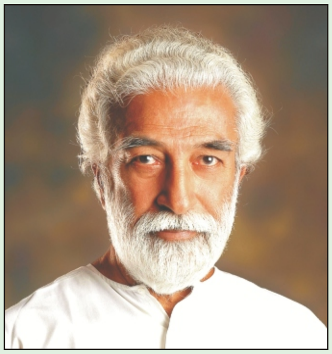
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 2, ಸಂ 2 ಜೂನ್ 2014



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

(ಅವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಉದ್ದೇಶ ಹೀಲ್ ಮಾಡುವುದು, ಹಿಂಸೆ ಮತ್ತು ದ್ವೇಷದಿಂದ ಉಂಟಾದ ಯಾವುದೇ ಗಾಯವನ್ನು ಉಪಶಮನಗೊಳಿಸುವುದು; ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡುವುದು, ದೇಶವನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಹೀಲ್ ಮಾಡುವುದು. ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಹೊಸ ಯುಗಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತರುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಪುನರುಜ್ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ, ಪರಿವರ್ತನೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಮಹಾದುರಂತಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಪಾರುಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಮರು ದಿನವೇ ಯುದ್ಧಗಳು ನಿಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ. ಹಠಾತ್ತಾದ ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ಪವಾಡಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಬೆಳಕು ತನ್ನದೇ ಆದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ, ಪ್ರಯೋಜನಗಳಿರುತ್ತವೆ.

ಬೆಳಕು ಇರುವುದೇ ಆದರೆ ಹಾಗೂ ಅದು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದೇ ಆದರೆ, ಚಾನಲ್ ಮಾಡದೆ ಏಕೆ ಅದು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ? ಇದು ಒಂದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ನಿಯಮ, ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಬೇಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಪರಿಣಾಮ ಅಸಾಧಾರಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರೆ ಪರಿಣಾಮ ಶೀಘ್ರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ, ಬೇರೆ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸ್ಥಿರವಾದ ಸರ್ಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಜೀವನದ ಭರವಸೆ ಮೂಡಿದೆ. ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಜನರು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಬೆಳಕು ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಅದ್ಭುತ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಲು ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ ಇನ್ನೂ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದೆ, ಸಹಜನರ ಮೇಲಿನ ಅಮಾನವೀಯ ವರ್ತನೆ ಇನ್ನೂ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಜನರು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಬೆಳಕು ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತಿದೆ, ಆದರೆ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಸೇರಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹಿಂಸೆ ಮುಕ್ತ ಜೀವನದ ಕನಸನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೊತ್ತು, ನಾವು ಸಂಧಿಸುವ ಪ್ರತಿ ಮಗುವಿನಲ್ಲೂ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗವನ್ನು ಉದ್ದೀಪನಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬೇಸಿಗೆ ರಜೆಯ ನಂತರ ನವ ಉತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ನವ ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಾದೇಶಿಕ ಸಂಯೋಜಕರ ಮತ್ತು ತಂಡಗಳ ಸಭೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಕೆಲಸದ ಯೋಜನೆ ಬಹಳ ಮುಂಚೆಯೇ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹೊಸ ಮೈಲಿಗಲ್ಲುಗಳಿಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಸಜ್ಜಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಮರ್ಪಣೆಗಳೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯದ ಆಸ್ತಿಗಳಾಗಿವೆ.

ಈ ಸಂಚಲನ, ಈ ಪರ್ವ ಕಾಲದ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಕೆಲಸವಾಗಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ತೀವ್ರಗೊಳಿಸುವ ಕಾಲ ಬಂದಿದೆ. ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಬಹುತೇಕ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿಯತಗೊಳಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ನಾವೆಲ್ಲಾ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡೋಣ.

ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಕೆಲಸ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೂಲೆ ಮೂಲೆಯನ್ನೂ ತಲುಪಲಿ.

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 ಕಡಲ್ಸ್ ಬೇಸಿಗೆ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು 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	**4607**
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	**26.04 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

ಬೆಳಕು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ

ಪದ್ಮಜ ಬಾಲಾಜಿ

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬೇರೆಯವರ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿಯಿಂದಾಗಿ, ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೆಟ್ಟವನಾಗಬಹುದೆ?

ತಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಮಹಾಯುದ್ಧಗಳಲ್ಲಿ ಸೆರೆಸಿಕ್ಕ ಕೈದಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗಿಸಿದ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲಿ 'ಬ್ರೇನ್‌ವಾಷಿಂಗ್' ಕೂಡ ಒಂದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ಓದಿದ್ದೇನೆ. ಬೇಹುಗಾರನು (agent) ಕೈದಿಯ ಮೇಲೆ ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಒಂದರಂತೆ ಎಸಗುವ ಹಲ್ಲೆ ಮತ್ತು ನಿಂದನೆಗಳನ್ನು ಇದು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಅಂದರೆ, ಅವನನ್ನು ಹಿಂಸೆ, ಯಾತನೆ ಮತ್ತು ಕುತಂತ್ರದ ಕ್ರೂರವರ್ತನೆಗಳಿಗೆ, ಅವನ ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಪದೇಪದೇ ಒಳಪಡಿಸಿ, ಭಯ, ಕೋಪ ಮತ್ತು ಇತರೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಅವರಲ್ಲಿ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕೈದಿಯು ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ನಡವಳಿಕೆ, ಆಲೋಚನಾ ವಿನ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರೆಗೂ ಅದು ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಇಚ್ಛಾ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ನಿಂದಿಸುವ ಹಾಗೂ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಹೋಗುವ ಯಾವುದೇ ಆದರೂ, ಅದು ದುಷ್ಟಶಕ್ತಿಯ ಆಟವಲ್ಲದೆ ಬೇರೆನೂ ಅಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಬ್ರೇನ್‌ವಾಷಿಂಗ್ ಹೇಡಿತನದ ಕೆಲಸ ಮತ್ತು ಅಪರಾಧ. ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದರಿಂದ ದೂರ ಸಾಗುವುದಾಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಅದು ಕೆಟ್ಟದ್ದು, ಹೆಚ್ಚು ಕೆಟ್ಟದ್ದು ಮತ್ತು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಟ್ಟದ್ದರ ಕಡೆಗೆ ನಡೆಯುವುದಾಗಿದೆ.

ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಸರಳವಾದ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನವೆನ್ನಲಾಗುವ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯೇ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ತಿಳಿದೋ ತಿಳಿಯದೆಯೋ, ನಾವೂ ಕೂಡ ಬ್ರೇನ್‌ವಾಷಿಂಗ್ ಏಜೆಂಟ್‌ಗಳಂತೆ ಹಾಗೂ ಬ್ರೇನ್‌ವಾಷ್ ಆದ ಕೈದಿಗಳಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನನಗನ್ನಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕು ತುಂಬಿದ ನಮ್ಮ ಭೂಮಿ ಕತ್ತಲಿನಿಂದ ಆವೃತವಾಗಿರುವಂತೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೇಳಿದ ಒಂದು ಸುಳ್ಳಿನಿಂದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ದೊರೆಯುವ ರಕ್ಷಣೆ ಮುರಿದು ಬೀಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಮಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿದಂತೆ, ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಕಂಡ ಒಂದು ಕನಸು ನೆನಪಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ನಿಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಮರೆತು ಎಲ್ಲಿಂದ ಎಲ್ಲಿಗೆ ನಡೆದು ಬಂದಿದ್ದೇವೆ... ಎಲ್ಲಿಂದ ಎಲ್ಲಿಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಭೂಮಿಯ ವಿಧಿಯನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂದೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡುತ್ತೇನೆ.

ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಬೆನ್ನಟ್ಟಿ ಹೋಗಲು ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬಹು ದೊಡ್ಡದಾದ ಕನಸುಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಬೇರು ಬಿಟ್ಟಿರುವ ('ಬ್ರೇನ್‌ವಾಷಿಂಗ್' ಪರಿಣಾಮ) ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೊರ ಹಾಕಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಇದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ, ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದ ಬಾಳಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ಮಾನವನಿಂದ ಅತಿಮಾನವನೆಡೆಗಿನ ವಿಕಸನದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅದ್ಭುತ ಬೆಳಕಿನ ಜೀವಿಗಳು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ. ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ರವರ ಸುವರ್ಣಾಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ನಾವು ಇಲ್ಲಿದ್ದೇವೆ...

ನನ್ನ ಇಚ್ಛೆ ದೈವೇಚ್ಛೆಯ ಭಾಗ,
ನನ್ನ ವಿಧಿ ನನ್ನ ಆತ್ಮದ ಶಕ್ತಿಗೆ ಏನನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅದು,
ನನ್ನ ವಿಧಿ ನನ್ನ ಆತ್ಮದ ಶಕ್ತಿಗೆ ಏನನ್ನು ಹೊರಲು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅದು;
ನನ್ನ ಶಕ್ತಿ ದೈತ್ಯ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲ; ಅದು ಭಗವಂತನ ಶಕ್ತಿ.

ನನಗೆ ಗೊತ್ತು, ಇದು ಬಹಳ ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು. ನಾನು ಇನ್ನೂ ಎಡವುತ್ತಾ ಇರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಆದರೆ ನನಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೀತಿಯ ಹಸ್ತವನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಮ್ಮ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವುದರ ಅನುಭವ ನನಗಾಗಿದೆ. ಭರವಸೆಯ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಇತರರಲ್ಲಿ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಾಣುತ್ತೇನೆ ಹಾಗೂ ಸದಾ ಕಾಲ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ.

ಬೆಳಕು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ... ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಬೆಳಕು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ ಕಾರಣ ಒಂದು ದಿನ ನಾನು ಒಬ್ಬ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯಾಗುವ ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ. ■

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 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

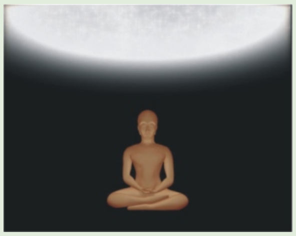
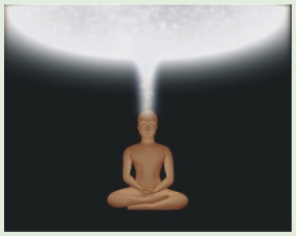
ಗುರುವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2:30 - 3:00)
ಸಿಂಧಿ ಮಂದಿರ, ಸತ್ನಮ್ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟೈಲ್ ಪಕ್ಕ, ಶಿವಸೇನ ಕಛೇರಿಯ ಸಮೀಪ, ಉರುಲಿ ಕಾಂಚನ್, ಹವೇಲಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಪುಣೆ - 412202
☎ 9822973632, ಶ್ರೀ ಗೋರಕ್ಷ್ ಮಹಾದಿಕ್

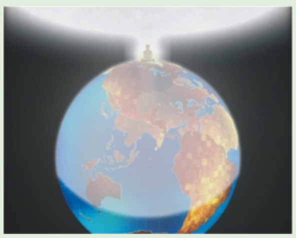
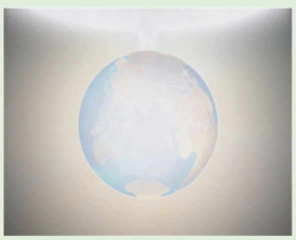
ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣ

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರ ನನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ತಂದು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ನಾನೀಗ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇದ್ದೇನೆ. ಮೊದಲು ನಾನು ಮುಂಗೋಪಿಯಾಗಿದ್ದೆ, ಆದರೆ ಈಗ ನಾನು ನಗುಮುಖದಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ. ತುಂಬಾ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

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

ನನಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಬೇಕೆಂದೆನಿಸಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಅದರ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ದಿನಕ್ಕೆ 3–4 ಬಾರಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದಿರುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸವೂ ಸಹ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಕೋಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳದೆ ಎಂಥಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನೂ ನಿಭಾಯಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ಬೇರೆಯವರ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ನಿಂತು, ಅವರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಸೂಕ್ತವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತೇನೆ. ವಂದನೆಗಳು.

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

ನಾವು ಯಾರು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ತಂತ್ರ. ನಾವು ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ, ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆ ನೆಲೆಸಿರುವುದರ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನನಗೆ ಈಗ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಕೋಪ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೇಗ ಎದ್ದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದೆಂದು ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಂಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅಲಾರಾಮ್ ಇಲ್ಲದೆಯೇ ನಾನೇ ಎಚ್ಚರಗೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

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

ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮನ:ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರಕ್ಕೆ ಋಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.

–ವಿಜಯ ಎಸ್.ಮ್, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಸುಂಕೇನ ಹಳ್ಳಿ

ಎರಡು ವಾರಗಳಿಂದ ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇದು ನನಗೆ ತುಂಬ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ತಂದಿದೆ. ನಾನು ಯಾರನ್ನೂ ನೋಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಾನು ಯಾರನ್ನಾದರೂ ನೋಯಿಸಿದರೆ, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ವಿಷಾದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ನೋಯಿಸಿದ ಅನೇಕರು ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆದೆ. ನನ್ನ ನಡತೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಬದಲಾವಣೆಯಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಈ ಹೊಸ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಟ್ಟ ನನ್ನ ಶಾಲೆಯನ್ನು ಮತ್ತು ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ಅನ್ನು ನಾನು ಮನ:ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.

–ಮಧುಬಾಲ, 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್. ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸಿನೀಯರ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ವೆಸ್ಟ್ ಮಾಂಬಳಮ್, ಚೆನ್ನೈ

ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಶಾಂತಿ, ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಉಲ್ಲಾಸ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಕರು ನಾಳೆಯೇ ಟೆಸ್ಟ್ ಎಂದು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದ ಹಾಗೇ ಹೇಳಿದಾಗ, ನನಗೆ ಆತಂಕವಾಯಿತು. ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಶ್ರಮಪಟ್ಟು ಓದಿದ್ದೆ. ಆದರೂ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೋ ಎಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಅತಂಕಗೊಂಡಿದ್ದೆ. ಆದಕಾರಣ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ಇದರಿಂದ ನಿರಾಂತಕನಾದೆ. ಟೆಸ್ಟನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರೆದೆ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದೆ.

–ರಾಗವಿನಚೂಜರ್ ಎ. 12ನೇ ತರಗತಿ, ಎಸ್.ಬಿ.ಎಸ್.ಮೂತ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸಿನೀಯರ್ 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