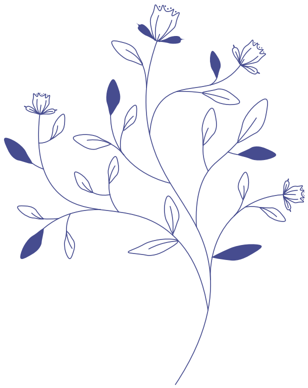
ശക്തമായൊരു അടിത്തറയൊരുക്കുക

പ്രതിബദ്ധത, ഉദ്ദേശ്യം, വിശ്വാസം



ദാജി

ഷാജഹാൻപൂർ യോഗാശ്രമത്തിന്റെ

സുവർണ്ണ ജൂബിലി ആഘോഷവേളയിൽ നൽകിയ സന്ദേശം

ബാച്ച് 2: 16–18 ഫെബ്രുവരി 2026

ശക്തമായൊരു അടിത്തറയൊരുക്കുക

പ്രതിബദ്ധത, ഉദ്ദേശ്യം, വിശ്വാസം

പ്രിയ സുഹൃത്തുക്കളേ,

ഈ സുവർണ്ണ ജൂബിലി ആഘോഷവേളയിൽ, കഴിഞ്ഞ കുറച്ചു ദിവസങ്ങളായി ആത്മീയ ജീവിതത്തിൽ അഗാധതയിൽ വേരോടുന്ന രണ്ട് ചോദ്യങ്ങൾ നാം പരിചിന്തനം നടത്തുകയായിരുന്നു.

- *വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം എന്ന സന്ദേശത്തിൽ, ആഗ്രഹവും ലക്ഷ്യമടയാനുള്ള അഭിലാഷവും തമ്മിലുള്ള, കാലങ്ങളായുള്ള പോരാട്ടത്തെ നാം സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിച്ചു. ഉചിതമായതെന്തെന്നറിയുകയും, അർപ്പിതനാവേണ്ട സമയം ആഗതമാവുമ്പോൾഅടിത്തറയിളകുംവിധംതുടച്ചുനീക്കപ്പെട്ടൊന്നൊരു സാധകനെക്കുറിച്ച് അതിൽ വിലയിരുത്തപ്പെട്ടു.*

- *ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണയുണർത്തൽ* എന്നതിൽ, ലക്ഷ്യം നഷ്ടമായ, ഇനിയും മുന്നോട്ടുപോകേണ്ടതുണ്ട് എന്ന വിവേകം കൈമോശം വന്ന ഒരാത്മാവിന്റെ വിചിത്രമായ മരവിപ്പിനെക്കുറിച്ച് നമ്മൾ പരിചിന്തനം ചെയ്തു.

എന്നാൽ മൂന്നാമതൊരു എതിരാളി കൂടി ഇനിയുണ്ട്; ഹൃദയത്തെ പിളർക്കുകയോ തീയണയ്ക്കുകയോ ചെയ്യാത്ത, അതിസൂക്ഷ്മമായ ഒന്ന്. സമർപ്പിതമാവൽ ഹൃദയം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതുവരെ, ജ്വാല തെളിയിക്കപ്പെടുന്നതുവരെ,യഥാർത്ഥ ഫലം (ദൈവീക ഗുണങ്ങൾ) പ്രകടമാവുന്നതുവരെ കാത്തിരിക്കാൻ തയ്യാറാവുന്ന ഒന്നാണത്. എന്നാൽ, അപ്പോഴത് മന്ത്രിക്കും, **"ഇത് ഉറച്ച തീരുമാനമാണോ?"**

ആ എതിരാളിയുടെ പേരാണ് സംശയം. ഈ മൂന്നെണ്ണത്തിൽ ഏറ്റവും അപകടകാരി ഇതാവും. പരാജിതരെ ഇതൊരിക്കലും ആക്രമിക്കാറില്ല. വിജയിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന, എന്നാൽ വിജയത്തിൽ വിശ്വസിക്കാൻ തയ്യാറില്ലാത്തവരെയാണ് ഇത് ആക്രമിക്കുക.

തങ്ങളുടെ അനുഭവങ്ങളെ വിശ്വസിക്കാതിരിക്കൽ

പ്രിസപ്റ്റർമാരിലൊരാൾ, അവരുടെ സെന്ററിലുള്ള ഒരു സഹോദരിയുടെ വിഷയവുമായി എന്നെ കഴിഞ്ഞ ദിവസം സമീപിച്ചു. ഈ സഹോദരി പതിനൊന്നുവർഷമായി ധ്യാനിക്കുന്നുണ്ട്; പതിനൊന്ന് നീണ്ട വർഷങ്ങൾ. അവരുടെ പ്രഭാതങ്ങളിൽ നിറഞ്ഞുനിന്ന ശാന്തതയെക്കുറിച്ച്, മുൻകാലത്തുണ്ടായിരുന്ന പ്രതികരണരീതിയിൽ മാറ്റം വരുത്തി, ക്ഷമ ഇടം പിടിച്ചതിനെക്കുറിച്ച്, ഫോൺ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുമ്പോൾ ഉണ്ടാവാറുള്ള അസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾ മറികടക്കുന്നത് സാദ്ധ്യമാക്കുന്ന പുതിയ ശേഷിയെക്കുറിച്ച് അവർ സംസാരിച്ചു.

എന്നാലും, ഒരു പൂന്തോട്ടത്തിൽ നിന്നുകൊണ്ട് വസന്തകാലം ശരിക്കും ആഗതമായോ എന്നു സംശയിക്കുന്ന ഒരാളുടെ മനോഭാവത്തിൽ അവർ ചോദിക്കും,"ഇതെല്ലാം യാഥാർത്ഥ്യമാണോ, അതോ ഞാൻ എന്നെത്തന്നെ വിഡ്ഢിയാക്കുകയാണോ?"

മറ്റൊരഭ്യാസി പറഞ്ഞു, "മാഡം, സ്വയം വിഡ്ഢിയാക്കലിലൂടെ പതിനൊന്നു വർഷം നിങ്ങൾക്ക് ആന്തരീക ശാന്തി കൈവരിക്കാനായെങ്കിൽ ദയവായി ഒരു പുസ്തകമെഴുതൂ." അസ്വസ്ഥതകളിലേക്കും ആകുലതകളിലേക്കും നയിച്ചുകൊണ്ട് ബാക്കിയുള്ളവരെല്ലാം സ്വയം വിഡ്ഢികളാവുകയും എന്നിട്ടതിനെ യാഥാർത്ഥ്യമെന്ന് വിളിക്കുകയുമാണ്.

ഇതൊന്ന് ചിന്തിക്കൂ: ഈ സ്വയം വിഡ്ഢിയാക്കൽ, പതിനൊന്നുവർഷത്തെ ശാന്തതയേകിയെങ്കിൽ കുറച്ചുകൂടി വിശ്വാസം അതർഹിക്കുന്നില്ലേ?

അതുപോലെ, എന്തുകൊണ്ട് നമ്മുടെ ആശങ്കകളെയും ആകുലതകളെയും നാം സംശയിക്കുന്നില്ല; അവ നമുക്ക് അശാന്തി മാത്രമേ തരുന്നുള്ളൂവെങ്കിൽ കൂടി?

തന്റേതായ അനുഭവങ്ങളിൽ **ആ സഹോദരിയ്ക്ക് വിശ്വാസമുണ്ടായിരുന്നില്ല** എന്നതുമാത്രമായിരുന്നു അവരുടെ പ്രശ്നം.

നമ്മൾ ചർച്ച ചെയ്തതിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ ആ സഹോദരിയുടെ സാഹചര്യമൊന്ന് വിലയിരുത്തിനോക്കാം. അവരുടെ ഹൃദയം വിഭജിക്കപ്പെട്ടതായിരുന്നില്ല, അവർ വിവേകപൂർവ്വമാണ് തിരഞ്ഞെടുപ്പ് നടത്തിയിരുന്നത്. അവരിൽ ആന്തരീക തിരിനാളം കൊളുത്തപ്പെട്ടിരുന്നു. എല്ലാദിവസവും രാവിലെ അവർ പരിശീലിച്ചിരുന്നു, വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയത്തിൽ പരാമർശിക്കപ്പെട്ടിരുന്ന അൻപത് വയസ്സുകാരനെപ്പോലെ ഇവർ അഭിലാഷങ്ങൾക്കും ആഗ്രഹങ്ങൾക്കുമിടയിൽ ആടിയുലഞ്ഞിരുന്നില്ല.

ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണയുണർത്തൽ എന്നതിൽ പരാമർശിക്കപ്പെട്ട ഉൾപ്രേരണ നഷ്ടമായ യുവതിയുമല്ല ഇവർ. ഇവർക്ക് അച്ചടക്കമുണ്ടായിരുന്നു, ലക്ഷ്യബോധമുണ്ടായിരുന്നു, അനുകൂലമായ ഫലങ്ങളുമുണ്ടായിരുന്നു.

എന്നിട്ടും സംശയം അവരിൽ പടർന്നുകയറിയതിനാൽ അവരിൽ മരവിപ്പുണ്ടായി. അച്ചടക്കരാഹിത്യമോ ഉൽക്കടമായ അഭിലാഷക്കുറവോ ആയിരുന്നില്ല അവരുടെ സ്തംഭനാവസ്ഥയ്ക്ക് കാരണം. അവനവനിലുള്ള വിശ്വാസക്കുറവായിരുന്നു അവർക്ക് പ്രശ്നമായത്; സൂക്ഷ്മതലത്തിലുള്ള നിശബ്ദവും അസ്ഥിരപ്പെടുത്തുന്നതുമായ സംശയം.

അതുകൊണ്ടാണ് സംശയത്തിന് അതിന്റേതായ പ്രാധാന്യം നൽകി ചർച്ച ചെയ്യേണ്ടത് ആവശ്യമാവുന്നത്. ആഗ്രഹം ഇച്ഛാശക്തിയിൽ ഇടപെടുമ്പോൾ, അലസത ഊർജ്ജത്തെ ബാധിക്കുമ്പോൾ, സംശയം

കൂടുതൽ അടിസ്ഥാനപരമായ ഒന്നിനെയാണ് ആക്രമിക്കുന്നത്: നിങ്ങളിൽ സംഭവിച്ച പരിണാമത്തെ തിരിച്ചറിയാനുള്ള കഴിവിനെ.

സംശയമെന്ന സൂക്ഷ്മവിഷം

ജിജ്ഞാസ അഥവാ കൗതുകം എന്നതിൽനിന്നും വ്യത്യസ്തമാണ് സംശയം. ജിജ്ഞാസ കവാടം തുറക്കുമ്പോൾ, സംശയം വാതിൽ ആണിയടിച്ചടയ്ക്കുന്നു. എന്നിട്ട് പുറത്തുനിന്നുകൊണ്ട് വായുസഞ്ചാരത്തെക്കുറിച്ച് പരാതി പറയുന്നു. വിവേകവും സംശയവും തമ്മിൽ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമൊരു രേഖ സഹജമാർഗം വരച്ചിടുന്നു (അറിവിലേക്കു നയിക്കുന്ന വിവേചനപരമായ അന്വേഷണവും അവബോധത്തെ വിഷലിപ്തമാക്കുന്ന, കാർന്നുതിന്നുന്ന സംശയവും).

ക്രിയാത്മകമായ അന്വേഷണം ഉന്നയിക്കുന്ന ചോദ്യം, "ഇത് ശരിയാണോ?" എന്നായിരിക്കും. എന്ത്, എങ്ങിനെ, എവിടെ, എന്തുകൊണ്ട് തുടങ്ങിയ ചോദ്യങ്ങൾ അതുന്നയിക്കും.

കാർന്നുതിന്നുന്ന സംശയമാകട്ടെ, "എനിക്കതിനു ത്രാണിയുണ്ടോ?" എന്നായിരിക്കും ചോദിക്കുക. ധാരണയെ (ഗ്രഹണശേഷിയെ) അത് മറയ്ക്കും.

ഒന്ന് വ്യക്തതയെ തേടുമ്പോൾ, മറ്റേത് വ്യക്തിത്വത്തെ ചോദ്യം ചെയ്യുന്നു. നിങ്ങളുടെ തന്നെ വ്യക്തിത്വത്തെ ചോദ്യം ചെയ്യുന്നതിന് നിങ്ങൾ

വിവേകവും സംശയവും തമ്മിൽ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമൊരു രേഖ സഹജമാർഗം വരച്ചിടുന്നു (അറിവിലേക്കു നയിക്കുന്ന വിവേചനപരമായ അന്വേഷണവും അവബോധത്തെ വിഷലിപ്തമാക്കുന്ന, കാർന്നുതിന്നുന്ന സംശയവും).

തുടക്കമിടുന്ന നിമിഷം, നിങ്ങൾ അടിസ്ഥാനപരമായി നിങ്ങളുടെ തന്നെ പ്രതിഛായയോടായിരിക്കും ന്യായം പറയുന്നത്.

വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയത്തിൽ നമ്മിൽ ആന്തരീകമായുള്ള രണ്ട് ചെന്നായ്ക്കളുടെ പ്രതിബിംബത്തെക്കുറിച്ച് നാം പരിചിന്തനം ചെയ്തു – ഒന്ന് നമ്മുടെ ഉയർന്ന പ്രകൃതത്തെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നതും, മറ്റേത് നമ്മുടെ അധമ ഉൾപ്രേരണകളെ ചിത്രീകരിക്കുന്നതും. നാം പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതേതോ അത് ആത്യന്തികമായി പ്രബലപ്പെടുമെന്നും നാം തിരിച്ചറിഞ്ഞു.

സംശയമെന്നത് ഈ രണ്ട് ചെന്നായ്ക്കളുമല്ല. അതിനെ പോഷിപ്പിക്കുന്നത് അർത്ഥശൂന്യമാണെന്ന് നിങ്ങളോട് വിളിച്ചുപറയുന്ന ശബ്ദമാണ് സംശയമെന്നത്. യുദ്ധരംഗത്തിനു പുറത്താണ് അത് സ്ഥാനം പിടിക്കുക, രണ്ടു ചെന്നായ്ക്കളും യഥാർത്ഥമല്ല എന്നത് നമ്മോട് മന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യും. അവയ്ക്ക് നൽകുന്ന പരിപോഷണം ഭാവനാസൃഷ്ടമാണെന്നും ആത്മീയ വളർച്ചയ്ക്കായുള്ള ഉദ്യമമെല്ലാം നിങ്ങൾ സ്വയം പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുന്നൊരു കഥ മാത്രമാണെന്നും അത് നിങ്ങളോട് പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കും. ആഗ്രഹങ്ങളെക്കാളും ജഡത്വത്തെക്കാളും സൂക്ഷ്മതലത്തിലാണ് സംശയമെന്നു പറയുന്നത് അതിനാലാണ്. അഭിലാഷവുമായി അത് കൊമ്പുകോർക്കില്ല, അഭിലാഷത്തിന്റെ അടിത്തറ തോണ്ടുകയാണ് അത് ചെയ്യുന്നത്.

സംശയത്തിന്റെ മേഖല എത്രത്തോളം ആഴത്തിലാണ് എന്നത് വിശദമാക്കുന്നൊരു മനോഹരമായൊരു പരാമർശമുണ്ട്. ആത്മീയാനുഭവങ്ങളുടെ പരിപാവന തലമായ കേന്ദ്രമണ്ഡലത്തിൽ ബാബുജി പ്രവേശിക്കവേ, സഫലീകരണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അടയാളങ്ങളൊന്നും തന്നെ അദ്ദേഹത്തിനവിടെ കാണാനായില്ല: ആനന്ദത്തിന്റെയോ ദർശനങ്ങളുടെയോ, മറ്റേതെങ്കിലും തരം വെടിക്കെട്ടുകളോ അവിടെയുണ്ടായിരുന്നില്ല. ദൃശ്യവിസ്മയങ്ങൾ പരിചിതമായൊരു മനസ്സിൽ 'ഇതൊന്നുമല്ലല്ലോ' എന്ന തോന്നലാണ്

ഉണർത്തപ്പെട്ടത്. അദ്ദേഹം ലാലാജിയോട് പറഞ്ഞു,"എന്റെ സാധനയുടെ ആദ്യവർഷങ്ങൾ ഇതിലും ഭേദമായിരുന്നു, ഇതൊന്നുമല്ല എന്ന തോന്നലാണ് ഇപ്പോഴുണ്ടാവുന്നത്." "ഈയവസ്ഥ ഞാൻ എടുത്തുമാറ്റട്ടെ," ലാലാജി അപ്പോൾ ചോദിച്ചു. "അരുതേ എന്റെ നാഥാ, അങ്ങ് അപ്രകാരം ചെയ്താലത് എന്റെ അന്ത്യം കുറിക്കും," ബാബുജി കേണപേക്ഷിച്ചു.

ബാബുജിക്ക് ആ അവസ്ഥയിൽ മനോഹാരിതയോ ആകർഷണമോ കണ്ടെത്താനായില്ല. വ്യക്തമായ മറ്റൊരു സുഖവും അവിടെ അദ്ദേഹത്തിന് ലഭിച്ചില്ല. എന്നിട്ടും, അത് നുകരാനായൊരാൾക്ക് അതില്ലാതെ ജീവിക്കാനാവില്ല എന്ന സ്ഥിതിയായിരുന്നു. സംശയത്തിന്റെ പരിധിയ്ക്കപ്പുറമുള്ളത് ഇതാണ്: അസ്തിത്വത്തിൽ ഇഴചേർന്ന ഒരവസ്ഥ; അതിനെ എടുത്തുമാറ്റിയാൽ അനസ്തിത്വത്തിൽനിന്നും അതിനെ വേർതിരിച്ചറിയാനാവില്ല. തനിക്കറിയാവുന്നതിനെക്കുറിച്ച് ആത്മാവ് വാദപ്രതിവാദം നടത്താറില്ല.

ഒരാളുടെ അസ്തിത്വത്തിന്റെ കേന്ദ്രത്തിൽ തന്നെ പൂർണ്ണമായ സമനില കണ്ടെത്തുന്നത് പോലെയാണിത്. അത് ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ പ്രകാശിപ്പിക്കുകയോ ഉത്തേജിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. എന്നാൽ ആ ആന്തരിക സന്തുലിതാവസ്ഥ ഒരിക്കൽ അറിഞ്ഞുകഴിഞ്ഞാൽ, ജീവിതം സുസ്ഥിരവും പൂർണ്ണവുമാണെന്ന് തോന്നും. അത് നീക്കം ചെയ്യുന്നത് സമനിലയെ തകർക്കുകയോ വികലമാക്കുകയോ ചെയ്യും; അത് വ്യക്തിയെ അസ്ഥിരപ്പെടുത്തും.

ഒരാളുടെ അസ്തിത്വത്തിന്റെ കേന്ദ്രത്തിൽ തന്നെ പൂർണ്ണമായ സമനില കണ്ടെത്തുന്നത് പോലെയാണിത്. അത് ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ പ്രകാശിപ്പിക്കുകയോ ഉത്തേജിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. എന്നാൽ ആ ആന്തരിക സന്തുലിതാവസ്ഥ ഒരിക്കൽ അറിഞ്ഞുകഴിഞ്ഞാൽ, ജീവിതം സുസ്ഥിരവും പൂർണ്ണവുമാണെന്ന് തോന്നും.

ആത്മവിശ്വാസത്തിൻ്റെ വാസ്തുവിദ്യ

ലാറ്റിൻ പദമായ കോൺ–ഫിഡാരെ (confidare) എന്ന പദത്തിന്റെ അർത്ഥം 'വിശ്വാസത്തോടെ' എന്നാണ്. ഇത് വിജയം ഉറപ്പുനൽകുന്നില്ല, പക്ഷേ നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ എന്ത് സംഭവിച്ചാലും അതിനെ മറികടക്കാൻ കഴിയുമെന്ന ആഴത്തിലുള്ള വിശ്വാസത്തെയാണ് ഇത് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

സംശയം ഈ വിശ്വാസത്തെ തകർക്കുന്നു. ലാറ്റിൻ 'ഡൂബിയസ്' 'രണ്ട്' എന്നർത്ഥമുള്ള ഒരു ധാതുവിൽ നിന്നാണ് വരുന്നത്, ഇത് ദ്വൈതത്തെയോ വിഭജനത്തെയോ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. മനസ്സ് ഒരേ സമയം നടനും നിരൂപകനുമായി വിഭജിക്കപ്പെട്ടാൽ, ഒരിക്കലും വിശ്രമിക്കാത്ത ഒരു ആന്തരിക ജഡ്ജിയെ നിങ്ങൾ നിയമിച്ചതുപോലെയാണ്.

സംശയം സത്യത്തിനായുള്ള അന്വേഷണമായി സ്വയം അവതരിപ്പിക്കുന്നു. സംശയാസ്പദമായ ഒരു പ്രവൃത്തി മടി കാരണം പരാജയപ്പെടുമ്പോൾ, അത് എല്ലായ്പ്പോഴും ശരിയായിരുന്നുവെന്ന് സ്വയം സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു: "ഞാൻ പറഞ്ഞില്ലേ?" അങ്ങനെ, സംശയം അതിന്റെ നിലപാട് സ്ഥിരീകരിക്കുന്ന ഫലങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചുകൊണ്ട് സ്വന്തം തെളിവുകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു; സത്യാന്വേഷിയാണെന്ന് അവകാശപ്പെടുന്ന ഒന്നിന് വളരെ സത്യസന്ധമല്ലാത്ത ഒരു തന്ത്രം.

ആലസ്യം ഊർജ്ജത്തിന്റെ കുറവല്ല മറിച്ച് ലക്ഷ്യത്തിന്റെ അഭാവമാണ് എന്ന് 'ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണയുണർത്തൽ' എന്ന സന്ദേശത്തിൽ നമ്മൾ ചർച്ച ചെയ്തു. അതോടൊപ്പം സംശയവും സമാന്തരമായി സഞ്ചരിക്കുന്നു. സംശയം അനുഭവക്കുറവല്ല, അനുഭവത്തിലുള്ള അവിശ്വാസമാണ്. അലസന് ഇന്ധനമുണ്ട്, പക്ഷേ തീജ്വാലയില്ല. സംശയിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ കൈവശം ഇന്ധനവും ജ്വാലയും ഉണ്ട്, പക്ഷേ തീ യഥാർത്ഥമാണോ എന്ന് അയാൾ ഇടയ്ക്കിടെ പരിശോധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും, പരിശോധനയിൽ തീ തണുത്തുപോകും.

ഭഗവദ്ഗീത കൃത്യമാണ്: സംശയാത്മാ വിനശ്യതി, സംശയിക്കുന്ന ആത്മാവ് നശിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു എന്ന് അത് നമ്മോട് പറയുന്നു.

പരിശീലനത്തെ സംശയിക്കുന്ന വ്യക്തി സ്വന്തം പാതയെ സംശയിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു.
മാർഗത്തെ സംശയിക്കുന്ന വ്യക്തി തന്റെ വഴികാട്ടിയെ സംശയിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു.
വഴികാട്ടിയെ സംശയിക്കുന്ന വ്യക്തി മാർഗനിർദേശത്തെ തന്നെ സംശയിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു.

സംശയിക്കുന്ന ഓരോ സന്ദർഭവും ഒരു സ്വെറ്ററിൽ നിന്ന് നൂൽ വലിച്ചിട്ട്, ഒടുവിൽ നിങ്ങൾ വിറയ്ക്കുമ്പോൾ അത്ഭുതപ്പെടുന്നതുപോലെയാണ്. ഒന്നും അവശേഷിക്കാത്തതുവരെ, നിങ്ങൾ അതിനെ ക്രമേണയായി പറിച്ചെടുക്കുന്നു.

എന്താണ് വിനയം? വിനയം സംശയമല്ല. "എനിക്കെല്ലാമറിയില്ല" എന്ന് വിനയം പറയുമ്പോൾ, "ഞാൻ പോരാ" എന്ന് സംശയം പറയുന്നു. ഒന്ന് വളർച്ചയുടെ വാതിൽ തുറക്കുമ്പോൾ, മറ്റേത് വാതിൽ കൊട്ടിയടച്ച് ചാവിയെ വിഴുങ്ങുന്നു.

"വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയത്തിലെ" പാലത്തിന്റെ ഉദാഹരണം ഓർക്കുക. ആവർത്തിച്ചുള്ള പരാജയങ്ങൾ ഇച്ഛാശക്തിയിൽ സൂക്ഷ്മ വിള്ളലുകൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ച് നമ്മൾ അതിൽ ചർച്ച ചെയ്തു. ഒരു ചെറിയ അമിതഭാരംപോലുംവിനാശകരമായ തകർച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകുന്നതുവരെ അടിഞ്ഞുകൂടുന്ന അദൃശ്യമായ നാശനഷ്ടങ്ങളാണിവ. സംശയം വിശ്വാസത്തിന് നേരെയും ചെയ്യുന്നത് അതാണ്. ഓരോ അനുഭവവും തള്ളിക്കളയുമ്പോഴും "അത് വെറും ഭാവനയായിരുന്നു" എന്ന് ആന്തരിക ശബ്ദം പറയുമ്പോഴെല്ലാം, വിശ്വാസത്തിന്റെ ഘടനയിൽ ഒരു സൂക്ഷ്മ വിള്ളൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നു. പുറമേ നിന്ന് നോക്കുമ്പോൾ വിശ്വാസം എപ്പോഴും ഉറച്ചതായി തോന്നാം, പക്ഷേ കേടുപാടുകൾ ആന്തരികമാണ്.

ഒരു ചെറിയ ഏറ്റക്കുറച്ചിലായി തോന്നേണ്ടിയിരുന്നത്, ഒരു ദിവസം ആത്മവിശ്വാസത്തിന്റെ പൂർണ്ണമായ തകർച്ചയായി മാറുന്നു. പരിശീലനം പരാജയപ്പെട്ടതുകൊണ്ടല്ല അങ്ങനെ സംഭവിച്ചത്, മറിച്ച് സംശയങ്ങളുടെ കുമ്പാരം ഒടുവിൽ അടിത്തറ തകർത്തതുകൊണ്ടാണ്.

ഇതാണ് തകർന്ന അടിത്തറ; പരാജയത്താലല്ല, വിജയം അംഗീകരിക്കാനുള്ള വിസമ്മതത്താലാണ് തകർന്നത്.

ധൈര്യം: സംശയത്തിനുള്ള പ്രതിവിധി

സംശയത്തിനെതിരെ നിങ്ങൾ നേരിട്ട് പോരാടിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, നിങ്ങൾ അതിന്റെ തലത്തിൽ തന്നെ പോരാടുകയാണ്. സ്വന്തം സ്ഥലത്ത് സംശയങ്ങളെ മറികടക്കുക എന്നത് തീർച്ചയായും ബുദ്ധിമുട്ടാണ്. സംശയവുമായി വാദിക്കുന്ന മനസ്സ് ഇതിനകം തന്നെ നഷ്ടപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞു, അതിന് കാരണം സംശയത്തിന് അനന്തമായ ആയുധങ്ങളുണ്ട് എന്നതാണ്; ഒരു നിഗമനത്തിലെത്താൻ അതിന് ഒട്ടും താൽപര്യമില്ല.

മറ്റൊരു വിധത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, സംശയം നിങ്ങളെ ഭയപ്പെടുത്തുകയോ മുന്നറിയിപ്പ് നൽകുകയോ അഭിപ്രായം പറയുകയോ എല്ലാം ചെയ്തേക്കാം, പക്ഷേ അത് നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ നയിക്കാൻ അനുവദിക്കരുത്.

ജീവിതമാകുന്ന നിങ്ങളുടെ വാഹനത്തിലെ ഒരു സ്ഥിരം യാത്രക്കാരനായി സംശയത്തെ സങ്കൽപ്പിക്കുക. അത് സംസാരിച്ചേക്കാം, വിപുലമായ ദുരന്തങ്ങളെക്കുറിച്ച് പോലും പറഞ്ഞേക്കാം. പതിനാറ് വ്യത്യസ്ത രീതികളിൽ കാര്യങ്ങൾ തെറ്റിപ്പോകുമെന്ന് അത് പ്രവചിച്ചേക്കാം, പക്ഷേ ഒരിക്കലും സ്റ്റിയറിംഗ് വീലിൽ തൊടാൻ അതിനെ അനുവദിക്കരുത്.

ആഗ്രഹത്തിനും അഭിലാഷത്തിനും ഇടയിലുള്ള യുദ്ധം ജയിക്കുന്നത് അധമമായ ആകർഷണത്തെ ചെറുക്കുന്നതിലൂടെയല്ല, മറിച്ച് ഉന്നതമായ വാഞ്ഛ വർദ്ധിപ്പിച്ച് മറ്റെല്ലാം ഉൾക്കൊള്ളുന്നതിലൂടെയാണെന്ന് 'വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം' എന്ന സന്ദേശത്തിൽ നാം കണ്ടു. അതേ തത്വം തന്നെയാണ് ഇവിടെയും ബാധകമാകുന്നത്. സംശയത്തെ വാദിച്ചുകൊണ്ട് പരാജയപ്പെടുത്താൻ കഴിയില്ല. വാദത്തിന് പ്രസക്തിയില്ലാത്ത വിധം നേരിട്ടുള്ള അനുഭവങ്ങൾ ശേഖരിക്കുന്നതിലൂടെ നിങ്ങൾ സംശയത്തെ പരാജയപ്പെടുത്തുന്നു. തേൻ രുചിച്ച ഒരാൾക്ക് അതിന് മധുരം ഉണ്ടോ എന്ന് തർക്കിക്കേണ്ടതില്ല.

അങ്ങനെ, സംശയത്തിനുള്ള മറുമരുന്ന് നേരിട്ടുള്ള അനുഭവവും ധൈര്യവുമാണ് എന്ന് നമ്മൾ മനസിലാക്കുന്നു. ധൈര്യം സംശയത്തെ നിലനിൽക്കാൻ അനുവദിക്കുന്നു, അതേസമയം വീറ്റോ നടപടിയെടുക്കാനുള്ള അധികാരം നിഷേധിക്കുന്നു. നേരിട്ടുള്ള അനുഭവം അതിനെ പൂർണ്ണമായും ഇല്ലാതാക്കുന്നു.

എന്നാൽ, വിശ്വാസം സംശയത്തിൽ നിന്നും ഉറപ്പിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. അത് വാദിക്കുന്നില്ല. നടന്നു കഴിഞ്ഞ ഒരു നിലപാടിൽ അത് ഉറച്ചുനിന്ന് പറയുന്നു: **ഇത് ശരിയാണ്.**

വളർച്ചയുടെ പാത

നാം വളരെക്കാലമായി നീതിയുക്തമായ വിശ്വാസങ്ങളായി കരുതിപ്പോന്നതിനെ അനുഭവിക്കുന്നതിന്റെ കലയാണ് ആത്മീയതയുടെ സത്ത. നമ്മൾ തുടങ്ങുന്നത് കടമെടുത്ത വാക്കുകളിലൂടെയാണ്; ഉദാഹരണത്തിന് 'ദൈവം സ്നേഹമാണ്', അല്ലെങ്കിൽ 'ആത്മാവ് നിത്യമാണ്.' ഇവ തീർച്ചയായും മനോഹരമായ വിശ്വാസങ്ങളാണ്, പക്ഷേ വിശ്വാസങ്ങൾ വാഗ്ദാന രേഖകൾ പോലെയാണ്. പണം എത്തുന്നത് വരെ, സംശയം മന്ത്രിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കും, "ആ നോട്ടിന് വിലയില്ലെങ്കിലോ?"

മടിയനായ ഒരാൾക്ക് എന്തെങ്കിലും വിഷയത്തിൽ ശരിക്കും താൽപ്പര്യമുണ്ടെങ്കിൽ, അയാൾ ഒരിക്കലും ക്ഷീണിക്കില്ല, ഭക്ഷണം കഴിക്കില്ല, പരാതിയില്ലാതെ രാത്രി മുഴുവൻ ജോലി ചെയ്യുമെന്ന് നമ്മൾ 'ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണയുണർത്തൽ' എന്ന സന്ദേശത്തിൽ കണ്ടു. ഊർജ്ജം എപ്പോഴും ഉണ്ടായിരുന്നു, പക്ഷേ ജ്വാല ഇല്ലായിരുന്നു എന്നാണ് ഇത് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. ഇവിടെ ഒരു സമാന്തരമുണ്ട്. യഥാർത്ഥ അനുഭവം ലഭിക്കുമ്പോൾ, ധ്യാനിക്കുന്നയാളുടെ നെഞ്ചിൽ എന്തോ ഒരു പ്രത്യേക അനുഭൂതി അനുഭവപ്പെടുമ്പോൾ, ധ്യാനം പ്രവർത്തിക്കുമോ എന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള ബൗദ്ധിക ചർച്ച അസംബന്ധമായിത്തീരുന്നു. അനുഭവം എപ്പോഴും വന്നുകൊണ്ടിരുന്നു, പക്ഷേ വിശ്വാസം ഇല്ലായിരുന്നു.

വിശ്വാസത്തിൽ നിന്ന് അനുഭവത്തിലേക്കുള്ള യാത്ര ഒരു കൃത്യമായ പാത പിന്തുടരുന്നുണ്ട്. ആദ്യം, നാം അനുഭവിക്കുന്നു. ധ്യാനസമയത്ത് ഹൃദയത്തിൽ എന്തോ ഒന്ന് ഉണരുന്നു; ദൈവികതയെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു ആശയമല്ല, മറിച്ച് അതുമായി അനുഭവപരമായ ഒരു സമാഗമം. പക്ഷേ അനുഭൂതി എപ്പോഴും ഒരു സന്ദർശകനാണ്, അത് വന്നും പോയുമിരിക്കും.

അതിനാൽ പ്രയത്നം തുടർന്നുകൊണ്ടിരിക്കും. നമുക്ക് പലപ്പോഴും അനുഭവമായി തോന്നുന്നത്, നമ്മൾ ആയിത്തീരാൻ തുടങ്ങുന്നു. ധ്യാനസമയത്ത് മാത്രം കാണപ്പെട്ടിരുന്ന ക്ഷമ ഇപ്പോൾ ട്രാഫിക് സിഗ്നലുകളിലും പ്രകടമാണ്. ഒരു സന്ദർശകനായിരുന്ന നിശ്ചലത ഒരു താമസക്കാരനായും ഒടുവിൽ ഒരു വീട്ടുടമസ്ഥനായും മാറുന്നു. പിന്നീട് ആഴത്തിലുള്ള എന്തോ ഒന്നിലേക്ക് അത് വഴി മാറുന്നു. നമ്മൾ ഇനി ക്ഷമ 'പരിശീലിക്കുന്നില്ല', ക്ഷമയുള്ളവരായി തീരുന്നു.

വളർച്ചയുടെ ശൃംഖല ആരംഭിക്കുന്നത് പ്രഭാതത്തിനുമുമ്പ് എടുക്കുന്ന നിശബ്ദമായ ഒരു തീരുമാനത്തിലാണ്: ഞാൻ ഇരിക്കും. എനിക്ക് അങ്ങനെ തോന്നുന്നതുകൊണ്ടല്ല, മറിച്ച് എന്റെ ഉള്ളിലെ

എന്തോ ഒന്ന് അങ്ങനെ തീരുമാനിച്ചിരിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ്; ആ തീരുമാനം പുനരാലോചനയ്ക്ക് വിധേയമല്ല. എന്ത് തന്നെയായാലും, എവിടെയായാലും, എപ്പോഴായാലും, എങ്ങനെയായാലും, ആ ദൃഢനിശ്ചയം പരിശീലനത്തിലേക്ക് നയിക്കും! പരിശീലനം അനുഭവത്തിലേക്ക് നയിക്കും. ഒരു വാദത്തിനും ഇളക്കാൻ കഴിയാത്ത വിശ്വാസം അനുഭവം ഉളവാക്കുന്നു; കാരണം അത് വാദത്തിൽ കെട്ടിപ്പടുത്തതല്ല. അത് ഹൃദയത്തിന്റെ സ്വന്തം സാക്ഷ്യത്തിൽ നിർമ്മിച്ചതാണ്.

നിത്യേനയുള്ള ശുദ്ധീകരണത്തിലൂടെ നമ്മൾ നമ്മുടെ ആന്തരിക പ്രകൃതിയെ ലളിതമാക്കുന്നു. എല്ലാം മാറ്റിമറിക്കുന്ന ഉൾക്കാഴ്ച ഇതാണ്: സംശയത്തിന് അതിജീവിക്കാൻ സങ്കീർണ്ണമായ ഒരു ആഖ്യാനം ആവശ്യമാണ്. ആന്തരിക ഭൂപ്രകൃതിയെ ലളിതമാക്കുമ്പോൾ സംശയം അപ്രത്യക്ഷമാവും. തീയ്ക്ക് ഇന്ധനം ആവശ്യമുള്ളതുപോലെ അതിന് നാടകം ആവശ്യമാണ്. നാടകം നീക്കം ചെയ്താൽ പിന്നെ ജ്വലിക്കാൻ ഒന്നും അവശേഷിക്കില്ല.

ഇനി, *'വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയ'*ത്തിലെ കൊക്കൂണിനെയും ചിത്രശലഭത്തെയും ഓർക്കുക. കാര്യങ്ങൾ എളുപ്പമാക്കാൻ കൊക്കൂൺ മുറിച്ച മനുഷ്യന്, ഒരിക്കലും പറക്കാൻ കഴിയാത്ത, ചുരുങ്ങിയ ചിറകുകളുള്ള ഒരു ചിത്രശലഭത്തെ മാത്രമാണ് ലഭിച്ചത്. സംശയവും തത്തുല്യമായ വിനാശകരമായ ഒന്ന് ചെയ്യുന്നു, പക്ഷേ വിപരീത ദിശയിൽ

എന്ത് തന്നെയായാലും, എവിടെയായാലും, എപ്പോഴായാലും, എങ്ങനെയായാലും, ആ ദൃഢനിശ്ചയം പരിശീലനത്തിലേക്ക് നയിക്കും! പരിശീലനം അനുഭവത്തിലേക്ക് നയിക്കും. ഒരു വാദത്തിനും ഇളക്കാൻ കഴിയാത്ത വിശ്വാസം അനുഭവം ഉളവാക്കുന്നു; കാരണം അത് വാദത്തിൽ കെട്ടിപ്പടുത്തതല്ല. അത് ഹൃദയത്തിന്റെ സ്വന്തം സാക്ഷ്യത്തിൽ നിർമ്മിച്ചതാണ്.

നിന്നാണെന്ന് മാത്രം. പോരാട്ടത്തെ നീക്കം ചെയ്യുന്നതിനുപകരം, അത് വളർത്തിയ ചിറകുകൾ യഥാർത്ഥമല്ലെന്ന സംശയം ചിത്രശലഭത്തോട് പറയുന്നു. പോരാട്ടം അവസാനിക്കുമ്പോൾ, ചിറകുകൾ ശക്തമായിരിക്കും; പറക്കാനുള്ള കഴിവ് പൂർണ്ണമായും വികസിച്ചിരിക്കും. പക്ഷേ സംശയം അപ്പോഴും ചോദിക്കുന്നു, "നിങ്ങൾക്ക് പറക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് ഉറപ്പാണോ? ഒരുപക്ഷേ നിങ്ങൾക്ക് കുറച്ചുകൂടി സമയം കൊക്കൂണിൽ തന്നെ തുടരേണ്ടിവരും; സുരക്ഷിതരായിരിക്കാൻ വേണ്ടി മാത്രം." ഈ ഉപദേശം ശ്രദ്ധിക്കുന്ന ചിത്രശലഭത്തിന് ഒരിക്കലും പറക്കാൻ കഴിയില്ല. അതിന് പറക്കാൻ സാധിക്കാത്തതുകൊണ്ടല്ല; മറിച്ച്, അതിന്റെ ചിറകുകൾ സാങ്കൽപികമാണെന്ന് തെറ്റിദ്ധരിപ്പിക്കപ്പെട്ടതു കൊണ്ടാണത്.

നിലനിൽക്കുന്ന അടിത്തറ

ഇനി പതിനൊന്ന് വർഷം ധ്യാനിച്ചിരുന്ന നമ്മുടെ അഭ്യാസി സഹോദരിയുടെ അടുത്തേക്ക് തിരിച്ചു വരാം. അവർ വിശ്വസിച്ചു, അവർക്കെന്തോ അനുഭവമുണ്ടായി. ശാന്തിയും, ക്ഷമയും, സമചിത്തതയും അനുഭവപ്പെട്ടു. അറിയാതെ തന്നെ അവർ ആദ്യത്തെ പടി കടന്നു. ആ യഥാർത്ഥ അനുഭവം അവരുടെ സ്വഭാവത്തെ രൂപപ്പെടുത്തി. അവർ രണ്ടാമത്തെ പടിയും കടന്നു. എന്നിരുന്നാലും അവർ ചോദിക്കുന്നു, "ഇത് യാഥാർത്ഥ്യമാണോ?"

സംശയം അവളുടെ പരിവർത്തനത്തെ തടഞ്ഞില്ല, മറിച്ച് കൂടുതൽ സൂക്ഷ്മമായ എന്തോ ഒന്ന് ചെയ്തു: അത് തിരിച്ചറിയുന്നതിൽ നിന്ന് അവളെ തടഞ്ഞു. സംശയത്താൽ പരിശീലിപ്പിക്കപ്പെട്ട മനസ്സ് ഓരോ അനുഭവത്തെയും തള്ളിക്കളയും: "അത് വെറും വിശ്രമമായിരുന്നു. അത് വെറും ഭാവനയായിരുന്നു." ഈ പുറന്തള്ളലിനെ തിരിച്ചറിയുക. അത് ബുദ്ധിയല്ല; വസ്തുനിഷ്ഠയുടെ രൂപം പൂണ്ട ഭയമാണത്. അവൾക്ക് കൂടുതൽ അനുഭവമല്ല ആവശ്യം; സ്വന്തം അനുഭവത്തിൽ വിശ്വസിക്കാനുള്ള ആത്മവിശ്വാസവും ധൈര്യവുമാണാവശ്യം.

പാലിക്കാൻ കഴിയാത്ത വാഗ്ദാനങ്ങൾ നിരന്തരം നൽകുന്ന, സ്വാതന്ത്ര്യത്തോടുള്ള പ്രതിബദ്ധതയെ അമിതമായി വിലയിരുത്തുന്ന, ശീലവിധേയത്വത്തെ കുറച്ചുകാണുന്ന അന്വേഷകരെകുറിച്ചാണ് വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം എന്ന സന്ദേശത്തിൽ നമ്മൾ പരാമർശിച്ചത്. ഈ അഭ്യാസിയുടെ പ്രശ്നം നേരെ വിപരീതമാണ്. അവർ തന്റെ പരിവർത്തനത്തെ കുറച്ചുകാണുകയും തന്റെ സംശയത്തിന്റെ ശക്തിയെ അമിതമായി വിലയിരുത്തുകയും ചെയ്തു. സ്വന്തം വിജയം കാണാൻ കഴിയാത്ത, വിജയിച്ച ഒരു അന്വേഷിയായിരുന്നു അവർ.

വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം അതിന്റെ പ്രതിബദ്ധതയെ സംശയിക്കുന്നു. ഉറങ്ങുന്ന അഗ്നി അതിന്റെ ഊർജ്ജത്തെ സംശയിക്കുന്നു, വിണ്ടുകീറിയ അടിത്തറ സ്വന്തം ദൃഢതയെ സംശയിക്കുന്നു. ഈ മൂന്നിൽ, അവസാനത്തേതാണ് ഏറ്റവും കഠിനമായത്, കാരണം അടിത്തറ ഇതിനകം തന്നെ സ്ഥാപിച്ചിട്ടുണ്ട്. ജോലി ഇതിനകം പൂർത്തിയായിക്കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഇനി അതിൽ വിശ്വസിക്കുക മാത്രമേ ചെയ്യേണ്ടതുള്ളൂ.

ഈ തിരിച്ചറിവിലൂടെ ഒരു അന്വേഷകനെ മുന്നോട്ട് കൊണ്ടുപോകുന്ന ആത്മവിശ്വാസം, തുടക്കത്തിൽ അവർക്കുണ്ടായിരുന്ന ദുർബ്ബലമായ ആത്മവിശ്വാസമല്ല. ജീവിതം അതിനെ തകർക്കുന്നു, ഒരുപക്ഷേ അതായിരിക്കണം ആവശ്യം. എന്നാൽ അവശിഷ്ടങ്ങളിൽ നിന്ന് കൂടുതൽ ആഴമേറിയ ഒന്ന് ഉയർന്നുവരും: സംശയത്തോടെ പരിശീലനം ആരംഭിച്ച ഒരാളെക്കുറിച്ചുള്ള നിശബ്ദമായ അറിവ്, കൈയ്യടി ആവശ്യമില്ലാതെ തന്നെ, വിശ്വാസത്തിൽ നിന്ന് അനുഭൂതിയിലേക്കും, അവിടെനിന്നും മുന്നോട്ട് പോയി ആയിത്തീരുകയും ചെയ്തയാൾ. ഒരിക്കലും നിങ്ങൾക്ക് സംശയം തോന്നരുത് എന്നല്ല ഈ രണ്ടാമത്തെ ആത്മവിശ്വാസം അർത്ഥമാക്കുന്നത്; മറിച്ച്, നിങ്ങളുടെ ജീവിതം നയിക്കാൻ അതിനെ അനുവദിക്കരുത് എന്നാണ് അതിനർത്ഥം.

ഓരോ പ്രഭാതത്തിലും ധ്യാനം നിങ്ങളെ വിശ്വാസത്തേക്കാൾ ആഴത്തിലേക്ക്കൊണ്ടുപോകുന്നു.ഓരോവൈകുന്നേരവുംശുദ്ധീകരണം

നിങ്ങളുടേതല്ലാത്തതിനെ എടുത്തുകളയുന്നു. ധൈര്യപൂർവ്വമുള്ള ഓരോ പ്രവൃത്തിയും സംശയത്തിന്റെ അധികാരത്തെ ദുർബലപ്പെടുത്തുന്നു. നിങ്ങൾ ഈ വഴിയിലൂടെയാണ് നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്: നിങ്ങളുടെ തന്നെ പ്രഭാതങ്ങൾ അതിനെ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു; നിങ്ങളുടെ തന്നെ ക്ഷമ അതിനെ വെളിപ്പെടുത്തുന്നു. വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പുള്ളതിനേക്കാൾ ഇപ്പോൾ നിങ്ങളുടെ തന്നെ ശാന്തമായ ഹൃദയം അത് തെളിയിക്കുന്നു. നിങ്ങളുടെ ജീവിതം കാണിച്ചുതന്നതിൽ നിങ്ങൾ വിശ്വസിക്കുമോ അതോ നിങ്ങളുടെ തന്നെ പരിണാമത്തിന്റെ മുന്നിൽ നിന്നുകൊണ്ട് ഇനിയും ഒരു തെളിവ് കൂടി ആവശ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യുമോ എന്നതാണ് ഇനി അവശേഷിക്കുന്ന ഒരേയൊരു ചോദ്യം.

എല്ലാത്തിനുമുള്ള ഒരു മറുമരുന്ന്

ഈ മൂന്ന് സന്ദേശങ്ങളിലൂടെ, ആന്തരികലോകത്തിന്റെ ഒരു ചിത്രം നമ്മൾ വരച്ചുകാട്ടിയിട്ടുണ്ട്:

വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയം, ആഗ്രഹിക്കുന്നതിനും അറിയുന്നതിനും ഇടയിൽ തകർന്നുപോയ ഒരു ഹൃദയത്തെ തുറന്നുകാട്ടി.
ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണയുണർത്തൽ എന്ന സന്ദേശത്തിൽ ഉദ്ദേശ്യമില്ലാത്ത ഊർജ്ജത്തിന്റെ നിഷ്ഫലതയെ തുറന്നുകാണിച്ചു.
ശക്തമായ ഒരു അടിത്തറ കെട്ടിപ്പടുക്കൽ എന്ന ഈ സന്ദേശത്തിൽ, സംശയങ്ങൾ നമ്മുടെ സ്വന്തം അനുഭവങ്ങളെ ദുർബലപ്പെടുത്തുന്നത് തടയുന്നതിലൂടെ, നമ്മുടെ സ്വന്തം അനുഭവങ്ങളിലുള്ള വിശ്വാസം ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നു എന്ന് കാണിച്ചുതന്നു.

നിങ്ങളുടെ യാത്രയെ തടസ്സപ്പെടുത്തുന്ന മൂന്ന് വ്യത്യസ്ത വിഷങ്ങളാണ് ഇവ. എന്നിട്ടും, നമ്മൾ അവയെ ഒരുമിച്ച് നോക്കുമ്പോൾ, അവ മൂന്നും ഒരുപോലെയാണെന്ന് തോന്നും.

സഹസ്രാബ്ദങ്ങൾക്കുമുമ്പ്, അഷ്ടാവക്രൻ ഒറ്റ ശ്വാസത്തിൽ ഉൾക്കൊള്ളാൻ കഴിയുന്നത്ര ലളിതമായ ഒരു ശിക്ഷണം നൽകി:

വിഷയാൻ വിഷവത് ത്യജ; ഇന്ദ്രിയവിഷയങ്ങളെ വിഷം പോലെ ഉപേക്ഷിക്കുക. അഷ്ടാവക്രന് ഇന്ദ്രിയവിഷയങ്ങൾ വിഷമായിരുന്നു – ബാഹ്യലോകത്തിന്റെ വശീകരണങ്ങൾ, മനസ്സിനെ വ്യതിചലിപ്പിക്കുകയും ആത്മാവിനെ ഉപരിതലങ്ങളുമായി ബന്ധിപ്പിച്ച് നിർത്തുകയും ചെയ്യുന്ന ആകർഷണങ്ങളുടെ അനന്തമായ ഘോഷയാത്ര.

സ്വന്തം തിരിച്ചറിവിന്റെ ആഴങ്ങളിൽ നിന്ന് സംസാരിച്ച ബാബുജി, അതിലും സൂക്ഷ്മമായ ഒരു വിഷം തിരിച്ചറിഞ്ഞു: "സംശയം ആത്മീയതയ്ക്ക് ഒരു വിഷമാണ്."

നൂറ്റാണ്ടുകളിലൂടെ ഈ രണ്ട് മുന്നറിയിപ്പുകളും പരസ്പരം എങ്ങനെ പൂരകമാകുമെന്ന് ശ്രദ്ധിക്കുക. പുറത്തു നിന്ന് അകത്തുകടക്കുന്ന വിഷത്തിനെതിരെ അഷ്ടാവക്രൻ മുന്നറിയിപ്പ് നൽകുന്നു: ലോകം നിങ്ങളെ നിങ്ങളിൽ നിന്ന് അകറ്റുന്നു. ഉള്ളിൽ നിന്ന് ഉത്ഭവിക്കുന്ന വിഷത്തിനെതിരെ ബാബുജി മുന്നറിയിപ്പ് തരുന്നു: സ്വന്തം അനുഭവത്തിനെതിരെ തന്നെ മനസ്സ് തിരിയുന്നു. സാക്ഷാത്കാരത്തിനായി പുറത്തേക്ക് നോക്കുന്ന അന്വേഷകനെ ഒന്ന് ദുഷിപ്പിക്കുന്നു. മറ്റേത്, അകത്തേക്ക് തിരിഞ്ഞ് അവിടെ കണ്ടെത്തുന്നതിനെ വിശ്വസിക്കാൻ വിസമ്മതിക്കുന്ന അന്വേഷകനെ

മൂന്ന് വിഷങ്ങൾ

മൂന്ന് മറുമരുന്നുകൾ

പുരാതനജ്ഞാനം പറയുന്നു: ഹിമ്മതേ മർദ തോ മദദേ ഖുദാ. നമ്മൾ ഒരു ചുവടുവെക്കാൻ ധൈര്യം കാണിക്കുമ്പോൾ, ബാക്കി ദൂരം ദൈവം മറികടക്കുന്നു എന്നാണ് അതിനർത്ഥം.

ദൂഷിപ്പിക്കുന്നു. ഇവ രണ്ടും ചേർന്ന് ആത്മീയ മേഖലയുടെ അപകടത്തിന്റെ ചിത്രം രചിക്കുന്നു. പുറത്തുള്ള വിഷം പറയുന്നു, “മറ്റെവിടെയെങ്കിലും നോക്കൂ”; അകത്തുള്ള വിഷം പറയുന്നു, “നീ കണ്ടെത്തിയത് പോരാ.”

അതിനിടയിലുള്ള വിഷത്തിന്റെ കാര്യമോ, ഉദ്ദേശ്യം ഇല്ലാതാകുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന ഭാരത്തിന്റെ കാര്യമോ? അതും ഇതിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. വിഷയങ്ങൾ ശ്രദ്ധയെ പുറത്തേക്ക് വ്യതിചലിപ്പിക്കുന്നു. സംശയം അകത്തുള്ള വിശ്വാസത്തെ നശിപ്പിക്കുന്നു. ലക്ഷ്യത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ധാരണയുണർത്തൽ എന്നതിൽ നമ്മൾ പര്യവേക്ഷണം ചെയ്ത തമസ്സ് എന്ന ലക്ഷ്യമില്ലായ്മയാണ്, ബാഹ്യ ആകർഷണവും ആന്തരിക വിശ്വാസവും നഷ്ടപ്പെടുമ്പോൾ ഉണ്ടാകുന്ന ശൂന്യതയെ നികത്തുന്നത്.

മൂന്ന് വിഷങ്ങൾ: ശ്രദ്ധയുടെ വ്യതിചലനം, ജഡത്വം, അവിശ്വാസം. ബാഹ്യം, മധ്യം, ആന്തരികം.

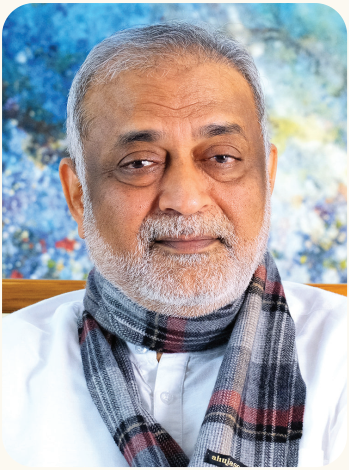
മൂന്ന് പ്രതിവിധികൾ: പ്രതിബദ്ധത, ലക്ഷ്യം, വിശ്വാസം. ബാഹ്യം, മധ്യം, ആന്തരികം.

വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഹൃദയത്തിന് തിരഞ്ഞെടുക്കാനുള്ള ധൈര്യം ആവശ്യമുണ്ട്.
ഉറങ്ങിക്കിടക്കുന്ന അഗ്നിക്ക് ചലിക്കാൻ ധൈര്യം ആവശ്യമുണ്ട്.
വിള്ളൽ വീണ അടിത്തറയ്ക്ക് വിശ്വസിക്കാൻ ധൈര്യം ആവശ്യമുണ്ട്.

ഓരോ സാഹചര്യത്തിലും, നമ്മൾ ആ ധൈര്യം സംഭരിച്ചു തുടങ്ങുന്ന നിമിഷം, അതിലും വലിയ എന്തോ ഒന്ന് മാർഗ്ഗമദ്ധ്യേ നമ്മെ എതിരേൽക്കുന്നു. ഈ മൂന്ന് വിഷത്തിനുമുള്ള മറുമരുന്ന് ഒന്നുതന്നെയാണ്: **ധൈര്യത്തിന്റെയും വിശ്വാസത്തിന്റെയും സംയോജിതപ്രവർത്തനം.**

സ്നേഹത്തോടും പ്രാർത്ഥനയോടും,
കമലേഷ്

ഷാജഹാൻപൂരിലെ യോഗാശ്രമത്തിന്റെ സുവർണ്ണജൂബിലി
ആഘോഷങ്ങളോടനുബന്ധിച്ച് നൽകിയ സന്ദേശം
ബാച്ച് 2: 2026 ഫെബ്രുവരി 16 മുതൽ 18 വരെ



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