പ്രഫസർ അനിൽകുമാറിന്റെ പ്രഭാഷണം – വ്യാഴാഴ്ച തോറും

പ്രശാന്തി സന്ദേശം- ഉപാഖ്യാനം 276

ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?

HOW AM I?

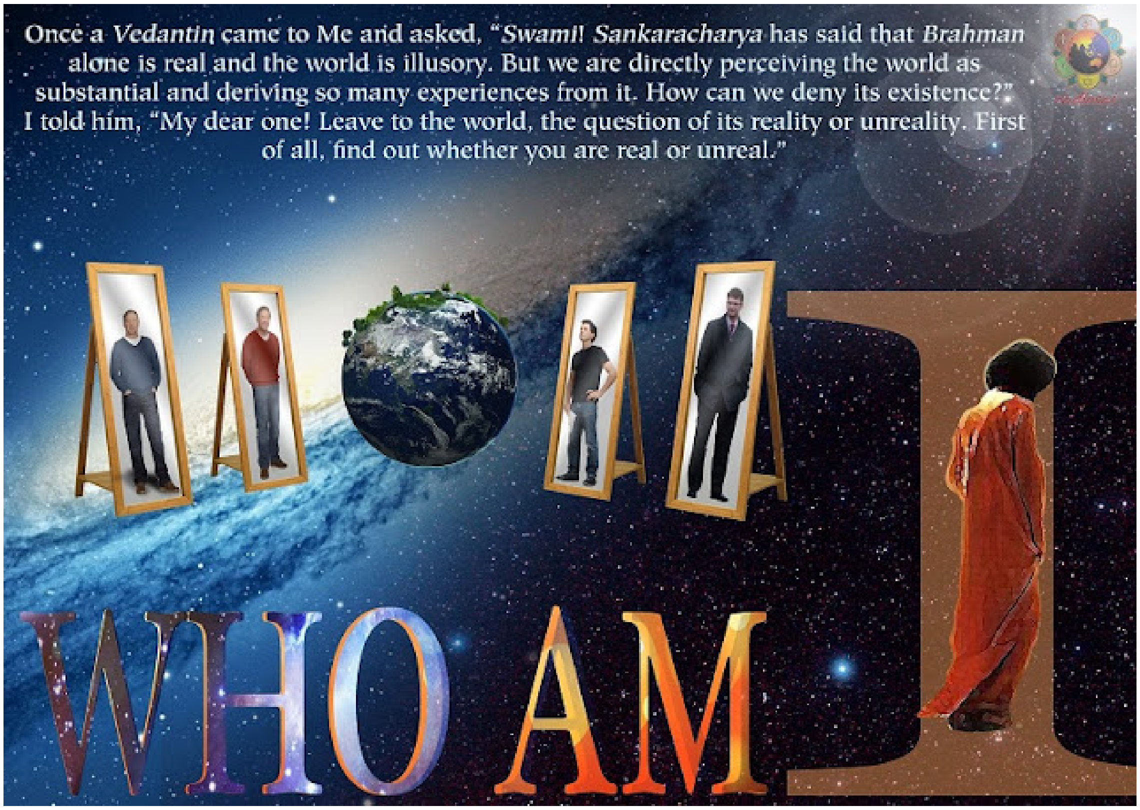
ഏപ്രിൽ 17, 2025

ഓം ശ്രീ സായിരാം!

പ്രശാന്തി സന്ദേശം നിങ്ങളെ സ്വാഗതം ചെയ്യുന്നു.

ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?

നമ്മൾ മിക്കപ്പോഴും ഭഗവാനിൽനിന്ന് കേൾക്കുന്ന ചോദ്യമാണ്, ''ഞാൻ ആരാണ്?'' ഈ ചോദ്യം പല വട്ടം ആവർത്തിച്ചിട്ടും നമുക്ക് ഒരു മറുപടിയുമായി വരാൻ സാധിച്ചിട്ടില്ല, നാം ശരിക്കും ആരാണെന്ന് യഥാർത്ഥത്തിൽ അനുഭവിക്കാനും കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല.

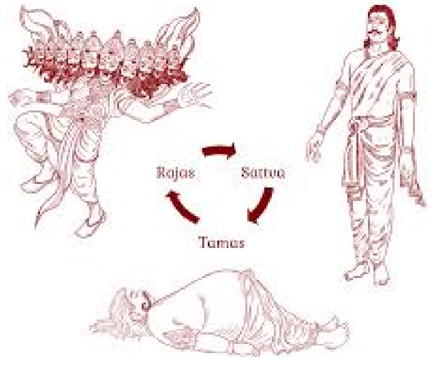


''ഞാൻ ആരാണ്?'' എന്ന ഈ ചോദ്യത്തിന് ഒരു ആമുഖമായി, മറ്റു രണ്ട് ചോദ്യങ്ങൾക്കുള്ള മറുപടി നാം അന്വേഷിക്കുകയും പരതുകയും ഗ്രഹിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു: ''ഞാൻ എന്താണ്?'', ''ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?'' ''എന്ത്?'',

‘‘എങ്ങനെ?’’ ഇവ അവസാനത്തെ ചോദ്യമായ ‘‘ഞാൻ ആരാണ്?’’ എന്നതറിയാൻ

നമ്മെ പ്രാപ്തരാക്കും. കഴിഞ്ഞ അദ്ധ്യായത്തിൽ ‘‘ഞാൻ എന്താണ്?’’ എന്നത് പ്രതിപാദിച്ചു. ഈ അദ്ധ്യായം ‘‘ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?’’ എന്നതിനെക്കുറിച്ചാണ്.

ഞാൻ ജന്മനാ താമസികനാണെങ്കിൽ-മന്ദനും അലസനും നിഷ്ക്രിയനും ഉറക്കം തൂങ്ങുന്നവനും മടിയനും ഒക്കെ-അതിനെന്തെങ്കിലും പോംവ ഴിയുണ്ടോ? ഞാൻ രാജസികനാണെങ്കിൽ, എന്നുവച്ചാൽ, വികാരലോലനും കാമാതു രനും ഊർജ്ജസ്വലനും ഉത്കർഷേച്ഛുവും സ്ഥാനകാംക്ഷിയും കർമ്മനിരതനും നിറയെ അഭിലാഷിയും(ചിലപ്പോൾ വിലക്കപ്പെട്ടതു പോലും) ആണെങ്കിൽ, അതിൽനിന്ന് പുറത്തുകടക്കാൻ വല്ല മാർഗവുമുണ്ടോ? ഞാൻ സാത്വികനാ ണെങ്കിൽ-അതായത്, ഞാൻ ഭക്തനും സമചിത്തനും സമതുലിതമായ മനോനി ലയുള്ളയാളും പരിശുദ്ധനും ജ്ഞാനിയും ആണെങ്കിൽ-അത് എല്ലാ ത്തിന്റെയും അവസാനമാണോ അതോ അതിനുമപ്പുറം എന്തെങ്കിലും അവസ്ഥ യുണ്ടോ? ‘‘ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?’’ എന്ന ചോദ്യം ഇവിടെ രണ്ടു ഭാഗങ്ങളിലായാണ് കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നത്.



നാം മനുഷ്യജീവികളാണ്, ഈശ്വരൻ നമുക്ക് വിവേചനബോധം, വിചക്ഷണത, വിധിന്യാ യം, പുറമെ അന്വേഷണതൃഷ്ണ സഹിത മുള്ള ഒരു ബുദ്ധി നൽകിയിട്ടുണ്ട്. നിലവി ലുള്ള അവസ്ഥയെ തരണം ചെയ്ത് അടുത്ത അവസ്ഥയിലേക്ക് എത്തുന്നതിന് ഇതു നമ്മെ സഹായിക്കുന്നു. ഇതിൽനിന്ന് പുറത്തുകട ക്കാനുള്ള മാർഗവും ഈശ്വരൻ നമുക്ക് തന്നിട്ടുണ്ട്.

നമ്മെപ്പറ്റിത്തന്നെയുള്ള അവബോധം

ഇനി, ‘‘ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?’’ ഞാൻ അവബോധത്തിലാണോ അവബോധ മില്ലായ്കയിലാണോ ജീവിക്കുന്നത്? ഞാൻ അന്വേഷിക്കട്ടെ. എന്തിനെപ്പറ്റിയുള്ള

അവബോധമാണ്? എന്റെ ജോലി സംബന്ധമായ അവബോധമാണോ? എനിക്ക് എന്റെ ജോലി സംബന്ധിച്ച് അവബോധമുണ്ടോ? ഉവ്വ്, ഞാൻ എന്റെ തൊഴിലിൽ

വലിയ വിജയിയാണ്. എന്റെ ദേശീയത സംബന്ധമായ അവബോധം- എനിക്ക് എന്റെ ദേശീയത സംബന്ധിച്ച് അവബോധമുണ്ടോ? ഉണ്ട്, എന്റെ സ്വദേശാഭിമാനത്തിൽനിന്നുതന്നെ അത് പ്രകടമാണ്. എന്റെ വിദ്യാഭ്യാസവിഷയകമായ അവബോധം? എന്റെ വിദ്യാഭ്യാസവിഷയകമായ നില സംബന്ധിച്ച് എനിക്ക് അവബോധമുണ്ടോ?

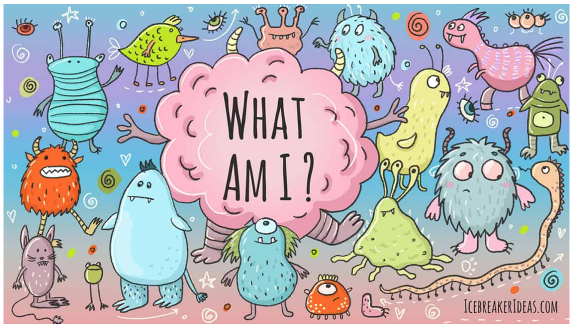
ഉണ്ട്, ഉയർന്ന ഗ്രേഡോടു കൂടിയാണ് ഞാൻ പരീക്ഷകൾ പാസ്സാവുന്നത്. അപ്പോൾ, എനിക്ക് എന്റെ വിദ്യാഭ്യാസവിഷയകമായി, എന്റെ രാഷ്ട്രീയ നിലപാട് സംബന്ധമായി, എന്റെ സാമ്പത്തിക നേട്ടങ്ങൾ സംബന്ധമായി, എന്റെ കുടുംബം, എന്റെ സമൂഹം ഇവ സംബന്ധമായി അവബോധമുണ്ട്. എന്നാൽ ഏറ്റവും നിർഭാഗ്യകരമെന്നു പറയട്ടെ, എന്റെ സ്വന്തം ആത്മാവിനെക്കുറിച്ച് ഞാൻ ബോധവാനല്ല. അതാണ് ട്രാജഡി!

മനുഷ്യന് ചന്ദ്രനിലെത്താൻ കഴിയും, പക്ഷേ അവന് അവന്റെയുള്ളിൽ എത്തിച്ചേരാൻ കഴിയുന്നില്ല. അപ്പോളോ 12 അല്ലെങ്കിൽ അപ്പോളോ 13 പോലെ ഒരു സ്പേസ് ഷിപ്പിന്റെയോ ലൂണാർ മോഡ്യൂളിന്റെയോ സഹായത്താൽ അവന് ആയിരക്കണക്കിന് മൈലുകൾ സഞ്ചരിക്കാനാവും. ഒരു പിടി ചന്ദ്രധൂളി ശേഖരിക്കാനായി മാത്രം അവൻ ബില്യൺ കണക്കിന് ഡോളറുകൾ ചെലവഴിക്കുന്നു! ഇങ്ങനൊക്കെയാണെങ്കിലും, അകമേ ഒരിഞ്ചു പോലും സഞ്ചരിക്കാൻ അവന് കഴിയുന്നില്ല, അതിനാൽ അവനെന്താണെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ അവനാവുന്നില്ല. ഭഗവാൻ ഇപ്രകാരമാണ് പറ

ഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. മനുഷ്യൻ വളരെ ശ്രേഷ്ഠനാണെന്നും അവിടുന്ന് പറയുന്നു. അവൻ സാങ്കേതികമായി മുന്നേറിയിട്ടുണ്ട്, ശാസ്ത്രീയമായി പുരോഗമിച്ചിട്ടുണ്ട്. അന്തർവാഹിനികളുടെ സഹായത്താൽ സമുദ്രത്തിന്റെ ആഴങ്ങളിലേക്കു പോവുന്നതിന് അവനു കഴിയും. പർവതശിഖരങ്ങളിലേക്ക്, ലോകത്തിലെ അത്യുന്നതമായ എവറസ്റ്റിന്റെ മുകളിലേക്കു പോലും കയറാൻ അവനു കഴിയുന്നു. ഒരു മത്സ്യത്തെപ്പോലെ അവന് വെള്ളത്തിൽ നീന്താൻ കഴിയും, ഒരു പറവയെപ്പോലെ ആകാശത്ത് ഉയരെ

പറക്കാനാവും.എന്നിരുന്നാലും, അവന്റെ ഇരു കാലുകളിൽ ഒരു മനുഷ്യജീവിയെ പ്പോലെ ഈ ഭൂമിയിൽ നടക്കാൻ അവന് കഴിയാതെ പോകുന്നു. അവന് അവന്റെ തന്നെ ഉള്ളിലേക്ക് എത്തിച്ചേരാനാവുന്നില്ല. അതാണ് ജീവിതത്തിന്റെ ട്രാജഡി.

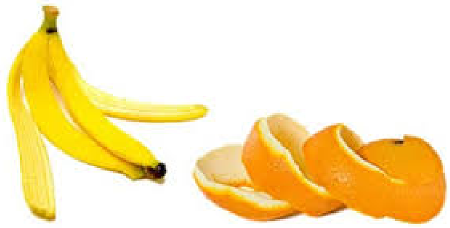
നാം ഈ ലോകത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അവബോധവുമായാണ് ജീവിക്കുന്നത്, പക്ഷേ നാം നമ്മെക്കുറിച്ചുള്ള അവബോധമില്ലാതെയാണ് ജീവിക്കുന്നത്. എനിക്ക് സുഖമാവാം,

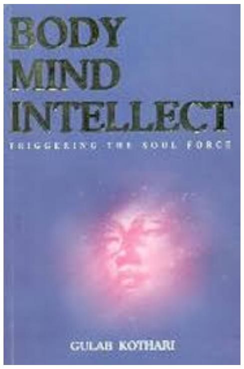


നല്ല നിലയിലാവാം ഞാൻ. എന്നിട്ടും, എന്റെയുള്ളിൽ വീക്ഷിക്കാനോ പര്യവേ ക്ഷണം ചെയ്യാനോ ആവാത്തിടത്തോളം, ഞാൻ ദരിദ്രനാ ണ്, പാപ്പരാണ്. ജീവിതം ഒരു വിടവാ ണ്. ജീവിതം ഒരു ശൂന്യതയാണ്. അവ നവന്റെ ആത്മാവിനെക്കുറിച്ച് അവബോധമില്ലാതെ ജീവിതം വിജനമാണ്. ഇത് ഏറ്റവും പ്രധാനമാണ്. നമുക്ക് നമ്മുടെ അന്തരാത്മാവിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഈ അവബോധം ഉണ്ടായിരിക്കണം.

ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി
"B-M-I": BODY, MIND AND INTELLECT

എന്തിനെപ്പറ്റിയുള്ള അവബോധമാണ് നമുക്ക് ഉണ്ടാവേണ്ടത്? ജീവിതത്തെപ്പറ്റിയുള്ള അവബോധമാണ് നമുക്ക് വേണ്ടത്. 'ജീവിതം' കൊണ്ട് എന്താണ് നിങ്ങൾ അർത്ഥമാക്കുന്നത്? ജീവിതത്തിന് രണ്ടു ഭാഗങ്ങളുണ്ട്. ഭഗവാൻ





ഒരു ഉദാഹരണം തരുന്നു ണ്ട്. ഒരു ഓറഞ്ചിന് അല്ലെ ങ്കിൽ ഏത്തപ്പഴത്തിന് പുറമേ ഒരു തോടുണ്ട്. അകത്തുള്ള മധുരമായ പഴത്തെ ഈ കട്ടിയുള്ള പുറംതൊലി മൂടുന്നു, പൊതിയുന്നു. ഇതേപോലെ, ജീവിതവും രണ്ടു ഭാഗങ്ങളാൽ നിർമ്മിതമാണ്. ആദ്യത്തേത് **"B-M-I"**– ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി(**B**ody, **M**ind and **I**ntellect) ആണ്. ഇവ മൂന്നും ഗുണങ്ങളിൽ അഥവാ സവിശേഷതകളിൽ(attributes) അധിഷ്ഠിതവും അവയാൽ വിരചിതവുമാണ്.

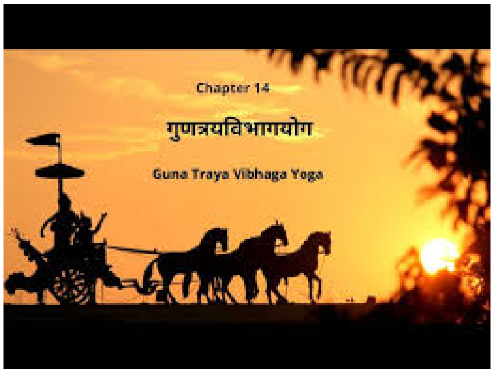
ഈ മൂന്ന് ഗുണങ്ങളും(സാത്വികം, രാജസികം, താമസികം) നമ്മുടെ വ്യവസ്ഥയിലും, ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി ഇവ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന നമ്മുടെ സമഗ്ര വ്യക്തിത്വത്തിൽ സന്നിഹിതവുമാണ്. എന്റെ പെരുമാറ്റം, സംസാരം, ചിന്തകൾ, സ്വഭാവം, പരസ്പര ബന്ധങ്ങൾ ഇവയൊക്കെ ഈ ഗുണങ്ങളിൽ അഥവാ സവിശേഷതകളിൽ(attributes) അഥവാ അടിസ്ഥാന വിശേഷഗുണങ്ങളിൽ(basic traits) അഥവാ ആധാരത്തിൽ (substratum)അധിഷ്ഠിതമാണ്.

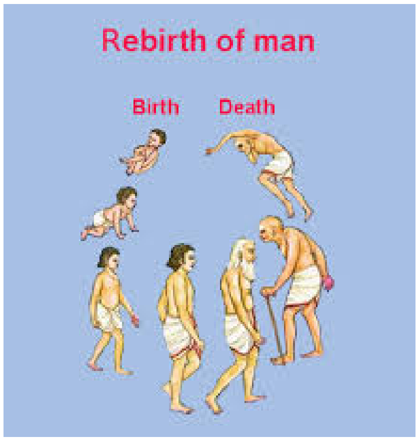
മാനവ വ്യക്തിത്വത്തെ രചിക്കുന്ന BMI–ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി-ഇവയ്ക്ക് ഗുണങ്ങളാണ് ആധാരമായിരിക്കുന്നത്. ഇത് ഭഗവത്ഗീത 14-ാം അദ്ധ്യായമായ ഗുണത്രയവിഭാഗയോഗത്തിൽ വളരെ നന്നായി വിശദമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. ആ അദ്ധ്യായത്തിൽ, മൂന്ന് ഗുണവിശേഷങ്ങളും ഭംഗിയായി തരംതിരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു, അതിശയകരമായി വിശദീകരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു, ശാസ്ത്രീയമായി വിശകലനം ചെയ്യപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു, യുക്തിപരമായി നമുക്കായി അവതരിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. യുക്തിവിചാരത്തിലൂടെ മാനവ വ്യക്തിത്വത്തിലേക്കുള്ള നമ്മുടെ അന്വേഷണത്തെയും പര്യവേക്ഷണത്തെയും തൃപ്തിപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ട്, സംശയരഹിതമായി അവ വിവരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഭഗവാൻ 6 മുതൽ 18 വരെ നമ്പരിലുള്ള 13 ശ്ലോകങ്ങൾ ഈ ഗുണങ്ങളെ വിശദീകരിക്കുന്നതിനായി മാറ്റിവച്ചിരിക്കുകയാണ്.

പ്രകൃതി (NATURE)

ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി ഇവ കരണങ്ങളാണ്(instruments). സംസ്കൃതത്തിൽ നമുക്കവയെ ദ്രവ്യം, പ്രകൃതി എന്നും വിളിക്കാം. തത്വചിന്താപരമായ വീക്ഷണകോണിൽ, നമുക്കവയെ മാഞ്ഞുപോകുന്നത് എന്ന അർത്ഥത്തിൽ, 'മായ' എന്നു വിളിക്കാം. ശരീരം സ്ഥായിയല്ല. ശരീരം മായികമാണ്, താൽക്കാലികമാണ്, നശ്വരമാണ്, നൈമിഷികമാണ്. അത് ശാശ്വതമോ സ്ഥിരമോ അല്ല. അതുകൊണ്ട്, ഗുണങ്ങളാൽ അഥവാ സവിശേഷ ലക്ഷണങ്ങളാൽ നിർമ്മിതമായിരിക്കുന്നതെന്തും കേവലം 'ദ്രവ്യം'(matter), പ്രകൃതി അഥവാ മായ ആകുന്നു.

14-ാം അദ്ധ്യായം, 3-ാം ശ്ലോകത്തിൽ, ഗുണങ്ങളാൽ നിർമ്മിതമായിരിക്കുന്നതിനെ മൂലപ്രകൃതി എന്നും മഥ(ഭൂമി) എന്നും, ഭഗവാൻ കൃഷ്ണന്റെ രൂപത്തിലുള്ള ഈശ്വരൻ വിളിക്കുന്നു. കൂടാതെ, ഈ ശരീരത്തെ 'ക്ഷേത്രം'(field) എന്നും വിളിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. അപ്പോൾ, ഇവയൊക്കെ ഒരേ കാര്യത്തിന് നൽകപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന വ്യത്യസ്ത നാമങ്ങളാണ്. ഈ പേരുകളിലേതും നമുക്ക് പ്രിയമാകാം, നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കുന്നതാവാം, നമ്മുടെ സ്മരണയിലേക്ക് താണിറങ്ങുന്നതാവാം. ഈശ്വരനും വൈവിധ്യത്തിനു





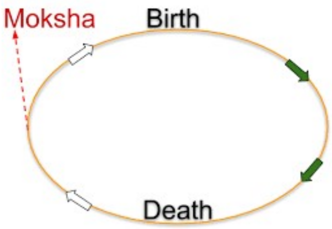
പുറകെയാണ്, വൈവിധ്യം ജീവിതത്തിന്റെ ആസ്വാദ്യതയാകുന്നു! അവിടുന്ന് ഒരേ ശൈലിയിൽ അഥവാ താളത്തിലല്ല പ്രഹരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ഈശ്വരന് അവിടുത്തേതായ സ്വന്തം ദിവ്യമായ, തനതായ, വിശേഷ വിനിമയ നൈപുണീശൈലിയുണ്ട്. മാനവവ്യക്തിത്വം ഗുണങ്ങളാൽ അഥവാ സവിശേഷതകളാൽ നിർമ്മിതമാണെന്ന് സൂചിപ്പിക്കുന്നതിനായി അവിടുന്ന് ദ്രവ്യം, മണ്ഡലം, പ്രകൃതി, മായ, മൂലം, മഥ തുടങ്ങിയ നിരവധി വാക്കുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

നാം നമ്മുടെ ജീവിതം മുഴുവനും നമ്മുടെ ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി, നാം പ്രകടിപ്പിക്കുന്ന ഗുണങ്ങൾ ഇവയുമായി താദാത്മ്യം പ്രാപിച്ചുകൊണ്ട് ചെലവഴിച്ചാൽ, നാം വീണ്ടും വീണ്ടും ജനിക്കുന്നതായിരിക്കും. ഇത് കേവലം ജീവിതചക്രമാണ്. 5-ാമത്തെ ശ്ലോകം വ്യക്തമായി പറയുന്നത്, നിങ്ങൾ ഈ ചിരന്തന ബന്ധനത്തിൽ 'നിബദ്ധന്തി' എന്നാണ്. നിങ്ങൾ ബന്ധിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുകയാണ്, ചങ്ങലയിലാണ് എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ, നിങ്ങൾ ചിന്തിക്കുന്നത് നിങ്ങൾ 'ഗുണ'മാണെന്നാണ്. നിങ്ങൾ നിങ്ങളെത്തന്നെ ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി ഇവയിലേക്ക് ഒതുക്കിയിരിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ ദ്രവ്യമാണെന്ന് നിങ്ങൾ

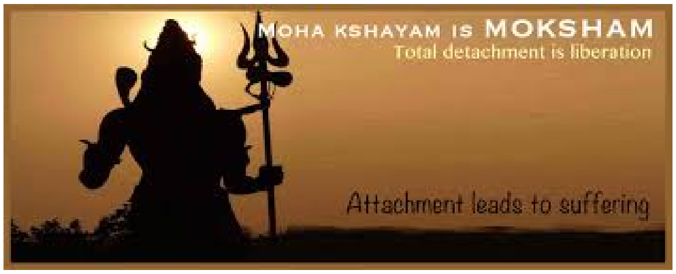
കരുതുന്നു. അതുകൊണ്ട് നിങ്ങൾ വീണ്ടും വീണ്ടും ജനിക്കുന്നു. "ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?" എന്നതിന്റെ ആദ്യത്തെ വശം ഇതാണ്.

ഒരുത്തരും വീണ്ടും വീണ്ടും ജനിക്കുന്നതിന് ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. ഭഗവാൻ ബാബയെ

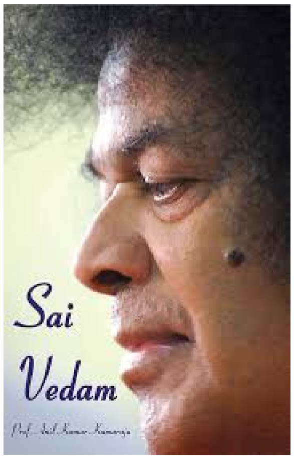
ഉദ്ധരിക്കുകയാണെങ്കിൽ, "ഇന്നത്തെ ന്യൂസ് പേപ്പർ നാളത്തെ വേസ്റ്റ് പേപ്പറാണ്." ഇന്നലത്തെ ന്യൂസ് പേപ്പർ വായിക്കാൻ ആരും തന്നെ ഇഷ്ടപ്പെടില്ല. ഞാൻ ജനിച്ചത് ഞാൻ വീണ്ടും ജനിക്കാതിരിക്കാനാണ്. ഞാൻ മരിക്കുന്നത് ഞാൻ ഒരിക്കൽക്കൂടി മരിക്കാതിരിക്കാനാണ്. ഇത് അർത്ഥമാക്കുന്നത് ഞാൻ ഈ ജീവിതചക്രം(lifecycle) മുറിച്ചുകളയണമെന്നും അവസാനിപ്പിക്കണമെന്നുമാണ്. ഒരു ഘട്ടത്തിൽ അല്ലെങ്കിൽ മറ്റൊന്നിൽ ഒരു ബ്രേക്ക് ഉണ്ടാവണം. നമുക്ക് വീണ്ടും വീണ്ടും, ആയിരക്കണക്കിന് അഥവാ പതിനായിരക്കണക്കിനോ ദശലക്ഷക്കണക്കിനോ വട്ടം ജനിക്കാനാവില്ല. എനിക്ക് മുമ്പു തന്നെ നിരവധി ജന്മങ്ങൾ ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്, എനിക്കവയെക്കുറിച്ച് അവബോധമില്ല. നിരവധി ജന്മങ്ങൾ എന്നെ കാത്തിരിക്കുകയാവും. എത്ര കാലം ഞാനീ ജീവിത ചക്രം ഈ ദുരിതവും പേറി തുടരണം?



ഒരു ജീവിതചക്രമെന്നത് ദുരിതമല്ലാതെ മറ്റൊന്നുമല്ല. നാം അനുഭവിക്കുന്ന ഓരോ സന്തോഷവും ആനന്ദവും ദുഖത്തിലോ ദുരന്തത്തിലോ അവസാനിക്കും, എന്തെന്നാൽ നമുക്കുള്ള എല്ലാ സുഖവും കേവലം നൈമിഷികമാണ്. അത് മാറിവരുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിലെ ക്ഷണികമായ സുഖം മാത്രമാണ്. ഭൂമിയിൽ ഒന്നും തന്നെ സ്ഥായിയല്ല. അതിനാൽ, നാം മുക്തിയെയാണ് ലക്ഷ്യം വക്കേണ്ടത്. മുക്തി എന്നത് (വിശുദ്ധ ബൈബിൾ പ്രകാരം) 'സ്വർഗത്തിന്റെ സാമ്രാജ്യം' എന്നും, 'നിർവാണം' എന്നും(ബുദ്ധിസം പ്രകാരം), 'മോക്ഷം' എന്നും(ഹിന്ദുത്വം പ്രകാരം) അറിയപ്പെടുന്നു. നമുക്കെല്ലാവർക്കും അത് മോചനമാണ്. നാം ഈ ബന്ധനത്തിൽനിന്ന് മോചിതരാവണം, ഈ മൂന്നു 'ഗുണ'ങ്ങളിൽനിന്നും സ്വതന്ത്രരാവണം. "ഞാൻ എങ്ങനെയുണ്ട്?" എന്നതിന്റെ രണ്ടാമത്തെ വശം ഇതാണ്.



പ്രഫസർ അനിൽകുമാർ കൂടുതൽ പ്രചോദനാത്മക വെളിപ്പെടുത്തലുകൾ അടുത്ത



ലക്കത്തിൽ തുടരും.

നിങ്ങളുടെ സമയത്തിന് നന്ദി.

ഓം സായിരാം!

(തുടരും)

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ കാമരാജു – (***Sai-Vedam*** പേജ് 213-219)
(പരിഭാഷ: എം.എൻ. വിനോദ്കുമാർ)