శ్రీ రమణ జ్యోతి
ఆగష్టు 2017
ఈ సంచికలో ...

Sri Ramana Jyothi
August 2017
IN THIS ISSUE ...

1.	డా॥ కే.ఎస్. గారి 41వ ప్రవచనము	డా॥ వి. రామదాస్ మూర్తి	3
2.	భగవాన్ ఉపదేశసారము	పింగళి సూర్యసుందరం	9
3.	తిరువణ్ణామలైక మురుగనార్ రాక	మల్లాది ఫణిమాల	12
4.	శ్రీ భగవాన్ పాద సన్నిధిలో	జి. శ్రీహరిరావు	15
4.	ఆత్మవిచారణకు సుగమ మార్గము	విడపనకంటి	18
5.	సిద్ధులు, వారి 'సిద్ధు'లు	డా॥ వి. రామదాస్ మూర్తి	22
6.	Everything Belongs to God	Dr. K. Subrahmanian	26
7.	Four Phases	Kunju Swami	30
8.	Sannidhi of Sages Like Sri Ramana offers the proof of Advaita Siddh	Kanchi Mahaswamy	33
9.	Experience of Deep Sleep Clues for Sadhana	V. Krithivasan	36
10.	Maharshi's Concept of Liberation	Dr. M. Hafiz Syed	40

శ్రీ రమణజ్యోతి వ్యవస్థాపకులు : కీ॥శే॥ డా॥ కె. సుబ్రహ్మణియన్
(వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు శ్రీరమణకేంద్రం)

Editorial Board: Telugu: **Dr. V. Ramadas Murthy, Malladi Phanimala, Katravulapalli Subbalakshmi**
English: **V. Krithivasan, N.S. Ramamohan, Sneha Choudhury**

మనస్సును యథాస్థానంలో ఉంచాలి

ఆంగ్ల మూలం: డా॥ కే.యస్. గారి 41వ ప్రవచనము

తెలుగు అనువాదం: డా॥ వి. రామదాస్ మూర్తి

సత్సంగము, సద్గ్రంథపఠనము నిరంతరం సాగాలి

మనం మంచి ఆలోచనలను కలిగి వుండాలనుకుంటాము. మంచి విషయాలను ఆలోచించడానికి ప్రయత్నించేటప్పుడు మరేదో శక్తి మనల్ని ఆ దిశలో ప్రోత్సహిస్తుందని మనం గుర్తించాలి. కొద్దిసేపైనా సరే మనం ప్రశాంతంగా వుండగలగాలంటే సదృశ భావనలను కలిగిన సత్పురుషుల సాంగత్యం, సంభాషణల వల్లనే సాధ్యమని గ్రహించాలి. సత్సంగంలో మౌనంగానైనా సరే అలాంటి వారితో గడపడం ముఖ్యం. అందులో క్రొత్త ఏమీ లేదనుకోవడం తప్పు. తెలిసిన విషయాలనే మళ్ళీ మళ్ళీ వినడం వల్ల, అప్పటి అనుభవాన్ని బట్టి వాటిని క్రొత్త తరహాలలో అన్వయించడం జరుగుతుంది. అందుకే భగవాన్ సత్సంగం యొక్క ప్రాముఖ్యతను పలుసార్లు నొక్కి చెప్పేవారు. కాని సత్సంగంలో పాల్గొన డానికి కూడ భగవాన్ కృప అవసరమని గుర్తించాలి.

అలాగే, భగవద్గీత, రామాయణం వంటి సద్గ్రంథములను ఒకసారి పఠిస్తే చాలదా అనుకుంటాము. చాలదు. ఎందుకంటే జ్ఞానులు, అవతార పురుషులు ప్రవచించిన విషయాలను మళ్లీ మళ్ళీ చదివి మననం చేసుకున్న కొద్దీ, వాటిని గురించిన పరిజ్ఞానం పెరుగుతుంది. ఆ గ్రంథాలను చదవడం ఏదో వార్తాపత్రికను చదవడం లాంటిదని భావించరాదు. ఎవరైన ఒక వార్తాపత్రికలోని వార్తలు ఏమిటని అడిగితే, 5-6 వాక్యాలలో విషయాన్ని చెప్పి ముగించవచ్చు. కాని, గొప్ప గ్రంథాల విషయంలో అలాగ కాదు. ఒక శ్లోకాన్ని చదివిన తరువాత మనకు క్రొత్త అర్థాలు అవగతమై, నూతన ఉత్సాహం, ప్రేరేపణ కలుగుతాయి. అప్పటి మానసిక స్థాయిని బట్టి విషయాల పట్ల మన ధోరణి

మారుతుంది. శ్లోకం ఒకటే అయినప్పటికి, భగవంతుడు దానిని వేరే విధాలుగా తోపింప జేస్తాడు. అందుకే మళ్ళీ మళ్లీ చదివిన కొద్ది, మనలో పరిణతి ఏర్పడి అవగాహన పెరుగుతుంది. ఆ మాటకొస్తే, జీవితాంతం అలాంటి గ్రంథాలను చదివినప్పటికి, మనకు అన్ని సంగతులు అర్థమయ్యాయని చెప్పలేము.

మనం ప్రతిరోజు మూడు పూటల కొంచెమించు ఒకే రకమైన ఆహారాన్ని తింటుంటాము. కాని నిన్న ఇవే తిన్నాము కదా అని, ఈ రోజు వాటిని తినమని అనం. శరీర పోషణకు ఆహారం అవసరం. ఏదో అప్పుడప్పుడు మిఠాయిలు లేదా ఇతర పిండివంటలు తినినప్పటికి వాటిని రోజూ తినము. అవి మన శరీరానికి పోషణలను అందించలేవు. అలాగే విటమిన్ల వంటివి అదనంగా తీసుకున్నప్పటికి కేవలం వాటి ఆధారంగా మాత్రమే జీవించలేము. అప్పుడూ మామూలు భోజనం చేయాల్సిందే. మనం మామూలు అనుకునేదే మన శరీరాన్ని పోషించ గలదు. ఇక వారానికొకసారి భోజనం చేద్దామా అంటే అదీ కుదరదు. భౌతిక స్థాయిలోనే పరిస్థితి ఇలా వుంటే, మనసు విషయం మరెంత ప్రాముఖ్యమైనదో ఆలోచించాలి. ఆహారం మన శరీర పోషణ జరిపితే, భగవద్గీత, మరే ఇతర పవిత్ర గ్రంథమో మన మనసును ఆరోగ్యంగా సరియైన దిశలో వుంచుతుంది. దాని వల్ల ఆనందంగా వుండడానికి మనమనుకునే వాటికి భిన్నంగా మరెన్నో మార్గాలున్నాయని బోధ పడుతుంది. ఎప్పుడూ స్వంత విషయాలు, కుటుంబం, పిల్లల సంగతికి పరిమితం కాకుండ విశాల దృక్పథంతో ఆలోచించితే ఆనందంగా వుండగలుగుతాం.

నామ, రూపాలు అనేకం, శక్తి మాత్రం ఒక్కటే!

రోజూ ప్రార్థన, పూజ, జపం, ధ్యానం ఇలాంటివి చేస్తుంటాము. మన మనసును ప్రశాంతంగా వుంచి సమస్యలను అలజడి లేకుండ

ఎదుర్కొన జేయగల శక్తి కోసం ఇవి చేస్తాము. ఆ విషయంలో ప్రతిసారి విజయవంతం కాకపోవచ్చు. కాని నెమ్మదైన మనసు సమస్యలను ఎదుర్కొనే శక్తినిచ్చి, విజయం పొందామా లేదా అని వ్యథ చెందనివ్వదు. ఒకవేళ విజయం సాధించినప్పటికి, గర్వపడం. ఒక ఉన్నత శక్తి మనకు ఆ బలాన్ని ఇస్తుంది. మనం ప్రతిరోజూ దానిని సాధించేది ఎలా? కొందరు వేదాంతం గురించి, ఇతర గొప్ప విషయాలను గురించి మాట్లాడతారు. కొందరు ఏసుక్రీస్తు గురించి, కొందరు రమణ మహర్షి గురించి ఇలాగే బాబా, శ్రీ అరోబిందో గురించి తలుస్తుంటారు. ఈ ప్రత్యక్ష అవతారాలకు మనం విన్నవించుకునేవి నిజంగా వినిపిస్తాయా? ప్రతి ఒక్కరు, ఏదో ఒక గురువును ఎంచుకుంటే వాళ్ళకందరికి ప్రతి ఒక్కరి ప్రార్థనలు వినిపిస్తాయా? సహజంగా ఈ అనుమానం వస్తుంది.

ఒకరికి తల్లిదండ్రులు ఇచ్చిన పేరు కృష్ణస్వామి అనుకుందాం. ఆ వ్యక్తి పేరు జనన ధృవీకరణ పత్రంలో అలాగే వుండవచ్చు. ఆఫీసులో అతనిని అలాగే పిలుస్తారు. కాని ఇంటి దగ్గర మాటేమిటి? తల్లిదండ్రులు 'కిట్టూ' అని పిలువవచ్చు. ఇతరులు 'స్వామి' అని, 'కృష్ణ' అని లేదా స్నేహితులు మరేదో ముద్దుపేరుతో పిలవచ్చు. పిల్లలు జన్మించిన తరువాత, వాళ్ళు, వాళ్ళ పిల్లలు 'నాన్న', 'తాత' ఇలాగ పిలుస్తూ వుంటారు. పేర్లు అనేకం, వ్యక్తి ఒకరే. అలాంటి పరిస్థితుల్లో ఎవరైన పిలిచినప్పుడు, నేను ఆ వ్యక్తియేనా అని సమయం తీసుకుని ఆలోచిస్తామా? లేదా, కాసేపు ఆగు, కాస్సేపటి క్రితం ఎవరో నన్ను 'నాన్నా' అన్నారు. కొంచం సర్దుకోనివ్వండి అంటారా? ఏ ప్రయత్నమూ, ఆలోచన లేకుండ వెంటనే పలుకుతాం. రెండవది, ఒక వ్యక్తిని పిలిచి 'నీవు ఎవరు?' అని అడిగితే జవాబు ఏమి ఇస్తారు? మన పేరు చెబుతాం. పుట్టినప్పుడు మనకు పేరు లేదని అందరికి తెలుసు. పేరు పెట్టిన తరువాత సౌకర్యం కోసం ఆ పేరును ఆ శరీరానికి జత చేస్తారు. ఇక వ్యక్తి చనిపోయిన వెంటనే అతని పేరు చెప్పి, తీసుకెళ్ళిపొండి

అనరు. శవాన్ని తీసుకెళ్ళి పొండి అంటారు. ఆ తరువాతి రోజుల్లో ఆ పేరును వాడుతారు.

మనం 'లలితా సహస్రనామం' ఎంతో శ్రద్ధతో పారాయణం చేస్తాము. అమ్మవారు అంబ యొక్క వెయ్యి పేర్లు చదువుతాము. ఆఖరుకు ఆమెను 'నామ రూప వర్జితా' అని ధ్యానిస్తాం. అంటే ఆమెకు నామ, రూపాలు లేవని అర్థం. అన్ని పేర్ల చివర ఆమెను పేరు, ఒక ఆకారం లేని దేవిగా అభివర్ణిస్తాం. మానవుల మనసుకు నామం, రూపం, లేకుండ ఆమెను తలచుకొనడం కష్టం. ఋషులు అందుకే ఈ పద్ధతిని సూచించారు. నిరాకార స్వభావం వున్న మాతను మనం ఊహించలేము గనుక ప్రాథమిక దశలో ఒక రూపాన్ని ధ్యానించి పురోగమిస్తాం.

మనసును యథాస్థానంలో ఉంచాలి

ప్రస్తుతం మీద ధ్యాసను కేంద్రీకరించడం కష్టమని అనుభవాన్ని బట్టి మనకు తెలుస్తుంది. మన శక్తిలో చాలా భాగం గతం, లేదా భవిష్యత్తు గురించిన ఆలోచనలతో నిండిపోతుంది. మన శ్రద్ధ మొత్తం ఇప్పుడు జరుగుతున్న దాని మీద కేంద్రీకరించాలి. అది భగవంతుని అనుగ్రహం ఉన్నప్పుడే వీలవుతుంది. రోజులో ఏమి జరిగినప్పటికి, ప్రతి ఒక్కటి ఆయన ఇచ్ఛవల్ల జరుగుతుందని నమ్ముతూ ప్రార్థన చేయాలి. పూజ, జపం, ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు మనం భగవంతుని తలచుకుంటాం. ఏకధాటిగా ఒక్క పది నిమిషాలు ఏకాగ్రతతో అలా మనసును నిలుపగలిగితే, ఆ వ్యవధిని క్రమంగా పెంచుకొనవచ్చు. అంతా దైవేచ్ఛగా భావిస్తే ఏకాగ్రత, నిర్భయత్వం పెరుగుతాయి. ఏ కార్యం చేసినప్పటికి, దాని ఫలితాన్ని ఆశించకుండ చేయాలి. ఇది అనుభవంతో వస్తుంది కాని, చర్చిస్తూ వుంటే లభించదు. అలాంటి ప్రవర్తన వల్ల అప్రయత్నంగా అసాధారణమైన శక్తి కలిగి రోజువారీ

సమస్యలను ఎదుర్కొనగలుగుతాం. అది ధ్యానం యొక్క అద్భుత శక్తి, ప్రయోజనం.

ఆ స్థితిని సాధించడం ఎలా? అంచెలంచెలుగా ప్రయత్నం చేయాలి. గాఢనిద్రలో వున్నప్పుడు శరీరం, మనసు గుర్తుకు రావు. క్రమంగా మనసు హృదయం నుండి బయట పడుతున్నప్పుడు మనసు తెరమీదికి వస్తుంది. ఆ సమయంలో పక్కమీద నుండి దిగకుండ, ధ్యానం లేదా మానసికంగా ఏదైన జపం చేయాలి. ఐదు, పది నిమిషాలు ప్రాపంచిక వ్యాపారాలను పట్టించుకోకుండ వుండాలి. అలా ప్రయత్న పూర్వకంగా చేసినప్పుడు మనసు నిశ్చలమవుతుంది. ప్రొద్దుటే అలా చేస్తే కొంతసేపు ప్రశాంతతను అనుభవిస్తారు. దానితో నిత్య కార్యక్రమాలు సాఫీగా జరుగుతాయి. పగటిపూట మనసు ఏదో ఒక ఆలోచనలో నిమగ్నమైనందువల్ల మెలకువగా వున్నప్పుడు సుఖంగా వుండము. కాని మనం కునుకు తీస్తే, తాజాగా అవుతాము. ఎందుకంటే అప్పుడు మనసు వుండి వుండదు. నిద్ర పోకుండ పరుపు మీద 8 గంటలు పడుకుని వున్నప్పటికి, మనకు విశ్రాంతి లభించదు. మనసు హృదయంలో లీనమైనప్పుడే ప్రశాంతత లభిస్తుంది. అంటే మనసులేని ఆ స్థితిలో ఆనందం అనుభవిస్తున్నవారు మరెవరో వున్నారు. జాగృతి (మెలకువ), స్వప్న స్థితి, స్వప్నావస్థకాని (సుషుప్తి) స్థితి, అన్నింటిలో ఏదో ఒకటి అంతటిని గమనిస్తూనే వుంది. అలా నిరంతరం గమనించేదే ఆత్మ.

కర్తృత్వ భావన వదలి పెట్టాలి

మూడు స్థితులను (జాగృత్, స్వప్న, సుషుప్తి) మించి, ఆ పైన తురీయ స్థితి వుంది. దానిని ప్రయత్నపూర్వకంగా సాధిస్తే, రోజంతట ప్రశాంతంగా వుండవచ్చు. అది అనుభవంతో సాధించగలిగినది. ఇతరులకు మాత్రం అలాంటి వ్యక్తి ఏదో ఒక పని చేస్తున్నట్లు కనిపిస్తారు.

కాని అతనికి అలా చేస్తున్నట్లు అనిపించదు. అంటే కర్తృత్వ భావన వుండదు. మీ విధులు మీరు నిర్వర్తించాలి, మీ శక్తికొలది నిర్వస్తున్నారు. అంతే. భగవాన్ రోజులో ఎన్నో పనులు చేసేవారు. కాని అందులో కర్తృత్వ భావన వుండేది కాదు. కర్మఫలాలను అప్పగించడం అంటే అదే. ఒక కర్మను తాను చేస్తున్నాను అన్న భావన లేనప్పుడు ఆనందమూ వుండదు, దుఃఖమూ వుండదు. కొళాయిలో నుండి నీళ్ళు ప్రవహిస్తాయి. నీళ్ళు వున్నప్పుడు కొళాయికి సంతోషంగాని, నీళ్ళు లేనప్పుడు దుఃఖం గాని కలుగదు. తన ద్వారా నీటిని పోనిస్తుంది. అంతే.

ఏ పనినిగాని ఏదో ప్రీతితో, దానిలో మమేకమైనట్లు గాకుండ, తాము చేస్తున్నామన్న భావన లేకుండ చేయాలని భగవాన్ అంటారు. ఆ భావన కలుగడానికి పెద్దపెద్ద పనులేమీ చేయనక్కర లేదు. లేచిన వెంటనే మనసును లోనికి పంపే ప్రక్రియను పాటిస్తే చాలు. అలా చేయడం కాలాన్ని వృథా చేస్తున్నట్లుగా భావించరాదు. ఎంతో సమయం, శక్తి కలిసివస్తుంది. ఎందుకంటే పని సామర్థ్యత పెరుగుతుంది. అందరిలాగే నడుచుకుంటున్నప్పటికి, కార్యం పట్ల వ్యక్తి తీరు, ఆలోచనా పద్ధతి మారుతాయి. నేను కర్తను అన్న భావన వుండదు. కార్యం యొక్క ఫలం భగవంతుడే ఇస్తాడు. పని చేయడమే మన వంతు. ఉదయాన్నే మొట్టమొదట ఇలా చేస్తే, భగవాన్ కృపతో ప్రతి ఒక్కటి దైవేచ్ఛతో జరుగుతుందనే మానసిక స్థితిని పొందుతాం.

అరుణాచలశివ

భగవాన్ ఉపదేశసారము - గణపతి ముని వ్యాఖ్యానము

- పింగళి సూర్యసుందరం

18వ శ్లోకం: వృత్తయస్త్వహం వృత్తి మాశ్రితాః ।

వృత్తయో మనో విద్ధ్యహం మనః ॥

అర్థం: మనస్సు యొక్క కార్యకలాపాలన్నీ "నేను" మీదే ఆధారపడి ఉంటాయి.

వ్యాఖ్యానం: 'నేను' అనే భావం మీదే అన్ని మానసిక కార్య కలాపాలూ ఆధారపడి ఉంటాయి. అదే వాటి నిజస్థితి. దైనందిన జీవితంలో ఈ మానసిక కార్యకలాపాలు విస్తరించి కార్యరూపంలో వ్యక్తమవుతాయి. ఇదే మనస్సంటే. అందువల్ల మనస్సంటే "నేను" అని గ్రహించు. అన్ని కార్యాలూ ఆ "నేను" మీదే ఆధారపడి ఉంటాయి కాబట్టి మనస్సుకి రూపమదే. ఇంకొక విధంగా చెప్పాలంటే, "నేను" అనేదే మనస్సు యొక్క రూపం.

19వ శ్లోకం: అహ మయం కుతో భవతి చిన్వతః ।

అయి పత త్యహం నిజవిచారణం ॥

అర్థం: ఈ "నేను" ఎక్కడ్నుంచి ఉదయిస్తోంది? దీనిని అన్వేషించే వానికి 'అహం' భావం పడిపోతుంది. ఇదే ఆత్మ విచారణ అంటే.

వ్యాఖ్యానం: ఈ "నేను" అనేదే అహంభావం. ఈ 'నేను' అనేది ఎక్కడ్నుంచి వస్తుంది? ఈ అన్వేషణ చేసే వానికి 'నేను' అనే అహంభావం పడిపోతుంది, నశించిపోతుంది. ఇదే ఆత్మవిచారణ అంటే.

20వ శ్లోకం: అహమి నాశభా జ్యహ మహం తయా ।

స్ఫురతి హృత్స్వయం పరమ పూర్ణసత్ ॥

అర్థం: అహంభావం నశించినప్పుడు పరమమైన కేవల ఉనికే హృదయంగా 'అహం అహం' అంటూ స్ఫురిస్తుంది.

వ్యాఖ్యానం: మనో వ్యాపకాలకన్నిటికీ మూలం అహంభావమే. అది నశించినప్పుడు ''నేను నేను'' అనే ఎరుక హృదయంలో స్ఫురిస్తుంది. నేను సమసిపోయినప్పుడు వేరొక ''నేను'' స్ఫురించుట మేమిటి? దీని భావమిది. అహంభావం వ్యక్తిత్వభావానికి భిన్నం కాదు. అది రెండు విధాలు - ఒకటి మనస్సుకి సంబంధించినది, రెండవది ఆత్మకి సంబంధించినది. మనస్సుకైతే 'నేను' అనే భావముంటుంది, ఆత్మకు అది ఉండదు. మనస్సు కల్పించే 'నేను' అనే భావం పోతే ఆత్మ భాసిస్తుంది. అందువల్లే ఒక 'నేను' నశిస్తే రెండవది తెలియ వస్తుంది.

21వ శ్లోకం: ఇద మహం పదాఽ భిఖ్య, మన్వహమ్ ।
అహమి లీనకే ఽ ప్యలయ సత్తయా ॥

అర్థం: హృదయం పేరు 'నేను'. మనస్సు కల్పించే 'నేను' నశించినా, అది మాత్రం సమసిపోదు.

వ్యాఖ్యానం: హృదయానికి పేరు 'నేను'. దీని నుంచి మనస్సులో జనించేదే 'నేను' అనే భావం, దానికి మూలం హృదయంలోని ఆత్మే. ప్రతిరోజూ మానసికమైన 'నేను' నశించినా, ఆత్మగా 'నేను' అట్లాగే ఉంటుంది. అది నశించదు. సామాన్యునికి కూడ 'నేను' అంటే ఏమిటో తెలుసు. అతనికి కూడ 'నేను' అంటే ఆత్మేనని తెలుసు. 'నేను' అనే భావం లిప్తమైనా ఆత్మ మాత్రం అట్లాగే ఉంటుంది. మనస్సు మాత్రమే తగ్గి ఉంటుంది. ఈ విధంగా చూచినప్పుడు మనస్సనేది ఆత్మ నుండి జనించేదే గాని వేరు కాదని తెలుస్తుంది. మనస్సుకి అహంభావ ముంటుంది అందువల్ల అది జన్యమైనదే. ఆత్మలో 'నేను' ఉనికిగా

ఎప్పుడూ ఉంటుంది. అందువల్ల అదే ప్రాథమికం.

22వ శ్లోకం: విగ్రహేంద్రియ ప్రాణధీతమః ।

నాహ మేక సత్ త జ్జడం హ్యసత్ ॥

అర్థం: ఉన్న సత్యమల్లా 'నేను' ఒక్కటే; అదే దేహానికి, ఇంద్రియాలకీ, శ్వాసకీ, ఆలోచనకీ భిన్నం. ఇవన్నీ అవిద్యే. ఇవన్నీ జడం, అవేవీ లేనట్టే (అసత్తే).

వ్యాఖ్యానం: ఆత్మ కేవల స్థితి. దేహాదులకి గల అవిద్యాంధకారం కాదు. దీనికి కారణమిది. దేహాదులన్ని జడం. వాటికి అస్తిత్వం లేదు. అటువంటప్పుడు, అవి ఆత్మ ఎట్లా అవుతాయి? అస్తిత్వమే ఆత్మ లక్షణం.

23వ శ్లోకం: సత్వ భాసికా చిత్క్వ వేతరా? ।

సత్తయా హి చిత్, చిత్తయా హ్యహం ॥

అర్థం: కేవల ఉనికిని తెలియజేయడానికి వేరే చైతన్యమెక్కడ్నుంచి వస్తుంది. ఉనికి వల్లనే చైతన్యం వస్తుంది, చైతన్యం వల్లనే ఆత్మ తెలుస్తుంది.

వ్యాఖ్యానం: 'ఉనికి ఉన్నట్లు ఎట్లా తెలుస్తుంది?' అనే సందేహాన్ని ఇక్కడ రూపుమాపుతున్నారు. ''ఉనికి''ని తెలియచేయటానికి వేరే చైతన్య మెక్కడ ఉంటుంది? ఉండదు. ఉనికిని తెలియచేయటానికి వేరే చైతన్యమవసరం లేదు. ఉనికి వల్లనే చైతన్యం తెలుస్తుంది. కేవల ఉనికి చైతన్య నిలయం. ''నేను'' అనేది కూడ చైతన్యం వల్లనే ఉదయిస్తుంది. అంటే చైతన్యమే ''నేను'' అన్న మాట. ఉనికి, చైతన్యం, అహం - అన్నీ ఒక దానినే సూచిస్తాయి. మనస్సు కల్పించే అహంభావం కూడా చైతన్యజన్యమే అని ఇదివరకే చెప్పుకున్నాం.

తిరువణ్ణామలైకి మురుగనార్ రాక

మల్లాది ఫణిమాల

శ్రీ మురుగనారు గురువారము, 1923 సెప్టెంబరు 21న తిరువణ్ణా మలై వచ్చిరి. ఆయన పాదములు తిరువణ్ణామలై యొక్క నేలను తాకగానే ఆయన తన యొక్క వ్యక్తిత్వమును కోల్పోయిరి. ఆయన ఆలయమునకు వెళ్ళి ముందుగా అరుణాచలేశ్వరుని మరియు ఉణ్ణాములైయమ్మను దర్శించుకొనిరి. అప్పుడు ఆయన రమణాశ్రమ మునకు వెళ్ళదలచిరి. శ్రీ మురుగనారు, భగవానునకు అర్పించుటకు తన వద్ద ఏమియులేదని గ్రహించి, ఆలయమునందే కూర్చుని, 'రమణ దేశిక పతికము' అనెడి పది పద్యములను రమణులను కీర్తిస్తూ వ్రాసిరి. మురుగనారు ఆశ్రమమునకు చేరుసరికి, భగవాన్ కొండపైకి వెళ్ళుటకు సిద్ధముగా నుండిరి. భగవానును చూసిన క్షణమందే మురుగనారు తనను తాను కోల్పోయిన స్థితికి వెళ్ళిరి. కొంతసేపటికి ఆయన సహజ స్థితిలో "రమణ దేశిక పతికము"ను చదువుట ప్రారంభించిరి. పద్యములు చదువుచుండగా, మాటలు తడబడి, కన్నుల నీరు ప్రవాహము కాగా, ముందుకు సాగలేని మురుగనార్ స్థితిని భగవాన్ గ్రహించి, వారి చేతి నుండి కాగితములు తీసుకుని, తామే స్వయంగా చదువుట ప్రారంభించిరి. భగవాన్ మురుగనారును, "మీరు మాణిక్య వాచకర్ లాగ పాడగలరా?" అని అడుగగా, అప్పుడు మురుగనారు, "పూర్వము ఒకసారి మీరు కైలాసపర్వతము నుండి, మాణిక్య వాచకర్ పాటలను వినుటకు "తిరుపెరుందురై"కి వచ్చితిరి. అట్లే శివరమణా, ఇప్పుడు మీరు నా పాటలను వినుటకు తిరువణ్ణామలై వచ్చితిరి" అని తన పద్యములో చదివెను.

రెండుమూడు రోజులు తిరువణ్ణామలైలో ఉన్నప్పుడు, మురుగనార్ తన యొక్క అంతరంగమునందు జరుగు మార్పులను గమనించిరి. ఆయనకు ఆ నూతన అనుభూతిని ఎట్లు అన్వయించు కోవలెనో తెలియకుండెను. ఈ నూతనోత్సాహమును ఇంతకు ముందు, ఆయన ఎప్పుడు పొందలేదు. మురగనార్ చాలా సమయమును, తన మనస్సును భగవాన్ యందే నిల్పుటకు ప్రయత్నించుచూ, భగవాన్ సన్నిధిలోనే గడిపేవారు.

ఒక సందర్భమునందు, భగవాన్ పరిసరములు తేజోవంతమైన కాంతితో నిండియుండుటను గమనించిరి. ఆ కాంతి రోజంతయు ఉండెను. ఆ సమయమునందు కుంజుస్వామి, దండపాణిస్వామి, మరియు అరుణాచలస్వామి భగవాన్ చెంతనే ఉండిరి. మురుగనార్‌కు ఒక్కసారిగా ప్రపంచమంతయు దాని పట్టు కోల్పోతున్నట్లును, తాను తన యొక్క ఉనికిని కోల్పోయే పెద్ద ప్రమాదమున్నట్లును అనుకొనిరి.

ఆయన భావముల ఉద్వేగము ఆయనను భయపెట్టినది. తనపై ఆధారపడియున్న తన తల్లిపట్ల మురుగనార్ చాలా బాధ్యతతో నుండిరి. తనకు కలిగిన కొత్త అనుభూతులందు చిక్కుకొని, తన తల్లిని శ్రద్ధగా చూడలేననియు, అందుచేత ఆమె చాలా కష్టపడవలసి వచ్చు ననియు తలచిరి. ఈ తలపులు కలిగినంతనే మురుగనార్ లేచి, ''భగవాన్ తన వద్దకు వచ్చినవారందరినీ మాయచేసి, వారిని తమ యందు కలుపుకొనుటయే లక్ష్యముగానున్నారు. నా తల్లికి సంరక్షకు లెవరూ లేరు. అందుచేత నన్ను ఒంటరిగా వదలండి. నాకు ఇక్కడ నుంచి వెళ్ళిపోవలెనని ఉంది. నన్ను వెళ్ళనివ్వండి'' అనుచూ బయటకు వెళ్ళిరి.

మురుగనార్ వెళ్ళినంతనే, భగవాన్ అరుణాచలస్వామిని మరియు కుంజుస్వామిని, ఆయన వెంట వెళ్ళమని సంకేతమిచ్చిరి. వారు ముగ్గురు అగ్నితీర్థము వరకు వెళ్ళిరి. వెన్నెల ఎంతో బావున్నందున, వారికి కాసేపు అక్కడ చెరువుగట్టుపై కూర్చోవాలనిపించెను. భయపడుటకు ఏమీ లేదనియు, భగవాన్ యొక్క ప్రభావమును శంకింపనవసరం లేదనియు, కుంజుస్వామి మురుగనార్‌కు తెలియ చేయుటకు ప్రయత్నించిరి. కాని, మురుగనార్‌కు పూర్తి నమ్మకము కలుగక, చెంగమ్‌రోడ్డునందు చంచలముగా అటు ఇటు తిరుగు చుండిరి. మురుగనార్ తిరిగి ఆశ్రమమునకు తమకు తాముగా ఉదయం 3 గంటలకు తిరిగి వచ్చెను. మరొక రెండు, మూడు రోజులు ఆశ్రమములో ఉండి, మురుగనార్ చెన్నై చేరిరి.

ఈ విధంగా మురుగనార్ మొదటిసారి భగవాన్‌ను దర్శించుట జరిగినది. భగవాన్‌తో కలసి, ఆయనను నీడలాగ అనుసరించుటకు, భగవాన్ యొక్క పరిఛాయగా పేరొందుటకు మురుగనార్‌కు అది ప్రారంభము మాత్రమే.

- **ద్వంద్వములు, త్రిపుటములు ఇవి యెప్పుడును ఒక దాని నాశ్రయించి యుండునవి, అది యెదియని వెదకి మనస్సులోఁజూడఁగ నవి వీడును; చూచినవారే తత్త్వమును జూచినవారు, కలఁత నొందనివారు.**

- ఉన్నది నలుబది-సద్విద్య

శ్రీ భగవాన్ పాద సన్నిధిలో (At the feet of Bhagavan)

ఆంగ్లమూలం: టి.కె. సుందరేశ అయ్యర్
(గత సంచిక తరువాయి) తెలుగు అనువాదం: జి. శ్రీహరిరావు

ఉపదేశసారము

ఒకసారి శ్రీ భగవాన్‌తో సంభాషించు సందర్భములో, జీవిత కాలము వారితో గడిపి నేర్చుకున్నదీ, ఇతరులతో అనేక పర్యాయములు చర్చించి, సంభాషించి గ్రహించినదీ, శ్రీ భగవాన్ రచనల అధ్యయనంతో పుణికిపుచ్చుకున్న ఉపదేశ సారాంశమూ ఒక్క మాటతో తెలియ పరచ వచ్చునని అంటూ శ్రీ భగవాన్ అనుజ్ఞతో నేను యిలా ముగించాను: ''శ్రీ భగవాన్ ఉపదేశసారమంతా యిదే: ఉన్నది వారొక్కరే! మిగిలిన దంతయూ దృశ్యమానమే కాని సత్యము కాదు''.

శ్రీ భగవాన్ ఒక చిరునవ్వు నవ్వారు.

''అంతే, అంతే, అంతే'' అంటూ అక్కడి నుండి వెళ్ళిపోయారు.

వారి బోధనలనుండి నేను పునరుద్ఘాటించవలసినది: 'తురీయ స్థితి మాత్రమే సత్యము. మిగిలిన మూడు స్థితులూ సత్యదూరములు'.

గురూపదేశమేమిటి?

మనం గురువు దగ్గరకు యెప్పుడు వెడతాము? మనస్సు అశాంతితో కొట్టుమిట్టాడుతున్నప్పుడు, మనమేమీ సాధించలేదనే అసంతృప్తితో బాధ పడుతున్నప్పుడు, గురువుని ఆశ్రయిస్తాము. వారు మనపై తమ కరుణాపూరిత దృష్టిని సారిస్తారు. ఆ దృష్టిలోనే గురుకృప అంతా ఇమిడి యున్నది. వారి సన్నిధిలో శాంతి నెలకొని వుంటుంది. గురువులో నీ సంపూర్ణ భద్రతను అనుభవిస్తావు. నీకు తగిలిన దెబ్బలనన్నిటిని ''గురు స్పర్శ మటుమాయం చేస్తుంది. వారిలో నీవు కరిగి పోయి అదృశ్యమై

పోయిన అభిన్నత్వ అనుభవం కలుగుతుంది. నీకు నిశ్చలభావం కలుగుతుంది. గురువాణి, ''అచంచల స్థితిని చేరుకొని, నేనే పరమాత్మను అను సత్యాన్ని గ్రహించుకో'' అని బోధిస్తుంది. ఈ జ్ఞానమే జీవిత సత్యాలను తెలియబరుస్తుంది. పూర్ణమైన, సాపేక్షమైన జీవితపు విలువలు, ఈ ఎఱుక వల్ల విశదమగును.

తెలుసుకోవలసినది, అర్థము చేసుకోవలసినది యేమిటి? శాశ్వతము, ఎట్టి మార్పులూ చెందని ఆత్మ స్వరూపమును అనుభవైక్యము చేసుకొనుటయే జీవిత లక్ష్యము. అనంతము, శాశ్వతమూ అయిన యీ సత్యపు నేపథ్యములో అశాశ్వతమూ, పరిమితమూ అయిన మన కర్తృత్వ భావనలు మెదులుతూ గ్రహణశక్తికి తెర వేస్తూ వుంటాయి. మన ఆత్మ స్వరూపాన్ని మరుగు పరుస్తూ వుంటాయి.

ఇంకా స్పష్టంగా చెప్పాలంటే, శ్రీ భగవాన్ వాక్కులలో, ''నీవే ఆత్మవు''. మన వునికికి మూలము అనంతమూ, మార్పు లేనిదీ అయిన ఆత్మ అనునది. ఈ ఆత్మస్థితి పరిశుద్ధమయినది. నిజ స్వరూపము గురించి నిరంతర స్పృహ కలిగినది. పవిత్రమయిన, నిష్కళంకమయిన ఆనందస్థితి. బాహ్య వస్తువుల వల్ల కాని, బాహ్య పరిణామాల వల్ల కాని, చలించని స్థితి అది. అదే నీ నిజమయిన స్వభావము అని గ్రహించు. ఆ స్థితిలో ఉపవిష్టుడగుట నీ గమ్యము. ఆ గమ్యము చేరినప్పుడు సుఖము, దుఃఖము, సంతోషము, బాధ... యివేవీ నిన్ను స్పృశించవు. ఇవేవీ ఆత్మను చలింపచేయలేవు.

నీ స్థితిపై యెటువంటి నీడలూ పడకూడదు. ఎటువంటి కర్తృత్వ భావము, బాధ, లౌకికానందము, ఆ నిజస్థితిలో నిన్ను తాకలేవు. ఆ ప్రజ్ఞ పొందినప్పుడు నీవు నిరంతర తన్మయానందములో మునిగిపోయి

వుంటావు. ఆ స్థితి పటిష్టమయినప్పుడు పొందే శాంతి శాశ్వతము, అభేద్యము. ఉపనిషత్తులు, శ్రీ భగవాన్, బోధించిన సత్యమిదే!

నీలోని నిశ్చలము, స్థిమితమయిన భాగము గురించి, నిరంతరము మార్పు చెందు చంచలమయిన భాగము గురించి కూడా చెప్పబడినది. ఆ చంచలమయిన భాగమే నీ మనస్సు. ఈ మనస్సే నీ మాటలకు, చేష్టలకు, కారణభూతము. వాటి వల్ల కలుగు సుఖ దుఃఖాలకు, నీలో ఉత్పన్నమగు భావోద్రేకాలకు, అన్నిటికీ యీ మనస్సే కారణము. దేహముతో తానైక్యమై, ఆ దేహమును అనేక కార్యకలాపములకు ప్రేరేపించి, వాటి వల్ల కలుగు ఆనందమునకు గానీ, ఆవేదనకు గానీ గురి చేయు వస్తువే మనస్సు. మనస్సుకు మూలమయిన రాజసిక, తామసిక గుణములే దాని చేష్టలకు కారణభూతములు.

ఈ మానసిక గుణముల వల్లనే మనస్సు స్థూల దేహముతో ఐక్యమై పోవటమే కాక, నీ నిజ స్థితిని, నీ ఆత్మను ఒక తెరవలె మరుగు పరిచి దాచివేయుచున్నది.

అయితే, యీ మనస్సుకు ఒక సుగుణమున్నది. దానిలో రాజసిక తామసిక నైజములే కాక సాత్విక గుణము కూడా ఇమిడి యున్నది. ఈ సాత్విక గుణము వల్ల ప్రశాంతత, సమన్వయశక్తి లభ్యమవు తున్నవి. తాము చేయు కార్యకలాపములన్నియు భగవదర్పితములు కావించి, విజ్ఞులు సాత్విక గుణమును పెంపొందించుకొనుచున్నారు. శ్రీ మద్భాగవత పఠనము వల్ల యీ సాత్విక గుణమును వృద్ధి చేసుకో గలరు. ఈ ప్రయత్నము వలన, తామసిక, రాజసిక ప్రవృత్తులను తొలుత నిగ్రహించుకొని, క్రమముగా వాటిని పూర్తిగా నిర్మూలించుకొను శక్తి సంపాదించుకొనవలెను. (సశేషం)

ఆత్మ విచారణకు సుగమ మార్గం

ఆంగ్ల మూలం: నండూరి రామమోహన్

తెలుగు అనువాదం: విడపనకంటి

'నేనెవరు' అన్న అన్వేషణను 'విచారణ' అని కూడ పిలుస్తారు. టూకీగా చెప్పాలంటే, అది 'నేను-ధ్యాస' నుండి ఉదయించే ఆలోచనల మూలాన్ని - ఆత్మను - వెదకడమూ అందులో లీనం కావడమూనే. కాని "మూలాన్ని వెదుకు" అన్న గొప్ప సూచన ఒక్క ఆత్మ విచారణకే కాకుండా, ఇతర మార్గాలు - విచారణ, జపం, మంత్రం, ప్రాణాయామాలకు కూడ అన్వయించదగిన ప్రక్రియ.

ఆత్మ అన్నింటికి మూలం. అహం లేదా 'నేను-ధ్యాస' (చిత్ శక్తి), శ్వాస (క్రియా శక్తి) ఒకే మూలము - ఆత్మ - నుండి పుట్టి అందులోనే అంతమవుతాయి. అలా విస్తృతమైన భావనతో గమనించినప్పుడు ఆత్మ శోధన "నేను ఎవరు" అన్న ప్రశ్నకు మాత్రమే పరిమితం కాదు. దీనిని గురించి భగవాన్ ఈ క్రింది మాటల్లో విశదపరిచారు:

"ఏది వున్నదో అది ఒకటే యథార్థ వస్తువు. దానిని ఒక స్వరూపం, ఒక జపం, మంత్రం, విచారణ లేదా మరే యితర మార్గం ద్వారా గాని తెలియజేయవచ్చు. అవన్నీ కూడా ఆఖరుకు ఒక ఏకైక వాస్తవముగా ఏకీకరణ చెందుతాయి. భక్తి, విచారణ, జపం అన్నవి అవాస్తవాలను వేరు చేయడానికి మనం చేసే వివిధ ప్రయత్నాలు మాత్రమే. (టాక్స్-401)

ఆత్మశోధన (అన్వేషణ) తప్ప తక్కిన అన్ని మార్గాలు మనసును ఉపయోగించుకొంటాయని భగవాన్ తెలిపారు. ఆత్మశోధన మాత్రం మనసు యొక్క ఉనికినే ప్రశ్నిస్తుంది. సాంప్రదాయిక అవగాహనలో

జపం, మంత్రం మొదలైనవి మనసు యొక్క ఏకాగ్రతకు తోడ్పడ తాయన్న భావన వుంది. ఆత్మసాక్షాత్కారానికి అవి సహాయకారిగా వుంటాయన్న అభిప్రాయమూ వుంది. అలాంటి పరిమిత దృక్పథనం నుండి బయటపడి ఆ సాధనాలనే ఉపయోగించి ఆత్మాన్వేషణ అన్న ప్రక్రియను విస్తృతం చేయగలమన్న సంగతి తమ బోధనలలో భగవాన్ తెలిపారు.

ఈ విషయాన్ని శ్రీ గణపతి మునికి భగవాన్ ఇచ్చిన ఉపదేశం క్షుణ్ణంగా తెలుపుతోంది: 'నేను' భావన ఎక్కడి నుండి ఉద్భవిస్తోందన్న విషయాన్ని గమనిస్తే మనసు అందులో లీనమవుతుంది. అదే తపస్సు. ఒక మంత్రాన్ని మరీ మరీ జపిస్తూ, ఆ మంత్రం యొక్క శబ్దం ఎక్కడి నుండి ఉద్భవిస్తోందన్న మూలాన్ని గమనిస్తే మనసు అందులో లీనమవుతుంది. అదే 'తపస్సు'. ఈ ఉపదేశం ద్వారా భగవాన్ తపస్సు యొక్క మూలమును అన్వేషించాలని, ఆ మార్గమే అనుకూలమైనదని, తెలిపారు.

మరొక భాషణలో భగవాన్ ఇలా తెలియజెప్పారు. యాంత్రికంగా శ్వాసను అదుపు చేయడం ద్వారా లక్ష్యాన్ని చేరలేము. ఆ ప్రక్రియ ఒక సాధనంగా మాత్రం పనిచేయగలదు. అలా చేస్తున్నప్పుడు కూడ మనసు జాగృతంగా వుండేలాగ శ్రద్ధ తీసుకుని 'నేను-ధ్యాస'ను దృష్టిలో వుంచుకుంటూ దాని మూలాన్ని అన్వేషించాలి. ఎక్కడ శ్వాస లీనమవుతుందో అక్కడ ''నేను-ధ్యాస'' ఉదయిస్తుంది. అవి రెండు ఒకే సమయంలో అంతమవుతాయి, ఉదయిస్తాయి. శ్వాసతోబాటు 'నేను-ధ్యాస' కూడ అంతమవుతుంది. అప్పుడే ఒక అనంతమైన ''నేను-నేను' అన్న భావన స్ఫూర్తిస్తుంది. అది ఆగకుండ సాగుతుంది. మనం ఆశించే లక్ష్యం అదే. ఆ స్థితిని - దేవుడు, ఆత్మ, కుండలినీశక్తి,

చైతన్యము, యోగం, భక్తి, జ్ఞానం మొదలైన పలు పేర్లతో పిలుస్తారు. (టాక్స్ 195)

"నేను-భావన" లేదా జపం, లేదా శ్వాస యొక్క ఉనికి ఎక్కడ వుందన్న దానిని తీవ్రంగా పరిశీలించాలన్న బోధన చాలా అద్భుత మైనది, సాధకులకు పలువిధాల ఉపయోగపడేది కూడ. అలా మూలాన్ని గమనించినప్పుడు ఆశ్చర్యకరమైనది జరుగుతుంది. సాధకుడు తాను అప్పటి వరకు ఆచరిస్తున్న మార్గాన్ని అనుసరిస్తూనే, ఆత్మ అన్వేషణలో పడతాడు. దీనినే భగవాన్ "సూటియైన మార్గ" మంటారు.

మూలాన్ని గమనించడం ఎలాగ అన్న ప్రశ్న ఉదయించవచ్చు. అందుకు మూలం ఎక్కడ వుందన్నది తెలుసుకోవాలి. ఆత్మ అనే ఆ మూలం ఎప్పుడూ నిలకడగా వుంటుంది, మార్పులకు లోను కాదు. మనం మెలకువగా వున్నప్పుడు తల నిలకడగా వుంటుంది, నిద్రలో తలవాలుతుంది. అంటే అది మూలం కాదు. అలాగే చేతులు, కాళ్ళు మొండెం నుండి వేరు చేయబడినప్పటికి కూడ మనిషి బ్రతికే వుంటాడు. హృదయం (అంటే, కేంద్రం) మూలం అని భగవాన్ చెప్పి నప్పటికీ, ఆ భావన అనుభవం లోనికి వచ్చి అది భౌతికమైనది కాదన్న అనుభూతి కలిగే వరకు అది ఒక భావనగా మాత్రమే మిగిలి పోతుంది. మూలం లోపల లేదు, బయటా లేదు, ఎందుకంటే అలాంటి ఆలోచన శరీరాన్ని పరిగణనలోనికి తీసుకుంటుంది. కాని ప్రాథమికంగా మనం అది శరీరంలో ఎక్కడో వుంటుందని అనుకోవచ్చు. ఎవరికి వారే ఆ మూలం ఎక్కడ వుందన్న దాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. తాము ముందుగా భావించిన దానినే దృష్టిలో పెట్టుకొనరాదు. ఇక్కడ గమనించేవారు, గమనించ బడేది, రంగం లోనికి వస్తారు. అంటే ఇందులో మనసు

ప్రమేయం వుందన్నమాట. ఆత్మ అన్వేషణలో ప్రతిసారి ఒక ఆలోచన ఉదయిస్తుంది, శోధన జరిపితే అది అంతర్ధానమవుతుంది. ఆ ఆలోచన తాత్కాలికమే అయినదని, సత్తా లేనిదని ఋజువై దానికి ఉనికి లేదని బట్ట బయలవుతుంది. మరైతే మూలం ఎక్కడ వుంది? ఈ విషయంలో భగవాన్ మనకు ఒక ఉపయోగకరమైన మర్మాన్ని తెలుపుతారు. ఆత్మ అన్వేషణలో మనం 'నేను ఆలోచన' యొక్క మూలాన్ని గమనించి అందులో లీనం కావాలి. ఈ ప్రక్రియలో మన సహజ అనుభవం కారణంగా శ్వాసపై ధ్యాస పెరుగుతుంది. ఇది అందుకే మనకు పరిచయమైన, ఆచరణీయమైన పద్ధతి అవుతుంది. మూలాన్ని గమనిస్తూ వుంటే శ్వాస క్రమంగా తగ్గుతున్నట్లు మనకు తెలుస్తుంది.

ఆత్మాన్వేషణలో నిమగ్నం కావడం మిక్కిలి అద్భుతమైన అనుభూతిగా ఏర్పడుతుంది. ఏది అతి సన్నిహితంగా వుందో దాన్ని మనం అన్వేషిస్తున్నాము కాని అందుకు మనం తగిన మర్మాన్ని తెలుసుకొనవలసి వుంటుంది. స్పష్టంగా వున్నదని మనం భావించేదే మఱుగైనట్లు అనుభవం కలుగుతుంది. ఆత్మను అన్వేషించడంలో ఇది ఒక విపరీతమైన పరిస్థితి. అందుకే ఆత్మ అన్వేషణను ముందుగానే ఏర్పరుచుకొన్న కల్పన, భావనతో మొదలుపెట్టరాదు. ఆలోచనా రహితమైన మనసు, నిశ్చలమైన మనసు అన్నది వ్యక్తికి ఒక అరుదైన అనుభూతి కావచ్చు, కాని భగవాన్ సూచించిన మార్గం దానిని సాధ్యమయ్యేలాగ చేస్తుంది.

(సశేషం)

సిద్ధులు, వారి "సిద్ధు"లు

('మౌంటెన్‌పాత్', ఏప్రిల్-జూన్ 2015, (52 సంపుటి, 2 సంచిక)లో 'కీ వర్డ్' శీర్షికతో ప్రచురింపబడిన వ్యాసం 'సిద్ధ-సిద్ధి' నుండి ఎన్నుకొనబడిన భాగాల యొక్క అనువాదం) ఆంగ్లమూలం: డా॥ జాన్ గ్రైమ్స్

తెలుగు అనువాదం: డా. వి. రామదాస్ మూర్తి

సంస్కృత మూలపదం "సిధ్" (సాధించడం, పొందడం) నుండి "సిద్ధ" రూపొందింది. దాన్ని రెండు విధాలుగా వాడుతారు. సాధించిన వ్యక్తి, సాధువు, పరిపూర్ణుడు, జ్ఞాని, ముక్తుడు అన్న అర్థాలలో వాడడం ఒకటి. ఇక రెండవది కొన్ని అద్భుత శక్తులు ("సిద్ధు"లను) ప్రదర్శించ గల వ్యక్తి అనే అర్థంలో వాడడం. భగవాన్ రమణ ఈ రెండు అర్థాలలో కూడ ఈ పదాన్ని ఉపయోగించారు.

భగవాన్ ఈ సందర్భంలో రెండు రకాలైన సిద్ధులను గురించి చెప్పారు. "మంత్రాల ద్వారా గాని, అతీత గుణాలను కలిగిన మందులు, మూలికల వాడకం ద్వారాగాని, లేదా కఠినమైన నియమాలను పాటిం చడం ద్వారాగాని, కొన్ని శక్తులను సంపాదించుకోవచ్చు. కాని ఈ శక్తులు ఆత్మజ్ఞానానికి దోహదపడేవి కావు. ఇక రెండవ రకం ఆత్మను సాక్షాత్కరింపజేసుకున్నప్పుడు సహజసిద్ధంగా వ్యక్తికి లభించే జ్ఞానసంబంధిత మైన మరికొన్ని తరహా శక్తులు. అవి వాటంతట అవే లభిస్తాయి. అవి దైవ ప్రసాదితాలు".

సిద్ధపురుషుడు "సిద్ధు"లను పొందడం లేదా పొందకపోవడమన్నది విధి విలాసంపై ఆధారపడి వుంటుందని మహర్షి అప్పుడప్పుడు అనేవారు. జ్ఞాని అతీత శక్తులను గురించి పట్టించుకోడు. సిద్ధులు ఆత్మ నిష్ఠతో సహజ సమాధిలో ప్రతిష్ఠితులై, ఆ చైతన్యమే తిరుగులేని, స్థిరమైన 'సిద్ధి'గా భావిస్తారు. శ్రీరామకృష్ణ, అంతకంటే పూర్వుల లాగ శ్రీరమణులు కూడ అద్భుతశక్తుల వల్ల ఉపయోగమేమీ వుండదని

అన్నారు. నిజమైన సాధకునికి ఆత్మాన్వేషణపై తప్ప మానవాతీత శక్తులను పొందాలన్న దానిపై ధ్యాస వుండరాదు.

"ఇంద్రియాల ప్రత్యక్ష ప్రమేయం లేకుండ దూరంలో వున్నవారి మధ్య భావ అనుభూతుల ప్రసారం (టెలిపతీ) లేదా రేడియో లాంటి మాధ్యమాల ద్వారా అక్కడి శబ్దాలను వినడం, లేదా ఘటనలను చూడడం, సాధ్యం కావచ్చు. దగ్గర లేదా దూరం అన్నదానితో సంబంధం లేకుండ వినడంలోనైతే తేడా వుండదు. ఇక్కడ మౌలికమైన విషయ మేమిటంటే వినేవాడు లేదా చూసేవాడు లేనప్పుడు వినడం, చూడడం జరగదు. ఈ రెండూ (వినడం, చూడడం) మనసు యొక్క క్రియలు. అతీతశక్తులు ("సిద్ధ"లు) అన్నవి మనసులో ఏర్పడినవి మాత్రమే. అవి చైతన్యానికి సహజమైనవి కావు. ఏవి సహజం కావో, ఏవి ఇతర విధాల సాధించబడినవో అవి శాశ్వతమైనవి కావు. వాటి కోసం వెంపర్లాడడం తగనిది. అది నిస్సారము, నిరర్థకమైనది.

"మాయాజాలం, సహజాతీత శక్తులు, ఎవరినీ సంతోషపరచలేవు, నిజానికి వ్యక్తికి మరింత దుఃఖాన్ని కలిగిస్తాయి. అంతేగాకుండ అలాంటి శక్తులు ఎవరి కోసం? అతీతశక్తులను సంపాదించిన వ్యక్తి వాటి ప్రదర్శనతో ఇతరుల మెప్పు పొందడానికి ఇష్టపడతాడు. మెప్పుదల కోరుకుంటాడు, అది లభించకపోతే సంతోషపడడు. మెచ్చుకొనబడాలి అన్నప్పుడు 'ఇతరులు' వుండాలి. మరొక విషయం. అలాంటి శక్తులను తనకంటే ఎక్కువగా కలిగినవారు ఎదురు కావచ్చు కూడ. అలాంటి పరిస్థితి అసంతుష్టికి దారితీస్తుంది. వారికంటే ఎక్కువ, వారి కంటే కూడ ఇంకా ఎక్కువ శక్తులు కలిగినవారు తారసపడవచ్చు. ఇలా దానికి అంతు వుండదు. అసంతృప్తి కలుగుతుంది. అందరి కంటే అన్నిటికంటే అధిక శక్తి గల సిద్ధుడు దేవుడు, లేదా ఆత్మ మాత్రమే.

అసలు నిజమైన శక్తి ఏది? సంపదను అభివృద్ధి చెందించేదా? శాంతిని ప్రసాదించేదా? శాంతిని ప్రసాదించేదే మిక్కిలి ఉత్తమమైన సిద్ధి.''

ఒక కోణం నుండి పరిశీలించినప్పుడు ఇది నిజమే. కాని మరొక దృక్పథం నుండి కూడ చూడాల్సిన అవసరం వుంది. గణపతిముని సంకలనం చేసిన ''శ్రీరమణ గీత''లో భగవాన్ ''సిద్ధపురుషుల యొక్క ఘనత ఊహకు అందనిది. వారు శివునితో సమానం. నిజంగా చెప్పాలంటే వారు శివరూపాలే! ప్రతి కోరికను, ప్రార్థనను తీర్చగల శక్తి వారికి వుంది'' అని అన్నట్లు వుంది.

అరుణాచలం కొండ యొక్క స్వంతదారు ఎవరు? అన్న దానిని గురించి నడచిన ఒక సర్కారు వ్యాజ్యం సందర్భంలో కోర్టులో శ్రీరమణులు ఇలా చెప్పారు: ''శివుడు ఎప్పుడూ మూడు రూపాలను ప్రదర్శిస్తాడు - ఒకటి పరాబ్రహ్మ రూపం, మరొకటి లింగరూపం, మూడవది సిద్ధరూపం''. శ్రీ అరుణాచల మహాత్మ్యంలో శివుడు ''యధార్థానికి నేను జాజ్వల్యమైన అగ్నిరూపిని. కాని ఇక్కడ మందంగా కాంతివిహీనమై ఈ కొండ (అరుణగిరి) రూపాన్ని కృపతో ఈ ప్రపంచం మనుగడ కోసం ధరించాను. ఇక్కడ ఒక సిద్ధుడి రూపంలో వున్నాను'' అని ప్రకటించుకున్నారు.

సిద్ధునికి, జ్ఞానికి, భేదమేమిటని ఒక భక్తుడు ప్రశ్నించినప్పుడు రమణ మహర్షి ఇలా విశదీకరించారు: ''(రమణ)గీత''లో పేర్కొనబడిన ప్రశ్నలు ఒక ఉద్దేశ్యంతో అడగబడ్డాయి. జవాబులు కూడ వాటికి తగ్గట్లు ఇవ్వబడ్డాయి. జనం శరీరాన్ని మాత్రం దృష్టిలో పెట్టుకుని ''సిద్ధు''లు (శక్తులు) కూడ కావాలని కోరుకుంటారు. ''సిద్ధు''ల కోసం ఆతృత చెందేవారు జ్ఞానంతో తృప్తి చెందరు. దానికి జతగా ''సిద్ధు''లు కూడ లభించాలంటారు. జ్ఞానం ప్రసాదించే అత్యుత్తమ ఆనందాన్ని అసలు లెక్క చేయకుండ ''సిద్ధు''ల కోసం అర్రులు జాస్తారు. అలాంటి

ప్రయత్నంలో రాజమార్గాన్ని వదలి సందుల వెంబడి పడిపోవడంతో అసలు దోవ తప్పిపోతారు. అలాంటి వారికి సరియైన మార్గదర్శనం చేసి మళ్ళీ రాజమార్గంలో వుంచడం కోసం (అంటే జ్ఞానం యొక్క ఉత్కృష్టతను తెలపడం కోసం) ''సిద్ధ''లు జ్ఞానాన్ని అంటిపెట్టుకుని వుంటాయని చెబుతారు. నిజానికి జ్ఞానం అన్నింటిని ఆవరించిన సంపూర్ణమైన స్థితి. అందుకే జ్ఞాని ఇతర శక్తులను గురించిన వ్యర్థమైన ఆలోచనే చేయడు. జ్ఞానాన్ని ఆర్జించడంపై ముందు పరిశ్రమ చేస్తే ఆ తరువాత కావాలనుకుంటే ''సిద్ధ''ల గురించి ఆలోచించవచ్చు''.

''శరీర సమాశ్రయః సిద్ధియాః (సహజాతీత శక్తులు శరీరానికి సంబంధించినవి) అని నేను అన్నాను. ఎందుకంటే వాటిని వాంఛించే వారి దృక్పథం, వైఖరి, శరీరానికి సంబంధించినవి. జ్ఞాని, సిద్ధ పురుషుడు, వేర్వేరు కారు. 'వరాన్ దాతుమ్' (వరాలను ఇవ్వడం) అనడంలో ఆ వరాలలో 'ఆత్మ' లాభం కూడ చేరివున్నట్లే. 'సిద్ధ'లు ఏవో హీనశ్రేణికి చెందినవి మాత్రమే కావు. ఉన్నతమైనవి కూడ (వున్నాయి)''.

''సిద్ధుడు'' అనే పదం శ్రీరమణుల నిర్వచనంలో ఎల్లప్పుడూ సహజ సమాధిలో సుస్థిరంగా నెలకొని వుండే ముక్తుడు, వివేకి అని కూడ అన్వయించబడింది. ''శరీరం అశాశ్వతం, సత్యమైనది కాదు. అది నిలకడగా ఒక చోట వున్నా, లేదా చలిస్తున్నా, లేదా ప్రారబ్ధవశాత్తు తన నుండి రాలిపోయినా, ఆత్మజ్ఞానియైన సిద్ధుడికి ఆ విషయం ఎఱుకలోకి రాదు. పరిస్థితి బాగా మద్యం సేవించి స్పృహలో లేని వాడికి తన వంటి మీద గుడ్డ వుందా లేదా తెలియని స్థితి లాగ వుంటుంది.

(సశేషం)

Everything Belongs to God

(Dr.K.Subrahmanian, Talk 74A)

Everybody says this is my book, this is my son, this is my wife and so on. What it means is that there is a special relation between what is mentioned and you. However, when we think about it deeply, we are astonished how false the whole thing is. Because we are so used to saying it, we don't think of the implications of saying it. For example, when I say my son- do I own him the way I own a pen or a pencil? Even a pen or a pencil, when stolen by someone, becomes somebody else's. The pencil is not going to say that I belong to a particular person, don't take me away. But the extraordinary thing is, in human relationship also, we do not own anybody. 'My' wife means that there is a special relationship between me and a particular woman. But I do not own her. Strictly speaking, nobody has any control over another person. But we think that we have. And that is the reason why much of the time we are unhappy. We don't own our children; children only pass through us. They are individuals by themselves. If they are attached to us for certain reason, it does not mean that we have control over them. And so, we do not own anybody or have control over anyone.

All our lives we try to control other people, either with the help of money or power and so on. We all fail miserably. Leave alone controlling others, do I have control over myself? When I say myself, mostly we mean 'my' body. The extraordinary thing is, this body is given to us and we can't say we made any effort to possess it. We have no control over our body. When somebody touches me, even if I do not like it, I cannot avoid the sensation of being touched. Then I realize that I don't have control over my body, something else has control over my body. In the same way, I have no control over my mind also; it functions in its own

way, prompted by so many things. The entity I call myself ends up doing many things under the control of my mind and my body.

When I have no control over myself, it will be very difficult to have control over anyone else or 'possess' anything. There is no constancy in possessing anything, be it name, fame, money and so on. And the paradox is we all admire and even worship not those who have plenty of this and that, but those who have given up everything. We are prepared to do anything for those who are not seeking anything because we get a peace which we don't get from people of prominence. This is the paradox: the man who has immense money or power, goes to somebody who has none of these. People who are not interested in possessing anything seem to have something that we are unconsciously seeking. They don't want anything but everybody is prepared to give anything that they may ask for the simple reason that they don't ask! Can we truly enjoy anything by seeking to possess it?

Gandhiji used to say, 'Even if I forget everything else I have studied but remember this one *sloka* I wouldn't worry because that would carry me through the rest of my life. And that sloka is the first sloka of Isavasya Upanishad.

ईशावास्यमिदं सर्वं यत्किञ्च जगत्यां जगत् ।
तेनत्यक्तेन भुञ्जीथा मा गृधः कस्यस्वित् धनम् ॥

IsavasyamIdagm sarvam, yatkincha jagatyam jagat;
tenatyaktena bhunjeetha ma gridhah kasyasvit dhanam

This is a very simple sloka but also very difficult to follow. It is not a matter for discussion but a matter of experience. This sloka says, everything, every particle in this universe is pervaded by God; and this universe can be enjoyed through renunciation, and so, do not covet or seek other people's *dhana* or wealth.

Bhagavan also affirms that everything in this universe is pervaded by God, saying **अष्ट मूर्ति भृत् देव पूजनम्** (*Ashtamurti-*

brudh deva pujanam). Bhagavan says that you must worship all the five elements, in addition to the Sun, the Moon and Atman (a total of eight) as God. ***If I consider all the things in this universe as worthy of worship- including myself- as God, then there is no worship of any kind, because there is no worshipper and there is no worshiped.*** We can see how extraordinarily subtle this verse is.

Going back to the Isavasya Upanishad, when I am told that every particle of this Universe is pervaded by God, is there anything that I can claim as my own? When I am intellectually and emotionally convinced that everything is pervaded by God, what happens is, there is no possession of any kind what so ever. When God pervades every single thing, I can't exclude myself. I too am possessed by Him. This means that I don't own anything in this Universe. If I am given something, I take it and enjoy it without any sense of possession. Similarly, if I have a job to perform, then I do my work and I will not worry about the result. If I am totally convinced that nothing belongs to me, success or the failure will not matter. On the other hand, when I do not have this conviction, I will be worried or be fearful of failure. The attention that has to be paid to the job will only be partial, because I am worried. If I am totally convinced that I am merely an instrument, I will do the job with detachment. It is this detachment that will give you unalloyed joy. It is the result of the feeling that you are not controlling or influencing the events. When you are just an instrument in His hands, you give up your attachment, and you can enjoy this world. The giving up is mental and the detachment will bring joy. The enjoyment that you get in that stage is total enjoyment, because there is no attachment to that enjoyment.

This is exactly how a *jnani* lives his life. He is always calm and cheerful. There is no seeking and therefore there is no

tension in him; the seeker in him has disappeared so to say. He is pure consciousness and totally blissful. He sees himself in others and others in himself.

Even ordinary individuals like us can reach that stage if we are convinced that we are not the doers but merely instruments in His hands. The words *tenatyaktena*…means giving up the sense of doer-ship. We become conscious that here is a higher power working through us. Then there is profound enjoyment even at our level.

* * *

Be Quiet

Once, Krishna Bikshu went in search of Bhagavan and found him cutting vegetables in the kitchen. Krishna Bikshu sat down beside Bhagavan and picked up a knife, with the intention of helping Bhagavan with the task. Bhagavan commanded him to put the knife down. When Krishna Bikshu persisted in his attempt, Bhagavan asked, "Do you cut vegetables at home?" Krishna Bikshu replied, "No, I don't do it at home." Then Bhagavan said, "There is no need for you to do the job here, then, because this is your home too. Just be quiet."

(From Ramana Tiruvilayadal Thirattu)

Sri Ramana Kendram, Hyderabad

Names of New Executive Committee Members for 2017-18

Smt. Sneha Choudhury (President), Ms. B. Lalitha Padmini (Secretary), Sri P. Ravinder (Vice President), Sri Durga Prasad (Treasurer), Smt. S. Kala (Jt. Secretary). Members: Prof. Laxmi Narain, Sri V. Krithivasan, Smt. Lakshmi Jayanthi, Sri K. Sesha Pani, Sri Siva Durga Prasad, Sri Tejo Kumar Yanamandra, Sri P. Raghavender, Sri Vivek Juluri.

Four Phases

Kunju Swami

The state of Jivan Muktas is said to be four fold: *Brahma-vid, Brahmavid-vara, Brahmavid-varya and Brahmavid-varishta.* The Tamil Vedantic classic *Kaivalya Navaneetam* says this of the Brahma-vid: He is totally unattached to anything. Due to his *Prarabdha Karma* he may perform penance or engage in trade, he may rule over a kingdom or he may beg for food. Whatever may happen to him, he would not be surprised. He does not judge, he only remains a witness to everything. He is never affected by anything."

The *Kaivalya* defines the other three categories of Jivan Muktas as: " He who, in order to meet the needs of the body, eats by himself is a Vara (Brahmavid-vara); he who knows his physical needs only through others is a Varya ; when neither the Jivan Mukta, nor others know his physical needs, he is a Varishta." It is said that one begins by being a Brahma-vid, and passing through the stages of Vara and Varya, ends up being a Brahmavid-varishta. However, in whichever of these four states he is, he is a Jivan Mukta.

BhagavanRamana had been in all these four states. However, he did not begin with the state of Brahma-vid and then by stages end up finally in the Varishta state. It was the other way round. Out of his boundless compassion for the world at large, BhagavanRamana, who as a young JivanMukta was in the final state of Brahmavid-varishta, came down to the states of Varya and Vara for a while and luckily for us, came down to the state of Brahma-vid and remained in it ever since. Kaivalya's definitions fit BhagavanRamana perfectly.

Like the ocean coming to the river, he came to us and was ever in the rare *Sahaja*(natural) state, so that we might see him,

enjoy his company, bask in the sunshine of his Presence and experience the Truth and realise the goal of our birth. As the great poet-devotee Muruganar sang in his Ramana Tiruvembaavai, "instead of remaining beyond the Beyond, you were easily available to us, coming nearer than the nearest, being clear to us like the gooseberry on the palm."

Sri Bhagavan was in the Brahmavid-varishta state when he was in the Patalalinga Shrine under the Thousand Pillared Mandapam in the Arunachaleswara Temple; later under the Iluppai tree within the Temple compound; at Gurumurtham at the outskirts of Tiruvannamalai town; and in the mango-grove close to Gurumurtham. During the days when he stayed at the Thousand Pillared Mandapam, he subsisted mostly on the *abhisheka* milk coming from the Goddess's Shrine, fed into his mouth by the priests. He was so absorbed that he was not even aware of the strange ingredients in the milk. He continued in this state of Varishta when he stayed in the *Vahana Mandapam,* plaintain-grove, flower garden and other places in the Temple. When he was under the Iluppai tree, some devotees used to place some food in his mouth. This continued in Gurumurtham and in the mango grove nearby. During this phase, devotees were putting food in his mouth whenever they pleased. Palaniswami, Sri Bhagavan's earliest attendant, fearing that that would disturb Bhagavan, would stand near him, receive all the food items brought by the devotees, mix them up in a vessel and feed Bhagavan just three mouthfuls, once a day. It did not occur to him that Bhagavan could eat more, nor was Bhagavan in a state where he could ask for more. The remaining food would be distributed among the devotees present. Sometimes even when the third mouthful was fed to him, Bhagavan would go into Samadhi. The food would still be there at feeding time next day. The old food would be taken out and fresh food would be put into his mouth.

Bhagavan came down to the Brahmavid-vara state during his days in Pavalakkkunru, at the Arunagiri Mandapam near the Ayyankulam tank and in the circuit corridor of the Durga Temple. It was during that phase that he went out begging for food when he felt like eating. When he felt like having a bath, he went to the little fountain nearby.

When Bhagavan moved up the Hill and lived in the Guhai Namasivaya temple and in Mango Tree cave, he was in the Varya state. If people bathed him, he would let them do it but he did not bathe on his own. If offered food, he would eat but he never sought food.*Kaivalyam* says that a Varya has to be made aware of his physical needs by others.

To our great good fortune, Bhagavan moved down to the Brahma-vid state and stayed in it ever since his Virupaksha days. During his stay here and later in Skandashramam he translated into Tamil AdiSankara's Dakshinamurthy Stotram, Vivekachudamani,Gurustuti and Hastamalakam*and also the Agama works, Devikalottara and Atmasakshatkara, and also composed AksharaMana*Maalai and Appalap-pattu. After he settled down in the present Ramanashramam, mother Azhagammal's *Samadhi Shrine* was built. Upadesa Saram in all four languages, Ulladu Narpadu in Tamil and Malayalam, translation of AdiSankara's Atma Bodham into Tamil were all done here.

Bhagavan's gracious answers to the great variety of questions put to him by the visitors, published as *Talks with Sri Ramana Maharshi* belong to this period when he was in the Brahma-vid state. This period saw all the incidents taking place getting recorded as *Day by Day with Bhagavan* and *Letters from Sri Ramanashramam.*

Sri Bhagavan, who remained in all the four states of Jivan Mukta and sanctified different places in Tiruvannamalai, now abides as the Sun within the Heart.

(Source: Mountain Path, Aradhana issue, 1990)

Sannidhi of Sages Like Sri Ramana Offers the Proof Of Advaita Siddhi

Kanchi Mahaswami

(This speech was delivered by Kanchi Paramacharya when Bhagavan Ramana was in the body)

The mind is incapable of grasping the Atman; but the mind has the power to keep the *jivas* in its grasp. Therefore, we have no other go but to take the help of the mind to make efforts, to do sadhana and reach the Atman. This is the paradox: mind must agree to make itself absent, so that Atman is experienced. If this thought of reaching the Atman at any cost can be kept up by the mind vigorously, while at the same time exercising great dispassion towards things of this world, then the Grace of Easwara will start acting. It will do the rest and grant Atma Sakshatkaram. This is what Bhagavan Krishna says through this verse in Bhagavad Gita :

तत्प्रसादात् परां शान्तिं स्थानं प्राप्स्यसि शाश्वथम् ॥

Tat Prasadaat paraamshantim sthaanam praapsyasi shaswatam

Through the Grace of Easwara, you will reach the highest state of eternal Peace (Gita: 18:62). Logic cannot come to our aid in understanding how Grace works. We should remember that even logic is the creation of *Maya* which we are trying to overcome. What is the use in arguing 'how can the Peaceful, Action-less Atma transform itself into a perpetually acting, stupid jiva?' At some point in time we have to accept that Easwara who made this happen has the power to 'transform' us back again! The intellect or bookish knowledge cannot prove how the removal of mind results in Atma Sakshatkaaram. If we want proof, we have to turn to those great sages who are forever sunk in the Bliss of the Atman as their mind has been vanquished.

Sadasiva Brahmendra is one such example. Even when his hand was chopped off, he was unaware of that condition. When he was seated on the sandy shore of river Cauvery, a flood came and submerged him. A mud hill formed over his body. After many, many days, someone who was digging the ground there, suddenly found blood bubbling over the surface and was shocked to see a living human being underneath. Brahmendra came out smiling with joy from underneath and started wandering once again. You may say this is a story that happened 300 years back, so how can we believe this. I am going to give other examples from our own times.

Those who have seen the Mouni Swamy of Kumbakonam talk about him with amazement. He is said to remain in Atma Nishta, quite unaware of time. At times his eye lids would remain open unwavering and unblinking; even when someone tries to poke his eyes, there would be no attempt to close the eye lids. When food is kept in his mouth, it would remain like that for several days. He remained unaware of ants biting his lips to get at the food. But his face always shone with a divine lustre; Atma Jyothi was ever glowing. The smile that plays on such Mahatmas' faces when in samadhi, is due to the Brahmanandam experienced by them, whatever the external conditions. When sugar particles are kept in the tongue of such *yogis*, even saliva will not be generated. When the internal bliss is infinitely sweeter, why would there be attraction for such mundane tastes? This is the proof for the transcendent bliss arising out of identity with Atman.

All of us know about **RamanaMaharshi**. Even when insects ate through his flesh, he sat sunk in the bliss of the Atman, totally unmindful of the physical pain. The proof of his attainment comes through his glorious Presence, his Sannidhi. Today, from many parts of our country and even from abroad, countless number of seekers come to Ramanasramam. They report, "We

go there with innumerable sorrows and problems coursing through our minds. When we sit in his Presence, we don't know where they all disappear! Our mind becomes incredibly peaceful." Some of these seekers become advanced sadhakas. Even those who lead family lives declare emphatically that they forget all the troubles of the world while in his Sannidhi. As a matter of fact, I have the habit of giving lectures all the time! But when you look at his life, even that is not the case; he remains still mostly and says something only when questions are put to him! The marvel is, in that action-less, still Presence, people experience tremendous peace.

There is a living power called Grace that flows from them that influences the people and surroundings; this is the proof that they are not established in the so called state of' *Soonya'* (Nothingness) but in the state of 'Purnaananda' , Peace and Bliss of Fullness. They are able to pass on their state, at least temporarily, to those in their Presence. When we experience this proof of their Grace, by extension, it is not difficult to reach the conclusion that the All-knowing, All-compassionate Easwara has the power to destroy our mind and bestow Atma-sakshatkaaram.

When we see such jnanis interacting with the world, we should not conclude that they are out of the Samadhi state; it is only from our point of view. They are ever established in the Atman; their Nishta is never broken. They are called *jivanmukthas;* they are never bound by external activities or *karma*. They are like the child that drinks mother's milk while asleep. All the worldly drama they apparently seem to engage in, is only from our sight. They are ever immersed in the bliss of the Atman.

(Source: Arul Urai, Ananda Vikatan publication, book no:73)

Experience of Deep Sleep (Part 2)
Clues for Sadhana

V.Krithivasan

We see Bhagavan Ramana proclaiming again and again that Pure Being prevails in deep sleep and this is the cause for the happiness we derive in this state. Deep sleep gives every jiva the taste of the Ultimate State, though this is enjoyed unconsciously. There is no 'otherness' in this state, differences are not perceived, there is no identification with the body-mind mechanism – and in this sense, this state is the closest that one gets to the Ultimate State of liberation. Having said that, it is merely a 'state', a mode of the mind; whereas in waking and dream the mind or ego identifies with gross or subtle body, in deep sleep ego wears the body of darkness, of ignorance. This is not the state of the jnani, says Bhagavan. The state of a jnani is not exactly a 'state' as such, but the fundamental, transcendent Awareness and only for convenience of the language it is called as *Turiya* or the fourth state. The other three states of waking, dream and deep sleep come and go over Turiya, which can be likened to a screen on which various scenes and images are projected. The screen supports all these but remains untouched. Bhagavan says that Turiya is a mixture of deep sleep and waking state; the total inactivity or stillness of mind as in deep sleep prevails, alongside the full alertness and awareness of the waking state. It is very difficult for us to understand how these two distinctly contradicting modes can combine and remain stable. But according to Bhagavan, this is the Natural State of all beings! The jnani has his stay in this **waking-sleep**.

In Bhagavan's words, *"It is neither sleep nor waking but intermediate between the two. There is awareness of the waking state and the stillness of sleep. It is called jagrat-*

sushupti. …….it lies between sleep and waking, it is also the interval between two successive thoughts. It is the source from which thoughts spring; we see that when we wake up from sleep. Thoughts make all the difference between stillness of sleep and the turmoil of waking. Go to the root of the thoughts and reach the stillness of sleep. But you reach it in the full vigour of search,that is, with perfect awareness." Talk No 609.

Now, the question for us is: what do we gain from the understanding of deep sleep? Though sushupti is closest (relatively speaking) to the state of Self-realisation, sadhana cannot be done in deep sleep for obvious reasons. Efforts cannot be undertaken there. They can be made only in the waking state, though this state is totally under the sway of the restless, perpetually chattering mind. However, Bhagavan's observations recorded in various other conversations offer additional clues.

Maharshi: ***Sushupti continues in this waking state also.*** *We are ever in sushupti. That should be consciously gone into and realised in this very state. There is no real going into or coming from it. Becoming aware of that is samadhi. (Talk 286)*

Maharshi: Why are you not perfect? Did you feel imperfection in your sleep? Why do you not remain so even now? Bring sleep into the waking state (jagrat-sushupti) and you will be all right. (Talk 290)

In order to assimilate these statements of Bhagavan, we have to once again consider our experience of sushupti. When we are in the state of jagrat (waking), we can at best 'think' or 'have a concept' about deep sleep. We cannot simultaneously experience sushupti and jagrat. However, there is one aspect of looking back on sushupti, after having woken up, which is very **intuitive** in nature. We have no doubt that 'I slept last night and

I am awake now.' What this means is, the same person who is awake now, is the one who slept. We cannot and do not say that the sleeper and the one who is awake are two different entities. How are we able to say this? The entire framework of waking state is so very different and even contradictory to the framework of the state of sleep. As we saw earlier, the waking experience is totally driven by the mind which sees a world and also a body which is taken as 'mine'. Totally different is the deep sleep, wherein there is no world, no body-mind, no identity of any kind and so on. In spite of these contradictions, how do we claim that 'I myself slept and now, I myself am awake'? We seem to possess a faculty, **intuitively and unconsciously**, which enables us to strip off all differences and contradictions and claim without any doubt that the sleeper and the one who is awake are one and the same entity.

This faculty is given the name **Pratyabhijna- which means re-cognition**. This word occurs in the 6th verse of Dakshina-murthy Stotram of Adi Sankara :

प्रागस्वाप्स्यमिति प्रबोध समये यः प्रत्यभिज्ञायते

Pragasvapsyamiti prabodha samaye yah
Pratyabhijnayate.

(The fact of having slept earlier is re-cognised or recollected on waking up). *Pratyabhijna* enables us toremain briefly as Pure Consciousness to make the link between the sleeper and the one who is awake, because Consciousness alone is the constant factor in these contradicting states. (In fact, the same thing applies to dream also.) This ability to drop off the superficial attributes and connect with mere Consciousness alone, is exhibited in other instances too. The example of looking at one's photo taken several decades earlier as a child and declaring 'this is me!' is another one. All the transformations caused to the body-mind mechanism by the progression through childhood,

youth, adulthood, old age etc. are simply stripped off and the constant factor which is Consciousness alone is grasped.

This is brought out in the very next verse in Dakshinamurthy Stotram the meaning of which is: Whatever stage of life and in whatever state of awareness we are, the sense 'I am' is the single truth that survives as the continuing thread; that is the Self or Pure Consciousness.

बाल्यादिष्वपि जाग्रदादिषु तथा सर्वास्ववस्थास्वपि
व्यावृत्तास्वनुवर्तमानं अहमिति अन्तः स्फुरंतं सदा ।

Baalyadishvapijagradaadishutathaasarvaasuavasthaasvapi
Vyaavrittahanuvarthamanamahamitiantasphurantamsadaa

When Bhagavan says, as quoted above in Talks 286 and 290, "bring sleep into the waking state", or "become aware of sleep in the present state and that is Samadhi", he is actually asking us to drop off here and now all our trappings in the form of the superficial body-mind mechanism and touch our core, our very essence which is Pure Consciousness. The non-verbal response to the enquiry '*Who Am I'* must result in taking us to this state of Pure Consciousness, however brief this connection may be. ***We indeed possess this ability.*** We are not gaining anything new. We are re-cognising or re-connecting with our ever existing essential nature, our *svaroopam*, which has been submerged by ignorance or avidya.

In Talk 314, Bhagavan gives another clue for sadhana. He says, *"The Self is pure consciousness in sleep; it evolves asaham('I') without the idam('this') in the transition stage; and manifests as aham('I') and idam('this') in the waking state.The individual's experience is by means of aham('I') only. So he must aim at realization in the way indicated (i.e., by meansof the transitional 'I'). Otherwise the sleep-experience does not matter to him. If the transitional 'I' be realized the substratum is found and that leads to the goal."*

Sadhana consists in prolonging that brief moment of touching our core Consciousness into experiencing it constantly in all moments of our daily routine. Mind will no doubt reassert itself in the initial stages. Repeated practice of re-connecting with Pure Consciousness will one day make the mind resolve itself into it. That is when sushupti co-exists with jagrat. Then, all the three states will be merely witnessed.

*   *   *

Maharshi's Concept Of Liberation

Dr. M. Hafiz Syed

Almost all the religions of the world and mystical systems of thought have their own view of salvation or liberation from the turmoil, suffering and confusion of the world. The religions of the Semitic stock have depended entirely for their salvation on the intercession or mediation of the chosen prophet of God or God's own son. Some of the Hindu teachers, who believe in dualism and the separation of individual from God, conceive of salvation in a way similar to the Semitic point of view. They believe that by attaining nearness to the God of their conception, they would be saved; whereas other Hindu teachers believe in Union with God by means of devotion, Karma Yoga and Jnana Yoga. To put it briefly, the conception of salvation or liberation is more or less based on the religious or philosophical view of life which they accept as their creed. All the religions of the Semitic stock believe in creation and their ideal of Godhead is extra-cosmic. God and man are different from each other and it is nothing short of blasphemy to think for a moment that a man can ever become a God or realise his spiritual destiny. Therefore, they have to seek the aid of an external agency to attain what is called salvation according to their creed, but almost all the

religions of the Aryan stock hold a different view altogether from their Semitic brethren.

They believe that man is divine potentially. No external agency can help anyone to attain the goal of Mukti. In other words, according to ancient Hinduism, Buddhism and Jainism, every seeker after truth has to work out his own salvation through his own self-effort and by fulfilling certain definite conditions that are laid down for attaining one's Cherished goal.

A true aspirant on the path of self-realization, having been satiated with earthly joys and momentary pleasurable sensations which the worldly objects yield, yearns after something more abiding and substantial. He longs for happiness exempt from decay in order to attain a blissful state of consciousness. The aspirant undergoes various types of austerities, performs different sorts of worships and undergoes various kinds of discipline in order to attain his goal. Every teacher has his own method of discipline. The goal is one and the same. The way to it is obviously divergent.

Now we have to see what light Sri Ramana Maharshi throws on this problem and what his conception of liberation is. Our success on the Path depends upon the right view of life and the correct understanding of our inner nature. Unlike other teachers of humanity, Maharshi has never taught as to pin our faith in this, that or other dogma, he never gave any Mantra to anybody nor did he lay down any cut-and-dried method of worship.

The rationale of his discipline is simple, direct and convincing. He never expects us to lean on any external agency however great or divine it may be. He calls upon us to dive deep within our own Self, and see what we really are in essence. His analytic method of self-enquiry and self- analysis is all his own. He starts with this ***definite certitude that the inner self of a man and the real Source of his Being are essentially one and the***

same. The inner man shares divine life in full. The obstacles to self-realisation are not within but without. So long as he is dwelling on not-self or objects other than his own self, he is away from his own real self which is bliss indescribable.

In the 'I-am-the-body' consciousness, the three bodies composed of the five sheaths are contained. If 'I-am-the-body' consciousness is removed all else drops off of its own accord; the existence of all other bodies depends upon it. There is no need of separate elimination, because the scriptures declare that thought alone is bondage. It is their final conclusion that the best method is to surrender the mind in the form of the 'I'-thought unto Him (the Self) and keeping quite still, not forget Him.

The Self is self-effulgent. One need give it no mental picture any way. The thought that imagines is itself bondage, because the Self is the effulgence transcending darkness and light; one should not think of.it with the mind. Such imagination will end in bondage whereas the Self is spontaneously shining as the Absolute. This enquiry into the Self in the form of devotional meditation, evolves into the state of absorption of the mind into the Self and leads to Liberation and unqualified Bliss. The great Sages have declared that only by the help of this devotional enquiry into the Self can one attain liberation.

Maharshi's method of discipline is rational. Those who have been treading the path of the *Pravirtti Marga*, have accumulated deep-seated tendencies called *Vasanas*. When they turn inward and begin to tread on the path of return, the *Nivirtti Marga,* they have to be patient and persevering in eradicating their old vicious tendencies by equally long process of a new set of meditation, disassociating themselves completely from their bodies with which they had identified themselves for so many long years. Therefore Maharshi says, "Long cultivated tendencies are to be eradicated only by long continued meditation of "I am not the

body, the mind, etc., I am the Self. Therefore, the mind, which is nothing else but a bundle or complex of tendencies, and which confuses the body with 'I' should be subdued and this way we should reach the supreme liberated state known as Self-Realisation, after prolonged devotional worship of the Divine Self, which is the very being of all Gods. This self-investigation annihilates the mind, and itself gets destroyed eventually, as a stick used to stir the funeral pyre is itself finally burnt. This is the state of Liberation. The Self, Wisdom, Knowledge, Consciousness, the Absolute and God denote the same thing".

(Source : Call Divine 1953)

* * *

Of all the thousand Names divine
None is so true, so beautiful, so apt
As this I AM for God abiding
In the Heart transcending thought

(Guru VachagakKovai, Verse 714)

Life Subscription (15 years): Rs.500/- Annual Subscription: Rs.50/- (Cash/M.O./ D.D./Cheque only), favouring **Sri Ramana Kendram, Hyderabad.** Add Rs.15/- for outstation cheques. Outside India **U.S.$125. (Life) U.S. $ 10 (Annual).**
Donations in favour of Sri Ramana Kendram, Hyderabad are exempt (50%) from Income Tax under Section 80G.

Printed and Published by **Sri P. Keshava Reddy** on behalf of **Sri Ramana Kendram** and printed at Reddy Printers, 1-9-809, Adikmet, Hyderabad - 500 044 and published from **Sri Ramana Kendram** at 2-2-1109/A, Batakammakunta, Hyderabad - 500 013, Editor : **Sri V. Krithivasan**

Address of Sri Ramanasramam: Tiruvannamalai, Tamilnadu-606 603.
Ph.04175-237200, Office No.: 04175-236624
email: ashram@sriramanamaharshi.org
For Accommodation: email: stay@gururamana.org
Mobile: 09244937292, website: www.sriramanamaharshi.org