വിപശ്യനാ പത്രിക

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

Vol. 4, No. 8 : ആഗസ്ത് 2011 | **വിപസ്സന റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്**
മലയാളം മാസ പത്രിക | **ധമ്മഗിരി, ഇഗത്പുരി – 422 403, മഹാരാഷ്ട്ര**

ധർമ്മ വാണി

ധർമ്മ ന മിഥ്യാ മാന്യത,
ധർമ്മ ന മിഥ്യാചാർ,
ധർമ്മ ന മിഥ്യാ കല്പന,
ധർമ്മ സത്യ കാ സാർ.

ധർമ്മം മിഥ്യാ മാന്യതയല്ല,
ധർമ്മം മിഥ്യാചരണവുമല്ല,
ധർമ്മം മിഥ്യാ കല്പനയല്ല,
ധർമ്മം സത്യത്തിൻ സാരം.

— **എസ്. എൻ. ഗോയങ്ക**

മനസ്സിന്റെ സ്വഭാവം എങ്ങനെ മാറ്റാം?

എസ്. എൻ. ഗോയങ്ക

(ജീ-ടീവിയിൽ തുടർച്ചയായി 44 ഭാഗങ്ങളായി പ്രസാരണം ചെയ്ത ഗോയങ്കജീയുടെ പ്രവചനങ്ങളുടെ 19 ാം ഭാഗം)

എല്ലാ കർമ്മങ്ങളെയും നന്നാക്കുന്നതിന് മനസ്സിന്റെ കർമ്മങ്ങളെ കൂടി നന്നാക്കേണ്ടതുണ്ട്. എന്നാൽ മനസ്സിന്റെ കർമ്മത്തെ നന്നാക്കുന്നതിന് മനസ്സിന് കാവൽ നിൽക്കേണ്ടതുണ്ട്. മനസ്സ് എന്താണ്, എങ്ങനെയാണ് ജോലി ചെയ്യുന്നത് എന്നതു തന്നെ അറിയില്ലെങ്കിൽ ആരെങ്കിലും എങ്ങനെ കാവൽ നിൽക്കും. ശരീരവുമായി അതിന്റെ സംബന്ധം എന്താണ്? അത് ശരീരത്താൽ എങ്ങനെ പ്രഭാവിതമാകുന്നു? അത് ശരീരത്തിൽ എങ്ങനെ പ്രഭാവം ചെലുത്തുന്നു? ഈ പാരസ്പര ബന്ധത്താൽ എപ്രകാരമാണ് വികാരങ്ങളുടെ ജനനം സംഭവിക്കുന്നത്, സംവർദ്ധനമുണ്ടാകുന്നത്? ഇത് മുഴുവനും എങ്ങനെ അറിയും? പുസ്തകത്തിൽ നിന്ന് അറിയാൻ സാധിക്കില്ല. പ്രവചനങ്ങളിൽ നിന്ന് അറിയാൻ സാധിക്കില്ല. ഇതിനായി സ്വയം ജോലി ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്. അന്തർമുഖനായി ശരീരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്. ഈ മൂന്നരകൈയ്യ നീളമുള്ള ശരീരത്തിനുള്ളിൽ മനസ്സ് എങ്ങനെയാണ് ജോലി ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്, അതിനെ അനുഭൂതിയാൽ അറിയേണ്ടതുണ്ട്. ഈ ശരീര സ്കന്ദത്തിനെപ്പറ്റിയുള്ള സത്യത്തെ അറിയുന്നതിന് – സ്ഥൂല സ്ഥൂല സത്യങ്ങളാൽ ജോലി തുടങ്ങുന്നു എന്നിട്ട് അതിന്റെ വിഘടനം ആയി ആയി, അതിന്റെ വിശ്ലേഷണം ആയി ആയി, അതിന്റെ വിഭജനം ആയി സ്ഥൂലത്തിൽ നിന്നും സൂക്ഷ്മത്തിലേക്ക്, അധികം സൂക്ഷ്മത്തിലേക്ക് മുന്നേറുന്നു. എന്നിട്ട് അത്തരം അവസ്ഥയിൽ എത്തിച്ചേരുന്നു – അവിടെ ഭൗതികലോകത്തിന്റെ അന്തിമ സത്യം, ആ ഏറ്റവും ചെറിയ പരമാണു കണം, അതിനെ കലാപം എന്നു വിളിച്ചു, അത് അനുഭൂതിയിൽ ഇറങ്ങുന്നു.

ശരിക്കും ഇതേ പ്രകാരം ചിത്തത്തിനെപ്പറ്റി പൂർണ്ണ അറിവ് നേടുന്നതിനായി അതിന്റെയും വിഭജനം, വിഘടനം, വിഭജനം, വിഘടനം. ഇത് കേവലം ബുദ്ധിയുടെ അധ്യയനമല്ല, അനുഭൂതിയുടെ വിശ്ലേഷണാത്മകമായ അധ്യയനം ചെയ്ത് ചെയ്ത്, സ്ഥൂലത്തിൽ നിന്ന് സൂക്ഷ്മത്തിലേക്ക് പോയി പോയി മുന്നോട്ടു പോയാൽ കാണാം 121 പ്രകാരത്തിലുള്ള ചിത്തമുണ്ട്, 52 പ്രകാരത്തിലുള്ള ചിത്തവൃത്തികളുണ്ട്. ഈ ക്ഷണത്തിൽ ഏതു ചിത്തം ഉണർന്നു? ഏതു ചിത്തവൃത്തിക്കൊപ്പം ഉണർന്നു? അടുത്ത ക്ഷണം ഏതു ചിത്തം ഉണർന്നു, ഏതു ചിത്തവൃത്തിക്കൊപ്പം ഉണർന്നു? അത് വളരെ മുന്നേറിയ അവസ്ഥയാണ്. എപ്പോൾ വിപശ്യനയുടെ ഡോക്ടറേറ്റ് ചെയ്യുമോ അപ്പോൾ അത് ഉപകരിക്കും. ഇപ്പോഴാകട്ടെ അതിന്റെ പേരുപോലും എണ്ണേണ്ട ആവശ്യമില്ല. 121 ചിത്തവും, 52 ചിത്തവൃത്തിയും ഏതേതാണ്? അവയെ ഓർമ്മിച്ചു, മനപ്പാഠ മാക്കിയാൽപ്പോലും എന്തു കിട്ടാനാണ്? ഏതെങ്കിലും സ്കൂളിന്റെയോ കോളേജിന്റെയോ പരീക്ഷ എഴുതേണ്ട ആവശ്യമില്ല – ഉത്തരം പറഞ്ഞു, മുഴുവൻ എണ്ണിപ്പറഞ്ഞു, നല്ല മാർക്കു കിട്ടി, പാസ്സായി. ഇല്ല, പാസ്സായിട്ടില്ല. ഉള്ളിലെ സ്വഭാവത്തെ മറിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഈ ലോകത്തിലെ പരീക്ഷയിൽ പാസ്സായിട്ടില്ല. അതിനായി അന്തർമുഖനായി ചിത്തത്തിനെ സംബന്ധിച്ച സത്യത്തെ അനുഭവിച്ച്, അതിനെപ്പറ്റി അറിയേണ്ടതുണ്ട്. അനുഭൂതിയുടെ തലത്തിൽ അറിവു നേടേണ്ടതുണ്ട്.

പുതിയ പുതിയ സാധകൻ എപ്പോൾ ഈ ജോലി തുടങ്ങുമോ അപ്പോൾ മനസ്സിന്റെ നാല് സ്ഥൂല സ്ഥൂല ഭാഗങ്ങൾ അനുഭൂതിയിൽ വരാൻ തുടങ്ങുന്നു. മനസ്സിന്റെ നാല് സ്ഥൂല സ്ഥൂല ഭാഗങ്ങൾ എന്താണ്? ആദ്യത്തേതിനെ വിജ്ഞാനമെന്ന് വിളിക്കുന്നു. രണ്ടായിരത്തി അഞ്ഞൂറു വർഷത്തിൽ ഭാഷ മാറുന്നു. ശബ്ദങ്ങളുടെ

അർത്ഥം മാറുന്നു. ഇന്നാകട്ടെ സയൻസിനെ വിജ്ഞാനമെന്ന് വിളിക്കാൻ തുടങ്ങി. ആ ദിനങ്ങളിലെ ഭാഷയിൽ ഇതല്ലായിരുന്നു. വിജ്ഞാനമെന്നാൽ മനസ്സിന്റെ അറിയുന്ന ജോലി ചെയ്യുന്ന ആ ഭാഗം. ഇതിനെ ഇന്നത്തെ ഇംഗ്ലീഷിൽ കോൺഷ്യസ്നസ്സ് എന്നു വിളിക്കാം. അറിയുന്ന ജോലി ചെയ്യുന്നു. നമ്മുടെ ഈ ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ – കണ്ണ്, ചെവി, മൂക്ക്, നാവ്, ത്വക്ക് – ഇവ പ്രാണനില്ലാത്തവയാണ്, നിർജ്ജീവങ്ങളാണ്. ഏതു വരെ മനസ്സിന്റെ ഈ ഭാഗം – വിജ്ഞാനം, ഇവയുടെ കൂടെ കൂടുന്നില്ലയോ, ഇവക്ക് തന്നെത്താൻ ഒരു ജോലിയും ചെയ്യാൻ സാധിക്കില്ല. അതായത് കണ്ണുകൾക്കൊപ്പം കണ്ണിന്റെ വിജ്ഞാനം കൂടിച്ചേർന്നാൽ അതിന് കാണാൻ സാധിക്കും. കാതിനൊപ്പം കാതിന്റെ വിജ്ഞാനം കൂടിച്ചേർന്നാൽ അതിന് കേൾക്കാൻ സാധിക്കും. മൂക്കിനൊപ്പം മൂക്കിന്റെ വിജ്ഞാനം കൂടിച്ചേർന്നാൽ അതിന് മണക്കാൻ സാധിക്കും. നാവിനൊപ്പം നാവിന്റെ വിജ്ഞാനം കൂടിച്ചേർന്നാൽ അതിന് സ്വാദറിയാൽ കഴിയും. ത്വക്കിനൊപ്പം ത്വക്കിന്റെ വിജ്ഞാനം കൂടിച്ചേർന്നാൽ അതിന് സ്പർശനത്തിന്റെ അനുഭവം ചെയ്യാൻ സാധിക്കും. അതിനാൽ ഈ അറിയുന്ന ഭാഗത്തെ വിജ്ഞാനമെന്നു വിളിച്ചു.

കാതിന്റെ വാതിൽക്കൽ ഏതെങ്കിലും ഒരു അനക്കം ഉണ്ടായി – ഏതെങ്കിലും ശബ്ദം കേട്ടു. കണ്ണിന്റെ വാതിൽക്കൽ അനക്കം ഉണ്ടായി – ഏതെങ്കിലും രൂപം കണ്ടു. മൂക്കിന്റെ വാതിൽക്കൽ ഏതെങ്കിലും അനക്കം ഉണ്ടായി – ഏതെങ്കിലും ഗന്ധം മണത്തറിഞ്ഞു. നാവിന്റെ വാതിൽക്കൽ അനക്കം ഉണ്ടായി – ഏതെങ്കിലും സ്വാദ് അറിഞ്ഞു. ശരീരത്തിന്റെ വാതിൽക്കൽ ഏതെങ്കിലും അനക്കം ഉണ്ടായി – ഏതെങ്കിലും സ്പർശവ്യ പദാർത്ഥത്തിന്റെ അറിവുണ്ടായി. ഇത്തരത്തിൽ തന്നെ മനസ്സിന് സ്വന്തം ഒരു വാതിലുണ്ട്. അതിൽ എന്തെങ്കിലും അനക്കം ഉണ്ടായി – ഏതെങ്കിലും ചിന്ത തുടങ്ങി. ഏതെങ്കിലും ഒരു വാതിലിൽ ഏതെങ്കിലും സംഭവം സംഭവിച്ചാൽ മനസ്സിന്റെ ഈ ഭാഗം (വിജ്ഞാനം) സ്വന്തം തല ഉയർത്തുന്നു – ഓ, എന്തോ സംഭവിച്ചു. കാതിന്റെ വാതിലിൽ എന്തൊ സംഭവിച്ചു, അല്ലെങ്കിൽ മൂക്കിന്റെ വാതിലിൽ എന്തൊ സംഭവിച്ചു – എന്തൊ സംഭവിച്ചു. ഇത്രയുമായാൽ മനസ്സിന്റെ രണ്ടാമത്തെ ഭാഗം സ്വന്തം തല ഉയർത്തും. അതിനെ അന്നത്തെ ഭാഷയിൽ വിളിച്ചത് സംജ്ഞ എന്നായിരിന്നു. അതിനെ ബുദ്ധി എന്നു വിളിക്കാവുന്നതാണ്. അതിന്റെ ജോലി തിരിച്ചറിയലാണ്. ഇതുവരെ എത്ര അനുഭവമുണ്ടായോ, എത്ര ഓർമ്മയുണ്ടോ, അതിന്റെ ആധാരത്തിൽ മനസ്സിന്റെ ഈ ഭാഗം തിരിച്ചറിയുന്നു. കാതിൽ ശബ്ദം വന്നു, എന്തു ശബ്ദം വന്നു? കണ്ണ് രൂപം കണ്ടു, ഏതു രൂപം കണ്ടു? മൂക്കിൽ ഗന്ധം വന്നു, എത്തരം ഗന്ധം വന്നു? നാവിൽ രസം വന്നു , എത്തരം രസം വന്നു? ശരീരത്തിനെ ഏതെങ്കിലും സ്പർശവ്യപദാർത്ഥം സ്പർശിച്ചു, എത്തരം സ്പർശമുണ്ടായി? മനസ്സിൽ ഏതെങ്കിലും ചിന്ത നടന്നു, എത്തരം ചിന്ത നടന്നു? ഇത് കേവലം തിരിച്ചറിഞ്ഞ് മാത്രം ഇരിക്കുകയല്ല അതിന്റെ മൂല്യനിർണ്ണയവും ചെയ്യുന്നു. കാതിൽ ഏതെങ്കിലും അനക്കം ഉണ്ടായി, ഏതെങ്കിലും ശബ്ദം വന്നാൽ വിജ്ഞാനം പറയും – ഓ, എന്തോ അനക്കം ഉണ്ടായി. ഇപ്പോൾ സംജ്ഞ പറയുന്നു, അതേ സഹോദരാ ഉണ്ടായി. എന്നാൽ എന്തു ശബ്ദമാണ് വന്നത്. ഓ, ഇത് ചീത്തയുടെ ശബ്ദമാണ് വന്നത്, ഇത് പ്രശംസയുടെ ശബ്ദമാണ് വന്നത്. തിരിച്ചറിഞ്ഞു, എന്നാൽ കേവലം തിരിച്ചറിഞ്ഞു മാത്രമല്ല ഇരുന്നത്, നേരെ മറിച്ച് മൂല്യ നിർണ്ണയവും ചെയ്തു – അയ്യോ, ചീത്ത! ഇതാകട്ടെ വളരെ ചീത്ത, പ്രശംസയാണെങ്കിൽ വളരെ നല്ലത്. മൂല്യ നിർണ്ണയം ചെയ്തു – വളരെ ചീത്ത, വളരെ നല്ലത്. നല്ല സാധകൻ ശരിക്കും വിപശ്യന ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ കാണും – ഒരു സംഭവം കൂടി സംഭവിക്കാൻ തുടങ്ങും – ഈ കാര്യങ്ങൾ മുഴുവനും മനസ്സിലാകും – ശരീരത്തിന്റെ മുഴുവൻ ഘനത്വം സമാപ്തമാകുന്ന ആ അവസ്ഥയിൽ വളരെ സ്പഷ്ടമായിത്തീരും – മുഴുവൻ ശരീരത്തിലും കേവലം തരംഗങ്ങളോടു തരംഗങ്കങ്ങൽ, തരംഗങ്ങളോടു തരംഗങ്ങൾ, 'സബ്ബൊ പജ്ജലിതൊ ലോകൊ, സബ്ബൊ ലോകൊ പകമ്പിതൊ'– കേവലം പ്രജ്വലനമാണ്, പ്രകമ്പനമാണ്. കാതിൽ ഏതെങ്കിലും ശബ്ദം വന്നാൽ ഏതൊരു ശബ്ദം വന്നോ, അതും പ്രകമ്പനമാണ്, കാതും പ്രകമ്പനമാണ് – സ്പർശിച്ച ഉടനെ ന്യൂട്രലായ ഒരു തരത്തിലുള്ള പ്രകമ്പനം നടന്നു. എന്നിട്ട് അത് മുഴുവൻ ശരീരത്തിലും നിറഞ്ഞു. വിജ്ഞാനം പറഞ്ഞു, എന്തോ നടന്നു? സംജ്ഞ പറഞ്ഞു, അതെ, നടന്നു കൂടാതെ ഇത് ചീത്തയുടെ ശബ്ദമാണ് – അപ്പോൾ അതേ പ്രകമ്പനം വളരെ ദുഖകരമായി. വളരെ ദുഖകരകമായി. മുഴുവൻ ശരീരത്തിലും ഒരു ദുഖകരമായ സംവേദനയുടെ ധാര പ്രവഹിക്കാൻ തുടങ്ങി. സംജ്ഞ പറഞ്ഞു, അയ്യോ, ഇതാകട്ടെ പ്രശംസയാണ്, വളരെ നല്ലതാണ്. അപ്പോൾ അതേ പ്രകമ്പനം ഏതൊന്ന് ന്യൂട്രലായിരുന്നുവോ – മുഴുവൻ ശരീരത്തിലും വളരെ സുഖകരം, വളരെ സുഖകരമായ പ്രകമ്പനത്തിന്റെ ഒരു ധാരയായി മാറി പ്രവഹിക്കാൻ തുടങ്ങി.

ഇപ്പോൾ മനസ്സിന്റെ മൂന്നാമത്തെ ഭാഗം സ്വന്തം ജോലി ചെയ്യാൻ തുടങ്ങി. അതിനെ അന്നത്തെ ഭാഷയിൽ വേദന എന്നു പറഞ്ഞു. ഇന്നാകട്ടെ വേദന കേവലം ബുദ്ധിമുട്ടിനെ കുറിക്കുന്നു. ആയതുകൊണ്ട് വേദന ശബ്ദത്തിന്റെ പ്രയോഗം ചെയ്യുന്നില്ല, സംവേദന എന്നു വിളിക്കാം എന്തെന്നാൽ അത് സുഖകരവും ആകാം, ദുഖകരവും ആകാം, ന്യൂട്രലും ആകാം. ചീത്ത വന്നു, നല്ലതല്ല എന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞു. അപ്പോൾ സംവേദന വളരെ ദുഖകരമായി. പ്രശംസ വന്നു, വളരെ നല്ലതാണ് എന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞു, അപ്പോൾ സംവേദന വളരെ സുഖകരമായി.

ഇത്രയുമായപ്പോൾ മനസ്സിന്റെ നാലാമത്തെ ഭാഗം സ്വന്തം ജോലി ചെയ്യാൻ തുടങ്ങി. സംവേദന ദുഖകരമായപ്പോൾ പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുന്നു, എനിക്ക് ഇത് വേണ്ട, വേണ്ട – ഇതിനോട് ദ്വേഷം ചെയ്യുന്നു. സംവേദന സുഖകരമായപ്പോൾ പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുന്നു – ഇതാകട്ടെ കൂടുതൽ വേണം, കുടുതൽ വേണം. ദുഖകരമായപ്പോൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല, ദ്വേഷം ചെയ്യുന്നു. സുഖകരമായപ്പോൾ വേണം, അതായത് രാഗം ചെയ്യുന്നു. മനസ്സിന്റെ ഈ നാലാമത്തെ ഭാഗം – ഇതിനെ അന്നത്തെ ഭാഷയിൽ സംസ്കാരം എന്നു വിളിച്ചിരുന്നു. ഈ സംസ്കാരം, ഇതു തന്നെയാണ് കർമ്മം.

മനസ്സിന്റെ ആദ്യ ഭാഗം – 'വിജ്ഞാനം', ഏതൊരു ജോലി ചെയ്യുന്നുവൊ, അതിനാൽ ഒരു

കർമ്മ ബീജവും ഉണ്ടാകുന്നില്ല. ആയതുകൊണ്ട് ഒരു ഫലവും വരുന്നില്ല. മനസ്സിന്റെ രണ്ടാമത്തെ ഭാഗം – 'സംജ്ഞ' ഏതൊരു ജോലി ചെയ്യുന്നുവോ, അതും കർമ്മ ബീജമല്ല, അതിന്റെയും ഒരു ഫലവും വരുന്നില്ല. മനസ്സിന്റെ മൂന്നാമത്തെ ഭാഗം – വേദന – ഏതൊന്ന് സുഖകരവും, ദുഖകരവുമായ അനുഭൂതി ചെയ്യുന്നുവോ, അതിൽ നിന്നും ഒരു കർമ്മ ബീജവും ഉണ്ടാകുന്നില്ല. ആയതുകൊണ്ട് അതിന്റെയും ഒരു ഫലവും വരുന്നില്ല. എന്നാൽ മനസ്സിന്റെ ഈ നാലാമത്തെ ഭാഗം – ഏതൊന്ന് പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുന്നുവോ, ഇതുതന്നെയാണ് കർമ്മ സംസ്കാരം.

നമ്മൾ വീണ്ടും വീണ്ടും, വീണ്ടും വീണ്ടും വിപശ്യന ചെയ്യുമ്പോൾ കാണാം ഈ നാലു ഭാഗങ്ങളിൽ ആദ്യ ഭാഗമായ വിജ്ഞാനം – പാവം വളരെ ദുർബലമാണ്. ഏതെങ്കിലും സംഭവം നടന്നപ്പോൾ മാത്രം അറിഞ്ഞു. സംഭവം സംഭവിച്ചു. ഇത്രയുമായപ്പോൾ രണ്ടാമത്തെ, കൂടാതെ മൂന്നാമത്തെ ഭാഗം ജോലി ആരംഭിച്ചു. എന്നാൽ നാലാമത്തെ ഭാഗം എത്ര പ്രബലമായി എന്തെന്നാൽ പ്രതിക്രിയ തന്നെ പ്രതിക്രിയ ചെയ്ത് വളരെ ബലവാനായി. എന്നാൽ ആദ്യത്തെ ഭാഗം വളരെ ദുർബലമാണ്. ഇനി മുഴുവൻ സാധനയും നമ്മെ ആ ദിശയിലേക്കാണ് കൊണ്ടു പോകുകുന്നത് – ഈ നോക്കുന്ന ഭാഗമുണ്ടല്ലോ, അത് കേവലം സാക്ഷി ഭാവത്തിൽ, കേവലം നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കട്ടെ, നിഷ്പക്ഷ ഭാവത്തിൽ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കട്ടെ. എന്നാൽ ഏതൊന്ന് പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുന്നുണ്ടോ, അത് ദുർബലമായി ക്കൊണ്ടുപോകും, ദുർബലമായിക്കൊണ്ടു പോകട്ടെ. അത് പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ പോലും ആഴത്തിലുള്ള പ്രതിക്രിയ ചെയ്യാതിരിക്കട്ടെ. കർമ്മ സംസ്കാരം ഉണ്ടാവുകയാണെങ്കിൽ പോലും ആഴത്തിലുള്ള കർമ്മ സംസ്ക്കാരം ഉണ്ടാകാതിരിക്കട്ടെ.

കർമ്മ സംസ്കാരവും മൂന്നു പ്രകാരത്തിലുണ്ട്. ഒന്നാകട്ടെ അത്തരം കർമ്മസംസ്കാരം – നമ്മൾ വെള്ളത്തിൽ വര വരച്ചു. അപ്പോൾ വരച്ച ഉടനെ മാഞ്ഞു പോയി. ഒരു കർമ്മ സംസ്കാരം ഇത്തരത്തിൽ – മണലിൽ വര വരച്ചതുപോലെ – ഇവിടെ നിന്നും കാറ്റു വന്നു, അവിടെ നിന്നും കാറ്റു വന്നു – രാവിലെ വരച്ചു, വൈകുന്നേരമാകുമ്പോഴേക്കും മാഞ്ഞുപോയി. ഒരു കർമ്മ സംസ്കാരം

ഇത്തരത്തിലുമുണ്ട് – പാറക്കെട്ടിൽ കൊട്ടിയും ഉളിയും കൊണ്ട് തല്ലി തല്ലി പൊളിച്ച് വരച്ചതുപോലെ, കൂടാതെ വളരെ ആഴത്തിൽ വരച്ചു. സമയമായാൽ അതും മാഞ്ഞു പോകും, എന്നാൽ വളരെ ദീർഘ സമയം എടുക്കുന്നു. ഈ ആഴത്തിലുള്ള കർമ്മ സംസ്കാരാം നമ്മൾക്കായി പുതിയ ജന്മത്തിനു കാരണമായിത്തിരുന്നു. ഇവയെ നമ്മൾ ഭവ സംസ്കാരമെന്ന് വിളിക്കാം. ഇവ ഭവമുണ്ടാക്കുന്നു. പുതിയ–പുതിയ ഭവം, പുതിയ–പുതിയ ജന്മം, കല്ലിൽ വരച്ചവയല്ലെ! ഇപ്പോൾ ഈ കല്ലിൽ വരക്കുന്ന സംസ്കാരം ഉണ്ടാക്കുന്നതിൽ നിന്നും എങ്ങനെ രക്ഷപ്പെടും? മനസ്സിന്റെ സ്വഭാവം എങ്ങനെ മാറ്റും? ഏതൊരു സ്വഭാവം പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുന്നുവോ – അത് ചെയ്തു കൊണ്ടു തന്നെ പോകുന്നു. രാഗത്തിന്റെ പ്രതിക്രിയയാണെങ്കിൽ രാഗം തന്നെ രാഗം, രാഗം തന്നെ രാഗം. ദ്വേഷത്തിന്റെ പ്രതിക്രിയയാണെങ്കിൽ ദ്വേഷം തന്നെ ദ്വേഷം, ദ്വേഷം തന്ന ദ്വേഷം. ക്രോധം ഉണർന്നെങ്കിൽ എത്ര സമയം വരെ ക്രോധം ഉണർത്തിക്കൊണ്ടു പോയി. കാമവാസന ഉണർന്നപ്പോൾ എത്ര സമയം വരെ കാമവാസനയുടെ വികാരം തന്നെ വികാരം. ഭയം ഉണർന്നപ്പോൾ എത്ര സമയം വരെ ഭയം തന്നെ ഭയം. ഏതൊരു വികാരം ഉണർത്തുന്നുവോ, എത്ര സമയം നടക്കുന്നു, എത്ര സമയം നടക്കുന്നു. പാവം വിജ്ഞാനം – ജോലി സാക്ഷിഭാവത്തോടെ നോക്കലാണ് – വളരെ ദുർബലമായി. എന്നാൽ ഈ സംസ്കാരം അതിന്റെ ജോലി കർമ്മ സംസ്കാരം ഉണ്ടാക്കലാണ്, വളരെ ശക്തിയുള്ളതായി. വളരെ ശക്തി. വളരെ ബലമുള്ളതായപ്പോൾ ആഴത്തിൽ–ആഴത്തിൽ പാറയിൽ വരച്ചതു പോലെയുള്ള സംസ്കാരം ഉണ്ടാക്കിക്കൊണ്ടു പോകുകയാണ്.

വിപശ്യനയാൽ എന്തു ചെയ്യും – അതിന്റെ സ്വഭാവം മറിക്കണം. അതുതന്നെ. ഏതൊരു കർമ്മസംസ്കാരം ഉണ്ടായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നോ അത് പാറയിൽ വരച്ചതാകരുത്. കൂടിയാൽ മണലിൽ വരച്ചതുപോലെ ആയിരിക്കണം. മുന്നോട്ടു പോയാൽ അത് കേവലം വെള്ളത്തിൽ വരച്ച വരപോലെ ആകണം. ഉണ്ടായി എന്നിട്ട് മാഞ്ഞുപോയി. ഇതിനായി മുഴുവൻ അധ്വാനവും ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്. മുഴുവൻ പരിശ്രമവും, മുഴുവൻ തപസ്സും ഇതിനാണ്. അന്തർതപസ്സ് ഇതുതന്നെയാണ് എന്തെന്നാൽ മനസ്സിന്റെ കർമ്മങ്ങളുടെ സ്വഭാവം മറിക്കണം. എവിടെ നിന്ന് ഉത്പത്തി ഉണ്ടാകുന്നോ ആ ആഴങ്ങൾ വരെ മറിക്കണം.

പുറമെ പുറമെ ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ ഇങ്ങനെ മനസ്സിലാകും – ഈ വ്യക്തി എന്നെ ചീത്ത വിളിച്ചില്ലെ, ആയതുകൊണ്ട് എനിക്ക് ദുഖമുണ്ടായി. ഈ വ്യക്തി എന്നെ പ്രശംസിച്ചില്ലെ! എനിക്ക് സുഖമുണ്ടായി. പുറമെ പുറമെ തീർത്തും ശരിയാണ്. ആഴങ്ങൾ വരെ പോയാൽ, വേരുകൾവരെ പോയാൽ മനസ്സിലാക്കാം – ആ ചീത്തക്കും നിന്റെ ഉള്ളിൽ ഉണരുന്ന ദുഖത്തിനും ഇടക്ക് ഒരു ചങ്ങല ക്കണ്ണികൂടിയുണ്ട്, അതിനെ നീ അറിഞ്ഞില്ല. ചീത്ത കിട്ടിയ ഉടനെതന്നെ അതിന്റെ മൂല്യ നിർണ്ണയം നടന്നു. അത് ഒരു ചങ്ങലക്കണ്ണിയാണ്. മൂല്യ നിർണ്ണയം ആയ ഉടനെ ശരീരത്തിൽ ഒരു ദുഖകരമായ സംവേദന നടന്നു. നിന്റെ ഏതൊരു ദ്വേഷത്തിന്റെ, ക്രോധത്തിന്റെ പ്രതിക്രിയ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നുവോ, അത് മുഴുവൻ ഈ ദുഖകരമായ സംവേദനയോടനുബന്ധിച്ച് നടന്നു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. നിന്റെ മനസ്സിൽ രാഗം ഉണർന്നെങ്കിൽ കേവലം പ്രശംസ കാരണമല്ല ഉണർന്നത്. പുറമെ പുറമെ നിന്നു ഇങ്ങനെ തോന്നുന്നു – ഇഷ്ടപ്പെട്ടു, ആയതുകൊണ്ട് രാഗം ഉണർന്നു. അയ്യോ, അല്ല. ശബ്ദം നിന്റെ കാതിൽ വന്ന ഉടനെതന്നെ അതിന്റെ മൂല്യ നിർണ്ണയം നടന്നു. 'വളരെ നല്ലത്' അപ്പോൾ സുഖകരമായ സംവേദന ഉണർന്നു. അതായത്, മനസ്സ് ഏതൊരു രാഗത്തിന്റെ അല്ലെങ്കിൽ ദ്വേഷത്തിന്റെ പ്രതിക്രിയ ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണോ, അത് ഈ സംവേദനകളോടാണ് ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ശരീരത്തിൽ സംവേദന എപ്രകാരത്തിലാണ് നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. – ദുഖകരമായത് നടന്നു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണോ അതോ സുഖകരമായത്

നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണോ അതോ ന്യൂട്രൽ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണോ?

ശരീരത്തിന്റെ ഉള്ളിൽ എന്താണ് നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത് ഇതിനെ അറിയുന്നതേ ഇല്ല. ആദ്യമാകട്ടെ ധ്യാനം തന്നെ ചെയ്യുന്നില്ല. എല്ലായ്പ്പോഴും ബഹിർമുഖി തന്നെ ബഹി ർമുഖി. എപ്പോൾ ജനിച്ചുവോ, കണ്ണു തുറന്നുവോ, ബഹിർമുഖി തന്നെ ബഹിർമുഖി. പുറമെ പുറമെയുള്ള സത്യങ്ങളറിയുന്നതിൽ തന്നെ മുഴുവൻ ജീവിതവും കഴിച്ചു കൂട്ടി. എപ്പോഴെങ്കിലും ധ്യാനം ചെയ്യാൻ ഇരുന്നപ്പോൾ തന്നെ ഏതെങ്കിലും കല്പനയുടെ ധ്യാനം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങി – നമ്മുടെ പരമ്പരാഗതമായ ദർശനവിശ്വാസം ഇതാണ്. ഇനി അതിന്റെ ധ്യാനം ചെയ്യുക. അതിന്റെ ധ്യാനം ചെയ്തു ചെയ്തു ചിത്തം ഏകാഗ്രമായിത്തീരും, എന്നാൽ ഈ മുഴവൻ പ്രപഞ്ചവും എങ്ങനെ മനസ്സിലാക്കും? ഈ കർമ്മസംസ്കാരം എവിടെയാണ് ഉണ്ടാകുന്നത് കൂടാതെ അത് എത്ര ആഴത്തിലാണ് ഉണ്ടായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്? അതിനെ എങ്ങനെ മറിക്കും? അതിനെ അറിയേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. ആയതിനാൽ ഈ വിദ്യയിൽ മറ്റൊരു കാര്യവും കൂടിച്ചേർന്നു പോകരുത്. കേവലം ചിത്തം, കേവലം ശരീരം, ഇതു രണ്ടിന്റെയും പരസ്പര ബന്ധം. ഇതിനെ തന്നെ വീക്ഷിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കണം. ഇതിനെ നോക്കി നോക്കി നമ്മൾ വേരുവരെ എത്തിച്ചേരും. എന്നിട്ട് വേരിനെ നന്നാക്കാനുള്ള ജോലി ചെയ്യും.

അതല്ലെങ്കിൽ ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ വേണമെങ്കിൽ തീർച്ചയായും നന്നാക്കും. രാഗം ചെയ്യാൻ പാടില്ല, ദ്വേഷം ചെയ്യാൻ പാടില്ല. വീണ്ടും, വീണ്ടും, വീണ്ടും, വീണ്ടും കേട്ടുകേട്ട് ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ, മനസ്സിന്റെ തലത്തിൽ വളരെ നല്ല ലേപനം ചെയ്യാം. നല്ല കാര്യം. ഒന്നുമില്ലാത്തതിനേക്കാൾ ഇതു നല്ലതാണ്. ബുദ്ധിയെങ്കിലും നിർമ്മലമാകാൻ തുടങ്ങി. എന്നാൽ ആ ലേപവും ഇത്തരത്തിലാണ് – അത് നിലനില്ക്കുന്നില്ല. അന്തർ മനസ്സിന്റെ സ്വഭാവമാകട്ടെ അതേപോലെ തന്നെ. അങ്ങനെതന്നെ പ്രതിക്രിയ ചെയ്യും. വീണ്ടും വീണ്ടും ദുഖകരമായ സംവേദന ഉണരും അപ്പോൾ അത് ദ്വേഷം ഉണർത്തും. അതിന്റെ പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുന്ന സ്വഭാവം എവിടെയാണ് നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത് എന്ന് നമ്മൾ അറിയുന്നതേ ഇല്ല എങ്കിൽ അതിനെ എങ്ങനെ തിരിക്കും? അതിനാൽ അതിന്റെ വേര് എവിടെയാണോ അതുവരെ എത്തിച്ചേരേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. അല്ലെങ്കിൽ മരത്തിന്റെ പുറമെ പുറമെയുള്ള കൊമ്പുകളെ നന്നാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കും, പുറമേ പുറമേയുള്ള ഇലകളെ നന്നാക്കി ക്കൊണ്ടിരിക്കും, പൂവിനെ നന്നാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കും, ഫലത്തെ നന്നാക്കി ക്കൊണ്ടിരിക്കും. എന്നാലാകട്ടെ വൃക്ഷം രോഗിതന്നെയാണ്. വേര് നന്നായിട്ടില്ലെങ്കിൽ മരം എങ്ങനെ നന്നാകും? മുഴുവൻ മനസ്സിനെയും രോഗമുക്തമാക്കണമെങ്കിൽ വേരിനെ രോഗമുക്ത മാക്കണം. മാത്രമല്ല വേരുകളെ രോഗമുക്ത മാക്കണമെങ്കിൽ എവിടെ സംവേദന അനുഭവ മായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നോ ആ അവസ്ഥവരെ എത്തിച്ചേരേണ്ടതുണ്ട്. സുഖകരമായാലും ദുഖകര മായാലും ഏതൊരു കാരണത്താലായാലും – സുഖകരമാണെങ്കിൽ സാക്ഷിഭാവത്തോടെ നോക്കും. വിജ്ഞാനത്തെ പ്രബലമാക്കും. സാക്ഷിഭാവത്തോടെ അറിയും. ഇത് സുഖകരമാണ്, എന്നാൽ അനിത്യം കൂടിയാണ്. മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഉത്പാദമാകുന്നു, നശിച്ചുപോകുന്നു. വീക്ഷിച്ചു നോക്കട്ടെ, നോക്കട്ടെ. വിപശ്യനയിൽ ഇതുതന്നെയാണ് ചെയ്യേണ്ടത്. നോക്കട്ടെ അനിത്യമല്ലെ! നോക്കട്ടെ! ഇപ്രകാരം നോക്കി നോക്കി സമയമായപ്പോൾ സമാപ്തമായി. ദുഖകരമായ സംവേദനയാണെങ്കിൽ ദുഖകരമായ സംവേദനയാണ്. വിജ്ഞാനം പ്രബലമാണ്, നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ദുഖകരമായ സംവേദനയാണ്. സംസ്കാരത്തെ പ്രതിക്രിയ ചെയ്യാൻ സമ്മതിക്കുന്നില്ല. ദ്വേഷം ഉണരാൻ സമ്മതിക്കുന്നില്ല. ദ്വേഷം ഉണരുന്നില്ല, കേവലം നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ സ്വഭാവം മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ദ്വേഷം ഉണർന്നാൽ കൂടി വെള്ളത്തിലെ വര പോലെ ഉണരുന്നു, മണലിലെ വരപോലെ ഉണരുന്നു, രാഗം ഉണർന്നാൽ വെള്ളത്തിലെ വരപോലെ അല്ലെങ്കിൽ മണലിലെ വരപോലെ മാത്രം ഉണർന്നു. ഇപ്പോൾ അതിനെ കല്ലിലെ വര ആകാൻ സമ്മതിക്കില്ല.

സമയം എടുക്കും. ഏതെങ്കിലും മായാജാലമല്ല. ഏതെങ്കിലും അദ്ഭുതമല്ല. ഏതെങ്കിലും ഗുരുമഹാരാജാവിന്റെ ആശീർവ്വാദമല്ല. ജോലി ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്. ഏതെങ്കിലും ദേവിയുടെ കൃപ ഇല്ല. ദേവതയുടെ കൃപ ഇല്ല. സ്വയം ജോലി ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്. സ്വന്തം മനസ്സിനെ ഞാൻ ദുഷിപ്പിച്ചു, അതിനെ നേരെയാക്കാനുള്ള കർത്തവ്യം എന്റെയാണ് കൂടാതെ നേരെയാക്കാനുള്ള വിധി ഇതാണ്. അതിനാൽ ആഴങ്ങളിൽ പോയി ഈ ഏതൊരു പ്രതിക്രിയ ചെയ്യുന്ന സ്വഭാവമുണ്ടോ അതിനെ ദുർബലമാക്കിക്കൊണ്ടു പോകണം, ദുർബലമാക്കിക്കൊണ്ടു പോകണം, മനസ്സിന്റെ ഈ സാക്ഷി ഭാവത്തിൽ വീക്ഷിക്കണ്ട സ്വഭാവമുണ്ടല്ലോ, അതിനെ ബലപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടുപോകണം, ബലപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടു പോകണം. കല്ലിലെ വരപോലെയുള്ള സംസ്കാരം ഉണ്ടായിത്തീരുകയേ അരുത്. നമ്മൾ ദിവസം മുഴുവൻ എത്രയോ സംസ്കാരങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നുണ്ട്. ക്ഷണം പ്രതി ഒന്നല്ലെങ്കിൽ മറ്റൊരു സംസ്കാരം ഉണ്ടാക്കിക്കൊണ്ടേ ഇരിക്കുന്നു. ഉള്ളിൽ പ്രതിക്രിയ നടന്നുകൊണ്ടേ ഇരിക്കുന്നു. രാത്രി ഉറങ്ങുന്നതിനു മുമ്പ് അല്പം ചിന്തിച്ചു നോക്കൂ – ഇന്ന് എത്ര സംസ്കാരമാണ് ഉണ്ടാക്കിയത്? ഓർമ്മിച്ചു നോക്കിയാൽ, മനസ്സിൽ വളരെ ആഴത്തിൽ പ്രഭാവം ചെലുത്തിയ ഒന്ന് അല്ലെങ്കിൽ രണ്ട്, മുന്നു വരും. ഇന്നാകട്ടെ ഞാൻ ഇത്തരത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ അത്തരത്തിലുള്ള വളരെ ആഴത്തിലുള്ള കർമ്മസംസ്കാരം ഉണ്ടാക്കി. മാസാവസാനം ചിന്തിച്ചു നോക്കാം ഈ മാസം മുഴുവൻ ആഴത്തിൽ ആഴത്തിൽ എത്ര സംസ്കാരം ഉണ്ടാക്കി? അപ്പോൾ എത്ര ആഴത്തിലുള്ള സംസ്കാരം ഉണ്ടാക്കിയോ അവയിൽ ഒന്ന് അല്ലെങ്കിൽ രണ്ട്, അതും ഏറ്റവും ആഴത്തിലുള്ളത്, അതേ മുന്നിൽ വരികയുള്ളു. അയ്യോ, ഈ മാസം ഞാൻ ഈ സംസ്കാരം വളരെ ആഴത്തിൽ ഉണ്ടാക്കി – ഒന്ന് അല്ലെങ്കിൽ രണ്ട്. ഇതേ പ്രകാരം വർഷാന്ത്യത്തിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്ന് രണ്ട് ആഴത്തിലുള്ള സംസ്കാരമേ തല ഉയർത്തുകയുള്ളു.

ശരിക്കും ഇതേപ്രകാരത്തിൽ നമ്മൾ ആഗ്രഹിച്ചാലും ഇല്ലെങ്കിലും മൃത്യുവിന്റെ സമയത്ത് പ്രകൃതി തന്നെ – ഏതൊരു സംസ്കാരം വളരെ

ആഴത്തിലുണ്ടോ, തന്നെത്താൻ പൊങ്ങി മുകളിൽ വരും, എത്തരത്തിലുള്ള കർമ്മസംസ്കാരം പൊങ്ങി വന്നുവോ, മനസ്സിൽ അതേ തരത്തിലുള്ള തരംഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകും. അപ്പോൾ മൃത്യുവിനു ശേഷമുള്ള ഏതൊരു ആദ്യക്ഷണമുണ്ടോ അതായത് അടുത്ത ജീവന്റെ ആദ്യക്ഷണം അതേ തരത്തിലുള്ള തരംഗങ്ങളോടുകൂടിയത് ലഭിക്കും. ആ തരംഗങ്ങളോടൊപ്പം സമരസമായിത്തീരും. ഈ ജീവന്റെ അന്തിമ നിമിഷം അടുത്ത ജീവന്റെ ആദ്യക്ഷണത്തിന്റെ ജന്യതാവാണ്. പിതാവ് എപ്രകാരമോ പുത്രൻ അപ്രകാരം. അതേ ഗുണധർമ്മസ്വഭാവത്തോടെ ജനിക്കും. അടുത്ത ജന്മത്തിന്റെ ആദ്യക്ഷണം ഈ ജന്മത്തിന്റെ അന്തിമ ക്ഷണത്തിന്റെ സന്താനമാണ്. അത്തരത്തിലെ ആകുകയുള്ളു.

അപ്പോൾ അന്തിമക്ഷണം എങ്ങനെ യായിരിക്കണം? വിപശ്യന ചെയ്തു ചെയ്തു ഈ ഏതൊരു വിപശ്യനയുടെ സംസ്കാരമുണ്ടോ, ഉണർവ്വോടെ ഇരിക്കുന്ന സംസ്കാരമുണ്ടോ, അതിന് സ്വന്തം ബലമുണ്ട്. അത് ഉണരും മൃത്യുവിന്റെ ക്ഷണത്തിൽ. വളരെ വേദനയുടെ അനുഭൂതി ഉണ്ടാകുകയാണെങ്കിൽ വിപശ്യനയുടെ സംസ്കാരം – അത് വിജ്ഞാനത്തെ വളരെ ബലവാനാ ക്കിയിട്ടുണ്ട്, അത് സമതയോടെ നോക്കി ക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഈ അന്തിമക്ഷണം വളരെ നല്ലക്ഷണമായി. അന്തിമക്ഷണം നല്ലതായി എങ്കിൽ അടുത്തക്ഷണം തന്നെത്താൻ നല്ലതായിത്തീരും. ലോകം നന്നായാൽ പരലോകം തന്നെത്താൻ നന്നായിത്തീരും. അതിനാൽ വിപശ്യന സാധകൻ മരിക്കാനുള്ള കല പഠിക്കുകയാണ്. ആര് ജീവിക്കാനുള്ള കല പഠിച്ചുവോ അവനെ മരിക്കാനുള്ള കല പഠിക്കുകയുള്ളു. ആർക്ക് ജീവിക്കാനെ അറിയില്ലയോ, അവന് മരിക്കാൻ എങ്ങനെ അറിയും? വ്യാകുലനായിട്ടെ മരിക്കുകയുള്ളു.

എന്നു മുതൽ വിപശ്യനയുമായി സമ്പർക്കത്തിൽ വന്നുവോ കഴിഞ്ഞ നാല്പതു വർഷങ്ങളായി – അവസാനം വിപശ്യന സാധകനും മരിക്കുക തന്നെ ചെയ്യും, എന്റെ അനേകം വിപശ്യന മിത്രങ്ങൾ മൃത്യുവിനെ പ്രാപിച്ചു. കേവലം ഒന്നോ രണ്ടോ അത്തരത്തിലുണ്ട് – അവരെപ്പറ്റി ഇത് പറയാൻ സാധിക്കില്ല. എന്നാൽ മരിച്ച ബാക്കി നൂറുക്കണക്കിന് വ്യക്തികൾ, അവർ ആരും ബോധമില്ലാതെ മരിച്ചില്ല എന്ന സൂചനയാണ് ലഭിച്ചത്. വിപശ്യന ചെയ്യുന്നവൻ ബോധമില്ലാതെ മരിക്കാനെ കഴിയില്ല. ഭയഭീതനായി മരിക്കില്ല. വിലപിച്ചു കൊണ്ട് മരിക്കില്ല. വ്യാകുലനായിക്കൊണ്ട് മരിക്കില്ല. ശാന്ത ചിത്തത്തോടെ, പ്രസന്ന ചിത്തത്തോടെ ഒന്നുകിൽ ശ്വാസം നോക്കി ക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് അല്ലെങ്കിൽ ശരീരത്തിൽ പ്രകടമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന സംവേദനകളെ നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, ഇങ്ങനെ നോക്കി നോക്കി മൃത്യുവിനെ സ്വീകരിക്കുന്നു. അന്തിമശ്വാസം വിടുന്നു. ക്യാൻസറു തരത്തിലുള്ള രോഗി, അവരുടെ ആ മൃത്യുവിന്റെ ക്ഷണം എത്ര വേദനാ ജനകമായിരിക്കും? പാവം ഡോക്ടർ പലതരത്തിലുള്ള ഉറങ്ങാനുള്ള കുത്തി വയ്പ്പ് നടത്തുന്നു, വേദന അറിയാതിരിക്കാനുള്ള കുത്തി വയ്പ്പു കൊടുക്കുന്നു എന്തെന്നാൽ രോഗി ദുഖിച്ചു മരിക്കരുത്, ബോധശൂന്യനായി മരിക്കട്ടെ.

ഒന്നല്ല, അനേക വിപശ്യി സാധകൻമാരെപ്പറ്റി സൂചന ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട് എന്തെന്നാൽ ഇത്ര ഭയങ്കര വേദനയുണ്ട് എന്നാൽ അവൻ പുഞ്ചിരിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്, നല്ലത്, ഇതും അനിത്യമാണ്. ഇതും അനിത്യമാണ്. അയ്യോ, അങ്ങനെയെങ്കിൽ മരിക്കാൻ പഠിച്ചില്ലെ! എന്തെന്നാൽ ജീവിക്കാൻ പഠിച്ചു. മുഴുവൻ ജീവനും ഈ പ്രയത്നം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു, എത്രതന്നെ വേദനയായി ക്കോട്ടെ, എത്ര തന്നെ ദുഖകരമായ സംവേദനയായാലും ശരി ഇത് അനിത്യമാണ്, ഇത് നശ്വരമാണ്, ഇത് ഭംഗുരമാണ്. ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിലല്ല അനുഭൂതിയുടെ തലത്തിൽ അറിഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് കൂടാതെ സമതയിലാണ്, അത്തരം വ്യക്തി വളരെ നല്ല മൃത്യുവിനെ പ്രാപിക്കും. അപ്പോൾ ലോകം നന്നായി, പരലോകം നന്നായി. ധർമ്മമാകട്ടെ ഇതിനാണ്. ലോകവും നന്നാകണം, പരലോകവും നന്നാകണം. ജീവിതത്തിൽ ധർമ്മം വരാൻ തുടങ്ങി. ഉള്ളിലെ സത്യങ്ങളെ നോക്കി നോക്കി ചിത്തത്തിന്റെ സ്വഭാവത്തെ മാറ്റി മാറ്റി നിർമ്മലത വരാൻ തുടങ്ങി, അപ്പോൾ ഈ ജീവിതത്തിലും മംഗളം തന്നെ മംഗളം, നന്മ തന്നെ നന്മ. ശുദ്ധധർമ്മത്തിന്റെ വഴിയെ നടക്കുന്ന, ഉള്ളിലെ പ്രജ്ഞ ഉണർത്തുന്ന വ്യക്തി – അന്തർമുഖനായി, ശരീരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്തുകൊണ്ട് എപ്പോൾ ധർമ്മത്തിന്റെ വഴി നടക്കുന്നുവോ അപ്പോൾ അവന്റെ മംഗളം തന്നെ മംഗളം! നന്മ തന്നെ നന്മ! അവന്റെ സ്വസ്തി തന്നെ സ്വസ്തി! അവന്റെ 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 – 2011

പത്തു ദിവസ ശിബിരം: 18–29.8, 17–28.9, 13 –24.10, 5–16.11, 20.11–1.12(Female only), 20–31.12.2012

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

....