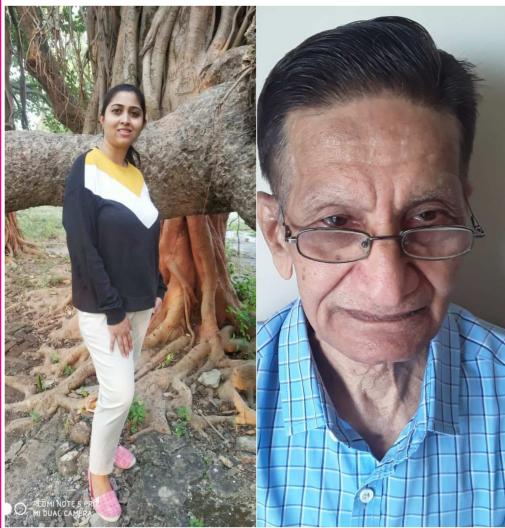




ન્યૂજ ઓફ ગાંધીનગર ઈન્ઝીનિયરિંગ સાહિત્ય સરિતા-આયોજક : પ્રદીપ રાવલ



NOG SS No : 114

વિભાગ : ગાંધીનગર
શાન્દો : યોગ સાધના
શીર્ષક : મિમારીઓથી દૂર રહીએ
શાન્દ સંખ્યા - ૧૨૦

રચના - આપણી ભારતીય સંસ્કૃતિમાં યોગસાધનાનું મહત્વ મોટા મોટા અધિમુનિઓએ વર્ણિતું છે.

આપણે હરોજ યોગસાધના કરવી જોઈએ. આપણા શરીરને તંદુરસ્ત રાખું જોઈએ.

યોગસાધના દ્વારા આપણે નિરાશામંથી આશા તરફ, ગમમાંથી ખુશી તરફ, અસ્ક્રફતામંથી સફળતા તરફ, વળી શકીએ છીએ. આપણે દરેક પરિસ્થિતિમાં મનેન શાંત રાખી શકીએ છીએ. એકાગ્રતાથી યોગ કરીએ જીવનમાં ખુશીઓ લાવીએ.

અનેક લોકો યોગસાધનાથી મોટા મોટા રોગમાંથી મુક્ત થયા છે.

યોગસાધનાથી આપણી ખુલ્લિ શક્તિ ખોલે છે. કાર્યમાં એકાગ્રતા રહે છે. શરીર અને મન નિયંત્રણમાં રહે છે. શરીરિક અને માનસિક દુખ સહન કરી શકે છે. શરીરનો થાક ઉત્તરી જાય છે. માનસિક તથાપ દૂર જાય છે.

નવી ઉલ્લંઘનો સંચાર જાય છે. ગુસ્સા પર કાબુ રહે છે.

બીમારી આપણા શરીરમાં ધાર કરે એ પેલાં આપણે

યોગ માટે સમય કાટીએ અને આપણા શરીરને બીમારીઓથી જ દૂર રાખીએ.

કબીરીયા પ્રવિષ્ટા "પવી" નવસારી.

NOG SS No: 0059

વિષય: યોગ અને ધર્મ અને, સંસ્કૃતિ અધિક પરંપરા.

પ્રકાર: ગાંધી-લેખ.

શીર્ષક: આધ્યાત્મિક બીજ "યોગ".

શાન્દો: ૨૭૫.

જ્યક્ષનાની થિલાએટી "યોગ".

યોગ અનેક અર્થી ૨૭૬ છે,

પરંતુ જાયારે તે ધર્મ સંસ્કૃતિ સાથે જોડાયા ત્યારે તે આપણી અધિક પરંપરાને અને સંસ્કૃતિ ને વધુ ઉલ્લંઘન કરેછે.

યોગ અને ધર્મ એક બીજાના પૂર્કઢે. તો સંસ્કૃતિ અને અધિક પરંપરા, પ્રાચીન છે અને તે ધર્મ નો પાયોછે. જાયારે અધિક પરંપરા ધર્મના પ્રચારક અને પહેંગીરાઠે.

સમગ્ર વિશ્વમાં યોગ અને ધર્મના

ક્લાવાવામાં આપણી સંસ્કૃતિ સાથે અધિક પરંપરાનું ઘણું મોટું યોગદાન સમાપ્તેલુછે.

યોગ, શાર્વિક તેમજ માનસિક

શક્તિત્રદાલાછે તો

યોગ સંસ્કૃતિ અને ધર્મનું મદ્યબિનન્દુછે.

કદાચ યોગ વગર ચાલી શકે, પરંતુ માનવ જીવનમાં યોગ વગર સંસ્કૃતિ અને ધર્મ પાંગળા !, જેની નોંધ દરેકે અવસર લેવી રહેછે.

યોગ બી માનસિક, આધ્યાત્મિક અને ભૌતિક શાન્દિના

જરાર મેળવી શકાયાછે.

આપણી ભારતિય સંસ્કૃતિ તો

યોગ ના અકલ્યનિય રંગે રંગાલેવી છે.

આજે સમસ્ત વિશ્વની પ્રજા આપણી યોગ અને યોગ ની

પરંપરા આપણાની જ રહીએ ને !

યોગ શાર્વિક કિયાએ તો

યોગ દ્વિષ દ્વારાએ આત્માને ને પામવાની

કિયાએ, જેના માટે

નિઃખાર્ય વિશ્વાળ ભાતું ભાવના

અતી આવશ્યક રહેછે.

આજે સમસ્ત વિશ્વની પ્રજા

યોગ ની યોગી ની તાકાતનો પરચો

અનુભૂતિજ રહ્યા છે ને !

હાં જાયારે યોગ આગળ બે અક્ષરનો શાન્દ

સંહ જોડાતા

નવી જોનો શાન્દ સહયોગો

માનવ માનવ વચ્ચે એક અતી ઉત્તમ

ભાઈચારાની ભવ્ય માનવ સાંકળ નું સર્જન

કરી શકેછે, જે

વિશ્વની પ્રજાની વિશેષ વિકાસ કરવા સક્રમ

બની રહેશે.

"ભારતીય સંસ્કૃતિ અમર રહો".

મુખ્યમંત્રી મુખ્યમંત્રી શ્રી ભૂપેન્દ્ર પટેલે શાળા પ્રવેશોત્સવ ૨૦૨૨ અંતર્ગત અમદાવાદમાં રૂ. ૧.૩૭ કરોડના ખર્ચે નિર્મિત મેમનગર સ્માર્ટ (અનુપમ) શાળાનું લોકપર્ષણ કર્યું

સરકારી શાળાઓમાંથી અધ્યતનટેકનોલોજી યુક્ત શિક્ષણ સુવિધા અને ગુણવત્તા સભ્રમ શિક્ષણની સંસ્કૃતિના પ્રદીપ રાણી શાળાઓમાંથી સરકારી શાળાઓમાં પ્રવેશ મેળવવાનો રિવર્સ ટ્રેન્ડ :- મુખ્યમંત્રીશ્રી

બને તેવો આપણે સોએ સંકલ્પ કરવાનો છે.

અતે ઉલ્લેખનીય છે કે,

સ્માર્ટ પ્રાથમિક શાળા ના

બાળકોને રમતા-રમતાં ભાવાવાનો

ઉલ્લેખ સાકાર કરવા માટે જોયેન્ફલ

લાન્નિગના કલાસ બનાવવામાં

આવ્યા છે. દરેક બાળકને એ

મુજબ શૈક્ષણિક રમકડાયી

ભાવાવામાં આવે છે. કલરફ્લૂ

સરસ બેંક વ્યવસ્થા સાથે

દ્રિવાલો પર માસના નામ,

વાહનો, પશુ-પણીઓની

ઓળખ, અતુંદોના નામ,

બાળકોને રમતાં-રમતા કરુના

અંકડાઓ અને ટેલબનું સુર્દર

ચિયકાન કરવામાં આવ્યું છે.

અમાણા માણાને શિક્ષકો દ્વારા

બાળોનો, પશુ-પણીઓની

ઓળખ, અતુંદોના નામ,

બાળકોને રમતાંની શિક્ષણાની

બાળી જીજુંદી પકી.

બાળી હાજરીની પ્રાણી રૂપી નામીની

બાળી જીજુંદી પકી.

બાળી

