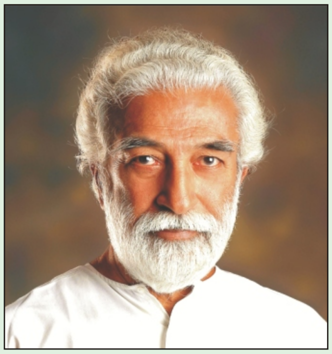
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 1, ಸಂ 9 ಜನವರಿ 2014



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

ಬೆಳಕು

ಇದು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಠಿಯ 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

(ಅವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಬೆಳಕು ವಿವೇಕವನ್ನು ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ಬೆಳಕು ಜಾಗೃತಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಜಾಗೃತಿಗೊಂಡಾಗ ಸರಿಯಿಲ್ಲದ ಎಲ್ಲವನ್ನು, ಭ್ರಷ್ಟತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಎಲ್ಲವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ಮತ್ತು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು, ಅಂದರೆ ನಾವು ಕಾರ್ಯ ಪ್ರವೃತ್ತರಾಗಬೇಕು. ಬೆಳಕು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನೆನಪಿರಲಿ, ಬೆಳಕು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಾವೂ ಕೂಡ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು.

ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಎಲ್ಲಾ ವಿವರಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಳ್ಳೆಯತನವನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

ನಾವು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಬದಲಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಆದಾಗ ಮಾತ್ರ ಕ್ರಾಂತಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಕ್ರಾಂತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ, ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿ ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಚೈತನ್ಯದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಆ್ಯಸ್ಟ್ರಲ್ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಹೊಸ ವರ್ಷ ಉತ್ತಮ ಜೀವನದ ಭರವಸೆ ತಂದಿದೆ. ಬಹಳ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತಿವೆ. ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಜನರು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಬೆಳಕು ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಅಪಾರವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ದುಷ್ಟ ಕೃತ್ಯಗಳ ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಸತ್ಯ ಹೊರಬೀಳುವುದು ಮುಂದುವರೆದಿದ್ದು, ಈ ಕೃತ್ಯಗಳ ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಜನರು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಹಿಂದೆಂದೂ ಕಂಡಿರದ ಅತ್ಯುತ್ಸಾಹದಿಂದ ಅವರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಹಾಗೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ತಮ್ಮ ಇತಿಮಿತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸಿಕೊಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಈ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಂದ ಅವರು ಅದ್ಭುತವಾದ ಬೆಂಬಲ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ನಮ್ಮೊಡಗೂಡಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ಉಡುಗೊರೆಯಾದ 'ಉತ್ತಮ ಜೀವನದ ಭರವಸೆ' ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

4ನೇ 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವನ್ನು ಈ ವರ್ಷ 31ನೇ ಜನವರಿ 2014 ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದಿನವು ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳ ದಿನ. ಈ ದಿನದ ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಯಶಸ್ಸಿಗಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂಡ ಈಗಾಗಲೇ ಸಜ್ಜಾಗಿದೆ. ತಮ್ಮ ಒಂದು ವರ್ಷದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕ್ರೋಡೀಕರಿಸುವ ಸಮಯ ಇದಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ದಿನದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಎಲ್ಲಾ ಶಾಲೆಗಳಿಗೂ ತಾವೇ ಭೇಟಿ ನೀಡಲು ಅವರು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರತಿ 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ' ದಂತೆ ಈ ಸಲವೂ ನಮ್ಮ ಸುಂದರ ಭೂಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ತರಲು ಸಂಕಲ್ಪಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ಬೆಳಕು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಪ್ರಪಂಚ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗಲು, ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಸ್ಥಳವಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನಾವೆಲ್ಲಾ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸೋಣ.

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

ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಒಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ 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	4472
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	25.32 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

ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ತಂತ್ರ

ಮಣಿಗಂಡನ್

ಅನು: ವಿಕಾಸ್ ಕಾರಂತ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ – ಇದರ ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಆಧುನಿಕವಾದದ್ದು; ಇದರ ಅಭ್ಯಾಸ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಕವಾದದ್ದು. ಇದರ ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಯಾವುದೇ ಮತ, ಪದ್ಧತಿ ಅಥವಾ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕತೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ; ಆದರೂ ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಧರಿಸಿದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಎಲ್ಲಾ ಪುರಾತನ ಮತಗಳಿಗೂ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಹಿಂದಿರುವ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ವಿನಮ್ರತೆಯ ಮೇಲೆ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಇದರ ಅಭ್ಯಾಸವು ಶರಣಾಗತಿಯ ಒಂದು ನಿಜವಾದ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಪವಿತ್ರವೂ ಹಾಗೂ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕವೂ ಆದ ಈ ಅಭ್ಯಾಸದ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಎಲ್ಲಾ ವಯಸ್ಸಿನವರನ್ನೂ ಸಮಾನವಾಗಿ ಸೆಳೆಯುವಂಥ ಆಕರ್ಷಣೆ ಹೊಂದಿದೆ.

ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಹೀಲಿಂಗ್‌ಗಾಗಿ ಈ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಜೊತೆ ಸಾಮರಸ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಒಂದು ರೋಗವಿದ್ದಂತೆ ಹಾಗೂ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳ ನಡುವೆ ಉತ್ತಮ ಸಂಬಂಧವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅದು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವ್ಯಾಧಿ ಇದ್ದಂತೆ. ಇದು ವಿವಾದ, ಜಗಳ, ಅಭದ್ರತೆ ಮತ್ತು ಯುದ್ಧಗಳಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಮರಸ್ಯವಿಲ್ಲದ ಎರಡು ಜೀವಕೋಶಗಳ ನಡುವೆ ಪೋಷಕಾಹಾರದ ವಿನಿಮಯ ನಿಂತು ಅಂಗಾಂಶ ಮತ್ತು ಅಂಗಗಳ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿ ಆ ಮೂಲಕ ಇಡೀ ಶರೀರವನ್ನು ಬಾಧಿಸುವ ತರಹವಿದೆ. ನಾವು ಜೀವಕೋಶಗಳಿದ್ದಂತೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ ನಮ್ಮ ಶರೀರವಿದ್ದಂತೆ.

ಆದರೆ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ತರಲು ಪರಿಹಾರ ನಮ್ಮಲ್ಲಿದೆ. ಆ ಪರಿಹಾರವೇ ಬೆಳಕು! ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಅದು ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೂ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುತ್ತದೆ, ನಮ್ಮ ನಡುವಿರುವ ಅಂತರವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರೊಡನೆ ಸಮಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಹರಡುತ್ತದೆ. ಆದ ಕಾರಣ ಸಾಮೂಹಿಕ ಮತ್ತು ನಿಯತವಾದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಬಹಳ ಮಹತ್ವ ಉಳ್ಳದ್ದಾಗಿದೆ. ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜಾಗೃತಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೈವಿಕ ಪ್ರೇಮವು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಸರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಭೂತಾಯಿಯು ಗುಣಹೊಂದುತ್ತಾಳೆ, ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಾಳೆ! ನೆರೆಹೊರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಸಾಮರಸ್ಯದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೊಸಯುಗದೆಡೆಗಿನ ಒಂದು ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಜಿಗಿತ. ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಖಾಸಗಿ ಬದುಕಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಮಾಡದಿರುವುದರಿಂದ ಈ ವಿಧಾನ ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಾಗ, ನಾವು ಎಲ್ಲೇ ಇರಲಿ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಅತಿ ಸನಿಹದ, ನಿಕಟವಾದ ಮತ್ತು ಶಾಶ್ವತವಾದ ನೆರೆಹೊರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮನಗಾಣುತ್ತೇವೆ!

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ – ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಅದು ಒಂದು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಾರ್ಯ. ಪ್ರತಿ ಮಳೆ ಹೊಸ ನೀರನ್ನು ತರುವಂತೆ, ಇದೂ ಸಹ ಪ್ರತಿ ಸಲ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸದ ಗುಣಮಟ್ಟವು ನಮ್ಮ ಶ್ರದ್ಧೆಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆಯೇ ಹೊರತು ನಾವೆಷ್ಟು ತರಬೇತಿ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದರ ಮೇಲಲ್ಲ. ಪ್ರಾರಂಭಿಕ ಅಭ್ಯಾಸಿ ಕೂಡ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬಹುದು.

ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಂದರೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಗೌರವವನ್ನು ಈ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುವುದು. ಇದು ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಸಲ್ಲಿಸುವ ಕೃತಜ್ಞತೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ. ಇದು ನಮ್ಮ ಬಳಗದವರನ್ನು ಬೆಳಕಿನೆಡೆಗೆ ಸ್ವಾಗತಿಸುವ ಒಂದು ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಮಾರ್ಗ ಕೂಡ ಆಗಿದೆ. ಇದು ಒಂದು ಸಾಮೂಹಿಕ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ, ಅಂದರೆ ಪ್ರೀತಿ, ಇರುವುದನ್ನು ಇತರರೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಸಹಬಾಳ್ವೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ವಿಚಾರ ಮಾಡಿದಷ್ಟೂ ಇದೊಂದು ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ ಧ್ಯಾನ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಿರುವುದು ಏಕೆಂದು ಹೆಚ್ಚು ಮನದಟ್ಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮ್ಮ ಭೂಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟಂತಹ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಮತ್ತು ಕರುಣಾಪೂರಿತ ಉಡುಗೊರೆ. ಈ ಸರಳ ತಂತ್ರದ ಘನತೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಪುಟಗಟ್ಟಲೆ ಬರೆಯಬಹುದು.

ಶಾಲಾ ಸಮುದಾಯಗಳು ಈ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರುವುದು ಒಂದು ಪ್ರೇರಣಾತ್ಮಕ ಸಂಗತಿ. ಅವರೇ ನಮ್ಮ ಬಲ. ಬೆಳಕಿನ ದೂತರಾದ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಸರಳತೆ ಮತ್ತು ದಕ್ಷತೆಯಿಂದ ನಮಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರೇ ಈ ಸಂಚಲನದ ಉಸಿರು. ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ವಿಷಯವೆಂದರೆ, ಈ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ತಮ್ಮ ಬರವಣಿಗೆ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದಾಗಿ ಕೆಲವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ, ಈ ಪ್ರಪಂಚದ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಅವರು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಪುನಃ ಬರೆಯುತ್ತಿರುವುದು ಅವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ!

ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡೋಣ. ನಾವೆಲ್ಲಾ ಜೊತೆಗೂಡಿ, ಗೀಚಿದ ಬರಹವನ್ನು ಬದಲಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಒಂದು ಹೊಸ ಕವನವನ್ನು ಚರಿತ್ರೆಯ ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಬಹುದು! ■

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

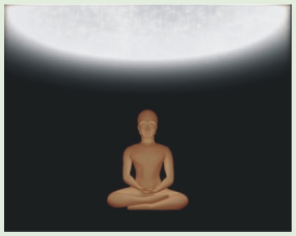
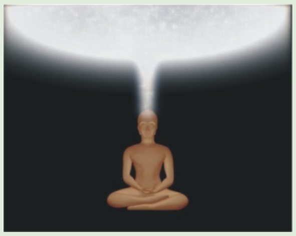
ಗುರುವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2:30 - 3:00)
ಸಿಂಧಿ ಮಂದಿರ, ಸತ್ನಮ್ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟೈಲ್ ಪಕ್ಕ, ಶಿವಸೇನ ಕಛೇರಿಯ ಸಮೀಪ, ಉರುಲಿ ಕಾಂಚನ್, ಹವೇಲಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಪುಣೆ - 412202
☎ 9822973632, ಶ್ರೀ ಗೋರಕ್ಷ್ ಮಹಾದಿಕ್

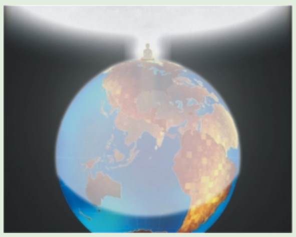
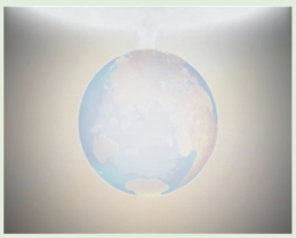
ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ಮನೆ ನಂ. 14-339/19, ಫ್ಲಾಟ್ ನಂ. 207, ಶ್ರೀ ಮಿತ್ರ ಹೈಟ್ಸ್, ಬಾಲಾಜಿ ಗಾರ್ಡನ್, ಗೋಪಾಲಪಟ್ನಂ, 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, ಸುಭಾಶ್ ನಗರ ಪೋಸ್ಟ್
☎ 9822421463 ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್

ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ

31ನೇ ಜನವರಿ 2014

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಿಂದ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಮನವಿ

ಮಾನ್ಯರೇ,

ಜನವರಿ 31, 2014 ರಂದು 4ನೇ 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ ಬೆಳಗಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಅನುಕೂಲವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಸಂಚಲನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

1. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಪರಿಚಯಿಸಿ:

ಈ ದಿನ 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'. ಈ ದಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಭೂಮಾತೆಯ ಮೇಲೆ ಹರಡುವ ದಿನ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲಿ ಎಂಬ ಒಂದು ಬಲವಾದ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 8 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಈ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

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

- ★ 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.

ವಂದನೆಗಳು

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