



## అంతరంగంలో యుద్ధం

### అంతర్వేత్తం

అంతరంగంలో యుద్ధం

జీవితం కాశీమజిలీ కథ కాదు.  
పంచతంత్రంలోని కథ అసలే  
కాదు. జీవితం ఒక యుద్ధం.  
మెలకువలోనే కాదు, కలలో కూడా  
నిత్యం ఘర్షణే.

ఈ ప్రపంచంలోని ప్రతి జీవి తన  
అస్తిత్వాన్ని నిలబెట్టుకోవటానికి  
నిత్యం జీవన పోరాటం  
చేయాల్సిందే.

పద్దెనిమిది రోజులు జరిగిన  
కురుక్షేత్ర యుద్ధంలో అర్జునుడు  
తెలుసుకున్నది ఏమిటంటే  
యుద్ధం బయట లేదు. మనలోనే  
ఉంది. మన మనసులోనే నిత్యం  
సంఘర్షణ. ఈ మనసును  
నియంత్రించ గలిగితే జీవితం  
విలువ తెలుస్తుంది.

**"కస్తూరి మృగం తన పొట్టకిందే  
ఉన్న కస్తూరిని మరిచిపోయి  
జీవితమంతా పరుగు తీసినట్లు,  
మనశ్శాంతి కోసం మనిషి ఆరా-  
టపడు తున్నాడు.**

కస్తూరి మృగం తన పొట్టకిందే  
ఉన్న కస్తూరిని మరిచిపోయి  
జీవితమంతా పరుగు తీసినట్లు,  
మనశ్శాంతి కోసం మనిషి  
ఆరాటపడు తున్నాడు.

అవగాహన లేనివాళ్ళు, జీవితాన్ని  
ఆటపాటలతో గడిపేస్తారు.  
బాల్యం, యవ్వనం, మధురమైన

ఊహల్లో కరిగిపోతుంది.  
కౌమార్యం సంసారిక బాధలతో,  
వృద్ధాప్యం శారీరక బాధలతో  
నిండిపోతుంది. ఇక తనను  
గురించి తెలుసుకునే సమయమే  
లేక ఆరాట పోరాటాలతో  
బ్రతుకీడుస్తూ వుంటాడు.

జీవితాన్ని అపార్థం  
చేసుకోవటం వల్లే ఈ ఘర్షణలు.  
జీవితాన్ని అర్థం చేసుకుంటే  
నిజమైన జీవితం జీవించడం  
తెలుస్తుంది. వ్యవసాయ క్షేత్రాన్ని  
రాళ్ళు, కలుపు మొక్కలు లేకుండా  
బాగా దున్ని చదును చేసినప్పుడే  
విత్తనం అంకురించి మానుగా  
ఎదుగుతుంది.

**"నమ్మకాలు, భయాలు, కట్టుబా-  
ట్లు, ధ్వేషాలు, ఆందోళనలు వది-  
లించుకుంటే మనసు ప్రశాంత  
స్థితిని చేరుకుంటుంది."**

నమ్మకాలు, భయాలు, కట్టుబాట్లు,  
ధ్వేషాలు, ఆందోళనలు  
వదిలించుకుంటే మనసు ప్రశాంత  
స్థితిని చేరుకుంటుంది.

మనసును నిలకడగా  
ఉంచుకోగలిగితే ప్రశాంతత  
లభిస్తుంది. ఆలోచనల్ని  
వదిలించుకుని, ప్రశాంతత  
సంపాదించాలంటే ఎంతో  
శక్తి కావాలి. వైరుధ్యాలు  
అంతరించాలి. ఎప్పుడైతే మనసు  
అన్ని విధాలైన సంకల్పాలు,



నమ్మకాల నుంచి విడిపోతుందో  
అప్పుడే అంతరంగాన్ని తెరిచి  
చూడాలి. అదే సత్య దర్శనం.  
ఈ సత్య సందర్శనం అయ్యాక  
మనసు నూతన తేజంతో నిండి  
పోతుంది. అప్పుడు ఒంటరితనం  
అనే బాధ ఉండదు. ఎవరి  
ఓదార్పు కోసమో మనసు ఎదురు  
చూడదు. ఈ ప్రశాంతత వల్ల  
మనిషి అంతర్ముఖుడవుతాడు.  
ఆత్మజ్ఞానాన్ని తెలుసుకుంటాడు.

**"నేను మంచివాడిని, అందరూ  
నన్ను మెచ్చుకునేలా ప్రవర్తించాల-  
నే తపన వల్ల కూడా ప్రశాంతత  
దూరమౌతుంది. "**

నేను మంచివాడిని, అందరూ నన్ను  
మెచ్చుకునేలా ప్రవర్తించాలనే  
తపన వల్ల కూడా ప్రశాంతత  
దూరమౌతుంది.

పొంగిపోవడం, కుంగిపోవడం  
ఎప్పుడూ మంచి మానసిక స్థితి  
కాదు. ప్రశాంతత కోరేవాడు  
బాహ్య పరిస్థితులకు స్పందించడు.





# అవి-ఇవి

మనసులో అలజడి ఎంత  
తగితే అంత శాంతి. మానసిక  
ఉద్వేగాలను అదుపులో  
ఉంచుకోవాలి. జీవితం ఎవరికీ  
పూలపాన్పు కాదు. ఆధునిక  
మానవ జీవితం యాంత్రికం,  
వేగవంతం. వేగాన్ని పెంచుకుని  
అందరికన్నా ముందుండాలని  
మనిషి ప్రయత్నిస్తూనే ఉన్నాడు. ఆ  
వేగానికి లక్ష్యం లేదు.

మౌనం, ప్రశాంతత  
నిస్సహాయంగా, అసమర్థంగా  
పరిగణించరాదు. అది శక్తిమంతుడి  
స్వీయ నియంత్రణ. ఎటువంటి  
పరిస్థితుల్లోనైనా నిబ్బరం, ధైర్యం,  
ఉదాత్తత, మనసుమీద ఆధిపత్యం  
గలవాడే నిజమైన ధీశాలి. అటు  
వంటి వాడే తన అంతరంగాన్ని  
జయించగలడు.★★★

## తన్నులే ఇక్కడ ప్రసాదాలు

కర్నూలు జిల్లా ఆస్పరి మండలం  
చిన్నహోత్తూరు గ్రామంలో వెలసిన  
సిద్ధరామేశ్వరస్వామి ఉత్సవాలు  
సరికొత్త శోభను సంతరించుకున్నాయి.  
వీరభద్రస్వామి అవతారంలో వున్న  
పూజారి త్రిశూలం చేతబూని కేకలు  
వేస్తూ భక్తులను తన్నుతూ తిరగడం  
ఆకట్టుకుంది. ఆయన తన్నుల కోసం భక్తులు  
ఎగబడతారు. ఆయనతో తన్నులు తింటే  
కోరిన కోర్కెలు వీరభద్రస్వామి తీరుస్తాడని  
భక్తులు నమ్ముతారు. అనంతరం ఉగ్రుడైన  
వీరభద్రస్వామి అవతారంలో ఉన్న పూజారిని  
గ్రామస్తులు మిరప కాయల పొగబెట్టి  
శాంతింపజేశారు. పార్వతీపరమేశ్వరుల  
పెళ్లి చేసే విషయంలో విఫలమయ్యారని  
వీరభద్రస్వామి ఉగ్రుడై ఇలా గ్రామ పెద్దలను  
తంతాడని గ్రామస్తులు చెబుతున్నారు.  
ఈ నేపథ్యంలో ఇదే ఆచారాన్ని ఇప్పటికీ  
పాటిస్తున్నారు.

## నగ్న నిరసన

ప్రపంచ ప్రఖ్యాతిగాంచిన  
కేంబ్రిడ్జి యూనివర్సిటీలో డాక్టర్  
విక్టోరియా బేట్ మన్ ప్రొఫెసర్ గా  
పనిచేస్తున్నారు. విద్యార్థులకు  
ఎకనమిక్స్ (అర్థశాస్త్ర) పాఠాలు  
బోధించడం ఆమె పని. ఆమె కేవలం  
ఒక ప్రొఫెసర్ మాత్రమే కాదు,  
ఉద్యమకారిణి కూడా. ప్రభుత్వ  
విధానాలపై తరచూ నిరసన  
తెలియజేస్తుంటారు. అది కూడా  
నగ్నంగా. "నగ్నంగా ఉన్న నన్ను  
చూసి ప్రజలు అనేక రకాలుగా  
అనుకుంటారు. ఆమె ఒక స్టూపిడ్,  
ఇడియట్ అని, ఈమెకు వెర్రి  
అనుకుంటారు. కానీ, నేను వాస్తవాల  
గురించి ఆలోచించే వ్యక్తిని. అందుకే  
అలా నిలుపుంటాను" అని బేట్ మన్  
చెప్పారు. అయితే, ఆమె నగ్న  
నిరసనలు మాత్రం వివాదాస్పదంగా  
మారాయి.

తన తాజా పుస్తకాన్ని ఆన్ లైన్ రిటైల్  
సంస్థ అమెజాన్ నిషేధించిందని  
ఆమె చెప్పారు. పుస్తకం కవర్  
ఫోటో లైంగికపరమైన అంశాలను  
సూచించేలా ఉందని భావించి బ్యాన్  
చేసినట్లు బేట్ మన్ చెప్పారు. సోషల్  
మీడియా ఉద్యమంతో ఆ నిర్ణయాన్ని  
వెనక్కి తీసుకున్నారని ఆమె చెప్పారు.  
సొంత శరీరంపై కూడా  
మహిళలకు స్వేచ్ఛ లేదని,  
వాళ్లు ఏదైనా చేయాలనుకుంటే  
అనుమతించే పరిస్థితులు లేవని  
ఆమె భావిస్తున్నారు. ఈ నియంత్రణ  
పోవాలంటే సెక్సువల్ రివల్యూషన్  
రావాలని ఆమె భావిస్తున్నారు. ఆ  
కవర్ ఫోటోలో ఆమె శరీరం పూర్తిగా  
కనిపించేలా లేదు. అందులో  
ఆమె పొట్ట భాగం స్పష్టంగా  
కనిపిస్తోంది. ఆమె ఛాతి భాగం  
రూపురేఖలు కనిపించేలా ఉంది. "నా  
శరీరాన్ని ప్రదర్శించడం వల్ల నేను  
చెప్పాలనుకున్న విషయం విలువైనది  
కాకుండా పోతుందని భావించడం  
లేదు." అని బేట్ మన్ అన్నారు.

## నేను చావలేదు

ఇటీవల సామజిక మాధ్యమాల్లో  
చాలామంది తెరమరుగైన నటులు,  
నటీమణులు తెర ముందుకు వచ్చి  
మేము ఇంకా చావలేదు, దయచేసి  
మేము బతికుండగానే మమ్మల్ని  
చంపకండి అని వేడుకోవటం  
చూస్తుంటే, మన సామజిక  
మాధ్యమాలు రేటింగుల కోసం  
ఎంతగా దిగజారుతున్నాయో  
అరం కానిది కాదు. నోబుల్  
బహుమాన గ్రహీత, ప్రసిద్ధ  
రచయిత రుడ్ యార్డ్ కిప్పింగ్  
(1865-1936) విషయంలో  
కూడా అదే జరిగింది. ఆయన  
వ్రాసిన జంగిల్ బుక్స్ విశేష  
ప్రాచుర్యం పొందాయి. East is  
East and West is West  
- The Twain shall never  
meet అని తూర్పు దేశాల  
గురించి పశ్చిమ దేశాలగురించి  
ఆయన అన్నమాటలు ప్రపంచ  
ప్రసిద్ధి పొందినాయి.  
ఒకసారి రుడ్ యార్డ్ కిప్పింగ్  
బ్రతికుండగానే ఆయన  
చనిపోయి నట్లుగా ఒక పత్రిక  
వార్త వేసింది. అది చదువుకున్న  
కిప్పింగ్ ఆ పత్రికా సంపాదకులకు  
వెంటనే ఒక ఉత్తరం రాస్తూ  
"అయ్యా, మీ పత్రికలో నా  
. మరణ వార్త చదివాను.  
కాబట్టి నేను మరణించినట్లేనని  
భావించి మీ పత్రిక 3  
చందాదార్ల లిస్టులో నుంచి నా  
పేరు తొలగించవల్సిందిగా  
ప్రార్థిస్తున్నాను" అంటూ  
తెలియజేశారు. తక్షణం ఆ  
పత్రికా సంపాదకుడు కిప్పింగ్ వద్ద  
ప్రత్యక్షమై జరిగిన పొరపాటుకు  
క్షమించవల్సిందిగా వేడుకున్నాడు.