

પરિચય કાલે જ સકાર્ય થયે લોકોને જુથ છે જે ત્યાવ, અનચિત્ત થતિગુસ સો, ઉદાસીનત અને દબણ વગેરેથી પીડાત લોકોને મદ કહે છે. તે વા લોકોને મદ કહે છે જે આ સમસ્યામાં મંથી બહાર આવે છે અને તે સામન્ય, સુખી અને સાથી જીવગી જીવે છે.

વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન :-

- લોકો જે ઉદાસીનતથી પીડાયા છે, જેને નીચપણુ લાગે છે, જે ભવનાની બહાર છે અને અચર મેજાજમં થઈ છે.
- જે લોકો ચિત્તિ છે, જેમને ત્યાવ છે અને બેચેન છે.
- જે લોકો સાથી થીતધ્યાન કેદ થીતનથી કથી શકત.
- જે ચિચિડીયા છે અને તે કામ ઉપર કાચક ધમ્ત ગુમવી બેઠા છે.

વિજ્ઞાન .

- ) વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન .

નીચે ઉલ્લી જાય છે, મનસકિ સ થતિની બહાર છે, અચર મેજાજવાળા છે, થકી જાય છે, ભુખ નથી લાગતી, ઉદન નથી આવતી, આત્મ મહત્ત્યા કથવાના વચિથે આવે છે અને તેકથવાના પરિચયનો કહે છે.

- ) વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન .

આત્મતની, ત્યાવની, બેચેનપણાની, તણદાયક અને ઘણા વચિથે ઘથમં અને અને કાચ્યાલયમં ક સમ્મે આવવાથી ત્યભીતથય છે. અસપ પચટ ડ છે કે કોઈક અચર થો અને કામ ઉપર ખજાળા પરિચય થો.

- ) વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન .

ઝગડા, ગુસ સો, હસિા, કડવાહટ, અસંતેષજનક લગન, કુટુંબ સંબંધેનુ તુલુ, છુટાછેડા.

- ) વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન .

ઘણા કાચ્યોને લીધે ખાસ કથીને નકાચતી મ્ક વચિથે.

વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન .

સપ વચં સહાયત સમ્જશક વિવાળી વચિથશક તનુ મથ ગદથ શન અને સકાચતી મ્ક પરિચય તવ આપે છે. ઘથના કામ્મ પોતના વચિથે અને વચવહાર ફાળે થુપથીતેબલાવવા. ત્યાં જુથમટે મથ ગદથ શન અને લેવડદેવડ છે. શકિ પછા મ્નોવજિ આન ઉપર આધથતિ છે. આપણે પરિચય આતમ્નોવેજિ જાનકિ જેવા કે Albert Ellis, Aaron T Beck વગેરેના તત્ત વકિ સદિ ધંત્મો સાથ વાપથીવે છીવે. Daniel Golemanને શકિ પછા અપાય છે. સંતેના શકિ પછા ઉપથી ઘણી બધી મદ મંગી છી .

વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન .

- ૧) પરિચય સહાયત સુમ્દાય દથ થવિાથે સવાથના ૧૦ વાગ્યાથી નવિાથ લ ૬ જ હોમ હોલ ઉપર ૩ કલાક મટે મ્નો છે.

- ૨) ત્યાં સભ્ય થા મટે વ્યાપાથી શુલ ક નથી પણ સ વેર છીક ચોગદાન સ વીકાથ્યામં આવે છે.
- ૩) ત્યાં પરિચય થા અને શપથ છે. ક સભ્ય બનવા મટે આ બંને વસતુ જૂથી છે.
- ૪) સુમ્દાય મ્નોચકિતિ સક ડ . ઉલ હાસ લુકટુકેના પાસેથી મથ ગદથ શન લાય છે.
- ૫) ક સાકાચતી મ્ક વચિથ ઉપર વ્યાખ્યાન, સુમ્દાય વરે વહેચી અને સંગાથઆ ત થોય દરેક બેઠકના મુખ્ય ભગો છે.

સમ્ય સમ્ય ઉપર ત્યાં જુદાજુદા પરિચય મ્નોબંજનના કાચ્યાલયકે છે, સહેલ વગેરે હોય છે. પુસત્તો પણ પરિચય શકિતકથી છે.

વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન :

- વિજ્ઞાન : +૯૧ ૯૮૨૨૭૫૯૩૩૫
- વિજ્ઞાન : +૯૧ ૯૪૨૩૦૧૨૧૧૪
- વિજ્ઞાન : +૯૧ ૨૦ ૨૫૪૩૯૨૮૪
- વિજ્ઞાન : +૯૧ ૨૦ ૨૪૨૮૦૧૦૧

Email ID: [info@prajit.org](mailto:info@prajit.org)

Website: [www.prajit.org](http://www.prajit.org)

વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન વિજ્ઞાન :

નવિાથ લ ૬ જ હોમ હોલ,

પત ઢકાટ ડવનની નજીક, નવી પેઠ,  
ગાંજવે ઢેક,  
પુણે - ઢ૧૧ ૦૩૦, ઢહાયધ ટ ઢ, ડથત