భగవాన్ శ్రీరమణులు రచించిన

నే నెవరిని?

నాన్ యార్ అన్న శ్రీరమణుల తమిళ రచనకు

ఆంధ్రీకరణం

శ్రీ ప్రణవానందులు

ఆధునిక తెలుగు భాషలోనికి మార్పు

ముదిగొండ వీరభద్రయ్య

ప్రచురణ

శ్రీ రమణ కేంద్రం - హైదరాబాద్

అరుణాచల శివ

ఓం నమో భగవతే శ్రీ రమణాయ

నేనెవరిని?

సకల జీవులు దుఃఖమన్నది లేకుండా, ఎప్పుడూ సుఖంగా ఉండాలని కోరుతారు. ప్రతివ్యక్తికీ తనమీదనే పరమప్రీతి ఉంటుంది. ప్రీతికి సౌఖ్యమే కారణం. మనస్సు అణగిన నిద్రలో ప్రతిరోజూ అనుభవించే తన స్వభావమైన ఆ సుఖాన్ని పొందాలంటే తనని తాను తెలిసికోవడం తప్పనిసరి. అందుకుగాను నేనెవరిని అన్న జ్ఞాన విచారమే ముఖ్యమైన సాధనం.

“నేనెవరిని?” సప్తధాతువుల చేత ఏర్పడినట్టి స్థూలదేహం నేను కాను. శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధాలనే ఐదు విషయాలను విడివిడిగా తెలిపేటటువంటి శ్రోతృ (చెవి), త్వక్ (చర్మం), చక్షు (నేత్రం), జిహ్వ (నాలుక), ఘ్రాణము (నాసిక) లనే జ్ఞానేంద్రియాలయిదున్నూ నేను కాను. మాట్లాడడం, నడవడం, ఇవ్వడం, మలవిసర్జనం, ఆనందాలనే అయిదు పనులను చేసేటటువంటి నోరు, కాలు, చేయి, మలద్వారం, మర్మావయవాలనే ఐదు కర్మేంద్రియాలున్నూ నేను కాను. శ్వాస మొదలయిన ఐదు వృత్తులు (పనులు) ఉన్నటువంటి ప్రాణము మొదలైన వాయు పంచకములూ (ఐదు వాయువులూ) నేను కాను. తలంచే (ఆలోచించే) మనస్సునీ నేను కాను. అన్ని విషయాలనూ, అన్ని వృత్తులనూ వదలి (కేవలం) విషయ వాసనలతో కలిసిఉండే అజ్ఞానాన్నీ నేను కాను. పైన చెప్పిన వాటినన్నిటిని నేను కానని నేతిచేసి నిలిచేటటువంటి ఎఱుకయే నేను. ఎఱుక (తెలివిడి) యొక్క స్వరూపం సచ్చిదానందం.

సమస్తమూ తెలిసికోవడానికి, సకల వృత్తులకూ కారణం మనస్సు. అది అణగినట్లయితే జగద్దృష్టి (నేను శరీరంలో ఉన్నాను, లోకం నాకు బయట ఉన్నది అని లోకాన్ని చూడడం) వదిలిపోతుంది. లేని సర్పం ఉన్నదనుకొనే భ్రమ పోతేతప్ప ఆ సర్పభ్రమకు అడుగున నిజంగా ఉన్నది త్రాడే (రజ్జువు) అన్న జ్ఞానం కలుగనట్లు, కల్పితమైన జగద్దృష్టి వదిలితే తప్ప అధిష్ఠాన స్వరూప దర్శనం కలుగదు.

మనస్సు అన్నది ఆత్మ స్వరూపంలో ఉండే ఒక అతిశయశక్తి. తలపులన్నింటిని అది తోపింపచేస్తున్నది. తలపులన్నిటినీ తొలగద్రోసి చూసినప్పుడు ప్రత్యేకంగా మనస్సనే వస్తువొకటి లేదు. కాబట్టి తలపే మనస్సు యొక్క స్వరూపం. జగత్తనే ఒక వస్తువు తలపుల్ని వదలి వేరేగా లేదు. నిద్రలో తలపులు లేవు. జగత్తూ లేదు; జాగ్రత్ స్వప్నాలలో తలపులున్నవి. జగత్తూ ఉన్నది. సాలెపురుగు తనలో నుంచి ఎట్లా నూలును బైటకు త్రోసి మళ్లీ దాన్నెట్లా తనలోనికి తీసికొంటున్నదో, ఆవిధంగానే మనస్సుకూడా తనలోనుంచి జగత్తును తోచేటట్లుగా చేసి మళ్లీ తనలో మఱుగుపఱుచుకొంటున్నది. మనస్సు ఆత్మ స్వరూపంనుంచి బహిర్ముఖమైనప్పుడు (బైటకు వెళ్తున్నప్పుడు) జగత్తు తోస్తుంది. అందువల్ల జగత్తు తోచేటప్పుడు స్వరూపం తోచదు. స్వరూపం తోచే (ప్రకాశించే)టప్పుడు జగత్తు తోచదు. మనస్సు స్వరూపాన్ని విచారిస్తూ వెళ్తే (అంటే వెదుకుతున్నట్లయితే) "తానే" మనస్సయి ముగుస్తుంది. "తాను" అనేది ఆత్మ స్వరూపమే. మనస్సెప్పుడూ ఒక స్థూల వస్తువుని ఆశ్రయించే ఉంటుంది. అది ఒంటరిగా నిలువదు. మనస్సే సూక్ష్మ శరీరమనీ, జీవుడనీ చెప్పబడ్తున్నది.

ఈ శరీరంలో "నేను" అని తోచేది ఏదో, అదే మనస్సు. నేను అనే తలపు దేహంలో ఎక్కడ మొదట స్ఫురిస్తున్నదని విచారిస్తే (అది) హృదయంలోనని తెలియవస్తుంది. అదే మనస్సు పుట్టుచోటు (ఉనికిపట్టు). నేను, నేను అని మననం చేస్తూ ఉంటే ఆ చోటికే తీసికొనిపోయి చేరుస్తుంది. మనస్సులో తోచే తలపుల కన్నిటికీ నేను అన్న తలపే మొదటిది. ఇది లేచిన తర్వాతే, పుట్టిన వెనుకనే, లెక్కలేని తలపులు పుడ్తున్నవి. ఉత్తమపురుష ఐన "నేను" తోచింతర్వాతనే, మధ్యమ ప్రథమ పురుషలైన "నీవు" "వాడు" మొదలైనవి తోస్తున్నవి. ఉత్తమపురుష లేకుండా మధ్యమ ప్రథమ పురుషలుండవు.

"నేనెవరిని?" అన్న విచారణ చేతనే మనస్సు అణగుతుంది. నేను అనే తలపు ఇతర తలపులన్నింటినీ చంపి (నాశనము చేసి) శవాన్ని కాల్చిన కట్టెలాగా తానుకూడా నశిస్తుంది. ఇతర తలపులు లేచినప్పటికీ వాటిని పూర్తిగా నెరవేర్చడానికి ప్రయత్నించకుండా "అవి ఎవరికి కలిగినవి?" అని విచారించాలి. ఎన్ని తలపులు పుడ్తే ఏమి? జాగ్రత్తగా ఒక్కొక్క తలపును (అది) పుట్టిన వెంటనే "ఇది ఎవరికి కలిగింది?" అని విచారించినట్లయితే నాకు అని తోస్తుంది. నేనెవరినని ప్రశ్నించితే

మనస్సు తన పుట్టినచోటికి మళ్లుతుంది. పుట్టిన తలపూ అణగిపోతుంది. ఈవిధంగా అభ్యాసం కాగా కాగా, మనస్సుకి తన జన్మస్థానంలో నిలిచిఉండే శక్తి ఎక్కువౌతుంది. సూక్ష్మమైన మనస్సు మెదడు అన్న ఇంద్రియం ద్వారా బైటకు వెళ్తున్నప్పుడు స్థూలమైన నామరూపాలు తోస్తున్నవి. హృదయంలో నిలుకడ చెంది ఉన్నప్పుడు నామరూపాలు మఱుగవుతున్నవి. మనస్సును బైటకు పోనీయకుండా హృదయంలో నిలుపుకోవడానికే "అహంముఖము" లేక "అంతర్ముఖము" అని పేరు. హృదయం నుంచి దాన్ని బైటకు పోనివ్వడం బహిర్ముఖం (అనిపేరు). ఈ రకంగా మనస్సు హృదయంలో నిలిస్తే తలపులకన్నిటికీ మూలమయిన "నేను" అన్నది పోయి, ఎప్పుడూ ఉండే తాను మాత్రం ప్రకాశిస్తుంది. నేను అను తలపు కొంచెమైనా లేనిచోటే (స్థితియే) స్వరూపమవుతుంది. అదే మౌనమనబడ్తుంది. ఈ రీతిగా ఊరక ఉండటానికే జ్ఞానదృష్టి అని పేరు. ఊరక ఉండడమంటే మనస్సుని ఆత్మస్వరూపంలో లయింపచేయడమే. అట్లాకాక, ఇతరుల తలపులను తెలిసికోవడం, మూడు కాలాలను తెలిసికోవడం, దూర దేశాలలో జరిగే విషయాలను తెలిసికోవడం మొదలైనవి జ్ఞానదృష్టి కాలేవు.

ఆత్మస్వరూపమొక్కటే సత్యమైనది. జగజ్జీవేశ్వరులు (జగము, జీవుడు, ఈశ్వరుడు) ముత్తెపు చిప్పలోని వెండిలాగా, అందులో (ఆత్మస్వరూపంలో) కల్పితాలు. ఈ మూడు కూడా ఒకే కాలంలో తోచి ఒకే కాలంలో మఱుగవుతున్నవి. స్వరూపమే జగము, స్వరూపమే నేను. స్వరూపమే ఈశ్వరుడు; అంతయు శివస్వరూపమే అవుతుంది.

మనస్సు అణగడానికి విచారము తప్ప తగినట్టి ఉపాయాలు వేరే లేవు. వేరే ఉపాయాల చేత అణగినప్పటికీ, మనస్సు అణగినట్లు ఉండి, మళ్లీ లేస్తుంది. ప్రాణాయామం చేత మనస్సు అణగుతుంది. ఐతే ప్రాణము అణగిఉండేటంత దాకా మనస్సు కూడా అణగిఉండి, ప్రాణం బైటకు రాగానే తాను కూడా బైటకు వచ్చి, వాసనలకు వశమైపోయి అలిసిపోతుంది. మనస్సుకీ, ప్రాణానికీ పుట్టినచోటు ఒక్కటే. తలపే మనస్సుయొక్క స్వరూపము. నేను అన్న తలపే మనస్సుయొక్క తొలితలపు. అదే అహంకారం. అహంకారం ఎక్కడ పుడ్తున్నదో అక్కడినుంచే శ్వాస బయలుదేరుతున్నది. కాబట్టి మనస్సు అణగుతున్నప్పుడు ప్రాణమూ, ప్రాణం అణగుతున్నప్పుడు మనస్సున్నూ అణగుతుంది. కాని సుషుప్తిలో మనస్సణగినప్పటికీ ప్రాణమణగడం లేదు. దేహ రక్షణకోసం, దేహమన్నది మరణించిందేమో అన్న

సందేహం కలుగకుండడం కోసం ఈవిధంగా ఈశ్వర నియతిచేత ఏర్పడి ఉంది. జా(గత్తు (మెలకువ)లోనూ, సమాధిలోనూ మనస్సు అణగునప్పుడు (ప్రాణం అణగుతున్నది. (ప్రాణమన్నది మనస్సుయొక్క స్థూలరూపం. మరణకాలం దాకా మనస్సు (ప్రాణాన్ని శరీరంలో ధరించుకొని ఉండి, దేహం మరణించే సమయంలో దాన్ని ((ప్రాణాన్ని) కమ్ముకొని (అంటే తనలో నిముడ్చుకొని) పోతున్నది. కాబట్టి (ప్రాణాయామం మనస్సుని లోబరచుకోవడానికి తోడ్పడ్తుందే కాని, మనస్సుని నశింపచేయదు.

(ప్రాణాయామంలాగే మూర్తిధ్యానం, మం(త్రజపం, ఆహారనియమం అనేవి మనస్సుని లోబరచుకోవడానికి సహకారులే. మూర్తిధ్యానం చేతా, మం(త్రజపంచేతా, మనస్సు ఏకా(గ్రతను చెందుతుంది. ఎప్పుడూ చలిస్తూ ఉండే ఏనుగుతొండంపైన ఒక గొలుసుని ఉంచినప్పుడు ఆ ఏనుగు వేరేదానిని కాక, దానినే పట్టుకొని ఎట్లా పోతున్నదో, ఆవిధంగానే నిరంతరం చలిస్తూ ఉండే మనస్సును ఏదో ఒక నామానికో, రూపానికో అలవాటు చేస్తే, దాన్నే (గ్రహించి (పట్టుకొని) ఉంటుంది. మనస్సు లెక్కలేని తలపులుగా పగిలిపోవడంచేత ఒక్కొక్క తలపుకూడా ఎంతో బలహీనమవుతున్నది. తలపులు నశించగా నశించగా ఏకా(గ్రస్థితిని పొంది, దానిచేత శక్తితో కూడిన (బలపడిన) మనస్సుకి ఆత్మవిచారం సులభంగా సిద్ధిస్తుంది. నియమాలన్నిటిలో గొప్పదయినట్టి మితమైన సాత్త్వికాహారనియమం చేత మనస్సు యొక్క సత్త్వగుణం వృద్ధిపొంది ఆత్మవిచారానికి సాయపడ్తుంది.

వెనువెంట వచ్చేటటువంటి విషయవాసనలు లెక్కకుమించి, సము(ద్రపుటలల లాగే కలిగేవి అయినప్పటికీ, స్వరూపధ్యానం పెరుగగా పెరుగగా అవన్నీ నశిస్తాయి. వాసనలన్నీ కూడా అణగి స్వరూపమా(త్రంగా ఉండడం సాధ్యమవుతుందా అనేటటువంటి సంశయరూప భావానికైనా చోటీయకుండా స్వరూపధ్యానాన్నే నిరంతరం కలిగిఉండాలి. ఒకడు ఎంత పాపి అయినప్పటికీ "నేను పాపినికదా, ఎట్లా కడతేఱ గల్గుతాను?" అని వెక్కివెక్కి ఏడుస్తూ ఉండక, "నేను పాపిని" అన్న తలపును పారదోలి స్వరూపధ్యానంలో దృఢంగా, పట్టుదలతో ఉన్నట్లయితే అతడు తప్పక బాగుపడ్తాడు (అంటే కడతేఱుతాడు).

మనస్సులో ఎంతదాకా విషయవాసనలు ఇల్లుకట్టుకొని ఉంటాయో అంతదాకా "నేను ఎవరిని?" అన్న విచారణా అవసరమే. తలపులు తోస్తూ ఉండగా తోస్తూ ఉండగా వాటినన్నిటినీ అప్పటికప్పుడే అవి పుట్టినచోటనే విచారణ చేత నాశనం చేయాలి. అన్యమును ఆశించ (చేర) కుండడం వైరాగ్యం, లేక నిరాశ, అవుతుంది. తన్ను వదలకపోవడం (అంటే తనను గురించిన ఎఱుకను ఎల్లప్పుడూ కలిగి ఉండడము) జ్ఞానమవుతుంది. నిజానికి వైరాగ్యమూ, జ్ఞానమూ – రెండూ ఒక్కటే. (సముద్రంలోంచి) ముత్యాలను పైకి తెచ్చేవాళ్లు తమ ఒడిలో రాళ్లను కట్టుకొని మునిగి సముద్రపు టడుగున ఉండే ముత్యాలనెట్లా పైకి తెస్తారో, అట్లాగే ఒక్కొక్కడు వైరాగ్యాన్ని పొంది తనలో లోతుగా మునిగి ఆత్మముత్యాలను పొందగల్గుతాడు. తన స్వరూపం పొందేదాకా తాను నిరంతరం స్వరూపస్మరణ ఉన్న వాడయినట్లయితే, (అంటే ఎప్పుడూ ఆత్మను గురించిన ఎఱుక కలిగిఉన్నట్లయితే), అదొక్కటే చాలు. కోటలో విరోధులున్నంత దాకా, అందులోనుంచి బైటకు వస్తూనే ఉంటారు. వాళ్లు అగుపడీ, అగుపడగానే వెంటవెంటనే చంపుతున్నట్లయితే కోట వశమవుతుంది.

నిజానికి దైవమూ, గురుడూ వేరువేరు కాదు. పులినోట్లో పడిందెట్లా తిరిగిరాదో, అట్లాగే శ్రీగురుని కటాక్షవీక్షణంలో పడినవారు, వారిచేత రక్షింపబడ్తారే కాని ఎప్పుడూ వారిచేత వదలివేయబడరు. అయినా కూడా గురుడు చూపిన దారిననుసరించి వెళ్లాలి.

ఆత్మచింతనం తప్ప వేరే చింతలు పుట్టడానికి కొంచెమైనా చోటు ఈయక ఆత్మనిష్ఠాపరుడై ఉండడమే తనను ఈశ్వరునికి అర్పించుకోవడం. ఈశ్వరుని మీద ఎంత భారం మోపినప్పటికీ, దానినంతా ఆయన మోస్తున్నాడు. సమస్త కార్యాలను ఒక పరమేశ్వర శక్తి నడుపుతుండడం వల్ల మనం దానికి లోబడి ఉండడం మానివేసి 'ఇట్లాచేయాలి, అట్లా చేయాలి' అని ఎప్పుడూ చింతించడం ఎందుకు? భారాలనన్నింటిని రైలుబండి మోసికొనిపోవడం తెలిసికూడా, దానిలో ప్రయాణిస్తున్న మనం, మన చిన్నమూటను అందులో వేసి సుఖంగా ఉండకుండా, దాన్ని మన నెత్తిమీదనుంచుకొని ఎందుకు కష్టపడాలి?

సుఖమన్నది ఆత్మస్వరూపమే. సుఖమూ, ఆత్మస్వరూపమూ వేరు కావు. ఆత్మసుఖమొక్కటే సత్యం. ప్రపంచ వస్తువులలో ఒక్కదాన్లోనైనా సుఖం లేదు. వాటివల్ల సుఖం కల్గుతున్నదని మనం మన అవివేకంవల్ల తలుస్తున్నాము. మనస్సు బైటకు వెళ్తున్నప్పుడు దుఃఖాన్ని అనుభవిస్తున్నది. యథార్థానికి మన కోరికలు తీరినప్పుడల్లా అది (మనసు) యథా స్థానానికి మళ్లినదై ఆత్మసుఖాన్నే అనుభవిస్తున్నది. అట్లాగే నిద్ర (సుషుప్తి), సమాధి, మూర్ఛ కాలంలోనూ, కోరినవస్తువు దొరికినప్పుడూ, ఇష్టంకాని వారికి చెడు కలిగినప్పుడూ, మనస్సు అంతర్ముఖమై (అంటే లోనికి తిరిగినదై) ఆత్మ సుఖాన్నే అనుభవిస్తున్నది. ఇట్లా మనస్సు ఆత్మను వదలి బైటకువెళ్లడం, లోపలికి మరలడాలతో అంతులేకుండా అలసిపోతున్నది. చెట్టుకింది నీడ సుఖంగా ఉన్నది. బైట సూర్యుని వేడి క్రూరంగా ఉన్నది. బైట ఎండవేడిమి కొట్టినవాడు, నీడకుపోయి చల్లదనం అనుభవిస్తున్నాడు. కొంతసేపు అక్కడ ఉండి, తర్వాత బైటకు వచ్చి వేడియొక్క క్రౌర్యాన్ని సహించలేక మళ్లీ చెట్టుకిందికి వస్తున్నాడు. ఈ రీతిగా నీడలోనుంచి ఎండలోకి పోవడమూ, ఎండలోనుంచి నీడలోనికి పోవడమూ అనే రాకపోకలు చేస్తున్నాడు. ఇట్లా చేసేవాడు అవివేకి. వివేకియేమో నీడను విడిచివెళ్లడు. అట్లాగే జ్ఞాని మనస్సు బ్రహ్మమును వదలిఉండదు. కాని అజ్ఞాని మనస్సో ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించి దుఃఖపడడమూ, కొంచెంసేపు బ్రహ్మము వైపుకి తిరిగి సుఖమనుభవించడంగా ఉన్నది. జగము మరుగవుతున్నప్పుడు – అంటే తలపులు లేనప్పుడు – మనస్సు ఆనందమనుభవిస్తున్నది. జగంతోస్తున్నప్పుడు – అంటే తలపుకలిగినప్పుడు – అది దుఃఖం అనుభవిస్తున్నది.

ఇచ్ఛచేత, సంకల్పంచేత, ప్రయత్నంచేత కాకుండా, సూర్యుని సన్నిధిమాత్రం చేతనే సూర్యకాంతపురాయి అగ్నిని కక్కుతుంది. కమలాలు వికసిస్తాయి. నీళ్లు ఇంకుతాయి. లోకంలోని జనులు తమతమ పనుల్లోకి చేరి వాటివల్ల అణగిపోతారు. సూదంటురాయి ముందర సూది కదులుతుంది. వీటిలాగానే సంకల్పరహితుడైన ఈశ్వరుని సన్నిధి అన్న విశేషమాత్రంచేత నడిచేటటువంటి (ప్రవర్తించేటటువంటి) మూడు వృత్తులకూ, లేక పంచకృత్యాలకూ లోబడిన జీవులు, తమతమ కర్మానుసారంగా చేష్టలు కలిగి – అంటే కార్యాలను చేసి – నిశ్చేష్టితులవుతున్నారు. కాని అతనికి సంకల్పం లేదు. ఏ కర్మమూ అతణ్ని అంటుకోదు. లోకకర్మలు సూర్యుని అంటకపోవడం,

అంతటా వ్యాపించిఉండే ఆకాశాన్ని చతుర్భూతాల గుణ అగుణాలు అంటకుండా ఉండడం ఎట్లాంటిదో ఇది అట్లాంటిది.

ఏ శాస్త్రంలోనైనా ముక్తి చెందడానికి మనస్సుని అణచ(జయింప)వలెనని చెప్పిఉన్నది. మనోనిగ్రహమే శాస్త్రాలయొక్క అత్యంత ముఖ్య అభిప్రాయం. ఇది తెలిసింతర్వాత (కూడా) శాస్త్రాలను మితిలేకుండా చదవడంవల్ల ఫలితంలేదు. మనోనిగ్రహానికి "నేనెవరిని?" అని విచారించాలేగాని శాస్త్రాలలో విచారించడం ఏమిటి? తనని తాను పొందుటకు జ్ఞాననేత్రం చేతనే కదా తెలిసికోవాలి? రాముడు తాను రాముణ్ని అని తెలిసికోవడానికి అద్దంకావాలా? 'తాను' – పంచకోశాలలో ఉండేటువంటిది. శాస్త్రాలేమో పంచకోశాలకు అవతల ఉండేవి. కాబట్టి పంచకోశాలను అవతలకు తోసివేసి విచారించి తెలియవలసిన తన్ను శాస్త్రాలద్వారా వెదకడం వ్యర్థమే. బంధంలోఉండే తాను ఎవరినని విచారించి తన యథార్థ స్వరూపాన్ని తెలిసికొనడమే ముక్తి. నిరంతరం మనస్సుని ఆత్మలో ఉంచుకొని ఉండడానికే ఆత్మవిచారమని పేరు. ధ్యానమంటే, తన్ను సచ్చిదానంద బ్రహ్మము అని భావించడం. నేర్చినవాటి నన్నిటినీ ఒకప్పుడు మరవవలసి వస్తుంది.

ఊడ్చిపారేయాల్సిన చెత్తను పరీక్షించడం వల్ల ఎట్లా ప్రయోజనం లేదో, అట్లాగే తన్నెఱుగవలసిన వాడు, తనను కప్పిఉంచిన తత్త్వాలనన్నిటినీ గుంపుగా చేర్చి తోసివేయక అవి ఇన్ని అని లెక్కించడం వల్ల కాని, వాని గుణాలను పరీక్షించడంవల్ల కాని లాభంలేదు. దానివల్ల అతనికి కలిగే ఫలమేమీ లేదు. ప్రపంచాన్ని ఒక స్వప్నంలాగా తలచుకోవాలి.

జాగ్రత్తు దీర్ఘం, స్వప్నం క్షణికం – అవడంతప్ప వేరే భేదం లేదు. జాగ్రత్తులో జరిగే వ్యవహారాలన్నీ ఎంత నిజమైనవిగా తోస్తున్నవో, స్వప్నంలో జరిగే వ్యవహారాలుకూడా ఆ సమయంలో అంతే నిజంగా తోస్తున్నవి. స్వప్నంలో మనస్సు మరొక శరీరాన్ని ధరిస్తోంది. జాగ్రత్ స్వప్నాలు రెండింటిలోనూ తలపులూ, నామరూపాలూ ఏకకాలంలో కలుగుతున్నాయి.

మంచి మనస్సనీ, చెడ్డమనస్సనీ రెండు మనస్సులు లేవు. మనస్సు ఒక్కటే. వాసనలే శుభమనీ, అశుభమనీ రెండురకాలు. మనస్సు అశుభవాసనలతో

కూడిఉన్నప్పుడు చెడ్డమనస్సనీ చెప్పబడ్తుంది. ఇతరులెంత చెడ్డవారుగా అనిపించినప్పటికీ వాళ్లని ద్వేషించకూడదు. రాగద్వేషాలు రెండుకూడా వదలివేయాల్సినవి. ప్రపంచవిషయాలలో మనస్సుని ఎక్కువగా ఉంచకూడదు. సాధ్యమైనంతవరకు ఇతరుల కార్యాలలో ప్రవేశించకూడదు. ఒకడు ఇతరులకిచ్చే వాటినన్నిటినీ తనకే ఇచ్చుకొంటున్నాడు. ఈ సత్యం తెలిసికొన్నట్లయితే ఇతరులకు ఇవ్వకుండా ఉండేవాడెవడు?

"తాను" లేస్తే అన్నీ లేస్తాయి. 'తా'నణగితే అన్నీ అణగుతాయి. ఎంతగా మనం అణకువ కలిగి ప్రవర్తిస్తామో, అంతగా మేలవుతుంది. మనస్సుని లోబరచుకొని ఉంటే ఎక్కడ ఉండినా ఉండవచ్చు.

ఓం

శ్రీరమణార్పణమస్తు