

## “నాడీ మిండిల స్తుతి ... పిరమిడ్ ప్రిభావిం ”

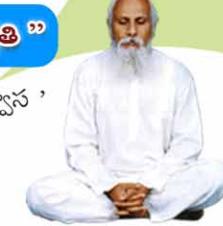
కాస్మిక్ ఎన్సైన్సీ ధ్యానం ద్వారా మాత్రమే సహజంగానూ, విశేషంగా పాందగలం. అయితే “పిరమిడ్” వంటి నిర్మాణాన్ని ఉపయోగించి దాని క్రింద గానీ, దాని లోపల గానీ కూర్చుని ధ్యానం చేస్తే మూడింతలు మరింత అధికంగా కాస్మిక్ ఎన్సైన్సీ పాందవచ్చు ! దీనివలన మరింత త్వరిత గతిన నాడీ మండల శుద్ధి జరిగి ప్రాణమయశరీరంలోని అవరోధాలు అని సంపూర్ణంగా తొలగిపోతాయి.

ధ్యానం ద్వారా పూర్తిగా నాడీ మండల శుద్ధి జరిగినప్పుడే భౌతిక శరీరంలో ఉన్న రుగ్మతలన్నీ పూర్తిగా తొలగిపోతాయి. నాడీ మండల అశుద్ధికి కారణభూతాలైన ఆత్మజ్ఞాన లోపాలను సరిదిద్ధుకున్నప్పుడే మళ్ళీ మళ్ళీ ఆ అవరోధాలు... blocks ... ఏర్పడకుండా కాపాడుకోగలం.

## “ఇనాపానిసితి ... ధ్యానిం చేయివిలసిని పిఠ్టితి ”

‘అన’ అంటే ‘ఉచ్ఛాస’ ... ‘అపాన’ అంటే ‘నిశ్చాస’

‘సతి’ అంటే ‘కూడుకుని ఉండటం ’



కనుక ‘అనాపానసతి’ అంటే హాయిగా కూర్చుని కళ్ళు రెండూ మూసుకుని, చేతులు రెండూ కలపి, ఉచ్ఛాస, నిశ్చాసలను గమనించడమే !

ఏ మంత్రాన్ని ఉచ్చరించకూడదు ! ఏ దేవతా రూపాన్ని మనసులో ఉపించకూడదు ! మామూలుగా జరుగుతూ ఉన్న ఉచ్ఛాస, నిశ్చాసలనే గమనించాలి. మధ్యమధ్యలో అనేకానేక ఆలోచనలు వస్తున్నా వాటిని ఎప్పటికప్పుడు ‘కట’ చేస్తూ మళ్ళీ మళ్ళీ శ్వాస మీదకే మన ధ్యానను మరల్చాలి.

## “నాడీ మిండిల స్తుతి ... ఆధ్యాత్మిక హాప్రైజ్లల వివీరిణి ”

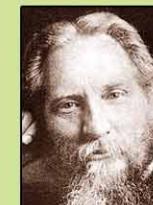
“ మానవులలోని అఱువులల్లోని పరిభ్రమణం ఓ విధమైన ‘విద్యుత్తీను సృష్టిస్తుంది. ఈ విద్యుత్త ప్రైనున్న పరమాత్మ అందించే విద్యుత్తీ తో కూడి ‘ప్రాణశక్తి’ అనే పేరుతో పిలువ బడుతుంది. ఈ ప్రాణశక్తితోనే ఈ ప్రపంచంలో జీవితం సాగుతోంది.”



[లోబ్సాంగ్ రాంపా... “యూ ఫర్ ఎవర్ ” సుంచి ]

“ అయస్కాంతాన్ని కోసి చూస్తే కనిపించని శక్తిమయ రేఖలు ... magnetic rays ... వలె మానవ దేహం లో కూడా కల ప్రాణమయశరీరంలోని శక్తిమయ రేఖలు భౌతికాలు కావు. వీటినే ‘నాడులు’ అంటారు. కానీ భౌతిక కక్షపై వీటి ప్రభావం ఉంటుంది. ఈ నాడులలో ఇద, పింగళ మరి సుమము ప్రధానమైనవి. ”

[కులపతి ఎక్కిరాల కృష్ణమాచర్య... “ శరీర నిర్మాణ తత్త్వ శాస్త్రము ” సుంచి ]



“మనిషి అంటే ఒక్క రక్తమాంసాల ముద్ద కాదు. అది ఒక ఆత్మ ! అది ఒక శరీరాన్ని నిలయంగా చేసుకుంటుంది. నిజానికి ఒకే ఒక శరీరం కాదు అది కొన్ని శరీరాల సముదాయం ! ఈ కనిపించని శరీరాల ద్వారా మాత్రమే జీవ ప్రవాహాలు సాగుతూ శరీరాన్ని బ్రతికిస్తూ ఉంటాయి. ఈ చక్రాలు లేక శక్తి కేంద్రాలు ఒక శరీరం నుండి మరొక శరీరం లోపలికి శక్తి ప్రవాహాన్ని అనుసంధించే ప్రవాహాలు. కాబట్టి ఈ కేంద్రాలు ప్రతి మనిషిలోనూ పనిచేస్తూ ఉంటాయి. కాకపోతే అంతగా పరిణతి చెందని వ్యక్తిలో ఈ ప్రవాహం నెమ్మడిగా ఉండి కొంత కాస్మిక్ శక్తిని మాత్రమే ఆకర్షించే తత్త్వాన్ని కలిగి ఉంటుంది. అదే పరిణతి చెందిన మనిషిలో అయితే ఈ శక్తి కేంద్రాలు దేదీప్యమానంగా వెలుగుతూ అత్యంత వేగంగా కదలడం వలన ఎంతో ఎక్కువ కాస్మిక్ శక్తిని ఆకర్షించే విధంగా ఉంటుంది.”

[ లడ్జీటర్... “ చక్రాన్ ” సుంచి ]



“మనిషి భౌతిక, మానసిక మరి ఆత్మ సంబంధమైన విషయాలకు వివరణ ఇచ్చే అతి సూక్ష్మమైన, జ్ఞాన సంబంధమైన, నాడీమండలం మరి శక్తి క్షేత్రాలు వలయాల మాదిరిగా మనందరిలో అంతర్లీనమై అమరి వుంటాయి. ప్రతి శక్తి వలయం ఎన్నో ఆత్మ సంబంధమైన విశేష గుణాలు కలిగి ఉంటుంది. కుండలినీ జాగ్రత్తమైనప్పుడు పై విశేషాలన్నీ బయల్వుడుతుంటాయి. ఒక త్రమపద్ధతిలో మనం చేసే ధ్యానం వలన శక్తివంతంగానూ, నిర్మాణత్వంగానూ, ఆత్మ విశ్వాసం గల వ్యక్తులు గాను తయారు కాగలం. అదే సమయంలో అఱుకువ, ప్రేమ, కరుణ అనే లక్ష్మణాలు సమ్మిగ్ధిగా అలవడతాయి. కుండలినీ జాగ్రత్తమై ఈ శక్తి క్షేత్రాలన్నీ ఉద్దీపించేటప్పుడు స్తుభంగా పున్న గుణాలన్నీ అద్భుతంగా బయల్వాది, విస్తరించబడి మరి వృద్ధి చేయబడతాయి.”

[ అనీచిసెంట్... “ధియాసోఫికల్ స్టేట్స్ ” సుంచి ]

### సింప్రొట్ ఆశాగ్రానికి - చిస్టోండ్చు హాబ్లిట్ !

- ✚ శ్వాస మీద ధ్యాన
- ✚ పిరమిడ్ ధ్యానం
- ✚ సామూహిక ధ్యానం
- ✚ పొద్దుమి ధ్యానం
- ✚ మిత్రాహం-శాకాహం
- ✚ మానం
- ✚ స్వాధ్యాయం
- ✚ సజ్జన సాంగత్యం
- ✚ హెల్మ సైన్స్ క్లాసులు
- ✚ రెగ్యులర్ కౌన్సిలింగ్
- ✚ ప్రకృతి విహం
- ✚ ఆధ్యాత్మిక సేవ

### పిరమిడ్ స్పీలచ్యూవీల్ పోల్ కేర్ సెంటర్స్

Dr. P.S. గోవాలక్ష్మి M.B.B.S. విశాఖపట్టం ఫోన్ : 9346355778	Dr. P. బలరామ్ ప్రతాప్ కుమార్ D.Ch ఆకిమీడు ఫోన్ : 9440124253
Dr. G.R. యుగంధర్ M.S. హైదరాబాద్ ఫోన్ : 9441030379	Dr. G. పరమేశ్వర రిడ్డి M.B.B.S. కర్నూలు ఫోన్ : 9440259942
Dr. V. పాలకుమార్ M.S. హైదరాబాద్ ఫోన్ : 9440293903	Dr. V. సత్యానందమోల్ జగిత్యాల ఫోన్ : 9849751357
Dr. V. శ్రీవార్ణ M.D. కరీంసాగర్ ఫోన్ : 9849762721	Dr. M. శిజయ్ మేహర్ న M.D. విజయవాడ ఫోన్ : 9866232933



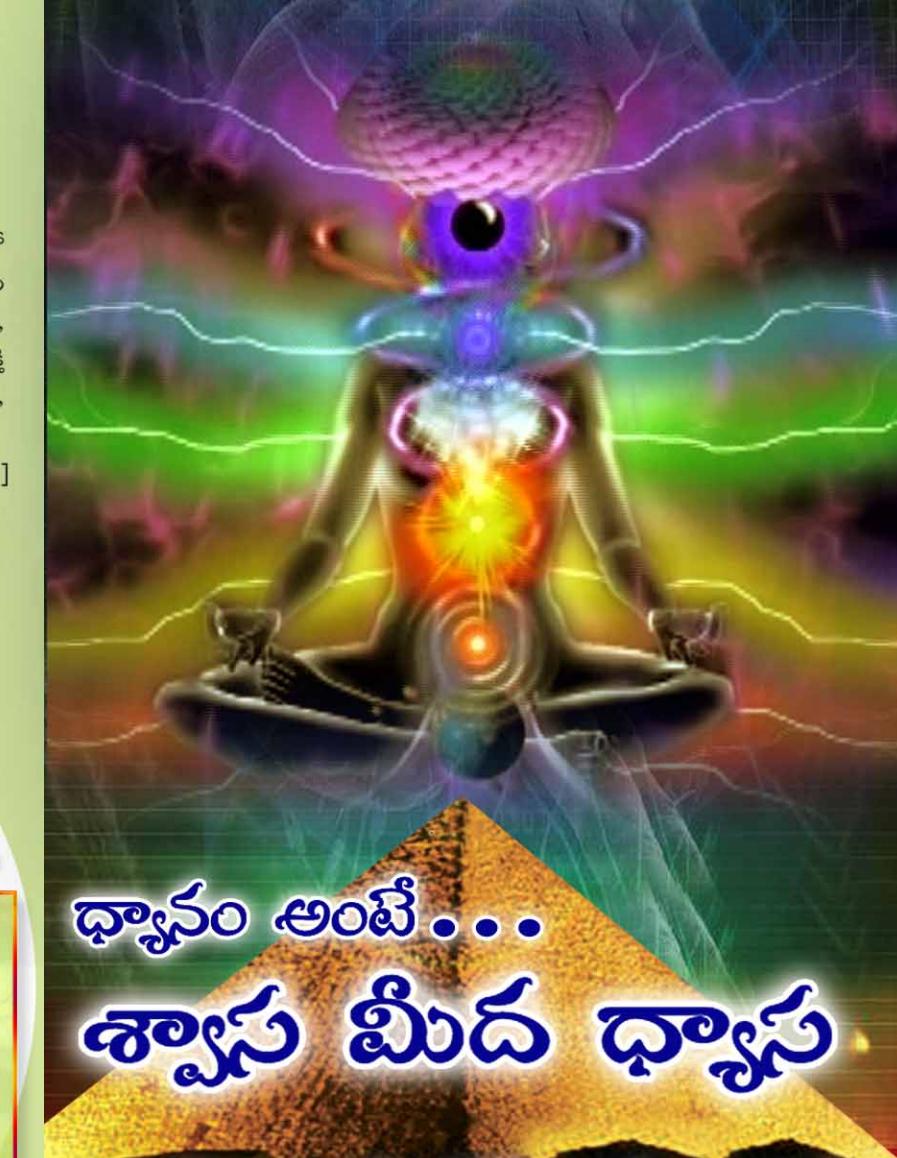
# ధ్యాని పైద్యోం



ప్రముఖ ప్రతిజ్ఞ

## ధ్యాన ఆర్థిక్ శాఖలు

### “నాడీ మిండిల స్తుతి ”



ధ్యానం అంటే...  
**శాఖ మీద ధ్యాన**  
పిరమిడ్ స్పీలచ్యూవీల్ పోల్ కేర్ సెంటర్స్ - ఆంధ్రప్రదేశ్

విశాఖపట్టం, ఫోన్ : 0891 - 2798798, 3951213 & 2520801

## శ్రీ ఆరోగ్యం

### శ్రీ చేతుల్యైన్ ఉంట !



ఆనారోగ్యం పూర్తిగా ప్రబలి సంపూర్ణ ఆరోగ్యం కోసం అట్రలు చాచి ఉన్న ఈ సమాజానికి ఆరోగ్యంశాస్త్రంలో ప్రధాన భాగమైన ఆధ్యాత్మికత విలువను తెలియజేసి పూర్తి ఆనందాన్ని కల్పించటానికి ఈ “ ధ్యాన వైద్యం ” నిర్దేశింపబడుతోంది !

వాస్తవానికి... రోగాలకు మూలకారణాలు... మన అడ్డదిడ్డమైన, అశాస్త్రీయమైన తిండి విధానం... మన అడ్డదిడ్డమైన, అశాస్త్రీయమైన ఆలోచనా విధానం... మరి మన అడ్డదిడ్డమైన, అశాస్త్రీయమైన పరస్పర సంబంధాలు ! ఏటిని నిరంతర ధ్యాన, స్వాధ్యాయ, సజ్జన సాంగత్యాలతో రూపుమాపి శాశ్వత ఆనారోగ్య నిర్మాలనపై సరియైన అవగాహన కల్పించటమే “ ధ్యాన వైద్యం ”.

దీర్ఘకాలిక రోగాలైన రకపోటు, మధుమేహం, నడుంనాప్పి, తలనాప్పి, నరాల సంబంధిత వ్యాధులు, మానసిక వ్యాధులు... ఇప్పుడీ ఏ అల్లోపతి మందులూ వాడకుండా... మరి ఆకులు, అలముల లాంటి వాటి జోలికి పోకుండా పూర్తిగా ధ్యాన, ఆధ్యాత్మికతల ద్వారా నిర్మాలించడమే “ ధ్యాన వైద్యం ” యొక్క పూర్ణాంగమైన శ్రీమతి !

## “ నాడీ మీండ్లం ... నాడీ మీండ్లం స్విథి ”

“ నాడీ ” అంటే “ ప్రాణశక్తి ప్రవహించే ఒకానొక నాళం ”; “ మందలం ” అంటే “ సముదాయం ”.

“ నాడీమందలం ” అనేది భౌతికశరీరంలో వుండదు. ఇది రెండవ శరీరమయిన “ ప్రాణమయకోశం ”; దీనినే “ etheric body... ఎఫ్టిరిక్ బాడీ ” లేదా “ energy body... ఎప్పుడీ బాడీ ” అంటాం.

### అసలు మొత్తం మానవుడు ఒడు తలిరాల సముదాయం.

అనుమయకోశం	... Physical Body
ప్రాణమయకోశం	... Etheric Body
మనోమయకోశం	... Astral Body
విజ్ఞానమయకోశం	... Causal Body
ఆనందమయకోశం	... Spiritual Body
విశ్వమయకోశం	... Cosmic Body
నిర్వాణమయకోశం	... Nirvanic Body

ప్రాణమయకోశంలో సుమారు 72,000 నాడులు వుంటాయి. ఈ ప్రాణమయకోశం ద్వారానే భౌతిక శరీరానికి కావలసిన దివ్య విశ్వమయప్రాణశక్తి సరఫరా అవుతూ వుంటుంది.

ప్రతి డూరికీ కొన్ని ముఖ్యమైన “ రహదారి కూడట్టు ” వుంటాయి. అలాగే నాడీ మందలంలో వున్న 72,000 నాడులన్నీ కొన్ని కొన్ని ముఖ్య ప్రదేశాలలో అనుసంధానమయ అత్యంత ప్రధానంగా వుంటాయి. ఈ ముఖ్య ప్రదేశాలనే “ చక్రాలు ” అంటే “ ఆరు చక్రాలు ” వున్నాయి. అవి.

- |                |            |
|----------------|------------|
| 1. మూలాధార     | 4. అనాహత   |
| 2. స్వాధిష్టాన | 5. విశుద్ధ |
| 3. మణిపూరక     | 6. ఆజ్ఞ    |

ఈ చక్రాలన్నీ అనుమయకోశం లోని గుదస్థానం మొదలుకొని తలవరకు, వెన్నెముకకు సమాంతరంగా ప్రాణమయకోశంలో వుంటాయి. షట్టుక్రాలన్నీ దాటిన తరువాత చిట్టచిపరిది “ సహస్రారం ”... ఇది “ చక్రం ” కాదు... చిపరి స్థితి.

## “ నాడీ మండల అప్పాల్ ”

ప్రాణమయశరీరంలో నాడులు ఎందుకు సాధారణంగా పుట్టిగా ఉండవు. “ ఎందుక ? ”... అంటే పూర్వపు పాపకర్యల వల్ల ... నాడులు అపరిశుద్ధంగా వుండి నాడీ మందలంలో ప్రాణశక్తిని సరిగ్గా సరఫరా అవ్వనివ్వుకుండా అడ్డకుంటూ రోగ కారకాలవుతూంటాయి.

“ పూర్వపు పాపకర్యలు ” అంటే “ మాంసాహం తీసుకోవటం ”, “ జీవిత ధ్యేయానికి వ్యతిరేకంగా కార్యకలాపాలు సాగించటం ” మొదలైనవి. హింసాత్మకమైన మార్గాలు ఎప్పుడూ, ఇతరులకూ, మనకూ కూడా ఇబ్బందికరాలుగానే అవుతాయి. ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం యొక్క యదార్థాలు తెలియకుండా కేవలం ప్రాపంచిక జ్ఞానంతో, దేహస్నేహితి మనస్సునూ మాత్రమే పరిగణనలోకి తీసుకొని జీవించటం అన్నదే అనారోగ్యాలకు మూలహేతువు. పై కారణాల వల్ల మళ్ళీ మళ్ళీ మానవుడి రెండవ శరీరమైన నాడీమందలంలో ప్రాణశక్తి నాళాలలో “ అవరోధాలు ... blocks ” ఏర్పడతాయి.

## “ నాడీ మీండ్లం అస్త్రీల్ ... భౌతిక స్తోరింపై ప్రిభావం ”

తలనాప్పి నుంచి కేస్పుర వరకు అన్ని రకాల రోగాలూ భౌతిక శరీరంలో ప్రకటించువదనానికి ముందే ప్రాణమయశరీరంలో ఆయా ప్రాంతాల్లో అవరోధాలు... blocks ఏర్పడతాయి.

ఈ అవరోధాలు మన అడ్డదిడ్డమైన అశాస్త్రీయమైన తిండి, ఆలోచనలు, పరస్పర సంబంధాల నుంచి కలుగుతాయని ముందే తెలుసుకున్నాం కదా !

నాడీ మండల అపుద్ది వలన ప్రాణమయకోశంలో ఆయా ప్రాంతాలలో ప్రాణశక్తి క్లీచించి, ఇతర ప్రాణి సమూహాలకు ... భాగీరియా, మైర్సెన్స్ తదితరాలకు... నిలయమై వాటి వలన అనేక వ్యాధులు తడ్డురా పీడలు కలుగుతాయి. మెల్లిమెల్లిగా దేహం మొత్తం సకల వ్యాధులకు నిలయమవుతుంది. ‘దేవాలయం ’గా ఉండాల్సిన దేహం ‘రోగాలయం ’గా మారుతుంది. మామూలు తలనాప్పి, జ్యూరాల దగ్గర నుంచి పై బి.పి., దయాచిట్టిన్, నడుంనాప్పి, కేస్పుర, ఎయిష్ట్ లాంటి వ్యాధుల వరకూ అన్ని మనన్ని జాధలకు గురిచేస్తాయి.

నాడీ మండలంలో ఉన్న అపుద్దిని తొలగించకుండా పైపైన ఎన్ని మందులు వాడినా, మరి ఎన్ని ఇతర వైద్య విధానాలకు ఈ భౌతిక శరీరాన్ని గురిచేసినా “ తాత్మాలిక ఉపశమనమే ” తప్ప శాశ్వత నివారణ అన్నది దుర్భథం !

## “ నాడీ మీండ్లం స్విథి ఎలా జరుగుటింటి ? ”

భౌతిక శరీరంలో నోరు, మల మూత్ర విశ్వరునేంద్రియాలు ఉన్నట్టు, మన ప్రాణమయశరీరంలో కూడా విశ్వమయ ప్రాణశక్తి లోపలికి వచ్చే మార్గం, ప్రాణశక్తి బయటకి పోయే మార్గాలు రెండూ సహజంగానే నిర్వితమై ఉన్నాయి. వెలుపల ఉన్న కస్టిక్ ఎనర్టీ ... ప్రాణశక్తి ... నాడీమండలం లోనికి “ బ్రహ్మ రంధ్రం ” ద్వారా ప్రవహిస్తుంది.

ప్రాణమయకోశం విశ్వం నుంచి మనిషికి కావలసిన శక్తిని నిద్ర సమయంలో ప్రోఫెస్సర్ వుంటుంది. అందుకే ఎంత అలసిన తరువాత అయినా నిద్ర నుంచి లేవగానే మళ్ళీ క్రొత్తగా మనకు శక్తి వచ్చినట్టు ఉంటుంది. నిద్ర సరిగ్గా రాకపోతే శరీరం శక్తి విపీసంగా ఉంటుంది. అయితే, రోగాలను పూర్తిగా సయం చేసే శక్తి మాత్రం నిద్ర వల్ల భాగించదు ! అది ఒక్క ధ్యానం లోనే ... అంటే ఏ ఆలోచనలు లేకుండా ఉన్నప్పుడు మాత్రమే... సాధ్యమవుతుంది. ఎందుకంటే అలాంటి ఆలోచనా రహితమైన అత్యము స్తోత్రుల్లోనే మరింత ఎక్కువగా కస్టిక్ ఎనర్టీ ప్రవహించడం వలన ప్రాణమయకోశం మరింత శక్తివంతంగా తయారపడుతుంది.

ధ్యానస్థితిలో ఒక ప్రకృతి ఇంద్రియశక్తి యొక్క ‘భర్య’ తగ్గుతూ ... మరి ఇంకో ప్రకృతి విశ్వమయ ప్రాణశక్తి యొక్క ‘జమ’ పెరుగుతూ వుంటుందన్న మాట. ఏకాలాలంలో జరిగే ఈ రెండింటి సంఘటనం వల్ల ప్రాణమయకోశంలోని “ పూర్వపు పాపకర్య జినిత రోగ కారణాలు ” అంటే “ మలిన నాడులు ” మూలాలతో సహా పుట్టపరచబడతాయి.

## “ ధ్యాన స్థితిలో నొప్పులు ”

ధ్యానం చేస్తునప్పుడు కొన్ని చోట్ల “ నొప్పులు ” వస్తాయి. ఆ నొప్పులు ధ్యానానికి ముందు ఉండవు... ధ్యానం ముగించిన తరువాత కూడా ఉండవు. ధ్యానం చేసినప్పుడు మాత్రమే వస్తాయి. ఎక్కువ నొప్పులు వస్తున్నాయింటి, అక్కడి ప్రాణమయకోశంలోని నాడీ మండలం శుభ్రపడుతూ రోగ కారణం శాశ్వతంగా నిర్మాలమవుతూన్నదిని అర్థం. రెండు మూడు రోజులు నిష్టగా ధ్యానం చేసిన తర్వాత ఇంక అక్కడ నొప్పి రాదు. అయితే వేరే చోట్ల నొప్పి రావచ్చు. ఈ విధంగా త్రమకమంగా వివిధ భౌతిక శరీరంలోనే భాగాలన్నీ ఒక దాని తర్వాత ఒకటి పూర్తిగా పుట్టపడినప్పుడు ఇక ఎప్పటికీ “ రోగం ” అన్న ప్రసక్తే ఉండదు.

మన భౌతిక శరీరంలోంచి విశ్వమయ ప్రాణశక్తి ప్రధానంగా బయటకు ప్రసారమయ్యే ద్వారాలే రెండు కళ్ళూ, రెండు చేతుల ప్రేశ్ట్లు చివరలూ, రెండు పాదాల ప్రేశ్ట్లు చివరలూ. కనుకనే ధ్యానంలో కళ్ళు మూసి ఉండటం, ప్రేశ్ట్లు ప్రేశ్ట్లు పెట్టడం, కాళ్ళు రెండూ క్రాన్ చేసి ఉంచడం జరుగుతుంది. తద్వారా శరీరంలోని విశ్వమయ ప్రాణశక్తి శరీరంలోనే భాగించబడి ఉంటుంది.



నాడీ మండల పుట్టి జరగటం వలన భౌతిక శరీరంలోని సర్వ రోగాలూ పూర్తిగా నిర్మాలం అవుతాయి. ఉడా॥ ఉడాచిటిస్, low / high B.P. ఎల్లట్లీ, మైగ్రేన్, తలనాప్పి, గుండెనాప్పి, ఉడరకోశ వ్యాధులు, క్షీరు, స్త్రీల వ్యాధులు, నిద్రలేమి, మానసిక సమస్యలు మొదలైనవి.