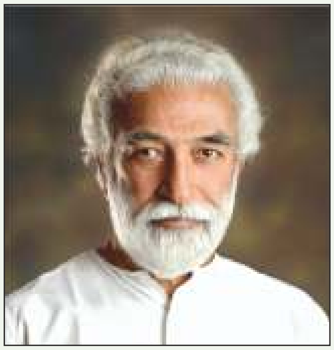
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 8, ಸಂಚಿಕೆ 4 ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಜುಲೈ–ಆಗಸ್ಟ್ 2020



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 – ಜನವರಿ 12, 2003)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ಇದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಹಾಗೂ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಹೇಳಲು ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇದು ಏಕೆ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶಾಂತಿಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವವೂ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಬಯಸುತ್ತದೆ, ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತದೆ. ನಾವೂ ಕೂಡ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿ ಜೀವನ ನಡೆಸಬೇಕೆಂದರೆ, ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಲೇಬೇಕು. ಪ್ರತಿಸಲ ನಾನು ಪ್ರೀತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದಾಗ, ಅದು ದೈವೀ ಪ್ರೀತಿ ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ದೈವೀ ಪ್ರೀತಿಯು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಜೊತೆಗಾಗಲೀ, ಯಾರ ಜೊತೆಗಾಗಲೀ ಅಥವಾ ಯಾವುದರ ಜೊತೆಗಾಗಲೀ ನಮಗೆ ಘರ್ಷಣೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ನಮಗೆ ಸಂಬಂಧಗಳೂ ಇರುತ್ತವೆ; ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳೂ ಕೂಡ ಇರಬಹುದು; ಎಲ್ಲವುದನ್ನೂ ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಎಲ್ಲರೂ ಹೇಳುವುದನ್ನೂ ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಇರುತ್ತದೆ, ಸಾಮರಸ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪಯಣಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಈ ಪ್ರಪಂಚವು ಹೊಸ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಈ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ. ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇರುವ ಹಿಂಸೆಯೊಂದಿಗೆ, ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇರುವ ಅಪ್ರೀತಿಯೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಹೊಸ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ ಕಾರಣ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಮನುಷ್ಯನ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಪರಿಣಾಮದ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಶೋಧನೆ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯರ ತಂಡವೊಂದು, ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮಾಡುವ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಧ್ಯಾನವು, ಮಾನವನ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಂದು ಭೌತಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಸಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿ ಯಾವುದೇ ಸೋಂಕನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಣೆಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅವರು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದ ಕಾರಣ ಅಂತಹ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಶ್ಲಾಘಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡುವ ಮೊದಲು, ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳ ಕಾಲ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಅನುಭವಿಸುವುದು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವ ಮೊದಲು, ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆದರೆ, ಅದು ನಮಗೆ ಬಹಳ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ವ್ಯಾಧಿಯು (pandemic) ಇನ್ನೂ ಕೊನೆಗೊಂಡಿಲ್ಲ. ದಿನ ಕಳೆದಂತೆ ಅದು ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಹೊಸ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎಸೆಯುತ್ತಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆಯೂ ಕೂಡ ಮಾನವ ಜನಾಂಗ ಹಲವಾರು ವಿನಾಶಕಾರಿ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಿದೆ, ಆದರೆ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಸಂಕೀರ್ಣವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುತೇಕರಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ತಟ್ಟಿದೆ. ನಾನು ನಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಂಡಿರುವಂತೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಭೌತಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ನಾವು ತಯಾರಾಗದೆ, ಕೇವಲ ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ತಯಾರಾದರೆ ಸಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಪ್ರೀತಿ, ಬೆಳಕು, ಭರವಸೆ ಹಾಗೂ ಸಕಾರತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ತಯಾರಾಗಬೇಕಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಅನೇಕರು ಅನುಸರಿಸಿದಾಗ ಈ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ವ್ಯಾಧಿಯು ತಕ್ಷಣ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

2020ನೇ ಇಸವಿಯು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದು ಸವಾಲಿನ ವರ್ಷವಾಗಿದೆ. ಕೊರೋನ ವೈರಸ್‌ನ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನಿಂದಾಗಿ ಇಲ್ಲಿಯ ತನಕ ಶಾಲೆಗಳು ಮುಚ್ಚಿವೆ. ಮಕ್ಕಳು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಹಾಗೂ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳ ಕ್ಷೇಮಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಮನಸಾರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಬೇಗ ಪರಿಹಾರ ಸಿಕ್ಕಿ ಶಾಲೆಗಳು ಬೇಗನೆ ತಮ್ಮ ಎಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಪುನರಾರಂಭಿಸಲಿ ಎಂದೂ ಕೂಡ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ.

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.

ಸರ್ಕಾರದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಂತೆ, ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ವ್ಯಾಧಿ (pandemic)ಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಎಲ್ಲಾ ಸಭೆಗಳನ್ನು ರದ್ದುಪಡಿಸ ಬೇಕಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆ ಬರುವವರೆಗೆ ರದ್ದು ಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಬೆಂಗಳೂರು

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

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

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

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
39, 1ನೇ ಮಹಡಿ, 6ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
ಎಲ್‌ಐಸಿ ಕಾಲೋನಿ, 3ನೇ ಬ್ಲಾಕ್ ಪೂರ್ವ
ಜಯನಗರ
ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ ಭೋಸೆಕರ್
☎ 9900110351

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

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.

ಮುಂಬೈನಲ್ಲಿರುವ ಲಾಡ್ಲಿ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಕರು (Supervisors) 22–12–2019ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ಭವಿಷ್ಯದ ಶರಣಾಗತಿ ಎಂದರೆ ದೇವರಲ್ಲಿ ಬಲವಾದ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ಭಯವಿಲ್ಲದೇ ಇರುವುದು. ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಇದರ ಅರ್ಥ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವುದೆಂದಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧಗೊಳಿಸಬೇಕು, ನಾವು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಿರೂಪಿಸಬೇಕು, ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು, ಆದರೆ ದೇವರು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ; ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.
- ನಾವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿರುವುದು, ಇಲ್ಲಿಯ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಇಲ್ಲಿನ ಜೀವ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಈ ರೀತಿ ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ನಾವು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಸೂರ್ಯೋದಯಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು; ಕವನ ಮತ್ತು ಸಂಗೀತವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು; ಪಕ್ಷಿಯಲ್ಲಿ, ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಇರುವ ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು; ಇದರಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಾವು ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ದೇವರನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.
- ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯು ನಮ್ಮ ಸಹಜಗುಣ, ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಸಂಕುಚಿತ ಮನೋಭಾವದವರಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವ ಆನಂದ. ನಾವು ಆನಂದವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತೇವೆ, ಆನಂದವನ್ನು ವರ್ಗಾಯಿಸುತ್ತೇವೆ, ಆನಂದವನ್ನು ಹೊರಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವ ವೈರಾಗ್ಯ, ಅದರ ಅರ್ಥ, ನಾವು ಸಂತೃಪ್ತಿಯ ಗೆರೆಯನ್ನು ಎಳೆಯುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ದುರಾಸೆಯಿಂದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ದೋಚುತ್ತಾ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.
- "ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಏನನ್ನು ಹೊರಹಾಕುತ್ತೇವೆಯೋ ಅವುಗಳನ್ನೇ ವಾಪಸ್ಸು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ಹಲವು ಪಟ್ಟು ವಾಪಸ್ಸು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ" ಎನ್ನುವುದು ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮ. ಪ್ರೀತಿಯ ಒಂದು ಕೆಲಸವು ನೂರಾರು ವಿವಿಧ ಮೂಲಗಳಿಂದ ನೂರಾರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಆಲೋಚನೆಯಿದ್ದರೆ, ಹೊರಗಡೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಪಿಸುತ್ತಿರುವ ನೂರಾರು ಒಳ್ಳೆಯ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನಿಮಗೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಆದರಿಂದಾಗಿಯೇ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕು, ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಕಾರಣ ಇವುಗಳು ಹಲವು ಪಟ್ಟು ನಮಗೆ ವಾಪಸ್ಸು ಬರುತ್ತವೆ.
- ಒಂದೇ ಆತ್ಮವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ನೆಲೆಸಿರುವುದೆಂದು ನಮಗೆ ಅರಿವಾದಾಗ, ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ಗೌರವಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಗ ನಾವು ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಜಾತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.
- ನಾವು ನಮ್ಮ ಭಾವೋದ್ವೇಗಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಿದರೆ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾವು ನಿಭಾಯಿಸಬಹುದು.
- ಅಹಂ ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅಂಶ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅದರ ಕೆಲವು ಗುಣಗಳೆಂದರೆ: ದುರಹಂಕಾರ, ತಪ್ಪನ್ನು ಒಪ್ಪದೇ ಇರುವುದು, ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದು ಹಾಗೂ ದೇವರು ಮತ್ತು ಗುರುವಿನಿಂದ ದೂರವುಳಿಯುವುದು.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5758
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	29.65 ಲಕ್ಷ

ಮನವಿ

ಈ ಸಂಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು, ಪ್ರತಿ ದಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12ರಿಂದ 12.30 ರವರಗೆ ನಿಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಂದಲೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಸೇರಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ವ್ಯಾಧಿ ಮತ್ತು ಭರವಸೆ

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ಇತ್ತೀಚಿನ ಘಟನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ತುಂಬಿವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ? ನಾವು ಏಕೆ ಈ ಕೊರೋನ ವೈರಸ್‌ನ ಸವಾಲನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ? ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಏನು ಸಂದೇಶವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಿದೆ? ವಿಶ್ವವು ಏನನ್ನಾದರೂ ತಿಳಿಸುತ್ತಿದೆಯೇ? ನಾವು ಇದೇ ತರಹ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುವುದೇ ಅಥವಾ ನಾವು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ಜೀವನದ ರೀತಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ? ಎಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುವಂತಾಗಿದೆ.

ಈ ಪ್ರಪಂಚವು ಒಂದು ದೇಹದ ಹಾಗೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಏನೇ ನೋವಿದ್ದರೂ ಅದು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮೇಲೂ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಈ ಕೊರೋನ ವೈರಸ್ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ವ್ಯಾಧಿಯು (pandemic) ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಆಘಾತವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದೆ. ಸೋಂಕಿತರೇ ಆಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ಸೋಂಕಿಲ್ಲದವರೇ ಆಗಿರಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ನೇರವಾಗಿ ತಟ್ಟಿದೆ.

ವಿಶ್ವವು ನಮಗೆ ಏನನ್ನು ಹೇಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ?

ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಜ್ಞಾನದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ನನಗೆ ಏನು ಅರ್ಥವಾಗಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ನಾನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಮಯವಿದು, ಏಕೆಂದರೆ ನಾವು ಹೊಸ ಯುಗ, ಬೆಳಕಿನ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಬೆಳಕಿನ ಯುಗವು ಆಗ್ರಹಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಸರಿಹೊಂದಿಸಿಕೊಂಡು (in alignment) ಬಾಳಬೇಕು. ನಾವು ಈ ತಕ್ಷಣವೇ ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸರಿಹೊಂದಿಸಿಕೊಂಡು ಜೀವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನಾವು ಸಂತರಾಗಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇರಬಹುದು. ಅದು ಪರವಾಗಿಲ್ಲ. ಈ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ಕ್ಷಣದ ನಿರೀಕ್ಷೆಯೆಂದರೆ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಸರಿಹೊಂದಿಸಿಕೊಂಡು ಬಾಳಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು. ಈಗ ನಾವು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಸರಿಹೊಂದಿಸಿಕೊಂಡು ಬಾಳುವುದನ್ನು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೇನು? ಹಾಗೆಂದರೆ, ನಾವು, ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಮಾಣಿಕತೆ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ. ವೈರಸ್‌ನಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇದು ನನಗೆ ಹೇಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಯಾರಾದರು ಕೇಳಬಹುದು. ತರ್ಕದ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ, ಆದರೆ ಇದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಇಲ್ಲಿ ಬದುಕುಳಿಯುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಮಾತನಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇದು ನಾವು ಅಳಿಯುತ್ತೇವೆಯೋ ಅಥವಾ ಉಳಿಯುತ್ತೇವೆಯೋ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅಲ್ಲ. ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಅವಕಾಶ; ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಇದೊಂದು ಅವಕಾಶ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ನಾವು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ, ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ತಜ್ಞರ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಲು ಹಾಗೂ ಪ್ರಮಾಣಿಕರಾಗಲು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಮೇ 2012ರಲ್ಲಿ, ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶವು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗಿದೆ. ಅವರ ಸಂದೇಶವು ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ಆಶ್ವಾಸನೆಯ ಸಂದೇಶವಾಗಿತ್ತು. ಉತ್ತಮವಾದ ಪ್ರಪಂಚ ಹಾಗೂ ಅದ್ಭುತವಾದ ಭವಿಷ್ಯದ ನಿರೀಕ್ಷೆಯ ಭರವಸೆಯಾಗಿತ್ತು. ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು, ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಅವರ ಮೂಲಕ ನಮಗೆ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಮಾಣಿಕತೆ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಆಗ ವಿಶ್ವವು ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಅನುಗ್ರಹಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿನಾಶಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದೆಂದು ಅವರು ನಮಗೆ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಯಾರೊಬ್ಬರನ್ನೂ ಹಿಂದೆ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರು ಭರವಸೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಅಂತಿಮ ಭವಿಷ್ಯ ಹೊಸ ಯುಗ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆ ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನೇ ನಾವು ಎದುರುನೋಡುತ್ತಿರುವುದು. ಆದರೆ ತಕ್ಷಣದ ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಆ ಅಂತಿಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ತಲುಪುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ಬಹು ಮುಖ್ಯ. ನಾವು ತುಂಬಾ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ದೋಷವನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ತಲುಪುತ್ತೇವೋ ಅಥವಾ ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ತಲುಪುತ್ತೇವೋ ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ? ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದಂತೆ, ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಮಾಣಿಕತೆ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ, ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಮಹತ್ವವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ನಮ್ಮ ಗುರಿ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಹಾಗೂ ನಂಬುತ್ತೇನೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಕೊನೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೊರೋನ ವೈರಸ್ ಜೊತೆ ಬದುಕಲು ಕಲಿಯುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬದಲಾದರೆ, ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ಹೊಸ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ■

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

ಚೆನ್ನೈ

ಶನಿವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 - 10.30)

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

☎ 9444880409 ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್

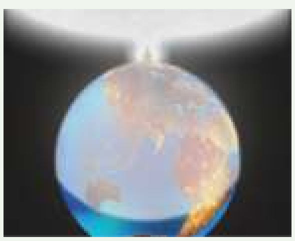
ಪುಣೆ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 - 7.30)

3-B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ,
ಗೋಖಲೆನಗರ

☎ 9011038169 ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

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



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಎಷ್ಟು ಪ್ರಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತೆಂದರೆ, ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ ನಾನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಲು ಹೇಳಬೇಕಾಯಿತು, ಅವರ ಆಳವಾದ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ನಾನು ಅಕ್ಷರಶಃ ಎಚ್ಚರಗೊಳಿಸಬೇಕಾಯಿತು. ನಾನು ಕೂಡ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ.

–ಸಂತೋಷ್ ಕೋರೆ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ವೈರಸ್ ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದು ವಾರ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ, ಇಡೀ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರವೊಂದು ಸಿಗಲೆಂದು ನಾನು ಗುರೂಜಿ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, 'ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ರಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ' ಎನ್ನುವುದು ಕೇಳಿಸಿತು. ಹೆಚ್ಚಿನ ಭರವಸೆ ದೊರೆಯಿತು, ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು, ಧನ್ಯನಾದಂತೆನಿಸಿತು ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿತು.

–ಸುದೀಪ್ ಜೈರಾಮ್ ಶೆಟ್ಟಿ, ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್

ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, "ಬೆಳಕು ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ" ಎನ್ನುವ ಆಲೋಚನೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನನಗೆ ಬಂದಿತು. ಮತ್ತು ಆಶ್ಚರ್ಯವೆನಿಸುವಂತೆ ಈಗಿನ ನೋವಿನ ಮತ್ತು ನರಳುವ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಸುತ್ತಲೂ ಇದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು. ಆ ದಿನ ನನಗೆ ಪ್ರಬಲವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ 25 ನಿಮಿಷಗಳು ಹೇಗೆ ಕಳೆದುಹೋಯಿತೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಈ ತರಹದ ತೀವ್ರವಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ನಾನು ಮುಂಚೆ ಎಂದೂ ಅನುಭವಿಸಿರಲಿಲ್ಲ.

–ಪುಷ್ಕರ್ ಪಟ್ಕಿ, ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್

ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಅಭ್ಯಾಸವು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರಿಬ್ಬರನ್ನೂ ಬದಲಾಯಿಸಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಚಂಚಲತೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ತುಂಬಿವೆ.

ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಗೆ ಬಂದು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ರವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪರವಾಗಿ ನಾನು ತುಂಬು ಹೃದಯದ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

–ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, ಸರ್ಕಾರಿ ಮಾದರಿ ಪ್ರೈಮರಿ ಶಾಲೆ, ಬಾಗಲಗುಂಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು ಉತ್ತರ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿದೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿವೆ.

–ಶ್ರೀ ಮಲ್ಲಿಕಾರ್ಜುನ ಎಮ್, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಲಾಲ್ ಬಹದ್ದೂರ್ ಶಾಸ್ತ್ರೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸ್ಕೂಲ್, ರಾಂಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಹಳ ಸುಲಭವಾದ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ವಿಧಾನ. ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಅದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ತಾಜಾತನದಿಂದಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನನ್ನಲ್ಲಿನ ಒತ್ತಡ, ಉದ್ವೇಗ ಮತ್ತು ಕೋಪವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದೆ. ನನ್ನ ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಪಾಠಗಳನ್ನು ನಾನು ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೆ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬಲ್ಲೆ. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಇರಬಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ತರಗತಿಯ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಕಡೆಗೆ ಗಮನ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಗೆಳೆಯರಿಗೂ ಹಾಗೂ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಗೂ ಇದನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

–ಗಗನ ಸಿಂಧು ಜಿ ಎಮ್, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಲಾಲ್ ಬಹದ್ದೂರ್ ಶಾಸ್ತ್ರೀ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸ್ಕೂಲ್, ರಾಂಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಪತಿಗೆ ಕೂಡ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರ ತುಂಬಾ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿವೆ. ನಾನು ಬಹಳ ಹಗುರವಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದೇನೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿದೆ.

–ಶ್ರೀಮತಿ ವಾ (Wagh), ಪ್ರಥಮ್ ಫೌಂಡೇಶನ್, ಪುಣೆ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳ (online classes) ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 3 ರಿಂದ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

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