



സ്വാസ്ഥ്യം

website : www.ira.org.in



സെപ്തംബർ 2011

ഇന്ത്യൻ റെയ്കി അസോസിയേഷൻ ബുള്ളറ്റിൻ

വോളം 2 ലക്കം 9

ആമുഖക്കുറിപ്പ്

ജനങ്ങളുടെ വിജയം

രാമലീലാ മൈതാനത്ത് അണ്ണാ ഹസാരെയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ നടന്ന ഐതിഹാസികമായ സമരത്തിൽ, പുരാണകഥകളിലെനപോലെ ഇരുപക്ഷവും വിജയിച്ചു. ഹസാരസംഘം മുന്നോട്ടുവെച്ച ആവശ്യങ്ങൾ അംഗീകരിച്ച് മുട്ടുമടക്കുക വഴി ഇന്ത്യൻ പാർലിമെന്റ് പരാജയപ്പെടുകയല്ല, ജനാധിപത്യത്തോടുള്ള പ്രതിബദ്ധത വ്യക്തമാക്കിക്കൊണ്ട് വിജയിക്കുകതന്നെയാണ് ചെയ്തത്.

ഈ സംഭവം പഴയ കിരീടധാരണ ചടങ്ങുകളിലൊന്നിനെ അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്നു. “അദണ്ഡോസ്മി” (എന്നെ ശിക്ഷിക്കാൻ ആരുമില്ല) എന്ന് പറയുന്ന രാജാവിനെ വടികൊണ്ട് മെല്ലെ പ്രഹരിച്ചുകൊണ്ട് “ധർമ്മദണ്ഡോസി” (നിന്നെ ശിക്ഷിക്കുവാൻ ധർമ്മമുണ്ട്) എന്ന് രാജഗുരു പറയുന്നതാണ് ആ ചടങ്ങ്. ഇന്നിതാ “ധർമ്മ ദണ്ഡോസി” എന്ന് ഹസാരേ, ഇന്ത്യൻ പാർലിമെന്റിനോട് പുതിയ രീതിയിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു.

ഗാന്ധിയൻ സമരരീതിയുടെ വിജയം എന്ന് ഹസാരെയുടെ സമരത്തിന്റെ പര്യവസാനത്തെ വ്യാഖ്യാനിക്കുന്നത് ശരിയല്ല. ധർമ്മികശേഷിയുടെയും നിശ്ചയദാർഢ്യത്തിന്റെയും വിജയമാണിത്. അവയാണ് മുഖ്യം. അവയുള്ളവർ ഗാന്ധിയൻ ശൈലി അവലംബിക്കുന്നത് അനന്തരദൃഷ്ടഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ സഹായകമാവുമെന്നുമാത്രം.

ഇനിയും ജനകീയ പ്രക്ഷോഭത്തിന്റെ പാതയിൽ ഏറെ മുന്നോട്ട് പോകുവാനുണ്ടെന്നും ഇപ്പോൾ നേടിയത് ഭാഗികമായ വിജയം മാത്രമാണെന്നും സൂചിപ്പിക്കുകവഴി ഹസാര തന്റെ യാഥാർത്ഥ്യബോധമാണ് പ്രകടിപ്പിച്ചത്. തന്റെ അടുത്ത ദൗത്യം തിരഞ്ഞെടുപ്പ് പരിഷ്കരണമാണെന്ന് അദ്ദേഹം വ്യക്തമാക്കിയിരിക്കുകയാണ്.

ഹസാര സംഘത്തിന്റെ ഇനിയുമുള്ള ശ്രമത്തിലൂടെ ഭാരതത്തിന്റെ ഭാവീശോഭനമാവട്ടെ. ലോകപാൽ പ്രക്ഷോഭത്തിൽ ഏതാണ്ട് ദൃക്സാക്ഷികൾ മാത്രമായിരുന്ന നാം, കേരളീയർക്ക് വരാനിരിക്കുന്ന ജനകീയ നീക്കങ്ങളിലെങ്കിലും സജീവവും സക്രിയവുമായ പങ്കാളിത്തം സാധ്യമാവട്ടെ.

സെപ്തംബർ മാസത്തെ ക്ലാസ്സുകൾ

Ist ലെവൽ ക്ലാസ്-11-09-2011-ഞായർ-അളകാപുരി
 IInd ലെവൽ ക്ലാസ്-18-09-2011-ഞായർ-അളകാപുരി
 III A ദീക്ഷക്ക് മുൻകൂട്ടി രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്ന മുറക്ക് ക്ലാസിന്റെ ദിവസം നിശ്ചയിക്കുന്നതാണ്.

ഒക്ടോബറിലെ പ്രതിമാസയോഗം

ഒക്ടോബർ മാസത്തെ പ്രതിമാസ 'മുദ്രാ റെയ്കി' ഉപാസകസംഗമം 02-10-2011 ഞായറാഴ്ച വൈകുന്നേരം 3.30ന് അളകാപുരിയിൽ.

ഓണം തിരുവോണം

തിരുവോണം അടുത്തെത്തി. ഓണക്കോടി അണിയാൻ, ഓണപ്പുക്കളും തീർക്കാൻ, ഓണസദ്യയുണ്ണാൻ, ഒരു തിരുവോണം കൂടി വരവായി. ചിലയിടത്ത് ഓണത്തല്ലും പതിവുണ്ട്; വള്ളം കളിയും, ആർപ്പും വിളിയും.

ഓണപ്പുടവ കിട്ടിയാലേ അണിയാനാവൂ. ഓണപ്പുടവ കൊടുത്താലേ വേണ്ടപ്പെട്ടവർക്ക് അതു ധരിക്കുവാനാവൂ. നൽകുക, സ്വീകരിക്കുക എന്ന പ്രപഞ്ചതത്വം ഈ കൊടുക്കൽ വാങ്ങലുകളിൽ കാണാം. ഓണക്കോടി എന്നും ഓണത്തെ പുത്തനാക്കുന്നു. “ഇന്ന്”, “ഇപ്പോൾ” ജീവിക്കുക. പഴമയിലേക്കോ അകന്ന പ്രതീക്ഷയിലേക്കോ മനസ്സിനെ പായിക്കാതെ ‘ഇപ്പോൾ’ ആഹ്ലാദപൂർവ്വം ജീവിക്കുക എന്ന് ഓണക്കോടി മന്ത്രിക്കുന്നു.

പുക്കളും തീർക്കാൻ മരത്തിന്റെ മുകളിലും താഴെ മണ്ണിന്റെ പരപ്പിലും വിരിയുന്ന നാനാവർണ്ണത്തിലുള്ള ചെറുതും വലുതുമായ പുക്കൾ വേണം. ഉച്ചനീചതങ്ങളെയും വൈവിധ്യങ്ങളെയും പ്രപഞ്ചത്തിൽ വ്യത്യസ്തപ്പെടുത്താനല്ലാതെ തുടച്ചു നീക്കാനാവില്ലെന്നും അവയെ ഭാവനാപൂർവ്വം ക്രമീകരിച്ചാൽ അത് നയനാനന്ദകരവും ഹൃദയാഹ്ലാദകരവുമാകുമെന്ന പാഠം പുക്കളങ്ങൾ നൽകുന്നു. ഓണസദ്യയും വിവിധ രുചികളുടെയും വിവിധ വർണ്ണങ്ങളുടെയും വിവിധ ശബ്ദങ്ങളുടെയും വിവിധതരം പാചകങ്ങളുടെയും ചേർച്ചയാണല്ലോ.

ഓണത്തല്ലിനും ഓണക്കാലത്തെ വള്ളംകളിയ്ക്കും സന്ദേശമാണെന്നും തരാനില്ലെന്നു കരുതരുത്. മത്സരിക്കുവാനും കലഹിക്കുവാനുമുള്ള മനുഷ്യപ്രേരണയ്ക്കും ഓണം ആഹ്ലാദത്തിന്റെ മാനം നൽകുന്നു. “ഒന്നായനിന്നെയിഹ രണ്ടെന്നു കണ്ടളവിലുണ്ടായൊരിണ്ടലാ”ണ് എല്ലാ കലഹങ്ങളുടെയും മത്സരങ്ങളുടെയും അടിസ്ഥാനം. മഹാബലി പോലും (മഹാശക്തൻ പോലും) മഹാവിഷ്ണുവായ (സർവ്വവ്യാപിയും സർവ്വശക്തനുമായ) പരംപൊരുളിനുമുന്നിൽ ദുർബ്ബലനും പരിമിതനുമെന്ന് പറഞ്ഞു തരുന്ന തിരുവോണം, കളിക്കപ്പുറം കലഹങ്ങളെയും മത്സരങ്ങളെയും കാര്യമാക്കൊല്ലേ എന്ന് നമ്മോട് ഓതുന്നു. വാമനൻ(നിസ്സാരൻ, നന്നെ ചെറിയവൻ, ദുർബ്ബലൻ) എന്നു കരുതുന്നവരിലും അനന്തസാധ്യതകൾ ഒളിഞ്ഞുകിടപ്പുണ്ടെന്ന ഓർമ്മപ്പെടുത്തൽ കൂടിയാണ് തിരുവോണദിനത്തിലെ ഹർഷാരവങ്ങളിലൂടെ മുഴങ്ങുന്നത്.

‘സാമ്പദ്യ’ത്തിന്റെ വായനക്കാർക്കും ബന്ധുക്കൾക്കും തിരുവോണാശംസകൾ. നമ്മുടെ അയൽപക്കത്തേക്കും - അവിടെ ഓണം എത്ര കേമമാണെങ്കിലും - നമ്മുടെ ഓണം നമുക്കെത്തിക്കാം. ഉപ്പേരിയോ, മധുരമോ, പുഞ്ചിരിയോ ആയി.

ഭക്തിയും ഭക്തനും



എൽ. ഗിരീഷ്കുമാർ

ചെയർമാൻ

'ശ്രീപുരം' താന്ത്രികഗവേഷണകേന്ദ്രം
ഇരിങ്ങാലക്കുട

ചരിത്രം കണ്ട യഥാർത്ഥ ഭക്തനാണ് ഹനുമാൻ. ഭക്തന്റെ സ്വഭാവവും പ്രകൃതവും എങ്ങിനെയായിരിക്കുമെന്ന് ഹനുമാൻ സ്വജീവിതം കൊണ്ട് ഉദാഹരിക്കുന്നു.

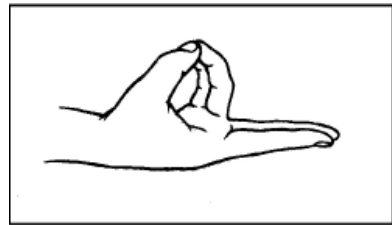
ശ്രീരാമചന്ദ്രനോട് ഹനുമാൻ എന്തെങ്കിലും എന്തെങ്കിലും ആവശ്യപ്പെട്ടതായി നമുക്ക് പറയാനാവില്ല. അദ്ദേഹം യാതൊന്നും യാചിക്കുകയോ ആവശ്യപ്പെടുകയോ ചെയ്തില്ല. പകരം, ശ്രീരാമന് തന്നാൽ എന്തു ചെയ്തു കൊടുക്കാമെന്ന ജാഗരൂകതയാണ് ഹനുമാൻ പുലർത്തിക്കൊണ്ടിരുന്നത്. ശ്രീരാമനെ സേവിക്കുവാനുള്ള അവസരമൊന്നും അദ്ദേഹം പാഴാക്കിയില്ല. തന്റെ കഴിവും സാമർത്ഥ്യവുമെല്ലാം തന്റെ ഭഗവാന്റെ ആവശ്യത്തിന് വിനിയോഗിക്കുവാൻ മാത്രമുള്ളവയാണ് എന്നാണ് ഹനുമാൻ കരുതിയത്.

“തിരുവാഭരണം സംരക്ഷിക്കുവാനാവാത്ത ദേവനെ നാം സംരക്ഷിക്കേണ്ടതുണ്ടോ” എന്ന ചോദ്യമുന്നയിച്ചു കൊണ്ടാണ് ക്ഷേത്രങ്ങളിലെ തിരുവാഭരണ മോഷണ വാർത്തകളോട് നമ്മളിൽ ചിലർ പ്രതികരിക്കാറുള്ളത്. ശ്രീരാമന്റെ തിരുവാഭരണമായ സീതാദേവി അദ്ദേഹത്തിനു നഷ്ടമായപ്പോൾ സീതാദേവിയെ വീണ്ടെടുക്കാൻ അതിസാഹസികമായി പ്രവർത്തിച്ചത് ഹനുമാനായിരുന്നു എന്നോർക്കുക. സീതാനഷ്ടം ശ്രീരാമന്റെ ശക്തിക്ഷയത്തിന്റെ സൂചനയായല്ല ഹനുമാൻ കണ്ടത്. മറിച്ച്, തനിക്ക് ഭഗവാനെ സേവിക്കുവാൻ ഒരുങ്ങിക്കിട്ടിയ അവസരമായാണ്.

ഹനുമാൻ ചെയ്ത സേവനങ്ങളിലും ഉപകാരങ്ങളിലുമെല്ലാം ശ്രീരാമൻ സംപ്രീതനായിരുന്നു. പക്ഷെ അവസാനം അദ്ദേഹം ഹനുമാനെ അനുഗ്രഹിച്ചു കൊണ്ട് പറഞ്ഞത്, ഹനുമാന് എന്തെങ്കിലും പ്രത്യുപകാരം ചെയ്യുവാനുള്ള അവസരം തനിക്ക് ഉണ്ടാവാതിരിക്കട്ടെ എന്നാണ്. അതായത്, ഹനുമാന് ഒരിക്കലും ഒരാവശ്യവും ഉണ്ടാവാതിരിക്കുകയും ആരിൽ നിന്നും യാതൊരു സഹായവും വേണ്ടിവരാതിരിക്കുകയും ചെയ്യട്ടെ എന്നാണ് ഭഗവാൻ അനുഗ്രഹിച്ചത്. സദാത്യപ്തനും, സ്വയം പര്യാപ്തനുമായല്ലോ ഹനുമാൻ. ചിരഞ്ജീവിയായ അദ്ദേഹം ആ നിലയിൽ തന്നെ എക്കാലവും ശ്രീരാമന്റെ അനുഗ്രഹത്താൽ തുടരുകയും ചെയ്യുന്നു. തൃപ്തി, സ്വയം പര്യാപ്തത എന്നീ ഗുണങ്ങൾ ഭക്തഹനുമാനിൽ ദർശിക്കാം.

ഭഗവാന്റെ മാർഗ്ഗത്തിൽ നിന്ന് വിട്ടൊരു മാർഗ്ഗം ഹനുമാൻ ഒരിക്കലും സ്വീകരിച്ചിട്ടില്ല. എന്തിലും ഏതിലും ശ്രീരാമനെ കാണുന്ന ഹനുമാൻ സീതാദേവി സന്തോഷിച്ചു നൽകിയ മാലയിലെ മുത്തുകളിൽ ശ്രീരാമനെ കാണാൻ കഴിയാത്തതിനാൽ അത് പൊട്ടിച്ചെറിഞ്ഞു എന്ന് കഥ. “വീരന്മാർ ചുട്ടും മകുടത്തിൻ നായകക്കല്ലേ! ശ്രീരാമഭക്തപ്രവര! എന്ന് സീതാദേവിയെക്കൊണ്ട് ഹനുമാനെ വിളിപ്പിച്ച തുഞ്ചത്താചാര്യൻ അങ്ങനെ ചെയ്തത് വെറുതെ ആലങ്കാരികമായിട്ടല്ല. വീരനു മാത്രമേ ഭക്തനാവാൻ കഴിയൂ എന്ന പാഠമാണ് ആചാര്യൻ നൽകുന്നത്. ആക്ഷേപവും സ്വയം ശപിക്കലും ആവലാതിയും പലതും അവിഹിതമായിപ്പോലും ലഭിക്കുവാനുള്ള മോഹവും യാചനയുമായി കഴിയുന്നവർക്ക് ഭക്തിയുടെ മാർഗ്ഗം എത്ര അകലെയാണ്?

പ്രാണമുദ്ര



ഓരോ കയ്യിന്റെയും പെരുവിരലറ്റങ്ങൾ മോതിരവിരലിന്റെയും ചെറുവിരലിന്റെയും അറ്റങ്ങളുമായി ചേർത്തുവെക്കുകയും മറ്റ് രണ്ട് വിരലുകൾ

വാനും ഈ മുദ്ര സഹായകമാണ്. നേത്രരോഗങ്ങളുടെ പരിഹാരത്തിനും ഉപയോഗപ്പെടുത്താം. മാനസികവും വൈകാരികവുമായ തലങ്ങളിൽ മെച്ചം വരുത്തിക്കൊണ്ട് ആത്മവിശ്വാസം ജനിപ്പിക്കുവാനും പുതിയ സംരഭങ്ങൾ തുടങ്ങുവാനുള്ള ധൈര്യം പകരുവാനും ഈ മുദ്ര ഉപകരിക്കും.

പെരുവിരൽ, മറ്റ് രണ്ട് വിരലുകളുടെ നഖങ്ങളിന്മേൽ വെച്ചുകൊണ്ട് ഈ മുദ്ര ചെയ്യാമെന്ന് ചില കേന്ദ്രങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുന്നു. ഇത് തലച്ചോറിന്റെ ഇടത്-വലത് അർദ്ധഗോളങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനം സമീകരിക്കുവാനും ഊർജ്ജസ്വലമാക്കുവാനും പരസ്പരപൂരകമാക്കുവാനും ഉപകരിക്കുമത്രെ.

പ്രാണമുദ്രയോടൊപ്പം സാവധാനത്തിലും ശ്രദ്ധാപൂർവ്വവും ശ്വാസോച്ഛ്വാസം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നാൽ മനസ്സും ശരീരവും സ്വസ്ഥവും ശാന്തവുമായി.

- Gertrud Hirachi

നീട്ടുകയും ചെയ്യുക.
5 മുതൽ 30 മിനുട്ട് വരെ ഈ മുദ്ര തുടരാം. ഒരു ചികിത്സാരീതിയെന്ന നിലക്ക് ചെയ്യുകയാണെങ്കിൽ ദിവസേന മൂന്നു തവണ 15 മിനുട്ട് നേരം ചെയ്യാം.
പ്രാണമുദ്ര, മൂലാധാരചക്രത്തിന്റെ പ്രവർത്തനക്ഷമത വർദ്ധിപ്പിക്കും. ക്ഷീണം, നാഡീക്ഷോഭം, പരിമ്രോ, മനഃചാഞ്ചല്യം എന്നിവ കുറയ്ക്കുവാനും കാഴ്ചശക്തി മെച്ചപ്പെടുത്തു

തൻകാര്യം പരകാര്യം

സി.എം. കൃഷ്ണനൂണി

ചോദ്യം: മുദ്രാറെയ്കി പ്രഥമദീക്ഷയെ തുടർന്ന് ശരീരത്തിൽ പതിവായി നിശ്ചിതസ്ഥാനങ്ങളിൽ റെയ്കി നൽകുവാൻ നിർദ്ദേശിക്കുന്നുണ്ട്. ദ്വിതീയദീക്ഷയിൽ ദുരന്തുളളവർക്ക് റെയ്കി ഉപയോഗിച്ച് ആശ്വാസം നൽകുവാനുള്ള വിദ്യയാണല്ലോ പ്രത്യേകമായി അഭ്യസിപ്പിക്കുന്നത്. തൃതീയദീക്ഷയുടെ പൂർവ്വഘട്ടത്തിൽ (III A Level) സങ്കല്പം കൊണ്ട് മറ്റുള്ളവരിലേക്കും പ്രശ്നങ്ങളിലേയ്ക്കും റെയ്കി വിന്യസിക്കുവാനും ലേസർ റെയ്കി, സൈക്കിക് സർജറി എന്നിവയുമാണല്ലോ അഭ്യസിപ്പിക്കുന്നത്. **പ്രഥമതലദീക്ഷ മാത്രമാണോ സ്വന്തം കാര്യത്തിനായി ഉപയോഗിക്കാനുള്ളത്? ദ്വിതീയതലവും തൃതീയതലവും പരാർത്ഥമായിട്ടുള്ളതാണോ? സ്വന്തം ആവശ്യത്തിന് പ്രഥമദീക്ഷ മാത്രം മതിയോ?**

ഉത്തരം: സ്വന്തം കാര്യത്തിനും സ്വന്തം ആവശ്യത്തിനും ഉപയോഗപ്പെടുത്തുവാനുള്ളവ തന്നെയാണ് പ്രഥമ-ദ്വിതീയ-തൃതീയതല ദീക്ഷകളെ തുടർന്ന് നിർദ്ദേശിക്കപ്പെടുന്ന പരിശീലനങ്ങൾ. റെയ്കി പ്രയോഗശേഷിയും, പ്രയോഗസാമർത്ഥ്യവും പ്രഥമദീക്ഷയെ തുടർന്നുള്ളതിനെക്കാൾ മറ്റുദീക്ഷകളിൽ വർദ്ധിക്കുന്നു.

റെയ്കിയുടെ വീക്ഷണത്തിൽ ഏതൊരു പ്രശ്നത്തിലും ഭൗതികതലം, മാനസികതലം, കാലവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട വൈകാരികതലം, ആത്മീയതലം എന്നിങ്ങനെ നാല് തലങ്ങളാണുള്ളത്. പ്രശ്നപരിഹാരത്തിന് ഈ നാലുതലങ്ങളിലും ശ്രമം ആവശ്യമാണെന്നർത്ഥം. പ്രശ്നത്തിന്റെ ഭൗതികതലത്തിൽ മാത്രം മാറ്റം വരുത്തിയതുകൊണ്ടോ ഏതെങ്കിലും ചില തലങ്ങളിൽ മാത്രം പരിഹാരം കണ്ടുകൊണ്ടുമാത്രമോ ആയില്ല. നാല് തലങ്ങളിലും പരിഹാരശ്രമം നടക്കണം. അതിനായാണ് റെയ്കി പദ്ധതിയിലെ നാല് ഉസ്യയി ചിഹ്നങ്ങളും മുദ്രാറെയ്കി പദ്ധതിയിലെ III A ലെവലിൽ നൽകുന്ന താന്ത്രിക ചിഹ്നങ്ങളും ഉദ്ദേശിച്ചിരിക്കുന്നത്. ദ്വിതീയതലത്തിൽ മേൽ സൂചിപ്പിച്ച നാല് ഉസ്യയി ചിഹ്നങ്ങളിൽ മൂന്നെണ്ണം നൽകപ്പെടുന്നു. തൃതീയതലത്തിലാണ് നാലാമത്തെ ഉസ്യയി ചിഹ്നം നൽകപ്പെടുക.

പ്രഥമദീക്ഷയെ തുടർന്ന് സ്വന്തം ദേഹത്തിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിൽ പതിവായി ആരംഭിക്കുന്ന സ്പർശ സാധന ദ്വിതീയതല ദീക്ഷയെയും തൃതീയതല ദീക്ഷയെയും തുടർന്ന് അതാത് ചിഹ്നങ്ങളും കൂടി ചേർത്ത് തുടരുകയാണ് ചെയ്യേണ്ട

ത്. നമ്മൾ ഓരോരുത്തരുടെയും പ്രശ്നങ്ങളുടെയും അനുഭവങ്ങളുടെയും അടിസ്ഥാനം നമ്മുടെ ജീവന്റെ ഗുണനിലവാരമായതിനാൽ ജീവന്റെ ഇരിപ്പിടമായ ശരീരത്തിൽ നാല് തലത്തിൽ പതിവായി റെയ്കി സാധന അനുഷ്ഠിക്കേണ്ടത് നമ്മുടെ പ്രശ്നപരിഹാരത്തിനും ജീവന്റെ സംസ്കരണത്തിനും അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. അതുകൊണ്ടു തന്നെ ഏതൊരു റെയ്കി സാധനവും പ്രഥമതല ദീക്ഷയെ തുടർന്ന് ഉപരിദീക്ഷകൾക്കുള്ള യോഗ്യത സാധനയിലൂടെ വളർത്തിയെടുത്തുകൊണ്ട് ദ്വിതീയതല-തൃതീയതല ദീക്ഷകൾ സ്വീകരിച്ച് റെയ്കി സാധന മുന്നോട്ടുകൊണ്ടുപോകേണ്ടതാണ്.

ചോദ്യത്തിൽ സൂചിപ്പിച്ച പോലെ പ്രഥമതലദീക്ഷ സ്വന്തം ആവശ്യത്തിനും ദ്വിതീയ-തൃതീയതല ദീക്ഷകൾ മറ്റുള്ളവരുടെ ആവശ്യത്തിനുമെന്ന വേർപിരിവ് ശരിയല്ല. പ്രഥമദീക്ഷയെ തുടർന്നും മറ്റുള്ളവരെ സ്പർശിച്ച് സുഖപ്പെടുത്താവുന്നതാണല്ലോ. റെയ്കിയുടെ ദർശനം അവിചിന്നമാണ്. അതിൽ ഞാൻ, എന്റേത്, എനിക്കുള്ളത് എന്നും വേറൊരാൾ, അയാളുടേത്, അയാൾക്കുള്ളത് എന്നുമുള്ള വ്യത്യസ്തവീക്ഷണത്തിന് പ്രസക്തിയില്ല. സ്വന്തം ജീവിതം ആരോഗ്യകരവും എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും സന്തോഷകരവും ധന്യവുമാക്കുവാൻ മറ്റുള്ളവരുടെ ആരോഗ്യവും സന്തോഷവും ധന്യതയും ഉറപ്പാക്കപ്പെടേണ്ടതുണ്ടെന്ന് അല്പം ചിന്തിച്ചാൽ തന്നെ മനസ്സിലാവും. നമ്മൾ മറ്റൊരാളുടെ ആവശ്യത്തിന് റെയ്കിയും സമ്പന്നവും ഉപയോഗപ്പെടുത്തുമ്പോൾ നമ്മുടെ ആവശ്യങ്ങൾ (നിലവിലുള്ളതോ വരാൻിരിക്കുന്നതോ ആയ) തന്നെയാണ് സൂക്ഷ്മതലത്തിൽ പരിഹരിക്കുന്നത്.

അന്നദാനം മഹാദാനമാണെന്ന് പറയാറുണ്ട്. വിദ്യാദാനവും മഹത്താണ്. എന്നാൽ **ആരോഗ്യദാനവും ആശ്വാസദാനവും അതീവ മഹത്തരമാണെന്നോർക്കുക.** സ്വജീവിതം പ്രകാശപൂർണ്ണവും സംതൃപ്തവും ആരോഗ്യകരവുമാകുന്നതോടൊപ്പം മഹത്തരമായ ആരോഗ്യ-ആശ്വാസ ദാനത്തിനുള്ള ശേഷി കൂടിയാണ് ഒരാൾ റെയ്കി പ്രഥമ-ദ്വിതീയ-തൃതീയ ദീക്ഷകളിലൂടെ നേടുന്നത് എന്നതാണ് വാസ്തവം.

രോഗങ്ങളുടെയും ജീവിത ദുരിതങ്ങളുടെയും കാരണം മൂന്നു വിധത്തിലാണ്. ആധിഭൗതികം, ആധിദൈവികം, ആധ്യാത്മികം എന്നിങ്ങനെ. ഭൗതിക കാരണങ്ങളാലുള്ള വിഷമതകൾ ഭൗതികമായ

ചിട്ടപ്പെടുത്തലുകൾ കൊണ്ട് ഭേദമാക്കാം. എന്നാൽ ജന്മാന്തരദുരിതങ്ങളാലും മറ്റുമുണ്ടാവുന്ന രോഗങ്ങൾക്കും പ്രയാസങ്ങൾക്കും വൈദ്യത്തെക്കാൾ ഉപരിയായി പ്രായഞ്ചിത്തങ്ങൾ വേണ്ടിവരും. “ആരോഗ്യദാനം സർവ്വേഷാം ദാനാനുമുത്തമം സ്മൃതം” എന്നാണ് പ്രമാണം. ആരോഗ്യത്തെ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ അന്യരുടെ രോഗശമനത്തിനായി സഹായിക്കുന്നതും പ്രായശ്ചിത്തമാണ് എന്നർത്ഥം. ചികിത്സ എന്നനിലയ്ക്കും ആയുർവേദം, അലോപ്പതി, ഹോമിയോ എന്നീ ചികിത്സകളിലൂടെ കൂടുതൽ ഫലസിദ്ധി ലഭ്യമാക്കുവാൻ ഉദ്ദേശിച്ചുകൊണ്ടും റെയ്കി ഉപയോഗപ്പെടുത്തി സ്വന്തം ആരോഗ്യപുഷ്ഠിയും പ്രശ്നപരിഹാരവും ഉറപ്പുവരുത്തുന്നവർ, സ്വന്തം ജന്മാന്തര ദുരിതങ്ങളുടെ പരിഹാര പ്രായശ്ചിത്തമായി മറ്റുള്ളവർക്ക് വേണ്ടിവരുന്ന അവസരങ്ങളിൽ ഉദാരമായി റെയ്കി നൽകാൻ പ്രാപ്തി നേടുന്നത് ദ്വിതീയ-തൃതീയതല ദീക്ഷകൾ അർഹതയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നേടുകയും അതനുസരിച്ച് ഉയർന്ന റെയ്കി സാധനകൾ അനുഷ്ഠിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോഴാണ് എന്നോർക്കുക.

ഡിസ്റ്റൻസ് ഹീലിങ്ങ് എന്നത് ദൂരെയുള്ളവരെ ചികിത്സിക്കാൻ മാത്രമുള്ള മാർഗ്ഗമാണെന്ന ധാരണയ്ക്കും തിരുത്തൽ ആവശ്യമാണ്. ഈ മാർഗ്ഗം ഉപയോഗിച്ച് ഡിസ്റ്റൻസ് ഹീലിങ്ങും സാധ്യമാക്കാം. നമ്മളിൽ നിന്ന് നമ്മളിലേക്കുള്ള അകലം - ആത്മസത്തയിൽ നിന്ന് ഭൗതികവ്യക്തിത്വത്തിലേക്കുള്ള അകലം - വർദ്ധിക്കുന്നതോതിലാണ് നാം പ്രശ്നങ്ങളിലും ദുരിതങ്ങളിലും അകപ്പെടുന്നത്. അതിനുള്ള പ്രതിവിധി ഡിസ്റ്റൻസ് ഹീലിങ്ങ് ആണ്. നാം മുദ്രാറെയ്കിയുടെ പ്രഥമതല-ദ്വിതീയതല-തൃതീയതല ദീക്ഷകൾ സ്വീകരിക്കുന്നത് നമ്മുടെ തന്നെ മോചനത്തിനും മോക്ഷത്തിനുമാണ്. അത് മറ്റുള്ളവരെയും ഇക്കാണുന്ന ലോകത്തിലെ പല ഘടകങ്ങളെയും ആസ്പദിച്ചായാതിനാൽ അവരിലേക്കും അവയിലേക്കും റെയ്കി പ്രയോഗിക്കുന്നു എന്നു മാത്രം. നമ്മളിൽ നിന്ന് അന്യമല്ല ഈ ലോകവും ലോകത്തിലെ സമസ്ത വസ്തുക്കളും. ഭഗവാൻ ശ്രീകൃഷ്ണൻ ഭഗവതത്തിൽ ഉദ്ധവരോട് ഉപദേശിക്കുന്നത് ഇങ്ങനെ; “ഭൂതങ്ങൾക്കൊക്കെയകവും പുറവും തന്നിലും തഥാ/ആകാശം പോൽ നിറഞ്ഞാത്മാവായെന്നെക്കണ്ടിടും ബുധർ” (11-29-12)

'നന്ദി'യെ കുറിച്ചു തന്നെ...

അനുകൂലഫലങ്ങളുടെ പ്രവാഹം നമ്മളിലേക്കുണ്ടാവാനാവാൻ ചെല്ലേണ്ടത് നമുക്ക് ഇപ്പോൾ ഉള്ളവയോട് നന്ദി പ്രകാശിപ്പിക്കുക പതിവാക്കുക എന്നതാണ്. മുറ്റത്തെ മുല്ലയുടെ മണം തിരിച്ചറിയാതിരിക്കുന്നത് ദുർഭാഗ്യം ക്ഷണിച്ചുവരുത്തലായിരിക്കും.

ലിബ്രോവറിന്റെ 'നന്ദിക്കല്പ് സൂത്രം' ശ്രദ്ധിക്കുക. അദ്ദേഹം ഒരു ചെറിയ കല്ലെടുത്ത് കയ്യിൽ വെച്ച് തീരുമാനിച്ചുവെത്ര: "ഈ കല്പ് സ്പർശിക്കുമ്പോഴെല്ലാം ഞാൻ നന്ദിപൂർവ്വം ഓർക്കാവുന്ന എന്തിനെക്കുറിച്ചെങ്കിലും സ്മരിക്കും." ദിവസേന കാലത്ത് അദ്ദേഹം ആ കല്ലെടുത്ത് കീശയിലിടും. അത് സ്പർശിക്കേണ്ടി വരുമ്പോഴെല്ലാം നന്ദി ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്ന എന്തെങ്കിലും ആലോചിക്കുകയും ചെയ്യും.

ഒരു ദിവസം ഒരാൾ ഈ കല്പ് കണ്ട്, അതെന്താണെന്ന് ലിബ്രോവിനോട് ചോദിച്ചു. "നന്ദിക്കല്പ്" എന്നായിരുന്നു ഉത്തരം. തന്റെ മകൻ ഗുരുതരാവസ്ഥയിലാണെന്നും ആ അവസ്ഥയിൽ നിന്ന് മകനെ രക്ഷപ്പെടുത്താൻ അത്യാത്മശക്തിയുള്ള കല്ലുകൾ തനിക്ക് നൽകണമെന്നും അയാൾ ലിബ്രോവിനോട് പറഞ്ഞു. ചില കല്ലുകളെടുത്ത് ലിബ്രോവ് അദ്ദേഹത്തിന് കൊടുക്കുകയും അവ സ്പർശിക്കുമ്പോൾ എന്തുചെയ്യണമെന്ന് വിശദീകരിക്കുകയും ചെയ്തു. 'നന്ദിക്കല്പ്' മായിപോയ ആൾ കുറച്ചുകാലം കഴിഞ്ഞ് ലിബ്രോവിനെ തേടിയെത്തി, തന്റെ

മകൻ രോഗവിമുക്തനായ സന്തോഷ വിവരം അറിയിച്ചുവെത്ര.

ദിവസത്തിൽ നൂറ് നൂറ് തവണ നന്ദി പറയുക. ഐൻസ്റ്റീൻ അങ്ങിനെ ചെയ്തിരുന്നു. തന്റെ മുൻഗാമികളായ ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ നൽകിയ സംഭാവനകളാണ് തനിക്ക് കണ്ടെത്തലുകൾ നടത്താൻ അടിസ്ഥാനമായതെന്ന് അദ്ദേഹം പലപ്പോഴും നന്ദിപൂർവ്വം സ്മരിച്ചിരുന്നു.

നന്ദിയെ നമ്മുടെ ആവശ്യവുമായി ബന്ധപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടുള്ള ഒരു പ്രക്രിയ ബോബ് പ്രൊക്ടർ നിർദ്ദേശിക്കുന്നത് ഇതാണ്: ആവശ്യങ്ങൾ വർത്തമാനകാല ക്രിയാരൂപത്തിൽ (Present Perfect Tense) എഴുതുന്നതോടൊപ്പം (സങ്കല്പിക്കുന്നതോടൊപ്പം) താൻ സന്തുഷ്ടനും നന്ദിയുള്ളവനുമാണെന്ന് കൂടി ചേർക്കുന്ന രീതിയാണത്. ഉദാഹരണം: (1) "ഞാൻ പൂർണ്ണ ആരോഗ്യവാനായിരിക്കുന്നതിൽ സന്തുഷ്ടനും നന്ദിയുള്ളവനുമാണ്." (2) "എന്റെ മകൻ ഉന്നതവിജയം നേടുന്നതിൽ ഞാൻ അതീവസന്തുഷ്ടനും നന്ദിയുള്ളവനുമാണ്."

ആഗ്രഹിച്ചത് ലഭിക്കുകയും ആവശ്യം നിറവേറുകയും ചെയ്താലുണ്ടാവുന്ന ഭാവം നേരത്തെ മനസ്സിൽ ജനിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് നന്ദി പ്രകാശിപ്പിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതുവഴി ശക്തമായ സൂചനയാണ് നാം പ്രപഞ്ചത്തിലേക്ക് വിക്ഷേപിക്കുന്നത്. അത് അത്യാത്മകരമായ ഫലങ്ങൾ നേടിത്തരും.

നാലു ഭാര്യമാർ

ധനികനായ ഒരു വ്യാപാരിക്ക് നാലു ഭാര്യമാരുണ്ടായിരുന്നു. നാലാമത്തെ ഭാര്യയെയാണ് അയാൾ ഏറെ പരിചരിച്ചുപോന്നത്. ഏറ്റവും ആകർഷകയാകട്ടെ മൂന്നാമത്തെ ഭാര്യയായിരുന്നു. വ്യാപാരി അവളെചൊല്ലി അഭിമാനിച്ചിരുന്നു. മാത്രമല്ല തന്റെ അടുത്ത പരിചയക്കാരർക്ക് അവളെ വിളിച്ച് കാണിച്ചു കൊടുക്കുകയും ചെയ്യാം. വ്യാപാരി അങ്ങേയറ്റം സ്നേഹിച്ചുപോന്നത് രണ്ടാം ഭാര്യയെയാണിരുന്നു. കാരണം, അവൾക്കായിരുന്നു കുടുതൽ പ്രായോഗികബുദ്ധി ഉണ്ടായിരുന്നത്. അയാൾ നേരിട്ടുപോന്ന പ്രശ്നങ്ങളെല്ലാം പരിഹരിച്ചിരുന്നത് രണ്ടാം ഭാര്യയായിരുന്നു. വ്യാപാരിയോട് ഏറ്റവും കൂടുതൽ കുറുകാട്ടിയിരുന്നത് ഈ മൂന്നുപേരുമായിരുന്നില്ല, ആദ്യ ഭാര്യയായിരുന്നു. പിൻമാറി നിന്നുകൊണ്ട് അവൾ അയാളുടെ ആരോഗ്യവും സമ്പത്തും കുടുംബവുമെല്ലാം മുകയായി പരിപാലിച്ചു പോന്നു. എന്നാൽ വ്യാപാരിയാകട്ടെ അവളോട് ഒരിക്കലും സ്നേഹമോ പരിഗണനയോ കാട്ടിയില്ല.

കാലം കഴിയവേ ഒരു ദിവസം വ്യാപാരിയെ മഹാരോഗം ബാധിച്ചു. തന്റെ മരണം ഉറപ്പായത് മനസ്സിലാക്കിയ വ്യാപാരി മരിച്ചാൽ താൻ ഒറ്റപ്പെടുമല്ലോ എന്നോർത്ത് പേടിച്ചു. മരണത്തിൽ കൂടെ വരുവാൻ അയാൾ നാലാം ഭാര്യയോട് ആവശ്യപ്പെട്ടു. "നിങ്ങളുടെ കൂടെ വരാൻ എനിക്കു വയ്യ" - അവൾ പറഞ്ഞു. മൂന്നാം ഭാര്യയെ കൂട്ടിനു വിളിച്ചു വ്യാപാരിയോട് അവൾ പറഞ്ഞത്, "നിങ്ങൾ മരിച്ചാൽ ആരാവണം മേലിൽ പങ്കാളിയെന്ന് ഞാൻ നിശ്ചയിച്ചിരിക്കുകയാണ്" എന്ന ഹൃദയഭേദകമായ വാക്കുകളാണ്. തന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് അതേവരെ പരിഹാരം കണ്ടുപോന്ന രണ്ടാം ഭാര്യ കൂടെ വരുമെന്ന് വ്യാപാരി കരുതി. പക്ഷെ അവളും തന്റെ നിസ്സഹായത വെളിപ്പെടുത്തി. തനിക്കു ചെയ്യാവുന്നത് ശ്മശാനം വരെ അനുഗമിക്കൽ മാത്രമാണെന്നാണ് അവൾ പറഞ്ഞത്. ആദ്യഭാര്യമാത്രമാണ്, താൻ എപ്പോഴും കൂടെയുണ്ടാവുമെന്ന് വ്യാപാരിക്ക് ഉറപ്പുകൊടുത്തത്. താൻ ഇത്രകാലവും സ്നേഹിക്കുകയോ പരിഗണിക്കുകയോ

ചെയ്യാത്ത ആദ്യഭാര്യയുടെ വാക്കുകൾ വാക്കുകൾ കേട്ട് വ്യാപാരി പശ്ചാത്തപിച്ചു.

ആരെല്ലാമാണ് ഈ നാലു ഭാര്യമാർ? ആരാണ് ഈ വ്യാപാരി? വ്യാപാരി നമ്മളോരോരുത്തരുമാണ്. നമുക്കും നാല് ഭാര്യമാരാണ്. നാലാമത്തെ ഭാര്യ ദേഹം. ഏറെ പരിഗണിക്കുന്നതും പരിചരിക്കുന്നതും നാം ദേഹത്തെയാണല്ലോ. മൂന്നാം ഭാര്യ സ്വത്തുക്കളാണ്. നാം മരിച്ചാൽ അവ അടുത്ത ആളുടെ പക്കൽ എത്തിച്ചേരും. രണ്ടാം ഭാര്യ, നമ്മെ സഹായിക്കുകയും നമ്മോട് സഹകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന കുടുംബവും സുഹൃത്തുക്കളുമാണ്. അവർക്ക് പരമാവധി കൂടെ വരുവാൻ കഴിയുക ശ്മശാനം വരെ മാത്രമാണ്. ആദ്യ ഭാര്യ അദ്യശ്യമായ ജീവാത്മാവാണ്. ആ ജീവാത്മാവിന്റെ വൈഭവമാണ് നമ്മെ ദേഹത്തിന്റെയും സ്വത്തുക്കളുടെയും കുടുംബത്തിന്റെയും നാഥനാക്കി നിലനിർത്തിപ്പോന്നത്. ആ ജീവാത്മാവിനെ നാം പരിഗണിച്ചില്ല, പരിചരിച്ചു തൃപ്തയാക്കിയില്ല. പക്ഷെ അവൾ, - ആത്മാവിന്റെ ജീവഭാവം - ആത്മാവിനോടൊത്ത് എപ്പോഴും ഉണ്ടായിരിക്കും; വാസനാ നിർമൂക്തി വരുവോളം ആത്മാവിന്റെ ജീവത്വം തുടരും.

നമ്മുടെ കർത്തവ്യങ്ങൾ

- * സെൽഫ് ഹീലിങ്ങ് മുടങ്ങാതെ നിർവ്വഹിക്കൽ
- * പഞ്ചശീലങ്ങൾ മാനസികമായി ആവർത്തിക്കലും അവയുടെ പൊരുളും ആശയതലവും അറിഞ്ഞുകൊണ്ടേയിരിക്കലും.
- * നമ്മുടെ മാതൃഭൂമിയായ ഇന്ത്യയുടെ അഭിവൃദ്ധിയും പുരോഗതിയും ഐക്യവും ഇവിടുത്തെ ജനങ്ങളുടെ സമാധാന പൂർണ്ണമായ ജീവിതവും ആഗ്രഹിച്ചുകൊണ്ട് പതിവായി ഏതെങ്കിലും നിശ്ചിതസമയത്ത് (രാത്രി 9 മണിയാണ് നിശ്ചയിച്ചത്) അല്പസമയം റെയ്കി ചെയ്യൽ.
- * റെയ്കിയുടെ 90-ാം വർഷവും ഐ.ആർ.എയുടെ 12-ാം വർഷവും പ്രമാണിച്ച് 9 പേരെങ്കിലും പുതുതായി റെയ്കിയുമായി പരിചയപ്പെടുത്തലും റെയ്കി ഉപാസകരാവാൻ പ്രേരിപ്പിക്കലും
- * ഐ.ആർ.എ. റെയ്കി ബോക്സിലേക്ക് ദിവസേന റെയ്കി നൽകൽ