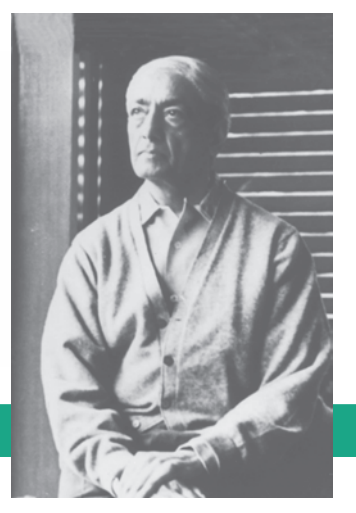


અંતરમેળ



કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા, મુંબઈ

સપ્ટેમ્બર - ડિસેમ્બર ૨૦૧૩ વર્ષ ૬ અંક ૩ પૃષ્ઠ ૮ રૂ. ૨/-

પૂર્ણપણે નિર્દોષ મન જ નમ્રતાના પ્રશ્નની શોધ લઈ શકે

મને લાગે છે કે, આપણે વિનમ્રતા વિશેના પ્રશ્નની શોધ લેવી જોઈએ. વિનમ્રતા વિશે જ્યારે આપણે બોલીએ છીએ. ત્યારે સંત, ધર્મગુરુ, કે પછી વિનમ્રતા માટે પ્રયત્ન કરતા ગર્વિષ્ઠ એવા કઠોરતાથી પ્રયત્ન કરતા માણસની બાબતમાં બોલતા નથી. એ દેખીતી બાબત છે કે જો મારે કોઈ વસ્તુ વિશે શીખવું હોય તો મારું મન તેના વિશે આગળથી કોઈ નિર્ણય કરી તેનાથી બંધાયેલું ના હોવું જોઈએ. તેના વિશે કોઈ અભિપ્રાય કે જ્ઞાન ધરાવતું ના હોવું જોઈએ. ફક્ત આવું જ મન કે જે તદ્દન નિર્દોષ છે જે આ વિનમ્રતા વિશેની શોધ લઈ શકે. નિર્દોષતા એટલે જે મનને એના બદલ કંઈ જ ખબર નથી અને જે મુક્તતાથી સભર છે કે મુક્તિ માટે સમર્થ છે. એ સ્પષ્ટ છે કે શીખવાના કર્મમાં સંગ્રહિત જ્ઞાન, અનુભવ કે પરંપરાને કશી લેવા દેવા નથી. માત્ર મુક્ત એવા ખાલી મનની આવશ્યકતા છે જે નમ્રતાની અવસ્થામાં હોઈ શકે- માત્ર આવું મન જ શીખી શકે. અને આવી શીખવાનું વૃત્તિ ધરાવતું મન ભય જેવા ગૂંચવણ ભરેલા પ્રશ્નનો સામનો કરી શકે છે. તમે ભય વિશે શીખી શકતા નથી. કારણકે તમે ભયનું સ્પષ્ટીકરણ કરતા દાખલાઓ સાંભળી તેનો તમારા જીવનમાં પ્રયોગ કરો છો. આવા પ્રયોગ માત્ર યંત્રવત ચાલે છે આથી ત્યાં કંઈપણ ઘટિત થતું નથી ને નિષ્ફળ નિવડે છે. બીજા કોઈના કથા પ્રમાણે નહીં, ત્યારે આપણા પોતા માટે સમજણની શરુઆત કરીએ છીએ. કે નમ્રતા એ શું છે, ત્યારે મનની એવી અવસ્થા હોય છે કે તે અભિપ્રાય, નિર્ણયો, જ્ઞાનથી ઉભરાતું નથી હોતું. મનની એવી અવસ્થામાં જ આપણે શીખવા માટે સક્ષમ બનીએ છીએ.

આથી શીખવા માટે આપણે અનન્ય એવી નમ્રતાથી શરુઆત કરવી જોઈએ. જો આપણી પાસે અભિપ્રાયો, નિર્ણયો નિશ્ચિત માન્યતા હશે તો આપણે માત્ર એકત્ર કરીએ છીએ, અને જે અવરોધ બની જાય છે, આથી આપણી અંદર ઘર્ષણ ઉદ્ભવે છે. અને બીજા સાથે પણ ઘર્ષણમાં રહીએ છીએ કે જે સમાજ છે.

તેથી, શીખવાની ક્રિયા એ સમયને આધારિત છે? શું વિનમ્રતા એ કેળવવાની બાબત છે? વિનમ્રતા એટલે મુક્તિ અને મુક્ત અવસ્થામાં જ તમે શીખી શકો છો. તમારી એકત્રિત થયેલી સ્મૃતિ દ્વારા નહીં. શું વિનમ્રતા એ કેળવવાની બાબત છે કે જ્યાં સમયની આવશ્યકતા છે? શું વિનમ્રતા ક્રમે ક્રમે પ્રાપ્ત કરવાની બાબત છે? કૃપા કરીને નિહાળો કે આનાથી શું સૂચિત થાય છે, જો તે સમય દરમિયાન કેળવવાની બાબત હોય તો વિનમ્રતા ને કેળવી શકાય. પરંતુ જે ક્ષણે તમે તેને કેળવો છો કે તેનો સંગ્રહ કરો છો ત્યારે તે વિનમ્રતા હોતી નથી. એ સ્પષ્ટ વાત છે કે કોઈ માણસ એવું કહે કે હું 'ઘણો જ નમ્ર છું' તે મિથ્યાભિમાની માણસ છે. વિનમ્રતા એ સમયની નિષ્પત્તિ નથી તેથી કેળવવાની બાબત નથી. તે તો ક્ષણના દર્શનમાં અને સમજમાં ઘટિત થતી બાબત છે. જ્યારે નમ્રતાને એક આદર્શ કે કલ્પનામાં ઢાળો છો ત્યારે તમે તત્ક્ષણ થતા દર્શનનો નકાર કરો છો.

સાનેન, ૧૯૬૭, પ્રવચન ૭

એવું કોઈ સ્થળ નથી જ્યાં પહોંચવાનું છે

શું વિનમ્રતાને કેળવી શકાય ખરી? એ નિશ્ચિત છે કે તમને તમારી વિનમ્રતાની જાણ હોય ત્યારે તમે વિનમ્ર રહેતા નથી. તમે એ જાણવા ચાહતા હોવ કે હું ક્યાંક પહોંચ્યો છું. શું ત્યારે એવું સૂચિત નથી થતું? કે તમે ખાસ વિશિષ્ટ એવી અવસ્થાને હાસલ કરવા માટે તમે સાંભળી રહ્યા છો. એવી જગ્યા કે જ્યાં તમને ખલેલ પહોંચાડનાર કોઈ નહીં હોય, કે જ્યાં તમને સદાકાળ સુખ મળે. અનંત એવી કૃપા પ્રાપ્ત થાય. મેં આગળ કહ્યું તે રીતે આપણે ક્યાંયે પહોંચવાનું નથી. આતો એક શીખવાની ગતિ છે. અને એમાં જ જીવનનું સૌંદર્ય છે. જો તમે કોઈપણ મુકામે પહોંચી ગયા હોય પછી તેની આગળ વધુ કંઈ જ નથી. અને તમે બધા ક્યાંક ને ક્યાંક પહોંચ્યા છો. અથવા તમે ક્યાંક પહોંચવા માગો છો. આ માત્ર તમારા વ્યવસાયની બાબતમાં જ નહીં પરંતુ તમે જે કંઈ કરો છો તે બધી જ બાબતમાં આથી તમે અસંતોષ અનુભવો છો, નાસીપાસ થઈ જાવ છો અને દુઃખી થાવ છો. સજ્જનો, એવું કોઈ સ્થળ નથી કે જ્યાં તમારે મુકામ કરવાનો છે કે પહોંચવાનું છે. આ તો શીખવા માટેની ગતિ છે. પરંતુ જ્યારે તેમાં સંગ્રહ કરવાની ભાવના જાગે છે ત્યારે તે દુખકારક બની જાય છે. મન જ્યારે પૂર્ણપણે ધ્યાનથી સાંભળે છે ત્યારે તેનું લક્ષ પરિણામ તરફ નથી હોતું કારણકે તે સતત પુલતું જાય છે. એક વહેતી નદી સમાન તે વહેતું રહે છે. એવું મન જે પોતાના કર્મથી તદ્દન અજ્ઞાત હોય છે, એનો અર્થ કે ત્યાં અહંમભાવનું પુષ્ટીકરણ થતું નથી. કંઈક પ્રાપ્ત કરવાની ભાગદોડ નથી હોતી.

The Book of Life - Daily Meditations with J Krishnamurti, June 14

નમ્રતા અને કોઈની સામે નમ્ર થવું એ બંને જુદી જુદી બાબત છે. નમ્ર થવું અહીં નમી જવાનો ભાવ રહેલો છે. પરંતુ ઘણી વખત નમ્રતા શબ્દને સમાન અર્થમાં લેવામાં આવે છે. પરંતુ હકીકતમાં તે સમાન અર્થમાં નથી. નમ્રતા અને નમવું એમાં જમીન આસમાનનું અંતર છે. પરંતુ આપણે તે શબ્દને સહજતાપૂર્વક બોલીએ છીએ.

પ્રમાણિકતા, નમ્રતા, સ્પષ્ટતા. એવા અનેક શબ્દો છે જે મનની ભાવના અને માનસિક અવસ્થાને પ્રદર્શિત કરે છે, એ શબ્દ (નમ્રતા) ને ખરા અર્થમાં હજી સુધી ઓળખ્યો નથી. પરંતુ આપણા અરસપરસના વ્યવહારમાં આપણે તેનો અધિક ઉપયોગ કરીએ છીએ. જેમ કે તેનામાં નમ્રતાનો અભાવ છે. એવું આપણે સહજતાથી બોલીએ છીએ.

બાળકોને આપણે શીખવીએ છીએ કે 'નમ્ર બનો' અને બાળક તેને સદગુણ છે એમ સમજે છે. આપણે જ્યારે કોઈને નમ્રતાપૂર્વક વિનંતી કરીએ છીએ ત્યારે આપણે તેની સામે નમી પડ્યા છે. આપણા બોલવા ચાલવામાં નમ્રતા હોવી જોઈએ એનો અર્થ કે આપણામાં ઉદ્ધતાઈ ના હોવી જોઈએ. એવું દર્શાવવા માગીએ છીએ. આમ આપણે નમ્રતા શબ્દને તેના ખરા અર્થમાં હજી સમજ્યા નથી. નમ્રતા એ સામાજિક વ્યવહારમાં સદ્ગુણ છે.

શબ્દને છોડી જો આપણે નમ્રતાની શોધ લેવા જઈએ તો આપણે ખોવાઈ જઈશું. નમ્રતાની બાબતમાં કૃષ્ણમૂર્તિની જે અનુભવિ છે એમાં જો આપણે ગહનતાથી અંદર જઈએ ત્યારે આપણા ધ્યાનમાં આવશે કે એ કેટલું અદ્ભુત છે, જેને સામાન્ય રીતે સમજવું ઘણું અઘરું છે. નમ્રતા એ કેળવીને પ્રાપ્ત કરવાની બાબત નથી. શરીર ને કેળવીને સુડોળ કરી શકાય. મનની બાબતમાં તેવું નથી. કોઈ પણ ગુણને સદ્ગુણ સમજીને કેળવવામાં આવે છે ત્યારે તેમાં તાત્વિક રીતે એક પ્રકારની જડતા આવે છે.

ત્યારે આ નમ્રતા છે શું? એના વિશે કોઈ હકારત્મક વ્યાખ્યા મળે નહીં તો આપણે એટલું સમજી શકીએ કે આપણી અહમતા જેમ જેમ ઘટતી જાય છે તેમ નમ્રતા ખીલતી જાય છે. પ્રમાણિકતા એ મનની નિર્મળ અવસ્થા હોય ત્યારે તે અવસ્થાની ભૂમિમાં નમ્રતા વિકસે છે. કદાચિત પ્રમાણિકતા, નમ્રતા, નિરાગસતા એ એક જ અવસ્થાના જુદા જુદા નામ છે. નામનું પીંજણ કરવું છોડીએ તો આપણો પ્રવાસ યોગ્ય દિશામાં શરૂ થાય છે.

મનને જ્યારે પોતા વિશેની પૂર્ણ જાણકારી હોય છે...

તે દિવસે આપણે શીખવા વિશે બોલતા હતા. શીખવામાં વિનમ્રતાની ભાવના સમાયેલી છે. શીખવામાં આજ્ઞાંકિતપણું નથી તેમજ પોતાના વિશે કમીપણું દાખવવું એવું પણ નથી. એવું એ નથી કે મને ખબર નથી અને તમને ખબર છે, માટે મને શીખવો. પરંતુ જે મન તત્પર અને સજાગ હોય છે શીખવા માટે ઉત્સુક. પરંતુ તે સંમતિ સ્વીકારતી અવસ્થા નથી. નમ્રતા સદ્ગુણ નથી. નમ્રતા કેળવી શકાય નહીં. તે તમારામાં હોય છે અથવા નથી હોતી. જે લોકો નમ્રતા કેળવવાનો પ્રયત્ન કરે છે તેઓ મિથ્યાભિમાની અને ગર્વિષ્ટ હોય છે. તેઓ મોઢા પર વિનમ્રતાનું મોહરુ પહેરી ફરે છે, પરંતુ ખરેખરમાં તેઓ વિનમ્ર નથી હોતા. વિનમ્રતાના ખરા અર્થ પ્રમાણે તે વિનમ્ર નથી હોતો.

માટે જે મન શીખતું હોય છે તેની અંદર સ્વીકારી લેવાનો ગુણ નથી હોતો. તે જ પ્રમાણે નકારનો ગુણ પણ નથી હોતો. કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં કોઈપણ સ્તરે પોતાના મહત્વનો અંદાજ બાંધતું નથી અથવા તેની અંદર નકાર કરવાનો ગુણ હોવો જ જોઈએ, ખરી શોધ લેવાની, વિચાર કરવાની, પ્રશ્ન કરવાની ચિકિત્સાપૂર્વક તપાસ કરવાનો ગુણ હોવો જોઈએ. માત્ર જે કંઈ કહેવામાં આવે તે બાબતની ચિકિત્સા કે ટીકા નહીં, પરંતુ પોતાની જાત વિશે પણ તપાસવાનો કે ટીકા કરવાનો ગુણ હોવો જોઈએ. જે કંઈ કહેવામાં આવે છે તેના વિશે તેમજ પોતાના વિશેનું ગમાઅણગમા વિનાનું અવધાન હોવું જોઈએ. શીખવા માટે એવા મનની આવશ્યકતા છે. અને આપણા અરસપરસના સંબંધોને તદ્દન પૂર્ણપણે નવી રીતે શીખવાની જરૂર છે, કારણકે જગતમાં અદ્ભુત એવું અગમ્ય પરિવર્તન થઈ રહ્યું છે. તે ત્વરાથી બદલાય રહ્યું છે, અને જૂની પરંપરાનું હવે પછીના સમયમાં કોઈ જ મૂલ્ય રહેવાનું નથી. વર્ગભેદ અદૃશ્ય થતા જાય છે. કદાચિત આ દેશમાં (ભારતમાં) એ અપવાદરૂપ છે, જ્યાં પરંપરા અને વિભાજન અતિ મજબૂત છે. જ્યાં અમુક લોકો સંત, મહાત્મા વગેરે દ્વારા પરંપરાનું એક માળખું બનાવવામાં આવ્યું છે અને લોકો તેનું અનુશરણ કરે છે. પરંતુ તેનો કોઈ જ અર્થ નથી.

આપણા સંબંધોની સમસ્યાની બાબતમાં આપણે ચિકિત્સાપૂર્વક, બુદ્ધિપૂર્વક સવાલ કરવાની જરૂર છે. કૌટુંબિક સંબંધની જ નહીં.

પરંતુ એક મનુષ્યનો બીજા મનુષ્ય સાથે સમાજ સાથેના સંબંધનો વિચાર કરવા માટે એવા મનની તાકીદી છે કે જે ચિકિત્સક જેવું હોય સ્વીકાર કરતું નહીં પરંતુ શીખતું હોય એવા મનની જરૂર છે. પરંતુ કમનસીબે આપણામાંથી ઘણા એવા છે કે બીજા કોઈ તેમને એ વિશે કહે એવી આતુરતા રાખે છે, અને પછીથી ઘણી ખુશીથી તેનું અનુશરણ કરે છે. તે રાજકીય નેતા, ધાર્મિક નેતા અથવા એવા બીજા કોઈપણ નેતા કે જે તેમને કહી શકે કે તમારે શું કરવું જોઈએ. કારણ અમે તે અમારી રીતે પ્રશ્ન કરવા શીખવા કે તપાસ કરવા માગતા નથી અમને તેમના શબ્દોનું પાલન કરવું ગમશે. અને એમાં અમને સંતોષ છે. આવા માણસો જે અનુશરણ કરવા માગે છે તે આધિપત્યનો સ્વીકાર કરે છે. આથી તેઓ શીખવા માટે સક્ષમ નથી. આથી તેઓ નમ્રતા શું છે એ કદીપણ સમજી શકે નહીં. કારણકે નમ્રતા એ લીનતા કે ગરીબપણું નથી. કારણ એ શબ્દ તો ઘણો જ ભયાનક શબ્દ છે.

જ્યારે મન પોતાના વિશે પૂર્ણપણે અવધાન ધરાવતું હોય. તેની મર્યાદા તેમાં રહેલી ગૂંચવણ તેની પ્રતિબદ્ધતા, તેના પૂર્વઅહો વગેરેથી સભાન હોય છે ત્યારે નમ્રતા એ ઊર્જાયુક્ત એવી પ્રબળ અવસ્થા છે. ફક્ત એવું જ મન જે શીખી શકે છે અને મનુષ્ય મનુષ્ય સાથેના અનન્ય એવા સંબંધને સમજી શકે છે, કે જેને આપણે સમાજ તરીકે ઓળખીએ છીએ. સમાજ પ્રગતિશીલ હોય છે. જે હુકમશાહી, ક્રાંતિ, આર્થિક પરિસ્થિતિ, યુદ્ધ, થોડા નેતાઓ જે લોકોને દોરવવા માટે સક્ષમ હોય છે. એવા લોકોથી સમાજ અંધ બની દોરવાનો રહે છે. અને સમાજ સાતત્યથી બદલાતો અને વિકસતો રહે છે. તેથી એવું મન જે સ્વયંમાં શીખવા માટે સક્ષમ નથી તેથી સમાજની ઉત્ક્રાંતિ અને હાલચાલને સમજવા માટે અસમર્થ છે. તે આ પ્રયંડ હાલચાલનું સહજતાથી આકલન કરી શકતું નથી. આથી આવું મન મંદ, મૂર્ખ, સ્વીકાર કરતું તડજોડ કરતું રહે છે. આથી જે મન સાતત્યથી શીખતું હોય છે તે હમેશાં સમાજથી આગળ હોય છે. પછી સમાજ ભલે ગમે તેટલો વિકસિત કે ઉત્ક્રાંત થયો હોય. આથી જ આપણે નમ્રતાના ગુણને સમજવો જોઈએ.

નવી દિલ્હી, ૧૯૬૪, પ્ર. ૪

વિનમ્રતાનો ગુણ એ ઓળખવાની બાબત નથી

મને શંકા છે કે, તમને ક્યારેક વિનમ્રતાની ભાવનાની ઓળખ થઈ હોય? મને એની ખાત્રી છે કે આપણામાંથી ઘણા લોકોને આદરની ભાવનાની ખબર છે, અને જ્યાં આગળ આદર હોય છે, ત્યાં અનાદરનું પણ અસ્તિત્વ છે. તમને તમારા સાહેબ પ્રતિ દેશની મહાન એવી વ્યક્તિ બદલ, જેની પાસે સત્તા છે, પદ અને પ્રતિષ્ઠા છે. તેમને માટે તમારા મનમાં માનની ભાવના છે. કંઈક પ્રાપ્ત કરવા માટે તમે તે આદર દાખવો છો, તેના કૃપાવંત થવા માટે તમે ફુલહાર પહેરાવો છો. તમારાથી ઉપર એવા વરિષ્ઠની સામે તમે નમી જાઓ છો અને જેની સાથે તમને કંઈ નિસબત નથી તેને બાજુ પર ધકેલી દો છો. તે નોકર હોય, તમારા હાથ નીચે કામ કરતો કર્મચારી હોય બિન મહત્વનો. દુર્દેવી લાચાર માણસ હોય. હવે અહીં એવો પણ એક ગુણ છે. જેમાં આદર અનાદરનું કોઈ તત્ત્વ નથી. અને તેજ વિનમ્રતાનો ગુણ છે જે મન નમ્રતાની અવસ્થામાં હોય છે તે નથી આદરણીય કે નથી અનાદરણીય. પરંતુ જે મન બદલામાં કંઈકની અપેક્ષા રાખે છે તે મન આદર અને અનાદરથી ભરેલું હોય છે. તેની અંદર અનાદર હોવાથી તે આદરતાને કેળવે છે. તે અનાદરનો પ્રતિકાર કરે છે. આથી તે અનાદરથી જાખી થાય છે અને બળે છે. અને એવી સ્થિતિ આદરની પણ છે. પરંતુ જે મન વિનમ્રતાથી સભર છે, તે પૂર્ણપણે એક અલગ અવસ્થા ધરાવે છે.

અત્યારે સંઘ્યાકાળના સમયે જે પ્રવચન સાંભળી રહ્યા છીએ એના પ્રતિ તમે સંવેદનશીલ હશો તો તમને વિનમ્રતાની અનુભૂતિ થશે, અને આપણે તેને ઓળખીના શકીએ એવી કોઈ વસ્તુનો સ્પર્શ થશે. તમે એવું નહીં કહી શકો “ઠીક, મારું મન નમ્ર છે, અને મને

એનો શું અર્થ છે તે સમજાય છે.” જે સમયે ઓળખની પ્રક્રિયા શરૂ થાય છે ત્યારે તે નમ્રતાની અવસ્થા હોતી નથી. કૃપા કરીને આ સમજો. પ્રેમની ઓળખ નથી હોતી. જ્યારે આપણે એમ કહીએ છીએ કે અમે કોઈને પ્રેમ કરીએ છીએ, આપણે આપણી ભાવનાને વ્યક્ત કરવા શબ્દનો ઉપયોગ કરીએ. પરંતુ જે ક્ષણે તેને ઓળખીએ અને ભાવનાને વ્યક્ત કરીએ. ત્યારે તેની ગુણવત્તા તદ્દન બદલાયેલી હોય છે. આપણે શું કરી શકીએ, આપણે અચૂકપણે એ નિહાળવાનું છે કે જ્યાં સુધી મન આદર અને અનાદરની અવસ્થામાં હોય છે ત્યાં સુધી વિનમ્રતાનું અસ્તિત્વ હોતું નથી.

જે રીતે હું કહેતો હતો કે વિનમ્રતાનો ગુણ એ ઓળખી શકાય એવી બાબત નથી ત્યારે જેને આપણે મનથી વિનમ્રતા તરીકે ઓળખીએ છીએ, તે વિનમ્રતા હોતી નથી. તેથી આપણે જે રીતે હાવભાવ દાખવી અને બોલીએ છીએ તેનું આપણને અવધાન હોવું જોઈએ. એ શબ્દની પાછળ હાવભાવની પાછળ શું અર્થ સમાવિષ્ટ છે એની આપણે શોધ લેવી જોઈએ. નકારાત્મકતાથી આપણે સકારાત્મક તરફ જઈ શકીએ, જે વિનમ્રતા છે. જોકે વિનમ્રતાની ઓળખ નથી હોતી તેને વર્ણવી શકાય નહીં, જેમ કે આદર અને અનાદરની ઓળખ હોય છે. વિનમ્રતા એ એક સકારાત્મક અવસ્થા છે. જેની અનુભૂતિ ત્યારે થાય છે જ્યારે બીજી બધી અવસ્થા નથી હોતી. જે મનને એની જાણ હોય છે કે હું સદ્ગુણી છું. તે ખરેખરમાં સદ્ગુણી નથી હોતું નૈતિકતાને કેળવવામાં આવે તેમ છતાં તે અનૈતિક જ રહે છે.

નવી દિલ્હી, ૧૯૬૦, પ્ર. ૮

વિનમ્રતાના ગુણની શોધ લેવી

આ સંઘ્યાકાળના સમયે મને જ્ઞાન, અનુભવ તેમજ સમય(કાળ) એ વિષયમાં બોલવું ગમશે. પરંતુ આ બધાની ગહનતાપૂર્વક શોધ કરતા પહેલા, મને લાગે છે કે નમ્રતાના ગુણને સમજવાની ઘણી અગત્યતા છે. અને એ વિનમ્રતા વિશેની શોધ લેતા પહેલા આપણે એ સ્પષ્ટતા સાથે એ સમજવાનું છે કે એ કોઈ એવી બાબત નથી કે જેને આપણે સાધવાની છે કે મેળવવાની કે કેળવવાની છે. જે સાલસતા કે સદ્ગુણ માટે આપણે તરફડ કરી, કેળવીને ધીરે ધીરે મેળવવા ચાહીએ છીએ ત્યારે તે સાલસતા કે સદ્ગુણ રહેતો નથી. એ ચોક્કસ છે કે આ મુદ્દાને સમજવું ઘણું મહત્વનું છે. ત્યારે તમે લોભ, લાલચ કે ઈર્ષા વિહીન હોઈ શકો અથવા તેવા ના હોય અને જો તમે મોહ અને દ્વેષથી ભરેલા હોવ ત્યારે તમે નિર્મોહી કે ઈર્ષા રહીત થવાનો પ્રયત્ન કરી શકો નહીં. આ બાબત આપણામાંથી મોટાભાગના લોકો માટે સમજવી કઠણ લાગે છે. કારણકે આપણે નમ્રતાનો સમયના અનુસંધાનમાં કે સમયના માધ્યમ દ્વારા વિચાર કરીએ છીએ. આપણી સમજ એવી છે કે આપણે તેને ધીમે ધીમે પ્રાપ્ત કરી શકીએ એવો ગુણ છે. આમ વિચારીને આપણે ચાલીએ છીએ. આથી કરીને વિનમ્રતા જેવા સરળ, વિલક્ષણ અને ગહન એવા ગુણને પૂર્ણપણે ખોઈ બેસીએ છીએ. અને આ નમ્રતા સિવાય આપણે વધુ આગળ જઈ શકીએ નહીં.

મુંબઈ, ૧૯૫૯, પ્ર. ૩

જે મનને પરિવર્તનની સાથે

નિસબત નથી તેને ભય નથી હોતો

વિનમ્રતા સંપૂર્ણપણે નાશને સૂચિત કરે છે. બાહ્ય રીતે સામાજિક બાબત નહીં પરંતુ સંપૂર્ણપણે અસ્મિતાનો (કેન્દ્રનો) વિનાશ ‘સ્વ’નો પૂર્ણપણે નાશ. આપણા સ્વયંની કલ્પનાનો અનુભવોનો, જ્ઞાનનો, પરંપરાનો વિનાશ- મને જે કંઈ એકત્રિત કર્યું છે. તે સર્વ કંઈ ઉલેચી નાખવું. ત્યારે આવું ખાલી મન પરિવર્તનનો વિચાર કરતું નથી. એવા મનને બદલાવ ચિંતા કે કાળજી નથી હોતી. તેને ભય નથી હોતો; આથી તે મન મુક્ત મન છે. આથી તે સ્વયંને બીજા માળખામાં ઢાળવાનો પ્રયત્ન નથી કરતું, તે કોઈપણ પ્રકારના અનુભવ માટે તરસતું નથી. તેથી તે કોઈને પણ કંઈ પૂછતું નથી કે તાકીદી કરતું નથી. કારણકે આવું મન મુક્ત અને શાંત હોય છે. કદાચ ત્યારે જે કંઈ અનામી છે તે આવીભૂત થાય છે, પ્રગટે છે.

આથી વિનમ્રતા આવશ્યક છે. પરંતુ તે વિનમ્રતા કૃત્રિમના હોવી જોઈએ. કે કેળવવામાં આવી હોય એવી ના હોવી જોઈએ. એ નિહાળો કે તે ક્ષમતાવિહીન, ઈશ્વરી બક્ષીસ હોય એવી કંઈ જ નહીં, કંઈ જ નહીં એવી અંદરથી શૂન્ય હોવી જોઈએ. અને મને લાગે છે કે આપણે ભીતરથી શૂન્ય કેવી રીતે રહેવું એ વિશેનો પ્રયત્ન કર્યા વગર નિહાળીએ ત્યારે તે નિરીક્ષણ એ અનુભવ હોય છે. અને પછી અનન્ય જે કંઈ છે એનું પ્રાગટ્ય થાય છે.

Collected Works, Vol. XII

ટાટા ઇન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ સોશયલ સાયન્સ એ સંસ્થામાં પ્રાયોજિત કાર્યક્રમનો અહેવાલ

સેન્ટ ઝેવિયર્સ વિદ્યાપીઠના પ્રાધ્યાપક ફાધર લેન્સી પ્રભુએ ૧૬ ઓગસ્ટ, ૨૦૧૩ના દિવસે ‘‘ટાટા ઇન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ સાયન્સ’’ સંસ્થામાં સંસ્થાના સામાજિક કાર્યકર્તા વિદ્યાર્થી માટે કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયાના મુંબઈ સ્થિત કેન્દ્રના વતી પ્રવચનનો કાર્યક્રમ આયોજિત કર્યો હતો. પ્રવચનનો વિષય ‘‘સમગ્રતાપૂર્વક એક નિરાળું જીવન જીવવું શક્ય છે ખરું?’’

લગભગ ૫૦ જેટલા વિદ્યાર્થી તેમજ તેમના શિક્ષકો આ કાર્યક્રમમાં સહભાગી થયા હતા. ભાષણની શરુઆત કરતા ફાધર પ્રભુએ આ વિષયના સંબંધમાં કૃષ્ણમૂર્તિનો દૃષ્ટિકોણ પોતાના શબ્દોમાં વર્ણવ્યો. તે એમ હતો કે આધુનિક જીવનમાં વર્તમાન એ ઘણો જ મહત્વનો છે. એ હકીકતને જો તમે સમજો આપણું દૈનિક જીવન તેમાં રહેલી ગૂંચવણો અને સર્વ પ્રકારના દુઃખની અંદર તમે ગહનતા પૂર્વક નિરીક્ષણ કરશો અને બધાનો અંત લાવો પરંતુ સતત તમારી સાથે લઈને ચાલો નહી તો તમે સમગ્રતાપૂર્વક એક નિરાળું જીવન જીવવું શક્ય કરી શકો.

આ વિષયને જરા વિસ્તારીને કહેતા તેમણે કહ્યું કે આપણા આધુનિક જીવનમાં સતત સફળતાની સીડી ચડવા માટે કરવી પડતી સ્પર્ધા, કંઈક બનવા માટે સતત ઝઝૂમતા આપણા સંબંધોમાં ઘર્ષણ તેમજ પોતાની અંદર ચાલતા ઘર્ષણનો સામનો કરતા આપણે રાષ્ટ્ર, ધર્મ, વર્ગ, જાત, વંશ, પરંપરા, સંસ્કૃતિ સાથે એકરૂપ થવા માટે પ્રયત્ન કરીએ છીએ. જેનો અંત છેવટે વિભાજન અને અસહિષ્ણુતા, દ્વેષ, હિંસા, પાશવીકતા અને યુધ્ધમાં પરિણમે છે. એ આપણા અર્વાચીન જીવનની શોકાંતિકા બની ગઈ છે.

આવી જીવન પધ્ધતિના કારણે ઉદ્ભવતી માનસિક સમસ્યામાં ક્યારેક ક્ષણભર આનંદની ક્ષણોનો અણુભવ થાય છે. પરંતુ ભીતરમાં દુઃખ, નિરાશા, અસુરક્ષિતતા ખાલીપો આપણને જણાય છે. આમાંથી છૂટકારો મેળવવા આપણે બાહ્ય બાબતોમાં આપણી જાતને ગૂંથી લઈએ છીએ. આથી આપણે સંભ્રમ અવસ્થામાં સમાધાન શોધીએ

છીએ. અને વ્યાકુલ જીવન જીવીએ છીએ. માટે આપણે વ્યસન, વિષયવાસનામાં સરી જઈએ છીએ. જ્ઞાન એકત્ર કરવામાં ધર્મના અને ગુરુના આશ્રયમાં સુખ શાંતિ શોધવા લાગીએ છીએ. આવું સંઘર્ષમય જીવન એ આપણું આજનું દૈનિક જીવન છે. આ વિશેની જાણ કૃષ્ણમૂર્તિ આપણે કરાવે છે. આ બધા ઘર્ષણનું મૂળ આપણી ભીતર છે તે ‘હું’ સ્વરૂપની અહંમત્વાવના જેને આપણે જ ઉભારી છે. જે ‘હું’પણું એ એક મોટી ભ્રમણા છે જેનું આપણે નિર્માણ કર્યું છે. આપણી બધી જ સમસ્યાનું મૂળ કારણ આપણો ‘અહંમ’ છે.

કૃષ્ણમૂર્તિ ઘણી વ્યથા સાથે આપણને એ પૂછી રહ્યા છે કે આ વિનાશકારી એવી મૂર્ખતા વિશે આપણે કેમ પ્રશ્ન કરતા નથી. અને એ નૈસર્ગિક છે એ રીતે એને શા માટે સ્વીકારી લીધી છે? કોઈને પણ આ પ્રશ્ન વિચારવો જોઈએ એવું લાગતું નથી. કે જીવન જીવવાનો આ જ એક યોગ્ય માર્ગ છે ખરો? કૃષ્ણમૂર્તિએ સ્પષ્ટતા કરી છે કે આપણા માટે સમગ્રપણે, સાલસતાપૂર્વક, પ્રેમ અને સૌંદર્યસહ ઉન્નત એવું અનન્ય જીવન જીવી શકીએ છીએ. અને એજ નિરાળું એવું જીવન છે.

તેમનું અત્યંત ભાવના સાથેના પ્રવચન બાદ અનેક વિદ્યાર્થીએ ઘણી ઉત્સુકતા અને ભાવના સાથે તેમના મનમાં ઉદ્ભવતા પ્રશ્નો પૂછ્યા જેના ઉત્તર ફાધર પ્રભુએ ઘણી સ્પષ્ટતા સાથે આપ્યા. વિદ્યાર્થીઓના પ્રશ્નો થકી એક વાત સ્પષ્ટ થતી હતી કે વિદ્યાર્થીઓ કેટલી એકાગ્રતાપૂર્વક પ્રવચન સાંભળ્યું હતું. તેની પ્રતિતી જણાઈ હતી. આ સ્પર્ધાત્મ જીવનની સામે જવું અને સમાજના અનિષ્ટો સામે લડવું અને પ્રમાણિકતાથી રહેવું એ કેટલું બધું અઘરું છે એ એક જીવનની સામે પડકાર છે. પ્રશ્નોના ઉત્તરમાં આ સૂર સંભળાતો હતો. પ્રવચનના અંતમાં ડૉ. એન્ડરસન અને કૃષ્ણમૂર્તિ વચ્ચેના વાર્તાલાપની ૧૩માં સંવાદની વિડીયો બતાવવામાં આવી *A Wholly Different Way Of Living* ના ૧૮ વાર્તાલાપમાંથી આ વાર્તાલાપ ૧૩ મો હતો અને બે કલાક ચાલેલા આ કાર્યક્રમ સંકલિત કરવામાં આવ્યો.

શ્રીમતી અહલ્યાજીને શ્રધ્ધાંજલિ

સુપ્રસિદ્ધ શિક્ષણતજ્ઞ અને કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઇન્ડિયાના વિશ્વસનીય શ્રીમતી અહલ્યાચારીનું ૧૩મી માર્ચ ૨૦૧૩ ને શનિવારના દિવસે નિધન થયું તેઓ ૯૨ વર્ષના હતા.

અહલ્યાજીએ નામથી મિત્રો અને પરિવારમાં તે જાણીતા હતા. તેમણે ૧૯૪૩માં એક શિક્ષિકા તરીકે પોતાની કારકિર્દીની શરુઆત એની બિઝન્ટ દ્વારા વારાણસીમાં સ્થાપેલી શાળાથી કરી હતી. અને ત્યાર પછી Central Institute of Education (CIE) Delhi, National Council of Educational Research (NCERT) And Regional Institute of Education (RIE) Mysore માં અનેક પદ પર



તેમણે સેવા આપી હતી. અને કેટલાક સમય માટે તે કમીશનર હતા અને તેમણે કેન્દ્રીય વિદ્યાલયના સંઘટનની સ્થાપના કરવામાં મદદ કરી હતી.

જીવનના મધ્યકાળના સમયે તેઓ કૃષ્ણમૂર્તિના શિક્ષણ તરફ આકર્ષિત થયા અને ૧૯૭૬માં વારાણસી સ્થિત રાજઘાટ બેઝન્ટ સ્કુલમાં જોડાયા અને શાળાના પ્રિન્સિપાલ થયા. ૧૯૮૨માં કૃષ્ણમૂર્તિના કથા પ્રમાણે તે ચેન્નયીમાં સ્થાપિત આ સ્કુલમાં ગયા અને તે શાળાના વિકાસ માટે લાંબા સમય સુધી નેતૃત્વ કર્યું. તે શાળા માટે તેમજ કૃષ્ણમૂર્તિએ સ્થાપેલી બીજી નિશાળોમાં પણ ઘણી જ ઉત્સાહ સાથે કાર્ય કરી એક જ્યોત પ્રગટાવી.

૧૯૮૦ની શરુઆતના કાળમાં અહલ્યાજીએ A Timeless Spring : Krishnamurti at Rajghat એ પુસ્તકનું સંપાદન કર્યું. જેમાં કૃષ્ણમૂર્તિના સાર્વજનિક પ્રવચનો તેમજ વિદ્યાર્થી, શિક્ષકો અને વિદ્વાનો સાથે કરેલી ચર્ચાનો સમાવિષ્ટ કરવામાં આવ્યો છે. ત્યાર પછી કેટલાક શિક્ષકોની મદદથી "The Journal of the Krishnamurti Schools" નિયોજીત સમય માટે નું સંપાદન કર્યું. ૧૯૯૮માં તે પ્રકાશન વિભાગમાં સચિવ તરીકે કામ સંભાળતા હતા. અને તેની ડિઝાઇન અને રંગરૂપના વિષયમાં ખાસ દ્રષ્ટિ પ્રમાણેનું પુનર્મુદ્રણમાં બદલાવ લાવ્યા અને અપ્રકાશિત એવા પુસ્તકોનું પ્રકાશન કર્યું.

એકાદ વર્ષ પહેલા KFI ના સંકેતિત સ્થળમાં બદલાવ માટેની જવાબદારી સ્વીકારી હતી, અને શિક્ષણપ્રસાર માટે એક સક્ષમ

માધ્યમનું નિર્માણ કર્યું.

બધી જ શાળાઓના સંપર્કમાં તેઓ રહેતા હતા. તેમજ ત્યાંના શિક્ષકો જોડે પણ સંપર્કમાં રહેતા. અને તેઓની શિબિરમાં પણ ભાગ લેતા હતા. વસંત વિહારમાં આવતા મહેમાનોને મળી અને તેમની સાથે શિક્ષણના સંબંધમાં ચર્ચા કરતા. વસંત વિહારમાં કામ કરતા કર્મચારીઓ સાથે સારી મિત્રતા કેળવી હતી અને તેઓની કાળજી રાખતા હતા. વસંત વિહારમાં રહેલા બધા જોડે તે પ્રેમથી કૌટુંબિક ભાવના સાથે એક પ્રમુખ તરીકે કાર્યરત હતા. છતાં પણ તેમની પોતાની જે ચિંતા હતી તે તેના જ શબ્દોમાં કહીએ તો 'શિક્ષણના કાર્યની વિશુદ્ધતામાં કોઈપણ પ્રકારની બાધા આવે એવું કંઈ કરશો નહીં અને તે મહાન શિક્ષક (કૃષ્ણમૂર્તિ)ના માનને જાળવજો તેને આંચ આવે એવું કંઈ કરશો નહીં.'

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા, વસંત વિહાર, ૧૨૪ શ્રીનવેજ રોડ, ચૈનેઈ ૬૦૦ ૦૨૮. • Email : thestudykfi@yahoo.com • 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:

- ૦૫-૦૮ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૩ What is the Purpose of Education? ૧૦-૧૩ ઓક્ટોબર ૨૦૧૩ Living in the Now
- ૦૭-૧૦ નોવેમ્બર ૨૦૧૩ The Art of the Meditation
- ૧૧-૧૫ ડિસેમ્બર ૨૦૧૩ Retreat for the Young (18-35 years): Exploring a Wholly Different Way of Living
- ૦૮-૧૨ જાન્યુઆરી ૨૦૧૪ Silence, Stillness & Meditation ૦૬-૦૮ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૪ Reconnecting with Nature
- ૦૬-૦૮ માર્ચ ૨૦૧૪ Why do I get Angry? ૧૦-૧૩ એપ્રિલ ૨૦૧૪ કર્નાટક જે.કે. અધ્યયન શિબીર
- વૈયક્તિક ચિંતન : Nov 21-24, 2013, Feb 20-23, 2014 Understanding relationship
- સંપર્ક : ધી સ્ટડી વેલી સ્કુલ કેમ્પસ, ૧૭ કિ.મી. કનકપૂરા રોડ, થાતગુણી પોસ્ટ બેંગલુરુ ૫૬૦૦૬૨.
- ટે.નં. (૦૮૦) ૨૮૪૩૫૨૪૩. • Email : kifistudy@gmail.com. • Website : www.kfistudy.org

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર રાજઘાટ-વારાણસી, કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા, રાજઘાટ ફોર્ટ વારાણસી ૨૨૧ ૦૦૧
ટેલિફોન નં. (૦૫૪૨) ૨૪૪૧૨૮૮ / ૨૪૪૦૪૫૩. • Email : kcentrevns@gmail.com. • Website : www.j-krishnamurti.org

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.kscskfi.com

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, ઋષિ 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 ૨૪૯૧૫૧ • Email: krc.himalay@gmail.com.
ટે.નં (૯૪૧૨૪) ૩૬૪૨૯/૯૪૧૫૯ ૮૩૬૮૦. • website : http://www.jkrishnamurtonline.org. (ભારતીય ભાષામાં સંકેત સ્થળ)

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, કોલકત્તા, કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા, ૩૦, દેવદાર સ્ટ્રીટ, કોલકત્તા ૭૦૦ ૦૧૯.
ટે.નં. (૦૩૩) ૪૦૦૮૨૩૮૮ • Email: kfikolkata@gmail.com

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર-ઓરિસા કેન્દ્ર, પૂરીઘાટ રોડ, તેલેંગા બજાર, કટક ૭૫૩૦૦૯, ઓરિસા
ટે.નં. (૦૬૭૧) ૬૪૧૭૯૮૦. • Email: kficuttackcentre@sify.com

કૃષ્ણમૂર્તિ અધ્યયન કેન્દ્ર, બદલાપુર: આનંદવિહાર, જે. કૃષ્ણમૂર્તિ સેલ્ફ એજ્યુકેશન સોસાયટી, જાંભિળધર, રાહાટોલી ગામની નજીક, બદલાપુર(પ્ર). તા. થાણા, પીનકોડ ૪૨૧૫૦૩, મહારાષ્ટ્ર. • ટે.નં. (૦૨૨) ૨૫૦૧૪૦૮૪, ૨૪૨૨૩૧૯૯. • Email: zilog@vsnl.com

વાર્ષિક સંમેલન - ૨૧ - ૨૩ નવેમ્બર, ૨૦૧૩

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા દ્વારા દર વર્ષે યોજવામાં આવતું વાર્ષિક સંમેલન આ વર્ષે ઋષિવેલીમાં ૨૧-૨૩ નવેમ્બર, ૨૦૧૩ દરમિયાન યોજવામાં આવ્યું છે. આ સંમેલનનો વિષય છે. 'શિક્ષણને જીવવું : અવધાન? (Living The Teaching: Attention) સર્વકોઈને આવકારતા આ સંમેલનમાં સહભાગી થવા ઈચ્છતા જીજ્ઞાસુ અને અભ્યાસકને પોતાના જીવનનું નિરીક્ષણ કરવાની અને અરસપરસના વિચારોની આપલે કરવાની સંધી મળશે, અને મદદરૂપ થશે. સમૂહ ચર્ચા કૃષ્ણમૂર્તિનાં પ્રવચનોની વિડીયો પ્રદર્શિત કરવામાં આવશે અને ચિંતન મનન કરવાનો અવસર મળે એવો આ કાર્યક્રમનો

અભિગમ છે. સંપર્ક : ઋષિવેલી અધ્યયન કેન્દ્ર, Email : gathering@rishivalley.org



...જે ખરી નમ્રતાની અવસ્થા છે

સજ્જનો, કૃપા કરી આ સમજવાનો પ્રયત્ન કરો. આ કંઈક સંદિગ્ધપણે કે ચીડવા માટે કે વક્તાની કોઈ વિશિષ્ટ આદત પ્રમાણે કહેવાય રહ્યું નથી. જો તમે નિહાળશો કે તમારું મન 'જે આકલનની બહાર જવાનો પ્રયત્ન કરે છે કે સમસ્યા ઉકેલવાનો કેવી રીતે પ્રયત્ન કરે છે અને એનું જો તમે તેનું નિરીક્ષણ કરી શકતા હોવ ત્યારે તે નિરીક્ષણમાં શ્રમ નથી હોતો. પરંતુ જ્યારે બદલવાનો કે પરિવર્તન લાવવાનો પ્રયત્ન કરો છો ત્યારે ત્યાં નમ્રતા નથી હોતી. પરંતુ નર્ણુ મિથ્યાભિમાન હોય છે. તમારી એવી કલ્પના હોય છે હું બદલાય ગયો છું, કે મેં કંઈ પ્રાપ્ત કર્યું છે કે હું બધાથી પર થઈ ગયો છું. આ બધું તમારી અંદર કંઈક મહત્વનું પ્રાપ્ત કર્યાની ભાવના પેદા કરે છે. આથી તમને ખરા અર્થમાં નમ્રતાનો ગુણ કદીપણ સમજાતો નથી.

તમારી જે કંઈ સમસ્યા છે તેને સંપૂર્ણ સ્વરૂપ અને સંદર્ભમાં નિહાળવામાં શું વાંધો છે. ફક્ત નિહાળવી. તે સમસ્યા ગમે તેટલી દુઃખકારક હોય કે કદાચ વિદ્રુપ હોય પણ જો તમે તેનો અભ્યાસ કરો. તેની અંદર પ્રવેશો તેની સાથે જીવો, હું ખરેખરમાં એમ કહેવા માગું છું તેને ભેટો તેને તમારા હૃદયમાં ધારણ કરો. ત્યારે તમને જણાશે કે તમે નમ્રતાની અવસ્થામાં છો. ત્યારે તે સમસ્યા હતી એના કરતા બિલકુલ જુદી જ લાગશે.

મને લાગે છે કે સમજવા માટે ગતિમાન રહેવામાં વાંધો ક્યાં છે, તે તો સ્વયં વિશેની શોધ લેતી અવસ્થા છે. પરંતુ તે માટે સતત ધ્યાન હોવું જોઈએ, લક્ષ, પ્રયત્ન નહીં. ધ્યાન આપવું એટલે 'જે છે' એના પ્રતિ જાગૃત હોવું. તમે ચાલતા હોવ, જ્યારે તમે બોલતા હોવ, જ્યારે તમે પ્રવાસ કરતા હોવ, સિનેમા જોતા હોવ કે પછી વાંચતા હોવ તેના વિશે જાગૃત હોવું એ ધ્યાન છે. જ્યારે તમે આ રીતે જાગૃત રહી શકો ત્યારે તમે તમારા પોતાના વિશેની જાણકારીની એક ગતિ પ્રાપ્ત કરો છો કે જે ખરેખરમાં નમ્રતા છે. તે નિર્દોષતા છે. પછી તમે અનુશરણ કરતા અનુયાયી નહીં રહો, અને ત્યાં જૂન એવું કશું જ નહીં હોય.

મુંબઈ, ૧૯૫૮, પ્ર. ૩

અભિમાનની વિરુદ્ધમાં નમ્રતા નથી હોતી

અભિમાન- ગર્વ એ વિલક્ષણ બાબત છે. નાની મોટી બાબતમાં ગર્વ, આપણી માલિકીનું ગર્વ, આપણી સફળતાનો ગર્વ. આપણા સદ્ગુણોનો ગર્વ આપણી જાતિ વિશેનું અભિમાન. નામ, કુટુંબનું અભિમાન; આપણી ક્ષમતા, આપણા દેખાવ અને જ્ઞાનનો ગર્વ, આ બધું આપણા ગર્વને પોષણ આપે છે. અથવા આપણે વિનમ્રતા માટે દોડતા હોઈએ. નમ્રતા એ ધમંડની વિરુદ્ધ નથી હોતી. એ પણ એક પ્રકારનો ધમંડ જ છે. માત્ર તેને આપણે વિનમ્રતાનું નામ આપીએ છીએ. વિનમ્રતા વિશેની સભાનતા એ ધમંડતાનું જ સ્વરૂપ છે. મનને એવું લાગે છે કે કંઈક હોવું જોઈએ આથી તે આ કે તે થવા માટે તડફડતું હોય છે. એવું મન કદી પણ કંઈ જ નહીં હોવાની એવી શૂન્ય અવસ્થામાં નથી હોતું. જ્યારે મનને કંઈ જ ના હોવાનો નવો અનુભવ થાય છે. ત્યારે મન તે હમેશા રહે એવું ચાહે છે, શાંત રહેવાનો પ્રયત્ન સુધ્યાં એ બીજું કંઈક પ્રાપ્ત કરવાની અપેક્ષા છે.

Letters to a Young Friend

સદ્ગુણ એ સ્વયંસ્ફૂર્ત, કાલાતીત હોય છે

સદ્ગુણ એ કેળવેલો ગુણ છે એવું મને નથી લાગતું. જે સદ્ગુણને કેળવવામાં આવ્યો હોય એ ભયાનક હોય છે. કારણ કે જે ક્ષણે તમે તેને કેળવવાનો પ્રયત્ન કરો છો. તે ક્ષણે સદ્ગુણ રહેતો નથી. સદ્ગુણ એ તત્ક્ષણ હોય છે સમયથી અભાધિત છે. તે વર્તમાનમાં જ કાર્યશીલ હોય છે. જે મન માત્ર વિનમ્રતા ને કેળવતું હોય તેવા મનને વિનમ્રતા કેવી હોય. તેનું સૌંદર્ય તેની ગહનતા અને પરિપૂર્ણતાને કદી જ સમજી શકે નહીં; મને લાગતું નથી કે જો મન નમ્રતાની અવસ્થામાં નહીં હોય તો તે શીખી શકે. તે યંત્રવત કાર્ય કરી શકે. પરંતુ નિશ્ચિતપણે શીખવું એટલે યંત્રવત જ્ઞાનનો સંગ્રહ એવું નથી. પણ શીખવાની પ્રક્રિયા કંઈક અલગ જ એવી ગતિ છે, શું એવું નથી? મનમાં અનન્ય એવી વિશાળ નમ્રતાની ભાવના હોવી જોઈએ.

મારે એ સમજવું છે કે મુક્તિ એટલે શું. કાલ્પનિક તર્ક પ્રમાણેની મુક્તિ નહીં. જે પોતે જ પ્રક્ષેપિત કરેલી છે. કંઈકની સામે પ્રતિક્રિયા છે. ખરેખર મુક્તિ એવી કોઈ બાબત હોય છે ખરી? એવી અવસ્થા કે જેની અંદર મન પ્રત્યક્ષ રીતે સ્વયંને બધી પરંપરા અને માખખામાંથી, જે એના ઉપર સૈકાઓથી લાદવામાં આવી છે એનાથી મુક્ત એવી અવસ્થા. જે વિલક્ષણ એવી બાબત છે કે જે યુગોથી લોકો જેને માટે ઝગૂમી રહ્યા છે એ હું જાણવા ઈચ્છું છું. હું તે શોધવા ચાહું છું તેના વિશે શીખવા ઈચ્છું છું. અને મારામાં વિનમ્રતાની ભાવના ના હોય તો તે હું કેવી રીતે કરી શકું? જે સ્વરક્ષિત નમ્રતા હોય છે, તેની સાથે વિનમ્રતાને કશી જ નિસબત નથી. જે નમ્રતા મને પોતાના ઉપર લાદેલી નમ્રતા છે. તે ઘણી ખરાબ વાત છે. નમ્રતા કેળવી શકાતી નથી. અને તેને ચોક્કસપણે તેને અનુભવવી એ ઘણી જ જટિલ બાબત છે. કારણ કે આપણે પહેલેથી જ એના વિશે નિશ્ચિત ભૂમિકા અપનાવેલી હોય છે. આપણી પાસે કેટલીક કલ્પના છે. કેટલાક મૂલ્યો છે; આપણી પાસે ચોક્કસ એવું જ્ઞાન અને અનુભવ સંગ્રહલાં છે, અને આપણી આ પાર્શ્વભૂમિ આપણા કાર્ય અને વિચારને નિશ્ચિત કરે છે. કોઈ એક વૃદ્ધ માણસ જેણે પોતાના અને બીજાના અનુભવોમાંથી જ્ઞાન સંપાદિત કર્યું હોય અને જે પોતાનું મહત્ત્વ વધારવા માટે ઈર્ષ્યામાં સપડાયેલો હોય પોતાની પ્રતિષ્ઠા અને પદ માટે શક્તિ માટે દોડતો હોય. એવો મનુષ્ય વિનમ્રતાની અવસ્થામાં કેવી રીતે હોય શકે? અને પોતાની ક્ષુદ્રતા વિશે કેવી રીતે શીખી શકે? મને લાગે છે કે એ માટે આપણે અત્યંત સજાગ રહેવું જોઈએ અને વિનમ્રતાની ભાવના માટે ગંભીરતાથી જાગૃત હોવા જોઈએ.

વારાણસી, ૧૯૬૦, પ્ર. ૧

તમારું મુક્ત હોવું એ અગત્યનું છે, કારણકે તમે એ જોશો કે જે મન મુક્ત હોય છે. તેની અંદર વિનમ્રતાનો સાર (ગુણ) રહેલો છે. એવું મન જે મુક્ત હોય તો તે વિનમ્ર મન છે. તેવું જ મન શીખી શકે છે; પ્રતિકાર કરતું મન શીખી શકતું નથી. શીખવું એક વિલક્ષણ બાબત છે; જ્ઞાન એકત્ર કરવું એ તદ્દન જુદી જ બાબત છે. આપણે જેને જ્ઞાન કહીએ છીએ. તે દષ્ટિએ તે ઘણું જ સરળ છે. કારણકે તે જ્ઞાન દ્વારા જ્ઞાનીની અજ્ઞાત પ્રતિની ગતિ છે કે પ્રક્રિયા છે. પરંતુ શીખવાનો અર્થ જ્ઞાત માંથી અજ્ઞાતમાં જવાની પ્રક્રિયા છે. માત્ર તમે એ રીતે જ શીખી શકો, બરોબર ને .

The Book of Life

શિષ્ય અને ગુરુ

જ્યાં વિનમ્રતા નથી હોતી. ત્યાં ઈનામ અને શિક્ષાના ભયનો પ્રાદુર્ભાવ હોય છે. આધ્યાત્મિક સાધના કે ત્યાગ તપશ્ચર્યા એ દ્વારા વિનમ્રતા ક્યારેયે આવતી નથી. નમ્રતા એ પ્રાપ્ત કરવાની કે મેળવવાની વસ્તુ નથી. એ સદ્ગુણ તરીકે રહેતો નથી. કારણકે આ રીતે સંવર્ધિત કરવામાં આવતો સદ્ગુણ એ કંઈક પ્રાપ્તિનું સ્વરૂપ છે, અથવા કોઈક ક્ષેત્રમાં ઉચ્ચક્રમાંક મેળવવાના પ્રયત્ન જેવો જ એક પ્રકાર છે. ઈરાદાપૂર્વક જેને સંવર્ધિત કરવામાં આવ્યો હોય એવા સદ્ગુણમાં આત્મવિસર્જન બિલકુલ નથી હોતું; ત્યાં અહંભાવનો સુષુપ્ત આગ્રહ દૃઢતાપૂર્વકનો હોય છે.

વિનમ્રતા હોય છે ત્યાં વિભાજનનું અસ્તિત્વ નથી, શ્રેષ્ઠ અને ક્ષિપ્ર, ગુરુ અને શિષ્ય જેવા ભેદભાવ રહેતા નથી. જ્યાં સુધી ગુરુ અને શિષ્ય, તમે અને વાસ્તવિકતા વચ્ચે ભેદ હોય છે ત્યારે સમજનો પ્રાદુર્ભાવ થતો નથી કે શક્ય નથી. સત્યની સાચી સમજમાં ગુરુ અને વિદ્યાર્થીનું સ્વરૂપ નથી હોતું. કોઈ આગળની શ્રેણીનું કે નીચલી શ્રેણીનું હોતું નથી.

સત્યની સમજ કે દર્શનમાં ભૂતકાળનો ભાર કે અવશેષ બાકી રહેતા નથી. એ તો વર્તમાનની દરેક ક્ષણે ક્ષણની સ્ફૂર્તિ છે.

બક્ષિસ અને સજા એ અહંભાવને 'સ્વ'ને દૃઢ કરે છે. જે નમ્રતાનો નકાર સૂચિત કરે છે. નમ્રતા એ વર્તમાનમાં છે. ભવિષ્યકાળની બાબત નથી. તમે વિનમ્ર બની શકો નહીં. કંઈક બનવાની લાલસામાં 'સ્વ'નું મહત્ત્વ ચાલુ રહે છે, આ આત્મા પ્રતિષ્ઠા સદ્ગુણના સંવર્ધનમાં ઢંકાયેલી રહે છે. સફળતાની કંઈક બનવાની બાબતમાં આપણું મનોબળ કેટલું બધું સબળ હોય છે! સફળતા અને નમ્રતા સાથે સાથે કેવી રીતે ચાલી શકે? આ વસ્તુ સ્થિતિ હોવા છતાં પણ આધ્યાત્મિક સ્વરૂપમાં પીડાતા અને પીડક વાસ્તવિક સ્વરૂપમાં આમજ કરી રહ્યા છે. આથી ત્યાં ઘર્ષણ અને દુઃખનો જ ઉદ્ભવ થાય છે. તે સજ્જન પુછી રહ્યા છે, "ગુરુ કે મહાત્મા નું શું અસ્તિત્વ જ નથી, અને હું કોઈ ગુરુ નો શિષ્ય છું એવી મારી સમજ માત્ર ભ્રમ કે મારી આત્મવંચના છે. તમારું કહેવું એવું કંઈક છે?"

ગુરુનું અસ્તિત્વ છે કે નહીં એ મહત્ત્વની વસ્તુ નથી. એ બાબતનું મહત્ત્વ આધ્યાત્મિક રીતે શોષણ કરનાર, ગુરુ સ્થાને બેઠેલા કે સંઘ ચલાવનાર ને માટે જ મહત્ત્વનું છે. પરંતુ જે માણસ

સત્યની શોધ કરે છે. જે સત્ય પરમાનંદની અવસ્થા લાવે છે એવા સત્યની શોધ માટે નીકળેલા મનુષ્ય માટે ગુરુનું કે મહાત્માનું અસ્તિત્વ હોય કે નહીં એ તેને માટે અપ્રસ્તુત છે. શ્રીમંત અને મજૂર વચ્ચેના ભેદને મહત્ત્વ આપવું કે ગુરુ અને શિષ્ય વચ્ચેના ભેદને મહત્ત્વ આપવું એ બધું એક જ સરખું છે. અદૃશ્ય ગુરુનું અસ્તિત્વ છે કે નહીં એ બાબતનું કોઈ જ મહત્ત્વ નથી. તેમજ આધ્યાત્મિક દીક્ષા પ્રાપ્ત કરેલ વ્યક્તિમાં ઉચ્ચનીચ શ્રેણી જેવું હોય છે ખરું. એ પ્રશ્નનો કોઈ જ અર્થ કે મહત્ત્વ નથી, પરંતુ જે મહત્ત્વનું છે તે તમારી જાતને 'સ્વને' સમજવાનું છે. સ્વજ્ઞાન સિવાય તમારો જેને તમે તર્ક સંગત કરો છો, એને કોઈ જ આધાર નથી. તમારી જાતને સમજ્યા વગર તમે કેવી રીતે જાણો કે સત્ય શું છે? સ્વજ્ઞાન સિવાય ભ્રમણાનું હોવું અપરિહાર્ય છે, તમે અમુક છો કે તમુક છો એમ કહેવું અને તેને સ્વીકારવું એ ઘણું જ બાલિશ છે. માટે આ લોક કે પરલોકમાં તમને બદલો આપવાનું કહેતા લોકોથી સાવધ બનો. એ જ ઈષ્ટ છે.

જીવન મીમાંસા, ખંડ ૧, પ્ર. ૫૨

...ત્યારે જ તે એક વૈયક્તિક મન હોય છે

ભય વિશેના પ્રશ્ન તરફ આપણે વળીએ એ પહેલા એક મનુષ્ય તરીકે તમારા પોતાની બાબતની શોધ લેવી જોઈએ. એક વ્યક્તિ તરીકે નહીં. કારણકે વ્યક્તિત્વ એ તો પછીની બાબત છે. વૈયક્તિકતાનો પ્રાદુર્ભાવ ત્યારે થાય છે જ્યારે તમે પરિપૂર્ણ માનવ હોય, પશુત્વ નહીં. તેની મહત્ત્વકાંક્ષા, લોભ, ઈર્ષ્યા, ધિક્કાર અને બાકી બધું જેમાં સમાવિષ્ટ છે ત્યારે નહીં. જ્યારે મન આ બધાથી મુક્ત હોય ત્યારે જ તે વૈયક્તિકતા આવે છે કે વૈયક્તિક મન હોય છે. મનની આવી વૈયક્તિક અવસ્થા હોય છે ત્યારે અનન્ય એવું અદ્ભુત ઘટિત થાય છે. અને તમે તેની પાર જઈ શકો છો. તમે એવી કલ્પના કરો કે તમને આત્મજ્ઞાન થયું છે. તેથી તમે મુક્ત થઈ ગયા છો, તમે ઉચ્ચ એવા આત્મા છો. આ બધા માત્ર શબ્દો છે તેનો કોઈ જ મર્મ નથી. કારણ કે તમે તમારી આજુબાજુના વાતાવરણના પરિણામ સ્વરૂપ છો. તમને અમુક ચોક્કસ પ્રકારના વિચારો શીખવવામાં આવ્યા છે. તમે કોઈ વિશિષ્ટ પ્રકારની જાતિ, વંશ, ટોળામાં કે કુટુંબમાં રહો છો તેના સંસ્કાર તમારા ઉપર પડેલા છે. અને તમે ફરી ફરી તેનું રટણ કરતા રહો છો. તેથી જે મન સ્વયંમાં જાગૃત છે તે તાકીદી કરે છે, પ્રશ્ન કરે છે. તેને આ બધી વાતનું અવધાન છે. આધુનિક જીવનની અંદર જે કંઈ સમાવિષ્ટ છે. એનું તેને અવધાન છે. આવા મનની અંદર અત્યંત એવો તીવ્ર ગુણ હોવો જોઈએ. એ સ્વયંને ઓછા લેખવાની અવસ્થા નથી કે સ્વીકાર કરતી વૃત્તિ કે તડજોડ કરી સમર્પણ દાખવતી સ્થિતિ નથી. આવું મન એ મૂળમાં મન જ નથી. તમને સ્પષ્ટ વિચાર કરતા આવડવું જોઈએ. માત્ર વક્તાને જ નહીં પરંતુ તમારા રાજકીય, ધાર્મિક, આર્થિક નેતાને એવા સર્વ કોઈને પ્રશ્ન કરતા આવડવું જોઈએ. જેથી કરીને તમારું મન શીખવાની પ્રક્રિયાથી તીક્ષ્ણ બનશે. પણ તમે જ્યારે આધિપત્યનું અનુશરણ કરો છો ત્યારે શીખવાની ક્રિયાને નકારો છો.

નવી દિલ્હી, ૧૯૬૪, પ્રવચન ૪

તે સાધ્ય નથી

દેખાડો અને મોટાઈની વિરુદ્ધમાં નમ્રતા નથી. કોઈ અમૂર્ત અધિકારની સામે કે મહાન ગુરુની સામે નતમસ્ત થવું એવું પણ નથી. એ નમ્રતા કોઈપણ મહાન ગુરુ કે પ્રતિમાનીસામે એક જ સ્વરૂપમાં હોય છે. શરણે થવાનું પણ નથી. સ્વયંનો સંપૂર્ણપણે નકાર કરવો એમ એ નથી. કે કોઈ કાલ્પનિક કે ભૌતિક વસ્તુની સામે પોતાની જાતનું સમર્પણ કરવું એવું નથી. નમ્રતાને ઉધ્ધતપણા સાથે કંઈ જ લેવા દેવા નથી. નમ્રતામાં અંદરથી માલિકીનો હક્ક કે ભાવના નથી હોતી. નમ્રતા એ તો પ્રેમ અને પ્રજ્ઞાનું સાયુજ્ય છે. તે સાધ્ય કરવાની વસ્તુ નથી.

The Whole Movement of Life is Learning, પ્ર. ૫૨

‘ધ સ્કુલ - KFI’ તરફથી આહવાન

‘ધ સ્કુલ - KFI’ એ કૃષ્ણમૂર્તિએ સ્થાપન કરેલી ત્રીજી સ્કુલ છે. ૧૯૭૩માં ચૈનઈમાં સ્થાપેલી આ સ્કુલ તે પ્રાંતમાં આવેલી શાળાએ કરતા વિશેષ સંવેદનશીલ અને સર્જનશીલ શાળા તરીકે ઓળખાય છે.

કૃષ્ણમૂર્તિએ પોતે થઈને આ નિશાળ થિયોસોફિકલ સોસાયટીના દામોદર ગાર્ડનમાં સ્થાપવાનું સૂચન કર્યું હતું. તેનું નામ પણ તેમણે જ સૂચવ્યું હતું. ‘ધ સ્કુલ’ અને શાળાના ખાતમૂહૂર્તના સમારંભમાં તેઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. તે સમયે તેમણે કહ્યું હતું કે આ વિશાળ એવા સાગરના મોજાઓ સંગે, ફરી ફરીને ઊડતી રેતીના રજકણોની માફક આ શાળા અગાધ એવા જીવનમાંથી પ્રેરણા લેતી સતત વધતી રહે. બીજા દેશમાં હોય ત્યારે પણ તેઓ શાળાના સંપર્કમાં રહેતા ૧૯૮૦માં શાળાના બાળકોને સંબોધી પ્રવચન આપ્યું હતું.

છેલ્લા ૩૩ વર્ષથી આ શાળા દામોદર ગાર્ડનમાં કાર્યરત છે. શાળાની આ જગ્યા દામોદર ગાર્ડન થિયોસોફિકલ સોસાયટીએ કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડીયાને ભાડાપટ્ટી પર આપી હતી. આ ભાડાપટ્ટીની મુદત ૨૦૧૪ની સાલમાં પૂરી થાય છે. અને તે ફરીથી ત્યાં ચાલુ રહેશે નહીં. આથી આ શાળાને નવી જગ્યાએ સ્થાપિત કરવી એ ઘણું કપરું કામ છે. જે શાળાને માથે આવી પડ્યું છે. ચૈનઈ જેવા અઘટ વસ્તી ધરવાતા શહેરમાં યોગ્ય એવી જગ્યા શોધવી એ એટલું સરળ કાર્ય નથી.

હાલમાં ફાઉન્ડેશન ઘણી તત્પરતાપૂર્વક ૨ થી ૫ એકર જમીન માટેજ શોધ કરે છે. અને એ માટે આવશ્યક ૨૦ કરોડ રૂપિયાનું ભંડોળ ઊભું કરવામાં માટેની પ્રયત્ન કરી રહ્યું છે.

આથી ફાઉન્ડેશન આપણા બધા ભાવુક મિત્રોને તેમજ હિતચિંતકોને મનપૂર્વક વિનંતી કરે છે. આ અતિશય નિર્ણાયક એવી નિકટની પરિસ્થિતિમાં તેઓ ફાઉન્ડેશનને ઉદારતાપૂર્વક સહાયભૂત થાય.

એ માટે સહાયભૂત થવા માટે ઈચ્છુક મિત્રો ‘કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડીયા’ ચૈનઈના નામે ચેક મોકલે. આ રકમ ‘ધ સ્કુલ’ માટેની નવી જગ્યા માટે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે. (The School Relocation Fund) એ પ્રમાણે નું નિર્દેશન કરી શકો છો. અથવા તમે બેંકના ખાતામાં તમારા દાનની રકમ જમા કરાવી શકો અને ફાઉન્ડેશનના સેક્રેટરીને તેની જાણ કરો. આ નિધીનું ઈન્કમેટેક્સના નિયમ ‘૮૦ જી’ કલમ હેઠળ ઉત્પાદિત આવકમાંથી બાદ મળશે.

Account Name :
Krishnamurti Foundation India
Bank Name: HDFC Bank
Bank Address:
R.A. Puram, Chennai - 600 028.
Account Type No.:
Saving Account no. 01411450000021.
MICR Code: 600240012
RTGS/NEFT Code No.: HDFC0000141
Swift Code No.: HDFCINBBXXX.

ઑનલાઈન પુસ્તક ખરેદી

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયાના ઑનલાઈન પુસ્તક ખરેદીના વિભાગમાં ડ્રેડીટ/ ડેબિટ કાર્ડદ્વારા ખરીદ કરવાની સગવડતા કરાવામાં આવેલી છે. તે અમારી www.kfionline.org આ વેબસાઈટ ઉપર ઉપલબ્ધ છે. અંગ્રેજી તેમજ બિજી ભાષામાં અનુવાદિત પુસ્તક, DVD, MP3 આ સાહિત્યનું વેચાના ડિમાંડ ડ્રાફ્ટ દ્વારા ચાલુ રહેશે.

કૃષ્ણમૂર્તિના વિષયોની જાણકારી માટે કઈ વેબસાઈટ્સ :
www.jkrishnamurti.org
www.kfionline.org
www.rishivalley.org
www.j-krishnamurti.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

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 : kfimumbai@gmail.com

Websites : www.kfionline.org, www.jkrishnamurti.org

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા કેન્દ્ર, હિંમત નિવાસ, મલબાર હિલમાં છે. અહીં કૃષ્ણજીના બધા પુસ્તકો, ડીવ્ડીડી 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 વ્હીડિયોનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવે છે. તેમજ દર ગુરુવારે સમૂહ વાર્તાલાપનું આયોજન રાખવામાં આવે છે.

કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા

વસંત વિહાર, ૧૨૪, ગ્રીનવેજ રોડ, ચૈનઈ ૬૦૦ ૦૨૮.

દૂરધ્વનિ: (૦૪૪)૨૪૯૩ ૭૮૦૩/૭૫૯૬

Email : kfihq@md2.vsnl.net.in

Website : www.kfionline.org

સંપર્ક : કૃષ્ણમૂર્તિ ફાઉન્ડેશન ઈન્ડિયા

બોમ્બે એક્ઝીક્યુટીવ કમિટી, હિંમત નિવાસ,

૩૧, ડોંગરસી રોડ, મલબાર હિલ,

મુંબઈ - ૪૦૦૦૦૬

દૂરધ્વનિ : ૨૩૬૩૩૮૫૬

ઈમેલ : kfimumbai@gmail.com

અંતરમેળ આ વૃત્તપત્રિકા દર ચાર મહિને પ્રસિધ્ધ થતી પત્રિકા છે. કૃષ્ણજીના શિક્ષણના અભ્યાસ કરવા ઈચ્છિત 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 ઈચ્છા હોય તો અમારા મુંબઈ કેન્દ્રના સરનામા પર પત્ર દ્વારા કે ઈમેલ દ્વારા ખબર કરવી. કૃપા કરી તમારું સંપૂર્ણ નામ, સરનામું, ફોન નંબર અને ઈમેઈલ હોય તો તે જણાવશો.