വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം

ദാജി

പൂജ്യ ശ്രീ ലാലാജി മഹരാജിന്റെ

153 ആം ജന്മവാർഷികവേളയിൽ

നൽകിയ സന്ദേശം

കൻഹ ശാന്തി വനം – 2026 ഫെബ്രുവരി 1, 2, 3

വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം

പ്രിയ സുഹൃത്തുക്കളേ,

പ്രായം അൻപതുകളിലുള്ള ഒരാൾ എന്റെ മുന്നിലിരുന്നു. പുറം ലോകത്തിന്റെ അളവുകോലുകൾ വെച്ചുനോക്കിയാൽ എല്ലാതരത്തിലും അയാളുടെ ജീവിതം സഫലമെന്നു വിളിക്കാവുന്ന ഒന്നായിരുന്നു, എന്നാലും, എന്നോടയാൾ സംസാരിക്കുമ്പോൾ കൈകൾ വിറക്കുന്നുണ്ടായിരുന്നു: "എന്തുവേണമെന്ന് എനിക്ക് നന്നായറിയാം, എന്ത് പ്രവർത്തിക്കണമെന്നും കൃത്യമായറിയാം. എന്നിരുന്നാലും, പ്രവർത്തിക്കേണ്ട സമയത്ത് ഞാനിനിയൊരിക്കലും ചെയ്യില്ല എന്ന് തീരുമാനിച്ചുറച്ച, എന്നോടുതന്നെ വാഗ്ദാനം നടത്തിയ കാര്യം തന്നെയായിരിക്കും ഞാൻ ചെയ്യുക. ഓരോ തവണ പരാജയപ്പെടുമ്പോഴും എന്റെ ഒരു ഭാഗം എനിക്ക് നഷ്ടപ്പെടുന്നു. പശ്ചാത്താപം എന്നെ വിവശനാക്കുന്നു, അപമാനം എന്നെ ചുട്ടെരിക്കുന്നു, എന്നാലും അത് ആവർത്തിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു."

അക്രമസ്വഭാവത്തെക്കുറിച്ചോ മോഷണശ്രമത്തെക്കുറിച്ചോ വിശ്വാസവഞ്ചനയെക്കുറിച്ചോ അല്ല അയാൾ സംസാരിച്ചിരുന്നത്. അത്രയും സ്വകാര്യമായ, നിരന്തരമായി അയാളെ മുറിവേൽപ്പിക്കുന്ന, അതിന്റേതായ രീതിയിൽ അത്യധികം നാശകാരിയായ ഒരു വിഷയത്തെക്കുറിച്ചായിരുന്നു പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നത്; മനുഷ്യ ഹൃദയങ്ങളെ പ്രക്ഷുബ്ധമാക്കുന്ന, ആഗ്രഹങ്ങളും ഉന്നതലക്ഷ്യവും തമ്മിലുള്ള സംഘട്ടനത്തെക്കുറിച്ച്.

ഈ ഏറ്റുപറച്ചിൽ പല വിധത്തിൽ സംഭവിക്കാം: അദമ്യമായ ശീലങ്ങളിൽനിന്നും മോചിതനാവാൻ കഴിയാത്ത മധ്യവയസ്കനായ

ഉദ്യോഗസ്ഥൻ; കൃത്യതയോടെ ശുദ്ധീകരണം നടത്തുന്നുണ്ടെങ്കിലും ഒരേതരം പ്രവണതകൾ ആവർത്തിക്കപ്പെടുന്ന അനുഭവമുള്ള ആത്മീയ സാധകൻ; ക്ഷണികമായ സന്തോഷത്തെ ബൗദ്ധികമായി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നത് ശാശ്വത സമാധാനത്തിന് പകരമാവില്ല എന്നറിയുന്ന കുടുംബസ്ഥൻ; പ്രലോഭനങ്ങളുയരുമ്പോൾ അവയ്ക്ക് വശംവദനാവുന്ന സ്ഥിതിവിശേഷം തുടങ്ങിയവ. സാഹചര്യങ്ങൾ മാറാം, എന്നാലും ഘടന എപ്പോഴും ഒന്നുതന്നെയായിരിക്കും: വിഭജിക്കപ്പെട്ടൊരു ഹൃദയം, ഒരു ഭാഗം മുക്തി ലക്ഷ്യമാക്കി നീങ്ങുമ്പോൾ, മറ്റൊന്ന് ബന്ധനത്തിലേക്ക് നീങ്ങുന്നു.

ആന്തരിക വിഭജനം

"എന്റെ ഒരു ഭാഗം മോചനമാഗ്രഹിക്കുമ്പോൾ, മറുഭാഗം ആഗ്രഹങ്ങൾക്കു പുറകെ പോകണമെന്ന് ശാഠ്യം പിടിക്കുന്നു" എന്നൊരാൾ പറഞ്ഞാൽ എന്താണതിനർത്ഥം? ഹൃദയം ഇനിയുമൊരു തീരുമാനത്തിലെത്തിയിട്ടില്ല എന്നാണത് വ്യക്തമാക്കുന്നത്; പൂർണ്ണ പിന്തുണയോടെയല്ലാതെയെങ്കിലും. സ്വതന്ത്രമാവുക എന്നതിനായുള്ള അഭിലാഷം യഥാർത്ഥമാണ്; അതുപോലെതന്നെയാണ് ആഗ്രഹങ്ങളുടെ വശീകരണവും. രണ്ടും ഒരേസമയം നിലനിൽക്കുന്നു. ഉറച്ചൊരു ആന്തരീക നീക്കത്തിന്റെ (തീരുമാനം) അഭാവം അഭിമുഖീകരിക്കേണ്ട സന്ദർഭത്തിൽ, കൂടുതൽ ശക്തമായത് വിജയിക്കും.

പ്രേയസ്സും ശ്രേയസ്സും തമ്മിലുള്ള സംഘർഷമാണിത്; തൽക്ഷണ സംതൃപ്തിയും ദീർഘകാല ക്ഷേമവും തമ്മിൽ. വേദകാലം മുതൽതന്നെ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധയാകർഷിക്കപ്പെട്ടിരുന്നൊരു അഭിപ്രായവ്യത്യാസം. മനസ്സിൽ ഭിന്നതയുള്ളപ്പോൾ ദിവ്യത്വത്തിലെത്തിച്ചേരാനുള്ള അന്വേഷണം ആത്മരോദനത്തിനുണ്ടാവില്ല. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ഹൃദയത്തിന്റെ പാതി ഇപ്പോഴും ഭൗതികവിഷയങ്ങളിൽ ആസക്തമാണ്.

പലരും, ഈ അവസ്ഥയിൽ തങ്ങൾ കുടുങ്ങികിടക്കുന്നുവെന്ന തിരിച്ചറിവുള്ളവരാണ്. അവർ ധ്യാനിക്കുന്നു, ശുദ്ധീകരണം നടത്തുന്നു,

പത്താമത് പ്രമാണം അവർ പിന്തുടരുന്നു – തെറ്റായ പ്രവൃത്തികളിൽ പശ്ചാത്തപിച്ചുകൊണ്ട്,മാപ്പിരന്നുകൊണ്ട്,വീണ്ടുമതാവർത്തിക്കുകയില്ലെന്ന് അവർ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു. എന്നിട്ടും വാഗ്ദാനം ലംഘിക്കപ്പെടുന്നു. ലംഘിക്കപ്പെടുന്ന ഓരോ വാഗ്ദാനവും കനത്ത ഭാരമേൽപ്പിക്കുന്നു, ആത്മവിശ്വാസം നഷ്ടമാവുന്നു, ഇച്ഛാശക്തി ദുർബലമാവുന്നു, സൂക്ഷ്മതലത്തിൽ നിരാശ പടരാൻ തുടങ്ങുന്നു. സ്വാതന്ത്ര്യമെന്നത് തനിക്ക് യോജിച്ചതല്ല, മറ്റുള്ളവർക്കാണ് എന്ന ചിന്ത രൂഢമൂലമാവുന്നു.

എന്തു പിഴവാണിവിടെ സംഭവിച്ചത്?

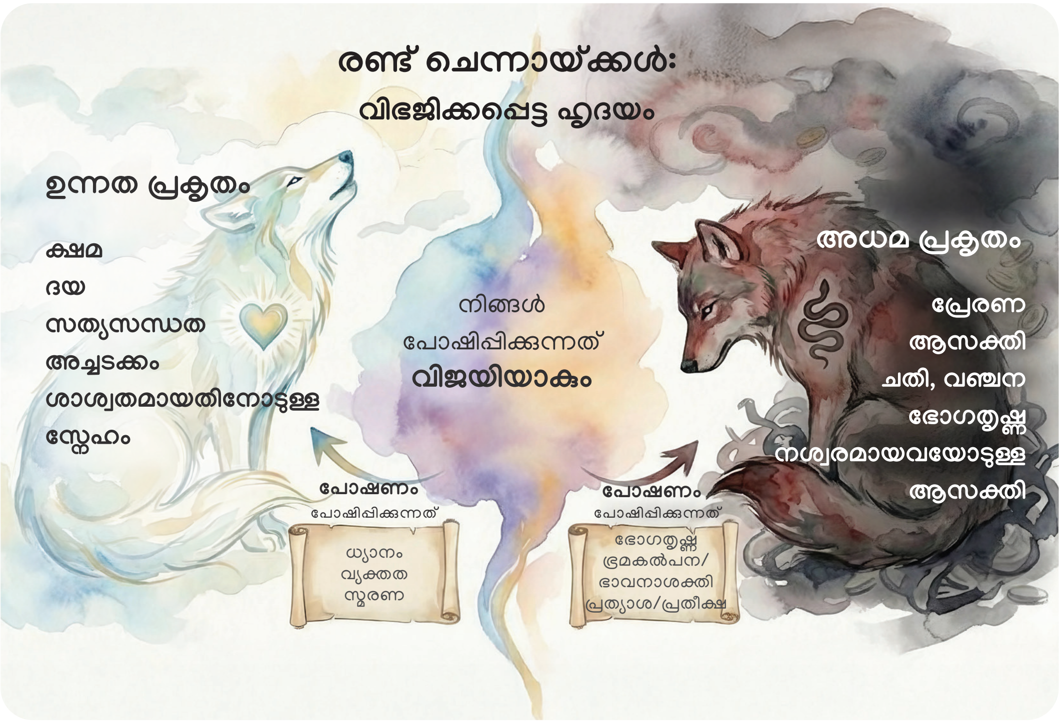
രണ്ട് ചെന്നായ്ക്കൾ

പഴയൊരു പാഠമുണ്ട്; തലമുറകളായി പല സംസ്കാരങ്ങളിലൂടെ കൈമാറിയത്. എല്ലാ മനുഷ്യഹൃദയങ്ങളിലും കുടിയിരിപ്പുള്ള രണ്ട് ചെന്നായ്ക്കളെക്കുറിച്ചുള്ളത്. നമ്മുടെ ഉന്നത പ്രകൃതത്തേയും, ക്ഷമയേയും, ദയാശീലത്തേയും, സത്യസന്ധതയേയും, അച്ചടക്കത്തേയും, ശാശ്വതമായതിനോടുള്ള സ്നേഹത്തേയും പ്രതിനിധീകരിക്കുന്ന ഒരു ചെന്നായ. അധമ പ്രകൃതത്തേയും, പ്രേരണയേയും, ആസക്തിയേയും, ചതി വഞ്ചന തുടങ്ങിയവയേയും, ഭോഗതൃഷ്ണയേയും, നശ്വരമായവയോടുള്ള ആസക്തിയേയും പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്ന മറ്റൊരു ചെന്നായയും.

തന്റെ ജേഷ്ഠനോട് ഒരു ചെറുപ്പക്കാരൻ ചോദിച്ചു,"ഏതാണ് വിജയിക്കുക?" ജേഷ്ഠൻ പറഞ്ഞു,"നീ തീറ്റ നൽകുന്ന ഒന്ന്."

ബോധനരീതി ലളിതമാണ്, എങ്കിലും, അതിന്റെ പ്രയോഗം സുഗമമല്ല. നിരന്തരമായ ആഗ്രഹം വെച്ചുപുലർത്തുന്ന സാധകൻ രണ്ട് ചെന്നായ്ക്കൾക്കും ഭക്ഷണം നൽകുകയാണ്. രാവിലെ നടത്തുന്ന ധ്യാനത്തിലൂടെ ഉന്നത പ്രകൃതമുള്ള ചെന്നായയ്ക്ക് ഭക്ഷണം ലഭിക്കുന്നു, വൈകുന്നേരത്തെ ശുദ്ധീകരണത്തിലൂടെ അത് (ഉന്നത പ്രകൃതമുള്ള ചെന്നായ) കരുത്താർജ്ജിക്കുന്നു. വ്യക്തതയും ദൃഢനിശ്ചയവുമുള്ള നിമിഷങ്ങളിൽ അത് വളർച്ച പ്രാപിക്കുന്നു.

പ്രേരകമായ ഒന്ന് അപ്പോൾ സംഭവിക്കുന്നു, ഭോഗത്തിലൂടെയും ഭാവനാശക്തിയിലൂടെയും പ്രതീക്ഷകളിലൂടെയുള്ള സ്വകാര്യ സന്തോഷങ്ങളിലൂടെയും അധമ തലത്തിലുള്ള ചെന്നായ അതിന്റേതായ ഊർജ്ജത്തോടെ ഉയരുന്നു. ഏറ്റുമുട്ടലിന്റെ ആ നിമിഷത്തിൽ കൂടുതൽ ശക്തനായ ചെന്നായ വിജയിക്കുന്നു. സാധകനുമാത്രമാണ് അധമ പ്രകൃതമുള്ളത് എന്ന് ധരിക്കേണ്ടതില്ല; എല്ലാവരിലും ആ പ്രകൃതമുണ്ട്. പ്രശ്നമെന്തെന്നാൽ, രണ്ട് ചെന്നായ്ക്കളുടേയും ഭക്ഷണം അത്രയധികം സന്തുലിതമായതിനാൽ രണ്ടെണ്ണവും ജീവനോടെയും കരുത്തോടെയും നിലനിർത്തപ്പെടുന്നുവെന്നതാണ്. തമ്മിലുള്ള യുദ്ധം തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു, കാരണം, രണ്ടുപേരേയും ക്ഷീണിക്കാൻ അനുവദിക്കുന്നില്ല.



എന്തുകൊണ്ട് ശുദ്ധീകരണം മാത്രം മതിയാകാതെവരുന്നു

ഹാർട്ട്ഫുൾനസ്സ് ശുദ്ധീകരണ പ്രക്രിയ ഗഹനമായതാണ്. വൈകുന്നേരങ്ങൾ തോറും സാധകൻ, ആ ദിവസം ആർജ്ജിച്ച സങ്കീർണതകളും മാലിന്യങ്ങളും പിന്നിലൂടെ പുറത്തുപോകുന്നുവെന്നും, ദിവ്യപ്രകാശം മുന്നിലൂടെ തന്നിൽ പ്രവേശിക്കുന്നുവെന്നും സങ്കൽപ്പിക്കുന്നു. മുദ്രണങ്ങൾ മാറ്റപ്പെടുന്നു, വ്യവസ്ഥയിലെ ഭാരം കുറയ്ക്കപ്പെടുന്നു. സ്വാതന്ത്ര്യം മുന്നിൽ കാണുന്നു. എന്നാൽ, ചില സാധകർ അറിയിക്കാറുള്ളത്, വർഷങ്ങളോളമായുള്ള ശുദ്ധീകരണത്തിനുശേഷവും ചില പ്രവണതകൾ അതേപടി നിലനിൽക്കുന്നുവെന്നാണ്. ആഗ്രഹങ്ങൾ തിരികെയെത്തുന്നു; മുമ്പുണ്ടായിരുന്നതിനേക്കാൾ ശക്തമായി. അങ്ങിനെ ആ രീതി തുടരുന്നു. എന്തുകൊണ്ടിങ്ങനെ സംഭവിക്കുന്നു?

ഹൃദയത്തിനു താൽപര്യമുള്ളതും, സമ്മതമായതും മാത്രമേ ശുദ്ധീകരണത്താൽ പുറന്തള്ളപ്പെടുന്നുള്ളൂ എന്നതാണിതിന് കാരണം. ഏതെങ്കിലുമൊരു പ്രവണതയെ സ്വകാര്യമായി വിലപ്പെട്ടതായി കരുതി സൂക്ഷിക്കുമ്പോൾ, മറഞ്ഞിരിക്കുന്ന മമതയോടെ മനസ്സതിനോട് ഒട്ടിനിൽക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, ശുദ്ധീകരണത്തിന് എതിർപ്പ് നേരിടേണ്ടിവരും. പ്രവൃത്തിരീതി അതിന്റേതായ തലത്തിൽ തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കുമെങ്കിലും, ആഴത്തിലൂന്നിയ വേര് അതിന്റേതായ സവിശേഷതയാൽ സംരക്ഷിക്കപ്പെടും.

മുൻദിവസത്തെ അതേ ക്രമത്തിലുള്ള കാര്യങ്ങൾക്ക് വഴിപ്പെട്ട്, വൈകുന്നേരം ശുദ്ധീകരണത്തിനിരിക്കുന്ന കാര്യമൊന്ന് ചിന്തിച്ചുനോക്കൂ. മനസ്സ് പശ്ചാത്തപിക്കും, ഹൃദയത്തിൽ കുറ്റബോധം നിറയും, മാപ്പുതരണേ എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കും, വീണ്ടുമൊരു വാഗ്ദാനം നൽകപ്പെടും. ചോദ്യമിതാണ്: ആ വാഗ്ദാനം എത്രത്തോളം ഹൃദയപൂർവ്വമാണ്?

പാതി മനസ്സോടെയുള്ള പ്രാർത്ഥന

എന്തെങ്കിലും വേണമെന്ന്/ചെയ്യണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്നതും ആ ആഗ്രഹം യാഥാർത്ഥ്യമുള്ളതാവുന്നതും തമ്മിൽ വളരെയേറെ അന്തരമുണ്ട്. ഒരാഗ്രഹവുമായി നിരന്തരം മല്ലിടുന്ന ഒരു സാധകൻ ആത്മാർത്ഥമായി സ്വാതന്ത്ര്യം ആഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടാവാം. പശ്ചാത്താപവേളയിൽ ആ ആഗ്രഹം തീവ്രമാവുകയും ചെയ്യും. പ്രാർത്ഥനയിൽ ആ അഭിലാഷം വാസ്തവമെന്ന് തോന്നിപ്പിക്കും. ധ്യാനത്തിൽ അനുഭവമാകുന്ന സ്വസ്ഥതയിൽ മുക്തി വളരെയടുത്തെന്ന തോന്നലുണ്ടാവുകയും ചെയ്യും.

ആ സമയത്തായിരിക്കും പ്രേരകശക്തി ഉണരുന്നത്. ഒരു സന്ദർഭം സംജാതമാവുകയും നാഡീവ്യവസ്ഥയിൽ പഴയ നടപ്പാത പ്രകാശിതമാവുകയും ചെയ്യുമപ്പോൾ. ഉപബോധമനസ്സിന്റെ അഗാധതകളിൽ മൂടപ്പെട്ടിരുന്ന പ്രതികരണങ്ങളിലേക്ക് പലപ്പോഴും നയിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യും. ഉന്നതമായതിനായുള്ള അഭിലാഷങ്ങൾ പെട്ടെന്നുതന്നെ ബാഷ്പീകരിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യും. അവശേഷിക്കുന്നത് ആഗ്രഹസഫലീകരണത്തിനായുള്ള പിടിവലി മാത്രം. അഭിലാഷത്തിന്റെ വേരുകൾക്ക് എത്രത്തോളം ആഴക്കുറവുണ്ടായിരുന്നുവെന്ന് ആ നിമിഷം തിരിച്ചറിയും.

എന്തെങ്കിലും വേണമെന്ന്/ചെയ്യണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്നതും ആ ആഗ്രഹം യാഥാർത്ഥ്യമുള്ളതാവുന്നതും തമ്മിൽ വളരെയേറെ അന്തരമുണ്ട്. ഒരാഗ്രഹവുമായി നിരന്തരം മല്ലിടുന്ന ഒരു സാധകൻ ആത്മാർത്ഥമായി സ്വാതന്ത്ര്യം ആഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടാവാം. പശ്ചാത്താപവേളയിൽ ആ ആഗ്രഹം തീവ്രമാവുകയും ചെയ്യും. പ്രാർത്ഥനയിൽ ആ അഭിലാഷം വാസ്തവമെന്ന് തോന്നിപ്പിക്കും. ധ്യാനത്തിൽ അനുഭവമാകുന്ന സ്വസ്ഥതയിൽ മുക്തി വളരെയടുത്തെന്ന തോന്നലുണ്ടാവുകയും ചെയ്യും.

ഇത് കാപട്യമല്ല; മനുഷ്യന്റെ അവസ്ഥയാണ്. സ്വാതന്ത്ര്യം ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെന്ന് നാം നുണ പറയുന്നുവെന്നതല്ല പ്രശ്നം. ഒരു ഏറ്റമുട്ടൽ അതിജീവിക്കാൻ തക്കവണ്ണം പ്രബലമായൊരു അഭിലാഷം നാമിനിയും വളർത്തിയെടുത്തിട്ടില്ല എന്നതാണ് യഥാർത്ഥ പ്രശ്നം. പ്രാർത്ഥിക്കുന്നുവെന്നത് വാസ്തവമാണ്, പക്ഷേ, അത് പാതി മനസ്സോടെയാണെന്നുമാത്രം.

വ്യാപാരിയും സന്യാസിയും

പഴയൊരു കഥ ഇതിനുപോൽബലകമാണ്. ഒരു വ്യാപാരി ഒരു സന്യാസിയുടെ അരികിൽ വന്നു. തന്റെ ഉപഭോക്താക്കളെ വഞ്ചിക്കുന്നത് അവസാനിപ്പിക്കാനാവാത്തതിൽ വിഷമിതനായാണ് അയാൾ അവിടെയെത്തിയത്. "അത് തെറ്റെന്ന് എനിക്കറിയാം," അയാൾ പറഞ്ഞു. "എല്ലാ വൈകുന്നേരങ്ങളിലും, ഞാൻ സത്യസന്ധനാവുമെന്ന പ്രതിജ്ഞയെടുക്കും. എങ്കിലും, പിറ്റേന്ന് രാവിലെ വീണ്ടും നുണ പറയാൻ തുടങ്ങും. എന്റെ പ്രശ്നമെന്താണ്?"

"വൈകന്നേരം നിങ്ങൾ പ്രതിജ്ഞയെടുക്കുമ്പോൾ യഥാർത്ഥത്തിൽ സത്യസന്ധനാവണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കാറുണ്ടോ?" സന്യാസി ചോദിച്ചു.
"തീർച്ചയായും." അയാൾ മറുപടി പറഞ്ഞു.

"പിറ്റേന്ന് രാവിലെ ഒരു ഉപഭോക്താവ് നിങ്ങളുടെ മുന്നിൽ വരുന്ന സമയത്തും നിങ്ങൾക്ക് അതേ ആഗ്രഹമാണോ?" സന്യാസി വീണ്ടും ചോദിച്ചു.
ഒരു നിമിഷം ആലോചിച്ച് അയാൾ മറുപടി പറഞ്ഞു, "ആ സമയം ഞാൻ കച്ചവടത്തെക്കുറിച്ചാണ് ചിന്തിക്കാറ്."
"അങ്ങിനെയെങ്കിൽ, വൈകുന്നേരം നടത്തുന്ന പ്രതിജ്ഞ നടത്തുന്നയാൾ ഒന്ന്, രാവിലെ ഉപഭോക്താവിനെ കാണുന്നയാൾ മറ്റൊരാളുമാണ്," സന്യാസി പറഞ്ഞു. "രണ്ടും ഒരാളാവുന്നതുവരെ ഈ പ്രശ്നം തുടരും. നിങ്ങൾ വാഗ്ദാനലംഘനം നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കും." അദ്ദേഹം കൂട്ടിച്ചേർത്തു.

“എങ്ങിനെയാണ് രണ്ടും ഒരുപോലെയാക്കുക?” വ്യാപാരി ചോദിച്ചു. “കച്ചവടത്തിനുമപ്പുറം നിങ്ങൾക്കാവശ്യമായതെന്തെന്ന് നിങ്ങൾ കണ്ടെത്തണം. അതറിയാനായാൽ അസത്യങ്ങളുടെ ആവർത്തനം നിലയ്ക്കും,” സന്യാസി മറുപടി നൽകി.

ഇച്ഛാശക്തി ദുർബ്ബലപ്പെടൽ

തുടരെ സംഭവിക്കുന്ന വീഴ്ചകളിൽ ഒരു യാന്ത്രിക തത്വം പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. ഓരോ പരാജയവും, അടുത്ത പരീക്ഷണത്തിനു മുൻപുതന്നെ ഘടനയെ ദുർബ്ബലമാക്കുമെന്നതാണത്. ഒരു നിശ്ചിത അളവിൽ ഭാരം വഹിക്കാനായി തയ്യാറാക്കിയൊരു പാലത്തിൽ കുറച്ചുകൂടുതൽ ഭാരം ഒരിക്കൽ കയറ്റാം. എന്നാൽ, അത് പതിവായാൽ സൂക്ഷ്മതലത്തിൽ വിള്ളൽ സംഭവിക്കും. പാലം ഉറപ്പുള്ളതെന്ന തോന്നൽ ഉണ്ടാവുമെങ്കിലും, കേടുപാട് ഉള്ളിലാണല്ലോ. അവസാനം, ചെറിയൊരളവിലുള്ള ഭാരക്കൂടുതൽ എന്നുതോന്നിപ്പിച്ചിരുന്നത് കൊടും നാശനഷ്ടത്തിനിടയാക്കും.

ഇച്ഛാശക്തിയും അതുപോലെയാണ്. ഓരോതവണയും നാം ഇച്ഛാശക്തിയെ അസാധുവാക്കുമ്പോൾ, ഓരോ തവണയും ഉന്നത മനസ്സിന്റെ തെളിമയാർന്ന തീരുമാനങ്ങളെ ആഗ്രഹങ്ങളുടെ വേലിയേറ്റത്താൽ നാം മാറ്റിവെയ്ക്കുമ്പോൾ, വിള്ളലുകൾ സംഭവിക്കുന്നു. ആന്തരീകമായ ആ ഒടിവ് അദൃശ്യമാകാം, അതുണ്ടാക്കുന്ന ക്ഷതം കൂട്ടിവെയ്ക്കപ്പെടും.

പലതവണ ഇത്തരം വീഴ്ചകൾ സംഭവിച്ച സാധകർ പലപ്പോഴും, തുടക്കത്തിലുണ്ടായിരുന്നതിനേക്കാൾ ബലഹീനരാണ് തങ്ങൾ എന്ന് പറയാറുള്ളത് ഇതുകൊണ്ടാണ്. പരിശീലനം തങ്ങളെ കൂടുതൽ കരുത്തുറ്റവരാക്കുമെന്നായിരുന്നു അവരുടെ പ്രതീക്ഷ. എന്നാൽ, ആവർത്തിച്ചുള്ള പരാജയം, അവർ കെട്ടിപ്പടുക്കാനുദ്ദേശിച്ചിരുന്ന ശേഷി (ക്ഷമത) ഇല്ലാതാക്കി. ഇച്ഛാശക്തിയെ പരീക്ഷിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക എന്നതല്ല അതിനുള്ള പരിഹാരം; പരിഹാരമെന്നത് പരാജയപ്പെടുവാനായി അതിനെ തയ്യാറാക്കുന്നത് നിർത്തുക എന്നതാണ്.

സത്യസന്ധമായ വിലയിരുത്തൽ

ഹൃദയത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ അവസ്ഥ നിഷ്ക്കരുണം, സത്യസന്ധമായി വിലയിരുത്തുന്നതിലൂടെ പരിവർത്തനത്തിന് തുടക്കമാവുന്നു. നമ്മളിൽ മിക്കവരും സ്വാതന്ത്ര്യത്തോടുള്ള നമ്മുടെ പ്രതിബദ്ധത കൂടുതലായി വിലമതിക്കുകയും, അതേസമയം, ഘടനകളോടുള്ള നമ്മുടെ മമതയെ വില കുറച്ചുകാണുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ തെറ്റായ വിലയിരുത്തൽ പാലിക്കാനാവാത്ത വാഗ്ദാനങ്ങളിലേക്ക് നയിക്കും. അങ്ങിനെ മേൽപ്പറഞ്ഞ പ്രതീക്ഷയ്ക്ക് (വിശ്വാസം) ശോഷണം സംഭവിക്കുന്നു.

സത്യസന്ധമായ വിലയിരുത്തൽ എങ്ങനെയാവും? ആന്തരികമായ പോരായ്മയുടെ കൃത്യമായ കണക്ക്, അപമാനമോ പ്രതിരോധമോ ഇല്ലാതെ ഏറ്റുപറയുക എന്നതാണത്. ഒന്നുമുതൽ പത്തുവരെയുള്ള ഒരളവുകോൽ വെച്ച് കണക്കാക്കിയാൽ, മുക്തി എന്നത് നിങ്ങൾക്കെത്രത്തോളം അവശ്യമായ ഒന്നാണ്? അതേ അളവുകോൽ വെച്ചുനോക്കിയാൽ, നിങ്ങളുടെ ഘടന ലഭ്യമാക്കുന്ന സുഖസന്തോഷങ്ങൾ നിങ്ങളെത്ര കാംക്ഷിക്കും?

ഇതിനുള്ള സത്യസന്ധമായ ഉത്തരം പലരേയും വിനയാന്വിതരാക്കും. സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനായുള്ള അഭിവാഞ്ജ, അളവുകോൽ പ്രകാരം അഞ്ചോ ആറോ ആയിരിക്കും. അതേസമയം ആഗ്രഹങ്ങളുടെ പിടിവലി എട്ടോ ഒൻപതോ ആവും. ഈ അനുപാതങ്ങൾ കണക്കിലെടുത്താൽ, ഒരു ഏറ്റുമുട്ടലിന്റെ പരിണിതഫലം എന്തായിരിക്കുമെന്ന് ഊഹിക്കാവുന്നതേയുള്ളു. എന്തായാലും, ഇത് നിരാശയ്ക്കിടം നൽകുന്ന ഒന്നല്ല; തന്ത്രപരമായി നീങ്ങേണ്ടതിനുള്ള ഒരു കാരണം മാത്രമാണിത്. നിങ്ങളുടെ തീവ്രാഭിലാഷം ആഗ്രഹങ്ങളുടെ പിടിവലിയെക്കാൾ ദുർബ്ബലമാണെങ്കിൽ, അഭിലാഷം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനാവണം നിങ്ങളുടെ ശ്രമമെല്ലാം. ഇപ്പോഴുള്ള അനുപാതം പിന്തുണയേകാത്ത വാഗ്ദാനങ്ങൾ നടത്താതിരിക്കുക. പകരം, അനുപാതത്തെ തന്നെ മാറ്റുന്നതിൽ ശ്രദ്ധയർപ്പിക്കുക.

ത്വരയെ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതെന്താണ്

ദൈവത്തിനായുള്ള വാഞ്ഛ ഇച്ഛാശക്തിയിലൂടെ വളരുകയില്ല; അത് സമ്പർക്കത്തിലൂടെയും സമ്പർക്കത്തിൽ നിന്ന് ഉണ്ടാകുന്ന വ്യതിവ്യാപനത്തിലൂടെയുമാണ് വളരുന്നത്.

നാം ധ്യാനത്തിൽ സമയം ചിലവഴിക്കുമ്പോൾ, നമ്മുടെ ബോധപൂർവമായ അനുഭവത്തിനപ്പുറം എന്തോ ഒന്ന് സംഭവിക്കുന്നു. നമ്മുടെ വ്യൂഹത്തിന് സംപ്രേഷണം ലഭിക്കുന്നു; പകർന്നുനൽകപ്പെടുന്ന അവസ്ഥയുടെ എന്തെങ്കിലും ഹൃദയം ആഗിരണം ചെയ്യുന്നു. ആവർത്തിച്ചുള്ള പരിശീലനം കൊണ്ട്, കാലക്രമേണ, ഒരു പുതിയ അടിസ്ഥാനരേഖ, ഒരു പുതിയ അവസ്ഥ, സാധ്യമായതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു പുതിയ ബോധം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നു.

അതുകൊണ്ടാണ് സത്സംഗത്തിന്, അതായത് സത്യത്തിന്റെ കൂട്ടായ്മയ്ക്ക്, ഊന്നൽ നൽകിയിരിക്കുന്നത്. ഒരു മാസ്റ്ററുടെയോ, പൂർണ്ണമായ ത്വരയുള്ള, അർപ്പണബോധമുള്ള പരിശീലകന്റെയോ സാന്നിധ്യത്തിൽ, നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങളിൽ എന്തോ ഒന്ന് ഉണർത്തപ്പെടുന്നു. ഉയർന്ന ആഗ്രഹത്തിന്റെ ആവൃത്തിയിൽ ഒരു അനുരണനം സംഭവിക്കുന്നു, നമ്മുടെ സ്വന്തം ആവൃത്തി മാറാൻ തുടങ്ങുന്നു.

അതുപോലെ, ആത്മീയയാത്ര ചെയ്തവരുടെ അനുഭവങ്ങൾ വായിക്കാൻ ചെലവഴിക്കുന്ന സമയം, നമ്മുടെ സ്വഭാവങ്ങൾക്കും പ്രവണതകൾക്കും അപ്പുറത്ത് എന്താണുള്ളത് എന്നതിനെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കാൻ ചെലവഴിക്കുന്ന സമയം, അവനവനിൽ നിന്ന് ശ്രദ്ധ തിരിക്കുന്ന സേവനത്തിൽ ചിലവഴിക്കുന്ന സമയം, ഇവയെല്ലാം ഉന്നതനിലയിലുള്ള ചെന്നായയെ പോറ്റുമ്പോൾ താഴ്ന്ന നിലയിലുള്ള ചെന്നായ്ക്ക് കുറഞ്ഞ ശ്രദ്ധ മാത്രമേ ലഭിക്കുകയുള്ളൂ.

ഈ മാറ്റം ക്രമേണയാണ് സംഭവിക്കുന്നത്. മറ്റൊരാളുമായുള്ള പ്രഭാതത്തിലെ ഏറ്റുമുട്ടലിലുണ്ടാവുന്ന മാറ്റം വ്യത്യസ്തമായി അനുഭവപ്പെടുന്നത് ഒരു ദിവസം നാം ശ്രദ്ധിക്കുന്നു. നേരത്തെയുണ്ടായിരുന്ന

നാം ധ്യാനത്തിൽ സമയം ചിലവഴിക്കുമ്പോൾ, നമ്മുടെ ബോധപൂർവമായ അനുഭവത്തിനപ്പുറം എന്തോ ഒന്ന് സംഭവിക്കുന്നു. നമ്മുടെ വ്യൂഹത്തിന് സംപ്രേഷണം ലഭിക്കുന്നു; പകർന്നുനൽകപ്പെടുന്ന അവസ്ഥയുടെ എന്തെങ്കിലും ഹൃദയം ആഗിരണം ചെയ്യുന്നു. ആവർത്തിച്ചുള്ള പരിശീലനം കൊണ്ട്, കാലക്രമേണ, ഒരു പുതിയ അടിസ്ഥാനരേഖ, ഒരു പുതിയ അവസ്ഥ, സാധ്യമായതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു പുതിയ ബോധം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നു.

പ്രതികരണത്തിന്റെ ചെറിയ സ്വാധീനം ഇപ്പോഴും ഉണ്ടായിരിക്കാം, പക്ഷേ മറ്റെന്തോ കൂടി ഉണ്ട്, മുമ്പ് ഇല്ലാതിരുന്നതോ, മുമ്പ് ഉണ്ടായിരുന്നു എന്നാൽ ദുർബ്ബലമായിരുന്നതോ ആയ ഒന്ന്; അതിന്റെ തോതിൽ മാറ്റം സംഭവിച്ചു.

ആന്തരിക രോദനത്തിന്റെ നിലവാരം

ദൈവത്തോടുള്ള ആസക്തി, ലൗകിക വസ്തുക്കളോടുള്ള ആസക്തി പോലെ ശക്തമാണെങ്കിൽ, സാക്ഷാത്കാരം തൽക്ഷണം ഉണ്ടാകുമെന്ന് ബാബുജി മഹാരാജ് ഒരിക്കൽ അഭിപ്രായപ്പെട്ടിരുന്നു.

അതെന്താണെന്ന് നമുക്ക് പരിശോധിക്കാം. ശക്തമായ ഒരു ആഗ്രഹം നമുക്കുണ്ടാകുമ്പോൾ, അത് നമ്മുടെ മുഴുവൻ വ്യൂഹത്തിലും വ്യാപിക്കുന്നു. ചിന്തയും, വികാരവും, വ്യൂഹവും, ഇച്ഛാശക്തിയുമെല്ലാം അതിന്റെ പൂർത്തീകരണത്തിനായി വർത്തിക്കുന്നു. ഇതിനെ തകർക്കാൻ കെൽപുള്ള മറ്റൊരു ശക്തിയില്ലാത്തതുകൊണ്ട് പ്രതിരോധം തകർന്നുവീഴുന്നു. മോക്ഷത്തിനായുള്ള ആഗ്രഹം ഒരുപോലെ സർവ്വവ്യാപിയാണെങ്കിൽ എന്ത് സംഭവിക്കും? അതിന് കുറഞ്ഞ ആഗ്രഹത്തോട് പോരാടേണ്ടതില്ല, കാരണം അത് ആ കുറഞ്ഞ ആഗ്രഹത്തെ കീഴടക്കും. ഒരു വലിയ നദി ഒരു ചെറിയ അരുവിയെ ആഗിരണം ചെയ്യുന്നതുപോലെ, ആ വലിയ അരുവി വെള്ളം മുഴുവൻ ഒരു ദിശയിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകും.

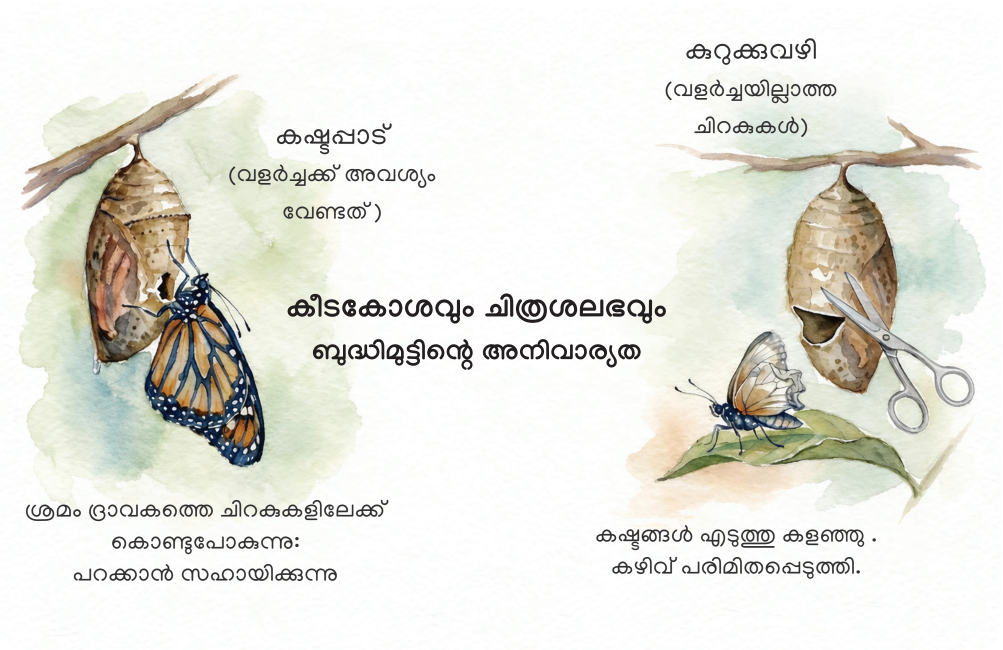
അതുകൊണ്ടാണ് അർദ്ധമനസ്സോടെയുള്ള പ്രാർത്ഥനയ്ക്ക് നമ്മെ രൂപാന്തരപ്പെടുത്താൻ കഴിയാത്തത്. അതുകൊണ്ടാണ് ഉപരിപ്ലവതലത്തിലുള്ള പശ്ചാത്താപം ആഴത്തിലുള്ള സ്വഭാവങ്ങളിലും പ്രവണതകളിലും തട്ടി തെറിച്ചുപോകുന്നത്. തീവ്രത പൊരുത്തപ്പെടുന്നില്ല: സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനായുള്ള ആഗ്രഹം ഒരു മെഴുകുതിരി പോലെയാണ്, അതേസമയം ഒരു ശീലത്തിന്റെ ആകർഷണം തീജ്വാല പോലെയാണ്. അനുപാതങ്ങൾ മാറുന്നതുവരെ, ഫലം മുൻകൂട്ടി നിശ്ചയിച്ചതു പോലെയായിരിക്കും.

കീടകോശവും (Cocoon) ചിത്രശലഭവും

ഒരു കൂട്ടിൽ നിന്നും പുറത്തുവരാൻ പാടുപെടുന്ന ചിത്രശലഭത്തെ നിരീക്ഷിച്ച ഒരു വ്യക്തിയുടെ ഒരു കഥയുണ്ട്. ദ്വാരം ചെറുതായിരുന്നു, ചിത്രശലഭം മണിക്കൂറുകളോളം അത് തുറക്കാൻ ആയാസപ്പെട്ടു. അനുകമ്പ തോന്നിയ ആ മനുഷ്യൻ ഒരു കത്രിക എടുത്ത് ദ്വാരം വലുതാക്കാൻ കൂട്ടിനെ മുറിച്ചു. ചിത്രശലഭം എളുപ്പത്തിൽ പുറത്തുവന്നെങ്കിലും അതിന്റെ ശരീരം വീർത്തിരുന്നു, ചിറകുകൾ ചുരുങ്ങി, ഒരിക്കലും അതിന് പിന്നീട് പറക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല.

ആ ചെറിയ ദ്വാരത്തിലൂടെയുള്ള പോരാട്ടം, ചിത്രശലഭത്തിന്റെ ശരീരത്തിൽ നിന്നുള്ള ദ്രാവകം അതിന്റെ ചിറകുകളിലേക്ക് തള്ളിവിടുന്നതിനുള്ള പ്രകൃതിയുടെ ഒരു മാർഗമാണെന്ന് ആ മനുഷ്യന് മനസ്സിലായിരുന്നില്ല. ക്രൂരമായി തോന്നിയ ആ ബുദ്ധിമുട്ട്, ചിത്രശലഭത്തിന് പറക്കാനുള്ള കഴിവ് വികസിപ്പിക്കുന്നതിന് അത്യാവശ്യമായിരുന്നു. അതുപോലെ, യാത്രയിൽ നിന്ന് ബുദ്ധിമുട്ട് മാറ്റണമെന്ന് ദൈവത്തോട് പ്രാർത്ഥിക്കുന്ന അന്വേഷകൻ, അവികസിതമായ ചിറകുകളുമായി പുറത്തുവരാൻ ആവശ്യപ്പെടുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്.

പല അന്വേഷകരും തങ്ങളുടെ പ്രവണതകളിൽ നിന്നുള്ള മോചനത്തിനായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. അവരുടെ ആഗ്രഹങ്ങൾ നീക്കം ചെയ്യാനും, ഇച്ഛാശക്തി



ശക്തിപ്പെടുത്താനും, പാത എളുപ്പമാക്കാനും അവർ ദൈവത്തോട് അപേക്ഷിക്കുന്നു; പക്ഷേ പലപ്പോഴും ഒന്നും സംഭവിക്കുന്നില്ല. ആഗ്രഹം ഇല്ലാതാവുന്നില്ല, ഇച്ഛാശക്തി ദുർബ്ബലമായിത്തന്നെ നിൽക്കുന്നു, പാത ദുഷ്കരമായി തുടരുന്നു. ഇത് ചില അന്വേഷകരെ സംശയത്തിലേക്കും വിശ്വാസം നഷ്ടപ്പെടുന്നതിലേക്കും നയിക്കും. ദൈവം കേൾക്കുന്നില്ലെന്നും, ദൈവം ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ലെന്നും, അല്ലെങ്കിൽ ദൈവം ഇല്ലെന്നും അവർ കരുതുന്നു. പക്ഷേ മറ്റൊരു സാധ്യത കൂടിയുണ്ട്.

എന്നാൽ ബുദ്ധിമുട്ട് തന്നെ പരിവർത്തനത്തിനായി ഉപയോഗിക്കുന്നതാണ് ദൈവത്തിന്റെ പ്രതികരണമെങ്കിലോ? വിമോചനത്തിന് ആവശ്യമായ ശക്തി വികസിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗം തന്നെ അന്വേഷകന്റെ പോരാട്ടമാണെങ്കിലോ? ഈ ബദൽ ഒന്ന് പരിഗണിച്ചു നോക്കു. ആവശ്യപ്പെട്ടാൽ എല്ലാ അസ്വസ്ഥജനകമായ പ്രവണതകളെയും ദൈവം ഇല്ലാതാക്കിയാൽ, അന്വേഷകൻ ആത്മീയമായി ശിശുവായി തന്നെ തുടരും.

യഥാർത്ഥ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിനുവേണ്ട ആന്തരിക പേശീബലം അവർക്ക് ഒരിക്കലും വികസിപ്പിക്കാൻ കഴിയില്ല. അവർ സ്വതന്ത്രരാകാതെ തന്നെ സ്വതന്ത്രരാക്കപ്പെടും. ഈ പോരാട്ടം ദൈവിക നിസ്സംഗതയുടെ തെളിവല്ല; അത് പാഠ്യപദ്ധതിയാണ്.

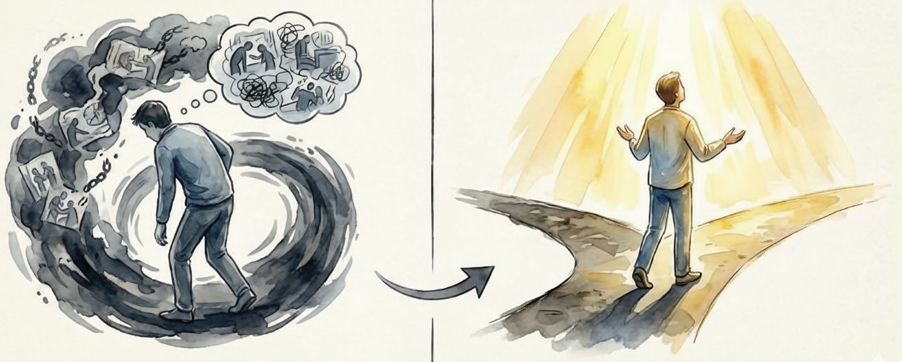
യഥാർത്ഥ പശ്ചാത്താപത്തിന്റെ നിമിഷം

പശ്ചാത്താപത്തിനും (repentance) ഖേദത്തിനും (regret) തമ്മിൽ ഒരു വ്യത്യാസമുണ്ട്. “ഞാൻ അങ്ങനെ ചെയ്തില്ലായിരുന്നെങ്കിൽ എന്ന് ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. എനിക്ക് അതിൽ വിഷമമുണ്ട്, അടുത്ത തവണ കൂടുതൽ നന്നായി ചെയ്യുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു” എന്ന് ഖേദം പറയുന്നു. “ഞാൻ എന്താണ് ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതെന്ന് ഞാൻ കാണുന്നു, അതിന്റെ വില എത്രയാണെന്ന് ഞാൻ കാണുന്നു, എനിക്ക് ഈ രീതിയിൽ തുടരാൻ കഴിയില്ലെന്ന് ഞാൻ അറിയുന്നു. എന്നിലെ എന്തോ ഒന്ന്, ഇപ്പോൾ, ഈ

ഖേദവും പശ്ചാത്താപവും : ദിശാമാറ്റത്തിന്റെ ഘടന

ഖേദം
(തിരിഞ്ഞുനോട്ടം)

പശ്ചാത്താപം
(അസ്തിത്വത്തിന്റെ ആണി)



അഹന്തയെ ഉറപ്പിക്കൽ: “ഞാനത് ചെയ്യരുതായിരുന്നു.”
അപമാനത്തിന്റെ ചുരുൾ. വൈകാരികമായ കുരുക്ക്.

പൂർണ്ണ സത്യസന്ധത. “എനിക്കിങ്ങനെ തുടരാനാവില്ല. എന്നെ സഹായിക്കൂ.”
“**മുമ്പും പിമ്പും**”. മുന്നോട്ടുള്ള പ്രയാണം.

നിമിഷത്തിൽ, മറ്റൊരു ദിശയിലേക്ക് തിരിയുന്നു" എന്ന് പശ്ചാത്താപം പറയുന്നു.

ഖേദം വൈകാരികമാണ്, അത് പലപ്പോഴും കുറ്റബോധത്തിന്റെയും ലജ്ജയുടെയും വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ഭാരവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അതേസമയം പശ്ചാത്താപം അസ്തിത്വപരമായ ഒന്നാണ്. ഖേദം ബോധതലത്തിൽ വന്നു പോകുന്നതാണ്; അതേസമയം നമ്മുടെ ഉപബോധമനസ്സിന്റെ സ്വഭാവങ്ങൾ തുടർന്നും പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു, അതേസമയം പശ്ചാത്താപം – മുമ്പും ശേഷവും – ആ ശീലവിധേയത്വം തകർക്കാൻ വ്യക്തമായ നടപടി ആവശ്യപ്പെടുന്ന ഒരു ഘടകമാണ്.

ബാബുജി മഹരാജിന്റെ പത്താമത്തെ പ്രമാണം[1] കേവലം ഖേദമല്ല (regret), പശ്ചാത്താപമാണ് ആവശ്യപ്പെടുന്നത്. ബാബുജി വിവരിച്ച യാചനാ മനോഭാവം അവനവനോടുള്ള സഹതാപത്തിന്റെയോ ദുഃഖത്തിന്റെയോ മാനസികാവസ്ഥയല്ല, മറിച്ച് ദൈവത്തിനുമുമ്പിൽ കുട്ടിയെപ്പോലെ സത്യസന്ധത പുലർത്തുന്ന, ഒന്നും മറച്ചുവെക്കാത്ത, ഒന്നും പ്രതിരോധിക്കാത്ത, ഹൃദയത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ അവസ്ഥ അവതരിപ്പിച്ച് സഹായം ചോദിക്കുന്ന ഒരു മാനസികാവസ്ഥയാണ്.

യഥാർത്ഥമായ പശ്ചാത്താപം ഉണ്ടാകുമ്പോൾ, പാലിക്കാൻ കഴിയാത്ത വാഗ്ദാനങ്ങൾ അത് നൽകുകയില്ല. പകരം, അത് പറയുന്നത്, "ഇതാണ് ഞാൻ. ഇതാണ് ഞാൻ ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നത്. ഇത് നിർത്താൻ കഴിയുമോ എന്ന് എനിക്കറിയില്ല, പക്ഷേ നിർത്തണമെന്ന് എനിക്കറിയാം. ദയവായി എന്നെ സഹായിക്കൂ." ഇത്തരത്തിലുള്ള പ്രാർത്ഥന നമ്മുടെ സ്വഭാവത്തെക്കാളും പ്രവണതകളേക്കാളും ആഴത്തിൽ ഇറങ്ങിച്ചെല്ലുന്നു. ശ്രമം പരാജയപ്പെട്ടിടത്ത് കൃപ പ്രവർത്തിക്കുന്നതിനുള്ള വഴി അത്തരം സത്യസന്ധതയൊരുക്കുന്നു.

---

[1] രാം ചന്ദ്ര, 2019 – സഹജമാർഗത്തിലെ പത്ത് പ്രാമാണിക തത്വങ്ങൾക്കുള്ള വ്യാഖ്യാനം – ശ്രീ രാം ചന്ദ്ര മിഷൻ

നമ്മുടെ പെരുമാറ്റ രീതികൾ യഥാർത്ഥത്തിൽ എന്താണ് ആഗ്രഹിക്കുന്നത്

ആഗ്രഹങ്ങളുമായുള്ള നമ്മുടെ ബന്ധത്തെ ക്ഷണനേരം കൊണ്ട് മാറ്റുന്ന ഒരു രഹസ്യമുണ്ട്: നമ്മുടെ സ്വഭാവങ്ങൾ അവയ്ക്ക് തോന്നുന്നതല്ല ആഗ്രഹിക്കുന്നത്, യഥാർത്ഥത്തിൽ കൂടുതൽ ആഴത്തിലുള്ള ഒന്നിലേക്കാണത് വിരൽ ചൂണ്ടുന്നത്. ശാരീരിക സുഖത്തിനായുള്ള ആസക്തിക്കുള്ള മുഖ്യകാരണം, ഐക്യത്തിനായുള്ള ആഗ്രഹമാണ്. താൽക്കാലിക സംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടിയുള്ള വിശ്രമമില്ലാത്ത അന്വേഷണം, അടിസ്ഥാനപരമായി, സ്ഥായിയായ സംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടിയുള്ള അന്വേഷണമാണ്. അനിത്യമായതിനോടുള്ള ആസക്തിക്കുള്ള മൂലകാരണം, ശാശ്വതമായതിനെ മുറുകെ പിടിക്കാനുള്ള ശ്രമമാണ്. അവരുടെ അന്വേഷിക്കുന്ന സ്വഭാവം തെറ്റല്ല; അവർ അത് അന്വേഷിക്കുന്നിടത്താണ് തെറ്റ്.

ഇത് മനസ്സിലാക്കുമ്പോൾ, നമ്മുടെ സ്വഭാവത്തെ എതിർക്കുന്നതിന് പകരം അനുകമ്പയോടെ നേരിടും: “നീ എന്താണ് കണ്ടെത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നതെന്ന് എനിക്ക് മനസ്സിലാകും. അത് ഇവിടെയില്ല, പക്ഷേ അത് എവിടെയാണെന്ന് എനിക്കറിയാം. എന്റെ കൂടെ വരൂ.”

ഈ പ്രതികരണം ഒരു മാതൃകയ്ക്കെതിരെ പോരാടുന്നതിൽ നിന്നും, അതിന്റെ നിലനിൽപ്പിനെ അടിച്ചമർത്തുന്നതിൽ നിന്നും നിഷേധിക്കുന്നതിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമാണ്. പോരാട്ടം ഇരുവശത്തെയും ശക്തിപ്പെടുത്തുകയേ ഉള്ളൂ, നിഷേധിക്കുമ്പോൾ ഉപബോധമനസ്സിൽ അത് കൂടുതൽ രൂക്ഷമാക്കി നിലനിൽക്കുന്നു, അവിടെ അത് ഇപ്പോഴും സജീവമാകാം. നേരെമറിച്ച്, പ്രകാശം പരത്തുമ്പോൾ തെറ്റിദ്ധാരണ തന്നെ ഇല്ലാതാകുന്നു.

എല്ലാം മാറ്റുന്ന വഴിത്തിരിവ്

യാത്രയുടെ ഏതോ ഒരു ഘട്ടത്തിൽ, എന്തോ ഒന്ന് മാറുന്നു. നാടകീയമായ ആരവങ്ങളോടെ കൂടിയ ഒരുമാറ്റമല്ല അത്. പലപ്പോഴും, നമ്മൾ അത്

പെട്ടെന്ന് ശ്രദ്ധിക്കുകയുമില്ല, പക്ഷേ നമ്മുടെ ഗുരുത്വാകർഷണ കേന്ദ്രത്തിന് മാറ്റം സംഭവിക്കുന്നു. മുമ്പ്, ഹൃദയം ആനന്ദമാണ് തേടിയിരുന്നത്, ഇടയ്ക്കിടക്ക് സ്വാതന്ത്ര്യത്തെക്കുറിച്ചും ചിന്തിച്ചിരുന്നു. ഹൃദയം ഇപ്പോൾ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിലേക്ക് തിരിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. പഴയ സ്വഭാവങ്ങൾ ചിലപ്പോൾ പൊന്തിവരും. താൽകാലിക വ്യതിചലനങ്ങൾ തുടർന്നേക്കാം; എന്നാൽ ദിശാബോധം മാറിയിരിക്കുന്നു.

ഈ മാറ്റം നിർബന്ധപൂർവ്വം കൊണ്ടുവരാൻ കഴിയില്ല; പക്ഷേ നമുക്ക് അതിനായി തയ്യാറെടുക്കാം. ശക്തമായ കാറ്റിലും ആഞ്ഞടിക്കുന്ന തിരമാലകളിലും പെട്ട് വള്ളം ഓടിക്കാൻ പഠിക്കുന്ന ഒരാൾ മറിഞ്ഞു വീഴാം; എന്നാൽ ഒടുവിൽ, സ്ഥിരമായ പരിശീലനത്തിലൂടെ, ഏതു കാലാവസ്ഥയിലും കപ്പൽ യാത്ര ചെയ്യാനുള്ള പ്രാവീണ്യം അയാൾ നേടും. അതുപോലെ, നമ്മുടെ പരിശീലനം, നിത്യേനയുള്ള ശുദ്ധീകരണം, നിത്യേനയുള്ള ധ്യാനം, സത്യസന്ധമായ ആത്മപരിശോധന, വീഴ്ചയുടെ സഞ്ചിതഫലങ്ങൾ, നമ്മുടെ സ്വഭാവങ്ങൾക്കപ്പുറത്തുള്ള കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന പരിചയം എന്നിവ മുന്നോട്ടുള്ള യാത്രയ്ക്ക് നമ്മെ തയ്യാറാക്കും. പിന്നീട്, ആ മാറ്റം കൃപയാൽ സംഭവിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു – ഹൃദയം അതിന് തയ്യാറാകുമ്പോൾ, അതിന്റേതായ സമയത്ത്.

വീണുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് വേണ്ടി

ഇത് വായിക്കുന്ന നിങ്ങൾ സ്വന്തം പോരാട്ടം തിരിച്ചറിയുന്നുവെങ്കിൽ, ആ വീഴ്ച പാഴായിട്ടില്ല എന്ന് അറിയുക. ഓരോ തകർച്ചയും നിങ്ങളിൽ എന്തോ ഒന്ന് നിക്ഷേപിച്ചിട്ടുണ്ട്, ഓരോ വീണ്ടെടുക്കലും എന്തോ ഒന്ന് കെട്ടിപ്പടുത്തിട്ടുണ്ട്. ഇതിന്റെ ഭാരം നിങ്ങൾക്ക് അനുഭവപ്പെടുന്നു എന്നത് തന്നെ, ഉപേക്ഷിക്കേണ്ടതായ ഒന്ന് നിങ്ങളിലുണ്ട് എന്ന് സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

ഇപ്പോൾ വേണ്ടത് അത്തരത്തിലുള്ള ശ്രമമല്ല, മറിച്ച് ആഗ്രഹത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരത്തിലുള്ള മാറ്റമാണ്. ചില നിർദ്ദേശങ്ങൾ താഴെക്കൊടുക്കുന്നു:

പാലിക്കാൻ കഴിയാത്ത വാഗ്ദാനങ്ങൾ നൽകുന്നത് നിർത്തുക. പകരം, സത്യസന്ധമായ ഒരു വിലയിരുത്തൽ നടത്തുക: നിങ്ങൾക്ക് യഥാർത്ഥത്തിൽ എത്രത്തോളം സ്വാതന്ത്ര്യം വേണം? നിങ്ങളുടെ ആഗ്രഹങ്ങളുടെ സ്വഭാവം നിങ്ങളെ എത്രമാത്രം ആകർഷിക്കുന്നു എന്നതിനോട് അതിനെ താരതമ്യം ചെയ്യുക. കൃത്യതയുള്ളവരായിരിക്കുക, അചഞ്ചലരായിരിക്കുക, ആപേക്ഷികമായ ആകർഷണങ്ങളെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാകുക.

എന്നിട്ട് സ്വയം ചോദിക്കുക: "ഇതിന്റെ അനുപാതങ്ങൾ എങ്ങനെ മാറും?" അത് ഇച്ഛാശക്തികൊണ്ടോ ധാർമ്മിക പരിശ്രമം കൊണ്ടോ സംഭവിക്കില്ല; പ്രധാനപ്പെട്ട ലക്ഷ്യങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നൽകുക; അപ്രധാനമായവയെ അവഗണിക്കുക. ഗഹനമായ വാഞ്ഛയെ ഉണർത്തുന്ന സംപ്രേഷണത്തിലേക്ക് നിങ്ങളെ സ്വയം തുറന്നുവെക്കുന്നതിലൂടെയും, നിങ്ങളുടെ ഉയർന്ന സാധ്യതയെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്ന ദിശാബോധം ഉള്ളവരുമായി സഹവസിക്കുന്നതിലൂടെയും ഇത് ലഭ്യമാവും.

പാലിക്കാൻ യോഗ്യമായ വാഗ്ദത്തം

പാലിക്കാൻ യോഗ്യമായ ഒരു വാഗ്ദാനം, ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക എന്നതാണ്. എല്ലായ്പ്പോഴും വിജയിക്കുമെന്ന് വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നതിൽ അർത്ഥമില്ല, കാരണം അത് മനുഷ്യന്റെ ഉറപ്പിനും അപ്പുറമാണ്. ശ്രമിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക, ഉയർന്നുവരിക, ഹൃദയത്തെ ഉന്നതമായതിലേക്ക് തിരിക്കുക എന്നതെല്ലാം നമ്മുടെ കൈയെത്തും ദൂരത്താണ്.

പരാജയത്തിന്റെ അഭാവത്താലല്ല ദൈവം പുരോഗതി അളക്കുന്നത്; അത് അഭിലാഷത്തിന്റെ സ്ഥിരതയിലാണ്. ആയിരം തവണ വീഴുകയും ആയിരത്തൊന്ന് തവണ എഴുന്നേൽക്കുകയും ചെയ്യുന്ന അന്വേഷകർ ഒരു സുപ്രധാന കാര്യം തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്; അവർ മാർഗം ഉപേക്ഷിച്ചില്ല. ഈ നിഷേധം തന്നെ വിജയമാണ്, സ്ഥിരോത്സാഹം പരിവർത്തനവുമാണ്. വാശിയോടെയും ചിലപ്പോൾ യാന്ത്രികമായും തുടങ്ങിയ ശ്രമം കാലക്രമേണ

സ്വാഭാവികമായ ഒരു പ്രവണതയായി പരിണമിക്കും. തീവ്രയത്നം ഒഴുക്കായി മാറുന്നു, വിഭജിച്ചിരുന്നത് പൂർണ്ണമായി മാറുന്നു.

വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം എന്നെന്നേക്കുമായി വിഭജിക്കപ്പെട്ടിരിക്കില്ല.
ഒരു ദിവസം, ആരവങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ, അത് അതിന്റെ ദിശ
കണ്ടെത്തുന്നു.

അങ്ങനെ സംഭവിക്കുമ്പോൾ, എന്തിനാണ് മറ്റേതെങ്കിലും വഴിക്ക് നീങ്ങിയതെന്ന് അത് അത്ഭുതപ്പെടും.

✦

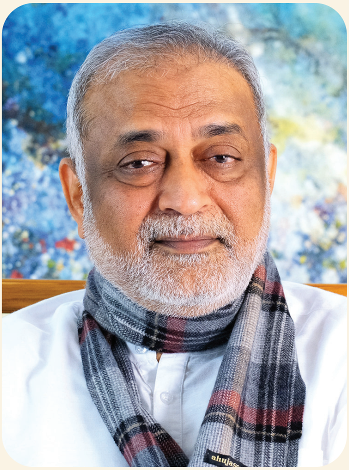
നമുക്കുള്ളിലെ യുദ്ധം യഥാർത്ഥമാണ്. അതിലൂടെയുള്ള പാത സത്യസന്ധമായ ത്വരയാണ്. അതിന്റെ ഫലം ബോധത്തിന്റെ സ്വഭാവത്തിൽ തന്നെ രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്; സത്യം നിലനിൽക്കും, അസത്യം വാടിപ്പോകും. വിന്യാസം ശാശ്വതമാകുന്നതുവരെ, ആത്യന്തിക സത്യവുമായി വീണ്ടും വീണ്ടും യോജിപ്പിക്കുക എന്നതാണ് നിങ്ങളുടെ ജോലി.

ആ വിന്യാസത്തെയാണ് സ്വാതന്ത്ര്യം എന്ന് വിളിക്കുന്നത്.
സ്വാതന്ത്ര്യം നിങ്ങളെ വീട്ടിലേക്ക് ക്ഷണിക്കുന്നു.

ഓം ശാന്തി, ശാന്തി, ശാന്തി.

സ്നേഹാദരങ്ങളോടെ,
കമലേഷ്

പൂജ്യ ശ്രീ ലാലാജി മഹരാജിന്റെ
153 ആം ജന്മവാർഷികവേളയിൽ നൽകിയ സന്ദേശം
കൻഹ ശാന്തി വനം – 2026 ഫെബ്രുവരി 1,2,3



ദാജിയുമൊത്തുള്ള മാസ്റ്റർക്ലാസുകൾ

നിങ്ങൾക്ക് എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും ഹാർട്ട്ഫുൾനെസ് ധ്യാനം ആരംഭിക്കാം! മൂന്ന് ഭാഗങ്ങളുള്ള മാസ്റ്റർക്ലാസ് പരമ്പരയിൽ ദാജിയോടൊപ്പം ചേരൂ, ഹാർട്ട്ഫുൾനെസ് പരിശീലനത്തിന്റെ ഗുണങ്ങൾ അദ്ദേഹം നിങ്ങളുമായി പങ്കുവെക്കുകയും, നിങ്ങളുടെ ദിനചര്യയിൽ ഹാർട്ട്ഫുൾനെസ് റിലാക്സേഷൻ, ധ്യാനം, ശുദ്ധീകരണം, പ്രാർത്ഥന എന്നിവ എങ്ങനെ സംയോജിപ്പിക്കാമെന്ന് വിശദീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. എല്ലാ മാസ്റ്റർക്ലാസുകളും സൗജന്യമാണ്.

https://heartfulness.org/global/masterclass/

ഹാർട്ട്ഫുൾനെസ് പരിശീലനങ്ങൾ

ഹാർട്ട്ഫുൾനെസ് പരിശീലനരീതികൾ മനസ്സിലാക്കുക – വിശ്രാന്തിയിലാവാനും, ധ്യാനിക്കാനും ശുദ്ധീകരിക്കാനും, പ്രാർത്ഥിക്കാനും പഠിക്കുക.

https://heartfulness.org/in-en/heartfulness-practices/

heartfulness

purity weaves destiny