మనస్సును నిగ్రహించుకోండి

మనసు నిల్పినవాడెపో మానవుండు
బుద్ధినెరిగిన మనుజుండె బుధవరుండు
చెప్పుచేతలు ఒకటైన శ్రేష్ఠుడగును
ఇంతకన్నను వేరెద్ది ఎరుకపరతు.

మనసు కారణంబు మరియెందునున్నను
ఇల్లు అడవి ముక్తినీయలేవు
మనసు లేనివాడు మందిరముననున్న
కాననమున నున్న కార్యమేమి?

విద్యార్థులారా!

మానవజీవితము అనేకస్థాయిలలో మార్పులు చెంది కూర్పులు కలిగి అభివృద్ధి గావించుకుంటుంది. బాల్యము కౌమారము, యౌవనము, వార్థక్యము అను దశలయందు అభివృద్ధిగాంచి ఆయాదశలకు సంబంధించిన కోరికలను అభివృద్ధి గావించుకొని మానవుడు జీవితమును జగత్తులో నిలుపుకొనుటకు ప్రయత్నిస్తున్నాడు. అయితే మానవుడు ఆయా స్థాయియందున్న స్థితులను గుర్తించుకొనలేక లోకమే మార్పుచెందుచున్నదని భ్రమిస్తున్నాడు. దీనికి మూలకారణము మనస్సే. మానవుడు ఎన్నియో ఘనకార్యములు సాధించాడు. ఎన్నియో విజయములను అందుకుంటున్నాడు. దుర్లభమైన మానవజన్మ యెత్తి కూడను మనసును మాత్రం అరికట్టలేకపోతున్నాడు. మనసుయొక్క విజయాన్ని సాధించలేకపోతున్నాడు. మనస్సు క్షణక్షణమునకు ఒక పదార్థమునుండి మరొక పదార్థమునకు ఒక విషయము నుండి మరొక విషయమునకు ప్రయాణం సలుపుతూ ఉంటుండాది. సరోవరము మీద మీద రాళ్ళు వేస్తూ ఉండినపుడు ఈ సరోవరము ప్రశాంతి యేరీతిగా అభివృద్ధి గావించుకోగలదు. ఒకదాని తరువాత ఒకటి రాళ్లు సరోవరములో వేస్తున్నప్పుడు అంతులేని తరంగములగుట చేతను

srisathyasaivachanamrutam

అశాంతియైన అలల చేతను అల్లకల్లోలమును అనుభవిస్తూ ఉంటుంది. అదే విధముగనే మనిషియొక్క మానస సరోవరమునందు ఒకకోరిక తరువాత మరొకటి ఒక కోరిక తరువాత మరొకటి కోరికలనే రాళ్ళు విసురుతూ ఉంటే ప్రశాంతి ఏరీతిగా కలుగుతుంది? ఈ సరోవరము స్థిరముగా అచంచలముగా ఏరీతిగా నిలువగలుగుతుంది? ఇది అసాధ్యము. మానవుడు ఆయావయస్సులకు తగినట్లుగా మితమైన కోరికలను ఉంచుకొని తద్వారా మనస్సుయొక్క ప్రశాంతికి తగిన అవకాశము నందించాలి.

మనసు ఒక ఈగవంటిది. ఇది నిత్యానిత్య విషయ పరిశీలనా శక్తి లేక అనేక విధములుగా యిచ్ఛానుసారము సంచరిస్తూ ఉంటుంది. ఒక క్షణములోపల పవిత్రమైన ప్రసాదముపైన వాలుతుంది. రెండవక్షణములోనే ఒక పెంట బండిపై వాలుతుంటాది. ఈ విధముగా మానవుడు ఒక నిముషములో మంచి తలంపులను అభివృద్ధి పరచుకుంటాడు. మరొకక్షణములోపల దీనికి విరుద్ధమైన దుర్భావముల చేత దుశ్చింతల చేత మనసును అల్లకల్లోలము గావించుకుంటారు. మనసుకు ఒక హద్దుపద్దులేదు. పవిత్రమా అపవిత్రమా అనే విచారణశక్తి కూడను లేదు. నిత్యానిత్య విషయ పరిశీలనా శక్తి బుద్ధి మానవునియందుండినప్పటికిని ఈ బుద్ధిని సద్వినియోగ పరచుకునే సదవకాశాన్ని తాను పొందలేకపోతున్నాడు. మనస్సు మదగజము వంటిది. మావటి అనేకవిధములుగా దీనిని శుభ్రపరచి జలముతో కడిగి గట్టునకు తెచ్చినప్పుడు తొండముతో మట్టిని తలపైన వేసుకుంటుంది. ఇది సహజము. అదేవిధంగా మానవునియొక్క స్థితికూడను సాధనలయందు పవిత్రమైన కర్మలచేతను, దివ్యమైన భావములచేతను అప్పుడప్పుడు శుభ్రము గావించుకున్నప్పటికి ప్రాపంచిక సంబంధమైన విషయవాసనలనే తన శిరస్సుపైన చల్లుకొని అనేక విధములైన అశాంతికి గురౌతున్నాడు.

మనస్సు ఒక పెద్ద ప్రవాహము వంటిది. ప్రవాహమును ఒక చెరువునందు చేర్చవలెనన్న దీనికి పూర్వము ఆ చెరువునకు ఉండిన రంధ్రములను మూసివెయ్యాలి. అట్లు కాకుండా ఈ నదీజలమును చెరువులో నిలుపుటకు ప్రయత్నించినప్పుడు ఆ చెరువుకు ఉండిన గండ్లచేత ఈ జలమంతా బయట పడిపోతుంటాది. ఈ జలమును నింపి ప్రయోజనము ఉండదు. మానవుని మనస్సే ఒక పెద్ద సరోవరము. ఆత్మశక్తి అనేది గొప్పప్రవాహము. ఇది బుద్ధి అనే

sri sathyasai vachanamrutam

కాలువ ద్వారా మనస్సరోవరము లోపల ప్రవేశిస్తుంది. చెరువునకు ఇంద్రియములనే గండ్లు పడ్డాయి. ఇంద్రియములను నిగ్రహించినప్పుడే ఆత్మశక్తి అనే జలము ఈ మానవ సరోవరములో నిలుపకలుగుతుంది. మనస్సు ఇంద్రియములకు అధిపతి కాని ఇంద్రియములకు లోబడిపోతుండాది. రాజు సేవకులకు లోబడినట్టుగా మనస్సు ఇంద్రియములకు లోబడిపోతుండాది. సేవకులకు లోబడిన మహారాజు ఏవిధమైన స్వాతంత్ర్యాన్ని పొందగలడు? ఏవిధమైన గౌరవ మర్యాదలు అందించగలడు? అదేవిధముగనే యజమానుడైన మనస్సు తనదాసులైన ఇంద్రియములకు లొంగినప్పుడు మనిషి దాసుడుగా మారిపోతున్నాడు. కనుక మనిషి అనేవాడు నిరంతరము యజమానుడుగానే ఉంటుండాలికాని సర్వెంటు కాకూడదు. కారణమేమనగా మనస్సు నిరంతరము ఇంద్రియములయొక్క అభీష్టము పైనను ఇంద్రియములయొక్క చైతన్యము చేతను ఇంద్రియములయొక్క మార్గము చేతను తనశక్తిని కోల్పోతున్నాది. జిహ్వచేత అనేక విధములుగా అధికంగా మాట్లాడటం చేతను, కన్ను అనేకవిధములైన దృశ్యములను దర్శించటం చేతను, మనస్సు చింతించటంచేతను మనశ్శక్తి క్షీణించి పోతుండాది. దేహశక్తి ఏవిధముగా ఆహారము లేక క్షీణిస్తుందో మనస్సుయొక్క శక్తి ఇంద్రియముల చేత క్షీణిస్తుండాది. కనుక మానవుడు ఈ చింతలను అదుపులో ఉంచాలి. సంకల్ప వికల్పములు కూడాను అదుపులో ఉంచాలి. అప్పుడే మానవుడు మనశ్శక్తి చాలా తీవ్రమైన రీతిగను, పవిత్రమైన రీతిగను అభివృద్ధి గావించుతుంది. మానసిక శక్తి ఈనాడు మనిషికి అత్యవసరము. మనసునుంచే మనిషి అయ్యాడు. మానసిక శక్తి ఈనాడు మనిషికి అత్యవసరము. మానసిక శక్తి క్షీణించినప్పుడు మనిషి యొక్క పవిత్రత కూడను క్షీణించిపోతుంది. దురాశలచేత ఇంద్రియములకు ఉత్సాహ ప్రోత్సాహముల నందించటంచేత మానవత్వము అనేకవిధములైన దుఃఖములకు అశాంతికి గురైపోతుండాది.

అశాంతికి కారణము అజ్ఞానమే

దుఃఖమునకు కారణమేమని విచారించినప్పుడు దీనికి అజ్ఞానమే కారణము. అజ్ఞానమునకు కారణమేమిటి? అహంకారమే కారణము. అహంకారమునకు కారణమేమిటి? రాగమే కారణము. రాగమునకు కారణమేమిటి? దేహమే! ఏతావాత దుఃఖము దేహము వలననే

sri sathyasai vahini

ప్రాప్తిస్తుందాది. ఈ దేహమునందుండిన ఇంద్రియములను నిగ్రహించుకున్నప్పుడు మానవునికి లౌకికమైన మార్గమునందుగాని ఆధ్యాత్మిక మార్గమునందు గాని దుఃఖమనేది ఏనాడు కూడను ఉండదు. మానవునకు దుఃఖము సహజము కాదు. ఇది కారణరూపమునకు చెందినదే గాని మనిషికి సహజమైనది కాదు. దుఃఖమే సహజమైనదిగా యుండిన దీనిని ఎవ్వరు ఏమాత్రము విచారణ చేయలేరు. ఒక్క చిన్న ఉదాహరణము. బెల్లమునకు తీపి సహజము. దీని సహజమైన తీపిని నిర్మూలము గావించాలని ఎన్ని విధములుగా ప్రయత్నించినప్పటికి ఈ తీపి పోవుటకు వీలుకాదు. మానవునికి దుఃఖమనేది సహజమైన ఈ దుఃఖనివారణకు మార్గములే ఉండి ఉండేవి కాదు. ఎన్ని సాధనలు చేసినా దుఃఖము నివారణ కాదు. ఇది అసహజమైనది. కనుకనే దీనికి నివారణ మార్గములనేకములుంటున్నాయి. దైవచింతన చేతను, ఆధ్యాత్మిక మార్గము చేతనే దుఃఖము నివారణమౌతుంది. ఒక సోమరిపోతైన గుఱ్ఱానికి పుష్టికరమైన పదార్థములు ఎన్ని అందించినప్పటికి అది మరింత సోమరిగానే మారుతుంది. ఇంద్రియములు ఒక సోమరిపోతు వంటిది. వీటిని అడిగిన పుష్టికరమైన ఆహారములన్ని కూడను ఇష్టములంతా కూడను చేకూరుస్తూ వచ్చినప్పుడు ఈ ఇంద్రియములు మరింత బలపడిపోతాయి. ఇవి బలపడి కడపటికి మానవత్వాన్ని నిర్మూలముగావిస్తాయి. సత్యమార్గమునందు మనము మనస్సును ప్రవేశపెట్టినప్పుడు తద్వారా నిత్యమై భవిష్యత్తునందు ఆనందాన్ని అనుభవించవచ్చు.

ఒక చిన్న ఉదాహరణము. ఇంద్రియముల ద్వారా ఏవిధమైన మార్గాన్ని మనం అనుసరించాలి అనే విషయాన్ని గుర్తించాలి. మానవుని మూడు విధములైన దుఃఖములు వెంటాడుతున్నాయి. మొదటిది ఆధ్యాత్మిక దుఃఖము, రెండవది అధి భౌతిక దుఃఖము, మూడవది అధిదైవిక దుఃఖము. ఆధ్యాత్మిక దుఃఖమనగా శరీరమునకు మనస్సునకు చేరిన రోగములయొక్క బాధలే. శరీరమునకు అనేక రకములైన రాగములు సంప్రాప్తమవుతున్నాయి. ఈ రోగములచేతనే మానవుడు అనేక విధములైన దుఃఖములకు గురౌతున్నాడు. ఒకవేళ శరీరము సుక్షేమంగా ఉండినప్పటికిని మానసిక సంబంధమైన రోగములుకూడను ఇంద్రియముల ద్వారా అనేకములు చేరుతుంటున్నాయి. ఇంద్రియముల ద్వారా ప్రవేశించే రోగములు మనసుకు మరింత బాధనందిస్తున్నాయి. కనుక ఆధ్యాత్మిక దుఃఖమనగా, శారీరక మానసిక అనారోగ్య సంబంధములే. ఇంక అధి భౌతిక దుఃఖమనగా పాములచేత గాని, పశువులచేతగాని,

sri sathyasai vahini/vacharamrutam

మృగములచేతగాని ఇంకే విధములైన క్రిముల చేతగాని జీవితమునకు కొన్ని ఆపదలు సంభవిస్తుంటాయి. అధి భౌతికమనగా ప్రాపంచిక సంబంధమైన భూతములచేత కలిగే దుఃఖములు. అధి దైవిక దుఃఖమనగా అతి వృష్టి అనావృష్టి, భూకంపము, నదులంతా పొంగటము, అగ్నిప్రమాదములు ఇలాంటి కొన్ని దైవికమైన అనగా ఎదురు చూడని దుఃఖములు మనలను వెంటాడుతుంటాయి. మనము ఏమాత్రము ఎదురుచూడని సమయములోపల ఒక్కతూరి పిడుగులు బాధలు కలిగింపచేస్తుంది. ఇది అధిదైవికము. ఇలాంటి దుఃఖములకు పరిహారము మన ఇంద్రియములే గావిస్తుంటున్నాయి.

సర్వధర్మములకు సత్యమే పునాది

ఈ అన్నింటికిని ప్రధానమైనది జిహ్వ. మనము అధిక భాషణలేకుండా, మితభాషతో, సత్యభాషణమును అలవరుచుకున్నప్పుడు తద్వారా మానసిక శక్తి మరింత అభివృద్ధి గాంచుతుంది. మితిభాష, హితభాష అత్యవసరము. సత్యము చేత ఎంతటి మహత్తరమైన కార్యమునైనను సులభంగా సునాయాసముగా సాధించవచ్చు. సర్వధర్మములకును సత్యమే పునాది. 'సత్యాన్నాస్తి పరోధర్మః' ఈ సత్యం కూడను అనుద్వేగకరం వాక్యం సత్యం ప్రియ హితంచయత్', ప్రీతిగను, హితముగను ఉద్వేగము లేకుండాను ఉంటుండాలి. సత్యము చేత ప్రాణమును కాపాడుకోవచ్చును. తెచ్చుకోవచ్చుకూడను.

అశ్వపతి మహారాజుకు సావిత్రి ఏకైక కుమార్తె. ఆమెను సత్యవంతునికిచ్చి వివాహము చేయాలని మాటయిచ్చుకున్నాడు. ఈలోపల నారదుడు ప్రవేశించాడు. 'అశ్వపతీ! నీవు చాలా పొరపడుతున్నావు. నీ ఏకైక పుత్రి అనంతకాలము సుమంగళిగా ఉండాలని నీకు సరియైన ఆనందాన్ని అందించాలని ఆశిస్తున్నావు. కాని సత్యవంతునకు ఒక సంవత్సరము మాత్రమే జీవన ప్రమాణము ఉంది. తదుపరి నీకుమార్తె మహా కష్టములకు గురికావలసి వస్తుంది' అని చెప్పాడు. తనపని తాను చేసి వెళ్ళిపోయాడు. తండ్రి చాలా విచారములో మునిగాడు. బిడ్డ దగ్గరకి వచ్చి నారదుడు చెప్పిన విషయములంతా వివరించి చెప్పాడు. సావిత్రి చెప్పింది. నాన్నా! మాట ఒక్కటి, సత్యమే భగవత్స్వరూపము. మనము సత్యాన్ని వదలినప్పుడు భగవంతుని కించపరచినవారమౌతాము. భగవంతుని వదలిన తరువాత మనము దేనిని సాధించగలము?

sri sathyasaivechanamrutam

సత్యాన్ని మనము అనుసరిస్తే, సత్యాన్ని ఆరాధిస్తే, సత్యాన్ని మనము విశ్వసిస్తే ఆ సత్యమే సర్వమంగళములను అందిస్తుంది. కనుక నీవు ఏమాత్రము కూడను మాటను వెనుకకు తిప్పుకోకూడదు. సత్యవంతునికిచ్చిన మాటను మనము సత్యంగా పరిపాలన చెయ్యాలి. నా అదృష్టము లెట్లుంటున్నాయో చూచుకొనవచ్చును. నేను సత్యాన్ని అనుసరిస్తున్నాను. ఆరాధిస్తున్నాను. నేను సత్యవంతునే వివాహమాడతాను. ఆ సత్యమే సత్యవంతుని బ్రతికిస్తుంది. కనుక మాటను వెనుకకు తీసుకోకూడదు అని గట్టిగా చెప్పింది. నారదుడు చెప్పినట్లుగా ఒక సంవత్సరము తరువాత సత్యవంతుడు మరణించటము సత్యమునే ఆరాధనగా చేసి, తాను ప్రతిజ్ఞగా చేసి దీక్షగా బూని తిరిగి ప్రాణము వాపస్ తెచ్చుకోవటం జరిగింది.

కనుక మాటను మనము అతిజాగ్రత్తగా ఉపయోగించుకోవాలి. తద్వారా మానసిక శక్తి, హృదయ పరివర్తన, పరిశుద్ధత మనకు ఎంతైనా కలుగుతుంది. ఎన్ని కష్టములు సంభవించినప్పటికిని ఎన్ని విధములైన బాధలు కలిగినప్పటికిని, ఎన్ని విధములైన నిందలు, నిష్ఠూరములకు గురియైనప్పటికిని మన మాటలు మనం ఏమాత్రము జారవిడువరాదు. దాన్ని తిరిగి వెనుకకు తీసుకోకూడదు. మనసత్యాన్ని మనం పాటించాలి. మన సత్యాన్ని మనం అనుసరించాలి. ఈ సత్యారాధననే ఉల్లంఘించినప్పుడు దైవస్వరూపమైన సత్యాన్నే మనం ఉల్లంఘించినట్లవుతుంది. భగవంతుని ఉల్లంఘించినవాడు ప్రకృతిలో ఇంక దేనిని సాధించగలడు. భగవంతునితోనే సర్వవిజయములు కూడను.

యత్రః యోగీశ్వరః కృష్ణోయత్ర పార్థోధనుర్ధరః
తత్ర శ్రీర్విజయోర్భూతి ర్ధ్రువానీతిర్మతిర్మమ.

భగవంతుని హృదయములో పెట్టుకున్నప్పుడే, బలమైన విశ్వాసముతో ఉండినప్పుడే ఈ విజయాన్ని మనం సాధించగలము. కానీ ఈనాడు లోకసంబంధమైన విషయ వాసనలే మనకు ప్రాణ సమానముగా ఉంచుకున్నాము. మనసుకు రెండు విధములైన సంకల్పములుంటున్నాయి. శుద్ధ సంకల్పము, మలిన సంకల్పము అని. మలిన సంకల్పమనగా అనిత్యము, అశాశ్వతమైన ప్రాకృత సంబంధమైన విషయములందు మన సంకల్పములను అభివృద్ధి పరచుకోవటం. నిత్యసత్యమైన, దివ్యత్వమైన దైవముయొక్క గుణములను అభివృద్ధిగావించుకోవటం శుద్ధ

srisathyasaivacharamrutam

సంకల్పము. శుద్ధ సంకల్పములచేతనే విశుద్ధమైన జ్ఞానము కూడను మనకు లభ్యమవుతుంది. ఈ జ్ఞానబోధ అనేది కేవలము గురువులద్వారా లభించేది కాదు. లేక గ్రంథపరిచయముచేత లభ్యమయ్యేది కాదు. మన సాధనల చేతనే దీనియొక్క జ్ఞానమును మనము అభివృద్ధి గావించుకోవచ్చు. దృఢమైన విశ్వాసముచేత మనం ఆరాధన చేస్తుంటే సాధించలేనిది లోకములో ఒక్కటి కూడా లేదు.

జ్ఞానోపదేశం

ఒక గురువు దగ్గరకి ఒక శిష్యుడు వెళ్ళాడు. స్వామీ! నాకేదైనా జ్ఞానోపదేశం చెయ్యండి అన్నాడు. ఆ గురువుగారు గది బయట కూర్చొని ఉన్నారు. నాయనా! ఇంక సాయంకాల సమయము కాబోతుండాది. లోపల గుహలోకి వెళ్ళి నీకు ఉపదేశం చేస్తాను. అయితే మనం పోక పూర్వమే అక్కడొక జ్యోతిఉంటాది. దాన్ని ముట్టించుకొని రాపొమ్మన్నాడు. అక్కడికి పోయాడు. ఒక నిప్పుపెట్టె తీసుకువెళ్ళాడు. ఎన్ని విధాలుగానో గీసి దాన్ని అంటించటానికి ప్రయత్నించాడు. పుల్లలంతా అయిపోయినాయి గాని అది అంటుకోలేదు. స్వామీ! గురూజీ! ఈ దీపం వెలగటం లేదన్నాడు. దేనికోసం వెలగటంలేదు. ఆ దీపం ఇటు తీసుకొనిరా అన్నాడు. అందులో ఉండినది తైలమా జలమా? యోచించమన్నాడు. వేళ్ళుపెట్టి చూశాడు. అది జలముగా కనుపించింది. స్వామీ! అది జలంగా ఉంటుండాది అన్నాడు. ఆ జలమునే వత్తి పీల్చుకుంటున్నాది. మొట్టమొదట ఆ జలమునంతా పారవెయ్యి. వత్తిలో ఉండిన జలమునంతా పిండివెయ్యి. తరువాత దానికి ఆయిలువెయ్యి. ఈ వత్తిని తిరిగి ఆయిల్‌లో ముంచు. అప్పుడు వెలిగించు. జ్యోతి చక్కగా వెలుగుతుంది అన్నాడు. గురువాజ్ఞ ప్రకారం చేశాడు. దివ్యజ్యోతిగా వెలుగుతూ వచ్చింది. సరే! గురువు మౌనాన్ని వహించాడు.

చూచాడీశిష్యుడు. స్వామీ! ఉపదేశం చేస్తానన్నారు. జ్ఞానోపదేశం ఎప్పుడు చేస్తారన్నాడు. ఇంతసేపూ చేశానే జ్ఞానోపదేశం నీవు వినలేదా? అన్నాడు గురువు. శిష్యుడు నాకేమీ అర్థం కావడం లేదన్నాడు. నీ హృదయమనే ప్రమిదలోపల ప్రాపంచిక విషయ వాసనలనే జలమును నింపుకొని, మనస్సనే వత్తినంతా విషయవాసనలతోనే చేర్చుకొని ఉండినప్పుడు ఏ రీతిగా జ్ఞానమనే అగ్ని అంటుకుంటుంది? మొట్టమొదట నీవు హృదయములో నింపుకున్న భౌతిక

sri sathyasai vachanamrutam

విషయ వాసనలనే నీరు పారబొయ్యి. మనస్సనే వత్తినుంచికూడను దానియొక్క భావములంతా దూరం చేసుకో. భగవత్ప్రేమ అనే తైలము అందులో నింపుకో. అప్పుడు నామోపదేశమనే జ్యోతిని నేను వెలిగిస్తాను. అదే జ్ఞానజ్యోతి. అంతేగాని లోపల ప్రేమలేకుడా లౌకికమైన విషయవాసనలతో హృదయాన్నంతా నింపుకుంటే జ్ఞానజ్యోతి యేరీతిగా వెలుగుతుంది? ఈనాటి మానవులంతా అనేక గ్రంథాలు పఠిస్తున్నారు. అనేక ఉపదేశాలంతా పొందుతున్నారు. అనేక సాధనలు చేస్తున్నారు. కానీ హృదయములో ఉన్న మాలిన్యము మాత్రం పరిశుద్ధము చేయటము లేదు. దీనికి విరుద్ధమైనటువంటి, తైలమునకు విరుద్ధమైనటువంటి జలమును నింపుకున్నట్లుగా ప్రాకృతమైన విషయములతో తాము నిండి ఉంటున్నారు.

ప్రతి క్షణము పవిత్రతో గడపండి

మానవత్వమనేదాన్ని ఎన్నిక్షణములు మనము పవిత్రంగా ఉపయోగ పెడుతున్నాము? పిల్లలూ! మీకందరికి చక్కగా తెలుసు. ఒక నిమిషమునకు 60 సెకండ్లు. 60 నిముషములైతే ఒక గంట. 24 గంటలైతే ఒక్కదినము. 30 దినములైతే ఒక్కనెల. 12 నెలలైతే ఒక్క సంవత్సరము. ఒక్క సంవత్సరమునకు ఎన్ని సెకండ్లవు తున్నాయి? ఇవన్నీ యింటూ చేసేటప్పటికి ఎంతవుతున్నది? మూడు కోట్ల పదకొండు లక్షలనాలుగు వేల సెకండ్లవుతుంది. మూడు కోట్ల పదకొండు లక్షల నాలుగువేల సెకండ్లు అనుభవిస్తున్నాము. మన వయస్సు ఎంత ఉంటుండాదో దీన్ని అన్నింటికి ఎన్ని సెకండ్లవుతుందో యోచన చేసుకోండి. మూడు కోట్ల పదకొండు లక్షల నాలుగు వేల సెకండ్లు మనం ఒక సంవత్సరానికి అనుభవిస్తుంటే దీంట్లో నాలుగు సెకండ్లేమైనా పవిత్రంగా అనుభవిస్తున్నామా? ఇంక మనకు అధికమైన ఆనందము ప్రాప్తించాలంటే ఎక్కడనుంచి? మూడుకోట్లలో, పదకొండు లక్షలలో నాలుగు వేలలో నాలుగు సెకండ్లు కూడను మనం పవిత్రమైన రీతిగా మనసునుంచుకోవటం లేదు. ఇంక నాకు కావాలి కావాలి ఏమిటికావాలి? ఈ అశాంతికి యింకా అశాంతి కావాల్నా? ప్రాకృతమైన జీవితంలో మనకు చిక్కేదంతా అశాంతే తప్ప ప్రశాంతి లేదు. కానీ ఈనాడు అనుభవించే పెద్దలందరు అదే గొప్పశాంతిగా బోధిస్తున్నారు.

ఒక వ్యక్తి దేవాలయములోకి పోయి గణపతికి ప్రదక్షిణ చేస్తూ ఉన్నాడట. ఈలోపల

srisathyasaivachanamrutam

వర్షము వచ్చింది. వాడక్కడే నిలిచాడు. అది చిన్న టెంపుల్ గణపతిది. ఆయనకు తగినంతస్థానము ఉంటుండాది. సరే! ఎంతసేపు అక్కడుంటుంటాడు. ఏదో గణపతినంతా తొండము ముట్టాడు. అది ముట్టాడు ఇదిముట్టాడు. అంతా ముట్టాడు. బొడ్డు దగ్గరికి వచ్చాడు. వేలుపెట్టాడు. పెట్టగానే అక్కడ తేలు ఉండింది కుట్టింది. సరే ఏంచేస్తాడింక. చెప్పుకోలేదు. వర్షం ఆగిపోయింది. బయటకు వచ్చాడు. తాను అనుభవించింది అందరూ అనుభవించాలని వాడికొక దురాశ. అబ్బా ఆ విఘ్నేశ్వరుని బొడ్డులోవేలు పెట్టితే నాకు మహాశాంతి లభించింది అని ఆనందంగా అందరికి చెబుతూ వచ్చాడు. ఇతని మాటలంతా వినేసేసి ప్రతి ఒక్కరు దాంట్లో వేలు పెట్టారు. అందరికీ ఒకే బాధ సంభవించింది. ఎవ్వరూ బయటకు చెప్పుకోలేదు. ఈనాటి పెద్దల స్వభావాలంతా ఇట్లేఉన్నాయి. తాను సంసారంలో పడి దాని బాధంతా అనుభవిస్తూ అయ్యో సంసారం సంతోషమునకు గురైనటువంటిది. సంతోషమునకు మూలకారణమైనటువంటిది. నీవు కూడా అందులోపడు. నీవు కూడా వేలుపెట్టుదాంట్లో కుట్టించుకో. వాళ్లు పడే బాధలు బయట చెప్పుకోవటంలేదు. లోకసంబంధమైన విషయవాసనల లోపల ఈ రకమైన బాధలంతా ఉంటున్నాయి. బయట చెప్పుకోలేరు. లోపల భరించుకోలేరు.

మనసే అన్నిటికి ముఖ్య కారణము

ఈ ప్రాకృతమైన విషయవాసనలతో అనుభవించే సుఖశాంతులు మనకే మాత్రము కూడను లేవు. అయితే మన కర్తవ్యాన్ని మనం నిర్వర్తించాలి. సుఖమైనా దుఃఖమైనా అనుభవించాలి. రెండింటిని సమభావముతో తీసుకోవాలి. ఈ రెండు కూడను భగవత్ప్రసాదంగానే అనుభవించాలి. అంతేగాని అది గొప్ప ఇది చిన్న అని ఏమాత్రము కంపేర్ చేసుకుంటూ పోకూడదు. మానవత్వము లోపల సాధ్యమైనంత వరకు ఈ ఇంద్రియాలను అదుపులో పెట్టుకోవటానికి తగిన కృషి చేయటము చాలా ప్రధానము. దుఃఖమునకు, ఆనందమునకు మనసే మూలకారణమనే సత్యాన్ని గుర్తించాలి. మనసు మంచిదైనప్పుడు ఇంటిలో ఉండినా మనకేమి బాధలేదు. అడవికి పోయినా ఏబాధలు ఉండవు. మనసు మాలిన్యముతో నింపుకొని అడవికి పోయి కూర్చుంటే అక్కడ శాంతి లభిస్తుందా? మనసు కారణంబు మరియెందు ఉన్నను ఇంటనున్న మరి అడవినున్న ఇల్లు అడవి మనకు శాంతి

srisathyasai vahini

నందించటంలేదు. మనసే మనకు శాంతి నందిస్తున్నాది. మనయేవ మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయోః. ఈ మనస్సును ప్రేమమయమైన మనస్సుగా మార్చుకోవాలి. దానికంటె మించినది మరొకటి లేదు.

విద్యార్థులారా! నిత్యము రాత్రి పగలు మారిపోతున్నాయి. సాయం సంధ్య రెండు కూడను మారిపోతున్నాయి. వసంతాది ఋతువులు కూడను మారిపోతున్నాయి. అన్నీ మారుతూ ఉండినప్పటికిని మానవుని ఆశలు మాత్రము దినదినానికి పెరుగుతూనే ఉంటున్నాయి. వయసు పెరుగు కొలది భ్రాంతులు మరింత అధికమైపోతున్నాయి. ఇది కేవలము ఒక దురదృష్టము. మనస్సు యొక్క చంచలత్వమును అదుపులో పెట్టుకొని ప్రశాంతమైన జీవితమును గడపటానికి తగిన కృషి చేయటంలేదు. మన వయసు పెరుగుకొలది ఆయుఃప్రమాణము తరుగుతుండాది గాని ఆశలు మాత్రం పెరుగుతున్నాయి. ఆయుఃప్రమాణము తరగక పూర్వమే ఆశలను అదుపులో నుంచుకోవటం అత్యవసరం. ఎప్పుడో ఏమో కనుకనే మొట్టమొదట మనసు అదుపులో నుంచుకున్న ఆనందమును అధికం చేసుకోవచ్చును.

విద్యార్థులు కూడను మాటలను చూపులను శ్రవణమును, తలంపులను సాధ్యమైనంత వరకు అరికట్టుకోటం అత్యవసరము. విద్యార్థులు మనస్సుయొక్క శక్తిని చాలా కృంగజేసుకుంటున్నారు. మానసిక శక్తి తగ్గిపోవటం చేతనే జ్ఞాపకశక్తి ఇవన్ని కూడను చాలావరకు తగ్గిపోతున్నాయి. ముఖ్యముగా మూడు ఇంద్రియములను అదుపులో ఉంచుకోవాలి. దృష్టిని, వాక్కును, తలంపులను ఈ మూడింటిని అదుపులో ఉంచుకుంటే మిగతావన్నీ అందులో లీనమైపోతాయి. పిల్లలలో జ్ఞాపకశక్తి దినదినమునకు తరిగిపోటానికి మూలకారణము అధిక భాషణే. మాటలు ఎంత తగ్గించుకుంటే అంత దివ్యమైన మానసిక శక్తి అభివృద్ధి గాంచుతుంది. మానసిక శక్తిని అభివృద్ధి గావించుకుంటే దేనినైనా సాధించవచ్చు. దేనినైనా పొందవచ్చు. ఈనాటి మానవునకు మానసిక శక్తి పూర్తిగా క్షీణించిపోతుండాది. చాలా దుర్బలుడై పోతున్నాడు. శరీరం చూస్తే బలంగా ఉండవచ్చు. ఇది కేవలం జడము. ఈ జడమునకేమాత్రము చైతన్యము లేదు. ఈ చైతన్యమంతా ఆత్మనుంచే దీనికి సంభవిస్తున్నాది. సాన్నిధ్యంచేతనే ఈ శరీరం కూడను కదలుతూ ఉంటుండాది. ఎన్నిలక్షలో పెట్టి మనంకార్లు కొంటాం. పెట్రోలు శక్తి లేక

కారు ఏమాత్రము కదలదు. అదే విధముగనే ఈ శరీరమునకు ఆత్మసన్నిహితమే లేకపోతే శరీరమే మాత్రము పనిచెయ్యలేదు. శరీరము జడము, ఇందులో ఉండే సర్వఇంద్రియములు ఆత్మశక్తి చేతనే కదలుతూ ఉంటాయి.

శరణాగతులు కండి

ఆత్మకు శరణాగతుడైనాడంటే సర్వశక్తులు మనకు చేరిపోతాయి. ఎందుకంటే అన్ని ఇంద్రియములు దైవాధీనములో ఉంటున్నాయి. దైవాన్ని అధీనము చేసుకుంటే ఈ ఇంద్రియములకు మనము ఎందుకు యోచించాలి. అదే త్యాగరాజు కూడా చెప్పాడు. 'రామా! నీ అనుగ్రహబలము ఒక్కటుంటే చాలు నవగ్రహములు నాహస్త గతమైపోతాయి' అన్నాడు. ఈ నవగ్రహములంతా నీ స్వాధీనములో ఉండేది. నీవే నా స్వాధీనమైతే అది నా సర్వెంట్సు అయిపోతాయి కనుక భగవంతుని మనము అదుపులో ఉంచుకొని ఆత్మలో ఉంచుకొని తద్వారా మనము తగిన రీతిగా మెలగినప్పుడే ఈ ఇంద్రియములు మనవశమవుతాయి. ఇంద్రియములకు దాసుడు కాకూడదు. ఇంద్రియములకు నీవు మాస్టర్ కావాలి. ఈనాడు ఇంద్రియములకు నీవు దాసుడై నేను మాస్టరు అంటే ఏమి మాస్టరైపోతాడు. కనుక పేరుకు మాష్టరుగాని పెన్నిధికి మాస్టరు కాదు. నిజముగా మాస్టరు కావాలనుకున్నప్పుడు నీ ఇంద్రియములను అదుపులో ఉంచుకో. అది అదుపులో ఉంచుకోవటానికి ఒకటే మార్గము. దైవమార్గము ననుసరించాలి. దైవవిశ్వాసము పెంచుకోవాలి. దైవచింతన చేత మన ఇంద్రియములను సార్ధకము గావించుకోవాలి. ఇదే నిజమైన రాజమార్గము. కనుక విద్యార్థులు ఈ మానసిక సంబంధమైన చాంచల్యమునకు ఏమాత్రము అవకాశము ఇవ్వకుండా, కోరికలను అదుపులో ఉంచుకొని సాధ్యమైనంతవరకు నీ ఉద్రేకములను శాంతమైన భావముతో అదుపులో ఉంచుకోండి. సత్యమార్గమును పోషించుకోండి. సత్యము చేత సర్వము సాధించవచ్చు.

(తేది. 06-07-1989న భగవాన్ శ్రీ సత్యసాయిబాబావారి దివ్యోపన్యాసము)

sri sathyasai vachanamrutam