വിപശ്യനാ പത്രിക

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

Vol. 5, No. 2 : ഫിബ്രവരി 2012 — **വിപസ്സന റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്**
മലയാളം മാസ പത്രിക — **ധമ്മഗിരി, ഇഗത്പുരി - 422 403, മഹാരാഷ്ട്ര**

ധർമ്മ വാണി

സീലം ബലം അപ്പടിമം,	ശീലം ബലമനുപമം,
സീലം ആവുധമുത്തമം.	ശീലം ആയുധമുത്തമം,
സീലമാഭരണം സെട്ഠം,	ശീലം ആഭരണം ശ്രേഷ്ഠം,
സീലം കവചമബ്ഭുതം.	ശീലം കവചമത്ഭുതം.

— **ഖുദ്ദക നികായ, ഥേരഗാഥാപാളി** (വീ.ആർ.ഐ. 1.63.614)

വിപശ്യനയുടെ ധ്വനി അവശേഷിച്ചു

എസ. എൻ. ഗോയങ്ക

(ജീ-ടീവിയിൽ തുടർച്ചയായി 44 ഭാഗങ്ങളായി പ്രസാരണം ചെയ്ത ഗോയങ്കജീയുടെ പ്രവചനങ്ങളുടെ 25 ാം ഭാഗം)

വിപശ്യന ഭാരതത്തിലെ വളരെ പുരാതന വിദ്യയാണ്. ഋഗ്വേദത്തിലും ഇതിനെപ്പറ്റി വളരെ പ്രശംസയുണ്ട്. എന്നാൽ എപ്പോൾ കേവലം ശബ്ദം അവശേഷിക്കുന്നുവോ വാസ്തവത്തിൽ സാധന ചെയ്യുന്നില്ലെങ്കിൽ ശബ്ദങ്ങളുടെ അർത്ഥവും മാറിപ്പോകുന്നു. സാധന ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ അർത്ഥം ശരിക്കും മനസ്സിലായിക്കൊണ്ടിരിക്കും. അല്ലെങ്കിൽ ശബ്ദങ്ങളുടെ അർത്ഥം സ്പഷ്ടമല്ലാതായിത്തീരും, കൂടാതെ ചിലയിടത്തൊക്കെ തീർത്തും വിപരീതമായ അർത്ഥമായിത്തീരും.

രണ്ടായിരത്തി അഞ്ഞൂറു വർഷം മുമ്പ് ബോധിസത്വനായ സിദ്ധാർത്ഥ ഗൗതമൻ അനേക ജന്മങ്ങളിലെ പാരമിതകളുടെ ബലത്തിൽ കൂടാതെ ഈ ജന്മത്തിലെ പരിശ്രമം, പുരുഷാർത്ഥത്തിന്റെ ബലത്തലിൽ ഈ നഷ്ടപ്പെട്ട വിദ്യ വീണ്ടും കണ്ടുപിടിച്ചു. കൂടാതെ ഇതുകൊണ്ട് കേവലം സ്വന്തം നന്മ മാത്രമല്ല ചെയ്തത്, അനേകരുടെ നന്മ ചെയ്തു. ഗുരുശിഷ്യപരമ്പര വഴി, ഗുരുശിഷ്യ പരമ്പര വഴി തലമുറയോടു തലമുറ, തലമുറയോടു തലമുറ - ഏകദേശം അഞ്ഞൂറു വർഷങ്ങൾവരെ ഈ നന്മ ചെയ്യുന്ന വിദ്യ ഭാരതത്തിലെ ജനങ്ങൾക്ക് വളരെ മംഗളം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു, എന്തെന്നാൽ ജനങ്ങൾ ഇതിന്റെ അഭ്യാസം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു. ഇതിനിടക്ക് ഭാരതത്തിൽ അശോക ചക്രവർത്തി ഉണ്ടായി. അദ്ദേഹത്തിന് ഈ വിദ്യ വളരെ നന്മനിറഞ്ഞതായി തോന്നി. സ്വയം അഭ്യാസം ചെയ്തു, കൂടുംബത്തിലെ ജനങ്ങളെയും ഇതിന്റെ അഭ്യാസം ചെയ്യിച്ചു. ഒപ്പം തന്നെ പ്രജകളെയും അദ്ദേഹം സ്വന്തം മക്കളെപ്പോലെ വിശ്വസിച്ചിരുന്നു. അതിനാൽ പ്രജകളെയും വലിയ തോതിൽ, വളരെ വലിയ എണ്ണത്തിൽ ഈ വിദ്യ പഠിപ്പിക്കാൻ പ്രയത്നിച്ചു.

ആ ദിനങ്ങളിലെ ഒരു പുരാതനമായ ശിലാലേഖനം എന്റെ മുന്നിൽ വരുന്നു, അതിൽ അശോക ചക്രവർത്തി പറയുന്നു, 'സമൂഹത്തിൽ ജനങ്ങൾ പരസ്പരം സ്നേഹിക്കേണ്ടതുണ്ട്. പരസ്പരം ദ്വേഷിക്കരുത്. ഒരു സമ്പ്രദായം വേറെ സമ്പ്രദായത്തിന്റെ നിന്ദ ചെയ്യരുത്. പരസ്പരം രമ്യമായി കഴിയണം. പരസ്പരം സഹോദര്യം വേണം. ജനങ്ങൾ തങ്ങൾക്ക് മൂത്തവരെ ബഹുമാനിക്കണം. വൃദ്ധരെ ബഹുമാനിക്കണം കൂടാതെ താഴ്ന്നവരെ സ്നേഹിക്കണം. തന്റെ ലോകവും നന്നാക്കണം മാത്രമല്ല തന്റെ പരലോകവും നന്നാക്കണം. എന്റെ ശുദ്ധമായ ആഗ്രഹം ഇതാണ്'. കൂടാതെ പറയുകയാണ്, ഇത്തരം ശുഭേച്ഛ അദ്ദേഹത്തിനു മുൻപ് അനേക രാജാക്കൻമാരുടെ മനസ്സിലുണ്ടായിരുന്നു. അനേകം നല്ല രാജാവുണ്ടായിരുന്നു - അവർ ആഗ്രഹിച്ചതെന്തെന്നാൽ പ്രജകളിൽ സുഖശാന്തി ഉണ്ടാകണം, ജനങ്ങൾ പരസ്പരം സ്നേഹത്തോടെ ഇരിക്കണം. സദ്ഭാവന ഉണ്ടാകണം. എന്നാൽ പറയുകയാണ് അവർക്ക് സഫലത നേടാൻ കഴിഞ്ഞില്ല, എന്നാൽ ഞാൻ സഫലമായി.

എങ്ങനെയാണ് സഫലമായത്? ഒന്നാമതായി ഈ സദ്ഗുണങ്ങളെ ജനങ്ങളിൽ നല്ലപോലെ പ്രചാരത്തിനുവേണ്ടി രാജ്യത്തിന്റെ ഭാഗത്തുനിന്നും ഏർപ്പാടു ചെയ്തു. രാജ്യത്തിൽ അത്തരം ആൾക്കാരെ നിയമിച്ചു, അത്തരം മന്ത്രിയെ നിയമിച്ചു, അയാളെ ധർമ്മാമാത്യൻ എന്നു വിളിച്ചു. ജനങ്ങളെ ധർമ്മം മനസ്സിലാക്കിപ്പിച്ചു കൂടാതെ ധർമ്മത്തിന്റെ

ജീവിതം ജീവിക്കുന്നതിന് പ്രോത്സാഹനം കൊടുത്തു. എന്നാൽ പറയുകയാണ് അതാകട്ടെ വളരെ ചെറിയ കാരണമാണ്. ഉപദേശം കൊടുത്തതുകൊണ്ട് ആരാണ് മാറുന്നത്? കേവലം ഉപദേശങ്ങളാൽ ജനങ്ങൾ മാറുകയാണെങ്കിൽ മുഴുവൻ ദേശവും വിശ്വവും എപ്പോഴെ മാറിയിരിക്കും. ഉപദേശങ്ങൾക്ക് എന്താണ് കുറവ്? അതിനാൽ പറയുകയാണ് – എന്റെ സഫലതയുടെ ശരിയായ കാരണം ഇതാണ് എന്തെന്നാൽ ജനങ്ങളെ ധ്യാനം ചെയ്യാൻ പഠിപ്പിച്ചു. വിപശ്യന ചെയ്യാൻ പഠിപ്പിച്ചു.

അതിനാൽ സ്പഷ്ടമാണ്, വലിയ സംഖ്യയിൽ ഈ വിദ്യയെ പ്രയോഗം ചെയ്തു. മാത്രമല്ല ഇതിന്റെ പരിണാമം ഇത്തരത്തിൽ – ലോക നന്മ ഉണ്ടായി. എന്നാൽ ഭഗവാൻ ബുദ്ധന്റെ 400–500 വർഷങ്ങൾക്കു ശേഷം ഈ വിദ്യ നമ്മുടെ ദേശത്തിൽ നിന്നും ലുപ്തമായി എന്നു തോന്നുന്നു. എന്തുകൊണ്ട് ലുപ്തമായി? ഇത് ഗവേഷണത്തിന്റെ വിഷയമാണ്, അന്വേഷണത്തിന്റെ വിഷയമാണ്. എന്നാൽ എനിക്കു തോന്നുന്നതെന്തെന്നാൽ ഇത് അത്തരം സമ്പ്രദായവാദികളുടെ കൈയ്യിൽ പെട്ടു, അത്തരം ദാർശനികരുടെ കൈയ്യിൽ പെട്ടു, അവർ സ്വന്തം സ്വന്തം ദർശന വിശ്വാസങ്ങൾ ഇതുമായി കൂട്ടിച്ചേർത്തു, കുറച്ച് കല്പനകൾ ഇതുമായി കൂട്ടിച്ചേർത്തു. കുറച്ച് ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളും കൂട്ടിച്ചേർത്തിരിക്കാം എന്നിട്ട് ഏതൊന്ന് കൂട്ടിച്ചേർത്തോ, അത് പ്രമുഖമായി, അതു മാത്രം കണ്ടുകൊണ്ടിരിന്നു – മാത്രമല്ല അതിൽ നിന്ന് ഒന്നും തന്നെ ലഭിക്കുന്നില്ല. പുറമെ പുറമെ വേണമെങ്കിൽ കുറച്ചു സമയത്തേക്ക് ചിത്തം നിർമ്മലമാകുന്നു എന്നാൽ മനസ്സിന്റെ ആഴങ്ങളിൽ നിന്നും, അന്തർമനസ്സിന്റെ ആഴങ്ങളിൽ നിന്നും വികാരങ്ങളെ വേരോടെ നീക്കം ചെയ്യാനുള്ള ജോലി നടക്കുന്നില്ല അതിനാൽ പതുക്കെ പതുക്കെ വിദ്യ തന്നെ ലുപ്തമായി.

എപ്പോൾ ജനങ്ങൾക്ക് ലാഭമുണ്ടാകുന്നില്ലയോ ആര് ഇതിന്റെ അഭ്യാസം ചെയ്യും? കൂടാതെ എപ്പോൾ അഭ്യാസം ചെയ്യുന്നില്ലയോ അപ്പോൾ പതുക്കെ പതുക്കെ ലുപ്തമാകുക തന്നെ ചെയ്യും. അയൽരാജ്യം സൂക്ഷിച്ചു വച്ചു. ഇപ്പോൾ 1969 ആണ്ടിൽ ഈ ദേശത്തിൽ വീണ്ടും വന്നു. എന്നാൽ ഒരു ആശ്ചര്യവും കാണുന്നുണ്ട് എന്തെന്നാൽ നമ്മുടെ ഇവിടെ ഏതൊരു ധ്യാനം ചെയ്യുന്ന സന്യാസിമാരുണ്ടായോ അവരുടെ വാണിയിൽ പലയിടങ്ങളിലും വിപശ്യന തന്നെ വിപശ്യന കാണപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ ഇതും ഒരു രഹസ്യമാണ് എന്തെന്നാൽ പ്രകടമായി നാലുവശത്തും വിപശ്യന ലുപ്തമായി, എന്നിരുന്നാലും – ചിലയിടങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും സന്യാസിയുടെ വാണിയിൽ വിപശ്യനയുടെ ദീപം തെളിഞ്ഞു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. വിപശ്യനയുടെ പ്രകാശം കാണുകയാണ്. ഇത് എങ്ങനെയായി ഇതും ഒരു ഗവേഷണത്തിന്റെ വിഷയമാണ്. ആ മഹാന്മരുടെ പക്കൽ വിപശ്യന വിദ്യ ഉണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ മുഴുവൻ ദേശത്തിലും എന്തുകൊണ്ട് വ്യാപിച്ചില്ല? ഗവേഷണത്തിന്റെ വിഷയമാണ്. എന്നാൽ മഹാൻമാരുടെ വാണിയിൽ ഈ കാര്യം നിറഞ്ഞുകിടക്കുകയാണ്.

രണ്ടായിരത്തി അഞ്ഞൂറു വർഷം മുൻപ് ഭഗവാൻ മഹാവീരൻ ഇതേ വിപശ്യനയെ മനസ്സിലാക്കിച്ചുകൊണ്ട് പറഞ്ഞു – 'ജഹാ അന്തോ തഹാ ബാഹെ, ജഹാ ബാഹോ തഹാ അന്തൊ'– ഏതൊന്ന് ഉള്ളിലുണ്ടോ, അതുതന്നെയാണ് പുറത്തുള്ളത്. ഏതൊന്ന് പുറത്തുണ്ടോ, അതുതന്നെയാണ് ഉള്ളിലുള്ളത്. വിപശ്യന ഇതുതന്നെയാണ് പഠിപ്പിക്കുന്നത്, പ്രകൃതിയുടെ നിയമം, വിശ്വത്തിന്റെ വ്യവസ്ഥ –. പ്രകൃതിയുടെ നിയമം വെളിയിൽ എപ്രകാരമാണോ, ഉള്ളിലും അപ്രകാരമാണ്. എന്നാൽ പുറമെ ഏതൊരു നിയമം നമ്മൾക്ക് കാണപ്പെടുന്നുണ്ടോ അതിനെ നമ്മൾ കേവലം ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ മനസ്സിലാക്കി. കൂടാതെ ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ ശരിയായ വിധത്തിൽ മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട് സ്വന്തം ബുദ്ധിയെ നിർമ്മലമാക്കാവുന്നതാണ്. അതിന്റെ ലാഭമാകട്ടെ തീർച്ചയായും ഉണ്ട്, എന്നാൽ പൂർണ്ണ ലാഭമായില്ല. അതിനാൽ മഹാവീരസ്വാമി പറയുകയാണ് – പുറത്തും അകത്തും ഒരേ നിയമമാണ് പ്രവർത്തിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. എന്നിരുന്നാലും സ്വന്തം നന്മ ചെയ്യണമെങ്കിൽ 'അന്തൊ, അന്തൊ ദേഹാന്തരാനി', സ്വന്തം മനസ്സിനെ ഉള്ളിൽ കൊണ്ടു പോകുക. ഉള്ളിൽ ഉള്ളിൽ ദേഹത്തിന്റെ അവസാനം വരെ അതായത് ശരീരത്തിന്റെ അതിര് ഏതേതു വരെയുണ്ടോ, ആ അതിരു വരെ കൊണ്ടു പോകുക, 'ദേഹാന്തരാനി'. പിന്നെ അവിടെ പോയി എന്തു ചെയ്യണം? 'പസ്സ്', നോക്കുക അതായത് അനുഭവം ചെയ്യുക.

ഈ അനുഭവത്താൽ എന്താകും 'പൂരയി ആസവാനി' അയ്യോ, ഏതൊരു ആശ്രവം സഞ്ചിതമാക്കി വച്ചിട്ടുണ്ടോ, മലിനത കൂട്ടി വച്ചിട്ടുണ്ടോ, അത് മറിച്ചിടപ്പെടും. അത് മറിച്ചിടപ്പെടും. എന്താണ് മറിച്ചിടപ്പെടുന്നത്? ഒരു പാത്രത്തിൽ എന്തെങ്കിലും നിറഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്, അതിനെ മറിച്ചാൽ അതിൽ ഏതൊന്ന് നിറഞ്ഞിട്ടുണ്ടോ മുഴുവനും വീണുപോകും അതിനാൽ ഉള്ളിൽ ഏതൊരു മാലിന്യങ്ങൾ നിറഞ്ഞിരിക്കുകയാണോ, എല്ലാം മറിച്ചിടപ്പെടും. എല്ലാം വെളിയിൽ പോകും. ആശ്രവങ്ങളെല്ലാം പുറത്തു പോകും, മുഴുവൻ അഴുക്കും പോകും. ജോലി ഉള്ളിൽ ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്, കൂടാതെ ഉള്ളിൽ കേവലം സാക്ഷിഭാവത്തിൽ അറിയേണ്ടതുണ്ട്, മറ്റൊന്നും ചെയ്യേണ്ടതില്ല.

വിപശ്യനയുടെ ഇതേകാര്യം മുന്നോട്ട് കാണുന്നുണ്ട്. – ഭാരതത്തിലെ ഒരു സന്യാസി പറയുകയാണ് 'ബാഹർ ഭീതർ ഏകൊ സച് ഹൈ, ബാഹർ ഭീതർ ഏകൊ ജാനൊ, ഇയഹ് ഗുരു ജ്ഞാന ബതായിരെ' ഗുരുവാകട്ടെ ജ്ഞാനം പറഞ്ഞു തന്നു – എന്തെന്നാൽ ഏതൊരു സത്യം പുറത്തുണ്ടോ, അതുതന്നെയാണ് അകത്തുമുള്ളത് ഇനി അതിൽ കേവലം ബുദ്ധിവിലാസം മാത്രം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു, അതിൽ കേവലം ചിന്തയും മനനവും ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു, എങ്കിൽ കാര്യം നടക്കില്ല. അതിനാൽ നാനക്ക് പറയുകയാണ് – 'ജനി നാനക്ക് ബിന് ആപാ ചീഹ്നെ', തന്നെത്താനെ അറിയാതെ, അതായത് സ്വന്തം ഉള്ളിലെ സത്യത്തെ അറിയാതെ 'കടെ ന ഭ്രം കീ കായി രെ'. പുറമെ പുറമെ പായൽ പിടിച്ചിരിക്കുകയാണ് എങ്കിൽ ഭ്രമം തന്നെ ഭ്രമമാണ്, ഭ്രാന്തി തന്നെ ഭ്രാന്തിയാണ്. ഉള്ളിൽ പോകേണ്ടതുണ്ട്, എന്നിട്ട് ഉള്ളിലെ

സത്യത്തെ നിരീക്ഷണം ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കണം – സത്യം എപ്രകാരമാണോ, അപ്രകാരം. വിപശ്യന തന്നെയല്ലേ? ഇതല്ലാതെ മറ്റെന്താണ് വിപശ്യന? 'ഓ കീതാ ന ഹോയി, ആപോ ആപ് നിരംജന സോയി'. ഏതൊന്ന് തന്നെത്താൻ പ്രകടമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണോ, ക്ഷണം പ്രതിക്ഷണം, ക്ഷണം പ്രതിക്ഷണം ഏതൊരു സത്യം പ്രകമൊയിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നുവോ, ഈ മൂന്നര കൈയളവിലുള്ള ശരീരത്തിൽ, അത് നിരഞ്ജനായ ഈശ്വരനാണ്. ഏതൊന്ന് തന്നെത്താൻ പ്രകടമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നുവോ അതിന്റെ ദർശനം ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട് അതായത് അനുഭവം ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്. അതിൽ ഒന്നും തന്നെ ആരോപിക്കാനുള്ള പ്രയത്നം ചെയ്യരുത്. ഒന്നും സ്വന്തം ഭാഗത്തുനിന്നും ഉണ്ടാക്കാനുള്ള പ്രയത്നം ചെയ്യരുത്. 'ഥാപിയാ ന ജായി, കീതാ ന ഹോയി', ഏതൊരു സത്യം തന്നെത്താൻ പ്രകടമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നുവോ, യഥാഭൂതം പ്രകടമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നുവോ – അതായത് വിപശ്യന നടക്കും. നോക്കി നോക്കി അഴുക്ക് പോയിക്കൊണ്ടേയിരിക്കും. അഴുക്ക് പോയിക്കൊണ്ടേയിരിക്കും. ചിത്തം ആഴങ്ങൾ വരെ നിർമ്മലമായിക്കൊണ്ടു പോകും. അതിൽ എന്തെങ്കിലും ആരോപിച്ചാൽ ഞങ്ങളുടെ പരമ്പരാഗത ദർശനവിശ്വാസം ഇതാണ്, ഞങ്ങളുടെ പരമ്പരാഗത ദർശന വിശ്വാസം ഇതാണ്; എന്നാൽ ഇവിടെയാകട്ടെ മുഴുവൻ വിപശ്യനയിലും അതിന് എങ്ങും സ്ഥാനം തന്നെയില്ല. അതിന്റെ ഒട്ടും ആവശ്യം തന്നെയില്ല. അയ്യോ, ആവശ്യമില്ലെങ്കിൽ ആവശ്യമില്ല സഹോദരാ! അതില്ലാതെ തന്നെ സ്വന്തം ജോലി നടക്കുകയാണ് കൂടാതെ മനസ്സ് തീർത്തും നിതാന്ത നിർമ്മലം ആയിത്തീരുകയാണെങ്കിൽ അതിൽ മറ്റെന്തെങ്കിലും എന്തിന് ആരോപിക്കണം? എന്നാൽ വെറുതെ ഇരിക്കാൻ കഴിയില്ല. എന്തെങ്കിലും ആരോപിക്കുക തന്നെ ചെയ്യും. കൂടാതെ ആരോപിച്ചാൽ, ഏതൊന്ന് ആരോപിച്ചോ, അത് പ്രമുഖമായി.

ഇപ്പോഴും കുറച്ച് ജനങ്ങൾ ധ്യാനം ചെയ്തു പോകുന്നു, വിപശ്യന ചെയ്തു പോകുന്നു എന്നിട്ട് പറയുകയാണ്, ഒരു കാര്യം വളരെ നന്നായി തോന്നി – വികാരമാകട്ടെ പോകുന്നുണ്ട്, രാഗം പോകുന്നുണ്ട്, ദ്വേഷം പോകുന്നുണ്ട്. ഇതിനെ സ്വീകരിക്കുന്നുണ്ട് എന്നാൽ ഞങ്ങളുടെ ദർശനവിശ്വാസത്തിനെന്തുപറ്റി? അയ്യോ, അത് എവിടെ പോയി? അതാകട്ടെ ഇതിൽ വന്നതേയില്ലല്ലോ? അപ്പോൾ എന്തു ചെയ്യും, പാവങ്ങൾ വിഭ്രാന്തിയിലാണ്. ഇപ്പോൾ അതിൽ ഒരു ആരോപണം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങുന്നു. ഈ ഏതൊന്ന് ഉള്ളിൽ കണ്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നുവോ, അനുഭവമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നുവോ, അത് ശരിയാണ്, വളരെ നല്ലത് ഇതിനാൽ രാഗം പോകും, ദ്വേഷം പോകും, സത്യമായും പോകും ഇതിൽ സംശയമേ ഇല്ല എന്നാൽ ഒപ്പം ഒപ്പം ഇതു വേണമെങ്കിൽ നോക്കാം – ഒരു ആത്മാവ്, ഒരു ആത്മാവിനെ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. അയ്യോ, പതുക്കെ പതുക്കെ ഈ ആത്മാവിനെ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നത് പ്രമുഖമായിത്തീരും എന്നാൽ ഏതൊന്ന് ഉള്ളിൽ അനുഭവമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണോ അത് അപ്രധാനമായിത്തീരും. ഇപ്രകാരം ഭാരതത്തിൽ നിന്ന് നഷ്ടമായിരിക്കാം, ഇത് അനുമാനമാണ്.

ഇതിനാൽ എപ്രകാരമാണോ, അപ്രകാരമാണ് 'ഥാപിയാ ന ജായി' സ്വന്തം ഭാഗത്തു നിന്നും ഒന്നും തന്നെ ആരോപണം ചെയ്യരുത്. എപ്പോൾ ഏതെങ്കിലും ശബ്ദം മനസ്സിൽ ഉച്ചാരണം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങുമോ, അപ്പോൾ പുതിയ തരംഗങ്ങൾ ഉത്പാദമാകും. ഓരോ ശബ്ദത്തിനും സ്വന്തം ഒരു തരംഗമുണ്ട്. ചിലത് വളരെ വേഗമേറിയതാണ്. ചിലത് മന്ദമാണ്, എന്നാൽ തരംഗം ഉണ്ടാകുന്നു. ഇപ്പോൾ വീണ്ടും വീണ്ടും വീണ്ടും വീണ്ടും ആ ശബ്ദത്തെ മനസ്സിൽ തന്നെ ആവർത്തിച്ചാവർത്തിച്ച് നമ്മൾ ഒരു ആരോപിതമായ, ക്രിത്രിമമായ സത്യത്തിന്റെ നിർമ്മാണം ചെയ്തു. അത് നൈസർഗ്ഗികമല്ല, ഉണ്ടാക്കിയതാണ്. നമ്മൾ ഉണ്ടാക്കിയതാണ്. അതിനാൽ മഹാൻ പറയുകയാണ് – 'കീതാ ന ഹോയി', തന്നെത്താൻ എന്ത് നടക്കുന്നുവോ അത് ശുദ്ധ വിപശ്യനയല്ലേ? ഇതല്ലാതെ എന്താണ് വിപശ്യന?

ആദ്യ കാര്യമാകട്ടെ സ്വന്തം ഉള്ളിലെ സത്യത്തെ നോക്കുക. പുറത്തെ സത്യം ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ – നമുക്ക് ധർമ്മത്തിന്റെ വളരെ കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കിത്തരും. അനിത്യമാണ്, നോക്കൂ, നാലുവശത്തും അനിത്യമാണ്, പരിവർത്തനശീലമുള്ളതാണ്, എല്ലാം മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് – പുറമേ നിന്നും ഈ കണ്ണിനു മുന്നിൽ കണ്ടുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, അതിന്റെ പ്രഭാവം മനസ്സിലും പതിയും. ഇന്നലെ ജനിച്ചു എന്നിട്ട് നോക്കൂ മരിച്ചു. ചിലർ കുറച്ചു സമയമായപ്പോൾ മരിച്ചുപോയി –. നോക്കൂ എല്ലാം അനിത്യമാണ്, നശ്വരമാണ്, ഭംഗുരമാണ് – ഇത്തരം ചിന്തയുടെ പ്രഭാവം പതിയുന്നു എന്നാൽ ആഴങ്ങൾ വരെ പോകുന്നില്ല – ഇത് പകലും രാത്രിയും കാണുന്നുണ്ടല്ലോ അതിനാൽ മേലെമേലെ നിന്ന് പുറമെപുറമെയുള്ള കാര്യങ്ങൾ കേട്ടുകൊണ്ട്, നോക്കിക്കൊണ്ട് നമ്മൾ സ്വന്തം മുഴുവൻ മനസ്സിനെയും മാറ്റുക കഠിനമായ കാര്യമാണ്, നടക്കാവുന്ന കാര്യമല്ല. അതിനാൽ ഉള്ളിൽ പോകേണ്ടതുണ്ട്. ഇതിനാൽ വേറൊരു സന്യാസി പറയുന്നു –

'തീന ഹാത് ഏക് അഡധായി' മൂന്ന് പൂർണ്ണമായ മൊഴം പിന്നെ ഒരു പകുതി മൊഴം, അതായത് മൂന്നര മൊഴം നീളമുള്ള ഈ ശരീരം, 'തീന് ഹാത് ഏക് അഡധായി എസാ അംബര് ദേഖൊ മേരെ ഭായി, ചീഹ്നൊ മേരെ ഭായി' ഈ ഏതൊരു ഉള്ളിലെ അംബരമുണ്ടോ, ഉള്ളിലെ ആകാശമുണ്ടോ, ഇതിനെ അനുഭവം ചെയ്യുക. ഇതിനെ നോക്കൂ, അതായത് ഇതിനെ അനുഭവം ചെയ്യു. ഇതിനെ 'ചിഹ്നാ' എന്നാൽ ഇതിനെ തിരിച്ചറിയുക. ഇതിനെ തിരിച്ചറിഞ്ഞാൽ മുഴുവൻ രഹസ്യവും മനസ്സിലാകും – വികാരം എങ്ങനെയാണ് ഉണരുന്നത്, അവയുടെ സംവർദ്ധനം നടക്കുന്നതെങ്ങനെ കൂടാതെ സംവർദ്ധനം ആയാൽ എപ്രകാരം നമ്മുടെ തലയിൽ കയറി, ചെയ്യരുതാത്ത വാണിയുടെ കാര്യം ചെയ്യിക്കുന്നു. ശരീരത്താൽ ചെയ്യരുതാത്ത കാര്യം ചെയ്യിപ്പിക്കുന്നു. നമ്മൾ അടിമയായതുപോലെ. അയ്യോ, അതിനാൽ എവിടെ അതിന്റെ ഉദ്ഗമമുണ്ടോ, അവിടെ തടഞ്ഞു നിറുത്തണം. കറുത്ത നാഗം മാളത്തിൽ നിന്ന് പുറത്തു വരുന്നു. പുറത്തു വന്ന ഉടനെ അതിന്റെ തലയെ പിടിച്ചാൽ ശരി. പുറത്തു വന്നു ഫണം വിടർത്തി. ഇപ്പോൾ അപകടമായി. ഈ വികാരം

എവിടെ ഉണരുന്നുവോ, അവിടെ സമാപ്ത മാകേണ്ടതുണ്ട് അതിനെ മുന്നോട്ടു പോകാൻ സമ്മതിക്കരുത്. വിപശ്യന ഇതുതന്നെയാണ്. ഈ അംബരത്തെ നോക്കണം. കൂടാതെ ഉള്ളിലെ ആശാശത്തെ നോക്കുന്നതുകൊണ്ട് എന്തു ലഭിക്കും?

ഉള്ളിലെ ഈ സത്യത്തെ നോക്കിയാൽ എന്തു ലഭിക്കും? അപ്പോൾ ഈ മഹാനായ കബീർ പറയുകയാണ്, അയ്യോ, ആവരണങ്ങൾ അഴിഞ്ഞു പോകും. ഈ വികാരം മൂടുപടം പോലെയാണ്, ആവരണം പോലെയാണ്. നമ്മളെ സത്യം കാണാൻ സമ്മതിക്കില്ല. എന്നാൽ നമ്മൾ കേവലം എപ്രകാരമാണോ അപ്രകാരം നോക്കിക്കൊണ്ട് പോകുക, നോക്കിക്കൊണ്ട് പോകുക – അപ്പോൾ പ്രകൃതിയുടെ സ്വന്തം നിയമമുണ്ട് – നമ്മൾ സാക്ഷി ഭാവത്തോടെ നോക്കുകയാണ്, ഭോക്തഭാവം ഉപേക്ഷിച്ചു, കർത്താഭാവം ഉപേക്ഷിച്ചു, കേവലം സാക്ഷിഭാവത്താൽ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, സാക്ഷിഭാവത്താൽ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് അപ്പോൾ തന്നെത്താൻ ആവരണങ്ങൾ ഇല്ലാ തായിപ്പോകും, ഇല്ലാതായിപ്പോകും. അതിലും ഗഹനമായ സത്യം, അതിലും ഗഹനമായ സത്യം അവസാനം പരമസത്യം വരെ എത്തിച്ചേരുക തന്നെ ചെയ്യും. ഇതേ കാര്യത്തെ ശബ്ദങ്ങളിൽ കൊണ്ടു വന്ന് സന്യാസി കബീർ പറയുകയാണ്

ഘൂംഘട് കെ പട് ഘോല് രെ,

തൂജെ പിയാ മിലെംഗെ.

പർദ്ദ(ഘൂംഘട്) ഒരു വസ്ത്രത്തിന്റെയല്ല. പർദ്ധയുടെ എത്രയോ വസ്ത്രം, എത്രയോ ആവരണം, എത്രയോ മൂടുപടം അണി ഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്. ഒന്നിന് മീതെ ഒന്ന്, ഒന്നിനു മീതെ ഒന്ന്, ഇല്ലാതായി പോകണം. ഇല്ലാതായിപ്പോയാൽ, അപ്പോൾ പരമസത്യം പ്രാപ്തമാകും. അയ്യോ, അതുതന്നെയാണ് പ്രേയസി, അതുതന്നെയാണ് ശ്രേയസ്സ്. അതിലാണ് നമ്മുടെ നന്മ. അതുവരെ എത്തിച്ചേരുന്നതിന് ഉള്ളിൽ ജോലി ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്.

ഇതേ സന്യാസി കബീറിനോട് ആരോ ചോദിച്ചു, താങ്കൾ ഇങ്ങനെ വീണ്ടും വീണ്ടും 'ഹരി', വിളിക്കുന്നു, ചിലപ്പോൾ 'രാമൻ' എന്നു വിളിക്കുന്നു, ചിലപ്പോൾ 'ഗോവിന്ദ്' വിളിക്കുന്നു, ചിലപ്പോൾ 'അള്ളാഹു' വിളിക്കുന്നു, ചിലപ്പോൾ മറ്റെന്തെങ്കിലും വിളിക്കുന്നു. ഇതെന്താണ് പറഞ്ഞാലും. അപ്പോൾ എന്താണ് പറയുന്നത്. സന്യാസി തീർച്ചയായും വിപശ്യന ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. അദ്ദേഹം വിപശ്യന ചെയ്തിട്ടുണ്ട് – ഒന്ന് അദ്ദേഹത്തിന്റെ വാണി പറയുന്നു. പറയുകയാണ് –

'കഹെ കബീർ ഹരി എസാ രെ,

ജബ് ജൈസാ തബ് തൈസാ രെ'.

'ജബ് ജൈസാ' ഏത് ക്ഷണം ഏതൊരു സത്യം പ്രകടമായോ, ഹരി അതുതന്നെയാണ്, അതുതന്നെയാണ് ഈശ്വരൻ. സത്യം തന്നെയാണ് ഈശ്വരൻ, പരമസത്യം തന്നെയാണ് പരമേശ്വരൻ. അതിനാൽ 'ജബ് ജൈസാ തബ് തൈസാ രെ', എപ്പോൾ എപ്രകാരം പ്രകടമായിയൊ, അതിനെ അപ്രകാരം സ്വീകരിക്കുക. അതിൽ ഏതെങ്കിലും പരിവർത്തനം ചെയ്യുന്നതിന് പ്രയത്നം ചെയ്യരുത്. ഏതെങ്കിലും വികാരവും ഉണർന്നു എങ്കിൽ നോക്കൂ, ഈ സമയം വികാരം ഉണർന്നിരിക്കുകയാണ്. മനസ്സിൽ കാമവാസന ഉണർന്നിരിക്കുകയാണ്, ഭയം ഉണർന്നിരിക്കുകയാണ്, അഹങ്കാരം ഉണർന്നിരി ക്കുകയാണ്, രാഗം ഉണർന്നിരിക്കുകയാണ്, ദ്വേഷം ഉണർന്നിരിക്കുകയാണ്. ഏതൊരു വികാരം ഉണർന്നാലും ശരി, അതിനൊപ്പം എന്തു സംവേദനയാണ് അനുഭവമാകുന്നത്? സംവേദന എന്താണ് നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്, ആ സമയം അതിനെ അറിയണം. അപ്പോൾ വേരുകൾവരെ പോയി. – ആ വികാരം വേരോടെ പിഴുതെറിയപ്പെടാൻ തുടങ്ങും. അതിന്റെ പുറത്തു വരലാകും, നമ്മൾ നോക്കി കൊണ്ടുപോയാൽ ജീർണ്ണമായിക്കൊണ്ടു പോകും. അപ്പോൾ ക്ഷയമായിക്കൊണ്ടുപോകും.

പുറത്തു വരാൻ തന്നെ സമ്മതിക്കുന്നില്ല, അതിൽ ഏതെങ്കിലും അത്തരം ലേപനം ചെയ്യും. അതായത് ഉള്ളിലുള്ള വികാരത്തിനെ മുകളിൽ വരാൻ തന്നെ സമ്മതിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ എങ്ങനെ അതിന്റെ ജീർണ്ണത സംഭാവ്യമാകും? എപ്രകാരം അതിന്റെ ക്ഷയമാകും? എന്തെന്നാൽ വിദ്യ മറന്നു പോയി. വിദ്യ എന്തുകൊണ്ട് മറന്നു പോയി. ഇതിനെപ്പറ്റി നമ്മൾ പറയാൻ കഴിയില്ല, എന്തുകൊണ്ട് അങ്ങനെയായി? ഇത് ഗവേഷണത്തിന്റെ വിഷയമാണ്. ഗവേഷണം ചെയ്യുന്നവർ ഇതിനെ അന്വേഷിക്കട്ടെ. എന്തു കൊണ്ടിങ്ങനെയായി? എന്നാൽ ഒരു വ്യക്തിയും ഒരു ജീവൻ കൊണ്ട് മഹാത്മാവാവില്ല, ഇത് തീർച്ചയാണ്. അനേക ജന്മങ്ങളായി ചിത്തത്തെ ശുദ്ധീകരിച്ച്, ചിത്തത്തെ നിർമ്മലമാക്കി മഹാനായിത്തീരുന്നു. അതിനാൽ ഏതൊരാൾ അനേക ജന്മങ്ങളായി ഈ ജോലി ചെയ്തു കൊണ്ടു വന്നുവോ, ചിത്തത്തെ നിർമ്മലമാക്കി വന്നുവോ, അവർക്ക് ഏതെങ്കിലും ഗുരുവിന്റെ ആവശ്യമില്ല. തന്നെത്താൻ ഉള്ളിൽ നിന്ന് ഉണർന്നുവരും. ഉള്ളിന്റെ ഉള്ളിൽ മുഴുവൻ ശരീരത്തിൽ – അയ്യോ, ഈ മണ്ണിന്റെ കട്ട പോലെയുള്ള ശരീരം, ഈ മൃണമയമായ ശരീരം, ചിന്മയമായിത്തീരുന്നു. ചേതനയുടെ തരംഗം ഊർജ്ജത്തിന്റെ തരംഗം, തരംഗങ്ങൾ തന്നെ തരംഗങ്ങൾ.

ഇത്തരത്തിലുള്ള വളരെ ജനങ്ങൾ ശിബിരങ്ങളിൽ വരുന്നുണ്ട് എന്നിട്ട് പറയുന്നു – വിപശ്യന തന്ന ഉടനെ തന്നെ മുഴുവൻ ശരീരത്തിൽ ചേതനയുടെ പ്രവാഹം പ്രവഹിക്കാൻ തുടങ്ങി. ചിലർ ചിലർ ഇങ്ങനെയും പറയാറുണ്ട്, ഇപ്രകാരം എനിക്ക് കുട്ടിക്കാലം മുതൽ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. ഇത് എന്താണ് എന്ന് എനിക്കറിയില്ലായിരുന്നു? വിദ്യ ലുപ്തമായതല്ലെ! പാവം എന്തു ചെയ്യും? അനുഭവമാകട്ടെ ഉണ്ടാകുന്നുണ്ട് എന്നാൽ അതിനെ എപ്രകാരം സാക്ഷിഭാവത്തോടെ നോക്കും? ഇത് ലുപ്തമായി. അപ്പോൾ ആരെങ്കിലും അനേക ജനമ്മങ്ങളായി ജോലി ചെയ്യുന്നതായിരിക്കും അതിനാൽ തന്നെ ഉണർന്നു വരും. ഈ സന്യാസിമാരിൽ തന്നെത്താൻ ഉണർന്നു വന്നതായിരിക്കാം, അപ്പോൾ അവർ ഇതിന്റെ വർണ്ണനം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങി. സ്വന്തം അനുഭവം ജനങ്ങളോട് പറയാൻ തുടങ്ങി. എന്നാൽ ഈ വിദ്യ സ്വന്തം വൈജ്ഞാന രൂപത്തിൽ എപ്രകാരം ഭാരതത്തിൽ പഠിപ്പിച്ചിരുന്നോ, ധ്യാനം രണ്ടായിരം അല്ലെങ്കിൽ രണ്ടായിരത്തിഅഞ്ഞുറൂ വർഷം മുൻപ് എപ്രകാരം പഠിപ്പിച്ചിരുന്നോ, അത് ലുപ്തമായി.

അയൽരാജ്യം സൂക്ഷിച്ചുവച്ചു അതിനാൽ വീണ്ടും വന്നു. നമ്മുടെ ഭാഗ്യം.

ഒരു സംഭവം സംഭവിച്ചു. ബർമ്മയിൽ നിന്ന് ഈ വിദ്യ ഭാരതത്തിൽ കൊണ്ടു വന്നതിന്റെ ഏകദേശം രണ്ടു വർഷത്തിനു ശേഷം മഹാത്മാ ഗാന്ധിയുടെ ആശ്രമത്തിൽ, സേവാഗ്രാമിൽ ഒരു ശിബിരം വച്ചു. അവരുടെ പുത്രവധു നിർമ്മലാ ഗാന്ധി ശിബിരം വച്ചു. അപ്പോൾ ഗാന്ധിജിക്കൊപ്പം കഴിഞ്ഞിരുന്ന പത്തു പന്ത്രണ്ട് വൃദ്ധ ജനങ്ങൾ അതിൽ പങ്കെടുത്തു. അവരിൽ ഒരാളായിരുന്നു – അജ്ഞാനസാഹബ് സഹസ്രബുദ്ധെ. എട്ടാമത്തെ –ഒൻപതാമത്തെ ദിവസം അയാൾക്ക് ധാരാപ്രവാഹം ലഭിക്കാൻ തുടങ്ങി, ശരീരത്തിലെങ്ങും ഒരിടത്തും ഘനത്വമില്ല.. അപ്പോൾ എന്റെ പക്കൽ വരുന്നു, പറയുന്നു, ഗോയങ്കാജീ, ഇപ്പോൾ മനസ്സിലായി വൃദ്ധൻ എന്താണ് ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നത്? അപ്പോൾ പറയുന്നു, അദ്ദേഹം പ്രാർത്ഥന സഭ വക്കുമായിരുന്നു, ആയിരക്കണക്കിനു ജനങ്ങൾ മുന്നിൽ ഇരിക്കുമായിരുന്നു എന്നിട്ട് എല്ലാവർക്കും 'രഘുപതി രാഘവ രാജാറാമിന്റെ' രാമഗീതം ചൊല്ലിക്കൊടുക്കുമായിരുന്നു എന്നാൽ സ്വന്തം കണ്ണടച്ച് വേദിയിൽ ഇരിക്കുമായിരുന്നു. അതിനാൽ എനിക്ക് സഹിച്ചില്ല. ഒരു ദിവസം ചോദിച്ചു, മഹാരാജ്, താങ്കൾ എന്തു കൊണ്ട് ചെല്ലുന്നില്ല? മറ്റുള്ളവരെക്കോണ്ട് രാമഗീതം ചൊല്ലിക്കുന്നു, താങ്കൾ എന്തുകൊണ്ട് ചെല്ലുന്നില്ല? 'ഞാൻ അവരിലും വലിയ ജോലി ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, ഉള്ളിൽ നിന്ന് ഈശ്വരന്റെ ദർശനം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്'. ഏത് ഈശ്വരന്റെ ദർശനമാണ് ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്? അപ്പോൾ പറയുന്നു 'എന്റെ ഉള്ളിൽ ഒരു ചേതനയുടെ പ്രവാഹം നടക്കുന്നു. മുകളിൽ നിന്ന് താഴെവരെ ഒരു ഊർജ്ജത്തിന്റെ പ്രവാഹം നടക്കുന്നു. അതിനെ നോക്കുകയാണ്. വളരെ ശാന്തി ലഭിക്കുന്നു, അതിനാൽ ചിത്തം വളരെ നിർമ്മലമാകുന്നു കൂടാതെ ആ സമയം ഏതൊരു നിർണ്ണയം ചെയ്യുന്നുവോ, ശരിയായ നിർണ്ണയും ചെയ്യുന്നു'. അപ്പോൾ അനേക ജന്മങ്ങളായി ചെയ്തു കൊണ്ടുവന്നതായിരിക്കുമല്ലെ – തന്നെത്താൻ ആയി.

അതിനാൽ സഹോദരാ, ഇപ്പോഴാകട്ടെ ഈ വിദ്യ വിധിപൂർവ്വം വന്നു. ഇതിന്റെ ലാഭം ഭാരതത്തിലെ മുഴുവൻ ജനങ്ങൾക്കു മാത്രമല്ല, വിശ്വത്തിലെ മുഴുവൻ ജനങ്ങൾക്കും ലഭിക്കട്ടെ. വളരെ നന്മയുണ്ടാകും, ഇത്തരം നന്മ തരുന്ന വിദ്യ, ഇതിൽ ഒന്നും കൂട്ടിച്ചേർന്നു പോകരുത്. ശുദ്ധരൂപത്തിൽ എപ്രകാരമോ അപ്രകാരം ഏതൊരു സത്യം പ്രകടമായി ക്കൊണ്ടിരക്കുന്നുവോ, അതിനെ സമതയോടെ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, സമത യോടെ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, നിഷ്പക്ഷ ഭാവത്തോടെ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. നിർമ്മലമായിക്കൊണ്ടു പോകും, നിർമ്മലമായി ക്കൊണ്ടുപോകും. സത്യമായ നന്മയാകും, വളരെ മംഗളമാകും. നന്മ തന്നെ നന്മ, മംഗളം തന്ന മംഗളം. സ്വസ്തി തന്നെ സ്വസ്തി, മുക്തി തന്നെ മുക്തി.

ധമ്മ കേതന വിപസ്സന മെഡിടേഷൻ സെന്റർ,
മാമ്പ്ര പോസ്റ്റ്, കോഡുകുളഞ്ഞി, ചെങ്ങന്നൂർ,
കേരള – 689508. Phone: (0479)2351616.
email: info@ketana.dhamma.org.
Website: http://www.ketana.dhamma.org

ശിബിരങ്ങളുടെ സൂചിക – 2012

പത്തു ദിവസ ശിബിരം: 24.2 – 6.3(female only), 15–26.3.2012

Contact: കേരള വിപസ്സന സമിതി, മൈത്രി, നേരചത്തര ലേൻ, പെരന്ദൂർ റോഡ്, ഏലമക്കര പോസ്റ്റ്, കൊച്ചി–682026. Mobile: 09920034787.

……………………