

સંપાદકીય

ભગવદ ગીતાનો એક સુંદર શ્લોક જે શિક્ષકોને લાગુ પડે છે:

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः।

स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते॥

ભાષાંતર:

"એક મહાન વ્યક્તિ જે કંઈ કરે છે, બીજાઓ તેનું પાલન કરે છે. તેઓ જે પણ ધોરણો નક્કી કરે છે, દુનિયા તેને અપનાવે છે."

સમજૂતી:

આ શ્લોક શિક્ષકો અને માર્ગદર્શકોની વિશાળ જવાબદારી પર ભાર મૂકે છે. શિક્ષક ફક્ત જ્ઞાન આપનાર વ્યક્તિ નથી, પરંતુ પોતાના કાર્યો દ્વારા એક ઉદાહરણ પણ રજૂ કરે છે. વિદ્યાર્થીઓ ફક્ત શીખવવામાં આવતી બાબતોમાંથી જ નહીં, પરંતુ શિક્ષક કેવી રીતે વર્તે છે, બોલે છે અને વર્તન કરે છે તેમાંથી પણ શીખે છે.

શિક્ષકની પ્રામાણિકતા, શિસ્ત અને જ્ઞાન પ્રત્યેનો જુસ્સો વિદ્યાર્થીઓને એ જ માર્ગ પર ચાલવા માટે પ્રેરણા આપે છે. જો શિક્ષક ઉચ્ચ નૈતિક મૂલ્યો, પ્રામાણિકતા અને સમર્પણનું સમર્થન કરે છે, તો વિદ્યાર્થીઓ તે ગુણો અપનાવે તેવી શક્યતા છે. તેથી, શિક્ષકોએ રોલ મોડેલ બનવું જોઈએ, જે ફક્ત બુદ્ધિ જ નહીં પરંતુ તેમના વિદ્યાર્થીઓના ચારિત્ર્યને પણ આકાર આપે છે.

વાર્તા રે વાર્તા....

તૂટેલો ચોંક

એક દિવસ, એક શિક્ષિકા બોર્ડ પર લખી રહી હતી ત્યારે તેનો ચોંક અડધો તૂટી ગયો. તેણીએ તૂટેલો ટુકડો ઉપાડ્યો અને લખવાનું ચાલુ રાખ્યું જાણે કંઈ થયું જ ન હોય.

એક વિદ્યાર્થીએ પૂછ્યું, "શિક્ષક, તમે નવો ચોંક કેમ નહિ લીધો?"

શિક્ષિકાએ હસીને કહ્યું, "કંઈક તૂટ્યું હોવાનો અર્થ એ નથી કે તે નકામું છે. આપણા બધાનો મુશ્કેલ સમય આવે છે, પરંતુ આપણે હજી પણ આગળ વધી શકીએ છીએ અને પ્રભાવ પાડી શકીએ છીએ."

મુશ્કેલ સમયમાં પણ, શિક્ષકો સ્થિતિસ્થાપકતા બતાવે છે અને તેમના વિદ્યાર્થીઓને પણ તે જ કરવા માટે પ્રેરણા આપે છે.



એક શિક્ષકનો પ્રભાવ

એક દિવસ, એક નિવૃત્ત શિક્ષક પાસે એક સુંદર પોશાક પહેરેલો યુવાન આવ્યો.

"તમને હું યાદ છું?" તેણે પૂછ્યું.

શિક્ષકે નકારમાં માથું હલાવ્યું.

"તમે પાંચમા ધોરણમાં મારા શિક્ષક હતા. હું સંઘર્ષ કરી રહ્યો હતો અને હાર માની લેવા તૈયાર હતો. પણ એક દિવસ, તમે મને કહ્યું, 'મને તારા પર ભરોસો છે.' તેનાથી મારું જીવન બદલાઈ ગયું. મેં સખત મહેનત કરી અને તમારા કારણે હું ડૉક્ટર બન્યો."

શિક્ષકની આંખોમાં આંસુ આવી ગયા. તેણીને ક્યારેય ખ્યાલ નહોતો કે તેના નાના શબ્દોનો આટલો મોટો પ્રભાવ પડ્યો છે.

શિક્ષકો હંમેશા તેમના પ્રયત્નોના પરિણામો જોતા નથી, પરંતુ તેઓ એવા બીજા રોપે છે જે સફળતામાં પરિણમે છે.

એન જે ડેસ્ક પર ઇ-કન્ટેન્ટ

અધ્યયન માટેનું દિશાદર્શન અને યોગ્ય વાતાવરણનું નિર્માણ જરૂરી સૂચનો દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને જાતે શીખતાં કરવું એ એક ઉદ્દેશ છે.



- ફેબ્રુઆરી માસમાં આપેલ વિષયવસ્તુ એન જે ડેસ્ક પર અપલોડ કરવામાં આવ્યું છે.

સમગ્ર અધ્યયન સામગ્રીની ઝલક નીચે દર્શાવી છે:

Subject	Video Count	Timing
ENGLISH	72	07:51:09
MATHEMATICS	05	00:23:19
MATHS	44	04:27:05
SANSKRIT	01	00:04:16
SS	11	00:45:08
THE VEDA	05	00:19:34
YOGA	71	06:55:19
SCIENCE AND TECHNOLOGY	38	02:58:36
Grand Total	247	23:44:26

આ વિડીયો બનાવવાનું કાર્ય અવિરતપણે ચાલતું જ રહે છે, જેથી શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓને મદદરૂપ થઈ શકાય અનેક વિદ્યાર્થીઓ પોતાની ઝડપે, પોતાના સમયે શીખતાં રહે.

મનને ગમતાં સમાચાર

- IIT-કાનપુર, આર્ટ ઓફ લિવિંગ ફાઉન્ડેશન વિદ્યાર્થીઓના સુખાકારી કાર્યક્રમ માટે સહયોગ કરશે.

ઇન્ડિયન ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ ટેકનોલોજી કાનપુર (IITK) એ આર્ટ ઓફ લિવિંગ ફાઉન્ડેશન (TAOLF) સાથે ભાગીદારી કરીને એક સુખાકારી કાર્યક્રમ શરૂ કર્યો છે. આ કાર્યક્રમ વિદ્યાર્થીઓમાં માનસિક સ્થિતિસ્થાપકતા, તણાવ વ્યવસ્થાપન અને વ્યક્તિગત વિકાસ વધારવા પર કેન્દ્રિત છે. આ પહેલનો હેતુ વિદ્યાર્થીઓને શૈક્ષણિક અને વ્યક્તિગત પડકારોનો વધુ સરળતાથી સામનો કરવામાં મદદ કરવાનો છે, IIT કાનપુરના એક નિવેદનમાં જણાવાયું છે.

આ સહયોગના ભાગ રૂપે, TAOL IIT કાનપુર ખાતે વિશેષ સત્રોનું આયોજન કરશે જે ધ્યાન, શ્વાસ લેવાની તકનીકો અને માઇન્ડફુલનેસ પ્રેક્ટિસને એકીકૃત કરશે જેથી ધ્યાન, ભાવનાત્મક સ્થિરતા અને એકંદર માનસિક સુખાકારીમાં વધારો થાય. આ કાર્યક્રમમાં TAOL ના અનુભવી ફેસિલિટેટર્સની આગેવાની હેઠળ ઇન્ટરેક્ટિવ સત્રો, જૂથ પ્રવૃત્તિઓ અને માર્ગદર્શિત ધ્યાન કાર્યક્રમોનો સમાવેશ થશે.

વાંચવું ગમશે...

1. Living in Your Top 1%

- Alissa Finerman

2. What Kind of Creatures Are We?

- Noam Chomsky

એક ચપટી પ્રેરણા

"When the diet is wrong, medicine is of no use.

When diet is correct, medicine is of no need."

- Ayurvedic Proverb

