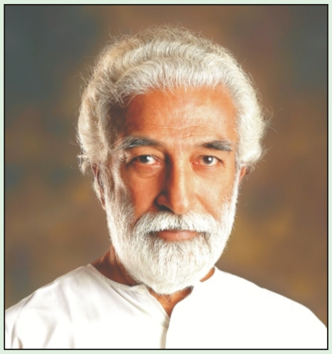
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 2, ಸಂ 7 ನವೆಂಬರ್ 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)

ಪ್ರಕೃತಿ, ಭೂಮಿ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳಿವೆ. ನಮಗೆ ತಿಳಿಯದೇ ಇರುವ ದೈವ ನಿಯಮಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ದೇವತೆಗಳಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಿದಾಗ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನೂ ಕೂಡ ನಾವು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ, ಅವುಗಳು ವಿಪತ್ತುಗಳಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತವೆ. ದೇವತೆಗಳು ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲಾರರು. ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗಳೂ ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲಾಗದು. ಈ ಭೂಮಿಯ ಜನರಾದ ನಾವು ಮಾತ್ರ ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ನಾವು ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು. ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ವಿಪತ್ತನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಹಿಂಸೆ ಮತ್ತು ದುರಾಸೆಯಿಂದ ನಾವು ದೂರವಿರಬೇಕು. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಸಾಮರಸ್ಯವಿರಬೇಕು. ಆಗ, ಅನಾಹುತಗಳು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ವಿಧಿಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವವರು ನಾವೇ. ಯುದ್ಧ ಮತ್ತು ಸುನಾಮಿಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟುಹಾಕುವವರೂ ನಾವೇ. ಇದನ್ನು ನಂಬುವುದು ಕಷ್ಟ, ಆದರೆ ಇದು ಸತ್ಯ. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಹಾಗೂ ಜಾಗತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಾವು ಸುನಾಮಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ಅರಿತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ವರ್ತಿಸಬೇಕಾದ ಕಾಲ ಬಂದಿದೆ. ನಾವು ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಿಂದ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳದೇ ಹೋದರೆ, ಅನಾಹುತಗಳಿಂದ ನೇರ ಹೊಡೆತಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾದವರ ಜೊತೆಗೆ ನಾವೂ ಕೂಡ ಕಷ್ಟ ನಷ್ಟಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದಲ್ಲ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಈ ಹೊರೆಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಇದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ನಾವೆಲ್ಲಾ ಒಂದು, ಹಾಗೂ ಬೇರೆಯವರ ಕಷ್ಟ ಸುಖಗಳನ್ನು ನಾವೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಅರಿಯಲೇ ಬೇಕು. ಅನೇಕ ದಿವ್ಯ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಅರಿಯಲೇ ಬೇಕು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ತೆರೆದುಕೊಂಡರೆ ಈ ಜ್ಞಾನ ಹೇಗಾದರೂ ನಮಗೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಈ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಾಗುವುದೆಂದು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟವರು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರು. ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು, ನಾವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು, ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು, ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿಯನ್ನು, ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ನಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಅವರು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿನ ಇತರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲೂ ಕೂಡ ಬೆಳಕನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು ಎಂದು ನಮಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಿದರು. ಈ ಸರಳ ಆದರೆ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅವರು ನಮಗೆ ಕಲಿಸಿದರು.

ಅವರು ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತಂದರು ಹಾಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವ ರೀತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಗುರೂಜಿಯವರಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸ್ಫೂರ್ತಿಪಡೆಯುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಸುಮಾರು 4700 ಶಾಲೆಗಳ 26 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಲುಪಿ ಅವರಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇವರಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 5 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಒಂದು ದಿನ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೇರುತ್ತದೆ. ಅದುವೇ ಗುರೂಜಿಯವರ ಕನಸಾಗಿತ್ತು, ಅದು ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಸಾಕಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ನಮ್ಮ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಗುರೂಜಿಯವರು ತಮ್ಮ ಭೌತಿಕ ಶರೀರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿದರು ಆದರೆ ಇಂದಿಗೂ ಅವರ ಇರುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಅನುಭವ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮರಣ ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ, ಅವರ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ. ಗುರೂಜಿಯವರು ಮಹಾನ್ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಾಗಿದ್ದರು.

ಅವರು ತಮ್ಮ ತತ್ವಬೋಧನೆಯನ್ನು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯೇ ಸರಳವಾಗಿರಿಸಿದ್ದರು ಹಾಗೂ ಯಾವಾಗಲೂ ಭಾವೋದ್ರೇಕಗೊಳಿಸುವುದರಿಂದ ದೂರವಿರುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ಅನೇಕ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ಜೀವಿಸಿದರು. 2008ರಲ್ಲಿ ಇವರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಸಂಚಲನದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಜನರಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದೆನ್ನುವ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದಿರಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಅವರು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ತ್ಯಾಗದ ಸಾಕಾರರೂಪವಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ವಿನಮ್ರತೆಯನ್ನೇ ಮೈವೆತ್ತಿರುವಂತಿದ್ದರು. ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳು ಮುಂಬರುವ ತಲೆಮಾರುಗಳಿಗೂ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವ ನಂಬಿಕೆ ನನಗಿದೆ.

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. ಭೋಸೇಕರ್

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

ಮಂಗಳೂರಿನ ಕಾಲೇಜ್ ಒಂದರಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು 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	4763
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	26.47 ಲಕ್ಷ
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	1240
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	5.34 ಲಕ್ಷ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ಆಯ್ಕೆ

ಮನೋಜ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ಒಳ್ಳೆಯ ಬದುಕನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಆಯ್ಕೆಗಾರನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಓದುತ್ತಿದ್ದಿರಾ ಎಂದರೆ, 'ಓದಬೇಕು' ಎಂಬ ಆಯ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ನಾವು ಜನ್ಮ ತಳೆದದ್ದೂ ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಯಿಂದಲೇ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೇಗ ಏಳುವುದೋ ಬಿಡುವುದೋ, ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಶಾಲೆಗೆ ಅಥವಾ ಕಾರ್ಯಾಲಯಕ್ಕೆ ತಲುಪುವುದೋ ಬಿಡುವುದೋ, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿಯಾದ ತಿನಿಸುಗಳೋ ಅಥವಾ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ತಿನಿಸುಗಳೋ, ಸತ್ಯ ಹೇಳುವುದೋ ಅಥವಾ ಸುಳ್ಳಿನ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯುವುದೋ, ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲಿಯೂ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಿಳಿದೋ ತಿಳಿಯದೆಯೋ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಯಾವುದೋ ಪ್ರಲೋಭನೆಗೋ, ಒತ್ತಡಕ್ಕೋ ಒಳಗಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಆಯ್ಕೆಗೆ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸಮ್ಮತಿ ಇದೆ ಎಂದರ್ಥ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಆಯ್ಕೆಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗೆ ತಾನೇ ಜವಾಬ್ದಾರನು ಎಂಬುದನ್ನು ಹೃದಯಾಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಬಲ್ಲವನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಹಾಗೂ ಸಮಯಾನುಸಾರವಾಗಿ ಯೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ವಿವಿಧ ಭಾವನೆ ಹಾಗೂ ಆಲೋಚನೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಇದೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು, ಉನ್ನತ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಬೌದ್ಧಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ಸಂತೋಷದ ವಿಷಯ ಏನೆಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಬದಲಿಸಬಹುದು, ಒಮ್ಮೆ ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪು ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಮತ್ತೊಂದು ಸರಿಯಾದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ತಿದ್ದಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಉತ್ತಮ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ವಿವೇಕ ಸಹಾಯಕಾರಿ. ನಾವು ಸಂಪಾದಿಸುವ ಜ್ಞಾನ, ಬದುಕು ಕಲಿಸುವ ಪಾಠಗಳು, ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ನೋವು, ಸೋಲು, ಇವುಗಳ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ವಿವೇಕ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸೃಷ್ಟಿ ಹಾಗೂ ಬದುಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗಿರುವ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ತಿಳುವಳಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆಲ್ಲಾ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ, ಬೇಕು–ಬೇಡಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಬದಲಾಗುತ್ತವೆ. ಯಾವ ಆಯ್ಕೆ ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಬದುಕನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಸಹಕಾರಿಯೋ ಅಂತಹ ಆಯ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದೆಂಬ ಅರಿವು ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯರೆಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ಆದರೂ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳು ಬೇರೆ. ಆಯಾ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಮಾಡುವ ಯೋಚನೆ, ಭಾವನೆ ಹಾಗೂ ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ಅವನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಈ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ನಮಗೆ ದಯಪಾಲಿಸಿದವನು ಭಗವಂತ. ಭಗವಂತ ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕೆ ಎಂದೂ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅಡ್ಡಿಪಡಿಸುವವರು ನಮ್ಮಂತಹ ಮನುಷ್ಯರೇ. ಪರರನ್ನು ಗೌರವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವರ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿ ಬಾರದಿರುವುದೂ ಕೂಡ ಒಂದು ಮಹತ್ವದ ಆಯ್ಕೆ. ಈ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸದಾ ಸಜ್ಜನನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅತ್ಯಾಚಾರ, ಅಪಹರಣ, ದಬ್ಬಾಳಿಕೆ, ಕ್ರೌರ್ಯ ಇವೆಲ್ಲ ಬೇರೊಬ್ಬರನ್ನ ಮತ್ತು ಅವರ ಇಚ್ಛಾ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ಗೌರವಿಸದೆ ಇರುವುದರ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ಅಲ್ಲವೇ?

ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ಮೂಲ ಬೆಳಕು. ಭಗವಂತ ಬೆಳಕಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ಇಚ್ಛಿಸಿದ ನಂತರವೇ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಆರಂಭವಾದವು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಬೆಳಕಿನ ಅಂಶವಾದ ಆತ್ಮಗಳು, ಆದ್ದರಿಂದ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸಮಾನರು ಮತ್ತು ಒಂದು. ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಗೌರವಿಸಲು ಈ ಒಂದು ಕಾರಣ ಸಾಕು. ಒಬ್ಬ ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ಬೆಳಕನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಕಟಿಸಿ ಒಳ್ಳೆಯವನಾಗುತ್ತಾನೆ, ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಪ್ರಕಟಿಸದೆ ಉಳಿದುಬಿಡುತ್ತಾನೆ, ಆದರೆ ಇಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಇರುವ ಬೆಳಕು ಒಂದೇ.

ಈ ಬೆಳಕು ಭೌತಿಕ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಇದು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿದೆ, ಇದು ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ. ಈ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಇದೆ. ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ವಿವೇಕ, ಗುಣಪಡಿಸುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲ ಜೀವ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಇದು ಹೊಂದಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ಭಾವನೆ, ಯೋಚನೆಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಜೀವ ಶಕ್ತಿ ನಾವು ಸದಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕರಾಗಿರಲು, ಒಳ್ಳೆಯ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಎಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಪಾಲಿಸುವಂತೆ ಸಕ್ಷಮರಾಗಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬೆಳಕಿನ ಗುಣಗಳಾದ ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತಾ ಒಳ್ಳೆಯವರಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು ಸರಳವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಅಸಾಧ್ಯವಲ್ಲ ಎಂಬ ಸಂದೇಶವನ್ನು ತಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಮೂಲಕ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟ, ಹಾಗೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಮನುಕುಲಕ್ಕೆ ದಯಪಾಲಿಸಿರುವ ಮಹಾನ್ ಋಷಿಗಳಿಗೆ ನನ್ನ ವಂದನೆಗಳು. ■

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.

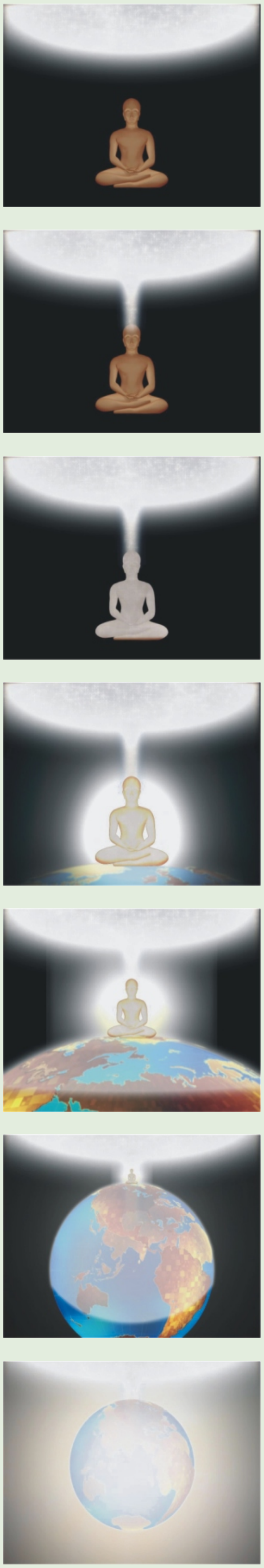
ತಿರುನಲ್ವೇಲಿ
ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ವಡಕ್ಕು ತೆರು, ಚೆಲ್ಲಾ ಪಿಳ್ಳೈಯಾರ್ ಕುಲಮ್
ಎ.ಪಿ. ನಾದನೂರ್ ಪೋಸ್ಟ್
ಆಲಂಗುಲಮ್ ತಾಲ್ಲೂಕು - 627423
☎ 9444458747, ಶ್ರೀ ಮಾರಿಯಪ್ಪನ್ ಎನ್.

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



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯೊಬ್ಬರು ಒಂದು ಅಪಘಾತಕ್ಕೀಡಾದರು. ಅವರ ದ್ವಿಚಕ್ರ ವಾಹನ ಅವರ ಕಾಲುಗಳ ಮೇಲೆ ಬಿತ್ತು. ಅವರಿಗೆ ನೋವುಂಟಾಯಿತು. ಅವರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲು ಶಾಲೆಯೊಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರು. ನೋವಿದ್ದರೂ, ಗಾಯವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗೆ ಹೋದರು. ಸೆಷನ್ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ನೋವು ಮರೆಯಾಯಿತು! ಆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವರಿಗೆ ಇಷ್ಟವಿರಲಿಲ್ಲ. ಬೇರೆ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸುವುದಕ್ಕೆ ಕರೆಯಬಹುದಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅವರು ಹಾಗೆ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಇದು ಅವರ ಈ ಕೆಲಸದ ಬಗೆಗಿನ ಬದ್ಧತೆ. ನಂತರ ಅವರು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಿ, ಎಕ್ಸ್-ರೇ ತೆಗೆದಾಗ ಮೂರು ಕಡೆ ಮೂಳೆ ಮುರಿದದ್ದು ತಿಳಿಯಿತು! ಅವರಿಗೆ ನಡೆಯಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು? ಅವರಿಗೆ ವಾಹನ ಚಲಿಸಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು? ಮತ್ತು ಮೂರು ಕಡೆ ಮೂಳೆ ಮುರಿದಿದ್ದರೂ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು? ಬೆಳಕಿನ ಅನುಗ್ರಹ ಅದ್ಭುತ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

– ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ

ನಾನೊಂದು ದಿನ ತುಂಬ ದು:ಖಿತಳಾಗಿದ್ದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಎಲ್ಲ ದುಃಖಗಳು ಮರೆಯಾಗಿ ನಾನು ಹರ್ಷಿತಳಾದೆ.

– ಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಕಿಂಗ್ಸ್ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನೀಲಿ ಬಣ್ಣದ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವವಾಯಿತು.

– ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಜೆ.ಎಸ್.ಎಸ್. ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು ಸೌತ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ನಿರಾತಂಕದ ಹಾಗೂ ಸಮಾಧಾನದ ಅನುಭವ ವಾಯಿತು.

– ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಜೆ.ಎಸ್.ಎಸ್. ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು ಸೌತ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದನಂತರ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಸ್ಪಷ್ಟತೆ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಬೆಳಕು ನನ್ನ ದೇಹದೊಳಗೆ ಹರಿದು ನಾನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುವಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತಿದೆ.

– ರಕ್ಷಿತ್ ಆರ್, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಕ್ರೈಸ್ಟ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಕಗ್ಗಲೀಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಪರಿಚಯಿಸುವ ಮೊದಲು ನನಗೆ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈಗ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಐದು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

– ಶಬರಿನಾಥನ್ ಎಸ್, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಚೆನ್ನೈ ಮಿಡ್ಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಟ್ರಸ್ಟ್‌ಪುರಂ, ಚೆನ್ನೈ

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಆಹ್ಲಾದ ಮತ್ತು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯತನ ಮೂಡುತ್ತಿದೆ. ಪ್ರತಿ ಸಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಎಲ್ಲರ ಮೇಲಿನ ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿದೆ.

– ಶ್ವೇತ ಜಿ, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಚೆನ್ನೈ ಮಿಡ್ಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಟ್ರಸ್ಟ್‌ಪುರಂ, ಚೆನ್ನೈ

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿದ ದಿನದಿಂದಲೂ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಂಜೆ ನಾನು ಇದರ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಾನು ಬಹಳ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ. ಇದರ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದಾಗಿ ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನಗೆ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಸುರೇಶ್ ಕೆ, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಚೆನ್ನೈ ಮಿಡ್ಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಟ್ರಸ್ಟ್‌ಪುರಂ, ಚೆನ್ನೈ

ಏನೋ ಒಂದನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲೆ ಎನ್ನುವ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿದೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ನಿರಾತಂಕವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ನಾನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಬಹಳ ಆಯಾಸಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ, ಈಗ ನಾನು ಅದರಿಂದ ಹೊರ ಬಂದಿದ್ದೇನೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಹಳ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರು, ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿಕರಿಗೆ ಇದನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತೇನೆ.

– ರೇಷ್ಮ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಕ್ರೈಸ್ಟ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಕಗ್ಗಲೀಪುರ, 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