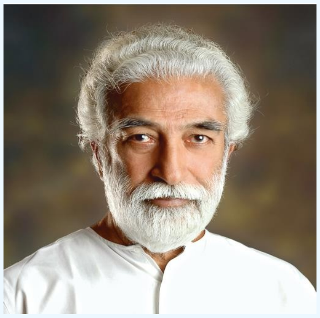
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 9, ಸಂಚಿಕೆ 3 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಮೇ–ಜೂನ್ 2021



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 ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಮೂಲ. ಈ ಬೆಳಕೇ ದೇವರು.

ಚಾನಲಿಂಗ್

ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ, ನಂತರ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಚಾನಲಿಂಗ್. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯುನ್ನತ ತರಂಗ ಗಳನ್ನು 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 18–05–2008ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗ ಮತ್ತು 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

(ಗುರೂಜಿಯವರು ಡಿಸೆಂಬರ್ 8, 2002ರಂದು ಮಾಡಿದ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಖಿನ್ನತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವಾಗ ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು? ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕ ಪುಸ್ತಕಗಳಿವೆ, ಬಹಳಷ್ಟು ಲೇಖನಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ; ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ನಾನು ಇವುಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ – ನಾವು ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗೆ ಇರೋಣ, ಉದ್ಯಾನವನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳೋಣ, ಮರಗಳ ಕೆಳಗೆ ನಡೆಯೋಣ, ಹೂಗಳೊಂದಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಕಳೆಯೋಣ. ಈ ಮರಗಳು, ಗಿಡಗಳು, ಹೂಗಳು ಸದಾ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊರಸೂಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತಾಗ ಅಪಾರ ಶಾಂತತೆಯು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಇಳಿಯುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತೆರೆದಿಟ್ಟುಕೊಂಡಾಗ, ಅದರ ಅರಿವಿದ್ದಾಗ. ಪ್ರಕೃತಿಯು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಸದಾ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಕೇವಲ ಹೊರಗೆ ಹೋದರೆ ಸಾಕು, ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವಿಲ್ಲದೆಯೇ ನಮಗೆ ಶಾಂತಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ಖಿನ್ನತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೂ, ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಧ್ಯಾನವನ್ನಂತೂ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕ್ಷಣವೂ ನಮಗೆ ದೊರೆತ ಒಂದು ಕೊಡುಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಸಂಭ್ರಮಿಸಬೇಕು. ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಆನಂದದಿಂದ ತುಂಬಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳು ಏನೇ ಇದ್ದರೂ, ಈ ಕ್ಷಣವನ್ನು ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ ತುಂಬಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮಾಡದೇ ಹೋದರೆ, ಬಹುಶಃ ದೇವರ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ವಿಫಲಗೊಳಿಸುತ್ತೇವೆ, ಏಕೆಂದರೆ ಜೀವನದ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ಅವನು ನಮಗೆ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿ ನೀಡಿದ್ದಾನೆ. ಜೀವನವನ್ನು ಆಚರಿಸುವುದು, ಈ ಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ದೇವರ ಕೊಡುಗೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಪ್ರತಿ ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರದಂದು ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ನಡೆಸುವ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ಬಹಳ ಪ್ರಭಾವಪೂರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಅನೇಕರು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಸೇರಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮೂಲಕ, ನಮ್ಮ ಕಂಪನಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ, ವಿಶ್ವವು ನಮಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳು ಅಷ್ಟೊಂದು ಪ್ರಭಾವಪೂರ್ಣವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ನಂತರ, ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಪ್ರಸ್ತುತ ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸವಾಲಿಗೆ ಅದೇ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಹಾರವಾಗಿದೆ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲೂ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಈ ಪಿಡುಗಿನ ಇನ್ನೊಂದು ಅಲೆಯನ್ನು ನಾವು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಕಳೆದ ವರ್ಷದಲ್ಲಿದ್ದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೋಲುವಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದಿತ್ತೇ? ಎನ್ನುವ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಶ್ನೆ ಏಳುತ್ತದೆ. ಈ ಪಿಡುಗಿನಿಂದ ಪಾಠ ಕಲಿತು ನಾವು ಎರಡನೇ ಅಲೆಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ಬರಲಿರುವ ಅಲೆಗಳನ್ನೂ ತಡೆಯಬಹುದು ಎಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಮನುಕುಲವು ಸಾಕಷ್ಟು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕಗೊಂಡಿಲ್ಲ. ಪಿಡುಗಿನ ನಂತರ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ, ಒಳ್ಳೆಯತನ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ವೃದ್ಧಿಸಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಿಜ, ಆದರೆ ಇದು ಸಾಲದು. ನಾವು ಹಳೆಯ ಚೈತನ್ಯಗಳಿಗೆ ಭದ್ರವಾಗಿ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ ಮತ್ತು ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಸೂರ್ಯೋದಯವು ವಿಳಂಬವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಸತ್ಯ ಯುಗದ ಸೂರ್ಯ ಆಗಲೇ ಉದಯಿಸಿದ್ದಾನೆ, ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಹಳೆಯ ವಿಚಾರ ಮತ್ತು ತಿಳುವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟು ಕೊಂಡಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು ಮೇಲೇರುವುದನ್ನು ವಿಳಂಬವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿರುವ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ತೊರೆದು, ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವು ಹೊರಬರಲು ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಡಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊರತರಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಮಾರ್ಗವಾದ ಬೆಳಕಿನ ಚಾನಲ್ ಮಾಡೋಣ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್ (ರಿ)

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

ಫೋನ್: 9900075280 (10AM to 5PM) ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com

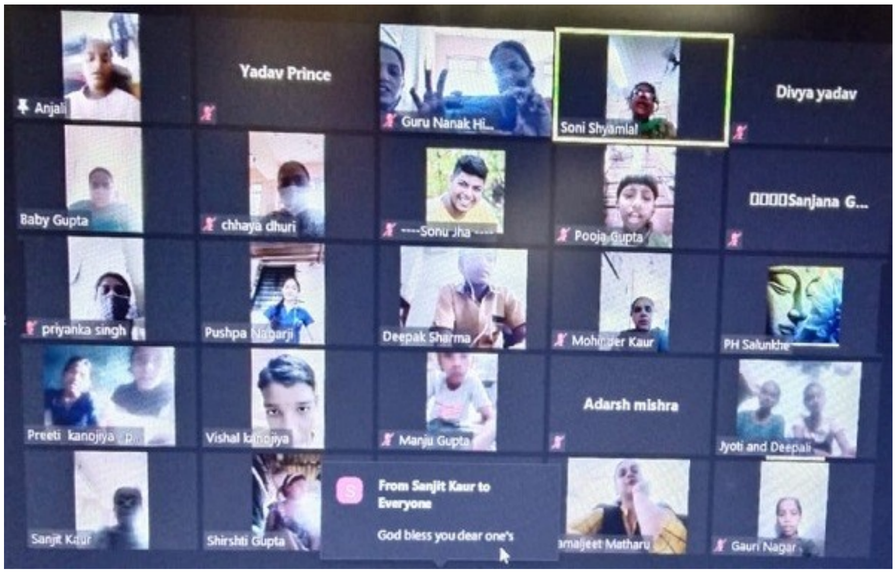
ವೆಬ್ ಸೈಟ್: www.lightagemasters.com; www.lightchannels.com

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

- ಪ್ರೀತಿ, ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಸತ್ಯ ಎಂಬ ತತ್ವಗಳ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಜೀವಿಸುವುದೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.
- ದೇವರೆಡೆಗೆ ನಡೆಯುವುದು, ದೇವರಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.
- ಈ ಜೀವನವನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ, ಬಹಳ ವಿವೇಕಯುಕ್ತವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಡೆಸುವುದೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ.
- ನಾವು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿರುವ ಎಲ್ಲದರಲ್ಲಿಯೂ ದೇವರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದಾಗ, ಅದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದ ಬದುಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಾವು ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿ, ಎಲ್ಲೇ ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿ, ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದೇ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಬದುಕು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಬದುಕು ಎರಡನ್ನೂ ಸಮತೋಲನದಿಂದ, ವಿವೇಕಯುಕ್ತವಾಗಿ ನಡೆಸಬೇಕು.
- ಒಬ್ಬ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಬಹಳ ವಿವೇಕವುಳ್ಳ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಆತ ಎಂದಿಗೂ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಬದುಕನ್ನು ತೊರೆದು ಗೊಂದಲವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
- ಒಬ್ಬ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಯಾವುದರಿಂದಲೂ ಪಲಾಯನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ, ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿಂದ ಪಲಾಯನ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.
- ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ, ಅಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿ ಒಂದು ಚಾನೆಲ್ ಆಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಅನೇಕ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಹೊರಬರುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ಮೂಲಕ ಅಪಾರವಾದ ಪ್ರೀತಿ ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಗಿಳಿದುಬರುತ್ತದೆ.
- ಬೆಳಕು, ಅದೊಂದು ಕೇವಲ ಬೆಳಕು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಅದು ಚೈತನ್ಯ, ಅದು ಪ್ರೀತಿ, ಅದು ಸ್ವತಃ ದೇವರು. ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಈ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಇಡೀ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹರಡಿದರೆ, ಒಂದು ದಿನ ಎಲ್ಲಾ ಅಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಲು ನಮಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಸತ್ಯಯುಗ ಆರಂಭವಾಗುವುದು ಆಗಲೇ.
- ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೇ ಹೋದರೆ, ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ, ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ ಸತ್ಯಗಳ ಅನುಭವ ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ನಾವು ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಅನುಭವ ಮಾತ್ರವೇ ವಿವೇಕವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.
- ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತನ್ನ ಆಯ್ಕೆಯನ್ನು ತಾನೇ ಮಾಡಿ–ಕೊಂಡಾಗ, ಅದು ಆತನೊಂದಿಗೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಒಳ್ಳೆಯ ವಿಷಯವೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಆತನ ಮೇಲೆ ಬಲವಂತವಾಗಿ ಹೇರಿದರೆ, ಅದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಕೆಲ ಕಾಲ ಮಾತ್ರವೇ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

– ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

2021ರ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದ ಯಶಸ್ಸಿನ ಸಂಭ್ರಮಾಚರಣೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು



2021ರ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ಮುಂಬೈನ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

2021ರ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ಪುಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಥಮ್ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನ ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರೀತಿ

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ನಾವು ಯಾವುದಕ್ಕಾದರೂ ನಿಜವಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸಿದಾಗ, ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಸಾಧಿಸುವ ಕಡೆಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಮುಡುಪಾಗಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ನನ್ನ ಆಪ್ತರೊಬ್ಬರು ಅಸ್ವಸ್ಥರಾಗಿದ್ದರು. ಮೊದಲಿಗೆ, ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಇಂದಿನ ಪಿಡುಗಿನ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಅತಿ ಕೆಟ್ಟದ್ದನ್ನು ಯೋಚಿಸಿದೆ. ಅತೀವ ನೋವು, ಕೋಪ ಮತ್ತು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಅಸಹಾಯಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ. ಆ ಅನಿಶ್ಚಿತ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ನನಗೆ ತಿಳಿದದ್ದನ್ನು ನಾನು ಮಾಡಿದೆ, ನಾನೊಂದು ಮೂರು ವರ್ಷದ ಮಗುವಿನಂತೆ ಸಿಡಿಮಿಡಿಗೊಂಡೆ! ಕೈಗಳನ್ನು ಯದ್ವಾ ತದ್ವಾ ಬಡಿದಾಡಿ ರೋದಿಸಿದೆ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯು ಆಟವಾಡುತ್ತಿರುವ ರೀತಿಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕಣ್ಣೀರು ಸುರಿಸುತ್ತಾ ಅಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ಹತ್ತಿರವಾದವರು ನೋವಿನಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುವುದು ಬಹಳ ಯಾತನೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದುರದೃಷ್ಟಕರವೆಂದರೆ ನಾನು ಅಸಹಾಯಕಳಾಗಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲಿರುವುದೆಲ್ಲವೂ ನನ್ನನ್ನು ಶೋಕಮಯವಾಗಿಸುತ್ತಿರುವಂತೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ನಿರಾಶೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಂಡವು. ಬೀಗದ ಕೀಲಿಕೈ ಗೊಂಚಲು ಅದರ ಸ್ವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿಲ್ಲದಿರುವುದೇ ನನ್ನನ್ನು ಅಂಚಿಗೆ ನೂಕಲು ಮತ್ತು ಅತಿಯಾಗಿ ರೋದಿಸಲು ಸಾಕಾಗಿತ್ತು.

ನನ್ನ ಕಣ್ಣೀರು ಬತ್ತಿಹೋಗಿ, ಕಣ್ಣುಗಳು ಬಸವಳಿದ ಬಳಿಕ, ಬೆಳಕಿಗೆ ಬೇಡಿಕೊಂಡೆ. ಅದರೊಂದಿಗೆ ನಿಸ್ಸಂಕೋಚವಾಗಿ, ನಿರ್ಭಯವಾಗಿ ಸಂವಾದ ಮಾಡಿದೆ. ನನ್ನ ಬಾಲಿಶ ವರ್ತನೆಗೆ ಕ್ಷಮೆ ಯಾಚಿಸಿದೆ. ಆ ಅಸ್ವಸ್ಥ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವಂತೆ ಬೆಳಕನ್ನು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಕೇಳಿಕೊಂಡೆ. ಹೇಗಾದರೂ ಮರುದಿನ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆ ಕಾಣಬಹುದು ಎಂಬ ಭರವಸೆಯೊಂದಿಗೆ, ಬೆಳಕನ್ನು ಬೇಡುತ್ತಾ ಹಾಗೇ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಗೆ ಜಾರಿದೆ.

ಇನ್ನೊಂದು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಇಬ್ಬರು ಸ್ನೇಹಿತರ ನಡುವೆ ಮನಸ್ತಾಪ ಉಂಟಾಗಿತ್ತು. ಅವರು ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲೇ ಇಲ್ಲ, ಹಾಗೆಯೇ ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳು ಕಳೆದು ಹೋದವು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತಿದ್ದರು ಆದರೆ ಇಬ್ಬರ ನಡುವೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಶೀತಲತೆ ಇರುತ್ತಿತ್ತು. ಒಂದು ದಿನ, ಆ ಸ್ನೇಹಿತರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಇದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಇದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡರು. ಆ ವಿಷಯವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯೋಜನವಾಗುವುದಿಲ್ಲವೆನ್ನುವುದು ಆತನಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ನಂತರ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ನೆನೆಸಿಕೊಂಡು, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದರು. ಅವರಿಗೆ ನೋವಾಗುವ ಹಾಗೆ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಹೇಳಿದ್ದರೆ ಕ್ಷಮಿಸುವಂತೆ ತಮ್ಮ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡಿರದ ನೋವನ್ನು ಅವನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ತನ್ನನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸುವುದನ್ನು ತಾನು ಬಯಸಿರುವುದಾಗಿ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರು. ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ತಮ್ಮ ನೊಂದ ಗೆಳೆಯನಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಕೆಲವು ದಿನಗಳು ಕಳುಹಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರು.

ಕೆಲವು ವಾರಗಳ ನಂತರ, ಆ ಸ್ನೇಹಿತರ ಗುಂಪು ಮತ್ತೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿತು. ಈ ಬಾರಿ, ಆ ನೊಂದ ಸ್ನೇಹಿತ, ಬೆಳಕು ಕಳಿಸಿದ ಸ್ನೇಹಿತನೊಂದಿಗೆ, ಮೊದಲಿನಂತೆ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಂಡರು. ವರ್ಷಗಟ್ಟಲೆಯ ಶೀತಲತೆಯು, ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾಗಿದ್ದ ಆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದಂದು ಕರಗಿಹೋಯಿತು ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನಂತೆ ಇಬ್ಬರ ನಡುವಿನ ಸಂತೋಷವು ಮರುಕಳಿಸಿತು. ಅದೇ ರೀತಿ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರ, ಅಸ್ವಸ್ಥರಾಗಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾಗಿ ಸುಧಾರಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಅವರ ಎಲ್ಲಾ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವರದಿಗಳು ಸಹಜಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಿದವು.

ನನ್ನ ಸೀಮಿತ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ, ನಾವು ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದಾಗ, ಕಳುಹಿಸಿದ ಮತ್ತು ಪಡೆದ ಇಬ್ಬರ ಮೇಲೂ ಬೆಳಕು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವಾಗ, ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ, ಈ ಮೊದಲು ಯೋಚನೆ ಕೂಡ ಮಾಡದ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವು ಉಂಟಾಗಬಹುದು.

ಗುರೂಜಿಯವರು ಬೆಳಕನ್ನು ನಮಗೆ ಪರಿಚಯಿಸಿ ವರ್ಷಗಳೇ ಕಳೆದಿವೆ. ಚಿಕ್ಕವರು, ದೊಡ್ಡವರಾದಿಯಾಗಿ ಎಲ್ಲರ ಅದ್ಭುತವಾದ ಎಲ್ಲಾ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನಾವು ಓದುತ್ತೇವೆ. ಈ ವೇಳೆಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಅದ್ಭುತಗಳು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಮೂಕವಿಸ್ಮಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದು ನಿಂತುಹೋಗಬಹುದು ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಯೋಚಿಸಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಅದು ಹಾಗಾಗಲಿಲ್ಲ. ಉದ್ದೇಶಗಳು ಶುದ್ಧವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರೀತಿ, ಆರಾಧನೆ ಅಥವಾ ಸಮರ್ಪಣೆ ತುಂಬಿದ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಬಂದರೆ, ಬೆಳಕು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಮಾರ್ಗವೊಂದನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ಬೆಳಕಿನ ಪ್ರೀತಿಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ಮೂಕವಿಸ್ಮಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಮುಂಬರುವ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲೂ ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತದೆ!

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

ನಿಮ್ಮ ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳ (online classes) ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 3–7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

ನಿಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕೆನಿಸಿದರೆ ದಯವಿಟ್ಟು ನಮಗೆ ತಿಳಿಸಿ.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

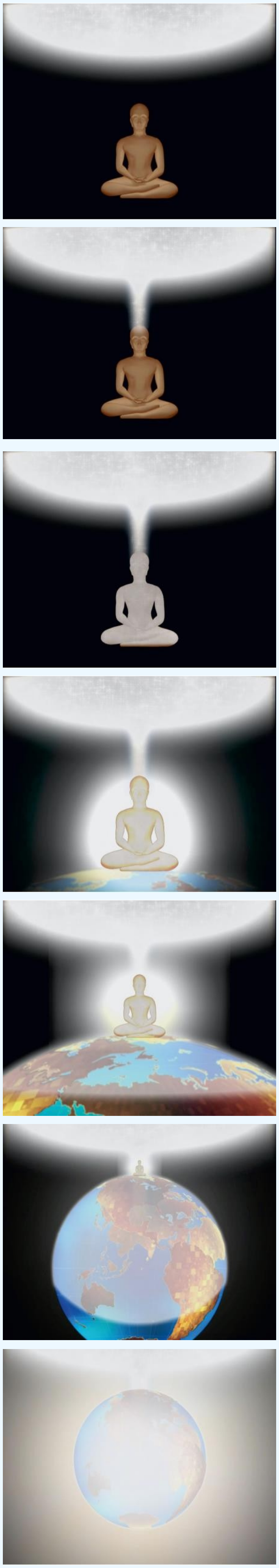
ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 5835

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 29.87ಲಕ್ಷ

ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ನಿಯತವಾದ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ 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.

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 ಹೊರತರಲಾಯಿತು. ಈ ಎರಡೂ ಸಂಪುಟಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ **www.lightagemasters.com** ನಿಂದ ಉಚಿತವಾಗಿ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.



ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಸುಜಾತ ರಾಮರಾವ್

ನಾನು ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಬೆಳಕು ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹರಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಅದರ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ನಾನು ಅನುಭವಿಸಿದೆ.

– ಮನೋಜ್ ಎಲ್, 8ನೇ ತರಗತಿ,
ಶ್ರೀ ಸಾಯಿ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದ ಅನುಭವ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ದಿವ್ಯವಾದ ಬಿಳಿಯ ಬೆಳಕು ನನ್ನನ್ನು ಸಂತೋಷ ಪಡಿಸಿತು ಹಾಗು ನನಗೆ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿತು. ಅದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟವಾಯಿತು ಮತ್ತು ಈ ಭೂಮಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿತು. ಮತ್ತು ನಾನು ಕೂಡ ಈ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಒಳ್ಳೆಯ ಸದಸ್ಯಳಾಗಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ.

–ಸ್ನೇಹ, 8ನೇ ತರಗತಿ,
ಶ್ರೀ ಸಾಯಿ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ನಾನು ಬಹಳ ಶಾಂತಯುತಳಾಗಿದ್ದೆ. ಆ ದಿನ ದಿಂದ ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಯು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ವಾಗಿದೆ. ಬೆಳಕಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅದು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಹರಿಸಲು ನನಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಾನ ವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವಾಗ ಪ್ರೀತಿ, ವಾತ್ಸಲ್ಯ, ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಯೋಚನೆ ಮತ್ತು ಗೌರವವನ್ನು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುತ್ತೇನೆ.

–ರಕ್ಷಿತಾ ಎಸ್, 9ನೇ ತರಗತಿ,
ಶ್ರೀಸಾಯಿಪಬ್ಲಿಕ್‌ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಹೆಚ್ಚು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಿಂದಿರಲು, ನಕಾರಾತ್ಮಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲು, ಶಾಂತಿ ಯುತವಾಗಿರಲು, ಆರಾಮವಾಗಿದ್ದು ಒತ್ತಡ ಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿರಲು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ನನಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಈ ಪ್ರಪಂಚವು ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಹಸಿರಿನಿಂದ ಆವೃತವಾಗಿದೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಹೋಮ್ ವರ್ಕ್ ಮಾಡುವ ಮುಂಚೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ವಿಶ್ರಮಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮಾಡಿ ಮುಗಿಸುತ್ತೇನೆ.

–ಶ್ವೇತಾ ಒ, 9ನೇ ತರಗತಿ,
ಶ್ರೀ ಸಾಯಿ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವಾಗ, ನನ್ನ ದೇಹವು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಅರಿವಿಲ್ಲದಯೇ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಬಯಸುತ್ತೇನೆ. ಈ ತಂತ್ರವನ್ನು ನನ್ನ ತಾಯಿಗೆ ಕಲಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಈಗ ಅವರು ನಿಯತವಾಗಿ ಅದರ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿನ ತಮ್ಮ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳಿಗೂ ಕೂಡ ಕಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಒಮ್ಮೆ 'ಐನ್ಸ್ಟೀನ್ ಬ್ರೇನ್ ಟೀಸರ್' ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವಾಗ, ನನಗೆ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಉತ್ತರವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದೆ. ಬೆಳಕಿನಿಂದ ದೊರೆತ ಸಹಾಯ ನನಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದೆ.

–ಅಮೋಘ್, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ,
ಶ್ರೀ ಸಾಯಿ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳು

ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು, ಮೂರನೇ ಭಾನುವಾರದಂದು ಬೆಂಗಳೂರಿನ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ನಮ್ಮ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ತಾವುಗಳೆಲ್ಲರೂ ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸ ಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

ವೆಬ್ ಕಾಸ್ಟ್ ಲಿಂಕ್: www.lightagemasters.com/lc_live

ಸಮಯ : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ರಿಂದ 11.30 ರವರೆಗೆ.

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 ಮಾಲೀಕರು; ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು – 560077, ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ