ISSN:2583-2484

ശാംഭവി

ത്രൈമാസിക

SHAAMBHAVI | Book 12 | January - March 2023 | Edition 1

പത്രാധിപക്കുറിപ്പ്

കാലചക്രായ നമഃ എന്ന് കാലത്തെ നമിയ്ക്കുന്നു. കാലോ ജഗദ്ഭക്ഷകഃ എന്നും വണങ്ങീടുന്നു. കാലരൂപത്തിൽ അവതരിച്ചിരിയ്ക്കുന്നു എന്നു പറഞ്ഞിരിയ്ക്കുന്ന (കാലോസ്മി ലോകക്ഷയകൃത് പ്രവൃദ്ധഃ) (കാലഃ കലയതാമഹം) ശ്രീകൃഷ്ണപരമാത്മാവിനെ പ്രണമിയ്ക്കുന്നു. ജീവിതോദ്ദേശ്യമറിയാതെ വഴിതെറ്റി സഞ്ചരിയ്ക്കുന്നവരെ നേർവഴി നടത്താനും അല്ലെങ്കിൽ അവർ ലോകവിനാശകാരിയാകുമ്പോൾ അവരെ സംഹരിച്ച് ലോകത്തിന് പ്രകാശമാനമായ ഒരു വഴി കാണിച്ചു തരുന്നവനായി അവതരിച്ചിരിക്കുന്ന കാലസ്വരൂപനായിക്കൊണ്ട് നമസ്കാരം. ലോകത്തിൻെറ നിലനിൽപ്പ് തന്നെ കാലമെന്ന വ്യവച്ഛേദകത്തെ ആശ്രയിച്ചാണ്. എല്ലാത്തിനെയും കാലം തൻെറ യവനികയ്ക്കുള്ളിലാക്കുന്നു. അതിനെ ഈശ്വരനെന്ന് വിളിയ്ക്കാം. യവനികയ്ക്കുള്ളിലാക്കുന്ന പ്രക്രിയയെ സംഹാരം എന്ന് വിളിയ്ക്കുന്നു. സംഹാരം പുനഃസൃഷ്ടിയ്ക്കുള്ള തുടക്കമാണല്ലോ.

ഇന്ന് നാം ചിന്തിയ്ക്കുന്നത് സാമൂഹികവ്യവസ്ഥിതിയെ അതിൻെറ മൂല്യത്തിൽ നിന്ന് പിന്നോട്ടടിയ്ക്കുന്ന ലഹരിയിൽ നിന്നും പ്രണയത്തിൽ നിന്നും കുട്ടികളെയും അതുവഴി കുടുംബങ്ങളെയും എങ്ങനെ രക്ഷിയ്ക്കാം എന്നാണ്. വിദ്യ എന്ന ലഹരിയിലേയ്ക്കും സ്വാഭിമാനം സ്വാശ്രയം സ്വയം പര്യാപ്തത എന്നിങ്ങനെയുള്ള പ്രണയത്തിലേയ്ക്കും കുട്ടികളെ വഴിതിരിച്ചു വിടാൻ കഠിനപരിശ്രമം നടത്തേണ്ടത് സർക്കാരും സർക്കാരാൽ പ്രചോദിതരായ രക്ഷിതാക്കളുമാണ്. എന്നാൽ കാലഗത്യാ അത് സംഭവിയ്ക്കുന്നില്ല. ഇവിടെയാണ് സാംസ്കാരികസംഘടനകളുടെയും പുസ്തകപ്രകാശകന്മാരുടെയും പ്രസക്തി. എന്തെന്നാൽ കുട്ടികളെയും രക്ഷിതാക്കളെയും മോട്ടിവേറ്റ് ചെയ്യുന്നതായ രചനകളടങ്ങുന്നതായ പുസ്തകങ്ങൾ പുറത്തിറങ്ങുകയും സാംസ്കാരിക നേതാക്കളും സാമൂഹിക സംഘടനകളും മൊബൈൽ, ആപ് എന്നിവയുടെ അബദ്ധ കൂട്ടുകെട്ടിൽ നിന്ന് കുട്ടികളെ മോചിതരാക്കി ഹർഡ് വെയർ എന്ന പുതിയ ഭാഷയിലെ പുസ്തകത്തിൻെറ വായനയുടെ ലോകത്തേയേക്ക് കൊണ്ടുവരികയും ചെയ്യേണ്ടിയിരിയ്ക്കുന്നു. ഇതിനു വേണ്ടി കാലസ്വരൂപനായ ഈശ്വരനോട് പ്രാർത്ഥിയ്ക്കാം.

ശാംഭവി
ത്രൈമാസിക
സൌജന്യ വിതരണത്തിന്

പുസ്തകം 13 ലക്കം 48 ജനവരി - മാർച്ച് 2023

ശ്രീപുരം പബ്ലിക്കേഷൻസ്
മാടായിക്കോണം
ഇരിങ്ങാലക്കുട
തൃശ്ശൂർ - 680 712
shripuramtrust@yahoo.co.in.
www.shripuram.org

എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

പ്രിന്റർ & പബ്ലിഷർ
കെ.പി. ശ്രീധരൻ നമ്പൂതിരി

എഡിറ്റർ
ഡി. പ്രകാശ്

എക്സിക്യൂട്ടീവ് എഡിറ്റർ
ഡോ. അജിതൻ പി.ഐ.

ഡെപ്യൂട്ടി എഡിറ്റർ
ഡോ. ദാമോദർ നാരായണൻ സി.എൻ.

അസിസ്റ്റന്റ് എഡിറ്റർ
ഡോ. മുരളികൃഷ്ണൻ എം.വി.

സബ് എഡിറ്റർ
അനൂപ് കൃഷ്ണൻ എസ്.യു.

പുറംചട്ട രൂപകല്പന
അർച്ചന ഉണ്ണി കൊണ്ടമറുക്

അക്ഷരവിന്യാസം, രൂപകല്പന
രവി പാറക്കുന്നം, തൃശ്ശൂർ

മുദ്രണം
മമ ഓഫ് സെറ്റ് പ്രിന്റ്
നട, ഇരിങ്ങാലക്കുട

വിഷയവിവരം

1. സുബ്രഹ്മണ്യാഷ്ടകം
2

2 സംസ്കൃതപഠനം (52)
4

3. തന്ത്രോച്ചയം
6

4. പരമാർത്ഥസാരം (20)
14

5. സ്തുതികുസുമാഞ്ജലി (12)
17

6. കുട്ടികളുടെ വാല്മീകിരാമായണം (33)
24

7. താന്ത്രികവൈഷ്ണവദർശനം
26

8. ഔഷധസസ്യങ്ങൾ (39) വയമ്പ്
30

8. **Awareness Meditation** - A Solution for Crisis
30

സുബ്രഹ്മണ്യാഷ്ടകം

സമ്പാദക : അപർണ്ണാദേവി എ.

നന്ദനം തുഹിനശൈലജാപതേർനന്ദനീയചരിതം ഷഡാനനം
സുന്ദരാങ്ഗമഖിലാർതിഭഞ്ജനം ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 1

സാരം - സകലദുഃഖങ്ങളെയും ഇല്ലാതാക്കുന്നവനും രമണീയശരീരത്തോടു കൂടിയവനും പാർവ്വതീശന്റെ മകനും അറുമുഖനുമായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിയ്ക്കുന്നു.

ശൂരപദ്മമുഖദൈത്യമർദ്ദനം ക്രൂരഭോഗിവിഷനാശനം ഗുഹം
വീരബാഹുമുഖവീരസേവിതം ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 2

സാരം - അസുരന്മാരെ മർദ്ദിയ്ക്കുന്നവനും ക്രൂരന്മാരായ സർപ്പങ്ങളുടെ വിഷത്തെ നശിപ്പിയ്ക്കുന്നവനും വീരന്മാരാൽ സേവിയ്ക്കപ്പെടുന്നവനുമായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിയ്ക്കുന്നു.

ആശ്രിതാഖിലജനാവനോദ്യതം സുശ്രിതാധനനിവൃത്തിതത്പ്രിയം
ആശ്രിതസ്വജനഹൃന്നികേതനം ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 3

സാരം - ആശ്രിതരായ ജനങ്ങളെ രക്ഷിയ്ക്കാൻ തുനിയുന്നവനും സജ്ജനങ്ങളുടെ ദാരിദ്ര്യത്തെ ഇല്ലാതാക്കുന്നവനും ആശ്രിതരായ സ്വഭക്തരുടെ മനസ്സുകളിൽ കുടികൊള്ളുന്നവനുമായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിക്കുന്നു.

ചാരുഷണ്മകുടമണ്ഡിതാനനം ദാരുണാഖിലജഗദ്വികൃന്തനം
വാരണാനനസുഹൃത്സഹോദരം ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 4

സാരം - മനോഹരമായ ആറ് കിരീടങ്ങളാൽ അലങ്കരിയ്ക്കപ്പെട്ട മുഖങ്ങളോടു കൂടിയവനും നശിപ്പിയ്ക്കപ്പെടേണ്ടതായ സകലതും നുള്ളി കളയുന്നവനും ഗണപതിയുടെ സുഹൃത്തും സഹോദരനുമായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിയ്ക്കുന്നു.

ഇന്ദ്രജാപതിമുമാതനൂദ്ഭവം ചന്ദ്രകോടിസദൃശദ്യുതിം ശുഭം
ഇന്ദ്രപൂർവസുരവൃന്ദവന്ദിതം ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 5

സാരം - ഇന്ദ്രന്റെ മകളായ ദേവസേനയുടെ ഭർത്താവും കോടിചന്ദ്രന്മാരുടെ ശോഭയുള്ളവനും മംഗളകാരനും ഇന്ദ്രൻ തുടങ്ങിയ ദേവന്മാരാൽ വന്ദിയ്ക്കപ്പെട്ടവനുമായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിയ്ക്കുന്നു.

അംബികാവദനപദ്മഭാസ്കരം ബിംബപക്വഫലസുന്ദരാധരം
തം ബിലേശയസുരൂപധാരിണം ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 6

സാരം - അംബികയുടെ (ദേവി പാർവ്വതിയുടെ) സന്തോഷത്തിന് കാരണഭൂതനും (ദേവിയുടെ താമരയാകുന്ന മുഖത്തിന് സൂര്യനാകുന്ന മകനായ സുബ്രഹ്മണ്യൻ) തൊണ്ടിപ്പഴസദൃശമായ ചുണ്ടുകൾ ഉള്ളവനുമായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിക്കുന്നു.

ഭക്തപാലപരിപാലനോദ്യതം ത്യക്തദുഷ്ടജനമിഷ്ടസിദ്ധിദം
യുക്തമാർഗനിരതപ്രിയം സദാ ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 7

സാരം - ഭക്തന്മാരെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനായി തുനിഞ്ഞവനും ദുഷ്ടജനങ്ങളെ ദൂരീകരിച്ചവനും ഇഷ്ടത്തെയും സിദ്ധിയേയും നൽകുന്നവനും ഉചിതമാർഗ്ഗത്തിൽ നിരതനാവാൻ തല്പരനുമായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിക്കുന്നു.

സത്യചിദ്ധനമുദാരവിക്രമം നിത്യമഗ്ര്യമഖിലേശ്വരം പ്രഭും
ഭൃത്യഹൃത്തിമിരസംഘഭഞ്ജനം ഭാവയാമ്യഖിലരോഗശാന്തയേ 8

സാരം - സത്യം, ജ്ഞാനം എന്നിവയെ ധനമായി കരുതുന്നവനും വിക്രമത്തിനൊരു മടിയുമില്ലാത്തവനും എന്നും നിത്യനും എല്ലാത്തിലും മുമ്പനും സർവ്വത്തിന്റെയും ഈശ്വരനും പ്രഭുവും ഭൃത്യന്മാരുടെ ഹൃദയത്തിലുള്ള തിമിരക്കൂട്ടത്തെ ഇല്ലാതാക്കുന്നവനുമായ എന്നും സുബ്രഹ്മണ്യനെ സകല രോഗശാന്തിയ്ക്കായി സ്മരിയ്ക്കുന്നു.

നിത്യമേവ ഹൃദി ഷണ്മുഖം സ്മരൻ യഃ പഠേദിദമനന്യമാനസഃ
രോഗനാശനകരം സ മാനുഷഃ സർവരോഗരഹിതഃ സുഖീ ഭവേത് 9

സാരം - യാതൊരു മനുഷ്യൻ മറ്റൊരു ചിന്തയുമില്ലാതെ രോഗത്തെ ഇല്ലാതാകുന്ന ഷണ്മുഖനായ സുബ്രഹ്മണ്യനെ നിത്യവും ഹൃദയത്തിൽ ഓർക്കുന്നുവോ അയാൾ എല്ലാ രോഗത്തിൽ നിന്നും മുക്തി നേടി സുഖിയായി തീരും.

സംസ്കൃതപാഠം (52)

ഡി. പ്രകാശ്

(കഴിഞ്ഞ ലക്കം തുടർച്ച)

അനാകൃഷ്ടസ്യ വിഷയൈർവിദ്യാനാം പാരദൃശ്വനഃ
തസ്യ ധർമരതേരാസിദ് വൃദ്ധത്വം ജരസാ വിനാ 23

പദങ്ങൾ

അനാകൃഷ്ടസ്യ വിഷയൈഃ വിദ്യാനാം പാരദൃശ്വനഃ തസ്യ ധർമർരതേഃ ആസീത് വൃദ്ധത്വം ജരസാ വിനാ

വിഭക്ത്യാദികൾ

അനാകൃഷ്ടസ്യ	അകാരാന്തഃ പുല്ലിംഗഃ ഷഷ്ഠീ ഏകവചനം
വിഷയൈഃ	അകാരാന്തഃ പുല്ലിംഗഃ തൃതീയാ ഏകവചനം
വിദ്യാനാം	ആകാരാന്തഃ സ്ത്രീലിംഗഃ ഷഷ്ഠീ ഏകവചനം
പാരദൃശ്വനഃ	നകാരാന്തഃ പുല്ലിംഗഃ ഷഷ്ഠീ ഏകവചനം
തസ്യ	അകാരാന്തഃ പുല്ലിംഗഃ ഷഷ്ഠീ ഏകവചനം
ധർമർരതേഃ	അകാരാന്തഃ പുല്ലിംഗഃ ഷഷ്ഠീ ഏകവചനം
വൃദ്ധത്വം	അകാരാന്തഃ പുല്ലിംഗഃ പ്രഥമാഏകവചനം
ജരസാ	ആകാരാന്തഃ സ്ത്രീലിംഗഃ തൃതീയാഏകവചനം
വിനാ	അവ്യയം

സമാസാദികാര്യങ്ങൾ

അനാകൃഷ്ടസ്യ	ന ആകൃഷ്ടഃ -അനാകൃഷ്ടഃ. തസ്യ
പാരദൃശ്വനഃ	പാരം ദൃഷ്ടവാൻ – പാരദൃശ്വാ.തസ്യ
ധർമർരതേഃ	ധർമേ രതിഃ യസ്യ സഃ -ധർമരതിഃ. തസ്യ

ധാതുലകാരപുരുഷവചനങ്ങൾ

ആസീത്

ധാതുഃ - അസ് 'ഭുവി ' . ലകാരഃ - ലങ് (അനദ്യതനം ഭൂതകാലം). പുരുഷഃ - പ്രഥമാ. വചനം -ഏകവചനം.

	ഏകവചനം	ദ്വിവചനം	ബഹുവചനം
പ്രഥമപുരുഷഃ	ആസീത്	ആസ്താം	ആസൻ
മധ്യമപുരുഷഃ	ആസീഃ	ആസ്തം	ആസ്ത
ഉത്തമപുരുഷഃ	ആസം	ആസ്വ	ആസ്മ

പദാർത്ഥങ്ങൾ

അനാകൃഷ്ടസ്യ	ആകൃഷ്ടനായവന്
വിഷയൈഃ	വിഷയങ്ങളാൽ
വിദ്യാനാം	വിദ്യകളുടെ
പാരദൃശ്വനഃ	മറുകര കണ്ടവന്
തസ്യ	അദ്ദേഹത്തിന്
ധർമർരതേഃ	ധർമ്മത്തിൽ രതിയുള്ളവന്
വൃദ്ധത്വം	വർദ്ധക്യം
ജരസാ	ജരയോട്
വിനാ	കൂടാതെ

അന്വയം/ഗദ്യക്രമം

വിഷയൈഃ അനാകൃഷ്ടസ്യ വിദ്യാനാം പാരദൃശ്വനഃ ധർമർരതേഃ തസ്യ ജരസാ വിനാ വൃദ്ധത്വം ആസീത് .

അന്വയാർത്ഥം

വിഷയങ്ങളാൽ ആകൃഷ്ടനാകാത്തവനും വിദ്യകളുടെ പാരം ദർശിച്ചവനും ധർമ്മത്തിൽ രതനുമായ അദ്ദേഹത്തിന് ജര കൂടാതെ വാർദ്ധക്യമുണ്ടായിരുന്നു.

സാരം

വിഷയങ്ങൾ എന്നു വച്ചാൽ ഇന്ദ്രിയങ്ങളിലൂടെ ലഭിയ്ക്കുന്ന ആസ്വാദനപരങ്ങളായ രൂപം (കണ്ണുകൊണ്ട് അറിയുന്ന ആകൃതി, നിറം), രസം (നാവുകൊണ്ട് അറിയുന്ന സ്വാദ്), ഗന്ധം (മൂക്കുകൊണ്ട് അറിയുന്ന നല്ലതും തിയ്യതുമായ വാസന) സ്പർശം (ത്വക്കുകൊണ്ട് അറിയുന്ന തണുത്തതും ചൂടുള്ളതും രണ്ടും ഇടകലർന്നതുമായ അനുഭവം) ശബ്ദം (കാതുകൊണ്ട് അറിയുന്ന ധ്വനിരൂപത്തിലുള്ളത്) ഇവകളിൽ അമിതമായ ആസക്തിയില്ലാത്തവനാണ്. ആത്മീയമായി ഉന്നതികളിൽ നിൽക്കുന്നു എന്നർത്ഥം. അറിവുകളുടെ മറുകര കണ്ടവനാണ്. സ്വധർമ്മത്തിൽ മുഴുകുന്നവനുമാണ്. ദിലീപമഹാരാജാവ് യുവാവാണെങ്കിലും ലൗകികവിഷയങ്ങളിൽ അനാസക്തനായതുകൊണ്ടും വേദവേദാങ്ഗാദിവിഷയങ്ങളിൽ അഗാധമായ അറിവുള്ളതുകൊണ്ടും ധർമ്മാനുഷ്ഠാനത്തിൽ അതീവ ശ്രദ്ധയുള്ളതുകൊണ്ടും ജരനരാദികളാൽ ബാധിതനല്ലെങ്കിൽ കൂടിയും ഇരുത്തം വന്ന ഒരു ഭരണാധികാരിയായിരുന്നു.

(തുടരും)

തന്ത്രോച്ചയം

ഡോ. അജിതൻ പി.ഐ.

(കഴിഞ്ഞ ലക്കം തുടർച്ച)

നാലാമാഹ്നികം

യസ്യ ത്വിത്ഥമപ്യവികല്പകഃ സമാവേശോ നോദേതി സ സവികല്പകഭാവനയാ സത്തർക്കരൂപയാ സംസ്കുരുതേ വികല്പം.

ആർക്കാണോ മുൻപറഞ്ഞതുപോലെയുള്ള അവികല്പകസമാവേശം (ശാംഭവസമാവേശം) സംഭവിക്കാത്തത് അങ്ങനെയുള്ളയാൾ സത്തർക്കമാകുന്ന സവികല്പഭാവനയുടെ സഹായത്തോടെ വികല്പത്തെ സംസ്കരിക്കുന്നു (സംസ്കരിക്കണം).

വികല്പശ്ച സംസാരോചിതേഭ്യോ വികല്പേഭ്യോ വിപരീതസ്വഭാവശ്ചേത് പ്രബന്ധേന പ്രവൃത്തോ ഭവതി, തത് സാ പാരമേശ്വരീ ശുദ്ധവിദ്യാ ശക്തിരേവ.

ആ (സത്തർക്കം) വികല്പമാവട്ടെ സാംസാരികമായ അതായത് നമ്മുടെ നിത്യാനുഭവുമായ വികല്പങ്ങളിൽ നിന്ന് വിപരീതമാണെങ്കിൽ മാത്രമേ അവ അനുകൂലമായി പ്രവർത്തിക്കുന്നുള്ളൂ, അങ്ങനെയുള്ള ആ വികല്പം (ശുദ്ധവികല്പം) ശിവന്റെ ശുദ്ധവിദ്യാ എന്ന ശക്തിതന്നെയാണ്.

ന തത്ര വികല്പതയാ ശങ്കിതവ്യം. തഥാ ഹി

അതിനെ (ആ ശുദ്ധവികല്പത്തെ) വികല്പമായിക്കരുതേണ്ടതില്ല. എന്തെന്നാൽ

യോ നിശ്ചയഃ പശുജനസ്യ ജഡോസ്മി. ദേഹമാത്രസ്വഭാവോസ്മി

പശുജനങ്ങളുടെ ഉറച്ചവിശ്വാസം ഞാൻ ജഡമാണെന്നാണ്. അതായത് ഞാൻ ദേഹസ്വഭാവത്തോട് കൂടിയവനാണ്. (ഈ ഭാഗം വേറെ ഗ്രന്ഥത്തിൽ നിന്നും ഉദ്ധരിച്ചതാണ്)

തഥാ-

അതുപോലെത്തന്നെ

കർമ്മസംപാശിതോസ്മി

കർമ്മപാശത്താൽ ബദ്ധനാണ്

ദേഹവ്യതിരിക്തേപി സത്യാത്മനി

താൻ (ആത്മാവ്) ദേഹത്തിൽ നിന്ന് ഭിന്നനാണെങ്കിലും

തഥാ. മലിനോസ്മി

ഞാൻ ശുദ്ധനല്ല. മാലിന്യത്തോട് കൂടിയവനാണ്.

ക്ഷീണേഷു കർമ്മസ്വപി മലയോഗാത്. തഥാ

മലങ്ങളെല്ലാം ക്ഷയിച്ച ഒരാളാണെങ്കിൽ കൂടി

പരേരിതോസ്മി

ഞാൻ അന്യനായ ഒരാളാൽ പ്രേരിപ്പിക്കപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു

മലപ്രക്ഷയോപി മമ നാദിശിവപ്രസാദാത്.

ശിവപ്രസാദമില്ലാത്തതിനാൽ എനിക്ക് മലനാശവും സംഭവിച്ചിട്ടില്ല.

ഇത്യേവം ലൗകികോ വാ ധാർമ്മികോ വാ രുദ്രഭൃതോ വാ സിദ്ധാന്തദർശനമുക്തോ വാപി പശുരേവ.

ഇപ്രകാരം ലൌകികനോ ധാർമ്മികനോ രുദ്രഭൃതനോ സിദ്ധാന്തദർശ

പ്രകാരം മുക്തനായ ആളോ എല്ലാം തന്നെ പശുക്കളാണ്.

സ ച തഥാവിധാമുകാമുകവികല്പദാർഢ്യബലാത്

അവനാകട്ടേ ഞാൻ ഇപ്രകാരമുള്ളവനാണ് ഇപ്രകാരമുള്ളവനാണ് എന്നിങ്ങനെയുള്ള വികല്പങ്ങളുള്ളവനായതിനാൽത്തന്നെ പശുവാണ്.

അതശ്ച
ഇത്യേദദന്യദൃഢനിശ്ചയലാഭസിദ്ധ്യാ

ഇങ്ങനെയുള്ള വികല്പങ്ങളുള്ളപ്പോൾ അതിന് വിപരീതമായ ദൃഢനിശ്ച യമുണ്ടാകുമ്പോൾ

നാഹം ജഡഃ സംവിന്മാത്രസ്വഭാവത്തവാത്. ന മമ കർമ്മാണി
പാശഃ, താനി മമ പ്രത്യുത സ്വാതന്ത്ര്യാത്
ക്രിയാശക്തിവിജൃംഭണമാത്രം

ബോധസ്വരൂപനാണ് ഞാൻ അല്ലാതെ ജഡമല്ല. എന്നെ സംബന്ധിച്ച് കർമ്മങ്ങൾ പാശങ്ങളല്ല. അവയാകട്ടെ (പാശങ്ങൾ) എന്റെ ക്രിയാശക്തി യുടെ വികാസം മാത്രമാണ്.

നാഹം മലിനഃ, മലോ ഹി മമ സ്വാത്മപ്രച്ഛാദനാത്മാ ക്രീഡാ

ഞാൻ മലങ്ങളോട് കൂടിയവനല്ല, മലങ്ങൾ എന്ന് പറയുന്നത് ഞാൻ എന്നെത്തന്നെ മറച്ചുവെക്കാൻ ചെയ്യുന്ന ഒരുതരം ക്രീഡയാണ്.

നാഹം പരേരിതഃ. ന മത്തഃ പരഃ കശ്ചിദസ്തി
പൂർണ്ണസംവിദേകപരമാർത്ഥത്വാദിത്യേവ

ഞാൻ അന്യനാൽ പ്രേരിതനല്ല. (കാരണം) എന്നിൽനിന്നന്യനായി വേ റൊരാളില്ല. ഞാൻ പൂർണ്ണബോധസ്വരൂപനാണ്.

സദ്യഃ പതിർഭവതി വിശ്വവപുശ്ചിദാത്മാ

(ഇപ്രകാരമുള്ള സത്തർക്കം വഴി) വിശ്വം ശരീരമായിട്ടുള്ള അവൻ ഉടൻ തന്ന പതിയായി ഭവിക്കുന്നു.

യഥാ യഥാ നിശ്ചയ ഈദൃഗവാപ്യതേ
തഥാവധേയം പരയോഗിനാ സദാ
ന വസ്തുയാഥാത്മ്യവിഹീനയാ ദൃശാ
വിശങ്കിതവ്യം ശിശുദേശനാഗണൈഃ

എപ്പോഴൊക്കെയാണോ മുൻപറഞ്ഞ വികല്പങ്ങൾ ഉടലെടുക്കുന്നത് അപ്പോഴൊക്കെ യോഗിയായ ഒരാൾ വിപരീതമായ വികല്പങ്ങളെക്കൊണ്ട്

അവ ഇല്ലാതാക്കണം. മറ്റ് ശാസ്ത്രങ്ങൾ അരുളുന്ന അകക്കാമ്പില്ലാത്ത ഉപദേശങ്ങൾ കേട്ട് സംശയിക്കേണ്ടതില്ല.

തേന യത്കിംഞ്ചിത് കുർവ്വതാ ഈദൃങ്ങ്നിശ്ചയലാഭേ അവധാതവ്യം

അതിനാൽ എന്ത് പ്രവൃത്തി ചെയ്യുന്ന ആളായാലും മുൻപറഞ്ഞതരത്തിലുള്ള സത്തർക്കലാഭമുണ്ടാവാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

ഇതി തന്ത്രോച്ചയേ ചതുർത്ഥമാഹ്നികം

ഇപ്രകാരം തന്ത്രോച്ചയത്തിൽ നാലാമാഹ്നികം കഴിഞ്ഞു

അഞ്ചാമാഹ്നികം

ഏവമനന്തരേണ ശാക്ത ഉപായോ ദർശിതഃ. യസ്തു സത്തർക്കേണ ന നിർമ്മലസ്വഭാവമാസാദയതി തസ്യ ധ്യാനാദികമുച്യതേ.

ഇപ്രകാരം ശാക്തോപായത്തെ പറഞ്ഞുകഴിഞ്ഞു. ആരാണോ സത്തർക്കത്താൽ നിർമ്മലസ്വഭവത്തെ സമ്പാദിക്കാത്തത് അയാൾക്കുവേണ്ടി ധ്യാനാദികൾ പറയാൻ പോകുന്നു.

തത്ര
സ്വപ്രകാശം സമസ്താത്മതത്വം മാത്രാദികം ത്രയം
അന്തഃകൃത്യ സ്ഥിതം ധ്യായേദ്ധൃദയാനന്ദധാമനി
തദ്വാദശമഹാശക്തിരശ്മിചക്രേശ്വരം വിഭും
വ്യോമഭിർ നിസ്സരദ് ധ്യായേത് ബാഹ്യേ സൃഷ്ട്യാദിഭാസകം
തദ്ഗ്രസ്തസർവ്വബാഹ്യാന്തർഭാവമണ്ഡലാത്മനി
വിശ്രാമ്യേത് പുനപര്യേവമിത്യഭ്യാസാത് പ്രഥാത്മനഃ

ഹൃദയമാകുന്ന ആനന്ദത്തിൽ സമസ്തപ്രപഞ്ചമായിരുക്കുന്ന പ്രമാതൃ, പ്രമേയ, പ്രമാണങ്ങളോട് കൂടിയ ആത്മതത്വത്തെ ഉള്ളിലടക്കിയതായി ധ്യാനിക്കണം. തുടർന്ന് സൃഷ്ടി, സ്ഥിതി, സംഹാര, അനാഖ്യാ, ഭാസ തുടങ്ങിയ കൃത്യങ്ങൽ ചെയ്യുന്ന പന്ത്രണ്ട് മഹാരശ്മികളുടെ ചക്രശ്വരനായ ഭൈരവനെ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളിലൂടെ പുറത്തേക്ക് പ്രവഹിക്കുന്നതായ് ധ്യാനിക്കണം. ആ ഇന്ദ്രിയങ്ങളാൽ സ്വീകരിക്കപ്പെട്ട പുറത്തുള്ള മുഴവൻ വിഷയങ്ങളേയും അന്തർബോധത്തിൽ സംഹരിച്ച് വിശ്രമിക്കണം. ഇപ്രകാരം അഭ്യസിക്കുന്ന ഒരാൾക്ക് സ്വബോധവികാസം ഉണ്ടാകുന്നു.

ഇതി ധ്യാനമുക്തം.

ഇപ്രകാരം ധ്യാനത്തെ പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

തച്ച ബുദ്ധിലക്ഷണേനാണനാ ഭേദനിശ്ചയാത്മനൈവ കൃതമി ത്യാണവം.

ഈ ധ്യാനപ്രകാരമാവട്ടെ അണുവായ ഭേദനിശ്ചയാത്മികയായ ബുദ്ധി യാലാണ് ചെയ്യപ്പെടുന്നത് എന്നതിനാൽ ആണവമാണ് (ആണവോപായമാണ്).

കശ്ചിത് പ്രാണോച്ചാരണക്രമേണ സ്വരൂപലാഭമേതി.

ചിലയാളുകൾ പ്രാണായാമം അല്ലെങ്കിൽ ശ്വസനക്രിയ വഴി സ്വരൂപലാഭത്തെ പ്രാപിക്കുന്നു.

തത്ര സ്വഭാവേ പൂർവ്വം ബോധാത്മനി ആക്രാന്ത്യാ പ്രാണസ്തിഷ്ഠതി.

(ആ ശ്വാസക്രിയ ഇപ്രകാരമാണ്) ആദ്യം സ്വസ്വഭാവമായ ബോധത്തിൽ പ്രാണൻ വ്യാപിച്ച് സ്ഥിതിചെയ്യുന്നു.

തതോ അസൌ പ്രാണ ഉല്ലസതി.
ആ ബോധത്തിൽ നിന്നും പ്രാണൻ ഉടലെടുക്കുന്നു.
മേയം പൂരയതി.

തുടർന്ന് ആ പ്രാണൻ മേയത്തെ ബാഹ്യവസ്തുക്കളെ മുഴുവൻ നിറയ്ക്കുന്നു.

തത്രൈകീഭവതി.
ആ മേയവുമായി ഒന്നായിത്തീരുന്നു.
മേയമുപസംഹർത്തുമാരഭതേ.

തുടർന്ന് മേയത്തെ ബോധത്തിൽ സംഹരിക്കാൻ ആരംഭിക്കുന്നു.

സംഹൃത്യ പൂർണ്ണീഭവതി.
മേയത്തെ ബോധത്തിൽ സംഹരിച്ച് പൂർണ്ണനായിത്തീരുന്നു.
ഷഡേതാ ആനന്ദഭൂമീരനുസന്ധത്ത ഇതി സപ്ത വിശ്രാന്തയഃ

ഇപ്രകാരമുള്ള ആറ് ആനന്ദഭൂമികകളെ അനുസന്ധാനം ചെയ്യുന്നു എന്നതുകൊണ്ട് ഏഴുതരത്തിലുള്ള വിശ്രാന്തികൾ സംഭവിക്കുന്നു.

പ്രത്യേകം വിശ്രാന്തൗവഭ്യാസേന തസ്യാ വിശ്രാന്തേർയ്യത്തദ്രൂപം തദുന്മിഷദ്രൂപമുന്മിഷിതരൂപം സംഘട്ടാത്മകമിതി ത്രിത്വം.

മുൻപറഞ്ഞ ഓരോ വിശ്രാന്തിഭൂമികയിലും അഭ്യാസം ചെയ്യുന്നതുവഴി ആ വിശ്രാന്തിക്ക് ഉന്മിഷദ്രൂപം, ഉന്മിഷിതരൂപം, സംഘട്ടാത്മകീഭൂതം എന്നിങ്ങനെ മൂന്നവസ്ഥകൾ വന്നുചേരുന്നു. അതായത് വിശ്രാന്തിക്ക് മൂന്നവസ്ഥകളാണ് ഉള്ളത്.

തദേവ വിസർഗ്ഗത്രയം വ്യക്താദിലിംഗത്രയം ച

വിശ്രാന്തിയുടെ ആ മൂന്നവസ്ഥകളാണ് മൂന്നുവിസർഗ്ഗങ്ങളും വ്യക്തം, അവ്യക്തം, വ്യക്താവ്യക്തമെന്നിവയും.

തത്രാപി പ്രത്യേകം പ്രവേശതാരതമ്യാദാനന്ദ ഉദ്ഭവ കമ്പോ നിദ്രാ ഘൂർണ്ണിരിത്യവസ്ഥാ ഉത്തരോത്തരവ്യാപ്ത്യുദയാത്.

ഈ പറഞ്ഞ മൂന്നു വിസർഗ്ഗങ്ങളിൽ ഓരോന്നിലും പ്രവേശിക്കുന്നതിന്റെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലനുസരിച്ച് ഉദ്ഭവം, കമ്പം, നിദ്രാ, ഘൂർണ്ണി എന്നിങ്ങനെ ക്രമേണ ഉത്തരോത്തരം വ്യാപ്തിയനുസരിച്ച് അനുഭവങ്ങളുണ്ടാകുന്നു.

ത്രയശ്ച പ്രധാനം വിസർഗ്ഗാദയോ യോഗിനീഹൃദയാനന്ദസംപ്രദായലഭ്യാ ഇത്യഷ്ടോത്തരശതഭേദേയമുച്ചാരണഭൂമിഃ

ഇപ്രകാരമുള്ള മൂന്നുവിസർഗ്ഗങ്ങളുടേയും അനുഭവം യോഗിനീഹൃദയം എന്നറിയപ്പെടുന്ന ആനന്ദസമ്പ്രദായികൾക്ക് മാത്രമാണ് സാദ്ധ്യമാകുന്നത്. ഇപ്രകാരം ഉച്ചാരണഭൂമികകൾ നൂറ്റിയെട്ട് പ്രകാരത്തിലാണ് ഉള്ളത്.

തത്രൈവ ശ്രീസൃഷ്ടിസംഹാരബീജോദയ ഇത്യലം.

അവിടെത്തന്നെയാണ് (വിസർഗ്ഗങ്ങളിൽ) സൃഷ്ടിസംഹാരബീജങ്ങളുടെ ഉദയം.

ഏവം ബുദ്ധിപ്രാണദ്വാരേണ യഃ പ്രവേശഃ സ ആണവഃ. പ്രവിഷ്ടസ്തു

ഇപ്രകാരം ബുദ്ധി, പ്രാണൻ തുടങ്ങിയവ വഴിയുള്ള ആവേശമാണ് (ഉപായമാണ്) ആണവം.

ഇതി തന്ത്രോച്ചയേ പഞ്ചമമാഹ്നികം

ഇപ്രകാരം തന്ത്രോച്ചയത്തിൽ അഞ്ചാമാഹ്നികം കഴിഞ്ഞു.

ഷഷ്ഠമാഹ്നികം

അധുനേദമഭിധീയതേ. ഇഹ ദ്വിവിധം വൈചിത്ര്യം ലോകസ്യ ഭേദഭ്രാന്തിം കരോതി ക്രിയാകൃതം മൂർത്തികൃതം ച. തത ഏവ കാലദേശൗ ഭേദകൗ പ്രാഹുഃ

ആണവാവേശത്തെ പറയാൻ പോകുന്നു. രണ്ടുതരത്തിലുള്ള വൈചിത്ര്യങ്ങളാണ് ഇവിടെ ഭേദമുണ്ടെന്ന തെറ്റായ അറിവിനെ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. അവ കാലദേശങ്ങളാൽ ചെയ്യപ്പെടുന്നവയാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെയാണ് കാലദേശങ്ങൾ ഭേദകങ്ങൾ ആണെന്ന് പറയുന്നത്.

തത്ര ക്രിയാകൃതം വൈചിത്ര്യം സ്വാത്മവിജൃംഭിതമേവ പശ്യതി സ്വപ്നവത് സംകല്പവച്ച.

ഈ ഉപായത്തിൽ ദേശകൃതമായ വൈചിത്ര്യത്തെ തന്റെതന്നെ വികസിതരൂപമായി സ്വപ്നത്തിലും സംകല്പത്തിലുമെന്നപോലെ കാണുന്നു.

തഥാ ഹി
സംവിദ്രൂപമസ്യാത്മനഃ പ്രാണശക്തിം
പശ്യൻ രൂപം തത്രഗം ചാപി കാലം
സാകം സൃഷ്ടിസ്ഥേമസംഹാരചക്രൈർ-
നിത്യോദ്യുക്തോ ഭൈരവീഭാവമേതി

തന്റെ പ്രാണശക്തിയെ ബോധസ്വരൂപമായിക്കണ്ട് അതിൽ കാലത്തേയും കണ്ട് സൃഷ്ടി, സ്ഥിതി, സംഹാരങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന നിത്യോദ്യുക്തനായ ഒരാൾ ഭൈരവന്റേതായ അവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കുന്നു.

സംവിദേവ ഹി പ്രസരന്തീ പ്രാണനാരൂപാ സതീ സ്പന്ദനോച്ഛലത്വാത് കാലപ്രസാരമാരഭതേ.

സംവിത്ത് തന്നെയാണ് പ്രാണന്റെ രൂപത്തിൽ പ്രസരിക്കുന്നവളായിട്ട് പ്രാണന്റെ സ്പന്ദനം ഹേതുവായി കാലരൂപത്തിൽ പരിണമിക്കുന്നത്.

ഇഹ പ്രാണശക്തൗ സകലം കാലം വിലാപയേത് താം ച സംവിദീതി സംവിദഃ സ്പന്ദിതമാത്രമേതദ്യത് തദേവ ബഹിഃസൃഷ്ടി സംഹാരാനന്ത്യവൈചിത്ര്യം.

ഇവിടെ ഈ പ്രാണശക്തിയിൽ മുഴുവൻ കാലത്തേയും ലയിപ്പിക്കണം. ആ പ്രാണനെ സംവിത്തിലും. ഇതുമുഴുവൻ സ്പന്ദനം മാത്രമാണ്. ഈ സ്പന്ദനമാണ് ബാഹ്യമായ സൃഷ്ടി, സംഹാരം തുടങ്ങിയ അനന്തഭേദങ്ങളോടെ വിചിത്രങ്ങളായി പരിലസിക്കുന്നത്.

ഏവം പ്രക്ഷീണകാലാശങ്കഃ കാലഗ്രാസം കരോതി.

ഇപ്രകാരം കാലം കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന ഭേദത്തെ ക്ഷയിപ്പിച്ച ഒരാൾ കാലഗ്രാസത്തെ ചെയ്യുന്നു.

മൂർത്തിവൈചിത്ര്യകൃതോപി യോയം പ്രപഞ്ചഃ സ ഏവ ശരീരാത്മനാ ഭുവനാത്മനാ ച വർത്തമാനോ ഭോക്തൃത്ത്വം ഭോഗ്യത്ത്വം ഭോഗാധാരത്ത്വം ഭോഗോപകരണത്ത്വം കുർവ്വാണം ഭേദമവഭാ

സയൻ അദ്വൈതഭാവനാം പ്രതിഹന്തീതി സോപി സ്വാത്മന്യേവ സംവിദ്രൂപ ഏകീഭാവേന ഭാവനീയാഃ.

കാലവൈചിത്ര്യം കൊണ്ടുണ്ടായ ഈ പ്രപഞ്ചം തന്നെയാണ് ശരീരമായും ഭുവനമായും വർത്തിക്കുന്നത്. അതുതന്നെയാണ് ഭോക്തൃത്വം, ഭോഗ്യത്വം, ഭോഗാധാരത്വം, ഭോഗോപകരണത്വം എന്നിവയായിത്തീർന്ന് ഭേദത്തെ പ്രകാശിപ്പിക്കുന്നതുവഴി അദ്വൈതഭാവത്ത ഇല്ലാതാക്കുന്നത്. അതിനാൽ ആ കാലത്തേയും തന്റെ ഉള്ളിൽ ബോധരൂപമായിത്തന്നെ ഭാവനചെയ്യണം.

തഥാ ഹി. ബ്രഹ്മാണ്ഡം പ്രകൃത്യണ്ഡം ചാസംഖ്യഭേദം.

(ഭുവനങ്ങൾ) ബ്രഹ്മാണ്ഡം, പ്രകൃത്യണ്ഡം എന്നിങ്ങനെ അസംഖ്യം ഉണ്ട്.

തത്കാരണം ചൈകൈകരൂപം മായാണ്ഡം ശക്ത്യണ്ഡമിത്യേതാനി ചത്വാര്യണ്ഡാനി നിഃസംഖ്യൈർഭുവനൈർഭുവനാധിപതിഭിശ്ച വിചിത്രൈർവ്യാപ്താനി സ്വാത്മഹൃദയദർപ്പണാന്തഃ പ്രതിബിംബിതാനി സംപശ്യംസ്തത്രൈവ ച ലീനാനി സംവേദയമാനസ്തത ഏവ ചോല്ലാസിതാന്യവലോകയൻ വിശ്വാത്മതാം വിശ്വോത്തീർണ്ണത്വം വിശ്വകർത്തൃത്വം വിശ്വജ്ഞാതൃത്ത്വം വിശ്വവ്യാപകത്വം വിശ്വപൂർണ്ണത്വം അഖണ്ഡിതത്വം സ്വതന്ത്രത്വം സംവിദ്രൂപത്വം ചാത്മനോ ജാനാത്യേവ. ആഹ ച

ബ്രഹ്മാണ്ഡ, പ്രകൃത്യണ്ഡങ്ങൾക്ക് കാരണമായ മായാണ്ഡവും ശക്ത്യണ്ഡവും ഇപ്രകാരം നാലണ്ഡങ്ങളും നിരവധി വിചിത്രങ്ങളായ ഭുവനങ്ങളെക്കൊണ്ടും ഭുവനാധിപതികളെക്കൊണ്ടും വ്യാപിച്ചതായും അവ സ്വഹൃയമാകുന്ന ദർപ്പണത്തിൽ പ്രതിബിംബിക്കുന്നതായും അവിടെത്തന്നെ ലയിക്കുന്നതായും സങ്കല്പിക്കണം. അതുപോലെത്തന്നെ ഈ ഭുവനങ്ങൾ ഒക്കെയും തന്നെ ആ സംവിത്തിൽ നിന്നുതന്നെ ഉണ്ടാകുന്നതായും കണ്ടുകഴിഞ്ഞാൽ തന്റെ തന്നെ വിശ്വാത്മത്വവും വിശ്വോത്തീർണ്ണത്വവും വിശ്വകർത്തൃത്വവും വിശ്വജ്ഞാതൃത്ത്വവും വിശ്വവ്യാപകത്വവും, വിശ്വപൂർണ്ണത്വവും അഖണ്ഡിതത്വവും സ്വതന്ത്രത്വവും സംവിദ്രൂപത്ത്വവും മനസ്സിലാവുന്നു.

ഇതി തന്ത്രോച്ചയേ ഷഷ്ഠമാഹ്നികം

ഇപ്രകാരം തന്ത്രോച്ചയത്തിൽ ആറാമാഹ്നികം കഴിഞ്ഞു.

(തുടരും)

മഹാമഹേശ്വരാചാര്യശ്രീമദഭിനവഗുപ്തകൃതം

പരമാർത്ഥസാരം (20)

(ശ്രീമദ് യോഗരാജകൃതവിവൃതിസഹിതം)

ഡോ. ദാമോദർ നാരായണൻ സി.എൻ.

(കഴിഞ്ഞ ലക്കം തുടർച്ച)

ഏവം ഭ്രാന്തിദ്വയാപസരണാത് പരമേശ്വരീഭൂതസ്യ യോഗിനോ ന കിഞ്ചിത് കാര്യമവശിഷ്യത ഇത്യാഹ.

40. ഇത്ഥം വിഭ്രമയുഗളകസമൂലവിച്ഛേദനേ കൃതാർത്ഥസ്യ
കർത്തവ്യാന്തരകലനാ ന ജാതു പരയോഗിനോ ഭവതി.

സാരം - ഇപ്രകാരം രണ്ടു തരത്തിലുള്ള ഭ്രാന്തിയും നീങ്ങി പരമേശ്വരീഭൂതനായ യോഗിക്ക് ചെയ്യാനായി യാതൊരു കാര്യവുമവശേഷിക്കുന്നില്ല എന്നത് പറയുന്നു.

ഇങ്ങനെ രണ്ടു ഭ്രമങ്ങളെയും വേരോടെ പറിച്ചെടുക്കപ്പെട്ടതിനാൽ കൃതാർത്ഥനായിത്തീർന്ന പരമയോഗിക്ക് ഒരിക്കലും വേറെന്തെങ്കിലും ചെയ്യാനുള്ളതായിരിക്കുന്നില്ല.

വിവൃതി - ഇത്ഥം കാരികാർത്ഥപ്രതിപാദിതപ്രകാരേണ ഭ്രാന്തിദ്വയസ്യ പ്രരോഹവിദാരണേ കൃതാർത്ഥസ്യ സ്വസ്വാതന്ത്ര്യസ്യ പരിജ്ഞപ്തേരശേഷ സംകോചവിദലനാത് കൃതഃ പ്രാപ്തഃ അർത്ഥഃ പുരുഷാർത്ഥലാഭോ യേന തസ്യ പ്രകൃഷ്ടയോഗയുക്തസ്യ ന കദാചിത് കർത്തവ്യാന്തരസ്യ തീർത്ഥാടനക്ഷേത്രപരിഗ്രഹദീക്ഷാജപധ്യാനവ്യാഖ്യാശ്രവണാദിരൂപസ്യ കാര്യശേഷസ്യ കലനാ മനോവ്യാപാരോ'പി ന വിദ്യതേ.

അയമേവ പരോ ധർമ്മോ യദ്യോഗേനാത്മദർശനം.

ഇതി ഹി സ്വാത്മയോഗസ്യ പ്രാധാന്യമതസ്തത്പ്രാപ്ത്യാ നാന്യത്ര പരിശ്രമഃ പൂർണ്ണയോഗിനഃ. യദുക്തം-

യദാ തേ മോഹകലിലം ബുദ്ധിർവ്യതിതരിഷ്യതി.
തദാ ഗന്താസി നിർവ്വേദം ശ്രോതവ്യസ്യ ശ്രുതസ്യ ച. ഇതി ഗീതാസു.

പരിഭാഷ - ഇപ്രകാരം മുൻപത്തെ കാരികയിൽ പറഞ്ഞ പ്രകാരമുള്ള രണ്ടു തരത്തിലുള്ള ഭ്രാന്തികളുടെയും സമൂലമായ പിഴുതുമാറ്റൽ കാരണം സ്വസ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ ജ്ഞാനം ഉണ്ടായി സങ്കോചത്തിന്റെ അഴിയൽ നിമിത്തം

പുരുഷാർത്ഥലാഭമുണ്ടാകയാൽ യോഗയുക്തനായ അയാൾക്ക് തീർത്ഥാടനം,ക്ഷേത്രദർശനം,ദീക്ഷാഗ്രഹണം,ജപം,ധ്യാനം,പുരാണവ്യാഖ്യാശ്രവണം തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളില്യൂടെ മനസ്സിനെ വ്യാപരിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല.

യോഗമാർഗ്ഗത്തില്യൂടെ ആത്മദർശനമാണ് പരമമായ ധർമ്മം.

ആത്മയോഗമാണ് ഏറ്റവും പ്രാധാന്യമേറിയത്. അത് പ്രാപിച്ച പൂർണ്ണയോഗിക്ക് വേറൊരിടത്ത് പരിശ്രമമാവശ്യമില്ല.

എപ്പോഴാണോ മോഹംകൊണ്ട് കലുഷിതമാക്കപ്പെട്ട നിന്റെ ബുദ്ധി അതിൽനിന്നും കരകയറുന്നത് അപ്പോൾ കേട്ടതും കേൾക്കേണ്ടതുമായ വൈരാഗ്യത്തെ പ്രാപിക്കുന്നു.

സംപ്രതി പൃഥിവ്യാദിമായാന്തസ്യ ഭേദാവഭാസഭാജോ വിശ്വസ്യ ഭേദാഭേദമയശാക്തഭൂമികാവേശേന പൂർണ്ണപ്രകാശാനന്ദഘനശാംഭവപദസമാപത്ത്യാ ഭേദവിലായനേന തദഭേദമയതാപ്രാപ്തിമഭിധായ തതഃ ശാംഭവാത് പദാത് സമ്പൂർണ്ണസുധാംബോധികല്പാന്മഹാപ്രവാഹദേശീയശാക്തപ്രസരോല്ലാസപ്രമുഖം തത്തത്തരംഗഭംഗിരൂപതാമഭിദധത് സ്വാനുഭവസിദ്ധം മഹാമന്ത്രവീര്യസാരം സമസ്തഭേദവിലായനപരമാദ്വയോദയം നരശക്തിശിവസാമരസ്യാത്മകം പരസംവിദ്ധൃദയം ക്രമേണോന്മീലയിഷ്യൻ വിശ്വസ്യാഗമികാണ്ഡത്രയാത്മതാസങ്കലനയൈക്യീകാരം താവദാഹ.

41. പൃഥിവീ പ്രകൃതിർമ്മായാ ത്രിതയമിദം വേദ്യരൂപതാപതിതം.
അദ്വൈതഭാവനബലാദ്ഭവതി ഹി സന്മാത്രപരിശേഷം.

സാരം - പൃഥ്വി മുതൽ മായ വരെയുള്ള ഭേദമയമായ വിശ്വം ഭേദാഭേദമയമായ ശാക്തഭൂമികയിൽ പ്രവേശിക്കുന്നതു നിമിത്തം പൂർണ്ണപ്രകാശത്തിന്റെയും ആനന്ദത്തിന്റെയും ഘനീഭൂതമായ ശാംഭവാവസ്ഥയെ പ്രാപിച്ച് ഭേദം ലയിച്ചതിനാൽ അഭേദാവസ്ഥയെ പ്രാപിച്ച് ആ ശാംഭവപദത്തിൽ നിന്നും പൂർണ്ണമായും അമൃതു നിറഞ്ഞ് പ്രവഹിക്കുന്ന ശക്തമായ മഹാപ്രവാഹത്തിലെ തിരമാലകളുടെ ഭംഗിയെ ധരിച്ചു കൊണ്ട് സ്വാനുഭവം കൊണ്ടു സിദ്ധമായ മന്ത്രവീര്യത്തിന്റെ സാരമാകുന്നതും സമസ്തഭേദാവസ്ഥകളെയും ഇല്ലാതാക്കുന്ന പരമാദ്വയത്തിന്റെ ഉദയമാകുന്ന നരൻ, ശിവൻ, ശക്തി എന്നിവയുടെ സാമരസ്യമാകുന്ന പരസംവിത്തിന്റെ ഹൃദയത്തെ ക്രമേണ ഉണർത്തിആഗമത്തിൽ അണ്ഡത്രയാത്മകമായിരിക്കുന്ന പ്രതിഭാസത്തിന്റെയും വിശ്വത്തിന്റെയും ഐക്യത്തെപ്പറയുന്നു.

പൃഥിവീ, പ്രകൃതി, മായാ എന്നീ മൂന്ന് അറിയപ്പെടുന്നതിന്റെയും അദ്വൈതഭാവനയുടെ ബലത്താൽ (ഇതു മൂന്നും ഒന്നു തന്നെയെന്നുള്ളത്) സത്ത് മാത്രമവശേഷിക്കുന്നു.

വിവൃതി - പാർത്ഥിവപ്രാകൃതമായീയാണ്ഡാത്മകം യത് സ്ഥൂലസൂക്ഷ്മപര

രൂപം ത്രിവിധം വേദ്യരൂപതാപതിതം ജ്ഞാനഗോചരതാം പ്രാപ്തം തത്തദ്രൂപതയാ ജ്ഞാനം ബഹിരന്തഃ പ്രകാശതേ. ജ്ഞാനാദൃതേ നാർത്ഥസത്താ ജ്ഞാനരൂപം തതോ ജഗത്. ന ഹി ജ്ഞാനാദൃതേ ഭാവാഃ കേനചിദ് വിഷയീകൃതാഃ. ജ്ഞാനം തദാത്മതാം യാതമേതസ്മാദവസീയതേ.

ഇതി ശ്രീകാളികാക്രമോക്തന്യായേന യത് അദ്വൈതഭാവനം തദ്ബലാത് തത്പ്രകർഷാത് സന്മാത്രപരിശേഷം പ്രകാശമാനതാത്മകസത്താമാത്രാത്മകം ഭവതി.ഹി യസ്മാദർത്ഥേ.

പരിഭാഷ - പാർത്ഥിവപ്രാകൃതമായീയാണ്ഡങ്ങളാകുന്ന സ്ഥൂലസൂക്ഷ്മപരമായ മൂന്നെണ്ണം വേദ്യരൂപങ്ങളായി അറിയപ്പെടേണ്ടതായിത്തീർന്ന്

അതത് രൂപങ്ങളായിത്തീർന്ന് ജ്ഞാനം അകത്തും പുറത്തും പ്രകാശിക്കുന്നു. ജ്ഞാനമില്ലാതെ വസ്തുക്കളുടെ നിലനില്പ്പില്ല. അതിനാൽ ഈ ജഗത്ത് ജ്ഞാനരൂപത്തോടു കൂടിയതാകുന്നു. ജ്ഞാനം കൂടാതെ ഭാവങ്ങൾ വിഷയീഭൂതങ്ങളാകുന്നില്ല. ജ്ഞാനം ആ വസ്തുക്കളുടെ ഭ്വം സ്വീകരിച്ച് അതിനാൽ തന്നെ നിലനില്ക്കുന്നു.

എന്നിങ്ങനെ ശ്രീകാളികാക്രമമെന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ പറയപ്പെട്ട രീതിയിൽ അദ്വൈതഭാവനയുടെ ബലത്താലും ആ ഭാവനയുടെ ആധിക്യത്താലും സദ്രൂപം മാത്രമവശേഷിക്കുന്നു. പ്രകാശം കൊണ്ടളക്കപ്പെടാൻ സാധിക്കുന്ന സത്താമാത്രമാകുന്നു. ഏതൊന്നു കാരണമാണോ എന്ന അർത്ഥത്തിലാണ് ഹി എന്ന ശബ്ദം പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്.

ഏതദേവ ഭേദസ്യാവാസ്തവത്വപ്രതിപാദനാഭിപ്രായേണോപപാദയതി.

42. രശനാകുണ്ഡലകടകം ഭേദത്യാഗേന ദൃശ്യതേ യഥാ ഹേമ.
തദ്വദ് ഭേദത്യാഗേ സന്മാത്രം സർവ്വമാഭാതി.

സാരം - ഇതു തന്നെ ഭേദത്തിന്റെ അവാസ്തവികതയെ നിരൂപിക്കാനായിട്ട് പ്രതിപാദിക്കുന്നു.

ഏതു പ്രകാരമാണോ സ്വർണ്ണം കൊണ്ടുള്ള അരഞ്ഞാണം, വള, കുണ്ഡലമെന്നിവ ഭേദമില്ലാതായാൽ സ്വർണ്ണം മാത്രമായി കാണപ്പെടുന്നത്, അതുപോലെത്തന്നെ ഭേദത്യാഗം കൊണ്ട് എല്ലാം സദ്രൂപമായി മാത്രം കാണപ്പെടുന്നു.

വിവൃതി - യഥാ കില സൌവർണ്ണം രശനാദ്യാഭരണം സുവർണ്ണാർത്ഥിനോ രശനാവിശേഷപരിഹാരേണ ഹേമമാത്രതയൈവാഭാതി ഹേമരജതകാംസ്യതാമ്രനാഗാദി താവന്മാത്രാർത്ഥിനോ ലോഹരൂപതയാ തദ്വത്സർവ്വമിദം ത്യക്തഹാനാദാനാദിവികല്പകളങ്കസ്യാവികല്പപ്രതിഭാസമാത്രനിഷ്ഠസ്യ യോഗിനോ

രൂപാദിഷു പരിമാണാത് തത്സിദ്ധിഃ.

ഇതി ഭട്ടശ്രീകല്ലടോക്തനീത്യാ ഭേദത്യാഗേ സതി സന്മാത്രം സത്താമാത്രാത്മകമാഭാതി.

പരിഭാഷ - ഏതു പോലെയാണോ സ്വർണ്ണം കൊണ്ടുണ്ടാക്കിയ അരഞ്ഞാണം തുടങ്ങിയ ആഭരണങ്ങൾ സ്വർണ്ണത്തെ ആഗ്രഹിക്കുന്ന ആളെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ആ ഭേദങ്ങൾ കൂടാതെ സ്വർണ്ണമെന്ന വസ്തുവായി മാത്രം കാണപ്പെടുന്നത് (സ്വർണ്ണം, വെള്ളി, ഓട്, ചെമ്പ്, നാഗം എന്നിവ മാത്രം കാണാനാഗ്രഹിക്കുന്നവർക്ക് ആ ലോഹരൂപമായിത്തന്നെ കാണപ്പെടുന്നത്) അതുപോലെ വൈവിദ്ധ്യത്തെ വെടിഞ്ഞ് അവികല്പമായ പ്രതിഭാസത്തിൽ മാത്രം നിഷ്ഠയുള്ള യോഗിക്ക് -

രൂപാദികളായി പരിണമിക്കുമ്പോൾ അത് സിദ്ധമാകുന്നു.

എന്നിങ്ങനെയുള്ള ഭട്ടകല്ലടനാൽ പറയപ്പെട്ട ന്യായപ്രകാരം ഭേദത്യാഗത്തിലൂടെ സത്തയുടെ അവസ്ഥ മാത്രം നിലനില്ക്കുന്നു.

(തുടരും)

ശ്രീ ജഗദ്ധരഭട്ട വിരചിതം

സ്തുതികുസുമാഞ്ജലി (12)

ഡോ. മുരളീകൃഷ്ണൻ എം.വി.

(കഴിഞ്ഞ ലക്കം തുടർച്ച)

സ്തുതി– 21

ഗാംഭീര്യശാലിനി ശുചാവമൃതൗഘശീതേ
നീതേ സദാ സദനതാം മദനാന്തകേന
യസ്യൈകപിങ്ഗലഗിരേരിവ മാനസേന്ത-
ർഥാഃ സ്ഫുരന്തി സ വിനാ സുകൃതൈഃ ക്വ ലഭ്യഃ

അർത്ഥം - ഗാംഭീരത്താൽ ശോഭിക്കപ്പെട്ടതും, നിർമലമായതും അപ്രകാരം അമൃതപ്രവാഹത്തിനു സമാനമായി ശീതളമായതും സദാശിവനിൽ അർപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന ആരുടെ മനസ്സിലാണോ വാച്യം, ലക്ഷ്യം, വ്യങ്ഗ്യം അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്, അതായത് എന്താണോ കൈലാസ പർവ്വതത്തിലെ അതിഗംഭീരവും, നിർമലവും, അപ്രകാരം ജലപ്രവാഹത്താൽ ശീതളമായതുമായ മാനസ സരോവരത്തിലെ വിവിധങ്ങളായ പദാർത്ഥങ്ങൾക്ക് സമാനമായി സ്ഫുരിക്കുന്നത്, അ മഹാകവികളിൽ അല്ലാതെ സുകൃതങ്ങളെ (പുണ്യങ്ങ

ളെ) എവിടെയാണ് കാണാൻ കഴിയുക?

സ്തുതി – 22

യസ്യ ദ്യുസിന്ധുലഹരീശ്രുചയോ ന കസ്യ
ദൃഷ്ടിപ്രസാദമവലോകയതോർപയന്ത്യഃ
ഗാവഃ സുധാരസമുചഃ പ്രസരന്തി ദിക്ഷു
വിശ്വൈകഭൂഷണമസൗ ജയതി ദ്വിജേന്ദ്രഃ

അർത്ഥം - എപ്രകാരമാണോ ഗംഗയുടെ തരങ്ഗങ്ങൾക്ക് സമാനമായി നിർമലമായതും ദർശനമാത്രയിൽ തന്നെ ചിലർക്ക് അമൃതത്തെ പ്രദാനം ചെയ്യുന്നതും, അപ്രകാരം അമൃതരസത്തെ വമിപ്പിച്ച് അതിന്റെ കിരണങ്ങളെ എല്ലാ സ്ഥലത്തേക്കും വ്യാപിപ്പിക്കുന്നതുമായ, ലോകത്തിന്റെ ശ്രേഷ്ഠതയെ ധരിച്ചിരിക്കുന്ന സ്വരൂപത്തോടുകൂടിയ ആ ദ്വിജേന്ദ്രനായ ഇന്ദ്രൻ സർവ്വോത്കൃഷ്ടനാകുന്നത്, അപ്രകാരം ഗംഗയുടെ തരങ്ഗങ്ങൾക്ക് സമാനമായി നിർമലമായതും (നിർദോഷമായതും) വിചാരമാത്രയിൽ തന്നെ പ്രത്യേക വ്യക്തികളുടെ ജ്ഞാനരൂപിയായ ദൃഷ്ടിയെ നിർമലമാക്കി, അമൃതരസത്തെ വമിപ്പിക്കുന്ന കവികളുടെ വാണി സമസ്ത ദിക്കുകളിലും പ്രസരിക്കുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള എല്ലാ ലോകത്തിന്റേയും ശ്രേഷ്ഠതയെ ധരിച്ചിരിക്കുന്ന മഹാകവികൾ ധന്യരാണ്.

സ്തുതി – 23

സംയോഗമേത്യ പരമർഥപരിഷ്കൃതസ്യ
പാദാന്തഗോപി ഗുരുതാം ലഘുരേതി യസ്യ
തം ശങ്കരസ്തുതിപരം പരിശുദ്ധവൃത്തം
സുശ്ലോകമാപ്യ മുദമേതി ന കസ്യ ചേതഃ

അർത്ഥം - വാച്യാർത്ഥത്താൽ ശോഭിതമായ ഏതൊരു ശ്ലോകത്തോടു ചേർന്നിരിക്കുന്ന പാദങ്ങളുടെ അവസാനത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന ഹ്രസ്വങ്ങളായ വർണങ്ങൾ പോലും ദീർഘങ്ങളാകുന്നത്, ആ വിശുദ്ധങ്ങളായ ഛന്ദസ്സുകളാൽ ഭൂഷിതമായ ശ്രീശങ്കരന്റെ സ്തുതികളെ വർണിക്കുന്ന സുന്ദര ശ്ലോകങ്ങളെ കണ്ടിട്ട് സഹൃദയരുടെ മനസ്സ് വളരെയധികം സന്തോഷത്തെ പ്രാപ്തമാക്കിയിരിക്കുന്നു. ഇത്തരത്തിൽ ശിവഭക്തിയുടെ സംയോഗത്താൽ പ്രാപ്തമായ ചരണങ്ങളുടെ സമീപത്ത് സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന സാധാരണക്കാരായ ജനങ്ങൾ പോലും അത്യന്തം ഗൗരവത്തെ പ്രാപ്തമാക്കുന്നു. അങ്ങനെയുള്ള വിശുദ്ധങ്ങളായതും ചരിത്രത്തോടു കൂടിയതും യശസ്സിനാൽ സമ്പന്നമായതുമായ ശിവസ്തുതി പാരായണം ചെയ്യുന്ന ഭക്തരെ കണ്ടിട്ട് ആരുടെ മനസ്സാണ് സന്തോഷിക്കാത്തത്?

STATEMENT ABOUT OWNERSHIP AND OTHER PARTICULARS ABOUT TRIMONTHLY

FORM I

SHAAMBHAVI

See Rule 3

1. Place of Publication	:	Thrissur
2. Periodicity of publication	:	Quarterly
3. Printer's Name	:	K.P. Sreedharan Namboothiri
Nationality	:	Indian
Address	:	Shripuram Publications Madayikonam (Post) Irinjalakuda, Thrissur Kerala, India - 680 712
4. Publisher's Name	:	K.P. Sreedharan Namboothiri
Nationality	:	Indian
Address	:	Shripuram Publications Madayikonam (Post) Irinjalakuda, Thrissur Kerala, India - 680 712
5. Editor's Name	:	D. Prakash
Nationality	:	Indian
Address	:	Shripuram Trust Madayikonam (Post) Irinjalakuda, Thrissur Kerala, India - 680 712
5. Owner's Name	:	Shripuram Publications
Address	:	Shripuram Trust (Reg. No. 201/IV/2005) Madayikonam (Post) Irinjalakuda, Thrissur Kerala, India - 680 712
6. Printed at	:	Mama Printers, Nada, Irinjalakuda Thrissur.

I, K.P. Sreedharan Nambuthiri, hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Irinjalakuda
14/02/2012

K.P. SREEDHARAN NAMBOOTHIRI
PUBLISHER

സ്തുതി – 24

ഇഹ ഹി മഹിമാ മായാമോഹപ്രരോഹതിരോഹിത-
ത്രിജഗദഗദങ്കാരഃ സാരസ്വതഃ പ്രഥതേ സതാം
പ്രഭവതി ജരാമൃത്യുവ്യാധിപ്രബന്ധനിബന്ധന-
വ്യസനജനിതവ്യാപത്താപക്ലമാപഗമായ യഃ

അർത്ഥം - ജരാ (പ്രായമാകൽ), മരണം, അസുഖങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ദൃഢമായ ബന്ധനത്തെ കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുക വഴി ഉടലെടുത്ത മഹാ ആപത്തിന്റെ ദുഃഖ ക്ലേശങ്ങളെ ഇല്ലാതാക്കുവാൻ ആ സൂക്തികൾ സമർത്ഥമാണ്, മായയാൽ ഉത്പന്നമായതും ത്രിലോകങ്ങളിലേയും സമസ്ത അജ്ഞാനങ്ങളേയും ഇല്ലാതാക്കുവാൻ കഴിയുന്ന മഹാകവികളുടെ സരസ്വതിയുടെ മാഹാത്മ്യം ഈ ലോകത്ത് എല്ലായിടത്തും പ്രസരിച്ചിരിക്കുന്നു.

സ്തുതി – 25

ചമത്കാരോത്കർഷം കമപി കമനീയം വിമൃശതാം
ദിശന്തീ സാ കാചിജ്ജയതി കവിവാചം പരിണതിഃ
യദാസ്വപ്ഷേ ചേതസ്യമൃതമിതി നിഃശ്രേയസമിതി
പ്രിയം ധാമേത്യുച്ചൈഃ പദമിതി സമുദ്യന്തി മതയഃ

അർത്ഥം - മനനം ചെയ്യുന്ന സഹൃദയർക്ക് അനുപമമായ അത്ഭുതത്തെ കാണിക്കുന്ന ശ്രേഷ്ഠ കവികളുടെ വാക്കുകളുടെ പ്രൗഢിക്ക് നന്ദി. ആ സൂക്തികളിൽ മുഴുകിയിരിക്കുന്ന ഭാവുകരുടെ മനസ്സിൽ ഇതാണ് അമൃത്, ഇതാണ് കൈവല്യം, ഇതാണ് പരമമായ പ്രേമം, ഇതാണ് മോക്ഷം ഇപ്രകാരത്തിലുള്ള ഭാവനകളെ ആ ഉക്തികൾ പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു.

സ്തുതി – 26

മധുസ്യന്ദീ മന്ദീകൃതവിപദുപാധിർഭവമരു-
ഭ്രമക്ലേശാവേശപ്രശമകമനീയോ വിജയതേ
അഖണ്ഡശ്രീഖണ്ഡദ്രവനവസുധാസാരസരസഃ
പ്രസാദോ വാഗ്ദേവ്യാഃ പ്രവരകവികാവ്യാമൃതവപുഃ

അർത്ഥം - മധുരരസത്താൽ ഒഴുകുന്നതും, വിപത്തിരൂപത്തിലുള്ള ഉപാധികളെ പതുക്കെയാക്കുന്നതും, സംസാരരൂപമായ ഈ മരുപ്രദേശത്ത് (ഈ ഭൂമിയിൽ) ചുറ്റുക വഴി ഉടലെടുത്ത ക്ലേശങ്ങളുടെ ആവേശത്തെ ശാന്തമാക്കുന്നതും, മലയജ ചന്ദനം അല്ലെങ്കിൽ പുതിയ തേനിന്റെ അഖണ്ഡരസത്തിനു സമാനമായി ഒഴുകുന്ന ശ്രേഷ്ഠകവികളുടെ കാവ്യ-സുധാ (അമൃത്) രൂപത്തോടുകൂടിയ ശരീരത്തോടു കൂടിയ വാഗ്ദേവി (സരസ്വതി) യുടെ പ്രസാദം എപ്പോഴും വിജയത്തെ നൽകുന്നു.

സ്തുതി – 27

ഘനാനന്ദസ്യന്ദോദ്ഗതവിപുലാബാഷ്പാർദ്രനയനം
സലീലഭ്രൂവല്ലീവലനവിവലദ്ഭാലപുലിനം
ഉദഞ്ചദ്രോമാ്ചസ്തബകിതകപോലം വിദധതേ
സുധാർദ്രാ ധന്യാനാം വദനമനവദ്യാഃ കവിഗിരഃ

അർത്ഥം - പദദോഷരഹിതവും അർത്ഥദോഷരഹിതവും അതുപോലെ അമൃതിൽ മുങ്ങിയിരിക്കുന്ന മഹാകവികളുടെ വാണീ (സൂക്തികൾ) ഭാഗ്യവാന്മാരുടെ മുഖത്ത് ആനന്ദപ്രവാഹത്താൽ ഉത്പന്നമായ കണ്ണുനീരിനാൽ നിറഞ്ഞ നേത്രങ്ങളേയും, ലീലാമയിയായ പുരികങ്ങളുടെ സ്ഫുരണത്താൽ ചഞ്ചലമായ നെറ്റികളേയും രോമാഞ്ചത്താൽ വിടർന്ന കൺപീലികളേയും ഉണ്ടാക്കുന്നു.

സ്തുതി – 28

ധന്യാനാമമൃതം ദ്രവന്തി ഹൃദയേ കർണേ വലന്മല്ലികാ-
ലങ്കാരസ്തബകന്തി കണ്ഠപുലിനേ മുക്താകലാപന്ത്യപി
ശൈലാന്ദോളിതദുഗ്ധസിന്ധുലഹരീഭങ്ഗാഭിരാ മോദ്ഗമാഃ
ശ്യാമാകാമുകഖണ്ഡമണ്ഡനകഥാസന്ദർഭഗർഭാ ഗിരഃ

അർത്ഥം - മന്ദരാ പർവ്വതത്തെ മഥിക്കുന്ന ക്ഷീരസാഗരത്തിന്റെ ഓളങ്ങൾക്ക് സമാനമായ മനോഹരമായ അവയുടെ (സൂക്തികളുടെ) ഉദ്ഗമം പോലെ, ശ്രീശങ്കരന്റെ കഥകളാൽ നിറഞ്ഞ മഹാകവികളുടെ രചനകൾ ഭാഗ്യവാന്മാരായ ജനങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിൽ അമൃതരസത്തിനു സമാനമായ പ്രഭാവത്തോടെ ഒഴുകുന്നു. ആ രചനകൾ ചെവിയിൽ ജാതി പുഷ്പം എന്നപോലെ കഴുത്തിലെ മുത്തുമാല എന്ന പോലെ ശോഭിക്കുന്നു.

സ്തുതി– 29

ധന്യാനാം ഭണിതിച്ഛലേന വദനേഷൂദ്യന്തി ഹൃത്കർണികാ
ധാമ്നഃ സൂക്തിസുധാവബോധവിധുതാപീഢസ്യ ചണ്ഡീപതേഃ
കിം ജൂടാഹികിരീടരത്നരുചയഃ കിം സ്രുഗ്രുജഃ സൂചയഃ
കിം മൗലീന്ദുമരീചയഃ കിമമരസ്രോതസ്വതീവീചയഃ

അർത്ഥം - ആഹാ! ശിവഭക്തിയാകുന്ന രസാമൃതം പാനം ചെയ്യുകവഴി ഭാഗ്യശാലികളായ കവികളുടെ മുഖമാകുന്ന താമരയിൽ നിന്ന് പ്രൗഢമായ രചനകൾ പുറത്തേക്കു വരുന്നു. അവരുടെ സൂക്തിസുധകളെ കേട്ടിട്ട് അവരുടെ ഹൃദയത്തിൽ വസിക്കുന്ന ആശ്ചര്യവാനായ ഭഗവാൻ സദാശിവന്റെ ജടയിലെ സർപ്പങ്ങളുടെ രത്നകിരണങ്ങൾ സൂക്തികളിലുള്ള താത്പര്യത്താൽ പുറത്തു വരുന്നുണ്ടോ? അല്ലെങ്കിൽ അവരുടെ ഹൃദയപദ്മത്തിലെ

ഭഗവാൻ സദാശിവന്റെ മനോഹരങ്ങളായ മാലകളുടെ ദീപ്തി പുറത്തു വരുന്നു ണ്ടോ? അല്ലെങ്കിൽ അവരുടെ നെറ്റിയിൽ വിരാജിക്കുന്ന ചന്ദ്രന്റെ മനോഹ രങ്ങളായ കിരണങ്ങൾ പുറത്തു വരുന്നുണ്ടോ? അതുപോലെ അവരുടെ ഹൃ ത്പത്മത്തിൽ വിരാജിക്കുന്ന ശിവന്റെ മൗലിയിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന മന്ദാകി നിയുടെ (ഗംഗ) വെളുത്ത തരങ്ഗങ്ങൾ കൂടുതൽ ശക്തി പ്രാപിക്കുന്നുണ്ടോ?

സ്തുതി – 30

സാന്ദ്രാനന്ദകരേ ധൃതാമൃതകരേ നാസ്ത്യേഷ രാകാകരേ
ന പ്രൗഢപ്രസരേ നിസർഗശിശിരേ സ്വർഗാപഗാനിർഝരേ
ഗാഢപ്രേമഭരേ സ്മരജ്വരഹരേ ലോദ്ദാമരാമാധരേ
യഃ ശംഭോർമധുരേ സ്തുതിവ്യതികരേ ഹ്ലാദഃ സുധാസോദരേ

അർത്ഥം - അമൃതിനു സഹോദരനായതും അതിമധുരവുമുള്ള ശ്രീശങ്ക രന്റെ സൂക്തികളിൽ എന്താണോ പരമമായ ആനന്ദം, അത് അമൃതങ്ങളായ കിരണങ്ങളെ ധരിച്ചിരിക്കുന്ന സുഖദായകനായ ചന്ദ്രന്റെ ദർശനത്താലോ, തീവ്രമായതും വേഗമുള്ളതും സ്വഭാവത്തിൽ തന്നെ തണുപ്പുള്ളതുമായ ഗംഗ യിൽ മുങ്ങിയാലോ, അത്യന്തം ഗാഢമായ പ്രേമത്താൽ നിറഞ്ഞതും കാമജ്വ രങ്ങളെ നശിപ്പിക്കുന്നതുമായ ഗുണങ്ങളാൽ പരിപൂർണമായതുമായ കാന്തി യുടെ അധരമാകുന്ന അമൃതിനെ പാനം ചെയ്താൽ പോലും ആ സൂക്തികളുടെ പരമമായ ആനന്ദത്തെ പ്രാപ്തമാവുകയില്ല.

സ്തുതി – 31

ഓജസ്വീ മധുരഃ പ്രസാദവിശദഃ സംസ്കാരശുദ്ധോഭിധാ-
ഭക്തിവ്യക്തിവിശിഷ്ടരീതിരുചിതൈരർഥൈർധൃതാലങ്കൃതിഃ
വൃത്തസ്ഥഃ പരിപാകവാനവിരസഃ സദ്വൃത്തിരപ്രാകൃതഃ
ശസ്യഃ കസ്യ ന സത്കവിർഭുവി യഥാ തസ്യൈവ സൂക്തിക്രമഃ

അർത്ഥം - മഹാതേജസ്വിയും, മധുരഭാഷിയും, ശ്രീശങ്കരന്റെ അനുഗ്രഹ ത്താൽ നിർമലമായവനും, സംസ്കാരശുദ്ധനും, ഗുരുഭക്തിയാലും പ്രശസ്തിയാ ലും കീർത്തിക്കപ്പെടുന്നവനും, പുരുഷാർത്ഥങ്ങളെ ആർജിക്കുക വഴി ധനാദി കളാകുന്ന സമ്പത്തിനാൽ അലങ്കൃതമായവനും, അറിവുള്ളവനും, സദ്ഗുണ സമ്പന്നനും, സരസനും, ശുദ്ധജീവിയുമായ സത്കവികൾ അവരുടെ സൂ ക്തിക്രമത്തിനു (കാവ്യലോകത്തിനു) സമാനമായ ഈ ലോകത്തിൽ ആരെ യാണ് സ്തുതിക്കാൻ യോഗ്യനല്ലാത്തത്? അതായത് എല്ലാതും പ്രശംസിക്കാൻ യോഗ്യമാണ്. സത്കവികളുടെ കാവ്യങ്ങളും തേജസ്സുള്ളതും, മധുരമയമായ

തും, പ്രസാദത്തെ നൽകുന്നതും, സംസ്കാരശുദ്ധമായതും, ഛന്ദശാസ്ത്രങ്ങളുടേയും കാവ്യാദികളുടേയും പരിശീലനത്താൽ ഉത്പന്നമായ വ്യുത്പത്തിയാൽ (പദസമ്പത്തിനാൽ) വിശുദ്ധമായതും, മുഖ്യങ്ങളായ ശബ്ദങ്ങളാൽ വ്യാപരിക്കപ്പെടുന്നതും, ഭക്തിയാലും വ്യഞ്ജനയാലും വിശിഷ്ടമായതും, വൈദർഭി ഇത്യാദികളായ കാവ്യരീതികളാൽ സമ്പന്നമായതും, വാച്യം, ലക്ഷ്യം, വ്യങ്ഗ്യം എന്നീ അർത്ഥങ്ങളോടുകൂടിയതും, ശബ്ദാലങ്കാരങ്ങളോടും അർത്ഥാലങ്കാരങ്ങലോടും കൂടിയതും, സുന്ദരങ്ങളായ വൃത്തങ്ങളോടു കൂടിയിരിക്കുന്നതും, പ്രൗഢമായതും, സരസമായതും, പ്രാകൃതങ്ങളായ ഭാഷയിൽ നിന്ന് ഭിന്നമായിട്ടുള്ളതും ആണ്. ഇങ്ങനെയൊക്കെയുള്ള സത്കാവ്യങ്ങൾ ഈ ഭൂമിയിൽ ആരെയാണ് പ്രശംസിക്കാൻ യോഗ്യമല്ലാത്തത്? അർത്ഥമാക്കുന്നത് എല്ലാത്തിനേയും പ്രശംസിക്കാൻ യോഗ്യമാണ്. (കവികളും കാവ്യങ്ങളും എപ്രകാരമായിരിക്കണമെന്ന് ഒരൊറ്റ ശ്ലോകം കൊണ്ട് കവി ഇവിടെ പ്രതിപാദിച്ചു).

സ്തുതി – 32

പ്രാപ്താ കല്പലതേന ചേദ്ഭഗവതീ വാഗീശ്വരീ കൈരപി
പ്രാക്പുണ്യൈഃ സ്വപരോപകാരകരണപ്രൗഢാ പുനർദുർലഭാ
അജ്ഞൈസ്തജ്ഞജനോപദേശവിഹിതാവജ്ഞൈർദുരാശാഹതൈഃ
രസ്താ ദുർമദകർദമേ ഫലതി കിം പാപം സശാപം വിനാ

അർത്ഥം – എങ്ങിനെയാണോ ചില മഹാഭാഗ്യശാലികളായ പണ്ഡിതന്മാർ പല ജന്മങ്ങളാൽ ആർജിച്ചെടുത്ത സുകൃതങ്ങളാൽ കല്പലതയ്ക്കു സമാനമായി സകലവിധ ആഗ്രഹങ്ങളേയും നൽകുന്ന വാണീ ഭഗവതിയെ (സരസ്വതിയെ) പ്രാപ്തമാക്കിയത്, അപ്രകാരം ആ സുദുർലഭയായ (എപ്പോഴും കാണാൻ കഴിയാത്ത) വാണി ശ്രീപരമേശ്വരനെ സ്തുതിച്ചുകൊണ്ട് തനിക്കും മറ്റുള്ളവർക്കും മംഗളത്തെ നൽകുന്നു. എന്നാലും ഇങ്ങനെയുള്ള സുദുർലഭയായ വാണിയെ സരസന്മാരായ ഈശ്വരഭക്തർക്ക് ഉപദേശിക്കാതെ അനധികാരികളായവർക്ക് ഉപദേശിച്ചുകൊണ്ട് ധനാർത്തിയിൽ മരിച്ച അജ്ഞാനത്തിനാൽ നിറഞ്ഞിരിക്കുന്ന കുകവികൾ (മോശം കവികൾ) ഈശ്വരഭക്തിയാൽ വിമുഖരായി മദോന്മത്തരായി ദുഷിച്ച പ്രശംസാരൂപത്തിലുള്ള ചളിയെ വലിച്ചെറിയുന്നു. അങ്ങനെയെങ്കിൽ ആ വാണി തന്റെ അഭാവത്തിലുള്ള കുകവികൾക്ക് ശാപം, പാപം ഇവകളല്ലാതെ എന്ത് ഫലമാണ് നൽകുക? അർത്ഥമാക്കുന്നത് അവർക്ക് (കുകവികൾക്ക്) ഒന്നും തന്നെ നൽകുകയില്ല.

(തുടരും)

കുട്ടികളുടെ
വാല്മീകിരാമായണം 33

ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ കിഴുത്താനി ഫോൺ : 0480 2832108

(ലോകത്തിലെ എല്ലാ കുട്ടികളുടേയും മാനസികാരോഗ്യത്തിനും
മൂല്യബോധസംരക്ഷണത്തിനുമായി സമർപ്പിയ്ക്കുന്നു.)

(കഴിഞ്ഞ ലക്കം തുടർച്ച)

പ്രിയ ശാംഭവി കൂട്ടുകാരേ,

ധീരശൂരപരാക്രമിയായ ഖരന്റെ പതനം രാക്ഷസപാളയത്തിൽ എന്തെന്നില്ലാത്ത മ്ലാനത പരത്തി. ഖര-ദൂഷണ-ത്രിശിരസ്സുകൾ സേനയുടെ ജീവനാഡിയായിരുന്ന ദേവന്മാരടങ്ങുന്ന സദ്വൃത്തർ, ശ്രീരാമൻ യുദ്ധസാമർത്ഥ്യത്തിൽ വിസ്മയം പൂണ്ട് അദ്ദേഹത്തിന്റെ അപദാനങ്ങൾ വാഴ്ത്താൻ തുടങ്ങി. അഗസ്ത്യമുനി അടക്കമുള്ളവർ ആഗതരായി, അസാമാന്യ വിജയത്തിൽ അനുഗ്രഹാശിസ്സുകൾ ചൊരിഞ്ഞു. പാപപങ്കിലരായ ഈ രാക്ഷസരെ വധിക്കാനുള്ള ഉപായവുമായി ദേവേന്ദ്രൻ ശരഭങ്ഗാശ്രമത്തിൽ ആഗതനായതും അതിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ ശ്രീരാമചന്ദ്രനെ, ഈ പ്രദേശത്തേക്ക് പർണ്ണശാല നിർമ്മിക്കാനായി ആനയിച്ചതിന്റെ പ്രയത്നം പൂർണ്ണമായി സഫലമായതിന്റെ സന്തോഷത്തിലാണെന്നും മഹർഷിവര്യർ ആദരിച്ചുകൊണ്ട് മറുപടി പറഞ്ഞു. ഇനി യാതൊരു ഭയാശങ്കകളും കൂടാതെ അവരവരുടെ അനുഷ്ഠാന കർമ്മങ്ങൾ യഥേഷ്ടം അനുഷ്ഠിക്കാറാക്കിയതിൽ അവരെല്ലാം കൃതജ്ഞതാപൂർവ്വം അദ്ദേഹത്തിനു ദീർഘായുസ്സും ആയുരാരോഗ്യവും ആശംസിച്ചു.

വിധിവിഹിതമേവനും ലംഘിച്ചുകൂടുമോ? എന്ന ആപ്തവാക്യം സാർത്ഥകമാക്കി അകമ്പനന്റെ രംഗപ്രവേശം വാല്മീകി രാമായണത്തിന് പുതിയ അർത്ഥതലങ്ങൾ പകർന്നുനൽകിയിരിക്കുന്നു. അനിവാര്യമായ നാശം, ദുരന്തം എത്രമാത്രം തടുത്തുനിർത്തിയാലും സംഭവിക്കാതിരിക്കയില്ലെന്ന് യാഥാർത്ഥ്യബോധത്തോടെ കൃതകൃത്യനായി വാല്മീകി വരച്ചുകാണിച്ചിരിക്കുന്നു. ശത്രുവെന്നോ മിത്രമെന്നോ പൂർണ്ണമായി മനസ്സിലാക്കാതെ എടുത്തുചാടി ഉപദേശരൂപേണ എത്തുന്നവരെ വിശ്വസിക്കരുതെന്ന മാരീചന്റെ അഭിപ്രായം മുഖവിലക്കെടുക്കാത്ത രാവണപ്രഭുവിനെയാണ് നാം കാണുന്നത്. മായാപ്രയോഗത്തിലൂടെ ചതിച്ച് പ്രതികാരം നിർവ്വഹിക്കണമെന്ന മനസ്സാക്ഷി സൂക്ഷിപ്പുകാരൻ അകമ്പനന്റെ ആവശ്യത്തോട് പ്രതികരിക്കുകയായിരുന്നു മാരീചൻ. ഉന്നതസ്ഥാനമലങ്കരിക്കുകയായിരുന്നവരെപ്പോലും മനസ്സിളക്കി

പ്രതികാരാഗ്നി പടർത്തി സർവ്വനാശം വരുത്തുന്നത് സമൂഹത്തിൽ സാർവ്വത്രികമായിരിക്കുന്ന സ്ഥിതിവിശേഷത്തിലേക്കുകൂടി വിരൽ ചൂണ്ടുകകൂടിയാണ് വാല്മീകി ചെയ്തിരിക്കുന്നത്. സുചരിതയായ ശ്രീരാമന്റെ ധർമ്മപത്നി സീതാദേവിയെ മായാവിദ്യയാൽ അപഹരിച്ചുകൊണ്ടുവരാനുദ്ദേശിച്ച് രാവണൻ ഇതിൽ അതിനിപുണനായ താടകപുത്രൻ മാരീചനെ സമീപിക്കുകയായിരുന്നു. ശ്രീരാമചന്ദ്രന്റെ മഹത്വവും അപാരമായ യുദ്ധപാടവവും പല പ്രാവശ്യം അടുത്തറിഞ്ഞ ഭക്തനായ മാരീചൻ രാവണനോട് രാക്ഷസകുലം മുടിഞ്ഞുപോകുന്ന ഈ പ്രവൃത്തിയിൽനിന്ന് പിൻതിരിയണമെന്ന് താണുകേണുവീണ് അപേക്ഷിച്ചു. വംശനാശം വരുത്തുന്ന ഉപദേശകർ ഉറ്റ ബന്ധുക്കളാണെങ്കിൽപ്പോലും അവരെ തിരിച്ചറിയാൻ ഭരണാധികാരികൾക്ക് കഴിവുണ്ടാകണമെന്ന് പ്രായോഗികബുദ്ധിയോടെ മാരീചൻ രാക്ഷസചക്രവർത്തിയെ ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തി. മാത്രമല്ല, ഇക്കൂട്ടരുടെ ഉദ്ദേശ്യശുദ്ധിയിൽ എല്ലായ്പോഴുമൊരു ശ്രദ്ധവേണമെന്നും ഓർമ്മിപ്പിച്ചു. ഇതെല്ലാം രാക്ഷസരാജാവായ രാവണനിൽ വീണ്ടുവിചാരത്തിന്റെ തിരിനീട്ടി. ഇവിടെയും അവസാനിക്കുന്നില്ല ഈ പ്രശ്നം കൂട്ടുകാരേ. പ്രതികാരദുർഗ്ഗയായ സഹോദരി താടക, അംഗഭംഗങ്ങളോടെ ചോരയൊലിപ്പിച്ച് ക്രുദ്ധയായി രാവണനെ ശാപവാക്കുകൾ ചൊരിഞ്ഞ് ഭീരുവെന്നു വിളിച്ചു. - രാജാവിന്റെ പൗരുഷത്തെപ്പോലും ചോദ്യംചെയ്യാനാരംഭിച്ചു. രാക്ഷസശ്രേഷ്ഠരുടെ പേരും പെരുമയും പാരമ്പര്യവും വിശ്വവിശ്രുതനെന്ന് സ്വയം മേനിനടിച്ച് ഇല്ലായ്മചെയ്യുകയാണെന്ന് താടകാഭയങ്കരി ഇടിവെട്ടുന്ന സ്വരത്തിൽ ആക്രോശിച്ചു. സഹോദരിയുടെ ഈ പ്രവൃത്തിയിൽ എന്തുചെയ്യണമെന്നറിയാതെ നിസ്സഹായനായ രാവണൻ വീണ്ടും മാരീചനെ സമീപിച്ചു. ശ്രീരാമന്റെ കഴിവിലും രാമഭക്തിയിലും ആകൃഷ്ടനായിരുന്നു യഥാർത്ഥത്തിൽ മായാവിയായ ഈ അസുരൻ. കാട്ടിൽ പലയിടത്തുവെച്ചും ശ്രീരാമനോടേറ്റുമുട്ടേണ്ടി വന്നിട്ടും അദ്ദേഹത്തിന്റെ കാരുണ്യം ഒന്നുകൊണ്ടുമാത്രമാണ് സ്വരക്ഷ സാദ്ധ്യമായതെന്ന് നിരവധി ഉദാഹരണങ്ങൾ നിരത്തി മാരീചൻ മഹാരാജാവിനെ ബോദ്ധ്യപ്പെടുത്തി. പക്ഷേ, ഈ വാക്കുകളെല്ലാം വെറും വനരോദനമായി കലാശിക്കുകയാണുണ്ടായത്. അന്യപുരുഷപത്നിയെ സഹോദരിയെപ്പോലെ കണക്കാക്കി പ്രവർത്തിക്കണമെന്ന സദുപദേശമൊന്നും ആയുസ്സിന്റെ അവസാന അതിർത്തിയിൽ എത്തിനിൽക്കുന്ന രാവണന് ഉൾക്കൊള്ളാനായില്ല. എന്തു പറഞ്ഞിട്ടും തന്റെ ഇംഗിതത്തിന് വഴങ്ങാതിരുന്നപ്പോൾ ചതുരുപായങ്ങൾ ഓരോന്നായി പ്രയോഗിക്കാനാരംഭിച്ചു. എന്നിട്ടും അറച്ചറച്ച് നിൽക്കുന്ന മാരീചൻ, രാക്ഷസകുലം ഇല്ലാതാകുന്ന സ്ഥിതിയിലെത്താൻ താൻ കാരണക്കാരനാകില്ലെന്ന് ശഠിച്ചു. വംശം മുടിക്കുന്ന ഭരണാധികാരികൾ പിറവിയെടുക്കുന്നത് ദൗർഭാഗ്യം, പറയാനും പ്രവർത്തിക്കാനുമുള്ളതിന്റെ പരമാവധി പ്രയത്നിച്ചിട്ടും പിൻതിരിയാത്ത രാവണശാസ

നത്തിൽ തനിക്ക് എന്തുചെയ്യാനാകുമെന്ന് പരിതപിച്ച് അവസാനം നിസ്സാഹായനായ മാരീചൻ ആ ദൗത്യം മനസ്സില്ലാമനസ്സോടെ ഏറ്റെടുത്തു.

(തുടരും)

താന്ത്രികവൈഷ്ണവദർശനം

ഡോ. ദാമോദർ നാരായണൻ സി.എൻ.

(കഴിഞ്ഞ ലക്കം തുടർച്ച)

വൈഖാനസർ

വിഖനസ്സ് എന്ന മഹർഷിയുടെ പിൻതലമുറക്കാരാണ് വൈഖാനസർ. ഇവരുടെ ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളിൽ വൈദികമായ രീതിയുടെ ബാഹുല്യം കൂടുതലായിക്കാണാം. കൃഷ്ണയജുർവ്വേദത്തിന്റെ ഔഖേയശാഖയുമായി അത്യന്തം സ്വാധീനമുള്ള ഒരു ചിന്താരീതിയാണിത്. ജന്മം കൊണ്ടാണ് ഇവർ ആ ആചാരങ്ങൾക്കു യോഗ്യരായിത്തീരുന്നത്. വൈഖാനസകുലത്തിൽ ജനിച്ചവർക്കല്ലാതെ ഈ ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങൾ ആരും ചെയ്യാൻ അർഹരാകുന്നില്ല. ആനന്ദസംഹിതാ എന്ന വൈഖാനസഗ്രന്ഥത്തിൽ ഇങ്ങനെ കാണുന്നു.

നിഗമസ്താന്ത്രികോ മിശ്രസ്ത്രിവിധഃ പ്രോക്തഃ ആഗമഃ.
നിഗമോ വിഖനഃ പ്രോക്തോ മിശ്രോ ഭാഗവതഃ സ്മൃതഃ.

ചതുഃ സിദ്ധാന്തസഹിതഃ പാഞ്ചരാത്രസ്തു താന്ത്രികഃ. (ആനന്ദസംഹിതാ-8-23-24)

നിഗമം, താന്ത്രികം, മിശ്രം എന്നിങ്ങനെ മൂന്നു വിധത്തിലാണ് ആഗമങ്ങളുള്ളത്. നിഗമമെന്നത് വിഖനനാൽ പറയപ്പെട്ട വൈഖാനസമാണ്. മിശ്രമെന്നത് ഭാഗവതവും നാലു സിദ്ധാന്തങ്ങളോടു കൂടിയ പാഞ്ചരാത്രമെന്നതു താന്ത്രികവുമാകുന്നു (ആഗമം, മന്ത്രം, തന്ത്രം, തന്ത്രാന്തരം എന്നിവയാണ് നാലു സിദ്ധാന്തങ്ങൾ). ഇവർ പ്രധാനമായും വൈദികാരാധനയിലെ പ്രധാനപ്പെട്ട മന്ത്രങ്ങളായുള്ള പ്രണവം, ഗായത്രി, മറ്റു വേദസൂക്തങ്ങൾ എന്നിവക്കാണ് പ്രാധാന്യം കൊടുത്തിട്ടുള്ളത്. മന്ത്രോദ്ധാരം, മുദ്രാ തുടങ്ങിയവയും തന്ത്രശാസ്ത്രത്തിലെ മറ്റു ബീജമന്ത്രങ്ങളും ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളിലിവർ ഉപയോഗിക്കാറില്ല. ഇവർക്ക് വൈദികസാഹിത്യകൃതികളായ ഗൃഹ്യശ്രൗതസൂത്രങ്ങളാണ് കൂടുതൽ സ്വാധീനം.

ഇപ്രകാരം ആനന്ദസംഹിതയിൽ മറ്റു പലയിടങ്ങളിലും ഇത്തരം പല നിർവ്വചനങ്ങളും കാണാൻ സാധിക്കും. ചില ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ ഭാഗവതമെന്ന

വിഭാഗം കാണാൻ സാധിക്കില്ല. വൈദികസാഹിത്യത്തിൽ ചിലയിടങ്ങളിൽ വൈഖാനസരെ വാനപ്രസ്ഥരായിട്ടാണ് കണക്കാക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്.

വിഖനസ് മഹർഷി ഭഗവാൻ നാരായണന്റെ അംശമാണെന്നും, ബ്രഹ്മാവിന്റെ അംശമാണെന്നുമുള്ള അഭിപ്രായങ്ങൾ നിലനില്ക്കുന്നുണ്ട്. ബ്രഹ്മാവ് പരമപുരുഷനെ ആരാധിക്കണമെന്ന ആഗ്രഹത്തോടെ ഭഗവാൻ വിഷ്ണുവിനോട് അഭ്യർത്ഥിച്ചതു പ്രകാരം ബ്രഹ്മാവിന് വെളിപ്പെടുത്തിക്കൊടുക്കുകയും പിന്നീട് ബ്രഹ്മാവ് വിഖനസ്സ മഹർഷിയായി ഭൂമിയിൽ അവതരിച്ച് ഈ ധർമ്മം പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തുവെന്ന് ഒരു വാദം. ദേവന്മാർ ഭഗവദാരാധനക്കായുള്ള മാർഗ്ഗത്തെക്കുറിച്ച് ഭഗവാനോടു തന്നെ നേരിട്ടാരായുകയും അതു പ്രകാരം ഭഗവാൻ വിഖനസ്സ മഹർഷിയായി ഭൂമിയിൽ അവതരിച്ചുവെന്നത് വേറൊരു വാദം.

ഈ വിഖനസ്സ മഹർഷിക്ക് നാലു ശിഷ്യന്മാരുണ്ടായിരുന്നു. ഭൃഗു, കശ്യപൻ, അത്രി, മരീചി എന്നിവരാണവർ. ആ മഹർഷി ഈ നാലു ശിഷ്യന്മാർക്കും വൈഖാനസധർമ്മത്തെ ഉപദേശിച്ചു കൊടുത്തു. ഈ നാലു പേരും ആ അറിവിനെ സ്വാംശീകരിക്കുകയും തങ്ങളുടെ രീതിയിൽ പിന്നീട് അത് പ്രചരിഷിക്കുകയും ചെയ്തു. അവയിൽ ഭൃഗു താനറിഞ്ഞ ആ ജ്ഞാനത്തെ പ്രചരിപ്പിച്ചത് അധികാരം എന്ന പേരോടു കൂടിയാണ് . കശ്യപൻ കാണ്ഡങ്ങളായും, അത്രി തന്ത്രങ്ങളായും മരീചി സംഹിതാത്മകങ്ങളായും വിവിധ ഗ്രന്ഥങ്ങളെഴുതി തന്റെ ജ്ഞാനത്തെ പിൻതലമുറക്കാർക്ക് വേണ്ടി പകർന്നു നൽകി. വൈഖാനസഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഗദ്യരൂപത്തിലും പദ്യരൂപത്തിലും നിലനില്ക്കുന്നുണ്ട്. വിമാനാർച്ചനാകല്പം, ജ്ഞാനകാണ്ഡം എന്നീ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഗദ്യരൂപത്തിലും ക്രിയാധികാരം തുടങ്ങിയ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ പദ്യരൂപത്തിലുമാണ്.

വിമാനാർച്ചനാകല്പം ആനന്ദസംഹിതാ, ആദിസംഹിതാ, ക്രിയാധികാരം, ഖിലാധികാരം, പ്രകീർണ്ണാധികാരം, അർച്ചാധികാരം, യജ്ഞാധികാരം, വാസാധികാരം, നിരുക്താധികാരം, മാനാധികാരം, ചിത്രാധികാരം, വർണ്ണാധികാരം, പുരാതന്ത്രം, സമൂർത്താർച്ചനാധികരണം, ജ്ഞാനകാണ്ഡം, ഭൃഗുസംഹിതാ എന്നിവയാണ് ചില വൈഖാനസഗ്രന്ഥങ്ങൾ. ഇതു കൂടാതെ പ്രതിഷ്ഠാവിധിദർപ്പണം,ഭഗവദർച്ചാപ്രകരണം,ബ്രഹ്മോത്സവാനുക്രമണികാ, അർച്ചനാനവനീതം, പ്രയോഗവൃത്തിഃ, വൈഖാനസഗൃഹ്യസൂത്ര താത്പര്യചിന്താമണിവ്യാഖ്യാ, വൈഖാനസമഹിമാമഞ്ജരി, ആനന്ദസംഹിതാടീകാ, ബാദരായണസൂത്രവൃത്തി, തുടങ്ങിയ വ്യാഖ്യാനങ്ങളും, പദ്ധതിഗ്രന്ഥങ്ങളും ഇതിന്റെ ഭാഗമായതാണ്.

വൈഖാനസരുടെ ദീക്ഷാ

വൈഖാനസർ ഗർഭദീക്ഷിതരാണ്. അതായത് ഗർഭകാലത്തു തന്നെ ഭഗവാൻ വിഷ്ണുവിനാൽ അവർ ദീക്ഷിതന്മാരാകുന്നുവെന്നാണ് സങ്കല്പം. ഈ

സമ്പ്രദായക്കാർക്ക് ഗർഭകാലത്തുതന്നെ എട്ടാം മാസത്തിൽ വിഷ്ണുബലിയെന്ന ഒരു ചടങ്ങ് നടത്തപ്പെടുന്നു.[1] ഗർഭരക്ഷയാണ് ഈ ചടങ്ങിന്റെ പ്രധാന ഉദ്ദേശ്യം. ഈ ചടങ്ങിനിടയിൽ ചക്രം, ശംഖ്. ഗദാ, പദ്മം എന്നീ ചിഹ്നങ്ങളെക്കൊണ്ട് അടയാളപ്പെടുത്തിയ ഹവിസ്സ് ഹോമശേഷം ഗർഭിണിയായ സ്ത്രീയെ കഴിപ്പിക്കുന്നു. അതു കഴിക്കുന്നതോടു കൂടി ഭഗവാൻ വയറ്റിൽ വച്ചു തന്നെ ശിശുവിനെ തന്റെ നാലു ആയുധങ്ങളെക്കൊണ്ടും അടയാളപ്പെടുത്തി ദീക്ഷ നല്കുന്നുവെന്നാണ് സങ്കല്പം. ഇതിനെ ഗർഭചക്രദീക്ഷാ എന്നാണ് പറയുക. വൈഖാനസസൂത്രങ്ങളിലും ക്രിയാധികാരമെന്ന പേരായ ഗ്രന്ഥങ്ങളിലുമൊക്കെ ഈ ക്രിയയെക്കു റിച്ചു വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. [2]

വൈഖാനസർക്ക് വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് ക്ഷേത്രവും അനുഷ്ഠാനങ്ങളും. വൈഖാനസക്ഷേത്രങ്ങളിലെ അർച്ചകനാകാൻ മൂന്നു തരത്തിലുള്ള ദീക്ഷാപ്രക്രിയകളിലൂടെ കടന്നു പോകണമെന്ന് ശാസ്ത്രം പറയുന്നു. മാനസീ, വാചി കീ, കായികീ ഇങ്ങനെയാണ് അവ. ഭൂതശുദ്ധി തുടങ്ങി ക്രിയകളിലൂടെയുള്ള ഭാവനാത്മകമായ ദീക്ഷയാണ് മാനസീ. മന്ത്രജപം തുടങ്ങി ക്രിയാംഗമായിട്ടുള്ളതാണ് വാചികീ. ചക്രം തുടങ്ങിയവ ചൂടാക്കി അടയാളപ്പെടുത്തുന്നതാണ് കായികീ. ഇതെല്ലാം ക്രിയകളോടു കൂടി പുറത്തു ചെയ്യുന്നതാണ്. ഇതെല്ലാം ചക്രാബ്ജമെന്ന അതിവിശിഷ്ടമായ വൈഷ്ണവപൂജയുടെ ഭാഗമായാണ് ചെയ്യാറുള്ളത്. ഇതു കൂടാതെ പല ഗ്രന്ഥങ്ങളിലും പല തരത്തിലുള്ള ദീക്ഷകളെക്കുറിച്ചു പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഗർഭാവസ്ഥയിൽത്തന്നെ ദീക്ഷിതരായവർക്കാണ് ഈ ചടങ്ങുകൾ പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്.

എല്ലാ ആഗമഗ്രന്ഥങ്ങളിലും ജ്ഞാനം, യോഗം, ക്രിയാ, ചര്യാ എന്നിങ്ങനെ നാലു പാദങ്ങളുണ്ടെന്നത് നേരത്തേ പറഞ്ഞു. വൈഖാനസശാസ്ത്രത്തിലും ഇവക്കു പ്രാധാന്യമുണ്ട്.

വൈഖാനസത്തിലെ യോഗപാദം

ജീവാത്മപരമാത്മയോർയ്യോഗോ യോഗഃ എന്നതാണ് വൈഖാനസശാസ്ത്രത്തിൽ യോഗത്തിനുള്ള നിർവ്വചനം. ഈ നിർവ്വചനം പാതഞ്ജലയോഗത്തിലെ യോഗശ്ചിത്തവൃത്തിനിരോധഃ എന്ന കാഴ്ച്ചപ്പാടിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമാണ്. ജീവാത്മാവിന്റെയും പരമാത്മാവായിരിക്കുന്ന ഭഗവാൻ വിഷ്ണുവിന്റെ

1. വിഷ്ണുബലിയെന്ന ചടങ്ങ് കേരളത്തിലെ യജുർവ്വേദീയരായ ബ്രാഹ്മണർക്കിടയിൽ ഇപ്പോഴും നടത്തിപ്പോരുന്നു. ഇതിൽ ഈ ചക്രം അടയാളപ്പെടുത്താറില്ലെന്നു മാത്രം.

2. നാരായണഃ സ്വയം ഗർഭേ മുദ്രാം ധാരയതേ നിജാം (ക്രിയാധികാരം 36.43)

യും കൂടിച്ചേരലാണ് ഇവിടെ യോഗമെന്ന പദം കൊണ്ട് അർത്ഥമാക്കുന്നത്. പതഞ്ജലിയുടെ യോഗദർശനത്തിലെപ്പോലെത്തന്നെ എട്ടംഗങ്ങളോടു കൂടിയതാണ് ഈ ദർശനവും. യമം, നിയമം, ആസനം, പ്രാണായാമം, പ്രത്യാഹാരം, ധാരണാ, ധ്യാനം, സമാധി എന്നിങ്ങനെയുള്ള അഷ്ടാംഗങ്ങളിൽ പാതഞ്ജലസൂത്രങ്ങളിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമായി യോഗങ്ങളുടെ അംഗങ്ങളിൽ വ്യത്യാസമുണ്ട്. യമം, നിയമം എന്നിവയിൽ പാതഞ്ജലയോഗത്തിൽ അഞ്ചു പാദങ്ങളാണുള്ളതെങ്കിൽ ഇവിടെ പത്തു വീതം പാദങ്ങളാണുള്ളത്. വിമാനാർച്ചനാകല്പ്പമെന്ന ഗ്രന്ഥത്തിലെ 96-ാം പടലത്തിൽ ഇവയെ വിശദീകരിച്ചിരിക്കുന്നു.

യമം

അഹിംസാ, സത്യം, അചൌര്യം, ഗൃഹസ്ഥസ്യ സ്വദാരനിരതിഃ, അന്യേഷാം സർവ്വത്ര മൈഥുനത്യാഗഃ. ദയാ, ആർജ്ജവം, ക്ഷാന്തി, ധൈര്യം, മിതാശനം, ശൌചം.

നിയമം

തപസ്സ്, സന്തോഷം, ആസ്തിക്യം, ദാനം, വിഷ്ണുപൂജാ, വേദാർത്ഥശ്രവണം, കുത്സിതകർമ്മസു ലജ്ജാ, ഗുരൂപദേശശ്രദ്ധാ, മന്ത്രാഭ്യാസം, ഹോമം.

ആസനം

പ്രധാനമായും ഒമ്പതു തരത്തിലാണ് ആസനങ്ങൾ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. അവയെ ഉത്തമം, മദ്ധ്യമം, അധമം എന്നിങ്ങനെ വേർതിരിച്ചിരിക്കുന്നു.

ഉത്തമം- ബ്രാഹ്മം, സ്വസ്തികം, പദ്മം.

മദ്ധ്യമം-ഗോമുഖം, സിംഹമുഖം, മുക്തം.

അധമം- വീരം, ഭദ്രം, മയൂരം.

ഈ ആസനങ്ങളെക്കുറിച്ചെല്ലാം വിശദമായി ഈ ഗ്രന്ഥത്തിൽ പരാമർശിച്ചിരിക്കുന്നു.

പ്രാണായാമം

പ്രാണായാമം പ്രധാനമായും രേചകം, പൂരകം, കുംഭകമെന്നിങ്ങനെ മൂന്നായി തിരിച്ചിരിക്കുന്നു. ഇതിന്റെ രീതികളെക്കുറിച്ചും ഗ്രന്ഥത്തിൽ പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നു.

(തുടരും)

ഔഷധസസ്യങ്ങൾ – 39

വയമ്പ്

ഉണ്ണികൃഷ്ണൻ കിഴുത്താനി ഫോൺ : 0480 2832108

ബുദ്ധിവികാസത്തിനും കണ്ഠശുദ്ധിക്കും ആയുർവേദത്തിന്റെ അമൂല്യമായ ഔഷധമാണ് വയമ്പ്. അതിതീക്ഷ്ണഗന്ധം ഇതിന്റെമാത്രം പ്രത്യേകതയാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെയാണ് ഉഗ്രഗന്ധം എന്ന് പേരിട്ടുവിളിക്കുന്നത്.

അരേസി കുടുംബത്തിൽപ്പെട്ട വയമ്പിന്റെ ശാസ്ത്രനാമം അക്കോറസ് കലാമസ് എന്നാണ്. സംസ്കൃതത്തിൽ വച, ഷഡ്ഗ്രന്ഥി തുടങ്ങിയ പേരുകളുമുണ്ട്. ഇംഗ്ലീഷിൽ സ്വീറ്റ്ഫ്ലാഗ് എന്നു പറയുന്ന മൂലകാണ്ഡമാണ് ഔഷധാവശ്യങ്ങൾക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

ഔഷധഗുണത്തിലേക്ക് കടന്നാൽ ബുദ്ധിശക്തി, ഓർമ്മശക്തി, ശബ്ദസൗകുമാര്യം ഇവ വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നു. കൂടാതെ അപസ്മാരം, ഭ്രാന്ത് തുടങ്ങിയ മാനസിക വികാരങ്ങളെയും ശാരീരിക അസ്വാസ്ഥ്യങ്ങളെയും ശമിപ്പിക്കാനുള്ള അപാരമായ ശക്തിവിശേഷവും ഇതിനുണ്ട്. അമിതമായി അകത്തുചെന്നാൽ വമനം (ഛർദ്ദി) അനുഭവപ്പെടും. അതുകൊണ്ട് വിദഗ്ദ്ധോപദേശത്താൽ മാത്രം ഉപയോഗിക്കുക. കഫത്തെ വേർതിരിച്ച് പുറത്തുകളയാൻ സഹായിക്കുന്നു. മലബന്ധവും മൂത്രതടസ്സവും ഇല്ലാതാക്കുന്നു. രസായനമായും വാജീകരണമായും ഉപയോഗിച്ച് ഫലസിദ്ധി ബോദ്ധ്യപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. കണ്ഠരോഗങ്ങൾക്ക് വിശിഷ്യ കൈകണ്ട ഔഷധമാണ്. ദന്തരോഗം, കുഷ്ഠം ഇവയുടെ കാഠിന്യം കുറവുചെയ്യുന്നു. സർവ്വോപരി രോഗാണു നാശിനി കൂടിയാണ് വയമ്പ്. ഇതിനുംപുറമെ, ശരീരത്തിലെ അനാവശ്യനീര് ഇല്ലായ്മ ചെയ്യാനുള്ള കഴിവുമുണ്ട്.

ഔഷധപ്രയോഗങ്ങളിലൂടെ ദിവസേന അതിരാവിലെ അര ടീസ്പൂൺ വയമ്പ് പൊടിച്ചത് 200 മി.ലി. പശുവിൻ പാലിൽ നന്നായി യോജിപ്പിച്ച് കഴിച്ചാൽ മാനസികരോഗങ്ങൾ ഉൾപ്പെടെയുള്ള ഉന്മാദലക്ഷണങ്ങൾ ഇല്ലാതാകും.

വയമ്പും കുരുമുളകും ചേർത്ത് പുകയുണ്ടാക്കി മൂക്കിലൂടെ വലിച്ചുകയറ്റിയാൽ അപസ്മാര സംബന്ധമായ അസുഖങ്ങളും ലക്ഷണങ്ങളും അപ്രത്യക്ഷമാകും.

വയമ്പ്, ബ്രഹ്മി ഇവ സമമായി പൊടിച്ചത് ഒരു ഗ്രാം ഒരു വലിയ ടീസ്പൂൺ തേനിൽ ചാലിച്ച് ദിവസേന വെറും വയറ്റിൽ സേവിപ്പിച്ചാൽ അപസ്മാരം മാറുമെന്ന് അനുഭവസ്ഥർ പറയുന്നു. വയമ്പും ത്രികടു (കുരുമുളക്, തിപ്പലി, ചുക്ക്)വും സമമായി പൊടിച്ചത് ഒരു ഗ്രാം വീതം ദിവസേന 3 നേരം സേവിപ്പിച്ചാൽ കൊച്ചു കുഞ്ഞുങ്ങളും പ്രായമേറെ ചെന്നവർക്കും അനുഭവപ്പെടുന്ന പിച്ചുംപേയും പറയുന്ന അവസ്ഥ മാറുമെന്ന് നാട്ടറിവുകളിൽ പറയുന്നു.

വയമ്പ് ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് വിതറിയാൽ മൂട്ടയുടെ ഉപദ്രവം ഇല്ലാതാകും. വയമ്പ് മറ്റു താളികളുമായി ചേർത്ത് തല കഴുകാൻ ഉപയോഗിച്ചാൽ പേൻ, ഈര് ഇവ നശിക്കുമെന്നും നാട്ടറിവുകൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു.

വയമ്പിന്റെ കുരുവും ഇലയും നന്നായി ഉണക്കിപ്പൊടിച്ച് ശീതളപാനീയങ്ങൾക്കു ഹൃദ്യമായ രുചിയും ആകർഷണീയമായ മണവും നൽകാൻ ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട്. ആരോഗ്യപരമായും ഏറ്റവും നല്ല കാഴ്ചപ്പാട് കൂടിയാണിത്.

Awareness Meditation - A Solution for Crisis

(വിമർശധ്യാനം)

(shripuram YouTube channel ലിലുള്ള Awareness Meditation - A Solution for Crisis എന്ന വീഡിയോയിൽനിന്നും പകർത്തിയത്)

ജീവിതത്തിൽ നമുക്കുണ്ടായിക്കോണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രതിസന്ധികളികൾക്കു പരിഹാരമായിട്ടോ അല്ലാതെയോ, അതായത് പരമമായ ഈശ്വരാരാധന എന്നതാണ് നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം എങ്കിൽ അതിനായിട്ടും, ഉപയോഗിക്കുവാൻ പര്യാപ്തമായ ഒരു ധ്യാന രീതിയാണ് Awareness Meditation എന്നത്. അതിനായി നാം എന്തിനുവേണ്ടിയാണ് ഈ സാധന ചെയ്യുവാൻ പോകുന്നത് എന്ന ഉത്തമാമായ ബോധ്യത്തോടെ, അത് നമ്മളെ അലട്ടുന്ന ജീവിതപ്രതിസന്ധികളാവാം അതല്ല ഈശ്വരാരാധന എന്ന ലക്ഷ്യമാവാം അങ്ങനെ, എന്തുതന്നെയായാലും അത് മനസ്സുകൊണ്ട് നമ്മളുടേതായ ഭാഷയിൽ ഉറച്ച് സങ്കല്പ്പിച്ച് സ്വസ്ഥമായ ഒരു സ്ഥലത്ത് നമുക്ക് ഇഷ്ടമുള്ള രീതിയിൽ ഇരിക്കുക. നട്ടുനിവർത്തിതന്നെ ഇരിക്കണമെന്ന നിർബന്ധമില്ല, പല സാധനകൾക്കും അങ്ങനെതന്നെ ഇരിക്കണം എന്ന നിർബന്ധമുണ്ടെങ്കിലും ഈ ധ്യാനരീതിയിൽ അതിന്റെ ആവശ്യമില്ല. അവനവന് സുഖമായി ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഇല്ലാതെ എങ്ങനെയാണോ ഇരിക്കാൻ സാധിക്കുക അപ്രകാരം ഇരിക്കാവുന്നതാണ്. അതായത് ചമ്രം പടിഞ്ഞോ, ഇരിപ്പിടങ്ങളിളോ, സോഫപോലുള്ളവയിലോ ഇനി നടുവിനും കഴുത്തിനുമെല്ലാം ബുദ്ധിമുട്ടുള്ളവരാണ് എങ്കിൽ ചാരിയിരിക്കാൻ പറ്റുന്ന രീതിയിലോ അങ്ങനെ ഏത് രീതിയിലാണെങ്കിലും കുഴപ്പമില്ല. ഓരോരുത്തർക്കും സുഖമായി ഇരിക്കാൻ സാധിക്കുന്ന ഒരു രീതിയിൽ ഇരിക്കുക. അങ്ങനെ ഇരുന്നതിനുശേഷം കണ്ണുകൾ സാവധാനം അടയ്ക്കുക. ഇങ്ങനെ കണ്ണുകൾ അടച്ചിരിക്കുന്ന സമയത്ത് കണ്ണിന്റെ മാംസപേശികൾ, താടിയെല്ലിന്റെ ഭാഗത്തെ മാംസപേശികൾ, കഴുത്തിന്റെയും തോൾഭാഗത്തിന്റേയും ഭാഗത്തുള്ള മാംസപേശികൾ എല്ലാം അയച്ചിടുക. അതായത് ശരീരത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗവും tensed അല്ലാതെ പൂർണ്ണമായും relaxed ആയിട്ടിരിക്കുവാൻ നാം നമ്മുടെ ശരീരം മുഴുവനും ഒന്നു ശ്രദ്ധിക്കുക. എന്നിട്ട് നമ്മളുടെ ശ്രദ്ധ പതുക്കെ നമ്മളുടെ ശ്വാസോഛ്വാസത്തിലേക്കു കൊണ്ടുവരിക. അങ്ങനെ കൊണ്ടുവരുമ്പോൾ ഒരു രീതിയിലും ശ്വാസത്തെ നിയ

ന്ത്രിക്കാൻ പാടുള്ളതല്ല, അതായത് അകത്തേക്കും പുറത്തേക്കുമുള്ള നമ്മിലെ ശ്വാസഗതിയെ യാതോരുവിധ നിയന്ത്രണങ്ങൾക്കും വിധേയമാക്കാതെ ശ്രദ്ധയോടുകൂടി ഒരു കാഴ്ച്ചക്കാരനായി കണ്ടിരിക്കുക. ഒരു രീതിയിലുമുള്ള ഇടപെടലുകളും അതിൽ നടത്താതിരിക്കുക. ശ്വാസത്തിന്റെ ഗതി പല രീതിയിലും ആയിരിക്കാം നീളം കൂടിയവയാകാം, നീളം കുറഞ്ഞതാകാം, ഇടയ്ക്ക് മുറിഞ്ഞ രീതിയിലാവാം അങ്ങനെ പല രീതികളിലാവാം ഓരോരുത്തരുടേയും ശ്വാസം അകത്തേക്കും പുറത്തേക്കും വരുന്നത്. അത് എങ്ങനെയും ആയിക്കൊള്ളട്ടെ അതിനെ ശ്രദ്ധാപുരസ്സരം നിരീക്ഷിച്ചുകൊണ്ട് അങ്ങനെതന്നെ ഇരിക്കുക. അങ്ങനെ ഇരിക്കുന്ന സമയത്ത് നമ്മുടെ ശ്രദ്ധ പലപ്പോഴും നാം അറിയാതെ തന്നെ മറ്റു പലതരത്തിലുള്ള ചിന്തകളുടെ ചിറകിലേന്തി പല കാര്യങ്ങളിലേക്കും സ്വാഭാവികമായിതന്നെ വ്യതിചലിച്ചു പോയേക്കാം. അങ്ങനെ വ്യതിചലിച്ചുപോയി എന്നു നാം തിരിച്ചറിയുന്ന ആ ഒരു നിമിഷത്തിൽ വീണ്ടും നമ്മുടെ ശ്രദ്ധയെ വളരെ പതുക്കെ ബലപ്രയോഗം കൂടാതെ ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിലേക്കു തിരിച്ചുകൊണ്ടുവരിക. പിന്നെയും അങ്ങനെ പല ആവൃത്തി ശ്രദ്ധ വ്യതിചലിച്ചുപോയേക്കാം അപ്പോളെല്ലാം ഇതേപോലെ വളരെ സാവധാനത്തിൽ ശ്രദ്ധയെ ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിലേക്കു തിരിച്ചുകൊണ്ടുവരിക. നമ്മൾ ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കുന്നതും അത് നമ്മൾ അറിയാതെ വ്യതിചലിക്കുന്നതും നാം അത് തിരിച്ചറിയുന്നതും അപ്പോൾ സാവധാനം ആ ശ്രദ്ധയെ തിരിച്ചുകൊണ്ടു വരുന്നതും എല്ലാം ധ്യാനം തന്നെയാണ്. അതുകൊണ്ട് ചിന്തകൾ ഉണ്ടാകുന്നതിലും ശ്രദ്ധ വ്യതിചലിച്ചു പോകുന്നതിലും ഒന്നും യാതോരുവിധ കുറ്റബോധമോ, ശരിയാണോ തെറ്റാണോ എന്നുള്ള സംശയങ്ങളോ ഒന്നും ഉണ്ടാവേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ഇങ്ങനെ ഒരു നാഴിക, 24 മിനിറ്റ്, നേരം ഇതുപോലെ ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തെ ശ്രദ്ധിച്ച് ധ്യാനിക്കുക. എന്നിട്ട് പതുക്കെ ദീർഘമായി ശ്വാസോച്ഛ്വാസം എടുത്ത് സാവധാനം കണ്ണുകൾ തുറന്ന് ഇതിൽനിന്നും പുറത്തേക്കുവരിക.

ഇങ്ങനെ ദിവസത്തിൽ രണ്ടുനേരം ഈ ധ്യാനപ്രക്രിയ ചെയ്യാവുന്നതാണ്. രണ്ട് നേരം സാധിക്കാത്തവർക്ക് ഒരുനേരം എന്ന രീതിയിലും ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ഉറക്കത്തിനു മുമ്പായി ചെയ്യാതിരിക്കുന്നതാവും ഉത്തമം. കാരണം ഇത് ചെയ്തു ഉടനെ ഉറക്കം വരാൻ സാധ്യത കുറവാണ്. ഓരോരുത്തരും ചെയ്തുനോക്കി അവരവരുടെ ഒരു സമയം കണ്ടെത്താവുന്നതാണ്. ഇതിൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടുന്ന ഒരു നിയമം എന്നത് ഒന്നിലും ഇടപെടരുത് എന്നതുമാത്രമാണ്. നമ്മിലെ ഒരു സ്വാഭാവിക പ്രക്രിയ എന്നത് സദാസമയം നമ്മുടെ ശരീരത്തെ നിയന്ത്രിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക എന്നതാണ്. നമ്മുടെ മനസ്സിന്റേയും ബുദ്ധിയുടേയും അഭിപ്രായങ്ങൾ ശരീരത്തിന്റെ മുകളിൽ അടിച്ചേല്പിച്ചുകൊണ്ടേ ഇരിക്കുകയാണ്. അതിനുപകരം ശരീരത്തെ അതിന്റെ സ്വാഭാവികമായ രീതിക്കു വിട്ടുകൊടുക്കുകയാണ് എങ്കിൽ സുഖമായ ഒരു രീതി കുറച്ചുകാലങ്ങൾകൊണ്ട് ശരീരംതന്നെ കണ്ടെത്തിക്കൊള്ളും. അപ്പോൾ ശരീരത്തിലോ, ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിലോ, ചിന്തകളിലോ ഒന്നിലുംതന്നെ ഇടപെടലുകൾ

നടത്താതിരിക്കുക. ഈ ശ്വാസോഛ്വാസത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കുക എന്നുള്ളൊരു ധ്യാനരീതി വളരെ പണ്ടുമുതലെ, വേദകാലഘട്ടം മുതലേ, നിലവിലുള്ള ഒരു ധ്യാനരീതിയാണ്. ശ്വാസവും ബോധവും തമ്മിലുള്ള അഭേദ്യമായ ബന്ധത്തെക്കുറിച്ച് നമ്മുടെ പൂർവ്വസൂരികൾക്കറിയാമായിരുന്നു. പ്രജ്ഞയും പ്രാണനും ഒന്നാണ്. പ്രജ്ഞതന്നെയാണ് പ്രാണൻ. പ്രാണൻ തന്നെയാണ് പ്രജ്ഞ. പ്രജ്ഞ എന്നാൽ നമ്മളിലെ Awareness. പ്രാണൻ എന്നുപറയുന്നത് ശ്വാസോഛ്വാസം. അപ്പോൾ നമ്മൾ ഒരിടത്ത് സ്വസ്ഥമായിരുന്ന് നമ്മുടെ ശ്വാസത്തെ വീക്ഷിക്കുകയാണ്, ഇടപെടാതെ. ശ്വാസോഛ്വാസം ഈശ്വരനാണ്. അതായത് നമ്മൾ വെറുതേയിരുന്ന് ആ ശ്വാസോഛ്വാസത്തെപ്പറ്റി Aware ആവുകയാണെങ്കിൽ നാം Aware ആകുന്നത് ഈശ്വരനെക്കുറിച്ചാണ്.നമ്മുടെ ഇഷ്ടദേവതയുടെ സ്വരൂപത്തെക്കുറിച്ചാണ്.

ഇതിൽ ഓരോരുത്തർക്കും ആവശ്യമായ നിയമങ്ങളും വരുത്തേണ്ടുന്ന മാറ്റങ്ങളുമെല്ലാം ഈ ധ്യാനം അനുഷ്ഠിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ അവരവർക്കുതന്നെ മനസ്സിലായിക്കൊള്ളുമെന്നതിനാൽ ഇടപെടൽ നടത്തരുത് എന്നതൊഴിച്ചാൽ മറ്റു നിയമങ്ങളൊന്നുംതന്നെയില്ല. ഈ ഒരു ധ്യാന പ്രക്രിയ അതിവിശിഷ്ടവും മഹത്ത്വപൂർണ്ണവുമാണ്.

സംക്ഷിപ്തം

ഒരിടത്ത് സ്വസ്ഥമായി ഇരിക്കണം. കണ്ണുകളടച്ച് മുഖത്തേയും തോളുകളുടേയും തുടർന്ന് മുഴുവൻ ശരീരത്തിലേയും മാംസപേശികൾ അയവുവരുത്തുക. പതുക്കെ ശ്രദ്ധ ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിൽ കേന്ദ്രീകരിക്കുക. എന്നാൽ ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തെ ഒരുകാരണവശാലും നിയന്ത്രിക്കരുത്. സ്വാഭാവികമായ താളത്തിലുള്ള ശ്വാസസഞ്ചാരത്തെ ഒരു കാഴ്ചക്കാരനായി നോക്കിയിരിക്കുക. എപ്പോഴൊക്കെയാണോ ശ്രദ്ധ ഇതിനിടയിൽ വഴിമാറിപ്പോകുന്നത് അപ്പോഴൊക്കെ വീണ്ടും അതിനെ തിരിച്ച് ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവരിക. ഇങ്ങനെ ഒരു നാഴിക അതായത് ഇരുപത്തിനാല് മിനിട്ട് ചെയ്യണം. അതുകഴിഞ്ഞാൽ ശ്വാസം ദീർഘമായി എടുത്ത് ധ്യാനം നിർത്താം. ഇപ്രകാരം രാവിലെയും വൈകുന്നേരവും രണ്ടുനേരമയി ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ഒരുനേരം മാത്രമായും ചെയ്യാം.

ഇതു ചെയ്യുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ സ്വാഭാവികമായ ശ്വാസഗതിയേയോ ഇടയിലുണ്ടാകുന്ന ചിന്തകളേയോ ഒന്നും തന്നെ നിയന്ത്രിക്കാൻ ശ്രമിക്കരുത്.

RNI Registration Number – KERMAL/2012/56910

ശ്രീപുരം
ശ്രീ നാഗകാളീസമേത
അഷ്ടനാഗേശ്വരക്കാവ്
(ആയില്യ ദർശനക്കാവ്)

ശ്രീപുരം
ശ്രീ നാഗകാളീ
സമേത അഷ്ടനാഗേശ്വരക്കാവ്

Printed and Published by K.P Sreedharan Namboothiri, owned by Shripuram Publications and printed at MAMA offset print, Irinjalakkuda, Thrissur, and published at Thrissur, address: Shripuram Publications, Madayikkonam,post,Irinjalakkuda,Thrissur, Kerala,680712.
Editor: D.Prakash

ISSN:2583-2484

Scan the QR code for free download