ലക്കം-9/സെപ്തംബർ, 2013

ഹവിസ്സ്

ആത്മ സാക്ഷാത്കാരത്തിന്റെ നേർവഴി

ആമുഖം

പൂവേ പൊലി പൂവേ...

സ്നേഹത്തിന്റെ, നന്മയുടെ, സമൃദ്ധിയുടെ മറ്റൊരു പൊന്നോണപ്പുലരി കൂടി പുലരുകയായി...

ഹവിസ്സിന്റെ എല്ലാ സുഹൃത്തുക്കൾക്കും അഭ്യുദയകാംക്ഷികൾക്കും ഹൃദയം നിറഞ്ഞ ഓണാശംസകൾ...

ഓരോ മലയാളിയും എന്നും കാത്തിരിക്കുന്ന പുണ്യദിനം... മലയാളികളുടെ മധുര സ്മൃതികളിൽ വിരിയുന്ന ആദ്യ സൂനം... പൊന്നോണം. പൂവിളികളുടെ, അത്തപ്പൂവിന്റെ, ഒത്തു ചേരലിന്റെ, തിരുവോണ സദ്യയുടെ, ഊഞ്ഞാലാട്ടത്തിന്റെ മങ്ങാത്ത ഓർമ്മകൾ ബാക്കിയില്ലാത്ത മലയാളികൾ ഇല്ല തന്നെ.

നമ്മുടെ കൊച്ചു കേരളത്തിൽ മാത്രമല്ല, മുഴുവൻ ലോകത്തിലും ഈ ആഹ്ലാദം നിലനിന്നു കാണുവാൻ നാം എന്നും ഉള്ളുകൊണ്ട് ആഗ്രഹിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെ നമുക്ക് എന്തു ചെയ്യുവാനാകും എന്നറിയുമ്പോൾ, ആത്മാർത്ഥമായി നാം അതിനു വേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ ജന്മം സഫലമാകും, അനേകരുടെ ജന്മത്തിന് അർത്ഥമുണ്ടാകും. ഇതിനായി, ഭൗതീകവാദത്തിന്റെ പുറംതോട് പൊട്ടിച്ചെറിഞ്ഞ് നമുക്ക് നമ്മുടെ ഉള്ളിന്റെ ഉള്ളിലേയ്ക്ക് യാത്ര ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഈ യാത്രയിൽ നാം ഒറ്റയ്ക്കാണ്... സാഗര ഗർത്തത്തിൽ നിന്നും പവിഴവും മുത്തും കണ്ടെടുക്കുവാനുള്ള യാത്ര പോലെയാണിത്.

ഗുണങ്ങളുടെയും ശക്തികളുടെയും സാഗരനായ പരമപിതാ പരമാത്മാവിന്റെ സന്താനങ്ങളായ നമ്മിൽ ആ ഗുണങ്ങളും ശക്തികളും തീർച്ചയായും അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. കലിയുഗത്തിന്റെ അന്തിമ ചരണങ്ങളിൽ എത്തി നിൽക്കുന്ന, കാലചക്രത്തിന്റെ ഈ മംഗളവേളയിൽ, അവ കണ്ടെത്തി വീണ്ടെടുക്കുവാനുള്ള ശ്രമം നമുക്ക് നടത്തേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഈ അന്വേഷണത്തിൽ, ഭാഗവതത്തിൽ വിവരിച്ചിരിക്കുന്ന മഹാബലിയുടെ കഥ നമുക്ക് ഊർജ്ജം പകരട്ടെ.

പലരും പലപ്പോഴും ആരായാറുണ്ട്, എന്തിന് ഭഗവാൻ മഹാബലിയെ ചവിട്ടിത്താഴ്ത്തി? ധർമ്മ സംസ്ഥാപനത്തിനായി അവതരിക്കുന്ന ഭഗവാൻ ഇപ്രകാരം ഒരു അധർമ്മം പ്രവർത്തിക്കുമോ? ചിന്തിക്കുന്ന ആരുടെ മനസ്സിലും ഈ സംശയം ഒരിക്കലെങ്കിലും മുളപൊട്ടിയിട്ടുണ്ടാകും. ഭാഗവതത്തിൽ മഹാബലിയെ ക്കുറിച്ച് പറഞ്ഞിരിക്കുന്ന ഭാഗത്തിന്റെ ഒരു പുനർവായന ഇവിടെ ആവശ്യമായിരിക്കുന്നു. അപ്പോൾ ആദ്യ മായി നാം ആ സത്യം തിരിച്ചറിയും... മഹാബലിയോട് ഭഗവാൻ അനീതി കാട്ടിയിട്ടില്ല!

തന്റെ പ്രിയ ഭക്തനു ദർശനം അരുളിയ ഭഗവാനു മുന്നിൽ, തനിക്കുള്ളതെല്ലാം സമർപ്പിക്കുവാൻ തയ്യാറാകുന്ന മഹാബലി... ബലിയെന്ന വാക്കിന് സമർപ്പണം എന്ന് അർത്ഥം. മനസ്സും സമ്പത്തും ശരീരവും സമർപ്പിക്കുന്നതിനെയാണ് സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണം കൊണ്ട് അർത്ഥമാക്കുന്നത്. മനസ്സിൽ ഈശ്വര ചിന്തമാത്രം നിറഞ്ഞിരുന്ന, നന്മയുടെ നിറകുടമായ മഹാബലിയുടെ മനസ്സ് ആദ്യം തന്നെ ഭഗവാനു സമർപ്പിതമായിക്കഴിഞ്ഞു. തനിക്കുള്ളതെല്ലാം ഭഗവാനു നൽകുവാൻ തയ്യാറാകുമ്പോൾ രണ്ടാമതു പടിയും മഹാബലി കടക്കുകയാണ്. ഒടുവിൽ ശിരസ്സു നമിച്ച് ഈ ശരീരം കൂടി അങ്ങേയ്ക്കുള്ളതാണെന്ന് പറയുമ്പോൾ സമർപ്പണതയുടെ സമ്പൂർണ്ണതയിലേയ്ക്ക് മഹാബലി ഉയരുകയാണ്. ഇതിൽ സന്തുഷ്ടനായ ഭഗവാൻ അദ്ദേഹത്തെ സുതലത്തിലേയ്ക്ക് പറഞ്ഞയയ്ക്കുന്നു, സ്വർഗ്ഗം സ്ഥാപിക്കുമ്പോൾ അവിടേയ്ക്ക് കൊണ്ടു പോകാമെന്ന വാഗ്ദാനവും നൽകുന്നു. ഇവിടെ സുതലം ശ്രേഷ്ഠമായ തലമാണ്, നമ്മിൽ പലരും കരുതുന്നതു പോലെ നരകമല്ല. ത്രിലോകങ്ങളിലെ (സാകാര-സൂക്ഷ്മ-നിരാകാര ലോകങ്ങൾ) സൂക്ഷ്മ ലോകമാണത്. സാകാര ലോകത്തു നിന്നും സൂക്ഷ്മ ലോകത്തേയ്ക്കാണ് മഹാബലിയെ ഭഗവാൻ പറഞ്ഞയയ്ക്കുന്നത്. സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണതയിലൂടെ ആത്മബോധത്തിലേയ്ക്ക് പൂർണ്ണമായും ഉയരുമ്പോൾ, ഇഹലോക ശരീരം ഉപേക്ഷിച്ച്, സൂക്ഷ്മ ശരീരത്തിലേറി ആത്മാവ് പറന്നുയരുന്നു, സൂക്ഷ്മ ലോകത്തിലേയ്ക്ക്. മലക്കുകളുടെ ലോകമെന്ന് ഖുറാൻ വർണ്ണിക്കുന്നതും ഈ ലോകത്തെക്കുറിച്ചു തന്നെയാണ്.

മഹാബലിയെപ്പോലെ നാം ഓരോരുത്തരും സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണത്തിനു തയ്യാറാകുമ്പോൾ, നമ്മുടെ അഹത്തിന് എന്നെന്നേയ്ക്കുമായി വിട ചൊല്ലുമ്പോൾ, നിത്യമായ പൊന്നോണ നാളുകൾ നമ്മുടേതാകും. ദിവ്യഗുണങ്ങളാൽ സമ്പന്നരായ നാം ഓരോരുത്തരും ദേവതകളെന്ന് അറിയപ്പെടും, ഈ ലോകം വീണ്ടും ദൈവീക സ്വർണ്ണിമ ഭൂമിയാകും. അന്ന് നാം യഥാർത്ഥ ഓണം ആഘോഷിക്കും. ആഘോഷങ്ങളുടെ പുറംമോടികളിൽ മാത്രം കുടുങ്ങി അല്പകാലത്തെ, നശ്വരമായ സുഖത്തിൽ തൃപ്തരാകാതെ, നിത്യമായ സുഖ-ശാന്തി-സമ്പന്നമായ ഒരു ജീവിതം കെട്ടിപ്പടുക്കുവാനുള്ള ശ്രമം നമുക്ക് ഒന്നിച്ചു നടത്താം. ഹൃദയത്തിൽ നിന്നുള്ള ഈ വാഗ്ദാനമായിരിക്കട്ടെ ഈ പൊന്നോണത്തിന് നമ്മുടെ പ്രിയങ്കരനായ മഹാബലിയ്ക്ക് നാം നൽകുന്ന ഓണക്കാഴ്ച.

ഹവിസ്സിന്റെ ഓണാശംസകൾ

താളുകൾ മറിക്കുമ്പോൾ

വിവേക ശകലങ്ങൾ.. ദാദി ജാനകി

ഗീതാജ്ഞാനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യവും ജ്ഞാനിയുടെ ലക്ഷണവും.......ബി.കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ, ആലപ്പുഴ

ത്രികാല ദർശി..ബി.കെ. സുരേന്ദ്രൻ, ബംഗലൂർ

ഓണ സ്മൃതികൾ..ബി.കെ. സുഭാഷ്, മൗണ്ട് ആബു

ചോദിക്കൂ പറയാം..ബി.കെ. സ്വാമിനാഥൻ, മുംബൈ

വായുവിന്റെ മക്കൾ..ബി.കെ. രവീന്ദ്രൻ പുത്തൂർ, തിരുവനന്തപുരം

മാനസിക സമ്മർദ്ദം..ബി.കെ. അനിൽ, തിരുവനന്തപുരം

അനുഭൂതി(കവിത)..ബി.കെ. ശോഭാദേവി, തിരുവനന്തപുരം

ബന്ധങ്ങൾ ബന്ധനങ്ങൾ..പ്രതിഭാ നായർ, മൗണ്ട് ആബു

സത്ഗുരുവിന്റെ കൃപ..ഹവിസ്സ് ബ്യൂറൊ

ഓണപുരാണം..ബി.കെ. രവീന്ദ്രൻ പുത്തൂർ, തിരുവനന്തപുരം

സത്യസ്വരൂപനെ നിത്യം സ്മരിച്ചിടൂ..ബി.കെ. രഘുനാഥൻ മാമ്പള്ളി, ചാത്തന്നൂർ

ആത്മീയത..ബി.കെ. ബിലഹരി, കൊച്ചി

പ്രശ്നങ്ങൾ അവസരങ്ങൾ..ബി.കെ. രാജേഷ്മോഹൻ, ആലപ്പുഴ

വെറുപ്പിന്റെ സ്വാധീനം.. ബി.കെ. സുനിത, പാലക്കാട്

രക്ഷാബന്ധന മഹോത്സവം..ഹവിസ്സ് ബ്യൂറൊ

ഈശ്വരീയ സേവനം കേരളത്തിൽ..ഹവിസ്സ് ബ്യൂറൊ

ബഹു. ഡോ. ദാദി ജാനകി
മുഖ്യ പ്രശാസിക, ബ്രഹ്മാകുമാരീസ്

നൽകുന്നവരാണ് സ്നേഹിക്കുന്നവർ

യഥാർത്ഥ സ്നേഹം പ്രതീക്ഷകളിൽ നിന്നും മുക്തമാണ്. എന്റെ ജീവിതത്തിൽ ഞാനുമായി ബന്ധപ്പെടുന്ന വരോടുള്ള എന്റെ സ്നേഹം വെളിവാക്കുന്ന, എന്റെ ചുററുമുള്ളവരിലേയ്ക്ക് എന്റെ ഉള്ളിൽ നിന്നും സ്നേഹം പ്രവഹിക്കുന്നതായി അനുഭവം ചെയ്യുന്ന ഒരു കർമ്മമെങ്കിലും ഞാൻ ഇന്ന് ചെയ്യും.

"ആത്മാഭിമാനത്തിൽ നിന്നുമാണ് യഥാർത്ഥ വിനയം ഉണ്ടാകുന്നത്."

വിമർശനങ്ങൾ എന്നെ ബാധിക്കുമ്പോൾ ഞാൻ ചെയ്യുന്നതെന്താണെന്ന് എനിക്ക് നിശ്ചയം ഉണ്ടോ എന്ന് സ്വയം പരിശോധിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. എന്റെ ഉള്ളിലേക്ക് നോക്കുവാനും എന്റെ പ്രത്യേക കഴിവുകളെ വിലമതിക്കുവാനും അവയെ എപ്രകാരം എന്റെ നിത്യ ജീവിതത്തിൽ ഉപയോഗിക്കാനാവുമെന്നും ഞാൻ ചിന്തിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.എന്റെ ആത്മവിശ്വാസം വർദ്ധിക്കുന്നതിനനുസരിച്ച് ഞാൻ വിനയമുള്ളവനാകുന്നു.

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.

ഗീതാജ്ഞാനത്തിന്റെ ലക്ഷ്യവും ജ്ഞാനിയുടെ ലക്ഷണവും

ബി.കെ. അരവിന്ദാക്ഷൻ, ആലപ്പുഴ

ഗീത – അഹിംസയുടെ പരമമായ ശാസ്ത്രം

ധർമ്മത്തെക്കുറിച്ച് ഇത്രയും ചർച്ച നടന്ന, നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു നാട് മുപ്പാരിൽ ഈ ഭാരതമല്ലാതെ മറ്റേതെങ്കിലും നാടുണ്ടാകുമോ? ഇല്ല. ഇല്ല. ഇല്ല... ധർമ്മം, അർത്ഥം, കാമം, മോക്ഷം– ഇതാണ് ചതുർപുരുഷാർത്ഥമായി ഭാരതീയർ ഗണിക്കുന്നത്. ഇതിലും പ്രഥമസ്ഥാനം നൽകിയിരിക്കുന്നത് ധർമ്മത്തിനാണ്. ജീവിതനിഷേധം ഭാരതത്തിന്റെ മാർഗ്ഗമല്ല എന്നു ഉറപ്പിച്ചു പറയേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ജീവിതത്തെ നിഷേധിക്കുന്ന ചില രീതികൾ ഭാരതത്തിലും ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടെങ്കിലും പൊതുവേ ഭാരതീയദർശനങ്ങൾ ആഘോഷപൂർവ്വം ജീവിക്കുവാനാണ് പറയുന്നത്. നൂറു കൈകൾ കൊണ്ട് ധനമുണ്ടാക്കി ആയിരം കൈകൾ കൊണ്ട് ചിലവഴിക്കാനാണ് വേദങ്ങൾ ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്നത്. കർമ്മസന്യാസത്തിന്റെ ആഗ്രഹം പ്രകടിപ്പിച്ച അർജുനന്റെ നേരെ കണ്ണുരുട്ടി, ആണുംപെണ്ണും കെട്ടവനാകരുത് എന്നാണ് ഭഗവാൻ ആക്രോശിച്ചത്. ഭൗതീകതയും ആത്മീയതയും ഒരു വണ്ടിയുടെ രണ്ട് ചക്രങ്ങളാണ്. കലയും സാഹിത്യവും ഭൗതീക ശാസ്ത്രവും, എന്തിന് കാമശാസ്ത്രം പോലും വിരിഞ്ഞതും വളർന്നതും പുഷ്പിച്ചതും കായ്ച്ചതും ഈ പുണ്യഭൂവിൽ തന്നെയാണ്. എന്നാൽ ഭൗതീകതയുടെ അതിപ്രസരത്തിൽ, അതായത് അനശ്വരമായ ആത്മാവ് ആത്മതത്വം മറന്ന് ജഢമായ പ്രകൃതിയ്ക്ക് വശംവദമായ സമയത്ത്, ആത്മാവിനെ പ്രകൃതിയുടെ പിടിയിൽ നിന്നും മോചിപ്പിക്കാനായി ആദി ശങ്കരാചാര്യർ ജഗത് മിഥ്യാ വാദം കൊണ്ടുവന്നു. ഈ കാണുന്ന ജഗത് ഉള്ളതല്ല, സ്വപ്നസമാനം മാത്രമാണ്, ഏത് കർമ്മവും ആത്മാവിനെ ബന്ധിക്കുന്നതാണ്, അതിനാൽ കർമ്മസന്യാസമാണ് ശ്രേഷ്ഠം... തുടങ്ങിയ വാദഗതികൾ തന്റെ കൂർമ്മ ബുദ്ധി കൊണ്ട് സ്ഥാപിച്ച്, അത് പ്രചരിപ്പിക്കുവാൻ ഭാരതത്തിന്റെ നാലു ഭാഗത്തും ആശ്രമങ്ങൾ സ്ഥാപിച്ച് തന്റെ ശിഷ്യന്മാരെ കാവലേൽപ്പിച്ച് ആ മഹാനുഭാവൻ അന്തർധാനം ചെയ്തപ്പോൾ ഭൗതീകതയുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് ഒരു മുരടിപ്പ് ഇന്ത്യയിൽ അനുഭവപ്പെടാൻ തുടങ്ങി. കാലചക്രനിയമം അനുസരിച്ച് നാടകത്തിലെ ഒരാളുടെ ഭാഗവും, അവരുടെ കർമ്മവും ചോദ്യം ചെയ്യാൻ ആർക്കും സാധ്യമല്ല. മനുഷ്യനന്മ മാത്രം ലക്ഷ്യമിട്ട ഒരാളുടെ പ്രവൃത്തി കാലാന്തരത്തിൽ ദോഷം വരുത്തിയാലും അതിന് ആ വ്യക്തിയെ കുറ്റം പറയുന്നത് ശരിയല്ല. മഹാത്മാക്കൾ വരുന്നു, ധീരന്മാരായി ജീവിക്കുന്നു, പ്രവർത്തിക്കുന്നു, ഈ ലോകത്ത് നിന്ന് ഒന്നും പ്രതീക്ഷിക്കാതെ, അവരുടെ കർമ്മങ്ങൾ തീർത്ത് കടന്ന് പോകുന്നു. അവരുടെ പ്രവൃത്തിയെ വിലയിരുത്താം, പക്ഷേ കുറ്റം പറയരുത്. സ്വാർത്ഥതയുടെയും അഹങ്കാരത്തിന്റെയും നിഴൽ പോലും അവരുടെ പ്രവൃത്തികൾക്കില്ല എന്നതു തന്നെ കാരണം. നിവൃത്തി മാർഗ്ഗത്തിന്റെ ഹഠയോഗത്തെയും കർമ്മസന്യാസത്തേയും ശക്തമായി നിരസിക്കുന്ന ഭഗവാൻ,

തന്റെ കുട്ടികൾ അമിതാവേശത്തിൽ വന്ന് ആചാര്യന്മാരുമായി അനാവശ്യമായി ഏറ്റുമുട്ടി ആചാര്യന്മാരുടെ ശാപം ഏറ്റു വാങ്ങരുതല്ലോ എന്ന് വിചാരിച്ച് കുട്ടികളെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു- കുട്ടികളെ, സന്യാസ ധർമ്മമാണ് ഭാരതത്തിന്റെ പവിത്രതയെ പിടിച്ചു നിർത്തിയത്. ശങ്കരാചാര്യർ വന്നില്ലായിരുന്നവെങ്കിൽ ഭാരതം കാമചിതയിൽ പണ്ടേ കത്തിയെരിഞ്ഞേനേ.

ഭാരതീയസംസ്കാരത്തിന്റെ 5000 വർഷത്തെ ചരിത്രമെടുത്താൽ, ആദിസനാതനധർമ്മത്തിലെ ദേവാത്മാക്കൾ വാനപ്രസ്ഥം സ്വീകരിക്കേണ്ട സമയമാണ് ശങ്കരാചാര്യരുടെ കാലഘട്ടം. ഭാരതത്തിന്റെ തെക്ക്, കേരളത്തിലെ കാലടിയിൽ നിന്നും അമ്മയുടെ അനുമതി സൂത്രത്തിൽ വാങ്ങി തന്റെ നിയോഗം പൂർത്തിയാക്കാൻ കേവലം ഒരു ബാലനായ ശങ്കരൻ ഇറങ്ങി, തന്റെ ഗുരുവിന്റെ അറിവും അനുഗ്രഹവും വാങ്ങി, വാദഭിക്ഷ ചോദിച്ച് ദ്വിഗ്‌വിജയത്തിനിറങ്ങിയപ്പോൾ ശങ്കരാചാര്യർക്ക് നേരിടേണ്ടി വന്ന ഏറ്റവും വലിയ വാദപ്രതിവാദം മണ്ഡലമിശ്രനുമായിട്ടായിരുന്നു. വാദത്തിൽ ശങ്കരാചാര്യർ ജയിച്ചാൽ താൻ സന്യാസം സ്വീകരിക്കാമെന്ന് ഗൃഹസ്ഥ പക്ഷത്ത് നിന്ന് വാദിച്ച മണ്ഡല മിശ്രൻ, താൻ തോറ്റാൽ ഗൃഹസ്ഥനാകാമെന്ന് സന്യാസപക്ഷത്തു നിന്ന് വാദിച്ച ശങ്കരന്റെ മുന്നിൽ 13 ദിവസത്തെ വാദത്തിനു ശേഷം മദ്ധ്യസ്ഥയായ ഭാര്യയുടെ തീർപ്പു പ്രകാരം തോൽവി സമ്മതിച്ച് കാവി സ്വീകരിച്ചപ്പോൾ, ആ കാവി സ്വീകരിച്ചത് ഒരു വ്യക്തിയല്ല, ഒരു സംസ്കൃതിയാണ്. മണ്ഡലമിശ്രൻ ബ്രഹ്മാവിന്റെ ആത്മാവാണെന്നും ഭാര്യ സരസ്വതിയുടെ ആത്മാവാണെന്നും ഒരു വിശ്വാസം ഭാരതീയർക്കിടയിലുള്ളത് കൂട്ടി വായിക്കുമ്പോൾ, ബ്രഹ്മാവു തന്നെ ശ്രീകൃഷ്ണൻ എന്ന തിരിച്ചറിവുള്ള സ്വദർശനചക്രധാരികളായ ബ്രാഹ്മണർക്ക് ചരിത്രസന്ധിയിൽ ശങ്കരനോട് ഏറ്റുമുട്ടിയ ആ മഹാൻ ആരാണെന്നും എന്തുകൊണ്ട് തോൽക്കേണ്ടി വന്നുവെന്നും മനസ്സിലാക്കുവാൻ ബുദ്ധിമുട്ടില്ല.

ഗീതാജ്ഞാനദാതാവായ ശിവാചാര്യരും, ശിവാചാര്യരുടെ പ്രഥമ, പ്രധാന ശിഷ്യനായ ബ്രഹ്മാചാര്യരും ഈശ്വരീയ മഹാവാക്യങ്ങളായ മുരളിയിൽ ചിലപ്പോഴെങ്കിലും പരാമർശിക്കുന്നത് വേറൊരാചാര്യനെക്കുറിച്ചു മാത്രമാണ്. ശങ്കരാചാര്യർ! അതുകൊണ്ടു ഗീതയിലൂടെ ഗീതാജ്ഞാനത്തിലേയ്ക്കുള്ള ധൃതി പിടിച്ച ഈ യാത്രയിൽ ശങ്കരാചാര്യരുടെ കടയിൽ ചായ കുടിക്കാൻ കയറിയത് എന്തിനാണെന്നു ചോദിച്ചാൽ, അത് വാക്കുകൾ കൊണ്ട് വിശദീകരിക്കുവാൻ പറ്റില്ല. കാല ചക്രത്തിന്റെ ജ്ഞാനമുള്ള ഒരു തൃകാലജ്ഞാനി തിരിഞ്ഞു നോക്കുമ്പോൾ, അത് ചരിത്രത്തിന്റെ അവാച്യമായ അനുഭൂതി നൽകുന്ന ഒരു സുന്ദരനിമിഷമാണ്, ദീർഘമായ യാത്രയിൽ സുഖപ്രദമായ ഒരു നെടുനിശ്വാസം ഉതിർക്കുന്ന ഒരു ഇടത്താവളമാണത്. അതൊരു കണക്കുതീർക്കലിന്റെ മധുരനിമിഷവുമാണ്. കുട്ടികളേ, നിങ്ങളുടെ ജന്മങ്ങളെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾക്കറിയില്ല, ഞാൻ പറഞ്ഞു തരാം എന്ന ഭഗവാന്റെ മഹാവാക്യം, മറ്റേതൊരു മഹാവാക്യം പോലെയും മനനം ചെയ്ത് അനുഭൂതി നുകരേണ്ടതാണ്.

ബഹൂനി മേ വ്യതീതാനി ജന്മാനി തവ ചാർജുന
താന്യഹം വേദ സർവ്വാണി നത്വം വേത്ഥ പരന്തപ

(അല്ലയോ അർജുന! എനിക്കും നിനക്കും എത്രയോ ജന്മങ്ങൾ കഴിഞ്ഞു പോയിരിക്കുന്നു, അവയെല്ലാം ഞാൻ അറിയുന്നു, എന്നാൽ നീ അതറിയുന്നില്ല- ഗീത: 4:5)

ഭാരതം സമ്പത്തിന് പ്രാധാന്യം കൊടുക്കാതിരുന്നിട്ടില്ല. ഇഹലോകത്തിൽ സമ്പത്ത് ആവശ്യമാണ്. എന്നാൽ ഇഹലോകം മാത്രമാണ് സത്യം എന്ന് വിചാരിച്ച് മരിക്കുന്നതിനു മുൻപ് എന്തു ചെയ്തും പരമാവാധി സുഖിക്കാമെന്ന കലിയുഗവാദം ഭാരതത്തിന് എന്നും അന്യമായിരുന്നു. അതിനാൽ എങ്ങിനെ സുഖിക്കണം, എങ്ങിനെ ധനം സമ്പാദിക്കണം എന്ന് ആദ്യമേ പറഞ്ഞു. ജീവിതം ധർമ്മാനുസാരിയായിരിക്കണം. ധർമ്മത്തെ മുറുകെ പിടിക്കണം. എന്തുകൊണ്ട് ധർമ്മത്തെ മുറുകെപ്പിടിക്കണം. ധർമ്മം ഇഹത്തിലും പരത്തിലും സുഖം നൽകും.

ധർമ്മ ഏവ ഹതോ ഹന്തി ധർമ്മേ രക്ഷതി രക്ഷിതാ: (ധർമ്മത്തെ രക്ഷിക്കുന്നവനെ ധർമ്മം രക്ഷിക്കും, ധർമ്മത്തെ ഹനിക്കുന്നവനെ ധർമ്മം ഹനിക്കും), ആചാരഹീന ന പുനന്തി വേദ (ആചാരഹീനനെ, അതായത് അധർമ്മിയെ വേദം പോലും രക്ഷിക്കില്ല) തുടങ്ങിയ വാക്കുകൾ ധർമ്മത്തിന്റെ മഹനീയത കാണിക്കുന്നു. സകലവേദങ്ങളും പുരാണങ്ങളും രചിച്ചതിനു ശേഷം രണ്ടു കൈകളും ഉയർത്തി വ്യാസമഹർഷി പറയുന്നു- മനുഷ്യർ ധർമ്മം ആചരിക്കുന്നതിനു വേണ്ടിയാണ് ഞാനിതെല്ലാം രചിച്ചത്, ഇഹത്തിലും പരത്തിലും മനുഷ്യന് എല്ലാ സുഖവും ധർമ്മം നൽകും. രണ്ടും കൈയ്യും താഴ്ത്തി ആ മുനീന്ദ്രൻ വിലപിച്ചതായി പറയുന്നു- എനിക്കറിയില്ല, എന്തുകൊണ്ട് മനുഷ്യർ ധർമ്മം ആചരിക്കുന്നില്ല!

ധർമ്മത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ചർച്ച വളരെ സുദീർഘവും ഗഹനവുമായിരിക്കും. ഏറ്റവും ചുരുക്കി പറയാമോ? തന്റെ ആത്മാവിനേയും മറ്റ് ആത്മാക്കളേയും പ്രകൃതിയേയും അതിന്റെ അവസ്ഥയിൽ നിന്നും താഴ്ത്തുന്ന ഏതൊരു ചിന്തയും വാക്കും പ്രവർത്തിയും അധർമ്മ

ശേഷം 8-ാം പേജിൽ

ത്രികാല ദർശി

ബി.കെ.സുരേന്ദ്രൻ, ബംഗലൂർ

ഇന്ന് ലോകത്ത് പ്രശ്നങ്ങൾ വർദ്ധിച്ചുവരുന്നത് നമുക്കെല്ലാം അറിവുള്ള കാര്യമാണ്. സാഹചര്യങ്ങളുടെ നകാരാത്മകമായ പിടിയിൽ നിന്നും രക്ഷപെടുവാൻ ഇന്ന് ആർക്കും സാദ്ധ്യമല്ല. മനുഷ്യനും സ്വാഭാവികമായി പ്രകൃതിയുമെല്ലാം മലിനമായിക്കഴിഞ്ഞു, അക്രമവാസനകൾ സഹിക്കുന്നതിനപ്പുറമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. നമുക്ക് എല്ലാം നൽകിയിരുന്ന പ്രകൃതി ഇന്ന് മനുഷ്യനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അതിക്രൂരമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. ഈ വർഷത്തെ ഉഷ്ണം മനുഷ്യനെ തീർത്തും പ്രതിസന്ധിയിലാക്കി. ശുഭകാംഷികളായ ആളുകൾ ഈലോകത്തിന്റെ അവസ്ഥയെ കണ്ടിട്ട് വളരെയധികം ശോകാർത്തരാകുന്നു. ലോകത്തിന്റെ അവസ്ഥയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുന്ന വളരെ നല്ല മനുഷ്യരുണ്ട് എന്നാൽ നിഷ്ക്രിയമായ നന്മയാണ് അവരുടെ പക്കലുള്ളത്. കാരണം അവർക്ക് ക്രിയാത്മകമായി ഒന്നും തന്നെ ചെയ്യാൻ കഴിയുന്നില്ല. കാരണത്തെ യഥാർത്ഥ രീതിയിൽ മനസ്സിലാക്കുന്നതിനുപകരം ലോകത്തിന്റെ ഇന്നത്തെ അവസ്ഥയ്ക്കുകാരണം മറ്റുള്ളവരാണെന്ന് ആരോപിക്കുന്നു. പ്രശ്നങ്ങളുടേയും നിവാരണത്തിന്റേയും ലോകത്തിലാണ് ഇന്ന് നമ്മൾ ജീവിക്കുന്നത്. നമ്മുടെ മുന്നിൽ സംജാതമായിരിക്കുന്ന ലോകത്തിന്റെ ഹിതകരമല്ലാത്ത സാഹചര്യത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുവാൻ ആരുടേയും പക്കൽ സമയമില്ല. അതുപോലെതന്നെ നമ്മൾ അവർ ചെയ്തുപോയ തെറ്റുകളെ മുന്നിൽ വച്ചുകൊണ്ട് അവർക്കുമേൽ വിധിയെഴുതുന്നു. വർത്തമാന സമയത്തിൽ ജീവിച്ചുകൊണ്ട് വർത്തമാന സമയത്തും ഭൂതകാലത്തിലും ഭാവിയിലും നമ്മൾ ചെയ്യുന്ന കർമ്മങ്ങളുടെ പരിണിത ഫലത്തെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കണം. അപ്പോൾ മാത്രമേ നമുക്ക് നീതിന്യായം നടപ്പാക്കാനും നമ്മൾ ഇപ്പോൾ നേരിട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങളിൽ നിന്നും രക്ഷപെടുവാനും അർഹിക്കുന്ന നീതി നേടാനും സാധിക്കൂ.

ഇപ്രകാരം ത്രികാലദർശിയാകുന്നതിനുള്ള ചില ജ്ഞാന ശകലങ്ങളും അനുഭവങ്ങളും താഴെ പ്രതിപാദിക്കുന്നു.

1. സാഹചര്യങ്ങളെ പർവ്വതീകരിച്ചുകാണുന്നതിൽ നിന്നും ചോദ്യചിഹ്നങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തമാകണം

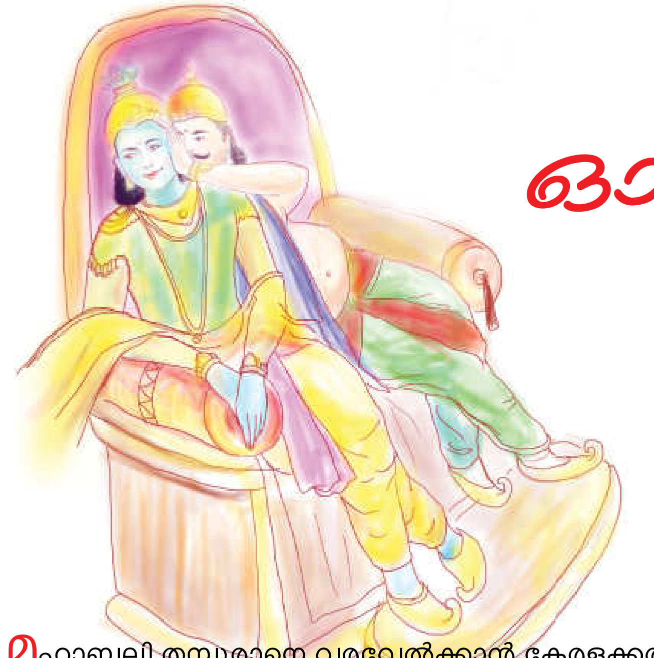
സാധാരണഗതിയിൽ അസ്വാഭാവികമായ രീതിയിൽ എന്തെങ്കിലും കാര്യങ്ങൾ സംഭവിച്ചാൽ നമ്മുടെ മനസ്സിൽ എന്ത്, എന്തുകൊണ്ട്, എങ്ങനെ, ആര്‌– എന്നിങ്ങനെയുള്ള ധാരാളം ചോദ്യങ്ങളും ആശ്ചര്യങ്ങളും ഉണ്ടാകാറാണ് പതിവ്. ഇത് ധാരാളം വ്യർത്ഥവും നകാരാത്മകവുമായ ചിന്തകൾക്ക് കാരണമാകുന്നു.

ഈ ചിന്തകൾ നമുക്കുചുറ്റുമുള്ള അന്തരീക്ഷത്തിൽ അസ്വസ്ഥതയുടേയും അനിശ്ചിതത്ത്വത്തിന്റേയും വൈബ്രേഷൻ പരത്തുന്നു. യഥാർത്ഥത്തിൽ എന്താണ് സംഭവിച്ചതെന്നുള്ള കാര്യത്തെ അംഗീകരിക്കാൻ പോലും പലപ്പോഴും നാം തയ്യാറാകാറില്ല. ഇത്തരത്തിലുള്ള പ്രതിരോധം പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് ശാന്തമായ പരിഹാരം കാണുന്നതിനെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്നു. ചോദ്യചിഹ്നങ്ങളും ആശ്ചര്യ ചിഹ്നങ്ങളും പ്രശ്നത്തിന് പരിഹാരമാകുന്നില്ല എന്ന് നമുക്കറിയാം. മോശമായതും നല്ലതുമായ എല്ലാ സാഹചര്യങ്ങളും സൃഷ്ടിക്കുന്നത് നമ്മൾ തന്നെയാണ്. നമുക്ക് എന്തുതന്നെ സംഭവിച്ചാലും അതിന് കാരണക്കാർ നാം തന്നെയാണ്. അഭിമുഖീകരിക്കാനും ഉൾക്കൊള്ളുവാനുമുള്ള ശക്തിയെ നാം ഈ സാഹചര്യത്തിൽ സമ്പാദിക്കണം. ഈ ശക്തികൾ സാഹചര്യങ്ങളെ അഭിമുഖീകരിച്ച് മുന്നേറാൻ നമ്മെ പ്രപ്തരാക്കുന്നു.

2. സാക്ഷിയായിരിക്കുകയും എടുത്തുചാട്ടം ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക.

നകാരാത്മകമായ സാഹചര്യങ്ങളിൽ എടുത്തുചാടി പ്രതികരിക്കുന്ന ഒരു നയമാണ് നാം സാധാരണയായി കണ്ടുവരാറുള്ളത്, ഇത് പ്രശ്നങ്ങളെ കൂടുതൽ സങ്കീർണ്ണമാക്കാൻ കാരണമാകുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ നമ്മോട് ആവശ്യപ്പെടുന്നത് ജാഗ്രതയും വാസ്തവത്തിൽ എന്താണ് സംഭവിച്ചതെന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്നതിനുള്ള ശ്രദ്ധയുമാണ്. തികച്ചും വേറിട്ടിരിക്കുന്ന ഒരു നിരീക്ഷകന്റെ അവസ്ഥ നമുക്കുണ്ടാകണം. ഈ ഓരോ രംഗങ്ങളും വളരെ പ്രാവശ്യം ആവർത്തിച്ചതാണെന്ന അനുഭവം സാക്ഷിക്കുണ്ടാകും. ഈ അവസ്ഥ ചുറ്റുപാടുമുള്ള സാഹചര്യത്തിന്റെ നകാരാത്മകമായ വൈബ്രേഷനിൽ നിന്നും നമുക്ക് രക്ഷനേടാൻ സഹായിക്കുന്നു. അല്ലാത്ത പക്ഷം നമുക്ക് നമ്മെ സശക്തീകരിക്കാനോ വിജയകരമായ രീതിയിൽ സാഹചര്യങ്ങളെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിനോ സാധിക്കാതെ വരുന്നു.

തുടരും.....



ഓണസ്മൃതികഥ

ബി.കെ.സുഭാഷ്, മൗണ്ട് ആബു

മഹാബലി തമ്പുരാനെ വരവേൽക്കാൻ കേരളക്കര ഒരുങ്ങിക്കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. നാടെങ്ങും കുട്ടികൾ ഉത്സാഹത്തിമിർപ്പിലാണ്. എന്റെ ഓർമ്മകൾ വർഷങ്ങൾ പിന്നോട്ടു യാത്ര ചെയ്യുകയാണ്. അന്ന് ഞാൻ നന്നേ ചെറുപ്പം. ഓണത്തപ്പനും മാവേലിയും വാമനനും എല്ലാം ഞങ്ങൾ കുട്ടികൾക്ക് കഥകളിൽ വിരിയുന്ന അത്ഭുതങ്ങൾ.. മനസ്സിൽ അന്ന് വിഷ്ണു വിന്റെ വാമനാവതാരത്തോട് തികച്ചും വെറുപ്പായിരുന്നു എനിക്ക്. എന്തിനാണ് വാമനൻ ഞങ്ങളുടെ മാവേലി ത്തമ്പുരാനെ ചവിട്ടിത്താഴ്ത്തിയത്? പത്തുനാൾ കിട്ടുന്ന സ്കൂൾ അവധിയിൽ ഇതു തന്നെയായിരുന്നു എന്റെ ചിന്ത.

ഒടുവിൽ, ആദ്യമായി ഓണക്കഥ എനിക്കു പറഞ്ഞു തന്ന അച്ഛനോട് ഒരിക്കൽ ഞാൻ ഈ ചോദ്യം ചോദിച്ചു. അച്ഛൻ പതിയെ പറഞ്ഞു, "കർമ്മങ്ങളുടെ ഗുഹ്യഗതി നിനക്കറിയാത്തതു കൊണ്ടാണ് ഇങ്ങനെ ഒരു സംശയം നിനക്കു തോന്നിയത്. കർമ്മങ്ങൾ മൂന്നു തരത്തിൽ ഉണ്ട്. ഒന്ന് സുകർമ്മം ,രണ്ട് അകർമ്മം, മൂന്ന് വികർമ്മം. ഇതിൽ മഹാബലിത്തമ്പുരാന്റെ പുണ്യ കർമ്മത്തിന്റെ തട്ട് വളരെ താഴ്ന്നിരുന്നു. അതായത് നിറഞ്ഞിരുന്നു. അതിന്റെ ഫലം കൊടുക്കുക എന്ന കർത്തവ്യം ഈശ്വരനിൽ നിക്ഷിപ്തമാണ്. അതാണ് വാമനാവതാരത്തിലൂടെ വിഷ്ണു ഭഗവാൻ ചെയ്തത്.'

എന്നിലെ കൊച്ചു വികൃതി പ്രതികരിച്ചു, "പിന്നേ തലയ്ക്കിട്ട് ചവിട്ടിയല്ലേ പുണ്യത്തിന്റെ ഫലം കൊടുക്കുന്നത്?"

ദേഷ്യത്തിലുള്ള എന്റെ ചോദ്യം അച്ഛനെ ചിരിപ്പിച്ചു. അച്ഛൻ ചിരിച്ചുകൊണ്ടു തന്നെ മറുപടി പറഞ്ഞു. 'സത്യസന്ധനും ദയാലുവും എല്ലാം ആയിരുന്നെ ങ്കിലും ഞാനെന്ന ഒരു ഭാവം തമ്പുരാനിൽ ഉണ്ടാ യിരുന്നു. വാമനന്റെ മുമ്പിൽ തലതാഴ്ത്തിയതു (സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണമായതു) മുതൽ മഹാബലി യുടെ സ്ഥാനം സകല ദേവതകൾക്കും മുകളി ലായി, പതാളത്തിന് കീഴെ ദേവേന്ദ്രന്റെ അമരാവതി യെക്കാൾ സുന്ദരമായ സുതലം എന്ന ലോകത്തിൽ സിംഹാസനസ്ഥനാണ് മഹാബലി തമ്പുരാൻ. തമ്പുരാന്റെ കവൽക്കാരനാരെന്നറിയുമോ..?"

അച്ഛന്റെ ചോദ്യത്തിന് ഇല്ലായെന്നർത്ഥത്തിൽ ഞാൻ തോളിളക്കി.

"സാക്ഷാൽ മഹാവിഷ്ണു"

അച്ഛന്റെ മറുപടി എനിക്കങ്ങോട്ട് തൃപ്തിയായില്ലെ ങ്കിലും മാവേലി തമ്പുരാൻ സുഖമായിരിക്കുന്നല്ലോ എന്നോർത്തപ്പോൾ ഉള്ളിലൊരു സന്തോഷം തോന്നി. അതിനു കാരണം തമ്പുരാന്റെ മറ്റൊരു കഥയാണ്. ഒരിക്കൽ ശ്രീകൃഷ്ണൻ പാണ്ഡവരെ കാണാൻ പോവുകയായിരുന്നു. അമൃതേത്തു കഴിക്കാതിരിക്കുന്ന യുധിഷ്ഠിരനോട് കാര്യം അന്വേഷിച്ച കൃഷ്ണനോട് യുധിഷ്ഠിരൻ പറഞ്ഞ തിങ്ങനെ, "ദിവസവും പന്തിരായിരം ബ്രാഹ്മണർക്ക് അന്നദാനം ചെയ്യാതെ ഞാൻ ആഹാരം കഴിക്കില്ല".

"ഓഹോ അങ്ങ് ഒരു മഹാൻ തന്നെ എന്തായാലും ഇത്രയും വലിയ മനസ്സുള്ള താങ്കൾ തീർച്ചയായും കാണേണ്ട ഒരാളുണ്ട്. നമുക്കിപ്പോൾ തന്നെ പോകാം."

"അതിന് ഞാൻ അമൃതേത്ത് ഇനിയും കഴിച്ചിട്ടില്ല.", യുധിഷ്ഠിരൻ തന്റെ വയറിന്റെ സ്ഥിതി വ്യക്തമാ ക്കാൻ ശ്രമിച്ചെങ്കിലും കൃഷ്ണൻ തടുത്തു.

"പന്തിരായിരം പേരല്ലേ എത്തേണ്ടത്, ആയിരം പേർ കൂടി എത്തിയിട്ടില്ല. എല്ലാവരും എത്തുമ്പോഴേയ്ക്കും ഇങ്ങെത്താം."

'പെട്ടില്ലേ.. ഒരു നാരങ്ങാ വെള്ളം കൂടി കുടിക്കാൻ പറ്റാത്ത സ്ഥിതിയാണ് സ്വന്തം നാക്ക് ഉണ്ടാക്കി വെച്ചിരിക്കുന്നത്. കൃഷ്ണനാണ് വിളിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഏതു സമയത്ത് തിരിച്ചു വരും എന്നൊന്നും പറ യാനാകില്ല. തന്റെ ഒട്ടിയ വയറുമായി യുധിഷ്ഠിരൻ കൃഷ്ണനെ അനുഗമിച്ചു. അങ്ങനെ നീണ്ടയാത്രയ്ക്ക വസാനം അവർ സുതലത്തിലെത്തി. മഹാബലി ത്തമ്പുരാനെ ഇരുവരും കണ്ടു. മഹാബലിത്തമ്പു രാനെ യുധിഷ്ഠിരന്റെ ദാനധർമ്മത്തെക്കുറിച്ചൊക്കെ കൃഷ്ണൻ വർണ്ണിച്ചു കേൾപ്പിച്ചു. എല്ലാം കേട്ടു കഴിഞ്ഞതും തമ്പുരാന്റെ മുഖം ഇരുണ്ടു. തമ്പു രാൻ കൃഷ്ണന്റെ അടുത്തു ചെന്ന് രഹസ്യമായി പറഞ്ഞു. ഈ ദുഷ്ഠാത്മാവിനെ പുറത്താക്കൂ. ശേഷം നമുക്ക് സംസാരിക്കാം...

കൃഷ്ണൻ പരിഭ്രാന്തനായി. "ഇത് അർജ്ജുനന്റെ ജേഷ്ഠൻ, വീരപരാക്രമി, മഹാശക്തൻ, ഭീമന്റെ മുതിർന്നവൻ, ധർമ്മം വിട്ടുകളിക്കാത്തവൻ, കള്ളം എന്തെന്നു പോലും അറിയാത്തവൻ" എന്നൊക്കെ പറഞ്ഞു നോക്കി.

പക്ഷേ മഹാബലി തമ്പുരാന്റെ ചെവിയിൽ അതൊന്നും ഏശിയില്ല.

തമ്പുരാൻ പറഞ്ഞു, "ഭഗവനെ നമ്മൾ തമ്മിൽ ഉള്ള ധാരണയില്ലാതാകാതിരിക്കാൻ വേണ്ടി പറ യുകയാ... ആ രാജാവിനെ പുറത്തുവിട് എന്നിട്ട് സംസാരിക്കാം". ഒടുവിൽ, യുധിഷ്ഠരൻ പുറത്താ ക്കപ്പെടുക തന്നെ ചെയ്തു.

കൃഷ്ണനോട് തമ്പുരാൻ പറഞ്ഞതിങ്ങനെ. "ഞാൻ നാടു ഭരിക്കുന്ന സമയം കല്ല്യാണത്തിനോ ശ്രാദ്ധ ത്തിനോ പല്ലക്ക് അയച്ചാൽക്കൂടി ജനങ്ങൾക്ക് എത്താൻ മടിയായിരുന്നു, അത്ര സമ്പദ് സമർത്ഥ മായിരുന്നു എന്റെ നാട്! അപ്പോഴാണ് ഇയാളുടെ 12000 പേരുടെ അന്നദാനം!" "യുധിഷ്ടിര രാജ്യ ത്തിൽ പന്തിരായിരം പ്രജകൾ പട്ടിണിയായതു കൊണ്ടല്ലേ ദിവസവും കൊട്ടാരമുറ്റത്ത് ഭക്ഷണ ത്തിനായ് ചെല്ലുന്നത്.'

യുധിഷ്ഠിരന്റെ അഹന്തയുടെ കൊമ്പൊടിച്ച ആ മാവേലിമന്നന്റെ സുവർണ്ണ ഓർമ്മകൾക്കു മുമ്പിൽ തലകുനിച്ചു കൊണ്ട് പറയട്ടെ..

കള്ളവും ചതിയും പൊളിവചനവും ഇല്ലാത്ത ആ രാജ്യം നമുക്ക് വീണ്ടും പണിയേണ്ടേ? ഇനി ഒരു പരമ രഹസ്യം പറയട്ടേ? ഇതിനു നമ്മെ സഹായി ക്കുവാൻ ഇപ്പോൾ സ്വയം ഭഗവാൻ സൃഷ്ടിയിൽ അവതരിച്ചിരിക്കുന്നു. തന്റെ ശരീരവും മനസ്സും സമ്പത്തും (മൂന്നടി മണ്ണ്)

പൂർണ്ണമായും ഭഗവാനിൽ സമർപ്പണം ചെയ്യുവാൻ തയ്യാറാകുന്നവരുടെ കവൽക്കാരനായ് സാക്ഷാൽ സർവ്വേശ്വരൻ എത്തിച്ചേരുന്ന സമയമാണിത്.

പുരാണങ്ങളിൽ പറയുന്ന സുതലത്തേക്കാൾ ഒരു പക്ഷേ സുന്ദരമായ ലോകത്തിലാണ് ഭഗവാ ന്റെ പാലന അനുഭവിക്കുന്ന ഈ ഭാഗ്യവാന്മാർ. ലോകത്തിനു മുന്നിൽ അപമാനിക്കപ്പെട്ടവരായി, ചവിട്ടിത്താഴ്ത്തപ്പെട്ടവരായി തോന്നിയേക്കാം, എന്നാൽ ഈശ്വരന്റെ കൈകൾക്കുള്ളിൽ, ഈശ്വരീയ പാലനകളേറ്റ് കഴിയുന്ന അവർ യഥാർത്ഥിൽ എന്നും ഓണം ആഘോഷിക്കു കയാണ്. അതീന്ദ്രിയ സുഖത്തിന്റെ ഊഞ്ഞാ ലിൽ ആടുന്ന അവരെ കണ്ട് ആസൂയപ്പെടേണ്ട കാര്യമൊന്നുമില്ല. കാരണം ആത്മസ്വരൂപത്തിൽ നോക്കിയാൽ സകലജീവാത്മക്കൾക്കും അവകശ പ്പെട്ടതാണ് പരമാത്മാവിന്റെ ഹൃദയ സിംഹാസനം. കലിയുഗത്തിന്റെയും സത്യയുഗത്തിന്റെയും ഇട യിലുള്ള ഈ മംഗള സമയത്ത് നമ്മളോടൊത്ത് ഉത്സവം ആഘോഷിക്കാൻ സാക്ഷാത് സർവ്വേ ശ്വരൻ തന്നെ കൂട്ടായി വരുമ്പോൾ ഇനി എന്തിന് മടിച്ചു നിൽക്കുന്നു? നമുക്ക് ഒത്തു കൂടാം കൂട്ടരേ... ആർപ്പോ... ഇർർർറോ....

5-ാം പേജ്തുടർച്ച...

മെന്ന് പറയാം. മനസ്സിലാക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ട്. ഒന്നു കൂടി ചുരുക്കി ലളിതമാക്കാമോ? മനസ്സു കൊണ്ടോ വാക്കു കൊണ്ടോ കർമ്മം കൊണ്ടോ ഏതെങ്കിലും ഒരു ജീവിയെ വേദനിപ്പിക്കുന്നത് അധർമ്മം. 'അഹിംസാ പരമോ ധർമ്മം' എന്ന് ഏറ്റവും ചുരുക്കി പറയാം. ഭഗവദ്ഗീതയുടെ പന്ത്രണ്ടാമദ്ധ്യായത്തിൽ 13 മുതൽ 20 വരെയുള്ള ശ്ലോകങ്ങളിലായി ധർമ്മ ത്തിന്റെ അമൃത് എന്താണ്, ഭഗവാന് പ്രിയപ്പെട്ടവർ ആരാണ് എന്നു വിശദീകരിക്കുന്നുണ്ട്. ഗീത അഹിംസ യുടെ ശാസ്ത്രമല്ല, അത് അഹിംസയുടെ പരമമായ ശാസ്ത്രമാണ് എന്ന് തെളിയിക്കുവാൻ മറ്റൊരു വിശദീകരണവും ആവശ്യമില്ല. പന്ത്രണ്ടാമദ്ധ്യായ ത്തിൽ 15-ാം ശ്ലോകം മാത്രം ശ്രദ്ധിക്കുക.

യസ്മാന്നോദ്വിജതേ ലോക: ലോകാന്നോദ്വിജതേ ച യ:
ഹർഷാമർഷഭയോദ്വേഗൈ: മുക്തോയ സ ച മേ പ്രിയ:

(മറ്റുള്ളവർക്ക് അസ്വസ്ഥതയുണ്ടാക്കാതെ, മറ്റുള്ള വരാൽ അസ്വസ്ഥമാകാതെ, അമിതസന്തോഷം, കോപം, ഭയം, മന:ക്ഷോഭം എന്നിവയിൽ നിന്ന് ആര് മുക്തനായിരിക്കുന്നു അവർ എനിക്ക് പ്രിയപ്പെട്ട വരാണ്). ലളിതമായ ഭാഷയിൽ പറഞ്ഞാൽ, കുട്ടികളേ, ആർക്കും ദു:ഖം കൊടുക്കരുത്, ദു:ഖം വാങ്ങരുത്. ഗീത അഹിംസയുടെ ശാസ്ത്രമാണ് എന്ന് തെളിയിക്കുവാൻ ഭഗവാൻ നമ്മോടു ആവശ്യ പ്പെട്ടിരിക്കുകയാണല്ലോ. ഇന്ന് നിലവിലിരിക്കുന്ന ഗീതയിൽ അഹിംസയെക്കുറിച്ച് എന്തു പറയുന്നു, ഏത് യുദ്ധത്തെക്കുറിച്ചാണ് ഗീത പറയുന്നത് എന്നു ള്ളത് നമുക്ക് വരും ലക്കങ്ങളിൽ ചർച്ച ചെയ്യാം.

ഹവിസ്സിന്റെ ഓണാശംസകൾ

ചോദിക്കൂ...... പറയാം.....!

ബി.കെ. സ്വാമിനാഥൻ, മുംബൈ

ചോദ്യം– സ്വാമി സർ, എന്റെ പേര് നേഹയെന്നാണ്, ഞാൻ പതിനൊന്നാം ക്ലാസ്സിൽ പഠിക്കുന്നു, എനിക്ക് ഐ. ഐ. റ്റിയിൽ പോകണം, ജീവിത വിജയം നേടണം, ഇതിനായി ഞാൻ എന്റെ ഉപ ബോധമനസ്സിനെ എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കണം? ദയവായി അതിനുള്ള മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശം നൽകൂ?

ഉത്തരം– കുട്ടിയ്ക്ക് ഉപബോധമനസ്സ് അതായത് ആന്തരിക മനസ്സിനെ കുറിച്ചുള്ള അറിവ് ഉണ്ടെന്ന റിഞ്ഞതിൽ വളരെയധികം സന്തോഷം ഉണ്ട്. കാരണം ആന്തരിക മനസ്സിന് അളവറ്റ ശക്തിയുണ്ട്, കുട്ടിയുടെ ജീവിത വിജയത്തിനായി ആ ശക്തിയെ ഉപയോഗിക്കാം. അതിനായി താങ്കൾ 5 കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

1. നല്ല/സ്വച്ഛമായ ഒരു സ്ഥാനത്തിരുന്ന് ഏറ്റവും ആദ്യം മനസ്സിനെ ഭാരമില്ലാത്തതാക്കൂ, കാരണം നിങ്ങളുടെമനസ്സ് എത്രമാത്രം ശാന്തവും ഭാരമില്ലാത്ത തുമാകുന്നുവോ അത്രയും ആന്തരിക മനസ്സ് ഉണരും.

2. സ്വയം തനിക്ക് ഒരു ശ്രേഷ്ഠ സ്വമാനം നൽകൂ – "വിജയം എന്റെ ജന്മസിദ്ധ അധികാരമാണ്".നിങ്ങൾ വിജയതിലകം അണിയുന്നതായി അനുഭവം ചെയ്യൂ.

3. നിങ്ങൾ പരീക്ഷാകേന്ദ്രത്തിൽ പോകുന്നതായും നിങ്ങൾക്ക് എല്ലാ ചോദ്യങ്ങളുടെയും ഉത്തരം കിട്ടുന്നതായും അനുഭവം ചെയ്യുക, നിങ്ങൾ വിജയി യാകുന്നതായി സ്വയം കാണുക.

4. പഠിക്കുന്ന സമയത്ത് വളരെ ആത്മാർത്ഥ തയോടെയും സന്തോഷത്തോടെയും പഠിക്കുക. ഏതെങ്കിലും വെല്ലുവിളി വരുകയാണെങ്കിലും വീണ്ടും മനസ്സിനോട് സംസാരിച്ച് മനസ്സിനെ ശക്തിശാലി യാക്കുക.

5. എല്ലായ്പ്പോഴും തന്നിലും, ഈശ്വരനിലും തന്റെ ശ്രേഷ്ഠ ഭാഗ്യത്തിലും സമ്പൂർണ്ണ നിശ്ചയം വേണം. നേഹാ! കുട്ടിയ്ക്ക് ഞാൻ ശുഭഭാവനകൾ നേരുന്നു മുൻ പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്ത് കുട്ടിയുടെ ജീവിതത്തെ തീർച്ചയായും സഫലതയിലേയ്ക്ക് നയിക്കൂ.

ചോദ്യം– സ്വാമി ഭായി; എന്റെ പേര് ഭൂഷൺ എന്നാണ്, ഞാൻ എന്റെ എഞ്ചിനിയറിംഗ് പഠനം പൂർത്തിയാക്കിയിരിക്കുന്നു, ഇപ്പോൾ ജോലി അന്വേഷിക്കുന്നു. ഇടയ്ക്കിടയ്ക്ക് എന്റെ മനസ്സ് വളരെ ഉദാസീനമായി പോകുന്നു തികച്ചും ഉന്മേഷവും ഉത്സാഹവും ഇല്ലാതെയാകുന്നു, എന്ത് ചെയ്യണം?

ഉത്തരം– ഭൂഷൺ, താങ്കളുടെ മനസ്സിന്റെ അല്ലെങ്കിൽ ഹൃദയത്തിലെ കാര്യങ്ങൾ എന്നോട് പങ്ക് വച്ചു, എനിക്ക് താങ്കളുടെ വിചാരങ്ങൾ വളരെ നല്ല രീതിയിൽ മനസ്സിലാകും.

താങ്കൾ ഒരു വിദ്യാസമ്പന്നനായ യുവാവാണ്. താങ്കൾക്ക് ഇത് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും ശരീരത്തെ ആരോഗ്യമുള്ളതാക്കി വയ്ക്കാൻ നമ്മൾ വ്യായാമം ചെയ്യുന്നു, നല്ല ആഹാരം കഴിക്കുന്നു, അതുപോലെ നമ്മുടെ മനസ്സിന് വ്യായാമവും നല്ല ഭക്ഷണവും നൽകേണ്ടത് വളരെ അത്യാവശ്യമാണ്. താങ്കൾ കേട്ടിട്ടുണ്ടാകും മനസ്സ് അരോഗ്യമുള്ളതായാൽ ശരീരത്തിനും ആരോഗ്യം കിട്ടും. പറയാറുണ്ട് കൂട്ടുകെട്ടിന്റെ നിറം പിടിപെടുന്നു. അതിനാൽ ഞാൻ നിങ്ങൾക്ക് തരുന്ന ഉപദേശമിതാണ്, താങ്കൾ താങ്കളുടെ മനസ്സിനെ ശക്തിശാലിയാക്കുന്നതിനായി നല്ല പുസ്തകങ്ങൾ വായിക്കൂ, മെഡിറ്റേഷൻ ചെയ്യൂ, അതിരാവിലെ നടക്കുക, നല്ല സംഗീതം കേൾക്കുക ഏറ്റവും പ്രധാനമായ കാര്യമിതാണ് സ്വന്തം മനസ്സിനെ നല്ല സുഹൃത്താക്കുക. താങ്കളുടെ ഏറ്റവും അടുത്ത സുഹൃത്ത് ഏതെങ്കിലും കാരണ വശാൽ അവരുടെ മനസ്സ് ഉദാസീനമാണ് എന്ന് താങ്കളോട് പറയുകയാണ് എങ്കിൽ താങ്കൾ എന്ത് പറഞ്ഞുകൊടുക്കും? സാരമില്ല, എല്ലാം ശരിയായി ക്കൊള്ളും. ആ കാര്യങ്ങളെല്ലാം താങ്കൾ സ്വന്തം മനസ്സിനോട് പറയണം.

ഭൂഷൺ, താങ്കൾ ഈ കാര്യങ്ങളെല്ലാം തീർച്ചയായും ചെയ്യണം, എനിക്ക് ഉറപ്പുണ്ട് താങ്കൾക്ക് വളരെ വേഗം ജോലി ലഭിക്കും. ഓർമ്മ വേണം എങ്ങനെ യുള്ള സാഹചര്യമായാലും സ്വന്തം മനസ്സിനെ പ്രസന്നവും സന്തോഷം നിറഞ്ഞതുമാക്കി വയ്ക്കണം.

ചോദ്യം– സ്വാമി ഭായി, ഞാൻ അങ്ങയുടെ വീഡിയോ

യൂ ട്യൂബിൽ കണ്ടു, വളരെ നല്ലതായി തോന്നി അതിനാൽ എന്റെ ഈ സംശയം അങ്ങയോട് ചോദിക്കുന്നു. എന്റെ നിറം കുറച്ച് ഇരുണ്ടതാണ്, അതുകാരണം എനിക്ക് എന്നെക്കുറിച്ച് മതിപ്പില്ല, അതിനാൽ ഞാൻ എന്ത് ചെയ്യണം എന്ന് പറഞ്ഞുതരൂ?

ഉത്തരം- ഏറ്റവുമാദ്യം താങ്കൾ വിശിഷ്ടനാണ് എന്ന് താങ്കൾ മനസ്സിലാക്കണം, നിങ്ങളുടെ ജീവിതം വളരെ അമൂല്യമാണ്. ഈശ്വരൻ താങ്കളെ വിശേഷപ്പെട്ട ശ്രേഷ്ഠ കാര്യത്തിനായി അയച്ചിരിക്കുകയാണ്. സദാ താങ്കൾ ശ്രേഷ്ഠ സ്വമാനത്തിലിരിക്കണം എന്റെ മനസ്സ് ശുദ്ധവും സുന്ദരവുമായതാണ്. അതുപോലെ ആന്തരിക സൗന്ദര്യത്തിനും മഹത്വം ഉണ്ട്. താങ്കൾക്കറിയാമല്ലോ ശ്രീകൃഷ്ണനും ഇരുണ്ടതായിരുന്നു എന്നാൽ എത്ര ആകർഷണീയമായിരുന്നു അദ്ദേഹം. കാരണം അദ്ദേഹം സർവ്വഗുണസമ്പന്നനായിരുന്നു. അതിനാൽ സ്വയത്തെ ഗുണങ്ങളാലും ശക്തികളാലും അലങ്കരിക്കൂ. എന്റെ ശരീരം ഒരു പവിത്രമായ ക്ഷേത്രമാണ് ഞാൻ അതിൽ വിരാജിക്കുന്ന ഒരു ദിവ്യശക്തിയാണ് എന്ന് അനുഭവം ചെയ്യൂ.

ഞാൻ മറ്റുള്ളവരുടെ ദു:ഖവും വേദനകളും മനസ്സിലാക്കി അവരെ ശക്തിശാലിയാക്കും എന്ന ലക്ഷ്യം വയ്ക്കൂ. താങ്കൾ ഈ നിസ്വാർത്ഥ സേവനം ചെയ്യുമ്പോൾ താങ്കൾക്ക് ധാരാളം ആശിർവ്വാദം ലഭിക്കും, താങ്കൾ തന്റെ അമൂല്യ ജീവിതത്തിന്റെ മഹത്വം മനസ്സിലാക്കും.

അതിനാൽ എനിക്ക് വളരെയധികം ശുഭഭാവനയുണ്ട് താങ്കൾ സ്വന്തം ശ്രേഷ്ഠ ജീവിതത്തിന്റെ മഹത്വം മനസ്സിലാക്കുകയും, സന്തുഷ്ടനായിരിക്കുകയും എല്ലാവർക്കും സന്തോഷം നൽകുകയും ചെയ്യണം.

ഒരു ചെറിയ കാര്യം

വായുവിന്റെ മക്കൾ

ബി.കെ. രവീന്ദ്രൻ പുത്തൂർ, തിരുവനന്തപുരം

വിചിത്രമായ എത്ര കഥകളാൽ സംപുഷ്ടമാണ് ഭാരതീയ പുരാണങ്ങൾ. ബുദ്ധിയുടേയും യുക്തിയുടേയും സമസ്തമേഖലകളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്ന എത്രയെത്ര കഥാപാത്രങ്ങൾ, സൂര്യപുത്രൻ, വായുപുത്രൻ, അഗ്നിപുത്രി, വരുണപുത്രൻ അങ്ങനെ എത്ര ഉദാഹരണങ്ങളാണ്. ഇവിടെ വായുപുത്രന്റെ കാര്യം തന്നെ എടുക്കാം. വായു ദേവന്റെ പുത്രന്മാരാണല്ലോ ഹനുമാനും, ഭീമനും. ഇതൊരു കഥ മാത്രമാണോ? കേവലം വായുവിൽ നിന്നും പുത്രന്മാർ ഉണ്ടാവുക. അതും അതിശക്തിശാലിയായ രണ്ട് അതുല്യ പ്രതിഭകൾ എന്തായാലും ഈ ഭാവനാനൈപുണ്യത്തെ പ്രണമിക്കുന്നതോടൊപ്പം ഇതിന്റെ വാസ്തവീകതയെക്കുറിച്ച് അൽപം വിചാരവും.

ആത്യന്തികമായ ഈശ്വര സങ്കൽപ്പത്തിൽ ഈശ്വരൻ നിരാകാരൻ എന്നാണ് പ്രകീർത്തിക്കപ്പെടുന്നത്. ഹിന്ദുമതത്തിലും ഇസ്ലാം മതത്തിലും ക്രിസ്തുമതത്തിലും എല്ലാം ഈശ്വരൻ നിരാകാരസ്വരൂപമായാണ് അറിയപ്പെടുന്നത്. മാത്രമല്ല സമസ്ത സൃഷ്ടിയും ഈശ്വരനിലൂടെയാണ് സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നതെന്നും വിശ്വസിക്കുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ നിരാകാരനായ ഈശ്വരനിലൂടെയാണ് സൃഷ്ടിയെല്ലാം രചിക്കപ്പെടുന്നതെന്ന് സാരം. നിരാകാരമെന്നാൽ കണ്ണുകൊണ്ട് വ്യക്തമായി കാണാൻ കഴിയാത്തത്. എന്നാൽ അതിശക്തമാണുതാനും. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഇവിടെ ഈശ്വരന്റെ നിരാകാര അവസ്ഥ വായുവിനോടാണ് ഉപമിക്കുന്നത് അങ്ങനെ വായുവിൽ നിന്നും സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്ന രണ്ട് അവസ്ഥയാണ് ഹനുമാനും, ഭീമനും. ഇതിനെ പുത്രന്മാരായി കാണിക്കുകയാണ്, ഇതിന്റെ വാസ്തവീകമായ സത്യതയിലേക്കാണ് നാമിവിടെ എത്തിച്ചേരുന്നത്. പ്രപഞ്ചകർത്താവും, നിരാകാരനുമായ ഈശ്വരന്റെ രണ്ട് സൃഷ്ടികളാണ് ആത്മാവും, ശരീരവും (എനർജിയും മാറ്ററും). ഇതിൽ ആത്മാവിനെ ഹനുമാനായും, ശരീരത്തെ ഭീമനായും ഭാവനാനിപുണരായ ഋഷികൾ കണ്ടെത്തുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. ഭീമനായ ശരീരം തന്റെ ശക്തിയിൽ എപ്പോഴും അഹങ്കരിച്ചിരിക്കുന്നതായി കാണിക്കുന്നു. ശരീരത്തിന്റെ ചപലതയും, അസ്ഥിരതയും ഭീമനിലൂടെ വരച്ചുകാട്ടുകയും ആത്മാവിന്റെ സ്ഥിരതയും, ശക്തിയും ഹനുമാനിലൂടെ പ്രകടമാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ ഹനുമാൻ തന്റെ ശക്തിയെ പലപ്പോഴും മറന്നുപോകുന്നു. അതുകൊണ്ട് മഹാവീരനായ ഹനുമാനെ തന്റെ ശക്തിയെ ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തിക്കൊടുക്കുക, ഈശ്വര കർത്തവ്യമായി മാറുന്നു. ആത്മാക്കളുടെയെല്ലാം അച്ഛനായ പരമാത്മാവ് (ഈശ്വരൻ) ആത്മബോധത്തെ ഉണർത്തുന്നതിനും അതോടൊപ്പം ശരീരത്തിന്റെ നശ്വരതയെ വരച്ചുകാട്ടുന്നതിനുമായി ഉച്ചരിച്ച മഹാവാക്യങ്ങളാണ് യഥാർത്ഥ ഭഗവദ് ഗീതാ സന്ദേശം.

പ്രത്യക്ഷമോ പരോക്ഷമോ ആയ ചില നേട്ടങ്ങൾ ജീവിതത്തിലെ ഓരോ സംഭവങ്ങളിലും ഉണ്ടാകും. ഇന്നലെയെക്കുറിച്ച് വിഷമിക്കുന്നതിൽ അർത്ഥമില്ല. ഇന്നലെ അസ്തമിച്ചു കഴിഞ്ഞു, നമ്മുടെ കൈകളിൽ നിന്നും വഴുതിമാറിക്കഴിഞ്ഞു. നാളെയെന്ത് എന്നതിനെക്കുറിച്ചും ചിന്താകുലമാകേണ്ട. കാരണം, നാളെ ഉദയം ചെയ്തിട്ടില്ല. ഇന്ന് മാത്രമാണ് നമ്മുടെ കൈകളിൽ. ഇന്നിനെ ശുഭവും സഫലവുമാക്കാൻ പ്രയത്നിക്കൂ.

മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളുടെ പ്രഭാവം ഓരോരുത്തരിലും ഉണ്ടാകുന്നത് ഓരോ രീതിയിലാണ്. കാരാണം, വ്യക്തികളിലെ സഹ്യത വ്യത്യസ്തമാണ്. സമ്മർദ്ദങ്ങൾ താങ്ങാനുള്ള കഴിവും പല തരത്തിലാണ്. ആ സമ്മർദ്ദ സാഹചര്യങ്ങൾ നമ്മിൽ ഏത് രീതിയിലുള്ള പ്രഭാവമുണ്ടാക്കുമെന്ന് തീരുമാനിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ പലതാണ്.

ചില ഘടകങ്ങൾ

- ബാല്യകാല അനുഭവങ്ങൾ
- വ്യക്തിത്വം
- പാരമ്പര്യം
- പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള കഴിവ്
- ജീവിത ശൈലി
- സമ്മർദ്ദ കാരകങ്ങളുടെ ദൈർഘ്യം

വൈകാരിക അസ്വസ്ഥതകളായി തുടങ്ങുന്ന സമ്മർദ്ദ സാഹചര്യങ്ങളെ അതിജീവിക്കുവാനും, ഇല്ലാതാക്കുവാനും പല പല മാർഗ്ഗങ്ങൾ മനുഷ്യർ സ്വീകരിക്കുന്നു. ശാരീരിക അയവ് വരുത്തുക, വ്യായാമം, ശ്വസന വ്യായാമങ്ങൾ, വിഷ്വലൈസേഷൻ, ഹിപ്നോതെറാപ്പി തുടങ്ങിയ രീതികൾ ഭാഗികമായോ, ചിലപ്പോൾ പൂർണ്ണമായോ അതിജീവിക്കുവാൻ സഹായമാകുന്നു. ഈ രീതികളോടൊപ്പം, പോഷക സമൃദ്ധമായ ആഹാരവും, മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളെ അതിജീവിക്കുന്നതിൽ പങ്ക് വഹിക്കുന്നുവെന്ന് ശാസ്ത്രീയമായി തെളിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

ചില ലക്ഷണങ്ങൾ

- ഉറക്കമില്ലായ്മ
- വിശപ്പില്ലായ്മ
- അമിതാഹാരം
- ഏകാഗ്രത കുറവ്
- ഓർമ്മക്കുറവ്
- കാര്യനിർവ്വഹണത്തിൽ വീഴ്ച
- അസ്വാഭാവികമായി പിഴവുകൾ പററുക,
- പ്രാധാന്യമുള്ളവർ ഒഴിവായിപ്പോവുക
- സാമൂഹ്യ വിരുദ്ധ കാര്യങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുക
- വൈകാരിക വിസ്ഫോടനം
- മദ്യപാനം
- ലഹരി വസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം
- പെട്ടെന്ന് ക്ഷോഭിക്കുക
- മാനസിക തകർച്ചയുണ്ടാകുക
- അധൈര്യപ്പെടുക
- വികാര വിവശതയുണ്ടാകുക
- ഭയപ്പെടുക

ഇങ്ങനെ പല പ്രകാരത്തിൽ ഈ മാനസിക സമ്മർദ്ദത്തിന്റെ പ്രത്യക്ഷീകരണം ഉണ്ടാകുന്നു കാലക്രമേണ പല ശാരീരിക രോഗങ്ങൾക്ക് അടിമയാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ചില രോഗങ്ങൾ

- ഹൃദ്രോഗം
- പ്രമേഹം
- അൾസർ
- ആസ്മ
- പൊണ്ണത്തടി
- തലവേദന
- അമിത രക്തസമ്മർദ്ദം
- അകാല മരണം.

ഇവ മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളുടെ ഫലമായി ഉണ്ടാകുന്നവയാണ്.

മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങളെ അതിജീവിക്കാൻ കഴിയുമോ?

ചില പോംവഴികൾ

വിമർശകരെയും നിന്ദകരെയും നമ്മുടെ അഭ്യുദയ കാംക്ഷികളായി കരുതണം. നമ്മുടെ കുറ്റങ്ങളെയും കുറവുകളെയും വിളിച്ചുപറഞ്ഞ്, നമ്മുടെ നന്മയെ വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നവരായി മനസ്സിലാക്കണം. ജീവിതത്തിൽ വിഘ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കിയവരോട് ക്ഷമിക്കൂ. ഈ ഒരു പോസിറ്റീവ് ചുവട് വയ്ക്കാതെ, കഴിഞ്ഞുപോയ നിർഭാഗ്യകരവും വേദനാജനകമായ സംഭവങ്ങൾ മറക്കുക പ്രയാസമാകും. മറ്റുള്ളവരെ സഹായിക്കാനായി ദിവസവും അല്പം സമയം കണ്ടെത്തണം. മറ്റുള്ളവരെ സഹായിക്കുമ്പോൾ, അവരുടെ സേവനം ചെയ്യുമ്പോൾ നമ്മുടെ വൈഷമ്യവും, ആകുലതയും, പിരിമുറുക്കവും, മനഃസ്താപവുമെല്ലാം തീർച്ചയായും ലഘൂകരിക്കപ്പെടും. മാനസിക പിരിമുറുക്കം വരുത്തുന്ന സാഹചര്യങ്ങളെ തനിക്ക് ഒരു ഭീഷണിയായി കരുതുമ്പോഴാണ് അത് നിഷേധാത്മക ഫലങ്ങൾ ഉളവാക്കുന്നത്, മറിച്ച് വെല്ലുവിളിയായി സ്വീകരിക്കുമെങ്കിൽ, അത് ശുഭ ഫലങ്ങൾ തരും. വേദനയെ വിനോദമായും, ദുഃഖത്തെ

അനുഭൂതി

ബി.കെ. ശോഭാദേവി, തിരുവനന്തപുരം

ഒരു കുഞ്ഞുതെന്നലായ് വന്നു നീ
ഒരു കല്ലോലിനിയായ് ഒഴുകിയെന്നുള്ളിൽ നീ
ഒരു ദിവ്യരാഗംമീട്ടി എൻ ഹൃത്തിൽ നീ
ഒരു നവ ജീവനേകി എനിക്കു നീ

ദർശിച്ചില്ലൊരിക്കലും നിന്നെയെൻ ദൃഷ്ടിയാൽ
ശ്രവിച്ചില്ല നിൻ നാദമെൻ കർണ്ണത്താൽ
സ്പർശിച്ചില്ലൊരിക്കലുമെൻ കരങ്ങളാൽ
എല്ലാമേ അനുഭവിച്ചെൻ സങ്കല്പത്താൽ

ജ്യോതിർ ബിന്ദുവാം എനിക്കിന്നു കിട്ടി
എൻ പരമാത്മാവാം ബിന്ദുരൂപനെ
ആത്മ സ്വരൂപനാം തേജോമയനെ
കാണുന്നൂ നിത്യമെൻ മനക്കണ്ണാൽ

ആത്മാവാം ഞാനൊ പ്രതിഷ്ഠിച്ചു
എൻ മനസാം ശ്രീ കോവിലിൽ നിന്നെ
ഈ സംഗമത്തിൽ കല്പകല്പാന്തരത്തേയ്ക്കായ്
നിറഞ്ഞു കവിയും സ്നേഹവിശ്വാസത്തോടെ

സുഖമായും, വിമർശനത്തെ വരദാനമായും മാറ്റാൻ നമ്മുടെ ശുഭഭാവനയ്ക്ക് കഴിയും. അതിനാൽ ഭാവനകൾ മാറ്റണം. മാനസിക ഉന്മേഷം പകരുന്ന, പോസിറ്റീവ് വിനോദങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടണം. പരമാവധി പ്രയത്നിച്ചിട്ടും, ഒരു സാഹചര്യത്തെ മാറ്റാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ, അതിൽ നിരാശപ്പെടുകയോ, ദുഃഖിക്കുകയോ ചെയ്യേണ്ടതില്ല. ഈശ്വരനും, കാലവും ആ മാനസിക മുറിവുകളെ തീർച്ചയായും സുഖപ്പെടുത്തും. ഈ സൃഷ്ടി ഒരു വിശാല നാടകശാലയാണ്. ഇതിൽ നാമോരുത്തരും വ്യത്യസ്ത വേഷങ്ങളുള്ള അഭിനേതാക്കളാണ് ഈ നാടകത്തിൽ സുഖ-സന്തോഷങ്ങളുടെ മാത്രമല്ല, എന്നാൽ ദുരന്തത്തിന്റെയും, വിപത്തിന്റെയും, ഉരസലുകളുടെയുമെല്ലാം ദൃശ്യങ്ങളുമുണ്ടാകും എന്ന് മനസ്സിലാക്കണം. അതിനെ സാക്ഷിയായി വീക്ഷിക്കുവാൻ പഠിക്കണം. മറ്റുള്ളവരുമായി താരതമ്യം ചെയ്ത് ഒരിക്കലും അപകർഷത തോന്നരുത്. നാമോരോരുത്തരും സൃഷ്ടി നാടകത്തിലെ അദ്വിതീയ അഭിനേതാവാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കണം. പ്രതികാര ഭാവന മാറ്റി, പരിവർത്തനം തന്നിൽ വരുത്താനുള്ള പ്രയത്നം ഉണ്ടാകണം. പകയുണ്ടെങ്കിൽ അത് കൂടുതൽ മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങൾക്ക് ഇടയാക്കും. സൂക്ഷ്മമായ അഹങ്കാരം പോലും ത്യാഗം ചെയ്യണം. ഇല്ലെങ്കിൽ, പ്രത്യാശകൾ ഭംഗിക്കപ്പെട്ടാൽ, അത് പല രീതിയിലുള്ള മാനസിക ചഞ്ചലതകൾ സൃഷ്ടിക്കും. സ്വ-പരിവർത്തനത്തിന്റെ ചിന്തകൾ തീർച്ചയായും ശാന്തിയും, പുരോഗതിയും, കൊണ്ടുവരും എന്ന് തിരിച്ചറിയുകയും, അതിനായി പ്രയത്നിക്കുകയും വേണം. ആരെയെങ്കിലും സന്തോഷിപ്പിക്കുമ്പോൾ, സന്തോഷം അതേ അളവിൽ നമുക്ക് നേരേ വരും. അതിനാൽ മറ്റുള്ളവരെ സന്തോഷിപ്പിക്കണം ദുഃഖിപ്പിക്കുവാനുള്ള ചിന്ത പോലും വരരുത്. എല്ലാ ദുഃഖങ്ങളെയും ഈശ്വരന് സമർപ്പിക്കണം ദിവസവും ധ്യാനിക്കുന്നത് ശീലിക്കണം.

സുഖം നൽകി സുഖം നേടൂ സന്തോഷം നൽകി, സന്തോഷം നേടൂ, ആഹ്ലാദത്തോടെ ജീവിക്കൂ, ജീവിക്കാൻ അനുവദിക്കൂ.

ബന്ധങ്ങൾ... ബന്ധനങ്ങൾ...

പ്രതിഭാ നായർ, മൗണ്ട് ആബു

ബന്ധങ്ങൾ നിലനിർത്തിക്കൊണ്ടു പോകുക ഒരു വലിയ സവിശേഷത തന്നെയാണ്. ജീവിത വിജയത്തിന് ഇത് എത്രത്തോളം അത്യാവശ്യമാണെന്നതിന് വിജയികളുടെ ജീവിത കഥകൾ സാക്ഷ്യം നിൽക്കുന്നു. എല്ലാ ബന്ധങ്ങളും എന്നും നിലനിർത്തിപ്പോകുക അസാധ്യമാണെന്നിരിക്കിലും ബന്ധങ്ങൾ നിലനിർത്തുവാൻ പരമാവധി പരിശ്രമം നമ്മുടെ ഭാഗത്തു നിന്നും ഉണ്ടാകേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

പക്ഷേ, കലിയുഗ വൈഭവത്താലാകാം ഇന്ന് ബന്ധങ്ങൾ പലതും വഴി തെററുന്ന കാഴ്ചയാണ് നാം കൂടുതലായി കണ്ടു വരുന്നത്. ബന്ധങ്ങളിലെ സാത്വികത നിലനിർത്തുവാനാവാതെ പലപ്പോഴും വികാരങ്ങൾക്ക് കീഴ്പ്പെട്ടു പോകുന്ന നമ്മുടെ സഹോദരീ – സഹോദരന്മാരെ നമുക്ക് എവിടെയും കാണുവാനാകും. അനാശാസ്യ ബന്ധങ്ങളെക്കുറിച്ചല്ല ഞാൻ പറഞ്ഞു വരുന്നത്. അത് മറെറാരു വിഷയം. സ്ത്രീയും പുരുഷനും വികാരങ്ങൾക്ക് പൂർണ്ണമായും അടിമപ്പെട്ട് തമോഗുണികളായി മാറുന്ന ആ നേർക്കാഴ്ച അഹോ കഷ്ടം എന്നേ പറയേണ്ടൂ. നാം പറഞ്ഞു വരുന്നത് അതല്ല. നിയമത്തിന്റെ പരിധികൾക്ക് പുറത്തു കടക്കാതെ തന്നെ, സമൂഹം കല്പിക്കുന്ന പരിധികൾക്ക് പുറത്തേയ്ക്ക് നീളുന്ന ബന്ധങ്ങൾ.

ഉദാഹരണമായി, നാം ഒരു ആഫീസിൽ ജോലി ചെയ്യുന്നു എന്നിരിക്കട്ടെ. ആഫീസിലുള്ള എത്രയോ സഹപ്രവർത്തകരോട് നമുക്ക് വളരെ അടുത്ത് ഇടപഴകേണ്ടി വരാറുണ്ട്. എന്നാൽ, ആ ബന്ധങ്ങളെല്ലാം തൊഴിലുമായി ബന്ധപ്പെട്ടവ മാത്രമാണ്. അഥവാ അന്യോന്യം താത്പര്യം ജനിച്ചാൽ, സ്നേഹം ഉണ്ടായാൽ അത് നന്നെന്ന് ആരും പറയില്ല. അവിടുത്തെ നിയമ പ്രകാരം അത് ശരിയല്ല. പണ്ട് എവിടെയോ ഭോഗങ്ങളെക്കുറിച്ച് വായിച്ച കൂട്ടത്തിൽ നയന ഭോഗവും ഒരു ഭോഗമാണെന്ന് കതോർക്കുന്നു. സങ്കല്പത്തിലൂടെ, ദൃഷ്ടിയിലൂടെ, വാക്കുകളിലൂടെ, സമ്പർക്കത്തിലൂടെ നാം കാണിക്കുന്ന പ്രത്യേക അടുപ്പം നമ്മുടെ അധീനതയുടെ ലക്ഷണം തന്നെയാണ്. ആത്മ സഹോദരനായോ സഹോദരിയായോ കാണേണ്ട കണ്ണുകൾ, ജരാ–നര പ്രാപിക്കുന്ന ശരീരത്തിൽ ഉടക്കുമ്പോൾ, നാം അറിയാതെ വീണു പോകുകയാണ്. ഇതുപോലെ, ചിലപ്പോൾ, നാം ചിലരുടെ പ്രഭാവത്തിൽ വീണു പോകും. അവരുടെ കഴിവുകൾ കണ്ട് അന്ധാളിച്ച് അവരെ ആരാധിക്കുവാൻ തുടങ്ങും. ചിലപ്പോൾ അവർ നമ്മോടു കാണിക്കുന്ന ആത്മാർത്ഥതയിൽ നാം വീണു പോകും. സായിപ്പു പറഞ്ഞത് ശരിയാണ്, വി ഫാൾ ഇൻ ലൗ.

ഇത് ചെറിയ കാര്യമായെടുക്കരുതേ, ഇതിൽ അലസതയരുതേ എന്നു മാത്രമേ ഇത്തരുണത്തിൽ പറയുവാനുള്ളൂ. പുറമേ ശുഭകരമെന്നു തോന്നുന്ന വിധം ബന്ധങ്ങൾ നിലനിർത്തി ഈ അരുതായ്മയ്ക്ക് വളം വയ്ക്കുകയും അരുതേ. ഈ മഹാപാപം വരുത്തി വയ്ക്കുന്ന നാശം പലപ്പോഴും നമ്മുടെ കണക്കുകൂട്ടലുകളെക്കാൾ വലുതാണെന്നതിന് എത്രയോ ദൃഷ്ടാന്തങ്ങൾ നമ്മുടെ കണ്മുന്നിലുണ്ട്. കർമ്മത്തിലോ സങ്കല്പത്തിലോ സംബന്ധ–സമ്പർക്കങ്ങളിലോ എവിടെയെങ്കിലും ഈ ഡിഫക്ട് കടന്നു വരുകയാണെങ്കിൽ അത് നമ്മെ പെർഫെക്ട് ആകുവാൻ അനുവദിക്കില്ല. ഈ ഒരു വികാരത്തിൽ നിന്നും മറ്റ് വികാരങ്ങൾ ജന്മമെടുക്കുന്നതോടെ നമ്മുടെ പതനം പൂർണ്ണമാകുന്നു. കാമന പൂർണ്ണമാകാതെ വരുമ്പോൾ ക്രോധമാകുന്ന സുഹൃത്ത് സഹായത്തിനെത്തുന്നു, അങ്ങനെ ഓരോരോ സുഹൃത്തുക്കൾ കൂട്ടുകൂടുവാൻ തുടങ്ങും. ദൈഹീക ദൃഷ്ടി തന്നെയാണ് പലപ്പോഴും കുഴപ്പമാകുന്നത്. നാം ശ്രേഷ്ടരാണ്, ശ്രേഷ്ട കുലത്തിൽ പെട്ടവരാണ്, അപ്പോൾ നമ്മുടെ ദൃഷ്ടിയും ശ്രേഷ്ഠമാകേണ്ടിയിരിക്കുന്നു എന്ന സത്യം ഒരല്പ സമയത്തേയ്ക്ക് നാം മറന്നു പോകുന്നു.

ചിലപ്പോൾ നിങ്ങൾ ഇക്കാര്യത്തിൽ കുറ്റക്കാരല്ലാതിരിക്കാം, മറ്റുള്ളവരാകാം കുറ്റക്കാർ. എന്നാൽ ഒരു കാര്യം പ്രത്യേകം മനസ്സിലാക്കൂ, എന്നു വരെ സ്വയം കുറ്റം ഏൽക്കുന്നില്ലയോ അന്നുവരെ ഈ മഹാപാപത്തിൽ നിന്നും നിങ്ങൾക്ക് മോചനമില്ല. ചിലപ്പോൾ നിങ്ങൾ പറഞ്ഞേക്കാം, ഞങ്ങൾ വെറുതെ സംസാരിക്കുന്നതു മാത്രമല്ലേ ഉള്ളൂ, അതിനാണോ

മറ്റുള്ളവർ ഈ അനാവശ്യമെല്ലാം പറഞ്ഞുണ്ടാക്കുന്നത്? ശരിയാണ്, നിയമത്തിന്റെ പരിധികടക്കുന്ന വിധമുള്ള ഒരു അവിഹിത ബന്ധവും നിങ്ങൾ തമ്മിലില്ല എന്നു സമ്മതിച്ചു കൊണ്ടു തന്നെ പറയട്ടെ, സംസാരത്തിന് അടിമയാകലും ഒരു തരം അധീനത തന്നെയാണ്, ശതമാനക്കണക്കിൽ വ്യത്യാസമുണ്ടെങ്കിലും. വഴി തെറ്റുന്നതായ സൂചനകൾ ലഭിക്കുമ്പോൾ തന്നെ അവയെ മുഖവിലയ്ക്കെടുത്ത് പിന്മാറുകയാണ് ബുദ്ധി. അതിനു പകരം ഞങ്ങൾ തമ്മിൽ അപ്രകാരം തെറ്റായ ഒരു ബന്ധവുമില്ല എന്ന് നിർബന്ധം പിടിക്കുമ്പോൾ, അതു തെളിയിക്കുവാൻ പരിശ്രമിക്കുമ്പോൾ, വിശദീകരണങ്ങൾ തേടി അലയുമ്പോൾ, നിങ്ങളുടെ പാപത്തിന്റെ വിശദീകരണമാണ് നിങ്ങൾ നൽകുന്നതെന്ന് ദയവായി മനസ്സിലാക്കൂ. മറ്റുള്ളവരുടെ വാക്കുകൾക്ക് വിശദീകരണം നൽകുകയല്ല നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്നത്, മറിച്ച് നിങ്ങളുടെ പാപത്തിന്റെ രേഖ ഒരല്പം കൂടി നീട്ടി വരയ്ക്കുകയാണ്.

ശാശ്വതമല്ലാത്ത സ്നേഹത്തിന്റെയും പ്രാപ്തിയുടെയും ആധാരത്തിൽ അഥവാ അല്പകാലം ആശ്രയം നൽകിയതിന്റെ പേരിലുള്ള അധീനതയാണ് ബന്ധങ്ങളെ വഴി തെറ്റിക്കുന്നത്. ഒരിടത്തു നിന്നും സ്നേഹം ലഭിക്കുമ്പോൾ, ആശ്രയം ലഭിക്കുമ്പോൾ, നേട്ടം ഉണ്ടാകുമ്പോൾ മനസ്സിൽ മോഹം ജനിക്കുന്നു. നാം അവരോടൊത്ത് നേട്ടങ്ങൾ കൊയ്യുന്നതായും ജീവിതത്തിൽ മുന്നേറുന്നതായും നമുക്ക് തോന്നാം. ഒപ്പം നാം സമർത്ഥരാണെന്നും കാര്യബോധമുള്ളവരാണെന്നും നമുക്ക് തോന്നിയേക്കാം. പക്ഷേ, ജീവിതത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ രസം ചോർന്നു പോകുകയാണ് സംഭവിക്കുന്നതെന്ന ഞെട്ടിക്കുന്ന സത്യം നാം അറിയുമ്പോഴേയ്ക്കും വളരെ വൈകിയിരിക്കും. കർമ്മത്തിന്റെ കണക്കുകൾ അതീവ ഗുഹ്യമാണ് – അവയെ തിരിച്ചറിയൂ.

നിങ്ങൾ എത്ര തന്നെ അഭ്യസ്ത വിദ്യരായിക്കൊള്ളട്ടെ, പരിഷ്കൃതരായിക്കൊള്ളട്ടെ. ഒരു കാര്യം നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു – നമ്മുടെ സംസ്കാരത്തിന്റെയും മനസ്സിന്റെയും മേൽ നമ്മുടെ ബുദ്ധിയ്ക്ക് പലപ്പോഴും മേൽക്കോയ്മ ഉണ്ടാകാറില്ല. 90% സമയവും നാം പ്രവൃത്തിക്കുന്നത് നമ്മുടെ സംസ്കാരത്തിന് വശംവദരായാണ്. നമുക്ക് ചെയ്യുവാൻ ആഗ്രഹമില്ലാത്ത കാര്യങ്ങൾ നമ്മെക്കൊണ്ടു ചെയ്യിക്കുന്നതിൽ നമ്മുടെ മനസ്സും പിന്നിലല്ല. നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ നാം അറിയാതെ രൂപം കൊണ്ട സ്നേഹത്തിന്റെ ഏതോ വിടവ് (വാക്വം) – അത് മാതാ–പിതാക്കളിൽ നിന്നോ, ഭാര്യാ–ഭർത്താക്കന്മാരിൽ നിന്നോ, സഹോദരങ്ങളിൽ നിന്നോ, സുഹൃത്തുക്കളിൽ നിന്നോ ഉള്ളതാകാം – നികത്തുവാനുള്ള അബോധ പൂർണ്ണമായ ഒരു ശ്രമം നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ നടന്നു കൊണ്ടിരിക്കുന്നുണ്ട്. ബുദ്ധിയുടെ ഭാഷ അവിടെ പ്രസക്തമല്ല, ബന്ധങ്ങളിലെ വ്യത്യാസങ്ങൾ – സഭ്യതയുടെ അതിർവരമ്പുകൾ – അപ്പോൾ നമുക്ക മനസ്സിലാകില്ല. വികാരത്തിന്റെ ഊഷ്മളത നൽകി മനസ്സ് അതിനു കൂട്ടു നിൽക്കുമ്പോൾ അരുതായ്മകളുടെ വേലിക്കെട്ടുകൾ പൊട്ടിച്ച് നമ്മുടെ ഉപബോധ മനസ്സ് പ്രയാണം നടത്തും! ബുദ്ധിയുടെ അഹന്തയിൽ മദിച്ചു നടന്ന നമ്മുടെ ബോധ മനസ്സ് വെറും കാഴ്ചക്കാരനായി നോക്കി നിൽക്കും! നമ്മുടെ സംസ്കാരത്തെ പരിവർത്തനപ്പെടുത്തുകയല്ലാതെ ഈ ചതിക്കുഴിയിൽ നിന്നും കരകയറുവാൻ മററു മാർഗ്ഗങ്ങളില്ല. ഇത് വളരെ എളുപ്പമാണുതാനും. നിരന്തരമായ അഭ്യാസത്തിലൂടെ നമ്മുടെ പഴയ സംസ്കാരങ്ങൾക്ക് പകരം നന്മയുടെ, ശ്രേഷ്ഠതയുടെ പുതിയ സംസ്കാരം നിറയ്ക്കുവാൻ നമുക്കാകും.

അതിനാൽ സ്വപരിവർത്തനത്തിന് ഊന്നൽ നൽകിയാലും. അഥവാ അപ്രകാരം ഒരു ബന്ധവും നിങ്ങൾ തമ്മിലില്ല എങ്കിൽ, മൗനം പാലിക്കൂ. സ്വപരിവർത്തനത്തിലൂടെ ആ ആരോപണങ്ങളുടെ മുന ഒടിക്കൂ. അതല്ലാതെ ഇവർ എന്തിന് അപ്രകാരം പറഞ്ഞു നടക്കുന്നു, ഇവർ ആരാണ് ഇതു പറയുവാൻ, അങ്ങനെ ലോകം പലരെയും കുറിച്ച് പല കാലങ്ങളിൽ പലതും പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട് എന്നെല്ലാം കരുതുന്നത് അന്തരീക്ഷത്തെ കൂടുതൽ കലുഷിതമാക്കുകയേ ഉള്ളൂ. എരിതീയിൽ എണ്ണ ഒഴിക്കലാകുമത്. തീ കൂടുതൽ ആളിക്കത്തും. കാര്യങ്ങളെ കൂടുതൽ വലിച്ചു നീട്ടലാണത്. അതിനാൽ പൂർണ്ണവിരാമം ഇടൂ. ആരോപണം ശരിയോ തെറ്റോ എന്ന വാദപ്രതിവാദത്തിന് പോകാതിരിക്കൂ. പകരം സങ്കല്പത്തിൽ, വാക്കിൽ, സമ്പർക്കത്തിൽ പരിവർത്തനം കൊണ്ടുവരൂ. അതിലൂടെ ഒരു പുതിയ ശ്രേഷ്ഠ സംസ്ക്കാരം നിങ്ങളിൽ ജന്മമെടുക്കും. അപ്പോൾ എല്ലാവരുടെയും നന്മയെ ലക്ഷ്യമാക്കി സ്വയം ശക്തിസ്വരൂപരായി, സ്വയം സർവ്വ ശക്തനായ ഈശ്വരനോടൊപ്പം കൂടി ശുഭ ഭാവനയോടെ നിങ്ങൾ മുന്നേറിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ഈ പാപത്തിൽ നിന്നും മോചിതമാകുവാനുള്ള വിധി ഇതു മാത്രമാണ്. അതിനാൽ ബന്ധനങ്ങളിൽ കുടുങ്ങാതിരിക്കൂ, അഥവാ ബന്ധനമുണ്ടെങ്കിൽ അതിനെ പൊട്ടിച്ചെറിയുവാനുള്ള വഴിയാണ് സർവ്വ ബന്ധുവായ, സർവ്വേശ്വരന്റെ സ്മൃതി. പറഞ്ഞതു കൊണ്ടായില്ല, സ്വയം പരിശ്രമിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ബ്രഹ്മാകുമാരീസ് ഈശ്വരീയ വിശ്വ വിദ്യാലയം പഠിപ്പിക്കുന്ന രാജയോഗി ജീവിതശൈലി ബന്ധനങ്ങളിൽനിന്നും മുക്തരാകുവാൻ നമ്മെ സഹായിക്കും.

കടപ്പാട്: ബ്രഹ്മാകുമാരീസിൽ നിന്നും പഠിച്ച ഈശ്വരീയ മഹാവാക്യങ്ങൾ

സത്ഗുരുവിന്റെ കൃപ

ഹവിസ്സ് ബ്യൂറോ

ഗുരുവും, ഗുരുവിന്റെ ശിക്ഷണവും, ഗുരുശിഷ്യ ബന്ധവും വളരെ മഹത്വപൂർണ്ണങ്ങളാണ്. ഗുരു എന്ന പദത്തിന്റെ അർത്ഥം അന്ധകാരത്തെ നീക്കുന്നവൻ, ലക്ഷ്യസ്ഥാനം നൽകുന്നവൻ എന്നാണ്. അജ്ഞാനത്തിന്റെ തിമിരത്താൽ അന്ധത ബാധിച്ചവർക്ക് ജ്ഞാനാഞ്ജനത്താൽ ആന്തരിക ചക്ഷുസ്സ് തുറന്നുതരുന്നവനാണ് ഗുരു. ഗുരു മോക്ഷകവാടമാണ്. ജീവിത്തിൽ വന്നുചേരുന്ന വിപത്തുകളിൽ നിന്നും രക്ഷപ്പെടുത്തുകയും, വിഘ്ങ്ങളെ അകറ്റി ശരിയായ മാർഗ്ഗദർശനം തരുകയും ചെയ്യുന്ന ആളാണ് ഗുരു.

ജീവൻമുക്ത ദേവകളായ ശ്രീരാമനും ശ്രീകൃഷ്ണനും ഗുരുക്കന്മാരുടെ ശിക്ഷണമെടുത്തതായി പുരാണങ്ങളിൽ പറയുന്നു. സന്ദീപനിയെന്നും വസിഷ്ഠനെന്നും നാമധേയമുള്ള ആ ഗുരു വാസ്തവത്തിൽ നാം ഉദ്ദേശിക്കുന്ന ഋഷിയോ മുനിയോ ആയിരുന്നുവോ? ജീവൻമുക്തരായ ദേവതകളുടെ ഗുരു ആരാണ് ? വാസ്തവത്തിൽ സന്ദീപനിയെന്നും, വസിഷ്ഠനെന്നുമുള്ള നാമധേയങ്ങൾ സത്ഗുരുവായ ഈശ്വരന്റെ ഗുണവാചക നാമങ്ങളാണ്. പഴയ കാലത്ത്, ഈശ്വര സ്മൃതിയുണർത്താൻ സഹായിക്കുന്ന രീതിയിലുള്ളതോ, ഈശ്വരന്റെ ഗുണവാചക നാമങ്ങളോ ആയിരുന്നു കുട്ടികൾക്കിടുന്നായിരുന്നത്. അതുപോലെ സന്ദീപനി എന്നാൽ സമ്പൂർണ്ണ ഉദ്ദീപനം, ആതായത് ആത്മോദ്ദീപനം വരുത്തുന്ന എന്നും, വസിഷ്ഠൻ എന്നാൽ അത്യുന്നതവും ശ്രേഷ്ഠവുമായ എന്നും അർത്ഥം. അത്യുന്നതനായ ഗുരു മനുഷ്യനല്ല, ഈശ്വരൻ തന്നെയാണ്. മനുഷ്യരെ ആത്മീയ അദ്ധ്യാപകർ എന്ന് മാത്രമേ സൂചിപ്പിക്കുവാൻ കഴിയൂ. ആത്മീയ അദ്ധ്യാപകർ അനേകമുണ്ടാകും. എന്നാൽ സത്ഗുരു ഒന്നു മാത്രമേയുള്ളൂ. ഈശ്വരൻ തന്നെയാണ് ആ സത്ഗുരു. ഒരു ദീപം ജ്വലിപ്പിക്കാൻ മറ്റൊരു ദീപം ആവശ്യമായതുപോലെ, ആത്മോദ്ദീപനം ഉണ്ടാക്കുന്ന, പരമജ്യോതിസ്സായ പരമാതമാവ് തന്നെയാണ് ആ സത്ഗുരു. ആ സത്ഗുരുവിന്റെ കൃപയിലൂടെയാണ് ഗതിയും സദ്ഗതിയും, മുക്തിയും ജീവൻമുക്തിയും നേടുവാൻ കഴിയുന്നത്.

ആ സത്ഗുരുവിന്റെ കൃപ എങ്ങനെ നേടുവാൻ കഴിയും? സത് ഗുരു നൽകുന്ന മുഖ്യ ഉപദേശങ്ങൾ എന്താണോ, അത് പ്രാവർത്തികമാക്കണം.

1. ആത്മസ്വരൂപത്തെ തിരിച്ചറിയണം. സ്വയം ഈ പഞ്ച തത്ത്വ നിർമ്മിതമായ ശരീരമല്ല, മറിച്ച് ചൈതന്യ ആത്മാവാണ് എന്ന മൗലിക സത്യം അറിയണം. ഈ ആത്മ ചൈതന്യമാണ് ശരീരത്തിന്റെ മാധ്യമത്തിലൂടെ കർമ്മങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതും സുഖ-ദുഃഖങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്നതും എന്നറിയണം. ആത്മാവിന്റെ മൂല സ്വഭാവം ശാന്തിയും, സ്നേഹവും, പവിത്രതയും, ആനന്ദവുമാണെന്ന് അറിയണം. മറ്റുള്ളവരോടും ആത്മഭാവം പുലർത്തണം.

2. ഈശ്വരീയ സത്സംഗത്തിലിരിക്കണം ആത്മ പിതാവായ ഈശ്വരൻ ഒരു ജ്യോതിസ്സാണ് എന്ന് അറിയണം. ബുദ്ധികൊണ്ട് സത്ഗുരുവായ ആ പരമജ്യോതിസ്സാകുന്ന പരമാത്മാവിന്റെ സമീപത്തിരിക്കണം. ആ പാവന സ്മൃതിയിലിരുന്ന് ശാന്തിയുടെയും, സ്നേഹത്തിന്റെയും, ആനന്ദത്തിന്റെയും ദിവ്യ വരദാനങ്ങൾ അന്തരാത്മാവിൽ സ്വീകരിക്കണം. ഇതുതന്നെയാണ് സത്സംഗം. ഇതുതന്നെയാണ് രാജയോഗം. ഇതുതന്നെയാണ് മൻമനാ ഭവഃ എന്ന ഗുരുമന്ത്രം എന്നറിയണം.

3. ബ്രഹ്മലോകത്തെ അറിയണം. ആത്മാവിന്റെയും, ആത്മ പിതാവായ ഈശ്വരന്റെയും ദിവ്യനിവാസസ്ഥാനം ബ്രഹ്മലോകമാണെന്ന് അറിയണം. ആ ദിവ്യലോകം ഈ സൂര്യ-ചന്ദ്ര-നക്ഷത്രങ്ങളുടെ ലോകത്തിനും ഉപരിയാണെന്നും, ആ ലോകത്തിലേയ്ക്കുള്ള ആത്മാവിന്റെ പ്രയാണത്തിനുള്ള സമയം സമീപമായെന്നും അറിയണം.

4. സൃഷ്ടി ഒരു നാടകമാണെന്ന് അറിയണം ഈ സൃഷ്ടിയിലെ നാടകവേദിയിൽ മനുഷ്യാത്മക്കൾ അവരവരുടെ വേഷങ്ങൾ അഭിനയിക്കുകയാണെന്നറിയണം. അത് സാക്ഷിയായി നോക്കണം. അതുപോലെ സ്വയവും ഒരു വേഷധാരിയായി മനസ്സിലാക്കി, ധർമ്മത്തിൽ അധിഷ്ഠിതമായി കർമ്മം ചെയ്യണം.

5. പുരുഷോത്തമ സംഗമയുഗത്തെ അറിയണം വർത്തമാന കാലഘട്ടം ഈശ്വരാവതരണ സമയമാണെന്ന് അറിയണം. ഈശ്വരനെത്തന്നെ സത്ഗുരുവായി ലഭിക്കുന്ന പുരുഷോത്തമ സംഗമയുഗമാണിത് എന്നറിയണം.

സത്ഗുരുവിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന ഈ യഥാർത്ഥ ജ്ഞാനം മനസ്സിലാക്കി, സദാ സത്ഗുരുവിന്റെ സത്സംഗത്തിലിരിക്കണം. പ്രകാശരൂപിയായ സത്ഗുരുവിന്റെ അരികിൽ ബുദ്ധികൊണ്ട് ഉപവിഷ്ടനാകണം. ഈ സത്സംഗത്തിൽ ഇരിക്കുകയാണെങ്കിൽ സദാ ഹർഷിതമായിരിക്കുവാൻ കഴിയും. മനസ്സിന് ഭാരരാഹിത്യം ഉണ്ടാകും. ദുഃഖത്തിന്റെയും, അശാന്തിയുടെയും, നിരാശയുടെയും അവസ്ഥ മാറി, പുതിയൊരു ജീവിതം ലഭിക്കുന്ന അവസ്ഥ വന്നുചേരും. സത്ഗുരുവിന്റെ ഈ ശിക്ഷണങ്ങൾ മനുഷ്യരെ ദേവതമാരുടെ സ്മാരകത്തിലേയ്ക്കല്ല, എന്നാൽ അവരുടെ ദിവ്യ ധാമത്തിലേയ്ക്കുതന്നെ എത്തിക്കും.

ഓണപുരാണം

ബി.കെ. രവീന്ദ്രൻ പുത്തൂർ, തിരുവനന്തപുരം

മലയാളികളുടെ പെരുമ ഓണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് കിടക്കുന്നു. അതിന്റെ ആഴവും പരപ്പും എത്രത്തോളമാണ് മലയാളികളുടെ മനസ്സിൽ വേരോടി നില്ക്കുന്നത്. പൂവിളി... പൂവിളി... പൊന്നോണമായി... എന്തു ഉത്സാഹമാണ് മലയാളിക്ക് ഓരോ ഓണക്കാലവും പകർന്നു നൽകുന്നത്. ഓരോ ഓണവും കടന്നു പോകുമ്പോൾ അടുത്ത ഓണക്കാലത്തെ വീണ്ടും വരവേൽക്കുവാൻ കാത്തിരിക്കുകയായി മലയാളി മനവും മണ്ണും. ഒരുമയുടേയും, സന്തോഷത്തിന്റേയും, ആനന്ദത്തിന്റേയും ഈ നാളുകൾ എന്തിനെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്? പ്രകൃതിയുടേയും, മനുഷ്യരുടേയും സമ്പന്നതയുടെ ഒത്തുചേരൽ, സമാനതയുടെ ധാരാളിത്തം, സന്തോഷത്തിന്റേയും, ആനന്ദത്തിന്റേയും ഉത്സാഹം. ഇത്രയേറെ നിറം പിടിപ്പിക്കുന്ന ഏതൊരു ഉത്സവമാണ് നമ്മളെ തേടിയെത്തുന്നത്? ഈ പൊന്നോണപ്പുലരിയിൽ മലയാളിയുടെ മനം കവരുന്ന ആ ഓണനാളുകളെക്കുറിച്ച് അല്പം വിചാരം.

മഹാബലിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടാണ് പ്രധാനമായും മലയാളി ഓണമാഘോഷിക്കുന്നത്. മഹാബലിയുടെ ചരിത്രമാണ് തിരുവോണത്തിന്റെ ജീവൻ. ആരാണ് മഹാബലി? ആരാണ് വാമനൻ? മഹാബലിയെന്നാൽ– മഹത്തായ ബലിയർപ്പിക്കുന്നവൻ. മഹത് എന്നാൽ സർവ്വശ്രേഷ്ഠം. അത്രയും സർവ്വ ശ്രേഷ്ഠ ബലി എന്താണ്? തന്നെ വിസ്മരിച്ചും മറ്റുള്ളവർക്ക് വേണ്ടി തന്നെത്തന്നെ ദാനം ചെയ്യുന്നതാണ് സർവ്വശ്രേഷ്ഠം. ഇങ്ങനെയൊരു കർമ്മം എവിടെയാണ് ഉണ്ടാകുന്നത്? ഇതിന്റെ വസ്തുനിഷ്ഠമായ ഒരു അന്വേഷണത്തിലേയ്ക്ക് നമുക്കൊന്ന് എത്തിനോക്കാം.

വാമനൻ–മഹാബലി–മൂന്നടിഭൂമി. ഇതാണ് നമുക്ക് ചിന്തിക്കേണ്ട വിഷയം.

മൂന്നുലോകത്തിന്റെയും അധിപതിയായ ആത്മാവ് പഞ്ചതത്വ നിർമ്മിതമായ ശരീരം എടുത്ത് കർമ്മം ചെയ്യുകയും കർമ്മാവസാനം ശരീരം ഉപേക്ഷിച്ച് തന്റെ ഗേഹത്തിലേയ്ക്ക് തിരിച്ചു പോകുകയും ചെയ്യുന്നു. കൂടുതൽ വിശദീകരിക്കാം. നിരാകാര ലോകവാസിയായ ആത്മാവിനെയാണ് ഇവിടെ വാമനനായി വിവക്ഷിച്ചിരിക്കുന്നത്. കല്പാവസാനം ഈശ്വരീയ ജ്ഞാനം പ്രാപ്തമാകുന്ന ആത്മാവ് താൻ തന്റെ പിതാവായ പരമാത്മാവിനെപ്പോലെ സാകാര–ആകാര–നിരാകാര ലോകങ്ങളുടെ അധിപതിയാണെന്ന് തിരിച്ചറിയുന്നു. ഈ മൂന്നു ലോകങ്ങളാണ് മൂന്നടി മണ്ണ്. ആത്മാവിന് പ്രകൃതി കനിഞ്ഞു നൽകുന്ന പഞ്ചതത്വ നിർമ്മിതമായ ശരീരമാണ് ഈശ്വരീയ ജ്ഞാന യജ്ഞത്തിൽ ബലിയായിത്തീരുന്നത്. ഈ ബലിയെയാണ് മഹാബലിയായി ചിത്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. അതായത് ആത്മാവാകുന്ന വാമനൻ തനിക്ക് സമർപ്പിതമായ മഹാബലിയാകുന്ന ശരീരത്തെ പാതാളത്തിലേയ്ക്ക് ചവിട്ടിത്താഴ്ത്തുന്നു, ഉപേക്ഷിക്കുന്നു. പുതിയ കല്പത്തിൽ ആത്മാവ് ഈ സാകാര സൃഷ്ടിയിലേയ്ക്ക് വരുമ്പോൾ പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ നിന്നും വീണ്ടും ശരീരം രൂപം കൊള്ളും. ആത്മാവ് (വാമനൻ) സൃഷ്ടിയിലേയ്ക്ക് വരുമ്പോൾ പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ ഒത്തു ചേരലിലൂടെ ഉണ്ടാകുന്ന ശരീരത്തിന്റെ (മഹാബലിയുടെ) ഈ പുനഃസൃഷ്ടിയാണ്, മഹാബലിയുടെ വരവായി പ്രകീർത്തിക്കുന്നത്. അപ്രകാരം പൂർണ്ണമായ ശരീരത്തിൽ വാമനൻ (ആത്മാവ്) വന്നും പോയും ഇരിക്കുന്നു. ആത്മാവ് ശരീരത്തിൽ ഇരുന്ന് ആനന്ദം അനുഭവിച്ച ആ നല്ല നാളുകളുടെ സ്മൃതി ഉണർത്തലാണ് മലയാളിയുടെ ഓരോ ഓണാഘോഷവും.

സത്യസ്വരൂപനെ നിത്യം സ്മരിച്ചിടൂ

ബി.കെ.മാമ്പള്ളി.ജി.ആർ, ചാത്തന്നൂർ

കാലം കലിയുഗം; കലുഷം തീർക്കുവാൻ
കാരണനായിതാ വന്നൂ പരമാത്മാ
ജ്ഞാനത്തിൻ സാഗരൻ സ്നേഹത്തിൻ സാഗരൻ
പാരിൻ പിതാ ദിവ്യജ്യോതിസ്സുതൻ രൂപം

ചിത്തം രമിപ്പിക്കും ജ്ഞാനങ്ങൾ നൽകിയീ
ദു:ഖത്തിൽ നിന്നുമീ വിശ്വത്തെ രക്ഷിക്കാൻ
പാവം മനുഷ്യരെ പാവനരാക്കുവാൻ
പാരിതിൽ വന്നൂ പരമാത്മാ നിശ്ചയം

പാമ്പിലും പശുവിലും തേളിലും കല്ലിലും
സാഗരം തന്നിലും പർവ്വതം മേലെയും
സർവ്വത്രവ്യാപിയീ സർവ്വശക്തൻ പ്രഭൂ
അറിയാതെ എന്നു നാം ചൊല്ലിവന്നില്ലയോ?

ചൊല്ലിയാ സത്യം പരമപിതാ പരമാത്മാ
ജ്യോതിസ്വരൂപനാം ബിന്ദുരൂപൻ ഞാൻ
നിർവ്വാണധാമ വാസിയാമെന്നുടെ
നാമം ശിവനെന്ന സത്യം ഗ്രഹിക്കണം

മുക്തിക്കും ജീവൻ മുക്തിക്കുമായിതാ
നിത്യവും ജ്ഞാനത്തിൻ രത്നങ്ങൾ നൽകിയീ
ആത്മാക്കളോടുള്ള കർത്തവ്യ സംബന്ധം
ആക്കം വരുത്തുന്ന പാരിന്റെ രക്ഷയ്ക്കായ്

വിശ്വത്തിൻ രക്ഷയ്ക്കായ് ഭാരതം തന്നിലാ–
യുത്തമ മാനവദേഹേ കുടി കൊണ്ടു
മംഗളകാരി സദാശിവനിന്നിതാ
സത്യങ്ങളോതുന്ന കാഴ്ച്ചകൾ വിസ്മയം
നിത്യമല്ലേതുമേ ദേഹാദികളിതു
സത്യസ്വരൂപനെ നിത്യം സ്മരിച്ചീടൂ.

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

ആത്മീയത

ബി.കെ. ബിലഹരി, കൊച്ചി

ആത്മീയത എന്നാൽ സർവ്വസുഖങ്ങളുടേയും ത്യാഗമാണെന്നും മുഖ്യധാരയിൽ നിന്നും വേറിട്ടുള്ള ജീവിതമാണെന്നും പൊതുവായ ഒരു ധാരണയുണ്ട്. ആത്മീയതയ്ക്ക് സന്യാസത്തിന്റെ നിറം വന്നതിനാലാണ് ഈ ധാരണ ഉടലെടുത്തത് യഥാർത്ഥത്തിൽ ആത്മീയത നമുക്ക് സത്യമായ സുഖം നൽകുന്ന ഒന്നാണ്. ജീവിതം എങ്ങനെ മനോഹരമാക്കാം, സുന്ദരമാക്കാം എന്നാണ് അത് നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നത്. നമ്മൾ ചെയ്യുന്ന ഓരോ കർമ്മവും ഏററവും മികച്ച രീതിയിൽ എങ്ങനെ ചെയ്യാം. എങ്ങനെ ഒരു നല്ല മകൻ അല്ലെങ്കിൽ മകളാകാം, അച്ഛൻ അല്ലെങ്കിൽ അമ്മയാകാം, ഭാര്യ അല്ലെങ്കിൽ ഭർത്താവാകാം, ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള ഒരു നല്ല പൗരനാകാം. ഇതു തന്നെയാണ് ആത്മീയത നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നത്.

ആത്മീയത നമ്മിൽ കൊണ്ടുവരുന്നത് കാഴ്ച്ചപ്പാടിലുള്ള പരിവർത്തനമാണ്. ഓരോ സാഹചര്യത്തേയും ഏററവും നല്ല രീതിയിൽ കൈകാര്യം ചെയ്യാനുള്ള കഴിവ് ഈ കാഴ്ചപ്പാടിലെ മാററം നമ്മിൽ കൊണ്ടു വരുന്നു. സന്തുഷ്ടമായ ജീവിതമാണ് ആത്മീയതയുടെ പ്രത്യക്ഷഫലം.

ആത്മവിശ്വസം പകരുന്ന പുസ്തകങ്ങളും, പ്രഭാഷണങ്ങളും, പരിശീലന കളരികളുമൊക്കെ സുലഭമാണ്. അതിനെയൊക്കെ പലപ്പോഴും നാം ആശ്രയിച്ചിട്ടുമുണ്ടാകും. അതിലൂടെയൊക്കെ പരിവർത്തനമെന്ന പ്രതീക്ഷയോടെ സഞ്ചരിക്കുകയും പലപ്പോഴും ഇവയിൽ പലതും പ്രചോദനം തരികയും ചെയ്തിട്ടുമുണ്ടാകാം. എന്നാൽ ആ പ്രചോദനം എത്ര നേരം നീണ്ടു നിന്നു? ജീവിതത്തിൽ എത്രയോ കാര്യങ്ങളിൽ മാററം കൊണ്ടുവരാൻ നാം ആത്മാർത്ഥമായി ആഗ്രഹിക്കുന്നു, പരിശ്രമിക്കുന്നു എന്നാൽ മിക്കപ്പോഴും അത് സാധിക്കുന്നില്ല. തന്റെ പ്രശ്നങ്ങളേക്കുറിച്ചും അതിന്റെ പ്രതിവിധികളെക്കുറിച്ചും വ്യക്തമായി അറിയാമെങ്കിൽ പോലും അതിനു മുന്നിൽ പകച്ചു നിൽക്കാനേ പലർക്കും കഴിയുന്നുള്ളൂ. മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിക്കാനും പോസിററീവ് ആക്കാനുമൊക്കെയുള്ള ധാരാളം വഴികൾ ഇത്തരം പുസ്തകങ്ങളിലൂടെയും, പ്രഭാഷണങ്ങളിലൂടെയും, പരിശീലന കളരികളിലൂടെയുമൊക്കെ ലഭിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും അതൊന്നും വളരെക്കാലത്തേക്ക് പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ മിക്കവർക്കും കഴിയുന്നില്ല. എന്തായിരിക്കാം കാരണം? അറിഞ്ഞതിനെ പ്രാവർത്തികമാക്കാനുള്ള ശക്തിയുടെ കുറവാണ് ഇതിനു കാരണം.

ഈ ലോകത്തെ കീഴ്മേൽ മറിക്കാനുള്ള ശക്തി ഓരോ മനുഷ്യനിലുമുണ്ടെന്ന് വിവേകാനന്ദനെപ്പോലെയുള്ള പല മഹാത്മാക്കളും പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ മിക്കപ്പോഴും തന്റെ മുൻപിൽ വരുന്ന നിസ്സാരമായ സാഹചര്യങ്ങളെപ്പോലും നിയന്ത്രിക്കാൻ പലർക്കും സാധിക്കുന്നില്ല. അതിനർത്ഥം തന്നിലുള്ള അപാരമായ ശക്തിയെ ആരും തിരിച്ചറിയുന്നതേയില്ല എന്നതാണ്. ഈ ശക്തിയുടെ പരിചയപ്പെടലാണ് ആത്മീയതയുടെ ആദ്യപാഠം. അതിൽ മുന്നോട്ടു ചരിക്കും തോറും ആ ശക്തി നമ്മുടെ ഉപയോഗത്തിൽ വരുന്നത് അനുഭവവേദ്യമാകും.

ആത്മീയത എന്നത് ഉള്ളിലേക്കുള്ള ഒരു പ്രയാണമാണ് ഈ പ്രയാണത്തിൽ നാം കണ്ടെത്തുന്നത് നമ്മെത്തന്നെയാണ്, നേടുന്നത് നാം നഷ്ടമാക്കിയവ തന്നെയാണ്. അത് അമൂല്യമായതാണ് എന്ന തിരിച്ചറിവാണ് ഈ വഴിയിൽ നമ്മെ മുന്നോട്ടു നടത്തുന്നത്.

രാജയോഗം ആത്മീയതയെ നമുക്ക് സരളമായ ഭാഷയിൽ മനസ്സിലാക്കിത്തരുന്നു. ഓരോ സാഹചര്യത്തിലും വിജയിക്കുവാനും ജീവിതം സുഖദായകമാക്കുവാനും രാജയോഗത്തിലെ സഹജമായ യുക്തികൾ നമുക്ക് വഴികാട്ടിയാകുന്നു. സത്യമായ അറിവിനോടൊപ്പം ശക്തിയും പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന ഈ യോഗവിദ്യ നമ്മെ സത്യമായ രാജാവാക്കുന്നു, ഇന്ദ്രിയങ്ങളും മനസ്സുമൊക്കെ മന്ത്രിമാരായുള്ള സ്വരാജ്യത്തിന്റെ.

പ്രശ്നങ്ങൾ അവസരങ്ങൾ.....

ബി.കെ. രാജേഷ് മോഹൻ, ആലപ്പുഴ

പ്രോബ്ളം

നിത്യജീവിതത്തിൽ നാം പലപ്പോഴും ഉപയോഗിക്കുന്ന നെഗറ്റീവ് പദങ്ങളിലൊന്നാണിത്. ഓഫീസിലെത്തിയാൽ പ്രശ്നം! വീട്ടിൽ വന്നാൽ പ്രശ്നം! എന്തൊരു ജീവിതം! എന്നിങ്ങനെ മടുപ്പുതോന്നാത്തവർ കുറവാണ്. എന്താണ് പ്രശ്നം? ഒരു സംഭവം ശ്രദ്ധിക്കൂ.

ഒരു ബിരുദധാരി കുറേക്കാലമായി ജോലി തേടി അലയുകയാണ്. അവസാനം ഒരു പത്രമോഫീസിൽ റിപ്പോർട്ടറുടെ ജോലി കിട്ടി. ഭയഭക്തി പൂർവ്വം ഓഫീസിലെത്തി അയാൾ ജോലി സ്വീകരിച്ചു. സ്വാതന്ത്ര്യദിനാഘോഷം നടക്കുന്ന ദിവസമായിരുന്നു അത്. പത്രാധിപർ അയാളെ വിളിച്ചുവരുത്തി ജോലി ഏല്പിച്ചു. കടൽത്തീരത്ത് നാവികസേനയുടെ ഒരു കപ്പൽ വന്നിട്ടുണ്ട്. ആ കപ്പലിൽ നടക്കുന്ന സ്വാതന്ത്ര്യദിനാഘോഷങ്ങൾ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യണം. ആദ്യദിവസത്തെ നിയോഗം.

യുവാവ് അതിവേഗം ഓഫീസിൽ നിന്നും ഇറങ്ങി കടൽത്തീരത്തേയ്ക്ക് പോയി. വൈകുന്നേരം സ്വാതന്ത്ര്യദിനാഘോഷങ്ങൾ റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യാൻ പോയ റിപ്പോർട്ടർമാരെല്ലാം ഒത്തുകൂടി. അവർ ശേഖരിച്ച വാർത്തകൾ വേഗം വേഗം എഴുതുകയാണ്. നമ്മുടെ പുതിയ റിപ്പോർട്ടർ ഒരു വാർത്തയും എഴുതാതെ സങ്കടപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ്. സഹപ്രവർത്തകർ കാരണം ചോദിച്ചു. പുതിയ റിപ്പോർട്ടർ കാരണം പറയുകയാണ്.....

എന്റെ കഷ്ടകാലം! അല്ലാതെന്തുപറയാനാ, ആദ്യ ദിവസം തന്നെ പത്രാധിപർ എന്നെ ചെയ്യാനേൽപ്പിച്ച കാര്യം എനിക്ക് പ്രശ്നമായിത്തീർന്നു. കപ്പലിലെ സ്വാതന്ത്ര്യദിനാഘോഷം കവർ ചെയ്യാൻ പോയ എനിക്ക് അവിടെ യാതൊരുവിധത്തിലുള്ള ആഘോഷവും കാണാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ഒരു വാർത്തയും എഴുതാനില്ല, ഞാൻ ഈ വാർത്ത എങ്ങനെ പത്രാധിപരെ അറിയിക്കും?

ഈ വാർത്ത സഹപ്രവർത്തകരിൽ അത്ഭുതം ഉളവാക്കി. കപ്പലിൽ എന്തുകൊണ്ട് ആഘോഷം നടന്നില്ല എന്നവർ ചോദിച്ചു. അപ്പോൾ അയാൾ പറഞ്ഞു, കപ്പലിൽ ഒരു ദ്വാരം ഉണ്ടായി. ആഘോഷങ്ങൾക്കുള്ള ഏർപ്പാടിനിടയിൽ ആരും അത് കണ്ടില്ല. ആ ദ്വാരത്തിലൂടെ വെള്ളം കപ്പലിലേയ്ക്ക് കയറിക്കൊണ്ടിരുന്നു. എല്ലാവരും കപ്പൽ മുങ്ങാതിരിക്കുന്നതിനുള്ള രക്ഷാപ്രവർത്തനത്തിടയിൽ സ്വാതന്ത്ര്യദിനാഘോഷം എങ്ങനെ നടക്കും?

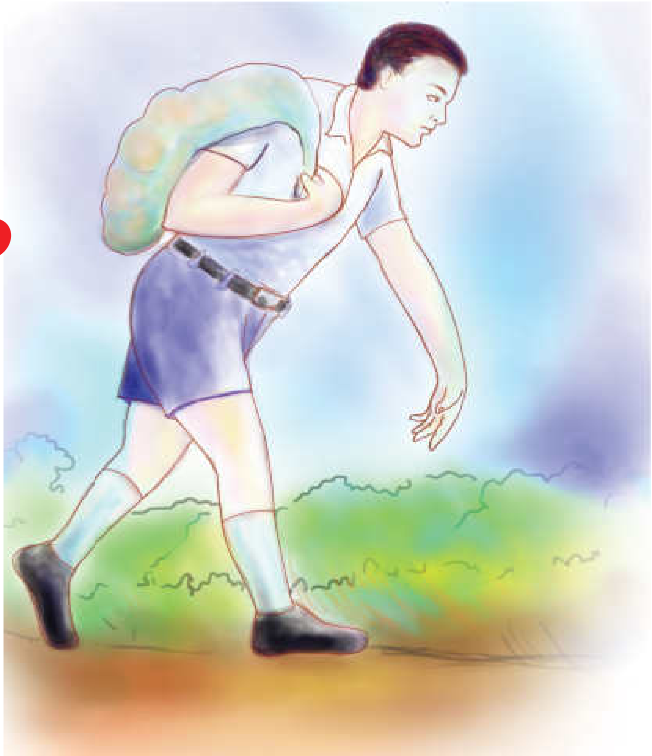
ഇതുകേട്ട സഹപ്രവർത്തകർക്ക് ഷോക്കടിച്ചതുപോലെയായി. അവർ പറഞ്ഞു എടാ വിഢീ! ഇതല്ലേ പ്രധാന വാർത്തയായി ഒന്നാം പേജിൽ വരേണ്ടത്. സഹപ്രവർത്തകനായ ഒരു റിപ്പോർട്ടർ കൂടുതൽ വാർത്തകൾ ശേഖരിക്കുന്നതിനായി കപ്പലിനടുത്തേയ്ക്ക് ഓടി.

പ്രശ്നമാണെന്ന് കരുതി നമ്മുടെ കഥാപാത്രമായ റിപ്പോർട്ടർ തളർന്നിരുന്നു. സഹറിപ്പോർട്ടർ ആ സുവർണ്ണാവസരത്തെ നല്ലവണ്ണം ഉപയോഗിച്ചു എന്നാൽ പുതിയ റിപ്പോർട്ടർ തനിക്ക് ആദ്യമായി വീണുകിട്ടിയ ആവസരത്തെ പാഴാക്കിക്കളഞ്ഞു.

ചിന്തനം – ജീവിതം എന്നത് സംഭവങ്ങളുടെ എഴുതിയ ഒരു കഥയല്ല. അപ്രതീക്ഷിതമായി ലഭിക്കുന്ന സംഭവങ്ങളുടെ ഒരു നീണ്ട നിരയാണ്. ഓരോ പ്രശ്നങ്ങളും നമുക്ക് ലഭിക്കുന്ന അമൂല്യമായ അവസരങ്ങളാണ്.

വെറുപ്പിന്റെ സ്വാധീനം

ബി.കെ. സുനിത, പാലക്കാട്



ഒരു നഴ്സറി സ്കൂൾ അധ്യാപിക ക്ലാസിൽ ഒരു കളി നടത്താൻ തീരുമാനിച്ചു. അവർ ഓരോ കുട്ടിയോടും ഒരു പ്ലാസ്റ്റിക്ക് സഞ്ചിയിൽ കുറച്ച് ഉരുളക്കിഴങ്ങ് കൊണ്ടുവരാൻ പറഞ്ഞു. ഓരോ ഉരുളക്കിഴങ്ങിനും കുട്ടി വെറുക്കുന്ന ഒരാളുടെ പേരിടാനും പറഞ്ഞു. ഓരോ കുട്ടിയുടേയും പ്ലാസ്റ്റിക്ക് സഞ്ചിയിലെ ഉരുളക്കിഴങ്ങിന്റെ എണ്ണം ആ കുട്ടി വെറുക്കുന്ന ആളുകളുടെ എണ്ണത്തെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും. ഓരോ കുട്ടിയും അവൻ/അവൾ വെറുക്കുന്ന ആളുടെ പേരുള്ള ഉരുളക്കിഴങ്ങുകൾ കൊണ്ടുവന്നു. ചിലരുടെ പക്കൽ രണ്ടും, മററു ചിലരുടെപക്കൽ മൂന്നും, ഇനിയും ചിലരുടെ പക്കൽ അഞ്ചും, ഉരുളക്കിഴങ്ങുകൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. ഒരാഴ്ചക്കാലം കുട്ടികൾ എവിടെയെല്ലാം പോകുന്നുവോ അവിടേക്കെല്ലാം ഉരുളക്കിഴങ്ങുള്ള പ്ലാസ്റ്റിക്ക് സഞ്ചിയും കൊണ്ടു പോകാൻ ടീച്ചർ കുട്ടികളോട് പറഞ്ഞു. ദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ കുട്ടികൾ ചീഞ്ഞ ഉരുളക്കിഴങ്ങുകളുടെ ദുർഗന്ധത്തെ കുറിച്ച് ടീച്ചറോട് പരാതി പറയാൻ തുടങ്ങി. കൂടാതെ അഞ്ച് ഉരുളക്കിഴങ്ങുള്ള കുട്ടികൾ ഭാരം കൂടിയ സഞ്ചി ചുമക്കേണ്ടതായും വന്നു. ഒരാഴ്ച കഴിഞ്ഞ് കളി അവസാനിച്ചപ്പോൾ കുട്ടികൾക്ക് മോചിതരായപോലെ തോന്നി. ടീച്ചർ ചോദിച്ചു 'ഒരാഴ്ച ഉരുളക്കിഴങ്ങുകൾ ചുമന്ന് നടന്നപ്പോൾ നിങ്ങൾക്ക് എന്താണ് തോന്നിയത്?' പോകുന്നിടത്തെല്ലാം ഭാരമുള്ളതും ദുർഗന്ധമുള്ളതുമായ ഉരുളക്കിഴങ്ങുകൾ ചുമന്നതിന്റെ വിഫലതയെക്കുറിച്ച് കുട്ടികൾ പരാതിപ്പെടാൻ തുടങ്ങി. കളിയുടെ പിന്നിൽ ഒളിഞ്ഞു കിടക്കുന്ന അർത്ഥം എന്താണെന്ന് ടീച്ചർ കുട്ടികളോട് പറഞ്ഞു. അവർ പറഞ്ഞു, ഇതു ശരിക്കും നിങ്ങൾക്ക് ചിലരോടുള്ള വെറുപ്പ് ഹൃദയത്തിൽ ചുമന്നു നടക്കുന്നതു പോലെയാണ്. വെറുപ്പിന്റെ ദുർഗന്ധം നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തെ മലിനമാക്കുകയും നിങ്ങൾ പോകുന്നിടത്തേക്കെല്ലാം നിങ്ങൾക്കതിനെ വഹിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടതായിവരും. ചീഞ്ഞ ഉരുളക്കിഴങ്ങുകളുടെ ദുർഗന്ധം കേവലം ഒരാഴ്ച സഹിക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് കഴിയില്ലെങ്കിൽ, ജീവിതകാലം മുഴുവൻ നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിൽ വെറുപ്പിന്റെ ദുർഗന്ധമുണ്ടായാൽ അത് എന്തുപോലെയായിരിക്കുമെന്ന് നിങ്ങൾക്ക് സങ്കൽപ്പിക്കാൻ കഴിയുമോ?

കഥയുടെ ഗുണപാഠം

താങ്കളുടെ മനസ്സിൽ ആരോടെങ്കിലും ദേഷ്യമുണ്ടെങ്കിൽ അതിനെ ഇല്ലാതാക്കണം, എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ജീവിതകാലം മുഴുവൻ ഒരാളോടുള്ള വെറുപ്പ് ചുമക്കേണ്ട കാര്യമില്ല. മറ്റുള്ളവരോട് ക്ഷമിക്കുക എന്നത് ഒരു നല്ല സ്വഭാവമാണ്.

വിനയം നിങ്ങളെ കൂടുതൽ കൂടുതൽ വിജയത്തിലേയ്ക്ക് നയിക്കും

രക്ഷാബന്ധന മഹോത്സവം

വിശിഷ്ട വ്യക്തികൾക്ക് ബ്രഹ്മാകുമാരീ സഹോദരിമാർ രക്ഷാബന്ധനമണിയിക്കുന്നു

സമയത്തിന്റെ ഖജനാവിനെ ശരിയായി ഉപയോഗിക്കുന്നവരാണ് വിവേകശാലികൾ

ഈശ്വരീയ സേവനം കേരളത്തിൽ

'എന്റെ കേരളം ലഹരി വിരുദ്ധ കേരളം' പരിപാടിയുടെ സംസ്ഥാന കാര്യാലയത്തിന്റെ ഉദ്ഘാടനം കേന്ദ്രമന്ത്രി കെ.വി.തോമസ് നിർവഹിച്ചു. ബി.കെ. രാധ, ബി.കെ. വാസൻ, മന്ത്രി കെ. ബാബു, പി.എ.ജോസഫ്, ബി.കെ.സുരേന്ദ്രൻ, ബി.കെ.ഹരികുമാർ എന്നിവർ സമീപം

'റേഡിയോ വിസ്ഡം' മലയാളം റേഡിയോ ചാനലിന്റെ ഉദ്ഘാടനം പാലക്കാട്, കൽപാത്തി ശിവജ്യോതി ഭവനിൽ വെച്ച് ബ്രഹ്മാകുമാരീസ് തമിഴ്നാട് സോണൽ കോ-ഓർഡിനേറ്ററായ ബ്രഹ്മാകുമാരി ബീനാ നിർവ്വഹിച്ചു.

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.

ഹവിസ്സിന്റെ ഓണാശംസകൾ