സന്തോഷത്തിന്റെ സമവാക്യങ്ങൾ

മണ്ണിക്കരോട്ട് (www.mannickarottu.net)

അടുത്ത സമയത്ത് സൂര്യ ചാനലിൽ കണ്ട 'ചാമ്പ്യൻസ്' എന്ന ഒരു പരിപാടി തികച്ചും വ്യത്യസ്തവും വേറിട്ടതുമായിരുന്നു. വികലാംഗരുടെയും അംഗഭംഗം സംഭവിച്ചവരുടെയും കലാപ്രകടനമായിരുന്നു അത്. അതിൽ കുരുടർ, ചെകിടർ, മൂകർ, കൈകാലുകൾക്ക് സ്വാധീനമില്ലാത്തവർ, അസുഖം കാരണം അംഗവൈകല്യം സംഭവിച്ചവർ, അപകടത്തിൽ അംഗഭംഗം നേരിട്ടവർ എന്നുവേണ്ട ഏതുവിധ ശാരീരിക വൈകല്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകാമൊ അങ്ങനെയുള്ളവരെ ഉൾപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടുള്ള ഒരു കലാമത്സരം, ചാമ്പ്യൻസ്.

അംഗഭംഗമൊ അംഗവൈകല്യമൊ സംഭവിച്ചവരെങ്കിലും അവരുടെ മുഖത്തെ സന്തോഷം, അവരുടെ ചുണ്ടിൽ വിരിയുന്ന പുഞ്ചിരി, അവരുടെ മനസിന്റെ നിറവ് അവരുടെ പെരുമാറ്റത്തിൽ പ്രസരിക്കുന്ന ആനന്ദം; എല്ലാം ആരേയും ആകർഷിക്കുന്നതായിരുന്നു. വികലാംഗർ സമൂഹത്തിൽ ഒറ്റപ്പെട്ട് ജീവിതത്തിൽ ദുഃഖവും സഹിച്ചാണ് ജീവിക്കുന്നതെന്ന് പൊതുവെ ധാരണയുണ്ട്. എന്നാൽ അങ്ങനെയുള്ളവരുടെ സന്തോഷം കണ്ടപ്പോൾ അതേക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ ചിന്തിക്കാൻ കാരണമായി. സന്തോഷം എന്താണ്? എവിടെയാണ്? എങ്ങനെയാണ്? ആരാണ് സന്തോഷം അനുഭവിക്കുന്നത്? എങ്ങനെയാണ് സന്തോഷം അനുഭവിക്കേണ്ടത്? സന്തോഷം അനുഭവിക്കാൻ എന്തുചെയ്യണം? എന്തുകൊണ്ടാണ് എല്ലാവരും സന്തോഷം അനുഭവിക്കാത്തത്? അങ്ങനെ ഈ വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് വിവിധങ്ങളായ ചിന്തകൾ എന്റെ മനസിലൂടെ കടന്നുപോയി. ആദ്യമായി സന്തോഷം എന്താണെന്നുള്ളതിനെക്കുറിച്ച് ഒരു അന്വേഷണമായിരുന്നു.

സുപ്രസിദ്ധ ചിന്തകനും എഴുത്തുകാരനും, ബുദ്ധിജീവിയുമായ ഡെയ്ൽ കാർനഗി (Dale Carnegie) സന്തോഷത്തെക്കുറിച്ച് ഇങ്ങനെ പറയുന്നു. സന്തോഷം ഏതെങ്കിലും ബാഹ്യാവസ്ഥകളെ ആശ്രയിച്ചല്ല, നമ്മുടെ മനോഭാവമാണ് അതിനെ നയിക്കുന്നത് (Happiness doesn't depend on any external conditions, it is governed by our mental attitude). മാർടിൻ സെലിഗ്മൻ എന്ന മനശാസ്ത്രജ്ഞന്റെ സിദ്ധാന്ത പ്രകാരം "ജീവിതത്തിൽ സുഖവും ആനന്ദവും അനുഭവിക്കുകയും ഒരു നല്ല ജീവിതമാണ് നയിക്കുന്നതെന്ന ചിന്ത ഉണ്ടാകുകയും ജീവിതത്തിന് അർത്ഥവും പ്രാധാന്യവും ഉണ്ടെന്ന അറിവുണ്ടാകുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ സന്തോഷം ഉണ്ടാകുന്നു". ഇതിൽനിന്നെല്ലാം ഒരു കാര്യം വ്യക്തമാണ്, സന്തോഷം നമ്മുടെ മനോഭാവത്തിൽ അധിഷ്ഠിതമാണെന്നുള്ളതാണ്.

സന്തോഷം സംതൃപ്തിയുടെ അടയാളമാണ്. അങ്ങനെ സംതൃപ്തി സന്തോഷത്തിന്റെ മുഖ്യഘടകമായി മാറുന്നു. ഉള്ളതുകൊണ്ടു തൃപ്തിപ്പെട്ടെങ്കിൽ മാത്രമെ സംതൃപ്തി അനുഭവപ്പെടാൻ കഴിയുകയുള്ളു. സന്തോഷവും സംതൃപ്തിയുമുണ്ടാകുമ്പോൾ ജീവിതത്തിൽ സമാധാനം കൈവരുന്നു. "സന്മനസുള്ളവർക്ക് സമാധാനം" എന്നാണെല്ലൊ ബൈബിളിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. അവിടെയും മനോഭാവമാണ് സമാധാനത്തിന്റെ ആധാരശില. ചുരുക്കത്തിൽ ഒരു നല്ല ജീവിതമാണ് തങ്ങൾ നയിക്കുന്നതെന്നും ജീവിതത്തിന് അർത്ഥവും പ്രാധാന്യവുമുണ്ടെന്ന മനോഭാവം വളരുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ സംതൃപ്തിയും സന്തോഷവും സമാധാനവും അനുഭവിക്കാൻ കഴിയുകയുന്നു. അതിന് വലിയ പണക്കാരനാകേണ്ടതില്ല. ഉന്നത പദവിയൊ സ്ഥാനവലിപ്പമൊ കാരണമല്ല. എത്രയുണ്ടെന്നുള്ളതല്ല, എത്ര അനുഭവിക്കാൻ കഴിയുന്നു എന്നുള്ളതാണ് പ്രധാനം. അങ്ങനെയുള്ളവർക്കു മാത്രമെ സന്തോഷം പങ്കിടാനും പങ്കുവയ്ക്കാനും കഴിയുകയുള്ളു.

ലോകത്ത് അസമാധാനമാണ് സകല വിപത്തിനും കാരണമെന്ന് പറയേണ്ടതില്ലെല്ലോ; അതുപോലെതന്നെ ജീവിതത്തിലും. ബൈബിളിൽ പ്രത്യേകിച്ച് പുതിയ നിയമത്തിൽ ഉടനീളം സമാധാനത്തിന് ഊന്നൽ നൽകിയിരിക്കുന്നതായി കാണാം. അത് യേശുവിന്റെ ജനനത്തെക്കുറിച്ച് മാലാഖ മറിയത്തോട് അറിയിക്കുന്നതു മുതൽ ആരംഭിച്ചിരിക്കുന്നു. "കൃപനിറഞ്ഞവളേ നിനക്കു സമാധാം." യേശുക്രിസ്തുവിന്റെ ഗിരിപ്രഭാഷണത്തിൽ സമാധാനത്തിനു പ്രത്യേകം സ്ഥാനം കൽപിച്ചിരിക്കുന്നു. "സമാധാനം സ്ഥാപിക്കുന്നവർ ഭാഗ്യവാന്മാർ ..." അവസാനം മരണത്തിനു വിധിക്കും മുമ്പ് യേശുക്രിസ്തു ശിഷ്യന്മാരോടു പറഞ്ഞു. "എന്റെ സമാധാനം ഞാൻ നിങ്ങൾക്കു നൽകുന്നു. ലോകം നൽകുന്നതുപോലെയല്ല ഞാൻ നൽകുന്ന സമാധാനം." അതുപോലെ ഉയിർത്തെഴുന്നേറ്റ യേശുക്രിസ്തു സമാധാനം ആശംസിച്ചുകൊണ്ടാണ് എല്ലായിപ്പോഴും ശിഷ്യന്മാർക്ക് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടത്.

ഈ സമാധാനത്തിന്റെ തുടർച്ചയെന്നോണം, ക്രിസ്ത്യാനികളുടെ വിശുദ്ധ കുർബ്ബാനയിൽ പുരോഹിതൻ പത്തിലധികം പ്രാവശ്യം "നിങ്ങൾക്കെല്ലാവർക്കും സമാധാനമുണ്ടായിരിക്കട്ടെ" എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു. എന്നുമാത്രമല്ല, "സമാധാനത്താലെ പോകുവിൻ" എന്ന ആശിർവ്വാദത്തോടെയാണ് വിശുദ്ധ

കുർബ്ബാന അവസാനിപ്പിക്കുന്നതും.

ഭഗവദ് ഗീതയിലും സുഖം അല്ലെങ്കിൽ സന്തോഷത്തെക്കുറിച്ച് പ്രത്യേകം പരാമർശമുണ്ട്. 18–ാം അധ്യായത്തിൽ മൂന്നുവിധ സുഖ (സന്തോഷം) ത്തെക്കുറിച്ച് പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുണ്ട്. സാത്ത്വികസുഖം, രാജസസുഖം, താമസസുഖം. ഇതിൽ ഉത്തമമായിട്ടുള്ളത് സ്വാഭാവികമായും സാത്ത്വികസുഖമാണെല്ലോ.

"യത്താദഗ്രേ വിഷമിവ പരിണാമേമൃതോപമം
തൽ സുഖം സാത്ത്വികം പ്രോക്തമാത്മബുദ്ധിപ്രസാദം."

"യാതൊരു സുഖം ആദ്യം വിഷംപോലെയും അവസാനത്തിൽ അമൃതംപോലെയുമിരിക്കുന്നുവൊ, ആത്മബുദ്ധി പ്രസാദത്താലുണ്ടാകുന്ന ആ സുഖം സാത്ത്വികമെന്നു പറയപ്പെടുന്നു."

ചുരുക്കത്തിൽ, കഠിനാദ്ധ്വാനത്തിൽനിന്നൊ കഠിന ദുഖത്തിൽനിന്നൊ ആരംഭിക്കുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങളൊ സംരംഭങ്ങളൊ സ്വന്തം നന്മകൊണ്ടും ഹൃദയത്തിന്റെ നിർമ്മലതകൊണ്ടും അവസാനം സുഖമായി അല്ലെങ്കിൽ സന്തോഷമായി പരിണമിക്കുന്നുവൊ അതാണ് സാത്ത്വികസുഖം. ഇവിടെ സ്വന്തം അധ്വാനത്തിലൂടെ നേടിയെടുക്കുന്ന സുഖമാണ് യഥാർത്ഥ സുഖം അല്ലെങ്കിൽ സന്തോഷം. അത് നമ്മുടെ ഹൃദയ നൈർമ്മല്യത്തിലും മനശുദ്ധിയിലും അധിഷ്ഠിതമാണെന്ന് വ്യംഗ്യം. അങ്ങനെയുള്ള നേട്ടത്തിൽ തൃപ്തരാകുന്നവരുടെ മുഖത്ത് സംതൃപ്തിയുടെ പ്രത്യക്ഷ ലക്ഷണമായ സന്തോഷം കളിയാടുമെന്നുള്ളതിന് സംശയമില്ല. ഇവിടെ പലരും കരുതുന്ന സാമ്പത്തിക നേട്ടം സുഖത്തിനൊ സന്തോഷത്തിനൊ കാരണമാകുന്നില്ല.

കേടീശ്വരരായിട്ടും ജീവിതത്തിൽ സംതൃപ്തിയൊ സന്തോഷമൊ അനുഭവിക്കാതെ, അസമാധാനത്തിലും അസന്തോഷത്തിലും കഴിയുന്നവരാണ് കൂടുതലും. ഇനിയും സമ്പാദിക്കണമെന്ന തൃഷ്ണ അവരെ മാനസിക വിഭ്രാന്തിയിലേക്കും സമാധാനത്തിലേക്കും നയിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടാണെല്ലൊ കോടികൾ സമ്പാദിച്ചാലും വീണ്ടും വീണ്ടും വെട്ടിപ്പിടിക്കണമെന്ന വ്യഗ്രതയിൽ അഴിമതികൾ ആവർത്തിക്കുന്നത്. അത്യാഗ്രഹമെന്ന ചേതോവികാരം ജനങ്ങളെ വഴിതെറ്റിക്കുന്നു. ഇക്കാര്യം മഹാത്മഗാന്ധി അസന്ദിഗ്ദ്ധമായി വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. ഈ ലോകം ഏതൊരു മനുഷ്യനും വേണ്ടുവോളം നൽകി തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനാവശ്യമായ എല്ലാം നൽകിയിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ എല്ലാവരുടെയും അത്യാഗ്രഹത്തിനു വേണ്ടത്ര ഇല്ലതാനും (Earth provides enough to satisfy every man's needs, but not every man's greed). ആഗ്രഹം അതിരുകവിയുമ്പോൾ അത്യാഗ്രഹം വിത്തുപാകുന്നു. പിന്നീട് ആ അത്യാഗ്രഹത്തിന്റെ വിഷവിത്തു വളർന്നു പന്തലിക്കും. ക്രമേണ അത് ഏതുതരം വിപത്തിനും കാരണമാകുകയും മാനസികവും സാമ്പത്തികവുമായ സംഘർഷത്തിലേക്ക് നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

എന്നാൽ ഇതൊന്നുമില്ലാതെ മനോഭാവംകൊണ്ടു മാത്രം ഉള്ളതിൽ തൃപ്തിപ്പെട്ട് സന്തോഷം അനുഭവിക്കുന്ന ഒരു കൂട്ടരുണ്ട്. അത് സാധാരണക്കാരെപ്പോലെ ശാരിരിക പ്രാപ്തിയുള്ളവരല്ലെന്നുള്ളതാണ് പ്രത്യേകത. അവരാണ് വികലാംഗരും അംഗഹീനരും. ഇൻഡ്യയിൽ പൊതുവെ ഇത്തരക്കാരെ ഒറ്റപ്പെടുത്തി, പലപ്പോഴും നികൃഷ്ടജീവികളായിട്ടുപോലും കരുതി പെരുമാറുന്നതു കാണാം. അതിനു വ്യക്തമായ ഉദാഹരണമാണ് അംഗവൈകല്യമുള്ളവരെ ആ വിധത്തിൽ സമൂഹത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്നത്. അങ്ങനെയാണെല്ലൊ പൊട്ടൻ, ചട്ടൻ, പൊട്ടക്കണ്ണൻ, ചെമ്പൻ, മുറിക്കയ്യൻ, ഒറ്റക്കയ്യൻ, ഊമ, കുള്ളൻ, കൂനൻ എന്നുവേണ്ട എന്തെല്ലാം പേരുകൾ. മാത്രമല്ല, അവരെ സമൂഹത്തിൽനിന്നു വേർപെട്ടവരായി മാറ്റിനിർത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ അമേരിക്കപോലുള്ള പാശ്ചാത്യ രാജ്യങ്ങളിൽ അംഗഹീനർക്ക് പ്രത്യേകം പരിഗണന നൽകി അവരെ സമൂഹത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗമാക്കി മാറ്റുന്നത് ഇവിടെ വിസ്മരിക്കുന്നില്ല.

അംഗഹീനർക്കും വികലാംഗർക്കും സാധാരണക്കാരപ്പോലെ എല്ലാവിധ വികാരങ്ങളും കഴിവും ദൈവം കൊടുത്തിട്ടുണ്ടെന്ന കാര്യം അവരെ അവഗണിക്കുന്ന സമൂഹം മനസിലാക്കുന്നില്ല. അവരുടെ കഴിവുകൾ ലോകത്തിനു മുമ്പിൽ വെളിപ്പെടുത്താനുള്ള ഒരു ശ്രമമായിരുന്നു സൂര്യ ടി.വി. ഏറ്റെടുത്തത്. അവരുടെ കലാപ്രകടനങ്ങൾ എത്ര മികച്ച കലാകാരേപ്പോലും അത്ഭുതപ്പെടുത്തുന്നതായിരുന്നു. വിധികർത്താക്കളായ എം.ജി. ശ്രീകുമാറും മുൻകാല സിനിമാ നടി ലക്ഷ്മിയും സ്വയം മറന്ന് അവരുടെ കലാപ്രകടനങ്ങൾ ആസ്വദിച്ചു. പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തവരെ പ്രശംസിക്കാൻ അവർക്ക് വാക്കുകൾ പോരാതായി.

അന്ധരുടെ നൃത്തത്തിൽ, ഒറ്റയ്ക്കായാലും സംഘമായിട്ടായാലും ഒരു ചുവടൊ താളമൊ പിഴയ്ക്കാതെ പരിപൂർണ്ണ കൃത്യതയും സൂഷ്മതയും നിലനിന്നു. പരിചയസമ്പന്നരായ നർത്തകരെക്കാളും മികച്ച മിന്നൽ പ്രകടനങ്ങൾ കാഴ്ചവയ്ക്കുമ്പോഴും അന്ധരുടെ സംഘനൃത്തത്തിൽ, തമ്മിലുള്ള അകലമൊ നിശ്ചിത സ്ഥാനമൊ തെല്ലുപോലും തെറ്റുന്നില്ല. കാലുകളും കൈകളും തളർന്നവർ മധുരമായി പാടുന്നു, മുഖചലനംകൊണ്ട് മറ്റൊരു മായാലോകം സൃഷ്ടിക്കുന്നു. കൈകളില്ലാത്തവർ കാലുകൊണ്ട് ഭംഗിയായി എഴുതുന്നു, ചിത്രം വരയ്ക്കുന്നു. കാലിനും കൈയ്ക്കും സ്വാധീനമില്ലാത്തവർ വായിൽ പേന കടിച്ചു പിടിച്ച്

എഴുതുന്നു; ബ്രഷ് ഉപയോഗിച്ച് വരയ്ക്കുന്നു. കാലുകൾ തളർന്നവർ കൈകൊണ്ടും ശരീരംകൊണ്ടു മാത്രം നൃത്തവിസ്മയം കാഴ്ചവയ്ക്കുന്നു. ജന്മനാ ഒരു കാലുമാത്രമുള്ള തിരുവനന്തപുരംകാരി വന്ദനയുടെ ഒറ്റക്കാലുകൊണ്ടുള്ള നൃത്തം മികച്ച നർത്തകരെപ്പോലും വെല്ലുന്നതായിരുന്നു. അവൾ തലയിൽ ജലഭരണിയുമായി തളികയിൽ കയറിനിന്ന് ഒറ്റക്കാലിൽ നൃത്തം ചെയ്യുന്നത് സദസ്യർ ശ്വാസമടക്കി വീക്ഷിക്കുന്നതു കണ്ടു. തളികയുടെ ബാലൻസ് ശരിയാകണമെങ്കിൽ രണ്ടുകാലും വേണ്ടിടത്താണ് ഒറ്റക്കാലുകൊണ്ടുള്ള ഈ സാഹസം.

സ്റ്റേജിൽ വരുമ്പോൾ ഈ വികലാംഗരുടെയും അംഗഹീനരുടെയും മുഖത്തെ സന്തോഷമാണ് കാണേണ്ടിയിരുന്നത്. ആരേയും ആകർഷിക്കുന്ന പുഞ്ചിരിയും മനസിന്റെ നിറവിൽ വിരിയുന്ന ചിരിയും സംസാരത്തിലെ സംതൃപ്തിയും അവരുടെ ജീവിതത്തിലെ സന്തോഷം വിളിച്ചറിയിക്കുന്നതായിരിന്നു. അവർക്ക് കോടികളില്ല. എന്നാൽ മനസിന്റെ സംതൃപ്തിയാണ് അവരുടെ കോടികൾ. ആ സംതൃപ്തിയാണ് അവരുടെ സന്തോഷത്തിന്റെ അടിസ്ഥാവും. അത്യാഗ്രഹത്തിന്റെ അതിപ്രസരംകൊണ്ട് അതിരുകളില്ലാത്ത ലോകം വെട്ടിപ്പിടിക്കാനുള്ള വ്യഗ്രതയിൽ ഉള്ള സന്തോഷംകൂടി ഇല്ലാതാക്കുന്നവർ ഇത്തരത്തിലുള്ള അംഗഹീനരെ കണ്ടു പഠിക്കേണ്ടതാണ്. അവിടെയാണ് സന്തോഷത്തിന്റെ സമവാക്യങ്ങൾ.