ISKCON

Bhakti Vriksha

APPLY BHAGAVAD GITA INTO YOUR LIFE

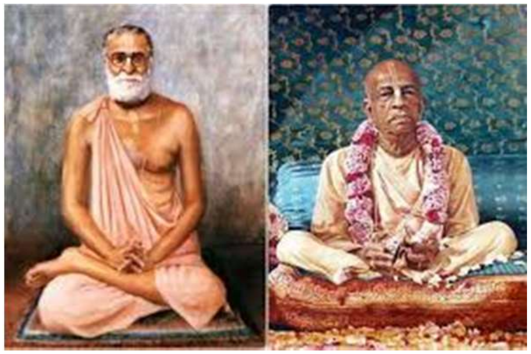
WEEK 3:

I am not this Body

Kirtana

(జయ) రాధా-మాధవ (జయ) కుంజవిహారీ
(జయ) గోపి-జన-వల్లభ (జయ) గిరివరధారీ
(జయ) యశోదానందన, (జయ) వ్రజజనరంజన,
(జయ) యమునా-తీర వన-చారీ

శ్రీ గురు ప్రణామ



ఓం అజ్ఞానతిమిరాంధస్య జ్ఞానాంజనశలాకయా
చక్షుర్ ఉన్మీలితం యేన తస్మై శ్రీ గురవే నమః

I was born in the darkest ignorance, and my spiritual master opened my eyes with the torch of knowledge. I offer my respectful obeisances unto him.

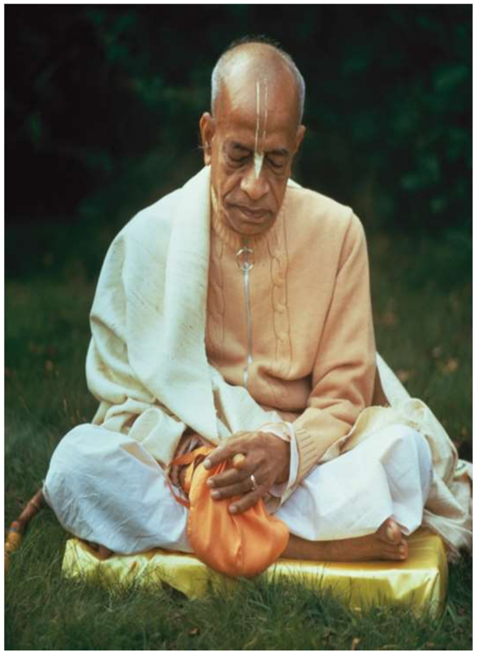
శ్రీల ప్రభుపాద ప్రణతి

నమ ఓం విష్ణు-పాదాయ కృష్ణ-ప్రేష్ఠాయ భూతలే ! శ్రీమతే
భక్తివేదాంత-స్వామిన్ ఇతి నామినే !!

నమస్తే సారస్వతే దేవే గౌర-వాణీ-ప్రచారిణే ! నిర్విశేష-
శూన్యవాది-పాశ్చాత్య-దేశ-తారిణే!!

I offer my respectful obeisances unto His Divine Grace A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada, who is very dear to Lord Krishna on this earth, having taken shelter at His lotus feet.

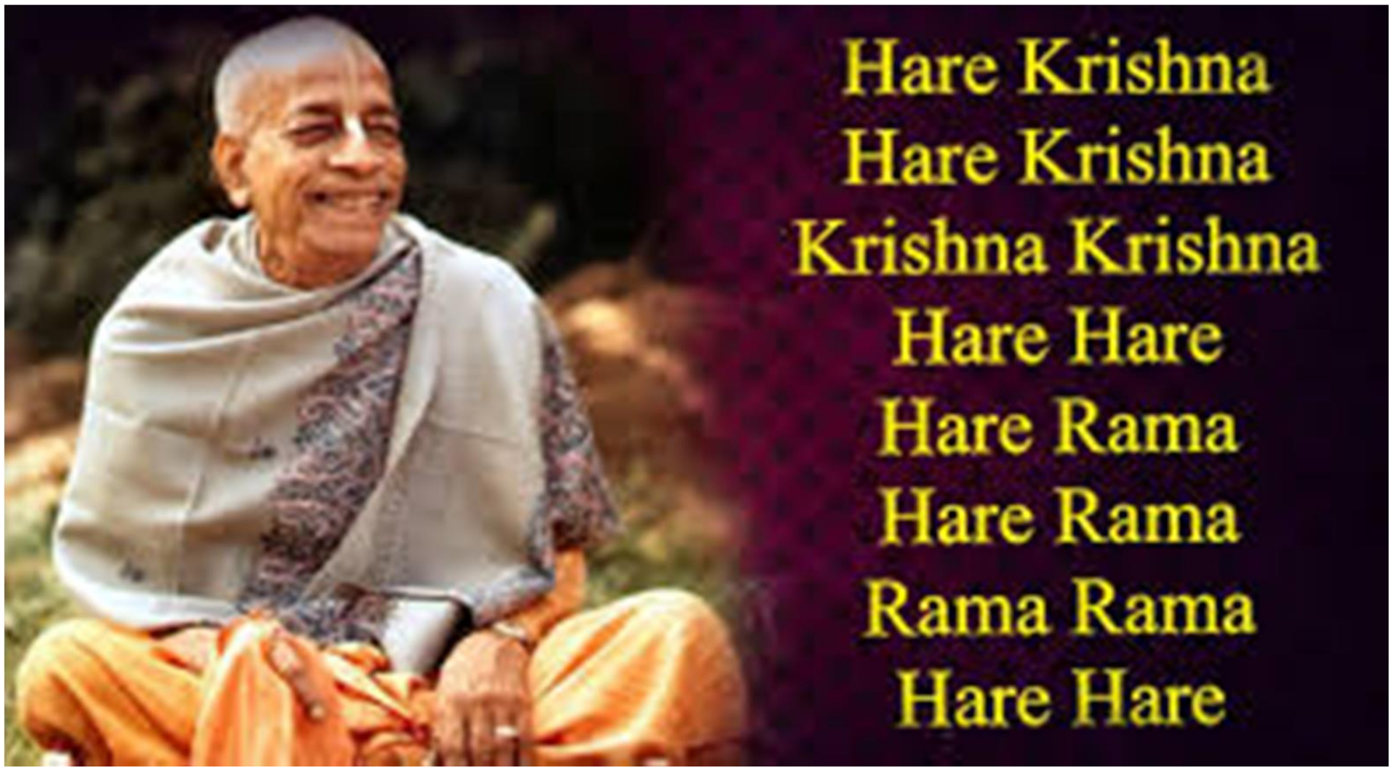
Our respectful obeisances are unto you, O spiritual master, servant of Sarasvati Gosvami. You are kindly preaching the message of Lord Chaitanya deva and delivering the Western countries, which are filled with impersonalism and voidism.



శ్రీ పంచ-తత్వ మహామంత్ర

(జయ) శ్రీ కృష్ణ చైతన్య
ప్రభు నిత్యానంద
శ్రీ అద్వైత గదాధర
శ్రీ వాసాది గౌర భక్తవృంద

హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే
హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే



Ice breaker

If you could spend the rest of your life doing exactly whatever you like, what would you do?

నామామృతము

మన కష్టములకు పరిష్కారము

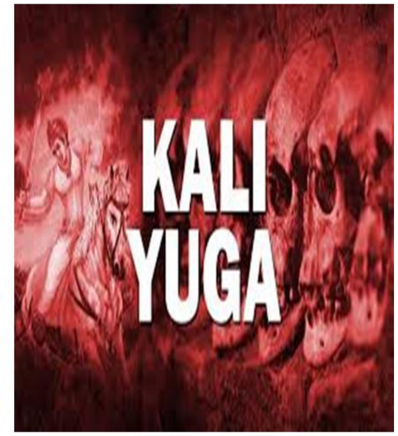
ఈ యుగములో అత్యున్నత పరిపూర్ణమైన జీవనము కొరకు అత్యంత సులభ మార్గమైన జప విధానమును పంచిపెట్టుటకు స్వయముగా శ్రీ కృష్ణుడే శ్రీ చైతన్య మహాప్రభువుగా అవతరించారు.

తాము ఏమిటి, ఎవరన్న ఆత్మ జ్ఞానమునందున్న ఎన్నో వేల మానవులలో కేవలం ఒకరో, ఇద్దరో మాత్రమే నిజానికి ముక్తులవుతారు. అలా ముక్తిని పొందిన ఎన్నో వేల మందిలో కేవలం ఒకరో, ఇద్దరో మాత్రమే కృష్ణుడు ఎవరూ, ఏమిటి అని అర్ధం చేసుకోగలరు. అందువలన కృష్ణుని అర్థం చేసుకోవడం అంత సులభమైన పని కాదు.

ఆ విధముగా అజ్ఞానము మరియు గందరగోళ లక్షణములు కలదిగా వర్ణించబడిన ఈ కలియుగములో ముక్తి అనునది అనుభవపూర్వకముగా ఎవ్వరికీ అందుబాటులో లేనిది. ఒక వ్యక్తి ముందుగా నాగరికుడు కావాలి. తర్వాత ధర్మనిరతుడై పిదప దానములు, యజ్ఞములు నిర్వహించి జ్ఞాన పీఠమును అధిరోహించాలి. అప్పడు ముక్త స్థితిని పొంది, తర్వాత చివరగా కృష్ణుడు అంటే ఏమిటి అని అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రతి వ్యక్తీ ఈ కఠిన పరీక్ష అంతటినీ ఎదుర్కోవాలి. యదార్థానికి ఈ విధానము ఈ యుగములో అంత సులభమైనది కాదు. శ్రీమద్భాగవతము నందు ఈ యుగములోని మానవులను గూర్చిని వర్ణన ఇవ్వబడినది. వారి జీవిత కాలము చాలా చిన్నది.

నామామృతము

CONTD>>

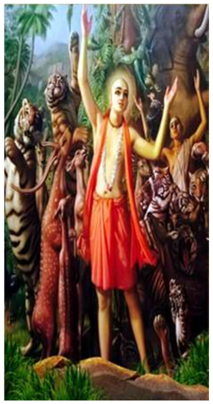


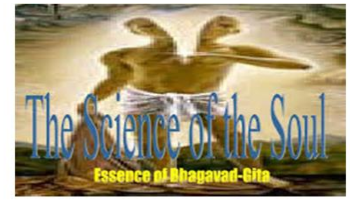
వారు అనాసక్తముగానూ, నెమ్మదిగానూ ఉంటారు. ఎక్కువ సమయము నిద్రపోతూ, నిద్రపోని సమయములో వారు ధనార్జనలో నిమగ్నమై ఉంటారు. మహా అయితే ఆధ్యాత్మిక కార్యకలాపములకు వారికి రోజుకు రెండు గంటల సమయము మాత్రమే ఉంటుంది. కనుక వారికి ఆధ్యాత్మిక అవగాహనకు ఇక తావెక్కడున్నది? అంతేగాక ఎవరైన ఆధ్యాత్మిక పురోగతియందు ఆసక్తుడై ఉండినప్పటికి అతని నుండి లబ్ది పొందుటకు ఎన్నో కపట ఆధ్యాత్మిక సంఘములు ఉంటాయి. ఈ యుగములో మానవులు దుర్భాగ్యులుగా వర్ణించబడ్డారు. జంతువులు సహితము సులభముగా పొందే ఆహారము, రక్షణ, మైథునము మరియు నిద్ర వంటి జీవనపు తప్పనిసరి అవసరములను పొందుటకు వారు అతి ఎక్కువగా కష్టపడవలసి ఉంటుంది. ఈ యుగములోని ప్రజలు ఈ అవసరములను పొందినప్పటికీ వారు ఎల్లప్పడు యుద్ధము గూర్చి ఆందోళన చెందుతూ తమను దుండగుల నుండి కాపాడుకొనుటలో గానీ, తామే యుద్ధమునకు వెళ్లవలసి వచ్చునేమో అన్న భయములో గానీ ఉందురు. దీనికి తోడుగా ఎల్లప్పడు కలత పెట్టి రోగములు, ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఈ యుగములో ఉంటాయి. అందుచేత విధింపబడిన నియమ నిబంధనములను అనుసరించి ముక్తియొక్క పరిపూర్ణ స్థితికి వచ్చుట అనునది ఈ యుగమునందు మానవులకు అసాధ్యమైనదని శ్రీకృష్ణుడు పరిగణించాడు.

నామామృతము CONTD>>

ఆ విధంగా శ్రీకృష్ణుడు తన అవ్యాజ్యమైన కరుణ వలన శ్రీచైతన్య మహాప్రభువుగా అరుదెంచి **"హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే / హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే"** అని జపించుట ద్వారా జీవనపు అత్యంత పరిపూర్ణత్వము మరియు ఆధ్యాత్మిక పారవశ్యమును పొందు సాధనమును పంచారు. ఈ జప విధానము అత్యంత అనుభవపూర్వకమైనది. అది ఒకరు ముక్తిని పొంది ఉన్నారా లేక వారి స్థితి ఆధ్యాత్మిక జీవనమునకు సహకరించునదిగా ఉన్నదా లేదా అన్న వాటి మీద ఆధారపడి ఉండదు. ఎవ్వరు దీనికి స్వీకరించినా, తక్షణమే వారిని పునీతులను కావిస్తుంది. అందుచేతనే అది **"పవిత్రమ్"** అని పిలువబడుతుంది. అంతేకాక ఈ కృష్ణచైతన్య విధానమును ఎవరు స్వీకరించినా వారి పాపకార్యముల నిగూఢమైన ప్రతిఫల బీజములు నాశనమవుతాయి. అగ్ని దానియందు వేయబడిన దేనినైనను బూడిదగా మార్చివేయునట్లు ఈ విధానము మన పూర్వ జన్మముల పాపఫలములను బూడిదగా మార్చివేస్తుంది.

రాజవిద్య



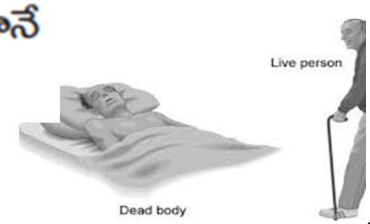


ఈ దేహము కాదు

కృష్ణ చైతన్యము ఒక నమ్మకము మీద ఆధారపడింది కాదు. అది ఒక శాస్త్రం.

మొట్టమొదటి అడుగు, బ్రతికివున్న దేహానికి, మరణించిన దేహానికి మధ్య వున్న తేడాను తెలుసుకోవడం. ఆ తేడా ఏమిటంటే ఒక మనిషి చచ్చిపోయినపుడు అతనిలోని ఆ దివ్య శక్తి అతని దేహాన్ని విడిచి వెళ్లిపోతుంది. అందుచేత ఆ దేహాన్ని మృతదేహం అంటారు. అంటే... రెండు పదార్థాలు ఉన్నాయన్న మాట. ఒకటి దేహం. రెండోది ఆ దేహాన్ని ఆశ్రయించుకొని ఉండే జీవశక్తి.

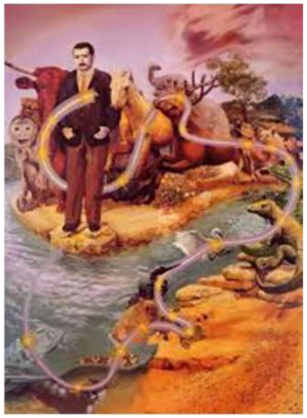
ముందుగా ఆ వ్యక్తి తాను దేహం కంటే భిన్నమైన ఆత్మననే సంగతి అర్థం చేసుకోవాలి! ఉదాహరణకు ఒక శిశువు పెరిగి బాలుడౌతాడు. బాలుడు క్రమంగా యువకుడవుతాడు. యువకుడు వయోజనుడవుతాడు. ఆ వయోజనుడు క్రమంగా వృద్ధుడవుతాడు. ఈ విధంగా శైశవం మొదలు వార్ధక్యం దాకా తన శరీరం మారుతూ వచ్చినా అతడు అన్ని దశలలోనూ తాను ఒక్కడే అనుకుంటాడు. ఇక్కడ దేహం మారుతూ వస్తుంది. అయినా ఆ దేహంలో ఉన్న ఆత్మ ఒక విధంగానే ఉంటుంది.



ఈ దేహము కాదు CONTD>>

మీ దేహం నశించి పోయినపుడు మీరు నశించరు. మీ కోటునో, చొక్కానో మార్చినట్లు, మీరు మరొక దేహాన్ని స్వీకరిస్తారు. రేపు మీరు నా దగ్గరకు మరొక చొక్కానో, కోటునో ధరించి వస్తే మరొక భిన్న వ్యక్తి అవుతారా! కాదు కదా! అలాగే ప్రతీసారీ మరణించినపుడు మీరు మరొక దేహాన్ని ధరిస్తారు. కాని నూతన దేహంలో ఉన్న మీరు - అనగా ఆత్మ ఎట్టి మార్పును పొందు. ఈ విషయాన్ని శ్రద్ధగా అర్థం చేసుకోవాలి. అప్పడే కృష్ణచైతన్య శాస్త్రాధ్యాయనంలో మీరు పురోగతి సాధించగలుగుతారు.

ఆత్మ పదార్థం చర్మ చక్షువులకు కనిపించేది కాదు. దాని పరిమాణం పరమాణువు అంత ఉంటుంది. ఇంద్రియాదులు, రక్తం, ఎముకలు, క్రొవ్వు మొదలైన వానితో కూడిన స్థూల దేహం నశించిపోయిన తరువాత మనస్సు, బుద్ధి, అహంకారం మొదలైన వానితో కూడిన సూక్ష్మదేహం జీవునికి ఏర్పడుతుంది. అందుచేత మరణ సమయములో ఈ సూక్ష్మదేహమే మరొక స్థూల దేహంలోకి చేరుతుంది.



ఈ దేహము కాదు CONTD>>

గాలి సుగంధాన్ని కొనిపోయే ప్రక్రియ వంటిది. గులాబి పరిమళం ఎక్కడ నుంచి వస్తుందో ఎవరికీ తెలియదు. కాని గాలి దానిని తీసుకు వస్తుందని మాత్రం మనకు తెలుసు. ఎలా తీసుకుని వస్తుందో మనకు కనిపించదు. తీసుకొని రావడం మాత్రం జరుగుతుంది. అలాగే ఆత్మ ఒక దేహం నుంచి మరొక దేహానికి మారే ప్రక్రియ అతి సూక్ష్మమైనది. మరణ సమయములో జీవుని మనస్సు పనిచేసే తీరును బట్టి సూక్ష్మమైన జీవాత్మ ఒక తండ్రి వీర్యం ద్వార ఒకానొక నిర్దిష్టమైన తల్లి గర్భంలో ప్రవేశించి, ఆ తల్లి కల్పించే ఒక విలక్షణ దేహాన్ని స్వీకరిస్తుంది. ఆ దేహం మానవ దేహం కావచ్చు, ఒక పిల్లి దేహం కావచ్చు, ఒక కుక్క దేహం కావచ్చు, మరేదైనా కావచ్చు.

మీరు నిత్యుడు కనుక మీ కర్మను అనుసరించి కేవలం శరీరాలు మాత్రం మారుస్తూ ఉంటారు. అందుచేత ఈ పునరావృత్తి వ్యవహారాన్ని నిలుపుచేసి స్వతసిద్ధమైన ఆధ్యాత్మిక దేహంలో మనం నిలిచి ఉండడానికి ఉపాయం ఏమిటో మనం ఆలోచించుకోవాలి. అదే కృష్ణ చైతన్యము.

DISCOVERY

కనుగొనండి :

1. జీవించి ఉన్న శరీరానికి, మృతి చెందిన శరీరానికి గల వ్యత్యాసం ఏమిటి?

UNDERSTANDING

అవగాహన :

1. మనము ఈ శరీరాన్ని మారుస్తుంటాము. కాని మనము శాశ్వత ఆత్మ స్వరూపులమని ఎలా అర్థం చేసుకోగలమో ఒక ఉదాహరణతో వివరించండి.
2. చనిపోయినపుడు ఆత్మ ఒక శరీరము నుండి ఇంకొక శరీరానికి ఎలా ప్రయాణిస్తుంది.
3. మనకు వేరు వేరు శరీరాలు ఎందుకు లభిస్తాయి.
4. మనము వేరు వేరు శరీరాలు దాల్చడాన్ని ఎప్పడు ఆపగలుగుతాము.

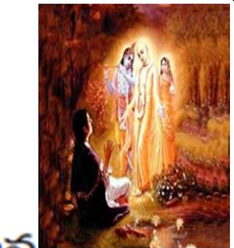
APPLICATION

అనువర్తనము :

1. మీరు శాశ్వత ఆత్మ స్వరూపులు అని తెలిసి ఉపశమనం కలుగుతోందా? మీ భావాలను అందరితో పంచండి.

ప్రచారమే సర్వసారము

సర్వ జగత్తును విముక్తి గావించుటకు భగవంతుడు శ్రీ చైతన్య మహాప్రభువుగా అవతరించారు



ప్రపంచమంతటా ఉన్న దిగజారిన జీవాత్మలను ఏ విధంగా విముక్తి గావించాలన్న ఆలోచనల్లోనే అద్వైతాచార్యులు ఎల్లప్పుడూ నిమగ్నమై ఉండేవారు. "సమస్త ప్రపంచము అభక్తులతో నిండి ఉన్నది. వారు ఏ విధంగా విముక్తులవుతారు?" అని భావించేవారు. దిగజారిన జీవాత్మలను విముక్తి గావించాలని నిశ్చయించుకున్న అద్వైతాచార్యులు కృష్ణుని అవతరించేలా చేయాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ఈ నిశ్చయముతో ఆయన గంగా జలము మరియు తులసీ దళములతో భగవంతుని అర్చించడం ప్రారంభించారు. అదే విధంగా హరిదాస ఠాకూర కృష్ణుని అవతరించేలా చేయాలన్న ఉద్దేశముతో గంగా ఒడ్డున తన గుహలో జపించేవారు. ఈ ఇరువురి భక్తియుక్త సేవ వల్లనే శ్రీ చైతన్య మహాప్రభువు ఒక అవతారముగా ఈ భౌతిక జగత్తుకు అరుదెంచారు. ఆ విధంగా ఆయన ఈ ప్రపంచమును విముక్తి గావించుటకు భగవంతుని పవిత్ర నామమును మరియు కృష్ణుని పారవశ్య ప్రేమను ప్రచారము చేశారు.

చై.చ. అంత్య 3 : 223-226

1.Offer food to Their Lordships and 2. chant Maha Mantra

శ్రీ వైష్ణవ ప్రణామ

వాఞ్ఛా కల్పతరుభ్యశ్చ
కృపా-సింధుభ్య ఏవ చ
పతితానామ్ పావనేభ్యో
వైష్ణవేభ్యో నమో నమః

Thank You