જન્મદિને વધામણી

અશ્વિન જે જાટીયા
નાયબ સેક્શન અધિકારી
સામાન્ય વહીવટ વિભાગ
મો. ૯૮૨૪૬ ૩૯૩૭૫

ચાર્વી નિમેષકુમાર પટેલ
મો. ૯૯૯૮૭ ૨૦૫૨૪

હોમગાર્ડઝ જવાનોનો વય નિવૃત્તિ સન્માન સમારંભ યોજાયો

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

ગાંધીનગર શહેર હોમગાર્ડઝ યુનિટમાં લાંબાગાળાની માનદ સેવા આપ્યા બાદ શહેર હોમગાર્ડઝના યુનિટના અંબાલાલ ઠાકોર અને નટુસિંહ બિહોલા વયનિવૃત્ત થતા તેમનો સન્માન સમારંભ તાજેતરમાં યોજાયો હતો. ગાંધીનગર ખાતે સ્ટાફ ઓફિસર ડૉ. ભાવેશભાઈ પટેલ અને સ્ટાફ ઓફીસર નગુસિંહ ભાટીના અધ્યક્ષસ્થાને આ સમારંભ યોજવામાં આવ્યો હતો. આ પ્રસંગે ગાંધીનગર જિલ્લા હોમગાર્ડઝના સબ ઈન્સ્પેક્ટર કિશનસિંહ રાજપૂત, ગાંધીનગર શહેર જિલ્લાના હોમગાર્ડઝ યુનિટના ઓફીસર કમાન્ડિંગ ગોવિંદભાઈ પટેલ, પ્લાટુન કમાન્ડર કે.આર. વાનેન્દ્ર, અરવિંદભાઈ સોલંકી, મહિલા હોમગાર્ડઝ ઈન્ચાર્જ રમિલાબેન, એનસીઓ તથા હોમગાર્ડઝના સભ્યો મોટી સંખ્યામાં હાજર રહ્યા હતા. આ કાર્યક્રમમાં વયનિવૃત્તિ થયેલ સભ્યોને સાકર, શ્રીફળ અને શાલ ઓઢાડીને સન્માન કરાયુ અને તેમને શુભકામના પાઠવવામાં આવી હતી. આ કાર્યક્રમનું સંચાલન કિશનસિંહ રાજપૂત અને ગોવિંદભાઈ પટેલ દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું અંતે સભ્યોને અલ્પાહાર આપવામાં આવ્યુ હતુ એમ એક અખબારી યાદીમાં જણાવેલ છે.

અમેરિકન ફિલ્ડ સર્વિસ દ્વારા

વિદેશથી આવેલા વિદ્યાર્થીઓનો સત્કાર

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

અમેરિકન ફિલ્ડ સર્વિસ (એએફએસ) દ્વારા વર્ષ ૨૦૧૭-૧૮ના પ્રથમ કાર્યક્રમ રૂપે સ્ટુડન્ટ એક્સચેન્જ કાર્યક્રમ હેઠળ વિદેશથી આવેલાં વિદ્યાર્થીઓનો સત્કાર સમારોહ આયોજિત કરવામાં આવ્યો હતો. ભારતીય પરંપરાને જાળવી રાખતી થીમ અનુસાર આ કાર્યક્રમમાં સૌ ભાઈઓ કોઈ કુર્તા-પાયજામામાં અને બહેનો સાડીમાં સજ્જ થઈને આવી હતી. અતિથિઓનું સ્વાગત દીવડાઓથી કરવામાં આવ્યું હતું. કાર્યક્રમની શરૂઆત સલોની પાઠક અને પ્રાચી પારેખે ભારતીય નૃત્યથી કરી હતી. એ પછી વિદેશથી ગાંધીનગર અભ્યાસાર્થે આવેલા ત્રણ વિદ્યાર્થીઓનું કુમકુમ તિલક, ફૂલહાર અને આરતીથી સ્વાગત કરવામાં આવ્યું હતું.

સ્વાગત પ્રવચન અને કાર્યક્રમની રૂપરેખા એએફએસ ગાંધીનગર ચૅપ્ટર પ્રમુખ ડૉ. વર્ષા પારેખ દ્વારા આપવામાં આવી હતી. એમ બી પટેલ ઇંગ્લિશ મીડિયમ સ્કૂલના આચાર્ય અર્પિત ક્રિશ્ચિયન દ્વારા વાસુ ઇન્ટરનેશનલ સ્કૂલના પ્રતિનિધિનું પુષ્પગુચ્છથી સ્વાગત કરવામાં આવ્યું હતું. જર્મનીથી આવેલા વિદ્યાર્થી યાન્તેએ 'નમસ્તે, કેમ છો?' શબ્દો ઉપરાંત 'જય સોમનાથ, જય દ્વારકેશ...' ગીત પ્રસ્તુત કરીને સૌનાં દિલ જીતી લીધાં હતાં. અમેરિકાથી આવેલી વિદ્યાર્થીની અનીકાએ પણ 'ગુરુર બ્રહ્મા, ગુરુર વિષ્ણુ...' શ્લોકનું ગાન કરીને ભરપૂર દાદ મેળવી હતી. કેનેડાથી આવેલી વિદ્યાર્થીની નોઈમીએ પોતાનો પરિચય 'જય શ્રી કૃષ્ણ, કેમ છો?' કહીને આપ્યો હતો. ઉલ્લેખનીય છે કે પ્રતિવર્ષ એમ બી પટેલ ઇંગ્લિશ મીડિયમ સ્કૂલમાં વિદેશથી વિદ્યાર્થીઓ એક વર્ષ માટે અભ્યાસાર્થે આવે છે. આ વખતે આ ક્રમમાં વાસુ ઇન્ટરનેશનલ સ્કૂલ પણ જોડાઈ છે. વિદેશથી આવેલા વિદ્યાર્થીઓ અહીંના કોઈ પરિવાર સાથે રહીને અભ્યાસ કરે છે અને અહીંની સંસ્કૃતિથી પરિચિત થાય છે. આ સત્કાર કાર્યક્રમનું સંચાલન હાર્દિ મંકોડી અને ધ્રુવ ઠક્કર દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

સબળ શિક્ષણ અને સખ્ત મહેનતના માધ્યમથી વ્યક્તિ ધારે તે સિદ્ધિ હાંસલ કરી શકે છે

પ્રેરણા વિદ્યાલય દ્વારા પૂર્વ આચાર્ય અને હવે રાજ્ય સરકારના અધિકારી સ્વાતિબા રાઓલના સન્માન કાર્યક્રમનું આયોજન કરાયું

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

આવકાર એજ્યુકેશન ટ્રસ્ટ સંચાલિત પ્રેરણા વિદ્યાલય, સેક્ટર-૫ એ ખાતે એક વિશિષ્ટ પ્રેરણા કાર્યક્રમનું આયોજન તાજેતરમાં કરવામાં આવ્યું હતું. શાળાનાં જ પૂર્વ આચાર્ય અને હવે રાજ્ય સરકારના વર્ગ-૨ અધિકારી એવાં સ્વાતિબા રાઓલના સન્માન કાર્યક્રમનું આયોજન શાળામાં કરવામાં આવ્યું હતું. આ કાર્યક્રમના માધ્યમથી એક શિક્ષકની સફળ જીવનયાત્રા વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ ઉજાગર કરી એમને અભિપ્રેરણ પૂરું પાડવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો હતો. કાર્યક્રમના પ્રારંભે મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી પ્રદીપસિંહ બિહોલાએ સ્વાગત પ્રવચન કર્યું હતું અને સ્વાતિબા રાઓલ દરમિયાન શાળાએ કરેલાં વિશિષ્ટ કાર્યોની વિગત આપી હતી. ત્યારબાદ શાળા પરિવાર દ્વારા સ્વાતિબા રાઓલનું સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

સન્માન બાદ પોતાનો પ્રતિસાદ આપતાં સ્વાતિબા રાઓલ દ્વારા ખાનગી શાળાના આચાર્યથી માંડી, સરકારી શાળાના આચાર્ય અને ત્યારબાદ વર્ગ-૨ના અધિકારી તરીકેની પોતાની સફરની વાત વિદ્યાર્થીઓને માંડીને કરવામાં આવી હતી. એમણે વિદ્યાર્થીઓને શીખ આપતાં જણાવ્યું હતું કે સબળ શિક્ષણ અને સખ્ત મહેનતના માધ્યમથી વ્યક્તિ ધારે તે સિદ્ધિ હાંસલ કરી શકે છે. વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા શિક્ષણ અને સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાઓ બાબતે પૂછવામાં આવેલા પ્રશ્નોના સંતોષકારક જવાબો પણ એમણે પાઠવ્યા હતા.

કાર્યક્રમના અંતે શાળાના આચાર્ય મનીષભાઈ ખત્રી દ્વારા આભાર દર્શન કરવામાં આવ્યું હતું.

ગ્રામ કક્ષાની જુડો સ્પર્ધામાં લીંબોદરા હાઈસ્કૂલ ઝળકી

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

જિલ્લા રમતગમત અધિકારીની કચેરી દ્વારા ગ્રામ કક્ષાની જુડો સ્પર્ધા તાજેતરમાં યોજાઈ હતી, જેમાં શ્રી પી પી આર શાહ હાઈસ્કૂલ, લિંબોદરાના વિદ્યાર્થીઓ અન્ડર-૧૭ અને અન્ડર-૧૯ વિભાગમાં વિજેતા બન્યા હતા. ૧૪ ભાઈઓ અને ૮ બહેનોએ જિલ્લામાં પ્રથમ સ્થાન પ્રાપ્ત કરતાં તેમની પસંદગી રાજ્યકક્ષાની સ્પર્ધા માટે કરવામાં આવી હતી.

શાળાનું ગૌરવ વધારનાર આ વિજેતા ખેલાડીઓને શાળાના વ્યાયામ શિક્ષક વિશાલ થોરાત દ્વારા તાલીમ આપવામાં આવી હતી. આચાર્ય તેજસિંહ પરમારે સૌ ખેલાડીઓને બિરદાવી અભિનંદન પાઠવ્યા હતા.

જન્મદિને વધામણી વિભાગ અંતર્ગત કોઈપણ વાચક પોતાની તસવીરો પ્રકાશન માટે મોકલી શકે છે. પરંતુ, વાચકોને વિનંતી છે કે મોડામાં મોડી આ તસવીરો જન્મદિવસ હોય તેના અગાઉના દિવસે એક વાગ્યા સુધીમાં અખબારને મળી જાય. વાચકો ઈચ્છે તો આ વિભાગમાં પ્રકાશન હેતુ પોતાની તસવીરો અગાઉથી પણ મોકલાવી શકે છે.

- સંપાદક

પ્રાથમિક સ્કૂલ્સને ૧૦ દિવસમાં બાળ સંસદની રચના કરવા આદેશ

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

રાજ્યની પ્રાથમિક સ્કૂલોમાં બાળ સંસદ પ્રોજેક્ટ અમલમાં મુકાયા બાદ તેનો ફિયાસ્કો થઈ રહ્યો હોવાનું બહાર આવતા તમામ સ્કૂલોને પરિપત્ર કરી તાત્કાલીક બાળસંસદની રચના કરવા માટે આદેશ કરાયો છે. દર વર્ષે બાળ સંસદની રચના કરવા માટે આદેશ કરાયો હોવા છતાં તેનો અમલ થતો ન હોવાનું જણાતા દશ દિવસમાં બાળ સંસદની રચના કરવા આદેશ કરાયો છે.

રાજ્યની સ્કૂલોમાં શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૧૫-૧૬થી બાળસંસદની રચના કરવાનો નિર્ણય લેવાયો હતો. જેમાં પ્રાથમિક સ્કૂલમાં ચૂંટણી દ્વારા મહામંત્રી, શિક્ષણમંત્રી, આરોગ્યમંત્રી, પાણીમંત્રી, સફાઈમંત્રી, રમતગમત મંત્રી સહિતના મંત્રીઓની પસંદગી કરવાની હોય છે. જેના માટે સ્કૂલના તમામ વિદ્યાર્થીઓ મતદાન કરીને બાળસંસદની રચના કરે છે. ત્યારબાદ ચૂંટાયેલા વિદ્યાર્થીઓને જે ખાતા મળે તેની કામગીરી સંભાળવાની હોય છે અને તેમાં અન્ય વિદ્યાર્થીઓની મદદ લઈ સ્કૂલ માટે સારી કામગીરી કરવાની થતી હોય છે. પ્રથમ વર્ષે પ્રોજેક્ટ અમલમાં મુકાયા બાદ સ્કૂલોએ ચૂંટણી કરી બાળ સંસદની રચના કરી હતી. ત્યારબાદના વર્ષોમાં સ્કૂલોએ બાળ સંસદની રચનાને લઈ આળસ કરી ચૂંટણી યોજી ન હતી. બાળ સંસદની ગાઈડલાઈન પ્રમાણે સ્કૂલોએ દરવર્ષે બાળસંસદની ચૂંટણી યોજવાની હોય છે. પરંતુ ચૂંટણીથી કંટાળતી સ્કૂલોએ પ્રથમ વર્ષે બાળસંસદની રચના કર્યા બાદ બાકીના વર્ષોમાં બાળ સંસદની રચના કરી જ ન હોવાનું બહાર આવ્યું હતું.

દરમિયાન તાજેતરમાં સર્વ શિક્ષા અભિયાન દ્વારા સ્કૂલોની ચકાસણી દરમિયાન સ્કૂલોમાં બાળ સંસદની રચના કરેલી ન હોવાનું બહાર આવ્યું હતું. ઉપરાંત કેટલીક સ્કૂલોમાં પ્રથમ વર્ષે થયેલી બાળ સંસદને જ અત્યાર સુધી ચાલુ રાખી હોવાની વિગતો બહાર આવી હતી. જેથી આ સ્કૂલોમાં તાત્કાલીક બાળ સંસદની રચના કરવા માટે સુચના આપી છે. જે મુજબ સ્કૂલોએ દસ દિવસમાં બાળ સંસદની રચના કરવાની રહેશે.

એલડીઆરપી આઈટીઆર ખાતે ફ્રી ડેન્ટલ ચેક-અપ કેમ્પ યોજાયો

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

કડી સર્વ વિશ્વવિદ્યાલય સંચાલિત એલડીઆરપી આઈટીઆર કૉલેજમાં એનએસએસ અને એનસીસીના યુનિટ દ્વારા ફ્રી ડેન્ટલ ચેક-અપ કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

સબ કા ડેન્ટીસ્ટ ડૉક્ટર્સની ટીમ દ્વારા મોટી સંખ્યામાં સ્ટાફ તથા વિદ્યાર્થીઓનું ડેન્ટલ ચેક-અપ કરવામાં આવ્યું હતું અને ફ્રી ડેન્ટલ ક્લિનીંગ વાઉચર્સ પણ આપવામાં આવ્યાં હતાં. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન એનએસએસ પ્રોગ્રામ ઑફિસર લેફ. નોરીન જે વૈપના દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

'સ્પાર્ક' સ્પર્ધામાં એમ બી પટેલ સ્કૂલના વિદ્યાર્થીઓ ઝળક્યા

ગાંધીનગર, તા. ૨૪

માઉન્ટ કાર્મેલ સ્કૂલના પૂર્વ વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા આયોજિત 'સ્પાર્ક-૨૦૧૭' ટૅલેન્ટ હન્ટ કાર્યક્રમમાં સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ સંચાલિત એમ બી પટેલ ઇંગ્લિશ મીડિયમ હાઈસ્કૂલ અને હાયર સેકન્ડરી સ્કૂલના ચાર વિદ્યાર્થીઓએ ઇનામો મેળવી સ્કૂલનું ગૌરવ વધાર્યું છે. 'શો યૉર ટૅલેન્ટ' સ્પર્ધા અંતર્ગત ધોરણ-૧૨ એના વિદ્યાર્થી દેવ જાનીએ સ્ટેન્ડ-અપ કૉમેડી કરી દ્વિતિય ક્રમનું ઇનામ મેળવ્યું હતું. ગ્રૂપ ડાન્સ સ્પર્ધામાં ચાહના દવે, હિમાંશુ ઓઢેરા અને યાનીની ટીમે ત્રીજા ક્રમનું ઇનામ પ્રાપ્ત કર્યું હતું. ચારેય વિજેતા વિદ્યાર્થીઓને શાળા પરિવાર વતી આચાર્ય અર્પિત ક્રિશ્ચિયન અને ઇન-ચાર્જ શિક્ષક શિલ્પા કક્કડે બિરદાવી અભિનંદન પાઠવ્યા હતા.

ભૂલ થવાનો ડર શા માટે રાખવો ? ભૂલ થાય છે જ સુધરવા માટે

આત્મનાદ
પુલક ત્રિવેદી
pulak63@gmail.com

માણસ જુઓને કેટલો ભયભીત જણાય છે !
એના જ વિશે એ જ અનિશ્ચિત જણાય છે.
અંદરની અંધાધૂંધી ક્યાંથી ખબર પડે ?
બાકી બહારથી તો વ્યવસ્થિત જણાય છે.
આ કાન પણ થાક્યા હવે પડઘાને સાંભળી,
સાચુકલા અવાજથી વંચિત જણાય છે.
માટીપગો માણસ સ્વયં દરવાજો ખોલશે.
એ વાતથી કિલ્લો ઘણો લજ્જિત જણાય છે.
ડૂબી ગયા પછી જ ગહનતા મળી શકે,
સંકેત કેટલો અહીં ગર્ભિત જણાય છે !

જીવનમાં ડર માણસનો સૌથી મોટો દુશ્મન છે. કવિ અશોકપુરી ગોસ્વામીની આ ગઝલમાં માણસના મન અને હૃદયના ડરની અદભુત તાસીર અભિવ્યક્ત કરી છે. ડર એટલે અનિષ્ટ સંભાવનાઓનું આગોતરું અનુમાન. આવા અનુમાનના આધારે વિહવળ બની ફફડવાની માનસિકતા એટલે ડર. ભય, બીક, ધાસ્તી કે ભીતી જે કાંઈ પણ કહો એ મનના રાજમાર્ગ ઉપર થઈને હૃદયના મહેલમાં ઘુસી જઈને થડકારા સર્જતી હોય છે. સામાન્ય રીતે સૌથી મોટો ભય માણસને સતાવતો હોય છે કે, મારા માટે લોકો શું વિચારશે ? સિનિયરને જુનિયર પાસે કંઈ પુચતા ભય સતાવે કે મને નથી આવડતુ એ વાતની જુનિયરને ખબર પડી જશે તો મારા માટે

એ ખરાબ વિચારશે તો ? એક મલ્ટિનેશનલ કંપનીના વરિષ્ઠ મેનેજર એના હથ નીચેના સિનિયર અધિકારીઓને કંપનીના ફ્રાન્સમાં શરૂ થવા જઈ રહેલા નવા પ્રોજેક્ટ માટે ચર્ચા કરી રહ્યા હતા ત્યારે, તેમણે તેમના અધિકારીઓ પૈકી બે અધિકારી ફ્રાન્સમાં લાંબો સમય કામ કરીને આવ્યાં હતાં તેમની પાસેથી ફ્રાન્સ સરકારની પોલિસી અને ફ્રાન્સના લેબર એન્વાયરમેન્ટ અને સંલગ્ન જાણકારી મીટીંગમાં પુછી. એમના જુનિયર અધિકારીઓએ આ વરિષ્ઠ મેનેજરને ફ્રાન્સના કામદારોની મેન્ટાલિટી અને સરકારી નિયમોની સુંદર જાણકારી પુરી પાડી. પછી ભાવિ પ્રોજેક્ટનું સરસ મઝાનુ પ્લાનીંગ કર્યું. આ મેનેજર મિત્રને એવો ડર ના લાગ્યો કે, મારા જુનિયર અધિકારીઓ મારી ફ્રાન્સ દેશની ઓછી જાણકારી માટે મારા વિશે શું વિચારશે ? પરિણામ એ આવ્યું કે, મેનેજરનું પ્લાનીંગ કંપનીને ખૂબ ગમ્યું અને એમની આખી ટીમને કંપનીએ શિરપાવ આપ્યો.

જો મેનેજર સાહેબે એમ વિચાર્યું હોત કે, મારાથી જુનીયરને આવી વાત ન પૂછાય તો કદાચ સારું પ્લાનીંગ ના થઈ શક્યું હોત. બીજાં શું કહેશે એવા ડરની પેલે પાર જીત હસતી ઉભી જ હોય છે.

જ્યારે કોઈપણ કામ કરીએ ત્યારે સહુથી પહેલા વ્યક્તિના મનમાં એવો પ્રશ્ન થાય કે, આ કામમાં હું સફળ થઈશ કે નહીં. મને આ કાર્ય બરાબર ફાવશે કે નહીં ? આવા નકારાત્મક ખ્યાલો કાર્યની સાથે સાથે ચાલતા હોય છે. પરિણામે જિંદગીમાં પછડાટ અનુભવાય. કામ કરવાની સાથે સાથે વિરુદ્ધ દિશામાં નરાકારાત્મક વિચારો કામને અવશ્ય પ્રભાવિત કરે જ કરે. અને કદાચ કામ થોડું ઓછું પ્રભાવિત થાય તો પણ કામનો જે સંપૂર્ણ આનંદ મળવો જોઈએ એ તો ન જ મળે. કામ કરતાં કરતાં ભૂલ થાય તો શું થાય ? આ પ્રકારનો ડર મનમાંથી સમૂળગો ઉખાડીને ફેંકી દેવો જોઈએ. એક મિનિટ વિચારી જૂઓ કે કોઈપણ કાર્યની ભૂલ થઈ તો શું કાર્ય ફરી નહીં કરી શકાય. સંભવતઃ ફરી જ્યારે એ કાર્ય કરવામાં આવે ત્યારે વધુ સારી સમજ અને અનુભવના પરિપાકથી ૧૦૦ ટકા સારું પરિણામ પ્રાપ્ત થશે. ભૂલ ન જ થાય એવો મિસ્ટર પર્ફેક્સનિસ્ટ બનવાની ચાહત ડરનું જન્મસ્થળ છે.

લઘુતાગ્રંથિની ભાવના જ આગળ વધવામાં સૌથી મોટી આડખીલી હોય છે. મને અંગ્રેજી ભાષા નથી આવડતી એટલે હું અમેરિકામાં કે બ્રિટનમાં કોઈ કામમાં સફળ નહીં થાઉં એવો ભય લડાઈ શરુ થતાં પહેલાં હારનો સ્વીકાર છે. અંગ્રેજી ભાષા ન આવડવાના પરિણામે કોઈપણ જર્મની કે ફ્રેન્ચના નાગરિકની પ્રગતિ અટકી નથી. જિંદગીમાં આવતો બદલાવ અને ઉપલબ્ધ સંપત્તિમાં ઘટાડો આ બે માણસના જીવનમાં સૌથી મોટા ડર રહેલા છે. જીવીએ ત્યાં સુધી એકધાર્યું સવલતપૂર્ણ જીવન રહે એવી માનસિકતા શા માટે રાખવી. મારી સંપત્તિ સતત વધતી જ રહે એવું સેટ માઈન્ડ લઈને શા માટે જીવવું. ક્યારેક આર્થિક તંગી પણ પડે. કરેલા દેવાના પૈસા ભરપાઈ ન પણ કરી શકાય ? દીકરો કે દીકરી તમારી ઈચ્છા વિરુદ્ધનું એમને મનગમતું કોઈ કાર્ય કરે પણ ખરા. તો શું આવી પરિસ્થિતિ મારાં જીવનમાં આવશે તો ? એવા ખયાલી પુલાવથી ક્યાં સુધી ડરી ડરીને જીવવું? કદાચ આવી ન વિચારેલી ઘટના બને તો ડર્યા કરતાં એનો હસતા મોએ મુકાબલો શરીર, મન અને જીવનને સ્વસ્થ બનાવે છે.

એક મિત્રને સતત એવો ખોફ રહ્યા કરે કે હું મારા મિત્રોથી અલગ પડી ગયો છું. હું એકલો અટુલો થઈ જઈશ ? આ પ્રકારનો ભય એને હંમેશા સતાવતો રહે છે. આ પ્રકારના ભયની સામે એ મિત્રએ એમના મનને એવી રીતે કેળવ્યું કે પ્રતિદિન ઓછામાં ઓછા બે નવા મિત્રો બનાવીશ જ. પરિણામે ઘણાં વર્ષોથી ઘર કરી ગયેલો એકલાં અટુલાં પડી જવાનો ડર નિર્મૂળ થઈ ગયો.

માણસ એણે બનાવેલી, એની પ્રતિભા ટકાવી રાખવાના ચક્કરમાં સતત ડરતો રહે છે. મને લોકો હોંશિયાર સમજે છે, મારી હોંશિયારી દેખાવની છે એવી ખબર પડી જશે તો ? હું મુશ્કેલીના સમયમાં અડગ ઊભો રહું છું એવી મારી છાપ છે પરંતુ અંદર ખાને હું ખૂબ ડરતો હોઉં છું એવું લોકો સમજી જશે તો ? આ પ્રકારનો માનસિક ડર વ્યક્તિને ખોખલો કરી નાખે છે. બીજાનાથી હું બહેતર છું એમ સાબિત કરવામાં જીવન ખર્ચવા કરતાં હું મારા વિચારો સાથે સંપૂર્ણ નિષ્ઠાથી જોડાયેલો છું. હું જે કાંઈ પણ છું એ સુયોગ્ય છું અને યોગ્ય દિશામાં જ આગળ વધી રહ્યો છું એવો પાક્કો નિર્ધાર મારી છાપ બગડશે એવા ખોટા ભયથી બચાવે છે.

સામાન્ય રીતે બે જ પ્રકારની ધારણાઓ કામ કરતી હોય છે. એક હકારાત્મક ધારણા કે જે મનને અને હૃદયને દ્રઢતાપૂર્વક કહે છે હા, આ મારાથી થઈ શકે. હું આ કામ નિયત સમય કરતાં વહેલું પૂરું કરીશ. મને આ કામ કરતાં કોઈ અટકાવી શકે એમ નથી. અને બીજી નકારાત્મક ધારણા. પોતાની જાત ઉપર જ વિશ્વાસ ન હોય. પોતાની જ ઊર્જા ઓછી હોવાનું મનોમન નક્કી કરી લે. આ મારાથી ન થઈ શકે ? કે પછી હું આ વાતને પહોંચી વળવા માટે સક્ષમ નથી એવી નકારાત્મક ભાવના નિષ્ફળતાને નિમંત્રણ આપે છે. અંગ્રેજી નથી આવડતું એ નુકસાન નથી કરતું પરંતુ અંગ્રેજી આવડત નથીની લઘુતાગ્રંથી બહુ મોટું નુકસાન કરે છે.

ડરથી ડરવું નહીં ડરને કીક મારીને એની પર કાબુ મેળવવો જોઈએ. નથી બન્યું એ ઘટનાનો મનમસ્તિસ્કમાં ભય પોષીને મસ્તીથી જીવાતા જીવન ઉપર હાથે કરીને પાણો નાખવાનું કામ ના ચલાવી લેવાય. ડરપોક વ્યક્તિઓ જ ઘેંટાની જેમ બીજાઓએ કે પછી પોતે ચાતરેલા ચીલા પર ચાલવાનું પસંદ કરતાં હોય છે. આવા લોકો આગળ વધવાનો વિચાર કરી શકતા જ નથી.

ધબકાર

જેનાથી નિષ્ફળતાનો સૌથી વધુ ડર લાગતો હોય એવુ કાર્ય કરતા રહીએ તો ઝડપથી નિડર બની શકાય.