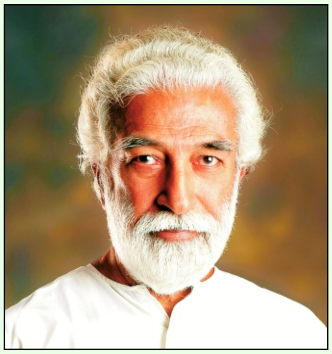


ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

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.

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 2, ಸಂ 3 ಜುಲೈ 2014

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

(ಅವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಬೆಳಕು ದಿವ್ಯ ಶಕ್ತಿಯೆಂದು ನಮಗೆಲ್ಲಾ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಘೋಷಣೆ ಮತ್ತು ಪ್ರವಚನಗಳಿಲ್ಲದೆ, ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ, ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಸ್ಥಳವನ್ನಾಗಿ ಮಾರ್ಪಡಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ ಅದಕ್ಕೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ಕನಸನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಲು ಬೆಳಕು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇವುಗಳು ಅರ್ಥಶೂನ್ಯ ಪದಗಳಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಕನಸುಗಳಲ್ಲ. ಈಗ ಇದು ಭವಿಷ್ಯದ ಹುಟ್ಟು. ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಈ ರೀತಿಯ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಇದೇ ಮೊದಲ ಸಲವೇನಲ್ಲ, ಇದು ಅನೇಕ ಸಲ ಆಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಇತಿಹಾಸ ಇದನ್ನು ದಾಖಲಿಸದೇ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ ಕಾಲವೆಂಬ ಮಹಾ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಇತಿಹಾಸ ಕೇವಲ ಒಂದು ಪುಟ ಮಾತ್ರ. ಈ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದಿರುವ ಅನೇಕ ಪುಟಗಳಿವೆ. ನಾವೇನು ಬರೆಯುತ್ತೇವೋ ಅದೇ ಭವಿಷ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು, ಒಂದು ಸಂಚಲನವನ್ನು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದಷ್ಟೇ, ಆದರೆ ಬೇರೆಯವರ ಸಹಯೋಗ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಅದು ಮುಂದುವರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಇಂತಹ ಒಂದು ಸಂಚಲನಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸೋಣ. ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡೋಣ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಜೂನ್ ತಿಂಗಳು ಬಹಳ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಮಾಸವಾಗಿತ್ತು. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು 287 ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ 345 ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿದರು. ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು. ಬೇಸಿಗೆ ರಜೆಗೆ ಮುಂಚೆ ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಶಾಲೆಗಳು, ರಜೆ ಮುಗಿದ ನಂತರವೂ ಅದರ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಿರುವುದು ನಮಗೆ ಬಹಳ ಉತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹದಾಯಕ ವಿಷಯ.

ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಏತಕ್ಕಾಗಿ ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಅವರು ಇಟ್ಟಿರುವ ನಂಬಿಕೆಯೇ ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ ತಗುಲಿದವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಕೊಡುವಂತಹ ಮಹತ್ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಶಾಲೆಯೊಂದರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅತಿ ಅವಶ್ಯಕವಾದ ಪ್ರತಿ ದಿನದ ಊಟಕ್ಕೆ ಈ ವರ್ಷ ಮಂಜೂರಾತಿ ಸಿಕ್ಕಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರು. ಕೇವಲ ಎರಡು ಗಂಟೆಯೊಳಗೇ, ಈ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ದಿನದ ಊಟ ಅವರಿಗೆ ಮಂಜೂರಾಗಿದೆ, ಎನ್ನುವ ಕರೆ ಬಂದಿತು!

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಕೆಲವೊಂದು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಒಂದು ವರ್ಷದ ನಂತರ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದರೂ ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಅವರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುವುದು ಬಹಳ ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕವಾಗಿದೆ. ಈ ಸಂಚಲನ ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗಿನಿಂದಲೂ ಹಲವಾರು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಲು ಅದ್ಭುತವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಅವರ ಪ್ರೀತಿ ನನ್ನನ್ನು ಆಳವಾಗಿ ಮುಟ್ಟಿದೆ. ಅವರ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆಶ್ಚರ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಶೇಷ ಆತ್ಮಗಳು ತಮಗಾಗಿ ಹಾಗೂ ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ, ಹೊಸ ವಿಧಿಗಳನ್ನು ತಮಗೇ ತಿಳಿಯದಂತೆ ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ದಿನಗಳಿಗಾಗಿ ಈಗ ಭರವಸೆ ಇದೆ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ಖಚಿತವಾಗಿದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಷಗಳಿಂದ, ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳನ್ನು ನಾವು ವಂದಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಂಡ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಿಸಿದ ಸಮಾಜವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವ ನಮ್ಮ ಕನಸನ್ನು ಅವರೂ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸೋಣ ಹಾಗೂ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡೋಣ.

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.

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 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 ಜಂಪ್‌ಬಂಚ್ ಬೇಸಿಗೆ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳು

- ಜನವರಿ 31, 2014, ನಾಲ್ಕನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ – ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 2100 ಶಾಲೆಗಳ 10 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು 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.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2013, ಮೂರನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 1868 ಶಾಲೆಗಳ ಸುಮಾರು 8.86 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಪಕರು 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, 2012, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳ 6 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.
- ಜನವರಿ 18, 2012 – ಬೆಂಗಳೂರು, ಪುಣೆ, ಚೆನ್ನೈ ಮತ್ತು ಮಂಗಳೂರಿನ 11, 570 ಮಕ್ಕಳು 16 ವಿವಿಧ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2011, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – 130 ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಸುಮಾರು 600 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿನ 4 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿದರು.
- 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.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	4620
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	26.08 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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್: ಒಂದು ಅವಕಾಶ

ಮನೋಜ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ಬೆಳಕಿಗೆ ನಾವೆಂದರೆ ಬಹಳ ಪ್ರೀತಿ. ನಾವು ಬೆಳಕಿನ ಅಂಶವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಬೆಳಕು ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೇಮ, ಚೈತನ್ಯ, ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ನಮಗೆ ಧಾರೆಯೆರೆಯುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವೇ ನಮಗೆ ಇಲ್ಲ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಅವಕಾಶ – ನಮಗೂ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿಗೂ.

ದೇವರು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರ, ಎಲ್ಲಾ ಸೃಷ್ಟಿ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಮೂಲ, ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳ ಆಗರ, ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಅವಕಾಶ ನಮಗೆ. ತನ್ನನ್ನೇ ನಮಗೆ ಧಾರೆಯೆರೆಯುವ ಅವಕಾಶ ಬೆಳಕಿಗೆ.

ಬೆಳಕಿಗೆ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕಷ್ಟಗಳ ಅರಿವು ಇದೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಗಿಹೋದ ಮತ್ತು ಆಗಬಹುದಾದ ಘಟನೆಗಳ ಬಗೆಗೂ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇದೆ. ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೇ ತಿಳಿಯದಿರಬಹುದು ಆದರೆ ದೇವರಿಗೆ ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾವನೆ, ಆಲೋಚನೆ ಹಾಗೂ ಚಟುವಟಿಕೆ ಅವನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಾರದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದೇ ನಮಗಿರುವ ದೊಡ್ಡ ವರದಾನ.

ಹೇಗೆ ಮಗುವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಬಲ್ಲ ತಾಯಿ ಮಗುವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳಸಬಲ್ಲಳೋ, ಹೇಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಹತ್ತಿರದಿಂದ ಬಲ್ಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುವಾಗ ಸಾಂತ್ವನ ನೀಡಬಲ್ಲರೋ, ಹಾಗೆಯೇ ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲಾ ತಿಳಿದಿರುವ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿ, ರಕ್ಷಿಸಬಲ್ಲದು. ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಬೆಳಕಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಮುಕ್ತವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯಲು ಸಿದ್ಧರಿರಬೇಕು ಅಷ್ಟೇ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನಾವು ನಮ್ಮನ್ನು ಭಗವಂತನ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ತೆರೆದಿಡುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳಕಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ನಮಗೆ ಯಾವ ಮತ್ತು ಎಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಬೆಳಕಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಅಷ್ಟನ್ನು ಅದು ನಮಗೆ ದಯಪಾಲಿಸುವುದು. ಇದರಿಂದಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಮಾನಸಿಕ, ಬೌದ್ಧಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳ ಅನುಭೂತಿ ಹೊಂದಿ ನಮ್ಮ ನಡುವಳಿಕೆ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕು ವಿವೇಕವನ್ನು ದಯಪಾಲಿಸುವುದರಿಂದ ನಾವು ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಶಕ್ತರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ಮಾತ್ರ ಆರೋಗ್ಯ, ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ವಿವೇಕ ಹೊಂದಿದರೆ ಸಾಕೇ?

ನಮ್ಮ ಪರಿವಾರದಲ್ಲಿನ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕೆಟ್ಟರೆ, ನಮಗೆ ಆಪ್ತರಾದ ಸ್ನೇಹಿತರು ಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಜಗಳ, ಭಯೋತ್ಪಾದನೆ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ, ಅತ್ಯಾಚಾರಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರೆ, ದೇಶಗಳು ಪರಸ್ಪರ ಯುದ್ಧೋನ್ಮುಖಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಬದುಕು ಸಂತೋಷ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುವುದೆ?

ಬೆಳಕನ್ನು ನಾವು ಮಾತ್ರ ಅನುಭವಿಸಿ ಲಾಭ ಪಡೆದರೆ ಸಾಲದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರಿತು, ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮಿಂದ ಹೊರತಂದು, ನಮ್ಮ ಮನೆ, ಊರು, ದೇಶ ಹಾಗೂ ಇಡೀ ಭೂಮಿಗೆ ಹರಡೋಣ. ಬೆಳಕಿನ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ, ಎಲ್ಲೆಡೆಯೂ ತಲುಪಲಿ. ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಗುಣಪಡಿಸಲಿ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಇದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವೂ ಸಹ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಬಹಳಷ್ಟು ಜನ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರೆ ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಗುಣಮಟ್ಟ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವೇ ಇಲ್ಲ.

ಬೆಳಕಿನಿಂದ ನಾವು ಪಡೆಯುವ ಲಾಭಗಳು ಹಲವು. ಅವುಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಮಯ, ಸಹನೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನ ಇರಬೇಕು ಅಷ್ಟೇ. ಬೆಳಕು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬಾಳಿಗೆ ಬೇಕಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಅವಕಾಶವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಅದನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಸ್ವತಂತ್ರರು. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಮೈಸೂರು

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6)
ಇನ್ಫೋಸಿಸ್ ಲಿ, ಹೆಬ್ಬಾಳ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ಸ್ ಸಿಟಿ, ಹೂಟಗಲ್ಲಿ, 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 ಪಿಳ್ಳೆಯಾರ್ 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 ನವಗ್‌ಗುಲ್

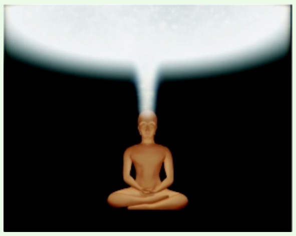
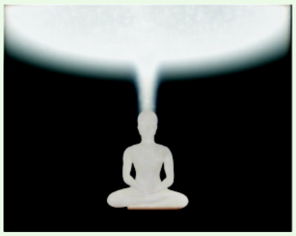
ಗುರುವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2:30 - 3:00)
ಸಿಂಧಿ ಮಂದಿರ, ಸತ್ನಮ್ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟೈಲ್ ಪಕ್ಕ, ಶಿವಸೇನ ಕಛೇರಿಯ ಸಮೀಪ, ಉರುಲಿ ಕಾಂಚನ್, ಹವೇಲಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಪುಣೆ - 412202
☎ 9822973632, ಶ್ರೀ ಗೋರಕ್ಷ್ ಮಹಾದಿಕ್

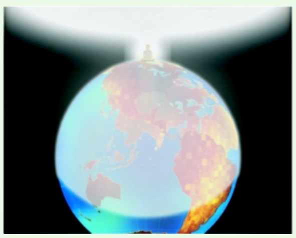
ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣ

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, ಸುಭಾಷ್ ನಗರ ಪೋಸ್ಟ್
☎ 9822421463, ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಚಹಾ ಮಾರುವ ಒಬ್ಬ ಹುಡುಗ ಉತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಆತ್ಮೀಯತೆಯಿಂದ ನನಗೆ ಅಭಿವಂದಿಸಿದ. ತಾನು 9ನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದೇನೆಂದೂ, ತನ್ನ ಶಾಲೆ ಮೇ 30ರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವುದೆಂದೂ ಹಾಗೂ ಸೂಚನೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದಾಗಿಯೂ ಲಗುಬಗೆಯಿಂದ ಹೇಳಿದ. ಅವನು ನಡೆದುಕೊಂಡ ರೀತಿಯಿಂದಲೇ ಅವನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತೋರುತ್ತಿತ್ತು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಂಥಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ಗಳಿರುವುದು ಸಹಜವಾದರೂ ಅವನು ಅಂತಹ ಯಾವುದೇ ಭಾವನೆಗಳಿಲ್ಲದೆ ದೃಢವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಿದ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಏನೆಲ್ಲಾ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ನೋಡುವುದು ಉತ್ತೇಜನಕಾರಿಯಾಗಿತ್ತು.

ಒಂದು ಬೇಸಿಗೆ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ತಕ್ಷಣವೇ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸಿದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ಬಾಲಕಿಯರು ತಾವು ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರುವುದಾಗಿ ಹೇಳಿದರು. ಒಬ್ಬ ಬಾಲಕಿ ತನಗೆ ಪ್ರಶಾಂತತೆಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆಯೆಂದು ಹೇಳಿದಳು. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಆ ಪದವನ್ನು ಹೇಳಿಯೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಮಕ್ಕಳು ಸೌಮ್ಯವಾಗಿ ಇದ್ದ ರೀತಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಆ ಶಿಬಿರವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಮಹಿಳೆ ಶಿಬಿರದ ಕೊನೆಯ ದಿನದಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯ ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸಿದರು ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಅನ್ನು ಬಯಸಿದರು. ನಾನು ಶಾಲೆಯ ಗೇಟಿನ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾಗಲೇ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲರೂ ಕೇಕೆ ಹಾಕುತ್ತಾ ಸಂತೋಷ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು, ಅದು ನನ್ನ ಆ ದಿನವನ್ನು ಸಾರ್ಥಕಗೊಳಿಸಿತು.

– ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲ,
ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದಿನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ವೈಚಾರಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಏಕಾಗ್ರತಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಅದು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಉಲ್ಲಾಸಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಳ್ಳಲು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಜನರ ನಡುವೆ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸೌಹಾರ್ದತೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

– ನಗ್ಮಾ ಸುಲ್ತಾನ, 10ನೇ ತರಗತಿ,
ಕೊನನ್ ಕ್ರೈಸ್ಟ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಪ್ರತಿದಿನ ಶಾಲೆಯ ಸಮಾವೇಶದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಣ್ತೆರೆದಾಗ, ಆ 3 ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ಪವಿತ್ರವಾದುದೇನೋ ನಡೆಯುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದು ಅವರ ಮುಖಭಾವದಿಂದ ಗ್ರಹಿಸುತ್ತೇನೆ.

– ಮೀರಾ, ಕೋಆರ್ಡಿನೇಟರ್,
ಶಾಂತಿನಿಕೇತನ್ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಗಿರಿನಗರ,
ಬೆಂಗಳೂರು

ಕಳೆದ 2 ವಾರಗಳ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ನನ್ನಲ್ಲಾಗಿರುವ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನಾನು ಉಲ್ಲಾಸ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿತ ಸಾಧಿಸಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಕ್ಷೋಭೆಗೊಂಡಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟ ನಿಮಗೆ ವಂದನೆಗಳು.

– ಧೀಕ್ಷಿತಾ ಕೆ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್.
ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್,
ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಳಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ಕಳೆದ 2 ವಾರಗಳಿಂದ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನೊಳಗೆ ಅನೇಕ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದನ್ನು ಮನಗಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ಕೋಪವನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಮೈಗ್ರೈನ್ ಸಮಸ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಸಹಾಯವಾಗಿದೆ.

– ಲಕ್ಷ್ಮಿ ವಿಜಯರಾಘವನ್, 12ನೇ ತರಗತಿ,
ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್. ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್
ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಳಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದು ಭಾಸವಾಗಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿವೆ. ನನ್ನ ಕೋಪದ ಮೇಲೂ ಹಿಡಿತವುಂಟಾಗಿದೆ. ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆ ಉಂಟಾದ ತಪ್ಪು ತಿಳಿವಳಿಕೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ, ಹಾಗೂ ನನ್ನ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆ ಬಾಂಧವ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

– ಏಕ್ತಾ ಎಸ್, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್.
ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್,
ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಳಮ್, ಚೆನ್ನೈ

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