പൂജ്യ ലാലാജി മഹാരാജിന്റെ

151 ആം ജന്മവാർഷികാഘോഷവേളയിൽ

ദാജി

നൽകിയ സന്ദേശം

ഫെബ്രുവരി 2024

സന്തോഷവാന്മാരാകൂ

"സന്തോഷവാന്മാരായ, തിളക്കമുറ്റ അഭ്യാസികളാകൂ.
നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തെ സ്വയം പ്രകടിപ്പിക്കുവാൻ അനുവദിക്കുക മാത്രമല്ല, ഒരാത്മീയ പാത പിന്തുടരുന്നത് - നിങ്ങളുടെ ഐഹിക ജീവിതം അത്രത്തോളം സുഖകരമല്ലെങ്കിൽ കൂടി - നിങ്ങളെ സന്തോഷവാന്മാരാക്കുന്ന ശ്രേഷ്ഠമായൊരു ഉദ്യമം കൂടിയാണെന്ന് വെളിപ്പെടുത്താനുമാണ്. ഇത് നിങ്ങളെ എവിടേക്കാണ് നയിക്കുന്നതെന്ന് നിങ്ങൾക്ക് ഉത്തമ ബോധ്യമുണ്ടായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, ആഴത്തിൽ ബാധിതമാകാതെ നിങ്ങളുടെ അസന്തുഷ്ടമായ അനുഭവങ്ങളിലൂടെ നിങ്ങൾ കടന്നുപോകണം......."

– ലാലാജി മഹാരാജ്, ഞായറാഴ്ച്ച, ജൂൺ 27, 1999 – 10.00 a.m.

"ആത്മീയോത്ക്കർഷത ദുഃഖത്തിന്റെ പര്യായമാണെന്ന് കരുതരുത്; ഞങ്ങൾ സന്തുഷ്ടരാണ്, അത് മറക്കരുത്."

– ലാലാജി മഹാരാജ്, തിങ്കളാഴ്ച്ച, ഓഗസ്റ്റ് 14, 2000 – 5 .00 p.m.

"ഊർജ്ജസ്വലരും സന്തോഷവാന്മാരുമാകൂ,'സന്തോഷം കൃപയെ ആകർഷിക്കും' എന്നത് നിങ്ങൾക്ക് നന്നായറിയാമല്ലോ.അപ്പോൾ, എന്നോടുള്ള സ്നേഹപ്രകടനമായി ശാന്തരും പുഞ്ചിരിക്കുന്നവരുമായി തുടരൂ."

– ബാബുജി മഹാരാജ്, ഞായറാഴ്ച്ച, ജൂൺ 14, 1998 – 11.30 a.m.

സഹജമാർഗം പരിശീലിക്കുന്നതിനുള്ള ഒരേയൊരു യോഗ്യത, സന്നദ്ധത മാത്രമാണെന്നാണ് ബാബുജി സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. സന്തോഷപൂർവ്വം പരിശീലിക്കുക എന്നതാണ് "സന്നദ്ധത" എന്ന് എന്റെ ഹൃദയം പറയുന്നു. സന്തോഷം നിറഞ്ഞ,ആനന്ദപ്രദമായൊരു ഹൃദയം കൃപയെ സ്വയമേവ ആകർഷിക്കും. മറിച്ച്, വിദ്വേഷത്താലും അമർഷത്താലും ആഗ്രഹങ്ങളാലും ക്ലേശപ്പെടുന്ന വിമുഖമായൊരു ഹൃദയം, ഉന്നതങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള കൃപയെ വ്യതിചലിപ്പിക്കുന്നു. നമ്മുടെ പരിണാമ ശ്രമങ്ങളിൽ, നമ്മൾ സന്തുഷ്ടരായ പങ്കാളികളാകണ മെന്നാണ് മാസ്റ്റർമാർ ആഗ്രഹിക്കുന്നത്. സന്തുഷ്ടി പരിപോഷി പ്പിക്കുക എന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടെയാണ് തത്വങ്ങളുടെ രേഖാരൂപം താഴെ നൽകുന്നത്:

1. മാതാപിതാക്കളിലൂടെയും സമൂഹത്തിലൂടെയും, താൻ സ്വയം സൃഷ്ടിച്ചതുമായ മുന്നുപാധികളെല്ലാം ഒഴിവാക്കുക.

ബാഹ്യ സാഹചര്യങ്ങളുടെ സ്വാധീനത്താൽ സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ട ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങളും മൂല്യങ്ങളും നമ്മുടെ വൈകാരികനിലയെ ബാധിക്കുന്നുവെന്നതാണ് യാഥാർത്ഥ്യം; മാതാപിതാക്കൾ, സമൂഹം, നമ്മുടെ തന്നെ ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ. ചില വ്യവസ്ഥകൾ സാധിതമാക്കിയാൽ മാത്രമേ സന്തോഷമുളവാവൂ എന്ന അവസ്ഥയിൽ ഹൃദയത്തിലെങ്ങിനെ സന്തോഷമുണ്ടാവും?

ബാബുജി പറഞ്ഞു, "എല്ലാ സാഹചര്യങ്ങളിലും സന്തോഷവാനായ ഒരുവനെ സന്തുഷ്ടനെന്ന് വിളിക്കാം." ഉപാധികളൊന്നുമില്ലാത്ത ഒന്നാണ് സന്തോഷം. ചില സാഹചര്യങ്ങൾ/വ്യവസ്ഥകൾ

തൃപ്തിപ്പെടുത്തണമെന്ന നിർബന്ധമില്ലാതാവുമ്പോൾ മാത്രമാണ് സന്തോഷം വികസിതമാവുന്നത്. ആഗ്രഹങ്ങളുടെ തലത്തിൽ, തൃപ്തിപ്പെടുത്തലിനെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും സന്തോഷത്തിന്റെ അളവ്. ആഗ്രഹം സഫലീകൃതമായില്ലെങ്കിൽ, നാം നിരാശരും നിരുത്സാഹികളുമാവും. നമ്മുടെ വൈകാരിക ദോലകം (pendulam) സന്തോഷത്തിൽനിന്ന് ദുരിതത്തിലേക്ക് നീങ്ങിക്കൊണ്ടിരിക്കും. നമ്മുടെ സന്തോഷം ഉപാധികളെ ആശ്രയിച്ചാവുമ്പോൾ, ആ ഉപാധികൾ സാക്ഷാത്ക്കരിക്കപ്പെട്ടില്ലെങ്കിൽ, നമ്മുടെ സന്തോഷം വിദൂരത്തിലാവും. ആഗ്രഹങ്ങളുടെ നിരർത്ഥകതയറിയുന്നവൻ വിവേകി. യഥാർത്ഥ സന്തോഷം യാതൊരുവിധ ഐഹിക വസ്തുക്കളേയും ആശ്രയിക്കുന്നില്ല എന്ന് അന്വേഷി, അന്തിമമായി, തിരിച്ചറിയും.

യോഗസംപ്രേഷണത്തിലൂടെ, തുടക്കം മുതൽ തന്നെ, പരിശീലിക്കുന്നയാൾക്ക് ഉയർന്ന ആത്മീയനിലകൾ അനുഭവവേദ്യമാകും, അങ്ങിനെ, പൊതുവിൽ താൽപര്യക്കുറവ് അനുഭവപ്പെടുകയും, താഴേ തട്ടിലുള്ള വിഷയസുഖങ്ങളിൽനിന്ന് അകൽച്ച അനുഭവപ്പെടുകയും ചെയ്യും. ഉയർന്ന നിലയെ താഴ്ന്ന നിലയിൽനിന്നും സ്വാഭാവികമായി തിരിച്ചറിയുന്ന അവസ്ഥയാണ് വിവേകത്തിന്റെ സത്ത എന്നുപറയാം. അകൽച്ച സ്വയമേവ വൈരാഗ്യമായി പരിണമിക്കും. തങ്ങളെ പിന്തുടരുന്നവരിൽ ഉന്നതാവസ്ഥകൾ സൃഷ്ടിക്കുവാൻ കഴിയാത്തതാണ് മറ്റ് പാരമ്പര്യ പദ്ധതികൾ അപര്യാപ്തമാവുന്നതിനു കാരണം. ഉന്നതമായ ഒന്നിന്റെ അനുഭവ അഭാവത്താൽ വൈരാഗ്യം സന്തോഷദായകമാവുന്നില്ല. ഭൗതികസുഖങ്ങൾ കവരുക മാത്രമാണ് വൈരാഗ്യത്താലുണ്ടായതെന്നും, കൂടുതൽ

സൂക്ഷ്മമായ ഒന്ന് അതിനുപകരമായി ലഭ്യമായിട്ടില്ല എന്നും അന്വേഷി തിരിച്ചറിയുന്നതാണ് അതിനു കാരണം. അവർ നഷ്ടബോധത്തിന് (FOMO - fear of missing out) ഇരയാവുന്നു. സാംസ്‌കാരിക, വ്യക്തിഗത ഉപാധികളിൽ നിബദ്ധമായ ഒരു ഹൃദയത്തിൽ, ഭൗതികതയിൽ ആമഗ്നരായവർ കൂടുതൽ വിനോദവും സന്തോഷവും അനുഭവിക്കുന്നുവെന്ന ഉറച്ച വിശ്വാസം പ്രബലമാകുന്നു. അതുകൊണ്ടാണ് പരമ്പരാഗതമായി വൈരാഗ്യനിരതരായവർ തങ്ങളുടെ സാംസ്‌കാരിക ഉത്തേജക സാഹചര്യങ്ങളെ ഉണർത്താൻ, ഭൗതികതയിലേക്ക് തിരികെ കൊണ്ടുവരാൻ സാദ്ധ്യതയുള്ള ബാഹ്യ പ്രലോഭനങ്ങളിൽനിന്നും അകന്ന്, വനാന്തരങ്ങളിൽ തങ്ങളുടെ ശിഷ്ട ജീവിതകാലം ചിലവിടാൻ തീരുമാനിക്കുന്നത്.

2. പ്രതീക്ഷയരുത്

മറ്റുള്ളവരിൽ മാതൃകാപരമായ തികവ് തേടരുത്. നിസ്സാര അനിഷ്ടങ്ങളെക്കുറിച്ച് കലഹിക്കുന്ന ദമ്പതിമാരെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചുനോക്കൂ. വഴിപിരിയാൻ അവർക്ക് ധൈര്യമില്ല, ഒരുമിച്ചുള്ള ജീവിതം അങ്ങിനെ ദുസ്സഹവും അസന്തുഷ്ടവുമാകുന്നു. മറ്റുള്ളവരിൽ തികവ് പ്രതീക്ഷിക്കുകയും - പ്രത്യേകിച്ച് അടുത്തവരിൽ - അതവരിൽ, നിങ്ങളുടെ ഇഷ്ടപ്രകാരം കണ്ടെത്താനാവാതെ വരുകയും ചെയ്യുന്നത് അനിഷ്ടത്തിലേക്ക് നയിക്കും. തത്ഫലമായി, സ്നേഹത്തിന്റെ ഒഴുക്ക് തടസ്സപ്പെടുകയും ചെയ്യും. തണുത്തുറഞ്ഞ ഇത്തരം സ്നേഹം ഒരുതരത്തിൽ ആത്മഹത്യയ്ക്കു തുല്യമാണ്. മറ്റേ വ്യക്തി മാറാൻ ശ്രമിച്ചേക്കാം, അല്ലെങ്കിൽ വ്യാജമായി പുഞ്ചിരിച്ചുകൊണ്ട്, വ്യാജമായ ഉപചാരങ്ങൾ കൊണ്ട്, അയഥാർത്ഥമായ പെരുമാറ്റം കൊണ്ട്,

മാറുന്നതായി അഭിനയിച്ചേക്കാം; എങ്കിലും, കാപട്യം അവിടെ പ്രബലമാകാൻ തുടങ്ങുന്നു. കാപട്യത്തിന്റെയും വ്യാജമായ അവകാശപ്പെടലിന്റേയും ഒരന്തരീക്ഷം അങ്ങിനെ സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നു. തീർപ്പ് എന്തെന്നാൽ: സന്തോഷവാന്മാരായിരിക്കുക, പ്രതീക്ഷയരുത്.

3. കൈമാറ്റം (barter) അരുത്

നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലെ നിർണ്ണായകമായ വിഷയമാണിത്. "എന്നാലായത് ഞാൻ ചെയ്തു," ചിലർ പറയും, അങ്ങിനെ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ കൈയ്യൊഴിയുകയും ചെയ്യും. സ്വാഭാവികമായും അവരുടെ സന്തോഷം നിറം മങ്ങും. മഹാമനസ്ക്കതയോടെ നൽകുന്നത് സന്തോഷത്തിന് കാരണമാകും. അതേസമയം, പിശുക്ക് സന്തോഷത്തെ കെടുത്തുകയും ചെയ്യും. സ്നേഹത്താൽ, മറ്റുള്ളവർക്കായി കൂടുതൽ പ്രവർത്തിക്കുമ്പോൾ, കൂടുതലായി കൊടുക്കുവാൻ നിങ്ങൾ തത്പരരാവും. ഒരുവന്റെ ആവശ്യങ്ങൾ നിറവേറും വരെ സ്നേഹമോ സേവനമോ നൽകാതിരിക്കുന്നത് ദുരിതങ്ങളുടെ സുനാമി തന്നെ സൃഷ്ടിക്കും. "ഞാൻ അവളെ സ്നേഹിച്ചു, എന്നാലെനിക്ക് സ്നേഹം തിരികെ ലഭിച്ചില്ല" എന്നൊരാൾ പറയുന്നത് ദുഃഖകരമായ അവസ്ഥയാണ്. നൽകുവാൻ മാത്രമേ എനിക്കാവൂ, മറ്റുള്ളവരിൽനിന്ന് ഒന്നും ആവശ്യപ്പെടാനാവില്ല എന്നും, നൽകുക എന്നത് വെറുമൊരു കൊടുക്കൽ വാങ്ങൽ കർമ്മമല്ലെന്നും ഒരുവൻ തിരിച്ചറിയണം. അത്തരമിടപാടുകൾ നൈമിഷികമായ സുഖം പ്രദാനം ചെയ്തേക്കാം, എന്നാൽ, ശാശ്വതമായ സന്തോഷം നൽകാൻ അതിനാവില്ല. ക്ഷേത്രങ്ങളിലെ ദൈവത്തെ പോലും ആളുകൾ ഇക്കാര്യത്തിൽ

ഒഴിവാക്കുന്നില്ല. വിലപേശലാണ് അവിടെ നടക്കുന്ന പ്രധാന പ്രവർത്തനം. "ദൈവമേ, ദയവായി എനിക്ക് ഇത് ചെയ്തുതരു, പകരമായി ഞാൻ അങ്ങേയ്ക്ക് ഇക്കാര്യങ്ങൾ ചെയ്തുതരാം," ഇതാണ് വസ്തുത. നിങ്ങൾ സേവിക്കുന്ന, സ്നേഹിക്കുന്ന ദൈവവുമായി ഇത്തരം ഇടപാടുകൾ നടത്തുന്നതിൽ നിങ്ങൾക്ക് ലജ്ജ തോന്നുന്നില്ലേ? നിങ്ങളുടെ സ്വാർത്ഥതാത്പര്യങ്ങൾ മാത്രമാണോ നിങ്ങൾക്ക് പ്രധാനം? ആന്തരികമായി നിങ്ങൾ ഒരു ചതിയനാണെന്ന് അറിയുമ്പോൾ യഥാർത്ഥ സന്തോഷം ലഭിക്കുമോ? ആരെയെങ്കിലും ചതിക്കുന്നവൻ, അവസാനം, തങ്ങളെത്തന്നെയാണ്ചതിക്കുന്നത് എന്നറിയണം.

4. ഏവരോടും കൃതജ്ഞതയുള്ളവനാകുക

ലഭിക്കുന്നത് പ്രതീക്ഷകൾക്കപ്പുറമാവുമ്പോഴാണ്, സാധാരണയായി, കൃതജ്ഞതയുയരുന്നത്. നിത്യമായ, കൃതജ്ഞതാനിർഭരമായൊരു അവസ്ഥയിൽ നമുക്കെങ്ങനെ തുടരാൻ കഴിയും? യാതൊരുവിധ പ്രതീക്ഷകളുമില്ലാതിരിക്കുക എന്നത് അതിനുള്ള സാഹചര്യമൊരുക്കും. അങ്ങിനെയാവുമ്പോൾ, ലഭിക്കുന്നതെല്ലാം ബോണസ്സായി അനുഭവപ്പെടുകയും, നന്ദിപൂർവ്വം അതെല്ലാം സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്യും. സംതൃപ്തനാവുക എന്നത് നല്ല കാര്യം തന്നെ, എന്നാൽ, കൃതജ്ഞത കൂടുതൽ ഉയർന്ന മാനമുള്ള ഒന്നാണ്, കാരണം, സംഭവിക്കുന്നതെല്ലാം പ്രിയനിൽ നിന്നുമുള്ള ഉപഹാരമായി, സ്നേഹപ്രകടനമായി കരുതാൻ ആ അവസ്ഥയിൽ കഴിയുന്നു. ഉപഹാരങ്ങളെല്ലാം ദിവ്യ പ്രസാദങ്ങളായി കരുതുന്നത്, നൽകുന്നവനുമായുള്ള ബന്ധം ദൃഢീകരിക്കുകയും, സന്തോഷധാരയ്ക്ക് വഴിവെക്കുകയും ചെയ്യും.

സംതൃപ്തനാവുക എന്നത് നല്ല കാര്യം തന്നെ, എന്നാൽ, കൃതജ്ഞത കൂടുതൽ ഉയർന്ന മാനമുള്ള ഒന്നാണ്, കാരണം, സംഭവിക്കുന്നതെല്ലാം പ്രിയനിൽ നിന്നുമുള്ള ഉപഹാരമായി, സ്നേഹപ്രകടനമായി കരുതാൻ ആ അവസ്ഥയിൽ കഴിയുന്നു. ഉപഹാരങ്ങളെല്ലാം ദിവ്യപ്രസാദങ്ങളായി കരുതുന്നത്, നൽകുന്നവനുമായുള്ള ബന്ധം ദൃഢീകരിക്കുകയും, സന്തോഷധാരയ്ക്ക് വഴിവെക്കുകയും ചെയ്യും.

5. നിങ്ങളോടും നിങ്ങളുടെ പ്രിയപ്പെട്ടവരോടുമുള്ള കടമകൾ അങ്ങേയറ്റം നിറവേറ്റുക

കവർന്നെടുത്തത് നിങ്ങൾക്ക് ആസ്വദിക്കാനാവില്ല. അപഹരിച്ചെടുത്ത മാങ്ങയുടെ രുചി, നേരായമാർഗ്ഗത്തിലൂടെ നേടിയ ഒന്നുപോലെ സ്വാദിഷ്ടമാവില്ല. അപഹരണത്താലുണ്ടാവുന്ന ആന്തരീക ഭാരത്തെ അഭിമാനത്താലും ആസ്വാദനം കൊണ്ടും മറയിടാൻ ചിലർ ശ്രമിക്കും. എന്നാലത് കുറ്റബോധത്തെ വെള്ളപൂശാനേ ഉതകൂ. അതുപോലെത്തന്നെ, നമ്മോടുതന്നെയും മറ്റുള്ളവരോടുമുള്ള പവിത്രമായ കടമകൾ നിർവ്വഹിക്കുന്നതിൽ ഉപേക്ഷ കാണിക്കുന്നത്, കർത്തവ്യനിർവ്വഹണത്തിനായി ആവശ്യമായ, സർവ്വപ്രധാന വിഭവമായ സമയത്തെ അപഹരിക്കലാവും. നമ്മളിടപെടുന്ന പ്രവൃത്തികളുടെ മാധുര്യം അങ്ങനെയാവുമ്പോൾ നഷ്ടവുമാകുകയും, പരിണാമസാദ്ധ്യതകൾ നഷ്ടമായതിലുള്ള പരിതാപം അതിനോടുചേർന്നുണ്ടാവുകയും ചെയ്യും.

നേരെമറിച്ച്, പവിത്രമായ കർമ്മനുഷ്ഠാനം സന്തോഷത്തിന്റെ അളവറ്റ ആവിഷ്ക്കാരത്തിന് വഴിയൊരുക്കും. സന്തോഷമെന്നത് സാത്വികമായൊരു അവസ്ഥയായി കരുതപ്പെടുന്നു. സൂക്ഷ്മായ പ്രവൃത്തി അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. സുഖാനുഭവങ്ങളെ പിന്തുടരുകയെന്ന താമസിക പ്രവൃത്തിയും, അഭിലാഷങ്ങളെ പിന്തുടരുക എന്ന രാജസിക പ്രവൃത്തിയും ഇതിന് വിരുദ്ധമാണ്. ദിവ്യബോധനിലയിലുള്ള പ്രവൃത്തികളെല്ലാം സാത്വികമാവും. ഇക്കാര്യം അതിനിർണായകമായ ഒന്നാണ്, കാരണം, ശരീരമെടുത്ത ആത്മീയാന്വേഷികളെന്നനിലയിൽ, നമ്മുടെ ഒരു പാദം പ്രകാശലോകത്തും, മറ്റേ പാദം ഭൂമിയിലുമാണ്. ഐഹികമായ എല്ലാ പ്രവൃത്തികളും സഹജവും സാത്വികവുമാകണമെന്നില്ല. എങ്കിലും, എല്ലാ പ്രവൃത്തികളും നിരന്തരസ്മരണയോടെ, സാത്വികമായ രീതിയിൽ, സന്തോഷത്തോടെ നിർവ്വഹിക്കേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്. ആന്തരികമായ നിസ്സംഗതയോടെയുള്ള നമ്മുടെ പ്രവൃത്തികൾ വ്യവഹാരതാത്പര്യങ്ങൾക്ക് അതീതമായിരിക്കും. വിനോദമട്ടിൽ നാം പ്രവൃത്തികളിലേർപ്പെടും, വ്യക്തിഗതമായ നേട്ടങ്ങൾക്കോ, മൂടിവെച്ച കാര്യപരിപാടികൾക്കായോ അല്ലാതെ, അവയുടെ ആന്തരികമായ മൂല്യങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയായിരിക്കും നാം പ്രവർത്തിക്കുക. നിസ്സംഗനായ ഒരുവന്റെ ജീവിതം ഉല്ലാസവും സന്തോഷവും നിറഞ്ഞതായിരിക്കും. നിഷ്ക്കാമ കർമ്മത്തിന്റെ മുഖമുദ്രയാണിത്.

6. പൊറുക്കുവാൻ പഠിക്കു

സന്തോഷത്തിന്, വിദ്വേഷത്തോടും പ്രതികാരമനോഭാവത്തോടു മൊപ്പം നിലനിൽക്കാനാവുമോ? പൊറുക്കുവാൻ നാം പഠിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ക്ഷമിക്കുക എന്നത് മഹാമനസ്ക്കതയാണ്;

യഥാർത്ഥ പരിത്യാഗിയുടെ കുലീനതയാർന്ന ഹൃദയത്തിൽ വിളങ്ങിനിൽക്കുന്ന ഒരു വിശേഷത. ഭഗവാൻ കൃഷ്ണൻ, അർജ്ജുനൻ, കർണ്ണൻ എന്നിവരുടെ കഥ ഓർമ്മയില്ലേ? കർണ്ണന്റെ എതിരാളിയായ അർജ്ജുനൻ, ഭഗവാൻ കൃഷ്ണനോട്, കർണ്ണന്റെ മഹാമനസ്ക്കത ഇത്രത്തോളം വാഴ്ത്തപ്പെടുന്നതെന്തെന്നതിനെക്കുറിച്ച് ആരാഞ്ഞു. ഭഗവാൻ രണ്ട് സ്വർണ്ണ കൂനകൾ സൃഷ്ടിച്ചു, അർജ്ജുനനോട് ഒരു ദിവസം കൊണ്ട് അതുമുഴുവൻ ദാനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു. അർജ്ജുനന് അത് ശ്രമകരമായൊരു പ്രവൃത്തിയായി മാറി. എത്ര നൽകിയാലും സ്വർണ്ണ കൂന അതുപോലെത്തന്നെ ബാക്കിയായി. ദിവസം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ, രണ്ട് സ്വർണ്ണ കൂനകളും അതുപോലെത്തന്നെയുണ്ടായിരുന്നു. കർണ്ണനാകട്ടെ, അതുവഴി പോയ രണ്ടുപേരോട് "ഇത് നിങ്ങളുടേതാണ്, അത് നിങ്ങളുടേതും" എന്നുപറഞ്ഞ് അവർക്കത് വീതിച്ചുനൽകി. നിമിഷനേരത്തെ പരിത്യാഗത്താൽ അദ്ദേഹം ആ ജോലി പൂർത്തിയാക്കി. "എന്റേത്" എന്ന മനോഭാവം ഒരു യഥാർത്ഥ

ആന്തരികമായ നിസ്സംഗതയോടെയുള്ള നമ്മുടെ പ്രവൃത്തികൾ വ്യവഹാരതാത്പര്യങ്ങൾക്ക് അതീതമായിരിക്കും. വിനോദമട്ടിൽ നാം പ്രവൃത്തികളിലേർപ്പെടും, വ്യക്തിഗതമായ നേട്ടങ്ങൾക്കോ, മൂടിവെച്ച കാര്യപരിപാടികൾക്കായോ അല്ലാതെ, അവയുടെ ആന്തരികമായ മൂല്യങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയായിരിക്കും നാം പ്രവർത്തിക്കുക. നിസ്സംഗനായ ഒരുവന്റെ ജീവിതം ഉല്ലാസവും സന്തോഷവും നിറഞ്ഞതായിരിക്കും. നിഷ്ക്കാമ കർമ്മത്തിന്റെ മുഖമുദ്രയാണിത്.

പരിത്യാഗിയ്ക്കുണ്ടാവില്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ, അവരുടെ പരിത്യാഗം അളവറ്റതാകുകയും ചെയ്യും.

7. അസൂയയോ മത്സരബുദ്ധിയോ മുൻവിധിയോ അരുത്

നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങളിൽ അത്തരം ദൂഷ്യങ്ങൾക്ക് ഇടം നൽകരുത്. നാം ആഗ്രഹിക്കുന്ന വസ്തു മറ്റൊരാളുടെ കൈവശമുണ്ടെങ്കിൽ അത് വെളിപ്പെടുത്തുന്നത് നമ്മിലുള്ള ന്യൂനതയാണ്. ആ വ്യക്തിയോട് നാം വെറുപ്പ് പ്രകടമാക്കാൻ തുടങ്ങിയേക്കാം. ഫലം, ശത്രുതയാവും. അഹങ്കാര പ്രകടനമായ "എന്റേത്" എന്നതിന്റെ പ്രതിഫലനമാണ് ഈ പ്രശ്നവും.

"ആത്മീയമാർഗത്തിൽ അങ്ങേയറ്റം തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കുന്നത്" എന്നാണ് മുൻവിധിയെ ബാബുജി മഹരാജ് ചിത്രീകരിച്ചത്. സ്വാഭിമാനത്തിൽനിന്നാണ് അതുയരുന്നത്, അഹങ്കാരത്തിന്റെ മറ്റൊരു പ്രതിഫലനമാണ് ഇത്. പകരം, വിനീതഭാവം കൈക്കൊള്ളാൻ ബാബുജി നമ്മെ ഉപദേശിക്കുന്നു. "ദൈവം ഏവരിലും ആന്തരികമായി വർത്തിക്കുന്നു, അതുകൊണ്ടുതന്നെ, ആരെയും വിദ്വേഷഭാവത്തിൽ കാണുന്നതിന് യാതൊരുവിധ ന്യായീകരണവുമില്ല," അദ്ദേഹം നമ്മെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു.

8. കുറച്ചുകൊണ്ടുവരുന്നതിന്റെ അളവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുക

ലാഘവത്വമാണ് സന്തോഷദായകമാവുന്നത്. അതിൽ ഉത്കണ്ഠ നീങ്ങിയിരിക്കണം, അത് നിരുപാധികമാവണം, ആഗ്രഹങ്ങൾ

നിലച്ചിരിക്കണം, വസ്തുക്കളോട് നിസ്സംഗമാമാവുകയും വേണം. ശരണാഗതിയെ തുടർന്ന് ലഭ്യമാകുന്ന ലാഘവത്വവും സ്വാതന്ത്ര്യവും ഇതാണ്. ആനന്ദം മാത്രമായിരിക്കുമത്. ജീവന്റെ പ്രവാഹം മുഴുവനും നിസ്സംഗത്വം അഥവാ സ്വാതന്ത്ര്യം ലക്ഷ്യമാക്കിയാണ്. ആഗ്രഹങ്ങളില്ലാത്ത ഹൃദയത്തിൽ ഭാരം ലവലേശമുണ്ടാവില്ല. അതുകൊണ്ട് എല്ലാം കുറച്ചുകൊണ്ടുവരുന്നതിന്റെ അളവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കണം. അതിനുള്ള മാർഗം സമർപ്പണമാണ്. ഹൃദയം ആനന്ദനിർഭരമാവുന്നതിന് സമർപ്പണത്തിന്റെ ആവശ്യമെന്താണ്? സമർപ്പണത്തിലൂടെ മാത്രമേ ഹൃദയത്തിലുള്ള നമ്മുടെ ഭാരം ഒഴിവാക്കാൻ സാധിക്കുകയുള്ളൂ; നമ്മൾ ആശ്രയിച്ചിരുന്നതിനെയെല്ലാം വിട്ടുകൊടുക്കാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ.

ഭഗവാൻ കൃഷ്ണൻ: "... എന്നെ മാത്രം ആശ്രയിക്കൂ. എല്ലാ പാപങ്ങളിൽ നിന്നും ഞാൻ നിന്നെ മുക്തനാക്കാം..."

യേശു ക്രിസ്തു: "മാർഗവും സത്യവും ജീവനും ഞാനാകുന്നു."

ബാബുജി മഹരാജ്: "... എന്നോടുള്ള സ്നേഹപ്രകടനമായി, ശാന്തരും പുഞ്ചിരിക്കുന്നവരുമായി തുടരൂ."

മേൽപ്പറഞ്ഞ പ്രസ്താവനകൾ, ഒരുപക്ഷേ, അഹങ്കാരമെന്ന തോന്നലുളവാക്കിയേക്കാം; എന്നാൽ മാസ്റ്റർമാർ സ്വയം അഹങ്കാരത്തിൽ നിന്നും മോചിതരായവരാണ്. സമർപ്പണത്തിലൂടെ അവർ പരിണമിക്കപ്പെട്ടവരാണ്. കൃതജ്ഞതയും ശരണാഗതിയുമില്ലാതെ പ്രാർത്ഥന സാദ്ധ്യമല്ല. ശരണാഗതിയുടെ അഭാവം സാധകനും ദൈവത്തിനുമിടയിൽ തടസ്സം സൃഷ്ടിക്കും.

സ്രഷ്ടാവിനും, സ്വത്വത്തിനും, സൃഷ്ടിക്കുമിടയിലുള്ള ഭിത്തിയാണിത്. ഈ തടസ്സം നിലനിൽക്കുമ്പോൾ മറ്റു രണ്ട് സ്ഥലങ്ങളുമായി വ്യതിവ്യാപനം സാദ്ധ്യമാണോ? അത്രയും ലളിതമായ വ്യതിവ്യാപനം തന്നെ സാദ്ധ്യമല്ലെങ്കിൽ വിലയം എങ്ങിനെ സാദ്ധ്യമാവും? സ്രഷ്ടാവിൽ നിന്നും പൂർണ്ണത്വം എപ്പോഴും ലഭ്യമാണ്. "അതേ തോതിൽ വിനയത്തോടും സ്നേഹത്തോടും ഞാൻ ലഭ്യമാണോ?" എന്നതാണ് പ്രശ്നം. വെറും സാധനയുടെ തലത്തിൽ നിന്നും, സാധകൻ എന്നതിൽനിന്നും സമ്പൂർണ്ണ ശരണാഗതിയിലേക്ക് പരിണമിക്കുമ്പോഴാണ് ശരിയായ ദീക്ഷ സംഭവിക്കുന്നത്.

ഒരിക്കൽ ബാബുജി ചാരിജിക്കെഴുതി: "അഭ്യാസികളുടെ ഹൃദയത്തിലെ തിളക്കം കാണാൻ ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു." സഹജമാർഗം പരിശീലിക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തി എന്ന നിലയിൽ

ലാഘവത്വമാണ് സന്തോഷദായകമാവുന്നത്. അതിൽ ഉത്കണ്ഠ നീങ്ങിയിരിക്കണം, അത് നിരുപാധികമാവണം, ആഗ്രഹങ്ങൾ നിലച്ചിരിക്കണം, വസ്തുക്കളോട് നിസ്സംഗമാമാവുകയും വേണം. ശരണാഗതിയെ തുടർന്ന് ലഭ്യമാകുന്ന ലാഘവത്വവും സ്വാതന്ത്ര്യവും ഇതാണ്. ആനന്ദം മാത്രമായിരിക്കുമത്. ജീവന്റെ പ്രവാഹം മുഴുവനും നിസ്സംഗത്വം അഥവാ സ്വാതന്ത്ര്യം ലക്ഷ്യമാക്കിയാണ്. ആഗ്രഹങ്ങളില്ലാത്ത ഹൃദയത്തിൽ ഭാരം ലവലേശമുണ്ടാവില്ല. അതുകൊണ്ട് എല്ലാം കുറച്ചുകൊണ്ടുവരുന്നതിന്റെ അളവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കണം.

ഞാൻ എന്നോടുതന്നെ ചോദിക്കണം: "എന്നിൽ ഞാനത് എങ്ങിനെ സംഭവ്യമാക്കും? എന്റെ ഹൃദയത്തിൽ ആ തിളക്കം ഞാൻ എങ്ങിനെ സൃഷ്ടിക്കും? എന്റെ ബോധമണ്ഡലത്തിലെ നക്ഷത്രങ്ങൾ എന്തുകൊണ്ടാണ് മേഘങ്ങളാൽ മറഞ്ഞിരിക്കുന്നത്?"

വിവിധ സാന്ദ്രതയിലുള്ള മേഘങ്ങൾ അവിടെയുണ്ട്; ചിലത് അഹന്തകൊണ്ടുണ്ടായത്, ചിലത് അജ്ഞാനം കൊണ്ട്, മറ്റു ചിലതാകട്ടെ വിവിധങ്ങളായ ആഗ്രഹങ്ങൾ ഉത്ഭവിച്ചുണ്ടായത്. ബോധമെന്ന ആകാശത്തിൽ വിവിധ നിറങ്ങൾ കൊണ്ട് പലതും സൃഷ്ടിക്കുന്ന തിരക്കിലാണ് നമ്മൾ. അത് നമ്മളെ പലവിഷയങ്ങളിലും വ്യാപൃതരാകുന്നു എന്നതാണ് നമ്മുടെ ദുരന്തം. നമ്മൾ സമർപ്പിതരാവുമ്പോൾ, അഹന്ത ഉപേക്ഷിക്കുമ്പോൾ, ഈ മേഘങ്ങൾ അപ്രത്യക്ഷമാവുകയും നമ്മൾ സ്വതന്ത്രരാവുകയും ചെയ്യുന്നു.

എങ്ങിനെയാണ് നമ്മൾ സമർപ്പിക്കുക? ബാബുജി പറയുന്നു, "ആശ്രിതത്വം സൃഷ്ടിക്കുക."

നമ്മൾ അദ്ദേഹത്തെ മാത്രം ആശ്രയിക്കുമ്പോൾ, മറ്റു വസ്തുക്കളുടെ സ്വാധീനം അപ്രത്യക്ഷമാവുന്നു. വ്യവസ്ഥാപിത മായ നമ്മുടെ നിലനിൽപ്പ് അവ്യവസ്ഥാപിതമാവുന്നു; നാം സ്വതന്ത്രരാവുന്നു. സമർപ്പണം യാഥാർത്ഥ്യമാവുമ്പോൾ ലൗകികവിഷങ്ങളിലുള്ള ആശ്രിതത്വം ഇല്ലാതാവുന്നു. അപ്പോൾ മാത്രമേ ഹൃദയത്തിന്റെ തിളക്കവും ശോഭയും ഉയർന്നുവരികയുള്ളൂ. അത്തരത്തിലുള്ള ഹൃദയത്തിൽ നിന്നുമാണ് ആനന്ദത്തിന്റെ നറുമണം നിർഗളിക്കുക.

9. പ്രകൃതിയുമായി താദാത്മ്യം പ്രാപിക്കുക.

കുറച്ചുകൊണ്ടുവരുന്നത് വർദ്ധിതമാവുമ്പോഴാണ് പ്രകൃതിയുമായുള്ള താദാത്മ്യം യാഥാർത്ഥ്യമാവുക. "ലാളിത്യത്തിന്റെ സത്തതന്നെയാണ് പ്രകൃതി" എന്ന് ബാബുജി രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു. സായാഹ്നശുദ്ധീകരണത്തിൽ നമ്മൾ മാലിന്യവും സങ്കീർണതകളും നീക്കം ചെയ്യുന്നു. മാലിന്യങ്ങൾ എടുത്തുകളയുമ്പോൾ പരിശുദ്ധി അവിടെ അവശേഷിക്കുന്നു; സങ്കീർണതകൾ പോകുമ്പോൾ, ലാളിത്യം ബാക്കിയാവുന്നു.

10. സഹാനുഭൂതി മറ്റുള്ളവരോടാവട്ടെ, നിങ്ങളോട് മാത്രം പോരാ.

ന്യായം നിക്ഷ്പക്ഷമാവണം എന്നതുപോലെത്തന്നെയാണ് സഹാനുഭൂതിയും. മുൻവിധിയില്ലാതെ, മുൻഗണനയില്ലാതെ, വിവേചനമില്ലാതെ അതെല്ലാവർക്കും ലഭ്യമാവണം. അവനവനോടുള്ള സഹാനുഭൂതി അതിന്റെ ഒരു വശം മാത്രമാണ്. പലരും അതിൽ ഒതുങ്ങിനിൽക്കുന്നവരാണ്; അവനവനോടു മാത്രമുള്ള സഹാനുഭൂതിയിൽ അവർ തൃപ്തരാണ്, മറ്റുള്ളവരോട് അവർ നിർവ്വികാരരായിരിക്കും. ഇത് യഥാർത്ഥ സഹാനുഭൂതിയല്ല, സ്വാർത്ഥയാണത്. നമുക്ക് ചുറ്റുമുള്ളവർ ദുരിതമനുഭവിക്കുമ്പോൾ നമുക്ക് സന്തോഷിക്കാൻ സാധിക്കുമോ? അന്യരുടെ ദുഃഖത്തെ അവഗണിക്കാൻ മനുഷ്യഹൃദയത്തിന് സാദ്ധ്യമല്ല. നിസ്വാർത്ഥമായ സഹാനുഭൂതിയും ഉദാരമനസ്കതയും വളർത്തിയെടുക്കാൻ ലോകത്തിലെ എല്ലാ ആത്മീയ പ്രസ്ഥാനങ്ങളും ഉദ്ഘോഷിക്കുന്നുണ്ട്. ഉദാഹരണത്തിന്, പതഞ്ജലിയുടെ യോഗസൂത്രത്തിലെ I.33 ശ്ലോകം

സൗഹൃദവും, സഹാനുഭൂതിയും, ആനന്ദവും, തെറ്റുചെയ്യുന്നവരോട് നിസ്സംഗതയും വളർത്തിയെടുക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുന്നു. ബുദ്ധമതത്തിൽ ഈ നാലുഗുണങ്ങളും ബ്രഹ്മവിഹാരം (അളവില്ലാത്തത്) എന്നറിയപ്പെടുന്നു. ഭക്തിമാർഗത്തിലും, ജൈനമതത്തിലും ഈ നാലുഗുണങ്ങളും എടുത്തുപറയുന്നുണ്ട്. ശാശ്വതമൂല്യങ്ങളായി അവ കരുതപ്പെടുന്നു.

11. ആനന്ദവും, കൃതജ്ഞതയും വിനയവും നമ്മുടെ അടിസ്ഥാനമനോഭാവമാവട്ടെ. നിങ്ങളുടെ ഹൃദയം വികസിക്കുന്ന വിധത്തിൽ ഈ അന്തരീക്ഷം മനഃപൂർവ്വം തിരഞ്ഞെടുക്കുക.

പരിണമിക്കപ്പെട്ട ആന്തരികാവസ്ഥയുടെ ലക്ഷണങ്ങളായി താഴെപ്പറയുന്ന മൂല്യങ്ങളെ അഷ്ടാവക്രമഹർഷി ഉയർത്തിക്കാണിക്കുന്നു.

"മകനെ, നീ മുക്തി കാംക്ഷിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, ഇന്ദ്രിയവിഷയങ്ങളെ വിഷമായി ഗണിക്കണം. അതിനെ പ്രതിരോധിക്കാൻ ക്ഷമ, ആർജ്ജവം, സഹാനുഭൂതി, സംതൃപ്തി, സത്യം എന്നിവ വളർത്തിയെടുക്കുക."

– അഷ്ടാവക്ര ഗീത [I.2]

നമ്മുടെ ഓരോ തലങ്ങളെയും പോഷിപ്പിക്കുന്ന, ആനന്ദത്തിന്റെ വർണ്ണരാജിയുണ്ട്. ആനന്ദം അതിന്റെ കലർപ്പില്ലാത്ത, പരിശുദ്ധമായ അവസ്ഥയാണ്. സന്തോഷത്തിന് വിപരീതം ദുഃഖമാണെങ്കിൽ, സുഖത്തിന് വിപരീതം വേദനയാണെങ്കിൽ, ആനന്ദത്തിന് ബദലായി ഒന്നും തന്നെയില്ല. ഭൗതികതലത്തിൽ ആനന്ദം

പ്രതിഫലിക്കുമ്പോൾ, സുഖം അനുഭവമാകും; അത് സ്ഥൂലശരീരത്തെ പരിപോഷിപ്പിക്കും. സൂക്ഷ്മതലത്തിലാണ് പ്രതിഫലനമെങ്കിൽ, അത് സന്തോഷമായി അനുഭവപ്പെടും; എല്ലാ സൂക്ഷ്മ ശരീരങ്ങളേയും പോഷിപ്പിച്ചുകൊണ്ട്. അതിന്റെ യഥാർത്ഥ രൂപത്തിൽ, ആനന്ദം കാരണശരീരത്തെ പോഷിപ്പിക്കുന്നു - ആനന്ദമയ കോശത്തെ. ആനന്ദമയ കോശത്തിലെ ആനന്ദത്തിന്റെ പ്രകാശനം, ശുദ്ധമായ സാദ്ധ്യതയായ, ആത്മാവിനോടുള്ള അതിന്റെ സാമീപ്യം കൊണ്ടാണ്.

നിർവൃതിയുടെ സ്ഥൂലമായ പ്രകടനം എപ്പോഴും തൃപ്തികരമായിരിക്കില്ല. ഉദാഹരണത്തിന്, കഴിഞ്ഞ കാലങ്ങളിലനുഭവിച്ച സന്തോഷത്തിന്റെ ഓർമ്മ ഒരുവനെ നിരാശനാക്കും. ആ അനുഭവം ആവർത്തിക്കാൻ അയാൾ ആഗ്രഹിക്കും. നേരെ മറിച്ച്, മുമ്പനുഭവിച്ച ആനന്ദത്തിന്റെ സ്മരണ അതേ ആനന്ദത്തിന്റെ പുനർസൃഷ്ടിക്കായി ശ്രമിക്കും. ആത്മീയ യാത്ര ആരംഭിക്കുന്നതിനുമുമ്പ്, ശാരീരികതലത്തിലാണ് നാം സുഖം തേടുക. അത് ആനന്ദത്തിന്റെ തലത്തിലേക്കും, പിന്നീട് നിർവൃതിയുടെ തലത്തിലേക്കും പ്രവേശിക്കും. എന്നാൽ ആത്മാവിനോടടുക്കുവാൻ ഈ നിർവൃതിയും അതിലംഘിക്കണം. കാരണം, ആത്മാവ് നിർവൃതിയുടെ അപ്പുറമാണ്.

എന്നാൽ ഈ അവസ്ഥാന്തരം മാസ്റ്ററുടെ പ്രവൃത്തിയാണ്. നിർവൃതിയുടെ നിരാകരണം അസാദ്ധ്യമാണ്, നിരാകരണത്തിന്റെ ഈ അവസ്ഥ കൂടുതൽ നിർവൃതി സംജാതമാക്കുമെന്നതാണ് അതിനു കാരണം. ആ പ്രവൃത്തി നാം മാസ്റ്റർക്ക് വിട്ടുകൊടുക്കണം. മേൽപ്പറഞ്ഞ രീതികൾ അവലംബിച്ച് നമ്മളിൽ ആനന്ദം

സൃഷ്ടിക്കുവാൻ നാം ശ്രദ്ധിക്കണം. ആനന്ദാവസ്ഥയിൽ പരിപൂർണ്ണത കൈവരിക്കുമ്പോഴാണ്, അതിനെ അതിലംഘിച്ച് അടുത്ത പടിയായ പ്രബലതയിലേക്കും (potentiality) അവിടെനിന്നും ശൂന്യതയിലേക്കും (nothingness) എത്തിച്ചേരാനാവുക.

സ്നേഹാദരങ്ങളോടെ,

കമലേഷ്

പൂജ്യ ലാലാജി മഹരാജിന്റെ
151 ആം ജന്മവാർഷികാഘോഷവേളയിൽ

ദാജി

നൽകിയ സന്ദേശം
ഫെബ്രുവരി 2024, കാൻഹ ശാന്തിവനം

heartfulness
advancing in love