ബന്ധങ്ങളിൽ നമ്മെക്കുറിച്ച് നാം അവബോധരായിരിക്കുമ്പോഴാണ് സ്വീയജ്ഞാനം ഉണ്ടാകുന്നത്. അത് അനുനിമിഷം നാം എന്താണെന്ന് കാണിച്ച്തരുന്നു.

ജീവിതയാത്ര

ജെ. കൃഷ്ണമൂർത്തിയുടെ തത്ത്വങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന പ്രസിദ്ധീകരണം

JEEVITHA YATRA

Rs.2/- Vol. 6 Issue 3

May - August 2011

Krishnamurti Foundation India

മറഞ്ഞുകിടക്കുന്ന ഭയങ്ങൾ !

നമുക്ക് കാര്യഗൗരവമുണ്ടായിരിക്കണം. കാരണം, തീവ്രമായ കാര്യഗൗരവമുള്ളവർക്കേ പൂർണ്ണമായി, സമഗ്രമായി ജീവിക്കാൻ കഴിയൂ. പക്ഷേ ആ കാര്യഗൗരവം ആനന്ദത്തെ ഒഴിച്ചുനിർത്തുന്നില്ല. എങ്കിലും, ഭയമുള്ളപ്പോൾ ആനന്ദമെന്തെന്ന് അറിയാൻ കഴിയില്ല. ജീവിതത്തിൽ ഭയം സർവ്വസാധാരണമായ കാര്യമാണെന്നു തോന്നുന്നു. വിചിത്രമെന്നു പറയട്ടെ, നാമതിനെ ഒരു ജീവിതരീതിയായി അംഗീകരിച്ചിരിക്കുന്നു – ഹിംസയെ അതിന്റെ വിവിധ രൂപങ്ങളിൽ ഒരു ജീവിതരീതിയായി നാം അംഗീകരിച്ചതുപോലെ. മാനസികമായ ഭയവുമായി നാം വളരെ പരിചിതമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു.

ഭയമെന്ന പ്രശ്നത്തെ പൂർണ്ണമായി പരിശോധിക്കണമെന്നും അതിനെ മനസ്സിലാക്കുകയും വേണമെന്നും എനിക്കു തോന്നുന്നു. അപ്രകാരം, നിങ്ങൾ ഇവിടെനിന്ന് പുറത്തുകടക്കുമ്പോൾ ഭയത്തിൽ നിന്ന് മുക്തരായിരിക്കും. ഇത് വെറുമൊരു സിദ്ധാന്തമോ ആശയമോ അല്ല; ഇത് സാധ്യമാണ്. ഭയമെന്ന പ്രശ്നത്തിനു നിങ്ങൾ പൂർണ്ണ ശ്രദ്ധ നൽകിയാൽ, ഭയത്തെ എങ്ങനെ കാണുന്നു, എങ്ങനെ സമീപിക്കുന്നു എന്ന് ശ്രദ്ധിച്ചാൽ, നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് – വളരെയേറെ കഷ്ടപ്പാട് അനുഭവിച്ചു, വളരെയേറെ വേദന സഹിച്ചു, ദുഃഖത്തോടും ഭയത്തോടുംകൂടി ജീവിച്ച മനസ്സ് – ഭയത്തിൽനിന്ന് തികച്ചും മുക്തമാകാൻ കഴിയുമെന്ന് നിങ്ങൾ കാണും. ഇക്കാര്യത്തിൽ കടന്നുചെല്ലണമെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്ക് മുൻവിധികളൊന്നും ഉണ്ടായിരിക്കരുത്. എന്തെന്നാൽ അത് "ഉള്ളത്" എന്നതിന്റെ സത്യത്തെ മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ നിന്ന് നിങ്ങളെ തടയും. നാം ഈ യാത്രയിൽ ഒരുമിച്ചു സഞ്ചരിക്കുന്നതിന്റെ അർത്ഥം, നാം സ്വീകരിക്കുകയോ നിരാകരിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല, എന്നാണ്; ഭയത്തിനെ ഒഴിവാക്കാൻ തീർച്ചയായും സാധിക്കുകയില്ലെന്നോ അല്ലെങ്കിൽ അത് സാധിക്കുമെന്നോ നാം പറയുന്നില്ല. ഈ പ്രശ്നത്തെക്കുറിച്ച് അന്വേഷിക്കുന്നതിന് സ്വാതന്ത്ര്യമുള്ള ഒരു മനസ്സ്, ഒരു അനുമാനത്തിലും എത്തിച്ചേരാത്ത മനസ്സ്, നിരീക്ഷിക്കാനും അന്വേഷിക്കാനും സ്വാതന്ത്ര്യമുള്ള മനസ്സ് നമുക്ക് ആവശ്യമാണ്.

മാനസികവും ശാരീരികവുമായ പല തരത്തിലുമുള്ള ഭയങ്ങളുണ്ട്. ഓരോ രൂപത്തിലുള്ള ഭയത്തിലേക്ക്, അവയുടെ ഓരോ ഭാവത്തിലേക്ക് ചൂഴ്ന്നിറങ്ങാൻ വളരെയേറെ സമയം വേണ്ടിവരും. എന്നാൽ ഒരാൾക്ക് ഭയത്തിന്റെ പൊതുവായ സ്വഭാവം നിരീക്ഷിക്കാൻ കഴിയും. പ്രത്യേകതരം ഭയത്തിന്റെ വിശദാംശങ്ങളിൽ കുടുങ്ങിപോകാതെ, ഭയത്തിന്റെ പൊതുവായ പ്രകൃതിയേയും ഘടനയേയും ഒരുവന് നിരീക്ഷിക്കാൻ കഴിയും. ഭയത്തിന്റെ പ്രകൃതിയേയും ഘടനയേയും മനസ്സിലാക്കിക്കഴിഞ്ഞാൽ, ആ ധാരണയിലൂടെ ഒരു പ്രത്യേക ഭയത്തെ സമീപിക്കാൻ കഴിയും.

ഒരാൾക്ക് ഇരുട്ടിനെ ഭയമായിരിക്കാം. അല്ലെങ്കിൽ ഭാര്യയെയോ ഭർത്താവിനെ

☞ 2

നിങ്ങൾ പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്നില്ലെങ്കിൽ സ്വാഭാവികമായും നിങ്ങൾ മറ്റൊരാളെ പീഡിപ്പിക്കില്ല

യാതൊരുചിന്തയുമില്ലാതെ, അതിന്റെ പ്രശ്നങ്ങളൊന്നുമില്ലാതെ, ഉണരുന്നതു വളരെ നല്ലതാണ്. അപ്പോൾ മനസ്സ് വിശ്രമിച്ചിരിക്കുന്നു. അത്, ഉള്ളിൽ സ്വയം ചിട്ടപ്പെടുത്തുന്നു. അതുകൊണ്ടാണ് ഉറക്കം ഇത്ര പ്രധാനമായിരിക്കുന്നത്. ഒന്നിൽ, അത് ഉണർന്നിരിക്കുന്ന സമയങ്ങളിൽ ബന്ധങ്ങളിലും കർമ്മങ്ങളിലും ക്രമം കൊണ്ടു വരുന്നു. ആ ക്രമം ഉറക്കത്തിൽ മനസ്സിനു പൂർണ്ണ വിശ്രമം നൽകുന്നു. അല്ലെങ്കിൽ, മനസ്സ് ഉറങ്ങുമ്പോൾ അതിന്റെ കാര്യങ്ങൾ സ്വന്തം സംതൃപ്തിക്കനുസരിച്ച് ക്രമീകരിക്കുകയാവും. പലപല കാരണങ്ങളാൽ പകൽസമയത്ത് വീണ്ടും കുഴപ്പം ഉണ്ടാകും. ഉറങ്ങുന്ന വേളയിൽ മനസ്സ് സ്വയം സംഘർഷങ്ങളിൽനിന്ന് വേർപെടാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. മനസ്സിന്, മസ്തിഷ്കത്തിനു കാര്യക്ഷമമായി, വസ്തുനിഷ്ഠമായി പ്രവർത്തിക്കാൻ ക്രമമുള്ളിടത്തേ സാധിക്കൂ. ഏതുതരത്തിലുള്ള സംഘർഷവും ക്രമക്കേടാണ്. മനസ്സ് അതിന്റെ ജീവിതത്തിൽ ഓരോ ദിവസവും കടന്നുപോകുന്നത് എന്തിലൂടെയൊക്കെയാണെന്നു നോക്കാം. ക്രമത്തിനായുള്ള സുഷുപ്തിയിലെ പരിശ്രമവും ഉണർന്നിരിക്കുമ്പോഴത്തെ ക്രമരാഹിത്യവും. ഇതാണു ജീവിതത്തിന്റെ സംഘർഷം. മസ്തിഷ്കത്തിനു സുരക്ഷിതമായിരിക്കുമ്പോഴേ പ്രവർത്തിക്കാനാവൂ. പരസ്പരവൈരുദ്ധ്യത്തിലും കുഴപ്പത്തിലും അതിനു പ്രവർത്തിക്കാനാവില്ല. അതുകൊണ്ട് അതു ചില വിചിത്രമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ കണ്ടെത്തുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. എന്നാൽ സംഘർഷം കൂടുതൽ വഷളാകുകയാണ്. ഈ കുഴമറിച്ചിലിന്റെയെല്ലാം രൂപാന്തരമാണ് ക്രമം. നിരീക്ഷകൻ നിരീക്ഷിതമായിരിക്കുമ്പോൾ സമ്പൂർണ്ണമായ ക്രമമുണ്ട്.

ആ വീടിനു മുമ്പേക്കൂടി പോകുന്ന തണൽനിറഞ്ഞ ശാന്തമായ ചെറിയ ഇടവഴിയിൽ ഒരു കൊച്ചു പെൺകുട്ടി

☞ 4

മറഞ്ഞുകിടക്കുന്ന ഭയങ്ങൾ

യോ ഭയമായിരിക്കാം. അല്ലെങ്കിൽ പൊതുജനം എന്തു പറയും, എന്തു വിചാരിക്കും, എന്തു ചെയ്യുമെന്നതിനെക്കുറിച്ച് ഭയമായിരിക്കും. ഒരാൾ ഏകാന്തതയെയോ, ജീവിതത്തിന്റെ ശൂന്യതയെയോ, താൻ വഹിക്കുന്ന നിരർത്ഥമായ അസ്തിത്വത്തിന്റെ വിരസതയെയോ ഭയപ്പെട്ടെന്നുവരാം. ഒരാൾ ഭാവിയെ, നാളത്തെ അനിശ്ചിതത്വത്തെയും അരക്ഷിതാബോധത്തെയും ഭയപ്പെട്ടെന്നു വരാം. അല്ലെങ്കിൽ ബോംബിനെ, മരണത്തെ, ജീവിതാന്ത്യത്തെക്കുറിച്ച് ഭയമുാവാം. പലതരത്തിലുള്ള ഭയങ്ങളുണ്ട്: ഞരമ്പുരോഗം സംബന്ധിച്ചതോ അല്ലെങ്കിൽ സുബുദ്ധവും ന്യായയുക്തവുമായ ഭയങ്ങൾ – എപ്പോഴെങ്കിലും സുബുദ്ധവും ന്യായയുക്തവുമാകാമെങ്കിൽ. നമ്മളിൽ അധികം പേരും ഭൂതകാലത്തെ, വർത്തമാനകാലത്തെ, ഭാവിയെ യുക്തിഹീനമായി ഭയപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ ഭയത്തിൽ കാലബോധമടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

നമുക്കറിയാവുന്ന ബോധതലത്തിലുള്ള ഭയങ്ങൾ മാത്രമല്ല, മനസ്സിന്റെ അടിത്തട്ടിലും, ആഴത്തിൽ ഇതുവരെ കണ്ടെത്തിയിട്ടില്ലാത്ത ഗുപ്തസ്ഥാനങ്ങളിലും ഭയങ്ങളുണ്ട്. ബോധതലത്തിലുള്ളതും ഒളിഞ്ഞിരിക്കുന്നതുമായ. ഭയത്തെ എങ്ങനെയാണ് കൈകാര്യം ചെയ്യുക? തീർച്ചയായും “ഉള്ളത്” എന്നതിൽനിന്നുള്ള ചലനത്തിലാണ് ഭയം നിലകൊള്ളുന്നത്; അത് “ഉള്ളതിൽ” നിന്നുള്ള പലായനമാണ്, രക്ഷപ്പെടലാണ്, ഒഴിവാക്കലാണ്. ഈ പലായനമാണ് ഭയത്തെ ഉളവാക്കുന്നത്. ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള താരതമ്യമുള്ളപ്പോൾ അവിടെ ഭയത്തിന്റെ ജനനമുണ്ട്. അതായത് നിങ്ങളെന്താണോ അതിനെ, നിങ്ങളെന്തായിരിക്കണമെന്ന സങ്കല്പത്തോടുകൂടി താരതമ്യപ്പെടുത്തുന്നതിൽ ഭയമുണ്ടാകുന്നു. അതുകൊണ്ട് യാഥാർത്ഥ്യത്തിൽ എന്താണുള്ളതോ അതിൽനിന്നുള്ള അകൽച്ചയിലാണ് ഭയമുള്ളത്, അല്ലാതെ നിങ്ങൾ അകന്നുപോകുന്ന വസ്തുവിലല്ല.

ഭയത്തിന്റേതായ ഈ പ്രശ്നങ്ങളൊന്നും ഇച്ഛാശക്തികൊണ്ട് പരിഹരിക്കാനാവില്ല. ഇച്ഛാശക്തിയുടെ ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് അർത്ഥമൊന്നുമില്ല.

നമ്മുടെ മുഴുവൻ ശ്രദ്ധയും ആവശ്യമായ ഗൗരവതരമായ പ്രശ്നമാണ് നാം പരിഗണിക്കുന്നത്. ഒരാൾ പറയുന്നതിനെ തനിക്കറിയാവുന്നതുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുകയോ വ്യഖ്യാനിക്കുകയോ അതിന്റെ അർത്ഥം ഊഹിക്കുകയോ ചെയ്യുമ്പോൾ, അതിൽ പൂർണ്ണമായ ശ്രദ്ധചെലുത്താൻ സാധിക്കുകയില്ല. നാം കേൾക്കണം – അത് നാം പഠിക്കേണ്ടൊരു കലയാണ്. കാരണം, നാം സാധാരണമായി എപ്പോഴും താരതമ്യപ്പെടുത്തുകയും വിലയിരുത്തുകയും തീർപ്പുകൽപ്പിക്കുകയും അംഗീകരിക്കുകയും തിരസ്ക്കരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. നാം ഒട്ടും കേൾക്കുന്നതേയില്ല. വാസ്തവത്തിൽ, കേൾക്കുന്നതിൽ നിന്ന് നാം നമ്മേത്തന്നെ തടയുന്നു. പൂർണ്ണമായും കേൾക്കുക എന്നതിന്റെ അർത്ഥം നാം നമ്മുടെ പൂർണ്ണ ശ്രദ്ധ ചെലുത്തുക എന്നതാണ്. നാം യോജിക്കുകയോ വിയോജിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു എന്നല്ല ഇതിനർത്ഥം. നാം ഒരുമിച്ച് പരിശോധിക്കുമ്പോൾ, യോജിപ്പോ വിയോജിപ്പോ ഇല്ല. എന്നാൽ നാം നോക്കുന്ന “സൂക്ഷ്മ ദർശിനി” തെളിഞ്ഞതായിരിക്കണമെന്നില്ല. ഒരാൾ ഒരു സൂക്ഷ്മോപകരണത്തിൽക്കൂടി നോക്കുമ്പോൾ, അയാൾ കാണുന്നത് മറ്റൊരാൾ കാണുന്നതുതന്നെയായിരിക്കും. അതിനാൽ യോജിപ്പിന്റെയും വിയോജിപ്പിന്റെയും പ്രശ്നമുണ്ടാവുന്നില്ല. ഭയത്തിന്റെ പ്രശ്നത്തെക്കുറിച്ച് പരിഗണിക്കാൻ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ മുഴുവൻ ശ്രദ്ധയും ചെലുത്തണം. ഭയം പരിഹരിക്കപ്പെടുന്നതുവരെ അത് മനസ്സിനെ ജഡീകരിക്കുന്നു, അതിനെ നിർവികാരവും വിരസവുമാക്കുന്നു.

മറഞ്ഞുകിടക്കുന്ന ഭയങ്ങളുടെ വെളിപ്പെടുത്തൽ എങ്ങനെയാണ് സാധ്യമാവുകാ? ഒരാൾക്ക് ബോധതലത്തിലുള്ള ഭയത്തെ അറിയാൻ കഴിയും. എന്നാൽ നിഗൂഢമായ ഭയങ്ങളുണ്ട്; അവ ഒരുപക്ഷേ കൂടുതൽ പ്രധാനമാണ്. അവയെ എങ്ങനെ കൈകാര്യം ചെയ്യും? അവയെ എങ്ങനെ അനാവരണം ചെയ്യും? അവയുടെ കാരണം അന്വേഷിച്ച് അപഗ്രഥനത്തിലൂടെ പുറത്തുകൊണ്ടുവരാൻ കഴിയുമോ? അപഗ്രഥനത്തിനു മനസ്സിനെ മോചിപ്പിക്കാൻ കഴിയുമോ – സിരാസംബന്ധമായ പ്രത്യേകമൊരു ഭയത്തെയല്ല പക്ഷേ ഭയത്തിന്റെ പൂർണ്ണമായ ഘടനയെ അപഗ്രഥനത്തിൽ അപഗ്രഥിക്കുന്നവൻ മാത്രമല്ല, കാലവുംകൂടി അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. അതായത് നിങ്ങൾക്ക് അപഗ്രഥിക്കാൻ പല പല ദിവസങ്ങളും കൊല്ലങ്ങളും ചിലപ്പോൾ ജീവിതകാലം മുഴുവനും വേണ്ടിവന്നേക്കാം. ഒടുവിൽ നിങ്ങൾക്ക് അൽപം മനസ്സിലായെന്നു വന്നേക്കാം; എന്നാൽ അപ്പോഴേക്കും നിങ്ങൾക്ക് ചുടലയിലേക്ക് പോകാനുള്ള സമയമെത്തിയിരിക്കും!

ആരാണ് ഈ അപഗ്രഥകൻ? അയാൾ ബിരുദവും മറ്റുമുള്ള ഒരു സാങ്കേതികവിദഗ്ധനാണെങ്കിൽ, അയാളും സമയമെടുക്കും. അയാളും പലതരത്തിലുള്ള ശീലവിധേയങ്ങളുടെ പരിണതഫലമാണ്. ഒരാൾ തന്നെത്താൻ അപഗ്രഥിക്കുക എന്നുവെച്ചാൽ, ഗുണദോഷ വിവേചകനായ അപഗ്രഥകൻ സ്വയം സൃഷ്ടിച്ച ഭയത്തെ അപഗ്രഥിക്കാൻ പോകുന്നു എന്നാണ്. ഏതു നിലയ്ക്കാണെങ്കിലും, അപഗ്രഥനത്തിന് സമയം ആവശ്യമാണ്. അപഗ്രഥന പ്രക്രിയയ്ക്കും അതിന്റെ അവസാനത്തിനുമിടയ്ക്കുള്ള ഇടവേളയിൽ പല ഘടകങ്ങളും ഉയർന്നുവന്ന് അതിന് ഒരു വ്യത്യസ്ത ദിശ നൽകിയേക്കാം. അപഗ്രഥനമല്ല ശരിയായ വഴി എന്ന സത്യം നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കണം. കാരണം, നിരവധി ഖണ്ഡങ്ങൾകൊണ്ട് കെട്ടിപ്പടച്ച “ഞാൻ”, അഹംബോധം എന്നതിന്റെ ഒരു ഖണ്ഡം മാത്രമാണ്. അയാൾ കാലത്തിന്റെ ഫലമാണ്; അയാൾ ശീലവിധേയനാണ്. അപഗ്രഥനം സമയത്തെ സൂചിപ്പിക്കുന്നുവെന്നും, അത് ഭയത്തെ ഇല്ലാതാക്കുന്നില്ല എന്നും മനസ്സിലാക്കുക എന്നതിന്റെ അർത്ഥം പുരോഗമനമായ മാറ്റമെന്ന ആശയത്തെ നിങ്ങൾ വലിച്ചെറിഞ്ഞിരിക്കുന്നു എന്നാണ്. മാറ്റം എന്ന ഘടകം തന്നെ ഭയത്തിന്റെ പ്രധാന കാരണങ്ങളിൽ ഒന്നാണെന്ന് നിങ്ങൾ കണ്ടുകഴിഞ്ഞതാണ്.

(എന്നെ, പ്രഭാഷകനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, ഇതൊരു പ്രധാന സംഗതിയാണ്. അയാൾ ഇതിനെക്കുറിച്ച് ശക്തിയായി വികാരം കൊള്ളുന്നു, തീവ്രമായി സംസാരിക്കുന്നു. എന്നാൽ അയാൾ പ്രചാരണം നടത്തുകയല്ല. നിങ്ങൾക്ക് ചേരാൻ ഒരു സംഘടനയില്ല, വിശ്വസിക്കാനൊന്നുമില്ല. നിങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കുക, പഠിക്കുക, ഭയത്തിൽനിന്ന് മുക്തരാവുക.)

അതിനാൽ അപഗ്രഥനമല്ല മാർഗ്ഗം.

നമുക്കറിയാവുന്ന ബോധതലത്തിലുള്ള ഭയങ്ങൾ മാത്രമല്ല, മനസ്സിന്റെ അടിത്തട്ടിലും, ആഴത്തിൽ ഇതുവരെ കണ്ടെത്തിയിട്ടില്ലാത്ത ഗുപ്തസ്ഥാനങ്ങളിലും ഭയങ്ങളുണ്ട്

ആ സത്യം അറിഞ്ഞാൽ നിങ്ങൾ അപഗ്രഥനം ചെയ്യാൻ പോകുന്ന, വിലയിരുത്തുന്ന, തീർപ്പുകൽപ്പിക്കുന്ന അപഗ്രഥകൻ എന്ന നിലയിൽ ചിന്തിക്കുകയില്ല. കാരണം, അപ്പോൾ നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് അപഗ്രഥനമെന്ന പ്രത്യേക ഭാരത്തിൽ നിന്നും വിമുക്തമാകുന്നു. അപ്പോൾ അതിന് നേരിട്ട് നോക്കാനുള്ള കഴിവുണ്ടാകുന്നു.

എങ്ങനെയാണ് നിങ്ങൾ ഈ ഭയത്തെ കാണുക? അതിന്റെ ഘടനയെ, ഒളിഞ്ഞുകിടക്കുന്ന ഭാഗങ്ങളെ എങ്ങനെ പുറത്തു കൊണ്ടുവരും? സ്വപ്നങ്ങളിലൂടെയോ? നിദ്രയിൽ, ഉണർന്നിരിക്കുമ്പോഴുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ തുടർച്ചയാണ് സ്വപ്നങ്ങൾ. സ്വപ്നത്തിൽ നിങ്ങളെന്തെങ്കിലും പ്രവർത്തിക്കുന്നതായി നിങ്ങൾക്കു കാണാം. ഉണർന്നിരിക്കുമ്പോഴുള്ളതുപോലെ സ്വപ്നത്തിലും എന്തെങ്കിലും സംഭവിക്കുന്നു. അതൊരു സമഗ്ര ചലനത്തിന്റെ ഭാഗമായ ഒരു തുടർച്ചയാണ്. അതിനാൽ സ്വപ്നത്തിനു യാതൊരു മൂല്യവുമില്ല. എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നതെന്ന് നിങ്ങൾ നോക്കൂ: നിങ്ങൾക്ക് പരിചിതമായ അപഗ്രഥനം, സ്വപ്നം, ഇച്ഛാശക്തി, കാലം, എന്നിവയെ എല്ലാം നാം നിരാകരിക്കുന്നു. ഇവയെല്ലാം മാറ്റി

നിർത്തുമ്പോൾ, മനസ്സ് അസാധാരണമാംവിധം സംവേദനക്ഷമതയുള്ളതാകുന്നു. മാത്രമല്ല, ധിഷണയുള്ളതുമാകുന്നു. ഇപ്പോൾ ഈ സംവേദനക്ഷമതയും ധിഷണയും കൊണ്ട് നാം ഭയത്തെ നിരീക്ഷിക്കാൻ പോകുന്നു.

എന്താണ് ഭയം? അതെങ്ങെനെയുണ്ടാകുന്നു? ഭയം എപ്പോഴും എന്തെങ്കിലുമായി ബന്ധപ്പെട്ടാണ് നിലകൊള്ളുന്നത്. അത് സ്വയമേവ നിലനില്ക്കുന്നതല്ല. ഇന്നലെ സംഭവിച്ചത് നാളെ അതാവർത്തിക്കാമെന്ന സാധ്യതയെപ്പറ്റി ഭയമാണ്. പരസ്പരബന്ധങ്ങൾ രൂപം കൊള്ളുന്ന ചില സ്ഥിരം സൂചനങ്ങളുണ്ട്. ഇതിൽ ഭയം എങ്ങനെ കടന്നുവരുന്നു? എനിക്കിന്നലെ വേദനയുണ്ടായി. അതിന്റെ ഓർമ്മയുണ്ട്. അത് നാളെ ആവർത്തിക്കാൻ ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല. ഇന്നലത്തെ വേദനയെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്ത, ഇന്നലത്തെ വേദനയുടെ ഓർമ്മയെ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ചിന്ത, നാളെ വേദനയുണ്ടാകുമോ എന്ന ഭയത്തെ വിക്ഷേപിക്കുന്നു. അതിനാൽ ചിന്തയാണ് ഭയമുണ്ടാക്കുന്നത്. ചിന്ത ഭയത്തെ ഉളവാക്കുന്നു. ചിന്ത സന്തോഷത്തെയും പോഷിപ്പിക്കുന്നു. ഭയമെന്തെന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ നിങ്ങൾ സന്തോഷമെന്തെന്ന് മനസ്സിലാക്കണം. അവ പരസ്പരം ബന്ധപ്പെട്ടവയാണ്. ഒന്നിനെ മനസ്സിലാക്കാതെ മറ്റൊന്നിനെ നിങ്ങൾക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയില്ല. അതായത്, “എനിക്ക് സന്തോഷം മാത്രം മതി. ഭയം വേണ്ട” എന്ന് നിങ്ങൾക്ക് പറയാനാവില്ല. ഭയമെന്നത്, സന്തോഷമെന്ന് വിളിക്കപ്പെടുന്ന നാണയത്തിന്റെ മറ്റൊരു വശമാണ്.

ഇന്നലത്തെ സന്തോഷത്തിന്റെ ബിംബങ്ങളോട് ചിന്തിക്കുമ്പോൾ, നാളെ നിങ്ങൾക്ക് ആ സന്തോഷം ഉണ്ടാവില്ലെന്ന് ചിന്ത സങ്കൽപിക്കുന്നു; അതുകൊണ്ടുതന്നെ ചിന്ത ഭയത്തെ ഉളവാക്കുന്നു. ചിന്ത സന്തോഷത്തെ നിലനിർത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നു, പക്ഷേ അതുവഴി ഭയത്തെ പോഷിപ്പിക്കുന്നു.

അപഗ്രഥകനെന്നും അപഗ്രഥിക്കപ്പെടുന്ന വസ്തുവെന്നും ചിന്ത സ്വയം വേർതിരിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവരും തന്നെത്തന്നെ പറ്റിക്കുന്ന ചിന്തയുടെ ഭാഗങ്ങളാണ്. അവ ചില കൗശലം പ്രയോഗിക്കുന്നു. ഇതൊക്കെ ചെയ്യുന്നതുമൂലം അബോധതലത്തിലുള്ള ഭയത്തെ പരിശോധിക്കാൻ ചിന്ത വിസ്സമ്മതിക്കുന്നു. അത് ഭയത്തിൽനിന്ന് രക്ഷപ്പെടാൻ കാലത്തെ കൊണ്ടുവരുകയും അതേസമയം ഭയത്തെ നിലനിർത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.

ചിന്ത സന്തോഷത്തെ പോഷിപ്പിക്കുന്നു - സന്തോഷത്തിന് ആനന്ദവുമായി യാതൊരു ബന്ധവുമില്ല. ആനന്ദം ചിന്തയുടെ ഉല്പന്നമല്ല, അത് സന്തോഷമല്ല. നിങ്ങൾക്ക് സന്തോഷത്തെ പരിപോഷിപ്പിക്കാം, അനന്തമായി അതിനെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കാം. എന്നാൽ ആനന്ദത്തെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം അത് സാധ്യമല്ല. ആനന്ദത്തെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കുന്ന നിമിഷം തന്നെ അത് ഇല്ലാതാകുന്നു; അത് നിങ്ങൾ സന്തോഷം തേടുന്ന ഒരു വസ്തുവായി മാറുന്നു. അതിനാൽ അത് നഷ്ടപ്പെടുമോ എന്ന് നിങ്ങൾ ഭയപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.

ചിന്ത ഏകാന്തതാബോധമുണ്ടാക്കുന്നു. എന്നാൽ അതിനെ അധിക്ഷേപിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അതിനാൽ അതിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടാൻ വഴികൾ കണ്ടെത്തുന്നു - മതപരവും സാംസ്കാരികവുമായ വിനോദങ്ങളിലൂടെയും, കൂടുതൽ ആഴവും പരപ്പുമുള്ള ആശ്രിതത്വങ്ങൾക്ക് വേണ്ടിയുള്ള നിരന്തരമായ അന്വേഷണത്തിലൂടെയും. ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ കാണാവുന്ന ഈ യാഥാർത്ഥ്യങ്ങൾക്കെല്ലാം കാരണം ചിന്തയാണ്. ഇത് പ്രഭാഷകന്റെ കണ്ടുപിടിത്തമല്ല; അയാളുടെ വിചിത്രമായ സിദ്ധാന്തമോ ദർശനമോ അല്ല. അപ്പോൾ ഒരാൾ എന്തു ചെയ്യും? നിങ്ങൾക്ക് ചിന്തയെ കൊല്ലാനോ നശിപ്പിക്കാനോ കഴിയില്ല. “ഞാനതു മറക്കും” എന്നു പറയാൻ കഴിയില്ല. നിങ്ങൾക്കതിനെ പ്രതിരോധിക്കാൻ സാധ്യമല്ല. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ അത് മറ്റൊരു ചിന്താരൂപത്തിന്റെ പ്രവർത്തനമാവും.

ചിന്ത ഓർമ്മയുടെ പ്രതികരണമാണ്. ആ ഓർമ്മയാകട്ടെ നിത്യജീവിതത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കാൻ ആവശ്യമാണ്; ആപ്പീസിലും വീട്ടിലും പോകാനും സംസാരിക്കാനും ഓർമ്മ ആവശ്യമാണ്. സാങ്കേതികവിജ്ഞാനത്തിന്റെ കലവറയാണ് ഓർമ്മ. അതുകൊണ്ടുതന്നെ നിങ്ങൾക്ക് ഓർമ്മ ആവശ്യമാണ്. എന്നാലും ഓർമ്മ ചിന്തയിലൂടെ ഭയത്തെ എങ്ങനെ നിലനിർത്തുന്നുവെന്ന് നിങ്ങൾക്ക് കാണാം. സംശുദ്ധവും വ്യക്തവുമായ ചിന്ത ഉൾക്കൊള്ളുന്ന ഓർമ്മ ഒരു ദിശയിൽ ആവശ്യമാണ് - സാങ്കേതികശാസ്ത്രത്തിൽ, നിത്യജീവിതത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കാൻ, ഉപജീവനമാർഗ്ഗം നേടാൻ അതേ സമയം അത് ഭയത്തെ ഉളവാക്കുന്നുവെന്ന കാര്യം നിങ്ങൾ കാണുന്നു. അതുകൊണ്ട് മനസ്സ് എന്തു ചെയ്യണം? കാലത്തിന്റെയും പലായനത്തിന്റെയും ആശ്രിതത്വത്തിന്റെയും അപഗ്രഥനത്തിന്റെയും വാസ്തവത്തെ പരിശോധിച്ച നിങ്ങൾ, “ഉള്ളത്” എന്നതിൽ നിന്നുള്ള ഒഴിഞ്ഞുമാറലാണ് ഭയമെന്നും, ആ ഒഴിഞ്ഞുമാറൽതന്നെ ഭയമാണെന്നും കണ്ട നിങ്ങൾ, ഈ ചോദ്യത്തിനു എങ്ങനെയാണ് മറുപടി പറയാൻ പോകുന്നത്? ഇവയെല്ലാം കണ്ടിട്ട്, ഇവയിലെ സത്യം ഉൾക്കൊണ്ടിട്ട് - നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായമോ ആകസ്മികമായ നിർണ്ണയമോ അല്ല - ഈ ചോദ്യത്തിനുള്ള നിങ്ങളുടെ ഉത്തരമെന്താണ്? ചിന്തക്ക് എങ്ങനെ കാര്യക്ഷമമായി, സുബുദ്ധിയോടെ പ്രവർത്തിക്കാനും, അതേ സമയം ഭയത്തിനു കാരണമായതിനാൽ അപകടകാരിയാവാതിരിക്കാൻ കഴിയും?

ഇവയിലൂടെയെല്ലാം കടന്നുപോയ മനസ്സിന്റെ സ്ഥിതിയെന്താണ്? നാമിവിടെ അനാവരണം ചെയ്ത വിവിധ ഘടകങ്ങളെ പരിശോധിച്ച, വിവരിച്ച, നിരീക്ഷിച്ച മനസ്സിന്റെ അവധാരണം എങ്ങനെയായിരിക്കും? നിങ്ങളുടെ മനസ്സിന്റെ ഇപ്പോഴത്തെ സവിശേഷതയെന്ത്? ആ അവസ്ഥയെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയായിരിക്കും നിങ്ങളുടെ ഉത്തരം. നിങ്ങൾ ഓരോ അടിവെച്ചാണ് യാത്ര നടത്തിയതെങ്കിൽ, ഇവിടെ ചർച്ച ചെയ്ത കാര്യങ്ങളെ പരിശോധിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് അസാധാരണമാംവിധം ധിഷണയുള്ളതും ചൈതന്യപൂർണ്ണവും സംവേദനക്ഷമതയുള്ളതും ആയിരിക്കും. കാരണം, അത് സഞ്ചയിച്ചുവെച്ചിട്ടുള്ള എല്ലാ ഭാരങ്ങളും ഇറക്കിവെച്ചു കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ചിന്താപ്രക്രിയയെ നിങ്ങളിപ്പോൾ എങ്ങിനെ കാണുന്നു? ഏതെങ്കിലുമൊരു കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നാണോ നിങ്ങൾ ചിന്തിക്കുന്നത്? ആ കേന്ദ്രം ഗുണദോഷവിവേചകനാണ്, വിധികൽപ്പിക്കുന്നവനും വിലയിരുത്തുന്നവനും അധിക്ഷേപിക്കുന്നവനും ന്യായീകരിക്കുന്നവനുമാണ്.

ആനന്ദത്തെപ്പറ്റി ചിന്തിക്കുന്ന നിമിഷം തന്നെ അത് ഇല്ലാതാകുന്നു; അത് നിങ്ങൾ സന്തോഷംതേടുന്ന ഒരു വസ്തുവായി മാറുന്നു. അതിനാൽ അത് നഷ്ടപ്പെടുമോ എന്ന് നിങ്ങൾ ഭയപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇപ്പോഴും നിങ്ങൾ ഈ കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നാണോ ചിന്തിക്കുന്നത്? അഥവാ ചിന്തിക്കാൻ ഇത്തരമൊരു കേന്ദ്രംതന്നെ ഇല്ലാതെ ചിന്തയുള്ള അവസ്ഥയാണോ? ഇവരു തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം നിങ്ങൾ കാണുന്നുണ്ടോ?

“ഞാൻ” എന്നൊരു കേന്ദ്രം ചിന്ത സൃഷ്ടിച്ചിട്ടുണ്ട് - ഞാൻ, എന്റെ അഭിപ്രായം, എന്റെ രാജ്യം, എന്റെ ദൈവം, എന്റെ അനുഭവം, എന്റെ വീട്, എന്റെ വീട്ടുസാധനങ്ങൾ, എന്റെ ഭാര്യ, എന്റെ മക്കൾ, അങ്ങനെ എന്റെ, എന്റെ, എന്റെ... ഈ കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നാണ് നിങ്ങൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ആ കേന്ദ്രം വിഭജനം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. ആ കേന്ദ്രവും ആ വിഭജനവുമാണ് സംഘർഷത്തിനു കാരണം - തീർച്ചയായും അതായത്, നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായവും മറ്റൊരാളുടെ അഭിപ്രായവുമായുള്ള ഏറ്റുമുട്ടൽ, എന്റെ രാജ്യവും നിങ്ങളുടെ രാജ്യവും, ഇവയൊക്കെ ചിന്തയുണ്ടാക്കുന്ന വേർപിരിവാണ്. ആ കേന്ദ്രത്തിൽനിന്ന് നിങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കുന്നു. എന്നിട്ടും നിങ്ങൾ ഭയത്തിൽ കുടുങ്ങിയിരിക്കുന്നു. കാരണം, ആ കേന്ദ്രം, അത് ഭയമെന്നു വിളിക്കുന്ന വസ്തുവിൽനിന്ന് വേറിട്ടു നിൽക്കുന്നു. “എനിക്കതിനെ ഇല്ലാതാക്കണം”,“അതിനെ വിശകലനം ചെയ്യണം”, “അതിനെ കീഴടക്കണം”, “അതിനെ നേരിടണം”എന്നിങ്ങനെയെല്ലാം അത് പറയുന്നു. അപ്രകാരം നിങ്ങൾ ഭയത്തിനെ ബലപ്പെടുത്തുകയാണ്.

ആ കേന്ദ്രമില്ലാതെ മനസ്സിന് ഭയത്തെ കാണാൻ കഴിയുമോ? ആ ഭയത്തിനു പേർ നൽകാതെ നിങ്ങൾക്കതിനെ കാണാൻ കഴിയുമോ? അതിനു “ഭയം” എന്ന പേർ നൽകുമ്പോൾതന്നെ അത് ഭൂതകാലത്തിന്റേതായിത്തീരുന്നു. നിങ്ങൾ ഒരു വസ്തുവിന് ഒരു പേർ കൊടുക്കുന്ന നിമിഷം. അത് വിഭജിക്കപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ ഭയം ഉദിക്കുന്ന സമയത്ത് അതിന് ഭയമെന്നപേർ കൊടുക്കാതെ, കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നല്ലാതെ നിരീക്ഷിക്കാൻ കഴിയുമോ? അതിന് അതിയായ അച്ചടക്കമാവശ്യമാണ്. അപ്പോൾ മനസ്സ് പരിചിതമായ കേന്ദ്രത്തിൽ നിന്നല്ലാതെ നിരീക്ഷിക്കുകയും അതിനാൽത്തന്നെ തുറന്നതും ഗുപ്തവുമായ ഭയങ്ങൾ അവസാനിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഈ സായാഹ്നത്തിൽ നിങ്ങളീ സത്യം മനസ്സിലാക്കിയില്ലെങ്കിൽ, ചിന്തിക്കേ ഒരു പ്രശ്നമായി ഇതിനെ വീട്ടിലേക്കുകൊണ്ടുപോകരുത്. സത്യമെന്നത് തൽക്ഷണം കാണേണ്ട ഒന്നാണ്. എന്തെങ്കിലും ഒന്ന് വ്യക്തമായി കാണണമെങ്കിൽ, നിങ്ങൾ, നിങ്ങളുടെ ഹൃദയവും, മനസ്സും മുഴുവൻ സത്തയും അതിനായി വിനിയോഗിക്കണം.

ചോദ്യകർത്താവ് : ഭയത്തിൽ നിന്ന് പലായനംചെയ്യുന്നതിനേക്കാൾ, അതായത്, ഭയത്തെ ഭയപ്പെടുന്നതിനേക്കാൾ നല്ലത്, അതിനെ സ്വീകരിക്കുകയാണെന്നാണോ താങ്കൾ പറയുന്നത്?

കൃഷ്ണമൂർത്തി : അല്ല, സാർ. ഒന്നും സ്വീകരിക്കരുത്; സ്വീകരിക്കരുത്, എന്നാൽ അതിനെ നിരീക്ഷിക്കുക. നിങ്ങൾ ഒരിക്കലും ഭയത്തെ നിരീക്ഷിച്ചിട്ടില്ല. അല്ലേ? “ഞാൻ ഭയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു; ഒന്നു നോക്കട്ടെ“, എന്ന് നിങ്ങളൊരിക്കലും പറഞ്ഞിട്ടില്ല. “ഞാൻ *ഭയപ്പെ*ടുന്നു, അതിനാൽ റേഡിയോ വെയ്ക്കട്ടെ”, എന്നായിരിക്കും നിങ്ങൾ പറഞ്ഞിരിക്കുക. അല്ലെങ്കിൽ പള്ളിയിൽ പോകുന്നു, ഒരു പുസ്തകം കൈയിലെടുക്കുന്നു, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു വിശ്വാസത്തെ ആശ്രയിക്കുന്നു. ഭയത്തെ നിങ്ങൾ ഒരിക്കലും നിരീക്ഷിച്ചിട്ടില്ലാത്തതിനാൽ, നിങ്ങളൊരിക്കലും അതിനോടു നേരിട്ട് സംവേദിച്ചിട്ടില്ല. അതിനുപേർ നൽകാതെ, അതിൽ നിന്ന് ഓടിയകലാതെ, അടക്കിനിർത്താൻ ശ്രമിക്കാതെ നിങ്ങളതിനെ നേരിട്ടുകണ്ടിട്ടില്ല. അതിൽനിന്ന് വിട്ടുപോകാതെ അതോടുകൂടി വെറുതെയിരിക്കുക. ഇങ്ങനെ ചെയ്താൽ അസാധാരണമായ ഒരു കാര്യം സംഭവിക്കുന്നതു നിങ്ങൾ കാണും.

ചോദ്യകർത്താവ് : ഭയത്തെ നേരിട്ടു കഴിഞ്ഞശേഷം, ഭയമായി തീരുവാൻ കഴിയുമോ?

കൃഷ്ണമൂർത്തി: നിങ്ങൾ തന്നെയാണ് ഭയം; പിന്നെ എങ്ങനെ ഭയമായി തീരാൻ കഴിയും? നിങ്ങൾ ഭയമാണ്. പക്ഷേ ചിന്ത, അതിനെ പ്രതിരോധിച്ച്, അതിനെ എങ്ങനെ കൈകാര്യം ചെയ്യണമെന്നറിയാതെ, അതിൽനിന്ന് സ്വയം വേർതിരിച്ചിരിക്കുന്നു. ഭയത്തിൽ നിന്ന് സ്വയം വേർതിരിച്ചിരിക്കുന്നു. ഭയത്തിൽ നിന്ന് സ്വയം വിഭജിക്കുമ്പോൾ, ചിന്ത ആ ഭയത്തിന്റെ നിരീക്ഷകനാകുന്നു. ആ നിരീക്ഷകൻ ഭയത്തെ പ്രതിരോധിക്കുന്നു, അതിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടുന്നു. എന്നാൽ, പ്രതിരോധിക്കുന്ന ആ സത്ത , ആ നിരീക്ഷകൻ, ഭയം തന്നെയാണ്.

ചോദ്യകർത്താവ് : ഒരാൾ ഭയത്തെ നിരീക്ഷിക്കുന്നു; അതേ സമയം ഭയത്തിൽ നിന്ന് അകന്നു പോകുന്നതായി കാണുന്നു. അപ്പോൾ എന്തു ചെയ്യണം?

കൃഷ്ണമൂർത്തി : ആദ്യം വേണ്ടത്, അകന്നുപോവുന്നതിനെ ചെറുക്കരുത്. ഭയത്തെ നിരീക്ഷിക്കാൻ നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധ നൽകണം. അങ്ങനെ ശ്രദ്ധിക്കുമ്പോൾ, നിങ്ങൾ അധിക്ഷേപിക്കുകയോ, വിധി കൽപിക്കുകയോ വിലയിരുത്തുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല; വെറുതെ നിരീക്ഷിക്കുക മാത്രം ചെയ്യുന്നു. നിങ്ങൾ ഭയത്തിൽ നിന്ന് അകന്നുപോകുകയാണെങ്കിൽ, അതിനുകാരണം നിങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധ പതറുന്നു എന്നതാണ്. നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധ നൽകുന്നില്ല; അശ്രദ്ധ നിലകൊള്ളുന്നു. അശ്രദ്ധനായിരിക്കുക, പക്ഷേ അശ്രദ്ധനാണെന്ന് ബോധവാനായിരിക്കുക. നിങ്ങളുടെ അശ്രദ്ധയെക്കുറിച്ച് നിങ്ങൾ ബോധവാനാണെങ്കിൽ, ആ അവബോധത്തോടെയിരിക്കുക; നിങ്ങൾ അശ്രദ്ധനാണെന്ന അവബോധത്തോടുകൂടിയിരിക്കുകയല്ലാതെ അതിനെ സംബന്ധിച്ച് വേറൊന്നും ചെയ്യാതിരിക്കുക. ഇത് നിങ്ങൾ ഒരു പ്രാവശ്യം മനസ്സിലാക്കിയാൽ, നിങ്ങൾ സംഘർഷത്തെ പൂർണ്ണമായി ഒഴിവാക്കും. തിരഞ്ഞെടുത്തതല്ലാത്ത അവബോധമുണ്ടായിരിക്കും. “ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു, എന്നാൽ ഇപ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല, വീണ്ടും ശ്രദ്ധിക്കണം”, എന്നിങ്ങനെ നിങ്ങൾ പറയുമ്പോൾ, അതിൽ തിരഞ്ഞെടുപ്പുണ്ട്. അവ ബോധമുണ്ടാവുകയെന്നാൽ തിരഞ്ഞെടുക്കലില്ലാത്ത അവബോധമുണ്ടാവുകയെന്നാണർത്ഥം.

ചോദ്യകർത്താവ് : താങ്കൾ പറയുമ്പോലെ, ഭയവും സന്തോഷവും പരസ്പരബന്ധമുള്ളവയാണെങ്കിൽ, ഭയമില്ലാതാക്കുകയും അപ്രകാരം പൂർണ്ണ സന്തോഷം ആസ്വദിക്കാനും ഒരാൾക്ക് സാധ്യമാണോ?

കൃഷ്ണമൂർത്തി : അത് മനോഹരമായിരിക്കും, അല്ലേ? എന്റെ ഭയം മുഴുവൻ അകറ്റുക, അപ്പോൾ എനിക്ക് എന്റെ സന്തോഷങ്ങളെല്ലാം അനുഭവിക്കാം! ലോകം മുഴുവനും എല്ലാവരും ഇതാണാഗ്രഹിക്കുന്നത് – ചിലർ പരുക്കൻ മട്ടിലാണെങ്കിൽ, മറ്റു ചിലർ അതിസൂക്ഷ്മമായി. നിങ്ങൾ പുകവലിക്കുന്നു. അതൊരു സുഖമാണ്. എങ്കിലും അതിൽ വേദനയുണ്ട്. കാരണം, പുകവലി രോഗമുണ്ടാക്കും. സ്ത്രീയായോ പുരുഷനായോ, ലൈംഗികമായോ മറ്റുവിധത്തിലോ, നിങ്ങൾക്ക് സന്തോഷം അനുഭവപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ അസൂയയും കോപവും ഇച്ഛാഭംഗവും മുറിവും അനുഭവപ്പെടുന്നു.

സന്തോഷം അനിവാര്യമായും വേദനയുണ്ടാക്കുന്നു. (നമുക്ക് സന്തോഷം പാടില്ലെന്നല്ല പറയുന്നത്.) എന്നാൽ അതിന്റെ മുഴുവൻ ഘടനയെ നിരീക്ഷിക്കൂ. അപ്പോൾ ആനന്ദം, ശരിയായ ആനന്ദാനുഭൂതി, അതിന്റെ സൗന്ദര്യം, അതിലൂള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം ഇവക്കൊന്നും സന്തോഷവുമായി യാതൊരു തരത്തിലുള്ള ബന്ധവുമില്ലെന്നും, അതിനാൽ തന്നെ വേദനയുമായും ഭയവുമായും ബന്ധവുമില്ലെന്നും നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കും. അതറിഞ്ഞാൽ, അതിന്റെ സത്യാവസ്ഥയറിഞ്ഞാൽ, സന്തോഷമെന്തെന്ന് മനസ്സിലാവും, അതിന് അർഹമായ സ്ഥാനം നൽകുകയും ചെയ്യും. ■

(ഏപ്രിൽ 1970 ൽ സാന്ത്യാഗോ സ്റ്റെയ്റ്റ് കോളേജിൽ. ചെയ്ത പ്രഭാഷണം. “ബിയോണ്ട് വയലൻസ്” എന്ന പുസ്തകത്തിൽ നിന്ന്.)

ഒന്നാം പേജിൽനിന്ന് തുടർച്ച....

നിങ്ങൾപീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്നില്ലെങ്കിൽ സ്വാഭാവികമായും നിങ്ങൾ മറ്റൊരാളെ പീഡിപ്പിക്കില്ല

തേങ്ങിക്കരയുന്നുണ്ടായിരുന്നു. കൊച്ചു കുട്ടികൾക്കുമാത്രം കഴിയുന്ന ഒന്നായിരുന്നു ആ കരച്ചിൽ. അവൾക്ക് അഞ്ചോ ആറോ വയസ്സേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളു. അവളുടെ പ്രായംവച്ചു അവൾ കുഞ്ഞായിരുന്നു. അവൾ നിലത്തിരിക്കുകയായിരുന്നു. അവളുടെ കവിളിലൂടെ കണ്ണീരൊഴുകുന്നുണ്ടായിരുന്നു. അയാൾ അവളോടൊപ്പമിരുന്ന് എന്താണ് സംഭവിച്ചതെന്ന് ആരാഞ്ഞു. എന്നാൽ അവൾക്കു ഗദ്ഗദം കാരണം സംസാരിക്കുവാൻ കഴിയുമായിരുന്നില്ല. അവളെ ആരെങ്കിലും അടിച്ചിരിക്കാം. അല്ലെങ്കിൽ അവളുടെ പ്രിയപ്പെട്ട കളിപ്പാട്ടം തകർന്നു പോയിരിക്കാം. അതുമല്ലെങ്കിൽ അവളുടെ ആവശ്യങ്ങളെന്തെങ്കിലും കടുത്ത വാക്കുകളാൽ തിരസ്ക്കരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കാം. അമ്മ പുറത്തുവന്ന് കുഞ്ഞിനെ കുലുക്കിയെടുത്ത് അകത്തേക്ക് കൊണ്ടുപോയി. അവർ അപരിചിതരായിരുന്നതിനാൽ അവൾ അയാളെ നോക്കിയതേയില്ല. ഏതാനും ദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞ് അതേ വഴിയിലൂടെ നടക്കുമ്പോൾ ആ കുട്ടി വീടിനു പുറത്തേക്കു വന്ന് അയാളോടൊപ്പം ഇത്തിരി ദൂരം നടന്നു. അമ്മ ഒരപരിചിതനോടൊപ്പം നടക്കാൻ അനുവാദം കൊടുത്തിരിക്കാം. അയാൾ പല തവണ ആ വഴിയിലൂടെ നടന്നു. അപ്പോഴൊക്കെയും ആ പെൺകുട്ടി തന്റെ സഹോദരനോടും സഹോദരിയോടുമൊപ്പം പുറത്തുവന്ന് അയാളെ അഭിവാദ്യം ചെയ്തു.

അവർ എന്നെങ്കിലും അവരുടെ മുറി

വുകളും വേദനകളും മറക്കുമോ? അതോ അവർ സാവധാനം സ്വയം ഒഴിഞ്ഞു മാറാനും പ്രതിരോധിക്കാനും തുനിയുമോ? ഈ മുറിവുകൾ കൊണ്ടു നടക്കുന്നത് മനുഷ്യരുടെ സ്വാഭാവമാണെന്നു തോന്നുന്നു. ഇതിൽനിന്നാണ് അവരുടെ പ്രർത്തനങ്ങൾ വികൃതമായിത്തീരുന്നത്. മനുഷ്യമനസ്സിന് പീഡിതവും വ്രണിതവുമാകാതിരിക്കാൻ എന്നെങ്കിലും കഴിയുമോ? പീഡിതമാകാതിരിക്കുക എന്നു പറഞ്ഞാൽ നിഷ്കളങ്കമായിരിക്കുക എന്നാണർത്ഥം. നിങ്ങൾ പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്നില്ലെങ്കിൽ സ്വാഭാവികമായും നിങ്ങൾ മറ്റൊരാളെ പീഡിപ്പിക്കില്ല. ഇതു സാദ്ധ്യമാണോ? നാം ജീവിക്കുന്ന ഈ സംസ്ക്കാരം മനസ്സിനേയും ഹൃദയത്തെയും ആഴത്തിൽ മുറിപ്പെടുത്തുന്നതാണ്. ഈ ഒച്ചപ്പാടും മലിനീകരണവും ഈ ആക്രമണങ്ങളും മത്സരവും, ഈ ഹിംസയും വിദ്യാഭ്യാസവും – എല്ലാം യാതനകൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതാണ്. എങ്കിലും മൃഗീയതയുടെയും പ്രതിരോധത്തിന്റെയും ഈ ലോകത്തിൽ നമുക്കു ജീവിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. നമ്മളാണീ ലോകം; ലോകമാണു നമ്മൾ.

എന്താണു മുറിവേൽക്കപ്പെടുന്ന വസ്തു? ഓരോരുത്തരും സ്വയം ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുള്ള സ്വാത്മബിംബം. അതാണു പീഡിപ്പിക്കപ്പെടുന്നത്. വിചിത്രമെന്നു പറയട്ടെ, ലോകമാകെ ഈ സ്വരൂപങ്ങൾ ഏതാണ്ട് ഒന്നുതന്നെയാണന്നത്, ചില രൂപാന്തരങ്ങൾ ഉണ്ടെങ്കിലും, ആയിരം മൈൽ അകലെയുള്ള ഒരുവന്റെ ആത്മരൂപത്തിന്റെയും നിങ്ങളുടെ ആത്മരൂപത്തിന്റെയും സാരം ഒന്നു തന്നെയാണ്. അതുകൊണ്ട് നിങ്ങൾ ആ മനുഷ്യനോ സ്ത്രീയോ ആണ്. നിങ്ങളുടെ യാതന ആയിരങ്ങളുടെ യാതനയാണ്. നിങ്ങൾ അപരൻ തന്നെയാണ്..

മുറിവേൽക്കപ്പെടാതിരിക്കാൻ സാദ്ധ്യമാണോ? എവിടെ മുറിവുണ്ടോ അവിടെ സ്നേഹമില്ല. എവിടെ പീഡയുണ്ടോ അപ്പോൾ സ്നേഹം വെറും സുഖാനുഭവം മാത്രമാണ്. നിങ്ങൾ സ്വയം ഒരിക്കലും പീഡിപ്പിക്കപ്പെടാതിരിക്കുന്നതിന്റെ സൗന്ദര്യം കണ്ടെത്തിയാൽ മാത്രമേ ഭൂതകാലത്തിലെ മുറിവുകൾ അപ്രത്യക്ഷമാവൂ. പൂർണ്ണ വർത്തമാനത്തിൽ ഭൂതത്തിന് അതിന്റെ ഭാരം നഷ്ടമാവും.

മുഖസ്തുതിയും നിന്ദകളും ഭീഷണിയും സംരക്ഷണവും ഉൾപ്പടെ അനേക കാര്യങ്ങൾ അയാൾക്കു സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും അയാൾ ഒരിക്കലും മുറിവേൽക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. അയാൾ സംവേദന ശൂന്യനോ ബോധരഹിതനോ ആയിരുന്നതിനാലല്ല പീഡിപ്പിക്കപ്പെടാതിരുന്നത്.

പിന്നെയോ അയാൾക്ക് തന്നെപ്പറ്റി യാതൊരു ആത്മബിംബവും, യാതൊരു നിഗമനവും യാതൊരു പ്രത്യയശാസ്ത്രവും ഇല്ലായിരുന്നു. ആത്മബിംബം പ്രതിരോധമാണ്. അതില്ലാത്തപ്പോൾ, വഴങ്ങിക്കൊടുക്കുന്ന ഗുണമുണ്ടെങ്കിലും, മുറിവേൽക്കപ്പെടുന്നില്ല. നിങ്ങൾ വഴങ്ങിക്കൊടുക്കുന്നവനും സൂക്ഷ്മ സംവേദനയുള്ളവനും ആയിത്തീരാൻ ശ്രമിക്കരുത്. അപ്പോൾ പിന്നെ തേടുന്നതും നേടുന്നതും അതേ ആത്മബിംബത്തിന്റെ മറ്റൊരു രൂപമായിരിക്കും. ഈ സമഗ്രഗതി മനസ്സിലാക്കുക– വാക്കുകൾ കൊണ്ടല്ല പിന്നെയോ ഉൾക്കാഴ്ച കൊണ്ട്. അതിന്റെ സമഗ്രഘടനയെപ്പറ്റി മുൻവിധികളൊന്നുമില്ലാതെ ബോധവാനാകുക. അതിന്റെ സത്യം കാണുന്നത് സ്വാത്മബിംബനിർമ്മാതാവിനെ ഇല്ലാതാക്കലാണ്.

തടാകം കവിഞ്ഞൊഴുകുകയായിരുന്നു. അതിൽ ഒരായിരം പ്രതിബംബങ്ങളുണ്ടായിരുന്നു. ഇരുട്ടായി വരികയും ആകാശങ്ങൾ തുറക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തു. ■

21 സെപ്റ്റംബർ 1973

ഓരോരുത്തരും അവനവന്റെതന്നെ പ്രകാശമായിരിക്കേണ്ടതുണ്ട്

ഒരു പുതിയ ബോധമണ്ഡലവും തികച്ചും പുതിയ സദാചാരവും ഇന്നത്തെ സംസ്കാരത്തിലും സാമൂഹികഘടനയിലും വിപ്ലവകരമായ മാറ്റം വരുത്തുന്നതിന് അത്യാവശ്യമാണ്. ഇത് സുവ്യക്തമാണെങ്കിലും ഇടതും വലതും വിപ്ലവകാരികളും ഇത് അവഗണിക്കുന്നതായാണ് കാണപ്പെടുന്നത്. ഏതൊരു സിദ്ധാന്തവും ഏതൊരു സൂത്രവാക്യവും ഏതൊരു ആശയസംഹിതയും, പഴയ ബോധമണ്ഡലത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്. ഇതൊക്കെയും ചിന്തയുടെ നിർമ്മിതിയാണ് – ഇടതും വലതും കേന്ദ്രമെന്നും വിഘടിപ്പിക്കുന്ന ചിന്തയുടെ പ്രവൃത്തി ഈ പ്രവർത്തനം അനിവാര്യമായും ഇടതിന്റേയോ വലതിന്റേയോ രക്തച്ചൊരിച്ചിലിലേക്കും ഏകാധിപത്യത്തിലേക്കും നയിക്കും. നമ്മുടെ ചുറ്റും സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത് ഇതാണ്. സാമൂഹികവും സാമ്പത്തികവും ധാർമ്മികവുമായ മാറ്റത്തിന്റെ ആവശ്യകതയെപ്പറ്റി നാം ബോധവാനായിരിക്കുമ്പോഴും നമ്മളുടെ പ്രതികരണം, ചിന്ത പ്രധാന നടികനായിരിക്കുന്ന പഴയ ബോധമണ്ഡലത്തിൽ നിന്നാണ്. മനുഷ്യർ ഉൾപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതായ ഈ കുഴമറിച്ചിലും സംഘർഷവും ദുരിതവും പഴയ ബോധമണ്ഡലത്തിന്റെ മേഖലയിലുള്ളതാണ്. അതിനെ വേരോടെ പിഴുതുമാറ്റാതിരുന്നാൽ മനുഷ്യന്റെ രാഷ്ട്രീയമോ സാമ്പത്തികമോ മതപരമോ ആയ പ്രവർത്തനമെല്ലാം പരസ്പരമുള്ള, ഈ ഭൂമിയുടെതന്നെ, വിനാശമാവും ഉളവാക്കുക. സുബോധമുള്ളവർക്കെല്ലാം ഇത് എത്രയോ സുവ്യക്തമാണ്.

ഓരോരുത്തരും അവനവന്റെതന്നെ പ്രകാശമായിരിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഈ പ്രകാശം നിയമമാണ്. വേറൊരു നിയമമില്ല. മറ്റെല്ലാ നിയമവും ചിന്തയാൽ നിർമ്മിതമാണ്, അതിനാൽ തന്നെ അവ അപൂർണ്ണവും പരസ്പരവിരുദ്ധവുമാണ്. സ്വയം ഒരു ദീപമായിരിക്കുക എന്നതിന്റെ അർത്ഥം എത്ര യുക്തിഭദ്രവും, നീതിപൂർവ്വകവും ചരിത്രപരവും നിരക്ഷേപമായി ബോധ്യപ്പെടുന്നതുമാണെങ്കിലും മറ്റൊരു പ്രകാശത്തെ പിന്തുടരാതിരിക്കുക എന്നതാണ്. നിങ്ങൾ പ്രാമാണികതയുടെ സിദ്ധാന്തത്തിന്റെ, നിഗമനത്തിന്റെ ഇരുണ്ട നിഴലിൽ അകപ്പെട്ടിരുന്നാൽ നിങ്ങൾക്കു നിങ്ങളുടെ പ്രകാശമായിരിക്കാൻ കഴിയില്ല. ധാർമ്മികത ചിന്തകൊണ്ടു ക്രോഡീകരിക്കപ്പെട്ട ഒന്നല്ല, സാഹചര്യങ്ങളുടെ സമ്മർദ്ദങ്ങൾകൊണ്ട് ഉരുത്തിരിയുന്ന ഒന്നല്ല; ഇന്നലയുടേതോ പാരമ്പര്യത്തിന്റേതോ അല്ല. ധാർമ്മികത സ്നേഹത്തിന്റെ സന്തതിയാണ്. സ്നേഹമാകട്ടെ മോഹമോ ഇന്ദ്രിയസുഖമോ അല്ല. ലൈംഗികമോ ഇന്ദ്രിയപരമോ ആയ സുഖാസ്വാദനം സ്നേഹമല്ല.

പർവ്വതശൃംഗങ്ങളിൽ പക്ഷികളൊന്നും തന്നെ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. ഏതാനും കാക്കകളും മാനുകളും വല്ലപ്പോഴും വരാറുള്ള ഒരു കരടിയും ഉണ്ടായിരുന്നു. വലിയ റെഡ്വുഡ് മരങ്ങൾ, ആ നിശ്ശബ്ദത മറ്റു മരങ്ങളെയൊക്കെ ചെറുതാക്കിക്കൊണ്ട് എങ്ങുമുണ്ടായിരുന്നു. അതിസുന്ദരമായ ഒരു പ്രദേശമായിരുന്നു അത്. നായാട്ട് ഒട്ടും അനുവദിച്ചിരുന്നില്ലാത്തതിനാൽ തികച്ചും ശാന്തവുമായിരുന്നു. എല്ലാ മൃഗങ്ങളും എല്ലാ മരങ്ങളും പൂക്കളും സംരക്ഷിതമായിരുന്നു. ആ വലിയ റെഡ്വുഡ് മരങ്ങളിൽ ഒന്നിന്റെ ചുവട്ടിൽ ഇരിക്കുമ്പോൾ അയാൾ മനുഷ്യന്റെ ചരിത്രത്തെപ്പറ്റിയും ഭൂമിയുടെ സൗന്ദര്യത്തെപ്പറ്റിയും ബോധവാനായിരുന്നു. അയാൾ അവിടെ എന്താണു ചെയ്യുന്നതെന്ന് അത്ഭുതത്തോടെ നിരീക്ഷിച്ചുകൊണ്ട് ഏതാനും ചുവടുകൾമാത്രം അകലെ അല്പനേരം നിന്നിട്ട്, ഒരു തടിച്ച, ചുവന്ന അണ്ണാൻ വളരെ ഭംഗിയായി കടന്നുപോയി. അടുത്തൊരു അരുവി ഉണ്ടായിരുന്നെങ്കിലും ഭൂമി വരണ്ടിരുന്നു. ഒരിലപോലും അനങ്ങിയില്ല. മരങ്ങൾക്കിടയിൽ നിശ്ശബ്ദതയുടെ സൗന്ദര്യം ഉണ്ടായിരുന്നു. വലിയ പൂച്ചകളോളമുള്ള നാലു കുഞ്ഞുങ്ങളുമായി ഒരു കരടി ഒരു വളവിങ്കൽ നിൽക്കുന്നത് ഇടുങ്ങിയ വഴിയിലൂടെ സാവധാനം നടക്കുമ്പോൾ കണ്ടു. കരടിക്കുഞ്ഞുങ്ങൾ മരങ്ങളിലേക്ക് വലിഞ്ഞുകയറാൻ തിരക്കുപിടിച്ചു. തള്ളക്കാരി യാതൊരു ചലനവുംകൂടാതെ, യാതൊരു ശബ്ദവും കൂടാതെ അയാളെ

അഭിമുഖീകരിച്ചു. ഞങ്ങൾക്കിടയിൽ അൻപതടിയോളം അകലമുണ്ടായിരുന്നു. അവൾ വളരെ വലുതും തവിട്ടു നിറമുള്ളതും എന്തിനും തയ്യാറുള്ളവളുമായിരുന്നു. അയാൾ വേഗം പുറംതിരിഞ്ഞു സ്ഥലം വിട്ടു. യാതൊരു ഭയവും ഉപദ്രവിക്കണമെന്ന വിചാരവും രണ്ടു കൂട്ടർക്കും ഇല്ലായിരുന്നെന്നു മനസ്സിലായി. അതേസമയം ആ സുരക്ഷയരുളുന്ന വൃക്ഷങ്ങളുടെയും അണ്ണാറക്കണ്ണന്മാരുടെയും ശകാരിക്കുന്ന സ്വർണ്ണചൂഡൻ പക്ഷികളുടെയും ഇടയിലായിരിക്കുന്നതിൽ അയാൾ സന്തോഷവാനായിരുന്നു.

സ്വാതന്ത്ര്യം എന്നത് ഓരോരുത്തനും സ്വയം പ്രകാശമായിരിക്കുകയെന്നതാണ്. അപ്പോൾ അതൊരു അമൂർത്തതയായിരിക്കില്ല. ചിന്തയാൽ ആവാഹിച്ച ഒരു സംഗതിയായിരിക്കില്ല. യഥാർത്ഥ സ്വാതന്ത്ര്യം പരാശ്രയത്വത്തിൽ നിന്നും, സ്നേഹബന്ധത്തിൽനിന്നും അനുഭവങ്ങൾക്കായുള്ള ആഗ്രഹങ്ങളിൽനിന്നുമുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യമാണ്. ചിന്തയുടെ ഘടനയിൽനിന്നുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യമാണ് ഒരുവന് സ്വയം പ്രകാശമാവുകയെന്നത്. ഈ പ്രകാശത്തിൽ എല്ലാ കർമ്മങ്ങളും നടക്കുന്നു. അപ്പോൾ അത് ഒരിക്കലും പരസ്പരവിരുദ്ധമാകുന്നില്ല. ആ നിയമം, ആ പ്രകാശം കർമ്മത്തിൽ നിന്നു വേറിട്ടു നിൽക്കുമ്പോഴാണ്, കർത്താവു കർമ്മത്തിൽനിന്നു മാറി നിൽക്കുമ്പോഴാണ് പരസ്പരം വൈരുദ്ധ്യമുളവാകുന്നത്. ആദർശം, തത്ത്വം, ചിന്തയുടെ വിഫലമായ ചലനമാണ്. ഇതിന് ആ പ്രകാശത്തോടൊപ്പം നിലനിൽക്കാനാവില്ല; ഒന്നു മറ്റേതിനെ നിഷേധിക്കുന്നു. ഈ പ്രകാശം, ഈ നിയമം, നിങ്ങളിൽനിന്നു വ്യത്യസ്തമാണ്. നിരീക്ഷകൻ ഉണ്ടായിരിക്കുമ്പോൾ ഈ പ്രകാശം, ഈ സ്നേഹം ഉണ്ടായിരിക്കില്ല. ഒരിക്കലും പുതിയതോ സ്വതന്ത്രമോ അല്ലാത്ത വിചാരത്താൽ ചേർത്തുവച്ചുണ്ടാക്കിയിട്ടുള്ളതാണ് നിരീക്ഷകന്റെ ഘടന. അവിടെ "എങ്ങനെ" എന്ന ചോദ്യമില്ല, യാതൊരു വ്യവസ്ഥയുമില്ല. യാതൊരു സമ്പ്രദായവുമില്ല. കർമ്മം തന്നെയായ കാണലേ അവിടെയുള്ളു. മറ്റൊരാളുടെ കണ്ണുകളിലൂടെയല്ലാതെ നിങ്ങൾ കാണേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഈ പ്രകാശം ഈ നിയമം, നിങ്ങളുടേതോ മറ്റാരുടെയെങ്കിലുമോ അല്ല. അപ്പോൾ പ്രകാശം മാത്രമേയുള്ളു. ഇതു സ്നേഹമാണ്. ■

ഡയറിക്കുറിപ്പുകൾ, 24 സെപ്റ്റംബർ 1973

ഇപ്പോൾ മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിക്കൂ, നാളെയല്ല

ചോദ്യകർത്താവ് : സാർ, താങ്കളുടെ പ്രസംഗങ്ങളെ ടേയ്പിൽ പകർത്താൻ ഞങ്ങൾ അനുവദിക്കപ്പെടാത്തതിനാൽ, ഞങ്ങൾക്ക് വളരെയേറെ ഇച്ഛാഭംഗമുണ്ട്. എന്തുകൊണ്ടാണതെന്നു ദയവായി പറയാമോ?

കൃഷ്ണമൂർത്തി: പറയാം. അത് വളരെ ലളിതമാണ്. ഒന്നാമതായി, ഈ പ്രസംഗം നിങ്ങൾ റിക്കോർഡ് ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങൾ അത് വെച്ച് കളിക്കുകയും അപ്രകാരം മറ്റുള്ളവരെ ശല്യപ്പെടുത്തുകയുമായിരിക്കും. രണ്ടാമതായി, കൂടുതൽ പ്രധാനപ്പെട്ട കാര്യം എന്താണ് – ഇവിടെ പറയപ്പെടുന്നതെല്ലാം നേരിട്ട് കേൾക്കുന്നതോ, അഥവാ അത് റെക്കോർഡ് ചെയ്ത് വീട്ടിൽക്കൊണ്ടുപോയി ഒഴിവു സമയത്ത് കേൾക്കുന്നതോ? "സമയത്തെ ഇടപെടാൻ അനുവദിക്കരുത്" എന്ന് പ്രഭാഷകൻ പറയുമ്പോൾ, നിങ്ങൾ പറയുന്നു, "താങ്കൾ പറയുന്നത് ഞാൻ റെക്കാർഡ് ചെയ്ത് വീട്ടിൽ കൊണ്ടുപോകും" എന്നാണ്. എന്നാൽ, തീർച്ചയായും, ഭയമെന്നത് ഇപ്പോഴാണ്, നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിൽ, മനസ്സിൽ ഇപ്പോഴാണ്.

ചോദ്യകർത്താവ്: അത് ശരിയാണെങ്കിൽ, പിന്നെ കൃഷ്ണമൂർത്തി ഫൗണ്ടേഷൻ എന്തിന് ടെയ്പ്പുകൾ വിൽക്കുന്നു.

കൃഷ്ണമൂർത്തി: നിങ്ങൾ ഇവിടെയിരിക്കുമ്പോൾ ഇവിടെവച്ച് പറയുന്നത് നേരിട്ടു കേൾക്കുന്നതല്ലേ പ്രധാന കാര്യം? നിങ്ങൾ ഇവിടെ വരാൻ വളരെയേറെ ബുദ്ധിമുട്ട് സഹിച്ചിട്ടുണ്ട്; പ്രഭാഷകനും അതുപോലെതന്നെ. നാം പരസ്പരം ആശയവിനിമയം നടത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നു; ഇപ്പോൾ മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു, നാളെയല്ല. ''ഇപ്പോൾ'' മനസ്സിലാക്കുന്നതാണ് പ്രധാനപ്പെട്ട കാര്യം. അതിനാൽ നിങ്ങളുടെ പൂർണ്ണ ശ്രദ്ധയും അതിനു നൽകണം. നിങ്ങൾ കുറിപ്പുകൾ തയ്യാറാക്കുമ്പോൾ, നിങ്ങൾക്ക് പൂർണ്ണ ശ്രദ്ധ നൽകാനാവില്ല. നിങ്ങൾ റെക്കോർഡ് ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ പകുതി ശ്രദ്ധ ടേയ്പ് റെക്കോഡിനു നൽകുകയായിരിക്കും.

ഇതെല്ലാം, ഉടൻ നിങ്ങൾക്ക് മനസ്സിലായില്ലെന്നുവരാം; അതിനാൽ വീണ്ടും കേൾക്കാൻ ആഗ്രഹമുണ്ടാവാം. അപ്പോൾ ഒരു ടേപ്പ്, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു പുസ്തകം വാങ്ങുക, അല്ലെങ്കിൽ വാങ്ങാതിരിക്കുക, അത്രമാത്രം. ഈ സായാഹ്നത്തിൽ, ഈ ഒരു മണിക്കൂർ പത്തു മിനിറ്റുനുള്ളിൽ, ഞാൻ പറഞ്ഞതെല്ലാം പൂർണ്ണമായും, മനസ്സുകൊണ്ടും ഹൃദയം കൊണ്ടും, നിങ്ങൾക്ക് ഉൾക്കൊള്ളാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, അതോടെ എല്ലാം ശരി. നിർഭാഗ്യവശാൽ, നിങ്ങളത് ചെയ്തിട്ടില്ല. നിങ്ങൾ ഇതിനെല്ലാം നിങ്ങളുടെ മനസ്സ് അർപ്പിച്ചിട്ടില്ല. നിങ്ങൾ ഭയത്തെ സ്വീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്, ഭയത്തോടൊപ്പം ജീവിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഭയം, നിങ്ങളുടെ ഒരു ശീലമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. ഇതെല്ലാം തട്ടിത്തകർക്കണമെന്നാണ് പ്രഭാഷകൻ പറയുന്നത്. "ഇപ്പോൾ, ഇവിടെ ചെയ്യുക, നാളെയല്ല", എന്ന് പ്രഭാഷകൻ പറയുന്നു. നമ്മുടെ മനസ്സിന് ഭയത്തിന്റെ പൂർണ്ണ സ്വരൂപത്തെയും അതിന്റെ വിവക്ഷ എന്താണെന്നും കാണാൻ പരിചിതമായിട്ടില്ല. എന്നാൽ നിങ്ങൾക്ക് ഈ ക്ഷണം അത് കാണാൻ സാധിച്ചാൽ, നിങ്ങൾ ആനന്ദഭരിതമായ മനസ്സുമായി ഈ ഹാളിൽനിന്നു പുറത്തുപോകാം. എന്നാൽ പലർക്കും അതിനുള്ള കഴിവില്ല. അതിനാൽ ഈ ടെയ്പ്പുകൾ ഉപയോഗിക്കേണ്ടിവരുന്നു. ■

"ബിയോണ്ട് വയലൻസ്" എന്ന പുസ്തകത്തിൽ നിന്ന്.

Published in September, January and May
Registered with the Registrar of Newspaper
for India under No. TNMAL/2005/17822

Periodical

In undelivered please return to :
KRISHNAMURTI FOUNDATION INDIA
Vasanta Vihar, 124,126 (Old 64,65) Greenways Road
Chennai-600 028. Tel. : 24937803 / 596
E-mail : publications@kfionline.org
Websites : www.kfionline.org / www.jkrishnamurti.org

Published by G. Rajeev on behalf of the Krishnamurti Foundation India, Vasanta Vihar, 124, 126 (Old 64,65) Greenways Road, Chennai-600 028.
Printed by N. Subramanian at Sudarsan Graphics Offset Press, 27, Neelakanta Mehta Street, T.Nagar, Chennai-600 017. Editor : K. Krishnamurthy