ગાંધીનગર સમાચાર

જન્મદિને વધામણી

નયનાબેન પંકજભાઈ દેસાઈ
વરિષ્ઠ શિક્ષક, સેન્ટ ઝેવિયર્સ સ્કૂલ, ગાંધીનગર
મો. ૯૮૯૮૭ ૧૫૭૮૨

મેહુલ વ્યાસ
પત્રકાર, ગુજરાત સમાચાર, ગાંધીનગર
(૨૯-૯-૧૯૭૮) મો. ૯૯૯૮૪ ૫૨૯૯૯

જય વિષ્ણુભાઈ સાધુ
(૨૯-૯-૨૦૦૯) મો. ૯૮૯૮૦ ૨૧૬૨૭

નિરાલી મુકેશકુમાર દવે
(૨૯-૯-૧૯૯૫) મો. ૯૭૨૩૨ ૧૩૮૩૪

ડી પી મોદી
(૨૯-૯-૧૯૪૫) મો. ૯૯૦૯૯ ૩૧૮૨૪

૬૧મા વન્યપ્રાણી સપ્તાહની ઉજવણી નિમિત્તે ઑક્ટોબરના પ્રથમ સપ્તાહ દરમિયાન પ્રકૃતિ ઉદ્યાનમાં મફત પ્રવેશ

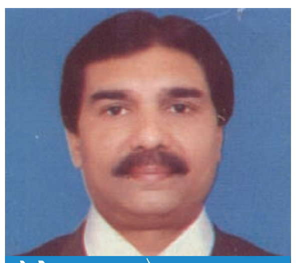
બે થી આઠ ઑક્ટોબર દરમ્યાન ગીર ફાઉન્ડેશન દ્વારા વિવિધ કાર્યક્રમોનું આયોજન અને આ દિવસો દરમ્યાન પ્રકૃતિ ઉદ્યાનમાં પ્રવેશ માટે કોઈ ફી નહીં

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

૬૧મા વન્યપ્રાણી સપ્તાહની ઉજવણીના ભાગરૂપે ગીર ફાઉન્ડેશન, ગાંધીનગર દ્વારા વિવિધ કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે.

આ ઉજવણી તા. બીજી ઑક્ટોબરથી ૮મી ઑક્ટોબર દરમ્યાન કરવામાં આવ્યું છે. આ કાર્યક્રમો દ્વારા જનહિતાર્થે પ્રકૃતિ અને પર્યાવરણીય સભાનતા કેળવાય અને પર્યાવરણીય સંરક્ષણ માટે રસ જાગે તે માટે ઉજવણીના આ દિવસો દરમ્યાન મુલાકાતીઓને ઈન્દ્રોડા પ્રકૃતિ ઉદ્યાન અને ઈન્દ્રોડા પાર્કના પૂર્વ વિસ્તાર (અરણ્ય પાર્ક)માં વિનામૂલ્યે પ્રવેશ આપવામાં આવશે, એમ ફાઉન્ડેશનના નાયબ નિયામક (ઈઈ) બી એમ જોષી દ્વારા એક અખબારી યાદીમાં જણાવવામાં આવ્યું છે.

સચિવાલય કૅરમ સ્પર્ધામાં વિજેતા



શૈલેષકુમાર ઍમ મજમુદાર

પી સી ગટાડ

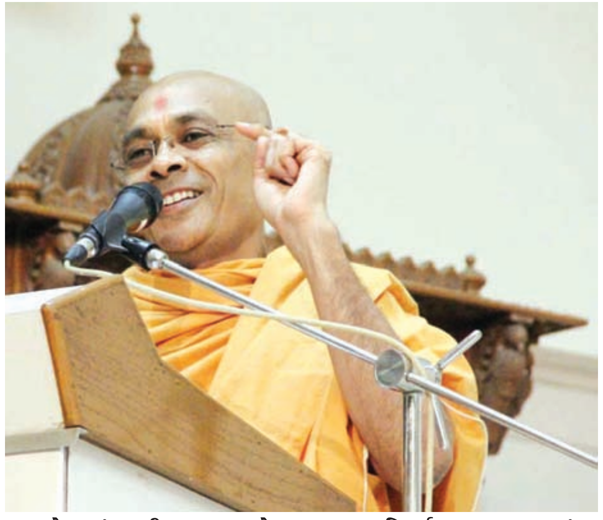
ગાંધીનગર, તા. ૨૮

સચિવાલ આંતર વિભાગીય કૅરમ સ્પર્ધાનું આયોજન તાજેતરમાં ગાંધીનગર ખાતે કરવામાં આવ્યું હતું, આ સ્પર્ધા અંતર્ગત ડબલ્સ ગેમમાં શૈલેષકુમાર ઍમ મજમુદાર, નાયબ સૅક્શન અધિકારી, શિક્ષણ વિભાગ તથા પી સી ગટાડ, પટાવાળા, મહેસૂલ વિભાગ ચૅમ્પિયન બન્યા હતા.

નિષ્કુળાનંદ કાવ્ય પરિચય' અંગે ૭૩મી પ્રવચનમાળાનું આયોજન

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

'આર્ષ'સંશોધન કેન્દ્ર ગાંધીનગર દ્વારા પરમ પૂજ્ય શ્રી પ્રમુખસ્વામી મહારાજની પ્રેરણાથી છેલ્લા ૧૯ વર્ષથી નિયમિતરૂપે ભારતીય મૂલ્યોનું સંવર્ધન થાય, તે હેતુને લક્ષમાં રાખીને વિદ્વાનો દ્વારા વ્યક્તિવિશેષ, સામાજિક સમસ્યા, દર્શન અને શાસ્ત્ર પર દર ત્રણ માસે પ્રવચનનું આયોજન કરવામાં આવે છે. તાજેતરમાં શાસ્ત્ર વિષયક પ્રવચનમાળા અંતર્ગત નિષ્કુળાનંદ કાવ્ય - પરિચય ૭૩મા પ્રવચનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ પ્રસંગે આર્ષ, અક્ષરધામ, ગાંધીનગરના નિયામકશ્રી, ડૉ. પૂ. શ્રુતિપ્રકાશદાસ સ્વામીજીએ સુંદર વિચારો રજૂ કરી પોતાના વકતવ્યો આપ્યા હતા. પ્રવચનમાં આશરે ૧૫૦૦ જેટલા શ્રોતાઓએ ભાગ લીધો હતો. સ્વામીજીએ પ્રથમ કવિનો પરિચય આપતા જણાવ્યું હતું કે, ભગવાન શ્રીસ્વામિનારાયણના અનેક ત્યાગી શિષ્યોમાં વૈરાગ્ય મૂર્તિ શ્રીનિષ્કુળાનંદ સ્વામી પ્રથમ પંક્તિના શ્રેષ્ઠ સંત હતા. તેઓ ધર્મ-ભક્તિ-જ્ઞાન અને વૈરાગ્યના જ્ઞાતા હતા. તેમના હાથની કલમથી અંકાયેલા ગ્રંથો ખરેખર જાણવા, વાંચવા અને સમજવા લાયક છે.નિષ્કુળાનંદ કાવ્યના ૨૩ ગ્રંથો છે મોટા ભાગના ગુજરાતી ભાષામાં લખાયા છે. નિષ્કુળાનંદ કાવ્ય જે લખાયું તે ભગવાનની હયાતીમાં લખાયુ હતુ.



ફુલ જેમ સુંગધથી પરખાય એમ સંપ્રદાય એ કવિતાથી ઓળખાય. શ્રીજી મહારાજના પરમ કૃપા પાત્ર એવા નિષ્કુળાનંદ સ્વામી એ જ્યારે કાવ્યો લખતા ત્યારે એમની પાસે કોઈ લાઈબ્રેરી પણ ન હતી. ત્યારે એ પ્રકારે કોઈ સુવિધા ન હતી. ગુજરાતમાં ૩૬૬ રજવાડા હતા. એ જમાનામાં નિષ્કુળાનંદ સ્વામી કાવ્ય લખે છે. એ વખતમાં ગુજરાતમાં ફક્ત ત્રણ શહેરોમાં અધ્યયન થતું વડોદરા, સુરત, અને ભાવનગરમાં એવા સમયમાં નિષ્કુળાનંદ સ્વામી આ કાવ્યો લખે છે, જેમાં પુરુષોત્તમ પ્રકાશ, સ્નેહગીતા, વચનવિધિ, સારસિદ્ધિ, ભક્તિનિધિ, હરિબળગીતા, હૃદયપ્રકાશ, ધીરાજાખ્યાન, હરિસ્મૃતિ, ચોસઠપદી, મનગંજન, ગુણગ્રાહક, હરિવચરણ, અરજીવિનય, કલ્યાણનિર્ણય, યમદંડ, વૃત્તિવિવાહ, શિક્ષાપત્રીભાષા, ભક્તચિંતામણી વગેરે છે. તેમજ ૨૦૦૦ પદો પણ લખ્યા છે.

મહાત્મા ગાંધીજીએ તેમના આશ્રમ ભજનાવલીમાં ત્યાગના ટકે વૈરાગ્ય વિના... જનની રે જીવો ગોપી ચંદની રે... પુત્રને પ્રેર્યો વૈરાગજી. વગેરે પદો સંકલીત કર્યાં છે.

તેમણે સાધુ દીક્ષા લીધી ત્યાંરથી માંડી ૧૯૦૪ (૮૨ વર્ષની ઉમંર સુધી)માં ધોલેરામાં અક્ષરવાસ લીધો ત્યાં લગી તેમને ગ્રંથોની રચના કરી છે. તેમનાં જેવા નિઃશ્રેયસ કાર્યો બીજાએ ભાગ્યે જ કર્યા હશે એમ કહીએ તો પણ અતિશયોક્તિ નથી.

નિષ્કુળાનંદ સ્વામી સદેહે આજે આપની સૌની વચ્ચે ભલે નથી પરંતુ તેમના અમર અક્ષર દેહે. હમેશાં આપણી સૌની વચ્ચે જ છે.

પ્રેરણા વિદ્યાલય - સરસ્વતી વિદ્યાલયના ઉપક્રમે બાળતસ્કરી અંગે જનજાગૃતિ કાર્યક્રમ યોજાયો

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

પ્રેરણા વિદ્યાલય, સૅક્ટર-૫ અને સરસ્વતી વિદ્યાલય, સૅક્ટર-૬ના સંયુક્ત ઉપક્રમે તાજેતરમાં 'મા-બાપને ભૂલશો નહીં' અને 'બાળતસ્કરી અંગે જનજાગૃતિ' કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો.

આધુનિક સમયમાં ભારતીય સંસ્કૃતિની વખણાતી સંયુક્ત કુટુંબ પ્રથા વિસરાઈ ગઈ છે. ભગવાન પહેલાં મા-બાપનું સ્થાન હોવું જોઈએ એ માન્યતા હવે રહી નથી. જે મા-બાપ બાળકોને મોટા કરે છે, ભણાવે-ગણાવે છે એમને જ બાળકો વૃધ્ધાશ્રમમાં મૂકી આવે છે અને કરુણતા એ છે કે વૃધ્ધાશ્રમમાંય હવે વેઈટીંગ ચાલે છે. સંયુક્ત કુટુંબપ્રથા પુનઃ અસ્તિત્વમાં આવે તે માટે જાણીતા વક્તા આશિષભાઈ સોની દ્વારા પ્રૉજેક્ટરના માધ્યમથી અસરકારક અને સચોટ માહિતી રજૂ કરવામાં આવી હતી.

બીજા દિવસે આશિષભાઈએ બાળતસ્કરી જેવા ગંભીર મુદ્દા પરત્વે વિદ્યાર્થીઓનું ધ્યાન દોર્યું હતું. બાળકોનું અપહરણ કરી તેમના દ્વારા ગેરકાયદે કામો કરાવવા તથા તેમનાં અંગો કાઢી લઈ તેમને કફોડી સ્થિતિમાં મૂકી દેવામાં આવતા હોવાના ચોંકાવનારા આંકડા તેમણે રજૂ કર્યા હતા. આ દૂષણથી બચવા બાળકોને સાવધ રહેવા તથા સ્વબચાવની તાલીમ લેવા પણ તેમણે અનુરોધ કર્યો હતો.

પ્રેરણા વિદ્યાલયના ટ્રસ્ટી પ્રદીપસિંહ બિહોલા, સરસ્વતી વિદ્યાલયના ટ્રસ્ટી મુકેશભાઈ પટેલે આ પ્રસંગે ઉપસ્થિત રહી વિદ્યાર્થીઓને સંબોધિત કર્યા હતા. પ્રેરણા વિદ્યાલયના પ્રિન્સિપાલ મનિષભાઈ ખત્રીએ આભારવિધિ કરી હતી.

મનોરંજન

સિનેમેક્સ

સ્ક્રીન-૧
મેઝ રનર (હિન્દી)
સવારે ૯.૧૦, ૨.૩૦, ૭.૫૦
ભાગ જોની
૧૨.૦૦, ૫.૨૦
કૅલેન્ડર ગર્લ્સ
૧૦.૪૦

સ્ક્રીન-૨
ગુજ્જુભાઈ ધ ગ્રેટ
૯.૪૦, ૩.૪૫, ૬.૪૫, ૯.૪૫
કટ્ટી બટ્ટી
૧૨.૪૫

સ્ક્રીન-૩
કિસ કિસ કો પ્યાર કરું
૧૦.૩૦, ૧.૨૫, ૪.૨૦, ૧૦.૦૫
કૅલેન્ડર ગર્લ્સ
૭.૧૫

સ્ક્રીન-૪
કૅલેન્ડર ગર્લ્સ
૧૦.૦૦, ૪.૦૦
બાંકિ કી ક્રેઝી બારાત
૧.૦૦, ૭.૦૦, ૧૦.૦૦

ગુજરાત રાજ્યમાં વસતા લેઉવા પટેલ જ્ઞાતિના તમામ લગ્નોત્સુકો માટે વેવિશાળ ડિરેક્ટરીનું આયોજન

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

ગુજરાત રાજ્યમાં વસતા લેઉવા પટેલ જ્ઞાતિના તમામ લગ્નોત્સુક યુવક-યુવતિો માટે લગ્નસંબંધી વિગતવાર માહિતી જેવી કે નામ, સરનામું, ફોટોગ્રાફ, ફોન નંબર, ઉંચાઈ, વજન, મોસાળ પક્ષ તેમજ વ્યવસાયની વિગત સાથેની માહિતી સભર વેવિશાળ ડિરેક્ટરીનું આયોજન પટેલ સમાજના આગેવાનો દ્વારા કરવામાં આવ્યું છે.

આ આયોજનથી સમાજના સભ્યોને ઘેરબેઠાં બધી જ વિગતો મળી રહે તેમજ યુવક-યુવતિઓને મનપસંદ પાત્રો મળી રહે તેમજ વાલીઓ માંગલિક પ્રસંગ સહેલાઈથી ઉકેલી શકે એવો હેતુ છે.

ડિરેક્ટરી માટે ઉચ્ચ અભ્યાસ, ઓછો અભ્યાસ, રીમેરેજ તેમજ શારીરિક ખોડખાંપણવાળા ઉમેદવારો પણ પોતાની માહિતી મોકલાવી શકશે. માહિતી મોકલવા માટે યુવક-યુવતિઓએ પોતાની સંપૂર્ણ માહિતી તાજેતરના કલર ફોટોગ્રાફ, જન્મ તથા અભ્યાસના આધાર સાથે પાંચમી ઑક્ટોબર સુધીમાં સવારે ૯.૩૦થી બપોરે ૧૨.૩૦ દરમ્યાન પટેલ સમાજના કાર્યાલય શ્રી રણછોડ વિદ્યાલય, મવડી મેઈન રોડ, વિશ્વેશ્વર મંદિર સામે, રાજકોટ ખાતે રૂબરૂ નોંધાવી જવા આ અંગેની એક અખબારી યાદીમાં જણાવાયું છે. આ અંગેની વધુ માહિતી માટે ફોન નં. (૦૨૮૧) ૨૩૬૦૪૬૪નો સંપર્ક કરવા વધુમાં જણાવવામાં આવ્યું છે.

સિવિલ ડિફેન્સની બેઠક ૩૦મીએ

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

ગાંધીનગર નાગરિક સંરક્ષણ એકમના તમામ પદાધિકારીઓ તથા વૉર્ડન્સની એક અગત્યની બેઠકનું આયોજન આગામી તા. ૩૦ના રોજ કરવામાં આવ્યું છે.

ચીફ વૉર્ડન અરૂણ બુચે આ અંગેની એક અખબારી યાદીમાં જણાવ્યું છે કે સાંજે બુધવારે પાંચ કલાકે સિવિલ ડિફેન્સ કચેરી, ડૉ. જીવરાજ મહેતા ભવન ખાતે આ બેઠક મુકરર કરવામાં આવી છે, જેમાં તમામને ઉપસ્થિત રહેવા તેમના દ્વારા સૂચના આપવામાં આવી છે.

કોબા પ્રાથમિક શાળા ખાતે ગણિત-વિજ્ઞાન પ્રદર્શન યોજાયું

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

કોબા ખાતે કાર્યરત મધુરી મનસુખલાલ વસા પ્રાથમિક શાળામાં તાલુકા કક્ષાનું ગણિત-વિજ્ઞાન અને પર્યવારણ પ્રદર્શન યોજાયું હતું, જેમાં વિભિન્ન પ્રાથમિક શાળાઓના ૧૨૭ વિદ્યાર્થીઓએ ભાગ લીધો હતો, જેમને ગાંધીનગર કેળવણી મંડળ, કોબા દ્વારા પુરસ્કાર આપી પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવ્યા હતા. કેળવણી મંડળ દ્વારા કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા જહેમત ઉઠાવવામાં આવી હતી.

પી કે ચૌધરી મહિલા આટ્ર્સ કૉલેજ ખાતે ક્વિઝ સ્પર્ધા યોજાઈ

ગાંધીનગર, તા. ૨૮

સૅક્ટર-૭ ખાતે કાર્યરત શ્રી પી કે ચૌધરી મહિલા આટ્ર્સ કૉલેજ ખાતે તાજેતરમાં સપ્તધારાની સાત ધારા વિષયે ક્વિઝ સ્પર્ધાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જેમાં સામાન્ય જ્ઞાન અંગેના પ્રશ્નોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો.

કૉલેજની ૧૮ વિદ્યાર્થીનીઓએ આ સ્પર્ધામાં ઉત્સાહપૂર્વક ભાગ લીધો હતો, જે પૈકી ૪ વિદ્યાર્થીનીઓને વિજેતા ઘોષિત કરવામાં આવી હતી.

વિજેતા વિદ્યાર્થીનીઓને કૉલેજનાં આચાર્યના હસ્તે પ્રમાણપત્રો એનાયત કરવામાં આવ્યાં હતાં.

સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન પ્રા. તારાબેન દેસાઈ, પ્રા. નરેન્દ્રભાઈ પટેલ, પ્રા. મનિષાબેન ચૌધરી દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

વિજેતા તેમજ સ્પર્ધામાં ભાગ લેનારી તમામ વિદ્યાર્થીનીઓને આચાર્ય તથા શાળા પરિવાર તરફથી અભિનંદન પાઠવવામાં આવ્યા હતા.

કન્વર્ઝન દુખથી સુખમાં, બંધનથી મુક્તિમાં, ક્રૂરતાથી કરુણામાં થવું જોઈએ

વિપશ્યના ગુરુ પદ્મભૂષણ શ્રી સત્યનારાયણ ગોએન્કાની આજે પુણ્યતિથિ

વિશ્વનાં ૧૬૨ કેન્દ્રો ખાતે ૫૧ ભાષાઓમાં વિપશ્યના શીખવાય છે

પ્રસંગસર
સતીષ શામળદાન ચારણ

વિપશ્યના એ આત્મનિરીક્ષણ દ્વારા આત્મશુદ્ધિની અનાદિકાળથી ચાલી આવતી સાધન વિધિ છે. એને ફેલાવો કરનાર ભગવાન બુદ્ધ હતા. વિ એટલે વિશિષ્ટ રીતે અને પશ્ય એટલે જોવું. વિપશ્યના એટલે વિશિષ્ટ રીતે જોવું... જે જેવું છે એને ઠીક એવી જ રીતે જોવું, સમજવું... શરીર અને ચિત્ત ધારા પર પળેપળ નિમિત્તક પરિવર્તનશીલ ઘટનાોનું તટસ્થભાવે નિરીક્ષણ એ વિપશ્યના.

તેને વિપ્રાસના પણ કહે છે. તેનો ઉદ્દેશ્ય કેવળ શારીરિક રોગોના જ નહીં પણ માનવમાત્રના બધા દુખોને દૂર અને વિકારનોનું સંપૂર્ણ નિર્મૂલન તથા પરમ વિમુક્તિની અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરવાનો છે.

શ્રી સત્યનારાયણ ગોએન્કાને વિપશ્યના સાધનાના ગુરુ માનવામાં આવે છે. ભારત અને વિશ્વમાં તેમણે આ સાધના પધ્ધતિનો પ્રચાર-પ્રસાર કર્યો છે. મૂળ ભારતીય એવા શ્રી ગોએન્કાનો જન્મ મ્યામાં (બર્મા)માં થયો હતો. ધંધાકિય તણાવને કારણે આધાશીશીના શિકાર બન્યા. આનો ઉપચાર બર્મામાં જ નહીં પરંતુ વિશ્વના પ્રસિદ્ધ ડૉક્ટરો પણ ન કરી શક્યા ત્યારે કોઈકે એમને વિપશ્યનાની સાધના કરવા જણાવ્યું. ત્યાં તેમણે આચાર્ય સયાજી ઉ બા ખિન પાસેથી વિપશ્યના શીખી અને ચૌદ વર્ષ તેના અભ્યાસની સાથે સાથે બુદ્ધવાણીનું પણ અધ્યયન કર્યું. બાદમાં આચાર્ય સયાજી ઉ બા ખિને એમને ૧૯૬૯માં લોકોને વિપશ્યના શીખવવા માટે અધિકૃત કર્યા. ત્યારથી તેમણે વિભિન્ન સંપ્રદાય અને વિભિન્ન જાતિના લોકોને ભારતમાં અને ભારતની બહાર પૂર્વ અને પશ્ચિમના દેશોમાં વિપશ્યનાનું પ્રશિક્ષણ આપ્યું.

વિપશ્યનાના અભ્યાસમાં શ્વાસને એક કડીબનાવી મનને વર્તમાનમાં જીવવાનું શીખવવામાં આવે છે. વિપશ્યનાનો સમગ્ર અભ્યાસ ચિત્તની નિર્મળતા તરફ લઈ જનાર છે. તે કોઈ અંધશ્રદ્ધા પર આધારિત કર્મકાંડ નથી.

હિન્દુ હો યા બૌદ્ધ હો, મુસ્લિમ હો યા જૈન,
જબ-જબ મન મૈલા કરે, તબ-તબ હો બેચૈન.

સંતોએ અને પ્રબુદ્ધોએ કહ્યું છે કે શાંતિ પોતાની અંદર શોધો. પોતે પોતાની અનુભૂતિના સ્તર પર જાતને જાણો, બુદ્ધિના સ્તર પર નહીં અને ત્યારે જ જીવનની સમસ્યાઓનું સ્વતઃ સમાધાન થતું જશે. આ સાધના મનનો વ્યાયામ છે.

આ સાધનાનાં ત્રણ સોપાન છે :

પહેલું સોપાન - સાધક પંચશીલ પાલન અર્થાત જીવહત્યા, ચોરી, જૂઠું બોલવું, બ્રહ્મચર્ય તથા નશા સેવનથી વિરત રહેવું. આ શીલોના પાલન કરવાથી મન એટલે સુધી શાંત પડતું હોય છે કે જેથી આગળનું કામ સરળ બનતું હોય છે. આગલું સોપાન નાસિકામાંથી આવતા-જતા પોતાના નૈસર્ગિક શ્વાસ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને આનાપાન નામની સાધનાનો અભ્યાસ કરવો. ચોથા દિવસ સુધીમાં મન કંઈક શાંત પડતું હોય છે, એકાગ્ર થતું હોય છે અને વિપશ્યનાના અભ્યાસને લાયક થતું હોય છે.

શ્રી ગોએન્કાએ ૧૯૭૬માં નાસિક ઈગતપુરીમાં પહેલું વિપશ્યના હેડક્વાર્ટર સ્થાપ્યું. વિશ્વનાં ૧૬૨ કેન્દ્રો ખાતે ૫૧ ભાષાઓમાં ૧૦ દિવસીય ઉપરાંત કેટલાંક કેન્દ્રો ખાતે ૨૦, ૩૦, ૪૫, ૬૦ દિવસીય શિબિરો થાય છે. ગુજરાતમાં વિપશ્યનાનું કેન્દ્ર ધોળકા નજીક રનોડા, મહેસાણા પાસે મીઠા અને કચ્છમાં માંડવી ખાતે કાર્યરત છે. વિપશ્યનાનાં આ કેન્દ્રો દાનથી ચાલે છે. રહેવા, ખાવાનું કોઈ શુલ્ક કોઈની પાસેથી લેવામાં આવતું નથી.

રાહુલ ગાંધી, શબાના આઝમી, મૌસમી ચેટરજી, દિપ્તી નવલ, કિરણ બેદી, સુભાષ ચંદ્રા, પ્રતિમા બેદી સહિત જગતના લાખો લોકો આ તાલીમ લઈ ચૂક્યા છે. સરકાર દરેક જેલમાં કેદીઓ માટે આ તાલીમ યોજવાનું વિચારી રહી છે. સિમ્બાયોસિસ સૅન્ટર ફૉર મૅનેજમૅન્ટ ઍન્ડ હ્યુમન રીસોર્સ ડેવલપમેન્ટ જેવી સંસ્થાએ વિપશ્યના તાલીમને પોતાના કોર્સમાં દાખલ કરી છે કારણ કે આ એક સનાતન એવી વૈજ્ઞાનિક પધ્ધતિ છે.

૨૯ ઑગષ્ટ, ૨૦૦૦ના રોજ આચાર્ય ગોએન્કાજીએ સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ દ્વારા ન્યૂયૉર્કના જનરલ ઍસેમ્બલી હૉલમાં વિશ્વના ગણમાન્ય આધ્યાત્મિક અને ધાર્મિક નેતાઓના સંમેલનમાં બોલતાં જણાવ્યું હતું કે, 'હું કન્વર્ઝનના પક્ષમાં છું, પરંતુ એક સંપ્રદાયમાંથી બીજા સંપ્રદાયમાં નહીં. એના બદલે કન્વર્ઝન દુખથી સુખમાં, બંધનથી મુક્તિમાં, ક્રૂરતાથી કરુણામાં થવું જોઈએ. આજે આવા જ પરિવર્તનની જરૂરિયાત છે.'

૨૦૧૨માં તેમને ભારત સરકાર દ્વારા પદ્મ ભૂષણથી સન્માનિત કરવામાં આવ્યા. ૮૯ વર્ષની વયે ૨૯ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૧૩ના રોજ તેમણે છેલ્લા શ્વાસ લીધા પણ પોતાની પાછળ એક અવિનાશી વારસો છોડી ગયા, તેમનું આ યોગદાન દુનિયા સદા યાદ રાખશે.

આજે વિશ્વ હૃદય દિવસ

સ્વસ્થ હૃદય માટે સ્વસ્થ પર્યાવરણ જરૂરી

પ્રસંગસર
ભાનુપ્રસાદ દવે

૧૯૯૯થી સપ્ટેમ્બર માસથી આ દિનની ઉજવણી કરવામાં આવે છે.આ દિનનું આયોજન વર્લ્ડ હાર્ટ ફેડેરેશન દ્વારા કરવામાં આવે છે,જેનો હેતુ હાર્ટને લગતાં રોગોની જાણકારી અને તેને સંબધિત ઉપાયોની જનજાગૃતિ ફેલાવવાનો છે. અને આ ફેડરેશન તો દુનિયાની તમામ મમ્મીઓને અપીલ કરે છે કે પોતાના બાળકોને નાનપણથી જ હેલ્ધી લાઈફ સ્ટાઈલની આદત પાડો.જોકે આપણે ત્યા તો પુખ્ત વયના લોકો પણ પોતાના હૃદયને લઈને ગંભીર જોવા મળતા નથી. દુનિયામાં દર વીસમી કે પચ્ચિસમી સેકેન્ડે કોઈ એક વ્યક્તિને હાર્ટ એટેક આવે છે અને અત્યંત આધુનિક સારવારોની શોધો ચાલુ હોવા છતાં પણ આજે દિનપ્રતિદિન હૃદયરોગનું પ્રમાણ વધી રહ્યું છે.

સામાન્ય રીતે બ્લડ પ્રેશર, ડાયાબિટિસ અને વધુ પડતી મેદસ્વીતા હાર્ટ માટે ગંભીર નિવડી શકે છે, જોકે એક સર્વે મુજબ વધુ પડતો સ્ટ્રેસ અને ટેન્શન પણ હૃદયરોગને આમંત્રણ આપી શકે છે, અતિશય ભોગવાદ, માનસિક તણાવ, શારીરિક કસરતનો અભાવ, ફાસ્ટ ફૂડ અને વ્યસનોના વધતા વ્યાપને પરિણામે યુવા વયથી જ કોલસ્ટ્રોલનું અસંતુલન થતાં હૃદય રોગની બીમારીઓએ માથું ઊંચકયું છે. પરંતુ રોજબરોજની કસરત શરીરને તનાવમાંથી મુક્તિ અપાવી શકે છે તો વળી હાસ્ય એક્સર્સાઈઝ પણ હૃદય માટે વધુ ફળદાઈ નિવડી શકે છે.

વર્લ્ડ હાર્ટ ફેડરેશનના માધ્યમથી અદ્યતન સંશોધનોની આપ-લે ઉપરાંત, હૃદય રોગને રોકવા માટે જાગૃતિ અભિયાન ચલાવવામાં આવે છે. ફેડરેશનના એક અહેવાલ અનુસાર વિશ્વમાં દર વર્ષે ૧૭.૩ મિલિયમ લોકો હૃદય રોગની બીમારીથી મરે છે અને હાર્ટ એટેકની બીમારી અગાઉ પ્રૌઢ વયના લોકોને જ થતી હતી. હવે, બદલાયેલા જીવન શૈલિના કારણે કિશોર વયમાં તેમજ યુવાન વયનાં દર્દીઓમાં હૃદય રોગની બીમારીનો વ્યાપ વધતો જાય છે.