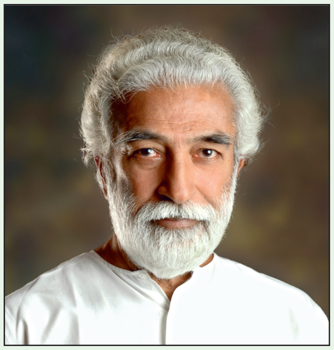


ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

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 ಕನಿಷ್ಠ 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.

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 8, ಸಂಚಿಕೆ 1 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಜನವರಿ–ಫೆಬ್ರುವರಿ 2020

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಗುರೂಜಿಯವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು – ಮೇ 5, 2002)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅವಶ್ಯವೇ? ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಕೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೆಂದರೇನು? ನಾವು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೆಂದರೇನು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಬಹುಷಃ ನಮಗೆ ನಾವೇ ಉತ್ತರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯೆಂದರೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಬೇಡುವುದೆಂದು ನಾವು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಭೌತಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೇ ಬೇಡುತ್ತೇವೆ, ಆದರೆ ಅದು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಲ್ಲ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಕೇವಲ ಬೇಡುವುದಲ್ಲ, ಅದು ದೇವರ ಜೊತೆ ಮಾತನಾಡುವುದು, ಅವನನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು. ಕಬೀರರ ಈ ಉಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ – ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಲ್ಲಿ ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅವನನ್ನು ಆಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡುವಾಗ ನಾವು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ನಾವು ಹೇಳಬಹುದು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಕೇವಲ ಆಲಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಅವನನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು ಸತ್ಯ. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಕೇವಲ ಭೌತಿಕ ವಿಷಯಗಳಿಗಾಗಿ ಬೇಡುವುದಲ್ಲ, ಅದು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು, ಅದು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವುದು. ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಅವಶ್ಯವೇ? ಹೌದು, ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ಅವಶ್ಯಕ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

10ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನಕ್ಕಾಗಿ ಸಿದ್ಧತೆಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಆರಂಭವಾಗಿವೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಆ ವಿಶೇಷ ದಿನದಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಅವರನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಅವರು 2000ಕ್ಕೂ ಅಧಿಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಭಾರತದ ಅನೇಕ ಕಡೆಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಸಲು ಯೋಜನೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಫೆಬ್ರುವರಿ 1, 2010ರಂದು, ಸುಮಾರು 50 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿನ 30,000 ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಅಂದಿನಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವು ವೇಗವಾಗಿ ಹರಡಿದೆ ಹಾಗೂ 10ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 10 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ಶಾಂತಿಗಾಗಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರುವ ಈ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವರೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿದ್ದೇವೆ.

ಈ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು, ಪರಿಶುದ್ಧತೆ, ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಹೊಸಯುಗದೆಡೆಗೆ ವೇಗವಾಗಿ ಮುನ್ನಡೆಯಲು ನಮಗೆ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಪ್ರತಿದಿನ ನಾವು ವಾರ್ತಾಪತ್ರಿಕೆಯನ್ನು ಓದುವಾಗ ಹಾಗೂ ಟೆಲಿವಿಷನ್ ನೋಡುವಾಗ, ಹಿಂಸೆ, ಅಪ್ರೀತಿ, ಅನ್ಯಾಯ ಹಾಗೂ ಪಾಶವೀವರ್ತನೆಯ ವಾರ್ತೆಗಳು ನಮ್ಮ ನೆಮ್ಮದಿಗೆಡಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ಎಂದಿಗೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂದು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಪಂಚದೆಲ್ಲೆಡೆ ಅನ್ಯಾಯದ ವಿರುದ್ಧ ಅನೇಕ ಪ್ರತಿಭಟನೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಆದರೆ ಅಧಿಕಾರದಲ್ಲಿರುವವರು ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆ ಇಲ್ಲದವರಂತೆ ಮತ್ತು ಔದಾಸೀನರಾಗಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ಹುಸಿಯಾಗಿವೆ ಹಾಗೂ ಕುಸಿದು ಬೀಳುತ್ತಿವೆ. ಅನ್ಯಾಯದ ವಿರುದ್ಧದ ಕ್ರೋಧಾವೇಶಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ ಹಾಗೂ ನಿಧಾನವಾಗಿ ವೇಗ ಪಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಒಂದು ದಿನ, ಅದು ಸಾಕಷ್ಟು ಬಲ ಪಡೆಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲಾ ಅನ್ಯಾಯ ಹಾಗೂ ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಬುಡಮೇಲು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತೇನೆ. ಹೊಸ ಪ್ರಪಂಚದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಮೇಲೆ ಆಧಾರಿತವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಅಂತಹ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸುಗಮವಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ. 10ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವು, ಬಹಳ ವೇಗವಾಗಿ ಹರಡುತ್ತಿರುವ ಈ ಕ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಮತ್ತೊಂದು ಅವಕಾಶವಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ಮಾತ್ರ ತುಂಬಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುವ ದಿನ ಬಹಳ ದೂರವೇನಿಲ್ಲ.

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 ಕೂಕ್ಸ್‌ಟೌನ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದ 7ನೇ ವರ್ಷದ ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವದ ಅಂಗವಾಗಿ ನವೆಂಬರ್ 29, 2019 ರಂದು ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು.

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಸ್ವಲ್ಪ ವೈರಾಗ್ಯ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಶಾಂತಿಯುತವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಬೇಕೆಂಬ ಇಚ್ಛೆ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರತಿ ಜೀವಿಯೂ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅರಸುತ್ತದೆ, ಸಂತೋಷವನ್ನು ಅರಸುತ್ತದೆ – ನಾವೂ ಕೂಡ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಬಾಳಬೇಕಾದರೆ, ದೈವೀ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಲೇಬೇಕು. ದೈವೀ ಪ್ರೀತಿಯು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲೂ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಯಾರ ಜೊತೆಯೂ, ಯಾವುದರ ಜೊತೆಯೂ, ಘರ್ಷಣೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.
- ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯ ಗುರುತುಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೊಡೆದುಹಾಕಲು, ನಮ್ಮ ಇಡೀ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು, ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಅಥವಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಅನಿಸಿಕೆಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರಬಾರದು. ನಾವು ಸಜ್ಜುಗೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ? ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಾವು ಸಜ್ಜುಗೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.
- ನಮಗೆ ಅನೇಕ ಸತ್ಯಗಳು ಗೋಚರಿಸುತ್ತವೆ – ದೇವರು ಅನಂತ, ಅಪಾರ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳವನು, ಕರುಣಾಮಯಿ ಹಾಗೂ ನಾವು ತೀರ ಸಣ್ಣವರು. ಈ ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ, ಈ ಜ್ಞಾನ ನಮ್ಮನ್ನು ವಿನಮ್ರರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ದೇವರ ಮುಂದೆ ಶರಣಾಗಲು ಸಹಾಯಮಾಡುತ್ತದೆ.
- ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ, ಉನ್ನತ ಲೋಕಗಳಿಂದ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಚೈತನ್ಯಗಳು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಅವು ನಮ್ಮ ಶರೀರ, ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.
- ಧ್ಯಾನವು ನಮಗೆ ವಿವೇಕವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಈ ವಿವೇಕವು ಜೀವನದ ಸಂಕೀರ್ಣತೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನವು ನಮ್ಮನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ಕ್ಷೋಭೆಯುಂಟಾದಾಗ, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳು ಅಥವಾ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಕದಡಿದಾಗ, ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಉನ್ನತವಾದುದು ಹೊರಬರುತ್ತದೆ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಉನ್ನತವಾದ ಭಾವನೆ, ಉನ್ನತವಾದ ಆಲೋಚನೆ, ಉನ್ನತವಾದ ಉದ್ದೇಶ ಮೂಡುತ್ತದೆ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5758
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	29.65 ಲಕ್ಷ
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	1269
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	5.24 ಲಕ್ಷ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

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

ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮ ರಾವ್

ಯಾರೊಬ್ಬರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದಹಬ್ಬ, ಯಶಸ್ಸು, ಪದೋನ್ನತಿ, ಮದುವೆ, ವಾರ್ಷಿಕೋತ್ಸವಗಳು, ಹಬ್ಬಗಳು, ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಶೇಷ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಬಂದಾಗ, ಅದರ ಸಂಭ್ರಮವನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಸಮಯ ಬರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬರ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಬೇರೆಯವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದೇ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದ ಆಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅಂದವಾದ ವೇಷಭೂಷಣಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಅದು ತಮ್ಮ ನೆಚ್ಚಿನವರ ಹಾಗು ಗೆಳೆಯರ ಕೂಟವಾದುದರಿಂದ ಅವರು ಸಂತೋಷದಿಂದ ಮತ್ತು ಹರ್ಷದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಏಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಸಮಚಿತ್ತದಿಂದ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವವರನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಮಿಕ್ಕ ಜನರೆಲ್ಲಾ ತಮ್ಮ ಸವಾಲುಗಳ ಹೊರೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಒತ್ತಡದಿಂದ ಮತ್ತು ಉದ್ವೇಗದಿಂದ ಕೂಡಿದವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಪಕ್ಷಿಗಳ ಚಿಲಿಪಿಲಿ, ಬಣ್ಣಬಣ್ಣದ ಪುಷ್ಪಗಳು ಮತ್ತು ಮರಗಳು, ನಮ್ಮ ಕಲ್ಪನೆ ಹಾಗೂ ಗ್ರಹಿಕೆಗಾಗಿ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಮೋಡಗಳು ಚಿತ್ರಿಸಿದ ರೇಖಾಚಿತ್ರಗಳು ಹಾಗೂ ಈ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಮೇಲಿರುವ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ನಮಗಾಗಿಯೇ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಿರುವ ಅತ್ಯಂತ ಮನೋಹರವಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಜನರು ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮಲ್ಲೇ ಷರತ್ತುರಹಿತ ಪ್ರೀತಿ ತುಂಬಿದ್ದರೂ ಸಹ ಬಹಳ ಜನರು ಆಹ್ಲಾದಕರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ, ತನ್ನನ್ನು ಬೇರೆಯವರು ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕೆಂದು ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತಾನೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಪ್ರೀತಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಜನರು ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೋದಾಗ ಪ್ರೀತಿ ಅರಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭದ ಕಾರ್ಯವಲ್ಲ. ಈ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಸುಲಭಗೊಳಿಸಲು, ಯಾವುದೇ ಷರತ್ತು ಇಲ್ಲದ ತಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಹಾಗೂ ಮಾನವ ಕುಲಕ್ಕೆ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಜನರ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಜನ್ಮತಾಳುತ್ತಾರೆ. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಚೈತನ್ಯದಿಂದ ತುಂಬುತ್ತಾರೆ. ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮೊಳಗಿರುವ ಹೊಸ ಆಯಾಮಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಈ ಚೈತನ್ಯ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಪ್ರೀತಿ ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವಾಗುತ್ತದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್, ಅವರಿಂದ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟ ಒಂದು ಚೈತನ್ಯಭರಿತ ತಂತ್ರ.

ಎಲ್ಲಾ ಸವಾಲುಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಜನರು ಅವರ ಜೀವನವನ್ನು ಸಂತೋಷವಾಗಿ ನಡೆಸಲು ಬೆಳಕು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಂದ ಬಂದ ಬೆಳಕು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹರಡುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಈ ಭೂಮಿಯು ಸುವರ್ಣ ಯುಗ ಅಥವಾ ಹೊಸ ಯುಗದ ಕಡೆಗೆ ಸಾಗುತ್ತಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಅದು ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಾವು ಜಾಗತಿಕ ಘಟನೆಗಳ ಮೇಲೆ ತೀಕ್ಷ್ಣ ಹೊರನೋಟ ಹರಿಸಿದಾಗ ಜನರು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ತಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಈಗಿರುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಆಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಅನೇಕ ಜನರು ಕೂಡ ಗುಂಪಾಗಿ ಸೇರಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸ್ಪೇಸ್ ಷಟಲ್ ನಮ್ಮನ್ನು ಸ್ಪೇಸ್‌ಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಆಂತರಿಕ ಸ್ಪೇಸ್‌ಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ ಅಜ್ಞಾತ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನಿಂದ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಏಕತೆ ನೆಲೆಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬೆಳಕನ್ನು ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿ ಕೊಂಡರೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಭಾವೋದ್ವೇಗಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅವರ ಮನೋಭಾವವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅವರ ಜೀವನವು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಉಜ್ವಲಗೊಂಡು, ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸುಖಕರವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಜನರು ಬೆಳಕಿನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗ, ಅವರು ಪ್ರೀತಿ ಹಾಗೂ ಆನಂದದಿಂದ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇಡೀ ಜೀವನವೇ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ■

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

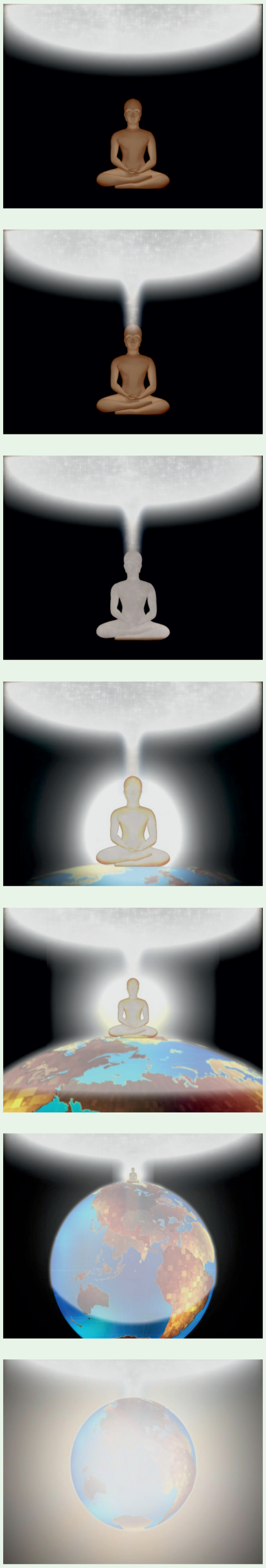
ಪುಣೆ

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.



ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ

31ನೇ ಜನವರಿ 2020

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಿಂದ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಮನವಿ

ಮಾನ್ಯರೇ,

ಜನವರಿ 31, 2020 ರಂದು 10ನೇ 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'ವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ ಬೆಳಗಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಅನುಕೂಲವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಸಂಚಲನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

1. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಪರಿಚಯಿಸಿ:

ಈ ದಿನ 'ವಿಶ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ'. ಈ ದಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಭೂಮಾತೆಯ ಮೇಲೆ ಹರಡುವ ದಿನ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲಿ ಎಂಬ ಒಂದು ಬಲವಾದ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 8 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಕ್ಕಳು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಈ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

2. ಕೆಳಕಂಡ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ಕನಿಷ್ಠ 3 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿ:

- ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ಬೆಳಕು ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಇಳಿದು ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.
- ನಂತರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು 1 ನಿಮಿಷ ಕಾಲ ಅನುಭವಿಸಿ.
- ನಂತರ ಆ ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮಿಂದ ಹೊರ ಬರುತ್ತಾ ನಿಧಾನವಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ, ಹರಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆ, ಬಡಾವಣೆ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿಗೇ ಹರಡುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ವಂದನೆಗಳು

ಇತ್ತೀಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು, **9625413085** ಗೆ ಒಂದು ಮಿಸ್ಡ್ ಕಾಲ್ ಕೊಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

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