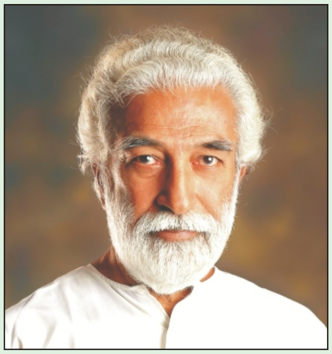
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 2, ಸಂ 5 ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 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)

ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನಿಯು ಒಂದು ವಿಷನ್ ಕಂಡರು. ಕತ್ತಲು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಆವರಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಹಾಗೂ ಒಂದು ಬೆಳಕು ಒಳಗಿನಿಂದ ಪ್ರಕಾಶಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿತು.

ನಮಗೆ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಈ ವಿಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಪದಗಳಿವೆ. ಶೋಚನೀಯವೆಂದರೆ, ನಾವು ಅಂತಹ ವಿಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಓದುವುದಿಲ್ಲ. ಓದದ ಈ ಪದಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಟ್ಟದೆ ಆಳವಾದ ನಮ್ಮ ಅಜ್ಞಾನದ ಜಡಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ತಮ್ಮ ಗರ್ಭಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಎಷ್ಟೊಂದು ವಿಷನ್‌ಗಳು ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋಗಿವೆ ಹಾಗೂ ಎಷ್ಟೊಂದು ಪಾಠಗಳು ನಷ್ಟವಾಗಿವೆ! ಆದರೆ, ಈ ವಿಷನ್‌ಗಳು ಹೊಸ ಪದಗಳು ಮತ್ತು ಸಂದೇಶಗಳೊಂದಿಗೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಓದಿ ಜಾಗೃತರಾಗುವವರೆಗೂ ಅವು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ವಾಪಸ್ಸು ಬರುತ್ತವೆ. ಇದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ. ವಿಷಾದಪಡದ ಆಶಾವಾದಿ ನಾನು ಎಂದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ವಿಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿರುವವನು ಒಬ್ಬ ಸಮಂಜಸವಾದ ಆಶಾವಾದಿ! ಒಂದು ದಿನ, ಜನರು ಜಾಗೃತರಾಗುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಈತ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಕತ್ತಲು ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಆವರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿ ಇರುವ ಬೆಳಕು ಹೊರ ಬಂದಾಗ ಅದು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬೆಳಗಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊರ ತರುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿದೆ. ತಕ್ಷಣದಲ್ಲೇ, ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಗೆ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ಶಿಕ್ಷಕರು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಸಿಗುವ ಆದರದ ಸ್ವಾಗತ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದೆ. ಮಕ್ಕಳು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಲೈಟ್ ಸರ್ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಮ್ಯಾಮ್ (Ma'am) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ! ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ. ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಅವರು ಪ್ರೀತಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಗುರೂಜಿ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಿಂದ ತಮಗೆ ಸಾಗಿ ಬಂದ ಹೊಸಯುಗದ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಅವರು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ತುಂಬಿದ ಜೀವನದ ಈ ಕನಸನ್ನು ಸಾಕಾರಗೊಳಿಸಲು ಅವರು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ಸ್ವವ್ಯಕ್ತಿತ್ವಗಳು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ವಿಲೀನವಾಗಿರುವುದು ಅವರಿಗೆ ಸಂತೋಷ ನೀಡಿದೆ!

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ ಕಷ್ಟ ಮತ್ತು ಸವಾಲಿನ ಕಾಲವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು. ಹವಾಮಾನದ ವೈಪರೀತ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಕೋಪಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತಿವೆ. ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಕೋಪಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು ಹಾಗೂ ಹಿಂಸೆ ಮತ್ತು ಅಪ್ರೀತಿ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಈ ಭೂಮಿಯಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡೆದು ಹಾಕಬಹುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಂಬುವುದು ಕಷ್ಟ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಹೊಸ ಭವಿಷ್ಯಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ, ಬಹುತೇಕ ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ಕತ್ತಲನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ಜನರು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು. ಮುಂಬರುವ ದಿನಗಳು ಉಜ್ವಲ ಮತ್ತು ರೋಮಾಂಚಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಬೆಳಕಿಗೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಿದೆ. ಬೆಳಕು ಸರ್ವೋನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ. ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕಾಳಜಿ ಇದೆ. ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ದೃಶ್ಯೀಕರಿಸೋಣ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡೋಣ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿ ದಿನ 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

ಮುಂಬಯಿಯ ಮನೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ 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	4717
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	26.35 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

ಒಂದು ಅನುಭವ

ಪದ್ಮಜ ಬಾಲಾಜಿ, ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನನಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಿಯವಾದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಲು ಯಾರ ಅನುಮತಿ ಬೇಕಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಯಾರ ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಕೇಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಗಂಟೆಗಟ್ಟಲೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಇಷ್ಟಪಡುವುದು ಈ ಸ್ಥಳವನ್ನೇ. ಯಾರ ಗಮನಕ್ಕೂ ಬಾರದೆ, ಯಾರ ಮಧ್ಯಪ್ರವೇಶವೂ ಇಲ್ಲದೆ ನನ್ನ ಅಂತರಂಗದ ಪಿಸು ದನಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ಇಲ್ಲಿ, ನನ್ನ ತಪ್ಪು ಅಥವಾ ವೈಫಲ್ಯತೆಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಆದ ಕಾರಣ, ನಾನು ನಾಚಿಕೆಪಡದೆ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ತೆರೆದಿಡುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ದೊರೆತ ಪ್ರತಿ ಮೆಚ್ಚುಗೆಯೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಸಣ್ಣವಳೆಂಬ ಭಾವನೆ ಮೂಡುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ನನ್ನ ಅನುಭವ ಮತ್ತು ವಿಷಮ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಕ್ಷುಲ್ಲಕವಾಗಿ ಕಾಣುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ಬೇರೆಯವರಿಂದ ನನ್ನ ನಿರೀಕ್ಷಣೆಗಳು, ಅಹಂಭಾವದ ಮುಸಿನಗೆಯಂತೆ ತೋರುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ಹಾಗೂ, ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಚ್ಚರಿ ಮತ್ತು ಹರುಷ ತಂದ, ನನ್ನ ಅಸಾಧ್ಯವೆನಿಸುವ ಅಪೇಕ್ಷೆಗಳು ಸಾಕಾರಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸಿದ್ದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ಮತ್ತು, ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಂದು ಮಗುವಾಗುವುದು ಇಲ್ಲಿಯೇ. ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಕೈಬಿಡಬಾರದೆಂಬ ದೃಢ ನಿಶ್ಚಯದೊಂದಿಗೆ ಮನೆಗೆ ವಾಪಸಾಗುವುದು ಇಲ್ಲಿಂದಲೇ.

ಭೌತಿಕ ಆಯಾಮದಲ್ಲಿ ಈ ಸ್ಥಳ ಜೀವಂತವಾಗಿದೆ ಆದರೆ, ಪ್ರೀತಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಆವರಿಸುವ ನನ್ನ ಗುರುಗಳ ಚೈತನ್ಯ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ನಾನು ಅತ್ಯಂತ ಅಕ್ಕರೆಯಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಆದುದರಿಂದ, ನನ್ನ ಹುಟ್ಟುಹಬ್ಬದ ದಿನ, ನನ್ನ ಗುರುಗಳು ಸಹಿ ಹಾಕಿದ ಒಂದು ಹಳೆಯ ಬರ್ತ್‌ಡೇ ಕಾರ್ಡ್ ಅನ್ನು ಹಿಡಿದು ಈ ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಆಕಾಶ ಮತ್ತು ನಕ್ಷತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡೆ.

ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕಂಡಿರದ ಬೆಳಕುಗಳ ಜೊತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಅವರು ಎಂತಹ ಅದ್ಭುತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದರು ಎಂದು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ನನಗೆ ಅರಿವಾಯಿತು! ಅವರ ಸಾವಿರಾರು ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ನಾನೂ ಒಬ್ಬಳು. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯನಿಗೂ ತಮ್ಮ ದಿವ್ಯ ಪ್ರೇಮದ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತಹ ಸುಂದರವಾದ ಮಾನವೀಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೀಡಲು ಸಮಯ ಕಂಡುಕೊಂಡರು.

ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳು ಒದ್ದೆಯಾದವು. ಅವರ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಈ ಕಾರ್ಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಇರುವುದು ನನಗೆ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಅಚ್ಚರಿ ಪಡಬಹುದು.

ಇದು ಸಾಧ್ಯ ... ಇದು ಸಾಧ್ಯ ಕಾರಣ ನಾವು, ನಮಗೇ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದೆ, ಚೇತನಾತ್ಮಕವಾದದ್ದನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಅಚೇತನವೆಂದು ಕರೆಯುವುದನ್ನೂ ಮುಟ್ಟುತ್ತೇವೆ. ಒಂದು ವಸ್ತುವಿನ ನಮ್ಮ ಒಂದು ಸ್ಪರ್ಶ ಅಥವಾ ಒಂದು ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ ಭೇಟಿ ನಮ್ಮ ಚೈತನ್ಯ ಮುದ್ರೆಯಂತೆ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಬಹುದು. ಅದು ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ, ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಹೊಂದಿರುವ ಪ್ರೀತಿ ಅಥವ ಅಪ್ರೀತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಬಹುದು.

ಕೋಟ್ಯಾಂತರ ಜನರ ಚೈತನ್ಯ ಮುದ್ರೆಗಳು ಈ ಭೂಮಿಯ ಎಲ್ಲಾ ಜನರ ಒಳಿತಿನ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಈಗ ನೀವು ಒಪ್ಪಬಹುದು. ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುವಂತೆ, ನಾವು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದು ಹಾಕುವುದು ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಪ್ರಪಂಚವೊಂದನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಉದ್ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು. ಬೆಳಕಿಗಾಗಿ ಯಾವ ಹಕ್ಕು ಪತ್ರ ಬೇಕಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಈ ಬೆಳಕು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಮತ್ತು ಚೇತನ ಅಥವಾ ಅಚೇತನವಾದ ಪ್ರತಿ ಜೀವಿಗೂ ಇದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸಹ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಆದ ಕಾರಣ, ನನ್ನ ಗುರುಗಳ ಚೈತನ್ಯ ಮುದ್ರೆಗಳು ಅತಿ ದಿವ್ಯವಾದುದರಿಂದ ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಆ ಪವಿತ್ರ ಸ್ಥಳವು ನನ್ನ ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಭೇಟಿಗಳ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಅವರು ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ಆಧಾರಸ್ತಂಭವಾದ ಕಾರಣ, ಅವರ ಭೌತಿಕ ಶರೀರದ ವಿಭಜನೆಯಾದ ನಂತರವೂ, ನನ್ನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಮನುಕುಲಕ್ಕಾಗಿ, ಅತಿ ವಿನಮ್ರತೆಯಿಂದ ತಮ್ಮ ಸಮೂಹದೆಡೆಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಕೈ ಚಾಚುತ್ತಾರೆ. ■

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.

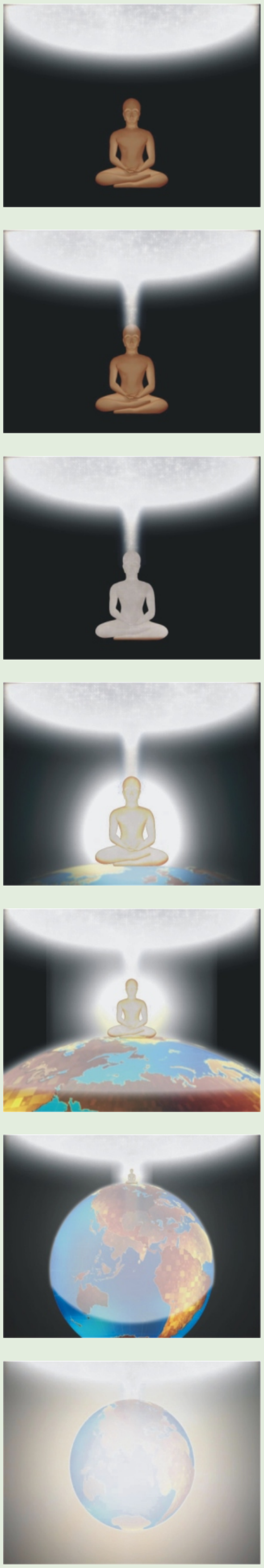
ತಿರುನಲ್ವೇಲಿ
ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ವಡಕ್ಕು ತೆರು, ಚೆಲ್ಲಾ ಪಿಳ್ಳೆಯಾರ್ ಕುಲಮ್
ಎ.ಪಿ. ನಾದನೂರ್ ಪೋಸ್ಟ್
ಆಲಂಗುಲಮ್ ತಾಲ್ಲೂಕು - 627423
☎ 9444458747, ಶ್ರೀ ಮಾರಿಯಪ್ಪನ್ ಎನ್.

ಪುಣೆ
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
3 B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ, ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ - 411016
☎ 9011038169, ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ 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

ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆಗಿನಿಂದ ನನ್ನ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಮಟ್ಟ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದು ಒಳ್ಳೆಯ ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಈ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕೊಡುವುದರ ಬದಲು ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದಬಹುದು.

– ಕೇದಾರ್ ಹೆಗ್ಡೆ, 9ನೇ ತರಗತಿ,
ಕಾರ್ಡಿಯಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಕಳೆದ ಎರಡು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ರೂಢಿಗೆ ತರಲಾಗಿದೆ. ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಇದರ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನನಗೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು ದೊರೆತಿವೆ. ನಾನು ಎಚ್ಚರಗೊಂಡ ಕೂಡಲೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಇದು ನನಗೆ ದಿನವಿಡೀ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ದಿನ, ಧ್ಯಾನದೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಪಾಠಗಳನ್ನು ಏಕಾಗ್ರಚಿತ್ತದಿಂದ ಕೇಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಅಗಾಧವಾಗಿ ವೃದ್ಧಿಸಿದೆ. ಈ ಉನ್ನತವಾದ ಧ್ಯಾನದ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

– ಆಯುಷ್, 9ನೇ ತರಗತಿ,
ಕಾರ್ಡಿಯಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಬಹಳ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಇಂತಹ ಶಾಂತಿ ಕೇವಲ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಈ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಾನು ನಿಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

– ಮುರಳಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ,
ಪದುರ್ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಚೆನ್ನೈ

ನಮ್ಮನ್ನು ಆಹ್ಲಾದಗೊಳಿಸುವ ಮತ್ತು ಶಾಂತಚಿತ್ತರನ್ನಾಗಿಸುವ ಇಂಥಹ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಸೊಗಸೆನಿಸಿದೆ. ತೃಪ್ತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತತೆ ನಮಗೆ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ದೊರೆತಿವೆ.

– ಕಲ್ಪನ ಪೋಟೆ,
ಶಿಕ್ಷಕಿ, ಪಿಎಮ್‌ಸಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಅಗಾಧವಾದ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಬಹಳ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಪ್ರಪಂಚವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದೆನಿಸಿತು. ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ಹಿಂದೆಂದೂ ಆಗಿರಲಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಬಹಳ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ತುಂಬಾ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

– ಕದೀಜತ್ ಸರ್ಫೀನಾ ಎ, 7ನೇ ತರಗತಿ,
ಸಿಲಿಕಾನ್ ವ್ಯಾಲಿ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಮೋಡದ ಮೇಲೆ ಇರುವಂತೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ದೇವರು ನನ್ನ ಹತ್ತಿರವಿದ್ದಾನೆ, ಆದರೆ ಅಗೋಚರವಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಇದನ್ನು ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ಮತ್ತು ನನ್ನ ತಂದೆ ತಾಯಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನಮಗೆ ಈ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟ ನಿಮಗೆ ವಂದನೆಗಳು.

– ಪ್ರಮೋದ್, 4ನೇ ತರಗತಿ,
ಸಿಲಿಕಾನ್ ವ್ಯಾಲಿ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಒಳ್ಳೆಯ ಭಾವನೆ, ನೆಮ್ಮದಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಹಿಂದೆಂದೂ ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಅನುಭವದಿಂದ, ಹಗುರವಾದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಓದಲು ಮತ್ತು ಬರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮೂಡಿದೆ. ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಇದು ನಮಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.

– ಮೋನಿಕಾ ಎಸ್, 7ನೇ ತರಗತಿ,
ಸಿಲಿಕಾನ್ ವ್ಯಾಲಿ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಬೆಳಕು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿತ್ತು. ಹಿಂದೆಂದೂ ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಭೂಮಿ ಪ್ರಖರವಾದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿತ್ತು. ಪ್ರತಿದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ. ವಂದನೆಗಳು.

– ವಿಶಾಲ್ ಕುಮಾರ್, 7ನೇ ತರಗತಿ,
ಸಿಲಿಕಾನ್ ವ್ಯಾಲಿ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಏನೋ ಒಂದು ರೀತಿಯ ರೋಚಕವಾದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಉಲ್ಲಾಸದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದ್ದವು.

– ಶಶಿಧರ್ ಆರ್, 7ನೇ ತರಗತಿ,
ಸಿಲಿಕಾನ್ ವ್ಯಾಲಿ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, 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