

గాయత్రీ మంత్రం

ఓం భూర్భువస్సువః ఓం తథ్స'వీతుర్వరే"ణ్యం భర్గో' దేవస్య'ధీమహి | ధియో యో నః' ప్రచోదయా"త్ ||

గాయత్రీ మంత్రం యొక్క సంస్కృత మూలం మరియు దాని సాధారణ అర్థం ఇక్కడ ఇవ్వబడింది:

ఓం భూర్భువస్సువః ఓం తథ్స'వీతుర్వరే"ణ్యం భర్గో' దేవస్య'ధీమహి | ధియో యో నః' ప్రచోదయా"త్ ||

అర్థం

ఈ మంత్రం యొక్క విస్తృతమైన అర్థం:

- **ఓం:** సృష్టి, స్థితి, లయాలకు అతీతమైన, విశ్వంలో అంతర్లీనంగా ఉండే పరబ్రహ్మ ప్రణవ స్వరూపం. ఇది అత్యున్నత సత్యానికి చిహ్నం.
- **భూర్భువస్సువః:** ఈ మూడు పదాలు మూడు లోకాలను సూచిస్తాయి:
 - **భూః:** భూలోకం (భౌతిక ప్రపంచం)
 - **భువః:** అంతరిక్ష లోకం (సూక్ష్మ ప్రపంచం, వాయుమండలం)
 - **సువః:** స్వర్గలోకం (కారణ ప్రపంచం, దివ్య లోకాలు)
 - ఈ మూడు లోకాలలో ఉన్న సమస్త ప్రాణికోటిలో నిండి ఉన్న చైతన్యాన్ని ఇది సూచిస్తున్నది.
- **తథ్స'వీతుర్వరే"ణ్యం:**
 - **తత్:** 'ఆ' (పరమాత్మను సూచిస్తున్నది).
 - **సవీతుర్:** 'సవితా' అంటే సూర్యుడు, కానీ ఇక్కడ సమస్త సృష్టికి కారణమైన, తేజస్సునిచ్చే దివ్యమైన ప్రకాశం లేదా సృజనాత్మక శక్తి అని అర్థం.
 - **వరేణ్యం:** పూజనీయమైన, ఆరాధనీయమైన, శ్రేష్ఠమైనది.
- **భర్గో' దేవస్య':**
 - **భర్గో:** పాపాలను, అజ్ఞానాన్ని నశింపజేసే తేజస్సు, ప్రకాశం. ఇది దివ్యమైన చైతన్యపు కాంతిని సూచిస్తున్నది.
 - **దేవస్య:** ఆ దివ్యమైన, తేజోవంతమైన దైవత్వం యొక్క.

- ధీమహి: మేము ధ్యానించుచున్నాము / ధారణ చేయుచున్నాము.
- ధియో యో నః' ప్రచోదయా"త్:

 - ధియో: మా బుద్ధులను (జ్ఞాన శక్తిని, మేధస్సును).
 - యో: ఎవరు (ఆ దివ్యమైన ప్రకాశం).
 - నః: మాకు.
 - ప్రచోదయాత్: ప్రేరేపించుగాక / ప్రకాశింపజేయుగాక.

గాయత్రీ మంత్రం యొక్క సారాంశం

"ఓం, మూడు లోకాలకు ప్రకాశాన్నిచ్చే, పూజనీయమైన, సమస్త సృష్టికి కారణమైన దివ్యమైన సవితా దైవం యొక్క పాపాలను నశింపజేసే ప్రకాశాన్ని మేము ధ్యానించుచున్నాము. ఆ ప్రకాశం మా బుద్ధులను (జ్ఞానాన్ని) సన్మార్గంలో ప్రేరేపించుగాక."

ఈ మంత్రం సవితా దైవంలోని దివ్యమైన జ్ఞాన కాంతిని ధ్యానించి, అది తమ బుద్ధిని ప్రకాశింపజేసి, సత్యాన్ని గ్రహించే శక్తిని ప్రసాదించమని ప్రార్థిస్తున్నది. ఇది కేవలం సూర్యుడిని ఆరాధించడం కాదు, సూర్యుడి ద్వారా వ్యక్తమయ్యే పరమాత్మ యొక్క దివ్య చైతన్యం మరియు జ్ఞాన స్వరూపాన్ని ధ్యానించడం.

గాయత్రీ మంత్రం యొక్క పరమార్థాన్ని మరింత లోతుగా వివరించండి

మీరు గాయత్రీ మంత్రం యొక్క పరమార్థాన్ని గురించి తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నారు. ఈ మంత్రం కేవలం ఒక దైవ-ప్రార్థన మాత్రమే కాదు, అది వేదాంత సారాంశాన్ని, ముఖ్యంగా అద్వైత భావనలను తనలో ఇముడ్చుకున్నది. దీని పరమార్థాన్ని మరింత లోతుగా వివరిద్దాం.

గాయత్రీ మంత్రం: పరమార్థ వివరణ

గాయత్రీ మంత్రం యొక్క పరమార్థం, అది కేవలం బాహ్య దేవతను స్తుతించడం కాకుండా, మానవుడి అంతర్గత చైతన్యాన్ని, జ్ఞానాన్ని మేల్కొల్పి, జీవికి బ్రహ్మనుభూతిని కలిగించే ఒక శక్తివంతమైన సాధనం.

1. ఓం: ప్రణవ స్వరూపం - సృష్టికి అతీతమైనది

- సాధారణ అర్థం: సృష్టి, స్థితి, లయాలకు అతీతమైన పరబ్రహ్మ ప్రణవ స్వరూపం.
- పరమార్థం: 'ఓం' అనేది కేవలం ఒక శబ్దం కాదు, అది అమూర్తమైన, నామరూప రహితమైన బ్రహ్మానికి ప్రతీక. సమస్త సృష్టికి ముందు, సృష్టి ప్రక్రియ జరుగుతున్నప్పుడు, మరియు సృష్టి లయం అయిన తర్వాత కూడా నిలిచి ఉండే ప్రాథమిక స్పందన (Cosmic Vibration). ఇది తురీయ స్థితి (transcendental state)ని సూచిస్తున్నది, ఇక్కడ ద్వంద్వాలు లేవు, కేవలం శుద్ధ చైతన్యం మాత్రమే ఉంటుంది. గాయత్రీ మంత్రం 'ఓం' తో ప్రారంభం కావడం, ఈ మంత్రం అంతిమంగా అద్వైత సత్యాన్ని, అంటే బ్రహ్మాన్ని చేరడమే లక్ష్యమని సూచిస్తున్నది.

2. భూర్భువస్సువః: సత్యం, జ్ఞానం, అనంతం (సచ్చిదానందం)

- సాధారణ అర్థం: భూలోకం, అంతరిక్ష లోకం, స్వర్గలోకం.
- పరమార్థం: ఈ మూడు లోకాలు కేవలం భౌతిక ప్రాంతాలను సూచించవు. అవి సమస్త సృష్టి యొక్క మూడు స్థాయిలను సూచిస్తున్నాయి:
 - భూః (జాగ్రత్ స్థితి / స్థూల ప్రపంచం): మనం అనుభవించే బాహ్య, భౌతిక ప్రపంచం. ఇది కంటికి కనిపించే, స్పృశించదగిన సత్యం.
 - భువః (స్వప్న స్థితి / సూక్ష్మ ప్రపంచం): ఆలోచనలు, భావోద్వేగాలు, ప్రాణశక్తి మరియు అంతర్గత అనుభవాల ప్రపంచం. ఇది మన మనస్సులో జరిగే సృష్టికి ప్రతీక.
 - సువః (సుషుప్తి స్థితి / కారణ ప్రపంచం): సమస్త సృష్టికి మూలమైన, అవ్యక్తమైన స్థితి. ఇది గాఢ నిద్రలో ఉండే అచేతన స్థితిని పోలి ఉంటుంది, ఇక్కడ వ్యక్తిగత అహంకారం కూడా గుప్తంగా ఉంటుంది.
- ఈ మూడు లోకాలు అంతిమంగా బ్రహ్మం యొక్క సత్ (అస్తిత్వం), చిత్ (జ్ఞానం), ఆనంద (ఆనందం) స్వరూపంలోనే భాగమని పరమార్థం చెబుతున్నది. ఈ మూడు లోకాలకూ ఆధారమైన చైతన్యం ఒకటే అని గ్రహించడం.

3. సవితా: దివ్యమైన ప్రకాశం, అంతర్గత జ్ఞానం

- సాధారణ అర్థం: సూర్యుడు, సమస్త సృష్టికి కారణమైన తేజస్సు.
- పరమార్థం: 'సవితా' అంటే కేవలం బాహ్య సూర్యుడు కాదు. అది మన లోపల, ప్రతి జీవిలో వెలుగుతున్న అంతర్గత జ్ఞాన సూర్యుడు. ఇది మనలోని పరమాత్మ చైతన్యానికి, ఆత్మ-జ్ఞానానికి

ప్రతీక. మనలో అజ్ఞానాన్ని, చీకటిని పారద్రోలి, సత్యాన్ని ప్రకాశింపజేసే అంతర్గత శక్తి అదే. ఈ జ్ఞాన సూర్యుడే మన బుద్ధిని ప్రేరేపిస్తాడు.

4. వరేణ్యం భర్గో దేవస్య: ఆరాధించదగిన పాపనాశన శక్తి

- సాధారణ అర్థం: పూజనీయమైన, పాపాలను నశింపజేసే దివ్యమైన తేజస్సు.
- పరమార్థం: ఇక్కడ 'పాపాలు' అంటే కేవలం దుష్కర్మలు కాదు, అంతకు మించి అజ్ఞానం (అవిద్య). అజ్ఞానం వల్లనే మనం భేదాలను చూస్తాం, పరిమితులను అనుభవిస్తాం, బంధాలకు లోనవుతాం. 'భర్గో దేవస్య' అంటే ఆ జ్ఞాన కాంతి అజ్ఞానమనే చీకటిని నశింపజేసింది. ఇది అత్యంత పూజనీయం, ఎందుకంటే ఇది మోక్షానికి, అఖండ ఆనందానికి మార్గం.

5. ధీమహి ధియో యో నః ప్రచోదయాత్: బుద్ధిని బ్రహ్మాంలో లీనం చేయడం

- సాధారణ అర్థం: ఆ ప్రకాశం మా బుద్ధులను సన్మార్గంలో ప్రేరేపించుగాక.
- పరమార్థం: ఇది మంత్రం యొక్క అత్యంత కీలకమైన భాగం. 'ధియః' అంటే కేవలం సాధారణ బుద్ధి కాదు, అది వివేక శక్తి (discrimination) మరియు సత్యాన్ని గ్రహించే శక్తి. ఈ మంత్రం కోరేది ఏమిటంటే, ఈ దివ్యమైన జ్ఞాన కాంతి (సవితా) మన బుద్ధిని సత్యం వైపు, ఆత్మజ్ఞానం వైపు మళ్ళించుగాక.
 - 'ప్రచోదయాత్' అంటే కేవలం ప్రేరేపించడం కాదు, బుద్ధిని ఆ దివ్య చైతన్యంలో లీనం చేయడం ద్వారా దానిని ప్రకాశింపజేయడం.
 - అంతిమంగా, ఈ భాగం బుద్ధిని వ్యక్తిగత అహంకారం నుండి విముక్తం చేసి, సార్వత్రిక చైతన్యంతో (బ్రహ్మాంతో) ఏకం చేయమని ప్రార్థిస్తున్నది. బుద్ధి ఆత్మతో ఏకం అయినప్పుడు, అది అజ్ఞానాన్ని తొలగించి, సత్యాన్ని దర్శిస్తుంది.

గాయత్రీ మంత్రం యొక్క అంతిమ పరమార్థం

గాయత్రీ మంత్రం యొక్క పరమార్థం ఏమిటంటే, "నేను ఆ దివ్యమైన జ్ఞాన స్వరూపుడైన పరమాత్మను" అని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోవడమే.

ఇది ఒక ప్రయాణం:

1. ఓం: అపరిమితమైన బ్రహ్మాన్ని గుర్తించడం.
2. భూర్భువస్సువః: ప్రపంచంలోని వైవిధ్యాన్ని, దాని మూడు స్థాయిలను, బ్రహ్మం యొక్క వ్యక్తీకరణలుగా చూడటం.
3. సవితా, వరేణ్యం భర్గో దేవస్య: ఈ వైవిధ్యం వెనుక ఉన్న ఏకైక, అంతర్గత, జ్ఞానమయమైన, అజ్ఞానాన్ని నశింపజేసే ప్రకాశాన్ని ధ్యానించడం.
4. ధీమహి ధియో యో నః ప్రచోదయాత్: మన బుద్ధిని ఈ అంతర్గత ప్రకాశంతో ఏకం చేసి, అహంకారాన్ని, ద్వంద్వత్వాన్ని దాటి, తానే ఆ జ్ఞాన స్వరూపమని, తానే బ్రహ్మమని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోవడం.

ఈ మంత్రం ఒక భక్తుడిని బాహ్య దైవం నుండి అంతర్గత దైవం వైపు, ద్వంద్వం నుండి అద్వైతం వైపు, అజ్ఞానం నుండి సంపూర్ణ జ్ఞానం వైపు నడిపిస్తుంది. ఇది జీవిని తన నిజమైన, దివ్యమైన స్వరూపాన్ని గుర్తించడానికి ప్రేరేపించే మహా మంత్రం.

ఈ మూడు లోకాలు కేవలం భౌగోళిక ప్రాంతాలను సూచించవు. అవి సమస్త సృష్టి యొక్క మూడు స్థాయిలను సూచిస్తాయి. ఇక్కడ మూడు స్థాయిలు అంటే త్రిగుణాలు అని అనుకోవచ్చా?

ఖచ్చితంగా! మీరు గాయత్రీ మంత్రంలోని 'భూర్భువస్సువః' అనే మూడు లోకాల భావనను త్రిగుణాలతో పోల్చడం చాలా సముచితమైన మరియు లోతైన అవగాహనను సూచిస్తున్నది. ఇది మంత్రం యొక్క పరమార్థాన్ని మరింత స్పష్టం చేస్తుంది.

భూర్భువస్సువః మరియు త్రిగుణాల సంబంధం

అద్వైత వేదాంతంలో, 'భూర్భువస్సువః' అనేది కేవలం భౌగోళిక లోకాలకు మించి, సమస్త సృష్టి యొక్క అభివ్యక్తీకరణ (manifestation) మరియు అనుభూతి (experience) యొక్క వివిధ స్థాయిలను సూచిస్తుంది. ఈ స్థాయిలు త్రిగుణాలతో చాలా సన్నిహితంగా ముడిపడి ఉన్నాయి:

1. భూః - తమో గుణం (జాగ్రత్ స్థితి / స్థూల ప్రపంచం)
 - భూలోకం అనేది మనకు కంటికి కనిపించే, స్పృశించదగిన, ఘనమైన భౌతిక ప్రపంచం (స్థూల). ఇది కార్య రూపంలో ఉండే ప్రపంచం.

- తమో గుణం: తమో గుణం జడత్వం, బరువు, అస్పృష్టత, చీకటి మరియు భౌతికతకు ప్రతీక. స్థూల ప్రపంచం దృఢంగా, జడంగా, మరియు పరిమితంగా కనిపిస్తుంది. మన జాగ్రత్ (మేల్కోనే) స్థితిలో, మనం ఎక్కువగా భౌతిక వస్తువులతో మరియు వాటి పరిమితులతో వ్యవహరిస్తాము.
- పోలిక: భూలోకం యొక్క స్థూలత్వం మరియు జడత్వం తమో గుణం యొక్క లక్షణాలతో సరిపోలుతుంది. ఈ స్థాయిలో, మనకు తరచుగా అజ్ఞానం, బంధం, మరియు పరిమితమైన దృష్టి ఉంటుంది.

2. భువః - రజో గుణం (స్వప్న స్థితి / సూక్ష్మ ప్రపంచం)

- భువర్లోకం అనేది అంతరిక్ష లోకం, ప్రాణశక్తి, మనస్సు మరియు ఇంద్రియాల సూక్ష్మ ప్రపంచం. ఇది భౌతిక ప్రపంచం కంటే తేలికైనది మరియు శక్తికి సంబంధించినది.
- రజో గుణం: రజో గుణం చలనం, క్రియ, కోరికలు, వ్యాకులత మరియు ఆవేశంకు ప్రతీక. మన స్వప్న స్థితిలో, మన మనస్సు చాలా చురుకుగా ఉంటుంది, అనేక దృశ్యాలను సృష్టిస్తుంది. ప్రాణశక్తి కూడా నిరంతరం కదులుతూ ఉంటుంది.
- పోలిక: భువర్లోకం యొక్క చలనం మరియు మానసిక-ప్రాణిక కార్యకలాపాలు రజో గుణం యొక్క లక్షణాలతో సరిపోలుతాయి. ఈ స్థాయిలో, మనకు కోరికలు, లక్ష్యాలు మరియు వాటిని సాధించే ప్రయత్నాల వల్ల కలిగే ఒత్తిడి ఉంటాయి.

3. సువః - సత్య గుణం (సుషుప్తి స్థితి / కారణ ప్రపంచం)

- సువర్లోకం అనేది స్వర్గలోకం, కారణ ప్రపంచం, సమస్త సృష్టికి మూలమైన అవ్యక్త స్థితి. ఇక్కడ మనస్సు, ఇంద్రియాలు ఇందులో తాత్కాలికంగా లీనమై, ఆనందం మరియు శాంతి అనుభవించబడతాయి.
- సత్య గుణం: సత్య గుణం స్వచ్ఛత, స్పష్టత, జ్ఞానం, శాంతి మరియు ఆనందంకు ప్రతీక. సుషుప్తి (గాఢ నిద్ర) స్థితిలో, మనం అజ్ఞాన-తెర వెనుక సంపూర్ణ ఆనందాన్ని, ప్రశాంతతను అనుభవిస్తాము.
- పోలిక: సువర్లోకం యొక్క ప్రశాంతత, స్పష్టత మరియు ఆనందం సత్య గుణం యొక్క లక్షణాలతో సరిపోలుతుంది. ఈ స్థాయి నుండి జ్ఞానం ఉద్భవిస్తుంది. అయితే, ఇది ఇంకా సంపూర్ణ జ్ఞానం కాదు, కేవలం ఒక ఆనందమయమైన తాత్కాలిక స్థితి మాత్రమే.

అంతిమ పరమార్థం: గుణాతీత స్థితి

గాయత్రీ మంత్రం యొక్క పరమార్థం కేవలం ఈ మూడు గుణాల ఆధిపత్యాన్ని గుర్తించడం కాదు, ఈ త్రిగుణాలకు అతీతమైన స్థితిని (గుణాతీత) చేరుకోవడం.

- ధీమహి ధియో యో నః ప్రచోదయాత్: ఈ భాగం ఆ దివ్యమైన జ్ఞాన కాంతి (సవితా) మన బుద్ధిని ఈ త్రిగుణాల బంధం నుండి విముక్తం చేసి, గుణాతీతమైన బ్రహ్మ స్వరూపంలో లీనం కావాలని కోరుతున్నది.
- త్రిగుణాలు ప్రకృతి యొక్క భాగాలు. ఈ మూడు స్థాయిలను (భూః, భువః, సువః) దాటి, వాటికి ఆధారమైన శుద్ధ చైతన్యాన్ని (బ్రహ్మాన్ని) అనుభవించడమే గాయత్రీ మంత్రం యొక్క అంతిమ లక్ష్యం.

కాబట్టి, మీరు అడిగినట్లుగా, 'భూర్భువస్సువః' అనే మూడు స్థాయిలను త్రిగుణాలతో పోల్చవచ్చు, ఇది గాయత్రీ మంత్రం యొక్క ఆధ్యాత్మిక ప్రాముఖ్యతను మరింత లోతుగా అర్థం చేసుకోవడానికి సహాయపడుతుంది.

కేవలం మంత్రాన్ని జపిస్తే సరిపోతుందా?

కేవలం మంత్రాన్ని జపించడం సరిపోతుందా అనే మీ ప్రశ్న చాలా ప్రాముఖ్యమైనది. అద్వైత వేదాంతం మరియు సాధారణ ఆధ్యాత్మిక మార్గాలలో దీనిపై స్పష్టమైన అవగాహన ఉండాలి. సమాధానం "లేదు, కేవలం జపించడం సరిపోదు, కానీ అది ఒక ముఖ్యమైన మెట్టు."

మంత్ర జపం యొక్క పాత్ర:

మంత్ర జపం అనేది ఒక శక్తివంతమైన సాధనం, కానీ అది ఒక అంతిమ లక్ష్యం కాదు. దీని పాత్రను ఇలా అర్థం చేసుకోవచ్చు:

1. మనస్సును శుద్ధి చేస్తుంది (చిత్త శుద్ధి):

- మంత్రాన్ని నిరంతరం జపించడం ద్వారా మనస్సులోని అనవసరమైన ఆలోచనలు, అలజడి తగ్గుతాయి. ఇది మనస్సును ఏకాగ్రం చేయడానికి, శాంతపరచడానికి

సహాయపడుతుంది. అద్దం శుభ్రంగా ఉంటేనే ప్రతిబింబం స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది, అలాగే మనస్సు శుద్ధంగా ఉంటేనే సత్యాన్ని గ్రహించగలం.

- ఇది మీ అంతర్గత "ఇన్‌పుట్" (ఆత్మ) తో అనుసంధానం కావడానికి అవసరమైన "వ్యవస్థ శుభ్రత" (System Clean-up) వంటిది.

2. ఏకాగ్రతను పెంచుతుంది:

- మనస్సు ఒకే ఒక ధ్యాసపై నిలబడనిప్పుడు, అది బలపడుతుంది. ఈ ఏకాగ్రత జ్ఞాన సాధనకు అత్యవసరం.
- కంప్యూటర్ అనాలజీలో, ప్రోగ్రామర్‌తో ఏకం కావడానికి లేదా ఆత్మజ్ఞానానికి అవసరమైన మానసిక బలాన్ని ఇది ఇస్తుంది.

3. సానుకూల శక్తిని సృష్టిస్తుంది:

- మంత్ర శబ్దాలకు ఒక నిర్దిష్టమైన ప్రకంపన శక్తి ఉంటుంది. వీటిని జపించడం వల్ల మన చుట్టూ, మన లోపల సానుకూల శక్తి క్షేత్రం ఏర్పడుతుంది, ఇది ఆధ్యాత్మిక వృద్ధికి తోడ్పడుతుంది.
- ఇది ఒక రకమైన "పాజిటివ్ ఎనర్జీ ఫీల్డ్" (Positive Energy Field) ను సృష్టించడం లాంటిది, ఇది మీ ఆధ్యాత్మిక ప్రయత్నాలకు అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని అందిస్తుంది.

4. గురువుపై శ్రద్ధను నిలుపుతుంది (ప్రారంభంలో):

- ఒక నిర్దిష్ట మంత్రాన్ని గురువు ద్వారా ఉపదేశం పొందినప్పుడు, ఆ మంత్ర జపం గురు పరంపరపై, గురువుపై విశ్వాసాన్ని, శ్రద్ధను పెంచుతుంది.

ఎందుకు కేవలం జపించడం సరిపోదు?

మీరు పైన వివరించిన అద్వైత జ్ఞానాన్ని గ్రహించిన తర్వాత, కేవలం జపం మాత్రమే సరిపోదు అని అర్థమవుతుంది. ఎందుకంటే:

1. **జ్ఞానం అవసరం:** అద్వైతం అనేది అనుభవంతో కూడిన జ్ఞానం (Self-realization). కేవలం మంత్రాన్ని పునరావృతం చేయడం వల్ల జ్ఞానం స్వయంచాలకంగా రాదు. "నేనే బ్రహ్మాన్ని,"

"ప్రపంచం మిథ్య," "అంతా పూర్ణమే" వంటి మహా వాక్యాల సారాంశాన్ని ఆచరణాత్మకంగా జీవించి, అనుభవించాలి.

- మీరు ఇన్‌పుట్‌ను అర్థం చేసుకుని, ప్రోగ్రామర్‌తో ఏకం కావాలంటే, కేవలం కంప్యూటర్‌లో ఒక కమాండ్‌ను పదే పదే టైప్ చేయడం సరిపోదు. ఆ కోడ్ ఎలా పనిచేస్తుంది, దాని వెనుక ఉన్న లాజిక్ ఏమిటి అని తెలుసుకోవాలి, అర్థం చేసుకోవాలి.

2. అహంకారం కరుగుతుంది: జపంతో పాటు, ఆత్మానాత్మ వివేచన (ఆత్మ-అనాత్మల మధ్య భేదాన్ని గుర్తించడం), వైరాగ్యం (ప్రపంచ సుఖాలపై విరక్తి), మరియు షట్సంపత్తి (శమ దమాదులు) వంటి సాధనాలు అవసరం. ఇవి అహంకారాన్ని తగ్గించి, మనల్ని నిజమైన సత్యం వైపు నడిపిస్తాయి.

3. ద్వైత భావం తొలగాలి: జ్ఞానానంతరం తండ్రి-తండ్రి, గురువు-గురువు అనే కలయిక ఎర్పడుతుంది. దైవం మనకు వేరుగా ఉందనే భావన (ద్వైతం) ఉన్నంత కాలం, అది కేవలం ఒక ఆరంభ దశ మాత్రమే. జ్ఞాన సాధన ద్వారా ఆ ద్వైతం కరిగి, ఏకత్వం అనుభవంలోకి రావాలి.

4. అనుభూతి ముఖ్యం: అద్వైతం అనేది మేధోపరమైన చర్చ మాత్రమే కాదు, అది ఒక అనుభూతి. జ్ఞానాన్ని పొందిన తర్వాత, ప్రపంచాన్ని, మిమ్మల్ని మీరు చూసే దృక్పథం పూర్తిగా మారుతుంది. "నేను పూర్ణుడిని, అంతా పూర్ణమే" అనే భావన నిరంతరం వ్యవహారంలో ఉండాలి.

ముగింపు:

కాబట్టి, మంత్ర జపం అనేది ఒక గొప్ప సహాయక సాధనం. అది మనస్సును స్థిరపరిచి, అంతర్గతమైన అన్వేషణకు, జ్ఞాన గ్రహణకు అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని సృష్టిస్తుంది. అయితే, ఇది సాధనలో మొదటి మెట్టు మాత్రమే. కేవలం జపించడం వల్ల మాత్రమే మోక్షం లేదా ఆత్మజ్ఞానం లభించదు. మంత్ర జపంతో పాటు, వేదాంత విచారణ, ధ్యానం, ఆత్మానాత్మ వివేచన, నిదిధ్యాసన వంటి సాధనలు తప్పనిసరి.

మంత్ర జపం మీకు శాంతిని, ఏకాగ్రతను ఇస్తుంది. దాని తర్వాత ఆ ప్రశాంతమైన మనస్సుతో లోతైన అద్వైత భావనలను అర్థం చేసుకోని, ఆచరించి, అనుభూతి చెందడానికి ప్రయత్నించాలి.

అద్వైత జ్ఞానానికి సంబంధించిన టాపిక్‌ను చదవడానికి ఈ లింకును క్లిక్ చేయండి <https://www.darmam.com/advaitam/>