

ಮನಸ್ಸು

ಸ್ವಾಮಿ ಹರಿಹರಾನಂದ ಸರಸ್ವತೀ

ಶಿಕಾರಿಪುರದ ಶ್ರೀದತ್ತಪೀಠದ ಸ್ವಾಮಿ ಹರಿಹರಾನಂದ ಸರಸ್ವತೀ ಸ್ವಾಮೀಜಿಯವರು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಬದುಕನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಭಾವಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಸರಳವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಮನ ವಿವ ಮನುಷ್ಯಾಣಾಂ ಕಾರಣಂ ಬಂಧಮೋಕ್ಷಯೋಃ — (ಮಾನವನ) ಬಂಧನ ಮತ್ತು ಬಿಡುಗಡೆಗೆ ಕಾರಣವಾದದ್ದು ಮನಸ್ಸು. ಮನ-ಬುದ್ಧಿ-ಚಿತ್ತ-ಅಹಂಕಾರಗಳೆಂಬ ಅಂತಃಕರಣ ಚತುಷ್ಟಯಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು ಒಂದು. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದುದು. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ದೈಹಿಕವಾಗಿ, ಸಾಂಸಾರಿಕವಾಗಿ ಬರುವ ಹತ್ತು ಹಲವು ಸಮಸ್ಯೆಗಳೆಲ್ಲ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಬಂಧವಾಗಿಯೇ ಬರುವಂತಹವು. ಮನಸ್ಸು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ ಮನುಷ್ಯ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ, ಮನಸ್ಸು ಕೆಟ್ಟರೆ ಮನುಷ್ಯ ಕೆಡುತ್ತಾನೆ ಎಂದರೆ, ನಮ್ಮ ಮೈಗೂ-ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಸಂಬಂಧವಿದೆ ಎಂದಾಯಿತು. ಹೌದು ಬರೇ ಸಂಬಂಧವಲ್ಲ, ನಿಕಟವಾದ ಸಂಬಂಧವಿದೆ. ನಮ್ಮ ಮೈ ಬೇರೆ-ಮನಸ್ಸು ಬೇರೆ ಅಲ್ಲ. ಈ ಎರಡರ ಸಂಬಂಧವನ್ನೂ ಅರಿತವರು ಒಹಕ ವಿರಳರು. ಅಂತಹವರು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮೀರಿ ನಿಲ್ಲಬಲ್ಲರು. ಎಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಯಾರು ತಮ್ಮ ವಶದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವರೋ ಅವರು ತಮ್ಮನ್ನು ಗೆಲ್ಲುತ್ತಾರೆ.

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅರಿಯುವುದು ಎಂದರೆ “ಓದು”ವುದು ಎಂದರ್ಥವೇ? ಅಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಯಾರೂ ಓದಲಿಕ್ಕೆ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಓದಿದಂತೆ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಓದಲು ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕಾರಣ, ಅದು ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ, ಅಂದರೆ ಹೊರಗಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಏಳುವ ವೃತ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸಾಕ್ಷಿಯಂತೆ ನಾವು ನೋಡಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ವರೂಪದ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಕ್ಷೀಭಾವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವಶ್ಯಕ.

ಈ ಮನಸ್ಸು ಎಂಬುದು ಒಂದು ಪರದೆ ಇದ್ದಂತೆ. ಇದರ ಮೇಲೆ ನಾನಾ ಬಗೆಯ ಭಾವನೆಗಳು-ಕಲ್ಪನೆಗಳು, ಚಿತ್ರದೋವಾದಿಯಲ್ಲಿ, ಮೂಡಿಬರುತ್ತವೆ. ಸಂಕಲ್ಪವಿಕಲ್ಪಾತ್ಮಕಂ ಮನಃ — ಸಂಕಲ್ಪವಿಕಲ್ಪಗಳಿಗೆ ಜನಕನಂತೆ ಮನಸ್ಸು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಭಯ-ಆತಂಕಗಳು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಜರ್ಝರಿತಗೊಳಿಸಿ, ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಕೆಡಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯನ ಬದುಕು ಹದಗೆಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ನಾವು ಪ್ರಭುತ್ವವನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದಾಗ ಆತಂಕ, ಭಯ, ದುಗುಡ, ದುಮ್ಮಾನಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಬೇಕಾದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಸ್ಥಂದಿಸುವ ಸಾಧನವೆಂದರೆ

“ಯೋಗ.” ಯೋಗ ಎಂದರೇನು? ಯೋಗ: ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿನಿರೋಧಃ — ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಬಗೆಬಗೆಯ ಕೋಲಾಹಲವನ್ನು ನಿರೋಧಿಸಿ ಕಾಮಕ್ರೋಧಾದಿ ದೋಷಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಯೋಗ. ಶತ್ರು-ಮಿತ್ರ, ಮಾನ-ಅಪಮಾನ, ಶೀತ-ಉಷ್ಣ, ಸುಖ-ದುಃಖಾದಿ ದ್ವಂದ್ವಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕು ಮನಸ್ಸು. ಇದು ಯೋಗ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಯೋಗಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗುವುದು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಏಕಾಗ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಉಸಿರನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧ, ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದೇ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವಿದಿ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವು ಅನೇಕ ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನೂ ನಿರೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನೂ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಇಡುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿದ್ದರೆ ದೇಹವೂ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಯೋಗ-ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಿಂದ ಸ್ಥಿರ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು, ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞತ್ವವು ಬರುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಯಾವುದೇ ಹೊಸಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತವರಿಸುವುದು ಬೇಡ. ವರ್ತಮಾನದ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿದರೆ ಸಾಕು.

— ಶ್ರೀ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿ

ಯಾರಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ ಒಂದು ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಎಂದರೆ ಯಾವ ವಿಕಾರವೂ ಇಲ್ಲದೆ, ನಿಷ್ಕಾಮವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆಯೋ ಅಂತಹವನನ್ನು “ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞ” ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವುದು. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮೀರಿದ ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸುಖವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಿಜವಾದ ಸುಖ ಎಂದರೆ ಆತ್ಮಾನಂದ, ಆತ್ಮರತಿ ಎಂದರ್ಥ. ಇಂದ್ರಿಯಜನ್ಯವಾದ ವಿಷಯಸುಖವಲ್ಲ. ಇಂದ್ರಿಯ ಸುಖವು ದುಃಖಮಿಶ್ರಿತವಾದುದು. ಆನಂದವು ಅದಕ್ಕೆ ಅತೀತವಾದುದು.

ಒಂದು ಚಲನಚಿತ್ರಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ಮಂದಿ ಕುಳಿತು ಚಿತ್ರವೊಂದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಮೋಡ ಕವಿವು ಭಾರಿ ಗುಡುಗು ಸಿಡಿಲು ಮಿಂಚಿನೊಂದಿಗೆ ಜಡಿಮಳೆ ಸುರಿದು ದೊಡ್ಡ ಅನಾಹುತವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಮುಸಲಧಾರೆಯಂತೆ ಸುರಿದ ಆ ಮಳೆಯ ರಭಸಕ್ಕೆ ನೂರಾರು ಮನೆಗಳು ಬಿದ್ದು, ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹಳ್ಳಿಯೇ ಜಲಾವೃತವಾಗಿ, ಸಾವಿರಾರು ಮಂದಿ ಮನೆ-ಮಠ ಕಳೆದುಕೊಂಡು ನಿರ್ವಸಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರ ಮನದಲ್ಲೂ ದುಗುಡ-ದುಃಖ ತುಂಬುತ್ತದೆ. ಚಿತ್ರ ಮುಗಿದ ತರುವಾಯ

ಜ್ಞಾನಿಯು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಡೆಯನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ, ಮೂರ್ಖನು ಅದರ ದಾಸನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

- ಪುಬ್ಲಿಯಸ್ ಸೈರಸ್ (Publius Syrus)

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲ ಎದ್ದು ಹೊರಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪರದೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿನೋಡಿದನಂತೆ. ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿವರೊಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು, "ಅಲೀ ಸ್ವಾಮಿ, ಪರದೆಯನ್ನೇಕೆ ಮುಟ್ಟುತ್ತಿದ್ದೀರಿ?" ಎಂದು. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಉದ್ಗರಿಸಿದನಂತೆ, "ಅದೇನು ಮಳೆ ಸುರಿಯಿತು ಸ್ವಾಮಿ! ಇಂತಹ ಮಳೆಯನ್ನು ನಾನು ಈ ಹಿಂದೆ ನೋಡಿಲ್ಲ. ಅಬ್ಬಾ, ಎಷ್ಟೆಲ್ಲ ಅನಾಹುತ ಮಾಡಿತು? ಹೀಗೆ ಅಬ್ಬರಿಸಿ ಸುರಿದ ಮಳೆಯಿಂದ ಪರದೆ ಏನಾದರೂ ಒದ್ದೆಯಾಗಿದೆಯೆ ಎಂದು ಮುಟ್ಟಿನೋಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ." ಹೌದು, ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಏನೆಲ್ಲ ಘಟನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಜಡಿಮಳೆ

ಸುರಿಯುತ್ತದೆ ರಕ್ತಪಾತವಾಗುತ್ತದೆ, ಭೂಕುಸಿತವಾಗಿ ಕಟ್ಟಡಗಳು ಬೀಳುತ್ತವೆ, ಅಪಘಾತಗಳಾಗಿ ರಕ್ತದ ಕೋಡಿ ಹರಿಯುತ್ತದೆ— ಆದರೆ ಪರದೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಏನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದರಂತೆ ಸ್ಥಿತಪ್ರಜ್ಞನ ಮನಸ್ಸೂ ಕೂಡ. ಆತನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನೇ ಏರುಪೇರುಗಳಾದರೂ ಅವನು ಮಾತ್ರ ನಿರ್ವಿಕಾರ ಚಿತ್ತನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಯಾವ ವ್ಯತ್ಯಯಕ್ಕೂ ಅವನ ಮನಸ್ಸು ಅಲುಗಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದುದರಿಂದ ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ವಿಮುಖಮಾಡಿ, ನಮ್ಮ ವಶದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರಬೇಕು.



ಪ್ರಹಸನ ಪ್ರಸಂಗ

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಪತಿಪತ್ನಿಯರ ಪ್ರೇಮ ದೈಹಿಕ ಆಕರ್ಷಣೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಕ್ರಮೇಣ ಮಾನವೀಯ ಪ್ರೀತಿಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗಾಗಿದ್ದರೆ ಕೋಪಪಾಪಗಳು ಹೊಗೆಯಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಮನೆಮಂದಿಯೆಲ್ಲ ಕಣ್ಣೀರು ಸುರಿಸುವಂತಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನೆರೆಯವರಿಗೂ ತೊಂದರೆಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಹೇಳಿಕೆ ಇದೆ:

ಮದುವೆಯಾದ ಮೊದಲನೆಯ ವರ್ಷ ಪತ್ನಿ ಗಂಡನ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಎರಡನೆಯ ವರ್ಷ ಗಂಡ ಪತ್ನಿಯ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಮೂರನೆಯ ವರ್ಷ ಅವರಿಬ್ಬರೂ ಜಗಳವಾಡುವುದನ್ನು ನೆರೆಮನೆಯವರು ಕೇಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.



ನಮ್ಮ ಭಗವತ್‌ಶ್ರದ್ಧೆ ಕೇವಲ ಬಾಯಿ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಅದು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನ ಆ ಶ್ರದ್ಧೆಯ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಪಾಲಿಗೆ ಭಗವಂತನು ಇಲ್ಲವೆಂಬಂತೆಯೇ ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಒಬ್ಬ ನಾಸ್ತಿಕನಿದ್ದ. ಅವನು ದೇವರಿಲ್ಲ ಎಂದು ಎಲ್ಲ ಕಡೆ ಹೇಳಿಕೊಂಡು ತಿರುಗುತ್ತಿದ್ದ. ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಅವನು ಪರ್ವತಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಾಗ ಒಮ್ಮೆ ಕಾಲುಜಾರಿ ಪ್ರಪಾತದ ಕೆಳಗೆ ಉರುಳತೊಡಗಿದ. ದೇವರ ದಯೆಯಿಂದ ಅವನ ಕೈಗೆ ಒಂದು ಮರದ ಕೊಂಬೆ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಆ ಮರದ ಕೊಂಬೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನೇತಾಡುತ್ತಿದ್ದ. ಕೊಂಬೆಯೂ ಮುರಿದು ಬೀಳುವುದರಲ್ಲಿತ್ತು. ಬಿದ್ದರೆ ಅವನ ಪ್ರಾಣ ಉಳಿಯುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಈಗ ಅವನು ಹತಾಶನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ತೋಚಲಿಲ್ಲ. ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶ. ಎಷ್ಟೇ ಕೂಗಿದರೂ ಯಾರ ಸುಳಿವೂ ಇಲ್ಲ. ಈಗ ದೇವರೇ ಗತಿ. "ದೇವರೇ, ನನ್ನನ್ನು ಕಾಪಾಡು" ಎಂದು ಕೂಗಿ ಕರೆದ. ಸದ್ದೇ ಇಲ್ಲ. ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕರೆಯತೊಡಗಿದ.

"ದೇವರೇ, ನೀನಿರುವುದು ನಿಜವಾದರೆ ನನ್ನನ್ನು ಒಂದು ಕಾಪಾಡು. ನಾನು ಇನ್ನು ನಿನ್ನನ್ನು ನಂಬುತ್ತೇನೆ."

ದಿವ್ಯವಾಣಿ ಕೇಳಿಸಿತು : "ಸಂಕಟದಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ಹೀಗೇ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನನಗೆ ನಿನ್ನ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಭರವಸೆಯಿಲ್ಲ."

ಈ ವಾಣಿಯನ್ನು ಕೇಳಿ ಆ ನಾಸ್ತಿಕನಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭರವಸೆ ಉಂಟಾಯಿತು. ಅವನು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಹೇಳತೊಡಗಿದ : "ಇಲ್ಲ, ಇಲ್ಲ, ದೇವರೇ. ಖಂಡಿತ ನಾನು ನಿನಗೆ ಮೋಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಕೊಟ್ಟ ಮಾತಿಗೆ ತಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನನ್ನು ಕಾಪಾಡು. ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೇ ನಿನ್ನ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ಸಾರುತ್ತೇನೆ." "ಆಗಲಿ, ನಾನು ನಿನ್ನನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತೇನೆ. ನೀನು ಹಿಡಿದಿರುವ ಕೊಂಬೆಯನ್ನು ಬಿಡು" ದೇವರು ಹೇಳಿದ. "ಏನು, ಕೊಂಬೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಕೆ? ಬಿಟ್ಟರೆ ನನ್ನ ಗತಿ ಏನು? ನಾನೇನು ಹುಚ್ಚನೇ?" ನಾಸ್ತಿಕನು ಹತಾಶನಾಗಿ ನುಡಿದ.

ಆಶ್ರಮದ ವಿಶೇಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

ಫೆಬ್ರವರಿ 2002

- | | | |
|----|---------|------------------------------|
| 4 | ಸೋಮವಾರ | ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ ಜಯಂತಿ |
| 14 | ಗುರುವಾರ | ಸ್ವಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಾನಂದ ಜಯಂತಿ |
| 16 | ಶನಿವಾರ | ಸ್ವಾಮಿ ತ್ರಿಗುಣಾತೀತಾನಂದ ಜಯಂತಿ |
| 27 | ಬುಧವಾರ | ಸ್ವಾಮಿ ಆದ್ವೈತಾನಂದ ಜಯಂತಿ |

ಪ್ರತಿ ಗುರುವಾರ ಮತ್ತು ಭಾನುವಾರ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿಯೂ ಸಂಜೆ 6 ರಿಂದ 7 ರವರೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರವಚನಗಳು ಇರುತ್ತವೆ.

ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಆಶ್ರಮವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ