ആനന്ദമാർഗ ചര്യാചര്യ

ഭാഗം 1

ശ്രീ ശ്രീ ആനന്ദമൂർത്തി

വിവർത്തനം

ഡോ . പ്രസന്ന വേണുഗോപാൽ

പരമ നിർദേശം

“ദിവസേന രണ്ടു നേരവും നിയമാനുസാരം സാധന അനുഷ്ഠിക്കുന്ന ഏതൊരാൾക്കും ദേഹാവേളയിൽ പരമപുരുഷന്റെ സ്മരണ നിശ്ചയമായും മനസിൽ ഉദിക്കും . അയാൾക്ക് തീർച്ചയായും മുക്തി ലഭിക്കും . ആകയാൽ ഓരോ ആനന്ദമാർഗിയും ദിവസം പ്രതി രണ്ടു പ്രാവശ്യം സാധന ചെയ്യണം . ഇതാണ് പരമേശ്വരന്റെ പരമനിർദേശം . യമനിയമങ്ങൾ കൂടാതെ സാധന സാധ്യമല്ല . ആകയാൽ യമനിയമങ്ങൾ പാലിക്കണമെന്നു കൂടിയാണ് നാഥന്റെ കൽപ്പന . ഈ ആജ്ഞനിരസിച്ചാൽ അനേകകോടി വർഷങ്ങൾ മൃഗീയജീവിതത്തിന്റെ നരകയാതനകളിൽ സ്വയം വീണുഴലേണ്ടിവരും . ഇത്തരം ദുരിതാനുഭവങ്ങൾ ആരും അനുഭവിക്കാതിരിക്കാൻ ഏവരും പരമപുരുഷന്റെ പ്രേമനിർഭരമായ അഭയകേന്ദ്രത്തിൽ പരമാനന്ദം ആസ്വദിക്കാൻ സകലരേയും ഈ ആനന്ദമാർഗത്തിലേക്ക് ആനയിക്കാനുദ്യമിക്കേണ്ടത് ഓരോ സാധകന്റേയും അനിവാര്യമായ കർത്തവ്യമാണ് . ഈ സൽപഥത്തിലൂടെ മറ്റുള്ളവരെ നയിക്കുന്നതും സാധനയുടെ ഒരു ഘടകം തന്നെ .”

ശ്രീ ശ്രീ ആനന്ദമൂർത്തി

ആനന്ദമാർഗ ചര്യാചര്യ

ഭാഗം 1

Author : Shrii Shrii A'nandamu'rtti
First Edition: 2010 (probably)
Translation from English to Malayalam by:
Dr. Prasanna Venugopal
Published by : Acarya
Istapremananda Avadhuta
Second Edition (electronic) : 2021
Edited by: Shylaja Pt
Published by : Babu Thayyil & Acarya
Satyabodhananda Avadhuta
Published on behalf of :
Ananda Marga Publication committee, Kerala
Address: Ananda Marga Ashram
Nedupuzha, Thrissur, Kerala

Email: ampublicationkerala@gmail.com

Copy right applies

ആമുഖം

"സാമൂഹിക അസ്വാസ്ഥതകളും
മാനസികരോഗങ്ങളും പരിഷ്കാരത്തിന്റെ
മൂടുപടത്തിനുള്ളിൽ ഒളിച്ചുവച്ചിരിക്കു
ന്നിടത്തോളം സമൂ ഹശരീരത്തിനെ
ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന വണങ്ങളെ
ഭേദപ്പെടുത്തുവാൻ സാധ്യമല്ല . വിദ്യാസമ്പ
ന്നരും വിവേകശാലികളുമായ പ്രത്യേകിച്ച്
പുതിയ തലമുറ സംശയരഹിതമായും
നിങ്ങളുടെ ആദർശത്തെ പിന്താങ്ങു മെന്ന്
ഞാൻ ഉറച്ചുവിശ്വസിക്കുന്നു . തീർച്ചയായും
അവർ ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒന്നിനുവേണ്ടി
ആകാംക്ഷാഭരിതരായി
കാത്തിരിക്കുകയായിരുന്നു . വിജയം
നിങ്ങളുടേതാകട്ടെ ."

രചയിതാവ്

വിവർത്തകരുടെ കുറിപ്പ്

ചര്യാചര്യയുടെ (സാമുഹ്യനിയമങ്ങൾ) 3 ഭാഗങ്ങളിൽ ശ്രീ ശ്രീ ആനന്ദമൂർത്തിജി ആനന്ദമാർഗ്ഗപ്രസ്ഥാന ത്തിന്റെ സംഘടനാ പരവും സാംസ്കാരിക വു മായ അടിസ്ഥാനം നൽകിയിരിക്കു ന്നു . ഒന്നാം ഭാഗത്തിൽ ആനന്ദമാർഗത്തിന്റെ ഭരണപരമായ ബോർഡുകളുടേയും കമ്മറ്റികളുടേയും അതോടൊപ്പം തന്നെ ശിശുക്കളുടെ ജാത കർമ്മം വസ ത ത്തിന്റെ ആഘോ ഷ ങ്ങൾ , ശ്രാദ്ധകർമ്മം മുതലായ സാമൂഹ്യ ചടങ്ങുകളുടെ മാർഗ് നിർദ്ദേശങ്ങളും നൽകിയിരിക്കുന്നു . മാനവസമൂഹത്തിന്റെ ഭൗതികവും മാനസികവും ആദ്ധ്യാത്മികവുമായ പുരോഗതിക്കു വേണ്ടി ആദ്യത്തെ ആവശ്യം ആരോഗ്യകരമായ ഒരു സാമൂഹികക്രമമാണ് . സാധാരണ ജനങ്ങളുടെ വേദനകളെ ചിന്തിച്ച് അവരുടെ മനസിന്റെ ആവശ്യങ്ങളെ പരിഗണിച്ച് ആനന്ദമാർഗം പുതിയ ഒരു സാമൂഹികക്രമം പ്രതിഷ്ഠിക്കുവാൻ തയ്യാറെടുത്തിരി ക്കുന്നു . സത്യസന്ധവും സ്വാഭാവികവുമായ എല്ലാം ഇവിടെ സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നു . അതേസമയം സാമൂഹിക പുനരുദ്ധാ രണത്തിനുവേണ്ടി ചില നിർദ്ദേശങ്ങളും നൽകിയിരിക്കുന്നു

ഉള്ളടക്കം

1. ശിശുക്കളുടെ ജാതകർമ്മം 11

2. ദീക്ഷനൽകുന്നരീതി 15

3. സാധന് 19

4. താന്ത്രികർ , ആചാര്യൻ , പുരോധൻ 23

5. ആത്മപരിശോധന / ആത്മനിരീക്ഷണം.................... 24

6. ആചാര്യനുമായുള്ള ബന്ധം 25

7. നമസ്കാരംപറയുന്നരീതി 26

8. പാഞ്ചജന്യ.. 28

9. ധർമ്മചക്രം... 28

10. 10 സ്വാദ്ധ്യായം 31

11. ധർമ്മമഹാചകം 32

12. തതസഭ 33

13. ജാഗ്രതി 33

14. കെട്ടിടത്തിന്റെ കല്ലിടൽ ചടങ്ങ് , ... 34

15. ഗൃഹപ്രവേശനാഘോഷം 35

16. മരം നടന്ന ആഘോഷം 37

17. യാത്ര പുറപ്പെടുമ്പോൾ , ... 38

18. വിവാഹഘോഷം , വിവാഹചടങ്ങ് 38

19. ആദർശവാനായ കുടുംബനാഥൻ........................ 50

20. ജനന്മദിനാഘോഷം 52

21. സാമുഹ്യചടങ്ങുകളും ആഘോഷങ്ങളും 52

22. ക്ഷണിക്കുന്ന രീതി 59

23. വസ്ത്രം 60

24. സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ തമ്മിലുള്ള
സാമൂഹ്യബന്ധം... 71

25. ഉപജീവനമാർഗ്ഗം 62

26. സ്ത്രീയുടെ ഉപജീവനമാർഗ്ഗം.................................. 63

27. സാമ്പത്തികനയം 63

28. പൈത്യകസമ്പത്തിന്റെ മാതൃകാ
പരമായരീതി 65

29. ശാസ്ത്രവും സമൂഹവും , ... 68

30. സാമൂഹികശിക്ഷ 68

31. ശവസംസ്കാരം 71

32. 32 ശ്രാദ്ധമെന്ന ചടങ്ങ് 72

33. വിധവകൾ , ... 77

34. ഭൂക്തിപ്രധാൻ 77

35. സമാജമിതം , സ്മാർത്ത, ജീവിതവും, .
ധർമമിത്രവും 80

36. ബോർഡിന്റെ രൂപീകരണം 82

37. ഉപഭക്തിപ്രമുഖർ 83

38. സാന്ധിവിഗ്രാഹിക , ജനമിത്രം

ലോകമിത്രവും , ... 85

39. വിവിധ സംഘടനകൾ 86

40. താന്ത്രികർ , ആചാര്യർ , പുരോധർ
തുടങ്ങിയവരും അനുബന്ധബോർഡുകളും... 89

41. അവധൂത, അവധൂതൻ ബോർഡ് 92

42. ആനന്ദമാർഗ്ഗത്തിന്റെ സമ്പത്ത് 93

43. 43 ഗുരുവന്ദനാ.. 94

സമാപനകുറിപ്പ് 95

മഹാപ്രയാണ ദിവസം.. 96

പദവിവരണപട്ടിക 98

അദ്ധ്യായം 1
ശിശുക്കളുടെ ജാതകർമ്മം

ശിശുക്കളുടെ നാമകരണവും പേരിടൽ ചോറൂണും

ശിശുക്കൾക്ക് ആറുമാസത്തിനും ഒരുവയസിനുമിടയ്ക്ക് ഈ ചടങ്ങ് നട ത്താ വു ന്ന താ ണ് . ആന ന്ദ മാർഗികൾ ചുരു ങ്ങി യത് 5 പേരെങ്കിലും പങ്കെടുത്തി രിക്ക ണം . ശിശു വിനെ മുന്നിൽ കിടത്തി യ ശേഷം ആചാ ര്യനോ അദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭാവത്തിൽ മുതിർന്ന ആനന്ദമാർഗിയോ താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ശ്ലോകം ചൊല്ലിക്കൊടുക്കുകയും മറ്റെല്ലാവരും അത് ഏറ്റുചൊല്ലുകയും വേണം .

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ
മാധ്വീർണ്ണഃ സന്ത്വോഷധീഃ
മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ
മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ
മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ
ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

ഇതി നു ശേ ഷം പങ്കെ ടു ക്കു ന്ന വർ എല്ലാ വരും പ്രതിജ്ഞ ചൊല്ലുന്നു : - " കരുണാമയനായ ദൈവമേ ഇന്ന് നമ്മുടെയിടയിൽ ശിശുവിന്റെ രൂപത്തിൽ അങ്ങ് വന്നു ചേർന്നിരിക്ക യാ ണല്ലോ . ഈ ശിശു വിന്റെ ശാരീരിക വളർച്ചക്കും ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിനും വേണ്ടതായ എല്ലാ സഹായങ്ങളും ചെയ്യുവാൻ ഞങ്ങളെ അനുഗ്രഹി ക്കേ ണ മേ . ഭൗതിക മായ എല്ലാ വിധ ഉന്ന മ ന ത്തിനു വേണ്ടതെല്ലാം ചെയ്യുവാൻ ഞങ്ങൾക്കു കഴിയേണമേ . "

ഒരു പാത്രത്തിൽ ജലം വച്ചതിനുശേഷം ഓരോരു

2

ത്തരും അതിൽനിന്ന് അല്പമായെടുത്ത് വലിയൊരു പാത്ര ത്തിൽ ഒഴിക്കുക . (കാലാവസ്ഥക്കനുസരിച്ച് ചൂടുവെള്ളമോ തണുത്തതോ ആകാവുന്നതാണ്) വീണ്ടും :

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്ത്വോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ

മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

“ കരുണാമയനും ദയാനിധിയുമായ ദൈവമേ ഇന്ന് നമ്മു ടെയിടയിൽ ജന്മമെടുത്തിരിക്കുന്ന ഈ ശിശുവിന്റെ മാന സിക വികാസത്തിനാവശ്യമായ വിദ്യാഭ്യാസം നല്കാൻ ഞങ്ങൾക്കു കഴിയേണമേ . മാനസികപുരോഗതിക്ക് വേണ്ട തായതെല്ലാം ചെയ്തുകൊടുക്കുവാൻ ഞങ്ങളെ പ്രാപ്ത രാക്കേണമേ , '' അതിനുശേഷം അവിടെയിരിക്കുന്ന എല്ലാവരും ഓരോ ഗ്ലാസ്സ് വെള്ളം മന്ത്രോച്ചാരണത്തിനുശേഷം ഒഴിക്കുക . വീണ്ടും മന്ത്രം ഉച്ചരിക്കുക . ഓം ! മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്റെ സിന്ധവഃ മാധ്വീർണ്ണാ ? സന്തോഷധീഃ മധുനക്ത മുതഷാസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ മധു ദ്യൗരസ്ത നഃ പിതാ മധുമാനോ വനസ്പതിർ മധു മാനസ്ത സൂര്യോ മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തുനാ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

3

| 6 “ കരുണാമയനായ ദൈവമേ ഇന്ന് നമ്മു ടെ യിട യിൽ ജന്മമെടുത്തിരിക്കുന്ന ഈ ശിശുവിന്റെ ആത്മീയപുരോഗ തിക്ക് വേണ്ടതായ വിദ്യാഭ്യാസം നല്കുന്നതിൽ ഞങ്ങൾ വിജയിക്കണമേ . '' ഇതിനുശേഷം എല്ലാവരും ഓരോ ഗ്ലാസ്സ് ജലമെടുത്ത് അതേ വലിയ പാത്രത്തിൽ ഒഴിക്കുന്നു . വീണ്ടും : -

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ
മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ   പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

" കരുണാമയനായ ദൈവമേ ഇന്ന് ഈ കുഞ്ഞിന്റെ രൂപത്തിൽ ഞങ്ങളുടെയിടയിൽ അങ്ങ് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടിരിക്കയാ ണല്ലോ . ഈ കുട്ടിയിൽ സർവ്വവ്യാപിയായ അങ്ങയെ ദർശി ക്കുവാൻ ഞങ്ങൾക്ക് കഴിയേണമേ . ' ഞങ്ങളെല്ലാവരും ഒരുമിച്ച് ഈ കുഞ്ഞിന് എന്ന് നാമകരണം ചെയ്യുന്നു .

ഇതിനുശേഷം കുഞ്ഞിനെ മാതാപിതാക്കൾ വലിയ പാത്രത്തിൽ ഇരുത്തി കുളിപ്പിക്കുന്നു . അതിനു ശേഷം വസ്ത്രമണിയിച്ച് മടിയിലിരുത്തി ആഹാരം വായിൽ കൊടുക്കുന്നു . അച്ഛനമ്മമാരുടെ കഴിവിനനുസരിച്ച് സദ്യ നടത്താം , എന്നാൽ കടം വാങ്ങി സദ്യ നടത്തരുത് .

കുട്ടി ജനിച്ച് 21 ദിവസം കഴിയുന്നതോടെ അമ്മയും കുട്ടിയും ഭൗതികതലത്തിൽ ശുദ്ധിയുള്ളവരായി പരിഗണി ക്കപ്പെടുന്നു .   ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 2
ദീക്ഷ നൽകുന്ന രീതി

5 വയസായ കുട്ടിക്ക് അച്ഛനമ്മമാരോ സഹോദരീസഹോദരന്മാരോ നാമമന്ത്രം (ധ്യാനത്തിലേക്കുള്ള പ്രാഥമിക മായ അറിവ്) പറഞ്ഞുകൊടുക്കാം . കുട്ടികൾക്ക് 5 വയസാ കുന്നതോടെ കാര്യങ്ങൾ കണ്ടും കേട്ടും മനസ്സിലാക്കുവാ നുള്ള കഴിവ് ഉണ്ടാകുന്നു . അവരെ പത്മാസനത്തിൽ (Lotus Posture) ഇരിക്കുവാനാണ് ആദ്യം പറഞ്ഞുകൊടുക്കു ന്നത് . ഒരു കയ്ക്കുള്ളിൽ മറുകയ്യ് വച്ചശേഷം നട്ടെല്ലു നിവർത്തി ഇരുത്തുക . കുട്ടിയുടെ ചുറ്റും കാണുന്നതെല്ലാം ബ്രഹ്മം (ഈശ്വരൻ) തന്നെയെന്നു ഭാവന ചെയ്യുകയും ഈശ്വരന്റേതാണെന്നു പറഞ്ഞുകൊടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു .

12 വയസാകുന്നതോടെ ആചാര്യനിൽനിന്നും നേരിട്ട് " സാധാരണ യോഗദീക്ഷ സ്വീകരിക്കാം , പതിനാറുവയസ്സിനുശേഷം “ സഹജയോഗ ” വും സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ് . 12 വയസ്സാംസായാൽ ആസനപരിശീലനം തുടങ്ങാം . സഹജയോഗ പരിശീലിക്കുന്നവരിൽനിന്നും ഉയർന്നതായ സാധനയുടെ അവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കുവാനായി അതിയായി ആഗ്രഹിക്കുന്നവരെയും അത് പരിശീലിക്കുവാൻ വേണ്ടുംത സമയം മാറ്റി വയ്ക്കുവാൻ കഴിയുന്നവരേയും

പുരോധബോർഡ് തിരഞ്ഞെ ടുത്ത് വിശേഷയോഗ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു .

ആചാര്യന്മാരും പുരോധന്മാരും ദീക്ഷ നൽകുന്നതിന് പ്രതിഫലം പറ്റുവാൻ പാടില്ല . ആചാര്യന്മാരുടേതായ ആവ ശ്യങ്ങൾ (കാര്യങ്ങൾ) നിറവേറ്റിക്കൊടുക്കേണ്ടത് ഓരോ ആനന്ദമാർഗിയുടേയും കടമയാണ് .

പന്ത്രണ്ടോ അതിൽ കൂടുതലോ പ്രായമുള്ളവർക്കേ

5

. ദീക്ഷ നൽകുവാൻ പാടുള്ളൂ . ആചാര്യന്മാർക്കും , താതവി കർക്കും ധർമ്മമിത്രത്തിനും " നാമമന്ത ' ദീക്ഷ നൽകാവു ന്നതാണ് . ദീക്ഷ നൽകുന്നതിന് ഒരിക്കലും ഫീസ് ഈടാ ക്കരുത് . " ഗുരുദക്ഷിണ ' നൽകുന്ന രീതി നാമമന്തത്തിലും , പ്രാരംഭിക , സഹജയോഗത്തിലും ഒരുപോലെ തന്നെയാണ് . നാമമന്തം കൊടുക്കുന്നതിന് ശുദ്ധി (മനസ്സിനെ പിൻവലി ക്കു ക) , മന്ത്ര ജപം ഇവ ആവ ശ്യ മില്ല . നാമ മന്തം കൊടുത്തു ക ഴി ഞ്ഞാൽ യമ നി യ മ ങ്ങൾ സാവധാനം പരിശീലിപ്പിക്കുക . നാമമന്തം ഒരേസമയത്ത് ഒന്നിൽക്കൂടു തൽ പേർക്ക് നൽകരുത് . അതുപോലെ നാലു പേരിൽ കൂടുതലായി ഒരു സമയം നാമമന്ത്രം കൊടുക്കരുത് .

ദീക്ഷ നൽകിയ വ്യക്തിക്ക് നാമകരണം ചെയ്യുന്നത്

ദീക്ഷ സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ പേര് സംസ്കൃത ത്തിലെങ്കിൽ, ദീക്ഷനൽകുന്ന സമയത്തുതന്നെ, അല്ലെങ്കിൽ ദീക്ഷ നൽകി കുറച്ചു ദിവസങ്ങൾക്കുള്ളിൽ സംസ്കൃത ത്തിലാക്കേണ്ടതാണ് . പേരിന്റെ അന്ത്യത്തിൽ " ദേവ'യെന്ന ശബ്ദം പദവി എന്ന നിലയിൽ ചേർക്കണം . ഇക്കാര്യത്തിൽ വ്യക്തിയുടെ ഇച്ഛയും പരിഗണിക്കേണ്ടതാണ് . എങ്കിലും " ദേവ ' എന്ന പദവി എത്ര കൂടുതൽ ഉപയോഗിക്കുന്നുവോ അത്രയും നല്ലത് . സാമൂഹിക കാര്യങ്ങൾക്ക് സംസ്കൃത ത്തിലുള്ള പേര് തന്നെ ഉപയോഗിക്കണം . നാമകരണം സംസ്കൃതത്തിലാണെങ്കിലും എല്ലാ ഭാഷകൾക്കും തുല്ല്യ മായ ബഹുമാനവും വളരാനുള്ള അവസരവും ഉറപ്പുവരു ത്തണം .

ദീക്ഷാദാനം (Initiation)

1 . വളരെ പ്രയാസമേറിയ വിശേഷയോഗം വളരെക്കുറ ച്ചുപേരെ മാത്രം തിരഞ്ഞെടുത്ത് പുരോധന്മാർ നേരിട്ടു നൽകുന്നു .

6.

2 . ധ്യാനത്തിന്റെ ഉയർന്ന തലങ്ങളിലെത്തുവാൻ ഉൽക്ക ടമായ ദാഹം ഉള്ളവരെ മാത്രം ആചാര്യന്മാർ സഹജ യോഗം പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു .

3. സഹജയോഗം പരിശീലിക്കാൻ കഴിയാത്തവരെ ആചാ ര്യൻ സാധാരണയോഗം പരിശീലിപ്പിക്കുന്നു . ആസന ങ്ങൾ അഭ്യസിക്കേണ്ടതില്ലാത്തതുകൊണ്ട്

സാധാരണ യോഗത്തിൽ ആഹാര കാര്യങ്ങളിൽ നിബന്ധനകളില്ല .

4. സാധാരണയോഗം പരിശീലിക്കുവാൻ ബുദ്ധിമുട്ട് ഉള്ള വർക്ക് പ്രാരംഭകയോഗം പരിശീലിപ്പിച്ചുകൊടുക്കുന്നു . ഇതിൽ ആസനങ്ങളോ ആഹാരനിയന്ത്രണമോ നിർബ ന്ധമില്ല . ആസനാഭ്യസനത്തിന് അതിയായ ആഗ്രഹ മുള്ളവർക്കോ

, ശാരീരിക മാനസികാവശ്യങ്ങൾക്കായി ആസനാഭ്യസനം അനിവാര്യമായവർക്കൊ ആചാര്യൻ സ്വന്തം ഇഷ്ടപ്രകാരം ആസനപരിശീലനം നൽകാ വുന്നതാണ് . സമയകുറവുള്ളപ്പോൾ ഉന്നതസംസ്കാ രമുള്ളവർക്കും ആദ്യം പ്രാരംഭികയോഗം പരിശീലി പ്പിക്കുക പുരോഗതി നിരീക്ഷിച്ചറിഞ്ഞശേഷം പിന്നീട് സാധാരണ യോഗമൊ , സഹജയോഗമോ പരിശീലി പ്പിക്കാവുന്നതാണ് .

5. ഏതു ദീക്ഷ സ്വീകരിക്കുമ്പോഴും പ്രതീകത്തിനു (Emblem) മുൻപിലിരുന്നുവേണം ദീക്ഷ സ്വീകരിക്കുവാൻ . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 3
സാധന

ഒരു വ്യക്തിയുടെ മൂന്നു തലങ്ങളിലുമുള്ള സമഗ്രമാ യൊരു പുരോഗതിയെന്നതാണ് സാധനയുടെ (ആത്മീയ പരിശീലനം) ലക്ഷ്യം . ഭൗതീകതയെ എല്ലാം ഉപേക്ഷിച്ചിട്ട് ആത്മീയപരിശീലനം എന്നതല്ല മറിച്ച് വ്യക്തിയുടെ ഉള്ളിൽ

കുടികൊള്ളുന്ന അനന്തവും സൂക്ഷ്മവുമായ കഴിവുകളെ പൂർണ്ണമായി ഉപയോഗിക്കുവാനാണ് സാധന പഠിപ്പിക്കു ന്നത് . സാമ്പത്തികം , സാമൂഹ്യം , ശാസ്ത്രം തുടങ്ങിയ മേഖലകളിലെ പുരോഗതിക്കുവേണ്ടി നാം സ്വീകരിക്കുന്ന രീതികൾ പോലെതന്നെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ പുരോഗതിക്കുവേണ്ടിയും അച്ചടക്കത്തോടെയുള്ള സമീപനം നാം സ്വീകരിക്കേണ്ടതല്ലേ ?

ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരവും മനസ്സും വേണമെന്നുണ്ട് ങ്കിൽ താഴെ പറയുന്ന സാധനകൾ നിർബന്ധമായും പാലിക്കണം .

1 . യമ സാധന

2 , നിയമസാധന

യമനിയമങ്ങൾ നാം ആചാര്യനിൽനിന്നും നേരിട്ട് പഠിക്കേണ്ട ഒന്നാണ് . യമമെന്ന തത്വങ്ങൾ നാം സമൂഹത്തിൽ മറ്റുള്ള വരോട് എങ്ങിനെ ഇടപഴകി ജീവിക്കണമെന്നു പഠിപ്പിക്കു മ്പോൾ , നിയമമാകട്ടെ അവനവനിൽ തന്നെ എങ്ങിനെ ആത്മസംയമനം പാലിക്കണം എന്ന് പഠിപ്പിക്കുന്നു .

ആദർശ ധീരനായ ഒരു വ്യക്തിയായി വള രു വാൻ യമനിയമങ്ങൾ പാലിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യം തന്നെ . ഇതു പാലിച്ച് ജീവിക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തി അഷ്ടപാശങ്ങളിൽനിന്നും ഷഡ്രിപുക്കളിൽനിന്നും മോചനം നേടുന്നു . മോചനമെന്നത് ഉന്മൂല നാശം ചെയ്യുകയെന്നതല്ല മറിച്ച് അഷ്ട പാശ , ഷഡിപുക്കളെ തരണം ചെയ്യുകയെന്നതാണ് . മുകളിൽ പറഞ്ഞവ ബന്ധനങ്ങളാണ് . അവയ്ക്ക് അടിമയാകാതെ അതിജീവിക്കുവാനുള്ള പ്രാപ്തി നേടേണ്ടതാണ് .

3. ആസനങ്ങൾ

ശരീരത്തിന്റെ ചില പ്രത്യേക അവസ്ഥകൾ (Pose) ശരീരത്തിനും മനസിനും സ്ഥിരമായ സുഖം പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു . ഇങ്ങിനെയുള്ള അവസ്ഥകൾ (Pose) ആണ് ആസനങ്ങൾ , ആസനപരിശീലനത്തിലൂടെ ശരീരത്തിന്റെ അന്തസ്രാവിഗ്രന്ഥികളിലെ, ഹോർമോണുകളെ നിയന്ത്രിച്ച് മനസിന്റെ ഉയർന്ന തലങ്ങളിലേക്ക് കടക്കുവാനും ആത്മീ യോന്നതി

നേടാനും കഴിയുന്നു . ആചാര്യന്റെ ശിക്ഷണ ത്തിൽ വേണം ആസനം പരിശീലിക്കുവാൻ .

4. പ്രാണായാമം

ശരീരത്തിലെ വായുക്കളും (പത്ത് പ്രധാനപ്പെട്ട ഊർജ പ്രവാഹം) മനസ്സും തമ്മിൽ വേർപെടുത്താനാവാത്ത വിധം ഗാഢമായ ബന്ധമാണുള്ളത് . ശ്വസനതാളം തെറ്റുമ്പോൾ ശരീരവും മനസ്സും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം തകരാറിലാകുന്നു . പാണാ യാമത്തിലൂടെ ശാസ്ത്രീയ മായി ശ്വാസത്തെ നിയന്തിക്കുമ്പോൾ മനസ്സും നമ്മുടെ നിയന്ത്രണത്തി ലാകുന്നു , സാധന സുഗമമാകുകയും ചെയ്യും .

പ്രാണായാമം ശരിയായി പരിശീലിക്കാതെ ധ്യാനം ചെയ്താൽ സമയം കളയാമെന്നല്ലാതെ ഏകാഗ്രത ലഭിക്കു ന്ന തില്ല . പ്രാണായാമം ആ ചാ ര്യ നിൽ നിന്നു നേരിട്ടു പരിശീലിച്ചില്ലെങ്കിൽ ശരീരത്തിന് അപകടം സംഭവിച്ചേക്കാ നിടയുണ്ട് .

5. പത്യാഹാരം

പ്രത്യാഹാരം എന്ന വാക്കിനർത്ഥം പിൻവലിക്കുക എന്നാണ് . ഓരോ വസ്തുക്കൾക്കു പിന്നാലെ അലഞ്ഞുതി രിയുന്ന മനസ്സിനെ അതിൽ നിന്നും പിൻവലിക്ക ണം . വർണ്ണാർഘ്യാദാനം (ഗുരുപൂജ) മനസ്സന്റെ വർണ്ണങ്ങളെ ഗുരുവിന് സമർപ്പിക്കുന്നതാണ് .

മനസിനെ പിൻവലിക്കുന്ന തിന് വളരെ ലളിതമായ ഒരു മാർഗമാണിത് . ആചാര്യന്മാർ

ഇത് പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതാണ് .

6. ധാരണ

മനസിനെ ഒരു പ്രത്യേക ബിന്ദുവിലേക്ക് കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നതാണ് ധാരണ . ഇതും ആചാര്യന്മാർ അർഹതപ്പെട്ടവരെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നതാണ് .

7. ധ്യാനം

മനസിന്റെ എല്ലാ പ്രവണതകളും ഒത്തുചേർന്ന് ധ്യേയ മായ ഈശ്വരനിലേക്ക് നിലയ്ക്കാതെ പ്രവഹിക്കുന്നതാണ് ധ്യാനം , എണ്ണപോലെ നിലയ്ക്കാത്ത ഒരു ഒഴുക്ക് തന്നെ യാണിത് .

8. സമാധി

മനസിനെ പൂർണ്ണമായും ഈശ്വരനിൽ തന്നെ ലയിപ്പിച്ചുനിൽക്കുന്ന ധ്യാനാവസ്ഥയാണ് സമാധി (നിർവികല്പ്) . ഞാൻ എന്ന ബോധം പോലും നഷ്ടപ്പെടുന്ന അവസ്ഥയാ ണിത് . ഞാൻ - ബ്രഹ്മം തന്നെയെന്ന് (അഹം ബ്രഹ്മാസ്മി) അറിയുന്ന അവസ്ഥയാണിത് . ജീവാത്മാവ് പൂർണ്ണമായും പരമാത്മാവിൽ ലയിക്കുന്ന അവസ്ഥയെ സവികല്പസമാ ധിയെന്നു പറയുന്നു . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 4
താതവിികർ , ആചാര്യൻ , പുരോധൻ

(1) ആത്മാർത്ഥത , ആത്മീയത , ബുദ്ധികൂർമ്മത , തത്വശാസത്തെ മനസിലാക്കുവാനുള്ള കഴിവ്- മറ്റുള്ളവർക്ക് അത് . പറ ഞ്ഞു മ ന സി ലാക്കി കൊടു ക്കു വാ നുള്ള കഴിവ് എന്നിവയുള്ള വ്യക്തികളെയാണ് ആചാര്യസ്ഥാനത്തേക്ക് പരിഗണിക്കുന്നത് . ഒരു ആചാര്യനാകാനുള്ള യോഗ്യതയും മുകളിൽ പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ തന്നെയാണ് .

(2) ആചാര്യന്മാർ അടിസ്ഥാനപരമായി അഞ്ഞൂറുപേർക്ക്

ദീക്ഷ നൽകിയാൽ വളരെ പ്രയാസമേറിയ “ വിശേ ഷ യോഗ ' യ്ക്ക് അർഹരാ കു ന്നു . അർഹത നേടിയാൽ പുരോധ പരിശീലനത്തിലേക്ക് പ്രവേശിക്കാവുന്നതാണ് .

(3) ചുരുങ്ങിയത് ഇരുപതുപേരെയെങ്കിലും (ചില പ്രത്യേക സാഹചര്യത്തിൽ 5 പേർ) ആത്മീയതയുടെ വഴിയിലേക്ക് നയിക്കുവാൻ കഴിയുന്നതോടെ ഒരു വ്യക്തി താതവിക പരിശീലനത്തിന് യോഗ്യത നേടുന്നു .

(4) ആനന്ദമാർഗത്തിന്റെ ഉത്തരവാദിതവപ്പെട്ട സ്ഥാനത്തേയ്ക്ക് സാധ്യമാകുന്നിടത്തോളം പുരോധരെ

മാത്രമേ നിയമിക്കു വാൻ കഴിയൂ . ഇവരെ നാമ നിർദ്ദേശം ചെയ്യുകയോ തിരഞ്ഞെടുക്കുകയോ ചെയ്യാം .

(5) വിശ്വവ്യാപകമായി ആനന്ദമാർഗദർശനത്തിന്റെ പ്രചര ണാർഥം , കേന്ദ്രസമിതിയുടേയും പുരോധ പ്രമുഖന്റേയും അനുമതിയോടെ ഈ നിയമങ്ങളിൽ കാലോചിതമായ മാറ്റ ങ്ങൾ കൊണ്ടുവരാവുന്നതാണ് .

ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 5
ആത്മനിരീക്ഷണം / ആത്മപരിശോധന

ഒരു ആനന്ദമാർഗി യമനിയമങ്ങൾ ലംഘിച്ചാൽ ഉടനെ ആചാര്യനോട് തെറ്റ് ഏറ്റുപറയുകയും ശിക്ഷ ചോദിച്ചുവാ ങ്ങുകയും വേണം . തെറ്റുചെയ്ത അന്നുതന്നെയോ അല്ലെ ങ്കിൽ അടുത്ത ധർമ്മചകത്തിലോ ഇതു ചെയ്യേണ്ടതാണ് .

ശാരീരിക മാനസികശിക്ഷകളല്ലാതെ ധനപരമായ (സാമ്പത്തികം) ശിക്ഷ , ആചാര്യൻ വിധിക്കുവാൻ പാടില്ല . കുറ്റം ചെയ്ത വ്യക്തിയുടെ കയ്യിൽ നിന്നും ആചാര്യൻ സേവനം സ്വീകരിക്കരുത് . ചെയ്ത തെറ്റ് എന്താണെന്ന് മന സിലാക്കിയശേഷമേ ശിക്ഷ നടപ്പാക്കുവാൻ പാടുള്ളൂ .

ചെയ്ത തെറ്റിന്റെ കാഠിന്യം കൂടുതലാണെങ്കിൽ പരസ്യ മായി ശിക്ഷിക്കാവുന്നതാണ് . ഒരാളിൽ സ്വഭാവദൂഷ്യം . കണ്ടെത്തിയാൽ യമനിയമങ്ങളിൽ ഏതാണ് തെറ്റിച്ചതെന്നു തിരിച്ചറിയുന്ന ഒരു വ്യക്ത മായ റിപ്പോർട്ട് ആചാര്യന് നിശ്ചിതദിവസത്തിനുള്ളിൽ സമർപ്പിക്കണം. ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 6
ആചാര്യനുമായുള്ള ബന്ധം

ആചാര്യന്റെ പ്രായ ത്തി ന നു സരിച്ച് സഹോദരീ സഹോദരന്മാരേപ്പോലെയുള്ള ബന്ധം ഉണ്ടാകേണ്ടതാണ് . ആചാര്യൻ ദീക്ഷ ലഭിച്ച വ്യക്തിയേക്കാൾ പ്രായം ചെന്ന വ്യക്തിയാണെങ്കിൽ പാദം തൊട്ട് ആശീർവാദം വാങ്ങാം . ആചാര്യൻ പ്രായം കുറഞ്ഞ വ്യക്തിയാണെങ്കിലും നമ്മുടെ ആഗ്രഹത്തിനനുസരിച്ച് കാൽതൊട്ട് വന്ദിക്കാം . ആചാര്യനു മുന്നിൽ സാഷ്ടാംഗ നമസ്കാരം ചെയ്യരുത് . കൂടാതെ ആചാര്യനെ എപ്പോഴും ബഹുമാനം നിറഞ്ഞ ഭാഷയിലേ അഭിസംബോധന ചെയ്യുവാൻ പാടുകയുള്ളു . 1 , ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം7
നമസ്കാരം പറയുന്ന രീതി

മൂന്നുരീതിയാണ് ഇതിനായി നിലവിലുള്ളത് .

1. സാഷ്ടാംഗപ്രണാമം .

2 , ചരണസ്പർശപ്രണാമം (തല കുനിച്ച് പാദത്തിൽ സ്പർശിക്കുക)

3. നമസ്കാരം

സാഷ്ടാംഗപ്രണാമം

മാർഗ ഗുരു ദേവനുമാത്രം സാഷ്ടാം ഗ്രപ്രണാമം ചെയ്യാം , ഇതിനർത്ഥം അങ്ങ യുടെ ആദർശ ങ്ങൾക്കു കീഴടങ്ങുന്നു എന്നതാണ് . സ്ത്രീകൾ സാഷ്ടാംഗ്രപ്രണാമം ചെയ്യരുത് . നമസ്കരിക്കുമ്പോൾ നെറ്റി മാത്രമേ നിലത്തു സ്പർശിക്കുവാൻ പാടുള്ളൂ .

ചരണസ്പർശപ്രണാമം

ആത്മീയ ഉന്നതി നേടിയവരുടെ പാദത്തിൽ സ്പർശി ച്ചശേഷം അതേ കയ്യ് നെറ്റിയിലും തൊടുന്നതാണ് ചരണ സ്പർശപ്രണാമം . നിങ്ങൾക്ക് പരിഗണനന നൽകാത്ത ഒരു വ്യക്തി എത്ര ഉന്നത നാ

യി രു ന്നാലും ചരണ സ്പർശ പ്രണാമം കൊടുക്കരുത് .

നമസ്കാരം

രണ്ടു കൈ കളും കൂട്ടി തൊഴുതു പിടിച്ച ശേഷം തള്ള വിരലുകൾ ആജ്ഞാചകത്തിൽ (പുരികങ്ങൾക്കു നടുവിൽ) സ്പർശിക്കുന്നതാണ് നമസ്കാരം . എല്ലാവരും ഒരു പിതാവിന്റെ മക്കളാണെന്ന കാഴ്ചപ്പാടിലാണ് നാമിതു ചെയ്യു ന്ന ത് . അതി നാൽ (പാ യ ഭ ദ മന്യേ കുനിയ്ക്കാതെ തന്നെ നമസ്കാരം ചെയ്യാവുന്നതാണ് .

ഒരാളുടേയും കൈപിടിച്ച് കുലുക്ക രുത് ഇത് ആരോഗ്യം അരക്ഷിതമാക്കുന്നു . ഇത് അനാരോഗ്യപരമായ ഒന്നാണ് . കൂടാതെ കുർണിഷ് (കോടതിയിലെ ഒരുതരം നമസ്കാര രീതി ഒരു വ്യക്തിയുടെ മേൽക്കോയ് മ അംഗീകരിക്കൽ) ഒരിക്കലും ചെയ്യരുത് . നാം മറ്റാരുടേയും അടി മ യല്ല . കുർണിഷ് ഒരു തരം അടി മ ത്തെ മാ ണ് . നമസ്കാരം പറയുന്നതിന് ഇതൊന്നും സ്വീകാര്യമല്ലയെ ന്നറിയണം . ഇത്തരത്തിലുള്ള നമസ്കാരം - കർശനമായും നിരോധിക്കണം .

ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 8
പാഞ്ചജന്യം

പ്രഭാതത്തിൽ കൃത്യം 5 മണിക്കു തന്നെ സാധകർ ആശ്രമത്തിലെ ജാഗ്രിതിയിലോ , ആശ്രമം ഇല്ലയെങ്കിൽ സൗകര്യപ്രദമായ മറ്റൊരിടത്തോ ഒത്തുചേരുകയും 5 മിനിട്ട് പ്രഭാതസംഗീതം (മനസിനേയും ആത്മാവിനേയും തമ്മിൽ കോർത്തിണക്കുന്ന ഗാനങ്ങൾ , ശ്രീ . പ്രഭാത് രജ്ഞൻ സർക്കാർ 5018 ഗാനങ്ങൾ സ്വന്തമായെഴുതി സംഗീതം പകർന്നുനൽകിയിട്ടുണ്ട്) . 15 മിനിട്ട് കീർത്തനവും ചെയ്ത ശേഷം 10 മിനിട്ടെങ്കിലും കൂട്ടായ ധ്യാനം ചെയ്യു ന്നു . ഞായറാഴ്ച ഒഴിച്ച് മറ്റെല്ലാദിവസവും ഇതു തുടരണം . ഞായറാഴ്ച ദിവസങ്ങളിൽ 10 മിനിട്ട് പ്രഭാതസംഗീതവും 15 മിനിട്ട് കീർത്തനവും 10 മിനിട്ട് കൂട്ടായ ധ്യാനവും പരിശീലിക്കണം . ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്ന ധ്യാനത്തെയാണ് പാഞ്ചജന്യം എന്നുപറയുന്നത് .

ഉള്ളടക്കം 1986 (കോലകാതാ)

അദ്ധ്യായം 9
ധർമ്മചക്രം

സാധകർ ഒരുമിച്ച് ഈശ്വരപ്രണിധാനവും ആത്മീയ ചർച്ച കളും നടത്തുവാൻ ഒത്തു ചേരുന്നതാണ്

ധർമ്മ ചകം . സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ പ്രത്യേകം നിരകളായി വരിവരിയായി ചിട്ടയോടെ പരസ്പരം സ്പർശിക്കാതെ ഇരിക്കുന്നു . ധർമ്മ ചകത്തിൽ പങ്കെടുക്കാനെത്തുന്നവർ പ്രണാമത്തിനുശേഷം മൗനത്തോടെ യഥാസീറ്റിൽ ഇരിക്കുന്നു . ഒരാൾ വരുമ്പോൾ ധർമ്മചകം തുടങ്ങിയെന്നിരിക്കട്ടെ . അച്ചടക്കത്തോടെ ശബ്ദ മുണ്ടാക്കാതെ ശരിയായ നിരകളിൽ സ്ഥാനമുറപ്പിച്ച് ഇരി ക്കണം . ഈശ്വരപ്രണിധാനത്തിനായി ആചാര്യൻ നിശ്ചയി ക്കപ്പെടുന്ന സമയത്ത് അനുവാദം (Signal) തരുമ്പോൾ എല്ലാവരും ഒരുമിച്ച് ഈശ്വരപ്രണിധാനത്തിനൊരുങ്ങുകയും താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന മന്ത്രം മൂന്നുപ്രാവശ്യം ചൊല്ലു കയും വേണം .

“ സംഗച്ഛധ്വം സംവദധ്വം
സം വോ മനാംസി ജാനതാം.
ദേവാ ഭാഗം യഥാ പൂർവ്വേ
സംജാനാനാ ഉപാസതേ.
സമാനീ വ ആകുതീഃ
സമാനാ ഹൃദയാനി വഃ .
സമാനമസ്തു വോ മനോ
യഥാ വഃ സുസഹാസതി ".

(നമുക്കെല്ലാവർക്കും ഒരുമിച്ച് മുന്നേറാം , ഒരേ മനസോ ടെ , ഒരേ ചിന്ത യോ ടെ . പണ്ട് ഋഷി മാർ ചെയ് തി ട്ടുള്ളതുപോലെ നമ്മുടെ സമ്പത്ത് നമുക്കൊ രു മിച്ച് പങ്കിടാം . അങ്ങനെ എല്ലാവർക്കും ഈ പ്രപഞ്ചത്തെ സന്തോ ഷത്തോടെ വിനിയോഗിക്കാം . നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങൾ തമ്മിൽ ഒരിക്കലും വേർപിരിയാതിരിക്കട്ടെ . ഒരേ മനസ്സോടെ ഒത്താ രുമിച്ച് ജീവിക്കുകയും മുന്നോട്ട് പ്രയാണം ചെയ്ത് ഈശ്വ പ്രാപ്തി നേടുകയും ചെയ്യാം) നിർദ്ദേശങ്ങൾ :

(1) എല്ലാ ഞായറാഴ്ചകളിലും ആചാര്യനോടൊപ്പം ധർമ്മ ചകം ചെയ്യാം . പ്രത്യേക ആഘോഷദിവസങ്ങളിലും ചെയ്യാവുന്നതാണ് .

(2) ആരോഗ്യവാന്മാരെങ്കിൽ കൃത്യമായി ആഴ്ചയിൽ ഒരി ക്കലുള്ള ധർമ്മചകത്തിൽ പങ്കെടുക്കണം . ഇതിനു സാധിക്കാതെ വന്നാൽ - ഗവണ്മെന്റ് ജോലിത്തിരക്കോ രോഗാതുരശുശ്രൂഷയോ മൂലം - സമയം ലഭിക്കുമ്പോൾ ജാഗ്രിതിയിൽ പോയി ഈശ്വരപ്രണിധാനം ചെയ്യുക . ഇതിനും സാധിക്കാത്ത അവസ്ഥയിൽ ആ ആഴ്ചയിൽ ഒരു നേരത്തെ ആഹാരം ഉപേക്ഷിക്കണം .

(3) ധർമ്മ ച ചകത്തിൽ എല്ലാവരും മാന്യമായി വസ് ധാരണം ചെയ്ത് സ്വസ്ഥാനങ്ങളിൽ ഇരിക്കണം .

(4) മാർഗികളല്ലാത്തവർക്ക് ധർമ്മചകത്തിൽ പങ്കെടുക്ക

ണമെങ്കിൽ ജാഗിതി മാനേജരുടെ അനുവാദം തേടേണ്ട താണ് . തത്വസഭ (ആത്മീയ ചർച്ച) യിൽ മാർഗികൾ അല്ലാ ത്തവർക്കും പങ്കെടുക്കാം . എന്നാൽ ധർമ്മചക്രത്തിലെ ചോദ്യോത്തരങ്ങളിൽ ആനന്ദമാർഗികൾ മാത്രമേ പങ്കെടു ക്കാവൂ .

ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 10
സ്വാദ്ധ്യായം

ആനന്ദമാർഗ്രഗ്രന്ഥങ്ങൾ വായിക്കുകയും വിശദീകരി ക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനെ ഔപദ്ധ്യായിക സ്വാദ്ധ്യായമെന്നു പറയു ന്നു . സുഭാഷിതസംഗ്രഹം (എല്ലാ ഭാഗങ്ങളും) , ആന്ദവചനാമൃതം , നമാമികൃഷ്ണസുന്ദരം , നമശിവായ ശാന്തായി തുടങ്ങിയ ഗ്രന്ഥങ്ങളാണ് ഇതിനുപയോഗിക്കു ന്നത് . ചരാചര്യ (മൂന്നുഭാഗങ്ങൾ) സമാജശാസ്ത്രമാകുന്നു . ആനന്ദമാർഗ്ഗത്തിന്റെ മറ്റുള്ള ഗ്രന്ഥങ്ങൾ

ധർമ്മശാസ്ത്രത ത്തിന്റെ രൂപത്തിൽ പരിഗണിക്കപ്പെടുന്നു . ആനന്ദസൂത മാണ് നമ്മുടെ ദർശന ശാസ്ത്രം . ചരാചരൃയും പ്രാധാന്യ മർഹിക്കുന്ന ഗ്രന്ഥം തന്നെ . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 11
ധർമ്മമഹാചകം

ധർമ്മചകം ആയിരക്കണക്കിനാളുകൾ കൂട്ടംകൂട്ടമായി പങ്കുചേരുന്ന പ്രത്യേക പരിപാടിയാണ് ധർമ്മമഹാചക മെന്നു * പറയുന്നത് . ഇത് ചെറിയ തോതിൽ നടത്തുമ്പോൾ ധർമ്മമഹാസമ്മേളനമായി . ഇതിൽ താണ്ഡവവും ** കൗശി കിയും *** നടത്തുന്നു . ധർമ്മമഹാചകത്തിലും , ധർമ്മമഹാ സമ്മേളനത്തിലും പരസ്യമായി പൊതുജന മധ്യത്തിൽ താണ്ഡവനൃത്തം നടത്തിയിരിക്കണം .

[* ധർമ്മമഹാചകം ഗുരുദേവന്റെ സാന്നിധ്യത്തിൽ നടത്തുന്ന ആത്മീയകൂട്ടായ്മയാണ് .

** താണ്ഡവനൃത്തം പുരുഷന്മാർക്ക് വേണ്ടി മാത്രം ഉള്ളതാണ് . ഭയത്തിൽനിന്നു മോചനവും ധൈര്യവും ഇതുവഴി ലഭിക്കുന്നു .

*** കൗശികിയെന്ന നൃത്തം മനസിന്റെ വികാസത്തിനു വേണ്ടിയുള്ളതാണ് . നാഡീവ്യവസ്ഥകൾ ശക്തിമത്താ കുകയും ലോലവികാരങ്ങളിൽനിന്നു മോചനവും ലഭിക്കുന്നു . പുരുഷന്മാർക്കും കൗശികി പരിശീലിക്കാ വുന്നതാണ് .------ വിവർത്തകൻ] ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 12
തതസഭ

കേന്ദ്ര കമ്മറ്റി , ഭുക്തി കമ്മറ്റി , വില്ലേജ് കമ്മറ്റി തുടങ്ങിയ സംഘടനകൾ ആത്മീയപരിശീലനപ്രചരണം സൗകര്യാർത്ഥം നടത്തേണ്ടതാണ് . മാർഗികളല്ലാത്തവർക്കും പച ര ണപ വർത്ത ന ങ്ങ ളിൽ പങ്കു ചേരാം . എന്നാൽ അവർക്ക് ആത്മീയപരിശീലനത്തെക്കുറിച്ച് അഭിപ്രായപ് കടനം നടത്തുവാൻ അനുവാദമില്ല .

അദ്ധ്യായം 13
ജാഗ്രതി

സാധകർക്ക് ഒരുമിച്ചിരുന്ന് ആത്മീയ പരിശീലനം നടത്തുന്നതിന് ഒരു ജാഗ്രിതി സാധകരുടെ പരിശ്രമത്തി ലുടെ നിർമ്മിക്കേണ്ടതാണ് . ജാഗ്രിതി ആനന്ദമാർഗികളുടെ പൊ തു സ്വ ത്താ ണ് . അതി നാൽ ഇതിന്റെ അന്തസ് എല്ലാവരും ഒരുപോലെ കാത്തുസൂക്ഷിക്കേണ്ടതാണ് . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 14
കെട്ടിടത്തിന് കല്ലിടൽ ചടങ്ങ്

കൂട്ടായ ഈശ്വരപ്രണിധാനം കഴിഞ്ഞതിനുശേഷം ഏറ്റവും പ്രായംചെന്ന വ്യക്തി കല്ലെടുത്തുവച്ചുകൊണ്ട് താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന മന്ത്രം ജപിക്കുന്നു :

“ അയമാരംഭ ശുഭായ ഭവതു "

(ഈ തുടക്കം ശുഭകരമാകട്ടെ) അതി നു ശേഷം എല്ലാവരും കൂടി പറയുന്നു : - ഇന്നത്തെ ഈ കല്ലിടൽ കർമ്മം എല്ലാ രീതിയിലും ശുഭകരമാ യി രിക്കേണമേ . അടുത്ത അയൽപക്കക്കാർക്കും ഈ ചടങ്ങ് നന്മ വരുത്തട്ടെ . വീടുപണി എളുപ്പത്തിൽ പൂർത്തിയാക്കുവാൻ ഇടയാകട്ടെ . “ ഓം ശാന്തി , ഓം ശാന്തി ! ഓം ശാന്തി ! ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 15
ഗൃഹപ്രവേശന ആഘോഷം

ഇലകൾ , പുഷ്പങ്ങൾ , തോരണങ്ങൾ എന്നിവയാൽ വീട് അലങ്കരിച്ചശേഷം വീട്ടമ്മ മറ്റു സ്ത്രീകളോടൊപ്പം പുതിയ വീട്ടിലേക്കു പ്രവേശിക്കുന്നു . (ദീക്ഷ എടുത്തിട്ടു . ള്ളവർ മനസിൽ ഗുരു മന്ത്രം ജപിച്ചു കൊണ്ടു വേണം പ്രവേശിക്കുവാൻ) . തുടർന്ന് സ്ത്രീ ശംഖ് വിളിക്കുമ്പോൾ പുരുഷന്മാർ മറ്റു ക്ഷണിക്കപ്പെട്ടവരോടൊപ്പം വീടിനുള്ളി ലേക്ക് പ്രവേശിക്കുന്നു .

ഇതിനുശേഷം താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന മന്ത്രം ആചാര്യനോ ആചാര്യന്റെ അഭാവത്തിൽ പ്രായം ചെന്ന

വ്യക്തിയോ ചൊല്ലിക്കൊടുക്കുകയും എല്ലാവരും അതേറ്റു ചൊല്ലുകയും ചെയ്യുന്നു .

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ
മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

ഇന്നത്തെ പുതിയ വീട്ടിലേക്കുള്ള പ്രവേശനം എല്ലാ രീതി യിലും ശുഭ ക ര മാ യിത്തീരട്ടെ . വീട്ടിൽ അധിവസിക്കുന്നവരാൽ വീട് നന്മയുടെ വിളനിലമാകട്ടെ . ഈ വീട്ടിലുള്ളവർ അയൽപക്കക്കാരോടും അയൽപക്ക ക്കാർ തിരിച്ചും സ്നേഹത്തോടും സന്തോഷത്തോടും ഇടി പഴകുമാറായിത്തീരട്ടെ . വീട്ടിലെ ഓരോ വ്യക്തിക്കും ഈ വീട്ടിൽ അധിവസിക്കുന്ന ഓരോരുത്തർക്കും വീട് ഗുണക രമായി ഭവിക്കട്ടെ . ഞങ്ങൾക്കും ഈ വീട് ശരിയായ രീതി യിൽ സംരക്ഷിക്കുവാനും നവീകരിക്കുവാനും കഴിയുമാ റാകേണമേ . ഈ ഗൃഹം എല്ലാവർക്കും ശാന്തിയുടേയും സമാ ധാ ന ത്തി ന്റെ യും അ ഭ യ കേ ന്ദ മാ യി ത്തീ ര ട്ടെ . ഓം ശാന്തി ! ഓം ശാന്തി ! ഓം ശാന്തി ! ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 16
മരം നടുന്ന ആഘോഷം

മനസിൽ ഗുരുമന്ത്രം ഉരുവിട്ടുകൊണ്ട് വേണം മരം നടുവാൻ . അതിനുശേഷം അല്പം ജലം ഒഴിച്ചുകൊടുത്തു കൊണ്ട് എല്ലാവരും ആചാര്യൻ ചൊല്ലിത്തരുന്ന മന്ത്രം ഏറ്റു ചൊല്ലുക . (ആചാര്യന്റെ അഭാവത്തിൽ പ്രായം ചെന്ന വ്യക്തി) ,

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ
മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ
മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ
മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ
മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ
ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

ഇന്നു നാം നട്ടുപിടിപ്പിച്ച ഈ ചെടി വളർന്നു പന്തലിച്ച് ഇലകളാൽ തണലും , പുഷ്പങ്ങളും , പഴങ്ങളും , സുഗന്ധവും പരത്തി ജനങ്ങളെ ആഹ്ലാദഭരിതരാക്കട്ടെ . ഈ ചെടിയുടെ വളർച്ചക്കു വേണ്ടതായ സംരക്ഷണം (ജലം , വളം , സൂര്യ (

പകാശം) നൽകുവാൻ ഞങ്ങൾക്ക് കഴിയുമാറാകണേ . ഓം ശാന്തി ! ഓം ശാന്തി ! ഓം ശാന്തി ! നിങ്ങൾ സ്നേഹത്തോടും വളരെ ശ്രദ്ധയോടും കൂടി ജനങ്ങൾക്ക് ഉപകാരപ്രദമായ തുളസി , ആര്യവേപ്പ് , അശോകം , യൂക്കാലിപ്റ്റസ് , മറ്റു ഫല വൃക്ഷങ്ങൾ ഇവ ധാരാളമായി നട്ടുപിടിപ്പിക്കണം . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 17
യാത്ര പുറപ്പെടുമ്പോൾ

ഒരു യാത്ര പുറപ്പെടുമ്പോൾ ദിവസമോ നക്ഷത്രമോ ഗണിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല . ബ്രഹ്മഭാവത്തോടെ ഗുരുമന്ത്രം സ്മരിച്ചുകൊണ്ട് പുറപ്പെടുക . ഓരോ ചുവടുവയ്പ്പിലും ദിവസവും നക്ഷത്രവും നോക്കുമ്പോൾ എപ്പോഴും കയ്യിൽ പഞ്ചാംഗം കരുതേണ്ടിവരില്ലേ ? അത് അസാദ്ധ്യവുമാണ് . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 18
വിവാഹ ആഘോഷം

ഒരു വ്യക്തിയുടെ സാമ്പത്തികമായ ചുറ്റുപാടുകൾക്ക്

അനുസൃതമായി വിവാഹപന്തൽ അലങ്കരിക്കാം . മുറ്റത്ത് സംഗീതത്തിന്റെ ധ്വനി അലയടിക്കുന്നതു നല്ലതാണ് . കൂടാതെ സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങൾ പുകയ്ക്കുകയും ചെയ്യാം . വിവാഹപന്തലിൽ പ്രതീകം ഉയർന്ന സ്ഥലത്തുവയ്ക്കണം . വിവാ ഹ ചടങ്ങിന് ചുരുങ്ങിയത് പത്തു പേരെ ങ്കിലും പങ്കെടുക്കണം . വരനും വധുവും മാന്യമായി വസ്ത്രധാ രണം ചെയ്ത് വിവാഹവേദിയിലേക്ക് വരുമ്പോൾ ശംഖനാ ദമോ മറ്റു വാദ്യങ്ങളോ മുഴക്കാവുന്നതാണ് . ആചാര്യന്റെ നിർദ്ദേശാനുസരണം കൂട്ടായ ഈശ്വരപ്രണിധാനം നടത്തി . യതിനുശേഷം രണ്ട് ആചാര്യന്മാർ ഔദ്യോഗികമായി വര ന്റേയും വധുവിന്റേയും അടുത്ത് ഇരിക്കുക . 2 ആചാര്യന്മാർ ലഭ്യമല്ലെങ്കിൽ ഒരാചാര്യന് ഈ ചടങ്ങ് നിർവഹിക്കാവുന്ന താണ് . ആചാര്യന്മാരുടെ അഭാവത്തിൽ മാർഗികളിൽ മുതിർന്ന ഒരാൾക്ക് ഈ സ്ഥാനം വഹിക്കാവുന്നതാണ് .

വിവാഹചടങ്ങ്

ആചാര്യൻ താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന മന്ത്രം ചൊല്ലി ക്കൊടുക്കുന്നു , വരൻ അത്

ഏറ്റുചൊല്ലുകയും വേണം . പിന്നീട് പ്രതിജ്ഞയെടുക്കുന്നു .

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൌരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ

മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

ഞാൻ പരബ്രഹ്മത്തിന്റെ പേരിലും മാർഗഗുരുദേവന്റെ പേരിലും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്ത് സ്വന്തം ഇഷ്ടപ്രകാരം ശ്രീമതി . എന്റെ ഭാര്യയായി സ്വീകരിക്കുന്നു .

അവളുടെ ആഹാരം , വസ്ത്രം , വീട് , മരുന്ന് മുതലായവ യുടെ ഉത്തേ ര വാ ദിത്വം ഇന്നു മുതൽ ഞാൻ സ്വയം ഏറ്റെടുക്കുന്നു . വധുവിന്റെ വശത്തും ആചാര്യൻ മന്ത്രം ചൊല്ലുന്നു

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

വധു

ഞാൻ പരബ്രഹ്മത്തിന്റെ പേരിലും മാർഗഗുരുദേവന്റെ പേരിലും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്ത് എന്റെ സ്വന്തം ഇഷ്ടപ്രകാരം മിസ്റ്റർ . എന്റെ ഭർത്താവായി സ്വീകരിച്ചിരി ക്കുന്നു . ഇന്നുമുതൽ ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ കുടുംബത്തിലെ ഉത്ത രവാദിത്വങ്ങൾ ഞാൻ ഏറ്റെടുത്തിരിക്കുന്നു .
ആചാര്യൻ മന്ത്രം ചൊല്ലുന്നു :

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്ത്വോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

വരൻ

ഞാൻ പരബ്രഹ്മത്തിന്റെ പേരിലും മാർഗഗുരുദേവന്റെ പേരിലും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്ത് എന്റെ പൂർണ്ണമായ ഇഷ്ട

പ്രകാരം ശ്രീമതി . എന്റെ ഭാര്യയായി സ്വീക രിക്കുന്നു . ഞാൻ ഇന്നുമുതൽ ഇവളുടെ മനഃശാന്തിക്കും മാനസിക വികാസത്തിനും വേണ്ടി യത്നിക്കുന്നതാണ് . ആചാര്യൻ മന്ത്രം ചൊല്ലുമ്പോൾ വധു ഏറ്റുചൊല്ലുന്നു .

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൌരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ

മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

വധു

ഞാൻ പരബ്രഹ്മത്തിന്റെ പേരിലും മാർഗഗുരുദേവന്റെ പേരിലും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്തത് ശീമാൻ . എന്റെ ഭർത്താവായി സ്വീകരിക്കുന്നു . ഇന്നുമുതൽ ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ മനഃശാന്തിക്കും

മാനസിക വികാസത്തിനും വേണ്ടി ഞാൻ പ്രയത്നിക്കുന്നതാണ് . ആചാര്യൻ

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ

മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

വരൻ

ഞാൻ പരബ്രഹ്മത്തിന്റെ പേരിലും മാർഗഗുരുദേവന്റെ പേരിലും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്ത് ശ്രീമതി . എന്റെ ധർമ്മപത്നിയായി സ്വീകരിക്കുന്നു . ഇന്നുമുതൽ ഇവളുടെ

ആത്മീയപുരോഗതിക്കായി ഞാൻ പ്രയത്നിക്കുന്നതാണ് . ആചാര്യൻ

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

വധു

ഞാൻ പരബ്രഹ്മത്തിന്റെ പേരിലും മാർഗഗുരുദേവന്റെ പേരിലും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്ത് ശ്രീമാൻ . എന്റെ ഭർത്താവായി സ്വീകരിക്കുന്നു . ഞാൻ ഇന്നുമുതൽ ഇദ്ദേഹ ത്തിന്റെ ആത്മീയപുരോഗതിക്കു വേണ്ടതെല്ലാം ചെയ്തു കൊടുക്കുന്നതാണ് .

ഇതിനുശേഷം ആചാര്യൻ ചൊല്ലുന്ന പ്രതിജ്ഞ എല്ലാ വരും ഏറ്റുചൊല്ലുന്നു . ഞങ്ങൾ ഈ വിവാഹത്തിന് സാക്ഷി കളാണെന്ന് പരമപുരുഷന്റെ പേരിലും മാർഗഗുരുദേവന്റെ പേരിലും പ്രതിജ്ഞ ചെയ്യുന്നു . അങ്ങയുടെ കൃപയാൽ ഇവ രുടെ സർവതോന്മുഖമായ പുരോഗതിക്ക് യത്നിക്കുവാൻ ഞങ്ങളെ അനുഗ്രഹിക്കേണമേ . ഇതുകഴിഞ്ഞ് പൂമാല മൂന്നു പ്രാവശ്യം പരസ്പരം അണിയിക്കുന്നു . പൂമാലയില്ലെങ്കിൽ പുഷ്പങ്ങൾ കൈമാറിയാലും മതിയാകും . ആചാരമനുസ രിച്ച് കുങ്കുമം രണ്ടുപേരും 3 പ്രാവശ്യം നിറുകയിൽ അണി യിക്കുന്നു .

വധൂവരന്മാർ പരസ്പരം കൈപിടിക്കുമ്പോൾ ശംഖ ധ്വനിയോ വാദ്യങ്ങളോ മുഴക്കണം . പിന്നീട് വാദ്യോപകര

ണങ്ങളോടെ വിവാഹഗാനം പാടുന്നു . ഗാനത്തിനുശേഷം വധൂവരന്മാർ ആചാര്യന്മാർക്കും രക്ഷാകർത്താക്കൾക്കും (മാ താ പി താക്കൾ) പ്രണാമം ചെയ്ത് ആശീർവാദം തേടുന്നു . വിവാഹപാർട്ടിയുടെ സാമ്പത്തികസ്ഥിതിക്കനുസ രിച്ച് സദ്യ എല്ലാവർക്കും കൊടുക്കാം , എന്നാൽ കടം വാങ്ങി സദ്യ നടത്തരുത് . കടം വാങ്ങിയും മറ്റും സദ്യ നടത്തുന്നത് തടയേണ്ടതാണ് .

കുറച്ചു നിർദ്ദേശങ്ങൾ കൂടി:

(1) വിവാഹാലോചന നടത്തുമ്പോൾ മാതാപിതാക്കൾ ഒരിക്കലും ജാതിയോ മതമോ അല്ല നോക്കേണ്ടത് മറിച്ച് കുടും ബ ത്തിന്റെ ഗുണ ദോ ഷ ങ്ങ ളാ ണ് . ദിവസം നിശ്ചയിക്കുന്നതിനു മുൻപ് വരന്റേയും വധുവിന്റേയും അഭിപ്രായം നേരിട്ട് അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യ മാണ് . അച്ഛന്റേയും അമ്മയുടേയും മൂന്നുതലമുറയിലെ ബന്ധത്തിൽ വിവാഹം പാടില്ല .

(2) വിവാഹം നിശ്ചയിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ അച്ഛനമ്മമാർ രണ്ടു പേരേയും അനുഗ്രഹിക്കണം . (വിവാഹത്തലേന്നായാലും മതി) .

(3) പുരുഷനും സ്ത്രീയും സ്വന്തം താല്പര്യ പ്രകാരം വിവാഹിതരാകാൻ തീരുമാനിച്ചാൽ സമ്മതം കൊടുക്കു ന്നതാണ് ഉചിതം . മാതാപിതാക്കൾക്ക് വിവാഹത്തിൽ താല്പര്യക്കുറവുതോന്നിയാൽ കുട്ടികൾക്ക് പുനർചിന്ത നത്തിന് അവസരം കൊടുക്കുകയും അഭിപ്രായങ്ങൾ തുറന്നുപറയുകയും ചെയ്യണം . ഉപദേശങ്ങൾക്കുശേ ഷവും കുട്ടികൾ അവരുടെ തീരുമാനത്തിൽ നിന്നും മാറുന്നില്ലെങ്കിൽ ഈ വിവാഹത്തിന്റെ ഒരു ഉത്തരവാദി ത്വവും ഞങ്ങൾക്കില്ലെന്ന് മാതാപിതാക്കൾ വ്യക്തമായി പറയണം .

(4) ശാരീരികവും മാനസികവുമായി ഇഷ്ടപ്പെട്ടാൽ മാത്രം വിവാഹം തീരുമാനിക്കാം . എന്നാൽ മറ്റുചുറ്റുപാടുകളും സാമ്പത്തികാവസ്ഥയും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടതാണ് . നിർബന്ധിച്ച് ഒരിക്കലും ഒരു വ്യക്തിയെ വിവാഹത്തിനു (പരി പ്പി ക്ക രു ത് . വിവാഹം ധർമ്മ സാ ധ നയ് ക്ക് തടസമല്ല മറിച്ച് ഇതൊരു ധാർമ്മികമായ ആഘോഷ മാണ് .

(5) മാർഗികളായ പുരുഷന്മാർക്ക് പുറമേനിന്നും വധുവിനെ തിരഞ്ഞെടുക്കാം . എന്നാൽ കഴിവതും മാർഗ്ഗത്തിൽനി ന്നു തന്നെ വധു വിനെ സ്വീകരിക്കു ന്ന താ യി രിക്കും ഉചിതം . മാർഗത്തിൽ നിന്നല്ലാതെ നല്ല ജോഡികളെ ലഭിച്ചാലും വിവാഹം നടത്താം . താമസം വരുത്താതെ അവർക്ക് ദീക്ഷ നൽകിയാൽ മതി .

(6) വിവാഹത്തിന് ഒരിക്കലും സ്ത്രീധനം ചോദിക്കുകയോ വാങ്ങുകയോ ചെയ്യരുത് .

(7) വിധവയ്ക്കും ഭർത്താവ് ഉപേക്ഷിച്ച സ്ത്രീയ്ക്കും പുനർവിവാഹം കഴിക്കുന്നതിൽ തെറ്റില്ല . വിധവയെ വിവാഹം ചെയ്യുന്ന പുരുഷന് സമൂഹത്തിൽ സമുന്നത സ്ഥാനം നൽകേണ്ട താ ണ് . വിധവയ്ക്ക് കുട്ടികൾ ഉണ്ട ങ്കിൽ ചു മ ത ല്യു ം പുരുഷന്റേതാണ് .

(8) സമൂഹം ഉപേക്ഷിച്ചിട്ടിരിക്കുന്ന സ്ത്രീകൾക്കും അവർ ആഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അന്ത ന്തസ്സായൊരു ജീവിതം നയിക്കുവാൻ അവസരം നൽകണം . ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒരു സ്ത്രീയെ ഒരു മാർഗി വിവാഹം കഴിക്കുവാൻ തയ്യാറായാൽ വളരെ നല്ല രീതിയിൽ ബഹുമാനത്തോടെ ചടങ്ങ് നടത്തേണ്ടതാണ് .

(9) അനാഥയായ ഒരു യുവതിയെ വിവാഹം കഴിച്ച് ഒരു

പുരുഷൻ തന്റെ പൗരുഷം തെളിയിക്കണം , പിന്നീട് അവളെ നല്ലരീതിയിൽ സംരക്ഷിക്കേണ്ടതാണ് .

(10) ഭാര്യ ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ ഒരാൾക്ക് മറ്റൊരു സ്ത്രീയെ വിവാഹം കഴിക്കുവാൻ പാടില്ല . എന്നാൽ കുടുംബ ത്തിനോ സമൂഹത്തിനോ ഒഴിച്ചുകൂടാനാകാത്ത ഒരു സാഹചര്യം വന്നാൽ മാത്രം ഒന്നിൽ കൂടുതൽ വിവാഹം നടത്താം .

(11) ആന ന്ദ മാർഗ്ഗ ത്തിൽ ജാര സന്തതികൾ ഉണ്ടാകാൻ പാടില്ല . അങ്ങനെ സംഭവിച്ചാൽ കുട്ടിയുടെ അച്ഛന മ്മമാരെ കണ്ടെത്തി നിയമാനുസാരം നിർബന്ധമായും വിവാഹം കഴിപ്പിക്കണം . ഇങ്ങനെയുള്ള സാഹചര്യ ത്തിൽ പുരുഷന് ഒന്നിലധികം വിവാഹമാകാം . അതിന് ആദ്യഭാര്യയുടെ സമ്മതം ആവശ്യമില്ല . എന്തുകൊണ്ട് ന്നാൽ ഒരു കുട്ടിയും അനാഥമാകാൻ പാടില്ല.

(12) ആനന്ദമാർഗ്ഗമന്ത്രമനുസരിച്ച് വിവാഹമോചനമെന്ന പദംപോലും ഉയർന്നുവരരുത് . എന്നാൽ അസാധാരണ മായ ചുറ്റുപാടിൽ (സ്വഭാവദൂഷ്യം , ഉത്തരവാദിത്വമില്ലാ യമ , കൂരത) വിവാഹമോചനം അനുവദനീയമാണ് . പരാ തിക്കാർ പ്രമുഖരായ 5 മാർഗികൾ മുമ്പാകെ

ആചാര്യന്റെ കയ്യിൽ പരാതി ബോധിപ്പിക്കണം . ആറു മാസം വരെ പുനർചിന്തയ്ക്ക് അവസരം നൽകും . അതിനുശേഷവും വിവാ ഹ മോചനം തന്നെ വേണ മെ ന്നു ണ്ടെങ്കിൽ അതു നടത്തിക്കൊടുത്ത് സ്വത്തുക്കളും പങ്കുവയ്ക്കുക . സമൂഹത്തിലെ ബഹുമാന്യരായ അഞ്ചാളുകളുടെ (ഒരാൾ ആചാര്യനായിരിക്കണം) സാന്നിദ്ധ്യത്തിലായിരിക്കണം ആദ്യഭാര്യ രണ്ടാം വിവാഹത്തിന് സമ്മതം നല്കേണ്ടത് .

രണ്ടാം വിവാഹത്തിന്റെ സാമൂഹികമായ ആവശ്യകത

ഒരു സമൂഹത്തിൽ സ്ത്രീകളുടെ എണ്ണം പുരുഷന്മാ രുടേതിനേക്കാൾ കൂടിയിരിക്കയാണെങ്കിൽ സംശുദ്ധമായ ഒരു സമൂഹം ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതിലേക്കായി പുരുഷന് ഒന്നിലധികം വിവാഹമാകാം .

കുടുംബപരമായ ആവശ്യകത

സ്ത്രീക്ക് എന്തെങ്കിലും മാറാരോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാവുകയും അതുമൂലം ജോലി ചെയ്യാൻ സാധിക്കാതെ വരിക , അല്ലെങ്കിൽ ഗർഭം ധരിച്ച് ഒരു കുഞ്ഞിനെ പ്രസവിക്കാനുള്ള കഴിവ് ഇല്ലാതിരിക്കുക (വന്ധ്യത) എന്നീ സന്ദർഭങ്ങളിൽ കുടുംബം

മുന്നോട്ടുകൊണ്ടുപോകുന്നതിന് പുരുഷന് 2 -ാം വിവാഹം ആകാം . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 19
ആദർശവാനായ കുടുംബനാഥൻ

ആദർശധീരനായ ഒരു ഗൃഹനാഥന് തന്റെ കുടുംബ ത്തിനും കഴിയുന്നത്രയും ജനങ്ങൾക്കും മൃഗങ്ങൾക്കും ആഹാരം ൽകണം . തന്റെ ഭവനത്തിൽ വരുന്ന അതിഥി കളെ തരംതിരിച്ചുകാണാതെ ഒരേപോലെ സൽക്കരിക്കണം . അതിഥികളുടെ ജാതി , മതം , വിശ്വാസം , സംസ്കാരം ഇവ തരംതിരിക്കാതെ കഴിയുന്നത്രയും സേവനം ചെയ്യുക. മൃഗസേവ

പാൽ തരുന്ന മൃഗങ്ങളെ സ്വന്തം അമ്മയെപ്പോലെ ബഹുമാനിക്കുകയും സ്നേഹിക്കുകയും സംരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യണം . വളർത്തുമൃഗങ്ങൾക്ക് പാൽ നൽകുവാൻ പറ്റാതെ

വരുമ്പോൾ അവയെ ഉപദ്രവിക്കുകയോ കൊന്നുകളയുകയോ ചെയ്യരുത് .

യാചകർ

യാചകർക്ക് വീട്ടിൽ പാകം ചെയ്ത ഭക്ഷണസാധന ങ്ങളോ ഇല്ലെങ്കിൽ ഭക്ഷണവസ്തുക്കളോ (ധാന്യങ്ങൾ , പയറുവർഗ്ഗങ്ങൾ , പച്ചക്കറികൾ) ദാനം ചെയ്യണം . അത്യാ വശ്യമെങ്കിൽ ചികിത്സാസഹായങ്ങൾ നൽകാം . കൂടാതെ വസ്ത്രം , പാർപ്പിടം മുതലായവയിൽ രാഷ്ട്രം ശ്രദ്ധിക്കു ന്നില്ലെങ്കിൽ ഗൃഹനാഥന്മാർക്ക് ഈ ചുമതല ഏറ്റെടുക്കാ വു ന്ന താ ണ് . ഭിക്ഷാടനം യാതൊരു കാരണവശാലും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കരുത് . യാചകർക്ക് ഒരിക്കലും പണം നൽക രുത് , പട്ടിണി മൂലം ഒരാൾ പോലും മരിക്കുവാനിടയാക്കു കയും ചെയ്യരുത് . പണം ഒരു യാചകർക്കും നൽകരുതെന്നു പറയുവാൻ കാരണം മറ്റുള്ളവരും ഇതുമൂലം യാചകവൃ ത്തിക്ക് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കപ്പെടും എന്നുള്ളതുകൊണ്ടാണ് .

സദാവ്രതം

സാധകർ വ്യക്തി എന്ന നിലയിലും കുടുംബം എന്ന നില യിലും സമൂഹം എന്ന നിലയിലും പൊതു നന്മ ലക്ഷ്യമാ ക്കിയുള്ള ജനസേവനപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടണം ഇതാണ് സദാവ്രതം . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 20
ജന്മദിനാഘോഷം

ആദ്യമായി എല്ലാ വരും ഒരു മിച്ചി രുന്ന് ഈശ്വ ര പ്രണിധാനം നടത്തുന്നു . അതിനുശേഷം ജന്മദിനമാഘോ ഷിക്കുന്ന വ്യക്തി ആദ്യം മുതിർന്നവരിൽനിന്നും അനുഗ്രഹം

വാങ്ങുന്നു . ശുഭസൂചകമായി ജന്മദിനമാ ലോഷിപാറുന്ന വ്യക്തിയെ തില ക മ ണി യിക്കു ന്നു . (ചന്ദ നം , കുന്നു ക മുതലായവകൊണ്ട്) അതിനു ശേഷം പ്രായം (കുറ it) വ രിൽനിന്നും ആശീർവാദങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്നു , സുഗന്ധ വ്യങ്ങൾ , മെഴുകുതിരി കത്തിക്കൽ , ശംഖധ്വനി) മുതലാ യവ അത്യാവശ്യമല്ലെങ്കിലും ആഗ്രഹാനുസരണം ഉപയോ ഗിക്കാവുന്നതാണ് . അതിനുശേഷം എല്ലാവർക്കും ഭക്ഷണം കൊടുക്കുന്നു . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 21
സാമൂഹ്യ ചടങ്ങുകളും ആഘോഷങ്ങളും

ശാരീരികവും മാനസികവും ആത്മീയവുമായ മൂന്നു തലങ്ങളുടേയും ഉന്നമനത്തിനായി മാർഗത്തിൽ പലവിധ ആഘോഷപരിപാടികളും സംഘടിപ്പിക്കുന്നുണ്ട് . സാമൂഹ്യചടങ്ങുകൾ

(1) ആനന്ദപൂർണ്ണിമ / വൈശാഖി പൂർണ്ണിമ മാസത്തിലെ പൗർണ്ണമിനാൾ ശ്രീ . ശ്രീ . ആനന്ദമൂർത്തി ജിയുടെ ജന്മദിനാഘോഷമായി കൊണ്ടാടുന്നു .

(2) ശ്രാവണിപൂർണ്ണിമ : ശ്രാവണി മാസത്തിലെ പൗർണ്ണമി ദിവസം ശ്രീ . ശ്രീ . ആനന്ദമൂർത്തിജി ആദ്യമായി ദീക്ഷ നൽകിയ ദിവസമാണ് . : വൈശാഖ്

(3) ശാരദോത്സവം (Autumn Season) ; അശ്വിനാഘോഷത്തിന് 6 ദിവസം മുൻപുമുതൽ 10 -ാം ദിവസം വരെ ആഘോഷിക്കുന്നതാണ് ശാരദോത്സവം .

(4) ദീപാവലി / കാർത്തിക അമാവാസി : കാർത്തിക നക്ഷത്രം തെളിയുന്ന ദിവസം . ഒരു വർഷത്തിൽ ഏറ്റവും ഇരുട്ടുള്ള രാത്രിയാണിത് . അന്ന് ഇരുട്ടിൽ നിന്നും ദീപം

തെളിയിച്ച് അന്ധകാരത്തെ അകറ്റുന്നുവെന്നാണ് സങ്ക ല്പം . അജ്ഞത അറിവില്ലായ്മ എന്ന അന്ധകാരത്തെ അറിവിന്റെ ദീപം കൊടുത്ത്

മറികടക്കുകയെന്നതാണ് കാർത്തികാഘോഷത്തിന്റെ സാരാംശം .

(5) ഭാതർദ്വിതീയ : കാർത്തികനാൾ കഴിഞ്ഞുവരുന്ന രണ്ടാം ദിവസം സാഹോദര്യത്തിന്റെ ദിനമായി ആഘോ ഷിക്കുന്നു .

(6) നവാന്ന : വിളവെടുപ്പുകാലത്തുവരുന്ന പൗർണ്ണമിനാൾ (പ്രധാനമായും ആഘോഷമായി കൊണ്ടാടുന്നതാണ് നവാന്ന് .

(7) വർഷാരംഭം | പുതുവർഷപുലരി : അന്താരാഷ്ട്രകല ണ്ടർ അനുസരിച്ച് (i.e. ജനുവരി 1) വർഷാരംഭദിവസം ആഘോഷിക്കുന്നതാണ് പുതുവർഷപുലരി .

(8) വസന്തോത്സവം (ഫാൽഗുനി പൂർണ്ണിമ) : വസന്ത കാ ലത്ത പൗർണ്ണ മി നാൾ വസ ന്തോ ത്സ വ മായി ആഘോഷിക്കുന്നു .

പരിപാടികൾ വിശദമായി

ആനന്ദപൂർണ്ണിമ:

സ്നാനമന്തത്തോടെ എല്ലാവരും ഒരു മിച്ച് കുളിച്ചുകയറിയശേഷം കൂട്ടായ ധ്യാനം 2 പ്രാവശ്യം നടത്തുന്നു . കൂടാതെ സന്തോഷപദായകമായ ആഘോഷ പരിപാടികൾ , ആത്മീയചർച്ചകൾ , കുട്ടികളുടെ കായികവി നോദങ്ങൾ , താണ്ഡവനൃത്തം , വർണാഘ്യാനം തുടങ്ങിയ

വയെല്ലാം നടത്തുകയും ഒരുമിച്ചിരുന്ന് രണ്ടുനേരം ആഹാരം കഴിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു .

ശ്രാവണി പൂർണ്ണിമ ഃ

കൂട്ടായ ധ്യാനം 2 പ്രാവശ്യം നടത്തുകയും , ആത്മീയ ചർച്ചകൾ , സാഹിത്യരചനകൾ , വർണാർ ഘ്യാ നം , മറ്റ് ആഘോഷ പരിപാടികൾ ഇവി

സംഘടിപ്പിക്കുകയും 2 നേരവും ഒരുമിച്ചിരുന്ന് ആഹാരം കഴിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു . വൈകീട്ട് താണ്ഡവം നടത്തുകയും ചെയ്യണം.

ശാരദോത്സവം ഃ

(a) ഷഷ്ഠി (ശിശുദിനം) കൂട്ടായ ധ്യാനശേഷം കുട്ടികളുടെ കലാകായികാഘോഷങ്ങൾ , പ്രദർശനങ്ങൾ , കൂട്ടായിരുന്നുള്ള ഭക്ഷണം ഇവ ആഘോഷിക്കുന്നതാണ് ാര്യാസവം ,

(b) സപ്തമി (യുവാജന ദിവസം) കുട്ടാ യി ധ്യാന , വർണാർഘ്യാദാനം , യുവാക്കളുടെ ആരോഗ്യസംബന്ധി മാ യ പദ ർശനങ്ങൾ , കലാകായിക പ്രകടനങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ആഘോഷിക്കുന്നതാണ് സപമി . ,

(c) അഷ്ടമി (ലളിതകല ദിവസം) - കൂട്ടായ ധ്യാനം , വർണാ ഘ്യാദാനം , സാഹിത്യസംഗമങ്ങൾ , സാഹിത്യകലാപ് ദർശ നങ്ങൾ മുതലായവ സംഘടിപ്പിക്കു ന്ന താണ് അഷ്ടമി .

(d) നവമി (സംഗീത ദിവസം) കൂട്ടായ ധ്യാന ശ ഷാ , വർണാർഘ്യാദാനം , സംഗീതം , വാദ്യോപകരണങ്ങൾ , നൃത്ത ന ത്യ ങ്ങ ളു ടെ മത്സ ര ങ്ങൾ തുട ങ്ങി യ വ സംഘടിപ്പിക്കുന്നതാണ് ഈ ദിവസത്തെ പ്രത്യേകത .

(e) ദശമി (വിജയോത്സവം) - നിറപ്പകിട്ടാർന്ന വസ്ത ങ്ങൾ ധരിച്ച് സംഗീതം , നൃത്തം (താണ്ഡവം) തുടങ്ങി യവ നടത്തിയശേഷം ധ്യാനം , വർണാഘ്യാദാനം , പ്രണാമവും സ്നേഹാലിംഗനങ്ങളും നടത്തുകയും അതിഥികളെ വീട്ടിൽ ക്ഷണിച്ചു വരുത്തി അതിഥി സൽക്കാരം നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നു .

ദീപാവലി ঃ

കൂട്ടായ ധ്യാനം , വർണാർഘ്യാദാനം , ദീപത്താൽ വീടുമുഴുവനും അലങ്കരിച്ച് പ്രകാശപൂരിതമാക്കുന്നു . ആഘോ ഷപരിപാടികളും

, താണ്ഡവനൃത്തവും ഘോഷയാത്രയും സംഘടിപ്പിക്കുന്നു .

ഭാതർ ദ്വിതീയ ഃ

സഹോദരന്മാർ മൂത്തസഹോദരിമാരുടെ കയ്യിൽനിന്നും ആ ശിർ വാദം വാങ്ങു മ്പോൾ അവർ സഹോ ദ രന് തിലകക്കുറി ചാർത്തിക്കുന്നു . താഴെയുള്ള അനിയത്തിമാർ പൂ മാല ചാർത്തിയും കളഭം തൊടു വിച്ചും ജേഷ്ഠനെ നമസ്കരിക്കുന്നു . ഒരുമിച്ചിരുന്നു ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിനു മുൻപ് മന്ത്രം ജപിക്കുന്നു .

"ഭ്രാതാ മേ ചിരായുർഭവതു "

(എന്റെ സഹോദരന് ദീർഘായു സു ണ്ടാ കട്ടെ) മുന്നു പ്രാവശ്യം ഇത് ചൊല്ലുന്നു .

നവാന്ന ഃ

ധ്യാനം നടത്തിയശേഷം ക്ഷണിച്ചുവരുത്തിയ ഒരു അതിഥിയെ സൽക്കരിക്കുകയും ആഘോഷപരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു .

പുതു വർഷ പുലരി ഃ

കൂട്ടായ ധ്യാനശേഷം വർണ്ണാർഘ്യദാനം (2 നേരം) , ആഘോഷപരിപാടികൾ , കായികാഭ്യാസങ്ങൾ , ഒരുമിച്ചുള്ള ഭക്ഷണം , വൈകീട്ട് താണ്ഡവം .

വസന്തോത്സവം ഃ

രാവിലെ മുതൽ നിറപ്പകിട്ടാർന്ന പുഷ്പങ്ങൾ കൊണ്ട് സമപ്രായക്കാർ അണിനിരന്ന് കളികളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു . പ്രായം ചെന്നവരുടെ പാദങ്ങളിൽ പ്രായം കുറഞ്ഞവർ

പുഷ്പങ്ങൾ അർപ്പിക്കുന്നു . ദീക്ഷ ലഭിച്ചവർ ആചാര്യന്റെ പാദങ്ങളിലും പുഷ്പങ്ങൾ അർപ്പിക്കുന്നു . (പ്രായമായവർ യാതൊരുകാരണവശാലും പ്രായം കുറഞ്ഞവരുടെ പാദ ങ്ങളിൽ പുഷ്പങ്ങൾ അർപ്പിക്കരുത്) . വൈകുന്നേരമാകു മ്പോൾ കൂട്ടായ ധ്യാനം കഴിഞ്ഞ് പലവർണ്ണങ്ങളിലുള്ള കുങ്കുമങ്ങളും പുഷ്പങ്ങളും മറ്റുള്ള ശരീരത്തിലിട്ട് കളിക ളിൽ ഏർപ്പെടുന്നു . ഇവിടെ പ്രായഭേദമോ ദീക്ഷ ആചാ ര്യനോ എന്നൊന്നും പരിഗണിക്കാതെ ആർക്കും ആരുടെ ശരീരത്തിലും പുഷ്പങ്ങളോ കുങ്കുമമോ ഇടാം . ഇതിനു ശേഷം ഒരു മിച്ച് ആഹാരം കഴിക്കുന്നു . ഗൃഹങ്ങളിൽ രാവിലെ മുതൽ വൈകുന്നേരം വരെ ആഘോഷപരിപാടി കളും താണ്ഡവവും നടത്താം . ഇങ്ങിനെയുള്ള പരിപാടി കൾ ആത്മീയതയുടെ ഭാഗം തന്നെയാണ് .

N.B.

1 . എല്ലാവർക്കും സൗകര്യപ്രദമായി പരിപാടികൾ തീരുമാനിക്കേണ്ടതാണ് .

2. ഗുരുപൂജയിൽ മാനസപുഷ്പങ്ങളാണ് നാം അർപ്പിക്കുന്നത് അല്ലാതെ മറ്റൊന്നും ഗുരുവിന് നൽകേണ്ടതില്ല .

3. വീടുകളിലെ ആഘോഷപരിപാടികളിൽ കൂട്ടായ ധ്യാനം ഉണ്ടായിരിക്കണം , സാമൂഹ്യചടങ്ങുക ളിൽ ധർ മ്മ ചികവും ഉൾപ്പെ ടു ത്തു ക , ആത്മീയപഭാ ഷ ണ ങ്ങളും ആവു ന്നതയും സംഘടിപ്പിക്കുക . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 22
ക്ഷണിക്കുന്ന രീതി

അ തിഥികളെ ക്ഷണിക്കു വാൻ ഗൃഹ നാഥനോ ഗൃഹനാഥയോ സഹോദരങ്ങളോ ആണ് പോകേണ്ടത് . മാതാപിതാക്കളുടെ അഭാവത്തിൽ മക്കൾക്ക് ക്ഷണിക്കു .

വാൻ പോകാവുന്നതാണ് . ക്ഷണക്കത്ത് വീടുകളിൽ ചെന്നു തന്നെ നൽകുന്നതാണ് ഉത്തമം . വീടുകളിൽ ചെന്നപ്പോൾ കാണുവാൻ കഴിഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ വഴിയിൽ വച്ചു കാണുമ്പോൾ കത്തു നൽകാം , അതിഥി സൽക്കാരത്തിൽ പങ്കെടുക്കു മ്പോൾ സമ്മാനങ്ങൾ ഉപഹാരങ്ങൾ നൽകണമെങ്കിൽ പുക്കൾ നൽകുക . ഇതു

കൂടാതെ മറ്റെന്തെങ്കിലും നൽക ണമെന്നുതോന്നിയാൽ ക്ഷണിക്കപ്പെട്ടവരുടെ മുന്നിൽ വച്ച് നൽകരുത് . തലേദിവസമോ മറ്റോ വ്യക്തിപരമായി നൽകാം .

അദ്ധ്യായം 23
വസ്ത്രം

നിങ്ങൾക്ക് വസ്ത്രധാരണം സൗകര്യപ്രദമായും ഇഷ്ട ത്തിനനുസരിച്ചും ധരിക്കാം . അഴുക്കുപുരണ്ട വസ്ത്രം ധരിച്ച് നമ്മുടെ വില കളയാതെ എപ്പോഴും വൃത്തിയുള്ള വസ് ങ്ങൾ ധരിക്കണം . വീടിനു പുറത്തുപോകുമ്പോൾ സ്ത്രീകൾ ലളിതമായും അന്തസോടെയും ശരീരഭാഗങ്ങൾ മറയത്ത് ക്കവണ്ണം വസ്ത്രധാരണം ചെയ്യണം . ആഘോഷവേളകളിൽ നിങ്ങളുടെ അവസ്ഥക്കനുസരിച്ച് ആഭരണങ്ങൾ അണിയു കയും വസ്ത്രധാരണം നടത്തുകയും ചെയ്യാം . എന്നാൽ ആഭരണങ്ങൾ അണിഞ്ഞ് പുറത്തുപോകുമ്പോൾ നിങ്ങളോ ടൊപ്പം പുരുഷന്മാരും ഉണ്ടായിരിക്കണം . അല്ലെങ്കിൽ മറ്റു സുരക്ഷാസംവിധാനങ്ങൾ ഉണ്ടായിരിക്കണം . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 24
സ്രതീപുരുഷന്മാർ തമ്മിലുള്ള സാമൂഹ്യബന്ധം

സ്ത്രീക്കും പുരുഷനും തുല്യപദവി തന്നെയാണുള്ളത് .

സ്ത്രീകൾ പുരുഷന്മാരേക്കാൾ ശാരീരികബലം കുറവുള്ള വരാണെങ്കിലും പുരുഷന്മാർ സ്ത്രീകളോട് മാന്യമായി പെരു മാറുകയും അംഗീകരിക്കുകയും വേണം . കാരണം പുരുഷ ന്മാരുടെ അമ്മമാരും സ്ത്രീകൾ തന്നെയാണല്ലോ . ആഘോ ഷവേളകളിലും അർഹമായ അംഗീകാരം നൽകുകയും ആത്മീയോന്നതിക്ക് അവസരങ്ങൾ ഒരുക്കുകയും വേണം .

സ്ത്രീയും പുരുഷനും പരസ്പരം ഇടപഴകുന്നതിൽ തെറ്റില്ല . ഒരു മീറ്റിംഗിൽ ഇട കലർന്നിരിക്കാം പക്ഷേ വായാ ടിത്തം പാടില്ല . ഒരു സ്ത്രീയുടെ ഉത്തമസുഹൃത്ത് മറ്റൊരു സ്ത്രീയും ഒരു പുരുഷന്റെ അടുത്ത സ്നേഹിതൻ മറ്റൊരു പുരുഷനും ആയിരിക്കണം . പരസ്പരം ഇടപഴകുമ്പോൾ ബഹുമാനത്തോടെയും വിനയത്തോടെയും പെരുമാറണം .

അടുത്ത ബന്ധമില്ലാത്ത സ്ത്രീകളെ അമ്മയെന്നോ സഹോദരിയെന്നോ സംബോധന ചെയ്യണം . അസുഖാവിസ്ഥയിലോ മറ്റു പ്രത്യേക ചുറ്റുപാടുകളിലോ മാത്രമേ സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ പരസ്പരം സ്പർശിക്കാവൂ .

ഒരാചാര്യൻ നാടകത്തിലോ , സിനിമയിലോ അഭിനയിക്കുവാൻ പാടില്ല . എന്നാൽ ചില പ്രത്യേക അവസരങ്ങ ളിൽ പുരോധന്റെ അനുമതിയോടെ അങ്ങനെ ചെയ്ത് തന്റെ കഴിവും മികവും തെളിയിക്കാവുന്നതാണ് . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 25
ഉപജീവനമാർഗം

കുടുംബം പുലർത്തുവാനായി വിശ്വസ്തതയോടെ യുള്ള ഏതൊരു ഉപജീവനമാർഗവും നിങ്ങൾക്ക് സ്വീകരിക്കാം . സ്വന്തമായി അദ്ധ്വാനിച്ചു ജീവിക്കുക . അല്ലാതെ കിട്ടുന്നതു മുഴുവൻ ആഹാരത്തിനു ചിലവഴിക്കുകയോ മറ്റുള്ളവർ തരുന്ന ആഹാരം കഴിച്ചു ജീവിക്കുകയോ

ചെയ്യരുത് . നിങ്ങളുടെ വരുമാനത്തിന്റെ ' 1 , ഭാഗം ജനസേവ നത്തിനായി മാറ്റിവയ്ക്കണം . കിട്ടുന്ന വരുമാനം മുഴുവൻ വീട്ടിൽത്തന്നെ ചിലവഴിക്കരുത് അത് അപൂർണ്ണതയിലേക്കു ന യിക്കും , ഭൗതിക നേട്ട

ങ്ങൾക്കു വേണ്ടി കലയ ഉപയോഗിക്കരുത് . ഗൃഹത്തിൽ പണത്തിനു ബുദ്ധിമുട്ട് ഉണ്ടെങ്കിൽ ആചാര്യനുമായി സംസാരിച്ച് താല്ക്കാലിക മായി ഈ നിയമത്തിൽ അല്പം അയവുവരുത്താം . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 26
സ്ത്രീയുടെ ഉപജീവനമാർഗം

സ് തീകൾ പുറ ത്തു പോകാതെ വീട്ടി ലി രുന്നു ചെയ്യാവുന്ന തൊഴിലുകളായ തുന്നൽ , നെയ്ത്ത് , കന്നു കാലിവളർത്തൽ , ചെറുകിടകൃഷി തുടങ്ങിയവയിൽ ഏർപ്പെ ടാം . ഇത്തരം ജോലികൾകൊണ്ട് കുടുംബം സംരക്ഷിക്കു വാൻ കഴിയാതെ വരുമ്പോൾ മാത്രം പുറത്ത് ജോലിക്ക് പോകാം . സ്ത്രീ പുറത്തുജോലിക്കു പോകു ന്ന തിൽ യാഥാസ്ഥിതികതവമോ , അന്ധവിശ്വാസമോ വേണ്ടതില്ല .

അദ്ധ്യായം 27
സാമ്പത്തിക നയം

നാം ഒരു കുടുംബത്തിലെ അംഗമാണെന്നറിഞ്ഞ് പ്രപഞ്ച സമ്പത്ത് എല്ലാവരും ഒരുമിച്ച് പങ്കുവയ്ക്കണം . സമൂഹത്തിലെ ഓരോ കുട്ടിയോടും , വ്യക്തിയോടും

നിങ്ങൾക്ക് ബന്ധവും ഉത്തരവാദിത്വവും ഉണ്ട് . ഒരിക്കലും

37

തന്നെപ്പറ്റി മാത്രം ചിന്തിക്കുകയും സ്വാർത്ഥത വളർത്തുകയും ചെയ്യരുത് . പ്രപഞ്ചത്തിലെ മനുഷ്യരെല്ലാം ഈശ്വര ന്റേതു തന്നെയാണല്ലോ . അതിനാൽ ഈശ്വരനെ മറന്ന് സമ്പത്ത് ദുർവിനിയോഗം ചെയ്യരുത് . നിങ്ങൾ ആരേയും ചൂഷണം ചെയ്യരുത് , നിങ്ങളെ ചൂഷണം ചെയ്യുവാൻ ആരെയും അനുവദിക്കയും ചെയ്യരുത് . മറ്റുള്ളവരെ ചൂഷണം ചെയ്യുന്നവരെ വിശ്വസ്തതയുടെ ലോകത്തേക്ക് കൊണ്ടുവ രേണ്ടത് നിങ്ങളുടെ കടമയാണ് . മാനസികവും ആത്മീയ വുമായ കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞുകൊടുത്ത് അവരെ നേർവഴിക്കു നയിക്കു വാൻ ശ്രമിക്കണം . പറഞ്ഞതുകൊണ്ടു മാത്രം പയോ ജനം കാണുന്നില്ലെങ്കിൽ സമ്മർദ്ദം ചെലുത്തി ആത്മീയതയിലേക്ക് നയിക്കുക അപ്പോൾ അവരുടെ മാന സികാ വസ്ഥയ്ക്ക് മാറ്റം വരും . മാനവസമൂഹത്തോട് നേഹമുണ്ടെങ്കിൽ മാത്രമേ നമുക്ക് ഇതെല്ലാം ചെയ്യുവാൻ കഴിയുകയുള്ളു . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 28
പൈതൃകസമ്പത്ത് കൈമാറുന്നതിനുള്ള മാതൃകാപരമായ രീതി

(1) പിതൃ സ്വത്ത് കാണു ന്ന് രീതി യിൽ പങ്കുവയ്ക്കേണ്ടതാണ് . മകനും മകൾക്കും മാതാപിതാക്കളുടെ സ്വത്തിന് തുല്യാവകാശമാണ് . പെൺമക്കൾക്ക് വസ്തുവകകൾ ആസ്വദിക്കാം എന്നാൽ മറ്റൊരാൾക്ക് കൈമാറ്റം ചെയ്യുവാനാകില്ല . മരണശേഷം അച്ഛന്റെ കുടുംബ ത്തേക്കു തന്നെ ഈ സ്വത്ത് വന്നുചേരുന്നതാണ് .

(2) വിധവയ്ക്ക് ഭർത്താവിന്റെയും മാതാപിതാക്കളു ടേയും സ്വത്തിൽ അവകാശം ഉണ്ട് . ഭർത്താവി ന്റെയോ ഭർതൃ മാതാ പിതാക്കളു ടേയോ സ്വത്ത് വിധവ മറ്റാർക്കും കൈമാറുവാൻ അധികാരമില്ല . വിധവ പുനർവിവാഹം ചെയ്യുകയോ മരിക്കുകയോ ചെയ്താൽ തന്റെ മക്കളുടെ പേരിൽ സ്വത്ത് കൊടു ക്കണം . മക്കൾ ഇല്ലെങ്കിൽ ഭർത്താവിന്റെ സഹോ ദരീസഹോദരന്മാർക്ക് നൽകുക . ഭർത്താവിന് സഹോ ദരങ്ങൾ ഇല്ലെങ്കിൽ ഭർത്താവിന്റെ തൊട്ടടുത്ത അവ കാശി ആരാണോ അവർക്കു നൽകുക . ഇങ്ങനെ യുള്ള അവകാശികൾ

ആരുമില്ലെങ്കിൽ മാത്രം വിധ വയുടെ സ്വത്ത് മറ്റാർക്കെങ്കിലും ഇഷ്ടാനുസരണം കുമാറാം .

(3) പുനർവിവാഹം നടത്തുമ്പോൾ വിധവയ്ക്ക് പൂർവ ഭർത്താവിൽ മക്കളുണ്ടെങ്കിൽ അവർക്കായിരിക്കും സ്വത്തിന്റെ അവകാശം . പൂർവഭർത്താവിന്റെ സ്വത്ത് ഒരിക്കലും പുനർവിവാഹം ചെയ്യുന്നയാൾക്കോ അയാ ളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന കുട്ടികൾക്കോ ലഭിക്കില്ല . ചെറിയ കുട്ടികളാണെങ്കിൽ അച്ഛന്റെ തൊട്ടടുത്ത ബന്ധു ക്കൾക്ക് സംര ക്ഷ ണാ ർ ത്ഥം സ്വത്ത് നോക്കി നടത്താം . പൂർവ്വഭർത്താവിൽ ജനിച്ച കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണവും കൂടി വിധവ ഏറ്റെടുക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ മുൻഭർത്താവിന്റെ സമ്പത്ത് നോക്കിനടത്തുന്നതി നുള്ള അധികാരം വിധവയ്ക്ക് ഉണ്ടായിരിക്കുന്നതാ ണ് . പക്ഷേ യാതൊരു കാരണവശാലും ഇത് പുതു ഭർത്താവിനോ മക്കൾക്കോ ഉപയോഗിക്കാൻ പാടില്ല .

(4) അമ്മയുടെ സ്വത്ത് മക്കൾക്ക് തുല്യമായി വീതിക്ക (അച്ഛൻ ആരാ ണെന്നു നോക്കാ തെ) . ആഭരണങ്ങളോ മറ്റു ഭൗതീകവസ്തുക്കളോ മറ്റോ സമ്മാനമായി ലഭിച്ചതെല്ലാം അവളുടെ സ്വന്തം

സമ്പാദ്യമാണ് .

(5) ഒരു ഭാര്യ ഭർത്താവിനെ ഉപേക്ഷിച്ച് പിരിയുമ്പോൾ അയാളുടെ സ്വത്തിൽ ഒരവകാശത്തിനും അർഹതയില്ല . കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണം ആദ്യഭർത്താവിൽ തന്നെയായിരിക്കും .

പുനർവിവാഹം നടത്തിയശേഷം ആദ്യഭർത്താവി ലുള്ള കുട്ടികളെ സംരക്ഷിക്കണമെങ്കിൽ ആദ്യ ഭർ ത്താവിന്റെ അ നു വാദം തേടി യി രി ക്ക ണം . എന്നാൽ കുട്ടികൾക്ക് ആദ്യ ഭർത്താവ് ചിലവിന് നൽകണം . ഇവിടെ കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷണ ചുമ തല അമ്മയുടേതായിരിക്കും ,

(6) വിൽ പ്രതമില്ലാതെ സാധാരണയായി ഒരു കുലത്തിലെ സമ്പത്ത് മറ്റൊരു കുലത്തിലേക്ക് കൈമാറ്റം ചെയ്യരുത് . വിവാഹവേളയിൽ സമ്മാനമായി നൽകു ന്നതെല്ലാം വധുവിന്റേതാണ് . ഒരു മകൾ മാത്രമേ ഉള്ളു എങ്കിൽ സ്വത്തുമുഴുവനും അവൾക്ക് അവകാ ശപ്പെട്ടതാണ് . അവളുടെ മരണശേഷം മകൾക്ക് പിൻതുടർച്ചാവകാശവും ലഭിക്കുന്നു കൂടാതെ മറ്റൊ രാൾക്ക് കൈമാറ്റം ചെയ്യുകയും ചെയ്യാവന്നതാണ് .

(7) വിവാഹം കഴിക്കാത്ത വ്യക്തിയുടേയും , കുട്ടികൾ ഇല്ലാത്ത ദമ്പതിമാരുടേയും സ്വത്ത് അടുത്ത ബന്ധുക്കൾക്ക് നൽകാം .

(8) കാലത്തിന്റെ മാറ്റ മ നു സ രിച്ച് സൗകര്യാർത്ഥം പിൻതുടർച്ചാവകാശത്തിൽ ഭേദഗതി വരുത്താവുന്നതാണ് . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 29
ശാസ്ത്രവും സമൂഹവും

ശാസ്ത്രത്തെ മാനവരാശിയുടെ പുരോഗതിക്കായി ഉപ യോ ഗി ക്കണം ഒരിക്കലും ഇത് നാശ ത്തി നായി ഉപയോഗിക്കരുത് . അങ്ങിനെ ചെയ്യുന്നവർ മാനവരാശിയുടെ ശ്രതു ക്ക ളാ ണെ ന്നറി യു ക . നല്ല വ രായ ജന ങ്ങ ളാൽ ശാസ്ത്രം ഉപയോഗപ്പെടുത്തുമ്പോൾ മാത്രമേ ജനക്ഷേമം സാധ്യമാകൂ .

അദ്ധ്യായം 30
സാമൂഹിക ശിക്ഷ

സമൂഹത്തിനു വിരുദ്ധമായി ഒരാൾ എന്തെങ്കിലും കുറ്റം ചെയ്താൽ ആചാര്യന്റെ നിർദേശാനുസരണം ശിക്ഷ അനുഭവിക്കണം . കുറ്റം ചെയ്ത വ്യക്തിയെ

മാത്രമേ ശിക്ഷി ക്കുവാൻ അധികാരം ഉള്ളു അല്ലാതെ അതേ കുടുംബ ത്തിലെ മറ്റാരേയും ശിക്ഷിക്കരുത് . കഠിനമായ ഉപവാസമോ മറ്റേതെങ്കിലും ശിക്ഷയോ ആചാര്യനു നൽകാം എന്നാൽ ചെയ്ത തെറ്റ് തിരുത്തപ്പെട്ടാൽ ശിക്ഷ പിൻവലിക്കണം . കുറ്റം ചെയ്ത വ്യക്തി പത്തുപേരെ ആത്മീയതയുടെ വഴിയിലേക്ക് നയിച്ചാൽ കുറ്റവിമുക്തനാകും .

ഒരു ആനന്ദമാർഗിയിൽ സ്വഭാവദൂഷ്യം കണ്ടെത്തി യാൽ ആരോപണം ആചാര്യനെ അറിയിക്കുക , ആചാര്യൻ മാർഗിയെ നേർവഴിക്കു നയിക്കുവാൻ വേണ്ട നിർദേശം തരും . ആചാര്യന്റെ അഭാവത്തിൽ ആശ്രമത്തിലെ ഭൂക്തിപ്രധാ നെയോ ഉപഭൂക്തിപ്രധാനെയോ വിവരം അറിയിക്കണം . ആരോപണം ലഭിച്ച് ഒരാഴ്ചക്കുള്ളിൽ ആചാര്യൻ അന്വേ ഷണം നടത്തി ശിക്ഷ നടപ്പാക്കുക . ശിക്ഷയിൽ അതൃപ്തി യുണ്ടെങ്കിൽ കുറ്റാരോപത്തിന് ജനറൽ ഭൂക്തിപ്രധാന

സമീപിക്കാം . ഇവിടെയും തൃപ്തി തോന്നാത്ത പക്ഷം സംഘം സെക്രട്ടറിയെ സമീപിക്കാം . ജനറൽ സെക്രട്ടറി യുടെ തീരുമാനം അന്തിമമായിരിക്കും ,

ഗൃഹീയ ആചാ ര്യനെ തിരെ യാണ് ആരോ പണം എങ്കിൽ കേന്ദ്രത്തിലെ ആചാര്യബോർഡ് സെക്രട്ടറിക്ക് നോട്ടീസ് നൽകുക . സെക്രട്ടറി ഒരു ബോർഡ് രൂപീകരിച്ച്

അന്വേഷണത്തിനയക്കുകയും ആരോപണം അന്വേഷിക്കു കയും ചെയ്യും . ബോർഡംഗ ങ്ങ ൾ ക്കു തന്നെ കുറ്റം തെളിഞ്ഞാൽ ശിക്ഷ നടപ്പാക്കാം .

കുറ്റാരോപിതനായ വ്യക്തി ഒരു മുഴുവൻ സമയ പ്രവർത്തകനാണെങ്കിൽ അതേ വിഭാഗത്തിന്റെ തലവനെ അറിയിക്കുകയും അദ്ദേഹം അന്വേഷണം നടത്തി ശിക്ഷ നടപ്പാക്കുകയും ചെയ്യും ,

ആചാര്യനെതിരെയാണ് ആരോപണമെങ്കിൽ കേന്ദ്ര ത്തിലെ ആചാര്യബോർഡ് സെക്രട്ടറിക്ക് പരാതി നൽകാം . അല്ലെങ്കിൽ ആനന്ദമാർഗത്തിലെ ഏതു വിഭാഗത്തിലെ ആചാര്യനാണോ അതേ വിഭാഗത്തിന്റെ തലവന് പരാതി അയക്കാം . സെക്രട്ടറിയോ അദ്ദേഹം ചുമതലപ്പെടുത്തുന്ന വരോ പരാ തി യിന്മേൽ അന്വേഷണം നടത്തി കുറ്റം തെളിഞ്ഞാൽ ശിക്ഷ നടപ്പാക്കാം .

ഏതെങ്കിലും വകുപ്പുമേധാവിക്കെതിരെയാണ് ആരോ പണം എങ്കിൽ സംഘം ജനറൽ സെക്രട്ടറിക്ക് പരാതി നൽകാം . കുറ്റം തെളിയിക്കപ്പെട്ടാൽ സെക്രട്ടറിക്കോ അദ്ദേഹം ചുമതലപ്പെടുത്തുന്നവർക്കോ ശിക്ഷ നടപ്പാക്കാം .

N.B 1. തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നവരിൽ മൂന്നിൽ കൂടുതൽ അംഗങ്ങൾ പാടില്ല .

2 . പരാതികൾ എപ്പോഴും എഴുതി സമർപ്പിക്ക ണം .

3 . ആരോപണം തെറ്റാണെന്നു തെളിഞ്ഞാൽ ആരോപണം ഉന്നയിച്ച വ്യക്തിതന്നെ കുറ്റത്തിന്റെ ശിക്ഷ ഏറ്റുവാങ്ങേണ്ടതാണ് . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 31
ശവസംസ്കാരം

വ്യക്തിയുടെ താൽപര്യമനുസരിച്ച് ശവശരീരം കുഴിച്ചിടുകയോ കത്തിക്കുകയോ ചെയ്യാം . ജിവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ ആഗ്രഹങ്ങളൊന്നും രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടില്ലെങ്കിൽ ശവദാഹം നടത്തുന്നതാണ് ഉത്തമം .

നിർദേശങ്ങൾ :

(1) ശവശരീരം എടുത്തുകൊണ്ടുപോകു മ്പോൾ നിശബ്ദത പാലിക്കുക .

(2) ശവദാഹത്തിനു മുൻപ് കൂട്ടായ ധ്യാനം നടത്തണം .

(3) മരിച്ച വ്യക്തിയുടെ മകനോ തൊട്ടടുത്ത് ബന്ധുവോ ആയിരിക്കണം തീ കൊടു ക്കേണ്ടത് . കുഴിച്ചിടുകയാണെങ്കിലും മകനോ തൊട്ടടുത്ത ബന്ധുവോ ആദ്യം മണ്ണിടുക .

(4) ശവദാഹമാണു നടത്തുന്നതെങ്കിൽ ശവ ശരീരം പൂർണ്ണമായി ദഹിക്കുന്നത് വരെ ശദ്ധ യാ ട കാത്തു നിൽക്കണം . അല്ലാതെ പകുതി കത്തിച്ച് പോരരുത് . പകുതി കത്തിച്ച് വെള്ളത്തിൽ എറിയു ന്നതിൽ ഭേദം കുഴിച്ചിടുകയാണ് .

(5) ശവദാഹത്തിന്റെ സാമ്പത്തികബാധ്യത സമൂഹത്തിനാണ് . ഈ ബാധ്യത മരിച്ച്

വീട്ടിൽ ഏല്പിക്കുന്നതു ശരിയല്ല .

N.B :

ശാസ്ത്രീയമായ രീതിയിൽ ശവദാഹം നടത്തുന്ന താണ് നല്ലത് . ഇതിനു കഴിയാത്ത അവസ്ഥയിൽ ശവശരീരം നഗ്നമാക്കാതെ അന്തസിനനുസരിച്ചുതന്നെ സംസ്കരിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കണം . ശവശരീരത്തിന്റെ വായിൽ തീ കൊടുക്കുന്ന പ്രവണത ഒരു രീതിയിലും പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കരുത് . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 32
ശ്രാദ്ധമെന്ന ശ്രാദ്ധമെന്ന ചടങ്ങ്

ആചാര്യനും മറ്റ് ആരോഗ്യവാന്മാരായ 5 പേരും ചേർന്നാൽ ഈ ചടങ്ങ് നടത്താം . ശ്രാദ്ധത്തിന് മരിച്ചയാ

ളുടെ അടുത്ത ബന്ധുക്കളാണ് പ്രധാനമായും പങ്കെടുക്കേണ്ടത് . ഈ ചടങ്ങിൽ എല്ലാ മാർഗികളും നിർബന്ധമായും പങ്കു ചേരണം , മന്ത്രം ചൊല്ലു ന്നതിനുമുൻപ് ഒരു പാത്രം ജലം ചടങ്ങുനടത്തുന്ന വ്യക്തി എടുത്തുവയ്ക്കണം - ഉപയോഗ ത്തിനായി .

(1) ആചാര്യൻ മന്ത്രം ചൊല്ലിത്തരുമ്പോൾ എല്ലാവരും അതേറ്റു ചൊല്ലണം .

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ
മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ
മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ
മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ
മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ
മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ
ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

മരിച്ചു പോയ ആത്മാ വിന് ശ്രാദ്ധാ ഘോ ഷത്തിൽനിന്നും യാതൊരു ഗുണവും ലഭിക്കുന്നില്ല . ഇതുചെ യ്യുന്നവരുടെ മനസിന്റെ സംതൃപ്തിക്കുവേണ്ടി മാത്രമാണ് .

(2) അല്ലയോ പരമപുരുഷ ! യശശരീരനായ ഞങ്ങളുടെ പ്രിയ പ്പെട്ട് ശ്രീ . ശ്രീമതി .... .യുടെ ആത്മാവ്

ഭൗതികലോ കത്തുനിന്നും വിട്ടുപിരിഞ്ഞു . അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആത്മാവിനെ ഉന്ന തി യിൽ നിന്നും ഉന്നതിയിലേക്ക് ഉയർത്തേണമേ . (മുന്ന് പ്രാവശ്യം)

(3) അല്ലയോ പരമപുരുഷ ! ഞങ്ങളുടെ പ്രിയപ്പെട്ട ശ്രീ . ശ്രീമതി .... യുടെ ആത്മാവിന് ഭൗതികലോകത്തുനിന്നും മോചനം ലഭിച്ചിരി ക്കയാണ് . ഈ ആത്മാവിനെ അനശ്വരമായ ശാന്തിയിലേക്ക് നയിച്ചാലും പ്രഭോ . (മുന്ന പ്രാവശ്യം)

(4) അല്ലയോ പരമപുരഷ ശ്രീ . ശ്രീമതി .... യുടെ സാമൂ ഹിക ഉത്തരവാദിത്വത്തിൽനിന്നും ഞങ്ങൾ മുക്തരായിരി ക്കുന്നു . അങ്ങയുടെ മകനെ മകളെ അങ്ങയുടെ മടിയിലേ ക്കു തന്നെ പരി ശു ദ്ധ മായ ഹൃദ യ ത്തോടെ ഞങ്ങൾ തിരിച്ചുനൽകുന്നു . അങ്ങയുടെ കുട്ടിയെ സദയം സ്വീകരി ച്ചാലും . (മുന്ന പ്രാവശ്യം)

(5) അല്ലയോ പരമപുരുഷ - അങ്ങയുടെ മക്കൾ കുറേപ്പേർ സ്നേഹമസൃണമായ മടിയിൽനിന്നും ഭൗതികലോകത്തെ ദുഃഖങ്ങളിലേക്ക് വഴുതിപ്പോരുന്നു . ഒടുവിൽ ഭൗതികലോ കത്തെ താൽക്കാലികവാസം മതിയാക്കി അങ്ങയിൽതന്നെ അഭയം തേടുകയും ചെയ്യുന്നു . (മുന്ന പ്രാവശ്യം)

(6)

ഓം മധു വാതാ ഋതായതേ മധു ക്ഷരന്തു സിന്ധവഃ

മാധ്വീർണ്ണഃ സന്തോഷധീഃ

മധു നക്തമുത്ഷസോ മധുമത് പാർഥിവം രജഃ

മധു ദ്യൗരസ്തു നഃ പിതാ

മധുമാന്നോ വനസ്പതിർമധു മാനസ്തു സൂര്യോഃ

മാധ്വീർഗാവോ ഭവന്തു നഃ

ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ ഓം മധുഃ

ആചാര്യനും ഇതിൽ പങ്കുചേർന്ന എല്ലാവരും ചടങ്ങിനിർവ ഹി ക്കുന്ന ആളുടെ കയ്യിൽ നിന്നും ഒരു പാത്രത്തിൽ ജലമെടുത്ത് അല്പാല്പമായി വാങ്ങികുടിക്കുന്നു . ചടങ്ങ നിർവഹിക്കുന്ന വ്യക്തി അവസാനം ജലം കയ്യിലെടുത്തു . കുടിക്കുന്നു . ഇതിനുശേഷം ആചാര്യൻ താഴെ പറയുന്ന മന്ത്രം ജപിക്കുന്നു .

“സർവേത്ര സുഖിനഃ ഭവന്തു

സർവേ സന്തു നിരാമയാഃ

സർവേ ഭദ്രാണി പശ്യന്തു

ന കശ്ചിത് ദുഃഖമാപ്നുയാത്

ഓം ശാന്തിഃ , ഓം ശാന്തിഃ , ഓം ശാന്തിഃ”

(ഒരു പ്രാവശ്യം)

[ശാരീരിക , മാനസിക ദുഖങ്ങളിൽ നിന്നും മോചി തരായി എവർക്കും സന്തോഷം ഉണ്ടാകട്ടെ . എല്ലാവരും

അവരവരിലെ നന്മയെ കാണട്ടെ , ചുറ്റുപാടുകളുടെ സമ്മർദ്ദ ത്താൽ ആരും തെറ്റിലേക്കു നയിക്കുവാൻ ശ്രമിക്കാതിരി ക്കട്ടെ) ഓം ശാന്തിഃ ഓം ശാന്തിഃ ഓം ശാന്തിഃ

ചില പൊതു നിർദ്ദേശങ്ങൾ

(1) ദുഃഖാ ചരത്തിന്റെ കാലാവധി 12 ദിവസത്തിൽ കവിയ രുത് . ഇതിനുള്ളിൽ വരുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒരു ദിവസം ശ്രാദ്ധ ചടങ്ങ് നടത്താം . ദുഃഖാ ചരണകാലത്ത് അനാവശ്യമായ ആഡംബര ങ്ങളോ , വൃതമോ വേണ്ടതില്ല . ആഗ്രഹങ്ങളെ നിയ ന്തിക്കുക ,

(2) ശ്രാദ്ധം കഴിയുന്ന സമയത്ത് ദാനമായോ സമ്മാന മായോ വളർത്തുമൃഗങ്ങളെ നൽകാം , (ആൺവർഗ ത്തിൽപെട്ടവ) കാള , പോത്ത് , ചെമ്മരിയാട് മുതലാ യവ മൃഗങ്ങളുടെ പെരുപ്പത്തിന് ഇതു സഹായിക്കു മല്ലോ , ധാർമ്മീകമായി നിർബന്ധമുള്ള കാര്യമല്ല ഇത് . തലയിലൊ നെറ്റിയിലൊ എന്തെങ്കിലും അടയാളങ്ങൾ നൽകി കൊടുക്കുക . മൃഗം പ്രായപൂർത്തിയായാൽ ഗാ മ ത്തി ലു ള്ള വർ ഇതിനെ സംര ക്ഷി ക്ക ണം . അതുവരെയും ഏതു സ്ഥാപനത്തിനു നല്കിയോ അവ രാണ് സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് . സമൂഹത്തിന്റെ സമ്പത്തായ ഇത്തരം മൃഗങ്ങളെ കൊല്ലുന്നത് ഗുരുതരമായ കുറ്റ മാണ് . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 33
വിധവകൾ

വിധവകൾക്ക് വസ്ത്ര ധാ രണ ത്തിലും , ആഭ രണ് ത്തിലും , ചടങ്ങിൽ പങ്കെടുക്കുന്നതിനും നിയന്ത്രണങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തരുത് . വിധവയാണെന്ന പേരിൽ നിർബന്ധിച്ച് ഉപവാസം എടുപ്പിക്കുന്നതും തെറ്റാണ് . വിധവ സ്വമേധയാ ആഹാ ര നിയന്ത്രണം ഏർപ്പെടു ത്തു കയോ ആത്മീയ പരിശീലനമോ ചെയ്യാവുന്നതാണ് .

അദ്ധ്യായം 34
ഭൂക്തിപ്രധാൻ

ഒരു രാഷ്ട്രത്തിന്റെ നേരിട്ടുള്ള ഭരണത്തിൻ കീഴിൽ വരുന്ന ഒരു പ്രവിശ്യ അഥവാ ജില്ല എന്നാണ് ഭൂക്തി എന്ന വാക്കിനർത്ഥം .
ആനന്ദമാർഗ്ഗപ്രചാരകസംഘത്തിലെ ഭൂക്തി യുടെ സെക്രട്ടറിയെയാണ് ഭൂക്തിപ്രധാൻ എന്നു പറയു

ന്നത് (പ്രധാന തലവൻ , മേധാവി) ഭൂക്തിപ്രധാനെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത് എങ്ങനെ ?

ഒരു പ്രവിശ്യ യി ലുള്ള സദ് വി പ ന്മാ രിൽ നിന്നും (16 മൂല്യസൂചകങ്ങളും സ്ഥിരമായി പരിശീലിക്കുന്നവർ) ഒരാളെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു . ഭൂക്തിപ്രധാൻ ഒരു ആചാര്യനോ താത്വികിനോ ആകാം പക്ഷേ വിദ്യാഭ്യാസം നേടിയ ഒരു ഗൃഹസ്ഥനായിരിക്കണം . മൂന്നുവർഷത്തേക്കാണ് തിരഞ്ഞ ടുപ്പിന്റെ കാലാവധി . അതിനുശേഷം പുതിയ തിരഞ്ഞെടുപ്പു നടത്തണം .

ഭൂക്തി കമ്മറ്റി

സദ്വിപന്മാരിൽനിന്നുതന്നെയാണ് ഭൂക്തി ജനറൽ കമ്മറ്റിയേയും തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത് . ഈ കമ്മറ്റിയിൽ 15 മു തൽ 25 വരെ അംഗങ്ങളെ തിരഞ്ഞെടുക്കാം . വീണ്ടും അംഗ സംഖ്യ വർദ്ധിപ്പിക്കണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ 80 % അംഗങ്ങളു ടേയും അനുമതി തേടിയിരിക്കണം . ഭൂക്തിപ്രധാനാണ് ഭൂക്തി ജനറൽ കമ്മറ്റിയുടെ അദ്ധ്യ ക്ഷൻ . അദ്ദേഹത്തിന് എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മറ്റി രൂപീകരിക്കു വാനും അംഗങ്ങളെ സ്വയം തിരഞ്ഞെടുക്കാനും അധി കാരം ഉണ്ട് . എത്ര അംഗങ്ങൾ വേണമെന്ന് തീരുമാനിക്കു ന്നതിനും ഭൂക്തിപ്രധാനുതന്നെയാണ് അധികാരം . ഭൂക്തി എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മറ്റിയിൽ ജനറൽ കമ്മറ്റിയിൽ നിന്നും പുറത്തുനിന്ന് രണ്ടോ മൂന്നോ പേരെയും തിരഞ്ഞെടുക്ക ണം .

ഭൂക്തിപ്രധാന്റെ കടമയും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും

ISMUB department (Inspection , Seminar , Move ment , Utilization , Board) നുകീഴിൽ വരുന്ന എല്ലാ ഘടക ങ്ങളുടേയും ഉത്തരവാദിത്വം ഭൂക്തിപ്രധാനായിരിക്കും . സെമി .

നാറുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുക , മിന്നൽ പരിശോധനകൾ നട ത്തുക , ബോർഡുകൾ സ്ഥാപിക്കുക , ജില്ലാ തലത്തിൽ പരിപാടികൾ സംഘടിപ്പിക്കുക എന്നിവയെല്ലാം ഭൂക്തിപ ധാന്റെ കട മ യാ ണ് . ജനനം , ജാതകർമ്മം , വിവാഹം , സാമു ഹ്യ ചടങ്ങുകൾ , നാരായണ സേവ , ദീക്ഷാ ദാനം തുടങ്ങിയവയുടെ രേഖകൾ കൃത്യമായി സൂക്ഷിക്കേണ്ട ഉത്തരവാദിത്വം ഭൂക്തിപ്രധാന്റേതാണ് .

ഇതുകൂടാതെ ചെറിയ ചെറിയ തർക്കങ്ങൾ പരിഹരി ക്കുക , കുറ്റങ്ങൾക്ക് ശിക്ഷാനടപടികൾ യഥാവിധി നടത്തുക എന്നിവയും ഭക്തിപ്രധാന്റെ കടമതന്നെ . ജാഗതിയുടെ വിശുദ്ധി , ധ്വജം , പ്രതീകം , ഗുരുവിന്റെ ഫോട്ടോ ഇവ ജാഗ്രതി സെക്രട്ടറിയുടെ സഹായത്തോടെ സംരക്ഷിക്കണം . ഒരു വ്യക്തിയുടെ താല്പര്യത്തേക്കാൾ മുൻതൂക്കം കൊടുക്കേ ണ്ടത് കൂട്ടായ താല്പര്യങ്ങൾക്കാണ് .16 മൂല്യസൂചക ങ്ങളിൽനിന്നും വ്യതിചലിക്കുന്ന വ്യക്തിക്കെതിരെ അച്ചടി ക്കനടപടികൾ എടുക്കണം .

ആനന്ദ മാർഗപ്രോഗ്രാമുകൾക്ക് ശാരീരികമായും , സാമ്പത്തികമായും വേണ്ടതായ സഹായങ്ങൾ ഓരോരു ത്തരും നൽകണം . തന്റെ പ്രവിശ്യയിലെ

വരവുചിലവുകണക്കുകൾ ഭക്തിപ്രധാനാണ് സൂക്ഷിക്കേണ്ടത് .

പുരോധപ്രമുഖന് ഭൂക്തിപ്രധാന്റെ കടമകൾ ആവശ്യാ നു സ രണം കൂട്ടുകയോ കുറയ്ക്കു കയോ ചെയ്യാം . അത്യാവശ്യ ഘട്ടങ്ങളിൽ കേന്ദ്രപുരോധബോർഡിനോട് ആലോചിക്കാതെതന്നെ ഇത് ചെയ്യാം . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 35

സമാജമിതം സ്മാർത്ത , ജീവിതം ധർമ്മമിത്രം

ഏറ്റവും കൂടുതൽ പ്രചാരക്രപ്രവർത്തനങ്ങൾ നടക്കു ന്നത് ഏതൊരു ഭൂക്തിപ്രധാന്റെ കീഴിലാണോ അദ്ദേഹമാണ്

സമാജമിത്രമെന്നറിയപ്പെടുന്നത് (Friend of Society) അർധ വാർഷിക കാലത്തേക്കാണ് ഈ പദവി (Ist January to വൈശാഖിപൂർണ്ണിമ) . ഈ കാല യ ള വിൽ അവരുടെ പേരിനോടു ചേർന്ന് സമാജമിത്രമെന്നു കൂട്ടിച്ചേർക്കാം . ഇതേ റാങ്കിലേക്ക് മറ്റൊരാൾ കടന്നുവരുന്നതുവരെ രണ്ടു വർഷത്തേക്ക് ഈ പദവി തുടരാം . വേണമെങ്കിൽ സ്ഥിര മായി ഉപയോഗിക്കാം (എന്നാൽ ഇത് പാരമ്പര്യമായി ലഭി ക്കുന്നതല്ല) . സ്ഥിരമായി

സമാജമിത്രപദവി സ്വീകരിക്കുന്ന വൻ ഭുക്തിപ്രധാൻ പോസ്റ്റിൽ തുടരരുത് .

ഭൂക്തിപ്രധാൻ ആചാര്യനാണെങ്കിൽ സമാ ജമിത്ര ത്തിനുപകരം സ്മാർത്തയെന്നാണ് ഉപയോഗിക്കേണ്ടത് (സമൂഹത്തിൽ തന്റെ മൂല്യം തെളിയിച്ച വ്യക്തി) .

ഒൻപത് സമാജമിത്രങ്ങളിൽനിന്നും ഏറ്റവും നല്ല കമ്മി റ്റിയെ അന്തർദേശീയം എന്ന നിലവാരത്തിൽ കണ്ടെത്തു മ്പോൾ അത് " ജീവമിത്രം ' എന്നറിയപ്പെടുന്നു . ഈ കമ്മറ്റി യുടെഭൂക്തിപ്രധാന് ജീവമിത പദവി തന്റെ പേരിന്റെ കൂടെ ഉപയോഗിക്കാം . സ്ഥിരമായി ഉപയോഗിക്കണമെങ്കിൽ തെറ്റില്ല . പക്ഷേ പാരമ്പര്യമാക്കാൻ പാടില്ല . സ്ഥിരമായി ജീവമിതമായ വ്യക്തി ഭൂക്തിപ്രധാന്റെ സ്ഥാനം അലങ്കരി ക്കരുത് . ഭൂക്തിപ്രധാൻ ഗൃഹീയാചാര്യനാണെങ്കിൽ ജീവമി ത്രമെന്നതിനുപകരം ധർമ്മമിതമെന്നാണ് ഉപയോഗിക്കേ ണ്ടത് .

സമാജമിത്രം , സ്മാർത്ത , ജീവമിത്രം , ധർമ്മമിത്രം എന്നിവർ പുരുഷന്മാരാണെങ്കിൽ അവർ ഷേവുചെയ്യാതെ താടി വളർത്തുന്നതു നല്ലതാണ് . എന്നാൽ ഇത് നിർബ ന്ധമല്ല .

സമാജമിത്രത്തിനും ജീവിതത്തിനും സമൂഹത്തിൽ ആചാര്യന്റെ സ്ഥാനം തന്നെയാണുള്ളത് . ഇക്കാരണത്താൽ

പു രോ ധ ന ല്ലാതെ മറ്റാർക്കും ഇദ്ദേ ഹ ത്തിനെ തിര യാതൊരുവിധ അച്ചടക്കനടപടികളും എടുക്കുവാൻ അധി കാരമില്ല . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 36
ബോർഡിന്റെ രൂപീകരണം

ആനന്ദ മാർഗ്രപചാ രക സംഘത്തിന് എല്ലാ വിഭാഗ ങ്ങൾക്കും പ്രത്യേക ബോർഡുകൾ കേന്ദ്രതലത്തിലും ഗ്രാമ തലത്തിലും ഉണ്ട് . ഒരു ബോർഡിൽ മുന്നുമുതൽ ഏഴുവരെ അംഗങ്ങൾ ഉണ്ടായിരിക്കണം . അംഗങ്ങൾ വിദ്യാസമ്പന്ന രായിരിക്കണമെന്നു നിർബന്ധമില്ല എന്നാൽ ഉത്തരവാദി തബോധമുള്ളവരായിരിക്കണം . ഒരു വ്യക്തിക്ക് ഒന്നിൽ കൂടുതൽ ബോർഡിൽ അംഗതബം ലഭിക്കുന്നതല്ല .

എ ക്ലാസ് , ബി ക്ലാസ് കമ്മറ്റികൾ

ആനന്ദമാർഗ്ഗ പ്രചാരകസംഘത്തിലെ ഓരോ വിഭാഗ ത്തിനും അനുയോജ്യമായ വകുപ്പുകൾ ഉണ്ട് . ഇതിനെ എ ക്ലാസ് കമ്മറ്റികൾ എന്നറിയപ്പെടുന്നു . ബോർഡിനു താഴെ യുള്ള കമ്മറ്റികളെ “ ബി ' ക്ലാസ് കമ്മറ്റികളെന്നും വിളി ക്കുന്നു .

സദ്വിപ്രന്മാരുടെ സഹകരണത്തോടെ ബി ക്ലാസ് കമ്മ റ്റികളെ എ ക്ലാസ് കമ്മറ്റികളാക്കി ഉയർത്താവുന്നതാണ് . ഇതിനുള്ള ഉത്തരവാദിതബം Ismub Secretary ക്കാണ് .

അദ്ധ്യായം 37
ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖർ

ഗ്രാമത്തിലും നഗരത്തിലും ബ്ലോക്ക് തലത്തിലുള്ള വിഭ ജനം നടത്തിയിട്ടുണ്ട് . ഉപഭൂക്തിയെന്നാൽ ഗ്രാമപ്രദേശ ത്തുള്ള ബ്ലോക്ക് പ്രദേശങ്ങളാണ് . നഗരങ്ങളിൽ ഇതിനെ മുനിസിപ്പാലിറ്റികളെന്നറിയുന്നു . ഉപഭൂക്തിയുടെ അതിർത്തി ക്കുള്ളിൽ ഒരു പോലീസ് സ്റ്റേഷൻ മാത്രമേ ഉണ്ടായിരിക്കു

കയുള്ളു . മുനിസിപ്പാലിറ്റിയുടെ അതിർത്തി വലുതാണങ്കിൽ , ഒന്നിൽ കൂടുതൽ പോലീസ് സ്റ്റേഷൻ ഉണ്ടായിരിക്കും .

ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖനെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന വിധം

ഒരു ഉപഭൂക്തിയിലെ സദ്വിപന്മാരിൽനിന്ന് ഒരാളെ ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖനായി തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു . ആചാര്യനയോ

താത്വിക നേയോ ഈ പോസ്റ്റിലേക്ക് തിരഞ്ഞെടുക്കാം , എന്നാൽ ആ വ്യക്തി വിദ്യാസമ്പന്നനും ഗ്രഹസ്ഥാശ്രമിയും ആയിരിക്കണം . മൂന്നുവർഷത്തേക്കാണ് ഇതിന്റെ കാലാവധി - അതിനുശേഷം പുതിയ ഇലക്ഷൻ നടത്തണം .

ഉപഭൂക്തി കമ്മറ്റി

തിരിഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട ഉപഭൂക്തി പ്രമുഖർ ചേർന്ന് ഒരു ഉപഭൂക്തികമ്മറ്റി രൂപീകരിക്കുന്നു . പല ഉപഭൂക്തിയിലുള്ള സദ്വിപന്മാരേയും ഇതിൽ തിരഞ്ഞെടുക്കാം . ഉപഭൂക്തികമ്മ റ്റിയിൽ എത്ര അംഗങ്ങൾ വേണമെന്ന് തീരുമാനിക്കുന്നത് ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖനാണ് .

ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖന്റെ ചുമതലകളും ഉത്തരവാദിത്വ ങ്ങളും

ഭൂക്തിപ്രധാന്റെ Department ആണല്ലൊ Ismub Dept. ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖർക്ക് സാമൂഹ്യസംരക്ഷണം ഉറപ്പു വരു ത്തുന്ന ഒരു ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റാണ് ഇത് . ഉപ ഭൂക്തി പ്രമുഖർ കഴിയുന്നത് സ്കൂളുകൾ തുടങ്ങി ജനങ്ങളുടെ വിദ്യാഭ്യാസനിലവാരം ഉയർത്തണം . ജനങ്ങളിൽ ധാർമമി കബോധം വളർത്തേണ്ടത് അത്യാവശ്യം തന്നെയാണ് .

പ്രൗട്ടിസ്റ്റുകളുടേയും സദ്വിപ്രന്മാരുടേയും സഹകര ണത്തോടെ അതാതു പ്രദേശത്തെ സാധാരണ ജനങ്ങളുടെ വരുമാനം വർദ്ധിപ്പിക്കുവാൻ വേണ്ട കാര്യങ്ങൾ നടപ്പാക്ക ണ്ടതാണ് . കൂടാതെ അവശ്യസാധനങ്ങളുടെ ലഭ്യതക്കായി

ധാരാളം സ്റ്റോറുകൾ തുടങ്ങുകയും വേണം .

ഉപഭൂക്തിയിൽ ആനന്ദ് മാർഗ്ഗ പ്രചാരക സംഘത്തിന്റെ സഹകരണത്തോടെ കൃഷിയും കച്ചവടവും വികസിപ്പിക്ക ണം . കൂടാതെ മെഡിക്കൽ യൂണിറ്റുകൾ , ധർമ്മസ്ഥാപ നങ്ങൾ എന്നിവ സ്ഥാപിക്കണം . ഉപഭൂക്തി എക്സിക്യൂ ട്ടീവ് കമ്മറ്റിയിൽ ഉപഭൂക്തി പ്രമുഖനെ ഉൾപ്പെടുത്താം എന്നാൽ സ്ഥാനമാനങ്ങൾ നൽകേണ്ടതില്ല . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 38
സാന്ധിവിഗ്രാഹിക , ജനമിത്രം ലോകമിത്രവും

ലോകമിതവും ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖരുടെ കീഴിലുള്ള പ്രദേശത്ത് 25 % ത്തിനു മുകളിൽ ജനങ്ങൾ വിദ്യാസമ്പന്നരായിരിക്കണം . കൂടാതെ പട്ടിണിമൂലമോ , പോഷകാഹാരക്കുറവുമൂലമോ ഒരാൾപോലും മരിക്കാനിടയാകരുത് . ഉപഭോക്താക്കളുടെ ആവശ്യാ നു സ രണം കോ - ഓപ്പറേറ്റീവ് സ്റ്റോറുകൾ നടപ്പിലാക്കണം .

6 മാസത്തിനുള്ളിൽ മുകളിൽ പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ ഏറ്റവും കൂടു തൽ ഭംഗിയായി നിർ വഹിക്കുന്ന വരെ ശാന്തിവിഗാഹിക (സേവന സംഘടനകൾ രൂപീകരിക്കുന്ന വ്യക്തി) എന്നറിയപ്പെടുന്നു . ഈ സ്ഥാനം ഒഴിയുന്നതുവരെ പേരിനോട് ചേർത്ത് ശാന്തി വിഗാഹികയെന്ന് ഉപയോഗി ക്കാം .

ഉപഭൂക്തിപ്രമുഖന് “ ശാന്തിവിഗ്രാഹിക'യെന്ന സ്ഥാനം തുടർച്ചയായി 2 വർഷം ഉപയോഗിച്ചാൽ പിന്നീടത് സ്ഥിര പ്പെടുന്നു (പിൻതുടർച്ചാവകാശം ഇല്ല) .സ്ഥിരമായി ശാന്തിവി ഗ്രാഹിക സ്ഥാനം ലഭിച്ച വ്യക്തി ഉപഭൂക്തി പ്രമുഖസ്ഥാനം വഹിക്കുവാൻ പാടില്ലാത്തതാണ് .

ഏതു ശാന്തിവിഗാഹികനാണോ ഏറ്റവും കൂടുതൽ കോ - ഓപ്പറേറ്റീവ് സംവിധാനങ്ങൾ 6 മാസത്തിനുള്ളിൽ നട പ്പിലാക്കുന്നത് അദ്ദേഹത്തെ ജനമിത്രം (Friend of the People) എന്ന് അറിയപ്പെടുന്നു . ജന മിത്ര ത്തിന്റെ നിയമങ്ങൾ ശാന്തിവിഗാഹികരുടേതുപോലെ തന്നെയാണ് .

ജനമിത്രങ്ങളിൽ ആരാണോ ആറുമാസത്തിനുള്ളിൽ രാജ്യ വ്യാപകമായി കോ - ഓപ്പറേറ്റീവ് സംവിധാനങ്ങൾ നടപ്പിലാക്കുന്നത് ആ വ്യക്തി ലോകമിത്രം (Friend of the World) എന്നറിയപ്പെടു ന്നു . മറ്റു നിയമങ്ങൾ മുകളിൽ പറഞ്ഞതുപോലെ തന്നെ .

ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 39
വിവിധ സംഘടനകൾ

(1) കേന്ദ്ര കമ്മറ്റി : - ആനന്ദമാർഗത്തിലെ പുരോധൻമാർക്കി ടയിൽ നിന്നാണ് കേന്ദ്രകമ്മറ്റിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത് . കേന്ദ്രകമ്മറ്റിയുടെ പ്രസിഡന്റ് പുരോധപ്രമുഖനായിരിക്കും . കേന്ദ്ര എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മറ്റിയെ തെരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടത് പുരോധപമുഖന്റെ ചുമതലയാണ് . ഇതിൽ പുറമേനിന്നും 3 പേരെ ഉൾപ്പെടുത്താം . കമ്മറ്റിയിലെ അംഗസംഖ്യ 15 - നും 60 - നും ഇടയ്ക്കായിരിക്കണം . അംഗസംഖ്യ കൂട്ടണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ കേന്ദ്രകമ്മറ്റിയിലെ 80 % അംഗങ്ങളുടേയും അനുവാദം തേടിയിരിക്കണം .

(2) ഭൂക്തി കമ്മറ്റി - അദ്ധ്യായം 34 നോക്കുക

(3) ഗ്രാമകമ്മറ്റി (Village Committee) : ഭൂക്തി കമ്മറ്റിയുടെ ചെയർമാനോ ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ അഭാവത്തിൽ കേന്ദ്രകമ്മറ്റി യുടെ പ്രസി ഡ ണ്ടിനോ വില്ലേജ് ഓർഗ നെ സ നാമനിർദേശം ചെയ്യാം . വില്ലേജ് ഓർഗനൈസറാണ് വില്ലേജ് കമ്മറ്റി രൂപീകരിക്കുന്നത് . ഗ്രാമീണർക്ക് ഓർഗനൈസറുടെ

, പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ അതൃപ്തിയുണ്ടെങ്കിൽ ഇവർക്ക് തൃപ്ത രായ ഒരാളെ പ്രസിഡന്റിന് നിർദേശിക്കാം . ഒരു ഗ്രാമ ത്തിന്റെ കീഴിൽ ഒരു എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മറ്റി മാത്രമേ ഉണ്ടാ കു വാൻ പാടുള്ളു . ഈ കമ്മറ്റി യിൽ താതവകി നോ , ആചാര്യനോ , മാർഗികൾക്കോ

അംഗങ്ങളാകാം . അംഗ സംഖ്യ വില്ലേജ് ഓഫീസറാണ് തീരുമാനിക്കുന്നത് .

(4) സംസ്ഥാന കമ്മറ്റി : - (Provincial or State Committee)

ഭൂക്തി ക മ്മ റ്റിക്കും കേന്ദ്ര കമ്മറ്റിക്കും മധ്യ യാണ് സംസ്ഥാന കമ്മറ്റി . ഇവിടെയും ചെയർമാനെ നിർദേശി ക്കുന്നത് കേന്ദ്രകമ്മറ്റിയുടെ പ്രസിഡന്റാണ് . എക്സിക്യൂ ട്ടീവ് കമ്മറ്റിയംഗങ്ങളെ ചെയർമാന് തിരഞ്ഞെടുക്കാം . ആചാ ര്യന്മാരിൽനിന്നും താത്വികരിൽനിന്നും യോഗ്യതയുള്ളവരെ ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ മാർഗികളിൽ നിന്നും തിരഞ്ഞെടുക്കണം . ഇതിൽനിന്നും ഒരു ജനറൽ കമ്മിറ്റിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കണം . ജനറൽ കമ്മറ്റിക്ക് ഒരു പ്രസിഡന്റും ഉണ്ടായിരിക്കും .

(5) കേന്ദ്രകമ്മറ്റിയാണ് മറ്റു കമ്മറ്റികളുടെ കാലാവധി തീരു മാ നിക്കു ന്ന ത് . കേന്ദ്ര കമ്മറ്റി യുടെ കാലാവധി ജനറൽബോഡി തീരുമാനിക്കും .

(6) വരുമാനം

വില്ലേ ജ് , ഊപ ഭൂ ക്തി , ഭൂക്തി , സം സ്ഥാ ന ദേശീയകമ്മറ്റികൾ വരുമാനത്തിന്റെ 1/8 ഭാഗം തൊട്ടുമുക ളിലുള്ള കമ്മറ്റിയിൽ അടക്കേണ്ടതാണ് . ബാക്കി 7/8 ഭാഗം അതാതു പ്രദേശത്തെ ജന ക്ഷേമ പരിപാടികൾക്കായി ചിലവഴിക്കാം . കേന്ദ്രകമ്മറ്റിയിൽ

വരുന്ന വരുമാനം 1/8 ലോകത്തിന് മൊത്തമായി ഉപയോഗിക്കാം .

(7) കേന്ദ്രകമ്മറ്റിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഇംഗ്ലീഷ് ഭാഷ യിലായിരിക്കണം . ഇംഗ്ലീഷ് കൈകാര്യം ചെയ്യുവാനറിയി ല്ലെങ്കിൽ വില്ലേജിലോ സംസ്ഥാനത്തോ

(8) കമ്മറ്റി ആഫീസ് കമ്മറ്റികൾക്ക് (മാർഗികൾക്ക്) ഒത്തു കൂടുവാനുള്ള സ്ഥലമാണ് . എല്ലാ കമ്മറ്റികളുടേയും ലക്ഷ്യം സാമൂഹ്യസേവനവും ധർമ്മപ്രചരണവുമാണ് .

(9)പുരോധപ്രമുഖനും കേന്ദ്രകമ്മറ്റി പ്രസിഡന്റും ഒരു വ്യക്തിയാണ് . എന്നാൽ പുരോധപൂഖൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെ ങ്കിൽ പ്രസിഡന്റെ സ്ഥാനത്തുനിന്നും മാറുകയും ചെയ്യാം .

(10)ചുറ്റുപാടുകൾക്കനുസരിച്ച് കേന്ദ്രകമ്മറ്റിക്ക് അത്യാവശ്യമായ ഭേദഗതികൾ വരുത്താം . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 40
താതഥികർ , ആചാര്യർ , പുരോധർ തുടങ്ങിയവരും അനുബന്ധ ബോർഡുകളും

താതചികർ , ആചാര്യർ , പുരോധർ തുടങ്ങിയ പരിശീല നത്തിനു വരുന്നവർ പരിചയസമ്പന്നരുടെ കീഴിൽ പഠനം നടത്തി പരീക്ഷ എഴുതുന്നു . പരീക്ഷ പാസായാൽ അതാതു ബോർഡിൽ നിന്നും സർട്ടിഫിക്കറ്റ് തരും . സർട്ടിഫിക്കറ്റിൽ രജിസ്ട്രേഷൻ നമ്പറും , പരീക്ഷാകൺട്രോളറുടെ ഒപ്പും ഉണ്ടായിരിക്കും . താതചികർ , ആചാര്യർ , പുരോധർ - എന്നീ പദങ്ങൾ കഴിവിനേയും ഊർജസ്വലതയേയും പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നതിനാൽ വാർദ്ധക്യ സഹജമായ കാരണങ്ങളാൽ അല്ലാതെ ഓരോരുത്തരുടേയും കടമകൾ കൃത്യമായി നിറ വേറ്റിയില്ലെങ്കിൽ സർട്ടിഫിക്കറ്റുകൾ റദ്ദാക്കാൻ ബോർഡു കൾക്ക് അധികാരമുണ്ട് . കേന്ദ്രതാതചിക ബോർഡിനെതിരെ ആചാര്യബോ ർ ഡിൽ അപ്പീൽ നൽകാം . ആചാ ര്യ ബോർഡിന്റെ തീരുമാനം അന്തിമമായിരിക്കും . ആചാര്യ ബോർഡിന്റെ പരാതികൾക്ക് കേന്ദ്രപുരോധാബോർഡിൽ അപ്പീൽ നല്കാം . പിൻതുടർച്ചാവകാശം ആചാര്യനോ , പുരോധനോ , താതചികനോ ഇല്ല . ആനന്ദമാർഗ്ഗത്തിൽ ഗുരു തരമായ എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നങ്ങൾ സംജാതമാകുമ്പോൾ

അതാതുഭാഷയിൽ പ്രവർത്തിക്കാം .

കേന്ദ്ര പുരോധാബോർഡാണ് തീരുമാനമെടുക്കേണ്ടത് . അംഗങ്ങളുടെ ഭൂരിപക്ഷം അഭിപ്രായങ്ങളും

കണക്കിലെടു ത്തു വേണം തീരുമാനമെടുക്കുവാൻ . രണ്ടു ഗ്രൂപ്പുകാർ തമ്മിൽ വോട്ടെടുപ്പിൽ തുല്യമായി വന്നാൽ ചെയർമാന്റെ വോട്ടു കൂടി പരിഗണിച്ച ശേഷം തീരുമാനമെടുക്കാം . പുരോധബോർഡിന്റെ തീരുമാനങ്ങളെ യാതൊരു തർക്കവും യുക്തിയും കൂടാതെ ഓരോ ആനന്ദമാർഗിയും അനുസരി ക്കണം . പുരോധാബോർഡ് പ്രമുഖനായ ചെയർമാന്റെ തീരു മാനങ്ങൾ അന്തിമമായിരിക്കും . ഇദ്ദേഹത്തിന്റെ കാലാവധി ജീവിതാവസാനം വരെയാണ് . എന്നാൽ അനാരോഗ്യം മൂലം ഒരാൾക്ക് സ്വന്തം സ്ഥാനം രാജിവയ്ക്കാം

പുരോധപ്രമുഖനെ വോട്ടെടുപ്പിലൂടെയാണ് പുരോധ ന്മാർ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത് , പുരോധന്മാർ തന്നെ പുരോധ് ബോർഡിലെ 3 അംഗങ്ങളെ തിരഞ്ഞെടുക്കും . കാലാവധി 5 വർഷത്തേക്കാണ് . കാലാവധിക്കുമുമ്പ് ഒരംഗം മരിക്കു കയോ രോഗബാധിതനാകുകയോ ചെയ്താൽ മാത്രം ഒഴിവു നികത്തുവാൻ ഇലക്ഷൻ നടത്താം , കൂടാതെ പുരോധ ബോർഡിന്റെ ഏതെങ്കിലും ഒരംഗത്തിന്റെ പ്രവർത്തിയിൽ ഭൂരിപക്ഷം പേർക്കും അതൃപ്തിയുണ്ടെങ്കിലും ഇലക്ഷൻ നടത്താവുന്നതാണ് .

കേന്ദ് ആചാര്യ ബോർഡ്

പുരോ ധ പ മ ഖ രുടെ അ നു മ തിയോടു കൂടി 8 ആചാര്യന്മാരെ തിരഞ്ഞെടുത്ത് കേന്ദ്ര ആചാര്യബോർഡ് രൂപീകരിക്കുന്നു . ഇതിൽനിന്നും ഒരാളെ

സെക്രട്ടറിയാക്കു ന്നു . ആചാര്യന്മാരുടെ നിയമങ്ങൾ , ശിക്ഷാനടപടികൾ , അച്ചടക്കം തുടങ്ങി എല്ലാ കാര്യങ്ങളും ആചാര്യബോർഡ് തീരുമാനിക്കും . ഈ തീരുമാനങ്ങൾക്ക് പുരോധപ്രമുഖന്റെ അനുമതി തേടുകയും വേണം .

കേന്ദ്ര താതവിക ബോർഡ്

പുരോധപമുഖന്റെ അനുമതിയോടെ 12 അംഗങ്ങളെ താതവിക ബോർഡിൽ നിന്നും തിര ഞ്ഞ ടുത്ത് കേന്ദ ബോർഡ് രൂപീകരിക്കുന്നു . താതവികരുടെ ഏതു കാര്യങ്ങളും തീരു മാനമെടുക്കുന്നത് കേന്ദ്ര താതവിക ബോർഡാണ് . താതവികബോർഡിന്റെ തീരുമാനങ്ങൾ ആചാര്യബോർഡി ലേക്കും പുരോധപമുഖനിലേക്കും യഥാസമയം എത്തിച്ചി രിക്കണം . ഏതു പ്രശ്നത്തിനും തീരുമാനമെടുക്കുന്നത് അന്തിമമായി പുരോധപ്രമുഖനായിരിക്കും . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 41
അവധുത ആന്റ അവധുത സമിതി

സന്യാസം സ്വീകരിച്ച് മുഴുവൻ സമയവും ധർമ്മ പ്രചരണത്തിനും സാമൂഹ്യനന്മയ്ക്കുംവേണ്ടി ജീവിതം മാറ്റി വയ്ക്കുന്നവരാണ് അവധൂതർ .

പുരോധപ്രമുഖന്റെ അംഗീ കാരത്തോടെ 4 അവധൂത/ അവധൂതിക തിരഞ്ഞെടുത്ത് അവധൂതബോർഡ് രൂപീകരിക്കുന്നു , ഇതിൽ ഒരാൾ സെക ട്ടറിയാകുന്നു . അവധൂതരുടെ അച്ചടക്കനടപടികൾ , നിയമ ങ്ങൾ എല്ലാം ഈ ബോർഡാണ് തീരുമാനിക്കു ന്നത് . എന്നാൽ പുരോധപമുഖന്റെ അനുമതിയോടെയായിര ിക്കണം ഏതു നിയമവും നടപ്പാക്കുവാൻ . ഉള്ളടക്കം

അദ്ധ്യായം 42

ആനന്ദമാര്ഗ്ഗത്തിന്ടെ സമ്പത്ത് v

ആനന്ദമാർഗ്ഗത്തിന്റെ സമ്പത്ത്

ഉൽക്കഷ്ടമായ ചിന്തയും ആദർശവും , സാർവജനികമായ സ്നേഹം നമ്മുടെ ഇടയിൽ ഒരിക്കലും ഇളകാത്ത ഒരുമ ഇവയാണ് ആനന്ദമാർഗത്തിന്റെ സമ്പത്ത് .

കൊടി (**Flag)**

ത്രികോണാകൃതിയിൽ ഓറഞ്ചുനിറത്തിനു നടുവിലായി സ്വസ്തിക് ചിഹ്നമാണ് കൊടി .

പ്രതീക**o (Emblem)**

മുകളിൽനിന്നു താഴോട്ടും , താഴെനിന്ന് മുകളിലേക്കും രണ്ടു ത്രികോണങ്ങൾ , നടുവിൽ ഉദയസൂര്യൻ അതിനു ള്ളിൽ സ്വസ്തിക് ചിഹ്നം (വിജയചിഹ്നം) . ഇത് ഊർജ ത്തേയും , അറിവിനേയും ,

വിജയത്തേയും സൂചിപ്പിക്കുന്നു . നിങ്ങൾ ബഹു മാ ന ത്തോടെ അന്തസ്സും , സമ്പത്തും , ചിഹ്നവും പ്രതീകവും , മാർഗഗുരുവിന്റെ ഫോട്ടോയും കാത്തുസൂക്ഷിക്കേണ്ടതാണ് . **ഉള്ളടക്കം**

അദ്ധ്യായം 43

ഗുരുവന്ദനം

അഖണ്ഡമണ്ഡലാകാരം വ്യാപ്തം യേന ചരാചരം

തത്പദം ദർശിതം യേന തസ്മൈ ശ്രീഗുരവേ നമഃ

അജ്ഞാന തിമിരാന്ധസ്യ ജ്ഞാനാജ്ഞന ശലാകയാ

ചക്ഷുരുന്മീലിതം യേന തസ്മൈ ശ്രീഗുരവേ നമഃ

ഗുരുർ ബ്രഹ്മാ ഗുരുർ വിഷ്ണുഃ ഗുരുർ ദേവോ മഹേശ്വരഃ

ഗുരുരേവ പരമ ബ്രഹ്മ തസ്മൈ ശ്രീഗുരവേ നമഃ

സമാപനക്കുറിപ്പ്

ശ്രീ ശ്രീ ആനന്ദമൂർത്തിജിയിലൂടെ ജാനുസ്പർശവും വരാഭയമുദ്രയോടും കൂടി പ്രപഞ്ചത്തിൽ താളനിബന്ധ മായി അടിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന അനശ്വരമായ തരംഗ ങ്ങളെ ഉപയോഗിക്കുക . നിങ്ങൾ അതിനെ സ്വീകരിച്ച് (പ്രപഞ്ചത്തിലെ എല്ലാവരുടേയും ക്ഷേമത്തിനായി ശരിയായ വഴിയേ ചലിക്കുക.

ഓം ശാന്തിഃ

മഹാപ്രയാണ ദിവസം

ശ്രീ ശ്രീ ആനന്ദമൂർത്തിജിയെന്ന വിശുദ്ധ പരിശുദ്ധ നാമത്താൽ അറിയപ്പെടുന്ന മാർഗഗുരുദേവൻ ആനന്ദമാർഗ ത്തിന് പ്രകാശനം പകർന്ന് നിലകൊണ്ടു . അദ്ദേഹത്തിന്റെ ആത്മീയാദർശങ്ങൾ മാനവസമൂഹത്തെ മുക്തിയിലേക്കു നയി ക്കു ന്നു . ഒക് ടോ ബർ 21 അ ദ്ദേ ഹ ത്തിന്റെ മഹാപ്രയാണദിവസമാണ് . (വേർപാടിന്റെ) അന്നേദിവസം ആനന്ദമാർഗികൾ അത് കൊണ്ടാടുന്നു .

അന്ന് നഗരകീർത്തനം , പ്രഭാതസംഗീതം , അഖണ്ഡ കീർത്ത നം , (ശദ്ധാ ഞ്ജ ലി , ഗൂരു വാണി പദർ ശ നം , ബുക്ക് സ്റ്റാൾ , ചെടി നടൽ , മറ്റു ക്ഷേ മ പ രി പാടി കൾ , പ്രസാദവിതരണം , സത്സംഗവും , ചർച്ചായോഗവും നടത്തുന്നു . ഒക് ടോ ബർ 21 തിയതി മുതൽ ഒക് ടോ ബർ 26 തിയതി വരെ അഖണ്ഡകീർത്തനം തുടരുന്നു .

....

F. N * മഹാപ്രയാൻ ദിവസ് -21 ഒക്ടോബർ 1990-ൽ മേൽപ്പറഞ്ഞ അനുബന്ധം, ശ്രീ ശ്രീ ആനന്ദ മൂർത്തിജി തന്റെ മരണ ചട്ടക്കൂട് വിട്ടുപോയ ദിവസം, 1991 ഓഗസ്റ്റ് 25-ന് എല്ലാ അംഗങ്ങളും ഏകകണ്ഠമായി ചർച്ച ചെയ്യുകയും ഒരു തീരുമാനമായി അംഗീകരിക്കുകയും

ചെയ്തു. കേന്ദ്രകമ്മിറ്റി (ആനന്ദ മാർഗ പ്രചാരകസംഘം), ഇത് ചര്യാചര്യ ഭാഗം I -ന്റെ അനുബന്ധമായി ചേർക്കണമെന്ന് തീരുമാനിച്ചു. (CC പ്രമേയങ്ങൾ, 25/8/1991, കൽക്കട്ട).

പിൻ കവറിൽ ടെക്സ്റ്റ്

സാമൂഹിക അസ്വാസ്ഥതകളും മാനസികരോഗങ്ങളും പരിഷ്കാരത്തിന്റെ മൂടുപടത്തിനുള്ളിൽ ഒളിച്ചുവച്ചിരിക്കു ന്നിടത്തോളം സമൂ ഹശരീരത്തിനെ ബാധിച്ചിരിക്കുന്ന വണങ്ങളെ ഭേദപ്പെടുത്തുവാൻ സാധ്യമല്ല . വിദ്യാസമ്പ ന്നരും വിവേകശാലികളുമായ പ്രത്യേകിച്ച് പുതിയ തലമുറ സംശയരഹിതമായും നിങ്ങളുടെ ആദർശത്തെ പിന്താങ്ങു മെന്ന് ഞാൻ ഉറച്ചുവിശ്വസിക്കുന്നു . തീർച്ചയായും അവർ ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒന്നിനുവേണ്ടി ആകാംക്ഷാഭരിതരായി കാത്തിരിക്കുകയായിരുന്നു . വിജയം നിങ്ങളുടേതാകട്ടെ .

പദവിവരണപട്ടിക (Glossary)

[നഗരകീർത്തനം ഃ പട്ടണത്തിലൂടെ കീർത്തനാലാപനം നടത്തുന്നു.

അഖണ്ഡ കീർത്തനം ഃ തുടർച്ചയായ കീർത്തനം

ശ്രദ്ധാഞ്ജലി ഃ സമർപ്പണം

വാണി ഃ ഗുരുദേവന്റെ സന്ദേശങ്ങൾ

പ്രസാദം ഃ കീർത്തനത്തിലൂടെ സ്പന്ദനം വരുത്തിയഭക്ഷണവസ്തുക്കൾ.]

ആചാര്യൻ ഃ ആത്മീയ അദ്ധ്യാ പകൻ ദീക്ഷയും ധ്യാനത്തിന്റെ 6 പാഠങ്ങളും കൊടുക്കുവാൻ യോഗ്യനായ വ്യക്തി.

അഖണ്ഡകീർത്തനം ഃ തുടർച്ചയായി കീർത്തനം ചെയ്യുന്നത്. അമാവാസ്യ ഃ അമാവാസി ദിവസം .

ആനന്ദം ഃ ദൈവകൃപ .

ആനന്ദമാർഗ ഃ ഈശ്വരകൃപയിലേക്കുള്ള വഴി ആനന്ദമാർഗ പ്രചാരകസംഘം (ആനന്ദമാർഗ സംഘടന)

ആസനങ്ങൾ ഃ അഷ്ടാംഗയോഗത്തിലെ മൂന്നാമത്തെ ഘടകം . ശാരീരികപ്രശ്നങ്ങൾ

പരിഹരിക്കുന്നതിനുള്ള ശാരീരികാവസ്ഥകൾ -
ഇത് സാധനെയ സഹാ യിക്കുന്നു .

അഷ്പാശം ः മനസിന്റെ എട്ട് ബന്ധനങ്ങൾ .

അവധൂതൻ, അവധൂതിക ः ശൈവതന്ത്രത്തിലൂടെ സന്യാസം സ്വീകരിച്ച് മാനസികവും ആത്മീയവുമായ ശുദ്ധി നേടിയ വർ (സമ്പൂർണ്ണപരിത്യാഗി)

അവിദ്യ ः അറിവില്ലായ്മ.

ബാബാ ः ശ്രീ ശ്രീ ആനന്ദമൂർത്തിജിയുടെ ഓമനപ്പേര് .

വരാഭയമുദ്രാ ः ആത്മീയഗുരുവിന്റെ അനുഗ്രഹം രണ്ടുകൈപ്പ ത്തികളും വിടർത്തി ഇടതുകയ്യ് തുടയിലും (വ ര മുദ്ര) വല തു കയ്യ് ഉയർത്തിപ്പിടിച്ചും (അഭയമുദ്ര) ഇരിക്കുന്ന അവസ്ഥ.

ബ്രഹ്മം ः പരമമായ ചൈതന്യം .

ബ്രഹ്മം മധു ः പരമമായ ചൈതന്യം സുന്ദരവും മധുരവുമാണ് .

ചിത്തം ः ഞാനെന്ന ഭാവം . ഞാനുണ്ട് എന്ന മനസിന്റെ തലം ,

ദേവൻ ः വേദശാസ്ത്രപരമായി പറഞ്ഞാൽ ഈശ്വരൻ . ദേവതാമൂർത്തി . തത്വശാസ്ത്ര പരമായി

പറഞ്ഞാൽ പ്രപഞ്ച ത്തിന്റെ
കേന്ദ്രബിന്ദുവിലേക്ക് ആകർഷിക്കുന്ന തരംഗം .

ധാരണ ഃ മനസിന്റെ ഒഴുക്കിനെ നിയന്ത്രി
ക്കുന്നതാണിത് . ഉദാ ഃ- തത്വധാരണ -
ഭൗതികതയിലൂടെ ഓരോ വസ്തുക്കളുടെ
പിന്നാലെ പായുന്ന മനസിനെ ശരിയായ
പാതയിലേക്ക് നിയന്ത്രിക്കുന്നു .

ധർമ്മചക്രം ഃ കൂട്ടായ ധ്യാനം .

ധാർമ്മികർ ഃ ധർമ്മത്തിന്റെ വഴിയേ ചലിക്കുന്നവർ

.

ധ്യാനം ഃ മനസിനെ ഈശ്വരനിൽ തന്നെ നിറുത്തുന്നതാ
ണിത് .

ഗൃഹീയൻ ഃ വീടിന്റെ രക്ഷകർത്താവ്.

ഗുരു മന്ത്രം ഃ ആനന്ദമാർഗസാധനയിലെ ഏറ്റവും പ്രധാന
പ്പെട്ട മന്തം . (ഒന്നാം പാഠം)

ഗുരുപൂജ ഃ വർണ്ണാർഘ്യദാനം നോക്കുക .

ഗുരുവന്ദനം ഃ ഗുരുവിന്റെ മന്ത്രങ്ങൾ ചൊല്ലി
വണങ്ങുന്നത് .

ഈശ്വരപ്രണിധാനം ഃ ധ്യാനത്തിലൂടെ നാം
ഈശ്വരനിലേക്ക് നമ്മ ത്തന്നെ സമർപ്പിക്കുന്നത് .
ആനന്ദമാർഗസാധ നയിലെ ഒരു പാഠമാണിത് .

ജാഗത ഃ ഉണർവിനുള്ള സ്ഥലം - ആനന്ദമാർഗത്തിന്റെ ആത്മീയകേന്ദ്രം.

ജാനുസ്പർശമുദ്രാ ഃ ആത്മീയഗുരു രണ്ടുകൈപ്പത്തികളും ഉയർത്തി അനുഗ്രഹിക്കുന്ന ഭാവം .

മഹത് തത്വം ഃ ഞാൻ ഉണ്ട് എന്ന ഭാവം .

കീർത്തനം ഃ ഈശ്വരനാമം ഡാൻസുചെയ്തുകൊണ്ട് ഭഗവാ നിൽ സമർപ്പണം ചെയ്ത് കൂട്ടായി പാടുന്നതാ ണ് .

മന്ത്രം ഃ ആത്മീയ മായ ഉയർച്ചയെ സഹായിക്കുന്ന

ശബ്ദമോ ശബ്ദത്തിന്റെ കൂട്ടമോ

മാർഗഗുരു ഃ ആനന്ദമാർഗസ്ഥാപകൻ ശ്രീ ശീ ആനന്ദ മൂർത്തി ജി .

നഗരകീർത്തനം ഃ നഗരത്തിലൂടെ നടന്ന് പ്രദക്ഷിണം വച്ചുകൊണ്ട് കീർത്തനം ചെയ്യുന്നത്

നാമ മന്ത്രം ഃ ആനന്ദമാർഗസാധനയിലെ പ്രാഥമികപാഠം

നാരാ യണ സേവ ഃ നിർധനരായ പാവങ്ങൾക്ക് ആഹാരം വിത രണം ചെയ്യുന്നത്.

ഓം ശാന്തി ഃ ബപമമെന്നാൽ ശാന്തിയാണ്

പര ബ്രഹ്മം ഃ പരമമായ ബ്രഹ്മം

പ്രഭാതസംഗീതം ഃ ശ്രീ പ്രഭാത് രഞ്ജൻ സർക്കാർ (ആനന്ദ്
മൂർത്തിജി) ആത്മീയവും മാനസികവുമായ 5018
ഗാനങ്ങൾ രചിച്ച് സ്വയം രാഗം നൽകിയത്.

പ്രാണായാമം ഃ അഷ്ടാംഗയോഗത്തിലെ 4 -ാമത്തെ പാഠം .
ശ്വാസത്തെ ശരിയായ രീതിയിൽ എടുത്ത് വിട്ടു
കൊണ്ട് പ്രാണോർജത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നത് . ഇത്
ആനന്ദമാർഗസാധനയിലെ ഒരു പാഠമാ ണ്.

പാരംഭികയോഗ ഃ യോഗയുടെ അടിസ്ഥാനം .

പതികം ഃ ആനന്ദമാർഗത്തിന്റെ ചിഹ്നം .

പ്രത്യാഹാരം ഃ അഷ്ടാംഗ യോഗത്തിലെ 5 -മത്തെ പാഠം .
ഭൗതീകതലത്തിൽ നിന്നും മനസിനെ പിൻവലി
ക്കുന്നത്

പൗട്ടിസ്റ്റ് . പ്രകൃതിശീലതത്വഉപയോഗം . ആനന്ദമാർഗ
ത്തിലെ സാമൂഹ്യതത്വശാസ്ത്രം .

പൂർണ്ണിമ ഃ പൗർണ്ണമിദിവസം .

പുരോധർ ഃ പരിചയസമ്പന്നനായ ആത്മീയ
അദ്ധ്യാപകൻ .

സാധകൻ ഃ ആത്മീയ പരിശീലനം ചെയ്യുന്നവൻ .

സാധന ഃ ധ്യാനം ചെയ്യുക ,

സാധാരണ യോഗ ഃ അടിസ്ഥാനപരമായി ചെയ്യുന്ന
സാധാരണ യോഗ .

സദ് വിപൻ ഃ ആത്മീയവാദി ,

സഹജയോഗ ഃ യോഗയുടെ ഉയർന്ന പരിശീലനം .

സമാധി ഃഅഷ്ടാംഗയോഗത്തിലെ 8 -മത്തെ ഭാഗം .
സാധാരണ യോഗ

അവസാനം

--------------- x -------------

അറിയിപ്പ

ഹഠയോഗത്താൽ ശാരീരിക വികാസം സാധ്യമാകുന്നു . രാജയോഗത്തതാൽ ശാരീ രികവും , മാനസികവും , ആത്മീയവുമായ വികാസം സാധ്യമാകുന്നു , എന്നാൽ ഒരാ ളിൽ ഭക്തിഭാവം ഉണർത്തുവാൻ അതന് കഴിയില്ല .

രാജാധിരാജയോഗത്താൽ ശാരീരിക , മാനസിക , ആത്മീയ വികാസം സാധ്യമാവുകയും , ഭക്തിഭാവം ഉണരു കയും ചെയ്യുന്നു . രാജാധിരാജയോഗ പരി ശീലനംകോണ്ട് സാധകന് വിമുക്തി കരഗ തമാകുന്നു .

ആനന്ദമാർഗ ആചാര്യർ പ്രതിഫലം പറ്റാതെ രാജാധിരാജയോഗം പഠിപ്പികുന്നു , ആർക്കും അത് പഠിക്കാവുന്നതും , വസതി യിൽവച്ച് പരിശീലിക്കാവുന്നതുമാണ് .

Contacts

(For talking in Malayalam)

1. Kozhikode:

a. Sethumadhavan - 93875 22399

b. Raju K K - 98471 42574

2. Thrissur:

a. Babu Thayyil - 9495169061

b. Jyotish - 9446345715

3. Ernakulam:

a. Padmanabhan- 9847633331

b. Ramkumar - 9388604260

Address Central:

(For talking in English, Bengali or Hindi

Ananda Marga Pracaraka Samgha

VIP Nagar, Tiljala, Kolkata -100

Phone : 033 - 23451274

Address Local:

(For talking in English, Bengali, Hindi or Malayalam

1. Ananda Marga Ashram,

(Near Railway level crossing)

Nedupuzha, Thrissur, Kerala

Contact : 9388353604

2. Ananda Marga Ashram
Kottakurumba Temple Road
Ramanattukara; Kozhikode; Kerala
Contact: 7558028519; 9847734729

3. Ananda Marga Ashram (Lady managed)
Edakkadu, West Hill, Athanikkal,
Kozhikode, Kerala
Contact : 7004906626, 7559859532

4. Ananda Marga Ashram (Lady managed)
Shanti Vihar, Manuelson's Housing Colony
Pottore, Thrissur, Kerala
Contact : 8075607728, 9074064529

5. Ananda Marga School (Lady managed)
South Chitoor(PO) ; Kochi -27.
Near Krishna Temple.
Rail station: Ernakulam Town.
Contact: 9037388657, 7012059203

6. Ananada Marga Primary School
Muttathara, Manacaud P.O.
Thiruvanandthapuram
Near Vaduvoth Temple.
Contact: 7306806742, 9539034448

7. Ananda Marga Ashram
Chattambirswami Road
Poojappura, Thiruvananthapuram
Contact: 9620648627

ഉള്ളടക്കം