Done

"અબતક સાંધ્ય દૈનિક"
તારીખ: ૨૦/૧૨/૨૧
પેજ નંબર: 13

પોઝિટીવ ન્યુઝ, ઈનોવેટિવ ન્યુઝ
અબતક
સાંધ્ય દૈનિક

આંબેડકર ઓપન યુનિ.માં મહર્ષિ શિવકૃપાનંદ સ્વામીની હિમાલયન મેડિટેશન શિબિર યોજાઈ

અબતક,રાજકોટ

રાજ્યની એક માત્ર ઓપન યુનિવર્સિટી ડો. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ (BAOU) કુલપતિ પ્રો.ડો. અમી ઉપાધ્યાયના નેતૃત્વ અને માર્ગદર્શનમાં શૈક્ષણિક ઉપરાંત સાહિત્યિક, સાંસ્કૃતિક અને સામાજિક પ્રવૃત્તિઓમાં પણ સતત સક્રિય રહે છે. BAOUના બોર્ડ ઑફ મેનેજમેન્ટના સભ્યશ્રી જયેશભાઈ વ્યાસના વિશેષ પ્રયાસોના પરિણામે શિવકૃપાનંદ સ્વામી ફાઉન્ડેશનના સહયોગથી ઈઅઘઅ ખાતે ૧૯મી ડિસેમ્બર, ૨૦૨૧ના રોજ રવિવારે હિમાલયન મેડિટેશનની શિબિર યોજાઈ. જેમાં મહર્ષિ શિવકૃપાનંદ સ્વામીનાપરમ સાંનિધ્યમાં એક હજાર જેટલા લોકોએ હિમાલયન ધ્યાન અંગે માર્ગદર્શન મેળવ્યું.

સ્વાગત પ્રવચનમાં BAOUના કુલપતિ પ્રો.ડો. અમી ઉપાધ્યાયે જણાવ્યું કે શિક્ષણ માત્ર અક્ષરજ્ઞાન નથી પરંતુ જીવનની કેળવણી છે, જેમાં આંતરિક કેળવણી પણ અત્યંત જરૂરી છે. ધ્યાન અને સમર્પણ આપણને ખુદને શોધવાનો માર્ગ છે.

મહર્ષિ શિવકૃપાનંદ સ્વામીએ જણાવ્યું કે યોગનું ક્ષેત્ર વિશાળ છે, તે યોગાસન પૂરતું સીમિત નથી. આપણા દેશના પ્રયાસોને કારણે આજે આખી દુનિયામાં યોગ દિવસની ઉજવણી થઈ રહી છે, પરંતુ મોટા ભાગના લોકો યોગાસનને જ યોગ ગણી લે છે. યોગાસન તો માત્ર શરીરની તંદુરસ્તીની વાત કરે છે, પરંતુ ચિત્તને મજબૂત કરવા માટે ધ્યાન સહિતના અષ્ટાંગ યોગની જાણકારી આવશ્યક છે. સમગ્ર યોગના માર્ગે પરમાત્માની પ્રાપ્તિ જરૂર થઈ શકે છે. ધ્યાન શરૂ કરો ત્યારે શરૂઆતમાં તમારું શરીર, વિચારો, બુદ્ધિ અંતરાયો નાખશે, પરંતુ માત્ર ૪૫ દિવસ રોજ અડધી કલાક ધ્યાન કરશો તો તમારું જીવન બદલાઈ જશે.

વધુમાં મહર્ષિ શિવકૃપાનંદ સ્વામીએ જણાવ્યું કે આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે સંસાર ત્યાગવાની બિલકુલ જરૂર નથી, સાંસારિક લોકો પણ આધ્યાત્મક પ્રગતિ સાધી શકે છે. ચિત્ત શુદ્ધ હોય તો ઘણાં સારાં કાર્યો થાય છે. અંતર્મુખી હોય તો તે મજબૂત બને છે. ધ્યાન અને યોગથી તમારી ઓરાનો વિકાસ થાય છે અને તમારી ઓરાના પ્રતાપે જ નકારાત્મક વિચાર કે કે ખરાબ બાબતો તમારાથી આપોઆપ દૂર થઈ જાય છે.

મહર્ષિ શિવકૃપાનંદ સ્વામીએ વધુમાં જણાવ્યું કે સમર્પણ ધ્યાન પદ્ધતિ નથી, ધ્યાનના સંસ્કાર છે. મોક્ષ મૃત્યુ પછી જ મળે એવું જરૂરી નથી, ધ્યાન અને યોગના બળે જીવતેજીવ મોક્ષ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. આત્મસાક્ષાત્કાર પામીને તમે જ તમારા ગુરુ બની શકો છો.

શિબિર દરમિયાન અડધો કલાક ધ્યાન કરાવ્યા પછી સાધકોના સવાલો-મૂંઝવણોના જવાબો આપીને મહર્ષિ શિવકૃપાનંદ સ્વામીજીએ આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શન પૂરું પાડ્યું હતું. શિબિરના અંતમાં ડો. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટીના કુલસચિવ ડો. ભાવિનભાઈ ત્રિવેદી દ્વારા આભારવિધિ કરવામાં આવી હતી. શિબિરમાં સમગ્ર યુનિવર્સિટી પરિવાર ઉપરાંત સમર્પિત સાધકોએ મોટી સંખ્યામાં હાજર રહીને આધ્યાત્મિક જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું.

Edition
20 Dec, 2021 Page No. 13