

# પલાશ

શ્રી ઝવેરચંદ મેઘાણી  
જિલ્લા શિક્ષણ અને તાલીમ ભવન

સુરેન્દ્રનગર

૧૫ ડીસેમ્બર ૨૦૦૨

અંક : ૪

વર્ષ : ૧

તંત્રી : એન. જે. મકવાણા  
સહ તંત્રી : સી. ટી. ટુંડીયા  
સંપાદક : ડાયેટ પરિવાર, સુરેન્દ્રનગર  
તકનિક : ડી. કે. ગોસાઈ

## સર્જકોને

- શિક્ષકોને પ્રેરણાદાયી, વર્ગ શિક્ષણ કાર્યમાં ઉપયોગી બને તેવા માૅલિક, સરળ ભાષામાં અભ્યાસપૂર્ણ, અનુભવજન્ય, ટૂંકા લેખો આવકાર્ય છે.
- બાળક, શાળા કે શિક્ષણ કેન્દ્રી વાર્તાઓ - બાળ કાવ્યો, પ્રસંગકથા-ચટનાઓ, સ્થાનિક પર્યાવરણને અનુરૂપ લેખો આવકાર્ય છે.
- અન્યત્ર પ્રગટ થયેલ કૃતિ ન મોકલવી.
- લેખ પ્રકાશન અંગે પત્ર વ્યવહાર ન કરવો.
- સામયિકમાં પ્રસિધ્ધ થતા વિચાર સાથે તંત્રી સહમત છે તેમ માનવું નહીં.

"વર્ગ શિક્ષણમાં બાળમેળા/વિજ્ઞાનમેળાની સંકલ્પના સદૈવ સાકાર કરીએ...!"

પત્ર વ્યવહારનું સરનામું :

પ્રતિ,  
તંત્રીશ્રી, (પલાશ)  
જિલ્લા શિક્ષણ અને તાલીમ ભવન,  
શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળની સાથે,  
સુરેન્દ્રનગર - ૩૬૩ ૦૦૧  
ફોન / ફેક્સ : (૦૨૭૫૨)૨૩૧૭૦  
E-Mail : dietsnr@yahoo.co.in.

સારસ્વત ભાઈ-બહેન

જિલ્લાની તમામ પી. સેન્ટર શાળાઓ પર સી.અર.સી. કક્ષાના વિજ્ઞાનમેળા અને બાળમેળા યોજાય ગયાં. તેમાં આપ સર્વ શિક્ષકો, બાળકો અને વાલીઓએ ઉત્સાહપૂર્વક કામ કરીને નવી ચેતના પ્રસરતી છે. આ પ્રક્રિયામાં સર્વ ભાગીદારીતા કેળવનારને અભિનંદન...! અને હા, સાથે - સાથે અમુક શાળાઓમાં બાળમેળા-વિજ્ઞાનમેળામાં જોવા મળેલી નિષ્ક્રિયતા પણ ઉડીને આંખે વળગી છે. તે સર્વ સક્રિયતા ધારણ કરે તેવી પ્રભુ પ્રાર્થના.

ડીસેમ્બર માસ એટલે શાળાઓના શૈક્ષણિક પ્રવાસનો માસ. શૈક્ષણિક પ્રવાસોનું આયોજન થયેલું હશે અથવા થવામાં હશે. પ્રવાસ પણ એક શૈક્ષણિક પ્રક્રિયાનો એક ભાગ છે. અને તે હેતુને ધ્યાનમાં રાખીને જિલ્લાના વિજ્ઞાનમેળાનો લાભ લેવાય તે રીતે પ્રવાસનું આયોજન ધામ તો તે વધારે પ્રશંસનીય અને આવકારદાયક બનશે.

જિલ્લા કક્ષાનો વિજ્ઞાનમેળો તા : ૨૬ થી ૨૮ ડીસે. ૨૦૦૨ના રોજ શ્રી એમ. ટી. દોશી સાર્વજનિક હાઈસ્કૂલ - વઢવાણ સ્થળ પર યોજાનાર છે. તેમાં જિલ્લાની સર્વ શાળાઓને શાળા પરિવાર સાથે વિજ્ઞાનમેળાને નિહાળવા માટે ડાયેટ પરિવાર તથા શ્રી એમ. ટી. દોશી સાર્વજનિક હાઈસ્કૂલ - વઢવાણ પરિવાર તરફથી સહૃદય આમંત્રણ પાઠવીએ છીએ.

ડાયેટ કક્ષાએથી બીજા સત્ર માટે ટૂંક સમયમાં શરૂ થનાર સેવાકાલીન તાલીમો તથા નિવાસી તાલીમો યોજાનાર છે. ત્યારે ચાલતાં આપણે સર્વ સાથે મળીને આ શિક્ષણની પ્રક્રિયાને બળવત્તર બનાવીએ, ગુણવત્તા સભર બનાવીએ. અને આ કાર્યક્રમોમાં સંપૂર્ણ ભાગીદારી કેળવીએ.

એન. જે. મકવાણા

પ્રાચાર્ય

જિલ્લા શિક્ષણ અને તાલીમ ભવન,  
સુરેન્દ્રનગર

## જિલ્લા વિજ્ઞાનમેળો (૨૦૦૨)

સ્થળ :- શ્રી એમ.ટી.દોશી,સાર્વજનિક હાઈસ્કૂલ, વઢવાણ.  
તારીખ : ૨૬-૧૨-૨૦૦૨ થી ૨૮-૧૨-૨૦૦૨  
સમય : સવારે ૯-૦૦ થી ૧૮-૦૦ કલાક

### વિજ્ઞાનમેળા અંગે અગત્યની સૂચનાઓ :-

- વિજ્ઞાનમેળાના માધ્યમિક વિભાગના કન્વીનર તરીકે શ્રી એમ.ટી.દોશી, સાર્વજનિક હાઈસ્કૂલ, વઢવાણના પ્રિન્સીપાલશ્રી વિરેન્દ્રભાઈ આચાર્ય રહેશે.
- સંકલન મિટીંગમાં થયેલ ચર્ચા અન્વયે દરેક માધ્યમિક / ઉચ્ચતર માધ્ય.શાળાઓએ આ મેળામાં અચૂક ભાગ લેવો અને સમયસર એન્ટ્રી ફી રૂા. ૧૦૦ કન્વીનરના નામજોગ મોકલી પહોંચ મેળવી લેવી. અને તા ૨૧-૧૨-૨૦૦૨ સુધીમાં મળી જાય તે રીતે મોકલી આપવી.
- વિજ્ઞાનમેળાના પ્રાથમિક વિભાગના કન્વીનર તરીકે શ્રી આર. એલ. દુલેરાં, કેળવણી નિરીક્ષકશ્રી, તા. વઢવાણ રહેશે.
- એક કૃતિ દીઠ બે વિદ્યાર્થી અને એક શિક્ષક જ માન્ય રહેશે.
- વિજ્ઞાનમેળામાં ભાગ લેતી શાળાએ તા.૨૬-૧૨-૨૦૦૨ના રોજ ૧૧-૦૦ કલાક સુધીમાં આવી જવું.
- વિજ્ઞાનમેળાનું ઉદ્ઘાટન :- તા. ૨૬-૧૨-૨૦૦૨ના રોજ બપોરે ૨-૦૦ કલાકે.
- વિભાગ - ૭ વકતૃત્વ સ્પર્ધા તા. ૨૭-૧૨-૨૦૦૨ ના રોજ સવારે ૯-૦૦ કલાકે શરૂ થશે..
- ઇલેક્ટ્રીસીટીની જરૂરિયાત હોય તેમણે એકસ્ટેન્સન બોર્ડ સાથે લાવવું.
- જાહેર જનતા માટે ખુલ્લું પ્રદર્શન :-

તા.૨૬-૧૨-૨૦૦૨                      બપોરે ૩-૦૦ થી ૫-૦૦  
(ફક્ત વઢવાણ અને સુ.નગરની સ્થાનિક શાળાઓ માટે)

તા. ૨૭-૧૨-૨૦૦૨                      સવારે ૯-૦૦ થી ૧૨-૦૦ બપોરે ૨-૦૦ થી ૫-૦૦

તા. ૨૮-૧૨-૨૦૦૨                      સવારે ૯-૦૦ થી ૧૨-૦૦

વિજ્ઞાનમેળાનો પૂર્ણાહૂતી સમારંભ :- તા. ૨૮-૧૨-૨૦૦૨ના રોજ બપોરે ૩-૦૦ કલાકે.

## હવા

—ધોળકીયા જન્મદીય એલ.

હવા એ આપણે જોઈ શકતા નથી. પરંતુ જ્યારે હવાનો સ્પર્શ આપણા શરીરને થાય છે ત્યારે આપણને હવાનો અનુભવ થાય છે. હવાને આપણે સામાન્ય રીતે 'પવન' એમ પણ આપણે કહીએ છીએ. હવે પવન કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે તે જોઈએ.

સૌ પ્રથમ સૂર્યની ગરમીથી પૃથ્વીની ઉપરની સપાટી ગરમ થાય છે. જેને લીધે પૃથ્વીની સપાટી નજીક આવેલ હવા ગરમ થાય છે. ગરમ હવા હલકી બને છે અને ઉપર ચઢે છે. આ હવા ઉપર ચઢવાથી ત્યાં જગ્યા ખાલી થાય છે. અને આ ખાલી જગ્યાનું સ્થાન લેવા બીજી હવા દોડી આવે છે. જેને આપણે 'પવન' આવ્યો એમ કહીએ છીએ.

પૃથ્વીની સપાટી પર ૩ થી ૧૦ કિલોમીટર ઉંચાઈ સુધી સામાન્ય રીતે હવા આવેલી હોય છે. આ હવા એ અનેક વાયુના મિશ્રણથી બનેલી છે. જેમાં જુદા જુદા વાયુનું પ્રમાણ જુદુ જુદુ હોય છે. જેમ કે હવામાં ૭૫.૦૦ ટકા નાઈટ્રોજન, ૨૧.૦૦ ટકા ઓક્સિજન, ૦૦.૯૬ ટકા જુદા જુદા વાયુઓ જેવાકે હિલીયમ, આર્ગોન, નિયોન, રેડોન, ઝેનોન અને પાણીની વરાળ આવેલી છે તથા ૦૦.૦૪ ટકા જેટલો કાર્બનડાયોક્સાઈડ આવેલો હોય છે. આમ હવાના મુખ્ય ઘટક તરીકે નાઈટ્રોજન, ઓક્સિજન અને કાર્બનડાયોક્સાઈડ આવેલો છે. તદ્ઉપરાંત પાણીની વરાળ કે ભેજ તથા અલ્પ વાયુઓ આવેલા છે.

હવા એ સમગ્ર જીવ સૃષ્ટિ માટે ખૂબ જ જરૂરી છે. માનવી હવા વગર ત્રણથી ચાર મિનિટ સુધી જીવતો રહી શકે છે. આથી વધારે સમય હવા ન મળે તો તે મૃત્યુ પામે છે. આમ સજીવો માટે હવા એ પાયાની બાબત છે. હવામાનો ઓક્સિજન સજીવો શ્વાસમાં લે છે અને કાર્બન ડાયોક્સાઈડ ઉચ્છવાસ રૂપે બહાર કાઢે છે. જો આમ સતત થાય તો કાર્બન ડાયોક્સાઈડનું પ્રમાણ વધી જાય છે. અને સજીવોને નુકશાન થાય છે. આમ ન થાય તે માટે વનસ્પતિ કાર્બનડાયોક્સાઈડનું શોષણ કરી પાંદડામાં રહેલ હરીતકણ અથવા કલોરોફિલની મદદથી ખોરાક બનાવે છે અને ઓક્સિજન મુક્ત કરે છે. આથી ઓક્સિજન અને કાર્બનડાયોક્સાઈડનું પ્રમાણ જળવાઈ

રહે છે

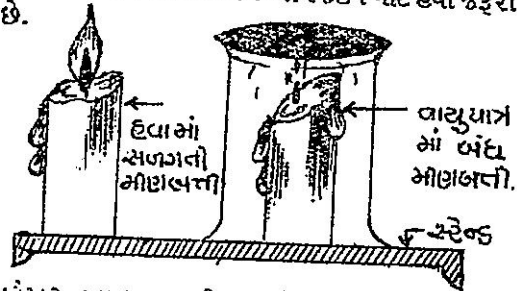
આપણા રોજિંદા વ્યવહારમાં પણ હવા ઉપયોગી છે. જેમ કે (૧) વાહનોના ટાયરમાં હવાનો ઉપયોગ થાય છે. (૨) વિવિધ હવા અને રમકડામાં હવા વપરાય છે. (૩) આપણા કપડાં હવાથી સુકાય છે.

આપણે જે ખોરાક રાંધીએ છીએ તેમાં પણ હવાનો ઉપયોગ થાય છે. જો આમ ન હોય તો ખોરાક ન રંધાય. સળગતી અગ્નિને પ્રજ્વલિત રાખવા હવામા રહેલો ઓક્સિજન ઉપયોગી છે. જે નીચેના પ્રયોગ પરથી કહી શકાય છે.

પ્રયોગ : દહન માટે હવા જરૂરી છે.

આ પ્રયોગમાં મીણબતી, ટેબલ, વાયુપાત્ર અને માચીસ જરૂરી છે.

સૌપ્રથમ મીણબતીને ટેબલ ઉપર સળગાવો. ત્યારબાદ તેના ઉપર વાયુપાત્ર મૂકો. વાયુપાત્રમાં થોડીવારમાં મીણબતી ઓલવાઈ જાય છે. કારણ કે અગ્નિ સળગતો રાખવા હવા જરૂરી છે. જ્યાં સુધી વાયુપાત્રમાં હવા હોય ત્યાં સુધી મીણબતી સળગશે અને હવા ખતમ થઈ જતાં મીણબતી ઓલવાઈ જાય છે. આમ દહન માટે હવા જરૂરી છે.



પરંપરે હવા માનવ જીવન માટે ખૂબ જ ઉપયોગી છે. પરંતુ આજનો માનવી પોતાની અનિચ્છનિય પ્રક્રિયા દ્વારા હવાને પ્રદુષિત કરે છે. પ્રદુષણથી ફેફસાના, ગળાના, હૃદયરોગના, જ્ઞાનતંતુના રોગ થાય છે. આમ આ રોગ ન થાય તે માટે આખા સમાજમાં જાગૃતિ દ્વારા વૃદ્ધને વધુ વૃક્ષો રોપવા અને પ્રદુષણને અટકાવવાની સમજ કેળવવી પડશે.

તાલીમાર્થી—પ્રથમ વર્ષ (ડાયેટ)

## એબોર્શન કરાવતાં દંપતીઓને અર્પણ

— એમ. એમ. જાવિયા

(જનેતાની કુખેથી જન્મ લેતા વિકસી રહેલા ગર્ભનું જન્મતા પહેલાંજ કોઈ દવાખાનામાં "એબોર્શન" થાય ત્યારે મરણને શરણ થયેલું આ કાચી માટીનું ફૂલ સ્વર્ગમાંથી એની જનેતાને પત્ર લખે છે.)

મારી વ્હાલી મમ્મી,

તું હવે દવાખાનેથી ઘરે આવી ગઈ હોઈશ, તારી તબિયત સારી હશે.

વ્હાલી મમ્મી, તારી કુખે મારો અંશ રહ્યો ત્યારથી મને વાત્સલ્યથી ઉભરાતો 'મા' નો ચહેરો જોવાની ઝંખના હતી. મમ્મી મારા ગાલ તારી એક વ્હાલ ભરી ચુમી માટે તલસતા હતા. મારે મારી જનેતાના હાથમાં ફૂલ થઈને ખીલવું તું. મારે મારી મા નો ખોળો ખૂદવો તો મમ્મી મારે તારા આંગણમાં પગલી પાડવી તી અને આપણા ઘરને કિલ્લોલથી ભરી દેવું તું. મમ્મી મને તારું હાલરડું સાંભળતા સાંભળતા ઉઘવાની જબના હતી. મમ્મી મારે જનેતાનું ધાવણ પીને ઉછરવું તું.

મારે તો મમ્મી તારો દિકરો થવું તું પણ...

તને તો દિકરાની ઝંખના હતી. તારે માત્ર સંતાનથી ખોળો નો તો ભરવો. તારે તો ભવિષ્યમાં કમાઉ દિકરાથી ઘર ભરી દેવું તું મમ્મી, તારે કોઈ પારકી થાપણ નો તી ઉછેરવી. તારે તો મિલકતનો વારસ ઉછેરવો તો મમ્મી અને એટલે જ તો મમ્મી તને મારી કાલી-કાલી ભાષા, સાંભળવાની ઝંખનાનો તી તને તારી છાતીમાં ઉભરાતા ધાવણાનું કોઈ ખાસ મૂલ્ય નો તું અને એટલે જ તો મમ્મી તે દવાખાને જઈને મારાથી છુટકારો મેળવતા હાથકારો અનુભવ્યો હશે પણ મમ્મી ડોક્ટરના ચીપીયા ખાઈ ખાઈને તારું આ ફૂલ આર્કદ કરતું તું, તરફડતું તું મને હતું કે હમણા મારી મમ્મી મારી વ્હારે આવશે પણ કદાચ તને દયા નહી આવી હોય મમ્મી, પણ ઈશ્વર ને દયા આવી ગઈ. મારું ધબકતું હૈયું ફટ દઈને ફાટી ગયું અને મને તરતજ ઉપર બોલાવી લીધી.

મમ્મી તુંય છોકરી થઈને કોઈક માની કુખે અવતરેલી એ વાત તું કેમ ભૂલી ગઈ મમ્મી? બીજું તો ઠીક છે, પણ તારા પેટને મારી કબર બનાવતા તને શરમ ના આવી? ચિંતા ન કરતી મમ્મી હવે "ભઈલો" જ્યારે જન્મ લે ત્યારે તેને દીદીની યાદ આપજે અને યપ્પાને મારા પત્રની વાત ન કરતી, એ નાહકના આપણા બન્ને પર ચિડાસે, એમને હાઈની બિમારી છે તેમને બરાબર સાચવજે.

મમ્મી, મારે બીજી કુખે જન્મ લેવા જવાની ઉતાવળ છે. આવજે.

લિ. તારી દિકરી...

સંકલન : પ્રોજેક્ટ ઓફિસર, વસતિ શિક્ષણ એકમ, જી.સી.ઈ.આર.ટી., ગાંધીનગર

એઈડ્સ અટકાવવા આટલું કરો:

(પાન ૫ નુ ચાલુ)

(૧) જાતીય સંબંધની બાબતમાં લગ્ન જીવનની એક જીવન સાથીની મર્યાદા ન ઓળંગો અને વફાદારી પૂર્વકનું જીવન જીવવાનું રાખો. (૨) જાતીય સમાગમ વખતે નિરોધનો ઉપયોગ કરવાથી જાતીય રોગો સાથે એઈડ્સનું જોખમ પણ ટાળી શકાય છે. (૩) લોહીની જરૂર પડે ત્યારે ઘંઘાદારી રક્તદાતાનું લોહી ના લેતા તેમજ લોહીની બનાવટો એચ.આઈ.વી.(H.I.V.) રહિત છે. તેની યોગ્ય ચકાસણી બાદ જ લોહીનો ઉપયોગ કરવો. (૪) હંમેશા સ્વૈછીક રક્તદાન કરવા તત્પર રહો. (૫) ઓટોકલેવ કરેલી જંતુ રહીત સોય અને સીરીજથી જ ઈજેક્શન મુકાવવું. (૬) એઈડ્સના દર્દીની સાથે રહેવાથી કે તેના કપડા પહેરવાથી કે એક જ પથારીમાં સુવાથી એઈડ્સનો ચેપ લાગતો નથી. માત્ર લોહીના લોહી સાથે ભળવાથી જ એઈડ્સનો ચેપ લાગે છે.

મુખ્ય જિલ્લા આરોગ્ય અધિકારી, જિલ્લા પંચાયત - સુરેન્દ્રનગર.

## એઈઝ્સ પ્રતિરોધ દિન

(૧લી ડીસેમ્બર ૨૦૦૨)

— ડૉ. કે. બી. વર્મા

આરોગ્યના ક્ષેત્રે સિધ્ધિનાં સોપાન સર કર્યા પછી પણ આજના યુગનો રાક્ષસી એઈઝ્સ રોગ સમાજમા માથુ ઉચકી રહ્યો છે ત્યારે એઈઝ્સ પ્રતિરોધ કરવા માટે જનજાગૃતિ અને પ્રચાર માધ્યમો દ્વારા લોકોમાં જાગૃતિ અને રોગ અંત્રેજાણકારી ખૂબ જ જરૂરી છે એટલેજ ૧લી ડીસેમ્બર એઈઝ્સ દિન તરીકે ઉજવવામાં આવે છે.

**એઈઝ્સ એટલે શું?**

(૧) એકવાયર્ડ કેફીસીયન્સી સીન્ડ્રોમ— AIDS ને ટૂંકાણમાં "એઈઝ્સ" કહેવામાં આવે છે. H.I.V. (હયુમન ઈમ્યુનો ડીફીસીયન્સી વાયરસ) થી ઓળખાતા અતિ શુભ વાયરસથી થાય છે. H.I.V. વાયરસ મનુષ્યના શરીરમાં રહેલી રોગ પ્રતિકારક શક્તિ સાથે સંકળાયેલ સ્વેતકણી (T-૪) નો કમસહ નાશ કરે છે.

(૨) એઈઝ્સનો વાયરસ લોહી, વીર્ય અને યોની માર્ગના સ્ત્રાવમાં વધારે પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. ભારતમાં એઈઝ્સના રોગનો ફેલાવો ઝડપથી વધી રહ્યો છે. ગુજરાતમાં પણ એઈઝ્સનું પ્રમાણ વધી રહ્યું છે.

**એઈઝ્સ કેવી રીતે ફેલાય છે?**

(૧) એઈઝ્સનો ચેપ ધરાવતી વ્યક્તિ સાથે જાતિય સમાગમ કરવાથી એઈઝ્સનો રોગ લાગી શકે છે.

(૨) સીરીજ અને સોય તેમજ લોહીના સંપર્કમાં આવતા સાધનો ઓટોક્લેવ કે બરાબર ઉકાળીને જંતુ રહિત કર્યા વિના ઉપયોગમાં લેવાથી "એઈઝ્સ" નો ચેપ લાગી શકે છે.

(૩) સગર્ભા સ્ત્રીને એઈઝ્સનો ચેપ હોય તો તેના બાળકને ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન જન્મ વેળા કે જન્મ બાદ એઈઝ્સનો ચેપ લાગી શકે છે.

(૪) એઈઝ્સના ચેપ વાળુ લોહી અથવા લોહીની બનાવટો સારવાર માટે દર્દીને આપવાથી પણ એઈઝ્સનો ચેપ લાગી શકે છે. એટલે (H.I.V.) પરીક્ષણમાં ચેપ રહિત જાહેર થયેલ લોહી જ વાપરવું.

**એઈઝ્સના ચિન્હો અને લક્ષણો :**

**મુખ્ય ચિન્હો :**

(૧) શરીરના વજનમાં દેખીતા કારણ વગર ૧૦ કી.ગ્રા. કે તેથી વધુ પ્રમાણમાં ઘટાડો.

(૨) અજાણ્યા કારણોસર એક માસથી વધુ સમય સુધી તાવ રહે.

(૩) એક માસથી વધુ સમય સુધી ઝાડા ચાલુ રહેવા.

**ગૌણ ચિન્હો :**

(૧) સારવાર લેવા છતાં એક માસથી વધુ સમય સુધી ચાલુ રહેતી ઉધરસ.

(૨) ચામડી પર ડાઘ થાય અને ખંજવાળ આવે.

(૩) શરીરની લસિકાગ્રંથીઓમાં સોજો આવવો.

(૪) વારંવાર હરપીસનો રોગ લવો.

(૫) કુળના ચેપને કારણે જોભ ઉપર વધારે પ્રમાણમાં છાંરી બાઝવી.

**સારવાર :**

એઈઝ્સ એક અસહ્ય જીવલેણ રોગ છે. જેની સારવાર માટે કોઈ અકસીર દવા કે રસી ઉપલબ્ધ નથી. તેમ છતાં આ રોગથી પીડાતા દર્દીને લક્ષણો આધારીત સહાયક સારવાર આપવામાં આવે છે. આથી "એઈઝ્સ" ની શંકા જાય કે તુરત જ ડૉક્ટરનો સંપર્ક સાધવો.

(અનુ. પાન ૪ પર)

## સફળ નેતાગીરી

— રાવલ બિપીનચંદ્ર ડી.

સંગઠનના નેતા હોય કે શાળામાં આચાર્ય હોય સંગઠન કે શાળા પરિવર્તનની દિશામાં ગતિ કરતી થાય. સંસ્થા નવા ધ્યેયો અંગે વિચારતી થાય. કોઈપણ નવા વિચારને તરતો મુકવાનું કામ જે વ્યક્તિ કરે તેને 'નેતા' ને નામે ઓળખીશું.

**સફળ નેતાગીરીના લક્ષણો :**

- હિંમત પૂર્વક સ્થાપિત હિતોનો સામનો કરવો.
- હાથ નીચેની નાનામાં નાની વ્યક્તિને બીરદાવતા હોય તેને જરૂરી પ્રોત્સાહન આપવું.
- જૂનવાણી વિચારસરણીને ફગાવી દેતા સહ કાર્યકરોને ખૂલ્લો આમ સહકાર આપવો.
- પરિવર્તનની જરૂરિયાત વિશે પોતે જ ક્ષુદ્ર સંકલ્પ દર્શાવો.

- વિશાળ હિત ખાતર અંગત સ્વાર્થને વિચારે પાડવો.
- માર્ગમાં આવતા રૂઢિગત આચાર વિચારોને પડકાર ફેકવો.
- માત્ર બાહ્ય આડંબરને ખાતર રજૂ કરેલ આધુનિક વિચારોની યોગ્યતા અંગે પ્રશ્ન ઉઠાવવો.
- રોજબરોજના પ્રશ્નો પરત્વે પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી પોતાના સમાજમાં એક માનવભર્યું સ્થાન પ્રાપ્ત કરવું.

નેતાગીરી માત્ર સત્તા કે ખુરશી ને કારણે આવતી નથી. પણ વ્યક્તિના પોતાના મૌલિક ચિંતન દ્વારા આગવી પ્રતિભા દ્વારા ક્યારેક જુદી જ ભાત પાડતી વિચારસરણી દ્વારા વ્યક્તિ પોતાના ક્ષેત્રમાં એક આગવું સ્થાન પ્રાપ્ત કરતી હોય છે. આવી વ્યક્તિઓ નેતા હોવાનું બિરુદ પ્રાપ્ત કરે છે.

સંગઠન કે શાળાના માળખામાં જરૂરી ફેરફાર કરી શકે. હાથનીચેની બીજી વ્યક્તિને કામ સોંપી શકે. નાણાકીય સહાય મેળવી શકે. સંસ્થાના કોઈપણ ખૂણે કરવામાં આવતો નાનામાં નાનો ફેરફાર પણ સંસ્થામાં એક કંપની ઉભી કર જ છે. કેટલાંક સ્થાપિત હિતો ધરાવતી વ્યક્તિઓ એને પડકાર ફેકે, સહકાર ન આપે, ટીકા-ટીપ્પણથી નવા વિચારનો પ્રયોગ કરનાર વ્યક્તિને ગુંગળાવે એનું આત્મગૌરવ ઉતારી પાડવાનો પ્રયત્ન કરે આવે વખતે 'સફળ નેતા' આ સૌની સામે ઢાલ બનીને ઉભો રહે છે. જૂથ કાર્ય ભલે ગમે તેટલું પ્રશંસનીય હોય પરંતુ તેમાં પણ છેવટની

જવાબદારી તો એક સભાપતિની જ રહે છે. આ સભાપતિ છેવટે તો એક 'નેતા' જ છે ને વ્યક્તિગત આક્ષેપો કે કટાક્ષોથી અલિપ્ત રહે અને સંસ્થાના હિતમાં બે સંસ્થાની પ્રગતિમાં સ્થાન નક્કી કરે તે કામ નેતાનું છે.

લાભાલાભની દ્રષ્ટિએ સંસ્થામાં એ વધારા નો બોજ નાંખે નહિ તેવી વ્યવસ્થા વિચારી આગળ ઉપરની કાર્યવાહી ગોઠવી દેવામાં જ 'નેતા'ની સૂઝ અને સમજની અગત્ય રહેલી છે.

જે સંગઠનનો 'નેતા' પોતે જાગૃત નથી, પોતે નવા વિચારની દ્રષ્ટિવાળો નથી, પોતાનું વલણ તે દિશામાં નથી તેવો 'નેતા' સંગઠનને ચીલા ચાલુ રીતે ગમે તેટલી સારી રીતે કેમ ન ચલાવતો હોય તેમ છતાં એ નિષ્ફળ ગયાનું લેખાશે.

નિર્ધારિત દિશામાં આયોજન પૂર્વક, ચોકક્સ ગતિએ લક્ષ્યને સિધ્ધ કરવા માટે દોરી જનાર વ્યક્તિ 'નેતા' બની રહે છે. 'નેતા' એ વ્યક્તિ છે કે જે હંમેશા પહેલ કરે છે. જૂથની જવાબદારી ઉપાડી લે છે., સંગઠનના લક્ષ્યો સિધ્ધ કરવા માટે સતત પ્રયત્નશીલ હોય છે. પોતાના સહકાર્યકરો કે સંગઠનના સામાન્ય સભ્યોને પોતાના લક્ષ્યો સિધ્ધ કરવા માટે મદદરૂપ બનતો હોય, પ્રોત્સાહન આપતો હોય કે પ્રેરણા આપતો હોય, નેતાગીરી માત્ર તેનું સ્થાન પ્રાપ્ત કરવાથી મળતી નથી. તેને માટે જરૂરી લક્ષણો અને લાયકાતો હોવી ઘટે. લક્ષણો આગળ જોયા લાયકાતો નોંચે મુજબ હોય તો તે સફળ નેતાગીરી છે.

- શિસ્તમાં માનનાર
- નિખાલસ, પ્રામાણિક, સહૃદયી અને આત્મવિશ્વાસ ધરાવનાર.
- વર્તમાન શિક્ષણ પ્રવાહથી સુમાહિતીગાર.
- જવાબદારીઓનું વિકેન્દ્રીકરણ કરનાર.
- શિક્ષકોનું આત્મ ગૌરવ અને એકતા વધારનાર.
- સહજ રીતે મળી શકાય એવા.
- ફરિયાદને શાંતિથી સાંભળનાર અને અંનો ઉકેલ શોધવાની તત્પરતા ધરાવતા.

- તીવ્ર બુદ્ધિ, ચપલ અને નમ્ર તેમજ હિંમતવાન, ધૈર્યવાળા.
- કાયદા કાનૂન અંગેનું પૂરતું જ્ઞાન ધરાવનાર.
- સાચા નિર્ણયોને ઝડપથી લઈને તેને વળગી રહેનાર.
- સમસ્યાને ઝટ સમજી લેવાની શક્તિ ધરાવનાર.
- શિક્ષક જૂથમાં ઐક્ય જાળવી તેમાં વિશ્વાસ મૂકનાર, ધરાવનાર.
- શિક્ષકોને પોતાની પૂરતી તાકાત અજમાવતાં સતત પ્રોત્સાહિત કરનાર.
- ઉદારમન, દૃઢનિશ્ચયી, આત્મચૂલ ધરાવનાર અને થોડીક રમૂજ વૃત્તિવાળા.
- પરિવર્તનના હિમાયતી, વિચાર વિમર્શ કરવા માટે હંમેશા ઉત્સુક.
- વિવિધ પાસાઓને ધ્યાનમાં રાખી લાંબા ગાળાનું આયોજન કરનાર.
- ગતિશીલ અને વિશાળ સમજદારી ધરાવનાર.
- રચનાત્મક ટીકાની વિચારસરણી ધરાવનાર.

એક નેતા તરીકે માત્ર પોતાનું સ્થાન પકડીને બેસી ન રહેતાં પોતાની સંસ્થામાં નવી નેતાગીરી ઉભી પણ કરતાં રહેવાનું છે. શિક્ષકગણમાંથી જે નેતાગીરી ઉભી પણ કરતાં રહેવાનું છે. શિક્ષકગણમાંથી જે નેતાગીરીના થોડાંધે લક્ષણો બતાવતા હોય તેમનાં એ લક્ષણોને જુદી જુદી તકો આપી ખીલવવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. નવી નેતાગીરી માટેની તકો ઉજળી કરવી જોઈએ. નેતા તરીકે સહકાર્યકરોને વધુને વધુ કેમ વિચારતા થાય, વધુને વધુ કેમ વિચારતા થાય, વધુને વધુ સર્જનાત્મક કેમ બને તેવી પરિસ્થિતિઓ ઉભી કરવી જોઈએ. તેમની સમક્ષ જુદી જુદી સમસ્યા મૂકી એના અંગેની ચર્ચામાં ભાગ લેતા કરવાનું કામ 'નેતા' નું છે. અપરિપક્વ અને સંચાલનની દૃષ્ટિએ વ્યવહારું ન હોય તેવા સહકાર્યકરોનાં વિચારોને ક્લુલક ગણી હાંસી ન ઉડાવતા વિચારમાં રહેલી વાતને માનની નજરથી જોવી. આમ કરવાથી સહકાર્યકર એક પ્રકારનું આત્મગૌરવ અનુભવશે.

સૌ સહકાર્યકરો જવાબદારી પૂર્વક હળીમળીને અને કામ કરતાં એ સૌનું આત્મગૌરવ ઉચું રહે છે. આ લક્ષ્યો સિદ્ધ કરવા માટે નેતા સંચાલનની ચોકકસ નીતિ અભ્યાર કરશે.

એક નેતા એ ઘણાં પરિબળોની અસર હેઠળ કામ

કરવાનું રહે છે. આ પરિબળોની એ ઘરમૂલથી અવગણના ક્યારેય કરી શકે નહિ. તેમ છતાં ઉપર જણાવેલા કૌશલ્યો જો એનામાં હોય તો આવા પરિબળો વચ્ચે પણ એ પોતાનો રસ્તો શોધી લે છે. 'વોહી ધનુષ્ય, વોહી બાણ' જેવી નીતિ અપનાવી એ જ અવરોધક પરિબળોને પોતાની તરફેણમાં ફેરવી એ પોતાનું લક્ષ્ય સિદ્ધ કરી શકે છે.

'નેતા' તરીકે સૌ પ્રથમ તો પોતાની વર્તણૂક, વાણી-વ્યવહાર પ્રત્યે સતત સાવધાન અને દાખલો બેસાડે એવી વર્તણૂક પૂરી પાડવા માટે પ્રયત્નશીલ રહેવું જરૂરી છે. જે નેતા પારસ્પરિક વિશ્વાસ, માન, સહૃદયતા અને લાગણીભર્યા સંબંધો જાળવી શકે એ નેતાને પરિવર્તનના પોતાના કાર્યમાં મુશ્કેલીઓ ઓછી નડશે. "જ્યાં આત્મીયતા પ્રવર્તે છે ત્યાં અવરોધો આપોઆપ ઓગળી જાય છે". આ આત્મીયતા એક બીજાની લાગણીને સમજ્યા પછી એકબીજાને માનની નજરે જોવામાંથી પ્રગટતી હોય છે. "ઘીમે ઘીમે બધાં ઠેકાણે પડી જશે." એટલા સમૂહમાં આવું જ હોય, આવી માન્યતાવાળો 'નેતા' ભીંત ભૂલે છે. આત્મગૌરવહીન વિશાળ શિક્ષક સમુદાય જીવંત નથી હોતો. આવો શિક્ષક ગણ ચીથેલું કામ કરતો હોવા છતાં નિષ્પ્રાણ લાગે છે. 'નેતા' ધારે એટલું આત્મગૌરવ પોતાના કાર્ય કરેલાં વધારી કે ઘટાડી શકે છે.

ઉપરોક્ત બાબતો નેતાગીરી પોતાનું સંચાલક કાર્યકરોનું આત્મગૌરવ, વલણ, વર્તણૂક, આચાર-વિચાર વગેરે નેતાગીરી પર આધારિત છે. પરિવર્તનની દિશામાં આગળ ધપવા માટે નેતા તરીકે આવી અનેક નાની મોટી પ્રક્રિયા હાથ ધરવાની રહે છે. પોતાની ફરજ અને જવાબદારી પ્રત્યે સભાન એવો 'નેતા' પોતાની સંસ્થા માટે હંમેશા એક સનિષ્ઠ 'નેતા' બની રહે.

આજના સંઘ-સંગઠનના નેતા, શાળાના આચાર્યો, બી. આર. સી. કો. ઓર્ડો., સી. આર. સી. કો. ઓર્ડો., સી. આર. સી. કન્વીનરો, કેળવણી નિરીક્ષકો, આવા નેતાના લક્ષણો - લાયકાતો ધરાવતાં થાય તો ગુજરાતમાં આવેલ શિક્ષણનાં નૂતન પ્રવાહો ક્રાંતિ લાવી શકે તેવી અભ્યર્થના સહ... આચાર્ય, પે. સેન્ટર શાળા-૧, સાયલા.

## સુંદરી ભવાની

— દેવજીભાઈ સોલંકી

હળવદથી આશરે ત્રીસેક કિલોમીટર પશ્ચિમ / દક્ષિણે માતા સામુદ્રિનું વિખ્યાત સ્થાનક એટલે સુંદરી ભવાની. મંદિરથી સુંદરીગામ અર્ધો કિલોમીટર જેટલું થાય છે.

સતયુગમાં ઋષિ કણ્વમુનિ દ્વારા સ્થાપિત થયેલું આ સ્થળ છે. ચક્રવૃત્તિ રાજા દુષ્યંત અને મુનિ પૂત્રી શકુંતલાને પ્રાર્થના કરેલી અને સમુદ્રપૂત્રી મા જગતઅંબા સામુદ્રિમાતા પ્રસન્ન થયેલા.

કાળાંતરે આશ્રમ/જંગલ નાશ પામ્યા, અને વિવિધ જ્ઞાતિઓ થઈ, જેમાં દશા-વિશ્વા, કપોળ વણિકો અને કંડોગિયા બ્રાહ્મણના કુળદેવી તરીકે આજે પૂજાય છે.

ઘણાં વર્ષો પહેલાં માતાજીનાં પુરાતન મંદિરની બાજુમાં શંકર ભૂમાનંદ તીર્થ દ્વારા જગતહીત આશ્રમ, ભવરોગ નિવારણ હોસ્પિટલ નામનો આશ્રમ બન્યો, જે સરકારશ્રીમાં રજીસ્ટર પાયેલ છે. હાલ આ સમગ્ર સંકુલની વ્યવસ્થા/સંચાલન જગતહીત આશ્રમ ટ્રસ્ટદ્વારા થઈ રહી છે.

વર્ષોથી આશ્રમની સેવા કરતાં ટ્રસ્ટી મંડળે યાત્રિકોને કશીજ તકલીફ ન પડે તે માટે ખૂબ જ કાળજી લીધી છે. રહેવા, ઉતરવા, જમવા માટેની ઉદાહરણરૂપ સેવા પૂરી પાડી છે. આધુનિક સગવડતાંવાળા કન્ટેઈનર રૂમો તથા બ્લોકોની વ્યવસ્થા છે.

હળવદથી ત્રીસેક કિલોમીટર દૂર હોવા છતાં અત્રેના તાલુકાનાં જ નહીં પણ આજુબાજુના તાલુકાના જિલ્લાનાં દૂર-દૂરનાં અનેક યાત્રીઓ દર્શનાર્થે આવે છે. આશ્રમ, માતાજીનું મંદિર, કણ્વેશ્વરમંદિર તથા દક્ષિણ તરફના દરવાજે શ્રી કૃષ્ણ, પાંચ ચાંડવ, દ્વોપદીનાં કોતરેલા પૂરાતન પૂતળાઓ ઉભાં છે. અહીં નજીકમાં જ દ્વોપદીની છત્રી પણ છે.

આવના-જવાની ક્રમ સગવડ, રંગિયામણું મંદિર અને આશ્રમનું વિશાળ સંકુલ ભોજન અને વિશ્રામની આધુનિક સગવડો હોઈ પ્રવાસીઓનું આકર્ષણ વધ્યું છે.

તેમજ આશ્રમ ટ્રસ્ટનાં સેવાભાવી વ્યવસ્થાપકોની ભાવનાશાળી મીઠાશથી મા જગતમાતા સામુદ્રિમાનાં મંદિરે દર્શનાધીઓ આવતાં રહે છે. શાળાઓ/કોલેજોના પ્રવાસ પણ અહીં અવાર - નવાર આવે છે. ઘણાં સરકારી કાર્યક્રમો પણ

યાજાય છે.

તીર્થ સ્થાનનો મહિમા અપાર છે. મા જગતજનની સામુદ્રિમાતાનાં ચરણ અરવિંદમાં વંદન.

આચાર્ય, પે. સેન્ટર શાળા નં. ૧ - હળવદ.

### મને એવી શાળા ગમે...

ભીખુભાઈ ડી. રાકોડ "દેવસુત"

એવી શાળા ગમે, મને એવી શાળા ગમે, (૨)  
જ્યાં બાળ-ફૂલોની સાથે શિક્ષક માળી બની રમે...  
મને...

ભાર વિનાનું જ્યાં આનંદમય ભણતર ભણાય,  
માનવતાની મહેકનું જ્યાં ઘડતર ઘડાય,  
જ્યાં જુલમ અને દુરતા (૨) સો ગાઉ છેટે ભમે...  
મને...

નાના-કુમળાં ભૂલકાં જોઈને જેનું હૈયું હરખાય,  
જેને શાળાનાં આંગણામાં પગરવ પ્રભુનો સંભળાય,  
એવા ગુરૂજનની આંખોમાં (૨) સ્નેહ દિપક ટમટમે...  
મને...

જ્યાં પાઠ જીવનનાં અને સંસ્કારીતા શિખવાય,  
બોલતાં, રમતાં, ભણતાં, બાળકને ડર ન અનુભવાય  
શરમ, સંકોચ અને તોફાન (૨) જ્યાં બાળકનાં શમે...  
મને...

દિલની દોલત સારી દોલત, ત્યાં રૂપિયાનું નહીં કામ,  
એવી શાળા હોય જ્યાં ભણે 'સુદામો ને શ્યામ',

ગુરૂ હોય સાંદિયની જેવા (૨) ન્યાંમાનથી માણું નમે  
મને...

સમજે બાળક આપણે સૌ છીએ પ્રભુનાં સંતાનો,  
એ બાળક ન બદલાય ભલે બદલાય આ જમાનો,

એ 'માણસ' સાચો બની (૨) પારકાનાં દુઃખો ખમે...  
મને...

પે. સેન્ટર શાળા-ચૂલી (આંગણા)



એક ભૂંડ હલું. તળાવના કાંઠે રહે. કિનારા પરનો કાદવ ફંફોળ્યા કરે. મરેલી માછલી શોધીને ખાય. એક બગલાભાઈ પણ તેમની સાથે માછલી પકડીને ખાતાં ફરતાં હતાં.

આ તળાવમાં એક મગર રહેતો હતો. તેને થયું કે જો આ ભૂંડ પાણીની અંદર આવે તો મજા પડી જાય. ભૂંડને પકડવા તે યુક્તિ વિચારવા લાગ્યો:

યુક્તિ વિચારી મગર બોલ્યો, 'અરે ભૂંડભાઈ, કાદવમાં મોઢું રાખી શું ફર્યા કરો છો? આવી ગંદી અને મરેલી માછલીમાં શું સ્વાદ આવે? થોડાંક પાણીમાં અંદર આવો. તમને તાજી માછલીઓ ખાવા મળશે.

કાદવમાંથી મોઢું બહાર કાઢી ભૂંડે કહ્યું, 'મને ક્યાં તરતાં આવડે છે? પાણીમાં તરતી માછલી પકડતાં પણ ના આવડે'.

'એમાં શું ચિંતા કરો છો ભૂંડભાઈ, હું તમારો મિત્ર જ છું. તમને માછલી પકડીને આપીશ. તાજી તાજી માછલીઓ થોડાંક દિવસ ખાશો એટલે તમે શક્તિશાળી બની જશો. તમને તરતા પણ આવડી જશે.' આમ કરી મગરે માછલી પકડવા ડૂબકી મારી.

સાથે ફરતા બગલાએ ભૂંડભાઈને ચેતવ્યા, 'જો જો છે ભૂંડભાઈ, મગરની ચાલાકીમાં ફસાતા નહિ. તાજી માછલી ખાવા જતાં તમે જ કોળિયો થઈ જશો.

'થોડીવારમાં મગરે ડોંકું બહાર કાઢ્યું. ભૂંડને માછલી બતાવતાં કહ્યું, જુઓ ભૂંડભાઈ આ રહી તાજી માછલી. થોડાંક અંદર આવો. આ તાજી માછલી લઈ જાવ. તાજી તાજી માછલી ખાવાની મજા આવશે.

તાજી માછલી જોઈ ભૂંડભાઈ લલચાયા. ખાવાનુંમન થઈ આવ્યું. એ તો માછલી ખાવા પાણીમાં ધીરે ધીરે મગર પાસે જવા લાગ્યા.

બગલાભાઈએ ફરી ચી ચેતવ્યા, 'અરે ભોટ જેવા ભૂંડભાઈ, જરા સમજો અને પાછા વળો. આ મગર તમને જીવતા નહિ છોડે.

'ભોટ ભૂંડભાઈને બગલાની વાત ઈર્ષા જેવી લાગી. તાજી માછલી ખાવાના મોહમાં આગળ વધ્યા. ડોક સુધી પાણી આવી ગયું. મગરે લાગ જોઈ ભૂંડને પૂછડી થી પકડી લીધું. ભૂંડભાઈએ છૂટવા ઘણી મહેનત કરી. પાણીમાં ભૂંડભાઈનુંકંઈ ચાલ્યું નહિ. મગર ભૂંડને ઉઠાવી પાણીમાં લઈ ગયો... અને ખાઈ ગયો.

આચાર્ય, નગર પાલિકા પારેખ શાળા નં. ૧૨—સુરેન્દ્રનગર.

દર રોજ ઈશ્વરની પ્રાર્થના કરવાથી અંતકરણ પવિત્ર બને છે,  
સ્વભાવમાં પરિવર્તન આવે છે, હતાશા અને નિરાશા નીકળી જાય છે,  
મનને શાંતિ અને તાજગી મળે છે, દિલમાં ઉમંગ પ્રગટે છે અને  
જીવન જીવવાની પ્રેરણા મળે છે.

— સ્વામી રામતીર્થ

આપણું શરીર સાત સ્તરનું બનેલું છે. શરીર, સ્વાસ, મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર અને આત્મા. આ બધા સ્તરમાં બેલેન્સ રાખવા માટે મુખ્ય નીચેની બાબતોની આવશ્યકતા છે.

**પ્રેમ :** પ્રેમ કોઈ લાગણી નથી એ આપણું અસ્તિત્વ છે. તમે પોતે જ પ્રેમ છો જેનાથી આપણે બન્યા છીએ એ પ્રેમ છે. પ્રેમ એ લાગણી મુક અથવા આદત નથી. આપણે એ છીએ કે જે એ જુદી જુદી લાગણીઓનો અનુભવ કરી રહ્યું છે. જ્યારે તણાવ અને અસ્વાભાવિકતા દૂર થાય છે ત્યારે આપણે પોતાના સાચા સ્વભાવને ઓળખવાનું શરૂ કરીએ છીએ.

આ બ્રહ્માંડમાં કોઈ એક વ્યક્તિ એવી ના હોઈ શકે કે જેનું હૃદય ખાલી હોય દરેક હૃદય પ્રેમથી ભરાયેલું છે. આપણે જે પણ આધ્યાત્મિકતાની વાતો કરીએ છીએ અને યોગ-સાધના કરીએ છીએ એ આ પ્રેમને ઓળખવા માટે છે. પ્રેમને મેળવવા માટે નથી પ્રેમ તો પહેલેથી છે જ.

**મૌન :** ઈશ્વરની ભાષા "મૌન" છે ઈશ્વર ક્યારેય શબ્દોની ભાષા નથી બોલતા તેમનું દિવ્ય અસ્તિત્વ બોલે છે. તેણે સર્જેલું શાશ્વત સંગીત બોલે છે. પવનની લહેરમાં સંગીત છે. પાણીના ખળખળ વહેણમાં, દરિયાના મોજામાં, પક્ષીના કંઠના સંગીતમાં ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ સંભળાય છે. જીવનના અનુભવો, પ્રેમ, સાચી લાગણી, કૃતજ્ઞતા ક્યારેય શબ્દોમાં સમાયેલી નથી હોતી. સાચી મિત્રતા કે સાચા સૌંદર્યને વર્ણવા માટે શબ્દોની જરૂર નથી.

ગોવું નથી લાગતું કે આટલા વર્ષો બોલ્યા પછી, શબ્દોની સાથે રહ્યા પછી તમેજ શબ્દોને છોડી શકો છો ? થોડા સમય પૂરતા

સ્વાસની અંદરથી થતી પ્રાર્થના: મૌન છે  
પ્રેમની અંદરથી આવતો સ્વાસ... મૌન છે  
અનંતતાની અંદરથી આવતો પ્રેમ... મૌન છે  
હેતુ વગરની કરૂણ... મૌન છે  
કર્તા વગરનું કર્મ... મૌન છે  
તમારા અસ્તિત્વની અંદરથી પ્રગટતું હાસ્ય... મૌન છે

**પ્રતિકાર :** કોઈ અનુભવ પરથી આપણે કોઈ ધારણા બનાવીએ કે અભિપ્રાય બાંધીએ એ ધારણા કે અભિપ્રાય એક પાતળી દિવાલરૂપે આપણા સ્મૃતિપટલ પર રહે. જે દ્રષ્ટિને સિમિત બનાવી નાખે, જેના કારણે વસ્તુ, વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ જેવા છે એવા ના દેખાય જેમ અરીસા ઉપર ધૂળ ચોટી હોય તો આપણું પ્રતિબિંબ આપણને જ ઝાંખું દેખાય, સ્પષ્ટ ન દેખાય કોઈ ધારણા કે અભિપ્રાયના બંધનમાં ના બંધારો. વ્યક્તિ વસ્તુ કે પરિસ્થિતિ જેવા છે એવા જ છે.

**આવડત :** જીવનમાં સમસ્યા ઉભી થાય છે કારણકે તમે ઘટનાઓને વધારે પડતું મહત્વ આપો છો ઘટનાઓની અસરમાં આવી તમારો મૂળભૂત સ્વભાવ ભૂલી જાવ છો. સમજુ વ્યક્તિ એ છે કે જે પોતાની આવડતનો ઉપયોગ કરી ઘટનાઓની આગળ નીકળી જાય છે. મનની સારી સ્થિતિ સાધના કે જ્ઞાન દ્વારા પ્રાપ્ત થાય છે.

**કંટાળો :** આત્મા પ્રેમ છે. પ્રેમ કાયમ એનો એ જ ચાલ્યા કરે છે એટલા માટે જ પ્રેમ-પત્ર એનો એ જ હોવા છતાં ક્યારેય તેમને કંટાળો નથી આપતા. જો તમે તમારી જાત સાથે જ કંટાળો અનુભવતા હોવ તો તમે બીજા બધા માટે કેટલા કંટાળાજનક લાગતા હશો. ઉઠા અને રોજિંદા ધ્યાનથી કંટાળાનું મૂળ કાઢી નાખો.

**સેવા :** લેવું એ પ્રાણીઓનો સ્વભાવ છે. લેવું અને આપવું એ મનુષ્યનો સ્વભાવ છે. સતત આપ્યા કરવું એ દેવી ગુણ છે. આપણી પાસે જે કંઈ છે એ બીજાને વહેંચવાની ઈચ્છા, બીજાને મદદ કરવાની વૃત્તિ એટલે સેવા.

**સત્સંગ :** 'સત્સંગ' એટલે સત્યનો સંગ. ધણી વાર આપણે એક સંગમાં બેઠા હોવા છતાં દરેકનાં મનમાં અલગ વિચાર ચાલે છે. જ્યારે સત્સંગમાં એક શબ્દ કે ધૂન નો વારંવાર વિચાર થવાથી બધાના મન એ શબ્દ પર કેન્દ્રિત થાય છે. આ રીતે જ્યારે બધા એકચિત્ત થાય છે ત્યારે સમગ્ર ચેતનાનું ઉદ્દર્શન થાય છે.

એક જ શબ્દ બધાના મનમાં ગુંજે. આંખો બંધ કરશે, મસ્ત થઈ તાલિયો સાથે જે ગાઈએ તેને સત્સંગ કહેવાય. આંખો બંધ કરવાથી મન આમ તેમ નથી જતું અને તાલી વગાડવાથી ચિત્ત એકાગ્ર થાય છે.

સત્ય એ મનનો વ્યાયામ છે.

વૈજ્ઞાનીકોએ પણ સિદ્ધ કર્યું છે કે સમાજના ઘોડા લોકો પણ જો મન શાંત કરી લે અને પરમ આનંદની પ્રાપ્તિ કરીલે તો તેની અસર આખા સમાજ ઉપર પડે છે.

જીવનમાં આવી નાની-નાની બાબતો પ્રત્યે સજાગ બનવાથી તથા યોગ અને વ્યાન દ્વારા આપણા જીવનને આપણે એક સુંદર ઉત્સવ બનાવી શકીએ છીએ.

સદબંધ:-૧. 'PATH OF LOVE'

૨. હૃદયની ભાષા

બ્રંશ પાલ, ડાયેટ-સુરેન્દ્રનગર.

### મારી પ્રાર્થના

હે ઈશ્વર ! મારી પ્રાર્થના છે કે મારા જીવનમાં મને સિંહ જેવી શૂરવીરતા આપજે અને અશ્વના જેવી ચપલતા આપજે અને મારા જીવનના કાર્યોમાં શ્વાન જેવી વફાદારી આપજે. મારું જીવન સૂર્યના જેવું તેજસ્વી અને પાણી જેવું પવિત્ર રહે અને મારા હૃદયમાં આકાશ જેટલી વિશાળતા રહે અને મારા જીવનના ઘોયો સિદ્ધ કરવા મારા મનને હિમાલય જેવી અડગતા આપજે. મારું જીવન બીજાના માટે જટીલ નબની રહે તે માટે મને બાળક જેવી નિદોષતા આપજે. મારું જીવન બીજાના માટે ચંદ્ર જેવું શીતળ બની રહે અને મારા જીવનનું સાફલ્ય સફળતાના શીખરે પહોંચે તે માટે મને સો માતા જેટલી સહનશીલતા આપજે.

- પરમાર પરેશ એન.

(દ્વિતીય વર્ષ - તાલીમાર્થી, ડાયેટ-સુરેન્દ્રનગર)

વિદ્યારૂપી ધનની કોઈ ચોરી કરી શકતું નથી, રાજા દંડના રૂપમાં લઈ શકતો નથી, ભાઈ ભાગ પડાવી શકતો નથી, એનો કોઈ ભાર હોતો નથી, તે દાન દેવાથી નિત્ય વધે છે અને સર્વ ધનોમાં શ્રેષ્ઠ છે.

- અધ્યાત્મ રામાયણ

### માનવ અધિકાર દિવસ (૧૦ મી ડીસેમ્બર)

આજે સમગ્ર વિશ્વ જયારે ૧૦મી ડીસેમ્બર "માનવ અધિકાર દિવસ" તરીકે ઉજવી રહ્યું છે ત્યારે માનવ અધિકાર એટલે શું? તે અંગેનો ખ્યાલ મેળવીએ.

માનવ અધિકારોના આંતર રાષ્ટ્રીયકરણની શરૂઆત 'લીંગ ઓફ નેશન્સ' થી કહી શકાય. યુનાઈટેડ નેશન્સ કે જેની સ્થાપના ઇ.સ. ૧૯૪૫ માધ્યે હતી. તેના પણ પાયાનો સિધ્ધાંત આંતર રાષ્ટ્રીય સહકાર માટે એ હતો કે "માનવ અધિકારોના સંરક્ષણ અને સંવર્ધન માટે તથા જાતિ, લિંગ, ભાષા, ધર્મ કે અન્ય કોઈ પણ જાતના ભેદભાવ વગર દરેક મનુષ્યને જીવન તથા સ્વતંત્રતાનો મૂળભૂત હક છે.

"માનવ અધિકારોનું વૈશ્વિક જાહેરનામું પાયાના સિધ્ધાંતનાં પરિણામે બહાર આવ્યું. પ્રથમ જૂન-૧૯૪૬ માં તેને "ઈન્ટરનેશનલ બીલ ઓફ રાઈટ્સ" તરીકે રજૂ કરવામાં આવ્યું હતું. બાદમાં યુનાઈટેડ નેશન્સી જનરલ એસેમ્બલી દ્વારા તેનો "યુનિવર્સલ ડિક્લેરેશન ઓફ હ્યુમન રાઈટ્સ" એટલે કે "માનવ અધિકારોના વૈશ્વિક જાહેરનામા તરીકે ૧૦ ડીસેમ્બર, ૧૯૪૮ ના રોજ સ્વીકાર કરવામાં આવ્યો.

"માનવ અધિકારોનું વૈશ્વિક જાહેરનામું" એ કોઈ કાયદો નથી, પણ તેના દ્વારા માનવ અધિકારોના નિયમો તારણો નક્કી કરવામાં આવેલા છે, જે ધોરણોને પૂરા કરવા એ દરેક રાજ્યની ફરજ માનવામાં આવી છે. સૌથી મહત્વની વાત એ છે કે, આ જાહેરનામું કોઈપણ દેશ કે યુનાઈટેડ નેશન્સનાં સભ્ય રાષ્ટ્રોને ઉદેશીને નથી કહેવાયુ, પણ તે માનવ જાતિમાં દરેક માનવ માટે કહેવાયુ છે. આ જાહેરનામાની ૩૦ કલમોમાં નાગરિકના, રાજકીય, આર્થિક, સામાજિક, સાંસ્કૃતિક વિગેરે અધિકારોની દરેક બાબતોને આવરી લેવામાં આવી છે.

સંકલન : સી. ટી. ટુંડીયા

યા દેવી સર્વભૂતેષુ બુધ્ધિરૂપેણ સંસ્થિતા ।  
નમસ્તસ્યૈ નમસ્તસ્યૈ નમસ્તસ્યૈ નમો નમ : ॥

સંસ્થા સમાચાર

એમ. બી. પરમાર

જે. એમ. પટેલ

સ્થેમ

- પી.ટી.સી. (પ્રથમ/દ્વિતીય)વર્ષના તાલીમાર્થીઓના મૂલ્યાંકન માટે સગ્રાંત પરીક્ષાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. (૨૧ થી ૨૭ નવે. ૨૦૦૨)
- બાળમેળા અને વિજ્ઞાનમેળા સંદર્ભે માર્ગદર્શન આપવા માટે જિલ્લાના તમામ સી.આર.સી. માટે એક મિટિંગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. આ મિટિંગમાં શ્રી એન. જે. મકવાણા (પ્રાચાર્ય-ડાયેટ) તથા શ્રી પી. એફ. પારગી (જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારી) દ્વારા માર્ગદર્શન પૂરું પાડવામાં આવ્યું. આ કાર્યક્રમમાં આપની શાળામાં બાળમેળો કેવી રીતે? તે સંદર્ભે ડાયેટના તમામ વ્યાખ્યાતાશ્રીઓ તરફથી નમૂનાઓ નિદર્શિત કરવામાં આવ્યાં. (૨૨ નવે. ૨૦૦૨)
- જિલ્લા વિજ્ઞાનમેળાના આયોજન સંદર્ભે ડાયેટ-સુરેન્દ્રનગર પર એક મિટિંગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. આ મિટિંગમાં ડી.ઈ.ઓ., માધ્ય./ઉ. માધ્ય. સંઘના હોદ્દેદારો, પ્રા.શિ. સંઘના હોદ્દેદારો, ડી.પી.ઈ.પી., તથા શ્રી એમ.ટી.દોશી સાર્વજનિક હાઈસ્કૂલના આચાર્યશ્રી ઉપસ્થિત રહ્યાં. (૨૬ નવે. ૨૦૦૨)
- માન. ડૉ. શ્રી બળવંતભાઈ વ્યાસ(અધ્યાપક, શ્રી મૈત્રી વિદ્યાપીઠ-સુરેન્દ્રનગર) તથા શ્રી હસુભાઈ દસાહીયા દ્વારા નાટકનું ઉત્તમ માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું. (૨૧ થી ૨૫ નવે. ૨૦૦૨)
- પાટડી તાલુકાના આદરિયાણા મુકામે જિલ્લા યુવા મહોત્સવમાં પી.ટી.સી. બીજા વર્ષના તાલીમાર્થીઓએ નાટક, વક્તૃત્વ અને ચિત્ર સ્પર્ધામાં ભાગ લીધો. આ ઉપરાંત "ગણતર સંસ્થા"(પાટડી)ની તાલીમાર્થીઓ દ્વારા શુભેચ્છા મુલાકાત લેવામાં આવી. (૨૯ નવે. ૨૦૦૨)
- "વિશ્વ એઈડ્ઝ દિન" ની ઉજવણી કરવામાં આવી. જેમાં "વર્ધમાન" એન.જી.ઓ. દ્વારા પોસ્ટર પ્રદર્શન અને એઈડ્ઝ માર્ગદર્શન આધારિત વી.સી.આર. કેસેટ બતાવવામાં આવી. (૧ ડીસે. ૨૦૦૨)
- માન. શ્રી બી.સી. મોઢસાહેબ(રીડર, જી.સી.ઈ.આર.ટી.) શ્રી જીભાઈ તથા શ્રી ગોસ્વામીભાઈ (રીસર્ચ એસોસિયેટ)દ્વારા ડાયેટની સૌજન્ય મુલાકાત લેવામાં આવી. (૪ ડીસે. ૨૦૦૨)
- નિવૃત્ત પ્રાથમિક શિક્ષકશ્રી પોપટભાઈ મંડવી દ્વારા ડાયેટના તાલીમાર્થીઓને વૈદિક ગણિત, બાળવાર્તા, અભિનયગીત, ગણિત-અમ્મતથી સજ્જ કરવામાં આવ્યા. (૫ ડીસે. ૨૦૦૨)

O. I. G. S. Printed Matter Book-Post

પ્રતિ,  
આચાર્યશ્રી,

પે. સેન્ટર / પ્રાથમિક શાળા,

તાલુકો : \_\_\_\_\_  
જિ. સુરેન્દ્રનગર.

રવાના:

જિલ્લા શિક્ષણ અને તાલીમ ભવન,  
શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ સામે,  
સુરેન્દ્રનગર

પીન : ૩૬૩ ૦૦૧