വിപശ്യനാ പത്രിക

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

Vol. 4, **No.** 7 : ജൂലായ് 2011
മലയാളം മാസ പത്രിക

വിപസ്സന റിസർച്ച് ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്
ധമ്മഗിരി, ഇഗത്പുരി – 422 403, മഹാരാഷ്ട്ര

ധർമ്മ വാണി

ക്ഷൺ ക്ഷൺ ബീതത് ബീതതെ,
ജീവൻ ബീതാ ജായ്,
ക്ഷൺ ക്ഷൺ കാ ഉപയോഗ് കർ
ബീതാ ലൗട് ന ആയ്.

ക്ഷണം, ക്ഷണം കഴിയുന്നു,
കഴിഞ്ഞിടുന്നീ ജീവിതം,
ക്ഷണമോരോന്നും ഉപയോഗിക്കൂ,
പോയ ക്ഷണമിനി വരുകില്ല.

— **എസ. എൻ. ഗോയങ്ക**

മനസ്സിന്റെ കർമ്മമാണ് പ്രധാനം

എസ. എൻ. ഗോയങ്ക

(ജീ-ടീവിയിൽ തുടർച്ചയായി 44 ഭാഗങ്ങളായി പ്രസാരണം ചെയ്ത ഗോയങ്കജീയുടെ പ്രവചനങ്ങളുടെ 18 ാം ഭാഗം)

'സത്കർമ്മം തന്നെയാണ് സത്യ ധർമ്മം, ദുഷ്കർമ്മം തന്നെയാണ് അധർമ്മം'. ഉപദേശം കേട്ടുകൊണ്ട് ഈ സത്യത്തെ കേവലം ബുദ്ധിയുടെ തലത്തിൽ മാത്രം സ്വീകരിച്ചു, അല്ലെങ്കിൽ ഉപദേശം തന്ന അദ്ദേഹത്തോട് വളരെയധികം ശ്രദ്ധയുള്ളതു കാരണം, ശ്രദ്ധയുടെ തലത്തിൽ സ്വീകരിച്ചെങ്കിൽ കാര്യം നടക്കില്ല. അന്തർമുഖിയായി, ശരീരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്തുകൊണ്ട് ഉള്ളിലെ മുഴുവൻ പ്രപഞ്ചത്തേയും അനുഭൂതിയിൽ കൊണ്ടു വന്നാൽ കർമ്മത്തിന്റെ ഫലം എങ്ങനെയാണ് വരുന്നത് എന്ന് അനുഭൂതിയാൽ അറിയാൻ തുടങ്ങും. കർമ്മം എത്തരത്തിലാണോ അത്തരത്തിലുള്ള ഫലമേ വരികയുള്ളു. ഏതൊരു സത്യം അനുഭൂതിയിൽ വന്നുവോ, അതിനെ ധാരണം ചെയ്യാൻ എളുപ്പമാണ്. അല്ലെങ്കിൽ കേവലം ബുദ്ധിവിലാസം, വാണി വിലാസം – ഇതിൽ മുഴുവൻ ജീവൻ കടന്നു പോകും. സ്വന്തം ഉള്ളിൽ സത്യത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്യണം, പ്രകൃതിയുടെ നിയമത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്യണം, വിശ്വത്തിന്റെ വ്യവസ്ഥയുടെ ദർശനം ചെയ്യണം, അതായത് ധർമ്മത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്യണം. ബുദ്ധനാകുന്നതിന് മുൻപ് ആ വ്യക്തി രണ്ട് ആചാര്യൻമാരുടെ അടുത്തു പോയി വളരെ ആഴത്തിലുള്ള ധ്യാനം അഭ്യസിക്കുന്നു. ആ സമയത്തിലുള്ള ഭാരതത്തിന്റെ ഏറ്റവും ആഴത്തിലുള്ള ധ്യാനമായിരുന്നു – ഒന്നാമത്തേതു തുടങ്ങി ഏഴാമത്തെ ധ്യാനം, പിന്നെ എട്ടാമത്തെ ധ്യാനം. തീർത്തും വിചാര ശൂന്യമായി, തീർത്തും നിർവ്വികല്പമായ ഇത്ര ആഴത്തിലുള്ള സമാധി. തടാകത്തിന്റെ അടിത്തട്ടിൽ വെള്ളം അല്പം പോലും ഇളകുന്നില്ലയോ – അപ്രകാരം, അത്ര ശാന്തം, അത്ര ശാന്തം. എപ്പോൾ ഇത്തരം അവസ്ഥ വരുന്നുവോ അപ്പോൾ വെള്ളത്തിലെ മുഴുവൻ അഴുക്കും അടിത്തട്ടിലേക്ക് പോയി പോയി അടിത്തട്ടിൽ അടിഞ്ഞുകൂടുന്നു. വെള്ളം തീർത്തും തെളിഞ്ഞത്, വളരെ നിർമ്മലമായത് – മാത്രമല്ല മുഴുവൻ മാലിന്യങ്ങളും ദൂരികരിക്കപ്പെട്ടതു പോലെ തോന്നുന്നു. എന്നാൽ ദൂരികരിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല, അടിത്തട്ടിൽ പോയിരിക്കുകയാണ്. അതിനെ അടിച്ചമർത്തിയിരിക്കുകയാണ്, ശമനം ചെയ്തിട്ടില്ല. എപ്പോൾ ആ വ്യക്തി ഈ കാര്യം മനസ്സിലാക്കിയോ അപ്പോൾ പറഞ്ഞു – 'ഇല്ല, ഇപ്പോൾ ഞാൻ പൂർണ്ണമായും മുക്തനായിട്ടില്ല. ഏതു വരെ അല്പമെങ്കിലും വികാരം വേരിന്റെ രൂപത്തിൽ എന്റെ അന്തർമനസ്സിന്റെ ആഴങ്ങളിലുണ്ടോ, അതുവരെ ഞാൻ മുക്തനായിട്ടില്ല'.

ഇപ്രകാരം അന്വഷിച്ച്-അന്വഷിച്ച് ഈ വിദ്യയെ കണ്ടുപിടിച്ചു – മാത്രമല്ല ഉള്ളിലെ സത്യത്തെ നോക്കി നോക്കി ലോകത്തിന്റെ മുഴുവൻ വ്യവസ്ഥയും, പ്രകൃതിയുടെ നിയമവും, സത്യവും, ധർമ്മവും പ്രകാശിതമായിത്തീർന്നു, അനാവരണ മായിത്തീർന്നു. എല്ലാം അറിഞ്ഞു. പ്രകൃതിയുടെ മുഴുവൻ രഹസ്യങ്ങളെയും അറിഞ്ഞു, അപ്പോൾ സമ്യക്സംബുദ്ധനായിത്തീർന്നു, മുക്തനായി ത്തീർന്നു. പൂർണ്ണമായും നിർമ്മലനായിത്തീർന്നു. പിന്നീട് ധർമ്മം വിതരണം ചെയ്തു. ആദ്യമായി ശുദ്ധധർമ്മം വിതരണം ചെയ്തപ്പോൾ കേവലം ഉപദേശം മാത്രമല്ല കൊടുത്തത്, ഈ വിദ്യ പഠിപ്പിച്ചു. ഏത് അഞ്ച് ബ്രഹ്മണർക്ക് ആദ്യമായി ധർമ്മത്തിന്റെ വിദ്യ കൊടുത്തുകൊണ്ട് ധർമ്മ ചക്രത്തെ ചലിപ്പിച്ചുവോ, ആ അഞ്ചുപേർക്കും, കേവലം സിദ്ധാന്തങ്ങളുടെ കാര്യമല്ല, അതിന്റെ വ്യാവഹാരിക ഭാഗമാണ് പഠിപ്പിച്ചുകൊടുത്തത്. ഈ വിധത്തിൽ സ്വന്തം ഉള്ളിൽ സത്യം നോക്കാൻ പഠിക്കുക. കൂടാതെ അഞ്ചു പേരും അനേക ജന്മങ്ങളായി പാകമായവരായിരുന്നു, നോക്കി

നോക്കി ശുദ്ധരായിത്തീർന്നു, ബുദ്ധരായിത്തീർന്നു. ഈ വിദ്യയെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തി ഭവസംസാരത്തിൽ നിന്ന് മുക്തരായിത്തീർന്നു. വെറും ഉപദേശങ്ങളാൽ ആകില്ല. ഉപദേശമാകട്ടെ ദിവസവും കേട്ടു കൊണ്ടാണ് വന്നത്, ഭാരതത്തിന്റെ വളരെ പുരാതനമായ പരമ്പരയാണ് – കർമ്മം തന്നെയാണ് പ്രധാനം, കർമ്മം തന്നെയാണ് പ്രധാനം. കർമ്മം എപ്രകാരമോ ഫലം അപ്രകാരം, കർമ്മം എപ്രകാരമോ ഫലം അപ്രകാരം. അന്തർമുഖിയായി എപ്പോൾ മുഴുവൻ രഹസ്യവും മനസ്സിലാക്കിയോ, അപ്പോൾ മുഴുവനും മനസ്സിലാക്കി, വിവരണത്തോടെ മനസ്സിലാക്കി, വിസ്തൃതമായി മനസ്സിലാക്കി. അറിയാത്തതായി ഒന്നും തന്നെ ബാക്കിയില്ല. വിപശ്യന ചെയ്യുന്നവർ ഇതുതന്നെയാണ് ചെയ്യുന്നത്. അതിനെ മുഴുവനായി മനസ്സിലാക്കാൻ എത്രതന്നെ സമയം എടുത്തോട്ടെ എന്നാൽ വഴി അതുതന്നെയാണ്. നടന്നു നടന്ന് മുഴുവൻ രഹസ്യവും തുറക്കപ്പെടും. ഒന്നും തന്നെ അവശേഷിക്കില്ല.

കർമ്മം എപ്രകാരം ഫലം അപ്രകാരം. അങ്ങനെയെങ്കിൽ ഏതു കർമ്മം? കർമ്മം മൂന്നു പ്രകാരത്തിലുണ്ട്. ഒന്ന് ശാരീരിക കർമ്മം, ശരീരത്താൽ ചെയ്യപ്പെട്ട കർമ്മം. ഒന്ന് വാചിക കർമ്മം, വാണിയാൽ ചെയ്യപ്പെട്ട കർമ്മം. വേറൊന്ന് മാനസിക കർമ്മം, മനൊ കർമ്മം. അങ്ങനെയെങ്കിൽ ഏതു കർമ്മം? ശാരീരിക കർമ്മമം – അതാണ് പ്രമുഖം എന്ന തെറ്റായ വിശ്വാസം സാധാരണ ജനങ്ങൾക്കുണ്ട്. വാചിക കർമ്മം അതിലും അല്പം കുറഞ്ഞതാണ്. എന്നാൽ മനസ്സിന്റെ കർമ്മമൊ? മനസ്സിൽ ഏതെങ്കിലും കാര്യം വന്നാൽ വന്നു, പോയാൽ പോയി. അതെന്തു കർമ്മമാകാനാണ്? ശരീരത്തിന്റെ കർമ്മം തന്നെയാണ് പ്രമുഖമായത്. അന്തർമുഖിയായി സത്യത്തെ നോക്കിയാൽ മനസ്സിലാക്കും – അയ്യോ, ഇല്ല, ഇല്ല; വാണിയുടെ അല്ല, ശരീരത്തിന്റെയല്ല മനസ്സിന്റെ കർമ്മം തന്നെയാണ് പ്രമുഖമായത്. ഫലം തരുന്ന വിത്ത് മനസ്സിന്റെ കർമ്മമാണ്. വാണിയുടെ കർമ്മം വിത്തല്ല. ശരീരത്തിന്റെ കർമ്മം ബീജമല്ല. മനസ്സിന്റെ കർമ്മമാണ് വിത്ത്. ആത്യന്തികമായി വാണിയുടെ കർമ്മമെന്താണ്? ആത്യന്തികമായി ശരീരത്തിന്റെ കർമ്മമെന്താണ്? മനസ്സിന്റെ കർമ്മത്തിന്റെ തന്നെ പുറമെയുള്ള പ്രകടീകരണമാണ്. എല്ലാ കർമ്മവും ആദ്യം മനസ്സിൽ ഉണ്ടാകുന്നു. മനസ്സിലുണ്ടാകുന്നു – എന്നിട്ട് ശക്തി കൂടി കൂടി പുറമെ പ്രകടമാകുമെങ്കിൽ വാണിയുടെ കർമ്മമായി പ്രകടമാകും, ശാരീരികർമ്മത്തിന്റെ രൂപത്തിൽ പ്രകടമാകും. വേരാകട്ടെ മനസ്സിൽ തന്നെയല്ലെ! അപ്പോൾ കർമ്മം മനസ്സിൽ ആരംഭമായി. ഓരോ വാണിയുടെ കർമ്മവും, ഓരോ ശാരീരികകർമ്മവും മനസ്സിന്റെ കർമ്മത്തിന്റെ തന്നെ സന്താനമാണ്. അതിനാൽ മനസ്സിന്റെ കർമ്മം തന്നെയാണ് പ്രമുഖമായത്.

ഒരുദാഹരണത്താൽ മനസ്സിലാക്കാം – ഏതെങ്കിലും വ്യക്തിയോടുള്ള എന്റെ ബന്ധം സംഘർഷപൂർണ്ണമാണ് എന്ന് വിചാരിക്കുക. അയാളെ കണ്ട ഉടനെ തന്നെ മനസ്സ് ജോലി ആരംഭിച്ചു വളരെ ക്രോധം ഉണർന്നു, വളരെ ദ്വേഷം ഉണർന്നു, വളരെ ദുർഭാവന ഉണർന്നു. ശക്തികൂടി വന്നു, കൂടി വന്നു, സഹിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല അപ്പോൾ വാണിയിൽ ഇറങ്ങി. അവനെ രണ്ടു–നാലു ചീത്ത വിളിച്ചു, അവനെ അപമാനിച്ചു. വാണിയുടെ ദുഷ്കർമ്മം ആയി. ആ മനസ്സിന്റെ കർമ്മം വീണ്ടും ശക്തി പ്രാപിച്ചു, ശക്തി പ്രാപിച്ചു, ശരീരത്തിൽ പ്രകടമായി, അവന് രണ്ട് അടി കൊടുത്തു. അടുത്ത് തോക്ക് കിടപ്പുണ്ടായിരുന്നു, വെടി വച്ചു കൊന്നു. അയ്യോ, ഈ ശരീരത്തിന്റെ ദുഷ്കർമ്മം, വാണിയുടെ ദുഷ്കർമ്മം എന്താണ്? മനസ്സിന്റെ ദുഷ്കർമ്മത്തിന്റെ തന്നെ ബാഹ്യ പ്രകടീകരണമാണ്. മനസ്സിന്റെ ദുഷ്കർമ്മത്തിന്റെ തന്നെ സന്താനമാണ്. വേരാകട്ടെ മനസ്സിലാണ്.

ദുഷ്കർമ്മത്തിൽ എപ്രകാരമൊ, ശരിക്കും അപ്രകാരം തന്നെയാണ് സത്കർമ്മത്തിലും. ഏതെങ്കിലും ദുഖിതനെ കണ്ടപ്പോൾ മനസ്സ് ജോലി ആരംഭിച്ചു. വളരെ ദയവുണർന്നു, വളരെ കരുണയുണർന്നു. ശക്തി കൂടി, ശക്തി കൂടി, വാണിയിൽ പ്രകടമായി. അവനോട് രണ്ടു–നാല് സാന്ത്വന വാക്കുകൾ പറഞ്ഞു, സ്നേഹത്തിന്റെ വാക്കുകൾ പറഞ്ഞു. വാണിയുടെ സത്കർമ്മമായി. ആ മനസ്സിന്റെ സത്കർമ്മം വീണ്ടും ശക്തമായി, വീണ്ടും ശക്തമായപ്പോൾ ശരീരത്തിൽ ഇറങ്ങി. ശക്തിക്കനുസരിച്ച് അവനെ സഹായിച്ചു. തന്റെ പക്കൽ എന്തുണ്ടൊ, അവന് കൊടുത്തു. ശരീരത്തിന്റെ സത്കർമ്മമായി. ഈ വാണിയുടെ സത്കർമ്മമെന്താണ്? ഈ ശരീരത്തിന്റെ സത്കർമ്മമെന്താണ്? മനസ്സിന്റെ സത്കർമ്മത്തിന്റെ തന്നെ സന്തതിയാണ്. അതിനാൽ മനസ്സിന്റെ കർമ്മം തന്നെയാണ് പ്രമുഖം. സത്കർമ്മായാലും ശരി, ദുഷ്കർമ്മമായാലും ശരി, നമ്മൾ കാവൽ നില്ക്കേണ്ടത് മനസ്സിന്റെ കർമ്മത്തിനു തന്നെയാണ്. ഏതൊരു വ്യക്തി സ്വന്തം മനസ്സിന്റെ കർമ്മത്തിനെപ്പറ്റി ജാഗ്രത പുലർത്തുന്നുവോ, വാണിയുടെ ദുഷ്കർമ്മം എങ്ങനെ ചെയ്യും? ശാരീരിക ദുഷ്കർമ്മം എങ്ങനെ ചെയ്യും? മനസ്സിന്റെ ദുഷ്കർമ്മം ആകാൻ തന്നെ സമ്മതിക്കില്ല. ജാഗരൂകനാണ്, ആകാൻ സമ്മതിക്കില്ല. മാത്രമല്ല വിപശ്യന ചെയ്തു ചെയ്ത് വേരോടെ വികാരം നീക്കി–നീക്കി, മനസ്സ് നിർമ്മലമായെങ്കിൽ പറയേണ്ടതുണ്ടോ! സത്കർമ്മം തന്നെ സത്കർമ്മമായിത്തീരും. എന്തെന്നാൽ മനസ്സ് നിർമ്മലമാണല്ലോ! അപ്പോൾ മനസ്സിന്റെ ഓരോ കർമ്മവും നല്ലതേ ആകുകയുള്ളു. നിർമ്മലമേ ആകുകയുള്ളു. പ്രകൃതി നമുക്ക് ഏതൊരു ശിക്ഷ തരുന്നുവോ, അല്ലെങ്കിൽ ഏതൊരു ഫലം തരുന്നുവോ, അത് നമ്മുടെ മനസ്സിന്റെ കർമ്മത്തിന്റെ തന്നെയാണ് തരുന്നത്, വാണിയുടെ കർമ്മത്തിന്റെയല്ല, ശരീരത്തിന്റെ കർമ്മത്തിന്റെയല്ല. അത് മനസ്സിന്റെ കർമ്മത്തെയാണ് നോക്കുന്നത്. ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന എത്തരത്തിലുള്ളതാണ്? ചിത്തത്തിന്റെ ചോതന എത്തരത്തിലുള്ളതാണോ ശരിക്കും അതേപ്രകാരം ഫലം വരുന്നതാണ്.

മറ്റൊരു ഉദാഹരണത്താൽ മനസ്സിലാക്കാം. ഒരു വളരെ ധനികനായ വ്യക്തി, വളരെ ധനികൻ – ധനം കൊണ്ട് ഏതെങ്കിലും വനത്തിലൂടെ ഒറ്റക്ക് യാത്ര ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. മുന്നിലൂടെ ഒരു കൊള്ളക്കാരൻ വന്നു, കൂടാതെ ഈ വ്യക്തിയുടെ പക്കൽ ധനമുണ്ട്, മായയുണ്ട് എന്ന് മനസ്സിലാക്കി. അവനിൽ ലോഭം ഉണർന്നു. തനിക്ക് സമർപ്പിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുന്നു. അവന് അവന്റെ ധനത്തോട് ആസക്തിയുണ്ട്. എങ്ങനെ കൊടുക്കും? കൊടുക്കില്ല. ആ കൊള്ളക്കാരന് ദേഷ്യം വന്നു.

വളരെ ദേഷ്യം വന്നു. അവൻ കത്തി എടുത്ത് അവന്റെ വയറ്റിൽ കുത്തി. ആ വ്യക്തി മരിച്ചു. ഒരു സംഭവം സംഭവിച്ചു.

വേറൊരു സംഭവം – ഒരു വ്യക്തി വളരെ രോഗിയാണ്. വയറ്റിൽ അസഹ്യമായ വേദന. എല്ലാ തരത്തിലുള്ള ചികിത്സയും ചെയ്ത് പരാജയപ്പെട്ടു. ഒരു ലാഭവുമില്ല. ഡോക്ടർ പറയുന്നു നിന്റെ വയറ്റിൽ മുഴയുണ്ട്. നിങ്ങൾ പറയുകയാണെങ്കിൽ അതിനെ ഓപ്പറേഷൻ ചെയ്ത് പുറത്തു കളയാം. ആർക്കറിയാം ചിലപ്പോൾ ഭേദമാകാം. അയ്യോ, ഡോക്ടർ ചെയ്താലും, ഏതെങ്കിലും തരത്തിൽ എന്നെ രക്ഷിച്ചാലും. വയറ്റിലെ ഈ വേദന എന്നാൽ സഹിക്കാൻ സാധിക്കുന്നുല്ല. നല്ല കാര്യം. അയാളെ ഓപ്പറേഷൻ തീയ്യേറ്ററിൽ കൊണ്ടു പോയി. ഓപ്പറേഷൻ ടേബിളിൽ കിടത്തി. ഡോക്ടർ സ്വന്തം കത്തി എടുത്തു, അവന്റെ വയറു കീറി എന്നാൽ സന്ദർഭവശാൽ ആ സമയത്ത് ആ വ്യക്തി മരിച്ചു പോയി.

ആ കൊള്ളക്കാരനും ഈ ഡോക്ടറും, രണ്ടു പോരും സ്വന്തം ശരീരത്താൽ ഒരേ പ്രകാരത്തിലുള്ള ജോലി ചെയ്തു. കത്തി എടുത്തു, വ്യക്തിയുടെ വയറ്റിൽ കുത്തി അതിന്റെ ഫലമായി ആ വ്യക്തി മരിച്ചു പോയി. അപ്പോൾ ഈ പ്രകൃതി, ഈ നിയമം, ഈ ശക്തി അല്ലെങ്കിൽ ഈ പരമാത്മാവെന്നു വിളിക്കാം, ഈ അള്ളാഹൂ – രണ്ടു പേർക്കും ഒരേ ശിക്ഷ കൊടുക്കുമോ? ഒരിക്കലുമില്ല. ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന എത്തരത്തിലുള്ളതാണ്? ആ കൊള്ള ക്കാരന്റെ ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന ക്രോധം നിറഞ്ഞതാണ്, ദ്വേഷം നിറഞ്ഞതാണ്, ദുർഭാവന നിറഞ്ഞതാണ്. ഈ ഡോക്ടറുടെ ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന സ്നേഹം നിറഞ്ഞതാണ്, സദ്ഭാവന നിറഞ്ഞതാണ്, സേവാഭാവം നിറഞ്ഞതാണ്. ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന എപ്രകാരമൊ, ഫലം തീർത്തും അത്തരത്തിലേ വരികയുള്ളു. വചനത്തിന്റെ കർമ്മത്തിനനുസരിച്ചല്ല, ശരീരത്തിന്റെ കർമ്മത്തിനനുസരിച്ചല്ല, ഒട്ടും തന്നെയല്ല. ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന എത്തരത്തിലാണ്?

ഇപ്രകാരം തന്നെ വാണിയുടെ കർമ്മത്തിന്റെ ഒരു ഉദാഹരണം കൂടി നോക്കാം. ഏതെങ്കിലും വ്യക്തിയോടുള്ള എന്റെ ബന്ധം വഷളാണ്, അവനുമായി പൊരുത്തപ്പെടുന്നില്ല അങ്ങിനെയിരിക്കെ അവൻ മുന്നിൽ വന്നു. അവനെ കണ്ടപ്പോൾ ക്രോധം ഉണർന്നു. നല്ലപോലെ ക്രോധം ഉണർന്നു, ദ്വേഷം ഉണർന്നു. നല്ലപോലെ ദുർഭാവന ഉണർന്നു. അപ്പോൾ അവനെ ചീത്ത വിളിച്ചു – പന്നി, കൊള്ളരുതാത്തവൻ, കഴുത. ഒരു സംഭവം സംഭവിച്ചു. കുറച്ചു സമയത്തിനു ശേഷം എന്റെ തന്നെ സ്വന്തം പുത്രൻ എവിടെ നിന്നോ പൊടിയിലും മണ്ണിലും കളിച്ചു കൊണ്ടു വന്നു, ചളിയിൽ കളിച്ചു കൊണ്ടു വന്നു. മുഴുവൻ വസ്ത്രവും വൃത്തികേടാക്കിക്കൊണ്ടു വന്നു. അവനെ നോക്കിക്കൊണ്ട് പറയുകയാണ് – ഏയ്, പന്നി, കൊള്ളേരുതാത്തവൻ, കഴുത. ശബ്ദം അതു തന്നെയാണ് ഉപയോഗിച്ചത്. ആദ്യ തവണ പന്നി, കൊള്ളരുതാത്തവൻ, കഴുത എന്നു വിളിച്ചപ്പോൾ ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന എന്തായിരുന്നു? ദ്വേഷം നിറഞ്ഞതായിരുന്നു, ദുർഭാവന നിറഞ്ഞതായിരുന്നു എന്നാൽ രണ്ടാമത്തെ തവണ ഇതേ ശബ്ദങ്ങളെ പ്രയോഗിച്ചപ്പോൾ സ്നേഹം നിറഞ്ഞതായിരുന്നു, പ്രേമം നിറഞ്ഞതായിരുന്നു, സദ്ഭാവന നിറഞ്ഞതായിരുന്നു. പ്രകൃതി ചിത്തത്തിന്റെ ചേതനയെ മാത്രമാണ് നോക്കുന്നത്. ചിത്തത്തിൽ ചേതനയെപ്രകാരമോ ഫലമപ്രകാരം വരും.

ദുർമനസ്സിൻ ഫലം ദുഖം തന്നെ, സുഖം സുമനസിൻ.

ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന എങ്ങനെയുള്ളതാണ്? പ്രകൃതിയുടെ മുഴുവൻ രഹസ്യത്തെയും മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട്, പ്രകൃതിയുടെ മുഴുവൻ നിയമങ്ങളെയും മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട്, ധർമ്മത്തെ മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട് സമ്യക്സംബുദ്ധനായ ആ വ്യക്തി ഇപ്രകാരം ഉദ്ഘോഷണം ചെയ്തു – **ചേതനാഹം കമ്മം വദാമി, ഭിക്ഖവെ!** – ഞാൻ ചിത്തത്തിന്റെ ചേതനയെയാണ് കർമ്മമെന്നു വിളിക്കുന്നത്. മാത്രമല്ല എല്ലാ വിപസ്സന സാധകനും അന്തർമുഖിയായി ഈ സത്യത്തെ കാണാൻ തുടങ്ങും. ചിത്തത്തിന്റെ ചേതനതന്നെയാണ് കർമ്മം. ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന എപ്രകാരമോ അപ്രകാരം തന്നെയുള്ള വിത്താണ് നട്ടു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. വിത്തു നടുമ്പോൾ എത്തരം അനുഭൂതിയാണോ ഉണ്ടാകുന്നത്, അതിന്റെ ഫലവും അതേ പ്രകാരത്തിൽ വരുന്നതാണ്. ശരിക്കും മനസ്സിലാകാൻ തുടങ്ങും. ചിത്തത്തിന്റെ ചേതന പ്രമുഖമാണ് അതിനാൽ അതിനെപ്പറ്റി ഉണർവ്വോടെ ഇരിക്കണം. വാചിക കർമ്മം, ശാരീരിക കർമ്മം, ഇവയെ സൂക്ഷിക്കണം – അത് നല്ല കാര്യം തന്നെ. എന്നാൽ മുഖ്യമായും മനസ്സിന്റെ കർമ്മങ്ങളെ സൂക്ഷിക്കണം. മനസ്സുതന്നെയാണ് പ്രമുഖം. മനസ്സുതന്നെയാണ് പ്രധാനം. വളരെ സ്പഷ്ടമായ ശബ്ദത്തിൽ ഈ സർവ്വജ്ഞാനിയായ മഹാപുരുഷൻ പറഞ്ഞു തന്നു..

മനോ പുബ്ബംഗമാ ധമ്മാ, മനോ സെട്ഠാ മനോമയാ

'മനോ പുബ്ബംഗമാ ധമ്മാ' – ഏതൊരു ധർമ്മവും, കർമ്മവും ഉണരുന്നത് – ആദ്യം മനസ്സിലാണ് ഉണരുന്നത്. ഏതൊരു കർമ്മം ചെയ്യുന്നതും – ആദ്യം മനസ്സിലാണ് ഉണരുന്നത്. അതിനാലാണ് പറയുന്നത് മനോ സെട്ഠാ, മനോ സെട്ഠാ'. മനസ്സു തന്നെയാണ് ശ്രേഷ്ഠം. മനസ്സുതന്നെയാണ് പ്രമുഖം, മനസ്സുതന്നെയാണ് പ്രധാനം, ദുഖമായാലും സുഖമായാലും ഏതൊന്ന് ഈ ലോകത്തിൽ കാണുന്നുവോ, അനുഭവി ക്കുന്നുവോ, അത് മുഴുവനും മനോമയം, മനോമയം – മനസ്സിന്റെ തന്നെ പരിണാമമാണ്. ഇത് അനുഭൂതിയുടെ വാക്യമാണ്, ആരുടെയും അനുഭൂതിയിൽ വരുന്നതാണ്. അന്തർമുഖിയായി, ശരീരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്തുകൊണ്ട് കായസ്ഥനാകുക എന്നിട്ട് സത്യത്തിന്റെ ദർശനം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങുക. മുഴുവൻ രഹസ്യവും തുറക്കാൻ തുടങ്ങും, തന്നെത്താൻ തുറക്കാൻ തുടങ്ങും. അതിനാൽ പറഞ്ഞു –

മനസാ ചെ പദുട്ഠേന ഭാസതി വാ കരോതി വാ

ദുഷ്ട ചിത്തത്താൽ, മലിനമായ ചിത്തത്താൽ ഏതെങ്കിലും കർമ്മം വാണിയുടെ ചെയ്തു അല്ലെങ്കിൽ ശരീരം കൊണ്ട് ചെയ്തു, ചിത്തം മലിനമാണ്, ദുഷ്ഠത നിറഞ്ഞതാണ് എന്തെന്നാൽ അടിത്തറതന്നെ തെറ്റാണ് അപ്പോൾ –

തതോനം ദുഖമന്വേതി ചക്കം വ വഹതോ പദം.

മലിനമായ ചിത്തത്തോടെ കർമ്മം ചെയ്തില്ലെ! അപ്പോൾ അവന്റെ പിന്നാലെ കാള വണ്ടിയിൽ പൂട്ടിയ കാളയുടെ പിന്നാലെ കാളവണ്ടിയുടെ ചക്രം എങ്ങനെ പുറകെ വരുമോ, ദുഖം അപ്രകാരം വരും. കാളവണ്ടിയിൽ പൂട്ടിയിരിക്കുകയല്ലെ, എവിടെ ഓടിയാലും ശരി, കാള വണ്ടിയുടെ ചക്രം പിന്നിലുണ്ട്, കാളവണ്ടിയുടെ ചക്രം പിന്നിലുണ്ട്. മലിനമായ മനസ്സാൽ ദുഷ്കർമ്മം ചെയ്താൽ ദുഖം പിന്നാലെ കൂടും. എവിടെ ഓടിപ്പോയാലും ശരി, ഈ രാജ്യത്തുപോയാലും ആ രാജ്യത്തു പോയാലും, ഈ ലോകത്തു പോയാലും, ആ ലോകത്തു പോയാലും, പിന്നാലെ കൂടിയിരിക്കുകയാണ്. ദുഖം പിന്നാലെ കൂടിയിരിക്കുകയാണ്. ശരിക്കും ഇതേ പ്രകാരം–

മനസാ ചെ പസന്നേന ഭാസതി വാ കരോതി വാ

പ്രസന്ന ചിത്തത്താൽ (പുരാതന ഭാഷയാണ്, ആ ദിനങ്ങളിൽ പ്രസന്നത്തിന്റെ അർത്ഥം നിർമ്മലം, ശുദ്ധം ഇവയായിരുന്നു). നിർമ്മല ചിത്തത്താൽ ആരെങ്കിലും വാണിയുടെ കർമ്മം ചെയ്യുകയാണ് അല്ലെങ്കിൽ ശരീരത്തിന്റെ കർമ്മം ചെയ്യുകയാണ് അപ്പോൾ

തതോനം സുഖമന്വേതി ചായാ വ അനപായിനീ

അവന്റെ പിന്നാലെ സുഖം ഒരിക്കലും വിടാതെ, നിഴൽ നമ്മളെ പിൻതുടരുന്നതു പോലെ പിൻതുടരും. എവിടെപ്പോയാലും, നിഴൽ കൂടെയുണ്ട്, എവിടെപ്പോയാലും, നിഴൽ കൂടെയുണ്ട്. ആധാരം നല്ലതാണല്ലൊ, ചിത്തം നിർമ്മലമാണല്ലൊ. നിർമ്മല ചിത്തത്താൽ ഏതൊരു കർമ്മം ചെയ്തുവോ, അതിന്റെ ഫലസ്വരൂപമായി സുഖം വരുകതന്നെ ചെയ്യും. ഇപ്പോഴും വരുന്നു, പിന്നീടും വരുന്നു.

ഇദ നന്ദതി പെച്ച നന്ദതി,

കതപുഞ്ഞോ ഉഭയത്ഥ നന്ദതി.

ഇവിടെയും ആനന്ദഭരിതനാകുന്നു, വളരെ സുഖമുള്ളവനാകുന്നു കൂടാതെ പിന്നീടും അവന് ആനന്ദം തന്നെ ആനന്ദം, സുഖം തന്നെ സുഖം.

ഇദ തപ്പതി പെച്ച തപ്പതി,

പാപകാരി ഉഭയത്ഥ തപ്പതി.

മനസ്സിനെ മലിനമാക്കുക, ഇതിനെയാണ് പാപകർമ്മമെന്ന് പറയുന്നത്. അതിനാൽ ഏതൊരാൾ പാപകർമ്മം ചെയ്യുന്നുവൊ, അയാൾ ദുഖിതനാകുന്നു. മാത്രമല്ല പിന്നീടും ദുഖിതനാകുന്നു. അവന് സന്താപം തന്നെ സന്താപം, ദുഖം തന്നെ ദുഖം.

അന്ധവിശ്വാസത്താൽ വിശ്വസിക്കേണ്ട കാര്യമല്ല, സ്വന്തം അനുഭൂതിയാൽ അറിയേണ്ട കാര്യമാണ്. ദുഖം എപ്രകാരമാണ് നമ്മുടെ പിന്നാലെ കൂടിയത്? എങ്ങനെയാണ് കൂടിച്ചേർന്നത്? വളരെ ആഴത്തിൽ പോയാൽ കാണാം ചിത്തത്തിന്റെ കർമ്മം എങ്ങനെയാണ് ആരംഭിക്കുന്നത്? ആ ദിനങ്ങളിലെ ഭാഷയിൽ ഒരു ശബ്ദമുണ്ടായിരുന്നു അത് ഇന്നത്തെ ഭാരതത്തിലെ ഭാഷകളിൽ നിന്നും ലുപ്തമായി. അതിനെ 'നതി' എന്നു വിളിച്ചിരുന്നു. നതി എന്നാൽ ചായ്വ്. നമ്മുടെ അന്തർമനസ്സിന്റെ ചായ്വ് ഏതു ഭാഗത്തേക്കാണ്? ഒരു സംഭവം സംഭവിച്ചപ്പോൾ ശരീരത്തിൽ ഒരു തരത്തിലുള്ള സംവേദന ഉണ്ടാകാൻ തുടങ്ങി – സുഖകരം അല്ലെങ്കിൽ ദുഖകരം. അപ്പോൾ ഇത് ചിത്തത്തിന്റെ ചായ്വായി, നതി ആയി, ഏതു ഭാഗത്തേക്കായി? തെറ്റായ രീതിയിൽ ആയെങ്കിൽ അവനതി ആയി. ശരിയായ തരത്തിൽ ആയെങ്കിൽ ഉന്നതി ആയി. തെറ്റായ രീതിയിൽ ആയാൽ ദുർഗ്ഗതി ആയി, ശരിയായ രീതിയിൽ ആയാൽ സദ്ഗതി ആയി. നതി എപ്രകാരമോ ഗതി അപ്രകാരം. ചായ്വ് ഏതു ഭാഗത്തേക്കായി? ഇപ്പോൾ ഈ ഭാഗത്തേക്ക് നമ്മൾ ചാഞ്ഞു വീണ്ടും വീണ്ടും അപ്രകാരം തന്നെ ചാഞ്ഞു, അപ്രകാരം തന്നെ ചാഞ്ഞു. ഒരു സ്വഭാവം നിർമ്മിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഒരു സ്വഭാവ പ്രകൃതി നിർമ്മിക്കപ്പെടുകയാണ്, മനസ്സിന്റെ സ്വഭാവ പ്രകൃതി നിർമ്മിക്കപ്പെടുകയാണ്. അപ്രിയ സംഭവം സംഭവിച്ചു അപ്പോൾ ക്രോധം ചെയ്തു അപ്പോൾ നതി അവനതിയാണ്, ദുർഗ്ഗതിയാണ്. വീണ്ടും ഏതെങ്കിലും അപ്രിയ സംഭവം സംഭവിച്ചു, വീണ്ടും ക്രോധം ചെയ്തു, നതി അവനതിയായി, ദുർഗ്ഗതിയായി. ഇപ്രകാരം ചെയ്തു ചെയ്തു അതിന്റെ സ്വഭാവമായിത്തീർന്നു. ജീവിതത്തിൽ വീണ്ടും വീണ്ടും മനസ്സിനിഷ്ടമല്ലാത്ത കാര്യങ്ങൾ നടന്നുകൊണ്ടുപോകും അപ്പോൾ വീണ്ടും വീണ്ടും ഈ നതി ഉണരും, അവനതി ഉണർത്തും, ക്രോധം ഉണർത്തും, ദ്വേഷം ഉണർത്തും, ദുർഭാവന ഉണർത്തും കൂടാതെ എപ്പോഴെപ്പോൾ ഈ നതി അവനതിയായിത്തീരുമോ അതായത് എപ്പോഴെ പ്പോൾ ദുഷ്കർമ്മം ചെയ്യുന്നുവോ ക്രോധം ഉണർത്തുന്നുവോ, ദ്വേഷം ഉണർത്തുന്നുവോ, ദുർഭാവന ഉണർത്തുന്നുവോ, സാധന ചെയ്യുന്ന സാധകൻ ഉള്ളിൽ കാണും – ക്രോധം ഉണർത്തിയ ഉടനെ ആ ക്രോധത്തിന്റെ ആദ്യ ഇരയാകട്ടെ ഞാൻ തന്നെയാണ്. ക്രോധം ഉണർത്തിയ ഉടനെ ദുഖിതനായി. ഉള്ളിൽ നോക്കാൻ അറിയില്ലല്ലോ! രാജ്യത്തിന്റെ ബുദ്ധിമുട്ട് ഇതുതന്നെയാണ്. ഈ കല്യാണകരമായ വിദ്യ നഷ്ടപ്പെട്ടതു കാരണം. ധർമ്മം ഏതിനെയാണ് പറയുന്നതെന്ന് നമ്മൾ മറന്നു പോയി. അതിനെ എങ്ങനെ ധാരണം ചെയ്യും? അതിനെ ഉള്ളിൽ നിന്ന് എങ്ങനെ അറിയും, ക്രോധം വന്നാൽ അപ്പോൾ ഏതൊരു വ്യക്തിയിൽ, ഏതൊരു വസ്തുവിൽ, ഏതൊരു സംഭവത്തിൽ ക്രോധം വന്നുവോ, മനസ്സിൽ വീണ്ടും വീണ്ടും അതുതന്നെ, വീണ്ടും വീണ്ടും അതുതന്നെ കറങ്ങി ക്കൊണ്ടിരിക്കും – അവൻ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞു, അവൻ ഇങ്ങനെ ചെയ്തു. അപ്പോൾ ക്രോധം ആളിക്കത്തിക്കൊണ്ടു പോകും, ആളിക്കത്തി ക്കൊണ്ടു പോകും. സ്വന്തം ഉള്ളിൽ എന്താണ് നടക്കാൻ തുടങ്ങിയത്, നോക്കാൻ തന്നെ മറന്നു പോയി. നോക്കാൻ തന്നെ അറിയുന്നില്ല. എങ്ങനെ അറിയാൻ കഴിയും? വിദ്യ നഷ്ടപ്പെട്ടു. ഇപ്പോൾ ഇതിനെ നോക്കാൻ പഠിക്കാം – ക്രോധം ഉണർന്നതു കണ്ടു, അതിന്റെ ഒപ്പം ഒപ്പം വലിയ ചൂട് അനുഭവപ്പെട്ടു, വലിയ സന്താപം അനുഭവപ്പെട്ടു. വിഷത്തിന്റെ വിത്ത് ഇതു തന്നെയാണ്. ദുഖത്തിന്റെ വിത്ത് ഇതുതന്നെയാണ്. കൂടാതെ വീണ്ടും, വീണ്ടും അതിനെ സ്വഭാവമാക്കി ക്കൊണ്ടുപോയാൽ ദുഖം തന്നെ ദുഖം, ദുഖം തന്നെ ദുഖം പിന്നാലെ കൂടിയില്ലെ! വണ്ടിയുടെ ചക്രം പിന്നാലെ കൂടി. എന്തെന്നാൽ കാള ആ വണ്ടിയിൽ പൂട്ടപ്പെട്ടി രിക്കുകയാണ്. നമ്മുടെ മനസ്സ് ഈ സ്വഭാവത്തിൽ പൂട്ടപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ്. വീണ്ടും വീണ്ടും ദുഷ്കർമ്മം ചെയ്യുന്നു, വീണ്ടും വീണ്ടും ക്രോധം

ഉണർത്തുന്നു ആയതുകൊണ്ട് വീണ്ടും വീണ്ടും ദുഖമുണ്ടാകുന്നു. വിത്ത് ഇത്ര ദുഖം തരുന്നതാണെങ്കിൽ അതിന്റെ ഫലം അത്ര തന്നെ ദുഖദായകമായിരിക്കും.

ശരിക്കും ഇതേ പ്രകാരം മനസ്സ് നിർമ്മലമാണ്, സ്നേഹം നിറഞ്ഞാൽ മൈത്രി നിറഞ്ഞാൽ, കരുണ നിറഞ്ഞാൽ, നതി സദ്ഗതിയാണ്. ഉള്ളിൽ ഇത്ര ശാന്തി അനുഭവിക്കാൻ തുടങ്ങി, സുഖം അനുഭവിക്കാൻ തുടങ്ങി. കുടാതെ അത് സ്വഭാവമായി മാറിക്കൊണ്ടു പോകുകയാണ്. എപ്പോൾ നോക്കിയാലും സദ്ഭാവന ഉണർത്തുന്നു, ഉള്ളിൽ സുഖം അറിയാൻ തുടങ്ങുന്നു, സദ്ഭാവന ഉണർത്തുന്നു, സുഖം അറിയാൻ തുടങ്ങുന്നു. സുഖം നിഴലിനെപ്പോലെ നമ്മുടെ പിന്നാലെ കൂടി. പ്രകൃതിയുടെ നിയമമാണ്, വിശ്വത്തിന്റെ വ്യവസ്ഥയാണ്. എത്ര വേഗം മനുഷ്യൻ അനുഭവത്തിന്റെ തലത്തിൽ ഇത് അറിയുമോ, സ്വന്തം ജീവിതം ഇപ്രകാരത്തിൽ ആക്കാൻ തുടങ്ങുമോ, സത്യധർമ്മത്തിന്റെ വഴിയിലൂടെ നടക്കാൻ തുടങ്ങി. ഹിന്ദു ധർമ്മമല്ല, ബൗദ്ധ ധർമ്മമല്ല, ജൈന ധർമ്മമല്ല, ക്രിസ്ത്യൻ ധർമ്മമല്ല, ധർമ്മത്തിന്റെ വഴിയിൽ നടക്കാൻ തുടങ്ങി. സത്യ ധർമ്മത്തിന്റെ വഴിയിൽ നടക്കാൻ തുടങ്ങി. ഏതൊന്ന് സത്യമാണോ അതിന്റെ സഹായത്താൽ നടക്കാൻ തുടങ്ങി. മംഗളത്തോടു മംഗളം ഭവിക്കും, നന്മ തന്നെ നന്മ ഭവിക്കും. സത്യ ധർമ്മത്തിന്റെ വഴിയിൽ ആര് നടന്നാലും, അവന്റെ മംഗളം തന്നെ മംഗളം, അവന്റെ 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: 7–18.7, 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.

....