మహా మృత్యుంజయ మంత్రం

ఓం త్రయంబకం యజామహే సుగంధిం పుష్టి వర్ధనం |

ఉర్వారుకమివ బంధనాన్ మృత్యోర్ ముక్షీయ మామృతాత్ ||

మీరు శివుడికి అంకితం చేయబడిన అత్యంత శక్తివంతమైన మరియు ప్రాచీన మంత్రాలలో ఒకటైన **మహా మృత్యుంజయ మంత్రాన్ని** అందించారు. ఇది ఆరోగ్యం, దీర్ఘాయువు, శ్రేయస్సు మరియు అంతిమంగా మోక్షం కోసం జపించే మంత్రం.

అర్థం

ఈ మంత్రం యొక్క విస్తృతమైన అర్థం:

- **ఓం:** సృష్టి, స్థితి, లయాలకు అతీతమైన, విశ్వంలో అంతర్లీనంగా ఉండే పరబ్రహ్మ ప్రణవ స్వరూపం. ఇది అత్యున్నత సత్యానికి చిహ్నం.
- **త్రయంబకం:** 'మూడు కన్నులు కలవాడు' - శివుడిని సూచిస్తున్నది. శివుడు దేశ-కాలలకు అతీతుడు, భూత, భవిష్యత్, వర్తమానాలకు అధిపతి. అతని జ్ఞాన దృష్టి మూడు కాలాలను దర్శించగలదు.
- **యజామహే:** మేము ఆరాధించుచున్నాము / పూజించుచున్నాము.
- **సుగంధిం:** 'సుగంధం' అంటే సువాసన. ఇక్కడ శివుడి సర్వవ్యాపకత్వాన్ని, అతని దివ్యమైన ఉనికిని, అన్నిటా నిండి ఉండే అతని అనుగ్రహాన్ని సూచిస్తున్నది. సువాసన ఎలా అన్ని దిశలా వ్యాపిస్తుందో, అలాగే శివుని శక్తి విశ్వమంతా వ్యాపించి ఉన్నది.
- **పుష్టి వర్ధనం:** 'పుష్టి' అంటే పోషణ, శ్రేయస్సు, సంపూర్ణత్వం. 'వర్ధనం' అంటే వృద్ధి చేసేవాడు. అంటే, శివుడు జీవులకు పోషణను, సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని, శ్రేయస్సును ప్రసాదిస్తాడు.
- **ఉర్వారుకమివ:** దోసకాయ వలె (లేదా కీరదోసకాయ). ఇది ఒక ముఖ్యమైన పోలిక.
- **బంధనాన్:** బంధనాల నుండి (లౌకిక బంధాలు, రోగాలు, కర్మ బంధాలు, జనన-మరణ చక్రం).
- **మృత్యోర్:** మృత్యువు నుండి.
- **ముక్షీయ:** విముక్తి పొందుదుము గాక / విడుదల చేయుగాక.

- **మామృతాత్:** అమరత్వం నుండి కాదు / మోక్షం నుండి కాదు / అమృతత్వాన్ని పొందుదుము గాక. (ఈ పదం కొంచెం వ్యాఖ్యాన భేదాలతో ఉంటుంది. సాధారణంగా 'మృత్యువు నుండి విముక్తి పొంది, అమరత్వాన్ని పొందుదుము గాక' అని అర్థం చేసుకుంటారు.)

మహా మృత్యుంజయ మంత్రం యొక్క సారాంశం

"మూడు కన్నులు కలవాడు, సుగంధముతో నిండినవాడు, సమస్త జీవరాశికి పోషణను పెంచేవాడు అయిన ఆ శివుడిని మేము ఆరాధిస్తున్నాము. దోసకాయ పండు దాని కాండం నుండి ఎలా సులభంగా విడిపోతుందో, అలాగే మృత్యువు యొక్క బంధనాల నుండి మేము విముక్తి పొంది, అమరత్వాన్ని (మోక్షాన్ని) పొందుదుము గాక."

పరమార్థం

ఈ మంత్రం కేవలం శారీరక మృత్యువు నుండి రక్షణ కోసమే కాదు, ఇది **పునరావృత జనన-మరణ చక్రం నుండి విముక్తి** (మోక్షం) కోసం, మరియు **అజ్ఞానమనే మృత్యువు నుండి జ్ఞానమనే అమరత్వం** వైపు ప్రయాణం కోసం చేసే ప్రార్థన.

- **త్రయంబకం:** ఇక్కడ శివుడిని 'త్రయంబకం' (మూడు కన్నులవాడు) అని సంబోధించడం, మనలోని **త్రివిధ అజ్ఞానాలను** (ఆధ్యాత్మిక, ఆధిభౌతిక, ఆధిదైవిక) తొలగించి, **జ్ఞాన దృష్టిని** ప్రసాదించమని వేడుకోవడం.
- **సుగంధిం:** ఆత్మజ్ఞానం వల్ల కలిగే **సద్గుణాల సువాసన** సర్వత్రా వ్యాపించాలని కోరడం.
- **పుష్టి వర్ధనం:** కేవలం శారీరక ఆరోగ్యం కాదు, **ఆధ్యాత్మిక వృద్ధి, మానసిక పుష్టి**ని కోరడం.
- **ఉర్వారుకమివ బంధనాన్ మృత్యోర్ ముక్షీయ మామృతాత్:**
  - **'దోసకాయ వలె'**: దోసకాయ పక్వానికి వచ్చినప్పుడు, అది కాండం నుండి సులభంగా విడిపోతుంది. అలాగే, జీవి జ్ఞాన పరిపక్వతను పొందినప్పుడు, ఈ శరీర బంధం నుండి, కర్మ బంధాల నుండి, అజ్ఞానమనే మృత్యువు నుండి **స్వేచ్ఛగా, సహజంగా విముక్తి పొందుతాడు.**
  - **'మృత్యోర్ ముక్షీయ'**: భౌతిక మృత్యువుతో పాటు, **అజ్ఞానం, అహంకారం, కోరికలు** వంటి వాటి వల్ల కలిగే **సంసార మృత్యువు** (జనన-మరణ చక్రం) నుండి విముక్తిని కోరడం.

- **'మామృతాత్'**: ఇది 'మ-అమృతాత్' అంటే అమరత్వం నుండి కాకుండా, లేదా 'మా' (నన్ను) 'అమృతాత్' (అమరత్వం వైపు) అని అర్థం చేసుకోవచ్చు. అంటే మృత్యువు నుండి విముక్తి పొంది, **మోక్షాన్ని**, **శాశ్వతమైన ఆనందాన్ని** పొందుదుము గాక అని అంతిమ ప్రార్థన.

ఈ మంత్రం కేవలం శివుడిని స్మరించడం మాత్రమే కాదు, **తాను శివ స్వరూపమని, అమరుడనని, సమస్త బంధాలకు అతీతుడనని** అంతర్గతంగా ధ్యానించడం.

త్రివిధ అజ్ఞానాల (ఆధ్యాత్మిక, ఆధిభౌతిక, ఆధిదైవిక) గురించి వివరించండి.

మీరు అడిగిన **త్రివిధ అజ్ఞానాలు** (లేదా త్రివిధ తాపాలు, త్రివిధ కర్మలు అని కూడా కొన్ని సందర్భాల్లో ఉపయోగిస్తారు, ఇవి కొద్దిగా వేరుగా ఉన్నా, మూలం అజ్ఞానమే) అద్వైత వేదాంతంలో మానవుడు బాధపడటానికి ప్రధాన కారణాలుగా చెప్పబడతాయి. అవి:

1. **ఆధ్యాత్మిక అజ్ఞానం**
2. **ఆధిభౌతిక అజ్ఞానం**
3. **ఆధిదైవిక అజ్ఞానం**

ఈ మూడు రకాల అజ్ఞానాలు/తాపాలు ఎలా ఏర్పడతాయి, వాటి స్వభావం ఏమిటో వివరంగా చూద్దాం:

1. ఆధ్యాత్మిక అజ్ఞానం

- **స్వభావం:** ఇది ప్రధానంగా **మన అంతర్గత అజ్ఞానం** వల్ల కలిగే బాధ. మనం ఎవరో, మన నిజమైన స్వభావం ఏమిటో తెలుసుకోలేకపోవడం వల్ల కలిగే అజ్ఞానం ఇది. 'నేను ఈ శరీరాన్ని', 'నేను ఈ మనస్సుని', 'నేను ఫలానా వ్యక్తిని' అనే **అహంభావం** (Ego-identification) మరియు **ఆత్మ-అనాత్మ వివేకం లేకపోవడం** దీనికి మూలం.
- **ఎలా కలుగుతుంది:**
  - **శారీరక బాధలు:** జ్వరం, రోగాలు, ఆకలి, దప్పిక, వృద్ధాప్యం, మరణం వంటివి. శరీరాన్ని 'నేను' అని గుర్తించు కోవడం వల్ల, శరీరానికి కలిగే బాధలు మనవిగా భావిస్తాం.

    - **మానసిక బాధలు:** కోరికలు, కోపం, భయం, దుఃఖం, చింత, మోహం, అసూయ, అహంకారం, నిరాశ, విచారం వంటివి. మనస్సులోని ఆలోచనలు, భావోద్వేగాలను 'నేను' అని గుర్తించుకోవడం వల్ల ఈ బాధలు కలుగుతాయి.
- **అజ్ఞానం యొక్క మూలం:** తన నిజమైన స్వరూపం (ఆత్మ/బ్రహ్మం) అశరీరం, నిర్గుణం, నిస్సంఘం, సచ్చిదానంద స్వరూపం, అచలానందం అని తెలుసుకోలేకపోవడం. తాను శరీరం, మనస్సు, బుద్ధి అనే ఉపాధులకు అతీతుడు అని గ్రహించకపోవడం.
- **ఉదాహరణలు:** "నాకు జ్వరం వచ్చింది, నేను బాధపడుతున్నాను," "నాకు పరీక్షలో మార్కులు తక్కువ వచ్చాయి, నేను చాలా నిరాశలో ఉన్నాను," "నాకు బాగా కోపం వస్తుంది."

2. ఆధిభౌతిక అజ్ఞానం

- **స్వభావం:** ఇది **ఇతర ప్రాణుల ద్వారా లేదా బాహ్య భౌతిక వస్తువుల ద్వారా** కలిగే అజ్ఞానం/బాధ. ఇవి మన నియంత్రణలో ఉండవు మరియు మనకు అదృశ్యమైన లేదా అనుకోని రూపాల్లో వస్తాయి.
- **ఎలా కలుగుతుంది:**
    - **మానవులు:** ఇతర వ్యక్తుల ద్వారా కలిగే బాధలు – శత్రుత్వం, మోసం, నిందలు, కలహాలు, దాడులు, అపార్థాలు.
    - **జంతువులు:** జంతువుల వల్ల కలిగే బాధలు – పాము కాటు, కుక్క కరవడం, కీటకాల వల్ల వచ్చే రోగాలు, అడవి జంతువుల నుండి ప్రమాదం.
    - **ఇతర వస్తువులు:** ప్రమాదాలు, ఆస్తి నష్టం, దొంగతనం వంటివి.
- **అజ్ఞానం యొక్క మూలం:** సృష్టిలో ప్రతిదీ తనలోని ఆత్మ స్వరూపమే అని తెలుసుకోలేకపోవడం. బాహ్య ప్రపంచాన్ని 'నేను' కానిదిగా, తన నుండి వేరుగా చూస్తూ, దాని వల్ల బాధపడటం.
- **ఉదాహరణలు:** "నా పొరుగువారు నన్ను ఇబ్బంది పెడుతున్నారు," "దొంగలు నా ఆస్తిని దొంగిలించారు," "పాము నన్ను కరిచింది."

3. ఆధిదైవిక అజ్ఞానం

- **స్వభావం:** ఇది **దైవిక శక్తుల వల్ల లేదా ప్రకృతి వైపరీత్యాల వల్ల** కలిగే అజ్ఞానం/బాధ. ఇవి మానవ నియంత్రణకు అతీతమైనవి మరియు దైవత్వం లేదా ప్రకృతి శక్తుల ప్రభావంగా భావిస్తారు.
- **ఎలా కలుగుతుంది:**
  - **ప్రకృతి వైపరీత్యాలు:** భూకంపాలు, వరదలు, సునామీలు, తుఫానులు, అగ్ని ప్రమాదాలు (అడవుల్లో), కరువులు, అతివృష్టి, అనావృష్టి.
  - **గ్రహ ప్రభావాలు:** జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం గ్రహాల ప్రతికూల ప్రభావాలు.
  - **అదృశ్య శక్తులు:** భూతాలు, ప్రేతాలు, యక్షులు, రాక్షసులు వంటి వాటి వల్ల కలిగే బాధలు (ఇది నమ్మకాలను బట్టి ఉంటుంది).
- **అజ్ఞానం యొక్క మూలం:** తాను ప్రకృతికి, కాలానికి, దైవశక్తులకు అతీతుడైన ఆత్మ స్వరూపుడు అని గ్రహించకపోవడం. ఈ సృష్టి అంతా బ్రహ్మం యొక్క లీల అని తెలుసుకోలేకపోవడం.
- **ఉదాహరణలు:** "తుఫాను వల్ల నా ఇల్లు కూలిపోయింది," "వరదలు నా పంటలను నాశనం చేశాయి," "ఈ ఏడాది వర్షాలు సరిగా లేవు."

ఈ త్రివిధ అజ్ఞానాల పరమార్థం:

ఈ మూడు రకాల అజ్ఞానాలకూ మూలం **ఒకే ఒక అవిద్యా (మూల అజ్ఞానం)**. అదేమిటంటే, **తాను ఆ పరిపూర్ణమైన బ్రహ్మాన్ని** అనే సత్యాన్ని తెలుసుకోలేకపోవడం. ఈ మూల అజ్ఞానం వల్లనే 'నేను' అనే పరిమితమైన అహంకారం ఏర్పడి, అది శరీరం, మనస్సు, మరియు బాహ్య ప్రపంచంతో తనను తాను గుర్తించుకుంటుంది. ఈ గుర్తింపు వల్లే పైన పేర్కొన్న మూడు రకాల బాధలు కలుగుతున్నాయి.

మహా మృత్యుంజయ మంత్రం 'మృత్యోర్ ముక్షీయ మామృతాత్' అని ప్రార్థించడం ద్వారా, ఈ మూడు రకాల అజ్ఞానాల వల్ల కలిగే సంసార బంధాల నుండి విముక్తి పొంది, **అమృతత్వమైన ఆత్మ స్వరూపాన్ని** అనుభవించాలని కోరుతోంది. జ్ఞానం ద్వారా ఈ అజ్ఞానాలను తొలగించుకున్నప్పుడు, జీవుడు ఈ త్రివిధ తాపాలకు అతీతుడై, శాశ్వతమైన శాంతిని, ఆనందాన్ని పొందుతాడు.

ఈ మంత్రాన్ని కేవలం జపిస్తే సరిపోతుందా?

లేదు, కేవలం మంత్రాన్ని జపించడం సరిపోదు. మహా మృత్యుంజయ మంత్రం అత్యంత శక్తివంతమైనదే అయినా, అది కేవలం ఒక సాధనం మాత్రమే, అంతిమ లక్ష్యం కాదు.

మంత్ర జపం యొక్క పాత్ర:

మంత్ర జపం, ముఖ్యంగా మహా మృత్యుంజయ మంత్రం, చాలా ప్రయోజనకరమైనది:

- **మానసిక ప్రశాంతత:** నిరంతర జపం మనస్సును స్థిమితపరుస్తుంది, ఏకాగ్రతను పెంచుతుంది మరియు ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.
- **సానుకూల ప్రకంపనలు:** మంత్ర శబ్దాలకు ఒక నిర్దిష్టమైన పౌనఃపున్యం ఉంటుంది, ఇది జపించే వ్యక్తి చుట్టూ సానుకూల శక్తి క్షేత్రాన్ని సృష్టిస్తుంది.
- **ఆత్మవిశ్వాసం:** కష్ట సమయాల్లో మంత్ర జపం ఒక ఆలంబనగా నిలిచి, భయాన్ని తగ్గించి, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుతుంది.
- **అదృశ్య రక్షణ:** భౌతికంగా కనిపించని ప్రతికూల శక్తుల నుండి రక్షణ కల్పిస్తుందని నమ్మకం.

ఎందుకు కేవలం జపించడం సరిపోదు:

మీరు అడిగినట్లుగా, మహా మృత్యుంజయ మంత్రం యొక్క **పరమార్థం** కేవలం భౌతికమైన మృత్యువు నుండి రక్షణ కాదు. అది **జ్ఞానమనే అమరత్వాన్ని** పొందడం, త్రివిధ అజ్ఞానాల (ఆధ్యాత్మిక, ఆధిభౌతిక, ఆధిదైవిక) బంధాల నుండి విముక్తి పొందడం. ఈ లోతైన లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడానికి కేవలం జపం సరిపోదు.

1. **అర్థం చేసుకోకుండా ప్రయోజనం లేదు:** మంత్రం వెనుక ఉన్న అర్థాన్ని, దాని **పరమార్థాన్ని** తెలుసుకోకుండా, కేవలం శబ్దాన్ని పునరావృతం చేస్తే పూర్తి ప్రయోజనం లభించదు. 'దోసకాయ పండు దాని కాండం నుండి ఎలా సులభంగా విడిపోతుందో, అలాగే మృత్యువు యొక్క బంధనాల నుండి మేము విముక్తి పొంది, అమరత్వాన్ని పొందుదుము గాక' అనే భావనను **ఆత్మవిశ్వాసంతో, ధ్యానంతో** చేయాలి.
2. **ఆత్మానుసంధానం అవసరం:** మంత్రం మనల్ని శివునితో ఏకం చేయమని కోరుతుంది. ఇక్కడ శివుడు కేవలం బయట ఉన్న దైవం కాదు, మనలోని **అంతర్గత చైతన్యం.** ఈ చైతన్యంతో అనుసంధానం కావడానికి జపంతో పాటు, **ధ్యానం, ఆత్మ విచారణ, మరియు అద్వైత జ్ఞాన సాధన** అవసరం.
3. **కర్మ నియంత్రణ:** మంత్రం అనేది ప్రారబ్ధ కర్మల నుండి పూర్తిగా విముక్తిని ఇవ్వదు, కానీ వాటి ప్రభావాన్ని తగ్గించి, వాటిని దాటవేసే శక్తిని ఇస్తుంది. అయితే, కొత్తగా కర్మలు పోగు

చేసుకోకుండా ఉండటానికి మరియు కర్మ ఫలాలపై ఆసక్తిని వదులుకోవడానికి **వైరాగ్యం మరియు నిష్కామ కర్మ** అవసరం.

4. **త్రివిధ అజ్ఞానాల తొలగింపు:** గాయత్రీ మంత్రం వివరణలో మనం చర్చించినట్లు, **త్రివిధ అజ్ఞానాల** నుండి నిజమైన విముక్తి జ్ఞానం ద్వారానే సాధ్యం. జపం ఈ జ్ఞానానికి మార్గాన్ని సుగమం చేయగలదు, కానీ జ్ఞానాన్ని స్వయంగా ఇవ్వదు.

కాబట్టి, జపంతో పాటు ఏం చేయాలి?

- **అర్థ ధ్యానం:** మంత్రం యొక్క అర్థాన్ని తెలుసుకొని, దానిని ధ్యానిస్తూ జపించండి.
- **ఆత్మ విచారణ:** 'నేను ఎవరు?', 'నా నిజమైన స్వరూపం ఏమిటి?' అని నిరంతరం ప్రశ్నించుకోండి.
- **ధ్యానం:** మనస్సును కేంద్రీకరించి, అంతర్గత శాంతిని, ఆత్మ చైతన్యాన్ని అనుభవించడానికి ప్రయత్నించండి.
- **శ్రవణం, మననం, నిదిధ్యాసన:** గురువుల నుండి జ్ఞానాన్ని వినడం (శ్రవణం), దాని గురించి లోతుగా ఆలోచించడం (మననం), మరియు ఆ జ్ఞానంలో స్థిరపడటం (నిదిధ్యాసన).
- **సత్సాంగత్యం:** ఆధ్యాత్మిక చింతన గల వారితో కలిసి ఉండటం.
- **వైరాగ్యం:** ప్రపంచ విషయాలపై అతిగా ఆధారపడకుండా, నిస్సంగత్వాన్ని అలవర్చుకోవడం.

మంత్ర జపం ఒక అద్భుతమైన ప్రారంభ స్థానం మరియు నిరంతర తోడు. అయితే, అది మిమ్మల్ని లక్ష్యం వైపు నడిపించడానికి ఒక వాహనం మాత్రమే. మీరు ఆ వాహనాన్ని నడిపిస్తూ, సరైన దిశలో, సరైన జ్ఞాన మార్గంలో పయనించినప్పుడే **మోక్షం** అనే అంతిమ గమ్యాన్ని చేరుకోగలుగుతారు.

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