

# శ్రీమద్భగవద్గీత : 6 వ అధ్యాయం

## ఆత్మసంయమయోగం



: వ్యాఖ్యత :

“అభినవ వ్యాస” , “జ్ఞానప్రపూర్ణ”

శ్రీ దేవిశెట్టి చలపతిరావు B.Sc[Ag]

వ్యవస్థాపకులు

ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానపీఠం : చిలకలూరిపేట.

Website : [WWW.SRICALAPATHIRAO.COM](http://WWW.SRICALAPATHIRAO.COM)

Email : [care@sricalapathirao.com](mailto:care@sricalapathirao.com)

Contact : +91 80085 39770 / +91 98862 65225

**పూజ్య గురుదేవులు**



**జ్ఞానప్రపూర్ణ**  
**శ్రీ దేవీసెట్టి చలపతిరావు గారు B.Sc., (Ag)**  
వ్యవస్థాపకులు : ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానపీఠం, చిలకలూరిపేట

Contact : (Mobile) 80085 39770 / (Land Line) 08647 254716

Email : [care@srichalapathirao.com](mailto:care@srichalapathirao.com)

Visit [www.srichalapathirao.com](http://www.srichalapathirao.com) to listen Pravachanas

### మావద్ద లభించు గ్రంథములు

- 1. కర్మసిద్ధాంతం .....30/-
  - 2. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'భజగోవిందం' ..... 100/-
  - 3. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'తత్త్వబోధ' ..... 200/-
  - 4. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'ఆత్మబోధ' .....200/-
  - 5. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'శ్రీ దక్షిణామూర్తిస్తోత్రం'... 100/-
  - 6. భగవాన్ శ్రీ రమణమహర్షులవారి 'ఉపదేశసారం' .....150/-
  - 7. సదాశివ బ్రహ్మాండ్ర స్వాములవారి 'ఆత్మవిద్యావిలాసం'.. 100/-
  - 8. శ్రీ నారదభక్తి సూత్రములు ..... 200/-
  - 9. శంకరాచార్యులవారి 'వివేకచూడామణి' (8 గ్రంథముల సెట్) 1200/-
  - 10. ఈశావాస్యోపనిషత్తు ..... 100/-
  - 11. కేనోపనిషత్తు .....100/-
  - 12. కైవల్యోపనిషత్తు ..... 150/-
  - 13. కఠోపనిషత్తు ..... 350/-
  - 14. ముండకోపనిషత్తు ..... 200/-
  - 15. మాండూక్యోపనిషత్తు..... 200/-
  - 16. ముక్తికోపనిషత్తు ..... 300/-
  - 17. బ్రహ్మసూత్రములు – 1 ..... 200/-
  - 18. బ్రహ్మసూత్రములు – 2 ..... 300/-
  - 19. గీతమాలిక .....150/-
  - 20. శ్రీమద్భగవద్గీత (18 గ్రంథముల సెట్) ..... 2000/-
- మొత్తం 44 గ్రంథములు (postal charges) తో కలిపి – 6,950/-**

మావద్ద లభించే అన్ని పుస్తకముల వివరముల కొరకు ఈ క్రింది లింక్(URL) పై క్లిక్ చేయండి :

<http://www.srichalapathirao.com/catalog>

**PAYTM OR GOOGLEPAY us using : 9538858115**



**us Using 9538858115**

**Pay us through Net Banking :**

<http://srichalapathirao.com/PDFs/Bank.pdf>

మీకు మరేదైనా సందేహం ఉంటే [care@srichalapathirao.com](mailto:care@srichalapathirao.com) కు ఈమెయిల్ పంపగలరు లేదా +91 80085 39770 OR +91 95388 58115 నంబర్ కు ఫోన్ చేయగలరు.

అన్ని పుస్తకములను లేదా కొన్ని పుస్తకములను లేదా గురుముఖతా ప్రవచనములను (వీడియో ప్రవచనముల కొరకు) శ్రవణం చేయుటకు DVD, External Hard Disk లేదా Audio CD, Pen Drive కొరకు ఈ క్రింది లింక్(URL) పై క్లిక్ చేయండి :

<http://www.srichalapathirao.com/catalog>

**: ఉపోద్ఘాతం :**

ఈ సంసారం ఒక నల్లుల మంచం లాంటిది. నల్లుల మంచం మీద పడుకున్న వాడెవడైనా సుఖంగా నిద్రపోగలుగుతాడా? అలాగే ఈ సంసారంలో పడినవాడెవ్వడూ సుఖంగా, ఆనందంగా ఉండలేడు. అప్పుడప్పుడూ తాత్కాలికంగా కొన్ని సుఖాలు అనుభవించినా, నిరంతరం దుఃఖాలు, బాధలు, అలజడులు, ఆందోళనలు తప్పవు. ఈ దుఃఖాల నుండి పూర్తిగా తొలగిపోవాలంటే ప్రాపంచిక విషయాలకు, వ్యాయామాలకు దూరం కావాలి. పరమాత్మ వైపుకు తిరగాలి. అంటే ప్రపంచం వైపుకు తిరిగావా? దుఃఖం. పరమాత్మ వైపుకు తిరిగావా? ఆనందం.

చేపలు పట్టడానికి జాలరి వల విసురుతాడు. చేపలు వల వైపుకు పరుగులు తీశాయా? అవి వలలోపడిపోయి ప్రాణాల మీదకు తెచ్చుకుంటాయి. అలాకాక వల విసిరిన వాడి పాదాల వైపుకు వచ్చాయా? వలలో పడవు, ప్రాణాలు పోవు. తిరగలిలో గింజలు వేసి విసురుతుంటే బొడ్డు దగ్గరకు చేరిన గింజలు అలాగే ఉంటాయి. కాని దూరంగా జరిగిపోయిన గింజలన్నీ పిండి పిండి అయిపోతాయి. అందుకే ఈ సంసారంలోకి వచ్చి పడిన మనం ప్రపంచం వైపుకు తిరిగితే అనంతమైన దుఃఖం. అదే పరమాత్మవైపుకు తిరిగితే అఖండమైన ఆనందం.

మృత్యువు నుండి తప్పించుకోవటానికి మార్కండేయుడు శివలింగాన్ని కౌగిలించుకున్నాడు. కాని మనం ఈ శరీరమనే శవాన్ని కౌగిలించుకుంటున్నాం. శవాన్ని కౌగిలించుకుంటే దుఃఖం, శివాన్ని కౌగిలించుకుంటే సుఖం.



అంటే - దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులతో తాదాత్మ్యం దుఃఖం, పరమాత్మతో తాదాత్మ్యం సుఖం - అని.

సముద్రం నుండి వేరుపడిన ఉప్పుగల్లు ఎన్నో ప్రదేశాలు తిరుగుతుంది. ఎందరి చేతుల్లోనో పడుతుంది. ఎన్నో రూపాలు మారుతుంది. ఎందరో రోటిలో వేసి నలగ పాడుస్తారు. రోకలితో దంచుతుంటే ఎగిరెగిరి పడుతుంది. మళ్ళీ చేతితో రోటిలోకి త్రోసి రోకలి దెబ్బ వేస్తారు. నలిగి పాడిపాడి అయిపోతుంది. దానికి ఆ బాధ తొలగాలంటే అది తిరిగి తన స్వస్థానమైన సముద్రాన్ని (నీటిని) చేరాలి. అంతే. అన్ని బాధల నుండి విముక్తి. అలాగే పరమాత్మ నుండి వేరుపడి ఈ లోకంలోకి జారిపడ్డ మనం ఎన్నెన్నో జన్మలెత్తుతూ, ఎన్నెన్నో ప్రదేశాలలో తిరుగుతూ, ఎన్నెన్నో కష్టాలను, బాధలను, దుఃఖాలను అనుభవిస్తూ ఎగిరెగిరి పడుతుంటాం, ఏడుస్తుంటాం తప్పించుకోవాలని ఎంత గిలగిలలాడినా ప్రకృతి (వాసనలు) మనను మళ్ళీ మళ్ళీ ఈ సంసార జననమరణచక్రంలో తిప్పుతుంది. ఈ బాధల నుండి శాశ్వతంగా తప్పించుకోవాలంటే తిరిగి మన స్వస్థానమైన పరమాత్మను చేరుకోవాల్సిందే. అప్పుడిక ఆనందమే ఆనందం.

అయితే మనం మనస్వస్థానమైన పరమాత్మను చేరుకోవాలంటే ముందు పరమాత్మ వైపుకు తిరగాలి. అలా తిరగటమే భక్తియోగం. మరి మనం పరమాత్మ వైపుకు తిరిగి ఉంటామా? లేదు. ప్రపంచం వైపుకే తిరిగి ఉంటాం. ధనం, సంపదలు, పదవులు, కీర్తిప్రతిష్ఠలు, భోగాలు అనుభవించాలనే కోరికతో ఎప్పుడూ దృష్టి ప్రపంచం వైపుకే ఉంటుంది. లౌకిక విషయాలకే మనస్సు

ప్రాధాన్యత నిస్తుంది. అలాంటి మనస్సును లౌకిక విషయాల నుండి మరల్చి పరమాత్మవైపుకు త్రిప్పాలి. మనస్సును లౌకిక విషయాల నుండి మరల్చి శుద్ధి చేయాలంటే దానికి నిష్కామకర్తయోగమే చక్కని ఉపాయం. అందుకే 3వ అధ్యాయంలో నిష్కామకర్తయోగాన్ని చెప్పి, దానిని ఎలా తెలివితో ఆచరించాలో 4వ అధ్యాయంలో చెప్పి, ఆ కర్తల యొక్క కర్తృత్వాన్ని విడిచి కర్తృసన్యాసాన్ని సాధించటం ఎలాగో 5వ అధ్యాయంలో చెప్పటం జరిగింది. ఇప్పుడు మనస్సు కర్తృరంగం నుండి దూరంగా తొలగి నిర్మలము, నిశ్చలము అవుతుంది. అయితే అంత మాత్రంతో సరిపోదు. ఈ నిర్మలమైన మనస్సు తిరిగి కర్తృరంగం వైపుకు పరుగులు తీయకుండా భగవంతుని వైపుకు త్రిప్పే ప్రయత్నం చేయాలి. అది ఎలాగో తెలియజెప్పే అధ్యాయమే ఈ ఆత్మసంయమయోగం. అంటే ఈ యోగం ఇంతకుముందు చెప్పిన కర్తృయోగాన్ని - ఇకముందు చెప్పబోయే భక్తియోగానికి లంకె పెడుతుందన్నమాట.

ఈ అధ్యాయం పేరు ఆత్మ సంయమ యోగమే అయినా దీనికి ఇంకా చాలా పేర్లు వాడుకలో ఉన్నాయి. ధ్యానయోగం, అభ్యాసయోగం, ఆధ్యాత్మ యోగం, ఆత్మయోగం, సంయమయోగం, స్వరూపయోగం - అని. భగవద్గీతలో ఇది చాలా ముఖ్యమైన అధ్యాయం. గంగానది పుట్టినచోటి నుండి సముద్రంలో కలిసేంతవరకు అంతా పవిత్రమైనదే. అయినా కాశీ, అలహాబాద్ వంటి కొన్ని కొన్ని ప్రదేశాలలో ప్రత్యేకమైన తీర్థక్షేత్రంగా, పవిత్రమైనదిగా భావిస్తుంటాం. అలాగే భగవద్గీత మొత్తం గొప్ప విశిష్టత కలిగినదే అయినా కొన్ని కొన్ని అధ్యాయాలలో మరింత విశిష్టతను సంతరించుకున్నది. అట్టి

విశిష్టమైన అధ్యాయాలలో ఈ ఆరవ అధ్యాయం ఆత్మసంయమయోగం ఒకటి.

వర్షంలో ప్రయాణించేవాడికి గొడుగు ఎంతఅవసరమో మోక్షమార్గంలో ప్రయాణించేవాడికి ఈ గీతాశాస్త్రం అంత అవసరం. అయితే ఎక్కడకు ప్రయాణించేయాలో గమ్యస్థానం తెలియాలి. గమ్యం తెలియకుండా ప్రయాణించేవాణి పిచ్చివాడంటారు.

ఒకడు పెట్టే బేడా సర్దుకొని రైల్వేస్టేషన్ కు వచ్చి రైలులో కూర్చున్నాడు. ఇతడి హడావిడి చూసి ప్రక్కనున్న ప్రయాణీకుడు టికెట్టు తీసుకున్నావా? అని అడిగాడు. 'మరచిపోయానండీ' అన్నాడు. 'పోనీ ఇప్పుడైనా తెచ్చుకో, టైముందిలే' అన్నాడు ప్రక్క ప్రయాణీకుడు. 'ఎక్కడకు వెళ్ళాలో తెలియదండీ' అన్నాడు మనవాడు. ఇక అతడి ప్రయాణం ఎలా సాగుతుంది? ఇదే గమ్యం తెలియని ప్రయాణం, పిచ్చివాడి ప్రయాణం. కనుక మన జీవితానికి గమ్యం ఏమిటో ముందుగా తెలుసుకోవాలి. ప్రయాణం ప్రారంభించిన తర్వాత కాదు, ప్రయాణానికి ముందే నిర్ణయించుకోవాలి.

ఒకవేళ నీ ప్రయాణం ఎక్కడికో నీకు తెలియకపోతే తెలుసుకో. జ్ఞానులనడుగు, శాస్త్రాలనడుగు, ఉపనిషత్తులనడుగు లేదా భగవద్గీతనడుగు. వారు చెబుతారు నీ గమ్యస్థానం ఏమిటో, ఆ గమ్యాన్ని చేరే మార్గం ఏమిటో! మరి మన గమ్యస్థానం ఏమిటి? ఉపనిషత్తుల నడుగుదాం.

నదులకు గమ్యస్థానం ఏది? గంగానది ఎక్కడకు చేరాలని పరుగులు తీస్తున్నది? యమునానది, కృష్ణానది, గోదావరి, కావేరి, పెన్నా - ఇవన్నీ



ఎక్కడకు వెళ్ళాలని అనేక వంపులు తిరుగుతూ, వయ్యారంగా పరుగులు పెడుతున్నాయి? అడుగుదామావాటిని? ఓ నదీమతల్లి! ఎక్కడికి నీ ప్రయాణం? అంటే "నా గమ్యస్థానం సముద్రం. అక్కడికే నేను త్వరగా చేరాలి" అంటున్నది మౌనభాషలో. గంగ, కృష్ణా, గోదావరి, కావేరి, పెన్న, యమున - దేనినడిగినా అంతే. మౌనంగా చెప్పేది ఇదే సమాధానాన్ని. ఎందుకని?

ఎందుకంటే ప్రపంచంలోని ఏ నదైనా సరే అక్కడకు చేరితేనే శాంతి - విశ్రాంతి.

అక్కడకు చేరితేనే దాని ప్రయాణం పూర్తవుతుంది. అలా సముద్రుని వద్దకు చేరకపోతే మురిగి కంపు కొడుతుంది. సముద్రాన్ని చేరదాకా వాటికి ప్రత్యేకమైన పేరు - రూపం ఉంటుంది. సముద్రుణ్ణి చేరి అందులో కలిసి పోయిందా ఇక నామ (పేరు) రూపాలుండవు. సముద్రాన్ని చేరిన తర్వాత గంగ గంగ కాదు, కృష్ణ కృష్ణ కాదు, గోదావరి గోదావరి కాదు. అన్నీ ఒక్కటే. సముద్రం. నదులన్నీ తమ అస్థిత్వాన్ని కోల్పోయి సముద్రాకారంగా మారి పోతాయి. తిరిగి సముద్రం నుండి ఆ నదులేవీ బయటకు వచ్చే వీలులేదు. అప్పుడే నదులు పరుగులు ఆగి ప్రశాంతమయ్యేది.

మరి జీవుల గమ్యస్థానం ఏది? ఓ మానవుడా? నీ పేరేమి? ఊరేది? నీవు ఎక్కడినుండి వచ్చావు? కుత ఆయాతః? "నేను గుంటూరు నుండి వచ్చాను. తెనాలి నుండి వచ్చాను. విజయవాడ నుండి వచ్చాను. చెన్నై నుండి వచ్చాను." అబ్బే ఇవన్నీ దేహానికి సంబంధించినవి. నేనడిగేది దేహాన్ని గురించి కాదు. దేహాన్ని ధరించిన జీవుడి గురించి, జీవుడి యొక్క స్వస్థానం ఏది? ఈ దేహం

మధ్యలో వచ్చింది. మధ్యలోనే పోతుంది. కాని జీవుడో! అది నా స్వరూపమే. నా అంశయే - "మమైవాంశో జీవలోకే జీవభూతః సనాతనః" - సనాతనమైన నా అంశయే జీవలోకంలో జీవుడిగా మారింది - అని భగవద్గీతలో భగవానుడు చెబుతున్నాడు. కనుక జీవుని యొక్క స్వస్థానం పరమాత్మయే. పరమాత్మ నుండే జీవుడు ప్రయాణం సాగించి అనేక జన్మలెత్తుతూ ఈ భూమిపైకి వస్తూ పోతూ ఉన్నాడు. అయితే చివరకు చేరుకోవలసిన స్థానం ఆ పరమాత్మ స్థానమే. అక్కడకు చేరుతేనే శాంతి. ప్రశాంతి. అప్పటిదాకా ఈ ఉరుకులు, పరుగులు తప్పవు. మరి ఆ పరమాత్మను చేరుకోవటం ఎట్లా?

"నేనెవరిని" అని ప్రశ్నించుకొని, "ఈ నామరూపాలతో కూడిన దేహాన్ని నేను కాదు; సత్యమై, జ్ఞానస్వరూపమై, ఆనందస్వరూపమైన ఆత్మను నేను" అని ఎవరైతే తెలుసుకొని అట్టి ఆత్మగా ఉండిపోతారో అతడే పరమాత్మను చేరుకొనే విద్యాంసుడు.

జీవుడియొక్క గమ్యస్థానం తెలిసింది. ఇక ఆ గమ్యాన్ని చేరుకొనే మార్గం తెలియాలి. సరైన సాధనం కావాలి. ఆ మార్గాన్ని - ప్రయాణ సాధనాన్ని తెలియజేసేదే ఈ 6వ అధ్యాయం. మార్గం చక్కగా ఉంటే గమ్యాన్ని సులభంగా చేరవచ్చు. రోడ్డు చక్కగా గతుకులు లేకుండా ఉంటే బస్సును ఎంత స్పీడ్ గానైనా నడపవచ్చు. తుపాను తాకిడికి దెబ్బతిన్న గతుకుల రోడ్డుమీదనైతే ప్రయాణం చాలాకష్టం. ఒళ్ళు హలానమైపోతుంది. మరి మన గమ్యస్థానాన్ని మనం ఎప్పుడు చేరుకోవాలి? ఎప్పుడో ఒకప్పుడు చేరుకుందాంలే! అనే నిర్లక్ష్యం పనికిరాదు. 'ఈ జన్మలో మనకు కుదరదులే! వచ్చేజన్మలో

చూసుకుందాం అనే అలసత్వం పనికిరాదు. 'ఆలస్యం అమృతం విషం' అన్నారు. 'శుభస్య శీఘ్రం' అనుకుంటూ త్వరపడాలి. తర్వాత తర్వాత అంటే ఎన్ని ఆటంకాలు వస్తాయో! అసలు మానవజన్మ వస్తుందో రాదో! వర్తమానం మన చేతుల్లో ఉంది గాని, భవిష్యత్తు మన చేతుల్లో ఉండదు కదా! కనుక దీపం ఉండగానే ఇల్లు చక్కబెట్టుకోవాలి. శరీరంలో ఓపిక, ఆయుష్కాలం ఉన్నప్పుడే మోక్షమార్గంలో ప్రయాణించాలి. మనుష్య జన్మ మోక్షానికి ద్వారం వంటిది. మాటిమాటికి రమ్మంటే రాదు ఈ మానవజన్మ. వచ్చినప్పుడే సద్వినియోగం చేసుకోవాలి. సోమరిపోతుకు ఇహమూ లేదు, పరమూ ఉండదు.

ఎడమచేయి సోమరి. ఏ పనిచేయాలన్నా అదిగో కుడిచేయి ఉందిగదా! అని అన్నింటికీ దాన్నే ముందుకునెట్టి అది తప్పుకుంటుంది. వెనక్కుపోతుంది. అందుకే భగవంతుడు దానికొక ప్రత్యేకమైన పనిని అప్పగించాడు. ఆ పని పాకీ పని. ఆ పాకీ పనిని అదే చెయ్యాలి. ఈ గుణపాఠాన్ని ప్రతివాడూ గుర్తుంచుకోవాలి. సోమరితనానికి బద్ధకానికీ స్వస్తి చెప్పి, పరమార్థాన్ని సాధించటానికి ముందుకు ఉరకాలి.

అయితే ఎప్పటికీ మన గమ్యం చేరతాం? అనే నిరాశకూడదు. ఢిల్లీ వెళ్ళాలి. ఎద్దుల బండిలో అయితే 4 నెలలు పడుతుంది. గుర్రపుబండిలో 2 నెలలకు చేరతావు. కారులో బయలుదేరితే వారంలో చేరవచ్చు. రైల్లో అయితే రెండు రోజుల్లో వెళ్ళవచ్చు. అదే విమానమైతే 2 గంటలు చాలు. కనుక మన గమ్యస్థానం ఎంతదూరంలో ఉన్నది అనేది ముఖ్యం కాదు. ఆ దూరాన్ని అధిగమించటానికి మనం ఏ ప్రయాణసాధనాన్ని ఎన్నుకోవాలి? అనేదే ముఖ్యం.

### మావద్ద లభించు గ్రంథములు

- 1. కర్మసిద్ధాంతం .....30/-
  - 2. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'భజగోవిందం' ..... 100/-
  - 3. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'తత్త్వబోధ' ..... 200/-
  - 4. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'ఆత్మబోధ' .....200/-
  - 5. శ్రీ ఆది శంకరాచార్యులవారి 'శ్రీ దక్షిణామూర్తిస్తోత్రం'... 100/-
  - 6. భగవాన్ శ్రీ రమణమహర్షులవారి 'ఉపదేశసారం' .....150/-
  - 7. సదాశివ బ్రహ్మాండ్ర స్వాములవారి 'ఆత్మవిద్యావిలాసం'.. 100/-
  - 8. శ్రీ నారదభక్తి సూత్రములు ..... 200/-
  - 9. శంకరాచార్యులవారి 'వివేకచూడామణి' (8 గ్రంథముల సెట్) 1200/-
  - 10. ఈశావాస్యోపనిషత్తు ..... 100/-
  - 11. కేనోపనిషత్తు .....100/-
  - 12. కైవల్యోపనిషత్తు ..... 150/-
  - 13. కఠోపనిషత్తు ..... 350/-
  - 14. ముండకోపనిషత్తు ..... 200/-
  - 15. మాండూక్యోపనిషత్తు..... 200/-
  - 16. ముక్తికోపనిషత్తు ..... 300/-
  - 17. బ్రహ్మసూత్రములు – 1 ..... 200/-
  - 18. బ్రహ్మసూత్రములు – 2 ..... 300/-
  - 19. గీతమాలిక .....150/-
  - 20. శ్రీమద్భగవద్గీత (18 గ్రంథముల సెట్) ..... 2000/-
- మొత్తం 44 గ్రంథములు (postal charges) తో కలిపి – 6,950/-**

మావద్ద లభించే అన్ని పుస్తకముల వివరముల కొరకు ఈ క్రింది లింక్(URL) పై క్లిక్ చేయండి :

<http://www.srichalapathirao.com/catalog>

**PAYTM OR GOOGLEPAY us using : 9538858115**



**us Using 9538858115**

**Pay us through Net Banking :**

<http://srichalapathirao.com/PDFs/Bank.pdf>

మీకు మరేదైనా సందేహం ఉంటే [care@srichalapathirao.com](mailto:care@srichalapathirao.com) కు ఈమెయిల్ పంపగలరు లేదా +91 80085 39770 OR +91 95388 58115 నంబర్ కు ఫోన్ చేయగలరు.

అన్ని పుస్తకములను లేదా కొన్ని పుస్తకములను లేదా గురుముఖతా ప్రవచనములను (వీడియో ప్రవచనముల కొరకు) శ్రవణం చేయుటకు DVD, External Hard Disk లేదా Audio CD, Pen Drive కొరకు ఈ క్రింది లింక్(URL) పై క్లిక్ చేయండి :

<http://www.srichalapathirao.com/catalog>