പ്രഫസർ അനിൽകുമാറിന്റെ ചോദ്യോത്തരവേള 343– ശനിയാഴ്ച തോറും

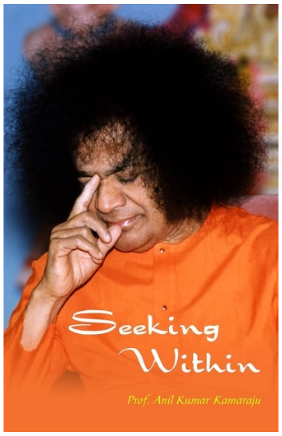
നവംബർ 2, 2024 ശനി

പ്രശാന്തി സന്ദേശം പോഡ്കാസ്റ്റ്

മലയാളം ഉൾപ്പടെ 8 ഇന്ത്യൻ ഭാഷകളിലും ഇറ്റാലിയൻ, സ്പാനിഷ് , റഷ്യൻ ഉൾപ്പടെ വിദേശഭാഷകളിലും ശനിയാഴ്ച തോറും

ആശകളും ആദ്ധ്യാത്മിക ത്വരയും

DESIRE vs SPIRITUAL YEARNING



പ്രഫസർ അനിൽകുമാർ കാമരാജു, അവിടുത്തെ സന്ദേശങ്ങളും ദൗത്യവും പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിനായി, ഭഗവാനാൽ തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടയാളാണ്. അദ്ദേഹം ഇന്ത്യയിലും വിദേശത്തും ധാരാളം യാത്രകൾ ചെയ്യുകയും എണ്ണമറ്റ ചോദ്യങ്ങൾക്ക് സ്വാമിയുടെ ദിവ്യ പ്രഭാഷണങ്ങളുടെയും ഭഗവാനുമായുള്ള അദ്ദേഹത്തിന്റെ വ്യക്തിപരമായ ഇടപഴകലിന്റെയും അടിസ്ഥാനത്തിൽ മറുപടി നൽകുകയും സംശയനിവാരണം നടത്തുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ഏറ്റവും പ്രധാനമായി, ഉള്ളിലെ സായിയുമായി ബന്ധപ്പെടുന്നതെങ്ങനെ എന്ന് പ്രഫസർ അനിൽകുമാർ നമുക്ക് ഫലപ്രദമായ മാർഗനിർദ്ദേശം തരുന്നു.

Q: എനിക്ക് ഇപ്പോഴും ആശകളുണ്ട്. എന്താണ് ചെയ്യുക?

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ: ഒന്നും ചെയ്യാനാവില്ല. ആശകളുടെ മൂലകാരണം നാം മനസ്സിലാക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ആശകൾ ഉദിക്കുന്നത് എന്റെ ശരീരത്തിൽ നിന്നല്ല. ഈ കൈകളല്ല ആശകളെ സൃഷ്ടിക്കുന്നത് അഥവാ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നത്. കാലുകൾ എന്നെ ആശകളുടെ സമീപം കൊണ്ടുചെല്ലുന്നില്ല. മനസ്സാണ് ആശകളുടെ മൂലകാരണമായിരിക്കുന്നത്. ആശകൾ മനസ്സിലാണ് ജനിക്കുന്നത്. മനസ്സാണ് ആധാരമെന്ന്, മനസ്സാണ് അടിസ്ഥാനം എന്ന്, മനസ്സാണ് ആശകളുടെ കാരണം എന്ന് ഒരു വട്ടം നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കിയാൽ, ആഗ്രഹരഹിതരായിരിക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് ശ്രമിക്കാവുന്നതാണ്.

എങ്ങനെ? എന്റെ മനസ്സ് ഈ വഴിക്ക് പോവുന്നു, ആശകളുടെ നേർക്ക്. ഞാൻ എന്റെ മനസ്സിനോടു പറയുന്നു, "ഈ വഴിക്ക് പോവരുത്. മന്ദിരത്തിലേക്ക് പോവുക."

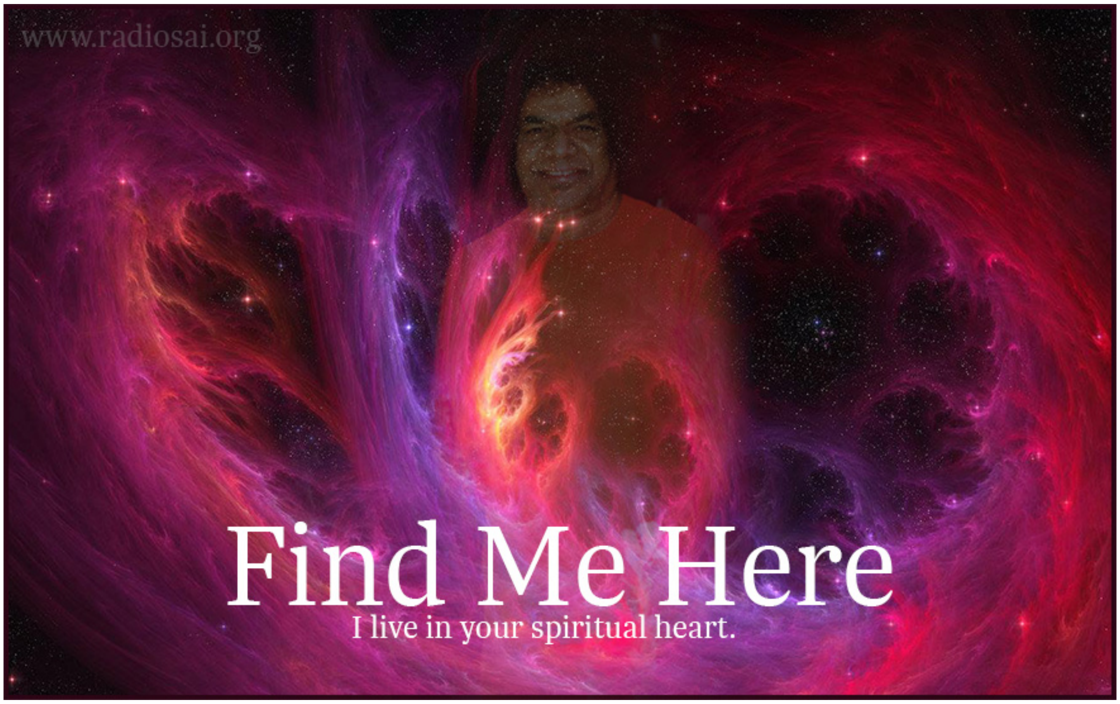
മനസ്സ് ഈശ്വരനെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ, മനസ്സ് അവിടുത്തെ നാമം ജപിക്കുമ്പോൾ, മനസ്സ് ധ്യാനത്തിലായിരിക്കുമ്പോൾ, മനസ്സ് സദാ ഭജനിൽ അവിടുത്തെ മഹിമ പാടുമ്പോൾ, ആശകളൊന്നുമില്ല. മനസ്സിനെ ലോകത്തിനു നേരെ തിരിക്കുമ്പോൾ, അതു നിറയെ ആശകളാണ്.

ബാബ തന്നിട്ടുള്ള ലളിതമായ ഒരു ദൃഷ്ടാന്തം ഇതാ. ഇതൊരു വിശറിയാണ്. ഞാനിതു ചെയ്യുമ്പോൾ, (അനിൽകുമാർ കൈകൊണ്ട് വിശറി പുറത്തേക്കു വീശുന്നു) നിങ്ങൾക്ക് കാറ്റു കിട്ടുന്നു. എന്നാൽ ഞാനീ കൈവിശറികൊണ്ട് എന്നെ വിശിയാൽ, എനിക്ക് കാറ്റു കിട്ടുന്നു. ശരിയല്ലേ? ഇതേ പോലെ, മനസ്സിനെ ലോകത്തിനു നേരെ തിരിക്കുമ്പോൾ, അതിന് ശ്വാസം മുട്ടുന്നു, അതിന് വിമ്മിഷ്ടം തോന്നുന്നു. അത് ആശകളാൽ നിറയുന്നു. അതേ മനസ്സിനെ അന്തർമുഖമായി പ്രജ്ഞാബോധ(consciousness)ത്തിനു നേരെ തിരിക്കുമ്പോൾ, അത് ആനന്ദമയമാവുന്നു. പിന്നീട് ആശകളൊന്നും അവശേഷിക്കുന്നില്ല.

Q: ഹൃദയം തകരാതെ ഒരു ആശ ഉപേക്ഷിക്കാൻ എങ്ങനെയാണ് പറ്റുക?

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ: ഇവിടെ നമുക്ക് വകുപ്പുകളെപ്പറ്റി, പോർട്ട്ഫോളിയോകളെക്കുറിച്ച്, ആശയക്കുഴപ്പമാണെന്ന് ദയവായി മനസ്സിലാക്കിയാലും. മനസ്സാണ് ആശകളുടെ കേന്ദ്രം, അതേസമയം ഹൃദയം ഭാവങ്ങളുടെ(feeling) കേന്ദ്രമാണ്. മനസ്സ് ദ്വൈത(dual)മാണ്; ഹൃദയം അദ്വൈത(non-dual)വും. മനസ്സ് വൈവിധ്യവൽക്കരിക്കപ്പെട്ടതാണ്(diversified)മാണ്; ഹൃദയം ഏകത(unity)ഏകതയാണ്. മനസ്സ് വികാരപ

രമാണ്(emotional)മാണ്; ഹൃദയം സമതുലിത(balanced)വും. മനസ്സ് എല്ലായ്പോഴും സൗകര്യത്തിനാ(convenience)യാണ്; ഹൃദയം ദൃഢവിശ്വാസത്തിനാണ്. മനസ്സ് ഭൗതികമാണ്; ഹൃദയം ആദ്ധ്യാത്മികമാണ്. കാർഡിയോളജിസ്റ്റ് ആവശ്യമായി വരുന്ന ശരീരത്തിലെ ഹൃദയമല്ല ഞാനുദ്ദേശിച്ചത്. ആദ്ധ്യാത്മികഹൃദയമാണ് ഞാൻ അർത്ഥമാക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട്, നിങ്ങളുടെ ഹൃദയം തകരുകയെന്നാൽ അതി നർത്ഥം, നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ആത്മാവിന്റെ വാതായനങ്ങൾ അടയ്ക്കുകയെന്നാണ്-നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ പ്രജ്ഞാബോധത്തിന്റെ വാതായനങ്ങൾ അടയ്ക്കുകയാണ്.



നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ഹൃദയം അടച്ചിടുകയാണെങ്കിൽ, അപ്പോൾ നിങ്ങൾ അന്തർമുഖ നാകാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നില്ല. നിങ്ങൾ മനസ്സിന്റെ ചാഞ്ചല്യങ്ങളുടെ, ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങ ളുടെ, ഭ്രമങ്ങളുടെയും കല്പനകളുടെയും അന്ധകാരത്തിൽ തപ്പിത്തടയാനാണ് ആഗ്രഹിക്കുന്നത്. മനസ്സ് നിറയെ ചാപല്യങ്ങൾ, ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ, തെരഞ്ഞെടുപ്പു കൾ, മുൻഗണനകൾ ആണ്. മനസ്സിന്റെ ചക്രവാളത്തിലൂടെ ഞാൻ അലയുമ്പോൾ, ഞാൻ ഒരു മാനസികരോഗിയായിപ്പോവുന്നു. എന്തു വിലകൊടുത്തും എന്റെ ഹൃദയം കൊട്ടിയടയാതെ ഞാൻ കാക്കണം. ഹൃദയം തുറന്നിരിക്കണം. ഹൃദയത്തിന് എത്ര കണ്ട് അവസരം, മുൻഗണന, കൊടുക്കുന്നുവോ, മനസ്സ് താനേ അടയുന്നു-മ നസ്സ് അതിന്റെ നിലയ്ക്ക് സ്വയം അടയുന്നു.

Q: ഒരു പച്ചക്കറിയും ജീവനുള്ളതാണ്, അപ്പോൾ പച്ചക്കറി കഴിക്കുന്നതും പാപമല്ലേ?

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ: ഒരു ശിലയ്ക്ക് ബോധ(consciousness)മുണ്ട്, അത് നിഷ്ക്രിയ(passive)മാണ്. ഒരു ചെടിയിൽ പ്രജ്ഞാബോധം കുറേക്കൂടി അധികമുണ്ട്, ഒരു ജന്തുവിന്റെ അവബോധവും പ്രജ്ഞയും വീണ്ടും അൽപം കൂടിയുണ്ട്, അതേസമയം

ഒരു മനുഷ്യനിൽ പ്രജ്ഞാബോധം ആവേഗങ്ങൾ, വികാരങ്ങൾ, ഭാവങ്ങൾ സഹിതം, അതിന്റെ പരമകാഷ്ഠയിലാണ്. അതുകൊണ്ട് നിങ്ങൾ ഒരു ചെടിയേക്കാൾ പ്രജ്ഞാബോധം കൂടുതലുള്ള ഒരു ജീവിയെ കൊല്ലുമ്പോൾ, അത് ഹത്യയാണ്, അത് അക്രമമാണ്; അതേസമയം ഈശ്വരൻ നമ്മുടെ നിലനിൽപ്പിനായി നൽകിയിരിക്കുന്ന പച്ചക്കറികളുടെ കാര്യത്തിൽ, അത് അക്രമമല്ല. നിങ്ങൾ ഒരു ജീവിയെ കൊല്ലുമ്പോൾ, അത് പൂർണമായി മരിക്കുന്നു, എല്ലാം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. നിങ്ങൾ കുറച്ച് പച്ചക്കറികൾ പൊട്ടിച്ചെടുക്കുമ്പോൾ, ആ കാണ്ഡം അഥവാ കുറ്റിച്ചെടി നശിച്ചുപോകുന്നില്ല.

ഒരു സസ്യത്തിൽ, അതൊരു മുഴുവനായ ജീവഹാനിയല്ല. മാംസത്തിനായി ജന്തുക്കളെ വളർത്തുന്ന ഒരു സ്ഥലത്ത് നിങ്ങൾ പോവുകയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങൾ കരയും, മേലിൽ വീണ്ടും മാംസം കഴിക്കില്ല. ഈ ലൈവ്സ്റ്റോക്ക് ഫാമുകളിൽ ജീവികളെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നത് ഒരു ഭയാനകമായ കാഴ്ചയാണ്, നമുക്ക് ചിന്തിക്കാൻ കഴിയാത്തത്ര ഹിംസയാണ് അവിടങ്ങളിൽ ഓരോ കാര്യത്തിലും. അത് ദഹിക്കാൻ പ്രയാസമുള്ളതാണ്. ഒരു മരത്തിൽനിന്ന് ഞാൻ രണ്ടു പഴം പറിച്ചെടുത്താൽ ആ മരം നശിച്ചുപോവുകയില്ല. അതാണ് വ്യത്യാസം.

Q: ഈശ്വരൻ സർവശക്തനും സർവവ്യാപിയും ആഗ്രഹങ്ങൾക്കതീതനുമാണ്. പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ സൃഷ്ടിതന്നെ ആഗ്രഹത്തിന്റെ ഫലമാണോ അല്ലയോ? ദയവായി വിശദീകരിച്ചാലും.

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ: കുട്ടി കളിക്കുന്നു. കുട്ടികളെ കോവളം ബീച്ചിലേക്ക് കൊണ്ടു പോവുന്നു, അവർ മണലിൽ കളിക്കുന്നു, ഭംഗിയുള്ള ഒരു മണൽക്കുടിൽ നിർമ്മിക്കുന്നു, എന്നിട്ടതിനെ കാലുകൊണ്ട് തൊഴിക്കുന്നു, പിന്നെ തുള്ളുകയും നൃത്തം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നു. അതൊരു ആഗ്രഹമാണോ? അല്ല. കുട്ടി ചിരിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. അതൊരു ആഗ്രഹമാണോ?

അല്ല, ആഗ്രഹമെന്നത് ആവശ്യാധിഷ്ഠിതവും ലക്ഷ്യാധിഷ്ഠിതവുമാണ്. ആഗ്രഹമെന്നത് നിങ്ങൾക്കില്ലാത്ത ഒരു കാര്യത്തിന്റെ സഫലീകരണത്തിനായുള്ള ആശയാണ്. ഞാൻ ഒരു കാറിനുവേണ്ടി ആഗ്രഹിക്കുന്നു, കാരണം എനിക്കതില്ല. അല്ലെങ്കിൽ ഞാനൊരു വീടിനായി ആഗ്രഹിക്കുന്നു, കാരണം എനിക്കതില്ല. ആഗ്രഹമെന്നത് ഭാവിസംബന്ധിയാണ്. ആഗ്രഹമെന്നത് പ്രതീക്ഷയാണ്. ആഗ്രഹമെന്നത് ഭാവി വാഗ്ദാനമാണ്. പക്ഷേ ഈശ്വരനെന്നത് ഒരു വാഗ്ദാനമല്ല. ഈശ്വരനെന്നത് ഒരു പ്രതീക്ഷയല്ല. ആരാണ് ഈശ്വരൻ? ഈശ്വരൻ ഇവിടെ, ഈ നിമിഷത്തിലാണ്. ഈശ്വരൻ അനുഭവപര(experiential)വും പരീക്ഷണപര(experimental)വുമാണ്. അവിടുന്ന് ഈ നിമിഷത്തിലാണ്. അവിടുന്ന്

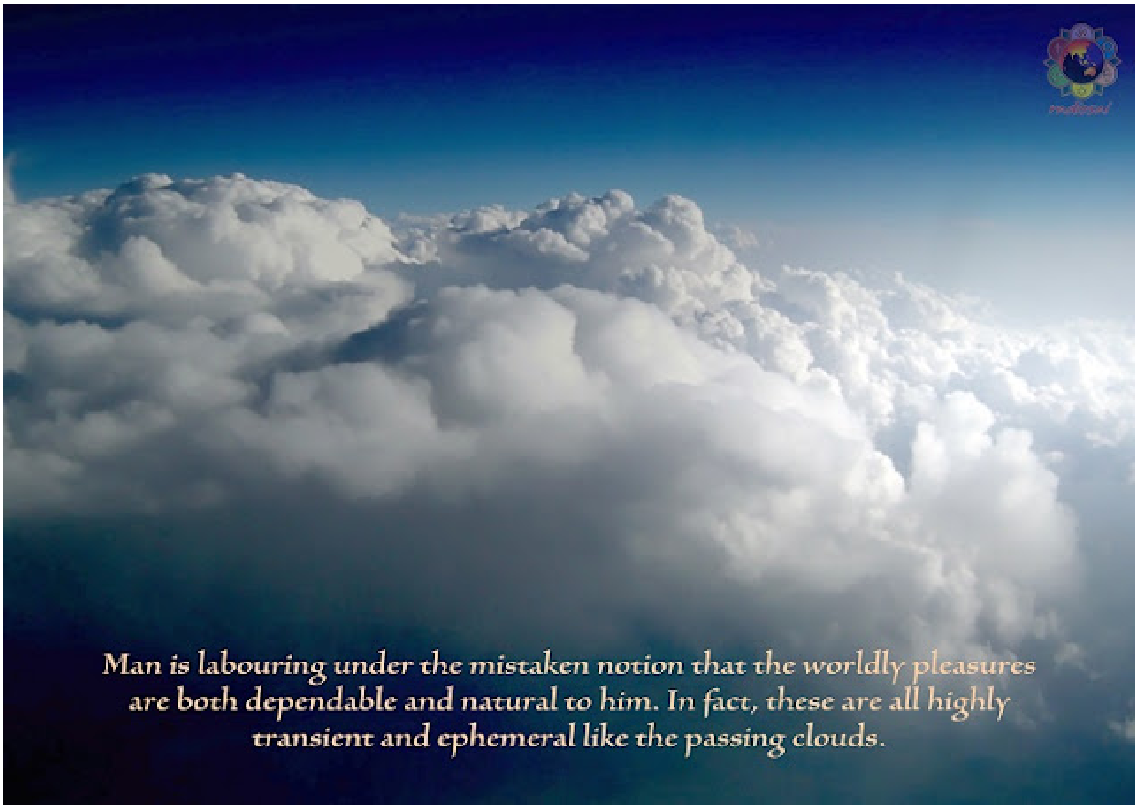
വർത്തമാനത്തിലാണ്, ഭാവിയിലല്ല, എന്തെന്നാൽ വർത്തമാനം ഭാവിയുടെ അടിസ്ഥാനമാവും. അതിനാൽ ഈശ്വരൻ സാന്നിദ്ധ്യമാകുന്നു.

ഈശ്വരൻ ഒരു വസ്തുവല്ല. ഈശ്വരൻ ഒരു വ്യക്തിയല്ല. ഈശ്വരൻ ഈ വർത്തമാനനിമിഷത്തിലാണ്, അസ്തിത്വം തന്നെയാണ്. അതാണെനിക്ക് പറയാനാവുക.

Q: ആഗ്രഹങ്ങളും ആദ്ധ്യാത്മിക അഭിലാഷങ്ങളും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം എന്താണ്?

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ: വാഹ്, വാഹ്, വാഹ്! നല്ലത്! എന്താണ് പേര്?
നന്ദിനി ബാലസുബ്രഹ്മണ്യം.

ആദ്ധ്യാത്മിക വ്യവഹാരത്തിൽ ആഗ്രഹം(Desire) എന്നത് കൃത്യമായ വാക്കല്ല. ആഗ്രഹങ്ങൾ ലോകസംബന്ധിയാണ്. ആഗ്രഹങ്ങൾ ഭൗതികമാണ്. ആഗ്രഹങ്ങൾ മന:ശാസ്ത്രപരമാണ്. ആദ്ധ്യാത്മികമായി, അഭിലാഷം, അതികാംക്ഷ, ഇച്ഛ എന്നൊക്കെയാണ് നാം പറയേണ്ടത്. അത് ഉത്കർഷേച്ഛയും അഭിലാഷവുമാണ്. അതൊരു ആദ്ധ്യാത്മിക ആവശ്യമാണ്, ലൗകിക ആശയല്ല.

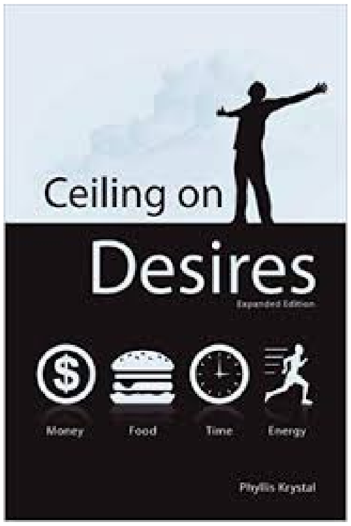


അപ്പോൾ, ആവശ്യങ്ങളും ആഗ്രഹങ്ങളും തമ്മിൽ വ്യത്യാസമുണ്ട്. ആഗ്രഹങ്ങൾ നിറവേറപ്പെട്ടില്ലെങ്കിലും എനിക്ക് ജീവിക്കാൻ പറ്റും. എനിക്കൊരു മണിമാളിക കിട്ടിയാൽ കൊള്ളാമെന്നുണ്ട് പക്ഷേ കിട്ടിയില്ല എങ്കിലും എനിക്ക് ജീവിക്കാൻ പറ്റും. ജലം എന്റെ ആവശ്യമാണ്, അതുകൊണ്ട് അതെനിക്ക് ലഭിച്ചില്ല എങ്കിൽ-ഹരി ഓം തത് സത്! നമ്മുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറപ്പെടാതെ, നമുക്ക് ജീവിക്കാനാവില്ല. ആദ്ധ്യാത്മികത എന്നത് ഒരു ആവശ്യമാണ്, അതേസമയം ആഗ്രഹങ്ങൾ ലൗകികമാണ്, അതില്ലാതെയും നമുക്ക് കഴിയാം.

Q: ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് പരിധി(ceiling on desires) നമ്മുടെ നിത്യജീവിതത്തിൽ എങ്ങനെ നമുക്ക് പരിശീലിക്കാൻ പറ്റും?

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ: പങ്കിടുന്ന(sharing)തിലൂടെ നമുക്ക് ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് പരിധി പരിശീലിക്കാൻ കഴിയും. നിങ്ങളുടെ പക്കൽ ലഡ്ഡു ഉണ്ട്, ഒരെണ്ണം കഴിക്കുക, മറ്റേത് സുഹൃത്തിനു നൽകുക. ഇപ്രകാരം, പങ്കുവയ്ക്കലിലൂടെ നമുക്ക് ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് പരിധി വയ്ക്കാനാവും.

മിതത്വമുള്ളവരാവാനും നമുക്ക് പഠിക്കാം. ഉദാഹരണത്തിന്, നിങ്ങൾക്കൊരു ഫോണുണ്ട് എങ്കിൽ, നല്ലത്! എന്നാൽ വീഡിയോയും ഇന്റർനെറ്റ് ശേഷിയുമുള്ള ഒരു ഫോൺ ആവശ്യമുള്ളതാണോ? അതിൽ ലാളിത്യമില്ല, അതിനാൽ അത് അത്യാവശ്യമൊന്നുമല്ല! (2013-ൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചത്). ഒരു സമയത്ത് ഒരു അടി വയ്ക്കുകയെന്നത് വളരെ പ്രധാനമാണ്. രണ്ട് മധുരപലഹാരം കഴിക്കുന്നതിനു പകരം, ഒരെണ്ണം കഴിക്കുക. "മധുരം കഴിച്ചുകൂടാ" എന്ന് ഞാൻ പറയുകയല്ല, എന്തെന്നാൽ എനിക്കും മധുരം കഴിക്കുന്നത് ഇഷ്ടമാണ്.



അടുത്തത് ഗ്രഹണ(understanding)മാണ്. ഇതാ ഒരു ദൃഷ്ടാന്തം. എന്റെ അച്ഛന് ശരാശരി ശമ്പളമാണ് കിട്ടുന്നത്. അതുകൊണ്ട്, ഞാൻ അദ്ദേഹത്തോട് ഹീറോ ഹോണ്ട അല്ലെങ്കിൽ ടൊയോട്ട ആവശ്യപ്പെടാൻ പാടില്ല. നിങ്ങളുടെ രക്ഷിതാക്കളുടെ സാഹചര്യവും കുടുംബപശ്ചാത്തലവും മനസ്സിലാക്കുക. നിങ്ങളൊരു വിദ്യാർത്ഥിയാണ്, നിങ്ങൾക്ക് കാറിന്റെ ആവശ്യമില്ല. ഒരു വിദ്യാർത്ഥിക്ക് കാറിന്റെ ആവശ്യമുണ്ടോ? ഇല്ല, അതൊരു ആവശ്യമല്ല!

ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് പരിധി പരിശീലിക്കുന്നതിനായി, പുനരാഖ്യാനം നടത്താം: പങ്കിടുക, മിതത്വം പാലിക്കുക, മനസ്സിലാക്കുക!

കൂടുതൽ ആദ്ധ്യാത്മിക രത്നങ്ങൾ ആദ്ധ്യാത്മികമായി വളരുന്നതിന് നമ്മെ സഹായിക്കാനായി, നമുക്കെല്ലാവർക്കും വേണ്ടി, അടുത്ത ലക്കത്തിൽ ഉണ്ടാവും.

നിങ്ങളുടെ സമയത്തിന് നന്ദി. ഓം സായിരാം.

(തുടരും)

പ്രഫ. അനിൽകുമാർ കാമരാജു – (*Seeking Within* പേജ് 49–53)
(പരിഭാഷ: എം.എൻ. വിനോദ്കുമാർ)