సహజమార్గ పరిచయము

--పి.సుబ్బరాయుడు

మహాత్మా శ్రీరాంచంద్రజీ మహరాజ్, షాజహాన్‌పుర్

శ్రీ రాంచంద్రజీ మహరాజ్ సేవాట్రస్ట్
3/1289–1; కోఆపరేటివ్ కాలనీ, కడప–516001

లయావస్థ

నేను ఎక్కువ చదువలేదు. కానీ నేను ఈ విషయము మాత్రము మీకు చెప్పెదను. నేను నా మాస్టరులో లీనమై ఉన్నాను. నా మాస్టరు నాలో లీనమై ఉన్నారు. నాకు నా మాస్టరుకు క్షణమైనను ఎడబాటు లేదు. నాకు నా మాస్టరు ఆలోచన నుండి ఒక్కక్షణమైన ఎడబాటు కల్గెనేని, నేను జీవింప జాలను. ఫలితము మరణమే. ఇది ఏ మాత్రము అతిశయోక్తి కాదు నేనీరహస్యమును మీకు వెల్లడించితిని.

—బాబూజీ

* * *

తన్నుతాను గొప్ప వివేక వంతుడను అనుకొనుట నిస్సందేహముగా ఒక అవివేకము. అట్లే తన్ను తాను ఏమి తెలియని అజ్ఞానిని,అత్యంత బలహీనుడను అనుకొనుట మరీ అవివేకము. ప్రతి ఒక్కరు ఎట్టి విభేదము లేకుండా పాటింపనగు భగవదాజ్ఞలను మనము అంకిత భావముతో యధావిధిగా అనుసరించ వలెను. తద్వారా ప్రభుని స్మరణలో నుండ యత్నించ వలెను. మనిషి నిర్వర్తింప వలసిన సామాన్య విధుల విశేషాంశము లన్నియు ఇందే ఇమిడి యున్నవి.

-----శ్రీరాంచంద్ర

ధనసంపదలకంటెను శరీరము సూక్ష్మమైనది. శరీరము కంటెను జీవనము సూక్ష్మమైనది. జీవనము కంటెను మనస్సు సూక్ష్మమైనది. మనస్సు కన్నా బుద్ధి సూక్ష్మమైనది. బుద్ధి కన్నను అహంభావము సూక్ష్మమైనది. ఒకటి తర్వాత ఒక్కటి గా క్రమముగా సమర్పణ చేయుచూ భక్తుడు ఆత్మసమర్పణమున చివరి మజిలీకి చేరుకొను చున్నాడు. అప్పుడతడు శూన్యస్థితి యందుండును.

—లాలాజీ

సహజమార్గ పరిచయము

ఆవిర్భావము

భారతావని ఆధ్యాత్మికతకు పుట్టినిల్లు. ఇందెందరో మహనీయులుద్భవించి ఆధ్యాత్మికతను పునరుద్ధరింపజేయుచూ వచ్చిరి. కాలక్రమమున సూక్ష్మాతిసూక్ష్మమగు ఆధ్యాత్మిక స్థానమును స్థూలాతిస్థూలమగు జడత్వమాక్రమించినది. అజ్ఞానాంధకారము కారుమేఘమువలె క్రమ్మిపైచినది. ఆధ్యాత్మికత అంగడి వస్తువైనది. గురువులమని చెప్పుకొను కొందరు ఏవోకొన్ని మంత్రములు, జపములు, వ్రతములు పుస్తకములనుండి గ్రహించి వాటిని తమ శిష్యులకు బోధించుచు అదే ఆధ్యాత్మికమని నమ్మించు వరకు వెళ్ళిరి. ఇట్టి పతనావస్థ నుండి జనులను సముద్ధరించుటకు ఒక మహాత్ముని అవసరమేర్పడినది. ప్రకృతిలో ఏర్పడిన ఈ లోటును పూరించుటకు 1873 సం॥ ఫిబ్రవరి 02 వసంతపంచమినాడు ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని ఫరూకాబాద్ జిల్లా ఫతేఘర్ గ్రామమున శ్రీ రామచంద్రజీ (లాలాజీ) గారుద్భవించి, మరుగున పడిపోయిన నిజమైన ఆధ్యాత్మికతను పునరుద్ధరించిరి. మనము పూర్తిగా విస్మరించి, అసలు నమ్ముటకు కూడా సిద్ధముగాలేని స్థితిలో ఒక దివ్యశక్తిని (ప్రాణాహుతిని) మూలము నుండి గ్రహించి సాధకునిలోనికి ప్రవేశపెట్టి, తద్వారా అతనిలో భగవత్తత్వపు మేల్కొల్పు కలిగించి కార్యోన్ముఖునిజేసి భగవత్సాక్షాత్కారము సులభతరముజేసిరి. ఆయన శిష్యులగు శ్రీ రామచంద్రజీ మహారాజ్, షాజహాన్‌పూర్ (ఉ.ప్ర) వారు ఈవిధానమును "సహజమార్గ"మనుపేర లోకమున బహుదా వ్యాప్తిగావించి, ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రమున ఒక నూతనాధ్యాయమునకు తెరతీసిరి. వారే ఈ ఆధ్యాత్మిక తత్త్వవిధానమునకు పరమగురువులు. లోకోద్ధరణకై అవతరించిన ప్రత్యేకమూర్తి. ఇట్టిప్రత్యేకావతార మూర్తులు ప్రపంచమున అరుదుగా (కొన్ని వేల సంవత్సరములకొకసారి) గాని ఉద్భవించరనుట అక్షరసత్యము.

ఎవరికోసం

సామాన్యముగ ప్రజలు ఆధ్యాత్మికజీవనము బహుకష్టమని భావిస్తారు. అసలది సామాన్యులకు నిర్దేశింపబడినదికాదని అనేకమంది నమ్మిక. అందుకొరకేపుట్టిన ఏ కొద్దిమంది మాత్రమో సాంసారిక జీవనమును త్యజించి అడవులకేగి ఇనుపకచ్చడాలు కట్టి కఠోరసాధనజేసి సాధిస్తారని వారిఊహ. సాంసారిక కుటుంబ జీవనమునకు, ఆధ్యాత్మికతకు పొంతన కుదరదని కొందరి వాదన. ఇది సరికాదు. భగవంతుడందరివాడు, వైషమ్యరహితుడు, సులభుడు. కనుక మనలను ఆదరించడన్న భావన తప్పు. సులభుడైన భగవంతుని పొందటానికి సులభమైన మార్గములే సరియైనవి. గుండుసూదిని తీయటానికి రెండువ్రేళ్ళుచాలు. అందుకోసం పెద్దక్రేను నిరుపయోగం. కబీరు మహనీయుడన్నట్లు భగవంతుడు సన్యాసికి ముప్పది అడుగుల దూరంలోను, బ్రహ్మచారికి ఇరువది అడుగుల దూరంలోను వుంటూ సంసారికి మాత్రం వాని హృదయంలోనే వుంటాడు. ఆదర్శకుటుంబ జీవనం గడుపుతూ ఆధ్యాత్మికోన్నతిని సాధించిన కబీరు మహనీయుని స్వానుభవమిది. చరిత్రపుటలలో ఇటువంటి మహనీయులనేక మందేవున్నారు. గోరాకుంబర్, తుకారాం, వీరబ్రహ్మం, రామచంద్రజీ వంటి వారి జీవనమే సాంసారిక జీవనం గడుపు మనవంటివారికి ఆదర్శం. అసలు మనం కర్మజీవులం. కర్మలనుభవించడానికే పుట్టాం. వాటినుండి తప్పించుకొనజూడటం సరికాదు. తప్పించుకోవడం జరగనిపని. ఒకవేళ ఎవరైనా తప్పిస్తామంటే అది అబద్ధమే. తప్పిస్తామంటే అది వాయిదావేయడం కావచ్చు. వాయిదా పరిష్కారం కానేరదు. మనం ప్రాపంచిక మరియు ఆధ్యాత్మికమనే రెండు పక్షాలను చాచి జీవనయానం చేయాలి. ఏ ఒకరెక్క సరిగా చాచకపోయినా గమనం సాగదు. కనుక ఒకటి మరొకదానికి అడ్డుపడని రీతిలో సరిచేసుకొని ముందుకు సాగాల్సివుంది. అందుకు సాంసారిక జీవనం అడ్డుకాదు, కాబోదు. అసలు సాంసారిక జీవనమే సరియైనది. కనుక సహజమార్గం మనకోసమే.

ఎందుకోసం

మనపుట్టుక కాకతాళీయంగాను, అకారణంగాను కలిగిందికాదు. మనపుట్టుకకు మనమే కారణం. మనచర్యలే సంస్కారములై ఆత్మచుట్టు పొరలై చుట్టుకొని, మనలను భగవంతుని నుండి దూరమొనర్చి జనన మరణ చక్రమున పడద్రోసి చచ్చుచు, పుట్టుచుండుటకు కారణభూతములైనవి. సృష్టి సమయమున కలిగిన క్షోభలోని ఒక చిన్న ప్రకంపనమే మనస్సు. అది క్రమముదప్పి ప్రవర్తించుటచేతనే మనమింతటి పతనావస్థకు వచ్చితిమి. మనస్సును క్రమబద్ధముచేసి దాని గమనమును మార్చి మనము తిరిగి సృష్ట్యాది స్థితికి చేరవలసియున్నది. అదే మానవ జీవనమునకు లక్ష్యము. ఈ లక్ష్యమును గుర్తెరిగి కర్మానుగత ఫలితములను సమ్మతితో అనుభవించుటద్వారా ఆత్మను చుట్టియున్న పొరలను తొలగించి మరల భగవదైక్యమును సాధించుటకు మనకొక విధానము - పద్ధతి అవసరమైయున్నది. ఈ అవసరమును తీర్చుటకొఱకే ప్రపంచమున అనేక మతములేర్పడినవి. ఐతే అవన్నీ కాలక్రమమున మారిన నేటి పరిస్థితుల కనుగుణముగ సత్ఫలితముల నియ్యజాలకున్నవి. కాలవ్యవధి దాటిన ఔషధములవలె అవి ఒక్కోకసారి వికటించి ప్రమాదకరములుగా కూడా మారుచున్నవి. భగవంతునితో సంబంధమేర్పరపవలసిన ఈమతములే మానవులలో అసూయద్వేషములకు కారణభూతములై కంచయే చేను మేయుచున్న అధమస్థితికి చేరుకున్నవి. ఈ పరిస్థితులలో ఆత్మోద్ధరణకై ఒక నూతన ఆధ్యాత్మిక దర్శనము అవసరమైయున్నది. అట్టి అవసరముల తీర్చునదే సహజమార్గము. ఇది ఆధ్యాత్మికరంగమున ఒక విప్లవాత్మకమైన మార్పు. నేటి పరిస్థితులకనుగుణంగా మనలనీ జననమరణ చక్రమును దాటించి మన జీవితలక్ష్యమగు భగవదైక్యమును సులభరీతిని సాధించుట కొఱకేర్పడిన నూతన విధానమే ఈ సహజమార్గము.

విధానం – ప్రక్రియ

పతంజలి రాజయోగశాస్త్రములోని అష్టాంగయోగమే సహజమార్గమునను గ్రహింపబడినది. కాని ఇందులో ఈ కాలానికి తగినరీతిలో మార్పులు

చేయబడినవి. అష్టాంగయోగములోని మొదటి ఆరుఅంగములు ప్రక్కనబెట్టి ఏడవదిఅయిన ధ్యానముతో మొదలుపెట్టుదుము. అనగా యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ అను ఆరుఅంగములను ప్రత్యక్షముగా సాధనకు గైకొనడములేదు. లేదంటే "ధారణ" నామమాత్రముగా గ్రహింతుము. అనగా విశ్వవ్యాప్తమైన భగవంతుడు ప్రకాశమై నాహృదయమున విరాజమానమై యున్నాడు అను చింతన మాత్రము జేతుము. ఇంతటితో సర్వేశ్వరుని మనహృదయమున ధారణజేసితి (ధరించితి) మన్నమాట. ఈశ్వరీయప్రకాశము హృదయమున (గుండెకొట్టుకొనుచోట) నున్నదన్న సంకల్పమున నేరుగా ధ్యానమునకుపక్రమింతుము. ఈ ఈశ్వరీయ ప్రకాశమునకు మనకై మనము ఏవిధమైన రూపకల్పన చేయరాదు. ఎందుకంటే మనకల్పన దైవము కానేరదు. కనుక దైవమనునది ఏద్దైయున్నదో అదే నాహృదయమున నుండుగాక, ఉన్నదున్నట్లు నాకవగతమగుగాక అన్న సంకల్పము మాత్రము చాలును. నిజమునకు ఈశ్వరీయ ప్రకాశము వెలుగులేని వెలుగు. ఈ విధానమున యాంత్రికముగా కాకుండ మనస్సుతో పనిజరుగుచుండుట విశేషము. సాధనాక్రమమున గురుకృపవలన ప్రక్కనబెట్టిన ఆరుఅంగములు సాధకునకు వశమగును.

ధ్యానం

హృదయాంతర్గత ఈశ్వరీయ ప్రకాశముపై ధ్యానమునకుపక్రమించి మనము ఒకటి తర్వాత మరొకటిగ అధ్యాత్మికస్థితుల నధిగమింతుము. ధ్యానము సుఖాసనమున కూర్చొండి చేసుకొనవచ్చును. ఒక గంట సమయము శారీరక శ్రమ లేకుండా కూర్చొండగలిగిన ఆసనమే సుఖాసనము. ధ్యానమునకు కూర్చొండుటకు ముందు శారీరక, మానసిక పరిశుభ్రత పాటించుట అవసరం. సమయము సూర్యోదయమునకు ముందైనచో మంచిది. వీలైనంతవరకు ధ్యానమునకు ఒకచోటు కేటాయించుకొని చాప లేక ఒక వస్త్రముపై కూర్చొనవచ్చును. దీక్ష గైకొని ధ్యానము ప్రారంభించిన తొలినాళ్ళలో ఆలోచనలు విపరీతముగా గలుగుచూ ధ్యానమునకు ఆటంకము కలిగించుచున్నట్లుండును. అది సహజము. ఆలోచనలను ఖాతరుచేయక అవి పిలువకయే వచ్చిన చుట్టములుగా భావించి ఏమాత్రము మానసికఒత్తిడి, బిగువు లేకుండా

ప్రశాంతముగా ఆలోచనలనుండి తేరుకొన్న మరుక్షణమే మరల మరల ధ్యానమునకుపక్రమిస్తూ ధ్యానము కొనసాగించవలెను. ఆలోచనలతో అంతరాయమేర్పడినదన్న భావనతో విసుగుచెందకుండా తిరిగి ధ్యానం జ్ఞాపకమునకు వచ్చుటే విశేషమన్న సద్భావనతో ధ్యానము చేసికొనుట మంచిది. ఆలోచనలను నీవు లెక్కచేయకున్న అవి నీరుపోయని మొక్కలవలె అంతరించి పోవును. రాను రాను ధ్యానము చేయుటయందు నీకు మంచి లాఘవమేర్పడ పురోగతి చెందెదవు.

సమాధి

పురోగమనదశలో సాధకుడు ధ్యానం నుండి సమాధి స్థితుల నందుకొనును. సమాధి మూడు దశలుగా వుండును. మొదట తాను దైవీం స్థితిలో నిమగ్నమైయుండి పరిసరములను సైతము గమనించడు. తన ధోరణిలో తానుండి ఎదుటి వ్యక్తులు పలుకరించినను గమనించు స్థితిలోనుండడు. తర్వాత రెండవ దశలో ఒకస్థాయి దాటి తనధోరణిలో తానుండికూడా ఎదురుగావచ్చు వాహనములను గమనించినట్లుగనే ప్రక్కకు తప్పుకొనుచుండును. ఇదంతా తనకు తెలియకుండగనే అంతా సక్రమముగ సాగిపోవుచుండును. ఇక మూడవదశకు చేరుకొన్న సాధకుడు అంతయు ఎఱుకతో సలక్షణము లోకవ్యవహారములు సాగించుచుండును. కానీ అంతరంగమున మాత్రము అతడు భగవద్విషయమై లోతుగా మునిగియే యుండును. ఇట్టివాని చేతలలో ఏపొరబాటు జరుగదు. కారణము అతని ఇచ్ఛ భగవదిచ్ఛతో ఐక్యమైయుండును.

సాధనకు సహకారాంశములు

1. నిరంతరస్మరణ

ఈ సహజమార్గ విధానమున సత్వర ఫలితములపొందుటకు నిరంతరస్మరణ ఎంతయో తోడ్పడును. ధ్యాన సమయమున నీవనుభూతిచెందిన స్థితిని అంతటితో వదలివేయక దినమున వీలైనంతసేపు దాని

కొనసాగించవలెను. తన హృదయకమలమున ఆసీనుడైయున్న దైవమే తన దైనందిన ప్రాపంచిక కార్యకలాపములన్నీ తనను కేవలము నిమిత్తమాత్రుని చేసి నిర్వహించుకుపోతున్నాడను భావమును వృద్ధిచేసుకుంటూ కాలము గడుప వలెను. మనము చేయు వ్యాపారము, వుద్యోగము, కుటుంబజీవనము ఒకటేమిటి సమస్థ కార్యములందు కూడా తనుకాదు ఆ సర్వేశ్వరుడే కర్తయను భావమునకు మారిపోవలెను. అనగా సంపూర్ణ శరణాగతిని పొందయత్నించవలెను. ఇట్లు యెడతెరపిలేక దైవచింతనతో నుండుటే నిరంతరస్మరణ. దీనిని ప్రయత్నపూర్వకంగా కొంతకాలమాచరించినచో అది నీ సహజమైన అలవాటుగా మారిపోవును. ఆతరువాత నీ ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణము నిశ్చల ప్రశాంత జలములో ఈదులాటవలె సులభతరమగును.

2. నిర్మలీకరణ

సాధారణముగా ఏశక్తియైనను అనుకూల ప్రతికూలములను రెండువైపుల పనిచేయును. ఆధ్యాత్మికశక్తి విషయముకూడా ఇందుకు భిన్నముకాదు. మనలో ఉత్పన్నమైన ఆధ్యాత్మికశక్తి మనలోని సద్గుణ దుర్గుణములను రెండింటిని సమానముగా బలపరచును. అందువలన మనలోని మాలిన్యములుఅను కలుపుమొక్కల పెరుగుదలకు శక్తియే సారమై మనకు హానిచేయకుండా జాగ్రత్తపడవలసిన అవసరమున్నది. అందులకే నిర్మలీకరణ విధానము అత్యవసరమైయున్నది. సాయంత్రము ఒక అరగంట కూర్చొని తనలోని మాలిన్యములు అవి* మల, విక్షేప, ఆవరణల రూపమున ఎట్లున్నను ఆవిరిరూపమున శరీరము వెనుకభాగమునుండి బయటకు వెళ్ళిపోయి తను పరిశుభ్రపడుతున్నట్లు సంకల్పించవలెను. ధ్యానములోవలె విశ్రాంతిగా కూర్చోవడముకాక ఈ నిర్మలీకరణలో మన ఇచ్ఛాశక్తినుపయోగించి ప్రయత్న పూర్వకముగా మలినములు బయటకు త్రోసివేయవలెను. ఇది మొదట కొంత ప్రయాసయుక్తముగా అనిపించినను, తర్వాత ఈ ప్రయత్నములో పట్టుచిక్కి

---

*మలము: అద్దముపై చేరిన మురికి వంటిది. విక్షేపము: ప్రశాంత సరస్సున రేగిన అలలవంటిది. ఆవరణ: గర్భస్థశిశువును కప్పుకొనియున్న మావివంటిది.

సులభతరమగును. ఇందువలన మన ఆధ్యాత్మిక ప్రయాణములోని అడ్డంకు తొలగిపోయి మన గమనము వేగవంతమగును. ఈనిర్మలీకరణ విషయంలో ఎట్టిపరిస్థితులలోను మనము పోగొట్టుకొనదలచిన మాలిన్యములపై మనస్సు పెట్టరాదు. అతి సౌమ్యముగా వాటిని తుడిచివేయవలెను. నా ఆధ్యాత్మిక మార్గమున కవరోధములేవేవున్నవో అవన్నీ నన్ను వీడిపోతున్నవన్న భావనమాత్రముచాలును. వదలిపోవలసిన వాటి పట్టికను తయారుచేసి వాటిపై మనస్సు నిలిపినట్లైన అది వాటిపై ధ్యానముగా మారి మాలిన్యములు వృద్ధిచెందు ప్రమాదమున్నది. కనుక తొలగించవలసిన చెత్తాచెదారమును ఎట్లు ఉదాసీనభావముతో ఊడ్చిపారవేతుమో ఆరీతిన చేయవలెను.

3. ప్రార్థన

మనమేపనియైనను ప్రార్థనతో ప్రారంభింతుము. ప్రార్థనలో "అర్థన" ఉన్నది. అర్థనమనగా యాచించుట. "ప్ర" చేరుటద్వారా ఆ యాచనకు ఒక విశిష్టత చేకూరినది. ఇది మామూలుగా అందరిదగ్గరా యాచించుటకాదు. కేవలము ఆ ప్రభువు ఆ సర్వేశ్వరుని గడపవద్ద మాత్రమే యాచించుట. అది దీని ప్రత్యేకత.

ఓనాథా! నీవే మానవ జీవనమునకు లక్ష్యము
మాకోరికలు మా ఆత్మోన్నతికి ప్రతిబంధకములైయున్నవి
నీవే మా ఏకైకస్వామివి, యిష్టదైవము
నీసహాయములేనిదే నిన్నుపొందుట అసంభవము.

ఇదీ సహజమార్గ ప్రార్థన. నిజానికి ఇందులో ఏమీయాచించినట్లు కానరాదు. కేవలం వున్నవాస్తవాన్ని నివేదించుకోవడమే ఇందులో ఉన్నది. నీవే మాజీవిత లక్ష్యమనడంతోనే ఇక కోరుకోవలసినదేమీలేదని స్ఫురించుచున్నది. లక్ష్యసాధనలో కోరికలు అడ్డుతగులుతున్నవనడం నిజం. అదే ఇప్పటి మనస్థితి. ఈస్థితినుండి

నీ సహాయములేకుండా నేను బయటపడలేను. అయితే నీవే నాస్వామివి మాకు ఏకైక దిక్కు అనడంతో భారమంతా నీదే అన్న అర్థమున్నది. కనుక భగవంతుడు నాకేదిమేలో అది చేయకతప్పని పరిస్థితిని కల్పించినట్లైనది. ఇంకేమున్నది నాక్కావలసిందేమో కూడా నీవే నిర్ణయించి కృపతో ప్రసాదించమన్నట్లైనది. ఈ ప్రార్థనచేయునప్పుడు నీవు అశక్తుడవై దీనాతిదీనస్థితికి వచ్చి కనుల నీరొలుకుచుండగా హృదయము మార్దవమై ప్రభువు నెదుట బంటురీతి కొలువున నుండి ఒకటిరెండుసార్లు అర్థముపై మనస్సుంచి ప్రార్థించవలెను. ఈ విధముగాచేసిన ప్రార్థన ఎన్నటికిని వ్యర్థముకాదు. దీనితో సాధకుని దోషములన్నియు మన్నింపబడి అతడనుగ్రహింపబడును. ఇట్టి ప్రార్థనను ఎక్కడైనను ఏవేళనైనను చేయవచ్చును. కానీ రాత్రి నిదురించుటకు ముందు మాత్రము తప్పక చేయవలెను. దైవసాన్నిధ్య భావనతో ఈప్రార్థనచేసి పరుండినయెడల ఇక ఆరాత్రంతయు నీవు యోగనిద్రలో గడిపినవాడవౌదువు.

ప్రత్యేకాంశము – ప్రాణాహుతి

సాధకుడు తన స్వశక్తితో కొన్ని స్థితులను మాత్రమే అధిరోహించగలడు. ఆపై ఆతని ప్రయాణము దుష్కరమైపోవును. అట్టి సమయములలో అతనికి గురువుగారినుండి ఒకత్రోపు అవసరమైయుండును. అట్టి బలమైన త్రోపే ఈ ప్రాణాహుతిశక్తి ప్రసారము. దీనివలన సాధకుడు తన వల్లగాని మహోన్నతమైన ఆధ్యాత్మికస్థితులను సైతము సులువుగా దాటుచూ గమ్యమునతితక్కువకాలములో చేరును. పూర్వకాలమునకు చెందిన చాలామంది మహర్షులు సైతము అందుకొనలేకపోయిన ఉన్నతోన్నత స్థితులను ఈ ప్రాణాహుతి ప్రసారమున సులభముగా దాటుటేగాక జీవితకాలములోని కొద్ది సమయములోనే మానవసాధ్యమగు మహోన్నతస్థితివరకు పురోగమించుట సాధ్యమగును. ప్రాణాహుతి గొప్పయోగులు మాత్రమే సంపాదించుకొన్న దివ్యశక్తి. ఆ దివ్యశక్తి ధారను యోగి తన ఇచ్ఛాబలముతో మూలమునుండి గ్రహించి సాధకునిలోనికి ప్రవేశబెట్టి అతని మనస్సును క్రమబద్ధముజేసి అతని మానసిక నీచప్రవృత్తులను బలహీనపరచి అతని గమనమును వేగవంతము

చేయును. ఇట్టి ఈ యోగశక్తిని సమర్థుడైన గురువు తన సమీపముననున్న వారికేగాక కొండలు, గుట్టలు, సముద్రములు దాటి అత్యంత దూరప్రదేశములనున్న వారికి సైతము ప్రసారము చేయగలడు. గురు శిష్యుల మధ్య సత్సంబంధమేర్పడి ప్రేమాభిమానములు నెలకొన్న యెడల ఈ దివ్యశక్తి అత్యంత సమర్థవంతముగా ప్రసారమై త్వరితగతిన సత్ఫలితములనిచ్చును. అభ్యాసి ఈ ప్రాణాహుతిని గ్రోలి పురోగమిస్తున్నాడనుటకు గుర్తుగా అతనిలోని పశులక్షణములు అంతరించి మానవత్వము మేల్కొనును. తదుపరి మానవత్వమును దాటి దైవీయగుణ సంపన్నుడగును. ఆదియును దాటి రమారమి దైవసాయుజ్యస్థితివరకు పురోగమించును. ఇవన్నియు ప్రాణాహుతి ప్రసార ఫలితముగా సంభవించి సాధకుని నడవడియుందు ప్రస్ఫుటముగ కనపడనారంభించును. ఇట్టి ఈ ప్రతిభావంతమైన ప్రాణాహుతి ప్రసార విద్య సహజమార్గమునకే ప్రత్యేకముగా చెందియున్నది.

గురువు ప్రాధాన్యత

కేవలము కొన్ని గ్రంథములను చదివి చిలుక పలుకులవలె వాటిని వల్లించి అదే బోధయనువారు గురువులు కాజాలరు. తాను ఆధ్యాత్మిక రంగమున ప్రవేశించి ఆధ్యాత్మిక స్థితుల నన్నింటిని దాటి భగవత్సాక్షాత్కారమును అనుభవమున పొంది తన సహచరులను తాను నడచిన బాటలో సాక్షాత్కారముపైపునకు నడిపించు శక్తిగలవాడు మాత్రమే సద్గురువు. సద్గురువు మూలము (భగవంతుని) నుండి శక్తిని గ్రహించి అభ్యాసి హృదయమున ఆ దివ్యశక్తిని ప్రవేశబెట్టి అనగా ప్రాణాహుతి ప్రసారము చేయగలిగి అభ్యాసి తాను స్వశక్తితో దాటనలవిగాని స్థితులను సైతము దాటించగలవాడై యుండును. ఆయన మితస్వభావుడై, సహనశీలియై, భక్తికి పరాకాష్టయై, అహంకారము ఛాయామాత్రమైననూ లేనివాడైయుండును. తాను గురువును, గొప్పవాడను అనుభావము ఒకసారి మదిలో మెదిలినంతనే ఎట్టివాడైనను ఇక ఆ జన్మకు గురుపదమునకుండు అర్హత కోల్పోవును. తానొక సేవకుడనని తన సహాయమర్థించినవారిని తన సహచరులని భావించు సహృదయుడే నిజమైన గురువు.

ఇట్టి గుణములనన్నింటిని పుణికిపుచ్చుకొని సహజమార్గ స్థాపకుడై తనగురువునందు తాను సంపూర్ణముగా లయమైనవాడై మహోన్నత ఆధ్యాత్మిక స్థితులనన్నింటిని అధిగమించి పరిపూర్ణుడై తానే భగవత్‌స్వరూపుడై లోకోద్ధరణకై అవతరించిన ప్రత్యేక మూర్తియై వెలుగు పరమ పూజ్య మహాత్మా శ్రీ రామచంద్రజీ మహారాజ్ గారు ఈ సహజమార్గ గాములకు గురువర్యులు. ఆయన మూర్తిపై ధ్యానించుట సాక్షాత్తు భగవంతునిపై ధ్యానించుటతో సమానమన్న అత్యంత సూక్ష్మస్థాయికి చెందిన గురువర్యులాయన. వారి సహచరులకు ఆయన సాక్షాత్తు భగవంతుడే. గురుసాక్షాత్ పరబ్రహ్మమన్న వాక్యము ఈయనయెడ సత్యమై భాసిల్లుచున్నది. కేవలమొక్క చూపుమాత్రమున బంధములన్నింటిని ఛేదించి మానవసాధ్యమగు మహోన్నతస్థితికి చేర్చగల సమర్థుడాయన. ఇట్టి ప్రత్యేకమూర్తి వేల సంవత్సరముల తర్వాతగాని ఉద్భవించరనుట అక్షరసత్యము. అనగా అప్పటివరకు ఆయన దివ్యశక్తియే లోకోద్ధరణ గావించుచుండునని అర్థము. సామాన్యార్థమున గురువులనుకొనువారిని వీరితో పోల్చుట అసంగతము.

శ్రీ రామచంద్రజీ మహరాజ్ 30.4.1899లో ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని షాజహాన్‌పూర్ పట్టణమున ఒక సంపన్న కాయస్థ కుటుంబమున జన్మించిరి. అయినప్పటికిని వారు సరళము నియమ నిబద్ధమునైన జీవనము గడుపుచూ అతి సామాన్యమైన రికార్డుకీపరుగా న్యాయస్థానమున పనిచేసి పదవీవిరమణ చేసిరి. వారి నిరాడంబర జీవనము సాంసారిక జీవితము గడుపు జన సామాన్యమునకు మహదాదర్శమైనది. వారు సహజమార్గమును నెలకొల్పి, దేశవిదేశములందు వ్యాప్తిజేసి ఆధ్యాత్మిక రంగమున ఒక నూతనాధ్యాయమును తెరిచిరి. వారు 19.04.1983లో భౌతికశరీరమును వీడినప్పటికిని వీరిప్రాణాహుతి శక్తిధార నిరాటంకముగా కొనసాగుతుసేయున్నది. శారీరక సంబంధ హద్దులు సైతమిప్పుడు లేకుండుటచే ఆ దివ్యశక్తి ధార నేడు అవరోధరహితమై పొంగి ప్రవహించుచున్నది.

దశనియమములు

సాధనచేయు ప్రతి అభ్యాసి తానెంతవరకు పురోగతి చెందితిని ఇంకెంత మిగిలియున్నది అను విషయము తెలుసుకొన కుతూహలపడుట సహజము. ఈ విషయమై ప్రావీణ్యముగల ప్రశిక్షకులు అభ్యాసులు కొంత అంతర్గత పరిశీలనజేసి చెప్పగల్గుదురు. కానీ వారి పరిశీలనాశక్తి ఏపాటిదో మనకు తెలియుట కష్టము. అంతేగాక వారు సాధకునికి నిజస్థితి తెలిపినట్లైన నిరుత్సాహపడుటో లేక గర్వించుటో జరిగి నష్టపోదురను భావముతో ఊరకుండుటయూ జరుగును. కనుక సాధకుడు తనకుతానే తన పరిస్థితిని గ్రహించుటకొక సులభమార్గము గలదు. అదే దశనియమాచరణ. గురుదేవులు మన సత్వర పురోభివృద్ధి కొఱకు ఈ దశనియమములనేర్పరచిరి. అవి

1. ప్రొద్దు పొడవకముందే నిద్రలెమ్ము. నిర్ణీత సమయమున, సూర్యోదయమునకు ముందయినచో మంచిది, ఒకే ఆసనమున కూర్చొని ప్రార్థన, పూజాదికములను కావింపుము. మానసిక శారీరక పారిశుద్ధ్యమును ప్రత్యేకముగా పాటింపుము.

2. ప్రేమ, భక్తి పూర్వకమైన హృదయముతో ఆధ్యాత్మికోన్నతి కొరకు ప్రార్థన జరిపి, పూజ నారంభింపుము.

3. భగవంతునితో సంపూర్ణఐక్యము పొందుటయే నీ గమ్యముగా నిర్ణయించుకొనుము. దానిని సాధించునంతవరకు విశ్రమింపకుము.

4. ప్రకృతితో సారూప్యము పొందుటకు నిష్కపటముగాను, నిరాడంబరముగాను వుండుము.

5. సత్యసంధత కలిగి యుండుము. దుఃఖములను దివ్యమైన దీవెనలుగా భావించి, అవి నీ మేలు కొరకే కలుగుచున్నవని కృతజ్ఞతా భావముతో నుండుము.

6. అందరిని సోదరులుగా భావించి, అట్లే వారినాదరింపుము.

7. ఇతరులు కీడు చేసినచో ప్రతీకారబుద్ధి పూనకుము. దానిని దివ్యబహూకృతిగా కృతజ్ఞతతో స్వీకరింపుము.

8. ఋజువర్తనతోడను, భక్తిభావముతోడను ఆర్జించిన దానితో తృప్తిచెంది, నిరంతర దివ్యభావములతో దానిని ఆరగింపుము.

9. ఇతరులలో భక్తి, ప్రేమ భావముల మొలకెత్తించునట్లుగా నీ జీవనమును మలచుకొనుము.

10.పడుకొనబోవు సమయమున దైవసాన్నిధ్యభావనతో నీవొనర్చిన తప్పులగూర్చి పరితప్తుడవుకమ్ము. వాటిని మరిచేయనని వినమ్రభావముతో భగవంతుని క్షమాపణ కోరుము.

పై దశనియమములలో దాదాపు సహజమార్గ పద్ధతి అంతయూ ఇమిడియున్నది. అభ్యాసి ఈ నియమములను తన నిజజీవితమున పాటించుటకు సదా యత్నించుచుండవలెను. ఈ ప్రయత్నములో అభ్యాసి సాధించిన విజయములు ఆధ్యాత్మికముగా అతడు సాధించిన పురోగతికి అనుగుణముగా నుండును. అంటే అతని ఆధ్యాత్మిక ప్రగతి అతని దశనియమాచరణయందు ప్రస్ఫుటమగునన్నమాట. అభ్యాసి అరచేతనున్న సూచి యిది. అభ్యాసి వద్దనేగల ప్రగతి కొలమానమీ దశనియమములు.

అంతేగాక అభ్యాసి తన ఆధ్యాత్మిక ప్రగతిమార్గములో అనేక దశలు (వృత్తములు) అందలి స్థితులను (బిందువులను) ఒకదాని తర్వాత ఒకటిగా దాటుచూ పురోగమించవలసియుండును. ఆ క్రమములో అతడు ప్రతి బిందువు వద్ద నాల్గురకముల అనుభూతులను పొందును. అవి

1. భగవదీయమైన దివ్యశక్తి విశ్వవ్యాపితమైయున్నదనుఎఱుక మనస్సున జాగృతమై యుండును.
2. అంతటా వ్యాప్తమైయున్న ఆ దివ్యశక్తి అంతయూ ఆ మహాప్రభుని చింతనలోనే లీనమైయున్నట్లుండును.
3. ఆ దివ్యశక్తియొక్క అనుభూతి చింతనము మొత్తము శాంతించి ఏ భావములేని శూన్యస్థితిననుభవించును.
4. అంతయూ అంతరించును. హృదయముపై ఏ ప్రభావమును ఛాయామాత్రముగా కూడా యుండదు. తన ఉనికికి సంబంధించిన లేశమాత్రమైన ఎఱుక కూడా ఉండదు.

ఈ నాలుగు స్థితులు వరుసగా ప్రతి బిందువును చేరగనే మొదలై దాటుకొను సమయమునకు పూర్తవుచుండును. ఉచ్ఛస్థితులకు వెళ్ళుకొలది ఈ అనుభవములు సూక్ష్మతరములగుచూ పోవును. సూక్ష్మగ్రాహ్యతగల సాధకులు ఈ స్థితులను అనుభూతి చెందెదరు. ఈ అనుభూతులన్నియు దారి మధ్యముననేగాని గమ్యము దరిచేరిన వానికి ఏ అనుభూతులు ప్రకంపనలు లేని నిశ్చలస్థితి ప్రాప్తమగును. అందుచేతనే సహజమార్గమున అనుభూతులకు ప్రాధాన్యములేదు. బాహ్యముగాకాననగు నడవడికి (దశాదిశాచరణకు) సంబంధించిన మార్పులే గణనీయములు, కొలమానములు.

సహజమార్గ ప్రవేశార్హత – అవగాహన

ఈ మార్గమున భగవత్సాక్షాత్కారము పొందవలయునన్న ధృడసంకల్పమే పెద్దఅర్హత. కుల, మత, జాతి, దేశ విదేశముల వివక్ష సహజమార్గమున లేదు. ఈ మార్గమున ధ్యానమారంభించుటనగా భగవత్కైంకర్యమునకై తాను తొల్లిచేయుచుండిన ప్రక్రియలన్నీ చేసినట్లే లెక్క. తిరిగి ఆ పద్ధతులను పాటించవలసిన పనిలేదు. అనేక ప్రక్రియలు ఒకేసారి చేపట్టుట అపజయమునకు దారితీయుననుట గుర్తుంచుకొనవలెను. ఏ ఇతరపద్ధతికి సహజమార్గము అనుకూలము కాదు, ప్రతికూలము కాదు. ఇచ్చట అభ్యాసి తనపనియందు మాత్రమే తాను లగ్నమైయుండును.

ఇతరములగూర్చి యోచించు సమయమాతనికుండదు. ఒకవేళ ఏ యితరఆలోచనలు చేసినా అది కేవలము కాలక్షేపమునకేగాని, శ్రద్ధాసక్తులుండి కాదు.

సామాన్యముగా సాధనచతుష్టయములో చెప్పబడిన వివేక వైరాగ్యములను సహజమార్గమున సాధనలుగాకాక అవి ధ్యానసాధన ఫలితముగా చెప్పబడినవి. అంటే ధ్యానము చేయుచూపోగా సాధకునిలో వివేకము వెంపొంది, ఏది సత్యమో ఏది బూటకమో ఏది చేయదగినదో, ఏది చేయదగనిదో నిర్ణయించు వివేచనాశక్తి దానికై అదే ఉత్పన్నమై అనవసర ప్రాపంచిక విషయములపై అనాసక్తి అనగా వైరాగ్యముకల్గును. ఇవన్నియూ అభ్యాసి కోరకనే లభ్యమగు ఫలితములు. కనుక అభ్యాసి జీవితములో మంచి చెడు నిర్ణయించుకొనుటకు పుస్తకములు గాలించుటో, ఇతరుల సలహాలపై ఆధారపడుటో జరుగదు. తనకైతనే సరైన నిర్ణయముగైకొను ప్రజ్ఞ కలిగియుండును.

సహజమార్గ సాధకుడగుటకు సమ్మతించినవారు ప్రారంభమున ప్రశిక్షకుని వద్ద మూడుపూటలు ప్రత్యేకమైన ధ్యానమున కూర్చుండవలెను. అంతటితో దీక్షగైకొనుకార్యక్రమము ముగియును. తదనంతరము అతడు ఈ విధానమున సభ్యుడై అభ్యాసిగా పిలువబడును. అతడు గురువుగారినుండి ప్రాణాహుతి బడయుటకును, ఇతర అభ్యాసులతో కలసి సత్సంగమున పాల్గొని ధ్యానముచేయుటకును అర్హుడైయుండును.

సమ్మతితో ఈ విధానము నవలంభించదలచువారు యోగాశ్రం, శ్రీరామచంద్రజీ మహరాజ్ సేవాట్రస్ట్, 3/1289–1;కో ఆపరేటివ్ కాలనీ, సాయిబాబ అనాధశరణాలయం ప్రక్కన, కడప నగరం–516001 నందు ఉదయం 8.30 గం.లనుండి 10.00 గం.లలోగాగానీ, సాయంత్రం 5.30 గం.ల నుండి 7.30 గం.లలోగాగానీ, ఏరోజైనను ప్రత్యక్షముగా సంప్రదించవచ్చును.

// ఓం తత్ సత్ //

పరమపూజ్యశ్రీరామచంద్రజీవారిసూక్తులు

1. భగవంతుడొక మతమునకు, తెగకు కట్టుబడిలేడు. కొన్ని ఆచారములకు, పద్ధతులకు మాత్రమే పరిమితుడుకాడు. కేవలం కొన్ని గ్రంథముల పుటలందు వెతికి పట్టుకొనవలసిన వాడుకూడాకాడు. ఆయనను మనహృదయాంతరాళమునందే వెతికి కనుగొనవలెను.

2. మతం అంతమైననేకానీ ఆధ్యాత్మికత ప్రారంభముకాదు. ఆధ్యాత్మికత ముగిసిననేకానీ సత్యోదయమవ్వదు. సత్యతత్త్వమును అధిగమించిననేగానీ వాస్తవానందము పొడసూపదు. ఆఖరుకదికూడా దాటి ముందుకు వెళ్ళిన మన గమ్యము దరికేగుదుము.

3. నిజమైన భగవత్ప్రేమలో మునిగినవాడు తాను ప్రేమిస్తున్న విషయమును, ప్రేమింపబడుతున్న విషయమూ రెండూకూడా మరచి ఎఱుకదప్పిన స్థితిలో నుండును.

4. ఎవరైతే శాంతి, నెమ్మది, నిశ్చలస్వభావం సహజంగా కలిగి ఉంటారో వారినే భగవంతుడు ఎన్నుకొని శక్తి సామర్థ్యాలు ప్రసాదించి, తనపనికై వినియోగించుకుంటాడు. అట్టివారిద్వారానే భగవత్కార్యములు నిర్వహింపబడును.

5. మనలో బీజరూపంలో దోషముంటేనేగానీ ఇతరులలో దోషాన్ని చూడలేము. కనుక ఇది మనల్ని మనం శుద్ధిచేసుకోవలసిన అవసరాన్ని సూచిస్తుంది.

6. వినయము విధేయతలు కలిగి ముక్తసరిగా ఇతరులలో ప్రేమ, భక్తి, గౌరవము కలుగునట్లు మాట్లాడవలెను. వాదప్రతివాదనలు పనికిరావు. అవి మన పవిత్రకాలాన్ని హరిస్తాయి. సందర్భోచితమైన వాస్తవవిషయ వివరణలు తెలుసుకొన ప్రశ్నించవలెగానీ, విసిగించుయత్నము చేయరాదు.

7. మహిళలు ఆహారము వండునపుడు ఈ ఆహారము తనకు, భగవంతుడొసగిన (వరములైన) పిల్లలు, భర్త, అత్తా, మామలకు భగవత్ప్రసాదము కావలెనను తలంపుతో వండవలెను. ఆ ఆహారము తిన్నవారందరియందును సుహృద్భావము పెంపొందును.

8. ధ్యానం చేయడం వలన హృదయంలో శూన్యస్థితి ఏర్పడుతుంది. ఆ శూన్యంలోనికి నీప్రమేయం లేకుండానే దివ్యత్వం ప్రవేశిస్తుంది. అది నీపురోగతికి కారణమౌతుంది.

9. చిన్నా పెద్దా తారతమ్యం వదిలెయ్యి. చిన్నవాడే గొప్పవాడై వుండవచ్చు. ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో వయస్సుతో నిమిత్తంలేదు. కానీ సాంఘికమర్యాదను మాత్రం గౌరవించి పాటించు.

10. భగవంతునకు వైషమ్యభావంలేదు. ఆయన్ను నీవెంతగాప్రేమిస్తే అంతకంటే మిన్నగా నిన్నాయన ప్రేమిస్తాడు. నీ ప్రేమకనుగుణంగానే ఆయన సహాయమందుతుందేగానీ వ్యక్తిగత భేదము ఇసుమంతైనాలేదు.

11. తన స్వగృహమున తాను అతిథిగా మెలగడం అలవాటుచేసుకోవాలి. అందువలన నాదిఅన్న భావం నశించి అహంకారం తిరుగుముఖం పడుతుంది.

12. మనస్సునాయత్తపరచి సర్వసన్నద్ధుడవై యుండుము. ధృఢదీక్ష, పటిష్టమైన ఇచ్ఛాశక్తితో ముందుకడుగేస్తే నీకు విజయం తథ్యం.

13. గడ్డిమోపంత చర్చకంటే గడ్డిపోచంత సాధన మేలు. నీకు ప్రపంచమంతా వ్యతిరేకమైనా, నీవారే నిన్ను కాదన్నా, ఆకాశమే విరిగి తలపైబడినా నీతీర్మానానికి నీవు కట్టుబడి ధృఢచిత్తంతో కార్యరంగమున అడుగుబెట్టు. అంతేగానీ నీమార్గం నీవు విడువవద్దు. ధృఢదీక్షగలవానికే పరమాత్ముని అండవుంటుంది.

14. ప్రార్థన అంటే యాచించడం. ధ్యానమంటే (యాచించింది) పొందడం. స్వచ్ఛమైన ప్రార్థన భగవంతునితో నేరుగా సంబంధమేర్పరుస్తుంది.

15. చెడు విషయాల చింతన వదిలిపెట్టడమే కాదు. నీవు చేసిన మంచివిషయాలనూ మరచిపో. అప్పుడే నిజమైన స్వేచ్ఛ లభిస్తుంది.

// శుభం //

సమర్థగురు సూక్తులు

1. భగవంతుడు నీయందున్నాడు. కాని నీవు భగవంతుని యందుండుటలేదు. నీవు భగవంతుని సృష్టింపవలదు. ఆయన ఉన్నరీతినే అయనను నీవు పూజింపుము.
2. నీవు సాధనయందు ఒక అడుగైనను ముందునకు వేయుదువేని నేను ఉత్సాహముతో నాల్గడుగులు నీవైపునకు వేయుదును. నిన్ను సమీపింతును.
3. మనుష్యుడు చిరకాలము (పాపపుణ్య) సంస్కారములను అనుభవించుచు అలసిపోవును. అపుడతనికి విశ్రాంతి నిచ్చుటకై ప్రకృతి యతనికి మృత్యువు (మరణము)ను పంపును.
4. ఈశ్వరప్రాప్తికొరకు నిర్దిష్టమైన యీ "సహజమార్గ" మెట్టిదనగా ఈమార్గమున వెళ్లి సాక్షాత్కారమునందిన పిమ్మట ఏమార్గమున తనకట్టి సిద్ధికల్గినదో దాని జాడయే యుండదు.
5. ఈ స్థూల శరీరముద్వారా ఈశ్వర సాక్షాత్కారము జరుగవలెను. అట్లుగాకున్న మాటిమాటికిని ఈ శరీరము నందుకొనుచు నశించుచు నుండక తప్పదు.

సందేశము

నా సహచరులయెడ నాహృదయము అత్యంతము ప్రేమ సంభరితమైనది. అయితే నేను వారికి సమకూర్చు సేవ విషయమున నాకెన్నఁడును సంతృప్తిలేదు.

నా యనుచరులయందు ప్రతియొక్క సాధకుని, సాధనయందు నా స్థాయికి గొనిరావలయునని నేనెంతో ఆతురుఁడనై కాంక్షించుచుందును. అందులకుఁ గారణము, వారికి అట్టి సహాయము స్వకీయమైన యోగశక్తి వలననే జరుగవలసియున్నది. ఈ లోకము నుండి నేను నిర్గమించిన పిమ్మట ఏమి జరుగునో కచ్చితముగఁ జెప్పజాలను.

పరమపూజ్యుడైన నా గురుదేవుఁడు మహోదార్యముతో నాకనుగ్రహించిన ఆధ్యాత్మిక సంపదలు లోకమున రాజాధిరాజులకైనను లభించియుండలేదు. ఇట్టి సంపదకు సాటియైనది అదియే గాని లోకమున మఱేదియును లేదు.

నే నీ లోకమునుండి నిష్క్రమించునపుడు ఈ లోకోత్తర సంపదను నావెంట గొనిపోవ దలంచుటలేదు. తన నిర్యాణవేళ నాగురుదేవుడీ సంపదను నాకనుగ్రహించినట్లే నేను ఈ దేహపాతమునకు పూర్వమే యీ దివ్యశక్తిని మఱియొకనికి దత్తముగావింపవలసి యున్నది.

సాధకా! నీవు అంతర్ముఖుఁడవై అన్వేషించుము. సద్గురుదేవుఁడందే ప్రతిష్ఠితుఁడై యున్నట్లు కనుగొనగలవు. అయితే అట్లు జరుగుట యెప్పుడు? అటనుండి (హృదయమునుండి) నీవు (నేను - అహంత) వైదొలగినపుడు మాత్రమే

నాయందు నిక్షిప్తమైయున్న యీ అధ్యాత్మిక సంపద నంతటిని, మీరందఱును యదేచ్ఛగ దోచుకొండని మిమ్ము గోరుచున్నాను. అందులకు బదులుగ మీరు, ('ఇది మాది') (అహంమమ) అని మీకడ భద్రపఱచుకొనియున్న (Egoism) దంతయును, నాకు అప్పగింతబెట్టుడని మాత్రమే నేను కోరుదును.

— రామచంద్ర