



# സ്വാസ്ഥ്യം

website : www.mudraraiki.com



ജനുവരി 2012

ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷൻ ബുള്ളറ്റിൻ

വോളം 3 ലക്കം 1

## ആമുഖക്കുറിപ്പ്

### അവർ മാതൃകയാവട്ടെ

മകരസംക്രമസന്ദേശമായി 'സ്വാസ്ഥ്യം' ഉയർത്തിക്കാട്ടുന്നത് കൂടരത്തിയിലെ തറപ്പോൽ ജോർജ്ജ്-ത്രേസ്യമ്മ ദമ്പതിമാരെയെയാണ്. മസ്തിഷ്കമരണം സംഭവിച്ച സ്വന്തം മകന്റെ വൃക്കകളും കരളും കണ്ണുകളും ആവശ്യക്കാർക്കായി ദാനം ചെയ്ത ഇവർ സമൂഹത്തിന് ഉത്തമാതൃകകളായിരിക്കുന്നു. ഡിസംബർ 16ന് രാത്രി ബൈക്ക് അപകടത്തിൽപ്പെട്ട അരുൺ ജോർജ്ജ് എന്ന 21 കാരൻ മസ്തിഷ്കമരണം സംഭവിച്ചതായി ഡിസംബർ 20ന് വൈകിട്ട് സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ടു. തുടർന്നാണ് തീരാദുഃഖത്തിന്റെ നെരിപ്പോടിൽ വേവുകയായിരുന്നിട്ടും അരുണിന്റെ മാതാപിതാക്കൾ, മകന്റെ അവയവങ്ങൾ ആവശ്യക്കാർക്ക് ദാനം ചെയ്യുവാനുള്ള ഉദാരമനസ്കത പ്രകടിപ്പിച്ചത്. വീട്ടമ്മയായ മഞ്ജുവിനും 18 കാരൻ വിനേഷിനും ഓരോ വൃക്കകളും 50 കാരൻ രാജീവ് വർമ്മക്ക് കരളും ദാനമായി നൽകിക്കൊണ്ട് അവർ സുകൃതത്തിന് പുത്തൻ ഭാഷ്യം രചിച്ചു.

“ദുരിതാബ്ധിതൻ നടുവിൽ മറിയുന്നവർക്കു പരമൊരു പോതമായ വരിക നാരായണായ നമഃ”

എന്ന് 'ഹരിനാമകീർത്തന'ത്തിലൂടെ (65-ാം ശ്ലോകം) പ്രാർത്ഥിച്ച തൃഞ്ചത്തെഴുത്തച്ഛനുശേഷം, സ്വന്തം ശ്രമങ്ങൾ ദുരിതമനുഭവിക്കുന്നവർക്ക് ആശ്വാസത്തിനു മാർഗ്ഗമാവട്ടെ എന്ന് പ്രാർത്ഥിച്ച/പ്രാർത്ഥിയ്ക്കുന്ന എത്രപേർ നമുക്കിടയിലുണ്ടായി/ഉണ്ട് എന്ന് ചിന്തിയ്ക്കുവാൻ ഈ അവസരം ഉപയോഗപ്പെടുത്തേണ്ടതാണ്. ഭാഷാപിതാവിന്റെ ഉപദേശം നാം ചെവിക്കൊണ്ടുവോ?

ദാനം എന്നത് ഭാരതീയ സംസ്കൃതിയുടെ - സനാതന ധർമ്മത്തിന്റെ സാരസത്തയാണ്. കർണ്ണന്റെ, ശിബി ചക്രവർത്തിയുടെ, കപോതികന്റെ, മഹാദാനകഥകൾ നമുക്കു മുന്നിലുണ്ട്. വ്യത്രാസുര നിഗ്രഹത്തിനുള്ള വജ്രായുധ നിർമ്മിതിക്ക് തന്റെ നട്ടെല്ല് വേണമെന്നറിഞ്ഞപ്പോൾ അത് സസന്തോഷം നൽകാൻ തയ്യാറായ ദധീചി മഹർഷി പറയുന്ന ചില വരികൾ ശ്രീമദ് ഭാഗവതത്തിലെ 6-ാം സ്കന്ധം, 10-ാം അദ്ധ്യായത്തിൽ കാണാം. “നശിച്ചുപോകുന്ന ശരീരത്തെ ജീവകാരുണ്യം മുൻനിർത്തി വിനിയോഗിക്കാത്തവനെ ഓർത്ത് വൃക്ഷങ്ങൾ പോലും വ്യസനിക്കും” (ശ്ലോകം 8) അദ്ദേഹം അഭിപ്രായപ്പെട്ടു. സ്വന്തം കായ്ഫലങ്ങൾ ജീവിക്കാൻ നൽകിപ്പോരുന്നവരാണല്ലോ വൃക്ഷങ്ങൾ. ബോധവികാസം ഇല്ലാത്ത വൃക്ഷങ്ങളെക്കാൾ താഴ്ന്ന നിലയിലാണ് സ്വശരീരം മറ്റുള്ളവർക്ക് പ്രയോജനപ്പെടുത്താത്തവർ എന്നാണ് സൂചന. അദ്ദേഹം തുടരുന്നു. ‘ധനം, പുത്രാദികൾ, ശരീരം എന്നിവ അന്യർക്ക് പ്രയോജനപ്പെടുത്താതിരിക്കുന്നവൻ നികൃഷ്ടജീവി തന്നെ” (ശ്ലോകം 10)

അന്യരുടെ സന്താപത്തിലും സന്തോഷത്തിലും സന്തപിക്കുകയും സന്തോഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതാണ് ശാശ്വതമായ ധർമ്മമെന്നും ഈ ധർമ്മം അനുഷ്ഠിക്കുന്നവരാണ് പുണ്യകീർത്തികളാവുക എന്നും ധർമ്മി പറഞ്ഞു. (ശ്ലോകം 9)

അരുണിന്റെ മാതാപിതാക്കൾ ധർമ്മിഷ്ഠരും പുണ്യകീർത്തികളുമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. അവരുടെ മഹാദാനം നമുക്കും നമ്മുടെ സമൂഹത്തിനും മാതൃകയും പ്രചോദനവുമാവട്ടെ. അവർക്ക് ദുഃഖശമനവും മനഃസമാധാനവുമുണ്ടാകുവാനും അരുൺ ജോർജ്ജിന് നീത്യശാന്തി ലഭിക്കുവാനും സ്വാസ്ഥ്യം പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

## ആശയവിനിമയം

- ഹരിശങ്കർ ബാബു

### പഞ്ചശീലങ്ങൾ കൊണ്ടൊരു സാധന

റെയ്കി പഞ്ചശീലങ്ങളുപയോഗിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ഒരു സാധനാക്രമമാണിത്. പരിശീലകനെ അടിമുടി പരിവർത്തനപ്പെടുത്താൻ പര്യാപ്തമായ ഈ സാധനാ പദ്ധതിയിലൂടെ റെയ്കിയുടെ അനന്തസാധ്യതകൾ അനുഭവിച്ചറിയാൻ ഏതൊരു റെയ്കി സാധകനും സാധിക്കും.

ഒരു ദിവസത്തെ ഒരു ജന്മമായിക്കാണുവാനുള്ള മനസ്സാണ് ഈ സാധനയിലേക്കുള്ള പ്രവേശിക. പ്രഭാതം മിഴിതുറക്കുന്നതോടെ സാധകന്റെ നവജന്മം ആരംഭിക്കുന്നു. ഈശ്വരസ്മരണയോടെ, ശാന്തമായ മനസ്സോടെ, പുതിയ ജന്മത്തിലേക്ക് പിറന്നുവീഴുക. മെല്ലെ, വളരെ സാവധാനത്തിൽ എഴുന്നേറ്റ് കിടക്കയിൽത്തന്നെ ഇരിക്കുക. നാമജപത്തിലൂടെയോ ശ്വാസനിരീക്ഷണത്തിലൂടെയോ മനസ്സിന്റെ ശാന്തത നിലനിർത്തുക. ഇത് ഒരുദിവസം മാത്രം ആയുസ്സുള്ള ഒരു പുതിയ ജന്മമാണെന്നും പഞ്ചശീലങ്ങളുടെ അനുഷ്ഠാനത്താൽ ഈ ജന്മത്തെ അർത്ഥവത്താക്കിത്തീർക്കുമെന്നും മനസ്സിൽ ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്യുക. പഞ്ചശീലങ്ങളോരോന്നും സ്മരിക്കുക. റെയ്കി പഞ്ചശീലങ്ങളുടെ സ്മരണയാൽ വിശുദ്ധമായ മനസ്സിനെ അല്പനേരം നിരീക്ഷിച്ചശേഷം, സാവധാനത്തിൽ, ഒട്ടും തിരക്കുകൂട്ടാതെ, ജീവതത്തിന്റെ തിരക്കുകളിലേക്ക് ഇറങ്ങിച്ചെല്ലുക. ഏതു തിരക്കിലും നേരം കണ്ടെത്തി പഞ്ചശീലങ്ങൾ മനനം ചെയ്യുക. അനുഷ്ഠിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക. ജന്മത്തിന്റെ അന്ത്യയാമങ്ങളിൽ, അതായത് ഉറങ്ങുന്നതിനുമുമ്പ്, കിടക്കയിലിരുന്ന് ശാന്തമായ മനസ്സോടെ സഫലമായ ജന്മത്തെ സത്യസന്ധമായി വിലയിരുത്തുക. റെയ്കി പഞ്ചശീലങ്ങൾ എത്രത്തോളം അനുഷ്ഠിക്കാൻ പറ്റിയെന്നും പറ്റാതിരുന്നത് എപ്പോഴൊക്കെയാണെന്നും ഓർത്തുനോക്കുക. കഴിഞ്ഞതിനക്കുറിച്ചോർത്ത് വേവലാതിപ്പെടാതെ, ഈ നിമിഷത്തിന്റെ ധന്യതയിലിരുന്നുകൊണ്ട്, വരാന്തിരിക്കുന്ന ജന്മപരമ്പരകൾ പഞ്ചശീലങ്ങളുടെ അനുഷ്ഠാനത്തിലൂടെ കൂടുതൽ ചൈതന്യവത്താക്കുമെന്ന ദൃഢനിശ്ചയത്തോടെ, ശാന്തമായി സ്വസ്ഥമായി നിദ്രയുടെ വരവിനായി കാത്തിരിക്കുക. ജനിമൃതികളുടെ ഈ പരമ്പര ആവർത്തിക്കുന്നതനുസരിച്ച് സാധകശരീരവും മനസ്സും ചൈതന്യാതിരേകത്താൽ സമ്പന്നമായിത്തീരും. പുതിയവർഷം പുതുമയേറിയ ഈ സാധനയിലൂടെ ധന്യമാക്കാൻ റെയ്കി പരമബോധപരാശക്തി ഏവരെയും അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ.

**ജനുവരി മാസത്തെ ക്ലാസ്സുകൾ**  
 Ist ലെവൽ ക്ലാസ്- 08-01-2012- ഞായർ- അളകാപുരി  
 IInd ലെവൽ ക്ലാസ്- 15-01-2012- ഞായർ- അളകാപുരി  
 III A ദീക്ഷ : മുൻകൂട്ടി രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്ന മുറക്ക്  
 IInd ലെവൽ റിവിഷൻ ക്ലാസ്- 26-01-2012- വ്യാഴം- 10am-5pm, അളകാപുരി  
 മുൻകൂട്ടി പേര് നൽകണം - ഫീസ് 250 രൂപ  
 ഫിബ്രവരി മാസത്തെ പ്രതിമാസ 'മുദ്രാറെയ്കി' ഉപാസകസംഗമം  
 05-02-2012 ഞായറാഴ്ച വൈകുന്നേരം 3.30ന് അളകാപുരിയിൽ

# കാട് നൽകുന്ന പാഠം



**എൽ. ഗിരീഷ്കുമാർ**

ചെയർമാൻ

'ശ്രീപുരം' താന്ത്രികഗവേഷണകേന്ദ്രം  
ഇരിങ്ങാലക്കുട

മുൻ തപസ്സിനായി കാട്ടിലേക്ക് പോവുന്ന പതിവുണ്ടായിരുന്നു. എന്തിന് കാട്ടിലേക്ക്? ബന്ധുമിത്രാദികളിൽനിന്നും ജനങ്ങളിൽനിന്നും അകന്ന് ഹിംസ്രജന്തുക്കൾ നിറഞ്ഞതും വന്യവുമായ കാട്ടിൽപോയാലേ തപസ്സ് ചെയ്യുവാനാവൂ എന്നുണ്ടോ? തപസ്സിനെ സഹായിക്കുന്ന എന്താണ് കാട്ടിലുള്ളത്?

കാട്ടിൽ ചെന്നു എന്നതുകൊണ്ട് മാത്രം കാര്യമായില്ല എന്ന് സുരഥ-സമാധിമാരുടെ കഥയിൽ നിന്ന് (ദേവീമാഹാത്മ്യം) മനസ്സിലാക്കാം. ശത്രുക്കളെ പേടിച്ച് കാട്ടിലെത്തിയ സുരഥ രാജാവ് അവിടെയിരുന്ന് തന്റെ ഭാര്യയെയും മക്കളെയും ഖജനാവിനെയും കുറിച്ച് മാത്രമല്ല ആനയെപ്പോലും ഓർത്ത് വ്യാകുലപ്പെട്ടു. സ്വന്തം ഭാര്യയും മക്കളും കാരണം നാടുവിട്ട സമാധി എന്ന വൈശ്യനും കാട്ടിൽ ചെന്ന് ദുഃഖിച്ചത് തന്റെ ഭാര്യയെയും മക്കളെയും കുറിച്ച് ആലോചിച്ചായിരുന്നു. സുമേധസ്സ് മഹർഷിയെ കണ്ടുമുട്ടിയില്ലായിരുന്നുവെങ്കിൽ അവർ കാട്ടിൽ എത്തിപ്പെട്ടതുകൊണ്ടുമാത്രം കാര്യമൊന്നും ഉണ്ടാവുമായിരുന്നില്ല.

നാട്ടിലെ ക്രമീകരിക്കപ്പെട്ട സൗകര്യങ്ങളുടെയും സുരക്ഷിതത്വത്തിന്റെയും സേവനലഭ്യതയുടെയും വ്യവസ്ഥകൾ, മനസ്സിനപ്പുറത്തേക്ക് കടക്കുവാൻ തന്നെ സഹായിക്കുകയില്ല എന്ന് മനസ്സിലാക്കിയവരാണ് തപസ്സിനായി കാടിന്റെ വന്യതയെ പ്രാപിച്ചിരുന്നത്.

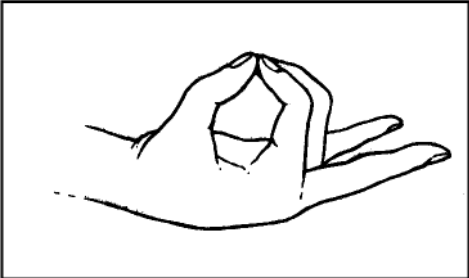
കാട്ടിൽ അപകടസാധ്യതകൾ പലതാണ്. സംരക്ഷണ വ്യവസ്ഥകൾ വളരെ കുറവു. ആ സാഹചര്യത്തിൽ ജീവിക്കുവാൻ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ എല്ലായ്പ്പോഴും സന്നദ്ധമാക്കിവെച്ചേ തീരൂ. കണ്ണും കാതും, മുക്കും കയ്യും കാലും എന്നുവേണ്ട ഓരോ ശരീരകോശവും ജാഗ്രത്തായി നിന്നാൽമാത്രമേ കാട്ടിൽ തപസ്സ് തുടരുവാനാവൂ. ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളും കർമ്മേന്ദ്രിയങ്ങളുമാണ് അവിടെ കാവൽക്കാരാവുക. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ നിതാന്ത ജാഗ്രത പുലർത്തുന്ന അവസ്ഥയിൽ മനസ്സ് നിശ്ചലമായി സ്തംഭിക്കുകയും മനസ്സിനപ്പുറം കടക്കുവാൻ ബോധത്തിനാവുകയും ചെയ്യും. ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ അതാതിന്റെ മേഖലയിൽ പരിപൂർണ്ണമായും ജാഗ്രത്താക്കുമ്പോൾ സാധിച്ച്കുന്നതാണ് യഥാർത്ഥ ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം. ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ അതാതിന്റെ മേഖലകളിൽനിന്ന് മനസ്സു

പയോഗിച്ച് പിൻവലിച്ച് ഒതുക്കലാണ് ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം എന്ന ധാരണ ശരിയല്ല. ആ വിധത്തിൽ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ മനസ്സിനെ അതിക്രമിക്കുവാൻ ബോധത്തിനാവാനൊര വരും. മറിച്ച്, ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ ജാഗ്രത്താക്കിവെയ്ക്കുമ്പോൾ ബോധത്തിന് ലക്ഷ്യവേധം സാധിക്കും. ഈ സൗകര്യം ഇണങ്ങിയത് കാട്ടിലാണ് എന്നതുകൊണ്ടാണ് തപസ്സിന് കാട് യോജിച്ചതാവുന്നത്.

പ്രതിബന്ധങ്ങളാവുന്ന ഘടകങ്ങൾ സമൂഹമധ്യത്തിൽ ധാരാളമുള്ളതിനാൽ സാമൂഹ്യജീവിതവും കുടുംബജീവിതവും നയിക്കുന്നതിനിടയിലും ജാഗ്രതകര വളർത്തിയെടുക്കുവാൻ ശ്രമിയ്ക്കാവുന്നതാണ്. കരചരണാദിഅവയവങ്ങളും പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളും ശരീരത്തിലെ ഓരോ കോശങ്ങൾപോലും ലക്ഷ്യബോധത്തിൽനിന്ന് വ്യതിചലിക്കാതെ സദാ ജാഗ്രത്താക്കിവെയ്ക്കുവാനുള്ള അഭ്യാസം എവിടെവെച്ചായാലും ആവുമ്പോലെ ആരംഭിക്കുകയും തുടരുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് മുഖ്യം. കാട് നൽകുന്ന പാഠം ഇതാണ്.

## രൂദ്രമുദ്ര

പെരുവിരൽ, ചുണ്ടുവിരൽ, മോതിരവിരൽ, എന്നിവയുടെ അറ്റങ്ങൾ ചേർത്തുവെച്ച് മറ്റ് രണ്ട് വിരലുകൾ ആയാസരഹിതമായി നീട്ടുക. ഓരോ കൈകൊണ്ടും ഈ മുദ്ര ചെയ്യാം.



ആ വശ്യമുള്ള അവസരങ്ങളിലോ ദിവസത്തിൽ 3 മുതൽ 6 പ്രാവശ്യം വരെയോ 5 മിനുട്ട് വീതം ചെയ്യാം.

രൂദ്ര മുദ്ര,

നമ്മളിലെ ഭൂമിതത്വത്തെയും അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അവയവങ്ങളെയും ശക്തിപ്പെടുത്തും. ആമാശയം, സ്പ്ലീൻ, പാൻക്രിയാസ്, എന്നീ അവയവങ്ങളിലെ ഊർജ്ജങ്ങളിന്മേൽ ആധിപത്യം പുലർത്തുന്നത് ഭൂമിതത്വമാണ്. ഭൂമിതത്വവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഊർജ്ജം കുറയുന്നത് തലയുടെ ഭാഗത്തേയ്ക്കുള്ള പ്രാണപ്രവാഹത്തെയും പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കും. ഇതിന്റെ അനന്തരഫലം ശ്രദ്ധക്കുറവ്, തലയ്ക്ക് കനം, തലകറക്കം എന്നിവയാണ്. ഇത്തരം അസുഖങ്ങൾക്ക് പരിഹാരമായി ഈ മുദ്ര ഉപയോഗിക്കാം.

ക്ഷീണം, ഹൃദയസംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങൾ, തലചുറ്റൽ, ആന്തരിക അവയവങ്ങളുടെ മാന്ദ്യം എന്നിവയ്ക്ക് പ്രതിവിധിയായും ഈ മുദ്ര ഉപയോഗിക്കാം.

# 2012 : ലിക്വിലേഷനുള്ള പടവ്!

സി.എം. കൃഷ്ണനൂണി

2012 ഡിസംബർ 21ന് ലോകം അവസാനിക്കുമെന്നാണ് ചില കേന്ദ്രങ്ങൾ കരുതുന്നത്. മായൻ കലണ്ടർ അടിസ്ഥാനമാക്കിയാണത്രെ ഈ നിഗമനം. ഭൂമി ഉൾപ്പെട്ട ആകാശഗംഗയിൽ ഘടനാപരമായ ചില മാറ്റങ്ങൾ നടക്കുവാനിടയുണ്ടെന്ന് പല ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരും കരുതുന്നു. ഭൂമിയുടെ ദക്ഷിണധ്രുവവും, ഉത്തരധ്രുവവും മാറിപ്പോവുമെന്നാണ് കണക്കുകൂട്ടൽ. ഇപ്പോഴത്തെ ഉത്തരധ്രുവം ദക്ഷിണധ്രുവവും, ദക്ഷിണധ്രുവം ഉത്തരധ്രുവവുമായി പരിവർത്തിക്കപ്പെടുമത്രെ. 760 ലക്ഷം വർഷങ്ങൾക്കിടയ്ക്ക് 171 തവണയും 45 ലക്ഷം വർഷങ്ങൾക്കിടയ്ക്ക് 14 തവണയും ഭൂമിയുടെ കാന്തികധ്രുവപരിവർത്തനം നടന്നിട്ടുള്ളതായി പറയപ്പെടുന്നു.

നാം അറിയുന്ന ഈ ലോകത്തിന്റെ അവസാനം 2012ലെ “കൃഷ്ണങ്ങളുടെ മുന്നമ്പിൽ” കുറിക്കപ്പെടുമെന്ന് ‘സിസ്റ്റം ഫിലോസഫി ആന്റ് ജനറൽ ഇവല്യൂഷൻ തിയറി’യുടെ ഉപജ്ഞാതാവായ എർവിൻലാസ്സോ എന്ന ശാസ്ത്രജ്ഞൻ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ഈ ഘട്ടത്തിൽ മനുഷ്യൻ സാംസ്കാരികവും പാരിസ്ഥിതികവുമായ തകർച്ചയേക്കാൾ കൂടുതൽ നല്ല ഒരു ലോകത്തെയാ തിരഞ്ഞെടുക്കുമെന്ന് അദ്ദേഹം പറയുന്നു. “മനുഷ്യപരിണാമത്തിലെ ഒരു പുതിയ പടവ് ആയിരിക്കുമോ കാന്തിക ധ്രുവപരിവർത്തനം?” എന്ന ചോദ്യം അദ്ദേഹം ഉന്നയിക്കുന്നു.

നാം അഭിമുഖീകരിയ്ക്കുവാൻ പോകുന്നത് അഭൂതപൂർവ്വമായ മഹാവിപത്തിനെയെന്നോ അതോ 1000 വർഷത്തെ സമാധാനത്തെയെന്നോ അതുമല്ലെങ്കിൽ രണ്ടുംകൂടിയായെന്നോ എന്ന സമസ്യയാണ് ഗ്രിഗ്റ്റ് ബ്രാഡൻ, “2012ന്റെ റഹസ്യം, പ്രവചനങ്ങൾ അനാഗതകഥനങ്ങൾ, സാധ്യതകൾ” എന്ന ലേഖനത്തിലൂടെ ഉന്നയിക്കുന്നത്. ആർക്കും ഇതിനെക്കുറിച്ചൊന്നും തീർച്ച പറയാനാവില്ല.

സൗരപരിവൃത്തിയും കാന്തിക ധ്രുവപരിവർത്തനവും പുരാതനകാലത്ത് തീർച്ചയായും നടന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിലും അന്നൊന്നും ഭൂമിയിൽ ഇത്രയേറെ ജനങ്ങളും സാങ്കേതിക വിദ്യകളും ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. ഭൂമിയുടെ ഭ്രമണം കാന്തികധ്രുവപരിവർത്തനത്തിന്റെ ഭാഗമായി ഒരു നിമിഷത്തിന്റെ നൂറിലൊന്നോ ആയിരത്തിലൊന്നോ അംശനേരം സ്തംഭിച്ചാൽ എന്തെല്ലാം മനുഷ്യനിർമ്മിതകളായിരിക്കും തകർന്നിടയ്ക്കുക?

“2012 ഡിസംബർ 21ന് നടക്കുവാനിരിക്കുന്ന സംക്രമം, നമ്മുടെ മഹത്തായ സാധ്യതയിലേക്കുള്ള കവാടം തള്ളിത്തുറക്കലായിരിക്കും. അത്യന്തം വിരളമായ ഈ മുഹൂർത്തത്തിനായി നാം കഴിഞ്ഞ 5000 തോളം വർഷമായി ഒരുങ്ങിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ഇനി ഇത്തരമൊരു അവസരത്തിന് 25000 വർഷം കഴിയേണ്ടിവരും”-ഗ്രിഗ്റ്റ് ബ്രാഡൻ പറയുന്നു.

പരിണാമപരമായ ആ വലിയ മാറ്റം 2012ൽ ജോസ് ആർഗുലസ് എന്ന ശാസ്ത്രജ്ഞൻ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. അന്ന് ലോകം അവസാനിക്കുമെന്നൊന്നും എല്ലാ ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാരും കരുതുന്നില്ല. ‘അക്വറിഡസ് (ക്വോ) യുഗത്തിന്റെ ആരംഭം കുറിയ്ക്കപ്പെടാണത്രെ ഉണ്ടാവുക. ശാസ്ത്രസാങ്കേതികരംഗത്തും വൈദ്യം, കല, സംസ്കാരം, മതബോധം എന്നീ തുറകളിലും വമ്പിച്ച മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാവാൻ പോവുകയാണെന്നാണ് കാൾമററ്റ് എന്ന ഫിസിഷ്യൻ വിശ്വസിക്കുന്നത്. “മനുഷ്യമനസ്സ് അതിന്റെ പരിമിതികളെ ഉല്ലംഘിച്ച് അഭൂതപൂർണ്ണമായ സൃഷ്ടിമുഖത കൈവരിയ്ക്കുകവഴി മനുഷ്യന്റെ വിധി ശോഭനമാവുമെന്ന വിശ്വാസം അദ്ദേഹം പുലർത്തുന്നു.

അതിക്രമങ്ങളുടെയും ചൂഷണങ്ങളുടെയും പശ്ചാത്യരീതികൾ അവസാനിയ്ക്കലാണ് ഉണ്ടാവുകയെന്നും ഭൂമിയുടെ ഗതി തിരുത്തപ്പെടാൻ പോവുകയാണെന്നും അഭിപ്രായപ്പെടുന്നവരുമുണ്ട്. നീതിയുക്തവും ശക്തവുമായ മറ്റൊരു ഗതിമാറ്റമാണ് ഉണ്ടാവാൻ തീർക്കുന്നതെന്ന അഭിപ്രായവും ഉയർന്നിട്ടുണ്ട്. നാം അറിഞ്ഞതിനും അപ്പുറത്തെ മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ പരിണാമപരമായ കുതിപ്പാണത്രെ സംഭവിയ്ക്കുവാനിരിക്കുന്നത്. ലോകത്തിന്റെ ഹൃദയത്തിൽ മങ്ങിനിന്നിരുന്ന ദീപം ഉജ്ജ്വലപ്രഭ ചൊരിയാൻ പോവുകയാണ്. എന്തെല്ലാമാണ് സംഭവിക്കാനിരിക്കുന്നതെന്നതു സംബന്ധിച്ച് ആർക്കും തിട്ടമില്ല. “നമുക്ക് പരിചിതമായ ലോകം അവസാനിക്കുകയാണ്” സുപ്രസിദ്ധ സൂഫി പണ്ഡിതൻ ലിവെല്ലൂൻ വോഗൻലീ പറയുന്നു.

“2012, തകർച്ചയുടെ മുന്നമ്പിനെയും സാമ്രാജ്യത്വത്തിന്റെ മരണമണിയെയും യുക്തിരഹിതമായ മൗലികവാദത്തിന്റെ നാശത്തെയും മറ്റും മാത്രമല്ല പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുക. കൃഷ്ണങ്ങളിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടുവാനുള്ള മാർഗ്ഗത്തെയും സാന്ത്വനവും ആശ്വാസവും നേടാനുള്ള വഴിയെയും അത് പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നു.” - ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് നിയോട്ടിക് സയൻസിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷൻ ജയിംസ് ഓഡിയ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു.

പരിണാമത്തിന്റെതായ പ്രതിസന്ധിയാണ് മാനവരാശിയും ലോകവുമെന്ന് ഭാവിയിലൂടെ ദാർശനികനായ മഹർഷി അരവിന്ദൻ മുമ്പേ പറഞ്ഞുവെച്ചിരുന്നതാണ്. പരിണാമത്തിന്റെ അനന്തരഘട്ടത്തെ ആവാഹനം ചെയ്യുന്ന ഒന്നാണ് ഈ പ്രതിസന്ധിയെന്നും അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു. ഇനി സംഭവിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നത് മനസ്സിൽനിന്ന് അതീതമനസ്സിലേക്കുള്ള പരിണാമമാണെന്ന് മഹർഷി അരവിന്ദൻ ചൂണ്ടിക്കാട്ടിയിരുന്നു. അതീത മനോജീവി (Supra Mental being) എന്ന നിലയിലേക്കുള്ള രൂപാന്തരം കൊണ്ടുമാത്രമേ മനുഷ്യരാശിയ്ക്ക് പരിണാമത്തിന്റെ പ്രതിസന്ധി തരണം ചെയ്യുവാനാവൂ എന്ന് അദ്ദേഹം വിലയിരുത്തി.

ഏതായാലും അന്തിമ പ്രളയത്തെക്കുറിച്ച് പേടിവേണ്ട. ഇന്ത്യൻ ജ്യോതിശാസ്ത്ര മനുസരിച്ച് കലിയുഗം കഴിയുവാൻ ഇനിയും കാലം ഒട്ടേറെയുണ്ട്. ഈ അവസരത്തിൽ ‘ശ്രീ ലളിതാസഹസ്രനാമ’ത്തിലെ “പുഷ്കരേഷണ” എന്ന നാമം (805) ഓർക്കാവുന്നതാണ്. പുഷ്കരയോഗത്താൽ പ്രപഞ്ചം നാശോന്മുഖമാവുമ്പോൾ ദേവിയുടെ ‘ഈക്ഷണം’(നോട്ടം) ആ നാശസാധ്യതയെ ഇല്ലാതാക്കും എന്നതിനാലാണ് പരാശക്തിയായ ലളിതാപരമേശ്വരിക്ക് ‘പുഷ്കരേഷണ’ എന്ന പേര് സിദ്ധിച്ചത്. വിശാഖം നക്ഷത്രത്തിനോട് ചേർന്ന് സൂര്യനും, കാർത്തിക നക്ഷത്രത്തോട് ചേർന്ന് ചന്ദ്രനും വരുന്ന അവസ്ഥയാണ് പുഷ്കരയോഗം. ആ നാശസാധ്യത മുറ്റിയ അവസ്ഥയെ പരാശക്തിയുടെ നോട്ടം ലഘൂകരിക്കുന്നു. “ദൗർഭാഗ്യ തുലനാതുല” എന്ന നാമവും (744) ഇവിടെ സൂചിപ്പിക്കട്ടെ. ദൗർഭാഗ്യമാവുന്ന തുലത്തിന് (പഞ്ഞി) വാതുല(കൊടുങ്കാറ്റ്)മായവൾ എന്നാണ് ആ നാമത്തിന്റെ അർത്ഥം. കൊടുങ്കാറ്റ് പഞ്ഞിയെ പറപ്പിക്കുമല്ലോ. നമ്മൾ വലിയ പ്രതിസന്ധി എന്നു പറയുന്നവ പരാശക്തിയുടെ മുന്നിൽ വെറും പഞ്ഞിമാത്രമാണ്. പരാശക്തിയുടെ നോട്ടത്തിന് മുന്നിൽ വഴിമാറാത്ത ദൗർഭാഗ്യങ്ങളും പ്രതിസന്ധികളുമില്ല. റെയ്കി ഉപാസന, പരാശക്തി ഉപാസന തന്നെയാണെന്നതിനാൽ നമ്മൾ പരാശക്തി ഉപാസകർ തന്നെ. നമുക്ക് ഭയപ്പെടേണ്ട ആവശ്യമേ ഇല്ല. നാം സാക്ഷാൽ ലളിതാപരമേശ്വരിയുടെ കൺവെട്ടത്തുതന്നെയാണ്. ആ അമ്മയാണ് നമുക്ക് ശ്വാസവായുവൊരുക്കുന്നതും റെയ്കിയായി നമ്മളിൽ സാന്നിദ്ധ്യം ചെയ്യുന്നതും.

# ഭാവിയിൽ പരിധിയില്ല

ഇന്നലെകളും ഇന്നത്തെ അവസ്ഥയും വെച്ച് ഭാവിയിൽ പരിധി നിശ്ചയിക്കുന്നതാണ് കൃഷ്ണൻ. ഇന്നത്തെ നിലയ്ക്കും ഇപ്പോഴത്തെ അവസ്ഥയിലും കൂടുതലായി എന്ത് പ്രതീക്ഷിക്കുവാനാണ് എന്ന് തോന്നുന്ന പ്രവണതയാണ് സാധാരണ മനസ്സിന്റെത്. ആ പ്രവണതയിൽ നിന്ന് മനസ്സിനെ എത്ര പരിശ്രമിച്ചാണെങ്കിലും മാറ്റിയെടുത്തേ തീരൂ.

സമൃദ്ധിയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുകയും സ്വപ്നം കാണുകയും മല്ലാതെ അതെങ്ങനെ സംഭവിയ്ക്കും എന്ന് ആലോചിച്ചു തല പുണ്ണാക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല. പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ കേന്ദ്രം ഗിൽ നിന്ന് - വിവരപട്ടികയിൽനിന്ന് ആവശ്യമുള്ളത് തിരഞ്ഞെടുത്ത് അത് വേണമെന്ന് പ്രഖ്യാപിക്കാൻ മാത്രമാണ് പണി. എന്തെല്ലാം എത്രമാത്രം വേണമെന്ന് പ്രപഞ്ചത്തെ അറിയിക്കുക; സമയബന്ധിതമായിത്തന്നെ അറിയിക്കുക.

കടബാധ്യതയിൽനിന്ന് മോചനം വേണമെന്ന് ആഗ്രഹിച്ചാൽ കടം വർദ്ധിക്കുകയേ ഉള്ളൂ. കടം കൊടുത്തുതീർക്കുവാനുണ്ടെങ്കിൽ അത് കൊടുത്തുതീർക്കുവാനുള്ള ഒരു ഭാവാത്മകപരിപാടിയുണ്ടാക്കി മുഴുവൻ ശ്രദ്ധയും സമൃദ്ധിയിലേയ്ക്കു തിരിക്കുക.

സാധിക്കും, കഴിയും എന്ന് സ്വയം ഉറയ്ക്കണം. ആവതില്ല എന്ന് കരുതിയാൽ ആവില്ല. പരമാത്മസത്തയിൽനി

ന്നാണ് ഈ പ്രത്യക്ഷമായി കാണുന്നതെല്ലാം വന്നെത്തിയത്. അവിടെ യാതൊന്നിനും ക്ഷാമമില്ല. നമ്മളെ പ്രതീക്ഷിച്ചുകൊണ്ട് നാം ആഗ്രഹിക്കുന്നവയെല്ലാം കാണാമറയത്ത് കാത്തുനിൽക്കുന്നുണ്ട്. അവയ്ക്ക് വരാൻ പാകത്തിൽ നാം സ്വന്തം ചിന്തകൾകൊണ്ട് പാലം പണിഞ്ഞാൽ മാത്രംമതി.

ബില്ലുകളെ പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതിനുപകരം ചെക്കുകളും ഡ്രാഫ്റ്റുകളും പ്രതീക്ഷിക്കുക, ഓരോ ബില്ലിന്റെതുകയും ഒരു പുജ്യം കൂടിചേർത്ത് വലിയ സംഖ്യയാക്കി, അത് ലഭിച്ചതായി സങ്കല്പിക്കുക. അത്രയും തുക ലഭിച്ചാൽ ഉണ്ടാകുന്ന സന്തോഷം മനസ്സിൽ വളർത്തിക്കൊണ്ട് 'നന്ദി' രേഖപ്പെടുത്തുക. കിട്ടിയ തുകയെ അപേക്ഷിച്ച് ബിൽതുക എത്ര ചെറുതാണെന്നോർത്ത് ആശ്വസിക്കുക.

വയറു കാളലോടെ ബിൽ തുറന്നുനോക്കുന്നത് കൂടുതൽ വിഷമമുണ്ടാക്കുകയേയുള്ളൂ. ഓരോ ബില്ലും തുറന്നുനോക്കുന്നതിനുമുമ്പ് അത് നമുക്കു ലഭിച്ച ചെക്കോ ഡ്രാഫ്റ്റോ ആണെന്നു കരുതി സന്തോഷിക്കുക.

ഇതൊക്കെ ഓർക്കുമ്പോൾത്തന്നെ മനസ്സിന്റെ ഒരു ഭാഗം നമ്മെ പരിഹസിക്കുവാനും പിറുപിറുക്കുവാനും തുടങ്ങും. പക്ഷേ മനസ്സിനെ അടക്കുക. മനസ്സിനെ അതിനൊന്നും അനുവദിക്കാതിരിക്കുക.

# ബോധോദയത്തെക്കുറിച്ച്

ബോധോദയം എന്നത് അമാനുഷികമായ എന്തോ ആണ് എന്ന് കരുതുവാനാണ് പൊതുവെ നമുക്ക് പ്രിയം. എന്നാൽ അത് പ്രപഞ്ചസത്തയുമായി അതിന്റെ തന്നെ ഭാഗമായ നമ്മുടെ ആത്മസത്ത ഒന്നുചേരുമ്പോഴുള്ള നമ്മുടെ സ്വാഭാവിക അവസ്ഥയാണ്. അളന്ന് തിട്ടപ്പെടുത്തുവാനോ നശിപ്പിക്കുവാനോ കഴിയാത്ത ഒന്നുമാത്രം ബന്ധപ്പെട്ടുനിൽക്കുന്ന അവസ്ഥയാണത്. വിരോധാഭാസമെന്ന് തോന്നിയേക്കാമെങ്കിലും അത് അനിവാര്യമായും നിങ്ങളിലുള്ളതാണ്; എങ്കിലും നിങ്ങളേക്കാൾ കവിഞ്ഞുള്ളതാണ്. പേരുകൾക്കും രൂപങ്ങൾക്കും അപ്പുറം നമ്മുടെ യഥാർത്ഥ പ്രകൃതി കണ്ടെത്തുവാനുള്ള ശ്രമമാണ് ബോധോദയത്തിലേക്ക് നയിക്കുക. പരമസത്തയുമായുള്ള നമ്മുടെ ബന്ധം ഗ്രഹിക്കുവാനുള്ള കഴിവുകേട്, നമ്മളിൽനിന്നും നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടുകളിൽനിന്നും നാം ഒറ്റപ്പെട്ടതായുള്ള ഒരു മിഥ്യഭ്രമം ജനിപ്പിക്കും. നാം വേറെയാണെന്ന ഒരു അനാഥത്വബോധത്തിന് അത് കാരണമാവും. ഭയത്തിന്റെ ആരംഭമുഹൂർത്തവും ഇതുതന്നെ. സംഘർഷങ്ങൾ ഉണ്ടാവാൻ കാരണമാവുന്നതും

ഈ ഒറ്റയാൻ ബോധമാണ്."

"സർവ്വ ദുഃഖങ്ങളുടെയും അവസാനം എന്നാണ് ബോധോദയത്തെ ശ്രീബുദ്ധൻ നിർവ്വചിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഇതിൽ അതിമാനുഷികമായി യാതൊന്നുമില്ല. ബുദ്ധന്റെ മേൽപ്പറഞ്ഞ നിർവ്വചനം അപൂർണ്ണമാണ് എന്ന് സമ്മതിക്കാം. ബോധോദയം എന്തല്ല എന്നാണ് ബുദ്ധൻ ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചത്. അത് എന്താണ് എന്ന കാര്യത്തിൽ അദ്ദേഹം മൗനം ഭജിച്ചിരിക്കുകയാണ്. ആ മൗനത്തിലടങ്ങിയ ഉപദേശം, അത് നമ്മൾ സ്വയം കണ്ടെത്തണമെന്നതാണ്. മനസ്സ് അതിനെ വിശ്വസിക്കുവാനുള്ള ഒന്നായോ അമാനുഷസിദ്ധിയായോ, സാക്ഷാൽകരിക്കുവാനോ വാതാത്ത ഒന്നായോ രൂപകൽപ്പന ചെയ്യാതിരിക്കുവാനാണ് ഒരു മുൻകരുതൽ എന്ന നിലയ്ക്ക് ശ്രീബുദ്ധൻ ബോധോദയം എന്താണെന്നും എങ്ങിനെയിരിക്കുമെന്നും വാക്കുകൾകൊണ്ട് പറയാതിരുന്നത്. എന്നിട്ടും നാം അത് ബുദ്ധൻ മാത്രം സിദ്ധമായതാണെന്നും നമുക്ക് ഈ ജീവിതകാലത്ത് പ്രാപ്തമാവാത്തതാണെന്നും കരുതിപ്പോരുന്നതാണ് കഷ്ടം.

## അനുഭവം

എന്റെ പേര് രാജിറാവു. 9-11-2011ന് മുദ്രാറെയ്കി ഫസ്റ്റ് ലെവൽ ദീക്ഷ സ്വീകരിച്ച് ഉപാസന ചെയ്തുവരുന്നു. ഞാൻ എനിക്കുണ്ടായ ഒരു റെയ്കി അനുഭവം വായനക്കാരുമായി പങ്കുവെക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുകയാണ്.

ഞങ്ങളുടെ വീട്ടിലെ ടി.വി. സ്റ്റാന്റ് കുറച്ചുമാസങ്ങളായി ഒറകുത്തി കേടുവന്നുകൊണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നു. ഉറുമ്പ് വരാതിരിക്കാനുള്ള കീടനാശിനിയും മറ്റും പരീക്ഷിച്ചുനോക്കിയെങ്കിലും ഒറകുത്തിയ്ക്ക് ശമനമൊന്നും കാണാതിരിക്കുകയായിരുന്നു. അപ്പോഴാണ് ഒറകുത്തുന്ന ഭാഗത്ത് കൈവെച്ച് അവിടെയ്ക്ക് റെയ്കി നൽകിയാലോ എന്ന ചിന്ത എന്നിൽ ആരംഭിച്ചത്. ഏകദേശം 5 മിനുട്ട് നേരം ഞാൻ കൈവെച്ച് ടി.വി. സ്റ്റാന്റിന്റെ കേടുവരുന്ന ഭാഗത്തേക്ക് റെയ്കി നൽകി. അതിശയകരമെന്നു പറയട്ടെ, പിന്നെ ഇന്നേവരെ ആ ഭാഗത്ത്

ഒറകുത്തൽ ഉണ്ടായിട്ടില്ല. മനുഷ്യനിൽമാത്രമല്ല ജഡവസ്തുക്കളിൽപോലും ഗുണപരമായ മാറ്റം ഉണ്ടാക്കുവാൻ റെയ്കി എന്ന ദൈവിക ശക്തിയ്ക്കാവുമെന്ന് തെളിഞ്ഞിരിക്കുകയാണല്ലോ. ആ മഹാശക്തിക്ക് നമസ്കാരം. (രാജിറാവു: 0495 2723548)

**1st ലെവൽ റിവിഷൻ ക്ലാസും ഉസുയി സമാധി ആചരണവും**  
2012 മാർച്ച് 4ന് ഞായറാഴ്ച അളകാപുരിയിൽ കാലത്ത് 10 മുതൽ. ഫസ്റ്റ് ലെവൽ റിവിഷൻ ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുക്കുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ മുൻകൂട്ടി പേര് രജിസ്റ്റർ ചെയ്യണം. സെക്കന്റ് ലെവലും തേർഡ് ലെവലും ദീക്ഷകൾ സ്വീകരിച്ചവർക്കും പങ്കെടുക്കാവുന്നതാണ്.  
**ഫീസ് : 250 രൂപ.**