ലക്കം-11/നവംബർ, 2013

ഹവിസ്സ്

ആത്മ സാക്ഷാത്കാരത്തിന്റെ നേർവഴി

ആമുഖം ലഹരി മൂക്കുമ്പോൾ...

നമ്മുടെ കൊച്ചു കേരളം നേടിയെടുത്ത നേട്ടങ്ങളുടെ പട്ടിക വളരെ വലുതാണ്. കഴിഞ്ഞ ദിവസങ്ങളിൽ ഭാരത്തിൽ സാമ്പത്തികമായി മുന്നോക്കം നിൽക്കുന്ന സംസ്ഥാനമായി കേരളത്തെ റിസർവ് ബാങ്ക് പ്രഖ്യാപിക്കുകയുണ്ടായി. സാക്ഷരതയിൽ, വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ, പ്രബുദ്ധതയിൽ എല്ലാം നാം മുന്നിലാണ്. കേരളത്തിന്റെ തനതു സാംസ്കാരിക പെരുമയും ഏറെ അഭിനന്ദനീയമാണ്. ഇപ്രകാരം നന്മകൾ മാത്രം വളരുന്ന ഒരു നാടായിരുന്നെങ്കിൽ...

2000 കോടിയിലധികം രൂപയാണ് മദ്യക്കച്ചവടത്തിലൂടെ സർക്കാർ ഖജനാവിലേയ്ക്ക് ഓരോ വർഷവും എത്തുന്നത്. ഈ കഴിഞ്ഞ സപ്തംബറിൽ മാത്രം 229 കോടി രൂപയുടെ നേട്ടവും സർക്കാർ മദ്യം വിററു നേടി. എക്സൈസ് വകുപ്പിലൂടെ സർക്കാർ നടത്തുന്ന ബോധവത്കരണത്തിന് ചെലവാക്കുന്നത് ഏകദേശം 30 ലക്ഷം രൂപ! ഇതു കൂടാതെ കേന്ദ്ര-സംസ്ഥാന ആരോഗ്യ വകുപ്പിന്റെ പദ്ധതികളിലൂടെ ചെലവഴിക്കുന്നത് ഇനിയും കുറെ ലക്ഷങ്ങൾ! കടലിൽ കായം കലക്കുന്ന ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ കൊണ്ട് എന്തെങ്കിലും പറയത്തക്ക പ്രയോജനം ഉണ്ടാകുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതാണ് വങ്കത്തം. വ്യാജമദ്യം പിടിക്കുവാൻ പോയ എക്സൈസ് വകുപ്പിന്റെ ഉദാഹരണം ഒരിക്കൽ ഒരു മുൻ എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ വിശദീകരിച്ചതോർക്കുന്നു. വ്യാജമദ്യ വില്പനക്കാരൻ പറഞ്ഞത്രേ, "സാർ, ഞാൻ മദ്യം വാററുന്നതും വിൽക്കുന്നതും സത്യമാണ്, പക്ഷേ കുടിച്ചിട്ടില്ല. സാറിന്റെ കൂടെ വന്നവരെ പക്ഷേ നാറുന്നുണ്ട്." ഒരു വകുപ്പിനെ അടച്ചാക്ഷേപിക്കുകയല്ല, നല്ലവരായ അനേകം ഉദ്യോഗസ്ഥരെ ഹവിസ്സിന് നേരിട്ടറിയാം. പക്ഷേ, നിയമം നടപ്പാക്കേണ്ട, ബോധവത്കരണം നടത്തേണ്ട ചുമതല വഹിക്കുന്നവരിൽ ബഹുഭൂരിപക്ഷവും ലഹരിയ്ക്ക് അടിമയാണെന്നുള്ളതും യാഥാർത്ഥ്യമാണ്. അപ്പോൾ സ്വാഭാവികമായും ആ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ഉദ്ദേശിക്കുന്ന ഫലം ലഭിക്കുവാനുള്ള സാധ്യത തുലോം വിരളമായിരിക്കും. ചങ്കുറപ്പോടെ, നെഞ്ചിൽ കൈ വച്ച് അവരെ ഏല്പിച്ചിരിക്കുന്ന ദൗത്യം ആത്മാർത്ഥമായി നിറവേററുന്നുണ്ടെന്ന് പറയുവാൻ അവർക്കും ആവില്ല. വഴിതെററിയ ഒരു വലിയ കൂട്ടത്തിനിടയിൽ പെട്ടുപോയ കുഞ്ഞാടുകളായ തങ്ങളുടെ സ്ഥിതി ദയനീയമായി വർണ്ണിച്ച അനേകം ഉദ്യോഗസ്ഥരെ ഹവിസ്സ് കണ്ടുമുട്ടുകയുണ്ടായി. അവരുടേതായ സ്വന്തം നിലയിൽ, അണ്ണാൻ കുഞ്ഞും തന്നാലായത് എന്ന നിലയിൽ, മാററങ്ങൾക്ക് തുടക്കം കുറിക്കുവാനും ചിലർക്ക് കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. കൂററാക്കൂരിരുട്ടിൽ മിന്നാമിനുങ്ങിന്റെ നുറുങ്ങു വെട്ടം പരത്തുന്ന അവർക്ക് ഹവിസ്സിന്റെ അഭിനന്ദനങ്ങൾ!

കേരള സമൂഹത്തെ ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന മറെറാരു ലഹരിയാണ് ലോട്ടറിയുടേത്. ഭാഗ്യം വിലയ്ക്കുവാങ്ങാനിറങ്ങുന്ന വരിൽ നിന്നും സർക്കാർ ഖജനാവിലേയ്ക്കെത്തിയത് 2778.80 കോടി രൂപ. അതായത്, മദ്യത്തിൽ നിന്നും ചൂതാട്ടത്തിൽ നിന്നും നാം നേടിയത് അയ്യായിരത്തോളം കോടി രൂപ. ഈ ധനം കൊണ്ടാണ് സർക്കാർ വികസന പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നത്. നമുക്ക് പലവിധ സബ്സിഡികൾ നൽകുന്നത്. പവിത്ര ധനം എന്നൊരു കാഴ്ചപ്പാട് ഭാരതത്തിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. പൊരുൾ പോകുന്നിടത്ത് പുണ്യമെന്നു കരുതുന്ന നാം, വഴിപിഴച്ച ഇടപാടുകളിലൂടെ വരുന്ന, കണ്ണീരിന്റെ ഉപ്പുരസം കലർന്ന സമ്പത്തിനെ ഒരിക്കലും അംഗീകരിച്ചിരുന്നില്ല. ആത്യന്തികമായി അധഃപ തനം മാത്രമേ അതു കൊണ്ടുണ്ടാവൂ എന്നതിനു ചരിത്രത്തിന്റെ താളുകളിൽ ഇന്നും നിറഞ്ഞു നിൽകുന്ന എത്രയോ സംഭവങ്ങൾ സാക്ഷി.

ഭാരതത്തിന്റെ പഞ്ചസാരപ്പാത്രമായി കേരളം മാറുന്ന കാഴ്ചയും നാം കണ്ടു കഴിഞ്ഞു. പ്രമേഹം മാത്രമല്ല, രക്താതി സമ്മർദ്ദം, കൊളസ്ട്രോൾ, അമിത വണ്ണം തുടങ്ങി ജീവിതശൈലീ രോഗങ്ങളും മലയാളിയുടെ മേൽ പിടി മുറുക്കിയിരിക്കുകയാണ്. നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ഇന്ന് വിളയെക്കാളും ഉയരത്തിലും ആഴത്തിലും പടർന്നും വളരുന്നത് കള യാണ്. സമൂഹത്തെ കാർന്നു തിന്നു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഈ അർബ്ബുദങ്ങളെ കണ്ടില്ലെന്നു നടിക്കുവാൻ മനസ്സാക്ഷിയുള്ള ആർക്കും സാധിക്കില്ല. വരുമാനത്തിന്റെ നല്ലൊരു പങ്ക് ലഹരി പദാർത്ഥങ്ങൾ വിററു നേടുന്ന ഒരു സർക്കാറിനു ചിലപ്പോൾ സമൂഹത്തോടുള്ള പ്രതിബദ്ധത നിറവേററുവാൻ ഏറെ സമയമെടുത്തെന്നിരിക്കും. ഒരു സമൂഹം മുഴുവൻ അധഃപതനത്തിലേയ്ക്ക് കൂപ്പുകുത്തുമ്പോൾ അമാന്തിക്കുവാൻ ഇനി നമുക്കു സമയമില്ല. ജനങ്ങൾക്കും അവരുടെ ഭരണകർത്താക്കൾക്കും ഒരു പോലെ അന്ധത ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന ഈ കലികാല വൈഭവത്തിനു മുന്നിൽ നമുക്ക് ഒരു വലിയ കണ്ണാടി കാട്ടേണ്ടിയിരിക്കുന്നു – നേരിന്റെ, നെറിവിന്റെ, ധാർമ്മികതയുടെ, സാഹോദര്യത്തിന്റെ, വിശ്വസ്നേ ഹത്തിന്റെ മുഖം കാണുന്ന കണ്ണാടി! ബ്രഹ്മാകുമാരീസിന്റെ മെഡിക്കൽ വിംഗ് ഈ ദൗത്യം ഏററെടുത്തിരിക്കുന്നു എന്നത് എത്രയും ശ്ലാഘനീയമാണ്. വരുന്ന മൂന്നു വർഷക്കാലത്തിനുള്ളിൽ കേരളത്തിലെ ഓരോ വീട്ടിലും ധാർമ്മികതയുടെ, സത്യത്തിന്റെ നേരറിവ് എത്തിച്ചു കൊടുത്ത് ലഹരിയിൽ നിന്നു മാത്രമല്ല, ഇന്നു നമ്മുടെ സമൂഹത്തെ കാർന്നു തിന്നുന്ന എല്ലാ വിപത്തുക്കളിൽ നിന്നും രക്ഷ നേടുവാനുള്ള പ്രായോഗികവും ആരോഗ്യ കരവുമായ ഒരു ജീവിതചര്യ തിരഞ്ഞെടുക്കുവാനുള്ള ഒരു അവസരം മലയാളിയുടെ മുന്നിൽ വയ്ക്കുകയാണ് എന്റെ കേരളം, ലഹരി വിമുക്ത കേരളം എന്ന ഈ പദ്ധതിലൂടെ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്.

എന്നത്തെയും എവിടത്തെയും പ്രശ്നം നല്ല മനുഷ്യർ ഇല്ല എന്നതല്ല, അവർ നിർജ്ജീവരായി, പുറകോട്ടു മാറുന്നതാണ്. ഈ സമൂഹത്തെ രക്ഷിക്കേണ്ട സാമൂഹികമായ കടമ മാത്രമല്ല, ധാർമ്മികമായ ഉത്തരവാദിത്വവും നമുക്കുണ്ട് എന്ന സത്യം നാം വിസ്മരിച്ചുകൂടാ. അല്ലെങ്കിൽ വരും തലമുറ നമുക്ക് മാപ്പ് തരില്ല. സുമന സ്സുകളായ ഏവരുമായി സഹകരിച്ച് നടപ്പാക്കുവാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്ന ഈ പദ്ധതിയുടെ നടത്തിപ്പിന് എല്ലാവിധ സഹായ-സഹകരണങ്ങളും ഹവിസ്സിന്റെ വായനക്കാരുടെ ഭാഗത്തു നിന്നും ഉണ്ടാകുമെന്ന് ഞങ്ങൾക്കുറപ്പുണ്ട്. വരൂ, നന്മ നിറഞ്ഞ ഒരു പുതുലോകം പണിയുവാൻ നമുക്ക് ഒത്തുകൂടാം.

താളുകൾ മറിക്കുമ്പോൾ

വിവേക ശകലങ്ങൾ.. ദാദി ജാനകി
ഈശ്വരന്റെ ഹീലിംങ് പവർ..ബി.കെ. സുരേന്ദ്രൻ, ബംഗലൂർ
മനുഷ്യനും ഭൂതവും ഭൂതനാഥനും..........................ബി. കെ. ജനാർദ്ദന ഉണ്ണിത്താൻ, മാവേലിക്കര
നേർക്കാഴ്ച..ബി.കെ. ഡോ.വത്സലൻ നായർ, മൗണ്ട് ആബു
പ്രൊസോപഗ്നോഷ്യ..ബി.കെ. അനിൽ, തിരുവനന്തപുരം
മാപ്പുകൊടുക്കൽ എന്നത്..ബി.കെ. ശോഭാദേവി, തിരുവനന്തപുരം
സന്തോഷം സന്തത സഹചാരിയാകുവാൻ..ഹവിസ്സ് ബ്യൂറൊ
ഗീതാജ്ഞാനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യവും ജ്ഞാനിയുടെ ലക്ഷണവും......ബി.കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ, ആലപ്പുഴ
ഭാരത ദർശനം..ബി.കെ. രവീന്ദ്രൻ പുത്തൂർ, തിരുവനന്തപുരം
യാത്ര..വിവർത്തനം: ബി. കെ. അനില
മരണമെത്തും മുമ്പ്..പ്രതിഭാ നായർ, മൗണ്ട് ആബു
നമസ്തേ..ബി.കെ. സുഭാഷ്, മൗണ്ട് ആബു
എന്താണ് സന്തോഷം..ബി. കെ. രാജേഷ്മോഹൻ, ആലപ്പുഴ
നിങ്ങളുടെ ദീപം തെളിയിക്കൂ..ബി.കെ. സുനിത, പാലക്കാട്
ഈശ്വരീയ സേവനം കേരളത്തിൽ..ഹവിസ്സ് ബ്യൂറൊ

ബഹു. ഡോ. ദാദി ജാനകി
മുഖ്യ പ്രശാസിക, ബ്രഹ്മാകുമാരീസ്

മററുള്ളവരെ ബഹുമാനിക്കുക എന്നാൽ അവരുടെ പ്രത്യേക ഗുണങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കുകയും പ്രശംസിക്കുകയുമാണ്.

എന്റെ ചുററുമുള്ള ഓരോ വ്യക്തിയും വ്യത്യസ്തനാണ്, ഓരോരുത്തരും പ്രത്യേകതയുള്ളവരാണ്, അതിശയകരമായ ഗുണങ്ങളും കഴിവുകളും ഉള്ളവരാണ്. ഞാൻ ഇപ്രകാരം മററുള്ളവരെ കാണുമ്പോൾ, അവർ എന്റെ ആഗ്രഹത്തിനനുസരിച്ച് മാറുമെന്ന് ഞാൻ ഒരിക്കലും പ്രതീക്ഷിക്കുന്നില്ല, മറിച്ച് അവരുടെ കഴിവുകളെയും ഗുണങ്ങളെയും ഞാൻ ബഹുമാനിക്കുന്നു.

പ്രജാപിതാ ബ്രഹ്മാകുമാരീസ് ഈശ്വരീയ വിശ്വ വിദ്യാലയം

എല്ലാ ജാതിയിലും മതത്തിലും വർഗ്ഗത്തിലും പെട്ട ഞങ്ങൾ 137 രാജ്യങ്ങളിലായി വ്യാപിച്ചിരിക്കുന്ന പ്രജാപിതാ ബ്രഹ്മാകുമാരീസ് ഈശ്വരീയ വിശ്വ വിദ്യാലയത്തിന്റെ 9000 രാജയോഗ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിത്യേന ക്ലാസ്സുകളിൽ പങ്കെടുക്കുന്നു. 55 രാജയോഗ കേന്ദ്രങ്ങളിലൂടെയും അനേകം ശാഖോപശാഖകളിലൂടെയും മലയാളത്തിന്റെ മണ്ണിലും ബ്രഹ്മാകുമാരീസ് അതിന്റെ ജൈത്രയാത്ര തുടരുകയാണ്. എല്ലാ വിശ്വാസ സംഹിതകളെയും ബഹുമാനിക്കുന്ന, യുക്തിയുക്തമായി ആത്മാവിന്റെയും ഈശ്വരന്റെയും, സമയത്തിന്റെയും, കർമ്മത്തിന്റെയും സ്വഭാവ രീതികൾ വിശദീകരിക്കുന്ന, ജ്ഞാനദീപ്തമായ ഒരു ജീവിതരീതി വർണ്ണിക്കുന്ന ആദ്ധ്യാത്മിക പഠനമാണ് ഞങ്ങൾ ഇവിടെ നടത്തുന്നത്.

മനസ്സിനെ ശാന്തമാക്കുന്ന, നമ്മുടെ ആന്തരീകവും ബാഹ്യവുമായ ലോകവുമായി ആരോഗ്യകരമായ ഐക്യം വളർത്തുന്ന, ഒരു ധ്യാന മാർഗ്ഗം ഞങ്ങൾ അഭ്യസിക്കുകയും പഠിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അനേകം സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളിലൂടെയും സഹയോഗങ്ങളിലൂടെയും ആദ്ധ്യാത്മിക ധാരണയും സമഗ്രമായ നേതൃത്വവും ഞങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുകയും കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെട്ട ഒരു ലോകത്തിനായി ഉത്കൃഷ്ടമായ കർമ്മങ്ങൾ ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഈശ്വരന്റെ ഹീലിംങ് പവർ

(സുഖപ്പെടുത്തൽ ശക്തി)

ബി.കെ.സുരേന്ദ്രൻ, ബംഗലൂർ

സകാരാത്മകമായ ചിന്തയുടെ (പോസിറ്റീവ് തോട്സിന്റെ) പ്രാധാന്യത്തെ ലോകം അംഗീകരിക്കാൻ തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. തങ്ങളുടെ മനസ്സിലുണ്ടാകുന്ന ചിന്തകളുടെ കാര്യക്ഷമതയെക്കുറിച്ച് ഇന്ന് പലരും ബോധനവാന്മാരാണ്, എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ നകാരാത്മകവും (നെഗറ്റീവ്), വ്യർത്ഥവും, വികാര ഭരിതവുമായ ചിന്തകൾ പലതരത്തിലുള്ള ശാരീരികവും മാനസ്സീകവും സാമൂഹ്യ പരവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നുണ്ട്. ഏതൊരു കർമ്മത്തിന്റേയും ബീജം ചിന്തകളാണ്. ബീജം നല്ലതല്ലെങ്കിൽ വിളവും തീർച്ചയായും വളരെ മോശമായിരിക്കും. ഇന്ന് ഡോക്ടർമാർ പോലും രോഗികളോട് സകരാത്മക ചിന്തനത്തിന്റെ പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചും അത്തരം ചിന്തകൾക്ക് ആന്തരീകവും ബാഹ്യവുമായ ആരോഗ്യത്തിന്റെ മേലുള്ള സ്വാധീനത്തെക്കുറിച്ചും ഉപദേശിക്കാറുണ്ട്. നമ്മുടെ രോഗശമന പ്രക്രിയയിൽ കേവലം മരുന്നിനു മാത്രമല്ല അതോടോപ്പം തന്നെ രോഗിയുടെ മനസ്സിലുണ്ടാകുന്ന ചിന്തകളും പെട്ടെന്നുള്ള രോഗശാന്തിക്ക് മരുന്നിനോടൊപ്പം തന്നെ തുല്യ പ്രാധാന്യം അർഹിക്കുന്നു്.

സകാരാത്മക ചിന്തനം ചെയ്യൂ

നമ്മുടെ പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിൽ നമുക്കുണ്ടായ ആനുഭവങ്ങളിൽ നിന്നും എല്ലാ സമയത്തും ഒരു പോലെ സകാരാത്മകമായി ചിന്തിക്കുവാൻ കഴിയില്ല എന്നകാര്യം മനസ്സിലാക്കാവുന്നതാണ്. നാം ഇന്ന് നകാരാത്മകമായ ചിന്തകളുടേയും വ്യർത്ഥ ചിന്തകളുടേയും വികാരീ ചിന്തകളുടേയും ചിന്തനത്തിൽ ശീലം ഉള്ളവരും അതുപോലെതന്നെ അതിന് അടിമകളുമാണ്. എപ്പോഴും നമ്മുടെ മനസ്സിൽ പോസിറ്റീവും നെഗറ്റീവുമായ ചിന്തകളുടെ യുദ്ധം നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. എന്നിരുന്നാലും നമുക്ക് ശാന്തവും സന്തുഷ്ടവുമായിരിക്കണമെങ്കിൽ, വളരെ തെളിവാർന്നതും നിർമ്മലവും പ്രശാന്തവുമായ മനസ്സിന്റെ ഉടമയാകണമെങ്കിൽ, രോഗമുക്തവും ആരോഗ്യകരവും സന്തുലനവും സ്നേഹം നിറഞ്ഞ വ്യക്തിബന്ധങ്ങളും ഉണ്ടാകണമെങ്കിൽ നാം സാകാരാത്മക ചിന്തനം എന്ന ഉത്തരവാദിത്തം ഏറ്റെടുത്തേ മതിയാകൂ. ഇത് നമ്മുടെ സമൂഹത്തെ കാര്യക്ഷമമാക്കുന്നതിനും ശാന്തിപൂർണ്ണമാക്കുന്നതിനും പരിസ്ഥിതിയെ ശുദ്ധവും, താളാത്മകവും, സന്തുലിതവും ആക്കിത്തീർക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. നമ്മുടെ മനസ്സിന്റെ അവസ്ഥയെയും, വ്യക്തിബന്ധങ്ങളെയും നമ്മുടെ സമൂഹത്തേയും പരിസ്ഥിതിയേയും നിലനിർത്തുന്നതിൽ നമ്മൾ തന്നെയാണ് ഉത്തരവാദികൾ. അതായത് സത്യത്തിൽ ലോകത്തിന്റെ അവസ്ഥ എന്തായിരിക്കണം എന്ന് നിശ്ചയിക്കുന്നത് നമ്മളാണ്. നമ്മൾ ജീവിതത്തിൽ വിജയവും സന്തോഷവും ആഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ സകാരാത്മകമായ ചിന്തകളും, സുസ്ഥിരതയും, ഉത്സാഹവും നാം വളർത്തിയെടുക്കണം. അതുകൊണ്ട് നമ്മുടെ ജീവിതയാത്രയിൽ സന്തോഷം ഉണ്ടാക്കുന്നതിന്റെ ഉത്തരവാദിത്തം നമ്മളിൽ നിക്ഷിപ്തമാണ്.

ഈശ്വര ചിന്ത- ഏറ്റവും ഔന്നത്യമായ ചിന്ത

നാം ബോധപൂർവ്വം സൃഷ്ടിച്ചെടുക്കുന്ന സകാരാത്മകവും ശുദ്ധവും ഉയർന്നതുമായ ചിന്തകൾ കൊണ്ട് നമുക്ക് നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന നകാരാത്മകവും വ്യർത്ഥവും ദുഷിച്ചതുമായ ചിന്തകളെ തടയാനാകും. നാം നമ്മുടെയുള്ളിൽ അന്തർലിഹിതമായിക്കിടക്കുന്ന സ്വതസിദ്ധമായ നന്മകളെക്കുറിച്ചും നമ്മിലെ സഹജമായ ഏഴ് മൗലീകഗുണങ്ങളെ (ജ്ഞാനം, ശാന്തി, സ്നേഹം, സന്തോഷം, സത്യത, ആത്മീയ ശക്തികൾ, ആനന്ദം) ക്കുറിച്ചും ചിന്തിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ മനസ്സിൽ സകാരാത്മകമായ ചിന്തകൾ രൂപപ്പെടാൻ തുടങ്ങും. അതോടൊപ്പംതന്നെ ഈശ്വരന്റെ ഗുണങ്ങളെക്കുറിച്ചും കർത്തവ്യങ്ങളെക്കുറിച്ചും ഈശ്വരനും നമ്മളും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യസ്ഥ തരത്തിലുള്ള ബന്ധങ്ങളെക്കുറിച്ചും ചിന്തനം ചെയ്യുമ്പോൾ നമ്മുടെ മനസ്സിൽ ഔന്നിത്യമുള്ള ചിന്തകൾ നട്ടുവളർത്തപ്പെടുന്നു. ഇത് നമ്മെ മാത്രമല്ല ഉയർത്തുന്നത്, നമ്മോടൊപ്പം തന്നെ ഇത് ലോകത്തിനുതന്നെ ഹിതകരവും പ്രകൃതിയിലും അതിന്റെ സ്വാധീനം ഉണ്ടാകുന്നു.

സാധാരണയായി എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നം വരുമ്പോഴോ ദുഃഖം വരുമ്പോഴോ ആണ് എല്ലാവരും ഈശ്വരനെ ഓർമ്മിക്കുന്നത്. അത്തരം ഓർമ്മ സകാരാത്മകമായ ഓർമ്മയല്ല, അത് ദുഃഖാർത്തമായ ദീന രോദനമാണ്. മിക്കവരും അവരുടെ വിധിയെക്കുറിച്ചോർത്ത് വിലപിക്കുന്നു, അവരുടെ എല്ലാ ദുഃഖങ്ങൾക്കും കാരണം ദൈവമാണെന്ന് പറഞ്ഞുകൊണ്ട് ദൈവത്തെ കുറ്റപ്പെടുത്തുന്നു. എന്നാൽ സ്നേഹത്തോടും ആദരവോടും സന്തോഷത്തോടും കൂടി ഈശ്വരനെ ഓർമ്മിക്കുമ്പോൾ അത് സകാരാത്മകവും മഹത്തരവുമാകുന്നു. അത്തരം ഉയർന്ന ചിന്തകൾ നമ്മെ പരിശുദ്ധിയുടേയും ശാന്തിയുടേയും ആനന്ദത്തിന്റേയും സാഗരനായ ഈശ്വരനുമായി ബന്ധിപ്പിക്കുന്നു. ഇത്തരത്തിലുള്ള ഓർമ്മ അതീന്ദ്രിയ സുഖത്തിന്റെ അനുഭൂതി നമ്മിൽ നിറ

യ്ക്കുന്നു. അതീന്ദ്രിയ സുഖം എന്നത് പവിത്രത, ശാന്തി, സ്നേഹം, സന്തോഷം, ആനന്ദം എന്നിവയാൽ പൊതിയപ്പെട്ട ഒരു ഗുളികയാണ്. ഇത് മനസ്സിലെ വ്യർത്ഥവും നകാരാത്മകവും ബലഹീനവുമായ ചിന്തകളെ ഇല്ലാതാക്കുന്നു എന്ന് മാത്രമല്ല, സകാരാത്മകവും ശുദ്ധവും ഉയർന്നതും ശക്തിശാലിയുമായ ചിന്തകളെ രചിക്കത്തക്കവണ്ണം മനസ്സിനെ ശക്തിശാലിയാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. നമ്മൾ ഈശ്വരനെ ഓർമ്മിക്കുമ്പോൾ, ഈശ്വരീയ ശക്തികൾ നമ്മിലേയ്ക്ക് ഒഴുകിയെത്തി അത് നമ്മിൽ നിർമ്മാർജ്ജന ശക്തിയായി സ്വയത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുകയും ഈശ്വരനുമായുള്ള ബന്ധം മനുഷ്യസമൂഹവുമായും പരിസ്ഥിതിയുമായും നമ്മെ കോർത്തിണക്കുന്നു.

സകാരാത്മകവും ശുദ്ധവും ഉയർന്നതുമായ ചിന്തനത്തിലുള്ള ജ്ഞാനബിന്ദുക്കൾ

1. ഓരോ വ്യക്തികൾക്കും ഓരോ കാര്യത്തിലും അവരവരുടേതായ സമീപന രീതിയും ക്രിയാത്മകത്വവുമുണ്ട്. നാം നമ്മെ നമ്മുടെ ക്രിയാശേഷിയെ ബാധിക്കുന്നതരത്തിലുള്ള നകാരാത്മകമായ ചിന്തകളിൽ നിന്നും കാഴ്ചപ്പാടിൽ നിന്നും സുരക്ഷിതമാക്കിവെയ്ക്കണം.

2. നമ്മളുമായി ഒരാൾക്ക് പൊരുത്തപ്പെട്ട് പോകാൻ കഴയുന്നില്ലെങ്കിൽ അവർക്ക് ചില ഉദാഹരണങ്ങൾ കാണിച്ചുകൊടുക്കുവാനും അവരുമായി സഹകരിച്ച് മുന്നോട്ട് പോകാനും ശ്രമിക്കണം.

3. സരളമായ സ്വഭാവം സ്വയത്തേയും മറ്റുള്ളവരേയും സരളമാക്കിത്തീർക്കുന്നു. സാധനങ്ങളെ പരിവർത്തനപ്പെടുത്താതെ അതിനെ അതേപോലെ സ്വീകരിക്കുക, അതിനെ ഉൾക്കൊള്ളുക. അതുമായി പൊരുത്തപ്പെട്ട് മുന്നോട്ടുപോവുക.

4. സകാരാത്മകമായ ഭാവിയെ ദൃശ്യാവിഷ്കാരം ചെയ്യുക. ഭയത്തേയും സംശയത്തേയും സങ്കുചിതമായ വിശ്വാസങ്ങളേയും നിയന്ത്രിച്ച് കൂടുതലായി സ്വയത്തിൽ വിശ്വസിക്കുക. നന്മയെ വിശ്വസിക്കുകയും ദൃശ്യാവിഷ്കാരം ചെയ്യുകയും വേണം.

5. എനിക്ക് കഴിയില്ല, ഇത് അസാദ്ധ്യമാണ്, എന്നുള്ള പരിധികൾ വെയ്ക്കാതിരിക്കുക. എല്ലാം ശരിയാകും, എനിക്ക് കഴിയും, ഞാൻ ചെയ്യും എന്നിങ്ങനെയുള്ള ദൃഢ സങ്കല്പങ്ങളെടുക്കുക.

6. പൂർവ്വകാലത്തെ ദുഃഖം നൽകുന്ന കാര്യങ്ങളെയും സന്ദർഭങ്ങളേയും ഓർമ്മിച്ച് സ്വയത്തേയും മറ്റുള്ളവരേയും വേദനിപ്പിക്കരുത്. കഴിഞ്ഞത് കഴിഞ്ഞു.

7. സ്വാദ്ധ്യായം (പഠനം) അനിവാര്യമാക്കണം. സ്വ–മുന്നേറ്റം അനിവാര്യമായതുകൊണ്ട് അതിനായി അല്പം സമയം കണ്ടെത്തണം. ജീവിതത്തിൽ സകാരാത്മകമായ പരിവർത്തനം കൊണ്ടുവരുന്നതിൽ സഹയോഗികളാകുന്ന സജ്ജനങ്ങളുമായി കൂട്ടുകൂടണം.

8. നിങ്ങൾക്ക് ലഭിച്ചിട്ടുള്ള അനുഗ്രഹങ്ങളുടെ എണ്ണമെടുക്കുകയും ജീവിതത്തിൽ കൂടുതൽ സൗന്ദര്യം കാണുവാനും ശ്രമിക്കുക.

9. സമയം ധനമാണ്, സമയം ജീവിതമാണ്, സമയം അവസരമാണ്. സമയത്തിന്റെ ഓരോ സെക്കന്റിന്റെയും മൂല്യം മനസ്സിലാക്കി അതിനെ സമർത്ഥമായി ഉപയോഗിക്കുക.

10. പരാജയം വിജയത്തിന്റെ ചവിട്ടുപടികളാണെന്ന് പറയാറുണ്ട്. പരാജയം നമ്മെ ആത്മപരിശോധകനും നിർഭയനും ക്രിയാശേഷിയുള്ളവനും മുൻകരുതലുള്ളവനുമാക്കിത്തീർക്കുന്നു. പരാജയങ്ങളിൽ നിന്നും പാഠം പഠിച്ച് സ്വയത്തിന്റെ മുന്നേറ്റം ഉണ്ടാക്കണം.

11. നമ്മുടെ കഴിവുകൾ കൊണ്ട് ഓരോരുത്തർക്കും പ്രചോദനം നൽകണം, ഓരോരുത്തർക്കും ശാന്തിയുടേയും സ്നേഹത്തിന്റേയും ശുഭഭാവനയുടേയും അനുഭവം നൽകണം. അവർ തന്നിലെ മൂല്യങ്ങളുടെ അനുഭവം ചെയ്യാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ അവരിൽ വളരെ പെട്ടെന്നു തന്നെ പ്രകടമായ മാറ്റങ്ങൾ കാണാൻ തുടങ്ങും.

രാജയോഗ ധ്യാനത്തിലെ ശൃംഖലാരൂപത്തിലുള്ള സകാരാത്മകവും ശാന്തവും ശക്തിശാലിയുമായ ചിന്തകൾ നമ്മെ ഈശ്വരനുമായി ബന്ധിപ്പിക്കുന്നു. സ്വയത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തിരിച്ചറിവ്, ഈശ്വര സങ്കല്പവും അതുമായിട്ടുള്ള ബന്ധവും മനസ്സിന്റെ ക്രിയാത്മക ഊർജ്ജത്തെ ഉത്തേജപ്പിക്കുകയും ശാരീരികവും വൈകാരികവുമായ ഊർജ്ജത്തെ വീണ്ടെടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് സുഖപ്പെടുത്തൽ പ്രക്രിയയെ സഹായിക്കുകയും അങ്ങനെ ശാരീരികവും മാനസ്സീകവും സാമൂഹികവും ആദ്ധ്യാത്മീകവുമായ മൊത്തത്തിലുള്ള സുസ്ഥിതി ഉണ്ടാക്കിത്തരികയും ചെയ്യുന്നു.

ഹവിസ്സിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്ന ലേഖനങ്ങളിലെയും കവിതകളിലെയും ആശയങ്ങളും അഭിപ്രായങ്ങളും ലേഖകരുടേതാണ്. അവ ബ്രഹ്മാകുമാരീസിന്റേയോ ഹവിസ്സിന്റേയോ അഭിപ്രായങ്ങളാണെന്ന് ധരിക്കരുത്.

മനുഷ്യനും ഭൂതവും ഭൂതനാഥനും.

ബി. കെ. ജനാർദ്ദന ഉണ്ണിത്താൻ, മാവേലിക്കര

അമൂല്യമായ മനുഷ്യജന്മം സാധനക്കുള്ളതാണ്. ശിക്ഷണം ലഭിച്ച ഏതൊരാൾക്കും ജീവിതയാത്രയിൽ ഓരോന്നും ആസ്വദിച്ച് ലക്ഷ്യത്തിൽ എത്തിച്ചേരുവാൻ കഴിയും. മറ്റു ജീവജാലങ്ങൾക്കില്ലാത്ത ചിന്താശക്തിയും ഭാവനാവിലാസവും ബുദ്ധികുശലതയും ശരീരഘടനയും മനുഷ്യജന്മത്തിന് ഈശ്വരൻ നൽകിയ വരദാനമാണ്. ഇതിലൂടെ മനുഷ്യജന്മം തുടക്കം മുതൽ ഒടുക്കം വരെ ധന്യമാക്കാനുള്ള പ്രതിബദ്ധത മനുഷ്യനുണ്ട്. ജീവിതയാത്രയിൽ നാം കണ്ടുമുട്ടുന്ന ഓരോ വ്യക്തിക്കും അവർ ബന്ധുക്കളോ മിത്രങ്ങളോ ആരുമാകട്ടെ നമ്മിൽ നിന്നും സ്നേഹവും സഹാനുഭൂതിയും സന്തോഷവും ശാന്തിയും കരുണയും ഇവയിൽ ഒന്നെങ്കിലും ലഭിക്കണമെന്നുള്ള നിതാന്ത ജാഗ്രത പുലർത്തുകയും താൻ കാരണം ആരും ദുഃഖിക്കാൻ പാടില്ല എന്നുള്ള ദൃഢതയും ഉണ്ടെങ്കിൽ ഇതിനെ സാധന എന്നു പറയാം. ഇതിനു വേണ്ടത് ഞാൻ ഒരു ആത്മാവാണെന്നുള്ള ബോധത്തിലൂടെ കൈവരിക്കുന്ന ആദ്ധ്യാത്മിക ഊർജ്ജമാണ്. ഇതിന് വിപരീതമായ സ്ഥിതി ഇന്ന് ഓരോ കുടുംബാന്തരീക്ഷത്തിലും കാണാൻ കഴിയും. മനുഷ്യൻ ആത്മബോധത്തിന്(soul conscious)പകരം ദേഹബോധം (soilconscious) എന്ന അബോധാവസ്ഥയിൽ ഓരോ കർമ്മവും ചെയ്ത് സ്വയം നാശത്തിലേക്ക് പോകുന്നു. കായബലത്തിൽ കേമൻ ദുർബലനുമേൽ കിരാതവേഴ്ച നടത്തുമ്പോൾ ആ മനസ്സുകളിൽ നിന്നുയരുന്ന തേങ്ങലുകളും വേദനയും നിറഞ്ഞ ചുടുനിശ്വാസങ്ങളാൽ ഈ പ്രപഞ്ചം ഒരു പൊട്ടിത്തെറിയുടെ വക്കിലാണ്. ഓരോ കർമ്മത്തിനും സമാനമായ പ്രതിക്രിയാകർമ്മമുണ്ടെന്ന് തെളിയിക്കപ്പെട്ട സത്യം മനുഷ്യൻ സൗകര്യപൂർവ്വം മറന്നതാണ് ഇതിനെല്ലാം കാരണം. ആദിയിൽ ദേവസമാനമായ മനുഷ്യ മനസ്സുകളിലൂടെ നിർഗമിച്ച നൻമയുടെ സുരഭി പ്രകൃതിയെ മുഴുവൻ പരോപകാരിയാക്കി. സൂര്യചന്ദ്രൻമാരുടെ ഉദയാസ്തമനങ്ങളും മന്ദമാരുതനും പുഷ്പങ്ങൾ വിടരുന്നതും ഫലങ്ങൾ പാകമാകുന്നതും നദികൾ ഒഴുകുന്നതും മയിലാടുന്നതും കുയിൽ പാടുന്നതും എല്ലാം പരാർത്ഥഭാവത്തിലാണ്. എന്നാൽ ഇവയ്ക്കെല്ലാം എന്നും പ്രേരണാ ശ്രോതസ്സ് ആകേ മനുഷ്യൻ ദാനവനു സമാനം അധഃപതിക്കുമ്പോൾ സൃഷ്ടിയുടെ സംവിധാനം തന്നെ താളം തെറ്റുന്നു. മനുഷ്യൻ ക്രോധത്തിന് വശപ്പെട്ട് സാധുക്കളുടെ മേൽ അഗ്നി വർഷിക്കുമ്പോൾ അവനറിയാതെ അവന്റെ ഉള്ളിൽ ഒരു അസുരഭൂതം രചിക്കപ്പെടുന്നു. മനുഷ്യന്റെ നിരന്തരമായ ചിന്തയും സങ്കല്പവും കർമ്മവും അവനെ ദേവനോ ഭൂതമോ ആക്കുന്നതാണ്. ദേവന്റേയും അസുരന്റേയും ശരീരശാസ്ത്രം ഒന്നു തന്നെയാണ്. എന്നാൽ കർമ്മമാണ് വേർതിരിവിന് കാരണം. മനുഷ്യ ശരീരത്തിലുള്ള കോടാനുകോടി ഫിസിക്കൽ ആറ്റങ്ങളിൽ ഓരോന്നിലും മറ്റ് രണ്ട് ആറ്റങ്ങൾ കൂടി അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഈഥറിക്ക് ആറ്റവും, അസ്ട്രൽ ആറ്റവും. അതുകൊണ്ട് ഓരോരുത്തരിലും സ്ഥൂലശരീരം കൂടാതെ മറ്റ് രണ്ട് സൂഷ്മശരീരങ്ങളും അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. മതഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ ഇവയെപറ്റി ഭാവശരീരമെന്നും കാരണശരീരമെന്നും വർണ്ണനയുണ്ട്. ജീവിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരു മനുഷ്യനിൽ ഫിസിക്കൽ ആറ്റത്തിന്റെ ആവർത്തനക്ഷമത ഒരു ലക്ഷം പ്രതിനിമിഷവും മറ്റു രണ്ടിന്റേയും യഥാക്രമം 50000 വും 25000വും പ്രതിനിമിഷമായിരിക്കും. മനുഷ്യ ശരീരം മൃതപ്രായമാകുമ്പോൾ ഫിസിക്കൽ ആറ്റത്തിന്റെ ആവർത്തനഗതി മന്ദീഭവിക്കുകയും ഈഥറിക്ക് ആറ്റത്തിന്റെ ആവർത്തനക്ഷമത ഒരു ലക്ഷം പ്രതിനിമിഷം ആയിത്തീരും തൽഫലമായി സ്ഥൂലശരീരത്തിൽ നിന്നും ഈഥറിക്ക് ആറ്റത്തിന്റെ സൂഷ്മശരീരം പുറത്തുവരികയും അതിൽ ആത്മാവ് അടുത്ത വേദിയിലേക്ക് യാത്രയാവുകയും ചെയ്യുന്നു. സങ്കല്പങ്ങളുടെ ആധാരത്തിൽ അജ്ഞാനകാലത്ത് സ്വയം രചിക്കുന്ന ഈ ശരീരം ഭൂതശരീരം ആയിരിക്കും. ഈ ശരീരത്തിന്റെ നിലനിൽപ്പ് അതിന്റെ പിന്നിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആത്മാവിന്റെ പ്രബലമായ ഇച്ഛാശക്തിയുടേയും ഏകാഗ്ര

തയുടേയും ആധാരത്തിലാണ്. സാധാരണ മനുഷ്യർക്ക് ഇതു രണ്ടും കുറവായതിനാൽ ഏകദേശം 13 ദിവസങ്ങൾ ഈ ശരീരം അന്തരീക്ഷത്തിൽ ചുറ്റികറങ്ങുകയും അതിനുശേഷം അത് വിഘടിച്ച് അന്തരീക്ഷത്തിൽ ലയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അതിലുള്ള ആത്മാവ് സൂക്ഷ്മരൂപമായി അതിന്റെ പൂർവ്വജന്മ കർമ്മത്തിന് അനുയോജ്യമായ ഗർഭത്തിൽ പ്രവേശിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ ദുർമന്ത്രവാദികളും ദുഷ്കർമ്മികളും അവരുടെ ജീവിതകാലത്തിൽ ദുഷ്ടപ്രവർത്തികൾക്കുവേണ്ടി സാധനയിലൂടെ കൈവരിച്ച ഏകാഗ്രതയാലും ഇച്ഛാശക്തിയാലും ഈ ഭൂതശരീരം അനേകകാലം അന്തരീക്ഷത്തിൽ ജന്മം കിട്ടാതെ അലയും. അവരുടെ വാസം ശ്മശാനങ്ങളിൽ മറ്റു ഭൂതങ്ങൾക്കൊപ്പം ആയിരിക്കും. ഇതിനു വിപരീതമായി തപസ്വികളും യോഗികളും മാനവജന്മത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ ലക്ഷ്യവും മൂല്യങ്ങളും മനസ്സിലാക്കി പരമാത്മാജ്ഞാനം കൈവരിച്ച ഗൃഹസ്ഥികളും അവരുടെ ജന്മസൗഭാഗ്യത്തെ ഉണർന്ന് ജീവിതത്തിൽ നേരിടേണ്ടിവരുന്ന സർവ്വതിനേയും തന്റെ നന്മക്കാണെന്ന ഭാവത്തിൽ സദാ ശുഭചിന്തകരും ശുഭ സങ്കല്പധാരികളും ആകുമ്പോൾ അവർ ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ അവരുടെ പ്രബലമായ ഇച്ഛാശക്തിയാലും ഏകാഗ്രതയാലും ഫിസിക്കൽ ആറ്റത്തിന്റെ ഗതി മന്ദീഭവിക്കുകയും അസ്ട്രൽ ആറ്റത്തിന്റെ ആവർത്തനക്ഷമത ഒരു ലക്ഷം/നിമിഷം ആവുകയും ചെയ്യും. അതിന്റെ ഫലമായി പ്രഭാപൂരം ചൊരിയുന്ന ഒരു പ്രകാശ ശരീരം രചിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യും. അതിൽ കയറി ആത്മാവിന് പ്രപഞ്ചത്തിലെവിടേയും നിമിഷത്തിനുള്ളിൽ പോയിവരാനും കഴിയുന്നു. ഇതിനെയാണ് ഫരിസ്തയെന്നും മാലാഖയെന്നും പറയുന്നത്. ശങ്കരാചാര്യ സ്വാമികൾ ഈ സൂക്ഷ്മപ്രകാശ ശരീരത്തിലൂടെ ആകാശമാർഗ്ഗത്തിൽ സഞ്ചരിച്ചതും കൂടുവിട്ടു കൂടുമാറിയതുമെല്ലാം നാം കേട്ടിട്ടുള്ളതാണ്. പാരാസൈക്കോളജി എന്ന ശാസ്ത്രശാഖ ഇതിന്റെ പഠനം നടത്തുന്നുണ്ട്. അന്തിമ കുറ്റവിചാരണാ നാളുകളിൽ ആയിരക്കണക്കിന് മാലാഖമാർ ആകാശത്ത് പ്രത്യക്ഷപ്പെടുമെന്ന് ഒരു മതഗ്രന്ഥത്തിൽ കാണുന്നു. ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ തന്നെ മാലാഖയായിപ്പിറന്ന് വിശ്വസേവനം ചെയ്യുവാൻ നിത്യവും അഭ്യസിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ലക്ഷക്കണക്കിന് തപസ്വികൾ ഭൂതനാഥനായ ഈശ്വരന്റെ ശിക്ഷണത്തിൽ ലോകത്തിന്റെ നാനാഭാഗത്തും ഉണ്ട്. അവരുടെ അംഗപ്രത്യംഗങ്ങളിൽ നിന്നും പ്രസരിക്കുന്ന ശാന്തിയുടേയും സ്നേഹത്തിന്റേയും പവിത്രതയുടേയും പ്രകമ്പനങ്ങൾ ഈ സൃഷ്ടിയെ വീണ്ടും പാവനമാക്കുന്നതാണ്. അതിലൂടെ ഭൂമിയിൽ വീണ്ടും ഒരു സ്വർഗ്ഗ വസന്തം അടുത്തുതന്നെ പ്രതീക്ഷിക്കാം.

**വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ അതുല്യ
മായ വികാസത്തിന്റെ ഒരു
തലം നമ്മുടെയുള്ളിൽ
മറഞ്ഞിരിക്കുന്നു.
നിസ്തുലമായ ആ
തലത്തിലേയ്ക്കുള്ള ഉൾക്കാഴ്ച
രാജയോഗം നേടിത്തരുന്നു.
ധാർമ്മികവും
സന്മാർഗ്ഗികവുമായ
ബോധത്തെ ഉദ്ദീപിപ്പിക്കുന്നു.
ഇന്ദ്രിയാതീതമായ സുഖവും,
ആനന്ദവും, സന്തോഷവും
അനുഭവവേദ്യമാക്കുന്നു.
രാജയോഗ ധ്യാനം
അഭ്യസിക്കൂ
ജീവിതം ധന്യവും
ഐശ്വര്യപൂർണ്ണവുമാക്കൂ.**

ഡോ. വത്സലൻ നായർ, മൗണ്ട് ആബു

1. ജീവിതം – അതു പലർക്കും ഒരു പ്രഹേളികയാണ്. ആ വലിയ ചോദ്യചിഹ്നത്തിന്റെ മുന്നിൽ തളർന്നിരിക്കുന്നവർക്കായി ജീവിതത്തിന്റെ തീച്ചൂളയിൽ വാർത്തെടുത്ത അനുഭവങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിൽ, തന്റെ സ്വതസിദ്ധമായ ശൈലിയിൽ ജീവിതം ആസ്വദിക്കുവാനുള്ള കല നമുക്കായി പങ്കുവയ്ക്കുന്ന ഡോ. വത്സലൻ നായർ. ഹവിസ്സിന്റെ കൂട്ടുകാർക്കായുള്ള ഈ പംക്തിയിൽ നിങ്ങളുടെ ചോദ്യങ്ങളും സംശയങ്ങളും കൂടി ഉൾപ്പെടുത്തുവാൻ ഞങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. സഹകരിക്കുമല്ലോ...

അല്പമായ ഈ ജീവിതയാത്ര, ചിലർക്ക് ആനന്ദകരമാകുമ്പോൾ, മററു ചിലർക്ക് മടുപ്പായി മാറുന്നു. മറുകരയെത്തുവാൻ ചിലർ പെടുന്ന പാടു കാണുമ്പോൾ കഷ്ടം തോന്നും. തിരിച്ചറിവിന്റെ തലങ്ങളിലെത്തുന്നതിനു മുമ്പേ ജീവിത യാഥാർത്ഥ്യങ്ങൾ എന്നെ നോക്കി പല്ലിളിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആരോടും പങ്കുവയ്ക്കുവാനാവാതെ അന്തം വിട്ടു നിന്ന ആ നിമിഷങ്ങൾ ഇന്നും എന്റെ മുന്നിലുണ്ട്. ഒരു വഴി അടയുമ്പോൾ അനേക വഴികൾ തുറക്കുമെന്ന് പറയുന്നതു പോലെ, എന്റെ മുന്നിലും ഒരു പുതിയ വഴി തുറക്കുകയായിരുന്നു. കണ്ണീരു കാണുവാൻ കാഴ്ചക്കാരില്ലാതിരുന്ന ആ ലോകത്തോട് തൂലിക കൊണ്ട് ഞാൻ പകരം വീട്ടി. എഴുത്തിന്റെ മേച്ചിൽപ്പുറങ്ങൾ പരിചിതമല്ലാതിരുന്നതിനാലാകാം ആദ്യത്തെ കണ്മണിയ്ക്ക് പേരു വീണ 'ലിറ്ററി ജേർണലിസം'. വല്ലാത്ത വാശിക്കാരനായിരുന്നു അന്നു ഞാൻ. ആ വാശിയിൽ, വേദനകളുടെ നീർച്ചുഴി സമ്മാനിച്ച ജീവിതാനുഭവങ്ങളുടെ നേർചിത്രങ്ങൾ കോർത്ത് ഒരു ചെറുകഥയെഴുതി പ്രശസ്ത മാസികയ്ക്ക് അയച്ചു കൊടുത്തു. മൂന്നു മാസങ്ങൾക്കു ശേഷം പുറംതാളിൽ പേരുവച്ച് ആ കഥ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു വന്നു.

സ്വന്തം ജീവിതത്തിലെ ദുഃഖങ്ങളുടെ വേലിയേററമാകാം, ജീവിതത്തെ കൂടുതൽ അടുത്തറിയുവാൻ എന്നെ പ്രേരിപ്പിച്ചത്. അനേകരുടെ ദുഃഖങ്ങൾ നേരിട്ടറിയുവാൻ കഴിയുന്ന ഒരു തൊഴിൽ നൽകി സർവ്വേശ്വരൻ തുണയായപ്പോൾ, ഈ വേദനകൾ, കണ്ണീർ ഒപ്പിയെടുക്കുവാൻ എന്തെങ്കിലും ചെയ്യണമെന്ന ഒരു ചിന്ത എന്നിൽ ഉദിച്ചു തുടങ്ങി. എന്തു ചെയ്യണമെന്നറിയില്ല. എങ്ങനെ ചെയ്യണമെന്നും അറിയില്ല. എന്റെ ഭ്രാന്തു കേൾക്കുവാൻ ആരുമൊട്ടു ചെവി തരുന്നുമില്ല. അവിടെ വീണ്ടും പുതിയ വാതിലുകൾ തുറക്കപ്പെട്ടു. ജീവിതത്തിന്റെ വേറിട്ട തലത്തിലേയ്ക്ക് ഉയർത്തപ്പെട്ടപ്പോൾ ആദ്യം അന്ധാളിപ്പായിരുന്നു. യാഥാർത്ഥ്യങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടുവാൻ സമയമേറെ എടുത്തു.

തിരിഞ്ഞു നോക്കുമ്പോൾ എനിക്ക് നന്ദി പറയുവാൻ അനേകരുണ്ട്. ആദ്യം നന്ദി പറയേണ്ടത്, എനിക്കായി വേദനകൾ മാത്രം മാറ്റിവച്ച ഒരു കൂട്ടർക്കാണ്. അവർ ഇല്ലാതിരുന്നെങ്കിൽ എന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ അർത്ഥം തന്നെ നഷ്ടപ്പെടുമായിരുന്നു. പിന്നെ, ഒളിവിലും തെളിവിലും മുങ്ങിയും പൊങ്ങിയും നിന്ന ഒരു കൂട്ടം സുഹൃത്തുക്കൾ. അവരിൽ പലരും അവരുടെ ലോകത്ത് എന്നും തിരക്കിലായിരുന്നു. ബന്ധങ്ങളുടെ ആഴം മനസ്സിലാക്കുവാൻ ഇവരെല്ലാം എനിക്കു നൽകിയ സഹായം ചെറുതല്ല. ഒടുവിൽ, വാക്കുകൾക്കെല്ലാം, ശിഷ്ട ജന്മം കൊണ്ട് ഞാൻ നന്ദി പറയുന്ന, എന്നും എന്നോടൊപ്പം നിന്ന എന്റെ പ്രിയ തോഴൻ, എന്റെ പ്രാണപ്രിയൻ, എന്റെ എല്ലാമെല്ലാമായ സർവ്വശക്തൻ.

ജീവിതം ഇങ്ങനെയൊക്കെയാണ്. ഇത് ആസ്വദിക്കുന്ന കല മനസ്സിലാക്കിയാൽ നാം ജയിച്ചു. അതിനുള്ള ഒരു ശ്രമമാണ് ഈ പംക്തി.

പ്രൊസോപഗ്നോഷ്യ

ബി.കെ. അനിൽ, തിരുവനന്തപുരം

കാണുവാൻ ആഗ്രഹിക്കാത്ത ചില മുഖങ്ങൾ ജീവിതത്തിലുണ്ടാകും. ആ മുഖങ്ങൾ കണ്ടാലും നമ്മൾ കാണാത്ത ഭാവം നടിക്കും. ബുദ്ധി അവരെ തിരിച്ചറിയുമെങ്കിലും, ബോധപൂർവ്വം ആ മുഖങ്ങളെ തള്ളിക്കളയുന്നു, മറക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു, ഇനിയൊരിക്കലും തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയാത്ത വിധം. എന്നാൽ പ്രൊസോപഗ്നോഷ്യ അതല്ല. മുമ്പ് അറിയാമായിരുന്ന മുഖങ്ങളെ കണ്ടാൽ തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയാത്ത ഒരു അവസ്ഥയാണത്. രണ്ടാം ലോക മഹായുദ്ധ കാലത്ത് ശിരസ്സിന് ക്ഷതമേറ്റ ചില സൈനികർ സ്വന്തം വീടുകളിലേയ്ക്ക് മടങ്ങിവന്നപ്പോൾ തങ്ങളുടെ കുടുംബാംഗങ്ങളുടെ മുഖം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. പ്രൊസോപഗ്നോഷ്യ ഉള്ള ആളെ ഏതെങ്കിലും ഉറ്റ ബന്ധുവിനെ മുന്നിൽ നിറുത്തി, ഇത് ആരാണ് എന്ന് ചോദിച്ചാൽ "എനിക്ക് അറിയില്ല" എന്ന് പറയും. എന്നാൽ അവരുടെ രൂപ ലക്ഷണങ്ങളെ വർണ്ണിക്കാൻ കഴിയും– കണ്ണിന്റെ നിറം, മൂക്കിന്റെ ആകൃതി, മുടിയുടെ നിറം, ത്വക്കിന്റെ നിറം എല്ലാം പറയും. അവരുടെ ശബ്ദം കേട്ടാൽ തിരിച്ചറിയും. പേരു പറഞ്ഞാൽ തിരിച്ചറിയും. പക്ഷെ ആ മുഖം തിരിച്ചറിയുകയില്ല. അവർക്ക് സിനിമ കാണാനോ സീരിയൽ കാണാനോ കഴിയില്ല. കാരണം, മുമ്പ് കണ്ട സീനിലെ മുഖങ്ങളെപ്പോലും ചിലപ്പോൾ അടുത്ത സീനിൽ കാണുമ്പോൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞുവെന്ന് വരില്ല. മുഖങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുന്നതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മസ്തിഷ്കത്തിലെ "ഫ്യൂസിഫോം ഗൈറസ്" – ലെ തകരാറ് ഈ അവസ്ഥയ്ക്ക് കാരണമായി പറയുന്നു. മസ്തിഷ്ക ക്ഷതമോ, ജനിതകമോ ആകാം ഇതിന്റെ കാരണം. പ്രൊസോപഗ്നോഷ്യയുടെ ഗുരുതരാവസ്ഥയിൽ കണ്ണാടിയിൽ കാണുന്ന സ്വന്തം രൂപം പോലും അന്യമായി തോന്നും. ഇതിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമായി, ബോധപൂർവ്വം ചില മുഖങ്ങളെ തിരിച്ചറിയാതിരിക്കുവാൻ നമ്മൾ ശ്രമിക്കുന്നതിന്റെ കാരണങ്ങൾ പലതാണ്. മുമ്പ് ആ മുഖങ്ങൾ മനോവിഷമം ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുണ്ടാകും. നന്മയുടെ മുഖംമൂടി ധരിച്ചിരുന്നിരിക്കാം. എന്നാൽ പിന്നീട് നമ്മൾ കാണേണ്ടി വന്ന തിന്മയുടെ മുഖം നമ്മിൽ ഭയം ജനിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ടാകും. അസ്വസ്ഥമാക്കിയിട്ടുണ്ടാകും. ആഗ്രഹിക്കാതെയും ചിലപ്പോൾ മനസ്സിൽ ഇടംതേടിയെത്തുന്ന ആ മുഖങ്ങൾ, അതേ നിമിഷത്തിൽ തന്നെ അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മനോവികാരങ്ങളെയും കൊണ്ടുവരും. മനസ്സിനെ ചഞ്ചലവും അസ്വസ്ഥവുമാക്കും. കാരണം ആ മുഖങ്ങൾ ഈ തിക്താനുഭവങ്ങളുമായി കൂട്ടിയിണക്കപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ്.

ചില പോംവഴികൾ

നമ്മുടെ സന്തോഷത്തെ ഇല്ലാതാക്കുന്ന ആ മുഖങ്ങളുടെ സ്വാധീനത്തെ മെല്ലെ മെല്ലെ കുറയ്ക്കുകയും അവയെ ഇല്ലാതാക്കുകയും വേണം. അതിനുള്ള ഒരു പോംവഴി എന്താണ്?

ആ മുഖങ്ങൾ കാണുമ്പോൾ, വരുന്ന മനോഭാവങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കണം. എന്റെ ഭാഗമാണ് ശരി, അവരുടെ ഭാഗം തെറ്റാണ് എന്ന് ന്യായീകരിക്കുകയും, ആ നെഗറ്റീവ് ഭാവങ്ങൾ ഉള്ളിൽ പിടിച്ചുവയ്ക്കാതിരിക്കുകയും വേണം.

ആ മുഖങ്ങൾ സ്മൃതിയിൽ വരുമ്പോൾ എന്റെ മനസ്സിലുണ്ടാകുന്ന പ്രതികരണഭാവം വാസ്തവത്തിൽ വേണ്ടതുതന്നെയാണോ എന്ന് സ്വയം ചോദിക്കണം. അല്ല എന്നാണ് ഉത്തരമെങ്കിൽ, ആ മനോഭാവങ്ങൾ മടങ്ങിപ്പോകും, സ്വമേധയാ. മെല്ലെ മെല്ലെ, ആ മുഖങ്ങൾ നമ്മുടെ മനസ്സിനെ സന്ദർശിക്കുന്നത് കുറയും, അവയുടെ വ്യക്തത കുറയും, മൂടൽ മഞ്ഞുപോലെയാകും. പിന്നെ മാഞ്ഞുപോകും. നമ്മൾ സ്വതന്ത്രമാകും. മനസ്സിന്റെ സന്തുലനം തിരികെ വരികയും ചെയ്യും.

ചില മുൻകരുതലുകൾ ആ മുഖങ്ങളെ ഇങ്ങനെ മായ്ചുകളഞ്ഞാൽ മാത്രം പോര, ഭാവിയിൽ വരുന്ന പുതിയ മുഖങ്ങളുടെ കാര്യത്തിൽ ചില മുൻകരുതലുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്യണം.

ജീവിത്തിന്റെ ഏത് മേഖലയിലും സംഘർഷങ്ങൾ വരാതെ നോക്കണം. ശാന്തത നിലനിർത്തുവാൻ ശ്രമിക്കണം. സഹാനുഭൂതിയുള്ളവരാകണം അധിക്ഷേപമോ, പരിഹാസമോ ഉണ്ടാകുമ്പോഴും സഹനശീലത കൈവിടാതെ നോക്കണം, പ്രതികാര ഭാവം ഉപേക്ഷിക്കണം. മഹാമനസ്കതയുള്ളവരാകണം മറ്റുള്ളവർ ഏതെങ്കിലും പ്രതിസന്ധിയിലായിരിക്കുമ്പോൾ അവർക്ക് സഹായ ഹസ്തം നൽകണം. ദിവസവും ഇപ്രകാരത്തിലുള്ള ഏതെങ്കിലും സേവനം ചെയ്യണം. ആത്മശക്തി വർദ്ധിപ്പിക്കണം ശുഭാപ്തി വിശ്വാസം പുലർത്തണം. ബന്ധങ്ങൾ ആത്മീയ സ്നേഹപൂർണ്ണമാക്കണം.

മറ്റുള്ളവരുടെ കുറവുകളിലേയ്ക്ക് ശ്രദ്ധ പോകുമ്പോഴാണ് ബന്ധങ്ങൾ പലപ്പോഴും തകരാറിലാകുന്നത്. അപ്പോൾ മനസ്സിൽ ക്രോധത്തിന്റെയും വെറുപ്പിന്റെയും ഭാവനകൾ ഉടലെടുക്കുന്നു. ഇതിലൂടെ മനപ്രസാദം നഷ്ടപ്പെടും. കടുത്ത വാക്കുകൾ പറയും. സ്നേഹരഹിതമായ പെരുമാറ്റം കാണിക്കും. അന്യോന്യം ഗുണങ്ങൾ കാണുകയും ഗുണങ്ങൾ വർണ്ണിക്കുകയും ചെയ്യുവാൻ സാധിച്ചാൽ മാത്രമേ ബന്ധങ്ങൾ സുദൃഢമാകുകയുള്ളൂ. കുറവുകൾ എല്ലാവരിലുമുണ്ട്. ഒരാളിൽ ഒന്നാണെങ്കിൽ, ഇനിയൊരാളിൽ മറ്റൊന്നായിരിക്കും. അന്യരുടെ കുറവുകൾ ചിന്തിക്കുകയും വർണ്ണിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിൽ എന്ത് പ്രയോജനം! ഇതിൽ ഗഹനപൂർവ്വം മനസ്സിലാക്കേണ്ട ഒരു മനശാസ്ത്രമുണ്ട് – എങ്ങനെ ചിന്തിക്കുന്നുവോ, അതുപോലെ സ്വയം ആയിത്തീരുന്നു. ജീവിച്ചിരിക്കുന്ന നാളുകളിൽ സ്നേഹം പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിനു പകരം വെറുപ്പും വിദ്വേഷവും പങ്കുവയ്ക്കുന്നത് വിവേകശൂന്യതയാണ്. ഗുണങ്ങളില്ലാത്ത ആരും ലോകത്തിലില്ല. ഗുണങ്ങളുടെ നേർക്ക്, നന്മയുടെ നേർക്ക് നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ പോകുമെങ്കിൽ, അവ നമ്മുടെയും സംസ്കാരമായിത്തീരും, മനപ്രസാദമുണ്ടാകും, ജീവിതം ഉല്ലാസപൂർണ്ണമാകും.

പിന്നെ മുന്നിലും മനസ്സിലും വരുന്ന മുഖങ്ങൾ സന്തോഷത്തിന്റെയും സംതൃപ്തിയുടെയും ഭാവങ്ങളായിരിക്കും നമുക്ക് സമ്മാനിക്കുന്നത്.

മാപ്പുകൊടുക്കൽ എന്നത്

നമ്മളോടുതന്നെ ക്ഷമിക്കുന്നതാണ്

ബി.കെ. ശോഭാദേവി, തിരുവനന്തപുരം

നമ്മൾക്ക് ആരോടെങ്കിലും പശ്ചാത്താപം തോന്നുമ്പോൾ അത് ശക്തമായ നെഗറ്റീവ് ബന്ധമായിത്തീരുന്നു; നമ്മൾ അവരോട് കടപ്പെട്ടവരായിത്തീരുന്നു. പശ്ചാത്താപത്തെ പുറത്തേക്ക് വിടുമ്പോൾ അവർ സ്വതന്ത്രരാകുന്നു. മാപ്പു കൊടുക്കൽ (ക്ഷമിക്കൽ) എന്നത് നമ്മൾ മുൻപത്തെ പോലെ പെരുമാറുകയും സംസാരിക്കുകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു എന്നു മാത്രമല്ല. നമ്മൾ നമ്മുടെ മുറിവിനെ (മനസ്സിന്റെ) ഉണക്കി എന്നുകൂടിയാകുന്നു, നമ്മൾ മറ്റേയാളുടെ മനസ്സ് മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ട്, നമ്മുടെ വേദനക്ക് മറ്റുള്ളവരല്ല ഉത്തരവാദി എന്നുമാണ്. നമ്മളോട് ക്ഷമിക്കാത്തവരോട് നമ്മൾ ദേഷ്യപ്പെടരുത്. അവർ ഇപ്പോഴും വേദനയിലാണ്. നമ്മളുമായി ഇടപെടാൻ അവർക്ക് ധൈര്യമില്ല. കാരണം വീണ്ടും അവരുടെ മനസ്സ് വേദനിക്കുമോ എന്ന് അവർ ഭയക്കുന്നു. അവരോട് സ്നേഹത്തോടെയും ദയയോടെയും ഇടപെട്ടാൽ അവരുടെ മുറിവ് ഉണങ്ങും. മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്ന് നേരത്തെ വേദനയുടെ അനുഭവങ്ങൾ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ നമ്മൾ അവരെ കുറ്റപ്പെടുത്തുകയും അവരോട് അവരുടെ പെരുമാറ്റത്തിൽ മാറ്റം വരുത്താൻ ആവശ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ മാത്രമേ നമ്മൾക്ക് സന്തോഷം ഉണ്ടാകുകയുള്ളൂ. ഇപ്പോൾ നമ്മൾക്ക് ബോധമുണ്ട്, നമ്മൾ വേദനയിലാണ്, നമ്മൾ തന്നെയാണ് നമ്മുടെ വേദനയുടെ സൃഷ്ടാക്കൾ, നമ്മൾ തന്നെ അത് ശമിപ്പിക്കണം (മുറിവ് ഉണക്കണം) അത് മുഴുവൻ നമ്മുടെ ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. നമ്മുടെ അവസ്ഥക്ക് നമ്മൾ മറ്റുള്ളവരെ കുറ്റപ്പെടുത്തുമ്പോൾ നമ്മൾ നമ്മുടെ ശക്തി (കഴിവ്) അവർക്ക് കൊടുത്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നമ്മുടെ മുറിവ് (വേദന) കുറയുന്നതിന്, ഉണങ്ങുന്നതിന് നമ്മൾക്ക് അവരെ ആശ്രയിക്കേണ്ടിവരുന്നു. ജനങ്ങൾക്ക് നമ്മുടെ ജോലി, പണം, സ്വത്ത്, ശരീരത്തെപോലും സ്വാധീനിക്കാനുള്ള (ബാധിക്കാനുള്ള) കഴിവുണ്ട്. എന്നാൽ നമ്മുടെ മനസ്സിനെ സ്വാധീനിക്കാൻ (ബാധിക്കാൻ) കഴിയില്ല. മനസ്സ് പരിപൂർണ്ണമായും നമ്മുടെ നിയന്ത്രണത്തിലാണ്. മുറിവ് ഉണക്കൽ അത്ര വലിയ ബുന്ധിമുട്ടുള്ള പ്രക്രിയയല്ല. അത് ദിവസവുമുള്ള വേദനയെ ശുദ്ധീകരിച്ചു കൊണ്ടുവരലാണ്. സാഹചര്യങ്ങളോടുള്ള നിങ്ങളുടെ പ്രതികരണങ്ങളെക്കുറിച്ച് ബോധമുണ്ടായിരിക്കണം. ശരിയായ പ്രതികരണങ്ങളെ നിങ്ങൾ തന്നെ അഭിനന്ദിക്കണം. പ്രവർത്തിയിൽ നെഗറ്റീവ് ആയ ചിന്ത (സമീപനം) വരുമ്പോൾ അതിനെ ന്യായീകരിക്കരുത്. അടുത്ത പ്രാവശ്യം വ്യത്യസ്തമായ രീതിയിൽ അത് ചെയ്യാൻ നിങ്ങളെ തയ്യാറാക്കുക. നാലു ഘടകങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിന് നമ്മൾക്കുള്ള ശീലങ്ങളെ (സ്വഭാവങ്ങളെ) മാറ്റുക. അറിവ്, യോഗ-ധ്യാനം, ധാരണ-തുടർച്ചയായ സ്വാധീനം-പങ്കുവെയ്ക്കൽ. ആത്മീയ ജ്ഞാനത്തെക്കുറിച്ചും പ്രഭാതത്തിൽ പഠിക്കുകയും ധാരണപോലെയുള്ള സാഹചര്യങ്ങളിൽ അത് ഉപയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുക. നമ്മൾ വിപരീത സ്വഭാവങ്ങളിൽ നിന്നും മനസ്സാക്ഷിക്കനുസരിച്ച് പ്രതികരിക്കുന്ന നമ്മുടെ ഗുണങ്ങളായ സമാധാനം, സ്നേഹം, ബഹുമാനം എന്നിവയിലേക്കുമാറുക. വാക്കുകളിൽക്കൂടിയും, പ്രവൃത്തികളിൽക്കൂടിയും, സന്തോഷങ്ങളിൽക്കൂടിയും നമ്മുടെ ജ്ഞാനം മറ്റുള്ളവരുമായി പങ്കുവെയ്ക്കുക. നമ്മൾ നമ്മുടെ ഗുണങ്ങളെ പ്രവൃത്തിയിൽ കൊണ്ടുവരുമ്പോൾ അല്ലെങ്കിൽ പരിശുദ്ധമായചിന്തകൾ മറ്റുള്ളവരിലേക്ക് കടത്തിവിടുമ്പോൾ അത് സേവനമാകുന്നു.

ധ്യാനം എന്നതുകൊണ്ടർത്ഥമാക്കുന്നത് പരമമായ ശക്തി എന്നതാണ്. ദൈവവും ദൈവത്തിന്റെ ശക്തികളും സ്നേഹവും നമ്മുടെ മുറിവുകളെ ഉണക്കുന്നു അതിൽനിന്ന് നമ്മുടെ ശരിയായ സ്വഭാവം ആവിർഭവിക്കുന്നു.

സന്തോഷം

സന്തത സഹചാരിയാകുവാൻ...

ഹവിസ്സ് ബ്യൂറോ

യാത്രയ്ക്കിടയിലാണ് പ്രവീണിന്റെ സന്ദേശം ലഭിച്ചത്. അയാളുടെ ചോദ്യം ഇതായിരുന്നു. എനിക്ക് എല്ലായ്പോഴും താങ്കളെപ്പോലെ സന്തുഷ്ടനായിരിക്കുവാൻ ആകുന്നില്ല, എന്തു ചെയ്യണം? നമ്മിൽ പലരുടെയും സ്ഥിതിയാണിത്. സ്ഥായിയായി സന്തുഷ്ടരായിരിക്കുവാൻ നമുക്കാവുന്നില്ല. എന്താണതിനു കാരണം? നമുക്ക് ദുഃഖം തരുന്ന, ദുഃഖം നൽകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന എത്രയോ കാര്യങ്ങൾ നാം ഓരോരുത്തരും പിടിച്ചു വച്ചിരിക്കുന്നു എന്ന് അറിയുമോ? ഇതു പലർക്കും ഒരു ശീലമായതിനാൽ അവർ അത് തിരിച്ചറിയുന്നു പോലുമില്ല എന്നതാണ് സത്യം. ഇന്നു മുതൽ നമുക്ക് ഗുണകരമല്ലാത്ത എല്ലാത്തിനെയും വിട്ടു കളയാം, ഒരു മാററത്തിനു നമുക്ക് തയ്യാറാകാം. വരൂ...

1. എല്ലായ്പോഴും ഞാൻ ശരിയായിരിക്കണം എന്നത് ഉപേക്ഷിക്കൂ എല്ലായ്പോഴും ശരിയായിരിക്കണം എന്നത് ചിലർക്ക് ഒരു വാശി പോലെയാണ്. പല നല്ല ബന്ധങ്ങൾ തകരാറിലാകുവാൻ, നമുക്കും മററുള്ളവർക്കും വളരെ വേദന നൽകുവാൻ ഇത് ഇടയാക്കാറുണ്ട്. ഭാവിയിൽ എപ്പോഴെങ്കിലും ആരാണ് അഥവാ എന്താണ് ശരി എന്ന കാര്യത്തിൽ തർക്കിക്കേണ്ടി വരുമ്പോൾ ഒരു ചോദ്യം നിങ്ങളോടു ചോദിച്ചു നോക്കൂ, “ഞാൻ ശരിയാകണോ, അതോ ദയാലുവാകണോ? എന്റെ അഹങ്കാരം ഇത്രയ്ക്കു വലുതാണോ?“. അവിടെ മാററം ആരംഭിക്കും.

2. നിയന്ത്രിക്കുവാനുള്ള നിങ്ങളുടെ ആഗ്രഹം ഉപേക്ഷിക്കൂ ചുററുമുള്ള മനുഷ്യരെ, സാഹചര്യങ്ങളെ, സംഭവങ്ങളെ എല്ലാം നിയന്ത്രിക്കുവാനുള്ള ഒരു ത്വര നിങ്ങളുടെ ഉള്ളിൽ ഉണ്ടായേക്കാം. വിട്ടു കളയൂ. നിങ്ങളുടെ പ്രിയപ്പെട്ടവർ, സഹപ്രവർത്തകർ, അപരിചിതർ - അവർ അവരായിരിക്കട്ടെ. അവരുടെ സ്വാഭാവികതയിൽ ആനന്ദം കണ്ടെത്തൂ.

3. കുറ്റം പറയുന്നതു നിർത്തൂ. നിങ്ങൾക്കുള്ളതിനും ഇല്ലാത്തതിനും, നിങ്ങളുടെ മാനസിക അവസ്ഥയ്ക്കും ഒക്കെ മററുള്ളവരെ കുററം പറയുന്നതു നിർത്തൂ. അതു നിങ്ങളുടെ ശക്തി ചോർത്തിക്കളയുകയാണ്. പകരം ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ ഏറെറടുക്കുവാനുള്ള ചങ്കൂററം കാട്ടൂ.

4. സ്വയം കുററം ആരോപിക്കുന്നത് നിർത്തൂ അവരവരെ കുററം പറയുന്ന എത്ര പേരുണ്ടോ? അവരുടെ നകാരാത്മകവും ആവർത്തിതവുമായ ചിന്തകളാൽ അവർ സ്വയം ഏല്പിക്കുന്ന മുറിവ് അവർ പോലും അറിയുന്നില്ല. നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് നിങ്ങളോട് പറയുന്നതിനെ അപ്പാടി വിശ്വസിക്കരുതേ –പ്രത്യേകിച്ചും അത് നെഗററീവും സ്വയം പരാജയപ്പെടുത്തുന്നതുമാകുമ്പോൾ. നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് നിങ്ങളോട് പറയുന്നതിനെക്കാളും എത്രയോ ശ്രേഷ്ഠരാണ്, കഴിവുള്ളവരാണ് നിങ്ങൾ.

5. വിശ്വാസങ്ങളുടെ പരിമിതികൾ പൊട്ടിച്ചെറിയൂ നിങ്ങൾക്ക് എന്തു ചെയ്യുവാൻ ആകും, എന്തു ചെയ്യുവാൻ ആകില്ല എന്നതിനെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾ ഓരോരുത്തരും ഒരു വിശ്വാസം ഉണ്ടാക്കി വച്ചിട്ടുണ്ട്. ഒരു കാര്യം ഇപ്പോൾ മുതൽ ഉറപ്പാക്കൂ. നിങ്ങളുടെ വിശ്വാസത്തിന്റെ പരിമിതികളിൽ നിങ്ങൾ നിങ്ങളെ തളച്ചിടില്ല. ചിറകു വിടർത്തി പറക്കൂ, അനന്തമായ ആകാശം നിങ്ങളുടേതാണ്, നിങ്ങൾക്കതിനു തീർച്ചയായും സാധിക്കും.

6. പരാതി പറയുന്നതു നിർത്തൂ സാഹചര്യങ്ങൾ, വ്യക്തികൾ,സംഭവങ്ങൾ – നിങ്ങളെ നിരാശരാക്കുന്നതിനു കാരണം കണ്ടെത്തുവാൻ നിങ്ങൾക്ക് പ്രത്യേകമിടുക്ക്. നിങ്ങൾ അനുവദിക്കാത്തിടത്തോളം ഒരു സാഹചര്യത്തിനും വ്യക്തിയ്ക്കും നിങ്ങളെ നിരാശനാക്കുവാനാവില്ല. സാഹചര്യങ്ങളോ വ്യക്തികളോ അല്ല, നിങ്ങളുടെ കാഴ്ചപ്പാടാണ് പ്രധാനം. ശുഭചിന്തകളുടെ ശക്തിയെ ഒരിക്കലും കുറച്ചു കാണരുത്.

7. വിമർശനം വേണ്ട, വേണ്ട വ്യത്യസ്ത സാഹചര്യങ്ങൾ, വ്യക്തികൾ ഇതെല്ലാമാണ് ജീവിതത്തിനു നിറം പകരുന്നത്. നാം എല്ലാവരും വ്യത്യസ്തരാണ്, അതോടൊപ്പം ഒരേ ഒരു പരമാത്മാവിന്റെ സന്തതികളും ആണ്. സന്തുഷ്ടരായിരിക്കുവാൻ, സ്നേഹിക്കുവാൻ, സ്നേഹിക്കപ്പെടുവാൻ നാം എല്ലാവരും ആഗ്രഹിക്കുന്നു. അതിനാൽ വ്യത്യസ്തതകളിൽ ആനന്ദം കണ്ടെത്തൂ.

8. മററുള്ളവരെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുവാൻ പണിപ്പെടുന്നതു മതിയാക്കൂ മററുള്ളവരെ തൃപ്തരാക്കുവാൻ ഏറെ സമയവും ഊർജ്ജവും ചിലർ ചെലവഴിക്കാറുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ മുഖം മൂടികൾ അഴിച്ചു വച്ച്, യഥാർത്ഥ നിങ്ങളെ പുണരുവാൻ നിങ്ങൾ തയ്യാറാകൂ. ഒരു പരിശ്രമവും കൂടാതെ മററുള്ളവർ നിങ്ങളിലേയ്ക്ക് സ്വയം ആകർഷിക്കപ്പെടുന്നത് നിങ്ങൾക്കു കാണുവാൻ സാധിക്കും.

9. പരിവർത്തനത്തിനു തയ്യാറാകൂ മാററം എന്നും നല്ലതാണ്. നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ മാത്രമല്ല നിങ്ങളോടൊപ്പമുള്ളവരുടെ ജീവിതത്തിലും അത് പുരോഗതി കൊണ്ടുവരും. നിങ്ങളുടെ ഉൾവിളി കേൾക്കൂ, മാററത്തെ മനസാ വരിക്കൂ–മടിക്കേണ്ട.

10. മുൻവിധി വേണ്ട നിങ്ങൾക്കു പരിചിതമല്ലാത്ത കാര്യങ്ങളെ, വ്യക്തികളെ മുൻവിധിയോടെ കാണുന്നത് ഉപേക്ഷിക്കൂ. നിങ്ങൾക്ക് അറിയാത്ത ഒരു കാര്യത്തെ തള്ളിക്കളയലാണ് ഏററവും വലിയ അജ്ഞാനം. അല്പാല്പമായി മനസ്സു തുറക്കൂ. മനസ്സിനു തുറന്ന അവസ്ഥയിൽ മാത്രമേ പ്രവർത്തിക്കുവാനാവൂ.

11. ഭയത്തോട് വിട പറയൂ ഭയം യഥാർത്ഥത്തിൽ ഒരു വിഭ്രാന്തിയാണ്, അങ്ങനെ ഒന്നില്ല – നിങ്ങളുടെ ഭാവനയിൽ നിങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചതാണത്. അതിനാൽ ഉള്ളു നേരെയാക്കൂ, പുറം തനിയെ നേരെയാകും. ഭയം പമ്പ കടക്കും.

12. ഒഴിവുകഴിവു പറയാതിരിക്കൂ ഉള്ളതു തുറന്നു പറയൂ. പലപ്പോഴും ഒഴിവുകഴിവുകളുടെ പരിമിതികളിൽ നാം നമ്മെ ബന്ധിക്കുകയാണ്. നമ്മുടെ വളർച്ചയെ തളച്ചിടുകയാണ്. 99.9% ഒഴിവുകഴിവുകളും സത്യമല്ലെന്ന് മനസ്സിലാക്കൂ.

13. ഭൂതങ്ങളോടു കൂട്ടു വേണ്ട ഇതു കുറെ ബുദ്ധിമുട്ടാണെന്ന് എനിക്ക് നന്നായി അറിയാം. ഭൂതകാലം എത്ര സുന്ദരമായാലും ദുഃഖകരമായാലും അത് കഴിഞ്ഞു പോയി. ഭാവി ചിലപ്പോൾ ഭയാനകമായി തോന്നിയേക്കാം, പക്ഷേ അതും നമ്മുടെ കൈപ്പിടിയിലല്ല. നമ്മുടെ കയ്യിലുള്ളത് ഇന്നാണ്. ഭൂതകാലവും ഒരിക്കൽ വർത്തമാനകാലമായിരുന്നു, അന്ന് നിങ്ങൾ ഭാവിയെ സ്വപ്നം കണ്ട് അതിനെ തഴഞ്ഞു. വർത്തമാനകാലത്ത് മനസ്സിനെ നിർത്തൂ, അതിൽ ആനന്ദം കണ്ടെത്തൂ. ജീവിതം എത്രയായാലും ഒരു യാത്രയാണ്. ഭാവിയെക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ കഴ്ചപ്പാടുണ്ടാകുന്നത് നല്ലതാണ്, അതിനു വേണ്ട തയ്യാറെടുപ്പുകളും നന്ന്, പക്ഷേ ഇന്നിനെ മറക്കരുത്. ഭൂതങ്ങളുടെ കൂട്ടു നമുക്കു വേണ്ട.

14. മോഹം ഉപേക്ഷിക്കൂ നമ്മിൽ പലർക്കും മനസ്സിലാക്കുവാൻ പ്രയാസമേറിയ കാര്യമാണിത്. സ്നേഹവും മോഹവും രണ്ടും രണ്ടാണ്. യഥാർത്ഥ സ്നേഹം പരിശുദ്ധമാണ്, സ്വാർത്ഥതയ്ക്ക് അവിടെ ലവലേശം പോലും സ്ഥാനമില്ല. മോഹം ജനിക്കുന്നതു തന്നെ നഷ്ടപ്പെടുമോ എന്ന ഭയത്തിൽ നിന്നുമാണ്. സ്നേഹമുള്ളിടത്ത് ഭയത്തിനു സ്ഥാനമില്ല. സ്നേഹവും മോഹവും ഒന്നിച്ച് സാധ്യമല്ല തന്നെ. മോഹം വിട്ടകലുമ്പോൾ സ്നേഹം ജനിക്കും. നിങ്ങൾ സ്വയം ശാന്തരാകും. നിങ്ങളുടെ സഹനശക്തി, അന്യോന്യം ഉൾക്കൊള്ളുവാനുള്ള ശക്തി, ദയാഭാവം എല്ലാം വർദ്ധിക്കും. വാക്കുകൾക്ക് പ്രസക്തി നഷ്ടപ്പെടുന്ന ആ അവസ്ഥയിൽ, അന്യോന്യം പറഞ്ഞ് അറിയാതെ തന്നെ നിങ്ങൾക്ക് കാര്യങ്ങൾ സ്വയം മനസ്സിലാകും.

15. മററുള്ളവരുടെ പ്രതീക്ഷകൾക്കനുസരിച്ച് ജീവിക്കുന്നതു മതിയാക്കൂ നമ്മിൽ പലരും പലപ്പോഴും ജീവിക്കുന്നത് നമ്മുടെ ജീവിതമല്ല. നമ്മുടെ മാതാ–പിതാക്കന്മാരുടെ, പങ്കാളികളുടെ, സുഹൃത്തുക്കളുടെ, അദ്ധ്യാപകരുടെ, ബന്ധുജനങ്ങളുടെ ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് ആടിത്തീർക്കുകയാണ് പലരും അവരുടെ ജീവിതം. തന്റെ ഉൾവിളികളെ പലപ്പോഴും അവർ തള്ളിക്കളയുന്നു, കേട്ടില്ലെന്നു നടിക്കുന്നു. മററുള്ളവരെ സന്തോഷിപ്പിക്കുവാനുള്ള ഈ ശ്രമത്തിനിടയിൽ സ്വന്തം ജീവിതമാണ് അവർക്ക് നഷ്ടമാകുന്നതെന്ന് അവർ അറിയുന്നില്ല. അവരെ സന്തുഷ്ടരാക്കുന്നതെന്ത്, അവർക്ക് എന്താണാവശ്യം... ഇതെല്ലാം അവർ മറക്കുന്നു, ഒടുവിൽ അവരെത്തന്നെയും. നിങ്ങൾക്ക് ഒരു ജീവിതമേ ഉള്ളൂ – ഇപ്പോൾ നിങ്ങളുടെ കയ്യിലുള്ളത് – അത് നിങ്ങൾക്ക് ജീവിക്കുവാനുള്ളതാണ്, നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം ജീവിതമാണത്, മററുള്ളവരുടെ അഭിപ്രായങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ജീവിത ലക്ഷ്യത്തെ ശിഥിലമാക്കാതിരിക്കട്ടെ.

ബ്രഹ്മാകുമാരീസ് ഈശ്വരീയ വിശ്വ വിദ്യാലയത്തിന്റെ നിത്യേനയുള്ള ക്ലാസ്സുകൾ മനസ്സിനെ സന്തുലിതമാക്കുവാനും അതിലൂടെ ജീവിതത്തിൽ വിജയം വരിക്കുവാനും നിങ്ങളെ സഹായിക്കും. ജീവിതം ശരിയായി ജീവിക്കുവാനുള്ള കലയാണ് അവിടെ പഠിപ്പിക്കുന്നത്. തികച്ചും സൗജന്യമായ ഈ ക്ലാസ്സുകൾ ഇന്ന് പീസ് ആഫ് മൈൻഡ് ചാനലിലും മററു ഇതര ടിവി ചാനലുകളിലും യൂ ട്യൂബിലും ലഭ്യമാണ്.

ഗീതാജ്ഞാനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യവും ജ്ഞാനിയുടെ ലക്ഷണവും

ബി.കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ, ആലപ്പുഴ

പരമാത്മാജ്ഞാനം ഗീതയുടെ മാത്രം പ്രത്യേകത

വേദങ്ങളും പുരാണങ്ങളും ഭക്തിയും മന്ത്രവും തന്ത്രവും ജപവും തീർത്ഥാടനവും എല്ലാമുണ്ടായിട്ടും എന്തുകൊണ്ടാണ് മനുഷ്യർ അധഃപതിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്, എന്തുകൊണ്ടാണ് പാപാചാരവും ഭ്രഷ്ടാചാരവും വർദ്ധിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ആത്മശക്തി കുറയുന്നതുകൊണ്ടാണ് മനുഷ്യർ പാപം ചെയ്യുന്നത്. ആത്മശക്തിയെവിടെനിന്നു കിട്ടും. വേദങ്ങളിൽ കൂടി കിട്ടുമോ? ഇല്ല. ദിവസത്തിൽ 24 മണിക്കൂറും നാമം ജപിച്ചാലും വേദം പഠിച്ചാലും ആത്മശക്തി കിട്ടുകയില്ല. എന്നു മാത്രമല്ല, കുറയുകയും ചെയ്യും. എന്തുകൊണ്ട് ഭക്തി ചെയ്തിട്ടും ശക്തി കുറയുന്നു. ഭക്തി ബാഹർമുഖതയാണ്. ഭക്തിയിൽ ഈശ്വര സ്പർശത്തിന്റെ ആഗ്രഹം മാത്രമേയുള്ളു, ഈശ്വര സ്പർശം സംഭവിക്കുന്നില്ല. ഒരാൾ ആഗ്രഹിച്ചതു കൊണ്ടു മാത്രം വീട്ടിലെ ലൈറ്റ് തെളിയുകയില്ല. വൈദ്യുതിയെക്കുറിച്ചുള്ള പുസ്തകം വായിച്ചതു കൊണ്ടോ, ഉരുവിട്ടതുകൊണ്ടോ ലൈറ്റ് തെളിയുകയില്ല. വിധിപൂർവ്വം പൗവ്വർഹൗസുമായി ബന്ധം സ്ഥാപിച്ചാലേ കരണ്ട് വരികയുള്ളു, ലൈറ്റ് തെളിയുകയുള്ളു. അപ്രകാരം ആത്മാവ് പരമാത്മാവുമായി ബന്ധം വയ്ക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ ആത്മശക്തി വർദ്ധിക്കുകയുള്ളൂ. ആത്മീയമായ ശക്തിയും ആനന്ദവും ലഭിക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ മനസ്സ് പാപചിന്തകളിൽ നിന്നും പിന്മാറുകയുള്ളൂ, കർമ്മം ശുദ്ധമാകുകയുള്ളൂ.

കലിയുഗത്തിലെ മനുഷ്യർ സ്വയം ദേഹബോധത്തിലാണ്. അതുകൊണ്ട് അവരുടെ സങ്കല്പത്തിലെ ഭഗവാൻമാരും ദേഹധാരികളാണ്. പൂച്ചകൾക്കൊരു ദൈവമുണ്ടെങ്കിൽ അതൊരു നല്ല പൂച്ചയായിരിക്കുമെന്ന് സ്വാമി വിവേകാനന്ദൻ അഭിപ്രായപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. അതേപോലെ ദേഹബോധത്തിൽ കഴിയുന്ന മനുഷ്യർ ദേവതകളുടെ ശരീരം, ഗുരുക്കന്മാരുടെ ശരീരം, പിന്നെ എന്തൊക്കെയോ രൂപങ്ങൾ ഓർത്ത് അതിനെ ദൈവമായി കണ്ട് പൂജിക്കുകയാണ്. എങ്ങനെ ശക്തി ലഭിക്കും? ശിവപൂജയുടെ സ്ഥാനത്ത് ശവപൂജയും, ഈശ്വരന്റെ സ്ഥാനത്ത് ശരീരപൂജയും നടത്തി, അന്ധകാരത്തിൽ കിടന്ന് നട്ടംതിരിയുന്ന ഭക്തരെക്കൊണ്ട് നാടു നിറഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്. അവരുടെ ദുർബ്ബലതകൾ ചൂഷണം ചെയ്ത് തടിച്ചു കൊഴുക്കുന്ന ഭക്തിക്കച്ചവടക്കാരാണ് നാട്ടിലെങ്ങും. അജ്ഞാനമകറ്റാൻ യജ്ഞത്തിന്റെ അന്ത്യത്തിലേ പറ്റൂ. അപാരമായ അറിവിന്റേയും യോഗത്തിന്റെയും ശക്തി ഇതിനാവശ്യമാണ്.

തന്റെ യഥാർത്ഥമായ പരിചയം നൽകി ആത്മാവിന്റെ രണ്ട് കമ്പികൾ–മനസ്സും ബുദ്ധിയും പൗവ്വർ ഹൗസായ പരമാത്മാവിൽ യോജിപ്പിച്ച് കരണ്ട് ആത്മാവിൽ എത്തിക്കുന്ന യോഗവിദ്യ പഠിപ്പിക്കുവാനായാണ് ഭഗവാൻ വരുന്നത്. ഈശ്വരൻ വരു

മ്പോൾ മാത്രമേ ഈശ്വരൻ തന്റെ യഥാർത്ഥമായ പരിചയം ഭക്തർക്ക് നൽകുകയുള്ളൂ. ഈശ്വരൻ അവതരിക്കുന്ന സമയത്ത് ഈ ലോകത്ത് ആർക്കും തന്നെ ഭഗവാന്റെ പരിചയമില്ല എന്നത് ഗീത അസന്നിഗ്ദമായി പ്രഖ്യാപിക്കുന്നു. ബ്രാഹ്മണരിൽ തന്നെ പലരും പറയാറുണ്ട്– ആ സ്വാമിയുടെ പ്രഭാഷണം വളരെ നല്ലതാണ്, നമ്മൾ പറയുന്നതു തന്നെയാണ് അവരും പറയുന്നത്. നമ്മൾ പറയുന്നത് ഭഗവാൻ (പരമാത്മാവ്) പറയുന്ന കാര്യമാണ്. ഭഗവാൻ പറയുന്ന കാര്യം അവർക്കാർക്കെങ്കിലും സ്വല്പമെങ്കിലും അറിയാമായിരുന്നെങ്കിൽ ഭഗവാൻ വരില്ലായിരുന്നു. അഥവാ വന്നാൽ തന്നെ ഒന്നു വന്നിട്ട് ആ സ്വാമിയുടെ പ്രഭാഷണം കേൾക്കാൻ പറഞ്ഞിട്ട് സ്ഥലം വിട്ടേനെ. ഇത്രയും നാൾ മുരളിയൊന്നും കേൾപ്പിക്കില്ലായിരുന്നു. പരമസദ്ഗുരുവായ ഭഗവാനോട് മനുഷ്യനേയും മനുഷ്യജ്ഞാനത്തേയും താരതമ്യപ്പെടുത്തുന്നവരെക്കുറിച്ച് എന്തു പറയാനാണ്? അവ്യഭിചാരഭക്തി കാലാന്തരത്തിൽ വ്യഭിചാരഭക്തിയായതു പോലെ കാലാന്തരത്തിൽ ജ്ഞാനത്തെയും വ്യഭിചരിക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധ വളരെ വേണ്ടതാണ്. ഒരേയൊരു ഈശ്വരൻ രണ്ടാമതൊരാളില്ല, ഒരേയൊരു സദ്ഗുരു രണ്ടാമതൊരു ഗുരുവില്ല. സാഗരവും കുളവും ഒന്നാണെന്ന് പറയരുതേ. ഗീതയുടെ പ്രഖ്യാപനം കേൾക്കുക.

വേദാഹം സമതീതാനി
വർത്തമാനാനി ചാർജുന
ഭവിഷ്യാണി ച ഭൂതാനി
മാം തു വേദ ന കശ്ചന

ഹേ അർജ്ജുന! കഴിഞ്ഞു പോയ ജീവനുകളെക്കുറിച്ചും ഇപ്പോഴുള്ളവയെക്കുറിച്ചും ഇനി വരാനിരിക്കുന്നവരെക്കുറിച്ചും എനിക്കറിയാം, എന്നാൽ എന്നെയാകട്ടെ ഈ മൂന്നു കാലങ്ങളിലുള്ളവരാരും അറിയുന്നില്ല. ഗീത ः 7–26)

മൂന്നു കാലങ്ങളിലുള്ളവരും ഈശ്വരനെ അറിയുന്നില്ല എന്ന് ഈശ്വരൻ പറയുമ്പോൾ പിന്നെ ആർക്കറിയാമെന്നാണ് പറയുന്നത്. ഈശ്വരീയജ്ഞാനം സത്യമാണ്. സത്യത്തിലേയ്ക്ക് ഉയരണം, സത്യത്തെ താഴ്ത്തരുത്, സത്യത്തിൽ വെള്ളം ചേർക്കരുത്. ചേർത്താൽ സത്യത്തിന് ഒരു കുഴപ്പവും ഉണ്ടാകില്ല. വെള്ളം ചേർത്തവർക്കേ കുഴപ്പം വരൂ.

Brahma Kumaris® "Peace of Mind" Global Channel - Info-Edutainment News Channel. No Advertisement..

PEACE OF MIND CHANNEL

"Peace of Mind" Channel
FRQ: 4054, POL: H, SYM: 13230, INSAT: 4A
Request Cable Operators today
"C" Band with Mpeg4 Receiver can see FREE LIVE
http://pmtv.in, pmtv@bkmail.org
SMS to 56161 bktv (Your MSG), +91 9960588432, 8104777111

മലയാളത്തിലെ ആദ്യ ആദ്ധ്യാത്മിക ഇ-മാഗസിനായ ഹവിസ്സ് തനതായ കലാസൃഷ്ടികൾ ക്ഷണിക്കുന്നു

ഒരു പേജിൽ കൂടാത്ത ലേഖനങ്ങൾ, കവിതകൾ, കഥകൾ... എന്നിവ മലയാളത്തിൽ ടൈപ്പ് ചെയ്ത് havissmonthly@gmail.com എന്ന വിലാസത്തിൽ അയക്കുക.

ഭാരത ദർശനം

ബി.കെ. രവീന്ദ്രൻ പുത്തൂർ, തിരുവനന്തപുരം

“ഭാരതമെന്നു കേട്ടാൽ അഭിമാന
പൂരിതമാകണമന്തരംഗം”

ഇതു കവിവചനമാണ്. എന്നാൽ നാം അഭിമാന പൂരിതരാകേണ്ടത് എന്തുകൊണ്ട്?

“തിളയ്ക്കണം ചോര നമുക്കു ഞരമ്പുകളിൽ”

ഇത്രയും മഹത്വം എന്തുകൊണ്ടു ഭാരതത്തിനുണ്ടായി? മഹാഭാരതം എന്നല്ലേ അറിയപ്പെടുന്നത്. മഹത് എന്നാൽ എന്നും മഹത്വത്തോടെ നിലനിൽക്കുന്നത്. ഏതിനാണ് അഥവാ ആർക്കാണ് എന്നും മഹത്വം ഉള്ളത്? “ഈശ്വരൻ” എന്ന മാത്രമാണ് അതിനുത്തരമായി പറയാനുള്ളത്. അതുകൊണ്ട് മഹാഭാരതമെന്നാൽ ഈശ്വരന്റെ നാടെന്ന് അർത്ഥം വരുന്നു.

ഭാരത്തിന്റെ മഹത്വം വിളിച്ചോതുന്ന ഒട്ടനവധി മാതൃകകളും നമുക്കുണ്ട്. ഒന്നാമതായി ഭാരതത്തിന്റെ കൊടിയടയാളം തന്നെയെടുക്കാം. ത്രിവർണ്ണപതാകയാണല്ലോ നമ്മുടെ കൊടി, ചുവപ്പ്, വെള്ള, പച്ച നിറങ്ങൾ. അശോകചക്രം അതിൽ ആലേഖനം ചെയ്തിരിക്കുന്നു. എന്താണിതിന്റെ ആന്തരീകാർത്ഥം? പ്രാപഞ്ചിക സത്യവുമായി ഇതെങ്ങനെയാണ് ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്? ആയതിലേക്ക് ഒരവലോകനമാണിത്.

ചുവപ്പ് – കഴിഞ്ഞ കാലത്തിന്റെ സ്മൃതിയെ ഉണർത്തുന്നു. തന്റെ അസ്തിത്വത്തെ (അടിസ്ഥാനത്തെ) സൂചിപ്പിക്കുന്നു. (ചുവപ്പ് അടിസ്ഥാന മൂന്നു വർണ്ണങ്ങളിൽ ആദ്യത്തേതാണ്. ചുവപ്പ്, മഞ്ഞ, നീല ഇവയാണ് അടിസ്ഥാന വർണ്ണങ്ങൾ)

വെള്ള – വർത്തമാനത്തെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. എന്തും വെള്ളയിൽ എഴുതിച്ചേർക്കാം. ഇപ്പോൾ എന്തു ചെയ്യുന്നുവോ അത്............

പച്ച – വർത്തമാനത്തിൽ എന്തു ചെയ്തുവോ അത് ഭാവിയിലെ പച്ചപ്പാകുന്നു. അത് ഭാവിയായിമാറുന്നു.

അശോകചക്രം – ശോകമില്ലാത്ത ചക്രം. ശോകമില്ലാത്ത ചക്രത്തിൽ വസിക്കുന്നവൻ അശോകൻ. അതായത് ഈശ്വരൻ.

അങ്ങനെ മൂന്നു കാലത്തേയും (ഭൂതം, വർത്തമാനം, ഭാവി) അറിയുന്നവനായ ഈശ്വരന്റെ സ്വന്തം നാട് മഹാഭാരതം.

ഭാഗം 2

യാത്ര

ഒരനുഭവ കഥ

ബി.കെ. നിക്കി

വിവർത്തനം : ബി.കെ. അനില

ധ്യാനത്തിന് പല രീതികളുണ്ട്. മനസ്സിനെ ഉപയോഗിക്കുന്ന പല രീതികൾ അവ ഉൾക്കൊള്ളുന്നു. അതീന്ദ്രിയ ധ്യാനം പോലെയുള്ളവയിൽ, മനസ്സിന്റെ ഗതി സാവധാനമാക്കുന്നതിന് ഒരു മന്ത്രം മാനസികമായി ജപിക്കുന്നു. ചിലതിലാകട്ടെ, മനസ്സിനെ നിശ്ചലമാക്കുന്നതിന്റെയും, ഈശ്വര പ്രേരണകൾ സ്വീകരിക്കാൻ യോഗ്യവുമാക്കുന്നതിന്റെയും പ്രാർത്ഥനകൾ നടത്തുന്നു. ചിലവയിൽ ശ്വാസം നിരീക്ഷിക്കുവാൻ പറയുന്നു. ഞാൻ അഭ്യസിക്കുന്ന രാജയോഗത്തിൽ, മനസ്സിനെ ശാന്തമാകുവാൻ പരിശീലിപ്പിച്ച്, ഈശ്വരനമായി അതിനെ യോജിപ്പിക്കുന്നു. പോസിറ്റീവും ശാന്തവുമായൊരു മനസ്സിന്റെ വികാസത്തിനു വേണ്ടിയാണ് ഈ ആത്മീയ മാർഗ്ഗങ്ങൾ അവലംബിക്കുന്നത്.

ചിത്രകാരൻ അയാളുടെ ബ്രഷുകൾ സൂക്ഷിക്കുന്നതുപോലെ, എഴുത്തുകാരൻ അയാളുടെ തൂലിക സൂക്ഷിക്കുന്നതുപോലെ ധ്യാനിക്കുന്ന വ്യക്തി തന്റെ മനസ്സിനെ സൂക്ഷിക്കുന്നു. മനസ്സിന്റെ അമ്മയാകൂ. പോഷണ ചിന്തകൾ കൊണ്ട് അതിനെ ഊട്ടൂ. മനസ്സ് പ്രശാന്തതയാൽ നിറഞ്ഞ്, ദീപ്തമാകുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്ക് സന്തോഷം തോന്നും. സ്വസ്ഥത തോന്നും, തന്നോടും, വിശ്വത്തോടും.

ചില വ്യക്തികൾ അവരോടു തന്നെ പരുക്കനായിരിക്കും. സ്വയം വിമർശിച്ച്, തന്നത്താൻ താഴ്ത്തും. നിസ്സാര കാര്യങ്ങളിൽ കുറ്റബോധവും ലജ്ജയും തോന്നും. വ്യർത്ഥ ചിന്തകൾ കൊണ്ട് തനിക്കെതിരെ രോഷം പ്രകടിപ്പിക്കും. "എനിക്ക് മാറണം, എന്റെ മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിക്കണം, എന്റെ ക്രോധത്തെ ഇല്ലാതാക്കണം" എന്ന് സ്നേഹത്തോടെയല്ല നിർബന്ധപൂർവ്വം പറയുന്നു.

മാറ്റത്തിനുള്ള ആഗ്രഹം നല്ലതാണ്. എന്നാൽ അതിന്റെ പ്രചോദനം സ്നേഹത്തിനു പകരം തന്നോടുള്ള അപ്രീതിയാകരുത്. അങ്ങനെയെങ്കിൽ, അത് ഹാനികരമായേക്കും. മനസ്സ് സൂക്ഷ്മ സംവേദന ശക്തിയുള്ളതാണ്. അതിനെ നിർബന്ധിച്ചാൽ അത് അടഞ്ഞുപോകും. തുറക്കാത്ത മനസ്സ് തനിക്കോ അന്യർക്കോ ഉപയോഗമില്ലാത്തതാകും. മനസ്സ് ഒരു പാരച്യൂട്ട് പോലെയാണെന്ന് പറയുന്നു. അത് തുറക്കുമ്പോഴാണ് ഉപയോഗപ്രദമാകുന്നത്. നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് നിങ്ങൾക്ക് എതിരാകാതെ, അനുകൂലമായി പ്രവർത്തിക്കണമെങ്കിൽ സ്നേമുള്ളവരാകൂ, അലിവുള്ളവരാകൂ.

ഞാൻ ധ്യാനിക്കുമ്പോൾ, എന്റെ ശ്രദ്ധയെ ബാഹ്യലോകത്തിൽ നിന്നും മെല്ലെ അടർത്തി, നിശ്ചലമായ ഒരു ആന്തരിക ബിന്ദുവിൽ ഏകാഗ്രമാക്കുന്നു. ധ്യാനരീതികളിലെല്ലാം, ഏകാഗ്രത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിന് ഒരു കേന്ദ്രബിന്ദുവുണ്ടായിരിക്കും. ചിലത് ബാഹ്യമായവ. അതൊരു ദീപമോ, പ്രകൃതിയിലെ ഒരു പ്രശാന്ത ദൃശ്യമോ ആയിരിക്കും. മറ്റുചിലവയിൽ ആന്തരികമായിരിക്കും. ഏതെങ്കിലും സങ്കല്പത്തിന്റെയോ അടയാളത്തിന്റെയോ വിചിന്തനമായിരിക്കുമത്. എനിക്ക് അത് സ്വാത്മാവാണ്. ഞാൻ എന്നെ ഒരു ആത്മാവായി ധ്യാനിക്കുമ്പോൾ, അത് എന്റെ ഏകാഗ്രത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു, എന്റെ ഊർജ്ജത്തെ സന്തുലിതമാക്കുന്നു, സ്വപ്രീതിയാൽ എന്നെ സശക്തവുമാക്കുന്നു.

ഇന്ന്, വർഷങ്ങളായുള്ള ആത്മീയ സാധനയ്ക്ക് ശേഷം, ഞാൻ എന്റെ യഥാർത്ഥമായ ആത്മസ്വരൂപത്തിനു കൂടുതൽ സമീപത്താണ്. ഒരു വ്യക്തിയെ നിർബന്ധിച്ച് മാറ്റാൻ കഴിയില്ല, എന്നാൽ സത്യസന്ധമായ സ്നേഹത്തോടും, യഥാർത്ഥ ആദരവും വഴി മാത്രമേ സാധിക്കൂ എന്ന് ഞാൻ പഠിച്ചു.

ആ സ്നേഹത്തിന്റെ മാർഗ്ഗം എങ്ങനെ സ്വീകരിക്കും? തന്നോടുതന്നെ അനുകമ്പയും സൗമ്യതയും കാണിക്കാൻ പഠിക്കുന്നതെങ്ങനെ?

തന്റെ ചിന്തകളെയും അനുഭവങ്ങളെയും നിരീക്ഷിച്ചുകൊണ്ട് ആരംഭിക്കൂ. ചിന്തകളും വികാരങ്ങളും തമ്മിൽ ആഴത്തിലുള്ള ബന്ധമുണ്ട്. വികാരങ്ങൾക്ക് അടിത്തറ പാകുന്നത് ചിന്തകളാണ്. വികാരങ്ങൾ കാട് കയറുന്നുവെങ്കിൽ, ചിന്തകൾ നിയന്ത്രണവിധേയമല്ലാത്തതാണ് അതിനു കാരണം. അതിനാൽ, മനസ്സിനെ നിശ്ചലമാക്കേണ്ടി വരും. സങ്കല്പങ്ങളുടെ വേഗത കുറയ്ക്കുവാൻ തുടങ്ങണം. സങ്കല്പങ്ങൾ ശാന്തവും, ഗുണദോഷങ്ങൾ ഗാഢമായി ചിന്തിച്ച് ബോധപൂർവ്വവുമാകുമ്പോൾ, ക്ഷോഭിക്കുകയോ, അസ്ഥിരമാകുകയോ ചെയ്യാതെ മനസ്സ്, അതിന്റെ നൈസർഗ്ഗികമായ പ്രശാന്തതയിലേയ്ക്ക് മടങ്ങിവരും. പ്രശാന്തമായ മനസ്സ്

പൊട്ടിത്തെറിക്കുകയോ, പ്രതികരിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല, മറിച്ച്, എല്ലാം വീക്ഷിക്കുവാനുള്ള കരുത്ത് അതിനുണ്ടാകും.

ഇതൊന്ന് പരീക്ഷിക്കൂ– നിശ്ശബ്ദമായിരുന്ന്, ഒരു നിമിഷം നിങ്ങളുടെ ചിന്തകൾ നിരീക്ഷിക്കൂ. നദിയിലെ നീരൊഴുക്കിനെയെന്നപോലെ അവയെ ശ്രദ്ധിക്കൂ. നിങ്ങളെ അത് എവിടേയ്ക്ക് കൊണ്ടുപോകുന്നുവെന്ന് നോക്കൂ. ചിന്തകൾ സഞ്ചരിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കും. ചിലപ്പോൾ വലത്തേയ്ക്ക് തെന്നിമാറും, ചിലപ്പോൾ ഇടത്തേയ്ക്കും. ചിലപ്പോൾ വൃത്തത്തിൽ കറങ്ങും. മനസ്സ് ഒരു വ്യവസായശാല പോലെയാണ്. ചിന്തകളുടെ നിർമ്മാണം അതിന് നിറുത്തിവയ്ക്കാനാവില്ല. നിദ്രയിൽ പോലും അത് നടക്കുന്നു. ചിന്തകൾ പോകുന്നിടത്ത് നിങ്ങളും പോകും. ചിന്തകൾ നിങ്ങളുടെ മനോനിലയെ സൃഷ്ടിക്കും. പോസിറ്റീവും നെഗറ്റീവുമായ ചിന്തകൾ നിങ്ങളുടെ മനോഭാവങ്ങളെ സ്വാധീനിക്കും. അങ്ങനെയുള്ള വ്യക്തിത്വത്തിന് ഉടമകളാക്കും. നിങ്ങളുടെ വീക്ഷണത്തെ ആകമാനം മാറ്റിമറിക്കും. ചിന്തിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക സാധ്യമല്ല. അവ നിങ്ങളുടെ രചനയാണ്, അവബോധത്തിന്റെ ആധാരമാണ്. എന്നാൽ നിങ്ങൾക്ക് അവയെ നിരീക്ഷിക്കാം, പരിവർത്തനപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യാം.

ആദ്യം ഒരു അകലം സൃഷ്ടിക്കൂ. ചിന്തകളുടെ രചയിതാവായ നിങ്ങളും ആ ചിന്തയും തമ്മിൽ നേരിയൊരു അകലം. ആ സ്ഥാനത്ത്, നിശ്ശബ്ദത നിറഞ്ഞിരിക്കുന്ന ആ ഇടത്തിൽ ഒരു നേരിയ വിരാമമിടൂ. ആ വിരാമത്തിൽ നിശ്ചലതയും പ്രശാന്തതയും നിറയ്ക്കൂ. ഇനിയൊരു സങ്കല്പമെടുക്കുന്നതിനുള്ള പ്രേരണ വരുന്നതിനു മുമ്പേ, നിങ്ങൾക്ക് ഇനി എന്താണ് ചിന്തിക്കേണ്ടതെന്ന് തീരുമാനിക്കൂ. ഏതെങ്കിലുമൊക്കെ ചിന്തകളെ രചിക്കരുത്. ബോധപൂർവ്വം ഒരു പോസിറ്റീവ് ചിന്ത തെരഞ്ഞെടുക്കൂ. നിങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളിൽത്തന്നെ തൃപ്തി തോന്നുന്ന ഒരു നല്ല അനുഭവം അത് സമ്മാനിക്കും.

കുളത്തിലെ നീന്തൽക്കാരൻ, ഒരു ലാപ്പിൽ ഒരു സ്ട്രോക്ക് നടത്തുന്നതുപോലെ, ഒരു സമയം ഒരു പോസിറ്റീവ് ചിന്ത നടത്തുന്നത് നിങ്ങൾക്ക് പരിശീലിക്കാം. ഓരോ ചിന്തയ്ക്ക് ശേഷവും ഒരു നേരിയ വിരാമം വേണം. അതിൽ നിശ്ചലതയും പ്രശാന്തതയും നിറയ്ക്കണം. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുമ്പോൾ മനസ്സിന്റെ വേഗത കുറയ്ക്കുവാൻ കഴിയും. സന്തോഷിപ്പിക്കുന്നതും, ഉന്നതിയുണ്ടാക്കുന്നതുമായ ചിന്തകൾ തെരഞ്ഞെടുക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. ശക്തിശാലിയും സുന്ദരവുമായ സങ്കല്പങ്ങൾ മനസ്സിനെ സ്ഥിരമാക്കും. ഉത്കണ്ഠയുടെയും വിഷാദത്തിന്റെയും ചിന്തകൾ മനസ്സിനെ നിയന്ത്രണാതീതമായി പായിക്കും. അവ വിട്ടേയ്ക്കൂ. ഒരിക്കൽ ഒരു മെഡിറ്റേഷൻ ക്ലാസ്സ് നടത്തിക്കൊണ്ടിരുന്നപ്പോൾ ചിന്തകളുടെ നിരീക്ഷണത്തെക്കുറിച്ച് ഒരു ചർച്ച നമ്മൾ ചെയ്യുകയുണ്ടായി. അതിലെ ഒരു വിദ്യാർത്ഥിയുടെ യുക്തി ഇപ്രകാരമായിരുന്നു– "എന്റെ ചിന്തകളുടെ ഇടയനാണ് ഞാൻ. ചിന്തകൾ ആട്ടിൻ കൂട്ടത്തെപ്പോലെയാണ്. ഞാൻ എനിക്ക് വേണ്ടാത്ത "ആടുകളെ" മാറ്റും".

ധ്യാനം, ഉത്കൃഷ്ടമായ ചിന്തകളെ ബോധപൂർവ്വം തെരഞ്ഞെടുക്കലാണ്. ചിന്തകളെ ആ വിധം മേയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങളെ അത് പ്രശാന്തമായ മേച്ചിൽപ്പുറങ്ങളിലേയ്ക്കെത്താം.

മെഡിറ്റേഷൻ ഒരു സ്വാർത്ഥമായ കാര്യമാണെന്ന് ചിലർ പറയുന്നു. ഒറ്റയ്ക്ക് ചിലവഴിക്കുന്ന ആ നിമിഷങ്ങൾ കുടുംബത്തോടും സുഹൃത്തുക്കളോടും ചിലവിടേണ്ട സമയത്തെ കുറയ്ക്കുമെന്ന് വിചാരിക്കുന്നു. തന്നിലേയ്ക്ക് ഒതുങ്ങിക്കൂടാനുള്ള ഒരു ഉപാധി മാത്രമായി മെഡിറ്റേഷനെ ഉപയോഗിക്കുന്നവരെ സംബന്ധിച്ച് മാത്രം ഇത് ശരിയാണ്. നിരന്തരം തന്റെ ആവശ്യതകളുടെയും സമസ്യകളുടെയുമെല്ലാം ചിന്തനം മാത്രം നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതും ഒരു തരത്തിൽ ആത്മ പീഢനമാണ്. അത് ആത്മാവിലേയ്ക്കുള്ള ഒരു നെഗറ്റീവ് കേന്ദ്രീകരണമാണ്, മറിച്ച്, മെഡിറ്റേഷൻ പോസിറ്റീവ് കേന്ദ്രീകരണത്തിനുള്ള പ്രോത്സാഹനമേകുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്.

ദാദി പ്രകാശ്മണി ജി ഒരിക്കൽ പറയുകയുണ്ടായി – ശക്തിശാലിയായ ഒരു ആത്മാവിനു മാത്രമേ സ്നേഹം നൽകാൻ കഴിയൂ. സശക്തമായ ആത്മാവിനു മാത്രമേ സ്നേഹം നൽകുന്നതിനുള്ള ഊർജ്ജം കാണുകയുള്ളൂ എന്നാണ് ദാദിയുടെ ഈ വാക്യങ്ങളുടെ പൊരുൾ. വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് ദാദി ഇത് പറഞ്ഞ നിമിഷം മുതൽ എന്നിലേയ്ക്കുള്ള എന്റെ ശ്രദ്ധ ഞാൻ വർദ്ധിപ്പിച്ചു. ഞാൻ മതിയാം വണ്ണം ധ്യാനിക്കാതിരിക്കുമ്പോൾ, എന്റെ സ്നേഹം സുഹൃത്തുക്കളോടും കുടുംബത്തോടും കുറവായിരിക്കുന്നത് ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചു. അങ്ങനെയുള്ള സമയം, ഉള്ളിൽ പ്രേമത്തിന്റെ ജ്വലനമില്ലാത്ത ഞാൻ, മറ്റുള്ളവരോട് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നത് അധികരിച്ചു, നൽകുന്നതിനുള്ള പ്രവണത കുറഞ്ഞു. ആ അവസ്ഥയിൽ ലോകത്തോടുള്ള എന്റെ സ്നേഹം തീരെ ക്ഷയിച്ചു.

യാത്ര തുടരുമ്പോൾ, നിങ്ങളും ഇതിൽ ശ്രദ്ധിക്കൂ. സ്വന്തം താത്പര്യങ്ങളിൽ അമിതമായി മുഴുകുമ്പോൾ ആത്മീയ ഉണർവ്വിലിരിക്കുന്നത് പ്രയാസമാകും. മറ്റുള്ളവർക്കും നൽകുന്നതിനുള്ള ഊർജ്ജം ഇല്ലെന്നുതന്നെ പറയാവുന്ന അളവിലായിപ്പോകും. സ്നേഹമാകട്ടെ, ആത്മാവിനെ ഊർജ്ജസ്വലമാക്കും. തന്നോടും, ഈശ്വര നോടും, അന്യരോടും സ്നേഹനിർഭരമായ ചിന്തകൾ ഉണർത്തുമ്പോൾ, ആ സ്നേഹം വികസിക്കും. പിന്നെയത് നിറഞ്ഞുതുളുമ്പും.

മരണമെത്തും മുമ്പ്...

പ്രതിഭാ നായർ, മൗണ്ട് ആബു

മരണമെന്ന സത്യം അംഗീകരിക്കുവാൻ നമുക്ക് പൊതുവെ മടിയാണ്. പലരുടെയും ജീവിതം കാണു മ്പോൾ അവർ ഒരിക്കലും മരിക്കില്ല എന്ന തോന്നും. ഇതാ, മരണമെത്തും മുമ്പ് ബഹുഭൂരിപക്ഷവും പങ്കുവച്ച ചില സമാന ചിന്തകൾ:

1. എന്നോടു സത്യസന്ധത പുലർത്തുന്ന ഒരു ജീവിതം ജീവിക്കുവാൻ എനിക്കു ധൈര്യമുണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ...
ബഹുഭൂരിപക്ഷവും അവരുടെ മരണക്കിടക്കയിൽ പങ്കുവച്ച വികാരമാണിത്. മരണക്കിടക്കയിൽ നിന്ന് തിരിഞ്ഞു നോക്കുമ്പോൾ ഇനിയും പൂർത്തിയാക്കു വാൻ ആവാഞ്ഞ ഒരു പിടി സ്വപ്നങ്ങൾ... പകുതിയി ലധികം സ്വപ്നങ്ങളും പലർക്കും പൂർത്തീകരിക്കു വാൻ ആയിട്ടില്ല... ഒക്കെ സ്വന്തം തീരുമാനങ്ങൾ മാത്രമായിരുന്നു...

കുറെയെങ്കിലും സ്വപ്നങ്ങൾ സാക്ഷാത്കരിക്കുവാൻ ആത്മാർത്ഥമായി ശ്രമിക്കൂ. ആരോഗ്യം നമുക്ക് നൽകുന്ന സ്വാതന്ത്ര്യം തിരിച്ചറിയുന്നവർ നന്നേ ചുരുക്കം, അത് നഷ്ടപ്പെടുമ്പോഴാണ് പലപ്പോഴും...

2. ഇത്രയും കഷ്ടപ്പെടേണ്ടിയിരുന്നില്ല...
പൊതുവെ പുരുഷന്മാർ അവരുടെ അന്ത്യനിമിഷങ്ങ ളിൽ പറയുന്നതാണിത്. തന്റെ കുട്ടികളുടെ ബാല്യം, യൗവനം... ഭാര്യയുടെ സൗഹൃദം... നഷ്ടപ്പെട്ടവ, നേടിയവയിലും ഏറെയായിരുന്നു എന്ന തിരിച്ചറി ഞ്ഞപ്പോഴേയ്ക്കും...

ലളിതമായ ജീവിതരീതി പിന്തുടരുന്നതിലൂടെ, വിവേക പൂർണ്ണമായ തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുന്നതിലൂടെ, നിങ്ങൾക്കു മനസ്സിലാകും, നിങ്ങൾ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്ര യും വരുമാനം ജീവിക്കുവാൻ ആവശ്യമില്ലെന്ന്. നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിന് കൂടുതൽ മാനങ്ങൾ നൽകുന്നതിലൂടെ, നിങ്ങൾ കൂടുതൽ സന്തോഷ വാന്മാരും, നിങ്ങളുടെ ജീവിത രീതിയ്ക്ക് ചേരുന്ന വിധത്തിലുള്ള പുതിയ അവസരങ്ങൾക്ക് തയ്യാറാകുന്ന വരും ആകും.

3. എന്റെ വേദനകൾ, വികാരങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കുവാൻ എനിക്ക് ആയിരുന്നെങ്കിൽ...
മററുള്ളവരുമായുള്ള നല്ല ബന്ധം നിലനിർത്തു വാനായി നമ്മിൽ ഭൂരിപക്ഷം പേരും നമ്മുടെ വികാരങ്ങളെ അടിച്ചമർത്തുകയാണ് പതിവ്. അതിലൂടെ പലരും അവരുടെ കഴിവുകൾക്ക് അനുസരിച്ചുള്ള വളർച്ച നേടാതെ, അടിച്ചമർത്ത പ്പെട്ട ഒരു ജീവിതം ജീവിച്ചു തീർക്കുന്നു. പ്രായമാകു ന്നതനുസരിച്ച് ഉള്ളിലൊതുക്കിയ വികാരങ്ങളുടെ അനന്തരഫലമായ രോഗങ്ങളും പലരേയും തേടിയെത്തുന്നു.

മററുള്ളവരുടെ പ്രതികരണങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുവാൻ നമുക്കാവില്ല. നിങ്ങൾ സത്യസന്ധമായി പ്രതികരി ക്കുവാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ തുടക്കത്തിൽ ചിലപ്പോൾ എതിർപ്പുകൾ ഉണ്ടായേക്കാം, എന്നാൽ കാലാന്തര ത്തിൽ ആരോഗ്യകരമായ ഒരു ബന്ധത്തിന് അത് വഴിതെളിക്കും. ഇനി അതല്ലെങ്കിലോ, ആരോഗ്യകര മല്ലാത്ത ഒരു ബന്ധത്തെ നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് അത് എന്നെന്നേയ്ക്കും തുടച്ചു നീക്കും എന്താ യാലും വിജയം നിങ്ങൾക്കു തന്നെ.

4. എന്റെ സൗഹൃദങ്ങൾ ഞാൻ നിലനിർത്തിയിരു ന്നെങ്കിൽ...

പഴയ സൗഹൃദങ്ങളുടെ വിലയറിയുന്നത് പലപ്പോഴും മരണക്കിടക്കയിൽ കിടന്ന് തിരിഞ്ഞു നോക്കു മ്പോഴാണ്. ജീവിതത്തിന്റെ തിരക്കുകൾക്കിടയിൽ പഴയ നല്ല ബന്ധങ്ങളിൽ പലതും നാം അറിയാതെ തന്നെ അറ്റുപോകുകയായിരുന്നു.

തിരക്കു പിടിച്ച ജീവിതത്തിനിടയിൽ ബന്ധങ്ങൾ നിലനിർത്തുവാൻ ബുദ്ധിമുട്ടാണെന്നത്സ്വാഭാവികം. മരണം മുട്ടിവിളിക്കുന്ന നിമിഷങ്ങളിൽ സാമ്പത്തിക കാര്യങ്ങളോ, പദവിയോ ഒന്നുമല്ല നിങ്ങളുടെ മുന്നിൽ പ്രാധാന്യത്തോടെ കടന്നു വരുന്നത്. നിങ്ങളുടെ പ്രിയപ്പെട്ടവർക്കായി അതൊക്കെ നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിച്ചേക്കാം, എന്നാൽ ആ നിമിഷ ങ്ങളിൽ നിങ്ങൾക്ക് അതിനൊന്നും സാധ്യമല്ല എന്നു നിങ്ങൾ തിരിച്ചറിയും. ഒടുവിൽ... ഒടുവിൽ... സ്നേ ഹത്തിലേയ്ക്കും ബന്ധങ്ങളിലേയ്ക്കും നിങ്ങൾ മടങ്ങി വരും. അവസാന ആഴ്ചകളിൽ അതു മാത്രമാണ് നിങ്ങളോടൊപ്പം ഉണ്ടാകുക.

5. ഞാൻ എന്നെ സന്തുഷ്ടനാക്കിയിരുന്നെങ്കിൽ...

നിങ്ങൾക്ക് വളരെ അതിശയം തോന്നാം, എന്നാൽ ഇത് മരണക്കിടക്കയിൽ ഉള്ളവരുടെ വളരെ സാധാരണമായ സങ്കല്പമാണ്. സന്തോഷം അവരുടെ സ്വന്തം തീരുമാനമാണെന്ന് അവസാന നിമിഷം വരെയും പലരും തിരിച്ചറിയാറില്ല. അവരുടേതായ പഴയ രീതികളിലും സ്വഭാവങ്ങളിലും പിണഞ്ഞു കിടക്കുകയായിരിക്കും പലരും. അവർ പലപ്പോഴും സുഖകരവും പരിചിതവുമായ വഴികൾ തേടുക യായിരുന്നു. മാററത്തോടുള്ള ഭയം കാരണം സ്വയത്തോടും മററുള്ളവരോടും തൃപ്തരാണെന്ന് അവർ അഭിനയിക്കുകയായിരുന്നു. എന്നാൽ, ഉള്ളിന്റെ ഉള്ളിൽ, ഒന്നു നന്നായി ചിരിക്കുവാൻ, ജീവിതത്തിലെ സങ്കീർണ്ണതകൾ ഇല്ലാതാക്കുവാൻ അവർ ആഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. മരണക്കിടക്കയിൽ, മററു ള്ളവർ നിങ്ങളെക്കുറിച്ച് എന്തു പറയും, ചിന്തിക്കും ഇവയൊന്നും നിങ്ങളുടെ മനസ്സിലേയ്ക്ക് കടന്നു വരില്ല.

മരണമെത്തുന്നതിനു ഏറെ മുമ്പു തന്നെ, കഴിഞ്ഞത് കഴിഞ്ഞു എന്നു കരുതുവാനായാൽ, വീണ്ടും ഒരിക്കൽ കൂടി പുഞ്ചിരിക്കുവാനായാൽ...

ജീവിതം നിങ്ങളുടേതാണ്... തീരുമാനങ്ങളും നിങ്ങളുടേതാണ്. വിവേകത്തോടെ, ബുദ്ധിപൂർവ്വം, സത്യസന്ധമായി തീരുമാനങ്ങളെടുക്കൂ. സന്തോഷം നഷ്ടപ്പെടുത്താതിരിക്കൂ...

നമസ്തേ...

ബി.കെ.സുഭാഷ്, മൗണ്ട് ആബു

ഒരുപാടാളുകൾ പറഞ്ഞ് പഴകിയ ഒരു വാക്ക് ,അറിഞ്ഞും അറിയാതെയും വേണ്ടയിടത്തും വേണ്ടാത്തയിടത്തു മൊക്കെ ഉപയോഗിച്ച് മൂർച്ചയറ്റുപൊയ്ക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന മഹത്തായ ഈ വാക്കിനുള്ളിലേക്കൊന്ന് ഊളിയിട്ടു നോക്കിയാൽ നമ്മുക്കു മനസിലാകും ഭാരതീയ സംസ്കൃതിയിൽ നമസ്തേ എന്ന വാക്കിനുള്ള സ്ഥാനമേതാണെന്ന്. ഗുരുക്കന്മാരുടെ മുമ്പിൽ ശിഷ്യരുടെ സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണത്തിന്റെ പ്രതീകമായ് നിലകൊള്ളുന്ന ഗഹനമായ ഈ ശബ്ദം ഗുരുവിന്റെ മുഖാരാവിന്ദങ്ങളിൽ നിന്ന് അറിവിന്റെ ജ്ഞാനഗംഗ ശിഷ്യരിലേക്ക് പ്രവഹിക്കുവാനുളള ഏറ്റവും വലിയ വഴിയായിരുന്നു. എന്റേതായി ഒന്നുമില്ല. എന്ന് പറഞ്ഞ കൈകൾ കൂപ്പുമ്പോൾ അതുവരെ എന്തെങ്കിലും സ്വന്തമെന്ന് കരുതി വെച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതു അങ്ങയുടേത്. പൂർണ്ണ സമർപ്പണം. **ന: മമ ആസ്തി,** ഭഗവത് ഗീതയിൽ പറയുന്നുണ്ട് ഇന്ന് എന്റേതെന്ന് കരുതിയിരിക്കുന്നത് ഇന്നലെ മറ്റാരുടേതോ ആയിരുന്നു. നാളെയത് മറ്റാരുടെയെങ്കിലും ആയിരിക്കും. ഈയൊരു വലിയ സത്യ ത്തിന്റെ സാക്ഷാത്ക്കാര ധ്വനി തന്നയല്ലേ നമസ്തേ...

ഉടുതുണികൂടിയില്ലാതെ ഭൂ മാതാവിന്റെ മടിത്തട്ടിലേക്ക് പിറന്നു വീണ മനുഷ്യനുപോലും അർത്ഥമറിഞ്ഞ് ഉരുവിടാൻ മടിക്കുന്ന ഈ വലിയ ശബ്ദം വിശ്വം രചിച്ച സൃഷ്ടിയുടെ ആദിമദ്ധ്യാന്ത രഹസ്യങ്ങളറിയുകയും അത് ലോകത്തിന് പകർന്നു കൊടുക്കുകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആ സർവ്വേശ്വരൻ പറയുമ്പോൾ കേൾവിക്കരന്റെ കണ്ണിൽ കണ്ണീർ പെടിഞ്ഞാൽ അതിലൊരതിശയവുമില്ല. അവിശ്വസിനീയമെന്ന് ഒരു പക്ഷേ നിങ്ങൾക്ക് തോന്നുന്നുണ്ടാകും പക്ഷേ സത്യമാണ് നിരഹങ്കാരിയും നിരാധാരനുമായ ശിവപരമാത്മാ സൃഷ്ടിയി ലവതരിച്ചിട്ട് എഴിപത്തിയാറുവർഷം പിന്നിടുകയാണ്.എന്റേതാണെല്ലാം എന്നു പറയുന്നവർക്കുവേണ്ടിയും എന്റേതായി ഒന്നുമില്ലെന്ന് പറയുന്നവർക്കു വേണ്ടിയും ഒരുപോലെ വേർതിരിവില്ലാതെ വിശ്വനാഥൻ പരമപിതാ പരമാത്മാവ് കലിയുഗ സത്യയുഗ സംഗമവേളയായ ഈ പുരുഷോത്തമ സംഗമയുഗത്തിൽ പറയുന്ന നമ്രതയുടെ ഏറ്റവും മനോഹരമായ സുന്ദരശബ്ദമാണ് നമസ്തേ... നമ്മുടെ കുറവുകളെ കാണാതെ പാപിയും ശപിക്ക പ്പെട്ടവനെന്നും സ്വയം വിലപിച്ചു നടക്കുന്നവരെക്കൂടി നെഞ്ചോടുചേർത്തുപിടിച്ച് ആ സ്നേഹ സാഗരൻ മറ്റൊരു ശബ്ദം കൂടി പറയുന്നുണ്ട് മീഠേ ബച്ചേ.... അതായത് മാധുരമായ സന്താനമേ...

അഹത്തിന്റെ വേലികെട്ടുകൾ പിഴുതെറിഞ്ഞ ഹൃദയത്തിൽ നിന്ന് ഒരിക്കലെങ്കിലും സർവ്വേശ്വരനോട് നമസ്തേ എന്ന് പറയാൻ കഴിഞ്ഞാൽ ജന്മം സാഫല്യം കൈവരും. ഹൃദയത്തീന്ന് ആ ശബ്ദം ഉച്ചരിക്കുവാനും അത് ശ്രവിക്കാനും ഏല്ലാർക്കും കഴിയട്ടെ എന്നാശംസിച്ചു കൊണ്ട്........

എന്താണ് സന്തോഷം?

ബി.കെ. രാജേഷ് മോഹൻ, ആലപ്പുഴ

ഒരു ദിവസം മുല്ല നസ്രുദ്ദീൻ സങ്കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതു കണ്ട് സുഹൃത്ത് ചോദിച്ചു, എന്താ സങ്കടം? മുല്ല പൊട്ടിക്കരഞ്ഞുകൊണ്ട് പറഞ്ഞു, അമ്മാവൻ തന്റെ സ്വത്തെല്ലാം എന്റെ പേരിൽ എഴുതിവെച്ചിട്ട് കഴിഞ്ഞമാസം മരിച്ചുപോയി.

'അതിനെന്താ സങ്കടപ്പെടുന്നത്? ഇത്രയും സ്വത്ത് നിങ്ങൾക്ക് ലഭിച്ചതിൽ സന്തോഷിക്കുകയല്ലേ വേണ്ടത്? നിങ്ങളുടെ അമ്മാവനാണെങ്കിൽ എൺപതു വയസ്സുമായി'.

'നിങ്ങൾക്കെന്റെ ദുഃഖം മനസ്സിലാകില്ല. എന്റെ പേരിൽ ഒരു ലക്ഷം രൂപയുടെ സ്വത്തെഴുതിവെച്ചിട്ട് എന്റെ ഇളയച്ചൻ മരിച്ചത് കഴിഞ്ഞയാഴ്ചയാണ്', എന്നായി മുല്ല.

ഇതും പറഞ്ഞ് മുല്ല കൂടുതൽ ഉച്ചത്തിൽ കരയാൻ തുടങ്ങി. സുഹൃത്തിന് വല്ലാത്ത വിഷമം തോന്നി. അയാൾ പറഞ്ഞു, 'നിങ്ങളുടെ ഇളയച്ചനെ എനിക്കറിയാം. എൺപത്തഞ്ചു വയസ്സായില്ലേ; സ്വത്തു ലഭിച്ചതോർത്ത് സന്തോഷിക്കാതെ ഇങ്ങനെ കരയുന്നതെന്തിന്'?

മൂഢനെപ്പോലെ കരയുന്നതുകണ്ടിട്ട് സുഹൃത്തിന് അല്പം ശുണ്ഠിവന്നുതുടങ്ങിയിരുന്നു.

മുല്ല പറഞ്ഞു, 'ഇതിലും വലിയൊരു ദുഃഖമുണ്ട്, നൂറു വയസ്സായ എന്റെ മുത്തച്ഛൻ രണ്ടുലക്ഷത്തിലധികം രൂപ വിലയുള്ള സ്വത്ത് എനിക്കെഴുതിവെച്ച് ഇന്നലെ മരിച്ചുപോയി'.

സുഹൃത്തിന് ഇതുകേട്ടിട്ട് വെറുപ്പാണ് ഉണ്ടായത്. 'എനിക്കൊന്നും മനസ്സിലാകുന്നില്ല, എന്തിനാണ് നിങ്ങൾ ഇങ്ങനെ കരയുന്നത്'?

കണ്ണുതുടച്ചുകൊണ്ട് മുല്ല പറഞ്ഞു, 'ധനികരായ എന്റെ അമ്മാവനും ഇളയച്ഛനും മുത്തച്ഛനും മരിച്ചുപോയി. ഇനി എന്റെ പേരിൽ സ്വത്തെഴുതിത്തരാൻ ആരുമില്ലല്ലോ എന്നോർത്താണ് ഞാൻ കരഞ്ഞത്'.

വളരെ പ്രാധാന്യമുള്ള ഒരു തത്ത്വം ഉദ്ബോധിപ്പിക്കുന്നതിനാണ് ഈ കഥ പറയുന്നത്. നമ്മളാണ് നമ്മുടെ സന്തോഷത്തിനും തൃപ്തിക്കും അതിരു നിശ്ചയിക്കുന്നത്. ആ അതിർത്തി നമ്മുടെ വരുതിയിലല്ലാതായാൽ – അത് വളർന്നു കൊണ്ടേയിരുന്നാൽ – നമുക്ക് ശാന്തിയോ സമാധാനമോ ലഭിക്കില്ല. ഓട്ടപ്പാത്രത്തിൽ വെള്ളമൊഴിച്ചുനോക്കൂ, അത് തങ്ങിനിൽക്കാതെ ഒഴുകിപ്പോകും. മനസ്സിൽ തൃപ്തിയില്ലെങ്കിൽ എത്ര സന്തോഷമുണ്ടായാലും അത് തങ്ങിനിൽക്കില്ല. അത്തരം മനസ്സ് ശോകമയമായിരിക്കും. തനിക്കില്ലാത്തതെന്താണോ അതിനെക്കുറിച്ചോർത്തായിരിക്കും ഖേദിക്കുന്നത്. ഈ വിചാരം ഉള്ള സന്തോഷത്തെക്കൂടി ഇല്ലാതാക്കും. പാത്രത്തിന്റെ ദ്വാരമടച്ചാൽ കുറച്ചു വെള്ളമൊഴിക്കുമ്പോഴേയ്ക്കും അത് നിറയും. മനസ്സിലെ സ്വാർത്ഥതകളായ കറുത്ത പുള്ളികളെ ഇല്ലാതാക്കിയാൽ ഉള്ളിൽ സന്തോഷം നിറയും. അപ്പോൾ എനിക്ക് എന്ത് സന്തോഷമാണെന്ന് പറയാൻ കഴിയും. ഇതു കിട്ടിയാലെ എനിക്ക് സന്തോഷമാകൂ, അത് സാധിച്ചാലെ എനിക്ക് സന്തോഷമാകൂ എന്നിങ്ങനെ നമ്മുടെ മനസ്സിൽ കയറിക്കൂടുന്ന ചിന്തകളാണ് കരിംപുള്ളികൾ.

നിങ്ങളുടെ ദീപം തെളിയിക്കൂ

ബി.കെ. സുനിത, പാലക്കാട്

ഹിന്ദു കലണ്ടർ പ്രകാരം ഏറ്റവും വലിയ ആഘോഷങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് ദീപാവലി. അതുകൊണ്ടുതന്നെ നവംബർ 3ന് ലോകം മുഴുവൻ ദീപാവലി ആഘോഷിക്കുന്നു. ദീപങ്ങളുടെ ഉത്സവം എന്നതിൽ നിന്നാണ് ദീപാവലി ഉണ്ടായത്. ലോക മത-സംസ്കാരത്തിൽ തന്നെ വെളിച്ചത്തിന് പ്രധാന സ്ഥാനം ഉണ്ട്. വെളിച്ചത്തെ ഉയർത്തെഴുന്നേൽപ്പിന്റെ ശുഭ സൂചകമായി കരുതുന്നു. ഉദാ: ക്രിസ്മസ് മരത്തിലെ ബൾബുകൾ, റംസാനിലെ അർധചന്ദ്രൻ, ഈ ലോകം മുഴുവൻ അന്ധകാരമാകുമ്പോൾ നാം തെളിയിക്കുന്ന വിളക്ക് അതിൽ നിന്നുവരുന്ന പ്രകാശവെളിച്ചം നമുക്ക് സന്തോഷം, പ്രതീക്ഷ, ആനന്ദം നൽകുന്നു.

ഇങ്ങനെയുള്ള ആഘോഷങ്ങൾ നമ്മുടെ ജീവിതത്തെ ആത്മീയമായ, ദൈവീകമായ തലത്തിലേക്കെത്തിക്കുന്നു. നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലെ പ്രകാശം അണഞ്ഞുപോവുകയാണെങ്കിൽ ഇത്തരം ആത്മീയ ആഘോഷങ്ങളിലൂടെ നമ്മുടെ ജീവിതവും ഹൃദയവും പ്രകാശപൂരിതമാവുന്നു. നമ്മുടെ ആത്മാവിന് ആത്മശുദ്ധി കൈവരുന്നു.

ഹിന്ദുപുരാണങ്ങളിൽ, പറയപ്പെടുന്നതെന്തെന്നാൽ ഈ ആഘോഷം രാജകീയമായ പ്രൗഢിയും, ഉണർവും, ധർമ്മവും രാജ്യത്ത് പുന:സ്ഥാപിക്കുന്നു. ആയിരം വർഷങ്ങളുടെ പഴക്കമുണ്ട് ഈ ആഘോഷത്തിന് എന്നിരുന്നാലും ഈ കാലത്തിലാണ് ദീപാവലിയുടെ ധർമ്മം അർത്ഥപൂർണ്ണമാകുന്നത്. കാരണം ഇന്ന് നാം ജീവിക്കുന്നത് അസൂയയും, അഴിമതിയും, യുദ്ധവും നിറഞ്ഞ അന്ധകാരത്തിലാണ്. മനുഷ്യമനസ്സിൽ അന്ധകാരം നിറഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്. ഈ അന്ധകാരത്തെ കീറിമുറിക്കാൻ സത്യമാകുന്ന വെളിച്ചത്തിന്റെ വരവ് അത്യാവശ്യമായിരിക്കുകയാണ്. എങ്ങനെയാണോ പകൽ രാത്രിയെ പിൻതുടരുന്നത്, ഈ ലോക ജനത കാത്തിരിക്കുകയാണ് യഥാർത്ഥ ശാന്തി, സമാധാനം, സന്തോഷത്തിനായ്: ഇതാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ വെളിച്ചമേകുന്ന വിളക്ക്. മനുഷ്യൻ നന്മക്ക് വേണ്ടി കാത്തിരിക്കുന്ന, പ്രവർത്തിക്കുന്ന മനസ്സിനെ മനുഷ്യനിലെ അന്ധകാരത്തെ മാറ്റാൻ കഴിയൂ.....

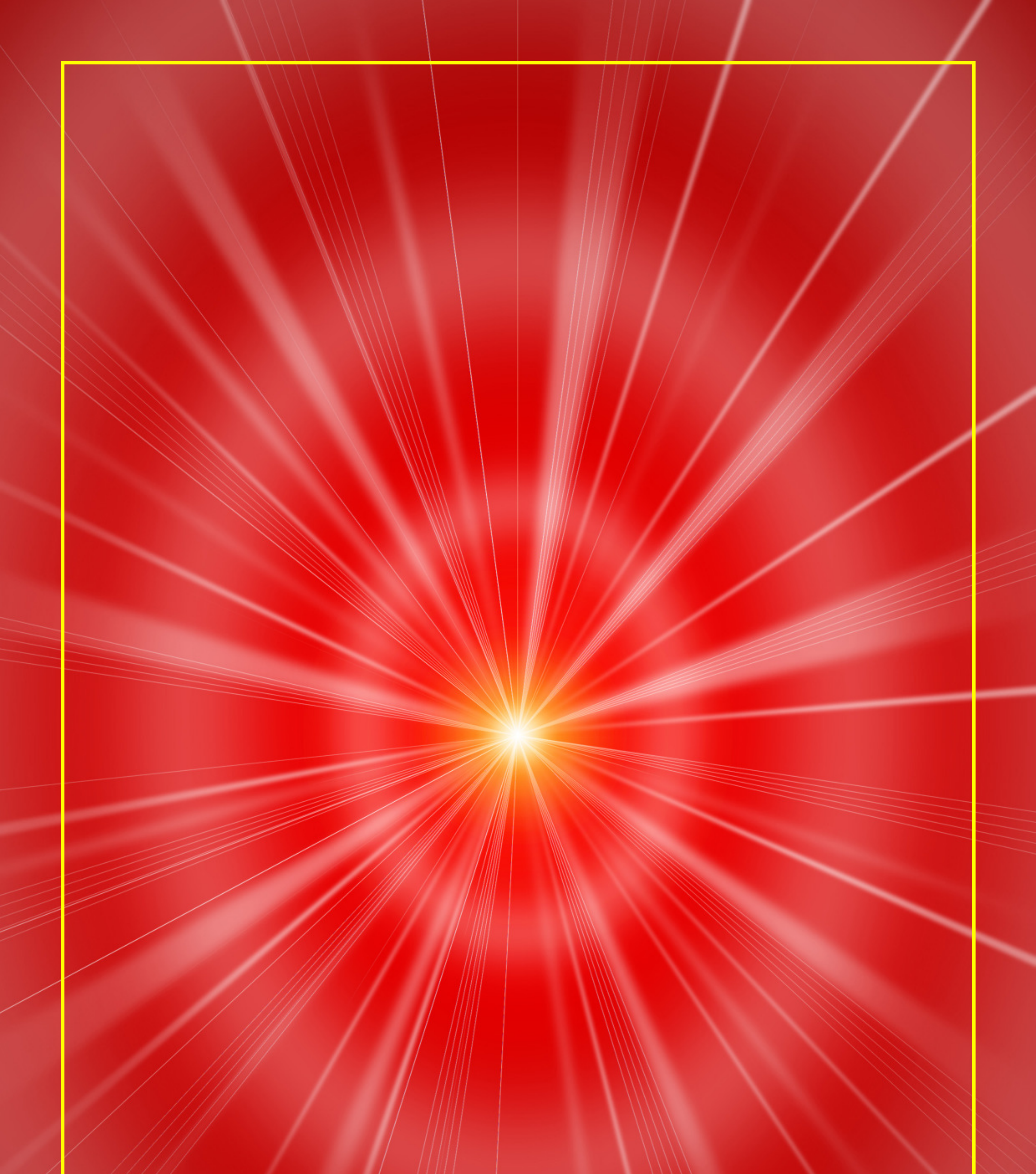
വിളക്ക് തെളിക്കും മുമ്പ്...വിളക്കിനേയും അതിൽ തെളിയേണ്ട ദീപത്തേയും ഒന്ന് അകകണ്ണിൽ കണ്ടുനോക്കൂ.പഞ്ചതത്വനിർമ്മിതമാണ് ശരീരമെങ്കിലും മണ്ണ് എന്ന് പ്രയോഗം ആണ് അചാര്യന്മാരിൽ പലരും ശരീരത്തിന് നൽകിയിരിക്കുന്നത്. മണ്ണുകൊണ്ടു തന്നെ ഉണ്ടാക്കപ്പെട്ട ചിരാതിൽ തിരിതെളിയുമ്പോൾ ശരീരത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ അതിപതിയായ ആത്മാവിന്റെ സ്മൃതി നമ്മളിൽ ഉണരേണ്ടത് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. കാരണം ജനിച്ച് വളർന്ന് നരച്ച് നശിച്ച് പോകുന്ന ഈ ശരീരം നാമല്ല. നമ്മുടേതാണ്. ഇതിന് നമ്മുക്ക് ആത്മജ്ഞാനവും പരമാത്മ ജ്ഞാനവും ആവശ്യമാണ്. ഈ ജ്ഞാനം തന്നെയാണ് ആത്മദീപത്തിന് ഊർജ്ജം പകരുന്ന എണ്ണ. ക്ഷേത്രത്തിന്റെ ശുദ്ധിയിലും പവിത്രതയിലും നാം കാണിക്കുന്ന ശ്രദ്ധ... യഥാർത്ഥത്തിൽ ശരീരത്തിനും ആവശ്യമാണ്. കാരണം നാം ഓരോത്തരും ചൈതന്യ ദീപങ്ങളാണ്. നമ്മളാണ് ലോകത്തിന് പ്രകാശം പകരേണ്ടത്. എല്ലാവർക്കും അതിന് സർവ്വേശ്വരൻ ശക്തി തരട്ടെ എന്നാശംസിച്ചു കൊണ്ട് .....

ഈശ്വരീയ സേവനം കേരളത്തിൽ

തിരുവനന്തപുരം ശാന്തിദൂത് യുവ സൈക്കിൾ യാത്രയുടെ സമാപന സമ്മേളനം 14 ഒക്ടേബർ 2013, പുത്തരിക്കണ്ഠം മൈതാനത്ത് തിരു. മേയർ അഡ്വ. കെ. ചന്ദ്രിക (മേയർ, തിരുവനന്തപുരം കോർപറേഷൻ) ഉദ്ഘാടനം നിർവ്വഹിച്ചപ്പോൾ. ഒപ്പം പ്രൊഫ. എൻ. രാധാകൃഷ്ണൻ പി.എച്ച്.ഡി (ചെയർമാൻ, കേരളാ ഗാന്ധി സ്മാരക നിധി), സ്വാമി.ഗുരുരത്നം ജ്ഞാന തപസ്വി (ഓർഗനൈസിംഗ് സെക്രട്ടറി, ശാന്തിഗിരി ആശ്രമം), അഡ്വ. നാസർ എം പൈങ്ങമടം (കേരളാ സ്റ്റേറ്റ് പ്രസിഡന്റ്, ഗാന്ധി യുവജന സമിതി), ശ്രീമതി. ഉദയലക്ഷ്മി (കൗൺസിലർ, ഫോർട്ട് വാർഡ്), ബി.കെ.സുരേന്ദ്രൻ (റീജിയണൽ കോ-ഓർഡിനേറ്റർ, എജ്യൂക്കേഷൻ വിംഗ്, ബ്രഹ്മാകുമാരീസ്) ബി.കെ.മിനി (കോ-ഓർഡിനേറ്റർ, ബ്രഹ്മാകുമാരീസ്, തിരു:ജില്ല)

കോട്ടയം: എന്റെ കേരളം ലഹരി വിമുക്ത കേരളത്തിന്റെ കോട്ടയം, ഇടുക്കി മേഖലാതല ഉദ്ഘാടനം കേരളാ ഹോം മിനിസ്റ്റർ ശ്രീ. തിരുവഞ്ചിയൂർ രാധാകൃഷ്ണൻ നിർവ്വഹിച്ചു, ഒപ്പം ഡോക്ടർ: വത്സലൻ നായർ, മൗണ്ട് ആബു.

എന്റെ കേരളം ലഹരി വിമുക്ത കേരളത്തിന്റെ അടൂർ, പത്തംതിട്ട മേഖലാതല ഉദ്ഘാടനത്തിന്റെ ഭാഗമായി ഡിസ്ട്രിക്ട് പ്ലാനിങ് കമററി മീററിംങ് അടൂർ ബ്രഹ്മാകുമാരീസ് കേന്ദ്രത്തിൽ നടന്നപ്പോൾ



പരമപിതാ ശിവ പരമാത്മാവ്- ജ്യോതിർ ബിന്ദു സ്വരൂപൻ