വിപശ്യനാ പത്രിക

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

Vol. 4, No. 9 : സപ്തംബർ 2011 | **വിപസ്സന റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്**
മലയാളം മാസ പത്രിക | **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**

ഉള്ളിൽ എന്താണ് നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്?

എസ. എൻ. ഗോയങ്ക

(ജീ–ടീവിയിൽ തുടർച്ചയായി 44 ഭാഗങ്ങളായി പ്രസാരണം ചെയ്ത ഗോയങ്കജീയുടെ പ്രവചനങ്ങളുടെ 20 ാം ഭാഗം)

കേവലം ചിന്തിച്ചു മനനം ചെയ്തുകൊണ്ടു മാത്രം ഒരു വ്യക്തിക്ക് സ്വന്തം ഉള്ളിലെ മുഴുവൻ വികാരങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തനാകാൻ കഴിയില്ല. ഇതേ പ്രകാരം കേവലം പുറമേ പുറമേയുള്ള ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങൾ ചെയ്തുകൊണ്ടു മാത്രം ഒരു വ്യക്തിക്ക് സ്വന്തം ഉള്ളിലെ മനോവികാരങ്ങളിൽ നിന്നും വിമുക്തനാകാൻ സാധിക്കില്ല. അന്തർ മുഖനായി ഈ വികാരങ്ങളെ നോക്കണം, വികാരങ്ങളുടെ പ്രജനനത്തെ നോക്കണം, സംവർദ്ധനത്തെ നോക്കണം, അപ്പോൾ ഇവയുടെ നിഷ്കാസനം നടക്കും, മറിച്ചാണെങ്കിൽ ഇല്ല. അന്തർമുഖനായാലും ഏതെങ്കിലും കല്പനയിലൂടെ ധ്യാനത്തിൽ തന്നെ രമിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു, സ്വന്തം ഉള്ളിലെ വാസ്തവിക സത്യങ്ങളെ നോക്കുന്ന തിനുള്ള ജോലി തന്നെ ചെയ്തിട്ടില്ല; എങ്കിൽ ചിലപ്പോൾ പുറമെപുറമെ നിന്നും മനസ്സിനെ അല്പം നന്നാക്കുമായിരിക്കും, എന്നാൽ മനസ്സിന്റെ അടിത്തട്ടിലുള്ള ആഴങ്ങളിൽ വികാരങ്ങളുടെ സംഗ്രഹം തന്നെ സംഗ്രഹം ഉണ്ടെങ്കിൽ വിടുതൽ ലഭിച്ചില്ല.

ബാഹുബലി രാജകുമാരന്റെ ഒരു സംഭവം. സ്വന്തം സഹോദരനുമായുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ ബന്ധം വഷളായിരുന്നു. അതുകൊണ്ട് രാജ്യം ഉപേക്ഷിച്ച് തപസ്സു ചെയ്യാൻ പോയി. നല്ലപോലെ തപസ്സു ചെയ്യുകയാണ്. എന്നാൽ ഏതു ഭൂമിയിൽ തപസ്സു ചെയ്യുകയാണാ – നോക്കിയപ്പോൾ ഈ ഭൂമി എന്റെ സഹോദരന്റെയാണ്. അവന്റെ രാജ്യത്തിന്റെ ഭൂമിയാണ്. അപ്പോൾ പാദാഗ്രത്തിൽ നിന്നു കൊണ്ട് തപസ്സുചെയ്യുകയാണ്. മുഴുവൻ പാദവും ഭൂമിയിൽ വക്കുന്നില്ല. എന്തെന്നാൽ ഇതാകട്ടെ അന്യന്റെ ഭൂമിയാണ്. കൂടാതെ ശരിക്കും ഘോരമായ തപസ്സു ചെയ്യുകയാണ്. ഇളകുന്നില്ല, അനങ്ങുന്നില്ല, ഘോര തപസ്സ് ചെയ്യുകയാണ്. ശരീരത്തിൽ വള്ളികൾ പടർന്നു കയറി. മറ്റാരെങ്കിലും കണ്ടിരുന്നെങ്കിൽ ഇദ്ദേഹത്തിലും വലിയ തപസ്വി ആരുണ്ട് എന്ന് ധരിച്ചേനെ. എന്നാൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ സഹോദരിമാർ ആ വഴിയിലൂടെ കടന്നുപോയി. അപ്പോൾ അദ്ദേഹത്തെ നോക്കിക്കൊണ്ട് പറയുകയാണ് – അയ്യോ, നമ്മുടെ സഹോദരനാകട്ടെ ആനപ്പുറത്ത് കയറിയിരിക്കുകയാണ്. അദ്ദേഹം കേൾക്കുന്നു, എന്റെ സഹോദരിമാർ വളരെ വിവേകമുള്ളവരാണ്. അവർ ഇത് എന്തു കൊണ്ട് പറഞ്ഞു? ഞാൻ ആനപ്പുറത്ത് കയറിയിട്ടുണ്ടോ, മുഴുവൻ പാദത്തിൽ തന്നെ നില്ക്കുന്നില്ല. ഞാൻ പാദാഗ്രത്തിൽ നില്ക്കുകയാണ് എന്നാൽ ഇവർ പറയുന്നു ആനപ്പുറത്ത് കയറിയിരിക്കുകയാണ്. പക്ഷേ അറിവുള്ളവനായിരുന്നു. ബോധം വന്നു. അയ്യോ, സത്യമായും അഭിമാനമാകുന്ന ആനപ്പുറത്തല്ലെ ഇരിക്കുന്നത്! പാദാഗ്രത്തിലല്ലെ നില്ക്കുന്നത്. അപ്പോൾ അഭിമാനമുണ്ട്, അഹംഭാവമുണ്ടല്ലോ! ഉള്ളിലെ സത്യത്തെ നോക്കാൻ തുടങ്ങി, അഹംഭാവമുണ്ട്, അഹങ്കാരമുണ്ട്. അപ്പോഴേ മുക്തിയുടെ വഴിയിൽ മുന്നേറാൻ സാധിച്ചുള്ളു.

ഇതേ പ്രകാരം മഹാവീരസ്വാമിയുടെ ജീവിത സമയത്തെ മറ്റൊരു സംഭവം കൂടി. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ശിഷ്യൻ – ഏതോ ദേശത്തിലെ രാജാവ്. വളരെ വിരക്തി ഉണർന്നപ്പോൾ രാജ്യഭരണം സ്വന്തം പുത്രനെ ഏല്പിച്ച് തപസ്സു ചെയ്യാനായി വനത്തിൽ പോയി. അദ്ദേഹവും ഘോര തപസ്സ് ചെയ്യുകയാണ്. നിന്നു നിന്നു കൊണ്ട് നന്നായി തപസ്സു ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ആ പ്രദേശത്തെ

ഏതോ വ്യക്തി ആ വഴിയിലൂടെ കടന്നു പോയി. സ്വന്തം ദേശത്തെ പൂർവ്വ രാജാവ് ഘോര തപസ്സ് ചെയ്യുന്നത് കണ്ടു. എന്നിട്ട് മഹാവീരസ്വാമിയുടെ അടുത്ത് എത്തി, അദ്ദേഹത്തോട് പറയുകയാണ് – മഹാരാജ്, നമ്മുടെ രാജ്യത്തെ രാജഭരണം ഉപേക്ഷിച്ച് രാജാവ്, വളരെ ഘോര തപസ്സു ചെയ്യുകയാണ്. മഹാരാജ്, എനിക്ക് ഇങ്ങനെ തോന്നുന്നു, ഈ സമയത്ത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രാണൻ പോയാൽ, അദ്ദേഹം മരിച്ചാൽ, അദ്ദേഹത്തിന് സദ്ഗതിയേ ഉണ്ടാവുകയുള്ളൂ. മഹാവീരസ്വാമി പുഞ്ചിരിച്ചു എന്നിട്ടു പറഞ്ഞു, ഇല്ല, ഈ സമയത്ത് അയാൾ മരിച്ചാൽ ഘോര നരകത്തിൽ പോകും. ഘോര നരകത്തിൽ പോകുമോ? എല്ലാവരും ആശ്ചര്യഭരിതരായി. ഇദ്ദേഹം എന്താണ് പറയുന്നത്? കുറച്ചു സമയത്തിനു ശേഷം അതേ വഴിയിലൂടെ നടന്നു വന്ന ഒരു വ്യക്തി കൂടി വന്നു എന്നിട്ട് പറഞ്ഞു, മഹാരാജ്, നമ്മുടെ രാജ്യത്തെ തപസ്സു ചെയ്യുന്ന രാജാവുണ്ടല്ലോ അദ്ദേഹം മരിച്ചു. മരിച്ചോ? അപ്പോൾ മഹാവീരസ്വാമി പറഞ്ഞു, അദ്ദേഹത്തിന് സദ്ഗതി ആയി. സദ്ഗതി ആയി? ഇപ്പോൾ അല്പ സമയം മുമ്പ് പറഞ്ഞിരിന്നു – മരിച്ചാൽ അദ്ദേഹത്തിന് ദുർഗതിയാകും. നരകത്തിൽ പോകും. എന്നാൽ ഇപ്പോൾ ഇങ്ങനെ പറയുന്നു – അദ്ദേഹത്തിന് സദ്ഗതി ആയി. എന്നാൽ ഈ അവസ്ഥയിൽ എത്തിച്ചേർന്ന മഹാപുരുഷൻ നുണ പറയാറില്ല. പറഞ്ഞത് ശരിയാണ്. ആദ്യ തവണ ഒരാൾ വന്ന് ഈ സൂചന കൊടുത്തപ്പോൾ അദ്ദേഹം തന്റെ ബോധി ചിത്തത്താൽ ആ തപസ്വിയായ രാജാവിന്റെ ചിത്തത്തെ നോക്കി. ക്രോധത്താൽ തിളക്കുകയായിരുന്നു. ക്രോധത്താൽ തിളക്കാൻ കാരണം – മുന്നിലൂടെ ഒരു സേന പോകുന്നത് അദ്ദേഹം കണ്ടു. അയ്യോ, ഇതാകട്ടെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ശത്രുരാജാവിന്റെ സേനയായിരുന്നു. കൂടാതെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ രാജ്യത്തെ ആക്രമിക്കാൻ പോകുകയായിരുന്നു. അതിനാൽ വളരെ ക്രോധം ഉണർന്നു. രാജാവിന് വളരെ ക്രോധം വന്നു. അത്തരം അവസ്ഥയിൽ മരിച്ചുപോയാൽ ക്രോധത്തിന്റെ ഏതൊരു തരംഗങ്ങളുണ്ടോ ആ തരംഗങ്ങളുമായി സമരസപ്പെട്ടുകൊണ്ട് നരക ത്തിലേക്കല്ലേ പോകുകയുള്ളൂ! എന്നാൽ ഇത്രയുമായപ്പോൾ അദ്ദേഹത്തിന് ബോധം വന്നു. അയ്യോ, ഇവിടെ ഞാൻ തപസ്സു ചെയ്യാനാണ് വന്നത്. ഉള്ളിൽ വികാരം ഉണർത്താൻ വേണ്ടിയല്ല നില്ക്കുന്നത്! ഞാൻ സ്വന്തം മനസ്സിനെ സമതയിൽ സ്ഥാപിക്കണം. വികാരങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തമാക്കണം! ഈ ജോലിക്കായിട്ടല്ലെ വീടു വിട്ടു വന്നത്. മതി, ബോധം വന്നു, ചിത്തം സമതയിൽ സ്ഥാപിതമാകാൻ തുടങ്ങി. മുഴുവൻ ക്രോധവും ദൂരികരിച്ച് ചിത്തം തീർത്തും ശാന്തമായി, സമതയിൽ സ്ഥാപിതമായി – എന്നിട്ട് ആ സമയം മരിച്ചാൽ എവിടെ പോകും? സദ്ഗതിയായില്ലെ! പുറമെ പുറമെയാകട്ടെ രണ്ടവസ്ഥയിലും അപ്രകാരം തപസ്സു ചെയ്യുകയായിരുന്നു. ശരീരത്തിന് അത്രതന്നെ കഷ്ടം കൊടുക്കുകയായിരുന്നു. ഉള്ളിൽ എന്താണ് ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത് – ധർമ്മം പുറമെയുള്ള ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളാൽ അളക്കാൻ സാധിക്കില്ല. പുറമെയുള്ള ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളാൽ ഒരു വ്യക്തിയും ധർമ്മിഷ്ഠനായിത്തീരില്ല. ഉള്ളിൽ എന്താണ് ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്? ഉള്ളിൽ മനസ്സ് എപ്രകാരമാണ് – അതിനെ നന്നാക്കാനുള്ള ജോലി ചെയ്യണം. അതിനെ പരിശോധിക്കണം. എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നത്? എന്റെ ഉള്ളിൽ എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നത്? ഇപ്രാകരം അതിനെ സാക്ഷിഭാവത്താൽ നോക്കി–നോക്കി വികാരങ്ങളിൽ നിന്നും വിമുക്തമാകുന്നു എങ്കിൽ തപസ്യ ശരിയായ അർത്ഥത്തിൽ തപസ്യയായി. ഈ ഉള്ളിലെ തപസ്സുതന്നെയാണ് ശരിയായ അർത്ഥത്തിൽ തപസ്സ്.

ദുഖമുണ്ട്, ലോകത്തിൽ മുഴുവൻ ദുഖം വ്യാപ്തമാണ്. ആരെ നോക്കിയാലും അവർ ദുഖിതനാണ്. ചിലർക്ക് ചില കാര്യങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള ദുഖം, വേറെ ചിലർക്ക് വേറെ ചില കാര്യങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള ദുഖം. ഇന്ന് ഒരു കാര്യത്തെ പ്പറ്റിയുള്ള ദുഖം എന്നാൽ നാളെ വേറെ കാര്യത്തെപ്പറ്റിയുള്ള ദുഖം. ആരെ നോക്കിയാലും അവൻ ദുഖിതനാണ്. ഇത് ജീവിത ലോകത്തിലെ സത്യമാണ്. ഇതിനെ നിഷേധിക്കാൻ സാധ്യമല്ല, എന്നാൽ ഇതേ ദുഖത്തെ, ദുഖത്തിന്റെ ക്ഷേത്രത്തെ സ്വന്തം ഉള്ളിൽ നോക്കാൻ തുടങ്ങുക. സാക്ഷി ഭാവത്തിൽ നോക്കാൻ തുടങ്ങി, അപ്പോൾ മുക്തിയുടെ വഴിയെ മുന്നേറാൻ തുടങ്ങി. അനാര്യനിൽ നിന്നും ആര്യനാകാനുള്ള വഴിയിൽ മുന്നേറാൻ തുടങ്ങി. സത്യമായിരുന്ന അതേ ദുഖം, ആര്യ സത്യമായിത്തീർന്നു. നന്മയുണ്ടായി. എന്തെന്നാൽ ഈ ദുഖത്തെ നോക്കി നോക്കി ദുഖത്തിന്റെ ശരിയായ കാരണത്തെ പിടികിട്ടി. പുറമെപുറമെയുള്ള ആയിരം കാരണം നമ്മുടെ കണ്ണിൽ പെടുന്നു. ഈ വ്യക്തി ദുഖിതനാകാനുള്ള കാരണം ഇത്തരത്തിലുള്ള മനസ്സിനിഷ്ടമല്ലാത്ത സംഭവം സംഭവിച്ചതുകൊണ്ടാണ്. ഈ വ്യക്തി ദുഖിതനാകാനുള്ള കാരണം ഇത്തരത്തിലുള്ള മനസ്സിനിഷ്ടപ്പെടുന്ന സംഭവം സംഭവിക്കാത്തതു കൊണ്ടാണ്, ഇങ്ങനെ, മനസ്സിനെ ദുഖിതനാക്കി ത്തീർക്കാൻ പുറമെ പുറമെ അനേക കാരണങ്ങളുണ്ട്! എന്നാൽ ഉള്ളിൽ എന്താണ്? അയ്യോ, ദുഖമാകട്ടെ ഉള്ളിലല്ലെ! അതിനാൽ ഇതിന്റെ യഥാർത്ഥ കാരണം ഉള്ളിലല്ലേ ലഭിക്കുകയുള്ളൂ. ഉള്ളിൽ അന്വേഷിച്ച് അന്വേഷിച്ച് ദുഖങ്ങളുടെ യഥാർത്ഥ കാരണം പിടി കിട്ടി. ഇത് ദുഖത്തിന്റെ കാരണമാണ്. ഇത് ദുഖത്തിന്റെ സമുദയമാണ്. സത്യമാണ്, എന്നാൽ എപ്പോൾ അതിനെ സാക്ഷിഭാവത്തിൽ നോക്കാൻ തുടങ്ങിയൊ അത് ആര്യ സത്യമായിത്തീർന്നു. അതിനെ കേവലം ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ സ്വീകരിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ അത് വെറും സത്യമായിരുന്നു, ആര്യസത്യമാകു മായിരുന്നില്ല. അത് നമ്മളെ ആര്യനാക്കി ത്തീർക്കുന്നതാകില്ല. അത് നമ്മളെ മുക്തരാക്കി തീർക്കുന്നതാകില്ല. ഇപ്രകാരം സ്വന്തം ഉള്ളിൽ നോക്കി–നോക്കി മുഴുവൻ ദുഖവും സമാപ്തമാകുന്ന ആ അവസ്ഥയിൽ എത്തിച്ചേരണം. മുഴുവൻ വികാരവും സമാപ്തമായി. ശരീരത്തിന്റെയും ചിത്തത്തിന്റെയും മുഴുവൻ ക്ഷേത്രത്തിന്റെയും യാത്ര ചെയ്തതിനു ശേഷം സമതയോടൊപ്പം മുഴുവൻ സ്ഥിതികളെയും നോക്കി നോക്കി ശരീരത്തിന്റെയും ചിത്തത്തിന്റെയും അപ്പുറത്തെ പരമ സത്യത്തെ കണ്ടു. ഇനി അതിനെ ഏതു പേര് വേണമെങ്കിലും വിളിക്കാം. അതിനെ മുക്തി എന്നു വിളിക്കാം, മോക്ഷം എന്നു വിളിക്കാം. നിർവ്വാണം എന്നു വിളിക്കാം, കൂടാതെ ആരെങ്കിലും വിളിക്കാനാഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ അതിനെ ആത്മാവ് എന്നു വിളിക്കാം, പരമാത്മാവ് എന്നു വിളിക്കാം, ഏതു പേരു വേണമെങ്കിലും കൊടുക്കാം,

പേരിലെന്താണ് വെച്ചിട്ടുള്ളത്? അത് നിത്യമായ, ശാശ്വതമായ, ധ്രുവമായ, ഏകരസമായ ഒരു അവസ്ഥയാണ്. അവിടെ ഒന്നും തന്നെ ഉത്പ്പന്നമാകുന്നില്ല. അവിടെ ഒന്നും തന്നെ നഷ്ടമാകുന്നില്ല. ആ അവസ്ഥയുടെ സാക്ഷാത്കാര മാകേണ്ടതുണ്ടല്ലോ? അതിന് കേവലം ബുദ്ധി വിലാസം മാത്രം ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, സംസാരിച്ചു കൊണ്ടു മാത്രം ഇരിക്കുകയാണെങ്കിൽ എന്തു ലഭിക്കാനാണ്? അതിന്റെ സാക്ഷാത്കാരം സ്വന്തം ഉള്ളിൽ തന്നെയാണ് ഉണ്ടാകുന്നത്. ദുഖനിരോധ അവസ്ഥയുടെ സാക്ഷാത്കാര മുണ്ടായി, അവിടെ ദുഖത്തിന്റെ തരി പോലുമില്ല, അവിടെ ദുഖം ഉണരാനെ സാധിക്കില്ല. ആ അവസ്ഥ ആര്യ സത്യമായിത്തീർന്നു. എന്തെന്നാൽ ആ അവസ്ഥയുടെ സാക്ഷാത്കാരം ചെയ്യുന്ന വ്യക്തി ആര്യനായിത്തീരുന്നു.

ആ അവസ്ഥവരെ എങ്ങനെ എത്തിച്ചേർന്നു? സ്വന്തം ഉള്ളിൽ ധർമ്മത്തിന്റെ വഴിയിലൂടെ ഓരോരോ ചുവട്, ഓരോരോ ചുവട് നടന്നു നടന്നു, സ്ഥൂല സത്യങ്ങളുടെ ദർശനം ചെയ്ത് ചെയ്ത്, ശരീരത്തിന്റെയും ചിത്തത്തിന്റെയും ഏറ്റവും സൂക്ഷ്മമായ സത്യങ്ങളുടെ ദർശനം ചെയ്ത്, അതിന്റെയും അതിക്രമണം ചെയ്തു. അപ്പോൾ ആ പരമ സത്യത്തിന്റെ സാക്ഷാത്കാരമായി, ഈ മുഴുവൻ വഴിയും അനുഭൂതിയിൽ ഇറങ്ങി. അതിന്റെ സാക്ഷാത്കാരം ചെയ്തപ്പോൾ ആര്യനായിത്തീർന്നു. അതല്ല എങ്കിൽ വെറും സത്യങ്ങളാണ്. **ഇത് ദുഖമാണ്, ഇത് ദുഖത്തിന്റെ കാരണമാണ്, ഇത് ദുഖത്തിന്റെ നിവാരണമാണ്, ഇത് നിവാരണത്തിന്റെ ഉപായമാണ്.** ആരെങ്കിലും പാരായണം ചെയ്തു കൊണ്ടിരുന്നോട്ടെ ചിന്ത ചെയ്തു കൊണ്ടിരുന്നോട്ടെ. അയ്യോ, തത്വശാസ്ത്രമായിത്തീരും, ഇതുതന്നെയാണ് സംഭവിക്കുന്നത്. ഏതെങ്കിലും സമ്പ്രദായത്തിന്റെ, ഏതെങ്കിലും സമാജത്തിന്റെ, പരമ്പരയുടെ തത്വശാസ്ത്രമായിത്തീർന്നാൽ എന്തു ലഭിക്കാനാണ്? നേരെമറിച്ച് ഒരു അഹംങ്കാരം ഉണരാൻ തുടങ്ങും, ഞങ്ങളുടെ തത്വ ശാസ്ത്രം ഇങ്ങനെ, നിങ്ങളുടെ തത്വശാസ്ത്രം അങ്ങനെ. ഞങ്ങളുടെ ദർശനം ഇങ്ങനെ, നിങ്ങളുടെ ദർശനം അങ്ങനെ. എന്നാൽ ദർശനം ആയിട്ടില്ല. ഇപ്പോൾ ദർശനത്തിൽ നിന്നും വളരെ ദൂരെയാണ്. ആയതുകൊണ്ട് ദർശിക്കട്ടെ. സ്വന്തം ഉള്ളിൽ സത്യത്തെ ദർശിക്കട്ടെ.

ആ വ്യക്തി, ബോധിസത്വനായ സിദ്ധാർത്ഥ ഗൗതമൻ വീടും കുടുംബവും ഉപേക്ഷിച്ച് പുറത്തു പോയി – ഗൃഹത്യാഗി ആയിത്തീർന്നു. വീടിന്റെ മുഴുവൻ വൈഭവ വിലാസത്തേയും ഉപേക്ഷിക്കുന്നു. എന്തിനു വേണ്ടി? സത്യത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്യണം. എല്ലായിടത്തും ദുഖമാണ്. പുറത്തുപോയി നോക്കിയപ്പോൾ അനേക പ്രകാരത്തിലുള്ള ദുഖമുണ്ട്. ഈ രാജകുടുംബത്തിലും, രാജകൊട്ടാര ത്തിലും ചിലർക്ക് ചില കാര്യത്തിനെപ്പറ്റി ദുഖമുണ്ട്, വേറെ ചിലർക്ക് വേറെ ചില കാര്യത്തെപ്പറ്റി ദുഖമുണ്ട്. ഇത്ര സമ്പത്ത്, ഇത്ര വൈഭവം ഉണ്ടായിട്ടു കൂടി ദുഖം തന്നെ ദുഖം. ഇതിന്റെ ശരിയായ കാരണമെന്താണ്? കൂടാതെ ഇതിന്റെ നിവാരണത്തിന്റെ ഉപായമെന്താണ്? എനിക്ക് ഈ സത്യത്തെപ്പറ്റി അന്വേഷിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

സത്യത്തെ അന്വേഷിക്കാൻ ഇറങ്ങിത്തിരിച്ചു. വീട്ടിലുള്ളവരുമായി വഴക്കുണ്ടായി ഇറങ്ങി തിരിച്ചതല്ല. ഇങ്ങനെയുമല്ല – വീടും ധനവും നശിച്ചു പോയി – തലയും മുട്ടയടിച്ചിട്ടവനൊരു സന്യാസിയായി. അങ്ങനെ സന്യാസിയായതല്ല. സത്യത്തിനെ അന്വേഷിക്കേണ്ടതുണ്ട്. മാത്രമല്ല സത്യത്തിന്റെ അന്വേഷണം ഉള്ളിലാണ് നടത്തേണ്ടത്. പുറത്തല്ല.

ദുഖത്തിന്റെ സത്യം – അയ്യോ, ജന്മം തന്നെ ദുഖത്തിൽ നിന്നാണ് തുടങ്ങുന്നത്. **ജാതി പി ദുഖാ**, ജന്മത്തിന്റെ ആരംഭം തന്നെ ദുഖത്താലാണ് തുടങ്ങുന്നത്. ഒൻപത്, പത്ത് മാസം ഏതൊരു കാരാഗ്രഹത്തിൻ തടവിലായിരുന്നോ, അതിനു പുറത്തു വന്നാൽ സന്തോഷമുണ്ടാകേണ്ടതില്ലെ. ഒരു സന്തോഷവും ഉണ്ടാകുന്നില്ല. ചിരിച്ചും പുഞ്ചിരിച്ചും കൊണ്ട് ആരും ജനിക്കുന്നില്ല. ആര് ജനിക്കുന്നുവോ 'കൂരാം, കൂരാം' കരഞ്ഞു കൊണ്ടുതന്നെയാണ് ജനിക്കുന്നത്. കരഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ അമ്മക്കു ചിന്തയായി. നഴ്സിനു ചിന്തിയായി. ഡോക്ടർക്ക് ചിന്തയായി. കുഞ്ഞിന് ജീവനുണ്ടോ? അയ്യോ, ജന്മം തന്നെ കരച്ചിലോടുകൂടിയാണ് തുടങ്ങുന്നത്.

ശിബിരത്തിൽ വന്ന ഒരു വിദേശ ഡോക്ടർ സാധകൻ എന്റെ പക്കൽ ഓടിക്കൊണ്ടു വന്നു. ഗോയങ്കാജി, താങ്കൾക്കറിയില്ല, കുട്ടി ജനിച്ച ഉടനെ എന്തിനാണ് കരയുന്നത്? എനിക്കറിയില്ല സഹോദരാ, ഞാൻ ഡോക്ടറല്ലല്ലോ. നീ മനസ്സിലാക്കിത്തരൂ, എന്തിനാണ് കരയുന്നത്? അപ്പോൾ പറയുന്നു, എപ്പോൾ അമ്മയുടെ വയറ്റിൽ കഴിയുന്നുവോ, അപ്പോൾ അമ്മയുടെ ശരീരവുമായി കൂടിച്ചേർന്നിരിക്കുകയാണ്. അതിന്റെ ശരീരത്തിന് എത്ര ആവശ്യങ്ങളുണ്ടോ അത് അമ്മയുടെ ശരീരത്തിൽ നിന്ന് പൂർത്തീകരിക്കപ്പെടുന്നു. ഇപ്പോൾ പുറത്തു വന്നു. പൈപ്പ് ലൈൻകണക്ഷൻ മുറിഞ്ഞു പോയി. ഇപ്പോൾ ശിശുവിന് സ്വന്തം ആവശ്യങ്ങൾ സ്വയം പൂർത്തീകരിക്കേണ്ടതുണ്ട്. അതിനാൽ ആദ്യത്തെ ആവശ്യം, ശിശുവിന്റെ ശ്വാസകോശം ഒഴിഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്. ഓക്സിജൻ ആവശ്യമുണ്ട്, വായു ആവശ്യമുണ്ട്. കരഞ്ഞാൽ വായു നിറയുന്നു. ഓ, സഹോദരാ, താങ്കൾ പറഞ്ഞത് മനസ്സിലായി. എന്തിനാണ് കരയുന്നത്? ജനിച്ച ഉടനെ കരയുന്നതെന്തിനെന്നാൽ വായു വേണം! വായു വേണം! എന്നാൽ അല്പസമയം കൂടി കഴിയുന്നില്ല, പാലു വേണം! പാലു വേണം! പിന്നെ വെള്ളം വേണം! പിന്നെ ഇതു വേണം....! മുഴുവൻ ജീവിതവും വേണം! വേണം! ചെയ്തു ചെയ്ത് മരിച്ചു പോകുന്നു.

ജന്മം തന്നെ ദുഖത്തിലാണ് തുടങ്ങുന്നത്. ജന്മമായി, എന്നിട്ട് അല്പം വലുതായി – അപ്പോൾ ഒന്നല്ലെങ്കിൽ വെറൊറു രോഗം വന്നു. ആർക്ക് ഏതൊരു രോഗം വന്നുവോ, അവൻ അതിനാൽ വ്യാകുലം. ഈ രോഗം ഏറ്റവും ചീത്ത. വേറെ വേണമെങ്കിൽ ഏതൊരു രോഗവും ആകാം, സഹിക്കാം എന്നാൽ ഈ രോഗം സഹിക്കാൻ സാധിക്കുന്നില്ല എന്തെന്നാൽ നിനക്ക് വേറെ രോഗമില്ലല്ലോ! ആർക്ക് ഏതൊരു രോഗമുണ്ടോ, അവൻ പറയുന്നു, ഇത് ഏറ്റവും ചീത്ത. അയ്യോ, ഏതു രോഗമാണ് സുഖം തരുന്നത്? എല്ലാ രോഗവും ദുഖം തരുന്നതാണ്. അതിനാൽ **'വ്യാധി പി ദുഖാ'**.

ഇങ്ങനെ ചെയ്തു ചെയ്ത് ജീവിതം കടന്നു പോകുന്നു. ശരീരം ജീർണ്ണമായിക്കൊണ്ടു പോകുന്നു. വാർദ്ധക്യം വന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. വാർദ്ധക്യം വളരെ ദുഖകരമാണ്. നൂറുവർഷമായ വൃദ്ധൻ, നൂറുവർഷമായ വൃദ്ധ, ഭിന്ന-ഭിന്ന പ്രകാരത്തിലുള്ള രോഗങ്ങളാൽ വ്യാകുലരാണ്. ഭിന്ന-ഭിന്ന പ്രകാരത്തിലുള്ള അസൗകര്യങ്ങളാൽ വ്യാകുലരാണ്. കരയുകയാണ് - എന്നിട്ട് കൈകൂപ്പിക്കൊണ്ട് പരമാത്മാവിനോട് പ്രാർത്ഥിക്കു കയാണ് - അയ്യോ, നീ എനിക്ക് മരണമെങ്കിലും തരൂ. നിന്റെ പക്കൽ മരണത്തിനും കുറവുണ്ടോ? മരണമെങ്കിലും അയച്ചാൽ ഈ ദുഖത്തിൽ നിന്ന് വിടുതൽ ലഭിക്കുമല്ലൊ! **'ജരാ പി ദുഖാ'**, വാർദ്ധക്യം വളരെ ദുഖകരമാണ്.

ഒരു ദിവസം ഡോക്ടർ വരുന്നു, വൃദ്ധനെ നോക്കി പരിശോധിച്ച ശേഷം പറയുന്നു, ഇപ്പോൾ താങ്ങളുടെ മരണത്തിന്റെ സമയമാകുന്നു - എപ്പോൾ പോകേണ്ടിവരുമെന്ന് ആർക്കറിയാം. വൃദ്ധയെ പരിശോധിച്ച ശേഷം പറയുകയാണ്, 'മുത്തശ്ശി, നിങ്ങളുടെയും പോകാനുള്ള സമയം വന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്'. അപ്പോൾ വൃദ്ധനും വൃദ്ധയും അയാളോട് കൈ കൂപ്പികൊണ്ട് പറയുകയാണ്, ഡോക്ടർ, ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ രക്ഷിച്ചാലും. ഞാൻ മരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. ഞാൻ മരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. അയ്യോ, ഞാൻ തെറ്റായി പ്രാർത്ഥിച്ചല്ലൊ, തെറ്റായി പ്രാർത്ഥിച്ചല്ലൊ! ഇപ്പോഴാകട്ടെ എനിക്ക് എന്റെ കുട്ടിയെ കാണേണ്ടതുണ്ട്. കുട്ടിയുടെ കുട്ടിയെ കാണേ ണ്ടതുണ്ട്. ഇന്ന ജോലി ബാക്കിയിരിക്കുകയാണ്. അവനുമായി കണ്ടു മുട്ടേണ്ടത് ബാക്കിയാണ്.. ഞാൻ മരിക്കാനാഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. ഞാൻ മരിക്കാനാഗ്രഹി ക്കുന്നില്ല. മരിക്കുന്നത് വളരെ ദുഖദായകമാണ് - **'മരണം പി ദുഖം'**. എന്നിരുന്നാലും ആര് ജനിക്കുന്നുവോ അവൻ വ്യാധിയിലൂടെയും കടന്നുപോകുന്നു, വാർദ്ധക്യത്തിലൂടെയും കടന്നു പോകുന്നു എന്നിട്ട് മരണത്തെ പ്രാപിക്കുക തന്നെ ചെയ്യുന്നു. ഭിന്ന-ഭിന്ന പ്രകാരത്തിലുള്ള ദുഖം അലട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. **'അപ്പിയേഹീ സമ്പ യോഗൊ ദുഖൊ, പിയേഹീ വിപ്പയോഗൊ ദുഖൊ'**. അപ്രിയവുമായി സംയോഗം നടന്നു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. പ്രിയവുമായി വിയോഗം നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകായണ്. അയ്യോ, വളരെ ദുഖദായകമാണ്. മനസ്സിനിഷ്ടപ്പെട്ടത് നടക്കുന്നില്ല എന്നാൽ മനസ്സിനിഷ്ടമാകാത്തത് ആയിക്കൊണ്ടു പോകുന്നു. വളരെ ദുഖമുണ്ട്, വളരെ ദുഖമുണ്ട്.

ബോധിവൃക്ഷത്തിന്റെ ചുവട്ടിൽ ഇരുന്ന് അന്തർമുഖനായി സത്യത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈ വ്യക്തി - അദ്ദേഹം ഈ കാര്യങ്ങളുടെ കേവലം ചിന്തയും മനനവും അല്ല ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നത്, സ്വന്തം ഉള്ളിൽ ദർശനം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു, സത്യത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്തു കൊണ്ടിരുന്നു. ഉള്ളിന്റെ ഉള്ളിൽ പ്രതിക്ഷണം ജന്മം നടക്കുന്നു, മൃത്യു നടക്കുന്നു. ശരീരം ജീർണ്ണമായിക്കൊണ്ടു പോകുകയാണ്, ജീർണ്ണമായിക്കൊണ്ടു പോകുകയാണ്. ഏതൊരു സാധകനും എപ്പോൾ സാധനക്കിരിക്കുന്നുവോ അപ്പോൾ ഈ സത്യങ്ങൾ മുന്നിൽ വരാൻ തുടങ്ങുന്നു. ധ്യാനം ചെയ്ത് ചെയ്ത് ആഗ്രഹിക്കുകയാണ്, ഇങ്ങനെയായെങ്കിൽ, ഇങ്ങനെയായെങ്കിൽ, എന്നാൽ അങ്ങനെ ആകുന്നില്ല. ധ്യാനം ചെയ്ത് ചെയ്ത് ആഗ്രഹിക്കുകയാണ് - ഇങ്ങനെ ആകരുത്, അത് ആകാൻ തുടങ്ങുന്നു. അനുഭവത്താൽ അറിഞ്ഞു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. മുന്നോട്ടു പോയാൽ വ്യക്തമായി അറിയാൻ തുടങ്ങുന്നു - **'യംപി ഇച്ഛം ന ലഭതി തംപി ദുഖം'** എപ്പോൾ ഏതെങ്കിലും കാര്യത്തിനെപ്പറ്റി ആഗ്രഹം ഉണരുന്നുവോ എന്നാൽ അത് പൂർത്തിയാകുന്നില്ലയോ അപ്പോൾ വളരെ ദുഖിതനായിത്തീരുന്നു. ബുദ്ധിവിലാസമല്ല. ഓരോ സാധകനും ഇപ്രകാരം സ്വന്തം ഉള്ളിൽ അനുഭവിച്ചറിയുന്നു. ധ്യാനം ചെയ്തു ചെയ്ത് എവിടെയെങ്കിലും വലിയ സ്ഥൂല സംവേദന ഉണർന്നു, ഘനീഭൂതമായ സംവേദന ഉണർന്നു, അപ്രിയ സംവേദന ഉണർന്നു, ദുഖകരമായ സംവേദന ഉണർന്നു - അപ്പോൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നു ഇത് ഇല്ലാതാകണം, ഇല്ലാതാകണം. മാർഗ്ഗദർശകനും പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്, ഇത്തരം അപ്രിയസംവേദനയും വന്നാൽ പോകുന്നതിനു തന്നെയാണ് വന്നത്. അപ്പോൾ പോകേണ്ട തുണ്ടല്ലൊ! ഇതുവരെ പോയില്ലല്ലൊ! നോക്കൂ ഒരു ദിവസമായി, പോയില്ല. അഞ്ചു ദിവസമായി, പോയില്ല. അയ്യോ, ഇതുവരെ പോയില്ലല്ലോ! ഇതുവരെ പോയില്ലല്ലോ! ഇപ്രകാരം ആഗ്രഹിക്കുകയാണ് എന്തെന്നാൽ അത് പോയിരുന്നെങ്കിൽ, എന്നാൽ പോകുന്നില്ല. വളരെ വ്യാകുലനായില്ലെ. എന്തുകൊണ്ട് വ്യാകുലനായി? എന്തെന്നാൽ ഇതു പോകണമെന്ന് ഞാൻ ആഗ്രഹിച്ചു എന്നാൽ ഇത് പോയില്ല. എന്റെ ആഗ്രഹപൂർത്തി ആയില്ല.

കൂടെയും പിന്നെയും കേട്ടിട്ടുണ്ട്, ധ്യാനം ചെയ്താൽ അത്തരം ആനന്ദം വരും, ഇത്തരം ആനന്ദം വരും. മുഴുവൻ ശരീരത്തിലും വൈദ്യുതിപോലെ തരംഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ തുടങ്ങും. മുഴുവൻ ശരീരത്തിലും പുളകരോമാഞ്ചം ഉണ്ടാകാൻ തുടങ്ങും. അത്തരം അനന്ദം എനിക്ക് വന്നില്ലല്ലോ! മറ്റുള്ളവർക്ക് വരാൻ തുടങ്ങി. മറ്റുള്ളവർക്ക് വരാൻ തുടങ്ങി അങ്ങനെ കേട്ടു. ഈ മാർഗ്ഗദർശകൻ സാധകരോട് ചോദിക്കാറുണ്ട്, നിനക്കെന്ത് അനുഭവമുണ്ടായി? അപ്പോൾ സ്വന്തം കാത് കൂർപ്പിച്ച് കേൾക്കുന്നു, ഇയാൾ എന്തു പറയും? അപ്പോൾ കേൾക്കുന്നു, അവൻ പറയുന്നു - എനിക്കാകട്ടെ ഇങ്ങനെയുള്ള ധാരാ പ്രവാഹത്തിന്റെ അനുഭൂതി ഉണ്ടായി. അയ്യോ, എനിക്കുണ്ടായില്ലല്ലോ! എനിക്കിതുവരെ ഉണ്ടായില്ല. എനിക്ക് ഇതുവരെ ഉണ്ടായില്ല. ആഗ്രഹിക്കുന്നു, ആഗ്രഹം ഉണരുന്നു. ആ ആഗ്രഹപൂർത്തി ആയില്ലെങ്കിൽ വ്യാകുല നാകുന്നു. എന്നാൽ സത്യത്തെ നോക്കിക്കൊണ്ടിരി ക്കുകയാണ് - കാണുന്നു എങ്ങനെയാണ് വ്യാകുലനാകുന്നത്. ആഗ്രഹിക്കുന്നു എന്നാൽ ആ ആഗ്രഹം പൂർത്തിയാകുന്നില്ലെങ്കിൽ വ്യാകുലനാ കുന്നു. ഇങ്ങനെ ബോധം ഉണരുന്നു - അയ്യോ, ആഗ്രഹിച്ചു - എന്റെ മുഴുവൻ ആഗ്രഹങ്ങളും പൂർത്തിയാകും, ഇത് നടക്കുന്ന കാര്യമല്ല. ആഗ്രഹിക്കുന്നു എന്നാൽ അത് പൂർത്തിയായില്ല. അപ്പോഴും ഞാൻ വ്യാകുലനാകില്ല എന്ന് ഇപ്പോൾ പഠിക്കുന്നു. ആഗ്രഹിച്ചതൊക്കെ പൂർത്തിയായി ക്കൊണ്ടു തന്നെ പോകുക - ഇപ്രകാരം ഇന്നുവരെ ആർക്കും സംഭവിച്ചിട്ടില്ല. അപ്പോൾ കാണുന്നു ആഗ്രഹപൂർത്തി ഉണ്ടായില്ല, അപ്പോഴും നമ്മൾ വ്യാകുലരാകില്ല. ആഗ്രഹം ഒടുവിൽ ആഗ്രഹം

തന്നെയാണ്, ഏതു കാര്യത്തിന്റെയായാലും. മുക്ത അവസ്ഥക്കുള്ള ആഗ്രഹം, നിർവ്വാണത്തിനുള്ള ആഗ്രഹം, ആഗ്രഹം തന്നെയാണ്. എത്രയും വേഗം നിർവ്വാണം ലഭിച്ചെങ്കിൽ എന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്നു. എനിക്കിതുവരെ നിർവ്വാണം ലഭിച്ചില്ലല്ലോ, എനിക്കിതുവരെ മുക്തി ലഭിച്ചില്ലല്ലോ, ഇതുവരെ മോക്ഷം ലഭിച്ചില്ലല്ലോ! അപ്പോൾ വ്യാകുലത തന്നെ വ്യാകുലത. ഇപ്പോൾ ബോധം വരും – ഞാൻ ആഗ്രഹിച്ചുവല്ലെ! നല്ല ലക്ഷ്യത്തിനു തന്നെയാണ്, എന്നാൽ ആഗ്രഹിച്ചുവല്ലൊ! കൂടാതെ ആഗ്രഹിച്ചു, എന്നാൽ അത് പൂർത്തിയായില്ല എങ്കിൽ വ്യാകുലനായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയല്ലെ! വ്യാകുലനായി ക്കൊണ്ടിരിക്കുകയല്ലെ! അയ്യോ, സത്യം മുന്നിൽ വരാൻ തുടങ്ങി. ഈ സത്യം അനുഭൂതിയിൽ വരാൻ തുടങ്ങിയാൽ മുക്തിയുടെ മാർഗ്ഗം തുറക്കപ്പെടുന്നു, നന്മയുടെ മാർഗ്ഗം തുറക്കപ്പെടുന്നു. ഈ സത്യത്തെ സ്വന്തം ഉള്ളിൽ കാണേണ്ടതുണ്ട്. കേവലം ചിന്താ–മനനത്താൽ ആകില്ല. കേവലം കല്പനകളാൽ ആകില്ല. അനുഭൂതിയിൽ വരണം. ദുഖത്തിന്റെ നിവാരണമുണ്ട്, അനുഭൂതിയിൽ വരണം. ദുഖനിവാരണത്തിന്റെ ഉപായമുണ്ട്, അനുഭൂതിയിൽ വരണം. വളരെ മംഗളമായി ത്തീരുന്നു. ഈ നാലു സത്യങ്ങളും അനുഭൂതിയിൽ വന്നാൽ മംഗളം തന്നെ ഭവിക്കും. ആരുടെ അനുഭൂതിയിൽ വന്നുവോ, അയാളുടെ മംഗളം തന്നെ മംഗളം. നന്മയോടു നന്മ. സ്വസ്ഥിയോടു സ്വസ്ഥി. മുക്തിയോടു 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 – 2011

പത്തു ദിവസ ശിബിരം: 17–28.9, 13–24.10, 5 –16.11 (Female only), 20.11–1.12, 20–31.12.2012

Contact: കേരള വിപസ്സന സമിതി, മൈത്രി, നേരചത്തര ലേൻ, പെരന്തൂർ റോഡ്, ഏലമക്കര പോസ്റ്റ്, കൊച്ചി–682026. Phone: (0484)2539891: Mobile: 9846569891.

....