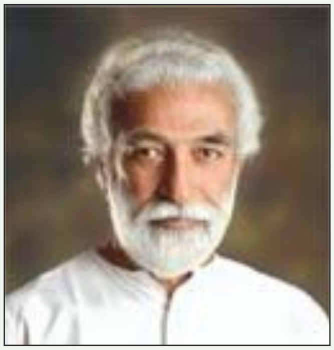
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 6, ಸಂಚಿಕೆ 6 ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ನವೆಂಬರ್–ಡಿಸೆಂಬರ್ 2018



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 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 ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ 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 – ಮೇ 5, 2000)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಕೂಡ ಕಾಣಬಹುದು. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ, ನಾವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಬೇರೆಯವರೂ ಅಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ನಮ್ಮ ಕೊಠಡಿಗೆ ಪ್ರವೇಶಿದರೆ, ಯಾರಾದರೂ ನಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದರೆ, ಅಸಾಧಾರಣ ಶಾಂತಿಯನ್ನು, ಅಸಾಧಾರಣ ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಕಛೇರಿಗಳಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ; ನಾವು ಅಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಜನರು ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿಯಿಂದ ಶಾಂತಿಯು ಹೊರಸೂಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು, ಪ್ರತಿಫಲಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು; ಅವನ ಅಥವಾ ಅವಳ ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿಯೂ, ಸುತ್ತಲೂ ಹಾಗೂ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ, ಧ್ಯಾನಿಯು ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಒಂದು ಬ್ಯಾಂಕಿನಂತೆ, ನಡೆದಾಡುವ ಶಾಂತಿಯ ಬ್ಯಾಂಕಿನಂತಿರುತ್ತಾನೆ. ಇದು ಬಹಳ ಅದ್ಭುತವಾದ ವಿಷಯ. ಈ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ನಾವು ಈಗಲೇ, ಈ ಜೀವನದಲ್ಲೇ, ಈ ತಕ್ಷಣದಲ್ಲೇ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ, ಕೊನೆಯ ಪಕ್ಷ ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಮ್ಮ ಕೆಲವು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಹರಡಲು ಬಹಳ ಬದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ರಜಾ ದಿನಗಳನ್ನು ಕಳೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಬೇರೆ ಊರುಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ ಕೂಡ ಅವರು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ನಿಷ್ಠೆಯ ಪ್ರಯತ್ನಗಳೊಂದಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಭಾರತದ ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚದ ಅಪರಿಚಿತ ಮೂಲೆಗಳಿಗೂ ತಲುಪುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕು ಬಹಳ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಚೈತನ್ಯಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಾವು ಪರಿವರ್ತಕಗಳಂತೆ (transformers) ವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ಥೂಲ ರೂಪಕ್ಕೆ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ, ಆಗ, ಇತರರು ಆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಈ ಪ್ರಯತ್ನವೂ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೊಬ್ಬರಿಗೆ ಮುಗ್ಧತೆಯಿಂದ 'ಕೃತಜ್ಞತೆ' ಹೇಳಿದ ಹಾಗೂ ಇನ್ನೊಂದು ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಡುವಂತೆ ಕೋರಿದ ಪತ್ರವೊಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬನಿಂದ ಬಂದಾಗ, ನಮಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅದೊಂದು ಸಂತೋಷಕರ ಕ್ಷಣವಾಗಿತ್ತು. ಅಂತಹ ಕ್ಷಣಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಅಚ್ಚಳಿಯದೆ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸ ಅಂತಹ ಹರ್ಷ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷದ ಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ. ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿರುವ ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿರುವ ನಾವು ಧನ್ಯರು.

2018ನೇ ವರ್ಷವು, ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆ, ಗೊಂದಲ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವ ಅಹಿತಕರ ವಾಸ್ತವಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ಅದು ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಳಕನ್ನೂ ತಂದಿದೆ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ದೇವರ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗಿರುವ ದೃಢ ನಂಬಿಕೆಯ ಮೇಲಿನ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ವರ್ಷವೂ ಕೂಡ ಅದಾಗಿತ್ತು. ಹೊಸಯುಗ ನಮ್ಮ ಬಾಗಿಲಲ್ಲೇ ಕಾಯುತ್ತಿದೆ. ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆದು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ನಮಗೆ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದು.

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, ಕೂಕ್ 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.

ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಭೊಸಾರಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸ್ನೇಹವಾನ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಮಕ್ಕಳು
ಆಗಸ್ಟ್ 26, 2018ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

❖ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಸಮರ್ಥ ಹಾಗೂ ಉನ್ನತವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಕಾರಣ ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಉದಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಸಮರ್ಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಸಮರ್ಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಖಂಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ; ಅವನ ಬಗ್ಗೆ ಸಹಾನುಭೂತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳಾದ ನಾವು, ನಮ್ಮ ತಾಳ್ಮೆ ಹಾಗೂ ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳಿಸಬೇಕು.

❖ ನಮ್ಮ ಅಂತರಂಗದೊಳಗೆ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿಯ ಬುಗ್ಗೆ ಇದೆ. ಇದು ನಿಜಸ್ಥಿತಿ. ಸಾಧನೆಯ ಮೊದಲ ಹೆಜ್ಜೆಯೆಂದರೆ, ಈ ಬುಗ್ಗೆಯ ಜೊತೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ.

❖ ನಮ್ಮ ಮೂಲದ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದಾಗ, ನಮಗೆ ಶಾಂತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಆಗ, ಯಾರೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಸ್ಥಿರಗೊಳಿಸಲಾರರು, ಇತರರು ನಮ್ಮಿಂದ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾರೆ. ಶಾಂತಿಯಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರೀತಿ ಹೊರಬರುತ್ತದೆ. ಅದು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವ ಅದ್ಭುತವಾದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

❖ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಗೂ ಪರಿಹಾರವಿದೆ. ನಮಗೆ ಅದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಬೇರೆಯವರು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಕಷ್ಟವಾಗಬಹುದಾದರೂ, ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದಲೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆನ್ನುವುದು ಸತ್ಯ.

❖ ವೈವಿಧ್ಯತೆ ಈ ಭೂಲೋಕದ ವಿಶೇಷತೆ. ಈ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಸೊಬಗಿದೆ. ಅನೇಕ ತರಹದ ಗಿಡಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಬೆಟ್ಟಗಳು, ನದಿಗಳು, ಬಣ್ಣಗಳು, ಸಂಗೀತದ ಸ್ವರಲಿಪಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಈ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ದೇವರು ಸ್ವತಃ ತಾನೇ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಭೌತಿಕ ಜಗತ್ತಿನ ಮೇಲೆ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯು ಅವನ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ.

❖ ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ನಾವು ನಮ್ರರಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಶರಣಾಗಬಹುದು ಹಾಗೂ ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಬಹುದು. ನಮ್ರತೆ ಒಂದು ದೌರ್ಬಲ್ಯವಲ್ಲ. ದುರ್ಬಲನಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ನಮ್ರನಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

❖ ವಿಶೇಷವಾಗಿ, ಈ ಪ್ರಳಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇದ್ದು, ಬೇರೆಯವರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತಲೆಹಾಕಬಾರದು. "ಪ್ರಳಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನೀವು ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರೆ, ಅದು ನೀವು ಕಣ್ಣೀರು ಹಾಕುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಅಮರರವರು ಹೇಳಿದರು. –ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5503
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	28.84 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

ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಸ್ನೇಹಿತ

ಉಷಾ ಸತೀಶ್ಚಂದ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಆಗಸ್ಟ್ 5ರಂದು ಸ್ನೇಹ ದಿನವನ್ನು (Friendship Day) ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಆ ದಿನ, ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳು ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಗೆಳೆಯರಿಗೆ, ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಸ್ನೇಹ ಸಂಬಂಧದ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ಗೆಳೆತನದ ಪಟ್ಟಿಗಳನ್ನು (friendship bands) ಕಟ್ಟಿರುತ್ತಾರೆಂದು ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿ ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಇದು ಮುಗ್ಧವಾದ ಹಾಗೂ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳಾಗಿದ್ದಾಗ, ಆ ಬೆಳೆಯುವ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ, ಪರಿಚಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೆಲ್ಲರನ್ನೂ ನಿಜವಾದ ಸ್ನೇಹಿತರೆಂದು ಭಾವಿಸಿ ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಬಾಲ್ಯದ ದಿನಗಳು ಅದೆಷ್ಟು ಆನಂದಕರವಾದ ಕಾಲ! ಕೆಲವರು ಯಾವುದೋ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನಮಗೆ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ, ಕೆಲವರು ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಅವಧಿಗೆ ನಮಗೆ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗುತ್ತಾರೆ, ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು ಜೀವನಪೂರ್ತಿ ಸ್ನೇಹಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ವಿಷಾದಕರವೆಂದರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸ್ನೇಹಿತರೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಅಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿರುತ್ತಾರೆ.

ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ, 8ನೇ ತರಗತಿಯ ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿ ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದು ತನ್ನ ಅಂತಹ ಒಂದು ಕಹಿ ಅನುಭವವನ್ನು ನನ್ನೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಳು. ಅವಳ ಆಪ್ತ ಸ್ನೇಹಿತರು ಅವಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದರು. ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಅಥವಾ ಅವರ ಜೊತೆ ಹೋಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಕುಂಟು ನೆಪವೊಡ್ಡಿ ಅವಳನ್ನು ದೂರವಿಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅವಳು ತನ್ನದೇ ಗೂಡಿನೊಳಕ್ಕೆ ಸೇರಿದಳು. ಅವಳು ತೀವ್ರವಾಗಿ ವ್ಯಾಕುಲಗೊಂಡಿದ್ದಳು ಹಾಗೂ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿದ್ದಳು. ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರುವ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಆಕೆಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಲಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆಕೆಗಾಗಿ ನನ್ನ ಮನ ಮರುಗಿತು. ಎಂದೂ ಹೇಳದ ಹಾಗೂ ವಿವರಿಸದ ವಿದಾಯಗಳು ಅತಿ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ವಿದಾಯಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು. ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಯೋಚನೆಗೆ ಬಂದ ಒಂದೇ ಒಂದು ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ, ನಾನು ಪಡೆದ ಗಹನವಾದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅನುಭವ; ಅದುವೇ, ಅವಳ ಸ್ನೇಹಿತರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದು. ಅಪಾರ್ಥದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಎಲ್ಲಾ ಗೋಡೆಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಉರುಳಿಸಬಹುದೆನ್ನುವ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನಾನು ಅವಳಿಗೆ ನೀಡಿದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನದ ಮಾಸ್ಟರ್ ಆದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರ ಹೇಳಿಕೆ ನನಗೆ ನೆನಪಾಯಿತು – "ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯಾಳದಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ, ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ನಿಜವಾದ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಕಾಣುವಿರಿ". ಗುರೂಜಿಯವರು ಬೆಳಕನ್ನು ಒಬ್ಬ ಗಣ್ಯವ್ಯಕ್ತಿಯಂತೆ, ದೇವರಂತೆ ಅನುಭವಿಸಿದರು. "ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ನೀವು ಎಂದಿಗೂ ಎಡವುವುದಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕನ್ನು ನೀವು ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ನಂಬುವಿರಿ. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಒಬ್ಬ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಒಬ್ಬ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಹಾಗೂ ಒಬ್ಬ ಗುರುವನ್ನು ಕಾಣುವಿರಿ. ಬೆಳಕು ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ಎಂದಿಗೂ ನಮ್ಮ ಕೈಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಸ್ನೇಹಿತನ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಅರಿವಿರಲಿ. ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ. ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಗಾತಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ" ಎಂದು ಅವರು ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ಮೌನವಾಗಿ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಅವಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದೆ. ಇಂತಹ ಸಂವಾದಗಳು ಪ್ರತಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಯಾವ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಸಂವಾದ ನಡೆಸಲು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತಾರೋ ಆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಸಂವಾದ ನಡೆಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅವರಿಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ – ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅದು ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಸ್ನೇಹಿತ!

ನೀವು ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಉತ್ತರಗಳು ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಬೆಳಕು ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ! ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಸಹಾಯ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅದು ರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತದೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲೂ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಗೆಳೆತನವೆಂದರೆ ಎಷ್ಟು ಕಾಲ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಬಂದು ಅವರ ಕಾರ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ 'ನಿಮಗಾಗಿ ನಾನಿದ್ದೇನೆ' ಎಂಬ ಭರವಸೆ ನೀಡುವುದು. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ, ಶಾಶ್ವತವಾದ, ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಈ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸುವರ್ಣಾವಕಾಶ ಇಲ್ಲಿದೆ. ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಗೆಳೆತನದ ಸಮೂಹವನ್ನು ಸೇರಿ, ಶಾಶ್ವತವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಾರ್ಥಕವಾದ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಈ ಬೆಳಕು ನಿಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಾವು ಕೇವಲ ಬದುಕಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಆನಂದದಿಂದ ಜೀವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರತಿ ದಿನ ಈ ಸ್ನೇಹಿತನೊಡನೆ ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಸೋಣ, ಆಗಾಗ ಮಾತನಾಡೋಣ, ಉನ್ನತವಾದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸೋಣ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವ ಜನರೊಡನೆ ಉತ್ತಮವಾದ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ, ಜೊತೆಗೆ ಇಡೀ ಮಾನವಕುಲವು ಅಂತಹ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡೋಣ. 'ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಿ', ಎನ್ನುವುದು ಗೆಳೆತನದ ಸರಪಳಿಗೆ ಮಂತ್ರವಾಗಬಹುದು. ಇದನ್ನು ನಮ್ಮಗಳ ನಡುವೆ ಹಾಗೂ ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಇನ್ನೂ ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈ ಮಹಾನ್ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡೋಣ.

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಗೆಳೆತನವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಗೆಳೆಯರನ್ನು ಹೊಂದಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಿ. ಈ ರೀತಿಯ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಸಂಬಂಧದೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಗೆಳೆತನ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬಯಸುವಂತಹ ಗೆಳೆಯನ ಬಗ್ಗೆ, ಖಲೀಲ್ ಗಿಬ್ರನ್‌ರವರು ಹೇಳಿದ್ದ ಮಾತೊಂದು ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿತ್ತು – "ಗೆಳೆತನದಲ್ಲಿ, ಎಲ್ಲಾ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಆಸೆ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳು ಪದಗಳಿಲ್ಲದೆಯೇ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಆನಂದದೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೆಯಾಗುತ್ತವೆ". ನಿಜವಾದ ಸ್ನೇಹಿತನಾದ ಬೆಳಕು, ಇವೆಲ್ಲವೂ ಹಾಗೂ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನದೂ ಆಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದ ಉತ್ತಮವಾದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದರ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಮಾತ್ರ ಇದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ, ಶಾಶ್ವತ ಗೆಳೆತನದ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ■

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) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳ ಬಹುದು.

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

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ನಿಯತವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ರಾಜ್ಯ ಪರೀಕ್ಷಾ ಮಂಡಳಿ ನಡೆಸುವ ಹತ್ತನೇ ತರಗತಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದಂತೆ ಇದು ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿತು. ಪರೀಕ್ಷಾ ಮಂಡಳಿ ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ ನನ್ನ ಪರೀಕ್ಷಾ ಕೇಂದ್ರವು, ಹೆಚ್ಚು ವಾಹನ ಸಂಚಾರ ಮತ್ತು ಜನ ಸಂದಣಿ ಇರುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿತ್ತು. ಪರೀಕ್ಷೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗದ್ದಲವಿತ್ತು. ಇದರಿಂದ ನನಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನಾನು ಓದಿದ್ದ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ನಾನು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಬರೆದು ಒಳ್ಳೆಯ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ.

–ಸುನೀತ ರಾಥೋಡ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಮುರ್ಕುಟೆ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು (critical thinking ability) ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

–ಶ್ಯಾಮ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಜ್ಞಾ ವಿದ್ಯಾ ಕೇಂದ್ರ, ಹೊಸ ತಿಪ್ಪಸಂದ್ರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ, ನಾವು ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದೆವು. ನಮ್ಮ ತರಗತಿ, 'ಸಿ' ಸೆಕ್ಷನ್‌ಅನ್ನು ದಡ್ಡರ ತರಗತಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿದ್ದರು. ಆದರೆ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ, 'ಡಿ' ಸೆಕ್ಷನ್ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನಾವೂ ಸಹ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನ ಪಡೆದೆವು! ಇನ್ನು ಬೇರೆ ಸೆಕ್ಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿದ್ದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಶಾಲೆಯ ಅವಧಿಯನ್ನು ಎರಡು ಪಟ್ಟು ವಿಸ್ತರಿಸಲಾಯಿತು, ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಅವರು ಒತ್ತಡಕ್ಕೊಳಗಾದರು; ಅವರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಚರ್ಮದ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನನಗೆ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಕೂಡ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ.

–ವೇದಶ್ರೀ, ಪ್ರಥಮ ಪಿ.ಯು.ಸಿ., ಎನ್.ಎಮ್.ಕೆ. ಆರ್.ವಿ. ಕಾಲೇಜ್, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಉಲ್ಲಸಿತಳಾದೆ. ನನ್ನೊಳಗೆ ಬೆಳಕು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಶರೀರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾಗವೂ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು, ಹಾಗೂ ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿರುವ ಚೈತನ್ಯ ಸಹ ನನಗೆ ಅನುಭವವಾಯಿತು! ಅಕ್ಷರಶಃ ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲಿಯೂ ಜೀವಶಕ್ತಿ ಇರುವುದು ನನಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಬೆಳಕಿನ ಧನಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯವು ನನ್ನಲ್ಲಿದ್ದ ಎಲ್ಲಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಹೊರ ಹಾಕಿದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಕೈಗಳಿಂದ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜಿಕೊಂಡಾಗ, ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೃದುತ್ವ ಮೂಡಿದೆ ಎನಿಸಿತು. ಧನ್ಯವಾದಗಳು!

–ದಿಶಾ ಗುರುನಾಥ್, ಪ್ರಥಮ ಪಿ ಯು ಸಿ, ಎನ್.ಎಮ್.ಕೆ.ಆರ್.ವಿ. ಕಾಲೇಜ್, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಎರಡು ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಬೆಳಗಿನ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ತರಗತಿಯ ಮುಖಂಡರು ಇದರ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಸುಧಾರಿಸಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಈಗ ಅವರು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

– ಪ್ರೇಮ ಎಸ್ ಜಿ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, ಲೊಯೋಲ ಹೈಯರ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಗೊಟ್ಟಿಗೆರೆ

ನಾನು ನಾಲ್ಕನೆಯ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ, ದ್ವಿತೀಯ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಕೆಲವು ವಿಷಯಗಳು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಆಗ ನಾನು ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ನಂತರ ನಾನು ಓದಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲೂ ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು. ಆದಕಾರಣ, ಈಗ ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

– ಯಶಸ್ವಿನಿ ಜೆ, 5ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಆರ್.ಜಿ.ವಿ.ವಿ.ಕೆ. ಟ್ರಸ್ಟ್, ಗೊಟ್ಟಿಗೆರೆ

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