സ്വാസ്ഥ്യം

website : www.mudraraiki.com

ഫാൽഗുനം 1934, കുംഭം 1188
മാർച്ച് 2013

ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷൻ ബുള്ളറ്റിൻ   വോള്യം 4 ലക്കം 3

ആമുഖക്കുറിപ്പ്

ഉസൂയി സ്മരണ

ഇന്ന് മാർച്ച് 9. ഡോ: മിഖാവോ ഉസൂയിയുടെ 87-ാം സമാധിദിനം. 1926 മാർച്ച് 9 നാണ് അദ്ദേഹം ജപ്പാനിലെ ഫുക്കുയാമ എന്ന സ്ഥലത്ത് റെയ്കി ക്ലാസ്സ് നടത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കെ ദേഹമുക്തനായത്. ടോക്കിയോവിലെ സുഗിനമി-കുവിലെ സൈഹോജി ബുദ്ധവിഹാരത്തിൽ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭൗതിക ശരീരം സംസ്കരിക്കപ്പെട്ടു.

1922 മാർച്ചിൽ ഡോ: ഉസൂയിക്കുണ്ടായ റെയ്കി പ്രത്യക്ഷാനുഭവം നവീന ലോകത്തിന് സ്വാസ്ത്ഥ്യത്തിലേക്കുള്ള പുത്തൻ പാതയായ സുഖ സന്തോഷങ്ങളും സംതൃപ്തിയും ആരോഗ്യവും പുലരുന്ന ജീവിതസ്ഥലിയിലേക്കുള്ള പാത! നവീന 'പുരോഗതി' യുടെയും 'പരിഷ്കാര' ത്തിന്റെയും അടയാളങ്ങൾ മനുഷ്യനു മുന്നിൽ കബന്ധനും കാലനേമിയുമായി പ്രതിബന്ധങ്ങൾ തീർക്കുമ്പോൾ ആശ്രയിക്കത്തക്കതായ രാമമാർഗ്ഗമാണ് റെയ്കി. ലളിതവും അതീവ ഫലപ്രദവുമായ 'റെയ്കി' യെ ലോകത്തിലേക്ക് പുനരാനയിച്ച ഋഷിവര്യനായ ഉസൂയിയുടെ ദീപ്തസ്മരണയ്ക്കുമുന്നിൽ ഐ.ആർ.എ യുടെ പ്രണാമങ്ങൾ. (സീതാന്വേഷണത്തിനിടയ്ക്ക് ആക്രമിയ്ക്കാനെത്തിയ കബന്ധനെ രാമലക്ഷ്മണൻമാർ നിഗ്രഹിച്ചു എന്നും മൃതസഞ്ജീവനി തേടിയുള്ള യാത്രക്കിടയിൽ തന്നെ വഞ്ചിച്ച് വൈകിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിച്ച കാലനേമിയെ ഹനുമാൻ നിഗ്രഹിച്ചു എന്നും രാമായണകഥ)

പുതുവത്സരാശംസകൾ

ചൈത്രമാസം ഒന്നാം തീയതി ശകവർഷാരംഭം. ഇന്ത്യൻ പുതുവത്സരാരംഭം. 1957ൽ ശകവർഷത്തെ ഇന്ത്യാ ഗവൺമെന്റ് ദേശീയവർഷമായി അംഗീകരിച്ചു. 1935-ാം ശകവർഷമാണ് 2013 മാർച്ച് 22ന് ആരംഭിയ്ക്കുന്നത്. ശതകർണ്ണി എന്ന ശാലിവാഹനൻ ശകന്മാരെ യുദ്ധത്തിൽ തോൽപ്പിച്ച് ഗുജറാത്ത്, സിന്ധിന്റെ തെക്കേഭാഗം, മഹാരാഷ്ട്ര, രാജസ്ഥാൻ എന്നീ പ്രദേശങ്ങൾ ഉൾപ്പെട്ട സൗരാഷ്ട്ര-മാൾവ പ്രദേശങ്ങൾ മോചിപ്പിച്ചതിന്റെ വിജയസ്മൃതിയിൽ ആരംഭിക്കപ്പെട്ട ശകവർഷം, സ്വതന്ത്രഇന്ത്യ ഔദ്യോഗികവർഷമായി അംഗീകരിച്ചത് ഉചിതം തന്നെ.

ചൈത്രമാസാരംഭം മുതൽ കണക്കാക്കപ്പെടുന്ന വർഷത്തിന് വേറെയും പ്രാധാന്യമുണ്ട്. സൂര്യൻ ഭൂമദ്ധ്യരേഖയ്ക്കു മുകളിലെത്തുന്ന സമരാത്രദിനവും (Equimox) ശകവർഷാരംഭവും ചേർന്നുവരുന്നത് ഈ വർഷത്തിന്റെ സാർവ്വദേശീയ പ്രസക്തി വിളിച്ചോതുന്നു. ചൈത്രം, വൈശാഖം, ജ്യേഷ്ഠം, ആഷാഢം, ഭദ്രപാദം, കാർത്തിക, അഗ്രഹായണം, പൗഷം, മാഘം, ഫാൽഗുനം എന്നീ ശകവർഷമാസങ്ങളിലെ രണ്ട് വീതം മാസങ്ങളിലായി വസന്തം, ഗ്രീഷ്മം, വർഷം, ശരത്, ഹേമന്തം, ശിശിരം എന്നീ ഋതുക്കൾ വരുന്നു. ശകവർഷം സൂര്യനെഅടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളതാണെങ്കിൽ ചന്ദ്രനെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയും ചൈത്രം തുടങ്ങിയ മാസങ്ങളടങ്ങിയ ഒരു കാലഗണനയുണ്ട്. അത് കലിയുഗാരംഭവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടതും പുരാതനവുമാണ്. ശ്രീകൃഷ്ണൻ സ്വദേഹം വിട്ടതോടെ കലിയുഗം ആരംഭിച്ചു. ആ സംഭവം കഴിഞ്ഞ്, ഇപ്പോഴേക്ക് 5115 വർഷമായിരിക്കുന്നു.

ഏത് നിലയ്ക്ക് നോക്കിയാലും ശകവർഷം അഭിമാനപൂർവ്വം ഓർമ്മിക്കപ്പെടേണ്ട ഒന്നാണ്. 'സ്വാസ്ഥ്യ'ത്തിന്റെ വായനക്കാർക്ക് ഏറെ മെച്ചപ്പെട്ട ശകവർഷാനുഭവങ്ങൾ ആശംസിക്കുന്നു.

ശിവരാത്രിയുടെ സന്ദേശം

നാളെ മഹാശിവരാത്രി! ശിവ ഭജനത്തിനുള്ള പുണ്യദിനം! ആരാണ് ശിവൻ? കാണുന്നതും കേൾക്കുന്നതുമായ എല്ലാം, ഉച്ചനീചത്വമോ ഉൽകൃഷ്ടാധമത്വമോ കൂടാതെ എല്ലാം, ശിവസ്വരൂപങ്ങളാണ്. ഇളംപുല്ലിനെയും ഉണങ്ങിയ ഇലയെയും വൃക്ഷത്തെയും കാടിനെയും ഭക്ഷണത്തെയും ഔഷധങ്ങളെയും മഹാന്മാരെയും വിരൂപന്മാരെയും കള്ളന്മാരെയും കാട്ടാളന്മാരെയും പട്ടികളെയും പട്ടിപിടുത്തക്കാരെയും ഇരിയ്ക്കുകയും കിടക്കുകയും ഉറങ്ങുകയും ഉണർന്നിരിയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരെയും എല്ലാം ശിവനായി കണ്ട് ശ്രീരുദ്രം സ്തുതിയ്ക്കുന്നു. **സമദർശനം - അതാണ് ശിവദർശനം.**

ശിവൻ ലോകരക്ഷയ്ക്കായി കാളകൂടവിഷം പാനം ചെയ്തതിന്റെ സ്മരണയാണ് മഹാശിവരാത്രി ഉണർത്തുന്നത്. **മറ്റുള്ളവർക്ക് വേണ്ടി കഷ്ടങ്ങൾ സഹിയ്ക്കുവാനും പ്രയാസങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കുവാനും സ്വന്തം നിലനിൽപ്പുപോലും അപകടപ്പെടുത്തുവാനുള്ള സാഹസിക സന്നദ്ധതയാണ് ശിവ പ്രീതികരം.** അതാണ് യഥാർത്ഥ ശിവാരാധന. ക്ഷേമരാജ്യത്തെ പൗരന്മാരുടെ മനോഭാവം എന്തായിരിക്കണമെന്ന് ശിവൻ വിഷപാനമെന്ന പ്രവർത്തിക്കൊണ്ട് സൂചിപ്പിച്ചു. മറ്റുള്ളവരുടെ ക്ഷേമത്തിനും ഭദ്രതയ്ക്കുമായി സ്വയം സമർപ്പിയ്ക്കുന്നവരുണ്ടെങ്കിൽ അവരടക്കം ആർക്കും വിഷമതകളുണ്ടാവില്ലാ, സർവ്വമംഗളവും പുലരും എന്നതാണ് സൂചന.

നിറം മങ്ങിയും ഗുണം കുറഞ്ഞും കാലഹരണപ്പെട്ട് ശവമായിത്തീരുന്ന പലതിനെയുമാണ്-ധനത്തെ, പ്രതാപത്തെ, ആധികാരകത്തെ, സ്ഥാനമാനങ്ങളെ, ബന്ധങ്ങളെ, ദേഹത്തെ.... നാം ആലിംഗനം ചെയ്യുന്നത്. ഇവ വരുതിയിലുണ്ടായാൽ സുഖവും സമാധാനവും ശാന്തിയും ലഭിയ്ക്കുമെന്ന് കരുതിയുള്ള പരിശ്രമങ്ങൾക്കിടയിൽ നിരാശരായി നാം ചാരമാവുന്നു. ആ ചാരം -ചുടലഭസ്മം- സർവ്വാംഗം പൂശിക്കൊണ്ടാണ് ആനന്ദപ്രഹർഷത്തോടെ കാലകാലനും മൃത്യുഞ്ജയനുമായ ശിവൻ അതിജീവനത്തിന്റെ മഹാതാണ്ഡവമാടുന്നത്! സ്വാർത്ഥത്തിന്റെ ഇത്തിരിവട്ടത്തിൽ നിന്ന് വിശാലതാൽപ്പര്യത്തിന്റെ വിസ്തൃതിയിലേയ്ക്ക് പ്രവേശിച്ചാൽ ശാന്തിയും സമാധാനവും സംതൃപ്തിയും ലഭിയ്ക്കുമെന്ന് മംഗളസ്വരൂപിയായ ശിവൻ തന്റെ ഡമരു നാദത്തിലൂടെ ഉൽഘോഷിക്കുന്നു. അക്ഷരമായതിനെ പ്രാപിയ്ക്കുവാനുള്ള മാർഗ്ഗം, ക്ഷരമായവയെ -നശിക്കുന്നവയെ-അവലംബമായി കാണാതിരിക്കലാണ്. തന്റേതുമാത്രമായ ദുഃഖങ്ങളും ദുരിതങ്ങളും അനുഭവിക്കുന്നതിനേക്കാൾ ലാഘവത്തോടെ മറ്റുള്ളവരുടെ ദുഃഖങ്ങളും ദുരിതങ്ങളും ഏറ്റെടുക്കുവാൻ നമുക്കാവും. നാം അതിന് തയ്യാറാവുമ്പോൾ നമ്മുടെ ദുഃഖ ദുരിതങ്ങളിൽ ആശ്വാസമായി മറ്റുള്ളവരും എത്തും. പരസ്പരം ദുഃഖ ദുരിതങ്ങൾ പരിഹരിയ്ക്കുവാൻ എല്ലാവരും ശ്രമിയ്ക്കുന്ന സമൂഹത്തിൽ അവയുടെ കാഠിന്യം വളരെ കുറഞ്ഞിരിയ്ക്കും.

മാർച്ച് മാസത്തെ ക്ലാസ്സുകൾ

Ist ലെവൽ ക്ലാസ് - 10 - 03 - 2013 - ഞായർ അളകാപുരി
IInd ലെവൽ ക്ലാസ് - 17 - 03 - 2013 - ഞായർ അളകാപുരി
IIIrd A ലെവൽ ക്ലാസ് - അപേക്ഷകൾക്കനുസരിച്ച്
ഏപ്രിൽ മാസത്തെ "മുദ്രാറെയ്കി" ഉപാസക സംഗമം 07 - 04 - 2013 ഞായറാഴ്ച വൈകുന്നേരം 3.30ന് അളകാപുരിയിൽ

പാഥേയം - ൩൭

ജീവിതം രസകരമാക്കുവാൻ

എൽ. ഗിരീഷ്കുമാർ
ചെയർമാൻ
'ശ്രീപുരം' താന്ത്രികഗവേഷണകേന്ദ്രം
ഇരിങ്ങാലക്കുട

നമ്മൾ സുരക്ഷിതത്വം ആഗ്രഹിക്കുന്നു.റിസർവ്വ് ചെയ്യാതെ കഴിവതും നാം യാത്ര ചെയ്യുകയില്ല. വീടു വിട്ടാൽ താമസസ്ഥലവും റിസർവ് ചെയ്യുകയാണ് നമുക്കിഷ്ടം.ഇൻഷൂറൻസുകളിലൂടെ ജീവിതത്തിൽ നിരവധി സുരക്ഷിതത്വങ്ങളും മരണാനന്തരം പ്രിയപ്പെട്ടവർക്കുള്ള ആനുകൂല്യങ്ങളും നാം ഉറപ്പാക്കിപ്പോരുന്നു. ഉഷ്ണത്തിൽ നിന്ന് ഫാനുകൾ കൂളറുകൾ തുടങ്ങിയവയിലൂടെയും, തണുപ്പിൽ നിന്ന് കമ്പിളികൾ തുടങ്ങിയ സംവിധാനങ്ങളിലൂടെയും നാം സുരക്ഷിതത്വം ഒരുക്കുന്നു. ഇൻവർട്ടറുകളും അലാറങ്ങളും ബാങ്ക് ബാലൻസും ബന്ധങ്ങളും നമുക്ക് സുരക്ഷാ മാർഗ്ഗങ്ങളാണ്. പക്ഷെ ഒരു ചോദ്യം: സുരക്ഷാക്കൂട്ടിലെ പരിഷ്കൃത സൗകര്യാസ്പദ ജീവിതം ആസ്വാദ്യമായി തോന്നുന്നുവോ? വിരുന്നുകാർ എന്ന നിലയ്ക്ക് അനുഭവിയ്ക്കുവാൻ ലഭിയ്ക്കുന്ന സൗകര്യങ്ങൾ ആസ്വാദ്യമായേക്കാം. പക്ഷെ സ്വയം ഏർപ്പെടുത്തിയ സൗകര്യങ്ങളും സുരക്ഷാ വ്യവസ്ഥകളും ചേർന്ന ജീവിതം നമുക്ക് ആസ്വാദ്യമാണോ? അല്ല, ആവുകയില്ല.

യാദൃച്ഛികതയെ നേരിടുകയും അപ്രതീക്ഷിതമായതിനെ അഭിമുഖീകരിക്കുകയും ചെയ്ത് ജീവിയ്ക്കുമ്പോഴാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ ജീവിതം രസകരവും ആസ്വാദ്യവും മേന്മയേറിയതുമാവുന്നത്. കടമ്പകളൊന്നുമില്ലാത്ത, പ്രതിസന്ധികളൊന്നും ആഭിമുഖീകരിക്കേണ്ടി വന്നിട്ടില്ലാത്ത ജീവിതം ആകർഷകമോ ആസ്വാദ്യമോ ആവുകയില്ല. മൂല്യമുള്ളതുമാവില്ല. ആ ജീവിതത്തിന് ജീവസ്സ് നന്നെ കുറവായിരിക്കും.

പക്ഷെ നമ്മൾ തടസ്സങ്ങൾ കൂടാത്തതും തികച്ചും ഭദ്രവുമായ ജീവിതം ഉറപ്പാക്കുവാനാണ് പ്രയത്നത്തിന്റെയും പ്രാർത്ഥനയുടെയും ഭൂരി ഭാഗവും ചെലവിടുന്നത്. ഉണ്ണുക, ഉറങ്ങുക, സന്തോഷമായി ജീവിക്കുക എന്ന പരിമിതമായ ജീവിതാഭിലാഷങ്ങളുടെ പൂർത്തീകരണത്തിനപ്പുറം ഭദ്രതയും സുരക്ഷിതത്വവും ഏതു പരിതസ്ഥിതിയിലും എക്കാലവും ഉറപ്പാക്കുവാൻ വേണ്ടി നാം ഭഗീരഥ പ്രയത്നം ചെയ്യുന്നു. അസുരൻമാരുടെ പ്രയത്നവും ഈ വിധത്തിലാണെന്ന് ഓർക്കുക. അനിവാര്യമായ മരണത്തെ ദീർഘിപ്പിക്കുവാനും ഇല്ലാതാക്കുവാനും പ്രയത്നിച്ച പുരാണങ്ങളിലെ അസുരൻമാരെക്കാൾ എന്ത് വ്യത്യാസമാണ് നമ്മുടെ മന:സ്ഥിതിയ്ക്കും പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുമുള്ളത്.? എല്ലാ വരബലവും കരസ്ഥമാക്കിയാലും മഹാസുരൻമാർ നമ്മെ പോലെ തന്നെ നിരവധി ഉത്കണ്ഠകളിലും ഭീതിയിലുമായിരുന്നു. സുഖഭോഗങ്ങൾക്കും ഏകഛത്രാധിപത്യത്തിനുമിടയിലും അവർക്ക് എന്നതുപോലെ നമ്മളിലെ ഭാഗ്യവാൻമാർക്കും സ്വസ്ഥതയും മന:ശാന്തിയും കുറവാണ്.

അതേ സമയം പുരാണങ്ങളിലെ ദേവൻമാർ, തങ്ങൾക്ക് ശാശ്വതമായ സുരക്ഷിതത്വവും ഭദ്രതയും ആഗ്രഹിച്ചില്ല. സാദ്ധ്യമല്ലാത്തത് ആഗ്രഹിക്കുന്നതും അവയ്ക്കായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നതും നിഷ്ഫലമാണ് എന്നവർക്കറിയാം. എന്നെന്നും സുരക്ഷിതത്വവും ഭദ്രതയും പുലരുന്ന ഒരവസ്ഥ ഉണ്ടായാൽതന്നെയും അത് ആത്മഹർഷം പുലരുന്നതായിരിക്കുകയില്ലെന്ന് അവർക്കറിയാം. അതിനാൽ അവർ സ്വന്തം പ്രാർത്ഥനയിൽ എപ്പോഴും ഉൾപ്പെടുത്താറുള്ള ഒരു താൽപര്യം, ആപത്തുകൾ നേരിടുന്ന അവസ്ഥയിൽ തങ്ങൾ സ്മരിക്കുന്ന മാത്രയിൽ മഹേശ്വരി രക്ഷയ്ക്കെത്തണം എന്നതാണ് (ദേവീമാഹാത്മ്യം 4-31). ഇനി ഒരിക്കലും ആപത്തുകൾ ഉണ്ടാവരുതേ എന്നല്ല ദേവകളുടെ പ്രാർത്ഥന. തങ്ങളുടെ ആപത്ത് കണ്ടറിഞ്ഞ് നേരത്തെ തങ്ങളെ രക്ഷപ്പെടുത്തണമേ എന്നുമല്ല. ആപത്തിലകപ്പെടുമ്പോൾ തങ്ങൾക്ക് ദേവീസ്മരണ ഉണ്ടാവണമേ എന്നും ആ സ്മരണയെത്തുടർന്ന് ദേവി രക്ഷാമാർഗ്ഗമായി അവതരിക്കണമേ എന്നുമാണ ദേവൻമാരുടെ പ്രാർത്ഥന.

"യദാ യദാഹി ധർമ്മസ്യ ഗ്ലാനിർഭവതി ഭാരത, അഭ്യുത്ഥാനമധർമസ്യ തദാത്മാനം സുജാമ്യഹം" (4-7) എന്ന ഗീതാശ്ലോകത്തിന്റെ പൊരുളും ഇതു തന്നെ. ധർമ്മത്തിന് കോട്ടം സംഭവിക്കുകയും അധർമ്മം മേൽക്കൈ നേടുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥയിൽ ധർമ്മ സംരക്ഷണാർത്ഥം ഈശ്വരാവതാരമുണ്ടാവുമെന്നാണ് ശ്രീകൃഷ്ണന്റെ പ്രഖ്യാപനം. മാറ്റങ്ങളുടേതായ ഭൗതിക ലോകത്ത് ധർമ്മം എക്കാലവും ഭദ്രമായി പുലർന്നുകൊള്ളണമെന്നില്ല. ധാർമ്മികർക്ക് ക്ഷീണം സംഭവിക്കുവാനുള്ള സാധ്യത വിരളവുമല്ല. ആ അവസ്ഥയിൽ ധനുർധരനായ പാർത്ഥൻ "ഉണ്ടെങ്കിൽ" യോഗേശ്വരനായ കൃഷ്ണൻ ധർമ്മസംരക്ഷണത്തിനെത്തും എന്നാണ് ഉറപ്പ്. പാർത്ഥൻ "ധനുർധര"നാവണം എന്ന ഒരു ഉപാധിയുണ്ട്. ധർമ്മസംരക്ഷണത്തിന് കൊതിക്കുന്ന ഉറച്ച മനസ്സോടെ പ്രാർത്ഥനാ നിരതരാവുന്നവർക്ക് ഈശ്വരൻ തുണയുണ്ടാവുമെന്നർത്ഥം.

അപ്രതീക്ഷിത സംഭവവികാസങ്ങളെയും യാദൃഛികതകളെയും അനിവാര്യതകളെയും കരളുറപ്പോടെ അഭിമുഖീകരിച്ചുകൊണ്ട് ജീവിതം ആസ്വാദ്യവും രസകരവും മികവുറ്റതും അർത്ഥവത്തും ആക്കുവാനുള്ള ഉദ്യമങ്ങളെ സഫലമാക്കുവാനാണ് ഈശ്വരൻ ഉത്സുകനാവുക. ആ ഈശ്വരോത്സുകത ആഗ്രഹിക്കുന്ന ദേവൻമാരുടെ പക്ഷത്താണോ, അതോ ഉട്ടോപ്പിയൻ ഭദ്രതയ്ക്കായി ശ്രമിച്ച് നശിക്കാൻ വിധിക്കപ്പെട്ട അസുര ജന്മങ്ങളുടെ പക്ഷത്താണോ നമ്മുടെ നിൽപ്?

ദുരിതങ്ങളെസ്വാതന്ത്ര്യമാക്കിമാറ്റുക

- സി. എം. കൃഷ്ണനുണ്ണി -

പൂതേരിബാലൻ, യൗവ്വനത്തികവിൽ ഭാഗികമായ കാഴ്ചശക്തി പോലും നഷ്ടപ്പെട്ട വ്യക്തി. അദ്ദേഹം അന്ധതയുടെ കൂടെ നിസ്സഹായനായി കഴിയാതെ കണ്ണുള്ളവർക്കും മനക്കണ്ണ് തുറന്നിരിക്കുന്നവർക്കും വേണ്ടി എഴുതിക്കൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. 156 പുസ്തകങ്ങൾ ബാലൻ തന്റെ അന്ധതയുടെ വർഷങ്ങളിൽ പ്രസിദ്ധീകരിച്ചു. 56 അവാർഡുകളും പുരസ്കാരങ്ങളും അദ്ദേഹത്തെ തേടിയെത്തി.

കഴിഞ്ഞദിവസം മനോരമ ടി.വി യിൽ കണ്ണൂർ ജില്ലക്കാരനായ ഡോ. ശ്യാമപ്രസാദിനെക്കുറിച്ചുള്ള ഫീച്ചർ ഉണ്ടായിരുന്നു. മാനസികമായും ശാരീരികമായും പ്രശ്നങ്ങളുള്ള ശ്യാമപ്രസാദ് തന്റെ പരിമിതികളോട് പോരാടി പോസ്റ്റ് ഡോക്ടറൽ ബിരുദം നേടിയ കഥയാണ് മനോരമ ചാനൽ സംപ്രേഷണം ചെയ്തത്.

പാലക്കാട് എൻ. എസ്. എസ്. എഞ്ചിനീയറിങ്ങ് കോളേജിലെ പ്രൊഫസർ ഡോ. രാജൻബാബുവിനെ മാതൃഭുമി വരാന്തപ്പതിപ്പ് (2013 ജനുവരി 27) പരിചയപ്പെടുത്തുന്നു. തന്റെ ആദ്യത്തെ കുഞ്ഞ് പിറന്ന 28-ാം ദിവസം തനിയ്ക്ക് രക്താർബ്ബുദം ബാധിച്ച വിവരമറിഞ്ഞ രാജൻ ബാബു. ആ രോഗത്തിന്റെ പിടിയിൽ നിന്ന് ആയുർവേദചികിൽസയാൽ രക്ഷപ്പെട്ടപ്പോൾ ശരീരത്തിന്റെ മറ്റൊരു ഭാഗത്ത് കൂടുതൽ മാരകമായ അർബുദ ബാധയുണ്ടായ രാജൻ ബാബു. ഒടുവിൽ ഹൃദയ ധമനികളിൽ ഉണ്ടായ മൂന്നു ബ്ളോക്കുകളോട് ചെറുക്കേണ്ടിവന്ന പ്രൊഫസർ.... ഇതിനെല്ലാം ഇടയിൽ അദ്ദേഹം തയ്യാറാക്കി സമർപ്പിച്ച ഡോക്ടറൽ തിസീസ് ഇന്ന് പണ്ഡിത ലോകം ചർച്ച ചെയ്യുന്നു എന്നാണ് റിപ്പോർട്ട്. ഒലവക്കോട് റെയിൽവെസ്റ്റേഷനടുത്ത് നിള നഗറിലെ "ഗുൽമോഹർ" വീട്ടിൽ ഡോ. രാജൻ ബാബു ദുർവ്വിധിയെ പലകുറി തോല്പിച്ച ശേഷം 2 മക്കളോടും ഭാര്യയോടുമൊപ്പം താമസിച്ചു വരുന്നു.

ഇനി ആത്മവിശ്വാസത്തിന്റെ അഗ്നിച്ചിറകുകളുമായി മലപ്പുറം ജില്ലയിലെ ചട്ടിപ്പറമ്പിൽ താമസിക്കുന്ന 46 കാരൻ മുസ്തഫയുടെ കഥ. (2012 ഡിസംബർ-6 വ്യാഴം-മാതൃഭൂമി-നഗരം). 18 വർഷം മുമ്പ് താൻ സഞ്ചരിച്ച ഓട്ടോറിക്ഷ മറ്റൊരു ഓട്ടോറിക്ഷയുമായി ഇടിച്ചതു കാരണം 95 ശതമാനം അംഗവൈകല്യത്തിന് ഇരയായ മുസ്തഫ. മുച്ചക്ര സ്കൂട്ടറും കാലില്ലാത്തവർക്ക് ഓടിക്കുവാൻ പറ്റിയ കാറും ഡിസൈൻ ചെയ്ത് നിർമ്മിച്ച് തനിക്ക് കൃത്രിമ ചലനം സാധ്യമാക്കിയതിനുപുറമെ തന്നെപ്പോലുള്ളവർക്കും അത്തരം വാഹനങ്ങൾ നിർമ്മിച്ച് നൽകുവാൻ തുടങ്ങി. അതിനിടെ മൂത്രത്തിൽ പഴുപ്പു വന്ന മുസ്തഫ തന്റെ രോഗം ഭേദമാക്കുവാൻ കുറിച്ചു നൽകപ്പെട്ട പച്ച മരുന്ന് കിട്ടാത്തതിനെ തുടർന്ന് ചട്ടിപ്പറമ്പിലെ ഒന്നര ഏക്കർ സ്ഥലത്ത് അപൂർവ്വ ഔഷധച്ചെടികളുടെ തോട്ടം തന്നെയുണ്ടാക്കി. സമാന ദു:ഖിതരുടെ ക്ഷേമ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കായി ഒരു സംഘടനയുണ്ടാക്കി അദ്ദേഹം പ്രവർത്തിച്ചുവരുന്നു.

പൂതേരി ബാലനും, ഡോ. ശ്യാമപ്രസാദും ഡോ.രാജൻ ബാബുവും ചട്ടിപ്പാറ മുസ്തഫയും തങ്ങൾക്കു നേരിട്ട അവശതയോടൊപ്പം ജീവിക്കാൻ കൂട്ടാക്കാത്തവരാണ്. അവശതകൾക്കിടയിലും അവർ സ്വന്തം സാധ്യതകളെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവയെ ആസ്പദമാക്കി ജീവിയ്ക്കാൻ തുടങ്ങിയതു കാരണമാണല്ലോ നമ്മൾ ഇന്ന് അവരെക്കുറിച്ച് സംസാരിക്കുവാൻ ഇടയാവുന്നത്. അംഗവൈകല്യമില്ലാത്തവരുടെ പട്ടികയിലുൾപ്പെട്ട വളരെ പേർ തങ്ങൾക്കുപോലും തികച്ച് ഉപകരിക്കാത്ത ജീവിതം നയിക്കുമ്പോൾ ഇവരെപ്പോലെയുള്ളവർ സ്വന്തം ജീവിതം കൊണ്ട് ധാരാളം പേർക്ക് വെളിച്ചവും സഹായവും പ്രോത്സാഹനവുമാവുന്നു. ദുരിതങ്ങളെ സ്വാതന്ത്ര്യമാക്കി മാറ്റിയവരാണിവർ.

ഇന്ന് ഞാൻ എനിയ്ക്ക് ലഭിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന അനുഗ്രഹങ്ങൾക്ക് (ഈശ്വര കൃപയ്ക്ക്) നന്ദിയുള്ളവനായിരിയ്ക്കും" എന്ന, "മുദ്രാ റെയ്കി" പഞ്ചശീലം ഈ അവസരത്തിൽ ഓർക്കാവുന്നതാണ്. മേൽപ്പറഞ്ഞവരെല്ലാം രോഗ പീഢകൾക്കും ദുരിതങ്ങൾക്കുമിടയ്ക്ക് തങ്ങൾക്കു ലഭിച്ചുപോന്ന അനുഗ്രഹങ്ങളെ തിരിച്ചറിഞ്ഞവരും ആ അനുഗ്രഹങ്ങളെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തി മാതൃക സൃഷ്ടിച്ചവരുമാണ്. തങ്ങളുടെ മുന്നിൽ ജീവിതത്തിന്റെ ഒരു വാതിൽ അടഞ്ഞപ്പോൾ കൊളുത്തിട്ട് പൂട്ടാതെ ചാരിക്കിടന്ന മറ്റൊരു വാതിൽ തള്ളി തുറന്ന് പ്രകാശത്തിലേക്കും പ്രത്യാശയിലേക്കും ചുവടുവെച്ചവരാണവർ.

രോഗവും ദൗർഭാഗ്യങ്ങളും അത് അനുഭവിക്കുന്നവരുടെ സുഹൃത്തുക്കളാണെന്നും അവചില സൗകര്യങ്ങളും ഇളവുകളും അനുഭവസ്ഥർക്ക് നൽകിക്കൊണ്ടിരിക്കുമെന്നും ഡോ. ഉസൂയി പറഞ്ഞതിലേക്ക് ശ്രദ്ധ ക്ഷണിക്കട്ടെ. രോഗങ്ങളും ദുരിതാനുഭവങ്ങളുംചില സന്ദേശങ്ങളുമായാണ് അനുഭവസ്ഥരെ സമീപിക്കുകയെന്നും ഉസൂയി പറഞ്ഞു. രോഗങ്ങളും ദുരിതാനുഭവങ്ങളുമാവുന്ന സുഹൃത്തുക്കളെ സ്നേഹിച്ചുകൊണ്ടും ആ സുഹൃത്തുക്കൾ നൽകുന്ന സൗകര്യങ്ങളും ഇളവുകളും ആസ്വദിച്ചുകൊണ്ടും കഴിയുന്ന കാലത്തോളം രോഗവിമുക്തിയും ദുരിതങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മോചനവും സാദ്ധ്യമാവുകയില്ല എന്നതാണ് ഉസൂയൂയുടെ അഭിപ്രായം. അതേ പോലെ രോഗങ്ങളും മറ്റും നൽകുന്ന സന്ദേശങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി പ്രവർത്തിച്ചാൽ രോഗവിമുക്തിയും പ്രശ്ന പരിഹാരവുമുണ്ടാവുമെന്നും ഉസൂയി പറയുകയുണ്ടായിട്ടുണ്ട്. ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ മാറ്റം വരുത്തുവാനും ജീവിതശൈലി മാറ്റുവാനും മനോഗതിയിൽ വ്യത്യാസം വരുത്തുവാനും മറ്റുമുള്ള സന്ദേശങ്ങളായിരിക്കും രോഗങ്ങളും ദൗർഭാഗ്യങ്ങളും മിക്കവാറും മൗനമായി നൽകുക. അവ മനസ്സിലാക്കുവാനുള്ള ശ്രമം നമുക്ക് പുതിയ പ്രത്യാശയുടെയും സാദ്ധ്യതയുടെയും വാതിലുകൾ തുറന്നു തരും. ചികിൽസയോ ഔഷധമോ കൂടാതെ രോഗം സുഖപ്പെടുക കൂടി ചെയ്യും.

ക്ഷമയും നിഷ്ഠയുമാണ് മുഖ്യം. ഒരു വഴി അടഞ്ഞാൽ യോജിച്ച ഒന്നിലേറെ വഴികൾ തുറക്കപ്പെടുക തന്നെ ചെയ്യുമെന്ന ബോദ്ധ്യവും പ്രധാനമാണ്. രോഗത്തിന്റെയും അവശതയുടെയും പക്ഷത്തു നിന്ന് അല്ലറ ചില്ലറ സൗജന്യങ്ങളും സഹതാപവും പറ്റി കഴിഞ്ഞികൂടാൻ തയ്യാറില്ല എന്ന ദൃഢ നിശ്ചയം തന്നെയാണ് പരമപ്രധാനം. തിരുത്തലുകളിലൂടെയും, തേടലുകളിലൂടെയും സ്വാഭിമാനപൂർണ്ണവും അർത്ഥവത്തും തികച്ചും സഫലവുമായ ജീവിതം സാദ്ധ്യമാക്കാം എന്ന സിദ്ധാന്തത്തിന് ബലവും തെളിമയും നൽകുന്നവരാണ് പൂതേരിബാലനും, ഡോ. ശ്യാമപ്രസാദും, ഡോ. രാജൻബാബുവും, മുസ്തഫയും മറ്റും. രോഗപീഢകളെ അവയിൽനിന്ന് മോചനം ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ ഏതു തരത്തിൽ നോക്കിക്കാണണമെന്നും അവയോട് എന്തു നിലപാട് സ്വീകരിക്കണമെന്നും ഉപദേശിച്ച ഡോ. മിഖാവോ ഉസൂയിയുടെ അനുഗ്രഹം നമ്മെ ആരോഗ്യത്തിലേക്കും ആനന്ദപൂർണ്ണവും അർത്ഥവത്തുമായ ജീവിതത്തിലേയ്ക്കും നയിക്കട്ടെ. "ദുരിതങ്ങളെ സ്വാതന്ത്രമാക്കി മാറ്റുക" എന്ന നിർദ്ദേശം നമുക്ക് സ്വീകരിക്കാം.

ദി സീക്രട്ട് - 34

നാം പരമബോധ പരാശക്തി

മിക്ക ആളുകളും തങ്ങളെ തീരെ പരിമിതരായാണ് കാണുന്നത്. അത് ശരിയല്ല. ഒരു സൂക്ഷ്മ ദർശിനിയിലൂടെ വീക്ഷിച്ചാൽ നമ്മൾ ഒരു ഊർജ്ജ മണ്ഡലമാണെന്നു കാണാം. നമ്മൾ ശക്തിയാണ്, ബോധമാണ്. ആയിരത്താണ്ടുകൾക്കു മുമ്പു തന്നെ പ്രപഞ്ച മനസ്സ് പരമബോധസത്തയാണെന്ന് ഭാരതീയ ഋഷീശ്വരൻമാർ മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നു. പരമബോധസത്തയാകുന്ന പ്രപഞ്ച മനസ്സ് ആകർഷണ നിയമമനുസരിച്ച് ഇലക്ട്രോണുകളെ ചേർത്ത് കണങ്ങളും, കണങ്ങളെ ചേർത്ത് തൻമാത്രകളും, തൻമത്രകളെ ചേർത്ത് വസ്തു രൂപങ്ങളും സൃഷ്ടിക്കുന്നു. ഏതൊരു സൃഷ്ടിയുടെയും പുറകിൽ പരമ ബോധമാകുന്ന മഹാ സൃഷ്ടി ശക്തിയാണുള്ളത്, വാസ്തവത്തിൽ നമ്മൾ ശക്തിയും പരമബോധവുമാണ്. നമ്മൾ ഒരു ക്വാണ്ടം ഫിസിസ്റ്റിനെ ചെന്നു കണ്ട് "ലോകത്തെ സൃഷ്ടിച്ചത് ഏതു വസ്തുവാണ്" എന്ന് ചോദിച്ചാൽ അദ്ദേഹം പറയുക,"ഊർജ്ജ" ത്തിൽ നിന്നാണ് ലോകം ഉണ്ടായത് എന്നായിരിയ്ക്കും. 'ഊർജ്ജം' എന്നാൽ എന്താണെന്ന് അദ്ദേഹത്തോട് ചോദിച്ചു എന്നിരിക്കട്ടെ. അപ്പോൾ അദ്ദേഹം പറയും,"അത് സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ടതോ നശിപ്പിക്കാവുന്നതോ ആയ ഒന്നല്ല.അത് എന്നും ഉണ്ടായിരുന്നു; ഇന്നും നിലനിൽക്കുന്നു; എന്നും നിലനില്പ് തുടരുകയും ചെയ്യും. അത് രൂപങ്ങൾ പ്രാപിക്കുകയും, രൂപങ്ങളിലൂടെയും രൂപങ്ങൾ ഒന്നും കൂടാതെയും നില നിൽക്കുവാൻ സമർത്ഥവുമാണ്"എന്ന്.

ഇനി നാം ഒരു ആത്മീയാചാര്യനെ ചെന്നു കണ്ട് ഇതേ ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുന്നു എന്നിരിക്കട്ടെ. മറുപടിയായി അദ്ദേഹം പറയുക, പ്രപഞ്ചസൃഷ്ടാവ് ദൈവമാണെന്നാണ്. ദൈവം എന്നും ഉണ്ടായിരുന്നു. ഇപ്പോഴും ഉണ്ട്, എല്ലാ കാലത്തും ഉണ്ടായിരിക്കുകയും ചെയ്യും എന്നും അദ്ദേഹം പറയും. ദൈവത്തെ ആരും സൃഷ്ടിച്ചതല്ല, ആർക്കും നശിപ്പിക്കുവാനും കഴിയുകയില്ല എന്നും, ദൈവം പല രൂപങ്ങളും കൈക്കൊള്ളുകയും രൂപാതീതനായി വർത്തിക്കുകയും ചെയ്യുമെന്നും അദ്ദേഹം കൂട്ടിച്ചേർക്കും.

ക്വാണ്ടം ഫിസിസ്റ്റും, ആത്മീയാചാര്യനും ഒരേ കാര്യം വ്യത്യസ്ത രീതിയിൽ പറയുകയാണ് ചെയ്തത്. നാം പലതിനും കൊള്ളാത്തവരാണ് എന്ന് തോന്നിക്കൂടാ. നമ്മൾ പരമാത്മ ചൈതന്യമത്രെ. നമ്മൾ ഊർജ്ജ മണ്ഡലങ്ങളാണ്. അഭൗമമായ ഊർജ്ജമണ്ഡലത്തിന്റെ നിശ്ചയമനുസരിച്ച് ചരിയ്ക്കുന്ന ഊർജ്ജമണ്ഡലങ്ങളാണ് നമ്മൾ. നമ്മൾ ഓരോരുത്തരും നാശമില്ലാത്ത ഊർജ്ജകണികകളാണ്. നമ്മൾ അനശ്വര ആത്മ ചൈതന്യങ്ങളത്രെ. ക്വാണ്ടം മെക്കാനിക്സും, ക്വാണ്ടം കോസ്മോളജിയും ഇത് ശരി വയ്ക്കുന്നു. (ശ്രീനാരായണ ഗുരുദേവൻ, 'കുണ്ഡലിപ്പാട്ടിൽ' "ഓ മെന്നു തൊട്ടൊരുകോടിമന്ത്രപ്പൊരുൾ നാമെന്നറിഞ്ഞുകൊണ്ടാടുപാമ്പേ" എന്നു പാടിയതിനു പുറകിലെ സത്യദർശനവും തത്വ ദർശനവും ഇതു തന്നെ).

ദി പവ്വർ ഓഫ് നൗ: 14

മനോനാശത്തിലൂടെ സത്യബോധം

കൂടുതൽ ഊർജ്ജിതവും വികസിതവുമായ ചിന്താ രൂപത്തെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നതാണ് വികാരം എന്നു പറയാം. കൂടുതൽ ഊർജ്ജം വമിക്കുന്നതു കാരണമാവാം വികാരത്തെ ശ്രദ്ധിക്കുവാൻ തുടക്കത്തിൽ വിഷമം കാണുക സ്വാഭാവികമാണ്. അബോധപൂർവ്വം വികാരവുമായി നാം താദാത്മ്യം പ്രാപിച്ചുപോവുന്നതാണ് ഇതിനു കാരണം. വികാരം താല്ക്കാലികമായി നമ്മൾ തന്നെ ആയിത്തീരുന്ന അവസ്ഥയിൽ ചിന്തയും വികാരവും പരസ്പരം വിശപ്പടക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ചിന്ത വികാരത്തിന് ഊർജം പകരുകയും വികാരം തിരിച്ച് ചിന്താരീതിയെ ബലപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥയിൽ നാം വികാരവുമായി തന്മയീഭവിച്ചു പോവുകയാണ് ചെയ്യുക.

അടിസ്ഥാനപരമായി, എല്ലാ വികാരങ്ങളും രൂപഭാവങ്ങൾക്കതീതമായ നമ്മെക്കുറിച്ചുള്ള തിരിച്ചറിവിന്റെ അഭാവത്തിൽ പിറവിയെടുക്കുന്ന അവ്യവഛേദിതവും മൗലികവുമായ വികാരത്തിന്റെ രൂപാന്തരങ്ങളാണ്. അവ്യവഛേദിതമായ സ്വഭാവം കാരണം ഈ മൗലിക വികാരത്തെ ഒരു പേരു നൽകി വിശദീകരിക്കുക പ്രയാസമത്രെ. "ഭയം" എന്ന വാക്ക് ഏതാണ്ട് ഇതിന് ചേരുമെങ്കിലും "വേദന" എന്നു വിളിക്കുന്നതാവും ഉചിതം. മനസ്സിന്റെ പ്രധാന പ്രവർത്തനം വേദനയുടെ വികാരത്തോട് യുദ്ധം ചെയ്യലും അതിനെ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിക്കലുമാണ്. പക്ഷെ വേദനയെ തല്ക്കാലത്തേക്ക് മറയ്ക്കുവാനല്ലാതെ മനസ്സിന് മറ്റൊന്നും ആവില്ലെന്നതാണ് വാസ്തവം. മനസ്സ് വേദനയെ ഒഴിവാക്കാൻ കഠിനമായി യത്നിക്കുന്ന മുറയ്ക്ക് വേദന വർദ്ധിക്കുന്നു. ഇതിനൊരു പരിഹാരം കാണുവാൻ മനസ്സിനാവുന്നുമില്ല, നമ്മെ അത് പരിഹാരം കാണാൻ അനുവദിയ്ക്കുന്നുമില്ല. കാരണം "പ്രശ്ന"ത്തിന്റെ തന്നെ ഭാഗമാണ് മനസ്സ് എന്നതു തന്നെ. കള്ളൻ, പോലീസ് മേധാവി കൂടിയായിരിയ്ക്കെ ആ പോലീസ് മേധാവിയ്ക്കെങ്ങിനെ താൻതന്നെയായ കള്ളനെ പിടിയ്ക്കുവാനാവും? മനസ്സാണ് ഞാൻ എന്ന ധാരണയിൽ നിന്ന് നാം വിടുതൽ നേടിയാലല്ലാതെ മനസ്സാവുന്ന വേദനയിൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടുവാൻ നമുക്കാവില്ല. അതായത്, മനസ്സ് സൃഷ്ടിച്ചു നൽകുന്ന അഹങ്കാരത്തിൽ നിന്ന് നാം മോചനം നേടണമെന്നർത്ഥം. അത് സാധിക്കുമ്പോൾ മനസ്സ് അധികാര പീഠത്തിൽ നിന്ന് മറിഞ്ഞു വീഴുകയും നമുക്ക് നമ്മുടെ യഥാർത്ഥ പ്രകൃതിയെക്കുറിച്ചുള്ള ബോധം ഉദിയ്ക്കുകയും ചെയ്യും.

നമ്മുടെ കർത്തവ്യങ്ങൾ

- *സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ പതിവായി ഹീലിങ്ങ് നിർവ്വഹിക്കൽ*
- *പഞ്ചശീലങ്ങൾ മാനസികമായി ആവർത്തിക്കലും അവയുടെ പൊരുളുകളെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കലും*
- *'ഹീലിങ്ങ് ഇന്ത്യ' പരിപാടിയിൽ പങ്കെടുത്തുകൊണ്ട് ദിവസേന ഇന്ത്യയ്ക്ക് റെയ്കി നൽകൽ.*
- *ഐ.ആർ.എ റെയ്കി ബോക്സിലേക്ക് പതിവായി റെയ്കി നൽകൽ*
- *ബന്ധുക്കളെയും പരിചയക്കാരെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും മുദ്രാറെയ്കി യുമായി പരിചയപ്പെടുത്തലും മുദ്രാറെയ്കി ഉപാസകരാവാൻ പ്രേരിപ്പിക്കലും*
- *സ്വന്തം പ്രേരണ കാരണം മുദ്രാ റെയ്കി ഉപാസകരായവരുടെ സംശയങ്ങൾ തീർക്കലും അവർക്ക് പ്രോത്സാഹനം നൽകലും.*

Printed & Published by Indian Raiki Association, 'Sobhanam', Mankavu, Kozhikode -7, Ph: 9895611907. For Private Circulation only