ഞായറാഴ്ച സത്സംഗത്തിന്റെ സമയമാറ്റം

(2009 മെയ് 31-ന് ഇന്ത്യയിലെ ന്യൂഡൽഹിയിൽ വച്ചു മാസ്റ്റർ നൽകിയ പ്രഭാഷണത്തിന്റെ മലയാള വിവർത്തനം)

പ്രിയപ്പെട്ട സഹോദരീ സഹോദരന്മാരെ,

സത്സംഗത്തിനുമുമ്പും, സത്സംഗസമയത്തും, അതിനുശേഷവും എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നത് എന്നതിനെപ്പറ്റി കഴിഞ്ഞ കുറെ വർഷങ്ങളായി ഞാൻ നിരീക്ഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നു. ആ നിരീക്ഷണഫലമായി എനിക്കു തോന്നുന്ന ചില കാര്യങ്ങൾ ഞാൻ നിങ്ങളുമായി പങ്കുവെയ്ക്കാമെന്ന് കരുതുന്നു. പത്തുനാല്പത്തിയഞ്ചു വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് ഈ മിഷനിൽ ചേർന്ന കാലത്ത്, എന്റെ ആദ്യബസന്ത് പഞ്ചമി ഉത്സവവേളയിൽ സംഭവിച്ചിരുന്നതെന്താണെന്നതിനെപ്പറ്റി ആമുഖമായി പറയാനുള്ളതിതാണ്. ബാബുജി മഹരാജടക്കം നാല്പതോ നാല്പത്തിരണ്ടോ പേർ അദ്ദേഹത്തിന്റെ വീട്ടിൽ ഒന്നിച്ചു ചേരുന്നു. ഒരു ടെന്റ് ഉണ്ടാക്കിയതിന് ഏകദേശം നാന്നൂറ് ചതുരശ്രഅടി വിസ്തീർണ്ണം കാണും. പക്ഷെ ഞാൻ എടുത്തുപറയാനുദ്ദേശിച്ച കാര്യം ഹൃദയത്തിൽ നിറഞ്ഞുകവിയുന്ന ബൃഹത്തായ, തീക്ഷ്ണമായ ഒരു തൃഷ്ണയെപ്പറ്റിയാണ്. വീട്ടിൽനിന്നും പുറപ്പെടുമ്പോൾതന്നെ ഇത് ആരംഭിക്കും. നാമെവിടെനിന്നു വരുന്നവരായാലും ഇത് ആരംഭത്തിൽതന്നെ തുടങ്ങും. ഉദാഹരണത്തിന് ഞാൻ മദിരാശിയിൽ നിന്നും ഒരാഴ്ചയോ പത്തുദിവസമോ മുമ്പേ പുറപ്പെടും. തീവണ്ടിയിൽ ദൽഹിവരെവന്ന് ഇവിടെ നിന്നും ഷാജഹാൻപൂരിലേക്ക് വണ്ടി മാറിക്കയറും. ഇടയ്ക്കുള്ള ഒട്ടനവധി സ്റ്റേഷനുകളിൽ നിന്നും അഭ്യാസികൾ വണ്ടിയിൽ കയറിക്കൂടും.

ഞാൻ മിഷനിൽ ചേർന്ന് പത്തുകൊല്ലം കഴിഞ്ഞിട്ടും 1974-ൽ പോലും, ഈ അംഗസംഖ്യ കാര്യമായി കൂടിയിട്ടുണ്ടായിരുന്നില്ല.

ഷാജഹാൻപൂർ ആശ്രമത്തിൽ വച്ച് ആദ്യമായി നടത്തിയ ബസന്ത് ഉത്സവവേളയിൽ രണ്ടായിരത്തിനാന്നൂറോ, രണ്ടായിരത്തി അഞ്ഞൂറോ ആളുകൾ പങ്കെടുത്തു കാണണം. ഹാളിലാണെങ്കിൽ എണ്ണൂറുപേർക്കേ ഇരിക്കാനുള്ള സ്ഥലമുള്ളു. അതുകൊണ്ട് നല്ല തിരക്കായിരുന്നു. പത്തുപന്ത്രണ്ടുവർഷം കൊണ്ട് അംഗസംഖ്യ നാല്പതിൽ നിന്നും രണ്ടായിരത്തിഅഞ്ഞൂറായി വർദ്ധിച്ചു എന്നർത്ഥം. പക്ഷെ ഇവിടെ പ്രതിപാദ്യവിഷയം ഹൃദയത്തിന്റെ ആ തീക്ഷ്ണമായ, അമിതമായ, ആഗ്രഹമാണ്. യാത്ര തുടങ്ങുന്നതുമുതൽ അതെവിടെനിന്നായാലും ശരി, അതേതു വാഹനത്തിലായാലും ശരി, ഈ ഒരനുഭവം അതിതീക്ഷ്ണമായ ഒന്നുതന്നെയായിരുന്നു. തെക്കും വടക്കും കിഴക്കും പടിഞ്ഞാറും നിന്ന് ആളുകൾ യാത്രചെയ്തെത്തി. അവർക്കൊക്കെ തന്നെ തങ്ങളെന്തിനാണ് പോകുന്നതെന്നും, എവിടേക്കാണ് പോകുന്ന തെന്നുമുള്ള കാര്യത്തെപ്പറ്റിയുള്ള നിരന്തരസ്മരണ സുസ്ഥിരമായി നിലനിൽക്കുകയായിരുന്നു. യാത്രചെയ്യുന്നതിലെ അസൗകര്യങ്ങളോ, കഴിക്കാൻ കിട്ടുന്ന ഭക്ഷണപദാർത്ഥമോ അവരുടെ ചിന്താവിഷയമേ ആയിരുന്നില്ല. ഷാജഹാൻപൂരിൽ പ്രവേശിച്ച് യാത്ര ചെയ്ത വണ്ടിയിൽ നിന്നും സ്റ്റേഷനിലേക്കിറങ്ങുമ്പോഴേക്കും ഹൃദയം പൊട്ടിപ്പോകുമോ എന്നുപോലും തോന്നും.

ഇന്നിപ്പോൾ അതൊക്കെ അപ്രത്യക്ഷമായിരിക്കുന്നു എന്നു പറയേണ്ടിവന്നതിൽ എനിക്കതിയായ ഖേദമാണുള്ളത്. സമയത്തിലും, ചിട്ടകളിലും മാറ്റം വരുത്തുവാൻ ഞാൻ സമ്മതിച്ചു. നിബന്ധനകൾ ക്കൊക്കെ ഞാൻ ഒരു അയവു നല്കി. എന്റെയീക്കുറ്റം ഇന്നത്തെ സ്ഥിതിക്ക് ഒരുപക്ഷെ കാരണമായിട്ടുണ്ടാവാം. കടുത്ത നിബന്ധനകൾ വച്ചാൽ ആളുകൾ വരാതാവും എന്ന ഒരു ധാരണ എങ്ങിനെയോ വന്നുകൂടി. എനിക്കു വേണ്ടത് ഗുണമേന്മയാണ്, വലിയ അംഗസംഖ്യ യല്ല എന്ന ബാബുജിയുടെ തത്വം പിൻതുടരുന്നതിൽ നാം വൈമ നസ്യം കാട്ടി - അതൊരു തെറ്റായിരുന്നു. ഈ നാല്പതുനാല്പത്തഞ്ചു വർഷങ്ങൾക്കിടയിൽ എവിടെയോവച്ച് ഈ തെറ്റ് ആദ്യം തുടങ്ങിവച്ചത് ഞാനാണ്. ഗുണമേന്മക്കു പകരം അംഗസംഖ്യക്കു പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുവാൻ തുടങ്ങിയപ്പോൾ ആ അംഗസംഖ്യ കൂടുതലായി. പക്ഷെ ഗുണമേന്മ കുറഞ്ഞുകുറഞ്ഞു വരികയും ചെയ്തു. ഇതേതെങ്കിലും വ്യക്തിയെപ്പറ്റിയുള്ള ഒരു പ്രസ്താവമല്ല. വെറുമൊരു അഭിപ്രായ പ്രകടനം മാത്രമാണ്. ഇംഗ്ലീഷ് ഭാഷയിൽ പറയുന്നതുപോലെ, ആ തൊപ്പി ആർക്കാണോ ചേരുന്നത് അവരത് ധരിക്കട്ടെ. ഇതൊരു

ദുരവസ്ഥയാണ്. ഞായറാഴ്ചകളിലെ സത്സംഗത്തിന്റെ സമയം ഒമ്പതുമണിയാക്കി മാറ്റിയപ്പോൾ, ആളുകൾക്കതിനോടും അലസ മനോഭാവമായി. സ്വന്തം താല്പര്യത്തിനു വേണ്ടിയല്ല, പകരമെന്തോ കടം തീർക്കാനോ, അല്ലെങ്കിൽ മിഷനുവേണ്ടിയോ അതുമല്ലെങ്കിൽ പ്രിസപ്റ്ററുടെ ആവശ്യപ്രകാരമോ മറ്റോ ആക്കി അതിനെ മാറ്റി. ഇതെന്തോ നിവൃത്തികേടോ, സഹിച്ചേ പറ്റൂ എന്നതോ, അല്ലെങ്കിൽ ചെയ്തുതീർക്കേണ്ട ഏതോ കർമ്മമോ മറ്റോ ആണെന്ന് ആളുകൾ ധരിച്ചുവശായിരിക്കുന്നു.

അതുകൊണ്ട് അവരൊക്കെ സാവകാശം എഴുന്നേറ്റ് കുളിച്ച് പ്രാതലൊക്കെ കഴിച്ച് വയറുനിറച്ചാണിവിടെ വരുന്നത്. ഇവിടെ പ്രാതൽ വിളമ്പുന്നത് ഒരു വലിയ തെറ്റാണെന്നു തോന്നുന്നു. വയറു നിറയെ ഭക്ഷണം കഴിച്ച് ധ്യാനത്തിലിരിക്കുമ്പോൾ വയറുനിറഞ്ഞും ഹൃദയം കാലിയായും, തലയിൽ നിറയെ വേവലാതിയും മറ്റും ആയിരിക്കും. നമ്മളിൽ അധികം പേരും കൂർക്കം വലിക്കുവാൻ തുടങ്ങുന്നു. വളരെ സങ്കടകരമായ ഒരവസ്ഥയാണിത്. ആവിയൊന്നുമില്ലാത്ത ആവി യെൻജിൻ പോലെയാണ് നമ്മുടെ അവസ്ഥ. ആ എൻജിനു തന്നെ മുന്നോട്ടു നീങ്ങാൻ വയ്യ. പിന്നെ എങ്ങിനെയാണ് അത് തീവണ്ടിയെ വലിച്ചുകൊണ്ടുപോകുക.

അതുകൊണ്ട്, ഇന്ന് മുതൽ ഔദ്യോഗികമായിത്തന്നെ ഞാൻ ചില മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തുകയാണ്. ഞായറാഴ്ച സത്സംഗം കാലത്ത് ഏഴര മണിക്കായിരിക്കും. ഒരു കാരണവശാലും അതിന് വ്യത്യാസമുണ്ടാവില്ല. നമ്മൾ ഹിമാലയത്തിലോ അമേരിക്കയിലോ വല്ല മണലാരണ്യത്തിലോ, എവിടെ ആയിരുന്നാലും ഇതിന് വ്യത്യാസമില്ല. സത്സംഗത്തിനുമുമ്പ് പ്രാതലോ ചായയോ കാപ്പിയോ ഒന്നും തന്നെയുണ്ടാവുന്നതല്ല. ഒമ്പതുമണിക്ക് പ്രാതലും മദ്ധ്യാന്നഭക്ഷണവും കൂടിച്ചേർന്ന, ഇംഗ്ലീ ഷിൽ ബ്രഞ്ച് (Brunch) എന്നു വിളിക്കുന്ന, ഭക്ഷണമുണ്ടായിരിക്കും. ആവശ്യത്തിനുതക്ക അളവിലേ അതും വിളമ്പുകയുള്ളു. ആദ്യം തന്നെ ആവശ്യത്തിനു വേണ്ടത്ര ഭക്ഷണം വിളമ്പുന്നതിനാൽ വീണ്ടുമൊരു തവണ വിളമ്പലുണ്ടാവില്ല. ആശ്രമജീവിതത്തിലെ ഉദ്ദേശ്യം തന്നെ ശരീരവും മനസ്സും ഒന്നിച്ചു നിർത്തലാണ്. ആത്മപരിണാമം അപ്പോഴേ സംഭവിക്കുകയുള്ളു. ശരീരത്തിന് എന്തുവേണമെങ്കിലും സംഭവിച്ചു കൊള്ളട്ടെ. നിങ്ങൾക്ക് ഭക്ഷണമുണ്ടാക്കിത്തരുകയല്ല ഇവിടെ ഉദ്ദേശി ക്കുന്നത്. നിങ്ങളുടെതന്നെ ഉദ്യമമെന്ന നിലയിൽ, ദശസൂക്തങ്ങളെ നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ പകർത്തി, നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിൽ

കുടികൊള്ളുന്ന ചൈതന്യത്തെ ഉത്തേജിപ്പിക്കുവാനാണ് നാം ഇവിടെ ശ്രമിക്കുന്നത്.

അതുകൊണ്ട് ഒമ്പതുമണിക്ക് ഭക്ഷണമുണ്ടായിരിക്കും. ദിവസം മുഴുവനും ഇവിടെ തന്നെ ചിലവഴിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഉച്ചക്ക് മൂന്നു മണിക്ക് അല്പം ഭേദപ്പെട്ട ലഘുക്ഷണവും (High-tea) ഉണ്ടായിരിക്കും. അതും ആവശ്യമായ അളവിൽ മാത്രമെ ഉണ്ടാവുകയുള്ളു. വയറു നിറക്കാനല്ല, ആത്മീയഭാഷയിൽ പറഞ്ഞാൽ തൃപ്തിയേകുന്ന അളവിൽ ഉണ്ടായിരിക്കും. രണ്ടോമൂന്നോ ദിവസം തുടർച്ചയായി നടക്കുന്ന പരിപാടിയാണെങ്കിൽ രാത്രി ഏഴരക്ക് അത്താഴം ലഭിക്കുന്നതായിരിക്കും. ഞായറാഴ്ച രാവിലെ ഏഴരക്ക്, വൈകുന്നേരം സൗകര്യമനുസരിച്ച് അഞ്ചരക്കോ ആറിനോ, ഇതായിരിക്കും ധ്യാനസമയം. അതിനുമപ്പുറത്തേക്കാവരുത്. ഇത് നിർബന്ധമായും പിൻതുടരേണ്ടതാണ്. പത്തുലക്ഷമോ അതോ ഒരാൾ മാത്രമോ ആയിക്കൊള്ളട്ടെ, അതൊരു പ്രശ്നമല്ല.

നമ്മുടെ ആദിഗുരുവായ ലാലാജിയെ സംബന്ധിച്ചു ബാബുജി എന്നോട് പറഞ്ഞ ഒരു കാര്യമുണ്ട്. ലാലാജി, സത്സംഗം കാലത്ത് ആറരയ്ക്കാണെന്നു പറഞ്ഞാൽ, അദ്ദേഹം ആറരമണിക്കുതന്നെ അവിടെയുണ്ടാകും. അവിടെ എത്രപേരുണ്ടെന്നു നോക്കാതെ സത്സംഗം ആരംഭിക്കും. അദ്ദേഹത്തിന് അത് ഒരു പ്രസക്തമായ വിഷയമായിരുന്നില്ല. അതിനുകാരണം അദ്ദേഹത്തിന്റെ സംപ്രേഷണം അവിടെ കൂടിയിരുന്നവർക്ക് മാത്രമായിരുന്നില്ല; പ്രപഞ്ചത്തിലെ എല്ലാവർക്കും വേണ്ടിയായിരുന്നു എന്നതാണ്. സംപ്രേഷണത്തിനു ശേഷം അദ്ദേഹം വളരെ അടുപ്പമുള്ള ആത്മീയമായി വളരെ പുരോഗമിച്ച, രണ്ടുമൂന്നു ശിഷ്യന്മാരുമൊത്ത് നടക്കാനിറങ്ങും. ധ്യാനവേളയിൽ ശരീരത്തിലെ ഓക്സിജൻ കുറയുന്നതുകാരണം അതിനെ വീണ്ടും സംഭരിക്കുവാൻ വേണ്ടിയാണീ നടത്തം.

ലാലാജി മഹരാജുമായിട്ടുള്ള തന്റെ ജീവിതത്തെ ബാബുജി സവിസ്തരം പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുണ്ട്. ലാലാജി മഹരാജ് ശാരീരികമായി അത്ര നല്ല നിലയിലായിരുന്നില്ല. സാമ്പത്തികമായും അത്ര മെച്ചപ്പെട്ട സ്ഥിതിയിലായിരുന്നില്ല. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കുടുംബമോ വലുതും. ഫത്തേഗഢിലെ കൊടുംതണുപ്പിലും അദ്ദേഹവും കുടുംബവും ഒരൊറ്റ കമ്പിളി കൊണ്ടാണ് കഴിച്ചുകൂട്ടിയത് എന്നദ്ദേഹം സുവ്യക്തമായി പറഞ്ഞിട്ടുമുണ്ട്.

കറുത്തവരായാലും വെളുത്തവരായാലും, സ്ത്രീയായാലും പുരുഷനായാലും, ആത്മീയപരിണാമത്തിന് ഒരല്പം അസൗകര്യമൊക്കെ ഉണ്ടായിരിക്കണമെന്ന് നാം മനസ്സിലാക്കണം. വളരെ വർഷങ്ങൾക്കുമുമ്പ് ഞാൻ ബാബുജിയോടൊരു നിർദ്ദേശം വച്ചു. ഷാജഹാൻപൂരിലെ റെയിൽവേസ്റ്റേഷനിൽ നിന്ന് ആശ്രമത്തിലേക്ക് ആളുകളെ കടത്തുന്നതിന് ഒരു ബസ്സ് ഏർപ്പെടുത്തണമെന്നതായിരുന്നു അത്. ബാബുജി പറഞ്ഞത്, "നിങ്ങൾ പറഞ്ഞകാര്യം കൊള്ളാം, പക്ഷെ അത്രയധികം സൗകര്യം ഏർപ്പെടുത്തുന്നതിനോട് എനിക്കു യോജിപ്പില്ല. സൗകര്യങ്ങൾ കൂട്ടുന്നത് ആത്മീയത കുറയ്ക്കും" എന്നാണ്.

ഇല്ലത്ത്, കില്ലത്ത്, സില്ലത്ത്. എന്താണ് ഇല്ലത്ത്? എന്താണ് കില്ലത്ത് ? എന്താണ് സില്ലത്ത് ? ഒരു ഏകദേശഅഭിപ്രായം പറയുകയാണെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്ക് ആവശ്യത്തിലുമൊരല്പം കുറവ് വസ്തുക്കൾ മാത്രമുണ്ടാവുക എന്നതാണിതിനർത്ഥം. പൂർണ്ണാരോഗ്യസ്ഥിതിയിൽ നിന്നും ആരോഗ്യം ഒരല്പം താഴെയായിരിക്കണം. നിങ്ങളുടെ നേർക്ക് വിമർശനങ്ങളുതിരണം. ഒരുരൂപയ്ക്കു പകരം പതിനഞ്ചണയേ നിങ്ങളുടെ പക്കലുള്ളുവെങ്കിൽ ചിലവിന്റെ കാര്യത്തിൽ നിങ്ങൾക്കു വകതിരിവുണ്ടാകും. ആവശ്യത്തിനുമാത്രമെ പൈസ ചിലവാക്കു. ചിലപ്പോൾ ഒരല്പം സമ്പാദ്യം മിച്ചം വയ്ക്കാൻ സാധിച്ചു എന്നും വരാം. എന്റെ അച്ഛൻ റെയിൽവേ ഉദ്യോഗസ്ഥനായിരുന്നു. 1935-36 കാലത്ത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ മാസവരുമാനം എൺപതുരൂപയായിരിന്നു. അതിൽനിന്നദ്ദേഹത്തിന് അഞ്ചുരൂപ മിച്ചം വയ്ക്കാൻ കഴിഞ്ഞു. ഇന്നിപ്പോൾ ആളുകൾക്ക് മുപ്പതിനായിരവും അമ്പതിനായിരവും രൂപ പ്രതിമാസം ശമ്പളം കിട്ടുന്നു. എന്നിട്ടും അവരെപ്പോഴും കടത്തിലാണ്. ഭാവിയെക്കുറിച്ച് അവർക്കെപ്പോഴും ആശങ്കയാണ്. ആ ഭാവിയെ അവർക്കു വിശ്വാസവുമില്ല. തങ്ങളെ തന്നെപോലും അവർക്കു വിശ്വാസമില്ല. ജോലിയെപ്പറ്റി എന്നും ആശങ്കകളാണവർക്ക്. കുടുംബത്തിനെപ്പറ്റിയുള്ള വേവലാതി വേറെയും. നമ്മുടെ അപക്വമായ സ്വഭാവമാണിതിനൊക്കെ കാരണം. രാത്രി പതിനൊന്നുമണിക്കും പന്ത്രണ്ടുമണിക്കും ഒരുമണിക്കുമൊക്കെയാണ്, അത്രയും വൈകിയാണ്, നാമുറങ്ങുന്നത്. ഉണർന്നെഴുന്നേൽക്കുന്നതോ താമസിച്ചും. ജോലിക്കു പോകേണ്ട സമയത്തിന് അഞ്ചുമിനിട്ടുമുമ്പാണ് നാം ഉണർന്നെഴുന്നേല്ക്കുന്നത്. അപ്പോൾ മെഡിറ്റേഷൻ നാളേക്കു നീട്ടും.

ആ തീജ്വാല നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിലേക്ക് തിരിച്ചുകൊണ്ടുവരാൻ ഞാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നു. അലസമായ ജീവിതം കൊണ്ടോ നിങ്ങളെ സന്തോഷിപ്പിക്കുന്ന തരത്തിലുള്ള നയങ്ങൾ ഈ മിഷനിൽ കൊണ്ടുവന്നോ അതു നടപ്പില്ല. നിങ്ങളുടെ മുതലാളിയോ, മാനേജരോ, നിങ്ങളെ സന്തോഷിപ്പിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, അയാൾക്കെന്തോ തകരാറുണ്ട് എന്നർത്ഥം. ജോലിയിലിരുന്ന കാലത്ത് ഇത് ഞാൻ പഠിച്ചതാണ്. എല്ലാവരും ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന ഒരു മാനേജർ നല്ല മാനേജരല്ല. അയാൾ കാര്യങ്ങളെ ലളിതവല്കരിക്കുകയും, നിങ്ങളെ നിങ്ങളുടെ ഇഷ്ടത്തിനനുസരിച്ച് ജോലിചെയ്യുവാൻ സമ്മതിക്കുകയും, നിങ്ങൾക്കു തോന്നുന്ന പോലെ അതു ചെയ്യുവാൻ അനുവദിക്കുകയും ഒക്കെ ചെയ്യുന്നു. അല്ലാതെ ചെയ്യേണ്ടതെന്താണോ അതു ചെയ്യിക്കുകയില്ല. സഹജമാർഗത്തിൽ ഇനിയിത് നടപ്പില്ല. ഞാനിതുപറയുന്നത് നിങ്ങളുടെ നന്മക്കുവേണ്ടി മാത്രമാണ്. ഈ ജീവിതത്തിൽ തന്നെ ഏറ്റവും ഉന്നതമായ നിലയിലേക്ക് പരിണമിക്കണമെന്ന ലക്ഷ്യമുള്ളവർക്കു വേണ്ടിയാണ് ഞാനിതു പറയുന്നത്. നമുക്കു നിശ്ചയമുള്ളത് ഈ ജീവിതം മാത്രമാണ്. ഇനി അടുത്ത വേറൊരു ജീവിതമുണ്ടോ എന്ന കാര്യത്തിൽ നമുക്ക് യാതൊരു തീർച്ചയുമില്ല. അതിൽ പ്രത്യേകിച്ചും കാര്യവുമില്ല. ഭാവിയെപ്പറ്റിയോ ഭൂതകാലജീവിതത്തെപ്പറ്റിയോ സഹജ മാർഗത്തിൽ യാതൊരു ചിന്തയുമില്ല എന്ന് ബാബുജി പറഞ്ഞിട്ടുള്ള താണ്. ഇപ്പോഴുള്ള ജീവിതം മാത്രമേ നമുക്ക് ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതായുള്ളു. കാരണം, ഇതിപ്പോൾ നമുക്കുള്ള ഒന്നായതുകൊണ്ട് ഇതിനെ നമ്മുടെ നന്മക്കായി നമുക്കു വേണമെങ്കിൽ ഉപയോഗിക്കാം. നിത്യജീവിതത്തിൽ നിങ്ങളിൽ ഈ വിവേകം ഉണരണം.

ആദ്യത്തെ സൂക്തം പറയുന്നത് സൂര്യോദയത്തിനു മുമ്പ് ഉണരണമെന്നാണ്. സത്യോദയം എന്ന പേരിൽ ബാബുജി ഒരു പുസ്തകമെഴുതിയിട്ടുണ്ട്. സൂര്യോദയത്തിനുമുമ്പുള്ള യാഥാർത്ഥ്യം എന്നും അതിനെ വിളിക്കാം. സൂര്യോദയത്തിനുമുമ്പ് നിങ്ങൾ ഉണർന്ന് തയ്യാറായിട്ടില്ലെങ്കിൽ പിന്നെ എങ്ങിനെയാണ് ആ യാഥാർത്ഥ്യം നിങ്ങൾക്ക് ബോദ്ധ്യമാകുക? ഡാർജിലിങ്ങിലേക്കും മറ്റും ഈ സൂര്യോദയം കാണാൻ പോകുന്നവരുണ്ട്. എവറസ്റ്റ്, ഗ്രാന്റ് കനിയൻ (Grand Canyon) എന്നിവിടങ്ങളിൽപോയി സൂര്യോദയവും സൂര്യാസ്തമയവും കാണാൻ വിനോദസഞ്ചാരം നടത്തുന്നവരെയും കാണാം. അവിടെയവർ മണിക്കൂറുകൾക്കു മുമ്പുതന്നെ തയ്യാറായിരിക്കും. അതും ഈ സൂര്യോദയവും സൂര്യാസ്തമനവും കാണാൻ വേണ്ടി മാത്രവും.

നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിന്റെയുള്ളിലെ സൂര്യോദയത്തിനുമുമ്പുള്ള യാഥാർത്ഥ്യത്തിന്റെ കാര്യമെടുത്താലോ? അത് യാഥാർത്ഥ്യത്തിന്റെ ഉദയമോ അല്ലെങ്കിൽ യാഥാർത്ഥ്യത്തിലെ ഉദയമോ അല്ല. ഇത് പല ഭാഷകളിലും തെറ്റായി വിവർത്തനം ചെയ്യപ്പെട്ടിരിക്കുന്നതായി കാണുന്നു. ഉദയസത്യം എന്നതാണ് ശരി. അതായത്, ഉദയത്തിൽ സത്തായി ഏതാണോ പ്രകാശിക്കുന്നത് അത് എന്നർത്ഥം.

അതുകൊണ്ട് സൂര്യോദയത്തിനുമുമ്പ് ഒരു നാലരമണിക്കോ മറ്റോ ഉണർന്നെഴുന്നേൽക്കുന്ന സ്വഭാവം നാം വളർത്തിയെടുക്കണം. ശാരീരികവും മാനസികവുമായ വിശുദ്ധിയോടെ ധ്യാനത്തിലിരിക്കുക. സാധാരണഗതിയിൽ ഈ ധ്യാനം ഒരുമണിക്കൂർ നേരമെങ്കിലും ചെയ്യണം. വേണമെങ്കിൽ വാച്ചിൽ അലാറാം വച്ച് അതടിക്കുന്നതുവരെ എഴുന്നേല്ക്കാതിരിക്കണം. വയറുകാലിയായിരിക്കണം. പത്തു കല്പനകൾ എന്നു വിളിക്കപ്പെട്ടിരുന്ന ഇന്നത്തെ ദശസൂക്തങ്ങൾ നമ്മുടെ ഗുണത്തിനു വേണ്ടിയുള്ളവയാണ്. നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന് ആവശ്യമായി വരുന്ന എല്ലാ കാര്യങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള ദൈനംദിന നിയമാവലികളാണവ. എന്തുകഴിക്കണം, എങ്ങിനെ കഴിക്കണം എന്നിവയൊക്കെ അത് നമുക്ക് പറഞ്ഞുതരുന്നു. ബാബുജി മഹരാജ് പത്തിരുപത് പേരോടൊപ്പമിരുന്ന് ഭക്ഷണം കഴിക്കുമ്പോൾ ചിലപ്പോൾ എന്റെ ചെവിയിൽ ഇങ്ങിനെ പറയാറുണ്ട്, “ആ മനുഷ്യൻ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതു നോക്കു. പന്നിയെപോലെയാണയാൾ തിന്നുന്നത്.” ആ മനുഷ്യന്റെ ശ്രദ്ധ മുഴുവൻ ഭക്ഷണത്തിലാണ്. നിരന്തരസ്മരണ എന്നതേ അയാൾക്കില്ല. അദ്ദേഹത്തെപ്പറ്റി അയാൾക്ക് യാതൊരു ചിന്തയുമില്ല. അയാൾക്ക് ആവശ്യമായ ഭക്ഷണം നല്കി അയാളെ ക്കൊണ്ട് ആ ഭക്ഷണം കഴിപ്പിക്കുന്നു. അയാൾക്ക് ആ ഭക്ഷണം കഴിക്കാനുള്ള കഴിവു നല്കിയ അദ്ദേഹം അയാളുടെ സ്മരണ യിലേയില്ല. ഭക്ഷിക്കുന്നത് അത്ര എളുപ്പമുള്ള കാര്യമല്ല.

ആദ്യമായി നിങ്ങൾക്ക് ഭക്ഷിക്കാൻ എന്തെങ്കിലും ഭക്ഷണപദാർത്ഥം വേണം. രണ്ടാമതായി ആ ഭക്ഷണം കഴിക്കാനുള്ള സമയം നിങ്ങൾക്കുണ്ടാകണം. കഴിച്ച ഭക്ഷണം ദഹിപ്പിക്കാനും അതിനുശേഷം ശരീരത്തിനുവേണ്ട പോഷകാംശങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ട ശേഷം ബാക്കിയുള്ളതിനെ പുറംതള്ളാനും സാധിക്കണം. വലിയ ഒരു പൊറോട്ടയും കൂടെ കുറെ ഉരുളകിഴങ്ങും വായിൽ വാരിവലിച്ചു നിറച്ചാൽ സംഗതി വൈഷമ്യത്തിലാവുകയേ ഉള്ളു. ഭക്ഷിക്കുന്നതിന് ചില നിയമങ്ങളൊക്കെയുണ്ട് -എങ്ങിനെ, എപ്പോൾ, എന്തു

ഭക്ഷിക്കാമെന്നതൊക്കെ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. ഇന്നിപ്പോൾ ആരും ഇതൊന്നും ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല. സന്തോഷത്തിനുവേണ്ടിയാണിപ്പോൾ നാം ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത്; ജീവസന്ധാരണത്തിനല്ല.

ശ്വാസോച്ഛ്വാസം, ഭക്ഷണം കഴിക്കൽ, ജോലിചെയ്യൽ, വിശ്രമം, ഉറക്കം തുടങ്ങി നാം ചെയ്യുന്ന എല്ലാം തന്നെ ജീവൻ നിലനിറുത്തുന്ന തിനുവേണ്ടിയാണ് എന്ന നിയമത്തിനനുസൃതമായിട്ടായിരിക്കണം. ഈ തത്വം നിങ്ങളെ വീണ്ടും ബോധ്യപ്പെടുത്താനാണെന്റെ ശ്രമം. നമ്മുടെ ജീവിതത്തിനാകട്ടെ ഒരൊറ്റ ഉദ്ദേശ്യമേയുള്ളുതാനും. ഈ മാനുഷിക തലത്തിൽ നിന്ന് പരിണമിച്ച്, ദൈവീകതലത്തിലെത്തുക എന്നതാണത്. എന്റെ പ്രിയപ്പെട്ട സഹോദരീ സഹോദരന്മാരെ, പ്രാധാന്യത്തോടെ, അത്യാവശ്യമായി തന്നെ നമുക്കീ തത്വമുൾക്കൊള്ളാൻ സാധിക്കണം. ആത്മീയജീവിതത്തിന് സാധാരണ ജീവിതരീതികൾ കൈകൊള്ളേ ണ്ടത് ഒരനിവാര്യതയാണ്. സുഖസൗകര്യങ്ങൾ അതിനെതിരും.

പണക്കാരനാണെങ്കിൽ പോലും ജീവിതത്തിൽ ആഡംബരത്വം കൂടാതെ കഴിയാം. ശ്രീരാമൻ സീതയെ ലക്ഷ്മണനോടൊപ്പം വനവാസത്തിനയക്കുന്ന ഒരു രംഗം ഈയിടെ ടി.വിയിൽ കണ്ടു. ശിഷ്ടകാലം ശ്രീരാമൻ വെറും നിലത്താണ് കിടന്നിരുന്നത്. ഇതുകണ്ട ലക്ഷ്മണൻ, ''ജ്യേഷ്ഠാ, അങ്ങെന്താണീ ചെയ്യുന്നത്'' എന്നു ചോദിച്ചപ്പോൾ, "ഞാനിപ്പോൾ ഒരു ബ്രഹ്മചാരി ജീവിതം നയിക്കുക യാണ്" എന്നാണ് വെറും നിലത്ത് കിടന്നിരുന്ന ശ്രീരാമൻ മറുപടി പറഞ്ഞത്. അതുകൊണ്ട് ലളിതവും സാധാരണവുമായ ജീവിതം സാധുക്കൾക്ക് മാത്രമുള്ളതല്ല. ധനികർക്കാണ് അതിന്റെ ആവശ്യം കൂടുതലായുള്ളത്. ആഡംബരജീവിതം, അനാവശ്യചിന്തകൾ, അശാസ്ത്രീയവും അമിതവുമായ ഭക്ഷണം കഴിക്കൽ, എപ്പോഴും അസമയത്തുള്ള ഉറക്കം, ആ ഉറക്കത്തിൽ നിന്നും ഉണരാത്ത സ്ഥിതി, മുതലായവ മൂലം ആത്മീയപരിണാമത്തിനുള്ള വഴി ദിനംപ്രതി കൊട്ടിയടക്കുകയാണീക്കൂട്ടർ ചെയ്യുന്നത്. അപകടങ്ങൾ ഇക്കൂട്ടരെ കാത്ത് എപ്പോഴും പതിയിരിക്കുന്നു. ധാർമ്മികവും ശരിയായതുമായ ജീവിതരീതികൾ ഇക്കൂട്ടർക്കാണ് അവശ്യം ആവശ്യമായി വരുന്നതും.

അതുകൊണ്ട്, ദിവസത്തിൽ ഒരു തവണയെങ്കിലും നമ്മുടെ ദശസൂക്തങ്ങൾ വായിക്കണം. അത് ശരിയായി മനസ്സിലാക്കി, അതിനെ പിന്തുടരുകയും വേണം. ഇതു നിങ്ങളുടെ വ്യക്തിഗതജീവിതത്തിലെ ഒരു നിബന്ധനയാക്കി വയ്ക്കുക. ഇതുചെയ്യുവാൻ നിങ്ങളെ സഹായിക്കുവാൻ വേണ്ടി, മിഷൻ അതിന്റെ ദൈനംദിന പരിപാടി

ക്രമത്തിലും മാറ്റം വരുത്തുകയാണ്. ഞായറാഴ്ച രാവിലെയുള്ള സത്സംഗം കാലത്ത് ഏഴരക്കും, വൈകുന്നേരത്തേത് അഞ്ചരയ്ക്കോ ആറിനോ ആയിരിക്കും. 9 മണിയ്ക്കുള്ള ഭക്ഷണത്തിനുമുമ്പ് കഴിക്കുവാൻ ഒന്നും തന്നെയുണ്ടാവില്ല. ഉച്ചയ്ക്ക് മൂന്നു മണിക്ക് മദ്ധ്യാഹ്നലഘുഭക്ഷണം. ഈ രണ്ടു ഭക്ഷണങ്ങൾക്കിടയിലും കഴിക്കുവാൻ വേറൊന്നുമുണ്ടാകില്ല. കാന്റീനും അടുക്കളയുമൊക്കെ ഉണ്ടാകുമെങ്കിലും അവ ഒമ്പതുമണിക്കു മാത്രമേ തുറക്കൂ. അതുവരെ അവ അടച്ചിട്ടിരിക്കും.

ഈ പ്രഭാതത്തിൽ നിങ്ങളിത്രയും പേരെ കാണുന്നു എന്നത് തന്നെ എനിക്ക് ഇത്തരം ഒരു പ്രസംഗം ആവശ്യമായിരുന്നോ എന്നു സംശയിക്കുന്നതിനുള്ള ധൈര്യം പകരുന്നു. കാരണം ഞാനൊരു മാതൃകയുണ്ടാക്കുമ്പോൾ നിങ്ങൾ അതിനെ പിൻതുടരാൻ തയ്യാറാണെന്ന് ഇത് തെളിയിക്കുന്നു. ഇവിടെ വന്നുചേർന്ന് എനിക്കിങ്ങിനെ ധൈര്യം പകർന്ന നിങ്ങളോടെനിക്ക് അകൈതവമായ കൃതജ്ഞതയുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ ഈ സാന്നിദ്ധ്യം സംസാരിക്കുന്നതിനുള്ള പ്രചോദനം എനിക്കു നല്കുന്നു. ഹൃദയത്തിൽ നിങ്ങളെന്തു ചെയ്യുമെന്ന സംശയമോ ഭീതിയോ ഇല്ലാതെ സംസാരിക്കുവാൻ എനിക്കതു ധൈര്യം പകരുന്നു. എന്റെ ഹൃദയത്തിൽ നിന്നും എന്നിലേക്കു തന്നെ ഊറി വരുന്ന ഉത്തമബോദ്ധ്യമാണെനിക്കുള്ളത്. ഇവിടെയുള്ളത് എന്റെ ആളുകളാണെന്നും, അവരുടെ തന്നെ നന്മയ്ക്കായി പറയുന്ന കാര്യങ്ങളെ അവർ അനുസരിക്കും എന്നുമുള്ളതാണാ ബോദ്ധ്യം.

നിങ്ങൾക്കു വളരെ നന്ദി.