

## అహం

అహంకారం అంటే కొత్త జ్ఞానం నేర్చుకోవడం మానేసి ఉన్న పాత జ్ఞానంతో మనలో ఒక రూపాన్ని సృష్టించుకుని అందులోనే ఉండిపోవడం. అలాగే నేనే సరిగ్గా ఉన్నాను, ఇతరులు సరిగ్గా లేరని అనుకోవడం కూడా అహంకారమే. మనకున్న జ్ఞానం ఆధారంగా మనకు శారీరక, మానసిక, ఆధ్యాత్మిక బంధాలు ఏర్పడుతాయి. దీని ప్రకారమే మనము కష్ట-సుఖాలను అనుభవిస్తాము.

ఇక్కడ గమనించవలసిన విషయం ఏమిటంటే, అహంకారం కూడా దివ్యమైనదే. ఎందుకంటే మనకు అహం వుంటేనే దైవం యొక్క విలువ తెలుస్తుంది కాబట్టి. ఏకత్వంలో ఉన్నప్పుడు మనం దివ్యత్వంలోనే పుట్టి పెరిగాం, కాని దివ్యత్వాన్ని అనుభూతి చెందలేకపోయాము. దీనికి కారణం మనకు మరియు దివ్యత్వానికి మధ్య దూరం లేకపోవడమే. ఉదాహరణకు సముద్రంలోనే పుట్టి పెరిగి చనిపోయే చేపకు సముద్రం మరియు నీటి గురించి ఎరుక ఉండదు. ఎందుకంటే ఎప్పుడు అందులోనే ఉంటుంది కాబట్టి. అంటే అందులోనే ఉండడం వలన, తనకు మరియు నీటికి మధ్య దూరం లేకపోవడం వలననే చేపకు నీటి యొక్క ఎరుక తెలియటం లేదు.

కాబట్టి దూరం ఏర్పడడం కోసము  
 మనమే అహాన్ని సృష్టించాము. తర్వాత  
 దానికి దూరాన్ని సృష్టి చేయమని అంటే,  
 నేను వేరే దైవం వేరే అనే భ్రమను  
 కల్పించమని ఆజ్ఞాపించాము.  
 అందువలన అది మనకి మరియు మన  
 దివ్యత్వానికి మధ్య దూరాన్ని  
 సృష్టించింది. అంటే మనల్ని తన  
 మాయతెరతో చుట్టు ముట్టి, ద్వంద్వాల  
 ఆటలో మనల్ని మునిగేలా చేసింది.  
 ఇక్కడ ద్వంద్వాల ఆట అంటే స్వచ్ఛమైన  
 శక్తిని, వ్యతిరేక శక్తులుగా విభజించి,  
 మనము ఏదో ఒక వైపు ఉంటూ మిగతా  
 వాటితో యుద్ధం చేయడం. ఈ ఆటలో  
 మనము పూర్తిగా మునిగిపోవడం  
 వలననే విభజనలేని స్వచ్ఛమైన శక్తిని,  
 స్వచ్ఛమైన చైతన్యాన్ని అనుభూతి  
 చెందలేకపోతున్నాము.

మనం ఆజ్ఞాపించిన ప్రకారం అహం  
 దూరాన్ని సృష్టించేయడం వలననే మనం  
 దివ్యత్వపు రుచిని చూసే అవకాశం  
 ఏర్పడింది. మరొక విధంగా చెప్పాలంటే  
 మానవుడు భావనాపరంగా, దివ్యత్వం  
 నుంచి బయటికి వచ్చి, ఒక రూపాన్ని  
 సృష్టించుకోగలిగాననే భ్రమలో  
 ఉండగలుగుతున్నాడు.

పుట్టినప్పుడు మనకు దివ్యత్వపు  
 ఎరుక ఉంటుంది. కాని తల్లి-దండ్రులు  
 స్వచ్ఛంగా ఉన్న మనకు ఇది మంచి,  
 అది చెడు అని నేర్పిస్తారు. దీని వలన

మనలో పరిమితమైన రూపం ఏర్పడుతుంది. దీనినే మనం అహంకారం అని అంటున్నాం. అలాగే మనం ఒక సామర్థ్యం గురించి తెలుసుకుని, దాన్ని సాధన చేసి, దానిలో ప్రావీణ్యాన్ని సాధించిన వెంటనే మనకు అహం పెరుగుతుంది. దానిని పది మందికి పంచుతూ, నేను దీనిని సాధించానని గొప్పగా చెప్పుకుంటాం. దీని వలనే మనకు సంఘంలో పేరు, ప్రతిష్ఠ, డబ్బు మరియు గౌరవం లభిస్తున్నాయి. ఇది సాధించడం వలన మనం కొద్దిరోజులు ఆనందంగా ఉంటాం.

కాని ఏ సామర్థ్యం యొక్క ప్రభావమైనా కొద్దిరోజులే ఉంటుంది, దాని తర్వాత తగ్గిపోతుంది. దాని ప్రభావము తగ్గిన తర్వాత మనకు బోర్ కొట్టడం మొదలుపెడుతుంది. అప్పటి నుంచి మనకు ఉన్న జ్ఞానం మనకు పని చేయదు. దీని వలన మనలో తెలియని లోటు ఏర్పడుతుంది. ఇలా ఎన్ని సాధించినా దాని ప్రభావం కొంత సమయమే ఉండడం వలన మనకు లోటు అనేది ఏర్పడుతూనే ఉంటుంది. అప్పుడు మనకు దైవం లేదా శాశ్వతానందం కావాలనిపిస్తుంది. అనేక రకాల మార్గాలను ప్రయత్నించి, ఆఖరికి మనం దైవానుభూతిని పొందుతాము. ప్రతీ మానవుడు ఎన్ని జన్మలు ఎత్తినా సరే, దివ్యత్వాన్ని తప్పకుండా సొంతం

చేసుకుంటాడు. కాబట్టి మిత్రులారా!  
దయచేసి అహాన్ని ద్వేషించకండి. దాని  
వలననే మనం దైవానుభూతిని  
పొందగలుగుతాం. అది మనకు లేకపోయి  
ఉంటే చేపలాగా, మనమూ ఎన్నటికీ  
దైవాలం అని తెలుసుకోగలిగేవాళ్లం కాదు.  
కాబట్టి మీరు సాధ్యమైనంత ప్రేమను  
దానికి ఇచ్చి అహాన్ని విడుదల చేయండి.  
ఎందుకంటే అది కరిగిపోతేనే దైవం  
ప్రత్యక్షమవుతాడు కనుక.

మై డియర్ అహం! నువ్వు త్వరగా  
కరిగిపో. నేను మళ్ళీ దైవం దగ్గర కొత్తది  
నేర్చుకుని, మళ్ళీ నేను నా లోపల మరొక  
రూపాన్ని పెంచుకుని దానిని కూడా  
ఎంజాయ్ చేయాలనుకుంటున్నాను.  
నాకు నీ పట్ల పూర్తి విశ్వాసం ఉన్నది.  
నువ్వు నా బెస్ట్ ఫ్రెండ్వి అని అహానికి  
ప్రేమతోటి వీడ్కోలు చెప్పండి. అప్పుడు  
అహం తనను తాను దైవానికి  
అర్పించుకుని ఆయనలో ఆనందంగా  
విలీనమైపోతుంది.

ఇదంతా నేను దివ్యత్వాన్ని రుచి  
చూసి, ద్వంద్వాల యొక్క ప్రాధాన్యతను  
తెలుసుకున్నాను కాబట్టి ఇలా  
చెప్పగలుగుతున్నాను. మొదటిసారి  
అహాన్ని విడుదల చేయడం చాలా కష్టంగా  
అనిపిస్తుంది. కాని అయిష్టంగానైనా  
దానిని విడుదల చేయండి. ఎందుకంటే  
తర్వాత మీరు ఊహించని ఆనందాన్ని  
పొందుతారు కాబట్టి. అలాగే దైవం దగ్గర

కొత్త జ్ఞానం నేర్చుకుంటూ, నేనే దేవున్ని  
అని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోండి.

సమస్య వచ్చిన వెంటనే ఆనందం  
కావాలని సంకల్పించి, దానికి సంబంధించి  
మీకున్న జ్ఞానాన్ని విడుదల చేసి, దానికి  
సంబంధించిన మనోభావాలను  
సంపూర్ణంగా అనుభవించిన వెంటనే  
ఆనందం ప్రత్యక్షమౌతుంది. ఎందుకంటే  
దానికి సంబంధించిన రూపాలు  
కరిగిపోయాయి కనుక. ఉదాహరణకు  
జ్వరం వచ్చినప్పుడు, ఎన్ని భయాలు  
వచ్చినా దానికి సంబంధించిన  
నమ్మకాలను విడుదల చేసి, ఇది నన్ను  
ఆనందం వైపు తీసుకెళ్తుందని కొత్త  
నమ్మకం పెట్టుకుని, జ్వరానికి  
సంబంధించిన నొప్పులను, బాధలను  
సంపూర్ణంగా అనుభవిస్తే ఆనందం  
వస్తుంది. ఇక్కడ నమ్మకాలన్ని,  
ఆలోచనలన్ని, అభిప్రాయాలన్ని కూడా  
అహం రూపాలేనని గ్రహించండి.

మనకు బోర్ కొట్టిన తక్షణమే  
అహాన్ని విడుదల చేస్తే, అది దైవం  
ఒడిలోకి చేరి తన్మయత్వం చెందుతూ,  
ఆయనలో కరిగిపోతుంది. మనం ఏదైనా  
సాధించిన వెంటనే మనకు అహం  
పెరుగుతున్నట్టు ముందే తెలుస్తుంది.  
అప్పుడు దానిని గుర్తించి, “మై డియర్  
అహం! నన్ను అహం లేని స్వచ్ఛమైన  
స్థితికి తీసుకువెళ్ళు” అని చెప్పి దానిని

కూడా ఎంజాయ్ చేస్తే వెంటనే ఆనందం వస్తుంది.

అలాగే చాలా మంది అహం ఉండకూడదు అనే భావనలో ఉంటూ, దేనినైనా సాధించిన వెంటనే చేతులు పైకెత్తి నాదేముందండి అంతా దేవుడి దయ అని క్రెడిట్ పూర్తిగా దైవానికే ఇచ్చేస్తారు. ఇలా చేయడం వలననే దివ్యత్వానికి మరియు వారికి మధ్య దూరం అలాగే కొనసాగుతోంది. ఎందుకంటే పుట్టిన అహాన్ని సరిగ్గా డీల్ చేయకపోవడం వలన అది కరిగిపోకుండా వారి లోపలే తిష్టవేసుకుని కూర్చుంటుంది. అందువలన దేనిని సాధించినా, నేను నా దైవం సహకారంతో సాధించానని మీకు మరియు మీ దైవానికి క్రెడిట్ ఇవ్వండి. ఇలా చేయడం వలన అహం మీ బెస్ట్ ఫ్రెండ్ అయిపోతుంది. తర్వాత అహం-రూపాన్ని అంటే సాధించాననే అనుభూతిని ఆనందంగా అనుభవించి దాని ద్వారా దైవం వద్దకు చేరండి.

మీకు ఉన్న జ్ఞానాన్ని మీరు పట్టుకుని, దాని మీద మీరు ఆధారపడిన వెంటనే, ఆ జ్ఞానం మిమ్మల్ని బంధించి మీకు ఒక రూపాన్ని సృష్టిస్తుంది. దీని వలన అహం ప్రత్యక్షమౌతుంది. ఎందుకంటే పట్టుకోవడం, ఆధారపడడం వలననే అహం పుడుతుంది కాబట్టి. కావున సరియైన సమయంలో మీకు

ఉన్న జ్ఞానాన్ని విడుదల చేయండి. అంటే ఆనందం తగ్గి బోర్ కొట్టిన వెంటనే విడుదల చేయండి. కాబట్టి మీకున్న జ్ఞానం మీద లేదా మీరు సాధించిన ఫలితాల ద్వారా పుట్టి విశ్వాసం మీద ఆధారపడకుండా, మీ మీద, మీ దైవం మీద, మీ అన్ని భాగాల మీద విశ్వాసం పెంచుకోండి. ఎందుకంటే భాగాలన్నింటి మధ్య అన్యోన్యత ఉంటేనే మీరు ఏదైనా సాధించగలుగుతారు. అలాగే ఫలితాలు రాకున్నా మీ భాగాలన్నింటితో కలిసి ఆనందంగా మీరు ఉండగలుగుతారు.

అహం ఉండకూడదు అనే భావనలో ఉంటూ, ఏదైనా సాధించిన వెంటనే అహం వస్తుంటే దానిని ఎంజాయ్ చేయకుండా దాని నుంచి పారిపోవడం లేదా దానికి భయపడి త్వరగా వదిలించుకోవాలని చూసినా కూడా, అహం మీలో తిష్టవేసుకుని కూర్చుంటుంది. ఎందుకంటే మీకు తెలియకుండానే మీరు అహంతో యుద్ధం చేస్తారు కాబట్టి. దీని వలన అది ఇంకా బలపడుతుంది.

చీకటి తర్వాత వెలుగు, అలాగే వెలుగు తర్వాత చీకటి ఎలాగైతే వస్తాయో, అలాగే అహం తర్వాత దివ్యత్వం, దివ్యత్వం తర్వాత అహం... ఇలా వస్తూ-పోతూ ఉంటాయనే దానిని విశ్వసించి, మీ జీవితంలో ఏది ఉంటే దానిని సంపూర్ణంగా ఎంజాయ్ చేయండి. నేనే దైవాన్ని అని మీరు సంపూర్ణంగా తెలుసుకునేంత వరకు

దివ్యత్వం మరియు అహం వస్తూ, పోతూ  
ఉంటాయని గ్రహించండి.

అసలే పడని వాడి కంటే పడిలేచిన  
వాడే దృఢంగా ఉంటాడు. కష్టపడి  
సాధించిన వాడికే సుఖం విలువ  
తెలుస్తుంది. దైవం కోసం తపించే  
మానవుడికే దైవం యొక్క విలువ  
తెలుస్తుంది. కాబట్టి మిత్రులారా! దైవం  
వద్దకు చేరడానికి ఆసక్తిని చూపండి.  
ఇందుకోసం అహాన్ని సాధ్యమైనంత  
ప్రేమతో విడుదల చెయ్యడానికి  
ప్రయత్నించండి. ఇలా ఎప్పుడంటే  
అప్పుడు అహాన్ని వదిలి, ఆ తర్వాత కొత్త  
అహాన్ని పెంచుకుని, ఆ తర్వాత మళ్ళీ  
ఆనందంగా వదలగలిగే విద్య నేర్చుకుంటే  
మనం ఎప్పుడూ ఆనందంగా ఉంటాం.  
ఎందుకంటే నేర్చుకునేటప్పుడు మరియు  
వదిలేటప్పుడు కూడా ఆనందం వస్తుంది.  
అందువలన అహం కూడా దివ్యత్వంలో  
ముఖ్యమైన భాగమనే నమ్మకాన్ని మీలో  
దృఢం చేసుకుని, పైన చెప్పిన దానిని  
మదిలో ఉంచుకుని, దానిని మీరు కూడా  
అనుభవంలో తెలుసుకోండి.

\*\* ఈ లింక్ ని క్లిక్ చేసి ఆడియోలు  
వరుసగా వింటే మరియు టాపిక్స్  
చదివితే, మీకు న్యూఎనర్జీ-అద్వైతం  
కాన్సెప్ట్ స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది.

[http://darmam.com/important-  
topics.html](http://darmam.com/important-topics.html)



## విరాళాలు

ఈ న్యూ ఎనర్జీ కాన్సెప్ట్‌ను ఆచరించి లబ్ధి పొందినవాళ్ళు మరెవరైనా విరాళాలు ఇవ్వదల్చుకుంటే, ఈక్రింద చెప్పిన బ్యాంక్ ఎకౌంట్‌లో డబ్బులు వేయగలరు. మీ సహాయం న్యూ ఎనర్జీ జ్ఞానాన్ని చాలామందికి పంచడంలో మాకు ఉత్తేజాన్ని, ప్రోత్సాహాన్ని అందిస్తుంది. A/C Details: P.Sreedhar, SBI A/C No: 30603897922, Branch: Hanumakonda, IFSC Code: SBIN0003422. Mobile No: 9390151912. This number also has GooglePay and PhonePe.

## కరిగిపోండి

శరీరం, మనసు మరియు హృదయం దాటి మీలో ఉన్న ఆత్మ వద్దకు చేరాలంటే, మీలో వస్తున్న ఆలోచనలకు ప్రభావితమౌతూ ఒక బంధీలా జీవిస్తున్నారని ముందు మీరు గుర్తించాలి. తర్వాత ప్రశాంతంగా ఉంటూ దృష్టిని ఆలోచనల నుంచి మీ వైపు తిప్పి, మిమ్మల్ని మీరు కరిగించుకోవడానికి సాధన చేయండి. మీలో ఏమి జరుగుతున్నా దాంట్లో ఏమాత్రం పాల్గొనకుండా, భూ జల అగ్ని వాయు తత్వాలను వదిలేసి, సుఖదుఃఖాలను వదిలేసి, కేవలం మీరు మాత్రమే మంచు

ముక్కలా కరిగిపోయి స్వచ్ఛమైన  
తర్వాత, లోపలంతా వ్యాపించి అలానే  
ఉండిపోండి. అంటే మాట్లాడకుండా,  
ఆలోచించకుండా, మరేపని చేయకుండా,  
కేవలం నేను వ్యాపించి ఉన్నాను అనే  
భావనలో ఉండండి. అప్పుడు మీరు  
నిద్రలాంటి స్థితిలోకి వెళ్తారు, లేదా మీలో  
ఉన్న శూన్య స్థితితో ఏకమై ఉంటారు. ఈ  
స్థితిలో మీరు కొద్ది సమయం  
ఉండగలిగితే, ఆలోచనలు వాటంతట అవే  
కరిగిపోయి మీలో నిశ్శబ్దం ఏర్పడి, ఆ  
తర్వాత దైవం ప్రత్యక్షమౌతాడు. అప్పుడు  
మీరు ఎంతో హాయిని, తేలికతనాన్ని,  
తాజాతనాన్ని, ఆనందాన్ని అనుభూతి  
చెందుతారు. వెంటనే కళ్ళు తెరవకుండా  
ఈ ఆనందాన్ని మీ అన్నీ భాగాలకు  
పంపించండి. దీని వలన అన్ని  
సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుంది.  
అలాగే మీ అన్ని భాగాల మధ్య  
సమన్వయం ఏర్పడుతుంది. ఈ  
ధ్యానాన్ని ఎవరైనా, ఎప్పుడైనా,  
ఎక్కడైనా, ఏ సమయంలోనైనా, ఎంత  
సమయమైనా చేసుకోవచ్చు. ప్రతిరోజు  
కనీసం 30 నిమిషాలైనా ధ్యానం  
చేయండి.