വിപശ്യനാ പത്രിക

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

Vol. 8, No. 2 : ഫിബ്രവരി 2015
മലയാളം മാസ പത്രിക

വിപസ്സന റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്
ധമ്മഗിരി, ഇഗത്പുരി – 422 403, മഹാരാഷ്ട്ര

ധർമ്മ വാണി

വിവാദം ഭയതോ ദിസ്വാ,
അവിവാദഞ്ച ഖേമതൊ,
സമഗ്ഗാ സഖിലാ ഹോഥ,
ഏസാ ബുദ്ധാനുസാസനീ.

വിവാദങ്ങളിൽ ഭയവും, അവിവാദങ്ങളിൽ കുശലക്ഷേമങ്ങളും നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നതു മനസ്സിലാക്കി, ഐക്യം കാത്തു സൂക്ഷിക്കുകയും, മൃദുഭാഷിയായിരിക്കുകയും ചെയ്യുക – ബുദ്ധന്മാർ ഇപ്രകാരമാണ് അനുശാസിക്കുന്നത്.

— **അപദാനപാളി – 1** (വീ.ആർ.ഐ 1.7.79)

മൂന്നു ദിന പ്രവചനം — 3

എസ. എൻ. ഗോയങ്ക

(ഗോയങ്കജിയുടെ മൂന്നു ദിന ശിബിരത്തിലെ പ്രവചനം)

ലഘു ശിബിരത്തിലെ മൂന്നാം ദിവസം പൂർണ്ണമായി. ശിബിരം സമാപിക്കുന്നതിനുള്ള സമയമായി. എല്ലാവരും പഴയ സാധകരാണല്ലോ. ചിലർ പത്തു ദിവസത്തെ ഒരു ശിബിരത്തിൽ, ചിലർ പത്തു ദിവസത്തെ അനേക ശിബിരങ്ങളിൽ പങ്കെടുത്തിട്ടുള്ളവരാണ്. അതുകൊണ്ട്, ഈ വിദ്യ എങ്ങനെയുള്ളതാണ്, ഈ സാധന എങ്ങനെ യുള്ളതാണ്, എന്നെല്ലാം അറിയുകയും ചെയ്യാം. എന്നാലും, ഭാരതത്തിന്റെ ഈ വളരെ പഴയ വിദ്യ ഇപ്പോൾ ഭാരതത്തിന് ഏറ്റവും പുതിയ സാധന എന്നതു പോലെയാണ്. അതുകൊണ്ട് പല ശിബിരങ്ങളിലും ഇരുന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിലും സാധനയെ കുറിച്ചുള്ള എല്ലാ കാര്യങ്ങളും സാധകനു വ്യക്തമായിട്ടുണ്ട് എന്ന് വിശ്വസിക്കാനാവില്ല. സാധനയുടെ പേരിൽ ധ്യാനത്തിന്റെ പേരിൽ എത്രയെത്ര ധാരണകളാണ് ബുദ്ധിക്കുള്ളത്. ഈ ധാരണകളെല്ലാം മാറ്റിഎടുക്കുക എളുപ്പമല്ല. വളരെ സമയമെടുക്കും. അതുകാരണം ഈ സാധന ശരിയായി മനസ്സിലാകുന്നുമില്ല. സാധകൻ ശരിക്കും മനസ്സിലാക്കാത്തിടത്തോളം വേണ്ട വിധത്തിൽ സാധന ചെയ്യുവാനും കഴിയുകയില്ല. വേണ്ട വിധത്തിൽ സാധന ചെയ്യുന്നില്ല എങ്കിൽ കിട്ടേണ്ട ഫലവും കിട്ടുകയില്ല. അങ്ങനെ സ്വന്തം ഹാനി സംഭവിക്കുന്നു. ശരിക്കും മനസ്സിലായില്ല എങ്കിൽ ലഭിക്കേണ്ട പ്രയോജനം ലഭിക്കുകയില്ല. അപ്പോൾ ഹാനി തന്നെ സംഭവിക്കുന്നു.

മറ്റൊരു വലിയ നഷ്ടം കൂടി സംഭവിക്കുന്നുണ്ട്. ഈ സാധനാ വിധി, ഈ വിദ്യ, ശരിക്കും മനസ്സിലാക്കുവാൻ സാധിക്കാത്തതുമൂലം സംഭവിക്കുന്നതാണിത്. ശിബിരത്തിൽ നിന്നും വെളിയിൽ പോകുമ്പോൾ വീട്ടിലുള്ളവരും, സമുദായത്തിലുള്ളവരും ഇതിനെകുറിച്ച് ചോദിക്കും. അവർ കുരുങ്ങി കിടക്കുന്നവരാണ്. ആരോട് ചോദിക്കുന്നുവോ, അയാളും ശരിക്കും കാര്യം മനസ്സിലാക്കാത്തയാളാണെങ്കിൽ ശരിയായ ഉത്തരം കൊടുക്കുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല. മാത്രമല്ല, ശരിയായ ഉത്തരം കൊടുക്കുവാൻ സാധിക്കാതെ വരുമ്പോൾ സ്വന്തം മനസ്സിലും ഈ മാർഗ്ഗം യഥാർത്ഥത്തിൽ ശരി തന്നെയാണോ എന്ന് സംശയം ഉടലെടുക്കും. ഞാനീ ചെയ്യുന്നത് ശരി തന്നെയാണോ? സംശയം പിന്നെ തനിക്കും വിഷമങ്ങളുണ്ടാക്കും. അതുകൊണ്ട് വൈകുന്നേരങ്ങളിലുള്ള ഈ പ്രവചനങ്ങൾ അത്യാവശ്യമാണ്. പത്തു ദിവസത്തെ ശിബിരങ്ങളിലായാലും, ചെറിയ മൂന്നു ദിവസ ശിബിരമായാലും, ദീർഘകാല – ഒരു മാസം – ഒന്നര മാസമുള്ള ശിബിരങ്ങളിലായാലും കുറെ കഴിയുമ്പോൾ മൂന്നു മാസത്തെ ശിബിരങ്ങളിലായാലും വൈകുന്നേരത്തെ പ്രവചനം സിദ്ധാന്തപക്ഷത്തെ സ്പഷ്ടമാക്കുന്നതിനു വേണ്ടി യുള്ളതാണ്. ഈ വിദ്യ എപ്രകാരമാണ് നമുക്ക് നന്മ ചെയ്യുന്നത് എന്നറിയുവാൻ ഈ വിദ്യ ശരിക്കും മനസ്സിലാക്കണം. പ്രയോജനം പ്രായോഗിക പക്ഷത്തിൽ നിന്നും പ്രക്ടീസിൽ നിന്നും ലഭിക്കും. എന്നാൽ പ്രാക്ടീസ് ശരിക്കും ചെയ്യുവാൻ സാധിച്ചില്ല എങ്കിൽ പ്രയോജനം എങ്ങനെ യുണ്ടാകും? പ്രായോഗിക പക്ഷം ശരിയാകുന്നില്ല എങ്കിൽ അതിനു ചില കാരണങ്ങൾ കാണും. ഒരു വലിയ കാരണം പറയുന്നത് – പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുവാൻ തോന്നുന്നില്ല, വലിയ പ്രയാസമുള്ള കാര്യമാണ്. അതുകൊണ്ട് ചെയ്യുന്നില്ല. ചെയ്യുന്നില്ല എങ്കിൽ അതുകൊണ്ടുള്ള പ്രയോജനവും ലഭിക്കുന്നില്ല. താൻ ജോലി ചെയ്യാത്തതുകൊണ്ടാണ് ഫലം ലഭിക്കാത്തത് എന്നറിയുന്നുമുണ്ട്. എന്നാൽ മറ്റൊരാൾ വലിയ പ്രയത്നം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. പക്ഷേ തെറ്റായ രീതിയിലാണ് ചെയ്യുന്നത്, കാര്യം

മനസ്സിലായിട്ടില്ല. അതിലെ താത്വികഭാഗം ശരിക്കും മനസ്സിലായില്ല. അതുകൊണ്ട് തനിക്ക് പ്രയാസങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. അതുകൊണ്ട് ഈ വിദ്യയുടെ സിദ്ധാന്തങ്ങൾ ശരിക്കും മനസ്സിലാക്കേണ്ടത് വളരെ അത്യാവശ്യമാണ്. എന്താണ് ചെയ്യുന്നത്? എന്തിനു ചെയ്യുന്നു? എന്തുകൊണ്ടാണ് ഇപ്രകാരം തന്നെ ചെയ്യുന്നത്? മറ്റു ധ്യാന രീതികളുമായി കലഹിക്കുന്നതിനുവേണ്ടിയല്ല അതിനെ നിന്ദിക്കുന്ന തിനു വേണ്ടിയല്ല ചെയ്യുന്നത്. ഇപ്രകാരം തന്നെ എന്തുകൊണ്ട്, എന്തിനുവേണ്ടിയാണ് എന്ന് നന്നായി മനസ്സിലാക്കണം.

ചിലപ്പോൾ ആളുകൾ ചോദിക്കാറുണ്ട്. സാധകരോട് ചോദിക്കും എന്നോടും ചോദിക്കാറുണ്ട്. ഈ ആറടി നീളമുള്ള ശരീരത്തിനകത്ത് എന്തിന്റെ ദർശനമാണ് ചെയ്യി ക്കുന്നത്. അകത്ത് എന്താണ് ദർശിക്കുന്നത്. ഇതനിത്യമാണ്. ഇത് ഞങ്ങൾക്ക് നന്നായി അറിയാം. ഇതനിത്യമാണ്. ജനിക്കുന്നവർ മരിക്കുന്നില്ലേ? ഇതിനെ എന്ത് നോക്കുവാൻ? ഞങ്ങൾക്ക് ഏതെങ്കിലും നിത്യമായതിന്റെ ദർശനം ഉണ്ടാകു ന്നെങ്കിൽ കൊള്ളാമായിരുന്നു. ഇനി ആ നിത്യത്തെ ആത്മാവ് എന്ന് നിങ്ങൾ പറയുവാനിഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല, ആത്മാവെന്ന് പറയണ്ട. പരമാത്മാവെന്ന് പറയുവാനുമിഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല, പരമാത്മാവെന്നും, പറയണ്ട. ഏതെങ്കിലും പേരിലായി കൊള്ളട്ടെ, ആ നിത്യത്തെ കാട്ടിത്തന്നാൽ മതി. അപ്പോഴല്ലേ ഉപയോഗമുള്ള കാര്യമാകുന്നുള്ളു. ഈ അനിത്യ ദർശനം കൊണ്ട് ഞങ്ങൾക്കെന്ത് പ്രയോജനം? സാധകരും ഇപ്രകാരമുള്ള കാര്യങ്ങൾ കേൾക്കുമ്പോൾ വ്യതിചലിക്കുന്നു – കാര്യം ശരിയാണല്ലോ? ഈ അനിത്യത്തിനെ എന്തിന് കാണണം. ലക്ഷ്യം നിത്യം വരെ എത്തുക എന്നുള്ളതല്ലെ? നിത്യമായ, ശാശതമായ, ധ്രുവമായ, അവസ്ഥ, അതിനെ ആത്മാവെന്നോ, പരമാത്മാ വെന്നോ, നിർവ്വാണമെന്നോ, മുക്തിയെന്നോ മോക്ഷമെന്നോ, എന്തുതന്നെ പറഞ്ഞു കൊള്ളട്ടെ, അതിനെയല്ലേ സാക്ഷാത്കരിക്കേണ്ടത്? അതിന്റെ ദർശനമല്ലെ വേണ്ടത്? എന്നിട്ട് നമ്മൾ ചെയ്യുന്നതോ?

മറ്റുള്ളവരെ പറഞ്ഞു മനസ്സിലാക്കുന്നതിനു മുൻപ് നമ്മൾ സ്വയം മനസ്സിലാക്കണം – ഇപ്രകാരം നമ്മൾ ചെയ്യുന്നതെന്തുകൊണ്ടാണ്? ആ നിത്യം വരെയെത്തുന്നതിനു തടസ്സമെന്താണ്? വിഘ്ന മെന്താണ്? വിഷമമെന്താണ്? തടസ്സത്തെ, വിഘ്നത്തെ, വിഷമത്തെ, അകറ്റിയില്ലെങ്കിൽ നിത്യവും ശാശ്വതവും ധ്രുവവുമായ അവസ്ഥവരെ എങ്ങനെ എത്തും? നിത്യവുമായി സമരസമായി ത്തീരേണ്ടതുണ്ട്. നിത്യമായ, ശാശ്വതമായ ധ്രുവമായ അവസ്ഥ വളരെ നിർമ്മലമായതാണ്. അത് ഏറ്റവും വിതരാഗമായ അവസ്ഥയാണ്. വീതദ്വേഷ മായൊരവസ്ഥയാണ്, വീതമോഹമായ അവസ്ഥ യാണ്. പേര് എന്തെങ്കിലുമായക്കൊള്ളട്ടെ, ആ അവസ്ഥയുമായി സ്വയം സമരസമായി തീരേണ്ടതുണ്ട്. മറിച്ച് മാലിന്യം നിറഞ്ഞിരിക്കുകയും രാഗത്താൽ നിറഞ്ഞിരിക്കുകയും, ദ്വേഷത്താൽ നിറഞ്ഞിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. പിന്നെ എങ്ങനെ ഒന്നായിത്തീരും? രണ്ടിന്റെയും സ്വഭാവം തികച്ചും ഭിന്നമാണ്. ആ അവസ്ഥയുടെ സ്വഭാവം – അവിടെ രാഗം, ദ്വേഷം, മോഹം, മുതലായ വികാരങ്ങളുടെ തരിമ്പുപോലുമില്ല. ഈ അവസ്ഥയുടെ സ്വഭാവം രാഗം, ദ്വേഷം, മോഹവും; അതുപോലെ മറ്റനേകം വികാരങ്ങളിൽ മുങ്ങികിടക്കുക എന്നതാണ്. അപ്പോൾ രണ്ടിന്റെയും സമ്മേളനം എങ്ങനെ സാധിക്കും? തടസ്സം എന്താണ്? വീതരാഗമായ അവസ്ഥവരെ എത്തുന്നതിനുള്ള തടസ്സം – നമ്മുടെ അകത്ത് രാഗം നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നു എന്നുളതാണ്. വീതദ്വേഷമായ അവസ്ഥവരെ വരെ എത്തു ന്നതിനുള്ള തടസ്സം നമ്മുടെ അകത്ത് ദ്വേഷം നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നു എന്നുള്ളതാണ്. വീതമോഹമായ അവസ്ഥവരെ വരെ എത്തുന്നതിനുള്ള തടസ്സം അകത്തെ മോഹങ്ങളാണ്. ഇവ അകന്നാൽ സ്വയം സമരസമായികൊള്ളും. രാഗം മുഴുവനും പോയി കഴിഞ്ഞാൽ വീതരാഗമായി, ദ്വേഷം മുഴുവനും പോയികഴിഞ്ഞാൽ വീതദ്വേഷമായി, മോഹം മുഴുവനും പോയികഴിഞ്ഞാൽ വീതമോഹവുമായി. വികാരമെല്ലാം അകലുമ്പോൾ വികാരമുക്തമായി. അപ്പോൾ നിത്യമായ അവസ്ഥയായി. സ്വയം സമരസമായി.

അതുകൊണ്ട് നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം വരെ എത്തുന്നതിനുള്ള തടസ്സമായിത്തീർന്നിരിക്കു ന്നവയുടെ ധ്യാനം ചെയ്യുകയാണ്. ഈ അനിത്യമായ മുഴുവൻ പ്രപഞ്ചമാണ് – ശരീരത്തിന്റെയും ചിത്തത്തിന്റെയും പ്രപഞ്ചം, ഇവയാണ് നമ്മുടെ അകത്ത് രാഗം ജനിപ്പിക്കുന്നതിന് കാരണ മായിരിക്കുന്നത്, ദ്വേഷം ജനിപ്പിക്കുന്നതിന് കാരണമായിരിക്കുന്നത്, നമ്മുടെ അകത്ത് വിഭിന്ന വികാരങ്ങൾ ജനിപ്പിക്കുന്നതിന് കാരണ മായിരിക്കുന്നത്. ഈ വികാരങ്ങൾ ജനിപ്പിക്കുന്ന സ്വഭാവം നിലനിൽക്കുന്നിടത്തോളം വികാരങ്ങളുടെ സംഗ്രഹവുമുണ്ട്, വികാരം ജനിപ്പിക്കുന്ന സ്വഭാവ വുമുണ്ട്. നമ്മൾ ആ അവസ്ഥയിൽ നിന്നും മൈലുകൾ ദൂരെയായിരിക്കും. ആ അവസ്ഥവരെ എത്തുവാനേ സാധിക്കുകയില്ല. വലിയ മതിലു കളാണ് മുൻപിൽ, എങ്ങനെ മുന്നോട്ടു പോകും? അതുകൊണ്ടാണ് ഈ പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്യുന്നത് – ഈ രാഗം ജനിപ്പിക്കുന്ന കാരണങ്ങളെ എങ്ങനെ ഇല്ലാതാക്കാം? ഈ ദ്വേഷം ജനിപ്പിക്കുന്ന കാരണങ്ങളെ എങ്ങനെ ഇല്ലാതാക്കാം? ഇത്രമാത്രം വികാരങ്ങളെ ജനിപ്പിക്കുന്ന കാരണങ്ങളെ എങ്ങനെ ഇല്ലാതാക്കാം? ഇത് ഓരു ജോലി.

മറ്റൊരു ജോലി കൂടിയുണ്ട്. ഇത്രയും കാലം സംഗ്രഹിച്ച് വെച്ചിട്ടുള്ള വികാരങ്ങളിൽ നിന്നും എങ്ങനെ വിടുതൽ നേടാം? ഈ രണ്ടു കാര്യങ്ങളും നേടിയാൽ – പുതിയ വികാരങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത് അവസാനിപ്പിച്ചും പഴയത്, ഉണ്ടായിരുന്ന സംഗ്രഹം മുഴുവനായും ഇളകിപ്പോയി കഴിഞ്ഞു. അപ്പോൾ നിത്യമായ അവസ്ഥയുമായി സ്വയമേവ സമര സമായിത്തീർന്നു. യാതൊന്നും പ്രത്യേകമായി ചെയ്യേണ്ടതില്ല. നിത്യ അവസഥ തീർച്ചയായും ഉണ്ട്. സൂര്യൻ പ്രകാശിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നതുപോലെ – അതിനെ പ്രകാശിപ്പിക്കുന്നതിനു വേണ്ടി നമുക്കൊന്നും ചെയ്യേണ്ടതില്ല. സ്വാഭാവികമായി പ്രകാശിക്കുകയാണ്. പ്രകാശമാനമാണ്. പ്രകാശ വാനാണ്. എന്നാൽ അതിനുമീതെ കട്ടിയുള്ള കറുത്ത മേഘം നിറഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്, മേഘങ്ങൾ ഇത്രമാത്രം കട്ടിയുള്ളതാകയാൽ നമുക്ക് സൂര്യൻ ഇല്ലേയില്ല എന്ന തോന്നൽ ഉണ്ടാകുന്നു. സൂര്യനുണ്ടു തന്നെ. അതിന്റെ പ്രകാശവുമുണ്ട്. എന്നാൽ ഈ കട്ടിയുള്ള കറുത്ത മേഘങ്ങൾ വന്നടിഞ്ഞി രിക്കുകയാണ്. ആ പ്രകാശത്തിന്റെ ദർശനം വേണമെങ്കിൽ പ്രയത്നിക്കേണ്ടത് – ഈ മേഘങ്ങളെ

എങ്ങനെ അകറ്റാം എന്നതിനു വേണ്ടിയാണ്. എത്രമാത്രം കട്ടിയുള്ള മേഘങ്ങൾ അകലുന്നുവോ, അത്രയും പ്രകാശം സമീപത്തെത്തിയിരിക്കുന്നു. മുഴുവനും മേഘങ്ങൾ അകന്നു കഴിഞ്ഞാൽ പ്രകാശത്തിന്റെ പൂർണ്ണ സാക്ഷാത്ക്കാരമായി. ഈ ഇരുട്ട്, നമ്മൾ അകത്ത് ശേഖരിച്ചു വച്ചിട്ടുള്ളവ, അകത്ത് ശേഖരിച്ചു വച്ചിട്ടുള്ള വികാരങ്ങൾ, എങ്ങനെ ഇവയെ അകറ്റാം? ഈ ധ്യാനമാണ് ചെയ്യുന്നത്. മേഘങ്ങൾ നിലനിൽക്കുകയും അതിനപ്പുറത്തുള്ള സൂര്യനേയും അതിന്റെ വലിയ പ്രകാശത്തേയും കൽപനചെയ്തു കൊണ്ടിരുന്നാൽ കൽപന ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയേ നിവൃത്തി യുള്ളു. ഈ ഘന മേഘങ്ങൾ അകന്നു പോകാത്തിടത്തോളം നമുക്ക് ഇതിന്റെ പുറകിലുള്ള സൂര്യന്റെ ദർശനം ലഭിക്കുകയില്ല. നമ്മുടെ അകത്ത് മേഘപാളികൾ, വികാരങ്ങളുടെ കൂട്ടം കുന്നുകൂടി കിടക്കുന്നിടത്തോളം കാലം വികാരവിഹീനമായ അവസ്ഥയുടെ സാക്ഷാക്കാരം ഉണ്ടാകുന്നില്ല.

അതിനെ അകറ്റുന്ന ജോലിയാണ് ചെയ്യുന്നത്. ശരീരദർശനം ചെയ്യുന്നത് ശരീരം നമുക്ക് വളരെ പ്രിയപ്പെട്ടതായതുകൊണ്ടല്ല. അതുകൊണ്ടു ഇതിനെ കൂടെകൂടെ നോക്കുന്നതല്ല. കൂടെ കൂടെ നോക്കി ആസക്തി ജനിപ്പിക്കുന്ന തിനുവേണ്ടിയുമല്ല. എന്റെ ശരീരം എത്ര നല്ലതാണ്. ഇപ്രകാരമാണ് ശരീരദർശനം ചെയ്യുന്നത് എങ്കിൽ ബന്ധനം സൃഷ്ടിക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. ശരീരദർശനം ചെയ്യുന്നത് അതിനോട് തെല്ലുപോലും ആസക്തി ഇല്ലാതാകുന്നതിനുവേണ്ടിയാണ്. ആഴങ്ങൾ വരെ ഇതിനോടുള്ള ആസക്തി നശിച്ചുപോകണം, അകന്നുപോകണം.

അതേപോലെ ഈ ചിത്ത പ്രപഞ്ചവും. ഇതിനോടും ആസക്തിയുണ്ടായിരിക്കുവാൻ പാടു ള്ളതല്ല. ചിത്തത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്യുന്നത് അതിനോടുള്ള ആസക്തി നശിച്ചു പോകുന്നതിനു വേണ്ടിയാണ്. ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനു വേണ്ടിയാണ്. ശരീരത്തിനോടും ചിത്തത്തിനോടുമുള്ള ആസക്തി നശിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ ഇതിനപ്പുറത്തുള്ള അവസ്ഥ അവസ്ഥ യഥാർത്ഥത്തിൽ ഉള്ളതാണ്. അങ്ങനെ ഒരവസ്ഥ ഇല്ല എങ്കിൽ – നിത്യമായ ശാശ്വതമായ, ധ്രൂവമായ, ഏകരസമായ അമൃതാവസ്ഥ ഇല്ലാ യിരുന്നു എങ്കിൽ ഈ കഷ്ടപ്പാടുകൾക്കൊന്നും യാതൊരു അർത്ഥവുമുണ്ടാകുമായിരുന്നില്ല. ഇതെല്ലാം ചെയ്യുന്നത് എന്തിനു വേണ്ടിയാണ്. മുഴുവൻ വികാരങ്ങളും നീക്കികഴിഞ്ഞാൽ അപ്പോഴും അനിത്യം തന്നെ അനിത്യം, നിത്യം പ്രാപ്തമാകുക തന്നെ ചെയ്യും എന്നല്ല; അങ്ങനെയല്ല. എല്ലാ വികാരവും അകന്നു കഴിഞ്ഞാൽ നിത്യം പ്രാപ്തമാകുക തന്നെ ചെയ്യും. വികാരം അകറ്റാതെ നിത്യം ലഭിക്കും, ധ്രുവമായ അവസ്ഥ പ്രാപ്തമാകും, മുക്താവസ്ഥ പ്രാപ്തമാകും എന്നാണെങ്കിൽ അത് ചതിയായിരിക്കും.

ഈ ചതി വളരെ പ്രിയപ്പെട്ടതായി തോന്നിയേക്കാം. ഇതിൽ വളരെയധികം ജോലി ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. വളരെ കഠിനപ്രയത്നം ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. തന്റെ ഉള്ളിലുള്ള വികാരങ്ങളെ നീക്കുക, എളുപ്പമുള്ള കാര്യമല്ല. വികാരം ഉണ്ടാക്കുന്ന സ്വഭാവം ആദ്യമായി അവസാനിപ്പിക്കണം. അതും അത്ര എളുപ്പമല്ല. സാധകൻ ഒരു ശിബിരം ചെയ്തു, പത്തു ശിബിരം ചെയ്തു കഴിഞ്ഞു, അപ്പോഴും കാണാം എത്ര കഠിനമായ ജോലിയാണിത്. പഴകിയ സംഗ്രഹങ്ങളെ ഇളക്കിക്കളയുന്നതും എത്ര കഠിനമായ ജോലിയാണ്. ഇത്രയും കഠിനമായ ജോലി ചെയ്യുവാൻ മനസ്സ് പരിഭ്രമിക്കുന്നു. അങ്ങനെ യിരിക്കുമ്പോൾ ആരെങ്കിലും നമ്മുടെ ചെവിയിൽ വന്ന് എളുപ്പവഴി – എത്ര വികാരങ്ങൾ ജനിപ്പിച്ചാലും ശരി, ഒരു അല്ലാമിയയുണ്ട്, ഒരു പരമാത്മാവുണ്ട്. അവരുടെ നാമം, കുറച്ചു ജപിച്ചാൽ മതി, കീർത്തനം ചൊല്ലി സ്തുതിച്ചാൽ മതി, അവരെ ഒന്നു പ്രീതിപ്പെടുത്തിയാൽ മതി, തീർത്തും മുക്ത മായിത്തീരും – എന്നുപദേശിച്ചാൽ വളരെ നല്ലതായി തോന്നും. വികാരങ്ങൾ എല്ലാം ഇരിക്കുക തന്നെ നമ്മൾക്ക് മുക്തി ലഭിക്കാം എങ്കിൽ പിന്നെ എന്തിനീ പാടുപെടണം. ഈ കഠിന പ്രയത്നങ്ങളെല്ലാം എന്തിന്? വളരെ എളുപ്പമല്ലെ? വളരെ കുറഞ്ഞ ചിലവിൽ കാര്യം നേടാം. എത്ര എളുപ്പം! വളരെ പ്രയാസപ്പെടണം. വികാരങ്ങളെ ഇളക്കിക്കളയുക എളുപ്പമല്ല. നമ്മുടെ ചെവിയിൽ വന്ന് എളുപ്പവഴി – എത്ര വികാരങ്ങൾ ജനിപ്പിച്ചാലും ശരി, എവിടെയെങ്കിലും ചെന്ന് ഒന്നു മുങ്ങിയാൽ, അമ്പലത്തിൽ പ്രദക്ഷിണം വെച്ചാൽ, നൂറ്റിഎട്ട് പ്രദക്ഷിണം വെച്ചാൽ എല്ലാ പാപവും കഴുകും. എളുപ്പം! ഇന്നയിടത്തെക്ക് തീർത്ഥയാത്ര പോയി എന്നാൽ മതി, എല്ലാ പാപവും കഴുകും. വളരെ എളുപ്പം! ഇതു വായിച്ചോളൂ, പാപമെല്ലാം കഴുകാമല്ലോ. കേൾക്കുമ്പോൾ വളരെ നല്ലതായി തോന്നും! നല്ലതായി തോന്നാം, എന്നാൽ കള്ളം കള്ളം തന്നെയല്ലെ?

അങ്ങനെയൊന്നും സംഭവിക്കുന്നില്ലല്ലോ. ഒന്നു ചെയ്ത് നോക്കു. ഏതെങ്കിലും നദിയിൽ മുങ്ങിനോക്കികൊള്ളു, ശരീരത്തിലെ പോലും മാലിന്യം മുഴുവനായും വൃത്തിയാകുന്നില്ല. അതിലെ വെള്ളം എങ്ങനത്തെതാണെന്ന് ആരറിഞ്ഞു. വെള്ളം തന്നെ അഴുക്ക്. പിന്നെയല്ലെ മനസ്സിലെ മാലിന്യം കഴുകുന്നത്! ഏതെങ്കിലും ഗംഗയിലെ ജലം നമ്മുടെ മനസ്സിലെ അഴുക്ക് കഴുകി ക്കളയും. ഇതിലും വലിയ വഞ്ചനയുടെ കാര്യം മറ്റെന്തുണ്ട്? എവിടെയാണ് നമ്മൾ കുരുങ്ങികിടക്കുന്നത്? ഏതെങ്കിലും ദേവിയുടെ, ദേവതയുടെ ഈശ്വരന്റെ ഭജന പാടിയാൽ, പ്രശംസിച്ചാൽ ആ ഭഗവാൻ നമ്മളെ എല്ലാ ദുഃഖത്തിൽ നിന്നും ഭവസാഗരത്തിൽ നിന്നും മുക്തമാക്കും! ലോക ദുഃഖത്തിൽ നിന്നും മുക്തമാക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞില്ല, ലോകത്തിലുള്ള എല്ലാ വ്യാകുലതകളും നമുക്കുള്ളിൽ കുടിയിരി ക്കുകയാണ്. ലോകത്തിലുള്ള എല്ലാ അശാന്തിയും ഉള്ളിൽ കൂടിയിരിക്കുകയാണ്. നമ്മളീ അശാന്തിയിൽ നിന്നും മുക്തിനേടിയില്ല! ചതി തന്നെയല്ലെ, ചതി! ഏതു ഈശ്വരനാണ്, ഏത് ദേവതയാണുള്ളത് തന്റെ പേരിൽ ഇത്ര വലിയ സന്തോഷം കാട്ടുവാൻ! പേരു പറയുന്നതു കേൾക്കുവാൻ വലിയ കൊതി! ഈ പ്രപഞ്ചം മുഴുവൻ സൃഷ്ടിച്ച സൃഷ്ടാവിന് തന്റെ പേര് കേൾക്കുവാൻ വലിയ കൊതി! എങ്കിൽ പിന്നെ എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളെയും ജനിക്കുമ്പോൾ തന്നെ തന്റെ പേരുച്ചരിക്കുന്ന തരത്തിൽ സൃഷ്ടിച്ചാൽ മതിയായിരുന്നല്ലോ. മരിക്കുന്നതുവരെ പേരു തന്നെ പാടികൊണ്ട് ഇരുന്നെങ്കിൽ ഈ സൃഷ്ടാവ് തന്റെ പേരു പാടുന്നതു കേട്ടു സന്തുഷ്ടനായേനെ. ഇത്രമാത്രം ജീവികളെ താൻ സൃഷ്ടിച്ചു, എല്ലാവരും എന്റെ പേരു പറയുന്നു. എന്നെപോലെ മഹാനായി

ആരുണ്ട്? ആ ഭ്രാന്തന് അങ്ങിനെ സന്തുഷ്ട നാകണമായിരുന്നെങ്കിൽ അങ്ങനെയുള്ള പ്രാണിയെ യല്ലെ സൃഷ്ടിക്കേണ്ടിയിരുന്നത്?

ഇതെന്താണ് സംഭവിച്ചിരിക്കുന്നത്? ചിന്തിക്കുന്നുപോലുമില്ല. എന്നുവെച്ചാൽ വലിയ ഇരുട്ടിൽ അകപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ് നമ്മൾ – ആരെങ്കിലും നമ്മളോടു പറഞ്ഞാൽ നമുക്കതിഷ്ടമാകും. ചിലവു കുറഞ്ഞ കാര്യമല്ലെ? അതുകൊണ്ട് വളരെയധികം ഇഷ്ടം തോന്നും. ആലോചിച്ചു നോക്കുകയില്ല – ഇത് നടപ്പുള്ള കാര്യമാണോ? എന്നൊന്നും. ഇങ്ങനെ സംഭവി ക്കുമൊ? യാതൊരു കഴമ്പുമില്ലാത്ത കാര്യമല്ലെ? ചതിയല്ലെ? നമ്മുടെ അകത്ത് നമ്മൾ രാഗം ജനിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു, ദ്വേഷം ജനിപ്പിച്ചുകൊ ണ്ടിരിക്കുന്നു, ക്രോധം ജനിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു, അഹങ്കാരം ജനിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അതുമൂലം വ്യാകുലമായിക്കൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. ഇതിൽ തെല്ലു പോലും മാറ്റമുണ്ടാകുന്നില്ല. എന്നിട്ടും അവിടെ യുമിവിടെയുമെല്ലാം ആശ വെച്ചുകൊണ്ടുമിരിക്കുന്നു – ഇവർ എന്തെങ്കിലും ചെയ്തുതരും, അവർ എന്തെങ്കിലും ചെയ്തുതരും, ഇതുകൊണ്ട് സാധിക്കും, അതുകൊണ്ട് സാധിക്കും. നമ്മൾ വളരെ ദയനീയമായ അവസ്ഥയാണ് നിർമ്മിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഓരോ സാധകനും ഈ ദയനീയ അവസ്ഥയിൽ നിന്നും തനിക്കു മോചനം നേടണം എന്ന് മനസ്സിലാക്കണം. ഇതാണ് അവിദ്യ, ഇതാണ് മോഹം, ഇതാണ് അജ്ഞാനം – തന്റെ ദുഖത്തിന്റെ ശരിയായ കാരണമെന്താണെന്ന് മനസ്സിലാക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. വ്യാകുലനാണ്, ഇതംഗീ കരിക്കുന്നു. എന്നാൽ എന്തുകൊണ്ടാണ് വ്യാകുലനായിത്തിരുന്നത് എന്ന് അറിയുന്നതിന് ശ്രമിക്കുന്നില്ല. അതറിയുവാൻ വേണ്ടി പ്രയത്നിക്കുവാനുമാഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. തന്റെ വ്യാകുല തയുടെ മൂലകാരണം അറിഞ്ഞാൽ അത് മാറ്റിയെടുക്കുവാൻ സാധിക്കും, അതറിയുവാൻ പ്രയത്നിക്കുന്നില്ല. അതിനുവേണ്ടി പ്രയത്നി ക്കുന്നില്ല. ഈ ജോലി ആരംഭിക്കുന്നില്ല. എങ്കിൽ ഭാഗ്യഹീനനാണ്, വളരെ ഭാഗ്യഹീനനാണ്! സ്വയം ഈ ഭാഗ്യദോഷത്തിൽ നിന്നും വെളിയിൽ വരണം. അകത്ത് വികാരം ഉണർത്തിക്കൊണ്ടി രിക്കുന്നിടത്തോളം കാലം വ്യാകുലത നിലനിൽക്കും. ലോകത്തിലെ ഒരു ശക്തിക്കും നമ്മളെ രക്ഷിക്കുവാനാകുകയില്ല. ലോകത്തിലെ ഒരു ശക്തിക്കും നമ്മളെ അശാന്തിയിൽ നിന്നും, സമാധാനമില്ലായ്മയിൽ നിന്നും മുക്തമാക്കുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല. നമുക്ക് സ്വയം ചെയ്യേണ്ടി യിരിക്കുന്നു. അശാന്തി നമ്മളാണ് ജനിപ്പിക്കുന്നത്, സമാധാനമില്ലായ്മ നമ്മളാണ് ജനിപ്പിക്കുന്നത്, വ്യാകുലത നമ്മളാണ് ജനിപ്പിക്കുന്നത്. അകത്ത് വികാരങ്ങൾ ജനിപ്പിക്കുമ്പോഴെല്ലാം വ്യാകുലതയും ജനിപ്പിക്കുന്നു.

അതുകൊണ്ട് നമ്മൾ ഈ വ്യാകുലത ജനിപ്പിക്കുന്ന അവിദ്യ ആജ്ഞാനാവസ്ഥയിൽ നിന്നും വെളിയിൽ വരണം. നമ്മൾ വികാരം ജനിപ്പിക്കുന്നത് എങ്ങനെ അവസാനിപ്പിക്കാം? രണ്ടുതരത്തിലുള്ള വികാരങ്ങളാണുള്ളത്. ഒന്ന് രാഗാത്മകമായ വികാരങ്ങൾ. മറ്റൊന്ന് ദ്വേഷാത്മകമായ വികാരങ്ങൾ. രണ്ടും വികാരങ്ങൾ തന്നെ. രാഗാത്മകമെന്നാൽ നമുക്ക് പ്രിയമായി തോന്നുന്നവ എങ്ങനെ കൈക്കുള്ളിലാക്കാം? എങ്ങനെ സംരക്ഷിക്കാം. എങ്ങനെ വർദ്ധിപ്പിക്കാം? അതിനെ പ്രതി ഒരു ആഗ്രഹം ജനിക്കുന്നു. അതിനെയാണ് രാഗാത്മകം എന്നു പറയുന്നത്. ദ്വേഷാത്മകമെന്നാൽ – പ്രിയമല്ലാത്തവ എങ്ങിനെ അകറ്റാം. ഏറ്റവും പുതിയതായി ആരംഭിക്കുന്ന യാൾക്ക് ദ്വേഷാത്മകമായ വികാരങ്ങൾ ജനിക്കു മ്പോൾ – അതായത് ദ്വേഷം ഉണർന്നു, ദ്രോഹം ഉണർന്നു, ക്രോധം ഉണർന്നു, ഈർഷ്യ ഉണർന്നു. ഉടനെ മനസ്സിലാകും – കണ്ടോ ഞാൻ വ്യാകുലനായി. വ്യാകുലനാകാറുണ്ടായിരുന്നു, ഇപ്പോൾ അത് അനുഭവിക്കുവാൻ തുടങ്ങി – കണ്ടോ, വ്യാകുലനായി. വളരെ വേഗം മനസ്സിലാകും. മനസ്സിൽ ദ്വേഷം ഉണർന്നപ്പോഴെല്ലാം ദ്രോഹ മുണർന്നപ്പോഴെല്ലാം, ക്രോധമുണർന്ന പ്പോഴെല്ലാം ദുർഭാവന ഉണർന്നപ്പോഴെല്ലാം വ്യാകുലത ഉണ്ടായി. വളരെ വേഗം മനസ്സിലായി. ആദ്യപടി തന്നെ ഈ കാര്യം മനസ്സിലാകും. പുതിയ സാധകർ രാഗം ഉണരുമ്പോൾ വ്യാകുലനാകുന്നു എന്ന കാര്യം മനസ്സിലാക്കുകയില്ല. പുതിയ സാധകന് തോന്നും – ഈ രാഗത്തിൽ എന്ത് വ്യാകുലതയാണുള്ളത്. നമുക്ക് ചില കാര്യങ്ങളോട് ഇഷ്ടം തോന്നുന്നു, വലിയ ലോഭം ഉണരുന്നു, ഇതു കിട്ടിയിരുന്നെങ്കിൽ, അത് കിട്ടിയിരുന്നെങ്കിൽ! എന്ന് കാമവാസന ഉണരുന്നു. ഇത് ലഭിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ, ഇതിങ്ങനെ ചെയ്യാം, ഇങ്ങനെയാകാം, ഇതിൽ എന്ത് വ്യാകുലതയാണുള്ളത്? ഇപ്പോൾ പുതിയ സാധകരാണ് അതുകൊണ്ട് തോന്നുന്നതാണ് വ്യാകുലത ഇല്ല എന്ന്.

കുറച്ചുകൂടി ആഴത്തിൽ ജോലി ചെയ്യുമ്പോൾ കാണാം അകം ക്ഷുബ്ധമായിത്തീരുന്നത് – രാഗം ജനിച്ച ഉടനെ, ലോഭം ജനിച്ച ഉടനെ, കാമവാസന ജനിച്ച ഉടനെ ക്ഷുബ്ധമായിത്തീർന്നു. അകം ആ ക്ഷുബ്ധത, വ്യാകുലത പിടികിട്ടാത്തിടത്തോളം, നമുക്ക് മനസ്സിലാകുന്നത് – അപ്രിയമായവയോട്, ക്രോധം ജനിപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ട്, ദ്വേഷം ജനിപ്പിക്കുന്നതുകൊണ്ട്, ദുർഭാവന ജനിപ്പിക്കുന്ന തുകൊണ്ട്, ഞാൻ വാകുലനാകുന്നു. ഇതിന്റെ മൂലകാരണം പ്രിയമായതിനോട് എനിക്ക് അമിതമായ രാഗമുണ്ട് എന്നതാണ്. മനസ്സിനിണങ്ങുന്നവയോട് അനൽപമായ ആസക്തിയുണ്ട്. എനിക്കിഷ്ടമുള്ളത് നടക്കണം, എനിക്കിഷ്ടമുള്ളത് നടന്നേ തീരു. തനിക്കിഷ്ടമുള്ളവയോട് എത്രമാത്രം ആസക്തി യുണ്ടോ അത്രയും ദ്വേഷവും വിപരീതാവസ്ഥ യോടുണ്ടായിരിക്കും. ഇത് പ്രകൃതിയുടെ നിയമ മാണ്. രാഗം എത്രമാത്രം ആഴത്തിലാണോ, അത്രയും ദ്വേഷവും അതിന്റെ വിപരീതാവസ്ഥ യോടുണ്ടായിരിക്കും. അപ്പോൾ കാര്യം മനസ്സിലാകും – ഈ ദ്വേഷം ഉണർത്തുന്നത്, അതുമൂലം സ്പഷ്ടമായി വ്യാകുലത അനുഭവപ്പെടുന്നു. അതിനുള്ള കാരണം രാഗം ഉണർത്തുന്നു എന്നുള്ളതാണ്. നമ്മുടെ മനസ്സിനിണങ്ങുന്നവയോട് രാഗം ഉണർത്തുന്നു, അതുകൊണ്ട് ഇഷ്ടമില്ലാ ത്തവയോട് ദ്വേഷവും ഉണർത്തുന്നു. മനസ്സിനിണ ങ്ങുന്നവയോടുള്ള രാഗം അവസാനിപ്പിച്ചാൽ ഇഷ്ടമില്ലാത്തവയോടുള്ള ദ്വേഷവും സ്വയമേവ അകലും.

…..തുടരും.