జనవరి 14,
మకర సంక్రాంతి

జనవరి 2023

# గురువాణి

శ్రీవిద్యా జ్ఞాన పీఠం ఆధ్యాత్మిక మాస పత్రిక

**శ్రీవిద్యా సాధన**
షట్చక్ర పూజా విధానము

**శ్రీవిద్యా మందిరాలు**
నెమిలి బాలా పీఠము

## త్రివేణీ కల్పము

మనలోని చైతన్య శక్తిని మేలుకొలిపే ప్రక్రియా

# శ్రీ లలితా త్రిపుర సుందరీ దేవి ధ్యానం

**సింధూరారుణ విగ్రహాం త్రినయనాం మాణిక్య మౌళిస్ఫురత్,**
**తారానాయక శేఖరాం స్మితముఖీం ఆపీన వక్షోరుహాం ।**
**పాణిభ్యాం అలిపూర్ణ రత్న చషకం రక్తోత్పలం బిభ్రతీం,**
**సౌమ్యాం రత్నఘటస్థ రక్త చరణాం ధ్యాయేత్పరామంబికాం ॥**

## సాధరాణంగా చెప్పుకునే అర్థము

కాషాయం రంగులో మెరిసిపోతున్న వర్చస్సు కలిగిన తల్లి, కరుణ కురిపించే మూడు కన్నులు ఉన్న తల్లి, రత్న ఖచితమైన కిరీటం, దానిపైన చంద్రుని ధరించిన తల్లి, ముగ్ధులను చేసే చిరునవ్వు చిందించే తల్లి, ఎత్తైన వక్షోజములు కలిగిన తల్లి, చేతిలో రత్నములు పొదగబడిన అమృతపు గిన్నెమరియు ఎర్రని తామర పువ్వును ధరించిన తల్లి. శాంతి స్వరూపిణి అయిన తల్లి. రత్న సింహాసనమునందు కూర్చున్న తల్లి. ఆ తల్లిని నేను ధ్యానిస్తున్నాను.

## తత్వపరమైన అర్థము

సింధూర - వేటి మీదా వ్యామోహం లేకుండా ఉండే తల్లి.
అరుణ విగ్రహాం - చైతన్యవంతంగా ఉండే రూపము కలిగిన తల్లి.
త్రినయనాం - భూతకాలము గురించి బాద పడకుండా, భవిష్యత్తు గురించి తపించకుండా, వర్తమానం లో జీవించమని తెలియజెప్పే తల్లి.
మాణిక్య మౌళిస్ఫురత్ - మణులు పొదగబడిన కిరీటమును ధరించిన తల్లి.
తారానాయక శేఖరాం - అంతటి భారమైన కిరీటమును ధరించినప్పటికీ, చల్లని వెన్నెలలు ప్రసరిస్తూ జీవించమని చెప్పే తల్లి.
స్మిత ముఖీం – చిరునవ్వు చిందించే మోము కల తల్లి.
ఆపీన వక్షోరుహామ్ - జగత్తునంతటినీ పోషించే వక్షస్థలము కలిగిన తల్లి.
పాణిభ్యాం అలిపూర్ణ రత్న చషకం - నీ జీవితమే నీ చేతిలోని అమృత కలశం అని తెలియజెప్పే తల్లి.
రక్తోత్పలం బిభ్రతీమ్ – ఎర్రని తామర పూవుతో వేటిమీదా మోహం లేకుండా బ్రతకాలని మరలా గుర్తు జేసే తల్లి.
సౌమ్యాం - సౌమ్యముగా జీవించమని గుర్తు జేసే తల్లి.
రత్న ఘటస్త రక్త చరణాం - విశ్వ స్వరూపమైన పద్మము(ఘటస్త) పైన తన పాదము (రక్త చరణాం) ఉంచి కూర్చున్న తల్లి
ధ్యాయేత్పరామంబికాం - అటువంటి పరాశక్తిని నేను ధ్యానిస్తున్నాను.

## టూకీగా చెప్పాలంటే

త్యాగం, చైతన్యం, (సింధూర అరుణాం), వర్తమానంలో జీవించడం (త్రి నయనాం), ఉన్న జీవితానికి తృప్తి చెందడం (అలి పూర్ణ రత్న చషకం), రక్తోత్ఫలం, సేవ భావం, త్యాగ నిరతి, సౌమ్యమైనటువంటి త్రికరణాలు కలిగి ఉండాలి. అంటే, ఆలోచనలు సౌమ్యం గా ఉండాలి, మాట సౌమ్యం గా ఉండాలి, నడవడిక సౌమ్యం గా ఉండాలి. అటువంటి జీవనం జీవించాలని చెప్పే తల్లిని నేను ధ్యానిస్తున్నాను

# గురువాణి

విషయ సూచిక

**గురువాణి ఆధ్యాత్మిక మాస పత్రిక**
సంపుటి -1 సంచిక - 5, జనవరి 2023

**గురువాణి** డిజిటల్ తెలుగు మాస పత్రిక, శ్రీవిద్య లెర్నింగ్ సెంటర్ వారిచే ముద్రించబడినది.

గురువాణి సమాచార పత్రిక ను అందరికీ షేర్ చేయడం, యూ ట్యూబ్ ఛానల్ మరియు ఫేస్ బుక్ పేజి లలో చేరడం ద్వారా పీఠం యొక్క కార్యక్రమాలలో మీరు భాగస్వాములు కావచ్చును.

Subscribe Newsletter | Follow on Facebook | Subscribe YouTube

©Srividya Learning Centre

**శ్రీవిద్య లెర్నింగ్ సెంటర్**
(సౌందర్య లహరి యొక్క ఒక విభాగము)

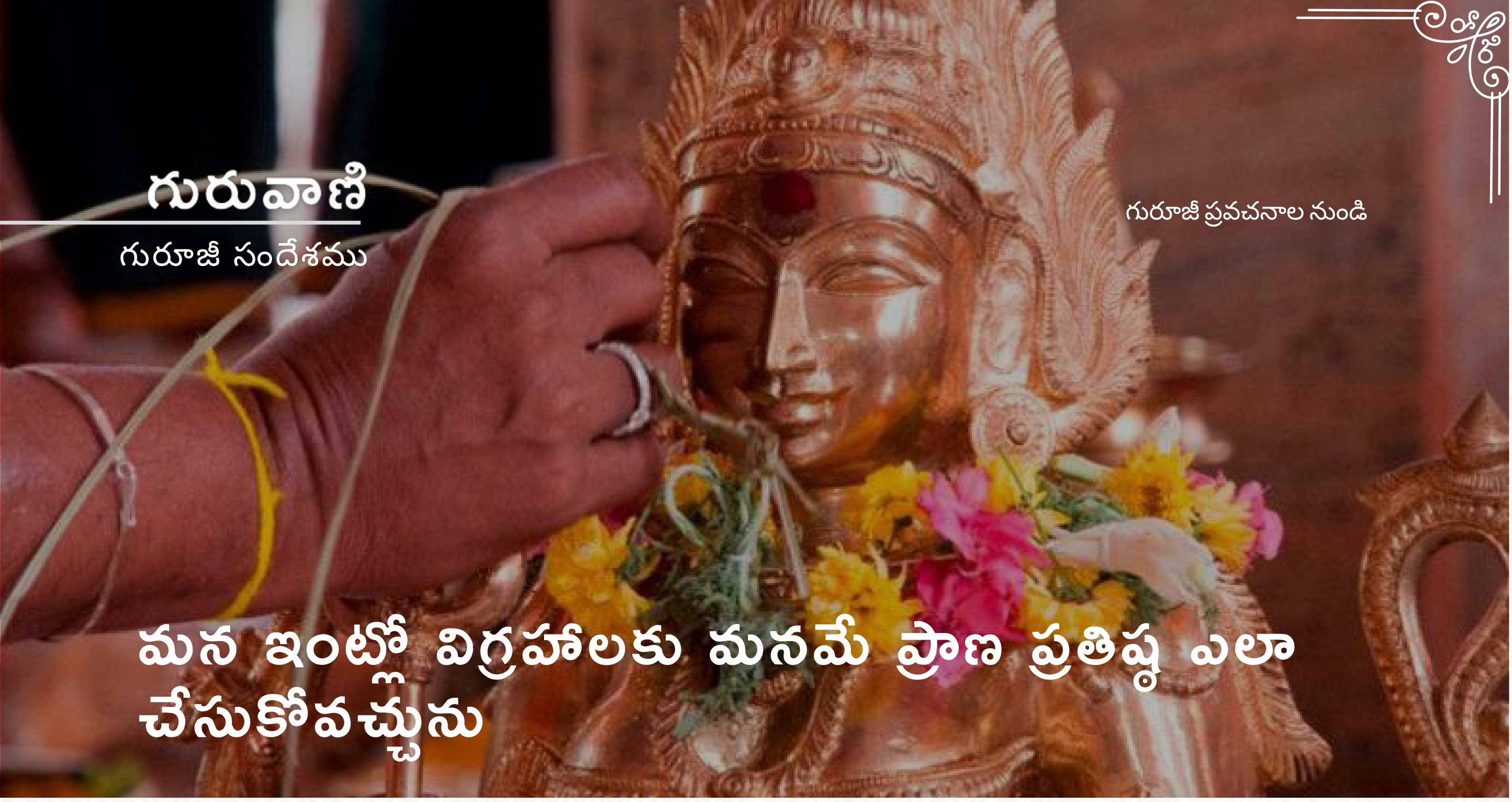
#69, 6th Cross Street, Girinagar Phase I,
Bengaluru, K A 560085, India.

srimeru999@gmail.com

+91 8088256632

www.srimeru.org

| ఈ సంచికలో | పేజీ |
|---|---|
| **కవర్ పేజీ చిత్రము** బాలా త్రిపుర సుందరి | |
| **ధ్యానం** శ్రీ లలితా త్రిపుర సుందరీ దేవి ధ్యానం | 02 |
| **గురువాణి** ఇంట్లో విగ్రహాలకు ప్రాణ ప్రతిష్ఠ | 04 |
| **శ్రీవిద్యా సాధన** షట్చక్ర పూజా విధానము | 07 |
| **త్రివేణీ కల్పము** | 09 |
| **శ్రీవిద్యా మందిరాలు** నెమిలి బాలా పీఠము | 11 |
| **జరిగిన కార్యక్రమాలు** | 14 |
| **రాబోయే కార్యక్రమాలు** | 15 |
| **సాధకుల అనుభవాలు** | 16 |
| **ప్రశ్నలు – సమాధానములు** | 20 |



# మన ఇంట్లో విగ్రహాలకు మనమే ప్రాణ ప్రతిష్ఠ ఎలా చేసుకోవచ్చును

శ్రీ గురు కరుణామయ

మన ఇళ్లల్లో పూజ చెయ్యడానికి ఒక విగ్రహమో, యంత్రమో మనం కొనుక్కుంటూ ఉంటాము. సాధారణంగా షాపుల కెళ్ళి కొంటాము, కొంతమంధి గురువులు లేదా ఉపాసకులు మనకు ఇస్తూ ఉంటారు. ఈ విగ్రహాలు కానీ, యంత్రాలు కానీ సాధారణంగా ఒక గురువు చేతుల ద్వారా వచ్చినప్పుడు అధి చైతన్యం పొందివస్తుంధి, ఇంక మళ్ళీ ప్రత్యేకించి విశేష ప్రాణ ప్రతిష్ట చేయ వలసిన అవసరం లేదు. షాపులో కొనుక్కుంటే, కొనేముందు విగ్రహాన్ని, యంత్రాన్ని ఆగమ శాస్త్రపరంగా సరిగ్గా వుందా? లేదా? అని ఒకసారి చూసుకోవాలి. పూర్తిగా విశ్లేషణ చెయ్యకపోయినా అతి ముఖ్యమైన కొన్ని విషయాలు మనం గమనించాలి.

ఆ విగ్రహానికి ప్రతి చేతికి, కాలికి ఐదు వేళ్లూ ఉన్నాయా? లేవా? అని పరిశీలించాలి. ఐదైవ వేలు చిటికిన వేలు అతుక్కుపోయినట్టు ఉండవచ్చు. అలా వుంటే ఆ శక్తి పూర్తిగా ఆపాదించబడదు. అందువల్ల ఐదువేళ్లూ ఉన్నాయా? అని పరిశీలించడం ముఖ్యం. దాని తరువాత విగ్రహానికి మధ్యగా ఒక గీతను (సెంటర్ లైన్) ఊహించుకుంటే, ఆ గీతనుండి కుడి భుజానికి ఎంత దూరంవుందో ఎడమ భుజానికి కూడా అంతే దూరం ఉండాలి. ఇంకొక విషయం ఏమిటంటే శరీరభాగాలు సరైన నిష్పత్తులలో ఉండాలి. తల ఎంత ఉందో, దానికి తగిన వక్షస్థలం, దానికి తగిన పొడవుతో కాళ్ళు, చేతులు ఉండాలి."సర్వారుణా అనవద్యాంగి" అని లలితా సహస్రనామంలో చెప్పబడింది. అంటే నిందింప తగిన అంగములు లేనటు వంటి తల్లి. అలాగే ఎటువంటి భంగిమలో వున్నా సరే రెండు చేతుల పొడవు సమానంగా ఉండాలి.

ఇలా పరిశీలించుకుని కొన్న తరువాత, విగ్రహాన్ని ఇంటికి తెచ్చి ముందు పాలల్లో ముంచాలి. తరువాత నీళ్లలో ముంచాలి. విగ్రహాలు ఎన్నో చేతులు మారి వస్తూ ఉంటాయి. వారి కర్మలన్నీ విగ్రహంలోకి వెళ్లకుండా శుద్ధి చెయ్యడం కోసం ఇలా చేస్తాము. దాని తరువాత విగ్రహానికి అలంకరణ చేసి ఒక పీటమీద పెట్టి పదహారు ఉపచారాల పూజ, లేదా ఐదు ఉపచారాల పూజ చెయ్యాలి. ఆ పూజలో భాగంగా, ఏ దేవత విగ్రహాన్ని తెచ్చారో, ఆ దేవత స్తోత్రం గాని, సూక్తం గాని, కవచం గాని ఏదో ఒకటి...ఒకసారి చదువుకోవాలి. లక్ష్మి దేవి అయితే లక్ష్మి అష్టోత్తరం, లలితా పరమేశ్వరి అయితే లలితా అష్టోత్తరం గాని, సహస్రనామం గాని, ఖడ్గమాల గాని, త్రిశతి గాని చదివి మామూలుగా పూజ చెయ్యాలి. ఆ రోజు సాయంకాలం కూడా అదే పూజ చేయాలి.

తరువాత, ఈ విగ్రహం పట్టేటువంటి ఒక పెద్ద పాత్రని తీసుకోవాలి. ఉద్దేశ్యం ఏమిటంటే ఆ పాత్రలో నీళ్లు పోస్తే ఆ విగ్రహం పూర్తిగా మునిగిపోవాలి. విగ్రహం యొక్క పీఠం (బేస్ అంటారు) పూర్తిగా పాత్రయొక్క నేలని తగిలేటట్టు ఉండాలి. మరీ సన్నని పాత్ర అయితే, విగ్రహాలు అంచుల మీద నిలబడతాయి. ఆలా ఉండకూడదు. కొంత మంధి విగ్రహాన్ని పడుకోబెట్టి నీళ్లలో ముంచుతారు. వీలైనంతవరకు నిలువుగా ఉంచి చెయ్యాలి. ఆ విగ్రహం మునిగే దాకా నీళ్లుపోయాలి.

## గురూజీ సందేశము

ఆ రాత్రి అంతా కుడా ఆ విగ్రహం ఆ నీళ్ళల్లోనే ఉంటుంధి. దీన్ని "జలాధివాసము" అంటారు. వీలుంటే ఒక లాలిపాట కూడా పాడవచ్చు.

మర్నాడు, అంటే రెండవ రోజు, సుప్రభాతం పాడుతూ, ఆ విగ్రహాన్ని బయటకి తీసి, మళ్ళీ ఒకసారి నీళ్ళుపోసి శుభ్రం చేసి, అలంకారంచేసి, మళ్లీ పదహారు ఉపచారాల పూజ చేయాలి. స్తోత్ర పారాయణ చేయాలి. సాయంకాలం కుడా అదే పారాయణ, పూజ చేయాలి. ఈసారి ఆ విగ్రహాన్ని పాలల్లో పూర్తిగా మునిగేటట్లు ఉంచాలి. దీన్ని "క్షీరాధివాసము" అంటారు.

అలాగే మూడవ రోజు "ధాన్యాధివాసము" అని చెప్పి ధాన్యంలో మునిగేటట్లు ఉంచాలి.
నాలుగవ రోజు "పుష్పాధివాసము" అని చెప్పి పుష్పాలతో మునిగేటట్లు ఉంచాలి.

ఐదవ రోజు పీఠముమీద ఒక రవికలగుడ్డ పరిచి పరుపులాచేసి ఒక పక్క తలగడ లాగ ఇంకొక రవికల గుడ్డ మడిచి పెట్టి అమ్మవారిని (ఏ విగ్రహం కొనుక్కున్నారో ఆ దేవతని) ఆ శయ్యమీద పడుకోబెట్టాలి. "శయ్యాధివాసం" అంటే మంచం మీద పడుకోబెట్టడం అన్నమాట. కొంతమంధి ఆ శయ్య చుట్టూ కాస్త స్వీట్లు, ఒక అగరువత్తి, ఒక పాలగ్లాసు ఏర్పాటు చేస్తారు. శయ్య మీద మల్లెపూలు వేస్తారు. అలాగే ఆ దేవత పక్కన రెండవ శక్తి... శివుడైతే పార్వతి దేవి, పార్వతి అయితే శివలింగం, విష్ణుమూర్తి అయితే లక్ష్మీదేవిని... ఆలా దంపతుల విగ్రహాలను పెట్టి, ఆ రాత్రంతా శయ్యాధివాసం చేయిస్తారు.

ఆరవరోజు మళ్ళీ తీసి స్నానం చేయించి ఈ సారి విశేషంగా పూజ చెయ్యాలి. అంటే పదహారు ఉపచారాల పూజ చేసి, ఆ దేవతకి సంభందించిన సమస్త స్తోత్రాలు వీలైనంతవరకు చదివి పుష్పాలతో, గంధంతో, పసుపుతో, కుంకుమతో, విభూతితో, బిల్వపత్రాలతో...మనకి ఏవి దొరికితే వాటితో పూజచేయాలి. కొంత మంది మిత్రులను, బంధువులను పిలుచుకుని, మహానైవేద్యం చేసి, వారికి మన చేతుల్తో వడ్డించి భోజనాన్ని పెట్టాలి. యధాశక్తి వారికి వస్త్రాలు సమర్పించి తృప్తి పరచాలి.

ఈ అరవరోజు చేసే పూజలోనే కొంతమంది కళాన్యాసం అని చేస్తారు. దర్భతో ఆ విగ్రహంయొక్క చక్రస్థానాలని ముట్టుకుంటూ కొన్ని మంత్రాలు చదువుతూ, మూలాధారంలో అగ్నికళ, అనాహతంలో సూర్య కళ, విశుద్ధిలో సోమ కళ అంటే చంద్ర కళ, అలాగే, మళ్లీ మూలాధారంలో బ్రహ్మ కళ, స్వాధిష్ఠానంలో విష్ణు కళ, మణిపురంలో రుద్రకళ, అనాహతంలో ఈశ్వర కళ, విశుద్ధిలో సదాశివ కళ, ఆజ్ఞాచక్రంలో దేవి కళలు ఆవాహన అయిన తరువాత వరుసగా పంచామృత కళలైన శివ పాదామృతం, శక్తి పాదామృతం, శివశక్తి సామరస్య పాదామృతం, కరుణ రసామృతం, సంగీత రసామృతంతో పాటు మాతృ క్షీర ధార, జన్మ రాహిత్యం కూడా ఆవాహన చేస్తారు. అయితే సాధారణ గృహస్తులకి ఇది అంతగా అవసరంలేదు, దర్భలని పట్టుకుని అమ్మవారి స్తోత్రం చెబుతూ ప్రాణప్రతిష్టాపన మంత్రం చెబితే చాలు.

"ఆమ్ హ్రీమ్ క్రోమ్ యం రం లం వం శం షం సం హం ళం క్షం హంసః సోహం సోహం హంసః శివః శ్రీ చక్రస్య మమ గురుదేవస్య మమప్రాణాః ఇహప్రాణాః మమ జీవ ఇహ స్థితః మమ సర్వేంద్రియాణి వాఙ్మనః చక్షుశ్రోత జిహ్వాఘ్రాణ వాక్పాణి పాద పయూపస్థ ఇహ స్థితాః, ఇహైవ ఆగత్య, అస్మిన్ ఏతత్ బింబే, సుఖం చిరం తిష్ఠంతు స్వాహా".

ఇంత పెద్దమంత్రం మనం చెప్పలేకపోతే "అమ్మా!, నా హృదయంలో అణువణువులో ప్రాణశక్తిద్వారా వ్యాపించి వున్నావు. నిన్ను నేను రోజూ పూజ చేసుకోవాలనుకుంటున్నాను. నా ఊపిరి ద్వారా బయటకి వచ్చి, ఈ దర్భ ద్వారా ప్రవహించి ఈ బింబములో ప్రవేశించి వుందువు గాక! నేను నిన్ను నిత్యం పూజ చేసేటువంటి అనుగ్రహం నాతు అనుగ్రహించు గాక!" అని మనసారా ప్రార్థించి అమ్మవారి ప్రాణ ప్రతిష్ఠ చెయ్యాలి.

ప్రాణ ప్రతిష్ఠ చేసిన తరువాత, వీలున్నంతవరకు ప్రతి నిత్యం, యధాశక్తి పదహారు ఉపచారాల పూజ గాని, ఐదు ఉపచారాల పూజ గాని చేసి నైవేద్యం పెట్టి, అందరితో పంచుకుని తినడం ఉత్తమమైన పూజా విధానం.

అసలు ఈ అధివాసాలు ఎందుకు చేస్తున్నాము?

# గురువాణి

## గురూజీ సందేశము

జీవి జన్మించే సమయంలో, అమ్మ గర్భంలో వున్నప్పుడు, మావి(Placenta) చాలా పల్చగా ఉంటుంధి, ఆ సందర్భాన్ని మళ్ళీ పునః సృష్టి చేస్తున్నాము. అందువల్ల మొట్టమొదట విగ్రహాన్ని నీళ్లలో పడుకోబెడుతున్నాం,

కొన్ని రోజులకు మావి(Placenta) కొంచెం చిక్క పడుతుంధి. దాని ప్రతీకే "క్షీరాధివాసం".

మరి కొన్ని రోజుల తరువాత ప్రాణం వస్తుంధి. అప్పుడు "ధాన్యాధివాసం"."ధాన్యం" ప్రాణానికి సంకేతం.

ఇంకా కొన్ని రోజుల తరువాత బుద్ధి ఏర్పుడుతుంది.అప్పుడు "పుష్పాధివాసం".

నెలలు నిండేక జీవి భూమి మీద పడుతుంది. అదే "శయ్యాధివాసం".

ఈ విధంగా ఒక జననం ఎలా ఉంటుందో, ఈ విగ్రహంలో కుడా ఆ యొక్క అవస్థలు అధివాసాల మూలంగా ఆపాదించి, ఆ విగ్రహానికి ప్రాణ ప్రతిష్ఠ చేస్తాము.

చివరగా ఆరవ రోజున ప్రాణప్రతిష్ఠాపన మంత్రంతో ప్రాణప్రతిష్ట చేసి, కనీసం ఇద్దరు, ముగ్గురు స్నేహితులని కానీ, బంధువులని కానీ పిలుచుకుని వాళ్ళని భోజనంతో తృప్తి పరచాలి. అప్పుడు ఈ విగ్రహ ప్రతిష్ట లఘు మార్గంలో పూర్తి కావించినట్టవుతుంధి. ఈ రకంగా ఎవరైతే చేస్తారో వాళ్ళింట్లో ఆ దేవత స్థిరమైన వాసం ఏర్పరుచుకుంటుంధి. వారు చేసే పూజలన్నీకుడా అమ్మవారు స్వయంగా స్వీకరిస్తారు. అందులో సందేహం లేదు.

Guru Karunamaya

శ్రీ గురు కరుణామయ

# షట్చక్ర పూజా విధానము

శ్రీ విద్యా విధానంలో అతి రహస్య పూజలు అనేకం ఉన్నాయి. వాటిలో మనలో ఉన్న సప్త ధాతువుల రక్ష గావించి, వాటిలోని దోషాలను నివృత్తి చేసి, మనలను ఉపాసన వైపు తదేక దీక్షతో మరల్చటానికి ఉపయోగపడే పూజ పేరు షట్చక్ర పూజ. ఇందులో మూలాధారం నుండి ఆజ్ఞా చక్రం వరకు ఉన్న ఆరు చక్రాలలో ఆ దేవతా శక్తులను యథా శక్తి అంతర్బహిర్యాగం (లోపల, బయట అర్చన) చేయడం వల్ల సకల ధాతువుల పుష్టి కలిగి, సదా ఆరోగ్యంతో విలసిల్లుతారు.

ఈ పూజను ప్రతి రోజూ, లేదా, పంచమి, దశమి, పౌర్ణమి వంటి ముఖ్యమైన తిథులలోను, పండుగలలోను పూర్తిగా చేసుకొనవచ్చును. శక్తి సమయము లేని వారు ఏ ధాతువు యొక్క రక్షణ కోరుకున్నారో, ఆ ధాతువునకు సంబంధించిన చక్ర పూజను మాత్రము చేసుకోవచ్చును. మీ సౌకర్యము కొరకు ఏ ధాతువు ఏ చక్రానికి సంబంధించినదో వివరములు దిగువనివ్వబడినవి.

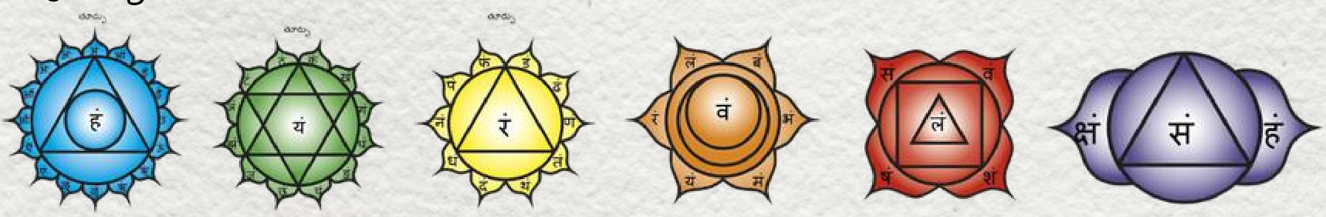
| **ధాతువు** | **చక్రము** |
|---|---|
| చర్మము | విశుద్ధి |
| రక్తము | అనాహతము |
| మాంసము | మణిపూరము |
| మజ్జ(ఎముక లోని మూలుగ) | స్వాధిష్ఠానం |
| ఎముక | మూలాధారం |
| శుక్లం | ఆజ్ఞా చక్రము |

పై విధానంగా మనలోని షట్చక్ర దేవతలను వాటికి శక్తిని అనుగ్రహించే సకల లోక జనని అయినటువంటి అమ్మవారిని సేవించి అందరూ ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యాలు పొందుదురు గాక!

## పూజా విధానము

ధ్యానం

హ్రీంకారాసన గర్భితానల శిఖాం సౌః క్లీం కళాం బిభ్రతీం
సౌవర్ణాంబర ధారిణీం వరసుధాధౌతాం త్రినేత్రోజ్వలాం
వందే పుస్తక పాశమంకుశ ధరాం స్రగ్భూషితాముజ్వలాం
త్వాం గౌరీం త్రిపురాం పరాత్పరకళాం షట్ చక్ర సంచారిణీం.




ఈ క్రింది వరుసలో షట్చక్రములను అర్చించిన పిదప సహస్రారము నందు శ్రీ రాజరాజేశ్వరీ అమ్మవారిని పూజించాలి.

1. విశుద్ధి చక్రము 2. అనాహత చక్రము 3. మణిపూర చక్రము 4. స్వాధిష్ఠాన చక్రము 5. మూలాధార చక్రము 6. ఆజ్ఞా చక్రము మరియు 7. సహస్రారము

- ప్రతి యొక చక్రమును ముందుగా ఆ చక్ర దేవతకు సంబంధించిన మూలమంత్రము జపించి, ఆహ్వానించవలెను.
- ఆయా చక్రముల చిత్రముల పై పూజ చేయవచ్చును. ముఖ్యంగా, ఆ చక్ర స్థానమును మన శరీరమునందు ఊహించి, భావనా మాత్రంగా పూజ చేయవలెను.
- అమ్మవారిని ఆహ్వానించి, ఆసనము అలంకరింపజేసి, ధ్యానించి, పాద్యము, అర్ఘ్యము ఇత్యాది షోడశోపచారములు చేయవలెను.
- నైవేద్యము గా వివిధ చక్ర స్థానములకు సంబంధించిన పదార్థములను సమర్పించవలెను. వివరములు క్రింద పట్టికలోనివ్వబడినవి.
- ప్రతి చక్ర పూజ చివరిలో ఆనంద కర్పూర నీరాజనము చూపించవలెను.

| **చక్రము పేరు** | **చక్ర స్థానము** | **దేవత పేరు** | **నైవేద్యము** |
|---|---|---|---|
| విశుద్ధి | కంఠము | డాకిని | పాయసాన్నము |
| అనాహత | హృదయము | రాకిని | సిగ్ధౌదనము |
| మణిపూర | నాభి పైన | లాకిని | గుడాన్నము |
| స్వాధిష్ఠాన | నాభి క్రింద | కాకిని | దధ్యన్నము |
| మూలాధార | మూలాధారము | సాకిని | ముద్గౌదనము |
| ఆజ్ఞా | కనుబొమ్మల నడుమ | హాకిని | హరిద్రాన్నము |
| సహస్రార | శిరసు పైన | యాకిని | సర్వాన్నము (అన్ని రకములు) |

- అన్నింటి కంటే చివరగా యాకిన్యంబా స్వరూప శ్రీ రాజ రాజేశ్వరీ అమ్మవారికి నీరాజనము చూపించటంతో పూజ పూర్తి అవుతుంది.

పూర్తి వివరములు కలిగి ఉన్న షట్చక్ర పూజా విధానము Srimeru.org నుంచి డౌన్లోడ్ చేసుకోగలరు.

# త్రివేణీ కల్పము

స్థూల రూపము నుండి సూక్ష్మ రూపమునకు, సూక్ష్మ రూపము నుండి శరీరములోని దేవతా స్థానములకు(శరీరము లోని అంగములు) అనుసంధానించి, తద్వారా, మనలోనే విశ్వ చైతన్య శక్తి నిబిడీకృతమై ఉన్నది అన్న ఎరుక కలిగించే ప్రక్రియయే త్రివేణీ కల్పము.

ఈ పద్ధతి చాలా శక్తి వంతమైనది. ఈ త్రివేణీ కల్పము అనే పూజ, స్త్రీ పురుష భేదం లేకుండా ఎవరైనా చేయించుకోవచ్చును. దీని వలన, ఆత్మ న్యూనతా భావము(low self esteem), డౌన్స్ సిండ్రోమ్(Downs Syndrome), అసాధారణ ప్రవర్తన(eccentric behaviour), మితి మీరిన కోపము(uncontrollable anger), మనో వ్యాకులత(depression) మొదలైన సమస్యలనుండి నివారణ పొందే అవకాశం ఉన్నది. ఇది మూడు దశలలో చేయబడుతుంది.

1. అమృతీకరణ
2. ప్రోక్షణ
3. అంగ పూజ

మొదటి దశలో వ్యక్తి యొక్క శరీరములోని చక్రముల యొక్క దళ స్థానములను ఉంగరం వేలుతో తాకుతూ మంత్ర పఠనం చేస్తారు. తద్వారా ఆ దళ స్థానములు ఉత్తేజవంతం చేయబడతాయి. ఆ విధంగా అన్ని చక్రములు ఉత్తేజవంతం చేయబడిన తరువాత, శరీరంలోని నిర్దుష్ట ప్రాంతాలలో స్పృశిస్తూ, 99 కళలు (అనగా ప్రత్యేకమైన శక్తి కేంద్రములు) మంత్ర పఠనం ద్వారా ఉత్తేజవంతం చేయబడతాయి.

రెండవ దశలో శ్రీ సూక్తం, మేధా సూక్తం, దుర్గా సూక్తం చదువుతూ ఆ వ్యక్తికి దివ్య స్నానము(divine bath) చేయించడం జరుగుతుంది. తద్వారా, హృదయ స్థానమున లక్ష్మీ దేవి, ముఖ స్థానమున సరస్వతీ దేవి, శరీరములోని క్రింది బాగమున దుర్గా దేవి -అనగా, వాగ్భవ కూటము, కామరాజ కూటము మరియు శక్తి కూటములలో నిద్రాణంగా ఉన్న శక్తి ప్రేరేపించబడుతుంది.

## హీలింగ్

మూడవ దశలో, అమృతీకరణ చేయబడిన ఆ వ్యక్తికి ఉపచార పూజలు చేయడం జరుగుతుంది. మనము రోజూ అమ్మవారికి పూజ చేసే విధంగా, పూవులతో పూజిస్తూ, ఆ వ్యక్తికి ఉపచార పూజలు చేయవలెను. ఈ పూజ వలన, ఆ వ్యక్తి తనలో ఉన్న అమృత శక్తి ప్రవాహము గురించిన ఎరుక ఉత్తేజపరచ బడుతుంది. తద్వారా, ఆత్మ న్యూనతా భావం తగ్గి, ఆత్మ విశ్వాసం పెరుగుతుంది.

ఈ విధానమును వరుసగా 7 రోజులు ప్రతి రోజూ చేయవలెను. లేదా ఏడు వారములలో ఒకే రోజు (అనగా సోమవారం ప్రారంభిస్తే, ప్రతి సోమవారం) చేయవచ్చును. ఇలా చేయడం ద్వారా ఆ వ్యక్తి యొక్క శరీరంలోని అమృత శక్తి ప్రవాహము గురించిన ఎరుక అతనికి కలగడం ప్రారంభం అవుతుంది.

ఈ త్రివేణీ కల్పమునకు సంబంధించిన బోధనా తరగతులు అతి త్వరలో ప్రారంభించబడతాయి. ఆ బోధనా తరగతులకు హాజరు కావడానికి, మాడ్యూల్ 7 పూర్తి అయిన వారై ఉండవలెను.

# శ్రీ బాలా త్రిపుర సుందరీ దేవి

**జగన్మాత శ్రీ లలితాంబిక యొక్క బాల రూపమే శ్రీ బాలా త్రిపుర సుందరి. "భండపుత్ర వధోద్యుక్త బాలా విక్రమనందితా" అని శ్రీ లలితా సహస్ర నామ స్తోత్రములో బాలా త్రిపుర సుందరీ దేవి ప్రస్తావన కనపడుతున్నది. భండాసురుని ముప్పై మంది రాక్షస సంతానముతో యుద్ధము చేసి తన విక్రమముతో వారిని సంహరించింది. శ్రీవిద్య ఉపాసకులు ఆ పర తత్వాన్ని తల్లి రూపములో ఉపాసిస్తారు. జాజ్వల్యమానమైన ఆ తల్లి తేజస్సుని ఉపాసించటము ప్రారంభ దశలో సాధకులకు కష్టసాధ్యం. కనుకనే అమ్మ కరుణతో తన తత్వాన్ని బాల రూపముగా ప్రకటము చేసినది అని సాధకులు భావిస్తారు. బాలా త్రిపురసుందరీ దేవి ఉపాసనకి శ్రీవిద్యలో అత్యంత ప్రముఖమైన స్థానము ఉన్నది.**

## స్వయంభూ గా వెలసిన అమ్మ

శ్రీ బాల తనను తాను ప్రకటించుకున్న అద్భుతమైన మరియు యదార్ధ సంఘటన ఒకటి నెమిలి అనే గ్రామములో జరిగినది. చెన్నై కి దాదాపు 60 కి. మీ. దూరములో వెల్లూరు జిల్లాలో ఉన్న ఒకానొక చిన్న గ్రామము నెమిలి.

ఆ గ్రామములో శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య అయ్యర్ అనే భక్తుడు తన కుటుంబంతో నివశిస్తున్నాడు. తరతరాలుగా వారు తమ కులదైవము శ్రీ రాజరాజేశ్వరీ దేవి భక్తులు. ఒకనాడు ఆ తల్లి అతని కలలో కనిపించి కుశస్థలై నించి తనను ఇంటికి తీసుకుని రమ్మని ఆజ్ఞాపించినదట. కుశస్థలై అంటే ఆ గ్రామములో ప్రవహిస్తున్న నదీ ప్రవాహము. మూడు రోజులపాటు ఆ కుటుంబ సభ్యులు నిర్విరామముగా నది ఒడ్డు అంతా వెతికారు. కానీ వారికి ఏమీ దొరకలేదు. దానితో నిరుత్సాహపడి కలత చెందారు ఆ యజమాని. అమ్మ దయ తలచి మళ్ళీ కలలో కనపడి మరింత వివరంగా గుర్తులు చెప్పింది.

మరునాడు వారు ఇంకా దీక్షగా వెతకగా మూడు అంగుళాల మాత్రముగా ఉన్న బాలా త్రిపుర సుందరీ దేవి ఇత్తడి విగ్రహము ఆ నది ఒడ్డున వారికి లభించింది. ఇక వారి ఆనందానికి అవధులు లేవు.

## ఇల్లే పీఠం

అమ్మ ఆజ్ఞానుసారము శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య అయ్యర్ తన ఇంటి మధ్యలో ఆ విగ్రహాన్ని ప్రతిష్టించి భక్తిగా పూజించసాగారు. అప్పటినించి అమ్మ బాలా రూపములో ఆ ఇంటిలో నివసిస్తుంది అని అంతా నమ్ముతారు. దానితో ఆ ఇల్లు బాలా పీఠముగా ప్రసిద్ధి చెందినది. శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య అయ్యర్ వంశస్థులే ఇప్పటికీ ఈ పీఠాన్ని నిర్వహిస్తున్నారు. ఆ తల్లి పట్ల వారికి అమితమైన ప్రేమ. బంగారు ఆభరణాలతో పట్టు బట్టలతో అమ్మవారిని అత్యంత సుందరంగా అలంకరిస్తారు. ఇక్కడ అమ్మవారి విగ్రహము చిన్నదే అయినా కోటి సూర్యకాంతులతో వెలిగిపోతూ ఉంటుంది.

## అమ్మ అనుమతి తప్పనిసరి

అది అమ్మ తాను సేద తీరటానికి స్వయముగా ఎంచుకుని వచ్చిన ఇల్లు. కనుక ఎవరు అనుకుంటే వారు ఆమెని దర్శించలేరు. ఆ తల్లి అనుమతిని పొందాల్సి ఉంటుంది. తాను ఎవరిని చూడాలి అని అనుకుంటుందో వారినే అమ్మ పిలిపించుకుంటుంది అని ఈ పీఠ నిర్వాహకులు వారి అనుభవంతో చెబుతూ ఉంటారు. ఎందరో భక్తులు ఇక్కడికి వచ్చి అమ్మ దర్శనము చేసుకుని పూజించి అమ్మ అనుగ్రహ పాత్రులు అవుతున్నారు.

## చిన్నారులు

ఇక్కడ అమ్మ బాలా రూపములో కొలువైయున్నందున చిన్న పిల్లలు పీఠానికి వస్తే అమ్మ చాలా సంతోషపడుతుంది అంటారు. ఇక్కడికి వచ్చే చిన్నారులకి వారు ఇష్టపడే చాక్లెట్లు, బిస్కెట్లు, పెన్సిళ్ళు, పుస్తకాలు ప్రసాదంగా పంచుతారు. తనను కొలిచేవారికి ఈ తల్లి అనర్గళమైన వాగ్ధాటిని, అపారమైన జ్ఞానాన్ని, సౌభాగ్యాన్నీ, సంపదలను శాశ్వతమైన సంతోషాలని ప్రసాదిస్తుంది అని ప్రసిద్ధి.

## పర్వదినాలు

ఇక్కడ నవరాత్రులలో పూజలు విశేషముగా జరుగుతాయి. 1945 లో మహా పెరియవ స్వామివారు నవరాత్రులలో ఈ అమ్మను దర్శించి ఇక్కడే ఉండి 3 రోజులపాటు పూజలు నిర్వహించారు. కంచి కామాక్షీదేవిని దర్శించిన ఎందరో భక్తులు ఆమె పుత్రికగా భావించే ఈ బాలా అమ్మని కూడా దర్శించుకుంటారు. నవరాత్రి పర్వదినాలలో నిత్యమూ అన్నదానము జరుగుతుంది. మరియూ ఎందరో సంగీత విద్వాంసులు అమ్మని తమ గానము తో అర్చన చేస్తూ ఉంటారు. ప్రతి పౌర్ణమి, తాయ్ వెల్లి మరియూ ఆది వెల్లి ఇక్కడ విశేషంగా జరుపుకునే పర్వదినాలు.

## హుండీ

పీఠములో ఎక్కడా మనకి హుండీ కనిపించదు. తనని దర్శించిన వారికి వారు కోరిన వరాలు ఇవ్వటమే కానీ కానుకలు స్వీకరించటము ఇక్కడ ఎప్పుడూ జరగదు అని అంటారు ఇక్కడికి వచ్చే భక్తులు. ఈ పీఠములో దసరా నవరాత్రులలో అన్నదానము జరుగుతుంది. ఇష్టపడే వారు ఈ అన్నదానములో మాత్రము భాగస్వాములు కావచ్చు.
చెన్నై నుంచి బెంగుళూరు వెళ్ళే హైవేలో కుడి వైపున అరకోణమ్-కాంచీ పురమ్ రోడ్ వస్తుంది. ఆ రోడ్ లో దాదాపు 10 కి. మీ. ప్రయాణం చేస్తే నెమిలి గ్రామము బోర్డ్ కనపడుతున్నది. అక్కడ నుంచి దాదాపు 6 కి. మి. దూరములో ఈ గ్రామము ఉన్నది. గూగుల్ మాప్ సహాయముతోనూ చాలా సులభముగా ఇక్కడికి చేరవచ్చు. చూడటానికి గుడిలా కాక మామూలు ఇల్లులాగానే ఉంటుంది ఈ పీఠము. ఆ అమ్మని దర్శించాలి అనుకునే భక్తులు మనస్పూర్తిగా ప్రార్థించి దర్శనం కొరకు అనుమతి పొంది ఆమె దయకు పాత్రులు అవ్వటానికి ప్రయత్నింతురు గాక!

### అడ్రస్

చెన్నై నుండి నెమిలి మధ్య దూరం రోడ్డు మార్గంలో 81 కి.మీ. నెమిలి వెల్లూరు నుండి 55 కిలోమీటర్లు, కాంచీపురం నుండి 24 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది.

22, చత్రమ్ స్ట్రీట్,
నెమిలి, వెల్లూరు జిల్లా 631 051
ఫోన్. 04177247216

## ఉత్సవాలు, కార్యక్రమాలు

శ్రీవిద్యా జ్ఞాన పీఠం లో సహస్ర మృత్తికా లింగ పూజ

శ్రీవిద్యా జ్ఞాన పీఠం లో ధనుర్మాసం గొబ్బెమ్మల పూజ

హైదరాబాద్ లో నవావరణ పూజ

హైదరాబాద్ లో నవావరణ పూజ

### గురూజీ ఆధ్యాత్మిక ప్రవచనం

6 డిసెంబర్ 2022 న సాయంత్రం శ్రీ గురు కరుణామయ గారు "ఆధ్యాత్మిక సాధన రహస్యాలు" అనే అంశంపై పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం, కడ్తాల్ లో ప్రవచనం చేసారు.

ధ్యానం అంటే ఏమిటీ, నిత్య జీవితంలో ధ్యానం ఏలా చేయాలి అనే అంశాన్ని వివరించారు. గురువాణి ఫిబ్రవరి మాస పత్రికలో ప్రవచన సారంశం ప్రచురిస్తము.

# రాబోయే కార్యక్రమాలు

## గురూజీ పర్యటన వివరాలు

జనవరి నెలలో గురూజీ ఈ క్రింది నగరాలకు పర్యటించనున్నారు. అప్పాయింట్ మెంట్ కొరకు +91 8088256632 నంబరుకు మెసేజ్ పంపగలరు.

కాంచీపురం - జనవరి 01 & 02
ఢిల్లీ - జనవరి 05 - 07 వరకు
తిరుపతి - జనవరి 09 - 11 వరకు
హైదరాబాద్ - జనవరి 18 - 25 వరకు
మిగిలిన రోజులు – బెంగుళూరు

## గురు పాదుకా పూజ

జనవరి మాసంలో శ్రీ గురు కరుణామయ గారి అధ్వర్యంలో శ్రీవిద్యా జ్ఞాన పీఠంలో గురు పాదుకా పూజ జరుగుతుంది. శ్రీవిద్యలో గురుపాదుకా పూజకి విశేషమైన స్థానం ఉంది. ఈ అవకాశాన్నీ అందరు సద్వినియోగం చేసుకోగలరు.

## శ్రీ విద్యా తరగతులు

శ్రీ విద్యా తరగతుల తేదీల వివరాలు
ఇంగ్లీష్ మాడ్యూల్ 1&2 – జనవరి 20, 21 మరియు 22 తేదీలు, సాయంత్రం 5 గంటల నుండి 9 గంటల వరకు (భారతీయ కాలమానం ప్రకారం)
తెలుగు మాడ్యూల్ 1&2 – నవంబరు 27, 28 మరియు 29 తేదీలు, సాయంత్రం 5 గంటల నుండి 9 గంటల వరకు (భారతీయ కాలమానం ప్రకారం)
రిజిస్టర్ చేసుకోవడానికి ఈ క్రింద లింక్ ఇవ్వబడినది.
https://srimeru.org/srividya-saadhana

# గురూజీతో నా అనుభవాలు

శ్రీ వామన కుమార్

**శ్రీమాత్రే నమః**

**శ్రీ అరుణాంబా సహిత శ్రీ కరుణామయ శ్రీ గురుభ్యోనమః**

నా పేరు వామన కుమార్. గుంటూరులో నా నివాసం. నా గృహలక్ష్మి మొదటి నుండి ఆధ్యాత్మికంగా, పూజలు, పునస్కారాలు చేస్తూ ఉండేది. నాకు పూజలు చేయడంలో అంతగా నమ్మకం ఉండేది కాదు. అయితే "నాతో వివాహమైన కారణంగా, నా ఇంటికి వచ్చింది కనుక తనను ఇబ్బంది పెట్టకూడదు. తన కోరికే నా కోరికగా నేను అలవాటు చేసుకోవాలి" అని ఒక నియమం నాకు నేను ఏర్పాటు చేసుకున్న కారణంగా, తను చేసే పూజలలో నేను కూడా పక్కన కూర్చుంటూ ఆ పూజలలో పాల్గొనటం అలవాటైపోయింది. షుమారుగా ఒక 4 సంవత్సరాల క్రితం, తాను శ్రీ విద్య నేర్చుకోవాలనే కోరికను వెలిబుచ్చింది. నేను ముఖం చిరాకుగా పెట్టి, "ఇవన్నీ మన ఇంట్లో కుదిరేవి కావు. నువ్వు చేస్తున్న పూజలు చాలవా?" అని అంటూ తన అభిప్రాయాన్ని కొట్టిపారేశాను.

తను మాత్రం పట్టిన పట్టు వీడకుండా, తనకున్న మిడిమిడి పరిజ్ఞానంతో యూ ట్యూబ్ లో వెతుకుతూ ఉండగా, గురు కరుణామయ గారి వీడియోలు కనపడ్డాయి. వాటి వైపు తాను ఆకర్షితురాలయింది. నాతో చెప్పినప్పుడు, "నీ ఇష్టం వచ్చినట్లు చేసుకో" అనేశాను. నాకు ఇష్టం లేకపోయినప్పటికీ, "తన మాటను కాదనకూడదు" అని నాకు నేను పెట్టుకున్న నియమం కారణంగా నేను అలా అన్నాను. తనే సౌందర్యలహరి నంబరుకు ఫోన్ చేసి, కావలసిన వివరాలు అన్నీ సేకరించి, క్లాసులకు అటెండ్ అవటానికి తన పేరు రిజిష్టర్ చేసి పెట్టమని నన్నే అడిగింది. సరే, నాకు మొదటినుండీ ఉన్న చిరాకు ముఖంతోనే తన పేరు రిజిష్టర్ చేశాను. మాడ్యూల్ 1 కు కావలసిన సమాచారం అంతా పీఠం నుండి రాగానే బయటకు వెళ్లి ప్రింట్ తీసుకువచ్చి ఇచ్చాను. ఈ క్రమంలో ఆ ఫైల్ నేను కూడా చదివాను. దానిలోని వివరాల గురించి తాను నాతో చర్చిస్తూ ఉంటే, నా సహజ సిద్ధమైన తిక్క మనస్తత్వంతో దానిలోని లోపాలను ఎత్తి చూపిస్తూ మాట్లాడాను. నేను అలా మాట్లాడటం నా గృహలక్ష్మికి అలవాటే కనుక, తను తన ధోరణిలో అంతా ప్రిపేర్ అయిపోయింది.

క్లాస్ మొదటి రోజు తనను కెమేరా ముందు కూర్చోబెట్టి జూమ్ క్లాస్ లో జాయిన్ చేశాను(తనకు కంప్యూటర్ ఆపరేట్ చేయటం రాదు). రెండు రోజుల క్లాసులు జరిగినంత సేపూ నేను పక్కన నిలబడ్డాను. గురూజీ చెప్పేవన్నీ వింటూ ఉన్నాను.

ఇక్కడ నేను ఒక విషయం చెప్పాలి. గతంలో మా అమ్మ, నాన్నగారు, బంధువులు, ఇంట్లో పూజ చేయించటానికి వచ్చే పౌరోహితులు, ఇటువంటి వారిని నేను అడిగే ప్రశ్నలకు వారు సమాధానం చెప్పకుండా, నవ్వి వదిలేసే వారు.

మా అమ్మ అయితే ఏకంగా "పోరా!" అని మొట్టికాయ వేసేది. కానీ నా ప్రశ్నలకు సమాధానాలు లబించేవి కావు. గురూజీ చెబుతున్న క్లాసులు రెండు రోజులు పరిశీలించిన మీదట నా ప్రశ్నలకు సమాధానాలు దొరకవచ్చునేమో అని అనిపించింది. అక్కడినుండి తిక్కగా వ్యవహరించడం తగ్గింది (ఇప్పటికీ ఇంకా ఉంది).

రెండురోజుల క్లాసులు చెప్పేటప్పుడు, గురూజీ, "భార్యతో పాటు భర్తకు, భర్తతో పాటు భార్యకు, వారి సంతానానికి కూడా దీక్ష ఇస్తాను. వారు వేరే డబ్బు కట్టనవసరం లేదు" అని చెప్పారు. "మీరు కూడా నాతో పాటే దీక్ష తీసుకోండి. ఇద్దరమూ కలిసి చేద్దాము. ఒక్కదానినే చేయలేనేమో అనిపిస్తున్నది" అని నా గృహలక్ష్మి నాతో చెప్పి, బ్రతిమాలిన కారణంగా మూడవరోజు క్లాసుకు నేను కూడా కెమేరా ఎదురుగా కూర్చున్నాను. నాల్గవ రోజు నా గృహలక్ష్మితో పాటు నేను కూడా మంత్ర దీక్ష తీసుకున్నాను (డబ్బు కట్టకుండానే).

దీక్ష అయితే తీసుకున్నాను కానీ, గురువు మీద నాకు నమ్మకం ఇంకా కలగలేదు.
షుమారుగా రెండు నెలల తరువాత విజయవాడలో శ్రీ వరప్రసాద్ గారి ఇంటిలో జరిగిన పురశ్చరణకు నేను కూడా వెళ్లాను. అప్పటికి నా మనసులో ఉన్న ఆలోచనలు రెండు.

1. ఈ శ్రీ విద్య గురించి ఇంకొంచెం తెలుసుకోవచ్చును.
2. మరి ముఖ్యంగా నా గురువుగా నేను ఎంచుకొంటున్న వ్యక్తి నాకు సరైన వాడేనా అని, దగ్గర నుండి పరిశీలించే అవకాశం నాకు దొరుకుతుంది.

అప్పటికి గణపతి మంత్ర జపం లక్ష పూర్తి కాలేదు. గురువు గారికి ఫోన్ చేసి అడిగాను. కనీసం ---ఇంత అయిందా అని అడిగారు. అయిందని చెప్పాను. "సరే" అని గురువు గారు అనుమతించిన మీదట నేను విజయవాడ పురశ్చరణకు వెళ్లాను.

ఇక్కడ చెప్పాలనుకున్న మరొక విషయం. నేను గురువుని పరిశీలించాలని, పరీక్షించాలని అనుకుని వెళ్లాను. కానీ గురువే నన్ను పరిశీలిస్తున్నాడు, పరీక్షిస్తున్నాడు - అని అప్పుడు తెలుసుకోలేకపోయాను. ఇప్పుడు తెలుసుకుంటున్నాను.

ఆ తరువాత కూడా నా సాధన సాగుతూనే ఉన్నది. గణపతి, బాల, వాగ్దేవత, రాజశ్యామల, వారాహి దీక్షలన్నింటిలో నా మనసులో ఉన్నది ఒకటే. నా గృహలక్ష్మి చేత ఈ దీక్షలు పూర్తి చేయించాలి. శ్రీ విద్య నేర్చుకోవాలనే తన కోరిక తీరాలి. నేను నిమిత్తమాత్రుడిగా ఉండాలి. నేను ఈ పూజల ఊబిలో పడకూడదు - అని మాత్రమే అనుకుంటూ వచ్చాను.

నిత్య పూజ నేను సరిగ్గా చేసింది లేదు. జపం చేయటానికి కూర్చుంటే, నిద్ర వచ్చేది. ప్రయత్న లోపం లేకుండా, ఇచ్చిన లక్ష్యాల వరకు పూర్తి చేసుకుంటూ వచ్చాను.

నా గృహలక్ష్మి సాధన గొప్పగా సాగింది. తన సాధన ముందు నా సాధన కాలిగోటితో సమానం. తనకు ధ్యానంలో కూర్చుంటే, లలితామ్మవారు, రాజశ్యామల పిన్ని గారు, వారాహి పిన్నిగారు కనబడటం జరుగుతూ వచ్చింది. ఉచ్ఛిష్ట చాండాలి అమ్మవారి సాధన చేసినప్పుడు నాకు కూడా అమ్మవారు మా బాల్కనీలో తిరుగుతున్నట్లు కనిపించడం జరిగింది. మరొక రోజు మా ఇంటి ముందు నాలుగు వీధుల కూడలి వైపు నుండి నడుచుకుంటూ వస్తున్నట్లు కనిపించింది. ఇవన్నీ నా ఊహలే అని అనుకుంటూ, నా భావాలను నేనే కొట్టిపారేస్తూ వచ్చాను.

నాకు తెలుగు టైపింగ్ చేయడం వచ్చు. తత్ కారణంగా, గురూజీ చెప్పిన శ్రీ లలితా సహస్రనామ భాష్యం వీడియోలను చూసి, తెలుగులో టైప్ చేసే పని కోసం నేను నియోగించబడ్డాను. నాతో పాటు మొత్తం 10 మంది ఈ పని కోసం నియోగించబడినప్పటికీ,ఒకానొక పరిస్థితిలో నేను ఒక్కడినే మిగిలిపోయాను. కానీ తెలుగు టైపింగ్ పని మాత్రం ఆపలేదు.

ఈ పాటికి నా మనసులోని భావాలలో వచ్చిన మార్పు ఏమిటో ఇక్కడ చెబుతాను. గురూజీ చెప్పే విద్య ఏమిటో నాకు తెలియదు. తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నప్పటికీ, ఆ నా ప్రయత్నం, వానాకాలం చదువుల లాగానే నడుస్తూ ఉన్నది. కానీ ఈరోజు కాకపోయినా ఏదో ఒక రోజు నేను తెలుసుకోగలను - అని నాకు అర్థం అయింది. కనుక, ప్రస్తుతం నేను ఈ టైపింగ్ పని ఒక్కటే వదిలిపెట్టకుండా చేస్తాను – అని నాకు నేను నిర్ణయం తీసుకున్నాను.

పీఠానికి వెళ్లి పది రోజులు ఉన్నప్పుడు గురూజీ ఎన్నో విషయాలు నాకు తెలియజెప్పారు. పీఠం యొక్క కార్యకలాపాల గురించి ఇంకా బాగా అర్థం చేసుకున్న కారణంగా, "జుట్టు పట్టుకొని బయటకీడ్చినా చూరు పట్టుకుని వేలాడి" – అన్నట్లు, గురూజీ నన్ను అరిచినా, నా మీద కోపగించుకున్నా "మానేయ్" అని అన్నా కూడా వదిలేది లేదు. ఇక ఆ గురువే నాకు శరణం – అని నిశ్చయించుకున్నాను.

అనేక సందర్భాలలో నాకు గురూజీ మీద కోపం కూడా వచ్చేది. "నా గురువు అయితే నా సమస్యల గురించి నేను చెప్పకపోయినా తను తెలుసుకోగలగాలి గదా!" అనే వితండ వాదం కూడా మనసులో అప్పుడప్పుడూ తలుపు తడుతూ ఉండేది. నా కాశీ యాత్ర క్యాన్సిల్ అయిన క్షణాన ఆ కోపం తారాస్థాయికి చేరుకుంది. ఇంట్లో, అరకొరగా నేను చేసే నిత్య పూజ కూడా చేయటం మానేశాను. అమ్మ మీదే నా కోపం. "ఏ కారణంగానైతే నేను కాశీకి వెళ్లలేకపోయానో, ఆ కారణాన్ని తీసేసి, నన్ను కాశీ పంపించి ఉండవచ్చు కదా!" అని అనుకుంటూ ఉన్నాను. ఇక నాకు ఈ గురువుతో సంబంధం తెగిపోయినట్లే అని అనుకున్నాను. నేను నేర్చుకున్న సంగీతంలో నలుగురు గురువులను మార్చాను. నేను వాళ్లను వద్దనుకోలేదు. నేను అడిగే తిక్క ప్రశ్నల కారణంగా, వాళ్లే "నీకు పాఠం చెప్పను ఫో!" అనేశారు. ఇప్పుడు కూడా అలాగే జరుగుతుందేమో అని భయపడ్డాను. ఒకవైపు కోపం, మరొకవైపు ఏడుపు, ఇంట్లో వాళ్లు అడిగితే ఏమీ చెప్పలేని పరిస్థితి. ఎందుకంటే, నాలో ఏమి జరుగుతున్నదో నాకే తెలియదు.

అటువంటి సమయంలో గురూజీ ఫోన్ చేశారు. గురువాణి సమాచార పత్రిక గురించి చర్చించారు. "హమ్మయ్య! గురూజీకి నా మీద కోపం లేదు" అనుకున్న క్షణం నా ఆనందానికి అవధులు లేవు.

నా అనుభవాల గురించి చెప్పమని మన తోటి సాధకులు చాలా సార్లు అడిగినా నేను ముభావంగా ఉండిపోయాను. ఈ రోజుకు నా మనసులోని మాటలను ఇక్కడ తెలియజేయాలనిపించి వ్రాస్తున్నాను.

## నా అనుభవాలు

1. గురువాణి పుస్తక ప్రచురణ ఎంత ప్రయత్నించినా పూర్తి కాలేదు. గురువు గారు సవరణలు చేసి ఇచ్చిన తరువాత కూడా ఇంక ఏవో అడ్డంకులు, సమయానికి పూర్తి కాదేమో అన్న భయంతో , అమ్మను తలచుకుని, గురువు గారికి ఫోన్ చేసి , పరిస్థితి చెప్పుకుని, భోరున ఏడ్చాను. మరునాడు సాయంత్రం ప్రింటింగ్ ప్రెస్ వాడు ఫోన్ చేసి "పుస్తకాలు రెడీగా ఉన్నాయి, వచ్చి తీసుకు వెళ్లండి" అని చెప్పాడు. అప్పుడు కూడా మళ్లీ ఏడ్చాను (ఆనందంతో).

2. ఉచ్ఛిష్ట చాండాలి మంత్ర దీక్ష సమయంలో అమ్మవారు రెండు సార్లు కనపడ్డారు. ఒకసారి అయితే "ఏరా?" అని పలకరించారు కూడా. సుషుప్తి అవస్థ అని చెబుతాము కదా... అటువంటి పరిస్థితిలో ఇది జరిగింది.

• "అమ్మవారు ఎలా కనబడ్డారు?" అని అడిగి ఎగతాళి చేసేవాళ్లకు నా సమాధానం. అమ్మ అంటే ఏదో పెద్ద కిరీటం, చేతిలో కత్తి, వగైరా వగైరా లతో కనపడుతారనుకుంటే అది అవివేకం. నాకు ఎలా కనపడ్డారు అంటే, అప్పటికి కొద్ది రోజుల క్రితం నేను "అమ్మోరు" సినిమా చూసి ఉన్నాను. అందుకని ఇక్కడ అమ్మ నాకు అలాగే కనపడింది (రమ్యకృష్ణ లాగా అన్నమాట).

• మనం ఎలా అనుకుంటామో అమ్మ అలాగే కనబడుతుంది అనడానికి నా అనుభవమే తార్కాణం.

3. తరువాతి మాడ్యూల్ రాజశ్యామలా మంత్ర దీక్ష రోజులలో, శ్యామా నవరత్న మాలిక లోని 9 శ్లోకాలు, ఫలశృతి మొత్తం 10 శ్లోకాలకు నేనే రాగం కట్టుకుని, పాడుకున్నాను.

4. తరువాతి మాడ్యూల్ వారాహీ మంత్ర దీక్ష రోజులలో, 103 డిగ్రీల జ్వరం వదిలిపెట్టకుండా మూడు రోజులు ఉన్నప్పుడు(అంత జ్వరంలో కూడా తర్పణాలు, నిత్య పూజ, రోజూ 108 సార్లు జపం ఎలా చేశానో నాకు తెలియదు) అమ్మవారి హారతి పాట నేను రచించి, రాగం కట్టుకుని, పాడుకున్నాను. అది కూడా 10 చరణాలతో చాలా పెద్ద పాటగా తయారయింది.

5. తెలుగు టైపింగ్ చేస్తూ ఉంటే, చేతి వేళ్లు వంకరలు పోయి, టైపింగ్ చేయటానికి సహకరించని సమయంలో గురూజీ ఫోన్ చేసి, "ఆ ఫైల్ కంప్లీట్ చేద్దాము" అనే వారు. "సరే గురూజీ" అని కంప్యూటర్ ముందు కూర్చున్న తరువాత, గురూజీ చెబుతూ ఉంటే, అలా టైప్ చేసుకుంటూ వెళ్లిపోవడమే నాకు గుర్తున్నది. నా చేతి వేళ్ల నొప్పులు.... పని పూర్తి అయిన తరువాత మళ్లీ నా దగ్గరకు వచ్చేశాయి. అలా, చాలా ముఖ్యమైన పూజా విధానాలు అందరికీ అర్థం అయ్యే పద్ధతిలో తయారయినవి. ఇంకా కొన్ని తయారవుతున్నాయి.

శ్రీ విద్యా జ్ఞాన పీఠం అని ఏ ముహూర్తాన పేరు పెట్టారో కానీ, నిజంగా అది జ్ఞానపీఠమే. పీఠం అంటే గురువు ఉంటాడు. నీ కదలికలను గమనిస్తూ ఉంటాడు. గుడిలో ఎవరూ ఉండరు. ఉన్నవారెవరూ నిన్ను గమనించరు. పీఠంలో ఉండే గురువు నీకు అనుక్షణం సూచనలిస్తూ నిన్ను ముందుకు తీసుకువెళతాడు.

గురుమండల పూజలు, పురశ్చరణలు ఈ కార్యక్రమాలలో మిగిలిన సాధకులు, శిష్యులు చాలామందిని గమనిస్తూ వచ్చాను. వీరిలో కొందరు గురూజీని ఏకవచనంతో సంబోధించడం కూడా గమనించాను ("గురూజీ ఉన్నాడా?" అని) మొదట్లో అహంకారంతో నవ్వుకున్నాను. తరువాత తత్వం తెలుసుకుంటూ నవ్వుకుంటున్నాను. "నాన్నగారు" అంటాము కానీ "అమ్మగారు" అనము కదా! అమ్మ అనే చెబుతాము. "అమ్మ వచ్చింది, అమ్మ అన్నం పెట్టింది" అంటాము కానీ, "అమ్మగారు అన్నం పెట్టారు, అమ్మగారు వచ్చారు" అనము కదా! ఆ ఆత్మీయతా భావమే మిగిలిన వారిలో ఉన్నదని అర్థం చేసుకోవడానికి కొంత సమయం పట్టింది.

నాకు సంతోషం కలిగినా గురువుకు తెలిసిపోతుంది. దుఃఖం వచ్చినా, కోపం వచ్చినా, ఎటువంటి భావాలైనా గురువుకు తెలిసిపోతాయి. అటువంటి గురువు నేటికి నాకు లభించినందుకు అమ్మకు నా సంతోషాన్ని తెలియ జేసుకుంటున్నాను(అమ్మ దగ్గర ధన్యవాదాలు, థ్యాంక్స్ లు ఉండవు. కేవలం వాత్సల్యం మాత్రమే ఉంటుంది).

శ్రీ విద్యా జ్ఞానపీఠంలో నిత్యం జరిగే పూజలు, తర్పణాలు, హోమాలు ఆ స్థలాన్ని ఇంకా శక్తివంతంగా చేస్తాయి కనుక, ఆ పీఠాన్ని దర్శించినంత మాత్రముననే మనలోని వ్యతిరేక శక్తుల ప్రభావం తగ్గటం ప్రారంభమై, సన్మార్గము వైపుకు మన ప్రయాణం ప్రారంభం అవుతుంది. పీఠ దర్శన సమయమునందు పీఠము యొక్క దైనందిన పూజా కార్యక్రమాల నిర్వహణలో మన వంతు బాధ్యతగా మనం చేయగలిగిన పనులు చేయాలి. అది సహాయం కాదు – మన బాధ్యత.

శ్రీమాత్రేనమః

# పడక గది లో దేవుడు ఫోటోలు వుంచుకోవచ్చా?

మన జీవితం, మన ఉద్యోగం, మన సంతోషం ఇవన్నీ మనకు భగవంతుడు ఇచ్చేరని నమ్ముతారా, లేదా అనే దానిమీద ఆధారపడి, ఈ ప్రశ్నకు జవాబు ఇవ్వవలసి ఉంటుంది. ఒకవేళ ఇల్లు భగవత్ ప్రసాదమే అనుకున్నప్పుడు, ఆయన్ని ఇక్కడుంచాలా, అక్కడుంచాలా అని తేల్చడానికి మనకి అధికారం వుందా? నేను భగవంతుడు ఇచ్చిన ఇంట్లో వున్నాను, నేను ఇక్కడ ఉండవచ్చునా, అక్కడ ఉండవచ్చునా అని ఆయన్ని నేను అడగాలి. అంతే కానీ, ఆయన ఎక్కడ ఉండాలి అనేది నిర్ణయించేవాడిని నేను కాదు.

కానీ "ఇందుగలడు, అందులేడని సందేహం వలదు, ఎందెందు వెదికినా అందందే కలడు చక్రి సర్వోపగతుం డెందెందు వెదకిన యందందే గలడు" అని ప్రహ్లాదుడు చెప్పాడు. మన ఇంటిలో పూజ రూమ్ వేరు, మిగతా ఇల్లు వేరు – అని అనుకోవడమే మనకున్నటు వంటి ప్రధానమైన లోపం. ఆ పూజ రూమ్ లో ఎక్కడలేని భక్తి, నిశ్చలత, ఏకాగ్రత - ఉత్తమోత్తములుగా ఉంటాం. మరి అదే జ్ఞానం బయటకి వచ్చేకకూడా ఉండాలి కదా. పూజ రూంలో ఒకలాగా ఉంటున్నాం, బయటకి వచ్చేకా అందరితో దెబ్బలాడుతున్నాం - అక్కడ శాంతం ఎక్కడికి పోయింది? ఎందువల్ల అంటే నేను వున్నదేవుళ్లందరిని ఒక warehouse లాగా, గోడౌన్ లాగా, పూజ రూంలో అరెస్ట్ చేసి పెట్టేశాను. అలా కాకుండా, ఒక్కక్క గదిలో, ఒక్కక్క దేవుడి ఫోటో ఉంటే కనీసం, అన్ని గదులు పూజ గదుల్లాగా భావించి కొంత ఒళ్ళుదగ్గర పెట్టుకుని జాగ్రత్తగా disciplinedగా ఉంటాం కదా.

ఇంకోటేమిటంటే ముఖ్యంగా పడక గది లో తప్పనిసరిగా దేవుడి ఫొటో ఉండవలసిందే. దాంపత్య జీవనానంలో కొన్ని కొన్నిసార్లు పిల్లలు పుట్టడంలేదు అంటే, “భగవంతుని ఫోటో పెట్టుకోండి, గాయత్రి మంత్రం ట్యూన్ పెట్టుకోండి, అది వింటూ వుండండి, సంతానఉత్పత్తి జరుగుతుంది” అని కూడా చెబుతారు. అది ప్రకృతిలో ఉన్నటువంటి శక్తి.

నువ్వు ఎవరినుండి పారిపోడానికి చూస్తున్నావ్? ప్రతి ఇంట్లో, ప్రతి గదిలో, ప్రతి చోటా దేవుడున్నాడు కదా. ఉత్తర భారత దేశంలో ఆశ్రమాలకి వెళ్తే, బాత్ రూంలో కుడా, తలుపు వెనకాతల ఒక భగవంతుడి ఫోటో ఉంటుంది. ఎందుకంటే, "ఊరనో కారడవినో, ఉదగమధ్యమునో ఎప్పుడో విడిచేది ఎరుక లేదు, మరణమే నిశ్చయంబు" అని చెప్పినట్లు, ఎక్కడ మరణిస్తావో తెలియదు ఆ క్షణంలో భగవంతుని నామస్మరణం లేదా దర్శనం మంచిది అని శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి కదా. "ప్రాణ ప్రయాణ సమయే నారాయణ శబ్దమాత్రేణ పునర్జన్మ నశ్యతే" - ప్రాణం వొదిలిపోతున్నప్పుడు నారాయణుడ్ని చూసినా, నారాయణ శబ్దం చెప్పినా ఇంకో జన్మ ఉండదు – అని దీని అర్థం. మరి బెడ్ రూంలో ప్రాణం పొతే, బాత్ రూంలో ప్రాణం పొతే అప్పుడు పరిస్థితి ఏమిటి? ఎవరు నిన్ను రక్షిస్తారు? నిన్ను పూజ చెయ్యమనట్లేదు, ఒక ఫోటో పెట్టుకుంటే, అక్కడ మనశ్శాంతి వస్తుంది. అందువల్ల, ఒక్క పడక గది లో మాత్రమే కాదు - బాత్ రూంలో కుడా ఒక దేవుడి ఫోటో ఉండాలి. ఈ మధ్య ఎక్కువగా గుండెపోటు కేసులు బాత్ రూంలో నే వస్తున్నాయి. అందువల్ల ఆ భయంతో అయినాసరే - ఇంట్లో విగ్రహాలన్నీ కేవలం పూజ రూమ్ లో మాత్రమే పెట్టకుండా, అన్ని చోట్లా పెట్టవచ్చును.

కొన్ని సందర్భాలలో, అశౌచంగా ఉంటాం, అదీ ఇదీ మాట్లాడుకుంటాం కదా, దేవుడి ఫొటో ఉంటే బాగుండదు అని కొందరు అనుకోవచ్చును. అదీ ఇదీ.. అవసరం లేనివి మాట్లాడకూడదనే కదా మనం పూజ చేసేది! అనవసరంగా అరవకూడదనే నేను పూజ చేస్తున్నాను. "దేహో దేవాలయ ప్రోక్తో జీవోదేవో సనాతనః" ఈ దేహమే ఆ దేవుడు ఉన్నటువంటి దేవాలయం – అని శాస్త్రాలలో చెప్పబడింది. కనుక, ప్రతి గదిలో కూడా భగవంతుడి ఫొటో పెట్టుకుని, ఆ గదిలోకి వచ్చినప్పుడు ఒకసారి నమస్కారం పెట్టుకుంటే,అద్భుతమైనటువంటి జీవితం మనకి దక్కుతుంది అనడంలో సందేహం లేదు.

శ్రీ మాత్రే నమః

సూక్తి

**ఘర్షణ కారణం వేడి పుట్టే విధంగానే, దైవ నిర్ణయాన్ని నిరోధిస్తే బాధ తప్పదు**

~ శ్రీ గురు కరుణామయ

gurUvaani

Srividya Learning Centre
#69, 6th Cross Street,
Girinagar Phase I, Bengaluru,
KA 560085, India.

srimeru999@gmail.com
+91 8088256632
www.srimeru.org