అంతరంగ యాత్ర

ANTHARANGA YATRA

KRISHNAMURTI FOUNDATION INDIA APR-JUL 2021 Rs. 2/- VOL. XV ISSUE 3

జె. కృష్ణమూర్తి బోధనలతో కూర్చిన ప్రచురణ

ఈ భూమిపై నివసిస్తున్న ప్రాణికోటితో బాంధవ్యం

నది పక్కనే ఒక చెట్టు ఉన్నది. ప్రతి రోజూ సూర్యోదయం అవక మునుపు నుంచే చెట్టు వైపు చూస్తూ కూర్చుంటాను. ఇలా అనేక వారాలు చెట్టును చూస్తూ గడిపాను. దిగంతరేఖ పై నుండి, దూరాన ఉన్న చెట్లపై నుండి సూర్యబింబం మెల్లమెల్లగా పైకి లేస్తూ ఉండగానే ఈ చెట్టు హఠాత్తుగా బంగారు వర్ణంలోకి మారిపోతుంది. ఆకులన్నీ ప్రాణంతో తొణికిసలాడుతూ మిలమిలలాడి పోతుంటాయి. చూస్తుండగానే గంటలు గడిచిపోతాయి.

ఆ చెట్టు – దాని పేరు ఏదైతే ఏమిటి – అది ఒక అందమైన వృక్షం. ముఖ్యమైన సంగతి అదీ. పేరు కాదు ముఖ్యం. చూస్తూ చూస్తూ ఉండగానే ఆ ప్రాంతం అంతటా, ఆ నదిపైన కూడా ఒక అపూర్వమైన గుణం ఏదో ఆవరించుకొని పోయినట్లుగా అనిపిస్తుంది. సూర్యుడు ఇంకొంచెం పైకి ఎక్కి వస్తుంటే ఆకులు కదిలి రెపరెపలాడిపోతూ నృత్యం చేయడం ఆరంభిస్తాయి. ఒక్కొక్క గంట గడుస్తుంటే ఆ చెట్టు ఒక్కొక్క రకమైన, ఒక్కొక్క కొత్త గుణాన్ని సంతరించుకున్నట్లుగా కనబడుతుంది. సూర్యోదయానికి పూర్వం ఆ చెట్టు ఉదాసీనంగా నిలబడి ఉన్నట్లు, చప్పుడు చేయకుండా ఎక్కడో దూరంలో ఉన్నట్లు, గంభీరంగా నిండుకుండలా ఉన్నట్లు అనిపిస్తుంది. ప్రొద్దు ఎక్కడం మొదలవడంతోటే, సూర్యకాంతి తమ మీద సోకగానే ఆకులు నర్తించడం సాగిస్తాయి. అప్పుడు ఆ చెట్టు కొక వింతైన ప్రత్యేకత అబ్బినట్లుగా తోస్తుంది. గొప్ప సౌందర్యంతో నిండిపోయి ఉన్నటువంటి భావం అది.

మధ్యాహ్న సమయానికి ఆ చెట్టు నీడ చిక్కబడుతుంది. ఇక మనం ఆ నీడలో కూర్చుని ఎండ తీక్షణత నుండి తప్పించుకోవచ్చు. అక్కడ ఒంటరిగా ఉన్నట్లు అనిపించనే అనిపించదు. చెట్టు సాన్నిహిత్యం మనకు తోడు నిస్తుంది. అక్కడ కూర్చున్నప్పుడు ఒక ప్రగాఢమైన, అచంచలమైన భద్రతను ఇచ్చే బాంధవ్యమూ స్వేచ్ఛా కూడా లభిస్తాయి. ఇది చెట్లకు మాత్రమే సాధ్యం.

సంధ్యా సమయం సమీపిస్తున్నప్పుడు అస్తమిస్తున్న సూర్యుని కాంతితో పశ్చిమాకాశం వెలిగిపోతుంది. అప్పుడు చెట్టు క్రమక్రమంగా ఉదాసీనంగా అయిపోతుంది. నల్లబడి, తనలోకి తాను వెళ్ళిపోతుంది. ఆకాశం ఎరుపు, పసుపు, హరిత వర్ణాలలోకి మారిపోతూ ఉంటుంది. అయితే చెట్టు మౌనంగా, మన కంటికి అందకుండా పోతుంది. నిశీధి వేళలో విశ్రాంతి తీసుకుంటుంది.

ఆ చెట్టుతో బాంధవ్యం నెలకొల్పుకుంటే అప్పుడు మానవాళితో సత్సంబంధం ఉంటుంది. అప్పుడు ఆ చెట్టు బాధ్యత మీది అవుతుంది. అప్పుడు ప్రపంచంలో ఉన్న సమస్త వృక్షాల బాధ్యత మీది అవుతుంది. ఈ భూమి మీద ఉన్న ప్రాణులతో మీకు కనుక ఏ సంబంధమూ లేనట్లయితే మానవాళితో మానవులతో మీకు గల ఈ కాస్త సంబంధాన్ని కూడా కోల్పోతారేమో.

ఒక చెట్టు గుణతత్వంలోకి మనం ఎన్నడూ లోతుగా పరికించి చూడం. ఆ చెట్టును నిజంగా తాకి చూడటం అనేది చేయనే చేయం. ఆ చెట్టును పట్టుకొని దృఢంగా ఉన్న ఆ చెట్టు గట్టితనాన్ని చూడనే చూడం. గరుకుగా ఉన్న బెరడును చేతితో స్పృశించినప్పుడు ఎలా అనిపిస్తుందో చూడం. ఆ చెట్టులో ఒక భాగమే అయిన దాని ధ్వనిని వినడే వినం. అది ఆకుల మధ్య నుండి వీస్తూ గాలి చేసే ధ్వని కాదు. ప్రాతఃకాలంలో ఆకులను కలవరపెట్టి వణికించే మందమారుతపు ధ్వనిని కాదు. చెట్టుకు గల సొంత ధ్వనిని. చెట్టు మానుకు గల ధ్వనిని. చెట్టు వేర్లు మౌనంగా వినిపించే ధ్వనిని. ఈ ధ్వనిని వినాలంటే మీలో అత్యంతమైన సున్నితశీలత ఉండాలి. ఈ ధ్వని మన ఈ ప్రపంచపు గోల వంటిది కాదు. ఎప్పుడూ వాగుతూ ఉండే మనసు చేసే గోల వంటిది కాదు.

మానవుల కలహాలలో, మానవుల యుద్ధకాండలలో ఉండే ఆ అసహ్యమైన చప్పుళ్ళు కాదు. ఈ అపార విశ్వానికి చెందినది అయినటువంటి ధ్వని అది.

('కృష్ణమూర్తి టు హిమ్ సెల్ఫ్' నుండి; 9–10 పుటలు)

నన్ను నేను తెలుసుకుంటూ ఉండటమే అత్యంత ప్రధానం (2)

(గత సంచిక తరువాయి)

ఏవో కొన్ని సంబంధాలూ, ఆస్తులూ, గుణాలూ ఉన్న 'నేను' గానే మన 'స్వీయం' మనకి తెలుసు. ఒక ప్రత్యేక సంస్కృతీ, పరిసరాలలోని ఎన్నో ప్రభావాలూ, చదివిన పుస్తకాలూ, వేదాంతాలూ, నేర్చుకున్న యుక్తులూ – వీటన్నింటివల్లా నియంత్రిత మైనదిగా, నిబద్ధమైనదిగా ఈ 'నేను 'అనేది మనకి తెలుసు. అసూయ, ప్రేమ, ద్వేషం, ఆశ, భయం – వీటన్నిటికీ లోనయ్యేది 'నేనే' – 'స్వీయమే'. కానీ ఈ 'స్వ' అంటే, పైపై స్థాయిలో రోజువారీ పనులు చేసే చేతన మానసమే కాదు. లోలోతుల్లో పని చేసే అంత:చేతన మానసం కూడా. చేతన అనే దాని మొత్తం అంతా ఈ 'నేనే', స్వీయమే.

ఆ కేంద్రం – అంటే ఈ 'స్వ' నించే మన ఆలోచన అంతా ప్రారంభమవుతుంది. ఎక్కడయితే కేంద్రం అనేది ఉందో అక్కడ దానికొక పరిధి కూడా ఉంటుంది. హద్దు, ఎల్ల అనేది ఉంటుంది. బహిశ్చేతనలోనూ అంతశ్చేతనలోనూ ఉన్న 'ఆలోచనాపరుడూ, 'తెలుసుకునే వాడూ' ఈ కేంద్రం. దీని చుట్టూ ఉండే హద్దు, అవధియే వీడు కోరేదీ, అడిగేది. ఇదంతా 'తెలిసిన క్షేత్రం' లోనే, దాని 'ఆవరణ' లోనే ఉంటుంది.

కాబట్టి ఆలోచించేవాడూ – ఆలోచనా; అనుభవం పొందేవాడూ – అనుభవింప బడేదీ; పరిశీలకుడూ–పరిశీలింపబడేదీ; ఇవన్నీ ఉన్నాయి. దీన్ని అంగీకరించవద్దు. ఖండించనూ వద్దు. కేవలంమాటలుగా కాకుండా విశదపరచుకుంటూ అనుసరించండి. తద్వారా మీ మనసు ఎలా పని చేస్తుందో ప్రత్యక్షంగా చూసుకోండి.

నన్ను నేను తెలుసుకోవాలనుకుంటున్నాను. ఎందుకని? నన్ను నేను తెలుసుకోకుండా దేనిని నిర్మించుకోవాలన్నా నాకు భూమిక ఏదీ ఉండదు. ఎందుకు సంఘర్షిస్తానో, ఎందుకు నాకు ఒకే రకమైన అలవాట్లు ఉన్నాయో నాకు తెలీదు. నా ఆలోచనలు సక్రమమైనవేనా, నేను భ్రమల్లో ఉన్నానా, నన్ను నేను మోసం చేసుకుంటున్నానా అనేది తెలీదు. నన్ను నేను తెలుసుకోకుండా నేను సరిగా స్పష్టంగా చూడలేను. కాబట్టి నన్ను నేను అర్థం చేసుకోవాలి – అంటే నా మనసుని నేను అర్థం చేసుకోవాలి. ఖండనం, మండనం అనే భావాలు లేకుండా ప్రతి ఆలోచననీ, స్పందననీ గమనించాలి. 'నేను' విచారణ చేసే స్థితిలో ఉండాలి. అంటే 'ఇది మంచిది, ఇది చెడ్డది – దీన్ని ఉంచుకోవాలి, దాన్ని వదిలేయాలి' అనే పూర్వానుభవపు నేపథ్యం, పక్షపాతం లేకుండా ప్రతి ఆలోచననూ చూడాలి.

ఇదంతా బాగా స్పష్టంగానే ఉంది కదా? నేను నా పిల్లవాడిని అర్థం చేసుకోవాలనుకుంటే అతడు ఎలా ఉన్నాడో ఎఱుక కలిగి ఉండాలి. అతడు ఆడుకునేటప్పుడు, ఏడ్చేటప్పుడు, ఎక్కువగా తింటున్నప్పుడు నేను గమనించాలి. ఇంకొకరితో పోల్చకుండా, ఖండించకుండా అతనిని అధ్యయనం చేయాలి. అలాగే నన్ను నేను అర్థం చేసుకోవాలంటే ఏ నిర్ణయాలూ చేసుకోకుండా, నాకున్న సంబంధాల బాంధవ్యాల దర్పణంలో నన్ను నేను చూసుకోవాలి. నేను మీతో ఏం మాట్లాడుతున్నానో, దానికి మీరెలా స్పందిస్తున్నారో ఎఱుక కలిగి ఉండాలి. నేను నా భార్యతో, భర్తతో, సేవకుడితో ఎలా మాట్లాడుతున్నానో– కూలీతో, బస్సువాడితో ఎలా ప్రవర్తిస్తున్నానో అన్న గమనిక ఉండాలి. నా అనుభూతులు, ఆలోచనలు ఏమిటి, అవి అలా ఎందుకు ఉన్నాయి, అన్నది నేను తప్పనిసరిగా తెలుసుకుని ఉండాలి. నా భావాల, ఆలోచనల ప్రక్రియ మొత్తాన్ని నేను చూసి తీరాలి. దీనికి క్రమశిక్షణ ఎంత మాత్రమూ అవసరం లేదు. ఈ 'గమనించడం' కోసం మిమ్మల్ని మీరు క్రమశిక్షణతో కట్టడి పరుచుకున్నారంటే ఆ క్రమశిక్షణ అలవాటుగా మారిపోయి గమనికని ఆపివేస్తుంది. కనిపెట్టాలన్న నిజమైన అక్కర మీకు ఉంటే ఎల్లప్పుడూ నిలిచి ఉండే ఎఱుక, గమనిక ఉంటాయి. వీటికి క్రమశిక్షణ అవసరం లేదు.

కాబట్టి మొట్టమొదటగా మీరు గుర్తించవలసింది ఇది – మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోవడం అనేది అత్యంత అవసరం అని. ఇది లేకుండా మీ ఆలోచనకి అసలు ఆధారం అనేదే లేదు. మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోలేనంత కాలం మీరు చీకట్లోనే నడుస్తూ ఉంటారు. మీరు మహాపండితులై

నవ్వులు

జీవితంలో నవ్వులు కూడ ఉన్నాయి. నవ్వడం చాలా హాయిగా, ఎంతో బాగుంటుంది. ఎటువంటి కారణమూ లేకుండా నవ్వడం, ఎటువంటి కారణమూ లేకుండా హృదయంలో ఉల్లాసం కలిగి ఉండటం, బదులుగా దేనినీ కోరుకోకుండా ప్రేమించడం. అయితే ఇవి, అటువంటి నవ్వులు చాలా అరుదుగా సంభవిస్తాయి.
('లివింగ్ అండ్ డైయింగ్' నుండి)

ఉండవచ్చు. మీకు పెద్ద హోదా ఉండవచ్చు. కానీ అదంతా అర్థం లేని వ్యవహారమే – మిమ్మల్ని మీరు తెలుసుకోలేనంత కాలం.

మిమ్మల్ని మీరు అర్థం చేసుకోవాలంటే ఒక స్పృహ, పరిశీలనాశీలత్వం ఉండాలి. ఖండనలూ, సమర్థింపులూ లేశమాత్రము కూడా లేని ఆ గమనించే స్థితి ఉండాలి. తీర్పులూ, నిర్ధారణలూ లేకుండా 'ఊరికే గమనించే' అలాంటి స్థితిలో ఉండటం మహా కఠినమైన చర్య. ఎందుకంటే దీనికి వ్యతిరేకంగా పని చేసే సంప్రదాయపు వత్తిడి మీమీద ఉంది. వందల సంవత్సరాలుగా మీ మనసుకి – ఖండించడం, సమర్థించడం, అంగీకరించడం, కాదనడం, తూకం వేయడం, తీర్మానించేయడం – వీటన్నింటి లోనూ శిక్షణ ఇవ్వబడింది. 'ఈ నిబద్ధత నంతా ఎలా వదుల్చుకోవడం?' అని అనకండి. మిమ్మల్ని మీరు అర్థం చేసుకోవడం అనేది అత్యున్నత ప్రాముఖ్యం గల విషయం – దాని కోసం మీ మనసు యొక్క పని తీరును ఖండనలూ, పోల్చడాలూ లేకుండా గమనించాలి అన్న సత్యాన్ని మీరు చూడాలి.

సరే. అసలు మీరు ఎందుకు పోలుస్తారు? ఎందుకు ఖండిస్తారు? ఈ గర్హించడం అనేది చాలా సులభంగా చేసేసే విషయాలలో ఒకటి కదా? పెట్టుబడి దారులు కమ్యూనిష్టులనూ, కమ్యూనిస్టులు పెట్టుబడిదారులనూ నిరసిస్తారు. మీరు వీరభక్తి గల క్రిష్టియన్లయితే హిందూ లేదా ఇస్లాం మతాలను ఖండిస్తారు. ఎందుకంటే ఇలా ఖండించి సాగిపోవడం అనేది సులభమైన విషయం. నిందించడం లేదా ఖండించడం అనేది నిజంగా ఒక ప్రతి చర్యే. మనసు యొక్క సోమరి తనానికి ఒక గుర్తు.

ఇదే పోల్చడం అనే దానికి కూడా వర్తిస్తుంది. కదా? పోలుస్తూ సాదృశాలు తెచ్చే మనసు ఎప్పటికైనా అర్థం చేసుకో గలదా? సర్స్, దయచేసి దీనిని మీరు అంగీకరించడమో, తిరస్కరించడమో చేయకండి. మిమ్మల్ని మీరు గమనించు కోండి. మీ చిన్న కొడుకుని అతగాడి అన్నయ్యతో పోల్చినప్పుడు, ఆ చిన్న అబ్బాయిని మీరు అర్థం చేసుకోగలరా? విద్య పేరుతో తరగతి గదిలో తనకన్న పెద్ద వాళ్ళతో తెలివిగల వాళ్ళతో పోల్చబడటం వల్ల సున్నితత్వం ఉన్న చిన్న పిల్లవాడు నాశనం కావడం లేదా? ఈ పోల్చడం అనేది కూడా తెలివిమాలిన మనసుకీ, మాంద్యంతో ఉన్న మనసుకీ, స్వతహాగా సోమరిపోతయిన మనసుకీ గుర్తు. అలాంటి మనసు ఎప్పటికీ అర్థం చేసుకోలేదు.

తరవాతి ప్రశ్న "ఆలోచించడం అంటే ఏమిటి?" అనేది. ఆలోచన అని మనం పిలుస్తున్నదంతా జ్ఞాపకం యొక్క ప్రతిస్పందన. మనకున్న నిబద్ధత నించి వచ్చే ప్రతిచర్య. మీకు బాగా తెలిసిన విషయం గురించి నేను మిమ్మల్ని అడిగితే స్పందన వెంటనే వస్తుంది. ప్రశ్నకీ జవాబుకీ మధ్య వ్యవధి ఉండదు. ఎందుకంటే జ్ఞాపకం తెచ్చుకునే ప్రక్రియ తక్షణమే పని చేస్తుంది కాబట్టి.

అదే క్లిష్ట విషయం గురించి ప్రశ్నిస్తే, స్పందించడానికి కొంత వ్యవధి పడుతుంది. ఈ వ్యవధిలో మనసు, జ్ఞాపకపు భాండాగారంలోకి చూస్తూ, తనకి తెలిసిన విషయాలన్నింటినీ శోధిస్తోంది – సమాధానం కోసం. ఈ జ్ఞాపకపు ప్రతిచర్యనే కదా మనం ఆలోచించడం అంటాం. ఈ స్మృతి అనేది ఎప్పుడూ నిబద్ధమైనదే, నియంత్రితమైనదే. కదా! మీరు హిందువుగా, ముస్లింగా, కమ్యూనిష్టుగా, పెట్టుబడిదారుగా – ఏదో ఒక రకంగా నిబద్ధీకరించబడ్డారు. నేను ఏదో ప్రశ్న వేసినపుడు దానికి అనుగుణంగానే జవాబిస్తారు. దేవుడిని మీరు నమ్ముతారా? అన్న ప్రశ్నకు – మీరు నిబద్ధత గల హిందువు అయితే అవును అంటారు. దేవుణ్ణి నమ్మాలని శతాబ్దాలుగా మీకు బోధించారు. మిమ్మల్ని అలా నియంత్రించారు. దేవుడిని నమ్మకూడదని కట్టడి చేయబడ్డ, నియంత్రించబడ్డ వేరొకరిని ఇదే ప్రశ్న అడిగితే దేవుడనేదంతా ఒక అర్థం లేని విషయమని చెప్తారు. పైపైన ఉన్న దాని నించీ అత్యంత క్లిష్టమైన యోచన వరకూ – నియతీకరించబడ్డ స్మృతుల యొక్క ప్రతిస్పందనే మన ఆలోచన.

"నేను నా లోలోపలికి అన్వేషిస్తాను" అని మనసు అంటున్నది. కాని ఇది ఇప్పటికే నియంత్రీకరించబడి, హిందువుగానో, బౌద్ధుడిగానో, క్రైస్తవుడిగానో మలచబడింది. దీనిని ఛేదించడం అనేది ఈ నిబద్ధీకరణని

నది

అన్ని నదుల్లోను సౌందర్యం ఉంటుంది. ప్రతి వాగుకు ఒంపు సొంపులు ఉంటాయి. నది అంటే పొంగి పొర్లుతూ ప్రవహించే నీటి ప్రవాహం. ఒక ప్రత్యేకమైన నదిని మాత్రమే చూసే మనిషికి సంకుచితమైన, అల్పమైన మనస్సు ఉంటుంది. నదిని ఒక నీటి ప్రవాహంగా, ఏదో ఒక దేశానికో, ఒక ప్రత్యేకమైన కాలానికో, గ్రామానికో చెందినదిగా కాకుండా, నదీ ప్రవాహపు అందాన్ని మాత్రమే చూస్తున్న మనసు ఈ పరిమితుల నుండి విముక్తమవుతుంది.
('లివింగ్ అండ్ డైయింగ్' నుండి)

అర్థం చేసుకోవడం లోనే ఉంది. ఈ నియంత్రణని మనం ఛేదించి తీరాలి అనేది స్పష్టం. ఒక హిందువుగా, క్రిస్టియనుగా, కమ్యూనిస్టుగా, సోషలిస్టుగా ఉండటం ఎంత మూర్ఖత్వం? మనమందరం మానవులం. ఈ జీవన సమస్యలని మానవులుగానే ఎదుర్కొనాలి. సంఘర్షించే సమూహాలుగా కాదు. ఏ నమ్మకమూ, వ్యవస్థా, సిద్ధాంతమూ లేదా ఆదర్శమూ మానవ సమస్యలని పరిష్కరించలేవు. ఆకలితో మాడటం అనేది మానవుల సమస్య. దీన్ని మనం కలిసి ఎదుర్కోవాలి కానీ కమ్యూనిస్టులుగా, పెట్టుబడిదారులుగా విడిపోయి కాదు. జీవితపు ప్రాథమిక సమస్యల్ని పరిష్కరించడంలో వ్యవస్థలు ఎంత మాత్రమూ పనికి రావు. సంప్రదాయంతో, పరిసరాల ప్రభావాలతో ఇప్పటికే మలచబడ్డ మన మనసులని ఈ వ్యవస్థలు ఇంకా నియంత్రితం చేస్తాయి.

ఇలా బద్ధమైన మనస్సు ఈ నిబద్ధీకరణని ఎలా వదిలించుకోగలదు? మీకు ఈ ప్రశ్న అర్థమయిందా? మీరు హిందువుగా నియంత్రించబడ్డారు. ప్రతి వారూ హిందువులే అయిన సమాజంలో మీరు నివసించడం వల్ల దాన్ని అంగీకరించేశారు. ఎప్పుడూ ప్రశ్నించలేదు. కానీ ఇప్పుడొకరు వచ్చి మీ మనసు నిబద్ధీకరించబడిందని చెప్తున్నారు. దాన్లో ఉన్న నిజం మీకు తెలుస్తోంది. కాబట్టి ఈ నిబద్ధత నించి ఎలా బయటపడటం అని మీరడుగుతున్నారు.

ఒక ప్రత్యేక నిబద్ధత నించి స్వేచ్ఛ పొందడం అంటే అది కూడా నియంత్రించబడిన స్థితే. కాదా సర్స్? దయచేసి దీనిని జాగ్రత్తగా వినండి. ఒక దాని నించి స్వేచ్ఛ పొందటం అనేది ఒక ప్రతిచర్య. కాబట్టి అది అసలు స్వేచ్ఛే కాదు. అంటే ఏమిటో వివరిస్తాను. కేవలం జాతీయతాభావాల చట్రం నించి నన్ను నేను విడిపించుకోవడం అనేది ఒక ప్రతిక్రియ. ఎందుకంటే నేనింకేదో అవాలి. నా నిబద్ధత వల్ల నాకు బాధ, విచారం కలుగుతాయి. నేను సుఖంగా ఉండటం కోసం – అంటే ఇంకేదో అవాలనీ, కావాలని – ఈ జాతీయతాభావ చట్రం నించి విడుదలను కోరుకుంటాను. అంటే ఒక దాని నించి విడుదల, స్వేచ్ఛ కోరుకోవడం, అంతకన్న సుఖవంతమైన స్థితిలో ఉండటానికే. ఇది స్పష్టంగా ఒక ప్రతిక్రియే. కాబట్టి దానిలో స్వేచ్ఛ ఉండదు. స్వేచ్ఛ అనేది ప్రతిస్పందన లోనించి వచ్చేది కాదు. ఏదోలా ఉండాలనో, ఉండకూడదనో – ఇలాంటి వాంఛలేవీ లేని మానసిక స్థితే స్వేచ్ఛ అంటే.

దీనిలో ఉన్న సత్యం మీరు చూసినట్లయితే తర్వాతి ప్రశ్న ఇలా ఉంటుంది – 'అసలు ఈ నిబద్ధత నించి విముక్తి పొందడం అంటే ఏమిటి?' ఏదో ఒక దాని నించి స్వేచ్ఛా? ఏదో ఒకలా ఉండే స్వేచ్ఛా? ఈ రెండూ కాదు. నిబద్ధత నుండి, నియంత్రణ నుండి విడివడటమంటే నిజాన్ని ఉన్నదున్నట్లుగా, అచ్చంగా చూడగలగడమే.

నేను ఒక హిందువుగా నియంత్రించబడ్డాను అనుకుందాం. ఈ నా నిబద్ధీకరణాన్ని చూడాలనుకుంటున్నాను– దీని నుంచి విడివడాలని కోరకుండా. దాన్ని చూసిన తక్షణమే స్వేచ్ఛ ఉంటుంది. ఒక ప్రతిక్రియగా కాదు. ఈ విషయం నేను స్పష్టంగా చెప్పగలుగుతున్నానో లేదో తెలియదు. ఉదాహరణలు ఇవ్వదలుచుకోలేదు. ఎందుకంటే వాటిని ఇంకేవో ఉదాహరణలిచ్చి పూర్వపక్షం చేయవచ్చు. ఇక్కడ ముఖ్యమైన విషయం ఏమంటే నకారాత్మక ధోరణిలో దీని గురించి ఆలోచించడం. నకారాత్మక ఆలోచనే సూటి అయిన ఆలోచన అంటే.

చూడండి, మనకి సకారాత్మక, నకారాత్మక ఆలోచనా విధానాలు ఉన్నాయి. సకారాత్మక ఆలోచన అంటే ఒక పద్ధతిని, శిక్షణను, వ్యవస్థనూ సాధన చెయ్యడం ద్వారా మన నిబద్ధతలను, చట్రాలను ఎలా కూల్చివేయాలో, ఏం చేయాలో నిర్ణయించుకోవడం. నిబద్ధతను వదుల్చుకోవడానికి ఒక పద్ధతినో లేదా క్రమశిక్షణనో పాటించడం వల్ల ఇంకొంత కట్టడినీ, నిబద్ధీకరణనూ, ఒక కొత్త అలవాటునూ తెచ్చుకుంటున్నాం. ఇదే సకారాత్మక ఆలోచన అంటే. మరి నకారాత్మకమంటే మనకున్న నిబద్ధీకరణ అనే నిజం వంక చూడడం. ఏ వ్యవస్థా, క్రమశిక్షణా ఈ నియతీకరణం నించి విముక్తిని తీసుకు రాలేవు అన్న సత్యాన్ని చూడటం.

సర్స్, మీరందరూ అహింసని పాటిస్తారు. దానినొక ఆదర్శంగా కొలుస్తారు. అంతు లేకుండా దాన్ని గురించి ఉపన్యాసాలిస్తారు. ఇది మీకు బాగా తెలిసిన సకారాత్మక ధోరణి. కానీ అసలు సత్యం ఏమిటంటే, మీరు హింసాస్వభావులు. నకారాత్మక ధోరణి అంటే ఈ సత్యాన్ని గ్రహించడమే. మీరు హింసాపూరితులన్న విషయాన్ని గ్రహించడమే చాలు; ఇంక మీరేమీ చేయనక్కరలేదు. మీ హింసా స్వభావం గురించి ఏదైనా చేసినప్పుడే 'అహింస' అనే అవాస్తవిక, కాల్పనిక ఆదర్శాన్ని ప్రవేశపెట్టేశారన్న మాట.

మీరు దీన్ని చూడగలుగుతున్నారో లేదో తెలీదు. నేను దురాశా స్వభావిననుకుందాం. ఇది ఒక నిజం. ఈ నిజం నాకు తెలుసు. ఈ దురాశా స్వభావాన్ని మార్చుకోవాలని నేను కోరుకోను. దానికి అర్థం లేదు. ఎందుకంటే "దురాశ లేకుండా అయిపోవడం"లో దురాశాపూరిత గుణాలున్నాయని నాకు తెలుసు. 'ఇంకోలా అవడం' అనేది స్పష్టంగా ఒకరకమైన దురాశా రూపమే. తనకి పేరాశ ఉందని మనసు

ఎఱుకగా ఉంది. ఈ అత్యాశ ని మార్చే ఏ ప్రయత్నమైనా కదలిక అయినా ఆ దురాశా క్షేత్రంలోనిదే అని అది గ్రహించింది. ఉన్నదున్నట్టుగా చూడటమే – ఆ పరిగ్రాహ్యతే దీనికి పరిష్కారం.

కాబట్టి 'నేను' లోని 'స్వ' లోకి చేసే పరిశోధన ఈ నకారాత్మక ధోరణితో ప్రారంభం కావాలి. ఎందుకంటే "మీరు" అనేది ఏమిటో మీకు తెలీదు. మిమ్మల్ని మీరు దురాశా పూరితులనో ఇంకోటనో అనుకోవచ్చు. కానీ మీ "స్వ" అనేది ఎన్నో ప్రభావాలకు లోనవుతున్నది. ఎల్లప్పుడూ మార్పు చెందుతుంది. దీన్ని అర్థం చేసుకోవాలంటే దీనిని సకారాత్మకంగా సమీపించకూడదు. నకారాత్మకంగా అటుప్రక్క నించి దీనిని ఎదుర్కోవాలి. ఎక్కువ మందికి మనసులు నిబద్ధీకరించబడి ఉంటాయి. తీర్మానాల ద్వారానో పట్టుదలగా ప్రయత్నించడం వల్లనో, సుశిక్షిత సాధనల వల్లనో ఈ బంధనాలు కూలిపోవు. మన నియతీకరణని నకారాత్మక ధోరణితో ఎదుర్కోవడం వల్లనే ఇవి పోగలవు. ఉన్నదాన్ని ఉన్నట్టుగా కేవలం చూడటమే చాలు. దీన్ని జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకుంటే "కేవలం చూడటమే" చాలన్న విషయం మీకే తెలుస్తుంది. ఈ నకారాత్మక ధోరణిని అర్థం చేసుకున్నపుడు – అంటే దాన్లోని సత్యాన్ని చూసినపుడు దురాశతో నిండిన మీ మనసు – అత్యాశ లేని స్థితికి పోవడానికి ప్రయత్నించడం – అనే కాల్పనిక ప్రక్రియలో చిక్కుపడి పోదు. అందుకనే ''ఉన్న వాస్తవాన్ని" – అంటే దురాశని – చూసే స్వేచ్ఛ మనసుకు ఉంటుంది. స్వేచ్ఛగా చూడగలదు కాబట్టే అత్యాశను కరిగించి వేయగల సామర్థ్యం దానికి ఉంటుంది.

ఈసారి మీకు కోపం వచ్చినపుడో, హింసాపూరితంగా ప్రవర్తిస్తున్నపుడో దీనిని ప్రయత్నించండి. ఖండించవద్దు. గర్హించవద్దు. తప్పు అనో ఒప్పు అనో అనవద్దు. దాని వంక చూడండి. ఆ భావానికి పేరు పెట్టకుండా, ఖండన సమర్ధనలు లేకుండా ఊరికే దానివంక చూడటం అనేది చాలా అసాధారణమైన విషయం. క్రోధం అనే పదమే గర్హిత భావాన్ని సూచిస్తోంది. ఆ పదంద్వారా ఆ భావం గురించి ఏర్పడ్డ సంబంధం ఒకటుంది. అది లేకుండా, ఆ భావానికి పేరు పెట్టకుండా – దానివంక చూసినపుడు ఆగ్రహం అంతమవుతుంది. ఇదంతా అంగీకరించకండి. తిరస్కరించకండి. దీన్నే చూస్తూ దీనితో పాటే రండి. – మీకు అర్థం కాకపోయినా సరే.

'నేను' అన్న మొత్తం ప్రక్రియను అర్థం చేసుకోవడానికి నకారాత్మక వైఖరి ఉండి తీరాలి. ఎందుకంటే ఈ చేతన మానసం ప్రయత్న పూర్వకంగా ఎప్పటికీ లోతైన అంతశ్చేతనలోకి వెళ్ళలేదు. పై చేతన స్థాయిలో మీరు బయటికి ఒక గొప్ప సాంకేతిక వేత్త అయి ఉండవచ్చు. కానీ లోలోపల అంతశ్చేతన యొక్క లోతైన పొరలలో సాంప్రదాయిక, అనువంశిక, స్వాభావిక ప్రవృత్తుల స్పందనలు ఎడతెగకుండా మిమ్మల్ని లాగుతూనే ఉంటాయి. మీ ఆశలూ, నిరాశలూ, రహస్యోద్దేశాలూ, ప్రేరణలూ, గుప్త భయాలూ విశృంఖలంగా స్వైర విహారం చేస్తూ ఉంటాయి. వీటన్నింటినీ మీరు అర్థం చేసుకుని తీరాలి. దీనిని మీరు నకారాత్మకంగా సమీపించాలి. సకారాత్మక వైఖరి ఎప్పుడూ తెలిసిన దాని క్షేత్రంలోనే ఉంటుంది. కానీ నకారాత్మక ధోరణి మనసుని జ్ఞాతం (తెలిసిన దాని) నుండి విడిపిస్తుంది. అందుకనే సమస్య వంక మనసు సరికొత్తగా, అమాయకంగా, స్వచ్ఛంగా, నూతనంగా చూడగలుగుతుంది. కోరేవాడు మాత్రమే కాదు, కోరే ప్రక్రియా, కోరబడే విషయం – ఇవన్నీ "స్వ" లేదా "నేను" అని మీరు అప్పుడు కనిపెడతారు. మనశ్శాంతిని కోరుతున్నవాడు తను కోరినదాన్ని పొందటం కోసం ఒక విధానాన్ని, పద్ధతిని అభ్యాసం చేస్తాడు. అన్వేషకుడూ, అన్వేషణా, అన్వేషిస్తున్న విషయమూ – అన్నీ ఒకటే. తను కోరినదాన్ని – అంటే మనశ్శాంతిని వెతుకుతున్నపుడు – అదంతా జ్ఞాతక్షేత్రం (తెలిసిన పరిధి) లోనే ఉంటుంది. ఈ శాంతి కోసం అడగటం అనేది జీవితంలో ఉన్న సంఘర్షణలకి ఒక ప్రతిచర్య. అంతు లేకుండా కొనసాగే ఈ వెంపర్లాట అంతా 'తెలిసిన దాని' నించి ఊహించుకున్నదే. ఈ వెంపర్లాటలో ఉన్న కల్పనను, మనసు తనకు తానే చూచుకొని శాంతి కోసం అక్కర పడకుండా తనలో ఉన్న సంఘర్షణలను అర్థం చేసుకోవడం గురించి పట్టించుకుంటే – వాటిని నకారాత్మక వైఖరితో సమీపిస్తుంది. అప్పుడది స్వీయ జ్ఞానానికి ప్రారంభం అవుతుంది.

తనని గురించి తాను అర్థం చేసుకోవడం అనేది సమయ రహితంగా ఎల్లప్పుడూ కొనసాగే ప్రక్రియ. ఈ స్వీయ జ్ఞానానికి అంతమంటూ లేదు. "స్వ" ని అర్థం చేసుకోవడం అనేదానికి పరిమితులు లేవన్న సత్యాన్ని మీరు చూసిన మరుక్షణం మీ మనసు తెలిసిన దానినించి విడివడిందన్న మాట. అందుకనే అప్పుడది తెలియని దానిలోనికి చొచ్చుకొని పోగలదు. తెలిసిన దానిలో చిక్కుకు పోయిన మనసు ఎప్పటికీ తెలియని దానిలోపలికి వెళ్ళలేదు. మీ దేవుళ్ళూ, బైబిళ్ళూ, భగవద్గీతలూ, మార్గోపదిష్ట పుస్తకాలూ మిమ్మల్ని ఎక్కువ దూరం తీసుకెళ్ళలేవు. దూరంగా ప్రయాణించడానికి సమీపంలోనే మీరు ప్రారంభించాలి. తెలిసిన దాని పొలిమేరల్లోనే ఉంటూ హద్దులలో ఉంచబడ్డ మానసం ఎప్పటికీ తెలియని దానిలోకి వెళ్ళలేదు – అన్న విషయం మీరు చూడాలి.

తెలిసిన దానినంతా తోసి పడవేసినప్పుడే తెలియనిది ఉంటుంది. తెలిసిన దానినించి వచ్చిన ప్రతిక్రియ కాదు ఇది. కోరేవాడూ, కోరుతున్నది అన్న ఆట అంతం కావాలి. అంటే ఈ కోరడం, వెంపర్లాట అంతా ముగిసిపోవాలి. అప్పుడే నవీనమైనది ఉంటుంది. అత్యంత గంభీరమైన ఆవిష్కారాలన్నీ ఇలాంటి స్థితిలోనే జరుగుతాయి. తెలిసిన దాని నించి చేసిన ఊహాపోహాలని మనసు అనుసరించడం వల్ల కాదు.

తెలిసిన విషయావరణంలో మనసు కదలడం పూర్తిగా మానివేసినప్పుడు, తెలిసినదాని ఊహలనే తెలియనిదానిలోకి ప్రతిఫలింపజేయనప్పుడు, ఒక అసాధారణమైన సృజనాత్మక, అపూర్వ, నవీన స్థితి ఉనికిలోకి వస్తుంది. దీనికి తెలిసినదానితో ఏమీ సంబంధం ఉండదు. అదే సత్యం, వాస్తవం. దైవం. – మీరేపేరు పెట్టినా సరే. కాని ఆ పేరు అసలు విషయం కాదు.

కాబట్టి మనం దగ్గరలోనే ప్రారంభించాలి. అంటే మన మనసు లోపల ఉన్న తెలిసిన విషయాలన్నింటినీ తోసి వేసి ఖాళీ చేసి వేయడం అన్నమాట. అంటే మానసికంగా శూన్యపరచడం. భౌతికంగా కాదు. మీరు నివసించే ప్రదేశాన్ని విస్మరించలేరు. అప్పుడది స్మృతి లోపం అవుతుంది. అనేక పుస్తకాలు చదివి తెలిసిన దానికి లోబడి పోయిన వాడిగా, పండితుడిగా, అనుభవజ్ఞుడిగా – ఇలా మీకు తెలిసినదానినంతా క్షాళన చేసుకోవాలి. మానసికమైన అర్థంలో దాన్నంతా తుడిచిపెట్టేసెయ్యాలి. మనకి తెలిసినదానికెప్పుడూ ఒక కేంద్రం, అందువల్ల ఒక పరిధీ, గుర్తించగలిగే హద్దూ ఉంటాయి. ఈ కేంద్రం అంతమైనపుడే హద్దు కూడా మాయమవుతుంది. అపుడు మనసు అపరిమితమైనదీ, ఎవరూ కొలవలేనిదీ అవుతుంది.

(న్యూఢిల్లీలో ప్రసంగం; 25 ఫిబ్రవరి 1959)

సంబంధ బాంధవ్యాలలో ఉపశమనం లభించాలని మనం కోరుకుంటే అప్పుడా సంబంధాలు మన నుండి మనం తప్పించుకునే సాధనాలౌతాయి. సంబంధ బాంధవ్యాలలో ఏదో ఆలంబన కావాలి, ఉపశమనం కావాలి, ఒక చేయూత కావాలి, మనం ప్రేమింపబడాలి, ఎవరికో చెంది ఉండాలి అని అనుకుంటే అదంతా మన లేమిని, మన పేదరికాన్ని సూచిస్తుంది. అలాగే ఆస్తిపాస్తులు, పేరు, బిరుదులు పొందాలనే మన కోరిక అంతరంగ లేమిని సూచిస్తుంది.

(‘దేవుడు – అంటే ఏమిటి?’ నుండి)

Statement about ownership and other particulars of Antharanga Yatra
FORM IV

1.	Place of Publication	:	Krishnamurthi Foundation India Vasanta Vihar 124, 126 Greenways Road Chennai-600 028.
2.	Periodicity of publication	:	Once in four months (August, December and April)
3.	Printer's name	:	N. Subramanian
	Whether Citizen of India	:	Yes
	Address	:	Sudarsan Graphics Offset Press 27, Neelakanda Mehta Street, T. Nagar Chennai-600017.
4.	Publisher's name	:	Dr. V. Aravind
	Whether Citizen of India	:	Yes
	Address	:	Anugraha Flat No.2, Old No. 26, New No. 51, Fourth Trust Cross Street, Mandavelli Chennai-600 028.
5.	Editor's Name	:	K. Krishnamurthy,
	Address	:	Krishnamurti Foundation India Vasanth Vihar 124, 126 Greenways Road, Chennai-600 028.
6.	Name and address of individuals who own the newspaper and partners or shareholders holding more than one per cent of the local capital	:	Krishnamurti Foundation India Vasanta Vihar 124,1126, Greenways Road Chennai - 600028.

I, Dr. V. Aravind, hereby declare that the particulars given are true to the best of my knowledge and belief.

(V .Aravind)

Published in August, December & April

Periodical

Registered with The Registrar of Newspapers for India under No. TNTEL/2006/19442

If undeliveral please return to :
KRISHNAMURTI FOUNDATION INDIA
Vasanta Vihar, 124, 126 (Old No. 64,65)
Greenways Road, Chennai - 600 028.
Tel : 24937803/24937596
E-mail: publications@kfionline.org
Websites: www.kfionline.org/www.jkrishnamurti.org

Published by Dr. V. Aravind on behalf of the Krishnamurti Foundation India, Vasanta Vihar, 124, 126 (Old No. 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