# పూజ్య లాలాజీ మహారాజ్

151 వ జయంత్యుత్సవ వేడుకల సందర్భంగా

## దాజీ

## ఇచ్చిన సందేశం

ఫిబ్రవరి 2024

# ఆనందంగా ఉండండి

"సంతోషంగా ఉండే అభ్యాసుల్లా, వెలుగుతూ ఉండండి. మీ హృదయాన్ని అభివ్యక్తం చేయడమే గాక, మీరు అనుసరిస్తున్న ఆధ్యాత్మిక పథం చాలా ఉదాత్తమైనదని, మీ భౌతిక జీవనం అంత తేలికగా లేకపోయినా ఈ మార్గాన్ని అనుసరించడం వల్ల ఎంతో ఆనందాన్ని కలిగిస్తుందని, తెలియజేయండి. ఈ మార్గం ఎక్కడికి దారితీస్తుందో బాగా అర్థమయితే, మీకు కష్టాలు కలిగినా కూడా ఎక్కువగా ప్రభావితం గాకుండగా మీరు జీవించగలగాలి."

——- లాలాజీ మహారాజ్ ఆదివారం, జూన్ 27, 1999 – ఉదయం 10:00 గంటలు

"ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతి అంటే విచారానికి పర్యాయపదం అనుకోకండి; మేమందరం ఆనందంగా ఉన్నాం, అది మరచిపోకండి."
- లాలాజీ మహారాజ్, సోమవారం, ఆగష్ట్ 14, 2000 – సాయంకాలం 5:00 గంటలు

"బలంగా సంతోషంగా ఉండండి. 'ఆనందమే కృపను ఆకర్షిస్తుంది' అన్న విషయం మీ అందరికీ బాగా తెలుసు. కాబట్టి ప్రశాంతంగా, చిరునవ్వు కలిగి ఉండండి, నా ప్రేమ కోసం."
బాబూజీ మహారాజ్, ఆదివారం, జూన్ 14, 1998 – ఉదయం 11 :30 గంటలు

సహజమార్గ సాధన చేపట్టడానికి కేవలం సంసిద్ధతే ఏకైక యోగ్యత అని బాబూజీ మహారాజ్ గుర్తించారు. 'సంసిద్ధత' అంటే నా హృదయం ప్రకారం ఆనందంతో అభ్యాసం చేయడమే. సంతోషంగా, ఆనందంగా ఉండే హృదయం అప్రయత్నంగానే కృపను ఆకర్షిస్తుంది. దీనితో పోల్చి చూస్తే, సంసిద్ధంగా లేని హృదయం, చేదుతనంతోనూ, కోపంతోనూ, కోరికలతోనూ బరువెక్కిపోయి పై నుండి వచ్చే కృపావృష్టి యొక్క దారిని మళ్ళించేస్తుంది. పరివర్తనా ప్రక్రియలో మన మాస్టర్లు, మనందరమూ ఆనందంగా పాల్గొనాలని ఆశిస్తారు. అందరిలోనూ అటువంటి ఆనందాన్ని పెంపొందాలనే, ఈ క్రింది సూత్రాలను ఉల్లేఖించడమైనది :

## 1. తల్లిదండ్రులు, సమాజము, మనందరమూ, ఏర్పరచిన నిర్బంధాలను తొలగించేయండి.

మన ఇష్టాల వల్ల, అయిష్టాల వల్ల, తల్లిదండ్రులు, సమాజము వంటి ఇతర బాహ్య విషయాల వల్ల అలవడిన విలువల వల్ల, కొంత మన జీవితానుభవాల వల్ల మన ఉద్వేగస్థితి లోబడి ఉండే పరిస్థితిలో ఉంటుంది. ఇలా కొన్ని పరిస్థితులే మన ఆనందాన్ని శాసిస్తే హృదయంలో నిజమైన ఆనందం ఎలా చోటు చేసుకుంటుంది?



"అన్ని పరిస్థితుల్లోనూ సంతోషంగా ఉన్నవాడే నిజంగా సంతోషంగా ఉండటమూ అంటే" అన్నారు బాబూజీ. ఆనందానికి షరతులుండవు. ఫలానా పరిస్థితుల్లోనే సంతోషంగా ఉండగలుగుతాను అంటూ ఎటువంటి షరతులు విధించనప్పుడే అది వికసిస్తుంది. కోరిక ఉన్నప్పుడు సంతోషం ఆ కోరిక నెరవేరడంపై ఆధారపడుంటుంది. కోరిక నెరవేరకపోతే మనం నిరాశకు, నిరుత్సాహానికీ గురావుతాం. మనం ఉద్వేగ లోలకం ఒక చివరి నుండి మరొక చివరకు ఊగుతుంది – సంతోషం నుండి బాధ వరకూ ఊగుతుంది. మన సంతోషం పరిస్థితులను బట్టి ఉన్నట్లయితే, ఆ పరిస్థితి అనుకూలించకపోతే, మనకు సంతోషం ఎప్పటికీ కలుగదు. కోరిక యొక్క నిరర్థకత్వాన్ని గుర్తించినవాళ్ళు వివేకవంతులు. ఆనందం అనేది నిజానికి ఏ ప్రాపంచిక వస్తువు పైన ఆధారపడి లేదని సాధకుడు గుర్తించగలుగుతాడు.

యౌగిక ప్రాణాహుతి ప్రసరణ వల్ల సాధకుడు మొదటి నుండి ఉన్నత స్థితులను అనుభూతి చెందుతాడు; ఫలితంగా అప్రయత్నంగానే అల్పమైన సుఖాల పట్ల అనాసక్తి, నిర్లిప్తత ఏర్పడతాయి. ఈ విధంగా ఉన్నతమైన వస్తువు నుండి అల్పమైన వస్తువును సహజంగా విచక్షణతో గ్రహించగలగడమే వివేకం. ఈ అనాసక్త స్థితే తనంతతానుగా వైరాగ్యంగా పరిణతి చెందుతుంది. సాంప్రదాయపరమైన పద్ధతులు విఫలమవడానికి కారణం అవి సాధకుల్లో ఇటువంటి ఉన్నత స్థితులను సృష్టించలేకపోవడమే. ఉన్నతమైన అనుభూతి లేకపోతే వైరాగ్యం వల్ల ఏ ఆనందమూ కలుగదు ఎందుకంటే, మరింత సూక్ష్మ స్థితులు అందుబాటులోకి రానట్లయితే సాధకులు ప్రాపంచిక సుఖాలకు వాళ్ళు దూరమైపోయారని భావిస్తారు. అటు-ఇటూ గాకుండా ఒంటరిగా ఉండిపోయాననే భయానికి లోనవుతారు. ప్రాపంచిక మనుషులు మన కంటే ఎంతో సంతోషంగా ఉన్నారనే నమ్మకం దృఢమై తమ వ్యక్తిగత నిర్బంధాలకు, సాంస్కృతిక నిర్బంధాలకు, లొంగేలా దుర్బలుడవుతాడు. అందుకే విరాగులందరూ అరణ్యాల్లోనే తమ జీవితాలు గడిపేవారు, తమ సాంస్కారిక ప్రభావాల వల్ల మళ్ళీ బాహ్య ప్రలోభాలకు, లొంగి తిరిగి ప్రాపంచిక లోకంలోకి ప్రవేశించకుండా దూరంగా ఉండేవారు.

## 2. ఆశించకండి!

ఇతరుల్లో ఆదర్శకరమైన పరిపూర్ణతను వెతకవద్దు. చిన్న-చిన్న విషయాలను గురించి ఆలుమగలు పోరాడుకోవడం ఒక్కసారి ఊహించండి. విడిపోయే సాహసం చేయలేరు, కలిసి జీవించడంలో ఆనందం లేకుండానే జీవితం కొనసాగుతూ ఉంటుంది. ఇతరులలో పరిపూర్ణతను వెదకడం, ముఖ్యంగా మీరు ప్రేమించే వ్యక్తుల్లో వెతకడం వల్ల అది కనుగొనలేక అయిష్టత ఏర్పరచుకోవడం, ఫలితంగా వారి పట్ల ప్రేమ ప్రవహించడం ఆగిపోతుంది. ఇలా గడ్డకట్టుకుపోయిన ప్రేమ ఒక రకంగా ఆత్మాహుతే అవుతుంది. అవతలి వ్యక్తి మారుతున్నట్లుగా నకిలీ చిరునవ్వులతో, నకిలీ మర్యాదలతో, నకిలీ ప్రవర్తనతో నటించవచ్చు; కాని ఈ విధంగా కొనసాగడం వల్ల కపటమే ప్రబలమవుతుంది. దీని వల్ల వాతావరణం కపటానికి, డాంబికానికి పరాకాష్ఠగా తయారవుతుంది. కాబట్టి నిర్ధారణ ఏమిటంటే: ఆనందంగా ఉండాలంటే ఏమీ ఆశించకండి.

## 3. ఎప్పుడూ బేరసారాలు చేయకండి (నేను నీకు ఇదిస్తా, నువ్వు నాకు అదియ్యి - అనే ధోరణి)

ఇది మన జీవితాల్లో చాలా కీలకమైన సమస్య. కొంతమంది, “నేను చేయగలిగింది, చేశాను” అంటూ తాము నిర్వర్తించవలసిన బాధ్యతల నుండి చేతులు కడిగేసుకుంటారు. సహజంగానే వాళ్ళ ఆనందం ఆవిరైపోతుంది. ఉదారంగా ఇవ్వడంలోనే ఆనందం పుడుతుంది; పిసినారిగా ఉంటే ఆనందం తగ్గిపోతుంది. ఇతరులకు ప్రేమతో ఎంత ఎక్కువ చేస్తే, అంత ఎక్కువగా ఇవ్వాలనిపిస్తుంది. ప్రేమను గాని సేవను గాని తన కోరికలు తీరే వరకూ అందించకుండా ఉండటం కష్టాల సునామీని ఆహ్వానిస్తున్నట్లే. “నేను ఆమెను ప్రేమించాను గాని ఆమె నన్ను తిరిగి ప్రేమించలేదు” అనే సన్నివేశం చాలా విచారకరం. నేను కేవలం ఇవ్వాలి గాని తిరిగి అవతల వ్యక్తి నుండి యేదీ కోరకూడదు; అప్పుడది వ్యాపారధోరణి అవుతుంది. లావాదేవీలు తాత్కాలికంగా సంతోషాన్ని కలిగిస్తాయి గాని నిజమైన



సంతుష్టులై ఉండటం మంచిదే, కానీ కృతజ్ఞత అనేది మరింత గొప్పది; ఎందుకంటే జరుగుతున్న ప్రతీదీ కూడా ఒక దివ్యకానుకగా అనిపిస్తుంది, ప్రియతముని వద్ద నుండి ప్రేమతో అందుకున్న కానుకగా అనిపిస్తుంది. అందిన కానుకలన్నిటినీ దివ్య ఆశీస్సులుగా భావించినప్పుడు ఇచ్చేవారి పట్ల అద్భుతమైన బంధం ఏర్పడి నిగూఢమైన ఆనందం పెల్లుబుకుటుంది.

ఆనందాన్ని ఇవ్వవు. జనం ఆలయాల్లో ఉండే దేవీదేవతలను కూడా విడిచిపెట్టరు ఈ విషయంలో. అక్కడ కూడా ఈ బేరసారాలే ప్రధానంగా జరిగేది. “భగవంతుడా, నువ్వు నాకిది చేస్తే, నేను నీకిది చేస్తా” అనడం. అటువంటి నిమ్న స్థాయిలో, మీరు పూజించే, ప్రేమతో సేవించే దేవీదేవతలతో వ్యాపారం చేస్తున్నప్పుడు సిగ్గుగా అనిపించదా? లేక కేవలం మీ స్వార్థ ప్రయోజనాల కోసం చేస్తున్నారా? లోపల మీరు మోసం చేస్తున్నారని తెలిసీ కూడా నిజంగా ఆనందం కలిగే అవకాశం ఉందా? ఇతరులను మోసం చేసే ప్రయత్నంలో ఉన్నవాడు చివరికి తనను తానే మోసం చేసుకుంటున్నాడు.

## 4. అందరి పట్ల కృతజ్ఞత కలిగి ఉండండి.

మనం ఆశించినదాని కంటే ఎక్కువగా యేదైనా పొందినప్పుడు సాధారణంగా కృతజ్ఞత ఏర్పడుతుంది మనసులో. శాశ్వతంగా ఈ కృతజ్ఞతా స్థితిలో ఉండటం ఎలా? ఎటువంటి ఆశలూ పెట్టుకోనప్పుడు మనం అందుకునే ప్రతీదీ కూడా అదనంగా వస్తున్నట్లుగా అనిపిస్తుంది, కృతజ్ఞతతో అందుకోవడం జరుగుతుంది. సంతుష్టులై ఉండటం మంచిదే, కానీ కృతజ్ఞత అనేది మరింత గొప్పది; ఎందుకంటే జరుగుతున్న ప్రతీదీ కూడా ఒక దివ్యకానుకగా అనిపిస్తుంది, ప్రియతముని వద్ద నుండి ప్రేమతో అందుకున్న కానుకగా అనిపిస్తుంది. అందిన కానుకలన్నిటినీ దివ్య ఆశీస్సులుగా భావించినప్పుడు ఇచ్చేవారి పట్ల అద్భుతమైన బంధం ఏర్పడి

నిగూఢమైన  ఆనందం పెల్లుబుకుటుంది.

## 5. మీ పట్ల, మీరు ప్రేమిస్తున్నవారి పట్ల ఉన్న మీ నిబద్ధతను సంపూర్ణంగా నెరవేర్చండి.

యేదైనా దొంగిలిస్తే అందులో పూర్తిగా ఆనందం ఉండదు. మామిడిపండును దొంగిలిస్తే దాని రుచి అంత తియ్యగా ఉండదు; సక్రమంగా సంపాదిస్తే ఉండే ఆనందం కలుగదు. కొంతమంది దొంగిలించామని గర్విస్తూ, ఆనందిస్తున్నట్లుగా నటిస్తూ,  లోపలున్న భారాన్ని, తమ అపరాధాభావాన్ని కప్పిపుచ్చుకుంటూ ఉంటారు. అలాగే మన పట్ల. ఇతరుల పట్ల  మనం నిర్వర్తించవలసిన పవిత్ర ధర్మాలను విస్మరిస్తే, ఈ బాధ్యతలను నెరవేర్చడానికి అవసరమైన అత్యవసరమైన వనరును, అంటే సమయాన్ని కోల్పోవడం జరుగుతుంది. ఈ పరిస్థితిలో మనం నిర్వహిస్తున్న కార్యకలాపాల్లో కూడా ఉండవలసిన మాధుర్యం ఉండకపోగా పోగొట్టుకున్న పరిణతికి సంబంధించిన అవకాశాలను తలచుకుని కొంత విచారం కూడా చోటు చేసుకుంటుంది.

ఇందుకు భిన్నంగా మన పవిత్ర ధర్మాలను నిర్వర్తించడం వల్ల అపరిమితమైన ఆనందాన్ని అభివ్యక్తం చేసే పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. ఆనందం అనేది సాత్త్విక స్థితిగా

> అంతరంగ వైరాగ్య స్థితిలో మన చర్యలన్నీ ఇటువంటి వ్యాపార ధోరణి లేని చర్యలే అవుతాయి. మనం మన నిత్య  కార్యకలాపాల్లో కేవలం ఒక లీలలో పాల్గొన్నట్లుగా నిమగ్నమవుతాం; స్వతః సిద్ధంగా ఉండే వాటి విలువ కోసం చేస్తాం గాని వ్యక్తిగతంగా ఎటువంటి ప్రయోజనమూ పొందాలని చేయం; లేక కనిపించకుండా దాచిన  లక్ష్యాలు కూడా యేవీ ఉండవు. వైరాగ్య భావంతో,  వ్యక్తి జీవితం ఉల్లాసంతో, ఆనందంతో నిండిపోతుంది. ఇది నిష్కామ కర్మ యొక్క ఒక లక్షణం.



పరిగణిస్తారు. ఇది సూక్ష్మ చర్యకు సంబంధించినది; భౌతిక సుఖాల కోసం చేసే ప్రయత్నం గాకుండగా లేక గాఢవాంఛ అనే రాజసిక ప్రయత్నం గాకుండగా సూక్ష్మమైన సాత్త్విక ప్రయత్నం. దివ్య చేతనతో చేసే యే పనైనా సాత్త్వికంగా మారిపోతుంది.   ఈ అంశం చాలా కీలకమైనది, ఎందుకంటే శరీరంతో కూడిఉన్న ఆధ్యాత్మిక సాధకులుగా, మనం ఒక అడుగు బ్రైటర్ వరల్డ్ లోనూ , మరొక అడుగు భూమ్మీద ఉంచుతాం. ప్రాపంచికపరమైన ప్రతీ పనీ స్వాభావికంగా సాత్త్వికమైనది కాదు; అయినా నిరంతర స్మరణ ద్వారా మనం అన్ని  పనులను సాత్త్వికంగా ఆనందంగా చేసుకోవచ్చును. అంతరంగ వైరాగ్య స్థితిలో మన చర్యలన్నీ ఇటువంటి వ్యాపార ధోరణి లేని చర్యలే అవుతాయి. మనం మన నిత్య  కార్యకలాపాల్లో కేవలం ఒక లీలలో పాల్గొన్నట్లుగా నిమగ్నమవుతాం; స్వతః సిద్ధంగా ఉండే వాటి విలువ కోసం చేస్తాం గాని వ్యక్తిగతంగా ఎటువంటి ప్రయోజనమూ పొందాలని చేయం; లేక కనిపించకుండా దాచిన  లక్ష్యాలు కూడా యేవీ ఉండవు. వైరాగ్య భావంతో,  వ్యక్తి జీవితం ఉల్లాసంతో, ఆనందంతో  నిండిపోతుంది. ఇది నిష్కామ కర్మ యొక్క ఒక లక్షణం.

## 6. క్షమించడం నేర్చుకోండి.

ఆనందం, కటుతనం లేక ప్రతీకారం కలిసి ఉండగలవా? మనం క్షమించడం నేర్చుకోవాలి. క్షమా అంటే ఉదారత, నిజమైన విరాగి యొక్క హృదయంలో ఉండేటువంటి ఉదాత్తమైన లక్షణం. శ్రీకృష్ణ భాగవానుడిది, కర్ణుడిది, అర్జునుడిది  కథ ఒకటి గుర్తుంచుకోండి : కర్ణుడి శత్రువైన అర్జునుడు కర్ణుడి ఉదారతను గురించి అతను అంత ప్రసిద్ధుడు ఎందుకయ్యాడు? అని శ్రీకృష్ణ భగవానుడిని అడుగుతాడు. కృష్ణ భగవానుడు రెండు పర్వతాల బంగారం సృష్టించి, ఒక్కరోజులో ఇదంతా దానం చేసేయమంటాడు.  అర్జునుడు ఈ బంగారం దానం చేయడానికి చాలా కష్టపడతాడు. ఎంత బంగారం దానం చేసినా ఇంకా ఆ కొండలు  తరగనట్లే ఉండేవి. రోజంతా గడచిపోయినా కూడా ఆ రెండు పర్వతాలూ ఇంకా అలాగే ఉన్నాయి. కృష్ణ భగవానుడు కర్ణుడిని పిలిచి ఈ బంగారం దానం చేయమన్నాడు.

ఆ మార్గంలో అటుగా వచ్చే మొదటి రెండు వ్యక్తులకీ తలొక పర్వతాన్ని దానం చేసేశాడు. క్షణ కాలంలో వైరాగ్యంతో కూడిన పనిని చేసి చూపించాడు. నిజమైన విరాగికి “నాది” అనే తలంపే ఉండదు. అందుకే వాళ్ళ ఉదారత అపరిమితంగా ఉంటుంది. క్షమించడం అనేది కూడా ఉదారతతో కూడిన చర్యే; ఇందులో ‘నాది’ అనే భావం ఉండదు. అనాసక్తి, వైరాగ్య భావం సమక్షంలో కటుతనం ఉండటానికి వీలుండదు. క్షమాగుణం సహజమైపోతుంది, అప్రయత్నంగా  వచ్చేస్తుంది.

## 7. ఈర్ష్యకు గాని, అసూయకు గాని, పక్షపాత ధోరణికి గాని ఆశ్రయం ఇవ్వకండి.

అటువంటి విషపదార్థాలు మన హృదయంలో చోటు చేసుకోకూడదు. మనం కోరుకున్న వస్తువు అవతల వ్యక్తి వద్ద ఉంటే, మన వెలితిని గుర్తు చేసి ఆ వ్యక్తి పట్ల కటుతనాన్ని పెంచుకునేలా చేస్తుంది; ఫలితంగా అతను శత్రువుగా మారతాడు. ఈ సమస్య కూడా “నాది” అనే భావం యొక్క పర్యవసానమే; అహం యొక్క అభివ్యక్తీకరణే.

ఆధ్యాత్మిక పథంలో అతిపెద్ద అవరోధం పక్షపాతధోరణేనని బాబూజీ చెబుతూండేవారు. ఇది మాత్సర్యం వల్ల కలుగుతుంది; ఇది కూడా అహం యొక్క అభివ్యక్తీకరణే. “భగవంతుడు అందరిలో ఉన్నాడు కాబట్టి ఎవ్వరినీ యే కారణం చేతనైనా కూడా ద్వేషంతో చూడవలసిన పని లేదు” అని బాబూజీ మనలను వినమ్రతను అలవరచుకోమని సూచిస్తారు.

## 8. తక్కువతక్కువ గా ఉండటం ఎక్కువ-ఎక్కువ అవ్వాలని కాంక్షించండి.

ఆనందం అంటే తేలికదనం. ఆనందం అంటే భారం లేకపోవడం, ఏ నిర్బంధాలూ లేకపోవడం, కోరికల నుండి విముక్తి కలిగి ఉండటం, ఆ కోరికల లక్ష్యాల పట్ల



ఆనందం అంటే తేలికదనం. ఆనందం అంటే భారం లేకపోవడం, ఏ నిర్బంధాలూ లేకపోవడం, కోరికల నుండి విముక్తి కలిగి ఉండటం, ఆ కోరికల లక్ష్యాల పట్ల అలక్ష్యం కలిగి ఉండటం. శరణాగతి ఇటువంటి తేలికదనాన్ని, స్వేచ్ఛను తీసుకువస్తుంది క్రమంగా. ఇది ఆనందం తప్ప మరొకటి  కాదు. జీవన  ప్రవాహం అంతా కూడా ఈ వైరాగ్యం, స్వేచ్ఛ దిశగానే ఉంటుంది. కేవలం కోరికల్లేని హృదయం మాత్రమే ఏమాత్రం బరువు లేకుండా ఉంటుంది. అందుకే మనం ‘తక్కువ-తక్కువ అనేది ఎక్కువ  ఎక్కువగా’ ఉండాలని కోరుకోవాలి.

అలక్ష్యం కలిగి ఉండటం. శరణాగతి ఇటువంటి తేలికదనాన్ని, స్వేచ్ఛను తీసుకువస్తుంది క్రమంగా. ఇది ఆనందం తప్ప మరొకటి  కాదు. జీవన  ప్రవాహం అంతా కూడా ఈ వైరాగ్యం, స్వేచ్ఛ దిశగానే ఉంటుంది. కేవలం కోరికల్లేని హృదయం మాత్రమే ఏమాత్రం బరువు లేకుండా ఉంటుంది. అందుకే మనం ‘తక్కువ-తక్కువ అనేది ఎక్కువ  ఎక్కువగా’ ఉండాలని కోరుకోవాలి.

దీనికి శరణాగతే మార్గం. ఆనందంతో ఉండే హృదయంగా వికసించాలంటే శరణాగతి ఎందుకు అవసరం? శరణాగతి ద్వారా మాత్రమే మన భారాన్ని విడుదల చేయగలం గనుక. అది మన హృదయాలను బరువెక్కించే మనం ఆధారపడిన విషయాలన్నిటినీ విడిచి పెట్టేయడం ద్వారా సాధ్యపడుతుంది.

> శ్రీకృష్ణ భగవానుడు: “నన్నే శరణు వేడు. సర్వ పాపాల నుండి నేను నీకు విముక్తినిస్తాను. ”
>
> యేసు క్రీస్తు ప్రభువు: “నేనే మార్గమును, సత్యమును, జీవమును. ”
>
> బాబూజీ మహారాజ్ : “నా ప్రేమ కోసం ఎప్పుడూ ప్రశాంతంగా, చిరునవ్వుతో ఉండు.”

పైన వాక్యాలు అహంకారపూరితంగా అనిపించినా, మాస్టర్లు మాత్రం స్వయంగా అహంకార రహితులే. శరణాగతి ప్రక్రియలో వాళ్ళు పరివర్తన చెందినవారు. కృతజ్ఞత, శరణాగతి లేకుండా ప్రార్థన అనేది అసాధ్యం. శరణాగతి లేదంటే, ఇంకా సాధకుడికి, భగవంతుడికీ మధ్య యేదో అవరోధం ఉందన్నమాట. సృష్టికర్తను, అస్తిత్వాన్ని, సృష్టింపబడినదాన్ని విడదీస్తున్నది ఈ గోడే. ఇది ఈ స్థానంలో ఇలా ఉండగా ఈ రెండు లోకాల మధ్య రసాకర్షణ (ఆస్మాసిస్) సాధ్యమేనా? రసాకర్షణ అనే ఈ సరళ ప్రక్రియే సాధ్యం కానప్పుడు సంపూర్ణ లయావస్థ జరగాలని ఎలా ఆశించగలుగుతాం? పూర్ణత్వం కేవలం సృష్టికర్తకే అందుబాటులో ఉంటుంది. కీలకాంశం ఏమిటంటే, “నేను కూడా వినమ్రతతో, ప్రేమతో అంతే అందుబాటులో ఉన్నానా?” అన్నదే. మనం కేవలం అభ్యాసం అనే స్థితి నుండి, ఆధ్యాత్మిక పథాన్ని అనుసరించే వ్యక్తిగా అక్కడి నుండి కదిలి, సంపూర్ణ శరణాగతిలో ఉండే విధంగా వికాసం చెందినప్పుడే నిజమైన ఉపదేశం, దీక్ష ఇవ్వడం జరుగుతుంది.

బాబూజీ ఒకసారి చారీజీకి ఈ విధంగా వ్రాసారు: “నేను అభ్యాసుల హృదయాలలో మెరుపును చూడాలనుకుంటున్నాను.” సహజమార్గ సాధకుడుగా “నాలో అది జరిగేలా చేయాలంటే ఎలా? అటువంటి మెరుపు నా హృదయంలో ఉండాలంటే ఎలా? నా చిదాకాశంలో మెరుస్తూ ఉండే నక్షత్రాలు కనిపించకుండా మబ్బులు ఎందుకు కమ్మేసాయి?”

వివిధ సాంద్రతలు గల మబ్బులు ఏర్పడ్డాయి, కొన్ని అహం వల్ల, కొన్ని అజ్ఞానం వల్ల, మరికొన్ని అన్ని రకాల అంధకారమయమైన కోరికల వల్ల ఏర్పడ్డాయి. మనం జీవితం అంతా ఈ రంగు-రంగుల చిదాకాశంతో తీరిక లేకుండా ఆడుకుంటూ ఉంటాం. యేదోక వస్తువుపై ఆధారపడి ఉంటూ, ఇందులో నిమగ్నమై ఉండిపోవడం విషాదకరం. మనం శరణాగతిలో ఉన్నప్పుడు, అహాన్ని విడిచిపెట్టేయడం వల్ల ఈ మబ్బులు విడిపోయి మనం నిజంగా స్వతంత్రులమవుతాం.

శరణాగతి స్థితికి చేరుకోవడం ఎలా? “ఆధారపడటం నేర్చుకోండి” అన్నారు బాబూజీ స్పందిస్తూ.

మనం కేవలం ఆయనపైనే ఆధారపడినప్పుడు మిగిలిన అన్నిటి ప్రభావం మనపై ఇక ఉండదు. మన నిర్బంధ అస్తిత్వం ఇక నిర్బంధాల్లేకుండా ఉంటుంది; మనం స్వేచ్ఛను అనుభవిస్తాం. నిజమైన అర్థంలో మనం సమర్పణ భావంతో ఉన్నప్పుడు, ప్రాపంచికంగా ఆధారపడటం అనేది కనుమరుగైపోతుంది. అప్పుడే హృదయంలో మెరుపు, వెలుగు ఉద్భవించడం ప్రారంభిస్తాయి. అటువంటి హృదయం ఆనందం అనే పరిమళాన్ని వెదజల్లుతుంది.

## 9. ప్రకృతితో శృతి కలిగి ఉండండి.

“తక్కువ-తక్కువ అనేది ఎక్కువ-ఎక్కువ అవడం” వల్ల కలిగే ఫలితమే ప్రకృతితో శృతి కలిగి ఉండగలిగే స్థితి. “ప్రకృతి అంటేనే సరళత్వం యొక్క సారం” అంటారు బాబూజీ. మనం మన సాయంకాల శుద్ధీకరణ ప్రక్రియలో అశుద్ధాలను, జటిలతత్త్వాలను తొలగిస్తాం. అశుద్ధాలు పోయినప్పుడు శుద్ధత మిగులుతుంది. జటిలతత్త్వాలు తొలగించినప్పుడు సరళత్వం మిగులుతుంది.

## 10. కరుణ కేవలం మీ పట్ల మాత్రమే కాదు, ఇతరుల పట్ల కూడా ఉండేలా చూసుకోండి.

న్యాయం నిష్పాక్షికంగా ఎలా ఉండాలో, కరుణ కూడా అలాగే ఉండాలి. ఇది పక్షపాతం లేకుండా, ప్రాధాన్యత లేకుండా, వివక్ష లేకుండా అందరికీ సమానంగా ఉండాలి. స్వయంపై కరుణ అనేది వీటిల్లోని ఒక అంశం మాత్రమే. కానీ చాలా మంది తమ వరకే సంతృప్తి చెందుతూ పరిమితమై, తమ పట్ల మాత్రమే కరుణను

చూపిస్తూ ఇతరుల పట్ల నిర్లక్ష్యంగా ఉంటారు. ఇది నిజమైన అర్థంలో కరుణ కాదు, కేవలం స్వార్థమే అవుతుంది. చుట్టూ ఉన్న వారు బాధలు పడుతూ ఉంటే ఆనందంగా ఉండటం అసలు సాధ్యమేనా? మానవ హృదయం ఇతరుల బాధలతో సంబంధం లేకుండా ఉండలేదు. ప్రపంచంలో ఉన్న ఆధ్యాత్మిక సంప్రదాయాలన్నీ కూడా కరుణను, ఉదారతను, ఇంకా ఇటువంటి లక్షణాలను అలవరచుకోమని చెప్తూ ఉంటాయి. ఉదాహరణకు యోగసూత్రాల్లో 1.33 లో పతంజలి మహర్షి స్నేహాన్ని, కరుణని, ఆనందాన్ని, తప్పు చేసేవారి పట్ల అలక్ష్యాన్ని అలవరచుకోమంటారు. బౌద్ధ మతంలో ఈ నాలుగు లక్షణాలని బ్రహ్మవిహారాలని అంటారు; అంటే కొలవలేనివి అని. ఈ నాలుగు లక్షణాలని భక్తి, జైన సంప్రదాయాలలో కూడా చెప్తారు. వీటిని వైశ్వక విలువలుగా పరిగణిస్తారు.

## 11. ఆనందంగా ఉండటం, కృతజ్ఞత, వినమ్రత అనేవి స్వతఃసిద్ధంగానే మన అంతరంగ వాతావరణంగా మారిపోవాలి. ఉదేశపూర్వకంగా మీ హృదయం కేవలం వికాసం చెందే విధంగా మీ వాతావరణాన్ని ఎంచుకోండి.

అష్టావక్ర మహర్షి చెప్పిన ఈ క్రింది లక్షణాలు ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి అనుగుణంగా ఉండేటువంటి అంతరంగ వాతావరణానికి ప్రధాన అంశాలు కావాలి:

> "నువ్వు గనుక ముక్తిని కోరుకుటున్నట్లయితే, ఇంద్రియపరమైన విషయాలను విషంగా భావించి, క్షమ, చిత్తశుద్ధి, కరుణ, సంతుష్టి, సత్యనిష్ఠలను ఈ విషానికి విరుగుడుగా అలవరచుకో. "
> - అష్టావక్ర గీత |I.2|

ఆనందాల్లో వివిధ రకాల ఇంద్రధనస్సులున్నాయి. ఒక్కొక్కటి ఒక్కొక్క స్థాయిలో పుష్టినిస్తుంది. ఆనందం అనేది స్వచ్ఛమైన, కల్తీ లేని స్థితి. సంతోషానికి వ్యతిరేక పదం, విచారం అయినప్పటికీ, సుఖానికి వ్యతిరేక పదం, దుఃఖం అయినప్పటికీ, ఆనందానికి వ్యతిరేక పదం లేదు. ఈ ఆనందం భౌతిక స్థాయిలో సుఖంగా అనుభూతి చెందటం జరుగుతుంది; అది స్థూల శరీరానికి పోషణనిస్తుంది. సూక్ష్మ శరీరాల్లో సంతోషంగా అనుభవాన్నిస్తుంది; సూక్ష్మ శరీరాలకు పుష్టిని కలిగిస్తుంది. తన ప్రామాణిక స్థాయిలో ఆనందం అనేది కారణ శరీరానికి పోషణనిస్తుంది, దీన్నే ఆనందమయ కోశం అంటారు. ఆనందమయ కోశంలో ఆనందంగా అభివ్యక్తమవడం ఆత్మకు అతిసమీపంలో ఉండటమే కారణం; ఆత్మ అనేది శుద్ధ బీజ స్థితి.

ఆనందం ఎంత స్థూలంగా అభివ్యక్తమయితే దాని అనుభూతి అంత తక్కువ సంతృప్తికరంగా ఉంటుంది. ఉదాహరణకు, గతంలో సుఖానికి సంబంధించిన జ్ఞాపకం సాధారణంగా వ్యక్తిని నిస్పృహకు దారి తీస్తుంది. కోరికను తీవ్రతరం చేసి మరల ఆ అనుభవం అనుభవంలోకి రావాలని ఆశిస్తుంది. ఇందుకు భిన్నంగా, గతంలో కలిగిన ఆనందానుభూతి మరలా వర్తమానంలో కూడా అదే ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది. మన ఆధ్యాత్మిక యాత్ర ప్రారంభించక ముందు, మనం ఆనందంతోనూ, ఆ తరువాత పరమానందంతోనూ మనలను మనం ఒకటిగా భావించే ముందు మన శారీరక స్థాయిలో ఉండే సుఖంతోనే సంబంధం కలిగి ఉంటాం. కానీ మనం ఆత్మ దిశగా కదులుతున్నప్పుడు మనం పరమానందాన్ని కూడా దాటి వెళ్ళవలసి ఉంటుంది, ఎందుకంటే ఆత్మ, పరమానందానికి కూడా అతీతమైనది కాబట్టి.

ఈ పరివర్తన సాధ్యమయ్యేలా చేయడం మాస్టర్ పని. పరమానందాన్ని పరిత్యజించడం అసాధ్యం ఎందుకంటే, ఈ పరిత్యజించే ప్రక్రియ మరింత పరమానందాన్ని కలిగిస్తుంది. అందుకే మనం ఆ పనిని మాస్టరుకు వదిలి పెట్టేయాలి. మనం మనలో పైన చెప్పిన సూత్రాలను అనుసరిస్తూ ఆనందాన్ని

సృష్టించుకొనే పనిలో దృష్టిని సారించాలి. ఆనందం యొక్క పరిపూర్ణ స్థితిని చేరుకున్నప్పుడే మనం ఇంకా అతీతంగా ముందుకు సాగి బీజస్థాయిలో ఉండే స్థితికి, లేక ఆ శూన్యస్థితికి చేరుకోగలిగే అవకాశం ఏర్పడుతుంది.

ప్రేమతోనూ, గౌరవంతోనూ ,
కమలేష్

దాజీ
ఇచ్చిన సందేశం

పూజ్య లాలాజీ మహారాజ్
151 వ జయంత్యుత్సవ వేడుకల సందర్భంగా

ఫిబ్రవరి 2024 , కాన్హా శాంతి వనం

heartfulness
advancing in love

02022024

MRP: Rs.50/-