జనపథం - జనపదం

## అహింస - నిత్యానంద్.

అహింస అంటే తెలియని వారెవరు? దూరదర్శన్ కార్యక్రమాలు మొదలైన క్రొత్తలో "ఎవరిమీదైనా కోపముంటే వారికి మూడు గంటలసేపు టి.వి. చూపిస్తే సరి" అని అనుకునేవారు. ఇది నా మాట కాదు సుమండీ! జనపదం. దూరదర్శన్ వారు అన్ని తరగతుల ప్రేక్షకులను రంజింపజేయాలనే ఉద్దేశ్యముతోనే కార్యక్రమాలు ప్రసారం చేసేవారు. కాని ఎప్పుడూ విమర్శించేవారికి ఔనన్నా తప్పే! కాదన్నా తప్పే! వాస్తవానికి తప్పు పట్టడమే వారికి కావలసింది. ఇది మనలో చాలామంది అలవాటైన విషయమే! రాజకీయనాయకులను చూడండి. వారున్న పార్టీవారు ఏమిచేసినా అది ఉత్కృష్టమైన పని. అదే ప్రతిపక్షమువారు ఏమి చేసినా అది నీచాతినీచమైన పని. అదే, వారు పార్టీ మారిస్తే, క్రొత్తపార్టీ చేసే పనులు ప్రశంసాపాత్రములు. పాతపార్టీ చేసేవి నీతిమాలిన పనులు. మనము మానసికముగా బాధలోనున్నప్పుడు ఎవరైనా పరామర్శిస్తే, వారు మనకిష్టమైనవారైతే "ఎంత అభిమానంతో పలకరించారు" అని, వారు మనకి ఇష్టములేనివారైతే "బాధలో ఉన్నానని వెక్కిరించడానికి ఊడిపడ్డారు. కాకపోతే మరేమిటి?" అని అనుకోవడం మనకి తెలియనిది కాదు. అయితే అహింసకి ఇంత ఉపోద్ఘాతమిస్తూ, హింసిస్తున్నాడని మీరనుకుంటే క్షమించండి.

వెనుకటికి ఒక విద్యార్థి వాళ్ళగురువుగారిని అడిగాడట అహింస అంటే ఏమిటి? అని. "హింస కానిది" అని సమాధానము వచ్చింది. మరి "హింస అంటే?", "ఏ పని చేసినపుడు అయ్యో! అనిపిస్తుందో, అది హింస". వివరముగా చెప్పాలంటే, హింస అనేది చాలా రకములు. శారీరక హింస (శరీరమును గాయపరచడం), మానసిక హింస (మనసును బాధపెట్టడం), భావనహింస (చెడు ఆలోచన చెయ్యడం) అనేవి అన్నీ హింసగానే పరిగణించవచ్చు. చాలా మంది దృష్టిలో హింస అంటే శారీరక హింసమాత్రమే. అంటే ఆయుధముతో కొట్టడం, రక్తము చిందడం, చంపడం వంటివి. ఎదుటివారిని నొప్పించేటట్టు తిట్టడం కూడా హింసే. దీనివలన వారి శరీరానికి గాయమవ్వదు, కాని మనసుకు గాయమౌతుంది. ఇకపోతే ఎదుటివారిగురించి చెడుగా ఆలోచించడం కూడా హింస క్రింద జమకట్టవచ్చు. దీనివలన ఎదుటివ్యక్తి కన్నా చెడుగా ఆలోచించేవ్యక్తికే నష్టము ఎక్కువ. ఈ మూడు రకములైన హింసలు త్రికరణములకు సంబంధించినవి. చేతలద్వారాగాని, మాటలద్వారాగాని, ఆలోచనలద్వారాగాని (మనసావాచాకర్మేణ) ఎదుటివ్యక్తికి చెడు చెయ్యకూడదు.

అహింస అనగానే మనకి జాతిపిత గాంధిగారు, గౌతమబుద్ధుడు, ఇంకా ఎందరో మహానుభావులు గుర్తుకు రావడం సహజం. అహింసను ఆచరించాలంటే ఎంతో నిగ్రహం కావాలి. మానసపూజ చేస్తున్నప్పుడు "అహింసా పరమం పుష్పం, పుష్పమింద్రియ నిగ్రహః, దయా పుష్పం, క్షమాపుష్పం, జ్ఞానపుష్పం చ పంచమం" అని ఐదు పుష్పములను సమర్పిస్తాము. కావున అహింస ఆధ్యాత్మిక సాధకునికి ప్రాథమిక లక్ష్యం. చేతలను నిగ్రహించుకోడానికి, మాటలని నిగ్రహించుకోడానికి క్రోధాన్ని జయించాలి. ఆలోచనలను నిగ్రహించుకోడానికి ధ్యానమొక్కటే మార్గము. గత సంచికలోని ధ్యానమును గురించి మననం చేసుకోండి. *