# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

భక్తి అంటే ఏమిటి? అది ఎన్నిరకాలు? భక్తిని ఏ విధంగా ఆచరించాలి? భక్తి కలిగి ఉంటే ఏం ఫలితం లభిస్తుంది? అనే విషయాలను ఈ అధ్యాయంలో వివరించాడు కృష్ణ పరమాత్మ. భక్తి అంటే మనం అనుదినం ఆచరించేది నిజమైన భక్తి కాదు అనికూడా మనకు ఈ అధ్యాయం తెలియజేస్తుంది. భక్తి అంటే ఒక వస్తువు కాదు. ఏదో ఒక సాధన కాదు, వేదములలో, ఉపనిషత్తులలో చెప్పబడిన సమస్త విషయముల యొక్క సంకలనమే భక్తి, భక్తి అంటే సకల ఆధ్యాత్మిక సాధనలయొక్క సమగ్ర స్వరూపము. ఉపనిషత్తులలో చెప్పబడిన కర్మ, ఉపాసన, జ్ఞానముల యొక్క సమాహార స్వరూపమే భక్తి. దానినే భక్తి అని అంటారు.

వివరంగా చెప్పాలంటే.. ధర్మంగా, న్యాయంగా, ఇతరులను కష్టపెట్టకుండా, ఇతరుల మనసును నొప్పించకుండా ధనం, ఆస్తి, మనకు కావలసిన వస్తువులను సంపాదించుకోవడం; మనలో కలిగే సంకల్పాలను, కోరికలను ధర్మబద్ధంగా, న్యాయబద్ధంగా తీర్చుకోవడం; ఇతరులకు ఉపకారం చేస్తే పుణ్యం వస్తుంది, ఇతరులకు అపకారం చేస్తే పాపం వస్తుంది, అనే భావన కలిగి ఉండటం; పరమాత్మను ఏదో ఒక రూపంలో గానీ, ఏ రూపంలేకుండా గానీ శ్రద్ధతో ఉపాసించడం. మనసును ఎల్లప్పుడూ నిశ్చలంగా, నిర్మలంగా ఉంచుకోవడం; అటువంటి నిర్మలమైన, నిశ్చలమైన మనసును, ఏ పని చేస్తున్నా పరమాత్మయందు నిలిపి ఉంచడం; మనం చేసే పనులను అన్నిటినీ నిష్కామంగా, నేను చేస్తున్నాను అనే కర్తృత్వభావన లేకుండా చేయడం; ఆ పనులు చేసినందువలన లభించే ఫలితాలను అన్నిటినీ పరమాత్మకు అర్పించడం; ఆ ఫలితాలను భగవంతుని ప్రసాదంగా స్వీకరించడం; ఈ భావనలను అన్నీ కలిపితే దీనినే భక్తి అని అంటారు.

ఈ భక్తిని అందరూ ఆచరించవచ్చు. ఇందులో ఆడ, మగ, కర్మయోగులు జ్ఞానయోగులు అందరూ అర్హులే .ఈ భక్తికి మొదటి మెట్టు ధర్మబద్ధంగా, న్యాయబద్ధంగా, ఇతరుల మనస్సుకు, శరీరానికి కష్టం కలుగకుండా, కర్మలు చేయడం, తద్వారా కోరికలు తీర్చుకోవడం. మనం చేసే ప్రతి పనికీ ఏదో ఒక ఫలితం కలుగుతుంది. ఆ ఫలితాన్ని పరమాత్మకు అర్పించడం దానిని పరమాత్మ ప్రసాదంగా స్వీకరించడం. అంటే నిరంతరం ప్రాపంచిక విషయాలలో మునిగితేలేవాడిని కూడా భక్తి మార్గంవైపుకు తీసుకెళ్లడమే తొలిమెట్టు.

ప్రాపంచిక విషయములలోనే మునిగితేలడం, కోరికలు తీర్చుకోవడం తప్పుకాదు. అవే జీవితం అనుకోవడం, అవి తప్ప వేరే లోకం లేదనుకోవడం తప్పు. ఆ మెట్టు నుండి పైమెట్టుకు ఎక్కడానికి ప్రయత్నించాలి కానీ తొలిమెట్టు మీదనే ఉండిపోకూడదు. ఒకటో క్లాసు పుస్తకంలో రంగురంగుల బొమ్మలు ఉన్నాయి, కథలు ఉన్నాయి కాబట్టి అక్కడే ఉండిపోము కదా! రెండవ క్లాసునుండి పిజి దాకా చదువుతాము. అలాగే భక్తిలో కూడా ఒకమెట్టు దాటి రెండవ మెట్టు ఎక్కాలి. మనం చేసే అన్ని కర్మలను అంటే అది చదువు కావచ్చు, ఉద్యోగం కావచ్చు, వ్యాపారం కావచ్చు,

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఏదైనా కావచ్చు, ఆ కర్మలను నిష్కామంగా అంటే మంచి మనసుకో, చిత్తశుద్ధితో, ఫలితం మీద ఆసక్తిలేకుండా, కర్తృత్వభావన లేకుండా, పరోపకార బుద్ధితో చేయడం ఇది రెండవ మెట్టు ఈ మెట్టు ఎక్కడం వలన మనలో ఇదంతా నేనే చేస్తున్నాను, నావలననే ఈ పనులన్నీ జరుగుతున్నాయి, నేను చెయ్యబట్టే ఇంత మంచి ఫలితాలు వచ్చాయి, ఇవన్నీ నేనే అనుభవించాలి అనే అహంకారము, స్వార్ధబుద్ధి నశిస్తుంది. నేను కేవలం నిమిత్తమాత్రుడిని అనే భావన కలుగుతుంది. నేను ఈ పని చేయడానికి, ఈ ఫలితం సాధించడానికి నేను ఒక్కడినే కారకుడిని కాదు. ఎంతోమంది, ఎన్నోవిషయాలు అనుకూలిస్తేనే ఈ కార్యం సిద్ధించింది అనే భావన మనలో కలుగుతుంది. ఆ భావన రాగానే, ఈ ఫలితం నాది కాదు అందరిదీ, కాబట్టి ఈ ఫలితం అందరికీ చెందుతుంది అని ఆ ఫలితాన్ని అందరికీ పంచి పెట్టడానికి ప్రయత్నం చేస్తాడు. దీనినే పరోపకార బుద్ధి అని అంటారు.

మనం ఈ రెండు మెట్టు మీదనే ఆగిపోకూడదు. ఎందుకంటే ఈ రెండు మెట్లు కేవలం బాహ్యప్రపంచానికి సంబంధించినవి. కేవలం ప్రాపంచిక విషయములకు సంబంధించినవి. అంటే ప్రవృత్తి మార్గానికి సంబంధించినవి. నివృత్తి మార్గం కూడా ఒకటి ఉంది. ప్రవృత్తి మార్గం నుండి నివృత్తి మార్గం వైపుకు మళ్లాలి. ఎందుకంటే భక్తి యొక్క గమ్యం ఆత్మజ్ఞానం సంపాదించడం. జనన మరణ చక్రం నుండి విడివడడం. మోక్షంపొందడం. ఇవన్నీ జరగాలంటే కేవలం బాహ్యముఖంగానే ఉంటే చాలదు. అంతర్ముఖుడు కూడా కావాలి. తానెవరో తాను తెలుసుకోవాలి. తాను ఈ శరీరం కాదు తాను ఆత్మస్వరూపుడు అనితెలుసుకోవాలి. పరమాత్మ ఆత్మస్వరూపుడుగా నాలో ఉన్నాడు అని తెలుసుకోవాలి. అంటేఆత్మజ్ఞానం సంపాదించాలి.

ఆత్మజ్ఞానం బయటనుండి లభించేది కాదు. ప్రాపంచిక విషయాలలో మునిగి తేలుతుంటే ఆత్మజ్ఞానం లభించదు. అంతర్ముఖుడు అయితేనే ఆత్మజ్ఞానం సిద్ధిస్తుంది. ఇది ధ్యానం వలన మాత్రమే సాధ్యమౌతుంది. ఇది భక్తిలో మూడవ మెట్టు ఈ ధ్యానం నిరంతగం అభ్యాసం చేయాలి. దీనినే అభ్యాసయోగం అని కూడా అంటారు. ఈ ధ్యానం భగవంతుని యొక్క ఏదో ఒక రూపాన్ని తన మనసుకు నచ్చిన రూపాన్ని ఎదురుగా పెట్టుకొని చేయడం. మొదట ఏదో ఒకరూపాన్ని మనసులో పెట్టుకొని ధ్యానం చేస్తూ, క్రమక్రమంగా ఈ విశ్వం అంతటా పరమాత్మ నిండి ఉన్నాడు అనే భావనతో ధ్యానం చేయాలి. అప్పుడు అతని మనసు ఆత్మయందు నిరంతరం లగ్నం అయి ఉంటుంది.

దీని తరువాతి మెట్టు జ్ఞాన సముపార్జన. ఇప్పటి వరకు జ్ఞానం సంపాదించడానికి తగిన అర్హత సంపాదించాము. ఇంత వరకు ఆభ్యాసము చేస్తేనే కానీ మనకు వేదములు, శాస్త్రములు వాటిలోని విశేషాలు, అంతరార్థాలు అర్థం కావు. వేదాధ్యయనము, శాస్త్రపరిజ్ఞానము సంపాదించాలి అంటే ఈ ప్రాథమిక పరిజ్ఞానం అవసరం.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

అందుకే మెట్టుమెట్టుగా పైకి ఎదగాలి. ఇప్పుడు వేదములను శాస్త్రములను, శ్రవణం, మననం, నిధిధ్యాసనం అనే మూడు ప్రక్రియల ద్వారా తెలుసుకోడానికి ప్రయత్నం చేయాలి. శశ్రవణం అంటేకేవలం వినడమే కాదు. శ్రద్ధతో చదవడం కూడా, చక్కగా శ్రద్ధతో అధ్యయనం చేయడం, వాటి గురించి లోతుగా తెలుసుకోవడం మననం అంటే తెలుసుకున్న దానిని జీర్ణం చేసుకోవడం. ఏవైనా సందేహాలు కలిగితే పెద్దలను గురువులను ఆడిగి నివృత్తిచేసుకోవడం, అప్పుడు వేదములు, శాస్త్రములు వాటిలో ఉంటే మూలతత్వము పూర్తిగా అర్థం అవుతాయి. అప్పుడు మనకు జ్ఞానం కలుగుతుంది. ఇవన్నీ కలిపి భక్తి అని అంటారు.

వ్యాసుల వారు వేదాలు నాలుగుగా విభజించారు. వేదాలలో సారం అంతా భారత భాగవతాలుగా రాసారు. ఉపనిషత్తులలో సారం అంతా భగవద్గీతలో నింపారు. ఇవి సాధారణ మానవులకు అర్థం కావని, ఎవరికి భావాలకు అనుకూలంగా వారి వారికి , చిన్ని చిన్ని కథల రూపంలో పురాణాలు రచించారు. కాల క్రమేణా ఆ పురాణాలు కూడా చదవడానికి మానవులకు సమయం చిక్కదేమో అనే సందేహల కలిగింది వ్యాసుల వారికి అందుకే వేదాలు ఉపనిషత్తు పురాణాల సారం అంతాముచ్చటగా మూడుముక్కలలోచెప్పారు.అదే."పరోపకారాయ పుణ్యాయ పాపాయ పరపీడనం". ఇతరులకు ఉపకారం చేస్తే పుణ్యం వస్తుంది. ఇతరులను పీడిస్తే పాపం వస్తుంది. ఈ సూక్తిని నిజజీవితంలో పాటిస్తే చాలు, వాడు పరమాత్మను ఏ రూపంలో పూజించినా, వాడికి ముక్తి లభిస్తుంది. దీనినే భక్తి అని కూడా అనవచ్చు.

అంతే కానీ ప్రతిరోజూ దేవాలయానికి వెళ్లడం, పూజలు చేయించడం, ఆర్చకుడు ఆ పూజలు చేసేటప్పుడు మనం లోకాభిరామాయణం మాట్లాడుకోవడం, మన గోత్రానామాలతో పూజలుజరిపించమని డబ్బుకట్టి, మన పనులు చూసుకోవడం, ఇదే భక్తి అనుకుంటుంటాము. ఇవన్నీ భక్తిలో భాగాలే కానీ ఇదే భక్తి అనిపించుకోదు. ఎందుకంటే వీటిలో శ్ర.ద్ధ అనే భావన లోపించింది శ్రద్ధతోకూడినదే భక్తి అనే విషయం తెలుసుకోవాలి. అందుకే శ్రద్ధాభక్తులు అని అంటారు. కాబట్టి కోరికలతో కూడిన కర్మలు చేయడంతో ఆరంభం అయిన భక్తి, ఈ జగమంతా పరమాత్మ మయం ఆ పరమాత్మను నేను అయి ఉన్నాను(అహం బ్రహ్మాస్మి) అనే స్థితి వరకు తీసుకొని వెళుతుంది. ఈ భక్తివలన ఉపయోగము ఏమిటి అంటే మోక్షానికి మార్గం సులభం చేస్తుంది. ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది. అటువంటి భక్తి గురించి తెలియజేసే యోగము... భక్తియోగము అనే పేరుగల ఈ అధ్యాయాన్ని ప్రారంభించాడు కృష్ణ సగమాత్మ.

ఇంతకు ముందు అధ్యాయములలో కృష్ణపరమాత్మ మనకు ఎన్నోవిషయాలు బోధించాడు. వాటిలో సగుణోపాసన, అంటే పరమాత్మను ఏదో ఒక ఆకారంలో పూజించడం. నిర్గుణోపా సన అంటే పరమాత్మను అక్షరము, అవ్యక్తుము అయిన పరబ్రహ్మస్వరూపంగా భావించి పూజించడం ముఖ్యమైనవి .ఇప్పుడు అర్జునుడికి ఒక సందేహం వచ్చింది పరమాత్మను

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఏదో ఒక ఆకారంతో పూజించాలా లేక నిరాకారంగా పూజించాలా, పరమాత్మ సగుణాకారుడా, నిర్గుణాకారుడా పరమాత్మకు ఏదో ఒక రూపం ఉందా లేక అసలురూపమే లేదా! అనేది ఆ సందేహం. ఆ సందేహాన్ని ఇక్కడ అడుగుతున్నాడు.

అర్జున ఉవాచ:

1. ఏవం సతతయుక్తా యే భక్తాస్త్వాం పర్యుపాసతే |
యే చాప్యక్షరమవ్యక్తం తేషాం కే యోగవిత్తమాః || ||

ఏ భక్తులైతే సతతము నీ యందే మనసు నిలిపి నిన్ను ఏదో ఒక ఆకారంతో విగ్రహ రూపంలో ఉపాసిస్తున్నారో, వారు యోగమును బాగా తెలిసిన వారా; లేక అక్షరము, అవ్యక్తము అయిన పరబ్రహ్మమును ధ్యానించేవారు యోగవిత్తములా? వీరిలో ఎవరు శ్రేష్ఠులు నాకు వివరించండి.

కృష్ణా నువ్వునాకు ఎన్నో ఆకారములతో గూడిన నీ విశ్వరూపాన్ని చూపించావు చూచాను .మరి ఇదివరకు నిన్ను నిరాకారంగా పూజించమని చెప్పాను. ఇప్పుడు సాకారంగా నీ విశ్వరూపాన్ని నాకు చూపించావు. ఇంతకూ నీ భక్తులు నిన్ను ఏదో ఒక ఆకారంతో పూజిస్తున్నారా లేక ఏ ఆకారమూ లేకుండా నిరాకారంగా పూజిస్తూన్నారా ఈ రెండింటిలో ఏది మంచిది? ఇలా చేసేవారిలో ఎవరు గొప్పవాళ్లు నాకు చెప్పు అనిఅడిగాడు. అంటే అర్జునుడు సగుణోపాసన గొప్పదా నిర్గుణోపాసన గొప్పదా వీటి మధ్య ఉన్న తేడా ఏమిటి? ఏ విధంగా నిన్ను ఉపాసించేవాళ్లు గొప్ప వాళ్లు అని అడిగాడు.

కొంచెం ఆలోచిస్తే ఈ పశ్న వింతగా కనిపిస్తుంది. ఎందుకంటే ఏది గొప్పది ఏది గొప్పది కాదు అని చెప్పడం రెండు సమాన ధర్మములు కలిగిన వస్తువుల మధ్యనే సంభవిస్తుంది. పైన చెప్పబడిన విషయాలను బట్టి చూస్తే ఇవి రెండుమెట్లు. మొదటి మెట్టు ఎక్కిన తరువాత రెండోమెట్టు ఎక్కాలి. అంటే మొదట సగుణోపాసన చేసి తరువాత నిర్గుణోపాసనకు చేరుకోవాలి. అంతే కానీ నేరుగా నిర్గుణా పాసన చేయడం కుదరదు. అలాగని కేవలం సగుణోపాసనలోనే ఉండి పోకూడదు. మొదటి అంతస్తు ఎక్కిన తరువాత రెండో అంతస్తుకు ఎక్కుతాము కానీ ఏకంగా నిచ్చెన వేనుకొని లేక తాడు ద్వారా రెండో అంతస్తుకు ఎక్కడానికి ప్రయత్నిస్తే, జారి, కిందపడి నడుము విరుగుతుంది.

(ఇతర మతాలకు హిందూమతానికి అదే తేడా ఇతర మతాలలో మొదటి నుండి ఏ ఆకారమూ లేని పరమాత్మను ఉపాసిస్తారు. మనం మొదట ఏదో ఒక ఆకారంతో విగ్రహ రూపంలో కానీ, లింగ రూపంలో కానీ దేవాలయాలలో ప్రతిష్ఠించి, పూజించి, క్రమక్రమంగా నిర్గుణోపానన వైపుకు మళ్లుతాము. ఇక్కడ వచ్చిన చిక్కు ఏమిటంటే మనం మొదటి మెట్టు మీదనే ఉ డిపోతున్నాము. అంటే విగ్రహాలు, దేవాలయాలు,

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

వాటికి అలంకారాలు, పూజలు, నివేదనలు, అవి మేమేచేయించామని గొప్పలు, వీటి దగ్గరే అంటే మొదటి మెట్టుమీదనే ఆగిపోతున్నాము. రెండో మెట్టు ఎక్కడానికి అనీసం ప్రయత్నంకూడా చేయడం లేదు.) అందుకే ఈ ప్రశ్నకు పరమాత్మ చక్కటి సమాధానం చెబుతున్నాడు.

శ్రీభగవానువాచ:

2. మయ్యావేశ్య మనో యే మాం నిత్యయుక్తా ఉపాసతే |
శ్రద్ధయా పరయోపేతాస్తే మే యుక్తతమా మతాః || ||

ఎవరైతే నా యందే మనస్సును నిలిపి అత్యంత శ్రద్ధతో కూడుకున్నవారై నిరంతరము నన్ను ఉపాసిస్తుంటారో, అటువంటి వారు యుక్తతములు అంటే ఉత్తమ ఉపాసకులు అని నా యొక్క అభిప్రాయము. అర్జునా! ఎవరైతే తమ ఏకాగ్రమైన మనస్సు నా యందు (అంటే సగుణాకారంలో ఉన్న నాయందు) లగ్నం చేస్తారో, నన్ను నిరంతరము అంటే ప్రతిరోజూ అత్యంత శ్రద్ధతో, భక్తితో, ధ్యానిస్తారో, ఉపాసిస్తారో, వారే యుక్తములు అంటే ఉత్తమమైన వారు అని నాయొక్క మతము అంటే అభిప్రాయము. అని చెప్పాడు.

ఇక్కడ మూడు నిబంధనలు ఉన్నాయి. ఒకటి మనస్సును పరమాత్మయందు నిలపడం. రెండు. నిరంతరం పరమాత్మనే చింతించడం. మూడవది. ఆ దైవ చింతన మీద శ్రద్ధ కలిగి ఉండటం. అంటే నేను పూజించేది కేవలం రాతి విగ్రహం కాదు. ఈ రాతి విగ్రహంలో పరమాత్మ ఆవాహన చేయబడి, ప్రతిష్ఠింపబడి ఉన్నాడు. ఈ విగ్రహం పరమాత్మ స్వరూపమే కానీ విగ్రహం కాదు. విగ్రహ రూపంలో ఉన్న పరమాత్మ అనే భావన, శ్రద్ధ నమ్మకం కలిగిఉండాలి. ఇవి సగుణోపాసన చేసేటప్పుడు ఉండవలసిన లక్షణాలు.
కాని మనం చేసే సగుణోపాసన అంతా శ్రద్ధ,భక్తి లేని ఉపాసన. ఏ పూజ చేసినా పదిమందిని పిలవడం, పూజలో,వ్రతంలో కూర్చున్నా, పిలిచిన వాళ్లేంతా వచ్చారా లేదా, వచ్చిన వాళ్లకు కాఫీ టిఫిన్లు ఇచ్చారా లేదా, భోజన ఏర్పాట్లు అవుతున్నాయాలేదా వీటిమీదనే దృష్టి తప్ప చేసే పూజ మీదా, వ్రతం మీదా శ్రద్ధ భక్తి ఉండటం లేదు. కాబట్టి నిత్యం నా మీద మనసును లగ్నం చేసి నన్ను శ్రద్ధాభక్తులతో ఉపాసించేవారు యుక్తతములు అని నా అభిప్రాయము అని తన మొదటి అభిప్రాయాన్ని వెలిబుచ్చాడు కృష్ణ పరమాత్మ.

3. యే త్వక్షరమనిర్దేశ్యమవ్యక్తం పర్యుపాసతే |
సర్వత్రగమచింత్యం చ కూటస్థమచలం ధ్రువమ్ || ||

4. సంనియమ్యేంద్రియగ్రామం సర్వత్ర సమబుద్ధయః |
తే ప్రాప్నువంతి మామేవ సర్వభూతహితే రతాః || ||

శరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఇక్కడ రెండు శ్లోకాలు ఉన్నాయి. మొదటి శ్లోకంలో కృష్ణపరమాత్మ తన నిర్గుణ పరబ్రహ్మ స్వరూపాన్ని గురించి చెప్పాడు. అక్షరం అంటే క్షరము లేనిది. నాశనము కానీ మార్పులేనిది. అనిర్దేశ్యం అంటే ఇలా ఉంటుంది అని చెప్పడానికి వీలులేనిది. అంటే ఏ ఆకారము లేనిది. అవ్యక్తం అంటే కళ్లతో చూడలేనిది. చెవులతో దాని గురించి వినలేనిదీ. చేతులలో తాకలేనిది అంటే ఎవరికీ వ్యక్తిము కానిది. అచింత్యం అంటే మనసులో ఉహించలేనిది అంటే ఎటువంటి ఉహలకు అందనిది. సర్వత్రగమం అంటే ఈ అనంతమైన విశ్వం అంతా వ్యాపించి ఉన్నది. పరమాత్మలేనిచోటు లేనిది. కూటస్థం అంటే కదలనిది అని అర్థం. కూటము అంటే కంసాలి, కమ్మరి వాడిదగ్గర ఉండే ఇనపదిమ్మ. దాని మీద వేడి చేసిన బంగారం కానీ, ఇనము కానీ పెట్టి సుత్తితో కొట్టి కావాల్సిన ఆకారంలోనికి మలుస్తారు.కాని ఆ దిమ్మ మాత్రం కదలదు. ఆత్మస్వరూపుడైన పరమాత్మ కూడా వివిధరూపాలతో పేర్లతో ప్రకృతిలో ప్రకిటితం అవుతున్నా తాను మాత్రం ఏమీ అంటకుండా నిశ్చలంగా ఉంటాడు. అందుకే కూటస్థం అచలం అని అన్నారు. ధ్రువమ్ అంటే ఎప్పటికీ నిలిచి ఉండేది.

ఒకప్పుడు ఉంది ఇప్పుడు లేదు అని కాకుండా సర్వకాలసర్వావస్థలయందు ఉండేది. ఇదీ పరమాత్మయొక్క నిరాకార తత్వము.

మరి దీనిని ఉపాసించే వాళ్లు ఎలా ఉండాలి అంటే.. వారు తమ ఇంద్రియములను అదుపులో పెట్టుకోవాలి. ఇంద్రియములు ఎల్లప్పుడూ బాహ్యప్రపంచంలో ఇష్టం వచ్చినట్టు సంచరిస్తూ ఉంటాయి. తాము చూచిన వస్తువుల వంక, వినిన విషయాల వంక, తాకిన మనుషుల వంక మనసును లాగుతుంటాయి. మనసు, ఇంద్రియములు, బాహ్యప్రపంచములో విచ్చలవిడిగా విహలస్తుంటే, నిర్గుణపరబ్రహ్మను ఉపాసించడం సాధ్యం కాదు. అందుకని ముందుగా. ఇంద్రియములను, మనము అదుపులో పెట్టుకోవాలి. అని సూచించారు.

తరువాత సర్వత సమబుద్ధయ: అంటే అందరిపట్ల సమత్వం కలిగి ఉండాలి. సంపదల వల్ల గానీ, విద్య వల్ల కానీ, కులం వలన కానీ అనమానతలు చూపకూడదు. ఒకరు ఎక్కువ, మరొకరు తక్కువ అనే భేదభావం ఉండకూడదు. ఎవరిమీదా, దేని మీదా అయిష్టం ప్రదర్శించ కూడదు. దేనివలనా మనసును అల్లకల్లోలపరచకూడదు. రాగద్వేషములమధ్య సమత్వం కలిగి ఉండాలి, అటు రాగం గానీ ఇటు ద్వేషం కానీ ప్రదర్శించకూడదు.

సర్వభూత హితేరతా: అంటే నితాంత అపార భూతదయ కలిగి ఉండాలి. సకలభూతముల హితమును కోరుకోవాలి. ఇతరులను ద్వేషించకూడదు. ఇతరుల మనసుకు శరీరానికి కష్టం నష్టం కలిగించకూడదు. ఎల్లప్పుడూ అందరూ సుఖంగా సంతోషంగా ఉండాలని కోరుకోవాలి. అందుకే శాంతి మంత్రంలో మూడుసార్లు ఓం శాంతి: ఓం శాంతి: ఓం శాంతి: అని అంటారు. అంటే నేను శాంతిగా ఉండాలి. నీవు శాంతిగా ఉండాలి. మనం అందరం శాంతిగా ఉండాలి అని లోకహితాన్ని కోరుకుంటారు.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

పై లక్షణములు కలిగిన వారు, ఏ ఆకారము లేనిదీ, చలనము లేనిదీ అంటే స్థిరమైనదీ, ఈఅనంత విశ్వం అంతా వ్యాపించి ఉన్నది, నాశనము మార్పులేనిదీ ఆయిన నా స్వస్వరూపమును ధ్యానిస్తే, అటువంటి వారు నన్నే పొందుతారు. అని కృష్ణపరమాత్మ చెప్పాడు. ఇంద్రియ నిగ్రహము, అందరి పట్ల సమ భావము, సకల జీవరాసులను ప్రేమించడం, ఎవరి మీదా ద్వేషం లేకపోవడం, అవి బాహ్యంగా అందరూ ఆచరించవలసిన విషయములు. ఇంక నిర్గుణోపాసకులు అనిర్వచనీయమైనటువంటిది, ఇంద్రియములకువిషయములు. ఇంక నిర్గుణోపాసకులు అనిర్వచనీయమైనటువంటిది, ఇంద్రియములకు కనపడనిదీ, మనసుతో ఆలోచించడానికి కూడా వీలు కానిదీ, ఎటువంటి వికారములు లేనిదీ దేనికీ చలించనిది, మార్పులేనిది, నాశనము లేనిది, నిత్యము సత్యము అయినదీ, ఈ అనంతవిశ్వం అంతా వ్యాపించి ఉన్నదీ అయిన నిర్గుణ పరబ్రహ్మమును ధ్యానిస్తారు.

పైన చెప్పబడిన విధానము నిర్గుణోపాసనకు సంబంధించినది. కాబట్టి పరమాత్మను ఏదో ఒక ఆకారంతోనూ అంటే సాకారంగానూ, ఏ ఆకారము లేకుండానూ అంటే నిరాకారంగానూ ధ్యానించవచ్చు. కాకపోతే శ్రద్ధ, నిర్మలమైన మనస్సు, అనన్యభక్తి, ఏకాగ్రత ముఖ్యం. ఇవి ఉండాలంటే ఇంద్రయ నిగ్రహము, మనో నిగ్రహము ముఖ్యం. ఇవి రావాలంటే నిష్కామ కర్మ,సంగము లేకుండా ఉండటం, అన్ని కర్మలను పరమాత్మ పరంగా, ఇతరుల హితం కోరి చేయడం, కర్మఫలనులను పరమాత్మకు అర్పించడం ముఖ్యం. అందుకే ఈ శ్లోకంలో సం నియమ్య చక్కగా ఇంద్రియములను మనస్సును నియమించాలి అని అన్నాడు.

సర్వత్ర సమబుద్ధయ: అంటే సకల జీవరాసుల యెడల సమబుద్ధికలిగి ఉండటం. మనం సాటి మనషుల మధ్య, ఆరాధించే దేవతల మధ్య భేదభావం చూపిస్తున్నాము. అది మానుకోవాలి. సర్వభూతహితే రతే:అంటే సకల జీవరాసుల యొక్క హితం కోరాలి. మనం సాటి మానవులకు ఉపకారం చేయకపోతే మానె అపకారం చేయకుండా ఉంటే చాలు ఆనే స్థితిలో ఉన్నాము. మనుషులు మధ్య, కులాల మధ్య, మతాల మధ్య, ప్రాంతాల మధ్య విభేదాలు, వైషమ్యాలు ముందు ఇవి పోవాలి. అప్పడే సర్వభూతహితమును గురించి ఆలోచించవచ్చు బాహ్యంగా ఈ లక్షణాలు కలిగి ఉంటేనే నిరాకారుడు, అక్షరపరబ్రహ్మ స్వరూపుడు, నిశ్చలుడు, అవ్యయుడు అయిన పరమాత్మను ధ్యానించడానికి అర్హుడు. అటువంటి వారు నిస్సంశయంగా పరమాత్మను పొందుతారు.

రెండవ శ్లోకంలో సగుణోపానన గురించి చెప్పి, సగుణోపానన చేసేవాళ్లు యుక్తతములు అంటే మంచి వాళ్లు, యుక్తులు అని అన్నాడు. మూడు నాలుగు శ్లోకాలలో నిర్గుణోపానన గురించి చెప్పి నిర్గుణోపాసన చేసేవాళ్లు నన్నే పొందుతారు అని అంటున్నాడు. ఇది ఎలా ఉందంటే రవ్వదోశ రుచిగా ఉంటుంది

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

కాని మసాలా దోశ తింటే కడుపు నిండుతుంది అన్నట్లు ఉంది. మనకు దోశ రుచిగా ఉండాలి, కడుపు నిండాలి. ముందు నాలుకకు రుచిగా తగలాలి. తరువాత ఆ దోశ కడుపులోకి పోయిన తరువాత కడుపూ నిండాలి. కాబట్టి మనం అందరం ముందు సగుణోపాసనతో మొదలు పెట్టి అందులో రుచిని ఆస్వాదించి, యుక్తతములు అయిన తరువాత, నిర్గుణోపాసన అవలంబించి కడుపు నింపుకోవాలి అంటే పరమాత్మను పొందడానికి ప్రయత్నం చేయాలి. కాబట్టి ఒకటి దాని వెంట ఒకటి చేయాలి కానీ ఏదో ఒకదానినే పట్టుకొని వేళ్లాడకూడదు.

5. క్లేశో ఉ_ధికతరస్తేషామవ్యక్తాసక్తచేతసామ్ |
అవ్యక్తా హి గతిర్దుఃఖం దేహవద్భిరవాప్యతే || ||

ఈశ్లోకంలో నిర్గుణోపాసన ఎంత కష్టమో వివరిస్తున్నాడు పరమాత్మ ఎందుకంటే అది అవ్యక్తము. అంటే కంటికి కనపడదు. ఊహిద్దాము అంటే ఉహలకు అందదు. ఆలోచిద్దామంటే మనసుకు అందదు. మరి దేని గురించి ధ్యానం చేయాలి. అదే చాలా కష్టం అంటున్నాడు పరమాత్మ. ముఖ్యంగా ఈ దేహమే నేను, నేనే ఈదేహము, అనే దేహాభిమానము కలవారు, అహంకారము కలవారికి నిర్గుణోపాసన చాలా కష్టము. ఎందుకంటే నిర్గుణోపాసనకు దేహాభిమానమునకు పొసగదు. ఏ ఆకారమూ మనసులో నిలపకుండా ధ్యానంలో కూర్చుంటే, ఆ దేహం, ఈ దేహంతో చేసే పనులు, ఈ దేహంతో ఇతర దేహములతో ఉన్న అనుబంధం, ఆసక్తి, అన్నీ గుర్తుకు వస్తాయి. కాబట్టి దేహాభిమానం కలవాడు నిర్గుణోపాసనచేస్తే దాని వలన సుఖం లభించకపోగా అంతులేని దు:ఖం లభిస్తుంది. కాబట్టి దేహాభిమానం కల వాడికి నిర్గుణోపాసన సాధ్యం కాదు.

కాబట్టి నిర్గుణోవానన చేయాలంలే దేహభిమానము ఉండకూడదు. ప్రాపంచికి విషయముల మీద ఆసక్తి ఉండకూడదు. దేహాభిమానము కలిగి ఉండి, ఇంద్రియ నిగ్రహము మనో నిగ్రహము లేని వారికి నిర్గుణోపాసన సాధ్యం కాదు. అందుకే ప్రారంభంలోనే నిర్గుణోపాసనతో మొదలెట్టకుండా, ముందు సర్గుణోపాసన చేస్తూ, దేహాభిమానమును, అహంకారమును అసూయాద్వేషములను క్రమక్రమంగా విడిచిపెట్టాలి. అప్పుడే నిర్గుణోపాసన సాధ్యం అవుతుంది.

ఆ కారణం చేత మొట్ట మొదట ప్రతి వాడూ సగుణోపాసనతో ప్రారంభించాలి. అందుకే మనకు దేవాలయ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసారు. రోజంతా ప్రాపంచిక విషయాలు, కామభోగాలతో గడిపినా, కొంచెం సేపు అయినా దేవాలయానికి వెళ్లి, అక్కడ దేవుడు ఉన్నాడు అనే భావనతో ప్రశాంత చిత్తంతో భగవంతుని ధ్యానం చేయడానికి వీలు కల్పించారు.

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

కానినేడు దేవాలయాలు ఆర్భాటాలకు, ధన సంపాదనకు నిలయాలయ్యాయి. ప్రశాంతత కరువయింది. దైవదర్శనం కూడా ధనం ఇచ్చి చేయాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. పరమ పవిత్రమైన భక్తిభావన ఫక్తు వ్యాపారంగా మార్చేసారు.

(ఈ నాడు తిరుమలలో కూడా రోజుకు ఇన్ని వేలమందికి దర్శనభాగ్యం కల్పిస్తున్నాము అని ఆర్భాటంగా ప్రకటించుకుంటున్నారే కానీ, భక్తులు నిర్మల మైన భక్తితో ప్రశాంతంగా దగ్గరగా నిలబడి దైవదర్శనం చేసుకుంటున్నారా లేదా అని పట్టించుకునే నాథుడే కరువయ్యాడు. బ్లాకులో టిక్కట్లు కొని స్వామి వారికి సేవలు చేస్తున్నారు. దాని గురించి ఆర్భాటంగా చెప్పుకుంటున్నారు. అధికారాన్ని అహంకారాన్ని అడ్డంపెట్టుకొని దేవుడి ముందు కూడా తమ డాబూ దర్పంచూపించుకుంటున్నారు. పవిత్రమైన దైవ సన్నిదిలో భక్తితో ఉండాల్సింది పోయి, మీడియా వారికి ఇంటర్వ్యూలు ఇస్తూ రాజకీయాలు వల్లెవేస్తున్నారు. మన అజ్ఞానం చూచి తిరుమల దేవుడు చిరునవ్వునవ్వుకుంటున్నాడు.)

ఇదంతా పక్కన పెడితే, ప్రతి ఒక్కరూ సగుణో పాసన చేస్తూ, దేహాభిమానమును ప్రాపంచిక విషయముల మీద ఆసక్తిని క్రమక్రమంగా తగ్గించుకొని, నిర్గుణోపాసన వైపుకు మళ్లాలి. నిర్గుణోపాసనకు పునాది సగుణోపాసన. దేహాభిమానము ఉంటే భగవంతుని మీద చిత్తము నిలువదు అనే సత్యాన్ని గ్రహించాలి.

నిర్గుణోపాసన కఠినము, దు:ఖతరము ఎవరికీ! దాని గురించి సరి అయిన అవగాహన లేని వాడికి, నిర్గుణోపాసన అంటే చక్కని అవగాహన ఉండి, దానికి తగిన పరిస్థితులు కల్పించుకున్నవాడికి అంటే దేహాభిమానమును, అసూయాద్వేషములను వదిలి, వైరాగ్యమును పొంది నిష్కామకర్మలు చేస్తూ, ఆ కర్మలను, కర్మఫలములను పరమాత్మకు అర్పిస్తూ ఆ కర్మఫలములను పరమాత్మ ప్రసాదంగా స్వీకరించేవాడికి, పరమాత్మ ఎక్కడో ఒక చోట లేడు ఈ ప్రపంచం అంతా నిండి ఉన్నాడు, ప్రతిజీవిలో ఆత్మస్వరూపుడుగా ఉన్నాడు అని తెలుసుకున్న వాడికి, నిర్గుణోపాసన చాలా సులభం అవుతుంది.

కాబట్టి మొట్ట మొదట దేవుడు ఉన్నడు అని నమ్మి, దేవాలయాలకు వెళుతు సర్గుణోపాసున చేస్తూ, అక్కడే ఆగి పోకుండా నిర్గుణోపాసన వైపుకు మళ్లి, ధ్యానం చేయాలి. మంచి గురువును ఆశ్రయించి వారి వద్ద శాస్త్ర అధ్యయనం చేసి, జ్ఞానం సంపాదించి చివరకు మోక్షం పొందాలి. అంతేకానీ మొట్ట మొదటనే నిర్గుణోపాసన అని మొదలెట్టి దుఃఖాల పాలవకూడదు అని కృష్ణపరమాత్మ బోధించాడు.

6. యే తు సర్వాణి కర్మాణి మయి సంన్యస్య మత్పరాః |
అనన్యేనైవ యోగేన మాం ధ్యాయంత ఉపాసతే || ||
7. తేషామహం సముద్ధర్తా మృత్యుసంసారసాగరాత్ |
భవామిన చిరాత్పార్థ మయ్యావేశితచేతసామ్ || ||

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఎవరైతే సమస్త కర్మలను నా యందు ఉంచి, నన్నే పరమగతిగా భావిస్తారో ఏకాగ్రమైన మనసుతో నన్ను ధ్యానిస్తారో, నా యందే తమ చిత్తమును లగ్నం చేస్తారో, ఈ యోగముతప్ప మరే ఇతర యోగములను అనుష్టించరో, ఎల్లప్పుడూ నాగురించి చింతిస్తూ నన్ను ఉపాసిస్తారో, అటువంటి వారిని నేను ఈ మృత్యువుతో సమానమైన ఈ సంసారము అనే సముద్రము నుండి అతి త్వరలో ఉద్ధరిస్తాను. బయట పడవేస్తాను. ఏ మాత్రం ఆలస్యం చేయను.

ఈ రెండు శ్లోకములలో పరమాత్మ మృత్యువుతో సమానమైన సంసారసాగరము గురించి దానినుండి ఉద్ధరింపబడే మార్గం గురించి వివరించాడు. సంసారము అంటే మృత్యువుతో సమానము. సంసారము ఒక సముద్రము వంటిది. దారి తెన్నూ తెలియదు. ఎంత ఈదినా ఒడ్డు చేరలేము, అటువంటి సంసారము అనే సాగరంలో పడి దిక్కుతోచని వారిని నేను ఉద్ధరిస్తాను అని అంటున్నాడు పరమాత్మ, దానికి మనం చేయాల్సిన పనులు కూడా వివరించాడు.

మానవుడు చేసే అన్ని కర్మలు నాకే అర్పించమన్నాడు.
వాటితో ఏ సంబంధము పెట్టుకోవద్దు అని అన్నాడు.
నేను తప్ప మరొాత మార్గము లేదు అని భావించమన్నాడు.
అనన్యమైన భక్తి కలిగి ఉండాలన్నాడు.
ఏకాగ్రమైన చిత్తంతో నన్ను ఉపాసించాలి అని అన్నాడు.
నీ మనసును ఆత్మలో చక్కగా ప్రతిష్ఠించమన్నాడు.

ఇలా చేస్తే ఈ సంసారము గురించి ఏ మాత్రము భయ పడనక్కరలేదు. ఆ సంసారసాగరము నుండి నేను ఉద్ధరిస్తాను అని హామీ ఇస్తున్నాడు. ఈ సౌలభ్యం ఏదో ఒక ఉన్నత కులములో పుట్టిన వారికే అని రిజర్వేషన్లు పెట్టలేదు. యే తు అంటే పరమాత్మను ఆశ్రయించిన అందరికీ, కుల,మత,ప్రాంత భేదము లేకుండా,స్త్రీ పురుష ధనిక,పేద, భేదము లేకుండా,పండితుడు, పామరుడు అనే తేడా లేకుండా అందరికి అందుబాటులో ఉంది అని అంటున్నాడు పరమాత్మ.

సర్వాణి కర్మాణి అంటే ఏదో ఒకటిరెండు కర్మలు కాకుండా తాను చేసే సమస్త కర్మలను కృష్ణార్పణ అంటూ పరమాత్మకు సమర్పించాలి. అంటే కక్తృత్వభావన లేకుండా, నేనే ఇదంతా చేస్తున్నాను అనే అహంభావం లేకుండా కర్మలు చేయాలి. అంటే దీని అర్థం చేయాల్సిన వెధవపనులు అన్నీ చేసేసి చివరకు కృష్ణార్పణం అంటేసరిపోదు. ఏ కర్మ అయినా చేసే ముందు చక్కగా ఆలోచించి చేయాలి. ఇది ధర్మసమ్మతమా, న్యాయసమ్మతమా, ఇది నాకు తగినదా లేదా ఈ కర్మ వలన ఇతరులకు ఏమైనా హాని కలుగుతుందా, నష్టం కలుగుతుందా! ఇవన్నీ ఆలోచించిన తరువాతనే కర్మ చేయాలి. ఆ కర్మలకు ఏ ఫలితం వచ్చినా అది భగవంతుని ప్రసాదంగా స్వీకరించాలి.

అనన్యేనైవ యోగేన అంటే ఇదేదోకొత్త యోగం అని కాదు. రోజుకో దేవుడు చొప్పున, తాము కోరుకునే రోకోరికలను బట్టి దేవుళ్లను మార్చకుండా, ఏదో ఒక దేవుడిని పరమాత్మ స్వరూపంగా భావించి నిష్కామంగా భక్తి శ్రద్ధలతో ఉపాసించాలి.

అమరనధ అమర

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

మయ్యావేశిత చేతసామ్ అంటే నీ మనసును సదా నాయందు లగ్నం చెయ్యి మనం రోజువారి పనులు చేసుకుంటూఉంటాము. అవి ధర్మసమ్మతంగా న్యాయసమ్మతంగా చేయాలి. ఆ పనులు చేసేటప్పుడు కూడా మనసును నాయందు లగ్నం చేయాలి అని అంటున్నాడు పరమాత్మ . ఎందుకంటే ప్రపంచంలో సంచరించేటప్పుడు, కర్మలు చేసేటప్పుడు, లోభం కానీ మోహం కానీ నిన్ను అంటకుండా ఉండేటందుకు ఎల్లప్పుడు నన్నే ధ్యానిస్తూ, నా యందుమనసు లగ్నం చేయలి.

మాం ధ్యాయన్త ఉపాసతే అంటే నన్నే ధ్యానిస్తూ ఉపాసించాలి. కేవలం ఉపాసన సరిపోదు. దానికి తోడు ఏకాగ్రమైన మనసుతో ధ్యానం కూడా చేయాలి. పరమాత్మను గురించి తెలుసుకొని ధ్యానంచేయాలి. ఏవేవో కోరికలను మనసులో పెట్టుకొని అవి తీరడానికి ధ్యానం ఉపాసన చేయకూడదు.

"మత్పరా" అంటే నా యందే నీ మనస్సు ఎల్లప్పుడూ లగ్నం చేయాలి. ఏ పని చేస్తున్నా అంటే అది చదువు కానీ, వ్యాపారం కానీ, రాజకీయం కానీ, ఉద్యోగం కానీ ఏది చేస్తున్నాసరే మనసు మాత్రం పరమాత్మ మీత నిలిచి ఉండాలి.

మృత్యుసంసాగరాత్.. మనం సంసారాన్ని సాగరం అంటుంటాము. సంసారం సాగరం దు:ఖం అనే నానుడి మనలో ఉంద. ఇక్కడ ఈ సంసార సాగరాన్ని మృత్యువుతో పోల్చారు. సాగరంలో ఎన్నో జలచరాలు, తిమింగిలాలు, సొరచేపలు లాంటి భయంకరమైన జలచరాలు ఉంటాయి. కాబట్టి ఈ సంసార సాగరంలో ఈదుతున్న మానవుడు దుఃఖాలు, రోగాలు ముసలితనము అనే ఈ జలచరాల నోటబడి మరణించకతప్పదు. పైన చెప్పిన విధంగా చేస్తే ఏం ఫలితం వస్తుంది అంటే, పైన చెప్పిన విధంగా ధర్మబద్ధంగా కర్మలు చేసే వారిని, కర్మఫలములను పరమాత్మకు అర్పించిన వారిని, మనసు నా యందు లగ్నం చేసిన వారిని, నన్ను ధ్యానించేవాలని, "సముద్ధర్తా' అంటే మృత్యువు అనేసంసార సాగరం నండి వారిని నేను పైకి లేవనెత్తుతాను. ఈ జనన మరణ చక్రం నుండి బయడపడనేస్తాను. అంటే మాటి మాటికి మృత్యువు లేకుండా చేస్తాను. మోక్షం ఇస్తాను. అదీ ఎప్పుడోకాదు "న చిరాత్" అతి తొందరలోనే, నీవు సగుణోపాసన నుండి, నిర్గుణోపాసనకు మళ్ళి, శాస్త్రములను అధ్యయనం చేసి, జ్ఞానం సంపాదించి నా గురించి తెలుసుకున్నమరుక్షణం నీకు మోక్షం ఇస్తాను అని హామీ ఇచ్చాడు పరమాత్మ. మానవుడికి ఇంతకన్నా ఏం కావాలి చెప్పండి.

**8. మయ్యేవ మన ఆధత్స్వ మయి బుద్ధిం నివేశయ |**
**నివసిష్యసి మయ్యేవ అత ఊర్ధ్వం న సంశయః || ||**

కాబట్టి ఓ అర్జునా! ముందు నీ మనసు నా యందు నిలుపు. నీ బుద్ధిని నా యందు లగ్నం చెయ్యి, అప్పుడు నువ్వు నా వెంటనే ఉంటావు. నా దగ్గరే ఉంటావు. ఇందులో ఎటువంటి సందేహము లేదు.

అమరనాథ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

దీనికి పరమాత్మ చక్కని సులభమైన మార్గం కూడా చెప్పాడు. ముందు నీ మనస్సును నా యందు అంటే ఆత్మయందు స్థిరంగా నిలుపు. తరువాత నీ బుద్ధి కూడా నా యందే నిలుపు అంటే మనస్సును బుద్ధిని ఆత్మయందు లగ్నం చెయ్యి, మనో,బుద్ధిఅహంకారాలలో, రెండు ఆత్మయందు లగ్నం అయితే. మూడవది అయిన అహంకారము దానంతట అదే నశిస్తుంది. ఇప్పుడు జీవుడు పూర్తిగా ఆత్మస్వరూపుడు అవుతాడు.

ఇప్పుడు మనకు ఒక సందేహం వస్తుంది. మనస్సును ఆత్మయందు నిలిపితే చాలదా బుద్ధికూడానా అని అనుమానం రావచ్చు మనసు ప్రాపంచిక విషయాలలో లగ్నం అయి పనిచేస్తుంది. బుద్ధి మనసు చేసే ఆలోచనలను నిర్ధారిస్తుంది.

ఉదాహరణకు కంప్యూటర్ లో రెండు మెమొరీలు ఉంటాయి. ఒకటి రామ్. అంటే తాత్కాలికమైనది. మనం ఓపన్ చేసిన ప్రతి విషయం అందులో తాత్కాలికంగా కనపడుతుంది. నం ఏం చెబితే అది చేస్తుంది. దానినే మనము మనసు అనవచ్చు రెండవది హార్డు డిస్క్ మనం సంపాదించినది అంటే డౌన్ లోడ్ చేసింది అంతా తనలో నిక్షిప్తం చేసుకుంటుంది. మనం కావాలనుకున్నప్పుడు మనకు అందుబాటులో ఉంటుంది. అలాగే మనం చదువుతున్న చదువు సంస్కారము, మన అనుభవాలు, మన లక్షణాలు అన్నీ బుద్ధి అనే హార్డుడిస్కులో నిక్షిప్తం అయి ఉంటాయి. అవసరం పచ్చినపుడు మనసు బుద్ధిని సంప్రదించి నిర్ణయాలు తీసుకుంటుంది. కంప్యూటర్ లో రామ్. హార్డు డిస్కు రెండూ బాగుంటేనే కానీ కంప్యూటర్ సక్రమంగా పనిచేయదు. అలాగే మానవునికి మనసు, బుద్ధి రెండూ ముఖ్యమైనవే. అందుకని కేవలం మనసును నిగ్రహిస్తే లాభం లేదు. మనో బుద్ధులను రెండింటినీ ప్రాపంచిక విషయముల నుండి ఇవతలకు లాగి ఆత్మయందు ప్రవేశపెట్టాలి. అప్పుడు మనస్సు బుద్ధి ఆత్మయందు లీనమౌతాయి. పరమ శాంతిని సుఖాన్ని పొందుతాయి. అదే మోక్షానికి దారి.

ఒక వేళ ఇవన్నీ మనకు సాధ్యం కాదు అని ఎవరైనా అనుకుంటే వారికి ఒక షార్ట్ కట్ కూడా చెప్పాడు పరమాత్మ, దీనికి సగుణోపాసనకు సంబంధం ఉంది. దీనిని తెలుసుకుంటేనిజమైన భక్తి అంటే ఏమిటో మనకు అర్థం అవుతుంది. సగుణో పాసన అంటే మన మనసుకు నచ్చిన దేవుడిని దేవతను విగ్రహ రూపంలో పూజించడం కాని ఆ పూజ చేసేటప్పుడు దాని మీద మనసు పెట్టి, ఆ విగ్రహం మీద మనసు లగ్నం చేసి పూజచేయడం. అంతే కానీ ఆ విగ్రహాలకు ఏమేం అలంకారాలు చేసామా, ఏమేం నివేదనలు సమర్పించామా అని కాదు. అ విగ్రహాన్ని చెక్కిన శిల్పి ఆ విగ్రహాలకు ఏమేం అలంకారాలు ఉండాలో అవన్నీ చెక్కేఉంటాడు. మనం కొత్తగా చేయాల్సిన పని లేదు. కేవలం మన మనసును అర్పిస్తే చాలు. కేవలం మనసును అర్పిస్తే సరిపోతుందా అంటే చాలదు అంటున్నాడు పరమాత్మ. నీ విచక్షణా బుద్ధిని కూడా నాయందు ఉంచాలి. అంటే మన మనసు కేవలం ఆ విగ్రహాన్నే కాకుండా, ఆ విగ్రహం వెనుక ఉన్న పరమాత్మ తత్వాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

రాముడిని, కృష్ణుడిని, శివుడిని, అమ్మవారిని , ఆంజనేయుడిని, నరసింహమస్వామిని ఎవరిని, ఏ విగ్రహన్ని పూజించినా, అవి కేవలం విగ్రహాలు కాదు, ఈ విగ్రహాల వెనుక అంతటా వ్యాపించి ఉన్న పరమాత్మ తత్వం ఉంది. ఈ విగ్రహాలు కేవలం నాకు ఆలంబన మాత్రమే. నా మనసు నిలువడానికి ఉపరకణాలు మాత్రమే. నేను మాత్రం అ విగ్రహాల వెనుక ఉన్న పరమాత్మ తత్వాన్ని పూజిస్తున్నాను. అనే విచక్షణా బుద్ధిని కలిగి ఉండాలి. దానినే బుద్ధిని కూడా పరమాత్మలో ఉంచడం.

ఇప్పుడు సాధకుడు పరమాత్మను సాకారంగా పూజిస్తున్నా, మనసులో బుద్ధిలో నిరాకారుడైన రమాత్మను పూజించినట్టు లెక్క ఈ విధంగా ఎవరైనా నా యందు తమ మనస్సును బుద్ధిని ఆత్మయందు ఉంచితే, వారు ఎల్లప్పుడూ నా దగ్గరే ఉంటారు. నాయందే ఉంటారు. నాలోనే .. ఉంటారు. ఇందులో ఎటువంటి సందేహానికి తావు లేదు అని ఘంటాపథంగా చెప్పాడు పరమాత్మ. ఇందులో న సంశయః అని వాడాడు. ఈ పదం ప్రతిసారి వాడుతున్నాడు. ఎందుకంటే అర్జునుడు, మానవులు అందరూ ఎప్పుడో ఏదో ఒక సందేహంతో బాధపడుతుంటారు. సంశయాల పుట్ట మానవుడు. కాబట్టి సందేహం వద్దు నా మాట నమ్మండి అని పరమాత్మ మాటి మాటికీ బోధిస్తున్నాడు.

*9. అథ చిత్తం సమాధాతుం న శక్నోషి మయి స్థిరమ్ |*
*అభ్యాసయోగేన తతో మామిచ్ఛాప్తుం ధనంజయ || ||*

ఓ అర్జునా! ఒక వేళ నీ మనోబుద్ధులను అంటే నీ చిత్తమును నా యందు స్థిరముగా నిలపడానికి శక్తిలేతే, దానికి తగిన అభ్యాసం చేసి సాధించు.
అర్జునా! ఒక వేళ నీవు నీ మనసును, బుద్ధిని (రెండింటినీ కలిపి చిత్తం అంటారు) నా యందు అంటే ఆత్మయందు లగ్రం చేయడం నీకు చేతకాలేదు అని అనుకో, అపుడు రెండో మార్గం కూడా ఉంది అని అంటున్నాడు పరమాత్మ. ఎవరికీ మొదటినుంచీ ఏది అలవడదు అభ్యాసం చేయాలి. పాఠం కూడా ఒక సారి చదివితే రాదు. ప్రతిరోజూ చదవాలి. ఏ పని కూడా ఒక సారి చేస్తే అన్నీ తప్పులు చేస్తాము. చెయ్యగా చెయ్యగా అది అలవాటు అవుతుంది. చెడ్డ అలవాట్లను తొందరగా నేర్చుకునే మనం మంచిని అంత తొందరగా గ్రహించలేము. అందుకని పరమాత్మ మనసును, బుద్ధిని ఆత్మలో నిలపడం అనే పక్రియను అభ్యాసంతోనే సాధించాలి అని బోధించాడు. అందుకే ఇంతకు ముందే అభ్యాసమును ఒక యోగంగా పరిచయం చేసాడు పరమాత్మ.

సనాతన-

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

అభ్యాసం చేయాలంటే ముందు మనలో ఆ కోరిక పుట్టాలి. అందుకే మామిచ్ఛాప్తుం అని అన్నాడు పరమాత్మ. నన్ను పూజించాలి, ధ్యానించాలి, నన్నే పొందాలి అనే కోరిక ముందు నీలో పుట్టాలి. అప్పుడే ఎన్ని పనులు ఉన్నా అవన్నీపక్కన బెట్టి అభ్యానం చేస్తావు. మొదట్లో కొంచెం కష్టంగానే ఉంటుంది. ఏదీ ఒకసారి చేస్తే రాదు. పట్టు వదలకుండా నిరంతరం చేయాలి. మరలా మరలా చేయాలి. దానినే నిరంతర అభ్యాసము అని అంటారు. అసలు కోరికే లేకపోతే బలవంతంగా కూర్చున్నా నీ మనసు దేవుడి మీద నిలువదు. దాని ఇష్టం వచ్చినట్టు తిరుగుతూఉంటుంది. కాబట్టి పరమాత్మను పూజించాలి, ఉపాసించాలి, ధ్యానించాలి అనే కోరిక బలంగా మనసులో కలగాలి అప్పుడే నిరంతర సాధన అభ్యాసం సాధ్యం అవుతుంది.

( ఉదాహరణకు సాయంతం 6 గంటలకు ఒక అభిమాని యొక్క అభిమాన హీరో కానీ హీరోయిన్ కానీ సినిమా టివిలో వస్తోంది అనుకుందాము. రెండురోజుల ముందే ఆ విషయం తెలిసిన ఆ అభిమాని తన అభిమాన హీరో సినిమా టివిలో చూడాలనే కోరిక గాఢంగా పెంచుకుంటాడు. ఆ సమయంలో తనకు ఉన్న అన్ని అతి ముఖ్యమైన పనులను మానుకోవడమో వాయిదా వేసుకోవడమో చేసుకుంటాడు. 5.30 కే టివి ముందుకూర్చుంటాడు. రిమోట్ ఎవరికీ ఇవ్వడు. 6 గంటలకు సినిమా మొదలవగానే పొంగి పోతాడు. అర్థం పర్థం లేని అన్ని ప్రకటనలను ఓపిగ్గా భరిస్తూ సినిమా చూపి పరమానందం పొందుతాడు. ఇదంతా ఎందువలన జరిగింది. ఆ సినిమాను టివిలో చూడాలని కోరిక గాఢంగా అతని మనసులో పాతుకుపోవడం వలన. )

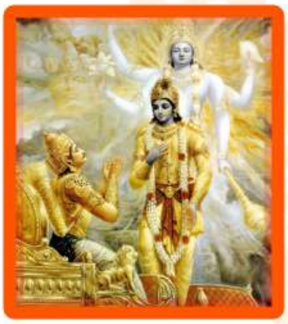
అలాగే పరమాత్మను పూజించాలి. ఉపాసించాలి. ధ్యానించాలి ఆనే కోరిక గాఢంగా ఉంటే, మనసు నిలువక ఏంచేస్తుంది. ఆ గాడమైన కోరికకు నిరంతర అభ్యాసం తోడైతే పరమాత్మ అతని వెంటే ఉంటాడు. కాని ఇదంతా సాధారణ మానవులకు సాధ్యం కావడం లేదు. ఎందుకంటే వారు ప్రతిరోజూ ఎన్నో పనులలో మునిగి తేలుతుంటారు. పనికిమాలిన విషయాలు ఎన్నో చర్చిస్తుంటారు. అర్థంపర్థం లేని సీరియళ్లు, సినిమాలు పదే పదే చూస్తుంటారు. కాని దేవుడి ముందు కూర్చోడానికి "తీరిక దొరకడం లేదండీ" అని అంటుంటారు. ఇది మనం సాధారణంగావినే మాట. తీరిక లేక కాదు. అలా కూర్చోవడానికి మనసు అంగీకరించక, అటువంటి కోరిక లేక అంటే బాగుంటుంది. వీళ్లే ప్రతి రోజు బాగా అలంకరించుకొని దేవాలయాలకు వెళతారు. పూజలు చేయిస్తాగు. మేముఆ పూజలు చేయించాం. ఈ ప్రసాదాలు పంచాము అని గొప్పలు చేప్పుకుంటారు. తాము గొప్ప భక్తులము అని అందరూ అనుకోవాలని వారి తాపత్రయం. కాని తాము ఉద్ధరింపబడాలని అనుకోరు. ఇందుకే భగవంతుడు ఈ శ్లోకం చెప్పాడు.

మనం వృధాగా గడిపే సమయంలో కొంచెం సమయం అయినా భగవధ్యానంలో గడపాలి అనే కోరిక కలిగితే, ఆ కోరికకు అనుగుణంగా తగిన అభ్యాసం చేస్తే, మరుజమ్మకు మంచి మార్గం వేసుకోవచ్చు అని అర్జునుడి ద్వారా మనకు ఉపదేశించాడు.

అమరనధ అమర

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఎంత సేపు కూర్చున్నా మనసు భగవంతుని యందు నిలవడం లేదు, మనసు పరి పరి విధాల పోతూ ఉంటుంది అనే వారికి ఈశ్లోకం చక్కని పాఠం.



Editing
C. AMARANATH AMAR
AMR
సవరణ
అమరనాథ్ అమర్

www.sanatanadharm.com

సనాతన ధర్మ గ్రంథాలను ప్రతి ఒక్కరికి చేరువ చేసేందుకు అమర్నాథ్ ఆధ్వర్యంలో వెబ్ సైట్ ప్రారంభించడం జరిగింది. ఇందులో హిందూ ధర్మానికి చెందిన అన్ని గ్రంథాల సమాచారం ఉంటుంది. మన గ్రంథాల్లోని ప్రతి విషయాన్నీ విపులంగా వివరిస్తూ.. అందరికి  అర్థమయ్యే విధంగా తయారు చేయడం జరిగింది. అనేక గ్రంథాలను చదివి.. అందరికి అర్థమయ్యే రీతిలో దీనిని రాయడం జరిగింది. మీరందరు ఆదరిస్తారని, ఆశిస్తున్న ఇట్లు మీ అమర్నాథ్ అమర్ ........

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

10. అభ్యాసేఽప్యసమర్థోఽసి మత్కర్మపరమో భవ |
మదర్థమపి కర్మాణి కుర్వన్సిద్ధిమవాప్స్యసి || ||

పైశ్లోకంలో చెప్పిన విధంగా ఏవిధమైన అభ్యాసం చేయడానికి నీవు అసమర్థుడవైతే, నాకు సంబంధించిన కర్మలనే ఆచరించు. ఆ కర్మలన్నీ నా కొరకే ఆచరించు. అలా చేసినా కూడా నీవు నన్ను పొందగలవు.

పైవిధంగా అభ్యాసం చేయలేని వాళ్లు, చేయడానికి ఇష్టపడని వాళ్లు, అంటే కనీసం రోజుకు 10 నిమిషాలు కూడా భగవంతుని నిర్మలమైన మనసుతో ధ్యానం చేయడానికి మనసు అంగీకరించని వాళ్లు ఎంతో మంది ఉన్నారు. ఆ పదినిమిషాలు మాత్రం ప్రాపంచికసుఖాలు ఎందుకు వదులుకోవాలి అని కొందరంటే మరి కొందరు. ఆ పది నిమిషాలలో పది రూపాయలో, పది వేలో, పది లక్షలో సంపాదించాలని తాపత్రయపడుతుంటారు. అటు వంటి వారి గురించి పరమాత్మ మరొక మెట్టు కిందికి దిగాడు.

నీవు అభ్యాసం చేయడానికి, ధ్యానం చేయడానికి నీవు అసమర్థుడివి అయితే నీకు చేతకాకపోతే, నీ మనసు అంగీకరించకపోతే, దాని కోసం చింతించకు. నిరాశపడిపోకు నా జీవితం ఇంతే అంటూ చేతులుముడుచుకొని కూర్చోకు. మరొక పని చెయ్యి నీవు ప్రతి రోజూ ఏమేమి కర్మలను చేస్తావో ఆ కర్మలే చెయ్యి, తప్పులేదు. కాని ఆ కర్మలన్నీ నా పరంగా చెయ్యి, నా కొరకు చేస్తున్నాను అనుకుంటూ చెయ్యి. న్యాయంగా, ధర్మంగా చెయ్యి. నీవు చేసే పనినే ధైవంగా భావించి చెయ్యి. అది కూడా ఉపాసనగా మారుతుంది. ధనం సంపాదిస్తున్నాను అనుకుంటేధర్మంగా సంపాదించు. మరొకరి ధనం దోచుకోకు. ఇతరులను కష్టపెట్టి, హింసిచి ధను సంపాదించకు, అలాగే వ్యాపారాలు ధర్మబద్ధంగా చెయ్యి న్యాయంగా నీకు రావాల్సిన లాభం తీసుకో ఉద్యోగస్తులుకూడా తాము చేసే ఉద్యోగం ప్రజాసేవకోసం చేస్తున్నామనీ, ఆదిదైవకార్యం అనీ శ్రద్ధతో చేస్తే అది కూడా భగవతారాధనే అవుతుంది. అలాగే వివాహమాడిన ధర్మపత్నిని, అర్థాంగిని తన సహధర్మచారిణిగా భావించి, ఆమెను తప్ప, ఇతర స్త్రీలను కన్నెత్తి కూడా చూడకుండా, చేసే ప్రతి కార్యము పరమాత్మ కొరకే, ధర్మబద్ధంగా, న్యాయపరంగా చేస్తే అది కూడా భగవంతుని ఉపాసనే అవుతుంది.

ఇంకా చేతనయితే ఇతరులకు ఉపయోగపడే కార్యాలు చేయాలి. (రాజకీయ నాయకుల కర్తవ్యం సమాజానికి సేవచేయడం. సమాజానికి ఉపయోగపడే పనులు చేయడం కాని ఈ నాటి రాజకీయ నాయకులు వారికి ఉపయోగపడే పనులు, వారికి లాభించే పనులే చేసుకుంటూ సమాజాన్ని ఉద్ధరిస్తున్నామని చెప్పుకుంటున్నారు. నరకానికి దారి వెతుక్కుంటున్నారు.) నీవు చేసే పూజలు, వ్రతములు, భజనలు అన్నీ శ్రద్ధతో భక్తితో చెయ్యి. ధర్మంగా సంపాదించిన ధనంతో చెయ్యి, (దర్జాగా సమాజాన్నిదోచుకొని భగవంతునికి బంగారు కిరీటాలు చేయిస్తే జైలుకు అంటే నరకానికి పోతారు.) కాబట్టి న్యాయంగా ధర్మంగా సంపాదించిన ధనంతో ధైవకార్యాలు,

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

సమాజశ్రేయస్సుకు పనికివచ్చే కార్యాలు నా పరంగా నా కోసం చెయ్యి, ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే నిష్కామ కర్మ, ఇతరులకు ఉపయోగపడే కర్మలు పరమాత్మపరంగా చెయ్యాలి. ఆ ఫలితాలను పరమాత్మకు అర్పించి, తరువాత వాటిని భగవంతుని ప్రసాదంగా స్వీకరించాలి. అప్పుడు కూడా ముక్తి లభించే అవకాశం ఉంది అంటున్నాడు పరమాత్మ.

11. అథైతదప్యశక్తోऽసి కర్తుం మద్యోగమాశ్రితః |
సర్వకర్మఫలత్యాగం తతః కురు యతాత్మవాన్ || ||

నా గురించి స్మరణ, ధ్యానం, నిష్కామకర్మ, ఇవన్నీ ఆచరించడానికి కూడా సాధ్యం కాకపోతే, శక్తి, సమర్థత లేకపోతే, అప్పుడుకూడా నీవు నా యందు మనస్సు నిలిపి, నీవు చేసే సమస్త కర్మల యొక్క ఫలములను నాకు అర్పిస్తే చాలు.

పైశ్లోకంలో చెప్పిన విధంగా కూడా చేయడం నాకు చేత కాదు. నా వల్ల కాదు అని అనుకుంటే మరొక మార్గం కూడా చెబుతున్నాడు పరమాత్మ. కనీసం నా యందు నీ మనస్సు లగ్నం చెయ్యి, నీవు ఏ పని చేసినా ఆ కర్మఫలమును నాకు అర్పించు. భగవదార్పణం చెయ్యి, అంటే ఉదయం లేచి నప్పటి నుండి రాత్రి పడుకోబోయే వరకు ఎన్నో పనులు చేస్తుంటాము. ఆపనులు చేసేటప్పుడు నన్ను స్మరించుకో, ఈ పనులు నేను చేయడం లేదు. పరమాత్మ చేయిస్తున్నాడు. నేనునిమిత్తమాత్రుడను అన్నీ ఆ పరమాత్మకు అర్పిస్తున్నాను. నేను చేసే అన్ని కర్మలు, వాటిఫలితములు నావి కావు ఆ పరమాత్మకు చెందుతాయి అని అనుకోవాలి. కేవలంఅనుకోవడమే. చేసినపనికి ఫలితం మనకు ఎదురుగా కనిపిస్తూనే ఉంటుంది.

కాకపోతే ఆ ఫలితాలను మనం పరమాత్ముని ప్రసాదంగా స్వీకరిస్తాము. అప్పుడు మనలోని అహంకారం నశిస్తుంది. ఇదంతా పరమాత్మ అనుగ్రహం అనే భావన కలుగుతుంది. ఈశ్వరార్పణ బుద్ధి, ఈశ్వర ప్రసాద బుద్ధి కలుగుతుంది. మనకు ఏ లాభం కలిగినా, ఏ నష్టం కలిగినా, ఇదంతా ఆ పరమాత్మ ప్రసాదము అని స్వీకరిస్తే, ఆ ఫలితము గురించిన ఆసక్తి చింత ఉండవు. మనసు నిర్మలంగా, ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. అప్పుడు మనసులో చికాకు పరిచే ఆలోచనలు, భావనలు అన్నీ క్రమేణా అదృశ్యం అవుతాయి. దైవీసంబంధమైన ఆలోచనలే కలుగుతుంటాయి. ఇదే మోక్షానికి తొలిమెట్టు. అంటే నర్సరీ క్లాసు. అందుకే పరమాత్మ మనలను నర్సరీ నుండి ఆరంభించమంటున్నాడు. ఈ మొట్టు ఎక్కగలిగితే, మిగిలిన మెట్లు ఎక్కడం కొంచెం సులభం అవుతుంది. దీనినే సర్వకర్మఫలత్యాగం అని పేరుపెట్టాడు పరమాత్మ.

అమరనథ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఇక్కడ కొంత మంది విపరీతార్థాలు తీస్తారు. అసాంఘిక కార్యక్రమాలు, ప్రజలకు హాని కలిగించే కార్యక్రమాలు చేసి, అన్నీ ఆ భగవంతుడే చేయిస్తున్నాడు నేను నిమిత్రమాత్రుడిని అని అనుకుంటే అది పొరపాటే. పరమాత్మ చెప్పింది కేవలం ధర్మ బద్ధంగా, న్యాయపరంగా ఉండే పనులు కానీ అసాంఘికమైన పనులు కావు. మనం చేడ్డ పదార్థాలు, తినకూడని పదార్థాలు దేవుడికి నివేదన పెట్టం కదా! అలాగే చేయకూడని పనులు చేసి ఆ కర్మల ఫలితాన్ని పరమాత్మకు అర్పించకూడదు. కేవలం న్యాయంగా, ధర్మంగా చేసిన పనుల యొక్క ఫలితాలను మాత్రమే పరమాత్మకు అర్పించాలి. కాబట్టి మనం ఏ పని చేసినా రామార్పణం, కృష్ణార్పణం, భగవదార్పణం అంటూ చేస్తే ఆ యా కర్మల ఫలితాలుమనకు అంటుకోవుఈ అర్పణం ఎలా చెయ్యాలి అంటే యతాత్మవాన్ అంటే నాయందు మనసు పెట్టి అర్పణ చెయ్యి అంటున్నాడు. ఏదో మాటవరసకు కృష్ణార్పణం అంటే సరిపోదు. మనసా, వాచా కర్మణా నీ కర్మఫలములను నాకు సమర్పించు. నాకు సమర్పించిన వాటిని తిరిగి నా ప్రసాదంగా స్వీకరించు. అప్పుడే నీ మనసు కూడా నిర్మలంగా ఉంటుంది అని అంటున్నాడు పరమాత్మ.

ఎవరెవరు వారి వారి మనస్తత్వాలకు తగ్గట్టు వారు పనులు చేసుకుంటున్నా, ఆ యా పనులు భగవదర్పితం చేస్తే చాలు దీనినే సర్వకర్మఫలత్యాగం అంటున్నాడు. ఆయా కర్మల వలన కలిగే ఫలితములను ఇవి నావు కావు భగవంతునివి అని వాటి మీద ఆసక్తి చూపించకూడదు. కాని ఇదంతా నేను చేస్తున్నాను. ఈ ఫలితములను నేనే అనుభవించాలి అనే భావన కలిగిన వారు తాము చేసిన కర్మ ఫలములను ఓ పట్టాన వదిలిపెట్టరు .దానికి నిరంతర సాధన కావాలి. ఓర్పుకావాలి. అందుకే యతాత్మవాన్ అంటే మనస్ఫూర్తిగా ప్రయత్నించాలి. అలా చేస్తే సాధించలేని కార్యము ఏదీ లేదు.

*12. శ్రేయో హి జ్ఞానమభ్యాసాజ్జ్ఞానాద్ధ్యానం విశిష్యతే |*
*ధ్యానాత్కర్మఫలత్యాగస్త్యాగాచ్ఛాంతిరనంతరమ్ || ||*

అభ్యాసము కంటే జ్ఞానము గొప్పది. జ్ఞానము కంటే ధ్యానము గొప్పది. ధ్యానము కంటే కర్మఫలత్యాగము గొప్పది. కర్మఫలత్యాగము చేస్తే పరమ శాంతి చేకూరుతుంది.

ఈ శ్లోకంలో పైన చెప్పబడిన మెట్లకు తర తమ భేదములు వర్ణిస్తున్నాడు పరమాత్మ అభ్యాసంతో ఏదైనా సాధించ వచ్చు అని చెప్పడు. కాని అభ్యాసాని కంటే వేదములు శాస్త్రములు పురాణములు చదివి జ్ఞానము సంపాదించడం ముఖ్యం. జ్ఞానము సంపాదించి ఆ జ్ఞానమును అభ్యాసం చేయాలి. వేదములు, శాస్త్రములు పురాణములు చదివి జ్ఞానము సంపాదించడం కంటే ప్రతిరోజూ ధ్యానం చేయడం ఉత్తమం. ధ్యానం చేస్తే మనసు, ఇంద్రియములు అదుపులో ఉంటాయి. ఈ ధ్యానం చేయడం కన్నా చేసిన కర్మల ఫలములను వదిలిపెట్టడం ఉత్తమం. ఎందుకంటే ఈ కర్మల ఫలితములు నాది కావు, ఈ కర్మలు అన్నీ పరమాత్మ పరంగా చేస్తున్నాను. ఈ కర్మలఫలితములు పరమాత్మవే అని భావిస్తే మనస్సు ప్రశాంతంగా నిర్మలంగా ఉంటుంది. ధ్యానం చేస్తున్న ఆ కాసేపు మనసు నిర్మలంగాఉంటుంది.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

అదే విధంగా కర్మలు చేస్తూ ఆ కర్మల ఫలములను పరమాత్మకు అర్పిస్తూ, వాటిని పరమాత్మ ప్రసాదంగా స్వీకరిస్తే నిరంతరము ఆనందము, నిర్మలత్వము, ప్రశాంతత అనుభవించవచ్చు. ఎందుకంటే అందులో ఉండే ఆనందము, ప్రశాంతత ఇంక దేనిలో ఉండవు.

అంటే మనము మొట్ట మొదట నేర్చుకున్న నిష్కామ యోగానికి వచ్చాము. నిష్కా మ యోగము, కర్మఫల త్యాగము అన్నిటి కన్నా గొప్పవి. తరువాత స్థానాలలో ధ్యానము, విజ్ఞానము జ్ఞానము, అభ్యాసము వస్తాయి. వీటి కన్నిటికీ నిర్మలనమైన మనస్సు చిత్త శుద్ధిముఖ్యము. ఆ చిత్త శు ద్ధి నిష్కామ కర్మ, కర్మఫల త్యాగము వలననే సిద్ధిస్తాయి. దానివలన మనస్సుకు ప్రశాంతత చేకూరుతుంది. అందుకే కర్మఫలత్యాగము అన్నిటికీ పునాదిలాంటిది. పునాది బలంగా ఉంటేనే కట్టడం నిలబడుతుంది. అలాగే కర్మఫలత్యాగంతో ఆరంభిస్తే, దానికి పైన ఉన్నవన్నీ వాటంతట అవే సిద్ధిస్తాయి అని అంటున్నాడు పరమాత్మ.

ఇప్పటివరకు మనం ఈ శ్లోకానికి పైన కనపడే అర్థం తెలుసుకున్నాము. కాని ఇలా అర్థం చేసుకుంటే ఈ శ్లోకానికి విపరీతార్థాలు గోచరిస్తాయి. ఎందుకంటే పై శ్లోకాలలో జ్ఞానము అన్నిటి కన్నా గొప్పది అనీ, కర్మఫలత్యాగము ఏదీ వీలుకాకపోతే ఆఖరుగా ఆచరించతగ్గది అని చెప్పారు. ఇప్పుడు ఈ శ్లోకంలో కర్మఫలత్యాగాన్ని అత్యంత శ్రేష్టంగా చెప్పారు. ఇవి ఒకదానికి ఒకటి విరుద్ధంగా కనిపిస్తున్నాయి.

ఇలా చెప్పడంలో ఉన్న విశేషం ఏమిటంటే, మనం ఏదైనా ఒక వస్తువును గురించి చెప్పవలసి వచ్చినపుడు దానిని గురించి గొప్పగా చెప్పడం మనకు అలవాటు. బట్టల షాపుకు వెళితే షాపువాడు చీరలు చూపిస్తాడు. "అమ్మ ఈ చీర చాలా మంచిది. నేత మంచిది. కలరు పోదు దీనిని తీసుకోండి" అంటాడు. మీరు ఆ చీర పక్కన పెట్టి మరోక చీర తీసుకుంటే దాని గురించిఇంకా గొప్పగా చెబుతాడు. అలా మీరు ఏ చీర తీసుకున్నా దాని గురించి ఇంకా ఇంకా గొప్పగా చెబుతాడు. అంటే వాడి ఉద్దేశ్యం మీరు ఏదో ఒక చీర కొనాలని కానీ, మిగిలిన చీరలు గొప్పవి కాదు అని కాదు.

అలాగే ఇక్కడ ఒకదానికంటే ఒకటి గొప్పవి అని చెబుతూ, కర్మఫలత్యాగం గొప్పది. అని చెప్పడంలో అర్థం కనీసం మీచేత ఈ కర్మఫలత్యాగము అన్నా ఆచరింపచేయాలని వ్యాసుల వారి ఉద్దేశం.అంతేతానీ జ్ఞానము, ధ్యానము, అభ్యాసము, కన్నా కర్మఫలత్యాగము గొప్పది అని కాదు దేనికదే గొప్పది. కాకపోతే మనం ఆచరించడానికి కర్మఫలత్యాగము సులభంగా ఉంటుంది కాబట్టి దాని కంటే ఇంకా కింద ఆచరించపలసినది ఏదీ లేదు కాబట్టి, దాని గురించి గొప్పగా చెబితే అందరూ దానిని ఆచరించి పైమెట్టు ఎక్కడానికి ప్రయత్నం చేస్తాగు కాబట్టి కర్మఫలత్యాగాన్ని అన్నిటికన్నా శ్రేష్టమైనదిగా చెప్పాడు. ఈ శ్లోకాన్ని అలా అర్థం చేసుకోవాలి కానీ ఉన్నది ఉన్నట్టు చదువుకుంటే విపరీతార్థాలు, పరస్పరవిరుద్ధఅర్థాలు వచ్చే అవకాశం ఉంది.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఇక్కడినుండి భక్తుల యొక్క గుణములు లక్షణాల గురించి చెబుతున్నాడు పరమాత్మ.

13. అద్వేష్టా సర్వభూతానాం మైత్ర: కరుణ ఏవచ
నిర్మమో నిరహంకార: సమ దు:ఖసుఖః క్షమీ॥
14. సంతుష్టస్సతతం యోగీ యతాత్మా ధృఢనిశ్చయ:
మయ్యర్పిత మనోబుద్ధిర్యో మద్భక్తస్స మే ప్రియ:॥

సకల భూతజాలముల యందు ద్వేషము లేకుండా, స్నేహముతోనూ, కరుణతోనూ సంచరించేవాడు, అహంకారము, మమకారము లేనివాడు, సుఖమును, దుఃఖమును సమంగా భావించేవాడు, ఓర్పుకలవాడు, ఉన్నదానితో తృప్తి చెందేవాడు, మనో నిగ్రహము కలవాడు, ఎల్లప్పుడూ తన మనస్సును ఆత్మయందు కలిపి ఉంచేవాడు, పరమాత్మ, పట్ల ధృఢమైన నిశ్చయాత్మక బుద్ధి కలవాడు, చంచలమైన బుద్ధిలేనివాడు, అటువంటి అచంచలమైన, నిశ్చయాత్మక బుద్ధిని నాకుఅర్పించేవాడు, నిరంతరము నా యందు భక్తి కలవాడు, అటువంటి వాడు నాకు అత్యంత ప్రియమైన వాడు.

ఈ శ్లోకాలకు పైపైన అర్థం చూస్తే, పరమాత్మకు కొంతమంది మీద పక్షపాతం ఉన్నట్టు అనిపిస్తుంది. కాని నిజానికి పరమాత్మ ఎవరి పట్ల ప్రేమ, ద్వేషములు లేవు. ఈ విషయాన్ని తొమ్మిదవ అధ్యాయములోనే చెప్పాడు. "న మే ద్వేష్యోఽస్తి నప్రియ" అంటే నాకు ద్వేషింప తగ్గవాడు కానీ, ప్రియుడు కానీ లేడు. అందరూనాకు సమానమే. అని అన్నాడు. ఇంతకు ముందు శ్లోకాలలో తనను చేరుకోడానికి ఎవరికి ఏ మార్గము అనువైనదో, ఆయా మార్గములను వారికి సూచించాడు. ఏమీతెలియని నాడు, శాస్త్రజ్ఞానము లేని వాడు కూడా తాను చేసే సకామ కర్మలన్నీ తనకు అర్పిస్తే వాడికి మోక్షం ప్రసాదిస్తాను అని అభయం ఇచ్చాడు.

ఈ శ్లోకాలలో తన భక్తునికి ఏమే లక్షణాలు ఉండాలో చక్కగా వివరించాడు. ఇది ఒక గీటురాయి వంటిది. ప్రతివాడు తనకు ఈ లక్షణాలు ఉన్నాయా లేవా అని పరీక్షించుకోవాలి లేకపోతే అలవరచుకోవాలి. క్రమక్షమంగా పరమాత్మకు చేరువ కావాలి అందుకు ఈ శ్లోకాలు ఉపయోగపడతాయి అంతే కానీ పరమాత్మ పక్షపాతి అని భావించడానికి కాదు.

మొట్టమొదటి లక్షణం ఎవరిమీదా ద్వేషము ఉండకూడదు. ద్వేషము అనేది అగ్ని లాంటిది. ప్పు ఎవరి దగ్గర ఉంటుందో, దేని దగ్గర ఉంటుందో దానిని దహించివేస్తుంది. అలాగే ద్వేషం ఎవరిలో ఉంటుందో అది వారిని దహించి వేస్తుంది. అంటే ద్వేషం కలిగి ఉండటం అంటే భస్మాసురుడు మాదిరి ఎవరి నెత్తిమీద వారే చెయ్యి పెట్టుకొని భస్మం కావడం అన్నమాట. మనసునిండా ద్వేషం ఉన్నవాడికి పరమాత్మ మీద భక్తి నిలువదు. మనస్సు చంచలంగా ఉంటుంది. లోపల ఉన్న పగ ద్వేషం వఎలా తీర్చుకోవాలా అని నిరంతరం ఆలోచిస్తూ ఉంటుంది. ఎదుటి వాడి మీద ద్వేషంతో మనసు రగిలిపోతూ చివరకు బలహీనమౌతుంది.

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

దేని మీదా మనసు నిలువదు. భగవంతుని మీద అసలే నిలువదు. పూజకు కూర్చున్నా, ధ్యానంలో కూర్చున్నా, తాను ద్వేషించే వారి మీద ఎలా పగ తీర్చుకోవాలో ఆలోచిస్తుంటాడు కానీ, ధ్యానంలో మనసు నిలుపలేడు.

ఇక్కడ మరొక విషయం కూడా ఆలోచించాలి. అందరిలో పరమాత్మ ఆత్మస్వరూపుడుగా ఉన్నాడని మనం తెలుసుకున్నాము. అటువంటప్పుడు, మీరు ద్వేషించే వ్యక్తులలో కూడా పరమాత్మ ఆత్మస్వరూపుడుగా ఉన్నాడు కదా! అంటే మనం ఎదుటి వాడిని ద్వేషిస్తున్నాము అంటే అతనిలో ఆత్మస్వరూపుడుగా ఉన్న పరమాత్మ ను ద్వేషిస్తున్నాము అన్న మాట. కాబట్టి ద్వేషము అసలు ఉండకూడదు. ప్రతివాడు ద్వేషం వదిలిపెట్టాలి. అందుకే "అద్వేష్టా సర్వభూతానాం" అని మొట్ట మొదటి పదంగా వాడారు వ్యాసులవారు.

ఇక్కడ అందరికీ ఒక సందేహం వస్తుంది. మనం ఎవరినీ ద్వేషించకూడదు. కాని మనలను ఎవరైనా ద్వేషిస్తే ఏం చేయాలి. అటువంటి వారి పట్ల ద్వేషం లేని దండోపాయం ప్రయోగించాలి. (తండ్రి బిడ్డను దండించినట్టు, టీచర్ స్టూడెంటును దండించినట్టు. తండ్రికి, టీచర్ కు ద్వేషభావం ఉండదు. కేవలం తన సంతానము, శిష్యులు బాగుపడాలనే కోరిక తప్ప అలాగనీ అమితమైన ప్రేమ ఉండకూడదు.) అనురాగ మమకారాలు మితంగా ఉండాలి.

ఎవరి మీదా కోసము, ద్వేషము లేకపోతే, స్నేహము, కరుణ వాటంతట అవే కలుగుతాయి. స్నేహానికి గుర్తు ద్వేషం లేకపోవడమే. అందుకనే పరమాత్మ రెండూ చెప్పాడు స్నేహితుడి లక్షణాలు ఏవంటే తాను ఏదైనా తప్పుపని, చేయకూడని పని, పాపపు పనిచేస్తుంటే నిర్మోహమాటంగా నివారించేవాడే నిజమైన స్నేహితుడు. ఏదైనా మంచి పని చేస్తుంటే ప్రోత్సహించేవాడు, స్నేహితుడి రహస్యాలను కడుపులోనే దాచుకునేవాడు, స్నేహితుడి మంచి గుణాలను అందరికీ చెప్పేవాడు. అవసరం వచ్చినపుడు ముఖం చాటెయ్యకుండా, స్నేహితుడి కష్టాలను పంచుకునేవాడు. ఇటువంటి గుణములు కలిగిన వాడిని మంచి మిత్రుడు అని అన్నారు. ప్రతివాడూ అటువంటి స్నేహమును కలిగి ఉండాలి.

తరువాతది కరుణ. అంటే ఇతరుల కష్టసుఖాలు తనవిగా భావించడం, సానుభూతి చూపడం చేతనయితే సాయంచేయడం, దీనినే కరుణ చూపడం అంటారు. తరువాతవి అహంకార మమకారాలు, అహంకారము అంటే ఇది నా శరీరము, ఇది నా మనసు, నా బుద్ధికి తోచినట్టు చేస్తానుఅని అనుకోవడమే అహంకారము. నేను, నాది, ఇవన్నీ నావి, వీళ్లంతా నావాళ్లు అని అనుకోవడం మమకారం యొక్క లక్షణం. నేను, నా వాళ్లు, నా ఆస్తి, నా ధనము, నా ఇల్లు. ఇవి నేను సంపాదించాను. ఇవి పోతే నేను బ్రతకలేను అనడమే అహంకార మమకారాలకు గుర్తు. ఈ శరీరం పంచభూతాల కలయిక. అందులో ఉన్న మనసు, బుద్ధ నా ప్రారబ్ధం నుండి పుట్టినవి కాబట్టి ఇవేనీ నావి కావు. నేను పుట్టిన తరువాత నేను సంపాదించాను అని అనుకుంటున్న స్థిర, చర, ఆస్తులు అన్నీ

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

నేను పుట్టక ముందు కూడా ఉన్నాయి. నేను మరణించిన తరువాత కూడా అవి ఇక్కడే ఉంటాయి. ఏవీ నా వెంటరావు,అనే భావన ఉంటే అహంకారము మకారము నశిస్తుంది. జననం, మరుణం, మధ్యలో ఉన్న కాలంలోనే ఈ అహంకార మమకారాలు మనిషిని ఆవరించి ఉంటాయి. వీటివలన కలిగే వాసనలు తరువాతి జన్మకు కారణం అవుతాయి. అందుకే ఈ అహంకార మమకారాలు ఉండకూడదు అని పరమాత్మ చెప్పాడు. ఒక వేళ ఉన్నా మితంగా ఉండాలి కానీ అతిగాఉండకూడదు. దానినే సాత్వికాహంకారము అని అంటారు.

నేను లేకపోతే ఈ ప్రపంచమే లేదు, అంతా నా వలననే జరుగుతు ఉంది, ఇదంతా నాది, వీళ్లంతా నా వాళ్లు, అనే ఈ భావాలను పరిమితంగా ఉంచుకోవాలి. ఈ విశ్వంలోని అన్ని సంపదలు పరమాత్మవే. వాటిని నా జీవితకాల పర్యంతం అనుభవించడానికి మాత్రమేనాకు హక్కు ఉంది. మరణించేటప్పుడు ఏవీ నా వెంటరావు అనే భావన కలిగి ఉండాలి. ఇలా అహంకార మమకారాలు మితంగా, అదుపులో ఉంటే, సుఖ దుఃఖములను సమంగా చూడటం అలవాటు అవుతూ ఉంది.

సుఖములను, దు:ఖములను సమంగా చూడాలి అంటే సుఖం కలిగి నప్పుడు పొంగి పోయి గంతులు వేసి, సంబరాలు జరుపుకొని, ఊరేగింపులు చేసుకొని, మర్నాడు అబ్బే అదంటే నాకు అస్సలు ఇష్టం లేదు అని అనకూడదు. అలాగే దు:ఖం వచ్చినవుడు కుంగి పోయి మంచంపట్టకూడదు. ఒకడికి సుఖము మరొకరికి దుఃఖంగాపరిణమిస్తుంది. ఒకడు ఒక కారును వదుల్చుకోడానికి అమ్ముతాడు. ఆకారును మరొకడు సుఖపడడానికి కొనుక్కుంటాడు. తరువాత దాని మరమ్మతులకు డబ్బు పెట్టలేక దుఃఖం అనుభవిస్తాడు. కాబట్టి జీవితం సుఖదుఖాల సమ్మేళనం అని గ్రహించి, సుఖదుఖములను సమానంగా అనుభవించాలి.

క్షమ, ఓర్పు కలిగి ఉండాలి. ప్రతిదానికీ ఆవేశపడిపోకూడదు. నిదానం, నెమ్మది అలవాటు చేసుకోవాలి. జీవితంలో సుఖం వచ్చినా, దు:ఖం వచ్చినా ఇది భగవంతుని ప్రసాదము. నా మంచికే వచ్చింది అని ఆనందంగా అంగీకరించాలి. దీనినే క్షమ అని అంటారు. మనసులోచెలరేగే తాత్కాలికమైన కోపతాపాలకు,ఆవేశకావేషాలకు అడ్డుకట్ట వేయడమే క్షమ. విజ్ఞత ప్రదర్శించడమే క్షమ. తాత్కాలికంగా ఈ లక్షణాలు అలవాటు చేసుకోవడం కొంచెం కష్టం అనిపించినా దీర్ఘకాలంలో లాభిస్తాయి. ఎల్లప్పుడూ తృప్తి, సంతుష్టి కలిగి ఉండాలి. ఉన్నదానితో తృప్తి పడాలి. లేని దానికోసం ఆరాట పడకూడదు. ఈ రోజు లక్షరూపాయలు వస్తే తృప్తి పడతాము. మర్నాడే మరొక లక్షకొరకు ఆరాట పడతాము. అలా కాకుండా నిరంతరము మనకు ఉన్నది చాలు. మనకు ప్రాప్తం ఉంటే వస్తుంది లేకపోతే లేదు అనే భావన కలిగి ఉండాలి. అలాగే తనకు ఉన్న దానిని దాచుకొని, లేని దాని కోసం పాకులాడకుండా, తనకుఉన్న దానిని నలుగురితో పంచుకునేవాడు కూడా తృప్తి చెందినవాడుఅని చెప్పవ చ్చు. అటువంటి వాడు ఎంత సంపాదించినా,

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

దానిని తన సాటి వారి కోసమే సంపాదిస్తాడు తప్ప తనకోసం కాదు. అంతేకానీ వచ్చిన లాభాలన్నీ తన విలాసాలకు ఉపయోగించుకొని, ఆ లాభాలకు కారకులైన కార్మికుల పొట్టగొట్టే వాడు ఎప్పుడూతృప్తిని పొందలేడు తీనమైన అశాంతితో బాధపడుతుంటాడు.

యతాత్మా అంటే తన మనస్సు తన స్వాధీనంలో ఉన్న వాడు. మనసు చెప్పింది తాను వినకుండా, తాను చెప్పింది మనసు వినేటట్టు చేసుకునేవాడు.

నిశ్చయాత్మక బుద్ధి కలిగి ఉండాలి. చంచల మైన మనస్సు ఉండకూడదు. అనుకున్నది అనుకున్నట్టు చేయగలిగే నిశ్చల తత్వం కలిగి ఉండాలి. అది ప్రాపంచిక విషయమైనా కావచ్చుఅంటే వ్యాపారము, విద్య, రాజకీయము ఏదైనా కావచ్చు. నిశ్చయాత్మక బుద్ధి, ఇచ్చిన మాటకు కట్టుబడి ఉండటం అవసరం. అవసరానికి తగ్గట్టు మాట మార్చకూడదు. అవసరానికి తగ్గట్టు దేవుళ్లను మార్చకూడదు. వేదములను, శాస్త్రములను నమ్మాలి. దేవుడు ఉన్నాడా లేడా అనే చంచలత్వం పనికిరాదు. అలాకాకుండా చంచలస్వభావముతో ఉంటే ఈ మాయ మింగేస్తుంది. అధ:పాతాళానికి తొక్కేస్తుంది.

తరువాతది మయ్యర్పిత మనో బుద్ధి అంటే మనస్సు బుద్ధి పరమాత్మకు అర్పించాలి. అంటే మనసులోనూ బుద్ధిలోనూ చెలరేగే కోరికలను, భావాలను, ఉద్వేగాలను, పరమాత్మ పరం చేయాలి. పరమాత్మే పరంగా కర్మలు చేయాలి. అప్పుడు ఆకర్మఫలములు అతనికి అంటవు. అతని మనసు, బుద్ధి నిర్మలంగా ఉంటుంది. ఇదివరకే చెప్పుకున్నాము. మనోబుద్ధులను ఆత్మయందు సమ్మక్ న్యాసము అంటే చక్కగా ఉంచాలి. దానినే సంన్యాసము అంటారు. అప్పుడు మనో బుద్ధులు నిర్మలంగా, స్థిరంగా ఉంటాయి. అవి స్థిరంగా ఉంటే ఇంద్రియాలు మాట వింటాయి. పరమాత్మ యందు భక్తి అచంచలంగా నిలుస్తుంది.

ఇటువంటి లక్షణములు కలిగిన వాడే నా భక్తుడు. నాకు అత్యంత ప్రియుడు. అతడి యోగక్షేమాలు నేను ఎల్లప్పుడూ గమనిస్తూ ఉంటాను అని పరమాత్మ మనకు హామీ ఇస్తున్నాడు మనం చేయవలసిందల్లా పైన చెప్పబడిన రెండు శ్లోకాలలో ఉన్న లక్షణాలు అలవరచరోవడమే అదే మన కర్తవ్యము.

*15. యస్మాన్నోద్విజతే లోకో లోకాన్నోద్విజతే చ యః |*
*హర్షామర్షభయోద్వేగైర్ముక్తో యః స చ మే ప్రియః || ||*

ఎవని వలన ఇతర మానవులు కానీ, జంతుజాలము కానీ, భయమును, ఉద్విగ్నతను పొందరో, ఎవరైతే ఇతర మానవుల వలన కానీ, సకల జంతుజాలనముల వలన కానీ భయమును, ఉద్విగ్నతను పొందరో, ఎవరైతే సంతోషమును, దుఃఖమును, భయమును, ఉద్వేగమును, మనోవ్యాకులతను విడిచిపెడతారో, అటువంటి వారు నాకు చాలా ఇష్టులు.

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

శారీరకంగా ఉండే బాధలు ఒకరకమైతే మానసికంగా కలిగే బాధలు మరొక రకం. అందులో భయం చాలా భయంకరమైనది. అందుకే మానవునికి మొదటి శత్రువు భయము అంటారు. కొంత మంది అన్నిటికీ భయపడుతుంటారు. లేనిపోనివి ఊహించుకొని భయంతో వణికి పోతుంటారు. ఈ భయం ప్రాపంచిక విషయములలోనే కాదు దేవుని విషయంలో కూడా ఉంటుంది. ఆ దేవుడికి పూలు పెట్టాము ఈ దేవుడికి పెట్టకపోతే అయనకుకోపం వస్తుందేమో, ఈయనకు హారతి ఇచ్చాము ఆయనకు ఇవ్వకపోతే ఎలాగా! ఈ గుడికి వెళ్లాము ఆ గుడికి వెళ్లకపోతే ఏమౌతుందో ఏమో! ఏం చేస్తే ఏ దేవుడికి కోపం వస్తుందో అని అను నిత్యం భయపడుతుంటారు కొందరు. ఏ పని చేస్తే ఏమౌతుందో అని భయంతో హడలిపోతుంటాడు. ఇవన్నీ అనవసర భయాలు పరమాత్మకు కోపతావాలు, ఇష్టాఇష్టాలు ఉండవు అని తెలుసుకోవడమే జ్ఞానము. ఆ జ్ఞానం కలిగిన నాడు పరమాత్మ అంటే భయం ఉండదు. అందుకే పరమాత్మ. ఇతరుల వల్ల ఎవడైతే భయం లేకుండా ఉంటాడో వాడే నా భక్తుడు అని అన్నాడు. అంటే ఈ దుర్గుణము అయిన భయాన్ని ముందు వదిలిపెట్టాలి అని అర్థం. మనం అన్యాయంగా, అక్రమంగా, అధర్మం గా ప్రవర్తిం చనపుడు ఎవరికీ భయపడనవసరం లేదు అనే నిశ్చయాత్మక బుద్ధి కలిగి ఉండాలి.

అలాగే ఎవరినీ మనం భయాలికి లోను చేయకూడదు. ఎవరినీ భయపెట్టకూడదు. తన వాక్కుతో గానీ, శరీరంతో గానీ ఇతరులను భయందోళనలకు గురి చేయకూడదు. శారీరకంగా కానీ, మానసికంగా కానీ ఇతరులను అకారణంగా హింసించకూడదు. అందరి మీదా అనవసరమైన అధికారం చలాయించకూడదు. అందరూ నాకు భయపడుతూ ఉండాలి, అందరూ నాకు లోబడి ఉండాలి. అందరూ నా చెప్పుచేతల్లో ఉండాలి అనే భావనతో ఉండకుడదు. ఒకవేళ అటువంటి భావనలు ఉంటే వాటిని మనసులో మండి తుడిచివెయ్యాలి. కాబట్టి మనం ఒకరికి భయపడ కూడదు, మనం మరొకరిని భయపెట్టకూడదు.

సంతోషము, దు:ఖము, కోపము, భయము, ఉద్వేగము ఇవి మనసు లక్షణాలు. ఇవి మనలో ఒక్కొసమయంలో ఒక్కొవిధంగా విజృంభిస్తుంటాయి. వాటిని అదుపులో పెట్టుకోవాలి. క్రమక్రమంగా వాటికి స్పందించడం మానుకోవాలి. సంతోషం ఎక్కువయినా, దుఃఖము ఎక్కువయినా కష్టమే. ఆ సమయంలో మనలో ఉన్న విచక్షణా శక్తి పని చేయదు, ఆనందం అవధులు దాటినా దు:ఖము ముంచుకొచ్చినా ఒక్కొసారి గుండె ఆగిపోవడం కూడా జరుగుతుంది. కాబట్టి అటువంటి భావోద్వేగాలు కలిగినపుడు ఎలాంటి స్పందన లేకకుండా సమభావనతో ఉండటం అలవాటు చేసుకోవాలి. అటువంటి వాడే నాకు ఇష్టమైన వాడు అని అంటున్నాడు పరమాత్మ.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

కొంత మంది మనలను ఎదురుగా పొగుడుతుంటారు. పక్కనే తిడుతుంటారు. కొంత మంది వాళ్ల కార్యాలు సాధించుకోడానికి పొగుడుతుంటారు. మరి కొంత మంది ఒకరోజు పొగుడుతారు మర్నాడే తిడతారు. ఈ సంవత్సరం లాభం వస్తుంది. మరు సంవత్సరం నష్టం వస్తుంది. ఏ కాలానికి తగ్గట్టుగా ఆయాజబ్బులు పస్తుంటాయి. ఇవి అన్నీ సర్వసాధారణం అనుకొని చిరువ్వుతో ఓపికగా భరించాలి. అంతే తప్ప విపరీతంగా స్పందించకూడదు.

అలాగే అసూయ. ఇది ఇంకా భయంకరమైన జబ్బు ఎదుటి వాటి ఉన్నతిని ఓర్వలేకపోవడం, అసూయ పడటం. ద్వేషం పెంచుకోవడం. ఇది ఘోరమైన పతనానికి దారి తీస్తుంది. ఎవడినీ క్షణం సేపు ప్రశాంతంగా ఉండనివ్వడు. మనసును అల్లకల్లోలం చేస్తుంది. దీనినే అమర్షణ అని కూడా అంటారు. ఈ ఆసూయాద్వేషాలను కూడా ప్రతి వాడూ సమూలంగా నాశనం చేయాలి. సాటి వాలరిని ప్రేమించడం, ఆదలంచడం ఎదుటి వాలలో ఉన్న గొప్పతనాన్ని గౌరవించడం నేర్చుకోవాలి. ఇలా ఉన్న వాడు నాకు అత్యంత ప్రియుడు అని అన్నాడు పరమాత్మ.

క్లుప్తంగా చెప్పాలంటే మనం ఇతరులతో వ్యవహరించేటప్పుడు మృదువైన మనసుతో వ్యవహరించాలి. ఇతరుల మనసుకు కానీ, శరీరానికి కానీ కష్టనష్టములు కలిగించకూడదు. ఇతరులు మనతో వ్యవహరలంచేటప్పుడు, రాయిలాగా కఠినంగా ఉండాలి. ఇతరుల వలన మనకు కష్టనష్టములు కలిగినా దేనికీ చలించకూడదు. నిర్వికారంగా ఉండాలి. ఏది లభించినా పరమాత్మ ప్రసాదంగా స్వీకరించాలి. ఇటువంటి వాడు నాకు అత్యంత ప్రియుడు అని అన్నాడు పరమాత్మ.

ఇది అర్జునుడికి కృష్ణుడు చేసే బోధ మాత్రమే కాదు. కలియుగంలో ఉన్న మానవులకు పరమాత్మ చెప్పే జీవితపాఠం. ఇలా ఉంటే సుఖంగా ఉంటావు. లేకపోతే నిరంతరం దుఃఖముల పాలవుతావు అని ఘంటాపథంగా చెబుతున్నాడు.

16. అనపేక్షః శుచిర్దక్ష ఉదాసీనో గతవ్యథః |
సర్వారంభపరిత్యాగీ యో మద్భక్తః స మే ప్రియః || ||

అపేక్ష లేని వాడు, మనస్సు, శరీరము పరిశుభ్రంగా నిర్మలంగా ఉంచుకునేవాడు. తనలోని వ్యధలు అన్నీ విడిచిపెట్టినవాడు, కోరికలతోకూడిన, కర్తృత్వభావనతో కూడిన, నిషిద్ధమైన చేయకూడని కర్మలను అన్నిటినీ వదిలిపెట్టినవాడు, అటువంటి వాడు నాకు అత్యంత ప్రియుడు.

అపేక్ష అంటే కోరిక. అనపేక్ష అంటే కోరికలు లేక పోవడం. దేనిమీదా ఆధారపడక పోవడం. పూర్తిగా కోరికలు లేకపోతే దేని మీదా ఆధారపడకపోతే ఎలా జీవితం గడపడం అని అనుకోవచ్చు. జీవితానికి అవసరమైన వరకు ఉంటే పర్వాలేదు. అన్నీనాకే కావాలి, ఇదంతా నాదిఅందరూ నాకు దక్కాలి.

అమరనాథ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

అది లేకపోతే నాకు జీవితమే లేదు, నాకు దక్కనిది ఇంకెవరికీ దక్కడానికి వీలులేదు ఇటువంటి కోరికలు అనర్థం కలిగిస్తాయి. కాబట్టి కోరికలను అదుపులో ఉంచుకోవాలి లేకపోతే మనసు, అందులో నుండి పుట్టిన కోరికలు, మానవులను మాయలో పడేస్తాయి. మానవులు కేవలం పరమాత్మ మీదనే ఆధారపడాలి కానీనీ ఇతర ప్రాపంచిక విషయాల మీద కాదు. ఎందుకంటే ప్రాపంచికమైన ఏ వస్తువు ఎవరికీ శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని సంతోషాల్ని ఇవ్వలేదు. మొదట్లో సంతోషాన్ని ఇచ్చినా చివరకు నిరాశ, దు:ఖమే మిగులుతుంది. కాబట్టి శారీరక ఆనందం కొరకు మానసిక ఆనందం కొరకు దేని మీదా ఆధారపడకూడదు. ఎందుకంటే అవి చివరకు దు:ఖాన్ని మిగులుస్తాయి కాబట్టి.

శుచి అంటే శుభ్రత, చాదస్తంగా మడి కట్టు కోనడం కాదు. శుభ్రంగా ఉండటం. అదీ కూడా బాహ్య అభ్యంతర శ్శుచి అన్నారు. బాహ్యము అంటే శరీరము, అభ్యంతరము అంటే మనసు..ఈ రెండూ శుభ్రంగా నిర్మలంగా ఉంచుకోవాలి. శరీరానికి మూడుసార్లు స్నానం చేసి మూడు సార్లు బట్టలు మార్చి శరీరం నిండా సుగంధ వాసనలతో ఘుమఘుమలాడుతూ, మనసులో చెడు ఆలోచగలు, దుర్గార్గపు ఆలోచలను కలిగి ఉంటే దానిని శుచి అనరు. అంటే శరీరం శుభ్రంగా ఉండి మనసు మలినంగా ఉన్నా, దుర్మార్గపు ఆలోచనలతో నిండి ఉన్నాదానిని శుచి అనరు. కాబట్టి, శుభభ్రమైన శరీరంతో నిర్మలమైన, నిష్కల్మషమైన మనస్సుతో ధార్మిక జీవనం గడపాలి. మనసుతో ధార్మికంగా ఆలోచించాలి. పవిత్రంగా ఉంచుకోవాలి. అప్పుడే శుచి అనే పదానికి అర్థం తెలుస్తుంది అని బోధించాడు పరమాత్మ.

తరువాత దక్షత కలిగి ఉండాలి. సమర్థత కలిగి ఉండాలి. ఉత్సాహం కలిగిఉండాలి. అంతే కానీ ఈసురోమంటూ, నిర్వీర్యంగా ఉండకూడదు. ఈ పని నా వల్ల కాదులే, ఇదంతా అయ్యేపని కాదు అనే భావనలు మనసులో రానీయకూడదు. ఎటువంటి విపత్కర పరిస్థితులు వచ్చినా సమర్థంగా దక్షతతో ఎదుర్కొనే సామర్థ్యం కలిగి ఉండాలి. సాధనచేయడానికి కూర్చున్నప్పుడు కూడా మనసు నిలువదు అటు ఇటు పోతూ ఉంటుంది. అలా అని నిరుత్సాహపడకుండా ఆ మనసును మరలా మరలా మన అధీనంలోకి తెచ్చుకోవాలి. దీనినే అభ్యాసయోగంగా పరమాత్మ ఇదివరకే చెప్పాడు. కాబట్టి ఇటు ప్రాపంచిక వ్యవహారాలలోగానీ, ఆధ్యాత్మిక చింతనలో కానీ దక్షిత అత్యంత ఆవశ్యకము.

ఉదాసీనత అంటే ప్రతి దానికి ఊగిపోకుండా, రెచ్చిపోకుండా, ఎప్పుడూ ఒకే పక్షం వైపు మాట్లాడకుండా, తటస్థంగా ఉండాలి. దేని మీదా ఎక్కువ ఆసక్తి ఉండకూడదు. అలాగని నిరాసక్తంగా ఉండకూడదు. మధ్యస్థంగా తటస్థంగా ఉండాలి. ఎవరినీ సమర్థించకూడదు అలాగనీద్వేషించకూడదు. అందరికీ మంచి జరగాలని కోరుకోవాలి. అంటే ఎవరి మీదా పక్షపాతాన్ని ప్రదర్శించకూడదు. తటస్థంగా ఉండాలి.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

ఇది రాజకీయనాయకులకు ఎక్కువగా అవసరం. కొంతమంది దేనికీ స్పందించకుండా కేవలం ప్రజాక్షేమం కోసమే పనిచేస్తుంటారు. వారు, వారి మనసులు నిర్మలంగా ఉంటాయి. మరి కొంత మంది తన వర్గం, తనకులం, తన ప్రాంతం ప్రజలకు, అది తనకు ఓటు వేసి గెలిపించిన వారికి మాత్రమే మేలు చేస్తారు. మిగిలిన వారికి అది చేస్తాం ఇది చేస్తాం. మేం అధికారంలోకి వస్తే అన్నీ ఉచితంగా ఇస్తాం, అందరినీ ఆకాశంలో కూర్చోబెడతాం, అందరికీ ఉ ద్యోగాలు ఇస్తాం అని మాయమాటలు చెబుతుంటారు. ఈ వాగ్దానాలు విన్న వాళ్లు నవ్వుకుంటారు. వాళ్లను నమ్మరు.

కాబట్టి ఇటువంటి పక్షపాత బుద్ధి లేకుండా ఎల్లప్పుడూ తటస్థంగా ఉండటం నేర్చుకోచాలి. పక్షపాత బుద్ధి మానవుని సంకుచిత మనస్తత్వము కలవాడిగా చేస్తుంది. ముఖ్యంగా ఆధ్యాత్మికంగా ఎదగతలచుకున్న వాళ్లు ఈ పక్షపాత బుద్ధిని, సంకుచితత్వాన్ని వదిలిపెట్టాలి. అందరిలో ఉన్న పరమాత్మ ఒక్కడే, పరమాత్మ దృష్టిలో అందరూ ఒక్కటే, తేడా లేదు అనే భావన కలిగి ఉండాలి కేవలం ప్రజాక్షేమం కోసం పనిచేస్తూ తటస్థంగా ఉండేవారు నాకు ప్రియులు అన్నాడు పరమాత్మ.

*గతవ్యథ:* .....వ్యథ అంటే దిగులు, దు:ఖము, నిర్వేదము. ఇవి ఎల్లప్పుడూ మానవుని అంటిపెట్టుకొని ఉంటాయి. ఎప్పుడూ దేనికో ఒక దానికి దిగులు. అది పెరిగితే దుఃఖం నష్టం వస్తుందేమో అని దిగులు, నష్టం రాగానే దుఃఖం. ఈ పని మనవల్లకాదులే అనే నిర్వేదం. ఈ లక్షణాలు ఉన్న వాడు మంచి నిర్ణయాలు తీసుకోలేడు. వీటిని లేకుండాచేయడం ఎవరికి సాధ్యంకాదు. ఇది సత్వ,రజస్తమోగుణములు ఉన్న ప్రతి వాడికీ ఉంటాయి. కాబట్టి వాటిని ఓర్పుతో సహించడం నేర్చుకోవాలి. దిగులు, దుఃఖము వచ్చినా వాటిని విడిచిపెట్టాలి. రాని దానికి దిగులు. వచ్చిన దానిని ఎలా కాపాడుకోవాలా అనే దు.ఖము పనికి రాదు. సుఖాలు దు:ఖాలు వస్తుంటాయి పోతుంటాయి వీటిని ఆనందంగా అనుభవించడమే మానవ కర్తవ్యం అనే జ్ఞానం కలిగిన వాడికి ఇదంతా ఒక ఆటలాగా అనిపిస్తుంది. కాబట్టి మనం అందరం సుఖదు:ఖాలు, వ్యధలు అన్నిటినీ సమంగా అనుభవించాలి. అసలు వాటిగురించి పట్టించుకోకూడదు. అప్పుడే మనస్సు నిర్మలంగా ఉంటుంది.

సర్వార ర్థపరిత్యాగీ అంటే చాలా మంది ఏ పనీ మొదలు పెట్టకూడదు. అసలు పని మొదలు పెట్టడం అనేది విడిచిపెట్టాలి. ఈ శ్లోకాన్ని ఇలా అర్థం చేసుకున్నవాళ్లు ఏ పనీ ఆరంభించకుండా అంటే మొదలుపెట్టకుండా, సోమరులు అవుతారు కాని సాధకులు కాలేరు. ఆరంభ: అంటే ఏపని ఆయినా మొదలు పెట్టడం అంటే నేను చేస్తున్నాను అనే కర్మత్వభావనతో మొదలుపెట్టడం ఈ కర్మత్వభావన లేకుండా ఈ పని నేను పరమాత్మ పరంగా చేస్తున్నాను అనే భావనతో చేయడం ఆరంభ పరిత్యాగము అని చెప్పవచ్చు. అప్పుడు ఆ పని మనకు ఎటువంటిబంధనములు కలిగించదు.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

మనలను బంధించే కర్మలు అంటే మనకు బంధనాలు కలిగించే పనులు అని అర్థం చెప్పుకోవచ్చు ఇదివరకే మనము నిష్కామ కర్మగురించి కర్తృత్వభావన లేని కర్మ, విహిత కర్మ ల గురించి తెలుసుకున్నాము. అన్ని కర్మలను వదలాలి అంటే విహితములు కానివి, ప్రజాహితమునకు విఘాతము కలిగించేవి, బంధనములను కలిగించేవి, నిషిద్ధకర్మలను వదలాలి.కేవలము దేహము నిలవడానికి అనువైన కర్మలనే చేయాలి ఎందుకంటే కర్మచేయనిది ఏ మనిషి జీవించలేడు. ఆసక్తి లేకుండా, బంధనములు కలగకుండా, అన్ని కర్మలను, వాటి ఫలములను పరమాత్మకు అర్పిస్తూ ఏ కర్మ చేసినా ఆ కర్మ చేయనట్టే అని ఇదివరకే మనం తెలుసుకున్నాము. దాని గురించే ఇక్కడ చెబుతున్నాడు పరమాత్మ. కాబట్టి కామ్మకర్మలు, కర్తృత్వభావనతో చేసే కర్మలు, నిషిద్ధకర్మలు.వీటిని వబలిపెట్టడమే సర్వారంభవపరిత్యాగము అలా సిన వారు నాకు అత్యంత ప్రియులు అంటున్నాడు పరమాత్మ.

17. యో న హృష్యతి న ద్వేష్టి న శోచతి న కాంక్షతి |
శుభాశుభపరిత్యాగీ భక్తిమాన్యః స మే ప్రియః || ||

సంతోషము వచ్చినపుడు పొంగిపోని వాడు, దు:ః ఖము వచ్చినపుడు కుంగిపోని వాడు, శోకము లేని వాడు, శుభమును, అశుభమును వదిలినవాడు నాకు ప్రియుడు.

అతి పనికి రాదు. అతిగా స్పందించకూడదు. అన్నిటినీ సమానంగా చూడాలి. అనేది ఈ శ్లోకం అర్థం. సుఖము, దుఃఖము, రాగము, ద్వేషము, కోలకలు, శుభాలు, అశుభాలు ఇవన్నీ కూడా సమపాళ్లలో ఉన్నాయి. ఏదీ ఎక్కువ లేవు. శరీర నిర్వహణకు కావాల్సినమేరకే ఉన్నాయి అని అర్థం చేసుకోవాలి. అంటే దేనికి అతిగా స్పందించకుండా మనస్సును నిర్మలంగా ధృఢంగా నిశ్చయాత్మక బుద్ధి కలిగి ఉన్నవాడు అని అర్థం, ప్రతి చిన్న విషయానికి సంతోషించేవాడు, వెంటనే దు:ఖించేవాడు, చలించి పోయేవాడు, ప్రపంచం మొత్తం నా మీద పగపట్టింది అనుకునేవాడు, చీటికి మాటికి దుఖించేవాడు నాకు ఇష్టం లేదు.

ఇక్కడ ఒక విషయం గమనించాలి. శుభాశుభ పరిత్యాగీ అన్నారు. అశుభాలు వదలాలి మరి శుభాలుకూడా వదలాలా అని సందేహం రావచ్చు. పరిత్యాగీ అంటేపూర్తిగా వదిలిపెట్టినవాడుకాదు అని అర్థం. వీటిని సమానంగా భావించేవాడు. ఇక్కడ భక్తుని గురించి చెబుతున్నాడు. ఆ భక్తిలో పరకాష్ట గురించి చెబుతున్నాడు. జ్ఞాని, జీవన్ముక్తుడు, పరమ భక్తుడు ఎలా ఉండాలి అనే విషయం చెబుతున్నాడు. మామూలు మానవులు కూడా సంతోషము దుఃఖము సమానంగాభావించాలి అని చెప్పారు కదా. ఇది అలాగే. ద్వంద్వములను వదిలిపెట్టాలి, వాతావరణంలో మార్పులను, సంతోషాన్ని దుఃఖాన్ని హర్షమును, శోకమును, శుభము అశుభము వీటిని సమానంగా ..చూడాలి.

అమరనాధ అమర

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

మనలను బంఅంటే ఏ సంకల్పమూ లేని నిశ్చలస్థితిలోకి రావాలి. మనకు శుభకార్యాలు పుట్టుక , బారసాల, వివాహము. అశుభకార్యాలు చావు, దానికి సంబంధించిన కర్మకాండలు. ఇవి అన్నీ కాలము యొక్క ధర్మాలు. వీటిని సమానంగా భావించాలి అని పరమాత్మ బోధిస్తున్నాడు.

18. సమః శత్రౌ చ మిత్రే చ తథా మానాపమానయోః |
శీతోష్ణసుఖదుఃఖేషు సమః సంగవివర్జితః || ||

19. తుల్యనిందాస్తుతిర్మౌనీ సంతుష్టో యేన కేనచిత్ |
అనికేతః స్థిరమతిర్భక్తిమాన్మే ప్రియో నరః || ||

మిత్రులను, శత్రువులను, మానము, అవమానము,.శీతోష్ణములు, సుఖదుఃఖములు స్తుతులు, నిందలు, సమానంగా భావించేవాడు, ఎల్లప్పుడూ మౌనంగా ఉండేవాడు, ఉన్నదానితో సంతుష్టిచెందేవాడు, ప్రాపంచిక విషయములలో అధికంగా ఆసక్తిలేనివాడు, గృహముల యందు ఆసక్తి అనురక్తి లేనివాడు, నిశ్చయాత్మకమైన బుద్ధి కలవాడు, పరమాత్మయందు భక్తి శ్రద్ధలు కలవాడు, ఇటువంటి సాధకుడు నాకు ప్రియమైనవాడు.

ఈ రెండు శ్లోకాలలో ఐదు విధములైన ద్వంద్వముల గురించి చెప్పాడు. శత్రువులు మిత్రులు, మానావమానములు, శీతోష్ణములు, సుఖదుఃఖములు, నిందాస్తుతులు. వీటిని సమంగా చూడటం నేర్చుకోవాలి. సాత్వికస్వభావం కల భక్తుడికి శత్రువులు ఎవరుంటారు అని అనుకోకూడదు. మంచి వెంబడి చెడ్డ ఎప్పుడూ ఉంటుంది. రాముడి తో రావణుడు, సుయోధనుడితో ధర్మరాజు ఇలాగా బుద్ధుడికి, కీస్తుకు కూడా శత్రువులు ఉండటం మనం చదువుకున్నాము. సాధకుడు అయిన వాడు శత్రువులను, మిత్రులను సమానంగా ఆదరించాలి. అలాగే మనలను సన్మానించినా, అవమానించినా వాటిని సమంగా భావించాలి కానీ సన్మానించిన వాడిని ఆదరించి, సగ్మానించని వాడిని. అవమానించినవాడిని తిట్టకూడదు. ఎందుకంటే ఈ మానావమానములు కూడా మనసును చికాకు పరుస్తాయి. పరమాత్మ యందు మనసును స్థిరంగా నిలపవు.

సాధారణంగా ఎవరైనా మనకు అవమానము చేస్తే వారి మీద ద్వేషం పెంచుకుంటాము. కోపంతో ఉగిపోతుంటాము. ఆ అవమానానికి ప్రతీకారం తీర్చుకోడానికి ఎదురు చూస్తుంటాము. సుయోధనుడికి మయనభలో జరిగిన అవమానము మహాభారత యుద్ధానిక.

దారి తీసింది. 18 అక్షోహిణీల సైన్యం సర్వనాశనం అయింది. అలాగే మనకు ఎవరైనా సన్మానం చేస్తే సన్మానాలకు అలవాటు పడి, ఎవరైనా సన్మానాలు చేయకపోతారా అని ఎదురు చూస్తుంటాము. సన్మానం చేయని వాడిని ద్వేషిస్తాము. నాకు ఏం తక్కువని నాకు సన్మానం చేయడం లేదు అని కులగిపోతాము.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

అంతే కాకుండా ఎన్నోసన్మానాలు చేయించుకొని ఎంతో ఎత్తుకు ఎదిగిన వ్యక్తి ఏ చిన్న పొరపాటు చేసినా, ఒక్కసారిగా అధఃపాతాళానికి చేరుకుంటాడు. కాబట్టి మానము అవమానము రెండు కూడా మనసును అల్లకల్లోలపరుస్తాయి కాబట్టి సన్మానించినాఅవమానించినా చిరునవ్వుతో స్వీకరించి, వాటివలన కలిగిన ఫలాలను పరమాత్మకు అర్పించడం విడిచిపెట్టడం శ్రేయస్కరము.

కాలానుగుణంగా వచ్చే ఎండలను, వానలను, చలిని తట్టుకోగలగాలి కాని తిట్టుకోకూడదు. అవి వస్తూ పోతుంటాయి. పప్రతి సంవత్సరము వచ్చేవాటికి దుఃఖించడం అనవసరం. వాటిని ఆనందంగా అనుభవించడం నేర్చుకోవాలి. అలాగే సుఖము దుఃఖము ఒక దాని వెంట ఒకటి వస్తుంటాయి పోతుంటాయి. అవి చక్రంలాంటివి. సుఖం కిందికి వస్తే దుఃఖము పైకి వస్తుంది. అదే దుఖము కిందికి వస్తే, సుఖం పైకి వస్తుంది. జీవిత చక్రం తిరుగుతూ ఉంటే సుఖదు:ఖాలు పైకి కిందికీ తిరుగుతూ ఉంటాయి. అవి వాటి ధర్మము. కాబట్టి సుఖం వచ్చినపుడు పొంగి పోకుండా దు:ఖం వచ్చినపుడు కుంగి పోకుండా, రెండింటినీ సమానంగా స్వీకరించడం నేర్చుకోవాలి.

తరువాతది సమస్సంగ వివర్జిత: అంటే ఎంతమందిలో ఉన్నా, మన వ్యక్తిత్వం మరిచిపోకూడదు. అనవసరమైన సంగమము అంటే అటాచ్మెంట్ పెట్టుకోకూడదు. ఎదుటి వాడు చేస్తున్నాడు అని మనం వాడిని ఫాలో అవకూడదు. మనం ఎవరో మన స్థితి ఏమిటో తెలుసుకొని ప్రవర్తించాలి. మనస్సు ఎల్లప్పుడూ పరమాత్మయందు లగ్నం అయి ఉండాలి కానీ ప్రాపంచిక విషయాలలో కాదు. ప్రపంచంలో తిరుగుతున్నా ప్రాపంచిక విషయాలతో అటాచ్ మెంట్ పెట్టుకోకుండా, పరమాత్మతోనే అటాచ్ మెంటు పెట్టుకోవాలి. దానినే నిస్సంగత్వం అంటారు. రెండవ శ్లోకలలో కూడా మరి కొన్ని ద్వంద్వాలను గురించి చెప్పరు. తుల్య నిందా స్తుతి ర్మౌనీ అంటే మనలను నిందించిన వాడిని, పొగిడిన వాడిని సమానంగా ఆదరించడం నేర్చుకోవాలి. మనలను పొగిడాడు కదా అని వాడిని అందలం ఎక్కిస్తే రేపు వాడే ఆ పొగిడిన నోటితోనే తిట్టే అవకాశం ఉంది. (ఈ నాటి రాజకీయాల్లో ఇది సర్వసాధారణం అయి పోయింది. ఈ రోజు ఈ పార్టీలో ఉన్నవాడు ఎదుటిపార్టీవారిని తిట్టిపోస్తాడు. మరుసంవత్సరం వీడు ఎదుటి పార్టీలో చేరి, తాను అంతకు ముందు పొగిడిన వారిని తిట్టిపోస్తాడు. ఇది మనం రోజూ చూస్తూనే ఉన్నాము.)

కొంత మంది ఎవరు ఏ చిన్న మాట అన్నా తట్టుకోలేరు. అల్లల్లాడి పోతారు. దానినే మాటి మాటికీ తలచుకుంటూ వ్యధచెందుతారు. పది మందితోచెప్పుకొని బాధపడతారు. ఈ నిందా స్తుతులు మనసును అల్లకల్లోలం చేస్తాయి. ప్రశాంతంగా ఉండనివ్వవు అటువంటి వారికి మనోబలం ఉండదు. ఏ కొంచెం పొగిడినా ఉబ్బితబ్బిబ్బు అవుతారు, ఏ కొంచెం తిట్టినా అంతులేని బాధకు లోనవుతారు. ఆ కారణం చేత , ఈ పరిస్థితులలో మనోవికారమును, మానసిక అలజడిని చెందకూడదు. ప్రశాంతంగా ఉండాలి.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

అన్నిటికన్నా ముందు ప్రతి వాడు ఆత్మవిమర్శ చేసుకోవాలి. నేను చేసే పనులు న్యాయబద్ధంగా, ధర్మబద్ధంగా ఉన్నాయా లేవా అని. న్యాయంగా, దర్మంగా పనులు చేస్తుంటే ఎవరు పొగిడినా తిట్టినా పట్టించుకోనవసరం లేదు. మీలో తప్పుఉంటే దానిని ఆనందంగా స్వీకరించి దానిని సరిదిద్దుకోడానికి ప్రయత్నించండి. అంతేకానీ మనం తప్పుచేస్తున్నా పొగిడేవాడు, ఏ తప్పు చేయకపోయినా తిట్టే వాడు, వీరిని పట్టించుకోనవసరం లేదు. కిందటి శ్లోకంలో చెప్పబడిన మానావమానములు శారీరకములు అంటే శరీరంతో చేసే పనులు. నిందాస్తుతులు వాచికములు అంటే నోటితో చేసే పనులు. వీటికి అతీతంగా ఉండాలంటే మౌనమే శ్రేయస్క రము, ఎంత ఎక్కువ మాట్లాడితే అంత అనుబంధం కలుగుతుంది. మాటకు మాట పెరుగుతుంది. అనవసరమైన వాగ్వివాదాలకు దారి తీస్తుంది. కాబట్టి పైకి అవసరమైనంత వరకే మాట్లాడుతూ, లోపల పరమాత్మను స్మరించుకోవడం శ్రేయస్కరము.

సంతుష్టో యేనకేనచిత్ అంటే దొరికినదానితో, ఉన్నదానితో పరమాత్మ ఇచ్చినదానితో తృప్తిపడి సుఖంగా జీవించడం. దాని అర్థం లేని దాని కొరకు పాకులాడకూడదు. ఉన్నదానితో తృప్తిచెందాలి. ఎందుకంటే తృప్తి అనేది మానవ జీవితంలో అత్యంత ముఖ్యమైన లక్షణము అంతేకాని, నాకు అది ఉంటేనే తృప్తిగా ఉంటుంది. దీనితో నాకు తృప్తికలుగదు. నాకు అదే కావాలి అని అనకూడదు. ఎందుకంటే ఏది కావాలో అది దొరికినతరువాత, దానితో కూడా తృప్తి కలుగదు. ఇంకోటి కావాలనిపిస్తుంది. అది దొరికితే మరొకటి దీని కంతటికీమూలం తృప్తి లేకపోవడం ఉన్నదానితో తృప్తిచెందకపోవడం, తృప్తిలేనివాడికి జీవితంలో సుఖసంతోషాలు ఉండవు. ఎప్పుడూ ఏదో కావాలని బాధపడుతుంటాడు. కాబట్టి ఉన్నదానితో తృప్తిచెందాలి .అనిపరమాత్మ బోధ.

అనికేత: అంటే ఉన్న ఇల్లు వదిలిపెట్టిచెట్టు కింద కాపురంపెట్టమని కాదు. ఇంటిమీద అనవసరమైన ఆసక్తి పెంచుకోవద్దని అర్థం. కొంత మందికి తమ ఇల్లు అంటే వల్లమాలిన మమకారం ఎప్పుడూ ఏవేవో మరమ్మతులు చేయిస్తూనే ఉంటారు. ఏ మాత్రం చిన్నపగులు కనిపించినా విలవిలలాడిపోతారు. ఆ ఇంట్లో ఉండేది నలుగురు అయినా, వంద పడకగదుల ఇల్లు కట్టుకుంటారు. మరకొందరు ఒక ఇంటితో తృప్తిపడరు. ఊరకో ఇల్లు కడతారు లేక కొంటారు. వాటిని అద్దెలకు ఇస్తారు. అద్దె రాకపోయినా, ఇల్లు ఖాళీచేయకపోయినా కోర్టుల చుట్టు తిరుగుతారు. కాబట్టిఅవనరమైనంత వరకే ఇంటిని ఏర్పరచుకోవాలి. ఆ ఇంటిని శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. ఆ ఇంటి మీద అనవసరమైన ఆసక్తి ,అనురాగము, బంధము పెంచుకోకూడదు. ఇవన్నీ ఈశ్వరునికి చెందినవి నేను కేవలం అనుభవిస్తున్నాను అనే భావనతో ఉండాలి అని పరమాత్మ బోధిస్తున్నాడు.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

స్థిరమతి: అంటే ఎల్లప్పుడు మనసు, బుద్ధి స్థిరంగా ఉంచుకోవాలి. ఒక నిర్ణయం తీసుకుంటే దానికి కట్టుబడి ఉండాలి.ఏదో ఒక ఇష్టదేవతను పూజించాలి. ఒకే గురువును సేవించాలి ఒకే పరంపరను అనుసరించాలి. అంతే కానీ మనకు ఇష్టం ఉన్నప్పుడు ఒక దేవత, ఇష్టం లేనపుడు మన కోరికలు తీరనవుడు మరొక దేవత ఇలా స్థిరత్వంలేకుండా ఉండకూడదు. కాబట్టి బయట ప్రపంచంలో తిరిగేటప్పుడు కానీ, పూజలు, భగవతారాధన చేసేటప్పుడుకానీ, స్థిరమైన బుద్ధి కలిగి ఉండాలి. చంచలత్వము పనికి రాదు. ఈ చంచలత్వము పోయి స్థిరత్వము రావాలంటే మన మనస్సును అటు ఇటు పోలీయకుండా, ఆత్మలో లగ్నం చేయాలి. అప్పుడే స్థిరత్వం కలుగుతుంది కాబట్టి బయట ప్రపంచంలో ఏ వృత్తి, ఏ పని చేస్తున్నా మనసు మాత్రం పరమాత్మయందు లగ్నం చేయాలి. అప్పుడే మనసు నిర్మలంగా ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఇవన్నీ కూడా నర: అంటే ఈ విశ్వంలోని నరులందరికీ వర్తిస్తుంది అని పరమాత్మ బోధించాడు.

ఈ అధ్యాయంలో అంటే భక్తియోగంలో భక్తుల గురించి, వారికి ఉండవలసిన లక్షణముల గురించి వివరించాడు. వాటిని ఒక్కసారి పరిశీలిద్దాము. (అనుసరణ శ్రీశ్రీశ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరి స్వామి వారి పాదపద్మములకు నమస్కరిస్తూ వారి గీతామకరందం నుండి.)

1. ఎవరినీ ద్వేషించకూడదు.
2.అందరితో స్నేహంగా ఉండాలి.
3.అతి మమకారము పనికిరాదు.
4.అహంకారము అసలు పనికిరాదు
5.అందరి పట్ల కరుణ దయ కలిగి ఉండాలి.
6.సుఖదుఃఖములు సమంగా చూడాలి.
7.అన్ని సందర్భములలో ఓర్పు కలిగి ఉండాలి..
౮.ఎప్పుడూ సంతోషంగా, సంతుష్టిగా ఉండాలి.
9.మనసును అదుపులో ఉంచుకోవాలి. 10.చంచల స్వభావం కాకుండా ధృఢమైన నిశ్చయం కలిగి ఉండాలి .
11.మనసును, బుద్ధిని ఆత్మలో ఉంచాలి.
12.భయం అనేది వదిలిపెట్టాలి. తాను ఎవరికీ భయపడకూడదు. ఇతరులను భయపెట్టకూడదు.
13.కోపం వదిలిపెట్టాలి. ఎక్కువ ఆనందము. ఎక్కువగా భయపడకూడదు.
14.దేని మీదా ఎక్కువగా మమకారము. అపేక్ష కలిగి ఉండకూడదు.
15.ఎల్లప్పుడూ శరీరమును, మనసును శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి.
16.ప్రతి కార్యమును శ్రద్ధతో సమర్థతతో చేయాలి. చెయ్యాల్సివచ్చిందే అని చేయకూడదు.
17.దేని మీదా అత్యధికమైన ప్రేమ, పక్షపాతము చూపకుండా తటస్థంగా ఉండాలి.

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

18.మనసును ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవాలి. ఏ వ్యాకులతా చెందకూడదు.
19.ఏ పని చేసినా ఫలితం ఆశించకుండా చేయాలి. ఆ ఫలితమును పరమాత్మకు అర్పించాలి.
20.తనకు సుఖం కలిగి నపుడు పొంగి పోయి నా అంతవాడు లేడనకూడదు.
21.ఇతరులమీద ఎట్టి పరిస్తితుల మీద అసూయ పడకూడదు. ద్వేషించకూడదు.
22.అన్ని కాలాలలో చిరునవ్వుతో ఉండాలి. ఏడుస్తూ ఉండకూడదు.
23.కోరికలను అదుపులో ఉంచుకోవాలి. కోరికలను విడిచిపెడితే మరి మంచిది.
24.శుభము, అశుభము రెండింటినీ సమానంగా అనుభవించాలి.
25.శత్రువులను, మిత్రులను సమానంగాఆదరించాలి.
26.మానము అవమానము రెండింటినీ చిరునవ్వుతో భరించాలి. ఒకప్పుడు పొంగి పోవడం మరుక్షణం కుంగి పోవడం పనికిరాదు.
27.అనవసరమైన విషయాలలో ఆసక్తిని వదిలిపెట్టాలి.
28.కాలానుగుణంగా వచ్చే ఎండ చలి వర్షము వీటిని సమత్వభావంతో భరించాలి.
29.ఎవరు మనలను నిందించినా, పొగిడినా చియనవ్వుతో స్వీకరించాలి కానీ ఎగిరి గంతేయకూడదు. కిందపడి దొర్లకూడదు.
30.సాధ్యమైనంత వరకు మౌనంగా ఉండటం నేర్చుకోవాలి. గడగడ వాగకూడదు.
31.ఏదిదొరికితే దానితో తృప్తి చెందాలి. లేని దాని కోసం పాకులాడకూడదు.
32.ఉన్న ఇంటిని శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. ఇంకా పెద్ద ఇల్లు లేదని బాధపడకూడదు. ఇదంతాభగవంతున ప్రసాదము నేనే కేవలం అనుభవిస్తున్నానుఅనే భావన కలిగిఉండాలి.
33. ఎల్లప్పుడూ స్థిరమైన బుద్ధి కలిగి ఉండాలి.చంచలత్వము పనికిరాదు.
34. ఈ అనంత విశ్వానికి అధిపతి అయిన పరమాత్మ ఎడల భక్తి కలిగి ఉండాలి. భగవంతున

ఇవి కేవలం భక్తులతే కాదు సాధారణమానవులుకూడా అచరించవలసిన లక్షణములు. భక్తులు ప్రతిరోజూ పరమాత్మను పూజిస్తారు. దానికి పత్రం, పుష్పం, ఫలం, తోయం సరిపోతాయి అని చెప్పాడుపరమాత్మ. శంకరాచార్యుల వారు భక్తుడు భగవంతునికి ఏ పుష్పాలతో పూజించాలి అనే విషయం ఒక శ్లోకంలో చెప్పాడు.

అహింసా ప్రథమం పుష్పం, పుష్పమిన్ద్రియ నిగ్రహః
సర్వభూత దయాపుష్పం క్షమా పుష్పం విశేషతః
శాన్తిపుష్పం తపఃపుష్ప ధ్యానపుష్పం తథైవచ
సత్య మష్టవిధం పుష్పం విష్ణోః ప్రీతికరం భవేత్

అమరనధ్ అమర్

# భగవద్గీత
# పన్నెండవ అధ్యాయము
# భక్తి యోగము

అహింస, ఇంద్రియ నిగ్రహము, సర్వభూతదయ, క్షమ, శాంతి, తపస్సు ధ్యానము, సత్యము ఆ ఎనిమిది పుష్పములతో మనం పరమాత్మను పూజించాలి అని అన్నాడు. కాబట్టి మనం వీటిలో ఏవో కొన్ని పుష్పలను సంపాదించడానికి, ఆ పుష్పాలతోనే పరమాత్మను పూజించడానికి ప్రయత్నం చేద్దాము.

20. యే తు ధర్మ్యామృతమిదం యథోక్తం పర్యుపాసతే |
శ్రద్దధానా మత్పరమా భక్తాస్తేऽతీవ మే ప్రియాః || ||

అర్జునా! ఎవరైతే శ్రద్ధాభక్తులతో పైన చెప్పబడిన లక్షమణములతో నన్ను సేవిస్తారో, నా యందు శ్రద్ధ ,భక్తి కలిగి ఉంటారో, నన్నే పరమ గతిగా నమ్ముతారో, అమృతముతో సమానమైన భాగవత ధర్మమును పైన చెప్పబడిన విధంగా అనుసరిస్తారో, వారే నాకు భక్తులు. ఇష్టులు. ఈ శ్లోకం ఈ అధ్యాయయానికి ముగింపు ఫలశ్రుతి. ఈ అధ్యాయంలో చెప్పబడిన లక్షణములుకలిగిన భక్తుడు పొందే ఫలితములను గురించి చెప్పాడు పరమాత్మ. వారు అత్యంత ప్రీతి పాత్రులు అవుతారు.

ధర్మ్యామృతం అంటే పైన చెప్పబడిన ధర్మములు అమృత ముతో సమానములు. ఈ ధర్మములు అన్నీ వేదములు. ఉపనిషత్తులు. శాస్త్రములలో చెప్పబడిన విషయములకు అనుగుణంగా ఉన్నాయి కానీ వ్యతిరేకంగా లేవు. అందుకే వీటిని అమృతముతో సమానమైన ధర్మములు అని అన్నారు. ఈ ధర్మములను ఆచరిస్తే జనన మరణ చక్రం నుండి తప్పించుకోవచ్చు. ఆ కారణం చేతకూడా ఈ ధర్మములను అమృతముతో సమానము అని అన్నారు. ఈ ధర్మములను ఆచరించిన ఎవరూ మృత్యువుకు భయపడడు.

ఈ ధర్మములను ఎలా ఆచరించాలి అంటే యథోక్తం అంటే చెప్పినది చెప్పినట్టు ఎటువంటి మార్పులు చేర్పులు లేకుండా ఆచరించాలి. 'అలా కాదండీ ఇలా చేస్తే ఎలా ఉంటుంది అనే కుశంకలు లేవదీయకూడదు. చెప్పినది చెప్పినట్టు చేయాలి. కాకపోతే, అన్నీ అందరూ ఆచరించలేరు కాబట్టి, ఎవరి శక్తి సామర్థ్యాలను బట్టి వారు ఆచరిస్తే, దానికి తగిన ఫలితం తప్పకుండా లభిస్తుంది.

కాకపోతే ఇవన్నీ భక్తి శ్రద్దలతో ఆచరించాలి. అప్పుడే పైన చెప్పబడిన ఫలితములు దక్కుతాయి అని చెప్పాడు పరమాత్మ. అంతే కాదు, మత్సర: అనే పదం కూడా వాడాడు. అంటే నన్నే పరమావధిగా నమ్మిన వారే నా భక్తులు అంటూ తే అతీవ మే ప్రీయా: అంటే ఈ ధర్మములుఆచరించినవారు నన్నే పరమావధిగా నమ్మినవారు, నాకు అత్యంత ప్రియులు అని అన్నాడు కృష్ణుడు.

గీతలో పూర్తిగా భక్తి, శ్రద్ధ ఈ రెండు పదాలు ఎక్కువగా వాడబడ్డాయి. సద్గురు సాయిబాబా కూడా శ్రద్ధ సహనం గురించి చెప్పాడు.

అమరనధ్ అమర్