



സ്വാസ്ഥ്യം



ജൂലൈ 2010

ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷൻ ബുള്ളറ്റിൻ

വോളം 1 ലക്കം 7

ആമുഖക്കുറിപ്പ്

മനുഷ്യരിലെ പല സമാനതകൾക്കും വിഭാഗീയതകൾക്കും ഇടക്ക് ഒരോ മനുഷ്യനും അസമാനനും അതുല്യനുമാണ്. പ്രകൃതിയിലെ ഏത് സൃഷ്ടിയിലും ഒളിഞ്ഞ അവസ്ഥയിൽ ഈ അതുല്യത കാണാം അതാണ് അവയുടെ സ്വഭാവം. മറ്റൊന്നിനോട് തുലനപ്പെടുത്താൻ രണ്ടാമതൊന്നില്ലാത്ത കേവല പരമാത്മ സത്തയിൽ നിന്നാണ് എല്ലാം ഉരുത്തിരിഞ്ഞുണ്ടായത് എന്നതാണ് എല്ലാറ്റിന്റെയും അതുല്യമായ സ്വഭാവത്തിന് നിദാനം. പല പല സമാനതകൾക്കിടയിൽനിന്നും തന്റെ അതുല്യമായ പ്രത്യേകതയെ -സ്വഭാവത്തെ-കണ്ടറിഞ്ഞ് അതിന്റെ പ്രേരണയ്ക്ക് വിധേയനാകുമ്പോഴാണ് ഒരാളുടെ ജീവിതം സാർത്ഥകവും സാസ്ഥ്യപൂർണ്ണവുമാവുക.

യഥാർത്ഥ സ്വഭാവം അവലംബിക്കപ്പെടുമ്പോൾ വിഭാഗീയതയോ സംഘർഷമോ അല്ല, ഏകതാനതയും സഹിഷ്ണുതയുമാണ് ഉണ്ടാവുക. വളയും മാലയും തങ്ങളുടെ ആകൃതിവ്യത്യാസങ്ങൾക്കും ഉപയോഗവ്യത്യാസങ്ങൾക്കുമുപരി തങ്ങൾ സ്വർണ്ണമാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞാൽ ഭിന്നതയും ഉച്ചനീചത്വത്തിനും പ്രസക്തിയെവിടെ?

ഔതികവും താൽക്കാലികങ്ങളുമായ സമാനതകളെ സ്വതഃമെന്ന് കരുതുമ്പോഴാണ് സംഘർഷങ്ങൾക്ക് സാഹചര്യമൊരുങ്ങുക. ജാതി -മത-വംശ -ഭാഷാ-വർഗ്ഗപരങ്ങളായ കല്പിതസമാനതകളെ ആസ്പദമാക്കിയുള്ള കൂട്ടങ്ങളിലൊരാളായി ജീവിച്ചുകൊണ്ട് ആർക്കും നിത്യസൗഖ്യവും സമാധാനവും നേടാനാവില്ല ജീവിതത്തിന്റെ അർത്ഥലോപവും പരാജയവുമായിരിക്കും അതിന്റെ ഫലം.

“സ്വധർമ്മേ നിധനം ശ്രേയഃ
പരധർമ്മോഭയാവഹ”

എന്ന ഗീതാകാരന്റെ ഉപദേശവും, “ആത്മൈക്യേനൈവ യദ്ഭജാനം സർവ്വസിദ്ധിപ്രദായകം” എന്ന ഹയഗ്രീവമൂർത്തിയുടെ ഉപദേശവും (ലളിതോപാഖ്യാനം, 1 ഓം അദ്ധ്യായം 25 ഓം ശ്ലോകം) സ്വതഃ മനുഷ്യൻ അവലംബമാക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയാണ് വെളിവാക്കുന്നത്.

യഥാർത്ഥ സ്വഭാവത്തെ ആസ്പദമാക്കിയുള്ള പ്രശ്നപരിഹാര രീതിയും സാസ്ഥ്യസമ്പാദന വ്യവസ്ഥയുമാണ് റെയ്കിയുടേത്.

ജൂലൈ മാസത്തെ ക്ലാസ്സുകൾ

Ist ലെവൽ ക്ലാസ് - 11-07-2010 - ഞായർ - അളകാപുരി

IInd ലെവൽ ക്ലാസ് - 18-07-2010 - ഞായർ - അളകാപുരി

III A ദീക്ഷ ആവശ്യമുള്ളവർ പേർ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്ന മുറയ്ക്ക് ക്ലാസിന്റെ ദിവസം നിശ്ചയിക്കുന്നതാണ്.

ആഗസ്റ്റ് മാസത്തെ പ്രതിമാസയോഗം

ആഗസ്റ്റ് മാസത്തെ പ്രതിമാസ 'മുദ്രാറെയ്ക്' ഉപാസകസംഗമം 15-08-2010 ഞായറാഴ്ച വൈകുന്നേരം 3.30ന് അളകാപുരിയിൽ ചേരുന്നതാണ്.

ആഗസ്റ്റ് 15

ഡോ. ഉസുയി ജയന്തി

ഗുരുദക്ഷിണ സമർപ്പണദിനം

നമ്മുടെ സ്വാതന്ത്ര്യദിനമായ ആഗസ്റ്റ് 15 റെയ്കി പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ പരമാചാര്യനായ ഡോ. മിഖാവോ ഉസുയിയുടെ ജന്മദിനമാണ്. 1865 ആഗസ്റ്റ് 15 ന് ജപ്പാനിലെ ടാനിയ ഗ്രാമത്തിൽ ഡോ. ഉസുയി ജനിച്ചു. മഹർഷിഅരവിന്ദന്റെ ജന്മദിനം കൂടിയാണ് ഈ ദിവസം. രാമകൃഷ്ണപരമഹംസരുടെ സമാധി ദിനവും ഇതോടടുത്തുവരുന്നു.

ഉസുയി പരമാചാര്യന്റെ ജന്മദിനം ഗുരുദക്ഷിണ സമർപ്പിക്കുവാനുള്ള ദിവസമായാണ് ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷൻ നിശ്ചയിച്ചിട്ടുള്ളത്. പ്രയത്നിച്ച സമ്പാദിച്ചതിന്റെ പങ്ക് ഗുരുവിന് സമർപ്പിക്കുന്ന പതിവ് ഈ രാജ്യത്തിന്റെ സംസ്കാരത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്. റെയ്കി ഉപാസകരെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം നമ്മുടെ ഏറ്റവും വലിയ ഗുരുദക്ഷിണ റെയ്കി ഉപാസന മുടക്കം കൂടാതെ തുടരുകയും നമ്മുടെ റെയ്കി പ്രയോഗസിദ്ധി ലോകനന്മക്കായി ഉപയോഗപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ്. സ്വന്തം പരിചയവലയത്തിൽ വരുന്നവരെ റെയ്കി ഉപാസനയുടെ പ്രാധാന്യവും അനിവാര്യതയും ബോധ്യപ്പെടുത്തി റെയ്കി ഉപാസകരാക്കുവാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നതും പരമാചാര്യന്റെ മുനിലുള്ള നമ്മുടെ ഗുരുദക്ഷിണതന്നെ.

കഴിവനുസരിച്ച് ധനം ഗുരുദക്ഷിണയായി സമർപ്പിക്കുക എന്നതും മുഖ്യമാണ്. ഇങ്ങനെ സമർപ്പിക്കപ്പെടുന്ന ഗുരുദക്ഷിണ ഉപയോഗിച്ചാണ് അസോസിയേഷന്റെ പ്രവർത്തന ചെലവുകൾ നിർവ്വഹിച്ചു വരുന്നത്. സ്വന്തം പേരോ മറ്റ് തിരിച്ചറിയൽ സൂചനകളോ എഴുതാത്ത കവറിൽ യഥാശക്തി തുക അടക്കം ചെയ്ത് വേണം സമർപ്പണം നടത്തുവാൻ. നമ്മളും റെയ്കിയും തമ്മിലുള്ള ആത്മബന്ധവും അസോസിയേഷന്റെ പ്രവർത്തനം നമ്മൾക്ക് എത്രത്തോളം ഉപകാരപ്പെടുന്നു എന്ന വിലയിരുത്തലുമനുസരിച്ച് സാധ്യമാവുന്ന തുകയാണ് ഗുരുദക്ഷിണയായി സമർപ്പിക്കേണ്ടത്. നമ്മൾ സമർപ്പിക്കുന്ന തുക ഒട്ടും കുറയാതെ അസോസിയേഷന്റെ പ്രവർത്തനത്തിലൂടെ നമുക്ക് തിരിച്ചു ലഭിക്കും.

യോഗത്തിൽ എത്തുന്ന അതിഥികളും മറ്റും ഗുരുദക്ഷിണ സമർപ്പിക്കേണ്ടതില്ല എന്നാണ് അസോസിയേഷന്റെ തീരുമാനം.

ജനന മരണങ്ങൾ, ഭയം....



എൽ. ഗിരീഷ്കുമാർ

ചെയർമാൻ

'ശ്രീപുരം' താന്ത്രികഗവേഷണകേന്ദ്രം
ഇരിങ്ങാലക്കുട

കടൽവെള്ളത്തിലെ ഹിമാനിപോലെയാണ് ചിദാനന്ദത്തിൽ ഈ ദൃശ്യപ്രപഞ്ചം സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നത്. കടൽവെള്ളവും ഹിമാനിയും തമ്മിൽ യാതൊരു വ്യത്യാസവുമില്ലാത്തതുപോലെ ചിദാനന്ദവും ദൃശ്യപ്രപഞ്ചവും തമ്മിൽ ഭേദമില്ല.

കടൽവെള്ളത്തിൽ നിന്ന് ഹിമാനിരൂപം കൊള്ളുന്നതിനെ ജനനമെന്നും ആ ഹിമാനി ഉരുകി കടൽവെള്ളമാവുന്നതിനെ മരണമെന്നും പറയാം. കടൽവെള്ളം തന്നെയാണ് തിരയായി മാറുന്നത്. തിര തിരിച്ച് കടലിൽ ലയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. കടൽവെള്ളം തിരയായി ഉരുവം കൊള്ളുന്നതിനെ ജനനമെന്നും തിരകടലിൽ ലയിക്കുന്നതിനെ മരണമെന്നും പറയാം.

മരണത്താൽ മരിക്കുന്ന വ്യക്തിസത്തക്ക് യാതൊന്നും സംഭവിക്കുന്നില്ല. ജീവിച്ചിരിക്കുന്നവർക്ക് കുറച്ചുകൂടി ഓർമ്മകൾ ലഭ്യമാകുവാനുള്ള അവസരം മാത്രം. ക്ഷേത്രദർശനം കഴിഞ്ഞ് പുറത്തു കടന്ന് നോക്കുമ്പോൾ തന്റെ ഉപയോഗിച്ച് പഴകിയ ചെരുപ്പ് നഷ്ടപ്പെട്ടുകാണുമ്പോഴുണ്ടാകുന്ന വേദന/വിഷമം കൂടിയ അളവിൽ അനുഭവപ്പെടുന്നതിനെ മരണ ദുഃഖമെന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കാം. അത് മാറ്റി നിർത്തിയാൽ മരണം ഒരു സ്വാഭാവിക സംഭവം മാത്രം. ചിദാനന്ദത്തിൽ നിന്ന് ഒരു തിരപോലെയോ ഹിമാനിപോലെയോ ഒരു വ്യതിരിക്ത രൂപം കൊള്ളുന്നത് ജനനവും ആ വ്യതിരിക്ത ചിദാനന്ദത്തിൽ വിലയം പ്രാപിക്കുന്നത് മരണവുമാണെങ്കിൽ ദുഃഖത്തിന് പ്രസക്തിയെന്ത്?

ഈ സത്യം മനസ്സിലാക്കിയാൽ ജനന മരണങ്ങളിൽ നിന്നും സംസാരബന്ധനങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തി പ്രാപിക്കാം. ഈ സത്യം പൂർണ്ണമായി ഉൾക്കൊള്ളാൻ അനുഷ്ഠിക്കുന്നതാണ് സാധന. വിശേഷം സാമാന്യത്തിൽനിന്ന് വ്യതിരിക്തമാണെന്ന് കരുതുന്നതാണ് ഭയത്തിനു കാരണമാവുന്നത്. ചിദാനന്ദസമുദ്രമെന്ന സാമാന്യവും അതിൽ ഉരുവംകൊണ്ട ഹിമാനിയെന്നോ തിരയെന്നോ വിശേഷിപ്പിക്കാവുന്ന വ്യതിരിക്ത വിശേഷസത്തയും തമ്മിലെന്ത് ഭേദം? ഭേദമില്ലെങ്കിൽ എന്ത് ചേതം? ചേതമില്ലെങ്കിൽ എന്തിന് ഭയം?

കടലിലെ തിരകൾ കണക്കെ മനസ്സിൽ ഉയരുന്ന ചിന്തകളിലേറെയും വിരുദ്ധങ്ങളും വിപരീതങ്ങളുമാണെന്നു വന്നേക്കാം. പരിഭ്രമിക്കേണ്ടതില്ല. ചിന്തകൾ പലതും യാഥാർത്ഥ്യമാവുന്നത് ഉടനെയല്ല, ശരിക്കും വേണ്ടതെന്തെന്ന് നിർണ്ണയിച്ച് അതിനെ ദൃഢചിന്തയാക്കി മാറ്റുവാൻ സാവധാനം ശ്രമിക്കുക. ഒരു ദൃഢചിന്തക്ക് സാധാരണ ചിന്തകളെക്കാൾ അനേകമടങ്ങ് ശക്തിയുണ്ട്.

സ്വന്തം ചിന്തകളെ മനസ്സുകൊണ്ട് നിരീക്ഷിക്കാൻ അഭ്യസിച്ചാൽ വിരുദ്ധങ്ങളും വിപരീതങ്ങളുമായ ചിന്തകളെ വകഞ്ഞ് മാറ്റി ദൃഢ ചിന്തകളുപയോഗ

പ്പെടുത്തുവാനുള്ള സാമർത്ഥ്യം നേടാം. അറിഞ്ഞ് ചിന്തിക്കാൻ കഴിയുന്നതോടെ സശ്രദ്ധം രൂപപ്പെടുത്തി ദൃഢമാക്കിയ ചിന്തകളുപയോഗിച്ച് ഭാവവിരചിക്കാം. സ്വന്തം ചിന്തയുടെ ഉടമസ്ഥത തനിക്കാണെന്ന് മാനസികമായി ഉറപ്പിച്ചു കൊണ്ടേയിരിക്കണം. അതോടൊപ്പം തനിക്ക് വേണ്ടതെന്തോ അത് സങ്കല്പിക്കുകയും വേണം.

ചിന്ത ആരംഭിക്കുന്ന മുഹൂർത്തത്തിൽ തന്നെ സൃഷ്ടിയും ആരംഭിക്കും. ചിന്തകളോടൊപ്പം മനസ്സിലുണ്ടാവുന്ന പ്രതിഛായകൾ ജീവിതത്തിലെ സംഭവങ്ങളും അനുഭവങ്ങളുമായിത്തീരും. ■

ഊന്നുന്നതവിടെ വേണം

സി.എം കൃഷ്ണനുണ്ണി

അന്ന് നമ്മുടെ കൈയിൽ ഒന്നുമുണ്ടായിരുന്നില്ല.... എന്ത് ധൈര്യത്തിലാണ് നാം ജീവിതം തുടങ്ങിയത്, അല്ലേ?” - ഒരു ജല്ലറിയിലൂടെ ചാനൽ പരസ്യത്തിലെ വ്യഭാൻ, 35 വർഷം മുമ്പത്തെ തങ്ങളുടെ ദാമ്പത്യജീവിതാരംഭത്തെ ഓർമ്മിച്ചുകൊണ്ട് ഭാര്യയോട് ചോദിച്ചു. “എല്ലാം ഒരു വിശ്വാസം” എന്നാണ് ഭാര്യയുടെ ഉത്തരം. അവർ ശ്വസിക്കാനുള്ള വായുവും കുടിക്കാനുള്ള വെള്ളവും ഭക്ഷണവും മുൻകൂട്ടി സമാഹരിച്ച് സൂക്ഷിച്ച് വെച്ചിരുന്നില്ലെങ്കിലും ആവശ്യത്തിന് ലഭ്യമായ്ക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു എന്നതുപോലെ ആവശ്യമായ പണവും മറ്റ് വസ്തുക്കളും മുറയ്ക്കു ലഭിച്ചുപോന്നു. എല്ലാം ഈ പ്രപഞ്ചത്തിൽ നിന്ന് മുറയ്ക്ക് ലഭ്യമായ്ക്കൊണ്ടിരിക്കും എന്ന ഉറച്ച വിശ്വാസമാണ് അവർക്ക് പിടിവളളിയായത്. ഇന്ന് വിശ്വാസികൾ ഏറെയാണ്. പക്ഷേ, ആ ജല്ലറി പരസ്യത്തിലെ ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാരെപ്പോലെ വിശ്വാസത്തിന്റെ (ബോധ്യത്തിന്റെ) പാതയിലൂടെ സംതൃപ്തജീവിതത്തിലേയ്ക്ക് നടന്നു നീങ്ങാൻ കഴിയുന്നവർ നന്നെ കുറവത്രെ. വിശ്വാസം പകർന്നുനൽകുന്ന ധൈര്യവുമായി കുറോടെ, കൂട്ടായി ജീവിയത്രെ ചെയ്യാനാവുമെന്ന് “വാർദ്ധക്യത്തിന് യുവത്വത്തിന്റെ പുതിയ മുഖംപവർ എക്സ്ട്ര”യിലൂടെ നേടാൻ ശ്രമിക്കുന്ന ക്ഷീണിതർക്ക് കരുതുവാനാവില്ല. എല്ലാം ‘റിസർവ്’ ചെയ്തും ‘സെയ്ഫ്’ക്കിയും മാത്രം വലതുകാൽവയ്ക്കാൻ താല്പര്യപ്പെടുന്നവർക്കും ‘അപ്പോയന്റ് മെന്റ്’ കൂടാതെ വന്നെത്തുന്നവയെ അഭിമുഖീകരിക്കാനയ്ക്കുന്നവർക്കും കരളുറപ്പ് കുറഞ്ഞാൽ അത്ഭുതപ്പെടുവാനില്ല. അതു വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ പവർഎക്സ്ട്രക്കൊവില്ലല്ലോ. അചാരവും അമ്മയും ഭാര്യയും ഭർത്താവും ജ്യേഷ്ഠനും സുഹൃത്തുമെല്ലാം ഒന്നാന്തരം ‘പ്രൊവൈഡർ’മാരും ‘ഫെസിലിറ്റേറ്റർ’ മാരും ആവണമെന്ന പ്രതീക്ഷയും നിർബന്ധവുമാണ് സമൂഹത്തിൽ വ്യാപകമാവുന്നത്. ജല്ലറിക്കാരുടെ മേൽ സൂചിപ്പിച്ച പരസ്യവാചകത്തിന് അതിനാൽ അവർ ഉദ്ദേശിച്ചതിലേറെ പ്രസക്തിയുണ്ട്.

‘ഓർമ്മയുടെ നിലാവ്’ എന്ന വി.എം. കൊറാത്തിന്റെ ആത്മകഥയിൽ

രേഖപ്പെടുത്തപ്പെട്ട ഒരു സംഭവം ഈ സന്ദർഭത്തിൽ ഓർമ്മ വരുന്നു. മലയാളത്തിലെ മുതിർന്ന പത്രപ്രവർത്തകരിൽ ഒരാളും ‘മാതൃഭൂമി’യുടെ ഡെപ്യൂട്ടി എഡിറ്ററുമായിരുന്ന (അന്ന് മാതൃഭൂമിക്ക് ഒരൊറ്റ ഡെപ്യൂട്ടി എഡിറ്ററേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ) കൊറാത്തിന് സാർ തന്റെ ആദ്യ സന്താനം ജനിച്ച ദിവസത്തെ ഇങ്ങനെ ഓർക്കുന്നു: “ഒരു ദിവസം കുറച്ചു ദൂരെ ഒരിടത്ത് പൊതുപരിപാടിയിൽ പങ്കെടുക്കാൻ പോയതുകാരണം ഞാൻ വീട്ടിലെത്തുമ്പോൾ പതിവിലും വൈകിയിരുന്നു. എല്ലാവരും പരിഭ്രമത്തോടെ എന്നെ കാത്തിരുന്നു. അകത്തുപോയപ്പോഴാണ് മനസ്സിലായത് പത്മിനിക്ക് പ്രസവവേദന തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു എന്ന്.. നേഴ്സിങ്ങ് ഹോമിലെത്തിച്ചു. ആൺ കുഞ്ഞായിരുന്നു. അഞ്ചാംദിവസം ഡിസ്ചാർജ് ചെയ്യാമെന്ന് ഡോക്ടർ പറഞ്ഞു. പക്ഷേ, ബില്ലു കിട്ടിയപ്പോഴാണ് ഞാൻ വിഷണ്ണനായത്. മുഖഭാവത്തിൽനിന്ന് എന്റെ വിഷമം മനസ്സിലാക്കിയ പത്മിനി വീടിന്റെ താക്കോലെടുത്തു തന്ന് പറഞ്ഞു: “അലമാരയിൽ പണ്ടങ്ങളുണ്ട്. അത് പണയം വെച്ചിട്ട് പണമുണ്ടാക്കിക്കൊള്ളൂ”. (പേജ് 303)

ഇന്നത്തെ പത്മിനിമാർ ഇങ്ങനെ പ്രതികരിക്കുമോ? കൊള്ളാവുന്നവർ സമൂഹത്തിൽ കുറഞ്ഞു വരുന്നത് വെറുതെയല്ല. എന്തിനെങ്കിലും മൊക്കെ തികച്ചും കൊള്ളാവുന്നവർ പലകാര്യങ്ങൾക്കും കൊള്ളാത്തവരായിരിക്കും. കമ്പില്ലാത്ത കരിമ്പുണ്ടോ? ഉള്ളിലെ മാധുര്യത്തോട് വിശ്വാസവും കുറും നന്ദിയും അതോടൊപ്പം കമ്പിനോട് അത് സ്വാഭാവികമാണെന്ന മട്ടിൽ സഹിഷ്ണുതയും പുലർത്തിയതു മൂലമായിരിക്കണം കൊറാത്തിന് ദമ്പതികളെപ്പോലെ അനേകം പേർക്കും ചാനലുകളിലെ ജല്ലറി പരസ്യത്തിലെ ദമ്പതികൾക്കും ജീവിതയാത്ര ഹൃദ്യമായത്.

എല്ലാ ബന്ധങ്ങളിൽ നിന്നും ‘പ്രൊവൈഡർ’യും ‘ഫെസിലിറ്റേറ്റർ’യും പ്രതീക്ഷിക്കുന്നവർ യഥാർത്ഥത്തിലുള്ള ‘പ്രൊവൈഡർ’യും ‘ഫെസിലിറ്റേറ്റർ’യും തേടുന്നതു തന്നെയല്ല. ‘വായ കീറിയ ദൈവം ഇര നൽകുമെന്ന്’ പ്രസ്താവിച്ച വരൾച്ചി

വിശ്വാസമർപ്പിച്ചതും ‘പിണ്ഡ നന്ദി’ എന്ന രചനയിലൂടെ ശ്രീനാരായണഗുരു നന്ദി പ്രകാശിപ്പിച്ചതും ജല്ലറി പരസ്യത്തിലെ വ്യഭാൻ ദമ്പതിമാർ വിശ്വസിച്ചതും പ്രപഞ്ചത്തിലെ യഥാർത്ഥ പ്രൊവൈഡറെയും ‘ഫെസിലിറ്റേറ്റർ’യുമാണ്.

ആ ‘പ്രൊവൈഡർ’ ക്ക് പക്ഷപാതമില്ല; വിശ്വാസിയാണോ അവിശ്വാസിയാണോ എന്ന നോട്ടമില്ല; ആ ‘ഫെസിലിറ്റേറ്റർ’ക്ക് നന്ദിയോ സ്തുതിയോ പകരം ലഭിക്കണമെന്ന് നിർബന്ധമില്ല. ആ നിഃസ്വന്ദ കൃപാശക്തിക്കു മുന്നിൽ ശരിതെറ്റുകളോ സ്നേഹദേഷങ്ങളോ ഇല്ല. അതിന് പ്രതീക്ഷകളോ നിരാശയോ ഇല്ല. നമുക്ക് എല്ലാം നൽകുന്ന നമ്മിലെ ‘നാം’ ആയി വർത്തിക്കുന്ന ആ ചങ്ങാതി കൂട്ടിനുള്ളപ്പോൾ നമുക്കെന്തിനാണ് വേറൊരു കണ്ണാടി? നമ്മൾ തിരയേണ്ടതും വിശ്വാസപൂർവ്വം നോക്കേണ്ടതും ആ മുഖമാണ്.

ചില്ലുകൾ ആകാശത്തേക്കുയർത്തിയും വേരുകൾ ആഴങ്ങളിലേക്കിറക്കിയും തടി ചുറ്റവട്ടങ്ങളിലേക്ക് വികസിപ്പിച്ചും വൃക്ഷങ്ങൾ തേടുന്നത് ആ പ്രൊവൈഡറെയും ‘ഫെസിലിറ്റേറ്റർ’യുമാണ്. ബാഹ്യമായ ഈ അന്വേഷണങ്ങൾക്കായി വൃക്ഷങ്ങൾക്ക് ശേഷിലഭിക്കുന്നത് അവ അന്വേഷണം സ്വന്തം അകത്തും നടത്തുന്നതുമുലമാണ്. ആന്തരിക അന്വേഷണവും ഊന്നലും അവയുടെ കാതലും കരുത്തുമായി ഉരുവംകൊള്ളുന്നു. കാതലും കരുത്തും കൂടാതെ വൃക്ഷങ്ങളെങ്ങനെ ഉയരങ്ങളെയും ആഴങ്ങളെയും പരപ്പിനെയും സ്വന്തം ആവശ്യങ്ങൾക്കായി പ്രാപിക്കും?

“ഓടിയോടി തളർന്നെന്നാലും സ്വപ്നം കൈവിട്ടു പോവല്ലേ” എന്ന ചാനൽ പരസ്യത്തിലെ ഉപദേശവും “സ്വപ്നങ്ങളുടെ പുറകേ പായൂ” എന്ന ആഹ്വാനവും കൊള്ളാം. പക്ഷേ, ഓടിയതുകൊണ്ട് മാത്രമായില്ല. ഓടാനും തേടാനുമുള്ള കരുത്ത് അകത്തുനിന്ന് വരുന്നതാണ്. എല്ലാം ‘പ്രൊവൈഡർ’ ചെയ്യപ്പെടുന്നതും ‘ഫെസിലിറ്റേറ്റർ’ ചെയ്യപ്പെടുന്നതും അവിടുനത്രെ. അവിടം ശ്രദ്ധിക്കണം; അവിടെ വേണം ഊന്നാൻ.



സൈബോ കസ്സേയ് കോക്യു ഹോ

ശ്വാസോച്ഛ്വാസത്തിലൂടെകോശങ്ങളെ ഊർജ്ജസ്വലമാക്കുവാനുള്ള ഒരു പദ്ധതിയാണിത്.

1. മനസ്സ് സ്വസ്ഥമാക്കി ഇരിക്കുകയോ നിൽക്കുകയോ ചെയ്തു കൊണ്ട്



പകർച്ചവ്യാധികൾ ശമിക്കട്ടെ

മലമ്പനി, ഡങ്കിപനി, മഞ്ഞപ്പിത്തം, എച്ച് 1 എൻ1, തുടങ്ങിയ പകർച്ചവ്യാധികൾ മനുഷ്യ ജീവൻ അപഹരിക്കുന്ന സ്ഥിതിയാണ് കാലവർഷം ആരംഭിച്ചതോടെ കേരളത്തിൽ ഉണ്ടായിരിക്കുന്നത്. ഭീഷണമായ ഈ അവസ്ഥയുടെ ശമനം സങ്കല്പിച്ചുകൊണ്ട് റെയ്കി പ്രയോജനപ്പെടുത്തണമെന്ന് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു. രാത്രി 9 മണിക്ക് ചെയ്തു വരുന്ന “ഹീലിങ്ങ് ഇന്ത്യ” യോടൊപ്പം കേരളത്തെ പ്രത്യേകമായി സങ്കല്പിച്ച് റെയ്കി ചെയ്താൽ

- കൈകൾ കുപ്പുക (ഗ്യാഷോ).
- കൈകൾ ഒരു നാളം കണക്കെ കൈപ്പത്തികൾ അഭിമുഖമാക്കി കൊണ്ട് മുകളിലേക്കുയർത്തി നിർത്തുക. റെയ്കിയുടെ പ്രവാഹ സ്പന്ദനങ്ങൾ അനുഭവത്തിൽ വന്നാൽ കൈകൾ മടക്കി ആദ്യം തലയിലും പിന്നീട് മട്ടുകളിന്മേൽ മലർത്തിയും വെക്കുക.
- സാവധാനത്തിൽ മനസ്സുകൊണ്ട് ശരീരമാസകലം (ഉള്ളിൽ പ്രത്യേകിച്ചും) നിരീക്ഷിക്കുക
- എവിടെയെങ്കിലും അസന്തുലനമുള്ളതായി തോന്നിയാൽ ശ്വാസം ഉള്ളിലേക്കെടുത്തശേഷം പുറത്തേക്ക് വിടുമ്പോൾ അവിടേക്ക് റെയ്കി മാനസികമായി വിക്ഷേപിക്കുക. അസന്തുലനം സംബന്ധിച്ച സൂചന നൽകിയ ശരീരസ്ഥാനത്തോട് മൗനമായി നന്ദി പറയുക. സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ നിലവിലുള്ള സന്തുലിതാവസ്ഥക്കും മൗനമായി നന്ദിപറയുക.
- കൈകൾകുപ്പി (ഗ്യാഷോ) റെയ്കിക്കും മറ്റ് സഹായക ശക്തികൾക്കും നന്ദി പറയുക.

ഇന്ത്യ ദരിദ്രമെന്ന് ആരുപറഞ്ഞു?

സിസ് ബാങ്കിലും ബഹാമസ് - കെയ്മൻ ദ്വീപുകളിലുമായി 2000 ബില്യൺ ഡോളറിന്റെ രഹസ്യ നിക്ഷേപമാണ് ഇന്ത്യയിലെ ചില പൗരന്മാരുടേതായുള്ളതത്രെ. ഇന്ത്യയുടെ വിദേശകടം തിരിച്ചടക്കാൻ വേണ്ടിവരുന്ന തുകയുടെ 13 ഇരട്ടി വരുന്നതാണ് ഈ തുക. വിദേശകടം തിരിച്ചടച്ചു കഴിഞ്ഞാൽ അവശേഷിക്കുന്ന ഈ തുകയുടെ പലിശമാത്രം കേന്ദ്രബജറ്റ് തുകയെക്കാൾ അധികം വരും. നികുതി വെട്ടിച്ച് വിദേശബാങ്കുകളിൽ സൂക്ഷിക്കപ്പെട്ട ഇന്ത്യൻ ധനം ഇന്ത്യക്ക് ലഭ്യമാക്കുക തന്നെവേണം. സിസ് ബാങ്കുകളിൽ ഒളിപ്പിച്ചുവെച്ച ഇന്ത്യൻ ധനം വീണ്ടെടുക്കാനായാൽ ഈ രാജ്യത്തെ ഓരോ കുടുംബത്തിനും 2.5 ലക്ഷം രൂപ വീതം വിതരണം ചെയ്യുവാൻ മതിയായ സംഖ്യയാണ് രാജ്യത്തിന് ലഭിക്കുക. 30 വർഷത്തേക്കെങ്കിലും ഇന്ത്യയെ നികുതിരഹിത രാജ്യമാക്കുവാനും ഇതുപയോഗിച്ച് സാധിക്കും.

ചന്ദ്രനിലെ ജലസാന്നിദ്ധ്യം

ചന്ദ്രനിൽ ജലസാന്നിദ്ധ്യമുണ്ടെന്ന് ശാസ്ത്രലോകം കണ്ടെത്തിയിരിക്കയാണല്ലോ. 1500 വർഷങ്ങൾക്കു മുമ്പ് ഭാരതം ഈ വസ്തുത മനസ്സിലാക്കിക്കഴിഞ്ഞിരുന്നു. 600 നൂറ്റാണ്ടിന്റെ ആദ്യഘട്ടത്തിൽ ജ്യോതിശാസ്ത്രജ്ഞനായ വരാഹമിഹിരൻ “ബൃഹത്സംഹിത” എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ ഇങ്ങനെ എഴുതി:

സലിലമയേ ശശിനി, രവേർ
ദിധിതയോ മുർച്ഛിതാസ്തമോനൈശം
ക്ഷപയന്തി, ദർപണോദര
നിഹിതാളവ മന്ദിര സാന്തഃ
(ബൃഹത്സംഹിത 4-2)

അർത്ഥം:ജലമയമായ ചന്ദ്രോപരിതലത്തിൽസൂര്യരശ്മികൾ തട്ടി പ്രതിഫലിച്ച് ചന്ദ്രികാരൂപത്തിൽ ഭൂമിയിലെത്തി രാത്രികാലത്തെ ഇരുട്ടകറ്റുന്നു. വെയിലത്തു പിടിച്ച കണ്ണാടി സൂര്യരശ്മിയെ പ്രതിഫലിപ്പിച്ച് വീട്ടിനകത്തെ ഇരുട്ടകറ്റുന്നതുപോലെ. സലിലമയേ ശശിനി (ജലമയമായ ചന്ദ്രനിൽ) എന്ന് സംശയരഹിതമായിത്തന്നെ പ്രസ്താവിച്ച ആ പ്രാചീന ശാസ്ത്രജ്ഞനെ ആദരപൂർവ്വം നമുക്ക് സ്മരിക്കാം. ■

ആഗസ്തിലെ പ്രതിമാസ മുദ്രാറെയ്കി ഉപാസകസംഗമം
15-08-2010 ഞായറാഴ്ചയാണ് നടക്കുക.
സമയം വൈകിട്ട് 3.30; സ്ഥലം: അളകാപുരി.
ഡോ. ഉസുയി ജന്മദിനം പ്രമാണിച്ചാണ് ഈ മാറ്റം.

ആഗസ്റ്റ് മാസത്തെ ക്ലാസ്സുകൾ
 Ist ലെവൽ ക്ലാസ് - 08-08-2010 - ഞായർ - അളകാപുരി
 IInd ലെവൽ ക്ലാസ് - 29-08-2010 - ഞായർ - അളകാപുരി
 III A ദീക്ഷ ആവശ്യമുള്ളവർ പേർ രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്ന മുറയ്ക്ക് ക്ലാസിന്റെ ദിവസം നിശ്ചയിക്കുന്നതാണ്.