



# സ്വാസ്ഥ്യം

website : www.mudraraiki.com



വൈശാഖം 1934, ഭാഗം 1187  
മെയ് 2012

ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷൻ ബുള്ളറ്റിൻ

വോളം 3 ലക്കം 5

## ആമുഖക്കുറിപ്പ്

### സ്വാഗതാർഹം

വിവാഹത്തിനുവേണ്ടിമാത്രം നടത്തുന്ന മതംമാറ്റത്തിന് കൂട്ടു നിൽക്കാനാവില്ല എന്ന കോഴിക്കോട്ടെ അഹമ്മദീയ മുസ്ലീം ജമാഅത്ത് അമീറിന്റെ നിലപാട് സ്വാഗതാർഹമാണ്. ഒരു യുവതി, ഇസ്ലാമിക നിയമമനുസരിച്ച് വിവാഹിതയായി, ജമാഅത്തിൽ ചേരാൻ താല്പര്യം പ്രകടിപ്പിച്ചതിനെത്തുടർന്നാണ് അമീർ നിലപാട് വ്യക്തമാക്കിയത്. വിവാഹം സമുദായ സ്പർദ്ധക്ക് കാരണമാവരുതെന്ന ജമാഅത്തിന്റെ നിഷ്ക്കർഷ, സാമൂഹ്യസൗഹാർദ്ദം ആഗ്രഹിക്കുന്ന ആരും, മാതൃകാപരമെന്ന് വിലയിരുത്തും. പെൺകുട്ടികളെ പ്രേമംനടിച്ചും പ്രലോഭിപ്പിച്ചും തട്ടിക്കൊണ്ടുപോയി മതം മാറ്റുവാൻ ചില കൂട്ടർ ശ്രമിക്കുന്നതായി ആക്ഷേപമുയർന്ന സാഹചര്യത്തിൽ അഹമ്മദീയ മുസ്ലീം ജമാഅത്ത് അമീറിന്റെ നിലപാടിനും പ്രസ്താവനയ്ക്കും പ്രത്യേക പ്രാധാന്യമുണ്ട്.

ജിജ്ഞാസുകൾ വ്യക്തിതലത്തിലും സമഷ്ടി തലത്തിലും നാലുവീതം ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം തേടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതിനെ തുടർന്നാണ് ബാഹ്യ-ഭൗതികതലത്തിൽ ശാസ്ത്രങ്ങളും ആന്തരിക-ബോധതലത്തിൽ മതങ്ങളും ഉണ്ടായത്. “ഞാൻ എവിടുണ്ടായി?” “ഞാൻനിലനിൽക്കുന്നതെങ്ങിനെ?”, “ഞാൻ എന്ന് ഇല്ലാതാവും?”, “മരണാനന്തരം എന്ത്?”-ഇവയാണ് വ്യക്തിതലത്തിൽ എന്നും ഉന്നയിക്കപ്പെട്ടുപോന്ന ചോദ്യങ്ങൾ. “പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ ഉല്പത്തി എങ്ങിനെ?” “പ്രപഞ്ചം എങ്ങനെ നില നിൽക്കുന്നു?” “പ്രപഞ്ചത്തിന് അവസാനമുണ്ടോ?” “ഉണ്ടെങ്കിൽ അതിനുശേഷം എന്ത്?”-ഇവയാണ് സമഷ്ടിതലത്തിൽ ഉന്നയിക്കപ്പെട്ടുപോന്ന ചോദ്യങ്ങൾ.

ഈ ചോദ്യങ്ങൾക്ക് സമാനമായ ഉത്തരം കണ്ടെത്തിയവർ ഒരേ മതക്കാരായി അറിയപ്പെട്ടു. എന്നാൽ ഇന്ന് ഈ വക ജിജ്ഞാസകളൊന്നും ഒരിക്കൽപോലും തോന്നിയിട്ടില്ലാത്തവരാണ് മതാനുയായികളായി ജീവിക്കുന്നത്. ശാസ്ത്ര മേഖലയിൽ ജിജ്ഞാസയോടെ പ്രവർത്തിക്കാതെ ഐൻസ്റ്റീന്റെ അനുകൂലികളും അനുയായികളുമാണ് തങ്ങളെന്ന് വീമ്പിളക്കിയും ശാസ്ത്രമതക്കാരാണ് തങ്ങളെന്ന് അഭിമാനിച്ചും ആരെങ്കിലും കഴിഞ്ഞാൽ അതിൽപരം പരിഹാസ്യതയെന്തുണ്ട്? അതേപോലെയാളുള്ള പരിഹാസ്യതയാണ് മതാനുയായിവേഷക്കാരും ആ കൂട്ടത്തിലേക്ക് ആളെ പിടിയ്ക്കുന്നവരും സൃഷ്ടിക്കുന്നത്. വിശപ്പടക്കുവാനും ആരോഗ്യം പുലർത്താനും തൊഴിലെടുക്കുവാനും സൗകര്യപ്രദമായി ജീവിക്കുവാനും ഉല്ലസിക്കുവാനുമുള്ള ആഗ്രഹങ്ങളിൽ മാത്രം പരിമിതപ്പെട്ട് ജീവിക്കുന്നവരുടെ മതാനുയായിവേഷവും മതമുഷ്കും അനർത്ഥകാരണമാണ്. വിവാഹത്തിനായും ഭൗതികനേട്ടങ്ങൾക്കും രോഗശമനം പരലോകസ്വർഗ്ഗം എന്നിവ പ്രതീക്ഷിച്ചും നടത്തുന്ന മതം മാറ്റങ്ങൾ ആഭാസങ്ങൾതന്നെ. കൂടുതൽ മുന്തിയ ദൈവം ഒരു പ്രത്യേക മതത്തിനകത്തുണ്ടെന്നു കരുതുന്നതിൽപരം ഭോഷത്വം വേറെയെന്ത്? യോഗയും സൂര്യനമസ്കാരവും ഒരു മതത്തിന്റെ ഉല്പന്നമാണെന്നു പറഞ്ഞ് പ്രയോജനപ്പെടുത്താതിരിക്കുന്നതിൽപരം വിഡ്ഢിത്തം എന്തുണ്ട്? സ്വന്തം മനസ്സാക്ഷിയുടെ പ്രവണതകൾക്കുനിരക്കാത്ത മതങ്ങളും ആചാരാനുഷ്ഠാനങ്ങളും സ്വീകരിക്കേണ്ടിവരുന്നവർ മനോജന്യരോഗങ്ങളെകൂടിയാണ് സ്വീകരിക്കുന്നത്. “സ്വയർമ്മേ നിയനം ശ്രേയഃ പരധർമ്മോ ഭയാവഹ” എന്ന ഗീതാസന്ദേശം നമുക്ക് മാർഗ്ഗദർശകമാവണം.

### മെയ് മാസത്തെ ക്ലാസ്സുകൾ

Ist ലെവൽ ക്ലാസ്-13-05-2012- ഞായർ- അളകാപുരി

IInd ലെവൽ ക്ലാസ്-20-05-2012- ഞായർ- അളകാപുരി

IIIrd ലെവൽ ക്ലാസ്-9, 10 തിയ്യതികളിൽ- അളകാപുരി

ജൂൺ മാസത്തെ 'മുദ്രാറെയ്കി' പ്രതിമാസ ഉപാസകസംഗമം 03-06-2012 ഞായറാഴ്ച വൈകുന്നേരം 3.30ന് അളകാപുരിയിൽ

## മെയ് 11-ഹയാഷി സമാധി



റെയ്കിയെ തന്റെ ശിഷ്യയായ ഹവാ യെടക്കാട്ടയിലൂടെ ലോകത്തിലേയ്ക്കെത്തിച്ച ചുജിറോ ഹയാഷി ഇഹലോകവാസം വെടിഞ്ഞിട്ട് ഈ മെയ് 11ന് 72 വർഷം തികയുന്നു. 1940 മെയ് 11ന് ഫ്യൂജി പർവ്വതത്തിനടുത്ത 'അതമി'യിലെ തന്റെ വേനൽക്കാല വസതിയിൽ വെച്ചായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന്റെ ജീവിതാവസാനം.

ഡോ. മിഖാവോ ഉസുയിയിൽ നിന്ന് റെയ്കി ദീക്ഷ സ്വീകരിച്ച ഹയാഷി, ഉസുയിയുടെ ദേഹവിധോഗത്തെ തുടർന്ന്, 'ഉസുയി റ്റോഹോ ഗാക്കായ്' എന്ന സംഘടനയിൽ നിന്ന് പുറത്തുപോരുകയായിരുന്നു. 1880 സെപ്റ്റംബർ 15ന് ടോക്കിയോവിൽ ജനിച്ച അദ്ദേഹം 1902ൽ ജാപ്പാൻ നാവിക അക്കാദമിയിൽ നിന്ന് ബിരുദം നേടുകയും നാവിക ഉദ്യോഗസ്ഥനായി ജോലി നോക്കുകയും ചെയ്തു.

ഉസുയിയെ പരിചയപ്പെടുകയും റെയ്കി ദീക്ഷ സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്തതിനെ തുടർന്ന് റെയ്കി പ്രചാരണത്തിന് ഏറെ പ്രവർത്തിച്ച ഹയാഷി 1935ൽ ടോക്കിയോവിൽ 10 മേശ കളുള്ള റെയ്കി ക്ലിനിക്കിന് സ്ഥാപിച്ചു. രണ്ടുപേർ ചേർന്ന് ഓരോ രോഗിയെയും ഹീൽ ചെയ്യുന്ന രീതിയാണ് ആ ക്ലിനിക്കിൽ ഏർപ്പെടുത്തപ്പെട്ടത്. ജാപ്പാനിൽ റെയ്കി പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിനായി അദ്ദേഹം 'ഹയാഷി റെയ്കി കെൻകു-കായ്' എന്ന സംഘടന രൂപീകരിയ്ക്കുകയുണ്ടായി. വിവാഹിതനായിരുന്ന അദ്ദേഹത്തിന് രണ്ട് മക്കളാണുണ്ടായിരുന്നത്. ഭാര്യ: ചിയി, മക്കൾ: തഡയോഷി, കിയോയി.

രണ്ടാം ലോകമഹായുദ്ധത്തോട് മനുഷ്യത്വപരമായ കാരണങ്ങളാൽ ഏറെ വിധോഷിപ്പുണ്ടായിരുന്ന ഹയാഷി ഒരു മുൻ നാവിക ഓഫീസർ എന്ന നിലയ്ക്ക് സൈന്യത്തിൽ നിർബന്ധ സേവനത്തിന് താൻ നിയോഗിക്കപ്പെടുമെന്ന് ഉറപ്പായ ഘട്ടത്തിലാണ് ജീവിതം അവസാനിപ്പിയ്ക്കുവാൻ നിശ്ചയിച്ചതത്രെ. സൈന്യത്തിൽ വീണ്ടും ചേർന്ന് സേവനമനുഷ്ഠിയ്ക്കുക എന്നാൽ യുദ്ധത്തിൽ പങ്കുചേരൽ തന്നെയാണെന്നും യുദ്ധവിമുഖനായ താൻ സർക്കാറിന്റെ ആജ്ഞ ലംഘിച്ചാൽ കാരാഗൃഹമാവും ലഭിയ്ക്കുക എന്നും അദ്ദേഹത്തിനറിയാമായിരുന്നു. നേരത്തെ തന്റെ ശിഷ്യയുടെ ജന്മദേശമായ ഹവായ് സന്ദർശിച്ചതിന്റെ പേരിൽ ജാപ്പാൻ സർക്കാർ തന്നെ ചാരനാണെന്നു സംശയിയ്ക്കുന്നതായും ഹയാഷിയ്ക്ക് സൂചനയുണ്ടായിരുന്നു. ഈ പശ്ചാത്തലത്തിലാണ് തന്റെ ഭാര്യയുടെയും ഏതാനും ശിഷ്യന്മാരുടെയും സാന്നിദ്ധ്യത്തിൽ ചുജിറോ ഹയാഷി സ്വയം മരണം വരിച്ചത്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ മരണം യുദ്ധക്കൊതിക്കെതിരായ പ്രതിഷേധമായിരുന്നു. ചുജിറോ ഹയാഷിയുടെ സ്മരണയ്ക്കു മുന്നിൽ 'സ്വാസ്ഥ്യ'ത്തിന്റെ ആദരാജ്ഞലികൾ.

### സ്പർശ ചികിത്സാ പരിശീലനം

2008 മുതൽ എല്ലാ വർഷവും നടത്തിവരാനുള്ള സ്പർശ ചികിത്സാപരിശീലന ക്ലാസ് ഈ വർഷം ജൂൺ 24 ഞായറാഴ്ച കാലത്ത് 10 മണി മുതൽ അളകാപുരിയിൽ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. മുസ് ഈ ക്ലാസിൽ പങ്കെടുക്കാത്തവർ ഇതിൽ പങ്കെടുക്കുന്നത് നന്നായിരിയ്ക്കും. മുൻകൂട്ടി പേർ റജിസ്റ്റർ ചെയ്യണം. പേർ റജിസ്റ്റർ ചെയ്തവർ ക്ലാസിൽ ഹാജരാവാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. പ്രവേശന സാദ്ധ്യത പരിമിതം.

ഫീസ് : 250 രൂപ



എൽ. ഗിരീഷ്കുമാർ

ചെയർമാൻ

'ശ്രീപുരം' താന്ത്രികഗവേഷണകേന്ദ്രം

ഇരിങ്ങാലക്കുട

സഹായവാഗ്ദാനങ്ങളിലും സഹായങ്ങളിലും വഴുതിവീഴാതിരിക്കാൻ മനസ്സീരുത്തുകത്തന്നെ വേണം. പരമാവധി സ്വയം പര്യാപ്തതയും സ്വാശ്രയത്വവും പുലർത്തുന്നതുതന്നെ ഉത്തമം. സ്വാഭിമാനത്തോടെ സ്വധർമ്മാചരണം നടത്തി ജീവിതം സാർത്ഥമാക്കുവാൻ വേറെ വഴിയില്ല. 'അപരിഗ്രഹം' എന്ന മുല്യത്തിന് നമ്മുടെ സംസാകാരം പ്രാമുഖ്യം നൽകിയത് ഇതുകാരണമാണ്. ദൈവീക സഹായത്തിനു മാത്രം കൊതിക്കാം. ദൈവീക അവലംബം മാത്രം കാംക്ഷിക്കാം. അതിനായി തനത് പ്രവണത (ദൈവീകപ്രേരണ) അനുസരിച്ച് ജീവിക്കാം. പ്രാർത്ഥിച്ചും ശരണാഗതി പ്രാപിച്ചും എതിർത്തും വിധേയരായിട്ടും മറ്റുമുള്ള എല്ലാ ഇടപെടലുകളും ദൈവീകതയുമായാവട്ടെ.

'പാത്രമറിഞ്ഞുവേണം ദാനം ചെയ്യുവാൻ' എന്ന് പഴമൊഴി. അർഹരായവരെ വേണം സഹായിക്കുവാൻ. സഹായിക്കാൻ മുതിരുന്നവരുടെ യോഗ്യതയും പരിഗണിയ്ക്കേണ്ടതുണ്ട്. സഹായഹസ്തം ഏത് എന്നത് സഹായം സ്വീകരിയ്ക്കുന്നവന്റെ ഗതി നിർണ്ണയിയ്ക്കുന്ന മുഖ്യഘടകമാണ്. 'എയ്ഡ്' (Aid), 'എയ്ഡ്സും' (Aids) തമ്മിൽ ഒരക്ഷരത്തിന്റെ വ്യത്യാസമേ കാണൂ.

അസുരസ്വഭാവമുള്ളവരുടെ സഹായികൾക്കും, അത്തരക്കാരിൽനിന്ന് സഹായങ്ങൾ ലഭിച്ചവർക്കും അയോഗ്യരായിരിയ്ക്കും ഫലം. 'ഞാൻ, എന്റേത്, എനിയ്ക്കുള്ളത്' എന്ന ഇത്തിരിവട്ടം സ്വാർത്ഥത്തിൽ മാത്രം മനസ്സുനി പ്രവർത്തിക്കുന്നവരാണ് അസുരസ്വഭാവികൾ. അവരുടെ സഹായങ്ങൾ ചൂണ്ടയിൽ കൊരുത്ത ഇരകളോ കെണിയിൽ വെച്ച നാളികേരപ്പുളോ ആയിരിയ്ക്കും. അവരുടെ സഹായം താൽക്കാലിക ആവശ്യത്തിനുതകി എന്നതുകൊണ്ടായില്ല, അത് ധർമ്മത്തിന്റെ പാതയിൽ തടസ്സമാവും. ദുര്യാധനന്റെ സഹായം യഥാവസരം ലഭിച്ച കർണ്ണന് അധർമ്മത്തിന്റെ പക്ഷത്തല്ലാതെ നിൽക്കാനായില്ലല്ലോ.

ദൈവീകമായ ക്രോധവും ശാപവും ഏറ്റുവാങ്ങേണ്ടി വന്നവർപോലും രക്ഷപ്പെടുന്നു. ദേവലോകത്ത് വെച്ച് വെറുമൊരു അപ്സരസ്സായ ഉർവ്വശിയിൽ നിന്ന് കിട്ടിയ ശാപം പോലും അർജ്ജുനന് വിരാട രാജധാനിയിലെ അജ്ഞാതവാസക്കാലത്ത് ഉപകാരമായി. ദേവീദേവന്മാരിൽ നിന്ന് വരും സിദ്ധിച്ചവർ മാത്രമല്ല അവർ ശിക്ഷിയ്ക്കുകയും വധിയ്ക്കുകയും ചെയ്തവർക്കുപോലും പരമഗതി ലഭിച്ചു എന്ന് പുരാണങ്ങളിൽ നിന്ന് മനസ്സിലാക്കാം. പുതനയും ശിശുപാലനും മഹിഷാസുരനും ചണ്ഡമുണ്ഡന്മാരും രക്തബീജനും സുംഭനിസുംഭന്മാരും ഭണ്ഡാസുരനും എല്ലാം ഇങ്ങിനെ പരമപദം പ്രാപിച്ചവരാണ്. മഹർഷിമാരിൽ നിന്ന് ശാപം കിട്ടിയവർക്കും ആ ശാപങ്ങൾ അനുഗ്രഹങ്ങളായിത്തീർന്നതു കാണാം. "അഖിലം ഞാൻ" എന്ന ഹൃദയ-ബോധ വിശാലതകളെ പ്രാപിച്ചവരാണ് മഹർഷിമാരും ദേവീദേവന്മാരുമെന്നതാണ് ഇതിനു കാരണം.

ദീനാനുകമ്പയും സഹായസന്നദ്ധതയും വരുന്നത് ദൈവീകത മുറ്റിയ മനസ്സുകളിൽ നിന്നു തന്നെയാണെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം. ആസൂരിക പ്രവണതകളിൽ നിന്നുള്ള സഹായവാഗ്ദാനങ്ങളിലും സഹായങ്ങളിലും വഴുതിവീഴാതിരിക്കാൻ മനസ്സീരുത്തുകത്തന്നെ വേണം. പരമാവധി സ്വയം പര്യാപ്തതയും സ്വാശ്രയത്വവും പുലർത്തുന്നതുതന്നെ ഉത്തമം. സ്വാഭിമാനത്തോടെ സ്വധർമ്മാചരണം നടത്തി ജീവിതം സാർത്ഥമാക്കുവാൻ വേറെ വഴിയില്ല. 'അപരിഗ്രഹം' എന്ന മുല്യത്തിന് നമ്മുടെ സംസാകാരം പ്രാമുഖ്യം നൽകിയത് ഇതുകാരണമാണ്. ദൈവീക സഹായത്തിനു മാത്രം കൊതിക്കാം. ദൈവീക അവലംബം മാത്രം കാംക്ഷിക്കാം. അതിനായി തനത് പ്രവണത (ദൈവീകപ്രേരണ) അനുസരിച്ച് ജീവിക്കാം. പ്രാർത്ഥിച്ചും ശരണാഗതി പ്രാപിച്ചും എതിർത്തും വിധേയരായിട്ടും മറ്റുമുള്ള എല്ലാ ഇടപെടലുകളും ദൈവീകതയുമായാവട്ടെ.

കുബേര ലുപ്ര

കുബേര മുദ്ര പലപല കാര്യങ്ങൾക്കും ഉപയോഗിക്കാം. എത്രനേരം ഇത് ചെയ്യുന്നു എന്നതല്ല, എത്ര ഉൽക്കടമായ ഭാവത്തോടെ ചെയ്യുന്നു എന്നതാണ് പ്രധാനം. "മൂന്നു വിരലുകൾ കൊണ്ടുള്ള സൂത്രം" എന്നും ഈ മുദ്ര അറിയപ്പെടുന്നു. കാറ് പാർക്ക് ചെയ്യുവാൻ പറ്റിയ ഇടം കണ്ടെത്തുവാനും, ചേർച്ചയുള്ള വസ്തു കണ്ടെത്തുവാനും, പ്രയോജനകരമായ പുസ്തകം തിരഞ്ഞെടുക്കുവാനും, ആവശ്യമുള്ള വിവരങ്ങൾ ലഭിയ്ക്കണമെന്ന ഉദ്ദേശത്തോടു കൂടിയും മറ്റും "മൂന്നു വിരൽ സൂത്രം" ഉപയോഗിക്കപ്പെടാറുണ്ട്.



ഭാവിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പദ്ധതികൾക്ക് കൂടുതൽ കരുത്ത് ചെലുത്തുവാൻ ഈ മുദ്ര പ്രയോഗിക്കാം. എത്തിച്ചേരേണ്ട ലക്ഷ്യങ്ങൾ, സാക്ഷാൽക്കരിക്കേണ്ട ആഗ്രഹങ്ങൾ എന്നിവയുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തി കുബേര മുദ്ര പ്രയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

പെരുവിരൽ, ചുണ്ടുവിരൽ, നടുവിരൽ എന്നിവയുടെ അറ്റങ്ങൾ മുട്ടിച്ച് ചേർക്കുകയും മറ്റ് രണ്ട് വിരലുകൾ കയ്യിന്റെ നടുഭാഗത്ത് ചേർന്നു നിൽക്കുന്ന തരത്തിൽ മടക്കിവെയ്ക്കുകയും ചെയ്താൽ കുബേര മുദ്രയായി. ഇരുകയ്യുകൾ കൊണ്ടും ഈ മുദ്ര ചെയ്യാം. ചൊവ്വ(ശക്തി), വ്യാഴം(ദാസുരത, സന്തോഷാധിക്യം,

സുദിക്ഷത), ശനി (അനിവാര്യതയിലുള്ള ഊന്നൽ, പുതിയ വഴികളിലൂടെ യുള്ള മുന്നേറ്റം) എന്നീ ഗ്രഹങ്ങളുടെ സ്വാധീനമുള്ള വിരലുകളാണ് യഥാക്രമം പെരുവിരലും, ചുണ്ടുവിരലും, നടുവിരലും. ഈ മൂന്നു വിരലുകളും ചേർത്ത് വെയ്ക്കുമ്പോൾ ബന്ധപ്പെട്ട ശക്തികൾ ചേർന്ന് ചിലത് സംഭവിയ്ക്കുക തന്നെ ചെയ്യും. ദൈവദാനി ജീവിതത്തിലെ ഓരോരോ അത്യാവശ്യങ്ങൾ ഈ മുദ്ര പ്രയോഗിച്ച് നിറവേറ്റാനായാൽ അതൊരു രസം തന്നെയായിരിക്കുമല്ലോ.

ഇത് നമുക്ക് ആന്തരിക വിശ്രാന്തിയും ആത്മവിശ്വാസവും പ്രസന്നതയും നൽകും. മൂക്കടപ്പും നെറ്റിയിലെ സൈനസ് തടസ്സങ്ങളും ഒഴിവാക്കുവാനും കുബേര മുദ്ര ഫലപ്രദമാണ്.

നമുക്ക് നന്മയും മേന്മയും വരുത്തുമെന്ന് നാം ഉറച്ചുവിശ്വസിയ്ക്കുന്ന ആഗ്രഹമോ ലക്ഷ്യമോ വളരെ വ്യക്തമായ വാക്കുകളിൽ മനസ്സിൽ രൂപപ്പെടുത്തിയ ശേഷം മൂന്നു വിരലുകൾ ചേർത്തു വെച്ച് സ്വന്തം ആഗ്രഹമോ ലക്ഷ്യമോ മൂന്നു തവണ ആവർത്തിക്കുക. ചെറിയ ചെറിയ കാര്യങ്ങൾ സാധിച്ചെടുക്കുന്നതിന് വലിയ മാന്സിക തയ്യാറെടുപ്പുകൾ നടത്തേണ്ടതില്ല. എന്നാൽ സുപ്രധാന കാര്യങ്ങളുടെ നിർവ്വഹണത്തിന് അത് കൂടിയേ തീരൂ.

ലക്ഷ്യമോ ഭാവിയോ പ്രത്യേകമായ ആഗ്രഹമോ അതീവ വ്യക്തമായി ഭാവന ചെയ്യണം. അതേസമയം അത് യാഥാർത്ഥ്യമായാലുള്ള ഭാവവും മനസ്സിൽ വളർത്തുവാൻ ശ്രമിക്കണം. ചിന്ത അച്ഛനും ഭാവം അമ്മയുമാണ്. വൻ പദ്ധതികളും ആഗ്രഹങ്ങളും നിറവേറ്റുവാൻ കൂടുതൽ പ്രാവശ്യവും കൂടുതൽ ദിവസവും ഈ മുദ്ര ചെയ്യുകയും ഉദ്ദേശ്യം നിറവേറിയ ഭാവത്തോടെ ഉറുവിടുകയും ചെയ്യേണ്ടി വരും.

# ആർ യു റെഡി ?

സി.എം. കൃഷ്ണനൂണി

‘കയ്യിലൊരു കോടി, ആർ യു റെഡി?’- ഒരു ടി.വി ചാനലിൽ സിനിമാനടി നടത്തുന്ന ചോദ്യോത്തര മത്സരമാണ്. മറ്റൊരു ചാനലിൽ ഒരു നടൻ നടത്തുന്ന ‘കോടിശരൻ’ - ചോദ്യോത്തരമത്സരവുമുണ്ട്. ഒരു കോടി രൂപ കാണിച്ച് നടത്തുന്ന ഈ മത്സരങ്ങൾ പൊതുവിജ്ഞാനമത്സരങ്ങൾ എന്ന നിലയ്ക്ക് നന്നെങ്കിലും അവയിൽ പങ്കെടുക്കുന്നവർക്ക് പ്രഖ്യാപിതസമ്മാനം - ഒരു കോടി രൂപ തികച്ചും ലഭിച്ചേക്കാതിടയില്ല. രൂപയ്ക്ക് മുല്യശോഷണം സംഭവിച്ചിരിയ്ക്കുന്ന ഇക്കാലത്തും ഇടത്തരക്കാരനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഒരു കോടി രൂപ എന്നത് വലിയൊരു തുകയാണ്. ഒരു കോടി രൂപ വിലയുള്ള ഫ്ളാറ്റുകൾ കേരളത്തിൽ വിലപനയ്ക്കുണ്ടെന്നത് വേറെ കാര്യം. അത്രയും രൂപ കൊണ്ട് അത്തരമൊരു ഫ്ളാറ്റ് സ്വന്തമാക്കി ജീവിയ്ക്കണമെങ്കിൽ കൈമുതലായി വേറെയും കോടികൾ വേണ്ടിവരുംല്ലോ.

‘കോടി’ എന്നത് എട്ട് അക്കങ്ങളുള്ള സംഖ്യ മാത്രമല്ല, ‘നന്നെപുതിയത്’ എന്ന് അർത്ഥം വരുന്ന വാക്കുകൂടിയാണ്. കോടിമുണ്ട്, ഓണക്കോടി എന്നെല്ലാം പറയുന്നത് നന്നെപുതിയതും ഒരിക്കൽപോലും ഉപയോഗിച്ചു കഴിഞ്ഞിട്ടില്ലാത്തതുമായ വസ്തുവസ്തുവെന്നല്ല. ഒരിക്കൽ നിവർത്തി ഉപയോഗിച്ചുകഴിഞ്ഞാൽ ‘കോടി മാഞ്ഞു’! ‘തനിച്ചുത്ത്’നാണ് കോടി. വിശേഷ അവസരങ്ങൾക്ക് മാറ്റ് കൂട്ടുവാൻ ‘കോടി’ തന്നെ വേണം.

ധാരാളം എന്ന അർത്ഥം മാത്രമല്ല തികച്ചും പുതിയത് എന്ന അർത്ഥവും ‘കോടി’ എന്ന വാക്കിനുണ്ടെന്ന് നാം മനസ്സിലാക്കി. ആനന്ദകരമായ ജീവിതത്തിന് സമൃദ്ധിയും (ധാരാളം ഉള്ള അവസ്ഥ) പുതുമയും കൂടിയേതീരു എന്ന് മനസ്സിലാക്കിയതുകൊണ്ടായിരിക്കാം പൂർവ്വികന്മാർ വിശേഷ അവസരങ്ങൾക്ക് ‘കോടി’ നിർബന്ധമാക്കിയത്. സമൃദ്ധമായുള്ളവ പോലും പുതൂക്കം നശിച്ചാൽ ഹൃദ്യമല്ലാതാവുന്നതാണല്ലോ അനുഭവം.

ജീവിതത്തെ ആഘോഷിമാക്കുവാനും ഹൃദ്യമാക്കുവാനും സമൃദ്ധി എന്ന അർത്ഥത്തിലും ഏറ്റവും നവീനം എന്ന അർത്ഥത്തിലും ‘കോടി’ വേണം. ഒരിയ്ക്കൽ ഉപയോഗിച്ചാൽ മാഞ്ഞുപോ

കുന്ന ‘കോടി’യെങ്ങിനെ സ്ഥിരമാക്കാം? ഒരിക്കലും കോടിമായാത്ത (പുതൂക്കവും മുല്യവും കുറയാത്ത) സമൃദ്ധി എങ്ങിനെ ശാശ്വതമാക്കാം?

ഈ ചിന്തയെ ‘റെയ്കി’യിലേക്ക് നയിയ്ക്കുവാൻ ഞാൻ ഉദ്ദേശിയ്ക്കുന്നു. രണ്ടു തരം കോടിയും- സമൃദ്ധിയും പുതൂക്കവും - റെയ്കിയിൽ നമുക്ക് ദർശിക്കാം. ഈ രണ്ട് ‘കോടി’കളും ഈ ലോകത്ത് റെയ്കിയിലൂടെ മാത്രമേ നമുക്ക് ലഭിയ്ക്കുകയുള്ളൂ എന്നതാണ് നേർ. അറിവും ഭാഗ്യവും കൂടെയുണ്ടായാലേ നടീനടന്മാർ ചാനലുകളിലൂടെ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്ന കോടികൾ കൈകളിലെത്തൂ. പക്ഷെ അത്ര വിഷമമില്ല കോടിയുടെ സമൃദ്ധിയും പുതുമയും റെയ്കിയുടെ രൂപത്തിൽ നമ്മുടെ കൈകളിലെത്തിക്കുവാൻ.

നമ്മുടെ കോശങ്ങളെയും ആന്തരിക അവയവങ്ങളെയും ശരീരത്തെയും മനസ്സിനെയും നവചൈതന്യത്തിലാറാടിപ്പിയ്ക്കുവാൻ കൈകളിലൂടെ പ്രസരിയ്ക്കുന്ന ‘റെയ്കി’യാൽ സാധിയ്ക്കുന്നു. ഉപയോഗപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടേയിരിയ്ക്കുമ്പോൾ റെയ്കി പ്രസരണം കുറയുകയല്ല, മറിച്ച് കൂടുകയാണ് ചെയ്യുക എന്നതാണല്ലോ അനുഭവം. ശരീരവും മനസ്സും ബുദ്ധിയും പതിവായുള്ള റെയ്കി ഉപാസനയിലൂടെ തെളിയുമ്പോൾ ജീവിതം കൂടുതൽ ആര്യാഗ്യപൂർണ്ണവും ആഘോഷപൂർണ്ണമാവുന്നു. പുതുമയിൽ നിന്ന് പുതുമയിലേക്കുള്ള യാത്ര യഥായോഗ്യം നടക്കുമ്പോൾ സുഭിക്ഷതയും സ്വർഗ്ഗീയതയും പരിചാരകരായി കൂടെയെത്തുന്നു.

പുതിയതല്ലാതായിക്കഴിഞ്ഞ വൃദ്ധി (ധാരാളം ഉള്ള അവസ്ഥ) പൊല്ലാപ്പും അരോചകവുമാവുമെന്ന് നേരത്തെ സൂചിപ്പിച്ചുവല്ലോ. ഇത് വാർദ്ധക്യത്തിന്റെ കെടുതിയാണ്. വയസ്സ് വർദ്ധിയ്ക്കുമ്പോൾ ശരീരത്തിന്റെയും മനസ്സിന്റെയും കെല്പ് കുറയുന്നതാണ് വാർദ്ധക്യത്തിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് വലിയൊരളവോളം കാരണം. നവീനലോകത്ത് താരതമ്യേന ആവശ്യമില്ലാത്തവരായിത്തീരുക എന്ന ശാപവും വൃദ്ധന്മാർക്ക് ചുമക്കേണ്ടി വരുന്നു. വയോജന സംരക്ഷണത്തിനായുള്ള പല പെൻഷൻ പദ്ധതികളും നിയമവ്യവസ്ഥകളും ആനുകൂല്യങ്ങളും രാജ്യത്ത് ഏർപ്പെടുത്തപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടെ

ങ്കിലും വാർദ്ധക്യത്തിന്റെ അവശതകളെ ഏതെങ്കിലും അളവിൽ സ്വയം അകറ്റി നിർത്തുവാൻ വൃദ്ധന്മാർക്കാവുമെങ്കിൽ അതുതന്നെയായിരിയ്ക്കും നല്ലത്. ഇവിടെയും ‘റെയ്കി’യുടെ സാധ്യത തെളിയുന്നു.

മറ്റുള്ളവർക്ക് പ്രയോജനപ്പെടുന്നവരായി ജീവിതം തുടരുവാനും, സ്വന്തം ശരീരവും മനസ്സും പുനർനവീകരിച്ച് സാധ്യമായ പരമാവധി ഊർജ്ജസ്വലത നിലനിർത്തുവാനും ‘റെയ്കി’ അനുഷ്ഠാനത്തിലൂടെ വൃദ്ധജനങ്ങൾക്ക് സാധിയ്ക്കും എന്നത് പ്രായമായവർക്ക് കൂടിയ അളവിൽ ആത്മാഭിമാനവും ആത്മവിശ്വാസവും തന്മൂലമുള്ള വിശ്രാന്തിയുമാണ് ഉറപ്പാക്കുന്നത്. വൃദ്ധന്മാർക്ക് മാത്രമല്ല ആബാലവൃദ്ധം ജനങ്ങൾക്കും റെയ്കി ഉദാരമായും ഉറപ്പായും നൽകുന്ന കാര്യമാണിത്.

റെയ്കി ദീക്ഷകളിലൂടെ കൈകളിൽ ‘കോടി’-സമൃദ്ധിയുടെയും പുതുമയുടെയും സാരസത്തയായ ‘കോടി’ - ഏറ്റുവാങ്ങുവാനും റെയ്കി അനുഷ്ഠാനം മുറതെറ്റാതെ നിർവ്വഹിച്ച് ജീവിതം ധന്യമാക്കുവാനും നിങ്ങൾ തയ്യാറാണോ - ‘ആർ യു റെഡി?’ ‘കയ്യിലൊരു കോടി, ആർ യു റെഡി? ലഭിയ്ക്കുവാൻ പ്രയാസമുള്ളതും മോഹിയ്ക്കാൻ മാത്രം കഴിയുന്നതുമായ ‘ചാനൽ’ കോടികളല്ല, അന്നയാസേന ലഭ്യമാവുന്ന സമൃദ്ധിയും സംതൃപ്തിയും സ്വാസ്ഥ്യവുമാണ് “റെയ്കി” വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നത്.

**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 യുദ്ധി പരിചയപ്പെടുത്തലും മുദ്രാറെയ്കി ഉപാസകരാവാൻ പ്രേരിപ്പിക്കലും
- \* സ്വന്തം പ്രേരണ കാരണം മുദ്രാ റെയ്കി ഉപാസകരായവരുടെ സംശയങ്ങൾ തീർക്കലും അവർക്ക് പ്രോത്സാഹനം നൽകലും.

നമ്മൾ, നമ്മൾക്ക് സ്വയം പരിഹാരമാവണം. അല്ലാതെ മറ്റുള്ളവർ നമ്മോട് നന്ദിയും പരിഗണനയും കാട്ടണമെന്നും സഹായസന്നദ്ധരാവണമെന്നും കരുതുകയും ആവശ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ട് കാര്യമില്ല. അതിനു പകരം കൂടുതൽ നന്ദിയും പരിഗണനയും സഹായവും സ്നേഹവും തനിയ്ക്കു തന്നെ നൽകുക. തനിയ്ക്ക് നിറവ് നൽകാൻ ഉത്സാഹിയ്ക്കുക. എപ്പോഴും സന്തോഷവാന്മാരായിരിയ്ക്കുക. സന്തോഷിയ്ക്കുവാനുള്ള കാരണങ്ങൾ സജീവിതത്തിൽ നിന്ന് കണ്ടെത്തിക്കൊണ്ടേയിരിയ്ക്കുക.

“സ്നേഹം നേടാൻ... സ്നേഹത്താൽ സ്വയം നിറയ്ക്കൂ... സ്നേഹകാന്തമായിത്തീരൂ.”

തന്നെ ഏറെ സ്നേഹിയ്ക്കുകയും പരിഗണിയ്ക്കുകയും ചെയ്യുക എന്ന ആശയം കടുത്തതും ക്രൂരവും സ്വാർത്ഥപരവുമാണെന്ന് തോന്നിയേക്കാം. Selfish love നെക്കുറിച്ചല്ല Self love നെക്കുറിച്ചാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. ഒരു കാര്യം ഓർക്കുക. “ഒന്നാമനെ” നാം തേടുമ്പോൾ യഥാർത്ഥത്തിൽ “രണ്ടാമനെ”യാണ് നാം തേടുന്നത്. കൊള്ളരുതാത്തവനെ കണ്ടെത്തി കൂട്ടിക്കൊണ്ടുവരുവാൻ ദ്രോണാചാര്യർ ദുര്യോധനനോടും യുധിഷ്ഠിരനോടും ആവശ്യപ്പെട്ട മഹാഭാരത കഥ ഇതാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. ദുര്യോധനന്റെ മനസ്സിലെ കൊള്ളരുതായ്മ കാരണം പുറം ലോകത്തെല്ലാവരെയും കൊള്ളരുതാത്തവരായി അദ്ദേഹം കണ്ടപ്പോൾ യുധിഷ്ഠിരൻ ആരെയും കൊള്ളരുതാത്തവരായി കാണാത്തത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ മനോഗുണം കാരണമാണ്. യഥാർത്ഥത്തിൽ ദുര്യോധനനും യുധിഷ്ഠിരനും പുറം ലോകത്ത് “രണ്ടാമനെ”യാണ് അന്വേഷിച്ചത്. ‘ഒന്നാമന്മാർ’ അവർ തന്നെ. അവരിലെ ‘ഒന്നാമനാണ്’ തന്നെപ്പോലെയുള്ള ‘രണ്ടാമനെ’ തേടിയത്.

ദി പവർ ഓഫ് നൗ - 6

മനസ്സുമായുള്ള താദാത്മ്യം ധാരണകളുടെയും സുചകങ്ങളുടെയും പ്രതിബിംബങ്ങളുടെയും വാക്കുകളുടെയും നിഗമനങ്ങളുടെയും നിർവ്വചനങ്ങളുടെയും ഇരുണ്ട ഒരു മറ സൃഷ്ടിയ്ക്കും. ആ മറ എല്ലാ യഥാർത്ഥബന്ധങ്ങൾക്കും പ്രതിബന്ധമാവുകയാണ്. ആ മറ നിങ്ങൾക്കും യഥാർത്ഥനിങ്ങൾക്കുമിടയ്ക്കും, നിങ്ങൾക്കും മറ്റുള്ളവർക്കും ഇടയ്ക്കും, നിങ്ങൾക്കും പ്രകൃതിയ്ക്കും, ഇടയ്ക്കും, നിങ്ങൾക്കും ദൈവത്തിനുമിടയ്ക്കും വേർതിരിവൊരുക്കുന്നു. ചിന്തയുടെ ഈ മറയാണ് വേർതിരിവിന്റെ മായിക ധാരണകളെല്ലാം സൃഷ്ടിയ്ക്കുന്നത്. ഈ മറ ഭേദബുദ്ധി ജനിപ്പിയ്ക്കുന്നു. ദൃശ്യമായിക്കാണുന്ന ഈ ഭൗതികതലത്തിനിടയിലും ഭിന്നരൂപങ്ങൾക്കിടയിലും നിങ്ങളും മറ്റെല്ലാവരും മറ്റെല്ലാവർക്കും ഏകാത്മകമാണെന്ന വസ്തുത അതുകാരണം നാം വിസ്മരിച്ചു പോകുന്നു. എല്ലാം ഒരു സത്തയുടെ ഭിന്നരൂപങ്ങളും ഭാവങ്ങളുമാണെന്ന തോന്നൽ നമുക്കില്ലാതെ പോകുന്നു. നാനാത്വത്തിലെ ഏകത്വം വിശ്വസിയ്ക്കുവാൻ സുഖമുള്ള ഒരു കാര്യമാണെങ്കിലും അത് അനുഭവിയ്ക്കുവാൻ കഴിയുമ്പോൾ മാത്രമേ വിമോചനശക്തിയായിത്തീരുകയുള്ളൂ. ചിന്തയും ആലോചനയും രോഗമായിത്തീർന്നിരിക്കുന്നു. സന്തുലനത തെറ്റുമ്പോഴാണല്ലോ രോഗമുണ്ടാവുക. നാം മനസ്സിനെ ഉപയോഗിയ്ക്കുന്നതിനു പകരം മനസ്സ് നമ്മെ ഉപയോഗിയ്ക്കുമ്പോൾ രോഗം ജനിയ്ക്കുകയായി. നാം നമ്മുടെ മനസ്സുതന്നെയാണെന്ന് ധരിച്ചുവെച്ചിരിയ്ക്കുകയാണ്.

‘ചുമരുണ്ടെങ്കിലേ ചിത്രമെഴുതാൻ കഴിയൂ’ എന്ന ചൊല്ലി അന്വർത്ഥമാണ്. നല്ല ചിത്രമാണ് വരയ്ക്കപ്പെടേണ്ടതെങ്കിൽ നല്ല ചുമർ ആദ്യമേയുണ്ടാവണം.

നമ്മൾ സന്തോഷവാന്മാരായിരുന്നാൽ നമ്മളിൽ നിന്ന് പ്രസരിയ്ക്കുന്ന സന്തോഷം ചുറ്റുമുള്ളവരിലേക്കും പകരും. നമ്മൾ മനഃപൂർവ്വം നൽകിയില്ലെങ്കിലും അത് മറ്റുള്ളവരിലെത്തും. സ്വാഭാവികമായ കവിഞ്ഞൊഴുക്കാണിത്. സന്തോഷം മറ്റൊരാളിൽ നിന്ന് ലഭിയ്ക്കേണ്ടതല്ല. അത് നാം സ്വന്തം ഉള്ളിൽ കണ്ടെത്തേണ്ടതും സൃഷ്ടിയ്ക്കേണ്ടതുമാണ്. മറ്റുള്ളവർക്ക് നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ നിന്ന് വമിയ്ക്കുന്ന സന്തോഷത്തിന്റെ പങ്കു പറ്റുവാനേ കഴിയൂ.

ഒരു കടലാസ്സെടുത്ത് 30 ദിവസം പതിവായി ഒരു വ്യക്തിയുടെ അഭികാമ്യമായിത്തോന്നുന്ന ഗുണങ്ങൾ എഴുതുക. ആ വ്യക്തിയെ സ്നേഹിക്കുന്നതിന്റേയും സ്നേഹിക്കപ്പെടാവുന്നതിന്റേയും കാരണങ്ങളും എഴുതുക. ആ വ്യക്തിയുമായുള്ള ബന്ധത്തിലെ തകരാറുകൾ പരിഹരിക്കപ്പെടുന്നതു കാണാം.

അദ്യമായ സ്നേഹത്തിന്റെ തരംഗവേഗത്തിനകത്താണ് സന്തോഷമുള്ളത്. സ്നേഹമാകട്ടെ ഹൃദയത്തിൽ അനുഭവപ്പെടേണ്ട മാനസികാവസ്ഥയുമാണ്. ആ മാനസികാവസ്ഥയിൽ നിന്ന് സ്നേഹം പുറമേയ്ക്ക് സ്പർശിയ്ക്കുമ്പോൾ നമ്മൾ പ്രപഞ്ചവുമായി ലയിച്ചു ചേർന്ന അവസ്ഥയിലാവും.

അടുപ്പമുള്ളവരുടെ ആവശ്യങ്ങൾ അവർ അറിഞ്ഞ് പറയുന്നതിനു മുമ്പേ മനസ്സിലാക്കി നിറവേറ്റിക്കൊടുക്കുക വഴി ആനന്ദമനുഭവിയ്ക്കുവാൻ കഴിയാറുണ്ടോ? എങ്കിൽ സ്നേഹിയ്ക്കുവാനുള്ള കഴിവുണ്ട് എന്ന് അനുമാനിയ്ക്കാം. സ്നേഹിയ്ക്കുക, സ്നേഹം അനുഭവിയ്ക്കുക, സ്നേഹം പ്രപഞ്ചത്തിൽ നിന്ന് വർധിച്ച തോതിൽ തിരിച്ചെത്തുന്നതു കാണാം.

ഇതൊരു മിഥ്യാഭ്രമമാണ്. ഉപകരണം അതിനെ ഉപയോഗിക്കുന്നവനെ ഉപകരണമാക്കുന്ന വിചിത്രമായ അവസ്ഥ!!!

പദപ്രശ്നം പൂരിപ്പിക്കാനും ആറ്റംബോംബ് നിർമ്മിയ്ക്കുവാനും കഴിയുന്ന മനുഷ്യൻ അവന്റെ മനസ്സിനെ ഉപയോഗിച്ചാണ് ഇതെല്ലാം സാധിയ്ക്കുന്നതെന്നു കരുതരുത്. നായ്ക്കൾ എല്ലിൻ കഷണം നക്കുന്നതുപോലെ മനസ്സ് പ്രശ്നങ്ങളിൽ പല്ലി കോർക്കാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. അതുകൊണ്ടാണ് പദപ്രശ്നപൂരണവും ബോംബ് നിർമ്മാണവും മറ്റും നടക്കുന്നത്. യഥാർത്ഥ നിങ്ങൾക്ക് (നിങ്ങളിലെ നിങ്ങൾക്ക്) ഈ വക കാര്യങ്ങളിലൊന്നും താൽപ്പര്യമില്ല. ഞാനൊന്ന് ചോദിക്കട്ടെ; നിങ്ങൾക്ക് ആവശ്യമുള്ളപ്പോൾ മനസ്സിൽ നിന്ന് അകന്നു നിൽക്കുവാനോ മനസ്സിനെ നിശ്ചമാക്കുവാനും കഴിയുമോ? ഇല്ലെങ്കിൽ മനസ്സ് നിങ്ങളെയാണ് ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നത്, നിങ്ങൾ മനസ്സിനെല്ല. നമ്മൾ, നമ്മുടെമേൽ ആധിപത്യം ചെലുത്തുന്ന മനസ്സും ചിന്തയുമല്ല എന്ന് തിരിച്ചറിയുമ്പോഴാണ് സ്വാതന്ത്ര്യം ആരംഭിയ്ക്കുന്നത്. നാം നമ്മൾക്കുള്ളിലെ ചിന്തിയ്ക്കുകയും ആലോചിക്കുകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിയ്ക്കുന്ന നമ്മളെ തിരിച്ചറിയുവാനും കാണുവാനും തുടങ്ങുമ്പോൾ ബോധത്തിന്റെ ഉയർന്നതലം പ്രവർത്തനോന്മുഖമാവുകയായി. ചിന്തയ്ക്കപ്പുറം ബോധത്തിന്റെ അപാരമായ തലം ഉണ്ടെന്ന് അപ്പോൾ മനസ്സിലാക്കുവാൻ കഴിയും. മഹാബോധത്തിന്റെ ഒരു ചെറു അംശം മാത്രമാണ് ചിന്തകളാ വുന്നത്. സൗന്ദര്യവും സ്നേഹവും സൃഷ്ടിപരതയും, ആനന്ദവും ആന്തരിക സമാധാനവുമെല്ലാം മനസ്സിനപ്പുറത്താണ് ഉദയം കൊള്ളുന്നത്. മനസ്സിനപ്പുറത്തെ ബോധത്തെ അറിയുമ്പോൾ നാം പ്രബോധത്തിലേയ്ക്ക് ഉണരുന്നൂ.