ગાંધીનગર સમાચાર
તા. ૧૧-૪-૨૦૧૪, શુક્રવાર

તંત્રી સ્થાનેથી....

મોદીનું અર્ધસત્ય : વિરોધીઓ માટે હાથવગુ હથિયાર બનશે

મહાભારતમાં ધર્મરાજા ગણાતા યુધિષ્ઠિરને પણ સંજોગો વસાત અર્ધસત્ય ઉચ્ચારવું પડ્યું હતું. અશ્વસ્થામા નામનો હાથી હણાયો તે ક્ષણ અત્યંત મહત્વની હતી. વિચક્ષણ કૃષ્ણની કૂટનીતિ કામે લાગી ગઈ. 'અશ્વસ્થામા મરાયો '-ના સમાચાર સમસ્ત કુરુક્ષેત્રમાં છવાઈ ગયા. ગુરુ દ્રોણના પુત્રનું નામ પણ અશ્વત્થામા હતું. પુત્ર મરાયો હોય ત્યારે પોતે કોના ખાતર જીવવાનું? વૃદ્ધ બ્રાહ્મણ સેનાપતિએ આ અફવા તો નથી ને, એની ખાતરી કરવા યુધિષ્ઠિરને જ પૂછ્યું. ક્યારેક અસત્ય નહીં બોલનાર યુધિષ્ઠિરે લાગ જોઈને અર્ધસત્ય ઉચ્ચાર્યું : અશ્વત્થામા હતાઃ અને પછી ધીમે રહી દ્રોણ સાંભળી ન શકે એમ બબડ્યા, નરો વા કુંજરો વા? અશ્વત્થામા મરાયો એ સાચું છે- એ નામનો માણસ મરાયો હોય કે પછી હાથી! અર્ધસત્ય ઉચ્ચારનારા ધર્મરાજ યુધિષ્ઠિરનો રથ તત્કાળ ધરતી પર આવી ગયો હતો. ભારતીય જનતા પાર્ટીના 'સર્વ ગુણ સંપન્ન' વડાપ્રધાનપદના ઉમેદવાર નરેન્દ્ર મોદી એમનાં લગ્ન થયેલાં છે એવું ક્યારેય કબૂલતા નહોતા. મીડિયાએ એમની સાથે મંગળફેરા ફરી ત્રણ વર્ષ જેટલા પ્રારંભિક તબક્કાનું દાંપત્ય માણનાર જશોદાબહેનની ભાળ મેળવી અને એમની મુલાકાત પણ છાપી, તે પછી પણ મોદીએ આ મુદ્દે કોઈ જ નિવેદન આપ્યું નહોતું. પરંતુ જશોદાબેનની મુલાકાતના પગલે સત્ય છુપાવી શકાય એમ નહોતું. વળી, ચૂંટણી પંચે આ વખતે નામાંકનપત્રનાં તમામ ખાનાં ભરવાનું ફરજિયાત કરી દીધું હતું. તેથી અત્યાર સુધી 'જીવનસાથી' શીર્ષક હેઠળનું ખાનું કોરું મૂકનાર નરેન્દ્ર મોદીએ જશોદાબહેનનું નામ લખી દઈ પોતે પરિણીત હોવાનો એકરાર કરી દેવો પડ્યો છે. સર્વોચ્ચ અદાલતના પગલે મોદીને આજ સુધી છાનું રાખેલું સત્ય કે અર્ધસત્ય કબૂલવું પડ્યું છે. અલબત્ત, એમણે પત્નીનો 'પાન' નંબર કે એની મિલકત વિશે પોતે કશું જ નહીં જાણતા હોવાનો દાવો પણ કર્યો છે. એ સાચું કે સત્તર વર્ષની તરુણ વયે લગ્ન કરી દીધા પછી મોદી ક્યારેય ઘર માંડીને કે પગ વાળીને બેઠા નથી. દેખીતી રીતે જ આ લગ્ન જ્ઞાતિ-સમાજના રિવાજ મુજબ અને માતા-પિતાની ઈચ્છા અનુસાર થયાં હશે, કારણ કે એ જમાનામાં વડનગર જેવા ઉત્તરગુજરાતના ગામમાં ઊછરેલા ઘાંચી પરિવારના છોકરાને એની પસંદગી કે અભિપ્રાય પૂછવાનો પ્રશ્ન જ નહોતો. જશોદાબહેને અગાઉ આપેલા ઈન્ટરવ્યુમાં બહુ નિખાલસ રજૂઆત કરેલી છે. કોઈપણ યુવતી જ્યારે લગ્નના બંધનથી બંધાઈ સાસરિયે આવે છે ત્યારે એ મુગ્ધ હોય છે. પતિએ દેશસેવાની ધૂનમાં ઘર-પરિવાર છોડી દીધાં એટલે ગરીબડી બાઈ એના પિયરમાં ચાલી ગઈ અને સામાન્ય પ્રાથમિક શિક્ષિકા તરીકે ઓશિયાળું જીવન ગુજારવાનો વિકલ્પ સ્વીકારી લીધો. આદર્શ ભારતીય નારી તરીકે એણે અગ્નિની સાક્ષીએ સપ્તપદીના ફેરા ફરી લીધા હતા એટલે છૂટાછેડા લઈ પુનર્લગ્ન કરી નવેસરથી ઘરસંસાર માંડવાનું પણ પસંદ ન કર્યું. આમ, જશોદાબહેનની વ્યથાકથા આખેઆખી નવલકથાનો વિષય છે. પ્રચારસભાઓમાં લાક્ષણિક ઢબે 'બેટી વધાવો'થી લઈ સ્ત્રીઓના અધિકાર અને કલ્યાણની વાતો કરનારા નરેન્દ્ર મોદી એમની પરણેતરને ન્યાય નથી આપી શક્યા, એનો તેઓ ઈનકાર નહીં કરી શકે. આખા દેશને અને વિશેષપણે યુવા તથા મહિલા મતદારોને આંજી નાખનારા ભાજપના વડાપ્રધાનપદના ઉમેદવાર સામે 'જશોદાબહેન' નામનું બ્રહ્માસ્ત્ર કોંગ્રેસ સહિત તમામ વિરોધીઓને હાથવગું અને હોઠવગું બની ગયું છે.

સત્ય સાંઈ સેવા સમિતિ દ્વારા 'વૉક ફોર વેલ્યુ'નું આયોજન કરાયું

જીવનના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો પ્રજા વચ્ચે પહોંચે તે અર્થે 'વોક ફોર વેલ્યુ' યોજાયું

ગાંધીનગર, તા. ૧૦

શ્રી સત્ય સાંઈ બાબા સેવા સમિતિ, ગાંધીનગર જિલ્લા દ્વારા સેક્ટર-૨૩ ખાતેથી 'વૉક ફોર વેલ્યુ' નામના પ્રેરણાદાયી કાર્યક્રમનું સુંદર આયોજન થયું હતું. આ કાર્યક્રમમાં ગાંધીનગર અને કલોલના બાળવિકાસના બાળકો તથા ભક્તોએ ભાગ લીધો હતો. જીવનના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો પ્રજાજનો સુધી પહોંચે તેવા મુખ્ય આશયથી આ કાર્યક્રમ યોજાયો હતો. જેની પુર્ણાહુતી સેક્ટર-૨૭ખાતે કરવામાં આવી હતી.

શ્રી સત્ય સાંઈ સેવા સમિતિ, ગાંધીનગરના કાર્યકર સંકેત મહેતાએ આપેલ વિગતો મુજબ રામનવમીના દિવસે સેક્ટર-૨૩ના ૨૯, વિરાટનગર ખાતેથી 'વૉક ફોર વેલ્યુ' નામના કાર્યક્રમનું આયોજન કરાયુ હતું. આ કાર્યક્રમમાં મોટી સંખ્યામાં બાળ વિકાસના બાળકો તથા જિલ્લાના ભક્તોએ ભાગ લઈ 'વૉક' કર્યું હતું. જુદા જુદા બેનરોમાં જીવનના મુળભૂત સિદ્ધાંતો લગતી બાબતોને આવરી લઈ દર્શાવાયા હતા. આ મૂળભૂત સિદ્ધાંતોમાં 'માનવસેવા એજ માધવસેવા', બધાને પ્રેમ કરો. બધાને સેવા કરો.' 'અન્નનો બગાડ ન કરો.' જેવા મુખ્ય વિષયો હતો.

(તસવર : ધર્મેન્દ્ર મહેતા)

વર્ષ દરમ્યાન બાળ વિકાસ કેન્દ્રોમાં ૧૦૦ જેટલા બાળકો મુલ્યોનું શિક્ષણ મેળવે છે. તથા પિકનીકનું આયોજન, મહિનામાં એકવાર નારાયણ સેવા તથા ભુખ્યાને ભોજન અપાય છે. આ સમિતિએ દહેગામ તાલુકાનું કંથારપુરા ગામ દત્તક લઈ ગ્રામસભાઓ કરી, યુવાનોને સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાની તૈયારીઓ કરાવાય છે, વૃક્ષારોપણ તેમજ દર માસે જરૂરિયાત કુટુંબોને અનાજ પુરૂ પડાય છે.

શ્રી સત્ય સાંઈ સેવા સંગઠનના જિલ્લા પ્રમુખ ડૉ. કમલેશ ભટ્ટ, સમિતિ કન્વીનર, ગણેશભાઈ ચૌધરી, વાવોલ કન્વીનર મુકેશભાઈ ભટ્ટ સહિત ૧૫૦ થુ વધી સભ્યોએ આ કાર્યક્રમમાં ભાગ લીધો હતો અને 'વૉક ફોર વેલ્યુ'ની સેક્ટર-૨૭ના, શીવશક્તિ સોસાયટીમાં પૂર્ણહુતી કરાઈ હતી.

સીએના વિદ્યાર્થીને નવા સત્રથી વધારાયેલુ સ્ટાઈપેન્ડ મળશે

હવે એક્ઝિક્યુટિવ પાસ આઉટને ૩૦૦૦ અને પ્રોફેશનલ કોર્સ પાસ આઉટને ૪૦૦૦ રૂપિયા આપવાનો નિર્ણય

અમદાવાદ, તા.૧૦

સીએ સ્ટુડન્ટસને નવા સત્રથી હવે રિવાઈઝડ સ્ટાયપેન્ડ આપવાનો નિર્ણય કરવામાં આવ્યો છે. જે મુજબ સીએ સ્ટુડન્ટસને નવા સત્રથી ટ્રેનીંગ દરમ્યાન વધારવામાં આવેલું સ્ટાઈપેન્ડ મળશે. જેમાં કંપની સેક્રેટરીની પ્રેકટીસ દરમ્યાન એક્ઝિક્યુટિવ પાસ આઉટ સ્ટુડન્ટસને ત્રણ હજાર રૂપિયા આપવામાં આવશે, ત્યારે પ્રોફેશનલ કોર્સ પાસ આઉટ કરનાર સ્ટુડન્ટસને ચાર હજાર રૂપિયા આપવાનું આઈસીએસઆઈ દ્વારા નક્કી કરવામાં આવ્યું છે.

પ્રાપ્ત થતી માહિતી મુજબ તાજેતરમાં સીએ ફાઉન્ડેશન એક્ઝિક્યુટીવ અને પ્રોફેશનલ કોર્સનું રિઝલ્ટ ડિકલેર કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં અમદાવાદનાં મોટા ભાગના વિદ્યાર્થીઓને સફળતા પ્રાપ્ત થી હતી. હવે આ વિદ્યાર્થીઓએ સીએની ટ્રેનિંગ કરવા માટે વિવિધ ફર્મમાં આર્ટિકલશીપ કવરાની હોય છે. વિદ્યાર્થીઓ ત્રણ મહિનાથી લઈને ૧૫ દિવસની આર્ટિકલશીપ કરી શકે છે. આ માટે ફાયનાન્સ એન્ડ એકાઉન્ટન્સી ડિપાર્ટમેન્ટમાં એકાઉન્ટ એન્ડ ટેક્સેશન, કેશ, કોસ્ટિંગ, સેલ્સ જેવા વિવિધ ફર્મમાં એપ્લાઈ કરી શકે છે ત્યારે આ આર્ટિકલશીપ શરૂ થાય તે પહેલા સીએ વિદ્યાર્થીઓ માટે સારા સમાચાર મળ્યા છે જે મુજબ સીએ વિદ્યાર્થીઓને નવા સત્રથી ટ્રેનિંગ દરમ્યાન વધારવામાં આવેલું સ્ટાઈપેન્ડ મળશે.

જેમાં કંપની સેક્રેટરીની પ્રેક્ટીસ દરમ્યાન એક્ઝિક્યુટીવ પાસ આઉટ વિદ્યાર્થીઓને ત્રણ હજાર રૂપિયા આપવામાં આવશે, ત્યારે પ્રોફેશનલ કોર્સ પાસ આઉટ કરનાર વિદ્યાર્થીઓને ચાર હજાર રૂપિયા આપવાનું આઈસીએસઆઈ દ્વારા નક્કી કરવામાં આવ્યું છે. બીજી કંપની અને ઓર્ગેનાઈઝેશનમાં એક્ઝિક્યુટીવ પાસ આઉટને પણ ચાર હજાર અને પ્રોફેશનલ પાસ આઉટ કરનાર વિદ્યાર્થીઓને પાંચ હજાર સ્ટાઈપેન્ડ રૂપે આપવામાં આવશે. આ રકમ ઈન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ કંપની સેક્રેટરી ઓફ ઈન્ડિયા દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને મંથલી બેઈઝ પર પ્રોવાઈડ કરાશે. આ સ્ટાઈપેન્ડનું રિવાઈઝડ રકમ એપ્રિલથી શરૂ થનારા શૈક્ષણિક સત્રથી મળશે.

ઉત્તરવહી કલાર્કનાં નહીં પરંતુ પટાવાળાના ભરોસે મોકલાઈ

ધોરણ-૧૨ કોમર્સ સંસ્કૃત વિષયની રસ્તે રઝળથી મળેલી ૩૯ ઉત્તરવહીઓના પ્રકરણમાં નવો વળાંક આવ્યો છે. જેમાં દોષિતોને છાવરવા માટે શિક્ષણ બોર્ડે એક કલાર્કનું નામ આગળ ધરી જુઠ્ઠાણુ ફેલાવ્યું હોવાનો ચોંકાવનારો ખુલાસો થયો છે. ગત ૨જી એપ્રિલે સિટી રાઈડ બસમાં ઉત્તરવહી લઈને જતાં કર્મચારી અને પોલીસ કોન્સ્ટેબલ સહિત પાંચ જણના વઘોડિયા પોલીસને નિવેદન લેતાં સંસ્કૃત વિષયની ૨૪૯૦૦ ઉત્તરવહીઓ પટાવાળાના ભરોસે મોકલાઈ હોવાનો ઘટસ્ફોટ થયો છે. બસમાંથી ઉત્તરવહી કેવી રીતે પડી ગઈ તેની ખબર નહીં હોવાનું તેમણે પોલીસ સમક્ષ બચાવનામું રજુ કર્યું હતું.

ધોરણ-૧૨ કોમર્સની સંસ્કૃત વિષયની પરીક્ષાની મુલ્યાંકન માટે હાલોલ જઈ રહેલી ઉત્તરવહી પૈકી ૩૯ ઉત્તરવહી વડોદરા-હાલોલ રોડના જરોદ બાયપાસ પાસે પડી ગઈ હતી. રસ્તે રઝળતી મળી આવેલી ઉત્તરવહીઓ પોલીસને કબજે કરી હતી. અહેવાલ બાદ શિક્ષણ બોર્ડ દોડતું થઈ ગયું હતું. જિલ્લા શિક્ષણાધિકારી અને પરીક્ષા સચિવે ૩૯ ઉત્તરવહીનો કોર્ટમાંથી કબજો લીધો હતો. ૩જી એપ્રિલે બોર્ડ સત્તાધીશોએ તો ઉત્તરવહી કલાર્ક લઈ જતો હતો અને ઉબડખાબડ રસ્તા પર મીની બસની કાચની બારી ખુલી જતાં તેમાંથી પડી ગઈ હોવાનું તેણે કહ્યું હતું. જો કે, વાઘોડિયા પોલીસે સમગ્ર મામલે પાંચ જણના નિવેદન લેતા ઉત્તરવહી લઈ જનાર કર્મચારી જ નહીં બોર્ડના અધિકારીઓની પણ નિષ્કાળજી હોવાનું ચિત્ર ઉપસી રહ્યું છે.૫

હરિની દૃષ્ટિ...

બૈરી હારો હાર રાખવાથી વડાપ્રધાન થવાતું હોત તો... વડાપ્રધાન ક્યારનો થઇ ગયો હોત...!!

સે-૨ બાલા હનુમાન મંદિરે હનુમાન જયંતિ મહોત્સવ યોજાશે

ગાંધીનગર, તા.૧૦

શહેરનાં સેકટર-૨માં આવેલ બાલાહનુમાન મંદિર ખાતે હનુમાન જયંતિ મહોત્સવ અને સુંદરકાંડ પાઠ યોજવામાં આવશે.

ગાંધીનગર શહેરમાં હનુમાન જયંતિ મનાવવા માટે તડામાર તૈયારીઓ ચાલી રહી છે. હનુમાન જયંતિ નિમિત્તે શહેરના સેકટર-૨ના બાલાહનુમાન મંદિર ખાતે ચૈત્ર સુદ પૂનમ તા. ૧૫ એપ્રિલ મંગળવારે સવારે ૯-૦૦ કલાકે હનુમંત યજ્ઞ યોજવામાં આવશે. તેમજ બપોરે ૨.૦૦ વાગે હનુમાન ચાલીસાના પાઠ સાથે આનંદનો ગરબો, ભાવનાબેન ગોકલાણીના કંઠે અને રાત્રે ૭-૦૦ વાગે કાન્તિભાઈ યોગી દ્વારા સુંદરકાંઠ પાઠ યોજાશે. મહાઆરતી ૯-૦૦ કલાકે યોજાશે તેમ યશ નિમાવત દ્વારા જણાવવામાં આવ્યું છે.

નવનીત ડ્રોઈંગ સ્પર્ધામાં એમ.બી. પટેલ શાળાની વિદ્યાર્થીની પ્રથમ

ગાંધીનગર, તા.૧૦

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ સંચાલિત શ્રીમતી એમ.બી. પટેલ કન્યા પ્રાથમિક શાળામાં નવનીત એજયુકેશન લિમિટેડ દ્વારા ઓલ ઈન્ડિયા નવનીત ડ્રોઈંગ કોમ્પીટીશન ૨૦૧૩ યોજવામાં આવી હતી. સ્પર્ધામાં એમ.બી. પટેલ કન્યા વિદ્યાલયમાં ધોરણ-૮-સીમાં અભ્યાસ કરતી વિદ્યાર્થીની કુમારી રૂચિતા મુળજીભાઈ સોલંકીએ શહેરની શાળાઓમાં ગૃપ સી કેટેગરીમાં પ્રથમ સ્થાન મેળવ્યું હતું. પ્રથમ સ્થાન મેળવવા બદલ નવનીત એજયુકેશન તરફથી મેગા પ્રાઈઝ અને પ્રમાણપત્ર એનાયત કરવામાં આવ્યું હતું.

રાષ્ટ્રીય કૃષિપાક વિમા યોજનાનો અમલ ન કરવા કલેક્ટરને આવેદનપત્ર અપાયું

ગાંધીનગર, તા. ૧૦

કેન્દ્ર સરકાર દ્વારા પહેલી એપ્રિલથી વિમા યોજનાનો ભારતીય કિસાન સંઘ દ્વારા સખત વિરોધ નોંધાવવામાં આવ્યો છે. આ વિરોધ અંગેનું આવેદનપત્ર આજે જિલ્લા કલેક્ટરને સુપરત કરવામાં આવ્યું હતું.

ભારતીય કિસાન સંઘ દ્વારા કેન્દ્ર સરકારની રાષ્ટ્રીય કૃષિ પાક વિમા યોજનાનો ગુજરાતમાં તેનો અમલ ન થાય તેના માટે જિલ્લા કલેક્ટરને આપવામાં આવેલ આવેદનપત્રમાં વિનંતી કરવામાં આવી છે. અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે જ્યારથી કેન્દ્ર સરકાર દ્વારા રાષ્ટ્રીય કૃષિપાક વિમાયોજના જાહેર કરવામાં આવી છે ત્યારથી ભારતીય કિસાન સંઘ દ્વારા આ યોજનાને ખેડૂત વિરોધી ગણાવી તેનો સખત વિરોધ કરવામાં આવી રહ્યો છે.

યાદશક્તિ વધારવાના ઉપાયો

સ્મૃતિ-૨

- હર્ષદ પ્ર. શાહ

આપને યાદ હશે જ કે આપણે ગયા લેખમાં 'યાદશક્તિ' વિશે ચર્ચા કરી હતી.

એ અધૂરી વાતને હવે આ લેખમાં પૂર્ણ કરીશ.

મોટાભાગના વિદ્યાર્થીઓ પુસ્તક હાથમાં લે અને કોઈ પ્રકરણ વાંચે... વાંચી જાય પણ યાદ ન રહે. ફરીથી વાંચે... બે વાર, ત્રણ વાર એમ ઘણી વાર વાંચ્યા પછી પણ એ વિષયવસ્તુ યાદ નથી રહેતી.. પૂરેપૂરી તો નહીં જ.

હવે એ જ વિષય જો મોટેથી બોલીને વાંચે તો યાદ રહેવાનું પ્રમાણ વધે છે. જોરથી શબ્દોનું ઉચ્ચારણ કરવાથી શક્તિ મળે છે. મનમાં ચૂપચાપ રટણ કરવામાં એવી શક્તિ નથી. જોરથી બોલવાથી હૃદયમાં તરંગો ઊઠે છે. એમાં હલચલ મચી જાય છે. ઊંચા અવાજે બોલાયેલા શબ્દોમાં તમારી સુષુપ્ત શક્તિઓને જાગૃત કરવાનું સામર્થ્ય છે. એ સમયે શબ્દો અર્થાત્ વાણી અને શબ્દો આંખથી જોવાની ક્રિયા એટલે દર્શન... અને સાથે ભળે છે મન, તેથી માનસપટ પર અંકિત થવાની ક્રિયા અને પરિણામે યાદ રહેવાની ક્રિયા પ્રબળ બને છે. વાણી એટલે કર્મેન્દ્રિય અને આંખ વડે વાચનનું કામ એટલે જ્ઞાનેન્દ્રિય એમ બંને સતેજ થાય છે.

તેથી જેને મૂક વાચનથી યાદ ન રહેતું હોય તેમણે પ્રગટ વાચન (શબ્દો જોરથી બોલીને) કરવાનો પ્રયોગ કરવો જોઈએ.

પછી ધીમે ધીમે એકાગ્રતા બાદ પ્રગટ વાચન વિના જ, મૂક વાચનથી પણ યાદ રાખવાનું કામ સતેજ બનશે.

ઘણીવાર માણસ યાદ રાખવાનું નથી રાખતો અને ન યાદ રાખવાનું રાખે છે. કદાચ અનાયાસે સહજ રીતે એમ થઈ જતું હશે. અનેક પરિબળો એની પાછળ કારણભૂત હોઈ શકે. ક્યારેક એવું બનતું હોય છે કે આપણે કોઈનું નામ પૂછ્યું હોય, એનો પરિચય કર્યો હોય... પણ તરત પાંચ-દસ મિનીટમાં એ વ્યક્તિનું નામ આપણે ભૂલી જઈએ છીએ. શું સ્મરણ પ્રક્રિયા એટલી અલ્પજીવી હોઈ શકે? હા, વ્યવહારમાં એની અનુભૂતિ ઘણાને થતી હશે. આમ થવાનું કારણ શું? મારી સમજ પ્રમાણે એનાં કારણો આવાં હોઈ શકે : (૧) એ વ્યક્તિનું નામ આપણે પૂછવા ખાતર પૂછ્યું હોય (૨) એનું નામ યાદ રાખવાની આપણને કોઈ ઉપયોગિતા ન જણાતી હોય (૩) એનું નામ પૂછતી વખતે આપણા મનમાં સમાંતરપણે અનેક વિચારો ઘોળાતા હોય (૪) એની સાથે આપણને લાંબા ગાળાના સંબંધો બાંધવાની આવશ્યકતા કે ઈચ્છા ન જણાતી હોય.

ટૂંકમાં, યાદ રાખવાની પ્રક્રિયામાં આપણું મન મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. મન જેટલું સ્થિર, સ્વસ્થ અને એકાગ્ર એટલી સ્મૃતિ- પ્રક્રિયા તીવ્ર. જો કે અઘરામાં અઘરું કામ જ મનને નાથવાનું, સંયમિત કે નિયંત્રિત કરવાનું છે. કારણ કે મનબહુ જ ચંચળ, મર્કટની જેમ કૂદાકૂદ કરતું હોય છે.

તેથી અહીં પ્રેમચંદજીનું કથન યાદ કરવા જેવું છે-

મનનો માનવી પર કાબૂ એટલે વિનાશ

અને માનવીનો મન પર કાબૂ એટલે વિકાસ.

તળાવના શાંત-સ્થિર પાણીમાં એક નાનકડો પથ્થર કેટલાંય વમળ ઉત્પન્ન કરી શકે છે. પછી એને શમતાં વાર લાગે છે. એમ શાંત મનને ડહોળનારાં પરિબળો છે- કામ, ક્રોધ, મોહ, મદ, લોભ અને મત્સર (ઈર્ષા, અદેખાઈ). આ ષડરિપુ છે. આપણે એની સાથે લડવાનું છે, ઝઝૂમવાનું છે.

એકવાર આ દુશ્મનોને મહાત કર્યા તો આપણે મહાન કાર્યો કરી શકીશું... અને તો તાકાત છે કે જે યાદ રાખવાનું હોય તે યાદ ન રહે... અને તો, એ પણ એટલું જ સરળ- સંભવ છે કે જે ભૂલવાનું હોય, ભૂલી જવા જેવું હોય તે ભૂલી પણ જઈએ!

આમ મનની શક્તિ જ આપણને સ્મરણ શક્તિ અને વિસ્મરણ શક્તિ- બેયનું વરદાન આપી શકે.

વર્તમાન યુગમાં માણસે બહુ યાદ રાખવાનું છોડી દીધું. હવે આપણા વતી આપણાં કોમ્પ્યુટર યાદ રાખે છે. તો પણ સ્મૃતિ (યાદદાસ્ત)ની જરૂર તો પડે જ છે... અને તેની જરૂર રહેવાની જ. સ્મૃતિ આપણી માનસિક ક્રિયાઓનો ભંડાર છે. સ્મૃતિ દ્વારા આપણે આપણા ચિત્તમાં અગણિત હકીકતોને સંગ્રહી શકીએ છીએ. આ સંગૃહીત હકીકતોને આધારે જમનની અસંખ્ય ક્રિયાઓ શક્ય બને છે. સ્મૃતિના અભાવમાં આવી માનસિક ક્રિયાઓ શક્ય બનતી નથી.

યોગ સૂત્રમાં ભગવાન પતંજલિ સ્મૃતિની વ્યાખ્યા આ રીતે આપે છે -

અનુભૂતવિષયાસંપ્રમોષઃ સ્મૃતિઃ ।

- યો.સૂ. ૧.૧૧

અનુભવેલા વિષયોનું ચિત્તમાં ટકી રહેવું તે સ્મૃતિ છે.

મનોવિજ્ઞાનમાં પણ સ્મૃતિનો અર્થ લગભગ આવો જ છે. મનની સમક્ષ ઉપસ્થિત થનાર વિષય મનમાં ટકી રહે, તે ઘટનાનો સ્મૃતિ કહે છે.

ભાણદેવજી એમના પુસ્તક 'જીવન-વિકાસની વિદ્યા'માં સ્મૃતિના ચાર તબક્કા વર્ણવે છે-

(૧) ગ્રહણ : મનની સમક્ષ કોઈ ઘટના ઉપસ્થિત થાય, તેને ગ્રહણ કરવામાં આવે તે સ્મૃતિની પ્રક્રિયાનું પ્રથમ સોપાન છે.

(૨) ધારણ : મન જેને ગ્રહણ કરે તે વસ્તુ મનમાં ટકી રહે, તે ટકી રહેવાની ઘટનાને ધારણ કહેવામાં આવે છે.

(૩) પુનરાવહન : મનમાં જેની ધારણા થી છે, તે વિષયને ફરીથી યાદ કરવાની (પુનઃસ્મરણ)ની ઘટનાને પુનરાવહન કહેવામાં આવે છે.ય

(૪) પ્રત્યભિજ્ઞા- ઓળખ : યાદ કરવાની વસ્તુની સ્પષ્ટ ઓળખ થાય તે સ્મૃતિની પ્રક્રિયાની પૂર્ણાહૂતિ છે. તેને જ પ્રત્યભિજ્ઞા કે ઓળખ કહે છે. સદૃશ વસ્તુને જોઈને પહેલાં જોયેલી વસ્તુનું સ્મરણ થઈ આવવું એટલે પ્રત્યભિજ્ઞા અથવા અભિજ્ઞાન.

જેનામાં સ્મૃતિની શક્તિ (યાદશક્તિ) ઘણી હોય તેને આપણે આદરપૂર્વક જોઈએ છીએ. જેનામાં સ્મૃતિશક્તિ ઓછી હોય તેને તે કારણે અનેક વિટંબણાઓ ભોગવવી પડે છે.

સારી સ્મૃતિનાં પાંચ લક્ષણો-

(૧) બહુ ઝડપથી અને ઓછી મહેનતે યાદ રહી જાય

(૨) શીખેલી હકીકતો દીર્ઘકાળ પર્યંત યાદ રહે

(૩) શીખેલી હકીકતો જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે તરત યાદ આવે

(૪) શીખેલી હકીકતો સંપૂર્ણ અને સ્પષ્ટ રીતે યાદ આવે

(૫) અનાવશ્યક અને નિરર્થક બાબતો ભુલાઈ પણ જાય

સ્મૃતિ સુધારણા માટે કેટલાંક મહત્વપૂર્ણ સૂચનોનો અમલ કરી શકાય -

(૧) સ્મૃતિ પર અસર કરનાર સૌથી મુખ્ય પરિબળ છે- ચિત્ત શુદ્ધિ. સાત્વિક અને પરિશુદ્ધ ચિત્તની યાદશક્તિ સારી જ હોય. જેમ સ્વચ્છ દર્પણમાં સ્પષ્ટ પ્રતિબિંબ પડે છે, તેમ વિશુદ્ધ ચિત્તમાં શુદ્ધ અને દૃઢ સ્મૃતિ અંકિત થાય છે. સારી સ્મૃતિ શુદ્ધ ચિત્તનું લક્ષણ છે. એટલું જ નહીં, પરંતુ ચિત્તનું પરિણામ પણ છે.

યોગદર્શનમાં સ્મૃતિને સત્વગુણનું લક્ષણ અને કાર્ય તેમજ વિસ્મૃતિને તમોગુણનું લક્ષણ અને કાર્ય માનવામાં આવે છે. ચિત્તમાં તમોગુણ કે રજોગુમ સ્થાને સત્વગુણ વિકાસ થાય તો સ્મૃતિમાં અચૂક સુધારો થાય છે. ચિત્ત જેમ જેમ કલુષિત તત્વોથી મુક્ત બનતું જાય તેમ તેમ સ્મૃતિ વધે છે.

(૨) સ્મૃતિવિકાસનું બીજું પરિબળ છે- રુચિ. રસ ધ્યાનની જનની છે. જે કાંઈ વાંચીએ, સાંભળીએ, બોલીએ કે વિચારીએ તે જો રસપૂર્વક કરીએ તો તેમાં આપણા ધ્યાનની એકાગ્રતા સહજપણે સિદ્ધ થાય છે. જેમાં રસ પડે તે યાદ રહે જ. અને સારી રીતે યાદ રહે.

(૪) આત્મવિશ્વાસ સ્મૃતિવિકાસમાં ખૂબ સહાય કરે છે. હું બધું યાદ રાખી શકું છું એવો આત્મવિશ્વાસ પ્રગટે તો સ્મૃતિનું તેજ પ્રતિદિન વધતું જાય છે.

(૫) સમજ્યા વિના યાદ રાખવા કરતાં સમજીને યાદ રાખવું સરળ છે. ગોખણપટ્ટી કરતાં સમજણ સ્મૃતિ માટે વધુ ઉપકારક છે. એટલું જ નહીં, પરંતુ વધુ મૂલ્યવાન પણ છે. ગોખણપટ્ટીને મનોવૈજ્ઞાનિક પરિભાષામાં યાંત્રિક સ્મૃતિ કહે છે. કોઈ સિદ્ધાંત સમજીને યાદ રાખવામાં આપણી બુદ્ધ વધુ સક્રિય બને છે. યાંત્રિક મન કરતાં બુદ્ધિનું ધારણ -સામર્થ્ય વધુ હોય છે.

(૬) કોઈપણ વસ્તુ માત્ર એક જ આવર્તનથી બરાબર યાદ રહી જાય એવું ન બને. પ્રતિભાવંત મનુષ્યોએ પણ વધુ આવર્તનનો (એક જ વાત વારંવાર વાંચવી કે યાદ કરવી) કરવાં પડે છે.

(૭) જેમ વ્યાયામ દ્વારા શરીરના સ્નાયુઓને કેળવી શકાય છે. તેમ અભ્યાસ દ્વારા સ્મૃતિને કેળવી શકાય છે.

(૮) સ્વસ્થ અને સ્ફૂર્તિયુક્ત શરીર સ્મૃતિ માટે બહુ ઉપયોગી સાધના છે.

(૯) શાંત અને પ્રફુલ્લિત મન ત્વરિત ગ્રહણ કરી શકે છે અને સારી રીતે ધારણ પણ કરી શકે છે.

(૧૦) શાંત અને સુંદર વાતાવરણ સ્મૃતિમાં સહાય કરે છે.

(૧૧) યાદ રાખવાની પ્રબળ ઈચ્છા, દૃઢ સંકલ્પ સ્મૃતિમાં બહુ સહાય કરે છે.

(૧૨) વ્યર્થ બાબતોને ભૂલી જવાની ટેવ અને આવડત પણ સ્મૃતિશક્તિના વિકાસમાં સહાયક બને છે.

(૧૩) જે વિષયવસ્તુને યાદ કરવાનું હોય તેને મનની પૂર્વસ્મૃતિ સાથે જોડી દેવાથી સરળતાથી અને સારી રીતે યાદ રહી જાય છે.

મને લાગે છે કે સ્મૃતિ શક્તિના વિકાસ માટેનું આટલું શાસ્ત્ર બધાને પોતાની સ્મૃતિની ધાર કાઢવા માટેનું અમોઘ શસ્ત્ર સિદ્ધ થઈ શકશે.

હાર્દિક શુભ કામનાઓ...!!