വിപശ്യനാ പത്രിക

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

Vol. 2, No. 11 : നവംബർ 2009 | **വിപസ്സന റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്**
മലയാളം മാസ പത്രിക | **ധമ്മഗിരി, ഇഗത്പുരി – 422 403, മഹാരാഷ്ട്ര**

ധർമ്മ വാണി

സുഖ് ആയേ നാചേ നഹീം,
ദുഖ ആയേ നഹീം രോയ്,
ദോനോം മേം സമതാ രഹേ,
തോ ഹീ മംഗല് ഹോയ്

സൗഖ്യമായാൽ നൃത്തം ചെയ്തിടേണ്ട,
ദുഖമായാൽ കണ്ണീർ തൂകിടേണ്ട,
രണ്ടിലും സമതയുണ്ട്,
എന്നാലെ മംഗളം ഭവിക്കുള്ളു.

— **എസ. എൻ. ഗോയങ്ക**

സമതാ ധർമ്മം

എസ. എൻ. ഗോയങ്ക

(1996 ഡിസംബറിൽ ഹിന്ദി പത്രികയിൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ച സമതാ ധർമ്മം)

സമത എന്നത് ധർമ്മമാകുന്നു. സമതയില്ലായ്മ അധർമ്മവും. സമത അനാസക്തി ആകുന്നു. സമതയില്ലായ്മ ആസക്തിയും. എവിടെ ആസക്തി ഉണ്ടോ അവിടെ ദുഃഖമേ ഉള്ളു. എവിടെ അനാസക്തിയുണ്ടോ അവിടെയാണ് ശരിയായ സുഖമുള്ളത്, ശരിയായ സമാധാനമുള്ളത്.

വിപശ്യന ധ്യാനം വഴി നമ്മൾ കാണുന്നത് – ശരീരത്തിൽ കേന്ദ്രമായിരിക്കുന്ന ഈ മനസ്സിന്റെ പ്രവാഹത്താൽ, വിവിധകാരണങ്ങൾ കൊണ്ട്, സമയാസമയങ്ങളിൽ, സുഖവും ദുഃഖവും ആയ, രണ്ടു പ്രകാരത്തിലുള്ള സംവേദനകൾ പ്രകടമായി കൊണ്ടിരിക്കുന്നതാണ്. സുഖപ്രദമായ സംവേദന നമുക്ക് പ്രിയങ്കരമായി തോന്നുന്നതിനാൽ അതിനോട് ഇഷ്ടം ജനിക്കുന്നു. അതിനാൽ അതിനെ നിലനിർത്തുന്നതിനായി നാം പ്രയത്നിക്കും. ഇത് നഷ്ടപ്പെട്ടു പോയാലോ എന്നു വിചാരിച്ച് ആശയോടും വിഷമത്തോടും കൂടിയവനായി ത്തീരുന്നു. അസുരക്ഷിതത്വവും അശാന്തിയും അനുഭവിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. എന്നാൽ പ്രകൃതിയുടെ പരിണാമനിയമം കാരണം ഈ സുഖമുള്ള സംവേദന തീർച്ചയായും നഷ്ടപ്പെടുന്നു. എന്നിട്ട് എപ്പോൾ ദുഃഖ സംവേദന പ്രകടമാകുന്നുവോ അപ്പോൾ അതിനെപ്പറ്റി മനസ്സിൽ അനിഷ്ടം ജനിക്കുന്നു. അതിനെ ഇല്ലാതാക്കാൻ എത്ര വേവലാതിപ്പെടുന്നു. ഇത് ഒരിക്കലും മാറിപ്പോവില്ലേ? – ഈ ഭയവും സംശയവും മൂലം ഭയവിഹ്വലനാകുന്നു. വീണ്ടും അസുരക്ഷതയുടെ അശാന്തതയാൽ വരിഞ്ഞു മുറക്കപ്പെടുന്നു. രണ്ടവസ്ഥയിലും അശാന്തിയും വേവലാതിയും ഉണ്ടാകുന്നു. ഇഷ്ടത്താലും (രാഗം) അനിഷ്ടത്താലും (ദ്വേഷം) ആസക്തി ജനിക്കുന്നു. സുരിക്ഷിതത്വമില്ലായ്മ ഉണ്ടാകുന്നു. മനസ്സ് അതിന്റെ സംതുലിതാവസ്ഥ നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നു. ഇത് തന്നെയാണ് വിഷമത. സുഖവും ദുഃഖവും ആയ പരിതസ്ഥിതി നിലനിൽക്കുമ്പോഴും മനസ്സിൽ ഇഷ്ടവും അനിഷ്ടവും തോന്നാത്ത അവസ്ഥ നിലനിൽക്കുന്നു എങ്കിലേ അനാസക്തനായിരിക്കാൻ സാധിക്കുകയുള്ളു. എല്ലാ സമയവും സുരിക്ഷിതതാ ബോധമുള്ളവനായിരിക്കുന്നു. സ്വന്തം സമനില നഷ്ടപ്പെടുത്താറില്ല, ശാന്തനായിരിക്കുന്നു.

സുഖവും ദുഃഖവും ആയ സ്ഥിതികളെപ്പറ്റി പൂർണ്ണമായ അറിവും ജാഗ്രതയും പുലർത്തിക്കൊണ്ട് മനസ്സിളകാതെ നിലക്കുന്നതാണ് സമത. പാറയെപ്പോലെ ജീവനില്ലാതിരിക്കുന്ന അവസ്ഥ സമതയല്ല. ശ്മശാനത്തിലെ ശാന്തിയുമല്ല. മനസ്സിനെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്ന അവസ്ഥ എപ്പോൾ പ്രകടമല്ലാതിരിക്കുന്നുവോ, ആ സമത ശരിയായ സമത ആണ്, എന്ന് എങ്ങനെ പറയാൻ കഴിയും? ഉത്തേജിപ്പിക്കുന്ന അവസ്ഥ ഉണ്ടെങ്കിൽകൂടി, ഉദ്ദീപിപ്പിക്കുന്ന മനസ്സുതന്നെ ഉറങ്ങി കിടക്കുകയാണെങ്കിൽ, ആ സമതയും, ശരിയായ സമതയാണെന്ന് എങ്ങിനെ പറയാൻ കഴിയും? സമത നിഷേധമല്ല, മൂഢതയല്ല, മോഹാലസ്യമല്ല. ആരെങ്കിലും നമ്മളെ കശാപ്പുകാരനെപ്പോലെ മുറിക്കുമ്പോഴും നമ്മൾ അറിയുന്നില്ല എന്ന ബോധമില്ലത്ത അവസ്ഥയും അല്ല. ഇവിടെ ഒരുതരത്തിലുമുള്ള ബോധം കെടുത്താനുള്ള മരുന്നും മണപ്പിക്കുന്നില്ല. ലഹരി മരുന്നിന്റെ കുത്തിവയ്പ്പും ഇല്ല. പൂർണ്ണ ബോധത്തോടു കൂടി ഇരിക്കുമ്പോഴും, സമചിത്തതയോടെ ഇരിക്കുക യാണെങ്കിലേ സമതയുള്ളു. ഇല്ലെങ്കിൽ ഗാഢമായ ഉറക്കത്തിൽ ഉറങ്ങിയവനും, അല്ലെങ്കിൽ മോഹാലസ്യത്തിൽ പ്പെട്ടവനും, അല്ലെങ്കിൽ

ബോധമില്ലാത്തവനും, തനിക്ക് സമതയുണ്ടായിരുന്നു എന്ന് വീമ്പളക്കുമായിരുന്നു.

സുഖം വന്നാൽ ഉത്സാഹിതനായിരിക്കുന്നു, ദുഃഖം വന്നാൽ തളർന്നിരിക്കുന്നതും തന്നെയാണ് യഥാർത്ഥ വിഷമം. രണ്ടവസ്ഥയിലും വീഴാതെ, സമഭാവത്തോടുകൂടി ഇരിക്കുന്നതാണ് യഥാർത്ഥ സമത. എന്നാൽ സമത നമ്മളെ ഒരിക്കലും അശക്തനും മടിയനും ആയി മാറ്റുന്നില്ല. ശരിയായ സമത വന്നാൽ ജോലി ചെയ്യാൻ തുടങ്ങും. ആ ജോലി പരമമായ പുരുഷാർത്ഥത്തിന്റെ രൂപം കൈകൊള്ളും. പരമപുരുഷാർത്ഥത്തിൽ, തന്റെ, വേറൊരാളുടെ, എന്ന വ്യത്യാസമില്ല. ആ തരത്തിലുള്ള പുരുഷാർത്ഥം തരുന്ന സമത എത്രത്തോളം പ്രബലമാകുന്നുവോ, ജീവിതത്തിൽ അത്രത്തോളം മംഗളം ഭവിക്കുന്നു. ആത്മമംഗളവും ജനമംഗളവും. സമത എത്രത്തോളം ദുർബല മാകുന്നുവോ അത്രത്തോളം സ്വന്തം അനർത്ഥ മുണ്ടാകുന്നു. മറ്റുള്ളവർക്കും അനർത്ഥമുണ്ടാകുന്നു.

സമത എന്ന ധർമ്മം ജീവിതവേദിയിൽ നിന്ന് ഓടിപ്പോകലല്ല, ഒഴിഞ്ഞുമാറലല്ല, ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് മുഖം മറക്കലല്ല. ജീവതത്തെ അഭിമുഖീകരിച്ച് ജീവിക്കുന്നതാണ് സമതാധർമ്മം. ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് ഒളിച്ചോടി എങ്ങോട്ട് പോകാനാണ്? ഇന്ദ്രിയവിഷയങ്ങളിൽ നിന്നും ഓടി എവിടെ പോകാൻ സാധിക്കും? ലോകം മുഴുവൻ വിഷയങ്ങളെ കൊണ്ട് നിറഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്. എങ്ങനെ വിഷയങ്ങൾ നമ്മൾക്ക് ദോഷം വരുത്തും? അവ നമ്മുടെ ശത്രുവോ മിത്രമോ അല്ല. നല്ലതോ ചീത്തയോ അല്ല. അവയെപ്പറ്റിയുള്ള നമ്മുടെ വീക്ഷണമാണ് നല്ലതും ചീത്തയും. അനാസക്തമായ വീക്ഷണം, അല്ലെങ്കിൽ ആസക്തമായ വീക്ഷണം, സമമായ വീക്ഷണം, വിഷമമായ വീക്ഷണം. നമ്മൾ വിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് ഓടിപ്പോകുന്നതിനു പകരം വിഷയങ്ങളിൽ നിന്ന് നമുക്കുണ്ടാകുന്ന വികാരങ്ങളെ സമതയോടെ അനാസക്തിയോടെ നോക്കാൻ പഠിച്ചാൽ ആ വിഷയങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നാൽ പോലും വികാരം പരാജയപ്പെടുന്നതാണ്. സമതയോടെ അനാസക്തിയോടെ കാണുന്നതു തന്നെയാണ് വിശേഷരൂപത്തിലുള്ള വീക്ഷണം. ബുദ്ധിപൂർവ്വമായ വീക്ഷണം. ശരിയായ തരത്തിലുള്ള വീക്ഷണം. ഇതുതന്നെയാണ് വിവിധതരത്തിലുള്ള ദർശനം. ഇതുതന്നെയാണ് വിപശ്യന. വിപശ്യനയുടെ സമചിത്തതയുള്ള വീക്ഷണം നേടിയാൽ – ഞാൻ, എന്റെ, ഇഷ്ടം അനിഷ്ടം എന്നിവ അകന്നുപോകും. ഏത് എപ്രകരമാണോ അപ്രകാരം തന്നെ കാണണം. അപ്പോൾ നമ്മൾ അന്ധമായി പ്രതികരിക്കുന്ന രീതി ഉപേക്ഷിക്കുന്നു. സമതയുടെ ദൃഢമായ ഭൂമിയിൽ ഉറച്ചുനിന്നുകൊണ്ട്, നാം എന്തു ചെയ്താലും അത് ശുദ്ധമായ പ്രവൃത്തിയാകും, പ്രതിപ്രവൃത്തി ആകില്ല. ആയതിനാൽ മംഗളം തരുന്നതാകുന്നു, അമംഗളകരമാകുന്നില്ല.

ഉള്ളിൽ മനസ്സിന്റെ പ്രവാഹത്തിൽ ഉയർന്നു വരുന്ന സുഖവും ദുഃഖവുമായ സംവേദനയോട് പൂർണ്ണമായ സമചിത്തത വന്നാൽ പുറത്തുള്ള ജീവിതത്തിലും സഹജമായ സമചിത്തത പ്രകടമാകാൻ തുടങ്ങും. പുറമേയുള്ള ജീവിത ലോകത്തിന്റെ മുഴുവൻ വിഷമതകൾക്കും ഉള്ളിലുള്ള സമതയെ നഷ്ടപ്പെടുത്താൻ കഴിയില്ല. ജീവിത്തിൽ വരുന്ന ഉയർച്ചയും താഴ്ചയും, വരവും നഷ്ടവും, വസന്തവും ഗ്രീഷ്മവും, വെയിലും തണുപ്പും, വർഷവും വരൾച്ചയും, ജയവും പരാജയവും, പ്രശംസയും നിന്ദയും, മാനവും അപമാനവും, ലാഭവും നഷ്ടവുമായ വിപരീത നിലകൾക്ക് മനസ്സിനെ ഇളക്കാൻ കഴിയില്ല. എല്ലാ സ്ഥിതിയിലും സമഭാവത്തോടുകൂടി ജീവിക്കും.

ഉള്ളിലുള്ള സമത പുഷ്ടിപ്പെട്ടാലെ യോഗവും ക്ഷേമവും പുഷ്ടിപ്പെടുകയുള്ളു. ഇതു മൂലം ആയിരം പ്രതികൂല പരിസ്ഥിതി നിലനില്ക്കുമ്പോഴും നമ്മുടെ സുരക്ഷിതത്വത്തേ പ്പറ്റിയുള്ള മിഥ്യാഭയം ദൂരീകരിക്കപ്പെടുന്നു. ജീവിതത്തിൽ കുശലത വരുന്നു, നിർഭയത വരുന്നു. അടുത്ത നിമിഷത്തിൽ എന്തു സംഭവിക്കുമെന്ന ചിന്തയോ, വ്യഥയോ, ഭയപ്പാടോ, ദുഃഖമോ ഉണ്ടാകുന്നില്ല. തന്റെ ഭാര്യ, പുത്രൻ, സമ്പത്ത്, സ്വത്ത്, നിലയും ശക്തിയും, അഭിമാനവും മര്യാദയും, പദവും പ്രതിഷ്ഠയും, ആരോഗ്യവും ആയുസ്സും സുരക്ഷിതമായിരിക്കുമോ ഇല്ലയോ തുടങ്ങിയ നിരർത്ഥക ചിന്തകളിൽ നിന്നും മുക്തി നേടുന്നു. അനു നിമിഷം മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രകൃതിയെ മാറാതെ നിലനിർത്തുവാനുള്ള വ്യർത്ഥ പ്രയാസം, ജീവിത ലോകത്തിന്റെ നിരന്തരമായി ഒഴുകുന്ന ഒഴിക്കിനെ പിടിച്ചുകെട്ടാനുള്ള അവിവേകമായ ആഗ്രഹം – ജലകുമിളകളെ കൈയ്യിൽ മുറുകെ പിടിച്ച് സ്വന്തമാക്കാനുള്ള അസാധ്യവും, നിരർത്ഥകവുമായ പ്രയത്നം സ്വയം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. ജീവിതത്തിൽ നിന്നും കുടിലതയും വിഷമതയും, വലിമുറുക്കവും പിരിമുറുക്കവും സ്വയം ഒഴിഞ്ഞുമാറാൻ തുടങ്ങും. പരിതസ്ഥിതികളുടെ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഓളങ്ങളിൽ നിഷ്പ്രയാസം നീന്താൻ പഠിക്കും. തുടർച്ചയായി പ്രവൃത്യോന്മുഖനായിരുന്നാൽ പോലും അതിന്റെ ഫലത്തെപ്പറ്റി ചിന്തയില്ലാത്തവനായിത്തീരുന്നു. അതിന്റെ കൂടെതന്നെ ചെയ്യുന്ന ജോലിയിൽ പ്രാവീണ്യവും ഗാംഭീര്യത്വവും വരുന്നു. ഇതുതന്നെയാണ് സമതയുടെ മംഗള ലാഭം.

സമത വന്നാൽ മനസ്സിന്റെ–വാക്കുകളുടെ–ശരീരത്തിന്റെ കർമ്മങ്ങൾക്ക് ശുദ്ധതയും സമരസവും വരുന്നു. അതുമൂലം ജീവിതത്തിൽ സമാധാനം കൈവരുന്നു. വാതപിത്തകഫങ്ങൾ സമമല്ലാതായാൽ ശരീരം രോഗിയായിത്തീരുന്നു. അതുപോലെ മനസ്സ്, വാക്ക്, ശരീരം ഇവയുടെ കർമ്മങ്ങളിൽ വിഷമത വന്നാൽ ജീവിതം രോഗഗ്രസ്ഥമാകുന്നു. മനസ്സിൽ ഒന്ന്, പറയുന്നത് വേറൊന്ന്, ചെയ്യുന്നത് വേറൊന്ന് ആയാൽ തീർത്തും അസ്വസ്ത്തനേ ആകൂ. സ്വരലയതാളങ്ങളുടെ ചേർച്ചയാൽ തൻമയത്വം വരുന്നതു പോലെ ശരീരമനോവാക്കുകളുടെ പ്രവൃത്തിയിലും തൻമയത്വം വരുന്നു. പരമമായ സുഖം ലഭിക്കുന്നു. ലോകത്തിലെ മുഴുവൻ സുഖങ്ങളെക്കാളും ഉയർന്നതും ശ്രേഷ്ഠവുമാണ് സമത സുഖം.

സമതയാണ് ആരോഗ്യം. മനസ്സിന്റെ സമത നഷ്ടപ്പെടുമ്പോഴാണ് നാനാ തരത്തിലുള്ള രോഗങ്ങൾ ആക്രമിക്കുന്നത്. മാനസിക രോഗങ്ങളും, അതുമൂലം ശാരീരക രോഗങ്ങളും. സമതയോടെ ജീവിക്കുന്ന കലയറിയുന്ന വ്യക്തിക്കുമാത്രമേ സ്വസ്ഥതമായ ജീവിതം ലഭിക്കുകയുള്ളു. സമതയോടെ ജീവിക്കുന്നവന്റെ അഹംഭാവവും ആത്മഭാവവും

നഷ്ടമാകുന്നു. അവൻ അനാത്മകതയുടെ മംഗളജീവിതം നയിക്കുന്നു. ഞാൻ, നീ എന്ന വിഷമവും, ഒറ്റപ്പെട്ടതും ഏകപക്ഷികവുമായ വീഷണം നഷ്ടപ്പെടും. സമചിത്തതയുടെ സമന്വയത്തിന്റെയും, പല തരത്തിലുള്ള, അനേകകോണിലൂടെയുള്ള വീഷണം ഉണരാൻ തുടങ്ങും. സമചിത്തതയില്ലായ്മ ആസ്ക്തിയിലേക്ക് നയിക്കുന്നു. ആസ്ക്തി അതിരു കടക്കാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. അതിരു കടക്കുന്ന കാരണം പലതരത്തിലുള്ള കാഴ്ചപിശകുകൾ ഉണ്ടാകുന്നു. എനിക്കു മാത്രം മുക്തിയുണ്ടാകട്ടെ, ബാക്കിയുള്ളവർ മുഴുവൻ നരകത്തിൽ പോട്ടെ – ഈ പുത്രൻ, ഭാര്യ, സഹോദരൻ ബന്ധുക്കൾ ഇവരൊക്കെ ബാധ്യതകളാണ്. എനിക്ക് ഇവരുമായി എന്ത് കാര്യം. ഞാൻ എങ്ങനെ മുക്തനാകും. ഇവരോട് എനിക്ക് ഒരു പങ്കുമില്ല. ഇപ്രകരത്തിൽ ചിന്തിക്കുന്ന വ്യക്തി അതിരിന്റെ ഒരു വശത്ത് കുടിങ്ങിക്കിടക്കുന്നു. വേറെ ചിലർ താനും തന്റെ കുടുംബവും എന്ന ചട്ടക്കൂട്ടിൽ കഴിയുന്ന വ്യക്തിയായി അതിരിന്റെ മറുവശത്ത് കുടുങ്ങിക്കിടക്കുന്നു. സമതാധർമ്മം മധ്യമമാർഗ്ഗമായ ധർമ്മമാണ്. സമതാ ധർമ്മം സ്വന്തം മംഗളവും മറ്റുള്ളവരുടെ മംഗളവും സമന്വയിപ്പിച്ച കൂട്ടിച്ചേർക്കലിന്റെ ധർമ്മമാണ്. വ്യക്തികൾ കാട്ടിലെ വൃക്ഷലതാദികളെപ്പെലെ അചരങ്ങളല്ല. അവർ ചലിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. എന്നും ചലിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ആയതിനാൽ മറ്റുള്ള വ്യക്തിയുമായി സമ്പർക്കവും സൗഹാർദവും ഉണ്ടാകുന്നു. ആത്മശുദ്ധിക്കായി കുറച്ചു കാലം ഏകാന്തവാസം ചെയ്യുന്നതും, അന്തർ മുഖിയാകുന്നതും ആവശ്യവും മംഗളകരവുമാണ്. എന്നാൽ ഇപ്രകാരം ശുദ്ധി ചെയ്ത മനസ്സിനെ പുറം ലോകത്തിൽ ശരിയായ രീതിയിൽ പ്രയോഗിച്ചാൽ ധർമ്മം പുഷ്ടിപ്പെടുന്നതാണ്.

ഞാൻ എന്ന സങ്കുചിത കേന്ദ്രത്തിൽ ആസ്ക്തനായിരിക്കുന്നതിനാൽ, നമ്മുടെ ദൃഷ്ടി വ്യക്തമല്ലാത്തിനാൽ, കർമ്മ സിദ്ധാന്തങ്ങളുടെ ശരിയായ അറിവ് നമുക്ക് ലഭിക്കുന്നില്ല. ആസക്തിമൂലം അതിരു വിട്ട് അവയോട് ചായ്‌വു തോന്നുകയും, ഓരോ വ്യക്തിയും മുൻകർമ്മത്താൽ മാത്രം നിയന്ത്രിക്കപ്പെടുന്നു എന്ന് വിചാരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മറ്റുള്ളവരുടെ കർമ്മങ്ങൾ അയാൾ ഒട്ടും തന്നെ കണക്കിലെടുക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ സത്യമെന്തെന്നാൽ ഓരോ വ്യക്തിയും സ്വന്തം കർമ്മത്താൽ നിയന്ത്രിക്കപ്പെടുന്നു എന്നാൽ മുഴുവൻ സമൂഹത്തിന്റെയും കർമ്മത്തിൽ നിന്നുള്ള നിയന്ത്രണവും കുറച്ചൊന്നുമല്ല. ഓരോ വ്യക്തിയും സ്വന്തം കർമ്മത്തിന്റെ തന്നെ പ്രതിരൂപമാണ്. എന്നാൽ മുഴുവൻ മനുഷ്യ സമൂഹത്തിന്റെയും, ഇതുവരെയുള്ള പുരോഗതിയുടെയും അധോ ഗതിയുടെയും കാരണം കൂടിയായിരിക്കുന്നതാണ്. നമ്മുടെ കർമ്മങ്ങൾ നമ്മളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നു എന്നു തീർച്ച – എന്നാൽ മറ്റുള്ളവരെയും അവ നിയന്ത്രിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നമ്മൾ നമ്മുടെ കർമ്മത്തിന്റെ മൂർത്തീകരണം നമ്മുടെ ജീവിന്റെ ഒഴുക്കിന് കൊടുക്കുന്നു, എന്നാൽ അതിനോടൊപ്പം തന്നെ വരുന്ന തലമുറക്കും കുറച്ച് കുറച്ച് കൊടുക്കുന്നുണ്ട്. ഒരിക്കലും വ്യഷ്ടിക്ക് സമഷ്ടിയിൽ നിന്നും മാറിയിരിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. അതുപോലെ സമഷ്ടിക്ക് വ്യഷ്ടിയിൽ നിന്നും. ഒരു വ്യക്തിക്ക് ഒരിക്കലും സമൂഹത്തോട് ബന്ധമില്ലാതിരിക്കാൻ കഴിയില്ല. അതുപോലെ സമൂഹത്തിന് വ്യക്തിയിൽ നിന്നും. രണ്ടും അന്യോന്യം ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. പരസ്പര പൂരകങ്ങളാണ്. വ്യക്തിയും സമൂഹവുമായിയുള്ള സമ്പർക്കത്തിൽ സമതയും സമന്വയവും സ്ഥാപിക്കുന്നത് ശുദ്ധമായ ധർമ്മത്തിന്റെ മംഗള ഫലം. സമതയുടെ ശുദ്ധധർമ്മം എത്രയെത്ര വികസിക്കുന്നുവോ വ്യക്തി അത്ര കണ്ട് ഞാൻ എന്ന സങ്കുചിത കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നും കരകയറി ക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഈ ഞാൻ എന്ന ബിന്ദു തന്നെയാണ് നമ്മുടെ ചുറ്റും എന്റെ എന്ന വൃത്തം വരച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. പതുക്കെ പതുക്കെ ഈ എന്റെ എന്ന വൃത്തത്തിന്റെ സങ്കീർണ്ണതയും ദൂരീകരിക്കപ്പെടുന്നു. എന്റെ എന്ന വൃത്തം വികസിച്ച് സാമ്യത്തിന്റെ പൂർണ്ണത കൈവരിക്കുമ്പോൾ അനന്തമായിത്തീരുന്നു.

എന്നുവരെ എന്റെ എന്ന സങ്കീർണ്ണ കാഴ്ചപ്പാടാൽ വലയം ചെയ്തിരിക്കുന്നുവോ അതുവരെ ഈ എനിക്കായി, ഏതൊരാൾക്കും ഹാനിയുണ്ടാക്കാൻ മടിക്കുന്നുമില്ല. ഈ പരിധി കുറച്ചു കൂടിയാൽ ആരെ 'എന്റെ' എന്നു വിളിക്കുന്നുവോ അവർക്ക് ഹാനിയുണ്ടാകാതെ നോക്കുന്നു. ഞാൻ എന്ന പരിധിയിൽ നിന്ന് പുറത്തു വന്നാലും 'എന്റെ' എന്ന സങ്കുചിത പരിധിയിൽ ഒതുങ്ങി നില്ക്കുന്നു. എന്റെ ഭാര്യ, എന്റെ പുത്രൻ എന്ന പരിധിവരെ മാത്രം. അതിൽ നിന്നും കുറച്ചു മുന്നോട്ടു പോയാൽ എന്റെ കുലം, എന്റെ ഗോത്രം, എന്റെ വർണ്ണം, എന്റെ ജാതി, എന്റെ സമ്പ്രദായം, എന്റെ ദേശം, എന്റെ പരിധിയിൽ ഉടക്കി നിലക്കുന്നു. സമതധർമ്മത്തിൽ പരിപുഷ്ടനായാൽ ഈ പരിധിയും ഉടയുന്നു. മനുഷ്യ ജാതിയുടെ മാത്രമല്ല പ്രാണിജാതികളുടെ ഹിതത്തിലും സുഖത്തിലും സ്വന്തം ഹിതവും സുഖവും കാണുന്നു. ഏതെങ്കിലും പ്രാണിയുടെ ഹിതസുഖത്തെ ഹനിച്ച് സ്വന്തം ഹിതത്തിനും സുഖത്തിനും യത്നിക്കുന്നില്ലെന്നു മാത്രമല്ല, അത്തരത്തിൽ ചിന്തിക്കാൻ പോലും ഒരുങ്ങുന്നില്ല.

എവിടെ പരിധിയുണ്ടോ അവിടെ വിഷമതയുണ്ട്. പരിധി എത്ര ചുരുങ്ങുന്നുവോ, വിഷമവും അത്ര കടുത്തതായിരിക്കും. സാമ്യതക്ക് അത്രക്കും കുറവുണ്ടായിരിക്കും. സാമ്യതയുടെ അഭാവം കാരണം ഏത് ഞാനല്ലയോ ഏത് എന്റെതല്ലയോ അതിന് ഹാനിയുണ്ടാക്കുന്നു. എന്നുവരെ അങ്ങിനെയാണോ അതുവരെ ജീവിതത്തിൻ പാപം നിറഞ്ഞിരിക്കും. ഏത് ഞാൻ ആണോ എന്റെ ആണോ അതിനായി ഒരു കണമെങ്കിലും കിട്ടുമെങ്കിൽ, ഏത് ഞാൻ–എന്റെ അല്ലയോ അതിന്റെ ഒരു കിന്റൽ എങ്കിലും മണ്ണിൽ അലിയിക്കാൻ മടി കാണിക്കില്ല. ഞാൻ എന്റെ എന്ന അന്ധകാരത്തിൽ നികൃഷ്ടത്തിൽ നികൃഷ്ടമായ പാപകർമ്മം പോലും ശരിയല്ലെന്ന് കാണുന്നില്ല.

വിഷമത ഞാൻ–എന്റെ, അഹംഭാവത്തിന്റെ ജനനിയാണ്. ഞാൻ–എന്റെ എന്ന ഭാവം വിഷമതയെ പോഷിപ്പിക്കുന്നു. എന്റെ, ഞങ്ങളുടെ എന്ന ഭാവം കാരണമാണ് നമ്മൾ തീവ്രമായ ലോഭത്തിനടിമപ്പെട്ട് നമ്മൾ സാധനങ്ങൾ കൂട്ടിവച്ച് എടുത്ത് മറ്റുള്ള അനേകം പേർക്ക് ആവശ്യമായ ആവശ്യ വസ്തുക്കളെ ദുർലഭമാക്കി സമാജ സമതയെ ഹനനം ചെയ്യുന്നു. ഇതു പോലെ തീവ്രമായ

അഹങ്കാരം മൂലം ഉച്ച കുലം, വർണ്ണം, ജാതി – ഇവയുടെ ലഹരിക്ക് അധീനമായി, ഉച്ച-നീച ഭേദഭാവങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ച് സമാജത്തിന്റെ സമത നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നു. ഇതു പോലെ അർത്ഥവൃത്തി, രാഷ്ട്രീയം തുടങ്ങിയ നിരവധി ക്ഷേത്രങ്ങളിൽ നമ്മുടെ അഹത്തെ പോഷിപ്പിക്കുന്നതു കാരണം സങ്കീർണ്ണത ഉണ്ടാക്കുന്നു. മറ്റുള്ളവരുടെ സമാന അധികാരത്തെ ചവിട്ടിമെതിച്ചു കൊണ്ട്, മതിയില്ലാത്ത പൈശാചികമായ പെരുമാറ്റത്തിലൂടെ തനിക്കും മറ്റനേകം പേർക്കും ദുഃഖത്തിന് കാരണമായിത്തീരുന്നു. ഇതു മുഴുവൻ സമതയുടെ അഭാവം മൂലമാണ് സംഭവിക്കുന്നത്. നമ്മുടെത് അപരന്റേത് എന്ന വ്യത്യാസം മാറ്റി സമഭാവം വന്നാൽ ഇത്തരത്തിലുള്ള ക്രൂരകൃത്യം തന്നെ ചെയ്യാൻ കഴിയുമായിരുന്നില്ല. താൻ മായം ചേർത്ത ഔഷധം വില്ക്കുന്ന ലോഭമുള്ള വ്യാപാരിയാണെങ്കിൽകൂടി രോഗിയായ സ്വന്തം പുത്രന് ആ ഔഷധം ഒരിക്കലും കൊടുക്കില്ല. ഞാൻ മറ്റുള്ളവർ എന്ന ഭേദം മാറിയാൽ ആർക്കും മായം ചേർത്ത ഔഷധം കൊടുക്കില്ല. ഞാൻ കൈക്കൂലി വാങ്ങുന്ന ഉദ്യോഗസ്ഥനോ മേലാധികാരിയോ ആണെങ്കിൽ പോലും സ്വന്തം പുത്രനിൽ നിന്നും കൈക്കൂലി ഒരിക്കലും വാങ്ങില്ല. ഞാൻ മറ്റുള്ളവർ എന്ന ഭേദം പൂർണ്ണമായും മാറിയാൽ ആരോടും കൈക്കൂലി വാങ്ങില്ല. ഉയർന്ന ജാതിയിൽപ്പെട്ടവനാണ് താനെന്ന് മിഥ്യാഭിമാനം വെച്ചുപുലർത്തുന്ന ഒരാൾ സ്വന്തം പുത്രനെ തൊടാൻ പാടില്ലാത്തവനാണ് എന്നു വിളിച്ച് ദൂരെ നിർത്തില്ല. താനും മറ്റുള്ളവരും ഭേദമില്ലെന്നു തോന്നിയാൽ ആരെയും തൊടാൻ പാടില്ലാത്തവർ എന്ന് വിളിച്ച് അകറ്റി നിറുത്തില്ല. സ്വന്തം എന്നും, മറ്റുള്ളവർ എന്നും ഉള്ള ഭേദം മാറ്റിവക്കുന്നത് വിഷമത്തെ മാറ്റി നിർത്തുന്നതു പോലെയാണ്. സർവ്വമംഗളകരമായ സമഭാവം പ്രതിഷ്ഠിക്കപ്പെടണം.

എവിടെ ശുദ്ധമായ സമഭാവം പ്രതിഷ്ഠിക്കപ്പെടുന്നോ അവിടെ സ്വന്തം എന്നും അപരന്റേത് എന്നും ഉള്ള അതിര് ഇല്ലാതാകുന്നു. തന്മൂലം ശോഷണം ഇല്ലാതാകുന്നു. സഹകരണം ഉണ്ടാകുന്നു. ക്രൂരത ഇല്ലാതാകുന്നു. മൃദുലത വരുന്നു. അന്യായം അവസാനിക്കും, ന്യായം വരും. സങ്കീർണ്ണത ഇല്ലാതാകും, വിശാലത വരും. അഹംഭാവവും ഹീനഭാവവും ഇല്ലാതാകും, സഹോദരനെന്ന ഭാവം വരും. അധർമ്മം ഇല്ലാതായി ധർമ്മം വരും.

ഒരു വശത്ത് നമ്മുടെ മിഥ്യയായ സ്വാർത്ഥത്തിന്റെ രക്ഷയ്ക്കായി ഭയത്തോടും ആകുലതയോടും ഒരു ദുർബലനെ മഴു കൊണ്ട് വെട്ടിവീഴ്ത്തി ചവിട്ടിയരക്കുന്ന ക്രൂരത, മറുവശത്ത് യോഗക്ഷേമത്തിൽ പരിപൂർണ്ണനായിക്കൊണ്ട് നിർഭയനായി ഏവരുടെയും ഹിതത്തിലും സുഖത്തിലും സ്വന്തം തന്റെ ഹിതവും സുഖവും കാണുന്ന വിശാല ഹൃദയനാകുന്നു. ഇതു രണ്ടിനും ഇടക്കുള്ള എല്ലാ സ്ഥിതികളും സമതാ ധർമ്മത്തിന്റെ വികാസത്തിനുള്ള ചവിട്ടുപടികളാണ്.

സമത പുഷ്ടിപ്പെട്ടാൽ കൂട്ടായ്മ വരും. സമന്വയം വരും, സ്നേഹവും, സൗഹൃദ ഭാവവും, കൂട്ടായ്മയും, സദ്ഭാവവും, സഹവർത്തിത്വവും സ്വമേധയാ വരുന്നതാണ്. ഇതിനായി പ്രയത്നം ചെയ്യേണ്ടതില്ല. ഇതെല്ലാം വരുന്നില്ലെങ്കിൽ തീർച്ചയായും എവിടെയോ കുറവുണ്ട്. ഇപ്പോൾ ജീവിതത്തിൽ ശരിയായ വിപശ്യനയും സമതയും വന്നിട്ടില്ല. സമതയുടെ സാധനയുടെ പേരിൽ ഏതോ ആവരണം വന്നിട്ടുണ്ട്. എന്തോ കുഴപ്പം വന്നിട്ടുണ്ട്. സമ്പ്രദായത്തെപ്പറ്റിയുള്ള ബുദ്ധിയുടെ കസറത്തിന്റെ തിളങ്ങുന്ന ആവരണമായിരിക്കാം. തീർച്ചയായും അന്തർമനസ്സ് ഇപ്പോൾ വിഷമത നിറഞ്ഞതാണ്. സ്വയം ഈ ഉരകല്ലുകളിൽ ഉരച്ച് പരീക്ഷിച്ച് നോക്കണം.

സത്യത്തിൽ സമത പുഷ്ടിപ്പെട്ടാൽ അവനവന് ഹാനിയുണ്ടാക്കിയിട്ടു പോലും അപരന്റെ ഹിതം പൂർത്തീകരിക്കും. അതും സ്വമേധയാ. വിളക്കിന്റെ തിരി സ്വയം ജ്വലിക്കുന്നു പക്ഷേ പകരമായി ലോകത്തിന് പ്രകാശം കൊടുക്കുന്നു. അഗർബത്തി സ്വയം എരിയുന്നു പക്ഷേ പകരമായി എല്ലാവർക്കും സുഗന്ധം നല്കുന്നു. ചന്ദനമരം സ്വയം വിള്ളുന്നു, പ്രത്യുപകാരമായി സർവ്വർക്കും സുഗന്ധം നല്കുന്നു. ഫലമുള്ള വൃക്ഷം സ്വയം കല്ലേറു കൊള്ളുന്നു, പ്രത്യുപകാരമായി എല്ലാവർക്കും ഫലം നല്കുന്നു. ഇതെല്ലാം സഹജ ഭാവത്തോടെ നടക്കുന്നു. സമത സഹജമായി തീർന്നാൽ എല്ലാവരുടെയും മംഗളത്തിന്റെ അരുവി സ്വയം പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നു.

ആയതിനാൽ സാധകരെ വരൂ സർവ്വമംഗളകരമായ ഈ സമതാധർമ്മത്തിൽ സ്ഥിതനാകാൻ അഭ്യാസം ചെയ്യുക. അഭ്യാസം ചെയ്യുക, അഭ്യാസം ചെയ്യുക.

മംഗള മിത്രം
സത്യനാരായണ ഗോയങ്ക

(പുതിയ സാധകരുടെ പ്രചോദനത്തിനായി വിപശ്യനയുടെ 4–ാം വർഷത്തെ 5–ാം ഭാഗത്തിന്റെ പുനർമുദ്രണം)

…………..