జీవన ముక్తి

(బ్రహ్మ విద్య)

స్వామి మైత్రేయ

జీవన ముక్తి

(బ్రహ్మ విద్య)

స్వామి మైత్రేయ

ఎస్.ఎమ్.ఎస్. పబ్లికేషన్స్
హైదరాబాద్

ప్రథమ ముద్రణ : డిసెంబరు, 2010

ప్రతులు : 1000

సర్వహక్కులు : రచయితవి

మూల్యం : రూ. 120/-

ముఖ చిత్రాలంకరణ & ముద్రణ:
కాక్స్టన్ ఆఫ్‌సెట్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్,
11-5-416/3, రెడ్‌హిల్స్,
హైదరాబాద్ - 500 004.
ఫోన్ : 040 - 2339 5969

ప్రతులకు:
శ్రీమతి కే.బి. లక్ష్మి
17-141, శ్రీ నిలయం, కమలా నగర్,
దిల్‌సుఖ్‌నగర్, హైదరాబాద్ - 500 060.
ఫోన్ : 040 - 2405 0754
సెల్ : 97015 11618, 99635 21696

విషయ సూచిక

(బ్రహ్మ విద్య)

క్రమ సంఖ్య	విషయం	పేజీ నం.
1.	ఎన్నో ప్రశ్నలు	1
2.	ధ్యానంతో సంస్కారాలను తొలగించుకో	4
3.	ఆధ్యాత్మికత అంటే సంసారాన్ని వదిలేయడం కాదు	12
4.	ఇదే నీ నిజ తత్వం	14
5.	నీ అన్వేషణ నీ లోపలికే	16
6.	విషయ జ్ఞానంనుండి ఆత్మజ్ఞానం వైపు	18
7.	మంచి, చెడుల సంఘర్షణ	21
8.	దైవత్వమంటే మహిమలా?	23
9.	ప్రతీ పనిలోనూ ఒక ఆంతర్యం ఉంది	26
10.	సంపూర్ణమైన మనసే దైవత్వం	28
11.	ఉపనిషత్తుల సారాంశం	30
12.	కర్మయోగం ద్వారా ముక్తి	33
13.	అందరూ మృత్యుంజయులే	35
14.	స్వచ్ఛతను తెలిపేదే ధర్మం	38
15.	మాలిన్యాలను తొలగిస్తే హృదయమే గర్భగుడి	41
16.	సమాజంలో మార్పు ధ్యానం ద్వారానే	44
17.	ధ్యానమంటే శ్వాసమీద ధ్యాసేనా?	46
18.	ప్రకృతిలో దైవత్వం	48
19.	అథాతో బ్రహ్మ జిజ్ఞాస	50
20.	ఆధ్యాత్మిక వికాసానికి యమ, నియమాలు	52

21. ధ్యానం ద్వారా ఆలోచనలు శుద్ధి 56

22. నీ హృదయమే దేవుడి గర్భగుడి కావాలి 58

23. శ్వాసక్రియే సహజత్వం - అదే దైవత్వం 60

24. చేతనాశక్తిని (ప్రాణశక్తి) పెంచుకోవడం ఎలా? 62

25. అజాగరూకత 64

26. విజయ దశమి ఉద్దేశ్యం దివ్య చైతన్యం పొందడమే.. 66

27. గురు శిష్యుల సంబంధం 69

28. జీవిత గమ్యం 71

29. కృష్ణ తత్వం, గీతాసారం 73

30. విశ్వ చైతన్య ధర్మం 78

31. ప్రకృతే మహా గురువు 81

32. సంసారంతో మోక్షసాధన 83

33. మార్గాన్ని అనుసరించు.. మార్గ ద్వారాల్ని పూజించకు 86

34. ధ్యానానికి ఏకైక నియమం 88

35. మోక్ష స్థితిని అందరూ చేరుకోవాలి 90

36. పూజా సాంప్రదాయాల వెనుక అంతరార్థం 92

37. కర్మ ద్వారా ఆత్మ సాక్షాత్కారం 94

38. ఆత్మ న్యూనతనుంచి ఆత్మ సాక్షాత్కారం వైపు 96

39. ధర్మో రక్షతి రక్షిత: 98

40. దేవుడికి ఎల్లప్పుడూ కృతజ్ఞతతో ఉండాలి 100

41. రామతత్వ దర్శనం 102

42. పరిపూర్ణంగా ఉండడమే ఆధ్యాత్మికత 104

43. బ్రహ్మవిద్యలో ప్రాణాయామ పాత్ర 106

44. పంచ కోశాల నిర్మాణం, శుద్ధి 108

45.	మూలాధార నుంచి సహస్రార వరకు	113
46.	ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి శక్తి చక్రాల జాగృతి	117
47.	ఆత్మ - పరమాత్మ	120
48.	సిసలైన శరీరానికి అసలైన ఆహారం	122
49.	దైవత్వమే మతాల సారం	124
50.	ప్రతికూల పరిస్థితులు, మనుషులు, ప్రదేశాలు.. అన్నీ దేవుడి ప్రసాదాలే	126
51.	జీవిత 'పరమ' అర్థం	128
52.	జీవన్ముక్తి	130
53.	శివ సూత్ర రహస్యాలు	132
54.	ఆధ్యాత్మిక వికాసంలో మైండ్ పాత్ర	136
55.	హిరణ్య గర్భ	138
56.	సంకల్పం - దైవబలం	140
57.	మోక్షసాధనకు శరీరం ఒక పరికరం మాత్రమే	142
58.	అత్యధికమైన సంపద నీ ఆత్మ సంపదే...	144

***

1. ఎన్నో ప్రశ్నలు

జీవిత గమనంలో చాలామందికి ప్రశ్నలు, ప్రశ్నలు, ప్రశ్నలు... ఎన్నో ప్రశ్నలు మస్తిష్కంలో మెదులుతూ ఉంటాయి. మనిషి పుట్టుక, జీవితం, మరణం, దేవుడి గురించిన ఎన్నో ప్రశ్నలు ఉదయిస్తుంటాయి.

“నేనెవరు? నా ఈ జీవితానికి ఉద్దేశ్యమేమిటి? జీవితానికి గమ్యం ఏదైనా ఉందా? దేవుడెక్కడున్నాడు? దేవుడెలా ఉంటాడు? దేవుణ్ణి చూడడం, పొందడం ఎలా? అసలు దేవుణ్ణి ఎందుకు పొందాలి? ఈ పుట్టుక ముందు మరేదైనా పుట్టుక ఉందా? మరణమంటే ఏమిటి? మరణం తర్వాత ఏమిటి? మరణం తర్వాత ఎక్కడికి వెళ్తాం? చనిపోయిన తర్వాత మళ్ళీ పుడతామా? స్వర్గం, నరకం అంటే ఏమిటి? ఆత్మ అంటే ఏమిటి? మానవ సంబంధాలు ఎలా ఏర్పడ్డాయి? పాపం, పుణ్యం లాంటివి మనల్ని నియంత్రిస్తాయా? మనం ఎక్కడినుంచి వచ్చాం? ఎక్కడికి వెళ్తాం? మోక్షం, నిర్వాణం, జ్ఞానోదయం, ఆత్మ సాక్షాత్కారం అంటే ఏమిటి? ఇవన్నీ దేనిగురించి? వీటన్నిటికోసం మనం జీవించాల్సిన అవసరం ఉందా?

అలాగే, ధర్మం అంటే ఏమిటి? హిందూ ధర్మం, ముస్లిం ధర్మం క్రైస్తవ ధర్మం, బౌద్ధ ధర్మం అంటూ మతానికొక ధర్మం ఉంటాయా? ఈ ధర్మాలన్నిటినీ పాటించాల్సి ఉంటుందా? నీతి, న్యాయం, నియమం లాంటి వాటిని అనుసరించాలా? లేక ఇవన్నీ సమాజాన్ని నియంత్రించడానికో, పెత్తనం చలాయించడానికో ప్రవేశ పెట్టబడ్డాయా? సన్మార్గం అంటే ఏమిటి? ఇక్కడ మనం చేసే తప్పొప్పులను ఎవరైనా రికార్డ్ చేస్తున్నారా?

సంస్కారాలు, వాసనలు అంటే ఏమిటి? సంస్కారాలు, వాసనలు, ఇప్పటివరకు గడిపిన జీవితం మన రాబోయే జన్మలను ప్రభావితం చేస్తాయా? కోరికలు తీరకుండా మరణిస్తే దెయ్యాలుగా, భూతాలుగా మారుతారనేది వాస్తవమేనా? ఈ భయాలు, ఆందోళనలు ఎక్కడినుంచి వచ్చాయి? పుట్టుకతోనే మనకు మైండ్ ఉంటుందా?

మనం నిత్యం తలచుకునే దేవుడు అతీంద్రియ శక్తులు కలిగిన ఒక వ్యక్తియా? లేక ఒక శక్తా? కంటికి కనబడని, తెలియని ఆ వ్యక్తికి, లేదా, శక్తికి పూజలు, ప్రార్థనలు చేయాల్సిన అవసరముందా? మంత్రాలు చదవవలసిన అవసరం ఉందా? పూజలు, మంత్రాలు వేటినైనా ప్రభావితం చేయగలవా? పూజలు చేయనివారికి ప్రత్యామ్నాయం ఏదైనా ఉందా? దేవుడు, దైవత్వానికి సంబంధించిన సమీకరణాలను మనం ప్రభావితం చేయగలమా? దేవుణ్ణి, దైవత్వాన్ని మెప్పించి మనకు కావలసినవి ఏవైనా పొందవచ్చా? దేవుడు మనపై ప్రభావం చూపగలడా? మనల్ని శిక్షిస్తాడా?

రాళ్ళు, చెట్లు, జంతువులు, క్రూర స్వభావపు మనుషులు, సామాన్య మనుషులు, దేవుడు – ఇంతటి భిన్నత్వం కలిగిన సృష్టిలో మనం చేసే పనులు మన జీవితాన్ని ఏమైనా ప్రభావితం చేస్తాయా? జీవితచక్రంలో పురోగమించడం, తిరోగమించడం లాంటివి ఉంటాయా? సృష్టిలో ఎక్కువ, తక్కువలు – అలాగే – జీవితంలో అదృష్టం, దురదృష్టం అనేవి ఉంటాయా? ఆనందమంటే ఏమిటసలు? దాన్ని ఎలా పొందాలి?"

ఇలా ఎన్నెన్నో ప్రశ్నలు ఉదయిస్తుంటాయి. అన్నీ జవాబులు అంతుపట్టని ప్రశ్నలు. కొన్ని గతం గురించిన ఆవేదనలు, కొన్ని భవిష్యత్తుని గురించిన భయాలూ, ఆందోళనలు. ఇవన్నీ మన మైండ్‌లో ఉత్పన్నం అవుతుంటాయి.

వీటన్నిటినుంచి బయటపడాలంటే మనం ఏమైనా నేర్చుకోవాలా?

రకరకాల యోగ సాధనాపద్ధతులైన కర్మయోగ, భక్తియోగ, జ్ఞానయోగ లాంటివి ఏమైనా సాధన చేయాలా? మనం ఎంత ఎక్కువ జ్ఞానం సంపాదిస్తే దేవుడు మనకు అంతటి ఉన్నత జన్మను ప్రసాదిస్తాడా? ఇన్ని చేస్తున్న మనకు, మన జీవితానికి గుర్తింపు ఏమైనా ఉంటుందా? – ఇలాంటి ఎన్నో ప్రశ్నలకు సమాధాన సమాహారమే "బ్రహ్మవిద్య". ఆత్మను సాక్షిగా చేసే, సచ్చిదానంద స్థితికి చేర్చే "బ్రహ్మవిద్య" అనే ప్రయాణంలో హృదయం పాత్ర ఎనలేనిది. ఈ బ్రహ్మవిద్య జీవితానికి ఎంతో ముఖ్యమైనది.

నిన్ను నీవు తెలుసుకోవడమే జ్ఞానం
నీవు కానిది తెలియాలనుకోవడం అజ్ఞానం

End of Preview.

Rest of the book can be read @

http://kinige.com/book/Jeevana+Mukti

* * *