

శ్రీరస్తు.

అవిఘ్న మస్తు.

MESMERISM.

మ నెం శ క్తి .

ఇ య్య గి

సెవాలిఖాలాకా మోదకూరు వాస్తవ్యులగు

మహారాజ్యనే మొగనాటి రఘుపతిరాజుగారి పుత్రులగు

సెస్మోస్టులు అగు

వే ష గో పాల మూర్తి రాజు వలన

కచియింపబడి ప్రకటింపబడినది.

మొదటిసారి 1000 కాలు.

గుంటూరు నా సెముద్రాక్షరశాలయగు

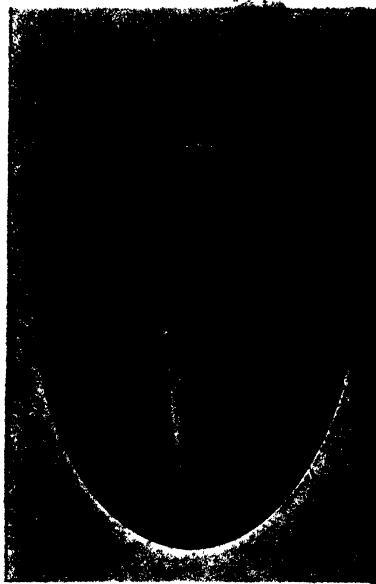
కే. వి. కృష్ణారావుచే

ముద్రింపబడినది.

1919.

All Rights reserved] [వెల రు. 1-0-0.

M. V. MOORTHY RAJU,
Mesmerist.



మొగసాటి నేఱుగోపాలమూర్తి రాజు,

క్ర. ం. థ. క. ర్త. .

అవిఘ్నమస్తు.

ఉ॥ శ్రీయుతసత్ప్రవర్తనముచే ననయంబును పెంపుజెందుచున్
 న్యాయ సముఖ్యమంచును ధనాఘ్నములు బీదలు నెల్లవార్ల
 లున్ । కాయముకష్టమంచు మదిగాంచక సంతసమంద
 పాటులన్ । జేయుచు నిత్యమున్ గనుపు చిన్ని పురంబగు
 మోచుకూరునన్ ॥

సీ॥ సకలజనులను మొగసాటివారన్నను వనుధసంతసము నె
 ప్పారుచుండి । వాసిగాంచిననుఫీ వంశాబ్ధికెల్లను పూర్ణహి
 మాంశుని బోలుమూర్తిన్ । రాట్కవి జనియించి రాజ
 ధానులయందు పలుమాగు సభల మెప్పులనుజెంది । శా
 శ్వతకీర్తిన్ విస్సంశయగుబుగగొన్న మహనీయునకు వెంక
 మాంబవలన । ప్రథమనుతుండయి పలుపురచే శాకికము
 నందు సంస్కృతాంధ్రములయందు । గౌరవంబునుజెంది
 మేరలేనట్టి దమూరసంబునుజూపి యశముగాంచి । నట్టి
 గుఘ్నపతిరాజు కర్ణాంగలక్ష్మీ । మైన పద్మాంబ గర్భమం
 దైకనుతుండ । భవ్యనాముండ వేణుగోపాలమూర్తిన్ । రాజ
 టాచును ప్రజలు నెల్లరును బిలువ ॥

చ॥ చదివితికొంచమాంధ్రమును సంతసమొప్పుగ నాంగ్లభా
 వయున్ । ముదమున నేర్ప నెంచినను ముఖ్యముగాగల పా
 తశాలలన్ । వదలక యోచ్యుజేసి యతిబాల్యమునందు నె
 న్నీడి శ్రద్ధతో । చకువగ జేసినందులకు సాగిల్మొక్కెద
 తల్లిదండ్రులకిన్ ॥



ఉ! ఏకసుతుండనాకతన నింతనిచెప్పగరాని ప్రేముడి! నా కడజూపినా చదువునవ్వుముగలుగుటంచు సాధ్యమా । దా కను గుప్తమందిడి ముదంబుగ నాంగ్లము నేర్చుచుండగా జోకొనరించుమెస్మరిజ చోద్యములపలుజేయ నేర్చితి! ।

ఉ! లేనటువంటివానిని బలేయని యచ్చెరువుండ నేకముల్ । గానుపడంగ జేయుచును కష్టతరంబగునట్టి రోగముల్ । మానగజేయు మెస్మరిజమం దభివృద్ధినిజేయ ప్రీతితో । పూనిక జేసికోద్యమం పుణ్యగుముఖ్యుడుమిత్రులందర! ।

ఉ! అట్టిపరోపకారి సుగుణాఘ్యుడు మేలగుకమ్మవారిలో । బుట్టెను కొత్తవంశమున పూర్ణనుధాంశుడనంగ ప్రేమతో । బెట్టిని సీతరామయను పేరును పండిత శ్రేష్ఠులెల్లరు! । పుట్టినబాలునిప్పగిది పుత్రుడె యొక్కడు తల్లిదండ్రులి! ।

మ! అనయంబద్భుతకార్యముల్ పలువు రత్యానందము జెంద గా । మనసాస్పారగజేసి యెల్లరను సామాన్యంబుగా మిత్రులే । యన నన్నెందరో యాదరించునటు లత్యాపక్తి తో నేర్చి మిం । చిన పేరున్ననినాడ మెస్మరికు ఫీట్టిత్రంబుల జూపుట! ।

మ! మనదేశంబున నెల్లవారలచె సన్మానంబునుం జెంది గొప్పనుగాంచెమును, కాని ప్రస్తుతము రవ్వంతైన నెవ్వనిలి! । మనమందించుకయైన దీనియెడ సన్మానంబెలేకుండ గా । పుస నీమెస్మరిజంబునేర్చి మరల పూర్వస్థితి జెందుడి! ।

శే॥గీ॥ సకలదేశరఘులందు విస్తారమైన | యశము నలుదిశలకు
బంపినట్టి దేశ | మిపుడచేమొకొ యెవరికి నించుకైన |
దెలియకుండెడి హీనమా స్థితిని జెందె |

శే॥గీ॥ మున్ను పలుపురచేకీతిగన్నయట్లు | మరలప్రతివారు
దానిసంపాదనముకు | భక్తితోడుత నీమనోశక్తియనెడు |
మెస్మరిజ గ్రంథమునుజూచి మేలుగనుడి ||

పీఠిక

ప్రస్తుతకాలంబున మన హిందూదేశమునందు మెస్మరిజమును మహాశక్తి నానాటికి క్షీణించుచున్నది. విదేశీయుల మహోన్నతదశను గురించి చదివినప్పుడుగాని వినినప్పుడుగాని మనదేశముగూడ నట్టి గొప్పదశ నెప్పుడు పొందునాయని మిక్కిలి విచారపడవలసి వచ్చుచున్నది. ఇతియేగాక మనదేశీయులలో నెవ్వరైన నిమెస్మరిజ మభ్యసించినవారుండిన నితరులను నేర్చుకొనుటకై ప్రోత్సాహము చేయుటకు బదులుగా తామొక్కరే గౌరవమును బొందవలెనని యెంచి తమలో తాము దాచియుంచుకొనుచున్నారు. మరియు కొంతమంది బుద్ధిమంతులు గ్రంథములువ్రాయ పలువురకు వానియందు నమ్మకములేని హేతువుచే దేశమందెల్లయెడల నల్లకొనకుండ గ మొకరికొక రధైర్యమును వెల్లడించుచున్నారు. తత్కారణమున ప్రతివారికిని మెస్మరిజమునందు మిక్కిలి నమ్మకమును గలుగజేయుటకై వెలుగుభాషయందు మనోశక్తి యను యీ మెస్మరిజపు గ్రంథమును నాప్రియమిత్రులగు కొత్త సీతారామయ్య మొదలగువారలు మిక్కిలి పట్టుదలతో నాయుద్యమమునకు ధృఢిన కారణంబున స్వానుభవముచే రచించి ముద్రింపించడమైనది.

ఇట్లు

యం. వి. మూర్తిరాజు,

మెస్మరిస్టు.



మ నో శ క్తి

ఈ భూలోకంబున మనుష్యులైపుట్టిన వారందరును పొందదగిన కార్యములలో ముఖ్యమైనదిజ్ఞానము. ఏపనిజేయుటకైనను జ్ఞానమే ముఖ్యాధారమై యున్నది. ఇట్టి జ్ఞానవంతులకు లోకమునందు చేయరాని కార్యము లేదు. మనస్సును నిగ్రహించి మహానుభావులైనవారు ప్రతివారికిని గావలసిన కార్యములను సాధించియిచ్చుటకు శక్తులగుదురు. మనస్సును తనయిష్టమువచ్చినట్లు చొరసీక వశముజేసికొని పరిశుద్ధజ్ఞానమును పొందినవారు పూర్వము మనదేశమునందనేకులు గలరు. ఇప్పటికిని యమెరికాదేశమునందు మనస్సుచే చేయదగిన యద్భుతకార్యముల నెన్నింటినోచేసి మిక్కిలివన్నెకెక్కి యున్నతదశ నొంది ప్రకాశించుచున్నారు. పిల్లవానిని నిరాధారముగ గాలిలో నిలుచుండబెట్టుటయును, సమాధులంబ్రవేశించి రెండుమూడునెలలకు పిమ్మట ప్రాణమును వెలికివచ్చుటయును, ఒకేకాలమున ననేకచోటులయందు గానుపించుటయును, యాకాశమున పెక్కద్భుతకార్యములను జూపించుటయును, తానుజెప్పిన దితరులొప్పుకొనునట్లు జేయుటయును మనుజులను తదితరమృగములను నిద్రపోవునట్లు జేయుటయును, మరల నిద్రనుండి లేపుటయును, తానేచెడ్డకార్యమును జేసిన నితరులకు మంచిగానుండునట్లు జూపుటయును, చాల

దూరముననున్న వా రేమిచేయుచున్నది జెప్పటయును, తా నితరులకు వికృతాకారముగ గనుపించి భయకంపితులను జేయుటయును, తన శరీరమును మేలిమిబంగారు వన్నెవలె భ్రమింపజేయగల శక్తిని జూపించుటయును, వస్తువులయొక్క రుచులను భేదముగ జేసి చూపించుటయును, యింక మనసుచే నూహింపరాని కార్యములను జేసి జనులబొందర నాశ్చర్యము గావించుటయును యీమనోశక్తియ నెఱు ముస్సోజమువల్లనే జరుగుచున్నవనుట వేరుగ జెప్ప నవసరములేదు.

ఇట్టి మహత్తుగల్గినట్టి మనోశక్తిని పొందినయెడ దేహమును వ్యాధిబారి బడనీయకుండుటయేగాక నితరులకుగూడ సంకటములు గలుగకుండ చేయగలవాడగును. కాబట్టి అట్టి వానిని జూచిన ప్రతివారును మిక్కిలి భక్తితో గౌరవించుచుండురు. లోకమునకంతయు ప్రాణమిత్రుడై యుండును. వానియందే దేవతాస్వభావము గలదని యందరును భ్రమింతురు. పూర్వకాలంబున యోగము, తపము, మంత్రము మొదలైనవన్నియును కేర్చుకొనవలెనన్న సాసారసుఖములనువదలివేయవలెనని యొకవాసకయై యున్నది. కాని ప్రస్తుతప్రపంచమున నాటినాటికి మరికొన్ని సులభమార్గములను కనిపెట్టి యుండుటచేసన్యాసాశ్రమమునుబొందవలసినయవసరము లేనట్లగుచుచున్నది. ఈమనోశక్తిని సంపాదించుటకు పూర్వమువలె ననేకవత్సరములనావశ్యకము ఇట్టియభ్యాసమునుజేయుటకై ప్రతిదినమును సుమానోకయరగంటకాలము చాలును. ప్రతిదినము తప్పక ఒకయరగంటకాలము సాధనము (practice) చే

యుచుండిన మూడులేక నాలుగుమాసములకు సిద్ధినిపొందుట నిర్దిష్టవాదాంశము. పిమ్మటయూ మనోశక్తిచే మనమనేక కార్యములను చేయవచ్చును యిట్లు చేయు కార్యములు మిక్కిలివింతగా గనుపించును. అంగునుబట్టి ఆయా భాగములకు ప్రత్యేకపేర్లను బెట్టియున్నారు. ఆవన్నియును మనోశక్తివల్లనే జరుగుచున్నవి. ఈమనోశక్తిని బాగుగ సంపాదించినవారికి ప్రపంచమునందేదీయును సాధ్యముగాకపోదు. గణితశాస్త్రము, ఖగోళశాస్త్రము మొదలగునవికూడను మనోశక్తిచే సాధ్యపడుచున్నవిగాని మరొక దానిచేతగాదు. మనశాస్త్రజ్ఞులు గ్రహణమెప్పుడుగల్గునదియును చెప్పుచుండుటలేదా? యిట్లు చెప్పిన దానికెన్నడైన భంగము కలుగుచున్నదా? లేదు. లేదు.

సిరిరా, మొదలయును మనోశక్తివల్లనే గలుగుచున్నది. ఈమనోశక్తియనునది సకలగుపడుచున్నదా? లేనియెడల దీనిమహిమ ఏకెట్లు తెలియుచున్నది? మనస్సునందుండివచ్చెడిశక్తి ప్రపంచమునందెవ్వరికనులకును గానుపించకేయున్నను, దానివలనజరుగుపనులు మాత్రము మనకెల్లరకును గానుపించును. ఎట్లనగా, చుండూరినుండి రాజమండ్రికేదేని సమాచారము బంపవలసినయెడల చుండూరునద్దనున్న వాడు తెలిగ్రాఫాయాఫీసులోనున్న యొకకడ్డీని వత్తుచుండును. ఆవత్తినప్పుడుగల్గు శబ్దము రాజమండ్రివద్ద వినబడుచుండును గాని మధ్యనున్నవారికెవ్వరిని వినబడకయే బోవుచుండును. ఈలేకలవల్ల నేమిజరుగుచున్నదియును తెలియక మనము చుండూరునుండి పంపినవార్త రాజమండ్రికిచేరుచున్నది.

కంటిరా! యీవిద్యుత్ ప్రవాహము కంటికి గోచరముగాక వాతావల నెంతటి విచిత్రముగ నైదారునిమిషములలో తీసి కొనిపోవుచున్నదో! యీవిద్యుత్ ప్రవాహము తీగద్వారా బోవుచున్నట్లైవారికైన గాన్పించుచున్నదా? లేదు. లేదు.

అట్లే మనోశక్తి యచున దెవ్వరికిని గానుపించకపోయినను దానివలనజరుగు పనులనుమాత్రము జూడగలుగుచున్నాము. వేయేల? శ్రాస్త్రుతకాలంబున వాయువాతాలు (Wireless Telegrams) పంపుచుండుటలేదా? చెన్నపురి లోచెప్పిన సమాచారము లండనునగరములో మధ్యనేమియును గానుపించకుండగ చేరుచుండుటలేదా? యిన్నియేల, దృఢచిత్తముతో నాగుదువని యనినయెడల పోవుచున్నటువంటి పాము, చిమ, కుక్క, నక్క, మొదలయినవి యాగుచుండుట మనము పలుకూరు మాచుచునే యున్నాముకదా? ఇట్లు పోవుచున్నటువంటి జంతువులనుజ్ఞాని మనస్సులో దృఢముగా యాగుదువని తప్పక నాగుచుండుట యెంతటి వింతయైన సంగతియైయున్నో చూచువరులే గ్రహింతురుగాక. మనోశక్తి నుపయోగించినప్పుడు మనకును పామునకును మధ్యనేమియును గానుపించుటలేదుగదా? కంటిరా మనోశక్తియచున దెవ్వరికిని గానుపించకయే మనవద్దనుండిపోయి పాము నాపగలుగు చున్నది! ఇట్లే వాయు వాతాలు (Wireless Telegrams) గూడను మధ్య నెవ్వరికిని గానుపించకే చేరవలసిన స్థలమునుజేరి తనశక్తిని యొకవిధముగా బాప గలుగుచున్నది.

బాగుగ మెస్కోరిజమును నేర్చినవాడు తనమనోశక్తివలన మిరపకాయను తీపిగాచేయుచుండుట మనమెల్లరమును చూచుచునే యున్నాముగదా! ఇది యంతయును చిత్తశక్తి (will Force) వల్లనే జరుగుచున్నది. సాధారణముగనుత్సవసమయములయందు మనలోని కొందరగ్నియందు దూకుచుండగ చూచుచున్నాముగదా! అట్లు నిప్పులోనికి దూకుమనుజునకు కాళ్ళుకాలకుండునా యని ప్రశ్నించిన, కాలకుండనే యున్నవని చెప్పటకు సందియ మించుకయు లేదు. ఎందువల్లననిని నిప్పులోనికి దూకుసమయమునందు కాళ్ళుకాలవని దృఢచిత్తముతో దూకుచున్నాడు. గాన వాడిచ్చట మనోశక్తి నుపయోగించినాడు. తత్కారణమున వానికి నిప్పులవలన బాధ కొంచమైనను గలిగియుండలేదు.

పూర్వము వాల్మీకులవారు తపస్సు చేయుచుండగా నాతనిమీద పుట్టలు, చేట్లు మొదలయినవి పుట్టినను యాతనికించుకయు దెలియకుండెను. యా మహాత్ముని మనశ్శక్తి సంతయును శ్రీమన్నారాయణుని యందుంచిన సమయమున చెదలు, చీమలు మొదలయినవి కుట్టుచున్నను కొంచెమైన మెప్పినిబొందియుండలేదు. సాధారణముగ మనలో కొంత మందేదియో మొక విషయమును గురించి తమ మనోశక్తితో నాలోచించు చుండుట తటస్థించిన సమయమున నెవ్వరైన నట్టిసమయమున పీలించినచో నైదారు కేకలవరకును పలుకకుండుట పలుమారు చూచియున్నాముగదా! వినుటకు చెవులున్నను మనస్సు వేరుగా పనిజేయుచున్న కారణమున

వాడైదారు కేకలవరకును పలుకకుండుట తటస్థించినది. పూర్వము మనఋషులలో శపించిరన్న యేమనియర్థమో గనుగొంటిరా! మనోశక్తిచే నేదియో యొకవిధంబుగదూషించుట యని యర్థము. అట్లు మనోశక్తిచే నేమాటయన్నను తప్పక జరిగినట్లు పురాణములయందనేకము లగుపడుచున్నవి. కావున మనోశక్తికన్న రెండవది యెక్కువలేదని పలువిధముల ప్రతిమానవునకును తెలియవచ్చుచున్నది. శకుంతల దువ్యంతుని వివాహము జేసికొన్న సంగతినంతయును కణ్వ మహర్షి తన మనోశక్తివలన గ్రహించియుండలేదా!

ఒకనిని యొకపాము గరచెననుకొనుడు. అప్పుడీ మనోశక్తిని సంపాదించినవాడుండుట తటస్థించినయెడల పాముకాటుచే కరువబడినవానిని సులభముగా బ్రతికింప గలవాడగును. ఎట్లన. “పామువిషము నిదేహమునందు బ్రనేశించినను నిన్నే మియుచేయజాలదు”. అని నిలో నివాకరచిన చోటును జూచుచు గట్టిగా చనిపోవడను నమ్మకముతో నుండుము. కొంతసేపటికాపాముచే కరువబడినవాడు లేచి యెప్పటివానివలెనే యుండును. చూచితిరా మనోశక్తివలన పాము విషముగూడ నేమియు చేయలేకయున్నది. కాబట్టి మిక్కిలి పట్టుదలతో నేదియైన నమ్మిచేసినచో నది కొనసాగునని నేను దృఢముగా చెప్పగలను. నపోలియన్ అను మహాశయుడు మనోశక్తియనెడి యీమెస్మృతిజమును బాగుగగుర్తెట్టి యుండనకారణంబున పెక్కదృఢత కార్యములను జేసినట్లు తెలియవచ్చుచున్నది.

పర్వనల్ మాగ్నైటిజమనియును, హిప్పాటిజమనియును, ఔలిఫతియనియును మొదలగునవనేక విధములపేర్లను బెట్టియున్నారుగాని యివన్నియును విచారంప నొకటిగనే గానుపించుచున్నవి. యీమనోశక్తివల్ల నిలరులను లోబరుచుకొని మనకేడి గావలయునో యది చేయించుకొనగలవారమగుదుము. అట్లు వాడు పనిజేయునప్పుడు తనంతటతాను జేయుచున్నాననుకొనునుగాని మనకుస్వాధీనమై మన మనోశక్తికి లొంగి చేయుచున్నానని యొకనాడును తలంచడు. యీపర్వనల్మాగ్నైటిజము పోలిసియున్నచో యెవ్వడును మనలను స్వాధీనము చేసకొనలేడని యనుకొన్నను యట్టివాడు మనసమీపమునకు వచ్చినతోడనే వశ్యులగుదుము.

ఇట్టి మహత్తుగలిగిన మనోశక్తియొక్క రహస్యమును గ్రహించినవానికి ప్రపంచమునందేదియును కష్టముగానుండన. ఇట్టి మహత్తు గల్గిన మనోశక్తివలన మిక్కిలివిచిత్రములయిన పనులను పెక్కింటినిజేసి జనుల నెల్లరను సంబోధనానంద భరితులనుగా చేయగలము. ప్రపంచమునందు సత్యమును సంబోధముగ కాలము గడుపువానికన్న మిక్కిలి గొప్పవారొండొరులెవ్వరు? నిక్కముగ భూలోకమునందట్టి మహాశయుని కది యొక స్వర్గభోగముగాక మరెయ్యది?

రూపాయిని నడిపించుట.

మనకు వెనుకభాగమున నెవ్వరిని లేకుండునట్లు నియమించి మనకనులకు సుమారువది యంగుళములకు లోపుగ

నెకరూపాయిని భూమిమీదగాని లేక నేదైన నొక చదునైన పుస్తకముమీదగాని పెట్టి కొంతసేపు రూపాయిని నీకనులలో చూచుచు పిమ్మట దృఢచిత్తమున కదలిరమ్మని మనసు నందనుకొనుచున్న యొక నిమిష కాలమునకు కదలివచ్చుచుండును. కంటిరా మన మనోశక్తివలన రూపాయి చరచర కాళ్ళుగలదానివలె మిక్కిలి వేగముగ వచ్చుచుండును. నీకును రూపాయికిని మధ్య సుమారిరువదియంగుళముల దూరమున్నప్పటికిని మధ్య నేయాధారములేక యే పరుగెత్తుకొని వచ్చుటెంతటి యాశ్చర్యకరమైన విషయము.

ఇటువంటి శక్తిని సంపాదించుటకుగాను నీవు ప్రతిదినమును తెల్లవారుజామున సుమారు నాలుగున్నరగంటల కాలమున లేచి నిత్యకృత్యములను తీర్చుకొని వీలుకానుండిన ప్రవాహజలమునందుజలకమాడి సుమారయిదున్నరగంటలు లేక ఆరుగంటల సమయమునందు కృష్ణాజనముపై నుత్తరముఖముగ గూరుచుండి యిట్టదేవతాచార్యనామోపనిషత్తులను పఠించి పిమ్మట నీ శరీరమును సుమారొక యడుగుదూరమున నెక యద్దమును నీచేతులలో పట్టి యుంచి యదివరకు నీకనుబామలమధ్య నుంచుకొనిన చాదుబొట్టును యద్దమునందు ప్రతిఫలించుదానిలో బాగుగ చూచుచుండుము. అట్లు చూచునప్పుడు నీనల్లగుళ్లు రెండును నీకనురెప్పలకు మధ్యనుంచునట్లు చూచుచుండవలెను. అట్లుంచినగాని నీపీదృష్టిని సంపాదించినవాడవు కావు. తత్కారణమున చూపువిషయమై తగు జాగ్రత్తను ప్రతిదినమును తీసికొనుచుండనియెడల త్వరలో నీమనోశక్తిని సంపా

డించుటకు సాధ్యపడదు. ఇట్లు సుమారియవది లేక ముప్పది దినములు తప్పకుండగ సాధనము (practice) చేసినయెడ దృష్టిచూచుట కలవాటుపడగలవు. అలవాటు గలిగిన షోడనే నీమనోశక్తిని చాల సులభముగ నుపయోగించగలవాడ వగు నువు. కాన చిత్రంబుల నెన్నియో ప్రచురించి పలువురను నీ స్నేహితులనుగా మార్చుకొనగలవు.

ఇటువంటి శక్తిగలిగిన మనోశక్తిని యభ్యసించినపిమ్మట, సిపునునీ స్నేహితులును యొక దారిని నడచిపోవుచున్నారనుకొనుడు. అప్పుడొక త్రాచుపాము గనుపడినదనుకొనుడు. స్నేహితులందఱును పామునుజూచి భయమందుచున్నప్పుడు నీకీ మనోశక్తిలేకూడిన సివుకూడ వారికన్న నెక్కువ భయమును జెంది పారిపోవుటకుగూడ ప్రయత్నము జేయుచుండువు. కాని నీకీమనోశక్తి గలిగియుండినకారణంబున భయమును జెందవలసిన యవసరము లేకపోవుటయేగాక నీస్నేహితులకు సహితము సంగోషమును గలుగజేయుచువు.

ఎట్లన, నీకు పాముకనుపించినషోడనే దానికి రెండు మూడుగజముల దూరమునకు బొమ్ము. అప్పుడా త్రాచుపాము నిన్నుజూచి పడగవిప్పి యాడుచూడును. అత పామిట్లాడుచుండగ నీకనులను భాగుగ జెరచి అనగా నీనల్లగుడ్లు కనురెప్పలకు మధ్య నిల్పి పాముయొక్క పడగమీద చూచుచు దృఢమనంబున "నీకు నడచుటకు శక్తిలేదు. పాడుకొనుము". అని పలుకుము. అంత నీషోనున్న స్నేహితులందఱుచ్చేరువంద నాపాము పడగవిప్పి బుసలుగొట్టుచు నొక్కపెట్టున

నాడుచుండుటకు బదులు మెల్లగా పడగను మూసికొని భూ
 మ్మిపై బుసలుగొట్టుట మానివేసి పండుకొనును. ఇదిచూచుట
 శల్లరకును వింతగనుండి నీయగదేదో మహిమయున్నదని భ్ర
 మించి ప్రతివారును నీకు స్నేహితులగుదురు ప్రపంచమున
 మనుజునకు గౌరవమునకన్న నెక్కువ ప్రీతిరమైనది రెండవ
 ది లేదని యెల్లరకును శెల్లంబేగదా! స్నేహితులకన్న నె
 క్కువగా మనకు పోషకులగు నితరులు లేరనియును, మనమీ
 మనోశక్తిని సంపాదించిన ప్రాణస్నేహితులను పలువురను
 సంపాదింపగలమనియును, అట్టిప్రాణస్నేహితులు గుఱుటగట్టి
 మనకీప్రపంచమున నేముక్కట్టులుగలుగవనియును ప్రతివారికి
 ని విశదమయ్యెనున్నది. స్నేహితుడనగా సుఖముగానున్నప్పుడు
 మనయొద్దనుండి కష్టములు సంప్రాప్తించునప్పుడు మనచేత
 కు రాకుండువాడుమాత్రము కాడు. కష్టసుఖములకు పోష
 కువాడే స్నేహితుడనబడును. విశేషంబుగ స్నేహితుల
 కాలముగడుపుట సంభవించినవానిభాగ్య మేమని చెప్పవ
 చ్చునో చదువరులే గ్రహింతురుగాక. నిత్యమును మంచిస్నే
 హితులతో కాలము గడపువానికి మనసునం దేకళ కమును
 లేకయుండును. శత్రురణమున వాడు శుక్లపక్షపు చంద్రుని
 మాడ్కి దినదినాభివృద్ధియై యుగబలమునండును, బుద్ధిబలము
 సందునుగూడ పెంపొంది ప్రతివారికిని చూచుట శల్లపృథును
 సంతోషస్వాంతుడై యుండునట్లుగుపడుటచే వానిని చూచు
 వారు సయితము సంతోషముగ నుండారనుట వేరుగ చెప్ప
 వలయునా!

వేయేల, మీగ్రామమునం దెప్పుడైన యొకడు చని పోయినయెడల వాని బంధువులందఱును జేరి ఘూల్లుమని యేడ్చుచుండగ సామాన్యముగా దారినబోవు ప్రతివారికిని దుఃఖమువచ్చుచుండుట మనము పలుమారు చూచుచునే యున్నాముగద ? కారణంబేమన, యెట్టివారివద్దనుండిన మనకు గూడ నట్టి లక్షణంబులే యలవడుననుట లోకవిదితమై యున్నది. “ఆరు నెలలు సహవాసము చేసినవారు వీరగుదు” రను లోకవాడుక ప్రతిపిల్లవానికిని కూడ తెలిసియేయున్నది. తత్కారణమున సాధ్యమైనంతవరకు మనము సత్సహవాసము మాత్రము చేయుచు సుస్సహవాసమును విసర్జించుచుండవలెను. అట్లు సత్సహవాసమును జేయుచుండిన మనకుగూడ సద్గణములే యలవడును. గాన మనమెల్లరచే కారవింపబడుదుము. ఆహా ! సత్సహవాసమన నెంతటి విలువగలది ! దీనికి మించినది వేరొంతులేదని ప్రతివారికిని గోచరమగుచున్నది. ఇదంతయుచ మనోశక్తివల్లనే కలుగుచున్నది.

నీవు మీరుంటికి సమీపముననున్న యొక చిన్ని మొక్కను జూచి ప్రతిదినమా చెట్టువద్ద కొంటరిగావెళ్ళి దానికెదురుగా సుమారు దారు నిమిషముల వరకు చూచుచు నీమనసునందు రెండవతలంపు లేకుండగ నీక్రింది విధమున తలంచుచుండుము. “నీకు పెరుగుటకు శక్తిలేదు, భూమినుండిగాని గాలినుండిగాని నీవాహారమును తీసికొనలేవు”. ఇట్లు మూడు నాలుగు దినములు నీమనోశక్తిని మొక్కపై యుపయోగించిన చూచినవారంద రాశ్చర్యముజెంద చెట్టెండియుండును.

అహా ! యేమియాశ్చర్యము ! నీవాచెట్టును ముట్టకొనకుండగనే చంపగలుగుచున్నావే. నీ మనోశక్తియొక్క మహిమ యింతనివణింప నెవ్వరితరము! మరియు బంగారునకు నువాసనయబ్బిన నెట్లుండునో యట్టిమాదిరీమనోశక్తికి జ్యోతి (Light)యనుకాంతిగూడ సహాయపడినయట్లుండును. యీ జ్యోతినిజూచుటకై కొంతవరకుదుర్లభమేయని చెప్పవలసినదని సందులకు కొంచెము మనస్సుంకటముగ నున్నది. అయినను మిక్కిలిపట్టుదలతో సాధనము (Practice) చేసినచో సిద్ధిని పొందుట సశ్చయమేగాని దీనిని పొందుటకు కొంతయదృష్టముకూడ నుండవలెని కొంతమంది నాతో చెప్పచూవచ్చిరి కాని నాయభిప్రాయమందులకు భిన్నముగానున్నది. చదవరులారా! మీకుగూడ నాకుగలిగిన యభిప్రాయమే గలిగినయెడల త్వరలో జ్యోతిని జూడగలుగుమరని నేను మిక్కిలి గట్టిగానొక్కి వక్కాణింపగలను. నీవీజ్యోతిని చూడగలిగిన తోడనే యింకను మిక్కిలి విచిత్రములైన పనులన్నియో జేయగలవాడవగుదువు.

దానినిబోవువారిని పిలువకుండగ రప్పించుట.

నీవు నీన్నేహితులతోగూడి యొక యరుగుమీడి కూర్చుండిన సమయమున నొక బాటసారి ప్రక్కనున్న బజారున బోవుచుండగా జూచితివనుకొనుము. పిమ్మట నీన్నేహితులను జూచి యిదిగో చూడుడు యాబాటసారిని పిలువకుండనే యిచ్చటకు రప్పించెదనని చెప్పి యాతని ముచ్చిలిగుంట మీద జూచుచున్న కొంతతడవునకు నీకొక జ్యోతి (కాంతి)

కనుపించును. బాటసారియొక్క ముఖము గనుపించుచుండిన
 కనుబామలమధ్య జూచుచుండిన వైనజెప్పబడిన జ్యోతికను
 పొందును. అప్పుడు సీమనోశక్తి ప్రతాప మాతనిపై నుపయో
 గించుము. “రమ్మ, నీపుమావద్దకురమ్మ” అని సీమననునం
 దనుకొనిన వెంటనే యా బాటసారి మీయందరివద్దకు వచ్చుట
 జూచి ప్రతివారును మిక్కిలి వింతనొందెదరు. కంటిరా మీ
 మనసున కెట్టిశక్తి గలిగియున్నదో, నీకు సునోశక్తి గాగుగ
 పట్టుబడిన నోడనే నిన్నీ హితులయెగుట కొన్ని వింత
 (Wonderful) యగు కార్యములను జేసి వారిని పలుమారు
 సూచించి పెట్టగలవు. నేనింకను కొన్ని మిక్కిలియాశ్చర్యము
 లగు వింతపనుల నెట్లు చేయునదియును వ్రాయ నెంచితినిగాని,
 గ్రంథవిస్తరభీతిచేతను, మరియు కొంతమంది మిత్రులుకూడ
 నదియే భీతినిజూపిన కారణంబునను కొన్ని స్వల్పపనుల నుద
 హరించకుండగమానితిని. అయిన నట్లు మానివేసినపనులను
 యీ గ్రంథమునం నుదహరించినవానినిబట్టి చదువరులే లోపి
 చినవానిని జేసికొందురని మానివేయుట సంభవమాయె.
 మోయు విశేషములను మరియు కొంతవింత లెట్లు చేయునది
 యును బుద్ధికుశలతచే గనిపెట్టి యెల్లరకును తెల్లంబగునట్లు
 మెల్లన నిమెస్మరింపపు గ్రంథంబుల నుల్లంబులు రంజిల్లగ వెల్ల
 డింపజేయుటకై కొల్లగ గ్రంథంబుల నెల్ల యెడల శీఘ్రముగా
 నల్లకొనగ జేయుచు మీవల్ల నె యీలోకంబున కొల్లగొన్న ధా
 న్యమువలె ప్రజలెల్లరు నీశక్తిని సంపాదించు ప్రోత్సాహము జేయ
 బదుదూరని నామనంబున గొప్పయాశ మొకటిపాడముచున్నది.

నేనిదివరకుదహించినపనులను జేయగలవానికి మనో
శక్తి కొంతయలవడినదని చెప్పవచ్చును.

ఈతచువ్వలను కలిసికొనునట్లు చేయుట.

మనదేశంబున విస్తారముగ నెల్లయెడల నెదుగుచుండెడి
యీతచెట్టునుండి రెండుపొడుపాటి చువ్వలను తెచ్చి యిద్దరు
మనుజులను సమానయెత్తుగలవారిని యెదురెదురుగానిలుచు
డబెట్టి యీతచువ్వల చివరభాగములను వారిద్దరి చేతులతో
(చూపుకువ్రేలితోను బొటనవ్రేలితోను) పట్టుకొనునట్లు జేసి
నడుముల కానించునట్లు జేయుము. ఇట్లు జేయునప్పుడు సుసూ
రా యీతచువ్వలకు మధ్య నాకేడంగుళములుండును. తరు
వాత సిద్ధుష్టి నుపయోగించి యీతచువ్వలనొక జూచుచు
“ఓ యీతచువ్వలార! మీరొండొంటిలో త్వరగాకలిసికొనుడు.
అట్లు కలిసికొనుటకై మీకోక విధమయిన శక్తినిచ్చుచు
న్నాను”. అని నిమనోశక్తినుపయోగించుము. ఇట్లుకొను
చున్న నిమిష కాలములో యీతచువ్వలు మెల్ల మెల్లగా ప్రాణ
ముగలవానివలె దగ్గిరకువంగి మధ్య ప్రదేశమున నొకదాని
కొకటిదాకును ఆహ యెంతో విహరీతము! యెవనినైన
మెస్మోజమునందా ప్రవేశపెట్టదలచినయెడల సివిట్టి సులభ
మగు కార్యములను చేసిచూపించి కేర్పుకొనుటకైవారిని
ప్రోత్సాహము చేయుచుండును.

నిమ్మకాయలను పోట్లాడునట్లు జేయుట.

రెండునిమ్మపండ్లను తెచ్చి వాటిని మిత్తగానలిపియుంచి

మొక దానికొకటి సుమారైదంగుళముల దూరమున బెట్టి నీవు
 కూర్చుముఖముగా కాయలకు పన్ననైదంగుళముల దూర
 మున కూర్చుండి “ఓనిమ్మకాయలార! మీఁద్దరును గొత్తైపో
 త్తేళ్లవలె కొంచముసేపు పోట్లాడిన సిచ్చటనుండువాఅంద
 రును మీయద్భుత కార్యంబునుజూడ కుఱూహలపడుచున్నారు
 గాన త్వరగా పోట్లాడుడు” అని నీదృష్టి చుపయోగించుచు
 మనోదృఢముతో నీలోనీకనుకొనుము. యిట్లు సుమారు
 రెండునిమిషము లనుకొనిన వెంటనే చూచువారిగదరాశ్చర్య
 మొంద నిజముగా గొత్తైపోత్తేళ్లవలె చిమ్మకాయలు రెండు
 ను బహుపారుషముగ నీమనోశక్తి చుపయోగించినంత కాల
 ము పోట్లాడుచునేయుండును. కంటిరామనోశక్తివలన నెంతటి
 యాశ్చర్యములగుకార్యములను జేయవచ్చునో? యిట్టి సులభ
 పనులను వెక్కిరిసిని యవలీలగ జేయవచ్చును. గాన మనో
 శక్తిని సంపాదించుటకయి ప్రతిదినమును సర్వేశ్వరుని ప్రార్థి
 పరాదా! అట్లు ప్రార్థించినచో నీకట్టిశక్తి నీయకుండుట కంత
 నిర్దయుడా! కాను, కాను. కరుణాన సపూరితుడై యెల్లరకును
 మిక్కిలి సేవ జేయుచుండును. గనుక మనోశక్తి గావలయునన్న
 సకలలోకాధిశ్వరుడగు యీశ్వరుని నీహృదయకమలమునందు
 ధ్యానించుచు మనోశక్తినిపొందుటకు తగిన సదుపాయములతో
 నభ్యాసము (Practice) ను దిట్టంబుగ జేయుచుండిన పట్టుబ
 డకయుండుట వట్టిదియూ! యిట్టి మనోశక్తిని నాకుమిత్రుల
 యినవారలలో చాలమంది కొంచెము కొంచెముగా
 గలిగియుండిరి.

నేనొక నాటిసమయమున మా గ్రామమగు మోదు కూరుపురమున కాన్నేయభాగమునందున్న నీరారెడ్డి చెఱువు వద్దకు నా ప్రాణమిత్రుడైన సంగముజాగలణమూడి పురవాసి మఱిరాఱాశ్రీ. కొత్త సీతారామయ్యగారిని సాయంతనమున పి కారుకుబోవుచుండగ చెఱువునకు సామీప్యమునకోతి యొకటియున్న దనియును దానిమెడయందొక గొలుసుకొక్క ముగుటచే నూకోతి యెచ్చటనుండియో సర్కసునుంజితప్పించు కొనివచ్చినదనియును దానినిబోవువారి నెల్లరను కఱచి గుడ్డలను చిపివేసి పలు బాధల పెట్టుచున్నదనియును పాధులుకొంత మంది మర్కటముచే ప్రాయశ్చిత్తమును జేయుచుకున్న నారు సైతము మమ్ములనిద్దర నాదారిని బోవలదని మిక్కిలిబలవంతమును జేసియుండిరి గాని నేను మాత్ర మట్లువెళ్ళుటకు సంశయించి యుండలేదు. నా మిత్రునకు నేని మనోనక్తిని జంతువులమీద కూడ జూపగలనని తెలియకున్నంగున కోతివలన నాకించుకయు హానిరాకుండ గాపాడవలెనని తుంశుగుడ్డను తనచేతికి చుట్టుకొని కోతిని పట్టుకొనుటకు సిద్ధపడుచుండెనుగాని, మిత్రమా నీవు నాకొరకెట్లు సాహసింపవలసిన యవసరములేదని చెప్పుచుండగ నామర్కటము మమ్ముల నిద్దరను సమీపించి కఱచుటకు బహు కొందరపనుచుండెను. నామిత్రుడు మిక్కిలి ధైర్యవంతుడును స్నేహితులయెడ ప్రాణమునైన గుచ్చివేయునటువంటివాడును యగుటచే పరుగెత్తుకొనివచ్చు కోతిని పట్టుకొని కట్టివేయుటకు సిద్ధపడుచుండగ “గరిటయండగ చేయిగాల్చికొన” నట్టివాడైన యొప్పు

కొనునా ? కాబట్టి నాకీమనోశక్తి గలిగియుండిన కారణంబున
 నాన్నే హితునకట్టి శ్రమనియ్యదలంచక నామనోశక్తిని విడిపిం
 చితిని. నాతో నున్న నామిత్రుడు మిక్కిలి యాశ్చర్యమును
 బొందునట్లుగా కోతి మామీదబడి మమ్ములను కష్టపెట్టుటకు
 బదులుగా నామనోశక్తివలన పిల్లివలె యేమియు జేయలేక
 మాయిద్దరను శరణుగోరవచ్చినదానివలె చిందులు, గంతులు,
 పండ్లుజూపి భయపెట్టుట, మొదలైనవానిని మాని మాసాద
 ములయొద్దకువచ్చి గూరుచుండెను. నాప్రియమిత్రుడగు సీతా
 రామయ్యగారికి వినోదములందు ప్రీతిగనుకను, నామనోశక్తి
 యొక్క మహిమను వెలియజూపినందునను నేనింకను కొంత
 నీపు నామనోశక్తి నుపయోగించియుంటిని. సిమ్మట మాకు
 సామీప్యముననున్న కందేపాటిదిబ్బను నామిత్రుడు చూడనెం
 చిన మేమిద్దర మచ్చటకుబోవుచుండగ పెంపుడుకుక్కవచ్చు
 నట్లుగ యాకోతి మావెంబడి గాసాగెను. అంత నాప్రియమి
 త్రుడు భూతదయగలవాడగుటచే, మిత్రమా, యింక నీకోతిని
 వెళ్ళునట్లు జేయుడని నన్ను కోరగా మరల నామనోశక్తిని దా
 సపై యుపయోగించి వెళ్ళునట్లుచేసి నామిత్రుని సంతోషా
 నందభరితునిం గావించియుంటిని. తదనంతర మాకోతి వెళ్ళు
 చుండగ మార్గమధ్యమునదొక బ్రాహ్మణుడు ఎదురుపడుట తట
 స్థించెను. ఇదివరకువలె కోతి పాంథులను గవ్వపెట్టుటకు మర
 ల మొదలిడునప్పటికి కాలవశమున బ్రాహ్మణు డెదురుపడిన
 కారణమున కోతి యావిప్రుని సమీపించి కలచుటకు నోరు
 దెఱచి మీదదాముకుటకు సిద్ధముగనుండు సమయమున పాప

మాయన గుండెలుర్పులుమని భయంకరముగ నొక వెట్టికే కను బిగ్గరగా వైచెను. నేనును సీతారామయ్యగారును దగ్గరనేయుండిన కారణమున మాకిద్దరికును వినబడి వెనుకకు తిరిగి చూచితిమి. అంత నామిత్రుడు బ్రాహ్మణునిజూచి జాలిగొన్నవాడై యాయనను కోటిబారినుండి తప్పింపుడని నన్ను కోరగా మరల నామిత్రుని యభీష్టము చొప్పుననే మనోశక్తిని యుపయోగించి బ్రాహ్మణునిబాధ శీఘ్రకాలములో తొలగించి యుంటిని.

కంటిరా! మన మనోశక్తివల్ల నెంతటి మహోపకార మొనర్చుచున్నామో ! అట్టి సమయమున నేమనోశక్తియనునది లేకుండిన మాగతి యేమిగావలయునో ; బాటసారియగు బ్రాహ్మణునిగతి యేమిగావలయునో; చదువరులే గ్రహింతురు గాక.

ఇదియునుగాక మరియొకపర్యాయము నామిత్రులగు మ.రా.శ్రీ. కొత్త సీతారామయ్యగారును, జంపాల నారాయణమూర్తిగారును, దేవభక్తుని రామయ్యగారును నా.కో. వెనాలిపురమున యొకనాటిరాత్రి యొంటిగంట సమయమున యొక మిత్రుని గదికి బోవుచుండగ మార్గమధ్యమునందు పది పండ్రెండు కుక్కలు నలువైపులనుజేరి పెద్దగండరగోళమునుజేయ మొదలిడినప్పుడు నామిత్రులు నన్నుజూచి మిత్రమాయాకుక్కల నన్నిటిని యటవకుండునట్లు జేయుడని నన్ను కోరిరి. నేనుగూడ సందులకంగీకరించి నామిత్రుల కాశ్చర్యమును గలుగజేయ నంచి కుక్కల నటవకుండగజేసి వానినన్ని

టిని నావద్దకు రప్పించియుంటిని. వేయేల, మనోశక్తిని సంపాదించిన వానికి ప్రతివారును స్నేహితులగుదురనుట వేరుగ జెప్పవలెనా? మరియు కెండుసంవత్సరములక్రిందట ననగా నే నే సీమనోశక్తిని సంపాదించుటకు మొదలిడినప్పుడు తాడేపల్లి గూడమునకు రాత్రి కెండుగంటలప్పుడు కటికిచీకటిలో పడవదిగి రైల్వేస్టేషనువద్దకు రావలసివచ్చెను. అప్పుడా కాశమంతయును మేఘములచే నావరింపబడి నన్నగా వర్షముగురియుట కారంభించెను. అట్టిసమయమున పడవనుదిగినపిమ్మట నా కెవ్వరును పోయలేకుండుటగూడ తటస్థించెను. నేను పడునై గు వత్సరముల బాలుడనగుటచే నట్టిసమయమున రైల్వేస్టేషనునకు యెంటరిగా వచ్చుటకు భయముజెంది పోవుటకెంత మాత్రమును సాహసింపనైతి. కాని యప్పుడు తాడేపల్లిగూడము రైల్వేస్టేషనునకు తెనాలిబోవునట్టి రైలుబండి యొకటి రాత్రి మూడుగంటలకాలమున వచ్చుచుండుటచే యెంటరిగా నైనను బోవనుక్కుడునైతిని. అక్కటా, మరియుక బాలుడైనచో నట్టిసమయమున జరిగినవిపత్తునకు గుండ్రబద్దలై ప్రాణంబులను గోల్పోవకయుండుట తటస్థించునా! అహో, ఆజరిగినవిషయమును మరల జ్ఞప్తికి తెచ్చుకున్నప్పుడు గుండ్రలు ఝలుమచుచున్నవి. మాటలు తడబడుచున్నవి. కళాహీనము గలుగుచున్నది. చేతులు కాళ్ళు గజగజ నణకుచున్నవి. అదెద్దియో వింటిరా? బయలుదేరినపిమ్మట నైదారంగలు వేసినట్టిడనే యా కాశమంతయు నల్లనిమేఘములచేః గప్పబడినందున నేను నడచుచున్నది నోడ్లగనే యున్నప్పటికిని రోడ్డు

న కిరుప్రక్కల వటవృక్షములు గలిగియుండుటచే కన్ను లెంత
 దెరచినను నాకించుకయు గానుపించకుండెను. కాని దైవాను
 గ్రహమువలన మధ్యనుభ్య మెఱపులు మెఱయుచుండుటచే
 మెఱసినపుడెల్ల బాటనుజూచుచు రెండేసి యంగలిశుచుంటి
 ని. ఇట్లు పది యంగలిశునప్పటికి నాకేదియో యొకశబ్ద మే
 డ్చినట్లుగ వినబడెను. బెదరికవానికి గుదిరినవన్నియు విశాచ
 ములేయన్నట్లు యాశబ్దమును నేనిదివర కెన్నఁడును వినియుండని
 కారణంబునను, యేదోయొక భయంకరమాగ వినుపించిన కా
 రణంబునను, మార్గమునందు బాలుడనగు నేమెంటరిగ ప్ర
 యాణముచేయుచుండిన కారణంబునను, గాఢాంధకారముగ
 నుండి వక్షముగూఢ కురియుచుండిన కారణంబునను, పిఱు
 గుబడినవానిమాడ్కి కదలక మెదలక నిశ్చేష్టుడనై కొంచెముసే
 పచ్చట నిలిచియుంటిని. కాని బుడివెళ్ళునను నొందరచే
 రైల్వేస్టేషనునకు బోవలసినవాడనైతిని. అడేమియోగాని బయ
 లుదేరునప్పటికి రోడ్డు రెండునైపులకును చీలియుండెను. కాని
 పగలెప్పుడును నేనిదారిని బాగుగ గుఱింఁచియుండవి కారణ
 మునను, రోడ్డు చీలక యొకటిగ నేయున్నట్లు మనస్సునకు పో
 చినందునను మిక్కిలి యాశ్చర్యమును బొంది యెటుబో
 వుటకును దోచక కొంతతడ వచ్చటనే కాలము వృ
 థా బుచ్చితిని. “వరదను గొట్టుకొని పోవువానికి తే
 ప్ప యొకటివారకి”నట్లు నాకట్టికాలమున నేను సాధనముజే
 యుచున్న మనోశక్తి జ్ఞప్తికివచ్చెను. సర్వేశ్వరునికృపచే నా
 మనోశక్తి నట్టిసమయమున నుపయోగించిన కొంత తడవు

నకు రైలురోడ్లుమీదికెట్టులో జేరియుంటిని. అచటనుండి రైల్వేస్టేషనుజేరులోపల నొకవంతెన దాటవలసి యుండెను. సుసూరావంశెన యేడెనిమిది గజముల వెడల్పుండుటచే దూగుట దులభమని యిప్పుడు తెలియుచున్నది. నేనావంశెనవద్దకువచ్చి చూచునప్పటికేంత వెడల్పుండినదియును గనుపించకుండెనుగాని మెఱపుకాంతిచే యొకసారిమాత్రము హటాత్తుగ మూడునాలుగు గజములున్నట్లు గనుపించెను. పిమ్మట వంశెనవద్దను నిలుచుండి సర్వేశ్వరునిపై భారముంచి మనోశక్తినుపయోగించి యొక్కగంతువైచితిని. కగటిరా! వంశెన యెంతవెడల్పుండినను యొక్కగంతులో నావలకి జేరవలయునని మనోశక్తినుపయోగించిన కారణమున యవలీలగనంతటి యశ్చతకార్యమును గావించియుంటిని. కావున మనసున గదేదియై దృఢముగాదలంచిన నదితప్పకజరుగునని ప్రతివారును తలంచవలసియున్నది.

చదువరులారా! మీరుగూడ నిమనోశక్తిని సంపాదించి లోకిములో పెక్కుఘన కార్యములొనర్తురని మిక్కిలి నమ్మి యున్నాను. మీరుప్రతిదినమును రెండునిమిషములకాలము మనోశక్తిని సంపాదించ వ్యయపెట్టలేరా! ఈరెండునిమిషముల కాలమును ప్రతివారును వృధాబుచ్చుచుండుటలేద? యిట్లు వృధాబుచ్చుటకన్న నిమనోశక్తిని సంపాదించుటకు ప్రయత్నింపరాదా! గ్రామమున కొక్కరైననుండిన మనదేశమెంతటి మహోన్నతదేశ నొందియుండును. గాన సోదరులారా

యికనైన మిరెల్లరు నీశక్తిని సంపాదించు విషయములో పాటుపడవలసి యున్నది.

అంగ్లభాషాశాస్త్ర (1918—19) త్రినాలిపురమున నుండు తటస్థించినప్పుడు నేను నివసించుగదివద్ద స్కూలునందున్న సమయములందు దక్క తదితర సమయములయందు నుమాగిరువదిమందికి తక్కువ విద్యార్థులుండెడివారు కారు. వారెల్లప్పుడేదో యొక వింతయగుపనిని జేసి చూపించుడని కోరుచుండెడివారు. ప్రపంచమున స్నేహితులకన్న నెక్కువగా తోడగువారితరులు లేనికారణంబున వారికెన్నడు నెగ్గనరించి యుండలేదు. ఇట్లు ముఖ్యులగు స్నేహితులలో మ||రా||శ్రీ|| కొత్త సీతారామయ్యగారును, జంపాల నారాయణమూర్తిగారును నాకు విశేషముగ పరిచయము గలిగి యుండన కారణంబునను నాయందు మిక్కిలి స్నేహభావము గలవారై నందునను మెస్సరిజ మనేకపర్యాయములు జేయును నికోరిన నాకది శ్రమగా నుండుననుటలంపున నన్నెన్నడును విశేషించి వింతకార్యములను జూపుడని కోరుచుండెడివారు కారు. అయినను వారిస్వభావమునకు నేనమితి సంశోషస్వాంతుడనై వారు కోరకుండగ నె వెక్కుయాశ్చర్యపు పనులను జేసి యత్సాహమును గలుగజేయుచుంటిని. ఏమి; యీలోకంబున స్నేహితులను సంశోషబెట్టుటకన్న నెక్కువైనది రెండవది గలదా! లేదు, లేదు. గాన చదవరులారా, మీస్నేహితులను సంశోషబెట్టుచు మీరుగూడ సంశోషకరముగ కాలముగడుపు ప్రయత్నింపరాద? యిటువంటి సంశోషమును బొంగు

టకు మనోశక్తియే యని పలుమారు వక్కాణించి యుంటినిగదా.

సామాన్యముగ విద్యాధులందైన నొకపాఠమప్పగింపవలసివచ్చినయెడల కొంతమంది పుస్తకములను దీసికొని యాపాఠమువచ్చువరికును చదువుట మానివేయనని దృఢముగా తమ మనస్సునందనుకొనెదరు. విద్యార్థి తన మనోశక్తి నుపయోగించిన కారణమున రెండుమూడు పర్యాయములు చదువునప్పటికే బాగుగ వచ్చియుండును. మీలో కొంత మందియొకపాఠమును పలుమారు జదివియు నప్పగించలేనివారుగ నుండురు. మరికొందరాపాఠమునే యొకమారుజదివి యప్పజెప్పగలవారుగ నుండురు. ఇదికూడను మనోశక్తిమీదనే యాధారము గొనియున్నది.

పుస్తకమును చేతబూని ప్రతివిషయమును శుభ్రముగా మరచి చదువనలసినపాఠమును చక్కగా బహుజాగ్రత్తతో నొక్కమారుజదివినయెడ పాఠమప్పగించగలశక్తిగలవాడగును. ఇచ్చట తనమనోశక్తి నుపయోగించినకారణమున పాఠము నొక్కసారికే చదివి మరిలచెప్పగలుగుచున్నాడు. మరల నాపాఠమునే చదువబోవువాడు మరియొకడు తనతాత సంగతియును, మామసంగతియును లేక మరియొకసంగతి నెదియో దలచుచు పాఠమునుజనున మొదలిడినపదిదినములకైన నచ్చట నులభముగానుండును. గాన మనోశక్తియొక్క మహాత్మ్యమును త్వరణోగ్రహింప ప్రయత్నింతురని నేను మీమ్ములనందరను కోరుచున్నాను.

పుల్లలను నడిపించుట.

వీడైన సుకనునుపగుపుల్లనుదెచ్చి దానిచివరలయగుదు సీచేతులతోపట్టుకొని నీదగ్గరనున్న వానింక రెండేసియంగుళి ముల పొడవుగలిగినటువంటి రెండుతిన్నని పుల్లలనుదెప్పించి వానిని మధ్యకువంచుమని జెప్పి పిమ్మట కుడిచేతివైపున సుక టియును, యెడమచేతివైపున నొకటియును నీచుపట్టుకున్న పుల్లమీద బెట్టించి భూమికి తగిలితగులనట్లు బెట్టియుంచుము. తరువాత నీదృష్టిని రెండుపుల్లలపై యుపయోగించి మనో శక్తితో (రెండునుకలసికొందురుగాక) యని తలంచుచున్న కొంతసేపటి కారెండును కాళ్లుగలవాటివలెవచ్చి గలసికొనుటచూచి ప్రతినారు మిక్కిలి యాశ్చర్యమును బొందెదరు.

విత్తనములేక చెట్టునుబుట్టించుట.

సాధారణముగ మేడలయందు బెట్టించు చెట్లతోట్లలో నొకదానిని సంపాదించి దానియందేమియును కల్తీలేని యిసుకను బోయించి యొకచోటబెట్టించుము. పిమ్మట నివాళొట్టిని జూచుచు "యిందుండి యొకవిచిత్రమైన చెట్టుబుట్టును". అని సుమారొక వారముదినములు నిమనోశక్తినుపయోగించుము. ఆహా యేమి యాశ్చర్యము. తోట్టిలోని మట్టియందు చిట్టిగింజనైన బెట్టకుండగ దిట్టమగుపట్టుదలక గట్టిగ నీమనోశక్తిని చెట్టుబుట్టుగాకయనుచు తోట్టిసేమిముట్టకుండగ చొరబెట్టినచుట్టువారు చెట్టుజూచి పట్టరానిసంతసంబుపడక యుండుటవట్టిదియా! ఇదియంతయును మనోశక్తివల్లనే గలుగుచున్నదనుట వేరుగ జెప్పవలెనా! ఏవిధమైన విత్తనమునుగాని

వేయకయే మట్టిబోసిన తొట్టియందు చ్చెట్టునుబుట్టించుట నీ మనోశక్తివలనగాక మరిదేనిచేత బుట్టుచున్నది? ఇదెంతటి విపరీతము! ఇట్టిశక్తిని నీయందుగలిగియున్నప్పుడు మనోశక్తియందేమియు లేదని చెప్పచుండెడివారెంతటి తెలివి తక్కువవారని చెప్పవచ్చునో చదువరులే గ్రహింతురుగాక.

మిరపకాయను తీపిగాచేయుట.

మిరపకాయ నొకదానిని తెప్పించి నీవుదానివంకజూచుచు “నీయందుకారములేదని తీపిమాత్రమున్నది” అని నీమనోశక్తినుపయోగింపుచూ గుట్లు కొంతసేపు చూచిన పిమ్మట నీస్నేహితులకందర కామిరపకాయను కొంచెము కొంచెముగా పంచిపెట్టి దానిరుచి యెట్లున్నదని యడుగుము. పంచదారవలె తియ్యగా నున్నదని ప్రతివారును బల్కుదురు. నోటిలోవేసికొనిన నోరంతయును మంటబుట్టించి గంతులువేయించు మిరపకాయను నీమనోశక్తివల్ల పంచదారవలె తీపిని గలుగజేయుచున్నావే! యెంతటి యాశ్చర్యము! ఇంతకన్న వేరుగ సాక్ష్యము గావలెనా? నీమనోశక్తికింతటిసామర్థ్యముగలదని తెలిసిన ప్రతిమానవుడును దీనిని సంపాదించుటకు ప్రయత్నింప కూరకుండడని నేను మిక్కిలి దృఢముగా జెప్పగలను.

చేతిరుమాలును పాముగాచేయుట.

చదువరులారా! మీచేతిరుమాలను గుండ్రముగా చుట్టి పామువలె కొంచెము మెలికలుమెలికలుగా బెట్టి దానిపై మరియొక చేతిరుమాలనుగప్పి తూర్పుముఖముగా గూరుచుం

డి నీవెనుక భాగంబున నెవ్వరిని లేకుండగా నియమించి నీచేతి రుమాలతో కప్పబడియుండినది పాముగాని మరియొకటిగాద ని నీమనోశక్తినంతయు నుపయోగించుము. చూచువారంద రాశ్చర్యమంద నది పామై మెల్లగా కదలుట కారంభించును. అంత నావినోదమును చూడవచ్చినవారలలో మొకనిని పైన కప్పినటువంటి నీచేతిరుమాలను తీయుమనికోరుము. ప్రతివారు ను తీయుటకు భయమును జెందుచుందురు. గాన నివట్టినమ యమున దానిని హఠాత్తుగా తీసివేయుము. ఏమి యీ యా శ్చర్యము! ఇంతకుముందు నీచేతిరుమాలనుగదా పామువలె చుట్టి నీరుమాలను కడుగుభాగమున నుంచినది? ఇంతలో నె నీవుచుట్టిపెట్టిన రుమాల కట్టుకొనుటకు శక్యముగాక“వట్టిగొ ఱ్లన కఱపులెక్కువ”యన్నట్లు దిట్టముగ బుసలుకొట్టుచు చుట్టుపట్టుల నొకనినైన చుట్టియుండచివ్వకుండ పడగవెత్తి బహు సౌరుషముగ నాలుకను జాపుచు కఱచించుపుదానివలె మిక్కిలి భయంకరముగ నుపించును. అహా! యేమి నిమనోశక్తి మొక్కసామథక్యము! ఇదిచూచినవారందరు నీమొద్ద భగవ దాంశములున్నవని భ్రమించి నిన్ను మిక్కిలి గౌరవమును జేయుదురు.

విభూతిగడ్డను పటికి బెల్లముగా మార్చుట.

సామ్రాజ్య విభూతిగడ్డను చేతితో తీసికొని నీచుట్టునుగాను వారలశెల్లరకును చూపించి యిదేమిటని యడుగుము. ప్రతి వారును విభూతిగడ్డని చెప్పుదురు. పిమ్మట, సోదరులారా, మీరందరివ్పడు పటికించినటువంటి విభూతిగడ్డను పటికిబెల్ల

పు గడ్డవలె నానునోశక్తివల్ల జేయబోవుచున్నానని యెల్లరకును జెప్పి నిపు విభూతిగడ్డవగ జూచుచు దృఢమనస్సుతో “నాచేతీయగున్నది పటికిబెల్లపుగడ్డగాని విభూతిగడ్డకాదు” అని నిమనోశక్తి నుపయోగింపుము. అంత నెల్లరకును వింతయగునట్లు నీచేతీయగున్నది పటికిబెల్లపుగడ్డయై యుండును. పిమ్మట దానిని పగులగొట్టి సభికులకందరకును బెట్టికయెడ తీయ్యగా పటికిబెల్లమువలె నున్నదని చెప్పుదురు. ఏమి, మన మేదియనుకొన్న యదియుగుచున్నదే, ఇంతకన్న గొప్పవిషయమెద్ది! కాన చకువరులారా, ఈ మనోశక్తికై తప్పక మీరెల్లరును బహు శ్రద్ధతో పాటుపడవలయునని నేను మీ కిలి ప్రోత్సాహము జేయుటకు సాహసించుచున్నాను.

DEVELOPMENT OF BODY.

శరీరమును బెంచుట.

నిపు ప్రతిదినమును సూర్యోదయమునకు పూర్వములే చి నిత్యోక్తియములను దీర్చుకొని పిమ్మట స్నానమాచరించి మిగ్నహమునకు పరిశుభ్రమగు గదిని జూచి దానియందు స్నానభాగి మొదలగు సువాసనవచ్చు పోడివి నిప్పుమీదజల్లి గదినంతయును పొగయానొంచునట్లు జేయుము. పిమ్మట నత్తరు పన్నురు మొదలగునవి సువాసనవచ్చునట్లు కొంచెము కొంచెముగా గదిలో చిలకొంచుము. దొరకినచో సువాసనగల పుష్పములనుకూడ గదియందు వెదజల్లుము. తదనంతర మే కాకీవై గదిలోనికి ప్రవేశించి తలుపులుమాత్రముకూపి కిటికీలను తెరిచియుంచి కిటికీలగుండ వెచ్చరిని నొంగిచూడకు

దున్నట్లజేసి యుత్తరముఖముగా గాని లేక సూర్యముఖముగా
 గాని తిరిగి నిలుచుండి గాలిని మెల్లగా (ధ్వనిలేకుండునట్లుగ)
 ముక్కురంధ్రములద్వారా బీల్చుచు నేమననునదిట్లచుకొన
 వలెను. "నేనువీల్చు గాలియందుండు మంచితక్కిన గ్రహించు
 చున్నాను. నాకన్న బలవంతుడీ ప్రపంచమునందెవ్వడునులేడు
 నేనే మిక్కిలి యందముగలవాణను. నాశరీరము సులిమిబ
 గారువన్నెను మించియున్నది. నాకన్న బుద్ధిబలమునందఱు
 సుప్రసిద్ధు డితరుడు లేడు. ప్రపంచమున దెలివగటి కష్టతరి
 మైన పయ్యెనను నానల్ల కొనసాగబడును. నాశరీరమును నా
 యిష్టమువచ్చినట్లు పెంచగలను. లేక మిక్కిలి చిన్నదాని
 గా జేయగలను అదిగో నాకుడిచేసు యూపితీ తిరితె పె
 రుగుచున్నది" అని దృఢచిత్తము దలచుచుండుము. ఇటు
 నీచేయని యూపితీతీనలె సుషావ కాలమున పెంచగలిగినప్పు
 డు నిశరీరమతియును నీకు స్వాధికమగును. పిమ్మట మైన శా
 ప్తినచోప్పున గాలినిబీల్చుచు నిమగ్నుడవీ క్రిందవిధమున
 వలచుచుండుము. "నాశరీరముతయు యూపితీ తిరితె మబ్బు
 చున్నది. ఇట్లు నా యిష్టమువచ్చిన వాకి నుబ్బును" అను
 చునచోడనే యుబ్బులుకాంభించును. అట్టిసమయమున నీక
 ఖముఖముగ నొకయద్దమును బెట్టి నొవ్వెల్లబ్బుచున్నానో దాని
 యంగు చూచుకొనుచుండిన నీకే ఖయంగురీముగ గానుపిం
 చును. తత్కారణమున నీపీనాధనమును జేయసాహసం పువు
 గావున యద్దమునంగు పుచ్చుచూపికొనకుండగ నొలుపులన్ని
 యును వేసి నీకు ప్రయమిత్రులగువారికిమాత్రము తలుపుసం

దులనుండి చూచుచుండ నిమ్మ, వారుగూడను నిమ్మజూచి మిక్కిలి భయమును జెందుదురు. కాని వారినట్టి సమయమున మాట్లాడనద్దని యదివఱకే చెప్పియుండవలెను. ఇట్లు నీమనో శక్తి నీవిధముగ నుపయోగించి నాదేహము నేవిధముగ జూపించవలెనని యనుకొనిన నావిధమైన రంగుగా జూపించగలుగుచు. ఇంతటిశక్తి నెకు గలిగినయెడల నీన్నేహితుల కెట్టిమాదిరి గనుపించనొచ్చిన నట్టిమాదిరి గనుపించగలవు. గాన సితరులను యందు భ్రమింపజేయగలుగుచు. అందుచే ప్రతివారును నయందొప్పుముగా నుండురు. లోకహితుడవని పేరును సంపాదించగలుగుచు. తత్కారణమున నీవేమాటన్న చు ప్రతివారిదియును గొప్పవిలువగానెంచి నమ్ముచుండును. సముక్కురగ్రాధిములగుండ గాలి-పీల్చి యూపిలిత్తులని దెంతసేపు నిలువగలవో యంతసేపుమాత్రముంచి పిమ్మట నెమ్మదిగా ముక్కురగ్రాధిముగుండనే వదిలివేయుచుండుము. గాలిని వదిలివేయునప్పుడు ననుసూచి దిట్లచుకొనుము. “నేనిప్పుడు వదిలుకొనుచుంటిగాలి నాదేహమునగుండు చెడ్డశక్తివంతియును పీసికొని పోవుచున్నది. మంచిని కనిమాత్రముంచుచున్నది. నాశరీరమునగుల యవయవములనన్నిటిని నాకు స్వాధీనము జేసిపోవుచున్నది”. ఈవిధముగ ప్రతిదినమీ యభ్యాసము చేయవచ్చుడెల్ల శ్చలచిత్తము తలచుచున్నయెడల నాదేహముతయు మంచిశక్తి నిండి ప్రతి యవయవమును నెకు లొంగి చెప్పిన విధమున పని జేయుచుండును. ఇంట గెలిచి రచ్చగలుపుడనిజెప్పిన పాపతప్రకారము మొదట ని

దేహవయవములను లొబరుచుకొన్న గదా, యితరుల దేహవయవములను లొబరుచుకొనునది? గాన నీవీయభ్యాసమును పూర్తిగజేయ నేర్చినతోడనే ప్రతివారిని సిప్పు వశముజేసికొన గలుగుదువు. ప్రతివారును నీకు ఎస్యులైన నీకీలోకమున కిష్టమగునదియునుండదని కిరతలామలక మేగద?

ఇట్టియభ్యాసమువల్లనే గాలియందుగూడ సిరాధానిముగ లేవగలవు. దానిని గురించి ముందువ్రాయబోవు గ్రంథమునంద సులభమార్గములను కొన్నింటిని గనిపెట్టి ప్రచురింపబూసియుంటిని. గాన యట్టిగ్రంథమును వ్రాయుటకు నాకు నావకాశమిచ్చెదిరిసి తలంచుచున్నాను.

పోదరులారా! నేనురచించిన విషయము లన్నియును నిశ్చయముగ జరుగునవియేగాని లేనిపోని బూటకములుగావని మీలో ప్రతివారును సిద్ధినిబొందినపిమ్మటనగునను తలంపక మానరు. నేనిగ్రంథమునందు జూపిన సాధనములలో కొన్ని మిక్కిలి సులభముగా నగును, మరికొన్ని కొంచెము ప్రయాసతో నగును. బూటకపు మాటల నోటికివచ్చినవెల్లను మాటలేగదాయని టివారలాభంబేపాటియు నెంచకుండగ చేటుదెచ్చు గ్రంథంబులు కోటివ్రాసి ప్రతిచోటుల మాటికి ప్రచురింపుచుండ పాటుజేసి గోస్నధనము మాటలలో గాజేయుట పాటియేన యనుచు నట్టి బూటకపుగ్రంథంబుల గొనినవారిల్లప్పుడును ఘోషమిడుచుండుట ప్రతివారికిని సర్వనామాస్యముగ దెలిసియే యున్నది.

ఇట్టి గ్రంథముల వ్రాయ సంకుదహరించిన వానిని జేసి నూడ నొక్కటియును గాక మిక్కిలి వినుగునుజెంది, అహో యీ గ్రంథములందు రచించినవానియందు దొక్కటియును గా వని ప్రతి మెస్సరిజగ్రంథమునందును మిక్కిలి యశారవమును జూపుచున్నారు. మరియు చదువరులు గ్రంథమునందు రచించినవానిమాడ్కి సరిగా ప్రవర్తనంపక వ్యతరేకముగ ప్రవర్తించిన కారణమునను చెప్పినట్లు జరుగుటకూడ లేకయున్నది. అహో, మువిషయము మన హిందూదేశీయులకెల్లరకు సవమానకరిమైనవిషయమై యున్నది. గాన బూటకములను కొన్నింటిని జేర్చి ధనార్జననిమిత్తమై పెక్కండ్రకు సమ్యక్ములేకుండగ జేయుచు దేశమునకు క్షీణదశను దెచ్చుగ్రంథములను వ్రాయకుండగ నూరకుండ్లన మేలుగా గానుపించుచున్నది.

సీమాలను ప్రతవారింగీకరించునట్లు జేయుట.

స వేదైన నుకిమాటను లోకులందరిచే యొప్పుకొనునట్లు జేయవలసినయెడల వాదిముఖములను జూచుచు “నేను జెప్పబోవునదింతియును మీరింగీకరింతురుగాక” అని దృఢముగా ననుకొనినపిమ్మట పుచ్చు చెప్పదలచినది చెప్పుము. అప్పుడు సవేద చెప్పిన నది యందరింగీకరింతును. చూచితేవా ! నీమనో శక్తివలన ప్రాణివాద నోట్లలో బరుచుకొనగలుగుచున్నావో !

పిల్లవానిని నిద్రపుచ్చుట.

స ఫెకపిల్లవానిని రప్పించి సౌఖ్యముగా పండుకొనునట్లు విలుగలుగ జేయుము. తరువాతి కుఱ్ఱవాని కినుబొమల మ

ధ్య జూచుచు “నీకు గాఢమైన నిద్రనచ్చుగాక” అని నీమనో శక్తితో ననుము. ఇట్లనిన నిమిషకాలముననే యాబాలుడు నిద్రబోవుట జూచి ప్రతివారును నీమనోశక్తికి మెచ్చుకొందురు. అట్టిసమయమున మనమెన్ని కేకలువేసినను నిద్రబోవుచున్న కుఱ్ఱవాడు పలుకడు. మరల నిద్రబోవుచున్న బాలునివంక జూచుచు యిదిగో సోదరులారా, యీపిల్లవానిని మీరెన్ని కేకలువేసినను పలుకుండెనుగదా, నేను పిలువకుండనే లేపెదననిచెప్పి మరల నిమనోశక్తిని “నిద్రనుండి లేచెదవుగాక” అని నిలోసివనుకొనుము. అచ్చటనున్న వారందరూ శ్చర్యమంద కుఱ్ఱవాడు నిద్రనుండి చప్పున మేల్కొనును. అప్పుడు నివాకుఱ్ఱవాని కండ్లను శుభ్రమై నిటిలో నొక తెల్లని గుడ్డనుముంచి తుడుపుము. పిదప వాడెప్పటివలెనే అలిసిగల్గి యాడుకొనుటకు మొదలిడును. చూచువారు మిక్కిలి యాశ్చర్యమొందెరరు.

ఇట్టి మనోశక్తిని సంపాదిం చుటకై ప్రతిదినమున రోజుకు నిమిషములు యభ్యసముచేయుట చాలును. ఇట్లు పది దినములైన తరువాత నీకు కొంతవర్తకనను శక్తివచ్చినదా లేదాయని నిలోసింపు ప్రశ్నించుకొని పరీక్షను జేసికొనుము.

నివ్రాకచోట యొంటరిగా గూరుచుండి విచుట్టుపట్ల కేదైనయొక చీమచుగాని లేక మరియొక పురుగునుగాని పోవుచుండగజూచి నీదృష్టిని సరిగా దానియందు నిల్పి “నీకు విఘ్నము కలుగుటకు శక్తిలేదా నీలువుము” అని నీమనసునందనుకొనిననోడనే కదలమెదలక కాఘృలేనిదానివలె నిలుచుండును. ఇట్లు ని

లుచుండినయెడ సీకు కొంచెము శక్తిగలిగినట్లును లేనియెడల యొకను రెండుమూడుదినము లభ్యాసము (practice) చేయవలసియున్నదని యెరింగి మిక్కిలి పట్టుదలతో జేయుచుండుము. అత సీకీమనోశక్తి గాగుగపట్టుబడును. చీమ, దోమ మొదలగునవి సీమనోశక్తి నలన యాగుచుండినట్లయితే సీకు మిక్కిలి సుఖముగల్గి పట్టుదలతో యభ్యసించుట కలవాటు పడుకొచ్చు. తత్కారణమున పెద్దశక్తిగలుగువరకును సాధనము చేయగలవాడవగుకొచ్చు. అట్టిమహాశక్తిని సంపాదించినపుడు సీకీమోక్షంబున గలుగు సుఖమింతని జెప్ప నెవ్వరితరము.

స్నేహితుని పిలువకుండ రప్పించుట.

సీమనోశక్తిని స్నేహితుని మాటలాడ నుత్సహించుచున్నావనుకొనుము. దైనవశాత్తు వాడు సీకు సమీపమందు లేడనుకొనుము. వానిని నివర్తిసమయమున మాటలాడ నెంచి నయెడల సీవారానికి పంపనెంచిన సమాచారమును మనిషి ద్వారాగాని, పోస్టుద్వారాగాని, తంతిమూలముగాగాని పంపవలయునేగాని మరొకవిధములేదని ప్రతివారును చెప్పవలగును. కాని మనోశక్తి కలిగియుండిన యెడల సీవారాని కేవిధమైన యుత్తరముగాని తాళినిగాని పంపకయే రప్పింపగలుగుకొచ్చు. ఎట్లన, నేకాతముగ నేదియొకొక స్థలమునకు వెళ్ళి సీస్నేహితుడేవైపుననున్నాడని మనో యాముఖముగ గూర్చుండి కనులనునూసికొని యాతని యాకారమును సీమనసునందు చూచుచు "మిత్రమా సీతో" కొన్నిమాటలు మాటలాడవలసి యున్నదిగాన నాయందు దయయుంచి తప్పక బయలుదేరి

రమ్ము" అని సీమననునందు మిక్కిలి నమ్మకముగా దలంచుచుండుము. ఇట్లు సునూరు రెండుమూడురోజులు ప్రతిదినమును ప్రాతఃకాలమున పదినిమిషములు నిమనోశక్తి నాతనిపై నుపయోగించుము. తదనంతరము నీమిత్రుడు విన్నుజూచి మాటలాడుటకై మిగ్రామమునకు తప్పక వచ్చును. ఇదియే కొన్ని దినములు మిక్కిలి పట్టుదలతో యభ్యాసము జేయవలెను. ఇట్టి మనోశక్తిని మిగ్రామమునంగున్న స్నేహితునిమీద నుపయోగించిన కొన్ని ఘటనకాలములోనే వాడు ఉపద్రకు వచ్చును.

ప్రతివారిని స్నేహితునిగా జేసికొనుట.

ఇట్లు వికు మనోశక్తి బాగుగ సంప్రాప్తించిన డాక్టరు "నాకు ప్రతివారును స్నేహితులు. విరోధి యొక్కడును లేడు" అని ప్రతిదినమును నిద్రలేవగానే యనుకొనుచుండుము. చిత్త్యమివిధముగ తప్పకుండగ దలంచుచుండిన మోక్షమునకు నీ విన్నుజూచినవారిందరును ప్రాణమిత్రులుగుదురు. ప్రతివారికిని నీయంగు ప్రేమ బాడముచుండును. కొన్ని సమయముల మిగిలును నీయొక్క గొప్పనుజూచి యోర్వలేనివాగునైతము విన్నుజూచినవారి డనే వస్యులగుదురు. కంటిరా! ముద్రతయును మనోశక్తివల్లనే గలుగుచున్నది. ఇట్టి మనోశక్తివల్ల కొన్ని కొన్ని జబ్బులచుగూడ పోగొట్టగలవాడవగుదువు.

తలనొప్పిని పోగొట్టుట.

నీవు నీస్నేహితులను కలసియున్నప్పుడు వారిలో నొకరికి తలనొప్పి వచ్చినదనుకొనుము. అప్పుడు వాని తలనొప్పిని

పోగొట్టి వానిని సంఘోషముజెందునట్లు చేయగలుగుదువు. నీ స్నేహితుడు తలనొప్పిచే బాధపడుచుండగ యాతనిని బాధనుండి నీమనోశక్తివల్ల తొలగించి సంఘోషమును గలుగజేయుటకన్న నీకెక్కువ ప్రీతికరమైనదెద్ది? ఇట్లనేకమారులు నాస్నేహితులు బాధపడుచుండగ నేను పలుమారు సులభముగా బాగుజేసియుంటిని. ఒకనాటిసమయమున నాకు మిత్రుడగు కొసరాజు లక్ష్మయ్య తలనొప్పిచే బాధపడుచున్న సమయమున నేనాతని గదికి వెళ్ళుట తటస్థమాయెను. అందువల్ల నేనాతని తలభారమును సులభముగా దీసివేసి సంఘోషపెట్టగలిగియుంటిని. నేను శెనాలిపురమున నున్నప్పుడు చాలమందికి బాగుజేసియుంటిని గాని వారినందర నిచ్చటుదహరించు టనవసరముగానెంచి వ్రాయుట మానినాడను. తలనొప్పిచే బాధపడుచున్నవానిని నీకెదురుగా గూరుచుండబెట్టి యాతని కనుబొమలమధ్య జూచుచు “ నీతలనొప్పి తగ్గిపోవును,” అనిదృఢముగా మనసునందు తలంచుచు ముఖముపై చల్లగానూదుచు తగ్గినదాయని మధ్యమధ్య నడుగుచుండుము. ఇట్లుజేసిన సుమార్తెదారు నిమిషములకంతయు తలనొప్పిపోయి మిక్కిలి సంఘోషముగానుండును. ఇట్లే పార్శ్వపునొప్పులను పోగొట్టవలసివచ్చినయెడ కణతలను జూచుచు వైవిధముగ నీమనోశక్తి నుపయోగించుము.

బెల్లమును పేడగా జేయుట.

నీవైకనితో బెల్లము నందరుజూచుచుండగనే దెప్పించి నీచేతనుంచుకొని దానియందు నిమనోశక్తి నుపయోగించుము.

“ఓ బెల్లమా నియందు తీపిలేదు. నిన్నవలెన నోటిలో వేసికొన్న పేడవలె నుండువుగాక” అని నీలోనీవు కొంతసేపు తలంచి, పిమ్మట నీవద్దనున్న వారికి కొంచెముకొంచెముగా బెల్లుము. అహో, యిదేమి యాశ్చర్యము. బెల్లమును నోటిలో వేసికొనగా పేడవలెనున్నదని యందరాశ్చర్యమొందెదరు. అహో, బెల్లమును పేడగను పేడను బెల్లముగను మాస్సులుంతులవిపరీతము! పూర్వము భీమకవిని బ్రాహ్మణులు భోజనపంక్తికి రానివ్వని కారణంబున కోపమునుజెంది, అప్పాలెల్లను కప్పలుగావలెననియును, అన్న మెల్ల నున్నముగావలెననియును, అయ్యలెల్ల కొయ్యలుగావలెననియును పలికినమాత్రమున ప్రతిదియు నట్లే మారెనని చెప్పు వాడుక పిన్న పెద్ద లందరకును దెలిసినవిషయమై యున్నది. ఈమాటలు విన్నప్పుడు కొందరజ్ఞానులు సర్వాబద్ధమనీయును, వేడుకార్థమై దీని నెవ్వరో గల్పించిరనియును బల్కుచుందురు గాని యట్టిమూర్ఖులు నీవీ బెల్లమును పేడగమార్చుట చూచినప్పుడైన నిజమని తలంపరా? “కఠినచిత్తమెప్పుడు కరగింపగారాదు” అని చెప్పిన ప్రకారము కొంతమందిమూఢు లప్పటికిని నీవేదో గారడీచేయుచున్నావని నమ్మకుండుటగూడ నొకానొకసమయమున తటస్థించును. అట్లు నమ్మనివానిని యతనిచేతనే బెల్లమును జెప్పించి యాతనిచేతనే యుంచుకొమ్మని చెప్పి నీమనోశక్తి నా బెల్లముపై పైనుదహరించిన విధమున నుపయోగించుము. తదనంతరము నీకా బెల్లము పేడగామారినదని తోచినప్పుడు తినుమని చెప్పుము. అహో యతనియవస్థనేమని చెప్పుదును. నోరంతయును

మురిగినపేడవలె కంపుగొట్టుచు బహు యసహ్యకరముగనుండును. కాన యాతనికిట్లు వైనవచించినమాడ్కి ప్రాయశ్చిత్తమునుజేసి పంపినయెడల వానికి నమ్మకము గల్గును. ఇట్లు నేననేకపర్యాయములు వెక్కుమూర్ఖులకు ప్రాయశ్చిత్తములు జేసియుంటిని. కాని వారిపేరిచ్చట యుదహరించుట భావ్యము గాదని మానివేసితిని. ఇటువంటి వినోదములను పెక్కింటిని నేను వినాలిపురమునంగున్నప్పుడు నామిత్రులకందరకును పలుమారు చూపించుచుంటిని.

చేతిలోని చీట్లపేకముక్కను చేతిలోనె మార్చుట.

చిట్లపేక నొకదానిని దెప్పించి బాగుగ గలిపించి చూడవచ్చినవారిలో నొకనిని ముక్కను దీసికొనుమని చెప్పి యందరకును చూపింపుమనుము. ఏపుగూడను చూడుము. పిమ్మట సోదరులారా, యీముక్కను మీరును నేనునుగూడ చూచి యేయున్నాముగదా. దీనిని బహుజాగ్రత్తగ మీలో నొకని యొద్ద దాచియుంచుమని యడుగుము. తరువాత నీలో నీవు నున్ననునది దీక్షిందివిధముగ ననుకొనుము. “ఇప్పుడాతనియొద్ద దాచియుంచినది కళానకు జాకీయేయని పలువురుజూచియున్నచు చూచినముక్కమాత్రముగాక మరొకటి కావలెనని దృఢముగ దలంచుచుండుము. ఆహా, యేమి నీమనోశక్తియొక్క ప్రభావము ! ప్రతివారికిని కనులను కప్పుచున్నదే ! ఈ వింతను జూచిన యెట్టిమానవుడైనను మనోశక్తిని నమ్మకుండునా ? అప్పటికిని నమ్మకుండిన నేను వైనవ్రాసిన ప్రాయశ్చిత్తమును జేసి బంపుచుండుము. అప్పటికి గానివానికి నమ్మకముబుట్టదు.

దీపము నార్కుట, కాంతి తగ్గించుట.

మన గృహములయందు సామాన్యముగ నుపయోగించు దీపము నొకదానిని మనకెదురుగా మనకొక యుడుగున్న ర దూరమున బెట్టించి దానివంక సరియైన దృష్టితో చూచుచు సీమననునందిట్లనుకొనుము. “సీకిక వెలుగుటకు శక్తిలేదు, వత్తిద్వారా నూనె యెక్కను” అని సీమనుకొనినతోడనే దీపము కళాహీనమై యారిపోవుటకు సిద్ధముగ నుండును. ఇంకను సీమనోశక్తి నుపయోగించిన బొత్తిగా నారిపోవును. అల్లారిపోవుటకు ముందు సీమనోశక్తిని నురల దీపముపై కాంతిగా వెలుగుటకై యుపయోగించుము. తరువాత దీపమేప్పుటివలె వెలుగుట కారంభించును.

నిద్రను బోగొట్టుట

మీ గ్రామమునం దెవ్వనికైన నిద్రాదేవతబట్టి గాఢించుచుండిన పాపమాతని కెన్నివిధములో నష్టములు గలుగుచుండును కాన సీవట్టివానియందు దయగలవాడవై నిద్రాదేవతబారినుండి తప్పింప ప్రయత్నింపుము. అట్లు పరపీడలను బోగొట్టుచుండిన నీకు మిక్కిలి శ్రేయస్కరము. కాన సీవతని యెదురుగా రెండడుగుల దూరమునందు గూర్చుండబెట్టుము. పిమ్మట వాని కనుబాములమధ్యజూచుచు (సిద్దృష్టి నుపయోగించుచు) మనోశక్తితో “నీకు నిద్రాదేవత బాధతోలగిపోవును. రేపటినుండి మావలెనే చురుకుగానుండువు. నికీదేవత బాధ వదలుటకొరకే నాకడకు తీసికొని రాబడినావు” అని యనిన

వెంటనే యాతనికా నిద్రబాధ కొంత తొలగిపోవును. ఇట్లే మరునాడుకూడను నీమనోశక్తి నాతనిపై పైనుదహరించిన విధమున నుపయోగించినయెడల నాతని నిద్రబాధ తొలగిపోవును. ఇట్టి మేలులను ప్రపంచమునందు నీవనయము జేయుచుండుటకు ప్రయత్నింపుము. అందులకై సర్వేశ్వరుడు నీకింకను గొంతశక్తినియ నుత్సాహమును జెందుచుండును.

ఇసుకను పురుగులుగా మార్చుట.

నిన్ను కొంత యిసుకను దెప్పించి దానిని ప్రతివారికిని జూపింపుము. చూచినవారందరదిచూచి యిసుకని బల్కుదురు. తదనంతరము నీవా యిసుకను జూచుచు “నీకు నీటిమీద తేలగలశక్తిని నేనిచ్చుచున్నాను. నీటిమీద తేలి పురుగులాడినట్లుగ నాగుడు” అని నీమనోశక్తి నుపయోగించి పిమ్మట యిసుకను చెఱువునందు గాని లేక భావియందుగాని జల్లుము. పురుగులవలె ననేకచిత్రములుగ భావియం దమితముగ జేరి చూచుట కి సహ్యకరముగ భావిసీటియందు గందరగోళమును జేయుచుండును. ఇదిచూచి ప్రతివారు మిక్కిలి వింతనొందుచుండును. అట్టి సమయమున నీమనోశక్తిని భావియందుచూచుచు పురుగు లెక్కువయగునట్లుపయోగించుము. చూచువారికిను మిక్కిలి యాశ్చర్యమొంద పురుగు లెక్కువగుచుండును. ఇట్టివినోదములుజేయుచు నీవే గ్రామమునకుగాని పట్టణమునకుగాని వెళ్లిన నచ్చటనే చాలమంది స్నేహితులను సంపాదింపగల్గుదువు. ఇటువంటి వింతకార్యములను నాస్నేహితుల కెల్లరకును పలుమారు చూపియుంటిని.

బెణుకులను పోగొట్టుట.

నీళ్ళి హితులకెవరికైన చీయియో లేక మెడయో బెణికినదని వచ్చినవెంటనే యతనిని నిలుచుండబెట్టిగాని లేక కూరుచుండబెట్టిగాని యా బెణికిన స్థలమును జూచుచు “నీకు బెణికిన స్థలమునందు బాధతగ్గిపోవును. చెదిరిననరము మరల యథాస్థానమునకు వచ్చుచున్నది” అని సీమనమునందు దృఢముగ నీచిత్తశక్తిచే తలంచిన పిమ్మట నీళ్ళి హితుని బాధ స్థలభముగ పోవును.

నామిత్రుడగు వెంపటి సూర్యనారాయణ వామనేత్రము భయంకిరంబుగ నెఱ్ఱబారి నిమిషకాలమైనను పుస్తకమును చదువనియ్యకుండెను. అట్టి సమయమున నేనాయన బాధనుజూచి నామనోశక్తిని సుమారు మూడునాలుగు నిమిషములుపయోగించితిని. చదునాటికాయన నేత్రము యెఱుపు, నాపు, బాధ మొదలయిన వేమియు లేక శుభ్రముగా నుండినందున సంతోషముగ నాయన నాగదికివచ్చి యాతని సంతోషమును నాయెడజూపి నన్ను మెస్మరిజమాను నేర్పుకొను విధానములడిగి తెలిసికొని యాయనగూడ యభ్యాసముజేయ మొదలిడెను.

తెనాలిపురమునం దాంగ్లభాషాభ్యాసముచేయుచున్నప్పుడునాతో నిత్యమును సుమారిరువదిమందికి తక్కువయండెడివారుకారు. వీరిలో నందరును సామాన్యముగ మెస్మరిజముచేయ నభ్యాసము ప్రతిదినమును నాతో ప్రోత్సాహమును జేయబడుచుండిరి. నేను జేయు వింతలను ప్రతిదినమును జూచుటకై

వీరందరును స్కూలు విడచినతోడనే నాగదివద్ద హాజరుగా నుండెడివారు. ఇట్లుండ నొకనాటి సమయమున నీమిత్రబృందములో నొకడగు చల్లా గోపాలరావుగారితో నెవరోయొక విద్యార్థి మెస్సరిజమనిన నెంతమాత్రమును నమ్మకములేదని పలుమారాతనితో పలుకుచున్నాడనియును తల్కారణమున నాతనికెద్దియో నిదర్శనము ప్రత్యక్షముగ జూపించవలెననియును నన్నుకోరగా నేదియో నొకటిజేయ మొదలిడుచుండ నచ్చటనున్న మరికొందరు మిత్రులతని నేడ్చునట్లు జేయుడని కోరగా నతనికి జేసినచో నతనికేమియును దెలియదని యాతని సోదరుడేడ్చునట్లు జేసియుంటిని. పిమ్మట మరికొన్ని వినోదములను జేసి యాతనికి మెస్సరిజమనందు మిక్కిలి నమ్మకమును గలుగ జేసియుంటిని.

విభూతియొక్క గొప్ప శక్తి.

సాధారణముగ భూతవైద్యులందరును విభూతిని వాడుచుండుట ప్రతివాడును చూచుచునేయున్నారు. మన ముపయోగించునటువంటి శక్తి విభూతిలో త్వరగా ప్రవేశించి రోగియొక్క దేహమును తాకిన వెంటనే యామంచి శక్తి యందులో ప్రవేశించి యాతని చెడు శక్తిని వెళ్లగొట్టును. మరియు విభూతిని కనుబామలకు మధ్య బెట్టుచు మరికొంత భాగమును లోపలకు గూడ పంపుచుండుట పలుమారు చూచుచున్నాము. దీనికి కారణం బేమియన ముఖమునందు శక్తిని త్వరలో గ్రహించు నరములున్నవని మన పూర్వీకులు గ్రహించియుండుటచే విభూతి నచ్చట బొట్టుగాను పయోగించిన మనమా విభూ

తియందు ప్రవేశింపజేసిన శక్తి ముఖనరములద్వారా దేహమునందు ప్రవేశించి రోగిని త్వరలో స్వస్థతగావించుచున్నది. మరియు నోటిలో వేసికొని తినిన యెడల గర్భమునందాహారముతోగలసి రక్తముగామారి దేహమునందెల్లభాగములకును మనముపయోగించిన శక్తి ప్రవేశించి రోగమును కుదుర్చుచున్నది. భూతవైద్యులు విభూతినితీసికొని మంత్రించి యిచ్చుదురు. ఆవిభూతిని మంత్రించునప్పుడు దానియందర్థమిది: “భూతపీశాచములచేగాని జడిసినందువలనగాని ప్రవేశించిన చెడుశక్తి నీయందండి తొలగిపోవుగాక. నేటినుండి నీవారోగ్యముగా నుండువుగాక” అని భూతవైద్యునియొక్క మనోశక్తినుపయోగించి యిచ్చును. ఇట్లు నాశక్తిని విభూతియందు ప్రవేశింపజేసి పలువురను నిద్రబారినుండియు, సోమరితనమునుండియు, తలనొప్పినుండియు తొలగించియుంటిని.

దూరముననున్న వారేమిచేయునదియును జెప్పట.

నీవు ప్రతిదినమును నిద్రనుండి లేచినతోడనే తూర్పుముఖముగా గూరుచుండి నీమనసునందేమియు తలంచకుండు (Thoughtless) గా కొంచెముసేపనగా నుమారు రెండు నిమిషములకాలముండుము. ప్రతిదినమిట్లు వాడుక చేయుచున్న నుమారొక నెలదినంబులకు నీమనసునకొక శక్తి గలుగును. ఈ యభ్యాసమును చేయుటకు మొదట నీకు మిక్కిలి స్నేహము గలవానిని సమీపముననున్న గదిలోనికిబంపి యెద్దియో నొకచేతిలోవస్తువు నొకదానిని పెట్టుకొనుమని చెప్పుము. తదనంతరము నిశ్చలచిత్తముతో నీవు కొంచెముసేపూరకుండి

నిమిత్తునావస్తువు నేచేతిలో బెట్టుకొనెనని ప్రశ్నించుకొనుము. తక్షణమే నీమనస్సునకొకచేయి పోచును. పిమ్మట నీస్నేహితునిబిలిచి మిత్రమా! నిన్ను ఫలానిచేతిలో నావస్తువును బెట్టుకున్నావని చెప్పుము. ఇట్లు నిన్నుచెప్పినయెడ నీస్నేహితుడ త్యక్తులముగా నీన్ను మెచ్చుకొనును. కొన్ని సమయముల యొకగు తప్పిపోవుటయుగూడ సంభవించును. కాని దినసాధనమువల్ల కొన్ని నాశ్యకు సరిగా జెప్పగలుగుచువు. ఈవిధముగా నెక్కువశక్తిని సాధించిన పిమ్మట దూరముననున్న బంధుమిత్రుల మొక్క ధేమసమాచారములను, వారు తత్కాలమున జేయు పనులనుపైతము జెప్పగలవు. ఇట్లు విశేషించి మనోశక్తిని సాధించిన కారణముననే భూతభవిష్యద్వ్యతేమానము మనఋషులెల్లరుచు చెప్పగలిగియున్నారు. కంటిగా! యానాపక సంశించిన కారణమున మనదేశమునందిప్పడట్టిశక్తిని గ్రహించినవారకుమగనుట తటస్థించినది. వేయేల, మిక్కిలిన విశేషించి మటువంటి నొప్పై కిని సాధించుటకు ప్రయత్నింతుంటే మిక్కిలి నమ్మియున్నారు. ఇట్టి నాపకన జేయు ప్రయత్నమునకును జెప్పనిస్పృహయొందు జన్మించిన ప్రాణికోటుల స్వభావమును జాలిగలవాడై "అహింసాపరమోధర్మః" అను పెద్దల నాక్యము ననుసరించి ప్రవర్తించుచుండవలయును. సాధ్యమైనంతవరకే ప్రపంచమున నెట్టి ప్రాణికిని కష్టమును గలుగజేయకుండ నిజముగా నీవేదినమునను జీవహింస చేయుచుండుటలేదని నీ మనస్సాక్షిగా నమ్ముమాడిన చాలును. సమస్యను దేశశాంతిమును లేకుండగ కాలమును గడుపుచుం

జిన నిశ్చయముగా నీవైకవిధమైన ధైర్యముగ్గి చూచుటకెల్ల రకును మిక్కిలి సంజోషముగా నగుపడుచుండువు. ఇంతకన్న నీకెక్కుడుభాగ్య మెయ్యది? నీన్నేహితులలో నెవరికైన కొంచెము జిబ్బుగానుండినగాని లేదా యేదైన కష్టములందు చిక్కియుండినగాని యాతడు దూరముననున్నను నీమనస్సెంత యు కలవరపడుచు నేమియు దోచకుండుట పలుమారు మన మందరమును చూచుచునేయున్నాము. కంటిరా! మన మనోశక్తికై పాటుపడకుండనున్నప్పుడే దూరముననున్న మన స్నేహితులకెదియో కష్టము సంప్రాప్తించిన దైనమహిమచే యాతనికి కష్టకాలము సంప్రాప్తమాయెనని మన కేదియో యొకవిధంబుగ తెలియుచున్నప్పుడు మనోశక్తికై విశేషము గా పాటుపడ సంపాదించినపిమ్మట యోగక్షేమములను కను గొనలేకయుండెదమనిచెప్ప నెవ్వరైన నాహసింపగలరా?

సామాన్యముగ మనము భోజనము చేయుచున్నప్పుడు గాని లేక కాఫీ మొదలగునవి త్రాగునప్పుడుగాని మనలో నెల్లరకును పలుమారు కొరమారుచుండుట చూచుచునేయున్నాము. అట్టిసమయమున బంధుమిత్రులలో నెవ్వరో కొంత మంది మనలనుగురించి యనుకొనుచున్నారని మనపెద్దలందఱును జెప్పుచుండుట పలుమారు వినియున్నాము. ఇదియును విచారించ వాస్తవముగ మనోశక్తివల్లనే గలుగుచున్నది. ఈ విషయమునుగురించి యనేకపర్యాయములు నేనును నా మిత్రులును గలసి పరీక్షించియుంటిమి. ఇందుకెన్నడును మాకు పొరపాటు వచ్చియుండలేదు. గాన చదువరులారా! మీ రీ

విషయమును గురించి బాగుగ విమర్శించి చూచిన మీకు గూడ నట్లేగా నుపించిన పుణ్యనయనుకొనక మానరని తలంచుచున్నాను.

ఈ మనోశక్తిని సంపాదించుటకు ప్రతిదినమును సూర్యోదయమునకు పూర్వమే లేచి నిత్యకృత్యములను సల్పి పిమ్మట స్నానమాచరించవలెను. ప్రవహించుచున్న కృష్ణ, గోదావరి, గ గ, సింధునదులలోగాని, వాటి యుపనదులలోగాని లేక నెట్టి యుపనదులనుండి త్రవ్వబడిన కాలువలలోగాని లేక నెటువంటి పారుడునీటియందుగాని స్నానము చేయుట మిక్కిలి శ్రేయస్కరము. పారుడునీటియందొక శక్తియున్నది. మన పూర్వీకులు జ్ఞానాధిక్యము గలవారు గనుకనే యెల్లనదులను మిక్కిలి పూజనీయముగా నెంచి యేటేట నదీదేవతలకు మ్రొక్కునట్లేర్పాటు జేసియుండిరి. కాని యేబావికిని మ్రొక్కునట్లేర్పాటు జేసియుండలేదని హిందూజాతికంతకును విశదమై యున్నది. కాన నదీజలమునందు జలకమాడుట చాలమంచి దని నాయభిప్రాయము. కదలిక లేక చెరువస్తువులెల్లను క్రుళ్ళి నేలకొలది పురుగులు నిటియందంతయును మనకనులకు గాన రానంత చిన్నవిగా నావరించి చూచుటకుమాత్రము బాగుగ నున్నను కదలిక లేని నిటియందు జలకమాడుట మంచిదిగాదని ప్రపంచజ్ఞానముగలవారందరకును తెలియును. అవహా, కొన్ని కొన్ని గ్రామములకు కాల్యల వసతులుగాని లేక రెండవ పక్షమున బావులవసతులుగాని లేని హేతువుచే చెఱువుల యందునీటిని వాడుకొనువారి సౌఖ్యమేమని చెప్పవచ్చునో చదువరులే గ్రహింతురుగాక.

సానయోగ్యమును నీటిని దెచ్చుకొనుటకై ప్రత్యేకముగ, నొక చెఱుపురాడిననారి విషయమై చెప్పవలసిన దంతగా లేదుగాని త్రాగుటకు దెచ్చుకొను తటాకమునందే బట్టలనుతుకుటయు, స్నానముచేయుటయు, పశువుల కడుగుటయు, వలులువేసి చేపలను బట్టకొనుటయు మొదలగు సురాచారిములు గలిగిన గ్రామారోగ్యమును గురించి చెప్పవచ్చును. నీన్నయన్న మంతయును వెలికివచ్చుటకు ప్రయత్నించుచుండునుగదా! కాన చదువరులారా! మీ గ్రామమునందలి వంటి యలవాటులుండినచో వాటిని లేకుండజేయ ప్రయత్నింపుడు. లేక యటవంటి చెఱుపులకు ప్రక్కలనే భావులను త్రవ్వించి యగునుండి యూరుచుండెడి జలమును పానయోగ్యముగ నుపయోగించిన మరకొంతవరకు భాగుండును. మీ గ్రామమునందును సేమాటవినరని నీకు భయమునందేచో మనోశక్తి సుపాదించి వాటికొదరకును నిపుజెప్ప హింస దేశములను సరిగా నుండి విననట్లు జేయుము. తద్వారా సేవనేకీమందికీ మేలొనర్చినవాడవగుచువు.

స్నానములు మొదలైనవిజేయు ముట్టికి చెఱుపులయందు నీటిని త్రాగుటకుగూడ నుపయోగించెడు గ్రామములయందు నివసించువారెల్లరును సామాన్యముగ నెద్దియో నొక రోగముచే నిరంతరము బాధపడుచుండుట నిశ్చయము. ఇటువంటి గ్రామములను పెక్కింటిని నేను చూచియున్నాను. నేను చెప్పినట్లుగనే సామాన్యముగ ప్రతివారును యెద్దియో నొక రోగముచే బాధపడుచుండుటయు గలదు. చదువరులారా

రా! మనోశక్తిని సంపాదించుటకు వాడుక చేయునపుడు శత
 విధముల పాఠశునిటియగును జలకమాడుట శ్రేష్ఠము. రెండ
 వపక్షమున కూపజలముగూడ తగినవసతులున్న యొకవిధము
 న మంచిదనియే నాయభిప్రాయము. ఇట్లు నీవు స్నానమాచ
 రించునపుడు జలమునంగంతు మనోశక్తి నీలో ప్రవేశించుచు
 స్పృశియును, తత్కారణమున నిశ్చరమంతయు పదారువన్నె
 బాగారువలె మోఱునుననియును దలంచుచు నిశ్చెన్నడును దే
 హస్వాధి గలుగదనియును మిక్కిలి దృఢముగనమ్ముచు సాధ
 నము చేయుచుండుము. స్నానమాజేయనపుడు ప్రతియవయవ
 మును శుభ్రముగా ముకొనుచు సుమారొక యరగంట
 కాలమునరకు జలకమాడుట ముగింపనలెను. ప్రతిదినమిట్లు
 చేయుచుగడిన శిరీరమంతయు బాగారుచోక్కాను తొడిగికొ
 న్నుట్లు తళితళమోఱుచు బుదిబలము పెంపొంది యంగబలము
 నంగు మిక్కిలి వృద్ధిబొందిన వాడనై చూచువారిల కెల్లరకు
 ను కిన్నులపంపిపుగ నంతునట్లు గాన్పించుచుండువు. ప్రతి
 దినమును పైనవచింపిన విధమున స్నానమాచరించుచు మనో
 శక్తికై యభ్యాసము చేయనలెను. అట్లుచేసిన వాడు త్వరలో
 యు శక్తిని పడయుచురని నేను మెక్కి వక్కాణింపగలను.
 దొంగలు నివెంటబడి కొట్టనచ్చినప్పుడు నీకడ్డమువచ్చిన పెద్ద
 కాలువలను సముతము దూకగలుగుచున్నావు కారణమెద్ది
 యన దొంగలు వెంటపగొనినప్పుడప్పుడు నీవు పారిపోవు
 చుండగనే కాలువడ్డుపడినను దూకగలవను ధైర్యముచే య
 వలీలగ దూకుచున్నావు. కాబట్టి యిచ్చట నీమనోశక్తిని యు

పయోగించియుంటివి. అందువలన దూకగలిగియున్నావు.

నేనొకనాటి సమయమున నాప్రాణమిత్రుడగు కొత్త సీతారామయ్యగారిని జాగర్లమూడి గ్రామమువరకు సాయం తనమున మాటలాడుచు వెళ్ళి మరల సూర్యాస్తమయమగు సమయమున బయలుదేరి కరీంనాపేబు అనువాని గుట్లపు బండిలోనెక్కి వచ్చుచుండగ మార్గమునందొక త్రాచుపాము కాలవశమున బండివాని కంటబడెను. పిమ్మట వాడు భీతిని జెంది బడినాపి నాకాకృష్ణసర్పమును జూపించెను. ఇట్లుండ మఱికొంతమంది ప్రయాణీకులు గుమిగూడి పాము పడగవిప్పి యాడుచుండుటచూచి మిక్కిలి భయమును జెందుచుండి. అట్టిసమయమున నేనుబండినుండిదిగి చల్లగా పామును సమీపించితిని. అచ్చటనున్న వారందరు నన్ను బోసలదని యటచు చుండిరి. వారిట్లటచుచున్న సమయమున నాశక్తి నాపాము పై యుపయోగించితిని. అచ్చటనున్న వారందరును వింతజెందునట్లుగ పామాడక పడగనుమూసికొని చల్లగా భూమిపై పడుండెను. పిమ్మట నేను పామును సమీపించి కొంచెముసేపు దువ్వి యాడించియుంటిని. చూడవచ్చినవారినొక మొకమనావెనుక భాగముగవచ్చి చుట్లకట్టతో నొక్కదెబ్బను చచ్చునట్లుగ బాది యంగలకు పురునకు సమీపమి ననున్న కాల్యలో బడవైచెను. ఇట్లే నేననేకపర్యాయములు పాములనాడించి జనులందర కాశ్చర్యమును పలుమారు గావించియుంటిని. చదువగులారా! మీరుగూడ మనోశక్తియను మెస్సరిజమును నేర్చుకొని జనులకు మేలుజేయుటకై పాటుపడుచుండుడు.

ఈమనోశక్తికై మీరుత్సాహముతో యభ్యాసము జేసినచో తేళ్ళు మొదలగువానిచే గలుగు బాధలను నుమార్తె దారునిమిషములతో నివర్తింజేయగలవారగుదురు.

రాయిని మిక్కిలి సుందరముగల పిట్టనుజేయుట.

నీచేతిరుమాలును తీసికొని నీచేతులతో విడలించుము. పిమ్మట యొకరాయిని భూమిపైపెట్టి దానిపై నీచేతిరుమాలును కప్పము. తరువాత నీమనోశక్తిని రాయిపై యీక్రిందివిధమున నుపయోగించుము. “నేనీరాయిని పిట్టవలెజేసి ప్రతివారికిని చూపించగలను. ఈరాయి నిశ్చయముగా పిట్టయగును. చూచుటకు మిక్కిలి ముద్దును గలిగించుచుండును. విశేష దూర మెగిరిపోలేదు” అని నీమనోశక్తి పావుగంటసేపుపయోగించిన రాయిబోయి పిట్టగానుండి బహువింతగా యరచుచు కొంచెముకొంచెముగా యెగురుచుండుట కలవాటు జేయునట్లు నటించుచు. పట్టుకొనినచో ప్రాణములుబోవుననుభీతిచొప్పున దాని నెవ్వరంటుకొనుటకైన సాహసింపరు. ఇట్టి విచిత్రములగు పనుల నెన్నింటినోజేసి నామిత్రులను పలుమారు సంపాదించిపెట్టియుంటిని.

ముఖ్యాంశములు :

ఇంతటిమహిమగలిగిన మనోశక్తిని సంపాదించుటకు వాడుకచేయుచున్న తత్కాలము సంసారసుఖములను గోరినయె

డల సంప్రాప్తించుట చాల యాలస్యమగును. అదియునుగా
 క మెస్మరిజిజమునం దాసక్తియును తగ్గిపోవును. ఇగదాకతన
 దీనిని యభ్యాసము చేయుచున్నంతకాలమైనను సుఖమును
 గోరకుండుటయే యుత్తమము. అభ్యాసముచేయుచున్న దిన
 ములలో విశేషించి గుతరులలో మాటలాడుట తగ్గించవలె
 ను. “ముఖ్యమైన విషయములను గురించి మాటలాడుచుండు
 ము. సాధ్యమైనంతవరకు గుంటరిగ ప్రయాణము జేయుచుం
 డుము. అట్లు వీలులేనిచో ప్రాణమిత్రులలో మాత్రము సీకా
 రునకు వెళ్ళుచుండుము. మీ గ్రామమునకుగాని పట్టణమునకు
 గాని నీకేదిక్కునకు వెళ్ళుటకిష్టముగానునో యాదిక్కునకే సీ
 కారునకు వెళ్ళుచుండుము. ఒంటరిగాబోవుచున్నప్పుడు మెల్ల
 గా గాలినిపీల్చి నిలువగలిగినంతసేపు మెల్లగా బయటకు
 విడిచివెట్టుము. నడచునప్పుడు వేరుగలిగినంత యాగ వేయు
 చుండుము. నడచునప్పుడు నడచును సంగీతము వాడకుము.
 నడుమును వంచి నడువకుము.” మైన జెప్పినవిధమున కొంతద
 వ్వునడచి నిర్జనప్రదేశమున గాలికెగురుగా కూర్చుండుము.
 గాలి కదలకయుండినయెడల నాగ్నేయములముఖముగి కూ
 రుచుండుము. అట్లుకూరుచుండినపుడు నీరొమ్ముచు బాగుగ
 ముందరికి విరిచి పిమ్మట మెల్లగా గాలిని లోనికి పీల్చుము.
 నీవాపగలిగినంతసేపుంచి మెల్లగా నదలివేయుచు నిశ్చలమున
 స్తుగలవాడవై సుమారువదియారుపర్యాయములు ప్రతిదిన
 మును జేయుచుండుము. ఇట్లు పుండలదినము లాచరించిన నీ
 మనంబున కొక యుత్సాహమును, ధైర్యమును బొడముచుం

చును. మండలాంతిమున పరిశుభ్రముగు యద్దము నొకదానిని దెప్పించి నీ ప్రతిబింబమందుజూచుచు “అహా! యేమి నారూపలావణ్యము? నాకన్న యందముగ నుండువారలెవరు? నా భాగ్యమేమని చెప్పవచ్చును” అని నీలోనీవైక గదిలోనికి ప్రవేశించి యనుకొనుచుండుము. ఇట్లు పదునైదుదినములభ్యాసము చేసిన తదనంతరము సిద్దహబలమునందును రూపలావణ్యమునందును శారితమ్యత నికే శాలియునుగాక.

రూఢాయాసి చరచర ప్రాకివచ్చునట్లు చేయగలుగుదునా లేదా యని ప్రశ్నించుకొనినప్పుడు నీవద్దనుండు పెన్సలు నొకదానిని నున్నని స్థలమునందుబెట్టి దానికెదురుగా సుమారిరువదియంగుళముల దూరమున గూరుచుండి కిదలిరమ్మని సమనోశక్తి నుపయోగించుము. అప్పుడు పెన్సిలు చక్రము దొగి నట్లు దొర్లుచు నీసామీప్యమునకు వచ్చును. అట్లు రాసిచో సవింకిను కొన్నాళ్ళు సాధనము (Practice) చేయవలసి యుండును. మరిల కొన్నాళ్ళు సాధనముచేసిన పిమ్మట తప్పక కిదలివచ్చును. ఇటువంటి యభ్యాసమును చేయువారు ముప్పదియైదు సంవత్సరములకు లోపువారైనచో త్వరలో శక్తిని సంపాదింపగలవారిగుమరు. ఏవస్తువునైన కిదలివచ్చునట్లు జేయదలచిన యెడల నావస్తువుయొక్క బరువంతయు (Centre of gravity) నే స్థలమునందుండునో యాచుక్కనకి సిద్ధుష్టిని నిల్పి కిదలిరమ్మని మనోశక్తి యుపయోగించుము. సీమనోశక్తి నెంతటిశక్తి (Force) ప్రయోగింతునో యంతటి త్వరలో గింతులువైచుచు నడచుచుండును. ప్ర

తివారద్భృతపడుదురు. ఇటువంటి చిత్రపుపనులను జూచినవారందరును నీకు మిత్రులగుదురు. నీవు రూపాయి నెట్లు నడిపించితివని నిన్నెవరయిన యడిగినయెడ నేమియునుదాచక యెల్లయును తెల్లంబుగజెప్పి యతనినినైతము మనోశక్తిని సంపాదించ ప్రోత్సాహమును జేయుము. ఇట్లు నన్నడిగినవారి నందరను మెస్మరిజమును యీమనోశక్తిని సంపాదించుటకు పలుమారు ప్రోత్సాహమును జేసియుంటిని. తత్కారణమున నాకు మిత్రులగువారందరును సాధారణముగ మెస్మరిజము నభ్యాసము చేయుచుండినవారైరి.

రూపాయిని గంతులువేయుచు విధము

రూపాయియొక్క మధ్యభాగమున జూచుచు “గంతులువేయుచు కదలిరమ్ము” అని నీమెస్మరిజ ముఖయోగించుము. అప్పుడు రూపాయి గంతులువైచుచు నీవద్దకు పరుగెత్తుకొని వచ్చును. లేక రూపాయిని జరిగివచ్చునట్లు జేయవలెనన్న యంచును చూచుచు “కదలిరమ్ము” అని మనోశక్తి యనుకొన్నమాత్రమున జరిగిజరిగి నీయొద్దకు నెమ్మది నెమ్మదిగా వచ్చుచుండుట ప్రతివారునుచూచి మిక్కిలి యాశ్చర్యమొందెదరు. అట్లు రూపాయిని నడపించుచున్న సమయమునందు దీపకాంతిగాని మరెట్టికాంతిగాని నీకంటికి తగిలినయెడ నీశక్తి త్వరలో ప్రవేశించి రూపాయి కదలజేయలేదు గావున నీకంటి కెవ్విధమైన కాంతిగాని తగులకుండునట్లు జేసికొని రూపాయిని నడపించుటకై ప్రయత్నము జేయుచుండుము. అట్లు

జేయుచుండిన నీవు ప్రతిపర్యాయమును నడిపించగలవాడ వగుదువు.

చదువరులారా! మీలో నెవ్వరైన బజారున బోవుచు న్నప్పుడు కుక్కలరచుచు గందరగోళమును జేయుచున్న యెడల మీమనోశక్తి యనునది వానినన్నిటి నణవకుండగ జేయగలను. ఎట్లన అణచుచున్న కుక్కలనుచూచి “ఓకుక్కలా గా, మీకణచుటకు శక్తిలేదు, నోరుమూసికొని యూరకొనుడు” అని నిశ్చక్తి నుపయోగించిన తక్షణమే వానిగుంపి చల్లారినట్లు నిశ్శబ్దముగా నుండును.

చేతిని వంచలేకుండ జేయుట.

ఒకనినిబిలిచి యాతనిచేయిని చాచుచునిచెప్పి పిమ్మట నీదృష్టిని ప్రమోగించుచు మనోదృఢమున “నీచేయిని వంచబాలవు. నీచేయియందు రిక్తము ప్రవహించుచుండుటలేదు. నరములు బలహీనముగ నున్నవి. నీవు చేయిని వంచగలవని నేననినదాక నీకు వంచుటకు శక్తిలేదు” అని యనుకొనుచు చల్లగా చేయిపై యూదుచుండుము. అయిదారు నిమిషము లిట్లు జేసిన తరువాత చేయినివంచమని యడుగుము. పిమ్మట వాడట్లుచేయుట కిశక్తుడగును. అదంతయును సీమనోశక్తివలననే జరుగుచున్నది.

ఎవరైన నిద్రబోవుచున్న సమయమున నిద్రనుండి మేల్కొనజేయవలెనన్న యాతని కనుబామలమధ్య నిదృష్టి ను

పయోగించుచు “లెమ్ము పెద్దమ్మనారు నిన్ను విడచిపోవుచు
న్నది. నీకిక నిద్రరాదు మేలుకొనుము” అని సమనోశక్తి నుప
యోగించుచు మెల్లగానూచుము. అంతట నిద్రబోవువాడు
కొట్టిపిలిచినవానివలె చప్పున మేల్కొనును.

కోడిపుంజును నిద్రబుచ్చుట.

కోడిపుంజు నొకదానిని దెచ్చి దానియెడనువంచి రె
క్కలసందున బెట్టి కొంచముసేపు పట్టుకొని “నీకు నిద్రవచ్చు
గాక” అని దృఢముగా తలంచుచు దానివీపుమీద సినోటిని
చల్లగా యూచుము. ఇట్లుజేసిన యైదారునివిషములకా కోడి
పుంజు నిలుచుండియే నిద్రపోవుచుండును.

తేలుబాధ మాన్పుట.

ఎవరినైనను తేలుకుట్టినయెడల కుట్టినచోటున ఏదృష్టి
ని నిలిపి సమనోశక్తి స్క్రిందివిధమున నుపయోగించుము “తే
లువిషము నిన్నేమియు చేయజాలదు. ఒకవేళ సినరములద్వారా
రా బాధ పైకెక్కినను తప్పక దిగును” అని సమననునంద
నుకొనుచు బాధగలచోటున చల్లగా నూచుచు చేతిని చూ
చుచుండుము. ఈవిధముగ పెక్కువిధములగు బాధలను కడు
సులభముగ సమనోశక్తివలన కుదర్చగలుగునువు.

స్నేహమును గలుపుట.

మీ గ్రామమునం దిద్దరు బలవంతు లొకనికొకరికి సా

పడక విరోధముగా నుండిరనుకొనుము. వారిద్దరేకీభవించిన గాని మీ గ్రామమునందు నెమ్మదిగలుగదనుకొనుము అట్టి సమయమున నీవేకాంత స్థలమునకుబోయి వారిద్దరిని నుసస్సు నందు తలంచుచు “మీరిద్దరొకరినొకరిని ప్రేమించుకొనుచుం దురుగాక. నేటినుండియు నామనోశక్తి ప్రభావముచే మీకిద్దర కమితమిత్రత్వము గలుగును” అని ప్రతిదినమును మహానొక వారమువరకు నీమనోశక్తి నుపయోగించిన వారిద్దరును మిత్రు లగుదురు. అందువల్ల మీ గ్రామవాసుల కెంతయు మహానోప కార మొనర్చినవాడి వగుదువు గాన చదువరులారా! సమస్త ప్రాణికోటులయందును మనుజుడే యుత్తముడని పరిగణింపబ డినందులకు నెద్దియైన నొక పెద్దమహిమను పిన్న పెద్దలందరు బుద్ధికుశలతగలవారై సంపాదింపకుండిన మానవజాతికంతకు ను మిక్కిలి యవమానకరమైన విషయమైయున్నది. ప్రపంచ మునందు ప్రతివాకిని మిక్కిలి సహాయపడుకొని మనోశక్తి ద క్క రెండవదిగాదని చదువరులకెల్లరకును తెలియవచ్చుచు న్నది. మనపూర్వీకు లెల్లరును యిటువంటి మనోశక్తి ప్రభావ ముచే మిక్కిలి యస్ఫుత కార్యములను వెక్కిరించి జేసియు న్నారు. అట్టి మహానుభావులగువారి రక్తనిఘనాగ్ని జ్వలనమం ది మిక్కిలి యాదరింపబడిన మనోశక్తిని సంపాదించుటకు ప్ర యత్నింపకుండు సోమరులవలె కాలమును వృథాబుచ్చు సీచు ల నితర దేశస్థులెట్లు గౌరవింతురు? వారివల్ల గౌరవమును పొందుటల్లంచు తమ దేశమునందు జనించువారి నెల్లరను సో మరిపోతులను జేయుచున్నారే? ఎంతటి ఘోరపాపము! గాన

సోదరులారా! యిక నైన మీకుమారులను బంధుమిత్రులగు
 పిన్న వయసువారి నెల్లరను మనోశక్తిని సంపాదింప ప్రోత్సాహ
 ము జేయుచుండురని నేను మిక్కిలి గట్టిగా నమ్మియున్నాను.
 ఈమనోశక్తిని సంపాదించుటకు పిన్న వయస్సుగా నుండినయెడల
 పట్టుబడుట మిక్కిలి సులభముగా నుండును. కాన బాలురగు
 వారి నెల్లరను విశేషించి ప్రోత్సాహము జేయుచుండురనియు
 ను, మన దేశమంతయు నిట్టి మనాత్తుగలిగిన మనోశక్తియెల్లయె
 డల నల్లుకొని మన దేశీయుల నెల్లర నున్న తదశకు మెల్లగ దీసి
 కొనివచ్చి చల్లగ విడిపించునని నాయుల్లమునుం డెల్లపుడును
 వెలువగా సంకోచం బెల్లయెడలకు నల్లుకొనుచున్నది.

స మా ప్త ము.

10781

