

Arka Foundation India

“Different cultures in the world are like different colourful flowers in the garden of humanity. Spiritual Awareness alone can weave them into a garland of oneness.”

Quote from the book ‘Petals of the Heart’ by:

Srinivas Arka



Philosopher, Author & Sanskrit Scholar, Pioneer of Arka Dhyana (an Intuitive meditation practice), Founder of the Arka Foundation, India and Centre for Conscious Awareness worldwide and promoter of natural living

Newsletter February-March 2022

27 February 2022

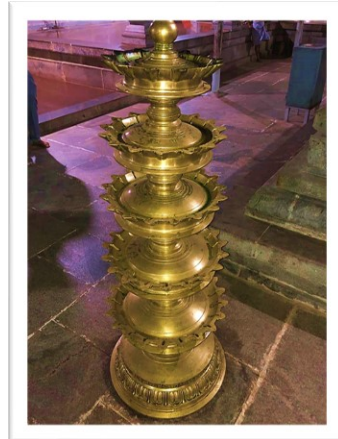
Srinivas Arka at Bhajans event

Hosmar/Karkala, Karnataka

On Sunday, 27th February 2022, Srinivas Arka was invited to attend a *Bhajans* event at a Temple at Hosmar. The *bhajans* were performed by groups of artists including children. The groups performed continuously for two days which took the bhajans to heightened levels. Their performances were of different styles and vibrant. The children participated in dancing as well as singing. Their talents and devotion were admirable.



The same day Srinivas Arka visited the Temple of “Surya Bhagwan” or Arka/Sun God.





28 February 2022

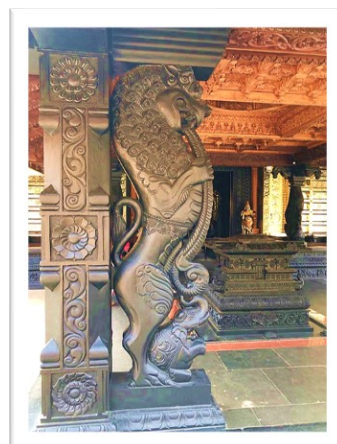
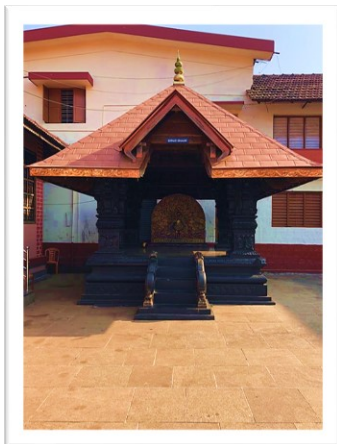
Meeting with officials and visit to temple Mangalore, Karnataka

On Monday, 28th February 2022, Srinivas Arka was invited by the Police High Commissioner to address an audience at his official residence in Mangalore. Yogi Arka gave a talk on Arka Dhyana Intuitive Meditation, emphasizing how important it is for living a deeply meaningful life with enhanced conscious awareness.



Srinivas Arka explained the Arka Dhyana Intuitive Meditation method and the vibrational sounds of “Saa-Roo-Go-Vaum”, to those present. They were inspired and grateful after listening to his talk.

Srinivas Arka visited Polal Rajarajeshwari Temple which is architecturally very beautiful.



Arka Foundation India

03 March 2022

Meeting at Rotary Mysore
Karnataka

Srinivas Arka was invited by the Rotary Club Mysore on 3rd March 2022. This was their 32nd meeting of the club attended by the members being business professionals of Mysore, most of whom were meeting Srinivas Arka for the first time.



Arka addressed the audience with the traditional mantra of showing gratitude to Mother, Father, Teacher and Guests. He emphasized that living with gratitude can open many doors. Arka's key message was the need for living life meaningfully, with depth and awareness. He explained that this is our purpose and ultimate way to move away from mechanical living, lacking creativity and fulfilment. He shared many take-away points, such as timely and healthy diet, morning stretches like Yoga, and Intuitive meditation to achieve this.



Arka Foundation India



The discourse was followed by a **questions and answers** session, where one of the members of the club asked: “Why do people suffer health conditions? Is this something they can control?”. **Arka** responded by highlighting that **health** is not entirely within our control as we are **dependent** on **actions** of, for example, corporations in terms of **pollution** and other such factors. We are dependent on **requests** from the government, for example, taking the vaccine. As **individuals**, we need to take care of our **health** as best as we can. We need to **understand** what is going into our **body**, whether it is **food** ingredients, or the **content** within the **vaccine**.

The **programme** concluded with **appreciation** of **Srinivas Arka** by the **audience** and **organisers**, for sharing **valuable wisdom** on **living** with fulfilment.





Arka Foundation India

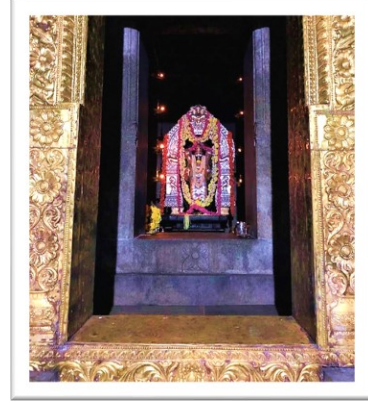
In Kannada

27-28 ಫೆಬ್ರವರಿ 2022

***ಯೋಗೀಅರ್ಕ ಅವರಿಗೆ ಭಜನ ಮಂಡಳಿಯಿಂದ ಆಹ್ವಾನ ಮತ್ತು ದೇವಾಲಯಗಳ ದರ್ಶನ *
ಹೊಸ್ಮರ, ಕಾರ್ಕಳ, ಮಂಗಳೂರು**

ಯೋಗೀ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಅರ್ಕ ಅವರನ್ನು ಹೊಸ್ಮರದಲ್ಲಿರುವ ಭಕ್ತಮಂಡಲಿಯವರು ಅವರ ಅಖಂಡ ಭಜನೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಕ್ಕೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದ್ದರಿಂದ ಫೆಬ್ರವರಿ 27ರಂದು ಯೋಗೀ ಅರ್ಕ ಅವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಅನೇಕ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳಿಂದ ಬಂದ ಭಜನೆಮಂಡಳಿಗಳು ಪಾಲ್ಗೊಂಡು, 2 ದಿನ/ರಾತ್ರಿಯವರೆಗೆ ಸತತವಾಗಿ ಭಜನೆಗಳನ್ನು ಹಾಡಿ ಅಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೆಲ್ಲಾ ದಿವ್ಯಾನುಭವವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದರು. ಇವರಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳೂ ಸಹ ಪಾಲ್ಗೊಂಡು ಹಾಡಿ ನೃತ್ಯವೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಭಿನ್ನವಿಭಿನ್ನವಾದ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಸುಮಧುರವಾಗಿ ಭಜನೆಗಳನ್ನು ಹಾಡಿದ ಅವರ ಪ್ರತಿಭೆ ಮತ್ತು ಭಕ್ತಿ ಅಪಾರವಾಗಿತ್ತು.

ನಂತರ ಯೋಗೀ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಅರ್ಕ ಅವರು "ಸೂರ್ಯ ಭಗವಂತ"ನ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ಅರ್ಕ/ಸೂರ್ಯನ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿದರು.



ಫೆಬ್ರವರಿ 28ರಂದು ಮಂಗಳೂರಿನ ಪೋಲೀಸ್ ಕಮಿಷನರವರು ಅವರ ಕಚೇರಿಯ ಭವನದಲ್ಲಿ ಯೋಗೀ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಅರ್ಕರವರನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದರು. ಅಲ್ಲಿದ್ದವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಯೋಗೀ ಅರ್ಕರವರು ಅರ್ಕಧ್ಯಾನದ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟು, "ನಾ-ರೂ-ಗೋ-ಪೌಮ್" ಎಂಬ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸಿ ಆ ದಿವ್ಯ ತರಂಗಗಳ ಅನುಭವವಾಗಿಸಿದರು. ಈ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಧ್ಯಾನ ಪದ್ಧತಿಯು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಒಳಹುರುಪನ್ನು ಹೊರತಂದು ನಮಗೆ ಎಲ್ಲ ವಿಧದಲ್ಲಿಯೂ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆಂದು ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದರು. ಯೋಗೀ ಅರ್ಕ ಅವರ ಹಿತವಾದ ನುಡಿಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿತ್ತು. ನಂತರ ಯೋಗೀ ಅರ್ಕ ಅವರು ಪೊಲೀಸ್ ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿಯ ದೇವಾಲಯಕ್ಕೆ ತೆರಳಿ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿದರು.



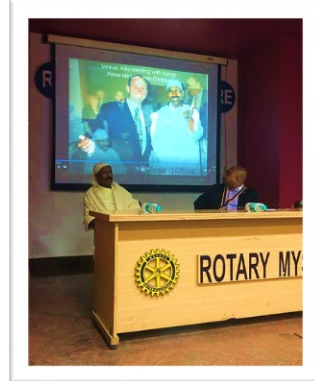


03 ಮಾರ್ಚ್ 2022

* ಯೋಗಿ ಅರ್ಕ ಅವರಿಗೆ ಮೈಸೂರಿನ ರೋಟರಿ ಸಭೆಯಿಂದ ಆಹ್ವಾನ * ಮೈಸೂರು

ರೋಟರಿ ಕ್ಲಬ್ ಮೈಸೂರಿನ 32ನೇ ಸಭೆಗೆ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಅರ್ಕ ಅವರನ್ನು ಆಮಂತ್ರಿಸಿದ್ದರು. ಸಭೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಸದಸ್ಯರು ವ್ಯವಹಾರಕ್ಷೇತ್ರದ ವೃತ್ತಿನಿರತರಾಗಿದ್ದರು. ಇವರಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ಆ ದಿನವೇ ಮೊದಲ ಬಾರಿ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಅರ್ಕರವರ ಪರಿಚಯವಾಯಿತು.

ಯೋಗಿ ಅರ್ಕ ಅವರು ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲಿಗೆ ತಾಯಿ, ತಂದೆ, ಗುರು ಮತ್ತು ಅತಿಥಿಯರಿಗೆ ನಮನ ಸಲ್ಲಿಸುವ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಶುರು ಮಾಡಿದರು. ನಾವು ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ಬದುಕಿದರೆ ಅನೇಕ ಬಾಗಿಲುಗಳು ತೆರೆದು ನಮಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸುತ್ತವೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಅವರ ಸಂದೇಶದ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶ ಏನೆಂದರೆ ನಾವು ಆಳವಾಗಿ, ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ, ಜಾಗೃತರಾಗಿ ಬಾಳುವುದೇ ನಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಉದ್ದೇಶ ಮತ್ತು ದಾರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ, ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾಂತ್ರಿಕ ಬದುಕಿನಿಂದ ದೂರ ಸರಿಸಿ, ಸೃಜನಾತ್ಮಕವಾದ ಸಾರ್ಥಕತೆಯ ಬದುಕಿನ ಕಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗುವಂತೆ ನಾವು ಕೆಲವು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ - ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ, ಬೆಳಗಿನ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಯೋಗ, ಅಂತರ್ಬೋಧೆಯ ಧ್ಯಾನ - ಇವುಗಳಿಂದ ನಾವು ಉನ್ನತ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.



ನಂತರ ಪ್ರಶೋತ್ತರ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಭಿಕರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಯೋಗಿ ಅರ್ಕರವರು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿದರು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಹೀಗಿತ್ತು: "ಜನರಿಗೆ ಏಕೆ ಖಾಯಿಲೆ ಬರುತ್ತದೆ? ಇದನ್ನು ಜನರು ನಿಯಂತ್ರಣ ಮಾಡಬಹುದಾ?" ಎಂಬುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಯೋಗಿ ಅರ್ಕರವರು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿದರು. ಏನೆಂದರೆ, ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುವುದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಅನೇಕ ಕೈಗಾರಿಕ-ವ್ಯಾವಹಾರಿಕ ಉದ್ಯಮಗಳ ವಶದಲ್ಲಿರುವ ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದಲೂ, ಸರ್ಕಾರಗಳ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಔಷಧಿ-ಮದ್ದುಗಳನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಹೊಸದಾಗಿರುವ ಪ್ರಯೋಗಕರವಾದ ವ್ಯಾಕ್ಸಿನ್ ಇಂತವುಗಳನ್ನು) ಬಳಸುವುದರಿಂದಲೂ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಆದಷ್ಟು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರಗಳು, ಬಳಸುವ ಔಷಧಿ/ಚುಚ್ಚುಮದ್ದುಗಳು ಮತ್ತಿತರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಯಾವುದೇ ಆಗಲಿ ಅದನ್ನು ನಾವು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿ, ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ರೀತಿಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳುವಳಿಕೆ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ನಮ್ಮನ್ನು ಜಾಗೃತಿಗೊಳಿಸಿಕೊಂಡರೆ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರು ಹಾಗೂ ಸಭೆಯಲ್ಲಿದ್ದವರೆಲ್ಲರೂ ಶ್ರೀನಿವಾಸ ಅರ್ಕ ಅವರನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸಿ, ಅವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ನಮನಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿದರು.

Events Photo Gallery

P
H
O
T
O
G
A
L
L
E
R
Y



28-Dec-2021
Srinivas Arka invited as Guest of Honour at the 13th Annual Geeta Jayanthi organized by Prajna Group at V.V. Puram, Bangalore.



29-Dec-2021
Srinivas Arka with the Founder of Aum Shanthi Dhama, Mekedatu, Karnataka.



Yogi Arka honoured at Aum Shanthi Dhama.



“Unless you experiment by stepping out of your comfort zone and gradually gain confidence, you would never know who you truly are and what you can accomplish. You would never realise that nature works with you and the universe walks with you. It is an adventure of self-discovery.”

Srinivas Arka

Arka Foundation India

P
H
O
T
O
G
A
L
L
E
R
Y



24-Jan-2022

Sri Arka Mahaganapathy Annual Celebrations at Arka Dhama, Mysore.

Pooja, Yajna performed at Sree Arka Mahaganapathy Temple in presence of Srinivas Arka and other spiritual guests.



08-Feb-2022: *Srinivas Arka invited to meet Mahanteswara mutt Swami Parashivamurthy and Suttoor mutt Swami*

Arka Foundation India

D
H
O
7
O
G
A
L
L
E
R
Y

12-Feb-2022: Visit to Suttoor mutt. Arka Dhama team invited to present Awards for their members who completed various practical courses offered there, such as honey extraction, ghee production and medical courses.



16-Feb-2022

Srinivas Arka invited by Chairman Narendra and his son, to visit their enterprise Vinyas IT, an Electronic System Design and Manufacturing Service Company.



20-Feb-2022

Yogi Arka invited as a Chief Guest by Niruta Publications at Kannada Sahitya Parishat Auditorium Bangalore, for the launch of three Kannada books by various authors. He was felicitated by the organizers and other guests.



20-Feb-2022

“Yoga Vibhushana” award presented to Srinivas Arka for his outstanding achievement in the field of Yoga and Dhyana. He was felicitated with many honours including a trophy and citation by the District Kannada Sahitya Parishat and Himalaya Pratishtana, Mysore.

Arka Foundation India

D
H
O
7
O
G
A
L
L
E
R
Y



28-Feb-2022: Srinivas Arka with Police High Commissioner and his team in Mangalore. He gave a talk on Arka Dhyana Intuitive Meditation highlighting its importance in daily life.



03-March-2022: Srinivas Arka was invited by the Rotary Club Mysore to address their club members, business professionals at their meeting.



Most of the members were meeting Srinivas Arka for the first time. In his talk Yogi Arka highlighted the importance of living life meaningfully with gratitude, depth, awareness and fulfilment.



The arrival of the carved and uncarved stones waiting to form Sree Arka Mahaganapathy's new temple - due to be inaugurated in January 2023.



"Largely the world is the reflection of your mind. If you want to see a difference in the world you have to reset the tuning of your mind. To accomplish this, deep thinking, silence, meditation and being in nature can be powerful tools."

"Speak from the heart, think with nature, meditate effectively and relax unconditionally."

Srinivas Arka