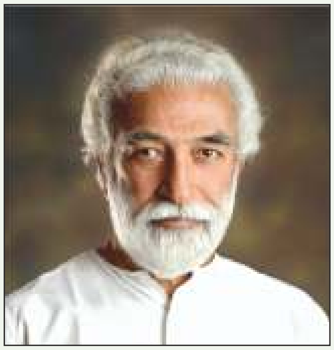
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 12, ಸಂಚಿಕೆ 1 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಜನವರಿ–ಫೆಬ್ರುವರಿ 2024



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 ಚೈತನ್ಯ ಗಳನ್ನು, 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 ಕನಿಷ್ಠ 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

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಜೂನ್ 17, 2012)

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಬಹುದೆ?

ಮಾಡಬಹುದು. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಿಮಗೆ ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ; ನಿಮಗೆ ಮನುಕುಲದ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೀತಿಯಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಇದರ ಅರ್ಥ.

ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದು ಗುಣಪಡಿಸುವಿಕೆಯ (ಹೀಲಿಂಗ್) ಒಂದು ಕ್ರಿಯೆ ಕೂಡಾ ಆಗಿದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ನಮ್ಮನ್ನೂ, ಇತರರನ್ನೂ ಹಾಗೂ ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದು ಕೃತಜ್ಞತೆಯ ಒಂದು ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಯಿಂದ, ಸಮಾಜದಿಂದ, ನಮ್ಮದೇ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರಿಂದ, ಇನ್ನೂ ಅನೇಕರಿಂದ ಹಾಗೂ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನೋಪಾಯಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದ ಶಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಶಕ್ತಿಗಳ ಹಿಂದಿರುವ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೆ ನಾವು ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

ಸಮಾಜದಿಂದ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೆಲ್ಲವನ್ನು ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ವಾಪಸ್ಸು ನೀಡುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಹಾಗಾಗಿ, ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು, ನೀವು ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಮುಂದೆ ತಂದಿರುವುದೇ ಬೆಳಕು ಎಂಬುದನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಳಕು ಒಂದು ಪರಮೋಚ್ಚ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಪರಮೋಚ್ಚ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದು ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ನಿಯಮಬದ್ಧವಾಗಿ ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು, ನಿಮ್ಮ ಜೀವನ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನೊಳಗೊಂಡಂತೆ, ಎಲ್ಲಾ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಹಿಂದಿರುವ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ. ಬೆಳಕೇ ದೇವರು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಹೆಚ್ಚಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ವಿಧಿಯನ್ನು ನಾವು ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಾಮೂಹಿಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಸಾಮೂಹಿಕ ವಿಧಿಯನ್ನೂ ಸಹ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜಾಗೃತಿಯು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಹರಡಿರುವುದರಿಂದ, ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಂದಿಯು ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಧ್ಯಾನವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಮಾನವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು, ನಾವು 14ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವನ್ನು ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2024ರಂದು ಆಚರಿಸಲಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಸುಮಾರು 10 ಲಕ್ಷ ಶಾಲಾಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ಕನಿಷ್ಠ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಿಮಗೆ ಅನುಕೂಲಕರವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಿ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಪ್ರಚಾರದಿಂದ ದೂರವುಳಿದ ಮತ್ತು ಮಾನವಕುಲಕ್ಕಾಗಿ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ್ಟರ್ ಆಗಿದ್ದರು. ಇವರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸದ ಹಿಂದಿರುವ ದೊಡ್ಡ ಶಕ್ತಿ. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ, ಇವರ ಜನ್ಮದಿನವಾದ ಫೆಬ್ರವರಿ 1ರಂದು ನಾವು ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವನ್ನು (World Channels Day) ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು, ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಅವರು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ನೀಡಿದ ಕೊಡುಗೆಗಾಗಿ ವಿಶೇಷ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುವುದಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪ್ರತಿ ಹೊಸ ವರ್ಷವು, ಹೊಸ ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ತರುವ ಮತ್ತೊಂದು ಅವಕಾಶವಾಗಿದೆ. ಸುತ್ತಲೂ ನಿರಾಶಾದಾಯಕ ಸುದ್ದಿಗಳಿದ್ದರೂ, ನಾವು ಉತ್ತಮ ನಾಳೆಯ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬಾರದು ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ಆ ಚಿತ್ರಣವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡಾಗ, ನಮಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿಗಾಗಿ ಒಂದು ಹೊಸ ವಿಧಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಂಬಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತರೋಣ ಮತ್ತು ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸೋಣ.

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

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

❖ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯಾವುದೇ ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಸಂದರ್ಭವನ್ನೂ ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲ. ಸಂಕೀರ್ಣವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತಾನೆ ಎನ್ನುವುದು ಆತನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಬುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

❖ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬದಲಾಗಲು ಬಯಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಅಡೆತಡೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

❖ ಅಂತರ್ದೃಷ್ಟಿಯ ದರ್ಶನಗಳು (Visions) ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕೇವಲ ನಮ್ಮ ವರ್ತನೆ, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ.

❖ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರದ ಅತಿ ಚಿಕ್ಕ ಕಣ ಎಂಬ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಈ ಸುವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾದ ಹಾಗೂ ಸುಂದರವಾದ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಹಿಂದೆ ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯೊಂದು ಇದೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ನಮ್ಮನ್ನು ವಿನಮ್ರರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲು ಸಾಕು.

❖ ನಾವು ಜನ್ಮತಃ ಮುಗ್ಧರು. ನಾವು ಬೆಳೆದಂತೆ ಆ ಮುಗ್ಧತೆಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಿದರೆ, ಮೊದಲಿನ ಮುಗ್ಧತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತೇವೆ.

❖ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬೇಕಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಅಹಂ(ego)ಗೆ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಿಡಬೇಡಿ, ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ಅಥವಾ ಆಲೋಚನೆಯು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆದೇಶಿಸಲು ಎಂದಿಗೂ ಅವಕಾಶ ನೀಡಬೇಡಿ.

❖ ಈ ಬದುಕಿನ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿನ ತಾತ್ಕಾಲಿಕತೆಯನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು, ದೈವದ ಶಾಶ್ವತತೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಾವು ವೈರಾಗ್ಯವನ್ನು ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

❖ ಭಕ್ತಿಯು ಭಾವನೆಗಿಂತಲೂ ಮಿಗಿಲಾದುದು. ಅದು ಪ್ರೀತಿ, ಗೌರವ ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತಿಯ ಸಂಯೋಜನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಭಕ್ತಿಯು ಸ್ವೀಕಾರದಿಂದ ಮತ್ತು ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ.

❖ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳು ಜನರನ್ನು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ನಾವು ಇದರ ವಿರುದ್ಧವಾದುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ, ಅದು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಂಪನಗಳ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

❖ ಅತಿರೇಕದ ಭಾವನೆಗಳು ಮನಸ್ಸಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅತಿರೇಕದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಈ ಅತಿರೇಕದ ಅನುಭವಗಳು ಸಂವಹನ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಬಂಧಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಬಂಧಗಳಿರುವ ಮಾರ್ಗಗಳಿಂದಾಗಿ, ನಾವು ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಸ್ಮೃತಿಕೋಶದಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನೆನಪು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

❖ ಧ್ಯಾನವು ವಿವೇಕವನ್ನು, ಅಂತಃಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಂದ ನಾವು ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು, ನಾವು ಸರಿಯಾದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದರಿಂದ ನಮಗೆ ಶಾಂತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ರಾಜಾಜಿನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಶಾಲೆಯೊಂದರ ಮಕ್ಕಳು ನವೆಂಬರ್ 21, 2023ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು.

ಪುಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶಾಲೆಯೊಂದರ ಮಕ್ಕಳು ಡಿಸೆಂಬರ್ 1, 2023ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು.

ಮುಂಬೈನಲ್ಲಿರುವ ಶಾಲೆಯೊಂದರ 5, 6 ಮತ್ತು 10ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ವೊಂದನ್ನು ಡಿಸೆಂಬರ್ 2, 2023 ರಂದು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದ ದೌನ್ಡ್ ನಲ್ಲಿರುವ ಶಾಲೆಯೊಂದರ ಮಕ್ಕಳು ನವೆಂಬರ್ 25, 2023ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು.

ಬೆಳಕಿನ ವಿಸ್ತೃತ ರೂಪ

ಮನೋಜ್ ಕುಮಾರ್ ಚೋಪ್ರಾ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಮನುಷ್ಯರಾದ ನಾವು ಬಾಲಿಶವಾದ ಭೌತಿಕ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಕುರುಡು ತರ್ಕದ ಮೇಲೆ ಅತಿಯಾಗಿ ಅವಲಂಬಿತರಾದೆವು. ತರ್ಕಕ್ಕೆ ಮೀರಿದ ಉನ್ನತವಾದ ಸತ್ಯಗಳಿವೆ. ನಾವು ಜಗತ್ತಿನ ಸುತ್ತಲೂ ಒಮ್ಮೆ ನೋಡಿದರೆ ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೂ ಭರವಸೆ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ತರ್ಕವು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಯುದ್ಧಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕದಡುವ ಹಲವಾರು ಘಟನೆಗಳು ಉತ್ತಮ ನಾಳೆಯ ಬಗೆಗಿನ ನಮ್ಮ ಭರವಸೆಯನ್ನು ನುಚ್ಚುನೂರಾಗಿಸುತ್ತಿವೆ. ಈ ಮಾನವಕುಲದ ಅಸಹಾಯಕತೆಯನ್ನು, ವಿನಾಶವನ್ನು, ಯುದ್ಧವನ್ನು ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ-ನಾಶವನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಆಸ್ಟ್ರಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ನೋಡಿದ್ದಾರೆ. ಸೂರ್ಯೋದಯದ ಮುನ್ನ ಯಾವಾಗಲೂ ಗಾಢವಾದ ಅಂಧಕಾರವಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಅವರು ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ನಾಳೆಯ ಕುರಿತು ಅವರಿಗೆ ಭರವಸೆ ಇದೆ. ಇದೊಂದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಹಂತ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ ಹಾಗೂ ಈ ಹಂತವನ್ನು ದಾಟಿದ ನಂತರ ನವಯುಗವು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮಾನವಕುಲಕ್ಕಾಗಿ ಅವರೊಂದು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಆಸ್ಟ್ರಲ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ನೋವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಅವರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಮಾನವಕುಲವು ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳಲು ಅವರು ಅವಿರತವಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಹಾಗೂ ಭೌತಿಕ ಎರಡೂ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅವರು ವಿಶೇಷವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹೊಸ ವಾಸ್ತವಗಳಿಗೆ ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆ ಹೊಂದಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅವರು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಜನಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಅವರ ವಿಕಸನ ಮತ್ತು ಜಾಗೃತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ, ಅವರ ಕೆಲಸ ಅಗಾಧವಾಗಿದೆ.

ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಈಗಾಗಲೇ ಜಾಗೃತರಾಗಿರುವ ಜನರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಇತರರು ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳಲು ಸಂಯಮದಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ನವ ಯುಗದಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ ಇದು ಜಾಗೃತಗೊಳ್ಳಲೇ ಬೇಕಾದ ಸಮಯ ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವನ್ನು ನಮಗೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಈಗಾಗಲೆ ಇರುವ ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪುನ: ಪರಿಚಯಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಕೇವಲ ಬೆಳಕು ಮಾತ್ರ ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ನೀಗಬಲ್ಲದು ಮತ್ತು ಮಹತ್ತರವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಲ್ಲದು ಎನ್ನುವುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಅವರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದರು. ಇದೊಂದು ಸಂಕೀರ್ಣ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಹಲವಾರು ಯುಗಗಳಿಂದ ಇಂತಹ ಜಾಗೃತಿಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಅವರು ನೈಪುಣ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಅವರ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗಲು ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಹಬ್ಬಿಕೊಂಡಿರುವ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ವಿವಿಧ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನೆರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ತಂಡವೊಂದಿದೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಹರಡುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತರಲು ಮತ್ತು ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮಾನಸ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಹಲವಾರು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ದಣಿವರಿಯದೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ, ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇನ್ನಿತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ಹಲವಾರು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಅವರ ಧ್ಯೇಯವಾಗಿದೆ. ಅವರು ತಮ್ಮ ಮಾಸ್ಟರ್ ಆದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರ ಕನಸನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಅವರು ವಿಶೇಷ ಪ್ರಯತ್ನಗಳೊಂದಿಗೆ ಫೆಬ್ರವರಿ 1ರಂದು ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನವನ್ನು (World Channels Day) ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಸಮೂಹಿಕ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ನ ದಿನವಾಗಿದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಕೆಳಗೆ ತಂದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದು ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನದ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ.

ನಾವು ಸಮ್ಮತಿಸಲಿ ಅಥವಾ ಸಮ್ಮತಿಸದೇ ಇರಲಿ 'ಇರುವಿಕೆ'ಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ಇದೆ. ನಾವು ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಬೆಳಕಿನ ಕಣಗಳು. ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ 'ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾಗಿಲುಗಳು' ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿರುವ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. "ನಾನು ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಕೆಳಗೆ ನೋಡಿದಾಗ, ಎಲ್ಲವೂ ಅವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಹೋದಾಗ, ಎಲ್ಲವೂ ವೈಶಾಲ್ಯತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೂ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಮಾತ್ರ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಆ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಇತ್ತು. ನಾನು ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗೂ ನಾನು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ನೋಡಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದ್ದೆ!" ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ.

ನಾವು ಕಾಲಗತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಬೆಳಕಿನ ವಿಸ್ತೃತ ರೂಪವು ಪುನಃ ನೆಲೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ■

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 3 ರಿಂದ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿಸು-ವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್‌ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5877
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	30.04 ಲಕ್ಷ
ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳು	:	550
ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳು	:	2.37 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.

ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ

1ನೇ ಫೆಬ್ರುವರಿ 2024

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಿಂದ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ

ಒಂದು ಮನವಿ

ಮಾನ್ಯರೇ,

ಫೆಬ್ರುವರಿ 1, 2024 ರಂದು 14ನೇ 'ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಅನುಕೂಲವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಸಂಚಲನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

1. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಪರಿಚಯಿಸಿ:

ಈ ದಿನ 'ವಿಶ್ವಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'. ಈ ದಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಭೂಮಾತೆಯ ಮೇಲೆ ಹರಡುವ ದಿನ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲಿ ಎಂಬ ಒಂದು ಬಲವಾದ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 5 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಈ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

2. ಕೆಳಕಂಡ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ 3 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿ:

- ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ, ವಿಶ್ರಮಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಬೆಳಕು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಇಳಿದು ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ನಂತರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು 1 ನಿಮಿಷ ಕಾಲ ಅನುಭವಿಸಿ.
- ನಂತರ ಆ ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಹೊರ ಬರುತ್ತಾ ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆ, ಬಡಾವಣೆ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೇ ಹರಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

* ಬೆಳಕಿಗೆ ವಂದಿಸಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಿರಿ.

* * *

ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಲ್ಲಿ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನಡೆಯುವ ನೇರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ (webcast) ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ನೇರ ಪ್ರಸಾರದ ಲಿಂಕ್: www.lightagemasters.com

ಸಮಯ: ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8 ಘಂಟೆಗೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ಘಂಟೆಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ 9 ಘಂಟೆಗೆ, ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಘಂಟೆಗೆ, ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ 6 ಘಂಟೆಗೆ, ಮರಾಠಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ 7 ಘಂಟೆಗೆ.

ವಂದನೆಗಳು

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