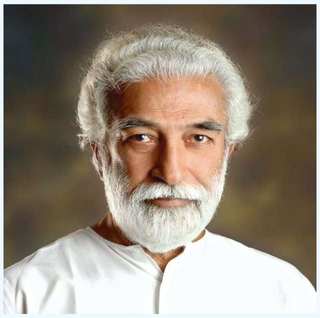
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 8, ಸಂಚಿಕೆ 3 ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಮೇ–ಜೂನ್ 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 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 18–05–2008ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಮತ್ತು 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

(ಗುರೂಜಿಯವರು ನವೆಂಬರ್ 17, 2002ರಂದು ಮಾಡಿದ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಸುಂದರವಾದ ಸೃಷ್ಟಿ ಇದೆ, ಅನುಭವಿಸಲು ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ, ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿರುವ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸೌಂದರ್ಯವಿದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಬಗೆಗೆ ನಮಗೆ ಅರಿವಿರಬೇಕು. ಈ ಜೀವನವು ತನ್ನದೇ ಆದ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳಿಂದ ಕೂಡಿ–ರುವುದೂ ಸಹ ಸತ್ಯವೇ ಆಗಿದೆ. ಇದೇ ನಮಗಿರುವ ಸವಾಲು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಜೀವನ ಅದ್ಭುತವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಸುಗಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಕೆಲವರಿಗೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ – ಜೀವನ ನಮಗೆ ಏನೇ ಕೊಟ್ಟಿರಲಿ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಹೇಗೇ ಇರಲಿ, ನಾವು ಮುಗುಳುನಗುತ್ತಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಆ ನಗು ನಮ್ಮೊಳಗಿನಿಂದ ಬರಬೇಕು. ನನ್ನನ್ನು ನಂಬಿ, ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ದೇವರಿಂದ ಬಂದ ಕೊಡುಗೆ. ಮುಗುಳುನಗು, ಕಣ್ಣೀರು, ಎಲ್ಲಾ ನೋವುಗಳು, ಅವೆಲ್ಲವೂ ಕೊಡುಗೆಗಳೇ. ನೋವೇ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಜೀವನ ಸುಗಮವಾಗಿದ್ದರೆ, ಆಗ ಬಹುಶಃ ನಮಗೆ ಸತ್ಯದ ಅರಿವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಾದ ಬೆಳಕಿಗೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚವು ಈಗ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ವಿಷಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಮನುಕುಲವು ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಲು ಅದು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಸವಾಲಿಗೆ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು ಅದು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, ಬೆಳಕು ತನ್ನ ಮಾನವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ (human channels) ಮೂಲಕವೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳಾದ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಭಾಗದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತಂದು ಹರಡಿದಾಗ, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರುಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಈ ಸವಾಲಿನ ವಿರುದ್ಧ ನೇರವಾಗಿ ಹೋರಾಡುತ್ತಿರುವ ಇತರರಿಗೆ ನಾವು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತಂದು ಹರಡುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದ ಭಾಗವಾಗಿ, ನಾವು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12ರಿಂದ 12.30ರವರಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಿಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಸೇರಲು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಪ್ರಸಕ್ತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು, ಮಾನವಕುಲವು ಬಹು ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಯ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈಗ, ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ವಿರೋಧಿಸದಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಮಗೆ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದು. ಈ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ವ್ಯಾಧಿಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಮೂಲೆಗೆ ನೂಕಿದೆ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು (Universalism) ಕಲಿಸಿದೆ. ನಾವೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ಕುಟುಂಬದವರೆನ್ನುವುದನ್ನು ಇದು ಕಲಿಸಿದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿನ ಸಮಸ್ಯೆಯು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ರಾಷ್ಟ್ರವಾಗಿ, ಸಮಾಜವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮಾನವರಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನಮ್ಮ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈಗಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು, ಜಾತಿ, ಮತ, ಧರ್ಮ, ಶ್ರೀಮಂತ ಹಾಗೂ ಬಡವ ಎನ್ನುವ ಪ್ರತಿಬಂಧಗಳನ್ನು ಭೇದಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಕ್ಕಳು ಮಾಡಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಈ ವ್ಯಾಧಿಯ ಆಸ್ಫೋಟನವನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯಲು ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಕೋವಿಡ್ ಯೋಧರಿಗೆ (Covid Warriors) ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಈ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡೋಣ, ಏಕೆಂದರೆ ಮುಂದುವರೆಯಲು ನಮಗಿರುವ ಏಕೈಕ ಭರವಸೆಯೆಂದರೆ ಬೆಳಕು.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ (ರಿ)

ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು – 560077. ಭಾರತ

ಫೋನ್: 9900075280 (10AM to 5PM) ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com

ವೆಬ್ ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com; www.lightchannels.com

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ನಿಗದಿ ಪಡಿಸಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ವಾಗತ. ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಸದಸ್ಯರಾಗ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಬೆಂಗಳೂರು

ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೆ 7 – 7.15)
ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮ, 17ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
ದೂ. 9084121545 ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

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

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

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 – 7)
ನಂ. 39, ಒಂದನೇ ಮಹಡಿ, 6ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ
ಎಲ್ ಐ ಸಿ ಕಾಲೋನಿ, 3ನೇ ಬ್ಲಾಕ್
ಪೂರ್ವ ಜಯನಗರ
ದೂ. 7022621407 ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ ಭೋಸೆಕರ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.00)
ಸಿದ್ಧಿವಿನಾಯಕ ದೇವಸ್ಥಾನ, 59/1, ಹಚಿನ್ಸ್ ರಸ್ತೆ,
3ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಕೂಕ್ ಟೌನ್
ದೂ. 9980205803 ಶ್ರೀಮತಿ ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲ

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.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಎಸ್ ಬಿ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಜನವರಿ 21, 2020ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ನಾವು ಎಲ್ಲೇ ಇರಲಿ, ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲಿ, ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮಾಡುವುದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ. ನಾವು ಭೌತಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ವಿವೇಚನೆಯಿಂದ ಈ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು.
- ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಿವೇಕಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ಭೌತಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ತೊರೆದು ಗೊಂದಲವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯಾವುದರಿಂದಲೂ ದೂರ ಓಡಿಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ, ತನ್ನ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದಲೂ ದೂರ ಓಡಿಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ಜನರ ಕೊನೆಯ ಕಣ್ಣೀರ ಹನಿಯನ್ನು ಅಳಿಸುವ ತನಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾದ ನಾವು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆ–ಯುಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತರಬೇಕು, ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕು.
- ನಾವು ಕೇವಲ ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯದೆ, ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕರಾಗಬೇಕು. ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗ ಅದು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಆಗುತ್ತದೆ, ಆದರೂ ಕೂಡ ನಾವು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾರದೇ ಕಣ್ಣೀರನ್ನು ಕಂಡಾಗ ನಮ್ಮ ಮನ ಕಲಕಬೇಕು.
- ನಾವು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡಿದರೆ, ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬದಲಾಗಲು ಬಯಸಿದರೆ, ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅದಕ್ಕೆ ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ. ನಾವು ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ದಾಪುಗಾಲು ಹಾಕಬಹುದು, ನಮ್ಮ ಇಡೀ ಬದುಕನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ, ಈ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೇ ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕು.
- ನಾವು ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು, ಯಾವುದೇ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಿಂದ ಅಥವಾ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇಯಾದರೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನಿಗಳಲ್ಲ. ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಫಲರಾಗುತ್ತೇವೆ, ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೂಂಡಿರಬೇಕು. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದಾಗ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕರಾಗಿದ್ದಾಗ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ವಿಕಾಸಹೊಂದಿದ್ದಾಗ ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಿರುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೂಡಿದಾಗ, ನಾವು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತೇವೆ; ವಿವೇಕದಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತೇವೆ.

– ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5835
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	29.87 ಲಕ್ಷ
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	1269
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5.24 ಲಕ್ಷ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

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

ಬೆಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ಒಂದು ದಿನ

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಕಿಟಕಿಯಿಂದ ಹಾದುಬಂದಂತೆ, ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಎದ್ದೇಳಬೇಕಲ್ಲಾ ಎಂದು ಹಲುಬಿದೆ. ಗಡಿಯಾರವು ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ನಡೆಯಲಿ ಎಂಬ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಹೊದಿಕೆಯಿಂದ ಮುಸುಕುಹಾಕಿಕೊಂಡೆ. ನಸುಕಿನ ತನಕ ಪ್ರದರ್ಶನವೊಂದನ್ನು (TV show) ನೋಡಿದ ವರಸೆಗೆ ನನ್ನನ್ನು ನಾನೇ ಬೈದುಕೊಂಡೆ – ಕೆಟ್ಟ ನಿರ್ಧಾರವದು! ನನ್ನ ದಿಂಬಿನ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣೆಯ ಸೆಳೆತಕ್ಕೆ ಎದುರಾಗಿ ಸೆಣಸಾಡುತ್ತಾ, ಬಲವಂತವಾಗಿ ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಹೊರ ಬರುವಾಗ, ತಮ್ಮ ಅರ್ಧವಾರ್ಷಿಕ ರಜೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಕೆಳ ಅಂತಸ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಗುತ್ತಾ ಆಟವಾಡುತ್ತಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಅಸೂಯೆಯಾಯಿತು. ವಯಸ್ಕರಾಗಿ ಇರುವುದು ನಾನು ಊಹಿಸಿದಷ್ಟು ಸುಂದರವಾಗೇನಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಆಲೋಚನೆಗಳ ನಡುವೆ, ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ಅಕಸ್ಮಾತಾಗಿನೋಡಿದೆ. ನಾನು ತಡವಾಗಿದ್ದೆ. ತುಂಬಾ ತುಂಬಾ ತಡವಾಗಿದ್ದೆ.

ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದವರಿಗೆ ಬೆಳಗಿನ ಉಪಹಾರವನ್ನು ಮಾಡಲು ನಾನು ರಭಸದಿಂದ ಅಡಿಗೆಮನೆಗೆ ಹೋದೆ. ಕಾವಲಿಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಸೌಟು ದೋಸೆ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಹಾಕಿದೆ ಮತ್ತು ದೋಸೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಎಣ್ಣೆಯನ್ನು ಚಿಮುಕಿಸಿದೆ. ದೋಸೆಯನ್ನು ತಿರುವಿ ಹಾಕುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅದು ಸುಂದರವಾದ ಹೊನ್ನಿನ ಕಂದು ಬಣ್ಣ ಬರುವವರೆಗೂ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾದೆ. ಆದರೆ ನಾನು ದೋಸೆಯನ್ನು ತಿರುವಿ ಹಾಕಲು ಹೋದಾಗ, ಅದು ಮುರಿದು ಹೋಯಿತು. ಅದು ಸಮವಾಗಿ ಬೆಂದಿರಲಿಲ್ಲ. ಮುಂದಿನ ಎರಡು ದೋಸೆಗಳಿಗೂ ಕೂಡಾ ಅದೇ ಗತಿಯಾಯಿತು. ನನಗೆ ತಡವಾದ ಈ ದಿನವೇ ಏಕೆ ಹೀಗೆ ಆಗುತ್ತಿದೆ ಅಂದುಕೊಂಡೆ!

ನಂತರ, ಇನ್ನೊಂದು ದೋಸೆ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ನನ್ನ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ನನಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಗುವಂತೆ, ನಾನು ಮಾಡಿದ ಎಲ್ಲಾ ದೋಸೆಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬಂದವು. ನಾನು ಗೋಪ್ಯವಾಗಿ ನನ್ನ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದೆ.

ನನ್ನ ವಾಹನದ ಕಡೆಗೆ ಓಡುತ್ತಲೇ ನನ್ನ ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ನೋಡಿದೆ, ನಾನು ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಹೋಗುವುದು ತಡವಾಗುವುದೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ಬೆಂಗಳೂರಿನ, ಕ್ಷಮೆಯನ್ನೇ ತೋರದ ಅತಿ ಸಂಚಾರದಟ್ಟಣೆಯಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಚಾಲನೆ ಮಾಡಲು ಹೊರಟಿದ್ದೆ.

ನನ್ನ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆದುಕೊಂಡ ಆ ದೂರದರ್ಶನದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ದೂಷಿಸಿದೆ! ತಲುಪಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ತಲುಪಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಆ ರೀತಿ ಕೇಳುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿತ್ತು. ಚಾಲನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ನಾನು ಯಾವುದೇ ಸಂಚಾರವನ್ನು ನೋಡಲಿಲ್ಲ! ಇದು ಅಸಾಧ್ಯವೆನಿಸಿತು! ನಾನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ಹೊರಡುವ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದ ಸಂಚಾರ ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಆ ದಿನ ನಾನು ಸರಾಗವಾಗಿ ಚಾಲನೆ ಮಾಡಿ ತಲುಪಬೇಕಾದ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಬಹಳ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ತಲುಪಲು ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.

ನಾನು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಕಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡಾಗ, ನನ್ನ ಫೋನು ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು. ಅನುಭವವಿಲ್ಲದ ಇಂಜಿನಿಯರ್ ಮಾಡುವಂತೆಯೇ ನಾನೂ ಮಾಡಿದೆ – ಸ್ವಿಚ್ ಆಫ್ ಮಾಡಿ ಪುನಃ ಆನ್ ಮಾಡಿದೆ. ಆದರೆ ಆ ಸಮಸ್ಯೆ ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೇ ಬಗೆಹರಿಯದಿದ್ದಾಗ ನನಗೆ ನಿರಾಸೆಯಾಯಿತು. ನಾನು ಇದನ್ನೇ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಮಾಡಿದೆ. ಕೊನೆಗೆ, ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸ್ವಿಚ್ ಆಫ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ನನಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆಯೇ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ನಾನು ಪುನಃ ಆನ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಆ ಸಮಸ್ಯೆ ತಾನಾಗಿಯೇ ಬಗೆಹರಿದಿತ್ತು. ನನಗೆ ಏನೂ ತೋಚದಂತಾಯಿತು.

ಈ ಮೂರು ಘಟನೆಗಳನ್ನು ನಾನು ತರ್ಕಬದ್ಧವಾಗಿ ವಿವರಿಸಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ, ಆದರೆ, ಸತ್ಯವನ್ನು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೆ ತರ್ಕದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಅಚ್ಚರಿಗೊಂಡೆ. ಇದು ಬೆಳಕಿನ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಗುರುಗಳ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕೃಪೆಯಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾನು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಆಭಾರಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ, ವಿನೀತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಹೃದಯ ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

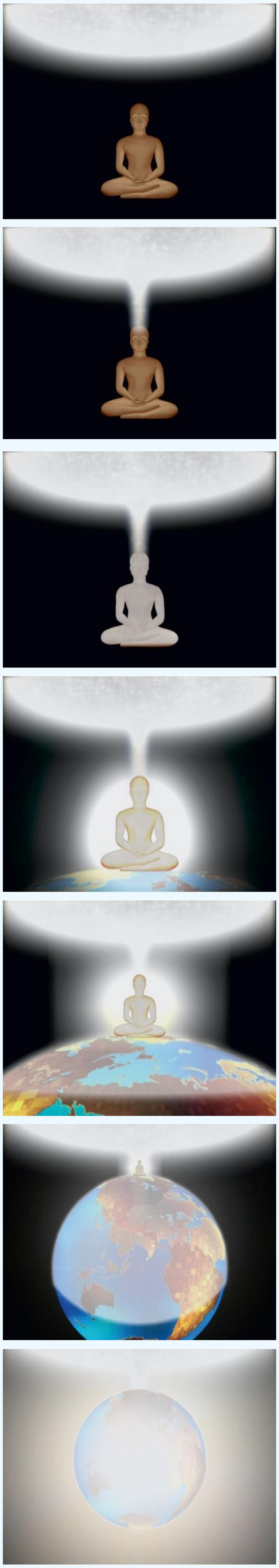
ನಮ್ಮ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಮತ್ತು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com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

ಸೋಲಾಪೂರ್
ಪ್ರತಿದಿನ (ಸಂಜೆ 7 – 7:30)
ಬಾಲಗಣೇಶ್ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇಠ್
ಮೊಹೋಲ್
ದೂ. 09860967066 ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ
09970800279 ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

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

ಪುಣೆ
ಭಾನುವಾರ (ಸಂಜೆ 4 – 4:30)
3 ಬಿ, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ
ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ–411016
ದೂ. 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 ಹೊರತರಲಾಯಿತು. ಈ ಎರಡೂ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ನನಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರ ಬಹಳ ಇಷ್ಟವಾಯಿತು. ನಾನು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಒಂದು ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆ-ಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ನನಗೆ ಅನುಭವವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

–ಸ್ಪರ್ಷ್ ರಂಹಿತ್ ಯಾದವ್, 4ನೇ ತರಗತಿ, ಐ ಇ ಎಸ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಮಾಧ್ಯಮ ಶಾಲೆ, ಮುಂಬೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ನೀರವತೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತರಬೇತುದಾರರ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾವ ಶಬ್ದವೂ ಇರಲಿಲ್ಲ.

–ಗಿರೀಶ್, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಪ್ರಕೃತಿ ವಿದ್ಯಾ ಮಂದಿರ್, ತುಮಕೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ತುಂಬಾ ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಸಮಾಧಾನವಾಗಿತ್ತು.

–ರೋಹಿತ್, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಪ್ರಕೃತಿ ವಿದ್ಯಾ ಮಂದಿರ್, ತುಮಕೂರು

ಹಿಂದೆ ನಾನು ಜನರೊಂದಿಗೆ ಒರಟಾಗಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿದೆ. ಈಗ ನಾನು ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ವಿನಯದಿಂದ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇನೆ. ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಒರಟಾಗಿ ವರ್ತಿಸಿದರೆ, ತಕ್ಷಣ ಕ್ಷಮೆಯಾಚಿಸುತ್ತೇನೆ.

–ಪ್ರಿಯ ಸಾಥೆ, 6ನೇ ತರಗತಿ, ಪಿ ಸಿ ಎಮ್ ಸಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ನಾನು ದಿನದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಾರಿ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ನಾನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ದೇಹದೊಳಗೆ, ತಲೆಯಿಂದ ಕಾಲು ಬೆರಳಿನವರೆಗೂ ಬೆಳಕು ಹಾದು ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಪಕ್ಷಿಯಾಗಿ ಎತ್ತರೆತ್ತರಕ್ಕೆ ಹಾರುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

–ಶ್ವೇತ, 10ನೇ ತರಗತಿ, ವಿಶ್ವ ಭಾರತಿ ಸ್ಕೂಲ್,

ನಾನು ಸಂಬಂಧಿಕರೊಬ್ಬರ ಸಮಾರಂಭಕ್ಕೆ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಸ್ವಾಗತ ಸಿಕ್ಕಿತ್ತಲ್ಲದೆ, ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ತೋರಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಬಹಳ ಸಮಯದಿಂದ ಪರಿಚಯವಿರುವವರಂತೆ ನಾವಿಬ್ಬರು ಮಾತನಾಡಿದೆವು. ಬೇರೆಯವರೂ ಕೂಡ ನನ್ನ ಜೊತೆ ಆರಾಮವಾಗಿದ್ದರು. ಇದು, ನನ್ನ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯೊಳಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದರ ಪ್ರಭಾವ ವೆಂದು ನಂತರ ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಯಿತು. ಇದೆಲ್ಲಾ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯ ಗುರೂಜಿ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ, ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಸಂಭವಿಸಿತು.

–ಶಾರದ ಮಾ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಈ ವರ್ಷದ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳಿಗೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ 8 ಗಂಟೆಗೆ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಡುವ ಯೋಜನೆ ಮಾಡಿದ್ದೆವು. ಎಂದಿನಂತೆ ನಾನು ಬೆಳಗ್ಗೆ ಬೇಗ ಎದ್ದೆ, ಆದರೆ ಸುಮಾರು 5.50ರ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ತೀವ್ರವಾದ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವಿನಿಂದ ಬಳಲಿದೆ. ನಾನು ನಡುಗುತ್ತಿದ್ದೆ ಹಾಗೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಮಂಚದ ಮೇಲೆ ಮಲಗಿಕೊಂಡು ಬೆಳಗಿನ ಉಪಹಾರ ಹೇಗೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮಗಳನ್ನು ಶಾಲೆಗೆ ಹೇಗೆ ಕಳುಹಿಸುವುದು ಎಂದು ಚಿಂತೆಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಪತಿ ನೋವಿಗೆ ಒಂದು ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು, ಆದರೆ ನಾನು ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ. ಈ ವಿಶೇಷವಾದ ದಿನದಂದು ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದೆಂದು ಕೊಂಡೆ. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಬೆಳಕಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ಅರ್ಧ ಗಂಟೆಯ ನಂತರ, ನನ್ನ ನೋವು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಯಿತು ಹಾಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ ಮಾಯವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮುಗಿಸಿ 8 ಗಂಟೆಗೆ ಹೊರಡಲು ಸಿದ್ಧಳಾದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಕೃಪೆ ಮತ್ತು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರ ಆಶೀರ್ವಾದದಿಂದ ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದು ಪವಾಡದಂತೆ ನಡೆಯಿತು. ಮೊದಲೆ ನಿಗದಿಯಾದಂತೆ ನಾವು ಎಲ್ಲಾ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದೆವು ಹಾಗೂ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುವಾಗ ಇನ್ನೂ ಒಂದು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲು ಅವಕಾಶ ದೊರೆತದ್ದು ಕೂಡ ಮತ್ತೊಂದು ಪವಾಡವಾಗಿತ್ತು.

–ಸುಪ್ರಜ ಚಂದ್ರನ್, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಮನವಿ

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

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 ಮಾಲೀಕರು; ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು-ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು – 560077, ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ