പ്രഫസർ അനിൽകുമാറിന്റെ പ്രഭാഷണം– വ്യാഴാഴ്ച തോറും

പ്രശാന്തി സന്ദേശം- ഉപാഖ്യാനം 226

പരമാനന്ദത്തിന്റെ കല

(THE ART OF BLISS)

ഓം ശ്രീ സായി രാം.

പ്രശാന്തി സന്ദേശം നിങ്ങളെ സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

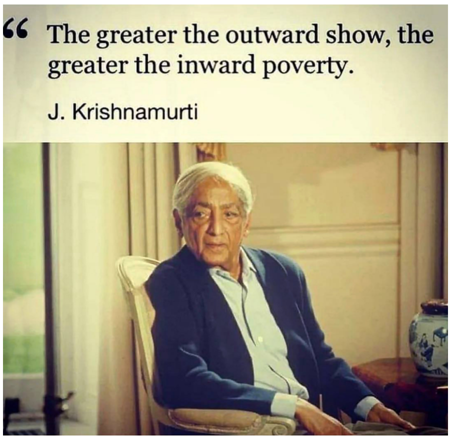
ഉള്ളിലെ ദാരിദ്ര്യം

ജീവിതത്തിന്റെ മഹായാത്രയിൽ നാം പലതും നേടുന്നു- ധനം, ജ്ഞാനം, അധികാരം, സ്വാധീനം. എന്തെങ്കിലും നേടാനുള്ള, എത്തിപ്പിടിക്കാനുള്ള തിരക്കിലാണ് നാമെപ്പോഴും, മിക്കപ്പോളും നാം എന്താണോ ആഗ്രഹിച്ചത് അത് നമുക്ക് ലഭിക്കാറുമുണ്ട്. എന്നാൽ, ഇതിനു ശേഷം ഒരു ശൂന്യത, ഒരു തരം വ്യർത്ഥത വരുന്നു. ഈ നേട്ടങ്ങളും നമ്മുടെ ആഗ്രഹപൂർത്തീകരണവുമൊക്കെ ഉണ്ടെന്നാലും, നാമപ്പോഴും ശാന്തിയിലല്ല ജീവിക്കുന്നത്. വാസ്തവത്തിൽ, നേരത്തേ

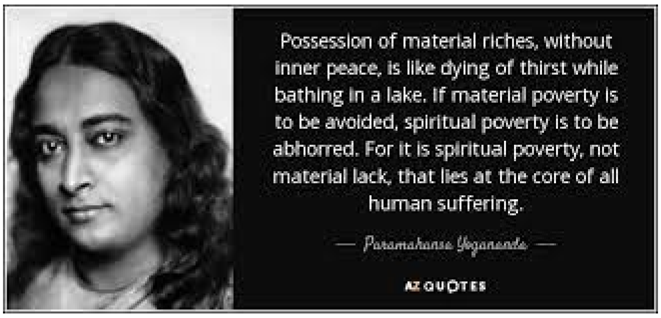
നമ്മുടെ ഉള്ളിലുണ്ടായിരുന്ന സമാധാനം കൂടി നഷ്ടമാവുന്നു. നമുക്ക് അധികാരം കൈവരുമ്പോൾ നാം ദുർബലരായിത്തീരുന്നു എന്നത് ജീവിതത്തിലെ വിരോധാഭാസമാകുന്നു. ഇവിടെ, ഭഗവാന്റെ പ്രബോധനങ്ങൾ നമ്മെ ശരിയായ നിഗമനങ്ങളി

ലേക്ക് നയിക്കുന്നു.

എന്തിനാണ് നാം ധനികരാവാനും ധനവും വസ്തുവകകളും സ്വരൂപിക്കാനും ആഗ്രഹിക്കുന്നത് എന്ന നിർണായകമായ ചോദ്യത്തെപ്പറ്റി നാം ചിന്തിക്കേണ്ടതായ, പര്യാലോചിക്കേണ്ടതായ ആവശ്യമുണ്ട്. ഇതിന് ഉത്തരം, ആന്തര ദാരിദ്ര്യ(Inner poverty)മാണ് ബാഹ്യ ആസ്തികൾക്കായുള്ള നമ്മുടെ ആഗ്രഹത്തിന് ഉത്തരവാദി എന്നതാണ്. മനുഷ്യൻ അകമേ ദരിദ്രനായതുകൊണ്ട്, അവൻ പുറമേ ധനികനാവാൻ ആശിക്കുന്നു. ആരാണ് ധനികനും അധികാരിയുമാകാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നത്, ആർക്കാണ് പദവിക്കും അംഗീകാരത്തിനും അഭിലാഷമുള്ളത് എന്നത് നാം വിശകലനം ചെയ്താൽ, അത്തരം വ്യക്തികൾ അകമേ ദുർബലരാണെന്ന് നമുക്ക് കാണാനാകും. ആരാണ് സൗഹൃദത്തിനായി ഉഴറുന്നത്? അകമേ ഏകാന്തനായവനും ഒറ്റയ്ക്കാണെന്ന് തോന്നുന്നവനുമാണ് അന്യരുടെ കൂട്ട് വേണമെന്നുള്ളത്.



ജീവിതം നിറയെ ധ്രുവങ്ങളും വിപരീതങ്ങളുമാണ്. നാമിത് മനസ്സിലാക്കാൻ പരാജയപ്പെടുന്നു. നാം നേരേ വിപരീതത്തിനായി ക്ലേശിക്കുന്നു. ആന്തരദാരിദ്ര്യം നമ്മെ അധികമധികം അഭിലാഷികളാക്കുന്നു എന്തെന്നാൽ, നാം അകമേ ആശയുള്ളവരാണ്. ഭഗവാൻ ഒരു ഉദാഹരണം നൽകുന്നുണ്ട്, അവിടുന്ന് പറയുന്നത് ഒരു ധനികനായ മനുഷ്യൻ എന്നത് സംതൃപ്തനായവനാണ്, കൂടുതൽ കൂടുതൽ വേണം എന്നാഗ്രഹിക്കുന്നവൻ സമ്പന്നനാണെങ്കിൽപ്പോലും പിച്ചക്കാരനാണ് എന്നാണ്. അകം നേരേ വിപരീതമായാണ് പുറമേ പ്രതിഫലിക്കുന്നതെന്ന് നാം മനസ്സിലാക്കണം.

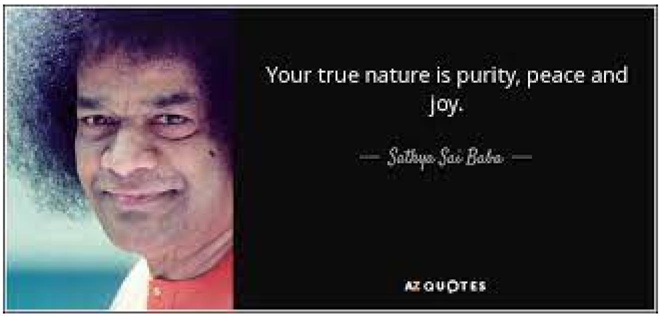


അഭിലഷിക്കുന്ന ധനത്തിന്റെയും കീർത്തിയുടെയും സകല വേഷഭൂഷകളും പൊയ്പോവും എന്നത് ജീവിതത്തിന്റെ സ്ഥാപിത തത്വമാണ്. 5 കൊല്ലത്തെ കാലാവധി കഴിയുമ്പോൾ ഒരു പാർലമെന്റംഗം

പാർലമെന്റേറിയനല്ലാതാകും. ഒന്നും സ്ഥായിയല്ല. എന്നാൽ നമ്മുടെ ശരിയായ പ്രകൃതം, നാം ശരിക്കും ആരാണോ അത്, നിത്യമായി നിൽക്കും.

നമ്മുടെ നേരായ പ്രകൃതം ആനന്ദം(Bliss is Our True Nature)

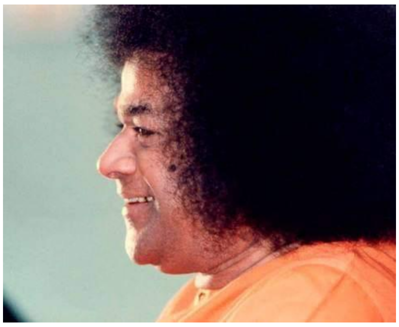
നമുക്ക് നമ്മുടെ ശരിപ്രകൃതത്തിൽ നിന്ന്, നമ്മുടെ സ്വന്തം സത്ത(our own **Self**)യിൽനിന്ന് മോചനമില്ല. ഇതിനെയാണ് ധർമം അഥവാ നേർപ്രകൃതം എന്നു വിളിക്കുന്നത്. അഗ്നിയുടെ പ്രകൃതം ദഹിപ്പിക്കുകയെന്നതാണ്, അതിന് അതിൽനിന്ന് മോചനമില്ല. ഇതുപോലെ, ഐസിന് തണുപ്പ് എന്ന അതിന്റെ പ്രകൃതത്തിൽനിന്ന് മോചനമില്ല. കാറ്റിന്റെ പ്രകൃതം ഇഷ്ടംപോലെ വീശുകയെന്നതാണ്. അതുപോലെ, ഒരുവൻ അവന്റെ പ്രകൃതവുമായി നേരായിരിക്കുകയും അതെക്കുറിച്ച് ബോധവാനാവുകയും വേണം, സന്തോഷത്തിന്റെ രഹസ്യം അതാകുന്നു.



നിർഭാഗ്യവശാൽ, നമുക്ക് നമ്മുടെ നേരായ പ്രകൃതം അറിഞ്ഞുകൂടാ, പകരം ലൗകിക ആസ്തികളുടെ പുറകേ ഓടുന്നു, അസന്തുഷ്ടനാവുന്നു. നാം ഈ അടിസ്ഥാനനിയമം ഓർക്കണം: "നേടുന്നതൊക്കെ ഒരു ദിവസം പോകും(That which is acquired will one day go)." പക്ഷേ നമ്മുടെ ആത്മപ്രകൃതം(Self-nature) നിലനിൽക്കുന്നു എന്തെന്നാൽ, അത് ആന്തരസത്യ(Inner Truth)മാകുന്നു.

എന്താണ് നമ്മുടെ യഥാർത്ഥ പ്രകൃതം? ആനന്ദ(**Bliss**)മാകുന്നു നമ്മുടെ യഥാർത്ഥ പ്രകൃതം. ആനന്ദം ഈശ്വരനാകുന്നു. ഈശ്വരൻ ആനന്ദമാകുന്നു. നിശ്ചയമായും നാം ആനന്ദമാകുന്നു, ആനന്ദം നമ്മളാകുന്നു. നിർഭാഗ്യവശാൽ, നാമിത് സാക്ഷാത്കരിക്കുന്നുമില്ല, നാമിത് അനുഭവിക്കുന്നുമില്ല. എന്താണ് പാപം? ശരിക്കു പറഞ്ഞാൽ, പാപം എന്നത് സന്തോഷമില്ലായ്കയുടെ ഒരു മനോഭാവമാണ്. നമ്മൾ അസന്തുഷ്ടരാണെങ്കിൽ നാം അന്യരെയും അസന്തുഷ്ടരാക്കുന്നു, അങ്ങനെ നാം പാപികളിൽവച്ച് ഏറ്റവും മോശപ്പെട്ടവരാകുന്നു. അതുകൊണ്ട് നമുക്കാ പാപം ചെയ്യാതിരിക്കാം.

ഭഗവാൻ നമുക്കിടയിൽ നടക്കുമ്പോൾ, നാം ആനന്ദഭരിതരാവുന്നു. ഭഗവാൻ വന്ന് നമ്മുടെ മുമ്പിലായി നിൽക്കുമ്പോൾ, നമ്മുടെ ആനന്ദം ജ്യാമിതീയ അനുപാതങ്ങളിൽ പെരുകുന്നു. ആനന്ദം അനന്തമാകുന്നു, അത് നമ്മുടെ യഥാർത്ഥ സ്വഭാവമാകുന്നു. ശരിയായ നന്മയെന്നത് ആനന്ദം അറിയുകയും അനുഭവിക്കുകയുമാകുന്നു. അസന്തുഷ്ടനാവുകയെന്നത് ഒരു പാപമാണ്, അത് നമ്മുടെ പ്രകൃതത്തിന് അന്യമാകുന്നു. നാം എന്തല്ലയോ അതാണ് പാപം. പകരം, നാം നമ്മുടെ ആനന്ദമനോഭാവവുമായി ട്യൂൺ ചെയ്യണം.



എന്താണീ ആനന്ദാനുഭവം? ഒരു വട്ടം അതറിയുകയും സാക്ഷാത്കരിക്കുകയും ചെയ്താൽ, അത് അനുഭവിക്കാൻ കഴിയും. നാം ആനന്ദവാന്മാരാകുമ്പോൾ, നാം ചെയ്യുന്നതെന്തും ആനന്ദമയമാവും-നമ്മുടെ സംസാരം, നമ്മുടെ പ്രവൃത്തികൾ, നമ്മുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ, ചേഷ്ടകൾ, തീർച്ചയായും നമ്മുടെ സാന്നിധ്യം പോലും, ആനന്ദം പകരും. നാം എന്തുതന്നെ ചെയ്താലും അത് സന്തോഷം ജനിപ്പിക്കുന്നു.

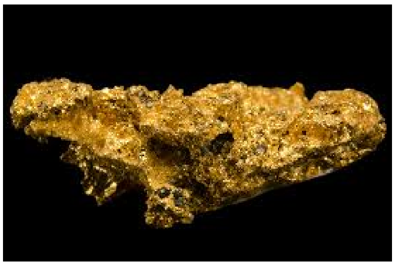
ഈ ആനന്ദാനുഭവം മൗനാവസ്ഥയിലാണ് അനുഭവപ്പെടുക, അതിന്റെ സൂക്ഷ്മത ശക്തമായി തോന്നുമ്പോൾ. അതൊരു ശൂന്യതയും പ്രാചീന ശാന്തിയുമാകുന്നു. ഇത് മദ്യപാനത്തിൽനിന്നോ അഥവാ ചൂതുകളിയോ കുതിരപ്പന്തയമോ പോലെ ആവേശജനകമായ മറ്റെന്തെങ്കിലും നിന്നോ ലഭിക്കുന്ന താത്കാലിക സന്തോഷവും മന:സുഖവും പോലെയല്ല, വളരെ വ്യത്യസ്തമാണ്. വികാരരാഹിത്യത്തിന്റെയും ആവേശമില്ലായ്കയുടെയും ഒരു ഉപോത്പന്നമാണ് ആനന്ദം. ആവേശം ക്ഷണികമാണ്, അതേസമയം ആനന്ദം നിലനിൽക്കുന്നതും സ്ഥായിയുമാണ്, നിശ്ചലതയിൽ, ശാന്തിയിൽ, ശൂന്യതയിൽ.

അപ്പോൾ, നമുക്ക് ആവർത്തിക്കാം, പരമാനന്ദത്തിന്റെ അടിത്തറ നമ്മുടെ സഹജപ്രകൃതവും നമ്മുടെ ജന്മാവകാശവുമാകുന്നു. നാം ആനന്ദത്തോടെയാണ് ജനിച്ചിട്ടുള്ളത്, അതിനുവേണ്ടി നാം ഒന്നുംതന്നെ നൽകേണ്ടതായില്ല.

ആനന്ദം മൂടിവയ്ക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു

നാം ആനന്ദം എങ്ങനെ അനുഭവിക്കും? ഭഗവാന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ, ഒരു ഗ്ലാസ്സ് നിറയെ വെള്ളമുണ്ട്, അതിൽ പാല് നിറയ്ക്കുന്നതിന് നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നു, അതിന് ആദ്യം നിങ്ങൾ വെള്ളം ദൂരെ കളയണം, എന്നിട്ട് ഗ്ലാസ്സിൽ പാല് നിറയ്ക്കണം. ഇതേപോലെ, അകമേ ഉള്ള ആനന്ദം നമുക്ക് അനുഭവിക്കാനാവുക എല്ലാ നെഗററിവിറ്റികളെയും നീക്കം ചെയ്തതിനു ശേഷം മാത്രമാണ്. സ്വർണത്തിനായി ഭൂമിയിൽ ആഴത്തിൽ കുഴിക്കുന്നതുപോലെയാണിത്. ഈ സ്വർണം നമുക്ക് കിട്ടുന്നത് മണ്ണ്, കല്ലുകൾ, പാറകൾ ഇവയൊക്കെ നീക്കം ചെയ്തതിനു ശേഷം മാത്രമാണ്, അപ്പോൾ മാത്രമാണ് അടിയിൽ കിടക്കുന്ന അമൂല്യ ലോഹം ശേഖരിക്കാനാവുക.

സ്വർണം പോലെ, ആനന്ദം കിടക്കുന്നതും അടിയിലാണ്. എന്നാൽ, അത് അസൂയ, കോപം, ദുര, താരതമ്യം, അത്യാശ, ആധി, ആകാംക്ഷ, ആശകൾ തുടങ്ങി എല്ലാ നെഗററിവിറ്റികളാലും പൊതിയപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ്. ഇത്തരം മാലിന്യങ്ങളെല്ലാം നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങളിലുള്ള ആനന്ദമെന്ന അമൂല്യമായ ആ ആസ്തിയെ മൂടിയിരിക്കുന്നു.



അർത്ഥശൂന്യമായ ആശകൾ, ഉടമസ്ഥതാബോധം, അധികാരക്കൊതി തുടങ്ങിയ എല്ലാ ദൗർബല്യങ്ങളിൽ നിന്നും നെഗററിവിറ്റികളിൽ നിന്നും നാം സ്വയം മോചിതരായി, ഈ അടിയിലുള്ള ജലധാര നാം കണ്ടെത്തേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഇവയൊക്കെ മേൽപ്പരപ്പിൽനിന്ന് ഒരിക്കൽ നീക്കം ചെയ്താൽ, ദൈവികാനന്ദം നിങ്ങളുടേതാണ്.

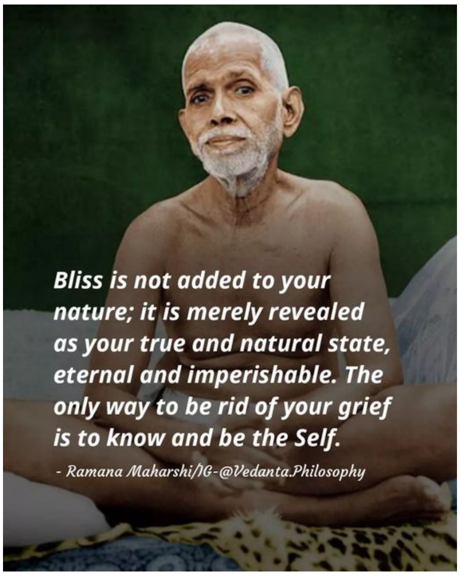
ഇക്കാര്യത്തിൽ കുട്ടികളാണ് ഏറ്റവും മികച്ച ദൃഷ്ടാന്തം. കളിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു കുട്ടിയെ പുകഴ്ത്തിക്കൊണ്ട് നമ്മൾ അവനെ മാടിവിളിക്കുന്നുവെന്നിരിക്കട്ടെ, കുട്ടി അത് ഗൗനിക്കാതെ അവന്റെ കളി തുടരും. കുട്ടികൾക്ക് ഈ പുകഴ്ത്തലോ ഇകഴ്ത്തലോ വിഷയമല്ല എന്തെന്നാൽ, അവരെല്ലായ്പോഴും കളിയുടെ രസത്തിലാണ്. ഇതേപോലെ, നമ്മളും കൊച്ചുകുട്ടി

കളെപ്പോലെയാവണം, ആനന്ദത്തിലാവണം. മലിനമായ ധാരണകളുടെയും അനാവശ്യ കാര്യങ്ങളുടെയും അടരുകളാൽ നാം ആവരണം ചെയ്യപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ്, അവ നമ്മുടെ ആനന്ദത്തെ മൂടിവയ്ക്കുന്നു.

എന്നെ ബാധിക്കുന്നില്ല

ഈ സാഹചര്യത്തിൽ, ഒരുവൻ എങ്ങനെ വിജയിക്കും? എന്താണ് ചെയ്യേണ്ടത്? നാം തിരിച്ചറിയേണ്ടത്, വേദനയ്ക്കും ദുരിതത്തിനും കാരണമാകുന്നതെല്ലാം കേവലമൊരു നിഴലാണ് എന്നതാണ്. നമുക്ക് ചുറ്റും സംഭവിക്കുന്നതൊക്കെ ശരിയായ അർത്ഥത്തിൽ, നമ്മെ യഥാർത്ഥത്തിൽ ബാധിക്കുന്നില്ല. എല്ലാവിധ വേദനയും മന:പീഢയും ദുരിതവും ദു:ഖവും കേവലം നിഴലുകളാണ്. വാസ്തവം പറഞ്ഞാൽ, നാം ഇതൊന്നും ബാധിക്കാതെ തുടരുന്നു.

ഭഗവാൻ ലളിതമായ ഒരു ഉദാഹരണം നമുക്ക് തരുന്നുണ്ട്- നമ്മെ പിന്തുടരുന്ന നമ്മുടെ സ്വന്തം നിഴലിന്റെ. നമ്മൾ നടക്കുമ്പോൾ, നമ്മുടെ നിഴൽ കുണ്ടിലും ചെളിവെള്ളത്തിലും പുല്ലിലും പാതയോരത്തെ സകല ഉപയോഗശൂന്യ വസ്തുക്കളിലും വീഴുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ ഇത് നമ്മിൽ വേദനയോ ദുരിതമോ അപമാനമോ അസന്തുഷ്ടിയോ ഒന്നും ഉണ്ടാക്കുന്നില്ല, നമ്മെ ബാധിക്കുന്നില്ല എന്തെന്നാൽ, അത് വെറുമൊരു നിഴലാണ്, അത് നമ്മുടെ നേരായ പ്രകൃതമല്ല. സന്തോഷമില്ലായ്മ, വേദന, ദു:ഖം, സങ്കടം, ദുരിതം ഒന്നും നമ്മുടെ നേർ പ്രകൃതമല്ല, ശരിക്കും, നമ്മുടെ നേർ പ്രകൃതം ആനന്ദമാകുന്നു.



ഭഗവാൻ മറ്റൊരു ദൃഷ്ടാന്തം തരുന്നു. ആരെങ്കിലും പുഞ്ചിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അവൻ അഥവാ അവൾ എന്തിനാണ് ചിരിക്കുന്നതെന്ന് ആരും ചോദിക്കില്ല. നേരേ മറിച്ച്, ഒരുവൻ ഗൗരവത്തിലാണെങ്കിൽ, ആളുകൾ കാരണം തിരക്കും, “എന്തുപറ്റി?” എന്തുകൊണ്ടാണിത്? ഇത് എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, സന്തോഷം എന്നത് ഒരു സഹജശീല(inherent trait)മാണ്, അതേ സമയം ഗാരവം

എന്നത് അസാധാരണവും. ഒരു പുഞ്ചിരി നൈസർഗികമാകുന്നു, എന്നാൽ ദു:ഖം അസ്വാഭാവികവും.

ആവർത്തിക്കട്ടെ, അടിസ്ഥാന വസ്തുത എന്തെന്നാൽ നമ്മൾ വെറുമൊരു നിഴലല്ല, നമ്മെ നിഴൽ ബാധിക്കാറുമില്ല. ഈ ധാരണ നമ്മിലെ സഹജമായ ആനന്ദം(inherent Joy) അറിയുന്നതിന് നമ്മെ സഹായിക്കും.

'ആനന്ദമെന്ന കല'യെപ്പറ്റിയുള്ള ഈ പോഡ്കാസ്റ്റ് നിങ്ങൾ ആസ്വദിച്ചുവെന്ന് ഞങ്ങൾ കരുതുന്നു. അടുത്ത ആഴ്ചത്തെ പോഡ്കാസ്റ്റിൽ ഇത് തുടരാമെന്നാണ് കരുതുന്നത്. അപ്പോൾ കാണാം.

ജയ് സായിരാം.

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ കാമരാജു
(പരിഭാഷ: എം.എൻ. വിനോദ്കുമാർ)