

# ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ

ರೂ. 25/-

ಹೊಸ ಯುಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ | ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2009



“ನನ್ನ ಜೀವನವೇ ನನ್ನ ಸಂದೇಶ”  
“My life is my message”



# ಎಲ್ಲೆಡೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಧ್ಯಾನ



ಸಿದ್ಧಾರ್ಥ ಬುದ್ಧ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಉದ್ಘಾಟನಾ ಸಮಾರಂಭ, ಕತ್ತಿಗುಪ್ಪೆ, ಬೆಂಗಳೂರು



ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್ ಕಚೇರಿಯ ಉದ್ಘಾಟನಾ ಸಮಾರಂಭ, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು



ಪತ್ರೀಜಿಯವರಿಂದ ಗೌರಿಬಿದನೂರಿನಲ್ಲಿ  
'ವಿಶ್ವ ಚೈತನ್ಯ ಪಿರಮಿಡ್ ಕೇರ್ ಸೆಂಟರ್' ನ  
ಪ್ರಾರಂಭೋತ್ಸವ



ಪತ್ರೀಜಿಯವರಿಂದ ಗೌರಿಬಿದನೂರಿನಲ್ಲಿ  
'ಶ್ರೀ ವಾಯುಪುತ್ರ ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಹೀಲಿಂಗ್ ಸೆಂಟರ್' ನ  
ಪ್ರಾರಂಭೋತ್ಸವ

# ಪತ್ರಿಕೆ ವಾಣಿ

## ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯ

ಪ್ರಿಯ ಪಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳೆ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೆ

ಸತ್ಯವು ಒಂ-ದೇ ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಸತ್ಯವು ಅ-ತಿ ದೂ-ಡ್ಡ-ದು...!

ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಸತ್ಯವು ಎ-ಶ್ವಾ-ತ್ವ-ಕ...!

ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಸತ್ಯವು ನಾ-ವೇ ಆ-ಗಿ-ದ್ದೇ-ವೆ...!

ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಸತ್ಯವು ಈ-ಗ, ಇ-ಲ್ಲಿ-ದೆ...!

ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಪ್ರ-ತಿ-ಯೋಂ-ದೂ ಸ-ಹ ಶಾ-ಶ್ವ-ತ-ವಾ-ದು-ದು...!

ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಪ್ರ-ತಿ-ಯೋಂ-ದೂ ಸ-ಹ ಅ-ರ್ಥ-ಪೂ-ರ್ಣ-ವಾ-ದು-ದು...!

ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಎ-ಲ್ಲಾ -ಜೀ-ವಿ-ಗ-ಳೂ ಸ-ಹ ದೇ-ವ-ರು-ಗ-ಳೇ...!

ಎಂಬ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸತ್ಯವೊಂದು ಇದೆ!

ಪಿ-ರ-ಮಿ-ಡ್ ಮಾ-ಸ್ಟರ್-ಗ-ಳು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಶ್ರೇಷ್ಠ ದೇವರುಗಳ ಜೊತೆ ಸೇರಿರಿ!

ಪಿ-ರ-ಮಿ-ಡ್ ಸ್ಪಿ-ರಿ-ಚ್ಯು-ಯ-ಲ್ ಸೋ-ಸೈ-ಟೀ-ಸ್ ಮೂ-ವ್-ಮೆಂ-ಟ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಶ್ರೇಷ್ಠ ದೇವರುಗಳ  
ಆಂದೋಳನವನ್ನು ಸೇರಿರಿ...!

- ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆ



# ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ



ಬ್ರಹ್ಮಶಿವ ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರಿಕೆ  
ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು



ಶ್ರೀ ಎ. ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ  
ಸಂಪಾದಕರು



ಸಂತೋಷ್  
ನಿರ್ವಾಹಕರು



ಅನಿತ  
ನಿರ್ವಾಹಕರು



ಹರಿಶ್  
ಶಾಂತ್ರಿಕತೆ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತಾರ



ಆಯುಷ್  
ಶಾಂತ್ರಿಕತೆ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತಾರ

### ಸಂಪಾದಕ ಮಂಡಳಿ

ಶ್ರೀ ಭೀಮೇಶ್ ರೆಡ್ಡಿ, ಬೆಂಗಳೂರು  
ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮಿನಾರಾಯಣ, ಬೆಂಗಳೂರು  
ಶ್ರೀ ಬಿ. ಶಿವರಾಮಪ್ಪ, ಬೆಂಗಳೂರು

### ಮೂರಾಟ ಸಹಾಯಕ ಮಂಡಳಿ

1. ಶ್ರೀಮತಿ ಸರಳ, ಬೆಂಗಳೂರು
2. ಶ್ರೀಮತಿ ನಿರ್ಮಲ, ಬೆಂಗಳೂರು
3. ಶ್ರೀಮತಿ ಸಂಧ್ಯಾ, ಬೆಂಗಳೂರು
4. ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಮೋಹನ್, ಬೆಂಗಳೂರು
5. ಕೆ. ಎಸ್ ವೇಣುಗೋಪಾಲ್, ಗೌರಿಬಿದನೂರು

### ಮುದ್ರಕರು ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಕಾಶಕರು :

ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್(೦)  
ನಂ. 126, 2ನೇ ಮಹಡಿ, 7ನೇ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಬಡಾವಣೆ,  
ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆ ಎದುರು, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 011  
ದೂರವಾಣಿ : 080-26646899, 9481359920, 9902761761

ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್ : ಡಾಟ್ ಇನ್ಫೋವೆಟಿವ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್ ಸುಲ್ತಾನ್ ಪೇಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

[www.pssmovement.org](http://www.pssmovement.org)

## ಪರಿವಿಡಿ

ಪತ್ರಿಕೆ ವಾಣಿ.....	1
ಪರಿವಿಡಿ.....	2
ಸಂಪಾದಕೀಯ.....	3
ಧ್ಯಾನದ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ .....	4
ಗಾಂಧೀಜಿಯವರೊಡನೆ	
ಪರಮಹಂಸಯೋಗಾನಂದ.....	5
ಯುಗದ ಅಂತ್ಯ.....	8
ನ್ಯೂಟನ್ ರವರ ಇಂಟರ್ ವ್ಯಾ.....	11
ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಪತ್ರಿಕೆ .....	14
ಭೀಮೇಶ್ ಕಲಂ ಟು ಕಾಲಂ .....	19
ಸಬಕೋ ಸನ್ಯತಿ.....	23
ಮಹಾತ್ಮಾಗಾಂಧೀಜಿ ಮತ್ತೆ ಮರಳಿ ಬಂದರು.....	25
ನಾನು ಸನ್ಯಾಸಿ.....	30
ಯೂತ್ ಕಾಲಂ.....	31
ಪುಸ್ತಕ ಪರಿಚಯ .....	32
ಓಶೋ ಕಥೆಗಳು .....	38
ಧ್ಯಾನಾನುಭವ .....	40
ಬಸವಣ್ಣನವರ ವಿಶೇಷತೆಗಳು.....	42
ಸಿನಿಮಾ .....	44
ಅನ್ನ ದಾನ .....	45
ಮುಗುಳ್ಳೆಗೆ .....	46
ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್.....	47

E-mail : [dhyanakasturi@gmail.com](mailto:dhyanakasturi@gmail.com)



### ಸಂಪಾದಕೀಯ

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2ರಂದು ಗಾಂಧೀ ಜಯಂತಿಯನ್ನು ಒಂದು ಆಚರಣೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈಗ ವಿಶ್ವ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಆ ದಿನವನ್ನು 'ವಿಶ್ವ ಅಹಿಂಸಾ ದಿನ'ವನ್ನಾಗಿ ಘೋಷಿಸಿದೆ. ವಿಶ್ವ ಅಹಿಂಸಾ ದಿನವೂ ಸಹ ಕೇವಲ ಆಚರಣೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತವಾಗದೆ, ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ದೇಶಗಳೂ ಪಾಲಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅಹಿಂಸೆಯನ್ನೇ ತಮ್ಮ ಪ್ರಬಲವಾದ ಆಸ್ತ್ರವನ್ನಾಗಿಸಿ ನಮ್ಮ ದೇಶಕ್ಕೆ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ತಂದುಕೊಟ್ಟ ಮಹಾತ್ಮಾಗಾಂಧೀಜಿಯವರಿಗೆ, ಅವರ ಜನ್ಮದಿನಾಚರಣೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿಯು ಈ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ತನ್ನ 'ನುಡಿನಮನ'ವನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಪಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಪ್ರೀಮತಿ ಗಿರಿಜ ರವರ ಮೂಲಕ ಗಾಂಧೀಜಿಯವರು ನೀಡಿರುವ, ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತಾದ, ಸಂದೇಶಗಳು ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾಗಿವೆ. ಈ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ ಓದುಗರಿಗಾಗಿ ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗಿದೆ. ನಿಮಗಾಗಿ, ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ, ಕರ್ನಾಟಕದ ವಾರ್ತಾನಿಕರು, ತತ್ವಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಲೇಖನ ಮಾಲೆಯು ಆರಂಭಗೊಂಡಿದೆ. ಮೊದಲ ಲೇಖನವಾಗಿ ಬಸವಣ್ಣನವರ ವಿಶೇಷತೆಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿದೆ. ಇನ್ನುಳಿದಂತೆ, ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿಯುತವಾಗಿರುವ ಲೇಖನಗಳ ಜೊತೆ ಪಿರ ಪೀರ್‌ಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಹೊಸಲು ಹರಿದಿದೆ.

ಸನ್ಮಾಹಾರೀ ಜೀವನ ಕ್ರಮವನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವ ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ವುಯಲ್ ಸೊಸೈಟೀಸ್ ಆಂದೋಲನವೂ ಸಹ ಜಾಗತಿಕವಾಗಿ ಅಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದರ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಚುರಪಡಿಸುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರಾಗೈಹಿಂಸೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಲು ದೇಶ ವಿದೇಶದ ಜನತೆಗೆ ಮನವಿ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ವುಯಲ್ ಆಂದೋಲನದ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆಯವರು ದೇಶ ವಿದೇಶಗಳನ್ನು ಸಂಚರಿಸಿ 'ಹಿಂಸೆ ಬಿಡಿ, ಹಂಸವನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳಿ' ಎಂಬ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಸಾರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. 'ವಿಶ್ವ ಅಹಿಂಸಾ ದಿನ'ದ ಆಚರಣೆಯ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಗೈಹಿಂಸೆಯ ನಿಲ್ಲಲಿ, ಸನ್ಮಾಹಾರೀ ಜೀವನ ಕ್ರಮವು ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹಬ್ಬಲಿ, ಅಹಿಂಸೆಯೇ ಮಾನವತೆಯ ಉದ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಏಕೈಕ ಮಾರ್ಗ ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಜಗತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ ಎಂದು ಆಶಿಸೋಣ. ಪಂದನೆಗಳು.

ಎ.ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ  
ವಿಳಾಸ: ನಂ.958, 2ಬಿ ಕ್ರಾಸ್, 1ನೇ ಬ್ಲಾಕ್  
ಹೆಚ್.ಆರ್.ಬಿ.ಆರ್. ಬಡಾವಣೆ  
ಕಲ್ಯಾಣನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು 560 043  
ದೂ: 080-25427145, 9448883872  
ಇ-ಮೇಲ್: sathyaasn@gmail.com

### ಪಿರಮಿಡ್ ಯಂಗ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ (ಜೈಮಾ)

ಪಿರಮಿಡ್ ಯಂಗ್ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ (ಜೈಮಾ) ಎಂಬುದು ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ವುಯಲ್ ಸೊಸೈಟೀಸ್ ಮೂವ್‌ಮೆಂಟ್ (ಇಂಡಿಯಾ) ಇದರ ಒಂದು ವಿಭಾಗ. 'ಧ್ಯಾನ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ' ಕುರಿತು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಯುವಕರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವುದೇ ಇದರ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

ಕಲಿಯಲು ಯೌವನವೇ ಸಕಾಲ, ಮಿಸಿಪಡಲೂ ಸಹ ಯೌವನವೇ ಸಕಾಲ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಯೌವನವೇ ಸಕಾಲ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಸದೃಢಗೊಳ್ಳಲು ಸಹ ಯೌವನವೇ ಸಕಾಲ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಮಗುವಿಗೂ ಸಹ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಬೇಕು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಯುವಕ, ಯುವತಿಗೂ ಸಹ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಬೇಕು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವು ಎಲ್ಲಾ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಷಯವನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಇತರೆ ವಿಜ್ಞಾನಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು.

ಜೈಮಾ - ಎಂಬುದು ವಿಶ್ವವಾದ್ಯಂತ ಇರುವ ಯುವಕರ ಸಂಘಟನೆಗೆ ಒಂದು ವಿಶ್ವ-ಮಾದರಿಯಾಗಿದೆ. ಜೈಮಾ ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರು ಬಹಳ ಚುರುಕಾದವರು, ಸಶಕ್ತರು ಮತ್ತು ಸದೃಢರು. ನನ್ನೊಂದಿಗೆ ಕೈ ಜೋಡಿಸಿ, ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ಬದುಕನ್ನಾಗಿಸೋಣ ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ, ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನದ ಬಾಗಿಲುಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡೋಣ. -ಜೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ಎಲ್ಲರೂ ಕೈಜೋಡಿಸೋಣ!!!



ಪಿ. ಅಯ್ಯಪ್ಪ  
ವೆಸ್ಟ್ ಪ್ರೆಸಿಡೆಂಟ್ - ಜೈಮಾ ಬೆಂಗಳೂರು  
ಮುಖ್ಯ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ "ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್ 2012 ಪ್ರೋಜೆಕ್ಟ್"  
ಫೋನ್ : 9900813813

ಧ್ಯಾನದ ವಿಧಾನ : ಸುಖಾಸನದಲ್ಲಿ ಹಾಯಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು, ಎರಡೂ ಕೈ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಜೋಡಿಸಿಕೊಂಡು, ಕಣ್ಣೆರಡೂ ಮುಚ್ಚಿ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಯಾವ ಮಂತ್ರ, ಜಪ ಅಥವಾ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಇರಬಾರದು. ಯಾವ ದೈವೀಕಲ್ಪನೆಗಳು ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಅಹ್ಲಾದದಿಂದ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಿ ಅಷ್ಟೆ . ಸಹಜವಾದ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆಯೇ ಗಮನವಿಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕ್ರಮೇಣ ಆಲೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿ. ಈ ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅಪಾರವಾದ ವಿಶ್ವಮಯ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ (ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಎನರ್ಜಿ) ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ನಾಡಿಮಂಡಲ ಶುದ್ಧಿಯಾಗಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ನಿಯಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ದೇಹದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಿ ಸುಪ್ರಚೇತನಗಳು ಜಾಗೃತಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಕ್ರಮೇಣ ದಿವ್ಯಚಕ್ಷು ಉತ್ತೇಜನಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ಶಕ್ತಿ ಲಭ್ಯವಿದ್ದೆಡೆ, ಪಿರಮಿಡ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿ ಬೇಗ ಬರುತ್ತದೆ; ಧ್ಯಾನ ಶಕ್ತಿ ಅಪಾರವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

## ಧ್ಯಾನದ ಲಾಭಗಳು



- ★ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯ
- ★ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿ
- ★ ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣು ಉತ್ತೇಜನ
- ★ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ
- ★ ಬುದ್ಧಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆ

- ★ ಜೀವನದ ಗುರಿಯ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ
- ★ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನ
- ★ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಶಕ್ತಿ
- ★ ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿ



## ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ

“ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ” ಎಂಬುದು ಒಂದು “ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನ ಗೋಷ್ಠಿ”. ನಾವು ಎಲ್ಲಿದ್ದರೇ ಆಲ್ವೇ. ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಕುಳಿತು ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನವು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಗ್ಗೂಡಿಸುತ್ತದೆ.

### “ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ಗಂಟೆಯಿಂದ 7 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ”

ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಸಮಯವನ್ನು ಈ ಶ್ರೇಷ್ಠ ‘ಏಕತಾ ಸಂಪರ್ಕ’ಕ್ಕಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಜೂನ್ 1, 2008 ರಿಂದ ಆರಂಭಗೊಂಡು ಡಿಸೆಂಬರ್ 2012ರ ಅಂತ್ಯಕ್ಕೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೇಷ್ಠ ಏಕತಾ ಭಾವದೊಂದಿಗೆ “ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್”ನ್ನು ಸಾಧಿಸೋಣ

### 2012ರ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಇಡೀ ಜಗತ್ತನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮೀಕರಿಸೋಣ !

“ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ ಯೋಜನೆ”ಯು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ವಿಶ್ವರಿಸಲೇಬೇಕು. ವಿಶ್ವಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿನ ಸಮಸ್ತಯವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹಸರಿಸುವ ಘನ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಶ್ರಮಿಸೋಣ. ಇಡೀ ಆಸ್ಯತ್ವದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಸಹ ಇರುವಿರಿ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಈ ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಸಹ ಒಬ್ಬ ಆಭ್ಯರ್ಥಿಯೇ ಹೌದು !

“ ನಮ್ಮ ಉಸಿರಿನೊಂದಿಗೇ ಇರಿ ”



# ವಾರ್ಧಾದಲ್ಲಿ ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧೀಯವರೊಡನೆ ಪರಮಹಂಸೆಯೋಗಾನಂದ

“ದಯಮಾಡಿಸಿರಿ!” ಎಂದು ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಬರೆದರು. ಅಂದು ಸೋಮವಾರವಾದುದರಿಂದ, ಅವರ ಅವರ ಮೌನದ ದಿನ.

ಇದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಥಮ ಭೇಟಿಯಾಗಿದ್ದರೂ ಒಬ್ಬರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರನ್ನು ಅತ್ತೀಯತೆಯಿಂದಲೇ ಕಂಡೆವು. 1925ರಲ್ಲಿ ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧೀ ತಮ್ಮ ಭೇಟಿಯಿಂದ ರಾಂಚಿ ಶಾಲೆಗೆ ಗೌರವ ತಂದಿದ್ದರು. ಅಲ್ಲದೆ ಅಲ್ಲಿನ ಅತಿಥಿಗಳ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರಿಯಕರವಾದ ಮೆಚ್ಚಿಗೆಯ ನುಡಿಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದರು.

ಕೇವಲ 100 ಪೌಂಡ್ ತೂಕದ ಅಲ್ಪಗಾತ್ರದ ಸಂತನಿಂದ ದೈಹಿಕವಾದ, ಮಾನಸಿಕವಾದ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿತ್ತು. ಆತನ ಕೋಮಲವಾದ ಕಂದುಬಣ್ಣದ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸದ್ವಿವೇಕಗಳು ಬೆಳಗುತ್ತಿದ್ದವು. ಈ ರಾಜನೀತಿಜ್ಞ ಅತಿ ಚಾಣಾಕ್ಷತೆಯಿಂದ ಹೋರಾಡಿ ಸಾವಿರಾರು ಕಾನೂನಿನ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ರಾಜಕೀಯ ಹೋರಾಟಗಳಲ್ಲಿ ಜಯಶಾಲಿಯಾಗಿವಾರೆ. ಭಾರತದ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಅನಕ್ಷರರ ಹೃದಯಗಳಲ್ಲಿ ಗಾಂಧೀಜಿಯವರು ಸ್ವಾಸ್ಥ ಪಡೆದಿರುವ ಹಾಗೆ ವಿಶ್ವದ ಯಾವುದೇ ನಾಯಕನೂ ತನ್ನ ಜನಗಳ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಭದ್ರವಾದ ನೆಲೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿಲ್ಲ. ಆ ಜನ ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಆತನಿಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ ಬಿರುದೇ ‘ಮಹಾತ್ಮ’ ಎಂಬುದು. ಅವರಿಗೋಸ್ಕರವಾಗಿಯೇ ಗಾಂಧೀಜಿ ವ್ಯಂಗ್ಯಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವ ಕಚ್ಚೆಪಂಚೆಗೇ ತಮ್ಮ ಉಡುಪನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡು. ಯಾರು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಉಡಲೊಲ್ಲರೋ ಅಂತಹ ದೀನ ದಲಿತರೊಡನೆ ತಾನು ಸಹಭಾಗಿಯೆಂಬುದರ ಸಂಕೇತವಿದು.

## ಬೇವಿನ ಚಟ್ಟಿ

ನಾನು ಸೇರಿದ 2 ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ, ನನ್ನ ಚೊತೆಯವರನ್ನೂ, ನನ್ನನ್ನೂ ಊಟಕ್ಕೆ ಕರೆದರು.



ಮಹಾತ್ಮಾಜಿ ಚಪಾತಿಗಳನ್ನೂ ಬೇಯಿಸಿದ ಗಡ್ಡೆಗಳನ್ನೂ ಕೆಲವು ಹಸಿ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನೂ ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನೂ ತಿಂದರು. ಅವರ ತಟ್ಟೆಯ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತಕುದ್ಧಿಶಾರಕವೆನಿಸಿದ ಬೇವಿನಸೊಪ್ಪಿನ ಅರೆದ ಮುದ್ದೆ ಇತ್ತು. ಅದರ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನು ಚಮಚದಿಂದ ತೆಗೆದು ನನ್ನ ತಟ್ಟೆಗೆ ಹಾಕಿದರು. ನನಗೆ ಅಪ್ರಿಯವಾದ ಮಧುವನ್ನು ಅಮ್ಮ ನನಗೆ ಬಲಾತ್ಕಾರದಿಂದ ನುಂಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಬಾಲ್ಯದ ದಿವಸಗಳನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಂಡು, ನಾನದನ್ನು ನೀರಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಗುಳಕೆಂದು ನುಂಗಿಬಿಟ್ಟೆ. ಆದರೆ, ಗಾಂಧಿಯವರು ಮಾತ್ರ ಅರುಚಿಯನ್ನೇ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸದೆ, ಬೇವಿನ ಚಟ್ಟಿಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವೇ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ತಿಂದರು.

ಇಚ್ಛಾಮಾತ್ರದಿಂದಲೇ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ವಿಮುಖಗೊಳಿಸುವ ಆ ಮಹಾತ್ಮರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಎಂತಹುದೆಂಬುದನ್ನು ಈ ಒಂದು ಅಲ್ಪಘಟನೆಯಿಂದಲೇ ಕಂಡುಕೊಂಡೆ. ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದಷ್ಟೆ ಅವರಿಗೆ ಅಂತ್ರಪುಚ್ಚ ರೋಗಕ್ಕೆ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಡೆದಿತ್ತೆಂಬುದನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಂಡೆ. ಸ್ವರ್ಣಶ್ಶಾನ್ ತಪ್ಪಿಸುವ ಔಷಧಿಯನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಿ, ಆ ಮಹಾತ್ಮ ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಮೊದಲಿನಿಂದ ಕೊನೆಯವರೆಗೂ ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರೊಡನೆ ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದ ಮಾತನಾಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದರು. ಅವರ ನೆಮ್ಮದಿಯಾದ ನಗೆ, ಅವರಿಗೆ ನೋವಿನ ಅರಿವಿಲ್ಲವೆಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಿತ್ತು.

ಏಳುಗಂಟೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಮಗನ್‌ವಾಡಿ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ

ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬಿಸಿಲುಮುಚ್ಚಿಗೆ ಬಂದೆವು. ಅಲ್ಲಿ ಮೂವತ್ತು ಮಂದಿ ಸತ್ಯಾಗ್ರಹಿಗಳು ಗಾಂಧೀಜಿಯ ಮುಂದೆ ಅರ್ಧವೃತ್ತಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಗುಂಪುಗೂಡಿದ್ದರು. ಗಾಂಧೀಜಿ ಹುಲ್ಲು ಚಾಪೆಯ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತಿದ್ದರು. ಹಳೆಯ ಕಾಲದ ಪಾಕೆಟ್ ಗಡಿಯಾರ ಸೊಂಟದಲ್ಲಿ ಮೇಲೆದ್ದು ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಅಸ್ತಂಗತನಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಸೂರ್ಯ ತೆಂಗು, ಅಲಗಳ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಕೊನೆಯ ಕಿರಣಗಳನ್ನು ಪಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ರಾತ್ರಿಯ ಅಸ್ಪಷ್ಟ ದನಿಗಳೂ ಜೀರುಂಡೆಯ ಸದ್ದೂ ಕೇಳತೊಡಗಿದ್ದವು. ವಾತಾವರಣ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಆನಂದಪರವಶನಾದೆ.

ಕೊನೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಹೇಳುವಂತೆ ಮಹಾತ್ಮಾ ನನಗೆ ಸಂಜ್ಞೆ ಮಾಡಿದರು. ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟೊಂದು ದೈವಿಕವಾದ ಸಮಾನತೆ ವಾರ್ಧಾದ ಆ ಮಾಳಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಉದಿಸುತ್ತಿದ್ದ ನಕ್ಷತ್ರಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಧ್ಯಾನ ಚಿರಸ್ಮಾರಕವಾಗಿ ಉಳಿಯುವಂತಹದು.

## ವಾರದ ಮೌನ

ಕರಾರುವಾಕ್ಕಾಗಿ ಎಂಟುಗಂಟೆಗೆ ಗಾಂಧೀಜಿ ತಮ್ಮ ಮೌನ ಮುರಿದರು. ತಮ್ಮ ಬಾಳಿನ ಮಹಾ ಸಾಹಸಕಾರ್ಯಗಳಿಗಾಗಿ ಅವರು ತಮ್ಮ ವೇಳೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ.

“ಸ್ವಾಮೀಜಿ, ನಿಮಗೆ ಸ್ವಾಗತ!” ಎಂದರು ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧೀ. ಈ ಸಲ ಅವರ ಸ್ವಾಗತ ಶಾಗದ ಮೂಲಕವಲ್ಲ. ಅದೇ ತಾನೇ ನಾವು ಮಾಳಿಗೆಯ ಮೇಲಿಂದ ಕೆಳಗಿಳಿದು ಅವರ ಬರವಣಿಗೆಯ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿದ್ದೆವು. ಅಲ್ಲಿ ಚಿಚ್ಚೊಕ್ಕದ ಚಾಪೆಗಳಿದ್ದವು. ಬರೆಯುವ ಇಳಿಜಾರುಮಣೆ, ಪುಸ್ತಕಗಳು, ಕಾಗದ ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ಸಾಧಾರಣ ಲೇಖನಿಗಳು (ಫೌಂಟನ್ ಪೆನ್‌ಗಳು); ಒಂದು ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ವಿವರಗಳಿಲ್ಲದ ಗಡಿಯಾರವೊಂದು ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಎನ್ನುತ್ತಿತ್ತು.