



ગોરક્ષા પાત્ર

ગોરક્ષા + સત્યાગ્રહ + ભ્રષ્ટાચાર નિર્મૂલન આંદોલન = સંપૂર્ણ અહિંસક ક્રાંતિનું માસિક મુખપત્ર

અંક - ૪૪

૧ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૮

પાના-૧૬

વાર્ષિક લવાજમ - રૂ. ૧૦૦/-

રાજવાણી

મુંબઈ, પોષ, ૧૯૫૧

જો જ્ઞાનીપુરુષના દ્રઢ આશ્રયથી સર્વોત્કૃષ્ટ એવું મોક્ષપદ સુલભ છે; તો પછી ક્ષણે ક્ષણે આત્મોપયોગ સ્થિર કરવો ઘટે એવો કઠણ માર્ગ તે જ્ઞાનીપુરુષના દ્રઢ આશ્રયે પ્રાપ્ત થવો કેમ સુલભ ન હોય? કેમ કે તે ઉપયોગના એકાગ્રપણા વિના તો મોક્ષપદની ઉત્પત્તિ છે નહીં, જ્ઞાનીપુરુષના વચનનો દ્રઢ આશ્રય જેને થાય તેને સર્વ સાધન સુલભ થાય એવો અખંડ નિશ્ચય સત્પુરુષોએ કર્યો છે; તો પછી અમે કહીએ છીએ કે આ વૃત્તિઓનો જય કરવો ઘટે છે, તે વૃત્તિઓનો જય કેમ ન થઈ શકે? આટલું સત્ય છે કે આ દુષ્ક્રમકાળને વિષે સત્સંગની સમીપતા કે દ્રઢ આશ્રય વિશેષ જોઈએ અને અસત્સંગથી અત્યંત નિવૃત્તિ જોઈએ; તોપણ મુમુક્ષુને તો એમ જ ઘટે છે કે કઠણમાં કઠણ આત્મસાધન હોય તેની પ્રથમ ઈચ્છા કરવી, કે જેથી સર્વ સાધન અલ્પ કાળમાં ફળીભૂત થાય.

શ્રી તીર્થકરે તો એટલા સુધી કહ્યું છે કે જે જ્ઞાનીપુરુષની દશા સંસારપરિક્ષણ થઈ છે, તે જ્ઞાનીપુરુષને પરંપરા કર્મબંધ સંભવતો નથી, તોપણ પુરુષાર્થ મુખ્ય રાખવો, કે જે બીજા જીવને પણ આત્મસાધન-પરિણામનો હેતુ થાય.

‘સમયસાર’માંથી જે કાવ્ય લખેલ છે તે તથા તેવા બીજા સિદ્ધાંતો માટે સમાગમે સમાધાન કરવાનું સુગમ પડશે.

જ્ઞાનીપુરુષને આત્મપ્રતિબંધપણે સંસારસેવા હોય નહીં, પણ પ્રારબ્ધપ્રતિબંધપણે હોય, એમ છતાં પણ તેથી નિવર્તવારૂપ પરિણામને પામે એમ જ્ઞાનીની રીત હોય છે; જે રીતનો આશ્રય કરતાં હાલ ત્રણ વર્ષ થયાં વિશેષ તેમ કર્યું છે અને તેમાં જરૂર આત્મદશાને ભુલાવે એવો સંભવ રહે તેવો ઉદય પણ જેટલો બન્યો તેટલો સમપરિણામે વેદો છે; જોકે તે વેદવાના કાળને વિષે સર્વસંગનિવૃત્તિ

કોઈ રીતે થાય તો સારું એમ સૂઝ્યાં કર્યું છે; તોપણ સર્વસંગનિવૃત્તિએ જે દશા રહેવી જોઈએ તે દશા ઉદયમાં રહે, તો અલ્પ કાલમાં વિશેષ કર્મની નિવૃત્તિ થાય એમ જાણી જેટલું બન્યું તેટલું તે પ્રકારે કર્યું છે; પણ મનમાં હવે એમ રહે છે કે આ પ્રસંગથી એટલે સકલ ગૃહવાસથી દૂર થવાય તેમ ન હોય તોપણ વ્યાપારાદિ પ્રસંગથી નિવૃત્ત, દૂર થવાય તો સારું, કેમકે આત્મભાવે પરિણામ પામવાને વિષે જે દશા જ્ઞાનીની જોઈએ તે દશા આ વ્યાપાર વ્યવહારથી મુમુક્ષુજીવને દેખાતી નથી. આ પ્રકાર જે લખ્યો છે તે વિષે હમણાં વિચાર ક્યારેક ક્યારેક વિશેષ ઉદય પામે છે. તે વિષે જે પરિણામ આવે તે ખરું. આ પ્રસંગ લખ્યો છે તે લોકોમાં હાલ પ્રગટ થવા દેવા યોગ્ય નથી. માહ સુદ બીજ ઉપર તે તરફ આવવાનું થવાનો સંભવ રહે છે. એ જ વિનંતિ.

- શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી, પત્રાંક ૫૬૦.

વિ.સં. ૧૯૪૫

નિરાબાધપણે જેની મનોવૃત્તિ વહ્યા કરે છે; સંકલ્પ-વિકલ્પની મંદતા જેને થઈ છે; પંચ વિષયથી વિરક્ત બુદ્ધિના અંકુરો જેને ફૂટ્યા છે; ક્લેશનાં કારણ જેણે નિર્મૂળ કર્યા છે; અનેકાંત-દ્રષ્ટિયુક્ત એકાંતદ્રષ્ટિને જે સેવ્યા કરે છે; જેની માત્ર એક શુદ્ધ વૃત્તિ જ છે; તે પ્રતાપી પુરુષ જયવાન વર્તો.

આપણે તેવા થવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

- શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર, પત્રાંક ૮૦

તળાવ એક જ હોય છે... જેમાં હંસ મોતી શોધે છે અને બગલો માછલી શોધે છે... ફક્ત, વિચાર વિચારમાં ફરક છે... તમારા વિચાર જ છે જે તમને આગળ લઈ જાય છે...!!

કર્મનો 'સાયો' સિધ્ધાંત

મહાભારતનું યુદ્ધ પુરું થયું અને, ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ દ્વારિકા પરત આવ્યાં. પટ્ટરાણી રુક્મિણી તેની પાસે આવ્યાં અને પૂછ્યું. “હે માધવ, યુદ્ધમાં ગુરુ દ્રોણ અને ભીષ્મ પિતામહ જેવા જ્ઞાની, પુણ્યશાળી અને મહાન યોદ્ધાઓને દગાથી મારવામાં તમે કેમ સહભાગી બન્યાં? એની મહાનતાની કોઈ ગરિમા નહીં? એની સારપનું કોઈ મૂલ્ય નહીં? આ પાપ તમે કેમ થવા દીધું?”

પ્રથમ તો શ્રીકૃષ્ણ મૌન રહ્યાં અને ફક્ત સ્મિત આપ્યું! પણ રુક્મિણીએ લીધી વાત મૂકી નહીં અને ફરી ફરી આ જ પ્રશ્ન પૂછવા લાગ્યાં. ત્યારે શ્રીકૃષ્ણ બોલ્યાં: “હે પ્રિયા, એ બન્નેની મહાનતા અને સારપ વિશે કોઈ શંકા નથી. પણ, એ બન્નેએ જીવનમાં ફક્ત એક જ એવું ‘પાપ’ કર્યું હતું કે- જેનાં કારણે એની આખી જીવનની તમામ સારપ અને પુણ્યકર્મો ધોવાય ગયાં...!!”

રુક્મિણી: “કયું પાપ નાથ?”

શ્રીકૃષ્ણ: હે દેવી, એ બન્ને એ સભામાં ઉપસ્થિત હતાં કે - જ્યાં દ્રૌપદીની લાજ લૂંટવાની કોશિશ થઈ. એ બન્ને એ ઘટના રોકવા બધી જ રીતે ‘સક્ષમ’ હતાં. પણ એમણે મૂંગા રહીને જોયા કર્યું! જે સારાપણું એક નારીનું અપમાન થતું રોકી ન શકે તે શું કામનું? આ એક જ પાપ એ બન્નેની તમામ શ્રેષ્ઠતા ને ધોઈ નાખવા માટે પૂરતું હતું!!”

રુક્મિણી: એ સાચું સ્વામી.. પણ કર્ણનું શું? એક શ્રેષ્ઠ મિત્ર, મહાપરાક્રમી અને મહાદાનેશ્વરી કર્ણનો શું દોષ હતો? જેણે પોતાની માતા કુંતીને પણ, અર્જુન સિવાય કોઈપણ પાંડવને ન મારવાનું વચનદાન આપ્યું! ઈન્દ્રને પણ દાનમાં પોતાનાં કવચ કુંડળ આપી દીધાં... એવા મહાન દાતા ને ક્યા પાપે માર્યો??

શ્રીકૃષ્ણ: મહારાણી, જ્યારે સાત સાત મહારથીઓ સામે સફળતાપૂર્વક એકલે હાથે લડીને મહાવીર અભિમન્યુ નીચે પડી ગયો. અને સાવ મૃત્યુની સમીપ હતો, ત્યારે તેણે અસીમ આશાથી પાસે જ ઊભેલા કર્ણ પાસે પીવાનું પાણી માંગ્યું! તેને શ્રદ્ધા હતી કે - દુશ્મન હોવાં છતાં, મહાન દાનેશ્વરી કર્ણ એને જરૂર પાણી આપશે. પણ પોતાની પાસે જ ચોખ્ખા મીઠાં પાણીનો ઝરો હોવાં છતાં ફક્ત પોતાનો મિત્ર દુર્યોધન નારાજ ન થાય તે કારણે- કર્ણએ મરતા અભિમન્યુને પાણી ન આપ્યું. અને એ બાળયોદ્ધો તરસ્યો જ મરી ગયો! હે રુક્મિણી, આ એક જ ‘પાપ’ એનાં જીવન આખા દરમિયાનનાં દાનથી મળેલાં પુણ્યને નષ્ટ કરવા/ભૂંસી નાખવા માટે પૂરતું હતું... અને, કાળની

અકળ ગતિ જુઓ કે - એ જ પાણીનાં ઝરણાંનાં કાદવમાં - એનાં રથનું પૈડું ફસાયું. અને, તેનાં મૃત્યુનું કારણ બન્યું!! આ જ છે - (કર્મનો ‘સિદ્ધાંત’)- કોઈને કરેલા અન્યાયની એક જ પળ.. જીવન આખાની પ્રમાણિકતાનો ‘છેદ’ ઉડાડી મૂકે છે.

- શૈલેષ સગપરિયા

ભારત અને વિશ્વશાંતિ

ભારત વિશ્વશાંતિનો પાઠ કર્યા કરશે ને આત્મરક્ષણ માટે તૈયાર નહીં થાય તો ઘરની શાંતિ ય જતી રહેશે. આ વિશ્વની સંચાલક શક્તિ જેટલી દયામયી, પ્રેમમયી છે એટલી જ કરાલ-ધ્વંસકારિણી છે. અને એને ગળે સૂતરની આંટીઓ ચડાવવાથી જ એ રાજી થતી નથી. ભયંકર રણમેદાનમાં એ ખપ્પરથી ખેલે છે એ પણ એટલી જ સાચી વાત છે.

- મકરંદ દવે

આ અંકમાં	પાના નં.
રાજવાણી	શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર ૧
કર્મનો સિધ્ધાંત	શૈલેષ સગપરિયા ૨
તંત્રીલેખ	
અશુભ પર શુભ વડે વિજય	રમેશભાઈ દોશી ૩
સાત્વિકતા થેરેપી	વિનુભાઈ ગાંધી ૫
પંચગવ્યના ચમત્કારિક પ્રયોગો	મેનકા ગાંધી ૮
અસ્તિત્વ, પરમાત્માનો પરિચય	મોરારિ બાપુ ૯
જેક માને કાન દઈ સાંભળો	પ્રવીણ દરજી ૧૦
કૃતનિશ્ચય	હિમા યાજ્ઞિક ૧૧
રવાન્ડા	૧૨
થાઈલેન્ડનું બચાવ કાર્ય	૧૨
રતન ટાટા	શાંતિલાલ ગડા ૧૩
એકાગ્રતા, એક સાધના	કિશોર ધનજી શાહ ૧૩
સુબોધ (કવિતા)	શ્રીમન્ નથુરામ શર્મા ૧૫
લવાજમ મળેલ છે	૧૫
પૈસા કે સંબંધ? (વાર્તા)	સૌ. પરિત્રાણ ૧૬

જેમ પુષ્પ એ છોડનો ફળ એ વૃક્ષનો, મેઘધનુષ એ આકાશનો અને પાણી એ સરિતાનો શણગાર છે, તેમ દાન એ શ્રાવકધર્મનો શણગાર છે.

તંત્રી સ્થાનેથી :

“ગાવો વિશ્વસ્ય માતર :”

“અશુભ પર શુભ વડે વિજય”

ચાવી વગર કોઈ તાણુ નથી હોતું, સમસ્યા હોય તો તેનું સમાધાન પણ હોય જ છે, એ શોધવું રહ્યું, શોધે તેને મળે છે અમે એ માટે પુરુષાર્થ કર્યો તો સ્વ-પર બંનેને હિતકારી સમાધાન મળ્યું.

ગોમય વસતે લક્ષ્મી, ગાવો વિશ્વસ્ય માતર, ગાયમાં તેત્રીસ કરોડ દેવતા આ બધા માત્ર સૂત્રો નહોતા. ભારતની સમૃદ્ધિના પાયમાં ગોધન, ગોવિજ્ઞાન હતું. એટલે આપણા ઋષિમુનિઓએ એને ધર્મમાં-સૂત્રોમાં-મંત્રોમાં સ્થાન આપ્યું. આપણા ઋષિમુનિઓ જ નહીં, ખુદ મહમદ પયંબર પણ કહે છે, ગાયનું દુધ અમૃત છે, એનું માંસ ઝેર છે.

આઝાદી મળી ૧૯૪૭માં, આઝાદી સાથે ગોરક્ષા એ પણ એક ઉદ્દેશ હતો. લાખો શહીદોએ માટે શહાદત વહોરી છે. આઝાદી મળતા જ સૌ પ્રથમ કલમના એક ઝાટકે પ્રથમ ગોવંશ હત્યાબંધી કાનૂન કરશું. આ વાયદો હતો આપણો શહીદોને, પણ શહીદોના હૃદયમાં જ ખંજર ભોંકી આ કાર્યની ભયંકર ઉપેક્ષા કરી. અને ન કરવા જેવું કાર્ય સર્વ પ્રથમ થયું તે કાર્ય થયું ‘અનામત’ વિરોધીઓ નહીં, એનો સૌથી વધારે ગેરલાભ એના લાભાર્થીઓ ભોગવી રહ્યા છે.

શહીદોની અર્થી જ્યારે ગામમાં/ શહેરમાં આવે છે ત્યારે સારી પ્રજા એની શહીદોને સલામ કરવા ઉમટી પડે છે. જેમ શહીદ સરહદનું રક્ષણ કરતા પોતાના પ્રાણની આહુતિ આપે છે એમ જ ગોવંશ આપણી જમીનનું, સમૃદ્ધિનું, સ્વાસ્થ્યનું રક્ષણ કરતું હતું. ખેડૂતો જ નહીં પણ બધી જ જાતિઓ, જ્ઞાતિઓમાં બીજું કોઈ ધન હોય કે ન હોય, તેના ઘરમાં ગોધન રહેતું હતું. પોતાના સંતાનો કરતાં પણ વિશેષ કાળજી કુંટુંબમાં પશુઓની રાખવામાં આવતી હતી. અમે નજરે જોયું છે કે અમારી ગાયે જ્યારે વિદાય લીધી ત્યારે મારા બાપુજીને ગાયને ગળે વળગીને પોકે પોકે રડતા અમે ભાળ્યા છે. આ અંકમાં જ રવાંડાનો દાખલો આપેલ છે.

આજે સૌથી વધારે ખેડૂતોને આત્મહત્યા કરવી પડે છે એનું દુઃખ આપણને સહુને છે પણ એનું મુખ્ય કારણ છે ખેતીનો આધારસ્તંભ કે સમૃદ્ધિનું મૂળ કારણ પશુઓ ખાસ તો ગોધન હતું તે જ ખેતીમાંથી બાકાત થયું. કેમીકલ ખાતર સાથે ગોબર અત્યંત જરૂરી હતું તે શક્યતા

જ ન રહી. કીટનાશકોનો વપરાશ દિનબદિન વધતો રહ્યો. વિવેક ન રહ્યો. શિક્ષણનો અભાવ, જે પ્રમાણ હોય તેના કરતા ડબલ ત્રબલ ઝેરી દવાઓ વાપરી, પ્રાયઃ હવે બધી જ પેદાશો અત્યંત ઝેરી થઈ. જમીન ઝેરી થઈ, ઉત્પાદકતા ઘટી, ખર્ચ વધ્યો. આ ઝેરી પેદાશોને લીધે રોગો વધ્યા, અનેક કુંટુંબો ખુવાર અને બરબાદ થયા અને હજી થઈ રહ્યા છે, દુશ્મનને પણ ભગવાન દવાખાનું ન દેખાડે. ખેડૂતોએ આપઘાત કર્યા એના કરતા અનેક ગણા લોકો કમોતે મર્યા, અને હજી મરી રહ્યા છે. કર્મનો સિધ્ધાંત કોઈને છોડતો નથી.

કહેવાનું એટલું જ છે કે મુખ્ય સમસ્યા પ્રત્યે ભયંકર દુર્લભ આજે પણ ચાલી રહેલ છે. એટલે જ આતંકવાદ, બેરોજગારી, ભ્રષ્ટાચારના ભારથી ભારત ઘેરાઈ ગયું છે. આ દુર્ગુણો દેખાય છે, પણ આપણે જ આપણા પગમાં કુહાડો મારી રહ્યા છીએ એ દેખાતું નથી. એટલે જ ગાંધીજી કહેતા હતા કે “સ્વરાજ કરતા ગોરક્ષા એ મુશ્કેલ કાર્ય છે અને એ માટે વિશેષ તપ જરૂરી છે.” આ આજે સ્પષ્ટ દેખાય છે.

આ દેશમાં વૈદકીય સારવાર અને શ્રેષ્ઠ મૂલ્ય લક્ષી શિક્ષણ ગુરૂકુળ મારફતે કોઈ જાતના જાતિભેદ વગર સહુને મફત મળતું હતું. અંગ્રેજ આવ્યા તે પહેલા લાખો ગુરૂકુળો આ દેશમાં હતા. ગોવિજ્ઞાન, આર્યુવેદ, મૂલ્યવર્ધિત શિક્ષણ આ આપણી ધરોહરને પુનઃ જીવિત કરવી એ તો આજે લોઠાના ચણા ચાવવા જેવું મુશ્કેલ બની ગયું છે, પણ અશક્ય તો નથી જ. પ્રજા જાગ્રત નથી એટલે જ આ ભ્રષ્ટાચાર, લુંટ ચાલી રહી છે. આપણે નહીં જાગીએ તો ગમે તેવી શ્રેષ્ઠ સરકાર આપણને બચાવી નહીં શકે. પ્રજાને એટલી બધી ગૂંચમાં અને ભયભીત બનાવી દીધી છે કે પ્રજા પાસે હવે માથું ઉચકવાનો સમય જ નથી રહ્યો. મતલક્ષી રાજકારણીઓને તો આ જ અને આવું જ ગમે છે અને એવી જ રમત ગોઠવાઈ ગઈ છે.

આપણે સ્વતંત્ર છીએ એ મોટી ભ્રાંતિ છે. ગુલામી સારી કે દેખાય તો છે પણ ભ્રાંતિથી મુક્ત થવું મુશ્કેલ છે. આપણે સ્વેચ્છાએ સાંકળ વગરની ગુલામી સ્વીકારી લીધી છે. એ પાછું ગમે છે. નોકરી એ સ્ટેટસ ગણાય છે, મનાય છે આજે પણ આ ગુલામી જ છે એ ભૂલવા જેવું નથી.

સાચી સ્વતંત્રતા મેળવવી એ આપણા હાથની વાત છે. ધારી એ તો એક ક્ષણમાં ગુલામીમાંથી મુક્ત થઈ શકાય. એનો ઉપાય અહિંસામાં સ્વધર્મમાં, તત્વમાં હતો, છે અને રહેશે.

અમારા નિજી વિકાસ અને સાધનાની જે સફળતા મળી છે અને જે આનંદ માણી રહ્યા છીએ-જો કે એની બીજી બાજુ પીડ પરાઈ જાણે રે એ સ્થિતિ પણ છે, એના કારણમાં ગોસેવા છે. ગોસેવાના, જે શ્રેષ્ઠ કાર્યો ચાલતા હતા એમાં સહભાગી થવાનો સહજ અવસર મળતો રહ્યો.

કચ્છના નાના રણ-ઝીંઝુવાડાના છેવાડે લગભગ ૨૦/૨૫ માઈલનું ઊંઘી રકાબી આકારનું ઝીલાદાણ બેટ છે. એક સમયે જ્યાં બેટ ગુગળની સુગંધથી મહેકતું હતું ત્યાં ગુગળનું નામોનિશાન પણ નથી રહ્યું અને ગાંડા બાવળથી બેટ છવાઈ ગયેલ છે. આ એરિયામાં અમે તો માત્ર થોડા તળાવો જ બનાવ્યા જેથી વરસાદી પાણીનો સંગ્રહ થાય. આટલા કામ માત્રથી અઢારેક ગામના ગાય-ભેંસ, ઘેટા, બકરા, ઘુડખર, નીલ ગાય અનેક પશુ પંખીઓ નભી રહ્યા છે. ઉનાળામાં તો તણખલા જેટલું જ ઘાસ હોય છે, છતાં અમે ક્યારેય બહારથી ઘાસની વ્યવસ્થા નથી કરી તે છતાં બધા પશુપંખીઓ તંદુરસ્ત રહે છે, સ્વસ્થ રહે છે. નથી ક્યારેય બીમાર થતા કે નથી કોઈ ડોક્ટરની જરૂર પડી. અરે એક પણ પગારદાર માણસ વગર પશુઓ નિર્બંધ પોતાની રીતે હરે ફરે છે.

એક ગામ ઉના નજીક કરખડીની અમે પૂ. મુકુંદ દાદા તથા ડો. દમણીયા સાથે લગભગ ૨૦૦૧માં મુલાકાત લીધેલ. ગામના સરપંચે અને પ્રજાએ નિર્ણય કર્યો કે દબાવેલી ગોચર જમીન સ્વેચ્છાએ મુક્ત કરવી. શરૂઆત સરપંચથી થઈ. લગભગ ૨૦૦ એકર જમીન છુટી થઈ. એમાં કેટલાક તળાવો, ઘાસ માટેના ગોડાઉન બન્યા. ચોમાસામાં અમુક જમીનમાં પશુઓને મોકલવાની મનાઈ. એ એરિયાનો ઘાસ સંગ્રહ થાય અને ઉનાળા-ચોમાસામાં પશુઓને મળે પરિણામ એ આવેલ કે ખેડૂતોએ કહ્યું અમને ક્યારેય ગાડુ ભરીને પાક નથી મળ્યો એને બદલે ગાડાઓ ભરીને પાક મળ્યો.

મિત્રો કહેવાનું એ જ છે કે સાચી, સમૃદ્ધિ, ખેતીમાં જ છે, હતી અને રહેશે અને પાયામાં 'ગોધન' હતું. આ જ સાચી સંપત્તિ છે. બાકી આજે જે સંપત્તિ દેખાય છે એ તો ભલે સાચી લાગે પણ એ આત્માસી સમૃદ્ધિ છે. અનેકના શોષણ કરીને મેળવેલ છે. મંદીના સમયે વિશ્વે સારી આર્થિક વ્યવસ્થા પડી ભાંગતી નજરે નિહાળી જ છે. પણ દુષ્કાળમાં પણ ક્યારેય ખેડૂતે આપઘાત કર્યો હોય એવું સાંભળ્યું નહોતું.

'સ્વચ્છતા-સફાઈ' આ એક જ કાર્ય એવું છે કે જે આપણે એક પણ પૈસાના રોકાણ વગર, કોઈ સંસ્થા કે નેતૃત્વ વગર આપણે સહજ પાર પાડી શકીએ તેમ છીએ.

આજે એટલી જ ક્ષમતા હવે આપણી પાસે બચી છે એનું મૂલ્ય રૂપિયા આનામા ગણીએ તો પણ અબજો ખરબો રૂપિયા થાય તેટલું વિશાળ છે. આપણી સારી ભૂમિને એક વરસમાં ઝેર મુક્ત કરી શકીએ એટલી ભવ્ય ક્ષમતા આપણા ગોધનમાં છે, અને એ કરી શકે એવા અનુભવી વ્યક્તિઓ પણ આ યાત્રામાં મળેલ છે.

સફાઈ-સ્વચ્છતા-નિજી ફરજો જે બજાવ્યા વગર ચાલે જ નહી તે એક નાગરિક તરીકે બજાવીને 'એકતા પરમો ધર્મ' એ સાબિત કરવું પડશે અને જાગેલા નાગરિકો જ આ કુંભકર્ણની નિંદ્રામાં પોઢેલા નેતાઓને જગાડી શકે છે. અને તો જ તો જ આપણી ભવ્ય વીરાસતો આયુર્વેદ-ગુરુકુળો-ગોવિજ્ઞાન આપણે વાપસ મેળવી શકશું. બાકી આજની વ્યવસ્થાતો આપણે આ વીરાસતથી વંચિત રહીએ એમ જ ઈચ્છે છે અને એ તરફ જ ગતિ ચાલી રહી છે.

ગાંધીજીએ કહેલ, "આ કાર્ય (સ્વચ્છતા-સફાઈનું) ધીરજપૂર્વક પ્રયાસ કરવાથી અને દૈવી પ્રેરણાથી જ સિધ્ધ થઈ શકે તેમ છે." ગુરુકૃપા અને આત્મજ્ઞાન પછી આ દૈવી પ્રેરણા સ્વચ્છતા યજ્ઞનો આદેશ ૧૯૯૭માં મળેલ. એક સ્પષ્ટ ચિત્ર મળેલ અને તેથી જ સતત આ સફાઈની વાત દોહરાવાઈ રહી છે. આજે એકાંત-અસંગતા-પરમાર્થ મૌન-નિવૃત્તિ સાથે ૧૫ મહિનાથી સંત બાલજી સમાધિ સ્થાને ચિંચણમાં સ્થિરવાસ ચાલી રહ્યો છે ત્યારે આ અમારું હૃદય પ્રગટ કરી રહ્યા છીએ. આજની ઘડીએ સર્વ સમસ્યાની આ 'માસ્ટર કી' છે. સ્વચ્છતા યજ્ઞને સફળ કરવો એ આપણી અનિવાર્ય ફરજ છે, એ વગર છૂટકો નથી અને એના પછી જ એક નવીન ભારત-વિશ્વગુરુ ભારતના દર્શન વિશ્વને થશે. જે કામ એક પૈસા વગર એક દિવસ શું એક ક્ષણમાં થઈ શકે તેમ છે તે જ કરવાની પરમાત્માની આપણને આજ્ઞા છે. એ પાર પાડવી એ આપણી પરમ ફરજ છે, એ પરમ ફરજ બજાવીએ એટલે પરમાત્મા તો મળે જ સાથે ભેટ રૂપે આપણી વીરાસતો, આયુર્વેદ, શિક્ષણ, ગુરુકુળો, ગોવિજ્ઞાન, વાપસ પુનઃસ્થાપિત થાય, જેમાં આપણી સર્વ સમસ્યાનો ઉકેલ છે અને જે આપણી આજની તાતી જરૂરિયાત છે. આપણી આવનારી અનેક પેઢીઓને બચાવવાનો અને વિશ્વશાંતિનો યોગ પાક્યો છે. આપણે જાગૃત થઈએ અને અહિંસા પરમોધર્મ, વીરતા પરમોધર્મ, એકતા પરમોધર્મ ચરિતાર્થ કરીએ એ જ પ્રાર્થના ભાવના. "અશુભનો વિરોધ ન કરો પણ તેના પર શુભ વડે વિજય મેળવો." આ છે આંતરબાહ્ય સફાઈનું રહસ્ય. સર્વથા સહુ સુખી થાઓ એ ભાવ સાથે. - તંત્રી, શ્રી રમેશભાઈ દોશી

સાત્વીકતા થેરેપી

પ્રચલીત તબીબી વિજ્ઞાન માનવને માત્ર સાજો કરવા સુધી પહોંચ્યું છે, પરંતુ તેને સારો પણ કરવા સુધી પહોંચ્યું નથી. માનવ સાજો હોય પણ સારો ન હોય અગર સારો હોય પણ સાજો ન હોય તો સ્વસ્થ સમાજનું સર્જન શક્ય ન બને. તનની શક્તિ અને મનની વૃત્તિ અન્યોઅન્ય પુરક બનતા હોવાથી તનના વેગો અને મનના આવેગો પરસ્પર પ્રભાવીત થતાં રહે છે. જેથી તબીબી વિજ્ઞાનના વગ, વેગ અને વ્યાપ વધે અને વિક્સે તે આવશ્યક છે.

વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજીએ સમૃદ્ધી તેમજ સુવીધાઓનું સર્જન કર્યું છે, તેનો ઉપયોગ કરવાની ક્ષમતા પણ સઘાતી રહે છે, પરંતુ તેના ઉચીત ઉપયોગની સમજ અર્થાત વિવેકબુદ્ધી સાથોસાથ ન સર્જવાને કારણે અનેકવિધ સમસ્યાઓ સર્જાતી રહે છે. એ જ રીતે તન-મનની સારવારની વિવિધ પદ્ધતી સંશોધાતી હોવાં છતાં વ્યક્તિની ગુણવત્તા સર્જક/સંવર્ધક સારવાર પદ્ધતી ઉપલબ્ધ ન હોવાથી સર્વગ્રાહી સ્વાસ્થ્ય સર્જતુ/સંધાતુ નથી. જે થેરેપીથી વ્યક્તિની ગુણવત્તા સર્જાય/સઘાય તેવી ખુબીસર્જક/સંવર્ધક તેમજ ખામીરોધક/શોધક સારવાર પદ્ધતી પ્રયોજાય તો જ સર્વગ્રાહી સ્વાસ્થ્ય શક્ય બને. તો જ વિધવિધ વિટંબણાઓ કે તકલીફો ઉદ્ભવતી અટકે અને હોય એ ઓસરે. સાત્વીકતા થેરેપી સંપૂર્ણ સ્વાશ્રયી સમન્વયાત્કમ સાર્વત્રિક સર્વસુલભ સરળ અને સસ્તી સારવાર પદ્ધતી છે. જે બાહ્યોપચારને બદલે મહદ્ અંશે આંતરીક ઉપચાર પ્રયોજે છે.

સ્વાસ્થ્યાવસ્થાનું સ્ત્રોત છે સાત્વીકતા. જેમાં સાત્વીકતા એટલે સાર્વજનિક શ્રેયસર્જક/સંવર્ધક અપેક્ષામુક્ત ક્રીયા. માનવ જેટલા પ્રમાણમાં પ્રાપ્તિલક્ષી બનતો જાય એટલા પ્રમાણમાં સમાજલક્ષી મટતો જાય, અને સ્વલક્ષી બનતો જાય છે. → એટલા પ્રમાણમાં તેની મનોક્ષીતીજો સંકોડાતી રહે છે → એટલા પ્રમાણમાં એની સાત્વીકતા ક્ષીણાતી રહે છે → એટલા પ્રમાણમાં તેની સર્વગ્રાહી સ્વાસ્થ્યાવસ્થા કરમાતી/ઓસરતી રહે છે.

સ્વસ્થ એટલે સ્વમાં સ્થિર હોવું એમ નહી, પરંતુ સ્વનું સ્થિર હોવું/ રહેવું. જે માણસ તનોચક + મનોચક + જૈવચક (બાયોસાયકલ) ના સંકેતો સમજીને સ્વિકારતો રહે તે સ્વસ્થ ગણાય. મોટાભાગના લોકો તનોચકથી દોરવાય છે, થોડાક લોકો મનોચકથી પણ દોરવાય છે, માત્ર જુજ જાગૃત લોકો ત્રણેય ચક્રથી દોરવાય છે.

ત્રણેય ચક્રોથી દોરવાનાર તનના વેગો અને મનના આવેગો ઉપર કાબુ મેળવતો હોવાથી સ્વસ્થ બને/ રહે છે.

વ્યક્તિની માફક સમાજ, વિશ્વ અને બ્રહ્માંડ પણ આવા ત્રણેય ચક્રો ધરાવે છે. કાર્ય-કારણના નિયમો અનુસાર આ ચક્રોનું સર્જન અને સંચાલન થતાં રહે છે. જેમ વિરાટ અધ્યાત્મનું વામન ધર્મમાં અને પછી વામનતમ પંથમાં અવમુલ્યન કરાયું છે, તેમ સર્વગ્રાહી સ્વાસ્થ્યાવસ્થાનું અવમુલ્યન કરાતું રહ્યું છે. સ્વસ્થના સ્વાસ્થ્યનું રક્ષણને અગ્રતા આપવાને બદલે માંદાના રોગને જ (આતુરસ્ય વિકાર) મહત્વ મળતુ રહે તેવી સારવાર પદ્ધતી થેરેપી પ્રયોજાતી/પ્રસારાતી રહે છે. જેમાં શરીરની પ્રકૃતીદત્ત સ્વયંભુ ક્ષમતા અર્થાત જીવનશક્તી કે રોગપ્રતિકાર શક્તી ઉજાગર કરવાને બદલે બાહ્યોપચારનું પ્રાધાન્ય પ્રેરાય છે. આવી અપુરતી આરોગ્ય સેવાઓ પણ સહેલાઈથી ઉપલબ્ધ થતી નથી. તાજેતરમાં યોજાયેલ વિશ્વ ગ્રામીણ સ્વાસ્થ્ય સંમેલનમાં ભારતના ઉપરાષ્ટ્રપતીશ્રી વૈકૈયા નાયડુએ એકરાર કર્યા મુજબ “ભારતમાં ૭૨ ટકા સારવાર ખાનગીક્ષેત્રમાં નાગરીકો લે છે.” કારણ કે સરકારી આરોગ્યસેવાઓ બેહદ ખરાબ છે. સારવારનો ખર્ચ પણ મરણતોલ ફટકાની લગોલગનો હોય છે. દવા બનાવનાર કારખાનાઓમાં બનતી બીનઅસરકારક દવાઓની ઉત્પાદન પ્રક્રીયાનું મોનીટરીંગ બહુજ મર્યાદીત છે. પ્રતિબંધીત, બોગસ કે મોળી દવાઓ છડેચોક વેચાય છે. આમ હરકોઈ દવાવાદી સારવાર ભરોસાપાત્ર હોવાની બાંહેધરી નથી. વળી માત્ર તનદુરસ્તી કે માત્ર મનદુરસ્તીથી સર્વગ્રાહી સ્વાસ્થ્યાવસ્થા સર્જાતી નથી. વધુમાં વધે જતી વસ્તી, વધે જતો બજારૂ જંકફૂડનો વપરાશ, વધે જતા કૃત્રીમ રાસાયણીક ખાતરો/જંતુનાશકોનો પ્રકોપ, વધે જતા અવનવા પ્રદુષણો, વધે જતો શ્રમનો અભાવ અને વધે જતા તનાવસર્જક દોડધામ/વ્યવહારો... જેવી વિવિધ ઉપદ્રવોને લીધે માનવની ઘટતી જતી રોગપ્રતિકારક શક્તિ અને તેના કારણે વધે જતા રોગોના પ્રકાર તેમજ પ્રમાણની વરવી વાસ્તવિકતા લક્ષમાં લેતા જરૂરતમંદોને જરૂરી દવાઓ કે આરોગ્ય સેવાઓ પુરા પાડી શકાય તેમ નથી. આવી કાબુ બહારની પરીસ્થિતી સર્જત પીડામાંથી ઉગરવા માટે માનવજાતે દવામુક્ત સારવાર સંશોધ્યા અને પ્રયોજ્યા વગર છુટકો નથી. હાલની પ્રચલીત સારવાર પદ્ધતીઓ મહદ્ અંશે રોગચીકીત્સાના સાંકડા કુંડાળામાં ઘુમરાતી રહે છે. અને તે પણ મોટા ભાગે તનોરોગ અને આંશીક મનોરોગ પુરતી મર્યાદીત રહે છે.

નિરીક્ષણ દર્શાવે છે કે રોગાવસ્થાનું મુળ અન્નમય કોષ અર્થાત સ્થુળ શરીર નથી. ખરેખર તો જ્યાં સુધી આનંદમય કોષ અર્થાત અંતઃકરણ પ્રેરીત સુક્ષ્મ શરીર સ્વસ્થ હોય/રહે ત્યાં સુધી રોગ સર્જાતો નથી કે આગળ વધી શકતો નથી. પ્રવર્તમાન તબીબી વિજ્ઞાન આ આનંદમય કોષ તો શું, વિજ્ઞાનમય કોષ સુધી પણ પહોંચ્યું જણાતું નથી. જેથી બાહ્ય પરીબળો-પ્રવાહો પ્રેરીત/આધારીત બાહ્યોપચાર પ્રયોજતું રહે છે. હજુ સુધીનું તબીબી વિજ્ઞાન સ્થુળ મનોદૈહીક ક્ષેત્રની સાથોસાથ અવીભાજ્યપણે સંકળાયેલું સુક્ષ્મ આંતરદૈહીક ક્ષેત્રની સારવાર સુધી વિકસ્યું નથી. આ આંતરદૈહીક સુક્ષ્મ શરીરની સારવાર પણ સુક્ષ્મ-સુક્ષ્મતર-સુક્ષ્મતમ પ્રક્રિયા કે પદ્ધતીની જ હોઈ શકે. આ માટે જરૂરી છે સાત્વીકતા થેરેપી.

સાત્વીકતા થેરેપી સંપૂર્ણપણે દવામુક્ત, સાધનમુક્ત, ખર્ચમુક્ત અને આડઅસરમુક્ત સ્વાશ્રયી સર્વગ્રાહી સ્વાસ્થ્ય સર્જક/ સાધક સંસ્કારયાત્રા છે. તેમાં ઉપદેશ કે આદેશને બદલે સ્વયંસ્કુરીત ઉદ્દેશ્ય અને સ્વયંશીસ્ત પ્રભાવક પરીબળ હોય છે. તેમાં શ્રદ્ધા કે ભક્તીને બદલે સમજ અને સ્વાધ્યાયને મહત્ત્વ મળે છે. માર્ગદર્શક સરળ અને સચોટ માર્ગ જરૂર સુચવી શકે, પરંતુ માર્ગની યાત્રા તો પોતે જ કરવાની રહે છે. આ સંસ્કારયાત્રા જેટલી વ્યાપક તેમજ સઘન હોય અને રહે એટલા પ્રમાણમાં આંતરદૈહીક સ્વાસ્થ્ય સ્વમેળે સર્જાતું/સધાતું રહે છે.

આ સંસ્કારયાત્રામાં કોઈ પ્રકારના ધાર્મિક / સાંપ્રદાયિક/પંથીક ખ્યાલો કે પ્રતિકો કે ક્રીયાકાંડનો આશરો લેવાની જરૂર નથી. અરે... માનવને માનવથી અળગો પાડનાર કોઈપણ વિભાજક પદ્ધતી/પ્રવૃત્તિ સ્વીકાર્ય નથી. બલકે સમસ્ત માનવજાત અર્થાત સમાજના એકમ તરીકે વસુધૈવકુટુંબકમ ની ભાવના અર્થાત હું એકલો નથી પણ અનેકમાંનો એક છું જેવો આત્મવિશ્વાસ અને તેવી સમજ કેળવવા અને જાળવી રાખવાના છે. આ છે માનવધર્મનો જન્મદત્ત સંસ્કાર. આ સંસ્કારને છાવરનારા/ઢબુરી દેનારા ખ્યાલો, માન્યતાઓ, રીવાજો, પ્રથાઓ, પદ્ધતીઓ... વગેરે રોગસર્જક વળગણો છે. જેથી જન્મદત્ત સંસ્કાર ઉપર છવાયેલા વળગણ સ્વરૂપ રજોટીના થર દુર થવા માત્રથી માનવધર્મના સંસ્કાર સ્વમેળે ઉજાગર થશે, ખુલી જશે અને ખીલી ઉઠશે.

આધ્યાત્મીકતાનું ધાર્મિકતામાં અવમુલ્યન/ અધઃપતન થવાથી સાધકનું ઉપાસક ભક્તમાં અને આત્મવિશ્વાસનું શ્રદ્ધામાં અવમુલ્યન થતું રહ્યું છે. અધોગતિની આ

પરંપરામાં સમજસર્જક સાધનાની સરવાણી ઓસરતી રહી, જ્યારે ભક્તીસર્જક ઉપાસના/ઉભરાતી રહી છે.

શ્રદ્ધા અપરીપક્વ કક્ષાના નબળા માણસની ઢાલ હોવાથી/બનવાથી શ્રદ્ધાળુનો વિરોધ કરવાને બદલે તેને શ્રદ્ધાના આવરણમાં અટવાતો રાખનારા પરીબળોનો વિરોધ કરવો ઘટે. દોષ હથિયારનો નથી હોતો, દોષપાત્ર તો હથિયારનો ઉપયોગ કરનારા હોય છે. માનવ સારો કે ખરાબ નથી હોતો, માત્ર તેની પસંદગી સારી કે ખરાબ હોય છે. → પસંદગી પ્રેરીત કાર્ય સારા કે ખરાબ હોય છે. સારા કર્મ કરનાર સજ્જન ગણાય છે, ખરાબ કર્મ કરનાર દુર્જન ગણાય છે... આમાં પણ મોટા ભાગનું થાય છે, થોડુંક જ કરાય છે.

પ્રચલીત તબીબી વિજ્ઞાન માનવને માત્ર સાજો કરવા સુધી પહોંચ્યું છે, પરંતુ તેને સારો પણ કરવા સુધી પહોંચ્યું નથી. માનવ સાજો હોય પરંતુ સારો ન હોય અગર સારો હોય પરંતુ સાજો ન હોય તો સ્વસ્થ સમાજનું સર્જન શક્ય ન બને. તનની શક્તી અને મનની વૃત્તી અન્યોઅન્ય પુરક બનતા હોવાથી તનના વેગો અને મનના આવેગો પરસ્પર પ્રભાવીત થતા રહે છે. જેથી તબીબી વિજ્ઞાનના વગ, વેગ અને વ્યાપ વધે અને વિકસે તે આવશ્યક છે.

દુર્જન દુરાચારથી દુન્યવી સિદ્ધી ગમે એવી /એટલી પ્રાપ્ત કરી શકે તો પણ જીવનમાં સુખશાંતી તો શું, સ્વજનો કે સાથીઓ સહીત સમાજનો પ્રેમ કે આદર પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી બલકે કલુષીત આંતરીક જીવનનો ભોગ બને છે. સર્જક સજ્જન સૂખ-શાંતીમય જીવન માણી શકે છે. જ્યારે સમર્પીત સાત્વીક સાધક સાધનાની નીજાનંદ મસ્તી માણતો રહીને અન્યોના સુખમાં ઉમેરો કરી શકે છે. અણજાણ અસંખ્ય લોકોનું શ્રેય સર્જવા/સાધવા મથતો... ઝઝૂમતો સાધક કાંઈ પ્રાપ્ત ન થાય તો પણ સાધના કરવાની મસ્તી માણી શકે છે. આ છે કુદરતી જૈવચક્રનો ઘટનાક્રમ.

પરીવર્તન કુદરતની તાસીર છે, જ્યારે પ્રગતિશીલ પરીવર્તન માનવની તાસીર છે. હર ક્ષણે કુદરતી પ્રક્રિયા પ્રેરીત સર્જન અને વિઘટનનું ચક્ર ચાલુ જ રહે છે. પરંતુ અલ્પજ્ઞાની અને પ્રમાણમાં અલ્પજીવી માનવ આ વિરાટ ઘટનાચક્ર અર્થાત બ્રહ્માંડીય જૈવચક્ર જોઈ - જાણી - સમજી શકતો ન હોવાથી અવનવી અટકળોમાં અટવાયા કરે છે. વધુમાં કેટલીએ બાબતમાં અબુધ હોવાં છતા પોતાને વિદ્વાન માનતા લોકો, પરિવર્તન કે પ્રગતી ઝીલી, સાધી કે જીરવી શકતા નથી. તેમનું અબુધપણું ઉઘાડુ ન

પડી જાય તે માટે તેઓ નવતર ખ્યાલ, શબ્દ કે ક્રીયાના પ્રયોગને બીરદાવવાને બદલે બદલોઈ-કર્યા કરે છે.

પ્રચલિત તબીબી વિજ્ઞાન રોગીને માત્ર રોગમુક્ત કરી શકે છે, પરંતુ દુર્જનને સજ્જન અગર દુરાચારીને સદાચારી નથી બનાવી શકતું. તેને માનવની સંસ્કારયાત્રા સાથે કાંઈ સંબંધ કે નિસ્ખત નથી હોતી. જ્યારે સ્થુળ ક્ષમતાની સાથોસાથ સંસ્કાર સ્વરૂપ સુક્ષ્મ ક્ષમતા જળવાય અને સંવર્ધાય તો જ સ્વાસ્થ્યાવસ્થા સર્જી કે સાધી શકાય છે. જેથી માનવ જેટલા પ્રમાણમાં સંસ્કારયુક્ત સાત્ત્વિકતા સાધી શકે એટલા પ્રમાણમાં સ્વાસ્થ્યાવસ્થા પ્રાપ્ત કરી શકે છે. હરકોઈ અનુચીત ક્રીયા કે અપકૃત્ય વાસ્તવમાં મનોરોગનું પરીણામ હોય છે, સંસ્કારની ઉણપ સ્વયં મનોરોગ છે.

આવી સંસ્કારયુક્ત સાત્ત્વિકતા સાધવા માટે કોઈ ગહન શિક્ષણની કે તાલીમની જરૂર રહેતી નથી. માત્ર જન્મજન્ય ઉછેર, પરીસ્થિતી, પ્રથાઓ, પરીબળોને લીધે જે કોઈ ઉપદ્રવી વળગણો કે માન્યતાઓ ધરબાયા હોય તેમાંથી સમજપૂર્વક છુટકારો મેળવવાનો રહે છે. આ કળણમાંથી કુદકો મારવાનો સંકલ્પ સ્વયં સંસ્કારયાત્રાનો શુભારંભ બની રહે છે. આ છે રોગવસ્થામાંથી સ્વાસ્થ્યાવસ્થા તરફ દોરી જતો/વળગણમુક્તીનો રાજમાર્ગ.

જ્ઞાતી, જાતી, ધર્મ, પંથ કે પક્ષ સ્વરૂપ વિભાજક વાડાની આડશો ઓળંગીને બહાર નીકળનાર જીવનપથીકે શોષક, સ્વાર્થ પીડક અહમ અને જડસુ પુર્વગ્રહ સ્વરૂપ ત્રીદોષથી ઉગરતા રહીને સાત્ત્વિકતા, સહીષ્ણુતા, સાલસતા, સહયોગ, સર્જનશીલતા અને સમર્પણ ભાવ સ્વરૂપ ષડમીત્રોનો સહારો લેતા રહીને સંસ્કારયાત્રાનું સાતત્ય ચાલું રાખવાનું તન મનની ક્ષમતા સાધવા તેમજ સંવર્ધવા માટે કુદરતમય જીવનની સ્વૈચ્છીક સાદાઈ સાથે સાત્ત્વિક આહાર - વિહાર - મનોવ્યાપાર આધારીત જીવનશૈલી અપનાવવાની છે. જરૂર મુજબ સ્વાધ્યાય, ધ્યાન, વ્યાયામ, પ્રાણાયામ... કરતા રહેવાનું છે. આ બધુ ઋણ ચુકવવા માટે સમર્પણભાવથી કરવાનું છે. તપથી સઘાતી સિદ્ધી કે ત્યાગથી સર્જાતી સુવાસનો માલિક તરીકે નહી, રખેવાળ વાહક તરીકે સહીયારો માણવાનો છે. લીધાની મોજને બદલે દીધાનો આનંદ સ્વાસ્થ્ય સર્જે છે. ભાવુક લાગણીને બદલે નિર્ભેળ પ્રેમ સુખાનંદ પ્રેરે છે. સંગ્રહને બદલે સમર્પણ સફળતામાં સાર્થક્ય ઉમેરે છે. શ્રદ્ધા અંધશ્રદ્ધા બની શકે છે, જ્યારે સવિશેષ પ્રભાવક હોય છે. એવી રીતે જે સુખ સઘાય તેના કરતાં જે સુખ

સર્જાય તે સવિશેષ પ્રભાવક હોય છે જેથી સુખ સાધવા કે શોધવા મથ્યા કરવાને બદલે સુખસર્જક જીવનશૈલી અર્થાત સુખસર્જક આહાર-વિહાર-મનોવ્યાપાર પ્રેરીત કે આધારીત વિચાર-વાણી-વર્તન કેળવવા અને જાળવવા માત્રથી સુખમય જીવન આપમેળે સર્જાય છે. તો જ સર્વગ્રાહી સ્વાસ્થ્ય શક્ય બની શકે.

કુદરતમાં યાંત્રિક પેદાશની માફક બીબાઢાળ એક સરખાપણું હોતું નથી. તમામ માણસોની દેહરચના સમાન દેખાતી હોવાં છતાં દરેકમાં અનેક તફાવત હોય છે. છતાં કુદરતમાં સળંગસુત્ર સુમેળયુક્ત સાતત્ય જળવાતું હોવાથી જે તે પ્રકારના સ્વરૂપોમાં સામ્યતા જળવાય છે. કુદરતે જેમ તનના મળ (કચરો) ના નિકાલ/ નિષ્કાશન માટે પ્રાકૃતિક પ્રક્રીયા પ્રયોજી છે, એમ મનના મળ (કચરો) ના નિકાલની વ્યવસ્થા ગોઠવી ન હોવાથી મનના મળનો નિકાલ દરેકે પોતે કરવાનો રહે છે. જે કામ ઉપાસના કે શ્રદ્ધા દ્વારા થઈ શકતું નથી, માત્ર પોતાની સાધના અને સમજ દ્વારા થઈ શકે છે. જેથી મનના મળની સફાઈ/ શુદ્ધીકરણ જે તે વ્યક્તીની ક્ષમતાયુક્ત સાધના અને કેળવાયેલી સમજના પ્રમાણમાં શક્ય બને છે. અનુભવ દર્શાવે છે કે અલ્પસંખ્ય અપવાદરૂપ સક્ષમ સમજુ સાધક મનના મળની સફાઈ સાધી શકે છે. ઉચીત શિક્ષણ અને તાલીમ દ્વારા આવી ક્ષમતા અને સમજ સર્જી/ સાધી શકાય છે. પ્રચલિત કોઈપણ દ્રવ્યવાદી/ સાધનાવાદી સારવાર પદ્ધતી મનના મળની જરૂરી સફાઈ સર્જી કે સાધી શકે તેમ નથી. છતાં પુરુષાર્થી સાધક માટે કાંઈ અશક્ય હોતું નથી. સ્વાશ્રયી સર્વગ્રાહી સારવાર સ્વરૂપ સાત્ત્વિકતા થેરેપી વૈદકીય સમસ્યાનો સરળ સસ્તો, સચોટ ઈલાજ/ ઉપાય છે. કટુ કરૂણા એ છે કે માનવ ઝંખે છે સુખ, પણ નોતરે છે દુઃખ. બુદ્ધીજીવી માનવ વિવેકબુદ્ધીજીવી બનવાને બદલે મનોજીવી બનવાનું વધુ પસંદ કરે છે. વાસ્તવિક ઘટનાઓ દર્શાવે છે કે મન બુદ્ધીનું માત્ર સાંભળે છે, માનવું હોય એટલું જ માને છે, જ્યારે મન સમજના કાબુમાં/ નિયંત્રણમાં રહેતું હોવાથી સમજ વિરુદ્ધ વર્તતું નથી. જેથી શ્રદ્ધાને બદલે સમજ સર્જવાનો સંકલ્પ સહુ કોઈ કરે તો સુખ સામેથી દોડતું આવે તેમ છે. સાત્ત્વિકતા થેરેપીની સમજ જેટલી વધુ બળવત્તર બને એટલા પ્રમાણમાં રોગાવસ્થાનું સ્વાસ્થ્યાવસ્થામાં સ્વમેળે રૂપાંતર થવા માંડે છે, જેનું સાતત્ય સર્વગ્રાહી આરોગ્યશાસ્ત્ર સર્જનનું સ્રોત બની રહે તેમ છે.

- વિનુભાઈ ગાંધી, “સ્વાશ્રયી આરોગ્ય”

(આ લેખ ઉઝા જોડણીમાં છે.)

પંચગવ્યના ચમત્કારિક પ્રયોગો

તાજેતરમાં ડૉ. કે. નટરાજનની 'પંચગવ્ય' વિશે માહિતી આપતી પુસ્તિકા વાંચવામાં આવી. ડૉ. નટરાજને પંચગવ્યની અસર વિશે દાયકાઓ સુધી સંશોધન કર્યું છે અને વનસ્પતિ, પ્રાણીઓ અને માનવીની સારવાર માટે તેનો સફળ ઉપયોગ કર્યો છે. તેમણે તૈયાર કરેલા બાયોપેસ્ટ્રિસાઈડ (આ જંતુનાશક બનાવવું સરળ છે અને એની કોઈ આડઅસર પણ નથી) ને પ્રતિષ્ઠિત સૃષ્ટિ એવોર્ડ પણ મળ્યા છે.

પંચગવ્ય એટલે ગાયથી ઉત્પન્ન થયેલાં પાંચ વાનાં-ગાયનું દૂધ, દહીં, ઘી, મૂત્ર અને છાશ.

પંચગવ્ય વિશેની ડૉ. નટરાજનની પુસ્તિકા અત્યંત રસપ્રદ છે. એમાં પંચગવ્ય શું છે? એ કેવી રીતે બનાવી શકાય? એનો કેવી રીતે ઉપયોગ થાય છે એ પણ લખેલું છે. પંચગવ્યની જમીન અને શરીર પર તાત્કાલિક કઈ અસર પડે છે એ પણ પુરાવા સાથે જણાવ્યું છે.

ભારતને ખેતી ક્ષેત્રે અત્યંત મુશ્કેલ તબક્કામાંથી પસાર થવું પડ્યું છે. સૈકાઓ સુધી આપણે ઓર્ગેનિક, શ્રેષ્ઠ, ઋતુજન્ય આહાર અને ફળો આરોગ્યા હતાં. પછી ૧૯૬૦માં સરકારને રાતોરાત બધું બમણું કરવાનો વિચાર આવ્યો. 'હરિત ક્રાંતિ' દરમિયાન જંતુનાશકો અને રસાયણોનો કૃષિ ક્ષેત્રે પ્રવેશ થયો.

પંચગવ્યો-ગાયના છાશ, મૂત્ર, દૂધ, દહીં અને ઘીને યોગ્ય પ્રમાણે લઈને ભેળવવામાં આવે તો એના શ્રેષ્ઠ, લગભગ ચમત્કારિક પરિણામો મળે છે. ડૉ. નટરાજને એમાં કેટલાક વધુ દ્રવ્યો ઉમેર્યા છે.

આ છે એમનો પંચગવ્યનો નુસખો: ગાયનું તાજું છાશ પાંચ કિલોગ્રામ, ગૌમૂત્ર ત્રણ લિટર, ગાયનું દૂધ બે લિટર, ગાયનું ઘી અડધો કિલો, ગાયના દૂધનું દહીં બે લિટર, શેરડીનો રસ ત્રણ લિટર, લીલા નારિયેળનું પાણી ત્રણ લિટર, પાકા કેળા ૧૨ અને તાડી અથવા દ્રાક્ષનો રસ બે લિટર. એમાંથી ૨૦ લિટર પંચગવ્ય બનશે.

એક પહોળા મોઢાનું માટીનું વાસણ કે સિમેન્ટની ટાંકી અથવા પ્લાસ્ટિકનું કેન લો. ધાતુના વાસણનો ઉપયોગ ન કરવો. પહેલાં તાજું છાશ અને ઘી નાખો અને ત્રણ દિવસ રહેવા દો. દિવસમાં બે વાર એમાં હલાવવું. ચોથા દિવસે એમાં બાકીની સામગ્રી મિક્સ કરવી. પંદર દિવસ રહેવા દેવું. રોજ દિવસમાં બે વાર એમાં હલાવવું. ૧૮મા દિવસ પછી એને છાંયડામાં મૂકવું અને માખી ન બેસે એ માટે વાસણના મોઢા પર જાળી બાંધી રાખવી. શેરડીનો રસ ન હોય તો અડધો કિલો ગોળ ત્રણ લિટર

પાણીમાં ઓગાળીને નાખી શકાય. તાડી ન હોય તો બે લિટર લીલા નારિયેળનું પાણી પ્લાસ્ટિકનાં બંધ કેનમાં દસ દિવસ રાખીને એ વાપરી શકાય. એમાં આથો આવશે અને એ તાડી બની જશે.

આ પંચગવ્ય છ મહિના રાખી શકાય છે. એ ઘટ્ટ થઈ જાય તો પાતળું કરવા પાણી ઉમેરી શકાય. એમાં વનસ્પતિના ઉછેર માટે જરૂરી તમામ પોષક દ્રવ્યો છે અને ભારતભરની ઘણી બધી પ્રયોગશાળા અને ખેડૂતોએ એની ખાતરી કરી છે.

આ ત્રણ લિટર પંચગવ્ય ૧૦૦ લિટર પાણીમાં ઉમેરી પાક પર છાંટવું. ડ્રીપ અથવા ફ્લો સિંચાઈ દ્વારા પણ એનો ઉપયોગ કરી શકાય.

બિયારણને વાવણી પહેલાં પંચગવ્યમાં ૨૦ થી ૩૦ મિનિટ રાખવા. ત્યારબાદ ૨૦ દિવસે પાક પર એનો છંટકાવ કરવો.

કેટલાય ફળ, ફૂટ, શાકભાજી પર પંચગવ્યના પ્રયોગની ચમત્કારિક અસર જોવા મળી છે (પુસ્તકમાં આ વિશે પણ જણાવ્યું છે)

તમામ પાકમાં પંચગવ્ય વિકાસને ઉદ્દીપ્ત કરનાર અને જંતુનિરોધક પુરવાર થયું છે.

સામાન્ય રીતે ખેડૂત કેમિકલને બદલે ઓર્ગેનિક ખેતી તરફ વળે ત્યારે પાકમાં ઘટાડો થાય છે. ખેડૂતો ઓર્ગેનિક તરફ વળવાનું ટાળે છે, એની પાછળનું મુખ્ય કારણ એ છે. તેઓ જો પંચગવ્યનો ઉપયોગ કરે તો ઉત્પાદન એટલું જ રહે છે, પહેલાં વર્ષથી જ. ઉપરાંત બધા જ પાક પંદર દિવસ પહેલાં તૈયાર થઈ જાય છે. પંચગવ્યથી પાકની શેલ્ફ લાઈફ વધે છે આંથી વેચાણ અને સંગ્રહ સહેલાં બને છે. પંચગવ્ય વિશે વધુને વધુ ખેડૂતોને માહિતગાર કરવા જોઈએ, એના ઉપયોગ માટે પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ. તેમને ખેતરના નાનકડા હિસ્સા પર એનો પ્રયોગ કરવા દો અને જુઓ કે એ સફળ થાય છે કે. જો એ સફળ થાય તો ચોક્કસ એ તેમને સમૃદ્ધ બનાવશે અને તેમના ગ્રાહકોને તંદુરસ્ત. તમારા પોતાના બગીચા કે ઘરની બહાર વૃક્ષો પર પણ એનો પ્રયોગ કરી જુઓ. **પુસ્તિકા માટે ડૉ. નટરાજનનો મો.નં. ૦૯૪૪૩૩૫૮૩૭૯ ઉપર સંપર્ક કરો.**

- મેનકા ગાંધી

गुरुकृपा का अर्थ यह नहीं कि जीवनमें कभी दुःख ही न आये।
दुःख में भी आप दुःखी न हों और वह घड़ी कब बीत जाए
उसका आपको पता ही न चले, वही है “गुरुकृपा”.....

સમગ્ર અસ્તિત્વ છે પરમાત્માનો પરિચય

મારી પાસે લોકો આવે છે ને કહે છે, ભગવાનને આટલા હાથ, આટલાં મુખ! હું કહું છું કે કથામાં જુઓ, જે આટલા હાથ છે ને આટલા મુખ છે, એ જ તો ભગવાન છે. કોણ ભગવાન? શાસ્ત્રોમાં વાંચ્યું છે. ક્યારેય જોયા નથી. ચતુર્ભુજને ક્યારેય જોયા નથી પરંતુ સંસારમાં ચતુર્ભુજને જોયા છે. જે બે હાથે કમાય છે અને પ્રસિદ્ધિમુક્ત ચાર ચાર હાથથી સેવામાં વાપરે છે એ બધા ચતુર્ભુજ છે. મને ખેડૂતમાં ઈશ્વર દેખાય. મને મારા વિદ્યાર્થીમાં ઈશ્વર દેખાય. મને મારા મજૂરમાં ઈશ્વર દેખાય. મને મારા કોઈ બાળકમાં ઈશ્વર દેખાય. હું તો સ્પષ્ટ કહું છું કે ચાર હાથવાળા આવશે તો અમને અનુકૂળ નહીં પડે. હજાર હાથવાળા તો મારે જોઈએ જ નહીં! કોણ પરમાત્મા? એમનાં રૂપનું વર્ણન અવશ્ય છે; સારું છે. આપણે એ વર્ણન વાંચીએ છીએ. પરમાત્માના આટલા હાથ, આટલાં નેત્ર, એ તો એમનું અશ્ચર્ય છે. સમગ્ર અસ્તિત્વ એ પરમાત્માનો પરિચય છે. આપણે કેવી કેવી રીતે શોધીએ છીએ? પરમાત્માનો પરિચય હતો 'રામચરિત માનસ'માં ગીધરાજ જટાયુને. આપણે ખાક જાણ્યા! ગોસ્વામીજી કહે છે-

જો અગમ સુગમ સુભાવ નિર્મલ, અસમ સમસીતલ સદા.

પ્રસંતિ જે જોગી જતન કરિ કરત, મન ગો બસ સદા.

કોણ છે પરમાત્મા? પ્રયત્ન કરો તો અગમ છે અને ભોળું ચિત્ત હોય તો સુગમમાં સુગમ છે આપણા જેવા બૌદ્ધિકોને, બુદ્ધિથી વિચારનારાઓને કદાચ પરમાત્મા ક્યારેય મળશે જ નહીં! અને આ જે દીન-હીન જે ભોળાં હૃદયના છે એમને માટે તો પરમતત્ત્વ સુગમ છે. આપણા જેવા માટે કઠિન છે. કોણ પરમાત્મા? ચાલો, એક વ્યક્તિ લઈ લો; જે સમર્થતાનો દાવો કરતા હોય એમના માટે એ અગમ્ય બની જાય છે અને જે દીન-હીન અને અભાવગ્રસ્ત છે એના માટે સુગમ થઈ જાય, એમને ઈશ્વર સમજવા; પછી એ વ્યક્તિ કેમ ન હોય? જે દીન-હીનનો હાથ પકડીને સાથે લઈ જાય, એનામાં પરમતત્ત્વ છુપાયેલું સમજવું. મારા દેશનું એક ગીધ જાણતું હતું. આપણે સિદ્ધ બની બેઠા છીએ! આપણે ન જાણી શક્યા! ગીધે જાણ્યા, સિદ્ધે ન જાણ્યા!

આગળનું સૂત્ર, 'સુભાવ નિર્મલ.' જટાયુ કહે છે, જેમનો સ્વભાવ નિર્મળ હોય, સરળ હોય, બાળક જેવો હોય. જે સમર્થતાનો દાવો કરે એમના માટે અગમ, જે અસમર્થતા સ્વીકારી લે એમના માટે સુગમ. અહલ્યાને ખબર પડી ગઈ કે મારું સામર્થ્ય ખતમ થઈ ગયું છે. હવે

હું અયોધ્યા નહીં જઈ શકું. પરંતુ અહલ્યાએ અસમર્થતા સ્વીકારી લીધી તો અયોધ્યાના રામે ઉઘાડા પગે અહલ્યા પાસે આવવું પડ્યું! મારાં ભાઈ-બહેનો, પરમતત્ત્વ શું છે? આપણી ચારે બાજુ જે છે એમાં શોધો. જેમનો નિર્મળ સ્વભાવ છે, સરળ સ્વભાવ છે, સરળ ચિત્ત છે એ પરમાત્મા. તુલસીદાસજીની એક સુંદર ચોપાઈ છે. યાદ રાખવા જેવી ચોપાઈ છે-

સરલ સુભાવ ન મન કુટિલાઈ.

જથા લાભ સંતોષ સદાઈ.

ક્યાંય પણ કુટિલતા નહીં, મનમાં ખેલ નહીં, કોઈ ગેમ નહીં, કોઈ નેટવર્ક નહીં, કોઈ ષડ્યંત્ર નહીં. અહલ્યા સમજી ગઈ કે મારું સામર્થ્ય નથી એટલે રામને ઉઘાડા પગે આવવું પડ્યું. શબરી સમજી રહી હતી, 'અધમ તે અધમ અધમ અતિ નારી.' અને માફ કરજો; સનાતન ધર્મમાં પણ કહેવામાં આવ્યું હતું કે નારીને પરમતત્ત્વની પ્રાપ્તિ નથી થતી; ત્યાં તુલસીએ એવી વાતો કરી કે અધમમાં અધમ નારી કેમ ન હોય, એ રામ પાસે ન જઈ શકે તો રામે એમની પાસે જવું જોઈએ. રામનું એ દાયિત્વ છે. એ નારી ન જઈ શકે, રામ તો જઈ શકે ને! એક છેવાડાની વ્યક્તિ કોઈ સંત પાસે ન જઈ શકે પરંતુ સંતે તો એની પાસે જવું જોઈએ. એને કોણ રોકે છે? સાધુ મુક્ત પંખી હોવા જોઈએ.

વિનોબાજીએ કહ્યું હતું કે આપણા દેશમાં એટલી ઊંચી વ્યક્તિઓ આવી પરંતુ એ ક્યારેય શિખરથી નીચે ન ઊતરી શકી અને ગરીબ માણસ એના સુધી પહોંચી ન શક્યો! આ ખાઈ કાયમ રહી ગઈ.

- મોરારિબાપુ, માનસ દર્શન, સંકલન: નીતિન વડગામા

વૃક્ષનું મહત્ત્વ

યુનાઈટેડ નેશન્સના તાજેતરના રિપોર્ટ અનુસાર વિશ્વમાં, પ્રતિ નાગરિક વૃક્ષોની સંખ્યા નીચે મુજબ છે:

કેનેડા: ૮૮૫૩, રશિયા: ૪૪૬૧, અમેરિકા: ૭૧૬, ચીન : ૧૦૨, ભારત: ૨૮

આપણા દેશનાં, પ્રતિ નાગરિક વૃક્ષની સંખ્યા વિશ્વમાં સૌથી ઓછી છે. દર પાંચ વર્ષે આપણા દેશનાં વાતાવરણમાં ૧ ડિગ્રી સે. ગરમીનું પ્રમાણ વધી રહ્યું છે, જે લગભગ ૪૫ અંશ સે. ડિગ્રી સુધી પહોંચી ગયું છે. આ ઘણી ચિંતાજનક બાબત છે. આ ચોમાસામાં આપણે સહુ એ ઓછામાં ઓછા પાંચ (૫) વૃક્ષ ઉછેરવાની જવાબદારી લેવી જોઈએ. આ ચેલેન્જ આપણે ઉપાડી શકીશું?

જેક માને કાન દઈ સાંભળો

વાત છે - અલીબાબા ગ્રુપ ઈ-કૉમર્સ કંપનીના ચેરમેનની. દુનિયામાં છઠ્ઠા નંબરે તેનો ઈન્ટરનેટ કારોબાર ચાલે છે. છઠ્ઠા ક્રમથી તે કદાચ આગળના ચોથા-પાંચમા ક્રમે પણ આવી શકે! કારણ કે ચેરમેન શ્રી જેક માનું સૂત્ર છે - પ્રયત્ન કરો, પ્રયત્ન કરો, સિદ્ધિ સામે જ છે. જુઓને યુનિવર્સિટીમાં પ્રવેશ માટે મેં વારંવાર ફાંફાં માર્યા છે. પણ બંદા ત્રણવાર નિષ્ફળ નીવડ્યા. પણ એમ કંઈ હારું-થાકું તેવો હું નથી. મારે પીએચ.ડી. થવું છે. મારે બહુમાન સાથે તેમાં ઉત્તીર્ણ થવું છે. અને મારી પાસે તે માટે એક જ કીમિયો છે. ખૂબ મહેનત કરો. તનતોડ મહેનત કરો. આમ છતાં જાણો છો? નસીબ પાછું જ પડ્યા કરે છે. જાન રેડીને મહેનત કરું પણ પરીક્ષાનું પરિણામ આવે એટલે નાપાસ... નાપાસ...!

પણ ત્યાં જ મને પાનો ચઢે છે. હા, ખૂબ મહેનત કરીએ, નિષ્ફળ નીવડીએ પણ તેથી કોઈ પ્રયત્ન છોડી દેવાનો ન હોય. મારી કથાનો મર્મ ગણો કે જે કંઈ ગણો આ છે. મુકાબલો કરતા રહો. અટકો નહીં. પરિણામ શું આવ્યું જાણો છો? હોંગકોંગ નામની શ્રેષ્ઠ યુનિવર્સિટી મારી રાહ જોઈને બેઠી હતી. અને હું જે કરવું હતું તે કરીને જ રહ્યો. બધી નિષ્ફળતાઓ છેવટે ઓગળીને એક મોટી સફળતારૂપે નવો આકાર ધારી મારી સામે આવીને ઊભી રહી!

મિત્રો! યાદ રાખો ખરો જોખમ ખેડનારો ધન કેમ પ્રાપ્ત કરવું એટલું જ માત્ર જાણતો નથી, પણ ધન કેવી રીતે વાપરવું તે પણ જાણો છે. વળી આપણે કંઈ માત્ર પૈસા માટે જીવતા નથી.

તમારી પાસે સમજો કે એકાદ-બે કરોડ રૂપિયા આવી રહે એ તમારા ગણજો. પણ જ્યારે તમારી પાસે પચાસ કરોડ રૂપિયા આવી જાય ત્યારે સમજજો કે ત્યાં સમસ્યાઓ અને આપત્તિઓ આવી જ પડશે.

અને જ્યારે તમારી પાસે અબજો રૂપિયા આવી પડશે ત્યારે સમજજો કે એ તમારા પૈસા નથી જ નથી. જે સમાજ તમોને ખોબલે ખોબલે સંપત્તિ આપે છે તે સમાજ માટે તમારે પણ સારા રસ્તે પૈસા વાપરવાના છે. તમે તેનો વધુ ઉત્તમ રીતે ઉપયોગ કરતા થાવ. સાચો ધંધાદારી તો એ છે કે તે પોતાના પૈસાનો ઉપયોગ સમાજની સમસ્યાઓને હલ કરવા માટે ખર્ચે, દીન-દુઃખી લોકોની સેવા માટે ખર્ચે. હું સ્પષ્ટ કહું કે આપણી સામે અનેકાનેક પડકારો છે, પણ એ બધામાં મોટો પડકાર મારે મન તો શિક્ષણનો છે. આજે વિશ્વની શ્રેષ્ઠમાં શ્રેષ્ઠ યુનિવર્સિટી સામે પણ

મોટો પડકાર આ શિક્ષણનો જ છે. કારણ કે આપણા બાળકોને જે કંઈ આજે શીખવીએ છીએ એ બધું જૂનું-પુરાણું-જર્જરિત છે. કદાચ બસો વર્ષ જૂનું! જુઓને હજુ યંત્રો જ વધુ સારાં છે તેવું ભણાવીએ છીએ! આપણે નવી પેઢીને કેવી સામગ્રી-કેવા પદાર્થો સુધી લઈ જવી તે વિશે વિચારવા જેવું છે. મશીન કરતાં મશીન પર વિજય કેમ મેળવી શકાય. એ મુદ્દો વધુ પ્રસ્તુત છે. યાદ રાખો યંત્રો કદી મનુષ્ય પર વિજય મેળવી શકે નહીં.

જેક માના આ વિચારો આપણા સમયના એક અનુભવીના, એક બુદ્ધિજીવીના વિચારો છે. આપણે અનેકવિધ સમસ્યાઓથી ઘેરાઈ ગયેલા છીએ એ કારણે શિક્ષણની મૂળ સમસ્યા સુધી પહોંચી શક્યા નથી કે તેને સમજી શક્યા નથી. જેક માની જેમ વર્ષો પૂર્વે ગાંધીજીએ જ કહ્યું હતું “શિક્ષણ જ સર્વ સમસ્યાઓની ચાવી છે.” પણ આપણે ચાવી જ ખોઈ નાખી છે તેનું શું?

- પ્રવીણ દરજી, સૌ. ગુજરાત સમાચાર.

ગૌમૂત્ર વેંચીને સ્વનિર્ભર બનતી ગૌશાળા!

ભુજ તાલુકાના કાલી તલાવડી ગામે આવેલી જયશ્રી કૃષ્ણ ટ્રસ્ટ સંચાલિત ગૌશાળા ૧૫ એકરમાં પથરાયેલી છે. હાલમાં આ ગૌશાળામાં ૫૦૦થી વધુ ગાયોની સારસંભાળ રાખવામાં આવી રહી છે. ગાયોને સૂકો અને લીલો ઘાસચારો મળી રહે તેની અલાયદી વ્યવસ્થા ગોઠવવામાં આવી છે. ગાયોને પાણી સ્વચ્છ મળે તેની માટે બોરની અલાયદી વ્યવસ્થા છે. ગૌશાળાને સ્વનિર્ભર બનાવવા પાંચ વર્ષ અગાઉથી ગૌમૂત્ર એકત્ર કરવાની યોજના અમલમાં મુકાઈ છે. ત્યારે માત્ર એક જ લાઈન હતી. જેથી સ્ટોક મર્યાદીત એકત્ર થતો હતો. પણ હવે ગૌમૂત્રનો બગાડ ન થાય તેને માટે ૫૦૦ ફૂટમાં અન્ડરગ્રાઉન્ડ લાઈનો બીછાવવામાં આવી છે. જેનો સીધો સંગ્રહ બે લાખ લીટરના ટાંકીમાં થાય છે. સીઝન સિવાય મૂત્ર ફેકવાને બદલે સંગ્રહ કરી ખેતીની સીઝનમાં વેંચાણ કરવામાં આવે છે. આ બે લાખ લીટર ગૌમૂત્રના વેંચાણ દ્વારા દર વર્ષે રૂ. આઠ લાખની આવક થાય છે.

આપકો જીવન સે જો કુછ ભી મિલેં ઉસે પચાના સીખો ક્યોંકિ ભોજન ન પચને પર રોગ બઢતે હૈ! પૈસા ન પચને પર દિખાવા બઢતા હૈ! ભાત ન પચને પર ચુગલી બઢતી હૈ! પ્રશંસા ન પચને પર અહંકાર બઢતા હૈ! નિંદા ન પચને પર દુશ્મની બઢતી હૈ! રાજ ન પચને પર ખતરા બઢતા હૈ! દુઃખ ન પચને પર નિરાશા બઢતી હૈ! ઔર સુખ ન પચને પર પાપ બઢતા હૈ!

કૃતનિશ્ચય

૧૯૨૪ની સાલમાં ઓલિમ્પિક રમતો પેરિસમાં યોજાઈ. આંતરરાષ્ટ્રીય રમતોની યાદીમાં આ વર્ષે નૌકાસ્પર્ધાનો પણ સમાવેશ કરવામાં આવ્યો. નવી રમત, નવી સ્પર્ધા, રમતવીરોમાં ઉત્સાહનું વાતાવરણ છવાઈ ગયું. સ્પર્ધાને યોગ્ય હોડકું કેવું હતું? હોડકું લાંબું વધુ પ્રમાણમાં અને પહોળાઈમાં સાંકડું, વજનમાં હલકું એવું ખાસ પ્રકારનું હોડકું રાખવાનો નિયમ હતો. વળી ચાર પુરુષો દ્વારા નૌકા હંકારવાની છૂટ. આ સ્પર્ધામાં યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સની ટીમ વિશ્વવિજેતા બનવા દાવેદાર હતી, તત્પર હતી અને તે માટે તે જોરદાર પ્રયત્નશીલ પણ હતા. આ ચારમાંની એક વ્યક્તિ તે બિલ હેવન્સ.

ઓલિમ્પિક રમતોત્સવ નજીક આવતો ગયો. સૌ સ્પર્ધામાં ભાગ લેવા થનગનતા હતા. પરંતુ બિલના ભાગ્યનો વળાંક કંઈક અલગ દિશામાં ફંટાયો. બન્યું એવું કે યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સની ટીમ પેરિસમાં ભાગ લેવા ઉતરે ત્યારે, બરાબર તે જ અરસામાં બિલની પત્ની તેના પ્રથમ બાળકને જન્મ આપવાની હતી. તે જમાનો એવો હતો કે પેરિસથી યુએસે તાત્કાલિક પહોંચાડે તેવા કોઈ જેટ પ્લેનની સુવિધા ન હતી. ફક્ત ધીમી ગતિએ સમુદ્રમાર્ગે જ મુસાફરી કરવાની રહેતી.

બિલ સમક્ષ કટોકટી ઊભી થઈ. દ્વિધામાં પડેલા બિલને ખૂબ માનસિક ખેંચતાણ થઈ. ક્યાં જવું! ક્યાં રહેવું! પત્નીની પ્રથમ પ્રસુતિ ટાણે પડખે હાજર રહેવું કે પેરિસના રમતોત્સવમાં ભાગ લેવા જવું! પત્નીને આ પ્રસંગે સાથ અને સધિયારો આપવા હાજર રહેવું કે ઓલિમ્પિક જેવા મહા રમતોત્સવમાં ભાગ લઈ મેડલ જીતવાનું શમણું સાકાર કરવું! મન મુંઝાતું રહ્યું.

બિલ જેટલો પ્રેમાળ પતિ હતો, તેવી જ પ્રેમાળ તેની પત્ની હતી. બિલની પ્રગતિ રુંધાય તે તેણીને જરાપણ પસંદ ન હતું. તેથી પત્નીએ બિલને રમતોત્સવમાં જવા માટે જોરદાર આગ્રહ કર્યો. આખરે ઓલિમ્પિક રમતોત્સવમાં ભાગ લેવાનું મળે તે જ કોઈને પણ મહત્વકાંક્ષાની પરાકાષ્ટા જ ને!

બિલે ઘણી મૂંઝવણ અનુભવી, મનોમંથન થતું જ રહ્યું. આંતરખોજને અંતે નિર્ણય કર્યો કે રમતની ટીમમાંથી ખસી જઈ પ્રસુતા પત્ની પાસે જ હાજર રહી તેને માનસિક રાહત આપવી. એક ભાવુક પતિની જીત થઈ. રમતવીર બિલ જાણે ગૌણ બની ગયો. પેરિસ જઈ મહત્વકાંક્ષા સંતોષવી, સ્વપ્નું સાકાર કરવું. ઈતિહાસમાં નામ રોશન કરવું. તેનાથી વિશેષ પત્નીને આવા સમયે સાથ આપવો

તેને વધુ યોગ્ય લાગ્યું. સહિયારી જવાબદારી નિભાવવાનું તેને મન વધુ મહત્વનું હતું. અને ધાર્યું હતું તેવું જ થયું. યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સની ટીમે પેરિસમાં ગોલ્ડ મેડલ પ્રાપ્ત કર્યો. આ તરફ બિલની પત્નીની પ્રસુતિ પણ લંબાઈ. એટલી હદ સુધી કે કદાચ બિલ પેરિસ ગયો હોત તો સ્પર્ધામાં ભાગ લઈ મેડલ જીતીને સુવાવડ સમયે પાછો આવી પણ ગયો હોત. અને પત્ની પાસે રહી શક્યો હોત! પણ બિલના ભાગ્યમાં જાણે મેડલ ન હતો. પરંતુ બિલને તેનો લગીરેય અફસોસ ન હતો. પોતે કરેલો નિર્ણય યોગ્ય જ હતો તેવું બિલે જીવનની અંતિમ ક્ષણ સુધી માન્યું હતું.

લોકોએ બિલને મૂર્ખ ગણ્યો. ‘શરમ શરમ’ ના પોકારોથી બિલના કાન બહેરા થઈ ગયા. પણ બિલ! પોતાના નિર્ધાર પર મક્કમ હતો. કોઈની નિંદા કે પ્રશંસાથી જાણે કે તે પર થઈ ગયો હતો. એટલે લોકોના અભિપ્રાયને કારણે તે ક્યારેય ન દુઃખી થયો, ન ક્યારેય અફસોસ કર્યો.

પ્રસંગનો રસપ્રદ વળાંક હવે જ આવે છે. બિલ હેવન્સ અને તેની પત્નીએ પોતાના વહાલા પુત્રનું નામ ફેન્ડ રાખેલું. સમયનો વહેણ સરતાં રહ્યાં બરાબર અઠ્ઠાવીસ વર્ષ પછી ૧૯૫૨માં બિલને એક તાર મળ્યો. તાર હતો પુત્ર ફેન્ડનો. એ તાર હેલસિન્કી, ફિનલેન્ડથી આવેલો, જ્યાં ૧૯૫૨ના વર્ષની ઓલિમ્પિક સ્પર્ધા યોજાયેલી.

બિલે તારના અક્ષરો ઉકેલ્યા, ‘ડેડ! હું જીવ્યો છું. મારા જન્મની રાહ જોવામાં તમે જે ગોલ્ડ મેડલ જીતવાનું જતું કર્યું હતું તે ગોલ્ડ મેડલ સાથે હું જલદીથી ઘેર પહોંચું છું.’ જે ગોલ્ડ મેડલ જીતવાનું બિલે સ્વપ્નું સેવ્યું હતું, પણ સંજોગવસાત્ તે જીતી શક્યો ન હતો તે ગોલ્ડ મેડલ યુએસએ વતી નૌકાસ્પર્ધામાં ભાગ લઈ ફેન્ડ હેવન્સ, પોતાનો વહાલસોયો પુત્ર જીતી લાવ્યો હતો.

ઘણાં વખતથી અભિલાષા સેવેલી વસ્તુ જ્યારે દૈવયોગે પ્રાપ્ત થઈ જાય, ત્યારે તે વસ્તુ મેળવવા માટે પૂર્વ અનેકવાર વેઠેલાં દુઃખો પણ પછી સુખ બની જાય છે.

થોમસ કિનકેડે સાચું જ કહ્યું છે : ‘જે અગત્યનું છે, જે મહત્વનું છે, જે અગ્રક્રમે શોભે તેવું છે, તેને જ જીવનમાં વળગી રહો. અને પછી ગાઢ જંગલ ભેદીને સૂર્યના સોનેરી કિરણો ભૂમિ પર પ્રકાશ રેલાવે તેમ જીવનમાં પ્રગાઢ શાંતિ અંતરતમ સુધી રેલાતી અનુભવશો.’

- હિમા યાશિક

સત્પુરુષોનું યોગબળ જગતનું કલ્યાણ કરો
... શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર

રવાન્ડા

મોદી ભારતથી ૨૦૦ ગાયો લઈને આફ્રિકા ગયા અને રવાન્ડા દેશમાં ૨૦૦ પરિવારોને ગાયો ભેટ આપી.

આવું ગાંડા જેવું સાંભળ્યું કોઈ દિવસ ? સાંભળ્યું કોઈ દેશનો પ્રધાનમંત્રી કોઈ દેશને ગાયો આપે ?

આવું કરવા પાછળના કારણો આ પ્રમાણે છે :

- આજે ત્યાં લગ્નો, તહેવારો, બર્થડે, ક્રિસમસ વગેરેમાં સૌથી ફેવરિટ ગિફ્ટ ગાયને માનવામાં આવે છે.
- ભોજન સાથે શુદ્ધ દૂધ ફરજિયાત છે.
- દૂધ દોહવું ફક્ત પુરુષોનું જ કામ છે. દૂધ દોહવા માટે ગાયને અડતા પહેલા દરેક પુરુષ ન્હાય છે. ભગવાનની પૂજા અર્ચના કરે છે અને દૂધ દોહતી વખતે ન તો ધુમ્પાન કરી શકે છે કે દારૂ પી શકે છે.
- ત્યાંની દરેક વ્યક્તિ ઘરની બહાર નીકળતા પહેલા ગાયને જોઈને જ જાય છે. બાળક જન્મે એટલે સૌથી પહેલા એને ગાયને અડકાવે છે.
- આજે પણ ત્યાંના લોકો માને છે કે ૧૯૯૪ના હત્યાકાંડ વખતે યુરોપિયન ખ્રિસ્તીઓએ ૯૦% ગાયોને મારી નાખી. એના પછી જ એ લોકોની દશા બેઠી. ખ્રિસ્તીઓએ આ લોકોને એમના ગુલામ બનાવ્યા તેની પહેલા અર્થતંત્રમાં ગાયો મોટો ભાગ ભજવતી હતી.
- રવાંડામાં ગાયો એ સૌથી માનનીય પશુ છે અને તેને દૈવી શક્તિ તરીકે ફક્ત ગણતા નથી પણ તેને પોતાના કુટુંબના સભ્ય તરીકે જુવે છે. જેમ આપણે બાળકોના નામ રાખીએ તેમ દરેકના ઘરમાં રહેલી ગાયોના નામ રાખવાનું ફરજિયાત હોય છે.
- અહીંયા જ્યાં સુધી ખ્રિસ્તીઓએ પોતાનો કબ્જો જમાવ્યો ત્યાં સુધી ગૌમાંસ પ્રતિબંધ હતો.
- ગાયને એટલી પવિત્ર માનવામાં આવે છે કે તેના દૂધમાં તેઓ ખાંડ સુધ્યાં નથી નાખતા એ માન્યતા સાથે કે એ કરવાથી પાપ લાગે.
- ૧૯૯૪ માં રવાન્ડા હત્યાકાંડ પછી ત્યાંની સરકારે દરેક કુટુંબમાં ફરજિયાત ગાય માટેની સ્કીમો લાવી.
- ખ્રિસ્તીઓએ રવાન્ડામાં ટુટ્સી અને હુતુ એમ બે જાતિઓમાં લોકોને વહેંચી દીધા અને રવાન્ડા હત્યાકાંડ કરાવ્યો. આ બે જાતિઓને જ્યારે ખબર પડી કે બેલ્જિયમના ખ્રિસ્તીઓએ એમને ઉલ્લુ બનાવ્યા છે ત્યારે (લાખો લોકો ઓલરેડી માર્યા ગયા હતા) આ બંને જાતિઓએ ફરીથી એક થવા માટે

ગાયોનો સહારો લીધો. ટુટ્સી અને હુતુ આજે પણ એક બીજાને ગાયો આપી અને દોસ્તી કરી રહ્યા છે.

આજે ફરીથી રવાન્ડા બેઠું થઈ શક્યું તેનું મુખ્ય કારણ ગોબર અને તેની બીજી પ્રોડક્ટ્સ છે જેનો બહોળો ઉપયોગ થાય છે.

થાઈલેન્ડનું એક અદ્ભૂત બચાવ કાર્ય

તજેતરમાં થાઈલેન્ડમાં ઘટેલી ગુફા ઘટનામાં થોડીક ખાસ વાતો જોવા મળી. ‘પહેલી વાત’ તો તેમાં ફસાયેલા ૧૧ થી ૧૭ વર્ષના તરુણો અને તેમનો કોચ-જેટલા ફોટા આવ્યા તેમાં સદાય મુસ્કુરાતા જોવા મળ્યા. આ વાતનું બચાવ ટુકડીએ પણ અનુમોદન કર્યું, અને આ વાત દેશ દુનિયાના માનસશાસ્ત્રીઓ અને યુનિવર્સિટી માટે અભ્યાસનો વિષય બની ગઈ !

કોઈ હતાશા નહી મોતનો ડર નહી અને બચાવમાં સંપૂર્ણ સહકાર, કોઈ ઉતાવળ વગર ! અદ્ભૂત ! કદાચ આ વાત ના મુળ છેક બાળપણથી રહેલા ઉછેરમાં હશે ? કે બૌદ્ધ ધર્મની જીવનમાં ઉતરી ગયેલી શીખમાં હશે ? ‘બીજું’ આ બાળકોના પરિવાર કે આપ્તજનોના રોતા કકળતા કે આર્કંદ કરતા કોઈ કિલર્પીંગ જોવા ના મળ્યા, જે અતિ સામાન્ય હોય છે ! આ પારિવારિક ધૈર્ય અને લાગણી ઉપરના અંકુશનો પણ અભ્યાસ થવો ઘટે ! ‘ત્રીજું’ નાગરીક ધર્મ, દરેક નાનામાં નાનો માણસ એમ વિચારતો જોવા મળ્યો કે આમાં હું શી રીતે ઉપયોગી બની શકું, ઉદાહરણ તરીકે એક નાનકડી લોન્ડ્રી ચલાવતી બહેને આખી બચાવ ટીમના કપડા નિયમીત ધોવાની જવાબદારી ઉપાડી લીધી ! કોઈ નામ વગર, પ્રચાર વગર ! કેટલું સુંદર ! આપણા દેશમાં આવું ભાગ્યે જ જોવા મળે છે ! ‘ચોથું’ આખું કામ નિષ્ણાતોની આવડત ઉપર છોડી દેવામાં આવ્યું, કોઈ નિવેદન એવું ના હતું કે માનનિય મંત્રીશ્રીએ માર્ગદર્શન કર્યું, કે ના તો ઓકસીજન સીલીન્ડર પર રાજકિય પક્ષોના સીક્કા હતા ! આ દેશે આપણા ૧૨૦ કરોડના દેશને વ્યાપકપણે કેટકેટલું શીખવ્યું ! ચાલો મિથ્યભિમાન છોડી સારું સ્વીકારીએ અને શીખીએ ! !

એક જરૂરી સૂચના

જે ગ્રાહકોનું લવાજમ બાકી હતું તેમના ગ્રાહક નંબર ગોરક્ષાપાત્રના પાના નં. ૧૪ પર છેલ્લા બે મહિના પ્રકાશિત કર્યા હતા જેમણે લવાજમ ભરી દીધું છે, એમને બાદ કરતા બાકીના ગ્રાહકોને ગોરક્ષાપાત્ર આ મહિનાથી મોકલવાનું બંધ કરીએ છીએ, છતા જેમણે એકવાર પણ લવાજમ ભર્યું છે તેમને ડિસેમ્બર ૧૮ સુધી ગોરક્ષાપાત્ર મળતા રહેશે. - લિ. તંત્રીશ્રી

શ્રી રતન ટાટાનો અનુભવ

અમે હેમ્બર્ગ શહેરમાં પહોંચ્યા, ત્યારે કકડીને ભૂખ લાગી હતી આથી મારા સાથીદારો સાથે હું ત્યાંની એક રેસ્ટોરાંમાં ગયો. રેસ્ટોરાં લગભગ ખાલી હતી. એક ગોળાકાર ટેબલ પર ૫-૬ વૃદ્ધ મહિલાઓ ભોજન કરવા માટે બેઠી હતી. અમે ખાવા માટે ઓર્ડર આપ્યો અને જમવાનું આવે એની પ્રતિક્ષા કરતા હતા ત્યારે મેં જોયું કે વેઈટર વૃદ્ધ મહિલાઓને તેમણે ઓર્ડર કરેલ વાનગી બધાની પ્લેટમાં થોડી થોડી મૂકતો હતો. થોડી જ વારમાં વૃદ્ધ મહિલાઓએ પોતપોતાની પ્લેટમાંની વાનગી ખાઈ લીધી અને તેમની પ્લેટો તદ્દન ખાલી થઈ ગઈ.

જ્યારે વેઈટર અમારી ઓર્ડર કરેલ વાનગીઓ લાવ્યો ત્યારે અમે બધા તે ખાવા મંડી પડયા. અમારા સ્થાનિક યજમાને જરૂર કરતા વધારે ખાવાનું મંગાવ્યું હતું અને અમે જ્યારે ખાવાનું પુરું કર્યું ત્યારે પણ હજી ત્રીજા ભાગનું ખાવાનું બચેલું હતું. અમે બીલ ચૂકવી દીધું અને રેસ્ટોરાં છોડવાની તૈયારીમાં હતા ત્યારે તે વૃદ્ધ મહિલાઓ અમારી પાસે આવી અને અમને અંગ્રેજીમાં કહ્યું તેઓ અમારાથી નારાજ છે કારણ કે અમે આટલા બધા ખોરાકનો બગાડ કર્યો છે.

મારા સાથીદારે કહ્યું ખોરાક અમે ઓર્ડર કર્યો છે, તેનું બીલ અમે આપી દીધું છે પછી કેટલો ખોરાક બાકી રહી ગયો છે એ જોવાનું તમારું કામ નથી. એમાંની એક વૃદ્ધ મહિલાએ ફોન કર્યો અને તુરન્ત ત્યાંની સોશ્યલ સિક્યુરીટી સંસ્થાનો ઓફિસર રેસ્ટોરાંમાં આવ્યો. જ્યારે એને હકીકતની ખબર પડી ત્યારે તેણે અમને ૫૦ યુરોનો દંડ કર્યો અને ખૂબજ કડક શબ્દોમાં કહ્યું કે જેટલું ખાઈ શકો તેટલું જ ઓર્ડર કરો. ખાવાની વસ્તુઓનો બગાડ ન કરો. યાદ રાખો કે પૈસા તમારા છે પરન્તુ દેશના સંશોધનો પર પૂરા સમાજનો હક છે. જ્યારે દુનિયાના કેટલાય માણસો ભૂખ્યા સૂઈ જતા હોય ત્યારે આવો બગાડ કરવો આપના માટે શોભાસ્પદ નથી. અમે ચૂપચાપ દંડ ભરીને રેસ્ટોરાં છોડી જતા રહ્યા.

પ્રે. શાંતિલાલ ગડા.

એકાગ્રતા એ સાધના છે !

સ્વામી વિવેકાનંદ સ્વિટઝર્લેન્ડમાં હતા ત્યારે જર્મનીના સંસ્કૃતના પ્રખર ને પ્રખ્યાત વિદ્વાન પોલ ડાયસને તેમને જર્મની આવવાનું નિમંત્રણ આપ્યું. બંને વચ્ચે વેદાંતદર્શન, શાંકરભાષ્ય અને ઉપનિષદો પર ઘણી ચર્ચા થઈ, વિચાર વિનિમય થયો. ચર્ચા દરમિયાન પ્રોફેસર

ડાયસન કશાક કામ માટે ઊભા થઈને બીજા ખંડમાં ગયા. તેમને આવતાં વાર લાગી. જ્યારે તેઓ આવ્યા ત્યારે તેમણે જોયું તો સ્વામી વિવેકાનંદ ત્યાં ટેબલ પર પડેલું કવિતાનું એક પુસ્તક વાંચી રહ્યા હતા. સ્વામીજી વાંચવામાં એટલા તલ્લીન હતા કે પોલ ડાયસન રૂમમાં આવ્યા ત્યારે તેમનાં પગલાંનો અવાજ થયો તે પણ તેમણે સાંભળ્યો નહોતો. પોલ પાસેના સોફા પર બેઠા.

પુસ્તક પૂરું થયું ત્યાં સુધી પોલ પણ કંઈ બોલ્યા નહિ. પુસ્તક પૂરું થતાં સ્વામીજીએ તેને ટેબલ પર મૂક્યું ને મિ. પોલ પર નજર પડતાં તેમણે કહ્યું, ‘માફ કરજો. પુસ્તક વાંચવામાં એટલો તલ્લીન થઈ ગયો કે આપ આવ્યા તેની ખબર પણ ન રહી. પણ ડાયસનને કોણ જાણે સંદેહ થયો કે સ્વામીજીએ જાણી જોઈને પોતાને ઉપેક્ષિત કર્યો છે. સ્વામીજી પોલના ચહેરા પર એ ભાવ જોઈને સમજી ગયા કે પોલને કંઈક સંદેહ થયો લાગે છે. આથી સ્વામીજીએ પોતે જે પુસ્તક વાંચેલું તેમાંની કવિતાઓ બોલવા લાગ્યા. પ્રોફેસર તો દિગ્મૂઢ થઈને સ્વામીજી સામે જોઈ જ રહ્યા. એ દસેક મિનિટ પછી બોલી ઊઠ્યા, “ખરેખર, સ્વામીજી! આપે આ પુસ્તક જરૂર ખૂબ ધ્યાનથી વાંચ્યું લાગે છે. નહિ તો બસો પાનાંનું આ પુસ્તક અડધા કલાકમાં આપ યાદ કઈ રીતે રાખી શક્યા?” ‘એકાગ્રતા! પ્રોફેસર સાહેબ, એકાગ્રતાની સાધના તો યોગ છે. કોઈ પણ કામમાં એકાકાર થઈ જાય એટલે હૃદયમાં અંકિત થઈ જ જાય.’ સ્વામીજીએ આગળ બીજી કવિતાઓ બોલવા માંડી.- પ્રેષક : કિશોર ધનજી શાહ

ગાય અને ભેંસનું દૂધ

ભેંસનું દૂધ, દહીં અને ઘી ફક્ત ભારતમાં જ ખાવા માટે ઉપયોગમાં લેવાય છે. ભેંસનાં દૂધ, દહીં, ઘીમાં રહેલ ચરબી શરીરમાં અને લોહીની નસોમાં જામી જાય છે, જે આરોગ્ય માટે ખૂબ જ હાનિકારક છે. ભારતમાં ગર્ભાવસ્થામાં અને બાળપણથી જ ભેંસનું દૂધ પીવાય છે જે સંપૂર્ણ અયોગ્ય છે.

ગાયનાં દૂધ, દહીં, છાશ, માખણ અને ઘી પોષણ અને આરોગ્યની દ્રષ્ટિએ શ્રેષ્ઠ છે. ગાયના દૂધનું બંધારણ માનવીના દૂધને ઘણું મળતું આવે છે તેથી ગાયનું દૂધ માનવ શરીરની પોષણની જરૂરિયાતો શ્રેષ્ઠ રીતે સંતોષે છે. ગાયના દૂધનાં કેરોટિન, સી.એલ.એ. અને ઓમેગા-૩ થી શ્રેષ્ઠ રોગ પ્રતિકારક શક્તિ મળે છે અને લોહીની નસો સ્વચ્છ રહે છે. ગાયનું દૂધ માનવ માટે શ્રેષ્ઠ ‘આહાર’ છે.

- ડો. ગિરીષ પટેલ, ડો. રાહુલ કોયાની, ડો. દિનેશ ગજેરા

ગૌરક્ષા પાત્ર

અનુસંધાન પાના નં.૧૬ પરથી ચાલુ...

બહારગામથી આવી સવારથી હેરાન થતા લોકોની વિનંતી ઉપર કહો છો કે સરકારને કહો કે બીજા ઓફિસરોની ભરતી કરે?

અરે બીજા ઓફિસરો વધવાથી તમારુ જ મહત્વ ઘટશે, અને કદાચ તમારી પાસેથી આ કામ પણ છીનવાઈ જાય.

ભગવાને તમને તક આપી છે સંબંધો બનાવવાની. પણ તમારું દુર્ભાગ્ય જોવો, તમે એનો લાભ લેવાની જગ્યાએ સંબંધો બગાડી રહ્યા છો.

અમારું શું છે? કાલ આવી જઈશું કે પરમ દિવસે આવી જઈશું, પણ તમારી પાસે તો મોકો હતો કોઈને ઋણી બનાવવાનો, તમે એ પણ ચુકી ગયા.

મેં કહ્યું પૈસા તો ખુબ કમાઈ લેશો પણ સંબંધો નહિ કમાઓ તો બધું બેકાર છે.

શું કરશો પૈસાનું?

તમારો વ્યવહાર ઠીક નઈ રાખો તો તમારા ઘરવાળા પણ તમારાથી દુ:ખી રહેશે. મિત્રો તો પહેલેથી જ નથી...

મારી વાત સાંભળીને ઓફિસર સાહેબ રડવા જેવા થઈ ગયા.

બોલ્યા કે, તમે વાત સાચી કહી સાહેબ, હું ખુબ એકલો છું.

પત્ની ઝઘડો કરી પિયર જતી રહી છે, છોકરાઓ પણ મને પસંદ નથી કરતા. માં છે પણ એ પણ ખાસ વાત નથી કરતી.

સવારે ચાર પાંચ રોટલી બનાવીને આપે છે અને હું એકલો એકલો ખાઈ લઉં છું. રાત્રે ઘરે જવાનું પણ મન નથી થતું. ખબર નથી પડતી કે ગડબડ ક્યાં છે.

હું ધીમેથી બોલ્યો, પોતાની જાતને બીજા જોડે જોડો. કોઈની મદદ થઈ શકતી હોય તો કરો.

જુવો હું અહીં મારા મિત્રના પાસપોર્ટ માટે આવ્યો છું. મારી પાસે તો પાસપોર્ટ છે. મારા મિત્ર માટે મેં તમારી જોડે આજીજી કરી, વિનંતી કરી. નિસ્વાર્થ ભાવે. માટે મારી પાસે મિત્ર છે, તમારી પાસે નથી.

તેઓ ઉભા થયા અને મને કહ્યું, તમે મારી કેબીનમાં આવો. હું આજે જ ફીઝ જમા કરીશ. અને એમણે કામ કરી દીધું. ત્યારબાદ એમણે મારો ફોન નંબર માંગ્યો અને મેં નંબર આપી દીધો.

થોડાક વર્ષો વીતી ગયા...

એક દિવાળી ઉપર એક ફોન આવ્યો.

પીયુષકુમાર સોલંકી બોલુ છું સાહેબ.

તમે મારી પાસે તમારા કોઈ મિત્રનો પાસપોર્ટ બનાવવા આવ્યા હતા અને તમે મારી જોડે બેસીને રોટલી પણ ખાધી હતી.

તમે કહ્યું હતું કે પૈસાની જગ્યાએ સંબંધ બનાવો.

મને એકદમ યાદ આવી ગયું.

મેં કહ્યું હાજી સોલંકી સાહેબ, કેમ છો?

એમને કહ્યું સાહેબ તમે એ દિવસે જતા રહ્યા પછી મેં ખુબ વિચાર્યું.

મને લાગ્યું કે પૈસા તો ઘણા લોકો આપી જાય છે પણ જોડે બેસીને જમવાવાળું કોઈ નથી મળતું.

સાહેબ, હું બીજા જ દિવસે મારી સાસરીએ ગયો અને ખુબ પ્રાર્થના કરીને પત્નીને ઘરે લાવ્યો. એ માનતી જ ન હતી, જ્યારે એ જમવા બેઠી તો મેં એની પ્લેટમાંથી રોટલી લઈને કહ્યું, સાથે જમાડીશ?

એ દંગ રહી ગઈ. રોવા લાગી.

મારી સાથે ચાલી આવી.

છોકરાઓ પણ સાથે આવ્યા.

સાહેબ આજે તમને હેપ્પી દિવાળી કહેવા માટે ફોન કર્યો છે.

આવતા મહીને મારી દિકરીના લગ્ન છે.

તમારે સહ-પરિવાર આવવાનું છે, દીકરીને આશીર્વાદ આપવા.

સંબંધ જોડ્યો છે તમે...

એ બોલતા રહ્યા...

હું સાંભળતો રહ્યો...

વિચાર્યું નહોતું કે સાચ્યે જ એમના જીવનમાં પણ પૈસા ઉપર સંબંધો ભારે પડશે...

દોસ્તો, માણસ ભાવનાઓથી સંચાલિત થાય છે, કારણથી નહિ. કારણથી તો મશીન ચાલે વાયક મિત્રો.

- 'વોટ્સ અપ' માંથી સાભાર, સૌ. પરિત્રાણ

ધર્મસ્ય દુર્લભો જ્ઞાતા, સમ્યગ્ વક્તા તતોડપિય ।
શ્રોતા તતોડપિ શ્રદ્ધાવાન્, કર્તા કોડપિ તતઃ સુધીઃ ।।

ધર્મકો જાનને વાલા દુર્લભ હોતા હૈ, ઉસે શ્રેષ્ઠ તરીકેસે બતાને વાલા ઉસસે ભી દુર્લભ, શ્રદ્ધાસે સુનને વાલા ઉસસે દુર્લભ, ઔર ધર્મકા આચરણ કરનેવાલા સુબુદ્ધિમાન્ સબસે દુર્લભ હૈ.

‘સુબોધ’

લવાજમ મળેલ છે.

અહીં ન કોઈ કોઈનું, સૌ કર્માધીન લોક,
સૌ કર્માધીન વર્તતાં, તેનો ન કરો શોક.
અસાર આ સંસારમાં, સાર એક સત્સંગ,
આવરણ સંશય ટાળીને, કરે વિપર્યય ભંગ.
ગુરુકૃપા વિણ થાય નહિ, મનનો સ્વરૂપનાશ,
બ્રહ્મજ્ઞાન પણ થાય નહિ, નહિ વાસના વિનાશ.
ભોજન ને ભાષણ વિશે, સાવધ રહો સદાય,
તેથી તનમન સ્વસ્થ રહે, દેવભાવ દરશાય.
મન, નયન ને વાણીને, રાખો શુચિ સદાય,
તે ત્રણને લેશ પણ, મલિન ન કરો કદાય.
દર્પણથી પ્રતિબિંબ જેમ, લેશ ન ભિન્ન ગણાય,
તેમ બ્રહ્મથી ભિન્ન આ, જગ નવ લેશ મનાય.

- પૂજ્યપાદ શ્રી શ્રી ૧૦૮ શ્રીમત્રથુરામ શર્મા, આચાર્યજી,
(બીલખા આશ્રમ, જિ. જૂનાગઢ)

પ્રતિભાવ

‘ગો.પા.’ તમારા સમાચાર પહોંચાડે જ છે. તમે હવે સ્થિરવાસમાં છો, અંતરવાસમાં છો એટલે સહવાસ માટે, અમારે જ આવવું પડે. કોઈ સ્થિરવાસી સાધકનું જાણું એટલે રમણમહર્ષિ કે નિસર્ગદત મહારાજ યાદ આવે. ક્યાંય ગયા વિના સભર સભર.

અહિંસક સમાજરચના માટે ગાંધીજીનો પ્રયત્ન હતો. પણ તે મહાભારત કામ માણસના ચિત્તમાં જ હિંસા પડેલી છે, તેનો બદલાવ ક્યાં સરળ છે? છતાંય જગતના ઈતિહાસમાં આ એક વ્યક્તિ હતી કે જેમણે અહિંસાને વ્યવહારમાં મૂકવાનો પ્રયત્ન કર્યો તેને નવો આયામ આપ્યો. વ્યક્તિગત જીવનમાં અને આશ્રમી જીવનમાં, સામુહિક જીવનમાં, રાષ્ટ્રીય જીવનમાં તે માટેના પ્રયત્નો થયા અને ‘અહિંસા’ તો તેમને ‘સત્ય’ માટે અનિવાર્ય લાગી હતી, જેના માટે તેઓ જીવ્યા અને ઝઝૂમ્યા હતા. રામરાજ્ય કે લોકશાહી એટલે તેમના માટે અહિંસક સમાજ રચના. તેમાં સ્વદેશી વિકેન્દ્રીકરણ, ટ્રસ્ટીશીપ, સત્યાગ્રહ, રચનાત્મક કાર્યક્રમો ખાસ આવે.

-રમેશભાઈ સંઘવી, ભુજ (કચ્છ)

આપની સત્યનિષ્ઠાની હૃદયપૂર્વક પ્રશંસા,

ઈશ્વર પરમાર, દ્વારકા

ગાવો વિશ્વસ્ય માતર:

૧. કિર્તીકાંત પુરોહીત	વડોદરા	૨૦૦/-
૨. સુનંદાબેન વોરા	અમદાવાદ	૧૦૦/-
૩. તરલા રામદાસ	મુંબઈ	૨૦૦/-
૪. હેમંદ્ર કે. શાહ	વિલેપાર્લ	૨૦૦/-
૫. રમેશ પંડ્યા	જુનાગઢ	૫૦૦/-
૬. ઈશ્વર પરમાર	દ્વારકા	૨૦૦/-
૭. મનહરભાઈ દોમડીયા	મુંબઈ	૫૦૦/-
૮. રેખાબેન માટલીયા	અમદાવાદ	૫૦૦/-
૯. પીયુષભાઈ માટલીયા	જામનગર	૫૦૦/-
૧૦. દરીયાપુરી સ્થા. જૈન સમિતી	અમદાવાદ	૧૦૦૦/-
૧૧. એચ.કે. પોલાડીયા	અંધેરી	૩૦૦/-
૧૨. ગૌરાંગ શાહ	કાંદિવલી	૨૦૦/-
૧૩. અંજલી હોસ્પીટલ	રણાસણ	૧૦૦૦/-
૧૪. બીપીનભાઈ પારેખ	બોરીવલી	૨૦૦/-
૧૫. જીતેન્દ્ર મોદી	પદમપુર	૨૦૦/-
૧૬. કિરણભાઈ શાહ	આણંદ	૩૦૦/-
૧૭. ડો. મેહુલ ઠક્કર	બોરસદ	૩૦૦/-
૧૮. ભારતીબેન પટેલ	દાદર	૫૦૦/-
૧૯. રાજ સૌભાગ સત્સંગ મંડળ	સાયલા	૨૦૦/-
૨૦. જ્યોતિબેન મહેતા	ઘાટકોપર	૫૦૦/-
૨૧. દિનેશ મહેતા	મુલુંડ	૨૦૦/-
૨૨. મુલચંદ છેડા	બોરીવલી	૨૦૦/-
૨૩. મોહનભાઈ શાહ	સાંતાક્રુઝ	૧૦૦૦/-
૨૪. ઈન્દુલાલ પાડલિયા	ઘાટકોપર	૨૦૦/-
૨૫. કિર્તીકુમાર સોમાની	અમદાવાદ	૨૦૦/-

નોંધ: ઉપરોક્ત નામો સિવાય અન્ય રૂા.૫૦૦, ૧૦૦, ૧૦૦ ની રકમ બેંકમાં જમા થઈ છે પણ એની વિગત, S.M.S., Call, What's up, Mail દ્વારા વ્યક્તિ તરફથી મળેલ નથી. તા.૨૪ સુધી જેમની રકમ મળેલ છે તેની વિગત ઉપર આવી ગઈ છે. જો આપનું નામ રહી ગયું હોય તો જણાવવા વિનંતિ.

ઓનલાઈન લવાજમ ભરવા માટે

લવાજમ ખાતાનું નામ: ગોરક્ષા પાત્ર

બેંક: યુનાઈટેડ બેંક ઓફ ઈંડીયા

શાખા: મલાડ (પશ્ચિમ), મુંબઈ ૪૦૦ ૦૬૪.

ખાતા નંબર 0732050014535 માં ભરવા વિનંતી.

Bank Code: IFSC : UTBI0MLD625

પૈસાની જગ્યાએ સંબંધ બનાવો

એક દિવસ હું મારા એક મિત્ર સાથે તત્કાલ કેટેગરીમાં પાસપોર્ટ બનાવવા અમદાવાદ પાસપોર્ટ ઓફીસ ગયો હતો.

લાઈનમાં ઉભા રહીને અમે પાસપોર્ટનું તત્કાલ ફોર્મ ભર્યું. ઘણો સમય થઈ ગયો હતો, હવે અમારે પાસપોર્ટની ફીજ જમા કરવાની હતી. જેવો અમારો નંબર આવ્યો કે તરત જ ઓફિસર સાહેબે બારી બંધ કરી દીધી અને કહ્યું કે ટાઈમ પૂરો થઈ ગયો છે હવે કાલે આવજો.

મેં સાહેબને ખુબ આજીજી કરી, કહ્યું અમે ખુબ દુરથી આવ્યા છીએ, અમે આખો દિવસ આ કામમાં ખરચ્યો છે અને હવે માત્ર ફીજ ભરવાની બાકી રહી ગઈ છે. મહેરબાની કરીને આ ફીજ જમા કરી લો.

ઓફિસર તો ગુસ્સે થઈ ગયા.

બોલ્યા: તમે આખો દિવસ ખરચ્યો તો એના માટે શું હું જવાબદાર છું?

અરે સરકારને કહો કે વધારે ઓફિસરની ભરતી કરે.

હુ તો સવારથી મારું કામ જ કરી રહ્યો છું!!

ખેર, મારો મિત્ર ઉદાસ થઈને બોલ્યો, ચાલ હવે કાલે આવીશું.

મેં એને રોકીને કહ્યું, 'ઉભો રે ફરી એકવાર કોશિશ કરી જોવું.

ઓફિસર સાહેબ પોતાનો થેલો લઈને કેબીનમાંથી બહાર ગયા, હું કઈ બોલ્યો નહિ, ચુપચાપ એમની પાછળ ગયો. એ એક કેન્ટીનમાં ગયા અને થેલામાંથી પોતાનું લંચ-બોક્ષ કાઢીને ધીમે ધીમે એકલા ખાવા લાગ્યો.

R.N.I. No.MAHGUJ / 2002 / 9750

હું એમની સામેની બેચ પર જઈને બેઠો. મેં કહ્યું તમારી પાસે તો ખુબ કામ છે, રોજ નવા નવા લોકોને મળવાનું થતું હશે.

એમને કહ્યું હા, મારી ખુરશીની સામે મોટા મોટા લોકો રાહ જુવે છે.

પછી મેં એમને પૂછ્યું તમારી પ્લેટમાંથી એક રોટલી હું પણ ખાઈ લઉં?

એમને 'હા' કહ્યું.

હું પ્લેટમાંથી એક રોટલી ઉઠાવીને શાક જોડે ખાવા લાગ્યો.

મેં ખાવાના વખાણ કરતા કહ્યું તમારી પત્ની ખુબ સ્વાદીષ્ટ જમવાનું બનાવે છે.

મેં એમને કહ્યું, સાહેબ તમે ખુબ મહત્વપૂર્ણ સીટ પર બેઠા છો, મોટા-મોટા લોકો તમારી પાસે આવે છે. પણ શું તમે તમારી ખુરશીની ઈજજત કરો છો.

તમે ખૂબ ભાગ્યશાળી છો કે તમને આટલી મહત્વની જવાબદારી મળી છે, પણ તમે તમારા કામની ઈજજત નથી કરતા.

એમને મને પૂછ્યું : એવું તમે કેવી રીતે કહી શકો?

મેં કહ્યું: જો તમે તમારા પદની ઈજજત કરતા હોત તો તમે આવા રુસ્ત અને કોંધી સ્વભાવવાળા ન હોત.

જુવો તમારો કોઈ મિત્ર પણ નથી, તમે રોજ કેન્ટીનમાં એકલા જમો છો. તમારી ખુરશી પર પણ ઉદાસ થઈને બેસો છો. લોકોનું કામ પૂરું કરવાની જગ્યાએ અટકાવવાની કોશિશ કરો છો.

- અનુસંધાન પાના નં.૧૪ પર

Post Registration No. MNW/277/2018-2020

RNI No. MAHGUJ/2002/9750

Posted at Liberty Garden, P.O.

on 5th or 6th of every month.

ગોરક્ષા પાત્ર વતી માલિક, મુદ્રક, પ્રકાશક અને સંપાદક

શ્રી રમેશ શામળજી દોશી (નિમિત માત્ર),

બી/૬૦૧, નંદનવન, નરસિંગ લેન, ડી.એસ. નગર,

મલાડ (પ.), મુંબઈ-૬૪. મો.નં.: ૯૩૨૩૪૧૨૪૭૧

Email: doshir65@gmail.com

સંપાદક મંડળ: શ્રી શાંતિલાલ ગડા, શ્રી મનોજ રાજગુરુ

Web: www.gorakshapatra.org.

મુદ્રણ સ્થળ: ગોગરી ઓફસેટ, વાગરી પાડા, એ.કે. રોડ,

અંધેરી (ઈ), મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૬૯.

પ્રેરક : સત્યુરુષોની પ્રેરણા અને આશીષ.

૧ ઑગસ્ટ ૨૦૧૮

“Licence to Post Without Pre Payment”

WPP-Lic. No. MR/Tech/WPP-330/NW/2018



ગોરક્ષા પાત્ર
ગાય બૈલ બચેંગે
દેશ બચેગા

To,