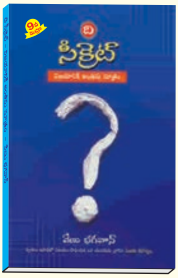
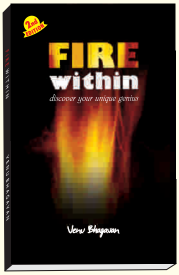
5వ ముద్రణ

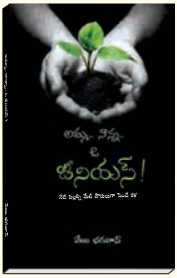
ది ఫైర్

అఖండ విజయం సాధించాలనుకుంటే...

వేణు భగవాన్







FOR SEMINARS, BOOKS & CDS CONTACT US

V-BILD™

TOGETHER WE CAN BUILD A GREAT NATION

101, 6-3-344/A, Cupid Curve Complex, Rd #1, Banjara Hills
Hyderabad -500 034. E-mail: vb@vbild.com Web: vbild.com

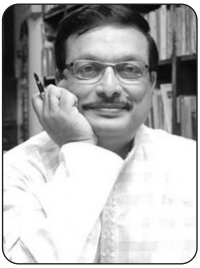
ది
ఫైర్

అఖండ విజయం సాధించాలనుకుంటే!

(ఫైర్ విదిన్ కు తెలుగు అనువాదం)

వేణు భగవాన్

మెరుపుజ్వాల



జీవిత దశలను కాదు నీ జీవిత దిశని మార్చుకుని ఆపై ఇతరుల జీవితాలను మార్చే దిశగా మారటానికి తోడ్పడేది. ఈ "ది ఫైర్". నీ నిరర్థక ఆలోచనలకు మంటను పెడుతుందీ ఫైర్.

అంధకారమనే అజ్ఞానాన్ని తొలగించి జ్ఞానమనే వెలుతురు వైపు దారి చూపే కాగడా ఈ పుస్తకం. మనిషి బ్రతుకు బాటలో చీకటిని రూపుమాపుతూ దారి చూపాలని ఈ రచయిత చేసిన ప్రయత్నం ఎంతో వెలుగు ప్రదాయకం.

ప్రకృతిలో రాత్రి అనే చీకటి, పగలు అనే వెలుగు ఉంటాయి. రెండిటిని మనిషి ఆస్వాదిస్తాడు. కానీ అదే జీవితంలో చీకటి (బాధ) కన్నా వెలుగు (ఆనందం) వైపే పయనించాలని ఈ రచయిత చెప్పిన తీరు అమోఘం.

కష్టాలతో యాతన కన్నా విజయాన్ని సాధించాలన్న తపన మిన్న. అది ఉంటే ఆనందం జీవితాంతం సొంతం అవుతుంది. జీవితానికి ఆశ ప్రాణం లాంటిది. ఆ ఆశే మనిషిని తాను ఆశించిన ఆకాశపు అంచులకు చేరుస్తుంది. ఆ ఆశ లాంటిదే ఈ పుస్తకం.

జీవితాన్ని మీరు మీకు కావలసిన రీతిలో రూపు దిద్దుకోండి, ఆస్వాదించండి, ఆనందించండి అని చెప్పటం కాదు. మనతో చేయిస్తుందీ పుస్తకము. అంతగా రగల్చగలిగే శక్తి ఉంది కనుకనే ఈ పుస్తకం పేరు "ది ఫైర్".

మనిషి అంతర్మథనం చెందటం కాదు. అంతర్వాణిని వినటం కూడా అలవాటు చేసుకోవాలి. అప్పుడు జీవితం వీణానాదంగా ఉంటుంది. అప్పుడు మీ నాదాన్ని అందరూ వినగలుగుతారు. అదే విజయం.

జీవితం ఆపై మరణం. తరువాత శరీరం మంటలో కాలిపోవటం కాదు. బ్రతుకున్నంత కాలం మనం కోరికతో జ్వలించాలి. సాధనలో రాటు దేలాలి. గమ్యంలో సేదతీరాలి.

నిరంతర వెలుగండీ అదే! అదే "ది ఫైర్".

– యండమూరి వీరేంద్రనాథ్

ది ఫైర్

అఖండ విజయం సాధించాలనుకుంటే!
– వేణు భగవాన్
© రచయితవి

ప్రథమ ముద్రణ: August 2009
ఐదవ ముద్రణ: November 2012 (రివైజ్డ్)

మూల్యం: 225/–

తెలుగు అనువాదం: వాకాడ శ్రీనివాస్

పేజ్ లే అవుట్ : పయనీర్ గ్రాఫిక్స్
కవర్ డిజైన్ : ఆలేటి రతన్ కుమార్
ఫోటో కర్టెసీ : విల్లార్ట్ ఫోటోగ్రఫీ

ప్రింటింగ్: ఇండిగో ప్రెస్, హైదరాబాద్.
స్పాట్ లేమినేషన్: కీర్తి ప్రింట్స్, హైదరాబాద్.

డిస్ట్రిబ్యూషన్:
విశాలాంధ్ర బుక్ డిపో,
కోఠీ, ట్రూప్ బజార్ వద్ద, హైదరాబాద్.

పబ్లిషర్: వి–బిల్డ్, హైదరాబాద్.
విల్లార్ట్, క్యూపిడ్ కర్వ్ కాంప్లెక్స్,
రోడ్ నం. 1, బంజారా హిల్స్,
జలగం వెంగళరావు పార్కు ముందు,
హైదరాబాద్–500 034.

e-mail: venubhagavan@gmail.com
website: www.vbild.com
9246171818.

THE FIRE

By V. Venu Bhagavan

All rights reserved

1st Edition: August 2009
5th Edition: November 2012

Price: Rs. 225/-

Translation: Vakada Srinivas

Fonts & Page Layout: Pioneer Graphics
Cover Design: Aleti Ratan Kumar
Photo Courtesy: Villart Photography

Printing: Indigo Press, Hyd.
Spot Lamination: Kirtii Prints, Hyd.

Distribution:
VISHALANDHRA BOOK DEPOT
Koti, Hyderabad

Published by
V-BILD, Hyderabad, India.
VILLART, Cupid Curve Complex,
Road. No. 1, Banjara Hills,
Opp. J.Vengala Rao Park,
Hyderabad - 500 034, A.P., India.

e-mail : venubhagavan@gmail.com
website : www.vbild.com
9246171818

వేణు భగవాన్ రాసిన ఇతర పుస్తకాలు / వీడియో సిడిలు

05-03-2011
Hyderabad

COUNCIL FOR GREEN REVOLUTION www.greenrevolution.org.in

<u>ది ఫైర్ పుస్తకానికి అభినందన</u>

గౌరవనీయులైన వేణుభగవాన్‌గారికి,

మీ ఫైర్ బుక్‌ను కనీసం 20–30 సార్లు చదివి ఉంటాను. ఈ పుస్తకం చదివిన తరువాత నాలో ఎన్నో ఏళ్లుగా ఉన్న అసంతృప్తి పోయింది. ఈ బుక్ చదవడంవలన వచ్చిన స్ఫూర్తితో 'కౌన్సిల్ ఫర్ గ్రీన్ రివల్యూషన్' అనే ఒక ఆర్గనైజేషన్ ప్రారంభించి ఈ సం॥ర (2010) కాలంలో 1 లక్ష 60 వేల మొక్కలను నాటి వాటి సంరక్షణను చేపట్టడం జరిగింది. మొక్కైవంగనిది మానై వంగునా అన్నట్లుగ ప్రస్థుత పరిస్థితులలో పెద్దలను మార్చడం చాలా కష్టం. కాబట్టి మొక్కల్లాంటి చిన్నారులనే మా కార్యక్రమానికి ఎన్నుకున్నాము. 30 వేల మంది విద్యార్థిని, విద్యార్థులు, 1500 మంది పాఠశాల సిబ్బంది, 150 గ్రామాలలో ఈ కార్యక్రమం దిగ్విజయంగా చేసాము.

ఇందులో విచిత్రమైన విషయమేమిటంటే మా ఈ కార్యక్రమానికి రూపకల్పన చేసింది 'వందేమాతరం ఫౌండేషన్' వ్యవస్థాపకుడు శ్రీ రవీంద్రగారు. ఈ మధ్య రవీంద్రగారు మా ఇంటికి వచ్చినప్పుడు మీ బుక్ చూపించడం జరిగింది. అప్పుడు వారు చెప్పారు ఒక సందర్భంలో వారు చేస్తున్న కార్యక్రమాలను ఇక ముందుకు తీసుకువెళ్లలేను అనుకున్నప్పుడు మీ పుస్తకమే (సీక్రెట్) వారికి ఆత్మబలాన్ని చేకూర్చిందని.

నేను ఎన్నో ఏళ్లుగా ఏదో చేయాలి కానీ ఏమి చేయాలి అనే సందిగ్ధానికి ఒక మార్గదర్శకం అయింది ఈ పుస్తకం. నిజంగా ఇంతటి చక్కటి రచనలు చేసి సమాజాన్ని చైతన్య పరుస్తున్న మీకు చాలా కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నాను. మీరు మాత్రం ఎన్ని అవాంతరాలు ఎదురయినా సమాజానికి ఉపయోగపడే రచనలు చేస్తూనే ఉండాలి. దానికి తగిన శక్తిని, ఆరోగ్యాన్ని భగవంతుడు మీకు ప్రసాదించాలని కోరుకుంటూ.

ఇట్లు
పుడమంతా పచ్చని చెట్లతో విలసిల్లాలని కోరుతూ,

లీలా లక్ష్మా రెడ్డి

నా స్పందన: *నేను స్వయంగా మొక్కలు నాటకపోయినా లక్షలాది మొక్కలు నాటడానికి కారణమయిన ఈ పుస్తకాన్ని రాసే భాగ్యం దొరికినందుకు కృతజ్ఞుడను. పుస్తక ప్రదర్శనలో ఎన్నో పుస్తకాలున్నా 'ది ఫైర్' పుస్తకాన్ని కొని మీకు బహూకరించిన మీ భర్త లక్ష్మారెడ్డి గారికి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు. మీ కోటి మొక్కల సంకల్పం నెరవేరడమే కాక కోట్లాదిమందికి స్ఫూర్తి కలగాలని ఆశిస్తూ... వేణు భగవాన్*

విషయసూచిక

నేటి భారతం 10
అపరిచితుడి ప్రశ్న 13
మానవ అవసరాలు 16
దారి చూపే వెలుగు 21
లైఫ్ కోచింగ్ 23
పరివర్తన 26
ఆనందమా నీవెక్కడ! 31
మీలోని వజ్రం 34
బ్రతకడమా – జీవించడమా? 37
మైండ్ ఒక గొప్ప సేవకుడు 41
ముసుగులేని అసలైన జీవితం 43
గతాన్ని వదిలేయండి 46
జీవితంలో అతి ముఖ్యమైన ప్రశ్నలు 47
అసాధ్యం అంటే – అది సాధ్యం 48
ఈ జీవితం మన ఎన్నిక! 50
మీకు నిజంగా కావల్సిందేమిటి? 54
ఏది మీ గమ్యం! 56
మీదైన పాటనే పాడండి 59
హృదయం నుంచి జీవించండి 64
జీవితమే ఒక ధ్యానము 67
భవిష్యత్‌ను సృష్టించండి 69
అసలు పని 74
స్వీయ వ్యక్తీకరణ 78
అంతర్వాణి 80
అంతరంగ పిలుపు! 83
మీరు మీరుగా ఉండండి 84
సరైన వృత్తి 86
మీలోని అగ్నిని రాజేయండి 87
విజయం సంభవిస్తుంది 90
సహజ సామర్థ్యం 91
పలురకాల మేధస్సులు 95

మీలో మేధావిని మేలుకొలపండి 97
జ్ఞాన ప్రవాహం 99
విశ్వజ్ఞానం 101
అడగండి – ఇవ్వబడుతుంది 103
మీ అసలు పనిని కనుగొనండి 105
ఎక్స్‌ప్రెస్ యువర్ సెల్ఫ్ 109
మానసిక శృంఖలాలను చేధించండి.. 110
అందమైనవి ఆకర్షించండి 111
కలలను నిజం చేసే కళ 113
విశ్వ రహస్యం 114
చుక్కలన్నీ కలుస్తాయి 118
అందమైన జీవితం పిలుస్తోంది! 119
జీవితం, ఇప్పుడే, ఇక్కడే... 120
జీవిత భాష 121
మనను ఆపేది ఎవరు? 125
మిమ్మల్ని మీరుగా అంగీకరించండి 127
లోపలి భాష మార్చండి 128
అపరాధ భావం నుండి విముక్తి పొందండి 130
కరడుగట్టిన అభిప్రాయాలను కరిగించండి 131
కథలు వద్దు – నిజం ముద్దు 136
సరైన వైఖరి 138
ప్రేమగా జీవించండి 143
ఆగ్రహాన్ని అంగీకరించండి 149
సత్యవంతంగా జీవించడం 151
ఈ క్షణంలో జీవించండి 152
ఈ రోజు మీ తత్వాన్ని ధరించండి.. 155
భిన్నత్వాన్ని ఆస్వాదించండి 158
మీ డి.ఎన్.ఎ ను మాట్లాడనివ్వండి.. 160
నేను ఎవరు? 161
అలెగ్జాండర్ ది గ్రేట్... 165
వెలుగై జీవించండి 169
ప్రేమవైపు మరలండి 170
మీ జీవితం మీ చేతుల్లో 172

మీ జీవితంలో ఎప్పుడైనా ఒక ప్రయాణం ప్రారంభించవచ్చు.
అది ఇంతకు ముందెన్నడూ చేయని ఒక సుదీర్ఘ ప్రయాణమే అయినట్లయితే,
అది ఖచ్చితంగా మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోవడానికి చేసే ప్రయాణమే!

- Katherine Sharp

తొలి పలుకులు

జీవితాన్ని అర్థవంతంగా, ప్రయోజనకరంగా రూపొందించుకోవడానికి అవసరమైన, విజ్ఞానాన్ని నింపుకున్న ఈ పుస్తకాన్ని అందుకున్న మీకు నా శుభాభినందనలు. ఈ పుస్తకాన్ని చదవడానికి సిద్ధం కావడమే, మీ నిజమైన ఆగమనం పట్ల మీకున్న సంసిద్ధతను తెలియజేస్తుంది. మీలో ఉన్న చైతన్య జ్వాలను కనుక్కోవడానికి ఈ పుస్తకంలోని విషయాలు మీకు ఖచ్చితంగా ఉపకరిస్తాయి.

పెద్దలు చెప్పినట్లు శిష్యుడు సిద్ధంగా ఉంటే, గురువు తన దరికే వస్తాడు. ఆ గురువు ఏ రూపంలోనైనా రావచ్చు ఒక పుస్తకంగా గాని, ఒక సంఘటనగా గాని, ఒక వ్యక్తిగా గాని రావచ్చు. మనం నిజంగా దేనినైనా కోరుకుంటే జీవితం దానివైపు మనల్ని నడిపిస్తుంది కాని అది మనం ఊహించని మార్గాల్లో కావచ్చు.

సెల్‌ఫోన్స్‌లోని యంత్రాంగం నెట్‌వర్కు కోసం శోధించి నట్లు, మనం కోరుకున్న దానిని పొందటం కోసం మన మనస్సు మైండ్ నెట్ (విశ్వ జ్ఞానం)లో అన్వేషించి అది మీకు చేరేలా చేస్తుంది. ఆ విధంగా ఈ పుస్తకాన్ని అందుకున్న ఘనత సంపూర్ణంగా మీకే చెందుతుంది.

ఇది ఒక పర్సనాలిటీ డెవలప్‌మెంట్ లేదా ఒక మోటివేషనల్ పుస్తకం కాదు. ఇది ఒక సెల్ఫ్ అవేర్‌నెస్ అంటే మన నిజమైన ఉనికి పట్ల స్పృహ కల్గించే పుస్తకం, నిన్ను నీవు తెలుసుకోవడానికి, మీలోని సహజ వనరులని గుర్తించడానికి సహకరించే పుస్తకం. ఇది ఒక ఆధ్యాత్మిక కెరీర్ గైడెన్స్ పుస్తకం. ఈ పుస్తకం చదవడం అన్నది ఒక నిధి కై మీరు చేసే అన్వేషణ లాంటిది. ఇందులోని అధ్యాయాలు చదువుతుండగా ఇన్నాళ్ళూ మీలో నిద్రాణమై ఉన్న కలలు, కళలు, ఆశయాలు అన్నీ వెల్లువై బయటికి రావొచ్చు. ఆ కలల సాఫల్యానికి అవసరమైన కొత్త దారులు కూడా మీలో రూపు దిద్దుకోవచ్చు. ఒక నూతన శక్తి, ఉత్సాహం మీలో ప్రవేశించవచ్చు.

ఈ పుస్తకం లక్షలాది మందిని చేరవచ్చు, చేరకపోవచ్చు. అధి ప్రధాన విషయం కాదు. లక్షల్లో ఒకరినైనా రగిలించిందా లేదా అన్నదే ప్రధానం. ఎందుకంటే, అలాంటి 'ఒక్కడు' లక్షల మందిని నిద్రలేపవచ్చు. అది మీరే కావొచ్చు. అలా జరిగినా ఈ పుస్తకం వ్రాసిన ప్రయోజనం పూర్తిగా సిద్ధించినట్లే! వ్యక్తి తన గురించి, తన అసలు పని గురించీ ఎంత త్వరగా తెలుసుకుంటే, అంత ఎక్కువకాలం ఆనందంగా జీవించవచ్చు.

ఈ పుస్తకం లోని అంశాలు, మీ జీవితంలో చేయాల్సిన అసలు పని పట్ల స్పష్టతను ఇవ్వగలుగుతాయి. మీ అంతరాత్మ పిలుపును, మీ నిజతత్వాన్ని తెలుసుకోవడానికి చేసే మీ ప్రయాణం విజయవంతమగుగాక. జయహో... మీ హృదయ స్పందనకు.

నేటి భారతం

ఈ రోజు భారత దేశం ప్రపంచంలో అత్యంత వేగంగా ఎదుగుతున్న ఆర్థిక శక్తిగా ఆవిర్భవించింది. మేధస్సులో, సాంకేతిక పరిజ్ఞానంలో మనం ఎవరికీ తీసిపోని విధంగా ఉన్నాము. అయినా యునైటెడ్ నేషన్స్ వారి 2009 నివేదిక ప్రకారం, మానవ అభివృద్ధిలో మాత్రం ప్రపంచంలో 134వ స్థానంలో ఉండడం బాధాకరం. నేటికీ మన భారత దేశాన్ని పట్టి పీడిస్తున్న సమస్యలలో ప్రధానమైనది పేదరికం. అత్యంత ఎక్కువ జనాభా కల్గిన చైనా రెండవ అతి పెద్ద ఆర్థిక శక్తిగా ఉన్న జపాన్‌ను దాటి ''ప్రపంచ రెండవ అతి పెద్ద ఆర్థిక శక్తిగా'' ఆవిర్భవించడానికి కారణం ఏమిటి? వ్యాపారమైనా, యుద్ధానికైనా దూకుడే మా స్వభావం అని చైనా కయ్యానికి కాలు దువ్వుతుంటే మనమేమో అవినీతి కుంబకోణాల్లో మునిగిపోయి ఉన్నాము.

కొద్దిమంది భారతీయులకు కలిసి కోటి కోట్ల నల్ల ధనం స్విస్ బ్యాంకులో నిద్రాణంగా పడి ఉందని వార్తలు వస్తున్నాయి. ప్రపంచంలో అన్ని దేశాలవారు దాచుకున్న డబ్బులన్నీ కలిపిన దానికంటే ఇండియన్స్ దాచుకున్న డబ్బు ఎక్కువట. ఇండియా పేద దేశమా? ఎవరన్నది అని స్విస్ బ్యాంక్ వారు ఖాతా దార్ల పేర్లు ఇవ్వడానికి సిద్ధపడ్డా, అడిగేదెవరు? ఈ ప్రపంచంలో కావలసినంత సంపద ఉన్నా అది సరైన వ్యక్తుల చేతుల్లో లేకపోవడం వల్లే ఇంకా ఈ ఆకలి కేకలు. కొంత మంది ఆకలితో బాధ పడుతుంటే మరి కొంతమంది అజీర్తితో బాధపడుతున్నారు. నేడు అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలో రెండే వర్గాలు ఉంటున్నాయి. ఉన్నవారు మరియు లేనివారు. మధ్యతరగతిలో కొద్ది మంది ఉన్నవర్గంలోనూ, చాలా మంది లేని వర్గంలోనూ కలిసిపోతున్నారు. కానీ మనం నిరాశ చెందనవసరం లేదు. సమాజంలో ఏ మార్పు రావాలన్నా, మెజారిటీ ప్రజలు కోరుకుంటేనే అవుతుంది. స్వాతంత్ర్యం గాంధీ గారి ఒక్కరి వల్లే రాలేదు. ఆయన కొన్ని కోట్ల మంది భారతీయుల్ని ఒక్క లక్ష్యం వైపు నడిపించడం వల్లే అది సాధ్యమయింది. నేడు భారతదేశాన్ని 'అన్ని రంగాలలో' మరో విప్లవాత్మక యుగం వైపు నడిపించే నాయకుల కోసం దేశం ఎదురుచూస్తోంది. ఎవరో వస్తారని, ఏదో చేస్తారని మనం ఎదురు చూడనవసరం లేదు. ఎవరి బాధ్యత వారు తీసుకుంటే ముందుగా ఎవరికి వారు నాయకులౌతారు. మనలోని అసలైన ప్రతిభను కనుగొనడం, ఆ ప్రతిభకు అంకితమవ్వడం ఎవరినైనా గొప్పవారిని చేస్తుంది. గొప్ప విజయాలను అందిస్తుంది.

భారతదేశం మారాలంటే, విద్యావిధానం మారాలి. విద్యా విధానం మారాలంటే రాజకీయ వ్యవస్థ మారాలి. మరి రాజకీయ వ్యవస్థ మారాలంటే, ప్రజలే మారాలి. సాంప్రదాయ పద్ధతిలో కాకుండా, సామర్థ్యం, శీలం ఆధారంగా అభ్యర్థులను ఎన్నుకునే పరిణితి, సంస్కృతి మరింత పెరగాలి. మనలోనూ సామర్థ్యం, మంచితనం ఉన్న రాజకీయనాయకులు ఉన్నప్పటికీ, నిజాయితీగా గెలవలేని లేదా గెలిచినా పూర్తి సామర్థ్యంతో పనిచేయలేని పరిస్థితి నేడు నెలకొని ఉంది. కానీ భవిష్యత్‌లో డబ్బు, రాయితీల ప్రభావంతో ఓటు వేసే వారి శాతం తగ్గి, సత్తా, సామర్థ్యం, నిబద్ధత ఉన్న వారిని ఎన్నుకునే కొత్తతరాన్ని మనం చూడబోతున్నాం. పౌర సమాజంలో

సిటిజన్స్ తో పాటు నెటిజన్స్ అనే సోషల్ మీడియాలో (ఫేస్‌బుక్, ట్విట్టర్ వంటివి) కనెక్ట్ అయిన ఒక కొత్త చైతన్యవంతమైన సమాజం బలంగా రూపుదిద్దుకుంటుంది. సమాచార విప్లవం, సోషల్ నెట్ వర్క్ వలన ఇటువంటి నాలెడ్జ్ సొసైటీ రోజు రోజుకీ పెరుగుతుంది.

రకరకాల స్కీములతో ఓటు బ్యాంకు సృష్టించుకునే బదులు భవిష్యత్ తరాలకు మేలు చేసే సంస్కరణలతో, నిబద్ధతతో, అభివృద్ధితో, ప్రజల మనసులను దోచుకునే వారే తలెత్తుకుని తిరిగే రోజులు ముందు ఉన్నాయి. ఎందుకంటే నేడు భారత జనాభాలో 25 సం॥ల వయసు కంటే తక్కువ ఉన్నవారు 55% ఉంటే, అది 2020 నాటికి సగటు వయసు 29 సంవత్సరాలతో 75శాతం అవుతుందట. ఇదేదో మనం ప్రణాళిక వేసుకుని సాధించినది కాదు, కుటుంబ నియంత్రణలో ఫెయిల్ అవడం వల్ల జరిగిన అద్భుతం ఇది. మరో విషయమేమంటే అప్పటికి, అమెరికా, యూరప్ దేశాలలో జనాభా సగటు వయస్సు 60 సం॥ల పై మాటే ఉంటుందట. చైనాలో కూడా 45 పై బడిన వారే ఎక్కువ ఉంటారట. ఏ దేశానికైనా అసలైన ఆస్థి ఆ దేశ పౌరులే. వ్యక్తి అభివృద్దే దేశ అభివద్ధి. మొట్టమొదటి సారి అమెరికా అధ్య క్షుడు తన ప్రమాణ స్వీకార ఉపన్యాసంలో ఇండియా పేరు తలిచాడు. మనలని నిర్లక్ష్యం చేయని పరిస్థితిలో ఉండడానికి మన మేధస్సు కల యువతే కారణం. యువతే కదా ఎక్కువ ఉత్పత్తికారకులు. 2015 నాటికి ప్రపంచ వర్క్ ఫోర్స్‌లో 18%, 2020 నాటికి 25% భారతీయులు అవసరమవుతారట. ప్రపంచ జనాభాలో సగం మూడు దేశాలైన చైనా, ఇండియా, రష్యాలో ఉన్నారు. యువత ఎక్కువ ఉన్న దేశంగా, మేధావులు అనే బ్రాండింగ్ ఉండటం వలన భారతదేశానికి ఒక సువర్ణావకాశం ఎదురు చూస్తోంది.

ప్రస్తుతం, మన దేశంలో సంవత్సరానికి 10 లక్షల కంటే ఎక్కువ సంపాదించే వారు కేవలం 1శాతం కంటే తక్కువ. నేడు మారిన పరిస్థితులలో నాణ్యమైన జీవితం ఖరీదై పోయి, ఒకప్పటి అసాధారణ జీతం, నేడు సాధారణ జీతంగా మారిపోయినప్పుడు, మనలో ఉన్న అసలు సత్తా వెలికి తీయకుండా, ఏదో ఒక సాదా సీదా పని చేసుకుంటూ కూడా అందమైన జీవితం జీవించాలనుకోవడం అత్యాశే అవుతుంది. ఇటువంటి పరిస్థితులలో మనిషిలో నిగూఢంగా ఉండే ఒక అంతర్గత ప్రతిభను వెలికితీసి, దానికి అనుగుణంగా జీవిత లక్ష్యాలు నిర్ధేశించుకోగలిగితే ఒకరికి ఒకరు పోటీ కాకుండా, ప్రపంచమే అన్ని రంగాలలో భారతదేశ మేధో వనరులకై ఎదురుచూసే పరిస్థితి రావొచ్చు.

అరబ్ దేశాలలో అడుగున ఉన్న ఆయిల్ బావుల వల్లే కదా అంత సంపద, అదే మన భారతీయులలో అణగారి ఉన్న సహజ మేధస్సును సరైన లక్ష్యాలతో రగిలించగలిగితే భారతదేశం మరొక్కసారి అన్ని విధాలుగా అత్యంత సంపన్నమైన, శక్తివంతమైన దేశంగా ఆవిర్భవించి ప్రపంచానికి మార్గదర్శకం కావొచ్చు.

నేడు 40 కోట్ల మంది యువత (ఓటు ఉన్న) ఉన్న దేశం మనది. కానీ వారిలో చాలా మంది మనస్సులు మాత్రం పాత తరం ఆలోచనలతో, మానసిక నియంత్రణతో అచేతనంగా

పడి ఉన్నాయి. లోపభూయిష్టమైన మన విద్యావిధానం వల్ల, డిగ్రీలూ పాసయినా, ఇంజినీరింగ్ పట్టా పుచ్చుకున్నా, కేవలం 5 శాతం మంది మాత్రమే ఉద్యోగానికి లేదా వ్యాపారానికి కావల్సిన అర్హతలు కలిగి ఉంటున్నారు. ఉద్యోగాల కోసం చదువులు గానీ, ఉద్యోగాలు సృష్టించే విధంగా వారికి శిక్షణ లేదు. జీతాలను ఆశించే స్థాయినుండి జీతాలను శాశించే స్థాయికి మన యువత చేరాలంటే వారిలోని ఇన్నర్ ఫైర్‌ను రగిలించాల్సిందే. ముందుగా మనమందరం మస్తిష్కాలలో మారకపోతే, మన దేశంలోనే, ఒక వెనుకబడిన వర్గంగా బ్రతకాల్సిన పరిస్థితి రావొచ్చు.

మనిషి ఇంద్రియాలనుండి– మనస్సుకి, మనస్సు నుండి –బుద్ధికి, బుద్ధి నుండి ఆత్మ కు ప్రయాణించాల్సిన సమయం ఆసన్నమైంది. మన అసలైన కేంద్రం (అంతరాత్మ) నుండి ఆపరేట్ చేసినప్పుడే, ఆత్మ విశ్వాసంతో పనిచేయగలుగుతాం. ఆత్మ చైతన్యవంతులదే 21వ శతాబ్దం.

నేను మొదటగా ఈ పుస్తకం ఇంగ్లీషులో ''ఫైర్ వితిన్'' పేరు మీద విడుదల చేయడం జరిగింది. కానీ తెలుగు పాఠకులతో నాకు ఉన్న అనుబంధంరీత్యా ఉన్నది ఉన్నట్లు తర్జుమా చేయకుండా, కొన్ని మార్పులు, చేర్పులతో, వీలైనంత సరళమైన భాషలో మీకు అందించడం జరిగింది. నేను వ్రాసిన 'ది సీక్రెట్, విజయానికి అంతిమ సూత్రం' పుస్తకాన్ని మీరు ఎంతగానో ఆదరించారు. అది ఈనాటికీ 12 వ ముద్రణతో విజయవంతంగా నడుస్తుంది. ఈ రెండు పుస్తకాలకీ కొంత పోలిక కనపడినా, ఆ పుస్తకంలో మనస్సు (మైండ్‌ను) ఎలా పని చేస్తుంది అన్న విషయం గురించి వివరించగా, ఈ పుస్తకం మనస్సును దాటి హృదయాన్ని, అంతరాత్మను అనుసరించి జీవించడం ఎలా అన్నది ఎక్కువగా వివరించడం జరిగింది. ఈ పుస్తకం ఒక భావం. తర్కానికి అందనిది. ఈ పుస్తకంలో కొన్ని ఇంగ్లీషు పదాలు వాడాను. ప్రతి అక్షరాన్నీ పూర్తిగా తెలుగులోకి అనువదిస్తే అర్థం చేసుకోలేని కాలంలో మనం ఉన్నాం కనుక భాష కన్నా భావం పై మనస్సు లగ్నం చేయవలసిందిగా కోరుచున్నాను.

ఒక్కరోజులో మన దశను మార్చుకోలేము

కానీ మన దిశను మార్చుకోవచ్చు.

ఆ దిశే మన దశను మార్చవచ్చు!

అపరిచితుడి ప్రశ్న

''1950లో సింగపూర్ ఇండియా కంటే పేదదేశంగా ఉండేది. సింగపూర్ మొత్తం జనాబా సంఖ్య 42 లక్షలు. కేవలం 644 కీలోమీటర్ల వైశాల్యం కల చిన్న దీవి. బెంగళూరు కంటే చిన్న నగరం. ఒక సింగపూర్ పౌరుని సగటు సంపాదన మనకంటే 25% ఎక్కువ. 80శాతం మంది స్వగృహం కలిగిఉన్నారు. ఇది కేవలం 25 ఏళ్ళలో జరిగిన అభివృద్ధి. ఇక జపాన్, అధిక ఖనిజాలు, పెట్రోలు ఏవీలేని భూకంపాల దేశం. రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో ధ్వంసమైన దేశం. రెండు అణుబాంబులను గుండెలపై వేయించుకున్న దేశం. గడ్డిపోచ కూడా మొలవదని చెప్పబడిన దేశం నేడు ఓడలలో వ్యవసాయం చేస్తుంది. నేడు ప్రపంచ ఆర్థిక స్థితిలో జపాన్ రెండవ స్థానంలో ఉంది. కొరియా, థైవాన్, మలేషియా మనచుట్టూ మనకంటే పేదవిగా ఉన్న తూర్పు ఆశియా దేశాలన్నీ ఈ రోజు మనకంటే ఎంతో అభివృద్ధి చెందాయి.

ఆరు దశాబ్దాల స్వతంత్రం. వంద కోట్లకు పైగా జనం. 33లక్షల చదరపు కిలోమీటర్ల వైశాల్యం. అందులో సగంపైగా సాగుభూమి. 10 జీవనదులు. ఒకటిన్నర లక్షల కర్మాగారాలు, ఇవన్నీ ఉండి ఇండియా ప్రపంచ దేశాల వరుసలో ఆర్థిక స్థితిలో 49వ స్థానం. రూపాయి విలువలో 44వ స్థానం. శుభ్రతా ఆరోగ్య విషయాల్లో 20వ స్థానం. ఇక ఎయిడ్స్ లో మాత్రం రెండవ స్థానం. కుంభకోణాల్లో 3వ స్థానం. ఏ, మీలో ఎవరైనా చెప్పగలరా?''

ఈ ప్రశ్నకు మంచి నాయకులు లేరని, మంచి అధికారులు లేరని రకరకాలుగా చెప్తారు. అప్పుడు ఆ అపరిచితుడు సూటిగా అడిగిన ప్రశ్న: '' మీరందరూ కలసి మంచి మంచి అంటున్నారే, మనలో ఎంతమంది మంచిపౌరులుగా ఉంటున్నాం? ఎంతమంది మనలో బాధ్యతను సరిగ్గా నిర్వహిస్తున్నాం? క్రికెట్ టీమ్‌లో మంచి కెప్టెన్ ఉన్నంత మాత్రాన ఇండియా గెలవదు. 11మందీ సరిగ్గా ఆడితేనే గెలుస్తుంది. అందులో ఒక్కడు సరిగ్గా ఆడకపోయినా మీకెంత కోపం వస్తుంది? వందకోట్ల మంది నెత్తురు కలిస్తేనే ఇండియా. ప్రధాన మంత్రి, ముఖ్యమంత్రి, మీరు, నేను అందరం ఒంటరి వాళ్ళమే. ఎవరి బాధ్యతను వాళ్ళు నిర్వహిస్తేనే ఈ దేశం బాగుపడుతుంది. కానీ మనమందరం ఏం చేస్తున్నాం?'' – అపరిచితుడి సినిమాలో అపరిచితుని ప్రశ్న.

ఈ పుస్తకం చదివే పాఠకులు చాలా మంది మంచివారు అయి ఉండవచ్చు. కానీ నేను మీరు మంచివారుగా ఉండకూడదనే ఈ పుస్తకం వ్రాస్తున్నాను. మనలో చాలామంది మంచి వాళ్ళుగా ఎందుకు ఉండిపోయారంటే...గొప్పవాళ్ళు అయ్యే ధైర్యం లేక. ఇప్పటికే దేశంలో మంచి నాయకులు చాలా మంది ఉన్నారు. గొప్పవారికే కొరత. మంచివారు బ్రతకగలరు కానీ చరిత్ర సృష్టించలేరు. మంచివారుగా ఉండడమన్నది గొప్పవారు కావడానికి శత్రువు. Good is the Enemy for Great అన్నారు. మనందరిలో ఏదో ఒకరంగంలో గొప్ప వారు అయ్యే సామర్థ్యం

ఉంది. అది మీ విద్యార్హతలకు సంబంధం ఉన్నది లేదా లేనిదీ అయి ఉండవచ్చు. ప్రస్తుతం చేస్తున్న పనికి సంబంధం ఉన్నదీ లేదా లేనిదీ అయి ఉండవచ్చు. ఇప్పటికే తెలిసినదీ లేదా ఇంకా తెలియనిదీ అయి ఉండవచ్చు. కానీ ప్రతి ఒక్కరిలో ఏదో ఒక రంగంలో ''వావ్'' అనిపించుకునే సామర్థ్యం, ప్రజలంతా శభాష్ అని సలామ్ కొట్టే ఒక ''అంతర్గత ప్రతిభ'' వారి గుర్తింపు కోసం, ఆదరణ కోసం, ప్రోత్సాహం కోసం ఎదురుచూస్తూ ఉంటుంది. అది గుర్తించనంత సేపూ బ్రతుకు బండి లాగడమే. అది గుర్తించి ఆ రంగంలోకి అడుగిడిన క్షణం నుండే జీవితం ఆరంభం.

జీవితం మల్టీ డైమన్షనల్. మనకి తెలియని ఎన్నో కోణాలు మన రాకకై ఎదురు చూస్తూ ఉండవచ్చు. అయితే జీవితాన్ని ఏదో వైపు నుండి కాక చివరనుండి దర్శించాలి. మనకు అంతిమంగా ఏం కావాలి అన్నది అప్పుడే అర్థమవుతుంది. ఒక నగరం పూర్తిగా అర్థమవ్వాలంటే ఏ కోణం నుండీ సంపూర్ణంగా కనపడదు. అదే ఒక హెలికాప్టర్ నుండి చూసినప్పుడు నగరం మొత్తం కనపడుతుంది. కానీ శాటిలైట్ నుండి వచ్చే దృశ్యాన్ని చూసినప్పుడు, మీ నగరమే కాక, దేశంలో ఉన్న నగరాలు ఇంకా ప్రపంచంలో ఉన్న ఎన్నో ప్రదేశాలు మీకు కనపడతాయి. ఎప్పుడైతే మీ మనస్సు తనకు 'తెలిసినది' అనే పరిధి దాటుతుందో సాధ్యా సాధ్యాల విషయంలో అంతకుముందు ఉన్న హద్దులు చెరిగిపోతాయి. కొత్త దారులు తెరుచుకుంటాయి. కొత్త సంభవాలు సాధ్యం అనిపిస్తాయి. అలాంటి ఒక కొత్త సంభవం నుండి సృష్టించిన లక్ష్యాలు మీ జీవన గమనాన్ని, గమ్యాన్ని మారుస్తాయి.

నేను 'ఇది' అనుకుంటే 'ఇది' తప్ప మరేమీ కాలేరు. ఏదీ కానప్పుడు ఏదంటే అది కాగలరు. భవిష్యత్ ఖాళీ మరియు అర్థం పర్థం లేనిది. మీరు దేనితో అయినా నింపవచ్చు. ఎటువంటి అర్థాన్నైనా ఆపాదించుకోవచ్చు. ఎంత అర్థవంతంగానైనా జీవితాన్ని మలచుకోవచ్చు.

మనలో చాలా మంది హీరోలను అభిమానిస్తుంటాం. వారు పోషించిన పాత్రలకే ఆ అభిమానం. మనలోనూ అలా అభిమానులను సంపాదించే ఓ హీరో ఉంటాడు. మనదైన 'గమ్యం' ఎంచుకున్నప్పుడే ఆ హీరో బయటపడతాడు.

నేను ఈ రంగంలో విజయం సాధించానా లేదా అన్నది అప్రస్తుతం. నేను నాదైన రంగంలో ఉండడమే విజయం. జీవితంలో అతిపెద్ద టైమ్ వేస్ట్ ఏమిటంటే, మీరు చేయక్కరలేని పనిని అత్యంత సమర్థవంతంగా నిర్వర్తించడానికి ఒక జీవితాన్ని వెచ్చించడమే. మీ అసలైన జీవితాన్ని అందుకోవడానికి ఈ పుస్తకంలో ప్రతి పేజీలోనూ ఒక చరణం తగలవచ్చు. చెప్పిందే చెప్పినట్లు అనిపించవచ్చు. అందుకే ఈ పుస్తకాన్ని చదవవద్దు. చూడండి. ఒక అద్దంలా... పనికిరాని వార్తలనే పదే పదే చూసే మనం, పనికి వచ్చే మాటలను కూడా 'పదే పదే' బుర్రకి వినిపిస్తుండాలి. ఇవాళ

మనకు మందు దుకాణాలు, మందుల దుకాణాలు ప్రతి వీధిలో ఉంటున్నాయి. పుస్తక దుకాణాలే అన్నిచోట్లా ఉండవు. అందునా నా పుస్తకాలు అన్ని చోట్లా దొరకవు. అట్ట పుణ్యమో, మీ కర్మ ఫలమో, నా జేబు అదృష్టమో మీకు ఈ పుస్తకం దొరికింది.

ప్రశాంతంగా లోపలి వాణిని విందాం. అసలైన పిలుపుని అందుకుందాం. ఒక గొప్ప జీవితం జీవిద్దాం. ఈ ప్రపంచం గుర్తుంచుకునేది లోపలి పిలుపునందుకున్న నాయకులదే కానీ బయటి పిలుపును బట్టి వృత్తి నెంచుకున్నవారిది కాదు. అఖండ విజయం సాధించడానికి కావల్సిన ప్రధాన అర్హత చైతన్యవంతమైన లోపలి ''ఫైర్''.

శిష్యుడు సిద్ధంగా ఉంటే గురువు లభిస్తాడు. నేల సిద్ధంగా ఉంటే విత్తనం మొలకెత్తుతుంది. బంతి బంతికీ ఆట మారినట్టుగానే, ఏ క్షణమైనా ఒక కొత్త ఆలోచన ఉద్భవించవచ్చు, నూతన సృష్టికి నాంది పలుకవచ్చు.

ఎవడిక్కావాలోయ్, ఓడిన వాడి సంజాయిషీ.

వాలుకు కొట్టుకు పోయినవాడికి లోకం జల సమాధి కడుతుంది.

ఒడ్డుకు చేరిన వాడికి లోకం ''ఒంగి'' సలామ్ కొడుతుంది.

– డా. సి.నారాయణ రెడ్డి

మానవ అవసరాలు

అబ్రహం మాస్లో అనే అమెరికన్ శాస్త్రవేత్త 1943లో మానవుల యొక్క అవసరాలను 7 దశలలో ఉంటాయని గుర్తించాడు. ఈ మధ్యనే 8వది కలపబడింది. మరి మనం ఎక్కడ ఉన్నాము, ఎక్కడకు చేరాలని ఉంది తెలుసుకోవడానికి ఈ పట్టిక దోహదపడుతుందని ఆశిద్దాము.

1. భౌతిక అవసరాలు	Biological and Physiological Needs
2. భద్రతా అవసరాలు	Safety Needs
3. సామాజిక మరియు ఆప్యాయతా అవసరాలు	Social & Affectionate Needs
4. గౌరవం మరియు గుర్తింపు అవసరాలు	Dignity & Self Esteem Needs
5. స్వీయ వ్యక్తీకరణ	Self-Actualization / Expression
6. జీవిత పరమార్థం / ప్రయోజనం	Cognitive Needs
7. అందమైన పరిసరాల అవసరాలు:	Aesthetic Needs
8. భావాతీత అవసరం (ఏమీ ఆశించకుండా సహాయం చేయడం)	Transcendence

1. భౌతిక అవసరాలు: ఇవి మానవులకు కనీస అవసరాలు. ఇవి తీరకుండా వేరే అవసరాల గురించి మనిషి ఆలోచించడం కష్టం. ఆహారం, ఇల్లు, వస్త్రం, ఆరోగ్యం, కొంచెం వినోదం వంటివి దొరికాకా రెండవ అవసరం లోకి ప్రవేశిస్తాడు.

2. భద్రతా అవసరాలు: ఎప్పుడైతే కనీస అవసరాలు తీరిపోతాయో మనిషి భద్రతా అవసరాలు తీర్చుకోవడం కోసం ప్రయత్నిస్తాడు. తన కనీస అవసరాలయినటువంటి రోటీ, కపడా, మఖాన్ భవిష్యత్‌లో కూడా గ్యారంటీగా రావాలని కోరుకుంటాడు. అందుకే చాలా మంది పర్మనెంటు జాబు కోసం చూసేది. ఒక వేళ తను చేసే పని ప్రస్తుతం భౌతిక అవసరాలను తీర్చినా, తన ఆరోగ్యానికి, శరీరానికి రక్షణ లేదనుకున్నప్పుడు మనిషి భద్రతా అవసరాలు తీర్చుకోవడం కోసం అన్వేషిస్తాడు.

3. సామాజిక మరియు ఆప్యాయతా అవసరాలు: ఒక దీవిలో సర్వం దొరికినా, ప్రమాదం లేకపోయినా కూడా మనిషి ఒక దీవిలా బ్రతకలేడు. మొదటి రెండు అవసరాలు తీరినతరువాత మనిషి సమాజం, బంధు వర్గం, సహోద్యోగులు తనను గుర్తించాలనీ, వారిలో ఒకరిగా ఉండాలనీ కోరుకుంటాడు. అందుకే రక రకాల క్లబ్బులలో, ఆటలలో, సామాజిక/ఆధ్యాత్మిక సేవా సంస్థలలో పది మందితో కలసి మెలసి ఉండడాన్ని ఆస్వాదిస్తాడు. స్నేహం, ఆప్యాయతతో కూడిన బంధాలు ఈ దశలో ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంటాయి.

4. గౌరవం మరియు గుర్తింపు అవసరాలు: పై మూడు అవసరాలు తీరిన తరువాత, తను ఒక ప్రత్యేక వ్యక్తిగా గుర్తించబడాలని మనిషి ఆశపడతాడు. దీనినే ఆంగ్లంలో "Stand out of the Crowd" అంటారు. ఈ అవసరాల కోసం ప్రయత్నించే మొదటి దశలో మనిషి తన సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించుకోవడం, నైపుణ్యం కోసం నిరంతర సాధన చేయడం, ఎవరిపైనా ఆధారపడకుండా తన కాళ్ళపై తను నిలబడడం, ఆత్మ విశ్వాసం పెంచుకోవడం పై దృష్టి సారిస్తాడు.

రెండవ దశలో తనను ఇతరులు గౌరవించాలని, పలుకుబడి/పరపతి పెరగాలని, తనను ఒక ప్రత్యేక వ్యక్తిగా గుర్తించాలని, అభినందించబడాలని కోరుకుంటారు. స్వాధికారత, హోదా, పదవి, బాధ్యత, తను చెప్పినట్లు ఇతరులు వినడం వంటి అవసరాల కోసం తాపత్రయపడతారు. ఈ దశలో ఆత్మ గౌరవం, తనను తానుగా అంగీకరించాలని, తన మాట చెల్లాలనే అహం కూడా పెరుగుతుంది. ఈ అవసరాలు తీరకనే ఎంతోమంది విడాకులకు కూడా సిద్ధపడేది.

ఈ గౌరవా అవసరాల కోసం కుటుంబం, బంధువర్గం, సహోద్యోగులను దాటి సమాజంలో కూడా గొప్పవారిగా కీర్తించబడాలని ప్రయత్నిస్తారు. ఈ అవసరమే ఎంతో మందిని దాతలుగా చేసి పలు మంచి కార్యక్రమాలకు తోడ్పడి కీర్తిని సంపాదించి పెడుతుంది. ఈ అవసరాలకోసమే కొంతమంది తమకు సామర్థ్యంలేని రంగాలలోకి (రాజకీయాలు, సినిమా వంటి) ప్రవేశించి మిగతా అవసరాలను కూడా పోగొట్టుకుంటూ ఉంటారు.

ఈ దశలో చాలామంది ఆత్మవిశ్వాసం పెంపొందించుకుంటారు. ప్రాపంచిక విజయం సాధించగలుగుతారు, అధికారం చెలాయించగలుగుతారు. పరిస్థితులను, వ్యక్తులను తమ నియంత్రణలో ఉంచుకోగలుగుతారు. కానీ ఏదో తెలియని వెలితి వారిని ఎప్పుడూ వేధిస్తుంటుంది, ఒత్తిడికి గురిచేస్తుంది. ఎన్ని ఉన్నా ఐదవ అవసరమైన స్వీయ వ్యక్తీకరణ లేనప్పుడు ఏ వ్యక్తీ ఆత్మానందం పొందలేడు.

5. స్వీయ వ్యక్తీకరణ: ఎప్పుడైతే గౌరవ అవసరాలు ఒక స్థాయిలో తీరతాయో మనిషి తన సహజ సామర్థ్యాలను వ్యక్తీకరించాలనే తపన మొదలవుతుంది. స్వీయ వ్యక్తీకరణ (Self Expression, Self Actualisation) అంటే ఒక వ్యక్తిలో అంతర్గతంగా ఉండే ఒక సామర్థ్యాన్ని అత్యున్నత స్థాయిలో వ్యక్తీకరించగలగడం. సృజనాత్మకతతో అత్యున్నత అభివృద్ధికి తోడ్పడడం. అయితే ఈ సహజ సామార్థ్యాన్ని గుర్తించినా, తనపై తనకు విశ్వాసం కలగడానికే చాలా సమయం పడుతుంది. **కానీ ఈ సెల్ఫ్ ఎక్స్‌ప్రెషనే మనుష్యులను ఋషులుగా మార్చేది. ఆ నిధిని కనుగొని మీలో ఉన్న ఒక దివ్యాగ్నిని ప్రజ్వలింపచేయడమే ఈ పుస్తక పరమార్థం.** ఆత్మవిశ్వాసం, ఆత్మ ఔన్నత్య స్థాయి నుండి మనిషి స్వీయ వ్యక్తీకరణతో శిఖరాగ్రాన్ని చేరుకోవాలనుకోవడమే మాస్లో చెప్పినట్లుగా మానవ (వనరుల) అభివృద్ధికి అంకురార్పణం.

6. జీవిత పరమార్థం / ప్రయోజనం అవసరాలు: తన యొక్క టేలెంటును వ్యక్తీకరించాకా, అందులో విజయం సాధించాకా, వ్యక్తి తన జన్మ ఏమిటో, ఈ జీవితం యొక్క పరమార్థం ఏమిటో, తన జీవితం యొక్క ప్రయోజనం ఏమిటో తెలుసుకోవాలని, తన అసలైన కాలింగ్ అంటే అంతరంగ పిలుపుకు ప్రతిస్పందించడాన్ని కోరుకుంటాడు. ప్రపంచాన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి, తన వంతు సాయం చేయడానికి, ప్రపంచంలో ఉన్న సమస్యలను పరిష్కరించ డానికి తన వంతు పాత్రగా బాధ్యత తీసుకోవడం, తనకు ఉన్న పలుకుబడిని, సంపదను, సామర్థ్యాన్ని ఆ దిశగా వినియోగించడం, ఆత్మ సంతృప్తికై పనిచేయడం ఈ దశలో కోరుకుంటారు.

7. అందమైన పరిసరాల అవసరాలు: ప్రతి వ్యక్తికీ సాధారణంగా ఒక కళాపోషణ ఉంటుందని మాస్లో గుర్తించాడు. ప్రకృతి సౌందర్యాన్ని, అపూర్వ కట్టడాలనూ, అద్భుతమైన చిత్రాలనూ చూసి ఆనందించాలని అందరికీ ఉంటుంది. కానీ బయట అందాలను ఆస్వాదించాలంటే లోపల సౌందర్యం ఉన్నప్పుడే ఆ రసాన్ని మనిషి ఆస్వాదించగలుగుతాడు. ఒక 5 నక్షత్రాల హోటల్ అందం దానికి ఉంటుంది, ఒక పచ్చని పొలాల్లో ఉండే పెంకుటిల్లు అందం దానికీ ఉంటుంది. కానీ ఆ పెంకుటిల్లు అందం, పచ్చని పొలాల స్వచ్ఛత 5 నక్షత్రాల అనుభవం ఉన్నవారికి ఇంకా బాగా తెలుస్తుంది. బహుశా మాస్లో అందుకే దీనిని 7వ అవసరంగా చెప్పి ఉంటాడు.

8. భావాతీతమైన అవసరం: భౌతిక ప్రపంచ మాయ నుండి బయటపడి ఆత్మ సంతృప్తి కోసం పనిచేయటం. ఈ దశలో ఇతరుల అవసరాలు తీర్చాలి, వారికి సహాయం చేయాలి అనే కోరిక ఉంటుందట. ఇది ఒక ఆధ్యాత్మిక పిలుపు లేదా తన జన్మ కార్యం అని అనిపించవచ్చు. మిగతా అవసరాలు తీరడానికి సమయం పట్టవచ్చేమో కానీ మనిషి ఒత్తిడి నుండి అతి సులభంగా తప్పించుకునే అందమైన మార్గం, పదిమందికి ఇప్పుడే సేవచేయడమే. ''సొంత లాభం కొంత మానుకుని తోటివాడికి సాయపడవోయ్'' అని గురజాడ గారు చెప్పినా, ''మూగనేలకు నీరు ఇవ్వని వాగు పరుగు దేనికి? పరుల సేవకు పాటు పడని నరుల బ్రతుకు దేనికి'' అని సి. నారాయణ రెడ్డి గారు చెప్పినా, ''ప్రార్థించే పెదవులకన్న–సేవించే చేతులు మిన్న'' అని మదర్ థెరిసా చెప్పినా, ''ఉపదేశాలెందుకులే ఆకలితో ఉన్న కడుపుకు, చేతనయిన సాయమిపుడె అందించు – మరలా ఈ దారిని వస్తావో రావో'' అని మిత్రుడు గజల్ శ్రీనివాసు పాడినా, ''పదిమందిని కొట్టడం కాదు, పదిమందికి పెట్టడం'' అర్థవంతమైన జీవితం అని బ్రూస్‌లీ చెప్పినా సారం ఒక్కటే. మానవ జన్మ పరిపూర్ణమయే మార్గం ఇక్కడే!

శ్రద్ధగా వినడం ఒక కళ

మీకో 10 లక్షలు ఇస్తానంటే హైస్పీడ్ జెట్ విమానం నుండి పారాచూట్ లేకుండా దూకుతారా!? ఈ ప్రశ్న నేను నా సెమినార్‌లో అడిగినపుడు ఇంచుమించు అందరూ ''నో'' అని చెప్పేవారే! ఎందుకంటే వారి ఉద్దేశ్యం హైస్పీడ్ జెట్ విమానం అంటే ''గాలిలో ఉంటుందనే''! కాని అది ఎగురుతున్న విమానం అని నేను చెప్పలేదు. అంటే వారు నామాటను వినలేదన్న మాట. వారి మదిలో అప్పటికే ఉన్న ఒక అభిప్రాయాన్నే వారు విన్నారు.

మనం జ్ఞానానికి ప్రతీకగా వినాయకుడిని పూజిస్తాం! ఆయనకు పెద్ద తల, పెద్ద చెవులు ఉంటాయి. అవి దేనికి ప్రతీక అంటే – పెద్దగా ఆలోచించమనీ, శ్రద్ధగా వినమనీను. మనం ఏ విధమైన ఫిల్టర్స్ లేకుండా వినగలగాలి. సాధారణంగా మనకు తెలిసినదే మనం మాట్లాడతాము, కానీ వినేదాంట్లో తెలియనిది కూడా ఉండవచ్చు. మంచి నాయకులవ్వాలంటే, మంచి వక్తలవగలగాలి, మరి మంచి వక్తలవాలంటే వినడం నేర్చుకోవాలి.

ఒక యూనివర్శిటీ ప్రొఫెసర్ ఒక జెన్ మాస్టర్ దగ్గరికి వెళ్లాడు. నాకు ఆత్మ జ్ఞానం కావాలి, ఎంతో మంది మాస్టర్స్ దగ్గరికి వెళ్ళినా నాకు సత్యం దొరకలేదు అని తెలుసుకున్నదంతా ఏకరువు పెట్టసాగాడు. మాస్టర్ గారు, ముందు మీరు టీ త్రాగండి అని టీ కప్పులో పోస్తుండగా, ప్రొఫెసర్ జెన్ గురించి మాట్లాడసాగాడు. మాస్టర్ కప్పు నిండిపోయినా ఇంకా టీ పోస్తూనే ఉన్నారు. టీ బయటకు పొరిలిపోసాగింది. అపుడు ఆ ప్రొఫెసర్ కంగారుగా... కప్పు నిండిపోయింది!, ఇక పోయకండి సార్ అని అరిచాడు. దానికి ఆ మాస్టర్, నువ్వుకూడా ఈ కప్పులాంటి వాడివే. ముందుగా నీ బుర్రలో ఉన్న అనవసరమైన విషయాలను ఖాళీ చేయకపోతే నేను నీకు 'జెన్' గురించి ఎలా చెప్పగలను, అని సమాధానం చెప్పాడు.

మనం కొత్తది నేర్చుకోవడం సమస్య కాదు, పాతది వదలలేకపోవడమే ప్రధాన అడ్డంకి. ఒక కొత్త ఐడియా జీవితాన్నే మార్చేస్తుంది. కానీ పాత, కాలం చెల్లిపోయిన ఐడియాలతో మన బుర్ర నిండి పోయి ఉంది. వాటిని ఎత్తి బుట్టలో పడేయకపోతే కొత్త ఐడియాకు ఖాళీ ఏది? మన సెల్ ఫోనులో మెసేజ్ బాక్స్ ఖాళీ చేయకపోతే కొత్త మెసేజీ ఎలా వస్తుంది?

కొత్తది నేర్చుకోవాలంటే, పాతది వదిలేయాలి. బావిలో నీరు తోడుతుంటేనే కదా స్వచ్ఛంగా ఉంటుంది. అలా ఎప్పటికప్పుడు మన వద్ద ఉన్న విజ్ఞానాన్ని ఇతరులకి అందచేస్తున్నప్పుడే కొత్తది వస్తుంది. 20వ శతాబ్ధంనాటి సాంకేతిక పరిజ్ఞానం, 21వ శతాబ్దంలో పనిచేయదు. ఎంత గొప్ప ఫిల్మ్ కెమెరా అయినా ఎవరికి కావాలి ఈ డిజిటల్ యుగంలో? మన తల్లి తండ్రులు మనల్ని పెంచినట్లుగా మనం మన పిల్లల్ని పెంచగలమా? ఆ బెదిరించే ధోరణితో వారిలోని ప్రతిభను వెలికి తీయగలమా? ఇంత చిన్న లాజిక్ మిస్సయ్యిన 'పెరిగిన పిల్లలకి' ఏం చెప్పగలం!

మనం చదవడం ద్వారా 10శాతం, వినడం ద్వారా 20 శాతం, చూడడం ద్వారా 30శాతం, మల్టీ మీడియా అంటే చూడడం, వినడం రెండూ కలిపి చూస్తే 50 శాతం, చర్చించడం వల్ల 70 శాతం, మనం ప్రాక్టికల్‌గా చేయడం వల్ల 80 శాతం, మనకు తెలిసినది ఇతరులకు చెప్పడం వలన 95 శాతం నేర్చుకుంటామని ఒక పరిశోధనలో తేలింది. ఇక వంద శాతం నేర్చుకోవాలంటే మనం చెప్పింది ఆచరించడమే. మీరందరూ, ఈ పుస్తకంలో విషయాలు, మరొకరికి చెప్పాలి అనే దృక్కోణంతో చదివినప్పుడు మీరు ఎక్కువ అర్థం చేసుకోగలుగుతారు.

ఈ పుస్తకంలోని అసలైన సారం మీకు దొరకాలంటే, ఈ పుస్తకం నాలోని జీనియస్‌ను నిద్రలేపుతుంది అనుకోవడం వల్ల, మీకు అవసరమైన ఆ ''ఇగ్నిషన్'' జరుగుతుంది. ఒక కేజి బంగారాన్ని వెలికితీయాలంటే, సుమారు 250 టన్నుల ఖనిజాన్ని శుద్ధి చేయాలి. అలాగే ఎవరికి తెలుసు! ఈ పుస్తకం చదవడం ద్వారా మీ మనస్సులో ఉద్భవించే ఫైర్ మీ జీవితాన్నే...కాదు, కాదు...జీవితాలనే మార్చేయవచ్చు.

బ్రతికున్నవారందరిలో కెల్లా నేను తెలివైనవాడిని,
ఎందుకంటే నాకు ఒక విషయం తెలుసు,
అదేమిటంటే – నాకు ఏమీ తెలియదని. – సోక్రటీసు

దారి చూపే వెలుగు

ఒక అర్ధరాత్రి ఒక ఇల్లు అంటుకుంది. ఇంట్లో ఉన్న అందరూ తప్పించుకోగలిగారు. త్రాగుబోతు అయిన ఆ ఇంటి యజమాని తప్ప, అతను గాఢంగా నిద్రపోతున్నాడు. ఇంతలో ఇల్లంతా మంటలు వ్యాపిస్తున్నాయి. యజమాని త్రాగుడు విషయం తెలిసిన కొంతమంది చుట్టుప్రక్కల వాళ్ళు ధైర్యం చేసి లోపలికెళ్ళి, ఆయనను బయటకు లాగడానికి ప్రయత్నించారు. ఇంటి గుమ్మం మంటల్లో చిక్కుకుపోవడం వలన కిటికీ ద్వారా బయటకు లాగడానికి ప్రయత్నించారు కానీ చాలా బరువుతో త్రాగుడు మత్తులో నిద్రలోఉన్న అతనిని రక్షించడం ఎవరివల్లా కావడం లేదు. ఒక కిటికీ ద్వారా సాధ్యం కాక, మరొక కిటికీ ద్వారా బయటకు లాగాలని శ్రమపడుతున్నారు... ఇంతలో బయటినుండి ఒక పెద్దాయన ''ముందు వాడినెత్తిమీద గట్టిగా కొట్టండి. నిద్రలేస్తాడు. వాడే బయటకు వస్తాడు.'' అని అరవగానే వారిలో ఒకడు ఆ యజమాని నెత్తిమీద ఒక్కటి కొట్టాడు. అంతే ''ఆ యజమాని కళ్లు తెరిచాడు, నిద్రలేచాడు, కిటికీనుండి బయటకు దూకాడు. ఈ కథలో లాగే ఈ పుస్తకంలోని మాటలు గట్టిగా కొట్టవచ్చు. నిద్రలేపవచ్చు. మనలోని అసలైన అస్థిత్వం మేల్కొన్నప్పుడు సాధ్యా-సాధ్యాల పట్ల మనకున్న పరిమితులు చెరిగిపోతాయి. ఎంతటి గమ్యమైనా చేరుకోగలిగే విశ్వాసం ఇనుమడిస్తుంది.

ఒక రోజు అర్ధరాత్రి హైవేమీద ప్రయాణిస్తున్నాను. వీధి దీపాలు లేవు, వెన్నెల కూడా లేదు. అయినా సరే ఆ చీకటిలో చాలా సులభంగా వేగంగా ప్రయాణించ గలుతుతున్నాను. ఎందుకంటే నా కారుకు హెడ్‌లైట్స్ ఉన్నాయి కనుక! ఈ కాంతి కేవలం కొన్ని మీటర్ల వరకే పడుతుంది మరి గమ్యమెలా చేరడం! కాంతి కూడా నాతో పాటు పయనిస్తుంది. ఆ కాంతిలో నాకు రోడ్డుకు ఇరువైపులా ఉండే సైన్ బోర్డులూ నా గమ్యానికి చేరడానికి సహకరిస్తాయి...ఈ విధంగా ఎన్నడూ చూడని గమ్యాన్నైనా అవలీలగా చేరుకోగలను. అదే విధంగా మన గమ్యం తెలిసినప్పుడు మనలోని బుద్ధి, జ్ఞానమనే కాంతిని కురిపించి దారి చూపిస్తుంది.

శతాబ్దాల చీకటిని కూడా ఒక చిన్న దీపం తరిమేస్తుంది. ఈ పుస్తకంలో ఉన్న జ్ఞానం మీ జీవితంలో అత్యంత విలువైన, ముఖ్యమైన అంశాలపై వెలుగు ప్రసరించడం ద్వారా మీ దృష్టిని సరైన విషయాలపై కేంద్రీకృతపరచడానికి సహకరిస్తుంది.

ఈ పుస్తకం ద్వారా సంపూర్ణ ప్రయోజనం పొందాలంటే.. చదువుతూ, మధ్యలో కొద్ది సేపు ఆగి అందులోని నిగూఢ భావాన్ని గ్రహించి, మీలో ప్రతిఫలించే ఆలోచనలను, కలలను, అవకాశాలను ఒక వ్యక్తిగతమైన నోట్సులో రాసుకోండి. ఈ పుస్తకం ఎంతోమంది గొప్ప వారి జ్ఞాన సంపదను కలిగిఉంది. ఈ పుస్తకంలో ఉపయోగించిన సూక్తులు అన్నీ మహానుభావులు అందించినవి. ఈ పుస్తకమంతా వాటి నుండి వెల్లువెత్తే జ్ఞానాన్ని మీ ముందుకు తీసుకురావడం కొరకు నేను చేసిన వ్యాఖ్యానం మాత్రమే. జీవితంలో విజయం సాధించడం గురించిన ఎన్నో

పుస్తకాలు మీరు చదివిఉండవచ్చు. అయితే ఈ పుస్తకం మనిషి జీవితాన్ని విజయవంతం చేయడంకోసం. జీవితమే విజయవంత మయితే, జీవితంలో విజయాలకు కొదవా!

కేవలం సమాచారం వల్ల మాత్రమే జ్ఞానం వస్తుందనుకోవడం భ్రమ. అలా అయితే పేపరు మొదటినుండి చివరి వరకూ చదివే వారు, టివి వార్తలను చూసిందే పది సార్లు చూసేవారూ గొప్పవారయిపోవాలి కదా! మనకు ఈ రోజు సమాచారం ఎక్కువయిపోవడం వల్ల చిన్న చిన్న నిర్ణయాలు తీసుకోవడం కూడా కష్టమయిపోతుంది. కొత్తది నేర్చుకోవడం, అలవరచుకోవడం పెద్ద కష్టం కాదు, అవసరం లేని వాటిని వదిలించుకోవడమే నూతన సృష్టికి నాంది పలుకుతుంది.

ఈ పుస్తకంలోని సమాచారం చదవడం వల్ల మీ హృదయం, మెదడు లోని భారమంతా తొలగింపబడి, అంతరంగం ఆనందంతో నిండి ఒక ప్రశాంతమైన, శక్తివంతమైన, ధైర్యవంతమైన రాజ దర్పంతో తలెత్తుకుని తిరిగే జీవితాన్ని సృష్టించి, జీవించాలని కోరుకుంటూ, మీ జీవితంలో ఎన్నో మార్పులకు నాంది కావాలనే ఉద్ధేశ్యంతో ఈ పుస్తకం మీకు అందిస్తున్నాము. జీవితాన్ని కొత్త కోణంలో దర్శించడానికి సంసిద్ధులై ఉండండి.

మన కలలు నిజం కావాలంటే మనం ముందుగా చేయాల్సిన అత్యుత్తమ పని, మేలుకోవడమే –పాల్ వాలెరీ, ఫ్రెంచి కవి

లైఫ్ కోచింగ్

మనకు అవసరమైన ప్రతీ విషయాన్ని మనమే ప్రారంభం నుంచీ నేర్చుకోవాలని ప్రయత్నిస్తే, దానికి మన జీవితం సరిపోదు. మన లక్ష్య సాధనలో విజయవంతం కావాలంటే, మనకు కావలసిన సామర్థ్యాలను అప్పటికే ఎంతో శ్రమించి నేర్చుకుని ఉన్న వ్యక్తుల యొక్క సహాయ సహకారాలు తీసుకోవడం అనేది చాలా ముఖ్యమైన విషయం. – బ్రియాన్ ట్రేసీ, మోటివేషనల్ స్పీకర్, రచయిత

ఏ ఆటలో అయినా ఛాంపియన్ అవ్వాలంటే ఒక కోచ్ అవసరం. జీవితంలో ఏ పని చేసినా, ఒక ఆటలా సాగాలనుకుంటే మనకూ ఒక లైఫ్ కోచ్ అవసరం. ఈ రోజు మన తప్పులనుంచి, చేదు అనుభవాలనుంచి నేర్చుకునేంత సమయం లేదు. ఇతరుల తప్పుల నుంచి నేర్చుకోవడం అనేది తెలివైన పని. ఆటగాడు సిద్ధంగా ఉన్నపుడే కోచ్ ఏమైనా చేయగలడు. మార్పుకు సంసిద్ధంగా ఉండడం, చేస్తున్నది సరైనది కాదు అని తెలిసినప్పుడు సరిదిద్దుకోవడం, మార్పుకు నాంది పలుకుతాయి.

ఒక రైతు విత్తనాలను వెదజల్లాడు. ఆ విత్తనాలు కొన్ని రహదారి ప్రక్కన బడ్డాయి. వాటిని పక్షులు తినేసాయి. కొన్ని విత్తనాలు బండలపై పడ్డాయి. అవిఎండకు వాడిపోయి ఎండిపోయాయి. కొన్ని ముళ్ళ పొదల్లో పడ్డాయి. ఆ ముళ్ళ మొక్కలు ఆ విత్తనాలను ఎదగకుండా చేసాయి. కొన్ని విత్తనాలు సారవంతమైన నేలపై పడ్డాయి. అవి మాత్రం చక్కగా పుష్పించి, ఫలించి వందల వేల రెట్లుగా మళ్ళీ విత్తనాల నిచ్చాయి. – జీసస్

విత్తనం ఎంత గొప్పదైనా, సారవంతమైన నేలకూడా ఉన్నపుడే ఆ విత్తనం మొలకెత్తుతుంది, మహా వృక్షమవుతుంది. సందేహం, అపనమ్మకాలని సంపూర్ణంగా అధిగమించి విశ్వాసం రాజ్యమేలే చోట అద్భుతాలు ఆవిష్కరింపబడతాయి. మనలో చాలా మంది మన అంతరంగం వైపు ఎప్పుడూ దృష్టి మరల్చం. జీవితం అన్నది బయట నుండి లోపలికి కాదు, లోపలి నుండి బయటకు వికసించేది. విత్తనం వేరుగా మారి, లోతుకు ప్రయాణం చేసి, ఎత్తుగా పెరుగుతుంది. వేర్లు లోతుగా ఉన్న వృక్షం పెను గాలులకు సైతం ఊగుతూ నృత్యం చేస్తుంది. లోతుగా లేని చెట్లు పిల్ల గాలులకే నేలకొరుగుతాయి.

ఒక రోజు ఒక వ్యక్తి నడుస్తూవెళుతుండగా, ఇంతలో ఒక భిక్షగాడు ధర్మం బాబూ! అని అడిగాడు దానికాయన, నాదగ్గర నీకివ్వడానికి ఏమీ లేదు నాయనా! అంటూ, నువ్వు కూర్చున్నావు చూడు.. అది ఏమిటి? అని అడిగాడు, ఏం లేదండి, పాత పెట్టే! అని సమాధాన మిచ్చాడు! ఎప్పట్నించో ఆ పెట్టెమీద కూర్చొనే ఇలా అడుక్కుంటున్నానని కూడా చెప్పాడు. దాని లోపలేముందో చూసావా? ....చూడలేదు గాని దాంట్లో ఏమీ ఉండదు సార్! అన్నాడు భిక్షగాడు. ఒకసారి లోపలేముందో సరిగ్గా చూడు! అన్నాడు. ఆ వ్యక్తి. ఇష్టం లేకపోయినా, ఆ పెట్టె తెరిచాడు.

నమ్మలేనంత ఆశ్చర్యంతో అతను ఉబ్బితబ్బిబ్బయిపోయేంతగా, ఆ పెట్టెలోపల అరల్లో బంగారం నింపి ఉంది! నేను కూడా మిమ్మల్ని లోపలికి తొంగిచూడండి! అని చెప్పే ఆ వ్యక్తిలాంటి వాడినే! అయితే ఆ కథలోలా పెట్టెలోకి చూడమనను అంతకంటే సమీపంలోని మీ అంతరంగంలోకి చూడమంటాను.

మనలో జ్ఞానానికి సంబంధించి మూడు విభాగాలుంటాయి. అవి

1. మీకు తెలుసని మీకు తెలిసిన విషయాలు

2. మీకు తెలియదని మీకు తెలిసిన విషయాలు.

3. మీకు తెలియదని కూడా మీకు తెలియని విషయాలు.

ఈ 3వ విభాగపు జ్ఞానమే మనందరిలో నిగూఢంగా ఉన్న ప్రత్యేక జ్ఞానము. ఇదే వెలికితీయని బంగారు గని. ప్రతి ఒక్కరినీ ఒక ప్రత్యేక వ్యక్తిని చేసే బ్రహ్మాస్త్రం. సహజవనరుల కోసం జరిగే తవ్వకాలలో ఒక భాండాగారం బయటపడినప్పుడు వచ్చే ఆనందం, మనిషికి తనలోని నిధి దొరికినప్పుడు కలుగుతుంది.

సహజ వనరుల కోసం జరిపే తవ్వకాలలో చాలా చోట్ల ఆయిల్, గ్యాస్ పడవచ్చు. కానీ అక్కడ ఉన్న నిక్షేపాన్ని వెలికి తీయడానికి పెట్టే నిర్వహణ ఖర్చుల కన్నా ఎన్నో రెట్లు లాభదాయకమైనప్పుడే అక్కడ రిఫైనరీ కడతారు లేదా ఆ బావిని మూసేస్తారు. అలాగే మీకు కూడా రిలయన్స్‌కు కె.జి. బేసిన్‌లో పడినట్టుగా ఒక పుష్కలమైన మేధోగని దొరకాలని చేసే ప్రయత్నానికి ఈ పుస్తకం దోహదపడుతుందని ఆశిస్తున్నాను.

ఏదీ నమ్మకండి, ఎక్కడ చదివినా సరే, ఎవరు చెప్పినా సరే,

ఆఖరుకు నేను చెప్పినా సరే,

అది మీ తర్కానికి, మీ లోక జ్ఞానానికి అంగీకారమైతే తప్ప,

– గౌతమ బుద్ధా

మనసు ఒక్కసారి ఉన్నత ఆలోచనలకు విస్తరించాకా,

తిరిగి మళ్ళీ ఎప్పటికీ పాత స్థాయికి రాదు.

– ఆలివర్ వెండెల్ హోమ్స్

హెచ్చరిక :

మనస్సు ఒక్కసారి ఉన్నత ఆలోచనలకు విస్తరించాకా,

తిరిగి మళ్ళీ ఎప్పటికీ పాత స్థాయికి రాదు.

– ఆలివర్ వెండెల్ హోమ్స్

పరివర్తన

21వ శతాబ్దంలో నిరక్షరాస్యులు అంటే చదవడం, రాయడం రానివారు కాదు, ఎవరైతే నేర్చుకోరో, అవసరం లేనివాటిని వదిలించుకోరో, అవసరమైనవాటిని తిరిగి నేర్చుకోరో వారే! – ఆల్విన్ టాఫ్లర్.

ఈ ప్రపంచీకరణ యుగంలో ప్రపంచం ఎప్పటికపుడు ఎంతగా మారిపోతుందో మనం చూస్తూనే ఉన్నాం. ఈ మార్పు ఎంత వేగంగా ఉందంటే, నేడు అసాధ్యం అనుకునే ఎన్నో విషయాలు రేపటికి సుసాధ్యమే అంటూ ఆవిష్కరింప బడుతున్నాయి. ఇటువంటి వేగవంతమయిన ఆధునిక ప్రపంచంలో వ్యక్తులు గాని, సంస్థలు గాని మార్పుతో పాటు మారకపోతే, అప్పటికే మార్పును అందిపుచ్చుకున్నవారిచే నిర్ధాక్షిణ్యంగా మార్చబడతారు. ఏదైనా రంగంలో వచ్చిన ఒక చిన్న మార్పు మనల్ని ఎన్నో రకాలుగా ప్రభావితం చేస్తుంది. నేడు మార్పు యొక్క వేగం ఎంత విస్తారంగా ఉందంటే గతంతో ఏ మాత్రం సంబంధం లేనంతగా మన జీవన విధానం మారిపోయింది!

ఒకటి రెండు దశాబ్దాల క్రితం మనం జీవించిన బాల్యాన్ని వివరించడానికి, ఒక్క ఆధారమూ లేనంతగా నేటి జీవన విధానం మారిపోయి, మన పిల్లలకు చెప్పడానికి, కొన్ని వందల సంవత్సరాల క్రితం జరిగిన చరిత్రవలె చెప్పవలసి వస్తుంది. కొన్ని శతాబ్దాలుగా రాని మార్పు, భారత దేశంలో 1990 నుండి సరళీకృత విధానాల తరువాత వచ్చింది. ఈ మార్పు వల్ల కొత్త సంపద సృష్టించబడి, జీవన శైలి మారినా భారత దేశంలో ఆర్థిక అసమానతలు విపరీతంగా పెరిగి పోయి, అవకాశాలు కొందరికే సొంతమయి, మిగిలిన వారిలో, ప్రత్యేకించి తల్లి తండ్రులకు ఖరీదైపోయిన జీవితం పట్ల, తమ పిల్లల భవిష్యత్ పట్ల అభద్రతా భావం పెరిగి పోయింది. దీనికి పర్యవశానంగానే కార్పొరేట్ విద్య బయలుదేరి, పోటీ పరీక్షలతో చిన్న వయసునుండే ఒత్తిడిని రుచి చూపించేస్తున్నారు. కేవలం ర్యాంకుల కోసమే చదువుకుంటే, వారిలో ఆలోచనా శక్తి పెరిగేదెప్పుడు? అసలైన జీవిత విద్య దొరికేదెప్పుడు?. ఇక కాన్సెప్ట్ స్కూళ్ళలో ఒత్తిడి లేని విద్య దొరకాలంటే వాటికి కట్టే ఫీజు చూస్తే ఎవరికైనా ఒత్తిడి తప్పదు. మరి ప్రభుత్వ విద్యాలయాలలో నాణ్యమైన విద్య దొరుకుతుందా అంటే, రకరకాల స్కీములతో రాజ్యాధికారం చెలాయించగలిగినప్పుడు విద్యావ్యవస్థను యుద్ధప్రాతిపదికపై ప్రక్షాళన చేయాల్సిన ఆవశ్యకత ఏముంది కనుక!

మరి ఇలాంటి వాతావరణంలో ఈ క్షణమే హాయి అని, భవిష్యత్‌ని గాలికి వదిలేయాలా లేదా భవిష్యత్ కోసం వర్తమానంలో వత్తిడికి గురవ్వాలా? రెండూ అవసరం లేదు. సరైన గమ్యంవైపు సాగుతున్నప్పుడు గమనం ఉత్తేజభరితమవుతుంది. సునామీ వచ్చినప్పుడు వేలాది మంది చనిపోయింది అలల వల్ల కాదు. సునామీ వస్తుందన్న సమాచారం లేకపోవడం వల్ల. ఈ 21వ శతాబ్దంలో మార్పుతో వచ్చే అలలకు సంసిద్ధులై ఉండనివారందరూ ఆర్థిక, భావోద్వేగ

సునామీలను ఎదుర్కోక తప్పదు. రేవులో లంగరు వేసిన ఓడ ఎపుడూ భద్రంగానే ఉంటుంది. కాని ఓడనునిర్మించింది అందుకోసం కాదు కదా! కాని సునామీలు వచ్చినపుడు సముద్రం మధ్యలో ఉన్న ఓడలే భద్రంగా ఉంటాయి. ఒడ్డున ఉన్న వాటికే ప్రమాదమంతా. గతంలో మీరు తీసుకున్న నిర్ణయాల ఫలితమే నేటి మీరు, నేటి మీ నిర్ణయాల ఫలితమే ''రేపటి మీరు''గా రూపొందుతారు. మనందరమూ కావాలనుకుంటే ఈ క్షణమే మారవచ్చు, కానీ మనం నిజంగా కావాలనుకుంటున్నామా అన్నదే ప్రశ్న.

ప్రజలు మార్పును ఇష్టపడతారు. కాని తాము మాత్రం మారడానికి ఇష్టపడరు. మనం మారకపోతే, మారిన వాళ్ళచే మార్చబడతాం అని ఒకప్పుడు చెప్పేవాడిని. కానీ నేడు మారకపోతే కొత్త తరం చేత తరమబడతారు! ఎందుకంటే ప్రపంచ చరిత్రలో మొట్ట మొదటిసారిగా, పిల్లలు, పెద్దల కంటే తెలివైన వారు. వారికి ఉన్న జ్ఞానం, వేగం, సామర్థ్యం, కమ్యూనికేషన్, అవకాశాలు పాత తరానికి లేవు. ఇంతకు ముందెన్నడూ లేని విధంగా నేటి యువతరం అనుభవం లేకపోయినా అపారమైన తెలివితేటలతో, ధైర్య సాహసాలతో, అపరిమితోత్సాహంతో అనుభవజ్ఞులను అత్యంత వేగంగా గతంలో కలిపేస్తున్నారు. ఇది 20–20 ఆట. ఈ ఫార్మాట్‌లో టెస్టు మ్యాచ్ అనుభవం పనిచేయదు. ప్రతిభ ఉన్నవారికి అసలైన ఆట ఇప్పుడే మొదలయింది. ఎప్పుడు వచ్చామన్నది కాదు, ఫైర్ ఉందా లేదా అన్నదే ప్రధానం.

మాజీ ప్రధానమంత్రి శ్రీ రాజీవ్‌గాంధీ ''ఆధునిక భారతదేశం ఆవిష్కరింప బడాలంటే, ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఒక్కటే సరిపోదు, ఆధునిక మేధస్సులు కావాలి'' అన్నారు. మీరు ఆత్మవిశ్వాసంతో సగర్వంగా తలెత్తుకుని నడవాలనుకుంటే, ఎప్పటికప్పుడు దుమ్ము దులుపుకుంటూ మనస్సును సరికొత్తదానికి సిద్ధం చేస్తూ ఉండాలి. మారడం అనేది గతంతో పోల్చడం వల్ల జరిగేది. రూపాంతరం/పరివర్తన/ ఒక కొత్త అవతారం అనేది భవిష్యత్ ప్రాతిపదికగా జరిగేది. మార్పు అనేది గొంగళి పురుగు యొక్క వివిధ దశలు అయితే పరివర్తన అనేది సీతాకోక చిలుక లాంటిది. 21వ శతాబ్దంలో అతి పెద్ద రిస్కు ఏమిటంటే రిస్కు లేకుండా జీవించడమే. రిస్కు అంటే ధనంతో సంబధించిన రిస్కు కాదు. కంఫర్ట్ జోన్ నుండి బయటకు వచ్చే రిస్కు. ఒక అఖండ విజయం కోసం ఒక సాధారణ విజయాన్ని ఫణంగా పెట్టడం. హృదయ, ఆత్మ సంబంధమైన పనికోసం, తాత్కాలిక అవసరాలు తీరే పనిని రిస్కుగా పెట్టడం. సాధారణంగా, ధనమే పెట్టుబడిగా మొదలుపెట్టిన పనిలో అనుభవం మిగులుతుంది. అనుభవంతో మొదలుపెట్టిన వ్యాపారంలో ధనం వస్తుంది. కానీ అంతరంగంలో రగులుతున్న దివ్యాగ్నినే (ప్రతిభ) మూలధనంగా పెట్టి, సానబట్టిన వృత్తిలో ఆనందం, ఐశ్వర్యం అన్నీ సమకూరుతాయి. విమానం సమాంతరంగా లేస్తుంది. రాకెట్ నిటారుగా లేస్తుంది. ఫైర్ ఉన్నదానికీ లేనిదానికీ తేడా అదే.

మనం భగవంతుడు దశావతారాల గురించి విన్నాము. అదే విధంగా మనిషి కూడా తన ప్రస్తుత జీవన విధానం భారమైనప్పుడూ, వ్యాపారంలో/చేస్తున్న పనిలో జీవం కోల్పోయినప్పుడూ,

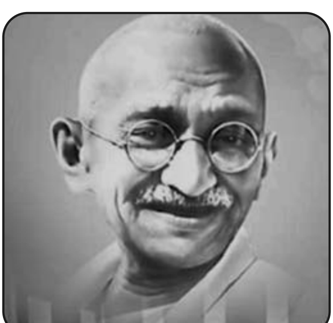
తన ఆలోచనలే తనకు పాతవిగా అనిపిస్తున్నప్పుడూ, భవిష్యత్ ఆశాజనకంగా లేనప్పుడూ ఒక సరికొత్త అవతారం ఎత్తాలి. అది ఒక బోయవానికి–వాల్మీకి కి ఉన్నంత వ్యత్యాసం ఉండాలి. అది ఒక అంతరంగ పిలుపై ఉండాలి. మీ చుట్టుపక్కలవారికి నచ్చకపోయినా సరే జీవితాన్ని ముసుగు లేకుండా జీవించే ధైర్యముండాలి. అలాంటి జీవితానికి మీరు సంసిద్ధులుగా ఉంటే, మీ జీవితంలో ఇప్పటివరకూ జరగనన్ని మార్పులు, రాబోవు కొద్ది నెలలలో జరుగవచ్చు.

ప్రతిభా చక్రం తుప్పుపడుతుంది. కాస్త పరివర్తన లేకుంటే.
ఎప్పటి పాత్రలనే బ్రతుకంతా నటిస్తూనే ఉన్నారా!
చేతిలోని పిసరంత విత్తనం మహా వృక్షమవుతుందే!
ఎదగని బెత్తెడు తోకల్లా జీవిస్తూనే ఉన్నారా!
చుట్టూ వంచన పెరుగుతూ ఉంటే చూస్తూనే ఉన్నారా!
తీరం మునుగుతూ ఉంటే రాగం తీస్తూనే ఉన్నారా!

– డా. సి. నారాయణ రెడ్డి

<u>వెస్ట్‌మినిస్టర్ అబ్బే అనే ప్రాంతంలో ఒక అంగ్ల బిషప్ సమాధిపై (1100)ఇలా వ్రాసి ఉంది.</u>

‘‘నేను యవ్వనంలో పూర్తి స్వేచ్ఛగా ఉన్నప్పుడు, నా ఊహలకు పరిమితులు లేనప్పుడు, ప్రపంచాన్ని మార్చాలని కలలుగన్నాను. కొంచెం వయసు, తెలివి కూడా పెరిగాకా, ప్రపంచం మారదని తెలుసుకుని నా యొక్క కలలను దేశాన్ని మార్చడానికి తగ్గించుకున్నాను. కానీ అది కూడా కష్టమని అనిపించింది. ఇక మరికొంత వయసు పెరిగాకా, ఆఖరి ప్రయత్నంగా కనీసం నా కుటుంబాన్ని మార్చుదామనుకున్నాను. అదీ నా వల్ల కాలేదు. ఇప్పుడు, నేను నా మరణశయ్యపై ఉన్నాను. అకస్మాత్తుగా నాలో జ్ఞానోదయమైంది. అసలు ముందుగా నన్ను నేనే మార్చుకుని ఉంటే, నా కుటుంబానికి ఒక రోల్ మోడల్ అయి అప్పుడు వారిచ్చే స్ఫూర్తి, సహకారాలతో దేశాభివృద్ధికి కారణమయ్యేవాడినేమో–ఇంకా ఎవరికి తెలుసు ప్రపంచాన్ని కూడా మార్చగలిగేవాడినేమో.’’



ప్రపంచంలో
ఏ మార్పును
నువ్వు కోరుకుంటున్నావో
ఆ మార్పు
ముందు నీలో జరగాలి

– మహాత్మాగాంధీ

ఎలా ఉన్నారు?

ప్రస్తుతం మీ జీవితంతో సంతోషంగా ఉన్నారా? లేకపోతే ఎప్పుడు సంతోషంగా ఉండగలరనుకుంటున్నారు? మీరు సంతోషంగా ఉండాలంటే ఏంకావాలి? మీ సమస్యలు అన్నీ తీరాకా ప్రశాంతంగా ఉంటారా లేక లక్ష్యాలు పూర్తి అయ్యాకా ఆనందంగా ఉంటారా!

నేడు చాలామంది జీవితంలో విజయం సాధిస్తున్నారు. కాని వారి జీవితం మాత్రం ఆనందంగా మలచుకోలేకపోతున్నారు. చాలా తక్కువమంది మాత్రమే బాహ్య జీవితంలోనూ అంతరంగ జీవితంలోనూ రెండింటిలోనూ విజయం సాధిస్తున్నారు.

చరిత్రలో అత్యంత సుఖవంతమైనటువంటి జీవనం సాగిస్తున్న సమాజం ఇదే నట. కానీ అత్యంత దుఃఖపూరితమైన సమాజం కూడా ఇదే అయి ఉంటుంది! నేటి సమాజం ఈ భూమిని పాడుచేసినంత ఇంకెవరూ చేసి ఉండరు. ఇంత ప్లాస్టిక్ కూడా ఎవరూ వాడి ఉండరు. ఇంత వేడి ఇంకెవరూ ఎక్కించి ఉండరు. ఒకప్పటి విద్య వివేకంతోకూడిన జ్ఞానులను తయారుచేస్తే నేటి విద్య మేధావులను మాత్రమే అందించగలుగుతుంది. హృదయం, ఆత్మను వదిలేసినప్పుడు బుర్రా వేడెక్కుతుంది. భూమీ వేడెక్కుతుంది. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సర్వే ప్రకారం 2020 నాటికి ప్రపంచంలో 60 శాతం మంది డిప్రెషన్‌కు గురౌతారట. 2020 నాటికి రెండవ అతి పెద్ద ఆరోగ్య సమస్య ఇదే అవుతుందట. డిప్రెషన్ అంటే ఏ పని చేయడంలోనూ ఆసక్తి లేక మూడీగా ఉండి పోవడం.

వ్యక్తి అంటే శరీరం, మనస్సు, హృదయం, ఆత్మ అన్నీ కారుకు నాలుగు చక్రాలు లాంటివి. ఏ చక్రం సరిగా లేకపోయినా ఆ బండి అదుపు తప్పుతుంది. ఇక ధనం అన్నది ఇంధనం. ఇంధనం లేకపోతే బెంజికారు కాదు కదా జెట్ విమానం కూడా కదలదు. కానీ ఇంధనం మన వాహనం మన గమ్యం చేరుకోవడం కోసం అవసరం కానీ మన గమ్యమే ఇంధనం కోసం కాదు కదా! ఇంత చిన్న లాజిక్ మిస్సవ్వడం వల్లే సుఖాలు, సౌఖ్యాలు, మౌలిక సదుపాయాలలో ఈ రోజు చాలామంది ఒకప్పటి రాజుల కంటే కూడా ఎక్కువ సుఖంగా ఉన్నా ప్రశాంతత అన్నది అందని ద్రాక్షే అయింది. సుఖసౌకర్యాలు పెరుగుతున్నాయి కానీ ఆనందం మాత్రం తరిగిపోతుంది. మన దేశంలో ఒకటి రెండు దశాబ్దాల క్రితం వరకూ ఆదాయం తక్కువ ఉన్నా మనుష్యులు సంతృప్తిగా జీవించేవారు. ఇప్పుడు ఆదాయం అనేక రెట్లు పెరిగినా చాలామంది ముఖాల్లో సంతోషం లేదు. ఇంటా బయటా అనేక సమస్యలు నేడు మనిషిని నైరాశ్యానికి, గురిచేస్తున్నాయి. ఈ కారణంగా క్రమేపి మనషి తన అంతరాత్మతో సంబంధం కోల్పోయాడు.

ఈ రోజుల్లో ఎవరినైనా, ''నువ్వు నిండు నూరేళ్ళు జీవించు!'' అని దీవిస్తే వెంటనే ''ఎందుకండీ, అంతకాలం బాధలు పడుతూ జీవించడం''! అనే వారే ఎక్కువయ్యారు. కీళ్ళ వాతంతో బాధపడుతూ కాళ్ళకు బంగారం బూట్లు చేసుకోవడం వల్ల ఎంత సౌఖ్యముంటుందో,

మనస్సులో ప్రశాంతత లేనపుడు బయటి సుఖాలూ అంతే. కొంతమంది ''మా జీవితం అయిపోయింది'' అంటూ ఉంటారు. అంటే వారు బ్రతికి ఉండగానే పోయినట్లా! ఒక సమాధి మీద వ్రాసి ఉందట, ''30 సంవత్సరాలప్పుడు పోయాడు, 60 సంవత్సరాలప్పుడు ఖననం చేసారు'' అని. అంటే గతంలో ఏదో ఒక సంఘటన జరిగినప్పుడు, ఒక నిర్ణయం తీసేసుకుని, నా లైఫ్ ఇంతే అని ఉత్సాహం కోల్పోతే ఇక శరీరం మాత్రమే పనిచేస్తుంది.

ఒక రైలు తన గమ్యంవైపు వెళ్తుండగా, ప్రయాణీకులందరూ హాయిగా నిద్రిస్తున్నారు. అకస్మాత్తుగా ఆ రైలు పొలాల్లోకి దూసుకుపోయింది. ప్రయాణీకులందరూ మేలుకొని హాహాకారాలు చేసారు. కాసేపటికి మళ్ళీ ఆ రైలు పట్టాలపైకి వచ్చేసింది. తదుపరి స్టేషనులో రైలుని ఆపి అధికారులు ఆ డ్రైవరుని ప్రశ్నించారు. రైలును పొలాలవైపు మళ్ళించడానికి కారణాలేమిటి అని. దానికి ఆయన ''సార్, పట్టాలపై ఒక వ్యక్తి అడ్డుగానిలిచి ఉన్నాడండి, ఎంత హారన్ కొట్టినా కదల్లేదండి'' అన్నాడు. దానికి అధికారులు, 'ఒక్క వ్యక్తి కోసం వేల మంది ప్రాణాలు ఫణంగా పెడ్తావా, ఎక్కించేయాల్సింది' అన్నారు. దానికా డ్రైవరు, ''నేనూ అదే నిర్ణయం తీసుకున్నాను సార్ కానీ ఆ ఇడియట్ పొలాలవైపు పరిగెట్టాడండి'' అన్నాడు.

మనం కూడా ఒక సమస్య వచ్చినప్పుడు, కొన్ని నిర్ణయాలు తీసుకుంటాం. ఆ సమస్య వెళ్ళిపోయినా కూడా ఆ నిర్ణయాలనే పట్టుకుని వేళ్ళాడుతుంటాం. కీలకమైన విషయాలలో బ్రేక్ త్రూ రావాలంటే గతంతో తెగతెంపులు చేసుకోవాలి. అసలైన గమ్యం పట్ల అవగాహన ఉన్నప్పుడు, ఆ గమ్యం చేరాలన్న తపన ఉన్నప్పుడు, అప్పుడప్పుడూ దారి తప్పినా కూడా తిరిగి దారినపడ్తాం.

చాలా మంది జీవితంలో పలు సమస్యలకు తన పరిస్థితులే కారణం అని అనుకుంటారు! కాని ఆ పరిస్థితులు, సంఘటనలు అన్నింటికి మనమే బాధ్యులం అన్న విషయాన్ని పరిగణించరు. సాధించే సత్తా లేకుండా ఏ వ్యక్తికీ ఓ కల ఎలా ఇవ్వబడదో, పరిష్కరించే సత్తా లేకుండా ఏ వ్యక్తికీ ఏ సమస్యా రాదు. అయితే మనం సమస్యను సృష్టించిన దానికంటే ఉన్నత స్థాయినుండి ఆలోచించిననాడే ఆ సమస్యకు ఓ సరైన పరిష్కారం లభిస్తుంది. సమస్యలు జీవితంలో అంతర్భాగం. మనకంటే సమస్య పెద్దదయినప్పుడు అది సమస్య. సమస్యకంటే మనం పెరిగినప్పుడు అది అవకాశం. నా సమస్యలన్నీ తీరిపోతే నేను చాలా సంతోషంగా ఉంటాను అన్నవారెవరూ సంతోషంగా ఉండలేరు? ఎందుకంటే సమస్యలనేవి లేకపోతే అది జీవితమే కాదు! ఇ.సి.జి తీసినపుడు ఆ గ్రాఫ్‌లో గీతలు పైకీ క్రిందకి ఉంటాయి. ఒకవేళ అలా కాకుండా సమాంతరంగా ఉంటే జీవం లేనట్లే కాదా! అదేవిధంగా జీవితంలో సమస్యలు, సంతోషాలు కూడా అలాగే ఉంటాయి. మీకు ఎదురయ్యే ప్రతి సమస్య, మీరు ఆ సమస్యను మించి ఎదగడానికి తోడ్పడేదే! ఒక వ్యాయామశాలలో, ఎప్పటికీ ఒకే బరువు ఎత్తే వ్యక్తికి కండలు పెరగవు. ఒకసారి పెద్ద బరువులు మోయడం అలవాటయినప్పుడు, చిన్నవన్నీ చాలా సునాయాసంగా ఎత్తేస్తారు. అలాగే చిన్న వయసులోనే పెద్ద ఘర్షణలు ఎదుర్కొన్న వారిలో మానసిక పరిణతి ఎక్కువగా ఉండడం మనం గమనించవచ్చు.)

ఆనందమా నీవెక్కడ!

ఇంగ్లండ్‌లోని ఒక పరిశోధనలో తెలిసిందేమిటంటే ఒక శిశువు రోజుకు 300 నుండి 400 సార్లు నవ్వుతుందట. టీనేజర్లు రోజుకు 17 సార్లు నవ్వుతారట. పెద్దవారికి మాత్రం ఫోటోగ్రాఫర్ 'స్మైల్ ప్లీజ్' అని గుర్తు చేయాల్సివస్తుందట. నవ్వడం అన్నది మరచిపోయిన బాష అయిపోయింది. ఈ రోజు నవ్వు కూడా ఒక థెరపీ లాగా ప్రాక్టీస్ చేయాల్సివస్తుంది.

నీకు ప్రశాంతత కావాలంటే ప్రపంచంలో అత్యంత సుందరమైన ప్రదేశానికి వెళ్ళు. ఒక్కసారి ఇక్కడకు చేరావంటే ఇక ఈ ప్రపంచం అంతా సౌందర్యమయం అయిపోతుంది. ఆ ప్రదేశం కోసం బయట వెతుకుతుంటే మిస్సయి పోయినట్లే, ఈ విశ్వంలో అత్యంత అందమయిన ప్రదేశం మీలోపలే ఉంది అంటారు ఆధ్యాత్మిక గురువు శ్రీశ్రీ రవిశంకర్.

గాంభీర్యంతో ఉండటం విజేతల లక్షణమూ కాదు. బాధ్యతగా ఉండటం అంటే ఆందోళన పడటమూ కాదు. రఫ్‌గా ఉండడమే నాయకత్వమూ కాదు. ఏడిచే మగవారిని, నవ్వే ఆడవారిని నమ్మొద్దు అన్నవి పనికిమాలిన అవుట్ డేటెడ్ సామెతలు. చిన్నపిల్లలలాగా ఉండటమంటే కేవలం నవ్వుతూ ఉండమని కాదు. చిన్నపిల్లలేం అలా ఉండరు. చిన్నపిల్లలు ఆడినప్పుడు ఆడతారు, నవ్వినప్పుడు నవ్వుతారు, ఏడ్చినప్పుడు ఏడుస్తారు. ఏది చేసినా పూర్తిగా లీనమై చేస్తారు. అందుకే వారు ఏడ్చినప్పుడు కూడా ముద్దొస్తారు. ఎప్పుడూ నవ్వేవారు మెంటల్ హాస్పటల్‌లో ఉంటారు.

అందుకే అన్నారు, శిశువులు, జ్ఞానులు ఇద్దరు తప్ప ఇక్కడ సుఖముగ ఉన్నదెవరు చెప్పు అని. జ్ఞాని అంటే తను ఏం చేయగలడు, ఏం చేయలేడు అన్న విషయంలో స్పష్టత కలిగి, తను చేయగల పనిని ఒక చిన్న పిల్లవాడు పెయింటింగ్ వేసినంత శ్రద్ధగా, ఏకాగ్రతతో లీనమయి చేసేవాడు. భక్తి అంటే లీనమవడం అని అర్థం. అందుకే గీతాపారాయణం కంటే ఫుట్‌బాల్ ఆట ఆడడం ద్వారా మీరు దేవుడ్ని త్వరగా చేరుకోవచ్చు అన్నారు స్వామీ వివేకానంద. మన ఆట కూడా మనకి దొరికితే, ఆటను ఆటకోసం ఆడితే...దేవుని రాజ్యం లోపలే ఉంది.

ఒక గంట సంతోషంగా ఉండాలనుకుంటే సినిమా చూడండి, ఒక రోజు సంతోషంగా ఉండాలనుకుంటే పిక్‌నిక్‌కు వెళ్ళండి. వారం రోజుల సంతోషం కోసమైతే మంచి హాలిడే స్పాట్‌కు వెళ్ళండి. ఒక నెల రోజులు సంతోషంగా ఉండాలనుకుంటే ఒక కొత్త ఉద్యోగం చూసుకోండి! ఒకసంవత్సరం సంతోషంగా ఉండాలనుకుంటే – పెళ్ళి చేసుకోండి. కాని జీవితాంతం సంతోషంగా ఉండాలనుకుంటే నీవు ప్రేమించే పని చేయి లేదా చేస్తున్న పనిని మనసా, వాచా, కర్మణా ప్రేమించు, అలా ఏదో ఒక రోజు నీ అసలైన పని చేసే అవకాశం రావొచ్చు.

చిన్న పిల్లల లాగా ఉండడం వేరు, చిన్న పిల్లల లాగా ఆలోచించడం వేరు. అంతా నాకే కావాలి, నేను, నాకు, నన్ను, నాది, నాకేంటి పదాలు తరచుగా అనుకోవడం చిన్నపిల్లల తత్వం. ఆనందంగా ఉండడం, ముసుగు లేకుండా జీవించడం, ఈ క్షణంలో ఉండడం చిన్న పిల్లల స్వభావం. **శిశువుకి నాలుగు లక్షణాలుంటాయి:**

1. కారణం లేకుండానే ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉంటాడు.

2. ఎప్పుడూ ఉత్సాహంగా, చైతన్యవంతంగా ఉంటాడు.

3. తనకు కావలసింది లభించేదాకా నిద్రపోడు.

4. తన కోరిక తీరిన ''వెంటనే'' ఏడుపు ఆపేస్తాడు. క్షణంలో నవ్వేస్తాడు.

ఒక తల్లి తన పాపతో బీచ్ కెళ్ళింది. ఆ పాప నీటిలో ఆడుతుండగా అకస్మాత్తుగా ఒక పెద్ద అల ఆ చిన్న పాపను సముద్రంలోకి లాక్కొని పోయింది. షాక్‌కి గురయిన ఆ తల్లి తన బిడ్డకోసం బిగ్గరగా ఏడుస్తూ ప్రార్థించింది, తన బిడ్డను తనకివ్వమని. ఇంతలో మరో పెద్ద అల వచ్చి ఆ బిడ్డను ఒడ్డున పడేసింది. పాప బ్రతికే ఉంది. ఆ తల్లి సంతోషం పట్టలేక బిడ్డను తడిమితడిమి ముద్దుపెట్టుకుని... మళ్ళీ ఏడవసాగింది. ఎందుకంటే తన బిడ్డ బాటా చెప్పుల్లో ఒకటి రాలేదట.

చాలామందికి ఉన్న సమస్యేమిటంటే పెద్ద సమస్యలు లేకపోవడం. ఈ ప్రపంచంలో నాదే పెద్ద సమస్య అనుకోవడం. ఈ రోజు మనిషికి విజయం పట్ల అభిప్రాయం మారిపోయింది. ఒకప్పుడు వ్యక్తికి అతని వ్యక్తిత్వానికి, కేరక్టరుని చూసి, విలువ ఇచ్చేవారు. ఈ రోజు ఎంత సంపాదించాడన్నదే ప్రధానం–ఎలా సంపాదించాడన్నది కాదు. సమాజంలో అజ్ఞానులు ఎక్కువైనప్పుడు, అజ్ఞానులకి మరొక అజ్ఞానే జ్ఞాని.

డా. మార్టిన్ లూథర్‌కింగ్ చెప్పినట్లు 'మానవాళి పట్ల మనకుండవలసిన సహృదయ సంబంధాలు నిర్వర్తించవలసిన సేవలను బట్టికాక, జీతభత్యాలు, కార్లు, బంగళాలు కొలబద్దగా మనం విజయాన్ని బేరీజు వేయడానికి బాగా అలవాటు పడిపోయాం!''

మనకంటే, అవకాశాలు లేనివారి సమస్యలతో పోలిస్తే మనకున్న కొద్దిపాటి బాధలు పెద్దగా పరిగణించదగ్గవి కాదు. నిజానికి మనిషికూడా పెద్ద సమస్యల గూర్చి ఎప్పుడూ ఫిర్యాదు చెయ్యడు. ఏదో ఒకటిచేసి పరిష్కరించుకుంటాడు. చిన్న చిన్న సమస్యలే, ఏమి చెయ్యాలో తెలియనంత చిన్నవై మనల్ని చిరాకు పరుస్తాయి. చిన్న చిన్న సమస్యలతో మనసంతా నిండిపోతే, ఇక ఆనందమెక్కడ. మీరనుకోవచ్చు, నాది చాలా పెద్ద సమస్య అని. ఈ విశ్వంలో అది ఏ పాటి సమస్య?

''ఈ విశ్వంలోని కోటానుకోట్ల గెలాక్సీల్లో మన పాలపుంత ఒక చివర చిన్న చుక్కంత. దానిలోని కోట్లాది నక్షత్రాలు, గ్రహాల్లో భూమి ఆ భూమిపై మీరు, నేను! మన పరిణామం, ఎంత చిన్నవి?!, ఆ విశాలత్వం యొక్క వెలుగులో చూస్తే మనకున్న సమస్యలు ఎంత అప్రధానమైనవి? మనం ఈ భూమిపై కొంతకాలమే జీవిస్తాం, ఆ జీవితాన్ని వైభవోపేతమైన

అనుభూతిగా ఎందుకు మలచుకోకూడదు? మీదైన ఒక బహుమతిని ఈ ప్రపంచానికివ్వడానికి మీ జీవితాన్ని ఎందుకు అర్పించుకోకూడదో ఆలోచించండి. కూర్చుని పెన్ను తీసుకొని మీ జీవితంలో మీరు కలిగిఉన్న మంచి వాటిని అన్ని వరుసగా వ్రాయండి!'' – స్టీఫెన్ హాకింగ్, గొప్ప శాస్త్రవేత్త, 'కాలం కథ' (ఆంగ్లంలో బ్లాక్ హోల్స్) రచయిత.

జీవితం ఇప్పుడే, ఇక్కడే ఉంది. ఈ క్షణమే మీది. ఇవి మళ్ళీ రానే రావు. జీవితం అంతా కౌంట్ డౌన్ కదా! ఈ క్షణం శ్వాసిస్తూ ఉన్నామంటే అర్థం జీవిస్తున్నామని. మనం ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్ళతో పాటే జీవితాన్ని పండగ చేసుకావాలి. శీతాకాలం అనేదే లేకపోతే వసంతంలోని ఆనందం మనకు తెలియనే తెలియదు. ఏ అవాంతరాలు, ప్రతికూలతలను ఎదుర్కోకుండా వచ్చిన సంపదను నిలుపుకోవడమూ కష్టమే. బయటి వాతావరణం ఎలా ఉన్నా, ఎయిర్ కండిషన్ తో లోపలి వాతావరణం మార్చినట్టుగానే, సరైన జ్ఞానం ఉంటే బురదలో ఉండి కూడా కలువ పువ్వులా వికసించవచ్చు.

ముందుగా మీతో మీరు ఆనందాన్నీ, ప్రశాంతతని పొందలేకపోతే, మీకున్న వాటితో కూడా సంతృప్తిని పొందలేరు! జీసస్ చెప్పినట్లుగా ''ముందుగా దేవుని రాజ్యాన్ని కోరుకో, మిగతావన్నీ నీతోనే వస్తాయి. చిన్న పిల్లల్లాంటి వారు మాత్రమే దేవుని రాజ్యంలో ప్రవేశించగలరు. దేవుని రాజ్యం నీలోనే ఉంది''. దేవుని రాజ్యమంటే ఆనందమే కదా! అందుకే పిల్లలు ఆనందంగా ఉంటారు. మరియు జ్ఞానులు ఆనందంగా ఉంటారు. **పిల్లలను మాస్టర్ అంటారు. జ్ఞానం ఉన్నవారినీ మాస్టర్స్ అంటారు. మధ్యలో ఉన్నవారినే మిస్టర్ అంటారు.** ఎందుకంటే బ్రిటిష్ వారు ప్రవేశపెట్టిన, కాలంచెల్లిన విద్యా విధానంలో 20 సంవత్సరాలు చదివినా జీవితం మిస్టరీగానే మిగిలిపోతే ఇక మిస్టర్ గాక మరేమనాలి! ఇక ఆడపిల్లలనైతే 'మిస్' అంటారు. ఎందుకంటే మన సమాజంలో ఆడపిల్లల పట్ల వివక్ష వలన వాళ్ళు జీవితాన్ని మిస్సే అయ్యారు.

ఈ రోజు స్త్రీ పురుష భేదం లేకుండా ప్రతిభను బట్టి అవకాశాలు ఎదురుచూస్తున్నాయి. నిజానికి మనలోనే స్త్రీ–పురుషులు ఇద్దరూ ఉంటారు. ప్రతి ఒక్కరిలో ''అర్ధ నారీశ్వర''లా స్త్రీ తత్వం మరియు పురుష తత్వం రెండూ సమంగా ఉండాలి. ప్రేమించే తత్వం స్త్రీదైతే సాధించే తత్వం పురుషుడిది. ఈ రోజు చాలా మంది స్త్రీలు తత్వంలో పురుషులు. చాలా మంది పురుషులు తత్వంలో స్త్రీలు. ఝాన్సీ లక్ష్మీభాయివంటి వారిలో రెండూ సమంగా చూడవచ్చు.

సముద్రం వద్ద ఒక సురక్షితమైన బీచ్‌లో ఒకతను వేచి చూస్తున్నాడు, అలలు ఎప్పుడు ఆగిపోతాయా, స్నానం చేద్దామని. అలా ఉంది, మనందరి జీవితం. అలలు(సమస్యలు) ఉన్నప్పుడే స్నానం చేసేయాలి. జీవితం ఉండగానే ఆనందించేయాలి. ఉగాది పచ్చడిలో రకరకాల రుచులు ఉన్నట్టుగానే, జీవితంలో ఆనందం, బాధలు అన్నిటిని అంగీకరించగలగాలి.

నువ్వు ఎవరు? నీకేం ఉన్నాయి? ఎక్కడున్నావు? ఏంచేస్తున్నావు?
ఇవేవీ కావు, నువ్వు ఎలా ఆలోచిస్తున్నావు?
అనే విషయం ఒక్కటే నీ ఆనందానికైనా, దుఃఖానికైనా కారణం. – డేల్ కార్నేగీ

మీలోని వజ్రం

మనలోపల ఉన్న దానితో పోలిస్తే, మన ముందు ఉన్నది, మన వెనుక ఉన్నది, చాలా చిన్న విషయాలు – ఎమర్సన్

ఎన్నో విజయాలు సాధించిన తర్వాత కూడా అసంతృప్తికి కారణం ఏమిటి? ఏ కారణమూ లేకపోయినా ఏదో కోల్పోయిన భావన ఎందుకు? అంతా సక్రమంగా జరిగిపోతున్నా ఏదో మిస్సయిన లోటు? ఇంత సంపాదించినా ఏమీలేనట్టుగా ఎందుకు ఉంది? వారెప్పుడూ వారి మనస్సు మాట వినలేదన్నమాట.

ఒక వ్యక్తి వీధి దీపం క్రింద దేనికోసమో వెతుకుతున్నాడు. అటుగా పోతున్న ఇంకొక వ్యక్తి దేనికోసం వెతుకుతున్నారు అని అడిగాడు. 'తాళాల కోసం'! ఆ వ్యక్తి చెప్పాడు.

ఎక్కడ పోగొట్టుకున్నారు? ఆ వ్యక్తి అడిగాడు.
ఇంటి దగ్గర...సమాధానం చెప్పాడు...
మరి ఇక్కడెందుకు వెదుకుతున్నారు?...
ఎందుకంటే మా ఇంట్లో లైట్‌లేదు కాబట్టి... అన్నాడు.

మనం కూడా అంతే! లోపల పోగొట్టుకున్నదానికోసం, బయట వెతుకుతున్నాం! మనమంతా జీవితంలోని మాధుర్యాన్ని అనుభవించలేనంత యాంత్రికంగా జీవితాన్ని గడిపేస్తున్నాం! మీ బ్యాంక్ ఖాతాలో కోట్లాది రూపాయలు ఉన్నాయి, కానీ మీకా విషయం తెలియకపోతే ఏం ప్రయోజనం! తవ్వకాలు జరపందే నిధులు ఎలా దొరుకుతాయి? మనలోపల నిక్షిప్తమైఉన్న భాండాగారం యొక్క తాళం తెరువ వలసింది మనమే.

నాకే ఎందుకు అని మథన పడే బదులు, ఎందుకు కాదు? ఏ రకంగా చేస్తే పరిష్కారం లేదా ఒక గొప్ప అవకాశంగా మారుతుంది? అనుకోవడం వల్ల సరైన ఆలోచనలు వస్తాయి. అడగండి–ఇవ్వబడుతుంది అన్నారు. సరైన ప్రశ్నలు, సరైన సమాధానాలను ఇస్తాయి.

జీవితం వేడివేడి కాఫీలాంటిది. దానిని చేతితో పట్టుకుని, కిటికీ ప్రక్కన కూర్చొని కొంచెం తాగాకా... ప్చ్... చప్పగా ఉంది! ...లేచి లోపలికెళ్ళి పంచదార వేసుకోవడానికి బద్ధకం... ఇష్టంలేకపోయినా అలాగే నెమ్మదిగా త్రాగేస్తారు! ....అంతా త్రాగాకా చూస్తే కప్పులో అడుగున కరగని పంచదార గుళికలు ఉంటాయి.

ఆల్ హాఫీద్ అనే సంపన్న రైతు తనకున్న పొలం సాగు చేసుకుంటూ చాలా సంతోషంగా జీవించేవాడు. ఒకరోజు ఒక జ్యోతిష్కుడు అతనికి వజ్రాలగని దొరికే యోగం ఉందని దానికోసం ప్రయత్నించమని, వజ్రాలు లభ్యమయితే ఒక దేశాన్నే కొనవచ్చనీ, తన సంతానాన్నందరినీ మహారాజుల్లా బ్రతికేలా చేయవచ్చని బోధించాడు. ఆల్ హాఫీద్‌కి ఇది బాగా తలకెక్కింది.

ఆ రోజు రాత్రి ఆల్‌హాఫీద్ తన పడగ్గదికి ఒక నిరుపేదలా ప్రవేశించాడు. అతను ఏదో కోల్పోయాడని బీదవాడు కాలేదు. అతను ఎందుకు బీదవాడు అయ్యాడంటే 'నాకేదో తక్కువ ఉంది' అనే అసంతృప్తి వల్ల. అసంతృప్తి ఎందుకు వచ్చింది అంటే 'నా దగ్గర ఏమీలేదు' అనుకోవడం వల్ల. ఆ రాత్రి నిద్రపట్టలేదు. మర్నాడు ఉదయమే ఆ జ్యోతిష్కుడిని కలిసి తాను ఎలాగైనా అపరిమితమైన ధనవంతుడినవ్వాలని తన కోరికను వెల్లడించాడు. ఇద్దరి మధ్య సుదీర్ఘ సంభాషణ తర్వాత ఎత్తైన శిఖరాల మధ్య, తెల్లని ఇసుక మీదుగా ప్రవహించే నదుల్లో వజ్రాలు దొరుకుతాయని జ్యోతిష్కుడు చెప్పాడు. అల్‌హాఫీద్ తన పొలం అమ్మేసి, ఆ ధనాన్ని తీసుకొని, కుటుంబాన్ని వేరొకరికి అప్పగించి వజ్రాలవేటకై బయలు దేరాడు.

సంవత్సరాల తరబడి శ్రమతో పాలస్తీనా, యూరఫ్ అంతటా తిరిగి తిరిగి వజ్రాలు లభించక చివరికి బికారిగా మారిపోయాడు. ఇక ఏమాత్రం ఆశలేని అతను స్పెయిన్ సముద్రతీరంలో ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు.

ఇదే సమయంలో ఒకరోజు అల్‌హాఫీద్ నుంచి పొలం కొన్న వ్యక్తి, తన ఒంటెకు పొలం దగ్గరలో ప్రవహిస్తున్న నీటి వాగులో నీరు త్రాగిస్తుండగా, అక్కడ తెల్లని ఇసుకలో నల్లని రాయిపై సూర్యరశ్మి పడి ఇంద్రధనుస్సు రంగులతో మెరసిపోవడం గమనించి బయటకు తీసి చూస్తే అది వజ్రం. ఆ పొలం అంతా వజ్రాలగని. అతడే దానికి యజమాని అయ్యి కోటీశ్వరుడయ్యాడు.

అదే అల్ హాఫీద్ ''తన పొలం'' సాగుచేసుకుంటూ తృప్తిగా ఉండి ఉంటే, ఒంటరితనం, బీదరికం, బికారి జీవితం, దిక్కులేని చావుకి బదులుగా 'వజ్రాలగనుల'కు యజమాని అయి ఉండేవాడు. ఈ కథలోని ఆశ్చర్యకర మైన, దురదృష్టకరమైన నిజం ఏమిటంటే మనలో ఎంతో మంది అల్ హాఫీద్‌లున్నారు. తనదైనటువంటి వజ్రాలగనుల కోసం తనలో తప్ప, అన్నిచోట్లా తిరుగుతూ వెతుకుతున్నారు. వజ్రాలు మనలోపలే వేచి చూస్తూ ఉన్నాయి ఒక అరుదైన ప్రతిభ రూపంలో. వాటిని పట్టి, సానబెట్టి, పాలిష్ చేయాల్సింది ఎవరికి వారే. రోడ్డుమీద రాయిని తీసి ఎవరూ జేబులో వేసుకోరు. వజ్రం అయితే అందరికీ కావాలి.

మానవుడొక విచిత్రమైన జీవి.
అతడు హిమాలయాల ఎత్తును అధిరోహిస్తాడు.
పసిఫిక్ లోతుల్లోకి ప్రవేశిస్తాడు,
చంద్రుడిపైకి, అంగారకుడి పైకి యాత్రలు చేస్తాడు...
కాని ఒక్క విషయం...
ఎప్పుడూ తన అంతరంగలోకి మాత్రం తొంగి చూడడు.

– ఓషో

జీవితాన్ని సార్థకం చేసేది ఏమిటి?

మానవజన్మ పొందిన వారు ధన్యులు. స్వర్గంలోని దేవతలు కూడా ఈ జన్మనే కోరుకుంటారు. ఎందుకంటే నిజమైన జ్ఞానాన్ని, పరమ ప్రేమను పొందడం మానవులకే సాధ్యం.

– భగవద్గీత

మనలో చాలామంది కలకాలం జీవిస్తామనే భ్రమలో మునిగి జీవించడాన్ని వాయిదా వేస్తుంటారు. సత్యం ఏమిటంటే ఈ రోజు మాత్రమే మనది. మన సమయాన్ని ఎలా గడుపుతామో ఒకసారి చూద్దాం, మన జీవితంలో మూడో వంతు నిద్రపోతాం! అంటే సంపూర్ణాయుస్సుతో మనం జీవిస్తే నిద్రపోయేది 30 సం॥లు. సుమారు 4సం॥లు టాయిలెట్‌లలో, 7 సం॥లు తినడంలో, 8 సం॥లు ప్రయాణాల్లో, 4 సం॥లు టి.వి. చూడటంలో, 4 సం॥లు చదవడంలో, 4 సం॥లు సెల్‌ఫోన్‌లో మాట్లాడటంలో, కనీసం ఒక సంవత్సరం మరచిపోయినవి వెతుక్కోవడంలో గడిపేస్తాం! ఇక జీవించే సమయం ఎంత?

ఇక మిగిలిన వేకువ ఘడియలే మన జీవితం, అందులో ఎక్కువ శాతం మనం ఎంచుకున్న పనిలో గడిపేస్తాం. ఒక సాధారణ వ్యక్తి వారానికి 40 గం॥లు పనిచేస్తాడు. అలా **తన జీవితంలో 40 సం॥లు పనిచేస్తే సుమారు 80,000 గంటలు మనిషి తన పనిలో గడుపుతాడు.** అంత సమయాన్ని మీరు కోరుకున్న రీతిలో, మీ కిష్టమయిన పనిలోనే గడపాలన్న కోరిక మీకెన్నడూ రాలేదా? మనం చేసే పనిని ప్రేమించలేని స్థితిలో మనం ఉంటే, మనం జీవిస్తున్నట్లా?!

ఇంకే ఇతర మార్గం కంటే మనం చేసే పని ద్వారానే మనల్ని మనం ఆవిష్కరించుకోగలం. మనం చేసే పనిలోని అనుభవం, అనుభూతి యొక్క ప్రభావం జీవితంలోని ఇతర విషయాలపై కూడా పడుతుంది. ఆ పని ద్వారానే మనకు కావలసిన ఆర్థిక అవసరాలు తీరి బ్రతకగలగడమేకాక జీవితంలోని సంపూర్ణమైన ఆనందాన్ని ఆస్వాదించగలం.

లారెన్స్ బోల్ట్ మాటల్లో ''మీరు ప్రేమించే పని పట్ల తపన – రెండు సామాన్య ప్రశ్నలు అడగడం ద్వారా మొదలవుతుంది. నేను ఎవరిని? నేను ఇక్కడేం చేస్తున్నాను? ఈ ప్రశ్నలు మానవ జాతి వయసుతో సమానంగా, ఈ భూమి మీద నడిచే అదృష్టం కలిగిన ప్రతి స్త్రీ, పురుషుల మదిలో కొత్తగా జన్మిస్తూనే ఉన్నాయి.''

ప్రపంచానికి ఏది అవసరమో అడగవద్దు. నీకు జీవశక్తినిస్తూ నిన్ను జీవింప చేసే పని ఏమిటో తెలుసుకో! ఆ కర్తవ్యాన్ని నిర్వహించు! ఎందుకంటే ప్రపంచానికి అలా జీవించే మనుషులు మాత్రమే అవసరం.

– హెరాల్డ్ వైట్‌మేన్

బ్రతకడమా – జీవించడమా?

నేడు చాల మందికి జీవితం భారమయిపోయింది. హార్వర్డ్ బిజినెస్ రివ్యూ ప్రకారం మనలో 3% మాత్రమే తమకు కావలిసినట్టు జీవిస్తున్నారు. 30% కొంతవరకు విజయవంతంగా జీవించగలుగుతున్నారు. మిగతా 67% మంది కేవలం బ్రతుకుతున్నారంతే!

'దశాబ్ద కాలంలో జీవనశైలిలో వచ్చిన మార్పులు వ్యక్తుల మానసిక ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావాన్ని చూపుతున్నాయి. నేడు ఎంతో మంది ఏదో ఒకరకమైన ఒత్తిడికి లోనవుతున్నారు. రాష్ట్రంలో దాదాపు 12శాతం మందికి మానసిక సమస్యలు ఉన్నాయి. భవిష్యత్తులో మిగిలిన జబ్బులతో పోలిస్తే మానసిక రుగ్మతలు ప్రథమ స్థానం ఆక్రమిస్తాయని నిపుణులు ఆందోళన వ్యక్తంచేసారు''. (మూలం: ఈనాడు 7-4-2011 మొదటి పేజి).

యాంత్రికంగా, ఏ మాత్రం ఇష్టం లేకపోయినా హృదయగీతమైన సంతోషం లేకుండా కేవలం డబ్బుకోసమే పనిచేయవలసి వస్తుంటే క్రమేపీ వ్యక్తి యొక్క శక్తి హరించుకు పోతుంది. మనిషి బ్రతకటం కోసం, డబ్బు కోసం పనిచేస్తాడు. ఇక్కడ ప్రశ్న ఏమిటంటే అసలు మనం బ్రతకటం దేనికోసం? కోయిలకు పాడడం ఇష్టం. పాడాలంటే తినాలి, తినాలంటే పనిచేయాలి. ఒక వేళ కోయిల తినడం కోసమే పనిచేస్తూ గడిపేస్తుందనుకోండి? అపుడు, దాని పాటెక్కడ?

మనకు అవసరం లేని విషయాల్లో పోటీపడిపోతూ కృషి చేయడం వృథా ప్రయాస. మరియు అది ఒక ఎలుకల పందెం లాంటిది. ఇటువంటి వ్యక్తులు నిరంతరం ఒత్తిడికి గురవుతూ, ఇతరుల మెప్పు కోసమో, మెప్పించడం కోసమో పని చేస్తారు. వీరు భౌతికమైన సంపదను కూడబెట్టగలరేమో కాని అంతరంగంలో పేదవారిగానే ఉండిపోతారు. సంపద పెరిగే కొద్దీ వీరి అశాంతి కూడా పెరుగుతుంటుంది. సంపదకూ ఆనందానికీ సంబంధం లేదు. **డబ్బు ఆనందం ఇవ్వదు, దుఃఖాన్ని ఇవ్వదు. లోపల ఉన్నదాన్నే పెంచుతుంది. ఆనందంగా ఉన్న వ్యక్తి సంపన్నుడైతే ఆనందం పెరుగుతుంది. అశాంతిగా ఉన్న వ్యక్తి సంపన్నుడైతే అశాంతి పెరుగుతుంది.**

బ్రతకటం ఎప్పుడూ సమస్య కాదు. మనం పుట్టకముందే మన కోసం తల్లి పాలు సిద్ధం గా ఉంటాయి. జీవించడానికే జీవితం అంతా! ''పక్షులను చూడండి, అవి విత్తవు, పంటను పండించవు. అయినా భగవంతుడు వాటికి రోజూ ఆహారం అందిస్తూనే ఉంటాడు. మీరు ఆ పక్షుల కంటే శ్రేష్ఠము కాదా!'' అంటారు జీసస్. ఒక్క మనిషికి తప్ప మిగతా అన్ని జీవులకీ తమ స్వధర్మమేమిటో తెలుసు. మనిషి మాత్రం తన స్వధర్మాన్ని తానే కనుగొనవలసి ఉంది.

''ప్రతిరోజూ లేడికి తను బతకాలంటే పులి కంటే వేగంగా పరిగెత్తాలని తెలుసు. పులికి తను బతకా లంటే లేడికంటే వేగంగా పరిగెత్తాలని తెలుసు. ఈ రెండిటిలో పులి చాలా బలమైనది. అయినా సుమారు 13 సార్లు ప్రయత్నిస్తేనే కానీ దానికి ఆహారం దొరకదట. ఎందుకంటే పులి, లేళ్ళ గుంపులో ఒక్కదానిని టార్గెట్ చేసి తరుముతూ, తరుముతూ కొంతసేపటికి వదిలేస్తుందట.

ఎందుకంటే దానికి ఆ ఛాయిస్ ఉంది. కాని లేడికి అలా కాదు బ్రతకాలంటే పరిగెట్టాల్సిందే! ఒకటి తిండి కోసం పరిగెడితే మరొకటి జీవితం కోసం పరిగెడుతుంది. ఈ కథలో తెలుసుకోవలసిన నీతి ఏమిటంటే... బ్రతకడం కోసమే పరిగెట్టారా అలసి పోతారు, జీవితం కోసం పరిగెట్టారా...పెరిగి పోతారు.

90% మన సమస్యలన్నీ ఆర్థిక పరమైనవే అని నేను చెప్పగలను అందుకే కదా ప్రపంచం అంతా డబ్బు కోసం పరిగెడుతుంది. కాని మనం తెలుసుకోలేక పోతున్న విషయం ఏమిటంటే... సహజ సామర్థ్యాలను వృత్తిగా లేదా చేస్తున్న వృత్తికి అనుగుణంగా మలచుకుని సహజమైన ఆట ఆడితే, సకల సంపదలూ మనవెం పడతాయని.

దారిద్ర్యమంతా మనుష్యుల మస్తిష్కాల్లో ఉంది. ఈ ప్రపంచంలో అన్నీ సమృద్ధిగానే ఉన్నాయి. అందుకే జీసస్ అంటాడు ''మురికి వాడలో ఉన్న వారిని బయటకు లాగాలని ప్రయత్నించకు. వారి మనసుల్లో ఉన్న మురికి వాడలను తొలగించు. అపుడు వారికి వారే ఆ మురికి వాడలనుంచి బయట పడతారు'' అని. *స్లమ్ డాగ్ మిలియనీర్ అనే చిత్రంలో ఇద్దరు అన్నదమ్ములు ఉంటారు. ఒకడు ధనం వెంబడి పడతాడు. మరొకడు ప్రేమ వెంబడి పడతాడు. ప్రేమ ఉన్న వ్యక్తి వెంట ధనం పడుతుంది. ధనం వెంబడి పడిన వ్యక్తికి చావు వచ్చింది.*

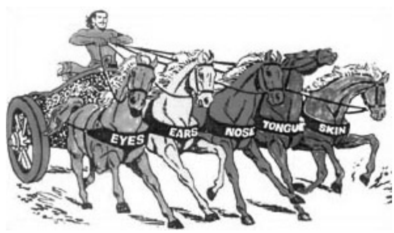
'ప్రేమతో ధనాన్ని సంపాదించు, లోభంతో కాదు' అంటాడు కౌటిల్యుడు తన అర్థశాస్త్రంలో. సక్రమమైన పద్ధతిలో ధర్మబద్ధంగా సంపాదించిన ధనం శాంతి నిస్తుంది. నిజానికి మనస్సులో ఉద్భవించే, సృజనాత్మకమైన ఐడియాలు, సాహసంతో కూడిన నిర్ణయాలు ఎక్కడ ఉరకలు వేస్తుంటాయో, అక్కడకి డబ్బు తనకి తానుగా వచ్చేస్తుంటుంది.

మనిషి యొక్క మొదటి ప్రాథమిక బాధ్యత సహజంగా ఆనందకరమైన మానవుడిగా తయారవడం. అన్ని ప్రాజెక్టులకన్నా ముందు ఈ ప్రాజెక్టు తీసుకోకపోతే, తనకు తెలియకుండానే, ఉద్దేశం మంచిదే అయినా, తన చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచానికంతా హాని జరగడానికి కారణమవుతాడు.

– సద్గురు జగ్గి వాసుదేవ్

మీ జీవితాన్ని నడిపేదెవరు?

మీ జీవితాన్ని ఎవరు నడుపుతున్నారు అంటే మీ దగ్గర స్పష్టమైన సమాధానం ఉందా? ఎవరు నడిపితే మన జీవితం సరైన గమ్యం వైపు పయనిస్తుంది. మనలోని బుద్ధి మేలుకోవాలంటే మనమేం చేయాలి? ఈ క్రింది చిత్రాలు ఆధ్యాత్మికతకు చెందినవి, మతానికి కాదు. మతంతో సంబంధం లేకుండా, ఆధ్యాత్మిక సత్యాలన్నిటినీ పాఠ్యాంశాలుగా చేరిస్తే, మనుషుల మనసులలో మానవత్వం వికసిస్తుంది. ఈ క్రింద ఫోటో చూడండి! ప్రస్తుత ప్రపంచంలోని ప్రజల యొక్క స్థితిని అది సూచిస్తుంది. అక్కడ లోపించింది ఏమిటో గుర్తించగలరా? ఔను, సెల్ఫ్ అనేది లేదు! సంపూర్ణ జీవితానికి ప్రతీక అయిన ఫోటో 2 (పేజ్ నెం 97) చూడండి. దాంట్లోని సరళమైన జ్ఞానాన్ని అర్థం చేసుకొంటే జీవితాన్ని అర్థం చేసుకున్నట్లే!



చిత్రంలో ఐదుగుర్రాలు, పగ్గాలు, రథం, నడిపేవాడు ఉన్నారు. ఐదు గుర్రాలే మన పంచేంద్రియాలు, మన శరీరమే రథం, పగ్గాలు అనేవి మన ఆలోచనలు, నడిపే వాడు మన బుద్ధి. ఈ రథానికి యజమాని మనమే. (సెల్ఫ్).

మనలో చాలామంది లక్ష్యరహితులై ఉండటం వల్ల మన జీవితాలు ఇంద్రియాల చేతుల్లోకి వెళ్ళిపోతాయి. వాటిపై మనకు నియంత్రణ కాదు, మనపైనే అవి పట్టు సాధిస్తాయి. తన గమ్యమేదో తెలియని వ్యక్తి యొక్క బుద్ధి (నడిపేవాడు) నిద్రావస్థలో ఉంటుంది. నడిపేవాడు నిద్రపోతే కళ్ళాలకు నియంత్రణ (మన ఆలోచనలు) ఉండదు. తద్వారా గుర్రాలు (ఇంద్రియాలు) తమ ఇంద్రియ సుఖాలకోసం వెంపర్లాడి, రథమనే శరీరాన్ని భ్రష్టు పట్టిస్తాయి.

ఇంద్రియ సుఖాలు తప్పుకాదు. గుర్రాలకు కూడా మధ్యలో విశ్రాంతి, గడ్డి అవసరం కదా! అయితే కళ్ళకు డిప్పలు లేని గుర్రాలు దృష్టి కర్తవ్యంపై నుండి ఇంద్రియ సుఖాలపై మారుతుంది. రథసారథి నిద్రలో ఉన్నప్పుడు, గుర్రాలే యాజమాన్యైపోయి, ఒక్కొక్కటి ఒక్కొక్క దిశలో పయనిస్తే, రథం పడి పోతే, అందులో పయనించే మాస్టరు ప్రయాణం ఏమవుతుంది?

మానవాళి యొక్క సగటు (మానసిక) వయసు 14 దగ్గర ఆగిపోయిందట. 0 నుండి 6 వరకు మనసు పూర్తిగా పెరగదు కనుక పిల్లలు ఎంతో ఆనందంగా ఉంటారు. 7 నుండి 14 వరకూ మేధస్సు వికసించే సమయం. 14 తరువాత బుద్ధి నిద్రలేచే సమయం. ఆ ఇంటిలిజెన్స్ నిద్రలేవాలంటే వ్యక్తికి తన ఆసక్తి ఉన్న పనిపై దృష్టి మరల్చగలగాలి. 28 సం॥ల వరకూ ఈ జ్ఞానం మనిషిని ఒక రంగంలో నిలదొక్కుకునేలా చేస్తుంది. అయితే 28 సం॥ల తరువాత జీవితంలో జరిగే పలు సంఘటనలు అర్థమవ్వాలంటే మనిషికి ఆత్మ జ్ఞానం కావాలి.

నేను ఎవరు? నా పని ఏమిటి? నేను ఇక్కడ ఎందుకు ఉన్నాను? లాంటి ప్రశ్నలకి సమాధానాలు వేసుకోవడమే సమయం వృధా అనుకునేవారు ఇద్దరు ఉంటారు. ఒకరు తమకు తెలియకుండానే వారి అసలు పని నిర్వర్తించేవారు, మరొకరు మానసికంగా ఎదగకుండా ఆగిపోయినవారు. కొంతమందిని చూడండి, 'ఈయనకు వయసు వచ్చింది కానీ బుద్ధి రాలేదు' అటూ ఉంటారు. అంటే బుద్ధి చిన్నప్పుడే ఆగిపోయింది.

14 సం॥ వచ్చేటప్పటికి శరీరంలో శృంగార శక్తి ఉధృతంగా ఉంటుంది. ఆ శక్తే సృష్టించే శక్తి, మనుషుల్ని లేదా మరేదైనా సృష్టించాలన్నా ఈ శక్తే కారణం. అర్థవంతమైన, స్ఫూర్తి వంతమైన లక్ష్యాల సాధనలో నిమగ్నం కావడం ద్వారా, ఆ శక్తిని నిర్మాణాత్మకంగా దారి మళ్ళించగలిగితే, వ్యక్తిలోని సృజనాత్మకత తారా స్థాయికి చేరుకుంటుంది. బాల్యంలోనే పిల్లలు తమ ప్రత్యేక టేలెంట్‌ను, నైపుణ్యాలను గుర్తించేలా చేసి వారికొక లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించ గలిగితే ఇంద్రియాలు లక్ష్యసాధనలో గొప్ప సహాయకుల్లా పనిచేస్తాయి. 7 నుండి 14 సం॥ల వయసు పిల్లల్లో సృజనను, వారి సహజ మేధస్సులను గుర్తించేలా సహాయపడడం, ప్రోత్సహించడం ద్వారా ఉపాధ్యాయులు, తల్లిదండ్రులు తమ అసలైన విద్యుక్త ధర్మం నిర్వహించినవారౌతారు.

భారతదేశం ప్రపంచంలో ఎయిడ్స్‌లో రెండవస్థానంలో ఉంది, కేవలం కండోమ్‌లు వాడకాన్ని ప్రోత్సహించడం ద్వారానే ఈ మహమ్మారిని నియంత్రించడం, ప్రబలడం ఆగదు. ప్రజలలో వివేకం పెరగాలి. మన విద్యా వ్యవస్థలో (NCERT) కేంద్ర విద్యా పరిశోధన సంస్థ సిఫార్సు చేసిన విధంగా మార్పులను యుద్ధప్రాతిపదికన అమలుపరచి, నాణ్యమైన విద్య సామాన్యులకు కూడా అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చినట్లయితే, మన దేశంలో అజ్ఞానులు, అసమర్ధుల కంటే విజ్ఞానులు, సమర్ధులే ఎక్కువ ఉంటారు. పరిపాలించే వారిలో, విజ్ఞానం గురించి ఆలోచించే వారు కొందరు వచ్చినా ఈ దేశం ధైర్యవంతమైన మేధావులతో నిండిపోవడానికి పదేళ్ళు కూడా పట్టదు. ఆలస్యంగా అయినా మన కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆ దిశగా అడుగులువేస్తుండడం హర్షనీయం. అయితే నిర్ణయాలు వేరు ఆచరణ వేరు. రాష్ట్రాలకు నచ్చినదా, పేరెంట్స్‌కు నచ్చినదా అని ఎదురు చూసేకన్నా, ఎటువంటి విద్య వ్యక్తిలోని ప్రతిభను బయటకు తీసి తన కాళ్ళపై తాను నిలబడి తలెత్తుకుని తిరిగేలా చేస్తుందో అటువంటి విధానాన్ని ప్రేమతో, రాజకీయ లౌక్యంతో యుద్ధ ప్రాతిపదికపై అమలుచేయడమే దేశానికి నిజమైన సేవ చెయ్యడమంటే. మార్పు శాశ్వతం, తథ్యం కనుక పొత్తుల రాజకీయాల్లో పాలకులు ప్రజా శ్రేయస్సే పరమావధిగా పనిచేస్తారని ఆశించకుండా ఎవరికి వారు భవిష్యత్‌కు మేలుకోవడం మేలు.

భారతదేశంలో ఎడ్యుకేషన్ సిస్టమ్ లేదు
ఎగ్జామినేషన్ సిస్టమ్ మాత్రమే ఉంది.

– సి.ఎన్.ఆర్ రావు,
Head, scientific advisory council to PM, on exam culture

మైండ్ ఒక గొప్ప సేవకుడు

నీ మనస్సును నువ్వు ఆజ్ఞాపించాలి. – మనస్సుకు ఆ అధికారం ఇవ్వకూడదు. భావోద్వేగాలను మీరు వాడుకోవాలి. – వాటి చేతిలోకి మీరు వెళ్ళకూడదు. ఇంద్రియాలను మీరు వినియోగించుకోవాలి, – అవి మిమ్మల్ని కాదు''.

మనస్సనేది సక్రమంగా వినియోగించుకుంటే అది ఒక అద్భుతమైన పరికరం. సరైన పనివ్వకపోతే అదే ఒక విధ్వంసక శక్తిగా మారిపోతుంది. చాలా మంది మనస్సును వాడుకోవట్లేదు. మనస్సే వారిని వాడుకుంటుంది.

ఒక టెలివిజన్ కానీ, ఇంటర్ నెట్ కానీ, సెల్ ఫోన్ కానీ, వార్తా పత్రికలు గానీ చెడ్డవి కావు. వాటిని మనం ఉపయోగించుకుంటామా, లేదా అవి నడిపేవారికి మాత్రమే మనం ఉపయోగపడతామా అనేది, మనకో స్వప్నం ఉందా లేదా అన్న దాన్ని బట్టి ఆధారపడి ఉంటుంది.

మనకొక సమున్నత స్వప్నం, లక్ష్యం ఉంటే మన మనస్సు ఈ విశ్వంలో ఉండే విశ్వ జ్ఞానంతో మమేకమౌతుంది. అదే మనకు ఎలాంటి ఉత్తేజకరమైన లక్ష్యాలు లేవనుకోండి – మన మనస్సు, ఇంద్రియాలు తాత్కాలిక సుఖాలకు వెంపర్లాడుతూ మనల్ని నాశనం చేస్తాయి. మన గమ్యం చేరే రహదారిలో ఆకర్షించే మజిలీలెన్నో ఉంటాయి. ఆగిపోకుండా పయనించడం లోనే ఉంది చైతన్యమంతా!

మనం ఏ విత్తనాలు చల్లితే ఆ పంటనే కోసుకుంటాం. కారట్ విత్తనాలు నాటితే కొబ్బరికాయలు రావు. మనం చదివేది, వినేది, చూసేది, తినేది ఇన్‌పుట్ అయితే మనం ఆలోచించేది, మాట్లాడేది, ఆరోగ్యం వంటివన్నీ అవుట్‌పుట్. చెడుకన్నా, మంచి ఎక్కువ గ్రహించినప్పుడు మనం అన్ని విధాలా ఆరోగ్యంగా ఉంటాము. ఎప్పుడైతే మంచి అలవాట్ల వల్ల వచ్చే ఆనందాన్ని అనుభవంలోకి తెచ్చుకుంటామో, ఈ ప్రపంచంలో మనకు అవసరంలేనివాటికి సమయమే ఉండదు.

అల్ల కల్లోల ఇంద్రియాలను, అస్థిరంగా చరించే మనస్సును కంట్రోల్ చేసి వాటిపై అధికారం సంపాదించండి. వాటికి కావలసిన విధంగా ఉండటానికి వాటికెపుడూ అవకాశం ఇవ్వకండి. మీ చిత్తానికి అనుగుణంగా అవి పనిచేసేలా దారికి తెచ్చుకోండి! అప్పుడు చూడండి మీరు అజ్ఞాపించింది, అవశ్యం జరిగి తీరుతుంది – శ్రీ చిన్మయానంద.

ఒక నేటివ్ అమెరికన్ పెద్దాయన తన అంతర్గత పోరాటాన్ని ఇలా వివరించాడు. – ***'నా లోపల రెండు కుక్కలున్నాయి. ఒకటి చాలా మంచిది, ఒకటి చాలా చెడ్డది. చెడ్డది ఎపుడూ మంచిదానిపై పడి పోరాడుతుంది.'' మరి ఆ రెండింటిలో ఏది గెలుస్తుంది అని నేనడిగితే అతను ఒక క్షణం ఆగి ఇలా చెప్పాడు – దేనికి తిండి ఎక్కువ పెడితే అదే నెగ్గుతుంది అని. – జార్జి బెర్నాడ్ షా***

సహజ ప్రతిభను అణచివేయకండి

మనలోని సహజమైన ప్రతిభను, మన సృజనాత్మకతను ఎంత ఎక్కువ తొక్కిపట్టినట్లయితే, మనలోని విధ్వంసక శక్తి అంత విజృంభిస్తుంది. మనకే తెలిసిన ఎన్నో చెడు అలవాట్లు మానలేకపోవడానికి కారణం, మనిషిలో ఉన్న ఆగ్రహమే. తను ఏం కావాలనుకుంటున్నాడో తెలిసి కూడా, ఆ పని చేయలేకపోయినప్పుడు మనిషికి అకారణంగా కోపం వస్తుంది. తనపైనా, పరిస్థితులపైనా, ఇతరులపైనా విసుగు వస్తుంది. దీనివల్ల పుట్టేది ద్వేషం. ఇతరులని హింసించలేరు కాబట్టి తనని తనే హింసించుకోవడం. ఎవరైనా శ్రేయోభిలాషులు నచ్చచెప్పకపోతే, వారిని డామినేట్ చేయడం లేదా వారిని తప్పించుకోవడం చేస్తారు, ఎందుకంటే తనని తనే తప్పించుకు తిరుగు వారికి, ఇక వేరే వారి మాటలు ఎక్కడ తలకెక్కుతాయి.

దేవదాసు సినిమాలో పార్వతితో ప్రేమలో పడతాడు. తండ్రికి ఇష్టంలేనందున, పెళ్ళి చేసుకోలేదు. ఆవిడకు పెళ్ళయిపోయింది. మరి దేవదాసుకి కోపం ఉంటుందా లేదా? ఎవరి మీద – తన మీద మరియు తండ్రి మీద. తండ్రినేం చేయలేడు కనుక, త్రాగి తనని తానే నాశనం చేసుకుంటాడు. చేతకాని దేవదాసు లాంటి పాత్రలు ఈ నాటికీ మన సమాజంలో కోకొల్లలు.

అలాగే వ్యక్తి తన అసలైన ప్రతిభను కనుగొన్నప్పుడు, ఆ టేలెంటును నిర్భయంగా ఎక్స్‌ప్రెస్ చేయగలగాలి. ఎవరేమనుకుంటారనో, నవ్వుతారనో, అర్హత లేదనో, అవసరం లేదా అవకాశాలు లేవని భావించి, ఆ టేలెంటును నిర్లక్ష్యం చేస్తే, ఆ వ్యక్తి జీవం కోల్పోతాడు. మందిలో ఒకడుగా కలసిపోతాడు.

***జీవితానికి తనదైనఅంతర్గత లైఫ్ ఫోర్స్ (ప్రబోధక శక్తి) ఉంటుంది. నిరంతరం వృద్ధి చెందుతూ, వ్యక్తీకరింపబడుతూ జీవించడం దాని స్వభావం దానిని మనం అడ్డగించినపుడు మన శక్తియుక్తులన్నీ విచ్ఛిన్నమైపోయి, ఆ శక్తులు విధ్వంసకరంగా మారిపోతాయి.* జీవితాన్ని ఎంత మేరకు నిరోధిస్తే, అంత బలంగా అది విధ్వంసకత వైపు పయనిస్తుంది. జీవితాన్ని ఎంత చక్కగా అవగాహనచేసుకుని, మన అంతర్గత శక్తిని ఎక్స్‌ప్రెస్ చేస్తే అది అంతగా సృజనాత్మకతకు దారితీస్తుంది. విధ్వంసక జీవితం అనేది నిరర్థక జీవితం యొక్క ఫలితం.**

మనం మన జీవితాన్ని గొప్ప తపనతో, ప్రేమతో, ఉల్లాసంగా, ఉత్సాహంగా, పరిపూర్ణంగా గడపడానికే ఇక్కడకు వచ్చాం! అలా జీవించగలిగినపుడే భువిపై మన యాత్ర విజయ వంతమయినట్లు. జీవితంలో ఒత్తిడి రావడానికి వేల కారణాలున్నాయి. ఒత్తిడికి ఒక గొప్ప విరుగుడు ఏమిటంటే వ్యక్తి తన ప్రతిభను వ్యక్తీకరించడమే.

ముసుగులేని అసలైన జీవితం

ఒక 'జూ'లో చింపాంజీ సందర్శకులను తన చేష్టలతో చాలా బాగా రంజింపచేసేది... ఒక రోజు అనారోగ్యంతో అది చచ్చిపోయింది. ఈ చింపాంజీ చేసే ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ ప్రజలకి ఎక్కువ ఆకర్షణీయంగా ఉండడం వల్ల, జూ అధికారులు చింపాంజీ చని పోయిన విషయాన్ని గోప్యంగా ఉంచి, సర్కస్ నుండి ఒక శిక్షణ పొందిన మనిషికి చింపాంజీ మాస్క్ తొడిగి యథావిధిగా సందర్శకులకు ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ అందేలా చేశారు. చింపాంజీ మాస్క్‌లో ఉన్న వ్యక్తి, ఒరిజినల్ చింపాంజీ కంటే బాగా చేయడం ప్రారంభించాడు. కొద్ది రోజులు బాగానే సాగింది. ఒక రోజు అతను సందర్శకులను మరింత మెప్పించడానికి ఒక చెట్టు ఎక్కి ఊగుతుండగా, ఆ కొమ్మ విరిగి అవతలివైపున్న పులి ప్రాంగణంలో పడ్డాడు. ఆ పులి ఇతనిని చూడనే చూసింది. నెమ్మదిగా ఇతని వైపు రాసాగింది. అంతే! ఇతని గుండె జారిపోయింది, భయంతో వణికి పోతూ అరవ సాగాడు. ఈ ఉద్యోగంలో చేరినందుకు తనను తానే తిట్టుకోసాగాడు. ఇంతలో ఆ పులి ఇతని సమీపంలోకి వచ్చి. ''మిత్రమా, నువ్వు ఏ కాలేజీ నుంచి వచ్చావు''? అని అడిగింది. అప్పుడు అర్థం అయ్యింది పులికూడా తనలాగే వేషం వేసిందని!

మన చదువంతా ఉద్యోగం చేయడానికి, బ్రతకడానికీ తప్ప జీవించడానికి ఉద్ధేశించినట్టు లేదు. అందరూ తాము ఏం చేయడానికి పుట్టామో అది తెలుసుకోకుండానే, జీవితాంతం తమ అంతర్గత సామర్థ్యానికి సంబంధంలేని పనులు చేస్తూ, జీవితం కేవలం ధన సంపాదనకే అయినట్లు జీవిస్తూ, భవిష్యత్ తరాలవారికీ అదే నూరిపోస్తున్నారు. లక్ష్మి అంటే ధనలక్ష్మి ఒక్కటే కాదనే సత్యాన్ని మరచిపోతున్నారు. ధర్మ, అర్థ, కామ, మోక్ష అనే సూత్రాన్నీ మరిచారు. భగవద్గీత లాంటి జీవిత సత్యాలను మరణించినపుడు మాత్రమే వినిపించే స్థాయికి తీసుకువచ్చారు.

నేడు ఏదైనా రంగంలో ఒక గొప్ప నిపుణుడిని పట్టుకోవాలంటే చాలా కష్టం అవుతుంది. ఒరిజినల్ టేలెంట్ ఉన్నవారు అతి తక్కువ శాతం కనపడుతున్నారు. ఏ రంగంలో అయినా నాయకత్వ లక్షణాలు కలిగిన నిపుణుల (ప్రతిభ, నైపుణ్యం, విజ్ఞానం, తపన కలిగిన) కొరత ఎప్పుడూ ఉంటుంది. ఏ సంస్థ అయినా కష్ట సమయాల్లో టేలెంట్ లేని వారినే ముందుగా తీసేసేది.

మీకు సంబంధించని రంగాలలో కృషిచేయడం అనేది జీవితాన్ని వృథా చేసుకోవడానికి దగ్గర దారి. జీవితానికి ఏదీప్రత్యామ్నాయం కాదు! ఇతరులను అనుకరించకండి, మీరు మీరుగా ఉండండి. మీ శరీరం, మనస్సు, అత్మ కోరే పనిని ఎంచుకోండి, అవిరామ కృషి ఆ రంగంలో చేయండి. అత్యున్నత శిఖరాలు చేరుకోడానికి సులభమైన దారి ఇదే.

మీరు మీరుగా ఉండండి

దమ్ముందా– ఆ మధ్యన ఒక కూల్ డ్రింక్ కు సంబంధించిన ప్రకటనలో ఈ పదం తరచు వాడేవారు. ఆ కూల్ డ్రింక్ త్రాగడానికి దమ్ము – ధైర్యం అవసరం లేదు, త్రాగ కుండా ఉండడానికి కావాలి. మీరు మీలా బ్రతకడానికి ధైర్యం కావాలి. ఒక గొప్ప కార్యం కోసం, ఒక సుఖవంతమైన జీవితాన్ని వదులుకోవడానికి ధైర్యం కావాలి. మనం మనని మోసం చేసుకోకుండా నిబద్ధత కలిగిఉండటం అనేది జీవితంలో అత్యంత ప్రధానమైన ధర్మం. ప్రపంచంలో ఎవరినైనా మోసం చేయగలరు కాని, తనని తాను ఎవరూ మోసం చేసుకోలేరు కదా!

''నేను ఒక సారి, ఒక పిచ్చివాళ్ళ ఆశ్రమ గార్డెన్‌లో పచార్లు చేస్తుండగా, అక్కడ ఒక ఫిలాసఫీ పుస్తకం చదువుతున్న యువకుడిని కలవడం జరిగింది. అతని ప్రవర్తన,ఆరోగ్యవంతమైన అతని తీరు మిగతావారికంటే భిన్నంగా ఉంది. నేను అతని ప్రక్కనే కూర్చొని – ఇక్కడ ఏం చేస్తున్నావు? అని అడిగాను. అతడు నావంక ఆశ్చర్యంతో తీరిపార చూసి, నేను ఆ ఆశ్రమంలోని వైద్యుడిని కాదని నిర్ధారించుకుని – ''ఏం చెయ్యను సార్! మా నాన్న గొప్ప లాయర్, నన్నూ తనలాగే లాయరును కమ్మంటాడు. మా మామయ్య పెద్ద బిజినెస్‌మాన్, నన్ను బిజినెస్‌మాన్ చెయ్యాలనుకుంటాడు. ఇక మా అమ్మ, వాళ్ళ నాన్నలా నేనూ రాజకీయ నాయకుడవ్వాలనీ, మా చెల్లి తన భర్తలా నేనూ సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజినీరు అవ్వాలని, మా అన్నయ్య తనలా ఒక అథ్లెట్ అవడం మంచిదని చెప్తాడు. ఇక స్కూల్‌లో నయితే మా పియానో, ఇంగ్లీష్, లెక్కల టీచర్లు వాళ్లనే ఎగ్జాంపుల్‌గా తీసుకొని నేను ఫాలో అవ్వాలని నిర్ధారించేసారు! ఎవరూ నన్ను నన్నులా, ఒక మనిషిలా చూడటంలేదు. అందరూ తమ అద్దంలో నన్ను చూస్తున్నారు. అందుకే ఇక్కడికి వచ్చాను. కనీసం ఇక్కడైనా నేను నాలా ఉందామని... అన్నాడు''. – ఖలీల్ జిబ్రాన్ రాసిన ఒక కథ.

మీరు కోరుకున్న వ్యక్తిగా అవడానికి, మీ వాళ్ళనుండీ, పరిస్థితుల నుండీ పారిపోనక్కరలేదు. మనస్సులో 'నో' అని చెప్పాలనిపించినప్పుడు, నో అని చెప్పడంలోనే మనిషి అంతర్ముఖంగా ఉన్నతంగా జీవించగల్గుతాడు. అవతలి వారు బాధపడతారనో లేదా ఉన్న సౌఖ్యాలు పోతాయనో 'యస్' అని చెప్పి బాధపడే కంటే, తాత్కాలికంగా బాధ కల్గినా, మనస్సులో ఉన్నది మనస్సులను తాకేలా వివరించి ఒప్పించువాడే ధన్యుడు.

మీరు కోరుకునే విధంగా రూపొందడం అనేది మీ జన్మహక్కు. మీరు జన్మించింది అలా రూపొందడం కోసమే. మీరు కోరుకునే ఆ వ్యక్తి కావడం మీ చేతుల్లోనే ఉంది. మీరు ఏదైతే అవ్వాలనుకుంటున్నారో అలా అవ్వడానికి కావలసిన ధైర్యం, సంకల్పం, పట్టుదల కలిగి ఉండడమే విజయం అంటే.

అసలు మీరేమి కావాలనుకుంటున్నారో అప్పుడప్పుడు మనోనేత్రంలో చూడడం అవసరం. మీరే ఒక ఒక అడ్వర్టయిజ్‌మెంట్ కంపెనీ యజమాని అయితే, ఒక సంస్థ యొక్క ఉత్పత్తులను

మార్కెట్ చేయడానికి, ఆ సంస్థను ఒక మంచి బ్రాండ్‌గా తయారుచేయడానికి ఆ సంస్థ గురించి, ఉత్పత్తిని గురించిన అనేక విషయాలు తెలుసుకుంటారు. ఆ సంస్థ వనరులేమిటి, శక్తి ఏమిటి? మూల ఉత్పత్తి ఏమిటి? అది ఎవరికి ఉపయోగపడుతుంది? ఆ ఉత్పత్తికున్న ప్రత్యేకతలేమిటి? ఏ రకంగా ప్రచారం చేస్తే అది వినియోగదారునికి అందుతుంది అని ఎలా ఆలోచిస్తారో, అలాగే... మిమ్మల్ని మీరు ఒక సంస్థగా, మీ ప్రతిభను ముడి సరుకుగా, సేవలను ఉత్పత్తిగా భావించి,

మీ ప్రత్యేకతలేమిటి? మీ టేలెంట్స్ ఏమిటి? మీ ప్రతిభ ఎక్కడ/ఎవరికి ఉపయోగ పడుతుంది? ఎక్కడ అధిక ధర లభిస్తుంది? ఎక్కడ అత్యంత సంతృప్తి లభిస్తుంది? ఎక్కడ నేర్చుకునే అవకాశం ఉంది? ఎక్కడ మీ ప్రతిభ మరింత మెరుగవుతుంది? ఏది మిమ్మల్ని ప్రగతి పథంవైపు నడిపిస్తుంది? ఏ రంగంలో అత్యంత తక్కువ సమయంలో అత్యంత ఉన్నత స్థానాన్ని అందుకోగలరు? ఏ ప్రత్యేకతలు మిమ్మల్ని వేరే వారితో పోల్చలేని విశిష్ట వ్యక్తిగా నిలబెడతాయి? ఏ విధంగా మార్కెట్ చేసుకుంటే ప్రపంచం 'నువ్వే కావాలి' అని మీ సేవలను కోరుకుంటూ మీ వెంట పడుతుంది? మీరు ఎంచుకున్న రంగంలో మొదటగా మీ పేరు గుర్తు రావాలంటే ఏం చేయాలి? అని ఆలోచించి ఆ విధంగా మీ పర్సనల్ బ్రాండ్‌ను సృష్టించుకోవాలి. ప్రపంచం మిమ్మల్ని ఏ విధంగా చూడాలనుకుంటున్నారో స్పష్టమైతే, మీ బ్రాండ్‌ని సృష్టించుకోవచ్చు. మీకే స్పష్టత లేని విషయాన్ని మీరు ఇతరులకు అమ్మలేరు. మనిషికి టేలెంట్ ఉండడమే కాదు, టేలెంటును అమ్ముకునే టేలెంట్ కూడా ఉండాలి.

మనలో ప్రతి ఒక్కరికీ జీవితం ''ఇలా'' ఉంటే బావుంటుందనే ఒక కల ఉంటుంది. నేను ఈ పని చేస్తే ఆనందిస్తాను అన్న విషయం కూడా తెలిసే ఉంటుంది. ప్రపంచం తనను ఏ విధంగా గుర్తిస్తే అత్యంత ఆత్మానందం కలుగుతుందో అప్పుడప్పుడు అనుభవంలోకి వస్తూ ఉంటుంది. మీలో మీరు కోరుకునే ఆ అత్యుత్తమ ''మీరు'' మీ రాకకై ఎదురు చూస్తుంది. మీరు ఎలా ఉండాలో అలా ఉండడానికి మీరు ఏది అవసరమైతే అది చేయమని కోరుతుంటుంది.

''మీకు ఏది పూర్తి సంతృప్తిని ఇస్తుందంటే, మీరు చేసే పనిని పూర్తిగా మీరు ఎంజాయ్ చేయగలుగుతున్నప్పుడు, మీ శక్తియుక్తులన్నీ ఆ పనిలో పెట్టగలిగినప్పుడు, ఇక మీరు అది తప్ప ఇంకెవరూ కాకూడదని అనుకుంటున్నప్పుడు, ఇదే మీకు కావలసింది అయినప్పుడు, మీరు ప్రకృతితో అంగీకరిస్తారు; ఈ డ్రామాలో మీకు ఇచ్చిన పాత్ర, సరైన పాత్ర అని, మీరు ఈ పాత్రని మార్చడానికి సంసిద్ధులుగా లేరనీ, అది అధ్యక్షుడి పదవైనా, చక్రవర్తైనా సరే!''

– ఓషో

గుంపు నుండి బయటకు రావడానికి, అంతర్జాతీయంగా వాడబడే గుర్తు.

గతాన్ని వదిలేయండి

అంటే మన గత చరిత్రను వదిలేయమని కాదు. ఈ రోజు మనకు ఉన్న విలువ మన గత ప్రవర్తన, పనుల బట్టి లభించిందే. అయితే జరిగిపోయిన గతాన్ని మనం మార్చలేము. కానీ రేపటి గతాన్ని మార్చగలము. **ఈ రోజు ఘనంగా జీవిస్తే, రేపటికి ఈ రోజు గతమే కదా!**

కారుకి రియర్ వ్యూ మిర్రర్ ఎలాంటిదో జీవితానికి గతం అలాంటిది. గత అనుభవాలనుండి నేర్చుకుని ఆ సంఘటనను వదిలేయాలి. మనం పాఠాలు నేర్చుకోని సంఘటనలు, నేర్చుకునేవరకూ మనల్ని వెంటాడుతూనే ఉంటాయి. నేర్చుకున్న క్షణం, మనల్ని మోసం చేసిన వ్యక్తి ఒక గురువై కూర్చుంటాడు. జీవితంలో మిత్రుల నుండి కన్నా, శత్రువుల నుంచే ఎక్కువ నేర్చుకుంటాం.

మనలో చాలా మంది ఏ పని చేయాలన్నా, నిర్ణయం తీసుకోవాలన్నా, గతాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆలోచిస్తారు. కొన్ని విషయాలలో అది సరైనదే అయినా, కొన్ని విషయాలలో అనుభవంతో సంబంధం లేకుండా ముందుకి సాగిపోవచ్చు. 2011 క్రికెట్ ప్రపంచకప్పును గెలిచిన జట్టుకు కోచింగ్ చేసిన గ్యారీ కిర్స్టన్‌కు గతంలో కోచింగ్ అనుభవం లేదు. కానీ ఆట గురించి తెలుసు. ఆటగాళ్ల మనస్తత్వం తెలుసు. ప్రతిభ ఉన్నచోట అనుభవం అవసరం లేదు. ప్రతిభలేని అనుభవం ''30 ఇయర్స్ ఇండస్ట్రీ'' అని చెప్పుకోవడానికే సరిపోతుంది.

గతాన్ని గతంలో వదిలేసి స్వేచ్ఛాయుతంగా మీదైన భవిష్యత్తుని సృష్టించుకోండి. గతంలోని మంచి అనుభూతులను, విజయాలను మాత్రం ''గుర్తుకొస్తున్నాయి''...అని రాసుకోండి, పాడుకోండి. మంచి, విజయానుభవాలను గుర్తుంచుకోవడం వల్ల, కొత్త సవాళ్ళను ఎదుర్కొని. విజయాలను సాధించడానికి కావలసిన స్ఫూర్తి, ఆత్మ విశ్వాసం మరింతగా అభివృద్ధి చెందుతాయి.

ఒక మత్స్యకారుడు తెల్ల వారకముందే లేచి, సముద్రం ఒడ్డుకి వెళ్ళాడు అక్కడో గోనె సంచి కనిపించింది. ఆ చీకట్లో లోపలేముందో పరిశీలించి చూస్తే నిండా రాళ్ళు కనిపించాయి. వాటితో సరదాగా ఆడుకోవాలనిపించి, ఒక్కొక్క రాయి తీస్తూ సముద్రపు అలలపైకి విసరసాగాడు. అలా అన్నీ విసిరేసాడు. సంచిలో ఒక్కరాయి మిగిలిఉంది. ఇంతలో తెల్లవారింది. చూస్తే... అది ''వజ్రం లాంటి రాయి''. అప్పటి వరకూ తను సముద్రంలోకి విసిరేసినవన్నీ విలువైన రాళ్ళు అని తెలుసుకుని లబోదిబోమన్నాడు. తనని తానే తిట్టుకున్నాడు. సముద్రంలో విసిరేసిన రాళ్ళు దొరుకుతాయోమోనని ప్రయత్నించాడు...ఫలితం లేక విషాదంలో మునిగిపోయాడు కాని చేతిలో ఇంకా ఉన్న డైమెండ్‌ను (అవకాశం) ఉపయోగించుకోవాలన్న స్పృహలేకుండా, గతంలో కోల్పోయిన అవకాశాలను గురించి చింతిస్తూ కూర్చున్నాడు. నువ్వొక పొరపాటు చేస్తే దాని గురించే ఆలోచిస్తూ కూర్చోకు! తప్పులు అనేవి తప్పనివి. అవి జ్ఞానాన్నందించే పాఠాలు. గతాన్ని ఎలాగూ మార్చలేం! భవిష్యత్తు అనేది ఇంకా వ్యక్తం కానిది. కాని వర్తమానం మాత్రం నీ అందుబాటులో ఉన్నది. అటూ ఇటూ చూస్తూ దానిని జారిపోనివ్వకు.

జీవితంలో అతి ముఖ్యమైన ప్రశ్నలు

మీలో ఎంత మంది మీ అంతరంగ వాణిని కనుగొన్నారు? మీరు జీవించి ఉన్న కారణాన్ని, మీ జీవిత లక్ష్యాన్ని తెలుసుకున్నారా? మీరు చేసే పని – మీలో ఉన్న టాలెంటును ఎక్స్‌ప్రెస్ చేయడానికి, మీ విలువలను, ప్రత్యేకతలను, నైపుణ్యాలను వ్యక్తపరిచే అవకాశం ఇస్తుందా? మీరు చేసే పని వల్ల మీకు ఆత్మసంతృప్తి కలుగుతుందా?

మీరు చేసే పని – నిద్రలేచిన ప్రతిరోజూ ఉత్సాహంగా గడిపే విధంగా ఉన్నదా? జీవితం పట్ల సమతుల్యత (బ్యాలెన్స్) ఉండేలా, కుటుంబానికి, స్నేహితులతో తగినంత సమయం కేటాయించడానికి, వ్యాయామానికి, మంచి హాబీలు పెంచుకోవడానికి అవకాశం కల్పిస్తుందా?

సెలవునించి వచ్చినతరువాత, నూతనోత్సాహంతో, కొత్త ఆలోచనలతో మరింత ఉత్తేజకరంగా మీ పనిని నిర్వర్తించగలుగుతున్నారా? ఆహా ''ఈ రోజు సోమవారం'' అనే ఆనందం ఉందా!

పై ప్రశ్నలన్నింటికీ 'అవును' అని మీరు చెప్పగలిగితే మీకు అభినందనలు. బుద్ధుడు తన అష్టాంగ మార్గంలో చెప్పిన సరియైన జీవన విధానం మీరు జీవిస్తున్నట్లే!

జీవితంలో మనకు మనం వేసుకోవాల్సిన అత్యవసరమైన ప్రశ్నలు:

- ✔ *నేనెందుకు ఇక్కడ ఉన్నాను?*
- ✔ *నేను ఏమి చేస్తున్నాను?*
- ✔ *నాకు నిజంగా కావలిసిందేమిటి?*
- ✔ *నేనేం చెయ్యాలను కుంటున్నాను?*
- ✔ *నేను అత్యంత శ్రద్ధతో, అంకితమై నిర్వర్తించవలసిన కార్యమేది?*
- ✔ *ఏ పనిని చేస్తుంటే నేను ఎక్కువ ఆనందానికి లోనౌతాను?*
- ✔ *ప్రపంచానికి నేను చేయగలిగే గొప్ప సహాయము (కంట్రిబ్యూషన్) ఏది?*
- ✔ *నేను ఇతరులతో పంచుకోవలసిన, ప్రత్యేక టాలెంట్ ఏమిటి?*
- ✔ *ఏ పనికి నేను జీవితాన్ని అంకితం చేయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నాను?*

కేవలం బ్రతకటం కాకుండా మిమ్మల్ని జీవించేలా చేసేది ఏమిటో? మీలో చైతన్యాన్ని రగిల్చేది ఏమిటో? మీ ఆశయం ఏమిటో? మీరందుకోవలసిన పిలుపు ఏమిటో? దానిపై దృష్టి పెట్టండి? అక్కడే ఉంది మీ సంపూర్ణ సామర్థ్యపు కార్యమంతా! నీ స్వధర్మమే నీ జీవితాన్ని నడిపించేలా చేసుకుంటే ఆ జీవితం ఆరోగ్యకరం, ఫలవంతం, సంతోషభరితమవుతుంది.

అసాధ్యం అంటే – అది సాధ్యం

తామున్న ప్రపంచంలో సంతృప్తిగా జీవించేస్తూ, ప్రపంచాన్ని మార్చగలిగే శక్తి సామర్థ్యాలు తమలో ఉన్నాయనే విషయం మరిచిపోయిన సామాన్యులు ప్రపంచంలోకి విసిరిన పెద్ద పదం ''అసాధ్యం''. అసాధ్యం అనేది నిజం కాదు... అది ఒక అభిప్రాయం మాత్రమే! అసాధ్యం అన్నది ప్రవచనం కాదు, అది ఒక సాహసం. అసాధ్యం అన్నది అంతర్గత సామర్థ్యం. అసాధ్యం అన్నది తాత్కాలికం. అసాధ్యం అన్నది ఏదీ లేదు. – ఆదిదాస్ షూ కంపెనీ ప్రకటన

మీరు ఏది అసాధ్యం అనుకుంటారో అది కూడా సాధ్యం. ఎందుకంటే మీ ఆలోచనలన్నీ గతం ఆధారంగా నిర్మించే భవిష్యత్ తాలూకా ఆలోచనలు. కానీ భవిష్యత్తుకు గతంతో సంబంధం లేదు. భవిష్యత్తులో ఏదైనా సాధ్యమే! 100 సం॥ల క్రితం గాలిలో ఎగరటమనేది అసాధ్యం కాని రైట్ బ్రదర్స్ అలా అనుకోలేదు. చుట్టూ ప్రపంచం అంతా అసాధ్యమని చాటినా 'సాధ్యమే' అని చేసి చూపారు.

ఇతరులు చేసినదానిని తిరిగి చేయడం, ఇతరుల సృష్టించిన ప్రమాణాలను చేరుకోవడం, మరెవరో స్థాయిని చేరుకోవడం అనేవి అన్నీ, గతానికి సంబంధించిన ఆలోచనలు. దీనినే ఆంగ్లంలో బెంచ్ మార్కింగ్ అంటారు. కానీ ఫ్యూచర్ మార్కింగ్ అని మరొకటి ఉంది, అది భవిష్యత్ ప్రాతి పదికగా నిర్మించేది. తన అంతర్గత శక్తి, సామర్థ్యాల ఆధారంగా సృష్టించేది. ఇతరులు కాపీ కొడదామన్నా కొట్టలేనిది. ఇతరులకు ఎంతో కష్టమైనది, మీకు ఎంతో సులభమైనది. ఒక వేళ ఎవరైనా కాపీ కొట్టగలిగినా, అప్పటికి మరొకటి సృష్టించే సామర్థ్యం కలది. ఏ రంగంలో అయినా, ఇలాంటి వారే ఈ తరం నాయకులు.

అండమాన్ నికోబార్ దీవులలో సునామీ వచ్చినప్పుడు, మేఘనా రాజశేఖర్ అనే 13సం॥ల అమ్మాయి, 3 రోజులు ఈతకొడుతూ, సముద్రంలో తేలియాడుతూ సునామీ ప్రమాదంనుండి బ్రతికి బయటపడింది. అందరూ ''ఇది ఊహించలేని అద్భుతం'' అన్నారు. ఆ అమ్మాయికి సాధ్యం అయింది మీకూ, నాకూ కాకపోవచ్చు కాని ఈ ప్రపంచంలో ఇంకెవరికీ లేని ఏదో ఒక ప్రత్యేకత, పొటెన్షియల్ మనలో ఉండవచ్చు. దానిని మనం తెలుసుకోగలిగితే, ఆ అంతరంగ ఆకాంక్షను తెలుసుకోగలిగితే, ఆ అంతరాత్మ పిలుపును వినగలిగితే మనం ఈ ప్రపంచంలోని అద్భుతాల్లో ఒకటిగా రూపొందుతాం!

అసాధ్యం అంటే అర్థం ఏదైనా సాధ్యమే అనికాదు. మీకు సాధ్యమైనది. ఇతరులకు సాధ్యం కాకపోవచ్చు. అదే విధంగా ఇతరులకు సాధ్యమైనది మీకు సాధ్యం కాకపోవచ్చు. మీకు అది సాధ్యం అని అనిపిస్తుంటే, ఆ భావన మనస్సునుండి కాకుండా, హృదయం నుండీ, ఆత్మ నుండీ ఉద్భవించినట్లయితే అది మీకు సాధ్యమే. మీ లోపలి స్నేహితుడు 'ఇది చెయ్యి' అని చెప్పినప్పుడు, ఇక బయట స్నేహితుల మాట వినకండి అన్నారు గాంధీజీ. 'నువ్వు చెయ్యలేవు' అని అందరూ అన్నదానిని చెయ్యడంలోనే గొప్ప ఆనందం దాగి ఉంది.

నీ శక్తికి మించిన, నువ్వు సాధించలేని
ఏ ఆకాంక్ష, కోరికా నీలో ఉత్పన్నం కాదు.
చేయవల్సిందల్లా...
నువ్వు దాని కోసం కృషి చేయడమే.

- రిచర్డ్ బాక్

ఈ జీవితం మన ఎన్నిక!

మనం చేసే పనులను ఎంచుకునే స్వేచ్ఛ మనకుంది కాని ఆ పనుల ఫలితాలను, పర్యవసనాలను ఎంచుకునే స్వేచ్ఛ మనకి లేదు. ఈ రోజు మీ జీవితంలో ఉన్న మంచి, చెడు అన్ని విషయాలూ మీరు గతంలో ఎంచుకున్న వాటి ఫలితాలే కనుక ఇవన్నీ మీరు ఎంచుకున్నవే. చాలాసార్లు మన వ్యక్తిగత, వృత్తి జీవితంలోని వ్యక్తులను, పరిస్థితులను, ఒత్తిడులను నిందిస్తుంటాం! గమనించి చూస్తే అవన్నీ మనం ఎంచుకున్నవే.

ఒక సెమినార్‌లో ఒకావిడ అడిగింది 'నస పెట్టే మా అత్తగారిని నేనెలా ఎంచుకున్నట్టు?' అని. 'మీ భర్తని మీరు ఎంచుకున్నారా?' అనడిగాను. 'అవును, నేనే ఎంచుకున్నాను' అందావిడ. 'అయితే మీ అత్తగారిని కూడా మీరే ఎంచుకున్నట్లు'. అన్నాను. ఎందుకంటే జీవితం ఒక ప్యాకేజీ డీల్ లాంటిది. ఒకటి కొంటే మరొకటి ఉచితం లాగా ఒకటి ఎంచుకోగానే దానికి సంబంధించిన అన్నిటినీ మనం ఎంచుకున్నట్లే. హైదరాబాదును ఎంచుకుంటే హుస్సేన్ సాగర్‌ను, ట్రాఫిక్‌ను, పొల్యూషన్ వంటి వన్నీ ఎంచుకున్నట్లే కదా! అలాగే భర్తను ఎంచుకుంటే అత్తగారిని కూడా ఎంచుకున్నట్లే! ఒకటి ఎంచుకోగానే ఆ నిర్ణయంతో వచ్చే ఫలితాలన్నిటినీ మనమే ఎంచుకున్నట్లు.

సిగరెట్ త్రాగటం ఎంచుకుంటే దానివల్ల వచ్చే అనారోగ్యాన్ని కూడా ఎంచుకున్నట్లే. అతిగా తినడం ఎంచుకుంటే ఊబకాయాన్ని ఎంచుకున్నట్లే. యోగా చేయడాన్ని ఎంచుకుంటే, ఉత్సాహాన్నీ, ఆరోగ్యాన్నీ ఎంచుకున్నట్లే. పిల్లలు కనాలని ఎంచుకుంటే వారు ఎలా ఉన్నా అదీ మీ ఎంపికే అవుతుంది. మన జన్మ కూడా మనం ఎంచుకున్నదే అని ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. పుట్టకముందు మనకి ఛాయిస్ ఉంటుందట, 'ఏ గర్భాన్ని ఎంచుకోవాలి' అని. ఈ జన్మ అవసరాన్ని బట్టి మనం ఆ కుటుంబ పరిస్థితులను మనమే ఎంచుకుంటామట. అది నిజమే అనుకుంటే తల్లి, తండ్రి, అన్నదమ్ములు, అక్కాచెల్లెళ్ళు, బంధువులు, కులం ఇవన్నీ మనం ఎంచుకున్నవే అవుతాయి.

మార్చలేని వాటిని అంగీకరించడం – అంగీకరించలేనివాటిని మార్చడం ఒక్కటే మనం చేయగల వివేకవంతమైన కర్తవ్యం. మన పరిస్థితులను మనం ఎంచుకోలేక పోవచ్చు కాని వాటికి ఎలా ప్రతి స్పందించాలనేది మనం ఎంచుకోవచ్చు. జీవితంలో ఎప్పుడు, ఏ పరిస్థితి ఎదురైనా ఎంపిక చేసుకునేందుకు మూడు అవకాశాలుంటాయి. అవి 1. మార్చటం 2. అంగీకరించడం. 3. వదిలివేయడం.

ఈ మూడింటిలో ఏదో ఒకటి చేయకపోతే నాలుగవదైన మానసిక బాధ తనకు తానే వచ్చేస్తుంది. ఆమోదించలేనివాటిని మార్చేయాలి. మార్చలేనివాటిని ఆమోదించాలి. రెండూ చేయలేక పోతే వదిలేయాలి. ఈ మూడింట్లో ఏదో ఒకటి చేయలేకపోతే సఫరవ్వాలి.

మనం పుట్టకముందు తాతలు సంపాదించిన ఆస్థికి హక్కుదారున్ని అని కోర్టు వరకూ వెళ్తాము. మనం పుట్టక ముందు జరిగిన దానికే మనం హక్కు దారులమని అనుకుంటున్నప్పుడు, గతంలో జరిగిన వాటికి మరియు భవిష్యత్‌లో జరిగే వాటికి కూడా బాధ్యత తీసుకోగలగాలి. బాధ్యత తీసుకోవడమంటే మిమ్మల్ని మీరు నాయకులుగా నియమించుకున్నట్లే.

ఒక కోర్టులో ఒక కేసు విచారణ జరుగుతుందట. ఒక జమిందారు ఇంటిలో చిన్న దొంగతనం చేసి వ్యక్తి దొరికి పోయాడు, అతను కోర్టులో తన తప్పు ఒప్పుకున్నాడు. కేసు చాలా సులభ మయిపోయింది. న్యాయమూర్తి ఆయనకు 6 నెలలు శిక్ష విధించారు. ఆయనతో పాటు, కేసు పెట్టిన ఆ ఇంటి యజమానికి కూడా 6 నెలలు శిక్ష విధించారు. ఆ యజమాని ఆశ్చర్యపోయాడు. జడ్జి గారూ, మీరు తప్పు చదివారేమో. నేను ఫిర్యాదు ఇచ్చినవాడిని. దానికి ఆ న్యాయమూర్తి, తప్పు చదవలేదు, నీ తప్పుకి కూడా శిక్ష విధించానంతే. నీవు ఆ ఊరిలో ధనవంతుడవు. ఆ ఊరిలో పంటలు పండించుకుని, ఇతరులు పండించే పంట కొని ధనవంతుడవు అయ్యావు. గత కొద్ది కాలంగా కరువు రాజ్యమేలుతుంది. దొంగతనం చేసిన వ్యక్తికి తినడానికి తిండి లేదు. నీవు ఎవరికీ ఒక రూపాయి కూడా (ధర్మ వడ్డీకి కూడా) ఇవ్వలేదు. అతనికి వ్యవసాయం తప్ప మరొకటి రాదు. అతని భార్య పిల్లలు పస్తులుంటున్నారు. అందువల్ల అతను దొంగతనానికి ప్రయత్నించాడు. కారణ మేమైనా అతను చేసింది తప్పే. అందుకే అతనికి శిక్ష. కానీ అతను దొంగ అవడానికి కారణం నీవు. అందుకు నీకు శిక్ష అన్నారు.

ఏం కంగారుపడకండి. మనకు కోర్టులు ఇలాంటి శిక్షలు వేయవు. కానీ జీవితం వేస్తుంది. పూర్వం మనిషి చేసిన కర్మలకు ఫలితం మరో జన్మలో ఉంటుందనే వారు. కానీ ఇప్పుడు అంత సమయం లేకనో ఏమో, ఎక్కడి అకౌంట్ అక్కడే సెటిల్ అయిపోతుంది. చాణక్యుడు చెప్పినట్లుగా అధర్మంగా చేసిన అక్రమార్జన పది సంవత్సరాలు మించి ఉండదట.

మీ జీవితంలో ఎవరిమీదైనా ఫిర్యాదులు ఉంటే అవన్నీ బుట్ట దాఖలు చేయండి. మన మీదకానీ, ఇతరులపై కానీ, సమాజంపై కానీ, రాజకీయనాయకులపై కానీ ఫిర్యాదులు చేయడం అనవసరం. మన శక్తి దండగ. రాజకీయనాయకులని నిందించే హక్కు మనకు లేదు. ఎందుకంటే ఎవరూ తీసుకోకపోతే రాజకీయాలు, పొరుగు దేశం వారు వచ్చి తీసుకోవాలా? కనీసం ఎవరో ఒకరు తీసుకోబట్టే, దేశం ఈ మాత్రం అభివృద్ధి సాధించింది.

ఇస్లాం ప్రకారం, ఎవరైనా ఆపదలో ఉంటే, వెళ్ళి సహాయం చేయాలి. చేయలేని పక్షంలో, సహాయం దొరికే చోటు చూపించాలి లేదా ఆ సమాచారం ఇవ్వాలి. అదీ చేయలేకపోతే, వారి కొరకు ప్రార్థించాలి, కొన్నాళ్ళకు మీరే శక్తిమంతులై, సహాయం చేసే శక్తి రావొచ్చు.

మానవ జీవితం ఎలా ఉండాలో అలా అవడానికి
ఇప్పుడున్న మానవ జీవితం ఒక ముడి పదార్థం మాత్రమే.

– సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణ.

“మనం ఏమిటన్నది అవతలి వ్యక్తిని బట్టి ఉంటుంది.

ఆ వ్యక్తి ఎలాంటి వాడన్నది మనల్ని బట్టి ఉంటుంది.

మన మాట తెలివిగా ఉండాలి.

మన మౌనం తెలివిగా ఉండాలి.

హఠాత్తుగా ఎవరో, ఎక్కడి నుండో ఊడిపడి

మనల్ని రెచ్చగొడతారు.

అయినా సరే... మనం కూల్‌గా ఉండాలి.

పోయిందేమీ లేదు. తర్వాత చూసుకోవచ్చు.

కానీ ఎన్నాళ్ళు?!

జీవితాంతం ఎవరితో ఒకరితో, ఏదో ఒక సమస్యతో

పోరాడుతూనే ఉండాలా?

నేర్చుకోవలసిందీ, మనలోకి మనం

చూసుకోవలసిందీ చాలా ఉంది.

టైమ్ సరిపోతుందా?

జీవితాన్ని ప్రేమించేవాడు టైమ్ వేస్ట్ చేసుకోడు.”

– బ్రూస్ లీ, మార్షల్ ఆర్ట్స్ నిపుణుడు, నటుడు, తాత్వికుడు.

ఎంచుకోగలిగే వరం

జీవితంలో ఆనందం, సంతృప్తి, విజయం అనేవి మనం ఎంపిక చేసుకొనే నిర్ణయాల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.– అబ్దుల్ కలామ్.

ఈ మధ్య సర్వేలో తేలిందేమంటే 60% మంది తాము చేస్తున్న వృత్తిని, అవకాశం వస్తే మార్చుకోవడానికి, వేరే కేరీర్‌ని ఎంచుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారట. 40% మంది అయితే తాము ఏదో తెలియకుండా ఉద్యోగాల్లో ఇరుక్కుపోయాం అన్నవారే!

ఒక్కక్షణం ఆలోచించండి, మీకు డబ్బూ, సమయమూ రెండూ ఉంటే ఏం పని చేస్తారు? మీరు ఓడే అవకాశమేలేదు అని తెలిసినప్పుడు ఏ పని చేస్తారు?

ప్రపంచంలోని గొప్పవారంతా పుట్టుకతోనో, ఎవరో తయారు చేస్తేనో అలా కాలేదు. వారు వారి జీవితంలో తీసుకున్న శ్రేష్టమైన ఎంపికల వల్లే అలా రూపొందారు! జంతువులు ప్రతిచర్య మాత్రమే చేయగలవు. మనుషులమైన మనం ప్రతిస్పందించగలం, ఎందుకంటే ఎంచుకోగల స్వాతంత్ర్యం మనకు మాత్రమే ఉంది.

ఒక్కసారి మీరు చనిపోయినట్లు ఊహించుకోండి, అక్కడినుంచి వెనక్కి మీ జీవిత అనుభవాల్లోకి ప్రవేశించండి. మీరు ఏం సాధించారు, ఏం సాధించలేక పోయారు? సంతోషాలుఏవి? బాధాకరమైన సందర్భాలు ఏవి? మరల అవకాశమిస్తే మీరు ఏం చేస్తారు, ఏంచెయ్యరు? ...ఆలోచించుకోండి!

జీవితాన్ని ప్రారంభించడానికి ఎప్పుడూ సమయం మించిపోలేదు. ఏ వయసైనా ఓకే. మా కాలంలో అయితే ఇలా చేసేవాళ్ళం, అలా చేసే వాళ్ళం అనుకోకండి! ఇంకా బ్రతికి ఉన్నామంటే ఇది మీ కాలమనే సంగతి మరచిపోకండి. మన జీవితంలో మనం చేయవల్సిన అత్యుత్తమ పని ఎప్పుడూ మన ముందు ఉంటుందని గుర్తుంచుకోండి!

యుద్ధమా–శాంతా, బ్రతకడమా–జీవించడమా, ఆటచూసేవాడిగానా– ఆడేవాడిగానా, చరిత్రచదువుకునే వాడిగానా–చరిత్ర సృష్టించేవాడిగానా వీటిలో ఏది కావాలో, ఎలా ఉండాలో స్పష్టంగా ఎంచుకోగలిగే వరం మనకు మాత్రమే ఉంది. అది ఎపుడూ మరువ వద్దు, అందరివీ వినండి, కాని ఆఖరి నిర్ణయం మీరే తీసుకోండి, సంపూర్ణమైన బాధ్యత వహించి తీసుకోండి.

జీవిత ఆఖరున ఎపుడూ చెప్పకండి:

''నా రోజులన్నీ నా వాయిద్యం తీగ కట్టడం, వదలడం తోనే అయిపోయాయి. నేను పాడుదామని వచ్చిన పాట మాత్రం పాడకుండానే ఉండిపోయిందని''.

–రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్

మీకు నిజంగా కావల్సిందేమిటి?

నేడు మనిషి గతంలో ఎప్పుడూ లేనంత అయోమయంలో ఉన్నాడు ఒక పెద్ద షాపింగ్‌మాల్‌లోకి ప్రవేశించి, ప్రతీ వస్తువు వైపు ఆకర్షింపబడే చిన్న పిల్లవాడిలా ఉంది అతని పరిస్థితి. అవకాశాలు పెరుగుతున్న కొద్దీ అలజడి, అయోమయం పెరుగుతున్నాయి.

చాలా మందికి తమకి కావాల్సిందేమిటో, తమ లక్ష్యం ఏమిటో? తమ ప్రయాణం ఎటుసాగుతుందో తెలియదు! కొంతమంది ఏదో లక్ష్యాన్ని నిర్ధేశించుకుని, అది సాధించి, తరువాత అది నిజంగా తాము ఆశించినదేనా! అని సంశయ పడతారు. అయినా లక్షలాది మంది ఏదో అయిపోవాలని ఎండమావి లాంటి లక్ష్యాలతో, ముందుకు పరిగెడుతూనే ఉన్నారు. దీనికంతటికీ కారణం మనం చిన్నప్పటి నుంచి తల్లితండ్రులు, టీచర్స్, స్నేహితులు, మీడియా మొ॥ వాటితో ప్రభావితమై ఫలానా ఉద్యోగం, ఫలానా కేరీర్ అయితేనే మంచిదనే నమ్మకాన్ని ఏర్పరచుకోవడం, మరొకటి మనం అసలైన ప్రతిభ, ఆశలూ, ఆశయాలు తెలుసుకోవడానికి ఎప్పుడూ సమయం కేటాయించకుండా 'నలుగురితో పాటు నారాయణ' అంటూ సాగిపోవడం.

''మీ కోరికలు ఏమిటో రాయండి'' అని అడిగితే, మొదట మీరు మీకు కావలసిన అవసరాలు, డబ్బు, సౌకర్యాలు, ప్రపంచ యాత్ర, విలాస వస్తువులు మొ॥ వాటి గురించే రాస్తారు! ఇంకా, ఆ తరువాత ఇంకా, ఏంకావాలి అనడిగితే... అప్పుడు... మీ హృదయం నిజంగా ఏం కోరుకుంటుంది, అంతరంగంలో ఉన్న మీ ఆకాంక్షలు పైకి వస్తాయి.

ముందు మీరు జీవితం నుండి ఏం పొందాలనుకుంటున్నారో? తెలుసుకోగలిగితే, తర్వాత జీవితంతో ఏంచెయ్యాలో తెలుసుకోగలుగుతారు! ప్రశాంతత, సంతోషం, ఆరోగ్యం, ప్రేమ వంటివి దొరికితే ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం, ఆత్మ సంతృప్తి వంటి లక్ష్యాలు జీవితానికి అర్థాన్ని, పరిపూర్ణతను తెచ్చిపెడతాయి.

కాని ప్రస్తుతం మనలో ఎంతమంది నిజంగా సంతోషంగా ఉన్నారు? తాము చేస్తున్న పని పట్ల తపన కలిగి ఉన్నారు? ప్రేమతో కూడిన సంబంధ బాంధవ్యాలు కలిగి ఉన్నారు? ధర్మబద్ధమైన ఆదాయాన్ని కలిగిఉన్నారు? పరిపూర్ణతతో జీవిస్తున్నారు? వేగంగా మారిపోతున్న ఈ మెటీరియలిస్టిక్ ప్రపంచంలో హృదయ పూర్వకంగా జీవించడం అనేది సాధ్యమా!

ఖచ్చితంగా సాధ్యమే. నిజానికి మన హృదయస్పందనకు, అంతర్వాణికి అణుగుణంగా జీవించడానికి ఇదే అసలైన సమయం. భవిష్యత్ అంతా సహజ మేధస్సుతో కూడిన నిపుణులకే డిమాండ్. ఈ పుస్తక ప్రధాన ఉద్ధేశ్యం మీ అత్తుత్తమ అవతారం మీరు జీవించడం వలన మీరు అష్ట ఐశ్వర్యాలనూ పొందడమే కాక ఈ ప్రపంచంలో మీ జీవన యానం విజయవంతం కావాలని చేసిన ప్రయత్నమే ఇది.

లక్ష్యం మన అంతర్గత విలువలకు విరుద్ధమైనదయితే అది క్రోధానికి, అసహనానికి, అపరాధభావానికి దారి తీస్తుంది. మనకి నిజంగా కావల్సిందేమిటో తెలుసుకోవడమంటే, వెంటనే ఏదో లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించేసుకుని, దానికోసమే కృషిచేయమని కాదు, మన పట్ల మనం నిజాయితీతో, సత్యసంధతతో ఉండటమని అర్థం. అపుడు లక్ష్యం దానికదే స్ఫురిస్తుంది. ఆపై కృషితో విజయం మనని వరిస్తుంది.

సౌకర్యాలు మనిషికి భౌతిక సుఖాన్ని మాత్రమే ఇస్తాయి. ఆనందం అనేది అంతరంగం నుండి ఉద్భవిస్తుంది. అత్యంతావశ్యకమైన వాటికి మొదటి ప్రాధాన్యత నివ్వకపోవడం చాలా మంది చేసే పొరపాటు. అటువంటివారు శ్రమకోర్చి విజయ సోపానం అధిరోహించిన తర్వాత తాము ఎక్కిన గోడ తప్పు అని తెలుసుకుని హతాశులవుతారు. జీవితంలో అతి ముఖ్యమైన విషయాలు, అతి చిన్న విషయాల దయా దాక్షిణ్యాల మీద ఆధారపడి ఉండకూడదు.

ఒక మనిషి గొప్పవాడు కాకపోయినా స్వతంత్రుడై ఉండగలడు. కాని ఏ మనిషీ స్వతంత్రుడు కానిదే గొప్పవాడు కాలేడు – ఖలీల్ జిబ్రాన్.

ప్రతి ఒక్కరూ అంతరంగాల్లో స్వతంత్రునిగా ఉండాలని కోరుకుంటారు. కాని మనం ఎంతో కష్టపడి, కృషిచేసి దానిని పోగొట్టుకున్నాం. మనం ధనవంతుడిగా కానీ ఐశ్వర్యవంతుడిగా కాని కాగలం. ధనవంతుడికి డబ్బు ఉంటుంది, ఐశ్వర్యవంతుడికి 'సమయం' ఉంటుంది.

కొంతమందికి సమయం ఉంటుంది, డబ్బు ఉండదు. కొంతమందికి డబ్బు ఉంటుంది కాని ఆనందించడానికి సమయం ఉండదు. కొంతమంది రోజూ కూలీ చేసే వారి వద్ద ధనమూ, సమయమూ రెండూ ఉండవు. చాలా తక్కువ మంది మాత్రమే రెండింటినీ కలిగిన అదృష్టవంతులు. అయినా ఈ స్థాయిలో కూడా చాలమందికి సంతృప్తి లేదు, ...ఏదో... సాధించాల్సింది, సాధించలేనట్టుగా విషాదంగా ఉంటారు. ఎందుకంటే వారి అసలు పని వారు నెరవేర్చి ఉండకపోవడమే.

ధనవంతులు కావడమనేది మన జీవితావసరమే కాదు, అది మన హక్కు కూడా! ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం యొక్క పరమావధి హృదయపు ఆకాంక్షలను నెరవేర్చుకోవడానికే. ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం అంటే డబ్బుకోసం మీకు ఇష్టంలేని పనులను చేయాల్సిన అవసరం లేకపోవడం, డబ్బు లేకపోవడం వలన చెయ్యాలనుకున్న పనిని చెయ్యలేక పోవడం. ఈ స్థితిని పొందినపుడు మీరు నిజంగా స్వేచ్ఛా జీవులే, ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం పొందినట్లే!

అత్యంత ప్రధానమైనది ఇదే:
మనం ఏది కాగలమో అది అవడానికి, ఏ క్షణమైనా
'ప్రస్తుతం మనం ఏదో'' అది త్యాగం చేయడానికి సిద్ధంగా ఉండడం.

– చార్లెస్ డుబోయిస్

ఏది మీ గమ్యం?

అమెరికన్ బక్ మినిష్టర్ ఫుల్లర్, సినర్జిటిక్స్ అనే పుస్తక రచయిత అయిన ఆయన 20వ శతాబ్దపు అత్యంత గొప్ప ఆలోచనాపరుడు, సృష్టికారకుడుగా (ఇన్వెంటర్) గుర్తించబడ్డాడు.

ఒకప్పుడు ఆయన చాలా మంది లాగే జల్సా జీవితం గడుపుతూ పార్టీలు, ఫుట్ బాల్ ఆటలు చూడడం లో గడిపేవాడు. అతను ఒక రకంగా అదుపుతప్పిన ఒక కుర్రాడి జీవితంలా ఉండేది. కానీ ఆకస్మికంగా జరిగిన ఒక సంఘటన, ఆయన జీవితాన్ని శాశ్వతంగా మార్చేసింది.

ఆసమయంలో, ఆయన 6 ఏళ్ళ కూతురు, అలెగ్జాండ్రా చాలా అస్వస్థతకు గురైంది. అయితే అప్పుడే ఫుట్‌బాల్ టోర్నమెంటు ఉంది. త్వరలోనే వస్తానని ప్రామిస్ చేసి, ఒక రోజున ఆయన ఇంటి నుండి వెళ్ళాడు. అయితే వెళ్ళేముందు, అలెగ్జాండ్రా బర్త్‌డే సమయానికి తిరిగి వచ్చేటప్పుడు ఫుట్‌బాల్ టోర్నీలో దొరికే ఒక చిన్న జండాను తీసుకువస్తానని మాటఇచ్చాడు.

అయితే అమెరికన్ బక్ మినిష్టర్ ఫుల్లర్ ఆ ఫుట్ బాల్ ఆట అయిపోయిన తరువాత మూడు రోజులకు కూడా ఇంటికి రాలేదు. పార్టీల్లో మునిగి తేలిపోయాడు. చిట్ట చివరికి ఇంటికి చేరేసరికి, ఆయన భార్య, అలెగ్జాండ్రా ఆరోగ్యం క్షీణించిందని, చెప్పిన సమయానికి రానందుకు కూతురికి క్షమాపణ చెప్పడంలో సమయం వృథా చేయవద్దని, వెంటనే పై అంతస్థులో ఉన్న కూతురిని చూడమని కోరింది. ఫుల్లర్ తన కూతురిని చేతుల్లోకి తీసుకుని హలో చెప్పగానే, తను అడిగిన చిన్న జెండా తెచ్చావా అనడిగింది. సమాధానం (తేలేదు అని) చెప్పగానే, ఆ చిన్న ఆశాభంగం ఆ చిన్నారి ప్రాణాలు గాల్లో కలిసిపోవడానికి సరిపోయింది, అలెగ్జాండ్రా తండ్రి చేతుల్లో ఉండగానే చనిపోయింది. (చిన్నదో, పెద్దదో మాట ఇచ్చి నిలబడడం ఎంత ముఖ్యమో చూడండి).

దాని తరువాత ఫుల్లర్ ఎంత బాధపడ్డాడంటే, అలా ఒంటరిగా నడుచుకుంటూ వెళ్ళాడు, తన జీవితాన్ని చాలించేద్దామని నిర్ణయించుకున్నాడు. అయితే, అతనో ''అంతర్వాణి'' ఈ విధంగా చెప్పగా విన్నాడు, ''నీ జీవితాన్ని అంతం చేసే హక్కు నీకు లేదు. ఇది నీది కాదు నువ్వు అంతం చేసేయడానికి. నీ జీవితానికో ప్రయోజనం ఉంది. నీవు ఇక్కడికి ఎందుకు వచ్చావో ఆ పని ఇంకా చేయనేలేదు''.

ఆ తరువాత, జీవిత ప్రయోజనం, దేవుడు, విశ్వం గురించి అన్వేషణ మొదలు పెట్టాడు. ఒక్క పైసా కూడా లేకుండా చేసే పని ఏదైనా ఉందా తెలుసుకోవాలనుకున్నాడు. ఎవరికీ తెలియని ఒక మనిషి మానవాళి తరపున పని చేయడం మొదలుపెట్టాడు.

ముందుగా రెండు సంవత్సరాలు ఎవరితోనూ మాట్లాడడం మానేసాడు. మాటలకు చాలా అద్వితీయమైన శక్తి ఉందని తెలుసుకున్నాడు. మాటలే అతనిని తరచూ ఇబ్బందులకు గురిచేసాయి.

ఏదైనా పదం గురించి, దాని అర్థం, ప్రభావం గురించీ పూర్తిగా తెలియకమునుపే మాట్లాడనని ప్రమాణం చేసుకున్నాడు. ఆయన ఈ విశ్వంలో ఒక శక్తి ఉందని నమ్మాడు. (అది మీరు ఏ పేరుతోనైనా పిలవండి, పరిణామం, గొప్ప శక్తి, దేముడు ఏదైనా అనండి) అది అందరినీ ఎంతో విజేతలుగా నిలపాలని, ఇంతకుముందు ఎవరూ సాధించనటువంటి అత్యంత ఉన్నత స్థానంలో వారిని ఉంచాలని ఆ విశ్వ శక్తి యొక్క ఉద్దేశం.

ఆయన ప్రతిపాదించిన సూత్రాలు పాటించడం వలన, ఎవ్వరైనా ఈ ప్రపంచంలో ఒక సానుకూల మార్పును తీసుకురాగలరు. జీవితంలో ఆనందాన్ని, దీవెనలను పెంపొందించు కోవచ్చు. వారి జీవిత ప్రయోజనం నెరవేరగలదు.

ఆయన చెప్పిన సూత్రాలలో మొదటిది: ప్రెసిషన్. అంటే ''వరుసగా కదలడం''. కదలకుండా ఉన్న నీటిలో ఒక చిన్న రాయి వేస్తే ఏమవుతుంది? తరంగాలు బయటకు వెళ్తాయి. అంటే, ఒక ప్రధాన మైన పనికి, సైడ్ ఎఫెక్ట్ అన్నమాట. అసలు పనికంటే, ఆ పనివల్ల జరిగే ఈ సైడ్ ఎఫెక్ట్ చాలా పెద్దదిగా ఉండవచ్చు.

సుమిత్రా దీవులలో, భూ గర్భంలో రెండు ప్లేట్లు ఢీ కొట్టడం ప్రధానమైన పని. దాని ఎఫెక్టు సునామీ రూపంలో ఎంత దూరం వ్యాపించిందో అందరికీ తెలిసిందే. అయితే అక్కడి నీరు ప్రపంచమంతా ప్రయాణించలేదు. అక్కడ ఉద్భవించిన శక్తి ప్రయాణించింది.

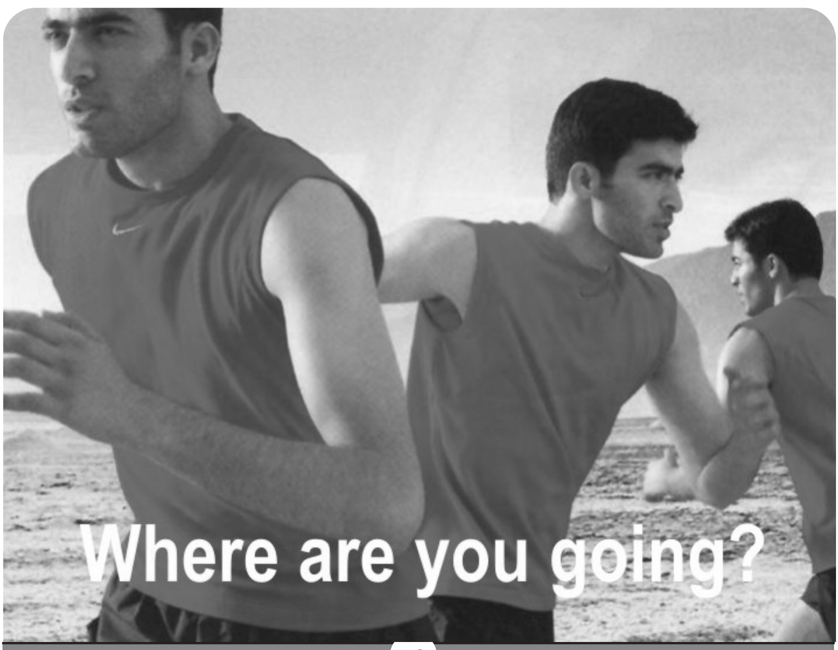
తేనెటీగల జీవనం చూస్తే, మనకు ఈ సూత్రం బాగా అర్థమవుతుంది. తేనెటీగల జీవితానికి కూడా ఒక ప్రయోజనం ఉంది. అదే మొక్కలను పరపరాగ సంపర్కం కావించడం, ఒక కిలో తేనె పట్టుకోవడం కోసం సుమారు 40 లక్షల పూవులను సందర్శిస్తుందట. భూమి చుట్టూ మూడు సార్లు తిరిగినంత దూరం తిరుగుతుందట. అయితే ఈ ప్రస్థానంలో తేనెటీగ కాలికి ఉన్న రోమాలకు ఉన్న జిగురుకు, పుప్పొడి అంటుకుని, మరో అదే రకమైన పూవు వద్దకు చేరడం ద్వారా పరపరాగ సంపర్కం జరిగి, ఈ భువిపై పచ్చదనం ఉండడానికి తద్వారా మానవ జీవనం సాగడానికి సహకరిస్తుంది. తేనెటీగలు లేకపోతే మనం కూడా లేము. అయితే తేనెటీగ పొద్దున్నే లేవగానే ''నేను ఇవాళ పరపరాగ సంపర్కం చేయడానికి బయల్దేరాలి'' అనుకుంటుందా? లేదు కదా! దాని ముందున్న లక్ష్యం ఏమిటి? పూలనుండి మకరందాన్ని సేకరించి, తేనెగా తయారుచేయడం. అంతే. మరి, ఒక తేనెటీగ జీవితానికే అంత ప్రయోజనం ఉంటే, మనందరి జీవితాలకు కూడా ఏదో ఒక ప్రయోజనం ఖచ్చితంగా ఉండే ఉంటుంది.

మీరు ఒక లక్ష్యం కోసం పనిచేయడం ద్వారానే మీ జీవిత ప్రయోజనం నెరవేరుతుంది, ఆ లక్ష్యం సాధించగానే మీ జీవిత ప్రయోజనం కూడా ఆగిపోతుంది. మీ పని ఆగిపోతే, తద్వారా సైడ్ ఎఫెక్ట్‌లా జరిగే ప్రయోజనం కూడా ఆగిపోతుంది. నిజానికి (సైడ్ ఎఫెక్ట్) మనం ఒక పని చేయడం వలన జరిగే మరో మంచి పనే మన జీవిత ప్రయోజనం. మనం చేసే ప్రధాన మైన పని ఎంత మాత్రం కాదు. నేను ఈ పుస్తకంవ్రాయడం వల్ల నా జీవిత ప్రయోజనం నెరవేరదు. ఇలాంటి

పుస్తకం రాయడం వల్ల, స్ఫూర్తి పొందిన వ్యక్తులు చేసే మంచి పనులే అసలు ప్రయోజనం. నేను నా ధర్మం నిర్వర్తించడం ఆపేస్తే, నా జీవిత ప్రయోజనం కూడా ఆగిపోతుంది. అందుకే స్వధర్మాన్ని గుర్తెరిగి జీవితాన్ని ఆస్వాదిస్తూ పనిచేస్తే గ్రేట్‌నెస్ ఆపాదించబడుతుంది.

సరియైన లక్ష్యాలు ఎంచుకోవడంలోనే గ్రేట్‌నెస్ యొక్క రహస్యం ఉంది. మనం ఎంచుకున్న లక్ష్యం వల్ల ప్రయోజనం (సైడ్ ఎఫెక్ట్) జరుగుతుందని ఎలా తెలుస్తుంది? దానికి ఆయన చెప్పిందేమిటంటే మీ లక్ష్యం ఇతరుల జీవితానికి మరింత శోభ, విలువ నిచ్చేదిగా ఉండాలి, వారి జీవన ప్రమాణాలను మీ పని పెంచేది అయి ఉండాలి! **ఎలాంటి లక్ష్యాలు ఎంచుకోవాలంటే, ఒక పని చేయాల్సిన అవసరం ఉంది అని మీకు తెలిసినప్పుడు, మరెవ్వరూ ఆ పని ఇంకెవరూ చేయనపుడు...''అదే...మీ పని''.**

''ఎప్పుడూ ఇంకొకరి ఆలోచనల ప్రకారం నడుస్తుంటే మనకు బదులుగా వారు మిగిలిపోతారు లోకంలో. అప్పుడు మనం పుట్టి, పెరిగి, పోయి... ఏం లాభం? అందుకే మన పంచ్ Different ఉండాలి. నా ఇష్ట ప్రకారం జీవించడానికి నువ్వీ లోకంలోకి రాలేదు. నీ ఇష్ట ప్రకారం నడుచుకోవడానికి నేనీ లోకంలోకి రాలేదు. ఎవరి జీవితం వారిది. అయితే ఈ రెండు జీవితాలను సమన్వయం చేయడానికి – మనం పుట్టక ముందే – సమాజం స్థిర ఆదర్శాలను ఏర్పాటు చేసి ఉంచింది. ఫిక్స్‌డ్ పాటర్న్! కానీ జీవిత సత్యాలన్నీ ఆ ఆదర్శాల బయటే ఉన్నాయే! ఎలా బయట పడడం? పడాలి. నియమాలకు విధేయులమై ఉంటూనే, వాటికి లోబడకుండా ఉండాలి.'' – బ్రూస్ లీ



మీదైన పాటనే పాడండి

హృదయానికి కూడా ఒక తర్కం ఉంది. అది తర్కానికి అర్థమవ్వనిది. – బ్లైస్ పాస్కల్

మనమందరం మన దైన ఒక ప్రత్యేక పాటను పాడాల్సి ఉంది. మనదైన, మనకే చెందిన ఒక ప్రత్యేక జీవితాన్ని జీవించాల్సి ఉంది. మనం దానిని ఎప్పటికీ కనుగొనక ఇతరులతో పంచుకోకుండా ఉండిపోతే, మన టేలెంట్, ప్రత్యేకత మనలోనే మరణించి, ఎవరికీ అందకుండా పోతుంది. కానీ ఎప్పుడైతే మీ గీతాన్ని కనుగొని పాడే ధైర్యం చేయగలిగినప్పుడు, – చిరునవ్వులను గమనిస్తారు, మెచ్చుకోలు స్వరాలను వింటారు, మరియు జీవితం నుండి కరతాళధ్వనులను అందుకుంటారు.

మీరెపుడైనా ఒక లక్ష్యాన్ని ఏర్పర్చుకుని దానిని సాధించారా? ఆ తర్వాత తెలియని ఒక అసంతృప్తికి లోనయ్యారా? మనలో చాలామందికి ఇలా జరుగుతుంది. ఒక పర్వత శిఖరాన్ని అధిరోహించాలనేది ఒక వ్యక్తి లక్ష్యం అయితే, అక్కడకు చేరిన తరువాత అసంతృప్తికి లోనవడం సహజం. ఎందుకంటే ఇక ఆపై అతను పయనించడానికి ఏమీ లేదు, ఆ విజయ గాధను ఎన్నాళ్ళు చెప్పుకుంటాడు?

ఉదాహరణకు ఒక సుత్తిని తీసుకోండి, అది మేకులు కొట్టడానికి తయారు చేయబడింది. దాని పని అదే! దానినెపుడూ ఉపయోగించలేదనుకోండి, టూల్‌బాక్స్‌లో పడి ఉంటుంది, అంతే! కాని ఆ 'సుత్తికి' ఆత్మ, స్వీయచైతన్యం ఉన్నాయని అనుకోండి! రోజుల తరబడి డబ్బాలో పడి ఉండటం దానికి చాలా విసుగ్గా ఉంటుంది. లోపల్నించి ఏదో తెలియని అసంతృప్తితో నిండిపోతుంది! ఏదో కోల్పోయిన భావనతో కొట్టుమిట్టాడుతుంది, అయినా ఆదేమిటో తెలియదు.

ఒక రోజు ఒక వ్యక్తి ఆ సుత్తిని బయటకు తీసికట్టెలు కొట్టడానికి ఉపయోగిస్తాడు. అపుడది సంతోషంతో నిండిపోతుంది. తనను ఉపయోగించుకుంటున్నందుకు, ఆనందంతో తను చేసే పనిలో లీనమై పోతుంది. కాని రోజులు గడిచేటప్పటికి, ఇంకా ఏదో అసంతృప్తిగానే ఉంటుంది. కట్టెలు కొట్టడం బాగానే ఉంది. కాని ఇంకా ఏదో లోటు ఉంది. ఇంకా ఏదో చెయ్యలని ఆరాట పడుతుంది. తను మరింత కష్టపడి పలురకాల పనులు చెయ్యాలని అనుకుంటుంది. వస్తువులను విరగ్గొట్టడానికి, వంచడానికి ఇలాంటి పనులు చేయడానికి ఉత్సాహపడుతుంది. అపుడు తన అసంతృప్తి తొలగిపోతుంది అని భావిస్తుంది. కానీ ఎన్ని చేసినా ఆ సుత్తికి తృప్తి లేదు. ఆత్మకి శాంతి లేదు.

కొన్నాళ్ళకు ఏవరో ఒకరు ఆ సుత్తిని మేకులు కొట్టడానికి ఉపయోగిస్తారు... ఆకస్మికంగా దాని ఆత్మలో వెలుగునిండుతుంది. తను ఎందుకు రూపొందించబడ్డానో అనేది ఇపుడు తెలుసు కుంటుంది. మేకులు కొట్టడం తన పని, మిగతా పనులేవీ తన దృష్టిలో యోగ్యమైనవి కావు. ఇప్పుడు తెలుసుకుంటుంది, తాను ఇన్నాళ్ళూ దేనికొరకు వెదుకుతున్నానో అనే విషయం!

మన మొక ప్రయోజనం కొరకు సృష్టించబడ్డాం! మనం ఎవరో మనం తెలుసుకునేవరకు, మనకు ఎన్నో అనుభవాలు ఎదురవుతాయి. మనం కొన్ని మంచి పనులు కోసం వినియోగింపబడి ఉండవచ్చు. కాని మనం ఆ పనుల కోసం రూపొందింపబడలేదు. మనకు పరిపూర్ణతనిచ్చే పని దొరికినప్పుడు మనస్సుకి తెలిసిపోతుంది.

మీదైన పనిలో మీరు ప్రవేశించినపుడు, మీలో వెలుగు నిండటమే కాదు. మీ చుట్టూ ఉన్న వారందరిలో కూడా వెలుగు నింపగలుగుతారు. ప్రతిఒక్కరు ఒక ప్రత్యేకమైన పని కోసం సృష్టింపబడతారు. ఆ పని చేయాలన్న ''తపన'' ప్రతి ఒక్కరి హృదయంలో ఉంటుంది అంటారు రుమి అనే 13వ శతాబ్దపు సూఫీ కవి.

ప్రతి మనిషిలోను 'మెప్పు' పొందాలనే ఆకాంక్ష తీవ్రంగా ఉంటుంది. మనం చేసే పనిలోని శ్రేష్ఠతే ఆ మెప్పును శాసిస్తుంది. మన దైన గీతాన్ని ఆలాపించడం ద్వారా శ్రేష్ఠతను మనం సాధించగలం. మనం పాడుతున్న పాటకు మనమే పరవశులైతే, అలాంటి పాట ఇతరుల మనసులని తాకదా? లీనమైచేసే ప్రతి పనీ ఒక ఆటే, ఒక పాటే.

అత్యంత సునాయాసంగా చేయగలిగినదై ఉండి, అది మీకు ఆనందాన్ని, పరులకు ఆనందాన్ని, విజయాన్ని, ప్రయోజనాన్ని కలిగించేది అయినపుడు – మీ స్వీయ సంగీతాన్ని ఆలపించడానికి ఆలస్యమెందుకు? బ్రతకడం కోసం తమది కాని ఇతరుల గీతాన్ని ఆలపించడం ఎందుకు?

మరణం నీ తలుపు తట్టక ముందే నీకున్నదంతా ప్రపంచంతో పంచుకో!
నీవొక పాటను పాడగలిగితే ఆ గీతాన్ని మధురంగా ఆలపించు, ఆనందించు! – ఓషో

Passion

తపన

తపనతో జీవించండి

మీరు చేసే పనిలో చెప్పుకోదగ్గ ప్రత్యేకత లేనప్పుడు, మీరెంత కష్టపడినా, మీకు గుర్తింపు రాదు. అంటే దాని అర్థం మీకు పెద్దగా డబ్బు కూడా ఎక్కువ ఇవ్వరు.

- మైఖేల్ గోల్డ్‌హాబర్

మనలో చాలా మంది, ఒక కంఫర్టబుల్ లైఫ్, మన చుట్టూ ఉండేవారు 'విజయవంతమైన జీవితం' అని భావించే ఒక స్థాయికి చేరుకున్నాం. ఇప్పుడు మన జీవితాన్ని ఎలా నడపాలో మనకు తెలుసు. ఇటువంటి క్షణంలో మన జీవితానికి పరిపూర్ణతనిచ్చే మరో కొత్త కోణం తరచుగా మెరుస్తూ ఉంటుంది. జీవితాన్ని ఒక తపనతో, జిజ్ఞాసతో, ఉత్సాహంగా, సాహసోపేతంగా, ప్రతిక్షణం జీవితాన్ని ఆస్వాదించాలని ఉంటుంది.

జీవితాన్ని సార్థకం చేసే ఒక పని, అర్థాన్నిచ్చే పని, మీలో ప్రాణశక్తిని రగిల్చే పని, సవాళ్ళు ఎదుర్కొనే సమయంలో కూడా మీ అసలైన తత్వాన్ని వ్యక్తపరిచే పని... అదే మీ అసలైన హృదయ సంబంధమైన పని. అదే మీ హార్ట్ వర్క్. అదే మీ తపన (పాషన్).

విద్యుత్ శక్తిని దాచలేము, అది ప్రవహించాలి. ఆ శక్తి ప్రవహించినపుడే దానిని కరెంట్ అంటాము కదా, అలాగే మనం తపనతో జీవిస్తున్నప్పుడు, మన ఉనికి ఒక విద్యుత్ ప్రవాహంలా చైతన్య భరితమవుతుంది. అటువంటి చైతన్యంతో పనిచేసినపుడు మనం ఆధ్యాత్మికతలో ప్రవేశిస్తాం. ఆక్షణం నుండి మనలో జీవం తొణికిసలాడుతుంది. నిజమైన జీవితం అనుభూతిలోకి వస్తుంది.

ప్రతి ఒక్కరిలో వారికే తెలియని ఒక గొప్ప టాలెంట్ ఉంటుంది. మీకు నిజమైన ఆసక్తి ఎక్కడ ఉందో తెలుసుకోవాలి. మీకేది సరైనదో చేప్పే మీ మనస్సాక్షి యొక్క వాణిని మీరు వినగలగాలి. మీ జీవితార్థాన్ని, మీలో తపనను జ్వలింపచేసే ఒక పనిలో మీరు నిమగ్నమవ్వాలి. నేడు ఏ పనిపట్లయినా సరే తపన (Passion) కలిగి ఉండడం అనేది అవసరమయిన ఒక అర్హతగా మారింది. తపనతో నిండిన వారు నిజజీవితంలో చైతన్య భరితమైన వ్యక్తిత్వంతో శోభిల్లుతారు. 'తపన' అనేది లేకుండా ఈ ప్రపంచంలో ఏ గొప్ప కార్యమూ నిర్వర్తింపబడలేదని గుర్తుంచుకోండి.

మీరు చేసే పనిలో కిక్ రాకపోతుంటే, ఈసురోమంటూ, ముఖం కంద గడ్డలా పెట్టుకుని ఆ పని చేస్తుంటే, ఆ పనిచేస్తుంటే కిక్ వచ్చే వారు మీ రంగంలోకి ప్రవేశించినప్పుడు, మీరు ఆ రంగంనుండి కిక్ అవుట్ అవబడతారు. మనకు ప్రతిభ ఉన్న రంగమైనా, ఎప్పటి కప్పుడు కొత్త ప్రయోగాలు చేస్తున్నప్పుడే మనలో ఆ ''కిక్'' సజీవంగా నిలుస్తుంది. తపనతో జీవించడం అనేది 'కళ'. మన తపన ఉన్న ప్రతిభను ఎంతగా సానబెడితే అంత ఆనందాన్నిస్తుంది, ముందుగా మనకు తరువాత ఇతరులకు. గొప్ప వాళ్ళు తాము గొప్పవారు కావడానికి గొప్ప పనులేమీ చేయలేదు, వారు తమలోని 'గొప్పతనాన్ని' గుర్తించి నిరంతరం దానిని సాధనతో పెంపొందించుకున్నారంతే!

మీ ఆట ఆడండి

జీవితంలో చాలా మంది చేసే అతి పెద్ద తప్పు ఏంటంటే తనకి అత్తంత ఇష్టమైన పనిని వృత్తిగా మార్చుకోవడానికి ప్రయత్నించకపోవడమే. – మాల్కమ్ ఫోర్బ్స్

పికాసో అనే గొప్ప చిత్రకారుడిని, మీరు రోజంతా నిలబడి పెయింటింగ్ వేస్తుంటే అలసిపోరా? అని అడిగితే ఆయన ....నేను పెయింటింగ్ వెయ్యని రోజు అలసిపోతాను! అన్నారు.

నేను టెన్నిస్ ఎక్కువ గంటలు ప్రాక్టీస్ చేస్తుంటే అలసిపోతున్నాను, అలా కాకుండా ఉండాలంటే ఏం చెయ్యాలని సానియామీర్జాను ఒక అమ్మాయి సలహా అడిగితే... దానికామె.... ''నువ్వు అలసి పోతున్నావంటే అది నీ ఆట కాదు... ముందు నీ ఆట ఏదో తెలుసుకో'' అని చెప్పింది.

సచిన్ టెండూల్కర్ క్రికెట్ ఆడి అలసిపోవట్లేదు, ఆడకపోతే అలసిపోవచ్చు. ఎ.ఆర్ రెహమాన్ గారు మ్యూజిక్ కంపోజ్ చేయకపోతే అలసిపోవచ్చు. ఒక గొప్ప శాస్త్రవేత్తకు పరిశోధనలో తపన ఉంటే చిన్న చిన్న విజయాలకే, ప్రపంచ కప్పు వచ్చినంత సంభరంగా ఆ రోజు జరుపుకుంటాడు.

బిల్ గేట్స్‌కి సాఫ్ట్ వేర్ ప్రోగ్రామింగ్ ఒక పని కాదు, ఆటలాంటిది. ఒకసారి ఒక ప్రోగ్రామింగ్ వ్రాయడానికి 40 రోజులు ఒక కారు గేరేజీలో ప్రపంచంతో సంబంధం లేకుండా గడిపాడట. మరి ప్రపంచంలో ఆడుతూ పాడుతూ అత్యంత ధనవంతుడవ్వడంలో ఆశ్చర్యం లేదుకదా! అలా మీరు ఏ పనిని, పనిలా భావించకుండా ఒక ఆటలా భావిస్తారో అది మీకు జీవాన్ని, జీవితాన్ని ఇస్తుంది. ఆట స్వభావాన్మే మార్చేసే మీదైన ఆట మీకు కీర్తిని, గౌరవాన్ని, సంపదనూ సమకూరుస్తుంది.

మనలో ప్రతిఒక్కరం ఏదో ఒక శ్రేష్ఠమైన విషయాన్ని 'అప్రయత్నంగా' సునాయాసంగా వ్యక్తీకరించగలిగే సామర్థ్యంతోనే జన్మిస్తాం! ఆ 'ఆట' ఆడుతుంటే మనం అలసి పోవడం ఉండదు. ఆడక పోతే అలసిపోతాం! అలాంటి ఒక పని, మిమ్ములను సదా మీ సహజ స్థితిలో ఉంచగలుగుతుంది. మీరు చేస్తున్న పనిని మీరు నిజంగా ప్రేమిస్తే మీరు ఉదయాన్నే లేవడానికి అలారం అవసరం లేదు. ఎందుకంటే ఆ పనిని మీ కిష్టమయిన ఆటలా భావిస్తారు. కాబట్టి, మీరా రోజులోకి దూసుకు వెళ్ళడానికి సంసిద్ధులై ఉంటారు.

ఆటలో మమేకమైనప్పుడు, ఒక చిన్న పిల్లవాడు పొందే గంభీరతను సాధించిన వ్యక్తి తన 'నిజమైన తత్త్వానికి' దగ్గరౌతాడు అన్నారు ఒక జ్ఞాని.

జెన్ నానుడి ప్రకారం: ''జీవించే కళను ఔపోసనపట్టిన ఒక మాస్టరు, ఆటకి–పనికి, శ్రమకి–విశ్రాంతికి, ప్రేమకి–మతానికి మధ్యన వ్యత్యాసాన్నే చూడదు. రెండిటినీ విడగొట్టక, మాస్టరు రెండూ చేస్తూనే ఉంటాడు.

హృదయం నుంచి జీవించండి

మీ దృష్టినాకర్షించే విషయాలు ఈ ప్రపంచంలో ఎన్నో ఉంటాయి. కాని మీ హృదయాన్ని ఆకర్షించేవి కొన్ని మాత్రమే ఉంటాయి, వాటినే మనం అనుసరించాలి.

నేడు మనిషికి నేను/నాకు/నాది అనే స్వార్థం పెరిగిపోయి, భౌతిక సుఖాలు, గుర్తింపు, అధికారం, నంబర్ వన్ అవడం కోసమే లక్ష్యాలు పెట్టుకుంటూ ఒత్తిడితో జీవించడానికి కారణం కేవలం మేధస్సులు మాత్రమే అభివృద్ధి చెంది, ప్రేమ, ఆత్మీయత, కరుణ లేని రోబోలుగా తయారవడం. నేడు మనుషులు గుండె పోటు కంటే తల పోటుతో ఎక్కువ బాధపడుతున్నారు. ఆసుపత్రిలో కూడా 'న్యూరాలజీ' కేసులు విపరీతంగా పెరుగుతున్నాయి. మెడిసిన్ సహాయం చేసేది 30% మాత్రమేనని, మిగతాది ''కౌన్సిలింగ్'' ద్వారానే నయమవు తుందని డాక్టర్లు సైతం చెప్తున్నారు.

మన మైండ్ ఒక గొప్ప సహాయకుడు. కానీ దానికి హార్ట్ నాయకుడు. హృదయసంబంధమైన పనిని అప్పచెప్పినప్పుడు మనస్సు ఎంతో వినయంగా అడిగింది తెచ్చిపెడుతుంది. కానీ మైండునే నాయకుడిని చేసి దాని చిత్తానికే కోరికలను వదిలేస్తే, మనిషికి చిక్కులను, చికాకులను కొనితెస్తుంది. హృదయంనుంచి (మనసా, వాచా, కర్మణా) పనిచేయలేనివారు గొప్పదేదీ సాధించలేరు, అసంపూర్ణ హృదయంతో చేసిన పని చేదు అనుభవాలను మిగులుస్తుంది. మీరు చేసే పని మీకు ఉత్సాహాన్ని ఇవ్వలేకపోతుంటే, తన పనిలో ఉత్సాహాన్ని పొందే వ్యక్తులు మీ రంగంలో ప్రవేశించినపుడు – మీరు చేసే పని నుండి మీరు నిష్క్రమించాల్సిన ఆవశ్యకత ఏర్పడుతుంది.

హృదయంతో పని చేయడం అంటే అది ఒక బైపాస్ రోడ్ లాంటిది. ట్రాఫిక్‌లో అంతరాయాలు కలిగించే రోడ్డు వదిలి ఈ రోడ్డు ద్వారా మరింత త్వరగా, ప్రయాణాన్ని ఆనందిస్తూ గమ్యాన్ని చేరుకోవచ్చు. మీకో దారి ఉంటుంది, జీవితానికో దారి ఉంటుంది. మీ దారి – జీవిత దారి ఒకటే అయినప్పుడు అది రహదారి అవుతుంది. రెహమాన్ సంగీతం సమకూర్చడంలో ఆనందం పొందుతాడు. మనం ఆనందిస్తూ దానికి డబ్బు చెల్లిస్తాం.. ధోనీ క్రికెట్ ఆడుతూ ఆనందం పొందుతాడు, మనం ఆనందిస్తూ దానికి డబ్బు చెల్లిస్తున్నాం. హర్షాభోగ్లే క్రికెట్ గురించి మాట్లాడుతూ ఆనందాన్ని పొందుతాడు. ఆయనకు డబ్బు చెల్లించబడుతుంది. .....నేను స్ఫూర్తినివ్వడంలో ఆనందం పొందుతాను. నాకు డబ్బు వస్తుంది... ఇలా మనం అమితంగా ఆనందించే పనిలో నిమగ్నమవడం వల్ల మనం మన పనిలో నిష్ణాతులవుతాం. తన పనిని ఎంతో తపనతో, ఇష్టంతో చేసే వారితో పని చేయడాన్ని, చేయించుకోవడాన్ని అందరూ ఇష్టపడతారు.

ఇంగ్లాండులో జరిపిన ఒక సర్వే ఏం చెప్తుందంటే ఏ రంగంలో అయినా 10,000 గంటలు కనుక జిజ్ఞాసతో గడిపితే, ఆ రంగంలో జీనియస్ అవుతామట. అందరికీ ఎక్స్‌పర్ట్ సేవలే కావాలి కనుక మన సేవలు కోరుకునేవారు తక్కువేమీ ఉండరు. ఎప్పుడైతే మనం డిమాండులో

ఉంటామో, డిమాండు చేయకుండానే ఆదాయం అవసరాలకన్నా ఎక్కువ ఉంటుంది. ఎప్పుడైతే చాలినంత ధనం ఉందో – 90% ప్రజలకుండే ఈతి బాధలుండవు, అప్పుడు క్రియేటివిటీ మరింత పెరుగుతుంది. కొన్నాళ్ళకు మనిషి ధనం, కీర్తి, గుర్తింపు వంటి వాటికంటే పెరిగి, మానవాళికి తన వంతు ధర్మంగా ఏం చేయాలి అని ఆలోచిస్తాడు. ధర్మ, అర్థ, కామ, మోక్ష అంటే ఇదే కదా.

మనలోని ప్రతి ఒక్కరం మన అంతరాత్మ పిలుపుకి అనుగుణంగాజీవిస్తూ, మన ప్రత్యేకమైన టేలెంట్స్‌ని వ్యక్తపరుస్తూ, పరిపూర్ణంగా జీవిస్తున్నాం అనుకోండి! ఒక్కసారి ఊహించండి, అపుడు ఈ ప్రపంచంలో సోదర భావం, ప్రేమ, పరస్పర గౌరవం, గురుతత్వంతో ప్రపంచమే ఒక పండగ వాతావరణంలా ఉంటుంది. అప్పుడు ప్రపంచంలో హింస కంటే ఆదరణ, ఆసుపత్రుల కంటేఆరోగ్యం, యుద్ధం కంటే శాంతి, బానిసత్వం కంటే సంపద, ఒత్తిడికంటే శక్తి, అడ్డుగోడల కంటే ఆనందాలు, సామాన్యత కంటే అద్భుతాలు, విడాకుల కంటే ప్రేమ అధికంగా సంభవిస్తాయి. అక్కడ డిప్రెషన్ కంటే ఎక్స్‌ప్రెషన్, ఇమిటేషన్‌కంటే క్రియేషన్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఎవరూ ఎవరితోనూ పోటీ పడరు. అందరూ తమ అంతరంగ సామర్థ్యాల మేరకు జీవిస్తారు. ఒక అద్భుతమైన మానవ ప్రతిభా వ్యక్తీకరణ విస్ఫోటనంలా ఉవ్వెత్తున లేస్తుంది...దానినే నేను స్వర్ణయుగం అంటాను.

మనం చేసే పనిని తీవ్రమైన తపనతో చేశామంటే... మనకు తెలియకుండానే మన పని ఉత్తమమైనదిగా గుర్తింపు పొందుతుంది. ప్రపంచం అటువంటి నిపుణులకు ఎంతైనా చెల్లించడానికి సిద్ధంగా ఉంది. వీరికి పోటీ తక్కువ, డిమాండ్ ఎక్కువ. ఎందుకంటే, అతి తక్కువ మంది మాత్రమే తమ అంతర్గత ప్రతిభ ఆధారంగా వృత్తులను ఎంచుకుంటున్నారు కనుక. మన కొక్కరికే సొంతమయిన విశిష్టమైన సామర్థ్యంతో అలవరచుకున్న నైపుణ్యంతో వ్యవహరించడం అంటే పరుగు పందెంలో మీరొక్కరే పరుగెత్తడం లాంటిది. ఎలా పరుగెట్టినా బహుమతి మీదే! ఎంత వేగంగా కప్పు తీసుకోవాలనుకునేది మీ ఇష్టం!

పూర్వం రాజులు కిరీటాలు ధరించేవారు. ఆ రాజు తన వారసులకి ఆ కిరీటాన్ని వారసత్వంగా అందజేసేవాడు. కానీ నేడు అందరికీ కిరీటాలు సిద్ధంగా ఉన్నాయి. కానీ అవి ఎల్లకాలం ఇతరుల పల్లకీలు మోసే వారికి ఎప్పటికీ దొరకవు. బ్రతకడం కోసం తన హృదయ వాణిని తొక్కిపట్టి మరొకరి బాణీని తన వాణిగా చేసుకుని కష్టపడి ఆలపించే వారికి హృదయ రోదనే మిగులుతుంది. తన అంతరాత్మ పిలుపును, హృదయాంతరాల్లో కదులుతున్న తపన అనే అగ్నిని రాజేసి, మనసుకు ఒక విజన్ కల్పించి, శరీరాన్ని ఆ వైపు పరుగులు తీయించినవారికే ఆ కిరీటం దక్కుతుంది. కిరీటాలకు లోటులేదు. ఈ ప్రపంచంలో ఎంతమంది ఉన్నారో అన్ని కిరీటాలు ఉన్నాయి. ఒకరి కిరీటం మరొకరికి సరిపోదు. ఎవరి కిరీటం వారిదే. వారికోసం ప్రత్యేకంగా చెయ్యబడింది. మీదైన కిరీటంలోనే మీకు ఆనందం. అదిగాక మరే కిరీటమైనా ముళ్ళ కిరీటమే.

ఒక ఊరిలో ఒక గుడ్డివాడు, ఒక కుంటివాడు ఉన్నారు. వారిద్దరికీ పడదు. కానీ ఆ ఊరు

అంటుకోవడంతో అందరూ పరిగెట్టి ప్రమాదం నుండి తప్పించుకున్నారు. ఈ ఇద్దరే మిగిలిపోయారు. గుడ్డివాడు చూడలేడు. కుంటివాడు నడవలేడు. కనుక ఒకరికొకరు సహాయం చేసుకుంటేనే ఆ ప్రాంతం నుండి బయటపడతారు. అప్పుడు కుంటివాడు నేను దారి చూపిస్తాను నన్ను నీ భుజాల మీదికి ఎత్తుకో అన్నాడు. అప్పుడు గుడ్డివాడు, కుంటివానిని భుజం మీదకు ఎత్తుకున్నాడు. కుంటివాడు సూచనలు ఇస్తూ దారి చూపితే, గుడ్డివాడు బయటకు తీసుకువచ్చాడు. ఈ ఇద్దరిలో ఒకరు మైండు, మరొకరు హార్ట్. ఇందులో ఎవరు మైండు? ఎవరు హార్ట్?

గుడ్డివాడు మైండ్, దానికి చెప్పింది చేయడం వచ్చు. ఎక్కడికి వెళ్ళాలో తెలియదు. కుంటివానికి ఎక్కడికి వెళ్ళాలో తెలుసు కానీ ఎలా వెళ్ళాలో తెలియదు. ఈ కథలో లాగే మన హృదయానికి ఏం కావాలో తెలుసు, కానీ దానిని ఎలా సాధించాలో తెలియదు. మైండుకి మాత్రం 'ఏది ఆజ్ఞ ఇస్తే' అది సమకూర్చడం వచ్చు. కానీ దానికి 'ఏం కావాలో' తెలియదు. మైండు ఒక గొప్ప సేవకుడు చాలా చెత్త యజమాని. హృదయం యజమాని. కానీ చాలా మంది, మైండును యజమానిని చేసి, హృదయాన్ని సేవకుడిని చేయడం వల్ల మనిషి జీవితంలో అశాంతి ఏర్పడి, మానవత్వం మరచి, చేసే పనులవల్ల ఈ భువికే భారంగా మారారు.

శరీరానికి క్రమశిక్షణ, మనస్సుకు విజన్, హృదయానికి తపన, ఆత్మకు జన్మ సార్థకం అయ్యే పని కావాలి. బ్రతకడానికి హార్డ్‌వర్క్ చేయాలి, ఆనందంగా ఉండాలంటే హార్ట్ వర్క్ చెయ్యాలి. మనశ్శాంతిగా ఉండాలంటే ఒక విజన్‌తో కూడిన లక్ష్యం ఉండాలి, ఆత్మ సంతృప్తితో జీవించాలంటే మానవాళికి, పర్యావరణానికి మేలుకలిగే ప్రయోజనకరమైన జీవనం ఉండాలి.

హృదయం మన జీవిత కేంద్ర బిందువు అయినప్పుడు, ప్రేమ వికసిస్తుంది. ప్రేమ ఎక్కడ ఉందో అక్కడ ధైర్యం ఉంటుంది. ధైర్యం ఉన్నప్పుడు వ్యక్తి తన ధర్మాన్ని కర్మ యోగిలా నిర్వహించగలుగుతాడు.

లోపలున్న సమాధానాల కోసం మనం బయట వెతుకుతున్నాం!
నీ హృదయంలోకి తొంగి చూసినపుడే, నీ 'విజన్' ఏమిటో స్పష్టమవుతుంది!
బయటకు చూస్తున్నవాడు కలగంటాడు, లోపలకు చూసినవారు మేల్కొంటాడు.

– కార్ల్ జంగ్

జీవితమే ఒక ధ్యానము

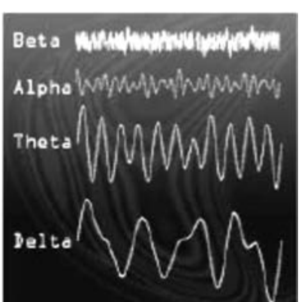
ధ్యానమంటే ఏమిటి? ఆలోచనా రహిత స్థితే ధ్యానము.
ఈ క్షణంలో జీవించడమే ధ్యానము. అలజడి, అనుమానం లేని మనోస్థితియే ధ్యానము.
మనస్సు తన మూలమును చేరి ప్రశాంతతను పొందటమే ధ్యానము. మనస్సు అనేది లేని
స్థితిలోనికి మనస్సు ప్రవేశించడమే ధ్యానము. - శ్రీ రవిశంకర్

ఏ మతానికి చెందిన వారైనా అధ్యాత్మిక గురువులందరూ చెప్పే విషయం: వర్తమానంలో జీవించండి. ప్రతీక్షణాన్ని ఆస్వాదించండి అని. ఎన్ని చెప్పినా, మనిషికి మాత్రం ఈ రోజు సుఖం లేదు, ఎందుకంటే తనతో తన సంబంధం తెగిపోయింది కనుక. అందుకే చీమ సిద్ధ జ్ఞాని, కోడి కాల జ్ఞాని, కుక్క సుజ్ఞాని, పంది పరమ జ్ఞాని, మనిషి అజ్ఞాని అన్నారు. ఎందుకంటే అన్నీ ఉన్నా ఆనందం లేదు కనుక. అజ్ఞాని అంటే జ్ఞానం లేని వాడనే కదా!. మరి దేని గురించిన జ్ఞానం కావాలి? మానవ జన్మ గురించిన జ్ఞానం కావాలి. మరణం గురించిన జ్ఞానం కావాలి. జీవితం అంటే భువికి ఒక కార్యంపై వచ్చిన యాత్ర అన్న జ్ఞానం కావాలి.

మనిషి తాను ప్రాణం ఇచ్చేటటువంటి ఒక పనిని కనుక కనుగొనలేకపోతే, అతను ఇంకా జీవించడానికి అర్హత పొందలేదు అన్నారు మార్టిన్ లూథర్ కింగ్. ఒక నక్సలైటు, తీవ్రవాదులు తాము నమ్మిన సిద్ధాంత కోసం ప్రాణాలు ఆనందంగా ఇవ్వగలుగుతున్నారు కానీ, మనం మాత్రం, ఎంచుకున్న రంగానికి ఒక జీవితాన్ని ఇవ్వలేక పోతున్నాము.

మనలో 90% మంది తిరిగిరాని గతం గూర్చి విచారిస్తూనో, కానరాని భవిష్యత్ గురించి భయపడుతూనో జీవితాన్ని గడుపుతుంటాము. మరి వర్తమానంలో జీవించడం ఎలా? సర్వం త్యజించి సన్యాసిగా మారాలేమోనని భయపడకండి. ఆ అవసరంలేదు.

వర్తమానంలో జీవించడానికి మంచిమార్గం ధ్యానం. ధ్యానమంటే ఆలోచనలు లేకుండా ఉండటమే. ఆలోచనలు లేనపుడేకదా ఆ క్షణాన్ని అనుభవించగలం, వర్తమానంలో లీనమై ఆనందించగలం.



మన మెదడులో నాలుగు తరంగాలు విడుదలౌతాయి. అవి 1.బీటా. 2. ఆల్ఫా. 3. థీటా. 4. డెల్టా తరంగాలు. మన మనస్సు యొక్క స్థితిని బట్టి ఆ తరంగాలు ఉత్పన్నమౌతాయి. ధ్యానంలో ఉన్నపుడు ఆల్ఫా తరంగాలు విడుదలవుతాయి. ఆ స్థితిలో ప్రశాంతతతో పాటు మనలోని పూర్తి శక్తిసామర్థ్యాలు వెలికి వస్తాయి. ఇలాంటి స్థితిని ధ్యానంలోనే కాకుండా ఇంకొక సందర్భంలో కూడా పొందగలం అదేమిటో

తెలుసా? మన కిష్టమైన పనిలో పూర్తిగా లీనమై పనిచేసినపుడు.. మన మనస్సు ఆల్ఫాస్థితిలో ఉంటుంది. అదే వర్తమానంలో జీవించడం కూడా!

లీనమై చేసేది ప్రతీది ధ్యానమే. అందుకే రోజూ ధ్యానం చేయడం మాత్రమే కాదు. జీవితమే ధ్యానమయమవ్వాలంటే అలాంటి ఒక పనిని కనుగొని తీరాలి. లేదా ప్రస్తుతం చేసే పనికే అలా అంకితమవ్వాలి. నేను నా అసలు పని దొరికే వరకూ, ఏ పనీ చేయను అనే వారికి, అసలు ఏ పనీ దొరకక పోవచ్చు. చిన్ననాటి నుండి ప్రాథమిక విద్య పూర్తి చేశాకే కదా, ఉన్నత విద్యను అభ్యసించగలిగేది! అదే విధంగా ఎన్నో పనులు చేసిన తరువాత, మనం అసలు పనికి తయారుగా ఉన్నప్పుడు, మనకు తెలియకుండానే మనం నిరంతరం కలలు కనే ఆ పనిలోనికి ఆహ్వానించబడతాము. కాబట్టి చేసే పనిని ప్రేమించే వారే ప్రేమించే పనిని అందుకోగలుగుతారు. మీదైన పనిని అంతరంగంలో నిజాయితీ, హృదయంలో ప్రేమతో నిర్వర్తిస్తే అదే ధ్యానము. తనువు, మనసు, హృదయం, ఆత్మ ఏకమైనపుడు, ఈ విశ్వ శక్తి ఒక ప్రవాహంలా మననుండి ప్రవహించడం అనుభవంలోకి తెచ్చుకుంటాం.

మన లోని డి.ఎన్.ఎ మన ప్రతిభకు ఆధారం. మనలోపల సాధించాలన్న డిజైర్‌కూ ప్రతిభింబం. నాలుగున్నర కోట్ల ట్రిలియన్ల డి.ఎన్.ఎ లు మనలో ఉంటాయి. ఆ డి.ఎన్.ఎ లో ఉన్న సమాచారమంతా మనలను ఏ విధంగా ప్రోత్సహిస్తుందో! ఏది సాధించమని అడుగుతుందో! వింటే ఏ వ్యక్తైనా 'జీనియస్' కావొచ్చు. మరి ఎంతమంది తమలో ఉన్న ఈ 'ఫైర్' ను గుర్తించారు? ఎంతమంది తమ పిల్లలను తమ 'అంతరంగ పిలుపుకు' అనుగుణంగా జీవించే స్వేచ్ఛను ఇవ్వగలరు?

ఇక 'ఏం చెయ్యాలో' తెలియని
రోజు వచ్చిందంటే...
అపుడే ''మన అసలు పని''
దగ్గరకు వచ్చినట్లు
ఇక ఏ మార్గంలో ప్రయాణించాలో
తెలియని రోజు వచ్చిందంటే...
మన అసలు ప్రయాణం మొదలయినట్లు
– వెండెల్ బెర్రీ

భవిష్యత్‌ను సృష్టించండి

ఈ సృష్టిలో ఒక క్రమం ఉంది. త్రిమూర్తులే దానికి ప్రతీక. వారే బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులు. అదే భవిష్యత్, వర్తమానం, భూత కాలం. మీరు సృష్టించే భవిష్యత్తు ఎలా ఉండాలంటే. అది మీ వర్తమానంలో మీకు చైతన్యాన్ని, స్ఫూర్తిని, ఉత్సాహాన్ని కలిగించాలి. అలాంటి లక్ష్యం మీకున్నప్పుడు, అది ఇపుడు మీరు ఉన్న స్థితినుండి, ఉన్నత స్థితికి మీ ఆలోచనా పరిధిని విస్తరించేటట్టు ఉండాలి. మీ వర్తమానాన్ని ఆనందమయం చేయగలగాలి.

చలికాలం ఒక అర్ధరాత్రి మిమ్మల్ని నిద్రలేపి, మీనాన్నగారు దూరపు బంధువయిన ఒక వృద్ధురాలిని తీసుకురమ్మని రైల్వేస్టేషన్‌కు పంపారు. ఆవిడను రెండు రోజులు ఊరంతా చూపించవలసిన బాధ్యతను మీకే అప్పజెప్పారనుకోండి. మీకేమన్నా ఉత్సాహంగా ఉంటుందా? మీ తండ్రిగారు చెప్పారు కనుక చెయ్యక తప్పదని చెయ్యడం తప్ప. అలాంటప్పుడు ఎవరైనా ఆనందంగా ఉండవయ్యా అంటే మీకెలా అనిపిస్తుంది? మీరు రైల్వే స్టేషనులో నిరీక్షిస్తున్నప్పుడు, రైలు ఒక గంట ఆలస్యంగా నడుస్తుంది అని ఎనౌన్స్‌మెంట్ వినబడితే అప్పుడు మీ వర్తమానం ఎలా ఉంటుంది? అసహనం, చికాకు. కోపం లాంటివి రావొచ్చు. ఎందుకంటే భవిష్యత్ మీకు నచ్చని విధంగా ఉండడం వల్ల, కానీ ఆ వచ్చే ఆవిడ తన మనుమరాలైన పదహారు సం॥ల అందమైన అత్త కూతురుతో కలిసి వస్తుంటే, ఆ అమ్మాయిని రెండు రోజులూ సిటీ అంతా చూపించాలి! ఇప్పుడు ఎలా ఉంటుంది మీ పరిస్థితి. అంత చలిలో కూడా వెచ్చని ఊహలతో ఉత్సాహంగా, ఉల్లాసంగా ఎదురుచూస్తారు కదూ? చూడండి, రెండు సంఘటనల్లోను పరిస్థితులు, బయట వాతావరణం ఒకటే. ''మార్పల్లా లోపలి వాతావరణంలోనే''. భవిష్యత్ మనసుకు నచ్చిన విధంగా ఉంటే వర్తమానం ఉల్లాసంగా, ఉత్సాహంగా ఉంటుంది.

కారు ఇంజన్ పాడయినప్పుడు పెయింట్ మార్చి, పాలిష్ వేస్తే పనవుతుందా! ముందు ఇంజన్‌ను సెట్ చేసుకోవలసిందే!! ''హృదయమే మన ఇంజన్''. అందుకే మనం హృదయం కోరుకునే ఒక అందమయిన భవిష్యత్‌కోసం కలగనాల్సిందే. ఆనందంగా ఉన్న వ్యక్తులు ఇతరులను బాధ పెట్టే పనులను చేయలేరు. జీవితంలో తనకు జరిగిన అవమానానికి, ప్రతీకారం

తీర్చుకోవాలని, నిరూపించుకోవడానికి కసితో పనిచేసేవారు విజయం సాధించవచ్చుగాక. కానీ ఆ ప్రస్థానంలో జీవన మాధుర్యాన్ని కోల్పోతారు.

ఒక వ్యక్తిని అందరూ నీ కుడి చెయ్యి చాలా బలహీనంగా ఉంది, నీవు టెన్నిస్ బాలుని బలంగా కొట్టలేకపోతున్నావు అని పదే పదే అనేసరికి, అతనికి ఉక్రోషం వచ్చింది. ఎలా అయినా సరే నా కుడి చేయిని అత్యంత బలంగా తయారుచేయాలని సంకల్పించి వ్యాయామశాలకు వెళ్ళి, నా కుడి చేయి అత్యంత శక్తివంతంగా తయారు కావాలంటే ఏం చెయ్యాలో చెప్పమని కోరాడు, దానికి ఆ ఫిజికల్ ట్రైనరు, అలా బావుండదండి, మొత్తం శరీరాన్ని శక్తివంతంగా తయారుచేద్దాం, చెయ్యి కూడా అందులో భాగమే కదా అన్నాడు. కానీ ఈయనకు ఆయన మాటలు రుచించలేదు. ఎంత త్వరగా వీలైతే అంత త్వరగా తన ప్రత్యర్థులకు, చూపించాల్సిందే, నిరూపించాల్సిందే, నేను ఏ మాత్రం తక్కువవాడిని కాదని, వాళ్ళు బాధపడాల్సిందే తనను అవమానించినందుకు అనుకున్నాడు. ఆ ట్రైనరు నీ ఇష్టం అనుకుని, ఏ వ్యాయామాలు చేస్తే, చేయి కండలు తిరిగి బలంగా అవుతుందో సెలవిచ్చాడు. ఆరు నెలల తరువాత, ఈయన చేయి మైక్ టైసన్ చేయిలా తయారయింది. మిగతా శరీరం మాత్రం ఎప్పటిలానే ఉంది. ఇప్పుడు చొక్కా మడిచి, చేతి కండరాలు చూపించుకుంటూ, అందరూ తనను చూసి ఈర్ష్య పడుతున్నారు అనుకుంటుంటే ఎంత హాస్యాస్పదం? ఆయనను శక్తిమంతుడు అనాలా, లేక మరేమైనా అంటారా?

ఈ రోజు, మనం సమాజంలో ఇలాంటి విజేతలనే ఎక్కువ చూస్తున్నాం. ఇది కేవలం బాహ్య విజయం, మరి అంతర్గత విజయం మనిషికి అవసరం లేదా? ప్రాపంచిక విజయం చాలా అవసరం, కానీ సమతుల్యత లేని విజయాల వలన మనిషి అశాంతికి గురౌతాడు. మరింత విజయం కోసం ప్రయత్నిస్తాడు. తనకేదో తక్కువైంది, అన్న భావనతో నిరూపించుకోవడానికి చేసే పరుగులో అలసిపోతాడు. ఇది ఇంట్లో పోగొట్టుకున్న వస్తువు కోసం, వెలుగు లేదు కనుక, వీధి దీపం కింద వెతకడం లాంటిది. జ్ఞానం ఉన్నవారెవరూ, నిరూపించుకోవడానికి వెళ్ళరు, వ్యక్తీకరించడానికి వెళ్తారు.

భవిష్యత్ అనేది ఖాళీ మరియు రూపం లేనిది. అది ఖాళీగా పడిఉన్న 'మంచి పొలం' లాంటిది. మీకు నచ్చిన విత్తనాలు వేసి దానిని మీరే పండించగలరు! ఏ విత్తనాలు నాటక పోతే కలుపుమొక్కలు పెరుగుతాయి. అదృష్టం బావుంటే ఒక మంచి పండ్ల మొక్క కూడా పెరగవచ్చు కాని జీవితాన్ని అదృష్టానికి వదిలివేసేంత విలువతక్కువది కాదు. ఈనాటి ప్రపంచం మీరు, నేను, ఎందరో కలిసి సృష్టించింది. రేపటి ప్రపంచాన్ని ఎందరో కలిసి సృష్టిస్తారు. అందులో మీ మీ భాగం ఎంత? మీ పాత్ర ఎంత? అసలు మీ పాత్ర ఏమిటి?

మనిషి యొక్క ఆనందం ఏదో ఒకటి పొందడంలో లేదు
కానీ తన కంటే గొప్పదైన ఒక పనికి తనను తాను అంకితం చేసుకోవడంలో ఉంది.

– రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్

తెలివైన నాయకులవ్వండి

ధనం సంపాదించాకా, మనిషి కీర్తి కోసం, గుర్తింపు కోసం పరిగెడతాడు. రాజకీయాల్లోకి మంచి వారు రావాలి అనుకుంటే, ఇలాంటివారందరూ వచ్చి ఫ్లెక్సు బోర్డులతో అదరగొట్టేసారు. కానీ వీరు విజయం సాధించడం కష్టం. ఎందుకంటే, వీరు మంచివారై ఉండవచ్చు, కానీ ''ఇంటిలిజెన్స్'' నిద్రలేవని వారు. వీరిని తెలివిలేని మంచివారుగా పరిగణించవచ్చు. వీరిని తెలివైన చెడ్డవారు బహుచక్కగా వాడుకుంటారు, అవసరమైతే మోసం చేస్తారు.

మనలో మంచి వారు, చెడ్డవారు ఉన్నట్టుగానే, మంచి వాళ్ళలో కూడా తెలివైన మంచివారు, తెలివైన చెడ్డవారు ఉంటారు. అలాగే చెడ్డవారిలో కూడా, తెలివైన చెడ్డవారు, తెలివిలేని చెడ్డవారు ఉంటారు. తెలివైన వారెప్పుడూ భావోద్వేగాలకు లోను కారు. తెలివి లేని వారే ఆనందంలో వాగ్దానాలు ఇచ్చేస్తుంటారు, విషాదంలో నిర్ణయాలు తీసేసుకుంటుంటారు. ఆ తరువాత అవతలి వారు మోసం చేసారని లబో దిబో మంటారు. వీరు గతం నుంచి నేర్చుకోరు సరికదా, నిరంతరం ఫిర్యాదులతో, తిట్లతో, విమర్శలతో, శాపనార్థాలతో ఉన్న జీవితాన్ని కూడా దుఃఖంతో వృథా చేసుకుంటారు. మనిషికి వివేకం వస్తేనే కానీ, తనకు కావలసినట్టు జీవించలేడు, ఒక అందమైన భవిష్యత్‌ను సృష్టించలేడు.

సాధారణంగా, సమాజంలో తెలివిలేని మంచివారిని (అమాయక ప్రజలు), తెలివైన చెడ్డవారు (స్వార్థ రాజకీయనాయకులు), తెలివిలేని చెడ్డవారిని (రౌడీలు, గూండాలు) ఉపయోగించుకుని మోసం చేస్తారు. అయితే మంచి వారిని రక్షించడానికి, తెలివైన మంచివారు నాయకులుగా ఎదగాలి. మనుష్యులలో మూడు గుణాలు కలిగిన వారు ఉంటారు. అవి దేవత, మానవ, రాక్షస గుణాలు. తనదంటూ ఏమీలేక, తన జీవితాన్ని కూడా పరుల సేవకై వినియోగించే వారు దేవతలు, మహర్షులు. తన సంగతి మాత్రమే చూసుకునే వారు మానవులు. తన స్వార్థం కోసం, ఇతరులది కూడా దోచుకునేవారు రాక్షసులు.

నీది నీదే, నాదీ నీదే అనేవారు = దేవతలు, నాది నాదే, నీది నీదే అనేవారు = మానవులు. నాది నాదే, నీదీ నాదే అనేవారు = రాక్షసులు.

శ్రీకృష్ణుడు దేవుడైతే, ఆయన తల్లి తండ్రులు మానవులుగా, ఆయన మామ రాక్షసుడుగా ఉన్నారు. గుణాలే మనిషి తత్వాన్ని తెలియచేస్తాయి. తెలివైన మంచి వారు ధర్మం పక్షాన నిలబడినప్పుడు, ధర్మం నాలుగు పాదాలపై నడుస్తుంది. ఏ రంగంలో అయినా నాయకులుగా ఎదగడానికి కేవలం తనకు ప్రతిభ ఉంటే సరిపోదు. ఒక విశాల ప్రయోజనం కోసం పది మందిలో ఉన్న ప్రతిభను గుర్తించి, ప్రోత్సహించి, పనిచేయించే ప్రతిభ కూడా ఉండాలి. తన ప్రతిభను గుర్తించినవాడే ఇతరుల ప్రతిభను కూడా గుర్తించగలడు.

జీవితాన్ని విజయవంతం చేయండి

''మన అహం ఏదైనా చాలా కష్టమైనది ఏదైనా చేయాలనుకుంటుంది. చాలా సింపుల్‌గా చేయగలిగింది, సహజమైనది, సులభంగా అందుకోగలిగిందీ ఆమోదించడానికి అది సిద్ధంగా ఉండదు. అహం యొక్క సహజత్వం ఏమిటంటే కష్టమైన పనులను చేయడం. సరళమైనవి కాదు.

– శ్రీ శ్రీ రవి శంకర్

జీవితం చాలా సింపుల్. ఆనందంగా ఉండడానికీ, గొప్పతనం సాధించడానికీ ఏమీ కష్టపడనక్కరలేదు. కష్టపడేకొద్దీ అవి మనకి దూరమైపోతూ ఉంటాయి. సచిన్ టెండూల్కర్‌కి బ్యాటింగ్ చేయడం సులభం. ధోనీకి కెప్టెన్సీ చేయడం సులభం. రెహమాన్‌కి సంగీతం సమకూర్చడం సులభం. లతా మంగేష్కర్‌కి పాటలు పాడడం సులభం. మన్మోహన్ సింగ్‌కు ఆర్థిక సంస్కరణలు సులభం. పి.వి నరసింహారావుకు రాజకీయాలు సులభం. నితీష్ కుమార్‌కు అభివృద్ధి సులభం, అన్నా హజారేకి ధర్నాలు చేయడం సులభం. కొంతమందికి బిజినెస్ సులభం. అలా సహజంగా 'మీరు ఏదో' అది సాధన చేసినప్పుడు సృష్టికర్త మీలో జీవిస్తాడు.

ఒక జెన్ ఆశ్రమంలో శిష్యుడు గురువుగారిని అడిగాడట. గురూజీ! నాకు జ్ఞానోదయం కావడానికి ఎన్ని సంవత్సరాలు పడుతుంది అని, ఆయన చాలా మామూలుగా పది సం॥లు అని చెప్పాడు. కానీ శిష్యుడికి ఆ సమాధానం రుచించలేదు. చాలా కష్టపడి సాధన చేస్తే ఎన్నాళ్ళు పడుతుంది అనడిగాడు, దానికి గురూజీ, 20 సం॥లు అని సమాధానమిచ్చారు. అలాక్కాదు గురూజీ, ఇక నేను పగలు, రాత్రీ అన్నీ వదిలేసి కఠోర శ్రమ చేద్దామనుకుంటున్నాను, ఇలా అయితే త్వరగా వస్తుందా అనడిగాడు. దానికాయన 30 సం॥లు పడుతుంది నాయనా అని చెప్పారట.

మనం జీవితంలో సాధించాల్సిన దానిపై మన దృష్టి పెరిగిపోయే కొద్దీ, మనం జీవన మాధుర్యాన్ని కోల్పోతూ ఉంటాము. మనిషి చాలా సాధించేసి, ఇక ఆ వత్తిడి జీవితానికి అలసిపోయి, ఒక ఆధ్యాత్మిక గురువుని ఎంచుకుని, ఆ ఆశ్రమంలో రెండు రోజులు మౌనం గా గడిపి ఆహా ఎంత ప్రశాంతంగా ఉన్నాను అని ఆనందపడతాడు.

జీవితంలో మాధుర్యమైనవన్నీ చాలా సులభంగా, ఉచితంగా లభిస్తాయి. ఒక సూర్యోదయం, వెన్నెల రాత్రులు, పక్షుల కిల కిలా రావాలు, పిల్లలతో ఆడుకోవడం, గల్లీ క్రికెట్ ఆడడం ఇవన్నీ ఎవరైనా, ఎపుడైనా పొందవచ్చు. కానీ వీటన్నిటిని పెట్టెలో తాళం వేసి, ఆ తాళం జేబులో వేసుకుని ప్రపంచమంతా తిరుగుతాడు ఆనందం కోసం. సూర్యోదయాన్ని చూడడానికి కష్టపడాలా? ఆ అందాన్ని, ఆనందాన్నీ ఆస్వాదించడానికి ఏం చేయాలి? ఏం చేయనక్కర లేదు. అక్కడ నేను అనేది లేకుండా ఉంటే చాలు.

గతం భవిష్యత్తు కూడా అస్థిత్వం లేనివే! గతం ఇపుడు లేనిది, భవిష్యత్తు ఇంకా రానిది. వర్తమానమొకటే ఇపుడు ఉన్నది. వర్తమానంలో నర్తించగలిగినవారే జీవితంలో రాణిస్తారు.

జీవితం క్రికెట్ ఆటలాంటిది. నీ లక్ష్యం సెంచరీయో, డబుల్ సెంచరీయో ఏదైనా కావచ్చు. నువ్వు చెయ్యవలసిందల్లా – ఆ క్షణంలో వస్తున్న బంతిపై దృష్టి పెట్టి సరిగ్గా ఆడటమే! అపుడు స్కోర్‌బోర్డ్ ఆటోమేటిక్‌గా మారుతుంది. బంతిని ఆడకుండా బోర్డ్‌వైపు చూస్తే బౌల్డయి పోతావు!

కాలం విసిరే సవాళ్ళను కాచుకోవాలంటే మన వైఖరిని మార్చుకోవాలి. నైపుణ్యాన్ని పెంచుకోవాలి. వాటి సహాయంతో నిన్ను నువ్వే పెట్టుబడిగా పెట్టుకొని వర్తమానంలో పరిశ్రమిస్తే మీ భవిష్యత్తుని మీరే సృష్టించుకోగలరు!

నా కర్తవ్యం ఏమిటి? ఒక సాహసోపేతమైన జీవనం సాగించడానికి నేనేం చెయ్యాలి? లాంటి ప్రశ్నలకు జవాబు తెలుసుకోవడానికి సున్నితమైన అంతః పరిశీలన అవసరం.

లక్ష్యాలు సృష్టించుకునే ముందు, తనను తాను ఈ క్రింది విధంగా ప్రశ్నించుకోవాలి. **''ఈ పని నాలో అంతర్గతంగా ఉన్న నా మూల ప్రతిభను(టేలెంటును) వెలికితీస్తుందా?, నా విశిష్ట ప్రతిభకు అవకాశం కల్గిస్తుందా? నా శక్తిని పెంచుతుందా? ఈ పని, ఎప్పటినుండో నామనసు కోరుకుంటున్న అంతరంగ పిలుపా? లాంటి ప్రశ్నలకు సమాధానాలు సంతృప్తికరంగా వస్తే అది మీ పనే.**

మీరు ప్రతి మూడు నెలలకొకసారి, మిమ్మల్ని సృష్టించిన వాడితో ముఖాముఖి సమావేశం ఉంటే, మిమ్మల్ని పంపించిన పని గురించి, మీరు చేస్తున్న పని గురించి అడిగినప్పుడు, మీ వద్ద ఏం సమాధానముంటుంది? ఆయన గర్వపడేటట్టు మన చర్యలు ఉంటాయా లేదా ఆయన మనలని మందలించేటట్టుగా మన జీవితం ఉంటుందా అనేది మనమే ఆలోచించుకోవాలి.

ఒక అడవి ప్రాంతంలో కొంత మంది కార్మికులు ఒక రోడ్డు వేస్తున్నారు, సూపర్ వైజర్లు ఆ పనిని సవ్యంగా జరిగేట్టు ప్రణాళికలు వేస్తున్నారు. కానీ ఆ జట్టు నాయకుడు, అసలు వీరు వేసే రోడ్డు సరైన దిశగా సాగుతుందా అని, అక్కడ ఎత్తైన కొండెక్కి పరిశీలిస్తుంటాడు. మనలోనే వీరందరూ ఉండాలి. ఇళ్ళు కట్టడానికి ముందు ఒక స్వప్నం తో మొదలవుతుంది, ఆ తరువాత మనసు ప్రణాళికలు వేస్తుంది, దానిని కార్యాచరణలో పెట్టిన నాడు స్వప్నం మన కళ్ళ ముందు సాక్షాత్కరిస్తుంది.

30 సం॥లు తర్వాత, ఇప్పుడు మీరు ఏ బ్రాండు దుస్తులు ధరించారు, ఎంత ఖరీదైన కారు వాడారు, ఏం పార్టీ చేసుకున్నారనేది గతంలో కలిసిపోయిన విషయం. కావలసిందల్లా ఏం నేర్చుకున్నావు, దానిని జీవితంలో ఎలా అనువర్తించావు అన్నదొక్కటే.

అసలు పని

ఒక ప్రత్యేకమైన పనిని చేసుకు రమ్మని మీరొక ఉద్యోగిని ఎక్కడికో పంపారనుకోండి! అతడు ఆ ''ఒక్క పని'' తప్ప మిగతా వన్నీ చక్కపెట్టుకుని వచ్చాడనుకోండి, మీకెలా ఉంటుంది? అలాగే మనని పంపించిన వాడు ఒకడుంటే, ఆయనకీ అలాగే అనిపిస్తుంది.

ఒక సెమినార్‌లో ప్రసంగించడానికి నేను 'కులూ మనాలి' వెళ్ళాను. ఢిల్లీ వరకూ విమానంలో వెళ్లి అక్కడినుంచి బస్‌లో చేరుకుని సభికుల నుద్దేశించి చక్కని ఉపన్యాసం చెప్పగలిగాను. మనాలి వెళ్ళడం అదే మొదటిసారి. ఇంకొక రెండు రోజులు అక్కడే ఉండి ఆ ప్రకృతి సౌందర్యాన్ని ఆస్వాదించాను.ఆ తరువాత ఢిల్లీకి వచ్చాను. షాపింగ్ చేశాను. కొంత మంది మిత్రులను కలిశాను. ఆనందంగా గడిపాను. సాయంత్రం విమానంలో హైదరాబాదు చేరాను. 3 రోజుల ఆ ప్రయాణం పూర్తిగా విజయవంతమయ్యింది. కానీ నా అసలు పని రెండు గంటలే. కేవలం ఆ ఉపన్యాసం ఒక్కటీ ఇచ్చి, మిగతావన్నీ చేయకపోయినా కూడా నా యాత్ర విజయవంతమయినట్లే. కానీ, ఉపన్యాసం తప్ప మిగతావన్నీ చేశాననుకోండి, నా యాత్ర విజయవంతమయినట్లా?

ఈ ప్రపంచంలో మీరు మరచిపోకూడని విషయం ఒకటుంది. మనుష్యులందరూ ఈ భూమ్మీదకు ఒకప్రత్యేకమైన పనిని నిర్వర్తించడం కోసమే వస్తారు. అదనే వారి జీవిత లక్ష్యం. ఒక్కొక్కరిదీ ఒక్కో లక్ష్యం. మిగతావన్నీ మరచిపోయి, ఈ ఒక్కటీ గుర్తుంచుకుంటే ఇక దేని గురించీ చింత లేదు. కానీ మీరన్నీ గుర్తుంచుకుని, మీ అసలు పనిని మరచిపోతే మీ జీవితంలో ఏమీ చేయనట్లే.– జలాలుద్దీన్ రుమి, 13వ శతాబ్దపు సుఫి కవి మరియు మిస్టిక్.

విద్యుత్ లేని రోజుల్లో ఒక లైట్ హౌస్ కీపరు యొక్క విధి, రాత్రి వేళల్లో పడవలు ఒడ్డున ఉన్న రాళ్ళకు కొట్టుకోకుండా దీపాన్ని వెలిగించి దారి చూపించడం. అతని వద్ద ఉన్న నూనె ఆ రాత్రి దీపం వెలిగించడానికి సరిపోతుంది. అయితే పొరుగింటి ఒకాయన, తన ఇంట్లో దీపం వెలిగించడానికి నూనె కావాలని అడిగాడు. లేదని చెప్పడానికి మొహమాట పడి అతనికి కొంత నూనె ఇచ్చాడు. ఇంతలో ఒక పడవాయన వచ్చి, చేపలు పట్టడానికి దూరం వెళుతున్నానని, కొంత నూనె ఇవ్వమని కోరాడు. అతనికీ కొంత నూనె ఇచ్చాడు. ఇంతలో పక్కింటి ఆవిడ, వంటకు కొంత నూనె కావాలని కోరగా ఆవిడకూ ఇచ్చాడు. క్రమంగా అతని దగ్గర ఉన్న నూనంతా అయిపోయింది. అలా నూనె అయిపోవడం వల్ల, ఆ రాత్రి వెలుగు లేక, ఎన్నో పడవలు దారి తెలియక, అటూ ఇటూ తిరిగి, కొన్ని రాళ్ళకు కొట్టుకుని, ప్రమాదాలకు గురై ఎందరో మరణించారు. అంటే ఆ లైట్ హవుస్ ఉద్యోగి తన ప్రధాన విధిని నిర్లక్ష్యం చేసాడు. మనం కూడా మన సమయమనే నూనెను ఎంత మందికి మొహమాటపడి ఇస్తూ, మన అసలు ధర్మాన్ని నెరవేర్చలేకపోతామో చూడండి. ఇది చిన్న జీవితం, ఎంత త్వరగా మేలుకుంటే అంత వెలుగు వెలగగలం, పదిమందికి దారి చూపగలం.

మనది కాని పనిని మనం చేస్తూ, మన జీవితసాఫల్యాన్ని కోల్పోతూ, ఇతరుల ఆనందాన్ని హరిస్తూ జీవితాన్ని గడిపేస్తున్నాము. మనం దేనికోసమైతే వచ్చామో ఆ పనిని మరచిపోతున్నాము. అందరి పరిస్థితీ ఇంతే! ఈ విధంగా ప్రపంచమంతా ఏదో బ్రతుకుతున్నాం...! అనుకొనే మనుషులతో నిండిపోతూ అవినీతి, హింస, వైరుధ్యాలతో అస్తవ్యస్తమయి పోతుంది. ఎంతటి దురదృష్టం. మీరు భూమ్మీద అడుగుపెట్టక పోతే ప్రపంచం ఏదో ఒకటి కోల్పోయి ఉండేది. దాన్ని తెలుసుకోవాలి. మీ జీవిత లక్ష్యాన్ని సాఫల్యం చేసే మీ అంతరాత్మ పిలుపును, ఈ భూమిపైకి వచ్చిన పనిని తెలుసుకొని మనకు నచ్చిన విధంగా నడుచుకుంటూ ఈ లోకం మెచ్చిన వాడిగా వెళ్ళిపోవాలి.

ఆ నలుగురు

ఒక రాజుగారికి నలుగురు భార్యలు ఉండేవారు. ఆయనకి నాలుగో భార్యంటే బహు మక్కువ. మరి ఆ ఆకర్షణ అటువంటిది. ఇక మూడో భార్యని మాటలతో వేధించేవాడు. రెండవ భార్యని చేతలతో బాధించేవాడు. ఇక మొదటి భార్యని ఎప్పుడూ పట్టించుకునే వాడు కాదు. ఈయన ఇంద్రియసుఖాల విలాస జీవితం వల్ల 50 ఏళ్ళకే వీసా రెడీ అయిపోయింది. ఇక ఆఖరి క్షణాలలో మరణ శయ్యపై ఉన్నాడు. నలుగురు భార్యలూ చుట్టూ ఉన్నారు. ఈయన దృ ష్టంతా నాలుగో భార్య మీదే ఉంది. ఆవిడ్ని అడిగాడు, మరి నేను వెళ్ళిపోతున్నాను, నాతో పాటు వస్తావా అని. ఆవిడ కాసేపు ఆలోచించి, లేదండీ మీరు పోగానే నేను మరొకరితో వెళ్ళిపోతాను అందట. జీవితమంతా ఈవిడ ఆరాధనలోనే వృధా చేసుకున్నానే అని బాధ పడి, మూడవ భార్య వంక చూసి, నీవు వస్తావా నాతో అనడిగాడు. ఆవిడ సమాధానంతో సిద్ధంగా ఉంది. నేను శ్మశానం వరకు మాత్రమే వస్తాను గుడ్ బై చెప్పడానికి అందట. ఇక రెండవ భార్యని అడిగాడు, ఏమ్మా నీవన్నా వస్తావా అని, దానికి ఆవిడ మీ శరీరం కాలి బూడిద అయ్యేవరకూ ఉంటాను అందట. ఇక ఎన్నడూ పట్టించుకోని మొదటి భార్య వంక చూసి, అడగలేక అడిగాడు. నీవు వస్తావా అని, దానికి ఆవిడ 'ఎంత మాటండీ, నేనే మీరు, మీరే నేను' అందట. అప్పుడు జ్ఞానోదయమైంది రాజుగారికి అసలు నేను ఎవరు అని.

ఈ కథ మన జీవితానికి సింబాలిజమ్. నాల్గవ భార్య అన్నది మనం సంపాదించిన డబ్బు మరియు ఆస్థి పాస్థులు–మనం పోగానే వేరే వారి వద్దకు పోయేది. మూడవ భార్య అంటే కుటుంభ సభ్యులు, బంధు మిత్రులు, ఆత్మీయులు–ఎక్కువగా అంటే శ్మశానం వరకూ తోడు వస్తారు. ఈ డ్రామా అయిపోయింతరువాత, ఎవరి దారి వారిది. రెండవ భార్య అంటే శరీరం, కాలి బూడిద అయే వరకూ లేదా మట్టిలో కలిసే వరకూ ఉంటుంది. ఇక మిగిలింది మొదటి భార్య, మన ఆత్మ–అదే మనం. నలుగురు భార్యలనూ చక్కగా చూసుకోవాలి. ఏ భార్యనూ నిర్లక్ష్యం చేయరాదు. కానీ మన ప్రాధాన్యత మొదటి భార్య నుండి మొదలవ్వాలి.

జీవిత ప్రయోజనం

మీరు ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా, నా జీవిత ప్రయోజనం ఏమిటి అని? అసలు జీవితం అంటే ఏమిటి? అని ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? ఈ ప్రశ్నలు చాలా చాలా విలువైనవి. ఈ ప్రశ్నలు మీ మైండ్‌లో మెదిలిన క్షణం నుండే మీ జీవితం ఆరంభమైనట్లు. ఇలాంటి ప్రశ్నలు మీ మనస్సులో రాగానే వాటి జవాబుల కోసం ఆతృతపడి పోకండి! తెలిసిన వారు మీకు చెప్పరు, చెప్పినవారికి తెలియదని అర్థం. – శ్రీశ్రీ రవిశంకర్.

మన జీవితం దేనికోసమో తెలియని, తెలుసుకోలేని కాలంలో ఉన్నాం మనం! ఈ రోజు ఎన్నడూ లేనంత అద్భుతంగా సమాచార సంబంధాలు పెరిగాయి. కాని మానవులుగా 'మనతో మనకు' మరియు తోటి వారితో సంబంధాలు క్షీణించి పోయాయి.

తినడం, పెరగడం, చదవడం, డబ్బు, ఉద్యోగం, పెళ్ళి–పిల్లలు, పిల్లల–పెళ్ళి, మనవలు కంటే ఎక్కువ జీవితమంటే. మన ఊహ ఏ మాత్రం అందుకోలేనంత శక్తి సామర్థ్యాలు మన జీవితంలో ఇమిడి ఉన్నాయి. ఆ శక్తిని గుర్తించినప్పుడు జీవితాన్ని విజయవంతం చేస్తాము.

సంస్కృతంలో 'ధర్మం' అనే మాటకు రెండు అర్థాలు మొదటిది; మన నిజమైన సహజసిద్ధమైన స్వభావం; రెండవది, మన జీవిత లక్ష్యం. మీకు సహజంగా వచ్చే పనిని మీరు చేస్తున్నప్పుడు, మీ పనే మీ జీవిత లక్ష్యం అవుతుంది.

ఏదైతే మన అంతరాంతరాల్లోంచి వెల్లువై వెలికి వస్తుందో? ఏదైతే మన నిజతత్త్వమో ఆ శక్తిని తెలుసుకొని దానికనుగుణంగా మన జీవితాన్ని మలచుకోవడమే విజయమంటే!

మీరు ఇక్కడ ఉన్నది బ్రతకటం కోసం మాత్రమే కాదు. ఈ ప్రపంచానికి మరింత విశాలత్వాన్ని అందించడానికి, ఆశతో, చైతన్యంతో, గొప్ప దృక్పథంతో జీవం పోయడానికి. ఇంకా ఈ ప్రపంచాన్ని మరింత సుసంపన్నంచేయడానికి. ఈ విషయం మరచి జీవితాన్ని కొనసాగిస్తే దానిని కోల్పోయినట్లే!

మన జీవిత ప్రయోజనం ఏమిటంటే మనలో ఉన్న ఉత్తమ మైన దానికి జన్మ నివ్వడమే. మీరింకా జీవించి ఉన్నారంటే, ఇలాంటి పుస్తకాలు చదువుతూ ఉన్నారంటే – ఈ భూమి మీద మీరు నిర్వహించవలసిన కార్యము ఇంకా పూర్తి కాలేదన్నమాట!

గడిచిపోయిన సం॥లు మన శరీరానికే, మన అసలు వయస్సు మనకే తెలియదు. జ్ఞాన వృద్ధుడు–వృద్ధుడు అన్నారు. ఎవరికి తెలుసు జ్ఞానంలో మనం ఎన్ని లక్షల సంవత్సరాల అనుభవం కలిగి ఉన్నామో!

మీ జీవిత ప్రయోజనం ఏమిటో తెలుసుకోవడానికి చాలా కష్టపడనవసరంలేదు. మీ స్వధర్మమేదో (మనం సహజంగా నిర్వర్తించగలిగే కార్యమేదైనా) నిర్వర్తిస్తే అదే మానవాళికి మనంచేసే సేవగా పరిణమిస్తుంది. నిజంగా జీవిస్తున్న వారు జీవిత ప్రయోజనం గూర్చి ప్రశ్నలడగరు! ఎందు కంటే ''జీవించడమే జీవితం యొక్క ప్రయోజనం కాబట్టి! అటువంటి వారు జీవితంలో మమేకమై ప్రతీక్షణాన్ని ఆనందిస్తూ అనుభవించగలుగుతారు.

అటువంటి జీవితం, ముందు తరాలకు తనదైన వారసత్వ సంపదను అందిస్తుంది. అది ప్రణాళికా బద్ధంగా విల్లు రాసేది కాదు. దానికోసం ప్రత్యేకంగా కృషి చేయనక్కరలేదు ''మన పనిని'' మనం తపనతో నిబద్ధతతో చేసుకొంటూ పోతే చాలు.

ఏ జంతువు బ్రతకటం కోసం సంపాదించక్కరలేదు. ప్రకృతిలో వాటి పని ఏమిటో అవి చేసుకుపోతాయి! వాటికి కావల్సింది అప్రయత్నంగా ప్రకృతి, భగవంతుడు అందజేస్తాడు. మనం కూడా మనం చెయ్యవలసింది చేస్తూ పోతే అందవలసింది అందుతుంది.

డబ్బుకోసం కృషిచేయడమే అందరి పని కాదు. మనలో ప్రతిఒక్కరికి ''మన దంటూ నిర్వర్తించ వలసిన పని'' ఒకటి ఉంటుంది. అది చేయడం మొదలుపెడితే ప్రపంచం మన క్షేమం చూసుకొంటుంది. అదే.. లక్ష్యాలలోకెల్లా ఉన్నత లక్ష్యం.

నీ జీవిత కార్యం ఏమిటో తెలుసుకోవడం అనేది నీవు చేపట్టే అన్ని ఇతర కార్యాల కంటే ఎక్కువ సంపూర్ణతను సమగ్రతను నీకు అందిస్తుంది. నీ జీవిత కార్యం అనేది నువ్వు ప్రేమించే పని అయి ఉండాలి. అది లోకానికి, మానవాళికి మంచి చేసేదై ఉండాలి. నీవు ఆ పనిని చేస్తుండగానే అప్రయత్నంగానే ధనసంపదలు కూడా సమకూరుతాయి, వాటి గురించి ఏమీ ఆలోచించనక్కర లేకుండానే!

స్వీయ వ్యక్తీకరణ

నేను పదాల్లో చెప్పగలిగితే, ఇక పెయింటింగ్ వేసే అవసరమేముంది

– ఎడ్వర్డ్ హోపర్

వాస్తవంగా మనం ఏమిటి? అనేది వ్యక్త పరచడంలో బాహ్య రూపం యొక్క పాత్ర చాలా తక్కువ. మన ఎక్స్‌ప్రెషన్ (ఆత్మ వ్యక్తీకరణ) గురించి మాట్లాడుకునేటప్పుడు – మనలో నిగూఢమైన మార్చలేని సహజ తత్వం గురించి ఆలోచించాలి.

గొప్పతనం యొక్క బీజాలు మనందరిలో ఉన్నాయి. కాని భగవంతుడు అందరికీ ఒకే రకమైన విత్తనాలను ఇవ్వలేదు. మనలోని ఆ విత్తనమేదో మనం తెలుసుకొని, పెంచి పోషించి వ్యక్త పరచాలి. అంతరంగికంగా మనలోని ప్రతిఒక్కరికీ గొప్పజీవితాన్ని జీవించాలనే ఆశ ఉంటుంది. కొన్ని విషయాల్లో మన ప్రత్యేకతను చాటాలని మనం కోరుకుంటాం! అయినప్పటికీ ఏదో తెలియని భయంతో మనలో చాలామంది అటుగా ప్రయత్నం చేయరు. ఏం చేస్తే ఏం జరుగుతుందో అనే భయాన్ని మనస్సు నుండి తొలగిస్తే... ప్రతి ఒక్కరూ తాము చేయగలిగినది చేస్తారు.

బిల్ కాస్బ్ అనే మోటివేషనల్ స్పీకర్ అంటాడు, 'విజయానికి మూల సూత్రం ఏదో నాకు తెలియదు, కాని అపజయానికి సూత్రం మాత్రం అందర్నీ మెప్పించాలను కోవడమే!' మనం ఎంచుకున్న సంప్రదాయ విరుద్ధమైన మార్గం గూర్చి ఇతరులు ఏమనుకుంటారో అనే దానిని గూర్చి ఎక్కువగా ఆలోచిస్తాం! మన సంతోషాన్ని మనమే కోల్పోతాం ... మన నిజమైన, సహజమైన రీతిని జీవించక పోవడం వల్ల మనం ఎన్నో అద్భుత అవకాశాలను, పరిపూర్ణతనిచ్చే అనుభూతులను కోల్పోతున్నాం!

మీ కివ్వబడిన సామర్థ్యాలను వినియోగించుకొనే క్రమంలో మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించు కోవలసిన రెండు ప్రశ్నలు:

మొదటిది: నా బలాలు, ప్రత్యేక సామర్థ్యాలు ఏవో గుర్తించడానికి కావలసిన సమయం కేటాయించానా?

మీరు మీకు తెలియకుండానే ఆకర్షితులయ్యే వాటి ఉనికితో సంబంధం ఏర్పరచుకోండి! ఉదాహరణకు, మీరు తరచుగా కారణం తెలియకుండానే ఎక్కువగా ఏ విషయాల్లో ప్రవేశిస్తారో ఆ విషయాలను గుర్తించండి! మీ ఖాళీ సమయాల్లో ఏ పని చేస్తుంటే ఆ రోజంతా ఉల్లాసంగా ఉంటారు? మీరు ఏ పని చేస్తుంటే కాలాన్ని కూడా మరచి పూర్తిగా లీనమయి పోతారో అవి... గుర్తించండి ... అక్కడే దొరుకుతుంది మీ సహజ ప్రవృత్తి!

రెండవది: నా అద్వితీయ బహుమతులను, సామర్థ్యాలను నేను ఏవిధంగా వ్యక్త పరుస్తున్నాను?

మిమ్మల్ని మీరు నిజంగా వ్యక్తపరచుకొనే మార్గాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఏదో ఒక మార్గం ప్రయత్నించండి. ఒక వేళ అది మీరనుకున్న విధంగా పనిచేయకపోతే, ...దానికి తగిన రీతిలో మార్పులు, చేర్పులు చేయడానికి వెనుకాడకండి. మీ సామర్థ్యాలను ప్రపంచానికి వెల్లడించడం అనేది పూర్తిగా వ్యక్తిగతం... మీ జీవితంతో మీరేం చెయ్యాలను కుంటున్నారు అనేది మీరు మాత్రమే నిర్ణయించగలరు!

మీ సహజ సామర్థ్యాలను మీరు వ్యక్తీకరిస్తున్నపుడు జీవితం సునాయాసంగా సాగిపోతుంది. సరియైన వ్యక్తులనీ, క్రొంగొత్త అవకాశాలనూ మీరు ఆకర్షిస్తారు.

మీ అంతరంగ ప్రతిభను మీరు వెదజల్లుతున్నపుడు, మీ రూపంలో ఏర్పడే మార్పును ప్రజలు గమనించగలరు. మీరు మరింత ఉల్లాసంగా, యవ్వనంతో శోభిల్లుతారు. మీ లోని ఆ తాజా ధనాన్ని ప్రజలు గుర్తిస్తారు.

భగవంతుడిచ్చిన బహుమానాలను గుర్తించి, వాటిని నైపుణ్యాలుగా మార్చుకొని, ఆ నైపుణ్యాలను తమ లక్ష్యసాధనలో సంపూర్ణంగా వినియోగించుకునే వారే నిజమైన విజేతలు! మానవ సృజనాత్మకతను మించిన ఆదాయ వనరు మరొకటి లేదు.

మీ సహజ ప్రవృత్తిని ఎన్నడూ వీడకండి!

మీ సహజ సామర్థ్యాలను ఎన్నడూవీడకండి!

ప్రకృతి మిమ్మల్ని దేనికై ఉద్దేశించిందో దానికి కట్టుబడి ఉండండి.

... విజయం మిమ్మల్ని వరిస్తుంది.

– సిడ్నీ స్మిత్

అంతర్వాణి

నేనేం చేసినా అది ప్రపంచాన్నేం మార్చలేదు. కానీ నా అంతర్వాణిని వినిపించడం ద్వారా బహుశా ఈ ప్రపంచంలో అన్నిటికన్నా గొప్ప విషయాలకు, మనుష్యుల మధ్య సామరస్యానికి, ప్రపంచ శాంతికి నేను సహాయపడగలనేమో. – ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్.

ప్రస్తుతం ఏం పని చేస్తూ జీవిస్తున్నారో...అది మీ శరీరాన్ని, మనస్సును, హృదయాన్ని, ఆత్మను ...సంతృప్తిని కలుగజేస్తుందో లేదో మిమ్మల్ని మీరే ప్రశ్నించుకోండి!

మొదటిది: మీ పని మీ శారీరక అవసరాలను తీరుస్తుందా: మీరు మంచి జీవితం జీవించడానికి అవకాశమిస్తుందా? మీ నెల ఖర్చుల కన్నా ఎక్కువ ఆదాయాన్నిస్తుందా? మీరు, మీ కుటుంబ సభ్యులు మంచి దుస్తులతో, మంచి ఇంటిలో ఉండడానికి అవకాశ మిస్తోందా?

రెండవది, మీ మానసిక అవసరాలు తీరుతున్నాయా? మీ పని మీ మేధస్సుకు నిజమైన పని కలిగిస్తుందా? సవాళ్లను స్వీకరించి ఎదుర్కొనే శక్తిని అందిస్తూ, కొత్త విషయాలను నేర్చుకొనే అవకాశం మీకు ఇస్తుందా?

మూడవది: మీ భావోద్వేగ (ఎమోషనల్) అవసరాలను అది తీరుస్తుందా? మీ పనిని మీరు మనఃస్ఫూర్తిగా ఇష్టపడుతున్నారా, ఆ పని పట్ల ప్రేమను కలిగి ఉన్నారా? ఒక తపనతో, తపస్సులా ఆ పని చేయాలనిపిస్తుందా?

చివరిగా అది మీ ఆధ్యాత్మిక అవసరాలను తీరుస్తుందా? మీ జీవిత కార్యం అదేనని మీరు నమ్ముతున్నారా?

శరీరం, మనస్సు హృదయం, ఆత్మలకు సంబంధించిన పై ప్రశ్నలకు మీరు బిగ్గరగా, ''అవును'' అని చెప్పగలిగితే మీరు మీ ''అంతరంగ పిలుపును'' కనుగొన్నట్లే!!

డబ్బు కోసమే కొందరు పనిచేస్తారు. తమ శారీరక అవసరాలు తీరుతాయి కాని వారి సృజనాత్మకత, మేధస్సు, టాలెంట్ మొ॥నవి వారి పనిలో ప్రవేశపెట్టే అవకాశం ఉండదు. అటువంటి అనుభవానికి ప్రపంచం నీరాజనం పలకదు. కేవలం బ్రతకగలుగుతారు.

మరొకరకమైన వృత్తిలో శారీరక శ్రమ మాత్రమే కాదు, ఎంతో మేధస్సు పెట్టి పని చేయాల్సి ఉంటుంది. తెలివితేటలకు గుర్తింపు వస్తుంది. శారీరక అవసరాలకన్నా ఎక్కువ డబ్బు వస్తుంది. కానీ ఒక లాటరీ కనుక దొరికిందంటే ఈ పని చేయడానికి ఇష్టపడకపోవచ్చు. అంత డబ్బు ఉంటే ఈ పని ఎందుకు చేస్తాను అంటున్నారంటే మరి మీరు ఇష్టపడే పని మరొకటి ఉన్నట్లే కదా! కానీ మూడోరకం వృత్తి ఉంటుంది: అది మీ శారీరక అవసరాలకు సరిపడా డబ్బు సంపాదిస్తుంది, మానసికంగా మీ మేధస్సుకు పదును పెడుతుంది, ఆ పని మీకు ఉత్సాహాన్నీ,

ఉత్తేజాన్నీ కలుగచేస్తుంది. కానీ అది మీ పని కాకపోవొచ్చు. మీకు ఆ పనిలో తపన ఉండొచ్చు, కానీ ఆ పని మీ జీవిత కార్యం లేదా మీ కోర్ కాంపిటెన్స్ కు సంబంధం లేనిదై ఉండవచ్చు.

ఉదాహరణకు, నేను ఒక గ్రాఫిక్ డిజైనర్‌గా పనిచేస్తున్నప్పుడు ఆ పనిని నేను చాలా ఇష్టంతో చేసేవాడిని. కానీ ఆ జీతం నాకు సరిపోయేది కాదు. ముద్రణా రంగంలో ఉన్నప్పుడు, ఒక కొత్త డిజైను చేసి ప్రింటు చేసినప్పుడు ఆనందం వచ్చేది, డబ్బూ వచ్చేది. అయినా అది నా జీవిత కార్యం కాదు. ఇక ఈవెంట్ మేనేజ్‌మెంటు నిర్వహణలో భాగంగా చేసిన పలు ట్రేడ్ ఫెయిర్స్ (ఎగ్జిబిషన్స్) లో డబ్బూ వచ్చేది, పేరూ వచ్చేది, కానీ టెన్షన్ కూడా వచ్చేది. ఎప్పుడూ అనిపిస్తుండేది, నా అసలు పని ఇవి ఏవీ కావని. స్ఫూర్తినిచ్చే ఉపన్యాసం ఇచ్చినప్పుడు మాత్రం చెప్పలేని ఆనందం మనసులో సంక్రమించేది. నేను వ్రాసిన మొదటి పుస్తకం 'ది సీక్రెట్' 2002 లో వ్రాసినా ఈనాటికీ 12 ముద్రణలతో ఎన్నో వేల మంది జీవితాలను ప్రభావితం చేయడానికి కారణం, ఆ వ్రాసే సమయంలో నేను చేరిన ఒక భావతీత స్థితిని ఇప్పటికీ మరువలేను. నేను నా అసలు పని గుర్తించి, ఆ పనినే జీవిత కార్యంగా మలచుకోవడానికి నాకు పట్టిన సమయం సుమారు 10 సంవత్సరాలు. ఎందుకంటే విద్యార్థిగా ఉన్న స్వాతంత్ర్యం, వివాహమయ్యాకా, పిల్లలు కలిగాకా ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం సాధిస్తేనే కానీ మనిషికి మళ్ళీ స్వాతంత్ర్యం రాదు. ఈ సమయాన్నంతా భవిష్యత్‌కు పునాది వేసుకోవడంలోనే గడిపాను, వందలాది ఉపన్యాసాలు ఇచ్చాను. పలు వ్యక్తిత్వ, మేనేజ్‌మెంట్, ఆధ్యాత్మిక కోర్సులు చేసాను. సమాజంలో కొంత పేరు సంపాదించాకా, ఇక పూర్తిగా నాదైన ప్రపంచంలోకి దూకాను. కానీ ఈ నా ప్రయాణం చాలా సులభంగా జరిగిపోయిందని మీకు చెప్పలేను. కానీ ఇది వదిలి మరో పని చేసి జీవితాన్ని వృధా చేసుకునే ఆలోచనా నాకు లేదు.

కానీ మారుతున్న పరిస్థితులలో, పెరుగుతున్న మానసిక పరిణతితో, వికసిస్తున్న చైతన్యంతో ఉన్న ప్రస్తుత సమాజంలో తలెత్తుకుని తిరిగేవారంటే కేవలం ధనార్జనే ధ్యేయంగా పనిచేసేవారా లేదా ప్రేమ, కరుణ నిండిన హృదయాలతో పనిచేసే వారా అన్నది ఒక్క క్షణంలో పసిగట్టే కాలంలో ఉన్నాం మనం. మరి, మీరు ఎలా జీవించాలో మీరే నిర్ణయించుకోవాలి.

ఇతరులు మిమ్మల్ని ఏవిధంగానూ మభ్య పెట్టకుండా చూసుకోండి. మీరో 'విభిన్నమైన టాలెంట్' కలిగి ఉన్నారు. అదేమిటో కనుగొనవలసిందే మీరే!

మీ అంతరంగ పిలుపు ఏమిటో కనుగొనాలంటే, ముందు మీ సహజమైన టాలెంట్ ఏమిటో తెలుసుకోవాలి, ఏ విషయంలో మీరు సంపూర్ణులో, సమర్థులో అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రాచీన రోమన్ కవి వర్జిల్ చెప్పినట్లు మీ వృత్తి అంటే మీరు జీతాన్ని ఇంటికి తెచ్చుకునేది కాదు. మీరు ఈ భూమిపై నిర్వర్తించవలసిన కర్తవ్యం. అటువంటి తపనతో, తీవ్రతతో పనిచేస్తే అది ఆధ్యాత్మిక అంతరాత్మ పిలుపవుతుంది.

మనం ఏ పని బాగా చేయగలమనేది ప్రతిభ. మనం ఏ పనిని చేయడాన్ని అత్యంత ఇష్టపడతాము అన్నది తపన (పాషన్). మనం చేసే ఏ పని ప్రపంచానికి అవసరమయి మనకు ధర చెల్లిస్తుందో అది అవసరం. ఏది చేయాలని మనసు చెప్తుందో అది అంతరాత్మ.

ఆధ్యాత్మిక, మానసిక, శారీరక, సామాజిక అవసరాలు అన్నీ కలగలిపిన ఒక పనిని కనుగొనడం అంటే మూలకాలన్నీ కలిసిన ఒక రసాయనిక చర్య ఏర్పడడానికి సంసిద్ధంకావడం అన్నమాట. ఎప్పుడైతే ఆ పాళ్ళు తారాస్థాయికి చేరతాయో, మనలో ఒక ఆకస్మిక జ్వాల ఉత్పన్నమవడాన్ని అనుభవంలోకి తెచ్చుకుంటాము – ఆ అంతర్గత శక్తుల కలయిక వల్ల వచ్చే ఒక విస్ఫోటనం మనలోని అగ్నిని రాజేసి మనకు ఒక దిశ, దృక్పథం (విజన్), తపన మరియు ఒక స్ఫూర్తివంతమైన సాహసోపేత జీవితాన్ని అందిస్తుంది.

– స్టీఫెన్ ఆర్ కోవే.

అంతరంగ పిలుపు!

అంతరాత్మ పిలుపు అనేది ఒక వ్యక్తిలో పుట్టుకతోనే నాటబడిన బీజం లాంటిది. అది ఆ వ్యక్తి యొక్క విత్తనం. ప్రతిభ, సామర్థ్యాలు, శక్తుల యొక్క ప్రత్యేక సంయోగంతో కూడిన ఆ బీజానికి సరియైన పోషణనందిస్తూ పెంపొందిస్తే అది పుష్పించి, ఫలించి ఈ సృష్టికే శోభనిస్తుంది. అంతరాత్మ పిలుపు యొక్క సంపూర్ణ భావన ఏమిటంటే – మీరెవరో ముందు అవగాహన చేసుకొని, మీ టాలెంట్స్‌తో ప్రకృతికి ఏవిధంగా సహకరించగలరో తెలుసుకోవడమే!

జీవితం యొక్క పిలుపు(లు) అనేది – మనకున్న బలాలు, సామర్థ్యాలను మంచికోసం వినియోగిస్తూ... జీవిత ప్రయోజనాన్ని తెలుసుకోవడంలో చైతన్యంతో మమేకమవడానికి చేసే మేలుకొలుపు! మీ జీవితం యొక్క పిలుపు అంటే కొంతమంది వ్యక్తులపై గాని, దేశంపైగాని మొత్తం ప్రపంచంపై గాని ప్రభావం చూపడానికి నిరాకరించలేని ఒక భావోద్వేగమైన భావన.

అటువంటి భావాలు, కారణాలు – తమను అందిపుచ్చుకొని తమపై స్వాధికారత చూపేవారి కోసం అనంతంగా ఈ సృష్టిలో వేచిచూస్తున్నాయి! వీటిలో ఒకటి మిమ్మల్ని పిలుస్తుంది! ... ప్రతిస్పందించడానికి, సమాధాన మివ్వడానికి మీరు సిద్ధపడితే, మీ అసలైన జీవితం ఆరంభమవుతుంది.

ఇప్పటికే ఆలశ్యమయిందని మీలో కొందరు భావించవచ్చు, మీ అంతరాత్మ పిలుపును ఏ కారణంగానో అందుకోలేక పోయాం! అని నమ్మవచ్చు. జార్జి ఇలియట్ చెబుతున్న ఈ మాటలు చదవండి – ''మీరేది కావాలనుకుంటున్నారో అలా రూపొందడానికి ఇప్పటికీ సమయం మించిపోలేదు. మీ జన్మ సాఫల్యతనిచ్చే పనిని మీరు కనుగొనగలరు, మీలో నిద్రాణమై ఉన్న ప్రత్యేక మేధస్సును (యూనిక్ జీనియస్) మేల్కొల్పి మీ జీవితాన్ని వినూత్నంగా రూపుదిద్దు కునే మార్గాన్ని మీరు కనుగొనగలరు.

లోలోపల మీ హృదయం మిమ్మల్ని పిలుస్తోంది! ఆ పిలుపు ఎంతో సామ్యంగా, నిరంతరాయంగా, ప్రేమపూరితమైంది. మీరెప్పుడైతే ఆ పిలుపును కనుగొన్నారో, ఆపై మీ జీవితం అనూహ్యమైన మలుపులు తిరగడం చూస్తారు. మిమ్మల్ని సంపద, కీర్తి ప్రతిష్ఠలవైపు, మీ యొక్క శరీరం, మనస్సు, హృదయం, ఆత్మలని ఏక తాటిపై నడిపించేది మీ ''అంతరాత్మ పిలుపు'' మాత్రమే!

మన అంతరాత్మ పిలుపుతో జీవించడం ద్వారా, ప్రపంచ నాటకంలో భగవంతుడు మనకిచ్చిన పాత్రను పరిపూర్ణంగా పోషించినట్లవుతుంది.

మీరు మీరుగా ఉండండి

జీవితంలో అతి పెద్ద టైమ్ వేస్ట్ ఏమిటంటే, మీరు చేయనక్కరలేని పనిలో జీవితాంతం మునిగిపోవడమే. ఏ సంస్థలోనైనా నిజమైన యోగ్యత కలవాడెపుడూ పోటీకి, రాజకీయాలకు అతీతంగా వ్యవహరిస్తాడు. యోగ్యతలేని సాధారణమైన వారు మాత్రమే రకరకాల ఆఫీసు రాజకీయాలు నడుపుతారు. నిరంతరం ఇతరులను ఇంప్రెస్ చెయ్యాలనే ఉద్దేశ్యంతో పనిచేసే వ్యక్తులు తమ సహజ ప్రతిభను కోల్పోవడమే కాక, తమ ఆత్మ ఔన్నత్యాన్నీ(సెల్ఫ్ ఎస్టీమ్) తగ్గించుకుంటారు.

టాలెంట్ ఉన్నవారికెప్పుడూ అవకాశాలు ఎదురుచూస్తుంటాయి. వారెపుడూ ఉద్యోగం/ పని కోసం ఎదురు చూడనవసరం లేదు. ఖాతాదారులు, సంస్థలే అటువంటి వారి కోసం ఎదురు చూస్తూ ఉంటారు. టాలెంటును సమృద్ధిగా వృద్ధి చేసుకున్నవారెవరూ వృత్తి కోసం, జీవన భృతికోసం ఎపుడూ భయపడనవసరంలేదు. తన అంతరాత్మ పిలుపుకు ప్రతిస్పందించిన వ్యక్తి సేవలకు డిమాండు లేకపోవడం అంటూ ఉండదు. ప్రతిభతో పాటు, వృత్తి నైపుణ్యం, సమకాలీన జ్ఞానం, సరైన దృక్పథం, భవిష్యత్ పట్ల వ్యూహం, మంచి అలవాట్లు ఉన్నవారికి విజయం కొంత నెమ్మదిగా రావొచ్చేమో కానీ ఖచ్చితంగా వస్తుంది.

మీ నిజమైన వృత్తిని కనుక్కోండి ఆ పై జీవితమంతా విశ్రాంతి తీసుకోండి. ఎందుకంటే అపుడు మీరు పని చెయ్యరు, మీ ద్వారా అప్రయత్నంగా ఆ పని జరిగిపోతుంది. జీవితాన్ని పండగ చేసుకోవడమంటే అదే! మీదైన పిలుపును మీరు అందుకుని అనుసరించడానికే మీరు జన్మించారు! మీకు అత్యంత ఇష్టమైన పనిని వృత్తిగా చేసుకోవడం అనేది మీకు మనఃస్ఫూర్తిగా నచ్చినట్లయితే, మీకు రెండు దారులు ఉన్నాయి. ఒకటి ఏదో ఒకరోజు మీ అసలైన పిలుపు దానికదే వస్తుందని ఎదురుచూడడం, రెండవది మీ కలల దిశగా వడివడిగా అడుగులేయడం.

ఒక ప్రతిభావంతుడు ఎక్కడ తడబడ్డాడు, ఒక సమర్థుడు ఎక్కడ ఇంకా బాగా చేసి ఉండవచ్చు అని చర్చించే విమర్శకుడిని మనం పట్టించుకోనవసరంలేదు. ప్రశంసలు పొందవలసినవాడు ఎవరంటే, ఆ క్షణంలో రంగ భూమిలో ఉన్నవాడు, ధూళితో, స్వేదంతో, రక్తంతో ముఖం చెదిరినవాడు, తప్పులు చేసి సర్దుకుని ముందుకు నడిచేవాడు, అత్యుత్సాహమంటే ఏమిటో, అంకిత భావమంటే ఏమిటో తెలిసిన వాడు, ఒక గొప్ప ధ్యేయం కోసం పరిశ్రమించేవాడు, విజయం సాధిస్తే దాని విలువ తెలిసినవాడు, అపజయం ఎదురైతే కనీసం తను ఏమీ పట్టని, బెదురు మనస్తత్వం కలవాడిని కానన్న తృప్తితో అపజయాన్ని స్వీకరించినవాడు, అతనూ ప్రశంసకు పాత్రుడు.

– థియోడోర్ రూజ్ వెల్ట్

హృదయకాంక్ష

మీ అంతరాంతరాల్లోనుండి వచ్చే ఆకాంక్షే మీరు. మీ అభిలాష ననుసరించి మీ చిత్తం, చిత్తాన్ని బట్టి మీ కర్మ, మీ కర్మ కనుగుణంగా మీ విధి నిర్ణయింపబడతాయి.

– ఉపనిషత్తులు

అంతరాంతరాల్లోని మన స్వరూపం (our core) ఏమిటో కనుగొని తదనుగుణంగా జీవించడమే విజయం అనేదానికి వాస్తవమైన అర్థం. మీరు ఇంకా కనుగొనకపోతే, ఈ క్షణం లో కూడా మీకు తెలియని ఒక గొప్ప ప్రతిభ మీలో నిద్రాణంగా ఉన్న ఒక విత్తనంలా ఎదురు చూస్తుంది. ఒక గాయకుడు గొప్ప సంగీతజ్ఞుడి కోసం, ఒక రాయి – ఒక గొప్ప శిల్పి కోసం, ఒక ఆర్కిటెక్ట్ ఒక బిల్డర్ కోసం ఎదురుచూస్తున్నట్లు అది మీ కోసం ఎదురు చూస్తుంది.

మీ హృదయంలోని ఆకాంక్ష – మీ కోరికలు, కలలు, ఉద్ధేశ్యాలు, లక్ష్యాలతో కూడి ఉంటుంది. ఆ ఆకాంక్ష అనేది – ప్రేమ, సమృద్ధి అనే వాటియొక్క పునాది నుంచి ఉద్భవిస్తుంది. మీ పై వర్షింపబడిన వరాలన్నీ మీరు దేనికొరకు ఉద్ధేశింపబడ్డారో దానిని సాహసోపేతంగా, వైభవోపేతంగా ఆవిష్కృతం చేయాలని, నిస్సంకోచంగా, నిర్భీతితో ఆ అద్భుతాన్ని సృజించాలని సదా ఆహ్వానిస్తుంటాయి.

మీ హృదయపు ఆకాంక్షకు ఏది సత్యమో తెలుసు. ఆ సత్యం వైపే అది మిమ్మల్ని పిలుస్తుంటుంది. మీ హృదయపు ఆకాంక్ష ఇప్పుడే, ఇక్కడే, ఈ క్షణంలోనే మిమ్మల్ని ... ఏదైనా నూతనమైనదానిని, పూర్వం ఏ కారణం చేతనో వదిలివేసిన దానికి మరల జన్మనిచ్చే సృజనాత్మక కార్యాలలో పాలు పంచుకోమంటూ మిమ్మల్ని ఆర్తితో ఆహ్వానిస్తుంది.

ఒక ఐడియా జీవితాన్నే మార్చేస్తుంది, అయితే ఆ ఐడియా మీదే అయి ఉండాలి. సరియైన ఉద్ధేశ్యాలతో, చిత్తశుద్ధితో కూడిన కార్యాచరణ ఎటువంటి ఆకాంక్షనైనా వాస్తవంగా ఊహించని మార్గాలలో తనదైన సంఘటనలను సృష్టించి నిజం చేస్తాయి.

నైపుణ్యం లేని జ్ఞానం నిరర్ధకం. జ్ఞానం లేని నైపుణ్యం అర్ధ రహితం. నైపుణ్యం, జ్ఞానంతో కూడిన సహజ ప్రతిభ యోగ్యమైనది. ప్రతి ఒక్కరికీ టాలెంటు ఉంది. కానీ టాలెంటును అనుసరించి అది తీసుకువెళ్ళే స్థానానికి వెళ్ళే ధైర్యం చాలా అరుదుగా ఉంటుంది.

మీ హృదయ సంబంధమైన అంతర్గత ప్రావీణ్యతని గుర్తించి మీరు ప్రేమించే ఆ పనిని ఏకాగ్రతతో కృషి చేయడానికి తగిన సమయాన్ని కేటాయించడం అనేది... మీ విజయాన్ని మరింత త్వరితం చేసే మేలైన మార్గం. జీవితం నుండి మీరు ఏదైతే కోరుకుంటున్నారో అదంతా... ''మిమ్మల్ని కూడా కోరుకుంటుంది''. *– జాక్ కాన్ ఫీల్డ్, సక్సెస్ ప్రిన్స్‌పల్స్ పుస్తక రచయిత*

సరైన వృత్తి

ప్రతిభ, ప్రపంచ అవసరాలు ఎక్కడ కలుస్తాయో, అక్కడే నీ వృత్తి దాగి ఉంది.

– అరిస్టాటిల్

Vocation (వృత్తి) అనే పదం 'Vocare' అనే లాటిన్ పదం నుండి ఉద్భవించింది. దానర్థం పిలుపు (To call) అని. మీ నిజమైన పిలుపుకి (True Calling) మీరు ప్రతి స్పందిస్తే, మీ ప్రవృత్తే మీ వృత్తి అవుతుంది. అలాంటి Vocation కనుగొన్నప్పుడు లైఫ్ ఒక Vacation అవుతుంది.

9 టు 5 జాబు ఎవరికైనా వస్తుంది. జాబ్‌కి, కేరీర్‌కి చాలా తేడా ఉంది. ఏ జాబ్‌కైనా కొన్ని స్కిల్స్ ఉంటే చాలు, కేరీర్‌కి మాత్రం టేలెంట్ అవసరం. ఉద్యోగం జీతాన్నిస్తుంది. కానీ జీవితాన్నివ్వలేదు. మీలోని చైతన్యానికి పోషణనివ్వలేదు. అర్థవంతమైన, పరిపూర్ణత నిచ్చే పనిలో మీరు నిమగ్నం కానపుడు, మీకు ఆత్మ సంతృప్తి లభించదు. ఆనందం దూరమౌతుంది.

తమకు నచ్చిన, ప్రేమించే పనిని చేస్తూ జీవితాన్ని గడుపుతున్నవారు. మరింత ఎక్కువ కాలం జీవిస్తారట. దీర్ఘాయుస్సునిచ్చే కారకాలపై రీసెర్చ్ చేసిన డక్ యూనివర్శిటీ వారు, మంచి ఆరోగ్య అలవాట్లు, మంచి జీన్స్ కంటే కూడా 'జాబ్ సాటిస్‌ఫ్యాక్షన్ (వృత్తిపట్ల సంతృప్తి) ఎక్కువ ప్రభావం చూపుతుందని కనుగొన్నారు.

మీరు చేయాలన్న పని ఏమిటో? తెలుసుకోనే ముందు, మీరేమిటో తెలుసుకోవడం! అత్యంత ప్రధానం! "know your self, control yourself, Express yourself" (1. నిన్ను నీవు తెలుసుకో. 2. నిన్ను నీవు నియంత్రించుకో (స్వీయ క్రమశిక్షణ). 3. నిన్ను నీవు వ్యక్తీకరించుకో) అనే గ్రీకు ఫిలాసఫీ మన జీవన సరళిగా మారాలి.

ప్రతి ఒక్కరూ కొన్ని విషయాల్లో ప్రావీణ్యం కలిగిఉంటారు. అవి సహజంగానే వారిలో ఉండడం వల్ల వాటిని సాధారణంగా ఎవరూ ప్రత్యేకమైనవిగా గుర్తించరు. అవి నిజానికి ప్రత్యేక ప్రతిభ ఏమీ కాదు. అది మన సహజ స్వభావం. కానీ ఇతరులకు అది ప్రత్యేకం.

మనలో ఉన్న సాధారణమైన పొరపాటు అభిప్రాయం ఏమిటంటే స్కిల్, టాలెంట్ ఒకటే అనుకుంటాము. స్కిల్స్ అనేవి ఎవరైనా అభివృద్ధి చేసుకోవచ్చు. చాలా వరకు చేతులతో, ఉన్న పరిజ్ఞానంతో చేసే పనిని స్కిల్ (నైపుణ్యం) అంటారు. టేలెంట్ అలాకాదు, అది మన సహజ ప్రవృత్తి. దానిని కనుగొనాలి లేదా గుర్తించాలి.

మీరు చాలా సంతోషంగా ఉన్న క్షణాల్లో... ఉద్రేకం, ఉద్వేగానికి లోనవకుండా మీ మనస్సును పూర్తిగా లయం చేయడం, ఆ ఆనందాన్ని లోతుగా అనుభవించడమొక్కటే మీరు సంతోషంగా ఉండటానికి వెతక వలసిన మార్గం.

– జోసెఫ్ కెంప్‌బెల్, మైథోలజీ స్కాలర్

మీలోని అగ్నిని రాజేయండి

మొత్తం మానవ జాతిని మూడు రకాలుగా విభజించవచ్చు.

1. కదలనివారు. 2. కదిలేవారు. 3. కదిలించేవారు. – బెంజిమన్ ఫ్రాంక్లిన్

టేలెంట్ అనేది అంతరంగంలో నిగూఢమైన అగ్ని లాంటిది. రాయి రాపిడికి గురయితేనే జ్వలిస్తుంది. రాయిని మాత్రం చూసే వారికి దానిలోని గుప్తంగా ఉన్న అగ్ని కనపడుతుందా!

ప్రేరణ అగ్నిని రగిలించే స్పార్క్ అయితే అంతరంగ పిలుపు అనేది మిమ్మల్ని ఒక కార్యాన్ని సాధించడానికి మేల్కొలిపే చోధక శక్తి. మీ ఇల్లు అంటుకుంది అని ఎవరైనా చెప్పారనుకోండి!, రెండో ఆలోచన లేకుండా మీ ఇంటి వైపు పరిగెడతారు. ఇక దేని గురించి ఆలోచించరు. ప్రజలు మిమ్మల్ని తిడుతున్నారా, మెచ్చుకుంటున్నారా అనేది చూడరు. ఎందుకంటే ఆ క్షణంలో మీ ఇల్లు రక్షించుకోవడం ప్రధానం, అత్యవసరం, మిగతావన్నీ అప్రధానం. అదే విధంగా, అటువంటి తీవ్రతతో మీ పిలుపును మీరు అందుకుంటే, ఇక మిమ్మల్నెవరూ ఆపలేరు! అటువంటి వ్యక్తులు అద్భుతమైన మార్పుకు కేంద్రమౌతారు.

నీరెపుడూ క్రిందికే పయనిస్తుంది కానీ నిప్పు చూడండి, అదెపుడూపైకే జ్వలిస్తుంది. నీటిక్రింద నిప్పును పెట్టి వేడిచేస్తే అది ఆ నీటిని కూడా ఆవిరి రూపంలో పైకే పంపుతుంది. సమయానికి నిద్రలేవండి. మీలోని అసలైన అగ్నిని (టేలెంట్‌ను) కనుగొని, దానిని ఒక సేవగా అభివృద్ధి చేసుకుని, మీ ఆగమనం కోసం ఎంతగానో ఎదురుచూస్తున్న ప్రపంచానికి అందించండి. కలలను నిజంచేసే తపన, లక్ష్యం ప్రతి ఒక్కరిలోనూ ఉంటాయి. లక్ష్యం లేని తపన వలన శక్తి వృథా అవుతుంది. తపన లేని లక్ష్యం వల్ల అది నెరవేరని కలలా ఉండిపోతుంది. తపన, లక్ష్యం రెండూ కలిసినప్పుడు చాలా తక్కువ మందికి మాత్రమే సాధ్యమైన అద్భుత శక్తివంతమైన ప్రపంచంలోకి మీరు ప్రవేశించగలుగుతారు.

మీ సమయం పరిమితం, కాబట్టి ఇంకెవరి జీవితంలాగో జీవిస్తూ దానిని వృథా చేయకండి! ఇతరుల ఆలోచనా దృక్పథం యొక్క ఫలితాల్లో ప్రతిఫలించే సిద్ధాంతాలలో ఇరుక్కోవద్దు.

ఇతరుల అభిప్రాయాలు, మీ 'అంతరాత్మ పిలుపు'ను ముంచెయ్యకుండా చూసుకోండి! ముఖ్యంగా మీ హృదయాన్ని, అంతఃజ్ఞానాన్ని అనుసరించడానికి సాహసించండి! ఎందుకంటే వాటికి మాత్రమే తెలుసు మీరు నిజంగా ఎలా రూపొందాలనుకుంటున్నారో! మిగతావన్నీ అయోగ్యమైన విషయాలు.

– స్టీవ్ జాబ్స్ (సి.ఇ.ఒ. ఏపిల్ కంప్యూటర్స్)

నిన్ను నీవు అనుసరించు!

పరధర్మాన్ని పరిపూర్ణంగా చేయడం కంటే, తన ధర్మాన్ని నిర్వర్తించడం, సరిగ్గా చేయలేకపోయినా సరే, ఎంతో ఉత్తమం. (భగవద్గీత, 3.35)

గొప్పవారంతా, గొప్పవారవడానికి కారణం, తమ ప్రత్యేకతను తమదైన శైలిలో సాహసంతో బహిర్గత పరచడమే! వారు 'తమకు తాము'గా ఉండే సత్తా కలిగినవారు. చాలా సందర్భాల్లో వారు సామాజిక కట్టుబాట్లతో పోరాడడమో, వాటికి అతీతంగా కృషిచేయడమో జరిగి,... తమ టాలెంట్, పాషన్ (తపన), సామర్థ్యాలతో ప్రపంచాన్ని ఆకర్షించి తద్వారా కీర్తి ప్రతిష్టలను, సంపదను బహుమతిగా పొందుతారు. మీ స్వీయ శైలికి, మీకు మీరుగా ఉండటానికి కట్టుబడి ఉండండి. ఎందుకంటే చిట్ట చివరికి లోకం గుర్తించేది అదే! గొప్ప నాయకులు అందరిలో కనపడే ఒక లక్షణం ఏమిటంటే... వారు తమ తమ అంతరాత్మ పిలుపును అనుసరిస్తారు. తమదైన గీతాన్ని ఎలుగెత్తి ఆలపిస్తారు!

అలెగ్జాండర్ నుంచి అబ్రహం లింకన్ వరకు, గాంధీ నుండి కలామ్ వరకూ, బీథోవెన్ నుండి రహమాన్ వరకు... చరిత్రలో అటువంటి విభిన్న వ్యక్తులను అంతకు ముందు మీరు ఎపుడూ చూసి ఉండరు! ఒకే రంగంలో ఉన్నా వారిలో ఎవరి ప్రత్యేకత వారిదే అటువంటి వారు మానవ చరిత్రలో ముందూలేరు, ఇకపైనా ఉండరు!

అదే విధంగా, జీవితంలో మన నిజమైన తపన దేనికోసమో తెలుసుకోగలిగితే మీరు, నేను కూడా అంతే ప్రత్యేకత కలిగిన వారిమౌతాము. ఏమీ కాకుండా పోతామనో ఇంకేదో కావాలనో ఆశించడమే మనపై తీవ్ర ఒత్తిడి కలిగిస్తుంది.

సానియా మీర్జా సైంటిస్ట్ అయితే, కలామ్ వ్యాపార వేత్త అయితే, ధోనీ సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజనీర్ అయితే ఎలా ఉంటుందో ఊహించండి! వారు హాయిగా బ్రతికి ఉండేవారు(అనుకుంటాము) కాని దేశం ఎంతో కోల్పోయి ఉండేది! ఏ దేశానికైనా అతి పెద్ద నష్టం, ధనం వల్లో, ప్రకృతి వైపరీత్యాల వల్లో, యుద్ధాలవల్లో కాదు. 'తమ పౌరుల్లో నిగూఢంగా ఉండే ఒక అత్యుత్తమ ప్రతిభ గుర్తించబడి, ప్రోత్సహింప బడకపోవడమే' అనే సత్యాన్ని తల్లి తండ్రులు, విద్యావేత్తలు గ్రహించాలి.

అంతిమంగా మానవుడు నా జీవితానికి అర్థం ఏమిటి అని అడగకూడదు, కానీ గుర్తించాల్సింది ఏమిటంటే తనే ఆ ప్రశ్న అడగబడుతున్నాడని. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే జీవితం ప్రతి ఒక్కరినీ ప్రశ్నిస్తుంది. తన జీవితానికి జవాబు చెప్పడం ద్వారానే మనిషి ఆ ప్రశ్నకు బదులీయగలడు. బాధ్యతాయుతంగా ఉండటం ద్వారానే 'అసలైన జీవితానికి' స్పందించగలడు. – విక్టర్ ఫ్రాంకెల్. *(మేన్ సెర్చింగ్ ఫర్ మీనింగ్ పుస్తకం నుండి)*

నేనూ మా నాన్న లాంటి వాడినే

ఒక గొప్ప పారిశ్రామికవేత్త యొక్క కుమారుడు. తండ్రి తదనంతరం ఆ కంపెనీకి ఛైర్మన్‌గా నియమితుడై, కొత్త పాలసీలతో, ధృక్పథంతో, కొత్త ఉత్పత్తులు ప్రవేశపెట్టి కంపెనీని విప్లవాత్మకమైన రీతిలో పలు కొత్త రంగాలకు దిశా నిర్దేశం చేయసాగాడు. ఈయన దూకుడు చూసిన ఆ కంపెనీ డైరెక్టర్స్ అతనితో...'సర్, మీరు మీ తండ్రిలా కాదు, మీరు పూర్తిగా భిన్నంగా ఉన్నారు' అంటూ పొగడ్తలతో ముంచెత్తారు. దానికా యువకుడు 'కాదు కాదు. నేనూ మా నాన్న లాంటి వాడినే, ఆయనకూ నాకూ తేడా ఏం లేదు' అన్నాడు.

'కాదు సార్, మీ పాలసీలు, ఐడియాలు, ఆలోచనలు, విజన్, మేనేజ్‌మెంట్, లీడర్‌షిఫ్ అన్నీ మీ తండ్రిగారి కంటే పూర్తి భిన్నంగా ఉన్నాయి'! అన్నారు అందరూ.

దానికి ఆ యువకుడు ''చూడండి! మా నాన్నగారు చాలా ప్రత్యేకమైన వ్యక్తి. ఏ విషయాలలోనూ ఎవరినీ అనుకరించేవారు కాదు, నేను కూడా అంతే, ఎప్పుడూ ఎవరినీ అనుకరించను, మా నాన్నగారితో సహా! ఆ విధంగా నేను కూడా మా నాన్నగారిలాంటి వాడినే'' అన్నాడు.

తల్లి, తండ్రుల నుండి వ్యాపారాలు, వృత్తులు అంది పుచ్చుకున్న వారికి జీవితం కత్తి మీద సాములా ఉంటుంది. ఇతరుల అంచనాలు చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. కానీ వారికి ఉన్న అడ్వాంటేజీ ఏమిటంటే రెడీగా ఒక ప్లాట్ ఫామ్ ఉండడం. కానీ వారు తమ వ్యాపారాన్ని లేదా వృత్తిలో ముందుకు వెళ్ళాలంటే తన దైన శైలిలో నాయకత్వ లక్షణాలు పెంపొందించుకుని, ఒక ఖచ్చితమైన విజన్‌తో ముందుకు వెళ్ళగలిగిన నాడు తల్లి తండ్రులే కాక సమాజం మెచ్చే పౌరులవుతారు.

సాధారణమైన కార్యాలను కూడా అసాధారణమైన రీతిలో నిర్వర్తించినప్పుడే, ప్రపంచం యొక్క దృష్టిని మనవైపు నిర్ధేశించగలుగుతాము. ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో ఒక ఉత్పత్తి ఉంటుంది. అది అంతరంగంలో ఎక్కడో నిక్షిప్తమై ఉంటుంది. దానిని జ్వలింపజేసి జీవితంలో ప్రతిఫలించేలా చేసుకోవడమే మీకు కావలసిన ఒకే ఒక అర్హత.

సృజనాత్మకత కల వ్యక్తి సాధించాలనే
కోరికతో ప్రేరణ పొందుతాడు.
ఇతరులను ఓడించాలనే తపనతో కాదు.

– అయాన్ రాండ్

విజయం సంభవిస్తుంది

అవసరం లేని వ్యక్తే, సంపద వారసత్వంగా అందుకోవడానికి అర్హుడు.
అలాంటి వ్యక్తి ఎక్కడనుండి మొదలుపెట్టినా భాగ్యాన్ని సృష్టించుకుంటాడు.
– అయాన్ రాండ్

డబ్బుకోసం పనిచేయడం అనేది జీవితంలో పెద్ద తప్పు. మీకేది చేయడం ఇష్టమో అది చేయండి. దానిలో తగిన ప్రావీణ్యం సాధించిన తరువాత నుండి ధనం దానికదే వస్తుంది.

''నా శిష్యులైన మీకు మరల మరల బోధపరచేదేమిటంటే విజయంపై దృష్టి పెట్టకండి, దానిపైనే మీరు లగ్నం చేసి లక్ష్యంగా చేసుకునే కొద్దీ దానిని మీరు మిస్సయ్యే అవకాశమే ఎక్కువ. విజయం అనేది ఆనందం లాంటిది అది వెంటబడి తెచ్చుకునేది కాదు, దానికది సంభవించేది. అలాంటి సంభవం, వ్యక్తికంటే పెద్దదైన ఒక గొప్ప ప్రయోజనానికి, తనను తాను సంపూర్ణంగా సమర్పించుకున్నప్పుడు, అప్రయత్నంగా జరుగుతుంది.

సంతోషం అప్రయత్నంగా సంభవిస్తుంది. విజయం కూడా అంతే. విజయంపై దృష్టి పెట్టకుండా నీవు ముందుకు సాగితే అది నీముందు మోకరిల్లుతుంది. మీ మనసాక్షి చెప్పేదానిని శ్రద్ధగా వినండి. మీ కున్న జ్ఞానం మేరకు ఆ మాటలను కార్యరూపం దాల్చేలా చేయండి. అలా.. జీవితంలో ప్రతిక్షణం ముందుకు సాగండి... ఎప్పటికైనా, నేను ఖచ్చితంగా చెప్పగలను, విజయం మీ వెంట నడిచి వస్తుంది. ఎందుకంటే మీరు దాని గురించి ఆలోచించడమే మరచిపోయేంతగా జీవితంలో లీనమయ్యారు కాబట్టి.''

– విక్టర్ ఫ్రాంకెల్, (మాన్ ఇన్ సెర్చ్ ఆఫ్ మీనింగ్ పుస్తకం నుండి)

సహజ సామర్థ్యం

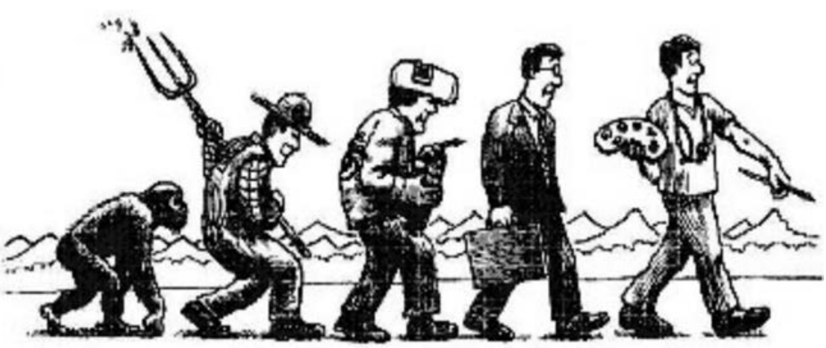
మన కాన్షియస్ మైండ్‌లో ఉండే సమాచారం కంటే సబ్‌కాన్షియస్ మైండ్‌లో ఉండే సమాచారం కోటి రెట్లు అధికం! అని పరిశోధకులు అంచనాలేసారు. ఆ సమాచారమే మీలో నిగూఢమైన, సహజ జీనియస్ (ప్రతిభ) కు ఆధారం, మూలం, ఇంకో మాటలో చెప్పాలంటే మీలో కొంత భాగం మీ కంటే చాలా గొప్పది. – మైఖేల్ జె. గెల్బ్

గొప్ప గొప్ప సాఫ్ట్‌వేర్ నిపుణులు, మామూలు ఉద్యోగులకంటే ఏ 10 రెట్లో, 100 రెట్లో కాదు... ఏకంగా 10,000 రెట్లు ఎక్కువ ఉత్పాదకత కలిగిన వారు అంటారు నాథన్ మైర్‌వోల్డ్, మాజీ మైక్రోసాఫ్ట్ ముఖ్య శాస్త్రవేత్త.

మనలను ఒక రంగంలో జీనియస్‌గా ఉద్భవింపచేసే ఒక అరుదైన ప్రతిభ 'తపన' అనే రూపంలో నిగూఢంగా మనందరిలో నిద్రావస్థలో ఉంటుంది. అది చేయడాన్ని మీరు ప్రేమిస్తారు. ఆ పనిని అలవోకగా చేస్తారు. అది తప్ప ఇంకే పని చేయడమైనా మీకు కష్టంగా ఉంటుంది. ఆ ప్రవృత్తినే, మీ వృత్తిగా మలచుకొంటే మీరు ఆనందాన్ని పొందుతూ డబ్బు సంపాదిస్తారు.

మనలో ఉన్న టాలెంట్‌ను గుర్తించడం, అది ఇతరులకు ఉపయోగపడే విధంగా తీర్చిదిద్దుకోవడం, అదే ఒక జీవిత లక్ష్యంగా మలచుకోవడం–ప్రశాంతత, సంపద రెండూ పొందే సులభ మార్గం.

ఒకప్పుడు మనిషి వేటకెళ్ళి బ్రతుకుతెరువు సాగించేవాడు. నాగరికత పెరిగిన తరువాత, కర్మాగారాలు పెట్టి యంత్రాలతో ఉత్పత్తి చేసి జీవించాడు. గత రెండు దశాబ్దాలనుండి సమాచార విప్లవంతో వచ్చిన మార్పుల వల్ల, ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజీ సాయంతో ప్రగతి సాధించాడు. కానీ భవిష్యత్‌లో మేధస్సులే కాక కళాత్మక హృదయం, సృజనాత్మకత, మానవత్వంతో కూడిన నాయకత్వం ఉన్నవారే ఏ రంగంలో అయినా నాయకులుగా ఎదిగే అవకాశముంది.



మీరింత గొప్ప జీనియస్ ఎలా అయ్యారు అని ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్ అనే శాస్త్రవేత్తను అడిగినప్పుడు, ఆయన ఇలా సమాధానం చెప్పారు. నేను జీనియస్ కాదు, కానీ క్యూరియస్, అంటే కుతూహలంకలవాడిని, అలా జీనియస్‌గా రూపొందాను.

మీకు ఏరంగంలో అటువంటి క్యూరియాసిటీ ఉందో, ఏ రంగంలో అయితే మీరు పూర్తిగా మమేకమైపోయి కృషి చేయగలరో ఆ రంగాన్ని గుర్తించాలి.

నావిషయంలో నా సహజ సామర్థ్యం స్ఫూర్తినిచ్చే ప్రసంగాలివ్వడం, వ్రాయడం, లైఫ్ కోచింగ్‌లో శిక్షణ ఇవ్వడంలో ఉంది. ఆ పని చేయడాన్ని నేను ప్రేమిస్తాను. నా పనిని పది మందికి ఉపయోగపడే విధంగా సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తాను... తద్వారా ఎక్కడికి వెళ్ళినా అభినందింపబడతాను, ఆదరించబడతాను.

మనలో ప్రతి ఒక్కరిలో నిగూఢంగా ఉన్న సహజ ప్రతిభ మనం ఆయా పనులకు ఎక్స్‌పోజ్ అయినప్పుడు బయటపడుతుంది. ఉదాహరణకు, సానియా మీర్జా గారిని 7 సం॥ల వయస్సు ఉన్నప్పుడు ఆమె తండ్రి తనతో పాటు టెన్నిస్ ఆడడానికి తీసుకువెళ్ళాడట. అక్కడ ఒక ఆటగాడు రాకపోయేసరికి ఈ అమ్మాయికి ఆడే అవకాశం వచ్చిందట. ఆ అమ్మాయిలో ఉన్న సహజ ప్రతిభను అక్కడ ఉన్నవారు గుర్తించడం జరిగింది. ఆ అమ్మాయి ఛాంపియన్ కావడానికి ఆ తండ్రి అండగా నిలవడంతో ఆ అమ్మాయి తారాపథాన్ని చేరుకోకలిగింది.

అలా మనం కూడా ఒక తారాపథాన్ని చేరుకోగల అవకాశం ఒక అరుదైన ప్రతిభ రూపంలో ప్రతి ఒక్కరిలో వేచి చూస్తూ ఉంటుంది. అది బయట వెదికితే దొరకని గని. ఆయిల్ కావాలంటే, డ్రిల్ చేయాలి. భూ గర్భాల్లో, సముద్ర గర్భాల్లో, ఎడారులలో ఎక్కడైనా దొరకవచ్చు. కానీ మానవ ప్రతిభ కళాశాలల్లో, యూనివర్సిటీలలో దొరకని గని. భగవంతుడు ఆ గనిని మానవ హృదయాంతరాలలో నిక్షిప్తం చేసాడు. కానీ మనిషి అన్ని చోట్లకీ పయనిస్తాడు–తన అంతరంగంలోకి తప్ప. మనందరిలోనూ చాలా టాలెంట్స్ ఉంటాయి. కానీ ఒక అసమాన ప్రతిభ, ప్రపంచం ఎదురుచూసే ఒక ప్రత్యేక ప్రతిభ, మీకు సంపదనిచ్చి, ఎల్లకాలం మీకు గౌరవాన్నిచ్చే ప్రతిభ ఒకటి ఉంటుంది. ఆ పని చేయమని మీ మనసు ఎప్పుడూ కోరుతుంటుంది.

మన మందరం కావాలనుకుంటే మనం ఊహించలేని మరొక అద్భుత సౌందర్య స్థాయిలో జీవించవచ్చు. అది మన సహజ సిద్ధమైన జీవితం. చిన్న పిల్లలలగా లీనమై ఉండే స్థితి. ఆ స్థితే సత్యమైనది, స్వచ్ఛమైనది. నేనెవరు? అనేదాని యొక్క సంపూర్ణసారం. దానినే యథార్థమైన స్వీయతత్త్వం (అథెంటిక్ సెల్ఫ్) గా పిలుస్తారు. మీ అంతరంగ లోతుల్లో మాత్రమే కనుగొనబడే మీదైన తత్త్వం అది. మీ వృత్తి, పాత్రను బట్టి నిర్వచింపబడని మీలో భాగం. మీ నైపుణ్యాలు, టాలెంట్స్, జ్ఞానం అన్నింటి యొక్క సమాహార రూపం అది. మీదైన సమస్తమూ అదే! అది వ్యక్తీకరింపబడవలసిన, బయటకు వెల్లువై రావలసిన ఆవశ్యకత ఎంతైనా ఉంది.

ఎక్స్‌ప్రెస్ యువర్ సెల్ఫ్

మీరు ఏమి అవడానికై ఉద్ధేశింపబడ్డారో, అలా అవడానికి కావల్సిన ధైర్యసాహసాలు, నిశ్చయము, చిత్తశుద్ధి కలిగి ఉండటమే విజయం అంటే! నార్మన్ కజిన్స్ మాటల్లో చెప్పాలంటే ''జీవితంలో అతి పెద్ద విషాదం మరణించడం కాదు; మనం జీవించి ఉండగానే మనలో మరణించే ప్రతిభ.''

ఒక నిత్యావసర వస్తువులు అమ్మే వ్యాపారి, సరుకును దాచేసి, కృత్రిమ కొరత సృష్టిస్తే అది చట్ట రీత్యా నేరం. అదే విధంగా, మనం కూడా మన ప్రతిభ తెలిసీ కూడా వ్యక్తీకరించకపోతే, మన చట్టాలు మనని శిక్షించకపోవచ్చు, కానీ జీవితం శిక్షిస్తుంది. ఈ ప్రపంచంలో తన ప్రతిభను వ్యక్తపరచడం కన్నా మించిన ఛారిటీ మరొకటి లేదు.

ఎవరి టేలెంటును వారిలోనే దాచేసుకుని, ఈ ప్రపంచంలో ప్రతిభ గల నిపుణులకు కొరత ఏర్పడడం వల్ల, ప్రతిభ లేని వ్యక్తులు కీలక స్థానాలు ఆక్రమించి, సంపద దోచుకోవడం, దాచుకోవడం తప్ప సృష్టించడం తెలియని వారి వల్ల మానవ జాతి పేదరికంలో మగ్గడానికీ తద్వారా మానవ చైతన్యం వెల్లివిరియకుండా అశాంతితో బ్రతకడానికి లోపలి ప్రతిభను గుర్తించక, అంతరంగ పిలుపును అందుకునే ధైర్య సాహసాలను చేయనివారందరూ కారణమే.

ఒక దుష్టుడి దుర్మార్గం కన్నా ఒక మేధావి మౌనం చాలా ప్రమాదకరం అన్నారు. మనం ఈ ప్రపంచాన్ని బాగుచేయడానికి మనం చేయాల్సిందేమీ లేదు. మన ధర్మం మనం నిర్వర్తించడమే. అయితే మనం గుర్తించాల్సింది మన అసలు ధర్మ మేమిటి? అని. గాంధీ గారు వృత్తి రీత్యా ఒక న్యాయవాది. మరి ఆయన అంతరంగ పిలుపు స్వతంత్ర్య పోరాటం. మరి ప్రస్తుతం చేసే పనే తన ధర్మం అనుకోవాలా లేదా అంతరంగ పిలుపు అంతరంగంగా ఉన్నతమైతే ఆ పిలుపును అందుకోవాలా అన్నది మనిషి ఎలా జీవించాలనుకుంటున్నాడు అన్న దానిని బట్టి ఉంటుంది.

గత రెండు దశాబ్దాల కాలం ప్రత్యేకమైన మేధస్సు కలిగిన ప్రత్యేకమైన వ్యక్తులకు చెందుతుంది. కోడ్‌లను రూపొందించే కంప్యూటర్ నిపుణులు, యుక్తితో కాంట్రాక్ట్‌లు సాధించే లాయర్‌లు, అంకెలతో ఆటలాడుకునే ఎంబీఏలు అలాంటివారు అన్నమాట. ఇప్పుడు ప్రపంచం మరింత మారుతుంది. ప్రపంచాన్ని నడిపించే శక్తి ఇంకొకరి చేతుల్లోకి మారబోతోంది. చాలా విభిన్నమైన మేధస్సుతో కూడిన వ్యక్తులదే భవిష్యత్తు. వారే నాయకులు, సృష్టించువారు, ఆవిష్కర్తలు, రచయితలు, కౌన్సిలర్‌లు, ఉజ్జ్వల భవిష్యత్ ఆలోచనాపరులు మొదలగువారు. వీరే సమాజం యొక్క అంగీకారాన్ని, అభినందనలనీ గొప్ప ప్రతిఫలాన్ని పొందుతారు.

మీలో రగులుతున్న అసలైన టేలెంటును కనుగొనాలి, అత్యుత్తమ ధరకు కొనుగోలు చేసే విధంగా అభివృద్ధి చేయాలి, ఎప్పటికీ జీవిస్తాననే విధంగా నిరంతర సాధనచేయాలి, పదిమందికి మార్గదర్శులై నిలవాలి.

కోర్ కాంపిటెన్స్

ఎప్పటికప్పుడు సత్వర విజయం సాధించాలంటే మనం మాత్రమే చేయగల పని మీద దృష్టి పెట్టాలి. మిగిలిన పనులన్నీ, ఆ రంగంలో ఉత్తమ మైన వారికి అప్పగించాలి. మన కంటే మన వద్ద లేదా మనం అప్పచెప్పిన పని చేసేవారు ఆ రంగంలో నిష్ణాతులై ఉండాలి. అప్పుడే మనం మన పనుల మీద ఏకాగ్రతగా దృష్టి పెట్టగలం. ఉదాహరణకు, మన కారు డ్రైవరు మన కంటె ఎక్స్‌పర్ట్ అయినప్పుడే మనం ప్రశాంతంగా ఆలోచించుకోగలుగుతాం, సంగీతం లేదా మంచి ఉపన్యాసాలు వినగలుగుతాం, ప్రకృతి అందాలను తిలకించగలుగుతాం. అదే అతను ఎక్స్‌పర్ట్ కాకపోతే మనకు టెన్షన్ వస్తుంది. అందుకే నాణ్యత ఎప్పుడూ చవకే అన్నారు. తక్కువకు వస్తుంది కదా అని రాజీ పడితే మన మనస్సుకు, జేబుకూ కూడా చిల్లు పడడం ఖాయం.

30 శాతం మంది వ్యాపారవేత్తలు తమ ఏ అంతర్గత ప్రావీణ్యత, ప్రత్యేక సామర్థ్యాల ఆధారంగా వ్యాపారం మొదలుపెట్టారో ఆ పనిపై దృష్టి కేంద్రికరించడానికి తమ సమయంలో 30% కంటే తక్కువ వినియోగిస్తారు. 20వ శతాబ్దంలో ఏ వ్యాపారానికైనా ప్రధాన పెట్టుబడి ధనమే. కానీ 21వ శతాబ్దంలో వ్యాపారానికైనా, ఉద్యోగానికైనా మూల ధనం అంతర్గత ప్రతిభ, నైపుణ్యాలే.

ఏ వ్యక్తికి ఏ పని అప్పచెప్పినా, ఆ పని వరకూ అతనిని ఆ పనికి సి.ఇ.ఒ లా గుర్తించాలి. అతను చేసిన పనిలోని చిత్తశుద్ధిని అభినందించాలి, మీరు ఎలాంటి అంతిమ ఫలితాన్ని కోరుకుంటున్నారో తెలియచేయాలి. ఆ వ్యక్తి ఆ పనిలో సఫలీకృతుడు అవడానికి సహకరించాలి. అప్పచెప్పిన పనిలో తప్పులు చేయడానికి, తిరిగి ఆ తప్పులను సవరించుకోవడానికీ కూడా (తన పరిధిలో) స్వేచ్ఛ, అవకాశం కల్పించాలి. ఒకవేళ ఆ వ్యక్తి ఆ పనికి తగిన వ్యక్తి కాదనుకుంటే నిర్మొహమాటంగా ఆ పనికి తగిన వ్యక్తితో మార్చగలగాలి.

ఒక క్రికెట్ బ్యాట్‌తో బట్టలు ఉతకొచ్చు, మేకులు కొట్టొచ్చు, అలంకార ప్రాయంగా అమర్చడం లాంటివి ఎన్నో చేయొచ్చు. కానీ దాని అసలు పనేంటో మీకు తెలుసు. ఈ ప్రపంచంలో ఎవరి మూల ప్రతిభను (కోర్ కాంపిటెన్స్) ను బట్టి వారు జీవించగలిగితే ఒక సంగీత కచేరీలో వివిధ వాయిద్యాలుగా అమరి ఒకరిని ఒకరు గౌరవించుకునే స్థాయికి ఎదుగుతాం.

చేతులతో పనిచేసేవారిని లేబర్ అనీ, మెదడుతో పనిచేసే వారిని ఇంజనీర్లనీ, హృదయంతో పనిచేసే వారిని కళాకారులని, ఆత్మతో పనిచేసే వారిని యోగులనీ అంటారు. ఈ నాలుగూ కలిపి చేసే వారే నిజమైన కర్మ యోగులు. ఇటువంటి ఆత్మ జ్ఞానులే లోక నాయకులుగా పలు రంగాలలో ప్రపంచాన్ని నడిపించేవారు, కదిలించేవారు పెను నిద్దుర వదిలించేవారిగా ఉంటారు.

పలురకాల మేధస్సులు

ప్రతి ఒక్కరిలో ఒక్కో రంగానికి చెందిన పలురకాల మేధస్సులు ఉంటాయంటే మీరు నమ్మగలరా! హొవర్డ్ గార్డెనర్ అనే ప్రఖ్యాత సైకాలజిస్టు ''ఇంటిలిజెన్స్' అందరిలో ఒకటే ఉండదని, తెలివితేటలు 10 రకాలుగా ఉంటాయనీ "Frames of Mind" అనే పుస్తకంలో విశధీకరించారు. ఆయన ప్రతిపాదించిన పలు రకాల తెలివితేటలను పరిశీలిద్దాం.

మేధస్సు టైపు (Intelligence Type)	**సామర్థ్యం, ఆసక్తి** (Capability and Perception)
1) భాష (Linguistic)	పదాలు–భాష మీద పట్టు (Words and Language)
2) తర్కం–లెక్కలు (Logical-Mathematical)	తర్కం–అంకెల మీద కమాండ్ Logic and Numbers
3) సంగీతం (Musical)	సంగీతం, శబ్దం, లయలపై ఆసక్తి (Music, Sound, Rhythm)
4) శారీరక – స్పర్శ Bodily-Kinesthetic	శారీరక కదలికలపై పట్టు Body Movement Control
5) ఊహాజనితమైన–అంతరిక్ష Picture / Spatial / Visual	చిత్రాలు, సృజనాత్మకత, అంతరిక్షం. Images and Space
6) మానవ సంబంధాలు Interpersonal	ఇతరుల మనోభావాలను అర్థంచేసుకోవడం Other People's Feelings
7) స్వీయ ఎరుక (Intrapersonal)	ఆత్మ విశ్వాసం (Self-Awareness)
8) ప్రకృతి (Naturalist)	సహజమైన వాతావరణం (Natural environment)
9) ఆధ్యాత్మిక/విశ్వ రహస్యం (Spiritual / Existential)	మతం / ఆత్మ జ్ఞానం Religion and 'Ultimate Issues'
10) నైతిక / విలువలు (Moral)	నీతి శాస్త్రము, విలువలు, మానవత్వం, Ethics, Humanity, Value of life.

సాధారణంగా ప్రతి ఒక్కరిలో కనీసం మూడు, నాలుగు మేధస్సులు ఉంటాయట. కొంతమందిలో అంతకంటే ఎక్కువ రంగాలలో కూడా అద్భుతమైన ప్రతిభాపాటవాలు కనపడొచ్చు. వాటి కాంబినేషన్‌లో వృత్తి అల్లుకుంటే ప్రపంచానికి అవసరమైన ఒక మేధోగనిగా తయారవవచ్చు. ఇంటర్ నెట్‌లో ''ఆప్టిట్యూడ్'' అంటే సహజమైన తెలివితేటలు గుర్తించడానికి "Free Multiple Intelligence Test" అని టైపు చేస్తే ఎన్నో ఉచిత టెస్టులు దొరుకుతాయి.

సహజ ప్రతిభ, ఆసక్తి ఉన్న ఏ రంగమైనా ఆ వ్యక్తి ఆనందంగా జీవించే అవకాశముంది గానీ ఏమాత్రం తెలివితేటలు లేని రంగాలలో దిగినప్పుడే వారు సాధారణంగా (Mediocre)

మిగిలిపోతారు. సహజ సామర్థ్యం ఆధారంగా జీవించేవారికి ఇతరులతో పోటీ తక్కువ ఉంటుంది మరియు తనతో తనకు పోటీ ఎక్కువ ఉంటుంది. ఇది ఒక పరుగు పందెంలో ఒంటరిగా పరిగెట్టడం లాంటిది. విజయం ఎలాగూ ఖాయమే కానీ ఎంత త్వరగా సాధించాలనేదానికి ఆ వ్యక్తిలో ఉన్న కోరికను బట్టి ఉంటుంది.

పూవుపుట్టగానే పరిమళించును అన్న చందాన, కొంతమందిలో చిన్ననాటినుండే ఆయా రంగంలో ప్రత్యేక మేధస్సు కనపడినా, మనకు చదువులో తప్ప మిగతా తెలివితేటలను గుర్తించే విధానం లేకపోవడం వలన గుర్తించలేకపోతుంటాం.

బట్టీ పట్టి కొంత సమాచారాన్ని లోపల కుక్కి దాన్నే జ్ఞానమనవచ్చు లేదా లోపల ఉన్న ఒక ప్రత్యేక జ్ఞాన భాండాగారాన్ని వెలికితీయవచ్చు. పదే పదే ప్రాక్టీసు చేసి నైపుణ్యం సంపాదించవచ్చు లేదా సహజ సామర్థ్యాన్ని ఎక్స్‌ప్రెస్ చేయడానికి అవసరమైన స్కిల్స్‌ను అలవోకగా సంపాదించనూవచ్చు. ఏదైనా ప్రాక్టీసు చేయగా ఎవరైనా మాస్టరు కావొచ్చు. కానీ తెలివితేటలు అధికంగా ఉన్న రంగంలో ఏనాటికైనా లెజెండ్ కావొచ్చు.

మనషికి ఆనందం తన అసలు పని దొరికినప్పుడే. ప్రతి తల్లి తండ్రులూ తమ పిల్లలు గొప్ప వారు కావాలని కోరుకుంటారు కానీ వారిలో గొప్పతనాన్ని గుర్తించే ప్రయత్నం చేయరు. మనిషి ఎప్పటికీ నేర్చుకోవాలన్న తపన, నిరంతర సాధన, చిన్నపిల్లల్లాంటి ఏకాగ్రత, చేసే పనిలో ఉత్సాహం, ఎంత ఎదిగినా ఒదిగి ఉండే లక్షణాలన్నీ తన సహజ మేధస్సును కనుగొన్నప్పుడు సహజంగా దొరుకుతాయి.

Nature Smart

People Smart

Number Smart

Picture Smart

Self Smart

Body Smart

Music Smart

Word Smart

మీలో మేధావిని మేలుకొలపండి

ఇంట్యూటివ్ (సృజనాత్మకమైన) మైండ్ ఒక పవిత్రమైన బహుమతి. తార్కిక మనస్సు నమ్మకమైన సేవకుడి లాంటిది. అయితే మనం సేవకుడిని గౌరవిస్తూ. అసలైన బహుమతిని మరచిపోయిన సమాజాన్ని నిర్మించుకున్నాం. – ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్

మైండ్ గొప్ప సేవకుడు కాని బలహీనుడైన యజమాని. సేవకుడు మనకు యజమాని అయితే ఎలా ఉంటుందో ఒక్కసారి ఊహించండి! మనస్సు ఇంద్రియాల ద్వారా పనిచేస్తుంది. మనకు ఒక గమ్యం ఉన్నపుడు, బుద్ధి అనే డ్రైవర్, ఆలోచననలు అనే కళ్ళాలతో, ఇంద్రియాలనే గుర్రాలను గమ్యం వైపు పరిగెట్టిస్తుంది.

మన నియంత్రణలో ఇంద్రియాలు పనిచేయాలి. కానీ ఇంద్రియాలే మనల్ని వశంలో ఉంచుకుంటున్నాయి. మనం ఏం చూడాలో, ఏం చేయాలో, ఏం తినాలో ... ఇలా అన్నింటినీ అవే నిర్ణయిస్తున్నాయి. మనందరికీ ఏది ఆరోగ్యమో తెలిసినా కూడా, నాలుకపై ఉన్న మూడంగుళాల ఆవరణలో ఉన్న టేస్ట్ బడ్స్ చేసే ప్రలోభానికి లొంగిపోతున్నాము. మనం మన లక్ష్య సాధనలో నిమగ్నమైనపుడు ఇంద్రియాలు అనే గుర్రాల దృష్టి మార్గం పైనే నిలిచి ఉంటుంది. ఏ పనీ లేనప్పుడు, బుద్ధి అనే డ్రైవర్ కళ్ళాలను వదిలివేసి హాయిగా నిద్రపోతాడు. గుర్రాలు స్వేచ్ఛగా తమ పని తాము చూసుకుంటాయి.

గమ్యం ఉన్నప్పుడే బుద్ధి మేలుకుంటుంది. అప్పుడు ఇంద్రియాలు ఊరించినా, బుద్ధి వారిస్తుంది. ఉదాహరణకు, ఒక గులాబ్ జామ్ చూసినప్పుడు, నాలుక మీద అప్రయత్నంగానే నీళ్ళూరుతాయి. మనస్సులో 'జ్ఞాపక శక్తి' గులాబ్‌జామ్ రుచిని కూడా గుర్తుచేస్తుంది. కానీ బుద్ధి మాత్రం వార్నింగ్ ఇస్తుంది. ''జీవితంలో నీవు చేయవలసిన పని చాలా ఉంది, చాలా మందికి స్ఫూర్తినిచ్చి ఉత్తేజపరచవలసినవాడివి, ఇలాంటివి తింటే నీ శక్తేమవుతుంది, నీ ఆరోగ్యమేమవుతుంది, వద్దని చెప్పు'' అని నా అంతర్వాణి నా అసలు కర్తవ్యాన్ని గుర్తుచేస్తుంది. మరీ ఎవరైనా బలవంతం చేస్తే, ''మీ ఆత్మీయత నన్ను ఆసుపత్రి పాలు చేయనివ్వకండి'' అని మర్యాదగా చెప్పవలసి వస్తుంది. *జీవితానికి ''యస్'' అని చెప్పినప్పుడు, అనవసరమైనవాటికి ''నో'' చెప్పగలుగుతాం.*

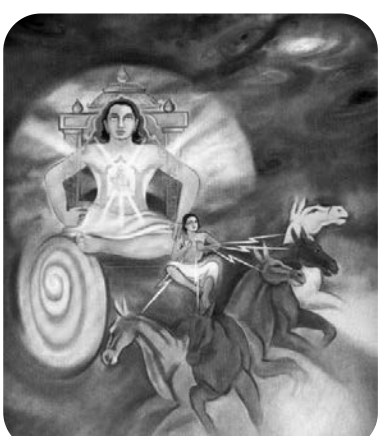
పరిగెట్టే బండికి కట్టిన గుర్రాల కళ్ళకు ఇరువైపులా కట్టిన డిప్పల వలన మార్గం ఒక్కటే కనపడినట్టుగా, ఒక లక్ష్య సాధనలో ఏకాగ్రత కలిగి ఉన్న వ్యక్తికి, దారికి ఇరువైపులా ఉన్న ప్రలోభాలపై మనస్సు లాగకుండా, దృష్టి అనవసరమైన వాటినుంచి, అవసరమైన వాటిపైకి మరల్చబడుతుంది. చేపలు పట్టే నౌకకు ఉన్న స్కానరు లాగా, జీవిత లక్ష్యం తెలిసిన వ్యక్తికి, అనవసరమైన వాటిని ఫిల్టరు చేసి, అవసరమైనవి మాత్రమే అందించడానికి ఇంద్రియాలు అలవాటుపడిపోతాయి. ఆఖరుకు వార్తా పత్రిక, టెలివిజన్, ఇంటర్ నెట్‌లో కూడా మనకు

ఉపయోగపడే వార్తలు, కార్యక్రమాలను మాత్రమే మనకు అందించడమనేది ఎంతో ఆనందంగా, అలవోకగా చేసేస్తాయి. రుచి గొప్పదే, కానీ వివేకం ఇంకా గొప్పది. మనం రుచులను రుచి చూడాల్సిందే కానీ జీవితపు అత్యుత్తమ రుచిని చూడాలంటే, దిగువ రుచులను వదులుకోవాల్సిందే.

నాలుక మీద టేస్ట్ బడ్స్ ప్రతి పది రోజులకూ కొత్తవి పుడుతూ ఉంటాయట. మనం అవసరం లేని రుచులు మానేయడం వల్ల, క్రమ క్రమంగా నాలుక ఆ రుచిని మరచిపోతుంది. అవసరమైన కొత్త రుచులను అలవాటు చేయడం వల్ల, కొన్నాళ్ళకు వాటికి అలవాటు పడుతుంది. ఆరోగ్యం పేరుతో మనం పూర్తిగా గడ్డి తినలేము. అలాగాని ఎంజాయ్‌మెంట్ పేరుతో ఆరోగ్యాన్ని నాశనం చేసుకోలేము. ఈ రెండింటికీ మధ్య సమతుల్యాన్ని వివేకంతో సాధించవచ్చు.

నేను కర్ణాటకలో ఒక కాఫీ ఉత్పత్తులు తయారుచేసి, ఎగుమతి చేసే సంస్థ ఉద్యోగులకు శిక్షణ ఇవ్వడం కోసం వెళ్ళినప్పుడు, అక్కడ కాఫీ రుచిని చూసి, ఆయా దేశాల ఖాతాదారుల అవసరానికి సరిపోతుందో లేదో చూసే ఒక విశిష్టమైన ఉద్యోగం చేసే మహిళను కలవడం జరిగింది. నేను ఆమెను అడిగాను, మీరు రోజుకి ఎన్ని కాఫీలు తాగాల్సి వస్తుంది అని. ఆవిడ అసలు కాఫీ తాగదట. కేవలం స్పూనుతో టేస్టు చూసి, ఊసేస్తుందట.

నాలుక, లోపలకు పంపే ఆహారానికి క్వాలిటీ చెకింగ్ వంటిది. రుచి చూసి, ఆమోదిస్తేనే లోపలకు పంపుతుంది. తయారుచేసే ఉత్పత్తిని బట్టి, ముడి సరుకు నాణ్యతను పరిశీలించినట్టుగానే, మనం ఎలా ఉండాలనుకుంటున్నాం అన్న దానిని బట్టి మన నాలుక ప్రమాణాలను పాటిస్తుంది. అందుకే ... మన అసలైన పనిని కనుగొనడం చాలా ముఖ్యం. మనలోని తపనను జ్వలింపచేసే ఆ పనిని ఆవిష్కరించగలిగితే... మన బుద్ధి, ఇంద్రియాలను నియంత్రణలోనికి తీసుకుంటుంది.



జ్ఞాన ప్రవాహం

ఏ జ్ఞానమూ బయటనుండి రాదు, మొత్తం అంతా లోపలే ఉంది. మనం ఏదైతే తెలుసు అని చెప్తామో, నిజానికి మానసిక శాస్త్ర భాషలో చెప్పాలంటే, ఆ వ్యక్తి కనుగొంటాడు, ఆవిష్కరిస్తాడు, నిజానికి మనిషి నేర్చుకునేదేమిటంటే, అది అతను తన ఆత్మకు కప్పిన పొరను తొలగించి కనుగొనేది, అది ఒక అనంత జ్ఞాన భాండాగారం. – స్వామీ వివేకానంద

సంపద, సమృద్ధి మీరు సాధించాలంటే దానికి ఒకే ఒక మార్గం. మనస్సును నియంత్రించు కోగలగడమే! ప్రాణాయామం, ధ్యానం, సెల్ఫ్‌హిప్నాటిజమ్‌లద్వారా మనస్సును నియంత్రించవచ్చు. కాని అత్యుత్తమ మార్గం ఏమిటంటే సహజంగా ఆసక్తి ఉన్న, మనస్సుకు స్ఫూర్తినిచ్చే పనిని అప్పగించడం. జ్ఞానం (నాలెడ్జ్)అనేది కంప్యూటర్‌ను వినియోగించుకోవడం లాంటిది అయితే, విజ్ఞానం (intelligence) అనేది ఇంటర్‌నెట్ లాంటిది. మనం అంతా విశ్వవ్యాప్తమైన ఒక యూనివర్సల్ నెట్ ద్వారా సంబంధం కలిగిఉన్నాం! కాని ఆ విషయం మన స్పృహలో ఉండదు. మనం మన లక్ష్యసిద్ధి పట్ల చిత్తశుద్ధి కలిగి ఉంటే, విజ్ఞానం మన ద్వారా ప్రవాహంలా ప్రవహించడం గమనించవచ్చు.

మీ కంటే మీ జీవిత ప్రయోజనం ఉన్నతమైనది, విశాలమయినది అయినపుడు, ఈ విశ్వమంతా ఆ ప్రయోజనం సిద్ధింపచేయడానికి తనవంతు సహకారం అందిస్తుంది. మనందరిలోను కృష్ణుడిలాంటి రథసారథి బుద్ధి రూపంలో ఉంటారు. మనలోని ఆ విజ్ఞానాన్ని నిద్రలేపే మార్గం ఒకటి ఉంది. అది మన కల, తపన, ఆకాంక్ష ఏమిటో కనుగొని, సంపూర్ణంగా మేలుకొని, ఆ పనిని అద్భుతంగా నిర్వహించడం!

ధర్మం వైపు నిలబడిన పాండవులకు 'కృష్ణుడి' లాంటి సారథి దొరికి విజయం వైపు నడిపించడం కాకతాళీయమూ కాదు, గొప్పవాడైనా అధర్మం వైపు నిలబడిన కర్ణునికి శల్య సారథ్యం దొరకడం విచిత్రమూ కాదు. మన లక్ష్యాన్ని బట్టి మన బుద్ధి మనకు ఏ రకంగా పని చేస్తుందనడానికి ఇవి గొప్ప ఉదాహరణలు. అంతిమ విజయం ఎప్పుడూ ధర్మ పక్షానే ఉంటుంది.

లైబ్రరీలోని పుస్తకాలన్నింటినీ చదివి పారేయాలనుకోవడం అర్థరహితం. ఎవరైనా ప్రతివిషయం గూర్చి కూలంకషంగా అంతా తెలుసుకోవాలని ప్రయత్నిస్తే దానిని మించిన 'టైం వేస్ట్' పని ఇంకోటి లేదు. మనకు ఆసక్తి ఉన్న రంగం గూర్చి పూర్తిగా తెలుసుకోవడానికే ఈ జీవితం చాలదు, ఇక అన్ని తెలుసుకోవడానికి సమయం ఎక్కడ? తక్కువ దానిని గురించి ఎక్కువ తెలుసుకోవడమే పరిశోధన అంటే.

చేతి పంపు నుండి నీళ్ళు వచ్చిన విధంగా జ్ఞానం వెలికి వస్తుంది. మొదటిసారి పంపు కొడితే నీళ్ళు రావు. లోపల ఖాళీ ప్రదేశం వలన! అపుడు కొంత నీరు బయటనుండి తెచ్చి పంపులో నింపడం వలన గ్రౌండ్ వాటర్‌తో కనెక్ట్ అయిన నీరు ప్రవాహంలా వస్తుంది. లోపల పోసిందీ

మీది కాదు, బయటకు వచ్చిందీ మీది కాదు! కానీ ప్రయత్నముంటే మీ ద్వారా వచ్చేదే జ్ఞానం అంటే. అందుకే అంటారు స్వామి వివేకానంద ''నువ్వు చరిత్ర కందని ఒక అద్భుత గ్రంథానివి. మీలో అంతః బోధకుడు మేలుకోనంతవరకు, బయటి బోధకులు వృథా! మీ స్వీయ గ్రంథం తెరచుకోనంత వరకు ఇతర గ్రంథాలు నిష్ప్రయోజనం.''

జీవితంలో ముందుడగు వేయడానికి మంచి మార్గం ఏమిటంటే మీ అంతరంగం లోతుల్లోకి అడుగుపెట్టడమే! బుద్ధుడు ఏ పుస్తకాలూ చదివి బుద్ధుడు కాలేదు! రామానుజం ఏ గురువు దగ్గరా లెక్కలు నేర్చుకోలేదు! అన్నమయ్య ఏ సంగీత పాఠాలకు వెళ్ళలేదు. వారంతా తమలో ఉన్న నిజమైన అంతరాత్మ తపనను కనుగొన్నారంతే!

అదే విధంగా అర్థవంతమైన, స్ఫూర్తి వంతమైన లక్ష్యాలతో మన మనస్సును నింపితే మనలో నిక్షిప్తమై ఉన్న అపరిమితమైన జ్ఞానాన్ని తోడుకోగలం. నడకలోనూ, భంగిమలోనూ, వస్త్రధారణలోనూ, అణువణువునా ఆత్మ విశ్వాసాన్ని ప్రదర్శించు అంటారు స్వామీ వివేకానంద. ఆరోగ్యం, అందం ఖచ్చితంగా ఆత్మ విశ్వాసాన్ని ఇనుమడిస్తాయి. అయితే ఈ అందం అనేది, ఆధునిక వ్యాయామశాలలలోనూ, బ్యూటీ పార్లర్‌లోనూ దొరికేది కాదు, హృదయంలో ఉన్న తీవ్ర ఆకాంక్షను రగిలించినప్పుడు, ముఖంలో, శరీరంలో ఒక కాంతి వస్తుంది. తెలియని ఒక అయస్కాంత శక్తి, ఇతరులను సమ్మోహితులను చేస్తుంది. ఆ రంగంపై మనస్సులను సమ్మోహన పరిచే ఆలోచనలు, మాటలు అలవోకగా జాలువారుతాయి.

ఒక గొప్ప ప్రయోజనం సిద్ధించే ఒక అత్యుత్తమమైన లక్ష్యం చేతనో, ఒక అసాధారణమైన కార్యం చేతనో స్ఫూర్తి పొందినప్పుడు, మీ ఆలోచనలన్నీ వాటి శృంఖలాలను తెంచుకుంటాయి. మనసు తన అవధులను దాటుతుంది. చైతన్యం అన్ని వైపులా విస్తరిస్తుంది. మిమ్మల్ని మీరు ఒక కొత్త, గొప్ప, అద్భుత ప్రపంచంలో కనుగొంటారు.

– పతంజలి యోగసూత్ర

పవిత్రమైన అంతరంగమే
నిజమైన గురువు,
తపనతో జ్వలించే మనస్సే శిష్యుడు.
– స్వామి చిన్మయానంద

విశ్వజ్ఞానం

మనం అందరం ఐ.క్యూ అంటే ఇంటిలిజెంట్ కోషెంట్ (తెలివితేటల సామర్థ్యం) అనే భ్రమను ఛేదించి... గొప్పదైన దాని అవతల పరిధిలోకి, మనకు తెలియని ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించినప్పుడు, మనం ఈ విశ్వంలోని అద్భుత విజ్ఞానానికి వారధులవుతాం.

జ్ఞానం కలిగి ఉండడం వేరు. జ్ఞానం వల్ల రూపాంతరం చెందడం వేరు. జ్ఞానం అనేది సమాచారాల సమాహారం. మన జ్ఞాపకశక్తికి సంబంధించినది. అది మంచిదే కానీ విజ్ఞానం అనేది మనద్వారా ప్రవహించే ఒక విశ్వ జ్ఞాన ప్రవాహం.

ఒక సారి సముద్రంలో ఒక చమురు నౌక మునిగిపోయినప్పుడు ఆ చమురు నీటిపై మందంగా ఒక పొరలా కప్పబడి, వాటి క్రింద ఉన్న జీవచరాలకు ఆక్సిజన్ అందని పరిస్థితి ఏర్పడింది. అప్పుడు ఆ సముద్రం అనూహ్యంగా అలలు సృష్టించుకుని, 24 గంటల లోపల, ఆ చమురును ఒడ్డుకు తోసేసిందట. ఇదే ప్రకృతిలో ఉన్న ఇంటెలిజెన్స్.

సునామీ వచ్చినప్పుడు మనుష్యులు చనిపోయారు, కానీ శ్రీలంకలో జూలో ఉన్న జంతువులు వాటి రాకను ముందే పసిగట్టి వాటికి కట్టిన తాళ్ళు తెంచుకుని మరీ పారిపోయాయి. అంటే ఈ ప్రకృతిలో మనకు తెలియని మరో ఫ్రీక్వెన్సీ ఉంది. ఆ సున్నితమైన ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించాలంటే ముందు మనిషి అంతర్గత మృదుత్వం సంపాదించాలి.

జీసస్ తన మొదటి ప్రవచనం ఇచ్చేటప్పుడు 40 రోజులు ఉపవాసం చేసారని చెప్తారు. ఉపవాసం అంటే కేవలం తిండి మానేయమని కాదు. మెదడుకు ఫాస్టింగ్ అని. ఒక పది రోజులు వార్తా పత్రికలు, టి.వి, సెల్ ఫోను, శబ్ద కాలుష్యం లేని ప్రకృతిలో గడపండి, మీ జీవితంలో ఇంతవరకూ జరగని ఒక కొత్త సంభవం మీకు జరుగుతుంది. కానీ చాలా మందికి తనతో తాను గడపడానికి భయం. నిశ్శబ్దం అంటే భయం, ఎందుకంటే అక్కడ తన అంతరాత్మ మాట వినాల్సి వస్తుంది. దేముడు వరమిచ్చినా పూజారి వరం ఇవ్వలేదనే సామెత లా ఉంటుంది, మనస్సు దాటని వ్యక్తి పరిస్థితి. గర్భగుడిలోకి చేరాలంటే, పూజారి లేని సమయాన్నన్నా చూసుకోవాలి లేదా పూజారిని పదే పదే విసిగించాలి, లోపలికి వెళ్ళడానికి.

జ్ఞానం నమ్మకాన్ని కలిగిస్తుంది. విజ్ఞానం విశ్వాసాన్ని పెంపొందిస్తుంది. జ్ఞానం ఎవరికీ చెందినది కాదు, కానీ దానివల్ల వచ్చే పరివర్తన, చైతన్యం మాత్రం మన సొంతం. సమాచారంతో మాత్రమే పనిచేసే వ్యక్తి, గత జ్ఞాపకాలు ఆధారంగానే పనిచేయగలుగుతాడు. ఇక మేధస్సు మెదడు లక్షణం, కాబట్టి అది మెదడు యొక్క పరిధిమేరకే పనిచేస్తుంది. సమాచారం, మేధస్సు రెండు మనకు నేటి పోటీ ప్రపంచంలో ఇతరులపై మనకు ఆధిక్యతనిస్తాయి. అయితే (ఇంటెలిజెన్స్) విజ్ఞానం లేదా ప్రజ్ఞ అనేది పూర్తిగా వీటికి అతీతమైన మరొక సంరంభం.

జ్ఞానాన్ని అందుకోవడమనేది మెదడులో జరిగే ప్రక్రియ కాదు. మనస్సు యొక్క పరిమితులను ఛేధించినప్పుడు చేరుకునే సర్వోత్కృష్ట స్థితి. ఈ కక్ష్యలో ప్రవేశించడం అనేది ప్రయత్నంతో సాధించేది కాదు. అన్ని ప్రయత్నాల పిదప తనను తాను శూన్యం చేసుకొన్నపుడు అది అప్రయత్నంగా సిద్ధిస్తుంది. అటువంటి వారి నుండి విశ్వ జ్ఞానం (Cosmic Intelligence) పనిచేసి లోకంలో మహత్కార్యాలు సాధింపబడతాయి.

నక్షత్రాల నుండి మొదలైన కాంతి భూమిని చేరడానికి లక్షల సంవత్సరాలు పడుతుందట. ఆ కాంతి భూమిని చేరే సమయానికి ఆ నక్షత్రం అక్కడనుండి జరిగిపోయి ఉండవచ్చు. అదే విధంగా చరిత్రలో నివసించిన మహాత్ములు మన మధ్యలో శారీరకంగా లేకపోయినా, వారి ఆలోచనా తరంగాలన్నీ ఈ విశ్వంలోనే ఉంటాయి. ఆలోచనలు లేని స్థితినుండే కొత్త ఆలోచనలు ఉద్భవిస్తాయి. చిత్తవృత్తులు లేని స్థితినుండే నిజమైన మనస్సు పనిచేస్తుంది. ఆ లోపలి ప్రపంచంలోకి ప్రవేశించడానికి పాస్‌వర్డ్ ఏమిటంటే – మనల్ని పిలిచే మనదైన మన పనిని కనుక్కోవడం! విశ్వ జ్ఞానం అన్నది మనం సంపాదించేది కాదు. మనం దానికి ట్యూన్ అవడం వల్ల సిద్ధించేది.

ఐన్‌స్టీన్, రామానుజం, కలామ్ లాంటి జీనియస్‌లు ఈ రహస్యం తెలిసిన వారు! లేదా తెలియకుండా సహజంగానే ఈ ప్రపంచానికి అనుసంధానమైనవారు. ప్రపంచంలోని జంతు జాతులన్నీ ఈ ప్రజ్ఞ ద్వారానే నిర్దేశింపబడతాయి. దీనికొక అద్భుతమైన ఉదాహరణ, జపాన్ సముద్ర తీరంలో ఒక రకమైన పీతల జాతి (Heike Crab). వాటిని విపరీతంగా వేటాడి తినేయడం వలన వాటి మనుగడకే ప్రమాదం వచ్చి పడింది. అటువంటి సమయంలో అవి తమ డిప్పపై జపనీస్ సమురాయ్ యోధుడి ముఖాన్ని పోలిన డిజైన్‌ను సంతరించుకున్నాయి. సమురాయ్‌ను జపనీయులు పవిత్రంగా భావిస్తారు. అప్పట్నించీ తమ వలల్లో పడిన ఈ పీతలను తినకుండా ఈనాటికీ తిరిగి సముద్రంలోకి వదిలివేస్తుంటారు.

ఒక్క మానవజాతిలో మాత్రం ఈ ప్రజ్ఞ ప్రచోదనం కావట్లేదు. ఎందుకంటే మనలో చాలామంది మన అంతరంగ పిలుపునీ వినట్లేదు. అసలైన పనినీ కనుగొనట్లేదు.

ఇంకే విషయమూ పట్టని రీతిలో, కాలం స్పృహను మరచిపోయేంత లోతుగా మీరెపుడైనా ఏదైనా పనిలో లీనమయ్యారా? గతం, భవిష్యత్తులను మరచిన మనస్సు వర్తమానంలో మేల్కొంటుందనీ, అపుడు అది ఒక విశ్వ జ్ఞాన ప్రవాహాన్ని వరదలా కురిపిస్తుందనీ ఎప్పుడైనా విన్నారా?

శ్రీనివాస రామానుజం గణిత సమస్య పరిష్కారంలో కూర్చొన్నపుడు, ...గణిత భావాలు అతని మనస్సులోకి వరదలా ప్రవహించేవట. వాటి వేగం ఎంతలా ఉండేదంటే వాటిని అన్నింటినీ పుస్తకంపై వ్రాయడానికి వీలయ్యేది కాదట! ప్రవాహ అనుభూతి అనేది ఒక వ్యక్తి తాను చేసే పనిలో సంపూర్ణంగా లీనమయిపోయిన స్థితిలో పొందే మానసిక పక్రియ.

ఒక రచన మొదలుపెట్టినప్పుడు, మొదట్లో పెన్ను ఆ రచయితను అనుసరిస్తుంది. ఆ

రచయిత కనుక సంపూర్ణంగా లీనమైనప్పుడు, ఆ రచయితే పెన్నుని అనుసరించాల్సి వస్తుంది. అటువంటి స్థితిలో అక్కడ రచయిత ఉండడు, కేవలం రచన మాత్రమే ఉంటుంది. అప్పుడు రచయిత తన ద్వారా జరిగే ఒక జ్ఞాన ప్రవాహంతో మమేకమౌతాడు. అటువంటి భావాతీత స్థితిలో రాసిన వాక్యాలను చూసి అతనే ఆశ్చర్యపోవచ్చు.

ఒక కొత్త ఆవిష్కరణలో మేధస్సు ప్రమేయం కొద్ది మాత్రమే! చేతనత్వంలోఆకస్మికంగా ఒక పెద్ద గెంతు (leap) లేదా కుదుపు ఏర్పడుతుంది. దానిని అంతఃదృష్టి లేదా మరేదైనా అనండి. పరిష్కారం అద్భుతమైన రీతిలో ఎలాగో, ఎందుకో మీకే తెలియని విధంగా లభిస్తుంది.

– ఐన్‌స్టీన్

అడగండి – ఇవ్వబడుతుంది

మన మనస్సు ఒక అల్లావుద్దీన్ అద్భుత దీపం లాంటిది. దానిని రగిలిస్తే వచ్చేదే మనకు కావలిసింది తెచ్చిపెట్టే ఒక భూతం. దానికి పనివ్వకపోతే మనల్ని తినేసే ఒక చెడ్డ భూతం.

ఒక శిష్యుడు తనకు ఒక జినీ (భూతం) దొరికే విద్య తెలిస్తే తనకు కావలసింది పొందవచ్చని అనుకున్నాడు. ఆఖరుకు తన అన్వేషణలో ఆ విద్య తెలిసిన ఒక గురువు గారు దొరికారు. ఆయనను ఆ విద్య నేర్పమని కోరగా, దానికి ఆయన ఆ జినీని తట్టుకోవడం కష్టం అని ఇవ్వ నిరాకరించారు. కానీ ఆ శిష్యుడు పట్టువదలని విక్రమార్కునిలా రోజూ అడుగుతూనే ఉన్నాడు. కొన్నాళ్ళకు అతని సేవలకు మెచ్చి, ఆ జినీని వశం చేసుకునే విద్యని ఉపదేశించారు గురువుగారు. వెంటనే ఆ శిష్యుడు ఒక చెట్టుక్రిందకు వెళ్ళి గురువుగారు చెప్పిన శ్లోకాన్ని ఉచ్చరించగా జినీ ప్రత్యక్షమై ''మాస్టర్ నేను నీ సేవకుడిని. నేవు ఏది చెప్పితే అది చేయడానికి సిద్ధం. కానీ ఒక కండిషన్. నాకు పని ఇవ్వాలి లేదా నిన్ను తినెయ్యడమే నా పని. దానికి ఆ శిష్యుడు పరమానంద భరితుడై తన కోరికల చిట్టా విప్పాడు. ఒక్కొక్కటీ అడగ్గానే జిని క్షణాల్లో తెచ్చేస్తుంది, దానిని చూసి ఆనందించేలోపల జిని మళ్ళీ పని, పని అని ఒకటే నస పెడ్తుంది. కాసేపటికి ఆ వత్తిడిలో ఏం అడగాలో మరచిపోయాడు. ఇక జిని నీవు నిబంధనను ఉల్లంఘించావు కనుక ఇక నిన్ను మింగేయడమే నా పని అని మీద దూకబోయేంతలో ఆ శిష్యుడు పరుగు లంఘించుకున్నాడు గురువు వద్దకు. వెనకాల జిని తరుముతుంది ఆగు ఆగు అని. ఆ శిష్యుడు సకాలంలో గురువును చేరుకుని శరణాగతుడయ్యాడు. అప్పుడు గురువుగారు అభయం ఇచ్చారు, అప్పుడు ఆ జినీ గురువుగారి మీద దూక బోయింది. అప్పుడు ఆయన నీవు వెంటనే మన ఊరు సరిహద్దుల్లో ఉన్న స్థంభం పైకి ఎక్కి –

క్రిందకు దిగు, నేను మరో పని అప్పజెప్పేవరకూ ఆపనే చేయి అని ఆజ్ఞాపించారు. ఆ పైకి ఎక్కడం క్రిందకు దిగడమే శ్వాస పీల్చడం, శ్వాస వదలడం. దీనినే పిరమిడ్ సొసైటీ వారు శ్వాశమీద ధ్యాస అన్నారు. మన లోపల ఉన్న జినీని అదుపులోకి తెచ్చుకోవడానికి అడవులకో, హిమాలయాలకో వెళ్ళనవసరం లేదు. కాసేపు కళ్ళు మూసుకుని, మౌనంగా శ్వాస మీద ధ్యాస పెట్టడం లేదా శబ్ద కాలుష్యం లేని నిశ్శబ్ద పరిసరాల్లో గడపడం వల్ల లేదా ఉదయాన్నే ప్రాణాయామాన్ని ప్రాక్టీస్ చేయడం వల్ల ఈ మనస్సు అనే జినీని అదుపులో పెట్టవచ్చు. ఆ తరువాత మనకు కావల్సిన పనికి వాడుకోవచ్చు.

మనలోని జినీని నిద్ర లేపాలంటే మనకో లక్ష్యం కావాలి. కానీ విశ్వ జ్ఞానానికే మనం ఒక పైపులైనులా కావాలి అనుకుంటే జీవిత కార్యాన్ని కనుగొనాలి. తన సబ్ కాన్షియస్‌ను చైతన్యంగా ఉంచుకున్నవారిని ''మేధావులు'' అంటారు. తన సూపర్ కాన్షియస్‌ను చైతన్యంగా ఉంచుకున్నవారిని ''జ్ఞానులు'' అంటారు.

ఇంటిలిజెన్స్ (ప్రజ్ఞ) అనేది ఒక ఫ్లాష్ లైటు లాంటిది. ఫ్లాష్ లైటు వెలగగానే మన ముందున్న దృశ్యం కనపడుతుంది. నాలెడ్జ్ అన్నది (జ్ఞానం) ఒక ప్రొజెక్టర్ లాంటిది. దాన్ని ఆన్ చేస్తే, రకరకాల దృశ్యాలను ప్రసారం చేస్తుంది. మీరు ఒక అందమైన చిత్రాలపై ఒక ఫ్లాష్ లైటు వేస్తే మీకు ఆ పెయింటింగ్ ఉన్నది ఉన్నట్లు కనపడుతుంది. అదే మీరు ఒక ప్రొజెక్టర్ పట్టుకువచ్చి దాని లైటును అందమైన పెయింటింగ్‌పై ఫోకస్ చేస్తే, మీకు ఉన్నది ఉన్నట్లు కనపడదు. మరొకటేదో కనపడుతుంది. ఆ ప్రొజెక్టర్‌లో ఏది వస్తుంటే అది. నాలెడ్జ్ కు – ఇంటిలిజెన్స్‌కు ఉన్న తేడా అదే.

– సద్గురు జగ్గి వాసుదేవ్

మీ అసలు పనిని కనుగొనండి

ఈ క్రింది ప్రశ్నలను చదివి, ఎక్కువ సేపు ఆలోచించ కుండా వెంటనే సమాధానాలు వ్రాసుకుంటూ, ఆ సమయంలో మీ మనసులో ప్రవేశంచిన విషయాల గూర్చి ఆలోచించండి!

మీరు దేనికి అత్యంత విలువనిస్తారు?

(ఉదాహరణకు, స్వేచ్ఛ, సృజనాత్మకత, ఆరోగ్యం, ప్రేమ, భాంధవ్యాలు, నిజాయితీ, వ్యక్తిత్వం, ఆనందం, సేవ, సంపద, అధికారం, ఇలా కనీసం మూడు వ్రాసుకోండి).

మీకు అమితాసక్తి కరమైనది ఏది?

మీరు దేని గురించి ఎక్కువ తపన (Passion) చెందుతారు?

జీవితంలో ఏది అత్యంత ముఖ్యమని భావిస్తారు?

ఏ పనిలో మీరు అత్యంత ప్రతిభావంతులు?

ఏ విషయంలో మీరు రాజీపడకుండా నిలబడతారు?

మీకు, మీ జీవితానికి పరిపూర్ణతనిచ్చేది ఏమిటి?

మీరు సాధించాలనుకునే లక్ష్యం ఏది?

మీ జీవితంలో అత్యంత సంతోషాన్ని, సంపూర్ణతను ఇచ్చే మీ ప్రతిభా సామర్థ్యాలు, పోషించే పాత్రలు ఏమిటి?

మీ శక్తులలో కెల్లా గొప్ప శక్తి ఏది?

మీలో ఉన్న ఏ విషయాలని అత్యంత ప్రత్యేకమైనవి / విలువైనవిగా భావిస్తారు?

మీ సహజమైన టాలెంట్స్ ఏమిటి?

ఎలాంటి సిన్మాలు మిమ్మల్ని కదిలిస్తాయి?

ఎలాంటి పుస్తకాలు మిమ్మల్ని ఉత్తేజపరుస్తాయి?

మీలోను, ఇతరులలోనూ ఆరాధించేదేమిటి?

మీకు స్ఫూర్తినిచ్చేది ఏమిటి? (మీలోనూ, ఇతరులలోనూ)?

మీ స్వప్నం ఏమిటి?

ఏ పని మీలో ఒక ఎగ్జైట్‌మెంట్‌ను (విద్యుత్ ప్రవాహంలా) ప్రవహింపచేస్తుంది?

ఏ పని చేస్తున్నప్పుడు మీ శరీరం, మనస్సు, హృదయం, ఆత్మ అనుసంధానమై మిమ్మల్ని మీరు మరచిన ఒక అలౌకిక అనుభూతిని పొందగలుగుతున్నారు?______________

____

మీకు నిజంగా, అంతిమంగా కావలసిందేమిటి?______________

మీకు గొప్ప ఔన్నత్యాన్నిచ్చేది (ఆత్మ గౌరవం) ఏమిటి?______________

ఏ పని మిమ్మల్ని గొప్ప వారిని చేస్తుంది?______________

ఎక్కడ మీరు ఒక బ్రహ్మాండమైన భవిష్యత్తును చూడగలుగుతున్నారు?______________

____

ఒక్క క్షణం ఆలోచించండి. మీకు ధనమూ, సమయమూ రెండూ ఉంటే ఏంచేస్తారు? ఏ విధమైన ఆర్థిక బాధలు లేకుండా ఉంటే, ఇక అపజయం పొందే అవకాశం లేదని మీకు తెలిసి ఉన్నపుడు మీరు ఏం చేస్తారు?

ఏ నైపుణ్యాలు మీకుంటే మీరు మరింత గొప్ప విజయాలు సాధించగలరని భావిస్తారు? ప్రజల జీవితానికి మీరు ఏ విధంగా విలువను ఆపాదించగలరు? మీరేవిధమైన సంజాయిషీలు ఎవరికీ చెప్పనవసరం లేనట్లయితే ఏ పనిలో నిమగ్నమౌతారు?

వీటికి మీ జవాబు ఏదైనప్పటికీ, అదే మీ అత్యున్నత లక్ష్యం ఏమిటో తెలుసుకునే క్లూ! కోరిక అన్నది హృదయం నుండి, ఆత్మ నుండి ఉప్పొంగినప్పుడు ఏ లక్ష్యము సాధించలేనంత పెద్దది కాదు. నిజానికి 'కష్టసాధ్యం' అనే మాట టాలెంట్ ఉన్నవారి మనస్సులో ప్రవేశించదు. అందమైన భవిష్యత్ కనులముందు సాక్షాత్కరిస్తుంటే... వర్తమానం చైతన్యభరితమౌతంది. వర్తమానంలో ఆనందంగా ఉన్నప్పుడు కదా ఏదైనా చేయగలం!

మీ జీవితానికో మూలతత్త్వం (Root core) ఉంటుంది ఒక్కసారి అదేమిటో తెలుసుకోగలిగితే, అప్పట్నించీ మీరు కోరుకున్న విధంగా, మీ జీవిత పరమార్థాన్ని చేరుకునే విధంగా మీలో ఉన్న శక్తి విడుదలవుతుంది. అటువంటి అంతఃశ్శక్తి (core strength) తో మనం పనిచేస్తే ఈ ప్రపంచం అంతా ప్రభావం చూపగల శక్తిమయ తరంగాలను మనం సృష్టించగలం. మీరు ఒక పనిలో నిమగ్నమైనప్పుడు, అది మీ ప్రతిభను వెలికితీసుకురాగలుగుతుంటే, మీలో తపనను రగిలిస్తుంటే, ఆ పని ప్రపంచానికి అత్యంత ఆవశ్యకమైనప్పుడు, మీ అంతరాత్మ పదే పదే ఆ పని చేయమని పిలుస్తుంటే – అదే మీ అంతర్వాణి (వాయిస్), మీ పిలుపు, మీ ఆత్మ యొక్క సంకేతం (కోడ్) – స్టీవెన్ కవి, 8వ హేబిట్ పుస్తకం నుండి.

జీవితానికి ''యస్'' అనండి

జీవితాన్ని ప్రతిరోజూ వచ్చే పది సంవత్సరాలకు లేదా జీవం ఉన్నంతవరకూ ఏం చేయాలో ప్లాన్ చేసుకునేవారు జీవిత మాధుర్యాన్ని కోల్పోతారు. వారు ఒక యంత్రం కంటే మరేమీ మెరుగు కాదు. జీవితంలో అనుకోకుండా ఎదురయ్యే కొత్త పిలుపులకి మనిషి స్పందించగలగాలి. కొత్త పరిస్థితులు సృష్టించిన వాతావరణాన్ని, జీవితాన్ని మరింత లోతులోనికి ప్రవేశించడానికి ఉపయోగించుకోవాలి. ఒడ్డున గుళకరాయిలే దొరుకుతాయి. ముత్యాలు లోతులో దొరుకుతాయి.

మనస్సులో 'యస్' అని చెప్పమని వచ్చే శక్తితో కలసిపోవాలి. సాంప్రదాయేతర మార్గాలకు శ్రీకారం చుట్టాలి. ఇంతవరకూ ఎవరూ చేయని పనిని చేసినపుడు వచ్చే అడ్డుగోడలను గుద్దుకోకుండా, సామరస్యంగా, సమయస్ఫూర్తితో, ఆత్మీయతతో దాటిపోవాలి.

ఎక్స్‌ట్రా ఆర్డినరీ అంటే, మరింత గొప్ప వాళ్ళని కాదు, ఎక్కువ సాధారణం అని. మరింత ఆర్డినరీ అయినప్పుడే ఎక్స్‌ట్రా ఆర్డినరీ అవ్వగలుగుతారు. అహంకారం లేనివారే ఎక్స్‌ట్రా ఆర్డినరీ. అహంకారం లేనివారికి ఓడిపోతానన్న భయం మాత్రం ఎందుకుంటుంది? కీడెంచి మేలెంచమనడం సరైనదే. అందుకే తనలోని అంతర్గత ప్రతిభను మరుగునపడేసే విధంగా జీవితం లేకుండా చూసుకోవడమే ఆ సామెతకు ఇక్కడ సరైన సందర్భం.

ఇప్పుడు చెప్పండి, మీరు మాత్రమే సృష్టించగల, మీరు మాత్రమే ఆవిష్కరించగల, మీరు మాత్రమే ఈ ప్రపంచానికి అందించగలరని మీ హృదయం పిలుస్తున్న అద్భుతమైన, లోతైన మీ ఆకాంక్ష ఏమిటి?

మీ హృదయపు ఆకాంక్షలకు యస్ చెప్పవలసిన సమయం ఆసన్నమైంది. ఈ క్షణంలో వాటి పూర్తి స్వరూపమేదో మీకు తెలియకపోయినా, సింపుల్‌గా మీ హృదయంలోని అన్ని ఆకాంక్షలకు 'Yes' చెప్పండి. కలలు నిజమవుతాయి, కానీ అవి మీరు ఊహించని దారుల్లో.

మీ చదువు, డిగ్రీలు, మీ ఘనకార్యాలు ప్రక్కన బెట్టండి... మీ అంతరంగంలోని నిజమైన ఆకాంక్ష ఏమిటి? మీలో స్ఫురించే, జ్వలించే ఆ ప్రత్యేక అగ్నిశిఖ ఏమిటి? మీలో నిగూఢమై ఉన్న, మీరిన్నాళ్ళు పట్టించుకోకుండా వదిలేసిన దేమిటి? ....కనుక్కోండి!

వ్యక్తిగత తపనతో కృషిచేయడం అనేది అమేయమైన శక్తిని, ఉత్సాహాన్ని, సృజనాత్మకతను మనలో రేకెత్తిస్తుంది. నిశ్చయంతో, సాహసంతో, ధైర్యంతో మీ లక్ష్యాలను చేరుకోండి. మీ గొప్పతనాన్ని ప్రపంచానికి చూసే అవకాశమివ్వండి. ఇది మీ సమయం, మీ తరం, మీ యుగం.

ఎవరెవరినో మెప్పించాలని, హృదయపు ఆకాంక్షలన్నీ ముంచేసుకుని, సతమతమవుతూ, గడ్డకట్టుకుపోయి, ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతూ, ఆఖరుకు ఒకరోజు, మొదలుపెట్టాలని తలచారు. అంతరంగం నుండి గుసగుసలు, లోలోపలనుండి ఆత్మ గీతిక వినవస్తుంటే, ఆనంద నాట్యం

చేసాకా, అపరిచితులలో అపరిచితుడవై, ఎలుగెత్తి చాటండి, ఇది నా జీవితమని. ఇప్పుడే మొదలయిందని. అంతరంగంలో ఒక నిశ్శబ్ద విప్లవానికి నాంది పలకండి.

ఓషో అంటారు, మీరు అత్యంత బాధ్యతాయుతంగా ఉండవలసినది దేశానికో, మతానికో, ఇంకెవరికో కాదు, అది మీ పట్ల మీరు చూపాలి. అపుడు మాత్రమే మీరు మీలోని వెలుగు ననుసరించి మీ జీవితాన్ని జీవించగలరు. ఏ విధమైన రాజీ లేకుండా జీవితం ఎటు తోడ్కొని పోతుందో అటు పయనించగలరు.

చేతులను ప్రణాళిక ప్రకారం పనిచేయనివ్వండి.
మనస్సును కలల సాకారానికి ప్రణాళికలు రచించనివ్వండి
హృదయాన్ని స్పందించిన పనిలో కరిగిపోనివ్వండి
ఆత్మను అసలైన పిలుపును అందుకోనివ్వండి.

మీ జీవితంలో మొదటిరోజుని ''పుట్టిన రోజు'' అంటారు. మరి, ఇక మిగిలిన జీవితానికి మొదటి రోజు ఈ రోజే కనుక, ఏ రోజైనా పుట్టిన రోజులా పండుగ చేసుకోవచ్చు. ఒక కొత్త ఆలోచనకి జన్మనూ ఇవ్వచ్చు. ఆ ఆలోచనను కార్యరూపంలో పెట్టనూ వచ్చు.

జీసస్ అంటారు, ఆవాల విత్తనం విత్తనాలలో కెల్లా అతి చిన్నది, కానీ ఆ మొక్క పూర్తిగా ఎదిగిన తరువాత, దాని కొమ్మలపై పక్షులు గూడు పెట్టుకోవడానికి సరిపడేంత పెద్దవిగా ఉంటాయి. ప్రతి ఆలోచనా ఒక విత్తనం లాంటిది. ప్రతి విత్తనంలోనూ చెట్టు దాగి ఉంటుంది. జీవిత సారం అంతా ఆలోచన అనే విత్తనాలనుంచే ఉద్భవిస్తుంది. మనం మన పూర్తి ప్రతిభతో వికసించినప్పుడు, మరింత మంది వికసించడానికి మనం మార్గదర్శకులవుతాము.

అడవిలో దారి రెండుగా చీలిపోయింది.
నేను తక్కువ మంది వెళ్ళే దారిలో ప్రయాణించాను.
ఆ ఒక్క నిర్ణయం నా జీవితాన్నే మార్చేసింది
– రాబర్ట్ ఫ్రోస్ట్

మీ కలలను ప్రకటించండి

టెక్నాలజీ, నాలెడ్జ్, దేశం పట్ల ప్రేమలతో సంసిద్ధుడనైన నేను ఒక చిన్న లక్ష్యం కలిగి ఉండటం నేరం అని తెలుసుకున్నాను. ఈ భూమిపై గాని, ఆకాశంలోగాని, పాతాళంలో గానీ చైతన్యంపొందిన ఆత్మకు (Ignited Soul) మించిన శక్తి వనరు మరొకటి లేదు.

– డాక్టర్ అబ్దుల్ కలామ్

మీ యొక్క ప్రత్యేక టేలెంట్‌ను వ్యక్తీకరించడమే ''సెల్ఫ్ ఎక్స్‌ప్రెషన్'' అంటే. హృదయంలో 'సరియైనది' అనిపించినప్పుడు ఆ పని చేయడానికి వెనుకాడనవసరంలేదు. విమర్శలు వచ్చినా సరే! చేసినా, చేయకపోయినా ఎలాగూ విమర్శలు తప్పవు. ఎమర్సన్ మాటల్లో చెప్పాలంటే మీరే మార్గంలో పయనించినా, అది తప్పని చెప్పే వారు ఎవరో ఒకరుంటారు. మీ విమర్శకుల మాటలు నిజమేమో అనిపించేలా, ఆటంకాలు ఎపుడూ ఎదురవుతూనే ఉంటాయి. అనుకున్నది సాధించేవరకూ, పట్టువిడవని శ్రద్ధ, ఓర్పుతో వ్యవహరించడానికి, విజన్ పట్ల స్పష్టత అవసరం.

జీవితం శాశ్వతం కాదు, ఎదుర్కోవాలి! తల్లిదండ్రులనూ, బాల్యాన్ని మనం ఎంచుకోలేము. కాని మనదైన జీవన మార్గాన్ని మనం ఎంచుకోగలం. ప్రతిఒక్కరికీ అధిరోహించవలసిన అడ్డంకులు, సమస్యలూ ఉంటాయి. 90శాతం సమస్యలు ప్రతి వ్యక్తీ పరిష్కరించగలిగిన పరిధిలోనే ఉంటాయి. మనం సమస్యలను పరిష్కరించడం సమస్య కాదు, కానీ ఆ సమస్యలను ఏ రకంగా అర్థం చేసుకుంటాము, వాటికి ఏ రకంగా ప్రతిస్పందిస్తాము అన్నదే సమస్య.

కొంత మంది అడ్వెంచర్ టూరిస్టులు ఒక అజ్ఞాత మార్గంలో ప్రయాణిస్తుండగా, ఒక పెద్ద గోడ అడ్డువచ్చిందట. ఇది ఎక్కడం మనవల్ల కాదు అని వెను తిరిగి పోదాం అనుకున్నారు, కానీ ఆ టీమ్ లీడర్, నా దగ్గర ఒక ఉపాయం ఉంది. మీరందరూ ఒక్కసారి మీ టోపీలు తీసి, ఆ గోడ అవతలకి విసిరేయండి అన్నాడు. అందరూ విసిరేయగానే, ఈ మండుటెండలో టోపీలు లేకుండా వెనక్కు వెళితే, మనం మిగలం. అందుకని మీ టోపీలు అందుకునే మార్గం ఆలోచించండి అన్నారు. అందరూ ఆన్ని ఐడియాలూ చెప్పాకా, ఒక ఐడియాను ఆచరణలో పెట్టారు. అక్కడ ఊడలను తాడులా కట్టి, అటువైపుకి చేరుకున్నారు. ఈ కథలో లాగే, ముందుగా మనం చేయాల్సింది, టోపీలు విసరడం అంటే, మనం చేయవల్సిన పనిని, బహిరంగంగా ప్రకటించడం. ఇక నిలబెట్టుకోవడం లోనే ఉంది, ఆత్మ గౌరవం.

**''తన గమ్యమేమిటో స్పష్టంగా తెలిసిన వ్యక్తికి,
ప్రపంచం అంతా అడ్డుతొలగి దారినిస్తుంది.''**

– ఎమర్సన్

మానసిక శృంఖలాలను ఛేధించండి

మనలో చాలా మంది జీవితాలలో అత్యంత ప్రమాదకరమైనది ఏమిటంటే,
మన జీవిత లక్ష్యం చాలా పెద్దది, అది మనం చేరుకోలేకపోవడం కాదు,
అది చాలా చిన్నది మరియు మనం చేరుకోగలిగింది అయిఉండడం.

– మైఖేలాంజిలో

మనలోని భయాలు చాలావరకు ఊహల్లో తెచ్చి పెట్టి కొన్నవే. అసంగతమైనవి కూడ! అసలు సహజమైన భయం యొక్క ప్రయోజనం మనకి హెచ్చరిక గానూ, జాగ్రత్త పడటానికిగాను అవకాశం కలిగిస్తుంది. ఆ విధంగా భయం మనకి మేలు చేస్తుంది. కాని ఊహించుకొనే భయాలు మనల్ని అన్ని విధాలుగా నాశనం చేస్తాయి.

వర్తమానం పట్ల ఎరుకతో, బాధ్యతాయుతమైన ప్రేమ భావాన్ని జీవితంలో నింపుకుంటే ఏ భయాలూ మన దరిచేరవు. అపుడు నిర్భీతి మనకు ఆభరణంగా మారుతుంది. 'ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించడానికి తగిన అర్హత నాకు లేదు! వనరులు నాకు లేవు, అనుభవం నాకు లేదు! అని మీరు భావిస్తే... కనీసం గ్రాడ్యుయేషన్ కూడా లేని, ఏ అండదండలూ లేకుండా, అనుభవం లేకపోయినా అత్యున్నత శిఖరాల నధిరోహించిన క్రింది వ్యక్తుల జీవితాన్ని గమనించండి.

ధీరూభాయ్ అంబానీ–రిలయన్స్, సచిన్ టెండూల్కర్ – క్రికెట్, జి. పుల్లా రెడ్డి – స్వీట్స్, రాజమౌళి–సినిమా, బిల్‌గేట్స్–మైక్రోసాఫ్ట్, మైఖేల్ డెల్–డెల్ కంపూటర్స్, స్పీల్‌బర్గ్–హాలివుడ్ డైరక్టర్, నారీ లిసన్–ఒరాకిల్, స్టీవ్ జాబ్స్–ఏపిల్ కంపూటర్స్, ఇంకా ఎంతో మంది అఖండ విజయం సాధించినవారు...

చాలా మంది నన్నడుగుతారు! మీరు ఏం చదువుకున్నారని? ''జీవితాన్ని'' అంటాను నేను. ఎక్కడ చదివారు అంటే ''ఇక్కడే'' అనీ, ఎలా చదువుకున్నారూ అంటే ''జీవించడం ద్వారా'' అని సమాధానం చెవుతాను.

దొంగలు, హంతకుల గూర్చి భయపడవద్దు. అవి బాహ్యమైన ప్రమాదాలు, చాలా చిన్న ప్రమాదాలు. నిజానికి మన గురించే మనం భయపడాలి. అసలైన దొంగలు ''ఇతరులపై ఏర్పరచుకున్న నీచ భావాలు, అసలైన హంతకులు వ్యసనాలు. అసలైన ప్రమాదాలన్నీ లోపలే ఉన్నాయి. మన తలకు, పర్సుకు వచ్చే ప్రమాదాల గురించి కాక, ఆత్మను అతలాకుతలం చేసే వాటి గురించి ఆలోచించాలి.

–విక్టర్ హ్యూగో

అందమైనవి ఆకర్షించండి

చాలా సార్లు జీవితంలో వివిధ సందర్భరాలలో ఏదైనా అనుకోనిది జరిగితే, వెంటనే మనస్సులో ప్రవేశించే ప్రశ్న, ఇలా నాకే ఎందుకు జరగాలి? ఇటువంటి పరిస్థితులు జీవితంలో నేనే ఎందుకు ఎదుర్కోవలసి వస్తుంది? అని. ముఖ్యంగా చెడ్డ పరిస్థితి ఎదురైనపుడు జరిగినదానికి ఇతరులనో, దైవాన్నో నిందించడం మనిషి స్వభావంగా మారింది. కాని నిజానికి మనకు జరిగినదానికి ఎవరు కారణం? బాహ్య కారణాలు ప్రారబ్ధమా లేక మనమే దానికి కారకులమా?

మన జీవితంలో ఏది సంభవించినా దానికి మనమే బాధ్యులం. ఈ విశ్వం కొన్ని నియమాలు, సూత్రాల కనుగుణంగా నడుస్తుంది. అవే మానవుని అస్థిత్వానికి ఆధారం. మన లోపలున్నదే బయటి ప్రపంచంలో సంభవిస్తుంది. మనకు ఎదురయ్యే పరిస్థితులు, మనం కలిసే ప్రజలు, మనకు ఏర్పడే సమస్యలు, జీవితానుభవాలు ఇవన్నీ మనలోపలేదైతే ఉందో దానియొక్క ప్రతిరూపాలే! ఇంకోమాటలో చెప్పాలంటే **'మన వాస్తవానికి సృష్టికర్తలం మనమే''**.

అలోచన శక్తిపూరితమైనది. దానికి సృష్టించే శక్తి ఉంది. ఉద్వేగం ఆవేశంతో కూడిన ఆలోచన మనలో రేకెత్తినపుడు అది సృష్టింపబడే క్రమం వెనువెంటనే ఏర్పడుతుంది. విశ్వాంతరాళంలోని శక్తిమయ కక్ష్యలలోకి ఒక ఆలోచన విడుదల అయినపుడు... ఆకర్షణా నియమాన్ని అనుసరించి ఆ ఆలోచనతో సమకూరే అన్నింటినే తన వైపు ఆకర్షించుకుంటుంది. ఒక ఆలోచన విశ్వంలోని అదే విధమైన ఆలోచన లన్నింటినీ ఆకర్షిస్తుంది. ఇటువంటి ఆలోచన లెన్నో సమకూరి పరిపుష్టమై సమయం ఆసన్నమైనపుడు.... ''ప్రతి స్పందనా నియమం''... పనిచేయడం ప్రారంభమవుతుంది. ఈ విధంగా మీ ఆలోచన ఇపుడు వాస్తవ రూపంలో ఆవిష్కృతమౌతుంది.

ఎదుటివాళ్ళు వాళ్ళ జీవితాలను ఎలా జీవించాలో ప్రతి ఒక్కరికీ స్పష్టంగా తెలుస్తుంది. కానీ తమ జీవితాలకి వచ్చేసరికే ఎవరికీ ఎటువంటి ఆలోచనా ఉండదు. మనం ఏ విత్తనం నాటితే దాని మొక్కే వస్తుంది. ఇలా నాకే ఎందుకు జరిగింది? అని బాధ పడే కన్నా, ఎక్కడ నేను కారణం అయ్యాను అని, మీ నుండి మీరు విడివడి, మూడవ వ్యక్తిలా ఆత్మ పరిశీలన చేసుకున్నప్పుడు, సమాధానం దొరుకుతుంది.

సాధారణంగా మనని ఎవరైనా బాధ పెడితే అవతలివారు కారణమనుకుంటాం. కొంచెం పరిణతి పొందిన వారు, వారి మాటలు పరిశీలించి, నిజమైతే మార్చుకుంటారు, అబద్ధమైతే వదిలి వేస్తారు లేదా అవతలి వారికి మర్యాదగా తెలియచేస్తారు.

బురదలో ఉన్నవారు మనలని పోటీకి ఆహ్వానిస్తే, రెచ్చగొట్టే మాటలు పలికితే, మనం కూడా పోటీకి దిగినట్లయితే, ముందుగా మనకు బురద రాసేస్తారు. ఒకవేళ మనం రాసినా వారికేం తేడా పడదు, ఎందుకంటే వారు ఉండేదే అందులో.

నాకే ఎందుకు ఇలా జరిగింది అనేది ఇక ఏ మాత్రం అసంబద్ధమైనది కాదు. కార్యానికి, సంకల్పానికి మధ్య నున్న సంబంధాన్ని ప్రత్యక్షంగా గ్రహించగలిగే శక్తి మనకు లేదు. సంకల్పానికి, – సంభవానికి మధ్య సమయం వారం కావచ్చు, నెలకావచ్చు, సంవత్సరం కావచ్చు, దశాబ్దం పట్టవచ్చు. అందువల్లనే ఆలోచన, వాస్తవరూపం ధరించడానికి పట్టే సమయం వలన, మనకు జీవితంలో జరిగే సంఘటనలను అర్థం చేసుకోవడం కష్టం.

రెండు విధాలుగా మనం వర్తమానంలో ఉన్న పరిస్థితికి కారణమవుతాం. మొదటిది గతంలో తీసుకున్న నిర్ణయాల ప్రకారం, రెండవది వర్తమానంలో మనం పలికే మాటలు, చేసే ఆలోచనలు, కర్మల ప్రకారం. మన ఆలోచనలు, మాటలు మార్చడం మన వల్ల కాదు గానీ, మన ధృక్పథం, జీవితాన్ని చూసే దృక్కోణం మార్చుకోవడం మన చేతిలో ఉన్న పని. అప్పుడు ఆలోచనలు, మాటలు వాటికవే మారతాయి. పరిష్కారాన్ని ఇచ్చే మాటలు, భవిష్యత్ ప్రాతిపథికపై మాట్లాడే మాటలు ఒక కొత్త భవిష్యత్‌ను సృష్టిస్తాయి. సరైన ధృక్పథం రావడానికి జీవితాన్ని అంకితం చేసే ఒక పని దొరికినప్పుడు, ఆ పనికే జీవితం సరిపోదు అనిపించినప్పుడు, ఆ పని అష్ట ఐశ్వర్యాలు సమకూర్చగలిగినదైనప్పుడు మనసు, మాట, కర్మలు వద్దన్నా మారతాయి.

సోదరులారా! ఏదైతే సత్యమో, ఉన్నతమో, సరియైనదో, పవిత్రమైనదో,
ప్రేమ పూరిత మైనదో, ప్రశంసాపూర్వకమైనదో
అటువంటి విషయాల గూర్చి మాత్రమే ఆలోచించండి. – జీసస్.

కలలను నిజం చేసే కళ

ప్రతి ఉత్పత్తికీ ఒక సాంకేతిక పరిజ్ఞానం ఉన్నట్లే, కలలను నిజం చేయడానికి కూడా ఒక పరిజ్ఞానం ఉంది. మొదటిది, మనస్సులో మంచి ఉద్దేశ్యం , చిత్తశుద్ధి (నిష్కపటత్వం) (Intention & Integrity) కలిగి ఉండడం. రెండవది ఆ ఉద్దేశాన్ని కార్యాచరణలో పెట్టడం. మూడవది మీ స్వప్నాన్ని ఇతరులతో పంచుకుని ఆ స్వప్నంలో వారిని కూడా భాగస్వాములు చేయడం. ఇక ఆ క్షణం నుండీ మీ కలలను నిజం చేసే సంఘటనలు, వ్యక్తులూ తారసపడడం, అటువంటి సమాచారాన్ని ఆకర్షించడం కాకతాళీయంగా జరిగినట్టు అనిపించినా అది ఈ విశ్వంలో ఉండే ఒక అద్భుత సమాచార నెట్‌వర్క్ ద్వారా జరుగుతూ ఉంటాయి. కలలు తనను తాను ఆవిష్కరించుకోవడం కోసం, తనదైన మార్గాలను అన్వేషించుకుంటాయి.

భగవంతుని సాక్షిగా, మనస్సులో చేసుకున్న ఒక ప్రమాణానికి నిలబడడం అన్నది అద్భుతాల్ని ఆవిష్కరించడానికి మూలం. మీరు ఏదైతే చేయగలరో అది మాత్రమే చేస్తానని ప్రమాణం చేస్తే అది అద్భుత విజయాలకు దారితీయదు. సాధారణంగా మనలో చాలా మంది, తమ అనుభవం ఆధారంగా, భవిష్యత్ ప్రణాళికలు రచిస్తారు. కానీ మన గతానుభవం బ్రతకడానికి పనికి వస్తుంది, అద్భుతాల్ని సృష్టించడానికి అది ఏ మాత్రం పనిచేయదు. భవిష్యత్‌ను, భవిష్యత్ నుండి సృష్టించాలి. అద్భుతాలు ఆవిష్కరించాలంటే, మీరు ఎలాంటి వాటిని ప్రకటించాలంటే, ఆ సమయానికి, ఆ పనిని ఎలా సాధించాలో మీకు కూడా తెలియనటువంటి స్ఫూర్తి పొందిన ఒక గొప్ప ఆశయమై ఉండాలి. ఆ లక్ష్యం, హృదయం నుండి, అనంతమైన ప్రేమ నుండి ఉద్భవించినదై ఉండాలి. అలాంటి ఒక లక్ష్య సాధనకు నడుం బిగించినవారు ఒక అద్భుత మార్పుకి నాంది పలుకుతారు.

ఒక లక్ష్య సాధనకు తగినంత స్ఫూర్తి పొందినపుడు, ఇతరులను కూడా ఆ లక్ష్యసాధన వైపు ఉత్తేజితులను చేయగలుగుతారు. మీరు సృష్టించే భవిష్యత్తు ఇపుడు మీరు ఉన్న మానసిక స్థాయి కంటే ఎంతో ఎదగడానికి ఆస్కారం కలిగించాలి. ఒక్కసారి నిశ్చలమైన నిర్ణయం తీసుకున్నప్పుడు, ఈ విశ్వమంతా, ఆ నిర్ణయం సఫలం కావడానికి సహకరిస్తుందట.

జీవిత లక్ష్యాలు ఎప్పుడూ వస్తు సంబంధమైనవిగా ఉండకూడదు. డైనమిక్ గా ఉండాలి. ఉన్నతమైనదిగా ఉండాలి. ఆ దేవుడు కూడా ఆనందపడే విధంగా ఉండాలి.

ఒక భావాన్ని స్వీకరించండి. దాన్నే మీ జీవిత ఆశయంగా చేసుకోండి, దాన్నే మననం చేయండి, దాన్నే కలగనండి, దానిలోనే పరవశులై జీవించండి. మీ మెదడు, కండరాలు, నరాలు, శరీరంలోని ప్రతి భాగం కూడా ఆ భావంతో తన్మయం కావాలి. ఇదే కార్యసిద్ధికి దారి.

– స్వామి వివేకానంద.

విశ్వ రహస్యం

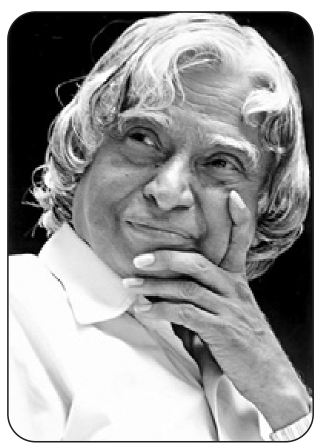
ఒక ఉన్నతమైన భావం నీ హృదయాన్ని ఆవరించినపుడు అది వెంటనే మానసిక, భౌతిక కక్ష్యలలో సంభవం కావడానికి తగిన విధంగా పరివర్తనం చెందుతుంది. సత్యము, పవిత్రత, స్వార్థతా రాహిత్యము అనునటువంటి శక్తి యుక్తులు కలవానిని ఈ ప్రపంచంలోని ఏ శక్తియూ నశింపచేయజాలదు. ఈ శక్తులు కలిగి ఉన్నప్పుడు, ఒక్క వ్యక్తి కూడా, విశ్వమంతా ఎదురొడ్డి నిలిచినా విజయం సాధిస్తాడు – స్వామీ వివేకానంద

ఇప్పటి నుండి ఒక 20 సంవత్సరాల తర్వాత నీ జీవితాన్ని సింహావలోకనం చేసుకుంటే... నువ్వు చేసిన పనుల కంటే, నువ్వు చెయ్యాలనుకొన్న, నిర్వర్తించలేకపోయిన విషయాల గూర్చే ఎక్కువగా అసంతృప్తి చెందుతావు! కావున నీ అణకువను, అతి వినయాన్ని విదిలించు, రేవులో సురక్షితంగా ఉండాలనుకోక, నీ జీవిత తెరచాప నెత్తు, స్వేచ్ఛా పవనాల వెంట ప్రయాణం సాగించు. స్వప్నించు... శోధించు, సాధించు – మార్క్ ట్వెయిన్

సృష్టికర్త మనల్ని విజేతలుగా నిలవాలనే పుట్టించాడు. నీ లక్ష్యం నీ కంటే పెద్దదైనపుడు, అది విశ్వవ్యాప్తమై ప్రపంచ లక్ష్యమవుతుంది. ఆ లక్ష్యసాధనలో నీ కర్మ, నీ జాతకాల కంటే అతీతమైన కృషి సాగుతుంది. విశ్వవ్యాప్తంగా నీ ఆలోచనలు విస్తరించినపుడు విశ్వంలో పనిచేసే రహస్య శక్తులన్నీ ఆ లక్ష్యసాధనలో సహకరిస్తాయని అనుభవపూర్వకంగా తెలుస్తుంది.

ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో ఒక ఉత్పత్తి ఉంటుంది. అది అంతరంగంలో ఎక్కడో నిక్షిప్తమై ఉంటుంది. దానిని జ్వలించి, జీవితంలో ప్రతిఫలించేలా చేసుకోవడమే మీకు కావలసిన ఒకే ఒక అర్హత.

''హృదయాంతరాళం నుండి మొలకెత్తిన స్వచ్ఛమైన, తీక్షణమైన ఆకాంక్ష (కోరిక) ఏదైనా అది అత్యద్భుతమైన విద్యుదయస్కాంత శక్తినీ, చేతనత్వాన్ని సంతరించుకుంటుంది. ప్రతిరాత్రి మనం నిద్రపోయినపుడు ఆ శక్తి విశ్వంలోకి ప్రవేశించి, విశ్వశక్తి ప్రవాహాలతో అనుసంధానమై, తిరిగి ఉదయం మనను చేరవస్తుంది. ఆ శక్తితో కూడుకొన్న మన ప్రతి ఆశ, కల నెరవేరి తీరుతుంది.



కావున మిత్రమా!, వసంతం, సూర్యోదయం ఎలా గతితప్పలేదో, ఈ వాగ్దానమూ అలాంటిదే, విశ్వాసంతో, ముందుకు సాగు!'' – శ్రీ అబ్దుల్ కలామ్ తో స్వామి శివానంద (ఒక విజేత ఆత్మ కథ నుండి).

నిబద్ధత

మన నిబద్ధతను జీవితం నిరంతరం పరీక్షిస్తుంది. లక్ష్యాన్ని సాధించే వరకు వీడని నిబద్ధతను ప్రదర్శిస్తూ కృషి చేసేవారికి జీవితం యొక్క అమూల్యమైన సంపదలు దాచి ఉంచబడతాయి. సుస్థిరమైన, నిరంతరమైన అటువంటి నిబద్ధతతో పర్వతాలు కూడా పెకిలింపబడతాయి. తమ కలల జీవితంలో ఎదుగుతూ జీవించేవారికి, పశ్చాత్తాపంలో జీవించే వారికి మధ్య నున్న తేడా ఈ నిబద్ధతే! – ఆంటోనీ రాబిన్స్

చైనాలో ఒక జాతి వెదురు విత్తనాన్ని నాటినపుడు, ఎంత జాగ్రత్తగా పోషించినా, సుమారు 5 సంవత్సరాల వరకు భూమిపై దాని పెరుగుదల పెద్దగా కనపడదట. ఆ తరువాత కేవలం 6 వారాల్లో 90 అడుగుల ఎత్తుకి వేగంగా ఎదిగిపోతుందట. ఇంతకాలం వేర్లు లోతుగా నిలదొక్కుకున్నాయి. ఎంత లోతుంటే అంత ఎత్తు, విత్తు కైనా, వ్యక్తి కైనా.

ప్రతి పని యొక్క ఫలితం కోసం 5 సంవత్సరాలు ఆగనక్కరలేదు. మన వేగాన్ని బట్టి, ప్రణాళికను బట్టీ దీనిని ముందుకు జరపవచ్చు. మీకు ఇష్టంఉన్నా లేకపోయినా, అవసరమైనపనిని, ప్రతిరోజూ శ్రద్ధగా, క్రమశిక్షణతో, ఓర్పుతో చెయ్యగలిగితే, ఈ ఒక్క అలవాటు చాలు జీవితం మారడానికి. కొన్ని సార్లు మనం ఎంత ప్రయత్నించినా, ఫలితం ఎప్పుడు రావాలో అప్పుడే వస్తుంది. ఎంత టెక్నాలజీ మారినా ఇంకా మనిషి పుట్టడానికి 9 నెలలు ఆగాల్సిందే. అదే ఏనుగుకైతే 500 రోజులు, ఖడ్గమృగానికైతే 750 రోజులు పడుతుందట.

మీ ప్రయత్నం మీరు చేయవలసిందే. పరిస్థితులు అన్నిసార్లు మీకు అనుకూలంగా ఉండక పోవచ్చు. విజయం అంటే అపజయాలు లేకపోవడం కాదు. అంతిమ లక్ష్యాన్ని సాధించడం! అంటే ప్రతి పోరాటాన్నీ గెలవటం కాదు. యుద్ధాన్ని గెలవడం.

గాంధీగారు చెప్పినట్లు... మీరు ఏం చేసినా దానికి పెద్ద ప్రాముఖ్యత లేదు, కానీ మీరు చేయడం ముఖ్యం. మీరు సాధించిన విజయాల కన్నా ముఖ్యమైనది, మీరొక ఆశయ సిద్ధి కోసం చేసే ప్రయత్నంలో, వచ్చే ఒడిదుడుకుల వల్ల, మీరు మానసికంగా ఎంత ఎదిగారన్నదే ముఖ్యం.

జీవితం అనే క్రీడలో టర్నింగ్ పాయింట్ (Break through) **రేపొస్తుందా? లేదా ఇంకో వారంలోనా, నెలలోనా, సంవత్సరం లోనా లేక ఇంకా సుదూరంలోనా, అనే విషయాన్ని చెప్పలేము. కాని ఆ మలుపు వచ్చి తీరుతుంది!**

– జిగ్ జిగ్లర్

అత్యుత్తమమైనదే అందించండి

ఒక మనిషి పని వీధులు ఊడ్చడం అయితే. ఆ వీధులను ఎంతా బాగా ఊడ్వాలంటే, ఒక మైఖలాంజిలో చిత్రాలు గీసినట్లు, బీథోవెన్ సంగీతం కూర్చినట్టు, షేక్స్పియర్ కవిత్వం రాసినట్టు, అంత తాదాత్మ్యతతో చేయాలి. ఆ వీధులు ఎంత శుభ్రంగా ఉండాలంటే అటువెళుతున్న స్వర్గంలోని దేవతలు కూడా... తన వృత్తిని అద్భుతంగా నిర్వహించే ఒక స్ట్రీట్ స్వీపర్ ఇక్కడ జీవించాడు అనుకునేంతగా...! – మార్టిన్ లూథర్ కింగ్

మీరు ఏ వ్యక్తి లేదా సంస్థనుండి అయినా ఎలాంటి సేవలను కోరుకుంటారు, ఉత్తమ మైనదా? సాధారణ మైనదా? ఖచ్చితంగా మనం ప్రతి చోటా ఉత్తమ మైన సేవలను లేదా ఉత్పత్తులనే కోరుకుంటాము. ఒక వేళ ఆ ఉత్పత్తి మన దేశానిది కాకపోయినా, ఉత్తమమైనది, డబ్బుకు తగ్గ విలువకలది అయినప్పుడు ఆ ఉత్పత్తినే కొంటాము. అలాగే మన సాఫ్ట్ వేర్ ఉద్యోగులు ఉత్తమమైన వారూ, వారి మాతృ దేశాల నిపుణులకంటే జీతం తక్కువకు దొరికేవారూ అయినప్పుడు సంస్థలు తమ దేశాల వారిని కూడా పక్కన పెట్టి మనవాళ్ళకు పని ఇచ్చాయి. రేపు మరో దేశం ఇంతకంటే తక్కువకు, మెరుగైన సేవలు అందిస్తే, ఖాతాదారులు ఎటువైపు మొగ్గుతారో మనందరికీ తెలిసిందే. అంటే ప్రపంచం మొత్తం ఒక వ్యాపార సంస్థలా పనిచేస్తుంది. ఎవరూ ఎవరికీ ఏదీ ఊరకనే ఇవ్వరు. బాంధవ్యాలలో కూడా ఇదే సూత్రం పనిచేస్తుంది. ఏ బంధంలో అయినా సరే ప్రేమ, శ్రద్ధ తగ్గినట్లయితే, ఇంతకంటే ప్రేమ, శ్రద్ధ దొరికే బంధం దొరికినప్పుడు, ఆ పాత బంధం కొత్త బాంధవ్యంతో, అలవాటుతోనో మార్చబడుతుంది.

విజయవంతమయిన జీవిత రహస్యం ఏమిటంటే... చాలా విషయాలు చక్కగా తెలుసుకోవాలి కాని ఒక విషయంలో మాత్రం సంపూర్ణ పరిజ్ఞానాన్ని, లోతైన అవగాహనను కలిగి ఉండాలి. మనిషి డబ్బుతో మొదలుపెడితే అనుభవాన్ని కూడగట్టుకుంటాడు. అనుభవంతో మొదలుపెడితే డబ్బు సంపాదిస్తాడు. అదే ప్రతిభతో కూడిన అనుభవంతో మొదలుపెడితే అద్భుతాలు సృష్టించగలుగుతాడు.

ఇంతవరకూ జీవితంలో పొందనిది పొందాలనుకుంటే, ఇంతవరకూ జీవితంలో చేయనిది చేయాలి. గతంలో చేసినదే చేస్తే, వచ్చినదే వస్తుంది. కొత్తది కావాలంటే, కొత్తది చేయాలి. అనుభవం అంటే ఒక వ్యక్తి తన కాలం చెల్లిపోయిన గతం తాలూకూ ఒక జ్ఞానమనే అజ్ఞానంతో అవకాశాల కోసం ఎదురుచూడడమే. 21 వ శతాబ్దంలో నేర్చుకోవడం కన్నా ముందు అవసరంలేనిది, కాలంచెల్లిపోయినది అయిన జ్ఞానాన్ని వదిలివేయడం ముఖ్యం.

ముల్లా నజీరుద్దీన్ ఒక మానసిక శాస్త్రవేత్త దగ్గరకు వెళ్ళి, నా భార్యకు జ్ఞాపక శక్తి సమస్య బాగా ఎక్కువ ఉందనీ, దానిని తగ్గించమనీ వేడుకున్నాడు. దానికి ఆయన, 'అంటే ఆవిడ ఈ

మధ్యన అన్నీ మరచిపోతుందా' అనడిగాడు. దానికి ముల్లా, 'అబ్బే లేదండి, ఆవిడకు మరుపనేదే లేదు. ప్రతీదీ గుర్తుంచుకుంటుంది. అదే నా సమస్య' అన్నాడు.

మనం అవసరం లేనివి వదిలేసినప్పుడు, అవసరమైన దానికి, పూర్తి సమయం కేటాయించగలుగుతాం. మీకు ఎంతో అంతర్గతంగా దాగి ఉన్న సామర్థ్యం ఉండవచ్చు, అయితే మార్కెట్ మీ ప్రదర్శన లేదా సేవలకు వెల చెల్లిస్తుంది కానీ మీ అంతర్గతంగా దాగి ఉన్న సామర్థ్యానికి (పొటెన్షియల్‌కు) కాదు.

తనకిష్టమైన పనిని ఎవరైనా సక్రమంగా నిర్వర్తించగలరు. కాని ఏ పనినైనా తమ ఇష్టానికి అనుగుణంగా మార్చుకోగలవారే నిజమైన వివేకవంతులు అంటారు స్వామీ వివేకానంద.

సంస్థలు అనేవి ఉద్యోగుల కేరీర్‌ను పెంచి పోషించవు. అవి ఉద్యోగులకు అవకాశాలనిచ్చి ఉద్యోగి తన దైన శైలిలో అభివృద్ధి చెందుతూ, యోగ్యతను పొందడం ద్వారా తమ కేరీర్‌కు తామే బాధ్యులయ్యేలా సహకరిస్తాయి. నిజానికి ఉద్యోగం అంటే మన వ్యక్తిగత ప్రతిభను పెంచుకోవడానికి, కుటుంబ కలలు సాకారం అవ్వడానికి మనకు దొరికే ఒక అవకాశం.

మీరు చేసే ఏ పనైనా సరే, మీరే దానికి సర్వస్వం అయితే, మీ మీదే సంపూర్ణ బాధ్యత ఉన్నట్లయితే, మీరు చేసిన పని వల్లే మొత్తం ఫలితం ఆధారపడిఉంటే, ఆ పనిని ఎంత జాగ్రత్తగా చేస్తారో అంత శ్రద్ధగా మనం ఏ పనైనా చేసినప్పుడు, ఆ పనిలో ఒక సృజనాత్మకత, అత్యుత్తమ నాణ్యత కనపడతాయి.

మనిషి తను ఎంచుకున్న వృత్తికి సంబంధించిన ఏ పని చెయ్యడానికైనా సిగ్గుతోనో,
అవమానంతోనో వెనుకాడగూడదు.
తను చేస్తున్న వృత్తికి తాను అందకుండా దూరంగా,
అంటీ ముట్టనట్లుగా వుండే వ్యక్తికి,
ఒక రోజున ఆ వృత్తే అందనంత దూరమైపోతుంది. – విక్టర్ హ్యూగో

చుక్కలన్నీ కలుస్తాయి

''జీవితాన్ని ఈ క్షణం చూసి ఎప్పుడూ, నా జీవితం ఇంతేనా అని అనుకోకండి. మనం ముందుకి, భవిష్యత్‌లోనికి చూస్తూ, చుక్కలను కలపలేం. గతం లోకి తొంగి చూసినప్పుడే చుక్కలు ఎలా కలిసాయో అర్థం అవుతుంది. ఈ చుక్కలన్నీ ఎలాగోలా కలుస్తాయనే పూర్ణ విశ్వాసం మీరు అలవరచుకోవాలి. మీరు మీ అంతర్వాణిని, విధి, రాత, కర్మ, జీవితం ఏదైనా అనుకోండి, దానిని మీరు పూర్తిగా విశ్వసించగలగాలి. ఈ విధమైన నా విధానం వల్ల నేనెప్పుడూ దెబ్బతినలేదు, పైగా నా జీవితంలో ఎంతో మార్పు రావడానికి ఈ ధృక్పథమే కారణం''.

– స్టీవ్ జాబ్స్, సి.ఇ.ఒ, ఆపిల్ కంప్యూటర్స్

మనం ఆదివారం వార్తా పత్రికలలో చుక్కలను కలిపితే వచ్చే చిత్రం కోసం ఆసక్తిగా పరిశీలిస్తాం. ఆ చుక్కలను చూసినప్పుడు మనకు అందులోని చిత్రం కనపడదు. ఆ చుక్కలను కలిపినప్పుడు మాత్రమే మనకు అందులోని చిత్రం పూర్తిగా అర్థమవుతుంది. అలాగే జీవితంలో జరిగే సంఘటనలన్నీ ఆ చుక్కల్లాంటివి. ఒక్కో చుక్కని చూసినప్పుడు, ఆ సంఘటనలు అర్థరహితం గానూ, అనవసరమయినవి గానూ కనపడతాయు. కానీ భవిష్యత్‌లో వెనక్కు తిరిగి చూసినప్పుడు మాత్రమే ప్రతీ సంఘటనా ఒక కల నిజమవడానికి ఏ రకంగా ఉపయోగపడిందో అర్థమవుతుంది. ''స్లమ్ డాగ్ మిలియనీర్'' చిత్రం చూస్తే అందులో హీరో చిన్ననాటినుండి జరిగిన ప్రతి ఘటనా, భవిష్యత్‌లో ఎలా ఉపయోగపడిందో చూస్తే, లక్ష్య సాధనలో ఎదురయ్యే ప్రతి ఘటనా, ప్రతి అనుభవం ఒక గొప్ప కల సాకారానికి ఏ విధంగా సహకరిస్తాయో అర్థమవుతుంది.

యుద్ధంలో ప్రవేశించిన సైనికుడు అంతిమ విజయం ఎలా లభిస్తుందో అనే ఆలోచనతో సతమతం కాడు. కానీ తన పోరాటం తాను సంపూర్ణంగా చేయడం వల్ల, ఏదో విధంగా యుద్ధం గెలుస్తామనే విశ్వాసం కలిగి ఉంటాడు. అటువంటి స్ఫూర్తితోనే మనం కూడా పనిచేయాలి. మనందరికీ భవిష్యత్తు తెలియదు కానీ, మన పాత్ర ఏ విధంగా నిర్వర్తించాలో అన్నది మాత్రం ప్రతి ఒక్కరికీ తెలుసు. లక్ష్యం పట్ల స్పష్టత ఉన్నప్పుడు, మీ మనస్సు, ఒక (GPS) గ్లోబల్ పొజిషనింగ్ సిస్టమ్‌లా పనిచేసి, కార్ హెడ్‌లైట్స్ ఎలా అయితే చీకటిలో కూడా ప్రయాణించడానికి వెలుగు పరుస్తూ దారి చూపిస్తాయో, అలా మన గమ్యం వైపు మనలను గైడ్ చేస్తుంది. ముందు మొదటి మెట్టు ఎక్కండి! మొత్తం మెట్లన్నీ కనపడనవసరం లేదు. మీ జీవిత అంతిమ ప్రయోజనం ఏమిటా అని తలపట్టుకు కూర్చోనవసరం లేదు. ప్రస్తుతం ఏ పని మిమ్మల్ని అమితంగా ఆకర్షిస్తుంది, మీ మనస్సు దేనికి సంకేతాలు పంపుతుంది, ఏ పని మిమ్మల్ని ఆహ్వానిస్తుంది, ఏ పని మీ శరీరం, మనస్సు, హృదయం, ఆత్మలను ఏకతాటిపై నడిపించగలుగుతుందో ఆ పని వైపు సాగాలి.

''ఒక లక్ష్యం ఖచ్చితంగా ఆవిష్కరింపబడవలసిన సమయం వచ్చినపుడు, ప్రపంచంలోని సైన్యమంతా కలిసినా కూడా ఆ సంభవాన్ని ఆపలేదు.'' – విక్టర్ హ్యూగో

అందమైన జీవితం పిలుస్తోంది!

జీవితం ఒక పందెం కాదు, కొంచెం మెల్లగా వెళ్ళండి.
గీతాన్ని ఆస్వాదించండి, సంగీతం అయిపోకముందే!

జీవితం, ఇప్పుడే, ఇక్కడే...

మీరు కలలు కనే స్వర్గం, వైభవం అనేది మీ సమాధుల వద్ద మీకోసం ఎదురుచూస్తుందా లేదా ఎపుడూ, ఇక్కడే జీవిస్తూ ఈ భూమి మీదనే దానిని మన సొంతం చేసుకోగలమా? ..ఒక్కసారి మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోండి.

– అయాన్ రాండ్

మన మనస్సు లేటెస్ట్ సెల్‌ఫోన్ లాంటిది. కవరేజి ఏరియాలో లేకపోతే మనం ఏ పిలుపుకీ అందము. ఎప్పుడూ బిజీగా ఎంగేజిలో ఉండే మనస్సు కూడా కొత్త ఆలోచనలకి అందదు. పోనీ ఒక మెసేజ్ పంపుదామంటే, ఆ బాక్సు నిండిపోయుంటుంది, పాత ఆలోచనలతో, నమ్మకాలతో. ఇక పాతది ఖాళీ చేయకుండా, కొత్త ఆలోచనలు ఎలా వస్తాయి? మనస్సులో రోజుకు 30 నుండి 60 వేల ఆలోచనలు చేసే రణ గొణ ధ్వనిలో మన అంతరాత్మ వాణి ఎవరికి వినపడుతుంది?

ఎందరికో ఎంతో సమయాన్ని కేటాయించే మనం, మనతో మనకు ఏకాంతంగా గడపడానికి సమయం దొరకదు. మనం బ్రతకడంలో బిజీ అయిపోతూ జీవించడాన్ని వాయిదా వేస్తుంటాం! ఎక్కడెక్కడో అందమైన, అద్భుతమైన గులాబి తోటల గూర్చి కలలు కంటాం, కాని ఇంటి కిటికీ ప్రక్కన రోజు విరిసే పూల అందాలను ఆస్వాదించం! తెల్లవారు జామునే పక్షులు కిలకిలరావాలు చేస్తుంటాయి. ఆసమయంలో ప్రకృతి అంతా చైతన్యంతో శోభిస్తూ ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఆ చైతన్యంలో, ఆ ప్రశాంతతలో శక్తి ప్రవాహంగా, జీవంగా మనలో ప్రవేశించడానికి ఆరాటపడుతుంది. అలా ప్రపంచంలో జీవితం విస్తరిస్తున్న సమయంలో, మన మంతా గాఢనిద్రలో మునిగిపోయి ఉంటున్నాం!

ఆరోపణలు చేయడానికో, నిందించడానికో, బాధపడటానికో, కుమిలిపోవడానికో మన మిక్కడకు రాలేదు! మనం ఇక్కడ జీవించడానికే ఉన్నాం. ప్రేమించడానికి, ప్రేమించబడడానికీ ఇక్కడ ఉన్నాం. మనలను మనం తెలుసుకోవడానికి, నేర్చుకోవడానికీ, వ్యక్తీకరించడానికీ (ఎక్స్‌ప్రెస్ చేయడానికి), సెలబ్రేట్ చేసుకోవడానికీ ఇక్కడకు, ఈ ప్రపంచంలోకి వచ్చాం.

ఒక పేదవాడు సంవత్సరానికి ఒక్కసారే తన పుట్టిన రోజు చేసుకుంటాడు. ధనవంతుడు ప్రతీ రోజు చేసుకోగలడు. కాని జ్ఞాన వంతుడు ప్రతీక్షణం పండుగ చేసుకుంటాడు. జ్ఞానం సంపాదించేది కాదు, అనవసరమైనది వదిలేస్తే మిగిలే అమాయకత్వమే ఈ క్షణంలో ఉండటమంటే. చిన్న పిల్లలలాగా ఉత్సాహంగా, ఉల్లాసంగా, ప్రశాంతంగా ఉండే స్థితి.

'నిన్న' కరిగిపోయిన కల, రేపు కనిపించని దృశ్యం,
కాని ఈ రోజుని సద్వినియోగం చేసుకుంటే నిన్నటి కలను సంతోషభరితంగా,
రేపటి ఆశను, ఆకాంక్షను చైతన్యభరితంగా మలచుకోవచ్చు.

దృష్టి కోణం మార్చండి

మనం చాలాసార్లు కొన్ని పరిస్థితులు, లేదా కొందరు వ్యక్తులు ఈ మన జీవితానికి కారకులు అని భావిస్తాం! ఆ పరిస్థితులకు కారణం మనమే, వాటిని మనం మాత్రమే మార్చగలం అనే విషయం మనం అరుదుగా మాత్రమే అంగీకరిస్తాం!

ఒక ఫ్యాక్టరీలో మధ్యాహ్న భోజన సమయంలో తన లంచ్ బాక్స్ తెరిచిన కార్మికుడు... అబ్బా! ఈ రోజు కూడా వంకాయి: పప్పేనా! ఇది రెండోసారి అంటూ అరిచాడు. మరుసటి రోజు, మూడోసారి, నాలుగోరోజు కూడా అలాగే జరిగింది. అది చూసిన తోటి కార్మికుడు, – వంకాయి, పప్పు నీకిష్టం లేకపోతే, నీ భార్యను వేరే కూరచేయమనవచ్చుగా! అన్నాడు. దానికి ''నా కింకా పెళ్ళి కాలేదు, వంకాయ, పప్పు రోజూ నేనే వండుకుంటాను'' చెప్పాడా కార్మికుడు.

ఎపుడూ, వారు ఇలా చేసారు, అలా చేసారు అనీ, నన్ను వాడుకున్నారనీ, వంచించారనీ బాధపడుతుంటే, ఆ పరిస్థితి మారదు కదా, ఎక్కువగా వేటి గురించి ఆలోచిస్తే అటువంటి పరిస్థితులే తిరిగి పునరావృతమవుతుంటాయి. ఆలోచనలు, మాటలు శక్తివంతమైనవి. ఈ ప్రపంచంలో మోస పోయాం అనేకంటే, మనం తెలివి తక్కువగా ఉన్నాం అని తెలుసుకుంటే బావుంటుంది. పాండవులు అయిదుగురే ఉంటే, కౌరవులు వంద మంది ఉన్నారు. అదీ నిష్పత్తి. అయితే ధర్మమే అంతిమంగా గెలుస్తుంది.

తన జీవితానికి, ప్రస్తుత పరిస్థితికీ 90శాతం ఆ వ్యక్తే కారణమవుతాడు. ఒక పది శాతం మన ప్రమేయం లేకుండా జరగవచ్చు. దానికే చట్టాలు ఉన్నాయి. అవతలి వారు తప్పు చేసినప్పుడు, బాధితులు బాధపడడం ఎంత మాత్రం వివేకం కాదు. జీవితంలో అనుకోని సంఘటనలు జరిగినప్పుడు, కొంత కాలం బాధపడినా, అందులో మునిగిపోకుండా, జరిగినదానికి పెడార్థాలు తీసుకోకుండా, తనను తాను నిందించుకోకుండా, జరిగినది, జరిగినట్లుగా చూడగలిగితే, కింకర్తవ్యం బోధపడుతుంది.

మనం జీవితంలో నిద్రలేవడానికి, మానసికంగా పెరగడానికీ, వివేకవంతులవడానికీ, ఆత్మ జ్ఞానులు అవడానికే ఈ జీవితం. ఎప్పుడూ మొదటి గేరులో బండి నడిపితే, బండి పాడైపోతుంది, కుదుపు వస్తుందని, అవసరమైనప్పుడు కూడా గేరు మార్చకపోతే బండి ఆగిపోతుంది. ఇక స్పీడు పెరిగేదెలా, గమ్యం చేరేదెలా? మనం నిద్రలేవనప్పుడు, జీవితమే తనదైన శైలిలో కుదుపులతో నిద్రలేపుతుంది. అలాంటి కుదుపుల కోసం వేచి చూడకుండానే, ఆత్మ పరిశీలనతో, అంతరంగ పిలుపుతో కనులు తెరిచినవారు ధన్యులు.

ఇవ్వడమే మన భాష

చిన్న పిల్లలు ఎక్కువగా ఫిర్యాదులు చేస్తుంటారు. ఎదిగిన తర్వాత కూడా అదే పని చేస్తుంటే వారు శారీరకంగా పెరిగిన పిల్లలే కదా! **తల నెరిసిన వారో, వయసు పెరిగినవారో, ధనవంతుడో, అందరితో సంబంధాలు కలిగినవారో కాదు పెద్దలు అంటే! వివేకం ఉన్నవారే పెద్దవారు అంటే.**

కోడలిని వేధించే అత్తగారి స్వభావం, ఇలాంటిదే! కొడుకు తన సొంతమని, అతనిని కోడలు స్వాధీనపరుచుకుంటుందని భావిస్తూ... పోట్లాడుతుంది. కానీ తన కొడుకును 20 సం॥ల వరకూ తను చూసినా మిగతా 80 సం॥లు తోడు ఉండేది కోడలే అన్న స్పృహ అత్తగారికీ, తన భర్తకు జన్మనిచ్చిన తల్లిగా, అత్తగారినీ గౌరవించినప్పుడు, అమ్మ తరువాత అమ్మగా భావించినప్పుడు, – కోడలు డాటర్ ఇన్ లవ్ గాను, అత్తగారు మదర్ ఇన్ లవ్ గానూ మారతారు.

ప్రతి బంధం, ప్రయాణంలో కలిసే సహ ప్రయాణికులవంటివారు. చిట పటలాడుతూ ఉంటే, మన ప్రయాణం సుఖంగా జరిగే అవకాశం ఉండదు. మార్చగలిగిన వాటిని మార్చడం, మార్చలేనివాటిని ఆమోదించడం లేదా వదిలేయడం ఒక్కటే మన ముందున్న అవకాశాలు. గౌతమ బుద్ధుడు తామరాకులా ఉండ మన్నారు కానీ నేను కలువపువ్వులా వికసించమంటాను. తామరాకు బురదలోనే ఉంటుంది, కానీ అంటుకోదు, కానీ కలువ పువ్వు ఆ బురదనుంచి సారాన్ని గ్రహించి వికసిస్తుంది.

ఫిర్యాదులు పిల్లల భాష, పొగడ్తలు పెద్దపిల్లల భాష, నిబద్ధత అనేది విజ్ఞుల బాష, ఇవ్వడం అనేది జ్ఞానుల భాష. మీరు సగర్వంతో తలెత్తుకు జీవించాలంటే మీరు ఇచ్చేస్థాయికి చేరుకోవాలి. మనం తీసుకునేదానికంటే, ఇచ్చేది ఎక్కువ ఉన్నప్పుడు మనం ఆత్మ గౌరవంతో జీవిస్తాము. నేనింత చేసాను, కానీ వారికి కృతజ్ఞత లేదు అని పదే పదే చెప్పే వ్యక్తులు సాధారణంగా, వారు పొందినది మరచిపోతారు. ఇచ్చినది మాత్రం భూతద్దంలో చూసుకుంటూ ఉంటారు.

ఇచ్చినది మరచిపోవాలి, పొందినది మాత్రం గుర్తుంచుకోవాలి. ఎప్పుడైనా ఏదైనా కోల్పోయినా, అందులోని పాఠాన్ని మాత్రం కోల్పోకూడదు. జీవితం చిత్రంగా ఉంటుంది. మనం చేసిన మంచికి ఫలితం మరోచోటునుండి వచ్చినట్లే, మనం చేసిన చెడుకు ఫలితం కూడా అదే విధంగా ఉంటుంది. ఈ ప్రపంచం మనం ఏదిస్తే అదే ఇస్తుంది. ఈ సూత్రం ప్రకారం మనకు ఏకధాటిగా మంచి విషయాలు సంభవించాలంటే, ఏమీ ఆశించకుండా, మనం చేయాల్సిన పనిని, మంచిని ఇస్తూ పోవాలి. ఈ ఒక్క విషయం చాలు, జీవితంలో ప్రతి క్షణం అద్భుతంగా అవడానికి.

కంప్లయింట్ అనేది తప్పుకాదు కాని అది నిజంగా అవసరమైనపుడు మాత్రమే సరైన

వ్యక్తుల వద్దనే చేయాలి. మీ ఫోన్ పనిచేయనపుడు ఎలక్ట్రీషియన్ వద్ద కంప్లయంట్ చేస్తే సమస్య తీరదు. చట్ట పరమైన సమస్యలు ఉంటే లాయర్‌తో, ఆరోగ్య సమస్యలు ఉంటే డాక్టర్‌తో, వ్యక్తిగత సమస్యలు ఉంటే కౌన్సిలర్‌తో మాట్లాడాలి. 70% మంది ప్రజలు మన సమస్యల గురించి పట్టించుకోరు. ఎందుకంటే వారి సమస్యలు వారి కుంటాయి. మిగతా 30% మంది మీరు సమస్యల్లో పడినందుకు సంతోషించే వారే! పైగా ఎప్పుడూ ఏక ధాటిగా సమస్యలు చెప్పేవారిని ఎవరూ ఇష్టపడరు.

సమస్యను పరిష్కరించ గలిగే సామర్థ్యం ఉన్నప్పుడు దుఃఖించనవసరం లేదు! ఒక వేళ పరిష్కరించలేనపుడు దుఃఖించడం వలన లాభం లేదు. ప్రపంచమంతా మన మనస్సులోనే ఉంటుంది. 'మన మానసిక దృక్పథమే – ఈ ప్రపంచం మనకేమిటి?' అనేదానిని నిర్ణయిస్తుంది.

ఒక వ్యక్తిని పులి తరుముతుందట, పరిగెట్టి, పరిగెట్టి ఒక లోయలోకి జారాడు. పడుతూ, పడుతూ ఒక తీగని పట్టుకున్నాడు, పైనుంచి పులి చూస్తుంది, క్రింద లోయ చూస్తుంది. ఈ లోపులో ఒక ఎలక, ఇతను వేలాడుతున్న తీగను కొరుకుతుంది. ఇంతలో ఇతని ముఖం ప్రక్కనే ఒక చెర్రీ పండు వేళ్ళాడుతుందట. అతను ఆ చెర్రీ కొరికి ఆహా, ఈ చెర్రీ చాలా రుచిగా ఉంది అనుకున్నాడట. అలాంటి పరిస్థితిలో కూడా అతను అంత నిగ్రహంగా ఉన్నాడు అంటే, అతను ఖచ్చితంగా ఓ జెన్ మాస్టర్ అయి ఉండాలి. మనం కూడా జెన్ లాంటి ఒక ఫిలాసఫీని ఏర్పరచుకోలేకపోతే, కష్ట సమయాల మాట అటుంచి, మంచి సమయాలను కూడా ఆనందించలేకపోతాం.

జీవితం నిన్ను అనేక తెలివితక్కువ ప్రశ్నలతో విసిగించాలని చూస్తుంది. నువ్వు తెలివైనవాడివైతే ఆ ప్రశ్నలనుంచి ఎంతోకొంత నేర్చుకుంటావ్. తెలివైన సమాధానం నుంచి తెలివితక్కువవాడు నేర్చుకునే దానికన్నా, తెలివితక్కువ ప్రశ్నలనుంచి తెలివైనవాడు నేర్చుకునేదే ఎక్కువ – *బ్రూస్ లీ, మార్షల్ ఆర్ట్స్ నిపుణుడు, నటుడు, తాత్వికుడు.*

లేబుల్స్ వద్దు

మిమ్మల్ని మీరు స్వచ్ఛంగా, కాంతివంతంగా ఉంచుకోవడం మంచిది. ఎందుకంటే 'మీ' కిటికీ ద్వారానే మీరు ప్రపంచాన్ని చూడాలి కాబట్టి.

– జార్జి బెర్నార్డ్ షా.

గౌరవం అనేది ఇతరులు మీకు ఇచ్చేది. ఆత్మగౌరవం అనేది మీ పట్ల మీకున్న భావం. శీలం అనేది మీ విలువలు మరియు అలవాట్ల సమాహారం. ఇతరులెవరి అభిప్రాయమో మీ పట్ల నిజం కానవసరం లేదు. చిన్నతనం నుండీ ఎన్నో అభిప్రాయాలు, లేబుల్స్ మనపై ప్రభావం చూపుతాయి. వాటిలో కొన్ని మిమ్మల్ని మెరుగుపరిచేవి, మరికొన్ని మరుగు పరచేవి కావచ్చు. ఏమైనప్పటికీ అది మీ స్వీయ వ్యక్తీకరణకు అవధులను ఏర్పరుస్తుంది. మీరు తెలివైన వారు అని భావిస్తే, జీవితంలో మీరు రిస్క్ తీసుకోకపోవచ్చు. మీరు అమాయకులు అని భావిస్తే మీరు చేయగలిగే సామర్థ్యం ఉన్న పనులను కూడా చేయడానికి వెనుకడుగు వేయవచ్చు. లేబుల్స్ అనేవి మన పట్ల మనం గట్టిగా నమ్మే అభిప్రాయాలు తప్ప వేరేమీ కాదు! మనం తెలిసో తెలియకో మనపై మరియు మన పిల్లలపై రక రకాల లేబుల్స్ వేసేస్తుంటాం. కొన్నాళ్ళకు ఆ వ్యక్తి నేను ఆ లేబులే అనుకుని, అదే పరిధిలో జీవితాన్ని జీవిస్తుండవచ్చు. నేను సోమరుడిని, నేను అమాయకుడిని, నేను ఉద్యోగిని, పేదవాడిని అనేవి ఇలాంటివే! **జీడిపప్పు ఉన్న జాడీపై మిరపకాయలు అనే లేబిల్ అతికిస్తే, జీడిపప్పుకోసం అన్ని జాడీలూ చూస్తారు, దీనిని తప్ప.** మన పై ఉన్న లేబుల్స్ అన్నీ కూడా, మనం గతంలో చేసిన పనులను బట్టి, నిర్వర్తించిన విధులను బట్టి మనకు ఇవ్వబడిన తాఖీదులు. నేను 'ఫలానా' అనుకున్నప్పుడు, అది తప్ప మరేమీ కాలేము. ఏదీ కానప్పుడు ఏదంటే అది కాగలము. మీరు బలంగా కోరుకుంటే మీరు ఎలా ఉండాలనుకుంటున్నారో అలాంటి ఐడెంటిటీని మీరు పునః సృష్టించుకోవచ్చు.

నేను కేవలం ఒక స్పీకర్, ట్రైనర్, కోచ్ మాత్రమే అనుకుంటే నా ప్రతిభకే సంబంధించిన మరో గొప్ప అవకాశాన్ని కోల్పోవచ్చు. నేను కావాలంటే ఒక వ్యవస్థాపకుడు, వ్యాపారవేత్త కూడా కావొచ్చు. నేను వేరు – నా ఐడెంటిటీ వేరు కనుక నాకు అవసరమైనప్పుడు ఒక కొత్త ఐడెంటిటీని స్పృహలోనికి తీసుకురావడం ద్వారా కొత్త అవకాశాలను చూడగలుగుతాను. కొత్త సంభవాలను సృష్టించగలుగుతాను. జీవితాన్ని మాస్టరీ చేసిన వ్యక్తి, మైండ్ అనే హార్డ్ డిస్క్‌ను దాటి తన ఆత్మ ప్రకటనను వ్యక్తీకరించగలుగుతాడు. మీ సమస్యలు, ప్రపంచం, మనుషులు అన్నీ కూడా బయట ఉన్నాయి. మీ మెదడును తొలిచి చూస్తే సమస్యలు అక్కడ ఉండవు కదా! మీరు మాత్రం లోపల ఉన్నారు. యుద్ధంలో మీరుండవచ్చు. కానీ యుద్ధం మీలో ఉండకూడదు. అలా ఉంటే యుద్ధాన్ని గెలవలేరు. ఈ చిన్న విషయం అర్థమైతే ప్రశాంతంగా ఉంటారు. మనసు ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడు భవిష్యత్‌కు ఒక సంభవంగా ఉండగలుగుతారు.

మనల్ని ఆపేది ఎవరు?

మనల్ని ఎవరు ప్రోత్సహిస్తారు అన్నది ప్రక్కన పెట్టండి,
అసలు ఎవరు ఆపుతున్నారో గమనించండి. - అయాన్ రాండ్

''మనందరికీ తెలుసు, మనకు అవసరమైన రూపం, చదువు, టాలెంట్, సాధించిన ఘనకీర్తి ఇవన్నీ ఉన్నాయని. కానీ కొన్ని విషయాల్లో మనం అచేతనులుగా ఉండిపోతాం. ప్రభుత్వం మనల్ని నిరోధించడం లేదు. ఆకలి, బీదరికం ఆపడం లేదు, ఏ బాహ్యామైన శక్తి మనల్ని అడ్డుకోవడం లేదు, కాని ఏదో లోపల్నుంచి మనల్ని ఆపుతుంటుంది.

మన భయం మాత్రం స్వేచ్ఛగా ప్రవహిస్తుంటుంది. ఇది సరైన బంధం కాదేమో అనే భయం లేదా ఇది సరైనదేనేమో అనే భయం, ఎవరో మనల్ని ఇష్టపడతారో లేదో నని భయం, అపజయం గూర్చి భయం, విజయం గూర్చి భయం, చనిపోతామేమోనని భయం, వయసయిపోతుందని భయం, నిజానికి మనం చావు కంటే జీవించడం గురించే ఎక్కువ భయపడుతుంటాం!

మనకేదో తక్కువయిందనీ, మనకంత శక్తి ఉందా అని భయపడుతుంటాం! కాని మన అసలు భయం ఏమిటంటే మనం లెక్కకట్టలేనంత శక్తి వంతులం అని. మనలో ఉన్న చీకటికంటే వెలుగే ఎక్కువగా మనల్ని భయపెడుతుంది. మనల్ని మనం అడుగుతుంటాం, గొప్పవాడిగా, వైభవోపేతమైన వ్యక్తిగా, కీర్తివంతుడిగా, గొప్ప టాలెంట్ కలిగిన వాడిగా ఉండటానికి, నేనెవరిని? అని మనల్ని మనమే ప్రశ్నించుకుంటాం!

నిజానికి ప్రశ్న ఇది - అలా కాకుండా ఉండడానికి మీరెవరు? మీరు భగవంతుని సంతానం. మీ చుట్టుపక్కలవారు అభద్రతా భావానికి లోనుకాకుండా ఉండడానికి, మిమ్మల్ని మీరు తక్కువచేసుకోవడంలో ఏ మాత్రం విజ్ఞత లేదు. మీరు ప్రకాశించడానికే జన్మించారు. మనలో ఉన్న భగవంతుని వైభవాన్ని ప్రపంచానికి అందించడం కోసమే మనం ఉన్నాం. ఆ శక్తి కొందరిలోనే కాదు, అందరిలో ఉంది. మనం మన వెలుగుని ప్రసరింపచేయడం ప్రారంభిస్తే... మనకు తెలియకుండానే ఇతరులకూ ఆ అవకాశం కల్పించిన వారమౌతాం. మనలోని భయాల నుండి మనం విముక్తులమయితే, మన సాంగత్యంలోని ఇతరులకు అదే జరుగుతుంది. ***తమకు ఎగరడానికి రెక్కలున్నాయి అనేసంగతి మరచిన పక్షులం మనం. తమ రాచరికపు వైభవాన్ని మరచిపోయిన రాజులు, రాణులు లాంటి వారం మనం.''*** (Source: Excerpted from A Return to Love by Marianne Williamson.)

చీకటి అంటే భయపడే పిల్లలను మనం క్షమించగలం! కాని జీవితంలో నిజమైన విషాదం ఏమిటంటే...మనుష్యులు వెలుగును చూసి భయపడుతుండడం- ప్లాటో

ప్రేమను కనుగొనండి

మొత్తం బాధ్యతనంతా నీపైనే వేసుకో! ఎవరినీ నిందించకు! అపుడే నీలో ఉన్న అద్భుత సామర్థ్యాలను వినియోగించుకోగలిగే సంసిద్ధత నీకు లభిస్తుంది. – స్వామి వివేకానంద.

మీ జీవితంలో మీరు ఎక్కువగా గడిపే దెవరితోనో తెలుసా? మీతోనే. మరి, మీతో మీ బాంధవ్యం ఎలా ఉంది? ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు మీరెంత కంఫర్టబుల్‌గా ఉంటారు! మీతో మీరు గడిపి ఎన్నాళ్ళయింది? ఒంటరిగా ఎపుడైనా ప్రయాణం చేసారా! నిశ్శబ్దం, ఏకాంతం మీరు ఇష్టపడతారా! మీ సాన్నిధ్యాన్ని మీరు ఆస్వాదిస్తారా! అద్దంలో మిమ్మల్ని మీరు చూస్తున్నపుడు మీలో ఎలాంటి భావాలు ఉద్భవిస్తాయి!

చాలా మంది జీవితంలో అపుడపుడు ఏకాంతంగా, నిశ్శబ్దంగా గడపడం అనేది చేసి సంవత్సరాలైపోయుంటుంది. కొంతమంది, ఒంటరిగా గడపడం చాలా బోర్ అంటుంటారు. తమతో తాము గడపడానికే అంత బోర్‌గా ఉంటే అటువంటి వారి సాంగత్యం ఇతరులకు ఇంకెంత బోర్‌గా ఉంటుందో ఊహించండి.

మీ జీవితంలో అత్యంత ముఖ్యమైన వ్యక్తి మీరే. తనను తాను ఇష్టపడే వారినే ఎవరైనా ఇష్టపడతారు. తనను తాను ఇష్టపడే వారే, తన పనిని ఇష్టంగా చేయగలుగుతారు. ఇక తన పనిని తాను ఇష్టపడే వారితో పని చేయడానికి, చేయించుకోవడానికీ...ఎవరైనా ఇష్ట పడతారు.

మీ దగ్గర ఉన్న దానిని మాత్రమే మీరు ఇతరులతో పంచుకోగలరు. మీరు విషాదంలో ఉంటే ఇతరులకు కూడా విషాదాన్నే ఇవ్వగలరు! ఇద్దరు దుఃఖితులు కలిసినపుడు వారి దుఃఖం రెట్టింపు అవడం కాదు, అనేక రెట్లు పెరిగి పోతుంది. సంతోషం, ఆనందం, ప్రేమ విషయంలో కూడా ఇంతే! అందుకే...ప్రేమ మీ స్వభావం కావాలి, ఇతరులు మీకు ఏస్థానమిచ్చినా, ప్రేమించడమే మీ పని కావాలి! ప్రేమ వ్యాపారం కాకూడదు! ప్రేమ అనేది మీ స్వభావం అయినప్పుడు, ఆనందం మీ నుండి వెల్లువలా బయటకు ప్రవహిస్తుంది. మీతో సంబంధ బాంధవ్యాలు ఉన్న ప్రతిఒక్కరికే ఆ ఆనందం అందుతుంది.

నేను ఫలానా అన్న అహం, అంతరంగంలో వదిలినప్పుడే మనిషి ఆనందంగా ఉండగలుగుతాడు. ఆలోచనారహిత స్థితిలో 'నేను' అనేది ఉండదు, అటువంటి చిన్నపిల్లలలాంటి తత్వాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ అందుకోగలరు.

ప్రేమలో పడటం చిన్న పిల్లల లక్షణం. ప్రేమలో ఉదయించడం ఎదిగిన వారి లక్షణం. అటువంటి ప్రేమలో మీరు మేల్కొన్నప్పుడు క్రమేపీ అది బంధంగా కాక, మీ యొక్క నిజమైన స్థితిగా మారుతుంది అపుడు మీరు ప్రేమలో ఉండరు. మీరే ప్రేమగా ఉంటారు.

మిమ్మల్ని మీరుగా అంగీకరించండి

నేను నాకోసం నిలబడకపోతే, ఇంకెవరు నిలబడతారు?

నేను నా కోసం మాత్రమే జీవిస్తుంటే, నేనెవరిని? ఇక ఇప్పుడు కాకపోతే-మరెప్పుడు?

- హిలెల్, 5వ శతాబ్దపు యూదుల మత నాయకుడు

మనం మనలానే ఉండాలి. మనం ఎలా ఉన్నా, ఈ ప్రపంచంలో ప్రత్యేక వ్యక్తులమే. మీరు మీరుగా ఉండటమే నిజమైన జ్ఞానము. మిమ్మల్ని మీరు అంగీకరించడం అనేది, ప్రేమలో ప్రవేశించడం, వర్తమానంలో మీరున్న స్థితిని ఆనందంతో అనుభవించడం. దీనినే కొంతమంది ఆత్మగౌరవం అనీ, మరి కొంతమంది స్వీయ ప్రేమ (Self - love) అనీ అంటారు. అయితే ఏ పేరుతో పిలిచినా మిమ్మల్ని మీరు అంగీకరించడం ద్వారా మీలోని వాస్తవమైన మంచిని, ఔన్నత్యాన్ని తెలుసుకోగలుగుతారు. అంతేకాదు, ఈ క్షణంలో మీరున్న స్థితిని అంగీకరించడం అనేది, అంచనా వేసుకోవడం, అభినందించుకోవడం, సహాయం చేసుకోవడానికి మీతో మీరు చేసుకునే అగ్రిమెంట్ లాంటిది.

ముందుగా మీరు ఇపుడు ఎలా ఉన్నారో అలా మిమ్మల్ని అంగీకరించండి! అంటే పరిస్థితులకు లొంగిపోయి రాజీ పడమని కాదు. ముందు వాస్తవాన్ని అంగీకరించడం ద్వారా, మీరు కోరుకొనే మార్పును పొందడానికి చేయవలసిన పనిని చేసే స్థితిలో మీరు ఉంటారు.

మానవ జీవితంలోని సంబంధాల సమస్యలన్నిటికీ కారణం, మనల్ని మనం ఇష్టపడకపోవడమే. మిమ్మల్ని మీరు అంగీకరించడం ద్వారా, మీ మీద మీకు ప్రేమ ఉదయిస్తుంది. ప్రేమ అనేది తెచ్చుకునేది, నిర్వర్తించేది కాదు, అది నేను అనేది లేనప్పుడు సహజంగా సంభవించేది. మీరు ఏమీ లేని సహజ స్థితి ఒక ప్రేమ మయ స్థితి. అయితే మైండ్ ఆ సహజ ప్రవాహానికి అడ్డుకట్టలు వేస్తుంది. ప్రతీ దానికీ పెడర్థాలు తీస్తుంది. మనస్సు లేని స్థితియే దివ్య స్థితి.

ఇంతవరకూ వాస్తవాన్ని అంగీకరించలేక ఎటువంటి జీవితంతో పెనుగు లాడుతున్నారో 'ఆ జీవితాన్ని' మిమ్మల్ని మీరు అంగీకరించడం ప్రారంభించిన క్షణం నుండీ మార్పు చెందించగలరు. క్రొంగొత్త జీవితాన్ని, అవకాశాలను, అనుభూతులను అందుకోగలరు.

మీ జీవితంలో ప్రతీదానిని అంటే తల్లిదండ్రులను. పరిస్థితులను, సంబంధాలను, ఆరోగ్య, ఆర్థిక స్థితులను అంగీకరించడం ద్వారా మనం లోపలి యుద్ధాన్ని నివారించగలుగుతాము.

వివేకవంతమైన ప్రార్థన:

భగవంతుడా! నేను మార్చలేని విషయాలను అంగీకరించగలిగే ప్రశాంతత నివ్వు,

మార్చ గలిగే వాటిని మార్చే ధైర్యాన్నివ్వు,

ఈ రెండిటికి మధ్య తేడాను తెలుసుకోగలిగే వివేకాన్నివ్వు.

లోపలి భాష మార్చండి

మన ప్రతి ఆలోచన మన భవిష్యత్తును నిర్ధారిస్తుంది. దానిని మనం మార్చుకోగలం తద్వారా ఉన్నతమైన, వైభవోపేతమైన భవిష్యత్తుని నిర్దేశించుకోగలం. జాన్ మిల్టన్ చెప్పినట్లు, మన మనస్సు స్వర్గాన్ని నరకంగా చేయగలదు, మరియు నరకాన్ని స్వర్గంగానూ మార్చగలదు.

ఒక సాధారణ వ్యక్తి రోజుకి సుమారు 50,000 సార్లు తనతో తాను మాట్లాడుకుంటాడట. ఆ సెల్ఫ్ టాక్ లో (స్వీయ సంభాషణతో) 90% పైగా నెగెటివ్ ఆలోచనలే ఉంటాయని సైకాలజిస్టులు చెబుతున్నారు. నేనేమీ చేయలేను, చేయలేక పోతున్నాను, ఎవరూ సహాయం చేసేవారు లేరు, నాకు శక్తి లేదు, ఎవరూ నన్ను ఇష్టపడరు, అన్నీ సమస్యలే, సరిగ్గా మాట్లాడలేను... ఇలా ఉంటాయి ఆ ఆలోచనలు. ఇవే ఆలోచనలు రిపీట్ అయ్యే కొద్దీ వాటి బలం పెరిగిపోయి మన లోని శక్తిని హరించేస్తాయి.

మనలోని మంచి విషయాల గూర్చి ఆలోచించగలిగే సమయం లేనంతగా మనం నెగిటివ్ ఆలోచనలో మునిగిపోతున్నాం. మనల్ని మనం నిందించుకోవడం, జంక్ ఫుడ్, ఆల్కహాల్‌తో శరీరారోగ్యాన్ని పాడు చేసుకోవడం, అలసత్వం, సోమరితనం, ఆర్థిక వ్యవహారాల్లో సరిగ్గా ఉండకపోవడం మనల్ని తక్కువ చేసే వారితో గడపడం, అనవసర అప్పులు చేయడం ఇలా ఎన్నో పనులు రోజూ తెలిసీ చేస్తూనే ఉంటాం!

ఈ ఆలోచనలు అన్నీ వృథాగా పోవు. మనం నిరంతరం ఆలోచించే విషయాలే మనకి నిజంగా జరుగుతాయి. తథాస్తు దేవతలంటే ఎక్కడో ఆకాశంలో ఉండేవారు కాదు, మనలో ఉండే ''సబ్ కాన్సియస్ మైండే''. పదే పదే మనం ఉచ్చరించే, ఆలోచించే విషయాలను అది స్వీకరిస్తుంది. వాటినే వాస్తవంగా మలుస్తుంది. నువ్వు నిరంతరం అదృష్టవంతుడివిగా భావిస్తే నిన్ను అదృష్టవంతుడిగా మారుస్తుంది. దురదృష్టవంతుడిగా భావించినా నిన్ను నిరుత్సాహ పరచదు. అలానే మారుస్తుంది. ఏది పదే పదే పలికినా, ఆలోచించినా అదే నిజమవుతుంది.

జీవితం అంటే నీవు ఏమి, ఎలా ఆలోచిస్తావో అదే! మనం మాట్లాడే మాటలే మన దృక్పథాన్ని, శారీరక శక్తినీ, ఆసక్తినీ, స్ఫూర్తిని, ఉత్సాహాన్ని, కార్యాచరణను నిర్దేశిస్తాయి. మనం మాట్లాడే మాటలను మార్చుకుంటే, మనని శక్తివంతం చేసే మాటలను ఒక ప్రార్థనలా ఉచ్చరించగలిగితే, అవి మన ధృక్పథంలో కొలవగలిగిన మార్పును 3 వారాలలో మనం గమనించవచ్చు.

నేను ఈ క్షణం నుండి అద్భుతమైనవాటి గురించే ఆలోచిస్తాను, మాట్లాడతాను.
మంచి వింటాను, మంచి చూస్తాను, మంచి మాట్లాడతాను.

శక్తివంతమైన తీర్మానాలు చేయండి

వీటినే ఇంగ్లీషులో అఫిర్‌మేషన్స్ అంటారు. (Self affirmation) స్వీయ తీర్మానాలు అనేవి మనలో ప్రోగుపడిన నెగిటివిటీని పారద్రోలే పాజిటివ్ సెల్ఫ్ స్క్రిప్ట్ లాంటివి. ప్రతీరోజూ ఉదయం, సాయంత్రం మీలో మీరే ఉచ్చరించడం లేదా వ్రాయండి. అలా చేయగా చేయగా కొన్ని రోజులలో మీలో వచ్చే మార్పు మీకే ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. ఉదాహరణకు కొన్ని పాజిటివ్ అఫిర్‌మేషన్స్:

నన్ను నేను ప్రేమిస్తాను. ప్రేమించడానికి, ప్రేమను పొందడానికి నేను అర్హుడను.

విజయం సాధించడానికి. ఆస్వాదించడానికి నేను అర్హుడను.

నేను చేసిన దానికి తగిన గుర్తింపు పొందడానికి నేను అర్హుడను.

నేను ఎంతో గౌరవించబడే వ్యక్తిని.

నేను ఒక అయస్కాంతంలా గొప్ప అవకాశాలను ఆకర్షిస్తాను.

ఎల్లప్పుడూ గొప్ప ప్రదేశాలను సందర్శిస్తాను. గొప్పవారిని కలుస్తాను.

నా చుట్టూ అద్భుతమైన దృక్పథం కలిగిన వ్యక్తులు ఉంటారు.

నాకు అన్నీ కూడా సమృద్ధిగానే ఉంటాయి.

నేను ఎప్పుడూ చాలా ఆరోగ్యంగా, బిగుతుగా , ఆకర్షణీయంగా ఉంటాను.

నా భార్య/భర్త అంటే నాకు ప్రేమ, గౌరవం.

నా పిల్లలను చూసి గర్వపడతాను.

కుటుంబంలో అందరికీ నేనంటే ప్రేమ, గౌరవం పెరుగుతూ ఉంటుంది.

ప్రతి రోజూ నేను ఎన్నో మంచి అనుభూతులను పొందుతాను.

నా పనిలో మార్పుని వరంగా భావిస్తాను.

రిస్క్ తీసుకోవడం ఎదుగుదలలో భాగంగా ఎంజాయ్ చేస్తాను

నా జీవితం నిత్యం ప్రేమమయంగా ఉంటుంది.

జీవితాన్ని, పని చేయడాన్ని ఎంతో ప్రేమిస్తాను.

నేను ప్రతిరోజూ ఒక గొప్ప మార్పును సృష్టించే పనులను చేస్తాను.

ప్రతి రోజూ జీవితం నాకు ఏదో ఒక కానుక ఇస్తూ ఉంటుంది.

ధనం నా అవసరాలకి అప్రయత్నంగా, సులభంగా వస్తుంటుంది.

పరిపూర్ణంగా, అర్థవంతంగా, నిష్కళంకంగా ఉండే మాటలనే మాట్లాడండి. మీ గురించిగాని, ఇతరుల గురించిగాని వ్యతిరేకమైన ఒక్క మాట కూడ మాట్లాడవద్దు. మీ వాక్కు యొక్క శక్తిని సత్యము, ప్రేమ యొక్క దిశలో వినియోగించండి. కొన్నాళ్ళకు వాక్శుద్ధి అంటే ఏమిటో అనుభవంలోకి తెచ్చుకోగలుగుతారు.

అపరాధ భావం నుండి విముక్తి పొందండి

అపరాధ భావం, భయం, క్రోధం అనేవి 21వ శతాబ్దపు అతి పెద్ద మానసిక సవాళ్ళు. అపరాధ బావం అనేది మనం గతంలోకాని, వర్తమానంలో కాని చేయవలసినది చేయలేక పోయినా, ఇతరులకు అందించలసినది అందించలేకపోయినా, ఆత్మీయుల పట్ల సరిగా స్పందించక పోయినా, పోయినవారికి చేయవలసింది చేయలేకపోయాననే బాధకు, లజ్జకు గురయినపుడు పొందే భావం. అందరూ ఎంతో కొంత ఆత్మ దూషణ (SELF BLAME), అపరాధ భావనకు (GUILT FEELING) లోనవుతున్నావారే! దాదాపు ప్రతి ఒక్కరి భావనా ఇదే...! 'ఏదో తక్కువ' అయిందనీ లేదా 'అత్యున్నతమైన వాటికి అర్హత ఉందా' అని. నిరాశ, విమర్శ, అపరాధభావన అనేవి అత్యంత హానికరములు. జరిగినది తలచుకుని పదే పదే పడే బాధ నుంచి విముక్తులయితే, దీర్ఘ/మొండి వ్యాధులనుండి కూడా బయటపడవచ్చు. మనం గతాన్ని వదిలేసి, మనలను మనం క్షమించేసుకోవడం ఎంతైనా అవసరం, తనను తాను, ఎలా ఉంటే అలా అంగీకరించడం, మంచి పరిణామాలకు దారితీస్తుంది.

''ఇద్దరు సాధువులు ప్రయాణం చేస్తూ ఉండగా ఒక నది ఎదురయ్యింది. అక్కడే ఒక అందమైన స్త్రీ కూడా ఉంది. ప్రవాహ వేగాన్ని చూసి భయపడి ఆమె ఈ సాధువులను ''నది దాటించగలరా'' అని అడిగింది. మొదటి సాధువు అనుమాన పడుతూ అంగీకరించలేదు. రెండో సాధువు మాత్రం ఆమెను భుజాలపై ఎక్కించుకుని ఆవలి ఒడ్డున దిగబెట్టాడు. ఆమె కృతజ్ఞతలు చెప్పి వెళ్ళి పోయింది. మరల ఇద్దరు సాధువులు గమ్యం వైపు నడక సాగించారు. మొదటి సాధువు మాత్రం, ఆ స్త్రీకి సంబంధించిన ఆలోచనలతో, మిత్రుడు చేసిన పనికి అనుమానంతో సతమతమౌతూ ఉండబట్టలేక... మిత్రమా! మన గురువులు, అధ్యాత్మిక సాధనలో భాగంగా స్త్రీతో ఏ విధంగానూ సాంగత్యం కూడదు! అని చెప్పారు కదా, మరి నువ్వు చేసిందేమిటి? అని అడిగాడు. దానికి రెండో సాధువు నవ్వుతూ, నేను ఆమెను భుజాలపై మోసి నదిఒడ్డున దించేసాను. కాని నువ్వు మాత్రం ఇంకా మోస్తూనే ఉన్నావు! అన్నాడు.

ఎప్పుడో జరిగిపోయిన వాటికి, చేయలేనివాటికి నేడు చింతించడం అనవసరం. ఈ ప్రపంచంలో అతి పెద్ద షాక్ ఎవరికైనా తమ తల్లి తండ్రుల మరణమట. ఏదైనా చెప్పాల్సింది చెప్పలేకపోయినా, చెయ్యాల్సింది చేయలేకపోయినా, ఈ అపరాధ భావం మనిషిని దహించివేస్తుంది. పశ్చాత్తాపం మంచిదే కానీ అపరాధ భావం అనవసరం. ఒక పాత్రను సరిగ్గా నిర్వహించలేకపోవడం వల్ల మిగతా అన్ని పాత్రలమీదా ఆ పాత్ర ప్రభావం పడకుండా ఉండాలంటే, మనిషి ఈ అపరాధ భావాన్ని వదిలేయాలి. ముందు శరీరాన్నించి బయటకు ఆ బాధ పోవాలి. మీరు మరచిపోలేని సంఘటనలన్నీ ఒక పేపరుపై వ్రాసి, దానిని చింపి వేసి చెత్త బుట్టలో వేయండి, అవసరమైతే కాల్చేయండి.

మీరు ఒక్కసారి ఈ విధంగా ఊహించుకోండి... మీకున్న అపరాధ భావాల్నీ, భయాలనూ, కోపాన్నీ అన్నింటినీ ఒక మూటగా కట్టేయండి, మూటను ఒక పర్వత శిఖరాగ్రం పైకి తీసుకెళ్ళి, అక్కడ్నుంచి లోయలోకి తోసేయండి! లేదా మనస్సులో ఆ సంఘటనను మీ వెనుక వైపు మేఘాల ఆవల కొన్ని లక్షల కిలో మీటర్ల అవతల వెళ్ళిపోయి, అదృశ్యమైపోయినట్లు ఊహించుకోండి. కొన్ని ప్రార్ధనాలయాల్లో, తన పాపాలు అన్నీ చెప్పగానే, ఆ మత పెద్ద 'నీ పాపములు క్షమింపబడినవి' అంటారు. ఇది ఒక చక్కని మానసిక కౌన్సిలింగ్. మీరు మీ పట్ల ప్రేమతో ఉండడానికి అర్హులు, అదే విధంగా ఇతరులు మీ పట్ల ప్రేమ చూపడానికి కూడా మీరు అర్హులు.

కంప్యూటర్ హార్డ్ డిస్క్ వైరస్ వలన కరప్ట్ అయి, సిస్టమ్ స్లో అయినప్పుడు, హార్డ్ డిస్క్‌ను ఫార్మాట్ చేసి మళ్లీ కొత్తవి లోడ్ చేసుకున్నట్లుగా పాజిటివ్ అఫిర్‌మేషన్స్‌తో కొత్త ప్రోగ్రామింగ్ చేసుకోవచ్చు. ఈ కింద ఇవ్వబడిన అగ్రిమెంట్‌ను ఉత్సాహంగా రోజూ చదువుకోండి.

<u>మీతో మీరు చేసుకనే అగ్రిమెంటు:</u>

నా పేరు:

నన్ను నేను ప్రేమిస్తాను. నా జీవితానికి అత్యంత విలువిస్తాను.

నేను నిజాయితీకి, సంపదకు, శక్తికి, ఆనందానికి ఒక గొప్ప సంభవాన్ని.

నా జీవితానికి ఒక గొప్ప ప్రయోజనం ఉంది.

గొప్ప కార్యములు నా ద్వారా జరుగుతాయి.

నా సేవలతో ప్రపంచాన్ని విస్మయపరుస్తాను.

అనుకున్న పనులను పూర్తి చేస్తాను. విజయం నా జన్మ హక్కు.

నేను రోజు రోజుకీ అత్యంత గౌరవప్రదమైన, ఆరోగ్య వంతమైన,

ఉత్సాహ వంతమైన, ధైర్యంవంతమైన వ్యక్తిగా రూపుదిద్దుకుంటున్నాను.

ఈ అందమైన అద్భుత ప్రపంచంలో

జీవితమనే ఈ చిన్న విజిట్‌ను మరపురాని పండుగగా చేసుకుంటాను.

ఇది నా మాటగా చెప్తున్నాను.

నా విజన్: ______________________

నా ప్రస్తుత లక్ష్యం: ______________________

సంతకము: ______________ తారీఖు: ____________

బ్రేకు వదలండి - ఏక్సిలేటర్ తొక్కండి

మీరు నడుపుతున్న కారు ఏక్సిలేటర్ ఎంత బలంగా నొక్కినా ముందుకు వెళ్ళడం లేదు, ఏమయిందా అని చూస్తే, హ్యాండ్ బ్రేక్ వేసి ఉంది. అపుడు మీరు, ఏక్సిలేటర్‌ను ఇంకా బలంగా ఒత్తరు కదా, సింపుల్‌గా హ్యాండ్ బ్రేక్ రిలీజ్ చేస్తారు, కారు సునాయాసంగా ముందుకు పోతుంది! అదే విధంగా మన గతం, కరడుగట్టిన అభిప్రాయాలు, పాత పద్ధతులు అనే హ్యాండ్ బ్రేక్ ను వదిలేస్తే, ముందుకు సాగగలం. గతం అనేది మెదడులో మిగిలిపోయిన కథలాంటిది. దానివంక చూడండి, విశ్లేషించుకోండి, అర్థంచేసుకోండి, క్షమించేసుకోండి. సాధ్యమైనంత త్వరగా దానిని వదిల్చేసుకోండి! మార్పుకు పునాది స్పృహలో (AWARENESS) కి రావడం. మనకు తెలియని, మనం ఒప్పుకోని వ్యాధులకి మనం వైద్యం తీసుకోముకదా. అలాగే మనం మనలో మారాల్సిన వైఖరిని ఒప్పుకోకపోయినప్పుడు, మనం మార్పుకు శ్రీకారం చుట్టలేము.

ఒక సినిమా చూస్తున్నపుడు. అది మీకు ఇష్టం లేకపోతే, తెర మీద నుంచే దానిని చెరపలేరు, ఎందుకంటే దాని మూలం మార్చనిదే తెరపై చిత్రం మారదు. దాని మూలం ప్రొజెక్టరు అనే పరిస్థితులదీ కాదు. మనలో ఉన్న ఆలోచనలదే. పైకి కనబడేదెపుడూ మూలకారణం కాదు, అది కనిపించదు. పైకి కనిపించే దానితో పోరాడటం అనేది నీడలతో యుద్ధం లాంటిదే! పూర్వం కేసెట్లు, సిడిలు రాకముందు, గ్రామఫోను రికార్డులుండేవి. ఎప్పుడైనా అవి అరిగిపోతే ఒకే చరణం పదే పదే వినవచ్చేది. అప్పుడు ఎవరో ఒకరు దానిపై ఉన్న హెడ్‌ను తీసి పక్కకు జరిపేవారు. అదే విధంగా మన మనస్సును అనవసరమైన వాటిపైనుండి తొలగించాలి. ఒకే సంఘటనను, పరిస్థితిని, బాధలను పదే పదే మననం చేస్తే, అవే పదే పదే జరుగుతాయి. మనం మన ఆలోచనలను ఒక రేడియో స్టేషనులా బ్రాడ్‌కాస్ట్ చేస్తాము. ఎటువంటి ప్రకటన ఇస్తామో, అటువంటి ప్రతిస్పందనే వస్తుంది. మనం ఎప్పుడూ ఏది కావాలో అదే కోరుకోవాలి. ఏది వద్దో అది కాదు. ఎందుకంటే మనసుకు భావాలను, మనో చిత్రాలను నిజం చేయడమే తెలుసు.

ప్రశాంతంగా కూర్చుని మీరు ఒక హోమ్ థియేటర్‌లో కూర్చున్నట్లు ఊహించుకుని 'మీరు కోరుకునే' ఒక కొత్త భవిష్యత్‌ను మనోనేత్రంపై తెరపై సినిమాలా దర్శించండి. మీకు కావాల్సిన విధంగా మీ జీవితం ఆవిర్భవిస్తే మీ లైఫ్/స్టైల్ ఎలా ఉంటుంది? మీ ప్రతి రోజూ ఎలా ఉంటుంది? దృశ్యాలు చూడండి, చుట్టు పక్కలవారి మాటలు ఎలా ఉంటాయో వినండి. అనుభూతులను ఆస్వాదించండి. మీరు స్పష్టంగా ఉత్తేజం వచ్చేటట్లుగా చూసుకోగలిగితే, ఆ చిత్రంలో మీరు చూసే మీ భవిష్యత్ కేరక్టర్‌లోకి ప్రవేశించండి. ఇది వాస్తవంలా భావిస్తే ఆ అనుభూతి ఎలా ఉంది? ఇప్పుడు ప్రశ్నకు బదులివ్వండి. ఏ పనులు చేస్తే ఇది నిజమవుతుంది? మెల్లిగా కేరక్టరు నుండి బయటకు వచ్చి, కళ్లు తెరవండి. కలను సాకారం చేయడానికి లక్ష్యాలు నిర్దేశించుకోండి. వాటిని ఆచరణలో పెట్టండి.

కరడుగట్టిన అభిప్రాయాలను కరిగించండి

గడిచిన 5 సంవత్సరాలుగా ఏదేని ముఖ్యమైన అభిప్రాయాన్ని మార్చుకోవడంగాని, ఒక కొత్త అభిప్రాయాన్ని స్వీకరించడం గాని మీరు చేసి ఉండకపోతే...! ఒకసారి మీ నాడిని పరిశీలించుకోండి, బహుశా ఆగిపోయి ఉండవచ్చు. *- గెలెట్ బర్గస్*

మనం చాలా విషయాల పట్ల అభిప్రాయాలను ఏర్పరచుకొని ఉంటాం! ఒక్కోసారి అవి ఎంత బలంగా ఉంటాయంటే, కొన్ని మంచి అవకాశాలను కోల్పోయిన తర్వాత గాని మన అభిప్రాయం తప్పు అనే విషయం గుర్తించలేం! డబ్బు, అప్పు, మనుష్యులు, వివాహం, వ్యాపారం, రాజకీయాలు, రియల్ ఏస్టేట్, షేర్లు, ప్రజలు, పిల్లలు, భార్య, జీవితం ఇలా అన్నింటిపై ఇప్పటికే మనకున్న అభిప్రాయాలను, మారుతున్న సమాజానికి అనుగుణంగా వాస్తవిక దృక్పథంతో మార్చుకోక పోతే భవిష్యత్తులో బాధపడవలసి వస్తుంది.

అభిప్రాయాలనేవి అభిప్రాయలు మాత్రమే! అవి శాశ్వతం కాదు, నిజం కూడా కాక పోవచ్చు. ఎపుడూ మారడం వాటి లక్షణం. అందుకే కొన్ని సార్లు ''నా అభిప్రాయాన్ని మార్చుకున్నాను''. అంటుంటారు! చాలాసార్లు మనం సత్యం అనుకున్నది, తర్వాత తప్పుగావచ్చు. ఎందుకంటే మనం ఏ విషయాన్నైనా మన దృక్కోణం నుండి మాత్రమే చూడగలం.

మనం ప్రపంచాన్ని ఏ అభిప్రాయం లేకుండా చూడగలగాలి. అభిప్రాయాన్ని ఏర్పరచుకొన్నామంటే, రుచి చూడకముందే తీర్పు ఇచ్చేసినట్టు. అందుకే జీసస్ తీర్పు ఇవ్వవద్దు అన్నారు. ఏదైనా విషయాన్ని పూర్తిగా కొత్త దృక్పథంతో పరికించినపుడే కొత్త అవకాశాలు మనకి కనపడతాయి. వినూత్న జీవితం కావాలంటే పాము తన కుబుసం విడిచినట్లు, మన పాత అభిప్రాయాలను వదులుకోవాలి. లేకపోతే పై పొర తీయకుండా చాక్లెట్‌ను చప్పరిస్తున్నట్లు జీవితం నిస్సారంగా ఉంటుంది. మనం ఒక ఫ్రేములో ఉన్నప్పుడు, ఆ చిత్రాన్ని చూడడం కష్టం. ఒక డ్రామాలో, నటించడంలో పూర్తిగా మునిగిపోయినప్పుడు, పూర్తి డ్రామాను, ఒక ప్రేక్షకుడిలా చూడడం సాధ్యం కాదు కదా. మనం నిజం తెలుసుకోవాలంటే, ఆ పాత్ర నుండి బయటకు వచ్చి చూడాలి. ఒక ఆలోచనా స్థితిలో సృష్టించిన సమస్యలను అదే ఆలోచనా స్థితిలో పరిష్కరించడం ఎలా సాధ్యం కాదో, అలాగే పాత పద్ధతులతో కొత్త ఫలితాలు సృష్టించడమూ కష్టమే. 20-20 క్రికెట్ ఆటలో టెస్టు అనుభవం, పాత పద్ధతులు ఎలా పనికిరావో 21వ శతాబ్దంలో 20వ శతాబ్దపు ఆలోచనలూ అంతే. మనం నిజంగా జీవించాలంటే, మనం జీవితాన్ని చూసే దృక్పోణం మారాలి. మనం చూసే విధానం, మనం గతంలో తీసుకున్న అభిప్రాయాల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది.

తనను ప్రేమలోకి దింపిన అమ్మాయి వేరొకరిని పెళ్ళి చేసుకుందనుకోండి. ఆ వ్యక్తి స్త్రీ జాతి పైనే ద్వేషం పెంచుకోవచ్చు. ఆడవాళ్ళంతా ఇంతే అని ఒక అభిప్రాయం పెట్టుకోవచ్చు.

అలా ఒక సంఘటన నుండి ఏర్పరచుకున్న అభిప్రాయాన్నుంచి జీవించడం మొదలు పెడితే, అతని యొక్క జీవిత అనుభవాలు ఎలా ఉంటాయో చెప్పక్కరలేదు.

''అపరిచితుడు అనే సినిమాలో హీరో భిన్న పర్సనాలిటీలు కలిగి ఉంటాడు. అందులో రామం అనే అమాయకుడు, రెమో అనే ప్రేమికుడు, అపరిచితుడు అనే సమాజోద్ధారకుడు ఉంటారు. ఈ అన్ని పాత్రలలో ఏది నిజమైనది, ఏది ఆరోగ్యకరమైన పాత్ర అంటే ఏదీ కాదని చెప్పాల్సి వస్తుంది.

రామం అనే వ్యక్తి అమాయకుడు. ముక్కుసూటిగా వెళ్ళడం తప్ప లౌక్యం, లోక జ్ఞానం లేని ప్రేమికుడు. ఆ అమ్మాయి అతని ప్రేమను తిరస్కరిస్తుంది, ఇతను ఒక నస అంటుంది.

మరి అతని వృత్తి లాయరు. మరి దానిలో సక్సెసా అంటే, ఆయన కోర్టులోకి రాగానే రూల్స్ రామం అంటూ అందరూ నవ్వుతారు. మరి అపరిచితుడు అసలైన పాత్ర అనుకుంటే, కొంత వాస్తవమైనా అది అతని స్పృహలో (అవేర్‌నెస్) లేకుండా జరుగుతుంది. అందు వల్ల అది ఆరోగ్యకరమైన పాత్ర కాదు. మరి ఆ సినిమాలో, ఏది వాస్తవమైన పాత్ర అంటే ఆ హీరో చిన్నప్పుడు, మరోది ట్రీట్‌మెంట్ తరువాత ఆఖరులో ఉన్న విక్రమ్ పాత్ర ఒరిజినల్ అని చెప్పవచ్చు.

మిగతా అన్ని పాత్రలు ముసుగు (మాస్క్) ధరించి, ఆ ముసుగే ఆ వ్యక్తి అనుకుంటున్న పాత్రలు. ఆ సినిమాలో హీరో చిన్నప్పుడు, తన చెల్లెలు ఎంతో మంది తమ బాధ్యతలను సక్రమంగా నిర్వర్తించకపోవడం వల్ల, విద్యుత్ ఘాతం తగిలి మరణిస్తుంది. వీరందరినీ బాధ్యులను చేసి శిక్షించాల్సిందిగా తన తండ్రి చేసిన విజ్ఞప్తిని కోర్టు కొట్టివేస్తుంది. ఆ సందర్భంలో ఆ పిల్లవాడి మీద ''ఇక్కడ ఎవరికీ బాధ్యత లేదు'' అనే ప్రగాఢమైన ముద్ర పడుతుంది. ఊహించండి ఆ అభిప్రాయం అనే కళ్ళజోడు నుండి ప్రపంచాన్ని చూస్తే ఎక్కడైనా బాధ్యతగల వ్యక్తులు కనపడతారా లేదా ఎవరైనా 90% బాధ్యత కలిగి ఒక 10% బాధ్యతా రాహిత్యం ఉన్నా కూడా ఆ వ్యక్తికి ఆ పది శాతమే వంద శాతం బాధ్యతా రాహిత్యంగా కనపడవచ్చు!

ఆ తరువాత అతను శారీరకంగా పెరిగినా, వయస్సు 30 వచ్చినా, మానసిక వయస్సు చిన్నప్పుడే ఆగిపోయింది. అతను సమాజంలో జరిగే అన్యాయాన్ని తట్టుకోలేడు. అతనిలో సమాజానికి ఉపయోగపడే శక్తి ఉంది కానీ ఆ విషయం అతనికి తెలియదు. ఆ సినిమాలో అతనికి మానసిక చికిత్స తరువాత, అతను అతనులా స్పృహలో ఉండి, తాను చేయాల్సింది చేస్తాడు.

మనలో కూడా అసలైన ప్రతిభావంతుడు అపరిచితుడులా అడుగున పడి ఉంటాడు. సాధారణ వ్యక్తి మాత్రం చిరపరిచితుడై బ్రతుకుతెరువు కోసం, తానూ

గొప్పవాడని నిరూపించుకోవడం కోసం నిరంతరం అవస్థలు పడుతుంటాడు.

మనకి కూడా ఒక రంగంలో విపరీతమైన సత్తా ఉండి, ఆ టేలెంట్ ఎక్స్‌ప్రెస్ చేయడానికి దారులు కనపడకపోతుంటే, మరొకడు ఆ పనిని ఖూనీ చేస్తుంటే, ఆగ్రహం కట్టలుతెంచుకు వస్తుంది. ఏమీ చేయలేని నిస్సహాయతలో అది తనను తాను నాశనం చేసే శక్తిగా మారుతుంది. తనమీద తనకే కోపం వస్తుంది. పొగ త్రాగడం, త్రాగుడుకి బానిస అవడం, అతిగా తిని ఊబకాయం తెచ్చుకోవడం వంటి అలవాట్లన్నీ తను చేయగలిగే పని తనకు దొరకకపోవడం, లేదా తెలియకపోవడం, లేదా చేసే అవకాశం లేకపోవడం ప్రధాన కారణాలు.

ఉదాహరణకు, ఉక్కు కర్మాగారంలో ముడి ఇనుమును ద్రవ పదార్థంగా కరిగించడానికి 1500 డిగ్రీల దాకా వేడిచేస్తారు. అప్పుడు ఆ ఇనుమును ఒక చిన్న ద్వారం తెరవడం ద్వారా (దానినే Tapping అంటారు), మరొక బకెట్‌లోకి ప్రవహింప చేసి ఇనుప ముద్దలుగా మారుస్తారు. ఒక వేళ ఊహించండి, లోపల ఉన్న ఆ ఇనుప ద్రవాన్ని పట్టుకోవడానికి ద్వారం తెరవకపోతే ఏమవుతుంది? ఆ కొలిమి పేలి పోతుంది.

మనలోని అద్భుత ప్రతిభావంతుడు నిద్రలేవడానికి, మానసిక చికిత్స అవసరం లేదు కానీ, మానసిక వికాసం కావాలి. అంధకారాన్ని పటాపంచలు చేసే ఒక ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం కావాలి. జీవితం అనేది, మనస్సు (మైండ్ గేమ్స్) ఆడే ఆటల కంటే పై స్థాయిలో ఉంటుందని తెలిసే వివేకం రావాలి.

రూపం మార్చలేని ఒక ఇనుప వస్తువును కూడా కొలిమిలో వేడి చేస్తే ద్రవ పదార్థంగా మారిన తరువాత ఏ రూపం కావాలంటే ఆ రూపం లోకి మార్చగలము. అదే విధంగా మనం అనవసరమైనవన్నీ వదిలేసినప్పుడు, గతంలో ఏది జరిగినా సరే, 'అయితే ఏమిటి' (సొ వాట్) అనుకోగలిగినప్పుడు 'ఇప్పుడేంటి' (నౌ వాట్) అని ఆలోచించగలము. ముందుగా ఏర్పరచుకున్న అభిప్రాయాలనే రకరకాల రంగుల అద్దాలనుండి జీవితాన్ని చూసినప్పుడు, అసలైన రంగు ఎన్నటికీ కనపడదు. ఈ క్షణం జీవితం, ప్రపంచం ఎలా ఉంది అంటే 'ఎలా ఉందో అలా ఉంది' అంతే. మీరు ఏం చేయగలరో అది చేయడానికి అవకాశం ఎప్పుడూ ఉంటుంది.

మార్పు అంటే, మనం చేస్తున్న తప్పులను మనకు కావలసిన వారి వద్ద ఒప్పుకుని, ఇకనుండి ఏ రకంగా ఉండబోతున్నారో వారికి చెప్పి, దానికి కట్టుబడి ఉండడం వల్ల జీవితం రూపాంతరం చెందే దశ ఆరంభమవుతుంది.

మనం ఒక ఆలోచనా స్థితి నుండి సృష్టించిన సమస్యలను
అదే ఆలోచనా స్థాయి నుండి పరిష్కరించలేము. అంతకంటే ఉన్నత స్థాయి కక్ష్యలో
ప్రవేశించి ఆలోచించగలిగినపుడే పరిష్కారం లభిస్తుంది.

– ఐన్‌స్టీన్

కథలు వద్దు – నిజం ముద్దు

ప్రస్తుత మన పరిస్థితికి గతంలోని ఏ పరిస్థితులు కారణమయ్యాయో చాలా చక్కగా వివరించగలం. మనం కొన్ని కథలను అల్లుకుని, అవి మనం అల్లిన కథలే అని మరచిపోయి, కొన్నాళ్ళకు అవి నిజమే అన్నంతగా ఆ కథలు పదే పదే చెప్తుంటాము.

''ముల్లా నజీరుద్దీన్ ఇంటి దగ్గర కొంత మంది పిల్లలు బాగా అల్లరి చేస్తున్నారట. వారిని అక్కడనుండి పంపించడానికి, ముల్లా వారితో 'ఇదిగో మన ఊరి సెంటరులో మిఠాయిలు పంచుతున్నారు' అని చెప్పగానే పిల్లలందరూ గొల్లున అటు వైపు పరుగెట్టారు. వారి వెనకాలే ముల్లా కూడా పరిగెడుతున్నాడట. ముల్లా భార్య, నువ్వెందుకు పరిగెడుతున్నావు అనడిగింది, దానికి ముల్లా మిఠాయిల కోసం అన్నాడు. అది అబద్ధం కదా, నువ్వే వాళ్ళను పంపించడానికి చెప్పావు కదా అనగానే, దానికి ముల్లా ''అవును, ఒక వేళ అది నిజమైతే'' అన్నాడు.

మనం కూడా అప్పుడప్పుడు, మనం సృష్టించుకున్న ఒక కృత్రిమ ప్రపంచంలో మునిగిపోయి వాస్తవానికి దూరంగా జరిగిపోతుంటాము. అప్పుడప్పుడు, వాస్తవం అర్థమయినా, శ్మశాన వైరాగ్యంలా కొద్ది సేపే ఉంటుంది. భౌతికంగా ఒకటే ప్రపంచం ఉన్నా, మానసికంగా ఒక్కొక్కరిది ఒక్కొక్క ప్రపంచం. అందుకే ఎవరి గోల వారిది అన్నారు. అంటే ఎవరి ప్రపంచం వారిది అన్నమాట. మన జీవితంలో జరిగిన సంఘటనలలో కొన్ని మనం మరువలేనివి ఉంటాయి. కొన్ని మరచిపోయినవి ఉంటాయి. కానీ ఆ సంఘటన సమయంలో తీసుకున్న నిర్ణయాల ప్రభావం మాత్రం జీవితమంతా ఉంటాయి.

ఉదాహరణకు ఇద్దరు పిల్లలు దగ్గరలో పార్కు చేసి ఉన్న ఒక టాపు లేని జీపులో ఎక్కి ఆడుకుంటున్నారు. కాసేపటికి ఆ కారు ఓనరు వచ్చి, ఈ పిల్లలని అదమాయించాడు. ఒకరిని పట్టుకుని బాదాడు కూడా, ఆ సీట్లు తొక్కినందుకు.

ఈ సంఘటన ఆ ఇద్దరి పిల్లల మీదా రెండు విధాలుగా ఉండవచ్చు. ఒక పిల్ల వాడు నేనూ ఏదో ఒక రోజున ఇంతకంటే పెద్దకారు కొని, మీ అందరినీ నా చుట్టూ తిప్పుకుంటాను అనుకుని, ఆ కసితో విజయం సాధించవచ్చు. రెండవ పిల్లవాడు, డబ్బుంటే ఇంత అహంకారం పెరుగుతుందని, డబ్బున్న వారందరూ చెడ్డవారనీ ఒక ధృడమైన సంకల్పం చేసుకుంటాడు. జీవితంలో వీడిలా తయారవకూడదని, అంటే డబ్బు సంపాదించకూడదనే నిర్ణయం కూడా అందులో దాగి ఉంది. ఈ ఇద్దరిలో మొదటి వాడు సరిగ్గా ఆలోచించాడు అని మనం అందరం అనుకోవచ్చు. కానీ అలాంటి 'కసి' తో తీసుకున్న నిర్ణయం, మనిషికి సంపదను సమకూర్చవచ్చేమో కానీ తనను తనలా జీవించనివ్వదు. విజయం అంటే డబ్బు సంపాదించడమొక్కటే అయితే, మాఫియా లీడరూ విజేతే. మ్యాచ్ ఫిక్సింగ్‌లో డబ్బు సంపాదించిన వారూ విజేతలే, రాజకీయాలలో స్కాములు చేసి సంపాదించిన వారూ విజేతలే, అత్యున్నత చదువులు చదివి వందల కోట్ల ఆస్తులు అక్రమంగా సంపాదించిన వారూ విజేతలే.

ఒక దీవిలో ఒక ఆదిమ తెగకు చెందిన వారు ఎవరూ బట్టలు వేసుకోరట. ప్రభుత్వం ఆ దీవికి ఒక డాక్టరుని పంపించింది, ఆయన ఒక్కడూ బట్టలు వేసుకుంటుంటే, అక్కడ ఉన్నవారందరికీ వింతగా ఉంది. జీవిత భాష అర్థమయ్యే వ్యక్తులు అతి తక్కువ ఉండడం వల్ల, మాస్ మెంటాలిటీ ఎక్కువ ఉండడం వల్ల ఈ రోజు స్వార్థపరుల ఆటలు సాగుతున్నాయి. 2020 వచ్చేసరికి, ఈ రోజు నిర్లజ్జగా దోపిడీ చేసేవారు స్వేచ్ఛగా మనుగడ సాగించే పరిస్థితి ఉండదు. పెరిగిన చైతన్యం వలన ఈ రోజుల్లోనే అటువంటి వారు ఎటువంటి బాదలు పడుతున్నారో ప్రసార మాధ్యమాలలో ప్రత్యక్షంగా చూస్తున్నప్పుడు, ఇక 2020 కల్లా మరింత వివేకవంతమైన పౌర సమాజంలో అటువంటివారికి ఇంకెన్ని కష్టాలుంటాయో చెప్పక్కరలేదు.

ఒక గొర్రెల మందకు సింహం నాయకత్వం వహించడం కంటే, ఒక సింహాల మందకు గొర్రె నాయకత్వం వహించడాన్ని ఎక్కువ భయపడతాను అంటాడు ఒక ప్రముఖుడు. భవిష్యత్ తరాలకు అన్ని రంగాలలో నాయకత్వం వహించే సింహాలు కావాలి.

పెరుగుతున్న పరిణతి, వివేకం వలన అంతరంగ సంపదతో బాహ్య సంపదను సృష్టించే ఒక కొత్త తరం భారతదేశాన్ని సమున్నత స్థితిలో నిలబెడుతుందని నా విశ్వాసం. మనం చేయవలసిందల్లా, కనీసం ఒక్క వ్యక్తినైనా ఈ ప్రపంచంలో అంతరంగ సంపద, మనస్సాక్షితో బ్రతికేలా చేయడం. ఆ ఒక్కరు ఎవరా అని వెదకకండి. అది మీరే అవవచ్చు. మీ ద్వారా మీ కుటుంబం లో మరొక్కరైనా 'ఇగ్నైట్' అవవచ్చు. మన తదుపరి తరం, ఎలాంటి అద్భుతాలు చేస్తుందో చూసే శకంలోనే మనం ఉన్నాం.

సరైన వైఖరి

అలా ఎందుకయిందని బాధపడకండి, ఆల్ రెడీ అయిపోయినందుకు ఆనందించండి.

''ఒక దాత పిచ్చాసుపత్రిని సందర్శించడానికి వచ్చాడు. లోపలకు ప్రవేశించగా, ఒకాయన పైకి క్రిందకూ వేలాడుతూ, లైలా... నా లైలా అంటూ బాధపడుతున్నాడు. ఆయన అక్కడే ఉన్న వైద్యుడిని అడిగాడు, అతను ఎందుకలా బాధపడుతున్నాడని?... లైలా... అనే అమ్మాయి ఇతన్ని ప్రేమించి మోసం చేసింది!... జవాబు చెప్పాడు వైద్యుడు. వారు అలా ఇంకా లోపలికి వెళ్లగా, మరో వార్డులో ఒక వ్యక్తి, లైలా... లైలా అని అరుస్తూ గోడకేసి తల బాదుకుంటున్నాడు. ''ఇతను కూడా లైలా అంటున్నాడు, ఇతను ఎవరు'' అడిగాడు పెద్దమనిషి. ఆ లైలాను చేసుకున్నది ఇతనే సార్ అన్నాడు వైద్యుడు''.

మనం ఇలా జరిగి ఉండాల్సింది అని బాధ పడడంలో అర్థం లేదు. ప్రస్తుతం ఇలా ఉంది అంతే. ఇప్పుడు ఉన్న జీవితంతో ఏం చేయగలమో ఆలోచించడమే ఉత్తమం. జీవితంలోని బాధలన్నీ స్వయంగా కృత్రిమంగా సృష్టించుకున్నవే! జీవితం సహజంగా ఉంటుంది. కాని మనం చిన్న చిన్న సంఘటనలను. సంక్లిష్టంగా మలచుకుంటాం! ఒక వేళ అనుకున్నది జరగకపోతే జీవితం ఏమీ ఆగిపోదే.

జీవితంలో అన్నిటికంటే ముఖ్యమైనది, మనం ఆలోచించే విధానం. నా పనయి పోయింది అనుకుంటే, అయిపోయినట్లే. ఇప్పుడే నా అసలు జీవితం మొదలయ్యింది అనుకుంటే, మొదలయినట్లే. ఏది ఏమైనా, మన జీవితానికి మనమే అంపైర్. మనం ఔటంటే అవుటు, కాదంటే కాదు. మన నిర్ణయమే ఫైనల్. విషాదంలో ఉన్నప్పుడు నిర్ణయాలు తీసుకోకూడదు, ఆనందంలో ఉన్నప్పుడు వాగ్దానాలు ఇవ్వకూడదు అన్నారు పెద్దలు. స్థిత ప్రజ్ఞునిగా ఉన్నప్పుడే సరైన నిర్ణయాలు తీసుకోగలుగుతారు.

ఒకాయన సోక్రటీస్ నడిగాడు పెళ్ళి చేసుకోవడం మంచిదా, చేసుకోకపోవడం మంచిదా అని దానికి సోక్రటీస్ ''ఎలా అయినా బాధలు తప్పవు!'' అన్నాడు. ఎందుకంటే బ్యాచిలరు కష్టాలు బ్యాచిలర్‌వి. కొన్నాళ్ళు పోయింతర్వాత మరో యువకుడు, అదే ప్రశ్నను సోక్రటీస్‌ను అడిగాడు. ఇప్పుడు సోక్రటీస్...చక్కగా పెళ్ళి చేసుకో, ...మంచి భార్య వస్తే జీవితాంతం సుఖపడతావు, లేదంటే నాలా 'ఫిలాసఫర్' అవచ్చు అన్నాడు. నిజమే, ప్రతి పురుషుడి విజయం వెనుకా ఒక స్త్రీ ఉంటుందని ఊరకనే చెప్పలేదు.

తల్లి తండ్రులు పట్టించుకోని, వారి ప్రేమకు నోచుకోని పిల్లలు విపరీతమైన అల్లరి చేస్తారు లేదా మౌనంగా ఇంట్రోవర్ట్ అవవచ్చు. ఒక రకమైన కోపం వల్ల లేదా అటెన్షన్ కోసం. అదే విధంగా భర్త పట్టించుకోని భార్య కూడా సాధింపు భార్యగా మారడం ఆశ్చర్యం కాదు. చెవిలోన జోరీగ, చెప్పులోన ముల్లు, కంటిలోని నలుసు భరించవచ్చుగాని, ఇంటిలోన ఇల్లాలి పోరు

ఇంతింతగాదయా అన్నారు వేమన గారు. భార్య సాధింపు తప్పించుకోవాలంటే ఉన్న ఒకే మార్గం ఆవిడను ప్రేమించేయడమే, గౌరవించడమే, ఆమోదించడమే, సమయం గడపడమే, తక్కువ మాట్లాడి ఎక్కువ వినడమే. కృతజ్ఞతా భావాన్ని పెంపొందించుకోవడమే,స్థిత ప్రజ్ఞత పెంపొందించుకోవడం కోసం అప్పుడప్పుడూ ఏకాంతంగా తనతోతాను గడపడానికి సమయం తీసుకోవడమే.

ఒకాయన భార్య సాధింపు భరించలేక కౌన్సిలర్ వద్దకు వెళ్ళాడు. అయితే ఆయన మీ భార్య ఏమని సాధిస్తుంది అనడిగాడు. ఒకటేంటండి, తిట్టిన తిట్టు తిట్టకుండా, గంటల కొద్దీ సాధిస్తుందండీ అనగానే మీ భార్యలో ఇంత వాగ్ధాటి, క్రియేటివిటి, కమ్యూనికేషన్ ఉన్నాయని ఎప్పుడైనా గమనించావా అనగానే ఆయన అవాక్కయ్యాడు. ఆ రోజునుంచి ఆవిడలో ఒక కొత్త టేలెంటును కనుగొని అభినందించి ఒక కొత్త కెరియర్ వైపు ప్రోత్సహిస్తే, ఇక పోట్లాటలకు సమయమేది. అయినా, ఎవరయినా మనం వారి చర్యలవల్ల బాధపడుతుంటే ఆ పనులు కంటిన్యూ చేస్తారు కానీ, ఆనందిస్తుంటే చెయ్యరు కదా!

ఎదుటి వ్యక్తికి, అదీ మన జీవితంలో ముఖ్యమైన వారికి మనపై కోపం, ఫిర్యాదు లేదా అసంతృప్తి ఉన్నట్లైతే, వారు ఎందుకు అలా ఉన్నారో, వారి మనసులో మాట వినగలగాలి. దేముడి ఆశీస్సులు లేకపోయినా పరవాలేదు గానీ భార్య ఆశీస్సులు లేకపోతే ఆ వ్యక్తికి సుఖం ఉండదు. గొప్ప విజయాలు సాధించినవారిలో అత్యధికులు ముందుగా ఇంటగెలిచినవారే.

ఈ రోజు మీ మనశ్శాంతి, మీ రిలేషన్స్ బట్టి ఉంటుంది. గతాన్ని మార్చలేము కానీ, వర్తమానాన్ని మార్చడం ద్వారా, రేపటి గతాన్ని మార్చగలం. ఈ రోజు రేపటికి గతమే కదా! గతంలో మీ వల్ల ఎవరైతే బాధపడ్డారో వారికి క్షమాపణ చెప్పడం లేదా కనీసం ఇక ముందు వారితో ఎలాంటి ప్రేమ పూర్వకంగా ఉండాలనుకొంటున్నారో వివరించడం వల్ల వారు పైకి చెప్పకపోయినా, మనలోని మార్పును గమనిస్తుంటారు. మారిన మనను చూస్తుంటారు, మార్పు నిజమే అని విశ్వాసం కలిగిననాడు, మీరు ఊహించని విధంగా వారు మీ విజయానికి సహాయపడతారు.

మీకొక సవాల్ ఎదురైనపుడు, దానికి మీ ప్రతిస్పందన ఆ సవాల్‌కు ధీటుగా ఉన్నపుడు లభించేది ''విజయం''. అయితే మరొక కొత్త సవాల్ ఎదురైనపుడు, పాత ప్రతిస్పందన ఫలించక పోవచ్చు. అదే అపజయం. అంటే కొత్త సవాళ్ళకు పాత పద్ధతులు చెల్లవు. అంటే సమస్యలు మనం జీవితంలో పరిణతి చెందడానికి మనకు వచ్చే అవకాశాలు. సమస్య ఎపుడూ సమస్యకాదు. దానిని సమస్యగా చూడటమే సమస్య. మన అవగాహన మారితే ఆ సమస్య వెనుక సవాళ్ళు, అవకాశాలు ఎన్నో ఉంటాయి.

ఒక మోటారు సైకిల్ వాణిజ్య ప్రకటన కోసం, చిత్రాలు తీయడానికి ఒక అడ్వర్టయిజింగ్ సంస్థ తన బృందంతో ముంబాయి నుండి ఖండాలా ప్రాంతానికి చేరుకున్నారు. సూర్యాస్తమయ

సమయంలో, వెనుక ఎర్రటి సూర్యుని వెలుగు, ముందు ఫ్లాష్ లైట్లు అమర్చుకుని ఫోటో తీయడానికి సిద్ధంగా ఉన్న సమయంలో, లైట్లన్నీ షార్టు సర్క్యూట్ అయి ఆగిపోయాయి. ఇప్పుడు ముంబాయికి వెళ్ళి తేవడం కుదరదు. అప్పుడు ఆ ఫొటోగ్రాఫర్, అక్కడ ఉన్న మిగతా వాహనాలను స్టార్ట్ చేసి, ఆ హెడ్ లైట్స్ కాంతిలో ఫొటోలు తీస్తే ఫలితం ఊహించని విధంగా అద్భుతంగా వచ్చిందట. మనం నూతన సృష్టికి నాంది పలకాలంటే, మనకు కావలసింది, కేవలం పాజిటివ్ ఏటిట్యూడ్ మాత్రమే కాదు, పాజిబిలిటీ ఏటిట్యూడ్ కూడా. అంటే 'ఇప్పుడేం సాధ్యం' అనే ధృ కృథం. అప్పుడే ప్రోగ్రెస్ ఉంటుంది.

నువ్వు చూసే విషయాల పట్ల, నీ దృక్కోణం మార్చుకో, అపుడు అవే నీ దృష్టి కనుగుణంగా మార్పు చెందుతాయి అంటారు వేన్ డైయ్యర్ అనే మానసిక నిపుణుడు. జీవితంలో ఏది జరిగినా, జరగకపోయినా ఒక్క విషయానికి మనం అందరం ఆనందించాలి. ఇంకా మనం జీవించి ఉన్నాం. ఇలాంటి పుస్తకం చదవగలుగుతున్నాం. శారీరకంగా, మానసికంగా ఆరోగ్యంగా ఉన్నాము. ఎన్నో అనుభవాలు ఈ పాటికే ఉండి ఉంటే ఆ అనుభవాల సమ్మేళనంతో ఒక కొత్త జీవితానికి సిద్ధం కావొచ్చు.

మనకు కావాల్సినది సాధించాలంటే అందరినీ మెప్పించడం సాధ్యం కాదని తెలుసుకోవాలి. వివాదాలతో ఎంతో విజయవంతమైన ఒక రచయిత ''నీవు విజయం సాధించాలంటే– స్నేహితులు కావాలి. కానీ చాలా గొప్ప విజయం సాధించాలంటే, శత్రువులు కావాలి'' అంటాడు.

మంచి వైఖరికి ఉదాహరణ:

సైనికుడు: సర్, మనల్ని శత్రువులు అన్ని వైపుల నుంచి చుట్టు ముట్టారు.

మేజర్: అద్భుతం! ఇక మనం ఎటు వైపు నుండైనా దాడి చేయవచ్చు!

" ఎప్పుడూ ఒప్పుకోవద్దురా ఓటమి "

"ఎప్పుడూ ఒప్పుకోవద్దురా ఓటమి, ఎన్నడూ వదులుకోవద్దురా ఓరిమి.

విశ్రమించవద్దు ఏ క్షణం. విస్మరించవద్దు నిర్ణయం. అప్పుడే నీ జయం నిశ్చయం రా.

నింగి ఎంత పెద్దదైన రివ్వుమన్న గువ్వపిల్ల రెక్కముందు తక్కువేనురా!

సంద్రమెంత పెద్దదైన, ఈదుతున్న చేపపిల్ల మొప్పముందు చిన్నదేనురా!

పశ్చిమాన పొంచిఉండి రవిని మింగు అసుర సంధ్య ఒక్కనాడు నెగ్గలేదురా!

గుటకపడని అగ్గి ఉండ సాగరాలనీదుకుంటు తూరుపింట తేలుతుందిరా!

నిషా విలాసమెంతసేపురా? ఉషోదయాన్ని ఎవ్వడాపురా?

రగులుతున్న గుండెకూడా సూర్యగోళమంటిదేనురా!

ఎప్పుడూ ఒప్పుకోవద్దురా ఓటమి...

నొప్పిలేని నిముషమేది – జననమైన, మరణమైన, జీవితాన అడుగు అడుగునా!

నీరసించి నిలిచిపోతే, నిముషమైన నీదికాదు, బ్రతుకు అంటె నిత్య ఘర్షణ.

దేహముంది – ప్రాణముంది – నెత్తురుంది – ఇంతకన్న సైన్యముందునా!

ఆశ నీకు అస్త్రమౌను, శ్వాస నీకు శస్త్రమౌను, ఆశయమ్ము సారథౌనురా!

నిరంతరం ప్రయత్నమున్నదా, నిరాశకే నిరాశ పుట్టదా!

ఆయువంటు ఉన్నవరకు, చావుకూడ నెగ్గలేక, శవము పైన గెలుపు చాటురా!

ఎప్పుడూ ఒప్పుకోవద్దురా ఓటమి, ఎన్నడూ వదులుకోవద్దురా ఓరిమి."

– శ్రీ సిరివెన్నెల సీతారామ శాస్త్రి

కొత్త ఆలోచనా విధానం

నేను రైటు అన్న ఒక్కదానిని వదిలేస్తే, సడెన్‌గా మీ మైండ్ కొత్త ఆలోచనలకు తన కవాటాలను తెరుచుకుంటుంది. మీరు ఇతరుల కోణాలనుండి చూడగలుగుతారు. మీ మనస్సు పరిధులను దాటి ఆలోచిస్తుంది.

మన సమస్యలను, పాత ఆలోచనా విధానంతో ఎప్పటికీ పరిష్కరించలేము. ఒక కొత్త ఆలోచనా విధానం, మనకు జీవితం పట్ల రియలైజేషన్ వచ్చినప్పుడే వస్తుంది. మనం ఇంకా జరిగిన సంఘటనలకు మరెవరినో నిరంతరం ద్వేషిస్తుంటే లేదా ఫలానా వారు కారణమని నిందిస్తున్నంత కాలం, మనకు రియలైజేషన్ రానట్టే.

మీ ఆలోచనలకు, పనులకు సంపూర్ణంగా బాధ్యత వహించడం అనేది మాటలు చెప్పినంత సులభం కాదు. అయితే మీరు ఎంత ఆనందంగా జీవిస్తారు అనేది మీరు జరిగిన వాటికి ఎంత బాధ్యత తీసుకోడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారు అన్న దానిపైనే ఆధారపడి ఉంటుంది.

వినూత్న, సృజనాత్మక ఆలోచనలను పెంపొందించు కోవడం సమస్య కాదు, పనికి రాని పాత ఆలోచనలను వదుల్చుకోవడమే అసలైన సమస్య.

కొన్ని కొన్ని సంఘటనలు, కొందరు వ్యక్తులను మనం అంత సులభంగా మరచిపోలేం. కాని ఒకటి గుర్తుంచుకోండి, అవసరం లేనివి వదిలేయడం వల్ల జీవితమేమి అంతమై పోదు. సరికదా ఒక క్రొత్త జీవితం ప్రారంభమవుతుంది.

ఏవిధమైన నిబంధనలు లేకుండా నిర్ద్వంద్వంగా మిమ్మల్ని మీరు అంగీకరించినప్పుడు... మీరు కలలు కన్నట్టుగా మిమ్మల్ని మీరు అవిష్కరించుకోవడానికి, మీ స్వప్నాలు సాకారం చేసుకోవడానికి కావలిసిన గట్టి పునాది ఏర్పడుతుంది. వివిధ సంఘటనల ద్వారా మీకు అనుభవమయ్యే జీవితాన్ని అంగీకరించండి. స్థిత ప్రజ్ఞులై నిలవండి. జరిగే సంఘటనలను ఆస్వాదించండి. ఎంత తీవ్రమైన అలజడులు ఎదురైనా నిశ్చలత కోల్పోకండి. గెద్దలు మాత్రమే తుఫాను గాలులను ఆస్వాదిస్తూ, ఆ గాలులను మరింత పైకి ఎగరటానికి వాడుకుంటాయట.

నీవు చేసిన కార్యములను-మంచి వానిని చెడ్డవానిని కూడా నీవు ఉమిసిన ఉమ్మివలె భావించి వాని తలంపే మరల పెట్టుకొనవలదు. జరిగినదేదో జరిగిపోయినది. మరణ మెదుర్కున్నను దౌర్బల్యము చూపకుము. పశ్చాత్తాప మొందవలదు. నీ గత దుశ్చర్యముల విషయమున చింతింపవలదు. నీ సత్కార్యములనేవి జ్ఞప్తికి తెచ్చుకోవలదు. సర్వస్వతంత్రుడవై ఉండుము.

– స్వామీ వివేకానంద.

ప్రేమగా జీవించండి

ఎక్కువ మాట్లాడే వారి నుండి, మౌనాన్ని, అసహనపరుల నుండి సహనాన్ని,
నిర్దయులనుండి దయాగుణాన్ని అలవర్చుకున్నాను.
కాని ఎంత ఆశ్చర్యం, నేను వారెవరికీ కృతజ్ఞుడిగా ఉండడం లేదు.

- ఖలీల్ జిబ్రాన్

క్షమించడం అనేది ఒక ఖైదీని విడుదల చేయడం లాంటిది. ఇంతకీ ఆ ఖైదీ ఎవరో కాదు, ఆ క్షమించిన వ్యక్తే అవుతాడు. బలహీను లెపుడూ క్షమించలేరు. క్షమాగుణం బలవంతుల లక్షణం.

ఎవరినైనా ద్వేషించడం అనేది మనం విషాన్ని త్రాగుతూ, ఆ వ్యక్తి మరణించాలని కోరుకోవడం లాంటిది. ఎవరైనా నిన్ను మోసం చేసి ఉండవచ్చు కానీ దానిని మరచిపోకుండా నిరంతరం మనసులో తలచడం ద్వారా మిమ్మల్ని మీరు జీవితాంతం మోసం చేసుకున్న వారవుతారు. మోసం చేసిన వాడిని ధర్మం శిక్షిస్తుంది. మోసగింపబడి పదే పదే తలచుకుని కుమిలిపోవడం ద్వారా మనల్ని మనమే శిక్షించుకోవడం ఎంతవరకు సమంజసం?

మనం ఎవరినైనా క్షమించలేకపోతుంటే, ఆ వ్యక్తులను మనం వీపు మీద వేసుకుని ఊరేగుతున్నట్లు. ఊహించండి ఎప్పుడూ ఆ బరువు మోస్తున్నవారు ఏ రకంగా ఉంటారో! మనని ఎవరైనా మోసం చేసారు అనుకుంటే, మనం కూడా మోసపోవడానికి అవకాశం ఇచ్చినట్లే కదా! నిజానికి వారిని క్షమించడం కాదు, వారిని ఇంతకాలం క్షమించకుండా మనల్ని మనం బాధపెట్టుకుని విలువైన జీవిత సమయాన్ని వృధా చేసుకున్నందుకు మనల్ని మనం క్షమించుకోవాలి.

మీ దగ్గరలేని దానిని మీరెలా అయితే ఎవరికీ ఇవ్వలేరో, ఇతరులు కూడా అంతే! మీరెవరినైనా ఒక చేప ఇవ్వండి అని అడిగారనుకోండి, ఆయన మీకో పాము ఇచ్చాడనుకోండి. ఆయనను ద్వేషించకండి, ఎందుకంటే ఆయన ఎంతో దయామయుడు, కనీసం తన వద్ద ఉన్నది ఇచ్చాడు. లేనిది ఎలా ఇవ్వగలడు? అదే విధంగా మీ దగ్గర ప్రేమ ఉంటే, ద్వేషించే వారిని కూడా ప్రేమించగలుగుతారు లేదా కనీసం కరుణతో వారి మానాన వారిని వదలగలుగుతారు.

''దేముడ్ని నమ్మండి కానీ మీ కారు తాళం వేసుకోండి'' అనే సామెత మనకు జీవిత సత్యాన్ని చెప్తుంది. ఎవరైనా మనల్ని ఒకసారి మోసం చేస్తే వారు మనలాంటి స్నేహాన్ని, బంధాన్ని పోగొట్టుకున్న మూర్ఖులని జాలి పడాలి. రెండోసారికూడా మనం మోస పోతే మనం నేర్చుకోవట్లేదని అర్థం. నీ శత్రువులను క్షమించు, కాని వారి పేర్లు మాత్రం మరువకు అన్నారు జాన్. ఎఫ్. కెన్నడి.

ఒక సాధువు స్నానం చేస్తుంటే ఆ నదిలో ఒక తేలు మనిగిపోతుంది, ఆయన దానిని రక్షించి ఒడ్డున పెట్టారు, అయితే అది ఆయనను కుట్టి మళ్ళీ నీటిలోకి వెళ్ళసాగింది. మళ్ళీ

ఆయన రక్షించబోతే మళ్ళీ కుట్టింది. అయినా ఆ గురువుగారు దానిని రక్షిస్తూనే ఉన్నారు. ఇదంతా చూస్తున్న ఒక శిష్యుడు, గురువుగారూ మీరెంత రక్షిందామని అనుకుంటున్నా ఆ విష కీటకానికి అర్థం కావటం లేదు సరి కదా, అది మీకు హాని చేస్తుంది, దాని మానాన దానిని వదిలేయచ్చు కదా అన్నాడు. దానికి ఆ గురువుగారు, ''చిన్న కీటకమైన ఇదే తన ధర్మాన్ని తాను వదలడం లేదు, మరి రక్షించడం అనే నా ధర్మాన్ని నేనెలా విడవగలను'' అన్నారు. అలాగని ఏం జరిగినా క్షమిస్తూ కూర్చోమని కాదు. పాపాన్ని ద్వేషించు, పాపిని కాదు అన్నారు గాంధీజి. డాక్టరు అవసరమయితే శస్త్ర చికిత్స చేసి రోగి ఆరోగ్యాన్ని ఎలా బాగు చేస్తాడో అదే విధంగా అవసరమైనప్పుడు, అది మన విధి ఐనప్పుడు, భావోద్వేగాలకు అతీతంగా కర్తవ్యం నిర్వర్తించగలగాలి.

కానీ పెన్సిల్ కంటే ముందే రబ్బరు అరిగి పోతుందంటే, (అంటే ప్రతీ విషయంలోనూ మన నిర్ణయాలు తప్పవుతుంటే) ఇక మనం ఒక కౌన్సిలర్ లేదా కన్సల్టెంటును సంప్రదించవలసిన సమయం ఆసన్నమయిందన్న మాట. వాహనాలన్నీ ఎదురుగా వస్తుంటే మనం రాంగ్ రూట్లో వెళ్లున్నట్లే, అందరితోనూ మనఃస్పర్ధలు వస్తుంటే, సరిచేసు కోవలసింది మన దృక్పథమే.

శ్రీకాకుళంలో అర్సవెళ్ళి సూర్య దేవాలయంలో ఒక బోర్డుమీద ఈ రకంగా రాసి ఉంది. **''మీరు ఎవరినైనా దూషించినా, ద్వేషించినా, ధిక్కరించినా వారి పాపములు మీకు కొంత చేరును. పైగా మీ పుణ్యము కొంత వారికి పోవును''**. ఇదీ లెక్క. అందుచేత మీరు ఎవరినీ దూషించకండి కానీ మిమ్మల్ని ఎవరైనా దూషిస్తే ఆనందించండి, ఆస్వాదించండి. అనుమానమొస్తే పై లెక్క ఒకసారి గుర్తుచేసుకోండి.

మీకు హార్ట్ ఎటాక్ అయితే ఎలా జీవిస్తారో శారీరకంగా అలా జీవించండి,
మీకు ఏ టైటిలూ లేనప్పుడు ఎలా పనిచేస్తారో అలా పనిచేయండి,
మీ మనసులో మాటలు అందరికీ వినపడిపోతుంటే,
ఎలా ఆలోచిస్తారో అలా ఆలోచించండి.
ప్రతి మూడు నెలలకొకసారి భగవంతునితో మీరు ముఖాముఖి ఎదుర్కోవలసి,
మీరు చేస్తున్న పనుల గురించి రిపోర్టు ఇవ్వవలసి వస్తే, ఎలా జీవిస్తారో అలా జీవించండి.

– స్టీఫెన్ ఆర్. కోవె.

ఏది ఎలా ఉందో, అలా ఉంది...అంతే

శీతాకాలంలో ఒంటరిగా ప్రయాణిస్తున్న ఒక పక్షి చలికి గడ్డ కట్టుకు పోయి, ఇక ఎగరలేక ఒక పొలంలో పడిపోయింది. అది అలా పడి ఉండగా, ఒక ఆవు వచ్చి దానిపై 'పేడ' వేసింది. ఆ పేడలో మునిగిన పక్షి, క్రమేపీ ఆ వెచ్చదనంతో స్పృహలోకి వచ్చింది. ఆ వెచ్చదనాన్ని సంతోషంగా అనుభవిస్తూ 'పాట' పాడటం మొదలు పెట్టింది. ఇంతలో అటుగా పోతున్న ఒక పిల్లి ఆ శబ్దాన్ని విని, పేడ కుప్పను చేరుకుని, పేడను త్రవ్వి, ఆ పక్షిని బయటకు తీసి శుభ్రంగా తినేసింది.

ఈ కథలో మనం తెలుసుకోవలసిన నీతి ఏమిటంటే...

1. నీ మీద బురద చల్లే ప్రతి ఒక్కడూ నీ శత్రువు కాకపోవచ్చు.
2. నిన్ను బురద (ఆపద) లోంచి బయటకు లాగేవారందరూ నీ మిత్రులు కాకపోవచ్చు.

3. అన్నిటికన్నా ముఖ్యమైన విషయం, పీకలదాకా కష్టాలు ఉన్నప్పుడు, ప్రతి ఒక్కరికీ అవి ఏకరువు పెట్టకండి. ఎందుకంటే 50% మంది పట్టించుకోరు, ఎందుకంటే వారి సమస్యలు వారికి ఉన్నాయి కాబట్టి. మరో 50% మంది ఆనంద పడొచ్చు లేదా అవకాశంగా తీసుకోవచ్చు. లీగల్ సమస్యలు ఉంటే లాయరుకు చెప్పాలి. మెడికల్ సమస్యలు ఉంటే డాక్టరుకు చెప్పాలి. పర్సనల్ సమస్యలు ఉంటే కౌన్సిలర్ కు చెప్పాలి. టెలిఫోను సమస్య పరిష్కారం కావాలంటే టెలిఫోను డిపార్ట్మెంటుకు ఫోను చేసినప్పుడే ఆ సమస్యకు పరిష్కారం లభిస్తుంది, అలా కాక విద్యుత్ డిపార్ట్మెంటుకు ఫోను చేయడం ద్వారా ఎటువంటి ప్రయోజనం ఉండదు కదా!

గతంలో ఎందుకు అలా జరిగింది అని మథన పడడం కంటే, ఆ సంఘటనల నుండి ఏమి నేర్చుకోవచ్చు, మనకు జీవిత పాఠాలు నేర్పిన గురువులకు ఎలా కృతజ్ఞతగా ఉండవచ్చు, ఇంతటి అనుభవం నేర్పిన వివేకంతో ఈ జీవితంతో ఇంకా ఏం సాధించవచ్చు అని ఆలోచించడం వర్తమానంలో ఆనందంగా జీవించడానికీ, ఆ జీవన విధానం ఒక అలవాటుగా మారడానికీ ఆస్కారం ఉంటుంది.

దుఃఖం మన శక్తిని నిరంతరం హరించివేస్తుంది. సమస్యను మనం మోసేకొద్దీ, బరువు పెరిగిపోతుంది. ఉదాహరణకు ఏదేని వస్తువును ఎక్కువ సేపు మోసిపట్టుకుంటే వస్తువు బరువు పెరగదు కానీ మన నొప్పి పెరిగిపోతుంది. అలాగే సమస్యలను మోసే కొద్దీ మానసిక బరువు పెరిగిపోతుంది. ఏదేని వ్యక్తి ఏక సమయంలో 7 సమస్యల కంటే ఎక్కువ ఎదుర్కొంటుంటే, అతనిలో ఆనందం తగ్గిపోతూ ఉంటుంది. ఒక సమస్యను పరిష్కారం దిశగా ఆలోచించకుండా, కేవలం 'నాకే ఎందుకు జరిగింది? వారెందుకు ఇలా చేసారు? అని మథన పడడం వల్ల మానసిక వేదన మాత్రమే మిగులుతుంది.

బ్రైన్ ఆల్ఫా స్టేజీలో ఉన్నప్పుడే సరైన సృజనాత్మక పరిష్కారాలు మదిలో మెదిలే అవకాశం ఉంది కనుక, వ్యక్తి అప్పుడప్పుడు ఏకాంతంగా, ప్రకృతిలో, ధ్యానంలో, నిశ్శబ్దంలో గడిపి ఈ సమస్యకు పరిష్కారం ఏమిటి అని వీలైనన్ని రాసుకోవాలి. ఏది ఉత్తమమో అది ఆచరించాలి. కొన్నిటిని పట్టించుకోకపోతే వాటికవే పరిష్కారమైతే, కొన్నిటిని పట్టించుకుంటేనే పరిష్కరించబడతాయి.

జీవితంలో అత్యుత్తమ భాగం ఎప్పుడూ మన ముందే ఉంటుంది. అసలు జీవితంలో జరిగిన అనుభవాలన్నీ, భవిష్యత్‌లో మనలని మనం చేయబోయే అత్యుత్తమ పనికి సిద్ధపరచడానికే. మనలోని నిరాశ మన ఆశలపై కప్పబడిన వస్త్రం లాంటిది. మనో వ్యాపారాలన్నీ ఆగిపోయినప్పుడే మన అసలు పని గుర్తుకొస్తుంది. మీరొక పెన్ను, పేపరు తీసుకుని, ఇంకా మీ జీవితంలో ఏం సాధ్యమో కనీసం ఒక వంద కార్యక్రమాలు రాసుకుని చూసుకోండి. కొత్త ఆశ చిగురిస్తుంది. కొత్త ఉత్సాహం వస్తుంది. ఆశ జీవితం, నిరాశ మరణం.

ఈ బిజీ ప్రపంచంలో ఎప్పటికప్పుడు మన సామర్థ్యాలను మనమే గుర్తు తెచ్చుకోకపోతే, మన శక్తి సామర్థ్యాలపై ఇతరులకు ఉన్న అభిప్రాయాలను జీవించడం ప్రారంభిస్తాం.

మనలో చాలా మంది సాధారణ స్థాయినుండి, ఎన్నో ఆటు పోట్లు తట్టుకుని, ప్రస్థుత స్థితికి చేరుకుని ఉంటారు. ఇది లోయలోనుండి గ్రౌండ్ లెవెల్‌కు చేరుకోవడం లాంటిది. దీనినే ఇతరులు విజయం అంటారు. కానీ ప్రతి లోయ ప్రక్కనా ఒక శిఖరం కూడా ఉంటుంది. అది ఎప్పుడూ ఆహ్వానిస్తుంటుంది. ఉన్న స్థితి నుండి ఉన్నత స్థితికి చేరుకోవడానికి లక్ష్యం ఉండాలి. ఉన్నత స్థితి నుండి ఉత్కృష్ట స్థితికి చేరుకోవడానికి అంతర్గత ప్రతిభ అనే అగ్నిని రగిలించే ఒక పని (ఒక ప్రాజెక్ట్/విజన్/మిషన్) ఉండాలి.

మనం ముందుకు వెళ్లడానికి వచ్చే అడ్డంకులను తొలగించడానికి మనిషికి రెండు ఉత్తమ దారులు ఉన్నాయి. 1. అడ్డుగా ఉన్న గోడను బద్దలు కొట్టడం. (సమస్యను పరిష్కరించడం) 2. ఫ్లై ఓవర్ వంతెన నిర్మించడం. (సమస్యను బై పాస్ చేసి ముందుకు వెళ్లడం). సంకల్పించిన కల సాకారమవ్వడానికి ఏ స్కిల్, నాలెడ్జ్, క్వాలిఫికేషన్, సర్టిఫికేషన్, ఏటిట్యూడ్, స్ట్రాటజీ, టెక్నాలజీ, ఏక్షన్, ఒక సంస్థ ఆవిర్భావం అలా ఏది ఒక వారధిగా ఉపకరిస్తుందో ఆ చర్యలు చేపట్టాలి.

వారిని క్షమించేయండి

ప్రజలు ఎక్కువ సార్లు అన్యాయంగా, అసమంజసంగా, స్వార్థపరత్వంతో ప్రవర్తిస్తారు. అయినా వారిని క్షమించండి.

నువ్వు దయతో ఉన్నా, ప్రజలు నిన్ను స్వార్థపరుడనవచ్చు.
ఏదో ఆశిస్తున్నావు అనవచ్చు, అయినా దయగా ఉండు!

నువ్వు విజయాలు సాధించినపుడు కొందరు నిజమైన మిత్రులు,
కొందరు బూటకపు మిత్రులు నీ చెంత చేరవచ్చు. అయినా విజయంసాధించు!

నువ్వు సూటిగా, నిజాయితీగా వ్యవహరించినా, ప్రజలు నిన్ను మోసగించవచ్చు.
అయినా నువ్వు సూటిగా, నిజాయితీగా ఉండు.

నువ్వు సంవత్సరాల తరబడి కష్టించి నిర్మించిన సౌధాన్ని ఎవరో ఒకరు
రాత్రికి రాత్రే కూల్చేయవచ్చు. అయినా నిర్మించు.

నువ్వు ప్రశాంతతతో, ఆనందంతో జీవిస్తుంటే
వారు నీ పట్ల ఈర్ష్య పడవచ్చు. అయినా ఆనందంగా ఉండు.

నీవు ఈ రోజు చేసిన మంచి పని, ప్రజలు రేపటికే మరచిపోవచ్చు.
అయినా మంచిపనులు చేస్తూనే ఉండు.

నీలోని అత్యుత్తమమైన దానిని ఎలాగైనా ఈ ప్రపంచానికి అందించు.

ఎందుకంటే! చిట్టచివరికి –
ఇది నీకూ భగవంతుడికీ మధ్యన...
ఇది ఎప్పటికీ నీకూ,
వారికీ మధ్య కాదు కనుక.

– మదర్ థెరిసా

మీరు విలువైనవారు

"ఒక ప్రముఖ ఉపన్యాసకుడు, తన ఉపన్యాసాన్ని ప్రారంభిస్తూ, ప్రేక్షకులకు తన చేతిలోని 1,000/- రూ.నోటుని చూపిస్తూ... మీరు దీనిని ఇష్టపడతారా? అని అడిగారు. చాలామంది చేతులు పైకెత్తారు. దీనిని మీకే ఇచ్చేస్తాను. అయితే ముందుగా నేను ఓ పని చేస్తాను అంటూ... ఆ నోటుని చేతితో నలిపేసి... ఇప్పుడు ఇది ఎవరికి కావాలి? అన్నాడు. చాలామంది చేతులెత్తారు!

ఈ సారి నోటుని క్రింద పడేసి, నేలపై గట్టిగా రుద్ది, పూర్తిగా నలిగిపోయిన, మురికిగా ఉన్న నోటుని తీసి... ఇపుడు, ఎవరికి కావాలి? అన్నాడు!

ఈ సారి కూడా చాలా మంది చేతులు పైకెత్తారు.

మిత్రులారా, మీరు ఈ క్షణం జీవితంతో ఒక అద్భుతమైన పాఠాన్ని నేర్చుకున్నారు. ఈ నోటును నేను ఏం చేసినా, దానిని మీరు కావాలనుకున్నారు, కారణం దాని విలువ తగ్గ లేదు. అది 1,000/-రూపాయలే!"

మన జీవితంలో కూడా మనకు ఎదురయ్యే పరిస్థితులవల్ల, కొన్ని నిర్ణయాలవల్ల ఎన్నో సార్లు క్రింద పడిపోతాం, నలిగిపోతాం, అలసి సొలసి పోతాం! మనం ఎందుకూ కొరగాని వారమేమో? అని బాధపడతాం, కాని నిజానికి ఏం జరిగినా, జరగకపోయినా మన నిజమైన విలువ ఎన్నటికీ తగ్గదు.

మలినమైనా, అమలినమైనా, నలిగిపోయినా, సవ్యంగా ఉన్నా, ఎలా ఉన్నా మిమ్మల్ని ప్రేమించేవారికి మీరు అత్యంత విలువైన వారు. మన జీవితానికి విలువ అనేది 'మనకేం' తెలుసు, 'మనం ఏం చేశాం' అనేదానిని బట్టి కాక 'మనం ఎవరు?' అన్న దానిని బట్టే ఉంటుంది.

మీకు మీరే విభిన్నమైన, ప్రత్యేకత కలవారు అన్న విషయం మరచి పోవద్దు. ఇతరులు మీ గురించి ఏమనుకుంటున్నారనే విషయం గూర్చి చింతించవద్దు. వారు కూడా మీరు వారి గురించి ఏమనుకుంటున్నారో అని ఆలోచించడంలో బిజీగా ఉంటారు.

ఇతరులు ఏమనుకుంటున్నారు
అనేది ఆలోచించడం అర్థరహితం.
వారి అభిప్రాయాలకు విలువలేదు!
జీవితంలో పరిగణించవలసిన
ఏకైక విషయం ఏమిటంటే
"మీ పట్ల మీకు ఉన్న
అభిప్రాయం మాత్రమే"

ఆగ్రహాన్ని అంగీకరించండి

ఎవరైనా కోపం తెచ్చుకోవచ్చు, అది సులభం. కాని సరైన వ్యక్తిపై, సరైన తీవ్రతతో, సరైన సమయంలో, సరైన ప్రయోజనం కోసం, సరైన మార్గంలో కోప్పడటం అనేది అందరి వల్లా అయ్యేది కాదు, అంత సులభమైనది కాదు. – అరిస్టాటిల్, గ్రీకు ఫిలాసఫర్

మెడికల్, సైకలాజికల్ రీసెర్చిలో తేలిందేమిటంటే మీరు ఆహారం, వ్యాయామం విషయంలో శ్రద్ధ తీసుకుంటూ ఆరోగ్యంపై ఎంత జాగ్రత్త వహించినా, కోపాన్ని సరిగ్గా నిర్వహించు కోలేక పోతే మీరు ప్రమాదంలో ఉన్నట్లే! కోపం శరీరంపై ఎన్నో రకాలుగా దుష్ప్రభావాన్ని చూపుతుంది!

బ్రేకుపై కంట్రోలు ఉన్నపుడు కారుని ఎంత వేగంతో నడిపినా ప్రమాదం లేదు. అసలు బ్రేకులే లేకపోతే ఏమిటి పరిస్థితి? మీ కోపాన్ని ఛానలైజ్ చేసుకోవడం ద్వారా ఆ శక్తిని ప్రయోజనకరంగా మలచుకోవచ్చు. కోపాన్ని వదిలించుకోవాలంటే, ముసుగు లేకుండా జీవించడం నేర్చుకోవాలి! కోపం అవసరమైనప్పుడు కోపం ప్రదర్శించాలి. (నష్టం లేని రీతిలో). అంతకంటే ఎక్కువగా కోపానికి మూల కారణాలను వెదకాలి. మీరు ఎక్కడ బాధ్యత తీసుకోవడానికి ఇష్టపడుటలేదో గమనించాలి. ఆ 'ఆగ్రహ' శక్తిని ఏ రూపంలో ఒక మహత్ కార్యంగా మలచుకోవచ్చో ఆలోచించి ఆచరణలో పెట్టాలి.

మన మాటల కంటే మనం చేసే పనులే మన గురించి ఎక్కువగా చెబుతాయి. కోపాన్ని అణచి పెట్టేవారు ఎక్కువగా తినడం, మాట్లాడటం, త్రాగడం చేస్తారు. ఎందుకంటే కోపం యొక్క వ్యతిరేక శక్తి దవడ కండరాలలో చేరుతుందట. మెంటల్, డెంటల్ సమస్యలు రావడానికి ఇదే కారణం. కోపానికి ఒక అవుట్ లెట్ కావాలి. లేదా అది మనిషిని తినివేస్తుంది. మనషికి అన్నిటికన్నా ఎక్కువ కోపం, తను అనుకున్నది తాను కాలేకపోయినప్పుడు వస్తుంది. అనుకున్నది చేయడానికి, తాను కావాలనుకున్నట్లుగా తాను అవడానికీ కావలసింది కోపం కాదు, ధైర్యం. పిరికివారు మాత్రమే చీటికీ మాటికీ ఆగ్రహోదగ్రులవుతారు. కార్యాచరులు మాత్రం స్థిత ప్రజ్ఞులుగా ప్రశాంతంగా తాము చేయవలసిన కార్యాన్ని మౌనంగా చేసేస్తుంటారు.

''మీ హృదయంలో హింసకు చోటు ఉన్నపుడు, అహింస అనే ముసుగు వేసుకుని మీ అసమర్థతను కప్పిపుచ్చడం కంటే హింసాత్మకంగా ఉండటమే మేలు'' అంటారు గాంధీజీ.

సిరివెన్నెల సీతారామ శాస్త్రి గారిని కలసినప్పుడు, ''చిన్న కుర్రాడివైనా, గొప్ప పుస్తకం రాసావయ్యా అన్నారు నా 'ది సీక్రెట్' పుస్తకం చూసినప్పుడు. దానికి 'నేను అంత గొప్ప వాడిని కాదండి, పదిమందికి ఉపయోగపడాలన్న తపన వలన నాకా జ్ఞానం అంది ఉంటుంది' అన్నాను. దానికి ఆయన, ''ఆ విషయం నీకు తెలియాలి కానీ పైకి పొగరు ఉండాలి'' అన్నారు. ''ఎంత మందికి ఉందయ్యా ఆ ధైర్యం. చేస్తున్న వ్యాపారాలన్నీ వదులుకుని, తను నమ్మిన దానికి జీవితాన్ని అంకితం చేసే ధైర్యం'' అని ''కామ, క్రోధ, మద, మోహ, మాత్సర్యాలు ఉండాలా–ఉండకూడదా''

అన్నారు. దానికి నేను 'ఏదో ఒక మాదిరిగా ఉండాలి' అన్నాను అందరిలానే. దానికి ఆయన, ''మనిషి గొప్ప విజయం సాధించాలంటే అవి చాలా ఎక్కువగా ఉండాలయ్యా'' అన్నారు, ''రావణాసురుడు సీతమ్మ దేవి మీద మోజుపడబట్టి కదా, రామునిచే సంహరించబడి మోక్షానికి వెళ్ళగలిగాడు'' అన్నారు. నిజమే కదా, గాంధీ గారిని దక్షిణ ఆఫ్రికాలో రైలు నుండి తోసేసినప్పుడు, ఆయనకు ఆగ్రహం వచ్చింది. ఎంత ఆగ్రహం అంటే, అది సత్యాగ్రహంగా మారి బ్రిటిషు వారిని దేశం నుండి తోసే అంత ఆగ్రహం. అదే విధంగా ఎవరైనా ఏదేని ఒక విషయం పట్ల, లేదా జరుగుతున్న అన్యాయం పట్ల ఉన్న ఆగ్రహాన్ని ఒక ఉద్యమ/ప్రాజెక్టు రూపంలో పెట్టినప్పుడు, ఆ శక్తి ఒక కొత్త సృష్టికి దారితీస్తుంది. మనం అత్యున్నతమైనది కోరుకున్నప్పుడు, మన ఆలోచనా స్థితి మారుతుంది. శ్రీశ్రీ అంటారు, ''ఈ యుగం నాది, నాలాంటి రచయిత ఈ యుగంలో పుట్టడు'' అంటారు. ఊహించండి, ఆయన నుండి ఎలాంటి మాటలు ఉద్భవిస్తాయో!

మనం భగవంతుడిని అది కావాలి, ఇది కావాలి అని కోరుకుంటూ ఉంటాం, కానీ భగవంతుడు కూడా మనల్ని కోరుతున్నాడట, 'నేనొక మంచి సమాజాన్ని సృష్టించడానికి సంకల్పించాను, దానికి నీ సహాయం కావాలి' అని. అదే మనలో వచ్చే 'అంతరంగ పిలుపు'. ఒక గొప్ప కార్యానికి సిద్ధంగా ఉన్న వ్యక్తులకోసం భగవంతుడు కూడా ఎదురుచూస్తుంటాడని నా అభిప్రాయం. దేవుడికీ మీకూ మధ్యన పూజారి మైండ్ మాత్రమే. ఆలోచనలు దాటాకా మీరు విశ్వం ఒకటే. జీసస్ నేను, నా తండ్రీ ఒకటే అంటాడు. ధర్మంతో కూడినదైన లక్ష్యం వైపు మీరు అడుగులు వేస్తున్నప్పుడు, మీ ద్వారా గొప్ప కార్యాలు సంభవిస్తాయి. మనలోని నిజమైన అస్థిత్వాన్ని గుర్తించినప్పుడు మనిషికి అహంకారం ఎంతమాత్రం రాదు. నిండుకుండే కదా నిలకడగా ఉండేది. తనలోని ఆ శక్తి జాగృతమౌతున్నప్పుడు, మనిషికి కృతజ్ఞత, కరుణ, సహనం పెరుగుతాయి. సామ, దాన, భేద, దండోపాయాలూ అర్థమవుతాయి.

మధ్య ప్రదేష్‌లో కన్హా నేషనల్ పార్క్ వంటి అటవీ ప్రాంతాలలో పులిని చూడడానికి టాపులేని జీపులలో తీసుకువెళతారు. పులి వీరి మీద దాడి చేయదట. తన దారిని తాను వెళ్తుంది. ఎప్పుడైనా అది దర్జాగా కూర్చున్నప్పుడు, మరీ దగ్గరికి వెళ్ళామంటే, చిన్నగా గాండ్రించి ఎంత దూరంలో ఆగాలో అదే నిర్ణయిస్తుందట. ఎందుకంటే పులికి తాను మనిషికన్నా శక్తికలదానినని తెలుసుకనుక.

మీరు కోపాన్ని అంగీకరించగలిగితే, అది గొప్ప శక్తిని, తపనను నీలో విడుదల చేస్తుంది. మీ జీవితం తపించి పోతుంది. అపుడు నువ్వు ప్రేక్షకుడిగా కాక, మూలాల్లోకి జీవన నృత్యం లోకి ప్రవేశిస్తావు. జీవితంలో ఒక భాగమై పోతావు.

– ఓషో

సత్యవంతంగా జీవించడం

నువ్వు చేశావా, లేదా అన్న విషయం ఇతరులెవరికీ తెలిసే అవకాశం లేదని తెలిసినపుడు కూడా నువ్వు సరియైన పనినే చేయడం అనేది నిజమైన జీవన పరిపూర్ణత. – *ఓప్రా విన్‌ఫ్రే*

పరిపూర్ణత అంటే సత్యవంతంగా ఉండటం, చెప్పిన పనిని చెప్పినట్లు నిర్వర్తించడం. ఎవరినో సంతృప్తి పరచడం కోసం కాకుండా మీ పట్ల మీరు గౌరవాన్ని కలిగిఉండటం. మీరు చేసే పనిలో మీ శరీరాన్ని, హృదయాన్ని, ఆత్మను ప్రవేశపెట్టి లీనమయ్యి చేయడం. అంటే మనసా, వాఛా, కర్మణా చిత్తశుద్ధితో నిర్వర్తించడం.

మీరు జీవితంలో అద్భుతాలు సాధించాలంటే ముందుగా మీరు మాట ఇచ్చి నిలబెట్టు కోవడం అలవరచుకోవాలి. చిన్న చిన్న విషయాలలో ఇది పాటిస్తే, పెద్ద విషయాలలో తెలియకుండా అది అలవాటయిపోతుంది. మాట్లాడే ముందు రెండు సార్లు ఆలోచించు అంటారు పెద్దలు.. ఎందుకంటే మాట ఇచ్చే ముందు మనం స్వతంత్రులం. మాట ఇచ్చాకా ఆ మాటను గౌరవించడం వల్ల మనను మనం గౌరవించుకున్నట్టవుతుంది. మన నాలుకను సరస్వతీ దేవి జన్మ స్థానమంటారు. మాటలు అక్కడనుంచే ఉద్భవిస్తాయి. ఇచ్చిన మాటను పట్టించుకోకపోతే, మన విలువ మనమే తగ్గించుకున్నట్లు అవుతుంది. మనకు మనమే విలువ ఇవ్వకపోతే, మరి ఇంకెవరు ఇస్తారు? మనిషికి నోట్ల మూటల కంటే, నోటి మాటల వల్లే ఎక్కువ విలువ లభిస్తుంది.

ఎంత చిన్న విషయమైనా, మీరొక మాట ఇచ్చారంటే, దానిని గౌరవించండి, మీకు నిలబెట్టుకొనే అవకాశం లేకపోతే వెంటనే అవతలి వ్యక్తికి తెలియజేయండి. అది కూడా చేయలేక పోతే – మరచిపోండి. స్వీయ నింద వల్ల మార్పురాకపోగా ఆత్మ ఔన్నత్యం తగ్గవచ్చు.

కానీ ఒకటి గుర్తుంచుకోవాలి, మనం మాట ఇచ్చి నిలబడినప్పుడల్లా, ఇతరుల ఎమోషనల్ బ్యాంక్ ఖాతాలో మన పట్ల కొంత విలువ జమ చేయబడుతుంది. ఇది బ్యాంకులో జమచేసే మొత్తం లాంటిది. మాట తప్పితే మన ఖాతాలో నుండి డబ్బు తీసినట్లు ఉంటుందని ఊహించండి. మన బ్యాంకు ఖాతాలో ఎక్కువ డిపాజిట్ ఉంటే ఆ బ్యాంకుకు వెళ్లినప్పుడు మనకు చాలా విలువ ఉంటుంది. అప్పు తీసుకుని వడ్డీ కూడా చెప్పిన సమయానికి చెల్లించకపోతే పరిస్థితి ఎలా ఉంటుందో చెప్పక్కరలేదు. దీనినే 'క్రెడిబిలిటీ' లేదా పరపతి అంటారు. మాట నిలబెట్టుకోలేమోననే భయంతో మాట ఇవ్వడమే మానివేయడం కంటే, మాట ఇచ్చి అది నిలబెట్టుకోవడానికి తపన పడడమే ఉత్తమం.

నేను విజయం సాధిస్తానో లేదో మాట ఇవ్వలేను కాని
మాటకు కట్టుబడి ఉంటానని మాత్రం మాట ఇవ్వగలను.

– మదర్ థెరిసా

ఈ క్షణంలో జీవించండి

కేవలం మనుషులను మాత్రమే Humanbeings అంటారు. ఎందుకంటే జీవితం ఎపుడూ 'to be' అనే స్థితిలో కాకుండా being స్థితిలో ఉంటుంది. బీయింగ్ అంటే ఏదో ఒక రోజు నేను ఆనందంగా ఉంటాను లేదా ఫలానా అవుతాను, అప్పుడు ఆనందంగా ఉంటాను అనికాదు. ఈ క్షణంలో సంపూర్ణంగా ఉండడం.

గాంధీ గారు, స్వాతంత్ర్యం వచ్చేవరకూ నేను నిద్ర పోను, అప్పుడే నాకు శాంతి అంటే, ఆయనకూ మనశ్శాంతి ఉండేది కాదు, అలాంటప్పుడు ఏ ఉద్యమం చేయాలి అనే సృజనాత్మకమైన ఆలోచనలూ రాకపోవొచ్చు, మరియు స్వాతంత్ర్యం వచ్చాకా కేవలం కొన్ని క్షణాలు మాత్రమే ఆయన ఆనందించి ఉండొచ్చు. ఆయన గమ్యం ఎంత ముఖ్యమో, ప్రయాణమూ అంతే ముఖ్యమని తలచినవారు కనుకనే మహాత్ముడయ్యారు, ఎందరికో ఆదర్శమయ్యారు.

మనుష్యుల బాధలన్నీ, భవిష్యత్‌లో ఏదో ఐపోవాలనే తపనలో వర్తమానంలో జీవించడాన్ని వదిలేయడం వల్ల వచ్చినవే. మనలో చాలా మంది జీవితం మనం కోరుకున్నట్టుగా సాగిపోవాలని కోరుకుంటాం. అలా అయితే అది జీవితం ఎలా అవుతుంది. జీవితం ఎలా ఉండాలో అలా ఉంది. మనం ''ఇచ్చే తీర్పులు'' మరియు మనం తీసుకునే అర్థాలు మనల్ని వాస్తవం నుండి వేరు చేస్తాయి.

కొంతమంది 'Over Ambitious' అంటే ఏదో త్వరగా సాధించేయాలనే తపనలో తమకు అసలు ఏం కావాలనే విషయంలో 'స్పష్టత' లేక చీకటిలో రాయి వేసి నట్టు నిర్ణయాలు తీసుకుంటుంటారు. ఈ రోజు ''పర్సనల్ బ్రాండింగ్'' చాలా ముఖ్యం. మీరు ఎలాంటివారు అన్నది మీరు తీసుకునే నిర్ణయాలను బట్టి ఉంటుంది. సరైన నిర్ణయం ఎప్పుడూ విజ్ఞతతో కూడి ఉంటుంది. కీడెంచి మేలెంచమన్నారు పెద్దలు. మనం ఒక పని చేయడానికి స్వేచ్ఛను కలిగిఉంటాం కానీ దాని పర్యవసానాలకు కాదు. సరైన నిర్ణయాలు భావోద్వేగాలకు అతీతంగా ఉన్నప్పుడే తీసుకోగలుగుతారు. ఊహించండి, ఒక డాక్టరు రోగులను, వారి సమస్యలను చూసి, బుద్ధుడు మొట్టమొదటి సారి ప్రజల సమస్యలను చూసి చలించిపోయినట్లుగా, బాధ పడిపోయి, ఆందోళన పడిపోతుంటే, ముందు పేషెంట్ బెంబేలెత్తిపోతాడు. కానీ డాక్టరు అలా చేయరు కదా!

20-20 క్రికెట్ పోటీలలో, మొదటి ప్రపంచ కప్పును మన దేశం గెలుచుకోవడానికి ప్రధాన కారణం కెప్టెన్ ధోనిగారి సమయస్ఫూర్తి మరియు ఆయన దృక్పథం. ఆఖరు ఓవరులో మొదటి బంతికే సిక్స్ కొట్టడం వల్ల బౌలరు టెన్షన్ పడుతున్నప్పుడు ఆయన ఈ విధంగా చెప్పారట. **''ఫలితాన్ని నేను పట్టించుకోను, ఆటను ఎంజాయ్ చేయి, ఈ క్షణాన్ని ఎంజాయ్ చేయి. నీకు ఎక్కడ బంతిని వేయాలనుకుంటే అక్కడ స్వేచ్ఛగా వేయి''** అని చెప్పగానే అతనిలోని సహజమైన సామర్థ్యం బయటికి వచ్చింది. ఆ తత్వమే ప్రపంచ కప్‌ను కూడా తెచ్చిపెట్టింది.

మనం ఒక కారులో ఒక ఊరికి బయలుదేరినప్పుడు, మన దృష్టి మార్గంపై ఉండాలి. ప్రయాణాన్ని ఆస్వాదించాలి. కానీ ఎవరూ కూడా దారంతా, ఆ వెళ్ళాల్సిన ఊరు గురించే ఆలోచించరు కదా! ఒక వేళ ఎప్పుడైనా దారి తప్పి కొంత దూరం వెళ్ళినా, 'ఎలాగూ ఇంత దూరం వచ్చేసాం కదా' అని తమది కాని గమ్యం వైపు వెళ్ళరు కదా!

సరైన నిర్ణయాలు మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడు, ఈ క్షణాన్ని ఆస్వాదించేవారే తీసుకోగలుగుతారు. ఆలోచనా రహిత స్థితి నుండే సరైన ఆలోచనలు చేయగలుగుతారు. అందుకే కీలకమైన నిర్ణయాలు తీసుకునేముందు, కొంతమంది రొటీన్ నుండి బ్రేక్ తీసుకుని ప్రకృతిలో కొద్దిరోజులు గడపడం వల్ల, మనస్సు అతి త్వరగా ఆల్ఫా స్థాయికి చేరుకుంటుంది. అంటే ఆలోచనల సాంద్రత తక్కువగా ఉన్న స్థితి. ఒక హైవే రోడ్డు మీద ముందు వెనుక ట్రాఫిక్ లేనప్పుడు గమ్యం వైపు దూసుకెళ్ళేటప్పుడు ఉన్న ఆనందం – మనిషికి తన గమ్యం పట్ల స్పష్టత కలిగినప్పుడు, ఆ కర్తవ్య నిర్వహణలో మనసా, వాచా, కర్మణా నిమగ్నమైనప్పుడూ కలుగుతుంది.

ప్రజలు జీవితంలో సగం సమయం దేనికోసమో పరుగుపెడతారు మిగతా సగం సమయం దేనినుండో దూరంగా పరిగెడతారు. మీరు గమనించే ఉంటారు. ఎక్కడ సంపద ఉందో అక్కడ ఆధ్యాత్మికత వెల్లి విరుస్తుంది. తగిన సంపద కలిగిన ప్రతివ్యక్తి యొక్క చివరి గమ్యం మనశ్శాంతి, ప్రశాంతత, ఆనందం. కావలసిన సంపదలన్నీ ప్రోగుచేసుకున్న తర్వాత మనం పొందగలమనే ఆనందాన్ని, ప్రశాంతతను, ఉజ్వల భవిష్యత్తును – ఇప్పుడే, ఇక్కడే ఈ క్షణం నుండి పొందగలం.

సంపద సుఖప్రదమైన జీవితాన్నిస్తుంది. అది చాలా అవసరం. అయినా కేవలం సుఖాలు మాత్రమే జీవితాన్ని ఆనందభరితం చేయలేవు. సుఖం వేరు, ఆనందం వేరు. అంతఃపురంలో ఉన్నవారందరూ ఆనందంగా ఉండాలని ఏమీలేదు. కానీ వారందరికి మనుష్యుల కుండే 98% ఈతిబాధలు ఉండవు. డబ్బు లేకపోతే ఎలాగూ జీవితంలో ఒత్తిడి తప్పనప్పుడు, సరైన మార్గంలో డబ్బు సంపాదిస్తూ, కొంత ఒత్తిడిలో జీవించడం చాలా మెరుగు. చేస్తున్న పనివల్ల, లేదా ఒక వ్యక్తి వల్ల కొంత ఆనందం, కొంత ఒత్తిడి రెండూ వస్తున్నప్పుడు, ఒకటి కొంటే మరొకటి ఉచితం లాంటి స్కీములాగా ఆ ఒత్తిడిని కూడా ఆమోదించడం వల్ల ఒత్తిడిని వదిలించుకోగలిగి ఆనందంగా ఉండగలుగుతారు.

చిన్నపిల్లలలాగా, ఈ క్షణంలో కారణం లేకుండా ఆనందంగా ఉండే స్థితి మనిషికి రెండు సార్లు కలుగుతుంది. ఒకటి ప్రేమలో పడి పెళ్ళి అయ్యేంత వరకూ, రెండవది తనదైన పనిని కనుగొని అందులో లీనమైనప్పుడు.

చాలామంది మనుష్యులు ఈ రకంగా జీవిస్తారు. ముందు కష్టపడి పని చేయాలి, విజయం వచ్చాకా ఆనందంగా ఉంటాను అని. ఇది ఎప్పటికీ జరగనిపని. ఆనందం అన్నది వీరికి ఎండమావిలానే ఉంటుంది. మనిషి ఆనందంగా జీవించాలంటే ఈ విధంగా ఫార్ములా ఉంటుంది. ముందు ఆనందంగా ఉండు, ఆ ఆనందంలో నుండి కష్టపడి పనిచేయి, ఆ తరువాత ఫలితం

ఎలా ఉన్నా, మీరు మాత్రం మీ జీవితాన్ని ఆస్వాదించినవారవుతారు.

ఆనందంగా ఉండడం + పని చేయడం = ఫలితాన్ని పొందడం
అన్నది లోపలి నుండి బయటకు వచ్చే విజయం. నిజమైన విజయం.

పని చేయడం + ఫలితాన్ని పొందడం = ఆనందంగా ఉండడం
అనేది బయట నుండి లోపలకు వచ్చే విజయం. = ఒత్తిడి జీవితం.

ఆనందం అన్నది బయటి పరిస్థితులపై ఆధారపడినప్పుడు, మనం ఎన్నటికీ ఆనందంగా జీవించలేం. ఎప్పుడు ఏం ఎదుర్కోవలసి వస్తుందా అనే అభద్రతా భావంతో ఉంటాం. బయటి వాతావరణంతో సంబంధం లేకుండా, లోపలి వాతావరణాన్ని సృష్టించగలిగినప్పుడు, యుద్ధ వాతావరణంలో కూడా ప్రశాంతంగా ఆలోచించగలుగుతారు.

పిల్లలు ఎప్పుడూ, ఏ పరిస్థితులలోనయినా హాయిగా, ఉల్లాసంగా ఉంటారు. మీరు కూడా ఏ పని చేస్తున్నా, ఎక్కడ ఉన్నా, రిలాక్స్‌డ్‌గా ఉండండి. అపుడు మీరు ఎంత శక్తివంతులుగా, సమర్థులుగా మారుతారో చూస్తారు. ఒక్కసారి ఈ కళను మీరు అలవరుచుకోగలిగితే ఆపై జరిగేవన్నీ అప్రయత్నంగా, సహజంగా మీనుండి జరిగిపోతాయి.

ఎవరూ నిన్ను చూడటం లేదనుకొన్నట్లుగా
నాట్యమాడు,
ఎపుడూ వంచింపబడలేదు అన్నట్లుగా
ప్రేమించు,
నీ పాట ఎవ్వరికీ వినపడదన్నట్లు
ఆలాపించు,
స్వర్గం ఈ భువిపైనే ఉందా అన్నట్లు
జీవించు.

– సౌజా

ఈ రోజు జీవించండి

ప్రతి ఉదయం మనం జన్మిస్తాం. ఈ రోజు ఏంచేశాం! అన్నదే ప్రధానం, ఈ క్షణం మాత్రమే మన చేతుల్లో ఉంది. దాని యందు నువ్వు జీవించినా, జీవించకపోయినా. – ఓషో

అన్ని కాలాల్లోని బుద్ధులు చెప్పిన సాధారణ సత్యం ఒకటే: అది ‘"Be - don't try to become'’ ఈ రెండు పదాల మధ్యనే మీ జీవితమంతా నిక్షిప్తమై ఉంది.

ప్రతీ రోజూ దుస్తులు ధరించినట్టుగా, మనం కూడా మనకు కావలసిన తత్వాన్ని ధరించవచ్చు. మనం ఆ క్షణంలో ఏ పాత్రకు తగ్గట్టుగా, ఆ పాత్రకు సరిపడా మన తత్వాన్ని మార్చుకోవచ్చు.

కమల్‌హాసన్ గారు, దశావతారం సినిమాలో ఒక్కో పాత్రకు ఒక్కో మేనరిజం ప్రదర్శించి, ఆ కేరక్టరు తప్ప కమల్ హాసన్ ఎక్కడా కనపడనంత అద్భుతంగా జీవించారు. అలాగే అవసరమైనచోట గంభీరంగా, పవర్ ఫుల్‌గా నాయకత్వం వహించవచ్చు, ఇంటికి రాగానే చిన్నపిల్లల్లా ఆడుకోనూ వచ్చు. ఎప్పుడు ఎలా కావాలంటే అలా చిటికెలో మన ‘బీయింగ్’ ను మార్చుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు, కుటుంబంతో సెలవులో వెళ్ళినప్పుడు, ఆ యాత్ర ఒక మధురస్మృతిగా మిగలాలంటే, ధైర్యం, శక్తి, గంభీరత కన్నా ప్రేమ, ఆనందం, శృంగారం ఎక్కువ అవసరం. అవసరాన్ని, సందర్భాన్ని బట్టి ఎప్పుడైనా మీ తత్వాన్ని, ఇప్పుడు నా తత్వం ఇది అని నవరసాల్లో మీకు కావలసిన రసాన్ని ఔపోసన పట్టవచ్చు. జీవించనూవచ్చు.

ఉదాహరణకు నేను ఒక స్ఫూర్తివంతమైన ఉపన్యాసం ఇవ్వడానికి వెళ్ళేముందు, ఈ రకంగా అనుకుని వెళ్తాను. ‘‘నేను ప్రేమకు, శక్తికి, సృజనాత్మకతకు ఒక సంభవాన్ని’’. అంటే నాలో ఇవన్నీ ఉద్భవిస్తాయన్నమాట. నేను ఎవరినైనా ఉత్తేజ పరచాలంటే ముందు నేను వారికి నచ్చాలి. ముందు మనం మనకి నచ్చినప్పుడు కదా, ఇతరులకి మనం నచ్చేది. అలాగే నేను శక్తిమంతుడనై ఉండాలి, అప్పుడే కదా, సాధికారతతో చెప్పగలిగేది. సృజనాత్మకత ఉండాలి. అక్కడికక్కడ సందర్భాన్ని బట్టి ఉపన్యాసాన్ని అల్లగలగాలి. అంతిమంగా వాళ్ళ మనసుల్ని తాకాలి.

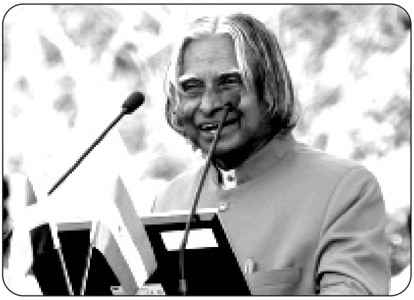
ఈ క్రింద ఇవ్వబడిన తత్వాలలో, మీకు అవసరమైనవి కనీసం ఒకటి నుండి మూడు మీరు సందర్భాన్ని బట్టి ధరించవచ్చు లేదా ఆ తత్వాన్ని మీ సహజ తత్వంగా మార్చుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు, మీకు అన్నీ ఉన్నా ఒక్క ధైర్యం మాత్రం లేదనుకోండి, ఏం లాభం? మీరే ధైర్యానికి ఒక సంభవం అయితే, మీరు గతంలో సాధ్యం కాదు అనుకున్నవి కూడా ఇప్పుడు సాధ్యం అనిపిస్తాయి. అయితే ధైర్యం రెండు రకాలుగా వస్తుంది. విపరీతమైన ప్రేమ కలిగినప్పుడు మరియు విపరీతమైన ద్వేషం కలిగినప్పుడు. కానీ జ్ఞానం లేకుండా వచ్చిన ధైర్యం మూర్ఖత్వం క్రిందకు వస్తుంది. రౌడీలు, గూండాలు, తీవ్రవాదులు ధైర్యవంతుల జాబితాలోకి రారు.

ఇంటిలిజెన్స్ లోపించినప్పుడు కదా థర్డ్ డిగ్రీ ఉపయోగించవలసి వస్తుంది. ఆవేశంగా ఉపన్యాసాలిచ్చేవారు పుట్టించే వేడి, సోడా గ్యాస్‌లా కొద్దిసేపే ఉంటుంది. ఆలోచింపచేసే, అనంతమైన ప్రేమనుండి ఉద్భవించిన ఉపన్యాసమే ఆత్మ చైతన్యవంతులను చేస్తుంది. కలకాలం నిలుస్తుంది.

ప్రేమ వల్ల సృష్టి జరిగితే, ద్వేషం వల్ల విధ్వంసం జరుగుతుంది. అందువల్ల మీకు ధైర్యం కావాలంటే ముందుగా ప్రేమ మీలో సంభవించాలి. ప్రేమ సంభవించాలంటే ''నేను'' అన్న అహం నశించాలి. నేను అనే అహం లేనప్పుడు మిగిలేది, చిన్నపిల్లలలాంటి ఆనంద స్థితి. చిన్నపిల్లలు మైమరిచి నాట్యం చేయగలరు మరియు జ్ఞానులూ నాట్యం చేయగలరు. చిన్నపిల్లలకూ స్టేజి ఫియర్ ఉండదు, జ్ఞానులకూ ఉండదు. ఈ క్షణంలో లీనమవడం జ్ఞానం. ఎప్పుడో ఒకరోజు ఆనందిద్దాం అనుకోవడం అజ్ఞానం.

ధైర్యం, సాహసం, శక్తి, సృజనాత్మకత, దివ్యత, నిబద్ధత, ఆనందం, ఆహ్లాదం, సౌందర్యం, తపన, ప్రేమ, ఆకర్షణ, ఉత్సాహం, చైతన్యం, శాంతి, నిజాయితీ, గొప్ప, అద్భుత, దయ, వాత్సల్యం, శృంగారం, తెలివైన, మృదువైన, చురుకైన, ఉత్పాదక, సున్నితమైన, ప్రశాంత, ఐశ్వర్య, నిశ్చల, నిశ్శబ్ద, నిర్గుణ, శూన్య లాంటి ఏ తత్వమైనా మీరు కోరుకునేది, కావలసినప్పుడు అలవరచుకోవచ్చు. ఈ క్రింది విధంగా వ్రాసుకుని, ప్రతి రోజూ చదువుకోవచ్చు. తత్వంగా మార్చుకోవచ్చు. ''నేను *ప్రేమ, ధైర్యం, ఆనందం, జ్ఞానానికి ఒక సంభవాన్ని. ఈ రోజు నా జీవితంలో అద్భుతాలు జరుగుతాయి.''*

విజయం గురించి బెసి స్టేన్లీ (Bessie Stanley), 19వ శతాబ్దపు కవయిత్రి విజయం గురించి ఈ విధంగా వర్ణించింది: ''విజయం సాధించినవాడు ఎవరంటే, బాగా జీవించినవాడు, ఎక్కువగా నవ్వినవాడు, ప్రేమించబడినవాడు, మేధావులచే గౌరవించబడినవాడు, చిన్నపిల్లల ప్రేమపొందినవాడు, తన మూల ప్రతిభను సానబెట్టి అనుకున్నది సాధించినవాడు. ఈ భూమిని తను పుట్టినప్పటికంటే మెరుగైన ప్రదేశంగా మార్చినవాడు, భూలోక సౌందర్యాన్ని ప్రశంసించకుండా ఉండలేనివాడు, ఇతరుల్లో ఎప్పుడూ ఉత్తమమైన దానికోసమే చూసి తన వద్ద ఉన్న ఉత్తమమైనదే వారికిచ్చినవాడు, ఎవరి జీవితం ఒక స్ఫూర్తిదాయకమో, ఎవరి జ్ఞాపకం ఒక అశీర్వాదమో. అతనే విజేత.



శక్తివంతంగా సంభాషించండి

''బ్రదర్స్ అండ్ సిస్టర్స్ ఆఫ్ అమెరికా'' అంటూ సాగిన వివేకానందుని మహోన్నత ఉపన్యాసం వేలాదిమందిని కదిలించింది. చరిత్రలోని గొప్ప ఉపన్యాసాలలో ఒకటిగా నిలిచింది. కారణం ఆ ఉపన్యాసంలోని పదాలు కాదు. ఆ పదాల వెనుకనున్న చిత్త శుద్ధి యొక్క శక్తి.

మనం ప్రత్యక్షంగానే కాకుండా పరోక్షంగా కూడా ఇతరులతో కమ్యూనికేట్ చేస్తామట! మానవులు సుమారు 7,00,000 వివిధ శారీరక సంకేతాలను ప్రదర్శించగలరని Mario pei అనే కమ్యూనికేషన్స్ ఎక్స్‌పర్ట్ పరిశోధనలో తేలింది!

Edward T.Hall అనే సామాజిక శాస్త్రవేత్త ప్రకారం – ఇద్దరి మధ్య సాధారణ సంభాషణలో 35% వరకూ మాత్రమే భావ ప్రసారం మాటల ద్వారా జరుగుతుందట, మిగతా 65% మన బాడీలాంగ్వేజీ, కదలికలు, (non verbal channel) ద్వారా జరుగుతుందట.

మీ కెంత గొప్ప సంభాషణా చాతుర్యం ఉన్నా, మీ సంభాషణ వెనుక మీ ఉద్ధేశ్యం స్పష్టంగా లేకపోతే ఇతరులు దానిని సులభంగా గుర్తించగలరు. ఎందుకంటే, మన మైండ్ నిముషానికి 500 పదాలను ప్రాసెస్ చేయగలుగుతుంది. కాని మనం 120 పదాలను మాత్రమే పలుకగలం. మన మనసులోని మాటలు మన నోటి ద్వారా కంటే ముందుగా వారి మనస్సులో ప్రతిఫలిస్తాయి.

మెరుపు, ఉరుముల్లో మనం ముందు మెరుపును చూస్తాం, తరువాత ఉరుమును వింటాం. శబ్దం కంటే వేగంగా కాంతి ప్రయాణిస్తుంది కాబట్టి ముందుగా మనం మెరుపును చూస్తాం! అదే విధంగా మాటల కంటే చాలా వేగంగా ఆలోచనలు ప్రవహిస్తాయి కనుక మన మాటల వెనుక ఉన్న ఉద్ధేశ్యం మన మాటల కంటే ముందే ఇతరులను చేరుతుంది.

ఉద్ధేశ్యం బావున్నప్పుడు, 'ఎలా' అన్నదానికి మార్గం దొరుకుతుంది. మన మాటలు, మన శరీరం అన్నీ మన లోపలి భావాలను వ్యక్తీకరిస్తాయి. మనలోపల లోతుగా నాటుకుపోయిన భావాలు ముఖంలో ప్రతిబింబిస్తుంటాయి.

ప్రతి సమావేశం ముందూ, ఈ సమావేశ ముఖ్యోద్ధేశం ఏమిటి అని నాకు నేను ప్రశ్నించుకుని, జవాబు చెప్పు కుంటాను. ఉదాహరణకు, ఈ సమావేశ ఉద్ధేశ్యం ఏమిటంటే, వారి మనసులను తాకి, వారి జీవితంలో ఒక కొత్త సంభవాన్ని సృష్టించే విధంగా చైతన్యవంతులు కావడం అనుకోవడం వల్ల నా ఉపన్యాసంలో, నా ఉద్ధేశ్యం స్వార్ధపూరితమైనదా లేక ప్రేమ పూరితమైనదా అని చెప్పకనే చెబుతుంది.

భిన్నత్వాన్ని ఆస్వాదించండి

నిజమైన ప్రేమ అంటే ఇతరులను వారి సుగుణాలతో పాటు, వారి లోపాలను కూడా అంగీకరించి ఆదరించడమే!

స్నేహితులు, ఆత్మీయులతో ప్రతి అంశంలోనూ ఏకాభిప్రాయానికి రావాల్సిన అవసరం లేదు, అయితే ఏ అంశాలు మీకు అంగీకారం కావో ఆ అంశాలు నాకు అంగీకారం కావు అని ఒక అంగీకారానికి రావడమే బాంధవ్యాలు ఆత్మీయంగా ఉండడానికి దోహదపడుతుంది.

మానవ సంబంధాలలో ముఖ్యమైనది, మనం ఇతరులని వారు ఎలా ఉంటే బావుంటుందో అలా ఉండాలి అని కోరుకుంటాం. ఉండక పోతే వారు మారాలని విశ్వ ప్రయత్నం చేస్తాం. కానీ ఈ ప్రపంచంలో మూడు రకాల వ్యక్తులు ఉంటారు. 1. మారేవారు, 2. మార్చేవారు, 3. మారని వారు. ఈ మారని కేటగిరీలో ఉన్న వ్యక్తులు తమకు పరిస్థితి అనుకూలంగా లేనప్పుడు మారినట్టు నటిస్తారు. పరిస్థితి తమకు అనుకూలంగా మారగానే, ఎప్పటిలానే తమ నిజ స్వరూపాన్ని చూపిస్తారు. వీరు మనకు కావలసిన వారయినప్పుడు, వీరి గురించిన చింత చింతనే తెచ్చిపెడుతుంది. కానీ మనకు మనశ్శాంతి కావాలంటే, వారెలా ఉన్నారో అలా వారిని అంగీకరించడమే. ఎందుకు మనుష్యులు ఇలా ఉంటారు? అనే ప్రశ్నకి సమాధానం: ''దేముడికి భిన్నత్వం అంటే ఇష్టం కాబట్టి'' అని చెప్పాల్సి వస్తుంది. వివిధ రకాల వాయిద్యాలు కలిపితేనే కదా సంగీతం సమకూరేది.

ఈ భువిలో అన్ని ప్రదేశాలూ ఒకేలా లేవు. ఒక చోట ఎడారులు, ఒక చోట మంచు పర్వతాలు, మరోచోట నిరంతర వర్షం ఇలా ఒక దేశం లోనే ఎన్నో రకాల వాతావరణాలు. అందుకే భూమి అంత సౌందర్య గ్రహం ఈ విశ్వంలోనే లేదంటారు.

మన ఆత్మీయులలో మంచి లక్షణాలు ఎక్కువ ఉన్నప్పుడు, మనకు నచ్చనివి, భరించగలిగినవైనప్పుడు, ఇవి నాకు నచ్చటలేదు అన్న విషయంలో అంగీకారానికి రావొచ్చు. నా తండ్రి అంటే నాకు చాలా ఇష్టం. కానీ ఆయన త్రాగుడు వ్యసనం నాకు చాలా అయిష్టం. అయినా నా ద్వేషం ఆ వ్యసనం మీదే కానీ వ్యక్తిపై కాదు. ప్రేమ, ద్వేషం రెండింటిలో ఏది ఎంచుకోవాలో మనిష్టం. ప్రేమ జీవితాన్నిస్తే, ద్వేషం జీవితాన్ని తీసేస్తుంది. ఈ జీవితం చాల చిన్నది. మీ ప్రేమను, కృతజ్ఞతను ఆత్మీయులకు తెలియజేయాలి అనే అవగాహన వచ్చే సమయానికే వారు మన మధ్య ఉండకపోవచ్చు. కలిసి ఉన్నప్పుడే ప్రేమను చూపాలి.

ఈ రోజు ఈ రోజే అయిపోతుంది. ఈ ఉదయం మళ్లీ రాదు. ఉల్లాసంగా వేకువ ఝామునే మేలుకోండి. ఉదయం లేచినప్పటినుండి పిల్లల్ని రేసు గుర్రాల్లా పరిగెట్టించకండి. ''మీ బాగు కోసమే'' అని సాధించకండి. కొత్త జనరేషన్ ఎప్పుడూ మనకంటే తెలివైనవారని మరవకండి.

మనం వివేకంతో ఉన్నామా లేదా అభద్రతా భావంతో ఆలోచిస్తున్నామా అన్నది ఇట్టే పసిగట్టే ఒక కొత్త జనరేషన్‌తో మనం సహజీవనం చేస్తున్నాము. మనం చూసిన జీవిత అనుభవంతో, మనం మనకంటే తెలివైన తరాలకు శిక్షణ ఎలా ఇవ్వగలం? తల్లి తండ్రులు వివేకవంతులు అయినప్పుడే పిల్లలకు సరైన గైడెన్స్ ఇవ్వగలుగుతారు. చాణక్యుడు, పిల్లలను 5 సంవత్సరాల వరకూ మహారాజులా నెత్తిన పెట్టుకోండి, 6 నుండి 14 వరకూ యువరాజులా శిక్షణ ఇప్పించండి, ఆపై స్నేహితులవలె మారండి అంటాడు. ఈ రోజు పిల్లలకు పెళ్ళీడు వచ్చినా మీ పెత్తనమే నడవాలనుకుంటే వారైనా పిల్లలయి ఉండాలి లేదా మీరయినా అయిఉండాలి.

నేటి తరానికి అసాధ్యం అంటే ఏమిటో తెలియదు. మనం కష్టపడి వారిని సాధారణ వ్యక్తులుగా, బ్రతుకు తెరువు కోసం చదువుకునే వారిగా తయారుచేయవద్దు. మేతక వారు ఎప్పుడూ చరిత్ర సృష్టించలేరు, అల్లరి చిల్లర పిల్లలే గొప్ప వారుగా ఎదిగిన సందర్భాలు అనేకం. శక్తి ఎప్పుడూ సొసైటీ చట్టంలో ఇమడదు. మరణించిన చేప మాత్రమే నీటివాలుతో పోయేది. చైతన్యవంతులు తనదైన దారిని వెతుక్కుంటారు. తనదైన జీవితాన్ని జీవిస్తారు.

ఈ రోజు, మీ పిల్లలు మీ మాట వినేవారైనా, విననివారైనా సరే, వారిని వారిలా గుర్తించండి, ప్రేమించండి, మీకు నచ్చకపోతే, ఏది నచ్చలేదో ఆ విషయాన్ని చెప్పండి. చెప్పేదానికన్నా ఎక్కువ వినండి. ముందస్తు అభిప్రాయాలు లేకుండా స్థిత ప్రజ్ఞునిలా వినండి. ఏదైనా చెప్పేటప్పుడు మనసులో ఏ అజెండాలు లేకుండా చెప్పండి. సుహృద్భావ వాతావరణంలో చర్చించండి. అంతిమంగా వారు గొప్పవారౌతారని విశ్వసించండి. మీ తత్వం ప్రేమ, కరుణ, బాధ్యతతో నిండినప్పుడు మీరు సరైన కోచింగ్ ఇవ్వగలుగుతారు. తల్లి తండ్రులు నదికి ఒడ్డులా తన గమ్యం చేరడానికి సహకరించాలి. అడ్డుగా మాత్రం ఉండకూడదు. పిల్లల్ని మీరు పెంచనవసరం లేదు, వారిని పెరగనీయండి చాలు. మరింత స్పష్టమైన అవగాహన కోసం నేను 'పేరెంటింగ్' పై వ్రాసిన అమ్మ...నాన్న...ఓ జీనియస్ పుస్తకం చదవండి.

''పిల్లలు మీ ద్వారా వచ్చారు కానీ మీ నుండి రాలేదు.

మీతో ఉంటున్నా వాళ్ళు మీకు చెందరు.

మీ ప్రేమనే వాళ్ళకివ్వండి – మీ ఆలోచనను కాదు.

వాళ్ళ ఆలోచనలు వాళ్ళకున్నాయి.

వారి శరీరానికే మీరిచ్చే రక్షణ, వారి ఆత్మలకు కాదు.

రేపటి సౌధంలో విహరించే వారి ఆత్మలను మీరు చూడలేరు కలలో కూడా...

వారిని వారిలా ఉండటానికి ప్రయత్నించండి.

మీలా వారిని తయారు చేసే ప్రయత్నం మాత్రం వద్దు.

జీవితం ఎప్పుడూ ముందుకు వెళ్తుంది, వెనక్కు కాదు'' – ఖలీల్ జీబ్రాన్

మీ డి.ఎన్.ఎ ను మాట్లాడనివ్వండి

మీలోనే మీరు లక్షల కోట్ల సంఖ్యలో ఉన్నారు. మీలోని ప్రతి డి.ఎన్.ఎ– మీ యొక్క సూక్ష్మ రూపమే. ప్రతి డి.ఎన్.ఎ లోనూ చైతన్యం విస్తరించి ఉంది. ఒక ఇనుప ముక్కకు, అయస్కాంతానికీ ఉన్న తేడా ఇనుప ముక్కలో అణువులు తలొక దిశగా ఉంటే, అయస్కాంతంలో అణువులన్నీ ఒకే దిశగా కేంద్రీకరించబడి ఉంటాయి. అదే విధంగా మనలోని ప్రతి అణువు ఒక గొప్ప లక్ష్యం వైపు అనుసంధానించబడినప్పుడు, మనం అయస్కాంత కంటే ఎక్కువ ఆకర్షనీయంగా తయారవుతాము.

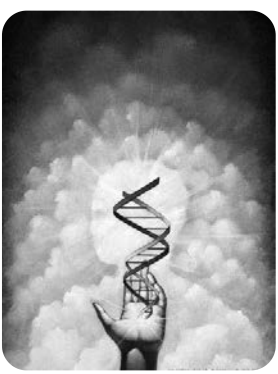
మన మనస్సే మన శరీరాన్ని రూపొందిస్తుంది. ఒక్కసారి జీవితం పట్ల దృక్పథం మారిందంటే తదనుగుణంగా శరీరం కూడా మార్పులు చెందుతుంది. ఒక గొప్ప లక్ష్యానికై మీరు స్ఫూర్తి నొందినపుడు, తపనతో మీరు జ్వలించినపుడు, మీ దేహ భాష, మీ నడక, నడత, మీ మాట, మీ ముఖం అన్నీ మారిపోతాయి. శరీరంలోని అణువణువూ మార్పు చెందుతాయి.

మీరు, మీ అసలైన పనిలో లీనమైనప్పుడు శరీరం, మనస్సు, హృదయం, ఆత్మల మధ్య సమన్వయం కలుగుతుంది. అటువంటి భావాతీత ధ్యాన స్థితిలో మీరుండరు. మీ పనే ఉంటుంది. ముఖం మనస్సుకు సంకేతమయితే, ఆ ముఖం కూడా కాంతివంతమవుతుంది, ఆకర్షణ శక్తిని పుంజుకుంటుంది. మీలోని 72 వేల నాడులూ శక్తిమంత మవుతాయి. ఒక కరెంట్ ప్రవహిస్తున్నట్లుగా జీవం ఉట్టిపడుతుంది. మెదడు నుండి వెలువడే వేలాది ఆలోచనలన్నీ ఒకే కేంద్రంపై కేంద్రీకరింపబడినప్పుడు వచ్చే జ్ఞాన ప్రవాహం అనుభవంలోకి వస్తుంది.

బాధలూ, కోరికలూ, బాధ్యతలు, ఆర్థిక సమస్యలూ మనస్సులోనికి రానప్పుడు, ప్రపంచానికి నిరూపించాల్సిందేమీ లేనప్పుడు, నేను అనేది లేనప్పుడు, సహజంగా మీకు ఒక పాట పాడాలనిపిస్తే అది గొంతెత్తి పాడండి, ఒక ఆట ఆడాలనిపిస్తే లీనమై ఆడండి, ఒక దుర్గం నిర్మించాలనిపిస్తే చెమటోడ్చి కట్టండి. ఈ భూమిపై మీలాంటి వాడు ఒకడు నడిచాడు అని చరిత్ర చెప్పుకోవాలంటే చెప్పుకోనివ్వండి.

''నేను మట్టి అవడంకంటే బూడిద అవడానికే ఇష్టపడతాను. కుళ్ళి, కృశించి నశించడానికి బదులు నాలోని ప్రతి అణువు భగ భగ మండే మంటల్లో ఆహుతవ్వాలనుకుంటాను. మందకొడిగా, ఒక శాశ్వత గ్రహంగా ఉండడంకంటే దేదీప్యమానంగా వెలిగి పతనమయ్యే అద్భుతమైన ఉల్కగా మారాలనుకుంటాను. మనిషన్నవాడు జీవించాలి. బ్రతుకీడ్చడం కాదు''.

– జాక్ లండన్. కాల్ ఆఫ్ ద వైల్డ్



నేను ఎవరు?

మీరు చేసే పని ''మీరు ఎవరో'' దానియొక్క వ్యక్తీకరణ (ఎక్స్ ప్రెషన్). అంటే ముందుగా ''మీరు ఎవరో'' మీరు తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. – జగ్గీ వాసుదేవ్.

చనిపోవాలని నిశ్చయించుకున్న ఒక వ్యక్తి... ఐ వాంట్ టు కిల్ మై సెల్ఫ్ (నన్ను నేను చంపుకోవాలి) అనుకున్నాడట. అంతే ఆ క్షణంలో అతనికొక అంతర్బోధ కలిగింది. నన్ను నేను చంపుకోవడం ఏమిటి... అంటే 'నేను' మరియు నా 'సెల్ఫ్' వేరు అన్నమాట...అలా ఆ క్షణంలో వచ్చిన రియలైజేషన్‌తో అతని జీవితం రూపాంతరం చెందింది. ఆయనే 'Power of Now' రచయిత EckhartTolle.

ఒకటి నిజమైన మనం, రెండోది మన మనస్సుతో, అహంతో సృష్టించుకున్న అబద్ధపు మనం. వాస్తవంగా మనం ఎవరు? అనే దానిని మనం మరచిపోయాం.

చాలా మంది తామెవరో చెప్పలేరు? వారికే తెలియదు కాబట్టి. 'లా' చదివిన ఒక వ్యక్తి, తాను లాయర్‌ననీ, మెడిసిన్ చదివినాయన తాను డాక్టర్‌ననీ, అధికారంలో ఉన్న వ్యక్తి తాను అధికారిననీ, రాజకీయనాయకుడిని అనీ భావిస్తారు. మనం జీవితంలో ఎన్నో పాత్రలు పోషిస్తాం కాని మనం పాత్రలు కాదు. అవసరార్థం, వీలుకొరకు మనం డాక్టర్ అనో, లాయర్ అనో, టీచర్ అనో భావిస్తాం!... కాని అంతరాంతరాల్లో సత్యం పట్ల మనం ఎరుక కలిగి ఉండాలి. లేకుంటే ఆ పాత్రలోనే ఒదిగిపోయి, మిగతా పాత్రలకు న్యాయం చేయలేం!

ఉదాహరణకు ఒక నటుడు ఒక పాత్రలో లీనమైపోయాడనుకోండి. అతను చాలా అద్భుతంగా నటించినట్లు. కానీ ఆ పాత్ర అయిపోయినా ఆ పాత్ర తాలూకు పర్సనాలిటీ అతనిని వదలటంలేదంటే అతను జీవించడం మరచిపోయి నటననే జీవించడం అనే భ్రమలో మునిగిపోయి ఉండవచ్చు. ఒక నటుడు, అధికారి, న్యాయాధికారి, పోలీసు అధికారి, సైన్యాధికారి ఇలా ఏ వృత్తి అయినా, ఆ పాత్రలో లేనప్పుడు కూడా ఆ ఐడెంటిటీ పోవట్లేదూ అంటే ఆ పాత్ర పూర్తిగా తలకెక్కేసి మిగతా పాత్రలలో కూడా ఆ పాత్ర తప్ప మరొకటి కనపడక, మానవ సంబంధాలు దెబ్బతిని, మనశ్శాంతి కరువైపోవచ్చు.

మన సహజ ప్రకృతిని చూడాలంటే మన స్వీయ వ్యక్తిత్వానికి అంటిన మలినాన్ని ముందు తుడిచివేయాలి! అద్దంపై ధూళిని తుడచివేస్తేనే కదా, ప్రతిబింబం స్పష్టంగా కనబడుతుంది.

సాధారణంగా మీ అహం భావించేవన్నీ (Ego Identifications) మీరు సంతరించుకున్నవి మాత్రమే! – మీరు చేసే పని, మీ సోషల్ స్టేటస్, మీ గుర్తింపు, మీ జ్ఞానం, విద్య, రూపం, ప్రత్యేకతలు, సంబంధాలు, కుటుంబ చరిత్ర, నమ్మకాలు, ఇంకా రాజకీయ, జాతీయ, మత సంబంధమయిన అన్ని గుర్తింపులు... ఇవేవీ మీరు కాదు. – ఎక్‌హార్ట్ టొల్లే, పవర్ ఆఫ్ నౌ పుస్తకం నుండి.

మీరొక కుటుంబంలో పుట్టారు. తద్వారా ఆ కులాన్ని, మతాన్ని పొందుతున్నారు. ఒక వేళ మీరు పుట్టిన వెంటనే మిమ్మల్ని హాస్పటల్‌లో మార్చేసి, వేరే ఇంకో మతం వారికి ఇచ్చేశారను కోండి! మీరు ఆ మతానికే చెందిన వారిగా నమ్మబడతారు కదా! నిజమైనది బయటకు రావాలంటే అబద్ధమైనది విడిచిపెట్టాలి. మిమ్మల్ని మీరు కనుక్కోవాలంటే మిమ్మల్ని మీరు కోల్పోవాలి.

జెన్ చెప్పేదేమంటే మనం బయటనుండి పొందిన జ్ఞానాన్ని వదిలేస్తే – జ్ఞానం అంటే మీ పేరు, మీ గుర్తింపు ఇలా అంతా కూడా. ఎందుకంటే ఇది ఇతరులు మనకిచ్చింది. అలా ఇతరులు ఇచ్చిన అంతటినీ ఒక్కసారి మీరు విదిల్చి వదిలి వేయగలిగితే మీ అస్థిత్వానికి, వ్యక్తిత్వానికి పూర్తిగా విభిన్నమైన ఒక సుగుణాన్ని సంతరించుకుంటారు. అదే అమాయకత్వం.

ఆలోచనలు నిర్మూలింపబడినపుడు, గతం మాయమవుతుంది. అపుడు మీరు మీరుగా ఉంటారు. ''మీరు'' అనేది ఒక వ్యక్తి కాదు, ...స్వచ్ఛమైన, నిర్మలమైన ఎరుక (ప్యూర్ అవేర్‌నెస్).

మన నిజ ప్రవృత్తి ప్రశాంతత, పవిత్రతతో నిండినది. సహజంగా మనం జ్ఞానం, ప్రేమ, స్వచ్ఛత, ఆనందం, పరిపూర్ణతల తోటి దివ్యమైన ఆత్మలా మనం ఈ ప్రపంచంలోకి ఏ గుర్తింపు లేకుండా వచ్చాం! అన్ని రకాల గుర్తింపులు ఇక్కడ మనం సంపాదించుకున్నవే! అప్పటికే నిండా వ్రాసియున్న బోర్డుపై మీరేమి వ్రాయలేరు! కాని ఒక ఖాళీ బోర్డుపై ఏమైనా వ్రాయడానికి అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి ఆపాదించుకున్న వాటికన్నింటికీ అతీతంగా ''ఖాళీ అయి'' మీరు ఉన్నప్పుడు మీరు ఏది కావాలనుకుంటే అది అవవచ్చు.

మనం 'ఫలానా' అని అనేసుకొంటే, మనం ఆ ఫలానా తప్ప ఇంకేమీ కాలేము. మనం ఏమీ కాకుండా ఉంటే, 'ఏది కావాలనుకుంటే అది అవడానికి ఆస్కారముంది. వాస్తవానికి మనం ఏమీ కాము. మనం ఒక నథింగ్. అంటే నో థింగ్, వస్తువు కాదు అని. వస్తువు అయితే దానికి అవధులు ఉంటాయి. వస్తువు కానప్పుడు ఏ అవధులూ ఉండవు. సున్న అంటే, ఏమీ లేదు... కానీ అదే అనంతం కూడా! అదే మన అస్థిత్వం కూడా.

అహం అనేది భూమ్యాకర్షణ శక్తిని దాటడానికి రాకెట్‌కు ఉపయోగపడే ఇంధనం లాంటిది. ఒక ఎత్తువరకూ ఈ అగ్ని అనే కసి అవసరం. ఆ తరువాత అది విడివడాలి లేకపోతే అసలుదే పడిపోవచ్చు. కక్ష్యలోకి ప్రవేశించాకా బయటి ఇంధనంతో పనిలేదు.

ఆత్మ చంచలమయినపుడు అది మనస్సు అనబడుతుంది. మనస్సు ప్రశాంతత నొందినపుడు ఆత్మ అనబడుతుంది. ఆ నిశ్శబ్ద స్థిరమైన అంతరంగ అనుభూతిని పొందాలి. అపుడు మీరొక విత్తనంలో నిక్షిప్తమైన (Absolute potential) సంపూర్ణ సంభవ శక్తిగా మారతారు. ఎంత పెద్ద వృక్షమైనా విత్తనంలో సూక్ష్మంగా ఉంటుంది. అది మొలకెత్తడం ప్రారంభించగానే క్రమేపీ విత్తనం మాయమవుతుంది.

మనం ఆధ్యాత్మికత వైపు నడుస్తున్న మానవులంకాదు, మానవులుగా జీవిస్తున్న ఆధ్యాత్మిక జీవులం. మీ అసలైన అస్థిత్వం తెలియగానే, మీ జీవితంలో లెక్కలేనన్ని సంభవాలు మీ ముందు

గోచరిస్తూ ఉంటాయి. మనందరం ఒక అద్భుత సంభవంగా ఈ భువిపై జీవించవచ్చు.

మీకు మీ నుండి తప్ప బయటనుండి సహాయం అందదు. మీరే ఈ విశ్వ నిర్మాతలు– ఒక పట్టు పురుగులా మీ చుట్టూ ఒక గూడు నిర్మించుకున్నారు... దానిని ఛేదించండి... అందమైన సీతాకోక చిలుకలా బయటకు రండి, ఒక స్వేచ్ఛయుత ఆత్మలా ... అపుడు మాత్రమే మీరు సత్యాన్ని దర్శించగలరు. –స్వామి వివేకానంద

సాయంత్రపు పిల్లగాలులు మీతో కొన్ని రహస్యాలు
పంచుకోవాలను కుంటున్నాయి.
నిదురపోవడానికి మరలిపోవద్దు.

మీకు నిజంగా కావాల్సిందేమిటో మీరు అడిగి తీరాలి
నిదుర పోవడానికి మరలి పోవద్దు

రెండు ప్రపంచాలు కలిసే చోట ఆ ద్వారం వద్ద
ముందుకు వెనక్కూ ప్రజలు తిరుగాడుతున్నారు.

... ద్వారం పూర్తిగా తెరచే ఉంది.
మీరు నిదుర పోవడానికి మరలి పోవద్దు.
– జలాలుద్దీన్ రుమి, 13వ శతాబ్దపు సూఫీ తాత్వికుడు

ఐ యామ్ దట్ ఐ యామ్

ఒక మనిషి జన్మిస్తాడు. జన్మించాలంటే ముందు మరణించాలి,
మరణించాలంటే ముందు ఆ మానవుడు మేల్కోవాలి! – జార్జి గుర్జీఫ్.

మనం మనంగా ఉండటం కంటే గొప్ప ఆనందకరమైన విషయం మరొకటి లేదు. మన నిజతత్త్వం అనేది ఎవరూ కాకుండా ఉండడం. ''ఎవరూ కాకుండా ఉండడం'' అనేది ప్రేమలో పడినప్పుడు ఉండే అనుభూతి లాంటిది. మీరు ప్రేమలో ఉన్నారు అని మీకెవరూ చెప్పక్కరలేదు. అది మీకే తెలుస్తుంది. అందుకే ఏసుక్రీస్తు అన్నాడు ఐ యామ్ అని, అంతే! అక్కడ ఇంకే పాత్రలూ, నామకరణాలూ, గుర్తులూ లేవు. 'నేను' అనేది లేనప్పుడు ఈ విశ్వం, మీరు ఒకటే అవుతారు. అపుడు మీరు ఏకాకి కాదు. మీరే సర్వం అవుతారు.

ఒక శిష్యుడు గురువుగారిని ''అహం బ్రహ్మాస్మి అంటే, నేనే దేముడు అని కదా అర్థం, అంటే నేనూ–దేముడూ ఒకటేనా'' అనడిగాడు. దానికి ఆయన, ఒకటీ–రెండు నాయనా అని సమాధానమిచ్చారు. ఆ శిష్యుడికి ఈ సమాధానం వింతగా అనిపించి, 'గురువుగారూ ఒకటైనా అవ్వాలి లేదా రెండైనా అవ్వాలి కదా' అనడిగాడు. దానికి ఆయన, సూర్యుడూ, సూర్యకాంతి, సముద్రం, అల రెండూ ఒకటే అయినా రెండు పేర్లు ఎలా ఉంటాయో, నేను–విశ్వం అనేది కూడా అంతే. నేను లేనప్పుడు నీవు విశ్వం ఒకటిగా, నేను అనేది ఉన్నప్పుడు రెండుగా ఉంటారు.

ఈ విశ్వంలో మన ఉనికి నామమాత్రం. కానీ ఈ విశ్వ శక్తినంతా వశం చేసుకునే అవకాశం మనిషికే ఉంది. మన జీవితంలో అద్భుతాలన్నీ మన ద్వారా జరుగుతాయి. మన నుండి కాదు. కుళాయి ద్వారా నీరు వస్తుంది, కుళాయి నుండి కాదు. మనం కోరుకున్నది ఏదైనా విశ్వం అనే రిజర్వాయర్ నుంచి తోడుకోగలం.

మీ మనస్సును శూన్యంగా చేసుకోండి, ఏ భావమూ, రూపమూ లేకుండా చేసుకోండి, స్వచ్ఛమైన నీటిలా. నీటిని మీరు ఒక కప్పులో పోస్తే కప్పు ఆకారం, గిన్నెలో పోస్తే గిన్నె ఆకారంగా మారుతుంది. అది ఎలా కావాలంటే అలా ప్రవహిస్తుంది. ప్రవాహం జీవ లక్షణం కాబట్టి మిత్రమా! స్వచ్ఛమైన జలంలా ఉండు. – బ్రూస్‌లీ, ప్రముఖ మార్షల్ ఆర్ట్స్ మాస్టర్, నటుడు.

నిన్ను నువ్వు ఖాళీ చేసుకో, సమస్తంతో నింపబడతావు. ప్రవహించే నదిలా ఉండు, ఎల్లపుడూ తాజాగా ఉంటావు. గతం విషయంలో గతించు, అపుడు నువ్వు జీవితంలో జీవిస్తావు.

నిర్వాణం అంటే వెలుగుతున్న కొవ్వొత్తిని ఆర్పేయడం కాదు.
తెల్లవారింది కనుక కొవ్వొత్తితో పనిలేకపోవడం

– రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్

అలెగ్జాండర్ ది గ్రేట్

అలెగ్జాండర్‌ని ది గ్రేట్ అని ఎందుకంటారో మీకు తెలుసా? ఈ ప్రశ్న నా సభలలో అడిగినపుడు చాలా మంది – అతను ప్రపంచాన్ని జయించాడు కాబట్టి అనే సమాధానం చెప్తారు. కానీ అంతకంటే ఆయన గొప్పవాడు అనడానికి మరో కారణం ఉంది. అది ఆయన మరణశయ్యపై ఉన్నప్పుడు మానవాళికి ఇచ్చిన సందేశం వల్ల.

ఆయన గురువు అరిస్టాటిల్ హిందూ దేశాన్ని జయించవయ్యా, అదీ విజయం అంటాడు. కానీ వారు చాలా ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానులు. జాగ్రత్త సుమా అని చెప్పి పంపిస్తాడు. భారతదేశం నుండి జ్ఞానాన్నీ, జ్ఞానులనూ కూడా తీసుకురమ్మని కోరతాడు. అలెగ్జాండర్ తన జైత్ర యాత్రలో భాగంగా మన దేశంలో ఒక మహర్షిని కలవడం జరిగింది. అప్పుడు అలెగ్జాండర్ తనను తాను పరిచయం చేసుకుంటూ, ''నేను ప్రపంచ విజేత, అలెగ్జాండర్ ది గ్రేట్'' అంటాడు. అయితే ఆ సమయంలో ఆ మహర్షి సూర్యోదయాన్ని ఆస్వాదిస్తూ ధ్యానంలో మునిగిఉన్నాడు. అలెగ్జాండర్ మరల, ''నేను ప్రపంచ విజేత, అలెగ్జాండర్ ది గ్రేట్'' అని చెప్పినతరువాత, ఆ మహర్షి కనులు తెరచి, అలెగ్జాండర్ వంక చూసి, నువ్వు నిజంగా గొప్ప వాడివైతే చెప్పక్కరలేదు, చెప్పుకుంటున్నావంటే ఇంకా కాలేదన్నమాట'' అన్నారు.

అప్పుడు అలెగ్జాండర్ తన వద్ద ఉన్న ప్రపంచ పటాన్ని చూపి, తను ఎంత భూభాగాన్ని జయించాడో చూపిస్తాడు. దానికి ఆ మహర్షి, ''ఎందు కంత సమయం వృధా చేసుకున్నావు, నీకు కావలసింది ఆరడుగులే కదా'' అంటాడు. అది అలెగ్జాండర్ ఊహించని సమాధానం, నిజమే కదా అనే ఆలోచనతో భారతదేశాన్ని వీడి వెళ్ళిపోయేటప్పుడు, బాబిలోనియా ప్రాంతంలో విష జ్వరం బారినపడి, తనకు మరణం ఆసన్నమైన తరుణంలో మూడు విచిత్రమైన కోరికలు కోరాడు. ప్రపంచాన్ని జయించే నేపథ్యంలో తన మాతృమూర్తిని, మాతృదేశాన్ని మరల చూసే అవకాశం రాని ఈ గొప్ప యోధుడు చని పోయే ముందు తన సైన్యాధిపతులందరినీ పిలిచి వారితో ఆ మూడు వింత కోరికలను చెప్పాడు.

మొదటిది: తన శవపేటికను తన వ్యక్తిగత వైద్యులు మాత్రమే మొయ్యాలి. రెండవది: తన శవయాత్ర మార్గంలో తానుదండయాత్రలలో సేకరించిన బంగారం, వెండి, విలువైన రత్నాలను వెదజల్లాలి. మూడవది: తన రెండు చేతులు శవపేటికనుండి రెండు వైపులా బయటికి కనిపించేలా వ్రేలాడతీయాలి.

ఈ విచిత్రమైన ఆజ్ఞలు అందరికీ ఆశ్చర్యం కలిగించినా ఆయన ఆజ్ఞను ఎవరూ కాదనలేక మిన్నకున్నారు. కాని ఒక సైన్యాధికారి మాత్రం అలెగ్జాండర్‌ను సమీపించి ఈ కోరికల వెనుక ఉన్న అర్థమేమిటో చెప్పమని కోరాడు.

అలెగ్జాండర్ ఇలా చెప్పాడు: నేను జీవితంలో నేర్చుకున్న పాఠాలను ప్రపంచానికి తెలియచేయాలను కోవడమే దానికి కారణం. నా వైద్యులనే నా శవపేటికను మోయమనడానికి కారణం – మరణం ఆసన్న మైనపుడు ఏ వైద్యుడూ మనల్ని రక్షించలేడు, బ్రతికించలేడు. మృత్యు నీడలో వారు నిస్సహాయులు. అందుకే శరీరాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయరాదు.

ఇక నా రెండవ కోరిక ద్వారా నేను చెప్పదలుచుకున్నదేమిటంటే – నా జీవితం అంతా ఈ ప్రపంచంలోని సంపదను ప్రోగు చేయడానికి వెచ్చించాను, అయినా నేను దేనినీ నా వెంట తీసు కెళ్ళలేను. సంపదల కోసం పరితపించడం వృథా ప్రయాస. (అర్థం: మనం సంపద వెంబడి పడడం కాదు. మనం మన పని వెంబడి పడితే, సంపద మన వెంట పడాలి.)

మూడవ కోరిక ద్వారా: ఈ ప్రపంచంలోకి నేను వట్టి చేతులతో వచ్చాను. తిరిగి ఆ ఖాళీ చేతులతోనే వెళ్ళి పోతున్నాను! ఈ మూడు గుణపాఠాలు, జీవిత సత్యాలు; ప్రపంచానికి, ప్రజలకు నా మరణం ద్వారా అర్థమయ్యేలా చెయ్యాలని నా కోరిక!

ఈ సందేశాన్నిచ్చిన అలెగ్జాండర్ నిజంగా దిగ్రేట్! కాని అలెగ్జాండర్ ఈ సందేశాన్ని ఎప్పుడిచ్చాడు? అందరూ అనుకున్నట్లు చనిపోయేముందు కాదు, ప్రపంచాన్ని జయించిన తర్వాత! నాన్న ఇచ్చిన చిన్న రాజ్యంతో తృప్తిపడి జీవించి ఉంటే ఆయన సందేశం ఎవరికి కావాలి? రెండు వేల సం॥ల తరువాత కూడా మనం ఆయనగురించి ఎందుకుచెప్పుకోవాలి?

ఒక భిక్షగాడు కూడా శవపేటిక బయటకు చేతులు వ్రేలాడదీసి ఇదే సందేశాన్ని ఇవ్వాలనుకున్నాడనుకోండి! అపుడు ప్రజలు ఏమనుకుంటారు? ...ఇతను చనిపోయాక కూడా అడుక్కుంటూ వెళ్తున్నాడు అనుకుంటారు!

కలలు కనండి అని అబ్దుల్ కలామ్ గారు చెప్తే బావుంటుంది. గోల్డ్ మెడల్ సాధించడం పెద్ద విషయం కాదని అభినవ్ బింద్రా చెప్తే బావుంటుంది. వంద సెంచరీలు సులభమని సచిన్ టెండూల్కర్ చెప్తే బావుంటుంది.

ధర్మ, అర్థ, కామ దాటిన వారికే ఆధ్యాత్మికత అర్థం అవుతుంది. బుద్ధుడు సర్వం త్యజించకముందు రాజు కదా,

మహావీర్ కూడా రాజే కదా? మరి రాజే ఒక ఆధ్యాత్మిక గురువైతే పాపులర్ అవడమూ సులభమే, సత్యమైతే ఆదరణ పొందడమూ సులభమే.

రాజా రవివర్మ గారు ఒక గొప్ప చిత్రకారుడు. రాజు అవడం వల్ల ఆ చిత్రాల గొప్పతనం త్వరగా అందరికీ తెలిసొస్తుంది. గాంధీ గారు సూటు వేసుకుని ప్రాక్టీసు చేసే ఒక ధనవంతుడైన లాయరు కనుక చొక్కా లేకుండా తిరిగితే అంత నిరాడంబరుడయ్యారు.

మనం వదలాలంటే ముందుగా మన దగ్గర వదలడానికి ఏమైనా ఉండాలి కదా! రాబిన్ శర్మ గారు వ్రాసిన ''ఆత్మ శోధనకై ఆస్తులు త్యజించిన ఒక యోగి కథ'' అనే పుస్తకం ఎంతో విజయం సాధించింది. ఎందుకంటే ఆస్తులు లేని వాడు త్యజించే దేముంది? ఉన్నవాడు త్యజించడానికి ఎంతో ధైర్యం కావాలి. తను ఆల్‌రెడీ అయి ఉన్నదానిని వదలకపోతే తను కావలసినట్టు కాలేదు కదా!

తామరాకులా ఉంటూ బురదను అంటుకోకుండా ఉండడం, ఆ బురదపై ఫిర్యాదులు చేయకుండా, ఆ బురద సహాయంతో కలువ పువ్వులా వికసించడం ఆధ్యాత్మికతకు చిహ్నాలు. నిరాశ, వైరాగ్యం, మెట్ట వేదాంతం ఆధ్యాత్మికతకు చిహ్నాలు కాదు. మన ధర్మాన్ని మనం నిర్వర్తించడం ఆధ్యాత్మికత. చెయ్యాలనుకున్న పనిని ఒక తపస్సులా, తపనతో చేయడం ఆధ్యాత్మికత. అంతరాత్మ పిలుపుకు ప్రతిస్పందించడం ఆధ్యాత్మికత, ప్రేమ, కరుణ తో కూడిన హృదయంతో పనిచేయడం ఆధ్యాత్మికత! మన కర్తవ్యాన్ని సమర్థవంతంగా, సంపూర్ణంగా నిర్వర్తించడం ఆధ్యాత్మికత!

ఒక అర్ధరాత్రి దొంగలా మరణం మీ వద్దకు వచ్చినపుడు, అది మీ నుండి దోచుకెళ్ళగలిగేది ఏమీ లేనంత పరిపూర్ణంగా, వైభవంగా మీరు జీవించాలి.

జీవితం జీవించిన వాడికి మరణం పట్ల భయముండదు. సోక్రటీసును న్యాయమూర్తి అడుగుతాడు. నీ బోధనలను ఆపేయి, నీకు శిక్ష ఉండదు అంటారు. దానికి సోక్రటీసు కోయిల పాడకపోతే దాని బ్రతుకెందుకు. నేనా పని చేయలేను అంటాడు. అయితే ఏథెన్స్ నగరాన్ని వదలి బయటకు వెళ్ళి నీ బోధనలు చెప్పుకో. అక్కడ మా చట్టం వర్తించదు అలా చేస్తే కూడా నీకు శిక్ష పడదు అని న్యాయమూర్తి మరో అవకాశం ఇస్తాడు. దానికి సోక్రటీసు, ''చరిత్ర నన్ను పిరికివాడంటుంది. పిరికివాని బోధనలు ఎవరికి కావాలి? అందుకని నేనాపని కూడా చేయలేను'' అంటాడు. ''అయితే మరి నాకు మరొక గత్యంతరం, లేదు నీకు మరణ శిక్ష విధించడం తప్ప''. (ఎందుకంటే ప్రజల కోరిక ఆయనకు మరణ శిక్ష విధించాలని, వారి ఆరోపణ ఏమిటంటే ఈయన మా యువతను తన బోధనలతో పాడుచేస్తున్నాడు అని, అప్పట్లో యువత కంటే వృ ద్ధులు ఎక్కువ ఉండే వారు. అందుచే వారి మాటే చెల్లేది) దానికి సోక్రటీసు ఆనందంగా ఒప్పుకుంటాడు. 'నేను జీవితాన్ని చూసాను, కానీ చావు చూడలేదు, చాలా షంతోషంగా మీ తీర్పును శిరసావహిస్తాను' అంటాడు. న్యాయమూర్తికి ఆయనను రక్షించే మరో మార్గంలేక

ఆయనకు సూర్యాస్తమయం లోపల విషం త్రాగి మరణించవలసిందిగా ఆజ్ఞాపిస్తాడు. శిష్యులందరూ బాధాతప్తహృదయాలతో ఉంటే సోక్రటీసు మాత్రం హుషారుగా ఉంటాడు. సూర్యాస్తమయం అవుతుంది, 'విషం కలపడం ఆలస్యమెందుకు అవుతుందని, నీ విధి నీవు సరిగ్గా నిర్వహించడం లేదని' ఆ విషం కలిపే వ్యక్తిని తొందర పెడతాడు. 'మీరు ఇంకాసేపు జీవించాలని నేను ఆలస్యంచేస్తుంటే, మీరెందుకు అంత తొందర పడుతున్నారు' అని ఆ విషం కలిపే వ్యక్తి అంటాడు. దానికి సోక్రటీసు, 'నేను జీవితాన్ని చూసాను, మరణాన్ని చూడలేదు, అది తెలుసుకోవాలనే అంత ఉత్సాహంగా ఉన్నాను' అంటాడు. విషం త్రాగాకా తన ప్రతి అనుభవాన్ని తన శిష్యులకు చెప్తాడు. ఏ మాత్రం బాధ లేకుండా మరణిస్తాడు. జీవితం పూర్తిగా జీవించిన వానికి మరణం పట్ల భయమెందుకు! జీవించని వారికి కదా మృత్యువు పట్ల భయం.

మీరు పుట్టినపుడు ఏడ్చారు. ప్రపంచం సంతోషించింది. మీరెటువంటి జీవితం జీవించాలంటే... మీ జీవిత కార్యం సఫలం చేసి మీరు ఈ ప్రపంచం నుండి సంతోషంగా నిష్క్రమిస్తున్నపుడు ప్రపంచమంతా దుఃఖించాలి.

తెలిసో, తెలియకో మనలో ప్రతిఒక్కరం ఏదో ఒక, ఎంతో కొంత సేవ సేస్తూనే ఉంటాం! ఆ సేవను ప్రయత్నపూర్వకంగా, సంకల్పంతో ఒక అలవాటుగా పెంచి పోషిస్తే, క్రమేపీ మనలోని సేవాతత్పరత బలవత్తర మవుతుంది, మరియు మన సంతోషమే కాదు. ప్రపంచానికే ఆనందాన్ని అపరిమితంగా అందించగలం.

– మహాత్మా గాంధీ

వెలుగై జీవించండి

ఆత్మ యందు వెలుగు ఉంటే వ్యక్తి యందు సౌందర్యం ఇనుమడిస్తుంది. వ్యక్తి యందు సౌందర్యం ఉంటే గృహంలో సామరస్యత ఉంటుంది. గృహంలో సామరస్యత అనేది దేశంలో సామరస్యానికి దారితీస్తుంది. దేశంలో సామరస్యత ఉంటే ప్రపంచం అంతా శాంతి వెల్లి విరుస్తుంది. – చైనా సామెత

వెలిగే దీపం మాత్రమే ఇంకో దీపాన్ని వెలిగించగలదు. అదే విధంగా ఆత్మజ్ఞాని మాత్రమే ఇతరుల యందు జ్ఞానాన్ని ప్రకాశింప చేయగలడు. ఒక దీపం వెలగాలంటే ఆక్సిజన్ అవసరం. అదే విధంగా ప్రేమ అనే ఆక్సిజన్ జీవితంలో ఉన్నపుడే ఇతరుల జీవితాలను ప్రకాశింపచేయగలం! కాబట్టి ముందుగా మీరు అసలైన జ్ఞానంతో ఆనందం మీ స్వభావం చేసుకున్నప్పుడు మాత్రమే ఇతరులకు సహాయం చేయగలుగుతారు.

చీకటిని చీకటి పారద్రోలలేదు, వెలుగుమాత్రమే ఆ పని చేయగలదు. ద్వేషం ద్వేషాన్ని రూపు మాప లేదు, ప్రేమ మాత్రమే ఆ పని చేయగలదు. – మార్టిన్ లూథర్ కింగ్

ఇతరుల నెరిగిన వాడు తెలివైన వాడు
తన్ను తానెరిగిన వాడు జ్ఞాని

ఇతరులను జయించినవాడు బలవంతుడు
తన్ను తాను జయించిన వాడు శక్తి వంతుడు

ఆనందాన్నెరిగినవాడు భాగ్యవంతుడు
తన మార్గానికి తాను కట్టుబడిన వాడు ధైర్యవంతుడు.

వినమ్రుడవై ఉండు, పరిపూర్ణత నొందుతావు!
తలవంచు, తలెత్తుకు తిరగగలుగుతావు.
నీలో ఏమీ లేకుండా చూసుకో, పూర్తిగా నింపబడతావు.

జ్ఞాని తనను తాను ప్రకటించుకోడు – అంతుకే, అతడు ప్రకాశిస్తాడు!
తన పట్ల ఆసక్తి కలిగి ఉండడు – అందుకే ఆకర్షణ కలిగి ఉంటాడు

అతనిలో పోటీ తత్త్వం ఉండదు
అందుకే ప్రపంచంలోని ఎవరూ అతనితో పోటీ పడలేరు
– లావో త్జు

ప్రేమవైపు మరలండి

దయాగుణం అనే భాషను వినపడని వారు కూడా వినగలుగుతారు,
చూడలేనివారు కూడా చూడగలుగుతారు. – మార్క్ ట్వైన్

"మానవ హృదయంలో అనంతమైన ప్రేమ ఉంది. అయినా ఈ భూమిపై ద్వేషం ఎందుకు విరాజిల్లుతోంది? ప్రేమ కంటే ద్వేషానికి లోనవుతున్న వారి సంఖ్య ఎక్కువగా ఉంది కనుక. ఈ లోకంలో దుష్ట శక్తులు విజృంభించడానికి కారణం మంచి వారు తాము చేయవలసింది సరిగా చేయకపోవడమే కారణం. ఈ ప్రపంచంలో ప్రేమకు సంబంధించిన శక్తుల కంటే, భయ ద్వేషాలకు సంబంధించిన శక్తులే సంఘటితంగా, తెగింపుతో పనిచేస్తున్నాయి.

దానికి ప్రతి స్పందనగా మనం ద్వేషాన్ని వ్యతిరేకించడమే కాదు, ద్వేషించేవారిని కూడా ప్రేమించడం నేర్చుకోవాలి. అపుడే ప్రేమ శక్తులు విజయం సాధిస్తాయి. భగవంతుని సుపుత్రులుగా మనం ప్రేమానుభూతిని పొందడమే కాకుండా, దానిని వ్యక్తీకరించి ప్రతి వారికీ పంచాలి. అది మన బాధ్యత కూడ. ప్రేమ శక్తులను ప్రచోదనం గావించడమే మన కర్తవ్యం. నిత్యజీవితంలో ప్రేమ యొక్క అద్భుతమైన శక్తిని అర్థవంతమైన మార్గాల్లో మనం వ్యక్త పరుచుకోవాలి. దయాపూరితమైన హృదయం నుండి జనించిన తపనతో ప్రేమ భావాలను మనం ప్రపంచానికి చాటిచెప్పాలి".

– మేరియమ్ విలియమ్‌సన్, రిటర్న్ టు లవ్ నుండి.

ఈ రోజే మనది. మనం అందరం మన చుట్టూ అత్యంత సన్నిహితంగా ఉన్నవారిని చాలా అలుసుగా తీసుకుంటాం. ఎందుకంటే వారెక్కడికీ పోరని మనకు తెలుసుకనుక. కానీ వారి మనసులలో మనం లేకపోతే, దగ్గరగా ఉన్నా దూరమే.

ఖాతాదారులకు ఉత్తమ సేవ ఎలా అందించాలి, వారిని ఎలా ఆనంద పరచాలి అని ఎంతో శిక్షణ ఇప్పిస్తుంటారు. కానీ మన చుట్టూ ఉన్న కుటుంబ సభ్యులు కూడా మన ఖాతా దార్లే అని, వారిని లెక్క చేయకపోతే, వారి మనసుల్లో నుండి మన ఖాతా తగ్గిపోయి, మరో ఖాతా తెరవవచ్చునీ, తద్వారా మన వద్ద పొందేదేమీ లేనప్పుడు వారికి ఎక్కడ మంచి సేవలు అందుతాయో, అక్కడకు వారి ఖాతాను మార్చేస్తారనీ అనుభవపూర్వకంగా తప్ప చాలా మందికి అర్థమవ్వదు.

మనం మన ఖాతాదారుడు చెల్లించేదానికంటే, ఎన్నో రెట్లు ఉత్తమ మైన సేవను అందిస్తే, అతను మనకు ఇవ్వాల్సిందానికన్నా ఎక్కువ ఇస్తాడు. అక్కడ ప్రేమ, విశ్వాసం, అభినందన, మన గురించిన ఉచిత మార్కెటింగ్ మనకు వద్దన్నా లభిస్తాయి. మీ పర్సనల్ బ్రాండింగ్ ఎలా ఉందో తెలియాలంటే, మీ కుటుంబ సభ్యులను, మిత్రులను, సన్నిహిత బంధువులను, మీ

సహోద్యోగులను మీ గురించి కొన్ని పాజిటివ్ మరియు నెగటివ్ విషయాలు చెప్పమని అడిగినప్పుడు, వారందరూ కామన్‌గా మీ గురించి చెప్పిన పదాలు తీసుకుంటే, మీ గురించి ఇతరులు ఏమనుకుంటున్నారు అన్నది అర్ధమవుతుంది.

మీ బ్రాండ్ ఏ విధంగా ఉంటే బావుంటుందో ఆలోచించండి. ప్రస్తుతం ఏ విధంగా ఉన్నా, వచ్చే సంవత్సరం ఇదే రోజుకి, ఏ విధంగా ఉంటే బావుంటుం దనుకుంటున్నారో, అలా మీ గురించిన కొత్త బ్రాండింగ్ ఏర్పడాలంటే మీరు తీసుకోవాల్సిన చర్యల గురించి ఆలోచించినప్పుడు, మీ వైఖరిలో, నడవడికలో, ప్రవర్తనలో మార్పులు వస్తాయి.

అందరినీ ప్రేమతో పలుకరించు, ద్వేషించే వారినైనా ప్రేమించు అన్నారు. ఎందుకంటే, 'మరలా ఈ దారిని వస్తామో రామో' తెలియదు కనుక. కష్టాలు, సమస్యలు అనేవి జీవితంలో అనివార్యం కాని దుఃఖం/ఆనందం అనేది మనం ఎంపిక. మీ మనస్సును ప్రేమతో నింపేయండి. మీతో పోట్లాడిన వ్యక్తిని కౌగలించుకొని ఆ కళ్ళల్లో నేరుగా చూడండి. మాటలు అవసరం లేదు ఇద్దరి కళ్ళూ ధారలా ప్రవహిస్తాయి. ఆ ఆనంద భాష్ప తరంగాలలో విభేదాలు అన్నీ కొట్టుకుపోతాయి.

విధివశాత్తూ ఏర్పడిన మీ బంధాలను అంగీకరించండి. విధి మీ చెంతకు చేర్చిన వ్యక్తులను ప్రేమించండి. హృదయ పూర్వకంగా ఆ పని చేయండి.

తాము ప్రత్యేకమైన వ్యక్తులమని భావించే వారికన్నా సామాన్యులుగా ఉన్న వారికే జ్ఞానోదయం సాధ్యం. అది సులభం! నిజానికి ఎవరైనా ఎపుడైతే – నిరాడంబరంగా, నిర్మలంగా, సహజంగా రూపాంతరం చెందుతారో – అదే జ్ఞానోదయం.

– శ్రీ శ్రీ రవిశంకర్

మీ జీవితం మీ చేతుల్లో

ఒకాయన తన గురువుగారిని పరీక్షించాలనుకున్నాడు. రెండు మూడు సార్లు ప్రయత్నించాడు గాని విఫలం అయ్యాడు. ఈ సారి ఎలాగైనా నెగ్గాలని నిశ్చయించుకున్నాడు.

ఒక చిన్న పక్షిని తన చేతుల్లో పట్టుకుని – అది బతుకుతుందా, లేదా! అని గురువుగారిని అడగాలని, గురువుగారు బ్రతుకుతుంది. అని చెప్తే, దాన్ని పిసికి చంపేద్దామని, ఛస్తుంది అని చెప్తే వదిలేద్దామని అలోచించాడు.

గురువుగారి దగ్గరకు వెళ్ళాడు – ''గురువర్యా! మీరు పెద్దలు, అన్నీ చెప్పగల విజ్ఞులు కదా, నా చేతుల్లో ఉన్న పక్షి బ్రతుకుతుందా? ఛస్తుందా?'' అనడిగాడు.

గురువుగారు ఇలా సమాధానం చెప్పారు, ''అదిచెప్పడం చాలా కష్టం నాయనా, కాని ఒక్క విషయం చెప్పగలను. దాని చావైనా, బ్రతుకైనా, నీ చేతుల్లోనే ఉంది!! అన్నారు.

పై కథలో లాగానే జీవితం అనేది మన దగ్గరే, ఎదురుగానే ఉంది. ఈ అపురూప అవకాశాన్ని ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో అనే ఎన్నిక మన చేతుల్లోనే ఉంటుంది.

మనం గుర్తుపెట్టుకోవాల్సింది ఒక్కటుంది: మన జీవితంలో అత్యంత గొప్ప భాగం ఎప్పుడూ మన ముందే ఉంటుంది.

భగవంతుని నుండి ఫోను

''గుడ్ మార్నింగ్, నేను దేవుడిని,

ఈ రోజు నీ సమస్యలన్నింటినీ నేను తీసుకుని

వాటి సంగతి నేను చూసుకుంటాను.

దానికి నీ సహాయం అక్కర్లేదు.

కాబట్టి ఈ రోజు అద్భుతంగా గడుపు.''

(రోజూ మీకు భగవంతుడి నుండి ఇలాంటి కాల్ వస్తే ఎలా ఉంటుందో ఊహించండి.)

మాటలు లేని గీతాన్ని ఆలపించండి

జీవితాన్ని సంతృప్తితో సింహావలోకనం చేసుకోవడం అంటే రెండు సార్లు జీవించినట్లే.

ఏం తేడా పడుతుంది, మీరు మహా నగరంలో ఉంటున్నా లేదా కుగ్రామంలో నివసిస్తున్నా!
నిజమైన జీవితం లోపలే ఉంది.

''మన సుఖ దుఃఖాలను వాటిని అనుభవించే చాలా కాలం ముందే
మనం వాటిని ఎంచుకుంటున్నాం!''

''నా హృదయాంతరంగంలో పదాలు లేని ఒక పాట నిబిడమై ఉంది''.

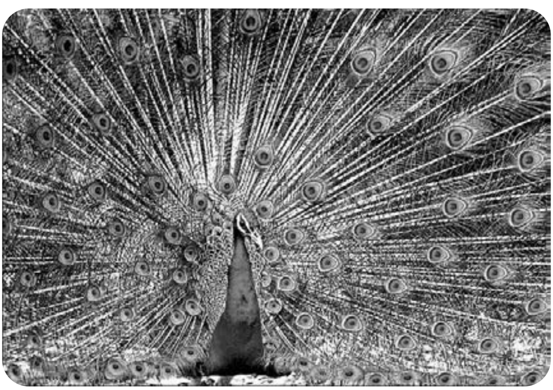
''నువ్వొక ధనస్సువి అయితే దానినుండి శక్తితో వెలువడిన
''సజీవ బాణాలు'' మీ పిల్లలు

''సూర్యరశ్మిని, వెచ్చదనాన్ని పొందుతూ వాటిని అనుభవిస్తున్నపుడు
ఉరుములు, మెరుపులను కూడా నేను అంగీకరించి తీరాలి''.

'' జీవితం తన హృదయ గీతాన్ని ఆలాపించే గొంతును కనుగొన లేనపుడు.
తన మేథస్సును వ్యక్తీకరించే ఒక తాత్వికుడికి జన్మనిస్తుంది''

''మనలో ఉన్న నిజమైనది మౌనంగానూ, నేర్చుకున్నది మాట్లాడేదిగాను ఉంటుంది''

''కలలను విశ్వసించు, శాశ్వతత్వానికి దారిచూపే గుప్తద్వారం అక్కడే ఉంది''



VENU BHAGAVAN'S PROFILE

- Is a renowned Speaker, Author, Corporate Trainer & Erickson Certified Coach.
- Member of ICF (International Coach Federation).
- Delivered over 1000 inspiring talks, Training sessions since 1995.
- National Award winner as ''Best Youth'' by Nehru Yuva Kendra in1998.
- Author of **'THE SECRET'** a best seller in Telugu sold over 55000 copies.
- Author of **'FIRE WITHIN'** in English & Telugu,
- Author of Amma Nanna O Genius - A parenting book in Telugu.
- Pioneer in Producing Video Motivational Cd's in 2006.
- Entreprenuer since 1991.
- As an Event Manager organised several Trade Fairs since 1997 all over India.

Interviews telecast in TV9, Gemini News, I-NEWS, ETV2, HM TV, and anchored a Personal Development quiz show 'MIND GAME' for MAA TV.

- Addressed all walks of life including Judicial Officers, Politicians, Professionals, Students, Professors, Employees, Sales Executives and insurence advisors and many walks of life.
- **Vision:** To see an India full of geniuses fired with Passion and dedication.
- **Mission:** Inspire people to live their full potential.

Some of the Places Venu Addressed: Judicial Academy, Ultratech Cement, Vizag Steel Plant, NTPC-Simhadri, SBI, BSNL, BHEL, LIC, GMR Foundation, Ramoji Film City, TDP, Youth Congress, Care Hospital, Hotel Green Park, AP Transco, Essennar Transformers, Suchir India Pvt Ltd, CCL Ltd, Unique Marcantile - Ahmadabad, Ramky Infrastructure Ltd., Goldstone Infra Ltd., Jayanti International Ltd-Hasan(Karnataka).

JNTU - Hyderabad, UGC-Hyd, Symbiosys - Pune, Vasavi Engg., Vikas-Tirupati, HITAM, ICSI(CS), SGGS Engg-Nanded, BVC Engineering-Amalapuram, Chilkur Balaji Institute of Technology-Hyd, Avavti Degree College-Hyd, Sri Chaitanya College-Gopalapatnam & NAD Kotha Road, Vizag, Digvijay Coaching Centre, AIMS-Warangal and many more.

Reffered and Recommended Books:

1. The 8th Habit by Stephen R. Covey
2. The Success Principles by Jack Canfeild.
3. Power of Now by Eckhart Tolle
4. You can heal your life by Louise Hay
5. Return to Love by Marianne Williamson
6. Self matters by Dr. Phil Mathew

Send your feedback to venu@vbild.com

E-mail: venubhagavan@gmail.com Web: www.vbild.com Contact us in Facebook & Linkedin

growten
Shaping Brilliant Minds

ఒక పుస్తకంలో ఉన్న సమాచారం ఒక ఉపన్యాసంలో ఇవ్వడం కుదరదు. కానీ కొద్ది మాటల్లో వచ్చే పవర్ మొత్తం పుస్తకం చదివినా దొరకకపోవచ్చు. వేణు భగవాన్ తన ఉపన్యాసాల ద్వారా లక్షలాదిమందిని ఉత్తేజపరిచిన అరుదైన ఉపన్యాసకులలో ఒకరు.

విజయానికి అవసరమైన ఆత్మ విశ్వాసాన్ని, నాయకత్వ లక్షణాలనీ, ధృక్పథాన్ని విద్యార్థులలో, ఉద్యోగులలో, వ్యాపారస్థులలో, రాజకీయనాయకులలో ఇంకా పలు వృత్తులలో ఉన్న లక్షలాదిమందిని వేణు భగవాన్ తన పుస్తకాలు, సిడిలు, మీడియా ఇంటర్వ్యూలు, ప్రత్యక్ష ఉపన్యాసాల ద్వారా లక్షలాదిమందిని ఉత్తేజ పరిచారు. మీరు కూడా మీ ఉద్యోగులు/విద్యార్థులకు ప్రేరణ, శిక్షణ ఇవ్వదలిచిన మమ్మల్ని సంప్రదించండి.

- **భవిష్యత్‌లో పుస్తక జ్ఞానమే కాక, నాయకత్వ నైపుణ్యాలు ఎక్కువ అవసరమని మీకు తెలుసా?**
- **భవిష్యత్ మార్కెట్ అవసరాల ప్రకారం మిమ్మల్ని సిద్ధపరచుకున్నారా?**
- **మీ పిల్లలకి ఇవ్వగలిగే అతిపెద్ద కానుక వారిలో నాయకత్వ నైపుణ్యాలను పెంచడమే అంటే నమ్ముతారా?**

ఆత్మ వికాసమే వ్యక్తిత్వ వికాసం - వ్యక్తిత్వ వికాసమే ఆత్మ విశ్వాసం.

Contact us for:
Motivational Talks
Corporate Training
Seminars & Workshops
Business & Life Guidence
www.facebook.com/venubhagavan
Email: venubhagavan@gmail.com
www.vbild.com / Phone: 9246171818

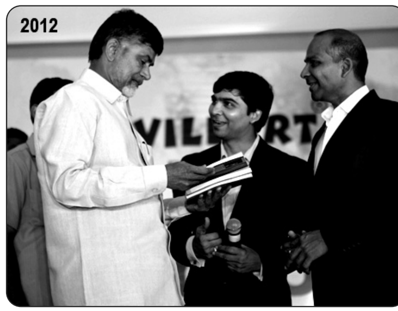
శిక్షణ ఎప్పుడూ ఖరీదు కాదు.
ఇవ్వకపోవడమే చాలా ఖరీదు.

AWAKEN THE LEADER WITHIN

Coaching, Training
Inspiring and Guiding
Entrepreneurs, Students,
Faculty, Employees, Individuals
for breakthrough results.

Member of
ICF
International Coach Federation

Venu Bhagavan
Erickson International Coach
Trainer, Author, Speaker, Consultant



Contact us on 9246171818. Mail: venu@vbild.com

ది ఫైర్ పుస్తక ఆవిష్కరణ సభ చిత్రాలు

తేది: 27-11-2009 వేదిక: త్యాగరాయ గాన సభ, చిక్కడపల్లి, హైదరాబాదు.

ముఖ్య అతిధి

శ్రీ చుక్కా రామయ్య గారు, **MLC**, ప్రముఖ విద్యావేత్త

ఈ పుస్తకం చదివాకా నాకు అర్థమయ్యింది ఒక్కటే. ప్రతి పిల్లవాడిలో ఫైర్ ఉంది. మనస్సు ఒక దానిపై కేంద్రీకరించినప్పుడు వచ్చేదే ఫైర్. **Determination, Dedication & Dicipline** ఎవరి వద్ద ఈ మూడూ ఉంటాయో ఆ వ్యక్తినే తపస్వి అంటారు. ఆ తపస్సుతో వచ్చేదే జ్వాల. జ్వాల బయటి శక్తితో వచ్చేది కాదు. **IIT** లో ఏ పుస్తకంలో లేని ప్రశ్నలడుగుతారు. పుస్తకంలో ఉన్న వాటికి జవాబు చెప్పడం చాలా తక్కువ స్థాయి. పుస్తకంలో లేనివి చెప్పడానికి ఆత్మవిశ్వాసంతోనే సాధ్యం. ఇలాంటి వారికి విజయం దాసోహం అవుతుంది.

ఇలాంటి పుస్తకాలు ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచడానికి ఉపయోగపడతాయి. మంట పెట్టేది కాదు ఫైర్, మంటల్ని ఆర్పేది ఫైర్. సామాన్యుడి కన్నీళ్ళు తుడిచేది ఫైర్. మనం పిల్లవాడిని ప్రోత్సహించవలసిన మనుషులం. దయచేసి తల్లితండ్రులను కూడా ఈ పుస్తకం చదువవలసిందని ప్రార్థిస్తున్నాను.

– **శ్రీ చుక్కా రామయ్య** గారు, **MLC**, ప్రముఖ విద్యావేత్త

వేణు భగవాన్

మనం అందరం ఏదో ఒక రంగంలో గొప్పతనం సాధించే బీజాలతో జన్మించాం. ఆ విత్తనాలను గుర్తించని స్థితిలో అవి సుషుప్త నిద్రావస్థలో ఉంటాయి. చాలా తక్కువ మంది మాత్రమే తమలోని అసలైన విత్తనాన్ని గుర్తించి దానినే తమ జీవిత లక్ష్యంగా మార్చుకుంటారు.

చాలామంది తమ హృదయ సంబంధమైన పని తెలియక, బ్రతకడం కోసం తమకు సంబంధంలేని పనులు చేస్తూ జీవితాన్ని భారంగా మార్చుకుంటారు.

దురదృష్టమైన విషయమేమిటంటే, తమ అసలైన ప్రతిభ గురించి తెలిసినవారుకూడా, పలు కారణాల వల్ల తమ సెల్ఫ్ ఎక్స్‌ప్రెషన్‌ను తొక్కిపెట్టి, వారి ఆనందాన్నే కాక వారి వల్ల కారణమయే ఒక మంచి మార్పు కూడా జరగకుండా ఉండడానికి కారణమవుతున్నారు.

ప్రతి మనిషికి తానేం కావాలనుకుంటున్నాడో అనే విషయంలో ఒక ఆలోచన, అవగాహన అంతరంగాలలో నిక్షిప్తమై ఉంటుంది. అలాంటి జీవిత లక్ష్యసాధనకు అవసరమైన అద్భుతమైన ఛోదక శక్తిని (driving force), కనుగొనడానికి ఈ పుస్తకంలోని అక్షర జీవాలు మీకు సహకరిస్తాయి. అంతర్గత సామర్థ్యంతో అఖండ విజయం సాధించాలనుకుంటే... మీ నిజమైన శక్తి సామర్థ్యాలేమిటో తెలుసుకొనే ఈ అద్భుత ప్రపంచంలోకి మీకు మా సాదర ఆహ్వానం.

www.vbild.com