പ്രഫസർ അനിൽകുമാറിന്റെ പ്രഭാഷണം– വ്യാഴാഴ്ച തോറും

പ്രശാന്തി സന്ദേശം- ഉപാഖ്യാനം 227

കാത്തിരിക്കൂ, കാത്തിരിക്കൂ, കാത്തിരിക്കൂ! എന്ന് സ്വാമി എപ്പോഴും പറയുന്നതെന്തിന്?

(WHY DID SWAMI ALWAYS SAY WAIT, WAIT, WAIT !)

പ്രഫസർ അനിൽകുമാറിന്റെ ‘സായി-കോളജി’(*Sai-Chology*) എന്ന പുസ്തകത്തിൽനിന്ന്(p33-39).

ഒരു ലളിതമായ സെൻ, സൂഫി കഥയുണ്ട്: ഭക്തയും തത്വചിന്തകയുമായ ഒരു സ്ത്രീ കിണറ്റിൽനിന്നും രണ്ട് കുടത്തിൽ വെള്ളം കോരുകയായിരുന്നു. അവളിപ്രകാരം ചെയ്യവെ, രണ്ട് കുടങ്ങളും തറയിൽ വീണ് കഷണങ്ങളായി ചിതറിപ്പോയി. വെള്ളം തറയാകെ പരന്നു. അപ്പോൾ ആ സ്ത്രീ പാട്ടും നൃത്തവും ആരംഭിച്ചു.

അവൾക്കെന്തോ കുഴപ്പമുണ്ടെന്ന് എല്ലാവരും കരുതി, തറയിൽ വീണുടഞ്ഞ ആ രണ്ട് കുടങ്ങൾ അവളെ ഭ്രാന്തിയാക്കിയതാവും. ആരോ അവളോട് ചോദിക്കാൻ ധൈര്യപ്പെട്ടു, “നോക്കൂ, രണ്ട് കുടങ്ങളും പൊട്ടിപ്പോയി, എന്തുകൊണ്ടും കഷ്ടമായിപ്പോയി. പക്ഷേ, നീയെന്തേ ആടുകയും പാടുകയും ചെയ്യുന്നു?”

സെൻ യോഗി, ആ സ്ത്രീ, പറഞ്ഞു, “രണ്ട് കുടങ്ങളും ഉടഞ്ഞു. അതിനർത്ഥം എന്നെ സംബന്ധിച്ച ഈ കുടവും, എന്റെ ശരീരവും, ഉടയും എന്നാണ്. ഒരു കുടത്തോട് ഉപമിക്കാവുന്ന എന്റെ ഈ ശരീരവും തകരും. വെള്ളം എല്ലാ ദിശയിലും ഒഴുകാൻ തുടങ്ങി. ഇതുവരെ വെള്ളം കുടത്തിനുള്ളിൽ, കുടത്തിന്റെ ആകൃതിക്കനുസരിച്ച്, ഇരിക്കാൻ നിഷ്കർഷിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു, കുടത്തിനകത്ത് ഒതുക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. ഇപ്പോളത് സ്വതന്ത്രമായി എല്ലായിടത്തേക്കും ഒഴുകുകയാണ്. എന്റെ ശരീരമാകുന്ന കുടം ഉടയുമ്പോൾ, എന്റെയുള്ളിലെ പരമാത്മാവ് ഭൂതങ്ങളിലേക്ക് സ്വതന്ത്രമായി പോകും. പരം പൊരുൾ വിശ്വവുമായി

ലയിക്കും. ഞാൻ ആനന്ദവതിയാണ്, അതുകൊണ്ടാണ് ഞാൻ നൃത്തം വയ്ക്കുന്നത്.''

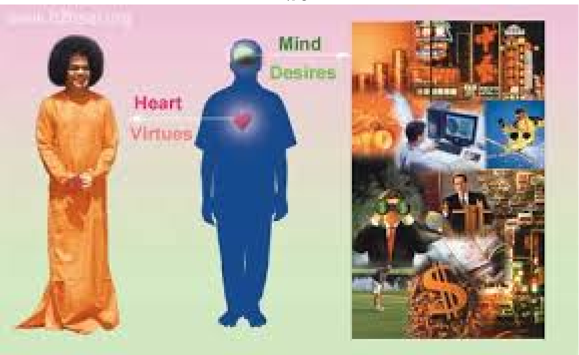
അവൾ എല്ലാ ദിവസവും വെള്ളം കോരുന്നതാണ്. ആ നിമിഷത്തിൽ മാത്രം ബോധോദയം സിദ്ധിക്കാൻ കാരണമെന്താവാം? എപ്പോഴും ഇങ്ങനെയാണ് കാര്യങ്ങൾ സംഭവിക്കുക. ഒരു ആദ്ധ്യാത്മികാനുഭവത്തിൽ, മുൻകൂർ സിഗ്നലോ മുന്നറിയിപ്പോ ഉണ്ടാവില്ല. റെയിൽവേ സ്റ്റേഷൻ ബെല്ലോ അനൗൺസ്മെന്റോ ഒന്നും കാണില്ല.

ആദ്ധ്യാത്മിക സാക്ഷാത്കാരം പൊടുന്നനവെയാണ് സംഭവിക്കുക, ഗുരു നാനക്കിനും സന്ത് കബീറിനും തുളസീദാസിനും സംഭവിച്ചതുപോലെ. അവർക്കെല്ലാം, ആദ്ധ്യാത്മിക സാക്ഷാത്കാരം സംഭവിച്ചത് അവരറിയാതെയാണ്. അതിനാൽ, കാത്തിരിപ്പ് എന്നത്, നാം കാത്തിരിക്കുകയാണെന്ന് നാം മറന്നുപോകുന്ന ഒരു പ്രക്രിയയാകുന്നു. നമ്മൾ കാത്തിരിക്കുകയാണ് പക്ഷേ, നമ്മൾ കാത്തിരിക്കുകയാണെന്ന് നാം മറന്നുപോകുന്നു.

ഈ നിലയിൽ, വിശ്രാന്തിയിലായ മനസ്സോടെ, ഹൃദയം പ്രവർത്തിച്ചു തുടങ്ങുന്നു. ഹൃദയം കാത്തിരിക്കുകയായിരുന്നു. മനസ്സ് അത്യന്തം ക്ഷീണിതനായി ഇളവേൽക്കുമ്പോൾ, ഹൃദയം സകല പ്രവർത്തനങ്ങളും ഏറ്റെടുക്കുന്നു. ഹൃദയം ചുമതലയിലിരിക്കെ, നമുക്ക് കാത്തിരിക്കാൻ ഇഷ്ടമാണ്. മനസ്സ് ബഹിർമുഖവും ലൗകികവുമാണ്. ഹൃദയം അന്തർമുഖമാണ്, '**നിവൃത്തി**'. ബഹിർമുഖമെന്നിരിക്കെ, മനസ്സ് സദാ തിരക്കിലാണ്. എന്നാൽ, അന്തർമുഖമായ ഹൃദയം, യഥാർത്ഥത്തിൽ കാത്തിരിപ്പിനെ സ്വാഗതം ചെയ്യും. അതിന് ധൃതിയില്ല

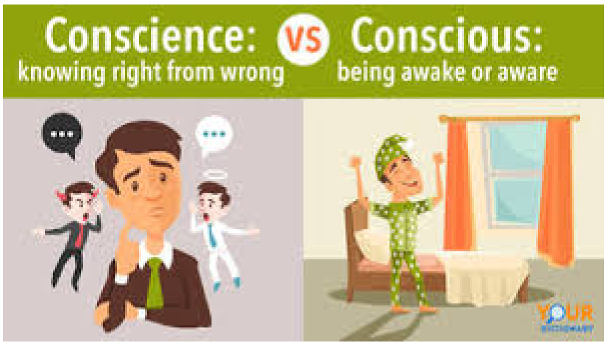
എന്തെന്നാൽ, ഹൃദയം അതിന്റെ സ്വന്തം ചങ്ങാത്തം ആസ്വദിക്കുന്നു. ഹൃദയത്തിന് ആരും വേണമെന്നില്ല, ഒറ്റയ്ക്കാവാനാണ് ഇഷ്ടം. നേരേ മറിച്ച്, മനസ്സ് സദാ കൂട്ടിനായി കൊതിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും. പക്ഷേ മനസ്സ് നിലയ്ക്കുകയും നിശ്ചലമാവുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ, ഹൃദയം ആ ഏകാന്തത ആസ്വദിക്കുകയും അത് ധ്യാനത്തിൽ കലാശിക്കുകയും അത് നമ്മെ **സമാധി**യുടെ അവസ്ഥയിലേക്ക് കൊണ്ടുപോവുകയും ചെയ്യുന്നു.

സമാധി സാധ്യമാവുന്നത് ഹൃദയം പ്രബലമാവുമ്പോഴാണ്, മനസ്സ് പ്രബലമായിരിക്കുമ്പോഴല്ല. മനസ്സുകൊണ്ട് സമാധി അനുഭവിക്കുക അസാധ്യമാണ് എന്തെന്നാൽ, മനസ്സ് ദ്വന്ദമാണ്, ഉപാധിവത്കൃതമാണ്, നിറയെ മുൻധാരണകളുള്ളതാണ്. അത് സ്വാർത്ഥമാണ്. മനസ്സിനെ സംബന്ധിക്കുന്ന ഓരോന്നും നെഗറ്റീവാണെന്നല്ല പറയുന്നത്.



തീർച്ചയായും, നമ്മുടെ നിത്യജീവിതത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം മനസ്സ് പ്രയോജനമുള്ളതാണ്. അറിവ് നേടാനും, ശാസ്ത്രസാങ്കേതിക വിദ്യയ്ക്കും ബിസിനസ്സിനും മനസ്സ് പ്രയോജനമുള്ളതാണ്. രാഷ്ട്രതന്ത്രത്തിന് മനസ്സ് പ്രയോജനപ്പെടും. എന്നാൽ കാരുണ്യത്തിന്, സത്യത്തിന്, നീതിക്ക്, ത്യാഗത്തിന്, ആനന്ദത്തിന്, സ്നേഹത്തിന്, ദിവ്യത്വത്തിന് മനസ്സ് ഉപയോഗശൂന്യമാണ്. ഇവിടെ, ഹൃദയം നിയന്ത്രണത്തിലാവണം.

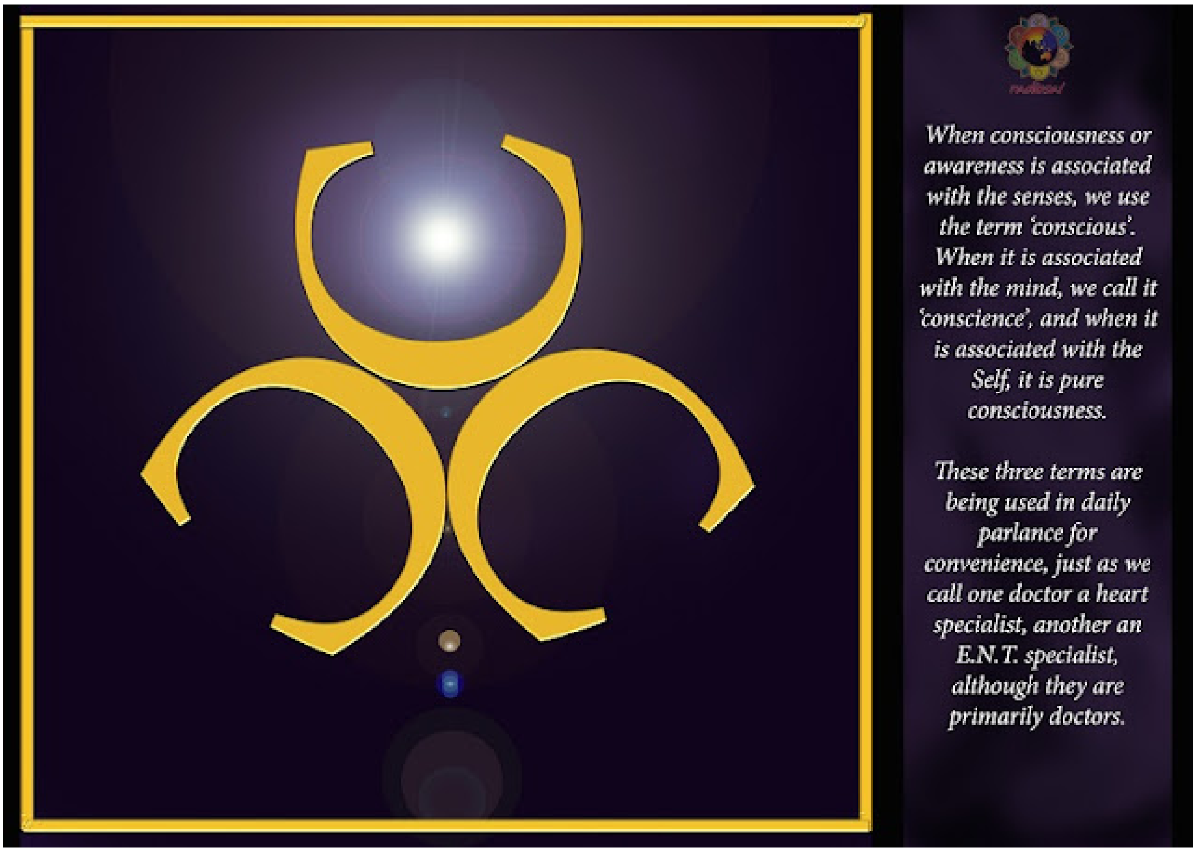
ഇന്നത്തെ ജീവിതത്തിന്റെ നിർഭാഗ്യകരമായ വശമെന്നത്, ആധുനിക മനുഷ്യൻ ലൗകിക ജീവിതത്തിനും ആദ്ധ്യാത്മികതയ്ക്കും മധ്യേ ചാഞ്ചാടുകയാണ് എന്നതാണ്. ജീവിതത്തിന്റെ പ്രഹരങ്ങൾ അസഹ്യമായിത്തീരുകയും കുടുംബപ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കാനാവാത്തതുമാകുമ്പോൾ, അവൻ അവസാനം ഈശ്വരനിലേക്ക് തിരിയുന്നു. അങ്ങനെ, നമ്മുടെ ജീവിതം ഒരു ചെണ്ടപോലെ ആയിത്തീരുന്നു, ഒരു വശത്ത് ആദ്ധ്യാത്മികതയും മറുവശത്ത് ലൗകികതയും, നാം രണ്ടിനുമിടയ്ക്ക് പെൻഡുലം പോലെ ദോലനം ചെയ്യുന്നു. ഇത് ജീവിക്കേണ്ട രീതിയല്ല. നമുക്ക് ഏതെങ്കിലും ഒരു വശത്ത് ജീവിക്കാം: ലോകത്തിനായി മനസ്സ് ഉപയോഗിക്കുക, ഈശ്വരനായും ആദ്ധ്യാത്മികതയ്ക്കായും ഹൃദയം ഉപയോഗിക്കുക.



അത്യുന്നതമായ പടി ഹൃദയത്തിനും അതീതമാണ്-അത് ആത്മാവിന്റെ അഥവാ പ്രജ്ഞാബോധം അഥവാ അന്തർബോധ(**Consciousness**)ത്തിന്റെ നിലയാകുന്നു. ഇതിനെ നമുക്ക് അന്ത:കരണം(Soul) എന്നോ ചേതന(Spirit) എന്നോ വിളിക്കാം. ഒരിക്കൽ നാം ഈ മൂന്നാമത്തെ പടിയായ അന്തർബോധത്തിലെത്തുമ്പോൾ, മനസ്സും ഹൃദയവും പ്രശ്നമല്ലാതാവുന്നു. മനസ്സ് ഹൃദയത്താൽ

നിശ്ശബ്ദമാക്കപ്പെടുന്നു, പ്രജ്ഞാബോധം ഒരുവട്ടം ഉത്തരവാദിത്വമേറ്റു കഴിയു മ്പോൾ, ഹൃദയവും മൗനമാവുന്നു. നാം ആത്മാവിന്റെ അഥവാ അന്തർബോധ(Consciousness)ത്തിന്റെ സാമ്രാജ്യത്തിലാകുന്നു.

ഈ നിലയിൽ എന്താണ് സംഭവിക്കുക? ആദ്യമായി, മനസ്സ് ഭരിക്കുമ്പോൾ, ഓരോന്നും സ്വാർത്ഥപരമാണ്, അത് നമ്മുടെ ജീവിതം ദുരിതപൂർണമാക്കുന്നു. നാം കാലത്ത് സന്തോഷവാന്മാരും വൈകുന്നേരം ദു:ഖിതരുമാകുന്നു. നാം ഹൃദയത്തി ലേക്ക് വരുമ്പോൾ, അത് നമുക്ക് സത്യം, ത്യാഗം, ആദ്ധ്യാത്മിക ചര്യ(Spiritual discipline) മുതലായ ചില മൂല്യങ്ങൾ തരുന്നതായി നാം കാണുന്നു. പക്ഷേ ചില

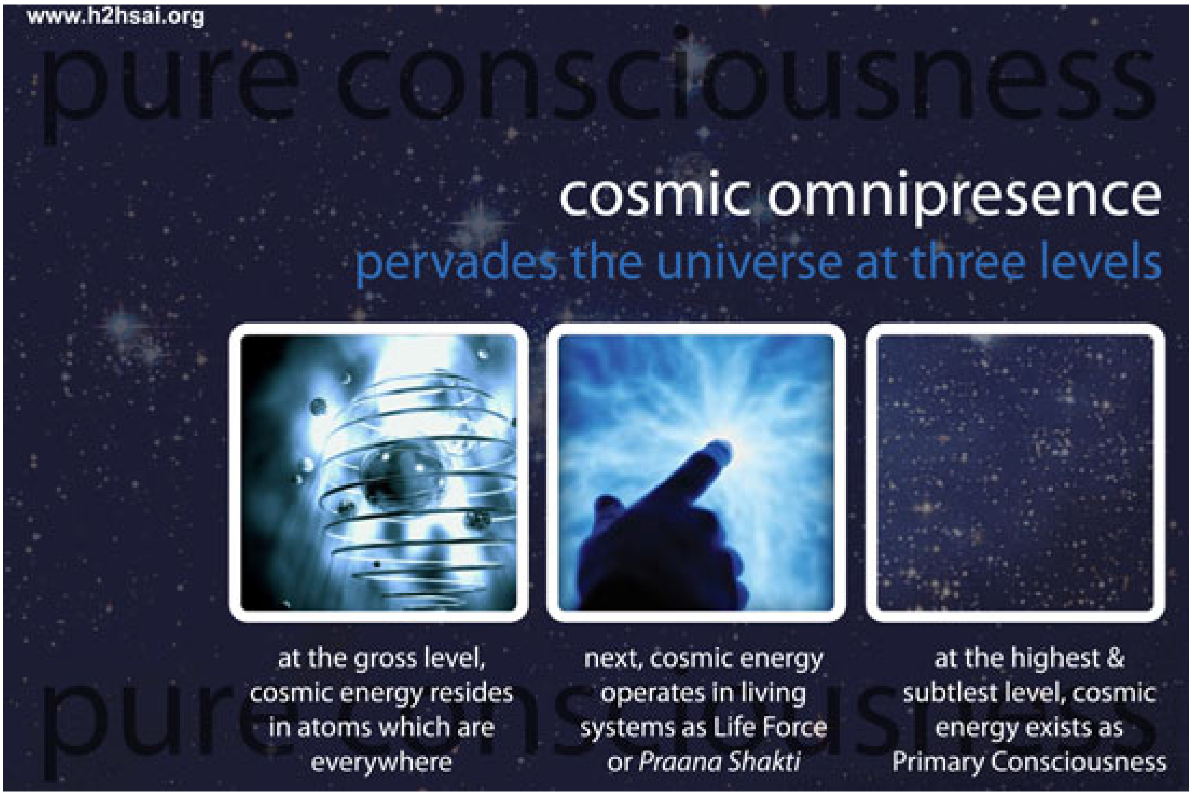


പ്പോൾ നമുക്ക് നഷ്ടബോധം തോന്നുന്നു. ത്യാഗവും സത്യ ധർമ്മാനുഷ്ഠാനവു മൊക്കെ ഉണ്ടെങ്കിൽക്കൂടി, നമുക്ക് അപ്പോഴും ശൂന്യതാബോധം അനുഭവപ്പെടുന്നു. അപ്പോൾ നമ്മുടെ ധർമ്മസങ്കടം എന്തെന്നാൽ, നമുക്ക് ശരിക്കും ഹൃദയം കൊണ്ട് പ്രയോജനമുണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്നതാവും.

പക്ഷേ, നാം ഒരിക്കൽ നമ്മുടെ അന്തർബോധവുമായി ട്യൂൺ ചെയ്യപ്പെടുമ്പോൾ, നമുക്കീ സന്ദേശം ലഭിക്കുന്നു: “ഒരേ ആത്മാവാണ് ഓരോരുത്തരിലും ഉള്ളത്. ഇത് മനസ്സിലാക്കുക.” ആത്മാവ് നമ്മെ ഉപദേശിക്കുന്നു, “ഇവിടെ എന്റേതെന്നും നിന്റേ

തെന്നും ഒന്നുമില്ല.'' അതിനാൽ, ഒരിക്കൽ നാം ആത്മാവിന്റെ തലത്തിലേക്ക് നീങ്ങുമ്പോൾ, മനസ്സുമില്ല ഹൃദയവുമില്ല.

ഭഗവാനോട് ഒരു ചോദ്യം ചോദിക്കപ്പെട്ടു, ''ഈ അന്തർബോധം(Consciousness) അഥവാ അവബോധം(Awareness) എവിടെയാണ്? എന്തുകൊണ്ടാണ് ഞാനത് കാണാത്തത്?''
വായു എല്ലായിടത്തുമുണ്ട്. പക്ഷേ നാമത് കാണുന്നുണ്ടോ? എങ്കിൽ, എവിടെയാണത്? എല്ലായിടത്തും! വായു എല്ലായിടത്തുമുണ്ടെന്ന് നമുക്ക് എങ്ങനെയറിയാം? ഉത്തരം ഇതാണ്: ''ഞാൻ ജീവിച്ചിരിക്കുന്നു, ഞാൻ ശ്വസിക്കുന്നു, അതുകൊണ്ട് വായു എല്ലായിടത്തുമുണ്ട്.'' ഇതേപോലെ, അന്തർബോധം ദൃശ്യമല്ലായിരിക്കാം. പക്ഷേ, ഓരോന്നും പ്രവർത്തിക്കുന്നത് അന്തർബോധം കാരണമായിട്ടാണ് എന്നതാണ് വസ്തുത.

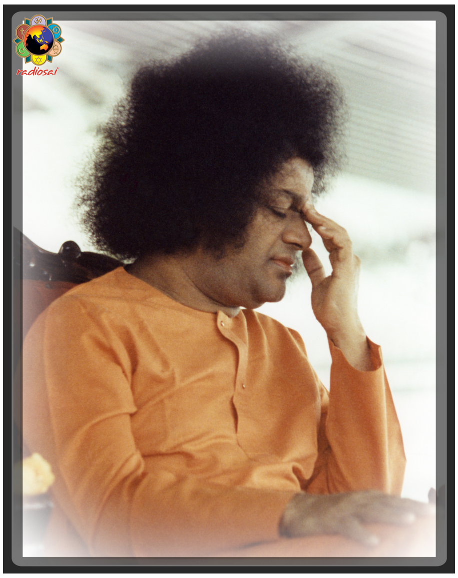


സ്വാമി പഞ്ചഭൂതങ്ങളാൽ നിർമ്മിതമായ ശരീരത്തിന്റെ ദൃഷ്ടാന്തം തരുന്നു. എന്നിരുന്നാലും, ശരീരം പ്രവർത്തിക്കുന്നു. അടിസ്ഥാനപരമായി, ശരീരമെന്നത് ജഡദ്രവ്യ(Inert matter)മാണ്, എന്നിരുന്നാലും അത് പ്രവർത്തിക്കുന്നു. എന്തുകൊണ്ട്? ഇത് പ്രജ്ഞാബോധം(Consciousness) കാരണമായിട്ടാണ്. ജഡദ്രവ്യത്തെയും സജീവമാ

ക്കുന്നത് പ്രജ്ഞാബോധമാണ്. ഈ പ്രജ്ഞാബോധത്തെ അവബോധം അഥവാ ബോധദീപ്തി(Awareness or Enlightenment) എന്നും വിളിക്കാവുന്നതാണ്. അത് ആത്മാവ് അഥവാ ചേതന എന്നും അറിയപ്പെടുന്നു.

പ്രജ്ഞാബോധമെന്നത് വികിരണ(radiation)മാണ്, അത് നമ്മുടെ ശരീരത്തിലൂടെ പ്രകമ്പനമായി കടന്നുപോയിട്ട് അതിനെ പ്രവർത്തനക്ഷമമാക്കുന്നു. ഈ പ്രകമ്പന സഹിതം, ശരീരം ബോധമുള്ളതാകുന്നു. നമ്മുടെ നിത്യജീവിതത്തിൽ നാം നിരവധി കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാണ്, നമ്മുടെ വ്യക്തിത്വ(personality)ത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധമെന്നപോലെ. ബോധവാനായിരിക്കുന്ന ഈ പ്രവൃത്തി ശരീരത്തെ പരാമർശിക്കുന്നതാണ്.

ബോധമുണ്ടാവുക എന്നാൽ ശരീരം അഥവാ മൂർത്തീകരണം(materialisation). അടുത്ത നില എന്നത് മന:സാക്ഷി അഥവാ അന്ത:കരണം(conscience) ആണ്. ഇത് പ്രകമ്പന(vibration)ത്തിന്റെ കുറെക്കൂടി ഉയർന്ന നിലയാണ്. അന്ത:കരണം എന്നത് പ്രകമ്പനമാണ്. അതിനും മീതെയാണ് പ്രജ്ഞാബോധം(Consciousness), അത് വികിരണ(radiation)മാകുന്നു. അപ്പോൾ, വികിരണം, പ്രജ്ഞാബോധം, ചേതന, സത്ത(Self) അഥവാ ആത്മാവ് ആകുന്നു ഏറ്റവും ഉന്നതമായത്.



ഏറ്റവും ഉന്നത റാങ്കായ ആത്മാവ്, ചേതന, പ്രജ്ഞാബോധം, വികിരണം (*Atma*, the Spirit, Consciousness, radiation)-ഇതിൽനിന്ന് നമ്മൾ അന്ത:കരണം അഥവാ പ്രകമ്പന(conscience or vibration)ത്തിന്റെ തലത്തിലേക്ക് ഇറങ്ങുന്നു, എന്നിട്ട് ഏറ്റവും താഴ്ന്നതായ ബോധത്തിന്റെ അഥവാ മൂർത്തീകരണ(conscious or materialization)ത്തിന്റെ തലത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

കാത്തിരിപ്പിന്റെ പ്രക്രിയയിൽ നമുക്ക് ഇതെപ്പറ്റിയൊക്കെ പര്യാലോചിക്കാനാവും. നാം ധൃതിയിലാണെങ്കിൽ, നാം മന:സാക്ഷിയെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കുകയില്ല. നാം തിടുക്കത്തിലാണെങ്കിൽ, നാം അന്തർബോധത്തെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കുകയില്ല. ഈ കാത്തിരിപ്പുവേളയിൽ നാം മൂർത്തീകരണത്തിൽനിന്ന് അന്തർബോധത്തിലേക്ക് ആന്തരസ

ഞ്ചാരം നടത്തുന്നു. ഈ കാത്തിരിപ്പുവേളയിൽ ചൈതന്യത്തിലേക്കുള്ള ഈ സഞ്ചാരപ്രക്രിയ സംഭവിക്കുന്നു. നമുക്ക് അന്തർബോധത്തിൽനിന്ന് മന:സാക്ഷിയിലേക്കും ബോധത്തിലേക്കും(from **Consciousness** to **conscience** to **conscious**) പ്രയാണം ചെയ്യാൻ കഴിയും.

അകത്തുനിന്നും പുറത്തേക്കുള്ള ഈ സഞ്ചാരം തിടുക്കത്തിന്റെ ഒരു ലക്ഷണമാണ്. വേണ്ടാത്തതും അനാവശ്യവുമായ ധൃതിയുടെ ലക്ഷണമാണത്. പുണ്യവും പവിത്രവും ആദ്ധ്യാത്മികവുമായ കാത്തിരിപ്പ് എന്ന ആദ്ധ്യാത്മിക അനുഭവത്തിനിടയിൽ സംഭവിക്കുന്ന പ്രക്രിയയാണ് ബോധത്തിൽനിന്ന് അന്തർബോധത്തിലേക്കുള്ള ഈ യാത്ര. അപ്പോൾ കാത്തിരിപ്പ് മനനം, ഏകാഗ്രത, ധ്യാനം എന്നിവയായി രൂപാന്തരീകരണം നടത്തുന്നു. പ്രാർത്ഥനാനിരതനാവുക എന്നും അതിനർത്ഥമുണ്ട്.

അങ്ങനെ, ഈ കാത്തിരിപ്പാണ് തപസ്സ് എന്ന് വിളിക്കപ്പെടുന്നത്. യോഗികളും ഋഷികളും പ്രഭു പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ട് അവരെ അനുഗ്രഹിക്കുന്നതിനായി കാത്തുകാത്തിരുന്നു. അതാണ് തപസ്സ്. കാത്തിരിപ്പ് തപസ്യയാകുന്നു. അത് ധ്യാനവും പ്രാർത്ഥനയുമാകുന്നു. ലൗകികാർത്ഥത്തിൽ കാത്തിരിപ്പെന്നത് നെഗറ്റീവാണെന്നാലും, ആദ്ധ്യാത്മിക മാർഗത്തിൽ അത് പൂർണമായും പോസിറ്റീവാകുന്നു.

അപ്പോൾ, ഈശ്വരനുവേണ്ടിയുള്ള കാത്തിരിപ്പ് അവശ്യം ദൈവികമാണ് എന്ന് നാം മനസ്സിലാക്കുക, ഇത് മനസ്സിലാക്കിയാൽ ഈശ്വരനുവേണ്ടിയുള്ള കാത്തിരിപ്പ് നാം ആസ്വദിച്ചേക്കും. അപ്രകാരം ചെയ്യുമ്പോൾ, നാം അനന്തമായ ആനന്ദം അനുഭവിക്കുന്നു. അത് പൊടുന്നനവെ, ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടാതെ സംഭവിച്ചേക്കാം.

പ്രഫസർ അനിൽകുമാറിന്റെ സാഹിത്യത്തിൽനിന്നും കൂടുതൽ പ്രചോദക സന്ദേശങ്ങളുമായി നാം അടുത്ത ആഴ്ച തുടരും.

ജയ് സായിരാം!

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