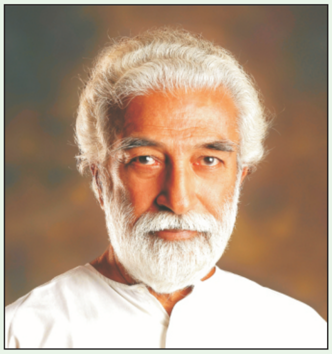
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 1, ಸಂ 6

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2013



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 18-05-2008 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಏಳುವಾಗ ಅಥವಾ 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

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

(ಹಿಂದಿನ ವಾರ್ತಾಪತ್ರಗಳಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರುವವರು ಮತ್ತು ಅರಿವುಳ್ಳವರು ಪ್ರಳಯದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಪ್ರಕ್ಷುಬ್ಧತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಅವುಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅವುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸುತ್ತೇವೆ ಎನ್ನುವುದು ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆ. ನಾವು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸಿದರೆ ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಪಾದಾರ್ಪಣೆ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿಶ್ವವು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದೆ. ಹೊಸಯುಗಕ್ಕಾಗಿ ಅನೇಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ. ಅವುಗಳು ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವೇನಿಲ್ಲ. ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಭೂಮಾತೆ ಕೂಡ ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಡಲು ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಮತ್ತು, ಸಹಜವಾಗಿ, ನಮಗೂ ಸಹ ಅದರಿಂದ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಸರಳವೆಂದೆನಿಸಿದರೂ ಅದು ಬಹಳ ಪ್ರಬಲವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರತಿ ದಿನ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡೋಣ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಪೋಷಕರಿದ್ದಂತೆ – ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಅವರ ಬಳಿ ಹೋಗಬಹುದು. ಅನೇಕ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಇದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಗೆಳೆಯರ ನಡುವೆ ಮನಸ್ತಾಪ ಉಂಟಾದಾಗ, ಅವರು ಪರಸ್ಪರರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ತಾಪವನ್ನು ಮೀರಿ ಮುನ್ನಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಯಾರಾದರೂ ಅವರಿಗೆ ನೋವುಂಟುಮಾಡಿದಾಗ, ಅವರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನೋವುಂಟುಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಕ್ಷಮಿಸಿ ಮುನ್ನಡೆಯಬಲ್ಲರು.

ಮಕ್ಕಳು ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದಾದರೆ, ದೊಡ್ಡವರೂ ಸಹ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಅವರು ಇದನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇ ಆದರೆ, ಹೊಸಯುಗ ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಕಾಯಬೇಕಿಲ್ಲ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮಕ್ಕಳು ಕೆಲವು ಸಲ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಬಹುತೇಕ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಮೊದಲ ದಿನವೇ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ಅವರ ನಡವಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ತಮ್ಮ ಕೋಪ ಕಮ್ಮಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ನನಗೆ ತಿಳಿದಂತೆ, ಅವರ ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಮುಗ್ಧತೆಯಿಂದಾಗಿ ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದುದನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಬೆಳಕನ್ನು ಒಮ್ಮೆಲೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಸುಂದರವಾದ ಅನುಭವಗಳು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿವೆ.

ಈ ಗೊಂದಲಮಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ಒಂದೇ ಆಶಾದಾಯಕ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ಕನಸಿನ ಶಾಂತಿಯುತ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹೆಚ್ಚು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅವರ ಕನಸನ್ನು ಸೇರೋಣ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು–560077 ಭಾರತ.
ಫೋನ್ : (080) 2846 5280, 99000 75280 (10 AM to 4 PM)
ಇ–ಮೇಲ್ : info@lightagemasters.com info@lightchannels.com
ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ : 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 ಸದಸ್ಯರಾಗಬೇಕಿಲ್ಲ.

ಬೆಂಗಳೂರು

ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶುಕ್ರವಾರದವರೆಗೆ
(ಸಂಜೆ 7:00 - 7:15)
ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮ, 17ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
☎ 9084121545 ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬಡಾವಣೆ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಮಂಚ್‌ಕಿನ್ಸ್, ನಂ. 890, 38ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
20ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, 4ನೇ 'T' ಬ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ
☎ 9972888033 ಕಾರ್ತಿಕ್ ಎನ್.

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ನಂ. 312, ಹಂತ-4, ಗೋಲ್ಡನ್ ಪಾರ್ಕ್
ಅಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್, ಕೆ.ಸಿ.ಡಿ.ಸಿ. ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಬೊಮ್ಮನಹಳ್ಳಿ.
☎ 9886437042 ಡಾ. ರವಿಂದರ್ ಸಿಂಗ್ ಗೌರ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
'ಸುಮತಿ', ನಂ. 481, 7ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
7ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ 3ನೇ ಹಂತ
☎ 9900110351 ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ. ಭೋಸೆಕರ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 5:30 - 6:00)
ಶ್ರೀ ರಂಗ ಕಲಾಕ್ಷೇತ್ರ, 13ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
2ನೇ ಹಂತ, ಇಂದಿರಾನಗರ
☎ 9902844667 ಶ್ರೀಮತಿ ಮಂಜು ಮಹೇಶ್ವರಿ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಬಲಮುರಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ, 8ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
ಹೊಯ್ಸಳ ವೃತ್ತದ ಬಳಿ, ಕೆಂಗೇರಿ ಸೆಟಲೈಟ್ ಟೌನ್
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:00 - 7:00)
ಶಿಕ್ಷಾ ಸಾಗರ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಶಾಲೆ, ನಂ. 77,
5ನೇ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಪೋಸ್ಟಲ್ ಕಾಲೋನಿ,
ಸಂಜಯ ನಗರ
☎ 9686571066 ಶ್ರೀ ಸುದೀಪ್ ಜಯರಾಮ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7:30 - 8:30)
ಗುರುದ್ವಾರ ಸಾಹಿಬ್, ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನದ
ಎದುರು, ಅಶ್ವತ್ಥ ನಗರ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ,
ಸಂಜಯ ನಗರ
☎ 9686571066 ಶ್ರೀ ಸುದೀಪ್ ಜಯರಾಮ್

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂನಲ್ಲಿರುವ ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳು

- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2010 – 50 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ತಂಡವೊಂದು ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ 50 ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಸುಮಾರು 30,000 ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನಕ್ಕೆ ಭಾರಿ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿದರು.
- ಡಿಸೆಂಬರ್ 18, 2010 – 50 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ತಂಡವೊಂದು ಮೈಸೂರು, ಬೆಂಗಳೂರು, ಚೆನ್ನೈ, ಮುಂಬೈ ಮತ್ತು ಹೈದರಾಬಾದ್‌ಗಳಲ್ಲಿರುವ 107 ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ 62,000 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2011, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – 130 ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಸುಮಾರು 600 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿನ 4 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿದರು.
- ಜನವರಿ 18, 2012 – ಬೆಂಗಳೂರು, ಪುಣೆ, ಚೆನ್ನೈ ಮತ್ತು ಮಂಗಳೂರಿನ 11, 570 ಮಕ್ಕಳು 16 ವಿವಿಧ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2012, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳ 6 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.
- ಮೇ 7, 2012 – ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಚೌಡಯ್ಯ ಸ್ಮಾರಕ ಭವನದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಒಂದು ಸಾವಿರ ಜನರು ಸೇರಿದ್ದರು. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಮನೋಸಂಪರ್ಕಗಳ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಿಂದಲೇ ಭಾಗವಹಿಸಿ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2013, ಮೂರನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 1868 ಶಾಲೆಗಳ ಸುಮಾರು 8.86 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.
- ಜೂನ್ 29, 2013 - ಬೆಂಗಳೂರು, ಮೈಸೂರು, ಹೈದ್ರಾಬಾದ್, ಸಾಂಗ್ಲಿಯಲ್ಲಿನ 30 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ 13,449 ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರು.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	4305
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	24.59 ಲಕ್ಷ
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	1140
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	5.18 ಲಕ್ಷ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

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

ನನ್ನ ದರ್ಪಣದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರೇಮ

ಪದ್ಮಜ ಬಾಲಾಜಿ

ಅನು: ವಿಕಾಸ್ ಕಾರಂತ್

"ನಿನ್ನ ಸೌಂದರ್ಯ ಕನ್ನಡಿ ಒಡಿಯುವಷ್ಟಿಲ್ಲ" ಎಂದು ಕನ್ನಡಿಯು ಅಳುದನಿಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಅದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಆದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸತ್ಯವಿದೆ.

ಹೌದು, ಹಲವು ಕಡೆ ಎದ್ದಿರುವ ಕಣ್ಣಿನ ಕುಟಿಕೆಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಎಡಗಣ್ಣು ಊದಿಕೊಂಡಿದ್ದು ಬಹಳ ಯಾತನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲುಂಟಾದ ತಡೆಯು ಕಳೆದ ಕೆಲವು ದಿನಗಳಿಂದ ನನ್ನ ದೈನಂದಿನ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದೆ. ಮೈಕ್ ಟೈಸನ್ ನೊಂದಿಗೆ ಈಗಷ್ಟೆ ಹೋರಾಡಿ ಬಂದಿರುವವಳಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಕಣ್ಣು ನೋವಿನೊಂದಿಗೆ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ನನ್ನ ಗಾಯವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಜಾಣ ಕೈರಾನ್ (ಗ್ರೀಕ್ ಪೌರಾಣಿಕ ಕಥೆಗಳಲ್ಲಿನ ಪಾತ್ರ) ಸೆಂಟೊರಸ್ ತಾರಾಪುಂಜದಿಂದ ಮಿನುಗು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಮೇಲೆದ್ದು ಬಂದಂತೆ ಕಂಡೆ. ನೋವಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ನಸು ನಗೆಯಿಂದ ನನ್ನ ಕನಸಿನಿಂದ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡೆ. ಗುಣವಾಗಲು ಬಹಳ ಸಮಯ ಬೇಕು ಮತ್ತು ನಾನು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕೆನ್ನುವ ತನ್ನ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಬಹುಷಃ ಆ ಮಹಾನ್ ವೈದ್ಯರು ಕಳುಹಿಸಿರಬಹುದು. ನನ್ನ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿದ ನವಚೈತನ್ಯದೊಂದಿಗೆ ನನ್ನ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಬರೆಯತೊಡಗಿದೆ.

'ನನ್ನ ಬಾಳೆಂಬ ಪಯಣದಲ್ಲಿ ನಾನೊಂದು ದೈವೀ ಬೆಳಕಿನ ಕಣ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಹುತೇಕ ಮರೆತು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ. ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಮೂಲ ಮತ್ತು 'ನಾನು' ನನ್ನ ಮೂಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ನನ್ನ ಸಧ್ಯದ ಭೌತಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯ ಸ್ತರಗಳ ಅಸ್ಪಷ್ಟ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ನಾನೇ ಕಾರಣ. ಏನೇ ಆಗಲಿ, ನನ್ನ ಸಮಗ್ರದೃಷ್ಟಿಯು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದ್ದರೆ ನನ್ನ ಜೀವನ, ಪ್ರಪಂಚ ಮತ್ತು ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಭೇದ ಕಾಣಿಸದು. ಎರಡನೆಯದಾಗಿ, ಮನಸ್ಸು ನಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲೆಲ್ಲಾ ಹರಡಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲೇ ...'

ಒಂದು ಹಳೆಯ ಅನುಭವ ನೆನಪಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನ್ನ ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ತಣ್ಣೀರು ಎರಚಿದ ಹಾಗೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಂತಹ ಒಂದು ತೀವ್ರವಾದ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡಿದಾಗ ನನ್ನ ಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಶೀತಲತೆಯ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು. ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಶಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಗ ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು. ಬರೆಯುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತೇನೆ ....

'.... ಸಂವೇದನೆಗಳನ್ನು ಭೌತಿಕ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸಿದರೂ, ಅವು ನಮ್ಮ ಒಟ್ಟಾರೆ ಇರುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಗ್ರ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಆ ನೋವು ಮತ್ತು ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯನ್ನು ಉಪೇಕ್ಷಿಸುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕಲ್ಮಶವಿಲ್ಲದೆ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಇವುಗಳಿಂದ ಅತೀತವಾಗಿರಬಹುದು. ವಿಡಂಬನೆಯೆಂದರೆ, ಇಚ್ಛಾಪೂರ್ವಕ, ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ನೋವುಗಳು, ಅನ್ಯಾಯಗಳು, ವಿದಾಯಗಳು, ತೀರದ ಬಯಕೆಗಳು ಮುಂತಾದ ಹಲವಾರು ಜನ್ಮಗಳ ಅನೇಕ ಸಂಗತಿಗಳು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಿರುತ್ತವೆ. ಇದು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿಯೂ, ಭೂಮಾತೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಅವರನ್ನು ತುರ್ತಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ದೈವೀ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಗುಣಪಡಿಸಬಹುದು ...'

'ಬೆಳಕು' ಎಂಬ ಮೂರಕ್ಷರವನ್ನು ಬರೆದೊಡನೆ ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷ ಉಕ್ಕಿ ಬರುತ್ತವೆ. ಸಂಪೂರ್ಣ ಹೃದಯದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡವರಿಗೆ ಬೆಳಕು ಎಂತಹ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಕೊಡುಗೆ!

ಆ ಕನ್ನಡಿಯು ಹೇಳಿದ್ದು ಸರಿಯಿದೆ. ನಾನು ಬಹುಬೇಗನೆ ಕನ್ನಡಿ ಒಡೆದು ಹೋಗುವಷ್ಟು ಸೌಂದರ್ಯವತಿಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂಥ ಆಶಯದೊಂದಿಗೆ, ಈ ಲೇಖನವನ್ನು ಮುಗಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಒಂದು ಆನಂದದ ಅಲೆಯು ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ನೋವನ್ನು ಬದಿಗೊತ್ತಿ ನನ್ನನ್ನು ಆವರಿಸಿತು. ಪ್ರಾಯಶಃ ಗುರುಗಳ ಪ್ರೀತಿಯ ಚೈತನ್ಯಗಳು ತಮ್ಮ ಕೋಮಲತೆಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಸ್ಪರ್ಷಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿರಬೇಕು. ನನಗೀಗ ರುಮಿ (13ನೇ ಶತಮಾನದ ಪರ್ಷಿಯನ್ ಕವಿ) ಯವರು ಬರೆಯುವಾಗ ಏನನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿರಬಹುದು ಎನ್ನುವುದು ಅಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತಿದೆ ...

"ನಿಮ್ಮ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿತೆ. ನಿಮ್ಮ ಸೌಂದರ್ಯದಲ್ಲಿ ಕವಿತೆಯನ್ನು ರಚಿಸಲು ಕಲಿತೆ. ಯಾರಿಗೂ ನೀವು ಕಾಣದ ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ನರ್ತನ ಮಾಡುವಿರಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನಾನದನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇನೆ. ಅ ನೋಟವೇ ಈ ಕಲೆಯ ರೂಪ ಪಡೆದಿದೆ."

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಮೈಸೂರು
ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6)
ಇನ್ಫೋಸಿಸ್ ಲಿ, ಹೆಬ್ಬಾಳ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ಸ್ ಸಿಟಿ, ಹೂಟಗಳ್ಳಿ, ಮೈಸೂರು-570018
☎ 9980837179, ಶ್ರೀ ಆನಂದ್ ನಿರಂಜನ್
☎ 8095026224, ಶ್ರೀ ಆಕಾಶ್ ಮಲ್ಲಿಕ್

ಸೋಲಾಪೂರ್
ಪ್ರತಿದಿನ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ಬಾಲಗಣೇಶ್ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇಠ್, ಮೊಹೋಲ್
☎ 09860967066 ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ
☎ 09970800279 ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

ಚೆನ್ನೈ
ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10:00 -10:30) ನಂ. 481, ಸಾಯಿಪ್ರೇಮ್, 19 ನೇ ರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಸೆಕ್ಟರ್, ಕೆ. ಕೆ. ನಗರ
☎ 9444880409 ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್.

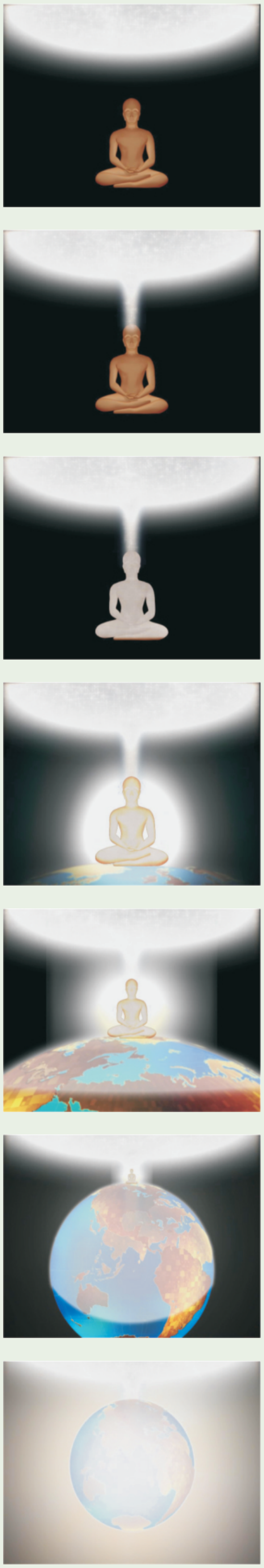
ತಿರುನಲ್ವೇಲಿ
ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ವಡಕ್ಕು ತೆರು, ಚೆಲ್ಲಾ ಪಿಳ್ಳೈಯಾರ್ ಕುಲಮ್
ಎ.ಪಿ. ನಾದನೂರ್ ಪೋಸ್ಟ್
ಆಲಂಗುಲಮ್ ತಾಲ್ಲೂಕು - 627423
☎ 9444458747 ಶ್ರೀ ಮಾರಿಯಪ್ಪನ್ ಎನ್.

ಪುಣೆ
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7.00)
3 B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ, ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ - 411016
☎ 9011038169 ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

ಗುರುವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2:30 - 3:00)
ಸಿಂಧಿ ಮಂದಿರ, ಸತ್ನಮ್ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟೈಲ್ ಪಕ್ಕ, ಶಿವಸೇನ ಕಛೇರಿಯ ಸಮೀಪ, ಉರುಲಿ ಕಾಂಚನ್, ಹವೇಲಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಪುಣೆ - 412202
☎ 9822973632, ಶ್ರೀ ಗೋರಕ್ಷ್ ಮಹಾದಿಕ್

ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣ
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ಮನೆ ನಂ. 14-339/19, ಫ್ಲಾಟ್ ನಂ. 207, ಶ್ರೀ ಮಿತ್ರ ಹೈಟ್ಸ್, ಬಾಲಾಜಿ ಗಾರ್ಡನ್, ಗೋಪಾಲಪಟ್ಟಂ, APRTC ಬಸ್ ಡಿಪೋ ಎದುರು
☎ 9848628324, ಶ್ರೀ ವಿ. ಹರಿಕೃಷ್ಣನ್

ಮೀರಜ್
ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7:45)
ಶ್ರೀ ಶಿವರುದ್ರ ಬಿ. ಬೆಲಗನ್ವಿ
C/o. ಶ್ರೀ ಸ್ವಾಮಿ ಸಮರ್ಥ ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರ
A-gat Plot No-135, ಸುಭಾಷ್ ನಗರ ಪೋಸ್ಟ್
☎ 9822421463 ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನನಗೆ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ಅತಿಯಾಗಿತ್ತು. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ ನನ್ನ ಉಸಿರಾಟ ಸಹಜವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ನನಗೆ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟ ಅಧ್ಯಾಪಕರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

– ಮೊನಿಕಾ ಬಿ., 7ನೇ ತರಗತಿ, ಮರಿಯಾ ಸದನ್ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಈ ಬೆಳಕು ಬಹಳ ವಿಶೇಷವೆನಿಸಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ಹಿಂದೆಂದೂ ನನಗಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಉಲ್ಲಸಿತಳಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಈ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಬಲ್ಲದೆಂಬ ಅರಿವು ನನಗಾಗಿದೆ. ಹಾಗೇ ಜಗತ್ತಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸಹ ಈ ಬೆಳಕು ನಿವಾರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ವಿಶ್ವಾಸ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದೆ.

–ಭಾನುಮತಿ ಎಮ್, 8ನೇ ತರಗತಿ, ಮರಿಯ ಸದನ್ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನವರ ಜೊತೆ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾತನಾಡಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಕೋಪ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರಚಿತ್ತದಿಂದ ಮಾಡುವ ದಕ್ಷತೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಒಂದು ಸಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದನಂತರ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮಾಡಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ.

–ಜಮೀತ, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಸುಂಕೇನಹಳ್ಳಿ

ನನಗೆ ಹಿಂದೆಂದೂ ಆಗದಿದ್ದ ಒಂದು ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಶಾಂತತೆ, ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಉತ್ಸಾಹಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ.

– ಶೋಭಿತಾ ಕೆ., 10ನೇ ತರಗತಿ, ಸರಕಾರಿ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಸುಂಕೇನಹಳ್ಳಿ.

ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ 5 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನನ್ನನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಚುರುಕಾಗಿಸಿದೆ, ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿದೆ ಮತ್ತು ನಾನು ಬಹಳ ಸಂತುಷ್ಟನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ಮನಃಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ನಡತೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತಂದಿದೆ. ನನ್ನಿಂದ ಇತರರಿಗೆ ನೋವುಂಟಾದರೆ ನನಗೆ ದುಃಖವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗಿನ ಜಗಳವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತ ಇರುವವರೆಲ್ಲ ಒಳ್ಳೆಯವರು ಮತ್ತು ಅವರು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಇದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ನನಗೆ ಯಾರ ಮೇಲೂ ಕೆಟ್ಟ ಭಾವನೆಯಿಲ್ಲ.

– ಪ್ರೇಮಾ ಎಸ್., 8ನೇ ತರಗತಿ, ತಾಯಮ್ಮಾಳ್ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಕುಲಶೇಖರನ್ ಪಟ್ಟಿನಮ್

ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2011 ರಲ್ಲಿ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಂದಿನಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ ಸತತವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಕಳೆದೆರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸುಧಾರಣೆಗಳಾಗಿವೆ. ಶಾಲೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ನಮಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಈಗ ನಮ್ಮ ಶಾಲಾ ಆವರಣದ ಒಳಗಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ವಾತಾವರಣವೂ ಪರಿಶುದ್ಧಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಒಂದು ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ, LKG ಮತ್ತು UKG ತರಗತಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದೇವೆ ಹಾಗೂ ಕಿಂಡರ್‌ಗಾರ್ಟನ್ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾಂಟಿಸೋರಿ ಪದ್ಧತಿಯ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕಲಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷಗೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಇದಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಸುಜಾತಾ ಎಸ್., ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಚೆನ್ನೈ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಎಂ.ಜಿ.ಆರ್. ನಗರ, ಚೆನ್ನೈ

ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಗಣನೀಯ ಸುಧಾರಣೆ ನಮಗೆಲ್ಲಾ ಸಂತೋಷ ತಂದಿದೆ. ಅವರ ಕೋಪ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಅವರು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆ ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಬಹಳ ಬೇಗನೆ ಹತೋಟಿಗೆ ಬರುತ್ತಾರೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಪೂರ್ಣಿಮ, ಪಿ.ಟಿ ಟೀಚರ್, ಸರ್ಕಾರಿ ಶಾಲೆ, ಕೋಣನಕುಂಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, 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 : ಗುಡ್ ಪ್ರಿಂಟ್ಸ್, ವೀಣ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, ಹಳೇ ಮದ್ರಾಸ್ ರಸ್ತೆ, ದೂರವಾಣಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 016
ಮಾಲೀಕರು ; ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು – 560077 ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ