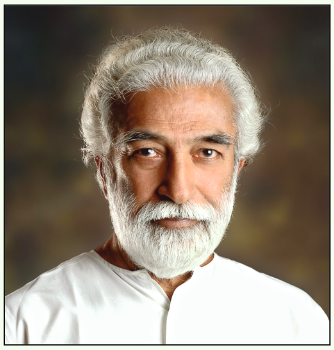
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 13, ಸಂಚಿಕೆ 1 | ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ | ಜನವರಿ–ಫೆಬ್ರವರಿ 2025



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 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 ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಋಷಿಮಾರ್ಗದ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು 18-05-2008 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ 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 – ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2, 2012)

ಅನು: ಮಾಧವಿ ಚಲಪತಿ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ನಿಮಗೆ ಬಲವಾದ ಉದ್ದೇಶವಿದ್ದರೆ, ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಯಾವುದೇ ಹೊರಗಿನ ಸಹಾಯದ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏರಿಳಿತಗಳು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಮತ್ತು ಸಹಜ.

ನೀವು ನಿರುತ್ಸಾಹದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ನಿಮ್ಮ ಅರಿವನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಆಕಾಶವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಮತ್ತು ಆಕಾಶವಾಗಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಬಹುದು, ಆದರೆ ಇದು ಸಾಧ್ಯ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿಲ್ಲ. ಆಕಾಶಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ಕೊಡಲು ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ. ಇದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಜೀವಮಾನ ಪೂರ್ತಿ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ.

ನೀವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಅಂತರ್ಮುಖಿಗಳಾಗಿ. ನೀವು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸಿದ್ದೀರಾ ಎಂದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ. ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸಿದ್ದರೆ, ಸಂತೋಷಪಡಿ, ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ನೀವು ವಿಸ್ತರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಏನಾದರೂ ಅಡ್ಡಿಯಿದ್ದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೇನು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ನೀವು ಅದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಒಳ್ಳೆಯ ಪುಸ್ತಕ, ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾದಂಬರಿಯಾದರೂ ಸರಿ, ಓದಿ. ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸಿ; ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ದೇವರ ಬಳಿಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಬಹುದು. ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯ ಕಳೆಯಿರಿ. ಒಂದು ಮರದ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತು ಮರದೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ.

ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಹಲವು ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ ಆದರೆ ನಾವು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ತಂತಾನೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡದ ಹೊರತು ನಾವು ಎಂದಿಗೂ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಾವು ಜನವರಿ 31, 2025 ರಂದು 15ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಇದು ನಮಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ತರಲು, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಹರಡಲು ಮತ್ತೊಂದು ಅವಕಾಶವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ಈ ಮಹಾನ್ ಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ.

ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಕನಿಷ್ಟ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನೆಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಲ್ಲಿ ದಯವಿಟ್ಟು ಭಾಗವಹಿಸಿ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಮಾಧವಿ ಚಲಪತಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಿದ ಮೌನವು ಮೋಡಿಮಾಡಿತು! ಎಂದು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಶಾಲೆಯ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರೊಬ್ಬರು ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅವಲೋಕನ. ಹಲವಾರು ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಇದೇ ರೀತಿಯ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಮೌನ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಅನುಭವಿಸಿರಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅವರು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಸೆಷನ್‌ನಲ್ಲಿ ಅನುಭವಿಸುವ ಮೌನ ಮತ್ತು ನಿಶ್ಚಲತೆಯು ಬೆಳಕಿನ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿದೆ, ಅದನ್ನು ನೋಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ.

ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಸುಲಭವಾಗಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ. ಹೇಗೆ ಹರಡಬೇಕು ಎಂದು ಬೆಳಕಿಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. ಈ ಅದ್ಭುತ ಆತ್ಮಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಅಹಿಂಸೆಯ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಇದು ಹರಡುತ್ತಿದೆ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)

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

ಫೋನ್: 99000 75280 (10am to 5pm), ಇ–ಮೇಲ್: info@lightagemasters.com

website: www.lightagemasters.com, www.lightchannels.com

ಬೆಳಕಿನ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ವಿವೇಕವಾಣಿ

ಅನು: ಮಾಧವಿ ಚಲಪತಿ

- ಬೆಳಕನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು, ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು, ವಿಸ್ತರಣೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅನಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವುದು ಮುಂತಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವಗಳು ನಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತರುತ್ತವೆ. ಅಲೌಕಿಕ ದರ್ಶನಗಳು (visions) ಮತ್ತು ಇತರ ಅತೀಂದ್ರಿಯ ಅನುಭವಗಳು ಸಹ ನಮಗೆ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತರುತ್ತವೆ.
- ಕೇವಲ ದೇವರ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ. ಆ ಪ್ರೀತಿಯ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಆನಂದಿಸಿ. ಏನನ್ನೂ ಕೇಳಬೇಡಿ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಮಗೆ ಬೇಕಾದುದನ್ನು, ನಿಮಗೆ ಅರ್ಹವಾದದ್ದನ್ನು ನೀವು ಪಡೆಯುತ್ತೀರಿ.
- ಹೊಸ ಯುಗದ ಚೈತನ್ಯಗಳು ಬಿಡುಗಡೆಯಾದಾಗಲೆಲ್ಲ, ಸಸ್ಯಗಳು, ಪ್ರಾಣಿಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯು ಅವುಗಳನ್ನು ವಿರೋಧಿಸದೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯರು ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
- ದೇವರು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಶಿಕ್ಷಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವನು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ನ್ಯಾಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ರಚಿಸಿದ್ದಾನೆ, ಅದು ನಮ್ಮನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ. ತಪ್ಪಿನ ಕಾರ್ಯವು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತದೆ ಆದರೆ ಒಬ್ಬನು ಅತ್ಯಂತ ಗಂಭೀರವಾದ ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ಅವನು ಶಿಕ್ಷೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ.
- ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಭಾವನೆಗಳು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಶಿಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಅಥವಾ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ.
- ದೇವರು ಈ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಮತ್ತು ದೈವಿಕ ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ್ದಾನೆ, ನಾವು ಅವುಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲಂಘಿಸಿದರೆ, ಕರ್ಮಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ.
- ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ದೇವರಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದ ಅವಕಾಶಗಳಿವೆ. ಎಲ್ಲಾ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ, ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ, ನಾವು ದೇವರಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ.
- ಸಮಯ ಕಳೆದಂತೆ, ಜನರು ಎಲ್ಲೆಡೆಯಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲವುದಕ್ಕೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಬಳಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಾವು ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಬದುಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇವೆ; ನಾವೇ ಬೆಳಕಾಗುತ್ತೇವೆ.
- ಕೋಪ ಮತ್ತು ಅಸೂಯೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ. ಬೆಳಕನ್ನು ಹೊಂದಿರಿ. ಆಗ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಧ್ಯಾನವು ನಮ್ಮನ್ನು ನಿಶ್ಚಲತೆಯ ಸಾಗರಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ನಾವು ಈ ನಿಶ್ಚಲತೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ, ನಮ್ಮ ಅರಿವು ವಿಸ್ತರಿಸಬಲ್ಲದು. ನಾವು ವಿಸ್ತರಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ವಿಶಾಲತೆಯನ್ನು, ಸಮಾಧಿಯ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು, ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಸಾಗರವನ್ನು, ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವನ್ನು ಮತ್ತು ದೇವರನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು.
- ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಪ್ರೀತಿಯ ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗಿ ಧ್ಯಾನಗಳು ನೀರಸವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ನೀವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು. ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದರೆ, ಕೆಲವು ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು ಆದರೆ ಅದು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತೃಪ್ತಿಕರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ.

–ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಡಿಸೆಂಬರ್ 7, 2024ರಂದು ರಾಮನಗರದ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಜಯನಗರದ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ನವೆಂಬರ್ 9, 2024ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮತ್ತಿಕೆರೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಡಿಸೆಂಬರ್ 7, 2024ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಉತ್ತಮ ಜಗತ್ತಿಗಾಗಿ ಕನಸುಗಳು

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರಾ; ಅನು: ಕಾಂಚನಲತ

ಹ್ಯಾರಿಯೆಟ್ ಟಬ್‌ಮನ್ ಸುಂದರವಾಗಿ ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ: ''ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದೊಡ್ಡ ಕನಸು ಕನಸುಗಾರನೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿಡಿ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು, ಜಗತ್ತನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ನಿಮ್ಮೊಳಗೆ ಶಕ್ತಿ, ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ತೀವ್ರಾಸಕ್ತಿಯಿದೆ.''

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರು ಒಮ್ಮೆ ನಮಗೆ ಹೇಳಿದರು, 'ದೇವರು ಕನಸುಗಾರನಾಗಿರಲೇಬೇಕು!' ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವನು ಭೂಮಿ, ನಕ್ಷತ್ರಗಳು, ತಾರಾಪುಂಜಗಳು, ಸಾಗರಗಳು, ನದಿಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳು, ಹೂವುಗಳು ಮತ್ತು ಆಕಾಶವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದನು. ಸೃಷ್ಟಿಯೂ ಅವನ ಕನಸು. ನಾವು ಅವನ ಭಾಗವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನಾವುಗಳೂ ಕನಸುಗಾರರು. ನಾವು ದೊಡ್ಡ ಮತ್ತು ಸುಂದರ ಕನಸು ಕಾಣುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಕನಸು ಕಾಣುವುದು ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ. ನಮಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಕನಸು ಕಾಣಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ನಾವು ನಂಬದಿರುವ ಕಾರಣ ನಮ್ಮ ಅನೇಕ ಕನಸುಗಳು ಕನಸಾಗಿಯೇ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಕನಸನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು (visualize) ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸುವ ಧೈರ್ಯ ತೋರಬೇಕು ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಎಂದಿಗೂ ಬಿಡಬಾರದು.

ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದ, ಮಹರ್ಷಿ ಅಮರ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರಂತಹ ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ದೊಡ್ಡ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಅವರ ಕನಸುಗಳು ಇಡೀ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕಾಗಿ ಇದ್ದವು. ಅವರು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ಕನಸು ಕಂಡರು. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸುವುದು ಸುಲಭ, ಆದರೆ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ, ಏಕೆಂದರೆ ಇಡೀ ಮಾನವಕುಲವನ್ನೇ ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಅವರ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸಲು ಅವರ ಸಂಕಲ್ಪವೇ ಸಾಕು, ಆದರೆ ಇಡೀ ಮಾನವಕುಲವು ಅವರ ಕನಸುಗಳೊಂದಿಗೆ ಶ್ರುತಿಗೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಅವರು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಬೆಳಕಿನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರೊಂದಿಗೆ ಅವಿಶ್ರಾಂತವಾಗಿ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಹಲವಾರು ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ತಾಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅವರ ಪರಿಶ್ರಮ ಮತ್ತು ತ್ಯಾಗ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿದ್ದು, ತಮ್ಮ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕನಸಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಅವರು ನವಯುಗಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮ್ಮ ಗುರೂಜಿಯವರ ನಿಧನದ ನಂತರವೂ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಂಬುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕು ನಮ್ಮ ಭರವಸೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯ ಎಂದು ನಂಬುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಕಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕನಸನ್ನು ನನಸಾಗಿಸಲು, ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತೇವೆ. ಈ ವರ್ಷ ನಾವು 31 ಜನವರಿ 2025ರಂದು 15ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಪ್ರತಿ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳ ದಿನವು ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚದ ಕನಸಿನತ್ತ ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳ ದಿನವು ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರಿಗೆ ನಗು ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ತರಲಿ ಎಂದು ನಾವು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಹಾರೈಸುತ್ತೇವೆ.

ಮಹಾನ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳ ಕನಸಿನೊಂದಿಗೆ ನಾವು ಸೇರಿದಾಗ, ನಮ್ಮ ಕನಸುಗಳು ಅವರ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ವಿಕಸನಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ವಿಶ್ವವು ನಮ್ಮ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಉನ್ನತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಜೀವನವು ಸಮೃದ್ಧಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಕನಸಿನಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನದಂದು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿ ಎಂದು ನಾವು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ವಿನಂತಿಸುತ್ತೇವೆ. ■

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಆನ್‌ಲೈನ್ ತರಗತಿಗಳ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 3 ರಿಂದ 7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿಸು–ವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್‌ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

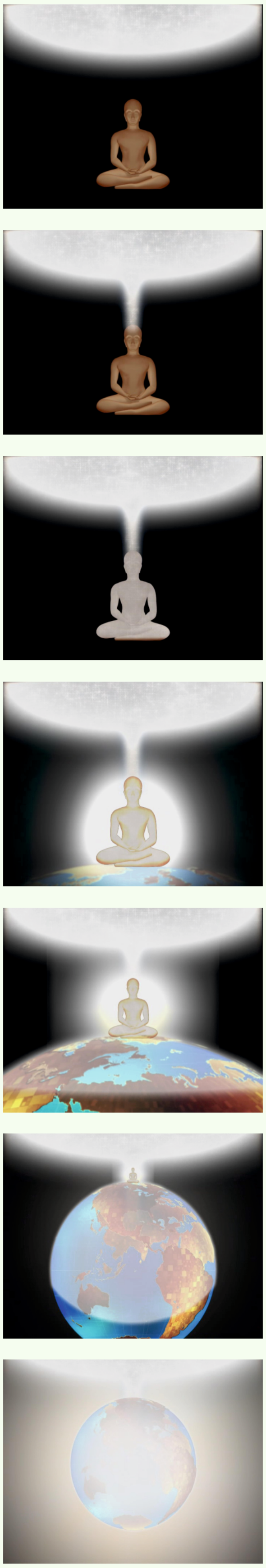
ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	6175
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	30.98 ಲಕ್ಷ
ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳು	:	508
ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳು	:	2.21 ಲಕ್ಷ

ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಉಚಿತವಾದ PDF ರೂಪದ ಈ ವಾರ್ತಾಪತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightchannels.com ನಿಂದ ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ (download) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

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



ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ

31ನೇ ಜನವರಿ 2025

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಿಂದ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಮನವಿ:

ಮಾನ್ಯರೇ,

ಜನವರಿ 31, 2025 ರಂದು 15ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ದಿನ ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಅನುಕೂಲವಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ಸಂಚಲನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

1. ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ಪರಿಚಯಿಸಿ:

ಇಂದು, ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ರವರು 15ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ದಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಭೂಮಾತೆಯ ಮೇಲೆ ಹರಡುವ ದಿನ. ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲಿ ಎಂಬ ಒಂದು ಬಲವಾದ ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 5 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ನಿಮ್ಮ ಜೊತೆ ಈ ದಿನ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

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

- ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ, ವಿಶ್ರಮಿಸಿ.
- 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.
- ಬೆಳಕಿಗೆ ವಂದಿಸಿ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯಿರಿ.

******

ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ತಪೋನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಲ್ಲಿ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ನಡೆಯುವ ನೇರ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ (webcast) ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ. ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ನೇರ ಪ್ರಸಾರದ ಲಿಂಕ್: www.lightagemasters.com

ಸಮಯ: ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8 ಘಂಟೆಗೆ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ಘಂಟೆಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ 9 ಘಂಟೆಗೆ.
ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 11 ಘಂಟೆಗೆ
ಮರಾಠಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ 7 ಘಂಟೆಗೆ
ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಜೆ 8 ಘಂಟೆಗೆ

ವಂದನೆಗಳು.

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