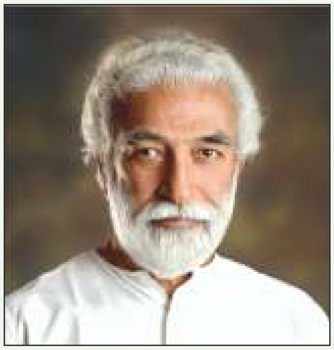
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 10, ಸಂಚಿಕೆ 3 ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಮೇ–ಜೂನ್ 2022



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 – ಡಿಸೆಂಬರ್ 29, 1996)

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ನಮ್ಮ ಅಂತರಾತ್ಮವು ಬಹಳ ಶುದ್ಧವಾದುದು. ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ. ಅದು ಸದಾ ಸಂತೋಷವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಮಸ್ಯೆಯಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಹೊರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಾದ ಅಹಂನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಅದು ತದ್ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಅಂತರಾತ್ಮ ಮತ್ತು ಹೊರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಮ್ಮ ಹೊರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವು ಪ್ರಭಾವಿತವಾಗುತ್ತದೆ, ಅಂದರೆ ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಆತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದು ಶ್ರುತಿಗೊಂಡಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ, ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಮೌನದಲ್ಲಿ, ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಅಂತರಾತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಮೌನವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡೋಣ. ಇದು, ವಿಶ್ವದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿರುವ, ದೇವರೇ ಆಗಿರುವ, ನಮ್ಮ ಅಂತರಾತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಅಂತರಾತ್ಮದೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಆಗ, ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಅಜ್ಞಾನಗಳೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಸಂಘರ್ಷಗಳೂ ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಶುದ್ಧವಾದ ಆನಂದವಿರುತ್ತದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಈ ಸಂಬಂಧವು ಶುದ್ಧವಾದ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಇದೇ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸಾಧನೆಯ, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಗುರಿಗಳ ಸಾರ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಪ್ರತಿ ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರದಂದು ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಒಬ್ಬರು ತಾವು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಹಳ ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ನನಗೆ ವಿವರಿಸಿದರು. ಆತನ ನಂಬಿಕೆ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆ ನನ್ನ ಮನವನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಮುಟ್ಟಿತು. ತಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿದ ಈ ಮೂರನೇ ಭಾನವಾರದ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಿದುದರ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಹೊಸ ಆಕಾಂಕ್ಷಿಗಳು ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕರು ತಾವು ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ವರದಿ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬಹುತೇಕ ಮಂದಿ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಆಳವಾದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವರು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಪವಾಡದಂತಹ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಮೇ 18, 2008ರಂದು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನದ 14 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ನಾವು ಪೂರೈಸಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲಕ್ಕೆ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಜನ್ಮ ದಿನವಾದ ಮೇ 18ರಂದು ಅವರ ಆಶೀರ್ವಾದವನ್ನು ಬೇಡುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಒಬ್ಬರು, ತಮ್ಮ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಬಾಧ್ಯತೆಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ, ತಮ್ಮ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅನಾರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕಳಪೆ ಬೆಳೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದ ತಮ್ಮ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅವರು ಚಿಂತಿತರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳಿಗೆ ಮೌನವಾಗಿ, ಬಹಳ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಅವರು ಅಚ್ಚರಿಗೊಳ್ಳುವಂತೆ, ಕೆಲವೇ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳ ಆರೋಗ್ಯವು ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿತು. ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಹುಲುಸಾದ ಬೆಳೆ ಪಡೆದುದನ್ನು ಕಂಡು ಬೆರಗಾದರು. ಈಗ ಅವರು ಆ ಫಸಲಿನ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ! ಅವರು ಬೆಳಕಿಗೆ ಅನಂತಾನಂತ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿದರು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಅನುಭವವನ್ನು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು.

ಬೆಳಕು ಕೇವಲ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರ ವಿಧಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಸಮಾಜಗಳಿಗೆ, ದೇಶಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸಬಲ್ಲದು. 'ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಸಾಧ್ಯ' ಎಂಬ ಗುರೂಜಿಯವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನಾನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲಿನ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ದೈವಿಕ ತಂತ್ರವೊಂದನ್ನು ನಮಗೆ ನೀಡಿದ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಅವರ ಜನ್ಮದಿನದಂದು ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

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

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ದೈವಿಕ ಪ್ರೀತಿಯು ಅತ್ಯುನ್ನತ ಮಟ್ಟದ್ದು. ಅದು ಬೇಷರತ್ತಾದದ್ದು ಮತ್ತು ಬೇಡಿಕೆ ರಹಿತವಾದದ್ದು. ಕೇವಲ ದೈವಿಕ ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ.
- ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗರಿಷ್ಠ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಒಳಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಒಳಗೆ ಅದರ ಹರಿವು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿದ್ದು ಗರಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕ ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆ, ಪ್ರಾಣವು ಮೆದುಳೂ ಸೇರಿದಂತೆ, ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳಿಗೂ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ದಕ್ಷತೆ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ.
- ಸಾಧನೆ ಎಂದರೆ ನಾವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶರಣಾಗು-ವುದು. ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸು-ವುದು. ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುವುದು. ಇದು ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲ, ಎಂದು ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಏನಾದರೂ ಸಾಧಿಸಿದರೆ, ಅದು ಕೇವಲ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸಾಧನೆ ಮಾತ್ರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ, ಅದು ಸಮಸ್ತ ಮಾನವ ಜನಾಂಗದ ಸಾಧನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಲಯಗಳೆರಡಕ್ಕೂ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಮ್ಮ ಮೂಲಸ್ವರೂಪ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮಾರು ಹೋಗಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ, ನಾವು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ.
- ಯಾವುದನ್ನೂ ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೇಲೆ ಹೇರಬಾರದು. ಅದು ಎಷ್ಟೇ ಉತ್ತಮವಾದದ್ದಾದರೂ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಒಪ್ಪಬೇಕು.
- ಬಂಧನ ಅಥವಾ ಸ್ವಾಮ್ಯತೆ ಇಲ್ಲದೆ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಹಾನ್ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದೇ ವೈರಾಗ್ಯ. ಅದು ಕೇವಲ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದಾ-ಗಿದೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿ-ಕೊಳ್ಳುವವರು ಜೀವನವನ್ನು ಆರಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ, ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ ಗೌರವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಜೀವನವನ್ನು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸು-ತ್ತಾರೆ. ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ಜೀವನದ ನಿರಾಕರಣೆ ಎಂದು ಎಂದಿಗೂ ತಪ್ಪಾಗಿ ಗ್ರಹಿಸಬಾರದು.
- ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆಗಳು ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳು ಒತ್ತಡವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರ ಅನೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ; ಜೀವನದ ಆದ್ಯತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಇಲ್ಲ. ನಿಜವಾದ ಶಾಂತಿ ಬೇಕಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಾವು ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿ ಕೊಂಡು ಸಮನ್ವಯ ಸಾಧಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಶಾಂತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.
- ವೈವಿಧ್ಯತೆಯು ಈ ಲೋಕದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆ. ವೈವಿಧ್ಯತೆ-ಯಲ್ಲಿ ಸೌಂದರ್ಯವಿದೆ. ವಿಧವಿಧವಾದ ಗಿಡಗಳು, ಹಕ್ಕಿಗಳು, ಬೆಟ್ಟಗಳು, ನದಿಗಳು, ಬಣ್ಣಗಳು, ಸಂಗೀತದ ಸ್ವರಚಿಹ್ನೆಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಈ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ಈ ಲೋಕದ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನು ತಾನೇ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ವೈವಿಧ್ಯತೆಯು ಅವನ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಪುಣೆಯ ಚಕನ್ ಕಾರ್ಪೋರೇಷನ್‌ನ ನೌಕರರು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಏಪ್ರಿಲ್ 11, 2022ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

ಅಮರಾವತಿಯ ಹೆಲ್ತ್ ಕ್ಲಬ್‌ವೊಂದರ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರು ಏಪ್ರಿಲ್ 15, 2022ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

ಪುಣೆಯ ನಂದಿ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನ ಶಿಕ್ಷಕಿಯರು ಮಹಿಳಾ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಮಾರ್ಚ್ 8, 2022ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

ಶ್ರೀ ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು 20 ಮಾರ್ಚ್ 2022

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ನಾವು ಒಬ್ಬ ಕೆಟ್ಟ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಅವರನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಬಹುದೇ? ಎಂದು ಒಬ್ಬರು ನನ್ನನ್ನು ಕೇಳಿದರು. ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಬಹಳ ಸರಳವಾಗಿರ–ಬಾರದೇ ಎಂದು ನನಗನಿಸಿತು. ಅದು ಕೇವಲ 'ಹೌದು' ಅಥವಾ 'ಇಲ್ಲ' ಎಂದಾಗಿರಬಾರದೇ ಎಂದು ನನಗನಿಸಿತು. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ವಿವರಣೆ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಅದು ನಾವು ಯಾವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇವೆಯೋ ಅವರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುವ ಮೂಲಕ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿನ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದಲು ಒಂದು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಸದಾ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿದೆ ಎಂಬುದು ತಿಳಿದಿದೆ. ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಭಗವಂತನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆತ್ಮಕ್ಕೂ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿ ನೀಡಿದ್ದಾನೆ. ನಾವು ಕಳುಹಿಸುವ ಬೆಳಕು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೆಳಕು ತನ್ನೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಅನುಮತಿ ನೀಡಬೇಕು. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಆ ಆತ್ಮವು ಅನುಮತಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಬೆಳಕು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಬಹುದು. ಬೆಳಕು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ, ಆತನಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿರ್ಧರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಸದಾ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವ ಮೂಲಕ, ನಾವು ಮೌನವಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಕೈಲಾದುದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳಕು ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜೊತೆ ಸಂವಾದ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಿದ್ಧವಿದ್ದರೆ, ಆಗ ಆತನು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಬರುತ್ತಿರುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಕ್ರಮೇಣ ಬದಲಾಗುತ್ತಾನೆ.

ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಮಗೂ ಇದೇ ರೀತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಜಗತ್ತಿಗೆ ಹರಡುವ ಮುಂಚೆ ಬೆಳಕನ್ನು ನಾವು ಮೊದಲು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ, ಇದೇ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ನಮ್ಮೊಳಗೂ ಜರಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೆ, ನಾವು ಕ್ರಮೇಣ ಬದಲಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಜಗತ್ತು ರಾತ್ರೋರಾತ್ರಿ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಬದಲಾವಣೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಶುರುವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದಾಗ ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಈ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೇರಿದಾಗ, ಬದಲಾವಣೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಹೆಚ್ಚು ವೇಗವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಅದೇ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಾಗ, ಒಂದೇ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗುತ್ತೇವೆಯೇ? ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಬದಲಾವಣೆಯ, ಪರಿವರ್ತನೆಯ ವೇಗ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಜಗತ್ತಿನ ಬದಲಾವಣೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ತ್ವರಿತಗೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದರೆ, ಜಗತ್ತು ಬೇಗನೆ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದರೆ, ನಮ್ಮೊಳಗಿನ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತ್ವರಿತಗೊಳಿಸುವುದು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದು. ನಾವು ಬದಲಾದಾಗ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಪಂಚವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಬದಲಾವಣೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಜೀವಂತವಾಗಿಡಲು ನಾವು ನಿಯತವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಒಂದು ಬಾರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಲದು ಎಂದು ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಹೇಳುವುದು. ನಾವು ಬಿಡದೆ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಬೇಕು. ನಾವು ಸತತವಾಗಿ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಲು ಕೂಡ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.

ಸ್ವಯಂ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇತರರು ಬದಲಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಎರಡು ಭಾಗಗಳಿವೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಕಳುಹಿಸುವುದು ಒಂದು ಭಾಗ. ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಬದಲಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಇನ್ನೊಂದು ಭಾಗ. ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ, ನಾವು ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನಾವು ಇತರರ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಗಮನವಿಡುವುದರ ಬದಲು, ನಮ್ಮ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಗಮನವಿಡೋಣ ಎಂದು ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಸಲಹೆ ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಇತರರನ್ನು ಮತ್ತು ಜಗತ್ತನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಅವಕಾಶ ನಮಗೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ■

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

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

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

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

ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

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.

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: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಪುಣೆಯ ಕಲ್ಮಾಡಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕಿಯಾ-ಗಿರುವ ಶ್ರೀಮತಿ ಅತ್ರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ತರಗತಿಯವರಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಲಿಸಿದ್ದೆವು. ಅದೇ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೀಮತಿ ನಜ್ನೀನ್‌ರವರು ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಾಗಿದ್ದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮಾದರಿಯ ಗಡ್ಡೆಯಿಂದ ಯಾತನೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದು ಬಹಳ ನೋವಿನಲ್ಲಿದ್ದರು. ಶ್ರೀಮತಿ ಅತ್ರೆಯವರು ಆಕೆಗೆ ಹೀಲಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಪವಾಡ ಸದೃಶದಂತೆ, ಕಳೆದ ಕೆಲವು ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಸಿದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ತರಹದ ಗಡ್ಡೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯು ನಕಾರವಾಗಿತ್ತು. ಈಗ ಆಕೆಗೆ ನೋವಿಲ್ಲ. ಅವರು ಬೆಳಕಿಗೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ಆಭಾರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ.

-ಸಂತೋಷ್ ಕೋರೆ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ನೆನ್ನೆ ನಾನು ಒಬ್ಬ ಬುದ್ಧಿಮಾಂದ್ಯ ಬಾಲಕ ಮತ್ತು ಅವನ ತಾಯಿಯ ಜೊತೆಗೂಡಿ ನಮ್ಮ ತಂಡದ ನಿಯತವಾದ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ನೆನ್ನೆ ಆಕೆಯ ಮಗ ಅವನ ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ, ಅದರಲ್ಲೂ ಅವನ ವಾಕ್‌ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತೋರಿದ ಎಂದು ಆಕೆ ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಅವನು ತನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರ ಜನರೊಂದಿಗಿನ ತನ್ನ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ. ಆಕೆಯ ಪತಿ ಅವನ ಈ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಂತೋಷ ಪಟ್ಟರು. ಆಕೆ ನನಗೆ ವಂದಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಗ್ರೂಪ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸಿದರು.

-ಮೈತ್ರೇಯಿ ಶಶಾಂಕ್, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ನನ್ನ ಕಟ್ಟಡದ ನಿವಾಸಿಯೊಬ್ಬರು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ನ ಪೂರ್ವ ಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರು. ನಾನು ಆತನಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಕೆಲವು ವಾರಗಳ ನಂತರ ಆತನ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಕಂಡೆ.

ನನ್ನ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ನಾಂದೇಡ್ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸರ್‌ಸಮ್ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ-ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸು-ತ್ತಿದ್ದರು. ಹಾಗಾಗಿ ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಈಗ ಅವರು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಸಂತೋಷ-ವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಹುಲುಸಾದ ಬೆಳೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಫಸಲಿನಿಂದ ಅವರು ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ!

-ರಾಹುಲ್ ಸರ್ಸಂಕರ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ರವರು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿರುವ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚಿಂತನೆಯ ಪ್ರಭಾವವು ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡಿದೆ. ಇದು, ಸಂತೋಷ, ಮನಸ್ಸಿನ ನೆಮ್ಮದಿ ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಯನ್ನೂ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಲ್ಲದ, ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರತ್ತ ಕರೆದೊಯ್ಯುವ ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಸಾಧನ.

ಇದನ್ನು ಸದಾ ಅವಲಂಬಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ, ನಾವು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು; ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಶಾಂತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸರಳವಾದ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂತೋಷದಿಂದ ನಡೆಸಲು ಬೆಳಕು ಬಹಳ ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾನು ನಿಜವಾಗಲೂ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನ್ವೇಷಕಳಾಗಿ ನಾನು ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬ ಶಿಕ್ಷಕಿಯಾಗಿ ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ.

- ವಿಜಯಶ್ರೀ ಮಹಾದಿಕ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

ನನಗೆ ಬೇಳಿಗ್ಗೆಯ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು, ಇಂಡಕ್ಷನ್ ಒಲೆಗೆ ಹೊಂದಬಲ್ಲ ಒಂದು ಬಾಣಲೆಯ ಅಗತ್ಯವಿತ್ತು. ಇಂಡಕ್ಷನ್ ಒಲೆಗೆ ಹೊಂದಬಲ್ಲ ಒಂದು ಬಾಣಲೆ ಮತ್ತು ಎರಡು ಹಿಡಿಬಟ್ಟಲುಗಳ ಸೆಟ್ ಒಂದನ್ನು ಖರೀದಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಇಂಡಕ್ಷನ್ ಒಲೆಗೆ ಅವು ಯಾವುದೂ ಸರಿ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದು ನನಗೆ ಬಹಳ ನಿರಾಶೆಯಾಯಿತು. ಅನೇಕ ಬಾಣಲೆಗಳನ್ನು ಕೂಡಿಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬದಲಿಗೆ, ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದ ಒಂದೇ ಒಂದು ಬಗೆಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿದೆ. ನಾನು ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬೆಳಕಿಗೆ ವಿವರಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದೆ. ನಂತರ ಬಾಣಲೆಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಇಂಡಕ್ಷನ್ ಒಲೆಯ ಮೇಲೆ ಇರಿಸಿದೆ. ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿತು! ಇದರಿಂದ ಉತ್ತೇಜನಗೊಂಡು, ಅದೇ ಲೋಹ ಮತ್ತು ತಳದಿಂದ ಮಾಡಲಾಗಿದ್ದ ಉಳಿದ ಎರಡು ಹಿಡಿಬಟ್ಟಲುಗಳೊಂದಿಗೆ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಅವು ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ನಿಜವಾದ ಅಗತ್ಯವು ಪೂರೈಸಿತ್ತು. ಹಿಡಿಬಟ್ಟಲುಗಳು ನನ್ನ ತಕ್ಷಣದ ಅಗತ್ಯಗಳಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿದೆ!

- ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್

2012ರ ನವೆಂಬರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕುಕ್ ಟೌನ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಹತ್ತಿರದ ದೇವಸ್ಥಾನವೊಂದರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರ ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾದೆ. ಅಂದಿನಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ಸಾಯಂಕಾಲ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಹಳ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಈಗ ಇದು ನನ್ನ ದಿನಚರಿಯಾಗಿದೆ. ಇದು ನನ್ನ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

-ಶಾಂತಿ ರಾವ್, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

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