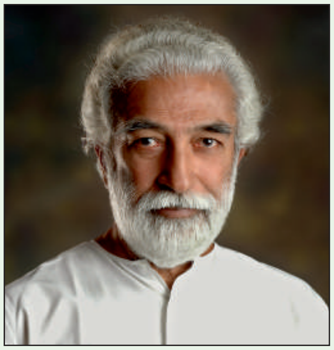
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 6, ಸಂಚಿಕೆ 3 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಮೇ–ಜೂನ್ 2018



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

ಬೆಳಕು

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

ಚಾನಲಿಂಗ್

ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ, ನಂತರ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಚಾನಲಿಂಗ್. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯುನ್ನತ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಸ್ಥೂಲ ಮಟ್ಟದ 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 ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

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

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷ ಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು.

ಈ ಸಂಚಲನದ ಗುರಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದು.

ಸಂಚಲನದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆ

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

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಜನವರಿ 9, 2000)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ವೈವಿಧ್ಯತೆ ಈ ಸ್ತರದ ವಿಶೇಷತೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ಏಕರೂಪತೆಯಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಬ್ಬರಂತೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬೇರೆಬೇರೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. 6 ಶತಕೋಟಿ ಜನರು 6 ಶತಕೋಟಿ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಯಾರಿಬ್ಬರೂ ಒಂದೇ ತೆರನಾಗಿಲ್ಲ. ಏಕರೂಪತೆ ಇರಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ. ಇದು ವೈವಿಧ್ಯತೆಯ ಪ್ರಪಂಚ. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ನೀವು ಗಮನಿಸಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ವೈವಿಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮ್ಮಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಸಹ ಭಿನ್ನತೆಯಿದೆ. ನಾವು ಬಗೆಬಗೆಯವರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತೇವೆ, ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಅಷ್ಟೇ. ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಒಟ್ಟಾರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ, ಕಾರಣ, ಇದು ಏಕಪ್ರಕಾರದ ಸ್ತರವಲ್ಲ, ವೈವಿಧ್ಯತೆಯ ಸ್ತರ. ಸಮಾನತೆಯು ಸಮಾನಾವಕಾಶದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವರಾಶಿಯನ್ನೂ ಸಮಾನವಾಗಿ ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಕೇವಲ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಗೌರವಿಸಿದರೆ ಸಾಲದು. ಪ್ರತಿಜೀವರಾಶಿಗೂ ಈ ಸ್ತರದ ಮೇಲೆ ಜೀವಿಸಲು ಹಕ್ಕಿದೆ. ಅದನ್ನು ನಾವು ಈಗ ಗೌರವಿಸಬೇಕೆನ್ನುವುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ನಾವು ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಯುಗಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಡುತ್ತಿದ್ದು, ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ಸುಲಭವಾಗಬೇಕು. ಆಚರಣೆಗೆ ತರುವುದು ಪ್ರತಿಯುಗದಲ್ಲೂ ಕಷ್ಟವೇ ಸರಿ, ಆದರೆ ಕೊನೆಯ ಪಕ್ಷ ನಾವು ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು 2008ರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಈ ಸಂಚಲನವು ಇಷ್ಟು ಬೇಗ ಹರಡುವುದೆಂದು ನಾವು ಊಹಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಅವರು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆಯೇ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದ ಅವರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಂಚಲನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಅನೇಕ ಜನರು, ಧ್ಯಾನಿಗಳಲ್ಲದವರು, ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಈ ಸರಳವಾದ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುವುದರ ಮೂಲಕ, ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು, ಅತ್ಯಂತ ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಾದ ಬೆಳಕನ್ನು ಅವರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತಂದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ, ಕೇವಲ ಹಲವು ನೂರು ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಸಂಚಲನವು ದಶಮಾನೋತ್ಸವವನ್ನು ಸಮೀಪಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ, ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಈ ಸಂಚಲನವು ಬಲಗೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಆವೇಗವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಒಂದು ಶಾಲೆಯ ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲರಿಂದ ಒಂದು ಮನಮುಟ್ಟುವ ಸಂದೇಶ ಬಂತು. "ಅಡ್ಮಿಶನ್ ಟಿಕೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟನಂತರ ನಾನು ಮಕ್ಕಳಿಂದ 10 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿಸಿದೆ. ಬೋರ್ಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಈ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ದಯವಿಟ್ಟು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ" ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದರು. "ನೀವು ದೇವರನ್ನು ನನ್ನ ಹೃದಯದ ಸಮೀಪಕ್ಕೆ ತಂದಿರಿ" ಎಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಶಿಕ್ಷಕರು ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮೇಲೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಂಬಿಕೆ ಅವರಿಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿದು ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಬೆಳಕಿನ ಮೇಲೆ ಅವರಿಗಿರುವ ಗಾಢನಂಬಿಕೆ ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಹೊಸ ಹಾಗೂ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವು ಮೇ 18, 2018ಕ್ಕೆ 10ನೇ ವರ್ಷವನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತಿದೆ. ಈ ತಂತ್ರದಿಂದ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನ ದೊರಕಿದೆ. ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಿದ ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರಿಗೆ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾವು ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲು ನಮಗೆ ಅವರ ನಿರಂತರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಹಾಗೂ ಆಶೀರ್ವಾದದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು-560077, ಭಾರತ.
ಫೋನ್: (080) 2846 5280, 99000 75280 (10am to 5pm), ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com
website : 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 ಸದಸ್ಯರಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಬೆಂಗಳೂರು

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

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

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

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

ಶುಕ್ರವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.00)
ಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕ ದೇವಸ್ಥಾನ, 59/1,
ಹಚಿನ್ಸ್ ರಸ್ತೆ, 3ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಕುಕ್ ಟೌನ್
☎ 9980205803 ಶ್ರೀಮತಿ ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
ಬಲಮುರಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ, ಶ್ರೀ ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀ ನಾರಾಯಣ ದೇವಸ್ಥಾನ,
8ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಹೊಯ್ಸಳ ವೃತ್ತದ ಬಳಿ,
ಕೆಂಗೇರಿ ಸ್ಯಾಟ್‌ಲೈಟ್ ಟೌನ್
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟೀಲ್ ಕೆ.

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

ಆರ್ಮಿ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲಿನ ಶಿಕ್ಷಕರು ಫೆಬ್ರುವರಿ 15, 2018ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

❖ ನಾವು ಮೊದಲಿಗೆ ಒಬ್ಬ ಸಭ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಬೇಕು, ನಂತರ ದೈವಿಕರಾಗುವುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಡಾಂಭಿಕತೆ ಬೇಕಿಲ್ಲ. ಡಾಂಭಿಕತೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸರಳ ಅಭ್ಯಾಸ ಅನೇಕ ಉನ್ನತ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಜನರು ನಮ್ಮನ್ನು ನಂಬಿಕಾರ್ಹ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ, ಗೌರವಿಸುತ್ತಾರೆ.

❖ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ದಣಿಸಬಾರದು, ಯಾವಾಗಲೂ ಅದನ್ನು ಸಂತೋಷವಾಗಿ, ಆಹ್ಲಾದಕರವಾಗಿ, ಹಾಗೂ ಒತ್ತಡರಹಿತವಾಗಿಡಬೇಕು. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳಿಗೆ ಆಸ್ಪದ ನೀಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿಸುವ ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗೆ ಅವಕಾಶನೀಡದೆ, ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭವನ್ನೂ, ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನೂ ನಾವು ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು.

❖ ಬದಲಾಗಲು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕು? ನಂಬಿ ಅಥವಾ ನಂಬದಿರಿ, ಇದು ಒಂದು ನಿಮಿಷಕ್ಕೂ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಷ್ಟೇ, ಸಂಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು, ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು, ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಸರಿಯಾದುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

❖ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದುದೆಲ್ಲವೂ ಅಥವಾ ಪ್ರಾರಂಭವಾದುದೆಲ್ಲವೂ – ಸಂಬಂಧ ಕೂಡ – ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಹಾಗೂ ನಾಶಪಡಿಸುವ ದೇವರಿಗೆ ಇವುಗಳು ಅನ್ವಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವೂ ಕೂಡ ಅಂತಹ ಹಂತಗಳನ್ನು ತಲುಪಬೇಕು. ನಮಗೆ ಧ್ಯಾನ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ, ಬೆಳಕು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭವಿಸೋಣ.

❖ ಬೆಳಕಿನಂತಹ ಉನ್ನತವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಂದ ಜನರನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅವರು ಗುಣಮುಖರಾಗುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಅವರಿಗೆ ಅಂತರಾಳದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಹೀಲ್ ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ, ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5352
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	28.48 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

ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಅನುಭವ

ಕಾರ್ತಿಕ್ ಎಸ್; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

"ಅಭ್ಯಾಸವೇ ಮನುಷ್ಯನ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಗೆ ಸಾಧನ", ಎನ್ನುವ ನಾಣ್ಣುಡಿಯು ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ ನಮ್ಮಲ್ಲನೇಕರಿಗೆ ಸುಪರಿಚಿತ. ಈ ನಾಣ್ಣುಡಿಯ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ಣ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಇಲ್ಲದಿರಬಹುದು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಇದು ಆಂತರಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲನೇಕರಿಗೆ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಒಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಮಾಡಲು ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಈ ನಾಣ್ಣುಡಿಯನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಸಿದ ಅನೇಕ ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಕಲಾಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಮಹಾನ್ ಸಂಗೀತಗಾರರು, ಚಿತ್ರಕಾರರು ಹಾಗೂ ನೃತ್ಯಗಾರರು ಒಳ್ಳೆಯ ಉದಾಹರಣೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ನಾವು ಏನೆಲ್ಲಾ ಸಾಧಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳು ರುಜುವಾತು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ವೈದ್ಯರು, ಅಭಿಯಂತರರು, ವಕೀಲರು ಹಾಗೂ ಉಳಿದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿನ ವೃತ್ತಿನಿರತರು ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ನಿಖರತೆಯನ್ನು ಕಲಿಯುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಪರಿಣತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ, ಗುರುಗಳು ಹಾಗೂ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಸಾಧಕರು ದಾರಿ ದೀಪಗಳಂತೆ ಕಂಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವ ಇಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲನೇಕರು ಪೂಜ್ಯಭಾವದಿಂದ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಅವರು ನಮಗೆ ಅನುಕರಣೀಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಹೊರತರಲು ಅದೇ ರೀತಿಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಲೌಕಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಅಲೌಕಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವಾಗಲಿ, ದೃಢವಾದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ನಿರಂತರ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಅನೇಕರು ಪಾಂಡಿತ್ಯವನ್ನು ಗಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವೂ ಕೂಡ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೇಲೆ ಆಧಾರಿತವಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಏನನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ? ಇದು ಕೇವಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಬದುಕುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಅಸತ್ಯವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಸತ್ಯಸಂಧತೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯು ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಗುಣವಾಗುವವರೆಗೆ ಅದನ್ನು ಹರಡುವುದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಹೊರತರಲು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಬೆಳಕು, ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಈ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಮೂಲಕ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊರತರಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಒಳ್ಳೆಯತನವೇ ಬೆಳಕು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯೇ ಬೆಳಕು. ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು, ಇಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಸುವ ಪ್ರತಿ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಕಡಿಮೆ ಮಾತನಾಡುವುದನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಭಾವ ಹಾಗೂ ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಒತ್ತು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ವಿಷಯದ ಮಿತಿಯೊಳಗೆ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುವಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ ಅವರು ಸೆಷನ್ನಿನಲ್ಲಿಯಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಜೊತೆಯಾಗಲಿ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಮಯವನ್ನು ಕಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಅನುಭವಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವೆನ್ನುವ ಸಂದೇಶವನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಅವರು ಇದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಪಾತ್ರ ಸವಾಲಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಅವರ ಪ್ರಯತ್ನ ಪ್ರಮಾಣಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಒತ್ತಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ, ಅನುಭವವು, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಒಳ್ಳೆಯತನವನ್ನು ಹೊರತರಲು ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಬಲವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆದಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲದೇ ಇರುವ ವಿಷಯಗಳು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಬಲಹೀನವಾಗುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ತಂತಾನೆ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಜೊತೆಗೆ, ಸಕಾರತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ನೆರವಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದನ್ನು ಹೊರತರುತ್ತದೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ನಮ್ಮ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಮತ್ತು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿ ಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸೋಲಾಪೂರ್

ಸೋಮವಾರ ಮತ್ತು ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7 - 7.15)

ಬಾಲಗಣೇಶ್ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇಠ್, ಮೊಹೋಲ್

☎ 09860967066 ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ

☎ 09970800279 ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

ಮೀರಜ್

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7.45)

ಶ್ರೀ ಶಿವರುದ್ರ ಬಿ. ಬೆಲಗನ್ವಿ,
A-Gat Plot No-135,
C/o ಶ್ರೀ ಸ್ವಾಮಿ ಸಮರ್ಥ ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರ

☎ 9822421463 ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್

ಚೆನ್ನೈ

ಶನಿವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 - 10.30)

ನಂ. 481, ಸಾಯಿಪ್ರೇಮ್, 19ನೇ ರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಸೆಕ್ಟರ್, ಕೆ. ಕೆ. ನಗರ

☎ 9444880409 ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್

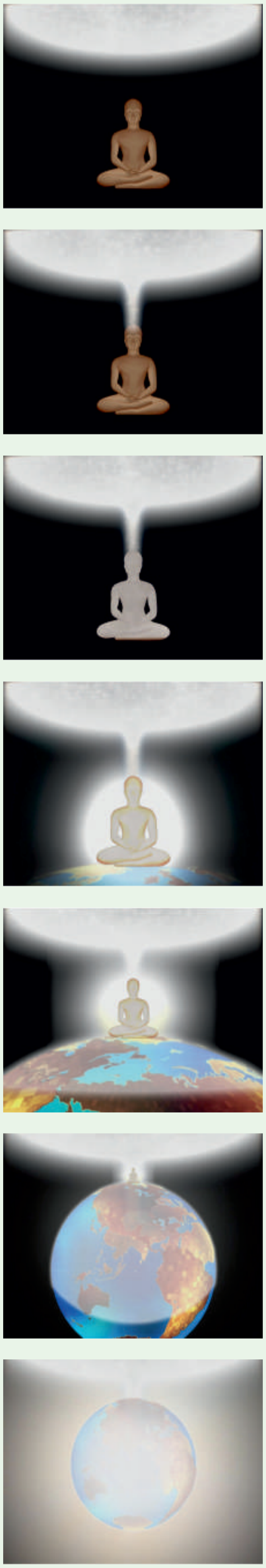
ಪುಣೆ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 - 7.30)

3-B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ, ಗೋಖಲೆನಗರ

☎ 9011038169 ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳ, ಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು 'Experiences of Light Channels' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕ ಹೊರತಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ, ಎರಡನೆಯ ಸಂಪುಟವನ್ನು ಹೊರ ತರಲಾಯಿತು. ಈ ಎರಡೂ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು, ಅದರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿನ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು ತುಂಬಾ ಆನಂದ ದಾಯಕವಾಗಿತ್ತು. ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸರಳವಾದ ಧ್ಯಾನದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಡಲು ಹಾಗೂ ಲೈಟ್ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಶ್ರೀಮತಿ ನಿರ್ಮಲಾರವರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ನಾನು ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.

–ತಬ್ರೇಜ್ ಅಹಮದ್, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ,
ಟ್ವಿಂಕಲ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣದ ನಿಗದಿತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸ್ಕೂಟರ್‌ಅನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದ್ದೆವು. ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ನಂತರ ವಾಪಸ್ಸು ಬಂದು ಸ್ಕೂಟರ್‌ಅನ್ನು ಸ್ಟಾರ್ಟ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಅದು ತಕ್ಷಣ ಸ್ಟಾರ್ಟ್ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಸ್ಟಾರ್ಟ್ ಆಯಿತು ಆದರೆ, ಅರ್ಧ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ನಿಂತಿತು. ಸ್ಕೂಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಇತ್ತು, ಆದರೂ ಸ್ಟಾರ್ಟ್ ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಯಜಮಾನರು ಕಿಕ್–ಸ್ಟಾರ್ಟ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಸುಸ್ತಾದರು. ಅಲ್ಲೇ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ನನ್ನ ಯಜಮಾನರಿಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಸ್ಕೂಟರ್ ಸ್ಟಾರ್ಟ್ ಆಯಿತು, ನಾವು ಮನೆಯನ್ನು ತಲುಪಿದೆವು. ಇದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನನ್ನ ಮೊದಲ ಅನುಭವ.

–ಮುಗ್ಧ ಮಿಲಿಂದ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ,
ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿಸಿಕೊಂಡು ಮನೆಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ಎಂದಿನಂತೆ ನಾನು ಮನೆಯ ಬೀಗ ತೆಗೆದು ಒಳಗೆ ಹೋದೆ, ಆದರೆ ಕೀಲಿ ಕೈಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೇ ಹೊರಗಿನ ಬಾಗಿಲಲ್ಲೇ ಬಿಟ್ಟುಬಿಟ್ಟಿದ್ದೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಎರಡು ಬಾಗಿಲುಗಳಿವೆ ಭದ್ರತೆಗೆಂದು ಒಂದು ಬಾಗಿಲು ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯ ಬಾಗಿಲು. ನಾನು ಒಬ್ಬಳೇ ಇದ್ದುದರಿಂದ, ಭದ್ರತೆಯ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಒಳಗಿನಿಂದ ಬೀಗ ಹಾಕಿದೆ. ಸಾಯಂಕಾಲ ಬಾಗಿಲು ತೆರೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ ಏನಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿತು. ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ, ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಕರೆಯಲು ಯಾರೂ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿರಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಯಜಮಾನರೂ ಕೂಡ ತಮ್ಮ ಆಫೀಸ್‌ನಲ್ಲಿದ್ದರು. ಆಗ ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು–ಹೊರಗಿನಿಂದಲೂ ಸಹ ಬೀಗ ತೆಗೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು, ಕಾರಣ ಎಲ್ಲಾ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಭದ್ರತಾ ಬೀಗಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಒಳಗಿನಿಂದಲೇ ಹಾಕಲಾಗಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ಬೀಗ ಮುರಿಯಲೇಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಚಡಪಡಿಸ ತೊಡಗಿದೆ. ಆಗ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲು ತೆರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಕೋರಿ ಮನಃಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಆ ನಂತರ ನಾನು ಬೀಗದ ಹಿಡಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿದಾಗ ಯಾರೋ ಹೊರಗಿನಿಂದ ಬಾಗಿಲು ತೆರೆಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬಾಗಿಲು ತೆರೆಯಿತು, ತಂಗಾಳಿ ಒಳಗೆ ಬಂತು. ಕೀಲಿ ಕೈ ಬಾಗಿಲಲ್ಲೇ ಇತ್ತು. ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ನೀರೂರಿತು. ಗೌರವ ತುಂಬಿದ ಹೃದಯದಿಂದ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದೆ. ನಾನು ಭಾವಪರವಶಳಾಗಿ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡೆ, ಅಗಾಧವಾದ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಒಂದೂವರೆ ಗಂಟೆಗಳವರೆಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೂ ತೆರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಬಾಗಿಲು, ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ತೆರೆದುಕೊಂಡಿತು! ಋಷಿಗಳ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕೃತಜ್ಞತೆ ತುಂಬಿತು.

–ವೈಶಾಲಿ ನಿತಿನ್ ತಾರೆ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕನ್ನಡ ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆ, 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: ಲೋಟಸ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್ ಪ್ರೈ. ಲಿ., ಫೋನ್: 23380167 / 23209909, ಇಮೇಲ್: lotus.creation777@gmail.com, ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lotusprinters.com
ಮಾಲೀಕರು: ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು - 560077. ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ