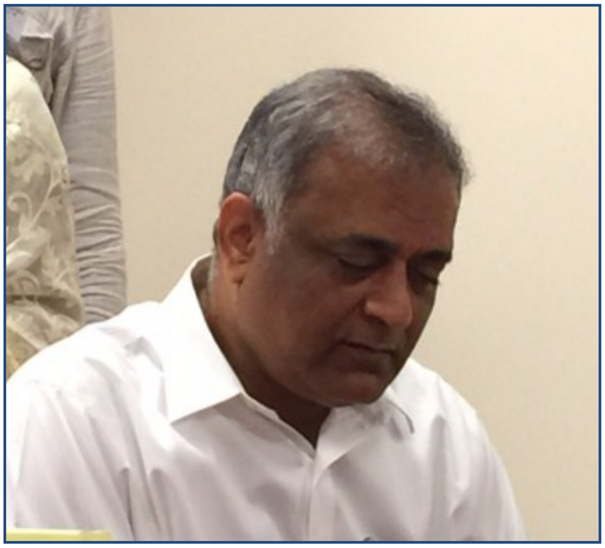
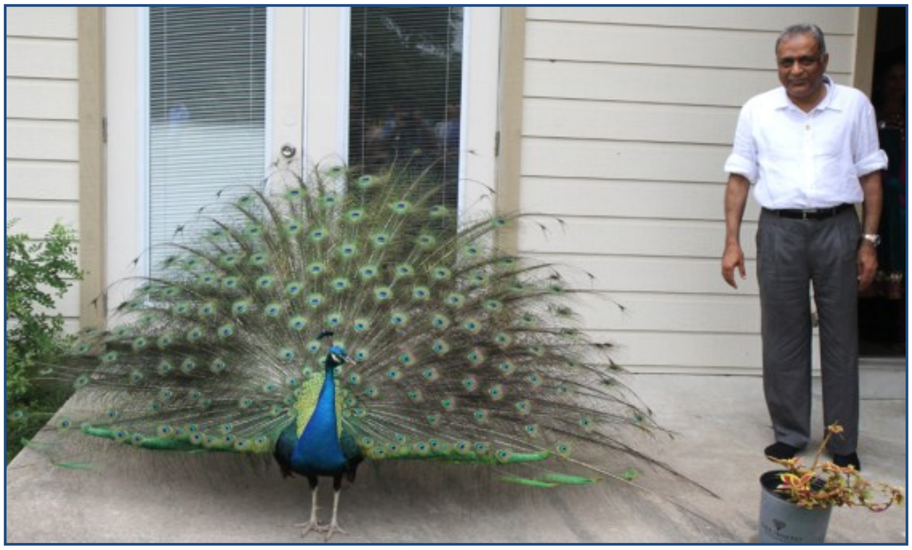
શ્રી રામચંદ્ર મીશન®
ECHOES INDIA NEWSLETTER

માસ્ટરના સમાચારો





ઉત્તર અમેરિકાનો પ્રવાસ

આદરણીય કમલેશભાઈ ડેન્માર્કથી ન્યૂયોર્કના જેએફકે આંતરરાષ્ટ્રિય એરપોર્ટ ખાતે 26મી મેના રોજ બપોરે પહોંચ્યા હતા. ઉત્તર અમેરિકાનો તેમનો આ પ્રવાસ એક મહિનાથી પણ વધારે ચાલ્યો હતો. આ ક્ષેત્રમાં તેમના આ પ્રવાસથી સહજ માર્ગ નવા જ સ્તરે પહોંચ્યો હતો. તેમણે મોન્રોમાં (ન્યૂ જર્સી), ટોરોન્ટો (કેનેડા), ડેટ્રોઈટ (મિશિગન), બીવરક્રીક (ડેટોન), ફ્રેમોન્ટ (કેલોફોર્નિયા), ઓસ્ટીન (ટેક્સાસ), સ્પર્સ રીટ્રીટ, મોલેના (જ્યોર્જીયા) રીચમન્ડ (વર્જીનીયા) અને સ્ટેટન આઈલેન્ડ (ન્યૂયોર્ક)ના આશ્રમો અને સેન્ટરોની મુલાકાત લીધી હતી.

પ્રવાસ દરમિયાન આદરણીય કમલેશભાઈ અભ્યાસીઓ સાથે મિટીંગમાં, સત્સંગો કરાવવામાં, હાર્ટફુલનેસના સત્રોમાં અને હાર્ટફુલનેસની નવી પદ્ધતિ માટે અભ્યાસીઓના મનમાં ઉઠતી નવી શંકાઓનું સમાધાન લાવવામાં અને આધ્યાત્મિકતાને લગતા વિષયો પર ખુલાસા કરવામાં વ્યસ્ત રહેતા હતા. તેમણે યુવાનો અને વૃદ્ધો, બાળકો અને યુવાઓ સાથે તેમના જેવા બનીને રિલેક્ષેશનની પદ્ધતિ સમજાવી હતી અને સહજ માર્ગને દુનિયા સમક્ષ કેવી રીતે ઉપલબ્ધ કરાવવો તે સમજાવ્યું હતું, આધ્યાત્મિકતાને લગતા કેટલાક ગંભીર વિચારો વિષે પણ કહ્યું હતું અને સાધનાનું મહત્ત્વ પણ સમજાવ્યું હતું. આ ક્ષેત્રના અભ્યાસીઓને લાગ્યું હતું કે તેમની સાથે ગાળેલી દરેક ક્ષણ અતિશય યાદગાર ક્ષણ હતી.

તેમના પ્રવાસ દરમિયાન તેમણે આપેલાં વક્તવ્યો અને અવિધિસરનાં સત્રોમાંથી લીધેલા થોડા મુદ્દાઓ નીચે આપવામાં આવ્યા છે. અભ્યાસીઓ માટે પ્રવાસના બધાજ પ્રમાણભૂત હેવાલ મિશનની વેબસાઈટ પર ઉપલબ્ધ છે.

- સંવેદનશીલતા પ્રગતિ માટે મહત્ત્વશીલ છે. તેમણે કહ્યું હતું કે સંવેદનશીલતા વગર વ્યક્તિ લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરી જ ન શકે.
- લોકો પર વિશ્વાસ રાખવામાં સમજદારી છે. કોઈ ઘટનાઓ બને, ત્યારે વ્યક્તિ તેનો લાભ લઈ શકે છે, પરંતુ લાંબા ગાળે જે વ્યક્તિ લોકો પર ભરોસો રાખશે, તેમને ફાયદો થશે.
- જ્યારે કોઈ અભ્યાસીએ પૂછ્યું કે 'બ્રાઈટર વર્લ્ડ' ક્યાં આવેલું છે, ત્યારે શ્રી કમલેશભાઈએ તેમના હૃદય તરફ બતાવીને કહ્યું હતું, "તે અહીં આવેલું છે. આપણાં હૃદયોમાં આવેલું છે." તે અહીં અને અત્યારે પણ અહીં જ છે. જો આપણે અત્યારે 'બ્રાઈટ

શ્રી રામચંદ્ર મીશન® એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

વર્લ્ડ'માં નથી, તો પાછળથી જ્યારે આપણે ભૌતિક શરીર છોડીશું ત્યારે 'બ્રાઈટર વર્લ્ડ'માં પહોંચવાના નથી.

- હાર્ટફુલનેસને સમજાવતાં તેમને કહ્યું હતું કે તેમાં નવું કશું જ નથી. "કદાચ તે 'ઈશ્વર'નું અંતિમ હાર્ટફુલનેસ હશે, જેનાથી આ વિશ્વનું સર્જન કરવામાં આવ્યું છે." હાર્ટફુલનેસ અને સહજ માર્ગ સમાનાર્થી છે અને તે સાદગી અને પવિત્રતાની બાબતમાં સમાનાર્થી છે.
- આદરણીય કમલેશભાઈએ ભારપૂર્વક જણાવ્યું હતું કે આપણા જીવનમાં આપણે હાર્ટફુલનેસનો અભ્યાસ બીજાઓ પ્રત્યે આદર સહિત કરવાની જરૂર છે. આપણે આપણી પોતાની ભૂલોની હંમેશાં અવગણના કરીને, બીજાની ભૂલોને અક્ષમ્ય ગણીએ છીએ. દરેકે તેમના હૃદયનું સાંભળવું જોઈએ અને કહ્યું હતું કે હૃદયમાં સંપૂર્ણપણે સ્પષ્ટતા રાખો અને આપત્તિઓનો સામનો કરતી વખતે હિંમત રાખવા માટે હૃદયને અનુસરો.
- પ્રેમ, પ્રેમી અને પ્રિયતમની ત્રિપૂટીમાં સુંદરતા રહેલી છે. જ્યાં સુધી હું મારા પ્રિયતમમાં સંપૂર્ણપણે વિલીન ન થઈ જાઉં, જ્યાં સુધી મારી અંદરથી બધું જ દૂર ન થઈ જાય, ત્યાં સુધી આધ્યાત્મિકતા સંભવ નથી. વિલીનીકરણ તેનો અંત નથી, તે માત્ર શુદ્ધ આધ્યાત્મિક જીવનની શરૂઆત છે.

ભારતનો પ્રવાસ

બેંગ્લોર

26મીને રવિવારે બપોરે, શ્રી કમલેશભાઈ ચેન્નાઈથી બેંગ્લોર જવા રવાના થયા હતા. તેઓ લગભગ 6.30 વાગે હોસુર પહોંચ્યા હતા અને મેડિટેશન હોલમાં સત્સંગ કરાવ્યો હતો. મોડી સાંજે, તેઓ બેંગ્લોર પહોંચ્યા હતા.

27મી અને 28મી, બે દિવસ તેઓ સીટીંગો આપવામાં, વડીલ અભ્યાસીઓને અને બાળકોને મળવામાં, તેમ જ પ્રશિક્ષકો બનાવવામાં વ્યસ્ત હતા. તેમણે હાર્ટફુલનેસ વિષે અવિધિસરની ચર્ચાઓ પણ કરી હતી. 29મીએ તેઓ વહેલા ઊઠીને તૈયાર થઈ ગયા હતા અને અભ્યાસીઓને મળ્યા હતા. નાસ્તો કરતી વખતે તેમણે કહ્યું હતું કે સહજ માર્ગ આધ્યાત્મિક ચળવળ બનવો જોઈએ, તેમાં દરેક જણે એકતા અને એકબીજા પ્રત્યે નિષ્ઠાની ભાવનાથી ક્રિયાશીલ બનીને સામેલ થવાનું છે. લગભગ 7.30 વાગે તેઓ ઝોનલ આશ્રમ જવા નીકળ્યા હતા.

ઝોનલ આશ્રમ ખાતે હજારો અભ્યાસીઓ એકત્રિત થયા હતા અને તેમના આગમનની શાંતિથી પ્રતિક્ષા કરી રહ્યા હતા. 9.00 વાગે તેમણે સત્સંગ કરાવ્યો હતો અને ટૂંકા વક્તવ્યમાં કહ્યું હતું કે ગુરુઓએ બક્ષેલી અવસ્થાનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો જોઈએ. તેમણે કહ્યું કે "લોકોની સામે જોતી વખતે અને લોકોની સેવા કરવી વખતે, લોકોને સાંભળતી વખતે પણ તે બધું તેમના હૃદયને સ્પર્શવું જોઈએ અને તે બધું હૃદયમાંથી આવવું જોઈએ. આ રીતે, આપણી અંદર ઉદ્ભવેલી હાલતને કાર્ય દ્વારા વિસ્તૃત થવા દેવી જોઈએ. 5.00 વાગે શ્રી કમલેશભાઈએ બીજો સત્સંગ કરાવ્યો હતો અને ભવ્ય આધ્યાત્મિક ચળવળમાં ભાગ લેવા માટે બધાને આમંત્રિત કરતું વક્તવ્ય આપ્યું હતું.

આંધ્ર પ્રદેશનો પ્રવાસ

શ્રી કમલેશભાઈએ આંધ્રપ્રદેશનો તેમનો પ્રવાસ 30મી જુલાઈના રોજથી શરૂ કર્યો હતો. અનંતપુર જવા માટેની બેંગ્લોરથી તેઓ લગભગ 7.30 વાગે નીકળ્યા હતા. 'અનંતપુર'નામનો ઉલ્લેખ કરતાં તેમને કહ્યું હતું કે, "અનંતમાં જવા માટે યાત્રાની શરૂઆત થઈ છે–અનંતકી યાત્રા." તેમનાં વક્તવ્યોમાં, વ્યક્તિએ ગુરુના સ્મરણમાં પોતાનો સમય ગાળવા માટે 'ગુરુ પૂર્ણિમા'ના મહત્ત્વ પર વિશેષ ભાર આપ્યો હતો. તેમણે કહ્યું હતું કે હાર્ટફુલનેસ એ સહજ માર્ગ સુધી પહોંચવાનો માર્ગ છે અને આપણે સહજ માર્ગને અનુસરી રહ્યા છીએ. તેમણે શ્રીરામચંદ્ર મિશનનો એક સંસ્થા તરીકે ઉલ્લેખ કર્યો હતો.

વયોવૃદ્ધ લોકોને પ્રેમ કરવાના અને તેમને મદદ કરવાના મહત્ત્વ પર તેમણે ભાર આપ્યો હતો અને જણાવ્યું હતું કે યુવાનોએ વૃદ્ધો સાથે સારો એવો સમય ગાળવો જોઈએ અને તેમના અનુભવ પરથી શીખવું જોઈએ. તેમણે કહ્યું હતું કે સહજ માર્ગ 'સેવા', 'અનંત સેવા' ના નામે ઓળખાય.

શ્રી રામચંદ્ર મીશન® એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

31મી જુલાઈઓને શુક્રવારે, ગુરુ પૂર્ણિમાનો દિવસ હતો. સત્સંગ કરાવ્યા પછી તેમણે આધ્યાત્મિક યાત્રા પર વકતવ્ય આપ્યું હતું અને ‘ઓછા બોજ સાથે પ્રવાસ’ ની જરૂરિયાત પર ભાર આપ્યો હતો. વિલીનીકરણો સરળ બનાવવા માટે તેમણે વધારે ધ્યાન કરવાનું સૂચન કર્યું હતું. નંદીયાલ જતાં રસ્તામાં તેમણે **તાડીપત્રી** ખાતે આશ્રમની મુલાકાત લીધી હતી અને સ્થાનિક ભાષામાં હાર્ટફુલનેસના સત્ર પછી સત્સંગ કરાવ્યો હતો. તેઓ **નંદીયાલ** 2.00 વાગે પહોંચ્યા હતા. બપોરના ભોજનનો સમય થઈ ગયો હોવા છતાં તેમણે દરેકને વિનંતી કરતાં કહ્યું હતું કે જો તેમને વધારે થાક ન લાગ્યો હોય અને ભૂખ ન લાગી હોય, તો સત્સંગમાં બેસો. મજાક કરતાં તેમણે કહ્યું હતું કે સત્સંગ ટૂંકો હશે. બપોરનું ભોજન કરતી વખતે એક અભ્યાસીએ માસ્ટર, શ્રી કમલેશભાઈને વરસાદ લાવવા માટે કંઈક કરવા માટે વિનંતી કરી હતી. તેમને જવાબ આપતાં કહ્યું હતું કે “મેં આપણા ગુરુદેવોને આ માટે પ્રાર્થના કરી છે.” સ્થાનિક અભ્યાસીઓના આશ્ચર્ય વચ્ચે સાંજે ભારે વરસાદ પડ્યો હતો.

તેમનો બીજો મુકામ **નંદીકોટકુર** આશ્રમ ખાતે હતો. બપોરે તેમણે ત્યાં સત્સંગ કરાવ્યો હતો અને પછી કુરનૂલ જવા રવાના થયા હતા. જતી વખતે ગાડીમાં તેમણે જણાવ્યું હતું કે મેં નોંધ્યું છે કે જ્યારે પણ બપોરે સત્સંગ કરાવવામાં આવે છે, ત્યારે લગભગ તે ઘણો જ તીવ્ર અને ગહન હોય છે. તેમણે સહજ માર્ગ ચળવળ વિષે અને વડીલો પ્રત્યે ‘અનંત સેવા’ આ વિષયો પર તેમણે **કુરનૂલ**માં

વકતવ્ય આપ્યું હતું. તેમને સૂચવ્યું હતું કે કુરનૂલ સેન્ટરમાં જો સત્સંગોનું વિકેન્દ્રિકરણ કરવામાં આવે અને મોટાભાગના અભ્યાસીઓ ચાલીને જઈ શકે એવી કોઈ જગ્યાને પ્રાધાન્ય આપવામાં આવે, તો ત્યાં વધારેને વધારે લોકો જઈ શકશે.

2જી ઓગસ્ટે રવિવારે, સત્સંગ પછી શ્રી કમલેશભાઈએ કહ્યું હતું કે બીજાઓની પરવા કરવા બાબતે અને જ્યારે પણ આપણને તક મળે ત્યારે લોકોને મદદ કરવા બાબતે સલાહ આપતું વકતવ્ય આપ્યું હતું.જ્યારે આપણે લોકોના દુ:ખો જોઈએ ત્યારે ઓછામાં ઓછું આપણે તેમના માટે પ્રાર્થના તો કરવી જ જોઈએ. બધાજ સંજોગોમાં આપણે વિનમ્રતા, સાદગી અને પ્રેમાળ હૃદય વિકસાવવું જોઈએ. માત્ર તે જ આપણને એક સાથે આગળ લઈ જશે.

માસ્ટર ચેમ્મીગનુર જવા માટે લગભગ 10.00 વાગે નીકળ્યા હતા. **ચેમ્મીગનુર** ખાતે, 6.00 વાગ્યાના સત્સંગ પછી તેમને કહ્યું હતું કે આપણે ઉપરથી મર્ગદર્શન મેળવવા માટે ધ્યાન કરવું જોઈએ. કોઈએ તેમને પૂછ્યું હતું કે બીજી સંસ્થાઓ સમાજમાં સેવાકીય પ્રવૃત્તિઓ કરે છે તેવી આપણે પણ કેમ નથી કરતા. તેમને કહ્યું હતું કે, “હું તમારી સાથે સહમત છું. કૃપા કરીને તમે આગળ વધો અને જો તમારી પાસે પૈસા અને સમય હોય, તો તે શરૂ કરો.”

માસ્ટરે કહ્યું હતું કે લોકોને સહજ માર્ગ વિષે ખોટી ધારણા છે કે આપણે ધર્મની વિરૂદ્ધમાં છીએ. ખરેખર તો, સહજ માર્ગ ધર્મનો જ સાર ગ્રહણ કરે છે. તેમણે પ્રશ્ન પૂછ્યો, “ધર્મનો સાર શું છે? પહેલું તો, ઈશ્વર સર્વત્ર છે અને બીજું, ધર્મના પાયામાં પ્રેમ છે. આપણે પણ તે જ કરીએ છીએ.” તેમણે ભગવત ગીતાના 12મા અધ્યાયને ટાંચીને ઉદાહરણ આપતાં કહ્યું હતું કે 12મા અધ્યાયમાં વર્ણન કરતાં ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ કહે છે કે આપણાં બધાં જ કાર્યો આપણે ‘દિવ્ય ચેતના’માં રહીને કેવી રીતે કરવાં જોઈએ. સહજ માર્ગમાં તે જ બાબતને સતત સ્મરણ કહેવાય છે. શ્લોકોને ગોખીને યાદ રાખવા કરતાં આપણે એના સારને જ આપણા જીવનમાં અપનાવીએ.

2જી ઓગસ્ટે, **કુરનૂલ** આશ્રમમાં સત્સંગ કરાવ્યા પછી, માસ્ટરે કહ્યું હતું કે તિરુવલ્લુર ખાતે રાખવામાં આવેલો ભંડારો અસલ વરદાનરૂપ હતો પણ કમનસીબે મોસમે તેમાં સહકાર આપ્યો ન હતો. જ્યારે સંજોગો સાનુકૂળ ન હોય, ત્યારે આપણા અસલ ચારિત્ર્યની વાસ્તવિકતા છતી થાય છે. માસ્ટરે એક વૃદ્ધ અભ્યાસીનું ઉદાહરણ આપતાં કહ્યું હતું કે તેમણે ટેન્ટમાં એક માતા અને તેના

શ્રી રામચંદ્ર મીશન®
એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

બાળકને રાત્રે સૂવા માટે પોતાની કોરી જગ્યા આપી હતી અને પોતે ભીની જગ્યામાં સૂઈ ગયા હતા. તેમને કહ્યું હતું કે સેવા એટલે પોતાનો વિચાર કરતાં પહેલાં, બીજાઓનો વિચાર કરવો.

3જી ઓગસ્ટે, શ્રી કમલેશભાઈ **અડોની** ગયા હતા. આ સેન્ટર ચેમ્મીગનૂરથી લગભગ 30 કી.મી.ના અંતરે આવેલું નાનું સેન્ટર છે. તેમણે ત્યાં 6.30 વાગે સત્સંગ કરાવ્યો હતો અને અનુભવ કર્યો હતો કે ત્યાંનો એક પણ અભ્યાસી તેમની આ મુલાકાત માટે આંતરિકરીતે તૈયાર ન હતો અને તેઓ અભ્યાસીઓને જે આપવા માગતા હતા, તેને ગ્રહણ કરવા માટેની અભ્યાસીઓની અસમર્થતા અભ્યાસીઓની હાલતમાં છતી થતી હતી. નાસ્તો કર્યા પછી માસ્ટર ચેમ્મીગનૂર પાછા આવ્યા હતા અને લગભગ 4.00 વાગે તેમણે ઉત્તર કર્ણાટકાના બીજા ભાગમાં ટૂંકો પ્રવાસ કરવાની શરૂઆત કરી હતી.

ઉત્તર કર્ણાટકા

રાયચૂર પહોંચીને શ્રી કમલેશભાઈએ ટૂંકી સીટીંગ આપી હતી. તેમણે કહ્યું હતું કે આપણે સહજ માર્ગમાં જે કરીએ છીએ, તે બાબતમાં બીજાઓને કહેવા માટે સ્પષ્ટવકતા બનવાની જરૂર છે. ખાસ કરીને વિદ્યાર્થીઓ અને યુવા પેઢી સાથે વાત કરવામાં સંકોચ ન રાખવો જોઈએ કારણ કે તેમના જુસ્સાને સાચી દિશામાં વાળવા માટે વિવિધ પદ્ધતિઓની વધારે જરૂર છે. તેમણે કહ્યું હતું કે, "અભ્યાસ કરવાના કોઈ જ ટૂંકા રસ્તા નથી. કેટલાક અભ્યાસીઓ માને છે કે પ્રગતિ કરવી એટલે પ્રશિક્ષક બનવું અને તે પછી સેન્ટરના CIC વગેરે... સાચું કહું તો આપણી પદ્ધતિમાં પ્રશિક્ષકો કરતાં પણ ઘણા અભ્યાસીઓની આધ્યાત્મિક હાલત ઉચ્ચતર છે. બાબુજી પ્રશિક્ષક હતા જ નહીં, છતાં તેમણે આધ્યાત્મિકતાની ઉચ્ચતમ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી હતી.

બધા જ અભ્યાસીઓ સર્વના કલ્યાણ માટે કાર્ય કરે તેમ હું ઈચ્છું છું. તમારી બાજુમાંથી પસાર થાય તે બધાને રિલેક્ષેશન પદ્ધતિ વિષે વાત કરો. તેનાથી પણ આગળ, જો તમે તેમને સહજ માર્ગ શરૂ કરાવવા માગતા હોય, તો તમારા સ્થાનિક પ્રશિક્ષકનો સંપર્ક કરો. નવા આગંતુકો આવશ્યક એવી વ્યક્તિગત અથવા સમૂહ સત્સંગોમાં ભાગ લે, તે સુનિશ્ચિત કરો. બાબુજી મહારાજ સંદેશાઓ મોકલ્યા કરે છે કે સમય ઘણો ઓછો છે. મારા માટે તેનો અર્થ એ જ થાય છે કે જુસ્સો ઠંડો પડી જાય તે પહેલાં આ પદ્ધતિનો પ્રચાર કરવા માટેનો સમય ઘણો ઓછો છે. આ પદ્ધતિનો પ્રચાર કરવામાં અભ્યાસીઓની મદદ વગર કોઈ જ ZIC કે પ્રશિક્ષક કશું જ કરી શકે તેમ નથી. આપણી 'ગુરુ દક્ષિણા' લોકો સમક્ષ સહજ માર્ગનો પ્રચાર કરવાની અને આપણા ગુરુનું કાર્ય કરવાની હોવી જોઈએ. રાતના ભોજન પહેલાં માસ્ટરે હાર્ટફુલનેસ પર થોડી નવી વિડિયોનું નિરીક્ષણ કર્યું હતું.

4થી ઓગસ્ટે **રાયચૂર**થી શ્રી કમલેશભાઈ 8.15 વાગે ગુલબર્ગા જવા રવાના થયા હતા. રસ્તામાં તેઓ શોરાપુરમાં રોકાયા હતા અને ત્યાં સત્સંગ કરાવ્યો હતો. **ગુલબર્ગા** ખાતે, નાનાં બાળકોને જોઈને તેઓ ખુશ થઈ ગયા હતા અને જૂના તેમજ નવા બધા જ અભ્યાસીઓને મળ્યા હતા. સત્સંગ પછી તેમણે સહજ માર્ગ પ્રત્યેના આપણા

શ્રી રામચંદ્ર મીશન®

એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

અભિગમને લક્ષમાં લેવાની જરૂરિયાત પર પ્રકાશ પાડતું ટૂંકું વકતવ્ય આપ્યું હતં અને કહ્યું હતું કે અભ્યાસમાં આપણે નિયમિત બનવું જોઈએ, તેનાથી આપણી સંવેદનશીલતામાં વધારો થાય છે. આપણે એવી અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવા માટે પ્રગતિ કરવી જોઈએ કે તે પછી ધ્યાન કરવાની કે સફાઈ કરવાની જરૂર જ ન પડે. તેમણે કહ્યું હતું કે માસ્ટર કહે છે, "હું દરરોજ તમારી અંદર સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે આવું છું." પણ આપણે આ બાબતમાં સંવેદનશીલ નથી.

5મી ઓગસ્ટે શ્રી કમલેશભાઈ **સેદામ** જવા રવાના થયા હતા. ત્યાંના ZICએ કન્નડામાં પંદર મિનિટ રિલેક્ષેશનની રજૂઆત કર્યા પછી તેમણે મેડિટેશન હોલનું ઉદ્‌ઘાટન કર્યું હતું. ત્યાર પછી 9. 00 વાગે સત્સંગ કરાવ્યો હતો. થોડાં ડ્રોઈંગ અને સૂચવેલા સુધારાઓનું નિરીક્ષણ કર્યું હતું અને રોડ માર્ગે **હૈદ્રાબાદ** જવા રવાના થયા હતા.

હૈદ્રાબાદ

તેઓ **કાન્હા આશ્રમ** પર બપોરે પહોંચી ગયા હતા. તેઓ જ્યાં પણ ગયા, ત્યાં વરસાદે તેમનું સ્વાગત કર્યું હતું અને અભ્યાસીઓને પુરી ખાતરી હતી કે કાન્હા આશ્રમમાં પણ માસ્ટરનું આગમન થયા પછી વરસાદ પડશે. સત્સંગ કરાવ્યા પછી તેમણે અશ્રમ સ્થળનું પરીક્ષણ કર્યું હતું.

6 ઠ્ઠી ઓગસ્ટે માસ્ટર હૈદ્રાબાદના **થુમકુન્ટા** આશ્રમ જવા માટે 6.00 વાગે નીકળ્યા હતા. તેમણે પ્રશિક્ષક માટેના તાલીમી કાર્યક્રમનું પ્રમુખસ્થાન લીધું હતું. 7મીએ તેમને 200 અભ્યાસીઓ સાથે પ્રકાશના નાના સેન્ટર, **ભોનગીર**ની મુલાકાત લીધી હતી. ત્યાં તેમને સત્સંગ કરાવ્યો હતો અને જ્યારે તેમને કંઈક બોલવાનું કહેવામાં આવ્યું, ત્યારે તેમને એક બહેન તરફ ઈશારો કર્યો કે જે બહેન બોલવા માગતાં હતાં. તેમના સંબોધન પછી ઘણા બધા અભ્યાસીઓ તેમના પ્રત્યેની પોતાની હાર્દિક કૃતજ્ઞતા વ્યકત કરવા ઉભા થયા હતા. દરેકે દરેક અભ્યાસી ખુશીમાં ડૂબી ગયા હતા.

જ્યારે શ્રી કમલેશભાઈને વારંવાર બોલવાનું કહેવામાં આવ્યું ત્યારે અંતમા ંતેમણે કહ્યું કે એક પણ પ્રશિક્ષક વગર સેન્ટરનો વિકાસ જોઈને તેમને ઘણી ખુશી થઈ છે. તેમને કહ્યું હતું કે પ્રયોગાત્મક રીતે તેઓ આ સેન્ટરમાં એક પણ પ્રશિક્ષક ન હોય તેમ ઈચ્છે છે અને એવી પદ્ધતિ અપનાવવા માગે છે કે જેમાં અભ્યાસીઓ કોઈને પણ સહજ માર્ગનો પરિચય કરાવી શકે. અભ્યાસીઓએ ફકત એટલું જ કરવાનું છે કે તેઓ બાજુબાજુમાં બેસે અને કહે, "પૂજા શરૂ કરો' અને 30 કે 40 મિનિટ પછી કહે, "બસ કરો'. માત્ર અગાઉથી માસ્ટરને જાણ કરવામાં આવે. અશ્ચર્યજનક રીતે શ્રી કમલેશભાઈએ તેમનો મોબાઈલ નંબર દરેક જણને આપ્યો અને તેમને ફોન અથવા એસએમએસ કરવા કહ્યું અને તેમને જાણ કરો કે એક અભ્યાસી હોય કે 200 અભ્યાસીઓ હોય, તેમને શરૂ કરાવવા માટે રિમોટ સીટીંગ આપશે. ઉપરાંત તેમણે માપદંડ રાખતાં કહ્યું કે દરરોજ ઓછામાં ઓછા 15 સંદેશાઓની અપેક્ષા રાખે છે. તેમણે સ્પષ્ટતા કરી હતી કે આ તેલંગાનાના ભોનગીર સેન્ટર પૂરતું જ મર્યાદિત છે.

બપોર સુધીમાં માસ્ટર થુમકુન્ટા આશ્રમ પર પાછા આવી ગયા હતા. તેમણે સેમિનારમાં હાજર રહેલા પ્રશિક્ષકોને સંબોધિત કર્યા હતા. તેમણે કહ્યું હતું કે જો આપણે માસ્ટરનું કાર્ય કરવામાં ત્રુટિ રાખીશું, તો આધ્યાત્મિક ચળવળ સફળ થશે નહીં. તેમણે કહ્યું કે દરેક ક્ષણે માસ્ટરની ઉપસ્થિતિનું આહવાન કરવું અગત્યનું છે કારણ કે જોડાણ થયા વગર માસ્ટર ઈચ્છે છે તે રીતે કશું જ કારગત નીવડશે નહીં.

8 મી ઓગસ્ટે, શ્રી કમલેશભાઈને પ્રશિક્ષકોએ વાહક બનવાની જરૂરિયાત પર ભાર આપ્યો હતો અને માસ્ટરના કાર્ય પ્રત્યે કોઈ પણ જાતનો પ્રતિરોધ ન કરવો જોઈએ એમ જણાવ્યું હતું. તેમણે કહ્યું હતું કે પ્રશિક્ષકોએ સતત બધું જ કામ કરવું જોઈએ, માત્ર સીટીંગો આપવાનું જ નહીં! તેમણે સૂચવ્યું હતું કે અભ્યાસીઓએ રોજ સાંજે તેમના પરિવારના સભ્યો સાથે સમય ગાળવો જોઈએ, પડોશમં રહેતા વડીલો સાથે વાતચીત કરવી જોઈએ અને તેમની પાસેથી શીખવું જોઈએ. સાંજનું ભોજન કર્યા પછી, માસ્ટર 9.30

શ્રી રામચંદ્ર મીશન® એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

વાગે બાળકો સાથે દૂર સુધી ચાલવા જવા માટે બહાર આવ્યા હતા. ચાલીને આવ્યા પછી તેમણે બાળકોને અટપટી સંખ્યાઓની સમસ્યાઓનો ઉકેલ લાવતા વેદિક ગણિતની રીતો બતાવી હતી.

રવિવારે 9મી ઓગસ્ટના રોજ, સત્સંગ પછી માસ્ટરે *અબુદ્દિયત*– બિનમહત્ત્વતાની અવસ્થા વિષે કહ્યું હતું. તેઓ થુમકુન્ટાથી નીકળીને કાન્હા આશ્રમ પર 11.00 વાગે પહોંચ્યા હતા. તેઓ બાબુજી મેમોરિયલ ઈમારત પાસે બેઠા હતા અને 12.00 વાગ્યાથી 12.45 સુધી સીટીંગ આપી હતી. તેમણે કહ્યું હતું કે બપોરની આસપાસ સીટીંગમાં બેસવાથી પ્રગતિની ગતિમાં વધારો થાય છે અને દાતા જે આપે છે, તે પ્રાપ્ત કરવાનું સરળ બને છે. તેમણે કહ્યું હતું કે હાર્ટફુલનેસ જેવા કાર્યક્રમો પણ જો બપોરના સમયમાં કરવામાં આવે, તો તે પણ સારી રીતે સફળ થશે. તેમણે, બાળકોને રિલેક્ષેશન પદ્ધતિ શીખવવાની અને બાળકો તેમના મિત્રો, સંબંધીઓ અને માતાપિતાને પણ તે શીખવે, તે માટે વિનંતી કરી હતી.

12મી ઓગસ્ટે તેઓ ત્યાર પછીના પ્રવાસ માટે હૈદ્રાબાદથી 4.00 વાગે નીકળી ગયા હતા.

પ્રશિક્ષકો માટે સેમિનાર, હૈદ્રાબાદ

4 થી 8 ઓગસ્ટ દરમિયાન થુમકુન્ટા આશ્રમ ખાતે મહારાષ્ટ્ર, કેરાલા, તામીલનાડુ અને હૈદ્રાબાદથી આવેલા 350 પ્રશિક્ષકો માટે તથા ભારત અને વિદેશના બીજા ભાગોમાંથી આવેલા તાલીમર્થીઓ માટે સેમિનારનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. નવા તૈયાર થઈ રહેલ 102 પ્રશિક્ષકો પણ હતા. આખો દિવસ ચાલનારાં સત્રો સવારે 9.00 વાગે શરૂ થતાં અને સાંજે 5.30 વાગ્યા સુધી ચાલતાં હતાં. બહેન ઈલિઝાબેથ ડેન્લીની સાથે તેમની ટૂકડીએ હાર્ટફુલનેસની પહેલ કરવાના સેમિનારનું સંચાલન કર્યું હતું. તેની શરૂઆત પૂજ્ય ચારીજીએ 'વિનમ્રતા' પર આપેલા વકતવ્યથી થઈ હતી અને આ રીતે વિનમ્રતાના મહત્ત્વ પર ભાર આપીને હાર્ટફુલનેસનો નવો જ અભિગમ શરૂ કરવામાં આવ્યો હતો. તેમાં માર્ગદર્શિત રિલેક્ષેશન, ગ્રુપ અને વ્યક્તિગત સીટીંગો, માર્ગદર્શિત સફાઈની પ્રક્રિયા અને હાર્ટફુલનેસના કૃત્રિમ વર્કશોપનાં વ્યવહારૂ સત્રો રાખવામાં આવ્યાં હતાં.

શ્રી કમલેશભાઈ 6ઠ્ઠી ઓગસ્ટે સવારે થુમકુન્ટા પહોંચ્યા હતા. તેમણે પ્રશિક્ષકો માટે સવારે અને સાંજે સત્સંગનું સંચાલન કર્યું હતું અને તેમને સંબોધિત પણ કર્યા હતા. 7મીએ પણ સત્સંગોનું સંચાલન કર્યું હતું. તે પછી ટૂંકું વકતવ્ય આપ્યું હતું અને પ્રશ્નોત્તરીનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવ્યો હતો.

પ્રશિક્ષકોને આપેલા વકતવ્યોમાંથી લીધેલા થોડા મુદ્દાઓ

- આધ્યાત્મિક આકાંક્ષીઓ તરીકે આપણે ધાર્મિક રીતો અનુસરતા લોકોની ઠેકડી ન ઉડાવવી જોઈએ. કારણકે જે લોકોએ વાસ્તવિકતાની અને કૃપાની અવસ્થાઓ પાર કરી લીધી છે અને તેનાથી પણ આગળ પ્રગતિ કરી છે, તે લોકો આપણી ઠેકડી ઉડાવતા નથી.
- આધ્યાત્મિકતા ખરેખર તો ધર્મનો જ સાર છે.
- અપરાધભાવથી પીડિત હૃદય કૃપાને ગ્રહણ કરી શકતું નથી તેથી પ્રશિક્ષકો તરીકે આપણે પહેલાં તેને આપણા વ્યવહારમાં લાવવું જોઈએ કે જેથી આપણે એવા અપરાધ ભાવનાથી પીડીત અભ્યાસીઓને તેમાંથી છૂટકારો મેળવવામાં મદદ કરી શકીએ.
- મૂળ સ્ત્રોતમાંથી અવતરીત થતી કૃપા પાછી નથી જતી રહેતી, પણ તમે તેને ગ્રહણ કરવા તૈયાર ન થાવ, ત્યાં સુધી તે તમારી પ્રતિક્ષા કરે છે.
- સફાઈ કરતી વખતે જ્યારે આપણે કહીએ કે બધી જ જટિલતાઓ બહાર જઈ રહી છે અને પવિત્રતા અંદર આવી રહી છે, ત્યારે તે પવિત્રતાનો અનુભવ આપણા હૃદયમાં થવો જ જોઈએ.
- સફાઈની પ્રક્રિયા પુન:સજ્જ થવા જેવી છે. તે તમને તમારા સ્ત્રોત જેવા બનવામાં મદદ કરે છે અને પ્રાર્થના ઉચ્ચકક્ષાએ પહોંચવાનો સુમેળ છે.

8મી ઓગસ્ટે 6.30 વાગે 102 નવા પ્રશિક્ષકોને કોટેજમાં પૂર્વ તૈયારીરૂપે સીટીંગો આપી હતી અને તે બધાને તેમનાં સર્ટિફિકેટો આપવામાં આવ્યાં હતાં. તેમની સાથે થોડી વાર વાતો કરી હતી અને હિંમત અને અમોઘ આત્મ વિશ્વાસ સહિત કાર્ય કરવાનું કહ્યું હતું અને આ સત્સંગ પછી સેમિનારનું સમાપન કરવામાં આવ્યું હતું

શ્રી રામચંદ્ર મીશન®

એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

હાર્ટફુલનેસ સત્રો

રાજસ્થાન

અજમેર ખાતે ૧૨મી જુલાઈના રોજ, રવિવારે રેલ્વે ઓફીસ કલબમાં ધ્યાન માટેના વર્કશોપનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. તેમાં ઉત્તર –પશ્ચિમ રેલ્વેના આશરે ૨૫૦ અધિકારીઓ અને કર્મચારીઓએ ભાગ લીધો હતો. ૨૧મી તારીખે, **અલ્વર** કેન્દ્ર ખાતે હાર્ટફુલનસ સત્રના સંચાલન બાદ, ૧૮ અભિલાષીઓ મિશનમાં જોડાયા હતા.

હરિયાણા

યુ એનના, આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિનના પ્રસંગે, મહારાજા અગ્રસેન મેડીકલ કોલેજ, આગ્રોહા (હિસ્સાર) ખાતે ' ધ્યાન કરતાં શીખો' કાર્યક્રમનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું. આ સંમેલનમાં કોલેજના વ્યવસ્થાપકો, વરિષ્ઠ પ્રાધ્યાપકો, તબિબો, નર્સો અને વિદ્યાર્થીઓ સહિત આશરે ૧૫૦ સભ્યો સામેલ રહ્યા હતા. તે જ દિવસે, ડીન સહિત ૨૫ પ્રાધ્યાપકો અને વિદ્યાર્થીઓને પ્રારંભિક સીટીંગ આપવામાં આવી હતી.

ગુલબર્ગા, કર્ણાટક

૧૩ અને ૧૪ જૂલાઈ દરમ્યાન, પોલિસ તાલીમ કોલેજ ખાતે, ૧૫૭ તાલિમાર્થીઓ માટે માર્ગદર્શિત રિલેક્ષેશન અને ધ્યાનના સત્રોનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું. ત્યાર બાદ, સ્થાનિક પ્રશિક્ષકોએ, આ સત્રનું બીજા ૮ દિવસો સુધી સંચાલન કર્યું હતું. ૧૩મીની સાંજે, ગુરુકુલ કોલેજ ખાતે ૧૫૦ ડીગ્રીના વિદ્યાર્થીઓ માટે પણ આવો જ કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો. ૧૪મી જુલાઈએ સાંજે પીડીએ એન્જીનીયરીંગ કોલેજના કર્મચારીગણ માટે પણ હાર્ટફુલનસ સત્રનું આયોજન કરવામાં આવું હતું.

મધ્ય પ્રદેશ

૧૧મી અને ૧૨મી જૂલાઈના રોજ, શોઉપુર, રન્નોડ અને શિવપુરી ખાતે હાર્ટફુલનેસ સત્રનું અચોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ૧૯૦ આધ્યાત્મિક આકાંક્ષીઓએ તેનો લાભ લીધો હતો.

ડિન્ડીગુલ, તામિલ નાડુ

૨૬મી જૂને, ડીન્ડીગુલ પાસે આવેલા નિલક્કોટાઈની સરકારી મહિલા આર્ટ્સ કોલેજ ખાતે હાર્ટફુલનેસ સત્રનું અચોજન કરવામાં આવ્યું હતું. તે દિવસે ૧૫૦૦ વિદ્યાર્થીઓ હાજર રહ્યા હતા. તેમને ત્રણ જૂથોમાં વહેંચવામાં આવ્યા હતા અને આ કાર્યક્રમ દ્વારા તેઓને ધ્યાનનો પરિચય આપવામાં આવ્યો હતો. કોલેજમાં નિયમિત સત્સંગ માટે, આચાર્યશ્રીએ અનુકૂળ સમય ફાળવવા માટે ખુશીથી મંજૂરી આપી હતી.

મધ્ય મહારાષ્ટ્ર

આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિનના પ્રસંગે, મધ્ય મહારાષ્ટ્રમાં અનેક સ્થળોએ સત્રોનું હાર્ટફુલનેસ સત્રોનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું. **ઔરંગાબાદ**માં, સરકારી એન્જીનીયરીંગ કોલેજ ખાતે, કર્મચારીગણ, પ્રાધ્યાપકો અને તેમના જીવનસાથીઓ સહિત આશરે ૧૦૦ આકાંક્શીઓ માટે સત્ર રાખવામાં આવ્યું હતું. પંકજ લઢ્ઢાડ એન્જીનીયરીંગ કોલેજ, **બુલધાના** ખાતે, આશરે ૭૦ આકાંક્શીઓ માટે કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. **ચિખલી** આશ્રમ ખાતે, અયોજીત કરાયેલ કાર્યક્રમમાં, ૨૨ મુલાકાતીઓ આવ્યા હતા. **પૈઠન**ની પ્રતિષ્ઠન કોલેજ ખાતે, આશરે ૧૦૦ અભિલાષીઓ માટે રખાયેલા કાર્યક્રમમાં, પ્રાધ્યાપકો, વ્યાખ્યાતાઓ અને સહાયક કર્મચારીગણ સામેલ હતા. **નાસિક** કેન્દ્રે શાળાઓ, કોલેજો, બાર કાઉન્સિલ ઓફ કોર્ટ, હોસ્પિટલો, રેલ્વે ટ્રેક્શન વર્કશૉપ, અને ગોતી પોલીસ મથક જેવા વિવિધ સ્થળોએ પ્રવૃત્તિઓ શરૂ કરી હતી. તેઓને આ જૂથો તરફથી આશ્ચર્યજનક પ્રતિભાવ સાંપડ્યો હતો અને તેઓ ૧૧૦૦ કરતાં પણ વધારે અભિલાષીઓને આવરી શક્યા હતા.

મુંબઈ

૨૦મી અને ૨૧મી જૂનના રોજ, આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિન નિમિત્તે, સમગ્ર મુંબઈમાં ઘણા કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. કુલ પાંચ સત્રો આયોજીત કરવામાં આવ્યા હતા, જેનો લાભ ૧૪૫૦ કરતાં વધારે વ્યક્તિઓએ ઉઠાવ્યો હતો. પનવેલ આશ્રમમાં, કાંદીવલીની પાયોનીયર હાઈસ્કુલમાં, વાશીની કર્મવીર ભાઉરાવ પાટીલ કાલેજમાં અને નવી મુંબઈ ખાતે આવેલી રીલાયન્સ ગ્રુપની કોર્પોરેટ ઓફિસમાં સામાન્ય જનતા માટે આ કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, તેનું સમાપન હળવા નાસ્તાથી કરવામાં આવ્યું હતું.

ઉત્તર પ્રદેશ

જુલાઈ અને ઓગષ્ટ મહિનાઓ દરમિયાન, **ગાઝીયાબાદ**ના યુવાઓએ સમર્પિત સ્વયંસેવકોની ટીમો બનાવી હતી. તેમણે હાજર રહેલા ૧૨૦ કરતાં વધારે ભાગ લેનારાઓ માટે સાત સત્રોનું અચોજન કર્યું હતું. આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસના રોજ, **અલાહાબાદ**માં પ્રિતમનગરના રહેવાસીઓ માટે સત્રનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું. આ સત્રમાં આશરે ૧૫૦ અભિલાષીઓ હાજર રહ્યા હતા. વીલેજ કેનેક્ટ (વી–કનેક્ટ) કાર્યક્રમના ભાગ રૂપે, ૧૫મી

શ્રી રામચંદ્ર મીશન®

એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

ઓગસ્ટના રોજ, યુ.પી કૌષામ્બી જીલ્લાના **ધાતા** અને **ઉધીન બજરંગ**, ગામોમાં આવા જ સત્રનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સ્થાનિક શાળામાં ભણતા બાળકો કે જેઓ સ્વાતંત્ર્ય દિનની ઉજવણીમાં ભાગ લઈ રહ્યા હતા, તેઓ બધા પણ આ સત્રમાં હાજર રહ્યા હતા. લગભગ ૨૦ ગ્રામ વાસીઓ પણ આ સત્રમાં હાજર રહ્યા હતા. ૩૧મી જૂલાઈના રોજ, **આગ્રા**ના સૂર્યનગર ખાતે, એક અભ્યાસીના નિવાસસ્થાને રાખવામાં આવેલા કાર્યક્રમમાં, અભ્યાસીઓ અને ઈચ્છુકો સહિત ૪૭ લોકો હાજર રહ્યા હતા.

તેલંગણા

કોથાગુડેમ કેંન્દ્રની આસપાસમાં અને વિવિધ કોલેજોમાં ૧લી અને ૨જી ઓગસ્ટ દરમિયાન આ કાર્યક્રમ સંચાલિત કરવામાં આવ્યો હતો. આશરે ૪૪૦ અભિલાષીઓએ ધ્યાન ચાલુ કરવા માટે ઈચ્છા વ્યક્ત કરી હતી અને તેમાંથી ૨૬૯ જણે પ્રારંભિક સીટીંગ લીધી હતી. સાથુપલ્લી કેન્દ્ર ખાતે સંચાલિત કરવામાં આવેલા કાર્યક્રમમાં, શૈક્ષણીક સંસ્થાઓના ૬૦ વડાઓએ હાજરી આપી હતી. આશ્વપુરમમાં આવેલા આશ્રમ ખાતે, મેંગલુરુના હેવી વોટર પ્લાન્ટમાં કામ કરતા, ૭૦ સી.આઈ.એસ.એફ.ના કર્મચારી વર્ગે કાર્યક્રમમાં હાજરી આપી હતી.

પંજાબ

૭મી જુલાઈના રોજ, **એફ.સી.આઈ. પતિયાલા** ખાતે ૫૦ કર્મચારીઓ માટે, આવા સત્રનું આયોજન કરવામાં આવું હતું. ધ્યાન વિષેનો સંક્ષિપ્ત પરિચય અપાયા બાદ, સત્સંગનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું. આકાંક્ષીઓએ ધ્યાન વિષે વધારે શિખવામાં રસ દર્શાવ્યો હતો.

બેંગ્લોર

બેંગ્લોર ખાતે જુલાઈ મહિનામાં ૨૩ કરતાં વધારે ઓપન હાઉસનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું, તેનો લાભ ૧૫૦ કરતાં વધારે આકાંક્ષીઓએ લીધો હતો. કેટલીક શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં, અને ડી.આર.ડી.ઓ., એચ.એમ.ટી., સેમસંગ વગેરે સહિતની કોર્પોરેટ ઓફીસોમાં આવા સત્રોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. પેરાશૂટ રેજીમેંન્ટ ટ્રેઈનીંગ કેન્દ્રના ૩૫૦ જવાનો માટે પણ આવા જ સત્રનું અચોજન કરવામાં આવ્યું હતું. તેમણે બધાએ ધ્યાન શીખવામાં પોતાની રૂચિ વ્યકત કરી હતી. ૧૫મી ઓગસ્ટના રોજ, ઘણાં ઉપ–કેન્દ્રોમાં આવા સત્રોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ દિવસે, લગભગ ૧૦૦ આકાંક્ષીઓને ધ્યાનનો પરિચય કરાવવામાં આવ્યો હતો.

"એક વિદ્યાર્થીએ નવા ૩૬ ઈચ્છુકોને આ પદ્ધતિનો પરિચય કરાવ્યો હતો અને કોલેજમાં નવા સેન્ટરની શરૂઆત કરી હતી. આપણે પણ તે કરી શકીએ છીએ."

શ્રી કમલેશભાઈએ હાલમાં કરેલી બેંગ્લોરની મુલાકાત વખતે ત્યાંના ઝોનલ આશ્રમ ખાતે એક વક્તવ્ય આપ્યું હતું, તેમાં તેમણે દરેકે દરેક અભ્યાસીને સહજ માર્ગ ચળવળમાં ભાગ લેવા માટે પ્રોત્સાહિત કર્યા હતા અને 'હાર્ટફુલનેસ'ના અભિગમ દ્વારા આપણા માસ્ટરોનો સંદેશ જાહેર જનતા સુધી પહોંચાડ્યો હતો. તેમાંથી પ્રેરણા લઈને એક અભ્યાસી ભાઈ, કે જે વેટરનરી કોલેજમાં એક યુવાન ડોકટર છે અને 'ઈઝી ઈવેન્ટ'નો સ્વયંસેવક પણ છે, તેણે બેંગ્લોરની સીમા બહાર આવેલી ડીગ્રી કોલેજમાં જઈને 'હાર્ટફુલનેસ'ની રજૂઆત કરી હતી. જ્યારે 'ઈઝી ઈવેન્ટ'માં ભાગ લેવા માટે તે કોલેજનું નામ નોંધવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યો હતો, ત્યારે તેણે રિલેક્ષેશન પદ્ધતિ વિષે પણ નવા વિદ્યાર્થીઓને વાત કરી હતી. લગભગ ૨૦ નવા વિદ્યાર્થીઓને તેમાં જોડાવાની રુચિ બતાવી હતી અને આ ભાઈએ ઉત્સાહપૂર્વક ત્યાંને ત્યાં જ રિલેક્ષેશન કરી બતાવ્યું હતું અને તેના પરિણામથી વિદ્યાર્થીઓ નવાઈ પામી ગયા હતા. ત્યાર પછી તેણે તેમને ધ્યાન દ્વારા આ અનુભવને વધારે ગહન કરવા માટે પૂછ્યું હતું. મોટાભાગના વિદ્યાર્થીઓ તરત જ સહમત થઈ ગયા હતા. તે પછી તેણે તેના પ્રશિક્ષકને રિમોટ સીટીંગ માટે ફોન કર્યો હતો અને વિદ્યાર્થીઓની સાથે તે પણ બેઠો હતો. બીજા દિવસે તે કોલેજ પર ગયો અને બીજી સીટીંગ માટે સગવડ કરી આપતાં પ્રશિક્ષકે રિમોટ સીટીંગ આપી હતી. ત્રીજી સીટીંગ માટે પ્રશિક્ષક કોલેજ પર ગયા હતા અને વિદ્યાર્થીઓને મળ્યા હતા. તેમના આશ્ચર્ય વચ્ચે પ્રિન્સિપાલ સહિત ૧૧ શિક્ષકોને પણ પદ્ધતિ શરૂ કરવામાં રુચિ બતાવી હતી.

આ એક અભ્યાસીને કારણે, કોલેજના આ નવા સેન્ટરમાં દર શનિવારે બપોરે ૧ અને ૨ વાગ્યાની વચ્ચે ધ્યાન કરવામાં આવે છે. તે અભ્યાસી એટલો બધો ખુશ છે કે નાના દેખાતા કામમાં ભાગ લઈને તે સહજ માર્ગ ચળવળનો એક હિસ્સો બન્યો હતો.

શ્રી રામચંદ્ર મીશન® એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

પૂજ્ય ચારીજી મહારાજની 88મી જન્મજયંતિની ઉજવણી

આપણા પ્યારા ચારીજી મહારાજની 88મી જન્મજયંતિની ઉજવણી, તામિલ નાડુના તિરુવલ્લુર ખાતે, ત્રણ દિવસીય ભંડારાના રૂપમાં કરવામાં આવી હતી. જે અભ્યાસીઓ ભંડારામાં હાજર રહી શક્યા ન હતા, તેમણે પોત પોતાના કેન્દ્રોમાં તેની ઉજવણી કરી હતી. કેટલાક કેન્દ્રોની ઉજવણીની તસવીર યાત્રા નીચે દર્શાવવામાં આવી છે.

નવી નિમણુંકો

આશ્રમ મેનેજર, અલાહાબાદ કેન્દ્ર: કર્નલ એસ. કે. શર્મા

સેન્ટર ઈન ચાર્જ, અલાહાબાદ કેન્દ્ર: પ્રતિમા શ્રીવાસ્તવ

સેન્ટર ઈન ચાર્જ, લખનૌ કેન્દ્ર: પી. કે. મીશ્રા

સેન્ટર ઈન ચાર્જ, નાલગોડા કેન્દ્ર: ટી. ભિક્ષમ

નવા અભ્યાસીઓ માટેનો તાલીમી કાર્યક્રમ, ઉદયપુર

ઉદયપુર કેન્દ્ર ખાતે, 5મી જૂલાઈના રોજ, 25 નવા અભ્યાસીઓ માટે એક દિવસીય તાલીમી કાર્યક્રમ આયોજીત કરવામાં આવ્યો હતો. આ અભ્યાસીઓને પ્રાર્થના, ધ્યાન, સફાઈ, માસ્ટર અને મિશન જેવા વિષયો ઉપર ચર્ચા કરવા માટે નાના જૂથોમાં વિભાજીત્ત કરવામાં આવ્યા હતા. ત્યાર બાદ પ્રશ્નોત્તરી સત્ર રાખવામાં આવ્યું હતું, આ સત્રે સાધના વિષેના સંશયોને દૂર કરવામાં સહાય કરી હતી. અભ્યાસીઓને, મિશનની પ્રવૃત્તિઓ જેવી કે હાર્ટફુલનેસના કાર્યક્રમો, તેમજ વિવિધ સામયિકપત્રો અને ઈ–સાહિત્ય માટે ગ્રાહક થવાના વિષે માહિતી આપવામાં આવી હતી. હાજર રહેલાઓનો પ્રતિભાવ, સકારાત્મક અને ઉત્સાહવર્ધક હતો. કાર્યક્રમનું સમાપન સાંજના ધ્યાનથી કરવામાં આવ્યું હતું.

શ્રી રામચંદ્ર મીશન®

એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

વિષ્ણુપુર, પશ્ચિમ બંગાળ

વિષ્ણુપુર કેન્દ્ર ખરગપુર રીટ્રીટ સેન્ટરથી આશરે 70 કીલો મીટર દૂર આવેલું છે. અઢી વષ પહેલાં, લગભગ 30 અભ્યાસીઓની સંખ્યાથી આ સેન્ટર શરૂ કરવામાં આવ્યું હતું. અભ્યાસીઓની સંખ્યા વધતાં, ધ્યાન માટે મોટી જગ્યાની ખૂબ જ જરૂર હતી. 800 ચોરસ ફૂટ ક્ષેત્રફળમાં પુરતી સુવિધાઓ ધરાવતા ખંડને ભાડેથી રાખવામાં આવ્યો છે.

12મી જૂલાઈ, રવિવારના રોજ ZIC ભાઈ અજય ભટ્ટરે આ હોલના ઉદ્‌ઘાટન પ્રસંગે સત્સંગનું સંચાલન કર્યું હતું, તેમાં કોલકાતાથી આવેલા 35 અભ્યાસીઓ સહિત લગભગ 75 અભ્યાસીઓ હાજર હતા. પાંચ નવા આકાંક્ષીઓને પણ પ્રારંભિક સીટીંગ આપવામાં આવી હતી. શ્રી કમલેશભાઈના પ્રવચનને સંભળાવવામાં આવ્યું હતું અને ખડગપુરથી આવેલા ભાઈ બંસી વદન બેરાએ અને ભાઈ અજય ભટ્ટરે પ્રવચનો અપ્યાં હતાં. આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ માટે નવા કેન્દ્રની મળેલી આ તકનો, શાણપણપૂર્વક ઉપયોગ કરવા પર તેમણે ભાર મૂક્યો હતો.

જોધપુર, રાજસ્થાન

9મી ઓગસ્ટના રોજ બાળકો અને અભ્યાસી બહેનો દ્વારા બનાવેલી વિવિધ વસ્તુઓ માટે પ્રદર્શનનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું હતું. આ વસ્તુઓમાં રાખડીઓ, હાથથી બનાવેલાં પરબીડીયા, સૂકા મેવા મૂકવા માટે લાકડાના ડબ્બાઓ, ચાવીઓ લટકાવવા માટેના લાકડાના ઝુમખાઓ અને પીંછામાંથી બનાવેલા કેટલાક ઘરેણાં સામેલ હતા. અભ્યાસીઓએ બાળકોને ખૂબ જ પ્રોત્સાહન આપ્યું હતું.

ક્ષેત્રીય અધિવેશન, હરિયાણા

12મી જૂલાઈના રોજ, સોનીપત આશ્રમ ખાતે, તમામ સેન્ટરોના બધા જ પ્રશિક્ષકો, ફેસીલીટેટર્સ, સ્વયંસેવકો, CICઓની ઝોનલ સ્તરે મીટીંગ રાખવામાં આવી હતી. આ મીટીંગમાં હાર્ટફુલનેસ, તથા સેન્ટરના CIC દ્વારા તેમના સેન્ટરમાં આ કાર્યક્રમોમાં થયેલી પ્રગતિની માહિતી આપવામાં આવી હતી. કાર્યક્રમોને આત્મસાત કરવાની જરૂરીયાત સહિતની તાજેતરમાં મિશને શરૂ કરેલી પ્રવૃતિઓની માહિતી પણ આપવામાં આવી હતી.

નવા કાર્યક્રમો માટે, ઝોનલ અને સેન્ટરના સ્તરે કો-ઓર્ડીનેટરોની નિમણૂંક, રીમોટ સીટીંગો અપવાની જરૂરીયાતને લગતા મુદ્દાઓને પણ ચર્ચવામાં આવ્યા હતા. દરેક કેન્દ્રે હાર્ટફુલનેસ કાર્યક્રમો માટે કરેલી પ્રવૃતિ વિષેનો અહેવાલ ZIC ભાઈ સત્યા મંડલે રજુ કર્યો હતો.

બીઆવર, રાજસ્થાન

1લી જૂનના રોજ, ભાઈ મધુકરે 7B ઝોનના ZIC, બીજા બે અભ્યાસી ભાઈઓ સાથે સ્વયંસેવકો અને અભ્યાસીઓ માટે સ્વ-વિકાસ વિષય ઉપર હૃદયસ્પર્શી સત્રનું સંચાલન કર્યું હતું. આ સત્રમાં ધ્યાન, દસ નિયમો, મુલ્યો પર આધારિત શિક્ષણ, યુ-કનેક્ટ, હાર્ટફુલનેસ કાર્યક્રમ માટેની પ્રવૃતિઓ, અને ચારિત્ર્ય નિર્માણની ભૂમિકા જેવા વિવિધ મુદ્દાઓને ચર્ચવામાં આવ્યા હતા.

શ્રી રામચંદ્ર મીશન®

એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

યુ-કનેક્ટ કાર્યક્રમો

શીવાકાશી, તામીલ નાડુ

1લી જુલાઈના રોજ મેપકો શ્લેન્ક એન્જીનિયરીંગ કોલેજમાં સેલ્ફ ડેવલોપમેન્ટ પ્રોગ્રામનું (એસડીપી) યુ-કનેક્ટના પ્રથમ તબક્કા દરમિયાન ઉદ્‌ઘાટન કરવામાં આવ્યું હતું. આશરે 250 સ્નાતક વિદ્યાર્થીઓને આ પ્રોગ્રામથી લાભ મળશે. પ્રશિક્ષક ડૉ. ટી. ચેન્તીલે એક ઓરિએન્ટેશન વકતવ્યથી સત્રનું ઉદ્‌ઘાટન કર્યું હતું. ત્રણ મહિનાના ગાળા દરમિયાન કુલ બાર વર્ગોનું આયોજન કરવામાં આવશે. 'મૂલ્યોની સમજ અને વૃતિ', 'મૂલ્યો લાગુ કરવા અને વિશ્વવ્યાપક મૂલ્યો', 'ઈશ્વર, 'સ્વ', અને યોગનું અંતિમ લક્ષ', યોગના વિવિધ પ્રકારનો પરિચય અને યોગમાં મૂલ્યોઓની સમજ' જેવા વિષયોને અત્યાર સુધી આવરી લેવામાં આવ્યા હતા. બધા જ સત્રો અરસ પરસ અસર કરનારા હતા અને વિદ્યાર્થીઓને પ્રશ્નો પૂછીને તેમની શંકાઓનું સમાધાન કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવ્યા હતા. સમૂહ સત્સંગ બાદ સત્રનું સમાપન કરવામાં આવ્યું હતું.

સ્વયંસેવક વર્કશોપ, તિરૂર, કેરાલા

19થી 21 જૂન દરમિયાન તિરૂર આશ્રમમાં સ્વયંસેવક માટે ત્રણ દિવસના વર્કશોપનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ઝોન 3Bના બધા જ સેન્ટરોના આશરે 75 અભ્યાસીઓએ તેમાં ભાગ લીધો હતો.

સત્રોમાં યુ-કનેક્ટનો પરિચય અને આ યોજના વિષે માસ્ટરની દૂરદર્શીતા, તેમાં સમાયેલી બાબતે, યુ-કનેક્ટની પ્રક્રિયાનો અમલ અને તેનો અભ્યાસક્રમ અને વિવિધ મોડ્યુલોનો સમાવેશ પણ કરવામાં આવ્યો હતો. યુ-કનેક્ટના જુદા જુદા કર્મચારીઓ અને તેમની દરેકની ભૂમિકાની સમજણ પણ આપવામાં આવી હતી. ફેસિલિટેટરોએ પણ સી-કનેક્ટ, હાર્ટફૂલનેસ કાર્યક્રમ, સભાન જીવન, ધ્યાન અને વ્યક્તિગત વિકાસ જેવા વિવિધ વિષયો વિષે માહિતી આપી હતી. સમૂહમાં ચર્ચાના કાર્યક્રમ પછી દરેક સેન્ટરના સંસ્થાઓમાં આનો અભિગમ કેળવવા માટે સ્વયંસેવકોનું સારું જૂથ બનાવવા માટે નિર્ણય લેવામાં આવ્યો હતો. તિરૂર ખાતે યોજાયેલ આ કાર્યક્રમને આગળ ધપાવવા 5જુલાઈના રોજ પાલકાડ સેન્ટર ખાતે એક દિવસનો જાગરૂકતા લાવવાનો કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો. આશરે 75 અભ્યાસીઓએ આ સત્રમાં ભાગ લીધો હતો. આ પ્રોગ્રામની મદદથી સોળ સભ્યોની એક સ્વયંસેવક ટીમ તૈયાર કરવામાં આવી હતી. સત્રનું સમાપન બપોરે 3:30 વાગ્યે સતસંગ કરી કરવામાં આવ્યું હતું.

જબલપુર યુથ સેમિનાર, મધ્ય પ્રદેશ

4થી અને 5મી જુલાઈએ જબલપુરના ઝોનલ આશ્રમ ખાતે 'મિશનના વિકાસમાં યુવાનોની ભૂમિકા' એ વિષય પર બે દિવસની યુવા શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ સત્રનો હેતુ મિશનમાં થઈ રહેલા નવા વિકાસ બાબતે યુવાનોમાં જાગૃતતા લાવવાનો હતો. આશરે 44 અભ્યાસીઓએ અરસ પરસ વિચારોની આપ-લે કરવાના સત્રમાં ભાગ લીધો હતો તેમાં શિસ્ત, આજ્ઞાપાલન, ધ્યાન અને સમયનું સંચાલન(ટાઈમ મેનેજમેન્ટ) પર માસ્ટરે આપેલાં વકતવ્યો સાંભળવામાં આવ્યા હતા.

હાર્ટફૂલનેસ, યુ-કનેક્ટ, ઓએસએસ, વ્હિસપર્સ, મૂલ્યો દ્વારા સ્વ વિકાસ અને ત્યારબાદ સાધના પર પ્રશ્નોત્તરીના સત્રોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ કાર્યક્રમનું સમાપન હાર્ટફૂલનેસના એક વર્કશોપ દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું. દરેક સત્ર બાદ મનન કરવાનો અને વિચારોને ડાયરીમાં નોંધવાનો સમય આપવામાં આવ્યો હતો. યુવાનોએ સક્રિયપણે આશ્રમમાં યોગદાન આપ્યું હતું અને આ કાર્યક્રમથી ઘણા પ્રોત્સાહિત થયા હતા.

શ્રી રામચંદ્ર મીશન®

એકોઝ ઈન્ડીયા ન્યુઝલેટર

પ્રકાશનું કેન્દ્ર

યોગાશ્રમ, પાલક્કડ, કેરાલા

નવેમ્બર 1989માં પાલક્કડના ટાઉન હૉલ ખાતે એક ઓપન હાઉસનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જેણે મિશન વિષે જાગરૂકતા લાવવામાં મદદ કરી હતી અને થોડા લોકો પધ્ધતિમાં જોડાયા હતા. ડિસેમ્બર 1989 થી પ્રશિક્ષક ભાઈ રવિન્દ્રનાથનના ઘરે રવિવારના સતસંગો નિયમિત થતા હતા. ધીમે ધીમે બીજા અભ્યાસીના ઘરમાં બુધવારનો સત્સંગ થવા લાગ્યો હતો. એ સમયે સરેરાશ વીસ અભ્યાસીઓ સત્સંગમાં આવતા હતા.

જેમ જેમ વર્ષો વિતતાં ગયાં તેમ તેમ આશ્રમની જરૂર ઉભી થતી ગઈ. પાલક્કડ શહેરથી આશરે ચાર કિલોમીટર, નેમ્મારા તરફ આવેલા ચાક્કારા ખાતે આશ્રમ માટે એક જમીન નિશ્ચિત કરવામાં આવી હતી. 1993માં મિશનના નામે આ જમીનની નોંધણી કરવામાં આવી હતી. આશ્રમની જમીનનો કુલ વિસ્તાર 73.7 સેન્ટ્સ છે અને તેના પર એક મેડિટેશન હૉલ (2250 સ્કવેર ફીટ), એક રસોડું, ડાઈનિંગ હૉલ અને એક ટોયલેટ બાંધવામાં આવ્યા છે. આ આશ્રમાનો શીલા ન્યાસ 10 સપ્ટેમ્બર 1995માં ચારીજી મહારાજના હસ્તે કરવામાં આવ્યો હતો. શરૂઆતમાં આશરે 700 સ્કવેર ફીટનો હૉલ બાંધવામાં આવ્યો હતો. 2005 સુધી આ હૉલમાં રવિવારના સત્સંગો થતા હતા. 2002માં મુખ્ય મેડિટેશન હૉલ બાંધવાનું કામ ચાલુ કરવામાં આવ્યું હતું, જે 2005માં પૂરું થયું હતું. 9મી માર્ચ 2005ના રોજ નવા મેડિટેશન હૉલનું ઉદ્‌ઘાટન ચારીજી મહારાજના હસ્તે કરવામાં આવ્યું હતું. જૂના મેડિટેશન હૉલનો ઉપયોગ હાલમાં રસોડા અને ડાઈનિંગ હૉલ તરીકે કરવામાં આવે છે.

આશ્રમની આજુબાજુની જમીન પર સુંદર હરિયાળી લૉન ઉગાડવામાં આવેલી છે અને આગળના ભાગમાં એક નાનું તળાવ છે. દક્ષિણ દિશા તરફ આંબા અને નાળિયેરના વૃક્ષો છે. આંગણામાં આવેલા એક ખુલ્લા કૂવામાંથી પાણી લેવામાં આવે છે. આશ્રમ ચાક્કારા નદીના કાંઠે આવેલો હોવાથી વાતાવરણ હંમેશા ઠંડુ અને તાજગી ભર્યું રહે છે. ક્યારેક ક્યારેક અહીં મોર પણ આવી જાય છે.

હાલમાં, પાલક્કડ સેન્ટરમાં 150થી વધારે અભ્યાસીઓ છે અને રવિવારના સવારના સત્સંગમાં અભ્યાસીઓની સરેરાશ હાજરી 70 રહે છે. દરરોજ સાંજે પણ સત્સંગ થાય છે. પથીરીપાલા, ચેરપુલાસી, નેમ્મારા, કોંગડ અને કાલેપુલ્લી જેવાં પેટા કેન્દ્રો સારી રીતે વિકસી રહ્યા છે.

દરેક મહિનાના પહેલા રવિવારે આખા દિવસના કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવે છે. તેમાં સહજ માર્ગને લગતા વિવિધ વિષયો પર સમૂહ-ચર્ચાની સાથે સાથે મિશનના વિડિઓ પણ દર્શાવવામાં આવે છે. અભ્યાસીઓના લાભાર્થે અવારનવાર તાલીમ આપતા કાર્યક્રમોનું આયોજન પણ કરવામાં આવે છે. દરેક વિસ્તારના વિવિધ સ્થળોએ અભ્યાસીઓના ઘરે હૉમ ગેધરીંગ અને ઓપન હાઉસ યોજવામાં આવે છે. કેરાલા ઝોન 3B ના નિબંધ લેખન સ્પર્ધાના પ્રમાણપત્રોના વિતરણનો કાર્યક્રમ દર વર્ષે અહીં યોજવામાં આવે છે. આ કેન્દ્ર ઘણી પ્રવૃત્તિઓથી સજ્જ છે અને આપણા માસ્ટરનું દૂરંદેશીપણું વધારે ને વધારે લોકોના હૃદયમાં ફેલાવવા માટે તૈયાર થઈ રહ્યું છે.

To download or subscribe to this newsletter, please visit http://www.sahajmarg.org/newsletter/india For feedback, suggestions and news articles please send email to in.newsletter@srcm.org

© 2015 Shri Ram Chandra Mission ("SRCM"). All rights reserved. “Shri Ram Chandra Mission", "Sahaj Marg", “SRCM”, “Constant Remembrance” and the Mission's Emblem are registered Trademarks of Shri Ram Chandra Mission.This Newsletter is intended exclusively for the members of SRCM. The views expressed in the various articles are provided by various volunteers and are not necessarily those of SRCM.