



# ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી

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

"સંહતિ", છટ્ટો માળ, એસ.આઈ.ઈ.સી.સી. કેમ્પસ, ખજોદ ચાર રસ્તા પાસે, સરસાણા, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૭

ફોન નં. ૨૨૯૧૧૧૧

ફેક્સ નં. ૦૨૬૧-૨૪૭૨૩૪૦

E-mail : [info@sgcci.in](mailto:info@sgcci.in)

Website : [www.sgcci.in](http://www.sgcci.in)

રેફ નં.

તા: ૧૬/૦૯/૨૦૨૨

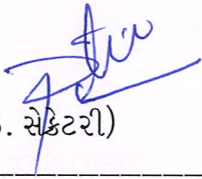
તંત્રીશ્રી, \_\_\_\_\_, સુરત.

મે. સાહેબશ્રી,

જત નીચેની પ્રેસ નોટ આપના દૈનિકમાં પ્રસિદ્ધ કરી આભારી કરશોજ.

લિ.

આપનો વિશ્વાસુ,

  
(ડે. સેક્રેટરી)

## ચમત્કાર ત્યારે જ થાય છે જ્યારે મનના વિચારો સાચી દિશાએ દોડતા હોય છે : નિષ્ણાંત

ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ દ્વારા 'માઈન્ડ મિરેકલ' વિષે ટ્રેનીંગ સેશન યોજાયું

સુરત. ધી સઘર્ન ગુજરાત ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રી દ્વારા ગુરુવાર, તા. ૧૫ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૨૨ ના રોજ સાંજે ૫:૩૦ કલાકે સમૃદ્ધિ, નાનપુરા, સુરત ખાતે 'માઈન્ડ મિરેકલ' વિષે ટ્રેનીંગ સેશનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં નિષ્ણાત વક્તા તરીકે કોર્પોરેટ ટ્રેનર કલ્પેશ દેસાઈએ મનના પ્રોગ્રામિંગ વિષે મહત્વનું માર્ગદર્શન આપ્યું હતું.

કલ્પેશ દેસાઈએ જણાવ્યું હતું કે ભગવાને આપણને ચાર મહત્વના રિસોર્સ જેવા કે માઈન્ડ, બોડી, ટાઈમ અને ટેલેન્ટ આપ્યા છે. એમાં સૌથી મોટો રિસોર્સ એટલે માઈન્ડ એટલે કે મન છે. વિશ્વમાં જેટલા પણ ચમત્કાર થયા છે તે બધા જ મનને કારણે થયા છે. મન એ મોટું પાવર હાઉસ છે. કારણ કે સપના, વિચારો, લાગણીઓ અને આદતો એ મનની અંદર હોય છે. એકાગ્રતા અને બોડીનો કન્ટ્રોલ પણ મનની અંદર હોય છે. મન એ માત્ર એક વિચાર છે. જ્યાં વિચાર નથી ત્યાં મન નથી એવું સમજવું અને પોતાની જાત સાથે વાત કરીએ તેને વિચાર કહેવામાં આવે છે.

ચમત્કાર ત્યારે જ થાય છે જ્યારે મનના વિચારો સાચી દિશાએ દોડતા હોય છે. આથી મનના વિચારોને ખોટી દિશાએ જતા બચાવી સાચી દિશા આપવાની જરૂર છે. એના માટે પોતાની જાત સાથે સેલ્ફ ટોક કરવાનો છે. આવું કરીશું ત્યારે વિચારો સાચી દિશાએ લઈ જઈ શકાય છે. મનનું ચોક્કસ સ્થાન હોતું નથી એટલે જ્યાં આપણું ધ્યાન કેન્દ્રિત થયેલું હોય છે ત્યાં આપણું મન હોય છે. આથી આપણે સાચી દિશામાં ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ.

ચમત્કાર કરવા માટે આપણી અંદર રહેલી શક્તિનો ઉપયોગ કરવો પડે છે, એટલા માટે તેને સારી રીતે સમજવાની જરૂર છે. મનને સારું ડાયરેક્શન આપવું જરૂરી છે. બિઝનેસમાં આવતી મુશ્કેલીઓ ઉપર ફોકસ કરીશું તો એમાં જ ફસાયેલા રહીશું પણ તેને બદલે મુશ્કેલીઓના નિવારણ ઉપર ફોકસ કરીશું તો ચોક્કસપણે મુશ્કેલીમાંથી બહાર નીકળી શકાશે.

સબકોન્શિયસ માઈન્ડ પાસે લોજિક હોતું નથી. એની પાસે ઓટોમોટીક બોડી ફંક્શનનો રિસ્પોન્સ હોય છે. પરંતુ આપણે વિચારીને જે કાર્ય કરીએ છીએ તે કોન્શિયસ માઈન્ડથી થાય છે. પરંતુ મોટા ભાગે એવું બનતું હોય છે કે લોકો સબકોન્શિયસ માઈન્ડ અને કોન્શિયસ માઈન્ડનો જોઈએ તે રીતે ઉપયોગ કરતા નથી. જેને કારણે તેઓ બિઝનેસમાં અથવા જીવનમાં જુદી-જુદી મુશ્કેલીઓમાં ફસાઈ જતા હોય છે. આથી સિમ્પલ માઈન્ડનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

આપણે કોઈ સારી બાબત ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીએ ત્યારે ભુતકાળના વિચારો આવી જતા હોય છે અથવા તો ભવિષ્યની ચિંતા થતી હોય છે ત્યારે એ સ્વીન્ગીંગ માઈન્ડને કારણે થાય છે. આ ઉપરાંત ઇગો, કોઈની સાથે બદલો લેવાની ભાવના, બીજાની સાથે પોતાની સરખામણી અથવા કોઈને જજ કરવાની એક્ટીવિટી એ બધું કોન્ટ્રાસ્ટ માઈન્ડને કારણે થાય છે. માણસે ખુશ અને ફોકસ્ડ રહેવું હોય તો સિમ્પલ માઈન્ડનો જ ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

મુશ્કેલીઓના નિરાકરણ માટે પોઝીટીવ રહીને કોન્શિયસ માઈન્ડથી વિચાર કરવો જોઈએ અને યોગ્ય દિશામાં કોમ્યુનિકેશન કરવું જોઈએ. સેલ્ફ ટોક વખતે પણ વધારે પડતા ઇનર ડાયલોગ કરવા નહીં જોઈએ. બિઝનેસમાં અથવા જીવનમાં પોતાના માટે શું મહત્વનું છે તે વિચારીને આગળ વધવું જોઈએ. પરિસ્થિતિને આપણે કેવી રીતે લઈએ છીએ તેના પર નિર્ભર કરતું હોય છે. ઇમોશન ઉપર કન્ટ્રોલ કરવું હોય તો મેડીટેશન કરવું જોઈએ.

ચેમ્બર ઓફ કોમર્સના ઉપ પ્રમુખ રમેશ વઘાસિયાએ સેશનમાં સ્વાગત પ્રવચન કર્યું હતું. ચેમ્બરના ગૃપ ચેરમેન મૃણાલ શુક્લએ સવાલ-જવાબ સેશનનું સંચાલન કર્યું હતું. ચેમ્બરની સોફ્ટ સ્કીલ્સ ડેવલપમેન્ટ કમિટીના ચેરમેન ચિરાગ દેસાઈએ કાર્યક્રમની રૂપરેખા આપી સમગ્ર સેશનનું સંચાલન કર્યું હતું. જ્યારે કમિટીના સભ્ય જે.કે. નાયરે વક્તાનો પરિચય આપ્યો હતો. સેશનમાં વક્તા કલ્પેશ દેસાઈએ વિવિધ સવાલોના સંતોષકારક જવાબ આપ્યા હતા અને ત્યારબાદ સેશનનું સમાપન થયું હતું.