



മുഡ്രാരൈകി

website : www.mudraraiki.com



പ്രാഞ്ചിനംഗം 1935 കുട്ടികൾ 1189
മാർച്ച് 2014

ഇന്ത്യൻ റൈറ്റർ അസോസിയേഷൻ ബുള്ളറ്റിൻ

വോളം 5 ലക്ഷം 3

ആമുഖക്കുറിപ്പ്

പുതുവത്രംസരാഗംസകൾ

ഇന്ത്യാമഹാരാജ്യത്ത് ബിനിന്നുകാരും മറ്റും വാർഷിക കക്കണക്കുകൾ അധിക്കൃതർക്ക് സമർപ്പിയ്ക്കേണ്ട മാസ മാണ്ഠ് മാർച്ച്. അർഭവാർഷികകക്കണക്കു സമർപ്പണത്തിൽനിന്ന് മാസം സപ്റ്റംബരവുമാണ്. ഇയൽവർഷിയിൽ മാർച്ചിലായ തിന്ന് പൊരുശ് എന്നായിരിക്കുണ്ടാണ്?

ഈ രാജ്യത്തെ വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങൾ വാർഷിക പരീക്ഷ നടത്തുന്നതും മാർച്ച് മാസത്തിലാണ്. പാരലാഗ അർ പരിപ്പിച്ചു തീരാത്തതും പരീക്ഷാവിഭാഗത്തിൽനിന്ന് പിടി പൂക്കേടും കാരണം ചില പരീക്ഷകൾ ജൂൺ, ജൂലൈയ് മാസ അഞ്ചോളം നീളാറുണ്ടെങ്കിലും ഇന്ത്യയിൽ വിദ്യാഭ്യാസ വർഷം അവസാനിയ്ക്കുന്നത് മാർച്ചിലാണ്. ഏന്തായി ദിനങ്ങാം ഇതിന്റെ കാരണം?

പൊരുജും കാരണവും മറ്റാന്നല്ല. ഇന്ത്യയുടെ ദേശീയ വർഷം അവസാനിയ്ക്കുന്നതും ആരംഭിയ്ക്കുന്നതും മാർച്ച് 21-22 തീയതികളിലാണ്. ശാലിവാഹന ശക്വർഷ മാണ്ഠ് നാം ദേശീയ വർഷമായി അംഗീകരിച്ചിട്ടുള്ളത്. ചെച്ചത്രമാസത്തിലെ വസന്തപ്രതിരിപ്പ് ആരംഭവും ‘യുഗാദി’യും (കലിയുഗം ആരംഭിച്ചതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള വർഷഗണന) മാർച്ച് മാസത്തിൽത്തന്നെ (മാർച്ച് 31) വരുന്നു. 18-ാം നൂറ്റാണ്ടിന്റെ പകുതിവരെ (1752 വരെ) ബൈറ്റന്തും പുതുവത്രംസരാഗം കണക്കാക്കിയിരുന്നത് മാർച്ച് മുതൽക്കാലിയരുന്നു. ചുരുങ്ഗേയും സുരുങ്ഗേയും നിരീക്ഷിയ്ക്കപ്പെട്ട ശത്രയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കണക്കാക്കപ്പെടുന്ന വർഷാലാറുകൾ മാർച്ച് മാസത്തിൽ സമേച്ചിയ്ക്കുന്നു എന്നത് നമ്പുകൾ അതുതും തരുന്നതെങ്കിലും ഒരു യാമാർത്ഥമാണ്.

ബി.സി. 750 നു മുമ്പ് രോമസാമാജ്യത്തിൽ നിലനിന്നിരുന്നതും രോമുലസ് രൂപപ്രേക്ഷിത്തിയതുമായ കലണ്ടറിൽ 10 ചാന്ദ്രമാസങ്ങളെ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളത്. ആ കലണ്ടർ ജൂലിയസ് സിസർ പരിഷ്കരിച്ചു. അമേരിക്കയിൽ കൂടിയേറിയ യുറോപ്പൻമാർ ജൂലിയൻ കലണ്ടറുമായാണ് അവിടെയെത്തിയത്. ഈ ജൂലിയൻ കലണ്ടർ 1582 ത്ത് പോല്ല് ശ്രേഷ്ഠി പരിഷ്കരിച്ചു. അതോടെ ഇതിന്റെ പേര് ശ്രേഷ്ഠി കലണ്ടർ എന്നായി. മുമ്പ് സുചിപ്പിച്ചതുപോലെ 1752 ത്ത് മാത്രമാണ് ബൈറ്റൻ അതു അംഗീകരിച്ചത്. ഒഴു അതിലേതുകൂടി നീങ്ങിയത് കമ്പ്യൂണിറ്റ് വിപ്പവത്തിനു ശേഷവും.

പാശ്ചാത്യ സാമ്രാജ്യത്തിലെ സംഭാവനയായ ശ്രേഷ്ഠി കലണ്ടറിനുപകരം സ്വതന്ത്ര ഇന്ത്യയുടെ പാർലിമെന്റ് ‘സമരാത്തവിന്’തോന്തരം ആരംഭിയ്ക്കുന്ന ശാലിവാഹന ശക്വർഷം ഇന്ത്യയുടെ ദേശീയകലണ്ടറായി അംഗീകരിയ്ക്കുകയായിരുന്നു. പക്ഷേ ഈ ഇന്ത്യം നമ്പുകൾ ഇന്ത്യ കാർ മന സ്കൂളിലാക്കിയില്ല എന്നത് സക്കടക രമായ യാമാർത്ഥമാണ്. നമ്പുകൾ സ്വാതന്ത്ര്യവോധം പുർണ്ണമാക്കപ്പെട്ടില്ല എന്നതിന്റെ തെളിവാണിൽ നശിച്ചുപോയ റോമ സാമ്രാജ്യത്തിന്റെ അവശിഷ്ടങ്ങൾ ഇന്ത്യം നമ്പുകൾ ചുമക്കേണ്ടതുണ്ടോ?

ഇന്ത്യാ ഗവൺമെന്റ് അംഗീകരിച്ച ശക്വർഷ കാലഗണനയെ വിന്മിച്ച് ജനുവരി ഓനിന് ആരംഭിയ്ക്കുന്ന ശ്രേഷ്ഠിവർഷത്തെ പുതുകുന്നതിലെ അപഹാസ്യതയിലേയ്ക്ക് വിരൽ ചുണ്ടുവാൻ “സാസമ്പ്രാം” ആഗ്രഹിയ്ക്കുന്നു. മാർച്ച് 22 ന് ആരംഭിയ്ക്കുന്ന ഇന്ത്യയുടെ സ്വന്തം ശകവർഷം രംഭാന്തിരത്തിൽ എല്ലാ വായനക്കാർക്കും “സാസമ്പ്രാം” തിന്ന് പുതുവത്സരാഗംസകൾ!

ഉസ്തുതി സ്മരണയിൽ മാർച്ച് മാസം

ഉസ്തുതിയെ സംബന്ധിച്ച നിംഫ മാസമാണ് മാർച്ച്. 1922 മാർച്ച് 6 മുതൽ 27 വരെയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ അദ്ദേഹം ജപ്പാനിലെ ‘കുറാമ’ കുനിയേൽ നടത്തിയ 21 ദിവസത്തെ തെള്ളിന്റെ ഫലമാണ് നമ്പുകൾ നവജീവൻ പ്രദാനം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന റൈക്കി. പല മഹാരാജരും സപ്റ്റംബരം കണ്ണ് ‘നവലോക’ തിന്നുന്ന സൃഷ്ടിസാഖ്യത ഉൾക്കൊള്ളുന്നതും തികച്ചും വ്യക്തിനിഷ്ഠവും ലളിതവും ഫലവത്തു മായ ഒരു ഉപാസനാപദ്ധതി ലോകത്തിനു സമാനിച്ച യോജനയിലും സമാധി സംബന്ധിച്ചതും മാർച്ച് 9 ന്).

ഈ കാരണങ്ങളാൽ മാർച്ച് നമ്പുകൾ വിശ്വഷപ്പെട്ട മാസമാകുന്നു. ഈ മാസത്തെ റൈക്കി ഉപയോഗിച്ചുള്ള ഉഖർജ്ജിത സയംനവീകരണ ഉപാസനയ്ക്ക് വിനിയോഗിയ്ക്കുവാൻ കഴിയുന്ന കുറച്ച് വർഷങ്ങളായി ഇന്ത്യൻ റൈക്കി അസോസിയേഷൻ പ്രേരണ ചെലുത്തിക്കൊണ്ടിരിയ്ക്കുകയാണ്. മാർച്ച് 6 മുതൽ 27 കൂടിയ ദിവസങ്ങളിൽ പതിവിൽക്കവിഞ്ഞു ശുശ്കകാനിയോടെ റൈക്കി ഉപയോഗി ഉപാസന നടത്തിക്കൊണ്ട് നമ്പുകൾ ഗുരുനാമ്പുകൾ പാതയിലാണ് നമ്പുകൾ ഉറപ്പുവരുത്താം. ഈ ആശയം നമ്പുകൾ ഇവിടെ കുടിയപ്പോഴാണ് മനസ്സിലാക്കുവാൻ കഴിയുന്നതെന്ന് എന്ന് പറയേണ്ടതുവരുടെ മുന്നിൽ നാളെ മുതൽക്കുള്ള 18 ദിവസങ്ങളാണ്. ഈ ദിവസങ്ങൾ അവർക്ക് ഉഖർജ്ജിത സയം നവീകരണ ഉപാസനയ്ക്ക് ഉപയോഗപ്പെടുത്താവുന്നതാണ്.

കുടുതൽ സമയം ഓരോ ശരീരസ്ഥാനങ്ങളിലും റൈക്കി നൽകുക, ഓനിൽ കുടുതൽ പ്രാവശ്യം ഓരോ ശരീരസ്ഥാനം അഭിലാശിക്കുന്ന റൈക്കിയെ നിർവ്വഹിക്കുന്ന മണിക്കൂർ ഇടവിട്ടോ 6 മണിക്കൂർ ഇടവിട്ടോ ശരീരത്തിലെ എല്ലാ നിർദ്ദിഷ്ട സ്ഥാനങ്ങളിലും റൈക്കി നൽകി കൊണ്ട് (ഉദയം മുതൽ പിറ്റേഡിവസം ഉദയം വരെ) യാമാഹിലിങ്ക് നിർവ്വഹിയ്ക്കുക, പദ്മശലിംഗങ്ങൾ കുടുതൽ തവണ മാനസികമായി ആവർത്തിയ്ക്കുകയും അവരെ കുറിച്ച് അലോചന ചെയ്യുകയും പരിചുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്യുക എന്നതെല്ലാം ഉഖർജ്ജിത സയം നവീകരണ റൈക്കി ഉപയോഗം ഭാഗമായി നിർദ്ദേശിക്കുവാനുള്ളത്.

റൈക്കി എന്ന മഹാസാഖ്യതയെക്കുറിച്ച് മറ്റുള്ളവരെ യഥിപ്പിക്കുവാനും ഈ കാലം വിനിയോഗിയ്ക്കുന്നതും വ്യക്തി നിർമ്മാണത്തിലും രാഷ്ട്രീയനിർമ്മാണം സാഖ്യമാക്കുവാനുള്ളതു പലമഹാസ്ഥാനരും സ്വപ്നം നാലു ദിവസത്തിലും സ്വന്തമായി പോയത് അവർക്ക് സാധിക്കുവാനുള്ളതു അവരുടെ കാരണമാണ്. ആ കുറവ് നമ്പുകൾ നികത്താം. റൈക്കി ഉപയോഗിച്ച ജീവിവസംസ്കരണ സാധിക്കുവാനും വ്യക്തികളുള്ള സമൂഹത്തിൽ ആരോഗ്യവും സന്നദ്ധതയും സമാധാനവും നിർത്തുന്നതും

മാർച്ച് മാസത്തെ ക്രാസ്സുകൾ

Ist ലെവൽ ക്ലാസ് - 16 - 03 - 2014 - സാധാരണ അളക്കാപുരി

IIInd ലെവൽ ക്ലാസ് - 23 - 03 - 2014 - സാധാരണ അളക്കാപുരി

IIIInd ലെവൽ ക്ലാസ് - 13.3.2014ന് ഉച്ചമുതലും 14.3.2014നും ഏപ്രിൽമാസത്തെ “ചുഡ്രാഗിയ്ക്ക്” ഉപാസക സംഗമം 06 - 04 - 2014 സാധാരണചുവന്നു ലെവക്കുന്നേരം 3 മണിയ്ക്ക് അളക്കാപുരിയിൽ



എൽ. റിഹ്യകുമാർ ചെയർമാൻ

‘ஸ்ரீபுர’ தாற்றிக்கறவேஷன்கேஸ் இலின்னாலக்குட

தனித் பூலர்கள். ஸாங்காறிகவுட் அறசாரப்பறவுட் மட்டுமாய் பிரான்சில் பிரதேகத்தக்கலைஞர் கவர்களாகப் பீடில். நாட்காலியாவின் ரெஸாயிகாவையும் சேதமாவுடனில். அதை ஸாங்கெவியக்கலைஞர் வலியொரு ஸாமாஜிகத்தின்றே ஹாஸ்மான் தன்னால் எடுத்த வோய் நாட்காலியாவுடனிலும் பிரசக்ளிலும் ஸாங்கெவியக்கலைஞர் மாத்ரமான். ஸமூஹத்தை செய்திலும் ஸாங்கெவியக்கலைஞர் ஸாங்கெக்கலையும் தன்னால் அயிகார ஸிமயக்கைத்து எடுக்குவதும் நீதியும் உருப்புவரத்துக்கும் பிரஜாஸாங்கக்ஷணாச்சூமதல பாலியக்கலைக்குமான் ராஜயர்மான் அமவா கஷ்டிதியர்மான். “ராஜாவ் ஹஸ்தாத்துக்கொள்க்க என்னால் தெய்வப்பூட்டான் கஷியுடன்று” என்ற ஜஷிமார் நாடுஷ்ணோக் பரயுந ஹாம் (ஸௌநோதோஶா பரவும் - 11) மஹாலாரதத்தின் காளைா. வகாந்தி ஹாக்கத் தபோய்யானங்களிலேபைக்க ஜீவிச்சுபோன ஜஷிமார்க்கும் தாப்பானால்க்கும் வந்துமுடியும்போனாலே வோஹமுளைவாதை நோக்கேலே வொல்யுத்தயை கஷ்டிதிய யர்மத்தின்றே ஹாஸ்மாயிருந்து. அது யர்மத்தின்றீன் வுதிப்பலிச்சு கஷ்டிதியகுலத்தை முடியக்கலைஞர் பரங்கு ராமாநு ஶரீகூஷ்ணாநும் முதிர்ந்து என்ற பூராணங்கள் பரயுந்து.

ഇന്ത്യ, 'മുൻ്ന് റിപ്പോ' ടിപ്പാറ്റിയിൽ

‘എൽ നിന്മോ എന കാലാവസ്ഥാ ഭിഷണിയെ ഇന്ത്യ
ഇന്ന വർഷം നേരിട്ടേണ്ടിവരുമെന്ന് വിദേശ ശാസ്ത്ര ലോക
തന്റെ മുന്നൻഡിപ്പ്. കാലവർഷത്തെ ഇത് കാര്യമായി
ബാധിച്ചക്കുമെത്ര. “ഉള്ളിയേശു” എന്ന് അർത്ഥം വരുന്ന
‘എൽ നിന്മോ’ 3 മുതൽ 7 വരെ വർഷങ്ങളിൽ ഒരിയ്ക്കലും
ഒബ്ബകൂടുന്ന പ്രതിഭാസമാണ്.

ലാറ്റിനമേരിക്കയിലെ ശാന്ത സമുദ്രത്തിരത് സമുദ്രങ്ങളും താപം വർദ്ധിയ്ക്കുന്നോഴാണ് ഇതുണ്ടാവുക. ശാന്ത സമുദ്രത്തിൽ ഇതുകാരണം നൃനമർദ്ദമുണ്ടാവുകയും തമുലം ഹിന്ദു സമുദ്രത്തിലേയ്ക്ക് വീശുന്ന കാലവർഷകാര്യഗതി മാറി ശാന്തസമുദ്ര പ്രദേശത്തെയ്ക്ക് വീശുകയും ചെയ്യും. കേരളത്തിലേയ്ക്ക് മഴ കൊണ്ടുവരേണ്ട കാറ്റാണ് ഇങ്ങിനെ മാറിപ്പോവുക.

‘എൽ നിന്മോ’ ഉണ്ടായ വർഷങ്ങളിൽ 60 ശതമാന ത്രേതാളം മഴ കുറവായതായാണ് കഴിഞ്ഞ 130 വർഷത്തെ

‘கஷ்ட’ தனிக்கின் தொலைமே செய்யும் வரையில் கஷ்டியின் (“கஷ்டாத் தொய்தே ஹதி கஷ்டிய”). ‘கஷ்டம்’ என்னால் முரிவு, பளிக்கு. பிரசுக்கலை யாதொலை விஷமண்ணிலை கூடாதெ பரிபாலிய்க்கூனவங்கள் கஷ்டியன். பகல்புவுயாயினோ ஸிருமரளவுமோ கொடுக்காரோ வெஞ்சல்பூக்கமோ வரச்சுயோ நாடிலுள்ளவுன்று போலும் இளைக்கற்றாவிரீ குருங்கொள்ளலையாக் கருதப்படுக் கிடை காலம் ஹத ராஜ்யத்துள்ளாயிருந்து. ‘ஸதாநாரோபாலம்’ கமார்யுந அதாநம் ஹத விஶவாஸத்தின் நின்கானப்போலும். தன்ற் மகசீல் ஜமமுறைத்தனித்தனை மறிச்சுபோகுந்தின் தூபுவிதாய ஏரால் ஸ்ரீக௃ஷ்ணரீ கொடுநாவாதித்தின்கலெத்தி அனுப்பூரதை அஞ்சேஷபிய்க்கூந்தாயி அது கமார்யுந காளை. ராஜாவாய ஸ்ரீக௃ஷ்ணரீ கொல்ல ரூதாய்மக்காளையாக் நாடில் ஸிருமரளவு ஸஂவியிய்க்கூந்த ஏன் அஞ்சேஷபமான் அது மனுப்புள்ள உன்னிச்சுத.

‘ക്ഷ’ എന ധാതുവിൽനിന്നും ‘കഷ്ട’ എന ധാതുവിൽനിന്നും കഷ്ടതിയൻ എന്നവാക്ക് സ്വീഷ്ടമാകുന്നു. ‘കഷ’ എന്നാൽ കഷയിക്കുക. ‘കഷ്ട’ എന്നാൽ മുറിപ്പ്, വേറിടൽ എന്നല്ലോ അർത്ഥം. മുറിത്ത് വേരപെട്ടാൽ കഷയിക്കുന്നു. മുറിവിൽ നിന്നും, വേരപെട്ട് നശിയ്ക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽനിന്നും സമൂഹത്തെ രക്ഷിയ്ക്കുക എന ധർമ്മാണ് കഷ്ടതിയന്നേൽ. അദ്യന്തരമായ വിശ്വാസപ്രവാനതകളേയും ബാഹ്യതലത്തിൽ നിന്നുണ്ടാകുന്ന ശത്രുശല്യങ്ങളേയും സ്വശക്തിഉപയോഗിച്ച് ജയിച്ച് സമൂഹത്തിൽ എക്കുവും സുരക്ഷിതത്വവും നിലനിർത്തുക എന്നതാണ് ധർമ്മാർത്ഥത്തിൽ കഷ്ടതിയന്നേ ധർമ്മം. കഷ്ടതിയ ചക്രവർത്തിമാർ നടത്തിയിരുന്ന ‘രാജസുധ’ ധാരതത്തിന്റെ തത്വവും സമൂഹത്തിന്റെ ഉദ്ധഗമനംതന്നെ. ചക്രവർത്തി, രാജസുധയാഗത്തിന്റെ മുന്നോടിയായി നാട്ടുരാജ്യങ്ങൾ വെട്ടിപ്പീടിച്ച് സംശാന ഏകാധിപത്യം സ്ഥാപിയ്ക്കുകയായിരുന്നില്ല എന്ന് മഹാഭാരതം വായിച്ചാൽ മനസ്സിലാകും. പ്രദേശങ്ങളുടെ ഫെഡറൽ സംബിധാനമാണ് ചക്രവർത്തിയുടെ സാമ്രാജ്യം

ചതിത്രം പരിശോധിച്ചവരുടെ നിഗമനം. 2002, 2004 2012 വർഷ ഓളിലെ സമീപകാല അനുഭവങ്ങളിലേയ്ക്ക് ഈവർ വിരൽ ചൂണ്ടുന്നു.

‘എൽ നിന്മോ’ ദുരികതിയ്ക്കപ്പെട്ടവാൻ ഉദ്ദേശിച്ചുകൊണ്ട് നമുക്ക് ഭൂമിയ്ക്കായി രെയ്ക്കി നൽകാം. ലാറ്റിനമേരിക്കൻ സമുദ്രതീരത്തെ താപനിലയുമായും നമുടെ ക്ഷേമം ബന്ധ പ്ലൈറിയ്ക്കുന്നു എന്ന തിരിച്ചറിവിലേയ്ക്ക് നമ്മുണ്ട് നയിയ്ക്കുവാൻ ഈ വാർത്താശകളം ഉപകരിയ്ക്കേണ്ട്. “ലോകാഃ സമസ്താ സുഖിനോ ഭവന്തുः” എന്ന ഭാരതത്തിന്റെ പ്രാർത്ഥന എത്രമാത്രം അർത്ഥഗർമ്മങ്ങൾ നമുക്ക് തിരിച്ചറിയാം.

ଏହାରେ ଲୁହା ଅନ୍ତରେରଥାଯ ଲୁହାଯୁଦ୍ଧ ବାରି

എന്റെ വിധി എന്റെ ആത്മശക്തിയുടെ ഭാഗം

എന്റെ വിധി എന്റെ ആത്മശക്തിയ്ക്കു താഴൊവുന്നത്

എന്ന് රෙකති ගෙටුවෙන්තෙලු, ගෙඩවතිනේත්

'സാവിത്രി' - മഹർഷി അദ്വൈതൻ

ലോകത്ത് ഉാർക്കരും ശരീരവും

- സി. എം. കൃഷ്ണമുഖി -

നമുക്ക് ഭക്ഷിയ്ക്കുവാനും ഉപയോഗിയ്ക്കുവാനും ആവശ്യമായ വസ്തുകൾ പുറമെന്നിനാണ് എത്തിച്ചേരുന്നത്. അവ ഉൽപ്പാദനക്രമത്തിൽനിന്ന് നമ്മുടെ അടുത്തുള്ള ലോകത്ത് മാർക്കറ്റിലെത്തുന്നു. അവിടെനിന്ന് അവ നാം വിട്ടില്ലത്തിയ്ക്കുന്നു. ഉപയോഗത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള സംഭരണക്രമം ഈതാണല്ലോ.

ഉൽപാദനകേന്ദ്രങ്ങളിൽ അവധ്യവ
സ്തുകൾ ഉൽപ്പാദനം ചെയ്യപ്പെട്ടു
കൊണ്ടു മാത്രമായില്ല. അവ സീകരിച്ച്
ആവശ്യകാർക്ക് ലഭ്യമാക്കുവാനുള്ള
പ്രാദേശിക കമ്പോളം പ്രവർത്തന
സജ്ജമാവണം. നട്ടിലെ ചില കട
കൾപ്പട്ടി ഹർത്താലാചരിച്ചാൽ അവിട
ങ്ങളിൽനിന്ന് ലഭിയ്ക്കേണ്ട വസ്തു
ക്കളോ സേവനങ്ങളോ ആവശ്യകാരൻ
ലഭിയ്ക്കുകയില്ല.

இனி நம்முடை கரைத்தெ பிரான் ஶிக கண்ணாலும் ஏற்ற நிலத்தில் கடகு நோக்குக. அது கரைத்தெல 108 மரம் ஸமாங்கஸ், கண்ணாலுத்தெல விவிய கடகச்சுக் ஸமாங்மாள். அவயில் பலதும் தூக்காதிருந்தாலும் அவயி லேய்க்கு வரைத்தெவ (பிரான்கி) பூரிலோகத்துநின்பு பிவேஶிற்க்காதி ருந்தாலும் ஸழுலதேக்கத்தின் (கரைத்தெ க்க) ஜீவநிழல் ஆவஶ்யங்கு நிரவேற்றாக கஷியுக்கியில்.

സമുദ്ര ദേശ ഹരത്തെ പ്രാദേശിക കമ്പോളത്തോട് താരതമ്യപ്പട്ടാത്തിയ ലോ. സുക്ഷ്മദേഹത്തെ അയൽപ്പക്ക മാറ്റും കാരണദേഹത്തെ വിടായും ജീവനെ താമസക്കാരനായും (ഉപദേശ കതാവായും) കണ്ണേകകുക. കാരണ ദേഹമാകുന്ന (Causal Body) വീടിലെ, ജീവനാകുന്ന താമസക്കാരൻ സ്വന്മ വും സന്ധനവുമായ ജീവിതം സാഖ്യ മാവണമെങ്കിൽ അയൽപ്പക്കമാവുന്ന സുക്ഷ്മദേഹവും പ്രാദേശിക കമ്പോള മാകുന്ന സ്ഥലദേഹവും സൗഹാർദ്ദപര മായി വർത്തിയക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്.

സമുദ്രത്തോട് പ്രാബല്യമുണ്ട്. കുന്നുകളിൽ മാത്രം സൗഹ്യാർദ്ദനം വരുമായി വർത്തിച്ചുവരുന്നതിൽ മതിയാവുകയില്ല. ആ കമ്പോളത്തെ സമുദ്രവ്യൂഹം മിക്ക ചുതുമാക്കുന്ന ബാഹ്യലോകത്താട്ടം അത് സൗഹ്യാർദ്ദനമാണ്. പുലർത്തേ ഒരു ആവശ്യമാണ്. മുഴുവൻ കാര്യത്തിലാണ് നമ്മുടെ ശരീരം മറമാവുന്നത്.

അതിരെ ബാഹ്യലോക വുമായുള്ള
ആദാന-പ്രാദാന ബന്ധം പ്രായേണ കുറി
വാണ്. തനുലം വിഷമ മനുഭവി
യ്ക്കേണ്ടി വരുന്നത് ജീവനാണ്.
അതിരെ നവീകരണ -നവോമേഷ
പ്രക്രിയകൾ തനുലം വേണ്ടതുപോലെ
നടക്കാതാവുന്നു.

‘ശരീരമാദ്യം വലുയർമ്മസാധനം’ എന്ന പറാബികമായ ഓർമ്മപ്പട്ട തത്ത്വ തികച്ചും പ്രസക്തമാണ്. ‘യർമ്മം’ എന്നാൽ ‘ഭ്രമായനിലനിൽപ്പ് സാഖ്യമാക്കുന്നത്’ എന്ന് മനസ്സിലാക്കാം. ഭ്രമായ നിലനിൽപ്പ് സാഖ്യമാകുന്ന ഉപകരണമാണ് ശരീരം എന്ന സാരം. പ്രവർത്തിയ്ക്കുവാനും പ്രവർത്തനപ്രാഡാം ആസ്വദിയ്ക്കുവാനും ശരീരം കൂടിയേതും.

പണ്ടിരെ വിനിമയക്രമാണ്
കമ്പോളം എന്നതുപോലെ പ്രാണരേൾ
വിനിമയക്രമാണ് ശരീരം. പണ്ടിരെ ഉള്ളജ്ഞിതമായ ക്രയവിക്രയ
അശ്ര കമ്പോളത്തെ ജീവത്തും പ്രയോ
ജനകരവുമാക്കുന്നു. കമ്പോളത്തിലെ
കച്ചവടക്കാർ സ്വന്തം സാധാരണിക
ഗേഷി ഉപയോഗിച്ച് തങ്ങളുടെ കടയിൽ
ഉപഭോക്താക്കൾക്ക് ആവശ്യമായ പല
തരം ആധുനിക ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ സംബന്ധിച്ച്
വെച്ചുവെച്ചുന്നു. അവിടെനിന്ന് സ്വന്തം
ധനഗേഷിയും ആവശ്യവുമനുസരിച്ച്
ഉപഭോക്താക്കൾ സാധനങ്ങൾ സ്വന്തം
മാക്കുന്നു. അതേപോലെ ദേഹത്തിലെ
മർഹമങ്ങൾ സ്വന്തം പ്രാണഗേഷിയെന്നു
സരിച്ച് ബാഹ്യപ്രവഞ്ചത്തിൽനിന്ന് മുല
പ്രാണനെ ആഗ്രഹിരണ്ണം ചെയ്യുന്നു. ഈ
മുലപ്രാണനെ ശരീരത്തിലെ അവയവ
അശ്ര അവയുടെ ആഗ്രഹിരണ്ണഗേഷിയെന്നു
സരിച്ച് സീകരിച്ച് പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നു.
നല്ലൊരു ഉപഭോക്താവ് സ്വന്തം ഉയർന്ന
ക്രയഗേഷിയെന്നുസിച്ച് കമ്പോളത്തിൽ
നിന്ന് സുവജിവിതത്തിന് സഹായക
മായ ഉൽപ്പന്നങ്ങളും സേവനങ്ങളും
സീകരിച്ചുകൊണ്ടിരിയ്ക്കും. അതേ
പോലെ ആരോഗ്യവത്തായ ജീവൻ,
ശരീരം മുഖേന ബാഹ്യലേക്കത്തുനിന്ന്
മുലപ്രാണനെ തുടക്കിയായി ആഗ്രഹി
രണ്ണം ചെയ്ത് സ്വസ്ഥതയും സൗഖ്യ
വും അനൂദിവിയ്ക്കാം.

നേരത്തെ സുചിപ്പിച്ചതുപോലെ
നമ്മുടെ ദേഹം നാല്ലുറു കമ്പോളം
പോലെ അതിരെ മർമ്മസ്ഥാനങ്ങളിൽ
ലും വേണ്ടതുപോലെ പ്രവർത്തി

യക്കുനில്ല. അതുകാരണം പ്രാണോപ
ദോഗം പരിമിതിക്കരിയ്ക്കപ്പെടുന്നു. ട്രാന്
തയും ഉൽക്കണ്ഠയും നാനാവിധ
ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളും ഒന്ന് രൂക്ഷ
ങ്ങളുമാവും ഇതിന്റെ പരിണിതഫലം.
ഈ അപകാരതയ്ക്ക് പ്രായോഗികവും
ലളിതവുമായ പരിഹാരമാണ് പതിവാ
യുള്ള റെയ്ക്കി സാധന.

കുവോളത്തിലെ വിവിധ കടകളി
ലേയ്ക്ക് ആവശ്യമുള്ള വസ്തുകൾ
വാഹനങ്ങളിൽ കൊണ്ടുചെന്നതി
യക്കുന്നതുപോലെ നാം കൈകൾ ഉപ
യോഗിച്ച് മുലപ്രാണശക്തിയെ ശരീര
ത്തിലെ മർമ്മസ്ഥാനങ്ങളിൽ വിന്നുസി
യക്കുന്നു. അതനുസരിച്ച് മുലപ്രാ
ണനെ ശ്രമിക്കും ആത്മകാവധി
ങ്ങളും സ്വാംഗീകരിച്ച് കൂടുതൽ ശ്രദ്ധി
യാർജ്ജിയക്കുന്നു. ഈ മുറിയകൾ
നമ്മുടെ എൻഡോക്രേറ്റിന് വഴി
സ്ഥലും നാഡിവ്യവസ്ഥയും രക്തചം
ക്രമണ-ദഹന-ശ്രോധന വ്യവസ്ഥകളും
ശരിയായരീതിയിലാകുന്നു. തൽഫല
മായി ജീവിക്ക് സ്വന്നമതയും സന്തോ
ഷവും സമസ്ലാവവും കൈവരിയക്കു
വാൻകഴിയുകയും ചെയ്യുന്നു. ആവശ്യ
ത്തിനുള്ള പ്രാണശക്തി ശരീരത്തിൽ
സംഭരിയ്ക്കപ്പെട്ട് അവസ്ഥയിൽ ഉള്ള ഗംംഡോ
ആധിയോ അലട്ടുകയില്ല. മാ
ത്രമല്ല, ഏറ്റവും നവീനമായ ഉൽപ്പന്ന
ങ്ങൾ അവ ഉപയോഗിക്കുന്നവരെ
എറ്റവും നവീനമാരാക്കുമെന്നതു
പോലെ മുലപ്രാണന്നർ (രെയ്ക്കിയുടെ)
പതിവായുള്ള ആഗ്രഹണം വഴി ജീവൻ
നിരന്തരമായി നവീകരിയ്ക്കപ്പെട്ടും.
ഈത് മനസ്സിൽനിന്നേയും ബുദ്ധിയുടെയും
വികാരങ്ങളുടെയും വിമലീകരണ
ത്തിനും പൂർണ്ണിയ്ക്കുന്ന വഴിയോരുക്കും.
രെയ്ക്കി ഉപാസനയിലൂടെ ശാന്തിയും
സമചിത്തതയും ബോധവികാസവും
നേടിയ വ്യക്തികൾ രൂപാക്കാളുന്ന
മുറിയകൾ ആരോഗ്യവത്തായ സമു
ഹവും രാഷ്ട്രവും ലോകവും രൂപപ്പെ
ടുമല്ലോ. ‘കുഞ്ഞേന്നോ വിശ്വമാരും’
(ലോകത്തെ ശ്രേഷ്ഠമായതാക്കുക)
എന്ന ഭാരതീയ മഹർഷിശരംഘാരുടെ
ആഹാരം പ്രാവർത്തികമാക്കുവാനുള്ള
എറ്റവും പ്രായോഗികമായ മാർഗ്ഗം
രെയ്ക്കി ഉപാസനയും രെയ്ക്കിയെക്കു
റിച്ച് ജനങ്ങളിൽ അവബോധം
വളർത്തലുമാണ്. രെയ്ക്കി അനുഭവി
യക്കുക, രെയ്ക്കി പ്രചരിപ്പിയ്ക്കുക.

എന്തുണ്ട് ബാക്കി

“നിങ്ങൾ എന്നൊരാൾ ഇല്ല എന്നതാണ് വാസ്തവം” - തന്നെ കാണുവാൻ വരുന്നവരോട് ബുദ്ധിമുഖം ഇങ്ങിനെ പറയാറുണ്ടായിരുന്നു. “നിങ്ങൾ ഇല്ലെങ്കിൽ, നിങ്ങൾക്ക് മരണവുമില്ല, ജനനവുമില്ല; ദുരിതങ്ങളും ബന്ധനങ്ങളും ഇല്ലെങ്കില്ല”. ഈത് അംഗികരിയ്ക്കുവാൻ പ്രയാസമുള്ളവർ യുാനിയ്ക്കുവാൻ ശ്രമിയ്ക്കേണ്ടതില്ല എന്നായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിനെ അഭിപ്രായം. ആദ്യം യുാനിയ്ക്കേണ്ടത് യഥാർത്ഥത്തിൽ നിങ്ങൾ ഉണ്ടോ ഇല്ലയോ എന്നതാണ്.

ഇങ്ങിനെ യുാനിയ്ക്കുവാൻ തുടങ്ങിയാൽ മനസ്സിലാവുക, ശരിരം എന്നത് പലതും കൂടിച്ചേർന്നുണ്ടായ ഒന്നാണ്. അമധ്യത്തിൽ നിന്നും അച്ചുനിൽക്കുന്ന കഴിയ്ക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിൽ നിന്നും വന്നുകൂടിയവയുടെ കുടായ്മയാണ് ശരീരം. ഈ ശരീരത്തിൽ നിങ്ങൾ എവിടെ? ഇന്ന് മനസ്സിനെക്കുറിച്ച് യുാനിച്ചുനോക്കു... ഇവിടെനിന്നും അവിടെനിന്നും വന്നുചേർന്ന ചിലതല്ലാതെ മനസ്സ് തന്നതായ ഒന്നല്ലതനെ. അതും ഒരു കുടായ്മ മാത്രം. അതിലും നിങ്ങളെ കണ്ടുകൂട്ടുകയില്ല. ആശ്വത്തിലേയ്ക്ക് യുാനത്തിലൂടെ കടന്നുചെന്നാൽ നിങ്ങൾ എന്ന പ്രതിഭാസം ഒരു ഉള്ളിപ്പോലെയാണെന്നുകാണാം. ഓരോ തോല്യം പൊളിച്ചുനോക്കിയാൽ അകത്ത് മറ്റാരുതോൽ കാണും. അങ്ങിനെ തോല്യകൾ പൊളിച്ചുമാറ്റി കൊണ്ടെങ്കിലും അവസാനം ഒന്നുമില്ലായ്മയിലേയ്ക്കാണ് ചെന്നെത്തുക. അന്തിമ വിശകലനത്തിൽ നിങ്ങളും അടിത്തട്ടില്ലാതെ ‘ശൃംഗത്’തന്നെ - ബുദ്ധി പറയുന്നു. ഈ ‘ശൃംഗത്’യ്ക്ക് നാശമില്ല; അതിനെ സർപ്പിയ്ക്കുവാൻ കഴിയുകയില്ല. ഈ ധാരണ ഉറച്ചവരെ മാത്രമേ ബുദ്ധി യുാനത്തിന് അനുവദിയ്ക്കാറുണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. (ബുദ്ധിന്റെ ‘ശൃംഗത്’, ധാതാനും ഇല്ലാത്ത അവസ്ഥയല്ല. എല്ലാ സാഖ്യതയും അടങ്കിയ പരമഖോദ്ദേശത്തിനും, ശുഭഖോദ്ദേശത്തിനും, അഞ്ചിഷ്ടമായ അമൃതാണ്ടത്.)

തുക്ക് എന്ന ഇന്ത്രിയവും ധാതുവും

അഞ്ചു ഇന്ത്രിയങ്ങളിൽ ഒന്നാണ് തുക്ക് അമവാ തൊലി. ഏഴു ധാതുകളെല്ലാം ഒന്നുകൂടിയാണ് അത്. തുക്ക് അമവാ തൊലി മറ്റൊരു നാല് ഇന്ത്രിയങ്ങളുമായും ബന്ധപ്പെട്ടിരിയ്ക്കുന്നു. നമ്മുടെ ശരീരത്തെ പൊതിഞ്ഞ് ബാക്ടീരിയകളിൽനിന്നും രോഗാണുകളിൽനിന്നും സുര്യപ്രകാശത്തിലെ അൾട്ട്രാവൈലും രഘ്മിക ഇൽനിന്നും അത് നമ്മുടെ സംരക്ഷിക്കുന്നു. ശരിരം എവിടെയെങ്കിലും ഇന്ത്രിയക്കുകയോ തട്ടുകയോ ചെയ്താൽ ഉണ്ടാകുന്ന ആശ്വാസത്തോടു കൂടാതുമായി തന്നെ കുറയാതെയും കുറയാതെയും നോക്കുന്നതും അതാണ്.

മനുഷ്യശരീരത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ അവയവമാണ് തുക്ക്. ശരീരഭാരത്തിന്റെ 15 ശതമാനത്തോളം അതിന്റെത്താണ്. ഏറ്റവും കുറികുറഞ്ഞതും തൊലി കണ്ണപോലെക്കുളിയും ഏറ്റവും കുറികുറിയത് കാൽപ്പാദത്തിലും കൈവെള്ളയിലുമാണ് ഉള്ളത്. എപ്പിയർമിസ്, ഡെർമിസ്, എന്റീ മുന്നു തട്ടുകളാണ് തൊലിയ്ക്കുള്ളത്. മിനുട്ടിൽ ഏതാണ്ട് മുപ്പതിനായിരം മുതകോശങ്ങൾ തൊലിയിൽനിന്ന് പൊഴിഞ്ഞുകൊണ്ടിരിയ്ക്കുന്നു. 28 ദിവസം കുടുമ്പോൾ ശരീരത്തിലെ മുഴുവൻ തൊലിയും ഇതുപോലെ പൊഴിഞ്ഞ് പുതിയവ വന്നിട്ടുണ്ടാവും. വിറ്റാമിൻ, എ, ഡി, ഇ, എന്നീപോഷകങ്ങൾ നല്ക്കരകിന് ആവശ്യമാണ്. മാനസിക പിരിമുറുകം മറ്റൊരു അവയവം ആശീര്ണപ്പോലെ തരകിനേയും ബാധിക്കും. വ്യായാമം തരകിനും ഉന്നേഷം നൽകും. ധാരാളം വെള്ളം കുടിയ്ക്കുന്നതും പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ എന്നീവ ധാരാളമായി കഴിയ്ക്കുന്നതും ചർമ്മസംരക്ഷണത്തിന് ആവശ്യമാണ്.

തുക്ക് എന്ന ധാതുവിന്റെ കേന്ദ്രം ‘വിശുദ്ധിക്കൈ’(തൊണ്ടയുടെ ഉൾവശത്ത്)മാണ്. അ മുതൽ അംവരയുള്ള 16 സുകഷ്മമസ് പരന്നങ്ങൾ പുറപ്പെടുവിയ്ക്കുന്ന വിശുദ്ധിക്കൈത്തിന്റെ നടുവിൽ സാന്നിദ്ധ്യം ചെയ്യുന്ന ‘ധാക്കിൻ’ എന്ന ഫോഗിനിയാണ് തുക്ക് എന്ന ധാതുവിന്റെ അധിവേദത്താചൈതന്യമെന്ന് ലളിതാ സഹസ്രനാമത്തിൽ കാണാം.

വാഴയിലയിൽ ഇണ്ണ് കാർസറിനെ അകൂറ്റം

തുശനിലയിൽ ചുട്ടുചോറും കരികളും വിളവി ഉണ്ണുകഴിയ്ക്കുന്ന പതിവ് കാർസറിനെ അകറ്റുമെന്ന്, റിജനൽ കാർസർ സെസ്റ്ററിലെ കമ്പ്യൂണിറ്റി ഓഫോളജി വിഭാഗത്തിലെ റിട്ട.പ്രോഫസർ ഡോ.ബാബുമാത്യു.

കൊഴുപ്പ് കുടുതൽ അടങ്കിയ ബീഹർ, മട്ടൻ, പനിയിരിച്ചി, ചീ, മുയൽമാംസം എന്നിവ മനിക്കുറുക്കേണ്ട ചുടാക്കിയാൽ ഉണ്ടാവുന്ന കാർസിനോജനുകൾ കാർസറിന് കാരണമാകാം. അമിതമായ പുകവലി, നിറം ചേർത്ത കുത്രിമ ആഹാരങ്ങൾ എന്നിവയും കാർസർ കഷണിച്ചിവരുത്തും. ഉപയോഗിച്ച എല്ലാ വിശേഷം ഉപയോഗിയ്ക്കുന്നതും ഇരുരോഗത്തിനിടയാക്കും. മാറിയ ജീവിതശൈലിയും ആഹാരക്രമത്തിലെ വൈവിധ്യവും വരുത്തുന്ന രോഗങ്ങളിൽ പലതും കാർസറിലേയ്ക്കെത്തിയ്ക്കുമെന്നും ഡോ.ബാബുമാത്യു പറഞ്ഞു.

(മാതൃലൂമി, ‘നഗരം’ - 2014 ഫെബ്രുവരി 5)

**പുതിയ
മീസ് നിരക്കുകൾ
22.03.2014 മുതൽ**

I st	: 2000.00
II nd	: 3000.00
III rd 'A'	: 7000.00