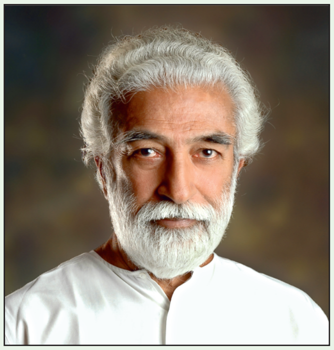
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 7, ಸಂಚಿಕೆ 4 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಜುಲೈ–ಆಗಸ್ಟ್ 2019



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 ಜೀವ ರಾಶಿಗಳ ಮೂಲ. ಈ ಬೆಳಕೇ ದೇವರು.

ಚಾನಲಿಂಗ್

ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ, ನಂತರ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಚಾನಲಿಂಗ್. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯುನ್ನತ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಸ್ಥೂಲ ಮಟ್ಟದ ತರಂಗಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕಂಪನಗಳು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯ ಗಳನ್ನು, 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 ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಋಷಿಮಾರ್ಗದ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು 18-05-2008 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷ ಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು.

ಈ ಸಂಚಲನದ ಗುರಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದು.

ಸಂಚಲನದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯತೆ

- ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಏಕತೆ.
- ಇದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ. ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕವಾದದ್ದು.
- ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಲ್ಲ.
- ಇಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯತ್ವವಿಲ್ಲ.
- ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನೆರವಾಗಬಹುದು.
- ಇದು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕಾರಿ.
- ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 29, 2002)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಾವು ಬಾಳಬೇಕು, ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಅಗಾಧವಾದ ಸೌಂದರ್ಯವಿದೆ; ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಅಗಾಧವಾದ ಭವ್ಯತೆಯಿದೆ. ಈ ಎಲ್ಲವೂ ನಮಗೆ ದೇವರಿಂದ ಬಂದ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ನಾವು ಇದನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸೂರ್ಯಾಸ್ತ ಹಾಗೂ ಸೂರ್ಯೋದಯದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾವು ಈ ಸಾಧಾರಣ ಜೀವನದ, ಸಾಮಾನ್ಯ ದಿನಚರಿಯ ಎಲ್ಲೆಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕು. "ಆಕಾಶವನ್ನು ನಾವು ಎಷ್ಟು ಸಲ ನೋಡುತ್ತೇವೆ?" ಎಂದು ನಾನು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದದ್ದು ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಮಂದಸ್ಮಿತರಾಗಿರಬೇಕು. ಸಬಲನಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಮುಗುಳ್ನಗಲು ಸಾಧ್ಯ, ದುರ್ಬಲರಿಂದ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ದುರ್ಬಲನಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಅಳುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಆಕ್ಷೇಪಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮಾತ್ರ ಸಬಲನಾಗಿರಲು ಸಾಧ್ಯ. ಧ್ಯಾನಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಬಲನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ನಾವು ಬಲಹೀನರಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂದೆನಿಸಿದರೆ, ಅದರ ಅರ್ಥ ನಾವು ಸರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿಲ್ಲವೆಂದು. ಧ್ಯಾನಿಯು ಯಾವತ್ತೂ ಸೋಲುವುದಿಲ್ಲ! ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಮಂದಹಾಸ ದಿಂದಿರುತ್ತಾನೆ! ಅವನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಬಲನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ!

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಿನ ಅಸೆಂಬ್ಲಿ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಕೂಡ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದು ಪ್ರಪಂಚದ ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಗೂ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಅಮೆರಿಕದ ಮೆರಿಲ್ಯಾಂಡ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಯಿತು. ಮಕ್ಕಳ ತಂದೆತಾಯಿಯರೂ ಕೂಡ ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ನಿರಂತರವಾಗಿ ಶರೀರದ ನೋವಿನಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ವಯಸ್ಸಾದ ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರು, ಸೆಷನ್ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ತಮಗೆ ಯಾವುದೇ ನೋವಿನ ಅನುಭವವಾಗಲಿಲ್ಲವೆಂದು ಅಲ್ಲಿದ್ದ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದರು; ಅದು ಸೆಷನ್ ನಡೆಯುವಾಗ ನೋವು ಮಾಯವಾಯಿತೇನೋ ಅನಿಸುವಂತಿತ್ತು ಎಂದರು.

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಜನರಿಂದ ದೊರೆತ ಬೆಂಬಲದಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಮತ್ತಷ್ಟು ಹರಡುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಬೇಸಿಗೆ ರಜೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳು ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿದು ಬಹಳ ಉತ್ತೇಜನದಾಯಕವೆನಿಸಿತು. ಈ ವರ್ಷವೂ ಕೂಡ, ಕೆಲವು ಶಾಲೆಗಳು ತಮ್ಮ ಪುನರಾರಂಭದ ಮೊದಲ ದಿನದಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಕೇಳಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅವರ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿದ್ದೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಈಗಾಗಲೇ ಹೊಸ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವರ್ಷಕ್ಕಾಗಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಯಾರಿ ನಡೆಸಿದ್ದಾರೆ. ತಮ್ಮ ತಂಡದ ಮೀಟಿಂಗ್‌ಗಳಲ್ಲಿ, ಕ್ಷೇತ್ರ ಸಂಯೋಜಕರು (Area Coordinators) ಆರಂಭದ ಯೋಜನೆಯ ರೂಪುರೇಖೆ ರಚಿಸಿದ್ದಾರೆ ಹಾಗೂ ಕೆಲಸವನ್ನು ತಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು-560077, ಭಾರತ.

ಫೋನ್: (080) 2846 5280, 99000 75280 (10am to 5pm), ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com

website : 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 ಸದಸ್ಯರಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ಬೆಂಗಳೂರು

ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶುಕ್ರವಾರದವರೆಗೆ (ಸಂಜೆ 7 - 7.15)
ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮ, 17ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
☎ 9084121545 ಶ್ರೀ ಕೆ. ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬಡಾವಣೆ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟೀಲ್ ಕೆ.

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟೀಲ್ ಕೆ.

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
'ಸುಮತಿ', ನಂ. 481, 7ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
7ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ 3ನೇ ಹಂತ
☎ 9900110351 ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ ಭೋಸೆಕರ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.00)
ಸಿದ್ಧಿ ವಿನಾಯಕ ದೇವಸ್ಥಾನ, 59/1,
ಹಚಿನ್ಸ್ ರಸ್ತೆ, 3ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಕೂಕ್ ಟೌನ್
☎ 9980205803 ಶ್ರೀಮತಿ ನಿರ್ಮಲ ಬಾಲ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6.30 - 7)
ಬಲಮುರಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ, ಶ್ರೀ ರಾಜರಾಜೇಶ್ವರಿ
ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮೀ ನಾರಾಯಣ ದೇವಸ್ಥಾನ,
8ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ, ಹೊಯ್ಸಳ ವೃತ್ತದ ಬಳಿ,
ಕೆಂಗೇರಿ ಸ್ಯಾಟ್‌ಲೈಟ್ ಟೌನ್
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟೀಲ್ ಕೆ.

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

ಮುಂಬೈನ ಪ್ರಥಮ್ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನ ಸದಸ್ಯರು ಜೂನ್ 7, 2019ರಂದು
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಇಷ್ಟಗಳಿದ್ದರೆ (likes), ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಇಷ್ಟಪಡದಿರುವುದು (dislikes) ಕೂಡ ಇರುತ್ತದೆ. ಅತಿಯಾದ ಇಷ್ಟಗಳು ಮೋಹಕ್ಕೆ ದಾರಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅತಿಯಾಗಿ ಇಷ್ಟಪಡದಿರುವುದು ದ್ವೇಷಕ್ಕೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಜನರನ್ನು, ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಕೂಡ ದ್ವೇಷಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಇದನ್ನು ಮೀರಿ ಹೋಗಬೇಕು. ಅದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ.
- ದೇವರೇ ನಮ್ಮ ನಿವಾಸ. ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತು ದೇವರ ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ವೀಕ್ಷಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ.
- ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ ವಿವೇಕವನ್ನು ನಾವು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ನಾವು ಸತ್ಯವೆಂದು ನಂಬಿರುವುದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಬೇಕಾಗಿರುವ ಬಲವನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬಲು ಅಸಾಧಾರಣ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ವಿವೇಕ, ಈ ಸಾಮಾನ್ಯ ಲೌಕಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ನಾವು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಮೊದಲಿಗೆ ಅದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ವಿನಮ್ರತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ವಿನಮ್ರತೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಉದಾತ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ, ನಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಉದಾತ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೀತಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ನಾವು ಇತರರಿಗೆ ಸೇವೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.
- ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಬೇಕು. ಈ ಜೀವನ ಒಂದು ಕೊಡುಗೆ. ಈ ಜೀವನ ಒಂದು ಅವಕಾಶ, ವಿಕಾಸಗೊಳ್ಳಲು ಹಾಗೂ ಅನುಭವಿಸಲು ಇದೊಂದು ಅವಕಾಶ.
- ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕಲು, ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು, ಜೀವನದ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದಕ್ಕೇ ಆಗಲಿ, ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವಾದ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕು.
- ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ನಾವು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ, ಈ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಬಗೆಗಿನ ಅನೇಕ ಸತ್ಯಗಳು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾದಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತಾನಾಗಿಯೇ ಆನಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5682
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	29.42 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

ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಹಾರಗಳೂ ಇವೆ

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತಮಗಾದ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯಾಶ್ಚರ್ಯಕರವಾದ ಅನುಭವವನ್ನು ನನಗೆ ಬರೆದರು. ಈ ಹಿಂದೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಹುಟ್ಟೂರಿಗೆ ಹೋದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಅಲ್ಲಿನ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಅತ್ಯಂತ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಹಣಕಾಸಿನ ನಷ್ಟ ಉಂಟಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಈ ಸಲ ಅವರು ತಮ್ಮ ಊರಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವ ಮೊದಲು, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು ಹಾಗೂ ತಮ್ಮೊಳಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಬೆಳಕನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ತಯಾರು ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಅವರು ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ತಮ್ಮ ಊರಿಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಈ ಸಲ ಊರಿಗೆ ಹೋದಾಗ, ಅವರಿಗೆ ಅಲ್ಲಿನ ಜನರೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನುಭವಗಳಾದವು ಹಾಗೂ ಯಾವುದೇ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ ಮತ್ತು ಹಣಕಾಸಿನ ನಷ್ಟ ಉಂಟಾಗಲಿಲ್ಲ!

ಇನ್ನೊಂದು ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಳಗಿನ ಸಂಬಂಧಗಳ ಜೊತೆ ಹೆಚ್ಚು ಮನಸ್ತಾಪ ಉಂಟಾಯಿತು. ನಂತರ ಆಕೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅರ್ಧ ಘಂಟೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು ಹಾಗೂ ಸಹಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದರು. ಎರಡು ಘಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬದಲಾಯಿತು ಹಾಗೂ ಮೊದಲಿದ್ದ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆ ಕಂಡಿತು.

ನಾನು ಈ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಅನೇಕರ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಬೆಳಕು ಹೇಗೆ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಚ್ಚರಿಗೊಂಡೆ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಆಶಯವನ್ನು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ಯಾವುದೇ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಶಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ವಿಶ್ವದ ಹಾಗೂ ಅದರ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ಬೆಂಬಲವಿರುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಸಹಾಯದಿಂದ ನಮ್ಮ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಶಯವು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಯಾಗಿ ಅವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ವಿಶ್ವದ ಚಾನಲ್‌ಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಇಂತಹ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ನೆರವಿನಿಂದ ನಮ್ಮ ಆಶಯವು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಅಸಾಧಾರಣ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ನಾವು ವಿಶ್ವ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ? ಅದು ಸಾಧ್ಯ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ವಿಶ್ವಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕೋರಿದರೆ, ವಿಶ್ವವು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ವಿಶ್ವದ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ ಈ ಕೋರಿಕೆಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಾನಲ್‌ಗಳು ಬೇಕಾಗುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕೋರಿಕೆಗಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಚಾನಲ್‌ಗಳು ದೊರೆತಾಗ, ಈ ಕಂಪನಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಚಾನಲ್‌ಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಈ ಕಂಪನಗಳು ಒಂದು ನಿಶ್ಚಿತ ಹಂತವನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ, ವಿಶ್ವ ಶಾಂತಿಯ ಕೋರಿಕೆಯು ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಹಳ ಮಹತ್ವವಾದದ್ದು. ಈ ಸರಳ ತಂತ್ರವನ್ನು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ನೀಡಿದರು. ಅವರೊಬ್ಬ ಮಾಸ್ಟರ್. ಅವರ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಆಶಯವು ಲಕ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಚಾನಲ್‌ಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದೆ. ಆದರೆ ವಿಶ್ವ ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕರು ಸೇರಬೇಕಾಗಿದೆ. ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ತಲುಪಿ ಆಳವಾದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಅವರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ. ಆ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಅವರು ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸಿದಾಗ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳು ಬಲಗೊಳ್ಳಲು ಅವರು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಬೆಳಕು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಈ ಜಗತ್ತಿನ ಬಹುಪಾಲು ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯ ಆಶಯವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುವ ದಿನ ಬಂದೇ ಬರುತ್ತದೆ. ನಂತರ ವಿಶ್ವಶಾಂತಿ ವಾಸ್ತವವಾಗುತ್ತದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದ ಅನೇಕ ಜನರಿಂದ ನಾವು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಕಣ್ಣುಮುಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಅದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲು ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸಿನವರಾಗಿರಬೇಕು. ಇದರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿತ್ವವನ್ನು ನೋಡಲು ನಾವು ಇದನ್ನು ಸ್ವತಃ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ ನಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಮಗೆ ಮನವರಿಕೆಯಾದಾಗ, ನಮಗೂ ಹಾಗೂ ಈ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ನಾವು ನಿಯತವಾದ ಚಾನಲ್ ಆಗಬಹುದು. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ನಮ್ಮ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗೂಡಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಮತ್ತು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿ ಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸೋಲಾಪೂರ್

ಸೋಮವಾರ ಮತ್ತು ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7 - 7.15)

ಬಾಲಗಣೇಶ್ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇಠ್, ಮೊಹೋಲ್

☎ 09860967066 ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ

☎ 09970800279 ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

ಮೀರಜ್

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7.45)

ಶ್ರೀ ಶಿವರುದ್ರ ಬಿ. ಬೆಲಗನ್ವಿ,
A-Gat Plot No-135,
C/o ಶ್ರೀ ಸ್ವಾಮಿ ಸಮರ್ಥ ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರ

☎ 9822421463 ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್

ಚೆನ್ನೈ

ಶನಿವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 - 10.30)

ನಂ. 481, ಸಾಯಿಪ್ರೇಮ್, 19ನೇ ರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಸೆಕ್ಟರ್, ಕೆ. ಕೆ. ನಗರ

☎ 9444880409 ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್

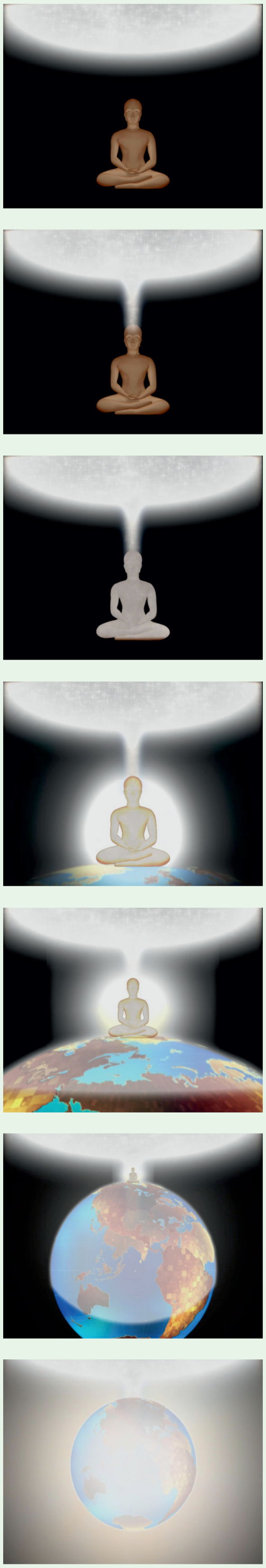
ಪುಣೆ

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7 - 7.30)

3-B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ, ಗೋಖಲೆನಗರ

☎ 9011038169 ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

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



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

2019 ರ ಜನವರಿ 5 ರಂದು ನಮ್ಮ ಶಾಲಾ ಅಸೆಂಬ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ನಾನು ಅದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದೆ. ಕೆಲವು ಹಿತಕರವಾದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಪಕ್ಷಿಗಳ ಕಲರವ, ಎಲೆಗಳ ಮರ್ಮರ ಸದ್ದು, ಮರಳಿನ ರಾಶಿಗಳು ಹಾದು ಹೋದ ಸದ್ದು ನನಗೆ ಕೇಳಿಸಿತು, ನಂತರ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಪ್ರಶಾಂತತೆ ಆವರಿಸಿತು. ಒಟ್ಟಾರೆ, ಆ ದಿನ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ ಅದ್ಭುತವಾಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಲು ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸತತವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲೆಂದು ನಾನು ಆಶಿಸಿದೆ.

– ವೇದ ಬೈಸಾನಿ, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಪ್ಯಾರಡೈಸ್ ರೆಸಿಡೆನ್ಷಲ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಹೊಸೂರು, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಕಾಲೇಜಿಗೆ ಸೇರಿ ಹಾಸ್ಟೆಲ್‌ಗೆ ಹೋದಾಗಿನಿಂದ ಧ್ಯಾನ ಅಥವಾ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು. ಈ ದಿನ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಸರಿಯಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದೆ. ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟಪಡಲಿಲ್ಲ! ನನ್ನ ಕಣ್ಣುರೆಪ್ಪೆಯ ತಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕಿನ ಅಲೆಗಳು ನರ್ತಿಸುತ್ತಿದ್ದುದನ್ನು ನೋಡಿದೆ. ಆ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನದಿಂದಿರುವ ಅನುಭವ ನನಗಾಯಿತು. ಬೆಳಕು ಯಾವಾಗಲೂ ಇದೆ, ನಾವು ಅದನ್ನು ಕರೆಯಬೇಕಷ್ಟೆ!

–ಐಶ್ವರ್ಯ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

9ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ನನಗೆ ತಲೆನೋವು ಮತ್ತು ವಾಕರಿಕೆಯಿತ್ತು. ನನ್ನ ಆರೋಗ್ಯದ ಇಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ನಾನು ತುಮಕೂರಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಮೊದಲನೆಯ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ ವಾಕರಿಕೆ ಶಮನವಾಯಿತು. ಎರಡನೆಯ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿಸಿದ ನಂತರ ತಲೆನೋವು ಶಮನವಾಯಿತು.

ಕಾಳಿದಾಸ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರನೆಯ ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಆ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, "ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ ನನ್ನ ಯೋಚನೆಗಳೆಲ್ಲಾ ಮಾಯವಾದವು, ಮನಸ್ಸು ಶಾಂತವಾಯಿತು ಮತ್ತು ನನಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ನಿದ್ದೆ ಬಂದಿತು, ನನಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಹಾಗೆ ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ವಿಧಾನಗಳಲ್ಲೂ ಇಷ್ಟು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಇವೆಲ್ಲಾ ಸಾಧಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ", ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಲ್ಲೀನರಾಗಿದ್ದನ್ನು ನೋಡಿ ಅವರು ಆಶ್ಚರ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದರು, ಅವರು ಇದನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಈ ಹಿಂದೆ ಶಾಲೆಯ ಬೇರೆ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಕೂಡ ಅವರು ನೋಡಿರಲಿಲ್ಲ.

ಆ ದಿನದ ಕೊನೆಗೆ ನಾನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ, ಶಕ್ತಿಶಾಲಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದ ಕೂಡಿದವನಾಗಿದ್ದೆ. ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳು ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡರು, ಗುಣಪಡಿಸಿದರು ಮತ್ತು ನನಗೆ ನೀಡಿದ್ದ ಎಲ್ಲಾ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದರು.

–ಮನೋಜ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ಪುಣೆಯ ಉಷಾತಾಯ್ ಗೋಗ್ಟೆ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ, ಅವರ 10ನೇ ತರಗತಿಯ ಬೀಳ್ಕೊಡುಗೆ ಸಮಾರಂಭದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಒಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಿದೆವು. "ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಯಿಂದ ನಿರ್ಗಮಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಈ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವರಿಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ನಾನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ," ಎಂದು ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು ಹೇಳಿದರು.

–ಗೀತಾ ಜೋಷಿ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್, ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೆಚ್ಚು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಸೌಮ್ಯದಿಂದ ಇರುವುದಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ.

–ಚೌಗುಲೆ, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಶ್ರೀಮತಿ ಸತ್‌ಗೊಂಡ ಪಾಟೀಲ್ ಶಾಲೆ, ಸಾಂಗ್ಲಿ

ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ನಾವು ಪ್ರತಿ ಶನಿವಾರ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಇದು ತುಂಬಾ ಒಳ್ಳೆಯ ತಂತ್ರ ಮತ್ತು ಇದು ನಾವು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

–ಜಂಗಮ್, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಉಧ್‌ಗಾಂವ್ ಟೆಕ್ನಿಕಲ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಜೈಸಿಂಗ್‌ಪೂರ್

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತಂದಿದೆ. ಅವರು ವ್ಯಾಸಂಗದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ನಿರತರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತಿನಿಂದಿದ್ದಾರೆ.

– ಪಠಾನ್, ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ವಿದ್ಯಾಲಯ, ಸಾಂಗ್ಲಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ಕನ್ನಡ ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ಪತ್ರಿಕೆ, 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: ಲೋಟಸ್ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್ ಪ್ರೈ. ಲಿ., ಫೋನ್: 23380167 / 23209909, ಇಮೇಲ್: lotus.creation777@gmail.com, ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.lotusprinters.com
ಮಾಲೀಕರು: ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು - 560077. ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ