భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

భక్తి, శ్రద్ధ అని మీరు భగవద్గీతలో తరచూ వింటూ ఉన్నారు. ఒక పనిని ఏకాగ్రతతో, ఆ పని నెరవేరాలి అనే ఏకైక లక్ష్యంతో చేయడం శ్రద్ధ అని స్థూలంగాచెప్పుకోవచ్చు. మనలో ఉన్న మూడు గుణముల మాదిరి ఈ శ్రద్ధ కూడా మూడు భాగాలు. సాత్విక శ్రద్ధ, రాజసిక శ్రద్ధ, తామసిక శ్రద్ధ, ఈ అధ్యాయంలో శ్రద్ధ గురించే కాకుండా ఇంకా ఇతర విషయాల గురించి కూడా చక్కగా వివరించాడు పరమాత్మ, మనం ఏపని చేసినా శాస్త్ర ములో చెప్పబడిన ప్రకారం చేయాలి. శ్రద్ధతో, భక్తి చేయాలి. ఈ రెండూ ఉంటేనే ఆ క్రార్యం సఫలం అవుతుంది. కేవలం అమితమైన శ్రద్ధతో శాస్త్రవిరుద్ధంగా, సంఘవిద్రోహతర కార్యాలు చేస్తే అటువంటి శ్రద్ధను ఏమంటారు? ఇదే ప్రశ్నను అర్జునుడు అడుగుతున్నాడు.

అర్జున ఉవాచ:

1. యే శాస్త్రవిధిముత్సృజ్య యజంతే శ్రద్ధయాన్వితాః |
తేషాం నిష్ఠా తు కా కృష్ణ సత్త్వమాహో రజస్తమః || ||

ఓ కృష్ణా! ఎవరైతే శాస్త్రవిధివిధానములను విడిచిపెట్టి, కేవలం శ్రద్ధతో, నిష్ఠతో కార్యదీక్షతో, వారి ఇష్టం వచ్చిన విధానంలో కర్మలు, పూజలు, యజ్ఞములు,వ్రతములు చేస్తారో, అవి సాత్త్వికమా, రాజసికమా లేక తామసికమా? వాటిని ఏమంటారు? అని అడిగాడు. కృష్ణా! లోకంలో మానవులు ఎన్నోయజ్ఞయాగములు, పూజలు, వ్రతాలు, వేదములు, శాస్త్రములలో చెప్పిన మాదిరి, భక్తి శ్రద్ధలతో, నిష్ఠతో చేస్తుంటారు.కాని కొంత మందికి వేదములతో కానీ, శాస్త్రములతో కానీ పరిచయం ఉండదు. వారికి శాస్త్రములు చదివే అవకాశం, శాస్త్రములలో చెప్పబడిన విధివిధానములు తెలుసుకునే తెలివితేటలు ఉండవు. కారణం ఆ భాష రాకపోవడమో చదివే అవకాశం లేకపోవడమో, శాస్త్రములు వారికి అందుబాటులో లేకపోవడమో, లేక నిర్లక్ష్యమో ఏదైనా కారణం కావచ్చు, అటువంటి వారు శాస్త్రములలో చెప్పబడిన విధి విధానముల పకారం కాకుండా, శాస్త్రములో చెప్పబడిన విధివిధానములను వదలిపెట్టి, తమకు తెలిసిన ఆచార వ్యవహారములను బట్టి, (లేక పురోహితులు చెప్పినట్టు) అమితమైన శ్రద్ధభక్తి, నిష్ఠలతో చేస్తుంటారు. అటువంటి వారి శ్రద్ధ ఎటువలటిది. దానిని ఏమటారు? వారి శ్రద్ధ, నిష్ఠ, సత్వమా, రజిస్సాతమస్సా అటువంటి వారు శ్రదా&ధ భక్తులతో చేసిన యజ&ఞయాగములు, పూజలు ఫలితాన్ని ఇస్తాయా, లేక అవి అన్నీ నిష్ఫలములేనా, వాటికి ఎటువంటి ఫలితం లభించదా! దీనిని గురించి వివరించవలసింది అని అడిగాడు అర్జునుడు, దానికి కృష్ణుడు ఈ విధంగా సమాధానం చెప్పాడు.

శ్రీ భగవానువాచ:

2. త్రివిధా భవతి శ్రద్ధా దేహినాం సా స్వభావజా |
సాత్త్వికీ రాజసీ చైవ తామసీ చేతి తాం శృణు || ||

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

అర్జునా! జీవులలో శ్రద్ధ స్వభావ సిద్ధంగా వస్తుంది. పుట్టుకతోనే వస్తుంది. కాని వారి వారి పూర్వజన్మ వాసనలను బట్టి ఆ శ్రద్ధ, సాత్వికంగానూ, రాజసికంగానూ, తామసికం గానూ పరిణామం చెందుతుంది. వాటినే సాత్విక శ్రద్ధ, రాజసికం శ్రద్ధ, తామసిక శ్రద్ధ అంటారు. ప్రతి వాడికీ పుట్టగానే జ్ఞానం రాదు. అందరూ అజ్ఞానులుగానే పుడతారు. అటువంటి వాడికి, శ్రద్ధ అనేది వాడి వాడి స్వభావాన్ని బట్టి వస్తుంది. శ్రద్ధ మనలో స్వభావ సిద్ధంగా ఉంటుంది కానీ ఒకరు చెబితే వచ్చేది కాదు . అది పుట్టుకతో రావాలి గానీ, శాస్త్రములు చదివి, నేర్చుకుంటేవచ్చేది కాదు. ఒకడు అమిత నిర్లక్ష్యంగా ఉంటాడు. దూకుడుగా ఉంటాడు. ఎవరు చెప్పినా వినడు. మరొకడు అమితమైన వినయ విధేయతలతో ఉంటాడు. అటువంటి వారిని మనం చూస్తూ ఉంటాము. ఇది స్వతాహాగా వచ్చే గుణము అంటున్నాడు పరమాత్మ.

మానవుడు ఎటువంటి శ్రద్ధ కలవాడో వాడి పూర్వజన్మ సంస్కారము నిర్ణయిస్తుంది. దాని ప్రకారమే ప్రవర్తిస్తాడు. అటువంటి శ్రద్ధలు మూడు రకాలుగా విభజింపబడ్డాయి. వాటిని సాత్త్విక, రాజస, తామసిక శ్రద్ధలు అని అంటారు.

3. సత్త్వానురూపా సర్వస్య శ్రద్ధా భవతి భారత |
శ్రద్ధామయోఽయం పురుషో యో యచ్ఛ్రద్ధః స ఏవ సః || ||

ఓ అర్జునా! ప్రతిజీవికీ తన పూర్వజన్మసంస్కారముల ననుసరించి, వారి వారి అత:కరణను అనుసరించి శ్రద్ధ ఉంటుంది. అటుంటి వాడిలో ఉన్న శ్రద్ధయే వాడి యొక్క స్వరూపము. వాడి వాడి అంతఃరణను బట్టి ఎటువంటి శ్రద్ధ ఉంటుందో, వాడి జీవితాంతం అటువంటి శ్రద్ధనే కలిగి ఉంటాడు.

ప్రతి మానవుడిలోనూ మనస్సు, బుద్ధి,అహంకారము, చిత్తము అనేవి ఉంటాయి. ఈ నాలుగు కలిపి అంత:కరణ అంటారు. ఈ అంత:కరణ ప్రతి జీవిలోనూ వాడి వాడి పూర్వజన్మ సంస్కారము వలన ఏర్పడుతుంది. ఆ అంత:కరణను అనుసరించే వాడి జీవన విధానం నడుస్తుంటుంది. ఎవడు తన పూర్వ జన్మనుండి ఎటువంటి శ్రద్ధను సంస్కారమును తెచ్చుకుంటాడో జీవితాంతం అటువంటి శ్రద్ధనే కలిగి ఉంటాడు.
(మనలో ఒక ఆచారం ఉంది. పసిబిడ్డ అన్న ప్రాశన రోజున వాడిని బోర్లాపడుకోబెట్టి, ఎదురుగా వివిధములైన వస్తువులు, అంటే పుస్తకము, కత్తి, ధనము, బంగారము, తినేవస్తువులు మొదలైనవి పెట్టి వాడు దేనిని పట్టుకుంటాడో గమనిస్తారు. వాడు ఏ వస్తువును పట్టుకుంటే వాడి స్వభావం అటువంటిది అని నిర్ణయిస్తారు. కాబట్టి మానవుడికి ఏ విషయం మీద శ్రద్ధ ఉంటుందో వాడి పుట్టుక, అంత:కరణ, నిర్ణయిస్తుంది, వాడి జీవితం అలాగేసాగుతుంది అనే విషయాన్ని ఈ ఆచారం వలన మనకు తెలుస్తుంది.)

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

మరి వాడు మారతాడా, వాడిలో పుట్టుకతో వచ్చిన శ్రద్ధ కాలానుగుణంగా మారుతుందా! మారే అవకాశం ఉందా! అనేది తరువాతి శ్లోకాలలో వివరించాడు పరమాత్మ.

4. యజంతే సాత్త్వికా దేవాన్యక్షరక్షాంసి రాజసాః |
ప్రేతాన్భూతగణాంశ్చాన్యే యజంతే తామసా జనాః || ||

సాత్వికమైన శ్రద్ధ కలిగిన వారు సత్వగుణముతో కూడిన దేవతలను పూజిస్తారు. రజోగుణము కలవారు యక్షులను, రాక్షసులను (అంటే తీవ్రమైన, భయంకరమైన రూపములు, స్వభావం కలిగిన మూర్తులను) పూజిస్తారు. తమోగుణము కలిగిన వారు భూత, ప్రేత, పిశాచ గణములను పూజిస్తారు.

మానవులను వారి ప్రవర్తనను బట్టి వారి శ్రద్ధనిర్ణయించవచ్చు ఈ శ్రద్ధ అనేది పైకి కనిపించదు. అంతర్గతంగా ఉంటుంది. వారి వారి స్వభావము, వారి నడత, వారి ఆహారము, వారి మాట తీరు, వారు చదివే గ్రంథములు వారు పూజించే దేవతా మూర్తులు, వారి వారి పూజావిధానాలు, వారు ఏయేకోరికలతో ఆ పూజలు చేస్తున్నారు, ఇటువంటివి వారి శ్రద్ధను తెలియజేస్తాయి.

ఇక్కడ కృష్ణపరమాత్మ మానవులు పూజించే దేవతలు, వారి పూజావిధానం, పూజలు చేస్తూ వారు కోరుకునే కోరికలతీరు. వీటిని ఉదాహరణగా తీసుకున్నాడు. సాధారణంగా మనపెద్దలు, దేవతామూర్తులను మూడురకాలుగా విభజించారు. కానీ, శాస్త్రముల ప్రకారము అందరూ సత్వగుణ ప్రధానులైన దేవతలనే పూజించాలి అని బోధించారు. వీరు రాముడు. కృష్ణుడు, శివుడు, విష్ణువు, లక్ష్మి, సరస్వతి ఈ ప్రకారంగా సాత్వికమైన ఆకారములు కలిగి, మానవుని సత్వగుణ ప్రధానమైన కోరికలు తీర్చి, వారిని ఉత్తమగతులకు తీసుకొని వెళ్లే దేవతామూర్తులు. వీరు చేసే యజ్ఞాలు,యాగాలు, పూజలు, వ్రతాలు సాధారణంగా లోకకల్యాణార్థము ఉంటాయి. కాబట్టి సత్వగుణము కలవారు, సాత్వికమైన దేవతా మూర్తులను పూజిస్తారు లోక కల్యాణమును కోరి పూజిస్తారు.

తరువాత రాజస గుణము కలవారు యక్షులు, రాక్షసులను పూజిస్తారు. ఈ దేవతా మూర్తులు కేవలం తమ ప్రాపంచిక సంబంధమైన కోరికలు తీర్చుకోడానికే ఉపాసింపబడతారు. ఉదాహరణకు యక్షులకు అధిపతి కుబేరుడు. అంటే ధనమునకు అధిపతి. ధనం దానితో తీరే కోరికల కొరకు చాలా మంది కుబేరుడిని, ధనమునకు అధిపతి అయిన ధనలక్ష్మిని పూజిస్తారు. వీరిలో స్వార్థం ఎక్కువ. వీరు చేసే పూజలు లోకకల్యాణం కొరకు కాకుండా తనకు లాభం కలగడం కొరకే చేస్తారు. సాదారణంగా ఈ నాటి మానవులుచేసే పూజలన్నీ ఈ కోవకే చెందుతాయి. మనం సంకల్పంలో "ధన,ధాన్య,పుత్ర్యపౌత్రాబి వృధ్యర్థం, ఇష్టకామ్యార్థసిద్యర్థం" అని చెప్పుకుంటాము. అంటే అన్నీ నాకే కావాలి

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

అనే స్వార్ధభావనతోనే పూజలు, వ్ర.తాలు చేస్తుటాము. అలాగే కొంతమంది రాక్షన ప్రవృత్తి కలిగిన దేవతా మూర్తులను కూడా పూజిస్తారు. కాళి, చండి, భైరవి మొదలగు దేవతా మూర్తులు, ఇంకా గ్రామదేవతలు. వీరి కోరికలు ఇతరులకు హాని కలిగించే విధంగా ఉంటాయి. లోక వినాశం కొరకు శ్రద్ధతో పూజలు చేస్తారు. ఆయాదేవతలకు జంతు బలులు.నరబలులు సమర్పిస్తారు.

ఇంక తామసిక గుణం కలవారికి సాత్విత దేవతలు అంటే ఇష్టం ఉండదు. వారు భూత, ప్రత, పిశా చములను పూజిస్తారు. తమకు లాభము, దాంతోపాటు ఇతరులకు నష్టము కలిగే విధంగా పూజలు చేస్తారు. మరి కొంత మంది తమకు లాభం కలగకపోయినా పరవాలేదు, ఇతరులు బాధపడాలి, నష్టపోవాలి అనే ఉద్దేశంతో ఇటువంటి తామసిక పూజలు చేస్తుంటారు. (నరబలులు ఇస్తే లంకెబిందెలు దొరుకుతాయనీ, శవపూజలు చేస్తే మంచి పదవులు లభిస్తాయనీ, చేతబడులు చేస్తే ఇతరులకు కీడు కలుగుతుందనీ, ఇతరుల నాశనం కోరి చేసే భూత, ప్రేత ఆవాహనలు ఆభిచారిక హూమాలు ఇవన్నీ తామసిక క్రియలకు ఉదాహరణలు.)

సాత్విక దేవతా పూజలు, నివేదనలు సాత్వికంగా, వేదములలో, శాస్త్రములలో చెప్పిన మాదిరి సంప్రదాయ బద్ధంగా, ఉంటాయి. అలాగే రాజసిక దేవతా పూజలు భక్తి లేకుండా, కేవలం ఆర్భాటాలతో, గొప్ప పేరు రావాలని చేసే ఏర్పాట్లతో ఉంటాయి. తామసిక దేవతా పూజలు వేద,శాస్త్రములకు విరుద్ధంగా ఉంటాయి. చీకటి ప్రదేశాలలో, శ్మశానాలలో రహస్యంగా జరుగుతాయి.

ఇటువంటి పూజలలో నరబలులు, జంతుబలులు ఎక్కువగా ఉంటాయి. కాబట్టి, ఆయాదేవతలను బట్టి మానవుల కోరికలు, పూజావిధానములు, నివేదనలు మారుతుంటాయి,

5. అశాస్త్రవిహితం ఘోరం తప్యంతే యే తపో జనాః |
దంభాహంకారసంయుక్తాః కామరాగబలాన్వితాః || ||

వారు చేసే పూజా విధానాలు శాస్త్రప్రకారం ఉండవు. వారికి అనుకూలంగా, వారి ఇష్టం వచ్చినట్టు చేస్తారు. ఘోరమైన, కఠోర మైన తపస్సులు చేస్తుంటారు. వారు చేసే కార్యములు, కర్మలు అహంకారము, దంభము అంటే గొప్పదనంతో కూడి ఉంటాయి. అంతే కాదు ఏవేవో కోరికలు కోరుతూ ఆ కోరికలు తీరడానికే కర్మలు చేస్తుంటారు. అందుకే వారి కర్మలలో అంతా తమకు కావాలనే కాంక్షతో తమ బలపరాక్రమాలను ప్రదర్శిస్తూ కర్మలు చేస్తుంటారు.

రాజసిక, తామసిక ప్రవృత్తి కలవారు చేసే పనులు అన్నీ తమ యొక్క అవసరాలకు తగినట్టు, తమయొక్క అనుకూలతకు తగినట్టు చేస్తుంటారు కానీ శాస్త్రవిధి ప్రకారం చేయడానికి ఇష్టపడరు. వారు తపస్సులు,పూజలు భయానకంగా,జుగుప్సాకరంగా ఉంటాయి.

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

ఇంకా కొంత మంది తమ గొప్ప తనం, తమకు ఉన్న సంపదలను, హొదాను ప్రదలర్శంచుకోడానికి, అహంకారంతో పూజలు,వతాలు చేస్తుంటారు కానీ భక్తితో కాదు. నారు చేసే పూజలు, తపస్సులు అన్నీ కోరికలతో బంధనాలతో నిండి ఉంటాయి. పురాణాలలో రాక్షసులు ఘోరమైన తపస్సులు చేస్తుంటారు. దేవుడు ప్రత్యక్షం కాగానే లోకంలో దేనివలనా చావు రాకుండా వరం కోరుకుంటాడు. లేకపోతే ఎవరూ తనకు ఎదురు లేకుండా వరం కోరుకుంటాడు. ఆ వరాలు పొందినతరువాత తమ బల పరాక్రమాలను ప్రదర్శిస్తు,హింసకు పాల్పడతారు. మరి కొందరు తమకు వరాలిచ్చిన దేవుడి మీద చెయ్యి పెట్టి భస్మం చేయాలని ప్రయత్నిస్తారు. ఇటువంటి వారు అసురసంపద కలిగి ఉంటారు. కాని వీరెవ్వరూ బాగుపడినట్టు లేదు. వారి వారి వరాల ప్రభావంతోనే వారు నాశనం అయ్యారు కానీ ఉత్తమ గతులు పొందలేదు.

6. కర్శయన్తశ్శరీరస్థం భూతగ్రామమచేతస:|
మాం చైవాంతఃశరీరస్థం తాన్విద్ధ్యాసురనిశ్చయాన్ || ||

కొంత మంది కఠోర ఉపవాసములతోనూ, నియమాలతోనూ, పంచభూతములతో తయారైనవారి శరీరాన్ని, శరీరంలో అంతర్గతంగా ఉన్న పంచతన్మాత్రలను బాధపెడుతుంటారు. దాని వలన వారి వారి శరీరములలో ఉన్న నా అంశతో కూడిన జీవాత్మ కూడా బాధపడుతుంది . ఇటువంటి వారికి సాత్వికమైన పద్ధతులు తెలియవు. ఈ కఠోర ఉపవాసాలు, కఠిన నియమాలు మడులు, అశౌచాలు, అర్థం లేని ఆచారాలు ఏ శాస్త్రములోనూ చెప్పబడలేదు. కాని మానవులు తమలో ఉన్న దురహంకారంతోనూ, తమ కోరికలు తీరాలనే ఉబలాటంతోనూ, ప్రాపంచిక వస్తువుల మీద ఉన్న ఆసక్తితోనూ, తమ మాటే చెల్లుబాటు అవుతుందనే నమ్మకలతోనూ, అధికారంతోనూ అన్నిటికీ మించి అవివేకంతోనూ, శాస్త్రములలో విధింపబడనివి, చెప్పబడనివి, తమకు, ఇకరులకు బాధను కలిగించేవి అయిన ఆచారములను, నియమములను, తపస్సులను, యజ్ఞయాగములను ఆచరిస్తున్నారు.

అటువంటి వారిని పరమాత్మ అచేతస:,అంటే తెలివితక్కువ వారు అని అంటున్నాడు. ఇటువంటి వారు చేసే కఠినమైన ఉపవాసాల వలన వారే కాకుండా, వారిలో అంతర్గతంగా ఉన్న ఆత్మస్వరూపుడైన పరమాత్మకూడా క్షోభిస్తున్నాడు.అంటే దీని అర్థం మనలో ఉన్న చైతన్య శక్తి తగ్గిపోతుంది. పని చేయదు. శరీరం శుష్కించి పోతుంది. ప్రతి దేహములో అంతర్గతంగా వైశ్వానర అగ్ని రూపంలో ఉన్నపరమాత్మకు పచనం చేయడానికి ఆహారం దొరకదు. జీర్ణవ్యవస్థ దెబ్బతింటుంది అటువంటి వారి శ్రద్ధ సంపద ఆసురీ ప్రవృత్తి కలిగి ఉంటుంది.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

ఈ రెండు శ్లోకాలను మరింత వివరంగా తెలుసుకుందాము. అశాస్త్ర విహితమ్ అంటే శాస్త్రములలో చెప్పబడని ఆచారాలు, విధులు, వ్యవహారాలు. వాటిని ఎవరూ ఆచరించకూడదు. శాస్త్రములను తెలుసుకొని ఆచరించాలి. లేకపోతే శాస్త్రములను క్షుణ్ణంగా అధ్యయనం చేసిన వారిని అడిగి తెలుసుకొని ఆచరించాలి. అలా కాకుండా ఎవరికి తోచనట్టు వారు ఘోరంగా తపస్సు చేయడం, భయంకర మైన క్రియలతో తపస్సు చేయడం, తామస క్రియలు ఇవన్నీ శాస్త్రము అంగీకరించదు. అటువంటి శాస్త్రవిరుద్ధమైన క్రియలు ఆసురీ సంపదలు.

"తప్యన్తే యే తపోబిజనా:" అంటే తపస్సు అంటే ఏకాగ్రతతో భగవంతుని ధ్యానించడం. మనసులోని మాలిన్యము పోగొట్టుకోవడం అంతే కానీ శరీరాన్ని క్షీణింపచేయడం కాదు. ఘోరమైన ఉపవాసాలతో శరీరాన్ని క్షీణింపచేయడం, తాను బాధపడి ఇతరులను బాధపెట్టడం, లోకానికి ఉపద్రవం కలిగించే తపస్సులు చేయడం ఆసురీ లక్షణములు. పురాణములలో ఇటువంటి తపస్సులు రావణుడు, కుంభకర్ణుడు, హిరణ్యకశిపుడు, భస్మాసురుడు చేసారు.

"కామరాగబలాన్వితా:" అంటే బలం అంటే శారీరక బలమే కాదు. దైవబలం కూడా ఉండాలి. కానిచాలా మంది క్షుద్రదేవతలను ఆరాధించి శక్తులను పొందుతుంటారు. వారికి దేవుడు అంటే పడదు. కేవలం తమ కోరికలు తీరడానికి ఇతరులకు అపకారం కలిగించడానికి, క్షుద్రశక్తులను ఆశ్రయిస్తారు. అది కూడా ఆసురీ సంపద కిందికి వస్తుంది. దీనితో వారు లోకాలనుమోసం చేస్తారు. ఇతరులను కూడా క్షుద్రశక్తులు నమ్మేట్టు చేస్తారు. అప్పుడు దైవము మీద నమ్మకం నశిస్తుంది. అటువంటి వారికి వారి కామ కోరికలు తీరడమే ముఖ్యము. అటువంటి వారు ఆసురీ ప్రవృత్తి కలవారు.

"కర్శయన్త: శరీరస్థం భూతగ్రామమ్" అంటే శరీరములో ఉండే పంచభూతములు అంటే ఇంద్రియములు. కఠిన ఉపవాసములతో, శరీరానికి కావలసిన ఆహారం ఇవ్వకుండా శుష్కింప చేయడం, బాధపెట్టడం ఆసురీ లక్షణము. ఆరోగ్యం కాపాడుకోవడానికి ఆయుర్వేద శాస్త్రములో చెప్పబడినట్టు క్రమపద్ధతిలో ఉపవానములు ఆమోదయోగ్యము కానీ అది మితిమీరకూడదు. అప్పుడు శరీరం శుష్కిస్తుంది. కొంత మంది మేము ఆ ఉపవాసాలు చేసాము కఠిన ఉపవాసాలుచేసాము, రోజూ ఏదో ఒక దేవుడికి ఉపవాసం ఉంటాము అని గొప్పలు చెప్పుకోడానికి ఉపవాసాలు చేస్తారు. రోజూ తినేదాని కంటే ఎక్కువ తింటారు. ఇదీ మంచిది కాదు. శరీరపోషణకు ఎంత ఆహారం ఇవ్వాలో అంత ఆహారం ఇవ్వడం దైవీసంపద. దానికి భిన్నంగా చేయడం ఆసురీ సంపద.

"మాం చేవాన్త: శరీరస్థమ్" అంటే ప్రతి జీవి శరీరంలో పరమాత్మ ఆత్మస్వరూపుడుగా ఉన్నాడు. ఆయనే ప్రాపంచిక విషయములలో కలిసి జీవాత్మగా ఉన్నాడు అని చెప్పుకున్నాము. శరీరానికి కావలసిన మితమైన ఆహారం ఇవ్వకపోవడం వలన లోపల ఉన్న జీవాత్మ అంటే ఆత్మారాముడు కూడా క్షోభపడతాడు.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

అంటే మనం దైవాన్ని కూడా బాధపెట్టినట్టు లెక్క. కాబట్టి, ఇతరులు తమను మెచ్చుకోవాలని, డాంబికంతో, అహంకారంతో, ఏవేవో కోరికలతో శాస్త్రవిరుద్ధంగా చేసే కఠోర ఉపవాసములతో, ఇంద్రియములను, లోపల ఉన్న ఆత్మారాముడిని శుష్కింపచేయడం కూడా అసురీస్వభావమే.

7. ఆహారస్త్వపి సర్వస్య త్రివిధో భవతి ప్రియః |
యజ్ఞస్తపస్తథా దానం తేషాం భేదమిమం శృణు || ||

మానవులందరికీ వారు తినే ఆహారం, చేసే యజ్ఞములు, తపస్సులు, దానములు మూడు విధములుగా ఇష్టాన్ని కలిగిస్తాయి. వాటిలో ఉన్న భేదములను గురించి వివరిస్తాను శ్రద్ధగా విను అని అంటున్నాడు కృష్ణుడు. ఎందుకంటే మానవుల యొక్క ప్రవృత్తి, వారు తినే ఆహారం వారు చేసే పనులు, ఆ పనులు ఎంత శ్రద్ధగా, ఓర్పుతో చేస్తారో దానిని బట్టి, వారు ఇతరులతో వ్యవహరించే తీరును బట్టి, వాల దాన గుణమును బట్టి నిర్ణయింపబడుతుంది.

మనం తినే ఆహారం కూడా మూడు విధములుగా ఉంటుంది. శరీరం నిలపడానికి, ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి, మితాహారము ముఖ్యము. అసలు తినకపోవడం, అతిగా తినడం రెండూ పనికిరావు.

మానవులు అసంకల్పంగా ఒకదానిని, సంకల్పంతో మరొకదానిని శరీరంలోపలికి తీసుకుంటారు.మన ప్రమేయం లేకుండా లోపలకు వెళ్లేది,బయటకు వచ్చేది వాయువు. లోపలకు వెళ్లేది ప్రాణవాయువు అయితే బయటకు వచ్చేది కార్బన్ డయాక్సైడ్, ఈ ప్రక్రియ మన ప్రమేయం లేకుండానే జరుగుతుంది. కాని ఈ ప్రక్రియను ఒక క్రమంలో చేయాలని వేదం, శాస్త్రములు సూచించాయి. దానినే ప్రాణాయామం అంటారు. ప్రాణాయమమ అంటే మన ఇష్టంవచ్చినట్టు గాలిని పీల్చి వదలకుండా, ఒక క్రమ పద్ధతిలో పీల్చివదలడం వలన శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. జీవన ప్రమాణం పెరుగుతుంది అని శాస్త్రములు చెబుతున్నాయి. ఈ శ్వాస ప్రక్రియ మన ప్రమేయం లేకుండా జరుగుతుంటే, మన ప్రమేయం తో జరిగేది మరొకటి ఉంది. అది జీర్ణప్రక్రియ. దీనికి మనం నోటి గుండా ఆవారం తీసుకుంటాము. ఆ ఆహారం జీర్ణాశయంలోపలికి వెళ్లి, జీర్ణం అయి, శరీరం అంతటా శక్తి రూపంలో వ్యాపిస్తుంది. ఈ ఆహారం తీసుకోవడం కూడా ఇష్టం వచ్చినట్టు, ఇష్టం వచ్చినంత కాకుండా, ఒకక్రమపద్ధతిలో తీసుకుంటే శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మనం తీసుకునే ఆహారాన్ని మూడువిధాలుగా విభజించారు. మొదటిది సాత్వికాహారము. అది ఎలా ఉండాలి అనే విషయాన్ని ఈ కింది శ్లోకంలో తెలియజేస్తున్నాడు కృష్ణ పరమాత్మ.

8. ఆయుఃసత్త్వబలారోగ్యసుఖప్రీతివివర్ధనాః |
రస్యాః స్నిగ్ధాః స్థిరా హృద్యా ఆహారాః సాత్త్వికప్రియాః || ||

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

మానవునికి ఆయుష్షును, బలమును, ఆరోగ్యమును, సుఖాన్ని, ప్రీతిని కలిగించేది, రసాస్వాదనము కలిగించేది, రుచికలది, శరీరానికి బలం కలిగించేది, చూడటానికి ఆహ్లాదకరంగాఉండేది, ఇటువంటి ఆహారాన్ని సత్త్వగుణము ప్రధానంగా ఉండేవారు ఎక్కువగా ఇష్టపడతారు. ఈ శ్లోకంలో సత్వగుణము ఎక్కువగా కలవారు ఎటువంటి ఆహారమును ఇష్టపడతారో వివరింపబడింది. మనం తినే ఆహారం చూడ్డానికి ఆహ్లాదకరంగా ఉండాలి. శుచి శుభ్రత కలిగి ఉండాలి. ఎక్కడ బడితే అక్కడ తినకూడదు. అపరి శుభ్రంగా ఉన్న చోట తయారు చేసే ఆహార పదార్థాలను తినకూడదు.నాలుకకు రుచిగా ఉండాలి. తినే ఆహారం కడుపు నింపేదిగా, ఆకలి తీరేదిగా ఉండాలి. ఆ ఆహారం తేలికగా జీర్ణం అయ్యేదిగా ఉండాలి. ఆహారంజీర్ణం అయిన తరువాత శరీరానికి బలం కలిగించేదిగా ఉండాలి. మనకు ఆరోగ్యాన్ని కలిగించాలి తిన్నతరువాత ఎటువంటి జీర్ణకోశవ్యాధులకు దారి తీయకుండా, సుఖంగా ఉండాలి.ఇటువంటి ఆహారమును సాత్వికాహారము అని అంటారు. ఇటువంటి ఆహారము రుచిగా ఉండటానికి కొంచెంగా చమురు పదార్థములు కలిగి ఉంటుంది. అంటే ఆహార పదార్థాలు తయారు చేసేటప్పుడు కానీ, లేక తినేటప్పుడు కానీ, రుచికి కొంచెంగా ఘృతము అంటే నెయ్యి వేసుకోవాలి. ఇటువంటి ఆహారముతో కలిగే బలము శరీరము నందు స్థిరంగా నిలిచి ఉంటుంది. ఇటువంటి సాత్వికాహారము కంటికి, నోటికి ఇంపుగా ఉంటుంది. మధురంగా ఉండాలి. మనసుకు కూడా ఆహ్లాదం కలిగిస్తుంది. ఇటువంటి ఆహారము సత్త్వగుణం కలిగిన వారికి అత్యంత ప్రియమైనది.

9. కట్వమ్లలవణాత్యుష్ణతీక్ష్ణరూక్షవిదాహినః |
ఆహారా రాజసస్యేష్టా దుఃఖశోకామయప్రదాః || ||

చేదుగా, పుల్లగా, ఉప్పగా, కారంగా, బాగా వేడిగా ఉండి తిన్న తరువాత బాగా దాహం వేసేవి, శరీరానికి అజీర్తి, కడుపులో మంట,ఆరాటం మొదలగు దుఃఖములను, బాధలను కలిగించేవి అయిన ఆహారం రజోగుణము కలవారు ఎక్కువగా ఇష్టపడతారు. మనం తినే ఆహారము కానీ పానీయము కానీ చేదుగా ఉండకూడదు. (చేదుగా ఉండే పానీయాల గురించి అందరికీ తెలుసు. వివరణ అనవసరం) తినే ఆహారం ఎక్కువ పులుపు, కారము ఉండకూడదు. ఎక్కువ ఉప్పగా ఉంటే శరీరానికి రక్తపోటు ఎక్కువకావడం వంటి హాని చేస్తుంది.రుచి కొరకు కొద్దిగా నెయ్యి ఉండాలి కానీ అతిగా ఉండకూడదు. (మనభాషలో చెప్పుకోవాలంటే నూనెలో వేయించే పదార్థములు, నూనెలో మునిగే పదార్థములు). ఎక్కువ కారము తింటే కడుపులో మంట వస్తుంది. పులుపు ఎక్కువ ఉంటే ఆహారం జీర్ణం కాదు. ఇవే కాకుండా కొన్ని పదార్థాలు తింటే మనస్సు కూడా ప్రభావితము అవుతుంది.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

వ్యాకులంగా ఉంటుంది. కొంత మందికి ఏ పదార్ధము అయినా వేడి వేడిగా నోరు కాలిపోయేటట్టు ఉండాలి లేకపోతే అత్యంతచల్లగా, జిల్లుమంటూ ఉండాలి. ఇటువంటి ఆహారము రజోగుణము కలవారు తింటారు. (దీనినే ప్రస్తుత భాషలో స్పైసీ అనీ, చిల్డ్ అనీ, ముద్దుగా పిల్చుకుంటారు.)

రాజసాహారములో మధురమైన రుచి తప్ప అన్ని రుచులు ఉంటాయి. ఆ రుచులు కూడా అతిగా అంటే ఎక్కువగా, మోతాదును మించి ఉంటాయి. ఈ రాజసాహారము తినేటప్పుడు తాగే టప్పుడు నోటికి ఇష్టంగా, రుచిగా, ప్రీతిగా ఉంటుంది. (లిక్కర్ అమిత చేదుగా ఉంటుంది. అందులో కారంగా, పుల్లగా, ఘాటుగా ఉంటే ఆవకాయను చప్పరిస్తుంటారు. తరువాత నూనెలో వేయించబడిన మాంసం ఆరగిస్తారు. అదే రాజస ప్రవృత్తి కలవారికి ఎంతో ఇష్టం) కాని, తిన్నతరువాత దాని ప్రభావము శరీరం మీదా మనసు మీద తీవ్రంగా ఉంటుంది. ఎక్కువ దాహం వేస్తుంది. కడుపులో మంటగా ఉంటుంది. దుఃఖమును, మనోవ్యాకులతను కలుగచేస్తుంది.

రజోగుణ ప్రధానమైన ఆహారము తింటే శరీరం ఎక్కువగా చురుకుగా ఉంటుంది. ధైర్యము,స్థైర్యను బాగా ఉంటుంది. ఏదో ఒకటి చేయాలని మనసు ఉరకలు వేస్తుంటుంది. కాని సాత్వికమైన ధ్యానము కుదరదు. శరీరం సహకరించదు. మనసు నిశ్చలంగా ఉండదు. ఆ రాజసాహారము ఆరోగ్యమునకు కూడా హానికరము. వ్యాధులు రావడానికి ఇటువంటి ఆహారము మూలకారణం అవుతుంది. కాబట్టి ఆత్మజ్ఞానము పొందాలి అనుకునే వారు, ఆత్మజ్ఞానము పొందిన వారు, సాత్వికులు ఇటువంటి ఆహారమునకు దూరంగా ఉండాలి.ఇది మనుషులకే కాదు జంతువులకు కూడా వర్తిస్తుంది. శాఖాహారులైన ఆవు. మేక సాత్వికంగా ఉంటాయి. కాని మాంసాహారం తినే సింహము, పులి చంచల స్వభావంతో, చురుకుగా, క్రూరంగా ఉండటం మనం చూస్తున్నాము.

10. యాతయామం గతరసం పూతి పర్యుషితం చ యత్ |
ఉచ్ఛిష్టమపి చామేధ్యం భోజనం తామసప్రియమ్ || ||

ఆరు గంటల ముందు వండిన ఆహారము (జంక్ ఫుడ్) ఉడికీ ఉడకని ఆహారము రుచి లేని ఆహారము, దుర్వాసన వేస్తున్న ఆహారము, చెడిపోయిన ఆహారము (అంటే పులిసిపోయిన ఆహారము) ఒకరు తినగా మిగిలిన ఆహారము(ఎంగిలి చేసినది), పరిశుభ్రతలేని ఆహారము, దేవునికి నివేదించని ఆహారము. ఇటువంటి ఆహారపదార్ధములను తామస గుణము కల వారు ఎక్కువ ఇష్టపడతారు.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

ఇప్పుడు తామసగుణ సంపన్నులు ఎటువంటి ఆహారం ఇష్టపడతారు లేక ఎటువంటి ఆహారం తీసుకుంటే తామస గుణము అభివృద్ధి చెందుతుంది అనే విషయం చెబుతున్నాడు పరమాత్మ.

వండిన తరువాత 6 గంటలు దాటిన పదార్ధములు చెడిపోతాయి. బాగా ఉడకనిపదార్ధములు కూడా 6 గంటలు దాటిన తరువాత చెడిపోతాయి. వాటిలో ఉన్న సారం, పోషక పదార్థాలు నశించి పోతాయి. వాటి నుండి పులిసిన వాసన వస్తుంది. చెడి పోతుంది. పాచిపోతుంది. తిగడానికి పనికిరాదు, ఇదే కాకుండా ఒకరు ఎంగిలి మరొకడు తినడం, పరిశుభ్రంగా లేని చోట తినడం, పులిసిపోయిన పదార్థాలు. పానీయాలు. ఆఖరున అమేధ్యం అని అన్నారు. అంటే భగవంతునికి నివేదించనివి, అని అర్థం. భగవంతునికి నివేదిస్తే అది ప్రసాదముఅవుతుంది,పవిత్రం అవుతుంది. అలాకాకుండా ఉంటే అది కేవలం తినే పదార్థమే అవుతుంది కానీ పవిత్రత ఉండదు. ఇవన్నీకూడా తామస ప్రవృత్తి కలవారు తినే ఆహారము. ఇటువంటి పదార్థాలు తింటే శరీరానికి హాని చేస్తాయి. వ్యాధులు వస్తాయి. (ఈ నాటికి ఆన్వయించుకుంటే దుర్గంధము వచ్చే పదార్థములు అంటే మొలాసిస్. దానిని పులియబెడితే భరించరాని దుర్గంధము వస్తుంది. దానిని కాచి వడగడితేలిక్కర్ తయారవుతుంది. అని మత్తు కలిగిస్తుంది. అటువంటిని తామసులకు ఇష్టము .అదేమాదిరి హుక్కా, మత్తు కలిగించే సిగరట్ వీటిని ఒకరు నోట్లోనుండి మరొకరు తీసుకొని పీలుస్తుంటారు మత్తులో తేలిపోతుంటారు.)

ఇప్పుడు మానవులు తాము తీసుకొనే ఆహారాన్ని బట్టి తాము ఏ గుణమునకు చెందిన వారో ఎవరికి వారు తెలుసుకోవాలి. తాము అప్పటి వరకు తామసాహారం తీసుకుంటుంటే దానిని పూర్తిగా మాని వెయ్యాలి. రాజసాహారం తీసుకుంటుంటే ఒక్కసారిగా మానలేరు కాబట్టి క్రమక్రమంగా తగ్గించుకుంటూ, సాత్వికాహారం వైపు మళ్లాలి. అప్పుడే వారిలో పరమాత్మయందు భక్తి ,శ్రద్ధ సాత్వికత పరోపకారగుణము వర్ధిల్లుతాయి. ఇప్పటి వరకు ఆహారముల గురించి చెప్పిన పరమాత్మ ఇప్పుడు యజ్ఞముల గురించి చెబుతున్నాడు.

11. అఫలాకాంక్షిభిర్యజ్ఞో విధిదృష్టో య ఇజ్యతే |
యష్టవ్యమేవేతి మనః సమాధాయ స సాత్త్వికః || ||

మన మనస్సుకు "ఇది చేయతగినయజ్ఞము" అని అంగీకరింపబడినది. శాస్త్రసమ్మతమైనది, విధివిధానములతో కూడినది, ఏ ఫలమును ఆశించి చేయనిది అయిన యజ్ఞమును సాత్విక యజ్ఞము అని అంటారు.

యజ్ఞము అంటే కేవలముహోమకుండములో నేయి, సమిధలు, హోమద్రవ్యములు వేల్చడమే కాదు. శ్రద్ధతో మనం చేసే ప్రతి పనీ యజ్ఞమే. మనం ఏదైనా ఒక పని చేసేముందు అది మంచిదా కాదా, శాస్త్ర సమ్మతమా కాదా (ఈ రోజుల్లో అయితే అది చట్టము,న్యాయమునకు నీతికి,సాంఘిక నియమలకు లోబడి ఉందా లేక చట్ట విరుద్ధము, న్యాయవిరుద్ధము,

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

అవినీతితో కూడినదా, అసాంఘికమైనదా అని గమనించాలి) ఇది ఒకరు చెబితే తెలిసేవి కాదు. ఎవరికి వారు తమ మనస్సును సమాధాన పరచుకోవాలి. అందుకే "మనస్సమాధాయ" అని అన్నాడు. మన మనస్సుకు మనం చేయబోయే పని మంచిది, న్యాయమైనది ధర్మబద్ధము అని తెలియాలి. అప్పుడే ఆ పని చేయాలి.

రెండవ నియమము మనం చేసే ప్రతి పనీ ఏదో ఒక ఫలాన్ని ఆశించి చేయకూడదు. నిష్కామంగా చేయాలి. దీనినే సాత్విక యజ్ఞము అని అంటారు. ఉదాహరణకు ఏ ఫలమును ఆశించకుండా పూజలు, వ్రతములు చేయడం, దైవకార్యములు చేయడం, పరోపకారమునకుపనికి వచ్చే పనులుచేయడం, ధ్యానం చేయడం, వేదములలో, శాస్త్రములలో చెప్టబడిన పంచ మహాయజ్ఞములు చేయడం, పంచ మహా యజ్ఞములు అంటే

1. పితృ యజ్ఞము (మనకుజన్మనిచ్చిన తల్లి తండ్రులకు వారు బతికి ఉండగా సేవచేయడం వారు మరణిస్తే వారికి జలతర్పణాలు,పిండప్రదానం చేయడం),
2. దేవ యజ్ఞము (ప్రతిరోజా దేవతామూర్తులను పూజించడం, ఆరాధించడం, నివేదనలు సమర్పించి, ఆ ప్రసాదమును భుజించడం),
3. భూత యజ్ఞము (సాటి ప్రాణులకు ఆహారం ఇవ్వడం),
4. ఋషి యజ్ఞము (మనకు వేదములను, శాస్త్రములను అందించిన పూర్వకాలపు ఋషులను స్మరించుకోవడం),
5 .అతిథి యజ్ఞము (అనుకోకుండా ఇంటికి వచ్చిన వారికి ఆహారము పెట్టడం), ఇంకా సత్సంగములు, జ్ఞానయజ్ఞము మొదలైనవి. ఇవి అన్నీ సాత్విక యజ్ఞములు అనిపించుకుంటాయి.

ఇంకా సత్సంగములు, జ్ఞానయజ్ఞము మొదలైనవి.
ఇవి అన్నీ సాత్విక యజ్ఞములు అనిపించుకుంటాయి.

12. అభిసంధాయ తు ఫలం దంభార్థమపి చైవ యత్ |
ఇజ్యతే భరతశ్రేష్ఠ తం యజ్ఞం విద్ధి రాజసమ్ || ||

ఏదో ఒక ఫలితమును ఆశిచి చేసేది, ఆడంబరంతో ఆర్భాటంగా చేసేది చుట్టు ఉన్నవారు మెచ్చుకోడానికి చేసేది. ఇటువంటి యజ్ఞములను రాజస యజ్ఞములు అని అంటారు.

రాజస ప్రవృత్తి కలవారు ఊరికే ఏ పనీ చేయరు. వారు ఏపని చేసినా దానికి తగిన ప్రతిఫలం ఉంటేనే గానీ చేయరు. (నాకేంటి? అనే తత్వము). దీనినే సకామ కర్మ, కామ్య కర్మ అని అంటారు. రాజసులు ఏపని చేసినా దర్పంతో పది మంది మెచ్చుకోవాలని ఆడంబరంగా చేస్తారు. ఆర్భాటంగా చేస్తారు. పేరు కోసం చేస్తారు. దానివలన ఏదో ఒక లాభం ఆశించి చేస్తారు. దీనినే రాజస యజ్ఞం అని అంటారు. ఈ రోజుల్లో చాలా మంది ఇలాగే చేస్తున్నారు. మనం చేసే ఏ పూజకానీ, వ్రతంకానీ, "ఇష్టకామ్యార్థ సిద్ధ్యర్థం" అంటే "నాకు ఇష్టమైన కోరికలు సిద్ధించేదానికి" అని చెప్పి చేస్తున్నారు కానీ పరోపకారం ఆశించి కానీ,

అమరనాథ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

అయ్యప్పస్వామి వారి పడి పూజలు కూడా ఎంతో ఆర్భాటంగా, పేరు ప్రతిష్టలను ఆశించి రాజకీయ నాయకులను, పారిశ్రామిక వేత్తలను ఆహ్వానించి, వారికి స్వాగతం బానర్లు, పెద్ద పెద్ద ఫ్లెక్సీలు పెట్టి, ఫోటోలు, విడియోలు తీయించి, గొప్పదనం కోసం చేయడం దీనికి చక్కని ఉదాహరణ, ఇవన్నీ రాజస ప్రవృత్తి కలవారు చేస్తారు.

13. విధిహీనమసృష్టాన్నం మంత్రహీనమదక్షిణమ్ |
శ్రద్ధావిరహితం యజ్ఞం తామసం పరిచక్షతే || ||

వేదములలో, శాస్త్రములలో చెప్పబడిన విధి విధానములను అనుసరించకుండా, అన్నదానము లేకుండా, చేసిన బ్రాహ్మణులకు దక్షిణలు ఇవ్వకుండా, ఎటువంటి శ్రద్ధ, భక్తి లేకుండా చేసే యజ్ఞాలు తామస యజ్ఞములు అని అంటారు.

దేవతలకు ప్రీతిగా చేసేవి, లోక కల్యాణార్థము చేసేవి యజ్ఞములు, యాగములు, క్రతువులు, వ్రతములు, పూజలు, అభిషేకములు. పితృదేవతలకు ప్రీతిగాచేసేవి శ్రద్ధ కర్మలు, కర్మకాండలు. ఏవి చేసినా, వాటిని శ్రద్ధగా చేయాలి. బ్రాహ్మణులు రావడం, పుజలు చేయించడం అందరకూ భోజనాలు పెట్టడం విధిగా చేయాలి. చేయించిన బ్రాహ్మణులకు దక్షిణలు ఇవ్వాలి (ఎందుకంటే వారి జీవనాధారం అదే కాబట్టి వేదములలో చెప్పబడిన విధి విధానములను పాటించకుండా, శాస్త్రములలో చెప్పబడిన మంత్రములను ఉచ్ఛరించకుండా, అన్నదానం లేకుండా కేవలం స్వలాభం కోసం చేసే యజ్ఞ యాగములు, క్షుద్రపూజలు, శ్రాద్ధకర్మలు అన్నీ తామస యజ్ఞములు.

చాలా మంది పితృ దేవతలకు జలతర్పణములు, పిండప్రదానములు చేస్తారు. భోజనాలు పెడతారు. కాని చేయించిన బ్రాహ్మణులకు దక్షిణ ఇచ్చేటప్పుడు ఇంత ఇవ్వాల్సివచ్చిందే అని బాధపడుతూ ఇస్తారు. కాని బ్రాహ్మణులు వాటి మీద బతుకుతారు. అదే వారి జీవనోపాధి అని ఆలోచించరు. మనం నెలంతా పనిచేసి జీతం తీసుకున్నట్టు వాళ్లు ఏ రోజుకారోజు మన చేత కర్మక్రతువులు జరిపించి దక్షిణల రూపంలో వారి పారితోషికం తీసుకుంటారు. (ఈ రోజుల్లో అదీ వ్యాపారమైపోయిందనుకోండి అది వేరుసంగతి) కానీ వేదములలో, శాస్త్రములలో చెప్పబడిన విధివిధానముల ప్రకారం, మంత్రసహితంగా, యజ్ఞయాగములు, వ్రతములు, పూజలు, కర్మక్రతువులు శ్రద్ధతో చేయడం బంధుమిత్రులకు, భోజనాలు పెట్టడం, చేయించిన బ్రాహ్మణులకు దక్షిణలు ఇవ్వడం గృహస్థు ధర్మం, ఇవేమీ లేకుండా కేవలం కర్మకాండలతోనే సరిపెట్టడం తామస యజ్ఞము అని అంటారు. అంతకు మించి వీరు చేసే పూజలలో, క్ర,తువులలో శ్రద్ధ, భక్తి, తప్ప అన్నీ హంగులుఆర్భాటాలు ఉంటాయి. మాంతరికులు, తాంత్రికులు చేసే క్షుద్రపూజలు, శవపూజలు, శ్మశానాలలో జరిగే చేతబడులు ఈ కోవకు వస్తాయి. ఇప్పుడు తపస్సు గురించి వివరిస్తున్నాడు పరమాత్మ.

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

14. దేవద్విజగురుప్రాజ్ఞపూజనం శౌచమార్జవమ్ |
బ్రహ్మచర్యమహింసా చ శారీరం తప ఉచ్యతే || ||

దేవతలను, బ్రాహ్మణులను, గురువులను, ప్రాజ్ఞులను పూజించడం, మానసికంగానూ, శారీరకంగానూ శుచిగా ఉండటం, చక్కని ప్రవర్తన కలిగి ఉండటం, బ్రహ్మచర్యమును, అహింసను పాటిచడం, వీటిని శారీరక తపస్తులు అని అంటారు.

తపస్సు అంటే ఏకాగ్ర దృష్టితో, నిర్మలమైన మనసుతో, అత్యంత శ్రద్ధాభక్తులతో చేసే ఏ పని అయినా తపస్సు అని లంటారు. తపస్సులు మూడు రకాలు. మామూలుగా మూడు గుణములతో అన్ని విభజిస్తుంటారు. అంటే సాత్విక,రాజసిక,తామసిక లక్షణాలతో విభాజన జరుగుతుంది ఇక్కడ మాత్రం శారీరక, వాచక, మానసిక అనే కరణములు అంటే ఉపకరణములతో చేయడం. దీనినే త్రికరణములు అంటారు. త్రికరణములు అంటే శరీరము. వాక్కు, మనస్సు వీటిని బట్టి తపస్సులను మూడుగా విభజించారు. ఇందులో మొదటిది శరీరంతో చేసే తపస్సు, రెండవది వాచికంగా అంటే మాట్లాడే మాటలతో చేసే తపస్సు, మూడవది మానసికంగా చేసే తపస్సు. ఇప్పుడు మనం శారీరక తపస్సు గురించి తెలుసుకుందాము.

దేవతలను పూజించడం ఆరాధించడం. అభిషేకాలు చేయడం. హారతులు ఇవ్వడం నివేదనలు సమర్పించడం. మానవులు సాధారణంగా తమోగుణ ప్రధానంగా ఉంటారు. (ఉదయం కానీ నిద్రలేవరు).ఆ తమోగుణాన్ని మనలో నుండి పారద్రోలడానికి ఈ ప్రక్రియను నిర్దేశించారు. ఇప్పుడు దేవాలయాలు చిన్నవిగా ఉన్నాయి కానీ పూర్వకాలంలో దేవాలయాలు విశాలంగా ఉండేవి. ఒకసారి ప్రదక్షిణం చేస్తే కిలోమీటరు అవుతుంది. అందుకని ఉదయమే లేచి స్నానం చేసి దేవాలయానికి వెళ్లడం ప్రదక్షిణలు చేయడం, పరమాత్మను దర్శించుకోవడం, పూజించడం, ప్రసాదం తీసుకోవడం ఒక తపస్సుగా చేయమన్నారు. ఈ తపస్సు మనలోఉన్న తమోగుణ ప్రభావాన్నితొలగిస్తుంది. పరమాత్మ పట్ల భక్తి పెరుగుతుంది.

తరువాత తపస్సు. బ్రాహ్మణులను, బ్రహ్మజ్ఞానము కలవారిని పూజించేడం, ఆదరించడం. సత్కరించడం. గురువులను గౌరవించడం. పూజించడం. శరీరమును ఎల్లప్పుడూపరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవడం, ఎటువంటి కపట స్వభావము,కుటిలత్వము లేకుండా, మంచి ప్రవర్తన కలిగి ఉండటం, అనుకున్నది చెప్పడం, చెప్పింది చేయడం, బ్రహ్మచర్య వ్రతమును పాటించడం. ఇతరుల మనసుకు కానీ, శరీరానికి కానీ ఎటువంటి హింసచేయకపోవడం. ఇవన్నీ శారీరక తపస్సులు అని అంటారు. వీటిని వివరంగా తెలుసుకుందాము.

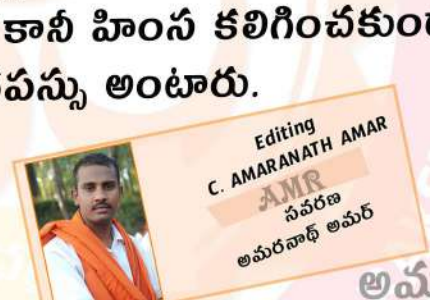
అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

1.దేవ, ద్విజ, గురు, ప్రాజ్ఞ పూజనం. అంటే దేవతలను, పెద్దలను, బ్రాహ్మణులను, గురువులను, పండితులను పూజించడం శారీరక తపస్సు, పెద్దలను పూజిస్తే ఆదరిస్తే గౌరవిస్తే మనలను మనం గౌరవించుకున్నట్టే గురువులను, పండితులను పూజిస్తే వారు మనకు చక్కని మార్గాన్ని చూపుతారు. దేవతలు, పెద్దలు, గురువులు, ఆశీర్వాదములు ఉంటే జీవితం సాఫీగా గడిచిపోతుంది. వారిలో ఉన్న అహంకారము, గర్వము నశించిపోతాయి. కోపం తగ్గిపోతుంది. భగవంతుని చేరుకోవాలనుకొనే వారికి ఈ శారీరక తపస్సు ఎంతో ముఖ్యం. ఇక్కడ ద్విజుడు అనే పదం వాడారు. ద్విజ అంటే రెండో జన్మ, ప్రతివాడూ పుట్టగానే ఏ వర్ణానికి చెందడు. 7,9,11, ఏట ఉపనయనం చేసుకుంటే వాడు ద్విజుడు అవుతాడు. ద్విజులు అంటే కేవలం బ్రాహ్మణులే కాదు ఉపనయనం యజ్ఞోపవీతధారణ ఐరిగిన ఎవరైనా ద్విజులే. ఉపనయనం ఒక సంస్కారం. తంతు కాదు. ఈ నాడు ఉపనయనం పెళ్లికి ముందు ఒక తంతు లాగా జరిపిస్తున్నారు.

తరువాతది శౌచమ్ అంటే కేవలం శరీర శుభ్రతే కాదు మనస్సు కూడా నిర్మలంగా పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. చెడుభావనలు, మలినమైన ఆలోచనలు మనసులోకి రానీయకూడదు. తరువాతది ఆర్జవమ్ అంటే మంచి ప్రవర్తన కపటం, కుటిలత్వము పనికిరాదు కపటపు ఆలోచనలు దుర్మార్గపు ఆలోచనలు దూరంగా నెట్టేయలి. దీనినే పాజిటివ్ తింకింగ్ అంటారు. ఎప్పుడూ మంచిగా ఆలోచించాలి. మంచి గా ప్రవర్తించాలి.

తరువాతది బ్రహ్మచర్యం.ఈ పదానికి మనకు ఒక రూఢి అర్థం ఉంది.పెళ్లికాని వాడు బ్రహ్మచారి వాడు ఎంతమందితో తిరిగినా వాడిని బ్రహ్మచారి అంటారు. అది తప్పుభావన. బ్రహ్మయందు అంటే ఆత్మయుడు చరించేవాడు, ఆత్మజ్ఞానముకలవాడు బ్రహ్మచారి. మరొక అర్థం చెప్పుకోవాలంటే గురువు దగ్గర విద్యనేర్చుకునేటప్పుడు పాటించేది బ్రహ్మచర్యము. గృహస్థుకూడా బ్రహ్మచర్యనిష్టను పాటించవచ్చును. కేవలం తాను శాస్త్రోక్తంగా వివాహమాడిన భార్యను తప్ప పరాయి స్త్రీని కన్నెత్తికూడా చూడని గృహస్తును కూడా బ్రహ్మచారి అనవచ్చు కాబట్టి కపట బ్రహ్మచర్యంకాకుండా నిజమైన బ్రహ్మచర్మమునుపాటించాలి.
తరువాతది ఆఖరుది అహింస. అంటే సాటి మానవులను, ప్రాణులను హింసించకపోవడం. అహింస అంటే శారీరక హింసయే కాదు మానసిక హింసకూడా హింస కిందికే వస్తుంది. ఇతరుల మనసుకుకష్టం కలిగించే మాటలు మాట్లాడడం కూడా హింస కిందికే వస్తుంది. కాబట్టి ఎదుటి వారి శరీరానికి కానీ, మనస్సుకు కానీ హింస కలిగించకుండా ప్రవర్తించడం అహింస. ఈ లక్షణాలు ఉంటే దానిని శారీరక తపస్సు అంటారు.



అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

15. అనుద్వేగకరం వాక్యం సత్యం ప్రియహితం చ యత్|
స్వాధ్యాయాభ్యసనం చైవ వాఙ్మయం తప ఉచ్యతే||

ఉద్వేగము లేకుండా మాట్లాడటం, నిజం చెప్పడం, ఎదుటి వారికి ప్రియము, హితము కలిగించే మాటలు మాట్లాడటం, వేదములు, శాస్త్రములు చదవడం, తాను చదువుతూ ఇతరులకు చెప్పడం, ఇటువంటి వాక్కుకు సంబంధించన వాటిని వాచిక తపస్సు అని అంటారు.

శరీరంలో ఉండే కర్మేంద్రియములతో పనులు చేస్తే నోటితో మాట్లాడతాము. ఆ మాటలు కూడా ఒక తపస్సులాంటిదే. మన సంస్కృతిలో వాక్కును సరస్వతీ స్వరూపం అన్నారు. అందుకే వాగ్దేవి అని సరస్వతికి పేరు. ఈ వాక్కు రూపంలో సరస్వతి దేవి ప్రతి వాడి నాలుక మీద నివసించి ఉంటుంది. అటువంటి సరస్వతీదేవి రూపమైన వాక్కు ను ఉపయోగించేటప్పుడు మనం ఎంతో శ్రద్ధవహించాలి. పవిత్రమైన వాక్ శక్తిని మనం సక్రమంగా ఉపయోగించుకోవాలి. దుర్వినియోగం చేయకూడదు. అసభ్యంగా మాట్లాడకూడదు. ఇతరులకు బాధ కలిగించే మాటలు మాట్లాడకూడదు. అందుకే వాక్కును బాణంతో పోల్చారు. వాక్బాణాలు అని అన్నారు. ఒక దివ్యాస్త్రమును ప్రయోగించిన తరువాత ఉపసంహారం చేయవచ్చేమో గానీ, ఒకసారిమాట బయటకు వస్తే దానిని వెనక్కు తీసుకోలేము. ఏదైనా ఆయుధంతో శరీరానికి గాయం అయితే కొన్నిరోజులకు తగ్గిపోతుంది కానీ పరుషమైన వాక్కులతో మనసును గాయపరిస్తే, ఆ గాయం ఎన్నటికీ మానదు అని అంటారు. వాక్కు అంత శక్తివంతమైనది. దానిని సక్రమంగా ఉపయోగించుకోవడం మన అందరి బాధ్యత.

అది ఎలాగంటే. ఉద్వేగం లేకుండా మాట్లాడటం. పరుషంగా మాట్లాడకపోవడం ఇతరుల మనసును బాధపెట్టకుండా మాట్లాడటం. ఎల్లప్పుడూ సత్యం పలకడం అంటే తెలిసిన విషయాలే మాట్లాడాలి. తెలియని విషయాలు తెలిసినట్టు మాట్లాడకూడదు. ఎదుటివారికి ప్రియం కలిగించే మాటలు మాట్లాడటం. అంటే మనం మాట్లాడే మాటలు ఎదుటి వారికి ప్రియంగా హితవుగా అనిపించాలి కానీ ఇబ్బందిపెట్టేవిగా ఉండకూడదు. కొన్నిసందర్భాలలో, చెప్పకూడనివి, మనసుకు బాధకలిగించేవి చెప్పవలసినచ్చినపుడు, అది చెప్పేముందు కొన్ని మంచి విషయాలు చెప్పి, తరువాత మెల్లమెల్లగా అసలు విషయాలను చెప్పాలి .అప్పుడు వినేవాడికి అంతగా బాధ అనిపించదు. పైగా నా మంచి కోరి చెప్పాడు అని అనుకుంటాడు. వేదములు, శాస్త్రములు, పురాణములలో విషయాలు ఉపనిషత్తులు, భగవద్గీత, భారత, భాగవత, రామాయణాల గురించి మాట్లాడటం, చదివి వినిపించడం, వ్యాఖ్యానించడం. ఇవన్నీ కూడా వాచిక తపస్సు కిందికి వస్తాయి.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

మనసులో చెడు తలంపుపెట్టుకొని బయటకు ప్రియంగా మాట్లాడటం వాచిక తపస్సు కాదు. ధ్యానం చేయడం శారీరక తపస్సు అయితే శాస్త్రగంధములలో విషయాలు చదవడం, ఇతరులకు చెప్పడం వాచిక తపస్సు. పురాణాలను, శాస్త్రాలను తమకు తోచినట్టు వక్రీకరించి చెప్పడం వాచిక తపస్సు కాదు.

16. మనః ప్రసాదః సౌమ్యత్వం మౌనమాత్మవినిగ్రహః |
భావసంశుద్ధిరిత్యేతత్తపో మానసముచ్యతే || ||

మనస్సును ఎల్లప్పుడూ నిర్మలంగా ఉంచుకోవడం, సౌమ్యంగా ఉండటం ఎక్కువగా మాట్లాడకుండా మౌనంగా ఉండటం, ఆత్మను అటు ఇటు పోనీయకుండా అదుపులో పెట్టుకోవడం, ఎల్లప్పుడుమనలో కలిగే భావాలను పరిశుద్ధంగా ఉంచుకోవడం, ఇవి అన్నీకూడా మానసిక తపస్సులు అని చెప్పబడ్డాయి.

ఈ శ్లోకంలో పరమాత్మ మానసిక తపస్సు అంటే ఏమిటో చెబుతున్నాడు. మానవులు శారీరక తపస్సు, వాచక తపస్సును ముందు ఆచరించి తరువాత మానసిక తపస్సును ఆచరించాలి. అంతే కానీ ముందే మానసిక తపస్సును ఆచరించడం మొదలుపెడితే, అతడికి వైఫల్యం తప్పదు. ఎందుకంటే శరీరం, వాక్కు మన అధినంలో ఉంటాయి. వాటిని మనం కంటోల్ చెయ్యవచ్చు కాని మనస్సు మన అధీనంలోఉండదు. కాబట్టి మానసిక తపస్సు పైరెండు తపస్సులతో పోలిస్తే కష్టమైనది.

మానసిక తపస్సు అంటే మనస్సును ఎల్లప్పుడూ అలజడి లేకుండా, ఒడిదుడుకులు లేకుండా, వత్తిడి లేకుండా, నిర్మలంగా, నిశ్చలంగా, ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవడం. చాలా మంది భవిష్యత్తు గురించి ఏం జరుగుతుందో ఏమో అని ఎప్పుడూ ఆందోళన పడుతుంటారు. అది మంచిది కాదు. జిరిగేది జరుగుతుంది. దానికి అనవసరమైన ఆందోళన చెంది మనసును, శరీరాన్ని దు:ఖమయం చేసుకోకూడదు. ముఖం ఎప్పుడూ ప్రసన్నంగా ఉంచుకోవడం (ఫేస్ ఈజ్ ది ఇన్డె క్స్ ఆఫ్ మైన్డ్). మనసులో ఎలాంటి క్రూరభావనలకు చెడు తలంపులకు చోటు ఇవ్వకపోవడం, ఎల్లప్పుడూ దైవధ్యానం చేయడం, మనస్సును నిగ్రహించడం, ఇతరులకు హాని చేయాలని, ఇతరులను మోసంచేయాలనే తలంపు లేకపోవడం, ఇవన్నీ మానసిక తపస్సులు అని అంటారు.

అందుకే మొట్ట మొదట మన: ప్రసాద: అని వాడారు. అంటే మనస్సు తేటగా, నిర్మలంగా ప్రశాంతంగా, ఎటువంటి కలతలు లేకుండా ఉంచుకోవాలి. మనసులో రజోగుణము, తమోగుణము ఉంటే మనసు అలజడిగా ఉంటుంది. మత్తుగా ఉంటుంది. కాబట్టి ఆ లక్షణాలు తగ్గించుకోవాలి.

మనస్సును సత్వగుణంతో నింపాలి. అప్పుడు మనసు ప్రశాంతంగా ఉండే అవకాశం ఉంది.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

అంతకు ముందే మనసు అలజడిగానూ మకిలపట్టి ఉంటే ఏం చేయాలి. దానికి ఒకటే మందు. భగవంతుని గురించి ధ్యానం చేయడం, ఓంకారం జపించడం, అన్ని మానసిక వ్యాధులకు ఇదేమందు. మానసికంగా అలజడి, చాంచల్యము, అల్లకల్లోలం ఉంటే భగవంతుని ధ్యానం చేయాలి. మనసుకు ఈ అలజడి చాంచల్యము కలగకుండా ఉండాలంటే ఒకటేమార్గము. సౌమ్యత్వం, మౌనం, ఆత్మనిగ్రహం. అంటే మనస్సును సౌమ్యంగా ఉంచుకోవాలి. మౌనంగా ఉండాలి. ఆత్మను నిగ్రహించుకోవాలి. మనస్సు ఎల్లప్పుడూ సౌమ్యంగా కరుకుదనం, కపటం లేకుండా నిర్మలంగా నిష్కల్మషంగా ఉంటే మానసిక అలజడి ఉండదు.

తరువాత మనకో విచిత్రమైన సామెత ఉంది. ఊరుకున్నంత ఉత్తమం బోడిగుండంత సుఖం లేదు అని పామరులు కూడా అంటుంటాయు. అంటేసాధ్యమైనంత వరకు మౌనంగా ఉండాలి.అనవసర సంభాషణలు చేయకూడదు వాగ్వివాదాలు, విభేదాలు కలిగించే ప్రసంగాలు వివాదాస్పదమైన మాటలు మాట్లాడకూడదు. కుదిరితే నాలుగు మంచి మాటలు మాట్లాడాలి లేకపోతే మౌనంగా ఉండాలి. అప్పుడే మనసు ప్రశాంతంగా ఉండే అవకాశం ఉంది.

ఆత్మగ్రహ : అన్నారు ఇక్కడ ఆత్మ అంటే మనసు అని అర్థం. మనసును అటు ఇటు పోనియకుండా నిగ్రహించుకోవాలి. ఇంద్రియాలను అదుపు చేయవచ్చు ఒకచోట కుదురుగా కూర్చుంటే ఇంద్రియాలు అదుపులో ఉంటాయి. కాని మనసు తన ఇష్టం వచ్చినట్టు అటు ఇటు పరుగెడుతూ ఉంటుంది. దానిని కూడా అదుపులో పెట్టుకుంటే ఎటువంటి అలజడి ఉండదు. ఆఖరుగా భావసంశుద్ధి అని అన్నారు మనసులో నిరంతరం భావప్రకంపనలు కలుగుతుంటాయి. ఆ భావాలను కూడా అదుపులో పెట్టుకోవాలి. ఎల్లప్పుడూ మనసులో మంచి భావాలను నిర్మలమైన భావాలు కలిగి ఉండాలి. ఇతరులకు హాని కలిగించే భావాలు, సంకల్పాలు చేయకూడదు. ఎందుకంటే సంకల్పం ఆలోచనగా మారుతుంది. ఆలోచన కార్యంగా మారుతుంది. ఆ కార్యం ఏదో ఒక ఫలితం ఇస్తుంది. సుఖం కలిగితే ఆనందం దుఃఖం కలిగితే నిరాశ నిస్పృహ మిగులుతాయి. మనసు అల్లకల్లోలం అవుతుంది. కాబట్టి ముందుగా మన భావాలను నిర్మలంగా ఉంచుకుంటే, తదుపరి పరిణామాలు మనకు బంధనాలు కలిగించవు.

ఈ ప్రకారంగా నిర్మలత్వము, ప్రసన్నత్వము, ఆత్మనిగ్రహము, భావ సంశుద్ధి వీటినే మానసిక తపస్సు అని అంటారు.

ఇప్పటి వరకు శారీరక, వాచిక, మానసిక తపస్సులు గురించి చెప్పి, ఇప్పుడు మూడు గుణములతో కూడిన మూడు రకములైన తపస్సుల గురించి వివరించాడు పరమాత్మ, వాటినిసాత్త్విక, రాజసిక, తామసిక తపస్సు అని అంటారు. వాటి గురించి రాబోయే శ్లోకాలలో తెలుసుకుందాము.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

17. శ్రద్ధయా పరయా తప్తం తపస్తత్త్రివిధం నరైః |
అఫలాకాంక్షిభిర్యుక్తైః సాత్త్వికం పరిచక్షతే || ||

మానవుల చేత, ఫలాపేక్ష లేకుండా, అమితమైన శ్రద్ధతో, నిశ్చలమైన మనస్సుతో చేయబడే శారీరక, వాచిక, మానసిక తపస్సులను సాత్త్వికతపస్సు అని అంటారు. పైన శారీరక, వాచిక, మానసిక తపస్సులను గురించి చెప్పాడు. ఈ తపస్సులను శ్రద్ధతో, భక్తితో, ఎటువంటి ఫలావేక్ష లేకుండా, నిలకడ కలిగిన మనసుతో, దైవీభావంతో ఆచరిస్తే ఈ మూడు రకములైన తపస్సులను సాత్విక తపస్సు అని అంటారు. అంటే తపస్సులలో కూడా మూడు రకాలు ఉన్నాయి. అవి సాత్విక, రాజసిక, తామసిక తపస్సులు. అందులో సాత్విక తపస్సు మూడు రకాలు. అవే శారీరక, వాచిర, మానసిక తపస్సు, ఈ సాత్విక తపస్సుకు ఉండవలసిన లక్షణాలు ఏవంటే ఏ పని చేసినా శ్రద్ధతో చేయాలి. ఫలాపేక్ష లేకుండా చేయాలి. నిర్మలమైన మనస్సుతో చేయాలి. అప్పుడు అది సాత్విక తపస్సు అవుతుంది. మరి ఈ సాత్విక తపస్సు ఎవరు చేయాలి అంటే నరై: అని అన్నాడు. నరులు అంటే కేవలం పురుషులే కాదు, మానవులు అందరూ స్త్రీలు. పురుషులు. కులము జాతి భేదం లేకుండా చేయవచ్చు. ఎటువంటి ఆంక్షలు లేవు. ఇది మగవాళ్లే చేయాలి ఆడవాళ్లు చేయకూడదు అని కొంత మంది తమ స్వంత భావాలు ప్రకటిస్తుంటారు. కాని పరమాత్మ మాత్రం మానవులలో ఎటువంటి భేదబుద్ధి ప్రకటించలేదు అనే విషయాన్ని మనం గమనించాలి. కాబట్టి ఈ తపస్సులను ఎవరైనా ఆచరించవచ్చు.

18. సత్కారమానపూజార్థం తపో దంభేన చైవ యత్ |
క్రియతే తదిహ ప్రోక్తం రాజసం చలమధ్రువమ్ || ||

ఏ మానవులైతే, ఇతరులచేత సత్కారములు పొందాలి, గౌరవింపబడాలి, పూజించబడాలి అనే భావనలతో, కేవలం తమ గొప్ప కోసం, తమకు పేరు ప్రతిష్టలు రావాలి అనే భావనలతో, పైన చెప్పబడిన శారీరక, వాచిక, మానసిక తపస్సులు చేస్తారో, ఆ తపస్సును రాజసిక తపస్సు అని అంటారు. అటువంటి తపస్సులు చేస్తే వచ్చే ఫలితములు క్షణికములు, చలించే స్వభావం కలిగిఉంటాయి. కలకాలం నిలిచి ఉండవు

ఇప్పుడు రాజసిక తపస్సు గురించి చెబుతున్నాడు పరమాత్మ. ఈ రాజసిక తపస్సు చేసేవాళ్లు, ఏపని చేసినా దాని వలన తమకేం లాభం, తమకు ఎంత పేరు వస్తుంది, తమకు ఎటువంటి సత్కారం జరుగుతుంది అని ఆలోచిస్తారు. తమకు లాభం లేని పని ఏదీ చెయ్యరు. ఏ పని చేసినా అడంబరంగా, డాంజికంగా, తమ గురించి అందరూ చెప్పుకునేటట్టు చేస్తారు. ఆ యా . పనులు చేసేటప్పుడు కూడా మనస్సు చంచలంగా ఉంటుంది. ఆ పని అయిందా, వీళ్లు వచ్చారా, అందరికి సక్రమంగా మర్యాదలు జరుగుతున్నాయా, పిలిచిన వాళ్లు అందరూ వచ్చారా, వచ్చిన వాళ్లు ఏమేం కానుకలు తెచ్చారు,

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

దీని వల్ల నాకెంత పేరు, ప్రతిష్ఠ పెరుగుతాయి.. అనే ఆలోచనలతో సతమతమౌతుంటారు. దీనినే రాజసిక తపస్సు అని అంటారు. ఇటువంటి భావనలతోనే పెద్ద పెద్ద పీఠాధి పతులు, స్వామీజిలు పూజలు, వ్రతాలు, యాగాలు, యజ్ఞాలు చేయడం మనం చూస్తూనే ఉన్నాము. ఇటువంటి వారికి కావలసింది ప్రచారము, గొప్పదనము, డాంబికము. వీరు చేసే తపస్సులో నిర్మలత్వము, నిశ్చలత్వము ఉండదు. భగవంతుని మీద భక్తి, శ్రద్ధ ఉండవు. వీరి దగ్గరకు వచ్చే వారిలో కూడా ఆడంబరాలు, తమకు ఉ న్న వస్తువులను, నగలను, ఖరీదైన దుస్తులను ఇతరుల ముందు ప్రదర్శించడం జరుగుతుంది. ఈ విధంగా ఆడంబరంగానూ, గొప్పదనం కోసం చేసే పనులు కలకాలం నిలువవు. ఈ రోజు సన్మానం పొందిన చోటే కొంత కాలం తరువాత అవమానం పొందవలసి వస్తుంది. ఈరోజు పొగిడిన వాళ్లు రేపే మన చాటున నిందించే అవకాశం ఉంది. ఈ నాడు కూడా స్వామీజీల మీద, వారి ధనము, ఆస్తులకు సంబంధించిన ఎన్నోఫుకార్లు మనం వింటూనే ఉన్నాము. కాబట్టి ఇటువంటి రాజసిక తపస్సుల వలన కలిగే ఫలితములు చంచలములు, క్షణికములు, ధ్రువంగా నిలబడవు అని బోధించాడు పరమాత్మ.

19. మూఢగ్రాహేణాత్మనో యత్పీడయా క్రియతే తపః |
పరస్యోత్సాదనార్థం వా తత్తామసముదాహృతమ్ || ||

మూర్ఖమైన పట్టుదలతో, తన శరీరమును బాధపెట్టి, కష్టపెట్టి ,చేసే తపస్సులు. లేక ఇతరులకు హాని కలిగించాలనే ఉద్దేశ్యంతో చేసే తపస్సులు, పూజలు, యజ్ఞములు అన్నీ కూడా తామసిక తపస్సులు అని అంటారు.

ఇప్పుడు తామసిక తపస్సు గురించి చెబుతున్నాడు. ఈ తపస్సులో మూర్ఖత్వం, మూఢత్వం, అహంకారం కనపడుతుంది. తమకు తోచిందే వేదం, తాము చెప్పిందే ఆచరించాలి అనే మూర్ఖత్వం. వీళ్లు ఏపని చేసినా తమను తాము బాధించుకోవడమో, ఇతరులను బాధించడమోచేస్తుంటారు. ఇటువంటి వారు కఠినమైన ఉపవాసాలు ఉండి శరీరాన్ని బాధపెట్టుకుంటారు. పంచాగ్నుల మధ్య తపస్సు చేస్తారు. గడగడవణికే చలిలో జోరున కురిసే వానలలో నిలబడి తపస్సు చేస్తారు. వీరినే హఠయోగులు, అఘోరీలు అని పిలుస్తుంటారు. ఈవిషయాలు వేదాలలో గానీ, ఉపనిషత్తులలోగానీ చెప్పబడలేదు కానీ వారు నమ్ముతారు. వారు నమ్మిందే వేదం గా పరిగణిస్తారు. వీళ్లలో మరొక లక్షణం కూడా ఉంది. ఇతరుల నాశనం కోరి పూజలు, యాగాలు చేస్తారు. క్షుద్రపూజలు, అభిచారిక హోమాలు, చేతబడులు, దీని కిందికే వస్తాయి. దీనికి తమకు అన్నిచోట్లా విజయం కావాలని చేస్తున్నాము అని అంటారు. చేసేవాడికి విజయం సిద్ధించాలంటే ఎదుటి వాడు ఓడిపోవాలి, నాశనం కావాలి. అదే వీరి లక్ష్యం.

అమరనాథ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

ఈ తామసిక తపస్సులలో ధైవచింతన అసలే ఉండదు. కేవలం తంత్రము, తాంత్రికవిద్యలే ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తాయి. కాబట్టి తామసిక తపస్సు లు, చేసే వారికే కాక, ఎదుటి వారికి కూడా హాని కలిగిస్తాయి. పురాణాలలో చూస్తే ఇటువంటి తపస్సులుచేసిన రాక్షసులు, భగవంతుడు ప్రత్యక్షం అయితే మోక్షం కోరుకోరు. తమకు చావు లేకుండా వరం కోరుకున్నారు. త్రిలోకాధిపత్యం కోరుకుంటారు.తాను ఎవరిమీద చెయ్యిపెడితే వారు భస్మం కావాలని కోరుకుంటారు. అంటే ఆవరాలు తనకు లాభించేవిగానూ, ఇతరులకు నష్టం కలిగించేవిగానూ ఉండాలి. తుదకు ఆ వరాల ప్రభావంతో వారే నాశనంఅయినట్టు మనకు పురాణాలు చెబుతున్నాయి.

20. దాతవ్యమితి యద్దానం దీయతేऽనుపకారిణే |
దేశే కాలే చ పాత్రే చ తద్దానం సాత్త్వికం స్మృతమ్ || ||

దానము చేయవలెను అనే కోరికతో, పుణ్యక్షేత్రములోగానీ, పర్వదినములలో కానీ, ఆ దానము తీసుకోడానికి యోగ్యుడైన వానికి, అతనినుండి ఏ ఉపకారము ఆశించకుండా చేసే దానమును సాత్త్విక దానముఅని అంటారు.

ఈ శ్లోకంలో దానాల గురించి చెబుతున్నాడు పరమాత్మ. దానం అంటే ఏమిటి? తనకు ఉన్న దానిని ఇతరులతో పంచుకోవడం. తన జీవనానికి సరిపడా ధనం ఉంచుకొని మిగిలినది ఇతరులకు ఇవ్వడం. దీని వలన మనిషిలో ఉన్న లోభగుణం నశిస్తుంది. పరపీడనం పోయి పరోపకార గుణం అలవడుతుంది. పైగా ఒకరిదగ్గరే ఎక్కువ ధనం ఉంటే అది అతనికి భారంగా పరిణమిస్తుంది. దానిని దాచుకోవడానికి నానాఅవస్థలు పడుతుంటాడు. అతని ధనానికే కాదు, ప్రాణానికి కూడా ముప్పు ఏర్పడుతుంది. తద్వారా మనశ్శాంతిని కోల్పోతాడు. కానీ, దానం వలన ఆ అవస్థలనుండి బయటపడతాడు.

ఈ దానాలు కూడా మూడు రకాలు. అవే సాత్విక, రాజసిక, తామసిక దానాలు. అందులో మొదటిది సాత్విక దానము. ఈ దానము దేశ, కాల, పాత్ముత్రను బట్టి చేయాలి. పుణ్య క్షేత్రములలో, పర్వదినముల యందు చేయాలి. యోగ్యుడు అయిన వాడికే దానం చేయాలి. దానం చేసిన తరువాత ఎవరికైతే దానం చేసాడో వాడి నుండి పత్యువకారం కోరకూడదు అది దానం అనిపించుకోదు. కర్ణుడు చేసిన దానం అటువంటిదే. కర్ణుడు ఇంద్రుడికి తన కవచ కుండలములు ఇచ్చి దానికి ప్రతిగా ఇంద్రుడి వద్దనుండి శక్తి అనే ఆయుధమును తీసుకున్నాడు. అది దానం అనిపించుకోదు.

"దాతవ్యం ఇతి" అంటే దానం చేయడం నా ధర్మం. నేను దానం చేయాలి అని నిశ్చయించుకోవడం. పేరు ప్రతిష్ఠల కోసం ఒకరి మెప్పుకోసం దానం చేయకూడదు.దానం చేయడం తన కర్తవ్యం అని చేయాలి.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

తాను దానం చేయడం వలన ఇతరులను ఉద్ధరించాను అని అనుకోకూడదు. దానం చేయడం వలన తనను తాను ఉద్ధరించుకుంటున్నాను అని అనుకోవాలి. అదే సాత్వికదానము. "అనుపకారిణే" అంటే ఇతరులు తనకు ప్రత్యుపకారం చేస్తారు అనే బుద్ధితో దానం చేయకూడదు. పేదవారికి, శక్తిలేని వారికి, వికలాంగులకు, దరిద్రులకు దానం చేయాలి. ఎందుకంటే వారు దానం స్వీకరిస్తారు కానీ, వారికి ప్రత్యుపకారం చేసే శక్తి ఉండదు.

దానం ఎక్కడ చేయాలి అంటే పుణ్యక్షేత్రములలో దానం చేయడం ఉత్తమం . కాలేఅంటే పుణ్యకాలముల యందు అంటే గ్రహణ సమయంలో, శ్రాద్ధ సమయంలో, సంక్రాంతి లేక మహాలయము మొదలగు పితృ దేవతలను అర్చించే సమయంలో దానం చేయడం ఉత్తమం . పాత్రే అంటే మనం దానం ఎవరికి ఇస్తామో వారు ఆ దానం తీసుకోడానికి అర్హులు అయి ఉండాలి. తాము చేసిన దానమును దుర్వినియోగం చేసేవారికి దానం చేయకూడదు. ఈ వకారం చేసిన దానములు సాత్విక దానములు అని అంటారు.

21. యత్తు ప్రత్త్యుపకారార్థం ఫలముద్దిశ్య వా పునః |
దీయతే చ పరిక్లిష్టం తద్దానం రాజసం స్మృతమ్ || ||

తాను చేసిన దానానికి ప్రత్యుపకారం కోరి చేసే దానము, లేక తాను చేసే దానానికి తగిన ప్రతిఫలం కోరి చేసే దానము, ఈ దానం చెయ్యాల్సివచ్చిందే అనుకుంటూ మనసును బాధపెట్టుకుంటూ చేసేదానము, రాజసదానము అని అంటారు.

ఇప్పుడు రాజస దానం గురించి చెబుతున్నాడు. ఈ రాజస దానమునకు మూడు లక్షణాలు ఉన్నాయి. మొదటిది ప్రత్యుపకారం ఆశించి దానం చేయడం, అంటే ఈ రోజుల్లో మనం వాడే క్విడ్ ప్రోకో, నేను నీకు ఇది ఇస్తే నువ్వు నాకు ఏది ఇస్తావు. అంటే ఇతరుల నుండి ప్రత్యుపకారం ఆశించి దానం చేయడం రాజస దానము. ఏదో ఒక ఫలము ఆశించి దానం చేయడం. అంటే దానం చేస్తే పుణ్యం వస్తుంది. స్వర్గలోక సుఖాలు అనుభవించవచ్చు. మోక్షం వస్తుంది. మరుజన్మలో కూడా ధనవంతుడిగా పుడతాను ఇటువంటి ఫలములను ఆశించి దానం చేయడం. ఇది కూడా రాజస దానం అనిపించుకుంటుంది. మూడ వది తనకు ఇష్టం లేకుండా బలవంతాన చేయాల్సివచ్చిందే అని దానం చేయడం. తనకు ఇష్టం అయిన ధనం పోతుందే అని బాధతో తనకు ఇష్టం వచ్చిన వస్తువును దానం చేస్తున్నాను అనే బాధతో, అయ్యో ఇంత ఖరీదైన బట్టలు, వస్తువులు దానం ఇస్తున్నాను అనే చింతతో దానం చేయడం కూడా రాజసదానమే. పుణ్యం కావాలంటే దానం చేయండి అని పురోహితులు చెబుతారు. వారి బలవంతం మీద తనకు ఇష్టంలేక పోయినా అయిష్టంగా దానం చేయడం. ఇవన్నీ రాజస దానాలు.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

22. అదేశకాలే యద్దానమపాత్రేభ్యశ్చ దీయతే |
అసత్కృతమవజ్ఞాతం తత్తామసముదాహృతమ్ || ||

దానం చేసే ప్రదేశముతోకానీ, దానం చేసే కాలముతో కానీ నిమిత్తం లేకుండా, ఎక్కడబడితే అక్కడ, ఎప్పుడు బడితే అప్పుడు, ఎవరు కనపడితే వారికి, ఏ పనికి అడిగితే ఆ పనికి ఏవస్తువంటే ఆ వస్తువు, మర్యాదలేకుండా, తిడుతూ, దూషిస్తూ, చేసే దానమును తామసిక దానము అని అంటారు.

ఇంక తామస దానాలు అంటే దేశ కాల పాత్రతను మరిచి దానం చేయడం. ఎక్కడపడితే అక్కడ దానాలు చేయడం, దానం స్వీకరించడానికి అర్హతలేనివారికి, దానం చేయడం, మద్యం తాగే వారికి బార్ లో మద్యం దానం చేయడం, మద్యం బిల్లు కట్టడానికి ధనసాయం చేయడం, క్లబ్బులో పేకాట ఆడే వాడికి ధనసాయం చేయడం, దానం చేసేటప్పుడు చీత్కార భావంతో చేయడం "ఊ ..తీసుకోండి.. వెళ్లండి.. తరువాత వాళ్లు రండి..." అంటూ వాళ్ల చేతుల్లో విసిరి వేస్తూ దానం చేయడం. అంటే మనసులో ఇష్టం లేకపోయినా బలవంతాన దానం చేయడం. ధనాన్ని దానం తీసుకొనే వారి మొహాన విసిరి కొట్టడం, "దరిద్రుడికి దానంగా ఇచ్చాను అని అనుకొంటాను" అని విసుగ్గా పలకడం. "అయ్యోనా ధనం అంతా వృధాగా పోతోందే" అనిఅనుకుంటూ బాధపడుతూ దానం చేయడం. ఏ మాత్రం మర్యాద లేకుండా దానం చేయడం. ఒక గుంపు మీదికి నాణేలు, నోట్లు విసిరి వేయడం, వారు ఆ ధనం కొరకు ఎగబడి, తొక్కిసలాడుతుంటే చూచి నవ్వుకోవడం, ఇవన్నీ తామస దానాలు అని అంటారు. వీటి వలన ఎటువంటి ఫలము, పుణ్యం రాకపోగా పాపం చుట్టుకుంటుంది.

అసలే దాన గుణం లేని లోభుల సంగతి పక్కనబెడితే, సాత్విక, రాజసిక, తామసిక గుణములు కలిగిన వారిలో దానం గుణం ఉంది. కాని వారి వారి గుణములకు అనుసరించి దానాలు చేస్తుంటారు. ఈగుణములు కలిగిన వారు, తామసిక దానం నుండి రాజసిక దానానికి, రాజసిక దానం నుండి సాత్త్విక దానానికి ఎదగాలి. అప్పుడు జీవితంలో ఉన్నతి లభిస్తుంది. ఒకే ముక్కలో చెప్పాలంటే మన వద్ద దానం తీసుకునే వాడు సాక్షాత్తు విష్ణుస్వరూపుడు అనే బావనతో దానం చేయాలి. అందుకే పరమాత్మ వామనుడిగా అవతరించి దానం స్వీకరించాడు.

23. ఓం తత్సదితి నిర్దేశో బ్రహ్మణస్త్రివిధః స్మృతః |
బ్రాహ్మణాస్తేన వేదాశ్చ యజ్ఞాశ్చ విహితాః పురా || ||

బ్రహ్మను ఓం అనీ, తత్ అనీ, సత్ అనీ మూడు విధములుగా నిర్ణయిస్తారు. ఈ మూడు పేర్లతోనే పూర్వము బ్రాహ్మణులను, వేదములను, అందులో చెప్పబడిన యజ్ఞవిధులను నామరూపములతో నిర్వచించారు.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

ఇక్కడ మరొక విషయం ప్రతిపాదిస్తున్నాడు పరమాత్మ. ఓం కారమును ప్రణవం అని అంటారు. సృష్టిలో మొట్టమొదటి శబ్దం ఓంకారము. ఓం కారమునే బ్రహ్మ అని అంటారు. "ఓం ఇతి ఏకాక్షరం బ్రహ్మ" అని సంధ్యావందనంలో చెప్పుకుంటాము. ప్రతి పదమునకు ముందు ఓం అని చేరుస్తారు. అష్టోత్తరములో కానీ, సహస్రనామములలో గానీ, ఓం ముందు ఉంటుంది. ఈ ఓం కారము వలననే వేదములు, సమస్త వాఙ్మయము ఏర్పడింది. యజ్ఞములలో ఓంకారము అత్యంత ప్రాధాన్యమయింది. పరబ్రహ్మ స్వరూపమునకు పేరు లేదు, రూపము లేదు. కాని పరబ్రహ్మను ధ్యానించాలంటే ఏదో ఒక శబ్దము కానీ, రూపము కానీ ఉండాలి కదా. అందుకే ప్రణవం పుట్టింది. అదే ఓంకారము. అకార, ఉకార, మకారాలు కలిస్తే ఓంకారము. తరువాతవి తత్ సత్ ఈ మూడు మంత్రముల ద్వారా పరబ్రహ్మను ధ్యానించేవారు పూర్వపు ఋషులు. ఓం తత్ సత్ అనేవి పరబ్రహ్మకు ప్రతీకలు.

"తస్యవాచక: ప్రణవ:" ఆ పరమాత్మయొక్క నామమే ఓంకారము "తజ్జపస్తదర్థబావనమ్" ఓంకారమును జపిస్తూ దాని అర్థమును మనసులో భావించాలి. (పతంజలి)" ఓం అంటే మనలను పోషించేది, రక్షించేది అని కూడా అర్థం. అదే పరబ్రహ్మ స్వరూపము. తత్ అంటే "అది" అన్నిటి కన్నా దూరంగా, వేరుగా, అగోచరమైనది, రూపములేనిది.

అందుకని దానిని తెలుసుకోవడానికి మనం శబ్దమునే ప్రమాణంగా స్వీకరిస్తాము. ఆ శబ్దమే ఓం. తత్ అంటే ఆ ఓం కారము సత్ అంటే ఉన్నది. అదే సత్యమైనది. నిత్యమైనది. నాశము లేనిది. మార్పులేనిది. ఈ ఓం తత్ సత్ అనే ప్రణవ మంత్రమును మొట్ట మొదట బ్రహ్మగారు ఆవిష్కరించారు. ఆ పప్రణవమును ఉపాసిస్తూ పర బ్రహ్మను గురించి తెలుసుకున్న వారిని బ్రాహ్మణులు అంటారు. అంతేకానీ పుట్టుకతో ఎవరూ బ్రాహ్మణులు కారు. అటువంటి బ్రాహ్మణులు, అధ్యయనం చేయడానికి వేదములు, ఆ వేదములలో చెప్పబడిన ప్రకారము చేయవలసిన క్రియలు అంటే యజ్ఞములు ఆవిష్కరింపబడ్డాయి. కేవలముదేవతలకు సంబంధించిన స్తోత్రములు, యజ్ఞయాగములు మొదలగు కర్మకాండలు వీటి గురించి చెప్పబడిన వేదభాగమును వేదపూర్వము అనీ, పరమాత్మ గురించి అత్మత త్త్వమును గురించి చెప్పబడిన వేదభాగమును వేదాంతము అంటే ఉపనిషత్తులు అనీ చెప్పబడ్డాయి.

మనం ఎన్నో పుణ్యకర్మలు, యజ్ఞయాగములు వ్రతములు చేస్తుంటాము. వాటిలో మనకు తెలియకుండా ఎన్నో లోపాలు తప్పులు జరుగుతుంటాయి. ఉచ్చారణ దోషాలు ఉంటాయి. అవన్నీ కూడా ఈ ఓం తత్సత్ అనే మంత్రంతో పటాపంచలయిపోతాయి. ఏ దోషమూ అంటదు. అందుకే ఏ కార్యక్రమం అయినా ఓం తత్సత్ అనే మంత్రంతో పూర్తి చేస్తాము. కాని ఈ మంత్రమును కేవలం యాంత్రికంగా కాకుండా అర్థం తెలుసుకొని అంటే పరమాత్మను మనసులో భావిస్తూ ఆ మంత్రము పరమాత్మ. పరబ్రహ్మ స్మరూపమే అని భావిస్తే, ఆ మంత్రము ఎక్కువ శక్తిమంతంగా పనిచేస్తుంది.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

వేద మంత్రములు ఉచ్చరించేటప్పుడు, యజ్ఞయాగములు చేసేటప్పుడు ప్రతి మంత్రం ముందు ఓం కారము జపిస్తారు. అందువలన ఈ బీజాక్షరములను ఓంకారము అంటే ఏకాక్షర మంత్రంగా ఋషులు మనకు అందజేసారు. ఏ మంత్రము జపించలేని వారు ఓంకారమును జపిస్తే చాలు. ఓమ్ అంటే పరబహ్మ స్వరూపము. తిత్ అంటే ఆ పరబ్రహ్మ స్వరూపమే, సత్ సత్యమైనది, నిత్యమైనది. నాశము, మార్పులేనిది. పరబ్రహ్మము తప్ప మిగిలినది అంతా నాశనం అయ్యేదే మార్పుచెందేదే. ఈ ఓంతత్సత్ అనే పదం నుండి బ్రహ్మ సత్యం జగన్మిధ్య అనే సూక్తి ఆవిర్భవించింది. కాబట్టి మానవులందరూ ఓంతత్సత్ అనే మంత్రమును జపిస్తూ, దాని అర్థం తెలుసుకొని, పరమాత్మ ఒక్కడే సత్యము మిగిలినది అంతా అసత్యము, మిథ్య, ఈ రోజు ఉండి రేపు ఉండకుండా పోయేదే అనే సత్యమును గ్రహిస్తూ ఈ ప్రాపంచిక విషయముల మీద ఆసక్తిని, అనుబంధాన్ని తగ్గించుకోవాలి.

24. తస్మాదోమిత్యుదాహృత్య యజ్ఞదానతపఃక్రియాః |
ప్రవర్తంతే విధానోక్తాః సతతం బ్రహ్మవాదినామ్ || ||

ఆ కారణం చేత వేదముల గురించి బాగా తెలుసుకున్న వారు, శాస్త్రములలో చెప్పబడిన యజ్ఞములు, దానములు, తపస్సులు మొదలగు క్రియలను ప్రారంభించేటప్పుడు, ఓం అనే అక్షరంతోనే మొదలుపెడతారు.

పైశ్లోకంలో చెప్పిన కారణాల వలన వేదముల యందు విశ్వాసము కలవారు, వేదములను బాగా తెలిసిన వారు అధ్యయనం చేసినవారు, వేదముల యొక్క నిజమైన అర్థము ఎరిగిన వారు, శాస్త్రములను, పురాణములను బాగా చదివి అర్థం చేసుకున్నవారు, యజ్ఞములు, దానములు, తపస్సు చేసేటప్పుడు మొట్ట మొదట ఈ ఓంకారమును ఉచ్ఛరిస్తుంటారు.పూర్తి అయిన తరువాత ఓం తత్సత్ అనే మంత్రంతో ముగిస్తారు.ఓంకారంతో మొదలు పెట్టి ఓం తత్సత్ తో ముగిస్తే ఆ క్రియ పరమ పవిత్రం అవుతుంది. ఫలవంతం అవుతుంది. ఎందుకంటే ఆ మంత్రమును అర్థం చేసుకుంటూ జపించడం వలన ఇది అంతా పరమాత్మ మయం, నాది ఏదీ లేదు అనే భావనప్రతివాడిలోనూ కలుగుతుంది .

(సాధారణంగా, ఈరోజుల్లో అక్షరాభ్యాసం అంటే ఎబిసిడి అనే అక్షరాలతో మొదలుపెడుతున్నారు. కాని కొంత మంది ఓం నమ: శివాయ సిధం నమః అనే అక్షరాలతో మొదలు పెడుతున్నారు. అంటే పసిపిల్లవాడికి ఓం అనే అక్షరాన్ని పసితనంలోనే పరిచయం చేస్తున్నారు. ప్రతి వ్యక్తి తన చదువును ఓం అనే అక్షరంతో మొదలుపెడుతున్నాడు.)

25. తదిత్యనభిసంధాయ ఫలం యజ్ఞతపఃక్రియాః |
దానక్రియాశ్చ వివిధాః క్రియంతే మోక్షకాంక్షిభిః || ||

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

ఈ తత్ అనే అక్షరమును పలుకుతూ మోక్షమును పొందాలనుకునే సాధకులు, యజ్ఞములను, తపస్సును, దానములను మొదలగు క్రియలను ఎటువంటి ప్రతిఫలాపేక్ష లేకుండా చేస్తున్నారు.

ఓం కారము తరువాత వచ్చే పదం తత్ అంటే అది ఆ పరబ్రహ్మ తత్వము. ఈ పదం ఉచ్చరించి నందువలన మానవులు ఎల్లప్పుడూ ఆ పరమాత్మ, పరబ్రహ్మ ఉనికిని జ్ఞాపకంచేసుకుంటూఉంటారు. పరమాత్మ ఉన్నాడు. ఆ పరమాత్మయే అందరిలోనూ ఆత్మతత్వంగా వెలుగుతున్నాడు. ఆ చైతన్యమే ఈ లోకములను నడిపిస్తూ ఉంది అనే సత్యాన్ని తెలుసుకుంటాడు. మనది అంటూ ఏదీ లేదు. అంతా ఆ పరమాత్మయే, పరమాత్మ స్వరూపమే అనే సత్యాన్ని తెలుసుకుంటాడు. అటువంటి వాడిని ముముక్షువు అంటారు. ఆ ముముక్షువులు ఏ యజ్ఞం చేసినా యాగం చేసినా క్రతువు, వ్రతం చేసినా, దాన ధర్మాలు చేసినా, అని తాము చేస్తున్నాను అని అహంకరించక, దాని ఫలము కొరకు పాకులాడకుండా, ఆ ఫలాలను పరమాత్మకు అర్పిస్తారు. అంతా భగవదార్పణం చేస్తారు. అప్పుడు వారికి ఎటువంటి బంధనములు అంటవు. దీనికంతా మూలం తత్ అంటే ఆ పరబ్రహ్మ స్వరూపమును నిరంతరం మనసులో ధ్యానించడమే. కాబట్టి గీతలో పరమాత్మ కర్మలను వదలమని చెప్పలేదు. అన్నిరకములైన కర్మలను చేస్తూ, కర్తృత్వ భావన లేకుండా చేయాలి. ఏ ఫలితము కోరకుండా చేయాలి. ఆకర్మ ఫలితములను భగవంతునికి అర్పించాలి. ఇదే మోక్షమునకు మార్గము.

26. సద్భావే సాధుభావే చ సదిత్యేతత్ప్రయుజ్యతే |
ప్రశస్తే కర్మణి తథా సచ్ఛబ్దః పార్థ యుజ్యతే || ||

ఓ పార్థా! ఈ సత్ అనే పదము "ఉన్నది" అనే అర్థంలో సద్భావంలో, సాధుభావంలో వాడబడుతూ ఉంది. అదేమాదిరి ప్రశస్తమైన కర్మలు అంటే సాత్విక కర్మలు, మంచి కర్మలు చేయడంలో అ సత్ అనే శబ్దము ప్రయోగింపబడుతూ ఉంది.

కిందటి శ్లోకాలలో ఓం అనే అక్షరం బ్రహ్మను సూచిస్తుంది. తత్ అనే పదం "ఆ బ్రహ్మ" అనే అర్థంలో వాడబడింది. ఆఖరు పదం "సత్" అంటే అది సత్యము. నిత్యము, అవ్యయము. ఈ సత్ అనే పదము పరమాత్మ, విశ్వచైతన్యము, పరబ్రహ్మ అనే వాడు ఒకడు ఉన్నాడు అని మనకు రూఢిగా తెలియజేస్తూ ఉంది. ఈ సత్ అనే పదము మంచి భావనకు, సాధు భావనకు ప్రతీక. మంచి, సాధు అనే పదాలకు పర్యాయపదముగా వాడబడుతూ ఉంది. ఉదాహరణకు సత్ ఆచారము సదాచారము, సత్ ప్రవర్తన సత్ప్రవర్తన, సత్ సాంగత్యము, సత్ సంగము, సత్ గుణము, సత్ పురుషుడు, ఈ ప్రకారంగా ఈ 'సత్' అనే శబ్దము, "మంచిది" అనే పదానికి, "సాధు" అనే పదానికి పర్యాయపదంగా వాడబడుతూ ఉంది. అలాగే మంచి కర్మలకు కూడా సత్ కర్మ, సత్ గోష్టి అని వాడుతూ ఉంటారు.

అమరనధ్ అమర్

భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

27. యజ్ఞే తపసి దానే చ స్థితిః సదితి చోచ్యతే |
కర్మ చైవ తదర్థీయం సదిత్యేవాభిధీయతే || ||

ఈ సత్ అనే పదము యజ్ఞములలోనూ, తపస్సునందు, దానముల యందు, కూడా వాడబడుతూ ఉంది. భగవంతుని ప్రీతి కొరకు చేసే అన్ని కర్మలు సత్కర్మలు అని ఈ సత్ అనే పదం ముందు చేర్చి పిలువడడుతున్నాయి.

యజ్ఞములు, తపస్సు, దానములు, ఇంకా భగవంతుని కొరకు చేసే ఏ కార్యమైనా ఒక నిష్ఠతో, శ్రద్ధతో,నిశ్చలమైన మనస్సుతో చేయాలి. ఆ నిష్టనే సత్ అని కూడా అంటారు. అందుకే వాటిని సత్కర్మలు అని అంటారు. ఎటువంటి నిష్ఠ లేకుండా, యాదాలాపంగా, శ్రద్ధాభక్తులు లేకుండా ఏదోబక ఫలితాన్ని కోరి చేసే యజ్ఞము. తపస్సు, దానము, పూజ కేవలం సాధారణ కర్మలు గానే మిగిలిపోతాయి కానీ సత్ కర్మలు కావు. ఆ కర్మలలో దైవత్వము ఉండదు. ఏదో చేయాలని చేయడం అవుతుంది.

సత్ అంటే నిత్యము సత్యము అవ్యయము అనే పరబ్రహ్మ స్వరూపము అని తెలుసుకున్నాము కదా. దీనికి ఆకారము లేదు అని తెలుసుకున్నాము కదా. మరి ఈ పరబ్రహ్మ స్వరూవము ఏ విధంగా ప్రకటితమౌతుంది అంటే యజ్ఞములలోనూ, యాగములలోనూ, తపస్సులోనూ, దానములలోనూ ఇంక పరమాత్మను ఉద్దేశించి చేసే అన్ని కర్మలలోనూ సతన్ రూపంలో ప్రకటితమౌతుంది. మరి ఈ కర్మలు అన్నీ ఎలా చేయాలి అనే విషయం ఈ అధ్యాయం లోనే చెప్పాడు పరమాత్మ. యజ్ఞములు, తపస్సు, శ్రద్ధ, దానములు ఎన్ని రకాలో అవి ఎలా చేయాలో, ఎలా చేయకూడదో ఈ ఆధ్యాయంలో వివరించాడు. పరమాత్మను ఉద్దేశించి చేసే కర్మలు అన్నీ సాత్వికంగా, వేదవిహితంగా ఉంటేనే, చిత్త శుద్ధితోనూ, నిష్కామంగానూ, ఫలాపేక్షరహితంగాను, చేస్తేనే, అవి మోక్షమార్గాన్ని చూపుతాయి.

ఏకర్మ చేసినా భగవంతుని మీద భక్తి, శ్రద్ధ, ముఖ్యము. అన్ని కర్మలు భగవంతుని పరంగానే చేయాలి. అహంకారము, కర్తృత్వభావన ఉండకూడదు. అన్ని కర్మల ఫలములను భగవదార్పణం చేయాలి. అప్పుడు ఆ కర్మలన్నీసత్కర్మలు అవుతాయి.దైవత్వము సంతరించుకుంటాయి. లేకపోతే అవి అన్నీ స్వార్థంతో యాంత్రికంగా చేసే కర్మలుగానే మిగిలిపోతాయి. బంధనములకు కారణం అవుతాయి. కాబట్టి ఆ పరబ్రహ్మ కొరకు చేసే అన్ని కర్మలు, ఆ కర్మల చేయడానికి ఉ పకరించే అన్ని రకములైన కర్మలు అన్ని సత్ కర్మలు అని పిలువబడతాయి.

అమరనధ్ అమర్

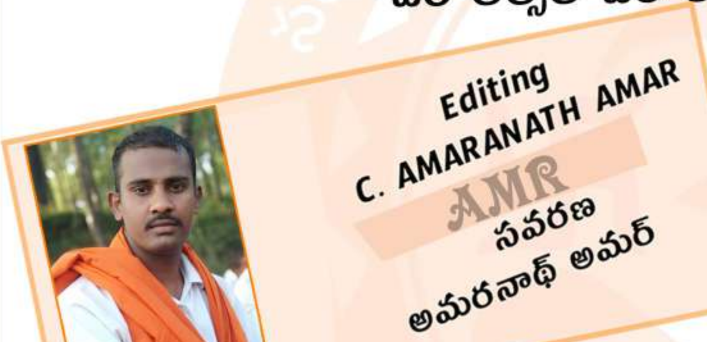
భగవద్గీత
పదునేడవ అధ్యాయము
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము

28. అశ్రద్ధయా హుతం దత్తం తపస్తప్తం కృతం చ యత్ |
అసదిత్యుచ్యతే పార్థ న చ తత్ప్రేప్య నో ఇహ || ||

ఓ పార్థా! అశ్రద్ధతో చేయబడే హెూమము కానీ, దానము కానీ, తపస్సు కానీ, ఇతర కర్మలు కానీ, సత్ పరిధిలోకి రావు. అవన్నీ అసత్తులు అని చెప్పబడతాయి. అటువంటి కర్మలు ఈ లోకములో కానీ, పరలోకములోకానీ ఎటువంటి ఫలితములను, సుఖములను ఇవ్వలేవు.

ఇప్పటిదాకా చెప్పింది మరిచిపోతామేమో అని మరొకసారి గుర్తుచేస్తున్నాడు పరమాత్మ. ఎటువంటి శ్రద్ధ లేకుండా, భక్తి లేకుండా, పరమాత్మ భావన లేకుండా, కేవలం స్వలాభాపేక్షతో, యాంత్రికంగా చేసే యజ్ఞములు కానీ, యాగములు కానీ, దానములు కానీ వ్రతాలు, పూజలు కానీ, అవన్నీ అసత్ అంటే అసత్యములు అనిపించుకుంటాయి. అటువంటి కర్మలు చేసీ చేయనట్టే. ఆ కర్మలు ఎందుకూ పనికిరాకపోగా బంధనములు కలుగచేస్తాయి. ఇటువంటి కర్మలు ఈ లోకంలో కానీ, పరలోకంలో గానీ ఎటువంటి మంచిఫలితములను ఇవ్వవు. ఇటువంటి కర్మలు చేసే ఒకటే, చెయ్యకా ఒకటే. కాబట్టి ఏ పని చేసినా సాత్వికమైన శ్రద్ధ, భక్తి ముఖ్యము అనీ మరొక సారి ఘంటాపథంగా చెప్పాడు పరమాత్మ. శ్రద్ధ, భక్తి లేకుండా చేసే పనులు. కేవలం యాంత్రికంగా ఇతరుల మెప్పు కొరకు, పేరుపప్రతిష్టల కొరకు చేసే పనులు, అసత్తులు కాబట్టి ఎందుకూ పనికి రావు,అవి ఇహలోక సుఖాలను కానీ, పరలోక సుఖాలను కానీ ఇవ్వవు. అటువంటి కర్మలు చేయడం వృథా అంటూ ఈ అధ్యాయమును ముగించాడు కృష్ణ పరమాత్మ.

ఉపనిషత్తులయొక్క బ్రహ్మవిద్యయొక్క.
యోగశాస్త్రము యొక్క సారమయిన భగవద్గీతలో, పదునేడవ ఆధ్యాయము.
శ్రద్ధాత్రయ విభాగ యోగము సంపూర్ణము.
ఓం తత్సత్ ఓం తత్సత్ ఓం తత్సత్.



www.sanatanadharm.com
అమరనథ్ అమర్