



# ಪಿರಮಿಡ್ ಕಾಲ್ ಸರ್ವಿಸಸ್ ಬೆಂಗಳೂರು



ಒಂದೇ ಒಂದು ಫೋನ್ ಕಾಲ್  
ನಿಮ್ಮ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜೀವನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು...!

## ವಾರ್ತಾ ಪತ್ರ - ಏಪ್ರಿಲ್ 2022

### ಸಂಸ್ಥಾಪಕರ ಸಂದೇಶ

#### ಸ್ನೇಹದ ವಿಜ್ಞಾನ

ಸ್ನೇಹವೆಂಬ ವಿಜ್ಞಾನವೇ ಅಂತಿಮವಾದದ್ದು. ಆದ್ದರಿಂದ ನೀವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನೊಡನೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಾಣಿಯೊಡನೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮೀನಿನೊಡನೆ ಸ್ನೇಹದಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಸ್ನೇಹವೇ ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಗುರಿ.

'ಸ್ನೇಹ' ಎನ್ನುವ ವಿಜ್ಞಾನವೇ 'ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ' ಎನ್ನುವ ವಿಜ್ಞಾನ. ಎರಡೂ ಒಂದೇ, 'ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ' ಎಂದರೆ ಬೇರೇನೋ ಅಲ್ಲ, ಸ್ನೇಹ ಮಾತ್ರವೇ! ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಸ್ನೇಹ, ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸ್ನೇಹ, ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ, ಪುಟ್ಟ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ, ವೃದ್ಧರೊಂದಿಗೆ, ಇನ್ನೇನು ಜೀವನದ ಅಂತ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಇರುವವರೊಂದಿಗೆ, ಇಹಲೋಕವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದ ಆತ್ಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ, ಸ್ನೇಹವೇ ನಿಜವಾದ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ. ಸ್ನೇಹ = ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ, ಸ್ನೇಹವಿಲ್ಲದ ಕಡೆ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಗಿಡಮರಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ, ಪರಿಸರದೊಂದಿಗೆ, ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ, ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ, ಪ್ರತಿ ಆತ್ಮದ ಜೊತೆ ಆಳವಾದ ಸ್ನೇಹ. ನಿಮಗೆ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ, ಅವರಿಂದ ದೂರವಿರಿ. ಅವರನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ, ಅವರೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಬೇಡಿ, ಏಕೆಂದರೆ ಅವರಿಗೆ ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಲು ಇಷ್ಟವಿಲ್ಲ. ಇದೇ ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಸ್ನೇಹ. ಎಲ್ಲರ ಸಮಗ್ರತೆಯನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ. ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು, ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ, ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹ, ಮನೆಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳೊಂದಿಗೆ, ನಿಮ್ಮ ದೇಹದೊಂದಿಗೆ, ದೇಹದ ಒಂದೊಂದು ಕಣದೊಂದಿಗೆ, ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ನೇಹದಿಂದ ಇರುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ದೇಹದ ಒಂದೊಂದು ಕಣವೂ ಒಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಘಟಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.



ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪಿತಾಮಹ ಪತ್ರಿಕೆ

ನಾನು ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಧ್ಯಾನ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದೆ. ಇದು 'ಸ್ನೇಹ' ಎಂಬ ವಿಜ್ಞಾನದ ಕಡೆಗೆ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನಾನು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ 'ಸ್ನೇಹಿತರೆ, ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳೆ, ದೇವತೆಗಳೇ' ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸುತ್ತೇನೆ (Friends, Masters, Gods). ಮೊದಲು ಬರುವುದು ಸ್ನೇಹಿತರು, ಆ ಮೇಲೆ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಅಥವಾ ಧ್ಯಾನಿಗಳು. ಆದ್ದರಿಂದ, ನೀವು ದೈವವಾಗುತ್ತೀರಿ. ನಿಮಗೆ ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಅದನ್ನು ನಿವು ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಮೊದಲ ತತ್ವ 'ಸ್ನೇಹ', ಎರಡನೆಯ ತತ್ವ 'ಧ್ಯಾನ', ಮೂರನೇ ತತ್ವ 'ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದ್ದನ್ನು ನೀವೇ ಸೃಷ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಕಾಣುವ ಅನಂತ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಏನನ್ನಾದರೂ ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ಗಿಟಾರ್ ನುಡಿಸಿ, ಕುದುರೆ ಸವಾರಿ ಮಾಡಿ.

### ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರ್ಣಮಾಲಾ ಪತ್ರಿಕೆಯವರ ಸಾರಥ್ಯದಲ್ಲಿ PCSB ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಭೇಟಿ



## ಮುಖ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರ ಸಂದೇಶ

### ಸರಿಯಾದ ಜೀವನ ಯಾತ್ರೆ

ಸರಿಯಾದ ಜೀವನ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ದೇಶಾನುಭವ, ಕೋಶಾನುಭವ, ವೇಷಾನುಭವ, ಈಶ ಜ್ಞಾನಾನುಭವ ಮತ್ತು ಶ್ವಾಸಾನುಭವಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.



ಡಾ|| ಗಿರಿಶ್ವಾಮಿ ಹಳ್ಳದ  
MBBS,MS-OPH,FCAS  
ನೇತ್ರ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸ ತಜ್ಞರು

1. ದೇಶ ತಿರುಗಬೇಕು 2. ಕೋಶ ಓದಬೇಕು 3. ವೇಷ ಹಾಕಬೇಕು 4. ಈಶ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆಯಬೇಕು 5. ಶ್ವಾಸದ ಜೊತೆ ಇರಬೇಕು
1. ದೇಶ ತಿರುಗಬೇಕು:- ಅಂದರೆ ಊರು ಕೇರಿ, ಹಳ್ಳಿ ರಾಜ್ಯ, ದೇಶ ವಿದೇಶ, ಜಗತ್ತು ಮತ್ತು ಇತರ ಲೋಕಗಳ ಪ್ರಯಾಣ. ಭೌತಿಕವಾಗಿ/ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರ ಮೂಲಕ ದಿವ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಯ ಮೂಲಕ ಸಂಚರಿಸುವುದು, ಅರಿಯುವುದು, ಜೀವಿಸುವುದು, ಅನುಭವ ಪಡೆದು ಆನಂದಿಸುವುದು - ಇದೇ ಕರ್ಮಯೋಗ.
2. ಕೋಶ ಓದಬೇಕು:- ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿ ಜೀವಕೋಶ, ದೇಹ ಅಥವಾ ಶಬ್ದ ಕೋಶ, ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಭೌತಿಕವಾಗಿ/ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ 7 ದೇಹಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು - ಇದೇ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಯೋಗ.
3. ವೇಷ ಹಾಕಬೇಕು:- ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ದೇಶ, ಕಾಲ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ಬರುವಂತಹ ವಿವಿಧ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸುವುದು - ಇದೇ ಉನ್ನತ ಕರ್ಮ ಯೋಗ.
4. ಈಶ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆಯಬೇಕು:- ವಿಷಯ, ಜ್ಞಾನ, ಬುದ್ಧಿ, ವಿವೇಕ, ವಿನಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವದ ಮೂಲಕ ಸಂಪಾದಿಸುವುದು - ಇದೇ ಜ್ಞಾನ ಯೋಗ.
5. ಶ್ವಾಸ ಹಿಡಿಯಬೇಕು:- ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡುವುದು ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಒಂದಾಗುವುದು, ಶ್ವಾಸಾನುಸಂಧಾನ ಮೂಲಕ ದಿವ್ಯಾನುಭವ, ಬ್ರಹ್ಮಾನುಭವ, ಸತ್ಯಾನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು - ಇದೇ ಧ್ಯಾನ ಯೋಗ.

### ಧ್ಯಾನಿಯ ಅನುಭವ

ನನ್ನ ತಾಯಿ ನನಗೆ ಧ್ಯಾನ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಸಿದ್ದರು. ನಂತರ ಪಿರಮಿಡ್ ಕಾಲ್ ಸರ್ವೀಸಸ್ ಯೂಟ್ಯೂಬ್ ಲಿಂಕ್ ಮುಖಾಂತರ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನದ ಕ್ಲಾಸುಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೆ attend ಮಾಡಿದೆ. ಧ್ಯಾನದ ಮೊದಲು ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಭಯವಿತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ನಂತರ ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಭಯ ಮತ್ತು ಅನಾರೋಗ್ಯ ಹೊರಟು ಹೋಯಿತು. 21 ದಿನಗಳ ಸಂಕಲ್ಪ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಸ್ಯಹಾರಿಯಾಗಿ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಮಾಡಿ, ಸತತ ಧ್ಯಾನದ ಫಲವಾಗಿ ನಾನು ಆಸ್ಟ್ರಲ್ ಟ್ರಾವೆಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ 2 ವರ್ಷ 5 ತಿಂಗಳಾದರು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾತಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಸತತ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಅವನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ನನ್ನ ಗಂಟಲು ನೋವು ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುಣವಾಗಿದೆ. ಜಗತ್ತಿಗೆ ಬುದ್ಧನಾಗಿರುವ ಬ್ರಹ್ಮ ಪಿತಾಮಹ ಪತ್ರಿಕೆ ಗುರುಗಳು ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಧ್ಯಾನದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಶ್ರೀಮತಿ ರಜಿತಾ ಕೀರ್ತಿ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕೋಟಿ ಕೋಟಿ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.



ಹೆಸರು ಶ್ರುತಿರಾಜ್,  
ಮೈಸೂರು, 7349085523

### "ಮೌನ ಧ್ಯಾನದ ಅನುಭವ"



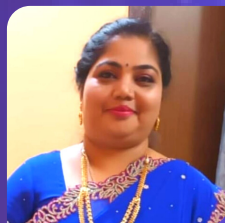
ಡಾ. ಜೀವಂಧರ ಕೇತವನವರ,  
ಚಿಕ್ಕೋಡಿ, 9342127540

ಒಂದು ದಿನ ಯಾವುದೋ ಪುಸ್ತಕ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಕೈ ತಾಕಿ ಅಕಸ್ಮಾತ್ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ಪುಸ್ತಕ ಕೆಳಗೆ ಬಿತ್ತು. ಹಾಗೆಯೇ ಒಂದಷ್ಟು ಗಮನಿಸಿದೆ. 750 ಪುಟಗಳ ಪುಸ್ತಕ ಅರ್ಧದಲ್ಲೇ ಓದಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದೆ. ಇದನ್ನೇ ಮುಂಜಾನೆ ಇಂಟೆನ್ಸಿವ್ ಮೆಡಿಟೇಷನ್ ಕ್ಲಾಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿಸಿದರೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯದ ಜೊತೆ ಮೌನದ ಅಭ್ಯಾಸವೂ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಆಲೋಚನೆ ಬಂತು. 41 ದಿನಗಳ ಮೌನಾಭ್ಯಾಸದ ಮಂಡಲ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಪುಸ್ತಕದ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳು ಪೂರ್ಣಗೊಂಡವು ಮತ್ತು ಅದ್ಭುತವಾದ ಧ್ಯಾನವೂ ಆಯಿತು. ಬ್ರಹ್ಮ ಪಿತಾಮಹ ಪತ್ರಿಕೆ ಅವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಇದ್ದುಕೊಂಡು ಸಹಾಯ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಾಸ್ಟರ್ ರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

ಒಂದು ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮೌನ ಧ್ಯಾನದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಅನುಭವ ಆಯಿತು. 6 ಗಂಟೆಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮುಗಿದ ಮೇಲೆ ಕೇತವನವರ ಸರ್ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಲು ಹೇಳಿದರು. ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ಬಾಳಿ ಗಿಡದ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತು ಅವರು ಕ್ಲಾಸ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾವು 20 ಜನ ಮಾಸ್ಟರ್ಸ್ ಒಂದೊಂದು ಗಿಡದ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಿದ್ದೆವು. ಆ ಗಿಡಗಳಿಗೆ ಸಾವಯವ ಗೊಬ್ಬರ ನೀಡಿ ಬೆಳೆಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಸಿದ ಅವರು, ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಅವರವರು ಗೊಬ್ಬರ ನೀಡಿದ ಗಿಡಗಳ ಕೆಳಗೆ ಆಯಾ ಮಾಸ್ಟರ್ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಿದ್ದರು. ನನಗೆ ಚಿಂತೆಯಾಯಿತು. "ನಾನೀಗ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಿ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಶಾಲೆಗೆ ತಯಾರುಮಾಡಿ ಕಳಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈಗ ನೋಡಿದರೆ ನಾನು ಇಲ್ಲಿ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ನಾನೀಗ ಮರಳಿ ಮನೆಗೆ ಹೋಗಬೇಕು," ಎಂದು ಸರ್ಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಅವರು 'ಪುನ: ಕಣ್ಣುಚ್ಚಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು, ನಂತರ ಕಣ್ಣು ಬಿಡು' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅದರಂತೆ ನಾನು ಪುನ: ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು, ಆಮೇಲೆ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದು ನೋಡಿದರೆ, ನಾನು ನನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿದ್ದೆ! 41 ದಿನಗಳ ಮೌನ ಧ್ಯಾನವು ನಮ್ಮನ್ನು ಹಲವು ಆಯಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಪಳಗಿಸಿತು.



ಲಕ್ಷ್ಮಿ ಯಾಗಿ,  
ಮುಧೋಳ,  
7259805117



ಶೋಭಾ ಶಾಂತಕುಮಾರ್,  
ಬಾಗಲಕೋಟೆ, 9900084394

ಮೌನ ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಆರಂಭವಾದ ಮೇಲೆ 21 ದಿನಗಳ 2 ಮೌನ ಧ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದೆ. ಆಲಿಸುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ 5 ರೀತಿಯ ಪಕ್ಷಿಗಳ ಧ್ವನಿಗಳು ಕೇಳಿಸುತ್ತಿದ್ದವು. ಎರಡನೇ ಮೌನ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿರಾಹಾರ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಧ್ವನಿ ಕೇಳಿಸಿತು. ಮುಂದೆ ನನಗೆ ಹಸಿವೆ ಬಾಧಿಸಲಿಲ್ಲ. ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಮೇಲೆ ಇದ್ದೆ. 110 ಕೆಜಿ ಇದ್ದವಳು 95 ಕೆಜಿ ತೂಕ ಹೊಂದಿದೆ. 5 ರೀತಿಯ ರೋಗಗಳು ನನ್ನ ದೇಹದಿಂದ ನಿರ್ಮೂಲನಗೊಂಡವು! 41 ದಿನ ಅರೆ ನಿದ್ರಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಅರೆ ಎಚ್ಚರದ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಓಂಕಾರ ಸತತ ಕೇಳಿಸುತ್ತಿದೆ! ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಜನನದಿಂದ ವಿವಾಹದವರೆಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜೀವನ ದರ್ಶನವಾಯಿತು. ಮೌನ ಧ್ಯಾನ ಅಭ್ಯಾಸದ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕೆ ಅನಂತ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

## ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

PCSB ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಹಲವಾರು ಮಕ್ಕಳು ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳಾಗಿ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಹಲವಾರು ಕಲೆಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಉಪಯೋಗವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾ ಅವರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ.



ನಿಹಾರಿಕ,  
9999794577

ನನ್ನ ಹೆಸರು ನಿಹಾರಿಕ. ನನ್ನ ವಯಸ್ಸು 13 ವರ್ಷ. ನಾನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಸಮುದ್ರದ ಒಳಗಡೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿ ನಾನು ಸುಮಾರು ನೀರಿನ ಜೀವಿಗಳನ್ನು, ಗಿಡ ಹಾಗೂ ಸುಂದರವಾದ ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ ಹವಳದ ದಿಬ್ಬವನ್ನು ಕೂಡಾ ನೋಡಿ. ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಹವಳದ ದಿಬ್ಬ ನನಗೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿತು. ಅದು ಏನೆಂದರೆ “ಪ್ಲೀಜ್, ನೀನು ಇದು ಮನುಷ್ಯ ಜಾತಿಗೆ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಕೊಡು, ನಮ್ಮ ಅಣ್ಣ ಮತ್ತು ತಂಗಿಯರಿಗೆ ನಾಯಿನ ಬೇಡ ಪ್ಲೀಜ್ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳಾಗಿ” ಅಂತ. ನಾನು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಾಗ ಭೂತಾಯಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಕನೆಕ್ಟ್ ಆದೆ. ಆಗ ಭೂತಾಯಿ ನನ್ನನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚ ಸುತ್ತಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದಳು. ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸಮುದ್ರದ ಜೀವಿಗಳನ್ನು, ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು, ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿದಳು. ಆ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಣಿಗಳು ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇವೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮನುಷ್ಯರು ಕರೋನಾ ಬಂದು ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಇದ್ದಾರೆ. ಬೇಟೆಗಾರರು ಆ ಪ್ರಾಣಿ ಮತ್ತು ಪಕ್ಷಿಗಳನ್ನು ಬೇಟೆಯಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಆ ಪ್ರಾಣಿ ಮತ್ತು ಪಕ್ಷಿಗಳು ತುಂಬಾ ಆನಂದದಿಂದ ಸಂಭ್ರಮದಲ್ಲಿವೆ.

## PCSB ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

PCSB ಯೂಟ್ಯೂಬ್ ಚಾನಲ್‌ಗೆ ಚಂದಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ 10,000 ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ದಾಟಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಸಹೃದಯರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಹೃದಯಪೂರ್ವಕ ಧನ್ಯವಾದಗಳು

### Subscribers



10,668

### Views

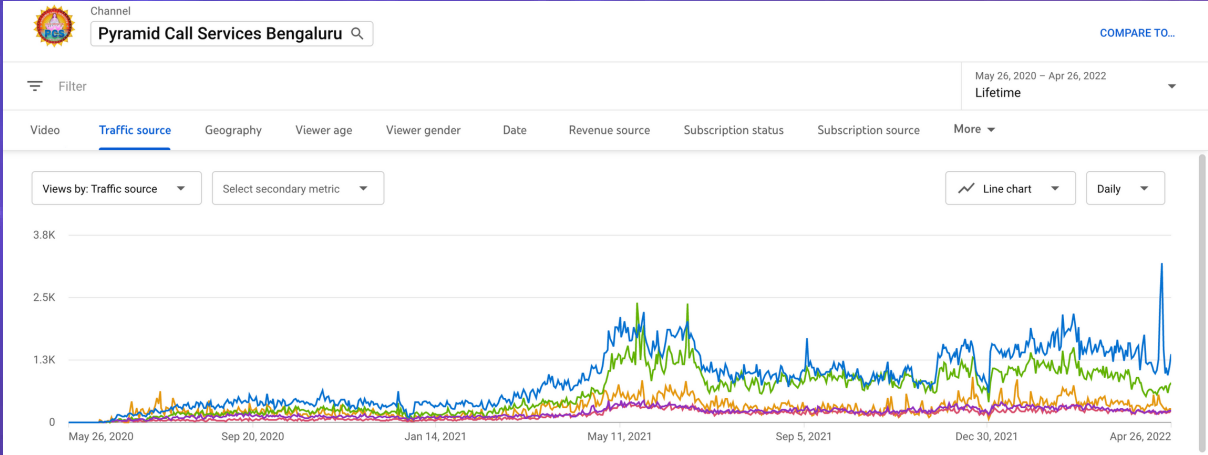


16,23,633

### Uploads



2,714



Video	Traffic source	Geography	Viewer age	Viewer gender	Date
Geography					
Total					1,623,633
India					1,570,117 96.7%
United States					2,017 0.1%
Canada					447 0.0%
Australia					282 0.0%
United Kingdom					236 0.0%
Japan					145 0.0%
Turkey					49 0.0%
United Arab Emirates					48 0.0%
Singapore					42 0.0%
Iraq					37 0.0%
Malaysia					24 0.0%
Pakistan					23 0.0%

Video	Average view duration
1. ಭಯವಿಲ್ಲದ ಜೀವನ   Fearless Living   Sri: Ayyappa Pindi   Kannada May 2, 2021	14:34 (13.0%)
2. Energy - Where do you get Abundant Energy from?   Sri Ayyappa... May 4, 2021	13:40 (20.1%)
3. Mind and its parts - Where is our Mind located   Sri Ayyappa Pi... May 3, 2021	11:51 (17.9%)
4. ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಅದರ ಲಾಭಗಳು   Meditation & Benefits   Kannada   Day 2   Sri:Varahamoorthy   S... Jun 24, 2020	12:34 (12.0%)
5. ಮರಿದಾದವರನ್ನು   We Forever   Dr. Jeevandhar Kethappanavar ... Apr 25, 2021	17:43 (15.8%)
6. Inner Journey   Guided Meditation & Inner Journey Workshop   Day-1   Kannad... Sep 6, 2020	11:45 (14.8%)

Age and gender	
Views - Lifetime	
Female	60.4%
Male	39.6%
User-specified	0%
13-17 years	0.5%
18-24 years	5.0%
25-34 years	17.1%
35-44 years	24.4%
45-54 years	25.4%

