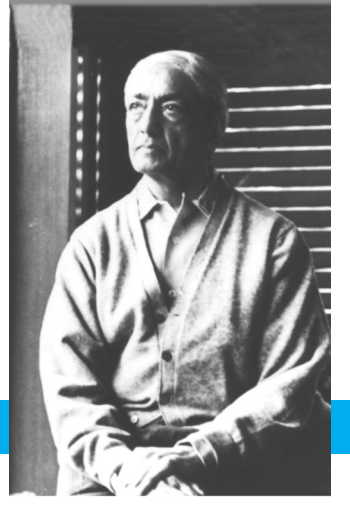


અંતરમેળ

દૃષ્ટામૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા, મુંબઈ

જાન્યુઆરી - એપ્રિલ ૨૦૧૮ વર્ષ ૧૦ અંક ૩ પૃષ્ઠ ૮ રૂ. ૨/-



શું કોઈ પરમાનંદ છે, જેને વિચારનો સ્પર્શ ન થયો હોય?

તે પોતાના કુટુંબ સાથે આવ્યા હતા - તેમની પત્ની અને કેટલાંક બાળકો - અને બહુ સમૃદ્ધ દેખાતા ન હતા, જો કે તેઓનાં કપડાં ચોક્કસ સારાં હતાં અને તેઓ ખાદ્યપીણ્ય પરિપુષ્ટ હતા. બાળકો થોડો સમય શાંત બેઠાં અને જેવું એમ કહેવામાં આવ્યું કે તેઓ બહાર જઈને રમે, કે તરત તેઓ ઊલટભેર ફૂદકો મારીને બારણાની બહાર દોડી ગયાં. પિતા કોઈક પ્રકારના પદ્ધતિકારી હતા; તે એક નોકરીનું કામ હતું જે તેમણે કરવાનું હતું, અને બસ એટલું જ. તેમણે પૂછ્યું: “સુખ શું છે, અને એવું કેમ છે કે તે માણસના આખા ય જીવન દરમિયાન ટકતું નથી? મને અત્યંત સુખની પળો મળી છે અને, અલબત્ત, અત્યંત દુઃખની પણ. મેં સુખથી જીવવા માટે સંઘર્ષ કર્યો છે, પણ હંમેશા દુઃખ આવી મળે છે. શું સુખ સાથે રહેવું શક્ય છે?”

સુખ શું છે? જ્યારે તમે સુખમાં હો ત્યારે તમે તે જાણો છો, અથવા તો તે પસાર થઈ ગયાની એક પળ પછી? સુખ એ શું ખુશી છે, અને શું ખુશી સ્થાયી હોઈ શકે? “ઓછામાં ઓછું મારા પૂરતું તો મને લાગે છે, સાહેબ, કે ખુશી એ મેં જાણેલા સુખનો એક ભાગ છે. હું ખુશી સિવાયના સુખની કલ્પના કરી શકતો નથી. ખુશી માણસની અંદરની મૂળ વૃત્તિ છે, અને જો તમે તેને હટાવી દો તો શું સુખ સંભવ છે?”

આપણે આ સુખના પ્રશ્નની તપાસ કરી રહ્યા છીએ, ખરું કે નહીં? અને જો તમે કંઈ પણ ધારી લો, અથવા આ તપાસની બાબતમાં કોઈ અભિપ્રાય કે નિર્ણય ધરાવતા હો, તો તમે બહુ દૂર નહીં જઈ શકો. માણસની જટિલ સમસ્યાઓની અંદર તપાસ કરવા માટે તદ્દન શઙ્ખાતથી જ સ્વતંત્રતા હોવી જોઈએ. જો તમારી પાસે તે ન હોય તો તમે ખૂંટે બંધાયેલા પશુ જેવા છો અને દોરડું જેટલું લાખું હોય એટલે દૂર સુધી જ તમે ખસી શકો. કાયમ આમ જ બને છે. આપણી પાસે વિભાવનાઓ, વ્યાખ્યાઓ, માન્યતાઓ, અનુભવો છે જે આપણને બાંધે છે, અને આપણે તેમાંથી પરખવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ, આજુબાજુ જોઈએ છીએ, અને સ્વાભાવિકપણે જ આ એક અતિ ગહન તપાસને અવરોધે છે. માટે, આપણે એમ સૂચવીએ છીએ કે કંઈ ધારી કે માની ન લો, પણ બહુ જ સ્પષ્ટ જોઈ શકે એવી દૃષ્ટિ રાખો. જો સુખ એ ખુશી હોય, તો તે પીડા પણ છે. તમે ખુશીને પીડાથી અલગ ન કરી શકો. શું તે બંને હંમેશાં સાથે જ નથી ચાલતાં?

તો ખુશી શું છે અને સુખ શું છે? તમે જાણો છો, સાહેબ, કે જો એક ફૂલને તપાસવામાં તમે એક પછી એક તેની પાંદડીઓને ઉખેડી નાખો, તો કોઈ ફૂલ બચે જ નહીં. તમારા હાથોમાં ફૂલના થોડા અવશેષો રહેશે અને અવશેષો ફૂલની સુંદરતા બનાવી ન શકે.

એટલે આ પ્રશ્નને જોતી વખતે આપણે બુદ્ધિપૂર્વક પૃથક્કરણ કરતા નથી, કે જેનાથી આખી ય વસ્તુ શુષ્ક, અર્થહીન અને પોકળ બની જાય. આપણે બહુ જ કાળજી ધરાવતી દૃષ્ટિથી તેને જોઈએ છીએ, એવી આંખોથી જે સમજે છે, જે સ્પર્શે છે પરંતુ ઉખેડતી નથી. માટે મહેરબાની કરીને તેને ઉખેડો નહીં અને ખાલી હાથે પાછા ન જાવ. વિશ્લેષણાત્મક મનને એકલું છોડી દો.

વિચાર ખુશીને ઉત્તેજન આપે છે, ખરું કે નહીં? વિચાર તેને એક સાતત્ય આપે છે, સમયગાળાનો દેખાવ જેને આપણે સુખ કહીએ છીએ; તેમ જ વિચાર દુઃખને પણ સમયગાળો આપી શકે છે. વિચાર કહે છે: “આ મને ગમે છે અને પેલું મને નથી ગમતું, આ મારે રાખવું છે અને પેલું ફેંકી દેવું છે.” પરંતુ વિચારે બંનેને બનાવ્યા છે, અને સુખ હવે વિચારવાની રીત બની ગયું છે. જ્યારે તમે કહો: “હું સુખની તે અવસ્થામાં રહેવા માગું છું” - તમે તે વિચાર છો, તમે તે ભૂતકાળના અનુભવની સ્મૃતિ છો જેને તમે ખુશી અને સુખ કહો છો.

એટલે ભૂતકાળ, અથવા ગઈકાલ કે ઘણી ગઈકાલો પહેલાં, જે વિચાર છે, તે કહે છે: “હું સુખની તે અવસ્થામાં રહેવા માગું છું જેમાંથી હું પસાર થઈ ચૂક્યો છું.” તમે મૃત ભૂતકાળને વર્તમાનની વાસ્તવિકતા બનાવો છો અને આવતીકાલે તેને ગુમાવવાનો તમને ભય છે. આ રીતે તમે સાતત્યની એક સાંકળ ચાણી છે. આ સાતત્યનાં મૂળ ગઈકાલની રાખમાં છે, અને તેથી તે જીવંત વસ્તુ બિલકુલ નથી. રાખમાં કશું ખીલી ન શકે - અને વિચાર રાખ છે. એટલે તમે સુખને વિચારની એક વસ્તુ બનાવી છે, અને તમારે માટે તે વિચારની એક વસ્તુ છે.

પણ શું ખુશી, પીડા, સુખ અને દુઃખ સિવાય બીજી કોઈ વસ્તુ છે? શું કોઈ સ્વર્ગસુખ, કોઈ પરમાનંદ છે, જેને વિચારનો સ્પર્શ ન થયો હોય? કેમ કે વિચાર બહુ મામૂલી છે, અને તેનામાં કશું મૌલિક નથી. આ પ્રશ્ન પૂછવામાં વિચારે પોતાને છોડી દેવો પડે. જ્યારે વિચાર પોતાને છોડી દે છે ત્યારે સ્વૈરાચારની શિસ્ત આવે છે, જે સાદાઈની આકર્ષકતા બને છે. પછી સાદાઈ કઠોર અને પાશવી નથી. કઠોર સાદાઈ વિચારની નીપજ છે, ખુશી તથા અનહદ ભોગવિલાસથી વિરુદ્ધની ધૃણા તરીકેના વિચારની નીપજ છે.

આ ઊંડા સ્વૈરાચારમાંથી - જે છે વિચારનું પોતાને છોડી દેવું, કેમ કે તે સ્પષ્ટપણે તેનું પોતાનું જોખમ જુએ છે - મનની સમગ્ર રચના શાંત થઈ જાય છે. તે વસ્તુતઃ શુદ્ધ એકાગ્રતાની અવસ્થા છે અને તેમાંથી સ્વર્ગસુખ, પરમાનંદ આવે છે, જેને શબ્દોમાં મૂકી ન શકાય. જ્યારે તે શબ્દોમાં મૂકાય છે ત્યારે તે વાસ્તવિક નથી.

એક માત્ર કાન્તિ - ભારત, ભાગ ૯

સુખ અને આનંદ આ બે શબ્દો મોટા ભાગે સમાન અર્થ માટે વપરાય છે. કૃષ્ણમૂર્તિ આમાં સ્પષ્ટ ફરક કરે છે અને પરંપરાગત તત્ત્વજ્ઞાનમાં પણ ‘આનંદ’ શબ્દનાં પરિમાણ અલગ છે.

સુખ પાછળ ઈચ્છા રહેલી હોય છે અને એ ઈચ્છા વિચારોએ નિર્માણ કરેલી હોય છે, સ્મૃતિ વડે કેળવાયેલી હોય છે. પણ આનંદ ત્યારે જ હોય છે જ્યારે વિચારોનો અંત આવે છે. આનંદને વિચારોનું બંધન નથી. તે તો મુક્ત હોય છે, અનંત હોય છે. સુખ વિચારોમાં વીંટાયેલ હોય છે, તે મેળવતાં વ્યક્તિએ અનેક વખત અશિષ્ટ માર્ગનું અવલંબન પણ લેવું પડે છે. સુખ વાપરતું રહે છે અને વધારે સુખ મેળવવાની મથામણ ચાલુ જ રહે છે.

આનંદમાં કોઈ મથામણ નથી હોતી, પણ શક્તિ હોય છે, જેનું રૂપાંતર કરુણામાં થાય છે. આ વાત શબ્દાતીત છે. આપણા જેવા શબ્દોમાં અટકેલા માનવીઓએ આ સમજણ પામવા માટે લાંબો પ્રવાસ ખેડવાનો છે.

શું આનંદ એ દુઃખનું વિરોધી છે?

પ્રશ્નકર્તા: આનંદ એટલે શું? મેં એ શોધવાનો હર્મેશ પ્રયત્ન કર્યો છે, પણ કોઈક કારણે મને એનો જવાબ મળ્યો નથી. લોકો અનેક રીતે આનંદ માણે છે એ મેં જોયું છે, અને એમાંની મોટા ભાગની વસ્તુઓ તો સાવ નાદાન અને બાલિશ લાગે છે. મને લાગે છે કે તેઓ તેમની રીતે આનંદિત છે, પણ મને એક અલગ પ્રકારનો આનંદ જોઈએ છે. મને ક્યારેક આછા આણસાર મળ્યા પણ છે કે આવો આનંદ મેળવવો શક્ય છે, પણ કોઈક રીતે હર્મેશ તે મારાથી છટકતું રહ્યું છે.

કૃષ્ણમૂર્તિ: તમને એવું લાગે છે કે ‘આનંદ’ એ સાધ્ય છે? કે પછી એ જીવનની સંપૂર્ણતાની સાથે જ આવતી એક અન્ય વસ્તુ છે?

પ્ર: મને લાગે છે કે એજ સાધ્ય છે, કારણકે, જો આનંદ હોય તો તમે જે કરો તેમાં સુસંવાદિતા હોય, તો તમે સમસ્યા વગર, સહેલાઈથી, કોઈ ઘર્ષણ વગર કાર્ય કરી શકશો. મને વિશ્વાસ છે કે આનંદથી તમે જે પણ કરો તે સાચું જ હોવાનું.

કૃ: શું એવું છે? શું આનંદ એક સાધ્ય છે? ગુણ એ પોતાનામાં કોઈ સાધ્ય ન હોઈ શકે. જો એમ હોય તો તો એ સાવ ક્ષુદ્ર વાત થઈ જાય છે. શું તમે ‘આનંદ’ની શોધ કરી શકો છો? જો તમે એમ કરો તો કદાચ તમે બધી જ જાતના ભોગ વિલાસમાં આનંદની નકલને જોઈ શકશો. પણ એ સુખ છે. આનંદ અને સુખ વચ્ચે શું સંબંધ છે?

પ્ર: મેં મારી જાતને આવું કોઈ દિવસ પૂછ્યું નથી.

કૃ: સુખ કે જેને આપણે શોધતાં હોઈએ છીએ, ભૂલથી એને જ આનંદ સમજવામાં આવે છે, પણ તમે જે રીતે સુખને શોધી શકો છો એ રીતે આનંદની શોધ કરી શકો છો? સુખ એજ આનંદ છે શું? આ બાબતમાં ખરેખર આપણે સાવ સ્પષ્ટ થઈ જવું જોઈએ. સુખ એટલે પ્રસન્નતા, સંતોષ, ભોગ, મનોરંજન, ઉત્તેજના. આપણાંમાંનાં મોટાભાગનાને લાગે છે કે સુખ એટલે જ આનંદ, અને સૌથી મોટા સુખને આપણે સૌથી મોટો આનંદ માનતાં હોઈએ છીએ. અને શું આનંદ એ દુઃખનું વિરોધી છે? શું તમે આનંદિત થવા માંગો છો કારણકે તમે દુઃખી અને અસંતુષ્ટ છો? શું ખરેખર આનંદનું વિરોધી કાંઈક છે? શું પ્રેમનું વિરોધી કાંઈક છે? દુઃખી હોવાના પરિણામે જ શું તમે આનંદ વિશે પૂછી રહ્યા છો?

પ્ર: આ જગતના અન્ય લોકોની જેમ જ હું પણ દુઃખી છું, અને સ્વાભાવિક રીતે જ મને દુઃખી નથી થવું, અને એજ મને આનંદની શોધ માટે ઉશ્કેરે છે.

કૃ: એટલે કે તમારા માટે આનંદ એ દુઃખનું વિરોધી છે. જો તમે આનંદમાં હો તો તમે એની શોધ નહીં કરો. એટલે મહત્વનું આનંદ નહીં પણ એ છે કે શું દુઃખનો અંત હોઈ શકે? આ જ સાચો સવાલ છે, બરાબર ને? તમે આનંદ વિશે પૂછો છો કારણકે તમે દુઃખી છો

અને એ જાણ્યા વગર કે ખરેખર આનંદ એ દુઃખનું વિરોધી છે, આ સવાલ તમે પૂછો છો.

પ્ર: જો તમે એ રીતે વાતને મૂકો, તો હું સહમત થાઉં છું. એટલે, હું જે દુઃખમાં છું એમાંથી છૂટવું કેવી રીતે એમાં મારો રસ છે.

કૃ: શું વધારે મહત્વનું છે, દુઃખને સમજવું તે કે આનંદ પ્રાપ્ત કરવું તે? જો તમે આનંદની શોધ કરો છો તો તે દુઃખમાંથી છટકવાની વાત છે અને તેથી દુઃખ તો હર્મેશ રહેવાનું જ, કદાચ તે ઢંકાયેલું, છુપાયેલું પડ્યું હશે, અંદર ને અંદર સડો પેદા કરતું હર્મેશ રહેશે જ. તો પછી, હવે તમારો પ્રશ્ન શું છે?

પ્ર: હવે મારો સવાલ એ છે કે હું દુઃખી શા માટે છું? હું માંગતો હતો તે જવાબ આપવાને બદલે તમે ખુબ જ સારી રીતે મારી સાચી સ્થિતિ મારી સમક્ષ મૂકી આપી છે, એટલે હવે મારી સમક્ષ આ પ્રશ્ન ઊભો થયો છે કે જે દુઃખમાં હું છું તેને કેવી રીતે હું દૂર કરું?

કૃ: શું તમારા પોતાના મનની કંગાળતા દૂર કરવા માટે કોઈ બાહ્ય પ્રતિનિધિ, ભલે તે ભગવાન હોય, નિયંત્રક હોય, કોઈ ઔષધીય પદાર્થ હોય કે કોઈ તારનાર વ્યક્તિ હોય, મદદ કરી શકે? કે પછી દુઃખનું સ્વરૂપ જાણી અને તરત જ તે પ્રમાણે પગલાં ભરી શકવા જેટલી સમજણ વ્યક્તિમાં હોઈ શકે?

પ્ર: હું તમારી પાસે આવ્યો છું કારણકે તમે કદાચ મને મદદ કરી શકશો એવું મને લાગ્યું, એટલે તમે તમને બાહ્ય પ્રતિનિધિ કહી શકો. મને મદદની જરૂર છે અને કોણ મને મદદ આપે છે તેની ચિંતા હું નથી કરતો.

કૃ: મદદ સ્વીકારવામાં અને મદદ આપવામાં કેટલીક વસ્તુઓ સંડોવાયેલી છે. જો તમે આંખ મીંચીને એને સ્વીકારશો તો તમે એક અથવા બીજી ‘સત્તા’ની જાળમાં ફસાઈ જશો, જે આજ્ઞાપાલન, ડર અને એવી બીજી ઘણી સમસ્યાઓ એની સાથે લાવશે. એટલે જો તમે મદદની ઈચ્છા રાખશો, તો તમને મદદ તો નહીં જ મળે – કારણકે અન્ય કોઈ તમને મદદ ન કરી શકે; પણ તે સાથે જ સમસ્યાઓની એક આખી શૃંખલા શરૂ થઈ જશે; તમે પહેલાં કરતાં વધારે ઊંડા કાદવમાં પહોંચી જશો.

પ્ર: મને લાગે છે કે હું આ વાતને સમજું છું અને તે સાથે સહમત છું. આ પહેલાં કદી આ વિશે સ્પષ્ટતાથી વિચાર્યું ન હતું. મારી જાતે અને તરત જ ‘દુઃખ’ અંગે પગલાં ભરી શકું એવી સમજણ હું કેવી રીતે વિકસાવી શકું? જો મારામાં આ સમજણ હોત તો ખરેખર હું અત્યારે અહીં ન હોત, હું તમને મારી મદદ કરવા કહી ન રહ્યો હોત. એટલે હવે મારો સવાલ એ છે કે શું મને એવી સમજણ મળી શકે કે જેથી હું ‘દુઃખ’ની સમસ્યાનો ઈલાજ કરી અને ‘આનંદ’ની પ્રાપ્તિ કરી શકું?

કૃ: તમે એમ કહી રહ્યા છો કે આ ‘સમજણ’ એ તેના કાર્યથી અલગ છે. ખરેખર તો, આ સમજણનું પોતાનું કાર્ય જ છે સમસ્યાને જોઈ શકવાનું અને સમજવાનું. સમજણ અને તેનું કાર્ય એકબીજાથી અલગ કે ક્રમિક નથી, પહેલાં સમજણ આવે અને પછી સમસ્યાની ઉપર એક સાધનની જેમ તમે તેનો ઉપયોગ કરો એવું નથી. એમ કહેવું કે પહેલાં ક્ષમતા આવે અને પછી તેનો ઉપયોગ થાય, પહેલાં કલ્પના કે સિદ્ધાંત હોય અને પછી તેને લાગુ પડાવાય એ બુદ્ધિમત્તાની એક ઘેલછા છે. આ વાત જ સમજણનો અભાવ અને સમસ્યાનું મૂળ દર્શાવે છે. આ તો વિભાજિતતા છે. આપણે વિભાગોમાં જીવીએ છીએ અને એટલે જ આપણે આનંદ અને દુઃખ, ધિક્કાર અને પ્રેમ અને એવું બોલીએ છીએ.

પ્ર: કદાચ આ ભાષાના માળખાનું અંતર્ગત લક્ષણ છે.

કૃ: કદાચ એમ છે, પણ એ વાતને અત્યારે બહુ મહત્વ આપીને આપણે મૂળ મુદ્દાથી ફંટાઈ ન જઈએ. આપણે એમ કહી રહ્યા છીએ કે સમજણ અને તેનું કાર્ય - દુઃખને લગતી સમસ્યાને જોઈ શકવું - એ એક જ છે. એ પણ, કે એ દુઃખ નો અંત અથવા સુખ મેળવવું એનાથી અલગ નથી.

પ્ર: આ સમજણ મારે કઈ રીતે પ્રાપ્ત કરવી?

કૃ: તમે સમજ્યા છો કે આપણે શું કહી રહ્યા છીએ?

પ્ર: હા!

કૃ: પણ જો તમે સમજ્યા હો, તો તમે જોયું કે આ ‘જોઈ શકવું’ એટલે જ ‘સમજણ’. તમે ફક્ત ‘જોઈ શકવાનું’ કરી શકો છો, તમે ‘જોઈ શકવા’ માટે સમજણને કેળવી ન શકો. ‘જોઈ શકવું’ એટલે સમજણ કેળવવી એવું નથી. ‘જોઈ શકવું’ એ સમજણ, કે પછી આનંદ કે દુઃખથી વધારે મહત્વનું છે. બીજું બધું એટલે કે આનંદ, દુઃખ, સમજણ એ બધાં ફક્ત શબ્દો છે.

પ્ર: તો પછી ‘જોઈ શકવું’ એ શું છે?

કૃ: ‘જોઈ શકવું’ એટલે એ સમજણ કે વિચારશક્તિ કેવી રીતે વિરોધાર્થીને બનાવે છે. વિચારશક્તિ જે નિર્માણ કરે છે તે સાચું નથી હોતું. ‘જોઈ શકવું’ એટલે વિચારશક્તિ, યાદશક્તિ, વિરોધ, કલ્પના વગેરેને સમજવું; આ બધાંને એક સળંગ પ્રક્રિયા તરીકે જાણવી. આ જ સમજણ છે; અખંડિત જોઈ શકવું એ જ સમજણ છે; ખંડોમાં વિભાજિત થયેલું જોવું એટલે સમજણનો અભાવ.

પ્ર: હવે હું થોડો ગુંચવાઈ ગયો છું. મને લાગે છે કે હું સમજું છું, પણ સાવ ચોક્કસ નથી. મારે ધીમેથી આગળ વધવું જોઈએ. તમે જે કહો છો તે એમ છે કે ‘સંપૂર્ણતાથી જુઓ અને સાંભળો’. તમે કહો છો કે આ ‘ધ્યાન’ જ સમજણ છે, અને તમે એ કહો છો કે એ તત્ક્ષણ હોવી જોઈએ, વ્યક્તિ હમણાં જ ‘જોઈ શકે’. મને ખબર નથી કે હું ખરેખર અત્યારે ‘જોઈ’ શકું છું? કે ‘પછી સમજણ’ એ આશાએ તમે જે કહ્યું છે તે પર વિચારણા કરવા હું ઘરે જાઉં.

કૃ: તો તમે ક્યારેય નહીં જોઈ શકો, એના વિશે વિચારણા કરવાથી તમે ક્યારેય સમજશો નહીં. કારણકે ‘વિચાર’ ‘જોવા’ને અટકાવે છે. આપણે બેઉ સમજી ગયા છીએ કે ‘જોઈ શકવું’ એટલે શું. આ ‘જોઈ શકવું’ એ કોઈ સાર નથી કે નથી કોઈ અમૂર્ત વિચારણા કે કોઈ કલ્પના. જો કોઈ પણ હોય જ નહીં, તો તમે જોઈ ન શકો. હવે તમારે દુઃખની સમસ્યા છે. દુઃખને સંપૂર્ણતામાં જુઓ, તમારે સુખી થવું છે એ અને વિચારણાએ કેવી રીતે વિરોધાર્થી બનાવ્યા છે એ સહિત. સુખ મેળવવાની શોધને જુઓ અને એ મેળવવા માટે મદદની ઈચ્છાને જુઓ. હતાશા, આશા, ડરને જુઓ. આ બધું સંપૂર્ણતામાં, એક અખંડ તરીકે જોવું પડે, ખંડોમાં નહીં. આ બધું અત્યારે જ જુઓ, એના પર પૂરેપૂરું ધ્યાન આપો.

The Urgency of Change

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયા, વસંત વિહાર, ૧૨૪ શ્રીનવેજ રોડ, ચેન્નઈ ૬૦૦ ૦૨૮.

Email : vvstudy@kfionline.org • Website : <http://www.kfionline.org>

કૃષ્ણમૂર્તિના વાર્તાલાપ અને સંવાદોની ડીવીડી તમે ઓર્ડર દ્વારા મંગાવી શકો છો. જેની યાદી વેબસાઈટ પર ઉપલબ્ધ છે.

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, બેંગલુરુ: થી સ્ટડી વેલી સ્કૂલ કેમ્પસ, ૧૭ કિ.મી. કનકપૂરા રોડ, થાતગુણી પોસ્ટ બેંગલુરુ ૫૬૦૦૬૨.

ટે.નં. (૦૮૦) ૨૮૪૩૫૨૪૩ • Email : kifistudy@gmail.com • Website : www.kfistudy.org

૦૮-૧૧ માર્ચ ૨૦૧૮ Exploring Stress, Worry, Tension & Conflict

૦૫-૦૮ એપ્રિલ ૨૦૧૮ Karnataka JK Adhayana Shibra:(in Kannada & English) Understanding Relationship in daily life

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર રાજઘાટ-વારાણસી, કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયા, રાજઘાટ ફોર્ટ વારાણસી ૨૨૧ ૦૦૧

ટેલિફોન નં. (૦૫૪૨) ૨૪૪૧૨૮૮ / ૨૪૪૦૪૫૩ • Email : studycentre@rajghatbesantschool.org • Website : www.rajghatbesantschool.org

૦૧-૦૪ એપ્રિલ ૨૦૧૮ સજગતા ઔર હમારા દૈનિક જીવન

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર સહ્યાદ્રિ, પોસ્ટ-તિવર્થ હિલ, તાલિકા ખેડ, (રાજગુરુ નગર, જિ. પૂના ૪૧૦૫૧૩, મહારાષ્ટ્ર)

ટે.નં. (૦૨૧૩૫) ૨૮૮૭૭૨, ૨૮૮૩૪૮, ૨૦૩૪૭૫. • Email : kfisahyadri.study@gmail.com • Website : <http://www.kscsfki.com>

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, શ્રધ્ધિ વેલી, જિ. ચિત્તૂર, આંધ્રપ્રદેશ - ૫૧૭૩૫૨

ટે.નં. (૦૮૫૭૧) ૨૬૦૩૭/૬૮૬૨૨/૬૮૫૮૨. • Email : study@rishivalley.org • website : <http://www.rishivalley.org>.

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, ઉત્તરકાશી, પોસ્ટ રાનારી, ડુંડા બ્લોક, જિ. ઉત્તરકાશી ૨૪૮૧૫૧

ટે.નં. ૮૪૧૨૪ ૩૬૪૨૮/ ૮૪૧૫૮ ૮૩૬૮૦ • Email : krc.himalay@gmail.com

website : <http://www.jkrishnamurtionline.org>. (ભારતીય ભાષામાં સંકેત સ્થળ)

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, કોલકત્તા, કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયા, ૩૦, દેવદાર સ્ટ્રીટ, કોલકત્તા ૭૦૦ ૦૧૮.

ટે.નં. (૦૩૩) ૪૦૦૮૨૩૮૮ • Email : kfikolkata@gmail.com

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેટક-ઓરિસા કેન્દ્ર, પૂરીઘાટ રોડ, તેલંગા બજાર, કેટક ૭૫૩૦૦૮, ઓરિસા

ટે.નં. (૦૬૭૧) ૬૪૧૭૮૮૦ • Email : kficuttackcentre@sify.com • website : www.kficc.org

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, બદલાપુર: આનંદવિહાર, જે. કૃષ્ણમૂર્તિ સેક્ષ એજ્યુકેશન સોસાયટી, જાંભિળઘર, રાહાટોલી ગામની નજીક,

બદલાપુર(પ્ર). તા. થાણા, પીનકોડ ૪૨૧૫૦૩, મહારાષ્ટ્ર.

ટે.નં. (૦૨૨) ૨૫૦૧૪૦૮૪, ૨૪૨૨૩૧૮૮. • Email : jksesbadlapur@gmail.com • website : www.jkses.org

વાર્ષિક મેળાવડો: ૨૦૧૭

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇંડિયાનો સાર્વજનિક વાર્ષિક મેળાવડો સહ્યાદ્રી એજ્યુકેશન કેન્દ્રમાં ૧૧ થી ૧૪ નવેમ્બર ૨૦૧૭ દરમિયાન ભરાયો હતો. મેળાવડાનો મુખ્ય વિષય હતો ‘માનવતાની સહિયારી ભૂમિકા’. દેશના દરેક ખુણેથી જેટલા સામાન્ય લોકોએ ભાગ લીધો હતો. KFI શિક્ષકગણ અને અન્ય વિભાગોમાંથી ૫૦થી વધારે લોકોએ પણ ભાગ લીધો હતો.

ચારે દિવસની સવારે આમંત્રિત મહેમાનો દ્વારા મુખ્ય વિષયને લગતાં અલગ અલગ પાસાં વિશે સંભાષણ કરવામાં આવ્યું. સંભાષણ બાદ શ્રોતાઓના પ્રશ્નો થતાં. વક્તાઓ હતા સ્ટીફન સ્મીથ, કબીર જયતીર્થ, એસ.પી.કંડાસ્વામી અને શૈલેશ શિરાલી. એક જ મુખ્ય વિષય હોવા છતાં, દરેક વક્તાની પોતાની અનન્ય સમજ હતી, જેના નિષ્કર્ષ રૂપે કૃષ્ણમૂર્તિના વાક્ય ‘તમારી ચેતના એ જ માનવતાની

ચેતના છે’ ને સંબંધે જાત અને જગતને સમજવા માટે દરેક દ્વારા અત્યંત વિચાર-પ્રેરક પ્રદાન થયું.

સંભાષણો અને મુખ્ય વિષયને કેન્દ્રમાં રાખીને ચર્ચા વિચારણાની બે નાની બેઠકો પણ થઈ. બપોરની બે બેઠકો કેએફઆઈ શાળાઓ, અધ્યયન કેન્દ્રોની કાર્યશૈલી અને કૃષ્ણમૂર્તિના સાહિત્યના અનુવાદ અને પ્રકાશન વિશેના પ્રશ્નોના કેએફઆઈના વડીલ કાર્યકારીઓ દ્વારા ઉત્તરો આપવા માટે સમર્પિત કરાઈ હતી, જેમાં મોટી સંખ્યામાં લોકોએ ભાગ લીધો હતો. ૧૨મી નવેમ્બરનાં કર્ણાટકી શૈલીના પ્રખ્યાત ગાયક શ્રી ટી. એમ. કૃષ્ણાનો શાસ્ત્રીય સંગીતનો કાર્યક્રમ હતો. સંગીત ગાયન સહિત મેળાવડાના કામકાજનું સંપૂર્ણ શ્રાવ્ય ધ્વન્યાલેખન સહ્યાદ્રી કેન્દ્રની વેબસાઇટ <http://kscskfi.com> પર ઉપલબ્ધ છે.

પ્રો.પી. કૃષ્ણાનો વ્યાખ્યાનો

૪થી નવેમ્બર ૨૦૧૭ના મધ્ય મુંબઈના લોઅર પરેલ વિસ્તારના ‘દ ઇન્ટિગ્રલ સ્પેસ’માં પ્રોફેસર પી. કૃષ્ણાએ ‘કૃષ્ણમૂર્તિ અને જીવન જીવવાની કળા’ વિષય પર વ્યાખ્યાન આપ્યું. આપણું નિત્ય જીવન આપણાં ‘સ્વ’નું સમર્થન કરવામાં કેવી રીતે પૂરક બની શકે તે બતાવતાં તેમણે પ્રેમની શક્તિની વાત કરી. સત્યાસત્યનો સુમેળ સાધી, નિરીક્ષણદ્વારા થયેલ અવધાન સાથે જીવન જીવવાની કળાનું તેમણે વિવરણ કર્યું. વ્યાખ્યાન પછી પ્રશ્નોત્તર થયા. અનેક યુવાન શ્રોતાઓની ઉપસ્થિતિ આ વ્યાખ્યાનમાં હતી.

પ્રો. પી. કૃષ્ણાનું બદલાપૂરસ્થિત આનંદ વિહારનું એ કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્રમાં ‘આંતરિક તેમ જ બાહ્ય પરિવર્તન’ વિષય પર વ્યાખ્યાન હતું. આ વિષય પર બોલતાં તેમણે સર્વપ્રથમ સ્પષ્ટ કર્યું કે આંતરિક અને બાહ્ય આવું બે અલગ અલગ પરિવર્તન ન હોય, તે પ્રવાસ તો એક્યમાં જ હોય. બહાર થતાં ભૌતિક બદલાવ કે પ્રગતિ વડે આંતરિક બદલાવ થાય છે એવું લાગવું આ એક પ્રકારનો ભ્રમ છે. તો, આ ભ્રમ છે એ જાણવું એ જ સાચા આંતરિક પરિવર્તનની શરૂઆત છે. અસત્યને અસત્ય તરીકે જાણવું અને સત્ય ને સત્ય તરીકે જાણવું એ આંતરિક પરિવર્તન છે. તેમ જ સતત સતર્ક રહીને પોતાના મનના તરંગો - હલચલો પ્રત્યે અલિપ્તતાથી જોઈ શકવામાં જ પરિવર્તનની શરૂઆત છે. આ બદલાવ કોઈ કાળે ‘લાવી’ ન શકાય, આપણા સતત અભ્યાસથી જ તે આવે છે. આંતરિક પરિવર્તન એ તો સતત પરિવર્તનની પ્રક્રિયા છે.

‘સ્વ’ના જ્ઞાન વગર પ્રજ્ઞા જાગૃત ન થાય અને પ્રજ્ઞા એટલે જ પ્રેમ. પ્રત્યેક વ્યક્તિની અંદર આ પ્રજ્ઞા-કરુણા-પ્રેમ એ સુસુમ્ન પણે દબાયેલ હોય છે, અને એથી જ દરેક વ્યક્તિ માટે ‘સ્વ’જ્ઞાન વડે આંતરિક પરિવર્તન લઈ આવવાની સ્વતંત્રતા હોય છે, પરંતુ જ્યાં સુધી આપણે ભ્રમમાં જીવતાં હોઈએ છીએ ત્યાં સુધી આ સ્વતંત્રતા મળતી નથી.

હિંદીમાં થયેલ આ ભાવપૂર્ણ વ્યાખ્યાન પછી બહોળા પ્રમાણમાં પ્રશ્નોત્તર થયા અને કાર્યક્રમની સમાપ્તિ થઈ.

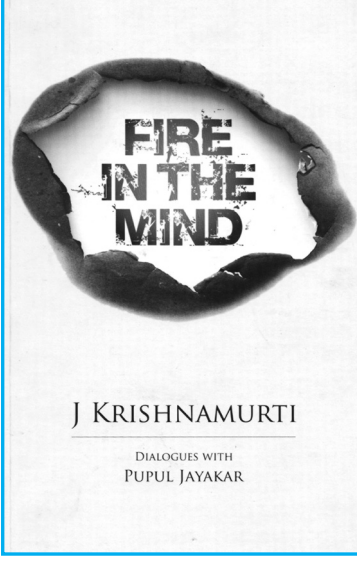
શિક્ષણ પરિષદ

બોમ્બે કેમ્બ્રીજ ગુરુકુલ - BCG જૂથ ના સહયોગમાં KFI મુંબઈએ Imperatives in Education-Advancing Education with Principles (શિક્ષણ માં અત્યાવશ્યક ઘટકો-નીતીતત્ત્વો સાથે શિક્ષણ) વિષય પર ૧૨મી-૧૩મી જાન્યુઆરી ૨૦૧૮ દરમિયાન કેળવણીકારો માટે મુંબઈમાં એક સંમેલનનું આયોજન કર્યું હતું. લગભગ ૧૦૦ થી વધારે શિક્ષકો, અધ્યાપકો અને કેળવણીકારો આમાં જોડાયા હતાં. બીસીજી જૂથના સંચાલક શ્રી વિક્રમ પટેલ કૃષ્ણમૂર્તિની શીખમાં ખુબ રસ ધરાવે છે. તેમના પ્રાસ્તવિક કથનમાં તેમણે આજના જમાનામાં શાળાઓમાં થતી ફક્ત માહિતી અને કૌશલ્યની આપ-લેની બ્રામકતા અને તેની માનવ-મન ઉપર પડતી ખરાબ અસરો તરફ શ્રોતાઓનું ધ્યાન દોર્યું. કૃષ્ણમૂર્તિની કેળવણી પ્રત્યેની દૃષ્ટિને સમજવાની અને તેના અમલની તાતી જરૂર તેમણે સૂચવી. કાર્યક્રમના પ્રમુખ મેહમાન શ્રી. સુધીર્ઘ કુળકર્ણીએ ‘ભારતીય શાળાઓને ભવિષ્ય તરફ લઈ જાવું’ એ વિષય પર ભાષણ આપ્યું. શિક્ષણ ક્ષેત્ર સાથે જોડાયેલ અન્ય ક્ષેત્રોનાં વક્તાઓએ પણ પોતપોતાનાં વિચારો મૂક્યા.

KFI ના ડો. શૈલેશ શિરાલી અને શ્રી ગૌતમે ‘માનવ આચરણમાં શ્રેષ્ઠતા’ વિશે વાત કરી. તેમણે કૃષ્ણજીના ‘સંપૂર્ણ કેળવણી’ના અભિગમની, કૃષ્ણમૂર્તિની શાળાઓમાં પરસ્પર સંબંધ કેવા મોકળાપણથી, સ્નેહભાવથી વિકસાવામાં આવે છે, નિર્સર્ગ સાથે માનવીનો જે અતૂટ નાતો છે તે મા તેની સંવેદનશીલતા કેવી કાળચીપૂર્વક વિકસિત કરવામાં આવે છે તે વિષે શ્રોતાઓ જોડે અનેક પહેલુ ઉપર વિસ્તારથી વાતચીત કરી. શિક્ષક અને વિદ્યાર્થી બન્ને એ સાંભળવું, નિરીક્ષણ કરવું, તેનો અવધાન કરવું, અને તે પરથી જે પોતાના મનોવ્યાપારની તપાસ કરવી, તેમ જ ડર-સ્પર્ધા-તુલના રહીત વાતાવરણની મનની જવાબદાર સ્વતંત્રતા એમ અનેક વિષયો પર વાતચીત થઈ. ઘણાં સહભાગીઓએ આ અભિગમને તપાસવા માટે ઊંડો રસ દર્શાવ્યો.

કાર્યક્રમનો અંત કરતાં BCG જૂથના સવિતા વેંકટે આવતા શાળાકીય વર્ષથી રસ ધરાવતા કેળવણીકારો માટે એક નિયમિત ચર્ચા સત્ર શરૂ કરવાની તેમની ઈચ્છા પણ દર્શાવી.

પુસ્તક પ્રકાશન



ફાયર ઇન દ માઇન્ડ

કૃષ્ણમૂર્તિના જન્મદિવસની વરસગાંઠની ઉજવણી વખતે ૧૯૯૫માં પ્રથમ વાર પ્રકાશિત કરવામાં આવેલ 'ફાયર ઇન દ માઇન્ડ'માં કૃષ્ણમૂર્તિના ઘણાં વર્ષોના મિત્ર અને 'કૃષ્ણમૂર્તિ' પુસ્તકના લેખક એવા પુપુલ જયકર અને કૃષ્ણમૂર્તિ વચ્ચેના ૧૫ સંવાદોનો સમાવેશ થયેલો છે.

૧૯૭૮ અને ૧૯૮૪ની વચ્ચે થયેલા આ સંવાદો ભય, દુઃખ, મૃત્યુ અને આત્માના અંત જેવા વિવિધ વિષયોને

આવરી લે છે. જીવંત રહેવું, ચૈતન્યનો સ્વભાવ, વૃદ્ધાવસ્થા અને મગજના જ્ઞાનતંતુઓનું નવીકરણ જેવા આજે વૈજ્ઞાનિક શોધખોળના કેન્દ્રમાં રહેલા વિષયો ઉપર પણ તેઓએ વાત કરી છે.

સહ્યાદ્રી શાળા યોગ્ય શિક્ષકો માટે આમંત્રણ

પશ્ચિમઘાટના નિસર્ગરમ્ય વાતાવરણમાં વસેલ સહ્યાદ્રી વિદ્યાલય એક પૂર્ણપણે નિવાસી સહશિષણ આપતી શૈક્ષણિક સંસ્થા છે. ફક્ત ઉત્તમ શૈક્ષણિક પ્રગતી જ નહીં, અહીં વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક એક સાથે જીવનનાં મૂળગામી પ્રશ્નોની સમ્યક શોધ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આત્મ જાગૃતતા અને યોગ્ય જીવન પદ્ધતિની શોધ અને અને ધરતી સાથે એકરૂપતા એ જ આ સંસ્થાના ઉદ્દેશો છે. આવી આ શાળામાં અધ્યાપકોની ખાલી જગ્યા ભરવા માટે અનુભવી શિક્ષકો પાસેથી અરજી મંગાવવામાં આવે છે. ધોરણ ચોથા થી દસમા, અને અગિયારમા-બારમાના વર્ગો માટે વિવિધ વિષયોમાં રસ અને ઉત્તમ શૈક્ષણિક પાત્રતા હોય તેવા શિક્ષકોને પ્રાધાન્ય આપવામાં આવશે.

નીચે લખેલ વિષયો માટે નિમણુંક કરવાની છે.

ધોરણ નવમા થી બારમા - અંગ્રેજી, અર્થશાસ્ત્ર, ભૌતિકશાસ્ત્ર, ગણિત, લેખાશાસ્ત્ર-નામું, વાણિજ્ય,

ધોરણ ચોથાથી આઠમી - અંગ્રેજી, ભૌતિક શાસ્ત્ર, ગણિત સંસ્થાને એક નાણાંઅધિકારીની પણ નિમણુંક કરવી છે.

ઇચ્છુક અર્જદારોએ office@sahyadrischool.org પર અરજી મોકલવી, અથવા શાળાની વેબસાઇટ:

office@sahyadrischool.org પર પણ અરજી મોકલી શકાશે.

સહ્યાદ્રી સ્કુલ, કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન, ઇંડિયા, તિવારી હિલ, રાજગુરુનગર, પુને ડિસ્ટ્રીક્ટ ૪૧૦૫૧૩.

માણસને અલગ પાડી દેનારી એ પ્રક્રિયા છે

કેળવણીકારો શિક્ષકો મનુષ્યો છે. તેમનું કાર્ય વિદ્યાર્થીઓને શીખવવાનું છે. ફક્ત આ કે તે વિષય જ નહીં પણ શિક્ષણની સમગ્ર પ્રક્રિયા અવગત કરતાં શીખવવાનું છે.

અનેક વિષયોને લગતી માહિતીઓ એકત્ર કરતાં જ નહીં પણ, મુખ્યત્વે સંપૂર્ણ માનવ બનતાં શીખવવાનું છે. આ શાળાઓ ફક્ત શિક્ષણનાં કેન્દ્રો જ નહીં પણ સારપસારાપણાનાં ધાર્મિક માનસને બહાર લાવતાં કેન્દ્રો પણ બનવાં જોઈએ.

સમગ્ર વિશ્વમાં માનવજાતિ ઓછેવત્તે અંશે અધોગતિના-પંથે જઈ રહી છે. કામોપભોગ, પોતાની ઇચ્છા બીજા પર લાદવાની વૃત્તિનો ઉપભોગ, ઉત્તેજનાનો ઉપભોગ, સત્તાનો અને પદનો ઉપભોગ, આવો કોઈ પણ ઉપભોગ વ્યક્તિગત રીતે કે સામુદાયિક રીતે જીવનનો મુખ્ય રસ થઈ પડે છે. ઉપભોગની તૃપ્તિની જ સતત માંગ રહ્યા કરે એ જ અધોગતિ છે. જ્યારે માનવસંબંધો ઉપભોગના હેતુ તત્કાલ પૂરતા જ રહે તે અધોગતિ છે. જવાબદારી જ્યારે એનો સમગ્ર અર્થ જુએ છે, બીજા માટે અથવા બીજી વસ્તુઓ માટે - પછી ભલે તે ધરતી ઉપર હોય કે સમુદ્ર પર હોય-જરાય કાળજી રહેતી નથી, આ આકાશ અને ધરતી પ્રત્યેની બેકાળજી પણ અધોગતિનું જ રૂપ છે. ઉચ્ચ સ્થાનોમાં પણ જ્યારે દંભ પેસે છે, વ્યાપારમાં અપ્રમાણિકતા પેસે છે, હંમેશા બોલાતી વાણિમાં અસત્ય પ્રવેશે છે, જ્યારે અલ્પ સંખ્યાનો ત્રાસ વધી પડે છે, જ્યાં મનુષ્યોનું નહીં પણ વસ્તુઓનું જ મહત્ત્વ હોય છે, ત્યાં જીવનનો દ્રોહ થતો હોય છે ત્યારે હિંસા એ જ જીવનની ભાષા બની જાય છે. જ્યારે પ્રેમ પણ ઉપભોગમાં ગણવામાં આવે છે ત્યારે માણસે જીવનનાં સૌંદર્ય અને પવિત્રતા સાથેનો પોતાનો સંબંધ કાપી નાખ્યો હોય છે.

ઉપભોગ હમેશાં અંગત હોય છે. માણસને અલગ પાડી દેનારી એ પ્રક્રિયા છે. જો કે માણસ એમ માનતો હોય છે કે ઉપભોગમાં બીજી વ્યક્તિનો સાથ હોય છે. પરંતુ હકીકતમાં ઉપભોગની તૃપ્તિ દ્વારા એને પોતાને અલગ પાડીને કોરોટામા પૂરી દેતી અહંતા-મમતાનું જ એ કાર્ય હોય છે. જેમ ઉપભોગવૃત્તિ વધારે તેમ અહંતા-મમતાનું બળ વધારે હોય છે. જ્યારે માણસો ઉપભોગ પાછળ દોડતાં હોય છે ત્યારે તેઓ એકબીજાનું શોષણ કરતાં હોય છે. જ્યારે ઉપભોગ પ્રધાન બને છે ત્યારે સંબંધોનું પણ આ હેતુ માટે જ શોષણ થતું હોય છે. એથી પરસ્પરનો સંબંધ પણ સાચો સંબંધ રહેતો નથી. ત્યારે સંબંધ પણ વ્યાપાર બની જાય છે. તૃપ્તિ માટેની પ્રેરણા પણ ઉપભોગ-આધારિત હોય છે. અને જો ઉપભોગની મનાઈ કરવામાં આવે અથવા એની અભિવ્યક્તિ માટેની અનુકૂળતા ન મળે તો ક્રોધ, નિરાશા, ધિક્કાર અથવા કટુતા જન્મે છે. ઉપભોગ માટેની સતત ઇચ્છા એ વાસ્તવમાં ઉન્માદનું જ સ્વરૂપ છે.

આ બધું એમ નથી બતાવતું કે જ્ઞાનનો વ્યાપ અત્યંત વધ્યો હોવા છતાં અને શક્યતાઓ પણ અસાધારણ વધી હોવા છતાં માણસની ચાલનશક્તિ, એની આક્રમક પ્રવૃત્તિ ઘટતી જાય છે? માણસનું ગણતરીવાળું સ્વાર્થીપણું, એના ભયો, એના ઉપભોગો અને એની ચિંતાઓ એ બધામાં આખા વિશ્વમાં એ જ નજરે પડે છે.

તો પછી આ શાળાઓની સંપૂર્ણ જવાબદારી કઈ ગણવી? ખરેખર શાળાઓ એવું જીવન જીવવાની રીત શીખવવા માટે હોય, જે જીવનનો પાયો ઉપભોગ પર, અહં-મમત્વ કેન્દ્રિત પ્રવૃત્તિઓ પર ન હોય પરંતુ સબંધોનું સાચું કાર્ય અને એના સૌંદર્યના બોધ પર જીવનનો પાયો હોય, ધાર્મિક જીવનની પવિત્રતા પર એવો પાયો હોય. આપણી આજુબાજુનું વિશ્વ જ્યારે આટલું વિનાશક અને અર્થહીન બની રહ્યું હોય ત્યારે આ શાળાઓ, આ કેન્દ્રો પ્રકાશ અને ડહાપણનાં સ્થાન

બનવાં જોઈએ. એમ કરવા માટે આ કેન્દ્રો જેના હાથમાં છે તેઓની એ જવાબદારી છે. આ કામ તાકીદનું હોવાથી એમાં કોઈ બહાનાનો અર્થ નથી, કાં તો એ કેન્દ્રો એવાં મજબૂત ખડક જેવાં બની રહે, વિનાશક પ્રવાહનાં પાણી સામે દઢપણે ઊભાં રહે અથવા અધોગતિના પ્રવાહ સાથે તણાતાં જાય. આ સ્થાનો મનુષ્યોની ચેતનાનું પ્રબોધન કરવા માટે જ છે.

શાળાઓને પત્રો, ૧૫ ઓક્ટોબર ૧૯૭૯

આનંદ તો તત્કાળ છે

ગયા પ્રકરણમાં આપણે કહ્યું હતું કે, આનંદ એ મજા કરતાં જુદી વસ્તુ છે. એટલે મોજામાં શું રહેલું છે તે આપણે શોધી કાઢીએ અને જેમાં મજા નહિ પણ આનંદનો, સુખનો જબરદસ્ત ભાવ હોય એવી દુનિયામાં રહેવું શક્ય છે કે કેમ તે જોઈએ.

આપણે બધાં એક કે બીજા પ્રકારની મજાની શોધમાં હોઈએ છીએ. સુધારો કરવાની મજા, શું કરવું જોઈએ તે વિષે બીજાને કહેવાની મજા, સમાજની બદીઓને બદલવાની મજા, સારું કરવાની મજા, વધારે જ્ઞાનની મજા, વધારે ભૌતિક તૃપ્તિની મજા, જીવનની વધારે મોટી સમજણની મજા અને બહુ ચતુરાઈભરી અને લુચ્યાઈભરી મનની વસ્તુઓની મજા અને અંતિમ મજા, અલબત્ત, ઈશ્વરને પ્રાપ્ત કરવાની-આવી અનેક પ્રકારની મજાની પાછળ પડ્યા છીએ.

મજા એ સમાજનું ચોક્કું છે. બાળપણથી તે મૃત્યુ પર્યંત આપણે ખાનગીમાં, લુચ્યાઈભરી રીતે કે ઉઘાડી રીતે મજા પાછળ દોડીએ છીએ. આપણી મજાનું, ગમે તે રૂપ હોય, હું ધારું છું કે આપણે તેના વિષે બહુ સ્પષ્ટ થવું જોઈએ. કારણકે તે આપણા જીવનને માર્ગદર્શન કરાવશે અને જીવનને ઘડશે. તેથી આ મજાના પ્રશ્નને આપણામાંના દરેકે ઝીણવટથી, સાવધાનીથી અને મૃદુતાથી તપાસવો. તે બહુ મહત્વનું છે. મજાને મેળવવી, પોષવી અને ટકાવી રાખવી એ જીવનની એક પાયાની માંગ છે અને તેના વિના જીવનનું અસ્તિત્વ સૂકું, એકલવાયું અને અર્થહીન બની જાય છે.

તમે પૂછી શકો : “તો પછી જીવન મજાથી શા માટે દોરવું ન જોઈએ? તેના માટે તદ્દન સાદું કારણ છે કે મજા પોતાની સાથે વેદના, ભગ્નાશા, દુઃખ અને ભયને લઈને આવે છે અને ભયમાંથી હિંસા આવે છે. જો તમે એ રીતે જીવવા માગતા હો તો તમે જીવો. દુનિયાનો મોટો ભાગ ગમે તેમ પણ એ જ રીતે જીવે છે. પણ જો તમે દુઃખમાંથી મુક્ત થવા માગતા હો તો તમારે મજાનું આખું માળખું સમજવું જોઈએ.

મજાને સમજવી એનો અર્થ એ નથી કે મજાને નકારવી. આપણે તેને વખોડતાં નથી કે તે સારી છે કે ખરાબ છે એમ કહેતાં નથી, પણ જો આપણે મજાની પાછળ દોડતાં હોઈએ તો આંખો ઉઘાડી રાખીએ અને જાણીએ કે જે મન આખોય વખત મજા શોધે છે તેને તેનો પડછાયો વેદના અવશ્ય મળશે. મજા અને વેદનાને છૂટી પાડી શકાય તેમ નથી. આપણે મજાની પાછળ દોડીએ છીએ પણ પીડાને નિવારવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ.

હવે, મન હંમેશાં મજા કેમ માગે છે? મજાના આંતરપ્રવાહ સાથે આપણે ઉમદા અને હીન કૃત્યો કેમ કરીએ છીએ? મજાની પાતળી દોરી ઉપર આપણે શા માટે બલિદાન આપીએ છીએ અને દુઃખ

ભોગવીએ છીએ? મજા શું છે અને તે કેવી રીતે અસ્તિત્વમાં આવે છે? મને આશ્ચર્ય થાય છે કે તમે કદીય તમારી જાતને આ પ્રશ્નો પૂછ્યા હોય અને તેના અંત લગી તેના ઉત્તરો શોધવા ગયા હો!

દર્શન, સંવેદન, સંસર્ગ અને કામના આ ચાર પગથિયાં મારફત મજા આવે છે. દા.ત., હું એક આકર્ષક મોટરકાર જોઉં છું પછી મને એનું સંવેદન થાય છે, તેને જોવાથી પ્રત્યાઘાત થાય છે. પછી એને સ્પર્શું છું અથવા સ્પર્શવાની કલ્પના કરું છું અને પછી તે મોટરકાર મેળવવાની અને મારી જાતને તેમાં પ્રદર્શિત કરવાની મને ઇચ્છા થાય છે. અથવા હું એક રૂપાળું વાદળ જોઉં છું અથવા વસંતકાળે ફૂટેલું પર્ણ જોઉં છું અથવા રમણીયતા અને ભવ્યતાથી ભરપૂર ઊંડી ખીણ જોઉં છું અથવા અદ્ભુત સૂર્યાસ્ત જોઉં છું અથવા એક રૂપાળું, બુદ્ધિપ્રકાશિત, જીવંત અને ‘સ્વ’ની સમાનતા વિનાનું વદન જોઉં છું. હું આ બધાં તરફ ગાઢ આનંદથી જોઉં છું અને જ્યારે હું તેનું નિરીક્ષણ કરું છું ત્યારે ત્યાં નિરીક્ષક નથી હોતો પણ માત્ર પ્રેમ જેવું નર્યું સૌંદર્ય હોય છે. એક ક્ષણ માટે હું મારા બધા પ્રશ્નો, ચિંતાઓ અને દુઃખો સાથે અનુપસ્થિત હોઉં છું. માત્ર તે અદ્ભુત વસ્તુનું જ અસ્તિત્વ હોય છે. હું આનંદપૂર્વક તે જોઈ શકું છું અને બીજી જ ઘડીએ તે ભૂલી જાઉં છું. નહિ તો મન ત્યાં પ્રવેશે છે અને મુશ્કેલીઓનો આરંભ થાય છે. મન, જે જુએ છે તેના ઉપર વિચાર કરે છે અને કહે છે. “તે કેટલું સુંદર હતું!” હું મારી જાતને કહું છું, “તેને વારંવાર જોવાનું મને ગમશે.” તેની તુલના કરવા અને ન્યાય તોળવા માટે છે અને કહે છે. “આવતી કાલે મારે તે જોવું જ જોઈએ.” એક ક્ષણ માટે જે અનુભવે આનંદ આપ્યો છે તેને વિચારસાતત્ય આપીને ટકાવી રાખે છે.

કામવાસના કે બીજી કોઈ પણ વેદના માટે પણ આમ જ છે. વાસના ખરાબ નથી. પ્રત્યાઘાત થાય એ તદ્દન સ્વાભાવિક છે. જો મને લકવો થયો ન હોય તો તમે જ્યારે મને ટાંકણી ભોંકો ત્યારે હું પ્રત્યાઘાત કરીશ. પણ વિચાર પ્રવેશે છે અને આનંદને ચગળીને તેને મજામાં ફેરવી નાખે છે. વિચાર આનંદનું પુનરાવર્તન માગે છે. અને જેમ જેમ તેનું પુનરાવર્તન થાય છે, તેમ તેમ તે વધારે ચંત્રવત બનતો જાય છે. તમે જેમ જેમ તેનો વધારે વિચાર કરો છો તેમ તેમ વિચાર મજાને જન્માવે છે અને ટકાવી રાખે છે. તેને સાતત્ય આપે છે અને તેથી કોઈપણ સુંદર વસ્તુ પ્રતિ વાસનાના નૈસર્ગિક પ્રત્યાઘાતને વિચાર વિકૃત બનાવી દે છે. વિચાર અનુભવને સ્મૃતિમાં ફેરવી નાખે છે અને સ્મૃતિ તેનો વારંવાર વિચાર કરીને પોષે છે.

અલબત્ત, અમુક ક્ષેત્રમાં સ્મૃતિનું સ્થાન છે. રોજબરોજના જીવનમાં સ્મૃતિ વિના આપણે જરાય કામ કરી ન શકીએ. પોતાના ક્ષેત્રમાં સ્મૃતિ સતેજ હોવી જોઈએ. પણ મનની એક એવી અવસ્થા

છે કે જ્યાં સ્મૃતિનું સ્થાન અત્યંત નહિ જેવું છે. જે મન સ્મૃતિથી લદાયેલું નથી તે મન ખરેખર મુક્ત છે.

તમે એ કદી નોંધ્યું છે કે જ્યારે તમે કોઈ વસ્તુને તમારા પૂરા દિલથી સંપૂર્ણપણે, જવાબ આપો છો ત્યારે સ્મૃતિ બહુ ઓછો ભાગ ભજવે છે? જ્યારે તમે કોઈ સમસ્યાનો સર્વસ્વ જીવનથી જવાબ ન આપો ત્યારે સંઘર્ષ થાય છે, ઝઘડો થાય છે અને તેને લીધે ગૂંચવાડો, મજા કે પીડા ઊભી થાય છે. સંઘર્ષ સ્મૃતિને પોષે છે. આ સ્મૃતિમાં આખોય વખત બીજી સ્મૃતિઓ ઉમેરાય છે અને આ સ્મૃતિઓ જ જવાબ આપે છે. સ્મૃતિમાંથી જે કાંઈ આવે છે તે પુરાણું હોય છે અને તેથી તે કદી મુક્ત હોતું નથી. વિચારસ્વાતંત્ર્ય જેવું કાંઈ છે જ નહિ, તે તો નરી મૂર્ખાઈ છે.

વિચાર કદી નવો હોતો નથી; કારણકે વિચાર તો સ્મૃતિનો, અનુભવનો, જ્ઞાનનો પ્રત્યુત્તર છે. વિચાર એ જૂની વસ્તુ હોવાથી, તમે જે વસ્તુને આનંદપૂર્વક નિહાળી હોય અને ઘડીભર તમને જે મહાન અનુભવ થયો હોય તેને વિચાર પુરાણો બનાવી દે છે. વિચાર દ્વારા એ જૂનામાંથી તમે નવા મેળવો છો; નવામાંથી કદી નહિ. નવામાં સમય હોતો નથી.

મજાને પ્રવેશવા દીધા વિના જો તમે પ્રત્યેક વસ્તુને, વદનને, પંખીને, સાડીના રંગને, પાણીની સપાટી ઉપર ઝિલમિલ થતા તડકાના સૌંદર્યને અથવા તમને આનંદ આપતી કોઈ પણ વસ્તુને જુઓ, અનુભવના પુનરાવર્તનની ઇચ્છા કર્યા વિના જુઓ તો દુઃખ નહિ હોય, ભય નહિ હોય અને તેથી અપાર આનંદ હશે.

મજા વારંવાર આવે અને ચાલુ રહે એ માટેનો સંઘર્ષ મજાને વેદનામાં ફેરવી નાખે છે. તમારી અંદર નજર નાખો. મજાના પુનરાવર્તનની માગણી જ પીડા લાવે છે. કારણ કે જે આનંદ કાલે હતો તે જ આજે નથી. તમે એ જ આનંદ મેળવવા સંઘર્ષ કરો છો. તમારી ઉચ્ચ ભાવનાને જ નહિ પણ તમારા મનના આંતરગુણને પાછો લાવવા મથો છો. પણ તે કદી પાછો આવતો નથી. તેથી તમને દુઃખ થાય છે અને તમે નિરાશ થાઓ છો.

જો તમને એક નાની સરખી મજાની પણ ના પાડવામાં આવે તો તમને શું થાય છે તે જોઈએ? તમારે જે જોઈએ તે ન મળે તો તમે ચિંતાતુર, નિરાશ અને અદેખા થઈ જાઓ છો અને ધિક્કારવા લાગો છો. જ્યારે તમને મધપાનની, ધૂમ્રપાનની, કામવાસનાની કે જે કોઈ વાસના હોય તેની મનાઈ કરવામાં આવે છે ત્યારે તમે કેવા સંઘર્ષમાંથી પસાર થાઓ છો એ તમે નોંધ્યું છે? અને આ બધુંય ભયનું એક સ્વરૂપ છે, ખરું કે નહિ? તમને ભય છે કે તમારે જે જોઈએ છે તે નહીં મળે અથવા તમારી પાસે જે છે તે તમે ગુમાવી બેસશો. વર્ષો સુધી તમે જે ધર્મ કે વિચારસરણી ધારણ કરી છે તેને તર્કબુદ્ધિ કે જીવન હયમચાવી નાખે કે તમારી પાસેથી છીનવી લે ત્યારે એકલા ઊભા રહેતાં તમને ભય નથી લાગતો? જે માન્યતાઓએ વર્ષો સુધી સંતોષ અને આનંદ આપ્યા છે તે તમારી પાસેથી લઈ લેવામાં આવે તો તમે દુઃખી થાઓ છો અને ખાલી થઈ જાઓ છો અને જ્યાં સુધી તમે બીજો કોઈ આનંદ કે બીજી માન્યતા ન મેળવો ત્યાં સુધી ભય રહે છે.

મને આ અત્યંત સરળ લાગે છે અને તે ઘણું સરળ છે એટલે જ આપણે તેની સરળતા જોવાની ના પાડીએ છીએ. દરેક વસ્તુને ગૂંચવી નાખવાનું આપણને ગમે છે. તમારી પત્ની તમારાથી વિમુખ થઈ જાય છે ત્યારે તમે ઇર્ષાળુ નથી થતા? તમને કોઈ નથી ચઢતો?

જે માણસે તેને આકર્ષી હોય તેને તમે ધિક્કારતા નથી? અત્યાર સુધી જેણે તમને અત્યંત આનંદ આપ્યો હોય, સાહચર્ય આપ્યું હોય, અમુક પ્રકારની વફાદારી આપી હોય એ બધું ગુમાવવાના ભય સિવાય બીજું છે પણ શું?

આથી તમે જો આટલું સમજો કે જ્યાં મજાની ખોજ છે ત્યાં પીડા હોય જ છે. તમને ગમે તો તમે તે પ્રમાણે જીવો. પણ તેની અંદર લપસી ન જ પડો. તમે જો મજાનો અંત લાવવા માગતા હો એટલે કે દુઃખનો અંત લાવવા માગતા હો તો તમારે મજાના સમગ્ર માળખા પ્રત્યે સંપૂર્ણ જાગૃત થવું જોઈએ. સાધુ-સંન્યાસી કરે છે તેમ તેનો વિચ્છેદ ન કરો. તેઓ માને છે કે, સ્ત્રી તરફ જોવું તે પાપ છે અને એ રીતે તેઓ સમજણની શક્તિનો નાશ કરે છે. પણ મજાનો આખોય અર્થ અને તેનું મહત્વ જુઓ, પછી તમને જીવનમાં અપાર આનંદ આવશે. આનંદ વિષે તમે વિચાર કરી ન શકો. આનંદ તો તત્કાળ છે અને તેનો વિચાર કરવાથી તમે તેને મજામાં ફેરવી નાખો છો. વર્તમાનમાં જીવવું એ તત્કાળ સૌંદર્યનું દર્શન છે અને તેમાંથી મજાની શોધ કર્યા વિના તેમાં અનહદ આનંદ છે.

જ્ઞાત વિસર્જન, પ્ર. ૪

સુખની એ લાગણી પોતે પણ સ્મૃતિ જ હોય છે

સ્મૃતિ શરીરને ભારે મોટો ધક્કો આપે છે. ગઈ કાલે જે મજા માણી હતી એનો વિચાર આજે શરીરનો માલિક બની જાય છે અને શરીર બિચારું માલિકનું ગુલામ બની રહે છે અને પ્રજ્ઞાની અવજ્ઞા કરે છે. એમાંથી સંઘર્ષ ઊભો થાય છે. એ સંઘર્ષ આળસ રૂપે, થાક રૂપે, પ્રમા રૂપે અથવા કોઈ મનોવિકાર રૂપે વ્યક્ત થાય છે. વિચાર તો પ્રજ્ઞાનો બહુ નાનકડો અંશ છે. શરીર જો પ્રજ્ઞાને એના અંશમાત્ર એવા વિચારના આધિપત્યમાંથી મુક્ત કરે તો પ્રજ્ઞા પોતાનું સ્વાસ્થ્ય બરાબર સંભાળી લે છે.

સુખની લાગણી એના પ્રાકૃત અથવા સંસ્કૃત રૂપમાં આપણા જીવન ઉપર આધિપત્ય ભોગવતી હોય છે. અને સુખની એ લાગણી પોતે પણ સ્મૃતિ જ હોય છે. સુખની જે લાગણી પહેલાં અનુભવી એનો ફરી અનુભવ કરવાની આકાંક્ષા છે. સુખની લાગણીની જ્યારે અવજ્ઞા થાય છે અથવા એને દ્ભાવવામાં કે રૂંધવામાં આવે છે ત્યારે એની આ નિષ્ફળતામાંથી હિંસા, ધિક્કાર વગેરે મનોવિકારો ઊભા થાય છે અને સુખની લાગણીની આકાંક્ષા પોતાની તૃપ્તિ માટે જુદાં જુદાં રૂપો અને માર્ગો શોધે છે અને અસંતોષ વધારે છે. આ બધી શારીરિક અને માનસિક ચેષ્ટાઓથી સભાન થવા માટે જીવનની સમગ્ર ચેષ્ટા પ્રત્યે અવધાન રહેવું જરૂરી છે.

શરીર પોતાનાથી જો સભાન હોય છે તો આપણે એક બીજો વધારે અધરો પ્રશ્ન પૂછીએ. વિચાર જેણે સમગ્ર ચેતનાને એકત્ર કરી છે તે પોતાનાથી સભાન હોઈ શકે? ઘણોખરો સમય તો વિચાર શરીર પર આધિપત્ય ભોગવતો હોય છે. એથી શરીર પોતાનો ઉત્સાહ, પોતાની પ્રજ્ઞા, પોતાની મુળભૂત શક્તિ ગુમાવે છે, જેને પરિણામે મન વિકૃત પ્રતિભાવો આપવા માંડે છે. જ્યારે વિચાર પોતાની મર્યાદા સમજી લે છે અને પોતાનું વાજબી સ્થાન શોધી લે છે ત્યારે જ સમગ્ર પ્રજ્ઞા વ્યક્ત થાય છે. સમગ્ર પ્રજ્ઞા કરતાં શરીરની પ્રજ્ઞા વળી જુદી છે?

શાળાઓને પત્રો, ૧ જુલાઈ ૧૯૭૯

આનંદને કોઈ પ્રયોજન નથી

સુખ અને ખુશી તમે કોઈ પણ બજારમાં કિંમત ચૂકવીને ખરીદી શકો. પરંતુ સ્વર્ગસુખ તમે પોતાના માટે કે કોઈ અન્ય માટે ખરીદી ન શકો. સુખ અને ખુશીને સમયમર્યાદા છે. માત્ર સંપૂર્ણ મુક્તિમાં જ સ્વર્ગસુખનું અસ્તિત્વ છે. સુખની જેમ ખુશી માટે તમે મથી શકો અને તેને ઘણી રીતે શોધી શકો. પણ તેઓ આવે છે, અને જાય છે. સ્વર્ગસુખને - તે વિલક્ષણ આનંદના ઇન્દ્રિયબોધને - કોઈ પ્રયોજન નથી. તમે તેને માટે મથી ન શકો. એક વાર તે હોય, પછી તમારા મનના લક્ષણ પ્રમાણે, તે કાલાતીત, અકારણ અને એક એવી વસ્તુ જેને સમયથી માપી ન શકાય એમ એ જ સ્થિતિમાં ટકી રહે છે. ચિંતન એ નથી તો ખુશી પામવા માટેની પ્રવૃત્તિ અને નથી સુખની શોધ. એથી ઉલટું, ચિંતન છે મનની તે અવસ્થા જેમાં વિભાવના કે વ્યાખ્યા નથી, અને તેથી સંપૂર્ણ મુક્તિ છે. આવા મનમાં જ વણશોધ્યું અને વણઆમંત્રિત સ્વર્ગસુખ આવે છે. એક વાર તે હોય, પછી ભલે તમે દુનિયામાં તેના બધા ઘોંઘાટ, ખુશી અને નિર્દયતા સાથે જીવો, તે બધું આવા મનને સ્પર્શી નહીં શકે. એક વાર તે હોય, પછી સંઘર્ષનો અંત થાય છે. પરંતુ સંઘર્ષનો અંત આવવો તે અનિવાર્યપણે સંપૂર્ણ મુક્તિ નથી. ચિંતન આ મુક્તિમાં મનની ગતિ છે. સ્વર્ગસુખના આ વિસ્ફોટમાં દષ્ટિ નિર્દોષ બને છે, અને પછી પ્રેમ એ આશીર્વાદ હોય છે.

ચિંતન ૧૯૬૯ - ભાગ ૧૦

આનંદ ખુશીથી ભિન્ન છે

જ્યારે તમે એક વાદળને અને એક પાંદડાને જુઓ છો ત્યારે જોવાની એક ખુશી છે, કોઈ પણ વસ્તુની સુંદરતા એ ખુશી છે, પરંતુ તેને બીજા દિવસ સુધી વિસ્તારવામાં પીડા શરૂ થાય છે. આનંદ ખુશીથી સંપૂર્ણપણે ભિન્ન કશુંક છે. તમે ખુશીને આમંત્રી શકો, તમે તેને વિષે વિચારી શકો, તેને નભાવી શકો, તેનું પાલનપોષણ કરી શકો, તેને શોધવા મથી શકો, તેની પાછળ પડી શકો, તેને પકડી રાખી શકો; પરંતુ તમે આનંદ સાથે, પરમાનંદ સાથે આવું ન કરી શકો. અને તે સહજ ઘટે છે, સરળતાથી, કોઈ આમંત્રણ વિના, જ્યારે તમે ભય અને ખુશીને સમજો, ત્યારે આ પરમાનંદ થાય છે.

વક્તવ્યો અને સંવાદો, સિડની ૧૯૭૦

કૃષ્ણમૂર્તિના વિષયોની જાણકારી માટે નીચેની વેબસાઇટ્સ જુઓ:

www.jkrishnamurti.org
www.kfonline.org
www.rishivalley.org
www.raighatbesantschool.org
www.kfistudy.org
www.kscskfi.com
www.jkrishnamurtionline.org
www.kfa.org
www.kfoundation.org
www.kinfonet.org

Published in January, May, September

Registered with The Registrar of Newspapers for India under No. MAHGUJ/2008/25168

Periodical

આનંદ

ભય, મજા, દુઃખ, વિચાર અને હિંસા આ બધાં એકબીજા સાથે સંકળાયેલાં છે. આપણામાંથી ઘણાંને હિંસામા મજા પડે છે. કોઈ તરફ ધૃણા બતાવવામાં, અમુક પ્રજા કે સમૂહને ધિક્કારવામાં, બીજા તરફ દુશ્મનાવટ રાખવામાં મજા આવે છે. હિંસા સાથે સંઘર્ષો, તિરસ્કાર અને ભયમાંથી આવતી મજા કરતાં જ્યાં બધી હિંસાઓ વિરમી ગઈ છે એવી મનની અવસ્થામાં એક જુદો આનંદ છે.

જ્ઞાત વિસર્જન, પ્ર. ૬

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયા કેન્દ્ર, હિંમત નિવાસ, મલબાર હિલમાં છે. અહીં કૃષ્ણજીના બધાં પુસ્તકો, ડીવીડી ઉપલબ્ધ છે. બાલ આનંદ-બાલ વિકાસ કેન્દ્ર, મુંબઈ સ્થિત આ કેન્દ્ર સાથે સંલગ્ન છે.

કેન્દ્ર તરફથી વખતો વખત કૃષ્ણમૂર્તિના શિક્ષણના અનુસંધાનમાં જીવનનો ગહનતાપૂર્વક અભ્યાસ કરનાર વિચારવંતોના પ્રવચનનું આયોજન કરવામાં આવે છે. દર શનિવારે અને રવિવારે કૃષ્ણજીના વાર્તાલાપો અને સંવાદોની વિડિયોનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવે છે. તેમજ દર ગુરુવારે સમૂહ વાર્તાલાપનું આયોજન રાખવામાં આવે છે.

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયા

વસંત વિહાર, ૧૨૪, શ્રીનવેજ રોડ, ચેન્નઈ ૬૦૦ ૦૨૮.

દૂરધ્વનિ: (૦૪૪)૨૪૯૩ ૭૮૦૩/૭૫૯૬

Email : kfihq@md2.vsnl.net.in

Website : www.kfonline.org

સંપર્ક : કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયા

બોમ્બે એક્ઝીક્યુટીવ કમિટી, હિંમત નિવાસ,

૩૧, ડુંગરસી રોડ, મલબાર હિલ,

મુંબઈ - ૪૦૦૦૦૬

દૂરધ્વનિ : ૨૩૬૩૩૮૫૬

ઈમેલ : kfmumbai@gmail.com

અંતરમેળ આ વૃત્તપત્રિકા દર ચાર મહિને પ્રસિધ્ધ થતી પત્રિકા છે. કૃષ્ણજીના શિક્ષણના અભ્યાસ કરવા ઇચ્છતી વ્યક્તિ માટે કૃષ્ણજીના સાહિત્યનો ગુજરાતી અનુવાદ, તેમના શિક્ષણને લગત લેખ, સંસ્થાના કાર્યક્રમ તેમજ અભ્યાસ કેન્દ્રની અને પુસ્તકો વગેરેની માહિતી આ પત્રિકામાં પ્રકાશિત કરવામાં આવે છે. આપને આ પત્રિકા આપના સરનામે મળે એવી ઇચ્છા હોય તો અમારા મુંબઈ કેન્દ્રના સરનામા પર પત્ર દ્વારા કે ઈમેલ દ્વારા ખબર કરવી. કૃપા કરી તમારું સંપૂર્ણ નામ, સરનામું, ફોન નંબર અને ઈમેઇલ જો હોય તો તે અમને જણાવશો.

If undelivered please return to :

Krishnamurti Foundation India

Mumbai Executive Committee, Himmat Niwas, 31, Dongersey Road, Malabar Hill, Mumbai - 400 006.

Tel.: (022) 2363 3856 Email : kfmumbai@gmail.com

Websites : www.kfonline.org, www.jkrishnamurti.org