శరశ్చంద్రికలు

శ్రీబాబూజీ సత్సంగాలలోని
కొన్ని భాగాలు

ఎరుక మరపుల హేల

శిరిడీ, 2008

భక్తుడు: *నేను జ్ఞాపకశక్తి గురించి అడగాలనుకొంటున్నాను. నాకు జ్ఞాపకశక్తి బాగా తగ్గుతున్నదని అనిపిస్తున్నది. ఇది అప్పుడప్పుడు నాకు బాగా ఆందోళన కలిగిస్తోంది. జ్ఞాపకశక్తి ఇంతగా తగ్గడానికి వయస్సు మళ్ళడం కాకుండా మరే ఇతర కారణమేదైనా ఉందా? ముఖ్యమైన, అవసరమైన విషయాలను నేను గుర్తుపెట్టుకోవడమెలా? నేను పరధ్యానాన్ని తగ్గించుకుని పూర్తి ఎరుకతో ఉండడం ఎలా?*

గురువుగారు: దానిని సరిదిద్దుకోవడానికి ప్రయత్నించు. నువ్వు కొన్ని విషయాలను మర్చిపోతున్నావంటే నువ్వు నా దగ్గర ఉన్నావన్న సంగతి కూడా మర్చిపోవచ్చు! స్టవ్ మీద పాలు (కాగడానికి) పెట్టావన్న విషయం మరచిపోయావంటే అది వేరే విషయం – కానీ నువ్వు ఇక్కడ, నా సమక్షంలో ఉన్నావన్న విషయాన్ని గుర్తుంచుకుంటున్నావా? దీనిని గనుక మనం మర్చిపోతే మిగతా విషయాలను కూడా మర్చిపోతాం. యావత్ ఆధ్యాత్మికసాధన, సాధనాపద్ధతులు... అవి ఏవైనా కానివ్వండి, అవన్నీ కూడా రకరకాల మార్గాలలో మన జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరచుకోవడానికి చేసే ప్రయత్నాలే. అవి స్మరణ కోసం చేసే అభ్యాసాలే. ఉదాహరణకు... నువ్వు నామాన్ని జపిస్తున్నావంటే, ఏం చేస్తున్నట్లు? నువ్వు (నామాన్ని) గుర్తుచేసుకుంటున్నావు. నామాన్ని నీవు జ్ఞాపకముంచుకోవడానికి, మనస్సు నామాన్ని మరచిపోకుండా ఉండేలా చేసుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నావు. ఆత్మవిచారణ విషయంగానైతే 'నేనెవరు? నేనెవరు? నేనెవరు?' అనే అసలైన విచారణను మరచిపోకుండా ఉండేలా చూసుకుంటూ, ఒకవేళ మనం మరచిపోతే మళ్ళీ మనస్సును తిరిగి ఆ విచారణ మీద నిలుపుతాము. ఆధ్యాత్మిక సాధనలుగా పిలువబడేవన్నీ – అవి ఏవైనా కానివ్వండి – మన జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరచడం కోసం ఉద్దేశించబడినవే.

భక్తుడు: *అలా అయితే ప్రయత్నం అవసరమే మరి?*

గురువుగారు: అవును. గుర్తుంచుకోవడమన్నది అప్రయత్నంగా జరుగకపోతే, ప్రయత్నం అవసరం. అప్రయత్నంగా గుర్తుంచుకోగలిగితే, అప్పుడు సమస్యే లేదు! ఇంకా నువ్వన్నట్లు కొంతవరకు, కొన్ని చిన్న చిన్న విషయాలలో వయస్సు మళ్ళడం మరపుకు కారణమవుతుంది. కానీ ఉన్న కారణాలలో అది కేవలం ఒకటి మాత్రమే. అది చిన్నాచితకా విషయాలకు మాత్రమే వర్తిస్తుందిగానీ చాలా ముఖ్యమైన విషయాలకు కాదు. మనం మరచిపోవడమన్నది అసలు జరుగకూడదు. మరపు

మంచిది కాదు. ఆధ్యాత్మిక జీవితాన్ని గడిపే చాలామంది తాము "ఆత్మ ధ్యానం"లో ఎంతగానో లీనమై పోయినందున ప్రాపంచిక విషయాలను మరచిపోయామనుకొంటారు. అది నేను అంగీకరించను. అదంతా ఒట్టి బూటకం (నవ్వులు).

మనకు ఆసక్తి ఉంటే, మనకు ప్రేమ ఉంటే, ఎరుక ఉంటే – మనకు జ్ఞాపకశక్తి కూడా ఉంటుంది. నేను చెప్పినట్టు వృద్ధాప్యం కూడా కొంతమేరకు కారణమవుతుంది, కానీ అది కేవలం చాలా చిన్న విషయాలకు మాత్రమే వర్తిస్తుంది.

భక్తుడు: *కానీ, మనం మన ఆధ్యాత్మికసాధన మీద లేదా మనకు ఇష్టమైన లక్ష్యం మీద దృష్టిని పెట్టినపుడు, దానివలన మనం మిగతా విషయాలను మరింతగా మరచిపోవడం జరుగదా?*

గురువుగారు: నిజానికి, నువ్వు దేనినీ మర్చిపోకూడదు. కానీ నీకు కొన్ని విషయాలు మాత్రమే గుర్తుంటున్నాయి – నీకు గుర్తుండే విషయాల పట్ల నీ అనుభవం సరైన రీతిలో ఉండి ఉంటుంది. మిగతా విషయాల పట్ల నీ అనుభవం సరైన పద్ధతిలో ఉండదు.

భక్తుడు: అయితే మరి దానికి విరుగుడు ఏమిటి?

గురువుగారు: నువ్వు ఆ ఎరుకను పెంచుకోవడమే. ఇప్పుడు నువ్వు నా దగ్గర ఉన్నావు. నువ్వు నావద్ద ఉన్నావన్న విషయాన్ని మనస్సులో ఎప్పుడూ నిలుపుకోగలిగితే, అప్పుడు ఈ ఎరుక, ఈ సాధన – దానిని నువ్వు ఏమని పిలిచినా సరే – అది నిన్ను మిగతా విషయాలను గుర్తుంచుకునేలా చేస్తుంది. నువ్వు దీనినే గుర్తుంచుకోలేకపోతే, మిగతా విషయాలను ఎలా గుర్తుపెట్టుకోగలవు? మనం బుర్రను ఎప్పుడూ అన్ని విషయాలతో నింపుకోవడానికి ప్రయత్నించాలని కాదు! ఆ అవసరం లేనేలేదు. నువ్వు ప్రతి విషయాన్నీ గుర్తుపెట్టుకోవాలని నేను అనడంలేదు, కానీ మనకు ఆ ఎరుక ఉన్నప్పుడు (ఏ విషయమైనా) అవసరమైనపుడు గుర్తుకు వస్తుంది, జ్ఞాపకం ఉంటుంది. దేనినీ ప్రయత్నపూర్వకంగా గుర్తుంచుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. మనలోని ఎరుక, మన స్వభావం నిశ్చలంగా ఉంటే, మన ఎరుకలో ఏదైనా విషయం జరిగినపుడు మనం దానిని తక్షణమే అక్కడితో వదలివేయగలుగుతాము. అవసరమైనపుడు అది మళ్ళీ గుర్తుకు వస్తుంది, మనం దానిని జ్ఞాపకం చేసుకోగలం. మన మరపుకు కారణమేమిటంటే, ఏదైనా విషయానుభవాన్ని పొందుతున్నప్పుడు మన ఎరుక సరైన స్థితిలో ఉండదు. మనం సరైన పద్ధతిలో విషయాలపట్ల గమనింపుతో ఉంటే, అవి మనకు జ్ఞప్తికి రావాల్సినపుడు జ్ఞాపకం వస్తాయి.

భక్తుడు: దానికి సరైన పద్ధతి ఏమిటి?

గురువుగారు: మనం ఇక్కడ ఎందుకున్నాం అనే విషయాన్ని గుర్తుపెట్టుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. మనం ఏం పొందుతున్నాం? మనం ఇక్కడకు ఎందుకు వచ్చాం అని చెబుతున్నామో దానికి తగినట్టుగా మన ఆచరణ ఉందా? ఆ అనుభవాన్ని ఇంకా గొప్పగా అనుభూతి చెందడానికి, ఇంకా గొప్పగా వ్యక్తం చేయడానికి మనం ఎటువంటి మార్గాలలో ప్రయత్నించాలి? (ఈ విషయాలను గుర్తుపెట్టుకోవడానికి ప్రయత్నించండి)

మనం ఇక్కడకు గురువుగారి కోసం వచ్చామని చెబుతున్నాం, మనం ఆయన చెంతనే ఉంటున్నాం, మరి రోజంతా ఏం చేస్తున్నాం? రోజును ఎలా గడుపుతున్నాం? ఏదో జాకెట్‌నో, స్కర్ట్‌నో కొనాలని మనం షాపింగ్‌కు (బజారుకు) వెళతాం, మొత్తం మార్కెట్‌నంతా గాలిస్తాం, అక్కడి కాలుష్యం వంటి వాటివల్ల బాగా అలసిపోతాం. రోజంతా ఇలా తీరుబడి లేకపోవడం వలన కొంతమంది 8 గంటల ఆరతికి, కనీసం ఊదీ తీసుకోవడానికి కూడా రారు. రోజంతా వాళ్ళు "తీరుబాటు" లేకుండా ఉన్నారు కదా మరి. మీరు ఇక్కడకు వచ్చినపుడు ఏం చేస్తున్నారు? నా దగ్గర ఉండటమంటే కేవలం నా ఎదురుగా కూర్చోవడమేనా? ఇంతకుముందు ఆదిశంకరుల సాక్షాత్కారం గురించి, హృదయనేత్రంతో చూడడం గురించి అడిగారు. మీకు నిజంగా అటువంటి సాక్షాత్కారం పట్ల ఆసక్తి ఉంటే, మీరు ఇక్కడ కూర్చున్నప్పుడు, నేను మేడమీదనో లేక ఇక్కడే దగ్గరలో ఉన్నాననే ఎరుక మీకున్నప్పుడు – మీదైన పద్ధతిలో మీరు ఆ సన్నిధిని అనుభూతి చెందడానికి ప్రయత్నించండి. మనం అది చెయ్యం. దానికి బదులు పిచ్చాపాటీ మాట్లాడుకుంటాం. అలా మౌనంగా కూర్చుని, సన్నిధిని అనుభూతి చెందడానికి ప్రయత్నించేవారిని నేను చాలా అరుదుగా చూస్తుంటాను, చాలా చాలా కొద్దిమందిని మాత్రమే చూస్తుంటాను.

నాతో మీకు గల అనుబంధాన్ని కేవలం ఈ అరగంటకో, అయిదు నిమిషాలకో, లేదా ఓ గంటకో పరిమితం చెయ్యకండి. దాన్ని మరింత విస్తృతం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. అప్పుడు, మీరిక్కడ ఎందుకున్నారు, ఏం చెయ్యాలి అన్న విషయం అవగతమవుతుంది. ఏ విషయాన్నైనా మీరు సంపూర్ణంగా అనుభవించగలిగేటట్లు, అది జరిగిపోయిన తక్షణమే దానికి సంబంధించిన ఎటువంటి చిహ్నాలూ మనసులో లేకుండా ఉండేటటువంటి మనఃస్థితిని సాధించడానికి ప్రయత్నించండి.

గురుపూగారు: ఇక్కడ ఉండటాన్ని ప్రతి నిమిషమూ అనుభూతి చెందడానికి ప్రయత్నించండి. అలా కూర్చుని దానిని అనుభూతి చెందడానికి ప్రయత్నించండి. పాలనుగానీ, నీళ్ళనుగానీ కాగబెట్టడానికి మీరేంచేస్తారు? వాటిని స్టవ్ మీదనో, మంట మీదనో పెడతారు. ఆ మంట యొక్క వేడి వాటికి తగులుతుంది. ఆ మంట మీకు తగలాలని మీరు నిజంగా అనుకుంటే, స్టవ్ మీద ఉండటానికి ప్రయత్నించండి! పాలను ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి స్టవ్ వెలిగిస్తే అవి ఎలా కాగుతాయి? (నవ్వులు)

మన దృష్టి ఆ సన్నిధి మీద, ఆ ఎరుక మీద ఉన్నంతకాలం, మనకు జ్ఞప్తి ఉంటుంది. మీరు స్టవ్ మీద పాలు పెట్టారన్న సంగతి మర్చిపోయినా, మర్చిపోకపోయినా ఏం ముంచుకుపోదు. కానీ ఇక్కడ దీనిని (సన్నిధిని) మాత్రం మరచిపోవద్దు. దీనిని గుర్తుంచుకోండి. మీకిది గుర్తున్నంతవరకు ఇబ్బంది లేదు. దీనిని ఎప్పుడూ మనస్సులో ఉంచుకోవాలి. మీరు దానిని గుర్తుపెట్టుకుంటే, మీకు మిగతావన్నీ గుర్తుంటాయి. ఇది మర్చిపోతే, మీరు వాటినీ మర్చిపోతారు. ఒక శాస్త్రంలో "మరపే మరణం" అని ఓ మహర్షి అన్నారు. మరణం అంటే ఏమిటి? అంటే, దానికాయన "మరపే మరణం" అన్నారు.

మనం జీవిద్దాం, అలాంటి మరణం నుండి తప్పించుకుందాం. మనం ఎక్కడున్నాం, మనం ఏం చేస్తున్నాం, మనం ఏం సాధించాలనుకుంటున్నాం, మనం ఏం పొందుతున్నాం, మనం ఏం పొందడంలేదు, మనం పొందలేని దానిని పొందడానికి మనం ఏం చెయ్యాలి – ఈ విషయాల పట్ల పరిపూర్ణమైన ఎరుకతో ఉందాం. మనం చేసే పనులన్నీ, మన మార్గాలన్నీ, మన చేతలన్నీ, మన మాటలన్నీ దానివైపుకు మరల్చి దానినే గమ్యంగా చేసుకుందాం. అలా అయితేనే మీరు ఇక్కడ ఉండటానికి ఏ మాత్రమైనా సార్థకత, ప్రయోజనం ఉంటుంది.

గురుపూగారు: నేను మీకో విషయం చెబుతాను. నేనిప్పుడు మీతో మాట్లాడుతున్నాను, నా మాటల్ని మీరు వింటున్నారు. నేను మాట్లాడటం ఆపగానే మీరు సముద్రపు ఘోషను వింటారు. మీరు, "ఓః, ఈ రోజు సముద్రం చాలా అల్లకల్లోలంగా ఉంది" అంటారు, లేకపోతే గాలి సవ్వడినో, కుక్క మొరగడాన్నో, ఇంకా ఎవరో దగ్గడాన్నో వింటారు. కానీ నేను మాట్లాడుతున్నప్పుడు మీరు ఆ విషయాలను గమనించరు. మీరు చేసే పనులన్నీ మీరు వింటున్న నా మాటల మాదిరిగా ఉండాలి. మీరు ఏదో ఒక పని చేస్తున్నంతవరకు, అది స్టవ్ మీద పాలు పెట్టడం కావచ్చు, లేదా మరేదైనా కావచ్చు, అది మీరు నా మాటలు వినడం మాదిరిగా ఉండాలి. మీ ఎరుక ఎప్పుడూ అలా ఉండాలి. మీరు ఏమీ చెయ్యకుండా ఊరకే ఉన్న తక్షణం మనస్సు నిరంతరం ఉన్న సముద్రపు ఘోషను వింటూ, దాని మీద నిలవాలి. ఆ శబ్దం ఎప్పుడూ ఉంది. నిజానికి నేను మీతో మాట్లాడుతున్నప్పుడు కూడా మీకది వినిపిస్తూనే ఉంది. మీకది వినిపిస్తూనే ఉంది కానీ మీరు దానిని ఆలకించడం లేదు. మీకు అది వినిపిస్తూనే ఉన్నా, నేను మాట్లాడటాన్ని మీరు ఆలకిస్తున్నారు. నా మాటలు వినడం ఆపగానే, మీరు సముద్ర ఘోషను – హృదయంలోని మౌనాన్ని, ఆ ఆనందాన్ని, ఆ ప్రేమను – వింటారు, ఆలకిస్తారు. ప్రేమ యొక్క పులకరింత సముద్రపు ఘోష లాంటిది. మీకది ప్రతిక్షణం వినిపిస్తూనే ఉంది, మీరు చేసే పనులన్నీ దాని మీదనే ఆధారపడి ఉన్నాయి. మీరేదైనా పనిలో నిమగ్నమైతే – ఇప్పుడు నా మాటలు వింటున్న మాదిరిగా – మీరు ఆ పనినే చెయ్యాలి. ఆ పనిని ఆపిన తక్షణం, మీరు సముద్రఘోషను వినగలగాలి.

ప్రతి క్షణాన్నీ పూర్తిగా అనుభూతి చెందడానికి ప్రయత్నించండి. నెమరువేస్తూ ఉండవద్దు – హడావుడిగా గడ్డి తినేసిన ఆవులలాగా, గేదెలలాగా మనం విషయాలను నెమరువేసుకుంటూ ఉండవద్దు. ఆవులు, గేదెలు ఏం చేస్తాయి? తరువాత

గడ్డి దొరకదని భయపడి వేరే పశువులు వచ్చి తినడానికి ముందే ఆబగా తినేసి, తరువాత నెమ్మదిగా దానిని వెనక్కి తెచ్చుకుని నెమరువేసి జీర్ణం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాయి. మనకున్న ఆలోచనలు, ఆందోళనలు, భయాలు, చీకాకుల వల్ల మనమూ అలానే చేస్తుంటాం. ప్రపంచంలో విషయాల పట్ల మన అనుభవం గేదె గడ్డి తిన్నట్టుగా ఉంటుంది. ఆ పైన మనం ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు, మనం గమ్మున కూర్చున్నప్పుడు, వాటిని వెనుకకు తీసుకుని వచ్చి నెమరువేసుకుంటూ జీర్ణం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాం. గేదెల్లాగానో, ఆవుల్లాగానో బ్రతకవద్దు. (ఆహారాన్ని) సంపూర్ణంగా నమిలి తినే మనిషిలా జీవించండి, (ప్రతి క్షణాన్ని) ఆ క్షణంలో పరిపూర్ణంగా అనుభూతి చెందడానికి ప్రయత్నించండి.

భక్తుడు: *ఈ నెమరువేసుకునే అలవాటును పోగొట్టుకోవడానికి దగ్గర దారి ఏదీ ఉన్నట్లు కనిపించడంలేదు.*
గురువుగారు: దానిని దూరమైన దారినే తీసుకోనివ్వండి, ఏం సమస్య లేదు (నవ్వులు).

భక్తుడు: *అలా అయితే అది చాలా సుదీర్ఘమైన ప్రక్రియ, అది సంవత్సరాల తరబడి కొనసాగవచ్చు.*
గురువుగారు: నిజానికది అంత సుదీర్ఘమైన విషయం కాదు. ఎందుకంటే మీకు సన్నిధి ఉంది, మీ చెంత సముద్రం ఉంది. ఒకవేళ మీరు మరచిపోయినా మీరు చేయాల్సిన ప్రయత్నమంతా దానిని గుర్తుచేసుకోవడమే. ఎందుకంటే సన్నిధి, సముద్రం ఎప్పుడూ ఉన్నాయి. ఆ సముద్రఘోషను, ఆ భావాన్ని మీరు కల్పించుకోవాల్సిన అవసరంలేదు – అది ఉంది. దాని మీద దృష్టి ఉంచడమనే ఆ ఒక్క విషయాన్ని మీరు చెయ్యడంలేదు. కనీసం మీరు ఇక్కడ సముద్రం వద్ద, సముద్రపు ఒడ్డున ఉన్నప్పుడైనా, దానిని వినడానికి ప్రయత్నించండి. మీరు ఏం చేసినా, ఏం మాట్లాడినా ఆ మరుక్షణం వాటి జాడలు మీ మనస్సు మీద ఉండకూడదు. మీరు ఆ ఎరుకతో ఉన్నట్లయితే ఆ తరువాత ఏ పనైనా చెయ్యాల్సిన అవసరం వచ్చినప్పుడు మీరు దానిని నిర్దిష్టంగా చేస్తారు – ఈ ఘోష మీ జ్ఞాపకశక్తిని ప్రభావితం చెయ్యదు. మీరు పనిచేసినపుడు పనిచేస్తారు. మీరు అలా నిశ్చలంగా ఉన్నప్పుడు నిశ్చలంగా ఉంటారు. మీరు నిశ్చలంగా ఎప్పుడుంటారు? మీరు దీనిని (సన్నిధిని) అనుభూతి చెందితే, ఈ మంట అంటుకుంటే ఆ నిశ్చలత్వం వస్తుంది. ఆ మంట అంటుకోవాలంటే ఆ మంటకు దగ్గరగా ఉండాలి. మంట చుట్టుప్రక్కలే ఉండాలి. మీ మార్గంలో దానిని ప్రయత్నించండి. మీ పద్ధతులను, విధానాలను మీరే వెతుక్కోండి. నా దగ్గర ఒక ప్రత్యేకమైన పద్ధతి అంటూ ఏమీ లేదు. ఎందుకంటే, బయట వేల, లక్షల పద్ధతులున్నాయి. వాటన్నింటికీ ఎరుకతో ఉండటమనేదే లక్ష్యం. అప్పుడు మిమ్మల్ని ఏదీ కదిలించలేదు, ఏదీ మీ హృదయంలో దుఃఖాన్ని కలిగించలేదు. ఆ దుఃఖం మనల్ని బాధించడానికి, మన ముందుకు రావడానికే భయపడుతుంది. అది విఫలమవ్వాల్సిందే. అప్పుడు మన జీవితానికి ఒక అర్థముంటుంది.

"శరచ్చంద్రికలు" గతసంచికల కొరకు *http://saipatham.saibaba.com/*
శ్రీసాయిబాబా సచ్చరిత్ర, ప్రబోధాలను సమగ్రంగా దర్శించడానికి *www.saibaba.com* ను సందర్శించండి.