



# પેરન્ટોર્ગીજ

વર્ષ ૨ | સળંગ અંક ૧૮ | ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૪

## કાળજે ઘા કરવાની કિંમત

આ એક એવા નાના છોકરાની વાત છે જેનો પિત્તો વારંવાર જતો હતો. તેનો પોતાના ગુસ્સા પર કોઈ કાબૂ નહોતો.

એક દિવસે, તેના વારંવાર પિત્તો ગુમાવવાના કારણે ત્રાસી જઈને તેના પિતાએ તેને પાસે બોલાવી સૂચના આપી, “હવેથી તું જેટલી વાર ગુસ્સા પર કાબૂ રાખવામાં નિષ્ફળ જાય તેટલી વખત જઈને ઘરની પાછળની સખત દીવાલ પર ખીલો ઠોકજે. ખીલાઓ વચ્ચે એક ફૂટનું અંતર રાખજે. જ્યાં સુધી તું ગુસ્સા પર કાબૂ ન રાખી શકે ત્યાં સુધી તારે આમ કરવાનું છે.” પિતાએ તેને કોથળી ભરીને ખીલાઓ અને એક મોટો હથોડો આપ્યા.

પહેલે જ દિવસે છોકરાએ દીવાલમાં ૨૭ ખીલા ઠોક્યા. દિવસો વીતતા જેમ જેમ તેનો ગુસ્સા પર કાબૂ વધતો ગયો તેમ તેમ ઠોકાતા ખીલાઓની સંખ્યા ઓછી થતી ગઈ. છોકરાને સમજાતું ગયું કે સિમેન્ટ- કોન્ક્રીટની સખત દીવાલ પર મોટા ખીલા ઠોકવા કરતાં ગુસ્સા પર કાબૂ રાખવો વધુ સહેલો છે.

છેવટે એવો દિવસ આવ્યો, જ્યારે છોકરાએ બિલકુલ પિત્તો ન ગુમાવ્યો. ખુશ થઈ તેણે પિતાને આ બાબત જણાવી. પિતાએ હવે તેને એવી સલાહ આપી કે જે દિવસે તે બિલકુલ પિત્તો ન ગુમાવે, તે દિવસે તે દીવાલમાં ઠોકેલા ખીલાઓમાંથી એક ખીલાને બહાર ખેંચી કાઢે.

ફરી દિવસો વીત્યા અને છેવટે એવો સમય આવ્યો જ્યારે દીવાલમાં એક પણ ખીલો ન રહ્યો. છોકરાએ ફરી ઉત્સાહપૂર્વક પિતા પાસે દોડી જઈ આ બાબત જણાવી.

પિતા દીકરાનો હાથ પકડી તેને પેલી દીવાલ પાસે લઈ ગયા.

ખીલાને બહાર કાઢ્યા પછી જે કાણાં રહી ગયાં હતાં, તેના પર હાથ ફેરવી પિતાએ કહ્યું, “બેટા, તેં ખરેખર ગુસ્સા પર કાબૂ રાખતાં શીખીને ખૂબ સારી પ્રગતિ કરી છે, પણ આ દીવાલ પરનાં કાણાં તરફ જો - આ દીવાલ હવે ફરી પહેલાં જેવી ક્યારેય નહીં બની શકે.

આપણે જ્યારે પણ ગુસ્સાથી કોઈને અપશબ્દો કહીએ છીએ, જ્યારે પણ આપણાં કથનોથી લોકોને દુઃખ પહોંચાડીએ છીએ, ત્યારે આપણે તેમનાં હૃદયમાં આવાં જ કાણાં કરી દઈએ છીએ.

કોઈની છાતીમાં છરો ભોંકીને બહાર કાઢ્યા પછી ગમે તેટલી વાર 'સોરી' કહેવાથી કે દિલગીરી વ્યક્ત કરવાથી જેમ તરત ઘા રુઝાઈ તેવું જ શાબ્દિક ઘણું પણ છે.

શારીરિક ઘા તો ક્યારેક અઠવાડિયાઓમાં રુઝાઈ જતા હોય છે, પરંતુ શાબ્દિક ઘા ક્યારેક દાયકાઓ સુધી રુઝાતા નથી.

પુસ્તક : જીવન ની ભેટ



## પ્રાર્થના

હે પરમાત્મા,

મને તારી શાંતિનું વાહન બનાવ.

જ્યાં ધિક્કાર છે ત્યાં હું પ્રેમ વાવું

જ્યાં ઘાવ થયો છે ત્યાં ક્ષમા

જ્યાં શંકા છે ત્યાં શ્રદ્ધા

જ્યાં હતાશા છે ત્યાં આશા

જ્યાં અંધકાર છે ત્યાં પ્રકાશ

જ્યાં શોક છે ત્યાં આનંદ.

હે દિવ્ય સ્વામી, એવું કરો કે,

હું આશ્વાસન મેળવવા નહિ, આપવા ચાહું

મને બધાં સમજે એ કરતાં હું બધાંને સમજવા ચાહું

મને કોઈ પ્રેમ આપે એ કરતાં

હું કોઈને પ્રેમ આપવા ચાહું.

કારણકે,

આપવામાં જ આપણને મળે છે.

ક્ષમા કરવામાં જ આપણે ક્ષમા પામીએ છીએ

મૃત્યુ પામવામાં જ

આપણે શાશ્વત જીવનમાં જન્મીએ છીએ.

- સંત ફ્રાન્સિસ



# પેરન્ટિંગ પીપરમીન્ટ્સ

ત્રણ વરસે બાળક શાળાનું પહેલું પુગથીયું ચડે એ સાથે જ પેરન્ટસના સપના લિફ્ટમાં પ્રવેશે છે. મોટાભાગના પેરન્ટસને પોતાના સંતાનમાં ભવિષ્યના પિકાસો, અમિતાભ, સચિન કે અંબાણી દેખાતા હોય છે. પોતાના સંતાનોના ઉજ્જવળ ભવિષ્યના સપનાં જોવામાં કશું ખોટું નથી, પરંતુ આ સપનાને પોતાના નક્કી કરેલા રસ્તે પૂરા કરવાની જીદ ખોટી છે. સંતાન માટે પોતે ડીઝાઈન કરેલા માર્ગે ફૂલો બિછાવવાની ક્વાયત સરવાળે તેના ભવિષ્યની રાહના કાંકરા કાંટા બની જાય છે.

**તૂને મેરા દૂધ પીયા હૈ... તૂ બિલકુલ મેરે જૈસા હૈ.**

પોતાના સંતાનની આંખોના રંગથી માંડીને તેની ચમચી પકડવાની સ્ટાઈલ સુધી. ભાતમાં કેરીનો રસ નાખીને ખાવાની આદતથી લઈને ચહેરા પર આવતા વાળને ઝટકો મારીને ખભા પર લઈ જવાની અદા સુધી સેંકડો બાબતોમાં પેરન્ટસને પોતાના સંતાનમાં પોતાનું પ્રતિબિંબ દેખાતું હોય છે.



એ વાત સાચી છે કે તમારું સંતાન એ તમારું નાનકડું વર્ઝન છે, પરંતુ મહત્વનો ફરક એ છે કે એ તમારું નાનું નહિ, લેટેસ્ટ વર્ઝન છે. તમારામાં અને એનામાં વિન્ડોઝ ટપ ને વિન્ડોઝ ૧૦ વચ્ચે હોય એવો અને એટલો ફરક છે. દરેક પેરન્ટસને એ સમજાય છે કે પોતાનું સંતાન ઘણી બધી બાબતોમાં પોતાના જેવું જ છે, પરંતુ એ બાબત ક્યારેય નથી સમજાતી કે પોતાના સંતાનના અનંત શક્યતાઓથી ભરેલા અસ્તિત્વનો એક અંશ જ પોતાની સાથે સામ્યતા ધરાવે છે.

**મેરા નામ કરેગા રોશન... જગ મેં મેરા રાજ દુલારા...**

અત્યારે ચાલીસીમાં પ્રવેશી ચૂક્યા હોય એવા મોટાભાગના લોકોને બે-ત્રણ મામા, ત્રણ-ચાર માસી, પાંચ ફોઈઓ કે ચાર-છ કાકા હોય. એ પછીની પેઢીમાં મમ્મી-પપ્પાના ભાઈ-બહેનનો આ આંકડો બે-ત્રણથી આગળ ભાગ્યે જ વધે.



અને હવે સગા કાકા-મામા-ફોઈ-માસી બધું જ હોય એવા ભાગ્યશાળીઓ કદાચ પેદા જ નથી થતા. પોતાનો વંશ ટકાવવાની- વિસ્તારવાની દરેક પ્રાણીમાં રહેલી નેચરલ ઈન્સ્ટિન્ક્ટની અસર હેઠળ મોટાભાગના પેરન્ટસ આ ટ્રેપમાં આવી જાય છે. અગાઉના પેરન્ટસ પાસે પોતાનો વંશ-વારસો કે નામ ટકાવવા માટે વધુ બાળકોના કારણે વધુ સંભાવના રહેતી. પરિણામે કોઈ એક બાળક પર પોતાની અપેક્ષાઓનો બોજો ખડકવામાં આવતો નહોતો. વધુ સંતાનોના કારણે દરેક સંતાનની ઓછી ફિક્કર કરતા અગાઉના મા-બાપની સરખામણીમાં અત્યારના એક કે બે સંતાન ધરાવતા પેરન્ટસની ચિંતાનું સ્તર ઘણું ઊંચું ગયું છે. જેનો બોજો સ્વાભાવિક રીતે જ

બાળક પર પણ પડે છે.

**ઈતની જલ્દી બડા હો ગયા મેરા લાલ**

ઓસ્ટ્રેલીયામાં થયેલા એક રસપ્રદ સર્વે મુજબ બે થી છ વરસના બાળકો ધરાવનારા પેરન્ટસને બીજું સંતાન આવે તે સાથે જ પહેલું સંતાન અચાનક જ 'ખાસ્સું મોટું' લાગવા માંડે છે. પરિવારના આ સૌથી નાના સભ્યના નવા ભાઈ કે બહેનની પધરામણી થાય તે સાથે જ અત્યાર સુધી 'ટેણીયું' ગણાતું બાળક તેના પેરન્ટસની નજરમાં 'મોટો ભાઈ' કે 'મોટી બહેન' બની જાય છે.

પોતાની ઉંમર પ્રમાણે બોલતું-ચાલતું-દોડતું-શીખતું બાળક તેના નવા આવેલા સહોદરના કારણે મોટું લાગે છે. પણ ખરેખર મોટું થઈ નથી ગયું. પેરન્ટસ પોતાના સંતાનને જો આજીવન નાનું ગણાતા રહે તો કેટલીક જવાબદારીઓ સોંપવાનું ટાળે છે, જે તેના વિકાસમાં બાધક બને છે અને જો તેને ઉંમર કરતા મોટું ગણવા લાગે તો આજીવન તેની પાસેથી ગજા બહારની અપેક્ષાઓ રાખે છે, જેના બોજ નીચે તે દબાઈ જાય છે.



**મેં તુજે દૂધ ના બખ્શુંગી તુજે યાદ રહે...**

દરેક પેરન્ટસને પોતાના પહેલા સંતાન પાસેથી ઘણી અપેક્ષાઓ હોય છે. તેમને એવું લાગે છે કે તેમના પહેલા સંતાનનું જોઈને જ બીજા સંતાનો તેનું અનુકરણ કરતા હોય છે. એટલે એ જો વ્યવસ્થિત ભણે અને કરિઅર બનાવે તો તેનું જોઈને પરિવારના અન્ય બાળકો એ જ રસ્તે આગળ વધશે. અને જો પહેલું સંતાન ગરબડ કરશે તો તેનું જોઈને બાકીના બાળકો પણ હાથમાંથી જશે. આ કારણથી જ પરિવારના સૌથી મોટા સંતાનને તેના મા-બાપે તેની પાછળ કેટલો સમયનો અને પૈસાનો ભોગ આપ્યો છે એ અવારનવાર જણાવવામાં આવે છે. બને છે એવું કે એક પરિવારમાં ત્રણ બાળકો હોય અને જો તેમાંથી સૌથી નાના કે વયલા બાળકના રિપોર્ટ કાર્ડમાં અપેક્ષા કરતા નીચા ગ્રેડ આવે તો પેરન્ટસ તેને એક હદથી વધારે ધમકાવતા નથી. પરંતુ સૌથી મોટા બાળકના રિપોર્ટ કાર્ડમાં નીચા ગ્રેડ જોતાની સાથે જ પેરન્ટસના મગજનો પારો સડસડાટ ઉંચે ચડી જાય છે. તેમને એવું લાગે છે કે આના રવાડે ચડીને બાકીના સંતાનો પણ ભણવામાં ઢીલા પડવા લાગશે.



વાસ્તવિકતા એ છે કે દરેક બાળક પર વધુ તેના પોતાના મિત્રોની અસર હોય છે. વધુમાં દરેક બાળકની ભણવા પ્રત્યેની રુચી-સમજણ એકમેકથી ભિન્ન હોય છે.

## હોઠ જૈસે કે ભીંગે-ભીંગે ગુલાબ, ગાલ જૈસે કે બહકે-બહકે અનાર

જે પ્રમાણે નવા સજીવનું સર્જન થાય તે માટે બે પુખ્ત સજીવો વચ્ચે આકર્ષણ થવું એ અનિવાર્ય ઘટના છે. એ જ રીતે નવા જન્મેલા બાળકમાં તેના પેરન્ટસને દુનિયાભરની ખૂબી દેખાવી અનિવાર્ય છે. તો જ તે પોતાનો જીવ રેડીને તેનું પાલન-પોષણ કરે. પોતાના બાળકમાં દેખાતી ખૂબીઓ બદલ તેને અઢળક વ્હાલ કરતા પેરન્ટસ ધીમે-ધીમે એને એટલું બધું વ્હાલ કરવા લાગે છે કે તેની નરી આંખે જોઈ શકાતી ખામી પણ તેમને દેખાતી નથી. આ સમસ્યાના કારણે દુનિયામાં ઓબેસિટીની સમસ્યા વકરી રહી છે. કારણ કે દુનિયાની નજરે જાડુ કે અદોદળું ગણાય એવું સંતાન મોટાભાગના પેરન્ટસને નોર્મલ કે હેલ્થી લાગે છે.



## મેરા બેટા, સબ સે સયાના

પોતાના પુત્રની દુષ્ટતા પ્રત્યે છતી આંખે અંધ થતા પેરન્ટસ આજે પણ જોવા મળે છે. 'બુલી' ગણાતા બાળકોના મા-બાપ ભાગ્યે જ એ વાત સ્વીકારતા હોય છે કે તેમનો લાડકવાયો ખરેખર તો 'લડ કાં લડનાર આપ' પ્રકારનો ઉધમાત મથાવનાર લડવૈયો છે. પોતાના સહાધ્યાયીઓને ધમકાવતા કે તેમની સાથે મારપીટ કરતા બાળકો દરેક વર્ગમાં હોય છે. તેમની સાથે રોજ પનારો પાડતા તેમના ટીચર્સ અને તેમના બુલીંગનો ભોગ બનતા અન્ય બાળકો જ્યારે આવા બુલી ટાઈપના બાળકોની ફરિયાદ તેમના પેરન્ટસને કરે છે ત્યારે પોતાના બાળક વિરુદ્ધ આવું કશું સાંભળવાની અને પોતાના બાળકના આવા વર્તનને સુધારવા માટે મહેનત કરવાની તૈયારી બહુ ઓછા પેરન્ટસ બતાવે છે. સમસ્યા વકરવાનું એક કારણ એ પણ હોય છે કે આવા બુલી પ્રકારના બાળકો પોતાનો પક્ષ લેતા

પોતાના પેરન્ટસની હાજરીમાં કશી ગરબડ ના થાય તેની કાળજી રાખવા જેવા સ્માર્ટ હોય છે. પેરન્ટસ એ વાત ભૂલી જાય છે કે રૂમમાં એકલું હોય ત્યારે પોતાની મસ્તીમાં નાચતું-કૂદતું બાળક તેના રૂમમાં ડોકિયું કરતાંની સાથે જ નોર્મલ થવાનો પ્રયત્ન કરે છે.



## ઉંગલી પકડ કે તેરી, તુજે મેં ચલના સીખાઉં

પોતાના બાળક માટે શ્રેષ્ઠ બેબી ફૂડની પસંદગીથી માંડીને સૌથી શ્રેષ્ઠ ગણાતી શાળામાં પ્રવેશ સુધી બધું જ જોઈ-તપાસીને આયોજન કરતા આ સુપર પેરન્ટસ ઘડિયાળના કાંટા અને કેલેન્ડરને નજર સમક્ષ રાખીને પોતાના બાળકને ઉછેરે છે. પોતાના બાળકના મન-મસ્તિષ્ક અને શરીરની ક્ષમતા અન્ય બાળકોના મુકાબલે સતત વધે તે માટે દરેક પ્રકારની સ્કિલ સુધારતી-વધારતી ટેકનિકનો ભરપૂર પ્રયોગ કરનારા પેરન્ટસ એ વાત ભૂલી જાય છે કે બાળકના વિકાસ માટે આ બધું 'પાશેરામાં પહેલી પૂણી' થી વિશેષ નથી.



બાળકના વિકાસમાં તેને જન્મજાત મળેલી સમજણશક્તિ અને બુદ્ધિશક્તિનો મહત્વનો ફાળો છે. કોઈ બાળક ગણિતની અઘરી જણાતી ગણતરીઓ ઝડપથી સમજી જાય છે, પણ સળંગ ચાર લીટી લખવામાં તેનો ગજ નથી વાગતો. બાળકના વિકાસમાં તેના મિત્રો સાથેની તંદુરસ્ત હરીફાઈ પણ અગત્યની સાબિત થાય છે.

પુસ્તક : મમ્મી - પપ્પા (જય વસાવડા)

## શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ બાળક

એક સંતને પૂછવામાં આવ્યું:

"અનુસરવા માટે શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ કયું છે? જે કોઈ પ્રશ્ન કર્યા વિના પોતાનું જીવન ઈશ્વરને સમર્પિત કરે તેવો મનુષ્ય કે જે સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરની ઈચ્છા સમજવા પ્રયત્નશીલ રહે છે તેવો બુદ્ધિનિષ્ઠ મનુષ્ય?"

"અનુસરવા માટે સર્વશ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ બાળકનું છે." જવાબ મળ્યો.

"પણ બાળક તો કશું જાણતું નથી. તે તો વાસ્તવિકતા શું છે તે પણ સમજતું હોતું નથી."

ત્યાં જ તમારી ભૂલ થાય છે,

કારણ કે બાળકોના ચાર ગુણ કે લાક્ષણિકતાઓ એવા છે જેમને આપણે કદી ભૂલવા ન જોઈએ.

૧. બાળક કોઈ પણ કારણ વિના ખુશ રહેતું હોય છે.

૨. બાળક હંમેશાં વ્યસ્ત રહે છે.

૩. બાળકને જ્યારે પણ કશું જોઈતું હોય છે ત્યારે તે વસ્તુની માગણી કરવા તે ખૂબ મક્કમતા અને દઢતા ધરાવે છે.

૪. અને છેલ્લે, બાળક હંમેશાં રુદન ખૂબ ઝડપથી બંધ કરી દે છે."



# દસ ગનબાતે નિયમ

ગનબાતે જાપાનીઝ શબ્દ છે.

જેનો અર્થ છે, -

**પોતાના તરફથી શ્રેષ્ઠ પ્રયાસ કરો અને કદી હાર ના માનો !**

1. તમારા સર્વશ્રેષ્ઠ પ્રયત્ન કરો :-

ગનબાતેનો આ જ અર્થ છે. એનો અર્થ છે કે તમારે તમારી યોગ્યતા પ્રમાણે દરેક ક્ષણે સર્વશ્રેષ્ઠ આપવાનું છે. એના પરિણામથી કોઈ ફરક નથી પડતો. તમને એ વાતનો સંતોષ થશે કે તમે તમારા શ્રેષ્ઠ પ્રયત્નો કર્યા.

2. હીટ ધ રોક :-

આ એક જાપાની કહેવત છે, જેનો અર્થ થાય છે કે જો સતત ત્રણ વર્ષ સુધી સ્થિર બેસી શકો તો કોઈ પણ અડચણને દૂર કરી શકાય છે. સફળતા પ્રસંગોપાત્ત કે પછી અતિશયોક્તિભર્યા પ્રયત્નો પર આધારિત નથી હોતી, તમે જે કરવાનું નક્કી કર્યું હોય તેમાં સાતત્યથી જ બધું શક્ય છે. બસ, તમારે રોજરોજ થોડા પ્રયત્ન કરવા પડશે.

3. આગળ વધો :-

જો તમે ભૂલોમાંથી આગળ વધવાનો બોધપાઠ લઈ લીધો હોય તો પછી પડવાથી કોઈ ફેર નથી પડતો. ભૂલ અને સુધારણાની પદ્ધતિથી જ વિજ્ઞાન પ્રગતિ કરે છે. કોઈ પણ બાબત માટે પ્રયત્ન કરવા, પડવું અને સુધરવું જ પોતાની જાતને બદલવાની એક રીત છે.

4. સ્થિતિસ્થાપક અને સંજોગો પ્રમાણે વર્તો :-

સ્થિતિસ્થાપક શબ્દ એ ધાતુઓ પર લાગુ થાય છે જે કદી તૂટતી નથી. તમે એને વાળો ત્યારે એ વળી જાય છે, પરંતુ એના પરથી દબાણ ખસેડી લેવામાં આવે તો એ પુનઃ પોતાની મૂળ સ્થિતિમાં આવી જાય છે. તમારા પ્રયત્નો પણ જીવનની બદલાતી પરિસ્થિતિઓ પ્રમાણે હોવાં જોઈએ.

5. યોગ્ય સમયે યોગ્ય નિર્ણય લો :-

બહુ જલદી હાર માનવામાં કે લાંબો વખત વાતને વળગી રહેવા વચ્ચેની ભેદરેખા બહુ પાતળી હોય છે. જો કોઈ વસ્તુ કામમાં ના આવતી હોય તો એની પર અટકેલા ના રહેશો. તમારી પ્રતિજ્ઞા પર અડગ રહો,

પરંતુ તમારા મનની વાત સાંભળો, એ તમને કહેશે કે ક્યારે એક રસ્તો છોડીને બીજા રસ્તે જવાનું છે.

6. પોતાના પગ અને ક્ષિતિજને એકસાથે જુઓ

તમારી દિનચર્યામાં દરેક પગલા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો, પરંતુ એની સાથે જ લાંબા ગાળાની યોજનાઓને પણ ના ભૂલશો. જો તમે આ રીતે વસ્તુઓને જોશો તો તમને એવી વસ્તુઓ મળી શકે છે, જેની તમે માત્ર કલ્પના જ કરતા હતા.

7. કામ કરવાની રીત, એના અંત કરતાં ઘણી વધારે મહત્વની છે.

એક પૂર્ણ થયેલી યોજના, ચોક્કસ ટેવોનું પરિણામ હોય છે, આ ટેવને તમે રોજિંદા જીવનમાં ત્યાં સુધી અમલમાં રાખો છો જ્યાં સુધી તમે એ નથી મેળવી લેતા જે તમે નક્કી કર્યું હતું. જાપાનીઓ માટે કોઈપણ કામના પરિણામ કરતાં એને કરવાની રીત વધારે મહત્વ રાખે છે. ગંતવ્ય પર સારી રીતે પહોંચવા માટે માર્ગ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો.

8. બધું મનમાં જ શરૂ થાય છે.

કોઈપણ વસ્તુને મેળવતાં પહેલાં એની કલ્પના કરો. પોતાના માનસપટલ પર એ યોજનાને વ્યક્ત કરો, એ તમને એ જગ્યાએ લઈ જશે, જ્યાં જવાનું તમે સપનું જોયું હતું. ત્યારબાદ એ લક્ષ્યને તબક્કાઓમાં ફેરવી લો.

9. પ્રવાસનો આનંદ લો.

તમારા ઉદ્દેશ્યને ચિંતાના સતત સ્રોતમાં ફેરવશો નહીં. તમને આ માર્ગમાં જ ઇનામ મળશે. તમે જે કંઈ શીખો છો, તેનો આનંદ લો. આ પ્રવાસ દરમિયાન તમને મળેલા લોકો અને થયેલા અનુભવોનો આનંદ લો. પોતાના રસ્તા પર આગળ વધતા રહેવું જ સાચી સફળતા છે.

10. અત્યારે જ આરંભ કરો—ગનબાતે!

તમારે જે કરવું છે, એ ત્યારે જ હકીકત બનશે જ્યારે તમે એને કાલ પર નહીં ટાળો. એને હાલ જ પૂરું કરો. જો ક્યારેક નિરાશા-હતાશાનો અનુભવ થાય તો યાદ રાખો : ગનબાતે!

**પુસ્તક : ગનબાતે ! ( આલ્બર્ટ લિબરમેન )**

## VASISHTHA GROUP OF SCHOOL

**શ્રી વસિષ્ઠ વિદ્યાલય, વાવ.**

ગુજરાતી માધ્યમ / દિલાઈ માધ્યમ

નર્સરી થી ઘો. ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ

☎ 02621 255551/3 ☎ 91734 02809 / 91733 15555

VISIT US : [vasishtha.net](http://vasishtha.net)

**વસિષ્ઠ જેનેસિસ સ્કૂલ, બાબેન.**

ગુજરાતી માધ્યમ

૧ થી ઘો. ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ

☎ 02622 225542/43 ☎ 91576 44555

Visit us : [vasishthagenesissschool.net](http://vasishthagenesissschool.net)