ગ્રાફોલોજીની જીવનમાં ઉપયોગિતા

ગ્રાફોલોજીનો ઉદ્ભવ ચોથી સદીમાં થયો હોવાનું મનાય છે. જાપાનીઝ ફિલસૂફ ઓકા કુરા કહે છે કે, લખાણનો દરેક સ્ટોક એક સંપૂર્ણ જીવન દર્શાવે છે. લેખન વિજ્ઞાન છે, તેના સૂક્ષ્મમાં જઈને ઘણું બધું જાણી શકાય છે.

વ્યક્તિ વિષે જાણકારી

ગ્રાફોલોજીમાં લખાણ, સહી, ડુડલિંગ, ડ્રોઇંગ, પેઈન્ટિંગ, રંગ વગેરેનો આધાર લેવામાં આવે છે. લખવાની કે અક્ષરોની દિશા ઉપર જાય, નીચે જાય, અક્ષરો નાના મોટા થાય તેના પરથી વ્યક્તિ વિષે સંપૂર્ણ જાણી શકાય છે. આ બધું જાણ્યા બાદ તેમાં ફેરફાર કરીને જીવનમાં સકારાત્મક પરિણામો લાવી શકાય છે. ફિલ્મો તેમ જ ફિલ્મસ્ટારનાં નામના વધારાના આલ્ફાબેટ હોય અને વિચિત્ર ઉચ્ચાર થાય તેવા સ્પેલિંગ જોયા છે જે ગ્રાફોલોજી છે.

ગ્રાફોલોજીનો અભ્યાસ

મુંબઈમાં કચ્છી જૈન પરિવારમાં જન્મેલા અને વડોદરાની એમ. એસ. યુનિવર્સિટીમાં બીએસસી કર્યા બાદ હર્ષા ગાલાને ગ્રાફોલોજીમાં રસ પડ્યો. લાઇબ્રેરીમાં 'અક્ષરો ઓળખો' બૂક વાંચી. લગ્ન પછી ખૂબ વાંચન કર્યું. પુત્ર નીલ અને પતિ અરવિંદ ગાલાને ગ્રાફોથેરપીની ટ્રીટમેન્ટ આપીને સ્વસ્થ કર્યા છે. છેક હમણાં કેમ્બ્રિજ કૉલેજમાંથી ઓનલાઈન અભ્યાસ કર્યો. ગ્રાફોલોજીની વ્યવસાય દ્વારા તેમણે અસંખ્ય લોકોને ગ્રાફોથેરપીથી ઠીક કર્યા છે. તેઓ કચ્છના ટુંડા ગામના વતની છે.

અક્ષરની થેરપી

હર્ષાબહેન ગાલાએ એક મુલાકાતમાં જણાવ્યું કે, ગ્રાફોથેરપીમાં બ્રેઈનના ન્યૂરોનને એક્ટિવ કરવામાં આવે છે. ડૉક્ટરની ટ્રીટમેન્ટ પૂરી થયા પછી મારી ટ્રીટમેન્ટ શરૂ થાય છે. આ થેરપી અક્ષરની છે. દરેક અક્ષર આપણા શરીર સાથે જોડાયેલા છે. તમારા નામના પ્રથમ અક્ષર પરથી તમે કેવા છો તે કહી શકાય છે.

બ્રેઈન રાઈટિંગ ડૉક્ટર

એમણે કહ્યું, 'ગ્રાફોલોજિસ્ટને બ્રેઈન રાઈટિંગ ડૉક્ટર પણ કહે છે. જે બ્રેઈનને વાંચી શકે છે અને પોઝિટીવ દિશા આપી શકે છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ વિષે સંપૂર્ણ જાણ્યા બાદ ગ્રાફોથેરપી આપી શકાય છે. વ્યક્તિની લખવાની પદ્ધતિ પરથી તેની ઓળખ કહી શકાય છે. તો મહિલાઓ માટે તો આ પદ્ધતિ ખરેખર ઘણી ઉપયોગી છે.

મુંબઇ જી ગાલ
કનૈયાલાલ જોશી

જાપાનની થેરપી

ગ્રાફોલોજિસ્ટ હર્ષા ગાલાએ કહ્યું, આ થેરપી જાપાનથી આવી છે. વિદેશમાં આ વિષયની જાગૃતિ ઘણી છે. ભારતમાં ઓછી છે. ઑસ્ટ્રેલિયા, ઓમાન, દુબઈ વગેરે જગ્યાએ ગઈ છું. ત્યાં ગ્રાફોલોજીનો પ્રચાર અને સમજ ઘણી છે. અહીં હવે લોકો ગ્રાફોલોજી વિષે જાગૃત થયા છે. નવજાત શિશુનું નામકરણ ગ્રાફોલોજીની મદદથી કરવામાં આવે છે. વિદ્યાર્થીઓને અભ્યાસ - કારકિર્દીમાં આ થેરપી ખૂબ ઉપયોગી છે. હૉસ્પિટલમાં દરદીઓને પોઝિટીવ કમાન્ડ આપવાથી જલદી સાજા થાય છે. કોર્ટ અને ગુનાખોરી વખતે બનાવટી સહી કે જૂઠ્ઠાણું શોધવામાં પણ તેનો ઉપયોગ થાય છે. અનેક કંપનીઓ પોતાના લૉગો, નામ, સિગ્નેચર વગેરે ગ્રાફોલોજીની મદદથી ડિઝાઈન નક્કી કરેછે.

હર્ષા ગાલા

મહિલાઓ પોતાની ઓળખ બનાવે

હર્ષાબહેને કહ્યું, વર્કિંગ વુમન હોય કે ગૃહિણી હોય, દરેકને કામની તાણ હોય છે પણ દરેક પોતાની ઓળખ બનાવે, જેમ ઘરમાં દરેક વસ્તુની જગ્યા હોય છે, એ જ રીતે પરિવારમાં પોતાની ખાસ જગ્યા બનાવે. આ બધું શક્ય છે. તમારા રાઈટિંગમાં તમારા અક્ષરોને બેલેન્સ કરશો તો બ્રેઈન બેલેન્સ થશે અને તેથી સમગ્ર જીવન બેલેન્સ રહેશે.

ભૂલી જવાની બીમારી

તેમણે જણાવ્યું કે ૭૦થી વધુ વયનાને પાર્કિન્સન્સ થાય, પણ કામ ન કરે, ભૂલી જવાની બીમારી થાય. બ્રેઈનસ્ટ્રોક આવ્યો હોય કે કોમા પેશન્ટ હોય.

બધાને ગ્રાફોથેરપી ઉપયોગી છે. કોવિડના સમયમાં હૉસ્પિટલમાં જઈને લોકોને સ્ટ્રેસમાંથી બહાર લાવવાનું કામ કર્યું હતું. ગ્રાફોલોજી દરેકનાં જીવનમાં કંઈક ને કંઈક અંશે ઉપયોગી સાબિત થઈ છે.

વિદ્યાર્થીઓને ટ્રીટમેન્ટ

એમણે કહ્યું, દસમા - બારમામાં ભણતા વિદ્યાર્થી વાંચવા બેસે એ પહેલાં ટ્રીટમેન્ટ આપું છું. તેનાથી તેનામાં આત્મવિશ્વાસ આવે છે. ડર નીકળી જાય. જૂનું વાંચેલું યાદ આવે. આજના છોકરાઓ સિગ્નેચરમાં પોતાનું નામ જ લખે છે. આમ કરવાથી એકલા રહી જાય છે. એમનો ગોલ પણ નક્કી હોતો નથી. ક્યાં જઈ રહ્યા છે તેની પણ ખબર હોતી નથી.વિદ્યાર્થીઓ માટે તેમણે ખાસ જણાવ્યું કે, પરીક્ષા પહેલાં ગભરાવું નહીં, ગભરાટ થાય, માંદા પડ્યા, વાંચેલું ભૂલી જવાય આ બધું મગજમાં ચાલતી ઊથલપાથલના લીધે થાય છે.

સમગ્ર જીવન બદલી શકાય

હર્ષાબહેને કહ્યું, ગ્રાફોલોજીથી તમારું સમગ્ર જીવન બદલાઈ જાય છે. તમે જ્યાં પણ ઊભા હશો ત્યાંથી લોકો તમને અનુસરશે. જીવનમાં ચડાવ-ઉતાર આવશે, તકલીફ આવશે છતાં ચટ્ટાનની જેમ અડગ ઊભા રહી તેનો સામનો કરી શકશો. ગ્રાફોલોજી ભૂતકાળ અને વર્તમાન વિષે કહે છે તેમ ભવિષ્ય વિષે પણ સતર્ક કરે છે.

ફ્રી સેમિનાર

હર્ષા ગાલા શાળા - કૉલેજોમાં ફ્રી સેમિનાર કરે છે. કૉર્પોરેટ સેમિનાર પણ કરે છે. કંપનીના કર્મચારીઓને આ થેરપી શીખવે છે. મેરેજ કાઉન્સેલિંગ કરે છે.

ગ્રાફોલોજીની મદદથી જો અજાગૃત મગજને હાથમાં લેતા થઈ જાઓ તો દુનિયાની સામે ટકી રહેવાની શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે એમ પણ તેમણે કહ્યું હતું.

પહેલા પાનાથી

રાંધણગેસ પાઈપલાઈન

લાઈનો માટે ૬૦ દિવસમાં મંજૂરી ફરજિયાત છે. નહીંતર, મંજૂરી મળી ગઈ છે તેમ માનીને કામ શરૂ કરી દેવાશે. એક ખાસ મહત્ત્વના નિર્દેશ મુજબ ગેસ માટેની પાઈપલાઈન કોઈની અંગત માલિકીની જમીનમાંથી પસાર થતી હશે તો જમીનના ધંધાદારી ભાવનો ૩૦ ટકા હિસ્સો જમીનમાલિકને વળતરરૂપે આપી દેવાશે. તેના માટે હર્ષા અહીં કેસ નહીં

યુદ્ધ રોકવા ઈરાને મૂકી પાંચ શરતો

(૧) હુમલા અને લક્ષિત હત્યાઓ પર રોક.
(૨) ભવિષ્યમાં યુદ્ધ ન છેડવાની ગેરંટી.
(૩) યુદ્ધમાં નુકસાનનું વળતર.
(૪) તમામ મોરચે સંઘર્ષનો પૂર્ણ અંત.
(૫) હોર્મુઝ પર ઈરાની અધિકારને માન્યતા.

વાત એક જ છે અને એક જ રહેશે. અમારા

સંગ્રહખોરો સામે 'એસ્મા'

કનેક્શન કાર્યરત છે. કેન્દ્ર સરકારના માર્ચ ૨૦૨૬ના ગેઝેટ મુજબ, સામાન્ય જનતાને મળતા ગેસને પ્રાથમિકતા-૧માં રાખવામાં આવ્યો છે. જેથી પુરવઠામાં કોઈ વિક્ષેપ નહીં પડે. છેલ્લા બે દિવસમાં સોશિયલ મીડિયા પર ફેલાયેલી અફવાઓના કારણે પેટ્રોલ પંપો પર વાહનોની લાંબી લાઈનો જોવા મળી હતી. સામાન્ય રીતે જે પંપ પર દિવસનું ૨,૫૦૦