സ്വാസ്ഥ്യം

website : www.mudraraiki.com

ആഷാഢം 1934, മിഥുനം 1188
ജൂലായ് 2013

ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷൻ ബുള്ളറ്റിൻ   വോള്യം 4 ലക്കം 7

ആമുഖക്കുറിപ്പ് ദുര സൃഷ്ടിച്ച ദുരന്തം

കലിയ്ക്കു ബാധിക്കുവാനാകാത്ത, നരനാരായണാശ്രമസ്ഥാനമായ ബദരിനാഥ് ഉൾപ്പെടുന്ന ഉത്തരാഖണ്ഡ്, ഗംഗയെ ശിരസ്സിലേറ്റുന്ന കാലാരിയുടെ ക്രോധത്താലാവണം ദുരന്തഭൂമിയായത്. ആ പവിത്ര ഭൂമിയിൽ ആയിരക്കണക്കായ മനുഷ്യജീവൻ പൊലിഞ്ഞു. പതിനായിരങ്ങൾ പറഞ്ഞറിയിക്കുവാനാവാത്ത ദുരിതങ്ങളിലായി. നാശനഷ്ടങ്ങൾ കണക്കാക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല. ഇനിയും ആയിരക്കണക്കിൽ ആളുകൾ അവിടെയെവിടെയെല്ലാമോ കണ്ടെത്താനാവാതെയുണ്ടെന്നാണ് ഈ കുറിപ്പ് എഴുതുന്ന സന്ദർഭത്തിലെ അധികൃതരുടെ അഭ്യൂഹം.

ജൂൺ 22ന് മലയാളത്തിലെ ഒരു പ്രമുഖ ദിനപത്രം ഈ സംഭവത്തെക്കുറിച്ച് പ്രസിദ്ധീകരിച്ച മുഖപ്രസംഗത്തിന്റെ തലവാചകം, "വരുത്തിവെച്ച മഹാദുരന്തം" എന്നായിരുന്നു. ക്രഷർലോബിയും ഖനനമാഫിയയും വികസനജ്വരം ബാധിച്ച് പ്രകൃതിയെ മറന്ന ഭരണകൂടവുമാണ് ഈ ദുരന്തത്തിന്റെ കാരണക്കാർ. ചതുർധാമക്ഷേത്രങ്ങളുടെയും, ആ പർവ്വതപ്രദേശത്തിന്റെയും രക്ഷാദേവതയായി ആരാധിച്ചുപോന്ന 'ധാരി ദേവി' യുടെ പ്രതിഷ്ഠ പോലും ജലവൈദ്യുത പദ്ധതിയുടെ പേരിൽ ഇളക്കി മാറ്റപ്പെടുകയായിരുന്നു. ആ പ്രതിഷ്ഠ ഇളകിയതൊടൊപ്പമാണ് മേഘഗർജ്ജനവും മേഘസ്ഫോടനവും പേമാരിയും, തുടർന്ന് മലയിടിച്ചിലുമുണ്ടായത് എന്ന് റിപ്പോർട്ടുണ്ട്.

ഹിമാലയ സാനുക്കളിൽ ക്രഷർ പ്രവർത്തനവും ഖനനപ്രവർത്തനങ്ങളും അനിയന്ത്രിതമായ നിർമ്മാണങ്ങളും നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തണമെന്ന് ആവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ട് സ്വാമി നിഗമാനന്ദൻ എന്ന യുവസന്യാസി, 114 ദിവസം നിരാഹാരസമരം നടത്തിയതിന്റെ ഫലമായി 2011 ജൂണിൽ ദേഹത്യാഗം ചെയ്ത സംഭവത്തിന് രണ്ട് വർഷം പൂർത്തിയാവുന്ന 2013 ജൂണിലാണ് 'ഹിമാലയൻ സുനാമി' എന്ന് വിളിയ്ക്കപ്പെട്ട ഈ ദുരന്തമുണ്ടായത്. നിഗമാനന്ദയുടെ ദേഹത്യാഗ വിഷയത്തിൽ 'സ്വാസ്ഥ്യം' 2011 ജൂലായ് ലക്കത്തിൽ ആമുഖക്കുറിപ്പ് എഴുതിയിരുന്നു. ആ യുവസന്ന്യാസിയുടെ ശബ്ദം അധികൃതരെ ഉണർത്തിയിരുന്നുവെങ്കിൽ ഈ ദുരന്തം ഒഴിവാകുമായിരുന്നു.

'ദി സീക്രട്ടി'ലെ ആകർഷണ സിദ്ധാന്തത്തെ ഉദാഹരിക്കുന്നതാണ് നിഗമാനന്ദ സംഭവവും ഉത്തരാഖണ്ഡ് സംഭവവും. ദുരിതാശ്വാസ പ്രവർത്തനത്തിലേർപ്പെട്ട ഇന്ത്യൻ സൈനികരും സന്നദ്ധ സംഘടനാ പ്രവർത്തകരും പ്രശംസ അർഹിയ്ക്കുന്നു. ഗംഗാതീരത്ത് ജീവൻ നഷ്ടപ്പെട്ട പുണ്യാത്മാക്കളെ ഓർത്ത് പരിതപിയ്ക്കേണ്ട കാര്യമില്ല. അവർക്ക് മോക്ഷപ്രാപ്തി ലഭിച്ചു. അശരണരും ആലംബഹീനരുമായ അനേകരെ സംബന്ധിച്ചാവണം ഉൽകണ്ഠ. അവർക്ക് ഉചിതമായ ആശ്വാസവും അവലംബവും ലഭിയ്ക്കുവാനായി നമുക്ക് റെയ്കിയോട് പ്രാർത്ഥിയ്ക്കാം. അവരെ സഹായിയ്ക്കുവാനുള്ള ഉദ്യമങ്ങളിൽ സാധ്യമായ വിധത്തിൽ നമുക്ക് പങ്കാളികളാവാം. തീർത്ഥാടന സംസ്ക്കാരം വിനോദയാത്രാ സംസ്ക്കാരമായി അധഃപതിയ്ക്കാതിരിയ്ക്കുവാനും ലാഭമോഹവും വികസന താൽപ്പര്യവും അന്ധമായും മൂല്യരഹിതമായും തീരാതിരിക്കുവാനും നമുക്ക് ദൃഢമായി ആഗ്രഹിക്കാം.

ഉസൂയി ജയന്തി – ഗുരുദക്ഷിണാദിനം

ആഗസ്റ്റ് 15 ഡോ. മികാവോ ഉസൂയിയുടെ ജന്മദിനം. ഇന്ത്യൻ സ്വാതന്ത്ര്യ ദിനം, മഹർഷി അരവിന്ദന്റെ ജന്മദിനം, ശ്രീരാമകൃഷ്ണ ദേവന്റെ മഹാസമാധിദിനത്തിന്റെ തലേദിവസം എന്നീ പ്രത്യേകതകൾക്കുപുറമെ റെയ്കി ഉപാസകരെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം റെയ്കി പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ പരമാചാര്യനായ ഉസൂയിയുടെ ജന്മദിനം എന്ന പ്രാധാന്യം കൂടി ആഗസ്റ്റ് 15 ന് ഉണ്ട്. 1864 ആഗസ്റ്റ് 15 നാണ് അദ്ദേഹം ജനിച്ചത്; ഇത് ഉസൂയിയുടെ 149 ാം ജന്മദിനം.

അടുത്തവർഷം ഉസൂയി ജനിച്ചതിന്റെ 150–ാം വർഷമാണെന്ന് ഓർമ്മിയ്ക്കുവാനുള്ള അവസരം കൂടിയാണിത്. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ജനനത്തിന്റെ ഒന്നര ശതാബ്ദം പൂർത്തിയാവുന്ന ഈ കാലയളവ് റെയ്കി പ്രചാരണത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ഊർജ്ജിത ശ്രമങ്ങൾക്കായി വിനിയോഗിയ്ക്കുവാൻ എന്തു ചെയ്യുവാനാവുമെന്ന് ഓരോരുത്തരും ഗൗരവപൂർവ്വം ആലോചിക്കണം.

ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷന്റെ പ്രവർത്തനച്ചെലവ് നിർവ്വഹിയ്ക്കുവാൻ ആവശ്യമായതുക 'ഗുരുദക്ഷിണ' എന്ന നിലയ്ക്ക് ഉസൂയി ജന്മദിനത്തിൽ സ്വരൂപിയ്ക്കുകയാണ് പതിവ്. സ്വന്തം കഴിവിനനുസരിച്ചുള്ള തുക സ്വന്തം പേരോ മറ്റ് സൂചനകളോ എഴുതാത്തകവറിൽ സമർപ്പിക്കുക എന്നതാണ് കീഴ്‌വഴക്കം.

സ്വന്തം കഴിവിനനുസരിച്ചുള്ള തുക, പേരുവെളിപ്പെടുത്താതെ സമർപ്പിക്കുക എന്ന ആശയം ഒരു മറയായി സ്വീകരിച്ച്, സമർപ്പിക്കുന്ന തുക കുറയ്ക്കുവാനുള്ള പ്രവണത ഉണ്ടാവുന്നത് ശരിയല്ല എന്ന് സൂചിപ്പിയ്ക്കട്ടെ. ചെലവുകൾ വർധിച്ചുകൊണ്ടേയിരിയ്ക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ ഈ പ്രവണത അസോസിയേഷന്റെ പ്രവർത്തനത്തെ പ്രതികൂലമായി ബാധിയ്ക്കും എന്നതിനപ്പുറം, സമർപ്പിയ്ക്കുന്ന വ്യക്തിക്കും ഇത് ഗുണകരമാവുകയില്ല.

സ്വന്തം മുഖവും പേരും – അഹങ്കാരം – വെളിപ്പെടുന്ന സാഹചര്യങ്ങളിൽ അനാവശ്യമായ ആർഭാടങ്ങൾക്കുപോലും പണം ചെലവാക്കുന്നവരാണ് പലരും. അഹങ്കാരത്തെ പുഷ്ടിപ്പെടുത്തുവാനായി പാപ്പരാവാൻ പോലും മടിയില്ലാത്തവർ, ആരും തിരിച്ചറിയാത്ത സാഹചര്യത്തിൽ സ്വന്തം കഴിവ് കുറച്ചു കാണാൻ ശ്രമിച്ചാൽ അവരുടെ ആത്മശോഷണത്തിനാണ് അത് കാരണമാവുക. റെയ്കി ആത്മപുഷ്ടിയ്ക്ക് ഉപയോഗിയ്ക്കേണ്ട ഒരു ഉപാസനാമാർഗ്ഗമായതിനാൽ ആരും തിരിച്ചറിയുകയില്ലാത്ത അവസ്ഥയിലും സ്വന്തം കഴിവിനെ കുറിച്ചുള്ള മതിപ്പ് നിലനിർത്തുക തന്നെ വേണം. ഗുരു ദക്ഷിണാ സമർപ്പണവേളയിൽ ഈ വസ്തുത ഓർമ്മിയ്ക്കണം.

സമർപ്പിയ്ക്കപ്പെടുന്ന ഒരൊറ്റ രൂപയും ആരുടെയും വ്യക്തിപരമായ കാര്യങ്ങൾക്കല്ല ചെലവാക്കുകയെന്നും റെയ്കിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കാര്യങ്ങൾക്കു മാത്രമേ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുകയുള്ളൂ എന്നും പ്രത്യേകം ഓർക്കുക.

ജൂലായ് മാസത്തെ ക്ലാസ്സുകൾ

Ist ലെവൽ ക്ലാസ് – 14 – 07 – 2013 – ഞായർ അളകാപുരി

IInd ലെവൽ ക്ലാസ് – 21 – 07 – 2013 – ഞായർ അളകാപുരി

IIIrd A ലെവൽ ക്ലാസ് – 20 – 07 – 2013 ഉച്ചക്ക്ശേഷവും ഗുരുപൂർണ്ണിമ ദിനമായ 22 – 07 – 2013നും. ആവശ്യമുള്ളവർക്ക് പേര് നൽകാവുന്നതാണ്.

ആഗസ്റ്റ് മാസത്തെ "മുദ്രാറെയ്കി" ഉപാസക സംഗമം 15 – 08 – 2013 വ്യാഴാഴ്ച (ഉസൂയി ജന്മദിനാചരണത്തോടനുബന്ധിച്ച്) വൈകുന്നേരം 3.30ന് അളകാപുരിയിൽ

പാഥേയം - 43

പ്രാർത്ഥനയുടെ ശരിവഴി

എൽ. ഗിരീഷ്കുമാർ

ചെയർമാൻ

'ശ്രീപുരം' താന്ത്രികഗവേഷണകേന്ദ്രം

ഇരിങ്ങാലക്കുട

വിഷമങ്ങൾ നേരിടാതിരിയ്ക്കുമോ പ്രാർത്ഥിച്ചാൽ? അതോ പ്രാർത്ഥനയിലൂടെ വിഷമങ്ങളെ തരണം ചെയ്ത് മുന്നേറാനാവുമോ? യാതൊരു വിഷമങ്ങളും ദുഃഖങ്ങളും പ്രതിസന്ധികളും ചേതങ്ങളും ഒരിക്കലും ഉണ്ടാവാതിരിക്കണമെന്ന ആഗ്രവുമായാണ് നമ്മൾ മിക്കവരും പ്രാർത്ഥിക്കുക പതിവ്. പക്ഷേ ഇവയൊന്നും ജീവിതത്തിൽ നേരിടേണ്ടി വരാതിരിക്കുന്നുമില്ല. കുഴപ്പങ്ങളിൽ ഈശ്വരൻ അവലംബവും രക്ഷയുമാവേണമേ എന്നു പ്രാർത്ഥിയ്ക്കുന്നവർ ചുരുങ്ങും.

സ്വർഗ്ഗവും നരകവും, സുഖവും ദുഃഖവും, ലാഭവും ചേതവും, ശത്രുശല്യവും മിത്രസൗഹൃദങ്ങളും ഭൗതിക ലോകാവസ്ഥയുടെ രണ്ട് പുറങ്ങളാണ്. കാലഗതിയിൽ രാപ്പകലുകൾ പോലെ ഇവ മാറിമറിഞ്ഞുകൊണ്ടിരിയ്ക്കും. മനുഷ്യാവതാരമായ ശ്രീരാമൻ വിരഹവും ദുഃഖവും, വനവാസവും, ഏറ്റുമുട്ടലുകളും അനുഭവിച്ചു. പൂർണ്ണാവതാരമായി ഭൂമിയിൽ പിറന്ന ശ്രീകൃഷ്ണനും പ്രതിസന്ധികളെയും ശത്രുപീഢകളെയും ദുഷ്പേരുപോലും നേരിട്ടു. ഇവരെല്ലാം പ്രാതികൂല്യങ്ങളെ അവസരങ്ങളാക്കി മഹിമയിലേയ്ക്കുയരുകയായിരുന്നു. നമ്മളിലെയും അന്തർലീനമായ ഈശ്വരീയതയ്ക്ക് മിഴിവേറ്റുവാൻ വന്നെത്തുന്നവയാണ് നമുക്ക് മുന്നിലെ പ്രശ്നങ്ങളെന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്നതോടെ അവയോടുള്ള നമ്മുടെ മനോഭാവം മാറും.

ഇനി ആവശ്യം പ്രശ്നങ്ങളെ അതിജീവിയ്ക്കുവാൻ ലഭിയ്ക്കേണ്ടുന്ന സഹായമാണ്. ആ സഹായത്തിനുവേണ്ടിയാവണം പ്രാർത്ഥന എന്ന് മഹർഷീശ്വരന്മാർ നമ്മോട് നിർദ്ദേശിയ്ക്കുന്നു.

ഒരു കയറ്റത്തിന് ഒരിറക്കമുണ്ട്. കയറാനും ഇറങ്ങാനും ഒരു പിടിവള്ളിയുടെ അവലംബമായി ഉപയോഗിക്കാവുന്ന ഉറച്ച പ്രതലത്തിന്റയും സഹായം ഉണ്ടായാൽ നന്ന്. അവ രണ്ടുമായി വർത്തിക്കുവാൻ ഈശ്വരനാവും. മുകളിലെ ഉറപ്പിൽനിന്ന് ഞാന്നു കിടക്കുന്ന ഉറച്ച ശക്തിയാണ് പിടിവള്ളിയാക്കാൻ യോഗ്യം. എല്ലാം തന്നിൽ കോർക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു ('സൂത്രേ മണിഗണാ ഇവ' - ഭഗവത്ഗീത - 7-7) എന്ന ഭഗവാന്റെ വചനമനുസരിച്ച് ഏറ്റവും ശക്തമായ വള്ളി ഭഗവാൻ തന്നെ. അത് നമ്മിലൂടെ കോർക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

എല്ലാറ്റിനെയും വഹിയ്ക്കുന്ന ഉറപ്പേറിയ വസ്തുവും ഭഗവാൻതന്നെ. ''സർവ്വഭൂതസ്ഥമാത്മാനം, സർവ്വഭൂതാനി ചാത്മനി" (ഗീത 6-29)- താൻ എല്ലാറ്റിലും, എല്ലാ വസ്തുക്കളും തന്നിലും സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു എന്നാണ് ഭഗവദ്വചനം. നമ്മളിൽ അന്തർഭവിച്ചിരിക്കുന്നതും നാം നിലകൊള്ളുന്നതും ഭഗവാനിൽ തന്നെ. മാത്രമല്ല, ധർമ്മസംസ്ഥാപനം ആവശ്യമായി വരുന്ന വേളകളിൽ താൻ അവതരിക്കുമെന്നും ഭഗവാൻ ഉറപ്പുതന്നിട്ടുണ്ട്. "യദായദാഹി ധർമ്മസ്യ.... (ഗീത 4-7). നിലനിൽപ്പിന് സഹായിക്കുന്നതെന്തോ അതാണ് ധർമ്മം. നിലനിൽപ്പ് അപകടത്തിലാവുമ്പോൾ അത് ഭദ്രമാക്കുവാൻ താൻ അവതരിയ്ക്കും എന്നാണ് ഭഗവാൻ പറഞ്ഞിട്ടുള്ളത്. ദേവീമാഹാത്മ്യത്തിൽ സാക്ഷാൽ പരാശക്തിയും ഇതുതന്നെ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നു. 'ഇത്ഥം യദായദാബാധാ ദാനവോത്ഥാ ഭവിഷ്യതി/തദാ തദാവതീര്യാഹം കരിഷ്യാമ്യരിസംക്ഷയം" (11-50, 51) - എപ്പോഴെല്ലാം അസുരന്മാരിൽനിന്ന് ദ്രോഹമുണ്ടാവുന്നുവോ അപ്പോഴെല്ലാം ശത്രുനാശത്തിനായി താൻ ആവിർഭവിയ്ക്കും എന്നാണ് പരാശക്തിയുടെ വരദാനം. ഈ രണ്ട് വാഗ്ദാനങ്ങളുടെയും അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഈശ്വരനെ അവലംബിച്ച് ദൈവീകപ്രവണതകളോടെ - വിശാലതാല്പര്യം പുലർത്തിക്കൊണ്ടും സങ്കുചിതസ്വാർത്ഥം ഉപേക്ഷിച്ചുകൊണ്ടും വെല്ലുവിളികളെയും പ്രയാസങ്ങളെയും ധീരമായി നേരിടുകതന്നെ കരണീയം.

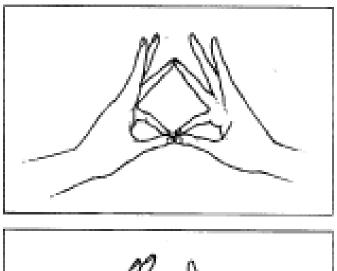
മഹാവസ്തിമുദ്ര

മോതിരവിരലുകൾ തമ്മിലും ഒരേ കയ്യിന്റെ ചെറുവിരലുകളും പെരുവിരലുകളും തമ്മിലും ചേർക്കുക. ഈ അവസ്ഥയിൽ 10 തവണ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം ചെയ്യണം.

അതിനുശേഷം ചെറുവിരലുകൾ തമ്മിൽ ചേർക്കുകയും ഒരേ കയ്യിന്റെതന്നെ മോതിരവിരലുകൾ പെരുവിരലുകളുമായി ചേർക്കുകയും ചെയ്യുക. ഈ അവസ്ഥയിലും 10 തവണ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം ചെയ്യുക.

ഈ രണ്ട് രീതിയും 7 മിനിട്ട് വീതം ദിവസേന മൂന്നുതവണ അനുഷ്ഠിക്കാം.

അടിവയറിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിയ്ക്കുവാൻ ഇത്



ഉത്തമം. ആർത്തവ സംബന്ധമായ വേദന ശമിപ്പിയ്ക്കുവാൻ ഇത് ഉപയോഗിയ്ക്കാം. കുടൽ സംബന്ധമായും, ബ്ലാഡർ, പ്രോസ്ട്രേറ്റ് എന്നിവ സംബന്ധമായും ഉള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിയ്ക്കുവാൻ ഇത് ഉപയോഗപ്പെടുത്താം. അയവുവരുത്തുവാനും ഊർജ്ജം സമീകരിയ്ക്കുവാനും മഹാവസ്തി മുദ്രയ്ക്ക് കഴിവുണ്ട്.

നിറവേറ്റാൻ നിറവേറണം

- സി. എം. കൃഷ്ണനുണ്ണി -

നാം പലതും നിറവേറ്റാനുള്ള പരിശ്രമത്തിലാണ്. എന്തെല്ലാം ചുമതലകളാണ് നമുക്ക് നിറവേറ്റുവാനായിട്ടുള്ളത്! എന്തെല്ലാം മോഹങ്ങളാണ് നിറവേറിക്കാണാൻ നാം കൊതിയ്ക്കുന്നത്! നിറവേറ്റുക എന്നാൽ പരിപൂർത്തീകരിയ്ക്കുക എന്ന് അർത്ഥം. നിറവേറുക എന്നാൽ പൂർണ്ണതയിൽ കലാശിയ്ക്കുക എന്നർത്ഥം.

മക്കളെ വളർത്തുക, അവർക്ക് വിദ്യാഭ്യാസം നൽകുക, അവരെ വിവാഹിതരാക്കുക, സൗകര്യപ്രദമായ വീട് നിർമ്മിയ്ക്കുക, കുടുംബ പരിപാലനം നടത്തുക, കൂട്ടത്തിൽ തന്റെയും കുടുംബത്തിന്റെയും ആരോഗ്യം പാലിയ്ക്കുക തുടങ്ങിയ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളും ചുമതലകളും അതിന്റെ പൂർണ്ണതയിൽ നിർവഹിച്ച് ചാരിതാർത്ഥ്യമടയുവാൻ നമ്മൾ ആഗ്രഹിയ്ക്കുന്നു. ഉപജീവനമാർഗ്ഗമായി ലഭിച്ച തൊഴിലോ, ബിസിനസ്സോ, പ്രൊഫഷനോ യഥോചിതം നിർവഹിയ്ക്കുവാനും നാം ഉദ്ദേശിയ്ക്കുന്നു. സമ്പത്തും സമൃദ്ധിയും അധീശത്വവും നാം കുറേ ഏറെതന്നെ ഉണ്ടാവാൻ കൊതിയ്ക്കുന്നു. സൽപ്പേരും ജനസ്വാധീനവും വർധിപ്പിയ്ക്കുവാൻ കൊതിക്കാത്തവരില്ല. ചുരുക്കിപ്പറഞ്ഞാൽ നമ്മളിൽ ഓരോരുത്തരുടെയും മോഹം ഭഗവാനോ ഭഗവതിയോ ആയിത്തീരലാണ്. ആറ് 'ഭഗങ്ങൾ' പൂർണ്ണതയിൽ ഒത്തുചേർന്നാലാണ് ഭഗവാനോ ഭഗവതിയോ ആവുക. സർവ്വചരാചരങ്ങളും ഭഗവാന്റെ/ഭഗവതിയുടെ സ്ഥൂലശരീരമായി വർത്തിക്കുന്നു.

ഐശ്വര്യം, വീര്യം, യശസ്സ്, ശ്രീ, ജ്ഞാനം, വിജ്ഞാനം എന്നിവയാണ് മേൽപ്പറഞ്ഞ ആറ് 'ഭഗങ്ങൾ'. അധീശത്വം അഥവാ സ്വാധീനശക്തി, കായികവും മാനസികവും ബുദ്ധിപരവും ആത്മീയവുമായ ശക്തി, മറ്റുള്ളവരാൽ പ്രശംസിയ്ക്കപ്പെടുന്ന അവസ്ഥ, സമ്പത്തിന്റെയും ആവശ്യവസ്തുക്കളുടെയും ആഡംബര വസ്തുക്കളുടെയും സമൃദ്ധി, ഭൗതികമായ അറിവ്, ആത്മീയമായ അറിവ് എന്നിങ്ങനെ ഈ ആറ് ഭഗങ്ങളെ വിശദമായി മനസ്സിലാക്കാം. ഈ ആറെണ്ണത്തിൽ പെടാത്തതൊന്നും നമ്മുടെ ആഗ്രഹങ്ങളുടെ പട്ടികയിലുണ്ടാവുകയില്ല. ഇവ അല്പസ്വല്പം ലഭിച്ചാൽ ഭാഗ്യമായി എന്ന്, അവ തീരെ ഇല്ലാത്ത അവസ്ഥയിൽ തോന്നുമെങ്കിലും ഓരോന്നും ലഭിച്ചു തുടങ്ങുന്ന മുറയ്ക്ക് അവ അളവറ്റതോതിൽ വേണമെന്ന ആഗ്രഹം ശക്തിപ്രാപിച്ചു കൊണ്ടേയിരിയ്ക്കും. "പത്തു ലഭിയ്ക്കിൽ നൂറിനു ദാഹം, നൂറിനെ ആയിരമാക്കാൻ മോഹം, ആയിരമോ പതിനായിരമാക്കണം" എന്ന ഗാന ശകലം ഓർക്കുക. മനുഷ്യമനസ്സിന്റെ എന്നത്തെയും അഭിലാഷമാണിത്. മനുഷ്യന് ഭഗവാനാവാനാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ മോഹം.

ഈ മോഹം ഉണ്ടാവേണ്ടതു തന്നെ. ഈ മോഹം മുൻനിർത്തി പരിശ്രമം ശരിയായ തരത്തിൽ നടത്തുകയും വേണം. അത് മനുഷ്യ ധർമ്മമാണ്. മറ്റ് ജീവജാലങ്ങൾക്കൊന്നും മനുഷ്യനുള്ളതുപോലെ വികസ്വരമായ മനസ്സും വിശേഷബുദ്ധിയും ഇല്ലാത്തതിനാൽ അവയ്ക്ക് പൂർണ്ണതയെ പ്രാപിയ്ക്കുവാനുള്ള ആത്മാഭിലാഷത്തിനൊത്ത് ബോധപൂർവ്വം പ്രവർത്തിയ്ക്കുവാനാവില്ല, അതിനുള്ള അവസരം മനുഷ്യനു മാത്രമുള്ളതാണ്. അതുതന്നെയാണ് മനുഷ്യജന്മത്തിന്റെ മഹത്വവും.

പക്ഷെ മനുഷ്യരായ നമ്മൾ പൂർണ്ണത പ്രാപിയ്ക്കുവാനുള്ള നമ്മുടെ ആത്മാഭിലാഷം മുൻനിർത്തികൊണ്ട് മൃഗസമാനന്മാരായാണ് പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നത് എന്നതാണ് കഷ്ടം. 'എന്റേത്' എന്ന ഇത്തിരിപ്പോന്ന മാളത്തിലേക്ക് എല്ലാം വലിച്ചടുപ്പിയ്ക്കുവാനാണ് നമ്മുടെ ഉദ്യമം. 'ഞാൻ' എന്ന നമ്മുടെ ബോധം ശരീരത്തെ ആസ്പദിച്ച് വളരെ പരിമിതമായി മാത്രം നിലനിൽക്കുന്നു. 'എന്റേത്' എന്നതിന്റെ പരിധിയും വളരെ കുറവാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ "എനിയ്ക്കുള്ളത്", എന്നതിന്റെ പരിധിയും കുറഞ്ഞുതന്നെയിരിയ്ക്കുന്നു. പഴയ കൂട്ടുകുടുംബവ്യവസ്ഥയിലെ "എന്റേതും" "എനിയ്ക്കുള്ളതും" അണുകുടുംബ വ്യവസ്ഥയിലെത്തിയതോടെ നന്നെ ഇടുങ്ങുകയാണുണ്ടായത്. ബോധത്തിലും ഭാവത്തിലും കാഴ്ചപ്പാടിലും ഏറെ സങ്കോചിച്ചു കഴിഞ്ഞ മനുഷ്യൻ വൈപുല്യത്തെ നേടാൻ കൊതിയ്ക്കുന്നു; പൂർണ്ണതയെ കൈപ്പിടിയിലൊതുക്കാൻ കുറുക്കുവഴികൾ തേടുന്നു; വലിയവനെന്നു നടിച്ച് പരിഹാസ്യനാവുന്നു. ആകാശത്തെ ചെപ്പിലടയ്ക്കുവാനാണ് നമ്മുടെ ചപലശ്രമം.

പൂർണ്ണത നേടുവാനുള്ള മാർഗ്ഗം പൂർണ്ണതയിലേയ്ക്ക് സ്വയം തുറക്കപ്പെടുക എന്നതാണ്. ആകാശത്തെ ചെപ്പിലടയ്ക്കുവാനാവില്ലെങ്കിലും ചെപ്പുതുറന്നു വെച്ചാൽ അതിലേയ്ക്ക് ആകാശം വന്ന് നിറഞ്ഞുകൊള്ളും, പാത്രത്തിന്റെ ഉൾവിസ്തൃതിയനുസരിച്ചേ അതിന്റെ ഉൾക്കൊള്ളുവാനുള്ള കഴിവ് വർധിയ്ക്കൂ എന്ന സത്യം നാം പലപ്പോഴും തിരിച്ചറിയാത്തതാണ് കഷ്ടം. എല്ലാം നിറവേറ്റുവാനുള്ള പ്രാപ്തി നേടുവാൻ നാം നമ്മുടെ ഉൾക്കൊള്ളുവാനുള്ള കഴിവ് വർധിപ്പിച്ചേമതിയാവൂ. ഒരു പാത്രത്തിന്റെ ഉൾവിസ്താരമനുസരിച്ചായിരിക്കുമല്ലോ അതിന്റെ ഉൾക്കൊള്ളുവാനുള്ള കഴിവ്. അതേ പോലെ മനുഷ്യന്റെ ഹൃദയവിശാലതയനുസരിച്ചേ നേട്ടങ്ങൾ ഉണ്ടാവുകയുള്ളു. നമ്മുടെ സ്വാംശീകരണശേഷിയും, വഹിയ്ക്കുവാനുള്ള കഴിവും, ബന്ധം സ്ഥാപിയ്ക്കുവാനും ഇടപഴകുവാനുമുള്ള കഴിവും, നമ്മെ കൂടുതൽ പേർക്കും കൂടുതൽ അവസരങ്ങളിലും പ്രയോജനപ്പെടുത്തുവാനുള്ള കഴിവും വർധിപ്പിച്ചു കൊണ്ടേയിരിയ്ക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. പൂർണ്ണതയെ പുൽകത്തക്കവണ്ണം നമ്മുടെ ബോധത്തിന്റെയും ഭാവത്തിന്റെയും കയ്യുകൾ വലുതാവട്ടെ. "എന്റേത്" എന്നതിന്റെ പരിധിയിൽ എല്ലാറ്റിനെയും എല്ലാവരെയും ചേർത്തു കാണുവാനുള്ള ബുദ്ധിയും യുക്തിയും ഉണ്ടാവട്ടെ. അത് മനുഷ്യനു സാധിയ്ക്കും; അത് മനുഷ്യനേ സാധിയ്ക്കൂ.

ഈ ശ്രമത്തിൽ റെയ്കി ഏറെ ഉപകരിയ്ക്കും. നമ്മൾ പതിവായും ആവശ്യമായതോതിലും, വിധത്തിലും റെയ്കി ഉപാസന നിർവ്വഹിയ്ക്കുമ്പോൾ നമ്മളും പ്രപഞ്ചവും മെല്ലെ മെല്ലെ തന്മയീഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിയ്ക്കുകയാണ് ചെയ്യുക. നാം പ്രപഞ്ചോന്മുഖമാവുന്ന തോതിൽ പ്രപഞ്ചം നമ്മുടെ നേരെയും സൗഹാർദ്ദപരമായി തിരിയും . എല്ലാറ്റിനോടുമുള്ള പ്രതിബദ്ധതാഭാവം മുഖ്യമാണ്. ഈരേഴു പതിന്നാല് ലോകങ്ങളും, ഭൂത-വർത്തമാന- ഭാവികാലങ്ങളും, സർവ്വചരാചരങ്ങളും ചേർന്നതാണ് ഭഗവാന്റെ ശരീരം. (ആത്മയോനീഷാത്മാത്മതന്ത്രോ ബഹുധാവിഭാതി" (ഭാഗവതം 10ാം സ്കന്ധം പൂർവ്വാർദ്ധം, അദ്ധ്യായം 48, ശ്ലോകം 20)-നിന്തിരുവടിയിൽ നിന്നുണ്ടായ ഭൂതഭൗതികങ്ങളിൽ നിന്തിരുവടിയും ബഹുരൂപനായി പ്രകാശിയ്ക്കുന്നു.) ഭഗവാനാകുവാൻ ശ്രമിയ്ക്കുന്ന ഭക്തനും ഇതെല്ലാം തന്റെ ശരീരമാണെന്ന ബോധത്തിലേയ്ക്കുയരണം. സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ ചെയ്യുന്ന റെയ്കി സാധന തന്റെ പ്രപഞ്ച ശരീരത്തിലേയ്ക്കുകൂടിയുള്ളതാണെന്ന് ഒരു റെയ്കി സാധകൻ തിരിച്ചറിയണം. സ്വന്തം നിറവ് ഏറിയേറിവരണം എന്നായിരിക്കട്ടെ നമ്മുടെ പ്രാർത്ഥന.

ദി സീക്രട്ട് - 38

ശക്തിയുടെ മഹാരഹസ്യം

ആഗ്രഹം എന്താണെങ്കിലും ശരി, അത് സാധിക്കുന്നതായി ഉറച്ച് ഭാവന ചെയ്തുകൊള്ളുക. ആകർഷണ നിയമത്തിന് സാധിച്ചുതരാൻ വയ്യാത്തതായി യാതൊന്നുമില്ല. പൂർണ്ണനും സർവ്വശക്തനും സന്തുഷ്ടനും സ്നേഹസമ്പന്നനുമായ ആൾക്ക് നേടാൻ കഴിയാത്തതും പ്രാപിയ്ക്കാൻ കഴിയാത്തതുമായി യാതൊന്നുമില്ല. ഇതാണ് ശക്തിയുടെ മഹാരഹസ്യം.

ആന്തരിക സന്തുഷ്ടി, വിജയത്തിനാവശ്യമായ ഇന്ധനമാണെന്ന് മറക്കാതിരിക്കുക. അതിനാൽ എപ്പോഴും സന്തോഷത്തെ ഉള്ളിലേയ്ക്ക് ആവാഹിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം. സൗഖ്യം നൽകുന്നവ കണ്ടെത്തുക, അനുഭവിക്കുക.

ശക്തിയുടെ രഹസ്യം അറിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞ നമ്മൾക്ക് അത് ഉപയോഗപ്പെടുത്തേണ്ട ഉത്തരവാദിത്വമുണ്ട്. ആനന്ദത്തെ പിൻതുടരുക. പ്രപഞ്ചം നമ്മൾക്കായി വഴിയൊരുക്കും. ജീവിതം ആസ്വദിയ്ക്കുക. നമുക്കതിനു സാധിക്കും. നിങ്ങൾ, ഞങ്ങളിൽനിന്ന് വ്യത്യസ്തരായിരിയ്ക്കുന്നതെങ്ങിനെയാണെന്ന് ആളുകൾ നമ്മോട് ചോദിയ്ക്കുവാൻ തുടങ്ങും. മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്ന് നമ്മെ വ്യത്യസ്തരാക്കുന്ന ശക്തിരഹസ്യത്തെക്കുറിച്ചാണ് ഇത്രയും പറഞ്ഞത്.

അസാദ്ധ്യമെന്ന് ഇത്രകാലവും കരുതിയവ നമുക്ക് ഈ രഹസ്യത്തിന്റെ പ്രയോഗത്തിലൂടെ സാദ്ധ്യമാവും. ചക്രവാളത്തിന്റെ അതിരുകൾ പോലും പരിധി നിശ്ചയിക്കാത്ത ഒരു പുതിയയുഗം ആവിർഭവിയ്ക്കുകയാണ്. അതിരുകളില്ലാത്ത സാധ്യതകളും അതിരറ്റ അവസരങ്ങളുമുള്ള വിപുലമായ ഒരു യുഗം ഇതാ അരംഭിച്ചുകഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു. ഇന്ന് നാം നമ്മുടെ മനഃശക്തിയുടെ 5 ശതമാനം പോലും ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല. പ്രപഞ്ച വിധാനത്തിന്റെ രഹസ്യം മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട് ജനങ്ങൾ മന:ശക്തിയുടെ പരമാവധി ഉപയോഗിയ്ക്കുവാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ ഇവിടെ ഭവ്യമായ മറ്റൊരു ഭൗമ സാഹചര്യം ഒരുങ്ങുക തന്നെ ചെയ്യും.

("ദി സീക്രട്ട്" ഈ ലക്കത്തോടെ അവസാനിച്ചു.)

പവർ ഓഫ് നൗ - 18

വേദനയുടെ കാരണം.

വേദനയും ദുഃഖവും ഇല്ലാത്ത ജീവിതമില്ല എന്നിരിയ്ക്കെ, അവയെ ഒഴിവാക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നതിനു പകരം അവയോട് പൊരുത്തപ്പെട്ട് ജീവിയ്ക്കുകയല്ലെ നല്ലത് എന്ന ഒരു ചോദ്യം ഉയരുവാനിടയുണ്ട്.

മനുഷ്യൻ അനുഭവിക്കുന്ന ഒട്ടുമുക്കാലും വേദനകൾ അനാവശ്യമായി അനുഭവിക്കുന്നതാണ്. നിരീക്ഷണവിധേയമാക്കപ്പെടാത്ത മനസ്സ് ജീവിതത്തെ നയിക്കുന്നതുകാരണം സ്വയം സൃഷ്ടിയ്ക്കപ്പെട്ട വേദനകളാണ് മിക്കതും.

യഥാർത്ഥ അവസ്ഥയെ അബോധപൂർവ്വം ചെറുക്കുകയും അതിനെ അംഗീകരിക്കാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന മുഹൂർത്തങ്ങളിലാണ് വേദന പിറവിയെടുക്കുന്നത്. ചിന്തയുടെ തലത്തിലുള്ള തീർച്ചപ്പെടുത്തലുകളെയും നിർണ്ണയങ്ങളെയും മനസ്സിന്റെ പ്രതിരോധമായും ചെറുത്തുനിൽപ്പായും കരുതാം. വൈകാരിക തലത്തിലാവട്ടെ ചെറുത്തു നിൽപ്പ് രൂപം കൊള്ളുക എതിർപ്പിന്റെ ഭാവത്തിലൂടെയായിരിയ്ക്കും. നടപ്പ് നിമിഷാർദ്ധത്തിലെ- വർത്തമാന മുഹൂർത്തത്തിലെ- പ്രതിരോധത്തിന്റെ അഥവാ ചെറുത്തുനിൽപ്പിന്റെ തോതനുസരിച്ച് വേദനയും കൂടും. മനസ്സുമായി ഒരു വ്യക്തി എത്രത്തോളം തന്മയീഭവിച്ചിരിക്കുന്നുവോ അതനുസരിച്ചായിരിയ്ക്കും വേദനയുടെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലുകൾ എന്നും പറയാം. "ഇപ്പോഴത്തെ ഈ മുഹൂർത്തത്തെ നിഷേധിയ്ക്കുവാനും അതിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടുവാനുമാണ് എപ്പോഴും മനസ്സ് ശ്രമിയ്ക്കുക. അതായത്, മനസ്സുമായി താദാത്മ്യം പ്രാപിയ്ക്കുന്നതിന്റെ അളവനുസരിച്ച് വ്യക്തി വിഷമം അനുഭവിയ്ക്കും എന്നർത്ഥം." "ഈ നിമിഷ"ത്തെയും "ഈ അവസ്ഥ"യെയും എത്രത്തോളം ഒരാൾ അംഗീകരിയ്ക്കുന്നുവോ അത്രത്തോളം ആ വ്യക്തിയ്ക്ക് വേദനയിൽ നിന്നും ദുഃഖത്തിൽ നിന്നും മോചനം നേടുവാൻ കഴിയും. മാനസിക അഹങ്കാരത്തിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി തന്നെയാണ് പ്രധാനം.

മനസ്സ് എന്തുകൊണ്ടാണ് "ഈ അവസ്ഥ"യേയും "ഈ നിമിഷ"ത്തേയും നിഷേധിയ്ക്കുവാനും ചെറുക്കുവാനും ശ്രമിയ്ക്കുന്നത്? സമയവും മനസ്സും തമ്മിൽ അഭേദ്യമായ ബന്ധമാണുള്ളത്. സമയം കൂടാതെ അതിന് പ്രവർത്തിയ്ക്കുവാനും നിലനിൽക്കുവാനും സാധിയ്ക്കുകയില്ല. ഭൂതകാലത്തിലും ഭാവികാലത്തിലും മനസ്സിന് നിലനിൽക്കുവാനാവും. ഈ രണ്ടിടത്തും കാലമുണ്ടല്ലോ. വർത്തമാന കാലത്തിൽ കാലത്തിന്റെ അംശം വളരെ വളരെ കുറവാണ്; ഇല്ലെന്നുതന്നെ പറയാം.

ഈ ഭൂമിയിൽ ഒരൊറ്റ മനുഷ്യനും ഇല്ലാത്തതും സസ്യങ്ങളും മറ്റ് ജീവജാലങ്ങളും മാത്രം ഉള്ളതുമായ അവസ്ഥയെക്കുറിച്ച് ആലോചിച്ചുനോക്കുക. അവയ്ക്ക് ഭൂതകാലമോ ഭാവികാലമോ സംബന്ധിച്ച ബോധം ഉണ്ടാവുമോ? സമയം എന്ന പ്രതിഭാസം ഉണ്ടായിരിക്കുമോ? തേക്കുമരത്തിനോ കൂമനോ സമയത്തെയും തിയ്യതിയെയും കുറിച്ച് ബോധമുണ്ടായിരിയ്ക്കുമോ? "ഇതാ ഇപ്പോൾ" എന്ന അവസ്ഥ മാത്രമേ ചെടികൾക്കും ജന്തുക്കൾക്കും ഉള്ളു.

അനുഭവങ്ങൾ: അപസ്മാരവും തൈറോയ്ഡ് രോഗവും ശമിച്ചു.

സ്വന്തം മകളുടെ അപസ്മാരരോഗം റെയ്കി ശുശ്രൂഷ വഴി ശമിച്ചതായി വീട്ടുവേല ചെയ്ത് ഉപജീവനം കഴിയ്ക്കുന്ന ജയശ്രീയും റെയ്കി ശുശ്രൂഷ ലഭിയ്ക്കുക കാരണം തന്റെ തൈറോയ്ഡ് പ്രശ്നം നിയന്ത്രണവിധേയമായതായി ആലിസ് എന്ന വീട്ടുവേലക്കാരിയും അറിയിച്ചു.

21 ദിവസം തുടർച്ചയായി ശ്രീമതി ശങ്കരി ദുർഗ്ഗ റെയ്കി ഡിസ്റ്റന്റ് ഹീലിങ് നിർവ്വഹിച്ചതിനുശേഷം എട്ട് മാസത്തോളമായി തന്റെ മകൾക്ക് അപസ്മാര ബാധ ഉണ്ടായിട്ടില്ലെന്ന് ജയശ്രീ പറയുന്നു. ഓപ്പറേഷൻ കൂടിയേ തീരൂ എന്ന് ഡോക്ടർമാർ വിധിച്ച അവസ്ഥയിൽ നിന്നാണ് തൈറോയ്ഡ് രോഗിയായ ആലിസ് ഏറെ രക്ഷപ്പെട്ട അവസ്ഥയിലായിരിക്കുന്നതത്രെ. Thyrogram 120 mg എന്ന ഗുളിക മുമ്പ് കഴിച്ചുപോന്നിരുന്ന ആലിസ് ഇപ്പോൾ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം പ്രസ്തുത ഗുളികയുടെ 25 mg മാത്രമാണ് കഴിയ്ക്കുന്നതത്രെ. 10 വർഷം മുൻപ് രോഗം തിരിച്ചറിഞ്ഞ കാലത്തെക്കാൾ കഴിഞ്ഞ 5 വർഷമായി മെച്ചപ്പെട്ട അവസ്ഥയിലാണ് താൻ ജീവിച്ചുപോരുന്നതെന്ന് ശ്രീമതി ശങ്കരിദുർഗ്ഗയിൽ നിന്ന് റെയ്കി ഹീലിങ് ലഭിച്ച ആലിസ് പറയുന്നു.

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