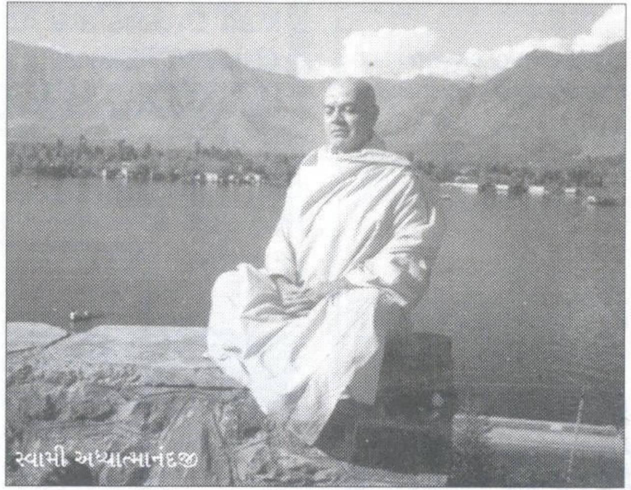
સ્વામી અધ્યાત્માનંદ દ્વારા અમેરિકાનાં શહેરોમાં યોગાભ્યાસના વર્ગો

શિકાગોઃ યોગાભ્યાસના જાણીતા પ્રશિક્ષક સ્વામી અધ્યાત્માનંદ અમેરિકાના યોગપ્રેમીઓ માટે યોગના વર્ગો અમેરિકાનાં વિવિધ શહેરોમાં યોજશે, જેનો પ્રારંભ આગામી નવ જૂને શિકાગો શહેરથી થશે. આ યોગશિબિરો બે મહિના સુધી ચાલશે. સ્વામીજી ત્રીસ વર્ષ કરતાં પણ વધુ સમયથી યોગનું પ્રશિક્ષણ આપે છે. સ્વામીજીના યોગવર્ગો હંમેશાં માનવમહેરામણથી ઊભરાતા હોય છે, કારણ કે સ્વામીજી યોગની વિવિધ ઉપયોગી ટિપ્સની સાથે કેટલાક રસપ્રદ અનુભવ દ્વારા યોગશિક્ષણ આપે છે. અહીં આવનાર શિબિરાર્થીને અદ્ભુત અનુભવ થાય છે. તેમને જરા પણ કંટાળો આવતો નથી. સ્વામીજીના દિવ્ય યોગપ્રવાસના સમયપત્રક મુજબ તેમની આ યોગયાત્રા અમેરિકા ઉપરાંત કેનેડા અને યુ.કેનાં કેટલાંક શહેરોમાં પણ જશે.

સ્વામીજી બહુમુખી, ચુંબકીય અને પ્રતિભાવંત વ્યક્તિત્વ ધરાવે છે. તેમની પાસે યોગાભ્યાસ શીખવા ભારત અને વિદેશમાં ધસારો રહે છે. સ્વામીજીએ અત્યાર સુધી વિવિધ શૈક્ષણિક સંકુલ, ખાનગી કંપનીઓ, લશ્કરી મથકો, સરકારી, ખાનગી અને જાહેર સાહસોમાં મળીને સમગ્ર વિશ્વમાં ૬૬૦ યોગશિબિરો યોજી છે. સ્વામીજી એક સમયે અનેક કાર્યો કરી શકતા હોવાથી લોકો તેમને અષ્ટાવધાની તરીકે ઓળખે છે. સ્વામીજી છેલ્લા દશકથી ગુજરાતના અમદાવાદના શિવાનંદ આશ્રમના આધ્યાત્મિક વડા છે. આધ્યાત્મિક શિક્ષણ, યોગ અને ધ્યાન ઉપરાંત શિવાનંદ આશ્રમ ગરીબ અને



સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

જરૂરિયાતમંદ લોકોના લાભાર્થે સખાવતી કાર્યો પણ કરે છે. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ ગુજરાતના ભૂકંપ વખતે પણ ખૂબ સેવા આપી છે, ભૂકંપપીડિત વિસ્તારોમાં પોતાના સ્વયંસેવીઓ સાથે પહેલા પહોંચનાર સ્વામીજી જ હતા. સ્વામીજી ભારતમાતામાં માને છે. તેઓ કહે છે કે, તેમનો પહેલો ધર્મ માનવતા છે. તેઓ કહે છે કે મહત્ત્વ માત્ર હૃદયની જ ભાષાનું છે, તે સિવાય કશાનું નથી. સ્વામીજી વિવિધ શહેરોનાં ગ્રુપના આમંત્રણને માન આપીને વિદેશમાં ભારતના સમૃદ્ધ વારસાને, આધ્યાત્મિક ઉપદેશને પ્રસારવા તથા યોગશિબિરો યોજવા માટે અમેરિકાની યાત્રાએ આવ્યા છે. સ્વામીજી સ્વશિસ્ત અને દૈનિક જીવનમાં નિયમિતતા જાળવવાની જરૂરિયાત પર વધુ ભાર મૂકે છે. તેઓ ભારપૂર્વક કહે છે કે, કોઈ વ્યક્તિએ યોગાભ્યાસ શીખવા માટે શરમાવું જોઈએ નહિ, કારણ કે યોગાભ્યાસથી ઘણી ગંભીર બીમારીઓનો ઈલાજ થઈ શકે છે. તેમણે વિવિધ આસનો અને તેની વિવિધ મુદ્રાઓનું પણ નિદર્શન કર્યું હતું. સ્વામીજી યોગશિબિરોમાં સવાર-સાંજ વર્ગો લેશે. સ્વામીજી તેમના યોગપ્રવાસ દરમિયાન વિવિધ જૂથો, જેવાં કે બાળકો, વિદ્યાર્થીઓ, સ્ત્રીઓ, અને વરિષ્ઠ નાગરિકોને પણ સંબોધશે અને તેમના પ્રશ્નોના સંતોષકારક ઉત્તર આપશે. વાચકોને વિનંતી છે કે તેઓ સ્વામીજીના કાર્યક્રમની વધુ વિગતો જાણવા મિસ. મીનળ બી. નાઈકને ફોન પર સંપર્ક કરે. ફોન (૬૩૦) ૫૩૦-૫૯૫૦. ઈ-મેલઃ divya.tour2006@gmail.com

સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના હાલના અમેરિકાના પ્રવાસકાર્યક્રમોનું સમયપત્રક વિવિધ કાર્યક્રમોના કેલેન્ડર પાના ૧૪ ઉપર પ્રગટ કરાયું છે.