વૈષ્ણવ પરિષદનું ગૌરવ

ગાંધીનગર, તા. ૪

આંતરરાષ્ટ્રીય પુષ્ટિ માર્ગીય વૈષ્ણવ પરિષદની વડોદરા ખાતે આવેલ મુખ્ય શાખા દ્વારા નિબંધ-વકૃતત્વ, કીર્તનની સ્પર્ધાઓ યોજેલ હતી. જેમાં ગાંધીનગર શાખાની હાર્વી દિપેશભાઈ પરીખ નિબંધ સ્પર્ધાના પ્રથમ વિજેતા થઈ. ગાંધીનગરનું અને વૈષ્ણવ સમાજનું ગૌરવ વધારેલ છે.

આજ રીતે વકૃતત્ત્વ સ્પર્ધામાં ગાંધીનગર શાખાની ભાર્વી દાણીએ ચોથું સ્થાન મેળવ્યું છે.

વિજેતાઓને ગાંધીનગર વૈષ્ણવ સમાજ તેમજ આંતરરાષ્ટ્રીય પુષ્ટી માર્ગીય પરિષદે અભિનંદન પાઠવેલ છે.

રવિવારે ટાઉનહૉલ ખાતે કુ. એશાનું આરંગેત્રમ

કલાની નગરી ગાંધીનગરની વધુ એક પ્રતિભાશાળી નૃત્યાંગના આગામી રવિવારે પોતાનું આરંગેત્રમ પ્રસ્તુત કરવા જઈ રહી છે.

અવનીબેન અને જિતેન્દ્રભાઈ શાહની પુત્રી એશા કે જે કલાગુરુ નીરાબેન શાહની શિષ્યા છે, તે ગાંધીનગર ટાઉનહૉલ ખાતે સાંજે ૪ કલાકે પોતાનું આરંગેત્રમ્ રજૂ કરશે.

આ પ્રસંગે પવિત્ર યાત્રાધામ વિકાસ બૉર્ડના ચેરમેન મહેન્દ્રભાઈ ત્રિવેદી તથા ગાંધીનગર કલ્ચરલર ફોરમના અધ્યક્ષ કૃષ્ણકાન્ત જહા એશાને આશીર્વાદ આપવા તથા પ્રોત્સાહિત કરવા ઉપસ્થિત રહેશે.

આરંગેત્રમ અંતર્ગત એશા દ્વારા ગણેશ વંદના, અલારિપુ, જતિશ્વરમ્, શબ્દમ્, વર્ણમ્, પદમ્, શ્લોકમ્, તિલાના અને મંગલમ્ જેવી કૃતિઓની પ્રસ્તુતિ કરવામાં આવશે.

ઓપન સ્કૂલના એસએસસી-એચએસસીના પરીક્ષા ફોર્મ લેઈટ ફી સાથે સ્વીકારાશે

મુદત ૩૦મી સપ્ટેમ્બર-૨૦૧૨ સુધી હતી જે હવે ૫૦૦ રૂ. લેઈટ ફી સાથે ૧૫મી ઓક્ટોબર-૨૦૧૨ સુધી લંબાવવામાં આવી

ગાંધીનગર, તા. ૪

ગુજરાત સ્ટેટ ઓપન સ્કૂલ, ગાંધીનગરના સચિવ એમ.આઈ. જોષીએ એક અખબારી યાદીમાં જણાવ્યું છે કે માર્ચ-૨૦૧૩ની ધોરણ-૧૦ માધ્યમિક શાળાંત પ્રમાણપત્ર પરીક્ષા અને ધોરણ-૧૨ સામાન્ય પ્રવાહ ઉચ્ચત્તર માધ્યમિક પ્રમાણપત્ર પરીક્ષામાં ખાનગી ઉમેદવાર તરીકે બેસવા માટે ગુજરાત સ્ટેટ ઓપન સ્કૂલમાં નિયત કરેલી ફી સાથે ફોર્મ ભરવાની મુદત ૩૦મી સપ્ટેમ્બર-૨૦૧૨ સુધી હતી જે હવે નિયત કરેલી ફી ઉપરાંત ૫૦૦ રૂ. લેઈટ ફી સાથે ૧૫મી ઓક્ટોબર-૨૦૧૨ સુધીમાં લંબાવવામાં આવી છે. જે તે ઉમેદવારોએ નિયત ફી સાથે નિયત સમયમાં ફોર્મ ભરી જવા જણાવાયું છે.

ગાંધીનગરમાં જમ્પ રોપના રેફ્રીઓનો સેમિનાર યોજાશે

ગાંધીનગર, તા. ૪

જમ્પ રોપ ફેડરેશન ઑફ ઈન્ડિયાના ઉપક્રમે જમ્પ રોપ એસોસીયેશન ઑફ ગુજરાત અને ગાંધીનગર જિલ્લા જમ્પ રોપ એસોસીયેશન દ્વારા રાષ્ટ્રીય કક્ષાના રમતનાં રેફરી સેમિનારનું આયોજન કરવામાં આવનાર છે.

આ સેમિનારમાં ભાગ લઈ ઉત્તીર્ણ થનાર રેફ્રીનો રાષ્ટ્રીય કશ્રાની સ્પર્ધાઓ માટે જમ્પ રોપ ફેડરેશન ઑફ ઈન્ડિયા દ્વારા રેફરી તરીકે પસંદગી કરવામાં આવશે.

પસંદગી પામનારા રેફ્રીને ટેકનિકલ નિષ્ણાત દ્વારા તાલીમ આપવામાં આવશે.

આ રેફરી સેમિનારમાં ભાગ લેવા માટે રમતપ્રેમી, વ્યાયામ શિક્ષકોએ ભરત ઠાકોર, મો.૯૯૭૯૦ ૫૫૬૬૦, ધર્મેશ પરમાર, મો. ૯૩૭૬૧ ૭૧૪૪૩, દિવ્યેશ ગોહેલ, મો. ૮૯૦૫૯ ૭૮૦૮૯ નો સંપર્ક કરી રજિસ્ટ્રેશન કરાવવાનું રહેશે.

ગાંધીનગર જિલ્લાના ખેલાડીઓ તલવારબાજીમાં અગ્રસ્થાને રહ્યા

ગાંધીનગર, તા. ૪

રાજ્યકક્ષાની બાળ ફેન્સીંગ (તલવારબાજી) સ્પર્ધામાં ગાંધીનગર જિલ્લાના ૧૦ ખેલાડીઓએ ભાગ લીધો હતો. ૫ ભાઈઓ તથા ૪ બહેનોની રાષ્ટ્રીય કક્ષાની શાળાકીય સ્પર્ધામાં પસંદગી થઈ છે.

આ ઉપરાંત એક ખેલાડીની સ્ટેન્ડ બાય ખેલાડી તરીકે પસંદગી થઈ છે.

ગાંધીનગર જિલ્લાના વાઘેલા વિજય, યાદવ મીતેશ, પ્રેરણા વિદ્યાલયનાં બંને, પરીખ પાર્થ, અંબા સ્કૂલ ફોર એક્સેલન્સએ ઈપી ટીમ ઈવેન્ટમાં પ્રથમ સ્થાન મેળવેલ છે. વ્યક્તિગત સ્પર્ધામાં ફોઈલ ઈવેન્ટમાં ઠાકોર અમરસિંહ પ્રથમ, અને ઈપી વ્યક્તિગત ઈવેન્ટમાં લાઠીયા યશ, અંબા સ્કૂલ ફોર એક્સેલન્સએ પ્રથમ સ્થાન મેળવેલ છે. બહેનોમાં ઠાકોર પાર્વતી, પ્રેરણા વિદ્યાલય, પ્રજાપતિ રીયા અને પ્રજાપતિ જાનવી, બંને અંબા સ્કૂલ ફોર એક્સેલન્સમાં ઈપી ટીમમાં વ્યક્તિગત સ્પર્ધામાં નીનામા સુરેખા, પ્રેરણા વિદ્યાલયએ પ્રથમ સ્થાન મેળવ્યું હતું.

ભરતજી ઠાકોર દ્વારા તાલીમ આપવામાં આવે છે. ફેન્સીંગ એસોસીએશનના પ્રમુખ સંજીવ મહેતાએ અભિનંદન પાઠવ્યાં છે.

સરકારી વાણિજ્ય કૉલેજ બૉક્સિંગ ટૂર્નામેન્ટમાં અગ્રેસર

ગુજરાત યુનિવર્સિટી સાઉથ ઝોન ઈન્ટર કૉલેજ બૉક્સિંગ ટૂર્નામેન્ટ પેટલાદમાં યોજાયો હતો. જેમાં સરકારી વાણિજ્ય કૉલેજના શિવાંગ જોશી ૬૧ કિ. ગ્રા. વર્ગમાં પ્રથમ, ચાવડા વનરાજસિંહ ૫૨ કિ.ગ્રા. વર્ગમાં, યાવા જયેશ, ૯૧ કિ.ગ્રા.માં દ્વિતીય ક્રમાંક પ્રાપ્ત કરેલ છે. આચાર્યશ્રી તેમને કૉલેજ પરિવાર તરફથી અભિનંદન પાઠવેલ છે.

ઉમા આર્ટ્સ અને નાથીબા કૉમર્સ કૉલેજ દ્વારા એક્સટેન્શન એક્ટીવીટી

ગાંધીનગર, તા. ૪

ગાંધીનગરની પ્રતિષ્ઠિત ઉમા આર્ટ્સ અને નાથીબા કૉમર્સ કૉલેજ, મહિલા કૉલેજને યુ.જી.સી. તરફથી પ્રાપ્ત થયેલ સી.પી. ઈ.ની ગ્રાન્ટમાંથી એક્સટેન્શન એક્ટીવીટીનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.

ગ્રામ ભારતી અમરાપુર, રાંધેજા, માણસા, ઈસનપુર મોટા અને કડી કૉલેજના અધ્યાપકો તથા વિદ્યાર્થીઓ જઈને બૌધ્ધિક ઉત્કર્ષ અંગે સામાજિક સંસ્થાઓ, શાળા, ગ્રામ પંચાયતોની મુલાકાત લઈને ગ્રામીણ ક્ષેત્રમાં જાગૃતિ લાવવાના પ્રયત્નો કરેલ હતા. યોજાયેલી સ્પર્ધામાં ઈનામો એનાયત કરવામાં આવ્યા હતા.

કૉલેજનાં આચાર્યા ડૉ. અમૃતાબહેનના પ્રોત્સાહન તથા અધ્યાપકશ્રીઓની જહેમતના કારણે સફળ અને ફળદાયી રહેલ હતા. ગ્રામજનો અને વિદ્યાર્થીઓને લાભાન્વિત કરવાનો આ હેતુ પરિપૂર્ણ થયેલ હતો.

અરિહંત સ્કૂલ ઓફ ફાર્મસી કોલેજ દ્વારા વ્યસનમુક્તિ અને રક્તદાન રેલી યોજાઈ

આલ્કોહોલ અવેરનેસ પ્રોગ્રામ, બ્લડ ડોનેશન તથા થેલેસેમિયા ટેસ્ટીંગ કરવામાં આવ્યું

ગાંધીનગર, તા. ૪

અડાલજ ગામે આવેલી અરિહંત સ્કૂલ ઓફ ફાર્મસી કોલેજના વિદ્યાર્થીઓએ તાજેતરમાં રક્તદાન જાગૃતિ અને વ્યસનમુક્તિ અંતર્ગત રેલી કાઢી રક્તદાન શિબિરનું આયોજન કર્યું હતું.

કોલેજના વિદ્યાર્થીઓએ તથા કર્મચારીગણે અડાલજ ગામમાં રક્તદાન અને વ્યસન મુક્તિ અંગે જાગૃતિ લાવવાના હેતુસર રેલીનું આયોજન કર્યું હતું. ત્યારબાદ આલ્કોહોલ અવેરનેસ પ્રોગ્રામ, બ્લડ ડોનેશન તથા થેલેસેમિયા ટેસ્ટીંગ કરવામાં આવ્યું હતું. રેલી કાઢીને લોકોમાં રક્તદાન તથા વ્યસન મુક્તિ માટેનો સંદેશો ફેલાવવામાં આવ્યો હતો. આચાર્ય ડૉ. રાગિન શાહે વિદ્યાર્થીઓનો ઉત્સાહ વધાર્યો હતો. રેલીનું સફળ સંચાલન સંસ્થાના પ્રાધ્યાપક ડૉ. પ્રજ્ઞેશ પટણીએ કર્યું હતું.

કુદરતી આપત્તિઓ : સજાગતા અને સુરક્ષાના ઉપાયો વિષયે સેમિનાર યોજાયો

ગાંધીનગર, તા. ૪

ગુજરાત -ેસ અકાદમી, ગાંધીનગર, ગુજરાત રાજય આપત્તિ વ્યવસ્થાપન સત્તા મંડળ અને જિલ્લા માહિતી કચેરી, ગાંધીનગરના સંયુકત્ત ઉપક્રમે શનિવારે કુદરતી આપત્તિઓં સજાગતા અને સુરક્ષાના ઉપાયો વિષય પરનો જનજાગૃતિ સેમિનાર ઈન્ડિયન ઈન્સ્ટિટયુટ ઓફ ટીચર્સ એજયુકેશન, સેકટર-૧૫, ગાંધીનગર ખાતે યોજાયો હતો. જીવનના ઘડતરમાં સેમિનારનું મહત્વ ખૂબ જ છે. તે વાત પર ભારમુકી નિર્સર્ગ સાયન્સ સેન્ટરના શ્રી અનિલભાઈ પટેલે જણાવ્યું હતું કે, ભૂંકપનો અનુભવ કરનાર ગુજરાતીઓ એક રીતેખૂબ જ નસીબદાર છે કે ભૂંકપ જાહેર રજાના દિવસે આવ્યો હતો. જો ચાલું દિવસે આવ્યો હોત તો ભૂકંપનો મૃત્યૂ આંક આના કરતા વધારે હોત, જેનું કારણ મુખ્ય ભય હોત. આપત્તિના સમયે ભયના કારણે કેવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય છે. તેની વિસ્તૃત વાત કરી હતી. કોઈ પણ કુદરતી કે માનવ સર્જિત આપત્તિઓમાં સમજણ, સભાનતા અને સુઝ ખૂબ જ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે, તેવુ કહીને જાપાન અને ભારત દેશમાં આવેલા સુનામી અને ભૂંકપ દરમ્યાન મૃત્યૂ આંકનો ફરક કેમ વધુ રહે છે, તેના પાછળનું કારણ તેના લોકો આ ત્રણ શબ્દથી ખૂબ જ જાગૃત હોવાનું છે. તેમણે કચ્છના ભૂંકપમાં કોમ્યુનિકેશન માટે વપરાયેલ હેમ રેડિયો ટેકનોલોજીની વિસ્તૃત વાત કરી હતી. ગુજરાત -ેસ અકાદમી, ગાંધીનગરના સચિવ શ્રી પુલકભાઈ ત્રિવેદીએ જણાવ્યું હતું કે, કુદરતી કે માનવ સર્જિત આપત્તિઓ કયારે અને કેવી રીતે આવશે, તેનાથી આપણે સૌ અજાણ હોઈએ છીએ. પણ આવી ગયેલ આપત્તિ સામે કેવી રીતે ઝઝૂમવું તે માટે દરેક વ્યક્તિમાં સજાગતા ખૂબ જ જરૂરી છે. આવી સજાગતા લાવવા જ રાજય સરકાર દ્વારા આવા સેમિનારનું આયોજન કરવામાં આવે છે.

તેમણે દરેક શાળામાં સંભવિત આપત્તિઓ અંગેની મોકડ્રીલ યોજવાની વાત પર પણ ખાસ ભાર મુક્યો હતો. ઈન્ડિયન ઈન્સ્ટિટયુટ ઓફ ટીચર્સ એજયુકેશનના કુલપતિ શ્રી બિપીનભાઈ ભટ્ટે પોતાના જીવન કાળ દરમ્યાન અલગ સ્થળે સરકારી નોકરી દરમ્યાન કેવી રીતે ભૂંકપ, પુર, વાવાઝાડું, વરસાદ અન્ય આફતો સામે કામ કર્યુ હતું. તેના રસ-દ સ્મરણો વાગોળ્યા હતા. જાણીતા લેખક અને પત્રકાર શ્રી દોલતભાઈ ભટ્ટે આજથી ૫૦ વર્ષ પહેલા આપત્તિના સમયે વગાડવામાં આવતા જુદા જુદા -કારના ૩૨ ઢોલોની રસ-દ વાત કરી હતી. તેમજ દુષ્કાળના સમયે લોકો કેવી રીતે અનાજ સાચવતા હતા. તેનાથી વિદ્યાર્થીઓને વાકેફ કર્યા હતા. મોરબીનો મચ્છુ ડેમ તુટ્યો ત્યારે કેવી પરિસ્થિતિ સર્જાઈ હતી તેની વાત કરીતે મંદિર ઉપર ધ્વજા મુકવા પાછળનું રસ-દ વૈજ્ઞાનિક કારણ સમજાવ્યું હતું. પહેલા ધ્વજાના કારણે લોકો પવનનો મજાજ પારખી લેવાની પણ વિસ્તૃત વાત કરી હતી. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન નાયબ માહિતી નિયામક શ્રી -જ્ઞા.એ.પટેલે કર્યુ હતું. આભારવિધી આઈ.આઈ.ટી.ઈના ડૉ શ્રી ડી.એ.ઓડેદરાએ કરી હતી.. કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા જિલ્લા માહિતી કચેરીના સ્ટાફ ગણે ભારે જહેમત ઉઠાવી હતી. કાર્યક્રમને ઈન્ડિયન ઈન્સ્ટિટયુટ ઓફ ટીચર્સ એજયુકેશનના વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષક ગણે મજા પૂર્વક માણ્યો હતો.

સાદરાના ગૌ-સંવર્ધન કેન્દ્રને ગીર ગાયનું દાન કરાયું

ગાંધીનગર, તા. ૪

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ સંચાલિત ગૌ-સંવર્ધન કેન્દ્ર સાદરામાં ગીર ગાય ઓલાદ સુધારણાનું કાર્ય કરનાર પ્રા. રમેશભાઈ પટેલના કાર્યને વેગ આપવામાં દિવ્યેશ કે. શાહ દ્વારા આર.જે.પી. ઈન્ફ્રાસ્ટ્રક્ચર પ્રા. લી. અમદાવાદના શેઠ શ્રીમતી ગીતાબેન રમેન્દ્રભાઈ પરીખે ઉત્તમ ગુણવત્તા ધરાવતી ગીર ગાયનું દાન કર્યું છે. કેન્દ્રના ગોવાળ જીવણભાઈ રાયકા અને રમેશભાઈ ચૌહાણે આ ગીર ગાય સંવર્ધન કાર્યમાં ઉપયોગી થાય તેવી કામીગીરી શરૂ કરી છે.

માત્ર આત્મતુષ્ટ કે આત્મતૃપ્ત વ્યક્તિઓને જ મનની શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે

સંસ્કાર ચિંતન

- અનંતરાય ન વ્યાસ

પ્રસાદે સર્વદુઃખાનામ્ હાનિરસ્યોપજાયતે।

પ્રસન્ન ચેતસો હયાશુ બુદ્ધિઃ પર્યવતિષ્ઠતે॥

' અન્તઃકરણ પ્રસન્ન થતાં સાધકનાં સર્વ દુઃખોનો અંત આવે છે પ્રસન્નચિત્ત કર્મયોગીની બુદ્ધિ તત્કાલ એક માત્ર પરમ તત્વ પરમાત્મામાં સારી પેઠે સ્થિર થઈ જાય છે.'

આપણા અત્યારના ઝડપી જીવનમાં કૃત્રિમતા વધતી જાય છે. આપણે મન મુકીને નથી ખડખડાટહસતા કે નથી કયારેય છાતીફાટ રડતા. લાગણીઓની અભિવ્યક્તિ પર 'રોક' લાગી છે. પરિણામે 'ટેન્શન-સ્ટ્રેસ, ઍટેક' ના પ્રશ્નો ઉભા થાય છે. આનાથી બચવા ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે શ્રીમદ્ ભાગવત-ગીતાજીના બીજા અધ્યાયમાં સંસારમાં વસતાં- છતાં, વાણી- વિચાર અને વર્તનમાં શાંત ભેવે વર્તવા સ્થિતપ્રજ્ઞ વ્યક્તિઓનાં લક્ષણો દર્શાવ્યા છે. સ્થિતપ્રજ્ઞ વ્યક્તિનું મન સદા પ્રસન્ન રહેતું હોય છે. ભગવાને ચિત્તની પ્રસન્નતા માટે પ્રસાદ શબ્દ મુક્યો છે. પ્રસાદએ માનસિક સ્થિતિ દર્શાવતો શબ્દ છે. પ્રસાદ એટલે મનની શાંતિ, આ એક અલગ વાત છે દૈનિક જીવનમાં આપણે હસીએ કે રડીએ.. પરંતુ, તે બધા સમયાન્તરે આવતા બાહ્ય વિકારો છે. વિકારી મનમાં શાંતિની સ્થાપના ન થાય. માત્ર આત્મતુષ્ટ કે આત્મતૃપ્ત વ્યક્તિઓને જ મનની શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. આ પ્રકારના સતત રહેતા શાંતિભાવને પ્રસાદ કહેવામાં આવે છે. પ્રસાદ એટલે ભગવાનની કૃપા અને તેથી પ્રાપ્ત થતી મનની પ્રસન્નતા, ટેન્શનમય જીવનમાંથી મુકત થવા માટે મનને શાંત તથા પ્રસન્ન રાખવું અતિ આવશયક છે.

મનમાં શાંતિ હોવી એ મહત્વની બાબત છે. શાંતિ આંતરિક ભાવનાથી સ્ફૂટ થતું અને સતત વહેતું ઝરણું છે. એ કોઈ બાહ્ય દેખાવ નથી. આજના આપણા દંભી સમાજમાં, આપણે સૌ અવારનવાર મુખ પર 'ચાર ઈંચનું' સ્માઈલ ફરકાવ્યા કરીએ છીએ. લાફિંગ કલબોમાં જઈ હસવાનો ઢોંગ કરીએ છીએ. પરંતુ આ બાહ્ય ચારો મનમાં શાંતિ કે આનંદ સ્થાપવામાં તદ્દન નિષ્ફળ જાય છે. તેનાથી મનમાં શાંતિનો અનુભવ થતો નથી. કદાચ ઘડીભર સુખનો આસાયેશ થાય ખરો, પણ એ સુખ કાયમી આનંદ નથી આપી શકતું. કાયમી આનંદની પ્રાપ્તિ માટે તો વૃત્તિઓનું સમત્વ સાધી મનને સ્થિર તથા વિચાર વિહિન કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જરૂરી છે. તમામ વૃત્તિઓને પરમાત્મા તરફ વાળવી જોઈએ. તેથી પૂર્ણ શાંતિ પ્રાપ્ત થાય.

સામાન્યતઃ મનની ચંચળતાનો આપણે સૌ અનુભવ કરતાં હોઈએ છીએ. અર્જુને મનને વાયુ જેવું ગતિશીલ તથા ચંચળ ગણાવ્યું જ છે ને. માનવીનું મન કંઈક પ્રાપ્ત કરવા અથવા તો પ્રાપ્ત વસ્તુથી કંટાળી તેનો ત્યાગ કરવા સદાય સતત દોડતું રહે છે. મનની આ દૌડ વિવિધ માંગોને ઊભી કરે છે. જો આપણે મનની આ અનેક માંગોને તાબે થઈએ તો પછી તેનો કયારેય અંત આવતો નથી. 'બાવાજીની લંગોટી'ની વાર્તા જેમ એક પછી એક માંગ વધતી જાય છે. વાસનાઓ કે કામનાઓ વધતી જાય છે. વાસનાઓ જ મનની તમામ પ્રવૃત્તિઓનું પ્રેરક બળ બનતી હોય છે. વાસનાઓ જ કર્મ કરવા મનને તૈયાર કરે છે. આમાંથી છૂટવા માટે મનની અટપટને તાબે ન થતાં મનને સ્વાધિન કરવાનો જ પ્રયત્ન કરવો જરૂરી છે.

વાસનાઓની પ્રેરિત મન વ્યક્તિનું અધઃપતન કેવી રીતે કરે છે તે ભગવાને તાર્કિક રીતે સમજાવ્યું છે. કોઈપણ પદાર્થ- વસ્તુ કે વ્યક્તિ પરત્વેનું અત્યાધિક ચિંતન આસકિત પેદા કરે છે. જો કે ચિંતના પ્રારંભે તો વ્યક્તિ પોતાની જાતને છેતરતી હોય છે કે પછી છેતરામણ હોય છે. દારૂ-તમાકુના વ્યસનીઓ પ્રારંભમાં પોતાને કંઈ અસર નહીં થાય તેવી શેખ મારતાં હોય છે પણ ધીમે ધીમે મન તેને ઊંડાણમાં ખેંચી જાય છે. જેથી વ્યક્તિના મનમાં પદાર્થ પ્રાપ્ત કરવાની કામનાઓ જાગે છે. ઈચ્છા બળવત્તર બનતાં એ વસ્તુ મને મળવી જ જોઈએ તેવી ભાવના થવા લાગે છે. 'આ તો મને જ મળવું જોઈએ.. તે માટે ગમે તે ભોગ આપીશ..' તેવા નિર્ણય બંધાય છએ. પતનના આ તબક્કે જો કંઈ વિઘ્ન આવે, કોઈ સમજાવે, અડચણ થાય તો ક્રોધ ઉપજે છે. ક્રોધ એ તો તમામ અવગુણોના પાયામાં છે. ભગવાને તને 'નર્કનો દરવાજો' કહેલ છે. ક્રોધથી વ્યક્તિ વિવેકભાન ભૂલી જાય છે અને 'વિવેક- ભ્રષ્ટાતાં ભવતિ વિનિપાતઃ શતમુખઃ ।' ના ન્યાતે તેનું અધઃપતન થાય છે. આવી વિવેક ભ્રષ્ટ તથા સંયમ રહિત વ્યકિતને ભગવાન અવશ્ય સજા કરે છે. સજાનો પ્રકાર જણાવતાં કહે છે 'હું કોઈને દંડ વડે ફટકારતો નથી. પણ જેને સજા કરવી હોય તેની બુદ્ધિ ભ્રષ્ટ કરી દઉં છું.' લાકડીના પ્રહાર કરતાં સહસ્ત્રગણો માર છે પણ આપણને તેનો ખ્યાલ આવતો નથી.

ભગવાન જ્યારે કૃપા કરે ત્યારે બુદ્ધિમાં સ્થિરતા આપી સારાસાર વિવેક શીખવે છે. બુદ્ધિની સ્થિરતા પામનાર વ્યક્તિની ઈન્દ્રિયો સ્વાધિન હોય છે. સ્વાધિન મનવાળી વ્યક્તિ ઈન્દ્રિયોને વિષયભોગમાં વિચારવા નથી દેતી. જો કોઈ સંતની ઈન્દ્રિયો વિષયોમાં વિચરતી જણાય તો પણ તેના અંતઃકરણમાં પરમાત્મા જ વસેલા હોય છે. ગીતામાં આવી વ્યક્તિને 'સ્થિરાત્મા' કહેલ છે. સામાન્ય વ્યક્તિ પ્રયત્નપૂર્વક ઈન્દ્રિયો પર કાબુ રાખી શકે છે- ખરો. પણ જો ચિત્તમાં વિષય પરત્વે ર, રહી ગયો હોય તો ચિત્ત કલ્પનામાં પણ ભોગ ભોગવી લે છે. ચિત જ્યાં સુધી પૂર્ણપણે અનાસક્ત ન થાય ત્યાં સુધી આ લીલા ચાલતી રહે છે. ચિત્તને આ અવસ્થામાંથી હટાવા માટે વિચાર તથા વર્તનમાં સામ્ય સાધી, જીવન પસાર કરવું જોઈએ. આવા જીવન જીવવા માટે અંતઃકરણની શુદ્ધિ અતિ આવશ્યક છે. રાગ અને દ્વેષ જો છૂટે તો અંતઃકરણ શુદ્ધ થાય. રાગ અને દ્વેષને અંતઃકરણના મળ કહેવામાં આવે છે. અંતઃકરણના આ મળ પરત્વે દૃષ્ટિ ન કરતાં દૃષ્ટિ પરમાત્મા તરફ વાળવી. આથી ચિત્ત આપોઆપ નિર્મળ બનશે. નિર્મળ ચિત્ત જ પ્રસન્નતા અનુભવે છે.

ચિતત્તની પ્રસન્નતા બાહ્ય સાધનોમાં શોધવાની જરૂર નથી. વાસનાથી વિહવળ બનેલું મન ભૂલી જાય છે કે આનંદ તો મોહી પડયો છે. સંસારના તમામ ભોગો ઈન્દ્રિયોના તેજને હણનારા છે. મનને પરમ તત્વ સાથે જોડાવાથી પ્રસન્નતાની અદ્ભુત ખાણ હાથ લાગી જાય છે. જો વ્યક્તિને ભાન થાય કે વિષયભોગ તો ધીમું મીઠું ઝેર છે તો વ્યક્તિ જાગૃત થાય તે પરમાત્મા તરફ અભિમુખ થાય.

પ્રસન્ન ચિત્તવાળાના દુઃખો નાશ પામે છે. તેવું કહેવાયું છે એટલે તેવી વ્યક્તિઓને દુઃખો ન આવે તેમ નહીં તેઓ પણ સંસારમાં વસે છે. સંસારના સુખ-દુખો તો આવવાના પણ દુઃખો તેને દુઃખી નથી કરી શકતા. ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં તેઓ તટસ્થ રહી શાંતિથી દુખ કે સુખને સહન કરી લે છે. પરિસ્થિતિ કે પદાર્થ સાથેનું આપણું 'ઈન્વોલમેન્ટ' સુખ-દુખ સર્જવામાં કારણભૂત હોય છે. જ્યારે વ્યક્તિ સાક્ષી ભાવે અવલોકન કરે તો છૂટી શકે છે. સોક્રેટીસની પત્ની કર્કશા હતા. વાતચિતમાં મગ્ન સોક્રેટીસ જમવા ન ઉઠ્યા તો પ્રથમ વાસણ ખખડાવ્યા તેની અસર ન થઈ તો ઉપર પાણી રેડ્યું ત્યારે સોક્રેટીસ જુઓ હું નહોતો કહેતો. ગડગડાટ પછી વરસાદ થવાનો.. આપણાં ત્યાં તુકારામને પણ ક્રોધી ભાર્યા મળેલી. તુકારામની પીઠ પર શેરડીનો સાંઠો માર્યો. તો તેને બે કટકા થઈ ગયા. તુકારામ હસીને કહે 'વાહ તુ કેટલી સમજું છો. બરાબર બે ભાગ કરી દીધા.. આવી વ્યક્તિને દુખો હેરાન ન કરી શકે. વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ જે મનની સમતા જાળવી શકે તેજ પ્રસન્નચિત રહી શકે. સુખ અને દુઃખથી નિવૃત થયેલું ચિત્ત પરમને શરણે જ જાય. વિચારોનો તર્કનો અંત આવતાં બિદ્ધિ નિર્મળ બને છે. તેને જ્ઞાન બાધે છે.

જ્ઞાની પુરુષ સંકત માત્રથી તત્વને જાણી શકે છે. તે તો આંતરિક વહેતાં ચેતના પ્રવાહ પરત્વે જ ધ્યાન આપે છે. તેને ન તો જીવનની અભિલાષા હોય, ન તો મરણનો ડર હોય. આવી વ્યક્તિના બાહ્ય આચાર-વિચારમાં કંઈ ફેર ન હોય. એ તો સહજ સાદું જીવન જીવે. ધર્મના માર્ગે ચાલે. તેની ચિત્તની પ્રસન્નતા જ તેને ધર્મનો માર્ગ ચિંધાડે. દિન-પ્રતિદિન તેનું મન વધારેમાં વધારે નિર્મળ થતું જાય. પરિણામ તેના રોજ-બરોજના કર્મોમાં પણ તે પ્રસન્નતા પૂર્વક ભાગ લે. રાજા જનક પણ સ્થિતપ્રજ્ઞ હોઈ શકે ને શુક મુનિ પણ.

ચિતની પ્રસન્નતા પામવા વાસના મુક્ત થવું જરૂરી છે. જીવનમાં ઈચ્છાઓ અને કામનાઓ કાલુ બહાર જાય તેટલી ન વધે તેનું સતત ધ્યાન રાખવું. આવતા દરેક પ્રસંગને સારા કે માઠા ને પરમાત્માએ જ મોકલાવ્યા છે તેમ માની તેને સ્વીકારી લેવા. અસંતોષની વારંવાર અભિવ્યક્તિ કરવાથી ઉલટાનો પ્રસંગ બગડે ને મન બગડે. જે વ્યક્તિનું ચિત શાંત નિર્મળ હોય તે માટે કિ.ઘ.મશરૂવાળા નોંધે છે.

'પામ્યો પ્રસન્નતા તેના દુઃખો સૌ નાશ પામતા, પામ્યો પ્રસન્નતા તેની બુદ્ધિ શિઘ્ર બને સ્થિર'...ગીતા ધ્વનિ