరిద్రుడిని అలాగే మీరు సామ్రాట్టులు ! నేను దరిద్రుడిని, మీరు సామ్రాట్టులు !"

మనస్సులో అనుకున్నాడు, '7 సార్లు ఏమిటి 17 సార్లు అన్నప్పటికీ ఒకవేళ బంగారం తయారు చెయ్యడం నేర్చుకున్నట్లయితే నా రాజ్యంలో ఇనుము ఎంతో ఉంది, బంగారంతో చుట్టుప్రక్కల ఉన్న రాజ్యాలను కొనేసి వాటిని నా రాజ్యాలుగా చేసుకుంటాను... పెద్ద సామ్రాట్టును అవుతాను.'

ఇంతటి రాజ్యం ఉన్నప్పటికీ తృష్ణ శాంతించ లేదు. 'ఇంకా కావాలి, ఇంకా కావాలి...' మొత్తం పృథ్వి యొక్క రాజ్యం ఒక వ్యక్తికి లభించినప్పటికీ ఎప్పటిదాకా అతడికి ఆత్మ యొక్క రసం రాదో అప్పటి దాకా అతడు సంతుష్టుడు కాలేడు. గీతాకారుడు ఎంతో చక్కని మాటను చెప్పాడు : 'సంతుష్టః సతతం యోగీ...' ఇలా అనలేదు : 'సంతుష్టః సతతం ధనవాన్, సంతుష్టః సతతం రూపవాన్, సంతుష్టః సతతం మానవః, సంతుష్టః సతతం నారీ, సంతుష్టః సతతం సాధుః సంతుష్టః సతతం గృహస్థీ...!' ఎవరైతే ఆత్మ-పరమాత్మ యొక్క యోగాన్ని సిద్ధించుకున్నారో వారు నిరంతరం సంతుష్టులుగా ఉంటారు. ఎవరైతే ఆత్మ రసానికి విముఖులై ఉన్నారో వారికి నిరంతరం సంతోషం, నిరంతరం ఆనందం కలగదు.

రాజు ఏడు సార్లు అన్నాడు : "మహారాజ్ ! నేను దరిద్రుడిని, మీరు సామ్రాట్ ! నేను దరిద్రుడిని, మీరు సామ్రాట్ !"

"చూడు ! బంగారాన్ని తయారు చెయ్యడం నేర్చుకోవాలంటే ఆజ్ఞను పాటించాల్సి ఉంటుంది."

"మహారాజ్ ! చెప్పండి."

"చెవులు పట్టుకుని గుంజీళ్ళు తీస్తూ చెప్పు : నేను దరిద్రుడిని, మీరు స్వామి ! నేను సేవకుడిని, మీరు స్వామి !"

"బాబాజీ ! దీనిలో చెప్పేదేముంది - నేను దరిద్రుడిని, మీరు స్వామి ! నేను సేవకుడిని, మీరు స్వామి !"

10-15 సార్లు గుంజీళ్ళు తీశాడు, యువకుడు కదా. మహారాజ్ ! గుంజీళ్ళు తీయడం, అది ఉదయం సమయం కావడం, బాబాజీ ధ్యానం యొక్క స్పందనలు ఉండడం, ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలు వేగంగా నడవడం, ప్రాణ-అపానాలు పరస్పరం ఢీకొనడం జరిగింది.

కొద్దిగా సుషుమ్న యొక్క ద్వారం తెరుచుకుని ఉంటుంది లేదా ప్రాణాయామం యొక్క స్పందనల యొక్క ప్రభావంతో అతడి చిత్తవృత్తి కొద్దిగా సాత్త్వికమయ్యింది.

బాబా అన్నాడు : "నాయనా ! కొద్దిసేపు కూర్చో నేను కొద్దిగా ఆలోచిస్తాను."

ఆలోచించేదేముంటుంది, ధ్యానం చేస్తూ అతడి మేలు గురించి కొద్దిగా భావన చేశాడు.

సూర్యుడు ఉదయించాడు, అన్నాడు : "ఈ రోజు కాదు, కొన్ని రోజులు వస్తూ ఉండు. నాకు పరవశం కలిగినప్పుడు నేను నేర్పుతాను."

ఆ రాజు వెళ్ళిపోయాడు. కథ చెప్పేదేమిటంటే రెండవ రోజున వచ్చాడు, బాబాజీ వేరొక రీతిలో కూర్చోబెట్టాడు, కొన్ని ప్రాణాయామాలు చేయిం చాడు, ధ్యానం చేయించాడు. 3వ రోజు కూడా కూర్చోబెట్టాడు, ప్రాణాయామం-ధ్యానం చేయించాడు.

అతడిని కూర్చోబెట్టి ప్రాణాయామం మరియు ధ్యానం చేయించిన కొద్దీ అతడి రజో మరియు తమో వృత్తులు శాంతిస్తూ వెళ్ళాయి అలాగే సాత్త్విక వృత్తులు మేల్కొనసాగాయి. అతడికి లోపలి ఆనందం కలగసాగింది. ఆరంభంలో బాబాజీ →

పూజ్య బాపూజీగారి పట్ల మీ ఆలోచనాధారను మార్చుకోండి !

– మహామండలేశ్వర్ స్వామీ ప్రకాశానందజీ,
నైమిషారణ్యం (ఉ.ప్ర.)

పూజ్య బాపూజీ ఆత్మసాక్షాత్కారీ మహాపురుషులు. వారి ముఖంపైన ఒక రకమైన ఆధ్యాత్మిక ఆభా ఉంటుంది. అలాంటి ఆధ్యాత్మిక ఆభా భగవంతుడిని పొందిన మహా పురుషులలో లభిస్తుంది.

మీరు బాపూజీగారి సాహిత్యాన్ని చదివి చూడండి. నేను బాపూజీగారి 'ఋషి ప్రసాద్' పత్రికను చదువుతాను. దానిలో బాపూజీగారి సత్సంగానికి చెందిన వ్యాసాలు మరియు ఆనందాన్ని కలిగించే, శక్తి, స్ఫూర్తి, ఉత్సాహాన్ని ఇచ్చే ఇంకా ఎన్నో సాధనలకు చెందిన వ్యాసాలు వస్తాయి. అవన్నీ చదివి నా హృదయం మొత్తం అమృతంతో నిండినట్లుగా అనిపిస్తుంది.

ఎవరైతే పూజ్య బాపూజీగారి వంటి మహా పురుషులు మరియు వారి శిష్యుల పట్ల చెడు భావన కలిగి ఉంటారో వారు దాని పరిణామం భయంకరంగా ఉంటుందని అర్థం చేసుకోవాలి. మీరు నాటిన దానిని బట్టి పండ్లు లభిస్తాయి. అలా చేసేవారికి నేను చెప్పేదేమిటంటే మీరు బాపూజీ మరియు వారి శిష్యుల పట్ల మీ విచార ధారను మార్చుకోండి. బాపూజీ పట్ల భగవత్‌బుద్ధి, భగవత్ భావం కలిగి ఉండండి అప్పుడు మీ బుద్ధి పరిశుద్ధ మౌతుంది, మీ లోపల సంతోషం, శాంతి, ఆనందం ఏవైతే కప్పబడి ఉన్నాయో అవి పొంగి పొర్లుతాయి అలాగే మీ జీవితం కూడా సంతోషదాయకం అవుతుంది. ❐

→

ప్రలోభ పెట్టి ఆ రాజును పిలిచాడు అయితే కొన్ని రోజుల తరువాత ఆ అదృష్టవంతుడైన రాజుకు రాకపోతే శాంతి లభించేది కాదు. బాబా గమనించాడు ఇప్పుడితడు పాత్రుడయ్యాడు, ధ్యానంలో కూర్చోబెట్టి కొద్దిగా సంప్రేషణ శక్తినిచ్చి కొద్దిగా ముందుకు నెట్టాడు. మహారాజ్ ! అతడికి సమాధి కలిగింది. కొన్ని గంటల తరువాత అతడిని లేపాడు.

"చెప్పు నాయనా ! ఎంత బంగారం తయారు చెయ్యాలి ?"

"మహారాజ్ ! ఉన్న రాజ్యాన్ని కూడా విడిచి పెట్టి మరణిస్తాను. ఇప్పుడు బంగారాన్ని తయారు చేసి వేరొక రాజ్యాన్ని సొంతం చేసుకోవడం, అంతా చేసి కూడా మరణించాల్సిందే కదా. ఇప్పుడు నాకు లోపలి రసంలో గొప్ప ఆనందం కలుగుతూ ఉంది. మహారాజ్ ! లోపల రసం ఇంకొంచెం కావాలి, ఇంకొంచెం ధ్యానం కలగాలి, సమాధి కలగాలి..."

"నాయనా ! ఇప్పుడు చెప్పు, నువ్వు మొదట్లో రాజుగా ఉన్నావా లేక ఇప్పుడు రాజుగా ఉన్నావా?"

"మహారాజ్ ! ఇంతకుముందు దారిద్ర్యాన్ని దాచిపెట్టుకోవడానికి బయట నుండి రాజుగా ఉండేవాడిని అయితే ఇప్పుడు నేను హృదయానికి రాజునయ్యాను. ఇప్పుడు నాకు లోపలి నుండి సంతోషం లభిస్తూ ఉంది."

**సంతుష్టః సతతం యోగీ యతాత్మా దృఢనిశ్చయః ।
మయ్యర్పితమనోబుద్ధిర్యో మద్భక్తః స మే ప్రియః ॥**
(గీత : 12.14)

ఎవరైతే నిరంతరం సంతుష్టులై, ఏకాగ్రచిత్తులై, శరీరం మరియు ఇంద్రియాలను వశంలో ఉంచుకున్నవారు, దృఢనిశ్చయులు అలాగే నాలో మనస్సు మరియు బుద్ధిని సమర్పితం చేసుకున్నవారు, అలాంటి నా భక్తులు నాకు ప్రియతములు.

ఎన్ని అంశలలో మన అంతరంగిక యాత్ర జరుగుతుందో అంతంతగా మన అంతరంగిక రాజ్యం పెరుగుతుంది.

సంత్ కబీర్‌జీ అంటాడు :

**దాస్ కబీర్ చఢ్యో గఢ్ ఊపర్ ।
రాజ్ మిల్యో అవినాశీ ॥**

సత్పురుషుల హితకరమగు అనుభవ వాణి

కలియుగంలో నామ-స్మరణతోనే ముక్తి !

– గురు తేగ్‌బహాదుర్‌జీ

కలియుగంలో భగవన్నామ స్మరణతోనే ముక్తి ప్రాప్తిస్తుంది, సద్గురువు ఈ రహస్యాన్ని చెప్పారు. బాబా నానక్‌జీ అంటారు ఎవరైతే భగవంతుని గుణాలను కొనియాడతాడో అతడే గౌరవాన్ని కలిగినవాడు.

ఇదే గ్రహించదగినది

– సంత్ నామ్‌దేవ్‌జీ

తత్త్ గహన్‌కో నామ్ హై,
భజి లీజౌ సోయీ ।
లీలా సింధ్ అగాధ్ హై,
గతి లఖై న కోయీ ॥

'భగవంతుని లీల అగాధమైన సముద్రం వలె ఉంటుంది, దాని గతిని ఎవ్వరూ తెలుసుకోజాలరు. గ్రహించదగినది కేవలం భగవంతుని నామమే, దానినే భజించండి.'

... ఇది లేకుండా హృదయంలో ప్రకాశం కలగదు

– సంత్ దాదూ దయాళ్‌జీ

అనేక్ చంద్ ఉదయ్ కరే,
అసంఖ్య సూర్ ప్రకాస్ ।
ఏక్ నిరంజన్ నామ్ బిన్,
దాదూ నహీం ఉజాస్ ॥

'అనేక చంద్రులు మరియు అసంఖ్య సూర్యులు ఉదయించి ప్రకాశించినప్పటికీ గురు-ప్రదత్త నిరంజన్ బ్రహ్మ యొక్క నామ-చింతన ద్వారా బ్రహ్మజ్ఞానం కలగకుండా అజ్ఞానం అనే అంధకారం తొలగిపోజాలదు, హృదయంలో ప్రకాశం కలగదు.'

(18 వ పేజీలో 'బీర్బల్ యొక్క బుద్ధి చాతుర్యం' శేషభాగం)

ముఖస్తుతి చేస్తూ చేస్తూ ప్రముఖంగా ఉన్నవారు పూర్తిగా ఇరుక్కుపోయారు.

వెళ్ళి బీర్బల్ ఎదుట చేతులు జోడించి "బీర్బల్ ! ఇప్పుడు మీరు కాపాడాలి."

బీర్బల్ అన్నాడు : "మరేం ఫర్వాలేదు, మీరు గాభరాపడకండి."

బీర్బల్ రోజూ ధ్యానం చేసేవాడు. సారస్వత్య మంత్రాన్ని జపించేవాడు, అతడి బుద్ధిశక్తి వికసించి ఉంది. బీర్బల్ అన్నాడు : "జహాంపనా ! శ్రీరాముని స్థానంలో మీ పేరును వ్రాయడానికి వీరు సిద్ధంగా ఉన్నారు కానీ ఒక అడ్డంకి ఉంది. మీరు వారి ఆ అడ్డంకిని తొలగిస్తే మొత్తం సమాజం వీరి మాటను వింటుంది, లేదంటే సమాజంలోని వారు ఎదురు తిరుగుతారు..."

అక్బరు అడిగాడు : "దేని గురించి ఎదురు తిరుగుతారు ?"

"రాముని పేరు వ్రాసి సముద్రంలో రాళ్ళను విసిరినప్పుడు అవి నీటిలో తేలాడేవి. 'శ్రీరామ్' వ్రాసి రాళ్ళు సముద్రంలో తేలాడడం జరిగింది, ఇప్పుడు 'శ్రీఅక్బర్' అని వ్రాసి 2-3 రాళ్ళు ఒకవేళ తేలినట్లయితే ఇక మీ పేరును వ్రాయడం మొదలుపెడతారు. మీరు వెళ్ళి మీ హనుమంతుడిని ఎవరినైనా తీసుకువచ్చి 'శ్రీఅక్బర్' అని వ్రాయించండి అలాగే రాళ్ళు తేలడం మొదలు పడతాయి. మొత్తం వంతెనను నిర్మించకండి, నాలుగు రాళ్ళు తేలేటట్లు చూపించినా మొత్తం హిందు సమాజం మీ మాటను వింటారు."

అక్బరు అంటాడు : "ఇక మాట్లాడకు, ఈ మాటను మరిచిపో, నా పరువు చెడిపోతుంది, హిందువులను శ్రీరామ్ అని వ్రాసుకోనివ్వు." ❐

అమృత బిందువు – పూజ్య బాపూజీ

ఎవరికైతే తక్కువలో తక్కువ సమయంలో అధికంలో అధిక సుందర కార్యాన్ని చేసే కళ వికసించి ఉందో అతడు ప్రతి రంగంలో సఫలుడౌతాడు.

యాత్ర : ఉద్యోగం లభించడం నుండి ఐ.టీ. కంపెనీ యజమాని దాకా

నేను పూజ్య బాపూజీగారి నుండి సం॥ 2000లో సారస్వత్య మంత్రాన్ని, 2008లో గురుమంత్ర దీక్షను తీసుకున్నాను. దీనితో నా జీవితంలో ఏ అనుభూతులైతే కలిగాయో, వాటిల్లో కొన్నింటిని నేను మీ ఎదుట పెడుతున్నాను :

పతనానికి చెందిన వాతావరణంలో కూడా సురక్షితం

దీక్ష తరువాత నేను రోజూ సారస్వత్య మంత్రాన్ని జపం చెయ్యసాగాను. నా బుద్ధిశక్తి మరియు సాత్త్వికత మారిపోసాగింది. దీనితో విద్యార్థి కాలంలో జరిగే పతనానికి చెందిన ఆచార విచారాలు, ఆహారపు అలవాట్ల నుండి నేను స్వయంగా రక్షించుకోగలిగాను. లోపలి నుండి గురుదేవుల ప్రేరణలు లభిస్తూ ఉండేవి 'ఎవరి చెడు అలవాట్లను అనుసరించకూడదు' అని.

నేను చదువులో చురుకుగా ఉండేవాడిని కాదు కాబట్టి ఎప్పుడైనా నిరాశకు గురైతే గురుదేవులు కలలోకి వచ్చి నాకు బలాన్ని ఇచ్చేవారు మరియు ధైర్యాన్ని పెంచేవారు.

సేవ-సాధన యొక్క లాభం లభించింది

నేను కంప్యూటర్ సైన్స్ చదువు చదవసాగాను అలాగే ఎప్పుడు సమయం దొరికినా ఆశ్రమానికి వెళుతూ ఉండేవాడిని. అక్కడ జపం, సేవ, బడ్ బాద్‌షాకు ప్రదక్షిణ మొ॥ వాటిని చేసేవాడిని. నేను ప్రతి ఆదివారం కరోల్‌బాగ్, ఢిల్లీ ఆశ్రమానికి వెళ్ళే నియమాన్ని పెట్టుకున్నాను. కొంత కాలం బాల సంస్కార కేంద్రం కూడా నడిపాను.

ఎప్పుడైనా ఢిల్లీలో బాపూజీగారి సత్సంగం జరిగితే నేను సమితికి చెందిన సోదరులతో సేవలో ఉండేవాడిని, ఉదా – హోర్డింగ్స్ తగిలించడం, టెంట్ మరియు స్పీకర్లు పెట్టడం మొ॥నవి. దానిలో నాకు ఎంతో ఆనందం కలగసాగింది. ఈ విధంగా నా సమయం చదువుతోపాటు సేవ-సాధనలో గడవ సాగింది. ఇంట్లో పూజ్య బాపూజీగారి సత్సంగం నడుస్తూ ఉండేది. ధ్యానం మరియు జపం కంటే అధిక సమయం గురుసేవలో గడిచేది. మన ఆశ్రమ వాసులైన సేవాభావులైన గురుసోదరుల సాన్నిధ్యంతో కూడా నాకు ఎంతో లాభం కలిగింది. ప్రతి సంవత్సరం ఉత్తరాయణం మరియు గురు పౌర్ణిమ శిబిరాలు అహమదాబాద్‌లో చేశాను. 2004 నుండి 2009 దాకా పౌర్ణమి వ్రతం యొక్క లాభం కలిగింది.

ఒత్తిడి పరిస్థితులలో కూడా ప్రేరకంగా అయ్యారు

2010లో మార్కెట్ డౌన్ కారణంగా నాకు ఉద్యోగం లభించలేదు. నేను ఉద్యోగాన్ని వెదుకుతూ సాఫ్ట్‌వేర్ కోడింగ్‌ను నేర్చుకోసాగాను. ఎవరొచ్చినా ఇదే అడిగేవారు : 'ఇకపై ఏం చేస్తావు ?...' అవి నా జీవితంలో అన్నిటికంటే అధిక ఒత్తిడితో కూడిన పరిస్థితులు కానీ బాపూజీగారి సత్సంగం నాకు ధైర్యాన్నిచ్చింది.

ప్రతికూల పరిస్థితులలో ఇంకా అధిక గురు కృప దాగి ఉంటుంది, దానిని వెతుక్కుంటూ వెళ్ళాలి అంతే, గురుకృపకు ధన్యవాదాలు తెలుపుతూ వెళ్ళాలి అలాగే ఆ పరిస్థితిని సద్వినియోగం చేసుకుంటే ఫిర్యాదు ఉండదు అలాగే ముమ్ముందు ఆ పరిస్థితి కూడా ఒక వరమనేది నిశ్చయంగా అర్థమౌతుంది – దీనిని మీరు-మేము, అందరం మన జీవితంలో అనుభవం చేసుకోవచ్చు. ఆ స్థితిలో సత్సంగం-సేవలో నాకు ఇంకా శ్రద్ధ పెరిగింది.

నేను ఉద్యోగాన్ని వెదుక్కోవడంతోపాటు ఆలందీ ఆశ్రమానికి వెళ్ళి సేవ, ధ్యానం, జపం చెయ్యసాగాను. అక్కడ నాకు బాల సంస్కార సేవను చేసే సోదరులు తారసపడ్డారు. మేము బస్టాండులు మొ॥ పబ్లిక్ ప్రదేశాలకు వెళ్ళి దివ్య ప్రేరణా-ప్రకాశ్ మొ॥ సాహిత్యాన్ని పంచిపెట్టేవాళ్ళం మరియు బాల సంస్కార సేవను చేసేవాళ్ళం.

కొంత కాలం తరువాత ఒక కంపెనీలో సంవత్సరానికి 2 లక్షల రూ॥ ఉద్యోగం లభించింది. కుటుంబంలోని వారు సంతోషించారు అయితే లోపలి నుండి ప్రేరణ లభించేది 'నీ సొంత

వ్యాపారం చేసుకో.' జీవితంలో ధర్మసంకటం ఏర్పడింది 'ఇప్పుడు ఏం చెయ్యాలి ?'

నేను గురుదేవుల ఎదుట ప్రార్థనకై కూర్చు న్నాను, చిట్టీలు తయారు చేశాను – కొన్నింటిలో 'అవును' అనే మాటను వ్రాస్తే మరి కొన్నింటిలో 'వద్దు' అని వ్రాసి బాపూజీగారి ఎదుట పెట్టాను. 2–3 గంటలు ధ్యానం మరియు శ్రీ ఆశా రామాయణం యొక్క పారాయణం చేశాను. తరువాత చిట్టీని తీస్తే అందులో సొంతంగా వ్యాపారం చేసుకోమని వచ్చింది. నేను అందరికీ నా నిర్ణయాన్ని చెప్పాను 'ఇప్పుడు తేలిపోయింది సొంతంగా వ్యాపారం చేసుకోమని గురుదేవులే ప్రేరణ ఇస్తున్నారు కాబట్టి నేను ఉద్యోగం చేస్తాను.' అందరూ వ్యతిరేకించారు కానీ నేను బాపూజీగారి ద్వారా లభించిన ప్రేరణలో పటిష్టంగా నిలబడ్డాను.

నేను ఇంటి నుండే పనిని ఆరంభించాను. 2011 నుండి పని పెరగసాగింది. 2012లో 20–25 మంది అయ్యారు తరువాత నేను కంపెనీ రిజిష్టర్ చేయించాను నేను ఒకప్పుడు చిట్టీ ద్వారా ప్రేరణ పొందితే మరొకప్పుడు కంఠకూపంలో గురుదేవుల ధ్యానం చేసి నిద్రిస్తే కలలో కూడా గురుదేవులు నాకు మార్గదర్శనం చేసేవారు.

తరువాత అతడే ఎంతో పనిని ఇచ్చాడు !

ఒకసారి ఒక క్లయింట్ అన్నాడు "మీరు డ్రింక్ చేస్తేనే (మద్యం సేవిస్తేనే) ప్రోజెక్టును ఇస్తాను." నేను అన్నాను : "ప్రోజెక్టు ఇవ్వకపోయినా సరే ఎలాంటి పరిస్థితిలో కూడా నేను త్రాగను."

బయటి లాభనష్టాలు గురుదేవుల సిద్ధాంతం ఎదుట రెండు పైసల విలువ కూడా చెయ్యవు. ఎదుటివారు తమ మూర్ఖత్వాన్ని విడిచిపెడితే విడిచి పెట్టనీ, మేము మా గురుదేవుల సిద్ధాంతాన్ని ఎందుకు విడిచిపెట్టాలి ? ఎవరైతే ఒక ప్రోజెక్టును ఇవ్వడానికి కూడా ఇష్టపడలేదో, తరవాత అతడే నాకు ఎన్నో ప్రోజెక్టులను ఇచ్చాడు ! అలాంటి అనేక సంఘటనలు జరుగుతూ వచ్చాయి.

వచనాలు అద్భుతంగా పనిచేశాయి

2013లో హరిద్వార్ శిబిరం జరిగింది. అక్కడ మొట్టమొదటిసారి దగ్గరి నుండి పూజ్య బాపూజీగారి దర్శనం లభించింది. నేను గురు దేవులకు కంపెనీ గురించి చెప్పాలనుకున్నాను కానీ చెప్పలేక పోయాను. గురుదేవులు ముందుకు వెళ్ళి పోయారు అప్పుడు నేను ఏదో విధంగా అది చెప్పే శాను. బాపూజీగారు దూరం నుండే విని అన్నారు : "నీ పని నెరవేరింది...!"

గురుదేవుల ఆ వచనాలు ఎంత అద్భుతంగా పనిచేశాయంటే 2013 తరువాత ప్రోజెక్టుల మీద ప్రోజెక్టులు లభించసాగాయి. గురుదేవుల ప్రేరణతో నేను ఒంటరిగా ఆరంభించిన కంపెనీ నేడు దానిలో 900 మంది పని చేస్తూ ఉన్నారు. 9 సంవత్స రాలలో కంపెనీ పని 100 రెట్లు పెరిగిపోయింది. భారత్‌లోనే కాకుండా విదేశాలలో కూడా ఎన్నో చోట్ల ఆఫీసులు ఏర్పడ్డాయి.

ఈనాడు భారత వాసులు ఇక్కడి నుండి విదే శాలకు వెళ్ళి విదేశీయుల వద్ద ఉద్యోగం చేస్తూ ఉన్నారు, పెద్ద ఎత్తున దేశం యొక్క ప్రతిభ పలాయనం అవుతూ ఉంది. అక్కడికి వెళ్ళి భోగ విలాసాలలో చిక్కుకుని ఎంతోమంది ఆత్మ సంతోషం, ఉదారత, శాంతి, మితవ్యయం మొ॥ వాటి నుండి విముఖులై ఖిన్నులుగా, ఉద్విగ్నులుగా, అశాంతులుగా ఒత్తిడితో కూడిన జీవితాన్ని జీవిస్తు న్నారు. అయితే భారతీయుల రక్తంలో నేటికీ ఋషి మునుల ఆత్మబలానికి చెందిన ఎలాంటి సంస్కారాలు, ఎలాంటి సామర్థ్యం ఉన్నదంటే వారు పూజ్య బాపూజీ వంటి మహాపురుషులు చెప్పిన మార్గంలో నడిచి తమ సుషుప్త శక్తులను మేల్కొల్పితే విదేశీయులకు ఉద్యోగాలను ఇవ్వగలరు. అమెరికాలో నేను ఎవరినైతే ఉద్యోగాలలో నియమించుకున్నానో వారికి సం॥కి సుమారు 2.5 కోట్ల శాలరీ ఇస్తున్నాను.

నేను ఎన్నడూ ఏ కంపెనీలో ఉద్యోగం చెయ్య లేదు, నాకు కంపెనీ నడిపే అనుభవం లేదు ; ఈ గమ్యం దాకా చేరుకునే స్థాయి కూడా నాది కాదు, దీనినంతటినీ బాపూజీగారే చేయించారు. గురుకృప లేకుండా ఇది సంభవమే కాదు. ఏదైతే నేను చెయ్య గలిగానో దాని గొప్పతనం అంతా కేవలం గురుకృపకే ఇస్తాను. బాపూజీగారు సత్సంగంలో మనం ఏదైతే విన్నామో, ఏ సత్కర్మలు, సుసంస్కారాలు బాపూజీ గారి ద్వారా నేర్పించ బడ్డాయో, మేము బాల్యం నుండే దానిలోనే నిండిపోతూ ఉండేవాళ్ళం, దానితోనే నాకు ఈ సాఫల్యత లభించింది.

కరోనా-కాలంలో ఎవ్వరికీ శాలరీ తక్కువ ఇవ్వవలసిన అవసరం రాలేదు, తొలగించలేదు పైగా

మేము ఇంకా క్రొత్తవారిని జాబ్‌లో పెట్టుకున్నాము అలాగే దేశ విదేశాలలో ఏ ఉద్యోగికీ కరోనా రోజుల్లో మృత్యువు సంభవించలేదు. గురుదేవుల ద్వారా తమ శిష్యులకు రక్షణ కలుగుతుంది, దానితో పాటు వారి సహచరులకూ రక్షణ జరుగుతుంది.

ఈనాడు కంపెనీలు ఎన్నో ఉన్నాయి వాటిల్లో ఎంతోమంది డైరెక్టర్లు, పార్టనర్లు ఉంటారు కానీ నా కంపెనీలో నేను కాకుండా మరెవ్వరూ లేరు, కేవలం బాపూజీగారు, నేను మాత్రమే ఉన్నాము.

గురుమంత్రం యొక్క శక్తి

2014లో నేను యు.ఎస్. వెళ్ళాను. నేను మరియు నా సోదరుడు ఎయిర్‌పోర్టు నుండి అతడి ఇంటికి వెళుతూ ఉన్నాము. నేను ఎప్పటి వలెనే గురుదీక్ష యొక్క మాల, దేనితో నేను జపం చేస్తానో, అది మెడలో ఉంది. మా వాహనం 130 కి.మీ. వేగంతో వెళుతూ ఉంది. వాతావరణం సరిగా లేనందున తమ్మునికి ఎదురుగా ఏమీ కనిపించడం లేదు ఒక్కసారిగా బ్రేకు వెయ్యడంతో మంచు కురిసిన కారణంగా వాహనం జారుకుంటూ వెళ్ళి ట్రక్కును ఢీ కొట్టింది. వాహనం పరిస్థితి ఎలా అయ్యిందో దాని తలుపులు కూడా తెరుచుకోవడం లేదు. తలుపులను కోసి మమ్మల్ని బయటకు తీయడం జరిగింది. వాహనాన్ని చూసినవారందరూ ఎవరైతే దీనిలో ఉన్నారో వారు తప్పకుండా జీవించి ఉండరని భావించసాగారు. డాక్టర్లు పరీక్షించి చూసి ఆశ్చర్యపోయారు ఎందుకంటే మా శరీరంపైన ఒక్క గాయం కూడా కాలేదు ! ఇది గురుమంత్ర శక్తి యొక్క ప్రభావం.

నేను దేశ-విదేశాలలో ఎంతగానో ప్రయాణం చేస్తాను అయినా ఎన్నడూ గురుమంత్రం యొక్క జపాన్ని విడిచిపెట్టలేదు. బాపూజీగారు మాకు సత్సంగంలో నేర్పినదేమిటంటే ఎల్లప్పుడూ నిజాయితీతో పని చెయ్యాలి అలాగే ధ్యానం, జపంలో నిమగ్నం కావాలి, సేవలో ప్రీతిని కలిగి ఉండాలి. నేను నిశ్చయించుకున్నదేమిటంటే పూజ్య బాపూజీగారి సత్సంగం, శ్రద్ధ మరియు సేవ - ఈ మూడు స్తంభాలను ఎన్నడూ విడిచిపెట్టకూడదు.

ఋషి ప్రసాద్‌తో ఎంతో ప్రేరణ లభించింది

నాకు జీవితంలో ఋషి ప్రసాద్‌తో ఎంతో ప్రేరణ లభించింది. మా ఇంట్లో ఎన్నో రోజుల ముందు నుండే అది వస్తూ ఉంది. ఎప్పుడైనా ఏదైనా ఒక దానిని దాని నుండి చదివి, దానిని జీవితంలో పాటిస్తే దానితో లాభమే కలిగింది. అందరూ ఋషి ప్రసాద్‌ను చదవాలి, ఇంట్లో జాగ్రత్తగా పెట్టుకోవాలి. ఋషి ప్రసాద్ మరియు పూజ్య బాపూజీగారి ఇతర సత్‌సాహిత్య శాస్త్రాల సారం ఏదైతే ఉందో అది మిమ్మల్ని ఎల్లప్పుడూ వ్యర్థ చింతన, వ్యర్థ కర్మల నుండి కాపాడుతుంది అలాగే ఆరోగ్యమైన, సుఖమైన మరియు గౌరవప్రదమైన జీవితానికి ప్రేరణనిస్తాయి.

బాపూజీగారు జైలులో ఉండకూడదు

పూజ్య బాపూజీగారు ధర్మానికి సాక్షాత్తూ నిలువటద్దం, అవతారులు. వారు బ్రహ్మజ్ఞానులు, అంతర్యామి. వారు చిన్న చిన్న వాటి పట్ల కూడా శ్రద్ధను చూపిస్తారు, దానిని నేను ఎన్నడూ ఎవ్వరిలోనూ చూడలేదు. ఎవరైతే బాపూజీగారిని తెలుసుకోలేదో లేదా అంగీకరించరో, నేను చెప్పేదేమిటంటే అది వారి పాపకర్మల ఫలం. వారి జీవితంలో బ్రహ్మజ్ఞాని సంత్ పూజ్య బాపూజీగారి వాణీ వినపడితే, వారు దానిని ఏ రకంగా విన్నా- చదివినా-చూసినా, అది ఋషి ప్రసాద్, లోక కల్యాణ సేతు, ఋషి దర్శన్, యూట్యూబ్ ఛానళ్ళు కావచ్చు లేదా సత్‌సాహిత్యం మొ॥ ఏదైనా సరే, వారి మనస్సు మారిపోతుంది - ఇది పూర్తిగా ఖచ్చితమైన మాట అలాగే ఇక వారి మనస్సు మారి పోయినప్పుడు వారికి తెలిసి వస్తుంది 'ఎక్కడికో వెళ్ళాల్సింది, భగవత్ ప్రాప్తిని పొందాల్సింది, భగ వంతునిలో మనస్సును పెట్టాల్సింది మరి మేము నేటి దాకా మా జీవితాన్ని చెడు వాటిల్లో గడిపాము' అని. బాపూజీగారు అంటారు : 'భగవంతునిపై కాకుండా మరెక్కడైనా మనస్సును నిమగ్నం చేస్తే చివరికి మిగిలేది కన్నీరే.' ఇది ప్రజలకు అర్థమైతే వారు తమకు తాము బాపూజీగారితో జోడింపబడతారు అలాగే బాపూజీగారి వద్దకు వస్తారు. నేను సమాజానికి చెప్పేదేమిటంటే బాపూజీగారు చెప్పిన మార్గంలో నడవండి, సంస్కారాలు-సత్కర్మలలో నిమగ్నం కండి. దీనిలోనే అందరికీ మేలు ఉంది.

బాపూజీగారు లోకాన్ని ఉద్ధరించడానికి వచ్చారు. వారు లక్షలాది-కోట్లాదిమందికి శరణు ఇచ్చారు, ఎన్నో పెద్ద పెద్ద అన్నసంతర్పణలు చేశారు, పేదలకు భోజనం, వస్తువులు, బట్టలు, రూపాయలు,

(శేషభాగం 33వ పేజీలో)

‖ మీరు ఒకవేళ పరమాత్మకు వేరుగా వచ్చి గొప్పవారుగా మారి చూపిస్తే మీ కంటే పెద్ద మూర్ఖుడు ఎవరుంటారు. ‖

ఉద్గమ-స్థానంలో బుద్ధికి విశ్రాంతిని కలిగించి పుష్టివంతం చెయ్యండి

– పూజ్య బాపూజీ

బుద్ధి యొక్క ఉద్గమ స్థానం ఏది ? అంటూ ఉంటారు 'పాశ్చాత్య జగత్తుకు చెందిన మేధావులు భావించేదేమిటంటే లోకాన్ని అనుభవం చేసు కోవడం వల్ల బుద్ధి పెరుగుతుంది, తయారౌతుంది.' అయితే మన వైదిక సంస్కృతి మరియు ప్రాచీన ఋషులు చెప్పేదేమిటంటే 'బుద్ధికి అధిష్ఠానం, ఉద్గమ స్థానం లోకం కాదు, ఆత్మ అలాగే ఆ ఆత్మ-పరమాత్మలో నుండే బుద్ధి నిశ్చయంగా స్ఫురిస్తుంది.'

బయటి నుండి నేర్చుకుని నేర్చుకుని బుద్ధి ఏదైనా విషయంలో పారంగతమౌతుంది కానీ బుద్ధి యొక్క మూలం ఆత్మ. భగవంతుడిని మన వాడిగా జపం చేసినట్లయితే భగవంతునిలో బుద్ధి విశ్రాంతిని పొందినకొద్దీ పుష్టివంతమౌతూ ఉంటుంది. మీరా బాయి యొక్క పాటలను విని ఏ శాంతి అయితే లభిస్తుందో, సంత్ కబీర్‌జీ యొక్క సాఖీలతో ఏ జ్ఞానం మరియు శాంతి లభిస్తాయో, సంత్ తుకారామ్‌జీ యొక్క కవితలతో మరియు ఇతర ఆత్మారామీ సంత్‌ల వచనాలతో ఏ జ్ఞానం మరియు ఆనందం లభిస్తాయో, శాంతి లభిస్తుందో అలాంటి కవితలు, పాటలు, సాఖీలు ఎవరైనా పండితుడు తయారు చేసినా లేదా అలాంటి వచనాలు చెప్పినా కూడా వాటితో అంతగా శాంతి, జ్ఞానం, పుణ్యం కలగదు. ప్రజలు మాట్లాడితే ప్రసంగం అవుతుంది, లెక్చర్ (వ్యాఖ్యానం) అవుతుంది కానీ సంత్ మాట్లాడితే సత్సంగమౌతుంది ఎందుకంటే వారు తమ బుద్ధికి భగవంతునిలో విశ్రాంతిని కలిగించి తరువాత పరహిత భావనతో మాట్లాడతారు.

అంటే భగవంతుడిని మనవాడిగా భావించడం, మనల్ని భగవంతుని వారిగా భావించడం, ఆ విధంగా భగవంతుని పట్ల ప్రీతిని కలిగించుకోవడం. దీనితో జరిగేదేమిటంటే బుద్ధిలో భగవంతుని యోగం వస్తుంది (జ్ఞాననిష్ఠ వస్తుంది). దీనితో ఎంతో అంతః ప్రేరణ లభిస్తుంది, అంతరాత్మకు విశ్రాంతి లభిస్తుంది, అంతరాత్మ యొక్క జ్ఞానం ప్రకాశిస్తుంది. ❒

కావ్య మంజరి

లోకంలో జీవితం సఫలం వారికే...

లోకంలో జీవితం సఫలమౌతుంది
పరమార్థ పథంలో నడిచే వారికే ।
తనువు పట్ల, ధనం పట్ల ఆసక్తిని
పెంచుకునేవారు దురదృష్టవంతులు ॥
దేనినీ సాధించలేరు జగత్తులో
జగత్తు వెంట పరుగులు తీసేవారు ।
వారి పనులే నెరవేరతాయి
ఎవరైతే ఇతరులకు పనికివస్తారో ॥
వారే స్వాధీనులు నిత్య నిర్భయులు
ఎవరి వశంలో మనస్సు ఇంద్రియాలు ఉంటాయో ।

– సంత్ పథిక్‌జీ

'ఋషి ప్రసాద్' సభ్యత్వం కోసం

'ఋషి ప్రసాద్' మాస పత్రిక అనే 'సత్సంగ గంగ' లక్షలాది, కోట్లాది హృదయాలను పవిత్రం చేసి జీవితాన్ని సార్థకం చేస్తూ ఉంది. వివిధ పండుగలు, ఉత్సవాలు వంటి శుభ సందర్భాలలో మీ ప్రియమిత్రులకు మరియు స్వజనులకు, సాధకులకు ఈ పత్రికను చేర్చి పుణ్యాన్ని ఆర్జించండి.

2 సం॥ల చందా : ₹ 140, 5 సం॥ల చందా : ₹ 340, జీవిత చందా : ₹ 750

ఎం.ఓ. పంపాల్సిన చిరునామా : 'ఋషి ప్రసాద్ సేవా కేంద్రం' 3-6-240, హిమాయత్ నగర్, హైదరాబాద్-29. ఫోన్ : 9030602680, 9391233462

Download : rishiprasad app (or)
Visit : rishiprasad.org

సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమం మరియు సేవా కేంద్రాలు : సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమం, RGI ఎయిర్‌పోర్ట్ చెక్‌పోస్ట్ దగ్గర, గొల్లపల్లి రోడ్, శంషాబాద్, హైదరాబాద్ - 501218,
ఫోన్ : 7093004116, 7674989363

సత్సాహిత్య సేవా కేంద్రం : మెక్ డోనాల్డ్స్ ఎదురుగా, హిమాయత్ నగర్, 3-6-240, హైదరాబాద్-29.
ఫోన్ : 9030226680

17753929

శీత ఋతుచర్య

కాలం : నవంబరు నుండి ఫిబ్రవరి

ఆహారం (పథ్యం)

- తీపి, పులుపు, ఉప్పు రసం కలిగిన పదార్థాలు ప్రత్యేకించి సేవించదగినవి.
- అరుగుదలకు భారీ, పౌష్టికతతో నిండిన, వేడి మరియు స్నిగ్ధ (నూనె-నెయ్యితో కూడిన) పదార్థాలను జీర్ణశక్తిని అనుసరించి సేవించాలి.
- పాలు, పెరుగు, జాతి ఆవు యొక్క శుద్ధమైన నెయ్యి మరియు పాలతో తయారైన మిఠాయిలు, జున్ను, పనీర్, దేశవాళీ బెల్లం మొ॥ వాటి సేవనం.
- కందిపప్పు, మినుములు, నువ్వులు, ఎండు పళ్ళు, రాత్రి నానబెట్టిన దేశవాళీ శనగలు, వేరుశనగ, క్యారెట్, అరటి మొ॥ వాటి సేవనం ప్రత్యేకించి లాభదాయకం.
- గోరువెచ్చని నీటిని సేవించండి.
- వజ్ర రసాయనం*, అశ్వగంధ పాక్*, సౌభాగ్య శుంఠి పాక్*, చ్యవన్‌ప్రాశ్*, ద్రాక్షావలేహ*, అశ్వగంధ ట్యాబ్లెట్* లేదా చూర్ణం* మొ॥ బల-వీర్య వర్ధక మరియు పౌష్టిక ఔషధులను సేవించండి.

త్యజించవలసిన వస్తువులు

- రసహీనమైన, వగరు, ఘాటు మరియు చేదు రస ప్రధానమైన పదార్థాలు, ఉదా వేయించిన శనగలు, బార్లీ, సజ్జలు, వేప, కరక్కాయ, పచ్చి మిరప, ఎర్ర మిరప మొ॥ వాటిని అధికంగా సేవించకండి.
- ఐస్, ఫ్రిజ్ వాటర్, చల్లని పదార్థాలు, వాతకారక మరియు చద్ది పదార్థాలు.
- పుల్లని వాటిని అధికంగా సేవించకండి.

ప్రత్యేకించి

హితకరం

- ప్రాత:కాలంలో పరుగు, వ్యాయామం, నూనె-మర్దన, నలుగుపిండి.
- ప్రాత: సూర్య స్నానం, సూర్య నమస్కారం.
- ఖద్దరు, మందమైన మరియు ఉన్ని వస్త్రాలు.

అహితకరం

- ఉపవాసం, తేలిక పాటి భోజనం.
- పగటిపూట నిద్రించడం (ఈ ఋతువులో ప్రత్యేకించి అహితకరం)।
- అత్యధిక చలిని ఓర్చుకోవడం.

శీత ఋతువు కొరకు బల-పుష్టివర్ధక ప్రయోగం

4-5 ఖర్జూరాలను రాత్రి నీటిలో నానబెట్టండి. 1 చెంచా జాతి ఆవు యొక్క వెన్న మరియు 1 యాలకు యొక్క చూర్ణం వాటితోపాటు ఉదయాన పరగడుపున తీసుకోండి. ఈ ప్రయోగం శక్తి-స్ఫూర్తిదాయకం, వీర్య మరియు కాంతి వర్ధకం, మలబద్ధనాశకం మరియు గుండె మరియు మస్తిష్కాల కొరకు బలప్రదం. దానితోపాటు మెదడు శక్తి మరియు జ్ఞాపకశక్తిని నెలకొల్పి ఉంచుకోవడానికి కూడా ఎంతో ఉపయోగకరం. బక్కపలచని పిల్లలు, యువతీ యువకులు ఈ ప్రయోగాన్ని చేసినట్లయితే వారు బలవంతులుగా, బుద్ధిశాలురుగా మరియు పుష్టివంతంగా తయారు కాగలరు.

చలికాలపు రోజులలో ఉదయం 1-2 ఉసిరిగలు మరియు 10-20 గ్రాముల నల్లని నువ్వులు నమిలి సేవించండి. పైనుండి 1 గ్లాసు నీటిని త్రాగండి. నువ్వులను నమిలి 1 గ్లాసు నీటిలో 10-20 మి.లీ. ఉసిరిగ రసం* కలిపి కూడా త్రాగవచ్చు. దీనితో జ్ఞాపకశక్తి తీక్షణమౌతుంది. ఈ ప్రయోగం పుష్టికరం, చర్మం యొక్క వర్ఛాన్ని నిగారింపజేస్తుంది, కంటి వెలుగును పెంచుతుంది అలాగే దంతాలు, ఎముకలు మరియు వెంట్రుకల కొరకు కూడా ఎంతో గుణకారి. ❒

* ఇవి సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమాలలోని సత్సాహిత్య సేవా కేంద్రాలు, సమితుల నుండి పొందవచ్చు.

శరీరాన్ని వజ్ర-సమానంగా మార్చే శుద్ధ హీరా భస్మంతో కూడినది : వజ్ర రసాయనం

నవరత్నాలలో సర్వశ్రేష్ఠమైన, బహు మూల్యమైన వజ్రాలను ఆయుర్వేద రసశాస్త్ర పద్ధతితో భస్మంగా చేసి దానిలో తిప్పతీగె, ఉసరిగ మొదలగు రసాయన ద్రవ్యాలను కలిపి తయారు చెయ్యబడే 'వజ్ర రసాయనం' శరీరాన్ని వజ్ర సమానంగా పటిష్ఠంగా తయారు చేస్తుంది. ఇది త్రిదోషశామకం మరియు ఉత్తమ రసాయనం.

భస్మం తయారు చేసే ప్రక్రియలో హీరా (వజ్రం) ఎంత ప్రభావశాలిగా మారుతుందంటే దానితో ఏ ఔషధులనైతే (రసాయన చూర్ణం, త్రిఫలా మొ॥నవి) కలపడం జరుగుతుందో, అది వాటి గుణాలను శరీరం యొక్క సూక్ష్మంలో సూక్ష్మమైన కోశికల దాకా చేరవేస్తుంది అలాగే వాటి పనులను మరింత ప్రభావవంతంగా చెయ్యడంలో సహాయ పడుతుంది. భావప్రకాశ నిఘంటువులో శుద్ధమైన హీరా భస్మం యొక్క మహిమ వస్తుంది :

ఆయు: పుష్టిం బలం వీర్యం వర్ణం సౌఖ్యం కరోతి చ।
సేవితం సర్వరోగఘ్నం మృతం వజ్రం న సంశయ: ॥

'హీరా భస్మం ఆయువు, పుష్టి, బలం, వీర్యం, శరీరానికి సుందరమైన వర్ణాన్ని అలాగే సుఖం యొక్క వృద్ధిని కలిగిస్తుంది. కాబట్టి సేవించడం వల్ల ఇది సకల రోగాలను తొలగించేదిగా అవుతుంది, దీనిలో ఎలాంటి సందేహమూ లేదు.'

అనుచితమైన ఆహార-విహారాల కారణంగా కలుషితమైన కోశికలు శరీరంలో కణుతులను తయారు చేస్తాయి. ముమ్ముందు వీటిల్లో కొన్ని కేన్సర్‌గా రూపొందుతాయి. వజ్ర రసాయనం ఈ కలుషితమైన కోశికలను తొలగించి క్రొత్త కోశికలను నిర్మించడంలో సహాయపడుతుంది.

ఇది శుక్రకణాలను ఉత్పత్తి చేసే గ్రంథులకు బలాన్ని ఇచ్చేటటువంటిది మరియు నపుంసకత్వానికి అద్వితీయమైన ఔషధి. శుక్రకణాల లేమి అలాగే పురుషశక్తి యొక్క లేమి మొ॥ సమస్యలలో ఇది అత్యంత లాభదాయకం.

తిప్పతీగెతోపాటు హీరా భస్మం యొక్క సంయోగం కలగడం వల్ల ఇది బుద్ధి వర్ధక ఉత్తమ యోగం. జ్ఞాపక శక్తి లేమి, మానసిక మరియు బౌద్ధిక బలహీనత, మానసిక ఒత్తిడి (depression) మొ॥ మానసిక సమస్యలలో కూడా ఇది లాభదాయకం.

దీని వినియోగం త్రిఫలా రసాయనం*, మామరా బాదాం*, నేత్రబిందువు మొ॥ నేత్రరోగ-నివారక ఔషధులతోపాటు చెయ్యడం వల్ల కంటి వెలుగు తగ్గిపోవుడం, శుక్లాలు మొ॥ నేత్ర సంబంధ రోగాలలో తప్పకుండా లాభం కలుగుతుంది. ఇది వృద్ధాప్యం కారణంగా ఏర్పడే బలహీనత, ప్రొస్టేట్ వృద్ధి, సైటికా(sciatica), పక్షవాతం (paralysis), మధుమేహం (diabetes), గుండెపోటు, టీ.బీ., అధిక రక్తపోటు (high B.P.), గర్భాశయం లేదా అండాశయం యొక్క కణుతులు, గర్భాశయానికి చెందిన నాళాలలో అడ్డంకులు (tubal blockage), భగందరం (fistula) మొ॥ వ్యాధులను తొలగించడంలో సహాయకం.

సువర్ణం సుమారు 50 లక్షల రూ॥ ఒక కిలో ఉంటుంది అయితే హీరా 32 కోట్ల 50 లక్షల రూ॥ కిలో ఉంటుంది అనగా హీరా బంగారం కంటే 65 రెట్లు అధికంగా ఉంటుంది. అందరూ దీని ఔషధీయ గుణాల లాభాలను తీసుకోవాలనే ఉద్దేశ్యంతో పూజ్య బాపూజీగారి మార్గదర్శనంలో మరియు ఆశీర్వాదంతో ఇంత ఖరీదైన హీరా యొక్క భస్మంతో కూడిన 'వజ్ర రసాయన ట్యాబ్లెట్', సువర్ణ భస్మంతో తయారైన ఇతర ఔషధులు ఎంతో తక్కువ ధరకు ఆశ్రమాలలోని సత్‌సాహిత్య సేవా కేంద్రాలలో మరియు సమితులలో లభింపజేయడం జరిగింది. దీని పేరే 'నిస్వార్థ సేవ' !

జాగ్రత్త : దీనిని సేవించేవారు ముల్లంగి, ఉలవలు, చక్రవర్తి కూర, పచ్చి మరియు ఎండు మిర్చి, అల్లం, వెల్లుల్లి, పెరుగు, పచ్చళ్ళు, అప్పడాలు, అధికంగా నూనె కలిగిన పదార్థాలు, మార్కెట్లోని వంటకాలు లేదా భోజనం, కారా, చిప్స్, మిఠాయిలు, టీ-కాఫీలు, సాఫ్ట్ డ్రింక్స్, మత్తు పదార్థాలు మొ॥ వాటి సేవనం నిషిద్ధం, పాలు, నెయ్యి, పండ్లు, పప్పులు, గోధుమలు, బార్లీ మొ॥ వాటి సేవనం ప్రత్యేకించి చెయ్యాల్సి ఉంటుంది.

పెసర్లతో పౌష్టికమైన హల్వా

పెసర్లతో హల్వా రుచికరమైనది కావడంతో పాటు పౌష్టిక, బలవర్ధక, వాత మరియు పిత్త శామకం. ప్రొటీన్లు మరియు ఫొలిక్ యాసిడ్లకు మంచి ఆధారం కావడంతో ఇది పిల్లలకు మరియు యువత యొక్క శారీరక-మానసిక వికాసం కొరకు విశేష లాభప్రదం. ఇది కళ్ళకు హితకరం. గర్భిణీ మరియు ప్రసూతి మహిళల కొరకు అలాగే దీర్ఘ వ్యాధితో ఉత్పన్నమైన దౌర్బల్యాన్ని తొలగించడంలో ఇది ఉపయోగకరం.

విధి : 1 కప్పు (సుమారు 100 గ్రాములు) పెసరు పప్పు పిండిని 50 మి.లీ. నూనె లేదా జాతి ఆవు నెయ్యిలో సన్నటి సెగ పైన వేయించండి. చక్కగా వేయించిన తరువాత దీనిలో 4 రెట్లు (400 మి.లీ.) ఉడికించిన నీటిని అలాగే 50 నుండి 70 గ్రాముల మిశ్రీని లేదా బెల్లం వేసి ఉడికించండి. దీనిలో కిశ్‌మిశ్, బాదాం మరియు యాలకులను కలపవచ్చు. అంతే, పుష్టికరమైన అల్పాహారం సిద్ధం.

ప్రత్యేకం : పొట్టుతో కూడిన పెసర్ల పప్పును 5-6 గంటలు నీటిలో నానబెట్టి ఉంచండి. తరువాత నీటిని కొద్దిగా ఆరబెట్టి మందంగా దంచి పై విధానంతో హల్వాను తయారుచేసుకోండి, ఇది చక్కగా అరుగుతుంది. ❐

ఈ తిథులు-యోగాల యొక్క లాభాన్ని తప్పక పొందండి

నవంబరు 16 : బుధవారపు అష్టమి (సూర్యోదయం నుండి నవంబరు 17 సూర్యోదయం దాకా), విష్ణుపది సంక్రాంతి (పుణ్యకాలం : మధ్యా. 12:23 నుండి సూర్యాస్తమయం దాకా) (విష్ణుపది సంక్రాంతిలో చెయ్యబడిన ధ్యానం, జపం మరియు పుణ్యకర్మల యొక్క ఫలం లక్షరెట్లు అధికంగా ఉంటుంది. - పద్మపురాణం)

నవంబరు 20 : ఉత్పత్తి ఏకాదశి (ఉత్పత్తి ఏకాదశి యొక్క వ్రతం చెయ్యడం వల్ల ధనం, ధర్మం మరియు మోక్షం యొక్క ప్రాప్తి జరుగుతుంది.)

నవంబరు 30 : బుధవారపు అష్టమి (ఉదయం 8:59 నుండి డిసెంబరు 1 సూర్యోదయం దాకా)

డిసెంబరు 3 : శ్రీమద్ భగవద్గీత జయంతి

డిసెంబరు 4 : మోక్షదా ఏకాదశి (మోక్షదా ఏకాదశి వ్రతం పాపహారీ మరియు కోరికలను నెరవేర్చేది. దీని పుణ్య దానం వల్ల నీచ జన్మలలో పడి ఉన్న పితరులకు సద్గతిని పొందుతారు. దీని మహాత్మ్యం చదవడం-వినడం వల్ల వాజపేయ యజ్ఞం యొక్క ఫలం లభిస్తుంది.)

డిసెంబరు 11 : రవిపుష్యామృత యోగం (రాత్రి 8:36 నుండి డిసెంబరు 12 సూర్యోదయం దాకా)

(మరింత సమాచారం కొరకు ఆశ్రమాలలోని సత్సాహిత్య సేవాకేంద్రాలలో, సమితులలో లభించే కేలండర్, డైరిని తీసుకోండి)

పరిమాణం మరియు సేవించే విధానం : ఆరోగ్య వ్యక్తి శారీరక బలాన్ని పెంచుకోవడానికై చలికాలంలో అర్ధ నుండి 1 గోలీ పగటిపూట ఒకటి లేదా 2 సార్లు పాలు, మీగడ, నెయ్యి*, తేనె*, కిశ్‌మిశ్ రసం లేదా గుల్‌కంద్‌తోపాటు తీసుకోవాలి. రోగ నివారణార్థం వైద్యుని సలహాతో వాడాలి.

ప్రత్యేకం : వజ్ర రసాయనాన్ని దీర్ఘం కాలం దాకా నిత్యం సేవించాలనుకుంటే రాత్రికి లేదా ఎప్పుడు వీలైతే అప్పుడు త్రిఫలాను కూడా సేవించండి. ఒకవేళ వజ్ర రసాయనాన్ని పాలు లేదా మీగడతోపాటు తీసుకుంటున్నట్లయితే దాని సేవనం మరియు త్రిఫలా సేవనానికి మధ్య 2 గంటల వ్యవధిని ఉంచండి.

★ ఇవి సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమాలలోని సత్సాహిత్య సేవాకేంద్రాల, సమితుల నుండి లభించవచ్చు.

(29వ పేజీలోని 'యాత్ర : ఉద్యోగం లభించడం...' శేషం)

ఇచ్చు మొ॥ వాటిని ఇచ్చారు, ఎంతోమందిని వ్యసనాల నుండి ముక్తులను చేశారు, బాపూజీగారి దర్శనం మరియు సత్సంగ మాత్రాననే ఎంతోమంది యొక్క చెడు అలవాట్లు వదిలిపోయాయి మరియు వారు భగవత్ప్రాప్తి మరియు సమాజం యొక్క సేవలో నిమగ్నమయ్యారు. నేడు ఒకవేళ బాపూజీ బయట ఉంటే ఇదంతా మరింత అధికంగా జరిగేది. బాపూజీగారు నేడు సమాజంలో ఉండి ఉంటే సమాజంలోని యువకులు మొ॥ వారికి ఏ పతనమైతే జరుగుతూ ఉందో అది ఖచ్చితంగా తగ్గిపోయేది, లోకం యొక్క స్వరూపం ఖచ్చితంగా వేరుగా ఉండేది. బాపూజీగారు ఎన్నడూ జైలులో ఉండకూడదు.

– సిద్ధార్థ్ పాండే,
ఐ.టి. సర్వీసెస్/సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీ, నోయిడా

ఉత్తమ ఆరోగ్యం, రోగనిరోధక శక్తి మరియు దీర్ఘాయుష్షు యొక్క ప్రాప్తి కొరకు

పూజ్య బాపూజీగారి ద్వారా నిర్దేశించబడిన దినచర్య

సమయం మరియు జీవనీశక్తి యొక్క విశేష క్రియాశీలత ఆధారంగా చెయ్యదగిన, చెయ్యకూడని పనులు

జీవనీశక్తి - ప్రాతః 3 నుండి 5 ఊపిరితిత్తులలో:

ప్రాణాయామం చెయ్యడం మరియు కొద్దిగా గోరువెచ్చని నీటిని త్రాగి ఆరుబయట గాలిలో తిరగడం. దీనితో శరీరం ఆరోగ్యంగా మరియు స్ఫూర్తివంతంగా తయారౌతుంది. బ్రహ్మముహూర్తంలో మేల్కొనేవారు బుద్ధిశాలురుగా మరియు ఉత్సాహవంతులుగా ఉంటారు అలాగే నిద్రిస్తూ ఉండేవారి జీవితం నిస్తేజంగా మారుతుంది.

ఉదయం 5 నుండి 7 పెద్ద ప్రేగులలో :

ప్రాతః జాగరణ నుండి మొదలుకుని ఉదయం 7 గంటల మధ్య మల- విసర్జన మరియు స్నానం చెయ్యాలి. ఉదయం 7 గంటల తరువాత ఎవరైతే మల-విసర్జన చేస్తారో వారిని అనేక వ్యాధులు చుట్టుముడతాయి.

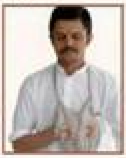
ఉదయం 7 నుండి 9 ఆమాశయం లేదా జఠరలో :

పాలు లేదా పండ్ల రసం లేదా ఏదైనా ద్రవ పదార్థాన్ని తీసుకోవచ్చు. (భోజనానికి 2 గంటల ముందు)

ఉదయం 9 నుండి 11 అగ్న్యాశయం లేదా ప్లీహాలో :

ఈ సమయం భోజనం కొరకు సరియైనది. భోజనం మధ్య మధ్యలో గోరువెచ్చని నీటిని (అనుకూలతను బట్టి) గుటకలు గుటకలుగా త్రాగాలి.

మధ్యాహ్నం 11 నుండి 1 గుండెలలో :



మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు మధ్యాహ్న సంధ్య చేసే విధానం ఉంది. ధ్యానం, జపం చెయ్యండి. భోజనం నిషిద్ధం.

మధ్యాహ్నం 1 నుండి 3 చిన్న ప్రేగులలో :

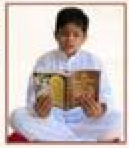
భోజనానికి సుమారు 2 గంటల తరువాత దప్పికకు అనుగుణంగా నీటిని త్రాగాలి.

జీవనీశక్తి - మధ్యాహ్నం 3 నుండి 5 మూత్రాశయంలో :

2-4 గంటలకు ముందు త్రాగిన నీటి వల్ల ఈ సమయంలో మూత్ర విసర్జన ప్రవత్తి ఉంటుంది.

సాయంత్రం 5 నుండి 7 మూత్రపిండాల (kidneys)లో :

ఈ సమయంలో తేలికపాటి భోజనం చెయ్యాలి. సూర్యాస్తమయానికి 10 ని॥ ముందు నుండి 10 ని॥ తరువాతి దాకా (సంధ్యాకాలంలో) భోజనం చెయ్యకుండా సంధ్య చెయ్యండి.



రాత్రి 7 నుండి 9 మస్తిష్కంలో :

ఈ సమయంలో మస్తిష్కం ప్రత్యేకించి క్రియాశీలకంగా ఉంటుంది. కాబట్టి ప్రాతఃకాలంతో పాటు ఈ సమయంలో కూడా చదవబడిన పాఠం త్వరగా గుర్తుండిపోతుంది.

రాత్రి 8 నుండి 11 మేరురజ్జులో :

ఈ సమయంలో నిద్ర అత్యంత విశ్రాంతిని కలిగిస్తుంది.

రాత్రి 11 నుండి 1 పిత్తాశయంలో :

ఈ సమయంలో జాగరణ అనేది పైత్యాన్ని పెంచుతుంది. ఈ సమయంలో క్రొత్త కోశికలు తయారౌతాయి.

రాత్రి 1 నుండి 3 కాలేయం (liver) లో :

ఈ కాలంలో జాగరణ వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ అస్తవ్యస్తమౌతుంది.

ఋషులు మరియు ఆయుర్వేదాచార్యులు ఆకలి కాకుండా భోజనం చెయ్యడాన్ని నిషిద్ధంగా చెప్పారు. కాబట్టి ఉదయం మరియు సాయంత్రపు భోజనం యొక్క పరిమాణం ఎంత ఉండాలంటే దానితో పైన చెప్పబడిన సమయంలో ఆకలి బాగా కలగాలి.

ఇంటింటా కేలండర్ 'దివ్య దర్శనం' అభియానం (సం॥2023)

సాధక బృందాలు మరియు యువ సేవా సంఘానికి చెందిన సేవాదారులైన సోదరులు ఈ అభియానంలో భాగంగా సాధకులు, మిత్రులు-బంధువులు మరియు పరిచయస్తుల ఇళ్ళకు వెళ్ళి వారికి **వాల్ కేలండర్, పాకెట్ కేలండర్, డైరీని** చేరవేసే సేవ యొక్క లాభాన్ని పొందండి.

వాల్ కేలండర్ హిందీ, దేవభాష సంస్కృతం, గుజరాతీ, మరాఠీ, ఒడియా, తెలుగు, కన్నడ మరియు ఇంగ్లీషు భాషలలో లభిస్తుంది.

లభించు స్థానం : సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమాలలోని సత్ సాహిత్య సేవా కేంద్రాలలో మరియు శ్రీ యోగ వేదాంత సేవా సమితులు మరియు సాధక-పరివారాల సేవా కేంద్రాలలో. ఆన్‌లైన్ ఆర్డర్ కొరకు : www.ashramestore.com/calendar
సంప్రదించండి : (079) 61210732 (సాహిత్య విభాగం), 8238091011 (యువ సేవా సంఘ్ ప్రధాన కార్యాలయం)

ప్రత్యేకం : వాల్ కేలండర్ యొక్క మూల్యం ₹ 15. 8 కేలండర్లు తీసుకున్న మీదట ₹ 20కు ప్రత్యేక ఆకర్షణీయమైన తగ్గింపుతోపాటు మీరు ఇవ్వవలసింది కేవలం ₹ 100! 250 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కేలండర్‌లు ఆర్డర్ ఇచ్చినట్లయితే మీ పేరు, దుకాణం పేరు, అడ్రస్ మొదలైనవి కేలండర్ పై ప్రింట్ చేయించుకోవచ్చు. 250 నుండి 999 వరకు ముద్రింపజేసిన మీదట మూల్యం ₹ 15.50 అలాగే 1000 లేదా అంతకంటే అధికంగా ముద్రింపజేసుకున్న మీదట మూల్యం ₹ 14.50 ప్రతి ఒక్క కేలండర్‌కు ఉంటుంది.

ఆయుష్షు, ఆరోగ్య మరియు పుష్టి వర్ధకం — అశ్వగంధ పాకం

ఇది పుష్టి మరియు వీర్య వర్ధకం, నాడులు మరియు మాంసకండరాలకు శక్తినిచ్చేటటువంటిది ఇంకా ఎత్తును అలాగే మాంసాన్ని పెంచేటటువంటిది. నరాలు, ధాతువు యొక్క బలహీనత, మానసిక ఒత్తిడి (stress), జ్ఞాపకశక్తి లోపం మరియు అనిద్రను తొలగిస్తుంది. పాలతోపాటు దీనిని సేవించినట్లయితే శరీరంలో ఎర్ర రక్తకణాలు మరియు కాంతి యొక్క వృద్ధి జరుగుతుంది మరియు జఠరాగ్ని తీక్షణమౌతుంది.

పుదీనా అర్క్

ఇది జీర్ణశక్తిని పెంచుతుంది, రుచికారకం. ఆకలిని పెంచుతుంది. స్ఫూర్తి దాయకం మరియు చిత్తాన్ని ప్రసన్నంగా చేస్తుంది. ఉదర వికారాలు, ఉదా : అరుచి, ఆకలి లేకపోవడం, అజీర్ణం, పుల్లటి త్రేన్పులు, వాంతులు, విరేచనాలు, కలరా మరియు క్రిమి సమస్యలలో ఇది విశేష ఉపయోగకరం. జ్వరం, దగ్గు, పడిశం, మూత్ర అల్పత మరియు శ్వాస అలాగే చర్మ వ్యాధులలో లాభదాయకం.

ఉత్తమ ఆరోగ్యం మరియు శక్తి ప్రదాయక, తీవ్ర రోగనాశక అద్భుత యోగం — పంచరస్

ఇది తులసి, పసుపు, అల్లం, ఉసిరిక మరియు పుదీనా - ఈ ఐదింటి మిశ్రమంతో తయారైన అత్యంత లాభదాయక ఔషధం. ఇది ఆకలి వర్ధకం, జీర్ణింపజేసేది, క్రిమినాశకం అలాగే గుండెకు హితకరమగు రామబాణ రసాయనం. దీని సేవనం వల్ల జీర్ణశక్తి సుదృఢమై శరీరం ఆరోగ్యంగా, పటిష్ఠంగా మరియు శక్తివంతంగా మారుతుంది. ముఖ సౌందర్యం మెరుగుపడుతుంది. రోగనిరోధక శక్తి, స్ఫూర్తి మరియు ప్రసన్నత పెరుగుతాయి. ఇది ఊబకాయం, మధుమేహం (diabetes), గుండె రక్తనాళాలలో అడ్డంకులు, అధిక రక్తపోటు (hypertension), కొలెస్ట్రాల్-వృద్ధి మొదలగు వాటిల్లో అత్యంత లాభదాయకం.

నిరాపద వటీ

ఇది అంటు వ్యాధులను నశింపజేసే జ్వరం, కఫం, దగ్గు, బలహీనత మొదలగు లక్షణాల నుండి త్వరగా ఊరటను కలిగిస్తుంది. సంక్రమణం ప్రభావంతో వచ్చే బలహీనతను తొలగించడంలో సహాయకారి.

పై సామగ్రి సంత్ శ్రీ ఆశారామ్‌జీ ఆశ్రమాలలోని సత్సాహిత్య సేవా కేంద్రాల నుండి అలాగే సమితుల నుండి లభించగలదు. ఇతర ఉత్పత్తులు, అన్నిటి విస్తృత లాభాలు మొ. వాటి వివరాలకై మరియు ఇంటివద్దనే లభ్యత పొందు ద్వారా - సామగ్రిప్రాప్తికై గూగుల్ ప్లే స్టోర్ "Ashram eStore" App నుండి డౌన్‌లోడ్ చేసుకోండి : www.ashramestore.com లేదా విజిట్ చెయ్యండి : www.ashramestore.com లేదా సంప్రదించండి : (079) 61210769, ఈ-మెయిల్ : contact@ashramestore.com

RNI NO. GUJTEL/2005/15870
RNP. NO. GAMC 1504/2021-23
(Issued by SSPOs Ahd. valid upto 31-12-2023)
Licence to Post without Pre-payment.
WPP No. 13/2022-23
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-2023)
Posting at Dehradun G.P.O. between
11th to 17th of every month.
Date of Publication: 1st November 2022

దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాలలో జరిగిన 'యోగ మరియు ఉన్నత సంస్కారాల శిక్షణా' కార్యక్రమాలలో ఎంతో ఉత్సాహంతో పాల్గొన్న విద్యార్థులు

దేశ-విదేశాలలో విస్తరించింది 'ఋషి ప్రసాద్' సేవా సుగంధం

స్థలాభావం కారణంగా అన్ని ఫోటోలను ఇవ్వలేకపోతున్నాం. ఇతర అనేక ఫోటోల కొరకు www.ashram.org/sewa వెబ్‌సైట్ చూడండి

ఋషి ప్రసాద్ జ్ఞాన పోటీ పరీక్షల - అక్టోబరు 2022 విజేతలు

ప్రథమ వర్గం			ద్వితీయ వర్గం			తృతీయ వర్గం			చతుర్థ వర్గం		
(ప్రథమ)	(ద్వితీయ)	(తృతీయ)	(ప్రథమ)	(ద్వితీయ)	(తృతీయ)	(ప్రథమ)	(ద్వితీయ)	(తృతీయ)	(ప్రథమ)	(ద్వితీయ)	(తృతీయ)
రుచితా చౌదరి	సమృద్ధి సోరమ్కర్	శివాజీ సింహ్	పవన్ రాయసూ	ఋషికేశ్ డాంగే	వందనా శర్మా	మధుర్ వార్ష్ణేయ	రేఖా కుమారి	రాజారామ్	సతీశ్ భమ్‌రా	యోగేశ్ శిందే	నీలమ్
పుణె	కొల్హాపూర్	బేగూసరాయ్	రేవాడి	రాయగఢ్	రేవాడి	అలీగఢ్	కాన్పూర్	మహేంద్రగఢ్	సీతాపూర్	బారామతి	అల్వర్

రాబోయే పోటీ పరీక్ష తేదీ : జనవరి 8, 2023 మరింత సమాచారం కోసం సంప్రదించండి : 9484641651

ఉచిత ఆన్‌లైన్ రిజిస్ట్రేషన్ కోసం వెబ్ క్లిక్ చేయండి - www.rpgp.rishiprasad.org । ఋషి ప్రసాద్‌ను చదవండి మరియు ఎన్నో బహుమతులను గెలుచుకోండి.

Owner: Sant Shri Asharamji Ashram Publisher: Dharmesh Jagram Singh Chauhan Printer: Raghavendra Subhashchandra Gada Place of Publication: Sant Shri Asharamji Ashram, Motera, Sant Shri Asharamji Bapu Ashram Marg, Sabarmati, Ahmedabad- 380005 (Gujarat) Printed At: Hari Om Manufacturers, Kunja Matralon, Paonta Sahib, Sirmour (H.P.) - 173025 Editor: Shrinivas R. Kulkarni