ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 4, ಸಂಚಿಕೆ 1 ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಜುಲೈ 2016

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಅವರ 2ನೇ ಜೂನ್ 2012ರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

"ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡುವುದೇ?" ಎಂದು ಒಬ್ಬರು ಕೇಳಿದರು.

"ನಿಮಗೆ ಅನುಮಾನವೆ?" ಎಂದು ನಾನು ಕೇಳುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಹರಡುತ್ತದೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಮಾತನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, "ಅವರು ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡದೆ ಇರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅವರು ಈ ಕ್ರಾಂತಿಯ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದಾರೆ."

ಬೆಳಕಿಗೆ ಬದಲಾಗಿ ಜನರು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹರಡಬಹುದು. ಪ್ರೀತಿ ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಭಾಗ. ಅನೇಕ ಜನರು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹರಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು; ಅವರು ಈ ಕ್ರಾಂತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಈ ಕ್ರಾಂತಿ ಬಹಳ ಹಿಂದೆಯೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಈ ಕ್ರಾಂತಿ ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಜನರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾನು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ, ಕಾರಣ, ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ವಿವೇಕ, ತಾಳ್ಮೆ, ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಹಾಗೂ ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಉತ್ತಮವಾದುದೆಲ್ಲವೂ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿದೆ. ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳಿವೆ. ಬೆಳಕು ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತ್ಯನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಪ್ರೀತಿ ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಅಂಶ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಈ ಕ್ರಾಂತಿ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಾವು ಒಂದು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥತೆಯಿಂದ ಒಳಗೊಂಡಾಗ, ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ತಂತಾನೆ ಹರಿಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅದು ಇತರರನ್ನು ಮುಟ್ಟುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಭೇಟಿ ಕೊಡುವ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಬಹಳ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬರಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ಅವರಿಗೆ ಇದರ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಂದ ನಮಗೆ ಸಿಗುವ ಮೆಚ್ಚುಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸಮಾಡಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ.

ಶಾಲೆಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿವೆ. ಈ ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಸಂಚಲನ ಮೌನವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತಿದೆ.

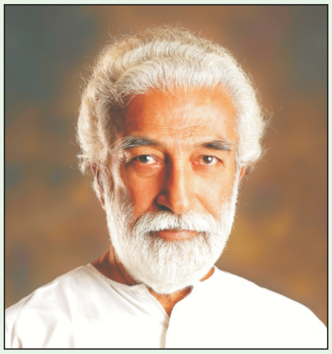
ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬೇಸಿಗೆ ರಜೆ ಕಳೆದು ಶಾಲೆಗಳು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿವೆ ಹಾಗೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸ ಪೂರ್ಣ ಭರದಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ಎಂದಿನಂತೆ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಂದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಲು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಆದರದಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳು ಸ್ವತಃ ತಾವೇ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರುವುದು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹದಾಯಕವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಶಾಲೆಗಳು ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಈ ಮಹಾನ್ ಕಾರ್ಯ ಸುಗಮವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಏಕನಿಷ್ಠೆಯ ಕಾರ್ಯ ಅವರು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿರುವ ವಿಶ್ವಾಸ ಹಾಗೂ ಗುರೂಜಿಯವರಲ್ಲಿಟ್ಟಿರುವ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮವಾದ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕೆ 'ಬೆಳಕನ್ನು' ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೊಂದೇ ಮಾರ್ಗವೆಂದು ಅವರು ದೃಢವಾಗಿ ನಂಬಿದ್ದಾರೆ.

ನಾವೆಲ್ಲಾ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡೋಣ ಹಾಗೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡೋಣ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿ, ಸಂತೋಷ, ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಅಭ್ಯುದಯವನ್ನು ತರೋಣ.



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.

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

ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ವಾಗತ. ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಸದಸ್ಯರಾಗಬೇಕಿಲ್ಲ.

ಬೆಂಗಳೂರು

ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶುಕ್ರವಾರದವರೆಗೆ
(ಸಂಜೆ 7:00 - 7:15)
ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮ, 17ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
☎ 9084121545 ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬಡಾವಣೆ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
'ಸುಮತಿ', ನಂ. 481, 7ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
7ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ 3ನೇ ಹಂತ
☎ 9900110351 ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ. ಭೋಸೇಕರ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಬಲಮುರಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ,
8ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
ಹೊಯ್ಸಳ ವೃತ್ತದ ಬಳಿ,
ಕೆಂಗೇರಿ ಸೆಟಲೈಟ್ ಟೌನ್
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕರು ಸೋಜಿಗ ವೆನಿಸುವಂತಹ ಸಹಾಯವನ್ನು ಹಾಗೂ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳು ಇತರರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೂಡ ಮಾಡಬಹುದು. ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವ ಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಮ್ಮ ಇ-ಮೇಲ್ info@lightagemasters.com ಗೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಬರೆಯಿರಿ.

ತಮಿಳುನಾಡಿನ ತಿರುನೆಲ್ವೇಲಿಯ ಮಹಿಳಾ ಸಂಘವೊಂದರ ಸದಸ್ಯರು ಜನವರಿ 27, 2016ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ನಾವು ಶಾಂತರಾಗಿದ್ದಾಗ ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇದ್ದಾಗ ದೇವರು ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾನೆ.
- ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿರಲು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ಅತಿಯಾದ ಭಾವೋದ್ವೇಗಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪದ ಕೊಡಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಇತರರ ಮೇಲೆ ಹೇರಬೇಡಿ. ಬೇರೆಯವರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸಿ.
- ಸೆಣಸಾಟ ಹಾಗೂ ವೈಫಲ್ಯಗಳು ಈ ಭೂಮಿಯ ವಿಶೇಷತೆಗಳು. ಸೆಣಸಾಟ ನಡೆಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಇಡೀ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ; ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ನಾವು ಆಲಸ್ಯದಿಂದ ಕೂಡಿದವರಾಗುತ್ತೇವೆ.
- ನಾವು ಆತ್ಮಾವಲೋಕನ ಹಾಗೂ ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಥವಾ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲದ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಗಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದಾಗ ನಾವು ಸತ್ಯವನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ನಿಜವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬದುಕುತ್ತೇವೆ.
- ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ನಾವೇ ಜವಾಬ್ದಾರರಾಗಬೇಕು. ಕಾರಣಗಳು ಹಾಗೂ ಸಮರ್ಥನೆಗಳನ್ನು ಹೊರಗಡೆ ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಾರದು.
- ಎಲ್ಲಾ ಉತ್ತರಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಹಾರಗಳು, ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹಾಗೂ ಅವಕಾಶಗಳು ನಮ್ಮೊಳಗೇ ಇವೆ. ಆದರೆ ಬಹುತೇಕ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಹೊರಗಡೆ ಕಾಣಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ.
- ನಾವು ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ದುರುಪಯೋಗ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇದ್ದಾಗ, ಒತ್ತಾಯ ಮಾಡದೇ ಇದ್ದಾಗ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಸಹವಾಸವನ್ನು ಬಲವಂತವಾಗಿ ಹೇರದೇ ಇದ್ದಾಗ ಸುಗಮವಾದ, ಸುಂದರವಾದ ಹಾಗೂ ಸುಲಲಿತವಾದ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತವೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	5060
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	27.62 ಲಕ್ಷ
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	1240
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	5.34 ಲಕ್ಷ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

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

ಬೆಳಕಿನ ಸಾಮೀಪ್ಯ

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ, ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್, ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ ಉಡುಗೊರೆ. ದೇವರು ಅಥವಾ ಬೆಳಕನ್ನು ತಲುಪುವ ನೇರ ಮಾರ್ಗದ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ನಂಬಿದ್ದರು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ದೇವರ ಅಂಶ ಹಾಗೂ ನಾವು ಅವನನ್ನು ಇತರೆ ಏಜೆಂಟರುಗಳ ಮೂಲಕ ಹೋಗದೆ ನೇರವಾಗಿ ತಲುಪಬಹುದು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡುವಾಗ ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಒಂದು ಅಸಾಧಾರಣವಾದ ಸಾಮೀಪ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಅಂತಹ ಸಾಮೀಪ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಒಂದು ಉನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಹೇಗೋ ವರ್ಗಾಯಿಸಲ್ಪಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆ ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗೆ ಅವಕಾಶಕೊಟ್ಟಿದ್ದರೆ, ಬೆಳಕಿನ ಸಾಮೀಪ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಅದರ ನಿವಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅಪಾರವಾದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಾವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಕಂಪನಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಇರುವ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಈ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಹೊರಬಂದು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುವಾಗ, ಇದರ ಅನುಭವ ನಮ್ಮ ನಿತ್ಯ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಮಹತ್ತರವಾದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಸಾಮೀಪ್ಯದ ಅನುಭವ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಆಸ್ಪದ ನೀಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಬೆಳಕನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆ ಉನ್ನತವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಉನ್ನತವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಗ್ರಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ವಾಕ್‌ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಆದರೆ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಹಳೆಯ ರೀತಿಯ ಬದುಕಿಗೆ ಹಿಂದಿರುಗಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಶರೀರದಿಂದ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದ್ದ ಅದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ನಾವು ಪುನಃ ಆಕರ್ಷಿಸಬಹುದು ಹಾಗೂ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, ಉನ್ನತವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆದ ಕಾರಣ, ನಾವು ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಿಯತವಾದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ನಾವು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಮೀಪ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಹಾಗೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರದೂಡಬಹುದು.

ಕುಳಿತು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು ನಮ್ಮ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೊದಲ ಭಾಗ. ಬೆಳಕಿನ ಸಾಮೀಪ್ಯದ ಅನುಭವದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ನಮ್ಮ ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಂಗೀಕರಿಸುವುದು ಈ ಅಭ್ಯಾಸದ ಎರಡನೆಯ ಭಾಗ. ಈ ಎರಡೂ ಭಾಗಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರ ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಉಡುಗೊರೆ, ಬೆಳಕಿನ ಸಾಮೀಪ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಹರಡಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಈ ಸರಳ ತಂತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡಾಗ ಸಮಾಜ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಸಮಾಜಗಳು ಪರಿವರ್ತನೆಯಾದಂತೆ ಪ್ರಪಂಚ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ನಮ್ಮ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಮತ್ತು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೂಂದಿಗೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್ ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೌನ್ ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸೋಲಾಪೂರ್

ಸೋಮವಾರ ಮತ್ತು ಗುರುವಾರ
(ಸಂಜೆ 7:00 - 7:15)
ಬಾಲಗಣೇಶ್ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇಠ್,
ಮೊಹೋಲ್
☎ 09860967066, ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ
☎ 09970800279, ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

ಚೆನ್ನೈ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10:00 -10:30)
ನಂ. 481, ಸಾಯಿಪ್ರೇಮ್, 19 ನೇ ರಸ್ತೆ,
4ನೇ ಸೆಕ್ಟರ್, ಕೆ.ಕೆ. ನಗರ
☎ 9444880409, ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್.

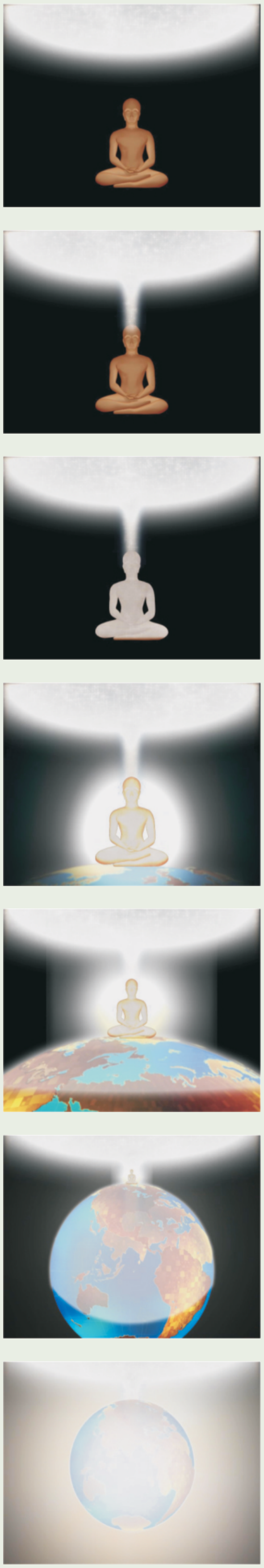
ಪುಣೆ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
3 B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ,
ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ - 411016
☎ 9011038169, ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

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

ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳ, ಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು "Experiences of Light Channels" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸ ಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕ ಹೊರತಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿ ಕೊಂಡಾಗ, ಎರಡನೆಯ ಸಂಪುಟವನ್ನು ಹೊರತರಲಾಯಿತು. ಈ ಎರಡೂ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್ ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನಾನು ತುಂಬಾ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದೆ. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಬೆಳಕಿನ ಕಿರಣಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನನ್ನ ದೇಹದೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ದೇಹದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಈಗ ನನಗೆ ಆರಾಮವೆನಿಸಿದೆ.

–ಗೋವರ್ಧನ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ಫಿಲೋಮಿನ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ದೇವರಚಿಕ್ಕನಹಳ್ಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ನಾನು ನನ್ನ ಯಜಮಾನರ ಸ್ವಂತ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಅದೊಂದು ತಮಿಳುನಾಡಿನ ಚಿಕ್ಕ ಹಳ್ಳಿ. ಅಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಮಾಡಿದೆ. ಅಲ್ಲಿಯ ಜನರು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಧರ್ಮಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಮರೆತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಇದು ನನಗೆ ಅಚ್ಚರಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಿತು. ನನ್ನ ಪ್ರಯಾಣದುದ್ದಕ್ಕೂ ನಾನು ಶಾಂತಮನಸ್ಕಳಾಗಿದ್ದೆ, ಸಮಾಧಾನಿಯಾಗಿದ್ದೆ, ಹರ್ಷಚಿತ್ತಳಾಗಿದ್ದೆ, ಉತ್ಸುಕಳಾಗಿದ್ದೆ, ಹೀಗಾಗಿ ನಾವು ಎದುರಿಸಿದ ಅಡಚಣೆಗಳು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಯಾವ ಪ್ರಭಾವವನ್ನೂ ಬೀರಲಿಲ್ಲ. ಸುಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಅಲ್ಲಿನ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿತ್ತು. ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದು ತಿಳಿದ ಆಟೋ ಚಾಲಕರೊಬ್ಬರು ಒಂದು ದಿನ ವೇಟಿಂಗ್ ಚಾರ್ಜ್ ಕೊಡಲು ಹೋದಾಗ ಅದನ್ನವರು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ಆಟೋದಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾಗ ಶಾಲೆಯ ಮುಖ್ಯೋಪಧ್ಯಾಯರೊಂದಿಗೆ ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅವರು ಕೇಳಿಸಿಕೊಂಡು, ತಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬಯಸಿದರು. ಬೇರೆಯವರೂ ಸಹ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮುಂದೆ ಬಂದರು. ಅವರು ಹರಿಸಿದ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಿಂದೆವು. ಇಂಥ ಅದ್ಭುತ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

–ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಕಳೆದ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಹಿರಿಯರಿಗೆ ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಭಾಗವಹಿಸಿದವರೆಲ್ಲರೂ ಅವರಿಗಾದ ಗಮನಾರ್ಹ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

39 ವರ್ಷದ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರು ಸುಮಾರು 3.0 ಪವರ್‌ವುಳ್ಳ ಕನ್ನಡಕವನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ಕನ್ನಡಕದ ಪವರ್ 1.25ಕ್ಕೆ ಇಳಿಯಿತು. ಅವರು ಇಬ್ಬರು ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳ ಹತ್ತಿರ ಚೆಕ್ ಮಾಡಿಸಿದಾಗ, ಆ ಇಬ್ಬರೂ ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳು ಆಶ್ಚರ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಬಹಳ ದಿನಗಳಿಂದ ಗಂಭೀರವಾದ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿತ್ತು. ಒಂದು ವಾರದೊಳಗೆ ಅವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸರಿ ಹೋದವು.

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಮತ್ತೆ ಮೂರು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ನಿದ್ರಾಹೀನತೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರು. ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ ದಿಂದಲೇ ಅವರು ಪ್ರತಿಫಲವನ್ನು ಕಾಣಲಾರಂಭಿಸಿದರು ಹಾಗೂ ನಂತರದ ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಿದ್ರೆ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದರು.

ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅಸಿಡಿಟಿ ಸಮಸ್ಯೆಯಿತ್ತು. ಅವರು ಏಳು ದಿನಗಳ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಅಸಿಡಿಟಿ ಸಮಸ್ಯೆ ಇಲ್ಲವಾಯಿತು. ಅಂದಿನಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಆ ಸಮಸ್ಯೆ ಮರುಕಳಿಸಿಲ್ಲ.

ಕಳೆದ ಎರಡು–ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಬೆನ್ನು ನೋವಿನಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಭೇಟಿಮಾಡಿದ್ದರು. ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳ ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ಅವರ ಬೆನ್ನು ನೋವು ಶೇಕಡ 50ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಆಯಿತು. ಈಗ ಅವರು ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಔಷಧಿಗಳಿಲ್ಲದೆ ಆರಾಮವಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ತೀವ್ರವಾದ ಸೊಂಟದ ಕೀಲುಗಳ ಸಂಧಿವಾತದ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ನೋವು ನಿವಾರಕ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ಅವರೂ ಸಹ ಆರಾಮವಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಈಗ ಅವರಿಗೆ ಔಷಧಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿಲ್ಲ.

ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅವರ ವ್ಯವಹಾರದ ಪಾಲುದಾರರಿಂದ ಮೋಸವಾಗಿತ್ತು. ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಂತರ ಅವರ ಪಾಲುದಾರರು ಈ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಹತ್ತಿರ ಬಂದು ಮೋಸ ಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಕ್ಷಮೆಯಾಚಿಸಿದರು.

–ಸಂಜಯ್ ಮನೋಹರ್, ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಎರಡು ತಿಂಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಕಟಿಸಲಾಗುವುದು.

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಕನ್ನಡ ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಿಕೆ, ಖಾಸಗಿ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ (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: ಶ್ರೀದೇವಿ