



ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી

(આઈ. એસ. ઓ. ૯૦૦૧:૨૦૧૫ પ્રમાણિત સંસ્થા),

"સમૃદ્ધિ", ૪થો માળ, મક્કાઈ પુલ, નાનપુરા, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૧

ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧

ફેક્સ નં. ૦૨૬૧-૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : info@sgcci.in

Website : www.sgcci.in

રેફ નં.

તા : ૫/૬/૨૦૨૧

તંત્રીશ્રી, _____, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

જત નીચેની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજ.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,

(ડે. સેક્રેટરી)

જ્યારે પણ ભય લાગે ત્યારે ખરેખર એ શું છે? તે અંગે વિચારી તેને દૂર કરવા પ્રયાસ કરવો જોઈએ

ચેમ્બર દ્વારા 'ડર કે આગે જીત હૈ' વિશે વેબિનાર યોજાયો

સુરત. ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી દ્વારા શુક્રવાર, તા. ૪ મે ૨૦૨૧ના રોજ 'ડર કે આગે જીત હૈ' વિષય ઉપર વેબિનારનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં અખિલ ભારતીય તેરાપંથ યુવક પરિષદ સંસ્થાના કોન્ફીડન્ટ પબ્લીક સ્પીકિંગ પ્રોગ્રામના પ્રોવિઝનલ ઝોનલ ટ્રેનર ભવ્ય બોથરાએ ભયને દૂર કરવા માટેની દિશામાં ખૂબ જ મહત્વનું માર્ગદર્શન આપ્યું હતું.

ભવ્ય બોથરાએ જણાવ્યું હતું કે, ભયને દૂર કરવા માટે પોતાની જાત ઉપર દૃઢ વિશ્વાસ જરૂરી છે. ભયને દૂર કરવાનો બીજો ઉપાય એવો છે કે એવું કંઈ લખી નાંખો કે લોકો વર્ષો સુધી તેને લોકો વાચે અને એવું કંઈ કરી નાંખો કે વર્ષો સુધી લોકો તેના વિશે વિચારે અને તમારી વાતો કરે. વર્ષ ૨૦૦૭માં બોલર બ્રેડ હોકે ક્રિકેટર સચિન તેંડુલકરને બોલ્ડ કર્યો હતો ત્યારે બ્રેડ હોકે બોલ ઉપર સચિનનો ઓટોગ્રાફ લેવા ગયો હતો ત્યારે સચિને તેને ઓટોગ્રાફ તો આપ્યો જ હતો પણ તેની સાથે બોલ ઉપર એવું પણ લખી નાંખ્યું હતું કે આ તારી ફર્સ્ટ એન્ડ લાસ્ટ વિકેટ હતી. હવે જીવનમાં તુ ક્યારેય મારી વિકેટ લઈ શકીશ નહીં અને એવું જ થયું કે ત્યારબાદ બ્રેડ હોકે ક્યારેય સચિનને આઉટ કરી શક્યો નહીં.

તેમણે વધુમાં જણાવ્યું હતું કે, મોટા ભાગના લોકો અન્ય લોકોની વચ્ચે બોલવાથી પણ ગભરાતા હોય છે ત્યારે આવા લોકોએ પોતાની જાત ઉપર આત્મવિશ્વાસ રાખવો જોઈએ અને વિષય અંગે પૂરતું નોલેજ મેળવી તેની પ્રેક્ટિસ કરવી જોઈએ. એવું પણ બનતું હોય છે કે ભયને કારણે મગજ ઉંઘી દિશામાં વિચારતું હોય છે. આથી ડરવાને બદલે હિંમતથી કોઈપણ મુશ્કેલીનો સામનો કરવો જોઈએ. કારણ કે, ભય એ મનમાં હોય છે અને એનાથી ક્યારેય ગભરાવવું જોઈએ નહીં. જરૂર પડે તો ભયને દૂર કરવા માટે સંબંધીઓ તેમજ મિત્રોની મદદ લેવી જોઈએ.

જ્યારે પણ ભય લાગે ત્યારે તેને પ્રશ્ન કરવો જોઈએ કે આ ભય ખરેખર છે શું? તેના વિશે બે – ત્રણ લોકો સાથે વાત કરો. ભય કેમ લાગે છે? તે વિશે વિચારો અને તેને દૂર કરવાના પ્રયાસ કરવો જોઈએ. આજના યુગમાં લોકો પોતાની સાથે ખોટું બોલીને એક કમ્ફર્ટ ઝોનમાં પોતાની જાતને કેદ કરી લે છે. જરૂરી ખર્ચમાં ઘટાડો કરીને એક સીમિત સેલરીમાં જ રચ્યાપચ્યા રહેવાનું લોકો પસંદ કરે છે. પણ એના કરતા પોતાની જરૂરિયાતો વધારવી જોઈએ અને તે મુજબ ખર્ચ કરવો જોઈએ. આ ખર્ચને પહોંચી વળવા માટે જીવનમાં નવું શીખવાની ઈચ્છાશક્તિ રાખવી જોઈએ.

ચેમ્બરના ગૃપ ચેરમેન કમલેશ ગજેરાએ વેબિનારમાં સ્વાગત પ્રવચન કર્યું હતું. જ્યારે ચેમ્બરની યુથ વીગ કમિટીના સભ્ય નિતિન ધામેલિયાએ વેબિનારનું સંચાલન કર્યું હતું. અંતે યુથ વીગ કમિટીના સભ્ય ભરત ખાનપરાએ સર્વેનો આભાર માની વેબિનારનું સમાપન કર્યું હતું.