సంపాదకీయము

పూజ్య గురుదేవులు శ్రీ బాబూజీ మహారాజ్ 120వ జన్మదిన వేడుకలు జరుపుకొను అత్యంత ఆనంద సమయము మనకు మరల లభించినది. ప్రతి సంవత్సరము వారి జన్మదిన వేడుకల సందర్భములో సత్సంగములకు హాజరవుతూ అభ్యాసీ సోదరీ సోదరుల ప్రసంగముల ద్వారా మనకిచ్చు సూచనలను విని, ఈ వేడుకలు ముగిసిన పిదప మన దైనందిన జీవన ప్రవాహములో పడిపోక మనకు లభించిన పూజ్య బాబూజీ మహారాజ్ వారి కృప మనలో ఏవిధమైన మార్పులను కలుగజేసినదను విషయము గమనించి మన సాధనలో తగిన మార్పులు చేసుకొనుట అవశ్యకము. ప్రతి సాధకుడు పూజ్య బాబూజీ గారు చెప్పిన ఉన్నత స్థితులకు చేరవలెననే ఆకాంక్ష కలిగియుంటాడు. మన నిత్యజీవితములో ఏదైనా ఫలితము ఆశించి పనిచేసినప్పుడు అది ఎంతమేరకు మనకు లభించినదను విషయము మనము సరిచూసుకొనెదము. అదేవిధముగా మన జీవితములో అతిముఖ్యమైన ఆధ్యాత్మిక విషయంలో మన పురోగతి గురించి మనము సరిచూసుకొనుట మన ఉన్నతికి దోహదపడుతుంది. పూజ్య బాబూజీ గారు వారి సందేశములలో మన సాధనా పద్ధతిలో ప్రాణాహుతి ప్రక్రియ ద్వారా ఆధ్యాత్మికశిక్షణ యిచ్చినప్పటికి, అభ్యాసి తనంతటతానుగా ప్రేమ మరియు భక్తి భావనలను

పెంపొందించుకొనవలెనని చెప్పినారు. వీటిని మనము నిరంతర స్మరణద్వారా పెంపొందించుకొనవలెనని వారు సూచించిరి. ధ్యానముతో పాటు వీటిని పెంపొందించుకొనినప్పుడు గమ్యమును త్వరితగతిన చేరవచ్చును.

పూజ్య బాబూజీ గారి దివ్యకృప అందరికీ లభించవలెనని ప్రార్థిస్తూ.

వి.రామం

మోక్షమును గురించి

- ***సమర్థ గురు లాలాజీ మహారాజ్***

మోక్షమును సాధించు పద్ధతి యిలా వున్నది.

ఒకే జన్మలో గురు-భక్తి

మరి దైవనామస్మరణ రెండవ దానిలో;

ముక్తి మూడవ జన్మలో,

మరి నాల్గవ జన్మలో, లక్ష్యము సాధింపబడును.

అనగా:

మొదటి ఆశ్రమములో బ్రహ్మచర్యము

రెండవ దానిలో గృహస్థుడు

మూడవ దానిలో అడవికి వెళ్ళుట (వాన ప్రస్థము)

నాల్గవ దానిలో సన్యాసము (లక్ష్యప్రాప్తి)

గురు-భక్తి అనగా కేవలము పూజించటమే. నీ సమయాన్ని మాస్టారి (గురువర్యుల) సాహచర్యములో గడుపుము, నీ సందేహాలను నివృత్తి చేసికొనుము. ఆపై ఆంతరిక అభ్యాసము అనగా దైవ నామాన్ని నిశ్శబ్దముగ కొంతసేపు ఉచ్చరించుము. ఈ అభ్యాసమును కొంతకాలము సాగనిస్తే ఒకడు మోక్షమును పొందెదడు. దీనినే జీవన్ముక్త (బ్రతికివుండగనే ముక్తిని పొందటము) దశ లేదా స్థితి యని అందురు. ఈ స్థితిని కొన్ని రోజులు

అనుభవించటము ఆపై అప్రయత్నముగానే నీవు ఆ యదార్థ గమ్యాన్ని చేరెదవు. అటు నీవు తిరిగి రావటమంటూ వుండదు. సంత్ మత్ కోవకు చెందిన సాధువులకు మోక్షము పొందవలసిన గమ్యము లేదా లక్ష్యము కాదు. అది సాధారణ పూజా విధానమున సాధింపబడుతుంది; మరియు ఆచరణ సూత్ర క్రమమున ఆ సత్ సంఘీ తన జన్మకాలముననే సులభముగ మోక్ష ప్రాప్తి నొందెదడు. దీని గొప్పతనము మన నిజరూపానికి సంబంధించిన జ్ఞానము నందు అణగివున్నది. అది మనకు తొలుత లేదా తొలినుండి వున్నటువంటి రూపమే. భ్రాంతి కారణాన, మనము ఆ నిజ జ్ఞానమును పొందజాలకున్నాము. పూజా, భక్తి దానిని స్పష్టము చేస్తాయి. ఇదియే మౌలిక విషయము. ఏదైతే బంధానికి కారణమో, దాన్ని వెనుకకు త్రిప్పినప్పుడు, మోక్షమొందుటకు సహకరించగలదు. అచ్చట బంధానికి మూడు కారణాలున్నాయి:-

1) స్మరణ 2) ధ్యానము 3) భజన

ఈ మూడింటికి చెందిన అభ్యాసమును బాహ్య విషయాలకు వర్తించిన యెడల, దాని ఫలితము జన్మము మరియు బంధము. మరి ఆ అభ్యాసమును, లక్ష్యమును సదా దృష్టిలోనుంచుకొని ఎదలో, జరిపిన యెడల అది బాహ్య మరియు ఉపరితలమున నున్నటువంటి బంధాలనుండి ముక్తిని కలిగిస్తుంది.

స్మరణ అనగా మళ్ళీ మళ్ళీ గుర్తుంచుకోవటము లేదా జ్ఞాపకముంచుకోవటము.

ధ్యానము అనగా ఆ భావముపట్ల ఎరుకను కలిగి వుండటము.

భజన అనగా నిధి ధ్యాసము లేదా నిరంతర ధ్యానము. గురువర్యుల ఆదేశాలమేరకు వాటిని వెనుకకు త్రిప్పుము. బాహ్య భావ ముద్రలపట్ల ఒక విరక్తి భావము కలిగి తీరుతుంది, అలాగే లోపలి తెర తప్పక తొలగింపబడుతుంది. అప్పుడు అంచెలంచెలుగా మోక్షము యొక్క అర్థము తేటతెల్లమై మోక్షము సాధింపబడుతుంది.

* * *

(సూచన: పూజ్య లాలాజీ మహారాజ్ వారి దేవనాగర లిపిలోని పుస్తకమునకు ఆంగ్ల అనువాదమైన “Journey to Infinity” లోని 25వ chapterకు శ్రీ రమణగారిచే చేయబడిన తెలుగు అనువాదము. ఈ సందర్భములో మనము గుర్తుంచుకోవలసినది యేమనగా మనలను ఆధ్యాత్మిక మార్గములో నడిపించునది పూజ్య బాబూజీ మహారాజ్ వారు మాత్రమే. వారియందు మన దృష్టి నిలుపుకొని, యే విషయమందైన పూజ్య బాబూజీ మహారాజ్ వారు చెప్పినదే ప్రమాణముగా స్వీకరించవలసినదిగా విజ్ఞప్తి.)

ముక్తికి మార్గము చూపు రాజయోగము

(30.04.1979న అహమ్మదాబాదులో తమ 80వ జయంతుత్సవముల సందర్భముగా ఇచ్చిన సందేశము)

- పూజ్య బాబూజీ మహరాజ్

సోదరీ సోదరులారా

అన్ని ప్రాయముల, ప్రాంతాలకు చెందిన ఆయన బిడ్డల యొక్క సంక్షేమం కొరకు, సర్వశక్తి సంపన్నుడైన గురువర్యుల మార్గంలో పయనించు మన కార్యక్రమాన్ని సమీక్షించటానికి మళ్ళీ సమావేశమై నాము. లయావస్థలోని "రుచిలేని రుచిని" ప్రపంచంలోని నా సోదరీ సోదరులంతా చవిచూడవలెనని నేను కుతూహలంతో ఎదురు చూస్తున్నాను. అప్పుడే మీరంతా మన పద్ధతియొక్క ప్రభావాన్ని గ్రహించగలరు. మనము జీవించే జీవితము జీవితము కాదు. దానికి మించి ఏదో ఉన్నది. ఆయనయెడలనే భక్తిగలిగి ఉంటే మనమంద రము ఇంకా మెరుగైన రోజులను చూడగలమని విశ్వసిస్తున్నాను.

భగవంతుడు లేడు అనే భావంతో మనము ఉండరాదు. మనము ఉండవలసిన స్థానము అదియే (దైవమే). అదియే జీవితానికి ప్రధాన లక్ష్యము. కొందరు తెలిసి, కొందరు తెలియకుండాను మనమంతా ఆ దివ్యత్వమువైపు పయనిస్తున్నాము. ఎరుకతో పయనించేవారు నిశ్చల జలాలలో

ఈదుతూ ఉన్నట్లున్నారు. ఎరుకలేకుండా పయనించే వారు ఎడారి ఇసుకలో కాళ్ళు, చేతులు జాడిస్తున్నారు. నిజానికి గురువర్యులు ఇద్దరికీ (అభ్యాసి, దైవము) మధ్యవర్తి. ఆయన అభ్యాసికి, దైవానికి మధ్య సంబంధము నెలకొల్పటానికి ప్రయత్నిస్తారు. అలా జరిగినపుడు ఆయన కర్తవ్యములో కొంతభాగము నెరవేరినట్లే.

జీవితానికి అర్ధము ఏమిటని ప్రజలు ప్రశ్నిస్తారు. కొందరి దృష్టిలో జీవితము నిరర్ధకము. కాని అట్టి భావము ఆత్మహత్యా సాదృశ్యము. జీవితము అర్ధవంతము ఏలన దానితోపాటు, ఒక శక్తి కలుగుతుంది. దానిని తమలోనే ఉంచుకోవాలని భావించేవారికది అమూల్యమైనదనే విషయాన్ని అది గుర్తు చేస్తుంది. ఆధ్యాత్మిక జీవితముపైపు మరలడమే జీవితానికి ఆరంభము కాగలదు. జీవితంలోనే గుప్తంగా ఉంచబడే “జీవితంలోని జీవితము” దానియొక్క అత్యున్నతస్థితి. మనము జీవించవలసిన అట్టి జీవితంకొరకు ప్రయత్నిద్దాము. మన అభ్యాసము అంతా ఆ జీవితానికి దారి చూపుతుంది.

నిద్రాణమైన స్థితిలో ఉన్న మానవునికి ప్రాణాహుతి నూతన జీవితాన్ని ప్రసాదిస్తుంది. మానవులకు ప్రత్యేకించబడిన అత్యున్నతస్థితిని చేరడంకోసం మనలను తయారు చేస్తుంది. అంతేకాదు, పురోగతికి ప్రతిబంధకంగావున్న వాటినన్నిటినీ తొలగిస్తూ మనలో పరివర్తన తీసుకొని వస్తుంది. సత్‌తత్వప్రాప్తికి

నిజమైన అర్థము "మరణానికి మరణము", "అంతానికి అంతము". వ్యక్తి ఈ స్థితిలో లీనమైనచో మార్గము సుగమమైనట్లే. భారతదేశంలో చాలామందికి ప్రాణాహుతి అంటే ఏమిటో తెలియనంతగా కాలం మారిపోయింది. చాలా వరకూ అంతరించి పోయిన మూలానికి నా గురువర్యులే వెలుగును ప్రసాదించినారు. మానవాళికి ఆయన ఇచ్చిన సందేశం ఏమంటే "ఓ బంధితులారా, ఇప్పుడు విముక్తులు కావడానికి ఇక ప్రయత్నించడం మొదలు పెట్టండి".

ముక్తి అంటే అందరికి ఇష్టము. కాని "ముక్తినుండి విముక్తులగుటకు" కొద్దిమంది మాత్రమే ప్రయత్నిస్తారు. సమర్థ గురువునకు సంపూర్ణ విధేయతవల్ల ఉన్నత స్థితి లభిస్తుంది. సత్‌తత్వంతోనే పరిపూర్ణ బంధము వ్యక్తిని అన్ని ఇతర బంధాల నుండి విముక్తుని చేస్తుంది.

ముక్తి ప్రాపంచిక బంధాలనుండి వ్యక్తిని విడుదల చేయగలదు. వ్యక్తి తన పరిణామాన్ని కోరినప్పుడు ప్రకృతి అతనికి సహాయ పడుతుంది. వైద్యుడు తాను రోగిని ఎంతగానో ప్రేమిస్తూ ఉన్నప్పటికినీ అతనికి చేదు మాత్రలు ఇస్తాడు. తన సృష్టి అర్థము, పవిత్రము, పరిశుద్ధము అయినదిగా ఉండాలని భగవంతుడు తలుస్తాడు. పరిణామానికి అవసరమైనది ప్రతీది ఉండేటట్లు దైవము చూడడము ప్రకృతి నియమము. "పని

చేతకాని వాడు పనిముట్లను నిందిస్తాడు", అనే ఒక సామెత ఉన్నది. మనము ఏదైతే చెడ్డది, ఇబ్బందితో కూడినది అని భావిస్తామో అదే ముక్తికి మార్గము అవుతుంది. నా గురువుగారు కాలేయంలో వ్రణంతో బాధపడుతూ ఒక శిష్యుని కంటతడిని చూచి "నా అనారోగ్యాన్ని క్షణంలో నయం చేసుకోగలను, కాని నేను దైవేచ్ఛను మార్చదలచలేదు" అని అన్నారు.

నిజానికి మనవల్ల భ్రష్టము చేయబడిన కారాగారము అనదగిన ప్రపంచంలో మనం జీవిస్తున్నాము. మనము దుష్ట ఆలోచనలను గ్రహిస్తాము. దాని ప్రభావము ఈ ప్రపంచంలో ఉన్నది. మనం నిజానికి చెరసాలలో ఉన్నప్పటికినీ చెరసాలలో ఉన్నాము అనే భావముతో ఉండరాదు. నేరస్తులు ఖైదులో ఉంటారు, ప్రభుత్వాధికారులు కూడ ఖైదులో ఉంటారు. నేరస్తులు తాము ఖైదులో ఉన్నాము అని భావిస్తారు, ప్రభుత్వాధికారులు ఖైదులో ఉన్నాము అని భావింపరు. కష్టాలు ఉన్నచోటే అమృతము కూడా ఉంటుంది.

మనస్సును క్రమశిక్షణలో పెట్టుకొనడమువల్ల క్రమశిక్షణలో లేని మనస్సువల్ల కలిగే బాధలు, కష్టాలు తొలగిపోగలవు. సహజమార్గ సిద్ధాంతాలను పాటిస్తే అది సాధ్యము అవుతుంది. ఏదో ఒక విధంగా కుటుంబ సభ్యులను ఆధ్యాత్మికతవైపు మరల్చినచో గృహ వాతావరణము మార్పు చెందుతుంది. ప్రపంచ

సంపదలకన్న అంతర్గత శాంతి చాలా ముఖ్యము. మనము అంతర్గతంగా వృద్ధిచెందినప్పుడు బాహ్య అంతరాలు రెండునూ ఒకటిగా అవుతాయి. ఈ విధంగా స్వచ్ఛత సర్వత్రా వ్యాపిస్తుంది. ఆ విధంగా మనము ప్రకృతికి కూడా సహాయపడతాము.

ప్రజలలో ఆధ్యాత్మికత కొరవడింది. ఈ లోటును భర్తీ చేయటానికి మనమందరము కృషి చేయాలి. మన కృషి ఉన్నప్పటికినీ సఫలీకృతులం కాలేదు. మన కృషిలో లోపం ఉన్నది అని కాదు. కాని ప్రజలు తగినంత సహకారము అందించుటలేదు. మనకు శక్తి ఉన్నది. కాని దానిని ఆహ్వానించే వైఖరిలేదు. కాలక్రమేణ అదికూడా పెరుగుతుంది. మన సంస్థయొక్క సందేశం ప్రతిధ్వనించినప్పుడు అది దాదాపు ప్రతిచోట అలుముకొని ముందు వెనుకలలో తన ఫలితాలను కలిగిస్తుంది. కాబట్టి మన కృషి ఎన్నడునూ వృథాకాదు. ఎడతెరిపి లేకుండా నీటి బిందువులు పడుతూవుంటే నది ఏర్పడుతుంది.

మానవులందరియెడల మనము సుహృద్భావంతో ఉండవలెను. అప్పుడు శక్తి అప్రయత్నముగా వారివైపు ప్రవహిస్తుంది. ఆధ్యాత్మిక పునర్వికాసానికి ఇది మొదటి మెట్టు అని నా భావము. ఈ పునాదిపైన ఆధ్యాత్మిక మందిరాన్ని నిర్మించాలి. మానవాళి సంక్షేమం కోసం కృషిచేయాలి అనే ఉద్దేశం ఉన్నచో నీకు అది సహజంగానే లభిస్తుంది. మంచి మార్గం

గైకొనడానికి, ప్రజలకు తగు రీతిలో బోధించుట మన కర్తవ్యము. మానవాళికి మంచి చేయుట నీ కర్తవ్యము. నా గురువుగారు నాకు ప్రసాదించిన విశాల హృదయముతో మానవాళినంతటినీ కప్పివేయవలెనని ఉన్నది. నా గురువర్యుల సహాయం నాకు అండగా ఉన్నది.

గురువర్యుల ఆశీస్సులు భువికి అవతరించుగాక! నిరాశా బంధములనుండి అందరినీ సహజమార్గము వాస్తవిక శాంతి, ముక్తిపైపు నడుపుగాక! తథాస్తు!

* * *

అమృతపు జల్లు

"తను విజ్ఞుడనని అనుకోవడం నిస్సంశయంగ తెలివి తక్కువ పని అయినప్పటికి, తాను తెలివిహీనుడనని, బలహీనుడనని అనుకోవడం మరింత తెలివి తక్కువ పని అవుతుంది. అందరికి ఒకే విధంగా వుండే దైవాదేశాలను పాటిస్తూ మనల్ని మనం దైవస్మరణకు అంకితం చేసుకోడానికి ప్రయత్నించాలి. అవే మనిషి సామాన్య బాధ్యతల యొక్క ప్రధాన అంశాలు."

- పూజ్య బాబుజీ మహారాజ్

వినమ్రత

- ***పూజ్య బాబూజీ మహారాజ్***

"పాపాత్ములకు దైవకృప అనుగ్రహింపబడినప్పుడు, పాపాత్ములు కానివారు దాన్ని అవమానంగ భావించారు", అని ఒకానొక కవి ఎంతో అందంగ చెప్పాడు.

గునాహ్‌గారోన్ కో పూఛ్చా జో వుస్కి రహమత్ నే
బహుత్ కాఫీ హువే జో గునాహగర్‌న ధే !

తాను పాపాత్ముడనని అనుకోవడం వినమ్రతకు ఒక గుర్తు. కాని యీ భావం ఇస్లాం మతానికి సంబంధించినది. బహుశా మన మతంలో దీన్ని గురించి ఎక్కడా చెప్పలేదు. వాస్తవానికి దీంట్లో మర్యాదకు సంబంధించిన విషయం ఒకటుంది. మనం పాపాత్ములమని భావించుకున్నప్పుడు, మన హృదయం ఆయన కృపను మన వైపుకు లాక్కోవడం ప్రారంభిస్తుంది. ఈ స్థితిలో మనం పూర్తిగ ఆయన కృపపై ఆధారపడినప్పుడు ఎంతో ప్రయోజనాన్ని పొందుతాం. ఇది శరణాగతిలో ఒక భాగం. మనం ఒక ఉన్నతమైన దానివైపుకు పురోగమించేటప్పుడు, మన అల్పత్వం అనుభవానికి రావడం మొదలెడుతుంది. దాని ఫలితంగ మనం ఆ దైవకృప కోసమే చూస్తుంటాం. మనం అస్తిత్వం లేని వాళ్ళం అవుతాము. అంటే ఆ దైవకృప కోసం మనం శూన్యాన్ని సృష్టించుకున్నామని దానర్థం. సత్‌తత్వం గురించి చెప్పే దీనిని అన్వేషకుడు మాత్రమే దాన్ని తెలుసుకోగలడు.

* * *

ఆధ్యాత్మికతలో నేర్వవలసినది

- *శ్రీ కె.సి.నారాయణ*

ఒకరోజు నేను ఒకానొక సీనియర్ అభ్యాసితో ఉన్నపుడు అతను అతని స్థితి గురించి అడిగారు. కలకత్తాలో జరిగిన బసంత్ ఉత్సవములో అతనికి కలిగిన అనుభవములను గురించి చెబుతు అవి కొన్నిసార్లు ఉన్నతముగను మరి కొన్నిసార్లు సాధారణముగను ఉన్నట్లు చెప్పెను. దీనికి జవాబు ఏమనగా మనము దేనినో ధ్యానములో ఆశించి అది కలిగితే మనము పురోగతి చెందినట్లును, లేనిచో ఆశాభంగము చెందెదము.

మనము ప్రశిక్షకుడు - అభ్యాసిల మధ్యన గల పరస్పర అనుబంధమును అర్థము చేసుకొనవలెను. అభ్యాసి, ప్రశిక్షకుని యందు ఎంతో కొంత ఆధ్యాత్మిక సంపద ఉన్నట్లును మరియు అందులో కొంత భాగము తనకు ఇవ్వగలరని ఆశించును. లేక ప్రశిక్షకుడు పద్ధతిని ఎంతోకొంత తెలిసినవారిగను భావించును. ప్రశిక్షకుడు, అభ్యాసిని దానియందు కొంత భాగము పొందుటకు అర్హుడని తలచును. పేరు అర్థములో చెప్పవలెనన్న అభ్యాసిని ఎంతో కొంత సాధింపగలవానిగను భావించును. వివేచన కలిగిన వ్యక్తి ఈ రెండు పైఖరుల మధ్యనగల సత్సంబంధమును చూడును.

ప్రశిక్షకునికిగల సమస్య, అభ్యాసికిగల సమస్యకన్నను ఎక్కువగా యుండును. అభ్యాసీ నేర్చుకొను ఆతృత కలిగియున్నను దానికి తగిన స్థితిలోనే తాను నేర్చుకొనగలను అను విషయము చాలా అరుదుగా అర్థము చేసుకొనును. అభ్యాసీ నేర్చుకొను సామర్థ్యము కలగనంతవరకు పురోగతి సాధించలేడు. అలా తయారుచేయబడిన పిమ్మటనే ఆ విద్యార్థి నెమ్మదిగా, తీవ్రతతో కూడిన అనేక దశల ద్వారా అభివృద్ధిని సాధిస్తు జీవితమునకు గల అర్థమును అవగాహన చేసుకొనగలడు.

ఆధ్యాత్మికతలో అర్హత కల వానికి చేరవలసిన భాగము చేరుననియు, దానికి ప్రేమ మరియు విధేయతలు కావలసియుండునని, ఈ రెండును దేనికవే స్వతంత్రమని పూజ్య బాబూజీ గారు చెప్పియుండిరి. ముఖ్యమైన విషయమేమనగా అభ్యాసి ప్రశిక్షకునికి మరియు సాధనా పద్ధతికి అనుగుణముగా యుండిన పురోగతి సమర్థవంతమైనదిగాను మరియు నిరంతరమైనదిగాను యుండును.

అభ్యాసి తనకు యింతకు మునుపు లభించిన శిక్షణ వలన యేర్పడిన స్థిరమైన అభిప్రాయములకు లోబడి, నిస్ఫలమైన విధానములతో ప్రశిక్షకుని కలుసుకొనిన ఈ

విధానమును తప్పుగా అర్ధము చేసుకొను అవకాశము కలదు. మరియు పద్ధతిని అన్నిరకములైన అసమర్ధవంతమైన మార్గములద్వారా సమీపించును. అతను ప్రాపంచిక విషయములైన ధనము, జ్ఞానము, భద్రత మరియు ప్రశాంత చిత్తమును ఆశించును. వేరు మాటలలో చెప్పవలెనన్న అతను తను కోరుకున్న విధముగ జ్ఞానమును పొందగోరును. ఏలననగా ఆవియే కావలసినవి మరియు అవసరమైనవిగా తలచును. ఇది యెటులయుండుననగా ఒక విద్యార్ధి తన తరగతి గదిలో లెక్కలు నేర్చుకొనుటకు వచ్చి, తనకు మొదట ద్విపథ సిద్ధాంతములు (Binomial Theorem) నేర్పవలసినదిగ కోరినట్లుయుండును. అతను అదియే చాల ముఖ్యమైన విషయముగా భావించును.

వాస్తవముగా మనము దేనిని గ్రహించగలమో దానినే నేర్చుకొనగలము. మనము మనయొక్క ఊహాగానాలు, భ్రాంతి, భావోద్వేగము లేక తెలివివలన కలిగిన స్థితులను బలవంతముగ రుద్దిన, అది మనము యింకనూ ఏవిధముగా నేర్చుకొనవలెను అను విషయమును తెలియజేయుచున్నది. మనము ప్రశిక్షకునివద్ద నిష్కపటముగా నున్నప్పుడే సాధకుడు దేనిని నేర్చుకొనవలసియున్నదో అది నేర్చుకొనుట సాధ్యపడును.

తను నిజముగ యెవ్వరో తెలియక, తను యెక్కడి నుంచి వచ్చెనో తెలియక మరియు యెక్కడికి పోవలెనో తెలియక యున్న స్థితిలోనుండు అభ్యాసి తను కోరుకున్న విధముగా తన పద్ధతిలో శిక్షణ జరగవలెనని ఆశించరాదు. మనలో పెక్కు మంది మనకు కలుగు అనుభవములను మాత్రమే ప్రేమిస్తూ వాటిని ఒసగువానిని ప్రేమింపక మరియు ఆ భావోద్వేగములను అనుభవింపకోరి ఆయనవైపు దృష్టి సారించెదమని పూజ్య బాబూజీగారు తరచూ చెబుతుండేవారు. ఆధ్యాత్మికతలో మనము వేచియుండవలెనే గాని ఏదో ఆశించి వేచిచూడరాదు (we wait but we do not await).

***

(బోధయంతి పరస్పరం vol.1, third rev. ed.Oct.2003 పేజి నంబరు 287 లోని పూజ్య శ్రీ కె.సి.నారాయణగారు వ్రాసిన “Learning in Spirituality”కి తెలుగు అనువాదము చేసినవారు శ్రీ సి.యస్. రాఘువన్)

Simplified System of Spirituality

(Message at Bangalore on 30-04-1978
On the Eve of His 79th Birth Day Celebrations)

\- ***Pujya Babuji Maharaj***

Brothers and Sisters,

The grace of my Master Supreme has enabled us again to assemble here and feel the cozy warmth of the sunshine of His everlasting benignance. As a burning flame of His blessing splendour, I do not belong to India alone, but to the whole world. So I want that all may taste the beauty hidden in love for the Ultimate. People everywhere seek the better climate and better conditions. But as Indians we are interested to produce the same environment in us, so that others may be benefitted by its radiation.

People do not know the value of spirituality, because such things are not infused in them by the society or parents. However, the present-day circumstances will mould them to come under the banner of spirituality. We should try to give them real peace; that is our duty and our business. A time will come when they will be forced to come on the proper path by Nature Herself. It will be for their own good.

God has created the world so that every flower may grow in its right standard. But the lashes of time have made it forget the purpose of God. So some feel enjoyment as the purpose of life, while others feel life to be monotonous. But the question is as to what is life. It is a state of being which

should remain permanently, as long as we live, thoroughly in contact with the Being, smelling at each step the fragrance of the Being.

The subtle state of being can only be felt when you become subtle yourself; feeling is there but it is difficult to put in words. A man should have the desire of drinking the whole river of spirituality. Then comes a day when the real spirit of inner and outer begins to dawn. We feel what we aspire for. The understanding comes when the seed at the bottom is fried up.

Things come and go but what lies in between these two is our real condition. This changeless condition of ourselves is the end of all spiritual activities. Blankness is another expression for this condition. The whole system is vacuumized in the end, and man becomes a real man. It has been found difficult to define "man", but when we add the word "real", it defines the beauty a man should have to belong to.

The changeless state is always there; but we are connected with the changeable, and either we take interest in it or reject it; and both of these are the links for bondage. We should rise above all these if we want to live life. Our method brings out these results if we practise it with interest.

It is a hidden dictum of Nature that every soul must live a happy and restful life. If we go otherwise, we are spoiling His world. We are all family people, but we must be

moderate in all our dealings. We should live a life like the coot and ducks in water. When they are out of water, they are free from it. Similarly, we should love all without getting soiled with attachment. Really speaking, in this way we learn non-attachment attachment.

Life in family is a life worth having, because in it we learn how to love others. It is a school for training real life. You have to remove only the brokenness and you will feel the love flowing equally to one and all, and it becomes universal. Life in family also brings worry and nervousness etc., in its trail. Worry is indeed reserved for humanity and not for animals. Really, that is a great Justice and favour for humanity from divinity. Why so? Because, it is a part of wisdom that takes a man to higher sphere. A piece of cloth is prepared by the wisdom of the weaver. His hands are at work, but he displays his wisdom by the movement of his hands. Wisdom has its own centre, but it guides manual efforts as well, where it is needed.

Nervousness, you should remove yourself. A warrior is never nervous on the field, because he has some aim before him. The courage starts when confidence is there; and confidence is there when you have willed to reach the destination. We should try only to build the future and not waste our time in thinking of the past. When we run forward, we do not look behind. We should try to be happy even in unhappy life. Happiest man is he, who is happy under all circumstances, and that is the part of a saint.

We have come out from Divine Energy, and it has become our base. But it has gone out of sight which we have to revive, if we want to maintain ourselves. Love is the way of inner awakening to the Reality. Sahaj Marg has come in the front with the basic principle in view.

May His grace guide us all to reach the cherished destination and fulfill the hopes of mankind! Amen.

* * *

No particular time is fixed for the prayer. One can do it when he feels inclined to it or else he should try to create a disposition for it when required. One should always pray to Him alone who is the Master in the true sense and one who is capable of being called one. I do not think it proper to pray to the slaves, i.e., to those powers which are subordinate to man and which are potentialised by him. The ravages of time have now reduced them to a consumptive state. It is also sheer folly to pray to the Great Master for worldly gains except in most special cases. Of course it is right to pray to the Master for that which is ordained. This comes under the rule of true etiquette and signifies our acceptance of Him as the Master, entrusting to Him our entire self.

- Pujya Babuji Maharaj

Oxygen Mask

-Pujya Sri Ramchandraji Maharaj

The world after so many beats of time has begun to seek what is the best in which to take refuge. Necessities influenced the mind to think out this problem coolly. Thinking continued and it resulted in thinking of something higher, the centre of which is still unknown to the present day humanity. We proceed from the matter around us. Thinking which is also subtle, took them to its own base, where is nothing but vacuum. The scientist has said that air becomes thinner and thinner till it becomes almost vacuum. Going further, we know there must be something where there may be the end of vacuum also. Vacuum connected with the vacuum is the base and that we should seek for. Now we proceed from the air around us on the earth. It is heavy and we can easily breathe. At higher altitudes, it gets thinner and thinner. One cannot breathe without an oxygen mask. Similar is the case here. We have to go from earthly consciousness to the ultimate consciousness. Earthly consciousness is part of the ultimate consciousness and they are connected. What is there in earthly consciousness? Heaviness.

When we proceed on, we begin to cross the heavier part. The heavy part gets left behind gradually in the process of proceeding to Reality till we come to the state of vacuum. Here now begins the awakening of the

ultimate consciousness. So the distance we cross is "Soul" and the destination we reach is "Brahma".

When we begin to go upward, we use the oxygen mask for breathing, what is the oxygen mask here in spirituality for the abhyasi? It is the meditation which helps in breathing freely. It works in both ways, it prepares you to breathe at the higher altitudes and also gives push towards it. We take it from the very beginning for this reason. What we require in the higher sphere of spirituality, we take it from the very beginning. It is my own experience that when a man reaches to that height and accidentally comes down to the earthly consciousness, his breathing will be heavy and he will feel trouble in breathing well. People often ask for the difference between Jiva and Brahma. The heavier part of air is Jiva and lightest part, almost vacuum, is Brahma.

* * *

People must get awakened to the sense of duty. I undertake to attend to my part of the duty while they should look to their own. But the practice must be supplemented with the feelings of love and devotion. On my part, I am ever overdesirous to give you all the greatest by way of spiritual lift and in the minimum possible time. If you advance even one step onwards, I am over- zealous to advance four steps towards you.

\- **Pujya Babuji Maharaj**

STANDARD MEDITATIONAL PRACTICES

- ***Pujya Babuji Maharaj***

MORNING MEDITATION

Sit in meditation for an hour thinking that Divine Light is present in your heart. Do it in quite a simple and natural way without forcing your mind.

Never mind if you do not see the light there. Start with a mere supposition so to say, and sit meditating in one posture with your attention turned towards the heart in a natural way without any effort to concentrate. Try to be unmindful of the thoughts arising at that time.

This process of meditation is very effective, and can never fail in bringing about the desired result.

PURIFICATORY PROCESS

The process of purification or cleaning uses the original power of Thought in the form of human will for the refinement of the individual soul to enable it to ascend the steep and slippery path of Realisation of the subtlest essence of identity.

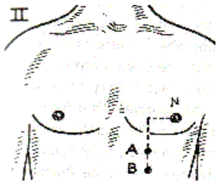
Sit for half an hour with a suggestion to yourself that all complexities and impurities including grossness, darkness, etc., are going out of the whole system through the backside in the form of smoke or vapour; and in its place sacred current is flowing into your heart from the Master's heart.

Meditation on point ‘A’ & ‘B’ :

Location of points “A” & “B”

From the left nipple measure two finger width straight towards the right. Then proceed straight downwards upto three finger width. This is the position of point “A”. Further on proceed two finger width more in the same downward direction. This is the point “B”.

Note: Measurement is to be made with one’s own fingers



Meditation on point ‘A’:

Fix your attention on the point and think that all men and women of the world are your brothers and sisters. Do this before going to bed for not more than 10 minutes

This meditation is highly effective for checking the indulgences of the mind and the improprieties of conduct.

Meditation on point ‘B’:

Imagine all your impurities and grossness to be going out from the point towards the front side and from behind it, the glow of the Atman is coming to view. Do this for not more than 10 minutes before commencing your daily practice of meditation.

Note :- The two meditations on points "A" and "B", as given above are very useful in curing the disturbed tendencies of mind. Since this disturbed condition of mind exists in majority of cases, the two meditations are advised to all the aspirants.

9 P.M. Prayer

Everyone should meditate for about 15 minutes at 9 p.m. sharp every night regularly thinking all men and women in this world are one's brethren and true devotion and faith for the Master is developing in all including him/her.

Bed time Prayer :

Just before going to bed at night, offer prayer. The proper and the most effective method of prayer is to sit in a supplicant mood and repeat the same mentally twice or thrice. Then begin to meditate over its true sense and try to get lost into it.

PRAYER

"O, Master!
Thou art the real goal of human life.
We are yet but slaves of wishes
Putting bar to our advancement.
Thou art the only God and power
To bring us up to that stage."

IDEAL :Commandment 3

- Sri K.C.Narayana Garu

The third commandment pleads with us to, "Fix up your goal which should be complete oneness with God, Rest not till the ideal is achieved".

In order to achieve success in any sphere of activity, we should have clear idea of the goal to that endeavour. A firm determination to reach the desired end goes a long way in strengthening our will for the task. If however there is no clear determination the chances are that we end up with penultimate results. A student seeking to have his honors in the graduation if he is not clear about his aim, is likely to end up in sports or in theatres or simply to have squandered his time and resources. It is true in the beginning we have no practical idea of the goal in any task. But we have before us persons who have aimed at the same goal and achieved a great degree of success. Their lives become our basic information in the task at hand and they become our models to emulate. We have earlier while studying the Prayer given to us by the Master stated that the goal of human life is the Master. The idea of the Master as the goal is likely to attract many ideas about God/Master we are accustomed to either through study or cultural inheritance. The most mature concept of the Master is that he is a Samavarthi one who does Just.

The Master exhorts us to fix our goal. This call for "Fixing up our goal." many of us have heard several times as some

sort of a choice before us. We can choose either Hell or Heaven or Paradise or this earth itself or we can choose God. That seems to be our approach. Revered Babuji's approach on the contrary is, it is our duty to reach the Ultimate. Thus in Raja Yoga to reach the Infinite Absolute is one of the primary duties of man. Master explains that 'the currents flowing from the Origin manifest themselves in diverse ways. They had descended not without purpose. They were in fact powers, which began to act in numerous ways, producing the required results. All these powers had emerged from the Origin and began to manifest their actions'.

Similarly in the case of man, Master explains 'the multiplicity of actions made him incognizant of all the various changes which, he had undergone during the march towards grossness. Now he is so intensely engrossed in it that it defies all efforts to get out of that state of complete grossness. Later on it took another turn. He came in touch with the world around and was influenced by the dealings and associations of others.' This explanation is one of the best we have on the concept of 'Anadi Karma' (Original Action) propounded by several systems of Vedanta. God had his own purposes of creation, but then what made us jump into it, is a question. That is the reason for our fall. What is that reason except our interest in a display? Then it is our duty to get back to Him. Why did we wait all these ages? Thousands of years, thousands of lives we have gone through, in the display forgetting our primary duty to get

back. So we should note, fixing our attention on Ultimate as our Goal is not a choice. When we don't do it we are not discharging one of our primary duties that is expected of us by Divinity and is the ultimate good to ourselves. Duty is for one's own good and is a concept that is to be understood well. If we understand the seriousness of it, we will appreciate why Revered Babuji again and again brings this concept of the time before creation. We may understand why at every stage, he brought the concept of creation. If we go through His books we see on every possible occasion He impresses upon it. He reverts to the subject very often, only to make us understand or remember our Homeland as He puts it, to be with Him.

Our duty is to be with Him. Not to be elsewhere. Not to discharge a few functions that are entrusted to us by the society. Not to discharge certain functions our family expects of us. Not to discharge certain functions which will improve our prestige in society. None of these social goods, answer the call deep within.

This has an implication on the "problem of good". We feel compelled, very often to alter existing circumstances to what we may consider as 'correct' or "good" and in the process find fault with others, their behaviour, their conduct etc. When someone is not behaving in the family/social/personal life according to established ways and manners, we tend to ask how is it that he is in the company of the Master? When someone else seems to be a person without good character as judged by us we ask how

is he in the system of spirituality? There is a case, long back at Tirupati, a Professor of the University there, refused to sit along with another Professor of the University whom he considered as basically unspiritual, irreligious etc; He said "how can I sit by his side, his very sight makes me abhor him". My father's answer was, "do you come for his sake or are you coming for Divinity's sake? Are you coming for meditation to realise your true nature or are you going to bother about him". But he never understood. He never understood his duty. We always tend to evaluate others, though we have no business doing that. Every person has a right of freedom to live according to his desire and will. If such living is not according to established social and legal norms there are institutions to attend to that problem. It shall be none of our concerns.

The other man's concern is the other man's concern; if he is not well, he is not well. How does it concern us? We have been fools on our own, leaving the Homeland, working up our veils, doing all sorts of Karma, getting entangled in a mess. Now if somehow we are able to remember the homeland, then we should get back to it. We have no right to judge others and evaluate them by our standards, forgetting our duty. In the process we tend to be uncharitable to the other person being evaluated. It would be wise to desist evaluating others until we see things from a calm mind and a calm vital consciousness. We are in general, always more able to criticize sharply the work of others and tell them how to do things or what not to do than

we ourselves avoid the same mistakes and wrongs. If defects are found in others according to our judgment it is our duty to correct it if we can and not find fault for such lapses or actions of the other person.

Until we have this clarity, it is a big confusion for us. The defects are found in others, in society and in the relations we have with other societies and countries. Are we to totally ignore our duties to correct others? How are we going to bother about society here in this context! After all things are happening in such a way outside, that on the road today somebody almost challenges that he will immolate himself, some boys are immolating in the North, there is riot, the Naxalites demand so many things. We may ask - are we not to respond to the social needs? Yes, we can, we should, but there is always a limitation to the individual involvement in this matter- these are issues to be tackled primarily by the Governments.

There are two attitudes we can have, one, either an attitude of equality to all regardless of their friendliness or hostility and two a general goodwill to all. It is improper to have an attitude of cursing or hatred to others. The imperience had during our sadhana, enables us to look upon all things and all people with a calm and clear vision and be impartial and uninvolved in our judgments. But this attitude is likely to lead to neutral indifference to all problems of society and Nations. If there is no kind of general action desired or needed, no loyalty to Truth is involved and no will for Truth to triumph and it is an action for one's personal

sadhana then the attitude of neutral indifference and samata would be enough attitude for us to progress. The message of Lord Krishna in the Gita is our guiding principle in these matters. Arjuna wanted no action against assailants; Lord Krishna who advocated the philosophy of Sthitha Prajna, rebuked Arjuna and insisted equally on the need to fight the adversary. The lesson is we should throw away personal and egoistic feeling of hatred and ill will and take sides with the Truth and refuse to concede anything to the falsehood that attacks us. With this attitude we see that the inner spiritual equality is right and the active loyalty and taking firm stand with the truth is equally right- they are not incompatible.

We shall examine the next concept introduced by Master in this Commandment. "Rest not till the ideal is achieved". Here there is an advantage for those practicing PAM, because the influx of Pranahuti is a matter of abiding experience of the aspirants, and this propels them to not take rest till the experience matures into a state of being with the Lord. By saying that we will not rest till the ideal is achieved, we are firming up our will to be with the Master till the goal is achieved and thereafter abide in His Consciousness. We have accepted Him and we can always feel that His support is there. He is ever prepared to help us. He needs no rest. Because even if we rest He will be active still, once this path is followed.

We may recall Revered Babuji's illustration of a person getting drowned; the restlessness to reach the homeland

should be like a person who is getting drowned. In one of the stories illustrated by the Saint Paramahamsa Ramakrishna we find, a person who went to him and wanted to know how restless a man should be in spiritual life. The Saint took him to river Ganges and then forcibly put him below the water. That man somehow wriggled himself out and then the Saint Ramakrishna said 'if you develop this type of restlessness to get out of this world, you will reach God.' It is for us to evaluate ourselves. We hear often "Am I not restless, am I not coming for meditations whatever may be the problems, am I not able attending to morning sittings, am I not attending satsanghs." We go on giving certificates for ourselves, but then these certificates do not work. It is like the same thing as a person who is going to get drowned. This question will be for persons who are not already drowned. All of us are drowned in the mire of Maya, in the mire of Prakriti, stated in whatever language we may like; in the display of Nature. We are lost here in the display of Nature; we have to come out to reach our Homeland. Do we feel so? We feel now and then perhaps that this is not all that convenient, like a fish, come up to breathe and again we go down. How long should we do this?

How long should we continue with our Sadhana? As long as it is required by us to become a 'Big Zero' and allow the Divinity to express itself through us. In us others shall see Divinity alone, we shall be totally forgotten by others. When they see us- they must see Divinity in us. Let us take

for example, our Master Revered Babuji. We know He has not given us a scope to think that He is father of Prakash or father of Umesh or son of Sri Badriprasad or disciple of somebody else. We know fully He has not given that image at all to us. He has given only one image to us and that image is He is Divinity in expression. There is no other image that He is capable of giving us. He annihilated Himself to that extent and He pleads with us to come up to that level. Nothing short of it is our Goal.

The Goal, the imaginary goal of complete oneness with God during meditation is not the Goal advocated by Sri Ram Chandra. That is not what He is asking us to achieve, whatever we say of our state of mind during our meditation shall find expression outside and when can it be? When we are a total 'Zero', not when we become zero during meditation, which most of us become-most of us have achieved that stage. Most of us have achieved a stage of oneness with Him, in meditation we are finding ourselves calm, absolutely undisturbed, no thought, and everything is fine in deep Samadhi. Still when others see us, they see us as X, Y, Z. They don't see Divinity in us. The reason for that is we have still hidden Him inside, the Divinity is still inside the cave. That is what Revered Lalaji Maharaj said about God Realisation. He said,' now you have been displaying yourself having Divinity hidden inside, now you hide and allow the Divinity to be seen by others.

Many seekers enter into this field of spirituality and express keen concern for realisation of their true nature. The rigors

of practice and the experience they have make them move a considerable distance. But a state of complacency develops when the experience of meditation and the changes observed in oneself are felt as satisfactory. In the long journey through the desert, oases are there but they shall not be our resting places. The famous story of the race between rabbit and the tortoise is a standing example of taking rest forgetting the goal. Unless a Master of caliber is available one is likely to lapse into deep slumber half way in the path.

That is all about Sadhana and restlessness required of us. Once we understand our inseparable relationship with the Divine during our meditations through our progress in the path of spirituality, and this gets fomented by the constant watchful eye of the Master, clarity of the goal emerges and we implement this commandment easily.

* * *

If we try to retain the effect gained by meditation for the most part of the day, and abide in the same state for as long as we can, we are in a way in constant remembrance of God and our progress is easy and rapid. We must also cultivate habits which might be conducive to our efforts for shattering the network. For instance, the ears should attend to only noble talks; the eye should see only that which is pious and good; the heart should be inclined only towards that which is virtuous.

\- ***Pujya Babuji Maharaj***

TEN COMMANDMENTS

1. Rise before dawn. Offer your prayer and puja(worship) at a fixed hour preferably before sunrise, sitting in one and the same pose. Have a separate place and 'asan' (seat) for worship. Purity of mind and body be specially adhered to.
2. Begin your puja with a prayer for spiritual elevation with a heart full of love and devotion.
3. Fix up your Goal which should be 'Complete Oneness' with God. Rest not till the ideal is achieved
4. Be plain and simple to be identical with Nature.
5. Be truthful. Take miseries as Divine Blessings for your own good and be thankful.
6. Know all people as thy brethren and treat them as such.
7. Be not revengeful for the wrongs done by others. Take them with gratitude as heavenly gifts.
8. Be happy to eat in constant divine thought whatever you get, with due regard to honest and pious earnings.
9. Mould your living so as to rouse a feeling of love and piety in others.
10. At bed time, feeling the presence of God, repent for the wrongs committed unknowingly. Beg forgiveness in a supplicant mood, resolving not to allow repetition of the same.

Determination

- Pujya Babuji Maharaj

What I want is that all of you rise as sun of spirituality!

But how is it possible?
When you do not let the shadow of earth eclipse the sun

And when that is possible?
When you orbit in such a way as your movement be direct.

How to find this orbit? How to move direct?
By keeping the destination in full view.

How to remember the destination?
By becoming one with it

And when can a person be one with that?
When you lose yourself.

And how to lose oneself?
By bearing no other thought in the heart than that

And how is that possible?
By practice

How practice is possible?
Through love and interest.

How love and interest can be engendered?
By remembering constantly.

And how constant remembrance be cultivated?
Through determination.

How determination is possible?
When we gird up our loins to sacrifice our pleasures and to shake off idleness.