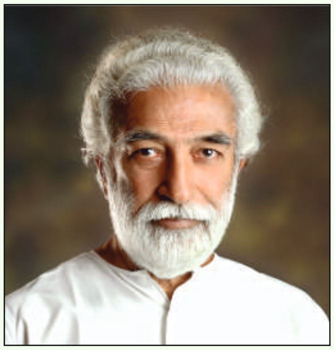
ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂಪುಟ 14, ಸಂಚಿಕೆ 1 ದ್ವೈಮಾಸಿಕ ವಾರ್ತಾಪತ್ರ ಜನವರಿ – ಫೆಬ್ರುವರಿ 2026



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 ಹೊಂದಿ–ರುತ್ತವೆ. 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

(ರಿಫ್ಲೆಕ್‌ಷನ್ (Reflection, Vol. 3) ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಜಾಗತಿಕ ಪ್ರಯತ್ನದ ಸಮಯ ಬಂದಿದೆ. ನಾಯಕರು ಇದನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಉತ್ಕಟವಾದ ಇಚ್ಛೆ ಮತ್ತು ದೂರದೃಷ್ಟಿ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಾವು, ಸಾಮಾನ್ಯ ಜನರು, ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಪ್ರಯತ್ನವು ಎಂದಿಗೂ ಕಟ್ಟಿರದ ಅತಿದೊಡ್ಡ ಸಂಚಲನ. ಇದು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಲಯಗಳಿಂದ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೆಳಕ್ಕೆ ತಂದು ಸುತ್ತಲೂ ಹರಡುವುದು ಅಷ್ಟೆ. ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೊಂದಿದೆ. ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯ. ಈ ಮಹಾನ್ ಸಂಚಲನದಲ್ಲಿ ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಇದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ, ಆದರೆ ಇದೊಂದು ಗಡಿಗಳಿಲ್ಲದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಚಲನ. ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮೋಪದೇಶಗಳಿಲ್ಲ, ಪ್ರವಚನಗಳಿಲ್ಲ, ಜಾಹೀರಾತುಗಳಿಲ್ಲ, ನಿಧಿಸಂಗ್ರಹಗಳಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಲ್ಲ. ಇದು ಕೇವಲ ಬೆಳಕಿನ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಅಲೆಯಾಗಿದೆ.

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಅನೇಕ ಸುಂದರ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿದ್ದಾರೆ. ಯಾವುದೇ ಮನವೊಲಿಸುವಿಕೆ ಅಥವಾ ವಿವರಣೆಯಿಲ್ಲದೆ ಅವರು ಈ ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಿರುವ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯು ಇತರರಲ್ಲೂ, ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಇದೆ. ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳಕನ್ನು ತರೋಣ ಮತ್ತು ಹರಡೋಣ. ನಾವು ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬದುಕೋಣ.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಮೂಲಕ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಮತ್ತು ಸದ್ದಿಲ್ಲದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಬಲಪಡಿಸಲು, ನಾವು 2026 ರ ಜನವರಿ 30 ರಂದು ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಕೇವಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಯಾರು ಬೇಕಾದರೂ ಈ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಆ ದಿನ ಲಕ್ಷಾಂತರ ಜನರು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾವು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತೇವೆ.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವ ಶಾಂತಿಯತ್ತ ಪ್ರಗತಿ ಸಾಧಿಸಲು ಇದು ನಮಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಅವಕಾಶವಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಯಾವುದೇ ಪೂರ್ವಾಪೇಕ್ಷೆಗಳು ಅಥವಾ ಷರತ್ತುಗಳು ಇಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಅಪೇಕ್ಷೆಯಿದ್ದರೆ ಸಾಕು.

ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದಂದು ನಮ್ಮ ಯಾವುದೇ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು www.lightagemasters.com ನಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ನೇರ ಪ್ರಸಾರದಲ್ಲಿ ದಯವಿಟ್ಟು ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸೇರಬೇಕೆಂದು ಕೋರುತ್ತೇವೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ತುಂಬಾ ನೋವು ಇದೆ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಸಹಾನುಭೂತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಗುರೂಜಿ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿದ್ದರು. ಜಗತ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಹಲವಾರು ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ನಮಗೆ ಇತಿಮಿತಿಗಳಿವೆ, ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ, ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಹರಡುವ ಮೂಲಕ ನಾವು ಬಹಳಷ್ಟು ಮಾಡಬಹುದು. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಪರಿಣಾಮಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ತಕ್ಷಣವೇ ಆಗದಿರಬಹುದು, ಆದರೆ ಪರಿಣಾಮ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಈ ಉದ್ದೇಶದೊಂದಿಗೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಪರಿಣಾಮವು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ – ಯುದ್ಧಗಳನ್ನು ಮುಂದೂಡಬಹುದು ಅಥವಾ ತಡೆಯಲೂಬಹುದು.

ಉತ್ತಮ ಜಗತ್ತಿನ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ, ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಜನವರಿ 30 ರಂದು 16 ನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನೆಲ್ಸ್ ದಿನದ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಆ ದಿನದ ಯಾವುದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಟ 3–7 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು ನಾವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತೇವೆ.

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: ಶ್ರೀದೇವಿ

- ಬೆಳಕು ಒಂದು ದಿವ್ಯ ಚೈತನ್ಯ. ಅದಕ್ಕೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವಿದೆ.
- ದಿವ್ಯ ಬೆಳಕು, ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದು ಎಲ್ಲಾ ಸೃಷ್ಟಿಯೂ ಈ ಮೂಲದಿಂದಲೇ ಹೊರಹೊಮ್ಮಿದೆ.
- ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಕರುಣೆ ದಿವ್ಯ ಬೆಳಕಿನ ಭಾಗಗಳು.
- ಬೆಳಕು ಶಾಂತಿ, ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ಮೊದಲು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ನಂತರ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ.
- ಬೆಳಕು ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಜೊತೆಗೆ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮನ್ನು ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ಬೆಳಕು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ, ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮನ್ನು ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾರ್ಪಡಿಸುತ್ತದೆ.
- ಬೆಳಕು ಶಾಂತಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿ ತರುತ್ತದೆ.
- ಬೆಳಕು ಈ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಪರಿವರ್ತನೆಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಹೊಸ ಯುಗವನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.
- ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಹಾಗೂ ಅಂಧಕಾರವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಹಾಗೂ ಹರಡಬಹುದು. ಬೆಳಕೇ ಶಾಂತಿ. ಬೆಳಕೇ ಪ್ರೀತಿ.
- ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಹರಡಿದಾಗ, ಎಲ್ಲಾ ಹಿಂಸೆಗಳು ಕಣ್ಮರೆಯಾಗುತ್ತವೆ, ಅಪ್ರೀತಿಯ ಎಲ್ಲಾ ಕೃತ್ಯಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕು ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿದ ಹೊಸಯುಗವನ್ನು ನಾವು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತೇವೆ.
- ಬೆಳಕು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದೆ. ಹಾಗೂ, ರಾಜಕೀಯವಾಗಿ, ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ, ಪರಿಸರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲಿನ ಜೀವನವನ್ನು ಇಂದಿನ ಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ತಂದು ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಿದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಬೆಳಕು ಈ ಮುಂಚೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದೆ.
- ಬೆಳಕಿಗೆ ಎಲ್ಲಾ ತಿಳಿದಿದೆ. ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು, ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಾವು ಬಯಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅದು ಕಾಯುತ್ತಿದೆ. ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ನಾವು ಬಯಸಬೇಕು. ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಹೇರಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
- ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರಲು, ಹೊಸಯುಗಕ್ಕಾಗಿ ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ತರಲು, ಪುನರುತ್ಥಾನಕ್ಕಾಗಿ, ಪರಿವರ್ತನೆಗಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮಾನವ ನಿರ್ಮಿತ ಮಹಾ ದುರಂತಗಳಿಂದ ಈ ಭೂಗ್ರಹವನ್ನು ಉಳಿಸಲು ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.
- ನಾವು ಬೆಳಕನ್ನು ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಮತ್ತು ಹರಡಿದಾಗ, ಬೆಳಕು ಹೀಲ್ ಮಾಡುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಅದು ತಿದ್ದುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಶುಚಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಶುಚಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.
- ಬೆಳಕೇ ನಮ್ಮ ಭರವಸೆ. ನಮ್ಮ ಬಲ. ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯ.

– ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಸ್ವೀಡನ್‌ನ ಮಾಲ್ಮೊ ನಗರದಲ್ಲಿರುವ ಬ್ಲಾಡಿನ್ ಶಾಲೆಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅಕ್ಟೋಬರ್ 17, 2025ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು

ಪುಣೆಯ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಡಿಸೆಂಬರ್ 11, 2025ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಇಂದಿರಾನಗರದ ಶಾಲೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಡಿಸೆಂಬರ್ 17, 2025ರಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಅನ್ನು ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ (Universal Intelligence)

ಜಯಂತ್ ದೇಶಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳು ಮಾಹಿತಿಯ ವಿವಿಧ ಮೂಲಗಳ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಗುವ ಮೊಬೈಲ್ ಫೋನ್‌ಗಳು, ಅಂತರ್ಜಾಲ, ಟಿವಿ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಅನೇಕ ಮಾಹಿತಿಯ ಮೂಲಗಳು ಅಗಾಧ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅವರಿಗೆ ಪ್ರಕಟಪಡಿಸುತ್ತಿವೆ. ವಯಸ್ಕರಿಗೆ ಸಹ ಅವುಗಳನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಯುವ ಮನಸ್ಸುಗಳಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಲುಪಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ, ಆದರೆ ಸಂವಹನದ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಫೋಟಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯತ್ತ ಸಾಗುತ್ತಿರುವ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಇದು ಒಂದು ಸವಾಲಾಗಿ ಮುಂದುವರೆದಿದೆ. ಸಂವಹನದ ಈ ಮಾರ್ಗಗಳು ಇಂದು ಯುವ ಮನಸ್ಸುಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರಿಗೂ ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡದ ಮಾರ್ಗಗಳಾಗಿ ಮಾರ್ಪಟ್ಟಿವೆ.

ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡದಿಂದ ತುಂಬಿದ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವುದನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಈ ಒತ್ತಡದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಯುವ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಹೇಗೆ ನಿಭಾಯಿಸಬಲ್ಲವು? ಅವುಗಳಿಂದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿವೇಕವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಯಾವುದೇ ಸಾಧನಗಳಿಲ್ಲದೆ ಮಕ್ಕಳು ಈ ಭಯಹುಟ್ಟಿಸುವ ಅಗಾಧ ಪ್ರಮಾಣದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ? ಇದಲ್ಲದೆ, ಅವರು ಈ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ಹೊರೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಧುನಿಕ ಜಗತ್ತಿನ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ವಯಸ್ಕರು ಹೆಣಗಾಡುತ್ತಿರುವ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ, ಮಕ್ಕಳು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ಪೋಷಕರು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಬಹಳ ಕಾಳಜಿಯ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ.

ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ತಪ್ಪಾಗಿದೆ ಎಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ತಾಂತ್ರಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಮಾಹಿತಿಯ ಸ್ಫೋಟವು ಜಗತ್ತಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ತಂದಿದೆ. ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿನ ಪ್ರಗತಿಯು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸ್ವಾಗತಾರ್ಹವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಚಿಕ್ಕವನಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡವನಾಗಿರಲಿ, ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಹಜ ಆಂತರಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾನೆ ಎನ್ನುವುದು ಸಮಾಧಾನಕರ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಲ್ಲಿ, ತಮ್ಮೊಳಗೇ ಇರುವ ಈ ಆಂತರಿಕ ಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಜನರಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ. ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿಯಾಗಿರುವ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಅವರಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ. ಈ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯೇ ಬೆಳಕು. ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವಿಶ್ವ ಚೈತನ್ಯ ಅಥವಾ ಬೆಳಕಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಇರುವವನು ಸ್ವತಃ ದೇವರೇ ಆಗಿದ್ದಾನೆ. ಈ ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಅನುಭವಿಸಬಹುದು ಮತ್ತು ಹರಡಬಹುದು. ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಎಂಬ ಸರಳ ಧ್ಯಾನ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದು ನಮಗೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ತರುವ ವಿಶ್ವ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಆಧುನಿಕ ಜಗತ್ತು ಒಡ್ಡಿರುವ ಅನೇಕ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಇದು ನಮಗೆ ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಕಳೆದ 16 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಕಲಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಸಾವಿರಾರು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ 30 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಈ ಸರಳ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಲಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸವು ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಅಧ್ಯಯನ, ಕ್ರೀಡೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಸೃಜನಶೀಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಇದು ಅವರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದಿರಲು ಮತ್ತು ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ. ಇದು ಅವರ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ, ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಅವರ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯವೂ ಸುಧಾರಿಸಿದೆ.

ವಿಶ್ವ ಶಾಂತಿಯ ಕಡೆಗಿನ ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಪಡಿಸುವ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ನಾವು 2026ರ ಜನವರಿ 30ರಂದು ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಸಾವಿರಾರು ಶಾಲೆಗಳು ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನೆಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವ ಮೂಲಕ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ದಿನದಂದು ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ www.lightagemasters.com ನಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಈ ಸೆಷನ್‌ಗಳಿಗೆ ಸೇರಬಹುದು.

ನಮಗೆ ಮತ್ತು ಈ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರಲು ನಾವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡೋಣ.■

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

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

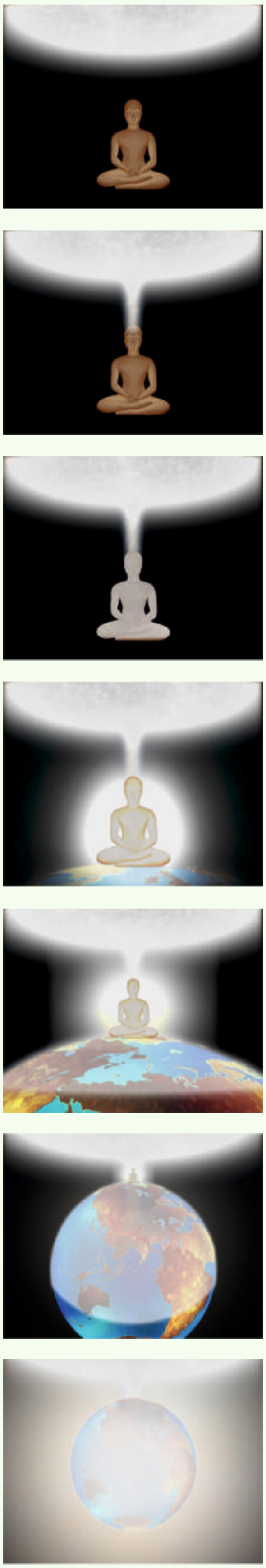
ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	6196
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	:	31.02 ಲಕ್ಷ
ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳು	:	487
ನಿಯತವಾಗಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳು	:	2.12 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

ಜನವರಿ 30, 2026

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್‌ನಿಂದ ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಮನವಿ

ಮಾನ್ಯರೇ,

ಜನವರಿ 30, 2026 ರಂದು 16ನೇ 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:

ಈ ದಿನ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ. 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 11 ಘಂಟೆಗೆ ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ 9 ಘಂಟೆಗೆ
ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 12 ಘಂಟೆಗೆ
ಹಿಂದಿಯಲ್ಲಿ ರಾತ್ರಿ 8 ಘಂಟೆಗೆ

ವಂದನೆಗಳು.

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ, 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: ಜೋಸ್ಕೊ ಪ್ರಿಂಟರ್ಸ್, ರಾಮಮೂರ್ತಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 016.
ಮಾಲೀಕರು: ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ), ಬೆಂಗಳೂರು - 560077. ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ