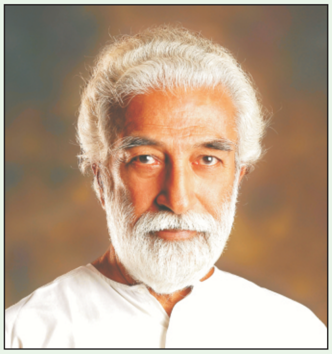
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 3, ಸಂ 7 ನವೆಂಬರ್ 2015



ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

ಬೆಳಕು

ಇದು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಠಿಯ 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

(ಅವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳ ಸಾರ. ಪ್ರೀತಿ, ಕರುಣೆ, ಕ್ಷಮೆ ಮತ್ತು ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲ ಧರ್ಮಗಳು ಬೋಧಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಎಲ್ಲವುಗಳ ಸಾರವೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.

ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವವರೆಲ್ಲರೂ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಅಂತರಂಗದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವರೆಲ್ಲಾ ಒಂದೇ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಏಕತೆ ಈಗ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಏಕತೆ ಭವಿಷ್ಯದ ಧರ್ಮವಾಗಬೇಕು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಏಕತೆಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಅದರ ಅರಿವುಳ್ಳವರಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು.

ಏಕತೆ ನಮಗೆ ಬಲ, ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಹಾಗೂ ಸಂತೋಷವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಏಕತೆಯನ್ನು ದೈವದ ಜೊತೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ನಮ್ಮಗಳ ನಡುವೆ, ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಜನರ ನಡುವೆಯೂ ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಇಂತಹ ಏಕತೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಬೆಳಕಿನ ಯುಗಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಬೆಳಕಿನ ಯುಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಯುಗ ಎಲ್ಲೋ ಹೊರಗಡೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಬೇಕು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ನವೆಂಬರ್ 23ರಂದು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಅಗಲಿದರು. ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಕೃತಜ್ಞತೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲು ಆ ದಿನ ನಾವು ಅವರನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅವರು ಈ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಮಗೆ ನೀಡಿದರು. ಅದು ಹತಾಶೆಯ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕರಿಗೆ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಪರಿಹಾರ ತರುವ ಭರವಸೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಿತು. ಲಕ್ಷಾಂತರ ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಸಾವಿರಾರು ಜನರಿಗೆ ತಮ್ಮ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ.

ಈ ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿ ತಂತ್ರ, ಬೆಳಕು ಅಥವಾ ದೇವರನ್ನು ನಮ್ಮ ಹತ್ತಿರ ತರುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಹೊರಗಿನ ಏಜೆನ್ಸಿಯ ಸಹಾಯ ಪಡೆಯದೆ ನಾವು ಅವನನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ತಲುಪಬಹುದು ಹಾಗೂ ಸಹಾಯ ಕೇಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಅವನ ಒಡನಾಟವನ್ನಷ್ಟೇ ಆನಂದಿಸಬಹುದು.

ಕೆಲವೊಂದು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಶ್ರೀಸಾಮಾನ್ಯನಿಗೆ ಅಂತಹ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲೂ ಅಸಾಧ್ಯವಾಗಿತ್ತು!

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಬಹಳ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಹಾಗೂ ವಾತ್ಸಲ್ಯಮಯಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು ಮೂರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಕಾಲವಾದರು, ಆದರೆ ಅವರು ಇನ್ನೊಂದು ಮಟ್ಟದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಅವರ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದ ಅನೇಕರಲ್ಲಿ ನಗು ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಿದರು. ನಮ್ಮ ನಿಜವಾದ ಗುಣಸ್ವಭಾವವಾದ ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಸುವಂತೆ ಒತ್ತಿ ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರು.

ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಕನಸುಕಂಡ ಅವರು ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ದಾರ್ಶನಿಕರಾಗಿದ್ದರು. ತಮ್ಮ ಜೀವನ ಪೂರ್ತಿ ಮನುಕುಲಕ್ಕಾಗಿ ನಿಸ್ವಾರ್ಥತೆಯಿಂದ ಅವಿರತವಾಗಿ ದುಡಿದರು. ಅವರು ನಮಗಾಗಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂಮೃದ್ಧಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗೆಗೆ ಕನಸುಕಂಡರು. 2008ರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು. ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹರಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವರ ಕನಸನ್ನು ಈಡೇರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ನಾವೆಲ್ಲಾ ಜೊತೆಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ತಂದು ಅವರ ಕನಸನ್ನು ನನಸಾಗಿಸೋಣ.

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.

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 5:00 - 5:30)
ಮಂಚ್‌ಕಿನ್ಸ್, ನಂ. 890,
38ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, 20ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
4ನೇ 'T' ಬ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ
☎ 9902025444 ಶ್ರೀಮತಿ ಶುಭ ಎಸ್.

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಬಲಮುರಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ,
8ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
ಹೊಯ್ಸಳ ವೃತ್ತದ ಬಳಿ,
ಕೆಂಗೇರಿ ಸೆಟಲೈಟ್ ಟೌನ್
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕರು ಸೋಜಿಗ ವೆನಿಸುವಂತಹ ಸಹಾಯವನ್ನು ಹಾಗೂ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳು ಇತರರಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೂಡ ಮಾಡಬಹುದು. ದಯವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವ ಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ನಮ್ಮ ಇ–ಮೇಲ್ info@lightagemasters.com ಗೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಬರೆಯಿರಿ.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸೆಂಟ್‌ಮಾರ್ಕ್ಸ್ ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿನ RBBPAM ಶಾಲೆಯ ಹಳೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಈ ವರ್ಷದ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಶಾಲಾ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಸೇರಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ನಮ್ಮ ಜೀವನವು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ತತ್ವಗಳ ಮೇಲೆ ಆಧಾರಿತವಾಗಿದ್ದಾಗ, ಪ್ರಕೃತಿ, ಸಮಾಜ ಹಾಗೂ ಇತರರೊಂದಿಗೆ, ಸೌಹಾರ್ದತೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ನಾವು ಜೀವಿಸಬಹುದು.
- ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಕರುಣೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವು ಅಡಿಪಾಯವಾಗಿರಬೇಕು.
- ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬದಲಾಗಲು ಸಿದ್ಧನಾದಾಗ ವಿಶ್ವದಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ಸಹಾಯ ಅವನಿಗೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ.
- ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ, ಗೌರವ ಮತ್ತು ಶರಣಾಗತಿಗಳು ಜೊತೆಗೂಡಿವೆ. ಅದು ಸ್ವೀಕಾರ ಮತ್ತು ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಮೂಡಿಬರುತ್ತದೆ.
- ಭಕ್ತಿಯು ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಉದಾತ್ತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ದೇವರ ಜೊತೆ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಲು ನಮ್ಮನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ದೇವರನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ತಂದು ಅವನ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಸದಾಕಾಲ ಅನುಭವಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವನನ್ನು ನಮ್ಮ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಸಮಸ್ಯೆಯಿದ್ದರೆ, ನೋವಿದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮಲ್ಲೇ ಅದನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಯಾರ ಹತ್ತಿರವಾದರೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬೆಳಕಿನ ಮುಂದೆ, ದೇವರ ಮುಂದೆ ಸದ್ದಿಲ್ಲದೆ ಅದನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿಬಿಡಬೇಕು. ಆಗ ನಿಮಗೆ ಪರಿಹಾರ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	5018
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	27.38 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

ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಹಾಯಕಾರಿ

(ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರ 'ಬೆಳಕು' ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಇದರಲ್ಲಿ ಅನುಮಾನವೇ ಇಲ್ಲ. ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಹಾಯಕಾರಿ. ಅದರ ಸಹಾಯ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ವಿವಿಧ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನೀವು ಅವುಗಳನ್ನು ಟಿಪ್ಸ್ ಅಥವಾ ತಂತ್ರಗಳೆಂದು ಕರೆಯಬಹುದು. ಇವುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅಪಾಯವೂ ಇಲ್ಲ, ಎಲ್ಲವೂ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹೆಚ್ಚು ದಯೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಸ್ವಭಾವದ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಅರಿಯದೇ ಮಾಡಿದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ತಪ್ಪುಗಳನ್ನೂ ಕೂಡ ಸರಿಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಏಕಾಗ್ರತೆಗಾಗಿ

ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಆರಾಮವಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಒಂದು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಉಸಿರಾಡಿ. ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಕು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಮೂರು ನಿಮಿಷಗಳಿಂದ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಇದನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಓದಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ಅಥವಾ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸುವ ಮೊದಲು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಈ ಅಭ್ಯಾಸ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಂತರ್ಗತ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು, ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಲು ಮತ್ತು ಬೇಕಾದಾಗ ಅದನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಲಾಭ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಕೋಪಕ್ಕಾಗಿ

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕೋಪವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡೆದು ಹಾಕಬೇಕು, ಇಲ್ಲವೇ, ಕನಿಷ್ಠ ಪಕ್ಷ ನಿಗ್ರಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ.

ಕೋಪ ಬಂದಾಗ ನೀವು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಅಂದರೆ ಉಚ್ಛ್ವಾಸ ಮತ್ತು ನಿಶ್ವಾಸಗಳೆರಡನ್ನೂ ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಿ. ಇಷ್ಟರಿಂದಲೇ ಕೋಪ ನಿಗ್ರಹಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅನೇಕರು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ಈ ವಿಧಾನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನೀವು ಉಸಿರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಾಗ, ಬೆಳಕೂ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಅದನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಇಡೀ ಶರೀರದೊಳಗೆ ಹರಡಲು ಬಿಡಿ. ನಂತರ ಉಸಿರನ್ನು ಹೊರಗೆ ಬಿಡಿ. ಇದು ಒಂದು ಸುತ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಮೂರರಿಂದ ಏಳು ಸುತ್ತುಗಳವರೆಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದನ್ನು ಪ್ರಶಾಂತವಾದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ವಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ ಕುಳಿತು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ.

ಹೀಗೆ ನೀವು ನಿಯತವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ, ನಿಮಗೆ ಕೋಪವೇ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ನಂಬಿಕೆಯಿಡಿ.

ಖಿನ್ನತೆಗಾಗಿ

ಪೂರ್ವಕ್ಕೆ ಮುಖಮಾಡಿ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ಕೋಪವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದ ಮೇಲಿನ ತಂತ್ರವನ್ನು ಮೂರು ಸುತ್ತುಗಳವರೆಗೆ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ.

ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಇಡೀ ದೇಹದ ತುಂಬ ಬೆಳಕು ಇದೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ. ಇದನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳಿಂದ ಒಂದು ಘಂಟೆಯವರೆಗೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ, ದಯೆ ಮತ್ತು ಶಕ್ತಿಗಳಿವೆ. ಅದರ ಕಂಪನಗಳು ಒಂದು ಚೈತನ್ಯವಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಾವು ಗ್ರಹಿಸಲಾರದ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ನಮ್ಮ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಮತ್ತು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ದಯವಿಟ್ಟು ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್ ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೌನ್ ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸೋಲಾಪೂರ್

ಸೋಮವಾರ ಮತ್ತು ಗುರುವಾರ
(ಸಂಜೆ 7:00 - 7:15)
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.

ಪುಣೆ

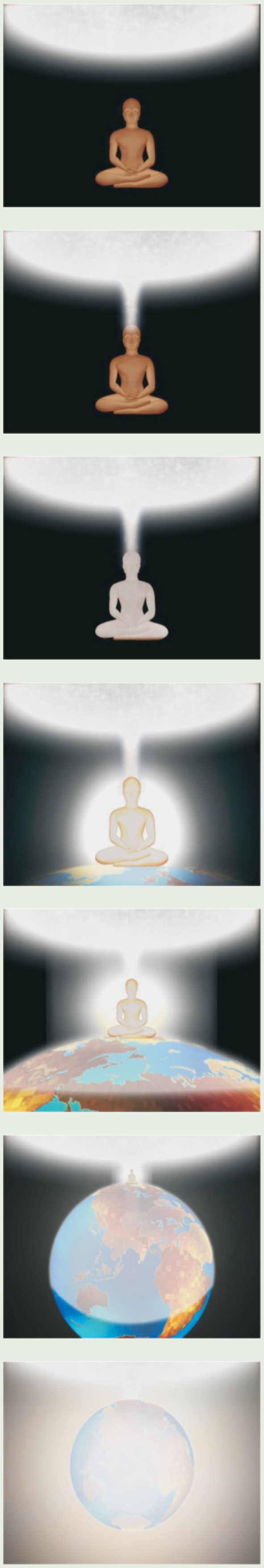
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
3 B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ, ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ - 411016
☎ 9011038169, ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

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

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

ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳ, ಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು "Experiences of Light Channels" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕ ಹೊರತಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಾಗ, ಎರಡನೆಯ ಸಂಪುಟವನ್ನು ಹೊರತರಲಾಯಿತು. ಈ ಎರಡೂ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್ ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 29ರಂದು ಸಂಜೆ, ಎಂದಿನಂತೆ ನಾನು ಮನೆಯ ಮಾಳಿಗೆಯ ಮೇಲಿದ್ದೆ. ಮೋಡ ಕವಿದ ವಾತಾವರಣವಿತ್ತು. ಹಿತವಾದ ತಂಗಾಳಿ ಬೀಸುತ್ತಿದ್ದುದರಿಂದ ಗಿಡ ಮರಗಳೆಲ್ಲವೂ ತೂಗಾಡುತ್ತಿದ್ದವು. ನಾನು ಕಣ್ಮುಚ್ಚಿ ಕುಳಿತು ಸುಮಾರು 20 ನಿಮಿಷ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ತಂಗಾಳಿಯ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹರಿಯಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ನಾನು ಹಗುರವಾಗುತ್ತಲೇ ಹೋದಂತೆ, ಬಹುತೇಕ ತೇಲಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ನನ್ನ ದೇಹದ ಅನುಭವ ಇಲ್ಲವಾಯಿತು. ಅದು ವಿಸ್ಮಯಕರವಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಬಹಿರಂಗದ ಅನುಭವ. ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಆಳವಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ನನ್ನೊಳಗೆ ಶಾಂತಿಯ ಅಲೆಗಳು ಹರಿಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮೌನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ನನ್ನ ಚರ್ಮದಡಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಗಾಢ ಮೌನದ ಪದರವಿದ್ದು ಇಡೀ ದೇಹವನ್ನು ಸುತ್ತಿಕೊಂಡಿದೆಯೇನೋ ಎಂಬಂತೆ ಭಾಸ ವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನಾನು ಕೆಳಗೆ ಬಂದು ಓಡಾಡು ತ್ತಿರುವಾಗ ಕೂಡ ಅದು ಮುಂದುವರೆಯಿತು.

ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಆಳವನ್ನು ಈ ಅನುಭವದ ಮೂಲಕ ಅರಿತುಕೊಂಡೆ. ಇಷ್ಟು ದಿನದ ಬೆಳಕಿನ ಅನುಭವ ಕೇವಲ ಮೇಲ್ಮಟ್ಟ ದ್ದೆಂದು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡೆ. ಈ ಎರಡು ಅನುಭವಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅಗಾಧ ವಾದದ್ದು. ಬೆಳಕೇನು ಎನ್ನುವುದು ನನಗೀಗ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ತಿಳಿದಿದೆ.

–ಭಾವನ ವಿಚ್ಚಿವೋರ, ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನಾನು ಮುಕ್ತನಾದಂತೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ಬೆಳಕು ಆವರಿಸಿತು ಹಾಗೂ ನಾನು ಸಾಗರ ವೊಂದರಲ್ಲಿ ತೇಲಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನನ್ನನ್ನು ಶಾಂತಗೊಳಿಸಿತು.

–ಆದಿತ್ಯ, 4ನೇ ತರಗತಿ,
ಆರ್.ಎಮ್.ಎಸ್. ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಸ್ಕೂಲ್,
ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಸಾಗರದಂತೆ ನೀಲಿ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಆಕಾಶ ನನ್ನ ಕಣ್ಣ ಮುಂದೆ ಇತ್ತು. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ನಿರ್ಮಲವಾಯಿತು. ಬೆಳಕು ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೆ ಹಾಗೂ ನಾನು ಭೂಮಿ ಯಿಂದ ಮೇಲೆ ಇರುವ ಹಾಗೆ ಭಾಸವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ವಿಶಾಲಗೊಂಡಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ನನ್ನ ಮೆದುಳು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಯಿತು. ಬೆಳಕು ಇಡೀ ಭೂಮಿಯಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ಅನಿಸಿತು. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿತು ಹಾಗೂ ನಿರ್ಭೀತನಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು.

–ಮಸ್ತಾನ್‌ವಾಲಿ ಎ, 9ನೇ ತರಗತಿ,
ಸರ್ಕಾರಿ ಪಿ ಯು ಕಾಲೇಜ್, ಕಾಡುಗೋಡಿ,
ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ದಿನಗಳು ನನಗೆ ಅಪೂರ್ಣ ಮತ್ತು ಶೂನ್ಯವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಾನು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಿ ವಿಶ್ವದ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕಗೊಂಡಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

–ನೂರ್ ರಹೀಂ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ,
ಡೈಮಂಡ್ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನ್ನ ಇಡೀ ದೇಹ ಬಿಳಿ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿದಂತೆ ಹಾಗೂ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದಂತೆ ಅನಿಸಿತು.

–ಲಾಜ್‌ವಂತಿ, ಶಿಕ್ಷಕಿ,
ಸುಮನ್ಸ್ ಕಾನ್ವೆಂಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಮುಂಜಾನೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಉಲ್ಲಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ನನ್ನ ಓದಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮೊದಲು 45 ನಿಮಿಷಗಳಷ್ಟು ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈಗ ನನಗೆ 2 ಗಂಟೆಗಳವರೆಗೆ ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ. ನಾನು ಬಹಳಷ್ಟು ಸುಧಾರಿಸಿದ್ದೇನೆ.

–ಪಾಲಶ್ ಎಸ್ ಲೋಢ, 8ನೇ ತರಗತಿ,
ವಿಶ್ವಕರ್ಮ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಸೆಕೆಂಡರಿ
ಸ್ಕೂಲ್, ಪುಣೆ

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