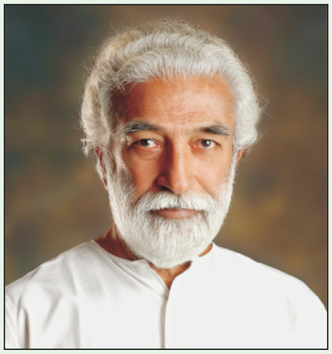
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 1, ಸಂ 1 ಮೇ 2013



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

ಬೆಳಕು

ಇದು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಮೂಲ. ಎಲ್ಲ ಸಕ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲ. ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ತ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಮೂಲ. ಈ ಬೆಳಕೇ ದೇವರು.

ಚಾನಲಿಂಗ್

ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ, ನಂತರ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಚಾನಲಿಂಗ್. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯುನ್ನತ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಸ್ಥೂಲಮಟ್ಟದ ತರಂಗಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕಂಪನಗಳು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು, ಪ್ರೇಮ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಉತ್ತಮ ಮಾನವ ಜೀವಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ, ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚವಾಗುತ್ತದೆ.

ತಂತ್ರ

ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಬಂದು ತುಂಬಿಕೊಂಡಂತೆ ಭಾವಿಸಿ. ನಂತರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಗಳನ್ನು ಒಂದು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಅನುಭವಿಸಿ. ಆ ಬೆಳಕು ಕ್ರಮೇಣ ನಿಮ್ಮ ಮನೆ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲ ಪ್ರದೇಶ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡಿದಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಇದನ್ನು ಕನಿಷ್ಟ 7 ನಿಮಿಷ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಋಷಿಮಾರ್ಗದ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು 18-05-2008 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಏಳುವಾಗ ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು.

ಈ ಸಂಚಲನದ ಗುರಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದು.

ಸಂಚಲನದ ವೈಶಿಷ್ಟತೆ

- ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಏಕತೆ.
- ಇದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ.
- ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕವಾದದ್ದು.
- ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಲ್ಲ.
- ಇಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯತ್ವವಿಲ್ಲ.
- ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು.
- ಇದು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕಾರಿ.
- ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಬೆಳಕು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಜಾಗೃತಿಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ ಕಾಣದಿದ್ದರೂ, ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆ ಕಲಕಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಹಾಗೆಂದಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮತ್ತು ಕ್ರೌರ್ಯಗಳು ಹಠಾತ್ತಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅವುಗಳು ಮೇಲೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ಹೊರಬರುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಮೇಲೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕ್ರಾಂತಿಯ ಮೊದಲನೇ ಭಾಗ. ನಂತರ ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಮತ್ತು ಕ್ರೌರ್ಯಗಳ ವಿರುದ್ಧ ರೋಷದ ಅಲೆಗಳು ನಮಗೆ ಅರಿಯದಂತೆಯೇ ತಂತಾನೆ ಏಳುತ್ತವೆ, ಇದು ಮುಂದಿನ ಹಂತ. ಅಲೆಗಳ ಈ ಶಕ್ತಿಯು ಮೊದಲು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಮಾಡಿ ನಂತರ ಈ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವರಿಗೆ ಇದು ಬಹಳ ದೀರ್ಘಕಾಲದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಅನ್ನಿಸಬಹುದು. ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಸ್ವಲ್ಪವೂ ನಂಬದಿರಬಹುದು. ಆದರೆ, ನಾವು ಈಗ ತೀವ್ರ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಹತ್ತರ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ತರಲು ಅನೇಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಉನ್ನತ ಶಕ್ತಿಗಳು ಒಟ್ಟುಸೇರಿವೆ. ಏತನ್ಮಧ್ಯೆ, ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಾದ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಕಾಯಬೇಕು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬೇಸಿಗೆಯ ರಜೆ ಕಾರಣ ಏಪ್ರಿಲ್ ತಿಂಗಳಿನಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕ ಶಾಲೆಗಳು ಮುಚ್ಚಿದ್ದವು. ನಮ್ಮ ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಕೆಲವು ಬೇಸಿಗೆ ಶಿಬಿರಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಶ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದರು.

ಪ್ರಪಂಚದೆಲ್ಲೆಡೆ ನಾವು ಕಾಣುತ್ತಿರುವ ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವ ಹಗರಣಗಳ ನಡುವೆ, ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ ಹೊಸಯುಗದೆಡೆಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತಿದೆ. ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಮಕ್ಕಳು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಇದರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಿದೆ.

5 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಈಗ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಇಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅವರು ಬೇರೆ ಮಟ್ಟದಿಂದ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಮೇ 18 ರಂದು 'ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ'ದ 5ನೇ ವರ್ಷದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ದಿನ, ಈ ಮಹಾನ್ ಯೋಜನೆಯ ಹಿಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಮ್ಮ ಪರಮಪೂಜ್ಯ ಗುರೂಜಿಯವರ ಜನ್ಮದಿನ. ಅಂತರ್–ಮಾನಸದ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಗುಡಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವೇ ಶಿಷ್ಯರೊಡನೆ ಯಾವುದೇ ಆಡಂಬರವಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಈ ಸಂಚಲನ ಈಗ ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಜನರನ್ನು ತಲುಪಿದೆ. ನೂರಾರು ಆ್ಯಸ್ಟ್ರಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಬೆಂಬಲದೊಂದಿಗೆ ನನ್ನ ಗುರುವಿನಂತಹ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಈ ಮಹಾನ್ ಯೋಜನೆಯ ಹಿಂದೆ ಇರುವಾಗ ಇದು ಸಹಜವಾಗಿ ಭಾರಿ ಪ್ರಮಾಣದ ಯಶಸ್ಸು ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಮನುಕುಲಕ್ಕಾಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠ ಮತ್ತು ಬಹುವಿನಮ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನ ಗುರು. ಇವರಂಥವರು ವಿಶ್ವಮಾನವರು. ಇಂಥವರು ಕೇವಲ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಗುಂಪಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ಜನ್ಮತಾಳುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಇಂಥ ಮಹತ್ವದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಜನ್ಮತಳೆದು, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಂತಹ ಪ್ರಭಾವಪೂರ್ಣ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಇಡೀ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಮಹಾನ್ ದಾರ್ಶನಿಕರಿಗೆ ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಗೌರವವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸೋಣ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು–560077 ಭಾರತ.
ಫೋನ್ : (080) 2846 5280, 99000 75280 (10 AM to 4 PM)
ಇ–ಮೇಲ್ : info@lightagemasters.com info@lightchannels.com
ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ : www.lightagemasters.com www.lightchannels.com

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಬೆಂಗಳೂರು

ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶುಕ್ರವಾರದವರೆಗೆ (ಸಂಜೆ 7-7.15)
ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮ, 17ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
☎ 9084121545 ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 -7)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬಡಾವಣೆ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಮಂಗಳವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 7.31-8 ಹಾಗೂ ಸಂಜೆ 7.31-8)
ನಂ. 62, 2ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, 3ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, ಅಲ್ಪೈನ್ ಅಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್ ಹತ್ತಿರ,
ದೇನಾ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಕಾಲೋನಿ, ಗಂಗಾನಗರ
☎ 080-23536547 ಶ್ರೀ ಮುಕೇಶ್ ಪರ್ಮಾರ್

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 – 7)
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 – 7)
ಮಂಚ್ ಕಿನ್ಸ್, ನಂ. 890, 38ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, 20ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, 4ನೇ 'T' ಬ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ
☎ 9448856629 ಶ್ರೀಮತಿ ಉಷಾ ಸತೀಶ್ಚಂದ್ರ

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 – 7)
ನಂ. 312, ಹಂತ–4, ಗೋಲ್ಡನ್ ಪಾರ್ಕ್ ಅಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್, ಕೆ.ಸಿ.ಡಿ.ಸಿ. ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಬೊಮ್ಮನಹಳ್ಳಿ.
☎ 9886437042 ಡಾ. ರವಿಂದರ್ ಸಿಂಗ್ ಗೌರ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
'ಸುಮತಿ', ನಂ. 481, 7ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, 7ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ 3ನೇ ಹಂತ
☎ 9900110351 ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ. ಭೋಸೆಕರ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6 - 6.30)
ವಿಮೆನ್ಸ್ ಪೀಸ್ ಲೀಗ್. 36, ಶಂಕರಮಠ ರಸ್ತೆ,
ಬಸವನಗುಡಿ
☎ 9448856629 ಶ್ರೀಮತಿ ಉಷಾ ಸತೀಶ್ಚಂದ್ರ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 5.30 - 6)
ಶ್ರೀ ರಂಗ ಕಲಾಕ್ಷೇತ್ರ, 13ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, 2ನೇ ಹಂತ,
ಇಂದಿರಾನಗರ
☎ 9900967005 ಶ್ರೀಮತಿ ಹೇಮಲತ ಪ್ರಮೋದ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
ಬಲಮುರಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ, 8ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಹೊಯ್ಸಳ ವೃತ್ತದ ಬಳಿ, ಕೆಂಗೇರಿ ಸೆಟಲೈಟ್ ಟೌನ್
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6 - 7)
ಶಿಕ್ಷಾ ಸಾಗರ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಶಾಲೆ, ನಂ. 77, 5ನೇ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಪೋಸ್ಟಲ್ ಕಾಲೋನಿ, ಸಂಜಯ ನಗರ
☎ 9686571066 ಶ್ರೀ ಸುದೀಪ್ ಜಯರಾಮ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7.30 - 8.30)
ಗುರುದ್ವಾರ ಸಾಹಿಬ್, ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಎದುರು,
ಅಶ್ವತ್ಥ ನಗರ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಸಂಜಯ ನಗರ
☎ 9686571066 ಶ್ರೀ ಸುದೀಪ್ ಜಯರಾಮ್

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಜೆ.ಪಿ. ನಗರದಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಂದು ಬೇಸಿಗೆ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳು

- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2010 – 50 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ತಂಡವೊಂದು ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ 50 ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಸುಮಾರು 30,000 ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನಕ್ಕೆ ಭಾರಿ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿದರು.
- ಡಿಸೆಂಬರ್ 18, 2010 – 50 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ತಂಡವೊಂದು ಮೈಸೂರು, ಬೆಂಗಳೂರು, ಚೆನ್ನೈ, ಮುಂಬೈ ಮತ್ತು ಹೈದರಾಬಾದ್‌ಗಳಲ್ಲಿರುವ 107 ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ 62,000 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2011, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ – 130 ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಸುಮಾರು 600 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿನ 4 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿದರು.
- ಜನವರಿ 18, 2012 – ಬೆಂಗಳೂರು, ಪುಣೆ, ಚೆನ್ನೈ ಮತ್ತು ಮಂಗಳೂರಿನ 11,570 ಮಕ್ಕಳು 16 ವಿವಿಧ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2012, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ – ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳ 6 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.
- ಮೇ 7, 2012 – ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಚೌಡಯ್ಯ ಸ್ಮಾರಕ ಭವನದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಒಂದು ಸಾವಿರ ಜನರು ಸೇರಿದ್ದರು. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಮನೋಸಂಪರ್ಕ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಿಂದಲೇ ಭಾಗವಹಿಸಿ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2013, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ – ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 1868 ಶಾಲೆಗಳ ಸುಮಾರು 8.86 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	4197
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	24.18 ಲಕ್ಷ
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	1135
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	5.15 ಲಕ್ಷ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯದ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ

ಮೌನ ತಂದ ಬದಲಾವಣೆ

ಪದ್ಮಜ ಬಾಲಾಜಿ

ಅನು: ವಿಕಾಸ್ ಕಾರಂತ್

ಅಪೋಲೊ–2ರ ಅಂತರಿಕ್ಷಯಾನಕ್ಕಿಂತಲೂ ನನಗೆ ವಿಸ್ಮಯವಾದದ್ದು ನೀಲ್ಆರ್ಮ್ಸ್ಟ್ರಾಂಗ್‌ನ ಚಂದ್ರನ ಮೇಲಿನ ಹೆಜ್ಜೆಯ ಗುರುತುಗಳು. ನಾಸಾದ ಕೆನಡಿ ಸ್ಪೇಸ್ ಸೆಂಟರ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಅಪೋಲೊ–2ನ್ನು ಸಂದರ್ಶಕರು ಪರಿಶೋಧಿಸಲು ಆ ಹೆಜ್ಜೆಯ ಗುರುತಿನ ಪಡಿಯಚ್ಚು ಗುರುತಾಗಿದ್ದವು. ಆ ಪ್ರತಿಹೆಜ್ಜೆಯೂ ಮನುಕುಲದ ಸೀಮೋಲ್ಲಂಘನದ ಅಗತ್ಯತೆಯ ಮೆಲುನುಡಿಗಳಾಗಿದ್ದು, ಆ ಹೆಜ್ಜೆಗಳ ಜೊತೆಗೆ ನನ್ನ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಸಮೀಕರಿಸಿಕೊಂಡೆ.

ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, ಲಿಯೋನಾರ್ಡೊ ಡಿ ಕ್ಯಾಪ್ರಿಯೊ 'ಹಬ್ಬಲ್ – 3ಡಿ' ಐ–ಮ್ಯಾಕ್ಸ್ ನ ಪ್ರದರ್ಶನದಲ್ಲಿ, ಮಾನವರು ತಮ್ಮ ಅಂತರ್ಬೋಧೆ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಹುಡುಕುತ್ತಿರುವ, ಶೋಧಿಸಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಸದಾ ಚಾಲನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಆಕಾಶಕಾಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಅಗಾಧವಾದ ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ವೈಭವವನ್ನು ಕಂಡೆನು. ಇತರ ಪ್ರೇಕ್ಷಕರು ಮೌನವಾಗಿ ನಡೆದು ಹೋದರು. ನಾನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ವಿನಮ್ರಳಾಗಿದ್ದೆನೆಂದರೆ, ಈ ಬೃಹತ್ ಸೃಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ನಾನೊಂದು ಬಿಂದುವಿಗಿಂತಲೂ ಚಿಕ್ಕವಳೆನಿಸಿತು.

ಈ ಸೃಷ್ಠಿಯು ನಮ್ಮ ಎಣಿಕೆಗೂ ಮೀರಿದ್ದು. ಅದರೊಳಗಿನ ವಿಸ್ಮಯ ನಮ್ಮ ಕಲ್ಪನೆಗೂ ನಿಲುಕದ್ದು. ಇಂಥ ಸೃಷ್ಠಿಕರ್ತನನ್ನು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿ, ನಮಗೆ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದ್ದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅಲ್ಪ ಸಂಪತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಕಿಂಚಿತ್ತನ್ನು ಲಂಚವಾಗಿ ಕೊಡುತ್ತೇವೆ.

***

ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ತಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಾಲೆಯಾಡುವುದನ್ನು ಕಾಣುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬಾಲ್ಯದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಡಿತವನ್ನು ಜಾತಕ ಪಕ್ಷಿಯಂತೆ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದದ್ದು ಇನ್ನೂ ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಟ್ಟಿದೆ. ಈ ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಾಲೆ ಆಟದಿಂದ ನನ್ನ ಕೈಗಳು ಮತ್ತು ಕಣ್ಣು ಯಾವತ್ತೂ ಬಸವಳಿದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ತಾರೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಆಡುತ್ತ ಪುಟ್ಟ ಪುಟ್ಟ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಟ್ಟು ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಓಡಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದದ್ದು ಇಂದಿಗೂ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹಸಿರಾಗಿದೆ, ನನ್ನ ಕನಸಿನ ಹಂದರವನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿಡುವುದಕ್ಕೆ ಕಲ್ಪನಾಲೋಕಕ್ಕೆ ಹೋಗಲು ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಡಿತವು ವರವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿತ್ತು.

ನಾನಿರುವ ನಗರದಲ್ಲಿ ಈಗ ಎಷ್ಟು ವಿದ್ಯುತ್ ಕಡಿತದ ಬವಣೆಯಿದೆಯೆಂದರೆ ನನಗೆ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಬಡಿದಂತಾಗಿದೆ. ಈ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಡಿತವನ್ನು ನಿಯಮಿತ ಮತ್ತು ನಿಯತಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿರುವುದರಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಅದರ ಹೊಡೆತದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಬೇಸಿಗೆಯ ಈ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಜಾರದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಹಕ್ಕಿಗಳ ಇಂಚರವನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಭಾವನೆಗಳು ಸುಳಿದು ಹೋದವು. ನಮ್ಮ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ವಿವಾದಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವು ಎಷ್ಟೊಂದು ನಿರಾತಂಕ ಭಾವನೆ ತಳೆದಿವೆ! ಇದನ್ನು ಕಂಡ ನಾನು ಎಷ್ಟೊಂದು ಉಲ್ಲಾಸಭರಿತಳಾದೆನೆಂದರೆ ಕೈಯಲ್ಲಿನ ಪುಸ್ತಕಕ್ಕಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಆಸುಪಾಸಿನ ಗದ್ದಲಕ್ಕಾಗಲಿ ನನ್ನನ್ನು ತಮ್ಮತ್ತ ಸೆಳೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಲಿಲ್ಲ.

ಇಷ್ಟೊಂದು ಗದ್ದಲಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಇರುವ ಮೌನದಲ್ಲಿ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಕೇಳಿಬಂದ ಮನಕಲುಕುವ ಸದ್ದು, ಅನುಚಿತ ಮಾತುಗಳು ಹಾಗೂ ಅಸಹಾಯಕತೆಯ ಆರ್ತನಾದ, ದೂರದಿಂದ ಕೇಳಿಬರುತ್ತಿತ್ತು. ನ್ಯಾಯವನ್ನು ಎತ್ತಿಹಿಡಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ತಾಯಿ ತನ್ನ ಮಗುವನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು. ಆಕೆಯ ಕೋಪ ರಾಕ್ಷಸೀಯವಾಗಿತ್ತು. ಅದಕ್ಕೆ ಕೊನೆಯೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಏನಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದು ವಿದ್ಯುತ್ ಕಡಿತದಿಂದ ತಿಳಿಯದಾಗಿತ್ತು.

ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಲಯ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಸ್ತಂಭಿತವಾದವು, ಏಕೆಂದರೆ ಹೊಡೆತ ಮತ್ತು ರೋದನ ಕೆಲಕಾಲದವರೆಗೆ ನಿಲ್ಲಲೇ ಇಲ್ಲ. ಸಮಯ ವಿಸ್ತರಣೆ, ಕೋಪತಾಪಗಳು, ಅನುಚಿತ ಮಾತುಗಳು, ನೋವು, ದುಃಖ, ಅಸಹಾಯಕತೆ ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂತು. ಒತ್ತರಿಸಿ ಬಂದ ದುಃಖವನ್ನು ತಡೆಯಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಯಶಃ ಅನೇಕ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ, ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ, ಮಾಲ್‌ಗಳಲ್ಲಿ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ದಿನನಿತ್ಯ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಇಂತಹ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ನೆನೆದು ಒಮ್ಮೆಲೆ ಕಣ್ಣೀರು ಹರಿಯಲಾರಂಭಿಸಿತು.

ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ನೋಡೋಣವೆಂದೆನಿಸಿದರೂ ಬಹಳ ಹೊತ್ತಾಗಿತ್ತು. ಅತಿಯಾಗಿ ತಲ್ಲಣಗೊಂಡಿರುವ ಮನಸ್ಸು ಗೊಂದಲದ ಗೂಡಾಗಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಹೊರಹೋಗುವುದು ಅನುಚಿತವೆನಿಸಿತು. ಆಗ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಅಸಹಾಯಕರಿಗೆ, ದುಃಖಿತರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದೆ, ನಿಧಾನವಾಗಿ ಗದ್ದಲ ಮರೆಯಾಯಿತು. ಮೌನವು ಆವರಿಸಿತು. ಮನಸ್ಸಿನ ಅಲ್ಲೋಲಕಲ್ಲೋಲ ನಿಂತು ಹಿತವಾದ ಮೌನವು ಎಲ್ಲೆಡೆ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿತು.

ಸರ್ವಶಕ್ತ ಬೆಳಕು ನಿಷ್ಪಕ್ಷಪಾತಿ, ಅದು ದೈವಿಕ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಗುಣಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದೆ. ಬೆಳಕಿಗೆ ದೀನರು, ಪೀಡಿತರು ಎಂಬ ಭೇದವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಬೆಳಕು ಯಾವಾಗಲೂ ಆತ್ಮದ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಸ್ತರದಲ್ಲಿರುವುದರಿಂದ ಆಂತರ್ಯದ ಗಾಯವನ್ನು ಬಹಳ ಬೇಗನೆ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಜಗತ್ತಿನ ಬೇರಾವ ಶಕ್ತಿಗೂ ಇಷ್ಟು ಕ್ಷಮತೆ ಹಾಗೂ ಕ್ಷಿಪ್ರಗತಿಯಿಂದ ನೋವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಬೆಳಕು ದೇವರು, ದೇವರ ಕಾರ್ಯ ಯಾವಾಗಲೂ ಮೌನವಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ. ತನಗೆ ತಾನೇ ಆದರ್ಶವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲಾ ಓದುಗರಿಗೆ – ಹಿರಿಯರಿರಲಿ, ಕಿರಿಯರಿರಲಿ, ಅಧ್ಯಾಪಕರಿರಲಿ, ಜಾಣರಿರಲಿ, ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿ ನಾನು ಮಾಡುವ ವಿಜ್ಞಾಪನೆಯೆಂದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದ ಕಷ್ಟಕಾಲವಿರಲಿ, ದುಃಖದ ಸಮಯವಿರಲಿ ವೃಥಾ ಕೊರಗುವುದರ ಬದಲು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ತಾದಾತ್ಮ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದರೆ ಮನುಕುಲದ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ನಾವು ಯಾವಾಗ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೊ, ಯಾವಾಗ ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೊ ಆಗ ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಮತ್ತು ಗಾಂಭೀರ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಮೈಸೂರು

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6)
ಇನ್ಫೋಸಿಸ್ ಲಿ, ಹೆಬ್ಬಾಳ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ಸ್ ಸಿಟಿ,
ಹೂಟಗಲ್ಲಿ, ಮೈಸೂರು–570018
☎ 9980837179, ಶ್ರೀ ಆನಂದ್ ನಿರಂಜನ್
☎ 8095026224, ಶ್ರೀ ಆಕಾಶ್ ಮಲ್ಲಿಕ್

ಸೋಲಾಪೂರ್

ಪ್ರತಿದಿನ (ಸಂಜೆ 7 - 7:30)
ಬಾಲಗಣೇಶ್ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇಠ್, ಮೊಹೋಲ್
☎ 09860967066 ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ
☎ 09970800279 ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

ಚೆನ್ನೈ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 -10:30)
ನಂ. 481, ಸಾಯಿಪ್ರೇಮ್, 19 ನೇ ರಸ್ತೆ,
4ನೇ ಸೆಕ್ಟರ್, ಕೆ. ಕೆ. ನಗರ
☎ 9444880409 ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್.

ತಿರುನಲ್ವೇಲಿ

ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೆ 7 - 7:30)
ವಡಕ್ಕು ತೆರು, ಚೆಲ್ಲಾ ಪಿಳ್ಳೈಯಾರ್ ಕುಲಮ್
ಎ.ಪಿ. ನಾದನೂರ್ ಪೋಸ್ಟ್
ಆಲಂಗುಲಮ್ ತಾಲ್ಲೂಕು – 627423
☎ 9444458747 ಶ್ರೀ ಮಾರಿಯಪ್ಪನ್ ಎನ್.

ಪುಣೆ

ಭಾನುವಾರ (ಸಂಜೆ 4 - 4:30)
3 B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ,
ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ–411016
☎ 9011038169 ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

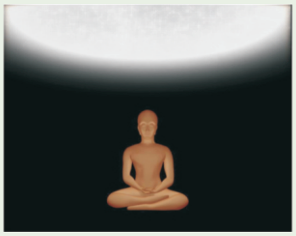
ಗುರುವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2.30 -3)
ಸಿಂಧಿ ಮಂದಿರ, ಸತ್ನಮ್ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟೈಲ್ ಪಕ್ಕ,
ಶಿವಸೇನ ಕಛೇರಿಯ ಸಮೀಪ, ಉರುಲಿ ಕಾಂಚನ್,
ಹವೇಲಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಪುಣೆ – 412202
☎ 9822973632, ಶ್ರೀ ಗೋರಕ್ಷ್ ಮಹಾದಿಕ್

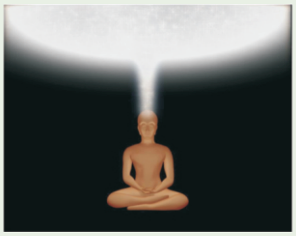
ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣ

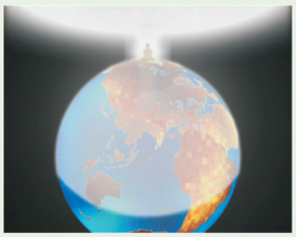
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 - 7.30)
ಮನೆ ನಂ. 14-339/19, ಫ್ಲಾಟ್ ನಂ. 207,
ಶ್ರೀ ಮಿತ್ರ ಹೈಟ್ಸ್, ಬಾಲಾಜಿ ಗಾರ್ಡನ್,
ಗೋಪಾಲಪಟ್ನಂ, ಎಪಿಆರ್‌ಟಿಸಿ ಬಸ್ ಡಿಪೋ ಎದುರು,
☎ 9848628324, ಶ್ರೀ ವಿ. ಹರಿಕೃಷ್ಣನ್

ಮೀರಜ್

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7.45)
ಶ್ರೀ ಶಿವರುದ್ರ ಬಿ. ಬೆಲಗನ್ವಿ
C/o. ಶ್ರೀ ಸ್ವಾಮಿ ಸಮರ್ಥ ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರ
A-gat Plot No-135, ಸುಭಾಶ್ ನಗರ ಪೋಸ್ಟ್
☎ 9822421463 ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್







ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರ ಅಭ್ಯಾಸ ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಿದ ದಿನದಿಂದ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮಹತ್ತರ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬಂದಿರುವುದು ನನಗೆ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ, ಶಾಂತತೆ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಗುಣಗಳು ನೆಲೆಗೊಂಡಿವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳು, ಯೋಚನೆಗಳು ನಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದ್ದವು. ನನ್ನ ವ್ಯಾಸಂಗದ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಗೆ ಸೇರಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ನಡತೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆ ಜೊತೆಗೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿದೆ. ಪರೀಕ್ಷೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ 7 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನನಗೆ ಒಳ್ಳೆ ಫಲಿತಾಂಶ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. 7ನೇ ತರಗತಿಗೆ ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಮರಾಠಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ದುರ್ಬಲನಾಗಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ವ್ಯಾಪಕ ಸುಧಾರಣೆ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಈಗ ನಾನು ವ್ಯಾಸಂಗದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೇರಿದ್ದೇನೆ, ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಕೆಲಸ ಸುಲಭವೆನಿಸಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಎದುರಿಸಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರಗಳನ್ನು ಶಾಂತರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲೆ. ವಂದನೆಗಳು.

– ನಾಗಾರ್ಜುನ ರಾಮ್ ಬಾಬು ವಟ್ಟಿ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಆಂಗ್ಲ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಶಾಂತತೆ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಮೌನವಾಗಿರುವುದರ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಓದಿನ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಶುಭಂ ಸಿ. ಧನ್‌ಗರ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಆಂಗ್ಲ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಪುನಶ್ಚೇತನವಾದಂತೆ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯ ತುಂಬಿದಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತಾಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಮೊದಲು ಯಾರಾದರೂ ನನ್ನನ್ನು ಚೇಡಿಸಿದರೆ ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ನಾನೀಗ ಶಾಂತನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಚರಿತ್ರೆ ಮತ್ತು ಪೌರನೀತಿ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಭಯವಿತ್ತು. ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ನನ್ನ ಭಯವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿದೆ. ವಂದನೆಗಳು.

– ಸೌರಭ್ ಎಸ್ ಪವಾರ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಆಂಗ್ಲ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ಮೊದಲ ಅಭ್ಯಾಸದ ದಿನವೇ ನನಗೆ ಹೊಸ ಹುರುಪಿನ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಮರುದಿನದಿಂದ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಶುರು ಮಾಡಿದೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸ, ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆ ಸೌಜನ್ಯದಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ. ನನ್ನ ವ್ಯಾಸಂಗದಲ್ಲೂ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮೂಡಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸೋಮಾರಿತನ, ಆಲಸ್ಯ ಇಲ್ಲವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ತರಗತಿ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ. ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾನು ಕೃತಜ್ಞನಾಗಿದ್ದೇನೆ.

– ನಿಖಿಲ್ ಸತ್ಪುತೆ, 8ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಆಂಗ್ಲ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಶಾಲೆ, ಪುಣೆ

ಪ್ರತಿದಿನ ಮಲಗುವ ಮುಂಚೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಬೆಳ್ಳನೆಯ ಚೈತನ್ಯ ನನ್ನ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ತದನಂತರ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಶಾಲಿಯಾದಂತೆ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಿಂದೆ ನನ್ನ ತಾಯಿಯಿಂದ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಬೈಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈಗ ನನ್ನ ತಾಯಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಆಕೆ ಬೈಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತಾಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ. ಹಿಂದೆ ಮೊದಲನೆಯ ಸಲ ಓದಿದಾಗ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಲಿಸಿದ ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು.

– ಇ ಮೀನಾಕ್ಷಿ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್ ಬಿ ಎಸ್ ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ತಂತ್ರವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಗಮನದ ವ್ಯಾಪ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಯಾವುದೇ ತರಹದ ಬೇಸರ ಅಥವ ವಿಚಲತೆ ಇಲ್ಲದೆ ಒಂದೇ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಕಾಲದವರೆಗೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬಲ್ಲೆ. ನನ್ನ ಕೋಪವನ್ನು ಈಗ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಲ್ಲೆ. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನ ಪ್ರಭಾವಗಳು. ಇನ್ನೂ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

– ಆರ್ ಜೆಯ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್ ಬಿ ಎಸ್ ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ನನಗೆ ನಾನೇ ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಮಾರ್ಗ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಯೋಚನಾಲಹರಿಯನ್ನಾಧರಿಸಿ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಕೂಡ ಬದಲಾವಣೆ ಹೊಂದುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಮನಸ್ಸಿನ ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಸಹ ಬಹುಮುಖ್ಯವೆಂದು ಅರಿತಿದ್ದೇನೆ. ಮೊದಲು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟವೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಇದು ತಪ್ಪು ಕಲ್ಪನೆ ಎಂದು ಅರಿವಾಯಿತು. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಅಲೆದಾಟ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆ ಅತ್ಯಧಿಕವಾಗಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

– ಶ್ರೀನಿಧಿ ಎಮ್ ಆರ್, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್ ಬಿ ಎಸ್ ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಲಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ಖಾಸಗಿ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ (ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ) ಪರವಾಗಿ)
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ: ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು– 560077
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಗುಡ್ ಪ್ರಿಂಟ್ಸ್, ವೀಣ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, ಹಳೇ ಮದ್ರಾಸ್ ರಸ್ತೆ, ದೂರವಾಣಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 016
ಮಾಲೀಕರು ; ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು – 560077 ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ಯಾಮಲಾದೇವಿ