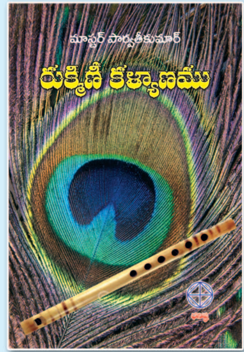
గీతోపనిషత్

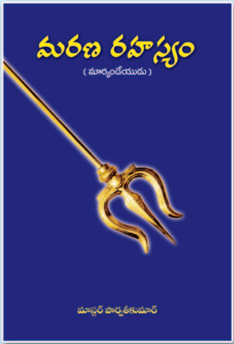
(శ్రీమద్భగవద్గీత 8వ అధ్యాయము - అక్షర పరబ్రహ్మ యోగము)

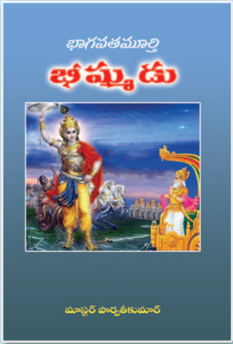
మాస్టర్ పార్వతీకుమార్

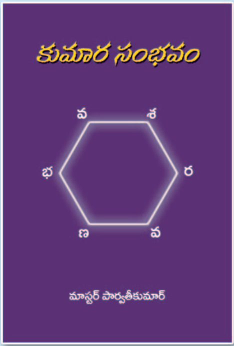
ధనిష్ఠ

ధనిష్ఠ ప్రచురణలు









ప్రతులకు : ధనిష్ఠా ఫౌండేషన్, 15-7-1, ఏంజిల్స్ ఎన్‌క్లేవ్, కృష్ణనగర్, విశాఖపట్నం - 530 002.
Phone : 0891-2701531 www.dhanishta.org info@dhanishta.org

ఈ ప్రచురణ యొక్క కంటెంట్ సద్భావన చర్యగా మరియు వ్యక్తిగత ఉపయోగం కోసం మాత్రమే ఉచితంగా ఇవ్వబడుతుంది. దానిని అలానే ఉంచడం మన బాధ్యత.
విధంగానైనా లేదా ఏ ప్లాట్‌ఫారమ్‌లోనైనా వాణిజ్యీకరణ నిషేధించబడింది, అలాగే ప్రచురణకర్త యొక్క వ్రాతపూర్వక అనుమతి లేకుండా పంపిణీ, లేదా పూర్తిగా, లేదా కొంత భాగాన్ని ప్రచురించడం నిషేధించబడింది. అన్ని హక్కులూ గ్రంధకర్తవి, ప్రచురణకర్తవి.

గీతోపనిషత్

(శ్రీమద్భగవద్గీత 8వ అధ్యాయము - అక్షర పరబ్రహ్మ యోగము)

మాస్టర్ పార్వతీకుమార్

ధనిష్ఠ

ప్రథమ ముద్రణ : 2018 మాస్టర్ సి.వి.వి. మే కాల్

ప్రతులు : 1,000

© ధనిష్ఠ

వెల : రూ॥ **50-00**

ప్రతులకు :

ధనిష్ఠ పబ్లికేషన్స్,

15-7-1, ఏంజిల్స్ ఎన్‌క్లేవ్,

కృష్ణనగర్, విశాఖపట్నం - 530 002.

ఫోన్ : 0891-2701531, 2509154.

e-mail : www.dhanistha.org.
info@dhanistha.org.

ISBN : 978-81-89467-83-8

ముద్రణ :

వంశీ కృష్ణ ప్రింటర్స్

విశాఖపట్నం - 530 016.

ఫోన్ : 0891-6617988

ధనిష్ఠ

స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థ

"ధనిష్ఠ" అనగా ధనపూరిత దివ్యవాయువు. ధనమనగ దివ్య సంపద. అది కేవలము డబ్బుకాదు. డబ్బుతో సంపదను కొలువ లేము, కొనలేము. సంపద జీవన వైభవమునకు సంబంధించినది. మన శ్రుతులలో అగ్ని, వాయువు, ఇంద్రుడు, బృహస్పతి యిత్యాది దివ్య ప్రజ్ఞలను ధనమనిరి. ఆర్ష విజ్ఞానమే నిజమైన ధనము. అట్టి ధనమును కూర్పుచేసి వ్యాప్తి చేయుటకు "ధనిష్ఠ" 1992లో జన్మించినది.

"ధనిష్ఠ" మాస్టర్ పార్వతీకుమార్‌గారి వాక్కును సి.డి., ఆడియో, వీడియో క్యాసెట్ల రూపములోను, పుస్తకముల రూపము లోను భద్రపరచి సత్సాధకుల కందించునట్టి యజ్ఞార్థకర్మను చేపట్టినది.

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

సంకలనకర్త : మాస్టర్ పార్వతీకుమార్

మాతృదేశము మొదలుగా ఉత్తర అమెరికా, లాటిన్ అమెరికా మరియు ఐరోపా ఖండములలోగల ఆధ్యాత్మిక జిజ్ఞాసువులకు ప్రచోదనము కలిగించుచూ, భక్తి, జ్ఞానము, వైరాగ్యము, యోగాభ్యాసము యిత్యాది విషయములలో 33 సంవత్సరములుగా బోధనలు గావించుచూ, పరమ గురువుల మార్గానుయాయులకు వెలుగుదారి చూపించు చున్న సత్సాధనా సంపత్తిగల నవయుగ యోగ మార్గదర్శి **మాస్టర్ పార్వతీకుమార్**గారు. వారి బోధనలు లెక్కకుమించి యున్ననూ, పలురకములైన విషయ, విజ్ఞాన బోధనలుగా తెలియవచ్చును. అవి బోధనలుగానే కాకుండా నిత్యజీవితమున అనుసరణీయమై, ఆచరణ యోగ్యమై, ఆచరించువారికి సత్యదర్శనమున సత్వర ఫలితముల నందించు చున్నవని తెలుపుట అతిశయోక్తి కానేరదు.

సాంఘిక, ఆర్థిక, ఆధ్యాత్మిక, సాంస్కృతిక, కళారంగములలో వారి నిరంతర సేవలను గుర్తించి, గౌరవించి, ఆంధ్ర విశ్వకళా పరిషత్ 1997వ సంవత్సరములో **"డాక్టర్ ఆఫ్ లెటర్స్"** పట్టా నందించినది. 2013వ సంవత్సరములో గౌరవ ఆచార్యులుగా నియమింపబడిరి.

ఆర్థిక, సాంఘిక, సేవారంగములలో – మానవాళి మనుగడలో సుఖము, శాంతి పరిమళింపజేయు సూత్రముగా ఆధ్యాత్మికత అలరారినప్పుడే దానికి

సాఫల్యత, సార్థకత ఉండునని, *"మానవ సేవయే మాధవ సేవ"*అను మాటకు సరియైన అర్థము యిదేనని మాస్టరుగారు తమ ప్రవర్తన ద్వారా తెలియ పరచుచున్నారు. మాస్టర్ పార్వతీకుమార్‌గారు బాధ్యతగల గృహస్థులు, పేరున్న ఆర్థిక సలహాదారు, విజ్ఞానమును వికసింపజేయు గురువు, శారీరక - మానసిక రుగ్మతలను తొలగింపజేయు వైద్యులు, అష్టాంగ యోగము ననుష్ఠానము చేయుచు, వేలాదిమందితో అనుష్ఠింప చేయుచున్న యోగి. శతాధిక గ్రంథముల సంకలన కర్త, నిగర్వి, నిర్మల హృదయులు.

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

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

- ధనిష్ఠ

ముందుమాట

అక్షరము, పరము, బ్రహ్మమును గూర్చి సమగ్రమగు అవగాహనము, ఆ తత్త్వముతో కూడియుండుటకు అవలంబింప వలసిన మార్గము ఈ అధ్యాయమున వివరింపబడినది. భగవత్ ప్రాప్తికి అనుసరించవలసిన అభ్యాసము చక్కగ తెలుపబడినది. కర్మము, ధర్మము, యజ్ఞము; అధిభూతము, అధిదైవము, ఆధ్యాత్మము అనగా నేమో తెలుపబడినది. ఊర్ధ్వలోకములు, అధోలోకములు, అందలి జీవుల శుక్ల కృష్ణ పక్ష చక్రభ్రమణము తెలుపబడినది.

ఇందలి ఐదు, ఆరు శ్లోకముల వివరణమునందు స్థూలముగ యోగమార్గ మంతయు పరిచయము చేయబడినది. ఓంకారము యొక్క ప్రాముఖ్యత చక్కగ వివరింపబడినది. పరతత్త్వము యొక్క అవగాహన, దానితో కూడియుండు విధానము వివరింపబడినవి.

భగవానుడు యోగియొక్క విశిష్టతను, ప్రత్యేకించి యోగియే సర్వశ్రేష్ఠుడుగా నిర్ణయించు విధానము వివరింపబడినది. యోగ యుక్తుడై సర్వలోకములకు అతీతము, పరము అగు స్థానమున ప్రజ్ఞను స్థిరపరచి, అన్ని లోకములయందు లోకహితార్థము జీవించుట సర్వోత్కృష్టముగ తెలుపబడినది.

అష్టమ అధ్యాయము ఆకళింపు గావించుకొని, ఇందు తెలిపిన అభ్యాసమును అనుష్ఠించు సాధకునకు ముముక్షత్వము అందిన ఫలమై యుండునని భగవానుడు యుక్తి యుక్తముగ సూచించినాడు. భగవద్గీత యందలి ప్రతి అధ్యాయమునకు ప్రత్యేక స్థానమున్నది. కనుక ఈ అష్టమ అధ్యాయము దీనికిదియే సాటి అని తెలియవలెను.

– పార్వతీకుమార్

వైశాఖ శుద్ధ విదియ
శ్రీ విళంబి నామ సంవత్సరం

విషయసూచిక

1	జిజ్ఞాస	......	11
2	స్వభావము	......	14
3	యజ్ఞము	......	16
4	సంకల్పము	......	19
5	ఉత్తమ భావములు	......	21
6	అనుస్మరణము	......	23
7	అనుచింతనము	......	26
8	తత్త్వ దర్శనము	......	28
9	ధ్యాన మార్గము	......	31
10	ప్రణవ నాదము	......	37
11	యోగస్థితులు	......	40
12	బ్రహ్మపథము	......	43
13	నిత్య స్మరణము	......	46
14	పరమపదము	......	49
15	సత్యము – ధర్మము	......	51

16	బ్రహ్మసృష్టి	......	55
17	వ్యక్తా వ్యక్తములు	......	58
18	నిద్ర - మెలకువ	......	61
19	సనాతనము	......	64
20	పరంధామము	......	66
21	'ఓం సత్యం పరం ధీమహి'	......	68
22	కాల స్వరూపము	......	71
23	అపునరావృత్తి మార్గము	......	72
24	పునరావృత్తి మార్గము	......	76
25	నిశ్వాస - ఉచ్ఛ్వాస	......	79
26	యోగయుక్తుడు	......	82
27	నిత్య జీవన యోగము	......	84

1

జిజ్ఞాస

కిం తద్బ్రహ్మ కిమధ్యాత్మం కిం కర్మ పురుషోత్తమ ।
అదిభూతం చ కిం ప్రోక్త మధిదైవం కిముచ్యతే ॥ 1

అధియజ్ఞం కథం కోఽత్ర దేహేఽస్మి న్మధుసూదన ।
ప్రయాణకాలే చ కథం జ్ఞేయోఽసి నియతాత్మభిః ॥ 2

1. తాత్పర్యము : ఓ పురుషోత్తమా! ఏది బ్రహ్మము? ఆధ్యాత్మ మనగానేమి? కర్మమేది? అధిభూతమనగా నేమి? అధిదైవమనగా నేమి?

2. తాత్పర్యము : ఈ దేహమందు అధియజ్ఞ మేది? నియతాత్మలయందు ప్రయాణ కాలమున తెలియబడునదేది?

వివరణము : శ్రీకృష్ణుడు జ్ఞాన విజ్ఞానములను విపులముగా వివరించిన పిదప అర్జునుని యందు ఏడు (7) ప్రశ్నలు పుట్టినవి. వానికి భగవానుడు తెలిపిన సమాధానము 'అక్షర పరబ్రహ్మ యోగము'గ, ఎనిమిదవ అధ్యాయముగ కీర్తింపబడు చున్నది.

ఆ ఏడు ప్రశ్న లీవిధముగ నున్నవి.

1. బ్రహ్మ మనగా ఏమి?
2. అధ్యాత్మ మనగా నేమి?
3. అధిదైవ మనగా నేమి?
4. అధిభూత మనగా నేమి?
5. కర్మ మనగా నేమి?
6. ఈ దేహమందు అధియజ్ఞు డెవరు?
7. ప్రయాణ కాలమున నియతాత్మలు దేనిని తెలుసుకొను చున్నారు?

అర్జునుడు నరుడగుటచే, మానవుడుగ నుండుటచే మానవుల కొరకు దైవము నుండి పై తెలిపిన అంశములకు సూటిగ సమాధానము పొందినాడు. వ్యాస మహర్షి భగవానుని పలుకులను పదిలపరచి మానవజాతి కందించెను. మానవులు నరులగుటచే భగవదుపదేశము. అనగా మనసున యున్న మానవుడు తనను తాను నశింపనివాడుగ, అక్షరుడుగ, నరుడుగ తెలియుటయే ఆశయముగ భగవద్బోధ సాగినది. అర్జునుడివలె మానవులందరును సహజముగ నరులే. నశింపనివారే. అక్షరులే. కాని మనస్సను కక్ష్యలో నివాస స్థాన మేర్పరచుకొనుట వలన మానవులైనారు. శాశ్వత స్థితి నుంచి, అశాశ్వతము, చపలము అగు కక్ష్యలో స్థిరపడినారు.

మరల మనస్సును చపలమగు కక్ష్య నుండి బుద్ధియను కక్ష్యలోనికి మానవుడు జిజ్ఞాసువై ఎదగదలచినపుడు పై తెలిపిన ప్రశ్నలు సహజముగ అతని నుండి జనించును. గీతయందు అర్జునుడు జిజ్ఞాసువు. శ్రీకృష్ణుడు సద్గురువు. అర్జును డడిగిన ప్రశ్నలకు వాత్సల్యముతో శ్రీకృష్ణుడిట్లు సమాధాన మిచ్చుచున్నాడు.

2

స్వభావము

అక్షరం బ్రహ్మ పరమం స్వభావోఽధ్యాత్మ ముచ్యతే ।
భూతభావోద్భవకరో విసర్గః కర్మ సంజ్ఞితః ॥ 3

తాత్పర్యము : అక్షరము, పరము అయినది బ్రహ్మము. అది ఆత్మగ నేర్పడుట స్వభావము. ఆత్మ నుండి సమస్త ప్రాణులు, వస్తువులు లోకాలోకములుగ ఏర్పడుట కర్మము.

వివరణము : బ్రహ్మము విశ్వాత్మగ ఏర్పడుట దాని స్వభావమై యున్నది. అట్లేర్పడుటనే బ్రహ్మము ఆత్మ అగుట అని అందురు. నిద్ర నుండి మేల్కాంచినవాడు తానున్నానని తెలియు చున్నది కదా! తానున్నాడని తెలియుటయే ఆత్మ తత్త్వము. అట్లు తెలియుటకు ముందెట్లున్నాడు? సమాధియందున్నాడు లేక నిద్ర యందున్నాడు. తానుండియు, తనయందు తాను ఇమిడిపోవుట సమాధి. అది పరము, బ్రహ్మము అని తెలుపబడినది. ఉన్నవాడు మేల్కాంచినపుడు తానున్నాడని తెలియుచున్నది. ఇట్లు మేల్కాంచుట తన స్వభావము. ఇట్టి మేల్కాంచిన స్థితిని ఆధ్యాత్మ మందురు. అనగా ఆత్మగ మేల్కాంచి, తనను తాను అధిష్ఠించి

యుండును. దీనినే బ్రహ్మము ఆత్మగ మారుట యందురు. ఇది బ్రహ్మము యొక్క స్వభావము. మనయందు కూడ ఈ స్వభావము కారణముగనే మేల్కొనుట యుండును.

మేల్కొనిన వెంటనే ఆత్మ నుండి ఇచ్ఛా జ్ఞాన క్రియలు ఉత్పన్న మగుచుండును. అట్లే బ్రహ్మము విశ్వాత్మగ మేల్కాంచి నపుడు అతని నుండి ఇచ్ఛా జ్ఞాన క్రియలుత్పన్నమై, సృష్టి కర్మ ప్రారంభమగును. ఇట్లు ఆత్మకు కర్మము అనివార్యమై యుండును. మేల్కాంచిన జీవుడు కూడ కర్మ సంగమున యుండుట సహజము.

కనుకనే పరమాత్మ అక్షరము, పరము అగు బ్రహ్మము అయి ఉన్నను స్వభావతః ఆత్మయగుట, ఆత్మకర్మముతో కూడి యుండుట సహజమని తెలియజెప్పుచున్నాడు. జీవునకు తనకర్మ మెట్లు అనివార్యమో, విశ్వాత్మకు సృష్టికర్మ అట్లే అనివార్యము.

బ్రహ్మము, ఆత్మ, కర్మము అను మూడు అంశములను ఈ శ్లోకమున వివరించుట జరిగినది.

(3)

యజ్ఞము

అధిభూతం క్షరోభావః పురుషశ్చాధి దైవతమ్ ।
అధియజ్ఞోఽహమేవాత్ర దేహే దేహభృతాం వర ॥ 4

తాత్పర్యము : స్వభావము నుండి ప్రకృతి పుట్టుచున్నది. ఈ ప్రకృతి క్షరము. స్వభావము నధిష్ఠించి అధిదైవతముగ పురుషుడున్నాడు. అట్టి పురుషుడు నిర్వర్తించునది యజ్ఞము.

వివరణము : బ్రహ్మము నుండి వ్యక్తమైన ఆత్మ నుండి అష్ట ప్రకృతులు వ్యక్తముకాగ, అందు ఆత్మ యుండుట వలన పురుషుడగును. ఈ పురుషునకు, అష్ట ప్రకృతులకు మూలము ఆత్మ. అది దైవీ స్వభావమే. అనగా పరతత్త్వమే ఆత్మగను, ప్రకృతుల యందు పురుషుడుగను భాసించుచున్నాడు. ప్రకృతుల నధిష్ఠించి యున్న పురుషుడుగ అధిదైవముగను, వాని నుంచి నిర్వర్తించు సృష్టికర్మకు అధియజ్ఞముగను తానే భాసించుచున్నాడు.

బ్రహ్మము అవరోహణ క్రమమున ఆత్మయగుట వలన ఆధ్యాత్మ మనబడుచున్నాడు. ఆత్మనుండి ఏర్పడిన అష్ట ప్రకృతులతో సృష్టియను పురము నేర్పాటు చేయుచున్నాడు. అందు

వసించుటచేత పురుషు డనబడు చున్నాడు. వానిని అధిష్ఠించి యుండుటచేత దైవ మనబడు చున్నాడు. వాని ద్వారా తాను నిర్వర్తించు సృష్టికర్మ యజ్ఞము. అట్టి యజ్ఞమును కూడ తాను అధిష్ఠించి యుండుటచేత 'అధియజ్ఞ' మనబడు చున్నాడు. తననుండి ఏర్పడిన ప్రకృతులను కూడ తానే అధిష్ఠించి యుండుట చేత 'అధిభూత' మనబడు చున్నాడు.

ఇట్లు అధిభూతము, అధియజ్ఞము, కర్మము, అధిదైవము, ఆధ్యాత్మముగ బ్రహ్మ స్వభావ మేర్పడుచు నుండును. కనుక నంతయు బ్రహ్మ సంబంధమే. బ్రహ్మ మాధారముగనే స్వభావము ఆత్మయగుట, అష్ట ప్రకృతులుగ నేర్పరచుట, సృష్టి కర్మమును యజ్ఞమును నిర్వర్తించుట, ఈ మొత్తము నందు తాను ప్రవేశించి వ్యాప్తి చెందియుండుట శ్రద్ధా భక్తులతో గమనించినచో, అక్షరము - పరము అగు బ్రహ్మము నుండి ఉత్పన్నమగు స్వభావము ద్వారా బ్రహ్మమెట్లు వ్యాప్తిచెంది యున్నాడో తెలియును.

కర్మము, యజ్ఞము, అష్ట ప్రకృతులు (అధిభూతములు), పురుషుడు, దైవము, ఆత్మ, పరము అను అంశములను ఇట్లు సంగ్రహముగ శ్రీకృష్ణు డుపదేశించి యున్నాడు.

అధిభూతములు క్షరములు. అనగా నశించును. మార్పు చెందును. ప్రకృతి ఏర్పాటు చేయు రూపము లన్నియు మార్పు చెందును. కాని వానియందు వశించు పురుషుడు నశించడు.

పురుషుడు మారుతున్న ప్రకృతితో కూడి తన నిజస్థితి కోల్పోయి నపుడు జీవుడుగ భ్రమపడు చున్నాడు. నాటకమున నటుడు తనను తాను మరిచి, నాటకపాత్రయే తానని భ్రమ చెందునట్లు, సహజముగ దైవమగు పురుషుడు జీవుడుగ భ్రమ చెందును. నిజముగ అష్టప్రకృతులను అధిష్ఠించి పురమున నున్న పురుషుడు దేవుడే కాని జీవుడు కాదు. అతడే అధిభూతము. అనగా ఎనిమిది ప్రకృతులను అధిష్ఠించి యున్నాడు. అతడే పురుషుడు. అనగా ప్రకృతి పురములందున్నాడు. పురమందున్న పురుషుడే దైవము. పురములు లేక యున్నపుడు ఆత్మ. పురము లందున్నపుడు పురుషుడు. సమాధియందు బ్రహ్మము. ఈ సత్యము దర్శనమిచ్చుటకు కర్మము యజ్ఞముగ మారవలెను.

④

సంకల్పము

అంతకాలే చ మా మేవ స్మర న్ముక్త్వా కలేబరమ్ ।
యః ప్రయాతి స మద్భావం యాతి నాస్త్యత్ర సంశయః ॥ 5

తాత్పర్యము : అంత్యకాలమందు నన్నే స్మరించుచు శరీరమును విడిచినవాడు నా భావమునే (స్వరూపమును) పొందగలడు. ఈ విషయమున సందేహము లేదు.

వివరణము : అంత్యకాల మనగా ప్రజ్ఞకు మరపు కలుగుట. మరపులేని ప్రజ్ఞకు మరణము సంభవించదు. మానవునకు నిద్రా సమయ మంత్యకాలము వంటిదే. మెలకువ ఆరంభకాలము కాగా, నిద్ర అంత్యకాల మగుచున్నది. నిద్ర కుపక్రమించినపుడు తన యందలి ఈశ్వరుని స్మరించుచు, ఆధ్యాత్మ భావమున ప్రవేశించి, బ్రహ్మమును చేరు ప్రయత్నము చేయు సాధకుడు అనునిత్యము బ్రహ్మమును చేరగలడు. ఈ విషయమున ఎట్టి సందేహము లేదు. నిద్ర కుపక్రమించినపుడు భావింపవలసినది తనయందలి ఈశ్వరుని. ఆ ఈశ్వరుడే విశ్వాత్మయని, అతనికి మూలము బ్రహ్మమని భావించుచు నిద్రించువాడు నిద్రావస్థలు చెందక బ్రహ్మము దిశగ ప్రజ్ఞామయ లోకములలోనికి చనును.

ఇది నిత్యము చేయవలసిన సాధన. ఇట్టి సాధన చేయువానికి దేహము నుండి విడిపడుట సులభమగును. మృత్యువునుండి విడిపడుట వీలగును. అట్టి వానికి దేహ విసర్జన సమయమున మృత్యువు అనుభూతముకాక సులభముగ దేహమునుండి ముక్తు డగును. "మృత్యోర్ముక్షీయ మామృతాత్" అనునది సత్యమగును. అనగా మృత్యువు నుండి విడిపడుటయేగాని, మృత్యు వనుభ వించుట కాదు. నిత్యము బ్రహ్మ భావముతో నిద్రకుపక్రమించుట వలన నిద్ర మాధ్యమముగ పరలోక గమనము సాధన మార్గమున జరుగును. నిత్యసాధన వలన ప్రజ్ఞకు మృత్యువు లేదని తెలియును. అక్షరమగు బ్రహ్మముతో కూడుటకు చేయు ప్రయత్న మున, క్షరలోకము నుండి అక్షరలోకము లోనికి మార్గము ప్రజ్ఞ కవగత మగును. అట్లవగతమైనపుడు మృత్యువొక మార్పని తెలియును. ఒక అంతస్తు నుండి మరియొక అంతస్తు లోనికి చనినట్లు క్షరలోకముల నుండి అక్షర లోకముల లోనికి చన వచ్చును.

కేవలము మృత్యువాసన్న మైనపుడు ఈ ప్రయత్నము సిద్ధించదు. పూర్వాభ్యాసము వలన సిద్ధించును. కనుక నిద్రా సమయమున అంత్యకాలముగ భావించి అక్షరము, పరము అయిన బ్రహ్మమును చేరుటకు సంకల్పించి, తనయందలి ఈశ్వరునితో అనుసంధానము చెందవలెను. ఇట్టి నిత్య ప్రయత్న మున అక్షర పరబ్రహ్మయోగము సిద్ధించును.

5

ఉత్తమ భావములు

యం యం వాపి స్మరన్ భావం త్యజ త్యంతే కలేబరమ్ ।
తం తమేవైతి కౌంతేయ సదా తద్భావభావితః ॥ 6

తాత్పర్యము : దేహము త్యజించు సమయమున ఎవరెవరు ఏయే భావములను స్మరింతురో అట్టి భావముల లోనికే చనుచుందురు.

వివరణము : మానవుడు నిరంతరము దేనిగురించి చింతించు చుండునో అదియే చిత్తమున సంస్కారముగ నేర్పడి, తదనుగుణమైన లోకములను చేరును. సంస్కారమే జీవుని నడిపించును. కనుక చిత్తమందలి ప్రధాన సంస్కారమును బట్టి అతడి మరుసటి జన్మ యుండును. తన భావము ననుసరించియే తాను మార్పు చెందుచు నుండును. భావము దైవమును గూర్చి ప్రధానముగ నున్నచో తదనుగుణమగు సంస్కారములు చేరును. ధనమును గూర్చి యైనచో తదనుగుణమగు ప్రదేశములు చేరును. ధనకాంక్ష, కీర్తి కాంక్ష, స్త్రీ కాంక్ష ఆయా లోకములకు గొనిపోవును. దైవీకాంక్ష దైవము దరిచేర్చును. మానవుడు తన భావమును బట్టియే భవిష్యత్ మార్గమును నిర్ణయించుకొను చున్నాడు.

నేడు నిద్ర కుపక్రమించునపుడు రేపటి కార్యములను గూర్చిన భావములే మరునా డుదయము భాసించి, ఆయా కార్యముల లోనికి గొనిపోవును. "రేపు ఉదయముననే పొలము నకు పోవలెను" అని భావించుచో మరునాడు నిదుర లేవగనే ఆ భావము భాసించి పొలమునకు పోవుట జరుగును. చిత్తమందలి బలమగు సంస్కారములే తదనుగుణమగు భావములను సృజింప జేసి ఆ యా మార్గములలో నడిపించును. సత్యకాముడైనను, ధర్మకాముడైనను, ధనకాముడైనను, కీర్తికాముడైనను, స్త్రీ కాము డైనను ఇట్లే బలీయముగ వారి బలమగు కామముచే ఈడ్చుకొని పోబడుచున్నారు. చిత్తమున ఏర్పడు బలమగు సంస్కారమే కామము. దానివలననే లోకములందలి జీవు లందరును నడిపింప బడుచున్నారు. దైవకామ మేర్పడుట, ధర్మకామ మేర్పడుట వలన దైవమును చేరుట ఎట్లో, అట్లే ఇతర కామములు జీవులను ఆయా గతులలో నడిపించుచున్నవి. కనుక సాధకులు తమ చిత్త మందలి సంస్కారములను పరిశీలించుకొని, అను నిత్యము ఉత్తమ సంస్కారములకై కృషి సలుపవలెను. ఉత్తమోత్తమ సంస్కారము, ఉత్తమోత్తమ లోకములకు చేర్చగలదు. నిత్యము ఆత్మ పరిశీల నము గావించుచు చిత్తమందలి ఉత్తమ భావములకు కార్యాచరణ పథక మేర్పరచుకొనుట పరిష్కారమై యున్నది.

6

అనుస్మరణము

తస్మా త్సర్వేషు కాలేషు మా మనుస్మర యుధ్య చ ।
మయ్యర్పిత మనోబుద్ధి ర్మా మేవైష్య స్యసంశయః ॥ 7

తాత్పర్యము : సర్వకాలముల యందు నన్నే స్మరించుచు యుద్ధము చేయుచో- నా యందు సమర్పితమైన మనో బుద్ధులు ఏర్పడి, క్రమముగ నన్నే పొందగలవు. ఈ విషయమున సందేహము లేదు.

వివరణము : భగవానుని పలుకులు సంపూర్ణమగు జ్ఞానము. శోకమందు యుద్ధమును గూర్చి చెప్పబడినది. అనగా జీవితమున కర్తవ్య పాలనమని మన మన్వయించుకొనవలెను. ఎల్లకాలముల యందు ఎడతెగక దైవమును స్మరించువారి మనస్సు, బుద్ధి దైవీస్వభావముతో నిండును. అపుడు దృగ్గోచర మగు జగత్తంతయు దైవీవిలాసముగనే గోచరించును. అట్లే కనులు మూసుకొనినపుడు అంతరంగమందు కూడ అభ్యాసవశముచేత బుద్ధి దైవమునే దర్శించు చుండును. ఇట్లు బాహ్యాంతరములందు మనస్సు, బుద్ధి దైవమునే స్మరించుచు దర్శించుచు నుండును.

అపుడంతయును దైవమే అయి వుండును. వేరొకటి లేని స్థితి కలుగును.

మనోబుద్ధులయందు దైవస్మరణము నిత్యమగుట వలన ప్రహ్లాదాది భాగవతమూర్తులవలె అన్నిటి యందు దైవమే దర్శన మగును. స్మరణవలన, సాన్నిధ్యముండుట వలన స్వభావము దైవీ స్వభావముగ మారును. అయస్కాంత సన్నిధిన ఇనుపముక్క అయస్కాంతమైనట్లు, అనుస్మరణము వలన మానవ స్వభావము దైవీ స్వభావమై పరిణమించును. అట్టి వానికి లోపల వెలుపల అంతట దైవమే గోచరించుట తథ్యము.

ఈ శ్లోకమున అనుస్మరణము కీలకమగు ఉపాయముగ తెలుపబడినది. స్మరణము శ్వాసవలె నిరంతరమై యుండవలెను. కనుక శ్వాసతో జతపరచి స్మరణము చేయవలెను. మరియొక విషయము సర్వకాలములందు స్మరణము అనగా మేల్కొని యున్నంత కాలము, పగలనక రాత్రియనక స్మరణ సాగవలెను. దైవమే అందరియందు తానుగ నున్నాడు గనుక, అతడే నేనుగ నున్నాను అను భావన స్థిరపడుటకే శ్వాసతో జతపరచి "అతడే నేను, అతడే నేను" అని భావించుచు నుండవలెను. నిజమునకు మన యందలి స్పందనము దానినే తెలుపుచున్నది. శ్వాస పీల్చు నపుడు 'సో' అని వినిపించును. శ్వాస వదలినపుడు 'హం' అని వినిపించును. సోహం, సోహం అనుచు శ్వాస నిత్యము గానము

చేయుచున్నది. సోహం అనగా సః+అహం. 'సః' అనగా అతడు. 'అహం' అనగా నేను. అతడే నేను అనునది సోహం యొక్క అర్థము. కనుక శ్వాస ననుసరించుచు స్మరణ చేయుట సాధన. అట్టి శ్వాసకు మూలము స్పందనము. హృదయ స్పందనము కూడ యిదే శబ్దమును వినిపింపజేయును. విచ్చుకోలు - ముడుచు కోలుగ జరుగు స్పందనమున కూడ సోహం వినిపించును. నిద్రావస్థ యందు తప్ప, ఇతర సమయమున యిట్టి దైవస్మరణ మనయందు దైవము నావిష్కరింపజేయును. అన్నికాలముల యందు యిట్టి స్మరణ చేయవలెనని, *"సర్వేషు కాలేషు"* అని శ్లోకము తెలుపుచున్నది. అనుస్మరణమను విషయమును కూడ అదియే తెలుపుచున్నది.

దైవీభావము నిరంతరమైనపుడు దైవమే తానుగ వెలుగొందుట నిస్సంశయము. అయస్కాంతమును చేరిన ఇనుప ముక్క అయస్కాంతమైనట్లు, స్మరణతో కూడిన జీవుడు దేవునితో ఏకీభావము చెందును. *"యద్భావం తద్భవతి"* ఎట్లు నిరంతరము భావించిన అట్లేయగు ననునది సత్యము.

7

అనుచింతనము

అభ్యాస యోగయుక్తేన చేతసా నాన్యగామినా ।
పరమం పురుషం దివ్యం యాతి పార్థానుచింతయన్ ॥ 8

తాత్పర్యము : ఓ పార్థ! అనుచింతనముచేత, అభ్యాసము చేత, పరమ పురుషునితో ఎప్పుడును కూడియుండుట చేత ఇతర విషయములలోనికి మనస్సు చొరబడక దివ్యమగు పరమ పురుషునే పొంది, ఆ తత్త్వమును కూడియుండును.

వివరణము : సత్ చిత్ ఆనంద తత్త్వము, పరము. ఆ తత్త్వమే విరాట్ పురుషుడుగ ఏర్పడియున్నాడు. అందువలన పరమ పురుషుడని, పురాణ పురుషుడని దైవమును కీర్తించుట ఆది నుండి యున్నది. అట్టి పరమ పురుష తత్త్వము నుండియే సృష్టి, సృష్టిజీవులు ఏర్పడి యున్నారు. అందరియందు నిండి యున్నది ఆ తత్త్వమే. దేనిని చూచినను ప్రకృతి పురుషులే యథార్థమునకు కన్పించును. ఇతరములు కాంచుట భ్రాంతి. సమస్తమునందు కనబడుచున్నది, వినబడుచున్నది, స్పృశింప

బడుచున్నది, రుచి చూడబడుచున్నది, వాసనగ తెలియబడు చున్నది ప్రకృతి పురుషుల తత్త్వమే. కనుక సృష్టిని ప్రకృతి పురుషులుగ దర్శించుట వలన పరతత్త్వముతో యోగించుట ఆరంభమగును. అనగా కూడియుండుట ఆరంభమగును. ఇట్లు అభ్యాసము వలన యోగయుక్తత ఏర్పడును. అపుడు సాధకుని చేతస్సునకు ఇతర విషయములు గోచరించుట క్రమశః తగ్గుచు, తత్త్వ దర్శనము పెరుగుచు నుండును. అనగా పరమ పురుషుల దర్శనము జరుగుచు నుండును.

సృష్టి సమస్తమును పరిశీలించుచున్న వారికి ప్రకృతి పురుషులే గోచరింతురు. ఇతరము గోచరించదు. అట్లు గోచరించుట వలన దానికి చేరువై పొందుట యుండును. అనుచింతన వలన అన్యములేని స్థితి కలుగును. కనుక అనుచింతనము అభ్యాసము చేయవలెను. అనుచింతనముననే యోగయుక్తత కలుగును. అనగా పరమ పురుషునితో కూడియుండుట వీలు యగును. అట్టివాడు పరమ పురుషుని పొందుటకు అవకాశ మేర్పడును.

ఈ శ్లోకమందు శ్రీకృష్ణుడు సూటిగ అక్షరమగు పరబ్రహ్మముతో కూడియుండు విధానమును తెలిపియున్నాడు. ముందు శ్లోకమున 'అనుస్మరణము' అని తెలిపినట్లే, ఈ శ్లోకమున 'అనుచింతనము' అని తెలిపినాడు.

8

తత్త్వ దర్శనము

కవిం పురాణ మనుశాసితార
మణోరణీయాంస మనుస్మరేద్యః ।
సర్వస్య ధాతార మచింత్యరూప
మాదిత్యవర్ణం తమసః పరస్తాత్॥ 9

తాత్పర్యము : పై తెలిపిన పరమ పురుషుడు పురాతనుడు. లోకముల నెల్లపుడు శాసించువాడు. అతడే కవి. అనగా సృష్టించువాడు. అతడు అణువుకన్న సూక్ష్మమైనవాడు. సర్వమునకు ఆధారమైనవాడు. చింతింప శక్యము కాని రూపము, స్వరూపము కలవాడు. అతడు చీకటి కావలివాడు. చీకటి కావల ఆదిత్యునివలె వెలుగుచుండెడి వాడు. అట్టివానిగ అతనిని స్మరింపుము.

వివరణము : పరమ పురుషుని ఆవిష్కరించు శ్లోకమిది. అట్టి పరమపురుషుడు రూపమున కతీతమగు వెలుగు. ఏ నామము లేనివాడు. చీకటిచే క్రమ్మనివాడు. అజ్ఞానమను చీకటి

కందనివాడు. సమస్త సృష్టికి అతడే ఆధారము. అయినప్పటికిని అణువందును కూడ యిమిడి యున్నాడు. అతని నుండే సమస్త సృష్టి వ్యక్తమగుచుండును. అతనిలోనికే సమస్త సృష్టి లయమగు చుండును. అతనివలననే సృష్టి నిలచి యుండును. లయమందు సమస్తము అతని యందు ఇమిడియుండి, సృష్టియందు వెలువడి, స్థితి యందు పూర్ణమై ప్రకటింపబడి యుండును. అతనికన్న పురాతనుడు లేడు. అతడే సనాతనుడు. అందుండియే కాలము, సంకల్పము, శక్తి, ప్రకృతి, మహత్తు ఇత్యాదివన్నియు జనించును. సమస్తమునకు మూలమైన వానిని, గోచరించుచున్న సమస్తము నందు దర్శించుట ఈ శ్లోకమున తెలుపబడిన సాధన. "అనుస్మరేత్" అని శ్లోకము శాసించుచున్నది. అనుస్మరణము, అనుచింతనము అని తెలుపుటలో ఎడతెగక స్మరించమని, ఎడతెగక చింతనము చేయుమని సూచన.

ఈ పరమ పురుషుడు స్త్రీయు కాదు, పురుషుడు కాదు. రెండున్నూ మిళితమైన తత్త్వము. కనుక వేదఋషులు ఈ పరమగు పురుషుని 'తత్' అని పిలిచిరి. అనగా 'అది' అనిరి. అదియే ఇదిగా ఏర్పడినదనియు, కనుక ఇది నిజమునకు అదియే యని ఉపనిషత్తులు పదే పదే తెలుపుచున్నవి. దానినే దర్శించు చుండుట తత్త్వదర్శనము. దానినే చింతించుచుండుట తత్త్వ చింతనము. దానిగూర్చియే గోష్ఠిచేయుట తత్త్వ విచారము.

దానియందు అన్నియు ఇమిడియుండును. అది శైవము కాదు, వైష్ణవము కాదు, శాక్తేయము కాదు, క్రైస్తవము కాదు, ఇస్లాము కాదు. మరి యే మతము కాదు. మతములు, సిద్ధాంతములు అన్నియు అందిమిడిపోవును. అట్టి తత్త్వమును ధ్యానించమని బోధించు భగవద్గీత నిశ్చయముగా మతాతీతమైన గ్రంథము.

9

ధ్యాన మార్గము

ప్రయాణకాలే మనసాఽచలేన
భక్త్యా యుక్తో యోగబలేన చైవ ।
భ్రువోర్మధ్యే ప్రాణ మావేశ్య సమ్యక్
స తం పరం పురుష ముపైతి దివ్యమ్ ॥ 10

తాత్పర్యము : అచలము, స్థిరము అగు మనస్సుతో ప్రాణాయామ మార్గమున హృదయమును, అచటినుండి భ్రూమధ్యమును చేరి అచట పై తెలిసిన పరతత్త్వముతో కూడియుండుట నిత్యము ప్రయత్నింపవలెను. ధ్యాన సమయమున, నిద్రకు పూనుకొనిన సమయమున, శరీరము విసర్జించు సమయమున నిర్వర్తించిన వారికి పరతత్త్వము లభ్యమగును.

వివరణము : ఈ శ్లోకమున ప్రయాణకాల మనగా దానిని మూడు విధములుగ గుర్తింపవచ్చును. ఒకటి మరణించు సమయము. రెండు నిద్ర కుపక్రమించు సమయము. మూడు ధ్యాన సమయము. ఈ మూడును సూక్ష్మలోక ప్రయాణమునకే

ఉద్దేశింపబడినవి. కనుక ప్రధానముగ ధ్యానము చేయునపుడెల్ల భ్రూమధ్యమున ధ్యానము చేయుటకై ప్రయత్నింపవలెను. నిద్ర కుపక్రమించునపుడు కూడ తీరువుగ తూర్పు ముఖముగ గాని, ఉత్తర ముఖముగ గాని, పశ్చిమ ముఖముగ గాని పడుకొని ఈ క్రింద తెలుపబడు విధానమున ప్రజ్ఞను భ్రూమధ్యమున చేర్చ వలెను. మరణ మాసన్నమైనపుడు కూడ ప్రజ్ఞ భ్రూమధ్యముననే యుండవలెను.

నిత్య ధ్యానమునను, నిద్ర కుపక్రమించు సమయమునను, ప్రజ్ఞ భ్రూమధ్యమున నిలుపు ప్రయత్నము అభ్యసింపనివారు మరణ సమయమున, ప్రజ్ఞను భ్రూమధ్యమున నిలుపలేరు. కనుక అనునిత్యమీ ప్రయత్నము సాగుచు నుండవలెను. అట్లభ్యసించిన వారికి మరణ సమయమున కూడ అభ్యాసవశమున భ్రూమధ్యమున చేరుట సులభమగును. అప్పటి కప్పుడు తెలిపినను అభ్యాస లేమి కారణముగ ఈ స్థితి సాధ్యపడదు. మరణ సమయమున జీవు డనాయాసముగ దేహము నుండి విడిపడుటకు ఇది ఒక్కటియే మార్గము. ఇట్లభ్యాసము నిర్వర్తించువారు ముఖము నుండి ప్రాణమును విడుతురు. ముఖద్వారమున ప్రాణమును విడుచుట ఉత్తమలోక ప్రాప్తికి సంకేతము.

ఈ శ్లోకమున తెలుపబడిన ధ్యానవిధానము ఆత్మజ్ఞానము నకు, పరలోకప్రాప్తికి, పరమపదమును చేరుటకు మార్గముగ

చూపబడినది. దివ్యము, పరము అగు స్థితిని పురుషుడు చేరుట కిదియే మార్గమని తెలుపబడినది. పై తెలిపిన ధ్యాన మార్గ మిట్లున్నది.

1. తూర్పు ముఖముగ గాని, ఉత్తర ముఖముగ గాని స్థిరము సుఖము నిచ్చు ఆసనమును ఎంచుకొనవలెను.

2. అందులకు శుచియగు ప్రదేశమును ఎంచుకొనవలెను. ధ్యానము చేయు ప్రదేశమునందు గాలి, వెలుతురు యుండ వలెను. దుర్వాసన లుండరాదు. ప్రదేశము నిశ్శబ్దమై యుండుట మేలు.

3. ఆసనము నొక దాని నేర్పరచుకొని కూర్చుండవలెను. ఆసనములు మరీ ఎత్తుగ నుండరాదు.

4. ధ్యానమున కుపక్రమించునపుడు సహజ పరిమళముగల అగరువత్తులు వెలిగించుట సముచితము. చందన పరిమళమైనచో ఉత్తమము.

5. నెమ్మదిగ కనులు మూసుకొని స్థిరము నిచ్చు సుఖమగు ఆసనమున కూర్చుండవలెను. వెన్నెముక వీలున్నంతవరకు నిటారుగ నుండవలెను. శిరస్సు, వెన్నెముక యొకే సరళరేఖవలె నిట్టనిలువుగ నుంచు ప్రయత్నము చేయవలెను. హస్తములు రెండింటిని కూర్చియుంచుకొనుటగాని లేదా పైకెత్తి యుంచుట గాని, క్రిందికి వంచి యుండుటగాని పనికిరాదు.

6. పై విధముగ కూర్చుండి శరీరము శిరస్సు నుండి పాదముల వరకు ఒక్కసారి పరిశీలించుకొనవలెను. ఎచ్చటను పట్లుండరాదు. మనసును కూడ సడలించి యుంచుకొనవలెను.

7. ముమ్మారు శ్వాసను సున్నితముగను, దీర్ఘముగను, లోతు గను, నెమ్మదిగను నిర్వర్తించవలెను. అటుపైన మూడు శ్వాసలు సామాన్యముగ నిర్వర్తించి, మరల మూడు మార్లు దీర్ఘముగ నిర్వర్తించవలెను. అట్లు నిర్వర్తించుట వలన సున్నితముగ జరుగు తున్న స్పందనము తెలియవచ్చును. అనగా మనసు గ్రహించును. గ్రహింపబడిన స్పందనమున మనోప్రజ్ఞను లగ్నము చేయవలెను. స్పందనమునే గుర్తించుచు, స్పందనముతో కూడి యుండవలెను. స్పందనము గ్రహింపబడనపుడు మరల ముమ్మారు దీర్ఘముగ శ్వాసను నిర్వర్తించుకొనవలెను. అపుడు మరల స్పందనము స్పష్ట మగును. విస్పష్టమైన స్పందనముతో ప్రజ్ఞను కూర్చి యుంచ వలెను.

8. నిరంతర అభ్యాసవశమున, ప్రజ్ఞ స్పందనముతో కూడి యుండుట వలన స్పందన ఎరుక ప్రధానమై, శ్వాసయందు ఎరుక తగ్గుముఖము పట్టును. శ్వాసను గూర్చిన భావన నుండి స్పంద నను గూర్చిన భావనలోనికి ప్రజ్ఞ ప్రవేశింపగ, బహిర్ముఖమగు మనస్సు అంతర్ముఖమగుట ఆరంభించును. స్పందనముతో కూడియే అంతర్ముఖ మగును.

9. స్పందనముతో కూడి అంతర్ముఖమైన మనస్సు సూక్ష్మ స్పందనమును గ్రహించును. సూక్ష్మ స్పందనమున ప్రజ్ఞ క్రమముగ అభ్యాసవశమున స్థిరపడును. ఇట్లు స్థిరపడుట హృదయమును చేరుట. ఇట్టి సమయమున సూక్ష్మ స్పందనముతో కూడిన ప్రజ్ఞ మనస్సను కక్ష్యను వీడి, హృదయకక్ష్యలో ప్రవేశించును.

10. ధ్యానమందలి ఈ స్థితి యందు శ్వాస సున్నితముగ సాగుచున్నను ప్రజ్ఞ అంతర్ముఖమై ప్రాణాపానములనుండి విడిపడి, వానికి మూలమైన సమాన ప్రాణ స్పందనమునందు నిలచును. అట్టి స్థితిలో ప్రాణాయామము సిద్ధించినట్లగును. ప్రాణాయామ మనగా ప్రాణము యమింపబడుట. అనగా ప్రాణము, అపానము యమింపబడి, ప్రజ్ఞ అంతరంగమున సమాన ప్రాణముతో కూడి యుండును.

11. సమాన ప్రాణ స్పందనతో కూడియున్న మనస్సు స్పందన ననుసరించుచు, సూక్ష్మ స్పందనమును చేరి హృదయకర్ణిక కాధార మైన యొక ఊర్ధ్వమగు వెలుగు నాళము చేరును. అచటగల ఉదాన ప్రాణ స్పందనముతో ప్రజ్ఞ కూడును.

12. ఉదాన ప్రాణ స్పందనము నాళమున ఊర్ధ్వముగ స్పందించుచు, ప్రజ్ఞను ఊర్ధ్వముఖముగ గొనిపోవును. ఇట్టి సమయమున బుద్ధిలోకమందలి ధ్యానమంతయు క్రమముగ సాధకునకు ఆవిష్కరింపబడుట, అవగతమగుట జరుగుచుండును.

ఉదాన స్పందనము ప్రజ్ఞను ఊర్ధ్వముగ గొనిపోవుచు విశుద్ధిని దాటి ముఖమున చేరి అటుపైన నాసికాంతర ద్వారమున భ్రూమధ్యమును చేరును. ఉదాన ప్రాణమునకు భ్రూమధ్యము శిఖర స్థానము. ప్రజ్ఞను అచ్చటికి చేర్చి నీలాకాశమును దర్శించుచు నుండుట ధ్యానస్థితిగ తెలుపుదురు. ఉదాన స్పందన మాధార ముగ, హృదయము నుండి విశుద్ధి మీదుగ, భ్రూమధ్యమును చేరుట 'ప్రత్యాహార' మని, భ్రూమధ్యమున స్థిరముగ ఉదాన స్పందన శిఖరమున నుండుట 'ధారణ' యని, అట నుండి నీలాకాశమును గూర్చి ధ్యానించుట 'ధ్యాన' మని తెలియవలెను.

యోగబలముచేత ప్రాణమును సమన్వయించి, భ్రూమధ్య మును చేరుమను ఈ వాక్యమందు భగవానుడు సమస్త యోగమును నిర్దేశించినాడు. పరమును చేరు మార్గమును సున్నితముగ తెలిపి నాడు.

(10)

ప్రణవ నాదము

యదక్షరం వేదవిదో వదంతి
విశంతి యద్యతయో వీతరాగాః ।
యదిచ్ఛంతో బ్రహ్మచర్యం చరంతి
తత్తే పదం సంగ్రహేణ ప్రవక్ష్యే ॥ 11

తాత్పర్యము : అక్షరమని దేనిని గూర్చి వేదవిదులు పలుకు చున్నారో, దేనియందు యమనియమాది నియమముల నభ్య సించుచు, ఇంద్రియ వాంఛలను విసర్జించి యతులు ప్రవేశించు చున్నారో, దేనియందు ఇచ్ఛతో జిజ్ఞాసువులు బ్రహ్మచర్యమున చరించు చున్నారో ఆ పదమును (స్థితిని) గూర్చి నీకు సంగ్రహముగ తెలిపెదను.

వివరణము : అక్షరమనగా క్షరము కానిది. నాశము లేనిది. శాశ్వతమైనది. అక్షరమనగా అక్ష+ర, అనగా అక్షముగా కొని రాబడినది. మూలము నుండి నవావరణ సృష్టిగ కొనువచ్చునది. అనగా ఓంకారము. దానినే 'ప్రణవ'మని కూడ అందురు. దాని యందే భూత భవిష్యత్ వర్తమాన కాలములున్నవి. మూలమే

అక్షముగ అనేకానేకమైన ప్రకృతి స్థితులను ఏర్పరచుకొనుచు సృష్టిగ వ్యక్తమై, స్థితియందుండి మరల తిరోగమనము చెందుచు, సృష్టియందు లయమైన పిదప కూడ ఉండునటువంటిది. అదియే తానుగ వ్యాకోచ సంకోచములు చెందుచు శాశ్వతమై యున్నది. దానిని వేదవిదులు 'ఓం' అను నాదముగ గుర్తించిరి. త్రికాలములకు, త్రిలోకములకు మూలమగు అనాహత నాదముగ గుర్తించిరి. వేదవిదులు దీనియందాసక్తిగొని, దానితో అనుసంధానము చెంది సమస్తమును దర్శించి, వివరించిరి. వేదవిదులు అనగా వేదము తెలిసినవారని అర్థము. వేదమనగా ఓంకారము. ఓంకారము ననుభూతి చెందుటవలన సర్వమును విదితమగును. అది నశించని నాదము. కనుకనే వేద సంప్రదాయమున ప్రధానముగ ఓంకారమును శిశుప్రాయము నుండి పరిచయము చేయుదురు. నిత్యము మనయందు జరుగుచున్న నాదమును అంతరంగమున గుర్తించి, దానితో కూడియుండుట ప్రణవనాద ఉపాసనము.

యతులు, అనగా తమనుతాము యమించుకొనినవారు. ధర్మమునకు కట్టుబడి యుండువారు. త్రికరణశుద్ధి, అహింస, అపరిగ్రహము, బాహ్యాంతర శుచి, శాస్త్ర అధ్యయనము, స్వా అధ్యయనము పాటించుచు, తమను తాము ఈశ్వరునకు సమర్పణము చేసుకొనువారు. మరియు బ్రహ్మమునందు ప్రవేశించి వసించుట కిచ్ఛగించువారు.

బ్రహ్మచర్య మనగా బ్రహ్మమునందు ప్రవేశించి, అందే చరించుచు, అందే వసించుట.

అట్లు వేదవిదులు దేనిని గూర్చి భాషింతురో, యతులు రాగరహితులై దేనియందు వసింతురో, బ్రహ్మచారులు ఎందు స్థిరపడుట కిచ్ఛగింతురో, అట్టి పరమపదమును చేరు విధానమును తెలుపబోవుచున్నానని భగవానుడు ఈ శ్లోకమున పలికెను.

11

యోగస్థితులు

సర్వద్వారాణి సంయమ్య మనో హృది నిరుధ్య చ ।
మూర్ధ్న్యాధా యాత్మనః ప్రాణమాస్థితో యోగధారణామ్ ॥12

తాత్పర్యము : సర్వద్వారములను సంయమము గావించి, మనస్సును హృదయమున చేర్చి, స్థాపించి, మనోప్రాణములను శిరస్సునకు చేర్చుము.

వివరణము : సర్వద్వారము లనగా బాహ్యమునకు ప్రజ్ఞ ప్రవహించు మార్గములు. అవి సాధారణముగ ఐదు ఇంద్రియ ములు. ఈ ఐదు ద్వారముల నుండి ప్రజ్ఞ బాహ్యమునకు ప్రవహించు చుండగ, మానవుడు నిర్వీర్యుడగును. మనస్సే పంచేంద్రియముల ద్వారా బాహ్యమునకు ప్రసరించు చుండును. మానవుని ప్రజ్ఞ సాధారణముగ మనస్సునందే యుండును. ప్రజ్ఞ ఇంద్రియార్థముల వెంట పడినపుడు మనస్సు ఇంద్రియముల ద్వారా బాహ్యమునకు ప్రసరించును. బాహ్యమందలి ఇంద్రి యార్థములకు ప్రజ్ఞ ఆకర్షింపబడుట సర్వసాధారణము. అట్లు

ఇంద్రియార్థముల వెంట, ఇంద్రియముల ద్వారా పరుగెత్తు ప్రజ్ఞను నియమించవలెను. లేనిచో చిల్లుకుండ యందలి నీరు చిల్లు నుండి కారినట్లు, కుండ నిర్జలమైనట్లు, మనస్సు శక్తిహీనమగు చుండును. ఐదు చిల్లులుగల కుండకు ఎంత జలమందించినను, కుండ నిర్జలముగనే యుండును. ఇట్లు మానవుడు ఇంద్రియార్థముల వెంట పరువెత్తుచు, దుర్బలుడై కాలక్రమమున కృశించును, నశించును. అంతేగాక మరణించును కూడ. కనుక మనస్సు నందలి ప్రజ్ఞను అంతర్ముఖము చేయవలెను. అప్పుడు ప్రజ్ఞ నిరర్థకము కాదు. అందుకొరకు మనస్సును శ్వాసతోచేర్చి హృదయమున స్థిరపరచవలెను.

అట్టి పరిస్థితిలో మానవ ప్రజ్ఞ అంతరంగమున ఉండును. అవసరమగుచో కర్తవ్యమును బట్టి మనస్సునందు ప్రవేశించి, అటుపై ఇంద్రియములద్వారా బహిర్గతమై బహిరంగమును చేరి, కర్తవ్య నిర్వహణము పూర్తియగు నంతనే మరల మనస్సుయందలి ప్రజ్ఞను హృదయమున స్థిరపరచవలెను. ఇట్లభ్యసించుట వలన విచక్షణా రహితముగ ఇంద్రియార్థముల వెంట, ఇంద్రియముల ద్వారా పరువెత్తుట అరికట్టబడును. ఇంద్రియములు ఎన్ని ఇంద్రియార్థములను గోచరింపజేయు చున్నను, అవసరము లేనపుడు ప్రజ్ఞ ఇంద్రియములందు ప్రవేశింపదు. అవసరార్థమే ఇంద్రియము లందు ప్రవేశించుట, ఇతర సమయములలో హృదయము

నందుండుట అభ్యాసమగుట నిజమగు సిద్ధి. అట్లున్న వానికి ఇంద్రియ ద్వారములు సంయమింపబడి యుండును. మనసు హృదయమున నియమింపబడి యుండును. దీనినే ఇంద్రియ సంయమము, మనోనిగ్రహము అందురు.

హృదయమున నిబద్ధమైన ప్రజ్ఞ ప్రాణస్పందనముతో ముడి పడినచో ప్రజ్ఞ - ప్రాణములు ఊర్ధ్వగతి చెందుచు, శిరస్సు నందలి భ్రూమధ్యమును చేరును. దీని వివరణము పదవ శ్లోకమున విస్తార ముగ తెలుపబడినది. భ్రూమధ్యమున ప్రాణముతో కూడి ప్రజ్ఞ స్థిరపడుటను యోగమున ధారణమని తెలుపుదురు. ఇట్టి ధారణ స్థితియందుండుట వలన బ్రహ్మమును చేరు మార్గము సగము సిద్ధించినట్లగును. ఈ శ్లోకమున ఆసనము, ప్రాణాయామము, ప్రత్యాహారము, ధారణ అను యోగస్థితులను భగవానుడు సూచించినాడు. రాబోవు శ్లోకమున బ్రహ్మపథము చేరుటకు మిగిలిన మార్గమును బోధించును.

(12)

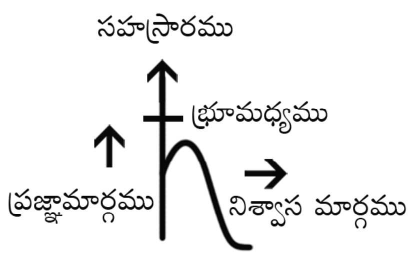
బ్రహ్మపథము

ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ వ్యాహరన్ మా మనుస్మరన్ ।
యః ప్రయాతి త్యజ న్దేహం స యాతి పరమాం గతిమ్ ॥13

తాత్పర్యము : ఏకాక్షరమగు ఓంకారము నుచ్చరించుచు 'నన్ను' స్మరించుచు నిశ్వాసమార్గమున నిట్టనిలువుగ ఊర్ధ్వముగ చనుము. అపుడు శిరస్సునందలి బ్రహ్మరంధ్రము ద్వారా వాయు సహకారమున దేహమును త్యజించి పరమగు బ్రహ్మమును చేరెదవు.

వివరణము : ముందు శ్లోకమున తెలిపిన విధముగ సాధకుని ప్రజ్ఞ భ్రూమధ్యమున ఉదాన స్పందనముతో కూడి స్థిరముగ నుండును. అట్టి సమయమున నిశ్వాస మార్గమున జరుగుచున్న ఓంకారమును నిశితముగ అనుసరించినచో ఉదాన ప్రాణస్పంద నము నుండి ప్రజ్ఞ వ్యాన స్పందనమున చేరును. నిశ్వాస నాసా రంధ్రముల నుండి బాహ్యమునకు చనినను నిశ్వాసయం దిమిడియున్న నాదము ఊర్ధ్వముగ శిరస్సు పై భాగమునకు

చనుట గుర్తింపవలెను. 'ఓం' అనెడి నిశ్వాసనాదము భ్రూమధ్యము నుండి ఊర్ధ్వముగ చనును. అపుడు వ్యాన స్పందనముతో సంధాన మేర్పడును. అట్టి సమయమున వాయువు నాసా పుటముల నుండి బాహ్యమునకు చనినను ప్రజ్ఞ నిట్టనిలువుగ శిరస్సు పై భాగమునకు పయనించును.



వ్యాన వాయువునందు గల నాదముతో కూడియుండగ సాధకుడు దేహము నుండీవలకు వచ్చుట లేక సమాధి స్థితి చేరుట జరుగును. ఆ విధముగ దేహ విసర్జనము, బ్రహ్మప్రాప్తి కలుగును. మరల ధ్యానము ముగియగనే దేహప్రవేశము, ఐహిక స్పృహ కలుగును.

ఈ సాధన దీక్షగల ఏ మానవునికైనను సిద్ధింపగలదు. జాతి, మత, కుల, లింగ భేదములతో సంబంధము లేక అందరునూ నిర్వర్తించుకొన వచ్చును. ఇట్లు మానవులందు ప్రతియొక్కరు అక్షరము, పరము యగు బ్రహ్మముతో కూడి యుండుటకు

అవకాశముండును. ఇదియే అక్షర పరబ్రహ్మ యోగము. ఎనిమిదవ (8) శ్లోకము నుండి పదమూడవ (13) శ్లోకము వరకు పరమాత్మ పలికిన పలుకులను శ్రద్ధగ గ్రహించి ఆచరించువారు నిస్సందేహముగ ఊర్ధ్వగతి చెందుదురు. దేహ పరిత్యాగము ఇట్లు సాధ్యపడును. బ్రహ్మపథము కూడ ఈ మార్గముననే పొందుదురు.

(13)

నిత్య స్మరణము

అనన్యచేతా స్సతతం యో మాం స్మరతి నిత్యశః ।
తస్యాహం సులభః పార్థ నిత్యయుక్తస్య యోగినః ॥ 14

తాత్పర్యము : అనన్యమగు ఎరుకవలన, నిత్యస్మరణవలన ఎల్లప్పుడును నిరంతర ధ్యానపరుడు అగుటవలన, యోగి సులభముగ 'నన్ను' చేరగలుగుచున్నాడు. నే నతనిచే పొందబడు చున్నాను.

వివరణము : బోధన యందు మరల మరల విలువైన విషయములు తెలుపుట యుండును. కనుక ఈ శ్లోకమున విలువైన విషయములను మరల మరల భగవానుడు తెలుపు చున్నాడు. అందు (1) అనన్యచింతనము, (2) సతతచింతనము, (3) నిత్యస్మరణము, (4) నిత్యయుక్తత ప్రధానముగ మరల తెలుపుట జరుగుచున్నది.

1) అనన్య చింతనము : చిత్త మితర విషయములందు తగులుకొనక బ్రహ్మమును తగులుకొని యుండవలెను. అట్లుండు

టకు ఇతర విషయములుగ గోచరించుచున్న దంతయు బ్రహ్మమే అని గుర్తు తెచ్చుకొనవలెను. కనపడుచున్నదని బ్రహ్మమే అని భావించవలెను. నిజమునకు బ్రహ్మము కాక మరియొకటి లేదు. బ్రహ్మమే ప్రకృతి ఆవరణలతో కూడి గోచరించుచున్నది. ఈ భావ మెల్లప్పుడుండవలె ననునది సూచన.

2. సతతచింతనము : చింతన ఎల్లప్పుడునూ యుండవలెను. విను చున్నపుడు, త్రాగుచున్నపుడు, చూచుచున్నపుడు, పని యందు విరామమందు అన్నివేళల, అన్ని దేశములందు, అన్ని రూపములందు అన్ని నామములయందు బ్రహ్మమే ఉన్నాడని భావింపవలెను.

3. నిత్యస్మరణము : నిత్యస్మరణకై ఏదియో ఒక మంత్రమును ఉపాసించుట యిచ్చట చెప్పలేదు. కనబడుచున్న దానియందు బ్రహ్మమును దర్శించుట తెలుపబడినది. ఎన్ని చూచినను, ఎన్ని చేసినను, ఏమి అనుభవించుచున్నను అంతయూ బ్రహ్మమే అను స్మరణ యుండవలెను.

4. నిత్యయుక్తత : తన లోపల, తన వెలుపల అంతయు బ్రహ్మమే నిండియుండగ, తానందిమిడి యున్నాడని, బ్రహ్మము లేక తాను లేడని, నిజమునకు బ్రహ్మమునకు, తనకు అవినాభావ మగు అనుబంధ మున్నదని తెలిసియుండవలెను.

పై తెలిపిన విధముగ బ్రహ్మముతో కూడియుండుట యోగము. పై నాలుగు విధములుగ బ్రహ్మముతో కూడియుండు ప్రయత్నము చేయువానికి సులభముగ యోగము సిద్ధించును. అక్షరము, పరము అయిన బ్రహ్మముతో కూడియుండి శాశ్వతుడై యుండును.

(14)

పరమపదము

మా ముపేత్య పునర్జన్మ దుఃఖాలయ మశాశ్వతమ్ ।
నాప్నువంతి మహాత్మాన స్సంసిద్ధిం పరమాం గతాః ॥ 15

తాత్పర్యము : 'నన్ను' పై విధముగ పొందిన మహాత్ములు పరమపదము చేరి శాశ్వత సిద్ధియందుందురు. వారు శాశ్వతము, దుఃఖము గల జన్మలను మరల పొందరు.

వివరణము : పరమపదము చేరిన వారికి పూర్ణజ్ఞానము, పూర్ణానందము సిద్ధించి యుండును. కనుక వారు మరల మరల పరిపూర్ణత కొరకై దేహములు ధరించ పనియుండదు. ఇతరులు అపరిపూర్ణులగుట వలన పరిపూర్ణతకై జన్మలెత్తుదురు. వారు జన్మ లెత్తుటకు కారణమున్నది. పరమపదము చేరినవారు సర్వ విధముల పూర్ణత్వము చెందుటవలన పునర్జన్మలకు కారణ ముండదు. దుఃఖము లనుభవించుటకు కారణ మసలే యుండదు.

అక్షరము, పరము, బ్రహ్మము అయిన స్థితిని పొందినవారిని బ్రహ్మర్షులని పిలుతురు. వారు లోకములందు జనించుటకు

వ్యక్తిగతముగ కారణము లేకున్నను దివ్య సంకల్పము ననుసరించి దేహములను ధరింతురు. అట్లు ధరించినను వారి నిజస్థితి మరువరు. బ్రహ్మమునందే ప్రజ్ఞ స్థిరపడి యుండును గనుక, దేహధారణము వలన శాశ్వతత్త్వము కోల్పోవుట, దుఃఖములు చెందుట యుండదు.

బ్రహ్మర్షులగు వశిష్ఠుడు, అగస్త్యుడు, గౌతముడు వంటి వారు దివ్య కారణములకై దేహములందున్నారు. ప్రజాపతులు కూడ బ్రహ్మము నెరిగినవారే అయ్యున్నను, దేహములు ధరించి సృష్టికార్యమున సహకరించుచున్నారు. మనువులు కూడ అట్టివారే.

దుఃఖముల నిలయమగు జన్మలుకాక, దివ్య సంకల్పమున జన్మలెత్తుట యొకటి సృష్టిలో గలదు. అట్టివా రన్ని గోళముల యందు ఉన్నారు. భూమిపై కూడ గలరు. ఈ భూమిపై పరబ్రహ్మ పదమును పొందిన సిద్ధులు ఇరువది నాలుగు (24) మంది భౌగోళికముగ వ్యాప్తిచెంది మానవజాతి నుద్ధరించుటకై కృషి సలుపు చున్నారని ఆర్యోక్తి. అట్టివా రెప్పుడును సహజ సమాధి యందే యుందురు. బ్రహ్మానుభూతియందే యుందురు. వారిని దుఃఖము లంటవు. శరీరములు మార్చుకొనుచున్నను, వారి నిజస్థితికి అవస్థితి యుండదు. అట్టివారు దేహములందున్నను ముక్తులే.

(15)

సత్యము - ధర్మము

ఆబ్రహ్మభువనా ల్లోకాః పునరావర్తినోఽర్జున ।
మా ముపేత్య తు కౌంతేయ పునర్జన్మ న విద్యతే ॥ 16

తాత్పర్యము : చతుర్ముఖ బ్రహ్మ సృష్టియందలి అన్ని లోకములందు మరల మరల జన్మలెత్తు లక్షణమున్నది. నన్ను చేరిన వారికి మరల జన్మయే లేదు.

వివరణము : నారాయణుని నాభి కమలము నుండి బ్రహ్మదేవుడు ఉద్భవించెను. సప్తలోక సృష్టి బ్రహ్మదేవుని ద్వారానే ఏర్పడినది. ఏడు లోకములందు జీవులున్నారు. వారు మరల మరల ఆ లోకములలోనే జన్మించుటగాని, ఉత్తమము అధమము అగు లోకములలో మరల జన్మించుట గాని జరుగుచుండును. స్థూలముగ ఏడు లోకము లిట్లున్నవి.

1. భూలోకము, 2. భువర్లోకము, 3. సువర్లోకము, 4. మహర్లోకము, 5. జనోలోకము, 6. తపోలోకము, 7. సత్యలోకము.

చతుర్ముఖ బ్రహ్మ సత్యలోకవాసియై యున్నాడు. ఆ లోకమున సత్యవంతు లుందురు. సత్యమును ధర్మమును నిరంతరము పాటించుచుండుట వలన, ఆ లోకమున వసించు స్థితి ఏర్పడినది. సత్యముగాని, ధర్మముగాని వారియందు లోపించినచో, వారు క్రింది లోకములలో జన్మ లెత్తవలసి యుండును. ఉదాహరణకు మహాభారతమందలి శంతన మహారాజు సత్యలోకవాసియే. గంగాదేవియందు మోహము కలుగుట వలన ధర్మాతిక్రమణము కలిగి భూలోకమందు జన్మించవలసి వచ్చెను.

అట్లే ఊర్ధ్వము నుండి రెండవలోకము తపోలోకము. ఇందు తపస్సే జీవితముగ వర్తించు ఋషులుందురు. వారు తపః ఫలముగ సత్యలోకమును చేరవచ్చును లేదా ధర్మము తప్పుట వలన దిగువలోకము లోనికి దిగజారవచ్చును.

భూలోకము నుండి ఊర్ధ్వమగు సత్యలోకము వరకు, అధో ముఖముగ సత్యలోకము నుండి భూలోకమునకు సత్య ధర్మముల ననుసరించి జీవులు పల్లటీలు పొందుచు నుందురు. ఇట్లు బ్రహ్మసృష్టి యందలి అన్నిలోకముల యందు పునరావృత్తి, పునర్జన్మలు యున్నవి. పైకెగబ్రాకుట, క్రిందికి దిగివచ్చుట జీవుల వర్తనమందలి పాప పుణ్యములపై ఆధారపడి యున్నది. కనుకనే ఉత్తమ జన్మ, ఉత్తమ సుఖము పొందువారు చేసిన పుణ్యమును

బట్టి అట్టి జన్మలు పొందినను, అజ్ఞానవశమున మదముతో పాపము లాచరించి మరుజన్మలో కష్టనష్టముల పాలగుచుందురు. గ్రుడ్డి, మూగ, చెముడు, అవిటితనము, అంగవైకల్యము, నిరంతర దుఃఖము పూర్వజన్మ యందు చేసిన కృత్యములుగనే శాస్త్రములు తెలుపుచున్నవి.

భగవంతుని సృష్టియందు సత్యము, ధర్మము నాణెమునకు ఇరుముఖముల వంటివి. వీనిని పాటించుచు ఉత్తమ లోకములు చేరవచ్చును. వీనిని విస్మరించినపుడు అధోలోకములు చేరుట యుండును. ఈ ఏడు లోకములందు పునర్జన్మ ప్రాప్తి యున్నది. పుణ్యములను నిర్వర్తించి పుణ్యలోకములు చేరుట, పాపములను నిర్వర్తించి పాపలోకములు చేరుట కర్మ ఆధారముగ జరుగును. జన్మకు కర్మ కారణము. పుణ్యకర్మ మిగిలియున్నచో పుణ్య జన్మము, పాపకర్మ నిర్వర్తించినచో పాపజన్మము. ఇట్లు పుణ్యము వలనను జన్మలు కలుగుచుండును. పాపముల వలనను జన్మలు కలుగుచుండును. కనుక బ్రహ్మదేవుని సృష్టిలో జన్మకర్మలు తప్పని సరియై యుండును.

ఇందుండి బయల్పడుటకు ఉపాయమును భగవానుడు బోధించుచున్నాడు. అది ఈ క్రింది విధముగ నున్నది.

ఫలాసక్తిలేని కర్తవ్యము నాచరించినపుడు సంచితమైన కర్మ యంతయు క్రమముగ నశించును. కనుక జన్మకు కారణము

నశించును. అట్టి కర్తవ్యమందు నిమగ్నుడై ఈ అధ్యాయమున ముందు శ్లోకములలో తెలిపిన విధముగ నాదము నాశ్రయించి పరమును చేరినచో, అట్టివానికి పునర్జన్మ యుండదు. కర్మ రహితమగుటచే, జన్మలు రహితమగును. బ్రహ్మోపాసన మార్గము అవలంబించుటచే బ్రహ్మదేవునికి పరమైన పదమును చేరును. అదియే పరమపదము. అది శాశ్వతమైనది. సృష్టికతీతమైన స్థితి. అది ఆధారముగనే సృష్టి ఏర్పడుచుండును. భగవంతుడు తెలిపిన ఉపాయము వలన జీవుడు సృష్టిచక్రము నుండి విడుదలై, దానిని దర్శించు స్థితియందుండును. దైవ సంకల్పముగ మరల సృష్టి లోనికి దిగివచ్చినను, చక్రగతి వారిని అంటదు. అట్టివారే బ్రహ్మర్షులు. వారు ముక్తులు.

(16)

బ్రహ్మసృష్టి

సహస్రయుగపర్యంత మహ ర్యద్బ్రహ్మణో విదుః ।
రాత్రిం యుగసహస్రాంతాం తేఽహోరాత్రవిదో జనాః ॥ 17

తాత్పర్యము : బ్రహ్మసృష్టి వేయి యుగములు పగళ్ళు, వేయి యుగములు రాత్రులుగ నెరుగుము.

వివరణము : ఒక సృష్టికర్తయొక్క ఆయుః పరిమాణము వంద సంవత్సరములని, అనగా 36,500 రోజులు. అందు ఒక రోజు యందు ఒక పగలు, ఒక రాత్రి యున్నవి. పగలెంత కాల ముండునో, రాత్రియు అంతే కాల ముండును. ఒక పగలు పరిమాణము ఈ క్రింది విధముగ నున్నది.

14 మన్వంతరములు ఒక పగలు.

ఒక మన్వంతరమున 72 మహాయుగము లుండును.

ఒక మహాయుగమున 43,20,000 సంవత్సరము లుండును.

ఒక మహాయుగ మనగా

కలి యుగము	: 4,32,000 సంవత్సరములు
ద్వాపర యుగము	: 8,64,000 సంవత్సరములు
త్రేతా యుగము	: 12,96,000 సంవత్సరములు
కృత యుగము	: 17,28,000 సంవత్సరములు
	43,20,000 సంవత్సరములు

బ్రహ్మదేవుని పగలెంత కాలపరిమాణము కలిగియున్నదో, రాత్రికూడ అంతే కాలపరిమాణము కలిగియుండును. ఒక పగలే వేయి యుగములు. అట్లే రాత్రి కూడ వేయి యుగములు. ఒక మన్వంతరమున 72 మహాయుగము లుండును. ఒక మహా యుగమున పది యుగము లుండును. అనగా ఒక మన్వంతర మున 720 యుగము లుండును. అట్టివి 14 యుగము లనగా 980 యుగములు. సంధి కాలముతో కలిపి వేయి యుగముల కాలపరిమాణమని పెద్దలు చెప్పుచుందురు. అట్లే వేయి యుగములు బ్రహ్మరాత్రి యుండును. అనగా ఒక దినమునందు (పగలు+రాత్రి) 2,000 యుగము లగును.

ఒక బ్రహ్మ సంవత్సరమున 360 రోజులు కలవనియు, కనుక 720 వేల యుగములు యుండునని తెలుపుదురు. అట్టి బ్రహ్మ సంవత్సరములు ఒక వంద సంవత్సరములుగ తెలుపుదురు.

పై తెలిపిన లెక్కలన్నియు రహస్యార్థముతో కూడినవి. అందు చూపబడిన సున్నలలో రహస్య మిమిడి యున్నదని, బ్రహ్మర్షులు

మాత్రమే కాలమానము, యుగములు స్పష్టముగ తెలిసి యుందురని, ఇతరులకది అగమ్యగోచరమని కూడ పెద్దలు తెలిపినారు. కాలము యొక్క పరిమాణము బ్రహ్మవిదులకే తెలుయునని తెలియవలెను. కాలమానము విషయమున విభిన్నమగు వ్యాఖ్యానములు కలవు. ఒక కలియుగ పరిమాణము గూర్చియే అనేక విధమగు పండితాభిప్రాయము లుండగ, సృష్టికొలత మరింత అగోచరమై యుండును. మకర సంక్రాంతి, ఉత్తరాయణ పుణ్యకాలము, అట్లే కటక సంక్రమణము, దక్షిణాయన పుణ్య కాలము గూర్చి కూడ భిన్నాభిప్రాయము లున్నవి.

భగవద్గీతయందు ఈ శ్లోకమున సహస్రయుగ పర్యంతము ఒక పగలు, సహస్రయుగ పర్యంతము ఒక రాత్రిగ బ్రహ్మదేవుని ఒక రోజుండునని పెద్దలు చెప్పుచున్నారని చెప్పబడినది. ఇంకయు వివరములు తెలియుట కుత్సహించువారు సాయన, నిరయన పంచాంగములను పరిశీలించుకొనుట చేయవచ్చును.

కలియుగ మారంభము ప్రథమ పాదమున నున్నదని పెద్దలు భావింపగ, కలియుగ మంతమగుచున్నదని మరికొందరు భావించు చున్నారు. కొందరు కలియుగ మైపోయినదని కూడ వాదించుచు నుందురు. ప్రస్తుతకాలమున ఇదియొక చర్చనీయాంశమై, పండితులను కాలము మ్రింగుచు నున్నది.

17

వ్యక్తా వ్యక్తములు

అవ్యక్తా ద్వ్యక్తయః సర్వాః ప్రభవంత్యహరాగమే ।
రాత్ర్యాగమే ప్రలీయంతే తత్రైవావ్యక్త సంజ్ఞకే ॥ 18

తాత్పర్యము : అహస్సు ఆగమము నందు అవ్యక్తము నుండి సమస్తము క్రమముగ వ్యక్తమగునని, అట్లే సాయం సంధ్యా గమనము నుండి ప్రారంభమగు రాత్రికాలమున అంతయు అవ్యక్తములోనికి పోవుననియు ఈ శ్లోకము తెలియపరుచు చున్నది.

వివరణము : ఉషః కాలమునుండి క్రమముగ వెలుగేర్పడు చుండగ సమస్త జీవులు ఎట్లు మేల్కాంచునో అట్లే సృష్టి ఉషస్సు నందు క్రమముగ సృష్టి, సృష్టిజీవులు ఏర్పడుచు, సృష్టి నిర్మాణ మగుననియు, మరల సాయంకాలమునుండి సృష్టి తిరోధానము చెందుచు అవ్యక్తము లోనికి చనుననియు తెలుపబడినది.

మనము కూడ నిద్ర నుండి మేల్కాంచినపుడు క్రమముగ ప్రపంచమున ప్రవేశించుచు, రాత్రియగుసరికి నిద్రలోనికి తిరో గమనము చెందుచు నుందుము. పగటియందు వ్యక్తమై

యున్నను, రాత్రియందు అవ్యక్తములోనికి జారిపోవుచుందుము. మెలకువ వచ్చినది మొదలు క్రమముగ మనయందలి ఎరుక వ్యాప్తి చెందుచు మిట్టమధ్యాహ్నమునకు తారాస్థాయిని చేరును. సాయంత్రము వరకు వ్యక్తముననే వర్తించుచు రాత్రి సమయమున తిరోగమించి నిద్రలోనికి కొనిపోబడును. మన పగలు, మన రాత్రి ఎట్లో బ్రహ్మదేవుని పగలు, రాత్రి అట్లే. కాని పరిమాణము విషయమున దోమకు, ఏనుగుకు గల తేడా యున్నది. పరిమాణమున భేదమున్నను సూత్ర మొక్కటియే. రాత్రియందు నిద్రాస్థితిలో మనమందరము అవ్యక్తముగనే యున్నాము. మనమెట్లుంటిమో మనకు తెలియదు. మెలకువ వచ్చినది మొదలు మనమున్నామని తెలియుట, మనకు అనేకానేక ఊహలు జనించుట, ఉక్కిరి బిక్కిరిగ కార్యక్రమములు నిర్వర్తించుకొనుట చేయుదుము. మరల రాత్రియందు నిదుర ఆవేశించి, అవ్యక్తములోనికి గొని పోబడినపుడు మనమున్నామని గూడ తెలియదు. ఇట్లు వ్యక్తము, అవ్యక్తము జీవులను అనంతముగ నడిపించుచు నుండును. ఎరుక పొందుటవలన వ్యక్తము, ఎరుక పోవుటవలన అవ్యక్తము, ఎరుకలో నున్నపుడు జ్ఞానము, ఎరుక కోల్పోవునపుడు అజ్ఞానము- ఇట్లు బ్రహ్మసృష్టియందు సమస్తము వ్యక్తావ్యక్తముల నడుమ తిరుగాడుచుండును. ఇట్లనంతముగ సాగును. బ్రహ్మసృష్టి కూడ వ్యక్తములోనికి వచ్చుట, అవ్యక్తములోనికి పోవుట, మరల మరియొక బ్రహ్మ వచ్చుట, అతడి సృష్టికాలము ముగియగనే

అతడు, అతడి సృష్టి అవ్యక్తములోనికి చనుట- అనంత కాలమున జరుగుచున్నదని ఋషిదర్శనము. ఇప్పటి కెందరు బ్రహ్మలు వచ్చి వెళ్లిరో ఎవ్వరికిని తెలియదు. "వెనుకటి బ్రహ్మలు వేవేల సంఖ్యలు, వారెవ్వరో కూడ ఎవ్వరికిని తెలియదు. ఇంకెంతమంది వత్తురో కూడ ఎవ్వరికిని తెలియదు." సృష్టితోపాటు సృష్టికర్తకూడ అవ్యక్తమున లీనమై పోవును. నిద్రయందు మన మెట్లుండమో, అట్లే ప్రళయమందు సృష్టికర్త కూడ లీనమైపోవును. కనుకనే భగవానుడు పూర్వము తెలుపబడిన శ్లోకములలో బ్రహ్మసృష్టి యంతయు చక్రాకృతిన తిరుగుతూ జన్మకర్మలతో నిండియుండు నని, పునర్జన్మము కర్మము ఉండితీరునని తెలిపెను. సత్యలోకము నుండి భూలోకము వరకు గల అన్ని లోకముల యందలి జీవులు, ఇట్లు అవశ్యులై తిరుగుచుందురని, ఎవ్వరికిని నివృత్తి లేదని తెలుపుచున్నాడు.

(18)

నిద్ర - మెలకువ

భూతగ్రామ స్స ఏవాయం భూత్వా భూత్వా ప్రలీయతే ।
రాత్ర్యాగమేஉవశః పార్థ ప్రభవ త్యహరాగమే ॥ 19

తాత్పర్యము : ప్రాణి సమూహము లన్నియు కూడ పరాధీనమై పగటి యందు మేల్కొని, వర్తించి మరల పరాధీనమై రాత్రియందు నిదురలోనికి చనుచున్నవి. బ్రహ్మపగలు యందు కూడ ప్రాణి సమూహము అట్లే అవశులై పుట్టుచు చచ్చుచు, మరల పుట్టుచు జీవించి బ్రహ్మరాత్రి యందు లయమందు చున్నది.

వివరణము : బ్రహ్మపగలు, బ్రహ్మరాత్రి సుదీర్ఘ కాల పరిమాణము. అందు బ్రహ్మపగలు యందు జీవులు లక్షలాది జన్మలెత్తుచు నుందురు. అందు మానవులు కలియుగమున వంద సంవత్సరముల ఆయుఃపరిమాణము గలవారు. వారు పుట్టి, పెరిగి, జీవించి, మరల చనిపోవుచు యుందురు. ఈ మానవ జన్మ పరిమాణము వంద సంవత్సరములు. జన్మించి మరణించు

లోపల అనేకమార్లు నిద్రలోనికి చనుట, మరల మెలకువలోనికి వచ్చుట జరుగుచుండును.

ప్రతి మెలకువ మరియొక నిద్రవరకే. ప్రతి జననము రాబోవు మరణము వరకే. ప్రతి బ్రహ్మపగలు, బ్రహ్మరాత్రి వరకే. అట్లే ప్రతి సృష్టి మరల లయము వరకు. లయము చెందిన సృష్టి మరల పుట్టును. బ్రహ్మరాత్రికి మరల పగలేర్పడును. ప్రతి మరణించిన జీవికి మరల పుట్టుక ఏర్పడును. నిద్రించిన ప్రతి జీవి మరల మేల్కాంచును. కాల పరిమాణము చిన్నదియైనను పెద్దదియైనను, మేల్కాంచుట నిద్రించుట గోచరించుచునే యున్నది. మేల్కాంచుట యనగా అవ్యక్తము నుండి వ్యక్తము లోనికి వచ్చుట. నిద్రించుట యనగా వ్యక్తము నుండి అవ్యక్తము లోనికి చనుట. వ్యక్తము నందు జ్ఞానము కలుగుట, అవ్యక్తమున జ్ఞానము కోల్పోవుట, మరల వ్యక్తమున జ్ఞానము కలుగుట జీవులకు ఒక దినమునందు, ఒక జనన మరణమందు, ఒక బ్రహ్మ పగలు రాత్రియందు, ఒక సృష్టి ఆరంభ అంతము లందు అనంతముగ జరుగుచున్నది.

జీవులు మేల్కొనక ముందు తామున్నామని తెలిసి యుండరు. మేల్కొనినంతనే తెలియును. ఆ తెలివి నిద్రవరకే. నిద్రయందు తెలివి అవ్యక్తము లోనికి చనును. మరల మెలకువ కలిగినంతనే ఏర్పడును. నిద్రించుటయు, మేల్కాంచుటయు

జీవులకు అవశమై యున్నది. నిద్ర వచ్చుటయేగాని, నిద్రను తెప్పించుకొనలేము. మెలకువ వచ్చుటయేగాని, మెలకువను తెప్పించుకొనలేము. ఇది అవశస్థితి. అట్లే జన్మించుట, మరణించుట కూడ. అట్లే సృష్టి, ప్రళయము కూడ. ఈ చక్రము నుండి జీవులు బయల్పడుట ప్రయత్నపూర్వకముగ చేయవలెను. ఆ ఉపాయము తరువాత శ్లోకమున పరమాత్మ తెలియజేయు చున్నాడు.

సృష్టి లయములకు, జనన మరణములకు, మెలకువ నిద్ర లకు అతీతమైన, అక్షరమైన పరతత్త్వమును గుర్తించి, దానితో ముడిపడుటయే మార్గమని తెలియచేయును. సృష్టిచక్రము, జనన మరణ చక్రము, అహోరాత్ర చక్రము, జీవులను శుక్ల కృష్ణ గతులలో అనంతము త్రిప్పుచునే యుండును. ఈ చక్రగతి దాటుటకు చక్రమును త్రిప్పుచున్న తత్త్వముతో ముడిపడవలెను. చక్రము నందుండుట ఒక ఎత్తు, చక్రమును త్రిప్పు తత్త్వముతో యుండుట మరియొక ఎత్తు. పరబ్రహ్మయోగమున ఇది సాధ్యపడునని భగవానుని ఉపదేశము.

(19)

సనాతనము

పరస్తస్మాత్తు భావోఽన్యోఽవ్యక్తోఽవ్యక్తాత్సనాతనః ।
యస్ససర్వేషు భూతేషు నశ్యత్సు న వినశ్యతి ॥ 20

తాత్పర్యము : పరమగు సత్యము అవ్యక్తమగు ప్రకృతి కన్నను అన్యమై యున్నది. అది సనాతనము. అది వ్యక్తము కానిది. సమస్త ప్రాణికోట్లు నశించినను, నశింపక యుండునది.

వివరణము : పరమే సత్యము. అది సృష్టి యున్నను, లేకుండినను యుండును. దానియందే సమస్తము ఇమిడి యుండును. సృష్టి లయించునది పరమగు సత్యములోనికే. మూలప్రకృతి సహితము సత్యములోనికే ఇమిడిపోవును. లయమున సత్య మొక్కటియే యుండును. కాలమునకు ప్రకృతికి కూడ పుట్టుక స్థానమైనది సత్యము. అదే పరము. దానిని దర్శించు టకు ఇంకొక వస్తు వుండదు. కనుక దానిని గూర్చి వివరించుట అసాధ్యము. విశ్లేషించుట అవివేకము. చేతస్వరూపమగు ప్రకృతి కూడ అందిమిడిపోయి యుండుటచే ఉండుటయే యుండును

గాని ఎరుక కూడ యుండదు. అందుండి ఎరుక ఏర్పడినపుడు కాలము, ప్రకృతి వ్యక్తమగును.

అట్టి సత్యము నందిమిడిపోవుటయేగాని, దానిని తెలియుట యుండదు. అది సనాతనము. అందుండియే ప్రకృతి, కాలము వ్యక్తమగును. అట్టి ప్రకృతినుండి సర్వప్రాణికోట్లు పుట్టుట, పెరుగుట, మరల ప్రకృతిలో లయమగుట కాలానుసారము సాగుచుండును. కాలానుసారమే ప్రకృతి కూడ సత్యమందు లయ మగుట జరుగును. అపుడు శేషించునది కాల మొక్కటియే. మరల సృష్టి ప్రారంభము వరకు కాలము శయ్యగ, సత్యము వశించి యుండును. కాలము గూడ సత్యమందు లయమై, మరల వ్యక్త మగుచుండును. కనుక అవ్యక్తమగు ప్రకృతికి కూడ అవ్యక్తమై యుండునది సత్యము గనుక, సనాతన మందురు. ఈ సనాతన సత్యమాధారముగనే నవావరణ సృష్టి ఏర్పడును. వృద్ధి చెందును. మరల సత్యములోనికి తిరోధానము చెందును.

అట్టి సత్యమునకు నాశము లేదు. అందుండి వ్యక్తమైన ప్రకృతికి, భూతములకు ఉండుట లేకుండుట యుండును. అట్టి సత్యమును తెలియుట, సమీపమునకు చేరుట, అటుపైన సారూప్యము చెందుట సంభవము.

అట్టి పరమాత్మ సమస్తమునకు అన్యమని ఈ శ్లోకము ఉద్బోధించు చున్నది.

⑳

పరంధామము

అవ్యక్తో౽క్షర ఇత్యుక్త స్తమాహుః పరమాం గతిమ్ ।
యం ప్రాప్య న నివర్తంతే తద్ధామ పరమం మమ ॥ 21

తాత్పర్యము : ఏ సత్యము అగోచరమో, నాశరహితమో, సర్వోత్తమమో, దేనిని పొందినచో మరల సృష్టి సర్గమున జనింప నావశ్యకత లేదో, ఆ పరమగు సత్యమే నా నివాసస్థానము. అట్టి సనాతనమగు సత్యము నీ యందు ఉపస్థితమై యుండునని తెలియుము.

వివరణము : ఈ సమస్త సృష్టికి ఆధారమగు సత్యమే తన శాశ్వత నివాసస్థానమని, అట్టి సత్యమే రూపు గట్టుకొని అర్జునుని ముందు నిలబడి యున్నదని, పరము, అక్షరము, బ్రహ్మము అగు తానే తన ప్రకృతిని కూడి ఉన్ముఖుడై నిలచి బోధించు చున్నాడని పరమాత్మ తన్ను తా నావిష్కరించుకొనినాడు. కనుకనే ఈ బోధన భగవద్బోధన. గీతాకృతి దాల్చిన ఈ బోధన ముమ్మాటికిని భగవద్గీతయే. ఇతర గీతలన్నియు పరమును గూర్చి

బోధించినవే అయినను, బ్రహ్మమును గూర్చి బోధించినవే అయినను, సాక్షాత్తు పరబ్రహ్మము బోధించిన సమయ మిది యొక్కటియే. కనుకనే శ్రీకృష్ణుని శ్రీకృష్ణపరమాత్మ అని పిలుచుట సమంజసము.

అట్టి శ్రీకృష్ణుడు అవ్యక్తమునకు కూడ అవ్యక్తుడు. అత డక్షరుడు. సర్వోత్తముడు. అతని నివాసమే సత్యము. అతడే సనాతనుడు. అట్టి తన నివాసమును చేరుమని అత్యంత వాత్సల్య ముతో, తన కిష్టుడగు అర్జునుని హెచ్చరించుచున్నాడు. తన వాసమగు సత్యమును చేరినచో మాయా ప్రభావమునకు లోబడుట యుండదని తెలుపుచున్నాడు. సర్వజీవులవలె అవరోహణ, ఆరోహణ క్రమములు పొందక యుండుటకు తన నివాసము చేరుమని బోధించు చున్నాడు. పరంధామమును చేరిన జీవికి ఇక జనన మరణము లుండవు. మాయ స్పృశింపదు. దివ్య సంకల్పమున సృష్టియందు ప్రవేశించినప్పటికి, ఎట్టి వికారములేక, మాయకు లోబడక దివ్య కార్యములు నిర్వర్తించి, మరల తన నివాసమే చేరును. సనక సనందనాదులు, నారదుడు, సప్త ఋషులు, ప్రజాపతులు, మనువులు అట్లు శాశ్వత పదము నందుండి భగవత్ శాసనముగ సృష్టియందు తమ కర్తవ్యములను నిర్వర్తించుచు నున్నారు.

21

'ఓం సత్యం పరం ధీమహి'

పురుషః స పరః పార్థ భక్త్యా లభ్య స్త్వనన్యయా ।
యస్యాన్తః స్థాని భూతాని యేన సర్వ మిదం తతమ్ ॥ 22

తాత్పర్యము : పరము, సత్యము అగు తత్త్వమే విరాట్ పురుషునిగ, పరమ పురుషునిగ ఈ సమస్త జగత్తును వ్యాపించి యున్నది. అతనిని నిత్యము దర్శించు యత్నము సిద్ధించిననాడు అతనిని పొందవచ్చును.

వివరణము : ఈ కనిపించుచున్న సమస్త సృష్టి, సర్వ ప్రాణి కోట్లగను ఉన్నది పరమగు ఒకటే సత్యము. అదియే ఇదిగ ఏర్పడినది. దానికన్న వేరుగ ఏమియు లేదు. వేరుగ చూచుట మాని దానినే చూచుట నేర్వవలెను. అన్ని కాలము లందును అదియే నిండి యున్నది. అన్ని దేశములయందు అదియే వ్యాప్తి చెంది యున్నది. అన్ని ప్రాణికోట్లుగను అదియే యున్నది. వేరొకటి లేదు. వేరొకటి చూచుట అజ్ఞానము. దానినే దర్శించుట జ్ఞానము. అది రూపాంతరములు చెంది సృష్టిగ నేర్పడినను, వేరు వేరు గుణములు ప్రదర్శించు చున్నను మూలముగ అది లేనిచో

గుణములు లేవు, రూపములు లేవు, నామములు అసలే లేవు. బంగారము లేక స్వర్ణాభరణము లుండునా! ఆభరణములుగ రూపాంతరము చెందినను, ఉన్నది బంగారమే. మంచుగడ్డ యందు, ఆవిరియందు ఉన్నది నీరే. మార్పు చెందుచున్న దాని యందు మారనిదిగ యున్నది సత్యము. అలయందు సముద్రమే సత్యము. అలకు సముద్రము లేక అస్థిత్వము లేదు కదా! సముద్రమే అలగ కూడ యున్నది. అల మార్పునకు గురియగును. సముద్రము సముద్రముగనే యుండును. అలయందు కూడ సముద్రముగనే యుండును. ఆభరణము లందు బంగారము బంగారముగనే యుండును. మార్పు ఆభరణములకే గాని బంగారమునకు కాదు. రూపములకు, గుణములకు మార్పు లుండును గాని మూలమునకు మార్పు యుండదు. మూల మెప్పుడు మూలముగనే యుండును. చోటులో ఎన్ని కట్టడములు కట్టినను, కట్టడములలోని చోటు చోటుగనే యుండును. చోటుకు మార్పుండదు. ఈ భూమి ఉన్నను లేకున్నను కూడ చోటు యుండును. చోటులో ఎన్నేర్పడినను చోటు చోటుగనే యుండును.

ఈ మొత్తము సృష్టికి మూలము సత్యము. అదియే పరము. దానిని ధ్యానించుట అనగా, అన్నిటి యందు దానిని దర్శించు చుండుటయే. సమస్తమునకు మూలమైన దానిని దర్శించెదను. సమస్తమునకు పరమై నిలబడిన సత్యమును దర్శించెదను.

మూడు గుణములు, ఐదు భూతములుగ వ్యక్తమగు మూల ప్రకృతికి మూలమైన దానిని దర్శించెదను. ఇంతకు మించిన సర్వోత్తమ ధ్యానము లేదు. "*ఓం సత్యం పరం ధీమహి*"అనునది మూలమంత్రము. ప్రణవము ఆధారముగ పరమగు సత్యమును ధ్యానింతుము అనునది మత్స్య పురాణమున ఈయబడిన అష్టాక్షరీ మంత్రము. అనగా గాయత్రీ మంత్రము. దీనిని మనస్సున కనులు మూసుకొని స్మరించుటకన్న పరిసరములయందు చూచుట నిజమగు సాధన. సూటియగు సాధన. కనబడుచున్నది ఆవరణ లతో కూడిన సత్యమే అయి యున్నపుడు దానిని దర్శించుటమాని, కనులు మూసుకొని ఊహించుట మాయ.

పరమే పరమ పురుషుడగు చున్నాడు. అనగా ప్రకృతి నిర్మించు సృష్టియందు ప్రవేశించి వ్యాపించి యున్నది. ఈ సృష్టి యంతయు అతని పురమే. పుర మేర్పడుటకు మూలమైనవాడు పురమందు పరిపూర్ణముగ వ్యాపించి యుండును. పురము నతిక్రమించి కూడ యుండును. పురము పురుషుని పట్టలేదు. పురుషుడు పురమందు వ్యాపించియున్నను, అంతకుమించి ఎంతయున్నదో ఎవ్వరికిని తెలియదు. అట్టి తత్త్వము అనన్యముగ దర్శించుటయే నిజమగు భక్తియని అర్జునునకు కృష్ణుడు బోధించు చున్నాడు. ఇతర మార్గము లన్నియు ఈ మార్గమును పట్టించినచో వానికి సార్థకత యుండును. లేనిచో చిల్లర మార్గములై తికమక పెట్టుచుండును.

(22)

కాల స్వరూపము

యత్ర కాలే త్వనావృత్తి మావృత్తించైవ యోగినః ।
ప్రయాతా యాంతి తం కాలం వక్ష్యామి భరతర్షభ ॥ 23

తాత్పర్యము : భరత శ్రేష్ఠుడవగు ఓ అర్జునా! ఏ కాలము నందు దేహము త్యజించిన యోగులు మరల తిరిగిరారో, అట్లే ఏ కాలమునందు మరణించిన యోగులు మరల తిరిగి వత్తురో వివరించెదను- శ్రద్ధగ వినుము.

వివరణము : భగవానుడు అపునరావృత్తి, పునరావృత్తి మార్గములలో వాని లక్షణములను ఈ తరువాతి శ్లోకములలో వివరించుచున్నాడు. ఈ కాలస్వరూపము నెరుగుట జిజ్ఞాసువులకు అవసరమై యున్నది. ఏ ఏ సమయములందు ప్రజ్ఞ సహజముగ వికాసము చెందుచు ఊర్ధ్వగతి చెందునో, ఏ యే సమయముల యందు వికాసమున కవరోధము కలుగునో తెలుయుట వలన జిజ్ఞాసువులు యుక్తి యుక్తముగ సాధనను కొనసాగించుకొన వచ్చును.

(23)

అపునరావృత్తి మార్గము

అగ్ని ర్జ్యోతి రహ శ్శుక్ల ష్షణ్మాసా ఉత్తరాయణమ్ ।
తత్రప్రయాతా గచ్ఛంతి బ్రహ్మ బ్రహ్మవిదో జనాః ॥ 24

తాత్పర్యము : అగ్ని, జ్యోతి, పగలు, శుక్ల పక్షము, ఉత్తరాయణ పుణ్య కాలమునకు ఆరు నెలలు- ఈ కాలములందు దేహము త్యజించు బ్రహ్మవేత్తలు బ్రహ్మమును పొందుచున్నారు.

వివరణము : అగ్ని సాన్నిధ్యమున, జ్యోతిప్రకాశము సాన్నిధ్యమున, పగటియందు, శుక్లపక్షమునందు, అట్లే ఉత్తరాయణ కాలమునందు ప్రకాశ రూపమగు జ్ఞానము ఆవిష్కరింపబడి యుండును. వీని సమక్షమున ప్రజ్ఞకు ఊర్ధ్వగతి సహజము. బ్రహ్మవేత్తకు ఈ సమయము బ్రహ్మమును పొందుటకు అనుకూలముగ నుండును. గాలివాటున ప్రయాణమువలె అనాయాస సిద్ధి కలుగును.

కొందరు అహర్నిశలు అగ్నిసాన్నిధ్యముననే యుందురు. అట్టి వారిలో శిరిడిసాయి యొకరు. అగ్నిసాన్నిధ్యము అంతర్ముఖముగ కూడ యుండవచ్చును. బహిర్ముఖమై యుండి తీరవలెనను శాసన

మేమియు లేదు. నిరంతర స్మరణవలన అంతరంగమున నిప్పు కణికవలె జీవించుచు, నివురుగప్పిన నిప్పువలె బాహ్యమున జీవించు సిద్ధులెందరో అప్రకటితముగ ప్రపంచమున వసించి యున్నారు. ఉదాహరణకు మాస్టర్ ఎం.ఎన్. అట్టివారు.

అట్లే అంతర్జ్యోతి సాన్నిధ్యమున లేక బహిర్జ్యోతి సాన్నిధ్యమున దేహము విడుచుట అపునరావృత్తి మార్గమును బడయుటకు వీలగును. జ్యోతి సాన్నిధ్యము వలన ప్రకాశమావరించి యుండును. ప్రకాశమున్నచోట అజ్ఞాన మావరించు అవకాశ మున్నది. మాయా వరణమునకు ప్రకాశము విరుగుడు వంటిది. కనుక జ్యోతి సాన్నిధ్యమున దేహము విడుచుట బ్రహ్మవేత్తకు అనువగు కాలమై యున్నది.

పగలు ప్రకాశముండును. రాత్రి చీకటి యుండును. అందు వలన అహర్నిశలు జ్ఞాన, అజ్ఞానములకు ప్రతీకలు. వెలుగున్న సమయములో మరణించుట, చీకటి సమయములో మరణించుట కన్న ఉత్తమమని సూచించబడినది.

శుక్లపక్షమందు చంద్రునికాంతి పెరుగుచు నుండును. కనుక శుద్ధ పాడ్యమి నుండి పౌర్ణమి అంతము వరకు ఊర్ధ్వగతికి అనుకూలమగు కాలము. బ్రహ్మవేత్తలు ఇట్టి సమయమునే ఎంచుకొందురు.

మకర సంక్రమణము (డిసెంబరు 22) నుండి కర్కాటక సంక్రమణము వరకు గల ఆరు మాసములు సూర్యుని ఉత్తర

ముఖ ప్రయాణముగ తెలియనగును. మకరరేఖ నుండి భూమధ్య రేఖ మీదుగ కర్కాటకరేఖ వరకు ఉత్తరగతిని అనుసరించుచు సూర్యోదయము గోచరించును. ఈ ఆరు మాసములు ఉత్తరాయణ పుణ్యకాలముగ, ప్రజ్ఞకు వికాసము కలిగించు కాలముగ తెలియబడును. తిరిగిరాకుండు మార్గమున చనుటకై సంకల్పించు బ్రహ్మవేత్తలు ఈ కాలమున దేహము విడుతురని ప్రతీతి.

బ్రహ్మవేత్త లనగ బ్రహ్మము నెరిగినవారు. వారు బ్రహ్మమే అయి యున్నవారు. వారు నిత్యము బ్రహ్మజ్ఞానమునందు ఉండుటచే బ్రహ్మపదముననే యున్నారు. అట్టివారు భగవత్ సంకల్పము నెరిగి జీవింతురు. వారి మరణము కూడ స్వచ్ఛందమే. వారు తిరిగి దేహములోనికి వచ్చుట జనకళ్యాణము కొరకే. తిరిగి వచ్చుటయా, రాకుండుటయా అనునది దైవేచ్ఛగ నెరిగి, తదను గుణముగ దేహత్యాగ కార్యక్రమమును నిర్వర్తింతురు. ఎంతటి బ్రహ్మవేత్తయైనను, బ్రహ్మ సంకల్పమున మరల జన్మింప వచ్చును. జన్మింపకుండుట కూడ యుండును. ఉదాహరణకు కర్దమ ప్రజాపతి పూర్వకల్పముననే అపునరావృత్తి మార్గమున బ్రహ్మ మును చేరినను, ప్రస్తుత కల్పమున నారాయణ సంకల్పముగ ప్రజాపతిస్థానము నలంకరించి దివ్యపురుషులు దిగి వచ్చుటకై సహకరింతురు. బ్రహ్మమునందు తమ ప్రజ్ఞను స్థిరముగ నెలకొల్పుకొన్న బ్రహ్మవేత్తలు దేహము నందున్నను, లేకున్నను

కూడ బ్రహ్మమునందే వసించి యుందురు. అట్టి వారికి ఈ శ్లోకమున తెలిపిన సమయములు ఆనుకూల్యమునకే అని తెలియ వలెను. ఇతర జీవులకీ సమయములు ఉత్తర కాలమందు ఉత్తమ జన్మము నీయగలవు. అనగా జరిగిన జన్మకన్న కొంత మెరుగైన జన్మయని అర్థము.

(24)

పునరావృత్తి మార్గము

ధూమో రాత్రి స్తథా కృష్ణ షణ్మాసా దక్షిణాయనమ్ ।
తత్ర చాంద్రమసం జ్యోతి ర్యోగీ ప్రాప్య నివర్తతే ॥ 25

తాత్పర్యము : పొగ, రాత్రి, కృష్ణపక్షము, దక్షిణాయనము పునరావృత్తి మార్గములు సూచించు సంకేతములు. ఈ కాలములో మరణించిన యోగులు చంద్ర సంబంధము కలిగి మరలి వచ్చు చున్నారు.

వివరణము : జ్యోతి ఎంతటి స్పష్టతను తను దృష్టికి కలిగించునో, ధూమము (పొగ) అంత అస్పష్టత కలిగించును. అట్లే పగలు సూర్యకాంతి యందు దర్శనము అతి స్పష్టము. కాని రాత్రియందు దర్శనము కన్నులకు మిక్కిలి అస్పష్టము. అట్లే శుక్లపక్షము ప్రజ్ఞకు ఎట్లు క్రమబద్ధమగు వికాసము కలిగించునో కృష్ణపక్షము ఉన్న వికాసమును క్రమముగ తగ్గించు చుండును. ఉత్తరాయణము ఆరు నెలలు ప్రజ్ఞకు ఊర్ధ్వగతి ఎట్లు కలిగిం చునో దక్షిణాయనము ప్రజ్ఞకు అవరోహణ గతిని కలిగించును.

ఇరువది నాల్గవ (24) శ్లోకమున ఊర్ధ్వగతికి అనుగుణమగు సమయములు తెలుపబడినవి. ఈ శ్లోకమున ఊర్ధ్వగతి నుండి అవరోహణ క్రమమున భూమికి చేరువగు సమయములు తెలుపబడుచున్నవి. జీవులకు ఊర్ధ్వగతి వలన ఉత్తమ సంస్కారములు, ఉత్తమ జ్ఞానము, ఉత్తమ సంకల్పములు సంక్రమించును. బ్రహ్మవేత్తలకు బ్రహ్మము చేరుటకు కూడ ఈ సమయము లనుకూలమై యున్నవి.

ముందు శ్లోకమున బ్రహ్మవేత్తల ప్రయాణము గూర్చి భగవంతుడు వివరించినాడు. ఈ శ్లోకమున యోగులను గూర్చి ప్రస్తావించినాడు. బ్రహ్మోపాసనము గావించి, బ్రహ్మమును చేరుట ఆశయముగ బ్రహ్మవిదులు ప్రయత్నించుచు నుందురు. బ్రహ్మమును చేరి, బ్రహ్మమున స్థిర నివాస మేర్పరచుకొనుట వారి అభిమతము. వారు బ్రహ్మ సంకల్పముగ సృష్టిలోనికి దిగివత్తురు.

యోగులు అష్టాంగ యోగ విధానమున సమాధి స్థితిని చేరి సర్వ సమన్వయము చెంది, లోకహితమునకై లోకముల యందు చరించుట కుత్సహింతురు. దివ్య సంకల్పము ననుసరించి, లోకహిత మొనర్చుచు, చిరకాలము భూలోకము నందే యుందురు. ఇట్టి వారిని చిరంజీవు లందురు. వీరు సర్వము నెరిగియు లోకహితము కొరకై దిగివచ్చుచు నుందురు. అట్టి వారికి ఈ శ్లోకమున చెప్పబడిన సమయములు అనుకూలమని భగవానుడు తెలుపుచున్నాడు.

యోగులు అన్నిలోకము లందలి అంతర్యామి తత్త్వముతో ముడిపడి యుందురు గనుక, వారు ఊర్ధ్వము అధస్సు అను వ్యత్యాసములు దాటి అంతటా నిండియున్న అంతర్యామితో కూడి యుండి భగవత్ సంకల్పము నెరవేర్చుచు, సృష్టియందు శాశ్వతులై యుందురు. యోగులకు ఉన్నతము, నిమ్నము అను భావము లుండవు. వారు సమవర్తనులు, సమదర్శనులు. భగవానునికి ఇట్టివా రెక్కువ ప్రీతిపాత్రులు. *"యోగీభవ అర్జునా"* అని తనకు ప్రియుడగు అర్జునుని యోగిగ నుండుమని సంకేతించెను. బ్రహ్మజ్ఞానులు భగవంతునికి ప్రియులు. యోగులు భగవంతునికి వాహికలు. కనుక ఇరువురకును అనుకూలమగు ప్రయాణ సమయములు తెలుపబడినవి. ఇందొక దానికన్న మరియొకటి గొప్పదని భావించుట అవివేకము.

25

నిశ్వాస - ఉచ్ఛ్వాస

శుక్ల కృష్ణే గతీ హ్యేతే జగతః శాశ్వతే మతే ।
ఏకయా యా త్యనావృత్తి మన్యయాఽఽవర్తతే పునః ॥ 26

తాత్పర్యము : శుక్ల కృష్ణ మార్గములు రెండునూ జగత్తున శాశ్వతముగ నుండునని తెలుపబడు చున్నవి. వాని వలన జన్మరాహిత్యము, పునర్జన్మము అను రెండు విధానములు శాశ్వత ముగ తెరువబడి యున్నవి.

వివరణము : ఒక గృహము నందుగాని, గ్రామమునందు గాని, పట్టణము నందుగాని ప్రవేశించుటకు నిష్క్రమించుటకు మార్గము లుండవలెనుగదా! "లోపల, వెలుపల" మార్గములు లేని నిర్మాణము నిరుపయోగము. సృష్టియంతయు అద్భుతమగు నిర్మాణము. దేవతలు, ఋషులు దైవ సహకారమున ఈ సృష్టి నిర్మాణము గావించి, ఇందు ప్రాణికోట్లను ప్రవేశపెట్టుట జరిగినది. ప్రవేశించువారికి నిష్క్రమణ మార్గము కూడ తెలుపబడినది. కనుకనే సృష్టి పరిపూర్ణము.

ఒక క్రీడారంగమున ప్రవేశించుటయేగాని నిష్క్రమించుట లేనిచో, అది కారాగారమే యగును గాని క్రీడారంగము కానేరదు. గుహలో ప్రవేశించిన వానికి సహితము వెలుపలకు చను మార్గము తెలిసి యుండవలెను. లోపలకు, వెలుపలకు గల మార్గములు తెలియుట జ్ఞానము.

సృష్టి ఒక పద్మవ్యూహము వంటిది. అందు ప్రవేశించుటయే తెలిసి, నిష్క్రమించుట తెలియనపుడు నశించుట తథ్యమని అభిమన్యుని కథ అందించు చున్నది. భగవద్గీతయందు వెలుపలకు చను మార్గము చెప్పుటకే ఈ అక్షర పరబ్రహ్మ యోగము తెలుపుట జరిగినది. 12, 13 శ్లోకముల యందు దేహమునుండి వెలువడు విధానము జీవులకు బోధించుట జరిగినది. సృష్టి లోపలకు, వెలుపలకు చరించు నారదాది మునీంద్రులు జీవులందరికిని ఆదర్శము. యథేచ్ఛగ సృష్టియను క్రీడారంగమున ప్రవేశించుచు, దివ్య సంకల్పములు నిర్వర్తించుచు, అపుడపుడు సృష్టికి ఆవల ప్రకాశించుచుండు తత్త్వము దర్శించుచు జీవించువారు నారదాది మహర్షులు, సనక సనందనాది కుమారులు మొదలగువారు. నారాయణ లోకము నుండి అధోలోకము వరకు అవరోహణము, ఆరోహణము చేయు మార్గములు తెలిసినవారే నిజమగు మార్గదర్శకులు. వారు కాలమును బట్టి, కర్తవ్యమును బట్టి కృష్ణ శుక్ల గతులను

మన్నింతురు. భగవంతుని నిశ్వాసగ సృష్టిలోనికి దారి ఏర్పడగ, ఉచ్ఛ్వాసగ సృష్టినుండి భగవంతునికి దారు లేర్పడినవి. స్పందనాత్మకుడగు జీవునకు శ్వాస ఎట్లో, సృష్టియందు కూడ రాకపోకల మార్గమునకు వాని ఆవశ్యకతను తెలిసి వర్తించుట జ్ఞానము. ఒకదాని కన్న ఒకటి గొప్పదని భావించుట యోగ విరుద్ధము.

(26)

యోగయుక్తుడు

నైతే సృతీ పార్థ జాన న్యోగీ ముహ్యతి కశ్చన ।
తస్మాత్సర్వేషు కాలేషు యోగయుక్తో భవార్జున ॥ 27

తాత్పర్యము : జ్ఞానయోగి శుక్ల కృష్ణ మార్గముల యందు మోహపడడు. కనుక ఓ అర్జునా! నీవు యోగయుక్తుడవు కమ్ము.

వివరణము : యోగయుక్తు డనగా సర్వకాల సర్వావస్థల యందును దైవముతో కూడియున్న వాడని అర్థము. యోగమనగా కూడిక. పతి, పత్నియోగము, సంతానయోగము, ధనయోగము, అట్లే వియోగము అను పదములను వినుచుందుము. కూడి యుండుట యోగము లేక భక్తి. విడిపోవుట వియోగము లేక విభక్తి. జీవుడు దేవునితో కూడియుండుట దైవయోగము. అట్లు దైవముతో కూడియున్నవాడు ఎందున్నను ఒక్కటియే. అతడెచ్చట యున్నను, అచట దైవముతోనే యుండును గనుక, దైవమును చేరుట అను భ్రమ యుండదు. విడిపోయినవాడు చేరు ప్రయత్నము చేయవలెను. కూడియున్నవాడు అట్లుండుటయే గాని చేయుట

యుండదు. అట్టి వానినుండి దైవీగుణములగు ఇచ్ఛా జ్ఞాన క్రియలు ప్రకాశించుచునే యుండును. అట్టి వానినుండి దివ్య కార్యములు జరుగుచు నుండును. జరుగుచున్నది చూచుచు, దివ్య వైభవమున కానందించుటయేగాని, తాను చేయుచున్నాననే మెర మెర జ్ఞానికి యుండదు.

అట్టి జ్ఞానయోగికి ఇహమైనను, పరమైనను ఒకటే. ఏ జాతి యందు జన్మించినను ఒకటే. ఏ కులమందు జన్మించిననూ ఒకటే. ఏ లోకమందున్నను ఒకటే. అట్టి వానికి ఎక్కువ తక్కువలుగాని, జ్ఞానాజ్ఞానములు గాని భేదముండదు. తాను దైవమందుండుట వలన తననుండి నిర్వర్తింపబడవలసిన కార్యములు దైవ ప్రకృతే నిర్వర్తించును. కనుకనే జ్ఞానియగు భక్తునికి, యోగికి మోహ ముండు అవకాశమే లేదు. అతడు సర్వకాలము లందు, సర్వ దేశములందు దైవముతో కూడియుండుట వలన మాయ చేరనేరదు. కనుక మోహము కలుగదు.

27

నిత్య జీవన యోగము

వేదేషు యజ్ఞేషు తపస్సు చైవ
దానేషు యత్పుణ్యఫలం ప్రదిష్టమ్ ।
అత్యేతి తత్సర్వమిదం విదిత్వా
యోగీ పరం స్థాన ముపైతి చాద్యమ్ ॥ 28

తాత్పర్యము : యోగి పరమగు స్థానమును పొందియుండుటచే అతడు వేదములందును, యజ్ఞములందును దానములందును, తపస్సులందును ఏ పుణ్యఫలము చెప్పబడి యున్నదో, దాని నంతటిని అతిక్రమించి యున్నాడు.

వివరణము : అధ్యాయమందలి ఈ చివరి శ్లోకమున పరమాత్మయగు శ్రీకృష్ణుడు నిశ్చయమగు సందేశము నిచ్చినాడు. ఎవరైతే సర్వకాలములయందు, సర్వదేశములయందు అక్షరము, పరము, నాశరహితము, శాశ్వతము అగు బ్రహ్మముతో కూడి యుండునో అతడు సర్వశ్రేష్ఠుడని తెలిపినాడు. వేదాధ్యయనము, తదనుష్ఠానము, దాన ధర్మాది కర్మలు, సుదీర్ఘమగు తపస్సులు, నిర్విరామ యజ్ఞయాగాదులు ఏ పుణ్యఫలములను సంప్రాప్తింప

జేయునో వాటన్నిటి కన్న మిన్నయగు స్థానము యోగి పొందు చున్నాడు. కనుక దైవముతో అనన్య యోగమే పరమోపాయమని తెలియజేయు చున్నాడు. దేశము, కాలము, రూపము, నామము అను పరిమితులను అతిక్రమించి, దైవమునే చూచుట, వినుట, సేవించుట సూటియగు మార్గము. ఇది నిత్య జీవన యోగము. యోగము పేరిట, దైవము పేరిట ఇక ఏ కసరత్తులు చేయ నవసరము లేదు. ఇంతకన్న సూటియగు మార్గము మరియొకటి లేదు. ఇంతకన్న సులభమగు మార్గము కూడ వేరొకటి లేదు. అన్నిటి యందు దైవమునే చూచుట, దైవమునే వినుట, దైవము తోనే ప్రతిస్పందించుట ప్రయత్నించునపుడు నిరంతరముగ దైవచింతనే యుండును. అన్యచింతన యుండదు. అనన్యచింతన సిద్ధించును.

యజ్ఞము లాచరించునపుడు గాని, తపస్సులు చేయు చున్నపుడు గాని, వేదములు అధ్యయనము చేయుచు అనుష్ఠించుట యందు గాని, పూజాది కార్యక్రమములందుగాని, అభిషేకము హోమాది కార్యక్రమము లందుగాని, క్రతువుల యందుగాని, వ్రతము లందుగాని- అవి ఆచరించు చున్నపుడే దైవముతో కూడి యుండుట యుండును. ఇతర సమయములలో, అనగా నిత్య నైమిత్తిక కర్మలు నిర్వర్తించు చున్నపుడు దైవచింతన యుండదు. అట్లుకాక సర్వకాల సర్వావస్థల యందు చింతించు వాడు ఎప్పుడునూ దైవముతోనే కూడి యుండును. పై తెలిపిన

కార్యములు నిర్వర్తించుకొను వారు కొంత తడవు కూడి యుండుట, కొంత తడవు కూడక యుండుట యుండును. అట్లుకాక నిత్యజీవన యోగమున ఎప్పుడును కూడి యుండుటే యుండును. అనగా దంతధావనము సమయమున, స్నానాదిక సమయమున, పానీయములు త్రాగు సమయమున, అన్నము తిను సమయమున, భాషించు సమయమున, ప్రయాణ సమయ మున, పనుల సమయమున, విశ్రాంతి సమయమున- ఇట్లన్ని సమయములందు కూడియుండుట యుండును. జీవితము నిత్య పూజగ సాగును. నిత్యయోగమై సిద్ధించును. నిత్య నిరంతర సాన్నిధ్యముండును. ఇట్టి స్థానమును ఇతర ఉపాయములచే పొందలేరని పరమాత్మ తేల్చి చెప్పినాడు. ఈ సాధనకు వేదములు చదువలేకపోవుట, మంత్రము లుచ్చరింప లేకపోవుట, క్రతువులు నిర్వర్తింప లేకపోవుట, తపస్సులు వర్తించ లేకపోవుట అను అవరోధములు లేవు. మనసున్న ప్రతి మనిషి జాతి-మత-కుల సంబంధము లేక దీనిని నిర్వర్తించుకొన వచ్చును. విశ్వమందు ఇంతకన్న శ్రేయోమార్గము లేదు. ఇది సత్యము.

శ్రీమద్భగవద్గీత యందలి 8వ అధ్యాయము

'అక్షర పరబ్రహ్మ యోగ' వివరణము

సంపూర్ణము.

ధనిష్ఠ ప్రచురణలు

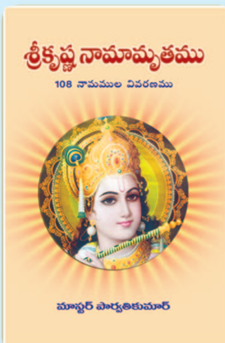
మాస్టర్ పార్వతీకుమార్‌గారి రచనలు

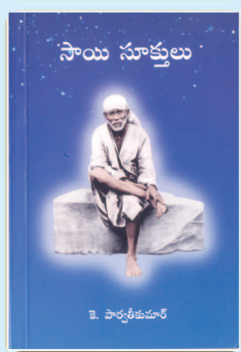
1.	అమనస్కుడు	30-00
2.	అన్వేషకుడు	100-00
3.	అసంగుడు	25-00
4.	అంబరీషుడు	80-00
5.	హెచ్.పి.బి. ఆత్మసాధనా సూత్రములు	50-00
6.	భారతీయ సంప్రదాయము	20-00
7.	గోవు-ప్రాముఖ్యత	20-00
8.	హిమాలయ గురుపరంపర	30-00
9.	దేవాపి మహర్షి బోధలు-1	60-00
10.	దేవాపి మహర్షి బోధలు-2	100-00
11.	మైత్రేయ మహర్షి బోధలు-1	60-00
12.	మైత్రేయ మహర్షి బోధలు-2	100-00
13.	మరువు మహర్షి బోధలు-1	60-00
14.	మరువు మహర్షి బోధలు-2	100-00
15.	ధనకాముని కథ	25-00
16.	గాయత్రీ మంత్ర అవగాహన	10-00
17.	జ్యోతిర్లింగ యాత్ర	20-00
18.	కథాదీపిక	40-00
19.	గీతోపనిషత్-జ్ఞాన యోగము	25-00
20.	గీతోపనిషత్-ధ్యాన యోగము	40-00
21.	గీతోపనిషత్-కర్మ యోగము	20-00
22.	గీతోపనిషత్-సాంఖ్య యోగము	25-00
23.	గీతోపనిషత్-కర్మసన్న్యాస యోగము	20-00
24.	గీతోపనిషత్-విజ్ఞాన యోగము	50-00

25.	మన మాస్టరుగారు	**60-00**
26.	మాస్టరు యోగము - సాధనా సూత్రములు	**80-00**
27.	మాస్టర్ సి.వి.వి. (జన్మదిన సందేశము)	**30-00**
28.	మాస్టర్ సి.వి.వి. నూతన యోగము	**20-00**
29.	మాస్టర్ సి.వి.వి. యోగము	**40-00**
30.	మాస్టర్ సి.వి.వి. యోగము (కర్మరాహిత్యము)	**20-00**
31.	ఓం	**100-00**
32.	ప్రాణాయామము	**20-00**
33.	సంఘనీతి	**120-00**
34.	షోడశోపచార పూజ - అవగాహన	**10-00**
35.	శ్రీదత్తాత్రేయ	**40-00**
36.	శ్రీమద్రామాయణ ధర్మకుసుమాలు	**100-00**
37.	శ్రీగురుపాదుకాస్తవము	**50-00**
38.	శ్రీ శాస్త్రిగారు	**40-00**
39.	శ్రీకృష్ణనామామృతం	**60-00**
40.	శ్రీలలిత (**10** భాగములు)	**750-00**
41.	వృత్రాసుర రహస్యము	------
42.	సాయి సూక్తులు	**80-00**
43.	ధర్మవిగ్రహుడు - శ్రీరాముడు	**35-00**
44.	రుక్మిణీ కళ్యాణము	**100-00**
45.	మరణరహస్యం-**1** (మార్కండేయుడు)	**80-00**
46.	మరణరహస్యం-**2** (సతీసావిత్రీదేవి)	**100-00**
47.	కుమార సంభవం	**70-00**
48.	భాగవతమూర్తి భీష్ముడు	**100-00**

ప్రతులకు : **ధనిష్ఠ పబ్లికేషన్స్**, 15-7-1, ఏంజిల్స్ ఎన్‌క్లేవ్, కృష్ణనగర్,
విశాఖపట్నం - 530 002. ఫోన్ : 0891-2701531, 2509154.
e-mail : www.dhanistha.org. info@dhanistha.org.

ధనిష్ఠ ప్రచురణలు





ప్రతులకు : ధనిష్ఠా ఫౌండేషన్, 15-7-1, ఏంజిల్స్ ఎన్‌క్లేవ్, కృష్ణనగర్, విశాఖపట్నం - 530 002.

Phone : 0891-2701531 www.dhanishta.org info@dhanishta.org

ఎవరైతే సర్వకాలములయందు, సర్వదేశముల యందు అక్షరము, పరము, నాశరహితము, శాశ్వతము అగు బ్రహ్మముతో కూడి యుండునో అతడు సర్వశ్రేష్ఠుడు. వేదాధ్యయనము, తదనుష్ఠానము, దాన ధర్మాది కర్మలు, సుదీర్ఘమగు తపస్సులు, నిర్విరామ యజ్ఞయాగాదులు ఏ పుణ్యఫలములను సంప్రాప్తింప జేయునో వాటన్నిటికన్న మిన్నయగు స్థానము యోగి పొందుచున్నాడు. కనుక దైవముతో అనన్య యోగమే పరమోపాయము. దేశము, కాలము, రూపము, నామము అను పరిమితులను అతిక్రమించి, దైవమునే చూచుట, వినుట, సేవించుట సూటియగు మార్గము. ఇది నిత్య జీవన యోగము.

ISBN 978-81-89467-83-8

ధనిష్ఠ