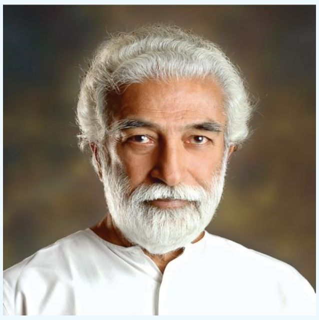


ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

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 ಹೊಂದಿ-ರುತ್ತವೆ. ಅವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಉತ್ತಮ ಮಾನವ ಜೀವಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ, ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚವಾಗುತ್ತದೆ.

ತಂತ್ರ

ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಬಂದು ತುಂಬಿ ಕೊಂಡಂತೆ 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 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. ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ-ವಾದದ್ದು.
- ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಲ್ಲ.
- ಇಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯತ್ವವಿಲ್ಲ.
- ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು.
- ಇದು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕಾರಿ.
- ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 9, ಸಂಚಿಕೆ 5 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್-ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2021

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

(ಗುರೂಜಿಯವರು ನವೆಂಬರ್ 10, 2002 ರಂದು ಮಾಡಿದ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಇತರರಲ್ಲಿ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಕಾಣುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಮಾತನಾಡಿದ್ದೇವೆ. "ನಾವು ಇತರರಲ್ಲಿ ದೈವತ್ವವನ್ನು ಕಾಣಬೇಕು," ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. "ಇದು ಕಷ್ಟ, ನಾನು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಲಿ?" ಎಂದು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಜನರು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. "ಇದು ಬಹಳ ಸುಲಭ," ಎಂದು ನಾನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಬಹುಶಃ ನಾವು ಇದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಇದನ್ನು ಮಾಡಲು ಸರಿಯಾದ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯೂ ಒಂದು ಆತ್ಮ ಎನ್ನುವ ಮಹಾನ್ ಸತ್ಯವನ್ನು ನಾವು ಮೊದಲು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಾನು ಒಂದು ಆತ್ಮ, ನಾನು ದೈವಿಕ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ ಕೂಡ ಒಂದು ಆತ್ಮ. ಇತರರೂ ಕೂಡ ದೈವಿಕ. ಮತ್ತು, ತಂತ್ರದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಲಹೆ ನೀಡಬಲ್ಲೆ: ಇತರರನ್ನು ದೇಹಗಳನ್ನಾಗಿ ನೋಡದೆ, ಬೆಳಕಾಗಿ ನೋಡಬಹುದು. ಇತರರನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಾಗಿ ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದಾಗ, ಬಹುತೇಕ ಸಲ ನಾವು ಅವರ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾಗವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿ ಕುಂದು-ಕೊರತೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ, ನಾವು ಈ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಅವರಲ್ಲಿ ಕಾಣಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಪೂರ್ವಕಲ್ಪಿತ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ದೈವಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನಾಗಿ ನೋಡದೆ ಕೇವಲ ಮನುಷ್ಯರನ್ನಾಗಿ ನೋಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸುವುದು, ನಮ್ಮನ್ನು ಉನ್ನತಸ್ಥಿತಿಗೇರಿಸುವಂತಹ ಒಂದು ಅನುಭವ. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ, ತನ್ನ ಗ್ರಹಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸುಧಾರಣೆ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬ ಹೇಳಿದಾಗ, ಅದು ನಮಗೆ ಅತೀವ ಆನಂದವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ತನಗೆ ಇದ್ದ ಸತತವಾದ ತಲೆನೋವು ಮಾಯವಾಯಿತು ಎಂದು ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಹೇಳಿದಾಗ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಕಲಕುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಕೇವಲ ನಿಮಿತ್ತ ಮಾತ್ರ ಎಂದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಬೆಳಕಿನ ಇರುವಿಕೆಯ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ, ಒಂದು ಸಣ್ಣ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಭಾಗಿಯಾಗಿರುವುದು ನಮಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ತೃಪ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಇಡೀ ಜಗತ್ತು ಈ ಹಿತಚಿಂತಕನ ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಾವು ಶೀಘ್ರದಲ್ಲೇ ನವ ಯುಗವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ ಎಂಬ ಭರವಸೆ ನಮಗಿದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಹಲವಾರು ಅಡಚಣೆಗಳ ನಡುವೆಯೂ, ಹಲವಾರು ಶಾಲೆಗಳು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಮುಂದೆ ಬಂದಿರುವುದು ಉತ್ತೇಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಒಂದು ಶಾಲೆಯ ಸಂಚಾಲಕಿಯು ತಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಬಳಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. ಇಂದಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನದ ತರಗತಿಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಆಕೆ ನಮಗೆ ಹೇಳಿದರು. ಪಿಡುಗಿನ ನಂತರ ಹಿಂದಿರುಗುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲ. ಅವರು ಮಾನಸಿಕ ಅಸ್ವಸ್ಥತೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಧ್ಯಾನವು ಅವರಿಗೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಭಾರವನ್ನು ಇಳಿಸಿ ಸಹಜಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ತಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬದುಕಿನ ಬಿಡುವಿಲ್ಲದ ಕೆಲಸಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಸ್ವಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೂ ನಾನು ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ. ಅವರ ಬದ್ಧತೆಯು ಈ ಅದ್ಭುತವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಲು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಿಸುವಂತೆ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ, ಅದರಿಂದಾಗಿ ನಾವು ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬೇಗ ಭೇಟಿ ಮಾಡಬಹುದು.

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

- ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಒಂದು ಸಾಧಾರಣವಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ. ಅದು ಜೀವನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ, ವಿಧಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿದೆ.

- ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ನ ಉದ್ದೇಶ ಗುಣಪಡಿಸುವುದು; ದೌರ್ಜನ್ಯ ಮತ್ತು ದ್ವೇಶದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಗಾಯಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದು, ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದು, ದೇಶವನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದು, ಜಗತ್ತನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುವುದು. ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ನವ ಯುಗಕ್ಕೆ ನವ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತರುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಪುನರುತ್ಥಾನಕ್ಕಾಗಿ, ಪರಿವರ್ತನೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ದುರಂತಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ಗ್ರಹವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

- ಬೆಳಕು ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ, ಬೆಳಕು ಜಾಗೃತಿಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಜಾಗೃತಿಗೊಂಡಾಗ, ಸರಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ, ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದುದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.

- ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ, ದೈವತ್ವವನ್ನು ನಾವು ಮುಗ್ಧತೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ಯೌವನದಲ್ಲಿ, ಅದು ಸಾಹಸದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ, ಅದು ಶಕ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದಲ್ಲಿ, ಅದು ವಿವೇಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲೂ, ಸದಾಕಾಲವೂ, ನಾವು ದೈವತ್ವವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುವುದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

- ನಮ್ಮ ದೋಷಗಳನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ, ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ನಾವು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಪುನಃ ಸುವ್ಯವಸ್ಥಿತಗೊಳಿಸಬಹುದು, ನಮ್ಮ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಪುನಃ ಕ್ರಮಬದ್ಧಗೊಳಿಸಬಹುದು. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾವು ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿ ಸುಮ್ಮನೇ ದೊರಕುವುದಿಲ್ಲ, ಅನೇಕ ಸಂಘರ್ಷಗಳ, ಸೋಲುಗಳ ನಂತರ ಅದು ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.

- ಆಡುವ ಮಾತುಗಳು ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿಯೊಂದಿಗೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಾದಾಗ ಮಾತ್ರ, ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.

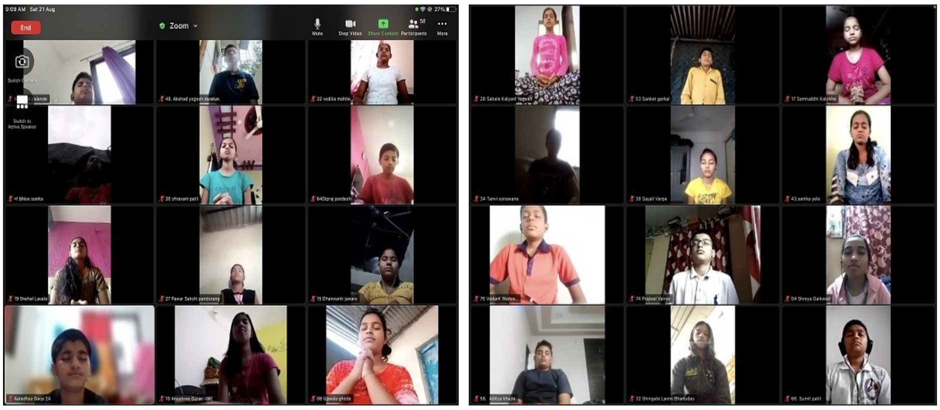
- ನಾವು ಇನ್ನೊಂದು ಆತ್ಮವನ್ನು ಗೌರವಿಸಿದಾಗ, ದೇವರನ್ನೇ ಗೌರವಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅವಮಾನಿಸಿದರೆ, ಅದು ದೇವರನ್ನೇ ಅವಮಾನಿಸಿದ ಹಾಗಾಗುತ್ತದೆ.

- ಗೌರವಿಸುವುದು ಕೇವಲ ಶರೀರದ ಚಲನೆಯಿಂದ ತೋರ್ಪಡಿಸುವಂಥದ್ದಲ್ಲ. ನಾವು ಇತರರನ್ನು ಗೌರವಿಸಿದಾಗ, ಅವರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಗೌರವಿಸಬೇಕು. ಇನ್ನೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬದುಕುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನೂ ಗೌರವಿಸಬೇಕು.

- ಕೋಪಗೊಳ್ಳುವುದು ಮಾನವನ ಸಹಜ ಗುಣ, ಆದರೆ ಅದು ಬಹುಕಾಲ ಉಳಿಯಬಾರದು, ಅದೇ ಪ್ರಮುಖವಾದ ವಿಷಯ. ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ, ಒಂದು ಅಲೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅದು ನಾಶವಾಗಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯು ಬಹುಕಾಲ ಉಳಿಯದಂತೆ ನಾವು ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕು.

– ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ದಿ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಆಫ್ ಪೀಪಲ್ ವಿತ್ ಡಿಸೆಬಿಲಿಟಿ (APD)ಯ ಕೈಗಾರಿಕಾ ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಗಸ್ಟ್ 18, 2021ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು



ಪುಣೆಯ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಮುಖೈನಲ್ಲಿರುವ ಆರ್ ಜಿ ಪಲಾಂಡೆ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಆಶ್ರಮ ಶಾಲೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಗಸ್ಟ್ 21, 2021ರಂದು ನಡೆದ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕಾವೇರಿಪುರದಲ್ಲಿರುವ ಸಂತ ಮೀರ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಫೆಬ್ರುವರಿ 1, 2021ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.

ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿ

ಅಪೂರ್ವ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತಾ

ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿಯು ನನ್ನನ್ನು ಅಚ್ಚರಿಗೊಳಿಸುವುದನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ನಿಲ್ಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇನ್ನೂ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿ, ನನ್ನನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ವಿನಮ್ರಳಾಗಿ ಉಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ನೀಡಿರುವ ಬೆಳಕಿನ ತಂತ್ರವು ನಮ್ಮ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಬೆಳಗಿಸುತ್ತದೆ, ಅನೇಕ ಅಡಚಣೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಮೃದ್ಧಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ಯಾರ ಕೃತ್ಯಗಳಿಂದ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಘಾಸಿಯಾಗಿದೆಯೋ ಮತ್ತು ನನ್ನಿಂದ ತಪ್ಪಾಗಿದೆಯೆಂದು ಯಾರು ಭಾವಿಸಿದ್ದಾರೋ ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅತ್ಯಂತ ಕಳವಳದಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಋತುಗಳು ಬಂದು ಹೋಗಿವೆ, ಆದರೆ ನಿರಾಶೆ, ಕೋಪ ಮತ್ತು ನೋವಿನ ಹೊರೆಯು ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಭಾರವಾಗಿ ನಿಂತಿದೆ. ಇದನ್ನು ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ನನಗೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟವಾಗಿತ್ತು. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಕ್ಷಮೆ ಕೇಳುವುದು ಬಹಳ ತ್ರಾಸದಾಯಕ. ಅಹಂಕಾರವು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕಾರಣ ಕೊಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಘಾಸಿಗೊಳಿಸಿದ ಜನರಿಗೆ, ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವುದಿರಲಿ ಅವರ ಗೊಡವೆಯೇ ಬೇಡವೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಕ್ಷಮಿಸುತ್ತಾ ಮತ್ತು ಕ್ಷಮೆಯನ್ನು ಯಾಚಿಸುತ್ತಾ, ನಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಜನರಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿದೆ. ಕೆಲವು ದಿನಗಳಲ್ಲಿಯೇ ನಾನು ಬಹಳಷ್ಟು ಹಗುರವಾದಂತೆ ಅನಿಸುತಿತ್ತು. ವರ್ಷಗಳ ನೋವು ಕರಗಿದಂತೆ ಕಂಡಿತು. ಹೋಗಗೊಡಲು ಆಸ್ಪದ ನೀಡಿದಾಗ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಹೊರದೂಡಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಾವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಗುಣ ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾನು ಅರಿತುಕೊಂಡೆ.

ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಬಹಳ ಸಮಾಧಾನ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಒಬ್ಬರು ನಮ್ಮ ವಾರ್ತಾಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದರು. ಮುಂದುವರೆದು, ಆಕೆಗೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಎಲ್ಲಾ ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಮಾಯವಾಯಿತೆಂದು ಹೇಳಿದರು. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಓದಿದ ಬಳಿಕ, ಬೆಳಕಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವುದು ಅಸಾಧ್ಯವೆನಿಸಿತು. ಅದು ನಮಗೆ ಅಸಂಖ್ಯಾತ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಗಳು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತವೆ. ಇನ್ನೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಜೀವನವನ್ನು ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿಕೋನವು ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಅವಲೋಕಿಸುವ ರೀತಿಯು ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಆದರೆ ಖಂಡಿತವಾಗಿ, ನಾವು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊರಗೆ ಹುಡುಕುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಅಂತರ್ಮುಖಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಆತ್ಮ ನಿಂದನೆಯ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ನಮ್ಮ ಮೇಲಿನ ಕೋಪ, ಬೇಗ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲಿನ ವ್ಯಾಜ್ಯಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಡುವುದೂ ಇಲ್ಲ ಅಥವಾ ನಾವು ಆ ವ್ಯಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವುದೂ ಇಲ್ಲ. ನಾವು ಶಾಂತಿಯಿಂದಿರುತ್ತೇವೆ.

ನನ್ನ ವಾಹನವನ್ನು ಬಹಳ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಚಲಾಯಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಲವಾರು ವಾರಗಳ ಕಾಲ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿರದ ಕಾರಣ ವಾಹನವು ಚಾಲನೆಗೊಳ್ಳುವು ದಿಲ್ಲವೇನೋ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೆ. ಕೊನೆಗೂ ಅದನ್ನು ನೋಡಿದ ದಿನ, ಅದರೆಡೆಗೆ ನಡೆದು ಹೋಗುತ್ತಿರುವಾಗ, ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಬಹಳಷ್ಟು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಅದಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಿದೆ. ಜಂಪ್ ಸ್ಟಾರ್ಟ್‌ನ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲದೆಯೇ ವಾಹನವು ಚಾಲನೆಗೊಂಡಿದ್ದು ನನಗೆ ಬಹಳ ಅಚ್ಚರಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿತು. ಬಹಳ ಆನಂದವಾಯಿತು. ವಾಹನವೂ ಕೂಡ ಪ್ರೀತಿ, ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಭಾವವನ್ನು ನನಗೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಿರುವುದರ ಅನುಭವವಾಯಿತು. "ನಿರ್ಜೀವ ವಸ್ತುಗಳಿಗೂ ಕೂಡ ಭಾವನೆಗಳ ಅರಿವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಸಬಹುದು," ಎಂದು ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳಾದ, ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ನನ್ನ ವಾಹನದಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದ ಆ ಪ್ರೀತಿಯು ಹೃದಯಸ್ಪರ್ಶಿಯಾಗಿತ್ತು.

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.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

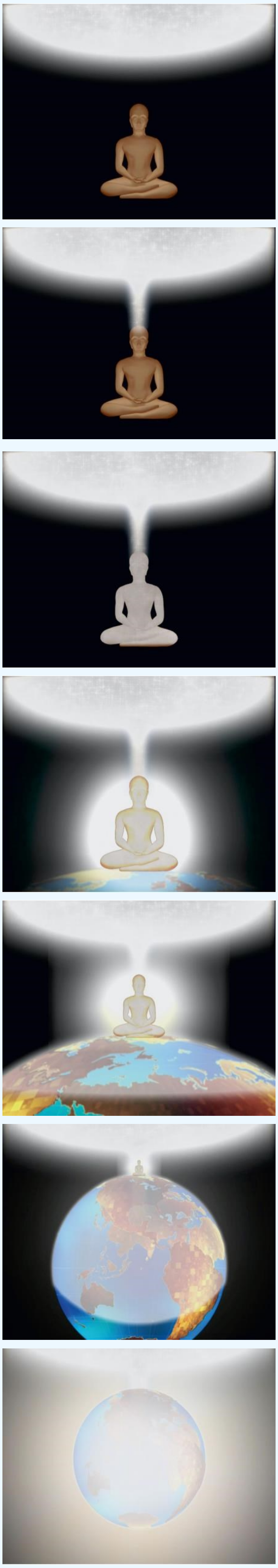
ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 5835

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ : 29.87ಲಕ್ಷ

ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannells.com ನಿಂದ ಪಡೆಯ ಬಹುದು.

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.

ಅನೇಕ ಮಕ್ಕಳ, ಶಿಕ್ಷಕರ ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು 'Experiences of Light Channels' ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕ ಹೊರತಂದ ಮೇಲೆ ಮತ್ತೆ ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಅನುಭವಗಳನ್ನು 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

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿದ ನಿಮಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು. ಇದರಿಂದಾಗಿ, ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗೆಗಿನ ನನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಕೋನ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದು ನನ್ನನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಚೈತನ್ಯಶಾಲಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದೆ. ನನ್ನ ಸುತ್ತಲು ಇರುವುದೆಲ್ಲವೂ ನನಗೆ ಆಹ್ಲಾದಕರವಾದ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ.

– ಲೀನಾ ವಿಜಯ್ ಶಿಂದೆ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ನಾನು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಾಗಿನಿಂದ ತುಂಬಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆ ಇರುವುದರ ಅನುಭವವಾಗಿದೆ. ನನ್ನ ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ನನಗೆ ಹಣದ ಬೆಂಬಲ ದೊರೆತಿದೆ. ನಾನು ಅದನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿರಲಿಲ್ಲ.

– ಸುಮನ್ ವಿಜಯ್ ಪರಬ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ನಾನು ಪ್ರತಿದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಚೈತನ್ಯ ಸ್ವರೂಪಿಯಾದ ಬೆಳಕನ್ನು ಆವಾಹನೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಲವಲವಿಕೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದು ಹರಡುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ, ಕೊಡುಗೆ ನೀಡಿದ ತೃಪ್ತಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಒಬ್ಬ ಕಲಾವಿದ, ವರ್ಣಚಿತ್ರಕಾರ. ನನ್ನ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಅದು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ.

– ಅಸ್ಮಿತ ದಾಭೋಲ್ಕರ್, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ನಾನು ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಆಲೋಚನೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯವಿಷಯಗಳ ಕಡೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿದೆ.

– ಪ್ರಥಮೇಶ್ ಕುಲಕರ್ಣಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, ಗರ್ವಾರೆ ಕಾಲೇಜ್, ಪುಣೆ

ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, 29 ಶಿಕ್ಷಕರು ಹಾಗೂ 800 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಸದಸ್ಯರು, ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಆನಂದದಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಜನರಿಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡಲು, ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದೆವು. ಅದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿತು. 10ನೇ ತರಗತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶಕ್ಕಾಗಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿದೆವು. ದೇವರಿಗೆ ಮತ್ತು ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿದವರಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

– ಯು. ಮುನಿರಾಮಯ್ಯ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು, ಚೆನ್ನೈ ಹೈಸ್ಕೂಲ್, ಎಂಎಂಡಿಎ II, ಚೆನ್ನೈ

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಮೌನವನ್ನು ತರುವುದಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಮೌನದ ಶಕ್ತಿಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನಾನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಉಪನ್ಯಾಸಗಳು, ಸಲಹೆಗಳು, ಭಾಷಣಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರವಚನಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಅದು ಬಹಳ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದ್ದು. ಅದು ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿದೆ. ವಿವರಿಸಲಾಗದಂತಹ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ವರ್ಣನಾತೀತವಾದ ಆನಂದದ ಅನುಭವ ನನಗಾಗಿದೆ.

– ವೇದಲಕ್ಷ್ಮಿ ಎಸ್, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಚೆನ್ನೈ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ನನ್ನ ಜೀವನ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದಲಾಗಿದೆ. ನನ್ನಲ್ಲಿ ಜಾಸ್ತಿ ಅಹಂಕಾರವಿತ್ತು ಮತ್ತು ಬಹಳ ಮುಂಗೋಪಿಯಾಗಿದ್ದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ಕಿರಿಕಿರಿ ಉಂಟಾದಾಗ ಅಥವಾ ಕೋಪ ಬಂದಾಗ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡಿ ಸಮಾಧಾನ ಪಡೆಯುತ್ತೇನೆ. ನಾನು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ನನಗೆ ಬಹುಬೇಗ ನೋವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈಗ ದೃಢವಾಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಭಯ ಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಅದೃಷ್ಟ, ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಲು ನನಗೆ ಅವಕಾಶ ದೊರಕಿತು.

– ಕಾಜಲ್ ಭಂಡಾರಿ, 10ನೇ ತರಗತಿ, ಮೂಥ ಗರ್ಲ್ಸ್ ಸೀನಿಯರ್ ಸೆಕಂಡರಿ ಸ್ಕೂಲ್, ಚೆನ್ನೈ

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