

ಗುರೂಚಿ ಕೃಷ್ಣನಂದ (1939-2012)

ಚೆಳಕು

ಇದು ಭೋತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಚೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಮೂಲ. ಎಲ್ಲ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಶಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲ. ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ತ ಜೀವರಾತಿಗಳ ಮೂಲ. ಈ ಬೆಳಕೇ ದೇವರು.

ಚಾನಲಿಂಗ್

ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಉದ್ದೇಶಿ, ನಂತರ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಚಾನಲಿಂಗ್. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯನ್ವತ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಸೂಲಮಟ್ಟದ ತರಂಗಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕಿನ ಕಂಪನಿಗಳು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಜೀತನ್ಯಾಗಳನ್ನು, ಪ್ರೇಮ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಉತ್ತಮ ಮಾನವ ಜೀವಿಕಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ, ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚವಾಗುತ್ತದೆ.

ತಂತ್ರ

ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಬಂದು ತಂಬಿಕೊಂಡಂತೆ ಭಾವಿಸಿ. ನಂತರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಜೀಮು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಗಳನ್ನು ಒಂದು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಅನುಭವಿಸಿ. ಈ ಬೆಳಕು ಕ್ರಮೇಣ ನಿಮ್ಮ ಮನೆ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲ ಪ್ರದೇಶ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡಿದಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಇದನ್ನು ಕೆನಿಷ್ಟ್ 7 ನಿಮಿಷ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಲ್ಯೂಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಖುಸಿಮಾಗದ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಗುರೂಚಿ ಕೃಷ್ಣನಂದರವರು 18-05-2008ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ವೊದಲು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು.

ಈ ಸಂಚಲನದ ಗುರಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಭೋತಿಕ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದು.

ಸಂಚಲನದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ

- ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಏಕತೆ.
- ಇದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ. ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ವಾದಧ್ವನಿ.
- ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟಪಾಡುಗಳಲ್ಲ.
- ಇಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯತ್ವವಿಲ್ಲ.
- ಶಾಂತಿ ಸೇಲಿಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕೊಡುಗೇಯನ್ನು ಕೊಡುವುದು.
- ಇದು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕಾರಿ.
- ಹೊಸಯುಗಳ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಚೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 8, ಸಂಚಕ 5

ದ್ವಾರಾ ಮಾಸಿಕ ವಾತಾವರಣ

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ - ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2020

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಚಿ ಕೃಷ್ಣನಂದ

(ಗುರೂಚಿಯರು ಏಷ್ಟು 13, 2003ರಂದು ಮಾಡಿದ ಭಾಷಣದ ಅಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಭಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು?

ಭಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅಜ್ಞಾನ; ಕೆಲವೊಂದು ವಾಸ್ತವತೆಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಅಜ್ಞಾನ. ದೇವರು ಒಂದು ವಾಸ್ತವ ಸಂಗತಿ! ಹೇಗೇ, ನಾವು ಈ ವಾಸ್ತವವನ್ನು ನಿಲಂಕ್ಕಿಸಿದ್ದೇವೆ, ಇದನ್ನು ಮರೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ. ದೇವರು ಒಂದು ವಾಸ್ತವದ ಸಂಗತಿ! ಅವನು ಸರಜ್ಜಾ, ಅಂದರೆ ಅವನಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ತಿಳಿದಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಬಲ್ಲಿಪು. ಅವನಿಗೆ ಎಲ್ಲರ ಬಗೆಯೂ ಎಲ್ಲವೂ ಯಾವಾಗಲೂ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಕಷ್ಟಗಳು ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಗಳು ತಿಳಿದಿರುತ್ತವೆ. ದೇವರು ಬಹಳ ಕರುಣಾಮಯಿ, ಬಹಳ ಪ್ರೇಮಮಯಿ ಕೂಡ. ಇದೂ ಸದ ಒಂದು ವಾಸ್ತವದ ಸಂಗತಿ. ದೇವರು ನಮನ್ನು ಸರಜವಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ; ನಾವು ವಿನನ್ನು ಕೇಳಿದಿದ್ದರೂ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಒಬ್ಬ ತಂಡ ತನ್ನ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಹಾಗೆ, ನಾವು ಪ್ರಾಧಿಕಿಕೊಳ್ಳಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ, ಇದು ಸದ ವಾಸ್ತವದ ಸಂಗತಿ. ಇದರ ಬಗೆ ನಮಗೆ ಅಂವಿಲ್ಲಿರಿವುವರಂದ, ಇದರ ಬಗೆ ನಾವು ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಂದ, ನಮಗೆ ಅಭಿದೃತೆಯ ಭಾವವಿದೆ. ಅಭಿದೃತೆ ಭಯವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಹೆರಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಭಯ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಮ್ಯಾರ್ಗ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ. ಅಭಿದೃತೆಯಿಂದಾಗಿ, ಕೇವಲ ತನ್ನನು ತಾನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಪ್ರಾಣಿಯು ಹಿಂಡಿಗಿ ಮೇಲೆರಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಮನವ್ಯೂ ಜೀವನದ ದುರಂತವೆಂದರೆ, ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗಿಯೂ, ವಿದ್ಯೆಯಿದ್ದೂ, ಒಳ್ಳೆಯಿತನ ಹಾಗೂ ಮುಂತಾದವುಗಳಾಗಿಯೂ ಸದ, ಅದು ಹೇಗೇ ನಾವು ದೇವರ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡೇವೆ. ಅವನನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಯ ಸಾಗರವೆಂದೋ, ಅತ್ಯನ್ವತ ಬುದ್ಧಿಕೊಳ್ಳಿದೇವೋ ಅಭವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಹೆಸರಿನಿಂದಾದರೂ ಕರೆಯಿರಿ; ಅದರೆ ನಾವು ದೇವರ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಸಂಪರ್ಕವಿಲ್ಲದ್ದರೆ, ನಮಗೆ ಭಯವೇ ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ನಾವು ಅತ್ಯಂತ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಅವನೇಂಳಿಗೆ ನಾವು ನಿಭಿಂತಿಯಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತಾ ದೇಶ್ವಾಂಪಾಂಡಿ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಪ್ರಸಕ್ತ ಕೊವಿಡ್ ಪರಿಷ್ಕಿತಿಯಿಂದಾಗಿ, ಶಾಲೆಗಳು ಮುಕ್ಕಳಿಟ್ಟಿವೆ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಭೆ ಸೇರಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಅದರೆ ಕೆಲವೊಂದು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಚ್ಚುರ್ಯಾಯಲ್ಲಿ ಸೇಷನ್ಸ್ ಮೂಲಕ, ಅನ್ನ ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ. ಲೈಂಟ್ ಕರ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅನುಭವಗಳು, ಅವರ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅವರಿಗೆ ಸಹಾಯಮಾಡಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ತರಗತಿಯ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರಂದ, ಅನ್ನ ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವಲ್ಲಿ, ಕಷ್ಟ ಪಡುತ್ತಿರುವ ಅನೇಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ, ತರಗತಿಯ ಕೊನೆಯವರೆಗೂ ಗಮನ ಹರಿಸಲು ಅದು ಸಹಾಯತ್ವದೆ.

ಚೆಳಕಿನ ಶ್ರೀಯಾಶ್ಚಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ತು; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಆಗಸ್ಟ್ 25ರಂದು ನಾವು ಮಹಿಳೆ ಅಮರರವರ ಮಹಾಸಮಾಧಿಯ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಪೊಜ್ಜಿತಿಯಿಂದ, ನಾವು ಅವರನ್ನು ಹಾಗೂ ಅವರ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಮಹಿಳೆ ಅಮರರವರ ಸಮಯಾತ್ಮೆತರೆಂದು ಈಗ ನಾನು ಅಭಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡೇವೆ. 38 ವರದಿಗಳ ಹಿಂದೆ ಅವರು ಏನು ಹೇಳಿದ್ದೇರೋ ಅದು ಇಂದಿಗೂ ಪ್ರಸ್ತುತವನ್ನೆಂದೆನಿಸಿದ್ದೆ. ಇಂದು ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಏತ್ವಾದ ಪ್ರಭಾವದ ಬಗೆ ಅವರು ಅಂದೇ ಪ್ರಸ್ತುತಿಸಿದ್ದರು. ಪ್ರಭಾವ ಎಂದರೆ ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದರು. ನಾವು ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿರೋಧವಿಲ್ಲದೆ ಬಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿರೋಧಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ವಿದುರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿದೆ. ಈ ಬದಲಾವಣೆ ವ್ಯಾಪ್ತಿಕೊಳ್ಳಬಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮಾನವ ಕುಲಕ್ಕೆ ಒಳಿತನ್ಯಾಂಪುಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾವು ಬದಲಾವಣೆಯ ವಾಯಿ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ತೊರೆದು ಹೊಸ ವಿಧಾನದ ಬಗೆ ಅವನು ಸಂಪರ್ಕ ಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ.

ಮಾನಸ ಘೋಂಡೆಂಪನ್ (೧)

ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೊನ್ನಾರು-ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು - 560077. ಭಾರತ ಫೋನ್: 9900075280 (10AM to 5PM) ಇ-ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com ವೆಬ್ ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com; www.lightchannels.com



ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಸ್ಕಾರ್ಡ ವ್ಯಾಗ್ನಿಂಗ್ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಎಲ್ಲಾ ಸಭೆಗಳನ್ನು ರದ್ದುಪಡಿಸಬೇಕಾಗಿರುವುದಂದ, ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೇಷನ್‌ಗಳನ್ನು ಮುಂದಿನ ಸೂಚನೆ ಬರುವವರೆಗೆ ರದ್ದುಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಚೆಂಗಳೂರು

ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೀ 7 - 7.15)

ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾರ್ಥಮ, 17ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ಟೆ

ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ

ದೂ. 9084121545 ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಶೇಖರ

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೀ 6.30 - 7)

ಅಂಜನೀಯ ದೇವಸ್ಥಾನ, ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬಡಾವಣೆ
ದೂ. 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೀ 6.30 - 7)

ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ

ದೂ. 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೀ 6.30 - 7)

ನಂ. 39, ಒಂದನೇ ಮಹಡಿ, 6ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ಟೆ

ಎಲ್ಲಾ ಐ ಸಿ ಕಾಲೋನಿ, 3ನೇ ಬ್ಲ್ಯಾಕ್

ಪೂರ್ವ ಜಯನಗರ

ದೂ. 7022621407 ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ ಭೋಸೆಕರ್

ಶುಕ್ರವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.00)

ಸಿದ್ಧಿವಿನಾಯಕ ದೇವಸ್ಥಾನ, 59/1, ಹಬ್ಬನ್ನು ರಸ್ತೆ,
3ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ಟೆ, ಕೊರ್ಕೆ ಟೋನ್

ದೂ. 9980205803 ಶ್ರೀಮತಿ ನಿಮಂಲ ಬಾಲ

ಲಕ್ಷ್ಯಾತರ ಜನರು ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕರು ಸೋಜಿಗೆವೆನಿಸು ವಂತಹ ಸಹಾಯವನ್ನು ಹಾಗೂ ಅದ್ದುತವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳು ಇತರರಿಗೆ ಸ್ವಾತಿತ ನೀಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೊಡುವ ವಾಡಬಹುದು. ದಂರುವಿಟ್ಟು ನಿಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.

ನಮ್ಮ ಇ-ಮೇಲ್

info@lightagemasters.com ಗೆ

ಬರೆಯಿರಿ.



ಪುಣಿಯಲ್ಲಿರುವ ಯೋಗ ಕೇಂದ್ರವ್ಯಾಂದರ ಸದಸ್ಯರು ಆಗಸ್ಟ್ 7 ರಂದು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೇಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು.

ಚೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ಇಡೀ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಪ್ರೀತಿಯ ದೇವರ ಜೊತೆ ನಮ್ಮ ಸಂಪರ್ಕ ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತದೆ.
- ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುವುದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಭಾವನೆಗೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತಂಬಬೇಕು, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಆಲೋಚನೆಯೂ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರಬೇಕು, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು.
- ಧರ್ಮವು ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ. ಪ್ರೀತಿಯಿಂದಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ. ಸತ್ಯ, ಶಾಂತಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವ. ನಾವು ಸದಾ ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಅದನ್ನು ಮಾಡದೇ ಇದ್ದಾಗ, ನಾವು ಅಧರ್ಮವನ್ನು ಪ್ರಕಟಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ.
- ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವು ನಮ್ಮ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ, ಅದು ಕೇವಲ ಚೈತನ್ಯದ ಹರಿಯುವಿಕೆಯನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧಗೊಳಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ, ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೊಡ ಶಾಂತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಯಾವಾಗಲಾದರು ಕ್ಷೋಭಿಗೊಂಡಾಗ, ನಾವು ಎಲ್ಲೇ ಇರಲ್ಲ, ನಮ್ಮ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧಗೊಳಿಸಬಹುದು, ಏರಡು ಸಲ ಇದನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕು. ಮೂರನೆಯ ಸಲ ನಾವು ಉಸಿರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಷ್ಟು ರಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕ್ಷೋಭಗಳು ಮಾಯಾವಾಗುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ನಾವು ಯಾವಾಗಬೇಕಾದರೂ ಪ್ರಯೋಜಿಸಬಹುದು.
- ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವು ಬುದ್ಧಿಕ್ಕಿಗೆ ಸ್ವಷ್ಟಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ವಿಚಾರಗಳೂ ಸ್ವಷ್ಟಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತವೆ.
- ನಾವು ಇತರರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಬೇಕು; ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಕ್ಷಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಈ ರೀತಿ ಕ್ಷಮಿಸುವುದು ಒಂದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾದ ಪ್ರೀತಿಯ ಕಾರ್ಯ. ಪ್ರೀತಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ಯಾರನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ನಮ್ಮ ನಕಾರಾತ್ಮಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಮಗೆ ಅರಿವಿರಲಿ, ಏಕೆಂದರೆ, ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರವೇ ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸುಲಭವಾಗಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಮೀರಿ ಮೇಲೇರಬಹುದು. ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ನಮ್ಮ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಬಲವಾದಾಗ, ಅದನ್ನು ಮೀರಿ ಮೇಲೇರಿ ಹೊಗಿ; ಎಂದಿಗೂ ಅದಕ್ಕೆ ಸ್ವಂದಿಸಬೇಡಿ.

-ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣನಂದ

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 5835

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 29.87 ಲಕ್ಷ್

ಮನವಿ

ಈ ಸಂಕಷ್ಟ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು, ಪ್ರತಿ ದಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12.00 ರ 12.30 ವರಗೆ ನಿಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗಳಿಂದಲೇ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಜೊತೆ ಸೇರಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

ಅಂತರಂಗದ ಬೆಳಕು

ಅಪ್ರಾವ ದೇಶಾಂಪಾಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಕಳೆದ ಕೆಲವು ಮಾಸಗಳು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾರೂ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿವೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಇನ್ನೂ ಲಸಿಕೆ ದೊರೆಯದ ಖಾಲಿಲೇಯಾಂದಿಗೆ ಹೊದೆದಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಲಾಕ್‌ಡೋನ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜೀವನವು ಸಂಪೂರ್ಣ ಅನಿಶ್ಚಯತೆ ಮತ್ತು ಭಯದಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಆದರೆ, ಕರೋರವೇಸ್ವಬಹುದಾದ ಲಾಕ್‌ಡೋನ್ ನಡುವೇಯೂ, ನಾನು ವಾತೆಗಳಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಿದ ಕೆಲವೊಂದು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾದ ಕಥೆಗಳು ನನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು ಉಲ್ಲಾಸಗೊಳಿಸಿವೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ನನಗೆ ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಸಂವಾದ ನಡೆಸುವ ಸುಯೋಗ ಒದಗಿ ಬಂತು. ಇಂಥ ಕಷ್ಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಅವರಾಗಳು ಮಾಡಿದ ಕಾರ್ಯಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಅಳೆಣಿತ್ತಿವೆ.

ದೂರದರ್ಶನ: ಒಂದು ಸಂಜೀ, ಕಡಿಮೆ ವಿಷಾದದ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ನೋಡುವ ಆಸೆಯಿಂದ ವಿವಿಧ ಚ್ಯಾನಲ್‌ಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆಗ ಸುದ್ದಿ ಚ್ಯಾನಲ್‌ವೋಂದು, ಮುಕ್ಕಳು ವಿವಿಧ ದತ್ತಿಗಳಿಗೆ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ದೃಶ್ಯ ಭಾಗವನ್ನು ತೋರಿಸಿದಾಗ ಅನಂದದಾಯಕವಾದ ಅಷ್ಟರಿಗೊಳಗಾದೆ. ಅವರಾಗಳು ಶ್ರಮವಹಿಸಿ ತಮ್ಮ ಗೋಲಕದಲ್ಲಿ ಕೂಡಿಟ್ಟ ಹಣವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಖಾಲಿ ಮಾಡಿ ಕೊಡುಗೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದದು ಹೃದಯಸ್ವರ್ಚಿತಯಾಗಿತ್ತು.

ಇಫ್ರಾಂನ್ ಅಂಕಲ್ : ಪೈರಸ್‌ನಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ನನ್ನ ನೆಚ್ಚಿನ ಹೊದಿಕೆಯೊಳಗೆ ಬಚ್ಚಿಟ್ಟಿಕೊಂಡ ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಬಳಿಕ, ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿಗಳನ್ನು ಕೊಳ್ಳಲು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವ ಸಾಹಸ ಮಾಡಲು ನಿರ್ಧರಿಸಿದೆ. ಬಗೆಗೆಯ ಸ್ಯಾನಿಟೇಷನ್‌ಎಂದು, ಕೈ ಗವಸಗಳು (ಹ್ಯಾಂಡ್ ಗ್ಲೋವ್‌) ಹಾಗೂ ಮುಖ ಗವಸು (ಫ್ಲೇಸ್ ಮಾಸ್ಕ್‌) ಗಳಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಜ್ಜಿತಳಾಗಿ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಕಾಲಿಟ್ಟೆ. ಅದೇ ದಿನ ನಾನು ಇಫ್ರಾಂನ್ ಅಂಕಲ್ ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿದ್ದು.

ಇಫ್ರಾಂನ್ ಅಂಕಲ್ ಅವರು ತಮ್ಮ ಜೀವನೋಪಾಯಕ್ಕಾಗಿ, ಒಂದು ಶಿಥಿಲವಾದ ತಳ್ಳು ಗಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಚೆಣ್ಣಿಗಳನ್ನು ಮಾರುತ್ತಾರೆ. ನಾನು ಅವರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದಾಗಲಿಂದ, ನಮ್ಮ ಸಂಭಾಷಣೆಯು ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿಗಳ ಸುತ್ತ ತಿರುಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಏಕಾಂಗಿಯಾಗಿರುವ ಇಫ್ರಾಂನ್ ಅಂಕಲ್ ಬಾಡಿಗೆ ಮನೆ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೆ, ತಮ್ಮ ತಳ್ಳು ಗಾಡಿಯ ಕೆಳಗೆ ಮಲಗುತ್ತಾರೆ. ಅಪರಾಷ್ಟ ಕೆರುವಿದ್ದ ಮಾಡುವಾಗ ಅತಿಯಾದ ಸೂರ್ಯನ ತಾಪದಿಂದ ರಸ್ತೆಸೀಕೊಳ್ಳಲು ತಮ್ಮ ಗಾಡಿಯ ಕೆಳಭಾಗವನ್ನು ತಾಡಪಾಲಿನಿಂದ (tarponlin) ಹೊಡಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಒಂದು ಅಪರಾಷ್ಟ, ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿಗಳನ್ನು ಕೊಂಡ ಬಳಿಕ, ನಾನು ಕೊಟ್ಟ ಹಣಕೆ ಚೆಲ್ಲರೆಗಾಗ ಕಾಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ನನ್ನ ಕಾಲಬೆರಳು ಒದ್ದೆಯಾದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಅಶ್ವಯುಕ್ತಿ, ನಾಯಿಮರಿಯೊಂದು ನನ್ನ ಕಾಲೀರಳನ್ನು ನೆಕ್ಕುತ್ತಿತ್ತು. ಇಫ್ರಾಂನ್ ಅಂಕಲ್ ಆ ನಾಯಿ ಮರಿಯನ್ನು ಎತ್ತಿಕೊಂಡ ಅದನ್ನು ನನಗೆ ಬಹಳ ಹೆಮ್ಮೆಯಿಂದ ಪರಿಸರಿಸಿದರು. ಸುಮಾರು ಒಂದು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ, ಈ ನಾಯಿಮರಿಯ ತಾಯಿಯು ಕೆಲವು ಮರಿಗಳಿಗೆ ಜನ್ಮ ನೀಡಿದ್ದು, ಕೇವಲ ಒಂದು ಮರಿ ಮಾತ್ರ ಬದುಕ್ಕಾಯಿತು ಎಂದು ಅವರು ನನಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಮುಂದುವರೆದು, ಆ ನಾಯಿಮರಿ ಮತ್ತು ಅದರ ತಾಯಿ ಅತನೊಂದಿಗೆ ಆ ತಳ್ಳುಗಾಡಿಯ ಕೆಳಗೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ನಾನು ಗಾಡಿಯ ಕೆಳಗೆ ಬಗ್ಗೆ ನೋಡಿದಾಗ, ಒಂದು ತುಂಡು ಬಟ್ಟಿಯ ಮೇಲೆ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಮರಿ ಮಲಗಿರುವುದು ಕಾಣಿಸಿತು. ಅವರು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದ ತಮ್ಮ ಹಣದಲ್ಲೇ ಆ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮರಿಗೆ ಉಣಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗಳು ತುಂಬಿ ಬಂದ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ಆತ ನಿಷ್ಣಿತವಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ಸವಲತ್ತನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದನು, ಅದರೆ ತನ್ನ ಮನೆಯ ಮತ್ತು ಹೃದಯದ ಬಗಿಲನ್ನು ಆ ಮರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅದರ ದುಭಾಲ ತಾಯಿಗೆ ತೆರೆದಿಟ್ಟಿದ್ದನು.

ನಾನು ಹಿಂದಿರುಗಾವಾಗ, ಇಫ್ರಾಂನ್ ಅಂಕಲ್ ಮತ್ತು ಆತನ ಪುಟ್ಟ ನಾಯಿಮರಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸತ್ತೊಡಗಿದೆ. ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಮಾವಿನ ಹಣ್ಣಿನ್ನು ಕೊಳ್ಳಲು ಹೋದಾಗ, ಆ ಮೂವರಿಗೂ ಯೋಚಿಸಿದ್ದವಾಗಿ ತಿನಿಸುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡುಹೋಗಿ ಕೊಟ್ಟೇ!

ಈ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಸ್ವಾಧಕತೆಯನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ನೋಡಿದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಬರೆಯಬೇಕೆನಿಸುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮ ಸೋಸೈಟಿಯಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಗುಂಪೊಂದು, ನಗರದಲ್ಲಿ ಶಿಲುಕಿಕೊಂಡಿರುವ ವಲಳಿಗಳಿಗೆ ಅಡುಗೆ ಮಾಡಲು ಒಂದಾಗಿ ಮುಂದೆ ಬಂದಿದ್ದು. ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಘಗಳ ಜೊತೆಗೆ ಸಹಭಾಗಿಗಳಾಗಿ, ಈ ಲಾಕ್‌ಡೋನ್ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಕಳೆದು ಕೊಂಡಿರುವರಿಗೆ ಉಣಿ ಪೊಟ್ಟಣಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಕೂಡ ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ಇರುವ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ತಪ್ಪದೇ ಆಹಾರ ನೀಡುತ್ತಿರುವರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದೇನೆ. ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಹೊರರಾಜ್ಯದ ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಶಿಲುಕಿದ್ದ ಮೂವರು ಪ್ರಯಾಣಿಕರಿಗೆ, ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಪಂಪನಲ್ಲಿ ಉಣಿ ಮತ್ತು ವಸತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ ಜನರನ್ನೂ ನೋಡಿದ್ದೇನೆ.

ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯತನದ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಬೆಳಕನ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೇನೆ.

ಲೈಟ್ ಬಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಳ

ನಮ್ಮ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲೈಟ್ ಬಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ವಾರಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆ ಲೈಟ್ ಬಾನಲ್ ಮಾಡಲು ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮ ಜೊತೆಗಾಡಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಿಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಮತ್ತು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯಮಾಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ವೇಚ್ಚಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾತಾವರಣ್ಯವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾತಾವರಣ್ಯವನ್ನು ನವ್ಯ ವೆಬ್ ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೋನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಸೋಲಾಪುರ್

ಪ್ರತಿದಿನ (ಸಂಜೀ 7 – 7:30)

ಬಾಲಗಣೀಯ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇರ್ ಹೋಮೋಲೋ

ದೂ. 09860967066 ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ

09970800279 ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

ಚೆನ್ನೈ

ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗೆ 10 – 10:30)

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

ದೂ. 9444880409

ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್

ಪುಣಿ

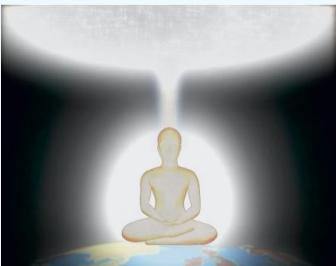
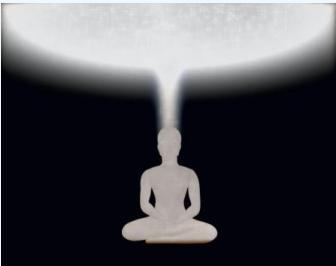
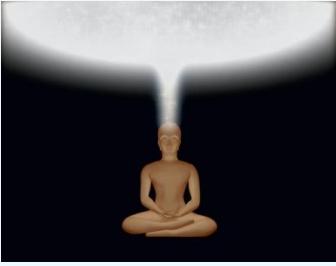
ಭಾನುವಾರ (ಸಂಜೀ 4 – 4:30)

3 ಬಿ, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೋಸೈಟಿ
ಗೋವಿಲೆನಗರ, ಮುಖೇ-411016

ದೂ. 9011038169

ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ ನವನಗುಲ್

ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಗಳ ಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ‘Experiences of Light Channels’ ಎಂಬ ಪ್ರಸ್ತರಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಸ್ತರಕ ಹೊರತಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ತಾಪದಿಂದ ಪರಿಸರಿಸಿದರು. ಏರಡೆನೆಯು ಸಂಪುಟವನ್ನು ಹೊರತರಲಾಯಿತು. ಈ ಏರಡೆನೆ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್ ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೋನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವ ಸಮಯ ದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಚಿಕ್ಕವನಾಗಿ, ಮೇಲೆ ಹೋಗಿ ನಕ್ಕತಗಳನ್ನು ತಲುಪಿದ ಅನುಭವ ನನಗಾಯಿತು.

-ದೀಪಕ್, 4ನೇ ತರಗತಿ, ಶೋಭನ ಮೇಮೋರಿಯಲ್ ಹೈಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಕಾಕ್ಸ್ ಟೋನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾವು ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಬೆಳಕು ಕೆಳಗೆ ಬಂದು ನನ್ನ ಮೇಲೆಲ್ಲಾ ಹರಡಿತು. ಅದು ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು.

-ದೀಶಾಂತ್ರ, 4ನೇ ತರಗತಿ, ಶೋಭನ ಮೇಮೋರಿಯಲ್ ಹೈಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಕಾಕ್ಸ್ ಟೋನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ಬಹಳ ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ನನ್ನಲ್ಲಿರುವ ನಕಾರಾತ್ಯಕತೆಯು ಹೊರ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ನನಗೆ ಅನಿಸಿತು.

-ಶಾಂತಿ, 7ನೇ ತರಗತಿ, ಜಿ ಕೆ ಎಮ್ ಪಿ ಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಲಿಂಗರಾಜಪುರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ಬೆಳಕು ಬಹಳ ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಬಹಳ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ.

-ಅಂಜುಮ್, 6ನೇ ತರಗತಿ, ಜಿ ಕೆ ಎಮ್ ಪಿ ಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಲಿಂಗರಾಜಪುರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಸಂತರ ನನಗೆ ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಯಕ ಅಲೋಚನೆಗಳು ಬರುವುದಲ್ಲ. ನಾನು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.

-ಕಾಶಿಷ್ ಉತ್ತಮ್ ನವಲೆ, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಅಹಿಲ್ಯದೇವಿ ಹೈಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಪುಣೆ

ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಸಂತರ ನನಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಅದು ತೃಪ್ತಿಕರ ವಾಗಿತ್ತು ಹಾಗೂ ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನನ್ನ ತಂದೆ

ತಂದೆ ತಾಯಿಯರಿಗೆ ಕೂಡ ಕಲಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ.

-ಸಿದ್ಧಿ ತುಷಾರ್ ಡಾವನ್, 9ನೇ ತರಗತಿ, ಅಹಿಲ್ಯದೇವಿ ಹೈಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಪುಣೆ

ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಯಾವಾಗಲೂ ಯೋಚನೆಗಳಿಂದ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ನನಗೆ ಭಯವಿದೆ. ನಾನು ನಿಧಾರಣಾಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾರೆ. ಆದರೆ ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಸಂತರ, ಮೊದಲ ಸಲ ನನ್ನ ವುನಸ್ಸು ತುಂಬಾ ಪ್ರಶಾಂತವಾಯಿತು. ಆಲೋಚನೆಗಳೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಕೆಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲು ಮನಸ್ಸಾಗಲಿಲ್ಲ. ಈಗ ನಾನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

-ಪ್ರಾಚಿ ಕಪ್ಪೆ, ಬಿ ಎ ಮೊದಲನೆ ವರ್ಷ, ಗವಾರೆ ನೈಟ್ ಕಾಲೇಜ್, ಪುಣೆ

ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವಾಗ ನನಗೆ ಉಲ್ಲಾಸವನಿಸಿತು. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬೇಡವಾದ ಅಲೋಚನೆಗಳಿದ್ದವು, ಆದರೆ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಸಂತರ ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಸಮಾಧಾನ ಪಡೆದೆ.

-ಆನಂದ್ ರಾಚ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಎ ಎಮ್ ಸಿ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಬನ್ನೇರಫಟ್ಟೆ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನನಗೆ ತಲೆ ನೋವಿತ್ತು. ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಸಂತರ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಹಾಗೆ ತಲೆ ನೋವೆ ಮಾಯವಾಯಿತು.

-ಅಕಾಶ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಎ ಎಮ್ ಸಿ ನ್ಯಾಷನಲ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಬನ್ನೇರಫಟ್ಟೆ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತುಂಬಾ ಆಹ್ಲಾದಕರವಾದ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು. ಉಲ್ಲಾಸವನಿಸಿತು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾಂತಿ ದೊರೆಯಿತು. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಹಗುರವಾಗಿದೆ. ನಾನು ನಿಯತವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಅಭಾವ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

-ಪ್ರವಿಂದ್ ಎನ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಜೆ ಎಸ್ ಎಸ್ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕ್ಯಾಲ್, ಬನಶಂಕರ 2ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳ (online classes) ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 3-7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಂಟ್ ಚಾನಲ್‌ನ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.