CHARITABLE FOUNDATION
AN INITIATIVE TO CREATE A COMMUNITY OF 'RISHEY'

चित THE CONSCIOUS BEING

OCT 2023

સંપાદકીય

આપણું જીવન આપણા અનુભવોને આધારે ઘડાતું હોય છે. આપણા દરેક કર્મથી આપણે કોઈને કોઈ અનુભવ પ્રાપ્ત કરીએ છીએ. જીવનમાં સફળ થનાર વ્યક્તિ અનુભવી છે તેમ કહેવાય છે. પણ એ અનુભવ મેળવવા માટે તે વ્યક્તિએ જીવનમાં ઘણી નિષ્ફળતા જોઈ હોય તેવું પણ બને. આમ, જીવન સફળતા અને નિષ્ફળતાના અનુભવોનો સરવાળો છે. કોઈ ધ્યેય નક્કી કરીને આપણે તેને પ્રાપ્ત કરવા જે કર્મ કરીએ તેના બે જ પરિણામ મળતા હોય છે: સફળતા અથવા નિષ્ફળતા. જો તમે સફળ થયા તો તમને સુખ, આનંદ, શાંતિ, શક્તિ, ખુશી પ્રાપ્ત થતા હોય છે. પણ જો નિષ્ફળ થયા તો તમને મળે છે 'અમૂલ્ય અનુભવ'....! હા, નિષ્ફળતાનું સકારાત્મક પાસું છે, અનુભવ. આપણે એ અનુભવના આધારે જ આગળ જઈને સફળ થઇ શકીએ. આ અનુભવોનો લાભ આપણે આપણા વિદ્યાર્થીઓને આપીને એમને વધુ સક્ષમ બનાવી શકીએ.

વાર્તા રે વાર્તા....

આપણે આજકાલ આત્મનિર્ભરતા વિશે ઘણું સાંભળી રહ્યા છીએ. માનનીય પ્રધાનમંત્રી મોદીજીએ પણ દેશને 'આત્મનિર્ભર' બનાવવાની વાત કહી છે. આત્મ એટલે 'સ્વ' એટલે કે 'પોતે' અથવા 'જાતે' અને 'નિર્ભર' એટલે 'આધારિત' અથવા 'અવલંબી'. આમ, 'આત્મનિર્ભર' નો અર્થ છે 'પોતાના પર આધાર રાખવો' એટલે કે 'સ્વાવલંબી બનવું'. હવે, પ્રશ્ન છે કે "આત્મનિર્ભર કઈ રીતે બનવું?" આત્મનિર્ભર બનવામાં પણ અનુભવ ખુબ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. તમને જે આવડે છે, તમે જે જાણો છો, તે તમને આત્મનિર્ભર બનવામાં મદદ કરે છે. આપણા જીવનમાં નવું જાણવાની કે શીખવાની શરૂઆત બાળપણથી જ થઇ જતી હોય છે. તો ચાલો આજે આપણે એ જાણવાનો પ્રયત્ન કરીએ કે આપણે શું જાણીએ છીએ?

હું અહીં અમુક પ્રશ્નો રજુ કરું છું, જેનો જવાબ તમારે તમારા 'સ્વ' ને જ આપવાનો છે, અને જે જાણતા નથી, તે ક્યારેક અનુભવવાનો પ્રયત્ન કરજો...મજા આવશે! આ પ્રશ્નો તમારા વિદ્યાર્થીઓને પૂછીને એમને પણ આત્મનિર્ભર બનવા પ્રેરિત કરશો.

1. તમને શાકભાજી કાપતા આવડે છે?

2. તમે દાળ ભાત બનાવી શકો છો?

3. તમે ગોળ આકારની રોટલી બનાવી શકો?

4. તમે ક્યારેય ઘરમાં બગડી ગયેલી વસ્તુનું સમારકામ કર્યું છે?

5. તમે ક્યારેય સરસ ચિત્ર દોર્યું છે?

6. તમને સંગીતનું કોઈ સાધન વગાડતા આવડે છે?

7. તમે ક્યારેય તમારા માતા પિતાના પગ દબાવી આપ્યા છે?

8. તમને માથામાં માલિશ કરતા આવડે?

9. તમે દિવસમાં કોઈ પુસ્તક વાંચન માટે સમય આપો છો? (તમારા પાઠ્યપુસ્તક સિવાય)

10. તમારા કપડાં તમને જાતે ગડી કરતા આવડે?

11. કોઈ વૃક્ષ કે છોડનું નિયમિત જતન કર્યું છે?

12. ક્યારેય કોઈ કવિતા લખી છે?

13. તમે વાર્તા લખી શકો?

14. કોઈ કસરત કે આસન નિયમિત કરો છો?

15. ફાટેલા કપડાને ટાંકા મારતા આવડે?

16. થોડી વાર આંખ બંધ કરીને શાંત બેસી શકો? (બેસવાનું કહ્યું છે, સુવા માટે નહીં :))

17. ઊંડો શ્વાસ લઈને કેટલી વાર સુધી રોકી શકો?

18. તમારી માતૃભાષા અને રાષ્ટ્રભાષા સિવાય કોઈ ભાષા જાણો છો?

19. કોઈ આકસ્મિક શારીરિક તકલીફમાં કઈ પ્રાથમિક સારવાર આપી શકાય તે જાણો છો?

20. એક દિવસનું મૌન રાખી શકો?

જીવનમાં કરવા માટે ઘણું બધું છે, ચાલો, આ અમુક વાતોથી શરૂઆત કરીએ...!

એન જે ડેસ્ક પર ઈ-કન્ટેન્ટ

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

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

સમગ્ર અધ્યયન સામગ્રીની ઝલક નીચે દર્શાવી છે:

Subject	Video Count	Timing
Chemistry	27	03:30:38
English	72	04:51:47
Looking around	64	05:57:26
Maths	14	01:19:30
Sanskrit	02	00:09:34
P4-BCK	15	2:15:16
The Veda	86	04:27:08
Grand Total	**280**	**22:31:19**

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

ભારત, ગ્રીસ શિક્ષણના ક્ષેત્રમાં સહયોગ કરવા માટે ચર્ચા કરશે

શિક્ષણમાં ક્રોસ બોર્ડર સહયોગ વધારવાના પગલામાં, ઓલ ઈન્ડિયા કાઉન્સિલ ફોર ટેકનિકલ એજ્યુકેશન (AICTE) એ ગ્રીસ સાથે સહયોગ માટે સંવાદ શરૂ કર્યો છે.

તાજેતરમાં રાષ્ટ્રીય રાજધાનીમાં એક ચર્ચાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું જેમાં AICTEના અધ્યક્ષ ટી જી સીતારામ અને ગ્રીક રાજદૂત દિમિત્રિઓસ આયોનોઉએ ભાગ લીધો હતો. ભારતીય અને ગ્રીક યુનિવર્સિટીઓ વચ્ચે સંયુક્ત સંશોધન, તાલીમ, ટ્વીનિંગ અને વિકાસમાં વધુ એકતા અને સહયોગને પ્રોત્સાહન આપવા માટે પગલાં લઈ શકાય તે અંગે ચર્ચા કરવામાં આવી હતી.

આ બેઠકમાં મિશનના ડેપ્યુટી ચીફ એલેક્ઝાન્ડ્રોસ બૌડોરિસ અને રાજકીય અને સાંસ્કૃતિક બાબતોના પ્રથમ કાઉન્સેલર ઈસ્મિની પનાગોપોલો પણ સામેલ હતા.

ભાગીદારી વિશે વાત કરતા, પ્રોફેસર ટી જી સીતારામે જણાવ્યું હતું કે, "AICTE, અમે 'વસુધૈવ કુટુંબકમ'ને પુનઃપ્રાપ્ત કરવા અને રિડીમ કરવાની આ સફર શરૂ કરવા માટે ચંદ્રયાન-3 માંથી પ્રેરણા લીધી છે. વૈશ્વિકીકરણના પડકારો અને તકોને ઓળખીને, અમે માનીએ છીએ કે અમારી શૈક્ષણિક સંસ્થાઓ અને અમારા રાષ્ટ્રના ભવિષ્યને આકાર આપવા માટે સીમા પાર સહયોગ જરૂરી છે."

આ બેઠકનું આયોજન હેલેનિક ઈન્ડિયન ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈકોનોમી દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું. તે AICTE અને ગ્રીસ વચ્ચે શિક્ષણ ક્ષેત્રે ભાગીદારી તરફનું પ્રથમ પગલું છે. બંને પક્ષો બંને દેશોમાં વિદ્યાર્થીઓ, સંશોધકો અને સંસ્થાઓને ફાયદો પહોંચાડવા માટે તેમની સામૂહિક શક્તિનો ઉપયોગ કરવા માટે પ્રતિબદ્ધ છે.

ઓલ ઈન્ડિયા કાઉન્સિલ ફોર ટેકનિકલ એજ્યુકેશન (AICTE) એ ભારત સરકારના શિક્ષણ મંત્રાલય હેઠળની એક વૈધાનિક સંસ્થા છે. AICTE સમગ્ર દેશમાં ટેકનિકલ શિક્ષણમાં ધોરણો અને ધોરણોના આયોજન, ઘડતર અને જાળવણી માટે જવાબદાર છે.

વાંચવું ગમશે...

1. **Power of your subconscious mind**
   - Dr Joseph Murphy
2. **Make Your Bed**
   - William H. McRaven

એક ચપટી પ્રેરણા

"Continuous improvement is better than delayed perfection"

— Mark Twain