ഭഗവാൻ ശ്രീ രമണ മഹർഷി

അനുഗ്രഹിച്ചരുളിയ

ഞാൻ ആരാ?

ശ്രീ രമണാശ്രമം

തിരുവണ്ണാമല

ഇന്ത്യ

NJAN ARA? (Malayalam):
Original in Tamil: *Naan Yaar* by Bhagavan Sri Ramana Maharshi

© Sri Ramanasramam
Tiruvannamalai

6th Edition: 2004; 7th Edition: 2004; 8th Edition: 2007; 9th Edition: 2010; 10th Edition: 2012
Eleventh (Pocket) Edition: 2012
2000 copies

CC No.: 3405
ISBN: 978-81-88225-42-2

Price: ₹ 15

Published by:
V.S. Ramanan
President, Sri Ramanasramam
Tiruvannamalai 606 603
Tamil Nadu, INDIA
email : *ashram@sriramanamaharshi.org*
website : *www.sriramanamaharshi.org*

Printed by:
Sudarsan Graphics Pvt. Ltd.,
Chennai 600 017, INDIA

പ്രസ്താവന

'ഞാൻ ആരാ?' എന്ന ലഘു ഗ്രന്ഥം ഭഗവാൻ ശ്രീ രമണ മഹർഷിയുടെ ഉപദേശത്തിന്റെ സാരസംഗ്രഹമാണ്. ഈ ഗ്രന്ഥം ആ ഋഷിവര്യന്റെ കാലത്തുതന്നെ പല ഭാഷകളിലും വിവർത്തനം ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. വളരെ വർഷങ്ങളായി മലയാള ഭാഷയിൽ അച്ചടിയില്ലാത്തതിനാൽ 1941ൽ അന്നത്തെ രമണാശ്രമം സർവ്വാധികാരി ശ്രീ നിരഞ്ജനാനന്ദ സ്വാമികളാൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ട പതിപ്പ് വീണ്ടും അച്ചടിക്കുന്നതിൽ ഞങ്ങൾക്ക് അതിയായ ആഹ്ളാദമുണ്ട്. ശ്രീ ഭഗവാന്റെ വചനം ഉദ്ധരിച്ചുകൊണ്ട് ഈ വരികൾ ഉപസംഹരിക്കട്ടെ.

'ഞാൻ ആർ'? എന്ന ആത്മ വിചാരമാണ് എല്ലാതരം ദുഃഖ നിവൃത്തിക്കും പരമാനന്ദ പ്രാപ്തിക്കുമുള്ള പ്രധാന ഉപായം.

3-1-1999 വി.എസ്.രമണൻ
(119ാം ജയന്തി) പ്രസിഡന്റ്

ഞാൻ ആരാ?

സകല ജീവികളും ദുഃഖത്തിന്റെ ബാധ കൂടാതെ എന്നും സുഖമനുഭവിക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു; എല്ലാവർക്കും അവരവരിൽ ത്തന്നെ അധികം പ്രീതിയുളവാകുന്നു; പ്രീതിക്ക് സുഖം തന്നെയാകുന്നു മൂലം; ദിവസംതോറും സുഷുപ്തിയിൽ അനുഭവിക്കുന്ന ആ സ്വാഭാവി കമായ സുഖത്തെ പ്രാപിക്കുവാൻ ആത്മ ജ്ഞാനം അത്യാവശ്യമാകുന്നു. അതിലേയ്ക്ക് 'ഞാൻ ആരാ'? എന്ന വിചാരം പ്രധാനപ്പെട്ട സാധനമാകുന്നു.

ചോദ്യ-1. 'ഞാൻ ആരാ?'

ഉത്തരം: സപ്തധാതുമയമായ സ്ഥൂലദേഹമല്ല 'ഞാൻ'. ശബ്ദ, സ്പർശ, രൂപ, രസ, ഗന്ധമെന്ന പഞ്ചവിഷയങ്ങളേയും യഥാക്രമം അറിയുന്ന

ശ്രോത്രം, ത്വക്ക്, ചക്ഷുസ്സ്, ജിഹ്വ, ഘ്രാണം എന്നീ ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളഞ്ചും 'ഞാൻ' അല്ല. വചനം, ഗമനം, ദാനം, മലവിസർജ്ജനം, ആനന്ദിക്കൽ എന്ന അഞ്ചു പ്രവർത്തികളേയും നടത്തുന്ന വാക്ക്, പാദം, പാണി, പായു, ഉപസ്ഥം എന്നീ കർമ്മേന്ദ്രിയ പഞ്ചകവും 'ഞാൻ' അല്ല. ശ്വസനാദി പഞ്ചപ്രവർത്തികളും നടത്തുന്ന പ്രാണാദി പഞ്ചവായുക്കളും 'ഞാൻ' അല്ല. വിചാരിക്കുന്ന മനസ്സും 'ഞാൻ' അല്ല. സർവ്വ വിഷയങ്ങളും സർവ്വ കർമ്മങ്ങളും ഇല്ലാതായി വിഷയ വാസനകളെ മാത്രം വഹിക്കുന്ന അജ്ഞാനവും 'ഞാൻ' അല്ല.

ചോ-2.ഇവയൊന്നും 'ഞാൻ' അല്ലെങ്കിൽ പിന്നെ 'ഞാൻ' എന്നുവെച്ചാൽ ആരാ?

ഉ: മുൻപറഞ്ഞമാതിരി യാതൊന്നും ഇതു ഞാനല്ല, അതു ഞാനല്ല എന്നു നിഷേധിച്ച് ഒടുവിൽ തള്ളുവാൻ തരമില്ലാതെ തനിയേ ശേഷിക്കുന്ന 'അറിവ്' ആകുന്നു ഞാൻ.

ചോ-3.അറിവിന്റെ സ്വരൂപം എന്ത്?

ഉ: അറിവിന്റെ സ്വരൂപം ‘സച്ചിദാനന്ദം’.

ചോ-4. സ്വരൂപദർശനം എപ്പോൾകിട്ടും?

ഉ: ദൃശ്യമായ ജഗത്തില്ലാതാവുമ്പോൾ ദൃക്കായ സ്വരൂപ ദർശനമുണ്ടാകും.

ചോ-5. ജഗത്തുണ്ടെന്നു തോന്നുമ്പോൾ സ്വരൂപ ദർശനമുണ്ടാവില്ലെ?

ഉ: ഉണ്ടാവില്ല.

ചോ-6. എന്തുകൊണ്ട്?

ഉ: ദൃക്കും ദൃശ്യവും, രജ്ജുവും സർപ്പവും പോലേയാകുന്നു. കല്പിതമായ സർപ്പജ്ഞാനം പോകാതെ തദധിഷ്ഠാനമായ രജ്ജുജ്ഞാനം ഉണ്ടാകാത്തതുപോലെ കല്പിതമായ ജഗൽഭ്രാന്തി നശിച്ചല്ലാതെ അധിഷ്ഠാനമായ സ്വരൂപത്തിന്റെ ദർശനം ഉണ്ടാവില്ല.

ചോ-7. ദൃശ്യമായ ജഗത്ത് എപ്പോഴാണ് മറയുക?

ഉ: സകല ജ്ഞാനത്തിനും, സകല കർമ്മത്തിനും മൂലമായ മനസ്സ് അടങ്ങിയാൽ ജഗത്ത് മറയും.

ചോ-8. മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപമെന്ത്?

ഉ: മനസ്സെന്നാൽ ആത്മസ്വരൂപത്തിലുള്ള ഒരു അതിശയ ശക്തി. അതു സകല വിചാരങ്ങളേയും സങ്കല്പിക്കുന്നു. വിചാരങ്ങളെല്ലാം നീക്കി നോക്കിയാൽ മനസ്സെന്നു പ്രത്യേകിച്ചൊരു പദാർത്ഥമില്ല. അതുകൊണ്ട് മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപം വിചാരം തന്നെ. സങ്കല്പമാത്രങ്ങളല്ലാതെ ജഗത്തെന്നു വേറെ ഒരു പദാർത്ഥമില്ല. ഉറക്കത്തിൽ വിചാരങ്ങളുമില്ല, ജഗത്തുമില്ല; ജാഗ്രൽസ്വപ്നങ്ങളിൽ വിചാരങ്ങളും ജഗത്തും ഉണ്ട്. എട്ടുകാലി എങ്ങനയോ തന്നിൽ നിന്നുണ്ടായ നൂൽനൂറ്റു വീണ്ടും അതു തന്നിൽ പ്രതിസംഹരിക്കുന്നുവോ അതുപോലെതന്നെ

മനസ്സും തന്നിൽനിന്നും പ്രപഞ്ചത്തെ തോന്നിപ്പിച്ചു വീണ്ടും തന്നിൽതന്നെ ഒതുക്കുന്നു. മനസ്സ് ആത്മ സ്വരൂപത്തിൽ നിന്ന് പുറത്തു വരുമ്പോഴാണ് ജഗത്തു ഭാസിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട് ജഗൽ ഭ്രമമുള്ളപ്പോൾ സ്വരൂപ ജ്ഞാനമുണ്ടാവില്ല; സ്വരൂപം പ്രകാശിക്കുമ്പോൾ ജഗൽ പ്രകാശവുമില്ല. മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപത്തെക്കുറിച്ച് നിരന്തരമായ് വിചാരിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാൽ മനസ്സു താനായി പരിണമിക്കും 'താൻ' എന്നത് ആത്മസ്വരൂപം തന്നെ. മനസ്സെപ്പൊഴും ഒരു സ്ഥൂല വസ്തുവിനെ ആശ്രയിച്ചേ നില്ക്കുകയുള്ളൂ; തനിച്ചു നിൽക്കില്ല. മനസ്സിനെതന്നെയാണ് സൂക്ഷ്മശരീരമെന്നും, ജീവനെന്നും പറയുന്നത്.

ചോ-9. മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപത്തെ വിചാരിച്ചറിവാനുള്ള മാർഗ്ഗമെന്താവുന്നു?

ഉ: ഈ ദേഹത്തിൽ 'ഞാൻ' എന്നു ഭാസിക്കുന്നതേതോ അതു മനസ്സാകുന്നു.

'ഞാൻ' എന്ന വിചാരം ദേഹത്തിൽ ഏതൊരി ടത്തിൽ നിന്നാണ് ആദ്യം പുറപ്പെടുന്നതെന്ന് ആലോചിച്ചാൽ ഹൃദയത്തിൽ നിന്നാണെന്ന് അറിയാറാകും. മനസ്സിന്റെ പിറപ്പിടം അതാകുന്നു. ഞാൻ, ഞാൻ എന്നു ചിന്തിച്ചു കൊണ്ടിരുന്നാലും അവിടെത്തന്നെ കൊണ്ടു ചെന്നാക്കും. മനസ്സിലുദിക്കുന്ന എല്ലാ വി ചാരങ്ങളിലും വെച്ച് ആദ്യമുണ്ടാകുന്ന വിചാരം 'ഞാൻ' എന്ന വിചാരമാകുന്നു. ഇത് ഉത്ഭവി ച്ചതിന്റെ ശേഷമേ അനേകങ്ങളായ മറ്റു വി ചാരങ്ങൾ ഉണ്ടാകുകയുള്ളൂ. 'ഞാൻ' എന്ന ജ്ഞാനം ഉളവായതിന്റെ ശേഷമേ 'നീ', 'അവൻ' മുതലായ ജ്ഞാനം ഉണ്ടാകയുള്ളൂ. 'അഹം' എന്നതില്ലെങ്കിൽ ത്വം മുതലായ വാക്കുകൾക്ക് പ്രസക്തിയില്ല.

ചോ-10. മനസ്സെങ്ങിനെയടങ്ങും?

ഉ: 'ഞാൻ ആർ'? എന്ന വിചാരത്താൽമാത്രമേ മനസ്സടങ്ങൂ. 'ഞാൻ ആർ'? എന്ന ചിന്ത മറ്റു

ചിന്തകളെയെല്ലാം നശിപ്പിച്ച് ചുടലക്കൊള്ളി പോലെ ഒടുവിൽ താനും നശിക്കും. പിന്നീട് സ്വരൂപ ദർശനവും ഉണ്ടാകും.

ചോ-11. ഞാൻ ആരെന്നുള്ള വിചാരം സദാകാലവും ഉണ്ടാകുവാനുള്ള ഉപായം എന്ത്?

ഉ: മനസ്സിന്റെ വിക്ഷേപങ്ങളുടെ അവസാനം കാണുവാൻ യത്നിക്കാതെ അവ ആർക്കാണ് ഉണ്ടായതെന്നു വിചാരിക്കണം എത്ര വിചാരങ്ങളുണ്ടായാലെന്താ, ഓരോരോ വിചാരവും ഉദിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ ജാഗ്രതയോടെ അത് ആർക്കാണ് ഉണ്ടായതെന്നു വിചാരിച്ചാൽ 'എനിക്ക്' എന്നു തോന്നും. ഈ 'ഞാൻ ആർ'? എന്നു വിചാരിച്ചാൽ, മനസ്സ് തന്റെ പിറവി എവിടയോ അവിടേയ്ക്ക് തിരിച്ചുപോകും. ഇങ്ങനെ പരിചയിച്ചു ശീലിച്ചാൽ മനസ്സിനു തന്റെ പിറപ്പിടത്തിൽ ഉറച്ചുനിൽക്കാനുള്ള ശക്തി വർദ്ധിക്കും. സൂക്ഷ്മമായ മനസ്സ്

ബുദ്ധീന്ദ്രിയാധീനമായി വിക്ഷേപിക്കുമ്പോൾ സ്ഥൂലങ്ങളായ നാമരൂപങ്ങൾ തോന്നുന്നു. ഹൃദയത്തിൽ ഒതുങ്ങുമ്പോൾ നാമരൂപങ്ങൾ മറയുന്നു. മനസ്സിനെ പുറത്തേയ്ക്കു വിടാതെ ഹൃദയത്തിൽത്തന്നെ ഒതുക്കി വച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതിന് 'അന്തർമുഖം' എന്നു പേർ. ഹൃദയത്തിൽ നിന്നു പുറത്തേയ്ക്കയക്കുന്നതിന്നു 'ബഹിർമുഖം' എന്നും പറയുന്നു. ഇപ്രകാരം മനസ്സ് ഹൃദയത്തിൽ വിശ്രമിക്കുമ്പോൾ സകല വിചാരങ്ങൾക്കും മൂലമായ 'ഞാൻ' എന്നതു പോയി നിത്യമായ 'താൻ' മാത്രം പ്രകാശിക്കും. എന്തുതന്നെ ചെയ്യുന്നതായാലും 'ഞാൻ' നീക്കീട്ടുവേണം ചെയ്യുവാൻ. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ എല്ലാം ശിവാത്മകമായിത്തീരും.

ചോ-12. മനസ്സടക്കുന്നതിന്നു വേറെ ഉപായങ്ങളില്ലേ?

ഉ: അദ്ധ്യാത്മവിചാരമല്ലാതെ വേറെ തക്കതായ ഉപായമൊന്നുമില്ല. മറ്റുള്ള

ഉപായങ്ങളെക്കൊണ്ട് പിടിച്ചു നിറുത്തിയാലും മനസ്സ് അടങ്ങിയപോലെ ഇരുന്ന് വീണ്ടും ഉദിക്കുന്നതാണ്. പ്രാണായാമം കൊണ്ടും മനസ്സടക്കാം. പക്ഷേ പ്രാണനടങ്ങി നില്ക്കുന്നതുവരെ മനസ്സും അടങ്ങിയിരുന്നു പ്രാണൻ ചലിക്കാൻ തുടങ്ങിയാൽ മനസ്സും വാസനാനുകൂലമായി അലയുവാൻ തുടങ്ങും. മനസ്സിന്റെയും പ്രാണന്റെയും പിറപ്പിടമൊന്നുതന്നെയാണ്. വിചാരം തന്നെ മനസ്സിന്റെ സ്വരൂപം; 'ഞാൻ' എന്നതാണ് മനസ്സിലെ ആദ്യത്തെ വിചാരം; അതുതന്നെ അഹങ്കാരം. അഹങ്കാരം എവിടെ നിന്നുത്ഭവിക്കുന്നുവോ അവിടെ നിന്നു തന്നെയാണ് ശ്വാസവും ഉണ്ടാകുന്നത്. അതിനാൽ മനസ്സടങ്ങുമ്പോൾ പ്രാണനും പ്രാണനടങ്ങുമ്പോൾ മനസ്സും അടങ്ങും. എന്നാൽ സുഷുപ്തിയിൽ മനസ്സടങ്ങുന്നുണ്ടെങ്കിലും പ്രാണൻ അടങ്ങുന്നില്ല. ദേഹത്തെ കാത്തു രക്ഷിപ്പാനും ദേഹം മൃതിയടഞ്ഞുപോയോ എന്ന് അന്യർ സംശയിക്കാതിരിപ്പാനും ആയി

ഇങ്ങിനെയാണ് ഈശ്വരൻ നിയമിച്ചിട്ടുള്ളത്. ജാഗ്രത്തിലും സമാധിയിലും മനസ്സടങ്ങുമ്പോൾ പ്രാണനും അടങ്ങുന്നു. പ്രാണൻ മനസ്സിന്റെ സ്ഥൂലരൂപമാകുന്നു. മരണകാലംവരുന്നതുവരെ മനസ്സ് പ്രാണനെ ഉടലിൽ വെച്ചുകൊണ്ട് ഉടൽ നിർജ്ജീവമാകുമ്പോൾ അതിനെ കവർന്നു കൊണ്ടുപോകുന്നു. അതുകൊണ്ട് പ്രാണായാമം മനസ്സടക്കുവാൻ സഹായമായിത്തീരുമെന്നല്ലാതെ മനസ്സിനെ നശിപ്പിക്കില്ല.

പ്രാണായാമം പോലെ മൂർത്തിധ്യാനം, മന്ത്രോച്ചാരണം, ആഹാര നിയന്ത്രണം എന്നിവയും മനസ്സിനെ അടക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നവതന്നെ.

മൂർത്തിധ്യാനം കൊണ്ടും മന്ത്രോച്ചാരണം കൊണ്ടും മനസ്സ് ഏകാഗ്രതയെ പ്രാപിക്കുന്നു. മനസ്സാകട്ടെ സദാ ചലിച്ചു കൊണ്ടുതന്നെയിരിക്കും. ആനയുടെ തുമ്പിക്കൈയ്യിൽ ഒരു ചങ്ങല കൊടുത്താൽ അത് എങ്ങനെ വേറെ ഒന്നിനേയും തൊടാതെ ചങ്ങലയെത്തന്നെ

പിടിച്ചു കൊണ്ട് പോകുമോ, അതേ പ്രകാരം തന്നെ മനസ്സിനെ ഏതെങ്കിലും ഒരു നാമത്തിലോ രൂപത്തിലോ നിർത്തി ശീലിപ്പിച്ചാൽ അതിൽത്തന്നെ പതിഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കും. മനസ്സ് അനേക ചിന്തകളായ് പിരിയുന്നതിനാൽ ഓരോരോ ചിന്തയും ഏറ്റവും ബലഹീനമായിത്തീരുന്നു. വിചാരങ്ങൾ അടങ്ങിയടങ്ങി ഏകാഗ്രതയിൽ എത്തി അതുകൊണ്ട് ബലവത്തായ്ത്തീർന്ന മനസ്സിന് ആത്മവിചാരം സുലഭമായ് സിദ്ധിക്കും. എല്ലാ നിയമങ്ങളിലും വെച്ചു സാത്വികമയ മിതഭക്ഷണ നിഷ്ഠയാൽ മനസ്സിലെ സാത്വിക ഗുണം തെളിഞ്ഞ് അതു വഴിയായി ആത്മവിചാരത്തിനു സഹായം സിദ്ധിക്കുന്നു.

ചോ-13. വിഷയവാസനകൾ കടലിലെ തിരമാലകൾ പോലെ അളവറ്റു തോന്നുന്നുണ്ടല്ലോ; അവയെല്ലാം എപ്പോൾ ഇല്ലാതാകും?

ഉ: സ്വരൂപധ്യാനം തെളിഞ്ഞു തെളിഞ്ഞു വരും തോറും വിചാരങ്ങളെല്ലാം അടങ്ങിക്കൊള്ളും.

ചോ-14. വിചാരം ചുരുങ്ങിവന്നു സകല വിഷയവാസനകളും ഇല്ലാതായി സ്വരൂപധ്യാനം മാത്രമായി ഇരിക്കുവാൻ സാധിക്കുമോ?

ഉ: സദ്ധ്യമോ അല്ലയോ എന്ന ആശങ്കയ്ക്ക് ഇടകൊടുക്കാതെ സ്വരൂപധ്യാനത്തെ വിടാതെ മുറുകെ പിടിക്കണം. ഒരുവൻ എത്രതന്നെ പാപിയായിരുന്നാലും 'ഞാൻ പാപിയായിരിക്കുന്നല്ലോ, എങ്ങനെ എനിക്കു ഗതിയുണ്ടാകും' എന്നിങ്ങനെ വ്യസനിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കാതെ, ഞാൻ പാപിയാണെന്നുള്ള വിചാരത്തെ തീരെ തള്ളിക്കളഞ്ഞ് സ്വരൂപധ്യാനത്തിൽ ശ്രദ്ധ ഉള്ളവനായിരുന്നാൽ അവൻ നിശ്ചയമായും നിവൃത്തനാകും. നല്ല മനസ്സെന്നും ചീത്ത മനസ്സെന്നും രണ്ടു മനസ്സില്ല; മനസ്സൊന്നേയുള്ളൂ.

വാസനകളാകട്ടെ ശുഭമെന്നും അശുഭമെന്നും രണ്ടുവിധമുണ്ട്. മനസ്സ് ശുഭവാസനയ്ക്ക് വശഗമാകുമ്പോൾ നല്ലമനസ്സെന്നും, അശുഭ വാസനയുടെ വശത്താകുമ്പോൾ ചീത്ത മനസ്സെന്നും, പറയപ്പെടുന്നു.

പ്രപഞ്ചവിഷയങ്ങളിലേയ്ക്കും മറ്റുള്ളവരുടെ കാര്യങ്ങളിലേയ്ക്കും മനസ്സിനെ വിട്ടയയ്ക്കരുത്. അന്യർ എത്രതന്നെ നീചന്മാരായിരുന്നാലും അവരുടെ നേരെ ദ്വേഷം ഉണ്ടാകരുത്. രാഗം, ദ്വേഷം ഇവ രണ്ടും വെറുക്കത്തക്കവയാകുന്നു. മറ്റുള്ളവർക്ക് കൊടുക്കുന്നതൊക്കെ തനിക്കാണ് കൊടുക്കുന്നത്. ഇങ്ങനെയാണെന്നറിഞ്ഞാൽ എവനാണ് കൊടുക്കാതിരിക്കുന്നത്. താൻ ഉയർന്നാൽ സകലവും ഉയരും, താൻ അടങ്ങി യാൽ എല്ലാം അടങ്ങും. എത്രക്കെത്രക്ക് താനടക്കുന്നുവോ അത്രക്കത്ര നന്മയുമുണ്ട്. മനസ്സടക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നാൽ എവിടെയി രുന്നാലും ഇരിക്കാം.

ചോ-15. വിചാരണ ഏതുവരേയ്ക്കു വേണം?

ഉ: മനസ്സിൽ ഏതുവരേയ്ക്കും വിഷയവാസന ഇരിക്കുന്നുവോ അതുവരെ 'ആരാ ഞാൻ'? എന്ന വിചാരണയും വേണം. വിചാരങ്ങൾ വന്നു വന്നുകൊണ്ടിരിക്കെ അപ്പോഴപ്പോൾ അവയെല്ലാം ഉൽപ്പത്തിസ്ഥാനത്തുതന്നെ വിചാരണ കൊണ്ടു സശിപ്പിക്കണം. ഒരുവൻ സ്വരൂപത്തെ പ്രാപിക്കുന്നതുവരെ നിരന്തരമായ് സ്വരൂപസ്മരണ നടത്തുന്നുവെങ്കിൽ അതുമാത്രം മതി. കോട്ടയ്ക്കുള്ളിൽ ശത്രുക്കൾ ഉള്ളകാലം വരെ അവർ അതിൽനിന്നു പുറത്തേക്കു വന്നു കൊണ്ടിരിക്കും; വന്നുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ അവരെ എല്ലാം വെട്ടിക്കൊണ്ടിരുന്നാൽ കോട്ട കൈവശപ്പെടും.

ചോ-16. സ്വരൂപത്തിന്റെ പ്രകാരം എന്താകുന്നു?

ഉ: യഥാർത്ഥമായിട്ട് ആത്മസ്വരൂപം ഒന്നേയുള്ളൂ, ജഗത്ത്, ജീവൻ, ഈശ്വരൻ, എന്നതൊക്കെ ശുക്തിയിൽ രജതമെന്നപോലെ

അതിൽ കല്പിതങ്ങളാകുന്നു. ഇവ മൂനും ഒരുകാലത്തു തോന്നും ഒരുകാലത്തു മറയും.

ഞാനെന്ന വിചാരം അല്പം പോലുമി ല്ലാത്തവസ്ഥ തന്നെയാകുന്നു സ്വരൂപം. അതുതന്നെയാണ് മൗനമെന്നുപറയുന്നത്. സ്വരൂപം തന്നെ ജഗത്ത്, സ്വരൂപം തന്നെ ഞാൻ, സ്വരൂപം തന്നെ ഈശ്വരൻ; എല്ലാം ശിവരൂപം തന്നെ.

ചോ-17. എല്ലാം ഈശ്വരൻ ചെയ്യുന്നുവെന്നോ?

ഉ: ഇച്ഛാസങ്കല്പയത്നം കൂടാതെ ഉദിച്ച സൂര്യന്റെ സന്നിധിമാത്രത്താൽ സൂര്യകാന്തം അഗ്നി വമിക്കുന്നതും, താമര വിടരുന്നതും,, നീർവറ്റുന്നതും ലോകം അതാതു കാര്യങ്ങളിൽ പ്രവർത്തിച്ച് അടങ്ങുന്നതും കാന്തത്തൂശി ചേഷ്ടിപ്പത്തും പോലെ ഈശ്വര സന്നിധാന വിശേഷമാത്രത്താൽ നടക്കുന്ന സൃഷ്ടിസ്ഥിതി സംഹാരങ്ങൾ അഥവാ പഞ്ചകൃത്യങ്ങൾക്കുൾപ്പെട്ട ജീവികൾ അതാതു കർമ്മത്തിനനുസരിച്ച് ചേഷ്ടി

ച്ചടങ്ങുന്നു. അല്ലാതെ അവർ സങ്കല്പത്തോടുകൂടി യവരല്ല; ഒരു കർമ്മവും അവർക്കു ബാധകമല്ല; അതു ലോകകർമ്മങ്ങൾ സൂര്യനെ ബാധിക്കാത്ത പോലെയും ചതുർ ഭൂതങ്ങൾ വ്യാപകമായ ആകാശത്തെ ബാധിക്കാത്ത പോലെയും ആകുന്നു.

ചോ-18. ഭക്തരിൽ ഉത്തമനായ ഭക്തൻ ആരാ?

ഉ: എവനൊരുത്തനോ ദൈവികസ്വരൂപ സന്നിധാനത്തിൽ ത്യാഗം ചെയ്യുന്നു, അവൻതന്നെ ശ്രേഷ്ഠനായ ഭക്തൻ. ആത്മചി ന്തനയല്ലാതെ വേറെ യാതൊരു വിചാരധാരയ്ക്കും അല്പംപോലും അവകാശം നല്കാതെ ആത്മനി ഷ്ഠാപരനായിരിക്കുന്നതു തന്നെയാണ് ആത്മാർപ്പണം ചെയ്ക എന്നത്.

ഈശ്വരന്റെ പേരിൽ എത്രതന്നെ ഭാരം ചുമത്തിയാലും അതൊക്കെ അദ്ദേഹം വഹി ച്ചുകൊള്ളും. സകലകാര്യങ്ങളേയും ഒരു

പരമേശ്വരശക്തി നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതി നാൽ നമ്മളും അതിന് വഴങ്ങിയിരിക്കാതെ ഇങ്ങനെ ചെയ്യണം അങ്ങനെചെയ്യണം എന്നു സദാ ചിന്തിക്കുന്നതെന്തിനാകുന്നു? പുകവണ്ടി സകല ഭാരങ്ങളേയും വഹിച്ചുകൊണ്ടു പോകുന്നത് അറിഞ്ഞിരുന്നിട്ടും അതിൽ കയറുമ്പോകുന്ന നാം നമ്മുടെ ചെറിയ ഭാണ്ഡത്തേയും അതിൽ വെച്ചു സുഖമായി രിക്കാതെ അതു നമ്മുടെ തലയിൽ കയററി ക്കൊണ്ട് എന്തിനു കഷ്ടപ്പെടുന്നു?

ചോ-19.വൈരാഗ്യമെന്നത് എന്താകുന്നു?

ഉ: ഏതേതു വിചാരങ്ങൾ ഉത്ഭവിക്കുന്നുവോ അവയെല്ലാം ഒന്നുപോലും വിടാതെ ഉൽപ്പത്തി സ്ഥാനത്തുതന്നെ അടക്കിക്കളയുകയാകുന്നു വൈരാഗ്യം മുത്തെടുക്കുന്നവർ അരയിൽ കല്ലുകെട്ടി മുങ്ങി കടലിനടിയിൽ കിടക്കുന്ന മുത്ത് എങ്ങനെ എടുക്കുന്നുവോ, അപ്രകാരം

തന്നെ ഓരോരുത്തർക്കും വൈരാഗ്യത്തോട് ഉള്ളിൽമുഴുകി ആത്മമുത്തു സമ്പാദിക്കാം.

ചോ-20. ദൈവത്താലും ഗുരുവിനാലും ഒരു ജീവനെ മുക്തനാക്കുവാൻ കഴിയില്ലേ?

ഉ: ദൈവവും ഗുരുവും മുക്തിമാർഗ്ഗം കാട്ടിക്കൊടുക്കും. അല്ലാതെ അവർതന്നെ ജീവികളെ മുക്തരാക്കില്ല.

വാസ്തവത്തിൽ ദൈവവും ഗുരുവും വേറെയല്ല പുലിയുടെ വായിൽപ്പെട്ടതു തിരിയെ വരാത്തതെങ്ങനയോ അതുപോലെ ഗുരുവിന്റെ കൃപാകടാക്ഷത്തിൽപ്പെട്ടവർ അദ്ദേഹത്താൽ രക്ഷിക്കപ്പെടുന്നതല്ലാതെ ഒരു കാലത്തും ഉപേക്ഷിക്കപ്പെടുന്നതല്ല. എങ്കിലും ഓരോരുത്തരും അവരവരുടെ പ്രയത്നത്താൽ തന്നെ ദൈവം അല്ലെങ്കിൽ ഗുരു കാട്ടിത്തന്ന വഴി തെറ്റാതെ മുക്തിയടയേണ്ടതാകുന്നു. തന്നെ തന്നുടെ ജ്ഞാനദൃഷ്ടി കൊണ്ടുതന്നെ അറിയണം; അല്ലാതെ അന്യരാൽ എങ്ങനെ അറിയും?

രാമനെന്നൊരുവനെ താൻ രാമനാണെന്നറി വാൻ കണ്ണാടി വേണമോ?

ചോ-21. മുക്തിയിൽ ഇച്ഛയുള്ളവർക്കു തത്വ വി ചാരം ആവശ്യമാണോ?

ഉ: കുപ്പയെ ചുട്ടുകരിച്ചുകളയേണ്ട ഒരുവൻ അതിനെ തിരഞ്ഞു നോക്കുന്നതിൽ പ്രയോജനമി ല്ലാത്തതുപോലെ അവനവനെ അറിയേണ്ടുന്ന ഒരുവൻ അവനെ മറച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന തത്വങ്ങളെ ഒന്നായി തള്ളിക്കളയാതെ അവയുടെ എണ്ണം കണക്കിലെടുക്കുന്നതിലും അവയുടെ ക്രമങ്ങളെ ആരായുന്നതിലും ഫലമില്ല. പ്രപഞ്ചത്തെ ഒരു സ്വപ്നത്തെപ്പോലെ ഗണി ച്ചുകൊള്ളണം.

ചോ-22. ജാഗ്രദവസ്ഥയ്ക്കും സ്വപ്നാവസ്ഥയ്ക്കും തമ്മിൽ ഭേദമില്ലേ?

ഉ: ജാഗ്രത്തു ദീർഘം, സ്വപ്നം ക്ഷണികം എന്നല്ലാതെ വേറെ ഭേദമൊന്നുമില്ല. ജാഗ്രത്തിൽ

നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന വ്യവഹാരങ്ങളെല്ലാം എങ്ങനെ സത്യമെന്നു തോന്നുന്നുവോ, അതുപോലെ സ്വപ്നത്തിൽ നടക്കുന്ന വ്യവഹാരങ്ങളും ഉള്ളതായി ആ സമയത്തു തോന്നും. സ്വപ്നത്തിൽ മനസ്സ് വേറെയൊരു ശരീരത്തെ അംഗീകരിക്കുന്നു. ജാഗ്രൽസ്വപ്നങ്ങൾ രണ്ടിലും, വിചാരങ്ങളും നാമരൂപങ്ങളും ഏകകാലത്തിൽ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

ചോ-23. മുമുക്ഷുക്കൾക്ക് ശാസ്ത്രപാഠം കൊണ്ടു പ്രയോജനമുണ്ടോ?

ഉ: ഏതു ശാസ്ത്രത്തിലും മുക്തി സമ്പാദിക്കുവാൻ മനസ്സിനെ അടക്കണമെന്നു പറഞ്ഞിരിക്ക കൊണ്ട് ; മനോ നിഗ്രഹമാകുന്നു ശാസ്ത്രങ്ങളുടെ മുഖ്യപ്രയോജനം എന്ന് അറിഞ്ഞതിനുശേഷം അവയെ അവസാനമില്ലാതെ പഠിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഫലമില്ല. മനസ്സടക്കുന്നതിന് താൻ ആരെന്ന് തന്നോടുതന്നെ ചോദിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. അല്ലാതെ എങ്ങനെ അതു ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ പ്രദിപാദിക്കപ്പെടുന്നു? അവനവനെ

അവനവന്റെ ജ്ഞാനക്കണ്ണു കൊണ്ടുതന്നെ അറിയണം. താൻ പഞ്ചകോശങ്ങൾക്കുള്ളിൽ ഇരിക്കുന്നു. ശാസ്ത്രങ്ങൾ അവയിൽ നിന്നും ബഹിർഭാഗത്തും ഇരിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു പഞ്ചകോശങ്ങളേയും നീക്കി വിചാരി ക്കേണ്ടതായിരിക്കുന്ന 'തന്നെ' ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ തി രയുന്നത് വ്യർത്ഥമാകുന്നു. പഠിച്ചതു മുഴുവൻ ഒരു കാലത്തു മറക്കേണ്ടി വരും.

ചോ-24. സുഖമെന്നാൽ എന്താ?

ഉ: സുഖമെന്നത് ആത്മ സ്വരൂപം തന്നെ. സുഖവും ആത്മസ്വരൂപവും വേറെയല്ല. പ്രാപഞ്ചിക പദാർത്ഥങ്ങളിൽ ഒന്നിൽനിന്നെങ്കി ലും സുഖമെന്നതു ലഭിക്കുന്നതല്ല. അവയിൽനി ന്നു സുഖം കിട്ടുമെന്നു നാം നമ്മുടെ അവി വേകത്താൽ വിചാരിക്കുന്നു. മനസ്സ് ബഹിർ മുഖമാകുമ്പോൾ ദുഃഖത്തെ അനുഭവിക്കുന്നു. വാസ്തവത്തിൽ നമ്മുടെ കാര്യങ്ങൾ പൂർത്തി യാവുന്നതോടുകൂടി മനസ്സ് തന്നുടെ യഥാർത്ഥ സ്ഥാനത്ത് തിരിച്ചുവന്ന് ആത്മസുഖത്തെ തന്നെ

അനുഭവിക്കുന്നു. അതുപോലെത്തന്നെ ഉറക്കം, സമാധി, മൂർച്ഛ മുതലായ കാലങ്ങളിലും, ഇഷ്ടപദാർത്ഥം ലഭിക്കുമ്പോഴും, അനിഷ്ടപദാർത്ഥം നശിക്കുമ്പോഴും മനസ്സ് അന്തർമുഖമായി ആത്മ സുഖത്തെ തന്നെ അനുഭവിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ മനസ്സ് ആത്മാവിനെ വിട്ട് പുറമെ പൊയ്ക്കൊണ്ടും ഉള്ളിലേയ്ക്ക് വന്നുകൊണ്ടും ഒഴിവില്ലാതെ അലയുന്നു. മരത്തിൻ കീഴിൽ നിഴൽ സുഖമായ് വാഴുന്നു; പുറമെ വെയിൽ എരിയുന്നു. പുറമെ സഞ്ചരിക്കുന്ന ഒരുവൻ നിഴലിൽ ചെന്നു തണുപ്പ് അനുഭവിക്കുന്നു. അല്പനേരം കഴിഞ്ഞതിനുശേഷം പുറത്തിറങ്ങി വെയിലിന്റെ ചൂടു സഹിക്കുക വയ്യാതെ, വീണ്ടും മരത്തിൻ കീഴിൽ വരുന്നു.

ഇങ്ങനെ തണലിൽ നിന്നും വെയിലിലേയ്ക്കു പോകുകയും വെയിലിൽനിന്നു തണലിലേക്കു വരുകയും ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നവൻ അവിവേകിയാകുന്നു. എന്നാൽ വിവേകിയാകട്ടെ തണലിൽ നിന്നു മാറുന്നില്ല.

അതുപോലെ ജ്ഞാനിയുടെ മനസ്സും ഈശ്വരനെ വിട്ടു പിരിയുന്നതല്ല. പക്ഷേ അജ്ഞാനിയുടെ മനസ്സാകട്ടെ, പ്രപഞ്ചത്തിൽ കളിച്ച് ദുഃഖ മനുഭവിക്കുകയും, ഇടയ്ക്കു ഈശ്വരനെ പ്രാപിച്ച് സുഖമനുഭവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ജഗത്ത് എന്നത് സങ്കല്പമാകുന്നു. ജഗത്ത് മറയുമ്പോൾ, അതായത് സങ്കല്പങ്ങൾ നശിക്കുമ്പോൾ, മനസ്സ് ആനന്ദത്തെ അനുഭവിക്കുന്നു. ജഗത്തുണ്ടെന്നു തോന്നുമ്പോൾ, ദുഖാനുഭവമുണ്ടാകുന്നു.

ചോ-25. ജ്ഞാനദൃഷ്ടിയെന്നാൽ എന്ത്?

ഉ: ചിന്താശൂന്യത തന്നെയാകുന്നു ജ്ഞാനദൃഷ്ടി. ചിന്താശൂന്യത എന്നാൽ ആത്മസ്വരൂപത്തിൽ മനസ്സിൻെറ ലയമാകുന്നു. അല്ലാതെ അന്യരുടെ മനസ്സറിയുക, ത്രികാല ജ്ഞാനം, ദൂരദേശ വർത്തമാനങ്ങൾ അറിയുക എന്നിവ ജ്ഞാന ദൃഷ്ടിയാകുന്നതല്ല.

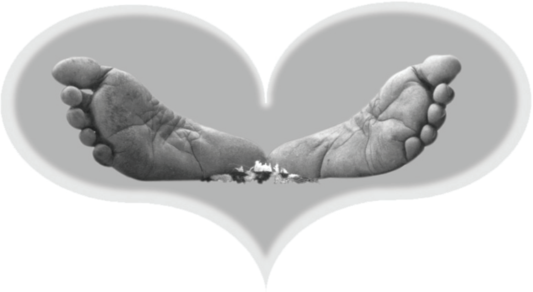
ചോ-26. വൈരാഗ്യത്തിനും ജ്ഞാനത്തിനും തമ്മിൽ ബന്ധമെന്ത്?

ഉ: വൈരാഗ്യവും ജ്ഞാനവും വിഭിന്നമല്ല. യഥാർത്ഥത്തിൽ രണ്ടും ഒന്നാകുന്നു. വൈരാഗ്യമെന്നത് ഒരു വിഷയത്തിലും മനസ്സിനു സക്തിയില്ലായ്കയാകുന്നു. ജ്ഞാനമെന്നാൽ ഒരു വിഷയവും ഓർക്കായ്കയാകുന്നു. അന്യ വസ്തുക്കളിൽ ആഗ്രഹമില്ലാതിരിക്കുന്നത് വൈരാഗ്യം. മനസ്സിനെ അവിടേയ്ക്ക് വിടാതി രിക്കുന്നത് ജ്ഞാനം.

ചോ-27.വിചാരത്തിനും ധ്യാനത്തിനും തമ്മിൽ ഭേദമെന്ത്?

ഉ: ആത്മവിചാരം തങ്കൽത്തന്നെ മനസ്സു വെക്കുന്നത്; ധ്യാനമെന്നതു താൻ ഈശ്വരനെന്നും സച്ചിദാനന്ദമെന്നും ഭാവിക്കുന്നതാകുന്നു.

ചോ-28. മുക്തിയെന്നാൽ എന്ത്?

ഉ: ബദ്ധനായിരിക്കുന്ന താൻ ആരാണെന്ന് ആലോചിച്ചു യഥാർത്ഥ സ്വരൂപത്തെ അറിയുന്ന താകുന്നു.

ശുഭം.