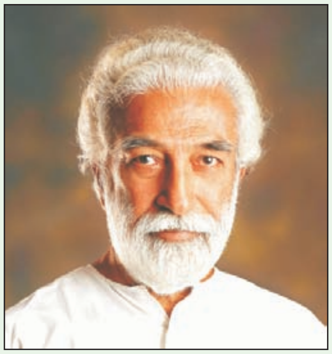
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 1, ಸಂ 11 ಮಾರ್ಚ್ 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)

ನಾವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಎಲ್ಲರೂ ಅಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ನಾವು ಬಹುತೇಕ ಜನರು ಇವುಗಳನ್ನು ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ ವಿಶ್ವ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇವುಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ಕೊಡಲು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಈ ಪದಗಳು ನನ್ನವಲ್ಲ. ಇವು ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿರುವ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಬಂದಿವೆ.

ನಾವು ಕೆಲವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಾಗ, ಮತ್ತೆ ಕೆಲವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹಿಂಸೆ, ದ್ವೇಷ ಮತ್ತು ಅಪ್ರೀತಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಬಿಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಹರಡಲೂಬಹುದು. ಬೆಳಕೇ ಶಾಂತಿ, ಬೆಳಕೇ ಪ್ರೀತಿ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಹರಡಿದಾಗ, ಎಲ್ಲಾ ಹಿಂಸೆಗಳು, ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರೀತಿರಹಿತ ಕೃತ್ಯಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಮತ್ತು ಹರಡಬಹುದು, ಹಾಗೂ ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಬಹುದು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಜನರು ಶಾಂತಿ ಹರಡುವ ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಉದಾತ್ತ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ಸಭೆ ಸೇರಿದಾಗ ವಿಶ್ವವು ಅಂತಹ ಸಭೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆಶೀರ್ವದಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ, ವಿಶ್ವವು ತನ್ನ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಕಳುಹಿಸುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ಇದೇ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ಮುಗಿದ ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೂ ಮಕ್ಕಳು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಅಗಾಧವಾದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಉನ್ನತಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ.

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಶ್ರಮವಹಿಸಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ 4600ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಗಳ 26 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಲುಪಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಆತ್ಮಗಳು ಹರಡಿದ ಬೆಳಕು ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿನ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗೆಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಜನ ಸೇರಿದರೆ, ಅದರ ಪರಿಣಾಮ ಅಧಿಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಂದೆ ಒಂದು ದಿನ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವೇ ಇದರಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ; ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಕಾಯುತ್ತೇವೆ!

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಹರಡಿದ ಬೆಳಕು, ತೀವ್ರವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಕ್ಷಣದಲ್ಲಿಯೆ ತರದೆ ಇರಬಹುದು ಆದರೆ ಇದು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲೆ ಮಹತ್ತರವಾದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ಹರಡಿದ ದಿವ್ಯ ಚೈತನ್ಯಗಳು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಉಳಿದು ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಬಯಸಿದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಬೆಳಕು ಯಾವಾಗಲೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ; ಅದು ವಿಫಲವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ.

ನಾವು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದರೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ಅಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಅನೈತಿಕತೆಯ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ರಚಿತವಾದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಬಯಲಿಗೆ ಬರುತ್ತಿವೆ ಮತ್ತು ಕುಸಿಯುತ್ತಿವೆ. ಈಗ ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗೃತಿಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ, ಹಿಂಸೆ ಮತ್ತು ಅನ್ಯಾಯಗಳ ವಿರುದ್ಧ ಇರುವ ಕೋಪ ಮತ್ತಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ನಾವು ಈ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಮುಕ್ತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯ ಜೀವನದ ಭಾಗವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಉತ್ತಮ ಬದುಕಿಗಾಗಿ ಕನಸು ಕಾಣೋಣ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸೋಣ.

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 ಪಾಟೀಲ್ ಕೆ.

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

31–1–2014 ರಂದು ಆಚರಿಸಲಾದ ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದ ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು, 90 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು 16–02–2014 ರಂದು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದರು.

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	4604
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	26.03 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

ಕಾಲ

ಪದ್ಮಜ ಬಾಲಾಜಿ

ಅನು: ವಿಕಾಸ ಕಾರಂತ

ಕಾಲ ಪುರುಷ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕುಡುಗೋಲು ಹಿಡಿದ ಒಬ್ಬ ಗಂಭೀರವದನದ ವೃದ್ಧನಂತಿರಬಹುದು ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ಈತನ ಪ್ರಭಾವದಿಂದಾಗಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಗುರುತುಗಳು ಅಳಿಸಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ, ನಾಗರೀಕತೆಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಬದುಕು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೊಸ ವರ್ಷದ ದಿನದಂದು ಈತನ ಅಗಾಧವಾದ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಬಹುತೇಕ ಜನರು ಇತರರೊಡಗೂಡಿ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರದ ಕಾಲದ ಉಲ್ಲಾಸತುಂಬಿದ ಭವ್ಯತೆಯನ್ನು ಸದ್ದುಗದ್ದಲದೊಡನೆ ಆಚರಿಸಲು ಬಯಸಿದರೆ, ನಾನು ಮೌನ–ಚಿಂತನೆಯ ಆಳಕ್ಕಿಳಿಯಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ.

ನನ್ನ ಇತ್ತೀಚಿನ ಪ್ರವಾಸಗಳೊಂದರಲ್ಲಿ, ಸಹ ಪ್ರಯಾಣಿಕರೆಲ್ಲಾ ಗಾಢ ನಿದ್ದೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಕಿಟಕಿಯ ಪಕ್ಕದ ನನ್ನ ಆಸನದಿಂದ ಭವ್ಯವಾದ ನಕ್ಷತ್ರ ಪುಂಜಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ, ಕಳೆದ ವರ್ಷದ ಪುನರವಲೋಕನದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಲು ನನಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯ ದೊರೆಯಿತು. ಮೋಡಗಳ ಮೇಲೆ ಹಾರುತ್ತಾ, ಗಾಢವಾದ ಸ್ವರ್ಗೀಯ ಸೌಂದರ್ಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹಿಂದೆಂದಿಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಆನಂದಿಸುತ್ತಾ, ಕೆಲವು ಗಂಟೆಗಳವರೆಗೆ ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಕಳೆದೆ. ಚೇತನ ಹಾಗೂ ಅಚೇತನ ಅಸ್ತಿತ್ವಗಳು ಎಷ್ಟೊಂದು ನಿಕಟವಾಗಿ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡು ಏಕತೆಯ ಭವ್ಯ ದೃಶ್ಯವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದನ್ನು ಕಂಡು ಆಶ್ಚರ್ಯಚಕಿತಳಾದೆ.

ಮಾನವನ ಭಾವಗಳ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಸ್ತರದಲ್ಲಿ, ನನ್ನ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಪ್ರೀತಿಯ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ಸುರಿಸಿರುವುದರ ಅರಿವು ನನಗಾಯಿತು. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ ಮುಗುಳ್ನಗೆ, ಅಕ್ಕರೆಯ ಆಲಿಂಗನ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಕಾಳಜಿಯ ಅನೇಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಹೂಗಳು ಮತ್ತು ಚಾಕಲೇಟ್‌ಗಳು ಸಂವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ನನ್ನೆಡೆಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡೆ. ಕೆಲವೊಂದು ಏಕಾಂತತೆಯ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಮಾನವ ಸಹಜವಾದ ಬಲಹೀನತೆಗಳನ್ನು ಮೀರಲಾಗದೇ ನನ್ನ ಅಂತರಾಳವನ್ನು ತಲ್ಲಣಗೊಳಿಸಿದ ನನ್ನ ಕಷ್ಟ ನಷ್ಟಗಳನ್ನೂ ಮತ್ತು ಕುಸಿತಗಳನ್ನೂ ನೋಡಿದೆ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬೆನ್ನು ತಟ್ಟುತ್ತಾ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಜೊತೆ ಕಣ್ಣೀರು ಸುರಿಸುತ್ತಾ, ಕೆಲವು ಸಲ ಸಾಂತ್ವನ ಹೇಳುತ್ತಾ, ಕೆಲವು ಸಲ ನನಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡುತ್ತಾ ಹಾಗೂ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಹೊರೆಯನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕುತ್ತಾ ಕಾಣದ ಬೆಳಕಿನ ಕೈ ನನಗೆ ಆಸರೆ ನೀಡಿ, ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುತ್ತಿರುವುದರ ಅರಿವಾದಾಗ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಳತೆಗೆ ಮೀರಿದ ವಿನೀತಭಾವ ಮೂಡಿತು.

ನನ್ನ ಮನದ ಪರದೆಯ ಮೇಲೆ ಮೂಡಿದ ಪ್ರತಿ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಪ್ರತಿ ಕಣ್ಣೀರ ಹನಿ, ಪ್ರತಿ ಅನುಭವ, ಪ್ರತಿ ಸೋಲು, ಪ್ರತಿ ವೈಫಲ್ಯ ಹಾಗೂ ದೌರ್ಬಲ್ಯದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣ ದಿಟ್ಟ, ಸ್ಥಿಮಿತ ಹಾಗೂ ದೃಢವಾದ ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನು ಇಡಲು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿತು. ಹಾಗೂ ದೈವೀ ಬೆಳಕು ತನ್ನ ಅನುಕರಿಸಲಾಗದ ಕುಚೇಷ್ಟೆಯೊಂದಿಗೆ, ಭವಿಷ್ಯದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪೋಷಣೆಗಾಗಿ ಅಂತರ್‌ಬೋಧೆಯ ಒಗಟುಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕೊಡುತ್ತಿರುವ ಹಿತವಾದ ವಿಸ್ಮಯಗಳು ಮತ್ತು ಆಘಾತಗಳನ್ನು ಕಂಡಾಗ ಮೂಕವಿಸ್ಮಿತಳಾದೆ.

ಅಷ್ಟು ಹೊತ್ತೂ ನಾನು ನನ್ನ ಗತ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸರಾಗವಾಗಿ ಜಾರಿಹೋಗಿದ್ದೆ. ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಜೀವನದ ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಆಗ, ನಾನು ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆ ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಇರುವುದೇ ಆದರೆ, ಅದಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿ 'ಬೆಳಕಿನ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ'ದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಯಾರನ್ನೂ ನಾನು ಟೀಕಿಸಬಾರದು ಎಂದು ತಕ್ಷಣ ಹೊಳೆಯಿತು.

'ಕಾಲ ಜೀವನವನ್ನು ಕಸಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ' ಎಂದು ಹೇಳಿದವರು ತಮ್ಮ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಪುನಃ ಬರೆಯಲಿ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಕಾಲ ಪುರುಷ ದೈವೀ ಬೆಳಕಿನ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿ ರೂಪಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಹೊಸ ಕಾಲವನ್ನು ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತಾ, ಹರ್ಷ, ಪುಳಕ ಹಾಗೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಹೊಸ ದಿಗಂತಗಳನ್ನು ಎದುರು ನೋಡುತ್ತಾ, ಗೌರವಾದರ, ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಮಂದಹಾಸದಿಂದ ಮುನ್ನಡೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗೋಣ. ■

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.

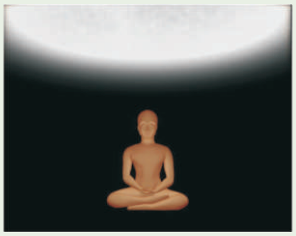
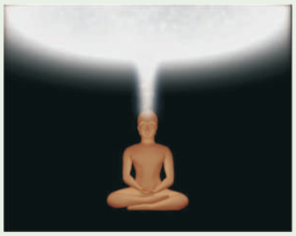
ತಿರುನಲ್ವೇಲಿ
ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ವಡಕ್ಕು ತೆರು, ಚೆಲ್ಲಾ ಪಿಳ್ಳೈಯಾರ್ ಕುಲಮ್
ಎ.ಪಿ. ನಾದನೂರ್ ಪೋಸ್ಟ್
ಆಲಂಗುಲಮ್ ತಾಲ್ಲೂಕು - 627423
☎ 9444458747 ಶ್ರೀ ಮಾರಿಯಪ್ಪನ್ ಎನ್.

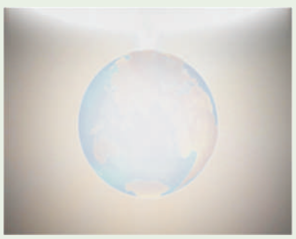
ಪುಣೆ
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7.00)
3 B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ,
ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ - 411016
☎ 9011038169 ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

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, ಸುಭಾಷ್ ನಗರ ಪೋಸ್ಟ್
☎ 9822421463 ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಒಂದು ಗುಂಪಿನ ಮುಂದೆ ನಿಂತು ಮಾತನಾಡಲು ಭಯಪಡುತ್ತಾರೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರ ಫಲವಾಗಿ ಅನೇಕರು ಈ ಭಯದಿಂದ ಹೊರಬಂದಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿನ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಸಹ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದನ್ನು ನಾನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ.

– ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, 8ನೇ ತರಗತಿ,
ಗೋಕುಲ್ ವಿದ್ಯಾಕೇಂದ್ರ, ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ,
ಬೆಂಗಳೂರು.

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನೊಳಗೆ ಸುಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಅತೀವ ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

– ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ವಿನೋದ್ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಸ್ಕೂಲ್,
ಬೆಂಗಳೂರು.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ನಮಗೆ ಅಪಾರವಾದ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಲಭಿಸಿವೆ. ಯಾವುದರಿಂದಲೋ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಹೊರಬಂದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯುವುದು ಪ್ರಯಾಸದ ಕೆಲಸವಾಯಿತು.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಕವಿತ ಜಗ್‌ತಪ್,
ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಹೈರ್ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ.

ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈಗ ಅವರು ನುರಿತ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಅವರು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಪಡೆದ ನಾವೆಲ್ಲ ಶಿಕ್ಷಕರು ಒಂದುಗೂಡಿ, ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ದೀಪಾ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಗೋಕುಲ್ ವಿದ್ಯಾ
ಕೇಂದ್ರ, ಜೆ.ಪಿ.ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು.

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಿಯುತವಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಪ್ರತಿಸಲ ತರಗತಿಯನ್ನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದೊಂದು ಅದ್ಭುತವೇ ಸರಿ. ನನಗೆ ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದಾಗಲೆಲ್ಲ ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ತೋಳಿನ ಮೇಲೆ ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳಿದ್ದ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತೆಯೊಬ್ಬಳಿಗೆ ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದೆ. ಆಕೆ ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಳು. ಆದರೆ ಅದು ಫಲಕಾರಿಯಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಖರ್ಚು ಅಥವಾ ಹಾನಿ ಇಲ್ಲದ ಈ ಬೆಳಕಿನ ಸದುಪಯೋಗಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಲಹೆ ನೀಡಿದೆ. ನನ್ನ ಈ ಸಲಹೆಯನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಿ ಆಕೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಳು. ಸಾವಕಾಶವಾಗಿ ಆಕೆಯ ಚರ್ಮ ಮೊದಲಿನ ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ಸ್ವರೂಪ ಪಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಆ ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇದು ಪವಾಡಸದೃಶ್ಯ!

– ಶ್ರೀಮತಿ ಕಮಲಾ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು,
ಶ್ರೀ ಕುಮಾರಸ್ವಾಮಿ ವಿದ್ಯಾ ಮಂದಿರ
ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು.

ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಈ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅರ್ಧ ಘಂಟೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸಿದೆ. ನಾನು ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಳಾಗಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನ ಔಷದೋಪಚಾರವು ಕೂಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭವಾಗಿದೆ.

– ಶ್ರೀಮತಿ ಉಮ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು,
ಪ್ರಜ್ಞಾ ವಿದ್ಯಾನಿಕೇತನ್ ಸ್ಕೂಲ್,
ಬ್ಯಾಟರಾಯನಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು.

ಜನವರಿ 31, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ಶಿವಗಂಗ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ 'ಇದೊಂದು ತುಂಬಾ ಸುಲಭದ ಧ್ಯಾನ' ಎಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ಒಕ್ಕೊರಲಿನಿಂದ ಹೇಳಿದರು. ಅವರಲ್ಲಿನ ಅನೇಕರು ತಿಳಿಗೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಚೆಂಡುಗಳ ದರ್ಶನವಾಯಿತೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಇದು ತುಂಬಾ ಹೃದಯಸ್ಪರ್ಶಿಯಾಗಿತ್ತು. ಈ ರೀತಿಯ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕಾಗಿ ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ, ಋಷಿಗಳಿಗೆ, ಮತ್ತು ಅಮರರವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

– ಶ್ರೀ ಸ್ವಾಮಿನಾಥನ್ ಸಿ. ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

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