

క్షమాగుణం - ఒక గొప్ప వరం (వ్యాసం) - నారంశెట్టి ఉమామహేశ్వరరావు

పిల్లలూ! ఈ నెల వ్యాసాన్ని ఒక కథతో ప్రారంభిద్దాం. పాండురంగడి భక్తుడైన ఏకనాథుడికి సంబంధించిన కథ ఇది.

ఒకసారి ఏకనాథుడు ప్రతిష్ఠానపురం గోదావరి నదిలో స్నానం చేయడానికి వెళ్ళాడు. నదిలో స్నానం చేసి ఒడ్డెక్కి శుచిగల వస్త్రాలు ధరించి వస్తుండగా, ఒక యువకుడు ఆయన మీద తుప్పుక్కున ఉమ్మేసాడు. ఆయన మారుమాట్లాడకుండా మళ్ళీ నదిలో దిగి తలస్నానం చేసి ఒడ్డెక్కాడు. ఈసారి కూడా ఆ యువకుడు ముందు చేసినట్టే చేసాడు. మునుపటిలాగానే ఆయన నదిలో దిగి స్నానం చేసి వచ్చాడు. ఈసారి కూడా యువకుడు ఆగకుండా తొలి రెండు సార్లు చేసినట్టే చేసాడు. అలాగని యువకుడికి ఏకనాథుడుకి శత్రుత్వమేమీ లేదు.

ఏకనాథుడి దృష్టిలో మనుషులంతా సమానమే. తరతమ భేదాలు, కులమత వైషమ్యాలు వద్దనేవాడు. అనేక అభంగాలు వ్రాసి పాండురంగడిని స్తుతించేవాడు. అది గిట్టని అతని కులానికి చెందిన కొందరు ఆ యువకుడికి డబ్బిచ్చి అలా చేయమన్నారు. దూరంగా నిలబడి ఆ యువకుడు చేస్తున్నదంతా చూసి సంతోషిస్తున్నారు వాళ్ళు.

అలా ఆ యువకుడు నూట ఎనిమిది సార్లు చేసాడు. అయినా ఏకనాథుడు ఆ యువకుడిని ఒక్క పరుషమైన మాట అనలేదు. మారుమాట్లాడకుండా నదిలో దిగి స్నానం చేసి ఒడ్డెక్కేవాడు. అంతటి దయ, కరుణ, క్షమ కలిగిన ఏకనాథుడిని చూసి యువకుడి మనసు కరిగిపోయింది. అంతేకాదు అతడి నోటిలో తడి కూడా ఆరిపోయింది. ఈసారి ఏకనాథుడు ఒడ్డెక్కగానే ఆయన కాళ్ళ మీద పడి క్షమించమని కోరాడు.

రెండు చేతులతో యువకుణ్ణి లేవనెత్తి “ఇందులో నీ తప్పేమీ లేదు నాయనా! నీ దయ వల్ల నూట ఎనిమిది సార్లు గోదావరి నదిలో స్నానం చేసి భాగ్యం నాకు దక్కింది” అన్నాడు ఏకనాథుడు. అదంతా చూసిన ఏకనాథుడి ప్రత్యర్థులు కూడా చలించిపోయారు. పశ్చాత్తాపం చెందిన మనసుతో పరుగున వెళ్లి ఏకనాథుడిని క్షమించమని కోరారు. అదీ క్షమాగుణం యొక్క గొప్పతనం. క్షమతో ఎదుటివారిలో మార్పు తీసుకురావచ్చని ఏకనాథుడు నిరూపించాడు.

పిల్లలూ ఇప్పటికే మీకు అర్థమై ఉంటుంది .. ఈనెల మనం తెలుసుకోబోతున్న అంశం క్షమాగుణం కలిగి ఉండడం అని.

మనిషి జీవితంలో అన్ని అలంకారాల కంటే మంచి గుణాలే గొప్పవి. అటువంటి సద్గుణాలలో క్షమాగుణం మరింత గొప్పది.

క్షమాగుణం అంటే ఎదుటివారు చేసిన తప్పుల్ని, చేసిన నష్టాన్ని మనసులో పెట్టుకోకుండా, ప్రతీకారం తీర్చుకునే శక్తి ఉన్నప్పటికీ వాళ్ళని క్షమించి వదిలివేసే గొప్ప మనస్తత్వం. ఇది బలహీనత కాదు. అత్యున్నతమైన దైవగుణం. మానసిక పరిపక్వతకు నిదర్శనం. ఇది ఒక గుణం మాత్రమే కాదు. అది ఒక సంస్కారం.

తనపై రాయి విసిరిన వ్యక్తికి కూడా తియ్యటి పండ్లను ఇచ్చే వృక్షంతోను, చంపదగ్గ శత్రువు వచ్చి శరణు వేడితే వదిలేసే కరుణామూర్తితో క్షమాగుణాన్ని పోలుస్తారు.

క్షమాగుణం ఉన్న పిల్లలు అందరికీ నచ్చుతారు. ఎందుకంటే వారు చిన్న విషయాలకు గొడవపడరు. ఒక స్నేహితుడు పొరపాటున పెన్సిల్ లేదా పెన్ తీసుకుపోయినా, లేకుంటే తప్పుగా మాట్లాడినా, వారిపై కోపంతో ప్రతి స్పందిస్తే సమస్య పెద్దదవుతుంది. ఆ స్థానంలో “ఫర్వాలేదు” అని క్షమిస్తే ఇద్దరి మధ్య స్నేహం బలపడుతుంది.

క్షమించడం ఎంతమాత్రం బలహీనత కాదు. అది ఒక గొప్ప బలం. కోప్పడటం ఎవరికైనా సులువే. కానీ మనసును అదుపులో పెట్టుకొని క్షమించడం మాత్రం ధైర్యం ఉన్న వాళ్లకు మాత్రమే సాధ్యం. క్షమాగుణం ఉన్న వాళ్లు మనసులో శాంతిని పొందుతారు. వారి ఆలోచనలు స్పష్టంగా ఉంటాయి.

పాఠశాలలో స్నేహితుల మధ్య చిన్న చిన్న విభేదాలు రావడం సహజం. అయితే వాటిని పెద్ద సమస్యగా మార్చకుండా మాట్లాడుకుని పరిష్కరించుకోవడం మంచిది. మనం క్షమిస్తే, ఎదుటివారు కూడా తమ తప్పు తెలుసుకొని మారిపోతారు.

కుటుంబంలోనూ, పాఠశాలలోనూ, సమాజంలోనూ క్షమాగుణం అవసరం. అది మనిషిని మంచి వ్యక్తిగా తీర్చిదిద్దుతుంది. కాబట్టి చిన్నప్పటి నుంచే క్షమించటం నేర్చుకోవాలి.

“ క్షమయ జనుల కాభరణము, క్షమయ కీర్తి  
క్షమయ ధర్మంబు, క్షమయ సజ్జనగుణంబు  
క్షమయ యజ్ఞంబు, క్షమయ మోక్షంబు, క్షమయ  
సకలదానంబు, క్షమయందె జగము నిలుచు”

అని భాస్కర శతకంలో ఒక పద్యం ఉంది. క్షమాగుణం ఒక్కటే ఆభరణం, కీర్తి, ధర్మం అనీ అదే సజ్జనుల గుణమనీ, క్షమాగుణమే యజ్ఞం, మోక్షం, అన్ని దానాలకూ సమానమనీ భావం. కాబట్టి మనుషులు క్షమాగుణముతో ప్రవర్తించాలని శతకకర్త బోధించారు.

క్షమాగుణం కలిగి ఉండడం వల్ల ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఎదుటివారి మీద కోపంతో ఉంటే రక్తపోటు, ఒత్తిడి పెరుగుతాయి. దాని బదులు క్షమించే గుణం పెంచుకుంటే ఆరోగ్యం బాగుంటుంది.

ఇతరులపై కోపాన్ని, పగను పెంచుకుంటే, అది మనసుకు భారం అవుతుంది. ఎదుటివారిని క్షమించడం వల్ల మనస్సు ప్రశాంతంగా మారుతుంది.

స్నేహితుల మధ్య చిన్న చిన్న గొడవలు రావడం సహజం. ఒకరినొకరు క్షమించుకోవడం వల్ల ఆ బంధం మరింత బలంగా మారుతుంది.

క్షమించే అలవాటు ఉన్న పిల్లలు నాయకత్వ లక్షణాలను త్వరగా పెంపొందించుకోగలరు.

క్షమా గుణం కలిగి ఉండడం వల్ల అందరితో సంబంధాలు బాగుంటాయి. విడిపోయిన బంధాలు మళ్ళీ కలుస్తాయి. సమాజంలో గొడవలు, అలజడులు తగ్గి శాంతి నెలకొంటుంది. క్షమించడం వల్ల మానసిక ఒత్తిడి వంటి లక్షణాలు తగ్గుతాయి. మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. సానుకూల భావోద్వేగాలు పెరుగుతాయి. రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలంగా మారుతుంది. నిద్ర నాణ్యత మెరుగుపడుతుంది.

పైన చెప్పినవన్నీ వ్యక్తిగత ప్రయోజనాలు. అవే కాకుండా క్షమాగుణం వల్ల సామాజిక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. వాటిలో మొదటిది ఇతరులతో సంబంధాలు మెరుగుపడతాయి. రెండోది- ఇతరుల పట్ల శత్రుత్వం తగ్గుతుంది . మూడోది- సామాజిక విధివిధానాలు మెరుగుపడతాయి. ఇతరులతో కలిసి ఉండటం సులభమవుతుంది.

తప్పు చేయడం మానవ సహజం, కానీ ఆ తప్పును క్షమించడం దైవగుణం. క్షమించే గుణం ఉన్నవారు అందరి దృష్టిలో గొప్పవారిగా కనిపిస్తారు. అందుకే పిల్లలు కొన్ని విషయాలు గుర్తుంచుకోవాలి.

ముందుగా వారిలోని కోపాన్ని వదిలేయాలి. ఎవరైనా తప్పుగా ప్రవర్తించినా సరే వెంటనే కోప్పడకుండా "పర్వాలేదు" అని చెప్పడం అలవాటు చేసుకోవాలి. ఏదైనా తప్పు చేస్తే 'క్షమించు' అని అడగడానికి వెనుకాడకూడదు. అవతలి వ్యక్తి ఎందుకలా చేశాడో అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి.

మన పురాణాలలో కూడా క్షమకు ఉన్న ప్రాముఖ్యతను తెలుపుతూ శ్లోకాలు ఉన్నాయి. వాటిలో ఒకటి తెలుసుకుందాం.

"క్షమా శస్త్రం కరే యస్య దుర్జనః కిం కరిష్యతి |  
అత్యణే పతితో వహ్నిః స్వయమేవోపశామ్యతి ||"

దీని భావమేమిటంటే ఎవరి చేతిలో అయితే 'క్షమ' అనే ఆయుధం ఉంటుందో, వారిని దుర్జనుడు (చెడ్డవాడు) ఏమీ చేయలేడు. గడ్డి లేని చోట పడిన నిప్పు, దానంతట అదే ఎలా ఆరిపోతుందో.. క్షమ ఉన్నచోట కోపం కూడా అలాగే చల్లారిపోతుందని భావం.

క్షమాగుణం అనేది భగవంతుడు మనిషికి ప్రసాదించిన అత్యుత్తమ వరం . అత్యున్నత సాంప్రదాయ, ధార్మిక, మానసిక ,సామాజిక కోణాలలో చూడాల్సిన గొప్ప శక్తి . మనిషి హృదయ పూర్ణత్యానికి ప్రతీక. మనకు ఎవరైనా బాధ కలిగించినా, అవమానించినా, అన్యాయం చేసినా అవేమీ మనసులో పెట్టుకోకుండా మనస్ఫూర్తిగా మన్నించడమే క్షమాగుణం. శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ భగవద్గీతను అర్జునుడికి బోధిస్తూ దైవీ గుణాల్లో ఒకటిగా చెబుతూ క్షమాగుణం భక్తుడి లక్షణం అని చెప్పాడు.

రామాయణంలో కూడా క్షమాగుణం తెలిపే సంఘటనలున్నాయి. అందులో శ్రీరాముడికి సంబంధించిన ఒక సంఘటన తెలుసుకుందాం.

శ్రీరాముడు ఎంతటి శత్రువునైనా తన ధర్మానికి భంగం కలుగకుండా క్షమించాడు. ఏడు రోజులు భయంకరంగా యుద్ధం చేసిన తరువాత రావణుడు వీరస్వర్గం పొందాడు. అతడికి అంతిమ సంస్కారం చేయమని విభీషణుడిని ఆదేశించాడు శ్రీరాముడు. రావణుడి లాంటి దుర్మార్గుడికి అంత్యక్రియలు చేయడానికి తనకు మనసు రావడం లేదన్నాడు విభీషణుడు. స్నేహితుడి నోదరుడు తనకు నోదరుడితో సమానమని, విభీషణుడు కాకపోతే తానే ఆ పని చేస్తానని చెబుతాడు శ్రీరాముడు. అది కదా శ్రీరాముడు బోధించిన ధర్మం . ఒక వ్యక్తి జీవించి ఉండగా ఎన్ని దుర్మార్గులు పనులు చేసినా ప్రాణం పోగానే ఆ వైరం కూడా సమసి పోతుందన్న రాముడి ప్రబోధం క్షమాగుణం విశిష్టతను తెలుపుతుంది .

సుమతీ శతకంలో క్షమాగుణం యొక్క గొప్పతనం తెలిపే పద్యం ఉంది. అది చదువుదాం.

"తన కోపమే తన శత్రువు  
తన శాంతమే తనకు రక్ష, దయ చుట్టంబో  
తన సంతోషమే స్వర్గము  
తన దుఃఖమే నరకమండ్రు తద్యము సుమతీ!"

దీనిభావమేమంటే "ఓ సుమతీ! మనిషికి తన కోపమే తన పాలిట శత్రువు. తనలో ఉండే శాంతమే అతనికి రక్షణ ఇస్తుంది. ఇతరుల పట్ల చూపే దయయే అతనికి చుట్టంలా అండగా నిలుస్తుంది. మనిషి సంతోషంగా ఉంటే అదే అతనికి స్వర్గం, దుఃఖంతో కుమిలిపోతే అదే నరకం. ఇది ముమ్మాటికీ నిజం.

ఈ పద్యం మనుషుల మానసిక స్థితిని బట్టే లోకం ఉంటుందని చెబుతుంది. స్వర్గ నరకాలు ఎక్కడో లేవు, మనుషుల ప్రవర్తన మరియు ఆలోచనల్లోనే ఉన్నాయని వివరించే గొప్ప జీవన సూత్రం దాగి ఉంది.

పై పద్యంలోని భావానికి సరిపడేలా సహనం, క్షమాగుణం చూపుతూ ప్రవర్తించిన వారున్నారు లోకంలో .

గాంధీజీ:- అహింసా మార్గంలో నడిచిన గాంధీజీ తనను ఎందరో విమర్శించినా, శారీరకంగా బాధ పెట్టినా వారిని క్షమించేవారు. "కంటికి కన్ను అనే సిద్ధాంతం ప్రపంచాన్ని గుడ్డిగా చేస్తుంది" అని ఆయన చెప్పేవారు.

మన దేశం స్వాతంత్ర్యం పొందడానికి మహాత్మా గాంధీజీ క్షమాగుణాన్ని ఆయుధంగా ఉపయోగించారు. దక్షిణాఫ్రికాలో ఒకసారి, ఒక బ్రిటిష్ అధికారి గాంధీజీని లారీతో కొట్టాడు. గాంధీజీ కోపపడకుండా, "మీరు చేసిన తప్పు మీకు తెలుస్తుంది" అని క్షమించారు. ఆ క్షమాగుణంతోనే లక్షలాది మంది బ్రిటిష్ వారిని మార్చారు. ఒక చెంప మీద కొడితే మరో చెంపను చూపమనేవారు. "కళ్ళకు కళ్ళు తీసుకోవడం కాదు, క్షమించడం గొప్పతనం" అని బోధించేవారు.

మరో నిజ జీవిత ఉదాహరణ నెల్సన్ మాండేలా. ఆఫ్రికాలో నెల్సన్ మాండేలా 27 సంవత్సరాలు జైలులో ఉన్నాడు. అతన్ని ఎంతగానో హింసించారు. కానీ జైలు నుండి బయటపడిన తర్వాత, అందరినీ క్షమించాడు! "క్షమించడం ద్వారానే మా దేశం ఐక్యమవుతుంది" అన్నాడు. ఈ క్షమాగుణంతోనే అతను తన దేశ అధ్యక్షుడయ్యాడు.

"క్షమ అనేది నువ్వు నిన్ను గాయపరిచిన వారికి ఇచ్చే బహుమతి కాదు. అది నీ మనసుకు నువ్వు ఇచ్చుకునే శాంతి" అని ఒక సూక్తి. ఆ సూక్తిని నిజం చేసేలా ప్రవర్తించిన వారున్నారు. తనను దూషించిన వ్యక్తికి కూడా శాంతంతో సమాధానమిచ్చి, అతనిలో మార్పు తెచ్చారు గౌతమ బుద్ధుడు. ఆ కథ చదువుదాం .

ఒకసారి గౌతమ బుద్ధుడు తన శిష్యులతో కలిసి ఒక గ్రామం మీదుగా వెళ్తున్నాడు. అక్కడ ఒక వ్యక్తికి బుద్ధుని బోధనలు నచ్చలేదు, ఆయనను అందరి ముందూ ఎంతో దారుణంగా దూషించాడు. బుద్ధుడు మాత్రం ప్రశాంతంగా, చిరునవ్వుతో వింటూ నిలబడ్డారు.

ఆ వ్యక్తి అలసిపోయి ఆగినప్పుడు, బుద్ధుడు ఇలా అడిగాడు. "నాయనా! నువ్వు ఎవరికైనా ఒక బహుమతి ఇవ్వాలని తీసుకెళ్ళావు. కానీ వారు ఆ బహుమతిని తీసుకోలేదు. అప్పుడు ఆ బహుమతి ఎవరి దగ్గర ఉంటుంది?"

దానికి ఆ వ్యక్తి, "నా దగ్గరే ఉంటుంది" అని సమాధానమిచ్చాడు.

అప్పుడు బుద్ధుడు చిరునవ్వుతో, "నువ్వు ఇప్పుడు నాకు ఇచ్చిన తిట్లు, కోపం అనే బహుమతులను నేను స్వీకరించడం లేదు. కాబట్టి అవి నీ దగ్గరే ఉండిపోతాయి" అన్నారు.

బుద్ధుని క్షమాగుణానికి, ఆ వ్యక్తి పశ్చాత్తాపంతో ఆయన పాదాలపై పడ్డాడు.

ఎదుటివారి కోపాన్ని తిరిగి కోపంతో కాకుండా, క్షమతో ఎదుర్కోవటం వారిలో మార్పు వస్తుందని తెలుపుతుంది పై కథ .

క్షమాగుణం పిల్లలకు తల్లిదండ్రుల నుండే వస్తుంది. అందువల్ల పిల్లల ముందు ప్రవర్తించేటప్పుడు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అవెలాంటివో తెలుసుకుందాం.

ప్రతి విషయానికి పిల్లలు తల్లిదండ్రులను అనుకరిస్తారు. కాబట్టి, క్షమించే స్వభావం ముందుగా తల్లిదండ్రుల్లో ఉండాలి. పెద్దలు ఎవరిపట్ల అయినా తప్పుగా ప్రవర్తిస్తే "క్షమించండి" అని ధైర్యంగా చెప్పాలి. తప్పులు చేయడం సహజం కానీ దానికి క్షమాపణ చెప్పడం అంతకన్నా ముఖ్యమని పిల్లలు అప్పుడే తెలుసుకుంటారు.

భార్యాభర్తల మధ్య ఇంట్లో ఏదో విషయం మీద వివాదం జరిగినట్లైతే ఎవరో ఒకరు తగ్గిపోయి క్షమాపణలు చెప్పాలి . అక్కడే ఉన్న పిల్లలు ఇవన్నీ వింటుంటారు. ఇలాంటప్పుడే కోపానికి పోకుండా క్షమాపణ చెప్పాలన్న సంగతి పిల్లలకు తెలుస్తుంది. భార్యాభర్తలు ఎవరి తప్పు వారు తెలుసుకుని, ఒకరినొకరు క్షమించమని కోరుకుంటే వారి మధ్య సఖ్యత ఉంటుంది. అది పిల్లలపై సానుకూల ప్రభావం చూపిస్తుంది.

తప్పు ఒప్పుకోవడం అనేది చులకన అయిపోవడం అనుకోకూడదని వ్యక్తిత్వ వికాస నిపుణుల సూచన. అలా అనుకోవడం వల్లే చాలా సందర్భాల్లో తాము చేసింది తప్పని తెలిసినా క్షమించమని అడగడానికి మనసు ఒప్పుకోదు. అలా ఒప్పుకుంటే అవతలివారి ముందు తక్కువైపోతామని భావిస్తారు. కానీ ఆ లక్షణం ఎవరిని వారు తీర్చిదిద్దుకోవడం అనుకోవాలి. ఎదుటివారి ముందు ఉన్నతంగా ఉండేలా చేస్తుందని గుర్తించాలి.

ఎవరివల్ల అయినా తప్పు జరిగినా వారిని క్షమించడం వల్ల కలిగే లాభాలను పిల్లలకు సందర్భం వచ్చినప్పుడల్లా చెబుతుండాలి. అది పిల్లల్ని సుగుణశీలుల్ని చేస్తుంది. తప్పొప్పులను బేరీజు వేసుకునే సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. తోటి స్నేహితులతో ఉన్నప్పుడు తప్పు చేస్తే కచ్చితంగా క్షమించమని కోరాలి. అలా చేస్తే వాళ్ల మధ్య అనుబంధం పెరుగుతుంది.

క్షమాగుణం ఒక రాత్రిలో వచ్చేది కాదు. మళ్ళీ మళ్ళీ అదే తప్పులు చేయొచ్చు పిల్లలు. అలా జరిగిన ప్రతిసారీ వారికి సర్ది చెప్పాల్సింది తల్లిదండ్రులే. అందుకు పిల్లలు ప్రయత్నించినప్పుడు వారిని మనస్ఫూర్తిగా

మెచ్చుకోవాలి. "నీవు ఈసారి చాలా చక్కగా క్షమాపణ చెప్పావు, చాలా ఆనందంగా ఉంది" అని ప్రశంసిస్తూ మాట్లాడితే వాళ్లు సరైన ప్రవర్తనతో ఎదుగుతారు.

పిల్లలకు క్షమాగుణం నేర్పడంలో తల్లిదండ్రులు వెలుగు దారి చూపించే మార్గదర్శకులు, స్నేహితులు కావాలి. ప్రేమ, ఓపికతో క్షమా సుగుణాన్ని అలవర్పాలి. అప్పుడే పిల్లలు సహనం, ప్రేమలతో బాటు క్షమాగుణం అలవరచుకుంటారు.

ప్రతి గొప్ప సందర్భానికి ఒక ప్రత్యేకమైన రోజున్నట్టే క్షమాగుణం కోసం జూలై 7 వ తేదీ ని నిర్ణయించారు. ఆ ఒక్క రోజునే కాకుండా ప్రతిరోజూ క్షమాగుణం పాటించినప్పుడే సమాజంలో శాంతి సౌభాగ్యాలు విలసిల్లుతాయి. ఆ సుగుణాన్ని అందరూ ఆచరణలో చూపడం అలవాటు చేసుకోవాలి.

పిల్లలూ ! మీరు కూడా మీ స్నేహితులతో , తోబుట్టువులతో క్షమించే మనస్తత్వంతో మెలుగుతారు కదూ.

\_\_\_\*\*\*\*\*\_\_\_\_\_

నారంశెట్టి ఉమామహేశ్వరరావు , 9490799203