

Published on 10th of every month

ગ્રામસ્વરાજ

અંક : ૬ • વર્ષ : ૭૮ • ૧૦ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૨૪

કિંમત : ₹ ૭ • વાર્ષિક લવાજમ : ₹ ૮૦

GRAMSWARAJ GUJ. MONTHLY
RNI No. 1799/57 Permitted to
post at Ahmedabad P.S.O. on
tenth of every month under postal
Regd. No. GAMC 38, 2024-2026
issued by S.S.P. Ahmedabad
valid upto 31-12-2026, Licence
to Post without prepayment
No. PMG/NG/049/2024-2026
valid upto 31-12-2026

મિશામી હુક્કડમ્ય



હુનિયા બહુ નાની છે,
પણ દરેક પગલે ઘણીબધી
ભૂલો થાય છે.
જાણ્યે-અજાણ્યે થયેલી
ભૂલોને તમે એકબીજાને
ક્ષમા કરશો.

અંક-૬ ● વર્ષ : ૭૮
૧૦ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૨૪

તંત્રી : ડૉ. રાજેન્ડ્ર સી. ત્રિવેદી

સંપાદક મંડળ

- ધનશ્યામભાઈ એચ. અમીન
- ભીજાભાઈ જ. પટેલ
- વાર્ષિક લવાજમ : રૂ.૮૦
- છૂટક નકલ : રૂ.૭

પત્રવ્યવહારનું અને લવાજમ
મોકલવાનું સરનામું :
ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘ
સહયોગ, જ્યોતિ સંધની પાઠ્ય, રિલીફ રોડ,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૧.

ટે.નં. ૨૫૩૫૨૨૨૦ (૧૮૩) ગ્રામ : સહયોગ
ફોનનં. : (૦૭૯) ૨૫૩૧૩૬૦
Website : www.gujaratscu.com
E-mail : sahakarguj1850@gmail.com

અનુક્રમણિકા

જીવો અને જીવવા દો	૩
- નવીન વી. વાણીણી	
ભારતની આર્થિક નીતિના કેન્દ્રમાં કૃષિ કલ્યાણ	૬
- કાન્ય ભાલાળા	
સહકારી સંસ્થા દ્વારા ખેત પેદાશનું મૂલ્યવર્ધન ...	૮
- ડી. બી. ગોટી	
રાષ્ટ્રીય તથા સામાજિક હિત માટે આવશ્યક...	૧૪
- શીતલકુમાર પી. ભંડુ	
પરિવાર અને સહકારનો અનુભંધ...	૧૮
- પ્રા. પ્રવિષાયંક ઠક્કર	
યોગચિકિત્સા : શસનતંત્ર ઉપર યોગાભ્યાસની...	૨૧
- કિરણ ચાંપાનેરી	
નવા પડકારો, નવી સમસ્યાઓ જ સફળતા...	૨૪
- નયન આર. કોઠારી	
સોશિયલ મીડિયા પર ‘માસ કોમ્યુનિકેશન’...	૨૭
- પુલક ત્રિવેદી	
તાંબાનું પાણી પીઓ-નીરોગી રહો	૨૮
- ધર્મશભાઈ એમ. દવે	
અળસિયા : બેદૂતનો મિત્ર...	૩૩
- દિપક જગતાપ	

ગ્રામ સ્વરાજ

- દર મહિનાની દસમી તારીખે પ્રગટ થાય છે.
- નવું વર્ષ એપ્રિલથી શરૂ થાય છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂ.૮૦ છે.
- છૂટક નકલ રૂ.૭-૦૦ ગમે તે અંકથી ગ્રાહક થઈ શકે છે. લેખમાં પ્રગટ થતાં વિચારો લેખકના છે.
- પ્રકાશિત થતાં લેખો સાથે તંત્રી કે સંપાદક મંડળ સંમત છે, તેવું માનવું નહીં.
- ગુજરાત રાજ્યની સહકારી મંડળીઓના કાયદા કલમ-૬૮ અનુસાર ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘના શિક્ષણ ફાળામાં નિયમિત ફાળો ભરનાર સહકારી સંસ્થાને વિના લવાજમે ‘ગ્રામસ્વરાજ’ મોકલવામાં આવે છે.
- ‘ગ્રામસ્વરાજ’ માસિક તથા ‘સહકાર’ પાણીકનું સંયુક્ત લવાજમ રૂ.૧૫૦.૦૦ છે.
- રાજ્ય સહકારી સંઘના સભાસદોને “ગ્રામસ્વરાજ” તથા “સહકાર” વિના લવાજમે મોકલવામાં આવે છે.

ચિંતન

જીવો અને જીવવા દો

પ્રાચીન સમયથી ભારતીય જીવન અહિંસા, જેવા બનાવો વાંચીએ છીએ. ચોરી માટે મનુષ્ય ત્યાગ, માનવતા, દયા, ધાન, સેવા, સહકાર અને કરુણાને સૌથી વધારે મહત્વ આપતું રહ્યું છે. આ આદર્શો સાથેનું જીવન સાદગીને વરેલું હોય છે. સાદું જીવન અને ઉચ્ચ વિચાર એ ભારતીય જીવનનો મહાન આદર્શ છે. આ આદર્શમાં ‘જીવો અને જીવવા દો’ના મંત્રનું પાલન થાય છે. આજે જીવો અને જીવવા દો એ આધુનિક યુગનું મહાસૂત્ર થઈ ગયું છે.

માનવદેહ ધરાવનાર દરેક વ્યક્તિ ઘણીવાર માનવ જ હોય તેવું નથી. માનવમાં માનવીય ગુણોની સાથે કયારેક પશુતાના ગુણો પણ જોવા મળે છે. હાલના સમાજમાં ગુંડાઓ, લૂંટારાઓ, બળાત્કારીઓ, શોષણાખોરો અને પ્રપંચીઓનો પાર નથી. આજકાલ આપણે છાપાંઓમાં દરરોજ ખૂન, ધાડ, ચોરી, હત્યા, આપધાત, અપહરણ, કપટ, જાતીય શોષણ, ભૂણહત્યા

બીજા મનુષ્યનું ખૂન કરતા અચકાતો નથી. મિલકત માટે ભાઈઓ હિસ્ક બને છે, સ્વાર્થી માનસના કારણે મનુષ્ય સ્વીભૂતા હત્યા કરતો રહે છે. જરા થોડુંક દુઃખ આવી પડે તો મનુષ્ય ધીરજ ગુમાવીને જીવન ટૂંકાવી નાખે છે. અંધશ્રદ્ધમાં મનુષ્ય કોઈ પ્રાણીનો બલી ચડાવી દે છે. દગ્ગાખોરીથી કોઈની મિલકત પચાવી પાડવામાં મનુષ્ય સહેજ પણ શરમાતો નથી. નાના બાળકનું અપહરણ કરી તેના રૂપિયા ઉપજાવવામાં તેને જરા પણ સંકોચ થતો નથી. બ્રાષાચારને મનુષ્યે શિષ્ટાચાર બનાવી દીધો છે ઘણીવાર તો હવે આપણને એવું જણાય છે કે મનુષ્ય માનવતા મૂકીને ભારે હિસ્ક બની રહ્યો છે. આમ મનુષ્ય જન્મ પ્રામ કર્યા પછી પણ મનુષ્યમાં કાણો કાણો પશુતાના દર્શન થાય છે. તેનામાં પ્રેમ, અહિંસા, માનવતા, મમતા, સહાનુભૂતિ, વાત્સલ્ય, કરુણા, સજજનતા વગેરેના ગુણો ઓછા થઈ રહ્યા છે. માનવીય ભાવોનો જાણો આજે દુષ્કળ થઈ રહ્યો છે. જે ભાવો મનુષ્યને સાચો માનવ બનાવે છે તે ‘જીવો અને જીવવા દો’ની સમજ અર્પે છે,

નવીન વી. વાણીશી

ત૦૧, સિદ્ધિ વિનાયક એપાર્ટ, આસ્થા રેસિન્સી પાછળ, ૧૫૦ ફૂટ રીંગ રોડ,
રાજકોટ-૪
મો. ૮૮૭૮૪૬૮૮૧૭

૪૩

ગ્રામસ્વરાજ

તે આ ભાવો આજે અદ્ધય થતા જઈ રહ્યા છે. આદર્શો રહેલા છે.

મનુષ્યે સુખી થવા માટે સત્ય, અહિંસા, પ્રેમ, દયા અને માનવતાભર્યું આચરણ કરવું ખૂબ જરૂરી હોય છે. ‘સ્વ’નો ત્યાગ કરી ‘સર્વ’ સાથે માનવતાભર્યું જીવન જીવનું જરૂરી બને છે. તેને ‘ભોગમય’ જીવનના બદલે ‘ત્યાગમય’ જીવન અપનાવવું પડે છે એટલે કે દરેકે ‘જીવો અને જીવવા દો’નો મહામંત્ર અપનાવવો પડે છે. પરંતુ ઘણા આ આદર્શ પ્રમાણે જીવતા નથી ને દુઃખી જીવન જીવતા હોય છે. મનુષ્યના દુઃખનું મૂળ છે તેનો અસંતોષ, અમાનવીય સ્વભાવ, અનીતિમય વ્યવહાર અને ધનસંગ્રહનો વધુ પડતો મોહ. કોઈપણ મનુષ્ય ધીરજ, સંતોષ, માનવતા, સેવા, સ્નેહ અને સહકારમયતા અપનાવ્યા વગર સુખી થઈ શકતો નથી. સુખ પ્રાપ્તિ માટે તેને આ બધા ગુણો અપનાવવા પડે છે.

મનુષ્યજન્મ મહાન છે. મનુષ્ય જન્મ પ્રામથ્યા પદ્ધી મનુષ્યે માનવીય ભાવો સાથે જીવનું એમાં જ જીવનની સફળતા અને સાર્થકતા છે. તે માનવ તરીકેની સાચી ઓળખ છે. તેમાં ‘જીવો અને જીવવા દો’ના આદર્શનું પાલન થાય છે. આ આદર્શ મનુષ્યને સરળ, સાહું, પ્રમાણિક, નિષાવાન જીવન જીવવાની પ્રેરણા આપે છે. તેમાં પ્રેમ, અહિંસા, ત્યાગ, સેવા, માનવતા, સંયમ, સહકાર અને સમતાના

આજની વાસ્તવિક પરિસ્થિતિમાં માનવીએ પોતાની જતને પોતાના શુભ આદર્શો સાથે ગોઠવવાની છે. તે માટે ‘જીવો અને જીવવા દો’ સૂત્રનો સ્વીકાર કરવાનો છે. વૈજ્ઞાનિક શોધો અને ભૌતિક સગવડોથી સમૃદ્ધ થયેલા દેશો પણ આ સૂત્રને સમજતા થયા છે. આજના વિજ્ઞાને આખી માનવજીતનો કાણમાં નાશ થઈ શકે એવી શોધો કરી માનવીને મૂંજયો છે. પદ્ધી તેણે બધા દુન્યવી મૂલ્યોને પડતાં મૂક્યાં અને સ્વીકાર્યું કે આપણી આપણી રીતે જીવીએ અને અન્યને એમની રીતે જીવવા દઈએ.

કાળના અનંત મહાસાગરમાં માનવની મહામૂલી જિંદગીનું સ્થાન ખૂબ જ અલ્ય છે, છતાં પણ ઘણા મનુષ્યો માનવતાવિહીન દોટ સાથે જીવી રહ્યા છે. માનવતાવિહીન જીવન જીવતા મનુષ્યોને ઈસ્યુ પ્રિસ્ત, ગૌતમ બુદ્ધ, સોકેટિસ, મહાત્મા ગાંધી જેવા ઘણા મહાપુરુષોએ તેમને અટકાવ્યા છે, પ્રયત્ન કર્યા છે પણ હજુ સુધી દુનિયા એ દોડમાં થાકી નથી.

આજે મનુષ્ય પણ, પંખી, વૃક્ષ, પ્રકૃતિના દરેક ઘટકો પર માલિકીભાવ જમાવવા પ્રયત્ન કરી રહ્યો છે. અન્યની સ્વતંત્રતા છીનવીને મનુષ્ય ક્યાં સુધી પોતાની સ્વતંત્રતાનો ઉપભોગ કરી શકશે? આજે પરમાણુ બોખ, હાઈડ્રોજન

૪૩

ગ્રામસ્વરાજ

બોખ્ખ, મિસાઈલ્સ વગેરેના કારણે દુનિયામાં માનવીનું અસ્તિત્વ પ્રત્યેક પળે જોખમમાં છે. મનુષ્યના જૂના આદર્શોમાં આજે ધર્મ ધાંધલ ભચાવી છે. અર્થપ્રામિએ અનિષ્ટો એકઠાં કર્યા છે. મોકશી વાતો વાહિયાત સાબિત થઈ છે. સમાજસેવા દંભ થઈ પડી છે. કામને સિદ્ધ કરવા જતા મનુષ્ય જ કામમાં બૂંપી ગયો છે. શિક્ષણ વેપારનું સાધન બન્યું છે. મનુષ્યના આદર્શો-ખોખલા બની રહ્યા છે. આત્માના અવાજને ગુંગળાવીને મનુષ્ય જીવવા લાગ્યો છે. દંભી જીવન તેને દુઃખી કરી રહ્યું છે. હવે તેને જીવવાની સાચી સમજ કેળવવી જરૂરી બની છે.

સમયે સમયે મહાત્માઓએ મનુષ્યને જીવન જીવવાનાં નવાં મૂલ્યો આપ્યા છે. મહાત્મા ગાંધીજીએ વિશ્વબંધુત્વની જે વાત કરી છે તે બધી જ પુરાણકાળમાં ‘વસુધૈવ કુટુંબકર્મ’ એ શબ્દોમાં કહેવાઈ છે. એટલે કે સમગ્ર વિશ્વ એક કુટુંબ છે. ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું છે : ‘સર્વ ધર્માનું પરિત્યજત્ત, મામ એવં શરણ અજ.’ આમાં પણ એ જ વાત છે. ‘બ્રહ્મ સત્ય જગ્નામિથ્યા’ એ સૂત્રમાં પણ એ જ સાર છે. આમ છતાં પણ હજુ માનવ માનવતા ભૂલી બીજી મૂલ્યો પાછળ ઢોટ મૂકી રહ્યો છે.

વિશ્વમાં આજે ગ્રાસવાદ, આતંકવાદ, વસ્તી

વિસ્કોટ, અન્ન, પાણી અને ઊર્જા અધ્યતના કારણે ઠંડાયુદ્ધના આરે બેહું છે. સ્વાર્થ આજે સર્વેમાં શક્તિશાળી બની રહ્યો છે. આવા સમયે મહાત્માજીએ ‘જીવો અને જીવવા દો’ સૂત્રનું પ્રદાન કર્યું, કારણ કે દરેક પ્રાણીઓને જીવવાનો અધિકાર છે. વિશ્વના બધા દેશો આજે માનવહકોનું સન્માન કરતા થયા છે ત્યારે અમાનવીય હિંસક સિદ્ધિઓની ઘેલણા છોડી દરેકે પોતપોતાના અસ્તિત્વ માટે આ સૂત્ર સ્વીકારવા જેવું છે.

આજે દરેકને પૃથ્વી પર શાંતિમય સલામત જીવન જીવવાની બાંહેધરી આ સૂત્ર આપી રહ્યું છે. દરેકે આ મહાન આદર્શ અપનાવવા જેવો છે. જીવનનો સાચો આદર્શ આ એક જ છે : ‘જીવો અને જીવવા દો.’

- “અહિંસા એટલે બીજાના જીવન પ્રતિ અને તેના વ્યક્તિત્વ પ્રતિ આદર.” — કાકા કાલેલકર

- “જેને હિંસા કરવી છે, તેના પાપને કોઈ સીમા નથી.” — રામાયણ
- “વિશ્વમાં કોઈ એવી શક્તિ નથી જે ઉચ્ચ, સાચા અને શુદ્ધ સંયમિત જીવનની અસરને હાની કરી શકે.” — અશ્વાત

કૃષિક્ષેત્ર

હવે કૃષિક્ષેત્રે એક મોટું પરિવર્તન આવી રહ્યું છે. પ્રાકૃતિક ખેતીને
પ્રોત્સાહન આપવાની જરૂર છે

ભારતની આર્થિક નીતિના કેન્દ્રમાં કૃષિકલ્યાણ

થોડા સમય પહેલાં કૃષિ અર્થશાસ્ત્રીઓની એક આંતરરાષ્ટ્રીય કોન્ફરન્સ દિલ્હી ખાતે યોજાઈ હતી. નેશનલ એગ્રિકલ્યુરલ સાયન્સ સેન્ટર કોમ્પ્લેક્સ ખાતે યોજાયેલ આ કોન્ફરન્સને આપણા માનનીય વડાપ્રધાનશ્રી નરેન્દ્રભાઈએ સંબોધતા જણાવ્યું હતું કે, ભારતમાં ખાદ્યાશ્રમનું ઉત્પાદન વધ્યું છે અને વિશ્વને ખાદ્યાશ્રમ અને પોષણ સુરક્ષાના ઉપાયો અને દિશા બતાવી રહ્યું છે. ભારત સરકાર ખેડૂતોના જીવનધોરણ સુધારવા કૃષિ ક્ષેત્રને મજબૂત કરવા અનેક સુધારા લાવી રહ્યું છે. તેમણે ખાસ જણાવ્યું હતું કે, ભારત સરકારની આર્થિક નીતિના કેન્દ્રમાં કૃષિકલ્યાણ છે. હવે ભારત કેમિકલમુક્ત કુદરતી ખેતીને પ્રોત્સાહન આપી રહ્યું છે. ૨૦૨૪માં ૨૪૦ થયેલ કેન્દ્રીય બજેટમાં પણ ટકાઉ ખેતી ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરાયું છે. ફાર્મર પ્રોડ્યુસર ઓર્ગનાઇઝેશન(FPO)નો પ્રોજેક્ટ કૃષિક્ષેત્રે ગેમ ચેન્જર બની શકે તેમ છે. જે ખેડૂતોના સંગઠન તરીકે વિશ્વમાં કોઈપણ સ્થળે માલનું વેચાણ કરી શકે છે. ભારત કૃષિપ્રધાન

કાનંજી ભાલાળા

દેશ છે. દેશના અર્થતંત્રમાં કૃષિક્ષેત્રનો ફાળો ઘણો મહત્વનો છે. ૬૦ ટકા વસ્તી કૃષિક્ષેત્ર ઉપર નિર્ભર છે. નાના અને સીમાંત ખેડૂતો આજે પણ કુદરતના ભરોસે ખેતી કરે છે. તેમની આર્થિક સ્થિતિમાં સુધારો કર્યા વગર દેશ આર્થિક મહાસત્તા બની શકે તેમ નથી. આકાશી ખેતી સાથે પોષણક્ષમ ભાવ અને કુદરતી આફ્ટો સામે ટકવા કૃષિક્ષેત્રને મજબૂત કરવું પડે તેમ છે. વડાપ્રધાનશ્રીએ દેશની આર્થિક નીતિમાં કૃષિકલ્યાણ ભાવનાનો દિશાનિર્દેશ કર્યો છે. ખૂબ મહત્વનો પ્રશ્ન એ છે કે, તે લાભ અને વ્યવસ્થા ગામડાંના માણસ સુધી પહોંચે તે જરૂરી છે. પાંચ દાયકા પહેલાં શરૂ થયેલી હરિયાણી કાંતિ પણી પણ ભારતના ખેડૂતોનો મોટો વર્ગ અપૂર્તી સિંચાઈ સુવિધાને કારણે ચોમાસા ઉપર આધારિત છે. વર્તમાન ગલોબલ વોર્મિંગને કારણે ચોમાસું અનિયમિત છે. વરસાદ પડે છે તો ઢગલો થાય છે. જે નુકસાન કરે છે. કૃષિક્ષેત્ર સામે સૌથી મોટી મુશ્કેલી કુદરતી આફ્ટો છે. ખેડૂતોની આર્થિક સુખાકારી માટે ચોમાસાની અનિયમિતતાઓની પ્રતિકૂળ અસર ઘટાડવા પ્રાથમિકતા આપવાની વધુ જરૂર છે. ગલોબલ

ગ્રામસ્વરાજ

વોર્મિંગને કારણે દેશમાં કૃષિ પાકોને થઈ રહેલાં
નુકસાનને ધ્યાનમાં રાખી નાણાકીય વર્ષ
૨૦૨૪-૨૫ના બજેટમાં કેન્દ્ર સરકારે દેશમાં
કૃષિ સંશોધન માળખાની વ્યાપક સમીક્ષા
કરવાની ખાતરી ઉચ્ચારી છે. મુખ્ય ઉપભોગ
મથકોની નજીક શાકભાજી ઉત્પાદન માટે મોટા
કદનાં માળખાં ઊભા કરવાની દરખાસ્ત રજૂ
કરવામાં આવી છે. કૃષિક્ષેત્રના વિકાસ માટે
બજેટમાં મોટી રકમ પણ ફાળવવામાં આવી
છે.

કૂણિ વિકાસ દરમાં વિશ્વમાં ભારત અગ્રેસર છે. છતાં જેડૂતો અને ગામડાંની આર્થિક પરિસ્થિતિમાં સુધારો દેખાતો નથી. આ માટે હજુ ઘણું કરવું પડે તેમ છે. બેતી અને તેને સંલગ્ન ક્ષેત્રોની પાયાની સમસ્યાઓનો જ્યાં સુધી ઉકેલ નહીં આવે ત્યાં સુધી કૂણિક્ષેત્રનો મજબૂત વિકાસ શક્ય જણાતો નથી. કૂણિક્ષેત્રે રોકાણ, જળ વ્યવસ્થાપન, સારી બેતપદ્ધતિ, બજારજોડાણ વધારવા અને ધિરાણ ઉપલબ્ધ કરાવવું તે દિશામાં વર્ષોથી પ્રયાસ થઈ રહ્યા છે. પરંતુ જ્ઞાણો આ પગલાં સામાન્ય બની ગયાં હોય તેમ લાગે છે. બદલાતા હવામાનની સાથે સાથે પાક પદ્ધતિમાં ફેરબદલ હવે જરૂરી લાગે છે.

દેશના કૃષિવિકાસ માટે ધારા પગલાં લેવાઈ
રહ્યાં છે. પરંતુ, જ્યાં સુધી ગામણું પોતાની
રીતે આત્મનિર્ભર નહીં બને ત્યાં સુધી ભારત
આત્મનિર્ભર નહીં બને...કારણ ભારત

ગામડાઓનો દેશ છે. ગામડાઓને તૂટતાં અટકાવવા માટે કૃષિક્ષેત્રે અસરકારક સુધારાની વધુ જરૂર છે. કૃષિક્ષેત્રની આર્થિક જરૂરિયાતમાં સહકારી સંસ્થાઓ મહત્વની ભૂમિકા ભજવી શકે છે. પાકધિરાશ મંડળીઓ (PACS)ને નેટવર્કથી જોડી તેના થકી અનેક સેવાઓ કૃષિક્ષેત્રને પહોંચાડવાનો ઝડપી પ્રયાસ થઈ રહ્યો છે. આ સફળતા ત્યારે જ મળશે જો રાજકારણથી પર રહી સહકારી મંડળીઓ કૃષિક્ષેત્રના હિતમાં કામ કરશે.

કેન્દ્રીય બજેટ રજૂ કરતી વખતે નાણામંત્રીએ
કૃષિક્ષેત્ર માટે લીધેલાં પગલાં અને કૃષિનીતિ
તરફ ધ્યાન દોર્યું હતું. તેમણે જણાવ્યું હતું કે,
પ્રધાનમંત્રી ડિસાન સન્માન નિધિ યોજનામાંથી
કરોડો બેડૂતોને સીધું જ બેંક ખાતામાં ફંડ
ટ્રાન્સફર કરવામાં આવી રહ્યું છે. પીએમ ફસલ
યોજનાનો લાભ ચાર કરોડ બેડૂતોને આપવામાં
આવી રહ્યો છે. દેશમાં એક તરફ ઉદ્યોગો
જડપથી વિકસી રહ્યા છે. ભૌતિકતા તરફની
દોડ પણ વધી રહી છે. સરકાર માળખાકીય
સુવિધાને પણ મહત્વ આપી રહી છે. રસ્તા,
પુલ અને વાહન વ્યવહાર માટે સુવિધાઓ ઊભી
કરવામાં આવી રહી છે. છતાં જેતીની
અવગણના પણ નથી તે વાતની નોંધ
વડાપ્રધાનશ્રીએ કૃષિ અર્થશાસ્ત્રીઓના
કોન્ફરન્સમાં જણાવી છે.

કુષિક્ષોત્તરનો સૌથી મોટો પડકાર કુષિ પેદાશોના ભાવનો છે. જો બીજા ઉદ્ઘોગની

૪૩

ગ્રામસ્વરાજ

જેમ આવકની ખાતરી જ ન હોય તો આ ક્ષેત્રે નવા યુવા સાહસિકો આવવા માટે વિચાર પણ કરતા નથી. કપાસમાં પાછલા અઠી વર્ષથી ભાવ સારા મળતા નથી. પરિણામે આખા દેશમાં કપાસ વાવેતર વિસ્તાર પણ ઘટી ગયો છે. કપાસનો ભાવ ૨૦૨૧માં રૂપિયા ૨૫૦૦ હતો. કપાસના અત્યારે મળ દીઠ રૂપિયા ૧૫૦૦ માંડ માંડ મળે છે. બેડૂતોની ઉત્પાદન પડતર ભાવ કરતાં વધું છે. ખાતર, દવા, પાણી, મજૂરી અને અન્ય જરૂરીની સામે ઉત્પાદનના ભાવ ન મળે તે બેડૂતો માટે અસહિ છે. બેડૂતોની કમ્મર તોડી નાખી છે. જ્યાં સુધી ગામડું આત્મનિર્ભર નહીં બને ત્યાં સુધી ગામડામાં રહેતું ભારત આત્મનિર્ભર કેમ બની શકે? ભારતની અર્થવ્યવસ્થાનું વોલ્યુમ જડપથી મોટું થઈ રહ્યું છે એટલી ગતિએ કૃષિક્ષેત્ર મજબૂત નથી થતું તે આપણા દેશની સમસ્યા છે.

બેડૂતોએ પોતાની દશા સુધારવા માટે દિશા પણ બદલવાનો સમય આવી ગયો છે. પરંપરાગત ઉત્પાદન લેવાને બદલે જ્લોબલ વોર્મિંગના કારણે મોસમ વરસાદમાં થયેલા ફેરફારને ધ્યાનમાં રાખી તેણે વાવેતર બદલવું જોઈએ. સિંચાઈની સગવડ ન હોય તો તે પ્રમાણે પાકની પસંદગી કરવી જોઈએ. આધુનિક જેતી કરવા શિક્ષણ અને જાગૃતિની પણ જરૂર છે. બેડૂતોને બિયારણ પસંદગીથી ખાતર અને જંતુનાશક દવા વાપરવા અંગે વધુ જાગૃત થવાની જરૂર છે. વર્તમાન સમયે ભારત કૃષિક્ષેત્રે

ડિજિટલ ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ કરી રહ્યો છે. તે અંગે પણ બેડૂતોએ ડ્રોન તથા અન્ય ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. ગામડાઓ ભાંગી રહ્યાં છે. યુવાનોને હવે બેતી કરવી નથી. પ્રગતિશીલ બેડૂતો પણ બેતી છોડી રહ્યા છે. પરિણામે બેતીક્ષેત્રે નવી ટેકનોલોજી કે આધુનિક જેતી કરવા માટે કોઈ પ્રયાસ કરતું નથી. ગામડાઓમાં આરોગ્ય અને શિક્ષણ સુવિધાઓ પણ અપૂરતી છે. લોકોને શહેર જેવું જીવતું છે, પરિણામે ગામડાં ભાંગી રહ્યાં છે. પરિણામે કૃષિક્ષેત્રમાં સરકારના પ્રયાસો અસરકારક પરિણામ લાવી શકતાં નથી. સૌરાષ્ટ્રના મોટાભાગનાં ગામડાઓમાં પશુધન પણ ઘટી રહ્યું છે. તેરી ઉદ્યોગને પણ અસર થઈ રહી છે.

હવે કૃષિક્ષેત્રે એક મોટું પરિવર્તન આવી રહ્યું છે. ગ્રાફૂટિક જેતીને ગ્રોત્સાહન આપવાની જરૂર છે. ખાતર તથા પ્રેસ્ટિસાઈડ દવાનો વપરાશ ઘટાડો અથવા બંધ કરવો તે કૃષિ અને માનવજીત માટે લાભમાં રહેશે. દવામુક્ત જેતી માટે અભિયાન ચાલી રહ્યું છે. તેનાથી જમીન સુધરશે, સારા ભાવ આવશે અને લોકોના આરોગ્ય માટે આશીર્વાદરૂપ નીવડશે. આર્થિક નીતિના કેન્દ્રમાં કૃષિ છે તે ખરા અર્થમાં દેશના કલ્યાણની દિશા છે.

કાનમાં કહું.

જો ગામડાઓ સમૃદ્ધ થશે..

તો દેશ સમૃદ્ધ થશે..

કૃષિ સહકારિતા

સહકારી સંસ્થા દ્વારા ખેત પેદાશનું મૂલ્યવર્ધન અને માર્કેટિંગ

ખેતપેદાશના સારા ભાવ મેળવવા તેમજ એકંદર ખેતીમાંથી સારું વળતર મેળવવા ખેત પેદાશનું મૂલ્યવર્ધન કરવું જરૂરી છે. મૂલ્યવર્ધન કરીને બજારમાં મૂકવામાં આવે તો ગ્રાહકનું આકર્ષણ વધે છે અને એકંદર વેચાણ વધે છે. માટે આજના સમયમાં મૂલ્યવર્ધન આવશ્યક બની ગયું છે. મૂળ ખેતપેદાશને ગ્રેડિંગ, પ્રોસેસિંગ, કુલીંગ, ડ્રાઇંગ કે નિર્ધાર્થ કરીને કે અન્ય કોઈ પ્રોસેસ કરીને નવી નવી રૂપાંતરિત ચીજવસ્તુઓ બનાવી આકર્ષક પેકેજમાં બજારમાં મૂકવામાં આવે તેને મૂલ્યવર્ધન કહેવામાં આવે છે.

આજના હરીફાઈના જમાનામાં બજારમાં ટકી રહેવા માટે ગ્રાહક વર્ગ જાળવી રાખવા માટે, ગ્રાહકમાં સારી શાખ ઊભી કરવા અને ખેતપેદાશનું સારું વળતર મેળવવા ખેતપેદાશનું મૂલ્યવર્ધન કરવું અતિ આવશ્યક બની ગયું છે.

સામાન્ય રીતે બે પ્રકારે મૂલ્યવર્ધન કરી શકાય છે. ખેતપેદાશની મૂળ સ્થિતિમાં કોઈ ફેરફાર કર્યા વગર ફક્ત શોર્ટિંગ ગ્રેડિંગ કરીને આકર્ષક

ડી.બી.ગોટી
ફેકલ્ટી મેમ્બર,
NICM, ગાંધીનગર

પેકિંગમાં બજારમાં મૂકવામાં આવે છે. બીજી રીતે ખેત પેદાશનું રૂપાંતરણ કરીને રૂપાંતરિત કરીને મુખ્ય પેદાશ અને ગૌણ પેદાશને સારા પેકિંગમાં બજારમાં મૂકવામાં આવે છે.

મૂલ્યવર્ધનની કામગીરી દરેક ખેડૂત વ્યક્તિગત રીતે કરી શકતા નથી. સહકારી ઘોરણે પોતાની સહકારી સંસ્થા દ્વારા ખેતપેદાશ મૂલ્યવર્ધનની કામગીરી કરી શકાય છે. સહકારી મંડળી ખેતપેદાશ મૂલ્યવર્ધન માટે ફંડ ઊભું કરી શકે છે. માળખાડીય સુવિધા ઊભી કરી શકે છે. સ્થાનિક કક્ષાએ ખેત પેદાશ મુજબ જરૂરી મૂલ્યવર્ધનની કામગીરી કરી શકે છે. સરકારશ્રીની વિવિધ યોજનાઓ જેવી કે જમીન માટે, ગોડાઉન માટે, મશીનરી માટે, માર્કેટિંગ માટેની સહાય યોજનાનો લાભ લઈ સહકારી મંડળી આ કામગીરી કરવા આગળ આવી શકે છે.

સહકારી મંડળી તેના સભાસદોની ખેતપેદાશનું મૂલ્યવર્ધન કરી માર્કેટિંગ કરે તો સભાસદોને સારું વળતર આપી શકે છે. સાથે સાથે વાપરનાર વર્ગને સ્થાનિક કક્ષાએ સારી વસ્તુ મળી શકે છે. સહકારી મંડળી આર્થિક સધર થાય છે અને લોકચાહના વધે છે.

સહકારી મંડળી દ્વારા ખેતપેદાશના

૪૩

ગ્રામસ્વરાજ

મૂલ્યવર્ધનની વાત કરીએ તો જે વિસ્તારમાં જે પાક થાય છે તે પાકને તે જ રીતે બજારમાં ન મૂકતા સ્થાનિક જરૂરિયાત અને પાક મુજબ તેનું મૂલ્યવર્ધન કરીને બજારમાં મૂકવામાં આવે તો મૂલ્યવર્ધનનો નફો મૂળ ખેતપેદાશમાં ઉમેરાતા સારું વળતર મળી શકે છે. દા.ત., ખજૂર છુટક લુઝમાં મળે છે અને પેકીંગમાં કાળી ખજૂર, બી વગરની ખજૂર, લાંબી પેશીવાળી ખજૂર, એકદમ પોચી ખજૂર વિગેરે પ્રોસેસિંગ કરીને જુદા જુદા પ્રકારની ખજૂર પેકીંગમાં મળે છે. તે જ રીતે કાજુ છુટક લુઝ પણ મળે છે અને પ્રોસેસ કરીને પોલીશ કાજુ, ફાઈ કાજુ, સોલ્ટેડ કાજુ વિગેરે તેમજ મગફળી, તલ, કઠોળ, દાળ વિગેરેની ઉપરની ફોતરી કાઢી જરૂરી પ્રોસેસ કરી જુદા જુદા રૂપમાં આકર્ષક પેકીંગમાં બજારમાં મૂકવામાં આવે આ બધું જ મૂલ્યવર્ધન છે.

મૂલ્યવર્ધન શા માટે :

- (૧) સારું વળતર મેળવવા માટે
- (૨) બજારમાં માર્કેટ શેર વધારવા માટે
- (૩) ગ્રાહકોનું આકર્ષણ વધારવા માટે
- (૪) ગ્રાહકો જાળવી રાખવા માટે
- (૫) નવા ગ્રાહકો મેળવવા માટે
- (૬) ગ્રાહકોની જરૂરિયાતને પહોંચી વળવા માટે
- (૭) ખેતપેદાશના દરેક ભાગનો પૂરતો ઉપયોગ કરવા માટે

(૮) ખેતપેદાશનો બજાર ભાવ ટકાવી રાખવા માટે

(૯) હરીફાઈમાં બજારમાં ટકી રહેવા માટે

(૧૦) આગવી ઓળખ, પ્રતિભા અને પ્રતિષ્ઠા ઊભી કરવા માટે

મૂલ્યવર્ધન :

સહકારી મંડળી દ્વારા સામાન્ય રીતે નીચે મુજબ મૂલ્યવર્ધનની વિવિધ કામગીરી કરી શકાય છે.

(૧) ગ્રેડિંગ/પેકીંગ :

વિવિધ ખેતપેદાશો જેવી કે અનાજ, કઠોળ, તેલીબિયાં, શાકભાજી, વિવિધ ફળો વિગેરેને બરાબર સાફ કરી શોર્ટેંગ કરી ગુણવત્તા અને સાઈઝ મુજબ ગ્રેડિંગ કરી આકર્ષક પેકીંગમાં નાના-મોટા પેકીંગમાં પેકીંગ કરી બજારમાં મૂકવા. જેમ કે ઘઉને સાફ કરી શોર્ટેંગ ગ્રેડિંગ કરી એકસરખી ગુણવત્તાવાળા ઘઉને તેલ ચઠાવી એકદમ આકર્ષક પેકીંગમાં પેક કરી બજારમાં મૂકવા, આવું કઠોળ, દાળ, મરી મસાલા, તેલીબિયાં, શાકભાજી, ફળો વિગેરેમાં કરી શકાય છે.

(૨) સ્ટોરેજ :

ખેતપેદાશ એકસાથે બજારમાં આવે તો તેના ભાવ ઘટી જાય છે. પરિણામે ખેતપેદાશનું વળતર મળતું નથી. આવું ન થાય માટે ખેતપેદાશને એકસાથે બજારમાં આવતી અટકાવવા માટે સહકારી મંડળી વૈજ્ઞાનિક ફબે બનાવેલ ગોડાઉનમાં વ્યવસ્થિત ખેતપેદાશ સ્ટોર કરી

ग्रामस्वराज

૪-૬ મહિના રાખવામાં આવે અને જ્યારે બજાર
ભાવ સારો હોય ત્યારે બજારમાં મૂકવામાં આવે
તો સભાસદી સારા ભાવ મેળવી શકે છે. આ
પણ એક મૂલ્યવર્ધન છે.

વેલ્યુ વધે છે અને આ રીતે પાકેલા ફળ
આરોગ્યની રીતે પણ ખૂબ સારા હોય છે.
જેથી ગ્રાહકવર્ગ આવા ફળોના ઊંચા ભાવ
આપીને ખરીદે છે. જેથી ઉત્પાદક સારું વળતર
મેળવી શકે છે. આ કામગીરી સહકારી મંડળી
પોતે પણ કરી શકે છે અને ભાડે પણ આપી
શકે છે.

(૩) કોલ્ડ સ્ટોરેજ :

અમુક ખેતપેદાશ જેવી કે બટાકા, લીંબુ, સુકોમેવો, ટમેટા, મરીમસાલા, ફળો વગેરેને સાચવવા માટે ખાસ પ્રકારના કંટ્રોલ વાતાવરણની જરૂર પડે છે. જેમાં ઉષ્ણતામાન અને ભેજનો કંટ્રોલ કરી શકાય છે. આવા કોલ્ડ સ્ટોરેજમાં બટાકા, સુકોમેવો, મરીમસાલા વગેરે લાંબા સમય સુધી સાચવી શકાય છે. જ્યારે લીંબુ, ટમેટા, મરચા, ફળો વગેરે ૧૫ થી ૪૦ દિવસ સુધી સાચવી શકાય છે. સારી ચાલતી આર્થિક સધ્યર મંડળી આવા કોલ્ડ સ્ટોરેજ ઊભા કરે અને કોલ્ડ સ્ટોરેજમાં ખેત પેદાશને રાખી સારા બજારભાવ હોય ત્યારે બજારમાં મૂકી સારા ભાવ મેળવી શકાય છે. સહકારી મંડળી પોતે પણ કરી શકે છે અને ભાડે પણ આપી શકે છે.

(૫) રૂપાંતરણ :
ખેતપેદાશના મૂલ્યવર્ધનમાં રૂપાંતરણની
કામગીરી ખૂબ જ અગત્યની છે. રૂપાંતરણથી
રૂપાંતરીત ચીજવસ્તુઓ બજારમાં મૂકવાથી
ગ્રાહકોને નવી વસ્તુ આપી શકાય છે અને
એકંદર સારું વળતર મેળવી શકાય છે. સાથોસાથ
ખેતપેદાશ રૂપાંતરણમાં વપરાતા ખેત પેદાશ
એકસાથે બજારમાં આવતી અટકી છે પરિણામે
ખેતપેદાશના ભાવ જળવાઈ રહે છે. એવી
ઘણી ખેત પેદાશો છે કે જેનું નાના પાયે કે
મધ્યમ કક્ષાએ રૂપાંતરણ કરી રૂપાંતરીત ચીજ
વસ્તુઓ બજારમાં મૂકી શકાય છે.

(४) शीर्षपनींगः

દા.ત., ટમેટાના સોસ બનાવવો, કેરી અને અન્ય ફળોનો રસ બનાવવો, શાકભાજીનો રસ બનાવવો. બટાકા/કેળાની કાતરી બનાવવી, ચાણાદાળ, તલ, મગફળી, રાજગરો વિગેરેની ચીકી બનાવવી.

કેળા, ચિકુ, કેરી જેવા ફળોને કાચેકાચા
ન વેચતા સહકારી મંડળી દ્વારા વैજ્ઞાનિક ટબે
ગુભી કરવામાં આવેલ ખાસ પ્રકારની
રાઈપન્નીંગ ચેમનારમાં ખાસ પ્રકારના
વાતાવરણમાં કેળા, ચિકુ, કેરી જેવા ફળોને
પકવવા માટે મૂકવામાં આવે છે. આ રીતે
પકવવાથી ગુણવત્તા સારી જળવાય છે. પછ્ય

મગફળી, તલ, સરસવ, રાયડો, સોયાબીન વગેરેનું કાચી ઘાણીમાં તેલ બનાવવું. આ રીતે રૂપાંતરીત કરેલ ચીજ વસ્તુઓ બજારમાં સારા ભાવે વેચી શકાય છે. સહકારી મંડળી આ

ગ્રામસ્વરાજ

કામગીરી કરી શકે છે.

દા.ત., ટમેટાનો બજાર ભાવ બેડૂતને ફક્ત રૂ.૪૦ થી ૫૦ પ્રતિ ૨૦ કિલોએ મળતા હોય તારે ટમેટા બજારમાં વેચવા બેડૂતોને પોસાતા નથી. આવે સમયે તેનો સોસ બનાવીને વેચવામાં આવે તો પ્રોસેસીંગ પેકીંગ અને માર્કટિંગ બખ

બાદ કરતા ખેડૂતને ૨૦ કિલોના રૂ. ૧૦૦થી
૧૨૫ જેટલો ચોખ્ખો ભાવ મળી રહે છે. વેપારી
બજારમાંથી કાચો માલ વેચાતો લઈને પ્રોસેસ
થયેલ વસ્તુઓ બજારમાં વેચે છે તો પણ સારો
નફો મેળવે છે. જ્યારે સહકારી મંડળી
સભાસદો/ગામના ખેડૂતોના કાચા માલનું
રૂપાંતરણ કરીને રૂપાંતરીત વસ્તુઓ બજારમાં
મુકે તો તેની પડતર નીચી આવે છે. બીજા
કરતા નીચા ભાવે વેચી શકે છે જેથી ગ્રાહક
વર્ગ વધારી શકે છે. સ્થાનિક કક્ષાએ જે શક્ય
હોય અને જેની માંગ સારી હોય, ગ્રાહક વર્ગ
હોય તે મુજબ ખેતપેદાશનું રૂપાંતરણ કરીને
રૂપાંતરીત ચીજવસ્તુઓ આકર્ષક પેકાંગમાં પેક
કરી સહકારી મંડળીના નામથી ખાસ પ્રકારની
બ્રાન્ડથી વેચવામાં આવે તો સારું વળતર મેળવી
શકાય છે.

(૬) આકર્ષક પેકીંગ :

ખેતપોદાશને મૂળ સ્વરૂપમાં અથવા રૂપાંતરીત ચીજવસ્તુઓ જ્યારે બજારમાં મુકવામાં આવે ત્યારે આકર્ષક પેકીંગમાં અંદરની ચીજવસ્તુઓની ગુણવત્તા જળવાઈ રહે તે રીતે મજબૂત પેકીંગ કરવું. પેકીંગ ઉપર અંદરની

વસ્તુનું નામ મોટા અક્ષરે હોવું જોઈએ. પેકીંગ
ઉપર – પેકીંગ/મેન્યુફેક્ચરીંગ તારીખ, વજન,
વપરાશની છેલ્લી તારીખ અને છુટક વેચાણ
કિંમત વગેરે જણાવવું જોઈએ. પેકીંગ ઉપર
સ્પેશયલ ઓળખનો સિંબોલ (બ્રાન્ડ લોગો) ખાસ
હોવો જોઈએ.

(੭) ਛਟਕ/ਸਿੰਗਲ ਪੇਕਿੰਗ :

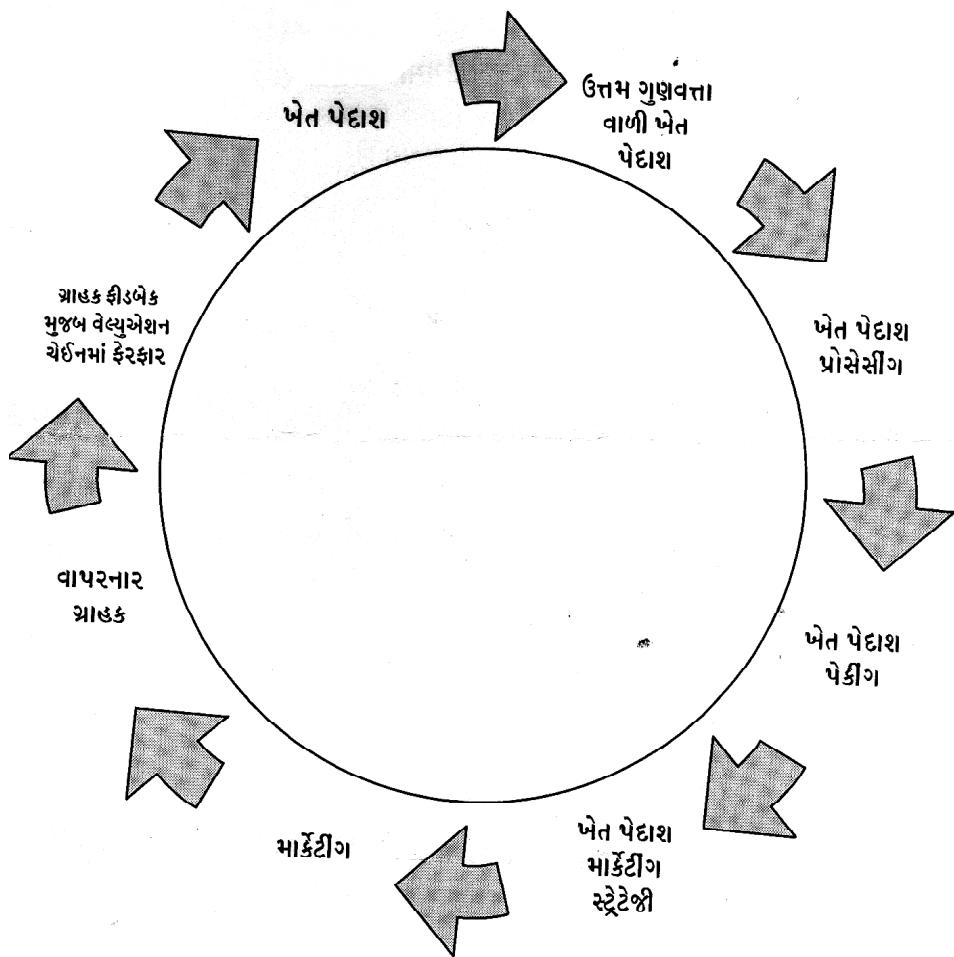
મોટી સાઈજના ફળો જેવા કે કેરી, દાડમ, ચીકુ, કીવી, સફરજન, સીતાફળ, મોસંબી, સંતરા, પીચ વગેરેમાં ગ્રાહકનું આકર્ષણ વધારવા માટે ઉત્તમ ગુણવત્તાવાળા ફળોનું એક એક ફળનું અલગ અલગ પેકીંગ કરવું. પેકીંગ ઉપરથી ફળ ઓળખાય જાય તે રીતે આકર્ષક પેકીંગમાં પેક કરી બજારમાં મૂકવામાં આવે તો તેના સારા ભાવ મળી શકે છે.

(c) વેલ્યુ એડિશન ચેઈન :

ખેતપેદાશનું ઉત્પાદન આવ્યાથી તેમાં
કરવાની થતી મૂલ્યવર્ધનની જરૂરી પ્રક્રિયા કરીને
છેક વાપરનાર ગ્રાહક સુધી ચીજવસ્તુ પહોંચતી
કરવા સુધીની સાંકળ મજબુત કરવી જરૂરી
છે. જેમકે ચોક્કસ ખેત ઉત્પાદન, ઉત્પાદિત
ખેતપેદાશમાં જરૂરી પ્રોસેસ કરી મૂલ્યવર્ધન
કરવું, પ્રોસેસીંગ પ્રક્રિયા ઝડપી અને ચોક્કસ
હોવી જોઈએ. જરૂર પડ્યે પ્રોસેસીંગ કેપેસીટી
વધારતા રહેવું જોઈએ. આકર્ષક પેકીંગ કરવું.
માર્કેટિંગ કરવું. સાથોસાથ વાપરનાર ગ્રાહકનો
અનુભવ-અભિપ્રાય મેળવવો અને ગ્રાહકોના
અભિપ્રાય મુજબ વેત્યુઅરીશન ચેર્ચનમાં જે
જગ્યાએ જે કંઈ ફેરફાર કરવાનો થાય તે

ग्रामस्वराज

નિયમિતપણે કરતા રહેવું જોઈએ. સાથોસાથ રહેવું અને તે મુજબ જરૂર જગાયે આપણી અન્ય હરીક કંપનીઓની પ્રોડક્ટ, સર્વિસ, પ્રોડેક્ટ, પેકીંગ, બજારભાવ અને સ્ટ્રેટેજીમાં ગ્રાહકભાવ અને માર્ક્ટિંગ સ્ટ્રેટેજી વર્ગે જાણતા ફેરફાર કરતા રહેવું જોઈએ.



ખેતપેદાશના મૂલ્યવર્ધન બાબતે ખેડૂતોની સહકારી મંડળી સજાગ થઈને સ્થાનિક શક્યતા મુજબ મૂલ્યવર્ધન કરી ખેત પેદાશને બજારમાં મુક્શે તો ચોક્કસપણે ખેતપેદાશનનું સારું વળતર ભેણવી શકશે. ખેડૂતોને સારું વળતર મળશે. વાપરનાર વર્ગને વ્યાજભીભાવે સારી ગુણવત્તાવાળો માલ સ્થાનિક કષ્ટાએ મળશે જે આજની તાતી જરૂરિયાત છે.

રાષ્ટ્રીય તથા સામાજિક હિત માટે આવશ્યક પરિવર્તન લાવવા સહકારિતા અભિગમ

વિશ્વમાં સૌ પ્રથમ ઈંગ્લેન્ડના રોશડેલ ગામમાં રાષ્ટ્રીય ભાવનાથી પ્રજાના સર્વાંગી કલ્યાણ હિતના વિચારોથી સને ૧૮૬૮માં વિશ્વના સહકારી પિતામહ “રોબર્ટ ઓવન” ના “Co-operative Village” “સહકારી ગામ” ના માધ્યમથી સહકારી પ્રવૃત્તિના બીજ રોપાયા હતાં. અને જેની પ્રેરણાથી સને ૧૮૪૪માં ઈંગ્લેન્ડના માન્યેસ્ટરથી ૧૬ કિલો મીટર દૂર રોશડેલ ગામમાં ૨૮ વણકરોના પ્રયત્નથી “રોશડેલ ઈકવીટેબલ કો-ઓપરેટિવ કન્ઝયુમર્સ સ્ટોર્સની” રચના થયેલ.

ભારતમાં સને ૧૯૦૪ના સહકારી ધિરાજ મંડળીઓના કાયદાથી રાષ્ટ્રીય કક્ષાએ સામાજિક હિતને ધ્યાનમાં લઈ સહકારી ધિરાજ મંડળીઓની રચના થવા લાગી. પરંતુ આ અગાઉ પણ ભારતમાં સમગ્ર એશિયામાં સૌ પ્રથમ રાષ્ટ્ર અને સમાજના હિત માટે આર્થિક

શોખણમાંથી મુક્તિ અને સામાજિક ઉત્તરદાયિત્વના ઉદેશથી ગાયકવાડી સ્ટેટ - સંસ્કારી- શિક્ષણ નગરી વડોદરા રાજ્યમાં તા. ૨૫ ફેબ્રુઆરી ૧૮૮૮ ને વસંત પંચમીના પવિત્ર દિવસે “ધી અન્યોન્ય સહાયક સહકારી મંડળી લિ.” વડોદરાની રચના થયેલ. આથી ગુજરાતને સહકારી પ્રવૃત્તિની માતૃભૂમિ કહેવાય છે.

દરેક રાષ્ટ્ર તેના આર્થિક હેતુ સિધ્ય કરવા માટે તેમજ સમાજના આર્થિક સામાજિક ઉત્કર્ષ માટે સહકારના માધ્યમ દ્વારા સતત ચિંતિત અને પ્રયત્નશીલ રહે છે.

ભારતમાં સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત બાદ રાષ્ટ્રના સર્વાંગી વિકાસમાં સને ૧૯૫૮થી સામાજિક ઉત્તરદાયિત્વની વિચાર ધારાથી તેની પંચવર્ષીય યોજનાઓમાં “સહકારી પ્રવૃત્તિ”ને અગ્રસ્થાન આપેલ છે. ભારત સરકારે “અમૃત મહોત્સવ”ની ઉજવણી સમયે પણ ‘રાષ્ટ્રહિત અને સામાજિક કલ્યાણ’ના ઉદેશથી સહકારી પ્રવૃત્તિની ઉપયોગીતા પુરવાર કરી છે. ભારતને વિશ્વમાં “સહકારી મોડેલ - ભારત” તરીકે એક પહેલાન ઊભી કરવા માટે વિશ્વનેતા - વિશ્વગુરુ સમાન આપણા માનનીય વડાપ્રધાન શ્રી

શીતલકુમાર પી. ભડ્ક

આસી.એક્ઝિક્યુટિવ ઓફિસર, ગુજરાત
રાજ્ય સહકારી સંઘ અને પ્રિન્સિપાલ,
સહકારી તાલીમ કેન્દ્ર, નડીયાદ
મો.નં.: ૮૮૭૮૮ ૨૫૫૮૪

૪૩

ગ્રામસ્વરાજ

નરેન્દ્રભાઈ મોદીએ હ જુલાઈ ૨૦૨૧ના રોજ કેન્દ્રમાં અલાયદા સહકાર મંત્રાલયની રચના કરી અને નવા સહકાર મંત્રાલયની ધૂરા સહકારના જ્ઞાણકાર નિષ્ણાંત અને પીઠ અનુભવી એવા આપણા શ્રી અમિતભાઈ શાહને “સહકાર મંત્રી” તરીકે સુકાન સૌંપવામાં આવ્યું. સહકાર મંત્રાલયની સ્થાપના બાદ માત્ર હિતમાં સામાજિક દખીથી સહકારના માધ્યમ દ્વારા કાર્યરત છે. તેઓ અમદાવાદ જિલ્લા મધ્યસ્થ સહકારી બેંકના ચેરેમન તરીકે પદભાર સંભાળતા હતા. ત્યારથી સહકારી શિક્ષણ-તાલીમ-પ્રચાર-પ્રસાર-સંશોધન (રિસર્ચ) અને સહકાર વિકાસ પર ભાર મૂકતા આવ્યા છે. તેઓએ સહકારી પ્રવૃત્તિના વિકાસ માટે રાષ્ટ્રીય

વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીએ હ જુલાઈ ૨૦૨૧ના રોજ કેન્દ્રમાં અલાયદા સહકાર મંત્રાલયની રચના કરી અને નવા સહકાર મંત્રાલયની ધૂરા સહકારના જ્ઞાણકાર નિષ્ણાંત અને પીઠ અનુભવી એવા આપણા માનનીય શ્રી અમિતભાઈ શાહને “સહકાર મંત્રી” તરીકે સુકાન સૌંપવામાં આવ્યું. સહકાર મંત્રાલયની સ્થાપના બાદ માત્ર ૨ વર્ષના ટૂંકા સમયમાં શ્રી અમિતભાઈ શાહના નેતૃત્વમાં તેમની દીર્ઘદિનિ અને કોઈસૂઝીથી સહકાર મંત્રાલય દ્વારા સહકારી પ્રવૃત્તિનો વિકાસ રાષ્ટ્રહિત સામાજિક ઉત્તરદાયીત્વના ઉદેશ પર

૫૪ જેટલા વિકસીત નિર્ણયો અમલમાં મૂક્યા છે.

૨ વર્ષના ટૂંકા સમયમાં માનનીય શ્રી અમિતભાઈ શાહના નેતૃત્વમાં તેમની દીર્ઘદિનિ અને કોઈસૂઝીથી સહકાર મંત્રાલય દ્વારા સહકારી પ્રવૃત્તિનો વિકાસ રાષ્ટ્રહિત સામાજિક ઉત્તરદાયીત્વના ઉદેશ પર ૫૪ જેટલા વિકસીત નિર્ણયો અમલમાં મૂક્યા છે. સહકાર મંત્રાલય દ્વારા સમગ્ર ક્ષેત્રના વિકાસાર્થે ત જેટલી નેશનલ લેવલની સહકારી સંસ્થાઓની સ્થાપના પણ કરી છે.

માનનીય શ્રી અમિતભાઈ શાહ પ્રાથમિક સહકારી મંડળીથી રાષ્ટ્રના સહકાર મંત્રી સુધીના પદ સંભાળી આજે સહકારી મંત્રી તરીકે રાષ્ટ્રના

કક્ષાએ “કો-ઓપરેટિવ યુનિવર્સિટી” ની સ્થાપના માટે નિર્ણય લીધો છે. જે સમગ્ર રાષ્ટ્રમાં સહકારના માધ્યમ દ્વારા રાષ્ટ્રીય હિત અને સામાજિક ઉત્થાનમાં તેની ઉપયોગીતા પુરવાર કરશે અને સહકારી ક્ષેત્રે નવીન પરિવર્તન લાવશે.

વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદી અને ગૃહ અને સહકાર મંત્રી શ્રી અમિતભાઈ શાહના દિશાનિર્દેશમાં ભારતની સહકારી પ્રવૃત્તિઓનો બહુઆયામી વિકાસ અને તેના માધ્યમથી ગ્રામીણ અર્થતંત્રનો વિકાસ રાષ્ટ્રના સામાજિક હિતના પરિવર્તનમાં સર્જણ ઉપયોગીતા પુરવાર

યામસ્વરાજ

୪୭

રાષ્ટ્રહિત અને સામાજિક હિત માટે આવશ્યક પરિવર્તન દર્શાવેલ સહકારી ક્ષેત્રોના માધ્યમથી ઉપયોગીતા અનભવાશે.

સહકારી પ્રવૃત્તિના તમામ ક્ષેત્રમાં રાષ્ટ્રના આર્થિક ઉત્થાનમાં તથા સામાજિક હિત માટે એક માત્ર પરિવર્તન લાવવા માટે વિકલ્પ સહકાર જ છે. સહકાર અભિગમ રાષ્ટ્રહિત તથા સામાજિક કલ્યાણ હિત માટે શ્રેષ્ઠ ઉપયોગી માધ્યમ હૈ.

સહકારી પ્રવૃત્તિના તમામ ક્ષેત્ર-સેવા સહકારી મંડળીઓ દૂધ ઉત્પાદક સહકારી મંડળીઓ/ગ્રાહક સહકારી પ્રવૃત્તિ - ખાંડ ઉધોગ - કોટન ઉધોગ - ઈન્ડસ્ટ્રીઝ કો-ઓપરેટિવ્સ - મત્સ્યઉધોગ - ખેતી - પશુપાલન - સિંચાઈ - શરાફી સહકારી મંડળીઓ, સહકારી બેંકો દ્વારા રાષ્ટ્રીયિત - સામાજિક હિતમાં જરૂરી એવા પરિવર્તન લાવી “સહકારે સમૃદ્ધિ” મંત્રને સાકાર કરવા સહકાર મંત્રાલયે રાષ્ટ્રીય સ્તરે ગ્રાણ નવી સ્ટેટ મંડળીઓની રૂચના કરી. ઈ.

(૧) મલ્ટી સ્ટેટ કો. ઓપરેટિવ સોસાયટીઝ એકટ ૨૦૦૨ હેઠળ સહકારી ક્ષેત્રે નિકાસને પ્રોત્સાહન આપવા માટે "નેશનલ કો. ઓપરેટિવ એક્સપોર્ટ્સ લિમિટેડ"ની સ્થાપના કરવામાં આવી છે. પ્રાયમરી સહકારી મંડળીઓથી રાષ્ટ્રીય કક્ષાની સહકારી સંસ્થાઓ સુધી સભ્ય મંડળીઓ દ્વારા ખેડૂતોના ખેત ઉત્પાદનોની નિકાસમાં સરળતા લાવી ખેડૂતોને તેમના ખેત

ઉત્પાદનોના સારા ભાવ મળશે.

(૨) પ્રમાણિત બીજ – બિયારણ માટે મલ્લી સ્ટેટ સોસાયટી “ભારતીય બીજ સહકારી સમિતિ લિમિટેડ” ની સ્થાપના એક ૪ નામ પ્રાન્દ હેઠળ કરવામાં આવી છે. આ મંડળીઓ ખેડૂતોને સુધારેલા બિયારણની ઉપલબ્ધતા વધારશે. પાકના ઉત્પાદનમાં ઓછા ઉત્પાદન ખર્ચે ગુણવત્તા યુક્ત વધારો કરશે અને ખેડૂતોની આવક બમાણી થશે.

(3) જૈવિક ખેતી માટે મલ્ટી સ્ટેટ કો-ઓપરેટિવ સોસાયટી ‘નેશનલ કો-ઓપરેટિવ ઓર્ગનિક્સ લિમિટેડ’ની સ્થાપના કરવામાં આવી છે. જે પ્રમાણિત અને અવિકૃત જૈવિક ઉત્પાદનોના ઉમાદન-વિતરણ-માર્કેટિંગનું કામકાજ કરશે. પ્રાથમિક થી રાષ્ટ્રીય સ્તરની મંડળીઓ દ્વારા જૈવિક ઉત્પાદનોનું ઉત્પાદન વધશે અને બેડટોના નકામાં વધારો થશે.

(૪) સહકારી ક્ષેત્રે શિક્ષણ - તાલીમ -
પ્રચાર - પ્રસાર - પ્રકાશન - સંશોધન -
માહિતી વગેરે માટે નેશનલ કો. ઓપરેટિવ
યુનિયન ઓફ ઇન્ડિયા, ન્યૂ દિલ્હી કાર્યરત છે.
જે રાષ્ટ્રના તમામ રાજ્યોમાં 'રાજ્ય સહકારી
સંધો' દ્વારા તમામ જિલ્લામાં જિલ્લા સહકારી
સંધો, કો-ઓપરેટીવ ઇન્સ્ટિટ્યુટ અને તાલીમ
કેન્દ્રો મારફત સહકારી શિક્ષણ - તાલીમની
યોજના અમલમાં છે. સહકારી મંડળીઓને એક
મજબુત આર્થિક સંસ્થા બનાવવા - સહકારી

ગ્રામસ્વરાજ

ચળવળને વ્યાપક અને મજબૂત બનાવવા Vamnicom, NCCT અને JCTCની ફેફલ્ટીની ક્ષમતા વધારવા સહકારી મંડળીઓના મહત્વના ક્ષેત્રો પર ગુણવત્તા યુક્ત સંશોધન અને અભ્યાસને અપગ્રેડ કરવામાં નવી સહકારી શિક્ષણ - તાલીમ યોજના અમલમાં મૂકવામાં આવી રહી છે. આ ઉપરાંત સહકારી શિક્ષણ - તાલીમ - સલાહ કેન્દ્ર સંશોધન અને વિકાસ માટે રાષ્ટ્રીય સહકારી યુનિવર્સિટીની સ્થાપના કરવાનું આયોજન કરવામાં આવી રહ્યું છે.

(૫) “સહકાર દ્વારા સમૃદ્ધિ” ની ભાવનાને સાકાર કરવા નવી ‘રાષ્ટ્રીય સહકાર નીતિ’ ની રચના કરવામાં આવી છે. રાષ્ટ્રીય હિત અને સામાજિક હિતના ઉપલક્ષ્યમાં પ્રાથમિક ફૂલ ધિરાણ મંડળીઓને અર્થકામ-કાર્યક્રમ બનાવવાના હેતુથી અને બહુહેતુક બનાવવા માટે આદર્શ પેટા નિયમો પ જાન્યુઆરી ૨૦૨૩થી અમલમાં મૂકવામાં આવેલ છે. પ્રાથમિક સહકારી મંડળીઓને કોમ્પ્યુટરાઈઝેશન મારફતે અધ્યતન સુવિધાયુક્ત મજબૂત બનાવવામાં આવી રહેલ છે. આ કોમ્પ્યુટરાઈઝેશન યોજનાથી તમામ પેકસમાં કાર્યક્રમતા અને પારદર્શિતા વધશે.

આ ઉપરાંત સહકારના સિદ્ધાંતોમાંના મહત્વનો સિદ્ધાંત સામાજિક ઉત્તરદાયીતવને સાકાર કરવા પ્રત્યેક પંચાયતમાં બહુહેતુક પેકસ - તેરી - મત્સ્યોધોગ - સિંચાઈ - ઉર્જા વગેરે

અપગ્રેડ કરવી અને નવી મંડળીઓની સ્થાપના કરવામાં આવી રહી છે.

સહકારી બેંકોના વિકાસ - વિસ્તરણ માટે સી ટુ સી માધ્યમથી એટલે સહકારી સંસ્થાઓ વચ્ચે સહકારના સિદ્ધાંતને સાર્થક કરી અને કવિધ નવી યોજનાઓ - નિયમો અમલમાં મૂકી સહકારતાથી સમૃદ્ધિ થાય દરેક લોકો આત્મનિર્ભર બને તેવી યોજનાઓ અમલમાં મૂકી છે.

સહકારી ખાંડ મીલો તેમના જેડૂતોને ઉંચા ભાવ આપી શકે તે માટે આવક વેરાઓમાં પણ કેટલીક મુક્તિ આપી છે. તથા સહકારી ખાંડ ઉદ્યોગોને સક્ષમ અને મજબૂત કરવા માટે એનસીડીસી દ્વારા ઋષણ યોજનાઓ પણ અમલમાં મૂકેલ છે.

રાષ્ટ્રીય સ્તરે સહકારી ક્ષેત્રના દરેક પ્રકારની મંડળીઓના રાષ્ટ્રીય સહકારી ફેડરેશનો - સહકારી સંગઠનો તેમના ઉદેશોને બળ લાવવા તથા રાષ્ટ્રીય હિત-સામાજિક હિતને સાકાર કરવા સતત કાર્યરત છે. આ ઉપરાંત દરેક રાજ્યમાં દરેક પ્રકારની સહકારી મંડળીઓના રાજ્ય કક્ષાના સહકારી ફેડરેશનો સહકારી સંસ્થાઓના વિકાસ - વિસ્તરણને ધ્યાને લઈ સહકારી શિક્ષણ - તાલીમ - પ્રચાર સેમિનાર સમિટ - શિબિર જેવા રાજ્ય કક્ષાના કાર્યક્રમોના માધ્યમથી રાષ્ટ્ર વિકાસ અને સામાજિક હિતના કાર્યમાં સહભાગી બને છે.

જ્ય સહકાર - જ્ય ભારત

વ्यक्ति विशेष

પરિવાર અને સહકારનો અનુભંગ : સવિતાબહેન પટેલ - જાડેજા

୫୮

ભાવનગર જિલ્લાની સહકારી, પંચાયતી પ્રવૃત્તિમાં જેમનું યશસ્વી યોગદાન સાબિત થયું છે તે જ્યવંતસિહભાઈ જાડેજાના જીવનસંગિની સવિતાબહેન પટેલ-જાડેજા (૩૦/૫/૧૯૮૬-૧૭/૧/૨૦૨૪)ના સહકારી, સામાજિક જીવન અંગે આ લેખમાં આપણે ચર્ચા કરવી છે. તે પૂર્વે ભારતની સહકારી પ્રવૃત્તિના ઈતિહાસ પર એક દસ્તિપાત કરી લઈએ.

ભારતમાં ૧૯૦૪થી અમલી બનેલા
સહકારી વિરાશ મંડળીઓના કાયદાથી સહકારી
પ્રવૃત્તિનો વિધિવત શુભારંભ થયો. કેન્દ્ર સરકાર
અને રાજ્ય સરકારોના ૧૨૦ વર્ષના સઘન
પ્રોત્સાહન અને લોકોના સંનિષ્ઠ પુરુષાર્થને
કારણે દેશમાં અત્યારે ૮.૫૦ લાખથી વધુ
સહકારી મંડળીઓ નોંધાયેલ છે. સહકારી
સંસ્થાઓએ દરેક ક્ષેત્રમાં પોતાની યશસ્વી
કામગીરી કરી છે. જો કે હજુ એમાં મહિલાઓની
ભાગીદારી નગણ્ય છે.

અસંગઠિત મહિલાઓનું સંગઠન : સેવા
ભારતની અસંગઠિત મહિલાઓને સંગઠન

-પ્રા. પ્રવીણચંદ્ર ઠક્કર
 ડી-૨૦૪, અભિષેક એન્ટિલિયા, સમા
 સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ સામે, પુનિત નગર,
 ન્યૂ સમા રોડ, વડોદરા - ૩૮૦૦૨૪,
 મો. ૯૪૨૬૪૬૧૦૫૦

દ્વારા સ્વમાનભેર પ્રસન્ન જીવન જીવવાની તક પૂરી પાડવા ગૂજરાત વિદ્યાપીઠના પૂર્વકુલપતિ, ગાંધીમાર્ગી, પચાભૂષણ ઈલાબહેન દ્વારા ૧૮૭૨માં અમદાવાદમાં ‘સેવા’ (સેલ્ફ એમલોઇડ વિમેન્સ એસોસિએશન)ની સ્થાપના થઈ. આ સંસ્થાએ સૌ પ્રથમ કામ કર્યું મહિલાઓની બચત આકર્ષવા અને વિવિધલક્ષી વિરાશ પૂરું પાડવા ૧૮૭૪માં શ્રી મહિલા સેવા સહકારી બેન્કની સ્થાપના. ૪૦૦૦ બહેનોની માત્ર રૂપિયા ૧૦/-ની શેર મૂડીથી આ સંગઠનની શરૂઆત થઈ. આજે ૫૦ વર્ષ પછી તેની આશ્રયજીનક પ્રગતિ જુઓ.

सम्यो (लाखमां)	१.३१
शेर मूडी करोड रु.	१८.५४
थापण करोड रु.	३४४
चालु मूडी करोड रु.	४६१
धिराण करोड रु.	२०३

‘સેવા’ એ શહેરી અને ગ્રામીણ વિસ્તારમાં બહેનોને નિયમિત રોજ આપવાના ઉદ્દેશ્યી વિવિધ પ્રકારની સહકારી -મંડળીઓના શ્રીગણેશ કર્યા અને આવી ૧૧૨ સંસ્થાઓને તેમના વ્યવસ્થાપન, વેચાણ, નીતિ વિષયક ઘડતર અને માર્ગદર્શન પૂરું પાડવા ૧૮૮૨માં ભારતમાં સૌ પ્રથમ રાજ્યવ્યાપી ગુજરાત સ્ટેટ વિમેન્સ સેવા સહકારી ફેડરેશનનો પ્રારંભ કરવામાં આવ્યો.

ग्रामस्वराज

ભારતના કેટલાક રાજ્યોમાં માત્ર બહેનોની મંડળીઓ પ્રસંગનીય પ્રવૃત્તિ કરી રહી છે. ઉદા. તામિલનાડુમાં ૮૮ મહિલા સંગઠનો શાળાના વિદ્યાર્થીઓ માટે ગણવેશ તૈયાર કરી નિયમિત આવક મેળવે છે.

ગ્રામોત્થાન, સહકાર જેમનો નાભિશાસ છે
તે જ્યવંતસિંહજી જાડેજા :

ભાવનગર જિલ્લાના સહકારી સ્તંભ
સવિતાબહેન જેમની તમામ પ્રવૃત્તિ સાથે સદાયે
સંલગ્ન રહ્યા તે ભાવનગર જિલ્લાના એક
અગ્રણી નામ, જ્યવંતસિંહભાઈના
પ્રેરણાકાર્યોની સૌ પ્રથમ છણાંવટ કરી લઈએ.
ગ્રામદક્ષિણામૃતિ આંબલા અને લોકભારતીના,
નાનાભાઈ ભણ, મનુભાઈ પંચોળીના સંનિષ્ઠ
વિદ્યાર્થી, સ્નાતક-૧૯૫૮. વિનોબાજીની
ગુજરાતમાં આયોજિત ભૂદાન પદ્યાત્રામાં
જોડાયા પછી તેમને ‘બહુજન હિતાય બહુજન
સુખાય’ પ્રવૃત્તિમાં જીવન સમર્પણ કરવાની
ઉત્સુકતા જાગી. ભારત સરકારે રચેલા ‘ખાદી
ગ્રામોધોગ કમિશન’ની પદ્ધત ગ્રામીણ
વિસ્તારના સર્વાંગીણ વિકાસ માટે રચાયેલ
૨૦૦ સઘન ક્ષેત્ર યોજના. તે પૈકી એક તળાજા
તાલુકાનું મણાર ગામ. આ યોજનાના
વ્યવસ્થાપક તરીકે તેમની પસંદગી થઈ. ગ્રીસેક
ગ્રામોમાં અનેકવિધ શૈક્ષણિક, આર્થિક,
સામાજિક કાર્યક્રમો શરૂ થયા. ઉની બાધળા
ઉત્પાદક સહકારી મંડળીનો આરંભ થયો.
ભાવનગર જિલ્લા સહકારી બેંકમાં દીર્ઘકાળિન
ડિરેક્ટર, ઉપપ્રમુખ ઉપરાંત મેનેજિંગ ડિરેક્ટર,
પ્રમુખ તરીકે અનન્ય સેવાઓ આપી. સમગ્ર
રાજ્યમાં વસુલાત અને ધિરાજ ક્ષેત્રે બેન્ક પ્રથમ

સ્થાન પ્રામ કરતી રહી. તળાજ તાલુકા
પંચાયતના પ્રમુખ તરીકે સિંચાઈ વ્યવસ્થાને
સુંદર બનાવી ખેતીને સમૃદ્ધ બનાવીઃ શેરડીનું
મબલખ ઉત્પાદન વધતાં ખેડૂતોની આવક
વધારવા ૧૮૭૭માં તળાજમાં ‘સિંદ્રેશ્વરી ખાંડ
ઉદ્ઘોગ સહકારી ફેક્ટરી’ માટે સ્વમ સેવ્યું,
કારખાનાની સ્થાપના થઈ પણ કારણોવશાત્તુ
તેને મૂર્તિમંત સ્વરૂપ પ્રામ થયું નહીં.
‘બળવંતરાય મહેતા ઓઈલ પ્રોસેસિંગ સહકારી
મંડળી’ના તેઓ સ્થાપક. તેઓ જિલ્લા અને
રાજ્યની અનેક સહકારી સંસ્થાઓ, જિલ્લા
ખરીદ વેચાણ સંધ, ગુજરાત રાજ્ય સહકારી
સંધ, ગુજરાત કૂષિ અને ગ્રામવિકાસ બેન્ક,
ગુજરાત રાજ્ય સહકારી બેન્ક, ગુજરાત માસોલ,
ઇફકો અને કૂભકો વગેરેમાં ચૂંટાઈને રાજ્ય
અને રાષ્ટ્રીય સ્તરે પોતાનું અનન્ય યોગદાન
આપી રહ્યા છે. જિલ્લા સહકારી સંધના તેઓ
ઘણા વર્ષથી સુકાની છે.

પારદર્શક વ્યક્તિત્વ: સવિતાબહેન

સવિતાબહેનનું જન્મસ્થળ બારડોલી
તાલુકાનું આઝવા ગામ. તેમના પિતાશ્રી
દ્યાળજીભાઈ પટેલ રચનાત્મક અગ્રણી,
ગામના સરપંચ. સરદાર પટેલના સંપર્કમાં,
સ્વાતંત્ર્યસેનાની બારડોલી સ્વરાજ આશ્રમના
મંત્રી. સુરત જિલ્લા કોંગ્રેસ સમિતિના પ્રમુખ.
સવિતાબહેન ગામમાં પ્રાથમિક શિક્ષણ મેળવ્યું.
નડિયાદના પ્રસિદ્ધ વિહૃલ કન્યા વિદ્યાલયમાં
અભ્યાસ કરી મેટ્રીકની પરીક્ષામાં ઉત્તીર્ણ થયા.
ગુજરાત વિદ્યાપીઠમાંથી સ્નાતક અને તત્પ્રશ્નાત્ર
બી.એડ. કોલેજ ભાવનગરમાંથી બી.એડ. ની
પદવી મેળવી. મનુભાઈ પંચોળી (વિજયાબહેન)

ગ્રામસ્વરાજ

પંચોળી, પટેલનું વરાડ ગામ બાજુમાં) તેમના ગામની મુલાકાતે આવેલ ત્યારે તેમણે સવિતાબહેનને લોકભારતી આવવાનું નિમંત્રણ આપ્યું. તેઓ આવ્યા. તેમના પ્રભાવી વ્યક્તિત્વને પરિણામે તેમને પ્રાથમિક શાળા સણોસરામાં નોકરી મળી ગઈ. આ અરસામાં લોકભારતીમાં અભ્યાસ કરતાં જ્યવંતસિંહભાઈ સાથે પરિચય થયો. સ્વરાજ આશ્રમ બારડોલી ખાતે તેમના આંતરજ્ઞાતિય લગ્ન સુપેરે સંપત્તિ થયા.

સવિતાબહેને જીવનપર્યત કરુણામુલક ખાઈના વસ્તો ધારણ કર્યા. બીજા અનેકને ખાઈ પહેરતા કરવા વેચાણ કેન્દ્રો શરૂ કર્યા. પૂર્વઉલ્લેખિત સંઘન ક્ષેત્ર યોજના મણારની તમામ પ્રવૃત્તિઓમાં ૧૯૬૦ – ૧૯૭૮ પૂરા સક્રિય, ખાસ કરીને મહિલા સરકિતકરણમાં તેમને ઉંડા રસ-રૂચિ. લોકસેવા મંડળ તળાજામાં ટ્રસ્ટી. ૧૯૭૮થી દસેક વર્ષ તાલુકા પંચાયત તળાજાના સક્રિય સભ્યપદે રહ્યા. ગ્રામીણ વિસ્તારમાં શિક્ષણનું પ્રમાણ વધારવા આનંદ શાળાઓ, ૧૯૮૫ થી ૧૯૯૮ દરમિયાન ઘોધા તાલુકાની મંગલભારતી લોકશાળા - હાથબ અને ૧૯૯૮ થી ૧૯૯૯ સહજાનંદ વિદ્યાલય બપાડા તા. તળાજાની સ્થાપના કરી તેમજ શ્રેષ્ઠ શિક્ષક તરીકે સેવાઓ પ્રદાન કરી.

૧૯૮૫થી તેમના જાહેરજીવનનો શુભારંભ થયો. જિલ્લા સહકારી સંઘ ભાવનગરની મહિલા સમિતિના તેઓ અધ્યક્ષ. તેના ઉપકર્મ નિરંતર ૪૦ વર્ષ સુધી મહિલાઓ ખાસ કરી

મહાવિદ્યાલયની વિદ્યાર્થીની બહેનોમાં સહકારી આંદોલન અને તેની સિદ્ધિઓ અંગે સભાનતા સર્જવા માટેના વર્ગો ચલાવવા માર્ગદર્શન આપ્યું. ઈલાબહેન ભણું સ્થાપિત સેવા બેન્કમાંથી પ્રોત્સાહન મેળવી ભાવનગરમાં મહિલા નાગરિક સહકારી બેન્કના આધસ્થાપક પ્રમુખ તરીકે પ્રસિદ્ધ પ્રામ કરી. તેમણે ગુજરાત રાજ્ય અર્બન બેન્કસ ફેડરેશનના ડાયરેક્ટર, ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘની મહિલા સમિતિના અધ્યક્ષ પદે દીર્ଘકાલીન જવાબદારી વહન કરી છે. સમગ્ર પ્રદેશમાં જેમણે નિર્જામ નેતૃત્વ પૂરું પાડ્યું હોય અને આજે પણ ૮૮ વર્ષે ગતિશીલ હોય તે જ્યવંતસિંહભાઈના સાથીદાર તરીકે સવિતાબહેને પારિવારીક - સાંસારિક ધર્મનું બરાબર પરિપાલન કર્યું અને પોતાના વિજન અનુસાર સામાજિક નિસ્ભત સાથે ગીતાળીની ભાવના અનુસાર લોકકલ્યાણ માટે ઝગ્યુમતા રહ્યા... આ સહકારી દંપત્તિના સંતાન ભાવનાબહેન (એમએસ.સી., બી.એડ.) બપાડા હાઈસ્કૂલના આચાર્યપદે પોતાની ફરજની સમાંતરે જિલ્લા સહકારી બેન્ક, ભાવનગર જિલ્લા સહકારી સંઘ, ગુજરાત રાજ્ય ગ્રેઇન ગ્રોવર્સ કો-ઓપરેટિવ ફેડરેશનના ડિરેક્ટર તેમજ ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘની મહિલા સમિતિના ચેરમેન પદે બિરાજમાન છે. મહિલા શક્તિ બચત અને ધિરાણ સહકારી મંડળીના પ્રમુખ છે. ગુજરાતમાં સહકારી ક્ષેત્રે જાડેજા પરિવારની વર્તમાન પેઢી માટે મોટિવેશનલ, અભૂતપૂર્વ ભાગીદારી માટે તેમને વંદન.

યોગદર્શન

યોગચિકિત્સા : શ્વસનતંત્ર ઉપર યોગાભ્યાસની અસર

યોગદર્શન લેખશ્રેષ્ઠીમાં યોગચિકિત્સા અંગેના ગત લેખમાં પાચનતંત્ર ઉપર યોગાભ્યાસની અસર અને પાચન સંબંધિત રોગમાં આસન, પ્રાણાયામના ઉપયોગની વાત કરી હતી. આપણું શરીર વિવિધ પ્રકારના ૧૧ તંત્રોના સંયોજન અને સંકળનથી ચેતનવંતુ, કિયાશીલ, હાલતુચાલતું રહે છે. હવા, પાણી અને ખોરાક વગર માનવની દૈહધાર્મિક ક્રિયાઓ અટકી પડે છે. ખોરાક વગર ચાર-પાંચ માસ ટકી શકાય, જીવી શકાય. પાણી વગર ત્રણ-ચાર દિવસ નીકળી શકે. જ્યારે હવા વગર કેટલો સમય, કેટલી મિનિટ જીવી શકાય તેનો આપણને જીત અનુભવ છે. ઘર બંધ હોય અને ખુલ્લી હવા ના આવે તો ગભરામણ થવા માટે છે. બસ કેટ્રેનની ભીડમાં ગભરામણ થવા માટે છે. કારણ કે, આ સ્થિતિમાં આપણને શાસ લેવામાં તકલીફ ઊભી થાય છે. આપણા શાસમાં જરૂરી શુદ્ધ હવા મળતી નથી. કોરોનાકાળમાં ‘ઓક્સિજન’ ની મહત્વતા આપણને સૌને સમજાઈ ગઈ છે.

આ લેખમાં આપણે આપણા જીવનના ‘પ્રાણ’ સમાન પ્રાણવાયુ અને શ્વસનતંત્ર અને

યોગસાધક કિરણ ચાંપાનેરી

સી.ઈ.આઈ.- પ્રકાશન,

ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘ

મો.૮૬૬૨૮૭૭૨૬૮

યોગાભ્યાસ અંગે વાત કરીશું. આમ તો આપણા શરીરના દરેકે દરેક તંત્ર અને તેના અવયવોની કાર્યપદ્ધતિ ખૂબ જ અગત્યની છે. એક પણ અવયવ કે તંત્રમાં તકલીફ ઊભી થાય તો તેની અસર અન્ય તંત્રો પર પડે છે અને તેની માઠી અસર સમગ્ર શરીર પર વર્તાયા વગર રહેતી નથી. નાક-નસકોરા, ફેરિન્ક્સ, લેરિન્ક્સ, શાસનળી, ફેફસાં, ઉદ્રપટલ અને પાંસળીઓ, શ્વસનતંત્રના અવયવો છે. બાબ્ય વાતાવરણમાંથી નાક દ્વારા હવા આપણા શરીરમાં પ્રવેશે છે. કુદરતે નાકમાં હવાના શુદ્ધિકરણ માટે સરસ રચના કરેલી છે. નાકની અંદરની સપાટી ખૂબું મેમરેઇન નાકની અંદરની સપાટીને ભીની અને ચિકાશયુક્ત બનાવે છે. નાકની અંદર બારિક રૂવાટી હોય છે જે હવામાંની અશુદ્ધિઓને ગાળવાનું કામ કરે છે. નાકની અંદર આવેલ ઓલ ફેકટરી નર્વ (ધ્રાણઈન્ફ્રિય) ના કારણે આપણે જુદાજુદા પ્રકારની ગંધ પારખી શકીએ છીએ. બશે નસકોરા આગળ જતાં એક થઈ જાય છે. લેરિન્ક્સ-સ્વરપેટીમાં થઈ આગળ શાસનળીને મળે છે.

શાસનળી ‘C’ આકારના ૧૮ થી ૨૦ કુર્ચાની બનેલી હોય છે. આ ‘C’ આકારના કુર્ચાને કારણે શ્વસનમાર્ગ બંધ થતો નથી. શાસનળીની અંદરની સપાટી પણ ખૂબું મેમરેઇનના કારણે

ગ્રામસ્વરાજ

ચીકાશયુક્ત રહે છે. દસેક ઈચ્ચની શ્વાસનળી આગળ જતાં બે ભાગમાં વહેંચાઈ જાય છે. જેને બ્રોન્ક્સ કહેવાય છે. બ્રોન્ક્સ જમણા અને ડાબા ફેફસામાં પ્રવેશે છે અને આગળ જતાં અસંખ્ય નાના બારીક ફાટામાં ફંટાય છે. જેને છેડે વાયુકોષ આવેલા હોય છે. આપણે બ્રોન્કાઈટીસ રોગ અંગે તો સાંભળ્યું હશે. બ્રોન્ક્સમાં પાણી કે રસી થતાં બ્રોન્કાઈટીસ રોગ થાય છે.

ઇતિહાસ પાંસળીઓના પોલાણમાં સુરક્ષિત
 રીતે શંકુ આકારના જાબુંડિયા રંગના સ્પંજ જેવા
 બે ફેફસાં શ્વસનતંત્રના અગત્યના અવયવો છે.
 જમણું ફેફસું અપર, મિડલ અને લોઅર એમ
 ત્રણ ભાગમાં વહેંચાયેલું હોય છે. એ જ રીતે,
 ડાબા ફેફસાના અપર અને લોઅર બે ભાગ
 પડે છે. આપણું હદ્ય બે ફેફસાની વચ્ચે ડાબી
 બાજુએ આવેલું હોય છે. ડાબા ફેફસામાં
 હદ્યખાંચ આવેલી હોય છે. બસે ફેફસાં પ્લુરાના
 આવરણથી ઘેરાયેલા હોય છે જે ફેફસાના સંકોચન
 અને વિસ્તરણમાં સહાયક બને છે. બહારનું
 પ્લુરાપડ ઇતિહાસી પાંસળીઓ સાથે અને અંદરનું
 પ્લુરાપડ ફેફસા સાથે ચોટેલું હોય છે. આ બસે
 ફેફસામાં બ્રોન્ક્સ પ્રવેશે છે. જેની આપણે આગળ
 વાત કરી છે.

માનવ શરીરના ધડના ભાગમાં છાતીના ભાગ
અને પેટની વચ્ચે પડદા જેવી રચના આવેલી
હોય છે. જેને ઉદરપટલ કહે છે. તોમ જેવા
આકારનો ઉદરપટલ હુદય અને ફેફસાને આધાર
આપે છે.

હવે આપણે શ્વસનમાર્ગ અને શ્વસનચ્યક અંગે

વાત કરીએ. હવા નાકમાં પ્રવેશો ત્યારે રૂવાંઠી દ્વારા હવામાં રહેલી અશુદ્ધિઓ ગળાય અને હવા ગરમ અને ભેજવાળી બને છે. આ અશુદ્ધ હવા ફેરિન્કસમાં થઈ લેરિન્કસમાં અને ત્યાંથી શાસનળીમાં આગળ જાય છે. શાસનળીની અંદરની સપાટી પણ મ્યૂક્સ મેમરેઇનને કારણે ચીકાશયુક્ત હોય છે. તેના લીધે હવામાં રહી ગયેલી બાકીની અશુદ્ધિઓ અહીં ચોટી જાય છે. આ રીતે શુદ્ધ થયેલી હવા બ્રોક્સમાં થઈ વાયુકોષો સુધી પહોંચે છે. વાયુકોષો અને રૂધિરકોણિકાઓ વચ્ચે ઓકિસિજન (O_2) અને કાર્બનડાયોક્સાઈડ (CO_2) ની આપ-લે થાય છે અને અશુદ્ધ કાર્બનયુક્ત હવા બ્રોન્કસ, શાસનળીમાં થઈને લેરિન્કસ-ફેરિન્કસમાં થઈ નસકોરામાંથી બહાર નીકળે છે.

મગજમાંથી મેન્ડયુલાનો સંટેશો ઉદરપટલને
મળતા તે ઉપર-નીચે થાય છે. ઉદરપટલની આ
ઉપર-નીચે થવાના કારણે આપણી શ્વસનક્રિયા
ચાલતી રહે છે. હૃદયમાંથી પલમોનરી આર્ટરી
દ્વારા અશુદ્ધ લોહી શુદ્ધ થવા માટે ફેફસામાં આવે
છે. ફેફસામાં આવેલા વાયુકોષોમાં ઓક્સિસજન
(O₂) અને કાર્బનડાયોક્સાઈડ (CO₂) ની આપલે
થાય છે. અને પલમોનરીવેઈન દ્વારા ઓક્સિસજન
(O₂) વાળું શુદ્ધ લોહી ડાબાક્રૂઝિકમાં આવે છે.
આ શુદ્ધ લોહી હૃદય આખા શરીરને પહોંચાડે
છે.

શ્વરૂપના અવયવો, શ્વરૂપમાર્ગ,
શ્વરૂપકિયા અંગો માહિતી મેળવી. આપણા
ફેફસાની ક્ષમતા ૨૦૦૦ CC થી વધુ હવા સમાવી
શકે એટલી હોય છે. જ્યારે આપણે સામાન્ય

ग्रामस्वराज

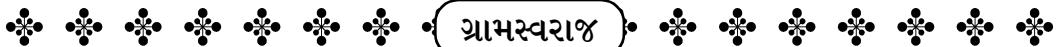
શ્વરસનક્કિયા દરમ્યાન માત્ર ૫૦૦ CC જેટલી
જ હવા ફેફસામાં ભરીએ છીએ કે લેવાય છે.
હવે આપણે યોગ અભ્યાસને શ્વરસનતંત્ર અને
શ્વરસનક્કિયા સાથે સાંકળીએ.

શ્વરસનતંત્રના ફેફસાઓ લોહીને શુદ્ધ કરવાનું કાર્ય કરે છે. જ્યારે આ શુદ્ધ થયેલા લોહીને આખા શરીરમાં વહેતું રાખવાનું, પહોંચાડવાનું કાર્ય હદ્દ્ય કરે છે. સામાન્ય શ્વરસન કિયામાં માત્ર ૫૦૦ CC જેટલી જ હવા ફેફસામાં જાય છે અને બહાર આવે છે. માણાયામ અભ્યાસથી ફેફસાની ક્ષમતાનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ કરી શકાય છે. પુરક, કુંભક અને રેચક માણાયામ કે ભાસ્ક્રિકા કરીએ છીએ ત્યારે દબાણથી આપણે હવાને ફેફસામાં ભરીએ છીએ તેથી ૨૦૦૦ CC થી પણ વધુ હવા ફેફસામાં દાખલ થાય છે. પુરક (હવાને ફેફસામાં ભરવી), કુંભક (લીધેલી હવાને ફેફસામાં રોકી રાખવી) અને રેચક (ફેફસામાં રોકી રાખેલી હવાને ધીમેધીમે છોડવી). કુંભકની કિયા દરમ્યાન વાયુકોષોની દિવાલ સાથે ઓકિસજન (O_2) અને કાર્બનડાયોક્સાઈડ (CO_2) ની આપ-લેની પ્રક્રિયા વધુ સમય ચાલે છે. પરિણામે અશુદ્ધ લોહીમાં વધુ પ્રમાણમાં ઓકિસજન ભણે છે. લોહીમાં ઓકિસજનની માત્રા વધે છે. આ શુદ્ધ ઓકિસજનનું કુંભક વિધાનમાં જાય છે. હદ્દ્ય આ શુદ્ધ લોહીને આખા શરીરમાં પહોંચાડે છે. શરીરના એકેએક કોષ સુધી શુદ્ધ લોહી પહોંચાતા શરીર ચેતનવંતુ રહે છે. શરીરને પ્રાણવાન બનાવે છે. તેથી જ હવાને પ્રાણ કરે છે. પ્રાણ ચાલ્યો જતાં શરીર નિષ્ઠિ મરદા જેવું થઈ જાય છે.

વિભાગીય (સેક્સનલ) પ્રાણાયામમાં ઉદરીય શાસ, વક્ષિય શાસ અને હાંસડીય શાસની અસર પેટ, છાતી અને ખત્તા ઉપર થાય છે. યોગિક પ્રાણાયામથી ફેફસાની કાર્યક્રમતા વધે છે. લોહીમાં ઓક્સિજન (O_2)ની માત્રા વધતા રોગપ્રતિકારક શક્તિમાં વધારો થાય છે. શરીરને તંદુરસ્ત અને સુર્તિલું રાખે છે.

નેતિ, બસ્તી, ધૌતિ, નૌલિ, ગ્રાટક અને કપાલભાતિ ષટકર્મની છ કિયાઓ શરીરના શુદ્ધિકરણ માટે છે. આમાંથી નેતિ અને કપાલભાતિની કિયાઓ શ્વસનતંત્ર પર સીધી અસર કરતી કિયાઓ છે. નેતિમાં જલનેતિ અને સૂત્રનેતિના અભ્યાસથી નાક અને ગળાના ભાગ સુધીની સફાઈ થાય છે. કપાલભાતિના અભ્યાસમાં ઉચ્છવાસને બહાર કાઢવામાં આવે છે. તેથી કાર્બનકાયોકસાઈડવાળી અશુદ્ધ હવા બહાર નીકળે છે, શરીરની અશુદ્ધિ બહાર ફેકાય છે. તેની સાથોસાથ ફેફસાઓનું સંકોચન, વિસ્તરણ થવાથી તેની કાર્યક્રમતા વધે છે.

આમ, ભાષ્ણિકા, અનુલોમવિલોમ, યોગિક પ્રાણાયામ અને નેતિ તથા કપાલભાતીની ષટકર્મ ક્રિયાઓ શ્વસનતંત્રના વિવિધ અવયવો ઉપર અસર કરે છે અને શારીરિક લાભ કરે છે. શારીરિક લાભ સાથોસાથ પ્રાણાયામ અભ્યાસથી ધીરે ધીરે મન શાંત થાય છે. વિચાર પ્રવાહ ધીમેધીમે શાંત પડે છે અને ધ્યાન, સમાવિ તરફ જવાનો સાધનામાર્ગ સરળ બને છે. શ્વસનતંત્ર અને શ્વસનમાર્ગની આપણાને જાણકારી હોય તો તે પ્રમાણેના યોગ અભ્યાસ કરીને આપણે ધાર્યું પરિણામ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.... ઓમ.



ગ્રાહકલક્ષી

નવા પડકારો, નવી સમયાઓ જ સફળતા અપાવે છે

નાના હતા ત્યારે હંમેશાં કહેવામાં આવતું
હતું કે દસમું નાપાસ થયા પછી કોઈ તકલીફ
નથી, અરે હવે તો ૧૨મા પછી તો કોલેજ
કોઈ જ ચિંતા નહિ, કોલેજમાં આવ્યા ત્યારે
એમ કહેવાયું કે થોડા જ વરસ ભણવાનું પછી
તો નોકરી અને પૈસા અને બસ વાર્તા આમ
જ ચાલતી રહી, એક પછી એક તબક્કો ચાલતો
રહે અને દરેક તબક્કે નવી વાતો અને દરેક
તબક્કાના નવા પડકારો અને નવી સમસ્યાઓ.
જે વક્તિ આ દરેકને પાર પાડીને આગળ
વધે તે દરેક તબક્કાની મજા પણ લઈ શકે
અને તેના અનુભવોમાંથી નવા અને આવનારા
તબક્કા માટે તૈયાર પણ રહે છે.

ਬਸ ਕੰਈਕ ਆਵੁੰ ਜ ਹੋਧ ਛੇ ਕੁਪਨੀ ਕੇ ਧੰਧਾ
ਵਿਵਸਾਧਨਾ ਵਿਕਾਸਨੀ ਸਾਥੇ ਪਾਣਾ, ਵਿਕਾਸਨਾ
ਦਰੇਕ ਆਗਣ ਵਧਤਾ ਤਬਕਕਾ ਸਾਥੇ ਤੇਨੀ ਨਵੀ
ਅਨੇ ਜੂਫੀ ਜੂਫੀ ਨਾਨੀ-ਮਾਟੀ ਸਮਸ਼ਾਓ ਅਨੇ
ਮੋਟਾ ਪਤਕਾਰੇ ਆਵਤਾ ਜ ਰਹੇ ਛੇ. ਏਮ ਮਾਨਵਾਨੇ
ਕੋਈ ਸਥਾਨ ਨਥੀ ਕੇ ਏਕ ਵਾਰ ਏਕ ਤਬਕਕਾਨੋ
ਵਿਕਾਸ ਕਰੀ ਲਈਥੁੰ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤਿ ਛੇ ਕੇ ਤਾਰ ਬਾਅਦ
ਸਤਤ ਆਵਕ ਆਵਤੀ ਰਹੇਂਦੇ ਅਨੇ ਤੇ ਪਾਣਾ ਕੋਈ

સમસ્યા વિના. ના તેવું તો થતું નથી. વિકાસ હંમેશાં તેને સંલગ્ન પડકારો લઈને જ આવે છે અને તબક્કાવાર અને સતત વિકાસ એક કંપની કરીને ટકી રહે છે કે જેનું મેનેજમેન્ટ આ પડકારો માટે પહેલેથી જ સજ્જ હોય, જે તબક્કો પાર પાડે તેમાંથી નવા બોધપાઠ શીખીને તેઓ વિકાસના નવા તબક્કા અને તેની સાથે જોડાયેલા પડકારોનો સામનો કરવા માટે તૈયાર રહે છે. તેમની ટીમ તે માટે હંમેશાં પ્રોત્સાહિત હોય છે અને નાની-મોટી સમસ્યા હોય કે મોટા પડકારો તેઓ તેને પહોંચી વળવા કે તેનો યોગ્ય સામનો કરવા તૈયાર હોય છે.

વિકાસ એક સતત ચાલતી અને એકધારી પ્રક્રિયા છે એવું કહેવાય છે. પરંતુ તેને સતત ગતિમાં રાખવા અને તે પણ પ્રગતિની દિશામાં તે માટે ઘણી બધી બાબતોનું ધ્યાન રાખવું પડે છે કારણ કે એક શરૂઆતના તબક્કે તમે જે સમસ્યાનો સામનો કરીને તેનો હલ લાવ્યા તે જ તકનીક કે રીત આગળના તબક્કે ઊભા થનાર સમસ્યાના હલ માટે નહિ ચાલે કારણ કે વિકાસના દરેક પગલે આગળ વધતા આવતી સમસ્યાઓ નવી અને જટિલ થતી થાય છે

નયન આર. કોઠારી

૪૦ ગ્રામસ્વરાજ

અને તે માટે મેનેજમેન્ટની ટીમે તેથાર રહેવું જયારે જોઈએ ત્યારે વધુ કર્મચારીઓની જોઈશે. તે માટે સહૃથી જરૂરી છે દરેક પગલે ઉપલબ્ધતા હોય.

જે પણ અનુભવ મળે તેમાંથી શીખીને આગળ વધવું અને કદી પણ એવું ના ધારી લેવું કે હવે આટલો વિકાસ કરી લીધા પછી આગળનો રસ્તો સરળ હશે. વિકાસની સાથે કયા પ્રકારની સમસ્યાઓ કે પડકારો આવે છે અને તે માટે શું કરવું તે ચર્ચા આગળ વધારીએ.

વિકાસ સાથે વધતી જતી કર્મચારીઓની જરૂરિયાત - જેમ જેમ કંપનીની વિસ્તરણ કે વિકાસ થશે તેમ તેમ દરેક જગ્યાએ અને દરેક સ્તરે કર્મચારીઓની જરૂર પડશે અને તે પણ ચોક્કસ જ્ઞાન, અનુભવ અને ડિશ્રી ધરાવતા. શરૂઆતમાં અગત્યની દરેક જવાબદારીના સ્થાને કદાચ ઘરના વ્યક્તિઓની નિમણૂક કરી હતી અને આગળ વધ્યા, પણ હવે વિવિધ સ્તરે વ્યવસાયિક રીતે એટલે કે પ્રોફેશનલ મેનેજમેન્ટના અમલીકરણ માટે વિવિધ સ્તરે ઘણા બધા કર્મચારીઓની જરૂર પડશે. આ કર્મચારીઓની નિમણૂક કરવાથી પડકારો પૂરા નથી થઈ જતાં. સતત તેમના પ્રશ્નો હલ કરવા પડશે. તેમની કોઈ માંગો હશે તો તેની ચર્ચા કરીને નિરાકરણ લાવવું પડશે અને એક માનવ સંસાધન વિભાગ ઊભો કરીને તેના થકી આ સંચાલન કરવાથી સરળતા રહેશે અને સતત તેઓ નવા કર્મચારીઓની નિમણૂક બાબતે કામ કરતા જ રહેશે કે જેથી વિકાસના દરેક તબક્કે

ગ્રાહકોની વધુ વધુ વૈવિધ્યસભર માંગો કે જરૂરિયાતો : વિકાસ વધુ ગ્રાહકોને આવરી લઈને તેમના થકી વધુ આવક કમાવા માટે જ કરવામાં આવે છે, જેમ જેમ ગ્રાહકવર્ગ વધતો જશે તેમ તેમ તેમની માંગ અને જરૂરિયાતો વધુ વૈવિધ્યસભર થતી જય છે અને કંપનીએ તેને સંતોષકારક રીતે પહોંચી વળવા માટે સતત કામ કરતા રહેવું પડશે. એવું ના થાય કે ગ્રાહકો વધી ગયા અને હવે તેમની માંગને કંપની સમયસર સંતોષી નથી શકતી. આ પરિસ્થિતિનું પૂર્વાનુમાન કરીને જ આગળ વધવું જોઈએ અને તે પ્રમાણે પોતાની કાચામાલની ખરીદી અને ઉત્પાદનનું આયોજન કરવું જોઈએ. તમારા ગ્રાહકોની માંગને સતત સંતોષવા માટે જરૂરી મૂળભૂત પગલાંઓમાંનું એક, ખરેખર તેઓ શું ઈચ્છે છે તે જાણવું. આમાં શક્ય તેટલા વધુ ગ્રાહકોના ડેટાના સંગ્રહ અને વિશ્લેષણનો સમાવેશ થાય છે, તેમજ સંદેશાવ્યવહાર પર આધ્યારિત મજબૂત ગ્રાહક સંબંધોની સ્થાપનાનો સમાવેશ થાય છે. તમારા બધા ગ્રાહકો સાથે અસરકારક સંવાદ તમને ખાતરી કરવામાં મદદ કરે છે કે તેઓને શું જોઈએ છે અને તમે પ્રદાન કરો છો તે સેવાઓ કે ઉત્પાદનો વિશે તેમાં પ્રતિભાવો કેવા છે.

વ્યાપારબુદ્ધિનો વિકાસ તમારા ગ્રાહકો અને

ગ્રામસ્વરાજ

તેમની જરૂરિયાતોને સમજવાની સાથે સાથે, તમારી પોતાની સંસ્થા અને તેની અંદરના લોકોની ગુંયવણોની મજબૂત સમજ હોવી જરૂરી છે. જેમ જેમ કંપની વધે છે અને વધુ જટિલ બને છે તેમ તેમ આ વધુને વધુ પડકારડુપ બની શકે છે. અનુભવો અને બજારોની સમજની આધારે એક ચોક્કસ વિચારધારા બનતી જશે તે જ વ્યાપારખુદ્ધિ તરીકે ઓળખાય છે કે જેના આધારે તમે તમારા આંતરિક પ્રશ્નો હલ કરો છો કે જે વિકાસની સાથે સાથે તમારી સામે આવતા જીય છે.

ઈન્વેન્ટરી અને સપ્લાય ચેઈન : તમારી કંપનીમાં અવિરત ઉત્પાદન અને ઉત્પાદનોની ઉપલબ્ધતા માટે તમારે સુનિશ્ચિત કરવું જોઈએ કે તમને સમયસર કાચો માલ મળે અને તે પણ તમારા અંદાજિત ભાવમાં અને ઉત્પાદન માટે જરૂરી કયારેક વ્યવસ્થા સુનિશ્ચિત હોય. આ માટે તમારી સપ્લાય ચેઈન મજબૂત હોવી જોઈએ અને તેના ઈન્ચાર્જ મેનેજરને સતત ઉત્પાદન સુનિશ્ચિત કરવા માટે વિવિધ વિકલ્પોની ઉપલબ્ધતા સાથે આયોજન કરવું જોઈએ. મોસમી વસ્તુઓ જ્યારે પણ ઉપલબ્ધ હોય ત્યારે જરૂરી માત્રામાં તેની પ્રાપ્તિ કરવી જોઈએ અને વર્ષભર તેની ઉપલબ્ધતા સુનિશ્ચિત કરવા માટે તેને સારી રીતે સંગ્રહિત કરવાની જરૂર હોય છે. આ પ્રકારે આયોજન કરીશું તો બજારની માંગ પ્રમાણે હંમેશાં આપણે

ઉત્પાદનો ઉપલબ્ધ કરાવી શકીશું.

પોઝિટિવ કેશફલો : નાના-વ્યવસાયના માલિકે પૈસા કમાવવા માટે પૈસા ખર્ચવાની જરૂર છે, અને આ વિકાસ જ નવા વ્યવસાયની મોટી તકો ખોલે છે જે માટે શરૂઆતમાં વધારાના ખર્ચની જરૂર હોય છે. હવે આ જ ખર્ચો જરૂરી તો છે જ પરંતુ તેની પાછળ ઘરી બધી ગણતરીઓ કરવી જરૂરી હોય છે કે જેથી કરીને ભવિષ્યમાં તે ખર્ચો કે રોકાણ વૃદ્ધિ પામીને પાછું આવે અને કંપનીનો રોકડ પ્રવાહ હંમેશાં નિશ્ચિત અને પોઝિટિવ રહે.

વિવિધ અનુપાલનની મોટી જવાબદારીઓ : જેમ જેમ વિકાસ થશે તેમ તેમ નવી અને મોટી કાયદાકીય જવાબદારીઓ વધશે તે કર્મચારીઓને લગતી, ઉત્પાદનોના ધારાધોરણો કે ગુણવત્તાને લગતી કે બીજા ઘણા ક્ષેત્રોની હોઈ શકે અને તે માટે હંમેશાં સજાગ રહેવું જોઈએ કરણ કે જો આ કાયદાઓ કે જરૂરિયાતોનું સમયસર અનુપાલન નહિ થાય તો તે મોટી દંડાત્મક કાર્યવાહીમાં પરિણામશે અને તમારી શાખને પણ નકારાત્મક અસર કરશે.

વિકાસના દરેક તબક્કાને પાર પાડવા માટે મેનેજમેન્ટ ટીમ થોડી સચેત અને પૂર્વિત્યારી જોડે આગળ વધશે તો વિકાસ અવિરત ચાલતો રહેશે.

सोशियल मीडिया

**સોશિયલ મીડિયા પર ‘માસ કોમ્યુનિકેશન’ કરતાં
‘માસ સેલ્ફ પ્રોજેક્શન’ વધી ગયું છે**

૨૧મી સદીને ઇન્ટરનેટ અને સોશિયલ મીડિયાના યુગની સદી તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. વીસમી સદીના ! અંત સુધીમાં તો વિશ્વભરમાં સશક્ત મીડિયા માધ્યમોનો તીવ્રતાથી વિસ્તાર થતો જવા મળ્યો. આ વિષય લોક ચર્ચનો પ્રમુખ મુદ્દો પણ બન્યો છે. મીડિયા માધ્યમોનો વિસ્તાર થવાથી એક એવું પાસું ઉભરી આવ્યું કે પત્રકારત્વ અને પત્રકારની સીમા રેખાઓ બદલાઈ ગઈ. આજે ૨૧મી સદીમાં મીડિયાની શક્તિ સામાન્ય નાગરિકના હાથમાં આવી ગઈ છે. આજના સમયમાં મીડિયાના બદલાતા જતા આયામોને જોઈને લાગે છે કે આ સમય એક જબરજસ્ત પરિવર્તન અને પ્રત્યાયન કાન્તિનો છે. તમામ સંદેશા પ્રસારિત કે પહોંચાડવાના નવા માર્ગો અને માધ્યમો હાથવગા થતા જાય છે. ખૂબ ટૂંકાગાળામાં માધ્યમો આપણા જીવનના અભિજ્ઞ અંગ બની ગયાં છે. સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ આવું જ એક માધ્યમ છે. જેને આપણે સૌએ ખૂબ પ્રેમથી આપણા જીવનનો અતુટ છિસ્સો બનાવી દીધું છે. સોશિયલ મીડિયા

રહેણી-કરણી, કાર્યક્રિત, મોજ-મસ્તી વગેરે જેવા માનવીય જીવનના અનેક પાસાઓ ઉપર પ્રભાવી રહે છે. આ ઉપરાંત આપણી વ્યગ્રતા અને દુઃખની તથા સુખની લાગણીઓને પણ આ પ્લેટફોર્મ ઉપર આપણે તરત પ્રગટ કરી દઈએ છીએ. કેટલું અજ્ઞબો ગરીબ છે કે, જે વાત વ્યક્તિ પોતાના મિત્રો, સ્નેહીઓ, સગાંઓ સાથે નથી વહેંચી શકતો એ ફેસબૂક-ઈન્સ્ટાગ્રામ વગેરેના અજ્ઞાયા મિત્રોને બેધડક કહી દે છે. દુનિયામાં આજે બે પ્રકારની સમાજ રચનાનો યુગ શરૂ થઈ ચૂક્યો છે. એક વર્ષ્યુઅલ સિવિલાઈઝેશન અને બીજો ફિઝિકલ સિવિલાઈઝેશન. ટૂંક સમયમાં વિશ્વની મોટાભાગની વસતી ઈન્ટરનેટથી કનેક્ટેડ હશે. આમ પણ ઈન્ટરનેટ એક એવું માધ્યમ છે કે જે બધાને માટે સહજ પણ છે અને સર્વહિતાય પણ છે. મેન્યુલકેસ્ટલ, અમેરિકાની ડેલિવર્નિયા યુનિવર્સિટીના ખાંસાહેબ પ્રોફેસર છે. સોશિયલ મીડિયા વિશે છાણવટ કરતાં કસ્ટલ નોંધે છે કે, ફેસબૂક, ટ્રિવટર જેવા સોશિયલ મીડિયાના માધ્યમથી થતો સંવાદ ‘માસ કોમ્યુનિકેશન’ નથી ‘માસ સેલ્ફ કોમ્યુનિકેશન’ છે. એનો અર્થ એ કે, આજના યુગમાં ૮૦ ટકા લોકો

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਤ੍ਰਿਵੇਦੀ

૪૩

ગ્રામસ્વરાજ

જનસંચારના નામે માત્ર સ્વપ્રચારનો જ કરે છે. યુઝરને એ પણ ખબર નથી હોતી કે, અના શબ્દો કે તસવીર કોના સુધી પહોંચે છે અને કોને એણે પહોંચાડવી છે? ફેસબુક, ટ્રિવિટર, ગુગલ પ્લસ, લિંકડઇન, માયસ્પેસ, પિંટરરેસ્ટ, ઓરકુટ જેવી નેટવર્કિંગ સાઈટ્સે દુનિયાને એક સૂત્રમાં બાંધીને રાખી છે. વર્ષ

દક્ષિણ કોરિયામાં આઈ વર્લ્ડ, ચીનમાં ‘ક્યુ ક્યુ’ રશિયામાં ‘વેકોનેટાક્ટે’ સાઈટ્સ પોષ્યુલર છે. પ્રત્યેક ક્ષણ એક નવા તાજા સમાચારો લઈને આવે છે. જરૂર જીવનનો મંત્ર બની ગયો છે. હવે એ જમાનો ગયો કે, ‘આજના સમાચાર આવતી કાલ માટે ઈતિહાસનું કામ કરશે.’ આજે તો આ ક્ષણના સમાચાર આગામી

કેટલું અજ્ઞબો ગરીબ છે કે, જે વાત વ્યક્તિ પોતાના મિત્રો, સ્નેહીઓ, સગાંઓ સાથે નથી વહેંચી શકતો એ ફેસબુક-ઈન્સ્ટાગ્રામ વગેરેના અજ્ઞાણ્યા મિત્રોને બેધડક કહી દે છે. દુનિયામાં આજે બે પ્રકારની સમાજ રચનાનો યુગ શરૂ થઈ ચૂક્યો છે. એક વર્ચ્યુઅલ સિવિલાઈઝેશન અને બીજો ફિઝિકલ સિવિલાઈઝેશન.

૨૦૦૨માં ‘ફેન્ડસ્ટર’થી ઇન્ટરનેટ આધ્યારિત સોશિયલ નેટવર્કિંગની દિશા ખુલ્લી હતી. અના થોડા સમય પછી ‘માય સ્પેસ’ અને લિંકડઇન’ જેવી સાઈટ જોવા મળી. વર્ષ ૨૦૦૪માં ફેસબુકનું બાબતબાબ આગમન થયું. આજે ફેસબુક સૌથી વધુ લોકપ્રિય પ્લેટફોર્મ છે. સોશિયલ સાઈટ્સ ઉપર સતત રહેનારા લોકોની દિવાનગીની કેટલીક આંકડાકીય વિગતો સમજવા જેવી છે. ફેસબુક ઉપર પ્રતિમાસ સરેરાશ ૪૦૫ મિનિટ, પિંટરરેસ્ટ ઉપર ૮૮ મિનિટ, ટ્રીવિટર ઉપર ૨૧ મિનિટ, લિંકડ ઇન ઉપર ૧૭ અને ગુગલ પ્લસ ઉપર ૩ મિનિટ લોકો વ્યતીત કરતા હોય છે.

ભારતમાં ફેસબુક અને ગુગલ પ્લસ, બ્રાઝીલમાં ગુગલ પ્લસ, ફાન્સમાં ‘સ્કાઈરોડ’

ક્ષણ માટે ઈતિહાસ બની જાય છે.’ સંચાર એક કલા અને શાસ્ત્ર છે. કોઈપણ સંચાર માધ્યમ સારુ કે ખરાબ નથી હોતું. એને સાચું કે ખોટું એના ઉપયોગ કરવાવાળા બનાવે છે. આ વાત સોશિયલ મીડિયાના ઉપયોગ માટે પણ એટલી જ સાચી છે. સોશિયલ મીડિયાની પોષ્યુલારીટીના મુળમાં સતત કનેક્ટ રહેવાનો માનવીનો સ્વભાવ એક મજબુત કારણ છે. દરેક જીણને પ્રતિપળ નવી વાતથી અપેટ થવું છે સાથે સાથે એના ગંભીર પરિણામોથી મોહુ પણ સંતાપવું છે. વિશ્વમાં દરેક સમય ગાળામાં કંઈક એવું થયું હોય કે, જે માનવીય જીવન શૈલીની ઘરેડને એકદમ બદલીને સમાજમાં નવી ચેતના અને ઊર્જાનો આવિભ્વિષ થાય છે. એવી નવી વાત માનવ જીવનમાં આવે છે જેનાથી જગત અત્યાર સુધી અજ્ઞાણ હોય.

આરોગ્ય

તાંબાનું પાણી પીએ-નીરોગી રહો

આપણા શાસ્ત્રોમાં સોના ચાંદી પછી તાંબાને
ઉત્તમ ધાતુ તરીકે સ્થાન આપ્યું છે. સોના ચાંદી
દરેકને પોષાય નહીં જ્યારે તાંબુ દરેકને પોષાય.
હજ્ય કેટલાય વડીલો તાંબાના ઘડાનું પાણી
પીએ છે કે પછી તાંબાના લોટામાં રાત્રે પાણી
ભરી સવારે એનો ઉપયોગ કરે છે. શા માટે
તાંબાનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ તે આપણે
જોઈએ અને જાણીએ.

માટે પણ આ તત્ત્વ ઉપયોગી છે. તાંબું સમગ્ર અસ્થિપિંજરને મજબૂત બનાવવાનું કાર્ય કરે છે. તાંબું એટલું બધું ઓક્ટિવ છે કે શરીર પર પહેરવામાં આવે તો પણ શરીરમાંના ફેટી એસિડ સાથે મળી કોપર સલ્ફેટ નામના ક્ષારરૂપે શરીરમાં જમા થાય છે. શિયાળાની ઠંડીમાં સંખિવાથી બચવું હોય તો કોપર સલ્ફેટ ખૂબ જ જરૂરી છે આથી જ તાંબાના કડાં કે વાંટી પહેરવી શરીર માટે લાભકારક છે.

તાંબું -સ્વાસ્થ્ય માટે ઉપયોગી

તાંબુ પાણી સાથે ભળી જઈને માનવશરીરમાં
દાખલ થાય છે ત્યારે વધુ ચમત્કાર સર્જે છે.
જે તાંબુ બેકેટરિયા માટે હાનિકારક છે તે
માનવશરીર માટે ઉપકારક છે. તાંબુ અમુક
રાસાયણિક કિયા પછી સેફ્લોપ્લાસ્મીનના
ડ્રુપમાં લિવરમાં સ્થાયી થાય છે. એક તબીબના
જગ્ઝાવ્યા પ્રમાણે આ તત્ત્વ હિમોગ્લોબિન ઉત્પત્ત
કરવાની કિયામાં ઘણું જ મદદડ્રુપ થાય છે.
વધુ લોહી ધરાવતા ચહેરાને આપણે ત્યાં
તાપ્રવર્ષ કહી નવાજવામાં આવે છે. તંદુરસ્ત
ડ્રિધરાબિસરણ તંત્ર અને સાબૂત મગજ તંત્ર

તાંબાનું મહત્વ આપણા પૂર્વજો કેટલું
સમજ્યા હતા તે લગ્ન વખતે ગવાતા એક
ગીત પરથી માલૂમ પડે છે. તાંબા કુંડી નવ
ગજ ઊંડી તે ઘર બેની પૈણજો - જૂના સમયમાં
ગાડી બંગલા હોય તેને ઘરે નહીં પણ જે ઘરે
તાંબાનાં વાસણો હોય તે ઘરે દીકરીને પરણાવવી
એવો આ ગીતનો ઉદેશ હતો. માત્ર પીવા
માટે જ નહીં ન્હાવા માટે પણ તાંબાની કુંડી
અને બંબા વપરાતાં તાંબાનાં વાસણોમાં ભરી
રાખેલું પાણી સ્નાનના ઉપયોગમાં લેવાથી પણ
આરોગ્યની દાસ્તિએ ઘણા ફાયદા થાય છે.
ચામડીનો વર્ષા સુધરે છે જ્યાં તાંબાના વાસણો
હોય ત્યાં દરેક જણ તન અને મનથી નીરોગી
હોય છે અને જે લોકો તનમનથી સ્વસ્થ છે.
એમનાથી મોટો ધનવાન કોઈ નથી.

ધર્મશાસ્ત્ર અને દવે

અધ્યાપકશી

વैકुंઠभाई મહેતા સહકારી વ્યવસ્થાપન કેન્દ્ર,
નારી ભાવનગર

ગ્રામસ્વરાજ

તાંબ અને પાણીનં શદ્ધિકરણ

તાંબુ એ ઘણી જ કિયાશીલ ઓક્ટિવ, ધાતુ છે. તાંબાના વાસણમાં ભરી રાખેલું પાણી માત્ર ચાર પાંચ કલાકમાં બેક્ટેરિયા રહિત થઈ જાય છે. તાંબાના વાસણમાં પાણી ભરાતાં જ તાંબાની સપાટી પરના અણુમાંથી થોડા આયન છૂટા પડવાનું કામ શરૂ થઈ જાય છે. આ આયનો ઘનભાર ધરાવતા હોય છે, જ્યારે પાણીમાં જે બેક્ટેરિયા કે વિષાણુઓ હોય છે તેમની બાધ્ય કોષની દીવાલો નેગેટિવ ચાર્જ ધરાવતી હોય છે. પેલા ઘનભાર ધરાવતા તાંબાના આયનો ઋણભાર ધરાવતા બેક્ટેરિયા પર હુમલો કરી તેનો નાશ કરે છે, આ સમગ્ર પ્રક્રિયા પાર પડતાં માત્ર ચાર કલાક લાગે છે. હવે આની સરખામણી આજના સ્ટીલનો વાસણો સાથે કરીએ તો તમને તાંબાની સાર્થકતા સમજાશે સ્ટીલનાં વાસણોમાં આજ બેક્ટેરિયા ઉછ દિવસ જીવતા રહી શકે છે. આ વિગતો ન્યૂ યોર્કના વૈજ્ઞાનિક ડૉ. બિલ કોવલે કરેલા સંશોધનમાંથી જાણવા મળી હતી. પુનાના વૈજ્ઞાનિક ડૉ. ગોડબોલેએ કાચ, પિતળ, તાંબુ અન્યુભિન્યમ, સ્ટીલ વગેરે પાત્રોમાં કૂવાનું પાણી સંધરી દરેક પાણી પર શું અસર થાય છે. એ જાણવાનો પ્રયત્ન કર્યો ત્યારે તેમને પણ જાણવા મળ્યું હતું કે તાંબુ પાણીમાંની અશુદ્ધિઓનો માત્ર ચાર કલાકમાં સફાયો કરે છે. ધાર્મિક કાર્યોમાં ગોર મહારાજ ઊં કેશવાય નમઃ સ્વાહા ઊં માધવાય નમઃ સ્વાહા અને

ॐ नारायणाय नमः स्वाहा कहीने त्रष्णा वार
तांबानी आचमनीथी पाणी पीवाके छे तेमां
शरीर शुद्ध करवानी भावना रहेली छे

તાંબું અને વીજપ્રવાહ

આજના આધુનિક યુગમાં પણ તાંબાના સુપ્રસિદ્ધ વિદ્યુત સુવાહક જેવા વૈજ્ઞાનિક ગુણધર્મના કારણે તેને ઈલેક્ટ્રિક સાધનો અને વાયરિંગ કરવામાં સૌથી વધુ ઉપયોગ કરવામાં આવી રહ્યો છે તાંબાની કન્ડકિટવિટી (વહનક્ષમતા), એટ્યુમિનિયમ કરતાં ૪૦% વધુ છે, જેના કારણે તે હેવી લોડ (વધુ કાર્યભાર), સહન કરી શકે છે અને આગ લાગવાની શક્યતા ઓછી થઈ જાય છે. ભલે આપણે તાંબા પિતળને ભંગારમાં વેચી દીધા અમેરિકા, યુરોપના દેશો તેને આવકાર આપી રહ્યા છે. અમેરિકામાં તો સમગ્ર પાણીની પાઈપલાઈન તાંબાની નખાઈ રહી છે આજે કન્સિલ્ડ પ્લાન્ઝિંગનો જમાનો છે એટલે તાંબાના ઉપરોક્ત ગુણધર્મના કારણે બિલ્ડિંગમાં પાણીના લિકેજનો પ્રોબ્લેમ થતો નથી માત્ર લિકેજની દાખિએ જ નહીં શરીરને જોઈતું તાંબું પણ આવી પાઈપલાઈનથી મળી રહે છે. કારણ કે શરીરમાં તાંબાની જે જરૂરિયાત છે તે રોજિંદા અનાજ કે સૂકામેવાથી પણ પૂરી થતી નથી. આવા ખોરાકથી શરીરને જોઈએ તેનાથી અર્ધા ભાગનું જ તાંબું મળે છે. બાકીની જરૂરિયાત તાંબાની પાઈપમાંથી આવેલા પાણીથી પૂરી થાય ભારતમાં બધી જગ્યાએ તાંબાની પાઈપલાઈન ક્યારે આવશે કોણ જાણો.

૪૦ ગ્રામસ્વરાજ

પરંતુ તમે તમારી જરૂરિયાત માટે તાંબાનો ધડો કે લોટો તો ઘરે વસાવી શકો છો ને?

આયુર્વેદની ફળિએ પણ તાંબાની ભર્સ કે તેમાંથી બનતી દવા ઘણી બીમારીમાં ઉપયોગી

છે. આર્થરાઈટિસ કે અલ્સર જેવા રોગમાં તાંબું ઉપયોગી સિદ્ધ થયું છે. રાત્રે ભરી રાખેલું તાંબાના લોટાનું પાણી સવારે તમે પીઓ છો ત્યારે બેક્ટેરિયારહિત પાણી તો પીઓ છો જ સાથે સાથે કબજીયાત અને સંધિવા જેવા રોગને લડત પણ આપો છો. આમ ધર્મક્રિયા હોય કે વિજ્ઞાન સ્વાસ્થ્ય હોય કે સૌન્દર્ય તાંબું તમારો શ્રેષ્ઠ મિત્ર બનીને રહે છે.

તાંબું અને ગ્રાસિંગ પાવર

આજે પણ ઘણા લોકોએ જોયું કે અનુભવ્યું હશે કે જ્યારે બાળકને નજર લાગી જાય અથવા ચ્યમકીને ડરી જાય કે બહારથી આવ્યા બાદ બેચેની અસ્વસ્થતા અનુભવે ત્યારે ઘરના વડીલ કે દાદીમાં તાંબાના લોટામાં પાણી ભરીને તેના માથા પર ગોળગોળ ફેરવી માથાથી છેક પગ સુધી નીચે લઈ જઈ તે લોટાના પાણીને ઘરના ઝાંપાની બહાર ફેંકી દે છે. આમ કર્યા બાદ થોડા જ સમયમાં ચ્યમકારિક રીતે સ્વસ્થ પણ થઈ જવાનું હોય છે. ઘણાય વડીલો પોતાના બાળકની રક્ષા ને સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ શ્રદ્ધાથી તાંબાના તાવીજ પહેરાવતા હોય છે. અનેક સ્વી પુરુષોના ગળામાં કે હાથનાં બાવડાં પર ચાંદી કે તાંબાના માદળિયા પણ બાંધેલા જેવા મળે છે. સોના ચાંદીની જેમ જ તાંબામાં ગ્રાસિંગ

પાવરનો ગુણ રહેલો છે એટલે કે શુભ વિચારોના તથા મંત્રોચ્ચારના તરંગોનો સંચય કરી નોંધેટિવ તરંગોને દૂર કરવાની અદ્ભુત શક્તિ તાંબું ધરાવે છે.

અત્યારના કોમ્પ્યુટર ડિસ્કમાં જે શબ્દો બીટ કે બાઈટ્સના રૂપમાં સંગ્રહ કરી શકાય છે તે જ રીતે શુભત્વનું આહવાન કરાનારા મંત્રશબ્દોને તાંબું કે ચાંદી જેવી ઘાતુમાં સંગ્રહ થઈ શકે છે તે આપણા ઋષિમુનિઓ સારી રીતે જાણતા હતા અને આથી લોકો રોજિંદા ઉપયોગી સાધનોમાં તાંબાનો ઉપયોગ કરતા થાય તે હેતુથી તેમણે ધર્મ અને પૂજાપાઠમાં વપરાતાં વાસણોના માધ્યમથી તેને લોકપ્રિય બનાવવાના પ્રયત્ન કર્યા.

તામ્રજળ પીવાના ફાયદા

આયુર્વેદ પ્રમાણે તાંબાના વાસણમાં રાત્રે ભરી રાખેલું પાણી શરીરના ત્રણ દોષો કંદ પિત અને વાયુનું સમતુલન સાધવામાં મદદ કરે છે. તાંબાના પાત્રમાં રાખ્યા પછી સાતથી આઠ કલાક બાદ આ પાણીનો પીવામાં ઉપયોગ કરવો જોઈએ આટલા સમયમાં પાણીનું શુદ્ધિકરણ પૂર્ણપણે થાય છે આવું પાણી પછી જલદીથી બગડતું નથી. આવો આવું તાંબાનું જળ પીવાના શું ફાયદા થાય છે તે જોઈએ.

(૧) વજન ઘટાડવામાં ઉપયોગી

આ પાણીના ઉપયોગથી શરીરના વિષ દ્વયોનો નાશ કરવામાં મદદ મળે છે. પાચન શક્તિ સુધરવાને કારણે શરીરમાં જમા થયેલી

ગ્રામસ્વરાજ

ચરબીનું પણ શક્તિમાં રૂપાંતર થવામાં ઘણી મદદ મળે છે. આમ વધારાની ચરબી ઓછી થઈ જતાં શરીરનું વજન વધતું નથી. આ પાણીનો નિયમિત ઉપયોગ ધીરે ધીરે વજન ઘટાડવામાં પણ મદદરૂપ થાય છે

(૨) શરીરને તરોતાજા અને યુવાન રાખે છે
શરીરમાં જો ફી રેડાઇકલ્સનું પ્રમાણ વધે તો માણસ જરૂપથી વૃદ્ધાવસ્થાનો અનુભવ કરતો થઈ જાય છે. તાંબુ આવાં હાનિકારક રેડાઇકલ્સનો સફાયો કરવાના ગુણધર્મો ધરાવે છે. વળી નવા અને તંદુરસ્ત કોષોના જરૂપી ઉત્પાદન માટે પણ તાંબુ ખૂબ ઉપયોગી સિદ્ધ થયું છે જે અકાળે આવતા વૃદ્ધત્વ સામે લડત આપે છે.

(૩) પાચનતંત્ર સુધરે છે

એસિડીટી હોય ગેસ હોય કે પાચનસંબંધી અન્ય કોઈ પણ તકલીફ હોય તામ્રજલ તમારી મદદે જરૂર આવે છે. આ પાણી પેટના આંકુંચન અને પ્રસરણની ક્ષમતા વધારે છે જેથી પાચન તંત્ર જરૂપી અને સરળ બને છે. વળી પેટમાં રહેલા હાનિકારક બેકટેરિયાનો પણ આ પાણીથી નાશ થાય છે. પેન્ટિક અલ્સર હોય તેને માટે પણ લાભકારક છે. આ પાણી ડિડની અને લિવરની કાર્યક્ષમતા પણ વધારે છે જેથી શરીર પૂરતાં પ્રમાણમાં પોષક તત્ત્વો ગ્રહણ કરી શકે.

(૪) ધા રૂઝાવવામાં મદદરૂપ

તાંબામાં એન્ટિ બેકટેરિયલ એન્ટિ વાયરલ અને સોજાનો નાશ કરવાની કુદરતી શક્તિ

છે. તાંબાનું પાણી રોગપ્રતિકારક શક્તિ તો વધારે જ છે સાથે સાથે શરીરમાં નવા કોષોના નિર્માણનું કાર્ય પણ જરૂપી બનાવે છે જે શરીરના બાધ્ય તેમ જ અંદરના જખમોને જલદીથી ભરી દેવામાં મદદરૂપ બને છે

(૫) પાંડુરોગમાં ઉપયોગી

શરીરમાં તાંબુ પૂરતા પ્રમાણમાં હોય તો તેની મદદ વડે લોહીમાં લોહતત્ત્વ (આયન), પૂરતાં પ્રમાણમાં શોખાય છે. જો તાંબાની ઊણાપ હોય તો પાંડુરોગની શક્યતા વધતી જાય છે. પૂરતા લાલકણોના અભાવથી શરીર ફિક્કું પડતું જાય છે.

(૬) થાઈરોઇડ ગ્રંથિના કાર્યને નિયંત્રણમાં રાખે છે

શરીરમાં આવેલી થાઈરોઇડ ગ્રંથિ જો અસાધારણ રીતે કામ કરવા લાગે તો ઘણું નુકસાન થઈ શકે છે. એક વાર તે કાબૂ બહાર ગઈ તો પછી પાછું વળીને જોતી નથી શરીરમાં જો તાંબાની ઊણપ હોય તો થાઈરોઇડની બીમારી વધી જાય છે કારણે તાંબાની હાજરી થાઈરોઇડ ગ્રંથિને યોગ્ય રીતે કાર્ય કરવામાં મદદ કરે છે

(૭) સાંધાના દુખાવા

શિયાળામાં તો વધુ સત્તાવતા આ સાંધાના દુખાવા અને સાંધા પરના સોજા મટાડવા માટે પણ તાંબાનું પાણી ઉપયોગી સાબિત થાય છે કારણ કે એક તો તેનામાં એન્ટિ ઈન્ફ્લેમેટરી

(અનુ. પાના નં. ૩૪ પર)

ખેતીવાડી

અળસિયા : ખેડૂતનો મિત્ર અને કુદરતના સફાઈ કામદાર

વિશ્વભરમાં લગભગ ૪૨૦૦ જાતિનાં અળસિયાં છે અને ભારતમાં ૫૦૦થી વધુ જાતિ શોધવામાં આવી છે. માટીના પ્રકારનાં આધારે તેમની જાતિઓમાં વૈવિધ્ય જોવા મળે છે અને તેથી સ્થાનિક માટી માટે સ્થાનિક જાતિનાં અળસિયાં મહત્વનાં બની જાય છે. પેરિઓનિક્સ એક્સક્રેટ્યુસ અને લેઝિટો મૌરિટી એ બે સામાન્ય રીતે વાપરવામાં આવતી અળસિયાની જાતિઓ છે. આ અળસિયાઓને સામાન્ય પ્રક્રિયા દ્વારા ખાડામાં, પાત્રોમાં, ટાંકામાં, સિમેન્ટની રિંગમાં અથવા કોઈપણ એવા પાત્રમાં ઉગાડી શકાય છે. અળસિયા ખરેખર તો સાચા અર્થમાં સેલેરી વગરનો ખેડૂતનો મજૂર છે. એ આપણા ધરતી માતાના હૃદય જેવા છે. ડાર્વિન નામના વૈજ્ઞાનિકે તો ત્યાં સુધી કંધું છે કે આ અળસિયાઓ તો માણસ જાતના જન્મ પહેલાથી જમીન ખેડતા આવ્યા છે. જમીનની અંદર દિવસમાં ૧૬થી ૨૦ કાણા પાડે છે. એને કારણે જમીનની અંદર સંગ્રહ શક્તિ વધે છે અને હવાની અવરજનવર પણ વધે છે. આ અળસિયાની જમીનમાં

દીપક જગતાપ

અપડાઉનની પ્રવૃત્તિને કારણે મહત્વમાં પાણી જમીનમાં ઉડે ઉત્તરે છે અને પાણીનો સંગ્રહ થાય છે. આમ તો અળસિયાનું વજન માત્ર એક ગ્રામ છે. અને તેનું આયુષ્ય ૧૩ી ૧૦ વર્ષનું હોય છે. જો આપણાં ખેતરમાં ૧૦૦૦ અળસિયા હોય તો ૨૧ દિવસમાં એ ડબલ થઈ જાય છે અને બાર મહિને આઠ લાખ તેત્રીસ હજાર જેટલા અળસિયા થઈ જાય છે.

આટલા બધા અળસિયા જેને નથી દાંત, નથી પંજા, નથી કાન, નથી હાડકાં, આવું અહિંસક અને બિનહાનિકારક અળસિયા સાચા અર્થમાં ખેડૂતનો મિત્ર છે. નથી એને પગાર આપવાનો કે નથી એને ખાવાનું આપવાનું. અળસિયા તો માત્ર કચરો જ ખાય છે. એટલે જ એને કુદરતના સફાઈ કામદાર કહેવામાં આવે છે એના પેટમાં ખોરાકનું ખાતરમાં રૂપાંતર થાય છે. અને એ જ્યારે હગાર કરે છે એ હગાર એટલે જ વર્મિકમ્પોસ્ટ ખાતર ઉર્ફ અળસિયાનું ખાતર છે. જો ખરા અર્થમાં ખેડૂતો અળસિયાને સાચવે અને પ્રાકૃતિક ખેતી કરે તો ખેડૂત બમણું ઉત્પાદન મેળવે. આજકાલ ખેડૂત વિના વિચારે વધારે પ્રમાણમાં ખાતરો

૪૩

ગ્રામસ્વરાજ

તથા દવાઓ વાપરે છે, પરિણામે જળ, જમીન, ખેડૂતો પ્રાકૃતિક ખેતી તરફ વળી ગયા છે. હવા અને સાથે સાથે ખોરાક પણ પ્રદુષિત અણસિયા પ્રાકૃતિક ખેતી સાથે ખૂબ જ ઉંડી થયા છે.

અણસિયાં ખેડૂતોને કઈ રીતે ઉપયોગી છે?

અણસિયાંને પોતાનો ખોરાક શોધવાનો હોવાથી તેમજ પ્રજનન માટે જમીનમાં સતત હલનચલન કરતા જ રહે છે. એક અણસિયું દિવસમાં ૮થી ૧૦ વખત જમીનની ઉપર આવે છે. આમ દિવસમાં ૧૬થી ૨૦ કાણા પડે છે. જેથી જમીનનું ઉપરનું પડકુદરતી રીતે ખેડાઈને છીદ્રાળું અને ભરભરું બને છે.

પરિણામે જમીનમાં હવાની અવરજવર વધે છે. જેથી જમીનની ભેજધારણ કરવાની શક્તિ વધે છે. કારણ કે સેન્ટ્રિય પદાર્થ બધી માટીમાં સરખા પ્રમાણમાં બળી જાય છે. અણસિયાના હગારમાં સામાન્ય માટી કરતાં પાંચ ગણો નાઈટ્રોજન, ૭ ગણો ફોસ્ફરસ, પાંચ ગણો પોટાશ, ૧.૫થી ૨ ગણો કેલ્ખિયમ, ૩ ગણો મેનેશિયમ તેમજ લગભગ બધા જ સુશ્રતત્વો લભ્ય સ્વરૂપમાં હોય છે. અણસિયાનાં ખાદ અથવા તો ખાતર વાપરવાથી જમીન છીદ્રાળું બનતાં જમીનની ઘનતા ઓછી થવાથી પાકના મૂળ સરળતાથી જમીનમાં ઉડી સુધી ફેલાઈ જઈને જમીનના ઉંડાં આવેલ ભેજનો પણ કાર્યક્ષમ ઉપયોગ કરીને પાણી બચાવે છે અને છોડનો વિકાસ પણ સારો થાય છે. આજકાલ

અણસિયાને ‘જમીનનાં આંતરડાં’ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે અણસિયું એટલે કે ખેડૂતોનો ઘનિષ્ઠ મિત્ર, જેને ‘જમીનનાં આંતરડા’ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.

(અનુ. પાના નં. ૩૨ પરથી ચાલુ...)

(સોજા વિરોધી), ગુણો છે. બીજું હાડકાને સ્વસ્થ અને મજબૂત બનાવવાની કુદરતી શક્તિ પણ તાંબા પાસે છે

આપણો ત્યાં કોઈ શુભપ્રસંગે પૂજાપાઠ હોય ત્યારે તાંબાનાં વાસણો જેમ કે તરભાણી ઘાલા આચમની કુંડી લોટો વગેરેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે જૂના જમાનામાં તાંબા પિતળનાં વાસણો જ ઘરમાં વપરાતાં હતાં આજે સ્ટીલનું ચલાણ વધ્યું છે. ઘણાં એવાં ઘરો પણ હશે જ્યાં વાસણ તો ઢીક સમ ખાવા પૂરતો તાંબાનો લોટો પણ નહીં હોય તાંબાનું વિજ્ઞાન જો સમજાવવામાં આવે તો કદાચ આજની પેઢી તાંબાનો વપરાશ વધારે.

શિયાળામાં પાણીના જગ અને ફિજના બાટલા છોડો. તાંબાનું પાણી પીઓ -

સૌ.રેફરન્સ : આયુર્વેદીક
જીવનશૈલીમાંથી

‘સહકાર’ પાક્ષિક અને ‘ગ્રામસ્વરાજ’ માસિકના જાહેરાતના દર

તા. ૧-૧૦-૨૦૧૬ થી

સહકાર પાક્ષિક	એકવાર	ત્રિમાસિક	છ માસિક	વાર્ષિક
૧. આખું પાન	૫,૦૦૦/-	૨૫,૦૦૦/-	૪૫,૦૦૦/-	૮૦,૦૦૦/-
૨. અડધું પાન	૩,૫૦૦/-	૧૬,૦૦૦/-	૩૦,૦૦૦/-	૫૦,૦૦૦/-
૩. પા પાન	૨,૫૦૦/-	૧૦,૦૦૦/-	૧૫,૦૦૦/-	૨૫,૦૦૦/-
૪. શુભેચ્છા	૧,૫૦૦/-	૮,૦૦૦/-	૧૨,૦૦૦/-	૨૦,૦૦૦/-

સહકાર પાક્ષિકમાં જાહેરાતના છુટક ભાવ : એક કોલમ સે.મી. રૂ. ૧૦૦/-

‘સહકાર’ વિશેખાંક

૧. ટાઈટલ પાન-૪	૩૦,૦૦૦/-
૨. ટાઈટલ પાન-૨, ઉ	૨૦,૦૦૦/-
૩. આર્ટ પેપર ફોર્કરલ	૧૦,૦૦૦/-
૪. અંદરનું આખું પાન	૫,૦૦૦/-
૫. અંદરનું અડધું પાન	૩,૦૦૦/-
૬. અંદરનું પા પાન	૨,૦૦૦/-

જાહેરાતોમાં બેંકોના સરવૈયાં - બેલેન્સશીટ્સનો દર પાના દીઠ રૂ. ૭,૦૦૦/-

‘ગ્રામસ્વરાજ’ માસિક	એકવાર	વાર્ષિક
૧. ટાઈટલ પાન-૪	૫,૦૦૦/-	૫૦,૦૦૦/-
૨. ટાઈટલ પાન-૨, ઉ	૪,૦૦૦/-	૪૦,૦૦૦/-
૩. અંદરનું આખું પાન	૩,૦૦૦/-	૩૦,૦૦૦/-
૪. અંદરનું અડધું પાન	૨,૦૦૦/-	૨૦,૦૦૦/-
૫. પા પાન	૧,૦૦૦/-	૧૦,૦૦૦/-
૬. શુભેચ્છા	૫૦૦/-	૫,૦૦૦/-

પર્યુષણા મહાપર્વ : ક્ષમા ભાવ સાથે જાતને સક્ષમ બનાવો

અવંતીના રાજી ચંડપ્રધોત અને વીતચ્યપતાનના રાજી ઉદાયન વચ્ચે યુદ્ધ થયું. ચંડપ્રધોત હાર્યો. ઉદાયન રાજીએ ચંડપ્રધોતને કેદી તરીકે પાંજરામાં રાખી સાથે લીધો.

ચંડપ્રધોતે ઉદાયનરાજીના જિનમંહિર-માંથી ભગવાન મહાતીર સ્વામીની ચમત્કારી જિનપ્રતિમા અને એ જિનાલયમાં પૂજા કરનારી રૂપવતી દાસીને ચોરીને ઉપાડીને અવંતી લઈ આવ્યો હતો.

આથી ગુસ્સે ભરાયેલા ઉદાયનરાજીએ અવંતીના કપાળ પર તપાવેલા સણિયાથી ટેટૂની જેમ શબ્દો કોતરાવ્યા. “મમદાસીપતિ:” – એટલે મારી દાસીનો પતિ અને પછી અવંતીથી કેદી ચંડપ્રધોત સાથે વીતચ્યપતાન તરફ પ્રયાણ કર્યું, પણ રસ્તામાં ચાતુર્માસકાળનો પ્રારંભ થઈ ગયો. તેથી ચોમાસામાં ક્યાંય ન જવાના અને આરાધના કરવાના નિયમવાળા ઉદાયને ત્યાં રસ્તામાં જ ગામ જેવી છાવણી ઊભી કરી અને આરાધના કરવાલાગ્યા.

પર્યુષણા પર્વના દિવસો આવ્યા. સંવત્સરીના દિવસે રાજાને ઉપવાસ હોઈ ચંડપ્રધોતને રસોઈ શું બનાવવી તે વિશે પૂછ્યું. સંવત્સરીનો દિવસ જાણી તેણે પણ ઉપવાસ કર્યો.

આ જાણી ઉદાયન ત્યાં આવે છે. ક્ષમાભાવ અને પ્રેમભાવ સાથે ચંડપ્રધોતને તે ભેટે છે. કેદીપણાથી મુક્ત કરે છે. કપાળ પરના શબ્દોને ઢાંકવા સોનાનો પઢો લગાવે છે.

ક્ષમાભાવ વગર પ્રયુષણ પર્વ સાર્થક થતાં નથી. દ્વેષભાવ આપણી આરાધનાના તેજને હણી નાંબે છે. સાધનાના સત્ત્વને ચૂસી લે છે. પુષ્યને પૂર્ણ ખત્મ કરી નાંબે છે.

પ્રેમભાવ સાથે કરેલી પર્યુષણા આદિ પર્વની આરાધના જીવને ગુણોથી પરિપૂર્ણ બનાવે છે. પુષ્યના માધ્યમે મોક્ષની મંજિલ અપાવે છે.

ચાલો જાણીએ આ પ્રસંગના સંગે પર્યુષણાને સાર્થક કરતાં કેટલાક રંગ-તરંગ.

(૧) જ્યાં સુધી તમે ક્ષમાભાવ અપનાવતા નથી, ત્યાં સુધી તમારી સાધના સક્ષમ બનતી નથી.

(૨) કોઈના પ્રત્યે ગમે તેટલો દ્વેષભાવ હોય તો પણ તેની સાથે ભોજન પાણીનો વ્યવહાર તોડવો નહીં.

(૩) દુશ્મન પણ સદ્ગુણને અપનાવતો હોય ત્યારે તેના દુર્ગુણ પ્રત્યેથી લક્ષ હટાવી લેવું અને એને માઝી આપવાની તૈયારી રાખવી.

– રાજહંસ સૂરી

Publisher, Printer & Editor : Dr. Rajendra C. Trivedi

Owner : Gujarat State Co-operative Union, 'SAHYOG', Relief Road, Ahmedabad-380 001.

Published From : Gujarat State Co-operative Union, 'SAHYOG', Relief Road, Ahmedabad-380 001.

Printed at : Reliable Art Printery (Ahmedabad) Pvt. Ltd., 301, 3rd Floor, Punit Plaza,

B/h. Navgujarat College, Off. Ashram Road, Ahmedabad-380014. Gujarat