വിപശ്യനാ പത്രിക

സയാജീ ഊ ബാ ഖിൻന്റെ പരമ്പരയ്ക്കനുസരിച്ച് എസ. എൻ. ഗോയങ്ക പഠിപ്പിച്ച ധ്യാന വിധി

Vol. 2, No. 9 : സപ്തംബർ 2009
മലയാളം മാസ പത്രിക

വിപസ്സന റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്
ധമ്മഗിരി, ഇഗത്പുരി - 422 403, മഹാരാഷ്ട്ര

ധർമ്മ വാണി

ധർമ്മ ജഗേ തോ സുഖ് ജഗേ,
സബ് വിധ മംഗല ഹോയ്,
അന്തർ കീ ഗാഠേം ഖുലേം,
മാനസ് നിർമ്മല ഹോയ്.

ധർമ്മമുണർന്നാൽ സൗഖ്യമുണർന്നു,
എല്ലാവിധവും മംഗളമായ്,
അകത്ത് കെട്ടുകളഴിയട്ടെ,
മാനസം നിർമ്മലമായ്.

— **എസ. എൻ. ഗോയങ്ക**

സാധനയുടെ പത്താം ദിവസം

എസ. എൻ. ഗോയങ്ക

(ഗോയങ്കജിയുടെ പ്രവചന സാരാംശം എന്ന പുസ്തകത്തിൽ നിന്ന് എടുത്തത്.)

നമ്മുടെ സാധനയുടെ പത്താം ദിവസം പൂർണ്ണമായി. ഈ പത്തു ദിവസങ്ങളിൽ മംഗളകാരിയായ ഈ സാധനയിൽ എത്ര അടിവച്ചോ, തല്കാലം അത്രയും പര്യാപ്തമാണ്. ഇതുകൊണ്ട് ഈ വിധിയുടെ ഒരു രൂപരേഖ മനസ്സിലായി.

ഇതിനു മുന്നിലേക്കും കുറച്ച് അടികൾ കൂടീ വക്കണം. അതേക്കുറിച്ചു ഇപ്പോൾ ചർച്ച ചെയ്യുന്നില്ല. അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സിദ്ധാന്തങ്ങളെക്കുറിച്ചും ഇപ്പോൾ ചർച്ച ചെയ്യുന്നില്ല, എന്തെന്നാൽ സിദ്ധാന്തവും പരിശീലനവും ഒരുമിച്ച് തോളോടു തോൾ ചേർന്നു വേണം പോകുവാൻ.

ഇന്നത്തെ ധർമ്മ ചർച്ചയിൽ കഴിഞ്ഞ പത്തു ദിവസം പഠിച്ചതെന്താണെന്ന് വീണ്ടും തിരിഞ്ഞു നോക്കാം. ഈ വിധിക്കു അതിന്റേതായ വിശേഷതയുണ്ട്. ഈ മാർഗ്ഗത്തിന് അതിന്റേതായ വിചിത്രതയുണ്ട്. ഈ വിശേഷതകൾ മനസ്സിലാക്കിയാൽ ഇതിന്റെ ശുദ്ധത പരിരക്ഷിക്കും. വിശേഷത മനസ്സിലായില്ല എങ്കിൽ സമ്മിശ്രണം ചെയ്തു തുടങ്ങും. സമ്മിശ്രണം ചെയ്താൽ ലഭിക്കേണ്ട ലാഭം ലഭിക്കാതെ വരും.

ഭഗവാൻ ഒരിടത്ത് പറയുകയുണ്ടായി : രണ്ടു പ്രകാരത്തിലുള്ള മനുഷ്യർ ദുർലഭമാണ് - ഒന്ന് - തിരിച്ചൊന്നും ആഗ്രഹിക്കാതെ മറ്റുള്ളവരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവർ, രണ്ട് - കൃതജ്ഞതയുള്ളവർ. നഷ്ടപ്പെട്ടു പോയിരുന്ന ഈ വിദ്യ കണ്ടെടുത്ത്, തനിക്കു പേരും പ്രശസ്തിയും ആരാധനയും ലഭിക്കണമെന്ന ഇച്ഛയില്ലാതെ, രണ്ടായിരത്തി അഞ്ഞൂറു വർഷങ്ങൾക്കു മുൻപ് ഉപദേശിച്ചു തന്ന മഹാകാരുണീകനായ ഗൗതമ ബുദ്ധനോടും, അദ്ദേഹത്തിനു ശേഷം ആചാര്യ പരമ്പരയിലൂടെ ഇക്കാലമത്രയും സുക്ഷിച്ചു വച്ചിരുന്നവരോടും ഭക്തിയും കൃതജ്ഞതയും ഉണരുക ഒരു മാനവീയ ഗുണമാണ്. ധർമ്മത്തിന്റെ വലിയ ഗുണം.

സാധന പ്രാരംഭിച്ചപ്പോൾ തന്നെ മൂന്ന് രത്നങ്ങളെ ശരണം പ്രാപിച്ചു. ബുദ്ധം ശരണം- അതായത് ബുദ്ധനായിത്തീർന്ന സിദ്ധാർത്ഥ ഗൗതമ ബുദ്ധനോട് ശ്രദ്ധാഭാവവും, കൃതജ്ഞതാ ഭാവവും പ്രകടമാകട്ടെ എന്നത് സ്വാഭാവീകമാണ്. എന്നാൽ ശരണം പ്രാപിച്ചത് ഗൗതമനെയല്ല. ശരണം ബുദ്ധനിലാണ്. ബുദ്ധൻ ബോധിയുടെ പ്രതീകമാണ്. ബുദ്ധൻ ആരുമാകാം. ആ മഹാപുരുഷനോട് നമ്മുടെ മനസ്സിൽ ശ്രദ്ധയും കൃതജ്ഞതയും മുളച്ചു, വളർന്നു, ഇതൊരു കാര്യം. എന്നാൽ ശരണം ബോധിയിലാണ് പ്രാപിക്കേണ്ടത്. നമ്മുടെ അകത്ത്, നമ്മുടെ ബോധിയുടെ ബീജമുണ്ട്. അതിലാണ് ശരണം. അതിനെയാണ് നമുക്കു വളർത്തി എടുക്കേണ്ടത്. ജീവിതം മുഴുവനും ബോധിയുടെ ശരണത്തിൽ കഴിക്കാം. ചെയ്യുന്ന ജോലികളെല്ലാം ബോധപൂർവം ചെയ്യാം, മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട് ചെയ്യാം. ശരീരം കൊണ്ടുള്ള ജോലികളും, വാണികൊണ്ടുള്ളതും ബോധിയോടു കൂടി ചെയ്യാം. തന്റെ ബോധി ഉണർത്തി, ഉണർത്തി, നമുക്കും മുക്തരാകാം, ശുദ്ധരാകാം, ബുദ്ധനാകാം. ഈ അർത്ഥത്തിൽ ബുദ്ധനെ ശരണം പ്രാപിച്ചു.

രണ്ടാമത് ധർമ്മം ശരണം. ധർമ്മത്തെ ശരണം പ്രാപിച്ചത് ഏതെങ്കിലും സമ്പ്രദായത്തെ ശരണം ഗ്രഹിക്കുകയല്ലായിരുന്നു. ധർമ്മത്തിന് സമ്പ്രദായങ്ങളുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല. സമ്യക് സംബുദ്ധനായി തീരുന്ന വ്യക്തി, യഥാർത്ഥത്തിൽ ബോധി പ്രാപിച്ച വ്യക്തി, യഥാർത്ഥത്തിൽ മുക്തനായി തീരുന്നു. അയാൾ ഒരു

സമ്പ്രദായം കെട്ടിപ്പടുക്കുകയില്ല. തന്റെ ജീവിതം മുഴുവനും ആ മഹാപുരുഷനും ഇതേ താക്കീതു തന്നെയാണ് കൊടുത്തു കൊണ്ടിരുന്നതു - ധർമ്മത്തിന്റെ പേരിൽ ധർമ്മത്തെ മറക്കരുത്. ധർമ്മത്തിന്റെ സാരത്തെ നഷ്ടപ്പെടുത്തരുത്. ബോധി പ്രാപിച്ച് മുക്തരായ എല്ലാവരും ശുദ്ധ ധർമ്മം മാത്രമാണ് നൽകിയിട്ടുള്ളത്. ഏതെങ്കിലും സമ്പ്രദായത്തിന്റെ ധർമ്മമല്ല കൊടുത്തത്. ശുദ്ധ ധർമ്മം എല്ലാവർക്കുമുള്ളതാണ്, സാർവ്വജനീനമാണ്. സാമ്പ്രദായികതയുടെ അതിര് ഇല്ലാതാകുമ്പോളാണ് ജാതിയുടേയും, വർഗ്ഗത്തിന്റെതുമല്ലാതാകുമ്പോളാണ് ധർമ്മം ശുദ്ധമാകുന്നത്. ധർമ്മം എല്ലാവർക്കും മംഗളകാരിയാണ്. ധർമ്മത്തെ ശരണം പ്രാപിക്കുക എന്നാൽ ഞാൻ ധാർമ്മിക ജീവിതം നയിക്കും എന്നാണ്. ധർമ്മ പഥത്തിൽ നടക്കും.

മൂന്നാമത് സംഘം ശരണം - എന്നാൽ ശുദ്ധ ധർമ്മ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ ധർമ്മം ധാരണം ചെയ്ത സന്ത് അവസ്ഥ, ശ്രേഷ്ഠ ആര്യ അവസ്ഥ പ്രാപിച്ച ഗൃഹസ്ഥനായാലും സന്യാസി ആയാലും കറുത്തവനായാലും, വെളുത്തവനായാലും, ഈ നാട്ടുകാരനായാലും, അന്യ നാട്ടുകാരനായാലും അങ്ങനെയുള്ള വ്യക്തികളെ പിൻതുടരുക എന്നാണ്. ഏതു സമ്പ്രദായത്തിലേതായാലും വ്യത്യാസമില്ല. അവരിൽ നിന്നു പ്രേരണ ലഭിക്കും. ഈ അർത്ഥത്തിലാണ് സംഘത്തിൽ ശരണം ഗ്രഹിച്ചത്. ആയതിനാൽ നമ്മളും സന്ത് അവസ്ഥ പ്രാപിക്കാം.

അതിനു ശോഷം അഞ്ച് ശീലങ്ങൾ സ്വീകരിച്ചു. ഇവയുടെ അർത്ഥവും ശരിക്കും മനസ്സിലാക്കാം. പഞ്ചശീലം പാലിക്കാത്തതുകൊണ്ട് ബുദ്ധനായില്ല എന്നല്ല. പരമ്പരാഗതമായ ശബ്ദങ്ങളോട് നമുക്കു വലിയ ആസക്തിയുണ്ട്. ചില ചില ശബ്ദങ്ങൾ ചില ചില പരമ്പരകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു കിടക്കുകയും ആ പരമ്പരയിലുള്ളവർക്ക് ആ ശബ്ദങ്ങളോട് വലിയ ആസക്തി ഉണ്ടായിരിക്കുകയും ചെയ്യാം. നമുക്കു 'ശബ്ദ' ബ്രഹ്മമായിത്തീർന്നു. 'പഞ്ച ശീലം' എന്നു പറഞ്ഞാൽ ബുദ്ധ മതക്കാരുടേതായി. 'അണുവൃതം' എന്നു പറഞ്ഞാൽ ജൈനന്മാരുടേതായി. 'യമ-നിയമം' എന്നു പറഞ്ഞാൽ ഹിന്ദുക്കളുടേതായി. 'പത്തു കല്പനകൾ' എന്നു പറഞ്ഞാൽ കൃസ്ത്യാനികൾക്ക് പ്രിയമായി. വെറും ശബ്ദ പ്രയോഗത്തിൽ എന്തിരിക്കുന്നു? ഈ ശബ്ദങ്ങൾ കൊണ്ടുദ്ദേശിക്കുന്ന ഗുണങ്ങൾ ജീവിതത്തിൽ പകർത്തുക എന്നതാണ് അടിസ്ഥാനം. നമ്മൾ സ്വീകരിച്ച പഞ്ചശീലങ്ങൾ ധർമ്മ മാർഗ്ഗത്തിൽ സഞ്ചരിക്കുന്നതിനു നിതാന്തം ആവശ്യമുള്ളവയാണ്. ഇവ ആധാരശിലകളാണ്. ഒരാൾ തന്നെ ബൗദ്ധനെന്ന് പറഞ്ഞാലും, ജൈനനെന്നു പറഞ്ഞാലും, ഹിന്ദുവെന്നു പറഞ്ഞാലും അതുപോലെ മറ്റെന്തെങ്കിലും പറഞ്ഞാലും യാതൊരു വ്യത്യാസവുമുണ്ടാകുന്നില്ല.

നമ്മൾ അന്തർ മനസ്സിന്റെ ആഴങ്ങളെ അന്വേഷിച്ചിറങ്ങുന്ന, അനുസന്ധാനം ചെയ്യുന്ന കാര്യമാണ് ചെയ്യുവാൻ പോകുന്നത്. അതുകൊണ്ട് ശീലപാലനം അത്യാവശ്യമാണ്. പഞ്ചശീലം പാലിച്ചില്ലെങ്കിൽ നമ്മുടെ സമാധി ശരിയാകുകയില്ല. സമാധി ശരിയായില്ലെങ്കിൽ പ്രജ്ഞ ഉണർത്തുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല. പ്രജ്ഞ ഉണർന്നില്ലെങ്കിൽ വിമുക്തിയുടെ സാക്ഷാത്കാരം ഉണ്ടാകുകയില്ല. നമ്മളുടെ അന്തിമ ലക്ഷ്യം ഇന്ദ്രിയാതീതമായ അവസ്ഥയെ സാക്ഷാത്കരിക്കുകയാണ്. അകത്തെ എല്ല കെട്ടുകളും അഴിക്കുകയാണ്, എല്ലാ ബന്ധനങ്ങളേയും പൊട്ടിക്കുകയാണ്. ഈ 'ഞാൻ' എന്നതിനെ കുറിച്ചുള്ള സത്യത്തെ അന്യേഷിക്കലാണ്. തന്റെ ശരീര സ്കന്ദത്തെ ക്കുറിച്ചും, ചിത്തത്തെ ക്കുറിച്ചും അറിയണം, അന്യേഷിക്കണം. അന്യേഷിക്കുക വളരെ എളുപ്പമല്ലാ, പ്രയാസമുള്ളതാണ്. ഏതെങ്കിലും സത്യത്തെ, ഭക്തി ഭാവാവേശം കൊണ്ട് വിശ്വസിക്കുക വളരെ എളുപ്പമുള്ള കാര്യമാണ്. എന്നാൽ ഏതെങ്കിലും സത്യത്തെ അനുഭൂതിയുടെ തലത്തിൽ അംഗീകരിക്കുക, അറിഞ്ഞുകൊണ്ട് അംഗീകരിക്കുക കഠിനമായ കാര്യമാണ്. ചിലത് അനിത്യമാണെങ്കിൽ അതിനോട്കിടപിടിക്കുന്ന നിത്യവും തീർച്ചയായും ഉണ്ടാകും. ആ നിത്യം എന്താണ്? കേവലം വിശ്വസിച്ചതുകൊണ്ട് നമുക്ക് എന്തു ലഭിച്ചു? അമൃത് രുചിച്ചതേയില്ല, ആ നിത്യത്തിന്റെ സ്വാദ് രുചിച്ചില്ല. എല്ലാ അന്വേഷണവും ആ നിത്യമായതിനെ തേടി, ആ പരമ സത്യത്തെ തേടി, സാക്ഷാത്കരിക്കുന്ന തലത്തിൽ, പ്രത്യക്ഷമായ അനുഭൂതിയുടെ തലത്തിൽ, വേണം ചെയ്യുവാൻ.

മനുഷ്യൻ തന്റെ ശീലം ഭംഗമാക്കുമ്പോഴെല്ലാം സദാചാരം ഭംഗമാക്കുന്നു. അനാചാരം, ദുരാചാരം, ഹിംസ, കളവ്, വ്യഭിചാരം മുതലായവ ചെയ്യുന്നു. അസത്യം പറയുമ്പോൾ എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നത്? പറയുന്നയാളുടെ മനസ്സ് വ്യാകുലമാകുന്നു, വ്യഗ്രമാകുന്നു. മൺസൂൺ കാലത്ത് സമുദ്രത്തിലെ കൊടുങ്കാറ്റിൽ ഉണരുന്ന തിരകളെ പോലെ വലിയ തരംഗങ്ങൾ മനസ്സിൽ ഉണരുന്നു. അങ്ങിനെയുള്ള അവസ്ഥയിൽ മനസ്സിൽ അന്വേഷണം എങ്ങനെ നടത്തും? അതുകൊണ്ട് സാധനയുടെ ഈ പത്ത് ദിവസങ്ങളിലും ശീല സദാചാരമനുഷ്ഠിക്കൽ അത്യാവാശ്യമാകുന്നു, അന്തർ മനസ്സിന്റെ അടിത്തട്ടുവരെ ചെന്ന് അന്വേഷിക്കുവാൻ സാധിക്കും. അതുകൊണ്ട് ശീലം പരമമായ ആവശ്യമാണ്. ഇത് ഈ സാധനയുടെ അടിത്തറയുമാണ്.

അതിനു ശേഷം സമർപ്പണം നടത്തി. സമ്പൂർണ്ണമായ ആത്മ സമർപ്പണം. ആത്മസമർപ്പണം ചെയ്തത് ഗുരു പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ അന്ധമായി വിശ്വസിക്കുന്നതിനു വേണ്ടിയല്ല. ഈ വിധിയിൽ അന്ധവിശ്വാസത്തിന് തെല്ലു സ്ഥാനമില്ല. മുഴുവൻ സാധനയും സത്യത്തെ ആധാരമാക്കി നടത്തുന്നതാണ്. എന്നാൽ പത്തു ദിവസവും തർക്കവിതർക്കങ്ങളിൽ കഴിയുവാനും പാടില്ല. തർക്കങ്ങളിൽ നിന്നും അകന്ന്, ഒരു മുമുക്ഷുവിനെ പോലെ, ഒരു ജിജ്ഞാസുവിനെ പോലെ കാര്യങ്ങൾ ചോദിക്കുക ആവശ്യമാണ്. അതിനു മടിയും പാടില്ല. മനസ്സിൽ തോന്നുന്ന സംശയം ഉടനെയകറ്റണം. എന്നാൽ പത്തു ദിവസം നല്ലതു പോലെ മനസ്സിലാക്കി, സമർപ്പണ ഭാവത്തോടെ, പറയുന്നതു പോലെ ജോലി ചെയ്യുക. പത്തു ദിവസം വരെ ഈ വിധിയോട് പൂർണ്ണമായും നീതി പുലർത്തി ചെയ്തു നോക്കുക. പത്തു ദിവസത്തിനു ശേഷം എല്ലാവരും അവനവന്റെ സ്വാമികൾ.

ജോലി എങ്ങനെയാണ് ആരംഭിച്ചത് അത് മനസ്സിലാക്കാം. ഏറ്റവും ആദ്യം ശ്വാസത്തെ നോക്കി

തുടങ്ങി. ശ്വാസത്തോടു കൂടി ഒരു ശബ്ദവും ചേർക്കുവാനനുവദിച്ചില്ല. ഒരു രൂപവും ചേർക്കുവാനനുവദിച്ചില്ല. പേരുകൾക്ക് അതിന്റെ തായ മഹത്വമുണ്ട്. കൂടെ–കൂടെ ഒരേ പേര് ഉരുവിട്ടു കൊണ്ടിരുന്നാൽ മനസ്സ് ഏകാഗ്രമായി തുടങ്ങും. രൂപത്തിന് അതിന്റേതായ മഹത്വമുണ്ട്. ഏതു രൂപത്തോടാണോ മനസ്സിൽ വലിയ ഭക്തിയുള്ളത്, കൂടെ–കൂടെ ആ രൂപത്തിന്റെ സങ്കല്പം മനസ്സിൽ നടത്തുകയാണെങ്കിൽ മനസ്സ് ഏകാഗ്രമായി തീരും. എന്നാൽ നാമവും രൂപവും അകറ്റിവക്കുന്നതിന് കാരണം ഈ മാർഗ്ഗത്തിൽ ചിത്തം ഏകാഗ്രമാക്കുന്നതിന് അതിന്റെതായ കാരണമുണ്ട്, ലക്ഷ്യമുണ്ട്. ലക്ഷ്യം ശരീരത്തിൽ സ്വാഭാവീകമായി ഉണ്ടാകുന്ന തരംഗങ്ങളെ നിരീക്ഷിക്കലാണ്, അതിനെക്കുറിച്ചു പഠിക്കലാണ്. അതിനെ അറിയുകയാണ്.

നമ്മൾ ഏതെങ്കിലും ശബ്ദം ഉപയോഗിക്കുവാൻ ആരംഭിക്കുകയും അത് കൂടെ കൂടെ ഉരുവിടുകയും ചെയ്താൽ, അതിന് അതിന്റെതായ പ്രഭാവമുണ്ടാകും. ഓരോ ശബ്ദത്തിനും അതിന്റെതായ വിശേഷതയുണ്ട്. ശബ്ദം ഒരു ടങ്കാരം ജനിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്, ഒരു തരംഗം ജനിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. ബീജാക്ഷരത്തിന് അതിന്റെതായ തരംഗമുണ്ട്. ശബ്ദം പുറപ്പെടുവിക്കുന്ന തരംഗത്തിൽ പൂർണ്ണമായും സമാഹിതമായിതീരും, ആ തരംഗങ്ങളെ ശരിക്കും ദർശിക്കും. എന്നാൽ ഈ പ്രക്രിയയിൽ സ്വന്തം നൈസർഗ്ഗിക തരംഗങ്ങളെ ദർശിക്കുന്നതിൽ വഞ്ചിക്കപ്പെടും. ക്രോധം ഉണരുമ്പോഴും, വാസന ഉണരുമ്പോഴും, ഭയം ഉണരുമ്പോഴും, ഈർഷ്യ ഉണരുമ്പോഴും അകത്ത് എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നത്? അത് ദർശിക്കുന്നതിൽ നിന്നും വഞ്ചിക്കപ്പെടും.

നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം കേവലം ചിത്തം ഏകാഗ്രമാക്കുകയല്ല. കേവലം സമാധിയുമല്ല. ലക്ഷ്യം സമ്യക്ക് സമാധിയാണ്. അതിന്റെ ആധാരം രാഗമോ, ദ്വേഷമോ, മോഹമോ അല്ല. അതുകൊണ്ട് കാല്പനീകമായ രൂപങ്ങളെ ധ്യാനിക്കുന്നില്ല. കാല്പനീകത, കൃത്രിമതയോ വന്നുവെങ്കിൽ മോഹം അടിത്തറയായി. നമ്മുക്ക് നൈസർഗ്ഗികമായ ശ്വാസത്തെ ദർശിക്കണം. ശ്വാസം എങ്ങനെയായിരുന്നാലും അതിനെ ദർശിക്കണം. ശ്വാസത്തെ നോക്കി ശ്വാസത്തിന്റെ സ്പർശത്തെ നോക്കണം. വീണ്ടും മുന്നേറി ശരീരമാസകലം ഉണ്ടാകുന്ന സംവേദനകളെയും നോക്കി.

സംവേദനകളെ നോക്കിയതു കൊണ്ട് എന്തു നേടി? വാസ്തവത്തിൽ നമ്മൾ അറിയേണ്ടത് ജീവിതത്തിൽ പ്രയാസങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത് എങ്ങനെ എന്നാണ്? നമുക്കറിയേണ്ടത് ജീവിതത്തിലെ ഈ പ്രയാസങ്ങളിൽ നിന്നും എങ്ങനെ തലയൂരാം എന്നുമാണ്. എങ്ങനെയാണ് നമ്മൾ മനസ്സിൽ മാലിന്യം ഒരുകൂട്ടുന്നത് എന്നാണ്. കെട്ടുകൾ എങ്ങനെയാണ് കെട്ടുന്നത് എന്നാണ്. അറിയേണ്ടത് നമ്മൾ ആ മാലിന്യം എങ്ങനെ ഉണ്ടാക്കാതിരിക്കാം എന്നാണ്. എങ്ങനെ കെട്ടുകൾ കെട്ടാതിരിക്കാം എന്നാണ്. കെട്ടുകൾ ഇട്ടിട്ടുള്ളത് എങ്ങനെ അഴിക്കാം എന്നാണ്. ആ മഹാപുരുഷൻ ആഴങ്ങളിൽ ചെന്ന് ഇവകളെ കാണുകയും കൂടെ കൂടെ വിഷയങ്ങളിൽ ആസക്ത നായാൽ ദുഖിക്കുമെന്ന് മനസ്സിലാക്കിത്തരുകയും ചെയ്തു. ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ വിഷയങ്ങൾ നമ്മളെ കെട്ടുന്നവയാണ്. ഇന്ദ്രിയ വിഷയങ്ങളിൽ ആസക്തിയുള്ള വ്യക്തി മുക്തിയുടെ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ എങ്ങനെ പോകും? അയാൾ വീണ്ടും കുടുങ്ങിക്കൊണ്ടേയിരിക്കും. എന്നാൽ പരമമായ സത്യത്തിലേക്ക് പോകുമ്പോൾ, സൂക്ഷ്മമായ സത്യത്തിലേക്കു പോകുമ്പോൾ ഒരു കാര്യം വ്യക്തമാകുന്നത് ഇന്ദ്രിയങ്ങളും വിഷയങ്ങളും തമ്മിൽ സമ്പർക്കമുണ്ടാകുമ്പോൾ വിഷയങ്ങളിൽ മുഴുകുന്ന കാര്യത്തിനു മുൻപായി മറ്റൊരു സംഭവം നടക്കുന്നുണ്ട്. അവ രണ്ടിനും ഇടക്ക് ഒരു കണ്ണിയുണ്ട്. കേവലം വിഷയങ്ങളെ ക്കൊണ്ട് യാതൊരു ഹാനിയുമുണ്ടാകുന്നില്ല. ഹാനി ഉണ്ടാകുന്നത് വികാരങ്ങളെ ക്കൊണ്ടാണ്. വിഷയങ്ങൾ നമ്മിൽ നിന്നും എന്തെടുക്കുന്നു? ശബ്ദം അതിന്റെ സ്ഥാനത്ത്, ഗന്ധം അതിന്റെ സ്ഥാനത്ത്, സ്പർശം അതിന്റെ സ്ഥാനത്ത്, രസം അതിന്റെ സ്ഥാനത്ത്, ചിന്തകൾ അതിന്റെ സ്ഥാനത്തും. അവകളൊന്നും വികാരമുത്പാദിപ്പിക്കുന്നില്ല. വികാരമുത്പാദിപ്പിക്കുന്നത് വിഷയവും ഇന്ദ്രിയവും തമ്മിലുണ്ടായ സമ്പർക്കം മൂലമുണ്ടായ സംവേദനകളും, അവയുടെ മൂല്യ നിർണ്ണയം ചെയ്ത് അതിൽ ജനിച്ച രാഗവും അതിൽ ജനിച്ച ദ്വേഷവും മാത്രം. ഇത് വാസ്തവത്തിൽ ഒരു വലിയ ഗവേഷണമാണ്. വലിയ രഹസ്യമാണ് തുറന്നു കാട്ടിയത്. സംവേദനകളെ അറിയുന്നയാൾക്കേ രാഗം എവിടെ ഉണ്ടാകുന്നു, ദ്വേഷം എവിടെ ഉണ്ടാകുന്നു എന്നറിയുവാൻ സാധിക്കുകയുള്ളു.

സംവേദനകളെ നോക്കുന്ന പരിശീലനത്തിൽ മറ്റൊരു കാര്യം കൂടി മനസ്സിലാക്കുവാനുണ്ട്. ഇന്ദ്രിയ വിഷയങ്ങളുമായി സ്പർശമുണ്ടാകുമ്പോളെല്ലാം ത്വരിത ഗതിയിൽ മൂല്യനിർണ്ണയം നടന്ന്, സംവേദനകൾ ഉണ്ടാകുന്നു. സ്പർശജന്യമായ സംവേദന ഉണ്ടാകുമ്പോൾ, ബോധം ഉണ്ടായില്ലെങ്കിൽ രാഗമോ, ദ്വേഷമോ ജനിപ്പിക്കും. അങ്ങനെ സ്വഭാവമായി തീർന്നിരിക്കുകയാണ്. വിഷയങ്ങൾ എന്നും ഉണ്ടാകും. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾക്ക് വിഷയങ്ങളുമായി സമ്പർക്കവുമുണ്ടാകും. എന്നാൽ അതു മൂലമുണ്ടാകുന്ന വികാരങ്ങൾ, അവിടെയാണ് തടസ്സം കൊടുക്കേണ്ടത്. സംവേദന ഉണരുന്നിടത്ത് തടയണം. ഓരോ സംവേദനയോടും രാഗ വിഹീനമായിരിക്കണം, ദ്വേഷ വിഹീനമായിരിക്കണം. ‘വേദനാ പച്ചയാ തണ്ഹാ’ ഓരോ വേദനയോടും കൂടെ തൃഷ്ണ ഉണർന്നിരുന്നത്. രാഗത്തിന്റെ തൃഷ്ണ, ദ്വേഷത്തിന്റെ തൃഷ്ണ. ഇപ്പോൾ അതിന്റെ സ്ഥാനത്ത് ‘വേദന പച്ചയാ പഞ്ഞാ’ ഓരോ വേദനയോടും കൂടെ പ്രജ്ഞ ഉണരും, ബോധി മാത്രം ഉണരും. ഇതുമൂലം പുതിയ കെട്ടുകൾ കെട്ടുന്നില്ല. പഴയവ അഴിയുവാൻ തുടങ്ങും. മുഴുവനും അഴിയുന്നതിനു സമയമെടുക്കും. എന്നാൽ ശരിയായ മാർഗ്ഗം കണ്ടു കിട്ടി, ശരിയായ വിധി കിട്ടി. ജോലിയും ആരംഭിച്ചു.

ജോലി തനിയെ ചെയ്യണം. കെട്ടുകൾ തന്നെത്താനെ ഇട്ടവയാണ്. അതുകൊണ്ട് തന്നെത്താനെ അഴിച്ചേ പറ്റു. ഈ അഴിക്കലിന്റെ പ്രവർത്തിയിൽ പ്രകൃതി വളരെ ഏറെ സഹായിക്കും. തന്റെ അകത്തു അഹംഭാവം, അഹങ്കാരം ഇല്ലാതാകണം. ഇതാണ് അനാത്മത്വം. ദാർശനികന്മാരുടെ വിവാദവിഷയമായ ആത്മ വാദവും, അനാത്മവാദവുമല്ല. അതൊരു വശത്ത് മാറ്റി വയ്ക്കാം. ഞാൻ എന്നും, എന്റേത് എന്നും

ഇല്ലാത്തിടം, അഹങ്കാരം തെല്ലുമില്ലാത്തിടം, മമത്വം ഇല്ലാത്തിടം, ഹീനഭാവനയില്ല, അഹംഭാവമില്ല. മദ്ധ്യമ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ നടക്കണം. സ്വയം കെട്ടുകൾ അഴിഞ്ഞു തുടങ്ങും.

പത്തു ദിവസത്തെ സാധനയിൽ ഇങ്ങനെ എന്തുകൊണ്ട് ചെയ്തു, ഇത് മനസ്സിലാക്കി ക്കൊണ്ടിരുന്നാൽ കുഴങ്ങുകയില്ല. ദാർശനീക മാന്യതകളുടെ വിവാദങ്ങളിൽ പെടേണ്ടതില്ല. വിധിയുടെ പരിശീലനം കൊണ്ടാണ് ലാഭമുണ്ടാകുന്നത്. വിധിയെക്കുറിച്ചുള്ള കാര്യം ആവണമെങ്കിൽ അത് മറ്റൊരു സാധന വിധികളുമായി കൂട്ടി ചേർക്കരുത്. ഈ വഴിയിൽ കൂടി നടന്ന് സത്യത്തിൽ ലാഭം ലഭിക്കണമെങ്കിൽ ഈ വിധിയെ അതിന്റെ ശുദ്ധ രൂപത്തിൽ കാത്തു സൂക്ഷിക്കുക തന്നെ വേണം……………….തുടരും.

……………

.