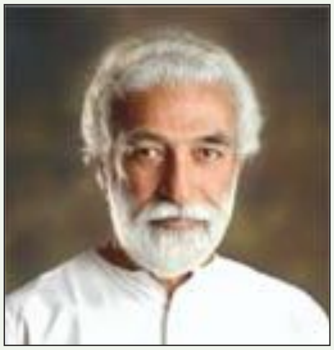
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 7, ಸಂಚಿಕೆ 3 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಮೇ–ಜೂನ್ 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 – ಮಾರ್ಚ್ 18, 2012)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಾಸ್ತವತೆಗಳನ್ನು ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡಂತೆಲ್ಲಾ, ಈಗ ಮತ್ತು ಮುಂಬರುವ ಘಟನೆಗಳ ಅರಿವು ನಮಗುಂಟಾದಂತೆಲ್ಲಾ, ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಯಂತೆ ನಡೆಯುವ ಯಾವುದೇ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಾನೇನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅಂದರೆ, ನಾವು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೂ ಜೀವನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಅನ್ಯಾಯ, ಭ್ರಷ್ಟಾಚಾರ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಬಹಳವಿವೆ. ಇಲ್ಲಿಗೆ ನಾವು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವೆ ಎಂದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಯಾವುದೋ ಬೇರೆ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬದುಕಿರುವಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಆ ರೀತಿ ಭಾವಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಶ್ರದ್ಧಾವಂತರಾದ, ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಯಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಜನರು ಈ ರೀತಿ ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವೇನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇನೂ ಮಾಡಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಒಬ್ಬರೇ ಇದ್ದಾಗ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಳವಾಗಿ ಯೋಚಿಸೋಣ.

ವಾಸ್ತವವೆಂದರೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ನಾವು ಹೊರಬರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಬಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಪಕ್ಷ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೂ ನಮ್ಮ ನೆರೆಹೊರೆಯವರ ಜೊತೆ ನಾವು ಬದುಕಲೇ ಬೇಕು; ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬದುಕಲೇ ಬೇಕು. ಇದೇ ಸವಾಲು. ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಅಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿದೆ, ನಾವು ಕೂಡ ಅಪರಿಪೂರ್ಣರೇ, ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದ್ದೇನೆ. ನಾವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಬೇಕು, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅಗಾಧವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಹನೆಯಿರಬೇಕು. ನಾವು ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೇಬೇಕೆಂದಲ್ಲ, ಆದರೆ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೋರಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಮಗೆ ಹೋರಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದೇ ಇದ್ದಾಗ ಸಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಂತಹ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾವು ರಾಜಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆಯೇ? ಹೌದು, ನಾವು ರಾಜಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅನ್ಯ ಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ರಾಂತಿಯು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಕ್ರಾಂತಿಯು ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಚಾನಲ್‌ಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದೆ. ಇದು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚದ ಇತರೆ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಹರಡುತ್ತಿದೆ. ಈ ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಕ್ರಾಂತಿಯು ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕನಸಿನಿಂದ ಪ್ರೇರಿತವಾಗಿದೆ – ಅದು ಶಾಂತಿಯುತವಾದ ಪ್ರಪಂಚ ಹಾಗೂ ಹೊಸ ಯುಗದ ಕನಸಾಗಿದೆ. ಈ ಕ್ರಾಂತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಹರಡಿದಾಗ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಬಲಗೊಂಡಾಗ, ಈ ಕನಸು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಾಕಾರಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಉತ್ಸುಕರಾದ ಋಷಿ ಕೆಲಸಗಾರರಾಗಿದ್ದರು. ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು ತಮಗೆ ವಹಿಸಿದ ಭೌತಿಕ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲಿನ ಅನೇಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದರು. ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ಸಂಚಲನದ ಹಿಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಇವರು. ಈ ಸಂಚಲನ ಅವರ ಹುಟ್ಟಿದ ದಿನವಾದ ಮೇ 18, 2008 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಈ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ 11 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪೂರೈಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವೆಲ್ಲರು ಅದೃಷ್ಟವಂತರು ಹಾಗೂ ಅವರ ಈ ಮಹಾನ್ ಕಾರ್ಯದ ಭಾಗವಾಗಿರುವುದಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ಹೆಮ್ಮೆಯೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಸತ್ಯ, ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಹಾಗೂ ಸಾಮರಸ್ಯಗಳನ್ನು ಋಷಿಗಳು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುವುದರ ಅರಿವು ನಮಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರಬೇಕು. ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮೂಲಕ ನಾವು ಅವರನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸಬೇಕು. ಇದು ಒಂದು ಮಹತ್ತರವಾದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡೋಣ ಹಾಗೂ ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಹೊಸ ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯೋಣ.

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.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬಡಾವಣೆಯಲ್ಲಿರುವ 'ಮೈಂಡ್ ಬಾಡಿ ಅಂಡ್ ಬಿಯಾಂಡ್ ಫಿಟ್ನೆಸ್ ಸ್ಟುಡಿಯೋ' ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸದಸ್ಯರು ಏಪ್ರಿಲ್ 5, 2019ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ಬೆಳಕೆಂದರೆ ಯಾವಾಗಲೂ – ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳು. ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಯ ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್‌ಗಳು, ಜ್ಞಾನದ ಚಾನಲ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಚಾನಲ್‌ಗಳು. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಹೊಸಯುಗವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕೆಳಗಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ.
- ನಾವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ, ಪ್ರತಿಯೊಂದನ್ನೂ, ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಬೇರೆಯವರ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಬೇರೆಯವರ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು, ಅವರ ಜೀವನದ ರೀತಿಗಳನ್ನು ನಾವು ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಅಡ್ಡಪಡಿಸಬಾರದು.
- ಪರಿವರ್ತನೆಯೆಂದರೆ, ಪ್ರತಿ ಆಲೋಚನೆ, ಪ್ರತಿ ಭಾವನೆ, ಪ್ರತಿ ಕಾರ್ಯ, ಇಡೀ ಜೀವನವನ್ನು ಸಕಾರಾತ್ಮಕಗೊಳಿಸುವುದು. ಆ ರೀತಿಯಾದಾಗ, ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾವುದೇ ಗೊಂದಲವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು, ನಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಯನ್ನು ನಾವು ಬಹುತೇಕ ಮುಟ್ಟಿರುತ್ತೇವೆ.
- ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳು ಶಾಂತಿಯ ಕಡೆಗೆ ತೆರಳಲು ಶ್ರಮಿಸುವುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ನಾವು ಪರಿವರ್ತನೆಯಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಈ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ; ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬದುಕುತ್ತೇವೆ. ಶಾಂತಿಯೆಂದರೇನೆಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಈಗ ಅದು ಕೇವಲ ಒಂದು ಪದ ಮಾತ್ರ ಅಥವಾ ಅದರ ಒಂದು ಮಿನುಗು ನೋಟ ಮಾತ್ರ.
- ಈ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶವೇನು? ನಾವು ಯಾವುದನ್ನು ಅರಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ? ನಾವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅರಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಬೇರೆ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಅರಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾಗ, ಪರಿಪೂರ್ಣರಾಗಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ಶಾಂತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.
- ದೇವರ ಜೊತೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವ ಸುಲಭವಾದ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು. ಧ್ಯಾನವು ನಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಹತ್ತಿರ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ.
- ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಜನರು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನೆಯ ಗುಣಮಟ್ಟ, ಆಲೋಚನೆಯ ಗುಣಮಟ್ಟ, ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಗುಣಮಟ್ಟ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

–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

ಸ್ಫೂರ್ತಿ

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ಲೈಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು 1974ರಲ್ಲಿ ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಆ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಪ್ರಮುಖ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರೂ ಒಬ್ಬರಾಗಿದ್ದರು. ಮಾನವರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಅವರು ಹೊಸ ಯುಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿದರು. ಹೊಸ ಯುಗದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ ಮೊದಲನೆಯ ವ್ಯಕ್ತಿ ಅವರಾಗಿದ್ದರು. 1974ರಿಂದ ಈ ಪ್ರಪಂಚವು ಹೊಸ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗಿದೆ. ಒಂದು ರೀತಿಯ ಜಾಗೃತಿಯುಂಟಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಹರಡುತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ಬಹುದೊಡ್ಡ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಜನರು ಅಧ್ಯಾತ್ಮದ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಸಂಶೋಧಕರು ಹಾಗೂ ಅವರ ಜೊತೆ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜನರು, ಧ್ಯಾನವು ಮಾನವನ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಮೇಲೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹೊಸ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಜನರು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತಲುಪುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರು ವಿವರಿಸಿದ್ದರು. ಜನರು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುವುದಕ್ಕೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆದಿರುತ್ತಾರೆ! ಹಾಗೂ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಅವರು ಎಷ್ಟು ಮುಂದುವರೆದಿರುತ್ತಾರೆಂದರೆ ಬೇರೆ ಗ್ಯಾಲಕ್ಸಿಗಳಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣಿಸಲು ಅವರ ಬಳಿ ಆಕಾಶನೌಕೆಗಳಿರುತ್ತವೆ (space ships)! ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲೂ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗುತ್ತದೆ. ಮುಳ್ಳುಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ! ಎಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟಗಳಲ್ಲೂ ಶಾಂತಿ ಆವರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಜನರು, ಅವರ ಅಂತರ್ಯದಲ್ಲಿನ ಉತ್ತಮವಾದಂತಹ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊರತರಲು ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಈಗ ಅಂತಹ ಪ್ರಪಂಚದ ಬಗ್ಗೆ ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಸಹ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಪ್ರಪಂಚವು ಈಗಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕೆಲವು ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ಯಾರು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಎರಡು ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ಸಹ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಅನಿವಾರ್ಯ ಭಾಗವಾಗುತ್ತದೆಂದು ಯಾರೊಬ್ಬರೂ ಊಹಿಸಿರಲಿಲ್ಲ!

2008ರಲ್ಲಿ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನದ ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರರವರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಲಿಸುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಹಿಂದೆ ಇರುವ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಅವರೇ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವಾದ ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2019ರಂದು, ನಾವು ಅವರ 100ನೇ ಹುಟ್ಟು ಹಬ್ಬದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದೆವು. ಅಂತಹ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಸೇರಿ ಹೊಸ ಯುಗ ಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿದರೆ, ಎಷ್ಟೊಂದು ಗೌರವವನ್ನು ಅವರಿಗೆ ನಾವು ಸಲ್ಲಿಸಿದಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಯುಗವು ಇಳಿದು ಬರಲು ಕಾಯುತ್ತಿದೆ. ಆದರೆ ನಾವು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಾಗುವವರೆಗೆ ಮತ್ತು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಅದನ್ನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸುವವರೆಗೆ ಅದು ಕಾಯಬೇಕು. ವಿಶ್ವವು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಏನನ್ನೂ, ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನೂ ಕೂಡ, ಬಲವಂತವಾಗಿ ಹೇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಮ್ಮನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಬೆರಳೆಣಿಕೆಯಷ್ಟು ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿದರೆ, ಶಾಲೆಗಳಿಂದ ದೊರೆತ ಉತ್ತೇಜನ ಅಗಾಧವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಇಡೀ ವಿಶ್ವವೇ ನಮ್ಮ ಜತೆ ಸೇರಬೇಕೆಂದು ನಾವು ಬಯಸುತ್ತೇವೆ.

ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ಆಧಾರವಾಗಿವೆ. ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಲಿ ಅಥವಾ ನಿರಾಕರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವಿರಬೇಕು. ಪ್ರೀತಿ, ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಮತ್ತು ತಾಳ್ಮೆ ಹೊಸ ಯುಗದ ನಿಯಮಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಈ ನಿಯಮಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲಲ್ಲದೆ ಇನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ? ವಿಶ್ವವು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಸೇರುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯುತ್ತೇವೆ! ■

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) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳ ಬಹುದು.

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 ಕಾರ್ಯ ಕರ್ತರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು 'Experiences of Light Channels' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕ ಹೊರತಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವ ಗಳನ್ನು 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

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು ಒಂದು ಸುಂದರವಾದ ಅನುಭವ. ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿವಸ ಮಲಗುವ ಮುಂಚೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದ ನಂತರ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಮತ್ತು ಹಿತಕರವಾದ ಚೈತನ್ಯವಿರುವುದರಿಂದ ನಾನು ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಇರುತ್ತೇನೆ. ಒತ್ತಡದಿಂದ ಮುಕ್ತನಾಗಿದ್ದೇನೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿ ನನ್ನ ಕೋಪ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದೆ. ನಾವು ಆರೋಗ್ಯ ವಂತರಾಗಿರಬೇಕೆಂದರೆ ಇದು ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯ. ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಗೆಳೆಯರು ತಮ್ಮ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಿ ಎಂದು ಅವರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ಇದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಶರೀರವನ್ನು ರಿಲ್ಯಾಕ್ಸ್ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

–ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಆಕ್ಸ್‌ಫರ್ಡ್ ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಎರಡು ಬಾರಿ, 5 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ, ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾಪಕಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಲು ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪಠ್ಯ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಗಮನಹರಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ತಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

–ಕವಿತ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಲುಮಿನರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಆಂದ್ರಹಳ್ಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮತ್ತು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳ ಜೀವನವನ್ನು ಬೆಳಕು ಪ್ರಕಾಶಮಾನಗೊಳಿಸುತ್ತಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ಸಂಕಲ್ಪ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅದು ತೆಗೆದು ಹಾಕುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಕಾರ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ.

–ಶಾರದ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಸೌಂದರ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿದ್ಯಾಮಾನ್ಯ ವಿದ್ಯಾ ಕೇಂದ್ರ, ಆಂದ್ರಹಳ್ಳಿ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನಗೆ ಯಾವಾಗಲಾದರು ಏನಾದರೂ ಅಡಚಣೆ ಬಂದಾಗ, ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ನಿವಾರಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಒಂದು ಸುಲಭವಾದ ಹಾಗೂ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ತಂತ್ರ. ಪ್ರತಿದಿನ ಎರಡು ಬಾರಿ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ, ಪ್ರತಿ ಬಾರಿಯೂ 5 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

–ದ್ರಾಕ್ಷಾಯಣಿ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಸೇಂಟ್ ಜಾನ್ಸ್ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಪಾಪರೆಡ್ಡಿ ಪಾಳ್ಯ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ನಾಯಕತ್ವದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿರುವುದನ್ನು ನಾನು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಅವರು ಗುಂಪಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮಕ್ಕಳ ಏಕಾಗ್ರತೆಯು ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

–ಸರೋಜಮ್ಮ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಸರ್ಕಾರಿ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಪಾಠಶಾಲೆ, ಶ್ರೀಗಂಧಕಾವಲು, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ದಿನ 10 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅನೇಕ ಗುಣಾತ್ಮಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿವೆ, ನಮ್ಮ ಪರೀಕ್ಷಾ ಫಲಿತಾಂಶ ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ, ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಾಂತತೆ ಇದೆ, ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಮಕ್ಕಳು ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

–ಸೌಭಾಗ್ಯ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಯಸ್ ವಿ ಯಸ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣದ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ 5 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ದಿನವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ. ಅದು ಮೆದುಳಿನ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ಆದ ಕಾರಣ ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಗಣಿತ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿವೆ. ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಫಲಿತಾಂಶವೂ ಕೂಡ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ.

–ಶಾಂತಿ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ಯಸ್ ಡಬ್ಲ್ಯು ಇ ಯಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು

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