

లక్ష్మి - పార్వతి - సరస్వతి

LAKSHMI - PARVATHI - SARASWATHI

రచన

డా॥ పి.యస్.గోపాలకృష్ణ M.B.B.S.,



ధ్యాన ఆరోగ్యం పబ్లికేషన్స్

- ప్రథమ ముద్రణ** : డిసెంబర్ 2014
- ప్రతులు** : 1,000
- మూల్యం** : రూ. 6/-
- రచన** : డా॥గోపాల కృష్ణ M.B.B.S.,
- ముద్రించినవారు మరియు ప్రతులకు** : Pyramid Real Relief Centre
D.No.17-1-15,
Chamber-13, R.R. Towers
KGH Road, Maharanipeta
Visakhapatnam
Ph : 92466 48401
- ముద్రణ** : శ్రీదేవి ప్రింటర్స్
B-8 Unit, ఇండ్రస్ట్రీయల్ ఎస్టేట్
విశాఖపట్నం
ఫోన్ : 2528483 (0891)

ముందుమాట

సార్థకమైన జీవితానికి అర్థబలం, ఆత్మబలం, ఆనందబలం సమపాళ్ళలో ఉంటుంది. వాటిలో ఏ ఒక్కటి లోపించిన భౌతిక శరీరం అనారోగ్యానికి గురవుతుంది. అలా కాకుండా ఉండాలంటే ఇటు సంతోష జీవితంలోను, పరమార్థిక జీవితంలోను ఎటువంటి ఆలోచనలు ఉండాలి? వాటిని ఎలా ఆచరణలో ఉంచాలి? ఆలోచనలకు, ఆచరణకు మధ్య సమన్వయం ఎలా సాధించాలి? దేవాలయాలలో కాకుండా దేహాలయంలో దేవతలను ఎలా పూజించాలో లక్ష్మి - పార్వతి - సరస్వతి పుస్తకం చదివి తెలుసుకొండి.

ధ్యాన ఆరోగ్య శాస్త్ర విధానం ద్వారా ఈ ఆధ్యాత్మిక విషయాలను తెలిపే అవకాశం కల్పించిన పాఠక మహాశయులకు నా కృతజ్ఞతలు.

ఈ జీవిత కాలంలో భౌతికంగా అనుక్షణం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాన్ని గోరు ముద్దులుగా తినిపించి నన్ను తీర్చిదిద్దిన P. విజయ్ కుమార్ గారికి, ఎన్నో రాళ్లను ధ్యాన రత్నాలుగా తీర్చిదిద్దతూ ఈ ప్రాజెక్టు నిర్మాణంలో అనునిత్యం పలు సూచనలు ఇచ్చిన “బ్రహ్మర్షి పత్రిజీ” గారికి నా ఆత్మ ప్రణామాలు.

డా. జి. కె

వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు, ధ్యాన ఆరోగ్యం

విషయసూచిక

F	లక్ష్మి	5
F	పార్వతి	7
F	సరస్వతి	10
F	సోల్ స్కానింగ్	14
F	అనుభవాలు	15
F	అనుబంధం	20

లక్ష్మి - పార్వతి - సరస్వతి

‘లక్ష్మి, పార్వతి, సరస్వతి’ అన్న అంశం మూడు టాబ్లెట్ల వరసలో వచ్చే ఒక ముఖ్యమైన అంశం. ఇది మన జీవితం మొత్తాన్ని మూడు ప్రధాన అంశాలుగా విడగొట్టి, ఏ పరిస్థితిలో దేని మీద ‘మన చిత్తాన్ని, లేదా తపనను ఉంచాలి’ అన్న అంశాన్ని సుస్పష్టంగా తెలియజేస్తుంది. ‘లక్ష్మి’ అంటే ‘ఆర్థికస్థితి’ కి, అంటే ‘డబ్బు’కు, గుర్తు ‘పార్వతి’ అంటే ‘ఆత్మజ్ఞానానికి’ గుర్తు. మరి ‘సరస్వతి’ అంటే ‘కళ’లకు నిలయం. మన నిత్య జీవితంలో ఈ మూడూ చాలా ప్రధానమైనవి.

లక్ష్మి

భూమి అనే పాఠశాలలో ఒక ‘ఆత్మ’ అల్పస్థాయి నుండి పై మూడింటికీ ఏ జన్మలో అయితే పూర్తిస్థాయిలో ప్రాధాన్యత ఇస్తుందో ఆ జన్మలో మాత్రమే పరిపక్వస్థితికి చేరుకుంటుంది. ఐతే ప్రతీ జన్మలోను ఇది మొదటి నుండి చివరి వరకు పునరావృత్తం అవడం మనం గమనిస్తాం.

ఆత్మ తొలి స్థాయిలో ఆధ్యాత్మిక పరిభాషలో డబ్బుకు విలువలేనప్పటికీ, ఇప్పుడు వున్న భూమి పరిస్థితిని బట్టి లక్ష్మిని

మొదటి స్థాయిలో పెట్టుకోవాలి. ఎందుకంటే 'ధనం మూలం - ఇదం; జగత్' డబ్బు లేనిదే ఈ ప్రపంచంలో ఏ ప్రాపంచిక సుఖమూ రాదు. అన్నమయకోశానికి పట్టెడు అన్నం పెట్టాలి. కాబట్టి లక్ష్మి వుంటేనే, ఆర్థిక పరిస్థితి బాగుంటేనే మనం ఇక్కడ ఆనందంగా మనుగడ సాధించగలం.

కాబట్టి ఉద్యోగ ధర్మాన్ని కలిగి వుండి, వ్యక్తి తన కాళ్ళమీద తను నిలబడేటట్లుగా, వాడి పొట్ట పోషణార్థం కొంత డబ్బు సంపాదించడం అవసరం. ఐతే మనం పేదగా పుట్టాలా? ధనికులుగా పుట్టాలా? మధ్యవర్గీయులుగా పుట్టాలా? అన్నది ముందుగా పైన నిర్ణయించుకొనే వస్తాం.

దానికి తగ్గట్టుగా కనీస అవసరాలు తీరేటంత వరకు డబ్బు సంపాదించడం, అంటే ముందు లక్ష్మీదేవికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం తప్పనిసరి.

ఐతే ఒకసారి కనీసపు అవసరాలు తీరిన తర్వాత, అప్పుడు మనయొక్క చిత్తాన్ని, లేదా దృష్టిని పూర్తిగా పార్వతిదేవి మీదకు మరల్చాలి. అంటే ఇక్కడ లక్ష్మిని విడిచిపెట్టమని కాదు, వెరసి కేవలం 'డబ్బు మాత్రమే జీవితం' అని లక్ష్మి స్థితిలో

పున్నవాళ్లు దానిని విడిచిపెట్టి పార్వతి వద్దకు రాకపోతే ఆ మధ్యలో మన స్థిరమైన అభిప్రాయాలతో మనకు మనమే ఇబ్బందులను సృష్టించుకుంటాం.

మన పాపాలే మన రోగాలు : ఇక్కడ డబ్బు సంపాదించే మార్గం, చెడు కర్మలకు కారణమైన మాంసాహారానికి సంబంధించినవి కాకుండా పూర్తిగా ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రబద్ధంగా ఉండేవిగా చూసుకోవాలి. చెడు కర్మతో చేసే పనులకు జబ్బు రూపంలో మూల్యం చెల్లించవలసి ఉంటుంది. వెరసి మన పాపాలే మన రోగాలు !

పార్వతి

ఏవైతే మనం సంపాదించిన డబ్బు, పేరు, ప్రతిష్టలు మనకు శారీరకంగా గాని, మానసికంగా గాని సంతృప్తిని ఇవ్వలేవో, పైగా అనారోగ్యాలతో ఇబ్బందిని కలిగించి, మనసు కృంగేటట్లు తయారైందో అప్పుడు వెంటనే అర్థం చేసుకోవలసిన విషయం 'లక్ష్మిని విడిచిపెట్టి పార్వతి వైపు కదలాలని'.

ఏదైతే మనం పొందివున్నామో, లేదా లక్ష్మిని కలిగి వున్నామో దానిని అలాగే కొనసాగిస్తూ , మన దృష్టిని మాత్రం

ప్రధానంగా పార్వతిదేవి మీదకి, అంటే శివుని భార్యమీదకి అంటే ఆత్మజ్ఞానం వైపు శివుడు స్మశానంలో వైరాగ్యంతో కూడుకొని వుంటాడు, ఆయన సతీమణి కాబట్టి ఆవిడకు కూడా కొంత వైరాగ్యం వుంటుంది. దానినే మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం అంటాం. ఆవిడ దగ్గర ఆత్మశాస్త్రాన్ని మనం తెలుసుకోవాలి.

సంపాదించిన డబ్బుతో ఎలా ఆనందంగా జీవించాలి అన్న విషయం మనకు తెలియాలంటే నేను అంటే ఏమిటి? అన్న కీలకమైన ప్రశ్నకు పూర్తిగా సమాధానం లభించేంత వరకు పార్వతిదేవితో తప్పనిసరిగా సమయాన్ని మనం గడపాలి.

అంటే ఈ స్థితిలో ధ్యానం చేయడం, ఆధ్యాత్మిక పుస్తకాలు చదవడం, క్లాసులు వినడం, ఆచార్య సాంగత్యం వంటి అన్ని ఆధ్యాత్మిక సాధనామార్గాలను చేపడుతూ జ్ఞానాన్ని సంపాదించడం జరుగుతుంది.

ఐతే ఈ జ్ఞానం పూర్తిగా ఆత్మకు మరి బుద్ధికి సంబంధించినది. ఆధ్యాత్మికతతో కూడుకున్నటువంటి బుద్ధిని పెంపొందించుకోవడం, చైతన్యం తాలుకా స్థాయిని పెంచు

కోవడం, 'నిరంతరం నేర్చుకోవడానికి ఇక్కడికి వచ్చాం' అన్న విషయాన్ని తెలుసుకొనేంతవరకు పార్వతీదేవితో అంటే ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రంతో గడపాలి.

ఏ రోజైతే జీవిత ధ్యేయం లేదా జీవాత్మ కార్యక్రమం మనకు పూర్తిగా బోధపడుతుందో అప్పుడు మరి ఈ జగత్తు నుండే కాక ఎన్నో లోకాలని దర్శించి వాటి నుండి ఎంతో ఆనందాన్ని మనం పొందుతాం.

ప్రతి ఒక్కరు ఈ విషయాన్ని గుర్తుంచుకొని వారి వారి స్థాయినిబట్టి ఏ దేవికి లేదా, ఏ శక్తికి మనం ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలో అన్న దాన్ని పూర్తిగా గుర్తెరిగి నడుచుకున్నట్లయితే; మనలో వున్నటువంటి తక్కువ స్థాయి శక్తి నుండి ఎక్కువ స్థాయి శక్తిని పొంది మనలోని జబ్బులను తగ్గించుకునే వీలు సంపూర్ణంగా వుంది.

ఎప్పుడైతే ఈ బ్రహ్మాండం యొక్క సృష్టి, స్థితి, లయ అన్న విషయాలు మనకు చూచాయగా బోధపడతాయో, అప్పుడు ఈ పార్వతీ దేవి మీద వున్న మన దృష్టిని సరస్వతీ దేవి మీదకు మరల్చాలి అంటే కళలకు ప్రాధాన్యతనివ్వాలి.

ఇలా నిరంతర సాధనలో ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రానికి మూలమైన మూడవ నేత్రం పరిపక్వమైయ్యేంత వరకు తపన, దృష్టి పార్వతిదేవిపై ఉండాలి. ఈ స్థితిలో ప్రతీ ఒక్కరికీ అంతరాత్మ ప్రబోధం రూపంలోనో, మూడవనేత్రం అనుభవం గాని అనుభవం కలిగి మనకు... అతీంద్రియ శక్తి ఉత్తేజిత మౌతుంది. అనుభవపూర్వకంగా భూత, భవిష్యత్, వర్తమాన స్థితుల విలువ తెలుస్తుంది.

సరస్వతి

ఇక్కడ ఆనందం అనేది కళల ద్వారానే మనం పొందుతాం. కళలకి నిలయం సరస్వతి దేవి కాబట్టి సరస్వతి దేవికి పూర్తి ప్రాధాన్యతనిచ్చి ఏదైతే గతంలో మనం మన ఆర్థిక స్థితికోసం లక్ష్మి దగ్గర, అలాగే పార్వతి దగ్గర ఏదైతే ఆత్మజ్ఞానం పొందామో, వాటిని అలా కొనసాగిస్తూనే, ప్రతి ఒక్క కొత్త విషయం నేర్చుకుంటూ ఎప్పుడూ కళలను ... ఇక్కడ కళలు అంటే సంగీతం, నృత్యం ఆటలు, పాటలు మొదలగునవి పరిపూర్ణంగా వచ్చేంతవరకు కృషిచెయ్యాలి.

అంతేకాకుండా మరణానంతర జీవితం మీద

అనుభవపూర్వకంగా అవగాహన పెంచుకోవడం, జన్మ జన్మల సారం మొదలైనవి కూడా సరస్వతి లోకి వస్తాయి. కోటానుకోట్ల లోకాలను దర్శించడం తద్వారా 'భూమి అనేది ఒక స్థాయి మాత్రమే' అనే అవగాహన మరింత బలపడు తుంది. అప్పుడు మరింత ఆనందంగా జీవించగలం.

ఎవరైతే కేవలం ఆత్మజ్ఞానం అవసరమని ఆధ్యాత్మికత లో మాత్రమే ఎప్పుడూ వుండి, కళలలోకి అంటే సరస్వతిలోకి వెళ్లకుండా వుంటారో, ఆ స్థితిలో దానినే ఆధ్యాత్మిక బద్ధకంగా కూడా మనం పేర్కొనవచ్చు.

ఇక్కడ స్థిరమైన అభిప్రాయాలతో ఉండడం మూలాన తక్కువ స్థాయిలో అనారోగ్యాలను మనం ఎదుర్కోవడమనేది జరుగుతుంది.

కేవలం లక్ష్మితో ఆగిపోయినా కష్టమే! అలాగే పార్వతి వద్దే వుండి సరస్వతి వద్దకు వెళ్లకుండా ఉండడం వలన ఆ స్థాయిలలో కూడా మనలో ఇంకా మిగిలి ఉన్నటువంటి సమస్యలను మనం అనుభవించవలసి వుంటుంది.

కాబట్టి ఈ పార్వతి ఎక్కువైనా కూడా సంసారాన్ని విడిచి పెట్టేసి గత జన్మ లో చేసినట్లు ఏ హిమాలయాలకో పోవలసి వుంటుంది. అది కూడా సరి కాదు. పార్వతి ఎంత వరకు...? మన గురించి మనకు తెలియగానే ఆమెని విడిచి పెట్టేసి తిరిగి సరస్వతి దగ్గరకు వెళ్ళాలి. ప్రతీచోట నేర్చుకోవడం దగ్గర మన చిత్తాన్ని పూర్తిగా వుంచాలి.

పార్వతి; అంటే ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రం మనకు పూర్తయినప్పుడు సాధనలో ఉన్న వారికి కళలకు సంబంధించి ఎటువంటి అనుభవాలు ఎదురైనా దాని అర్థం 'వాటిని నేర్చుకోవటంలోకి వెళ్ళాలి' అని తెలుసుకోవాలి. చిన్నప్పటి నుండి మక్కువ ఎక్కువగా ఉన్న సంగీత, వాయిద్య అంశాన్ని వెలికితీయాలి. ఏ జన్మకు అవసరమైన ఇష్టాలను ఆ జన్మ ప్రణాళిక ప్రకారం మనం తీసుకొని వస్తాం. మనకున్న భావన, ఆసక్తిని, కలలను సాకారం చేసుకునే శక్తి, సమయం ఎప్పుడూ మన దగ్గర ఉంటాయి. అతిగా ఉన్న అంశాలను కత్తిరించి మరలా ఒక కొత్త విద్యార్థిలా కళలకు శ్రీకారం చుట్టాలి. 40 సం॥ పై బడిన తరువాత వచ్చే షుగరు, రక్తపోటులకు పై

మార్పు తేవక పోవటం ప్రధాన కారణంగా అనేక మందిలో గుర్తించడమైనది.

ఇలా లక్ష్మి నుండి పార్వతికి, పార్వతి నుండి సరస్వతికి ఎప్పుడైతే మనలను మనం నెట్టుకుంటూ మరిన్ని విషయాల్ని తెలుసుకుంటూ ముందుకు వెళ్ళి ఇటు ఆధ్యాత్మిక ఆనందాలై నటువంటి బ్రహ్మానందం మరి దేహస్థితిలో విషయానందంతో మనం అనేక కళలని నేర్చుకుని కళల ద్వారా ఆనందాన్ని, భజనానందాన్ని పొందుతూ, అటు దేహస్థితిలోని ఆనందం, ఇటు ఆత్మస్థితిలోని ఆనందం, కలగలిపి సచ్చిదానందాన్ని పొందగలగడం అనేది జరుగుతుంది.

ఇలా లక్ష్మి, పార్వతి, సరస్వతి అన్న ముగ్గురు దేవతలను, మూడు విషయాలను, ప్రతి ఒక్కరూ గుర్తుంచుకుని వారి వారి స్థాయిని బట్టి ఏ దేవికి లేదా, ఏ శక్తికి మనం ప్రాధ్యాన్యత ఇవ్వాలో అన్న దాన్ని పూర్తిగా గుర్తెరిగి మనం నడుచుకున్నట్లయితే; మనలో వున్నటువంటి తక్కువ స్థాయి ఎనర్జీ నుంచి ఎక్కువ స్థాయికి వెళ్ళి మనలోని జబ్బులను తగ్గించుకునే అవకాశం సంపూర్ణంగా వుంది.

సోల్ స్మానింగ్

కలలలో / ఇతర అనుభవాలలో జీవితం స్థితి మార్పు

1.	డబ్బు సమస్యలు, మనీపర్స్, చెక్బుక్, హౌండ్ బ్యాగ్, ఇనుప బీరువా, లాకర్ సమస్యలు	లక్ష్మి నుండి పార్వతి
2.	భగవంతులు, ఆత్మజ్ఞానులు, మాస్టర్స్	పార్వతి స్థితి వారి జ్ఞానం కంఠస్థం చేయాలి
3.	సంగీత పరికరాలు, సినిమా పోస్టర్స్ సెలబ్రెటీస్	పార్వతి నుండి సరస్వతి
4.	పైన తెలిపినవి + కుక్కలతో కలగలిసిన అనుభవాలు	పై కార్యక్రమాలలో పాలనా దక్షతను నేర్చుకోవాలి. (తెరవెనుక పాలన తీసుకోవాలి)

ధ్యాన ఆరోగ్య శాస్త్ర విధానంలో అనారోగ్యంతో ఉన్నవారిలో వారి ధ్యాన సాధనలో కలిగే అనేక అనుభవాలలో, పైన తెలిపిన విధంగా ఏవైనా అనుభవాలు కలిగినప్పుడు, ధ్యాన ఆరోగ్యనిష్ఠాతులు వారిలో మార్పును గమనించి, ఆధ్యాత్మిక బుద్ధిని అభివృద్ధి చేసే దిశగా వారికి తగిన సూచనలు, హోమ్ వర్క్ ఇవ్వడం జరుగుతుంది.

అవి శ్లోకాలు కంఠస్థం చేయడం, లేదా కళలు నేర్చుకోవడం, భాష నేర్చుకోవడం, మరి ఆధ్యాత్మిక సేవా కార్యక్రమాలుగా ఉంటాయి. వాటిని నూటికి నూరుపాళ్ళు, శ్రద్ధతో ఆచరించినపుడే సరియైన ఫలితాన్ని వెను వెంటనే పొందగలం.

అనుభవాలు

G నా పేరు బి.రమణి. నేను బ్యాటి క్లినిక్ నడుపుతున్నాను. నా వృత్తిరిత్యా చాలా సంతోషంగా ఉండేది. 9 సంవత్సారాలు చాలా ఎంజాయ్ చేసాను. డబ్బులు బాగా వచ్చేవి. సంగీతం అంటే చాలా ఇష్టం. సంగీతం వింటుంటే దుఃఖం వచ్చేది. కారణం తెలిసేది కాదు.

ధ్యానం మొదలు పెట్టి 1 సం॥ అయ్యింది. అంతా బాగుంది. ఆరోగ్యసమస్యలు తగ్గాయి. మళ్ళీ కొన్ని రోజులకు నా సమస్యలు మొదటికి వచ్చాయి. డాక్టర్ జి.కె గారు పరిచయం అయ్యాక, సార్ కౌన్సిలింగ్ లో సంగీతం నేర్చుకోమన్నారు. సంగీతం నేర్చుకుంటూ దేవాలయాలలో ప్రోగ్రామ్స్ ఇవ్వడం జరిగింది. ఇప్పుడు సంగీతం వింటూంటే వచ్చే దుఃఖం పోయింది. కొన్ని సం॥ రాలు తరువాత మళ్ళీ సమస్యలు మొదలు అయ్యాయి.

ఈ సారి జి.కె సార్ కౌన్సిలింగ్ లో లక్ష్మి - పార్వతి - సరస్వతి యొక్క సూత్రానికి (కాన్సెప్ట్) పూర్తి వివరణను ఇస్తూ దానిని నిత్య జీవితంలో ఏ విధంగా పాటించాలి అనే కొన్ని సలహాలు, సూచనలు ఇచ్చారు. లక్ష్మి దేవి అంటే తిండి, బట్ట. పార్వతి దేవి అంటే జ్ఞానం. సరస్వతి దేవి అంటే కళలు అని వివరణ ఇచ్చారు. అప్పుడు నాకు అర్థం అయ్యింది జ్ఞానం సంపాదించాలి. దానిని ఆచరణలో పెట్టాలి. తెలియని విషయాలు తెలుసుకుంటూ వాటిని పాటిస్తూ ధ్యాన ప్రచారంలో భాగంగా “ఆత్మసౌందర్యం” పుస్తకం వ్రాయడం జరిగింది. సంగీత స్నేహితులకు ధ్యాన నవరసాలు, రమణీయ రాగాలు మొదలగు సి.డిలు తయారుచేయడం జరిగింది.

నాకు బాగా అర్థం అయ్యింది; ఒక లక్ష్మిలోనే ఉండిపోవడం వలన అనారోగ్యం వచ్చింది అని అప్పుడు పార్వతి, సరస్వతికి, సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని నేర్చుకుంటూ ఎప్పటికప్పుడు వాటికి సంబంధించిన విషయాలను సరి చేసుకుంటూ నా బ్యూటీ క్లినిక్‌లో ఎలా అయితే డాక్టర్లు మందులు కనిపెడుతున్నారో అలాగే నేను కూడా బరువు తగ్గడం, పిగ్మెంటేషన్, జుట్టు రాలకుండా ఉండటం అనేవి ధ్యానం, జ్ఞానంతోనే తగ్గించుకోవడం (ట్రీట్‌మెంట్‌లోభాగంగా అందులో రకరకాలుగా సాధనాలాంటివి చేస్తున్నాను.

G నా పేరు రాజ్యలక్ష్మి. 1998వ సం॥ము నుండి ధ్యానం చేస్తున్నాను. ఎటువంటి అనారోగ్య సమస్యలూ లేవు. నా పరిధి మేరకు ధ్యాన ప్రచారం చేస్తున్నాను.

2002లో థైరాయిడ్ కంప్లెంటు వచ్చింది. 2003 లో షుగర్ వచ్చింది. నేను ధ్యానప్రచారం చేస్తున్నాను. ధ్యానం చేస్తున్నాను. అయినా అనారోగ్యం వచ్చింది. ఈ సమస్య ఎందుకు వచ్చిందో తెలియక, ఎవరిని అడగాలో తెలియక సతమవుతున్న సమయంలో ధ్యానం ఎవరికైనా చెప్పాలంటే

భయపడేదాన్ని “మీకు ఎందుకు అనారోగ్యం వచ్చిందని అడుగుతారని”.

ఇది ఇలా ఉండగా 2003 లో డాక్టర్ జి.కె గారు ధ్యాన ఆరోగ్యం కాన్సెప్ట్ పై, కౌన్సిలింగ్ గురించి వివరణ ఇస్తూ క్లాసులు చెప్పటానికి సీతమ్మధార, ఉడా ఫ్లాట్స్ కి వచ్చారు. నా ఆరోగ్య సమస్యలకు కేస్ షీట్ (Case sheet) రాయించుకున్నాను. ఒక కలలో అన్నీ తింటూ గడ్డి తింటూన్న అబ్బాయిని కనిపించాడు. అప్పుడు “గడ్డిమేటు” కాన్సెప్ట్ చెప్పి “వాక్ క్షేత్రం” పుస్తకం చదవమన్నారు. అప్పటికి ఈ కాన్సెప్ట్ లు వ్రాత పూర్వకంగా లేని రోజులు. ఆయనే స్వయంగా వివరణ ఇచ్చేవారు. కొన్ని రోజులు పాటించి తరువాత మానేసాను.

2007 లో జి.పి.ఎమ్ (G.P.M) ట్రైనింగ్ ఇస్తామన్నారు అప్పుడు నాకు ఆధ్యాత్మికజ్ఞానం విలువ తెలిసింది. సార్ చెప్పినవి 100% పాటించాను. అంతకు ముందు చెప్పిన గడ్డిమేటు, వాక్ క్షేత్రంలను పాటించాను. అప్పటి నుండి నా ఆరోగ్యసమస్యలు పూర్తిగా తగ్గించుకున్నాను.

అంతేకాకుండా నన్ను సంగీతం నేర్చుకోమన్నారు. ధ్యాన ఆరోగ్య కేంద్రానికి వచ్చి ఏ పని ఉంటే ఆ పని చేయమన్నారు.

నాకు అర్థం అయ్యింది ధ్యానం చేసినప్పటి అనుభవాలు మాత్రమే కాకుండా ధ్యాన ఆరోగ్యంలో నా వంతు సహాయం అందించడం ద్వారా ఎంతో ఆనందాన్నీ, సంతృప్తిని పొందాను. 2003లో వాక్కు సరి చేసుకొనే సమయంలో కొన్ని పాటలు రాయడం పత్రీజీ గారికి వినిపించడం, ఆయన వెంటనే సి.డి తయారు చేయమని చెప్పడం, సి.డి చేయించడం జరిగింది. ఆ సి.డి ని “ఆనందో బ్రహ్మ” కు విరాళంగా ఇవ్వడం జరిగింది. ఆ సి.డికి ‘ధ్యాన సరాగాలు’ పేరు పెట్టడం జరిగింది. తర్వాత అందులో భాగంగా ధ్యాన సరాగాలు-2 తత్వదర్శిని అనే పుస్తకం, సంగీత ఏకలవ్య సి.డి మొదలగునవి తయారు చేయడం జరిగింది.

మాకు ఎంతో జ్ఞానాన్ని అందించి, మేము మరింతగా అందిస్తూ తెలియని ఎన్నో శిఖరాగ్రాలను అధిరోహించే ధైర్యాన్ని అందించిన జి.కె సార్ కి ఏమి ఇవ్వలేను. ధ్యానారోగ్య సేవ తప్ప.

