

ద్వితీయ సోపానము

బ్రహ్మ, నీకు స్థూలశరీరము నిచ్చినందున నేనొక మనుష్యుడనని భావించుచున్నావు. స్థూలశరీరమనెడు రథమును స్మృతిమార్గమున నడిపింపవలయును. మనోరథమును శ్రుతిమార్గమున వర్తింప జేయవలయును. శ్రుతి=ఉపనిషత్. జ్ఞానమార్గము. స్మృతి = ధర్మ శాస్త్రము. ధర్మమార్గము. సంకల్ప శ్వాస స్థూలశరీరములతో చేయబడు కర్మకాండను, సూక్ష్మశరీర సంబంధమగు నుపాసనా కాండను దేవునిలో లీనమగు నుద్దేశముతో చేయుచున్నాము. ఇక్కర్మోపాసనల నెన్నో యుగములనుండి చేయుచున్నామే గాని యివి దేవునిలో నైక్యము జేయలేవని శ్రుతియుక్తనుభవములచే గ్రహించినాము. స్థూలశరీరము స్వయముగా నడువలేదు. వేద హయములు భూరథమును లాగినట్లు, హంస స్థూలశరీరము నీడ్చుచున్నది. స్థూలశరీరము నందంతటను శ్వాస వ్యాపించి సమస్త గోళకములతో పనిచేయుచున్నది. పంచభూతాత్మకమైనది పవనము.

శ్వాసపరిమితి పదియంగుళములైనపుడు పృథివీ తత్త్వమున నాడుచుండును. పృథివీ పంచకమగు కర్మేంద్రియ సంచార

మేర్పడును. రెండంగుళములు తగ్గెనేని కర్మేంద్రియ గోళకములు జడములగును. ఎనిమిదంగుళముల పరిమితికి శ్వాసవచ్చెనేని జలపంచకమగు విషయగ్రహణమున జ్ఞానేంద్రియ పంచక ముండును. ఆఱంగుళముల పరిమితిలో హంస సంచరించు నపుడు విషయ గ్రహణమునుండి పంచేంద్రియములు మఱలు చున్నవి. నాల్గంగుళముల పరిమితిలో ఊపిరియున్నపుడు అగ్ని పంచక జ్ఞానేంద్రియ గోళకములు జడములగును. రెండంగుళముల కొలతలో శ్వాసయాడుచో వాయుపంచక గోళకవ్యవహార మణగును. శ్వాసనిలుచుచో నాకాశపంచక గోళకములు జడములగును. కనుక స్థూలశరీర పంచవింశతి గోళక వ్యవహారములు శ్వాసచేతనే జరుగును. పామరుల శ్వాస నశించెనేని మరణింతురు. మహాత్ముల శ్వాసయణగెనేని స్థూలశరీరము జడమగును.

స్థూలశరీర ప్రాణము శ్వాస. ఊపిరి స్వాధీనమయ్యెనేని స్థూల శరీరము స్వాధీనమగును. అన్నపానాదుల విసర్జించి శుష్క శరీరు లైనచో స్థూలశరీర గోళకములు వశమగునని తలంచుట తప్పు. పామునకు గాలి ఆహారమందురు. సంచరించెడు పాముల కియ్యంశమును తెలివితక్కువచే ముడిపెట్టినాము. పురాణముల రీతిగా శేషుడు భూమిని మోసియున్నాడని తలంచినట్లనుభవరీతిగా కుండలినీశక్తి స్థూలశరీరమును వహించియున్నదని గురుకృపచే గ్రహింతుము. కుండలి=సర్పము. కుండలినీ=స్త్రీ సర్పము. పురుష

సర్పముగాదు. మనము శ్వాసను లోపలికి పీల్చుకొని లోపలనే చాలసేపు నిలిపినచో ఊపిరిని బయటకు విడుచుటకేది తల్లడిల్లునో, అట్లే రేచించి చాలసేపు బాహ్యకుంభకము నొనరించి నపుడు పూరించుటకేది తనకలాడునో అదియే కుండలినీ శక్తి. స్థూలశరీరములోని యేభాగమును కుండలినీ శక్తిగాదు. సో॥ హంభావమున నిల్చినపుడు శ్వాసయాగిన సమయమున శ్వాసవలె వెనుకకును ముందునకును చాలమెల్లగా చలించుశక్తియే కుండలినీ శక్తి.

ఇదియే తన్మయత్వ సమయమున నుయ్యెలవలె శరీరము నూపును. యోగనిద్ర లభించుటకు ముందు ఇట్టి పరిస్థితి కలుగును. శ్వాసవలె మెల్లగా కదులుచున్న శేషదర్శనమయ్యేనేని వ్యాకరణమును గ్రహించునంతటి సూక్ష్మబుద్ధి మనకేర్పడును. శ్వాసకు ప్రాణము కుండలినీశక్తి. ఇట్టికుండలినీ శక్తికి వాయువు ఆహారము. అంతేగాని బయట సంచరించెడు పాములకు కాదు. ఇక్కుండలినీశక్తి స్వాధీనమయ్యేనేని శ్వాస తనంతకుదానే నిలిచి పోవును.

ఇప్పామును పట్టుకొనలేక ఊపిరిని బిగపట్టు మూర్ఛతచే అనేకులు చెడిపోయినారు. ఇక్కుండలినీ శక్తికి సంకల్పశక్తి ప్రాణము. దేవుని సన్నిధినుండి, జాతివచ్చిన మనస్సు నుండి సంకల్ప మేర్పడుచున్నది. సంకల్ప రహితత్వముచే కుండలినీశక్తి

నిశ్చలమగును. దీనివలన శ్వాస సహజకుంభకముగా నిలిచిపోవును. ఇట్టి సమయమున స్థూలశరీరము జడమగును. మనస్సుతో శ్వాసను చూచుచుండుట సోఽహంభావము. శ్వాస ఆగిన పిమ్మట మెల్లగా కదులుచున్న కుండలినీశక్తిని మనస్సుతో చూచుచుండుట కుండలినీ యోగము.

మనస్సు అంతర్ముఖమై దైవసన్నిధిలో నున్నచో సంకల్పము లుండవు. సంకల్పించునది మనస్సని మన శాస్త్రములు ధోషించు చున్నవి. ఆ శాస్త్రములే మనస్సు జడమనియు బోధించుచున్నవి. తాయి, ఇనుము, కట్టె మొదలైనవి జడపదార్థములు. ఇవి సంకల్పించుకొనుచున్నవా? లేదు. అట్లే జడమైన మనస్సు స్వయముగా సంకల్పించుకొనునా? లేదు. మనోబుద్ధ్యహంకార చిత్తము లంతఃకరణములని అందరమెరిగియే యున్నాము. అంతః = లోపలి, కరణములు=పనిముట్లు, ఒకేయొక విషయమును గ్రహించుట కుపయోగింపబడునది కరణము, ఒకే కరణముచే మాత్రమే గ్రహింపబడునది విషయము. శ్రోత్రేంద్రియ మొకే శబ్దమును గ్రహించుట కుపయోగింపబడుటచే నిదియొక కరణము. శబ్దమును గ్రహించుటకీ శ్రోత్రేంద్రియము తప్ప యేదియు పనికిరానందున ఇది కరణము. కరణము=పనిముట్టు. పనిముట్లే స్వయముగా పనిచేయజాలవు. సాధనముల దీసికొని మానవాదులు పనిచేయుదురు. కట్టెలు కొట్టునది గొడ్డలి. పలకలుగా

కోయునది అంపము. చెక్కునది బాడిసె. నునుపు జేయునది చిత్రికగుల్ల (తోపడా). తొలివేయునది ఉలి యని మన మాలోచించ కనే చెప్పుకొనుచుందుము. కట్టెలను గొడ్డలి కొట్టునా? అంపము కోయగలదా? బాడిసె చెక్కగలదా? యిట్లు ప్రశ్నించినచో మన పొరపాటులను గుర్తింపగలము. మానవుడు, గొడ్డలిని, బాడిసెను, అంపమును కరణములుగా తీసికొని కొట్టును, చెక్కును, కోయునని అర్థము చేసికొనవలయును.

జడములు స్వయముగా పనిచేయలేవు. చైతన్యమే చేయవలెను. కనుక ప్రత్యగాత్మ మనస్సు సాధనముగా గైకొని సంకల్పించును. బుద్ధిని ఉపకరణముగా తీసికొని నిశ్చయించును. చిత్తాహంకారములు కరణములుగా తీసికొని జ్ఞప్తికి దెచ్చుకొనుట, అభిమానించుటను జేయును. ఇట్లు ప్రత్యగాత్మ మనోబుద్ధ్యహంకార చిత్తములతో సంకల్పాదుల జేయుచుండగా, తెలియక కరణములే చేయుచున్న వని తలంచినాము. నీలోని దేవుడు ప్రత్యగాత్మ. అంతర్ముఖవృత్తికి దప్ప మిగత దేనికికూడా నీలోని దేవుడు గ్రహింపబడడు. కనుక నీలోని దేవునకు ప్రత్యగాత్మయనెడు పేరు వచ్చినది. నీలోని దేవుడు ప్రత్యగాత్మ. నీలోని దేవుడుతప్ప అంతటను నున్న దేవునకు పరమాత్మ యని పేరు. ఏ నామముల సంకల్పింతుమో ఆ రూపములు తోచును. ఇట్లు తోచిన తోపికలే జీవసృష్టి. సంకల్ప సాధనము మనస్సు. ఇట్లే పరమాత్మ, తన మనస్సుగు బ్రహ్మను ఉపకరణముగా తీసికొని

సృష్టించును. తన బుద్ధియైన విష్ణువుతో పోషించును. తన అహంకార మగు రుద్రుని పనిముట్టుగా గైకొని లయము చేయును. తన చిత్తమగు పరబ్రహ్మతో బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ వృత్తుల నెఱుగును. చిత్తమును నెఱుకగా గ్రహించవచ్చును.

ఇట్లు ప్రత్యగాత్మ, పరమాత్మలే సంకల్పాదులకును, సృష్ట్యాదులకును కర్తలని గ్రహింపబడుచున్నారు. సాధనముల గైకొని కార్యకర్తలైనారని మనము భావించునపుడు ప్రత్యగాత్మ, పరమాత్మలను జీవేశ్వరులని గ్రహింపవలయును. మనస్సుతో జీవసృష్టియు, బ్రహ్మతో నీశ్వరసృష్టియు నేర్పరుడుచున్నది. ప్రథమసోపానమున బోధించు శక్తితో కూడిన మానవుడే గురుడు. “అత్తయు నొకప్పుడు కోడలే” అన్నట్లు గురువును ఒకప్పుడు శిష్యుడే. “నిద్రలోను, యోగ నిద్రలోను స్థూల సూక్ష్మ కారణ మహాకారణములు జడములై పడిపోగా మిగిలిన నీలోని దేవుడగు ప్రత్యగాత్మయే నీవు” అని ప్రతిశిష్యుడు ప్రబోధింపబడుచున్నాడు. నేననగా నీవనగా ప్రత్యగాత్మయే. ఆత్మకు ఆత్మయే గురుడని భాగవతముననున్నది. రెండవ కీలునకు గురుడు ప్రత్యగాత్మయే. నీలోనే గురుడున్నాడు. నీకు నీలోని ప్రత్యగాత్మయే గురుడు. జగమునందంతటనున్న పరమాత్మయే జగద్గురుడు. గురుర్బ్రహ్మ=ప్రత్యగాత్మ మనస్సుతో సంకల్పించును. పరమాత్మ బ్రహ్మతో సృష్టించును. గురుర్విష్ణుః = ప్రత్యగాత్మబుద్ధితో నిశ్చయించును. పరమాత్మ విష్ణువుతో

పోషించును. గురురేవ మహేశ్వరః=ప్రత్యగాత్మ అహంకారముతో అభిమానించును. పరమాత్మ రుద్రునితో లయము జేయును. గురు సాక్షాత్పరబ్రహ్మ=ప్రత్యగాత్మ తెలివిని తీసికొని మనో బుద్ధ్యహంకార వృత్తుల నెఱుగును. పరమాత్మ పరబ్రహ్మను కరణముగా తీసికొని బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరవృత్తుల నెఱుగును. తస్మై శ్రీ గురవే నమః= అప్రత్యగాత్మ పరమాత్మలకు నమస్కారము. ఓం నమశ్శివాయ.

1. అ=న = స్థూలశరీరము నే గాదు. బ్రహ్మ దేవుడు గాదు.
2. ఉ=మః = సూక్ష్మము నే గాదు. విష్ణువు దేవుడు గాదు.
3. మ్=శి = కారణము నే గాదు. రుద్రుడు దేవుడుగాదు.
4. అర్థమాత్మక = వా = మహాకారణము నే గాదు. పరబ్రహ్మ దేవుడు గాదు.
5. ప్రణవాతీతము=య = కైవల్యమునేను. ప్రత్యగాత్మ నేను. పరమాత్మ నేను.

ఇట్లు గురుమంత్రానుసంధానము చేయవలెను. మనస్సు నిలుచు ప్రథమ సోపానమున సోఽహంభావమున నుందుము గదా! స్వయముగా నాడుచున్న శ్వాసను మనస్సుతో చూచుచుండుటే సోఽహంభావము. నియతాస్థితిర్నిష్ఠా. ష్టాగతి నివృత్తైః. నియతా= నియమింపబడిన, స్థితిః=నిలుకడ, నిష్ఠా=నిష్ఠ, 'ష్టా' యనెడు ధాతువు, గతి = గమనము యొక్క నివృత్తై = నివృత్తి యందును

వర్తించును. నడక బొత్తిగా లేకుండటయే వ్యా యను ధాత్వర్థము. మనస్సును శ్వాసపై నిలుకడగా నియమించినచో శ్వాస నిష్ఠయగును. బ్రహ్మానందమున తన్మయత్వము నొందువరకే శ్వాస నిష్ఠ. స్థూల సూక్ష్మకారణ మహాకారణములు లీనమై, మనలోని దేవుడు మాత్రమే మిగిలినపుడు బ్రహ్మానందముగా నుండును. ఇట్టి బ్రహ్మానందము నొందుటే మనలోని దేవుని చూచుట. పలుమా రంతర్ముఖవృత్తితో దేవుని కనుగొన్న సంస్కారబలమున ప్రత్యగాత్మను మనస్సుతో చూచెడు సంతర్ముఖవృత్తి సహజముగా నేర్పబడును. ఇట్లు తనలోని బ్రహ్మమునందు మనస్సును నిలుకడగా నియమించుటే బ్రహ్మనిష్ఠ. శ్వాస జడము. దేవునిపై మనస్సును నిలుపుశక్తి కలుగు వరకు సోహంభావమే మనకు శరణ్యము.

బ్రహ్మనిష్ఠ అలవడేనేని శ్వాసనిష్ఠ యనవసరము. బ్రహ్మనిష్ఠయే రెండవ కీలు. “నిన్ను నీవెఱుగుము, తన్నుదా తెలిసికొనవలయును.” అనెడు మహావాక్యములీ బ్రహ్మనిష్ఠయందు సార్థకమగును. శ్రీరాముడు హనుమంతునకు హస్తమస్తక యోగమొనరించి నట్లున్నది. శిరస్సుపై భాగము మస్తకము. వ్రేళ్లకొనలనుండి మణికట్టువరకు గల చేయి హస్తము. మస్తకముదయాద్రి హస్తము సూర్యుడు. తూర్పు కొండపై సూర్యుడుదయించినచో చీకటి నశించి వెలుతురెట్లు వచ్చునో శిష్యమస్తకముపై గురుహస్తముంచినచో అజ్ఞానము నశించి సుజ్ఞానము గలుగును. మస్తకమును హస్తమును

గలిసినచో హస్తమస్తక సంయోగము. చదువువచ్చినవారి మస్తకమున అక్షరమును వ్రాయవలెను. చదువురాని వారి మస్తకమున ఒకటి, రెండు, మూడు అనుచు వ్రేళ్ళనుంచవలెను.

ఇయ్యక్షరమును గుర్తించిన దేది? ఈ వ్రేళ్ళను గుర్తించిన దేది? అని ప్రశ్నింపవలయును. తెలివి. సంకల్పములున్నచో నీలోని దేవునకు తెలివియనిపేరు. సంకల్పములు లేనపుడది బ్రహ్మానందము. ప్రత్యగాత్మ మడుగు లోని బురదరేగినపుడొండ్రునీరు. ఒండ్రుణగినచో తేటనీరు. అట్లే సంకల్పములున్నచో నీలోని దేవుడు తెలివి. సంకల్పము లణగినచో బ్రహ్మానందము. ప్రత్యగాత్మ. అట్టి బ్రహ్మానంద స్వరూపియగు నీలోని దేవుడే హస్తమస్తక యోగము నందలి హస్తమును, అక్షరమును, వ్రేళ్ళను దెలిసికొన్నపుడా ప్రత్యగాత్మకే చిత్, చైతన్యమనెడు పేర్లు వచ్చును. చిత్+ఆనందము = చిదానందము. హస్తమస్తక యోగమును గుర్తించిన చిదానంద స్వరూపమగు ప్రత్యగాత్మయే నీవు. నీలోని ప్రత్యగాత్మకంటె నితరమైనదంతయు అనాత్మ. ఇయ్యనాత్మ నీవు గాదు. ప్రత్యగాత్మయే ఆత్మ. ఇయ్యాత్మయే నీవు. నీ సూక్ష్మశరీర మెంతవఱకు నున్నదో, అంతవఱకుగల దేవునకు ఈ సూక్ష్మశరీరోపాధినిబట్టి ప్రత్యగాత్మ యనెడు పేరు వచ్చును. మాయయెంతవఱకు నున్నదో యంత వఱకుగల దేవునకు మాయోపాధినిబట్టి పరమాత్మయనెడు పేరువచ్చును. సూక్ష్మశరీర విక్షేపముచే అవిద్య యేర్పడును.

అవిద్యామాయోపాధులనుబట్టి ఒకేదేవునకు ప్రత్యగాత్మ, పరమాత్మను పేరు వచ్చును. అంతే. ప్రత్యగాత్మ, పరమాత్మ లొకే దేవుడు. అట్టి యొకేదేవునకు బ్రహ్మ మనెడు పేరు. హస్తమస్తక యోగము నెఱింగెడు చిదానందమయ ప్రత్యగాత్మ నీవు. పరమాత్మ నీవు. బ్రహ్మము నీవు. నీలోని దేవు నెఱుంగుటకై సోఽహంభావము నెటుల మొదట పూని సిద్ధి నొంది ప్రత్యగాత్మను గుర్తించితివో అటులనే మొదట నిన్ను నీవు చూచుకొనవలయును. తన్ను దా నెఱుగవలయును. శ్వాసయు సంకల్పములును అణగిన పిమ్మట నీలో మిగిలిన చిదానందమయ ప్రత్యగాత్మను మనస్సుతో చూచుకొనుచుండుటే నిన్ను నీవెఱుగుట.

ఇట్టి బ్రహ్మానంద స్వరూపియగు నీలోని దేవుని మనస్సుతో చూచుకొనుచుండుటే బ్రహ్మనిష్ఠ. ఇదే రెండవ కీలు. ఇక్కీలు సిద్ధించె నేని సర్వవ్యాపక బ్రహ్మము నవలోకించెడు స్థితి లభించును. కనుక మొదట తన్ను దానెరుగవలయును. అనగా బ్రహ్మనిష్ఠలో నుండ వలయును. ఇదే తత్త్వమసి. తత్=అది, త్వం=నీవు, అసి= అగు చున్నావు. అది నీవగుచున్నావని కారణగురుడు తెలుపగా యోగ నిద్రలో శ్వాసయు సంకల్పములును అణగిన పిమ్మట మిగిలిన బ్రహ్మానంద స్వరూపియగు ప్రత్యగాత్మయే నేనని, నిన్ను నీవు మనస్సుతో చూచుకొనుచుండుటే తత్త్వమసి. శ్వాసనిష్ఠ నుండి బ్రహ్మనిష్ఠలోకి వచ్చుటే రెండవ కీలు.

సీ॥ అనియిట్లు బోధించి యానందమయుడగు
 శ్రీరాఘవుడు నిజశ్రీపదార
 విందంబులకు భక్తివందనంబులు సేయు
 హనుమంతుఁగనుగొనియప్పుడతని
 శిరమను పూర్వాబ్ధి శిఖరంబుపై స్వక
 రార్కమండలము డాయంగఁజేర్చి
 తనరు నీ హస్తమస్తక యోగమిప్పుడే
 తెలివి యెఱుంగు నా తెలివి నీవు.

తే॥ తెలివినీవనిఁ దెలుపఁగాఁ దెలియునెద్ది
 యదియె నీవను వెలుగుచే ననిలసుతుని
 భీగతానాద్య విద్యాంధ తిమిరమెల్లఁ
 బాపి కేవలతత్త్వరూపంబు జూపె.

