Published on 10th of every month

ગ્રામસ્વરાજ

અંક : ૪ • વર્ષ : ૮૦ • ૧૦ જુલાઈ, ૨૦૨૬

કિંમત ₹ ૭ • વાર્ષિક લવાજમ : ₹ ૮૦

GRAMSWARAJ GUJ. MONTHLY RNI No. 1799/57 Permitted to post at Ahmedabad Unaccountable L1 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

અનુક્રમણિકા

અંક–૪ ● વર્ષ : ૮૦
૧૦ જુલાઈ, ૨૦૨૬

તંત્રી : ડૉ. રાજેન્દ્ર સી. ત્રિવેદી

સંપાદક મંડળ

* ઘનશ્યામભાઈ એચ. અમીન
* ભીખાભાઈ ઝ. પટેલ

* વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૮૦
* છૂટક નકલ : રૂા. ૭

પત્રવ્યવહારનું અને લવાજમ
મોકલવાનું સરનામું :
ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘ
સહયોગ, જ્યોતિસંઘની પાછળ, રીલીફ રોડ,
અમદાવાદ–૩૮૦ ૦૦૧

* ટે.નં. ૨૫૩૫૨૨૨૦ (૧૮૩) ગ્રામ : સહયોગ
* ફેક્સ નં. : (૦૭૯) ૨૫૩૫૧૩૬૦
* website : www.gujaratscu.com
* E-mail : sahakarguj1850@gmail.com

પોઝિટિવ થિન્કિંગનો પાવર
– શ્રી કશ્યપ જોષી ૩

'આળસ' માનવીનો મહાન શત્રુ
– શ્રી નવીન વી. વાછાણી ૬

"સહકારથી સમૃદ્ધિ : વૈશ્વિક વિચાર – સ્થાનિક અમલ" એ જ સહકારિતાની સાચી ઓળખ
– ડૉ. કિશોર જી. સાધુ ૧૦

અજરપુરા દૂધ ઉત્પાદક સહકારી મંડળી : સફળતાના સોપાન
– શ્રી વૈશાલીબેન એચ. રાવલ ૧૬

પ્રત્યાહાર એટલે ઈન્દ્રિયોને અંતર્મુખી બનાવવી
– શ્રી કિરણ ચાંપાનેરી (યોગ સાધક) ૨૦

ગિરનારના બે રૂખડ સંતોની સમાધિ
– શ્રી ચંદ્રકાન્ત પટેલ 'સરલ' ૨૩

બોધકથા
– શ્રી હસમુખ રામદેપુત્રા ૨૬

કેળાના ઉપઉત્પાદનોનું મૂલ્યવર્ધન
– ડૉ. ફાલ્ગુની આર. પટેલ ૨૭

મહિલા સશક્તિકરણ સમગ્ર માનવ સમાજના વિકાસનો આધાર સ્તંભ છે
– શ્રી ફાલ્ગુની પટેલ ૩૦

ગ્રામસ્વરાજ

* દર મહિનાની દસમી તારીખે પ્રગટ થાય છે.
* નવું વર્ષ એપ્રિલથી શરૂ થાય છે. વાર્ષિક લવાજમ રૂા. ૮૦ છે.
* છૂટક નકલ રૂા. 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 ૬૯ અનુસાર ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘના શિક્ષણ ફાળામાં નિયમિત ફાળો ભરનાર સહકારી સંસ્થાને વિના લવાજમે 'ગ્રામસ્વરાજ' મોકલવામાં આવે છે.
* 'ગ્રામસ્વરાજ' માસિક તથા 'સહકાર' પાક્ષિકનું સંયુક્ત લવાજમ રૂા. ૧૫૦.૦૦ છે.
* રાજ્ય સહકારી સંઘના સભાસદોને "ગ્રામસ્વરાજ" તથા 'સહકાર' વિના લવાજમે મોકલવામાં આવે છે.

ચિંતન

પોઝિટિવ થિન્કિંગનો પાવર

નોર્મન વિન્સેટ પીલનું બહુ જાણીતું પુસ્તક "ધ પાવર ઓફ પોઝિટિવ થિન્કિંગ"ની અનેક આવૃત્તિઓ થઈ છે અને મોટીવેશનના ઓવરડોઝના જમાનામાં પણ આ પુસ્તક ચલણમાં રહ્યું છે. જેની શરૂઆત થાય છેઃ બિલીવ ઇન યોર સેલ્ફ. તમારી જાતમાં માનો. ખુદમાં વિશ્વાસ કરો, જે પોતાનામાં વિશ્વાસ કરે છે, તે કોઈપણ કાર્ય શરૂ કરતાં પહેલાં જ અડધો જંગ જીતી જાય છે. સખત પરિશ્રમનો કોઈ વિકલ્પ નથી. પણ જાતમાં શ્રદ્ધા રાખવી તે બહુ મહત્વનું છે. આત્મવિશ્વાસથી પગ મજબૂત બને છે. સફળતા તો પછી આવે છે, પણ સફળતા મેળવતાં પહેલાંનાં ચરણો પણ એટલા જ અગત્યનાં હોય છે. જેઓ પોતાને હીણા અનુભવે છે કે ખુદને ઉતરતાં સમજે છે, તેઓ ઝડપથી પ્રગતિ કરી શકતા નથી. ઘણી વખત કર્મનું ફળ આપણા હાથમાં હોતું નથી, પણ પરફોર્મન્સ મેટર કરે છે. તમે દુનિયામાં કેવી રીતે વર્તો છો. તમારા કામમાં કેટલી ધગશ રાખો છો, એ પણ લોકો જોતા હોય છે. જે ખંતથી કામ કરતા હોય છે તે આપોઆપ પરખાઈ જાય છે. આપણા બધા નિર્ણયો સાચા હોતા નથી, પણ નિર્ણય લેવો એ પણ મહત્વનું હોય છે. વળી, ફક્ત સંકલ્પ કરવાથી કોઈપણ કાર્ય સિધ્ધ થતું નથી. એ માટે લાગી પડવું પડે છે. આ માટે મનોબળ મજબૂત જોઈએ. અંદરથી એક અવાજ આવવો જોઈએ, જેને માટે આપણે કટિબદ્ધ થઈએ. કામ કરવાનો ઉત્સાહ કદી ઓસરવો જોઈએ નહીં. ઉત્સાહ જ કાર્યક્ષમતા ટકાવી રાખે છે. કંઈક સિદ્ધ કરવા માટે પૂરતી એનર્જી જોઈએ. તે મનની અંદર ધરબાયેલી પડેલી હોય છે. જેને આપણે બહાર કાઢવી પડે છે. બીજાના પ્રેરણાદાયી શબ્દોથી થોડીવાર માટે જોમ ચડે છે. પણ કાયમી રીતે પ્રેરિત થવા માટે ખુદને જ પ્રોત્સાહિત કરવા પડે છે. ક્યારેક પ્રાર્થના પણ ચમત્કારીક નીવડે છે. મનને અસરકારક બનાવવા માટે જો ખુદથી જ પાનો ચડતો હોય તો એના જેવું ઉત્તમ એકેય નહીં.

જે કામ કરીએ તેમાં એકાગ્ર બનીએ તો એ કાર્ય એકદમ સરસ રીતે થાય છે, પણ પોતાના વિષયમાં નિષ્ણાત બનવા માટે

કશ્યપ જોષી
લેખક
ગુજરાત હાઈકોર્ટના જાણીતા એડવોકેટ

સતત નવું નવું વાંચતાં અને નવું નવું શીખતા રહેવું પડે છે. ના સમજણ પડે તો બીજાને પૂછતાં રહેવું પડે છે. પૂછતો નર પંડિત થાય, એ કહેવત એમને એમ નથી પડી. પૂછવામાં કોઈ શરમ અનુભવવી જોઈએ નહીં. ખાસ કરીને ટેકનોલોજીની બાબતમાં. જયારે આપણાથી નાની ઉંમરના યુવા લોકો બધું બહુ જાણતા હોય ત્યારે તેમને પૂછીને અપડેટ થઈ શકાય છે. જીવનમાં અપગ્રેડ થવા માટે કોઈ ઉંમર બહુ મોટી નથી. ફરક ખાલી એટલો પડે છે કે નાના કિશોરો જે પાંચ મિનિટમાં શીખી જાય છે તે શીખતાં તમને પંદર મિનિટ અડધો કલાક લાગે, પણ જાતે શીખવું જરૂરી છે. ક્યાં સુધી બીજા પર આધાર રાખવાનો? બહુ ચિંતા કરવાથી પણ કામ ઉકેલાતાં નથી. આજને માણી કાલને એના ભવિષ્ય પર છોડી દેવાનો વિચાર શ્રેષ્ઠ છે. વળી ભૂતકાળને વાગોળ્યા કરવાથી પણ કોઈ ફાયદો થતો નથી. નવી પેઢીને ઉંમરવાળા માણસના ભૂતકાળમાં કોઈ રસ હોતો નથી. વળી, હકીકતમાં ગઈકાલે કે તમે તમારા જમાનામાં શું હતા, તે વર્તમાનમાં બિલકુલ અપ્રસ્તુત છે. આજે તમે શું છો, એ જ મહત્વનું છે કારણ કે એમાં જ લોકોને રસ હોય છે. માટે જૂની યાદો અને જૂના પ્રસંગો જેટલા ઝડપથી ભૂલાઈ જાય એટલું સારું છે અથવા તે કેવળ એકલાને માટે બચાવી રાખો. બીજાને એમાં કોઈ રસ હોતો નથી. બીજા તમારા ભૂતકાળના પ્રસંગોને બે આંખની શરમ અને ઉંમરને કારણે મહાપરાણે સાંભળતા હોય છે. વળી, તમે જે કરવાનું નક્કી કરો તેનો પ્રારંભ આજથી - અબઘડીથી જ કરો. કોઈ સારો દિવસ કે ચોઘડિયું જોવાની જરૂર નથી. પરિણામ કદી મુહૂર્ત જોઈને આવતું નથી. ગમે એટલી લાંબી યાત્રાની શરૂઆત તો છેવટે એક ડગ માંડવાથી જ થાય છે. ત્યાર પછી ચાલતા રહેવાનું હોય છે. વળી, સારા આરોગ્ય જેવી સુખાકારી બીજી કોઈ નથી, એ પણ વેળાસર સમજી જવાની જરૂર છે. જો તંદુરસ્તી સારી હશે તો જ બધું માણી શકાશે. માંયકાંગલા શરીર સાથે કશે જવાનું ફાવશે નહિ. સાથે સાથે કોઈ એકાદ બે શોખ વિકસાવવા પણ જરૂરી છે. મિત્રો હોય તો વધારે સારું, પણ જો સમય જતાં મિત્રો પણ છુટતા જતા હોય તો કોઈ શોખથી જીવન આબાદ થઈ જાય છે. પછી ભલે એ વાંચનનો શોખ હોય કે ચિત્રકામનો કે ગાર્ડનિંગનો.

સાથોસાથ આપણે ખુદના જીવનને અસ્કયામત બનાવતાં શીખીએ અને કોઈના પર લાયબિલિટી ન બનીએ. સિવાય કે કોઈ રોગ શરીરમાં ઘર કરી ગયો હોય તો ઘરનાં વ્યક્તિઓએ તમારી દરકાર જરૂર લેવી પડતી હોય છે. પણ એ સિવાય જો તમે સ્વતંત્ર રીતે તમારું કામ વધતી ઉંમરે પણ જાતે કરી શકો

છો તો એ બહુ મોટી સિદ્ધિ ગણાય છે. હકારાત્મક કે સકારાત્મક વિચારસરણી કેવળ સારા વિચારો કરવાથી આવતી નથી. એને માટે જિંદગીને એ રીતે શિસ્તના બીબામાં ઢાળવી પડે છે. આપણે અનેક વાર વાંચ્યું છે કે જેવું વિચારશો તેવા બનશો. સારા વિચારો વ્યકિતને સારો માણસ બનાવે છે. જયારે ખરાબ વિચારો મનને કલુષિત કરી નાખે છે, પણ કેવળ સારા વિચારો કરવા એ પૂરતું નથી. એવા વિચારોનો અમલ થાય એ દિશામાં પ્રયત્નો પણ કરવા જોઈએ. નકારાત્મક વિચારોથી બચવું એ પણ મોટી સિદ્ધિ છે. નકામા વિચારો તો દરેકને આવતા રહે છે. પણ આપણે તેને કઈ રીતે અવગણીએ છીએ કે મનમાંથી કાઢી નાખી સકારાત્મક વિચારોના બીજને રોપીએ છીએ તેમાં ખરી આવડત છે. સારી કલ્પના, સફળતા વિશેના વિચારો અને હું આમ કરી શકીશ, એવું મનથી માનવું તેમાં જ અડધો દરિયો તરી જવાય છે. દરેક કાર્ય કરતાં પહેલાં શંકા જરૂર થાય છે અને માનવીનું મન નકારાત્મક વિચારો તરફ બહુ જલદી વળી જાય છે. પણ એને એમાંથી બહાર કાઢી ખુદમાં આત્મવિશ્વાસ જગાવી સકારાત્મક માર્ગ પર લઈ જવા માટે આપણે જે કામ કરવા માગતા હોય તેની પૂરતી તૈયારી કરી લેવી જોઈએ. જો તૈયારી યોગ્ય હશે તો આપોઆપ આત્મવિશ્વાસ પ્રગટશે. વળી, આ માટે સારી અને ઊર્જાવાન વ્યકિતના સંપર્કમાં રહેવું જરૂરી છે, જે તમારા ઉત્સાહને ઊંચે લઈ જાય છે. જેને તમારામાં વિશ્વાસ છે અને એમ લાગે છે કે તમે આ કરી શકશો, તેના સંપર્કમાં રહો. તેના બે હકારાત્મક બોલ તમારામાં નવા જ પ્રાણનો સંચાર કરી દે છે. માટે જેમને તમારા કામમાં શંકા હોય તેનાથી દૂર થઈ જાવ. એવા વ્યક્તિને નજીક પણ ના આવવા દો. જે તમને પ્રોત્સાહિત કરે છે તેના જ સંપર્કમાં રહો. આખરે કોઈપણ કાર્ય જેણે કરવાનું છે તેણે જ કરવાનું છે, પણ આ માટે સંચાલક બળ તે આપણા એવા સાથી હોવા જોઈએ કે જેને આપણે આ કરી શકીશું, તેવો વિશ્વાસ હોય. આપણી કુશળતા આપણા પર નિર્ભર કરે છે.

જો તમે પૂરતી મહેનત કરી છે તો તમારી કામગીરી શ્રેષ્ઠ જ હોવાની. શાંત મગજે કરવામાં આવેલું કાર્ય સચોટ પુરવાર થાય છે અને એમાં નિષ્ઠાનો ઉમેરો થતાં તે દાખલારૂપ બની રહે છે. અનુભવ મહાન શિક્ષક છે. જો તમે તમારા અનુભવોમાંથી શીખો છો તો પછી તમને તમારા કામ માટે બીજા કોઈ ગુરુ પાસે જવાની જરૂર નથી.

(નવગુજરાત સમય
તા.૧૬ ફેબ્રુઆરી-૨૦૨૬માંથી સાભાર)

મનન

'આળસ' માનવીનો મહાન શત્રુ

- "જીવનમાં વિષાદ અને વિપત્તિનું મુખ્ય કારણ આળસ સિવાય બીજું કંઈજ નથી."
- આળસ એ સર્વ પ્રકારના દુરાચારની જનેતા છે." - બર્ટન
- "જો તમે આળસુ છો તો વિનાશના માર્ગે છો." - બીસર
- "સાવધાન! આળસ તમને છેતરી ન જાય! તમે તેને માત્ર 'આજ' આપો છો પણ તે તો તમારી 'કાલ' પણ ચોરી જાય છે" - ક્રોકિવલ

સમય મનુષ્યના જીવનનો સૌથી મોટો મૂલ્યવાન ખજાનો છે. તે એક અંત્યત તેજસ્વી ગતિશીલ તત્વ છે. જેની ગતિ અને શક્તિ અસીમ છે. એનું મૂલ્ય ન સમજનારા પામર છે. સમય સત્ય છે, શાસ્વત છે, આદિથી અનંત છે. સમયનો મહિમા અપાર છે. નિરંતર ચાલતા રહેતા આ ગતિશીલ તત્વની વચ્ચે આપણે જીવીએ છીએ. સમયના અમાપ ભંડાર વચ્ચે આપણું જીવન અતિ અલ્પ છે, અને માટે જ એ આપણા માટે અમૂલ્ય છે. એટલે જ આપણે સમયની ક્ષણક્ષણ સમજવી જોઈએ. તેનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. વીતી ગયેલા સમયની ક્ષણો આપણે ખરીદી શકતા નથી. છતાં આશ્ચર્ય અને વિરોધાભાસ એ છે કે જેને આપણે ખરીદી શકતા નથી એને જ આપણે સહેલાઈથી વેડફી નાખીએ છીએ.

નવીન વી. વાછાણી
૪૦૧- ચોકલેટ કોર્નર એપાર્ટમેન્ટ,
અંબિકા ટાઉનશીપ મેઈનરોડ, કેવલમ રેસિડેન્સી નજીક, પોસ્ટ ઓફિસ, મોટા મવા, રાજકોટ
મો. ૯૯૭૯૪૬૯૯૧૭

ઘણા લોકો પાસેથી વારંવાર સાંભળવા મળતું એક નાનકડું વાક્ય છે : "સમય નથી" કસરત કરવી છે પણ સમય નથી. વાંચવું છે પણ સમય નથી. બિમાર સ્નેહીના ખબર-અંતર પૂછવા જવું છે પણ સમય નથી. સમાજસેવા કરવી છે પણ સમય નથી. દેશમાં જાત્રા-પ્રવાસે જવું છે પણ સમય નથી. આ આક્ષેપ કહો તો આક્ષેપ, પણ સામાન્ય માનવના જીવનની વાસ્તવિકતાનું આ ચિત્ર છે. અને આ આક્ષેપ માત્ર સમય બગાડનારાઓ માટે જ છે. સમય બચાવ નારાઓ માટે નહી : 'સમય નથી' એવું કહેનારાઓ પોતે પોતાને જ છેતરે છે. એમાના મોટાભાગે તેઓ 'પ્રમાદ' કે

આળસ એ એક પ્રકારની ઊધઈ છે. ઊધઈ લાગતા મોટી-મોટી ઈમારતો ખતમ થઈ જાય છે, એમ આળસથી મોટા - મોટા લોકોની કાર્યશક્તિ ખલાસ થઈ જાય છે. આળસ એ બાહ્ય નહીં ભીતરી શત્રુ છે તેથી તે ખતરનાક છે. આળસુ માણસ અન્યને ભારરૂપ બની જાય છે. આળસુ માણસો સદા દિવાસ્વપ્નોમાં રાચતા રહે છે. મહેનત વગરની પ્રાપ્તિને સદા ઝંખ્યા કરે છે. આળસની અતિશયતા મનુષ્યનું પતન કરીને જ રહે છે.

'આળસ'ના શિકાર હોય છે. જે વ્યક્તિ સમયના પ્રત્યે બેદરકારી રાખી તેને સતત વેડફયા કરે છે. તો સમજવું કે તે આત્મહત્યાના માર્ગે જઈ રહ્યો છે. આ આત્માહત્યા તેની નહીં, પરંતુ ઈચ્છાઓ અને સપનાઓની હોય છે. જીવનની અમૂલ્ય ક્ષણોને ગુમાવતા રહેવું એ પોતાના ભવિષ્ય સાથે નાદાન રમત રમવા જેવું છે.

જે વ્યક્તિ સમયના મહત્વને સમજી શકતી નથી. તેની અંદર'આળસ' નામની ખતરનાક બિમારી હોય છે. આળસ એ શરીરમાં જ રહેલો મનુષ્યનો મહાનશત્રુ છે. આળસને સમસ્ત રોગોનો રાજા કહેવામાં આવે છે. કારણ કે તે એટલો ભયંકર છે કે તે મનુષ્યના તન, મન, ધન, સમૃધ્ધિ, બુદ્ધિ એ બધાને ચોપટ કરી જડતાની પોલાદી જાળમાં તેને જકડી લે છે. તે મનુષ્યની સમજ શક્તિને જ નષ્ટ કરી દે છે. તેની છલ-ફરેબની જાળ અત્યંત ખતરનાક હોય છે. મનુષ્ય આરામ, સુખ, મોજ અને મજાની જાળમાં ફસાયને પછી તેની બહાર ક્યારેય આવી શકતો નથી. મનુષ્ય તેના ખોળામાં જ સુતો રહે છે. આળસ પ્રલોભનનું પણ મૂળ છે. રોગોનું પારણું છે, સમયની બરબાદી છે, અને શાંતિ હણનાર છે. આળસુ લોકો થોડા સમયમાં જ નીરસ બની તન મનથી બિમાર પડી જાય છે. તેને ચરબી, ડાયાબીટીસ, બી.પી. હૃદયરોગ, માનસિક રોગ વગેરે થઈ શકે છે. જ્યાં સુધી કાર્યશીલતા છે ત્યાં સુધી જ શરીર સ્વસ્થ રહે છે. આળસ પાળતા બધા રોગો મનુષ્યને પજવતા રહે છે.

આળસ એ એક પ્રકારની ઊધઈ છે. ઊધઈ લાગતા મોટી-મોટી ઈમારતો ખતમ થઈ જાય છે, એમ આળસથી મોટા - મોટા લોકોની કાર્યશક્તિ ખલાસ થઈ જાય છે. આળસ એ બાહ્ય નહીં ભીતરી શત્રુ છે તેથી તે ખતરનાક છે. આળસુ માણસ અન્યને ભારરૂપ બની જાય છે. આળસુ માણસો સદા

દિવાસ્વપ્નોમાં રાચતા રહે છે. મહેનત વગરની પ્રાપ્તિને સદા ઝંખ્યા કરે છે. આળસની અતિશયતા મનુષ્યનું પતન કરીને જ રહે છે.

ઘડિયાળના કાંટા કોઈથી રોક્યા રોકાતા નથી. અને દરેકના ભાગે દિવસના ફક્ત ચોવીસ જ કલાક મળે છે. - આ બે મહાન સત્યોની અવગણના કરીને આપણે કદી પણ પ્રગતિ કરી શકવાના નથી. સમયનો દુર્વ્યય અને આળસ એ માનવીના મોટા શત્રુઓ છે. કોઈ કામમાં આળસ એટલે જાણીજોઈને પડતીને આમંત્રણ અપાવું. કોઈ કે સાચું જ કહ્યું છે. કે : 'આળસ એ જીવતા મનુષ્યની કબર છે.' એટલે મનુષ્યે આજનું કામ આજે જ કરવું જોઈએ. આપણા હાથમાંથી છટકી ગયેલો સમય ખોળિયામાંથી નીકળી ગયેલા પ્રાણ જેવો હોય છે. આળસના શરૂઆતના તબક્કામાં માણસ પોતાના કામને આગળ ઢાળવા પ્રયત્ન કરે છે અને મનોમન તે એવું વિચારે છે કે આ કામ હું આજે નહિ પણ કાલે કરી લઈશ અને કાલ કરતા કરતા એની કાલ ક્યારેય આવતી જ નથી. આવા લોકોને માટે જ વિદ્વાનોએ સાચું જ કહ્યું છે કે : "કાલ કાલ કરતા રહેશો તો મરી જશો, કારણકે કાલ કહેનારા લોકોને કાળ ખાઈ જાય છે."

ગ્રામોફોન અને વિજળીનાં શોધક જગ પ્રસિધ્ધ વૈજ્ઞાનિક થોમસ એડીસન પાસે એક વખત એક માતા પહોંચી અને તેમણે કહ્યું કે મારા પુત્ર માટે આપ કોઈ સારી શિખામણ કાગળ ઉપર લખીને આપો. એડીસન મીઠુ મલકાયા અને બોલ્યા કે : "હું મારા કામ કરવાના ખંડમાં કદી ઘડિયાળ રાખતો નહોતો." આ વાક્ય લખીને એમણે પેલી માતાને આપ્યું અને પછી તે એવું પણ બોલ્યા કે મારી સફળતાનું રહસ્ય સમયનો સદ્‌ઉપયોગ, સખત પરિશ્રમ અને કાર્યનિષ્ઠા છે. તેને તેના જીવનના અનુભવે એવું પણ કહ્યું છે કે : "પ્રાતઃકાળે વહેલો ઊઠનાર, નિયમિત શ્રમ કરનાર, પ્રમાણિકતાથી રહેનાર એવો કોઈ માનવી મેં જોયો નથી કે જે દુર્ભાગ્યની ફરિયાદ કરતો હોય." આળસુને આળસ ખંખેરીવી પડે તેવું આ સચોટ માર્ગદર્શક વિધાન છે.

ઘણા લોકો આપણને એમ કહેતા હોય છે કે હા, હું આળસુ છું. હું તેના સકંજામાંથી બહાર નીકળી શકતો નથી. આ સ્થિતિમાં મારે શું કરવું ? આવી સ્થિતિમાં કોઈ ઉત્સાહી, પરિશ્રમી, સાહસી વ્યક્તિનો સંપર્ક વધારે લાભદાયક બની શકે છે. અનુભવથી હંમેશા એવું જોવા મળ્યું છે કે કોઈ ઉત્સાહી કાર્યશીલ, જુસ્સાદાર વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવવાથી મોટામાં મોટા આળસુ વ્યક્તિ પણ

આ ખતરનાક રોગોમાંથી મુક્ત થઈ શકે છે. જે રીતે અગ્નિના સંપર્કમાં આવનારી વસ્તુ ગરમ થઇ જાય છે. એવી જ રીતે આળસુ વ્યક્તિ પણ ઉત્સાહી અને પરિશ્રમી વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવીને એવી જ બની જાય છે. એટલે આપણે એવા લોકોનો સંગ કરીએ જેમના તરફથી આપણને કાર્યશીલ રહેવાની પ્રેરણા મળે અને આપણને આળસુ બનાવે તેવાના સંગથી દૂર રહીએ.

જો આપણે વિકાસ કરવો હોય, કંઇક બનવું હોય, સફળતા પ્રાપ્ત કરવી હોય તો આપણે આળસનો ત્યાગ કરી સતત કાર્યશીલ અને સર્જનાત્મક પ્રવૃત્તિ તરફ વળવું જોઇએ. ગાંધીજી, સરદાર વલ્લભભાઈ, ગોપાલકૃષ્ણ ગોખલે, લોકમાન્ય તિલક, અબ્રાહમ લિંકન, શિવાજી એમ જગતના આ બધા મહાપુરૂષોએ સફળતા માટે આળસ ત્યજી પરિશ્રમનો જ આશ્રય લીધેલ છે. આળસ દૂર કરી આપણે જાતે કામ કરવાથી આપણને શારીરિક, માનસિક અને આર્થિક રીતે પણ ફાયદો થાય છે. એટલે આળસ ત્યાગી આજનું કાર્ય આજે જ કરીએ એવો દૃઢ સંકલ્પ કરીએ. સાચું કહીએ તો : ''પ્રભુએ આળસુ લોકો માટે જ આવતીકાલનું સર્જન કરેલ છે.''

- ''આળસ ઘણા દુઃખોના સમૂહનું નામ છે.'' - રિશ્ટર
- ''આળસ એ બધા જ સદ્‌ગુણોનું કબ્રસ્તાન છે.'' - રોલેન્ડ
- ''આળસુ માણસ સિવાય બધા જ સારા માણસ.' - અજ્ઞાત
- ''આળસમાં ગુમાવેલી દરેક ક્ષણ ભવિષ્યમાં આવનાર દુર્ભાગ્યનો દરવાજા ખોલી આપે છે.'' - નેપોલિયન

એડીસન મીઠુ મલકાયા અને બોલ્યા કે : ''હું મારા કામ કરવાના ખંડમાં કદી ઘડિયાળ રાખતો નહોતો.'' આ વાક્ય લખીને એમણે પેલી માતાને આપ્યું અને પછી તે એવું પણ બોલ્યા કે મારી સફળતાનું રહસ્ય સમયનો સદ્‌ઉપયોગ, સખત પરિશ્રમ અને કાર્યનિષ્ઠા છે. તેને તેના જીવનના અનુભવે એવું પણ કહ્યું છે કે : ''પ્રાતઃકાળે વહેલો ઊઠનાર, નિયમિત શ્રમ કરનાર, પ્રમાણિકતાથી રહેનાર એવો કોઈ માનવી મેં જોયો નથી કે જે દુર્ભાગ્યની ફરિયાદ કરતો હોય.'' આળસુને આળસ ખંખેરીવી પડે તેવું આ સચોટ માર્ગદર્શક વિધાન છે.

સહકારિતા

"સહકારથી સમૃદ્ધિ : વૈશ્વિક વિચાર - સ્થાનિક અમલ" એ જ સહકારિતાની સાચી ઓળખ

"શાંતિપૂર્ણ વિશ્વ માટે સહકારિતા" : વધુ ન્યાયપૂર્ણ, સમાનતાપૂર્ણ અને ટકાઉ વિશ્વના નિર્માણ માટેનું વૈશ્વિક આહ્‌વાન

વિશ્વ આજે એક એવા ઐતિહાસિક સંક્રમણકાળમાંથી પસાર થઈ રહ્યું છે, જ્યાં એક તરફ વિજ્ઞાન, ટેક્નોલોજી, કૃત્રિમ બુદ્ધિમત્તા અને વૈશ્વિક આર્થિક વિકાસના નવા દ્વાર ખૂલ્યા છે, તો બીજી તરફ યુદ્ધો, આતંકવાદ, ગરીબી, બેરોજગારી, આર્થિક અસમાનતા, સામાજિક વિભાજન અને પર્યાવરણ સંકટ જેવા પડકારો માનવજાત સમક્ષ ગંભીર ચિંતાનો વિષય બન્યા છે. વિશ્વના અનેક વિસ્તારોમાં સંઘર્ષ અને અશાંતિના કારણે લાખો લોકોનું જીવન અસુરક્ષિત બન્યું છે. આવી પરિસ્થિતિમાં વિશ્વને માત્ર આર્થિક પ્રગતિ નહીં, પરંતુ શાંતિ, વિશ્વાસ, સહઅસ્તિત્વ અને માનવતાના મૂલ્યોની પણ તાતી જરૂરિયાત છે.

આ જ પૃષ્ઠભૂમિમાં આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારી આંદોલનના શિખર સંગઠન International Co-operative Alliance (ICA) દ્વારા વર્ષ ૨૦૨૬ના ૧૦૪મા આંતરરાષ્ટ્રીય સહકાર દિવસ અને ૩૨મા સંયુક્ત રાષ્ટ્ર આંતરરાષ્ટ્રીય સહકાર દિવસ માટે "Cooperatives for a Peaceful World" (શાંતિપૂર્ણ વિશ્વ માટે સહકારિતા) થીમની જાહેરાત કરવામાં આવી છે. જે અત્યારના સમય માટે મહત્ત્વપૂર્ણ છે. દર વર્ષે જુલાઈ માસના પ્રથમ શનિવારે ઉજવાતો આંતરરાષ્ટ્રીય સહકાર દિવસ વિશ્વભરના સહકારી આંદોલનને એક મંચ પર લાવી સહકારિતાના મૂલ્યો અને સિદ્ધાંતો પ્રત્યે વૈશ્વિક પ્રતિબદ્ધતાને પુનઃસ્થાપિત કરે છે. વર્ષ ૨૦૨૬માં આ દિવસ ૪ જુલાઈએ ઉજવાયો.

ડૉ. કિશોર જી. સાધુ
પ્રકાશન અધિકારી
ગુજરાત રાજ્ય સહકારી સંઘ,
અમદાવાદ

"શાંતિપૂર્ણ વિશ્વ માટે સહકારિતા" (Cooperatives for a Peaceful World) માત્ર એક થીમ નથી, પરંતુ માનવજાતના સર્વાંગી વિકાસ માટેનો એક વૈશ્વિક સંદેશ છે. વિશ્વ આજે યુદ્ધો, આર્થિક અસમાનતા, ગરીબી, બેરોજગારી, પર્યાવરણીય સંકટ અને સામાજિક વિભાજન જેવા પડકારોનો સામનો કરી રહ્યું છે. આવા સમયમાં સહકારિતા એ એક એવું વિકાસ મોડેલ છે, જે સમાનતા, લોકશાહી, સામાજિક ન્યાય અને

સામૂહિક જવાબદારીના મૂલ્યો પર આધારિત હોવાથી શાંતિપૂર્ણ અને ટકાઉ સમાજના નિર્માણમાં મહત્વપૂર્ણ યોગદાન આપે છે.

સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ અને આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારી એલાયન્સ (ICA) દ્વારા સહકારિતાને શાંતિ, સમૃદ્ધિ અને સામાજિક સ્થિરતાના સશક્ત સાધન તરીકે સ્વીકારવામાં આવી છે. વિશ્વમાં સહકારી સંસ્થાઓ માત્ર આર્થિક પ્રવૃત્તિઓ પૂરતી મર્યાદિત નથી, પરંતુ તેઓ સામાજિક સંવાદ, વિશ્વાસ અને સામૂહિક વિકાસને પ્રોત્સાહન આપે છે, જે શાંતિના મૂળભૂત આધારસ્તંભો છે.

વૈશ્વિક સ્તરે સહકારિતાની શક્તિ :

આજના વૈશ્વિક યુગમાં વિકાસનો અર્થ માત્ર આર્થિક વૃદ્ધિ પૂરતો મર્યાદિત નથી રહ્યો, પરંતુ તેમાં સામાજિક સમાનતા, પર્યાવરણીય સંતુલન અને સર્વસમાવેશક પ્રગતિનો પણ સમાવેશ થાય છે. સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ (UN) દ્વારા નિર્ધારિત ટકાઉ વિકાસ લક્ષ્યો (SDGs) હાંસલ કરવા માટે વિશ્વભરમાં સહયોગ અને ભાગીદારીને પ્રોત્સાહન આપવામાં આવી રહ્યું છે. આવા વૈશ્વિક સહયોગને સ્થાનિક સ્તરે સફળતાપૂર્વક અમલમાં મૂકવા માટે સહકારિતા એક સશક્ત માધ્યમ તરીકે ઉભરી આવી છે.

વિશ્વભરમાં સહકારી ચળવળનું મહત્વ સતત વધી રહ્યું છે. આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારી એલાયન્સ (ICA)ના અંદાજ મુજબ વિશ્વના ૧૦૫થી વધુ દેશોમાં આશરે ૩૦ લાખ (૩ મિલિયન) સહકારી સંસ્થાઓ કાર્યરત છે, જે ૧૦૦ કરોડથી વધુ સભ્યોને સીધી રીતે જોડે છે. વિશ્વની લગભગ ૧૨ ટકા વસ્તી કોઈને કોઈ સ્વરૂપે સહકારી સંસ્થાઓ સાથે સંકળાયેલી છે. સહકારી ક્ષેત્ર દ્વારા ૨૮ કરોડથી વધુ રોજગારીની તકો સર્જાઈ છે, જે વિશ્વના કુલ રોજગારના લગભગ ૧૦ ટકા જેટલી છે.

"Co-operatives Build a Better Wrold"ના સૂત્રને વૈશ્વિક સ્તરે પ્રોત્સાહન આપવાનો છે. સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘે સહકારી ક્ષેત્રની આ ભૂમિકાને માન્યતા આપતાં વર્ષ ૨૦૧૨ને આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારિતા વર્ષ જાહેર કર્યું હતું. ત્યારબાદ સહકારિતાના વધતા પ્રભાવને ધ્યાનમાં રાખીને વર્ષ ૨૦૨૫ને ફરીથી આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારિતા વર્ષ તરીકે ઉજવવામાં આવ્યું હતું. બે વખત આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારિતા વર્ષ ઉજવ્યા પછી યુનોએ દર દસ વર્ષે આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારિતા વર્ષ ઉજવવાનું જાહેર કર્યું છે. જે સહકારી ક્ષેત્ર માટે ગૌરવપ્રદ બાબત છે.

ભારત સહકારી ચળવળની દૃષ્ટિએ વિશ્વના અગ્રણી દેશોમાં મહત્વનું સ્થાન ધરાવે છે. દેશમાં હાલમાં ૮.૫ લાખથી વધુ સહકારી સંસ્થાઓ કાર્યરત છે, જેમાં અંદાજે ૩૦ કરોડથી વધુ સભ્યો જોડાયેલા છે. કૃષિ,

દૂધ ઉત્પાદન, બેન્કિંગ, ગૃહનિર્માણ, ગ્રાહક સેવા આરોગ્ય, ટ્રાન્સપોર્ટેશન શિક્ષણ અને હસ્તકલા સહિતના અનેક ક્ષેત્રોમાં સહકારી સંસ્થાઓ મહત્વપૂર્ણ યોગદાન આપી રહી છે.

ભારતના દૂધ ક્ષેત્રમાં સહકારિતાની સફળતા વિશ્વ માટે પ્રેરણારૂપ છે. દેશના આશરે ૨ લાખથી વધુ ગામડાઓમાં દૂધ સહકારી મંડળીઓ કાર્યરત છે અને ૧.૮ કરોડથી વધુ દૂધ ઉત્પાદકો તેની સાથે જોડાયેલા છે. ગુજરાતની અમૂલ સહકારી ચળવળે સ્થાનિક ખેડૂતોને વૈશ્વિક બજાર સાથે જોડીને "સ્થાનિકથી વૈશ્વિક" વિકાસનું શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ પૂરું પાડ્યું છે. આજે અમૂલનું વાર્ષિક ટર્નઓવર લાખો કરોડો રૂપિયાના સ્તરે પહોંચ્યું છે અને તે વિશ્વની અગ્રણી ડેરી સહકારી સંસ્થાઓમાં સ્થાન ધરાવે છે.

તે જ રીતે IFFCO (ઇન્ડિયન ફાર્મર્સ ફર્ટિલાઈઝર કો-ઓપરેટિવ લિમિટેડ) વિશ્વની સૌથી મોટી ખાતર સહકારી સંસ્થાઓમાંની એક છે. તેની સાથે ૩.૫ કરોડથી વધુ ખેડૂતો પરોક્ષ રીતે જોડાયેલા છે. IFFCO માત્ર ખાતર ઉત્પાદન પૂરતું મર્યાદિત નથી, પરંતુ કૃષિ ટેકનોલોજી, ડિજિટલ સેવાઓ અને ટકાઉ ખેતીના ક્ષેત્રોમાં પણ કાર્યરત છે.

આ આંકડાઓ દર્શાવે છે કે સહકારિતા માત્ર આર્થિક પ્રવૃત્તિ નથી, પરંતુ વૈશ્વિક સ્તરે સામાજિક સ્થિરતા અને શાંતિ જાળવવાનું મહત્વપૂર્ણ સાધન છે.

શાંતિ અને સહકારિતાનો આંતરિક સંબંધ

શાંતિનો અર્થ માત્ર યુદ્ધનો અભાવ નથી. જ્યારે સમાજમાં સમાન તકો, આર્થિક ન્યાય, સામાજિક સુરક્ષા અને ભાગીદારીની ભાવના હોય ત્યારે સાચી શાંતિ સ્થાપિત થાય છે. સહકારિતાના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો - સ્વૈચ્છિક સભ્યપદ, લોકશાહી નિયંત્રણ, સમાનતા, સહભાગિતા અને સામાજિક જવાબદારી - શાંતિપૂર્ણ સમાજની રચનામાં સીધો ફાળો આપે છે.

જ્યાં લોકો વિકાસ પ્રક્રિયાના ભાગીદાર બને છે, ત્યાં અસંતોષ, શોષણ અને અસમાનતા ઘટે છે. સહકારી સંસ્થાઓ વિવિધ વર્ગો, જાતિઓ, ધર્મો અને આર્થિક પૃષ્ઠભૂમિના લોકોને એક સામાન્ય હેતુ માટે જોડે છે. આ પ્રક્રિયા સામાજિક એકતા અને પરસ્પર વિશ્વાસને મજબૂત બનાવે છે.

અમૂલ : સહકારિતાથી આર્થિક અને સામાજિક શાંતિનું વૈશ્વિક ઉદાહરણ

ગુજરાતની Amul સહકારી ચળવળ વિશ્વ માટે પ્રેરણારૂપ ઉદાહરણ છે. ૧૯૪૬માં ખેડા જિલ્લાના થોડાક ખેડૂતો દ્વારા શરૂ થયેલી આ ચળવળ આજે ૩૬ લાખથી વધુ દૂધ ઉત્પાદક સભ્યો સાથે જોડાયેલી છે. ૧૮,૦૦૦થી વધુ ગ્રામ્ય દૂધ સહકારી મંડળીઓનું નેટવર્ક ધરાવે છે. લાખો ગ્રામ્ય પરિવારોને રોજગાર અને

નિયમિત આવક પ્રદાન કરે છે. મહિલા સશક્તિકરણ અને ગ્રામ્ય વિકાસમાં અગત્યની ભૂમિકા ભજવે છે. અમૂલે દર્શાવ્યું છે કે જ્યારે ખેડૂતોને તેમની મહેનતનું યોગ્ય વળતર મળે, ત્યારે આર્થિક અસમાનતા ઘટે છે અને સામાજિક સ્થિરતા વધે છે. વિશ્વ માટે આ જ શાંતિપૂર્ણ વિકાસનો પાયો છે.

IFFCO : ખેડૂતોને જોડતું વૈશ્વિક સહકારનું મોડેલ

ભારતની Indian Farmers Fertiliser Cooperative Limited વિશ્વની સૌથી મોટી ખાતર સહકારી સંસ્થાઓમાંની એક છે. દેશભરની ૩૫,૦૦૦થી વધુ સહકારી સંસ્થાઓ સાથે સંકળાયેલ કરોડો ખેડૂતો સુધી ખાતર, ટેક્નોલોજી અને સલાહકારી સેવાઓ પહોંચાડે છે. ટકાઉ ખેતી, પર્યાવરણ સંરક્ષણ અને કૃષિ નવીનીકરણ માટે કાર્યરત છે. IFFCOનું મોડેલ દર્શાવે છે કે સહકારિતા દ્વારા ગ્રામ્ય અર્થતંત્રને મજબૂત બનાવી સામાજિક અને આર્થિક અસંતોષ ઘટાડી શાંતિ સ્થાપી શકાય છે.

સહકારિતા : માનવતાને જોડતી શક્તિ

સહકારિતા માત્ર વ્યવસાય કે આર્થિક વ્યવસ્થાનો એક વિકલ્પ નથી, પરંતુ તે એક જીવનદર્શન છે, જે "એક માટે બધા અને બધા માટે એક"ના સિદ્ધાંત પર આધારિત છે. સહકારી સંસ્થાઓ લોકશાહી ભાગીદારી, સ્વૈચ્છિક સભ્યપદ, સમાનતા, સામાજિક જવાબદારી અને સામૂહિક કલ્યાણના મૂલ્યોને પ્રોત્સાહન આપે છે.

વિશ્વમાં વધતી અસહિષ્ણુતા અને વિખવાદ વચ્ચે સહકારિતા લોકો વચ્ચે વિશ્વાસ, સંવાદ અને સહયોગના દ્વારા શાંતિ લાવી શકાય તેમ છે. જ્યારે લોકો જાતિ, ધર્મ, ભાષા, વર્ગ અને પ્રદેશના ભેદભાવને પાછળ મૂકીને સહકારથી એક સાથે કાર્ય કરે છે ત્યારે સમાજમાં ભાઈચારો અને સહઅસ્તિત્વની ભાવના મજબૂત બને છે.

આર્થિક સમાનતા અને સામાજિક સ્થિરતાનું સશક્ત સાધન

આજે વિશ્વના મોટા ભાગના દેશો આર્થિક અસમાનતા અને સંપત્તિના અસંતુલિત વિતરણની સમસ્યાનો સામનો કરી રહ્યા છે. આવી પરિસ્થિતિમાં સહકારી સંસ્થાઓ સમાજના નબળા, પછાત અને વંચિત વર્ગોને મુખ્ય પ્રવાહમાં લાવવાનું કાર્ય કરે છે. સહકારી સંસ્થાઓ રોજગારીનું સર્જન કરે છે, સ્થાનિક અર્થતંત્રને મજબૂત બનાવે છે, નાના ઉત્પાદકોને બજાર ઉપલબ્ધ કરાવે છે અને વિકાસના લાભો સમાજના અંતિમ વ્યક્તિ સુધી પહોંચાડે છે. જ્યારે લોકો આર્થિક રીતે સશક્ત બને છે ત્યારે સામાજિક અસંતોષ ઘટે છે અને શાંતિ તથા સ્થિરતાનું વાતાવરણ વિકસે છે.

આ કારણે સહકારિતાને માત્ર આર્થિક વિકાસના સાધન તરીકે નહીં, પરંતુ

સામાજિક ન્યાય અને શાંતિના આધારસ્તંભ તરીકે પણ જોવામાં આવે છે.

શાંતિ અને સામાજિક સમાધાન માટે સહકારિતાની ભૂમિકા

વિશ્વના અનેક દેશોમાં સહકારિતાએ સંઘર્ષ અને વિભાજન પછીના પુનઃનિર્માણમાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવી છે. રવાન્ડામાં જનસંહાર પછી મહિલાઓની સહકારી સંસ્થાઓએ વિરોધી સમુદાયોને સાથે લાવી સામાજિક સમાધાનનું કાર્ય કર્યું હતું. બોસ્નિયા અને હર્ઝેગોવિનામાં બહુજાતીય કૃષિ સહકારીઓએ યુદ્ધ પછી લોકો વચ્ચે વિશ્વાસ અને સહકારની ભાવના પુનઃસ્થાપિત કરવામાં યોગદાન આપ્યું હતું. તે જ રીતે ગ્વાટેમાલા, સિરિયા અને બાંગ્લાદેશ જેવા દેશોમાં સહકારી સંસ્થાઓએ સ્થળાંતરિત પરિવારો, મહિલાઓ અને નબળા વર્ગોને આર્થિક સશક્તિકરણ અને સામાજિક સુરક્ષા પૂરી પાડી નવી આશા પ્રદાન કરી છે.

ટકાઉ વિકાસ અને પર્યાવરણ સંરક્ષણમાં સહકારિતાનું યોગદાન

વિશ્વભરની અનેક સહકારી સંસ્થાઓ કુદરતી સંસાધનોના સંરક્ષણ, સ્વચ્છ ઊર્જા, જૈવિક ખેતી, પાણી વ્યવસ્થાપન અને પર્યાવરણમૈત્રી વિકાસને પ્રોત્સાહન આપી રહી છે. આર્થિક વિકાસ સાથે સામાજિક અને પર્યાવરણીય જવાબદારીનું સંતુલન જાળવવાની સહકારિતાની વિચારધારા સંયુક્ત રાષ્ટ્રના ટકાઉ વિકાસ લક્ષ્યો (SDGs) સાથે સીધે જ જોડાયેલી છે. ખાસ કરીને SDG-16 "શાંતિ, ન્યાય અને મજબૂત સંસ્થાઓ"ના લક્ષ્યો હાંસલ કરવામાં સહકારિતાનું મહત્વપૂર્ણ યોગદાન છે.

યુવાનો માટે સહકારિતા : ભવિષ્યનો માર્ગ

આજના યુવાનો બેરોજગારી, માનસિક તણાવ, ડિજિટલ સ્પર્ધા અને ભવિષ્યની અનિશ્ચિતતા જેવા અનેક પડકારોનો સામનો કરી રહ્યા છે. સહકારી સંસ્થાઓ યુવાનોને નેતૃત્વ, ઉદ્યોગસાહસિકતા, નવીનતા અને સામાજિક જવાબદારીના ગુણો વિકસાવવાની તક પૂરી પાડે છે. ડિજિટલ ટેક્નોલોજી, સ્ટાર્ટઅપ સંસ્કૃતિ અને ગ્રીન ઈકોનોમી સાથે સંકળાયેલી નવી પેઢીની સહકારી સંસ્થાઓ યુવાનો માટે રોજગારી અને આત્મનિર્ભરતાના નવા અવસરો ઊભા કરી શકે છે.

સહકારિતા અને સંયુક્ત રાષ્ટ્રના ટકાઉ વિકાસ લક્ષ્યો (SDGs)

સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘે ટકાઉ વિકાસ માટે વિવિધ ૧૭ લક્ષ્યો પૈકી ગરીબી નિવારણ (SDG-1), ભૂખમુક્તિ (SDG-2), લિંગ સમાનતા (SDG-5), શુદ્ધ પાણી અને સ્વચ્છતા (SDG-6), યોગ્ય રોજગાર (SDG-8) અને અસમાનતા ઘટાડવા (SDG-10) જેવા લક્ષ્યોને હાંસલ કરવામાં

સહકારી સંસ્થાઓ સીધી મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. વૈશ્વિક સ્તરે ઘડાયેલી નીતિઓ અને લક્ષ્યોને ગામડાંઓ અને સ્થાનિક સમુદાયો સુધી પહોંચાડવામાં સહકારિતા એક મજબૂત સેતુ તરીકે કાર્ય કરે છે. સહકારી સંસ્થાઓ સંયુક્ત રાષ્ટ્રના અનેક ટકાઉ વિકાસ લક્ષ્યોને હાંસલ કરવામાં સીધું યોગદાન આપે છે: જેમ કે,

SDG સહકારિતાનું યોગદાન

- ગરીબી નિવારણ (SDG-1) આવક અને રોજગારી સર્જન
- ભૂખમુક્તિ (SDG-2) કૃષિ અને ખાદ્ય સુરક્ષા
- લિંગ સમાનતા (SDG-5) મહિલા સહકારીઓ દ્વારા સશક્તિકરણ
- શુદ્ધ પાણી અને સ્વચ્છતા : બધા માટે શુદ્ધ પાણી અને સ્વચ્છતાની ઉપલબ્ધતા.
- યોગ્ય રોજગાર (SDG-8) સ્થાનિક સ્તરે રોજગાર સર્જન
- અસમાનતા ઘટાડવી (SDG-10) સમાન આર્થિક તકો
- શાંતિ અને મજબૂત સંસ્થાઓ (SDG-16) લોકશાહી અને ભાગીદારી આધારિત શાસન આ રીતે સહકારિતા શાંતિ અને વિકાસને એકબીજાના પૂરક બનાવે છે.

ભારત અને સહકારિતાની શાંતિમય વિકાસયાત્રા

સહકાર મંત્રાલય દ્વારા "સહકારથી સમૃદ્ધિ"ના મંત્રને આગળ વધારવામાં આવી રહ્યો છે. ડિજિટલાઈઝેશન, PACS મજબૂતીકરણ, મહિલા સહકારી સંસ્થાઓનો વિકાસ અને કૃષિ મૂલ્યવર્ધન જેવા વિવિધ ૧૦૦ જેટલા ઈનોવેટીવ પ્રયાસો દ્વારા સહકારી ક્ષેત્રને વધુ સક્ષમ બનાવવામાં આવી રહ્યું છે. આ પ્રયત્નો માત્ર આર્થિક વૃદ્ધિ માટે જ નહીં, પરંતુ સામાજિક સુમેળ અને શાંતિ માટે પણ મહત્વપૂર્ણ છે.

ઉપસંહાર

"શાંતિપૂર્ણ વિશ્વ માટે સહકારિતા" એ એક વિચાર નથી, પરંતુ માનવજાતના ભવિષ્ય માટેનો માર્ગદર્શક સિદ્ધાંત છે. સહકારિતા લોકો વચ્ચે વિશ્વાસ, સહભાગિતા અને સમાનતાની ભાવના વિકસાવે છે. તે આર્થિક વિકાસને સામાજિક ન્યાય સાથે જોડે છે અને સમાજના અંતિમ વ્યક્તિ સુધી વિકાસના લાભો પહોંચાડે છે.

વિશ્વમાં જ્યાં સંઘર્ષ અને અસમાનતાના પડકારો વધી રહ્યા છે, ત્યાં સહકારિતા એક એવું વિકાસ મોડેલ છે જે શાંતિ, સમૃદ્ધિ અને ટકાઉ વિકાસને એકસાથે આગળ ધપાવે છે. તેથી "શાંતિપૂર્ણ વિશ્વ માટે સહકારિતા" માત્ર એક વર્ષની થીમ નથી, પરંતુ વધુ ન્યાયપૂર્ણ, સમાનતાપૂર્ણ, સર્વસમાવેશક અને ટકાઉ વિશ્વના નિર્માણ માટેનું વૈશ્વિક આહ્વાન છે.

સંસ્થા પરિચય

અજરપુરા દૂધ ઉત્પાદક સહકારી મંડળી : સફળતાના સોપાન

ભારત દેશને અંગ્રેજોની ગુલામીમાંથી આઝાદી મળી તેનો શ્રેય આઝાદીની ચળવળમાં ભાગ લેનાર દરેક લડવૈયાને છે, જેમના રક્ત અને શહીદીના શણગારથી સ્વતંત્ર લોકજીવનની શરુઆત થઈ. ૧૯૪૭ની વાત કરીએ તો ભારત અંગ્રેજોની ગુલામીમાંથી આઝાદ થઈને નવા ભારત તરીકે શ્વાસ લઈ રહ્યું હતું. એ સમય એક નવા જોશ અને જૂસ્સાથી ભરપૂર હતો. લોકોમાં દેશ અને દેશના લોકો માટે કંઈક કરી છૂટવાની ભાવના બહાર આવી રહી હતી. એવામાં આપણા દેશના સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલ અને ત્રિભુવનદાસ પટેલની આગેવાની હેઠળ સહકારી ડેરી ઉદ્યોગની ચળવળ શરુ થઈ અને ૧૯૪૬માં શ્રી મોરારજી દેસાઈના પ્રમુખ પદે ખેડા જિલ્લા દૂધ ઉત્પાદક સહકારી સંઘની સ્થાપના કરવામાં આવી, અને આ દૂધ સંઘનું રજિસ્ટ્રેશન થયા બાદ ગામે-ગામના લોકો આ સહકારી ચળવળમાં જોડાઈને પ્રાથમિક સહકારી દૂધ મંડળીઓની શરુઆત કરી હતી.

વૈશાલીબેન એચ. રાવલ
અધ્યાપક
શ્રી છોટાલાલ વ્યાસ સહકારી વ્યવસ્થાપન કેન્દ્ર, નડીયાદ

ભારતમાં દૂધ સહકારી મંડળીઓની પ્રગતિ ગુજરાત રાજ્યમાં સૌ પ્રથમ થઈ હતી કેમ કે રાજ્યમાં રાજકીય, સામાજિક અને આર્થિક પર્યાવરણ સાનુકૂળ તેમ જ તરફેણયુક્ત હતું. રાજ્યની નેતાગીરી રાજ્યના આર્થિક-સામાજિક વિકાસ માટે ઘણો રસ અને ઉત્સાહ ધરાવતા હતા. દૂધ સહકારી મંડળીઓ ઊભી કરી મજબૂત બનાવવા માગતા હતા. ગુજરાતના ખેડૂતોની સાચી જરૂરિયાતો એ રાજ્યના વિકાસ અને પ્રગતિ માટે સામાજિક અને રાજકીય કાર્યકરોને આકર્ષિત કર્યા હતા. શ્રી ડૉ. વર્ગીસ કુરિયન રાજકીય દેશના ચાવીરૂપ પરિબળ બની રહ્યાં હતા. અને તેમણે ડેરી કો-ઓપ. ક્ષેત્રની અગ્રેસર આગેવાની નિભાવી હતી. આણંદ પેટર્ન ઉપર ખેડૂતોની સહકારી મંડળીઓની રચના કરવામાં પ્રોજેકટ સત્તાધિશોને ડેરી બોર્ડે સહાય કરી હતી. તે વખતે દૂધ અને દૂધની પેદાશોને શક્તિ અને

શારીરિક ઉર્જાના એક સારા હાથવગા સાધન તરીકે ગણવામાં આવતાં હતાં.

તા.૫ જૂન, ૧૯૪૭માં આણંદ જિલ્લાના અજરપુરા ગામમાં પ્રાથમિક દૂધ ઉત્પાદક સહકારી મંડળીની રચના કરવામાં આવી. જેમાં સૌ પ્રથમ પ્રયોજકોમાં શ્રી ત્રિભુવનદાસ પટેલે ચેરમેન પદ સંભાળ્યું હતું. ત્યારબાદ તેની પ્રથમ કમિટીમાં સાત (૭) ડિરેકટરો હતા. મંડળી શરૂ થતા તા.૩૧/૦૯/૧૯૫૫માં ભારતના પી.એમ. શ્રી જવાહરલાલ નહેરુ તથા શ્રીમતી ઈન્દીરા ગાંધી એ મુલાકાત લીધી હતી. ત્યાર પછી ૩૧/૧૦/૧૯૬૪માં પી.એમ. શ્રી લાલબહાદુર શાસ્ત્રી અને ગુજરાત રાજ્યના મુખ્યમંત્રી શ્રી બળવંતરાય મહેતાજીએ પણ મુલાકાત લીધી હતી.

આમ, ઐતિહાસિક મહત્ત્વ ધરાવતી આ મંડળી વિકાસના રાહે આગળ વધી રહી છે. કવેયા છે કે જ્યાં પુરૂષ પ્રધાન દેશ હોય ત્યાં મહિલાઓનુ વર્ચસ્વ નહિવત થઈ જાય છે, છતાં ૨૦૨૨માં નવા ચેરમેનની ઉમેદવારી કરવા માટે એક સભાસદ મહિલાએ ફોર્મ ભર્યું, જે પુરુષ સમાજને પરવડ્યું નહિ. અને આવા વિરોધાભાષી અભિગમો હોવા છતાં પોતાના આત્મબળને ટકાવી રાખી, પ્રામાણિકતાથી, નિષ્ઠાથી, સહકારી કાયદા અને કાનુનના સાથથી, તેમની કોઠાસૂઝ અને દીર્ઘદૃષ્ટિથી શ્રી ગાયત્રીબેન રિતેષભાઈ પટેલ ચેરમેન પદ પર નિયુકિત પામ્યા. તેમણે મંડળીના વિકાસ માટે કમર કસી. તેમણે મંડળી થકી ગામના સાર્વજનિક કામો, સાર્વજનિક દવાખાના માટે ઉપયોગી દવાઓ, યુવક મંડળ માટે રમત ગમતના સાધનો, બાળકો માટે બેસવાના આસનો, ૧ દિવસની દૂધની રકમ વડાપ્રધાન સૈન્ય ફંડમાં આપી હતી, સાર્વજનિક પુસ્તકાલયમાં મદદ, પીવાના પાણીની ટાંકી બનાવવામાં મદદ કરેલ હતી. ૨૦૨૫માં મંડળીમાં પશુપાલકોને ૨૫% બોનસ વેચવામાં આવ્યું તે એક શ્રેષ્ઠ સિદ્ધિ છે, અને આ વર્ષે ૨૦૨૬માં પણ પશુપાલકોને ૨૭% જેટલું બોનસ આપવાની વિચારણા થઈ રહી છે.

મંડળીના ચેરમેન જેટલા જાગૃત હોય તેટલા તેના સભાસદો જાગૃત રહે.

કોરોનાના સમયથી ગાયત્રીબેન દ્વારા પશુઓને સારો ખોરાક, સાચવણી, માહિતી માર્ગદર્શન મળી રહે તે માટે વિવિધ તાલીમનું આયોજન કરવામાં આવતું. મંડળી થકી તે પોતે તાલીમ લઈ પછી સભાસદ બહેનોને તાલીમ આપતા. છાણનો ઉપયોગ કરી સ્લરી

તરીકે ખાતર બનાવવું, જીવામૃત તથા ઘનજીવામૃત બનાવવું, છાણનો ઉપયોગ કરી વિવિધ વસ્તુઓ બનાવવી જૈવિકે છાણના કુંડા, અને ઠોસ બળતણ, ધૂપસળી, માટીની ઈકોફ્રેન્ડલી મૂર્તિઓ, (શો-પીસ), હેરઓઈલ, ફેસપેક, દંતમંજન જેવી વસ્તુઓ જે દરેકને ઉપયોગી અને હાથે બનાવેલ, કેમિકલ ફ્રી હોય છે. સભાસદોને આત્મનિર્ભર બનાવવા માટે મશરુમની ખેતીની તાલીમ બહેનોને આપી છે, મશરુમનો પાવડર, ખાખરા, થેપલા વગેરેમાં વેલ્યુએડેશન કરવાની તૈયારી કરી રહ્યાં છે. આ ઉપરાંત ૩૫૦ જેટલા બોક્સ સાથે મધમાખી ઉછેર કરી અલગ-અલગ ફલેવર મધ જેમાં વરિયાળી, તુલસી, અજમો જોવા મળે છે. જિલ્લા લેવલે ઉજવાતા વ્યવસાયિક મેળાઓના આયોજનમાં મંડળીનો સ્ટોલ મૂકવામાં આવે છે. તથા મંડળી થકી ગોબરગેસ પ્લાન્ટ દ્વારા સભાસદોને ગેસ આપવામાં આવે છે. મંડળી દ્વારા સભાસદ મરણોત્તર સહાય મળે છે.

મંડળીનો વિકાસઃ-

દરેક સભાસદનો પગાર બેંકમાં આપવામાં આવે છે., દૂધ ઉત્પાદક સહકારી મંડળીનો આઈ.એસ.ઓ. ગ્રેડ B, દૂધ સંપાદનમાં દર વર્ષે ૧૦% નો વધારો થાય છે. સભાસદોને વાર્ષિક ભેટ આપવામાં આવે છે. છ માસની નાની પાડીને ઘરે ચરમની દવા આપવામાં આવે છે. ૧૦૦ % ચરમ દાણનું વિતરણ કરવામાં આવે છે. ૧૦૦ % ખરવા, મોવાસા, ગળસૂંઢો, ચેપી ગર્ભપાત, શંકર પશુઓને થાયરેલીયાની રસી મૂકવામાં આવે છે, તથા વિવિધ આહાર, મિનરલ પાવડરનું વેચાણ કરવામાં આવે છે. દૂધ વધુ સંપાદન થાય તે માટે સભાસદ મિટિંગનું આયોજન કરવામાં આવે છે, જેમાં વાર્ષિક ઈનામી યોજના રાખવામાં આવે છે. સભાસદોને દર ત્રણ વર્ષે અમૂલ દર્શન કરાવવામાં આવે છે. અમૂલ સંઘ દ્વારા પ્રકાશિત થતી પત્રિકાઓ, પરિપત્રો, નોટિસ બોર્ડ પર મૂકવામાં આવે છે. દૂધની ગુણવત્તા A રેકોર્ડ જાળવવાની બાબતે A સભાસદ જાગૃતિ માટેના કાર્યક્રમ અમૂલ સંઘ તરફથી VMS, PMP, & DIVA મંડળીમાં યોજાય છે. મંડળી તરફથી કર્મચારીઓને સારો પગાર, યુનિફોર્મ, એપ્રન, કેપ, માઉસ, આપવામાં આવે છે. મંડળીનું પોતાનું મકાન છે. ISO ના અભ્યાસ માટેની મિટિંગો યોજાય છે. સભાસદ બોનસ, ભાવફેર તથા દૂધની ચુકવણી મળી બોનસ મંડળીના સભાસદોને આપવામાં આવે છે.

તાજેતરમાં ૧જૂન, ૨૦૨૬ના રોજ અમૂલ ડેરી દ્વારા વૃક્ષારોપણ તથા બીજ બોલ્સ બનાવવાનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવ્યો હતો. જેમાં અજરપુરા દૂધ મંડળીની સભાસદ બહેનોએ ભાગ લીધો તથા FPO, NGO એ પણ ભાગ લીધો હતો.

આમ, અજરપુરા દૂધ ઉત્પાદક સહકારી મંડળીનો વિકાસ મંડળીના ચેરમેન શ્રીમતી ગાયત્રીબેન પટેલની નવી વિચારધારા, કર્મનિષ્ઠતા, પ્રામાણિકતા અને ગામના લોકોનો વિકાસ કરવાનો અને આત્મનિર્ભર બનાવવા માટેનો પ્રયત્ન છે. આજે મંડળીનુ શેરભંડોળ રૂ.૧૦,૭૩૦ છે, રિઝર્વ ફંડ રૂ. ૧૩,૪૬,૫૦૭ છે, મકાનફંડ રૂા. ૪,૨૮,૫૩૪ છે, મંડળીનો નફો રૂા. ૫,૦૭,૮૦૪ છે, અને વાર્ષિક ટર્નઓવર રૂા. ૧,૫૪,૩૨,૩૯૪ છે.

મંડળીની પ્રથમ વ્યવસ્થાપક કમિટી સભ્યોના નામ (૧૯૪૭-૪૮)

૧ શ્રી રમણલાલ મોહનલાલ શાહ

૨ શ્રી રમણભાઈ શંકરભાઈ પટેલ

૩ શ્રી ઉમેદભાઈ વાઘજીભાઈ પટેલ

૪ શ્રી ઈશ્વરભાઈ ઝવેરભાઈ પટેલ

૫ શ્રી પુંજાભાઈ મરઘાભાઈ પટેલ

૬ શ્રી નરસિંહભાઈ બેચરભાઈ પટેલ

૭ શ્રી અંબાલાલ ઓત્તમભાઈ પટેલ

તા.૫ જૂન, ૧૯૪૭માં આણંદ જિલ્લાના અજરપુરા ગામમાં પ્રાથમિક દૂધ ઉત્પાદક સહકારી મંડળીની રચના કરવામાં આવી. જેમાં સૌ પ્રથમ પ્રયોજકોમાં શ્રી ત્રિભુવનદાસ પટેલે ચેરમેન પદ સંભાળ્યું હતું. ત્યારબાદ તેની પ્રથમ કમિટીમાં સાત (૭) ડિરેકટરો હતા. મંડળી શરૂ થતા તા.૩૧/૦૯/૧૯૫૫માં ભારતના પી.એમ. શ્રી જવાહરલાલ નહેરુ તથા શ્રીમતી ઈન્દીરા ગાંધી એ મુલાકાત લીધી હતી. ત્યાર પછી ૩૧/૧૦/૧૯૬૪માં પી.એમ. શ્રી લાલબહાદુર શાસ્ત્રી અને ગુજરાત રાજ્યના મુખ્યમંત્રી શ્રી બળવંતરાય મહેતાજીએ પણ મુલાકાત લીધી હતી.

યોગદર્શન

અષ્ટાંગ યોગ

પ્રત્યાહાર એટલે ઈન્દ્રિયોને અંતર્મુખી બનાવવી

અષ્ટાંગ યોગનું પાંચમું પગથિયું પ્રત્યાહાર.

આગળના લેખોમાં આપણે અષ્ટાંગ યોગના યમ, નિયમ, આસન અને પ્રાણાયામ એ ચાર પગથિયાંની વાત કરી. યમ પાલનથી સામાજિક નૈતિકતા અને નિયમ પાલનથી વ્યક્તિગત નૈતિકતાનું નિર્માણ થાય છે. આસન અભ્યાસ શરીરને સુદઢ બનાવી સ્થિરતા આપે છે અને પ્રાણાયામ અભ્યાસ મનને સ્થિરતા આપે છે... આ વાત આપણે વિસ્તૃત રીતે સમજ્યા. આ લેખમાં પાંચમાં પગથિયાં પ્રત્યાહારની વાત કરીશું... પ્રત્યાહાર એટલે ઈન્દ્રિયોના માધ્યમથી મનને નિયંત્રિત કરવાની પ્રક્રિયા. મન જ્ઞાનેન્દ્રિય અને કર્મેન્દ્રિય દ્વારા વ્યક્તિને સતત બહિર્મુખ રાખે છે. મન જ્યારે ઈન્દ્રિયો અને તેના વિષયોમાંથી વિમુખ બને ત્યારે જ વ્યક્તિ અંતરમુખી બને છે. મનને અંતરમુખી બનાવવાની પ્રક્રિયા એ પ્રત્યાહાર છે.

કિરણ ચાંપાનેરી (યોગ સાધક)
૧૦૪/૧૮૪૨ કૃષ્ણનગર,
સૈજપુર, અમદાવાદ - ૪૬
મો. ૯૬૬૨૮૩૩૨૬૮

પાતંજલ યોગદર્શનના સાધનપાદનાં સૂત્ર-૫૪માં મહર્ષિ પતંજલિ પ્રત્યાહારની સમજૂતિ આપે છે -

સ્વવિષયાસમ્પ્રયોગે ચિત્તસ્યસ્વરૂપાનુકાર ઈવેન્દ્રિયાણાંપ્રત્યાહારઃ.

અર્થાત્ - ઈન્દ્રિયોનો પોતાના વિષયો સાથે સંબંધ ન હોય ત્યારે ચિત્તના સ્વરૂપનું અનુકરણ કરવું એ પ્રત્યાહાર છે. ટૂંકમાં સમજીએ તો કર્મેન્દ્રિયો અને જ્ઞાનેન્દ્રિયોને અંતર્મુખી બનાવવી તે પ્રત્યાહાર.

ઘેરણ્ડ સંહિતામાં મહર્ષિ ઘેરણ્ડ તેમના શિષ્ય રાજા ચણ્ડકપાલિને સમજાવે છે કે પ્રત્યાહારના જ્ઞાન માત્રથી મનુષ્યના શત્રુઓ જેવાં કે કામના, તૃષ્ણા, ઈચ્છા વગેરેનો નાશ થાય છે. વિષમ પરિસ્થિતિઓમાં પણ સામાન્ય મનઃસ્થિતિ જાળવી રાખવી તે પ્રત્યાહારની સાધના છે.એટલે કે પ્રસિધ્ધિના સમયે ગર્વ કરવો નહીં, સુખમાં ખુશ થવાનું નહીં, દુઃખના સમયે ઉદાસ બનવું નહીં અને કોઈ અપમાન કરે તો ક્રોધિત થવું નહીં.

પ્રત્યાહાર એટલે પાછા ફરવું કે પાછા ખસવું. ઈન્દ્રિયોના પોતાના બહિર્મુખ વિષયોથી પાછી ખસીને અંતર્મુખ થવાને પ્રત્યાહાર કહે છે. આંખ,કાન, નાક, જીભ અને ત્વચા આ પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે. રૂપ, શબ્દ, ગંધ,રસ અને સ્પર્શ અનુક્રમે આંખ, કાન, નાક, જીભ અને ત્વચાના વિષયો છે. ઈન્દ્રિયો ચિત્તને આધીન રહીને કામ કરે છે. ચિત્ત જ્યારે બાહ્ય વિષયોમાં રાગ દાખવે ત્યારે ઈન્દ્રિયો તેને ગ્રહણ કરે છે. ચિત્ત જ્યારે બહારના વિષયોથી વિરક્ત થઈ અંતર્મુખ બને ત્યારે ઈન્દ્રિયો પણ અંતર્મુખ થઈ જાય છે જેને પ્રત્યાહાર કહે છે.

પ્રત્યાહારની વાતને શ્રીમદ્‌ભગવદ્‌ ગીતાના બીજા અધ્યાયના ૫૫થી ૫૯ સુધીના શ્લોકમાં સ્થિતપ્રજ્ઞ પુરુષના લક્ષણો દ્વારા સમજાવવામાં આવી છે. સાધક મનમાં રહેલી સઘળી કામનાઓને સમ્યક્ રીતે ત્યજી દે છે અને આત્માથી આત્મામાં જ સંતુષ્ટ રહે છે ત્યારે તે સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય છે. સ્થિતપ્રજ્ઞ સાધક દુઃખમાં ઉદ્વેગ નથી કરતો કે સુખ આવતા છકી નથી જતો. જેના રાગ, ભય અને ક્રોધ નાશ પામ્યા છે. શુભ કે અશુભ વસ્તુ પામીને નથી પ્રસન્ન થતો કે નથી દ્વેષ કરતો. શ્રીમદ્‌ભગદ્‌ગીતાના બીજા અધ્યાયના શ્લોક-૫૮માં કાચબાનાં દ્રષ્ટાંત દ્વારા પ્રત્યાહારની વાત સરળ રીતે સજાવાઈ છે. કાચબો પોતાનાં છ અંગો - માથું, પૂછડી, ચાર પગને સંકોરી લે છે. તે રીતે સ્થિતપ્રજ્ઞ પુરુષ પણ પાંચ ઈન્દ્રિયો અને મનને પોત પોતાના વિષયોથી હઠાવી લે છે. ઈન્દ્રિયોના પોતપોતાના વિષયોથી સર્વથા હઠી જવાથી સ્વતઃસિધ્ધ તત્ત્વ પરમાત્માનો અનુભવ થાય છે...

ઈન્દ્રિયો બહિર્મુખ છે. ઈન્દ્રિયો સ્વાભાવિક રીતે જ બહારના પદાર્થો કે વિષયોમાં દોડ્યા કરે છે. બહારના પદાર્થો કે વિષયોનો રસ લઈને ઈન્દ્રિયો પોષણ મેળવે છે. ઈન્દ્રિયો મનને પણ પોતાની રસવૃત્તિમાં રંગીને પોતાની સાથે ઘસડે છે. વિષયો ઈન્દ્રિયોનો આહાર છે. આ આહારનો આસ્વાદ લેવામાં મન પણ ઈન્દ્રિયોની સાથે જોડાય છે. એટલે એમાં અહંતા, મમતા, આસક્તિ, સુખદુઃખ, હર્ષશોક જેવા વિકારભાવ પેદા થાય છે. આ વિકારભાવ જ માનવના મન અને અંતર પર અધિકાર જમાવે છે. વિકારભાવની અસર હેઠળ માનવી કઠપૂતળી માફક નાચ્યા કરે છે. માનવી પરવશ અને દુઃખી થઈ જાય છે. પ્રત્યાહારની સાધના પરવશતા અને દુઃખમાંથી મુક્તિ અપાવે છે. આ રીતે પ્રત્યાહાર સાધનામાં ઈન્દ્રિયોની બહારના

પદાર્થો કે વિષયોમાં વહેનારી વૃત્તિને પાછી વાળીને મનમાં વિલીન કરવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવે છે. ઈન્દ્રિયોને પોતાની અંદરના જગતમાં વહેતી કરવી અને છેવટે ત્યાં જ સ્થિર કરવી તેને પ્રત્યાહાર કહે છે. આમ થતાં અષ્ટાંગયોગના છઠ્ઠા પગથિયાં ધારણાની સાધનામાં સફળતા મળે !

પ્રત્યાહાર ઈન્દ્રિયોને આળસરૂપી તમોગુણ અને બહિર્મુખતારૂપી રજોગુણથી મુક્ત કરી સત્ત્વગુણી અને અંતર્મુખી બનાવે છે. અભ્યાસ કરતાં કરતાં પ્રત્યાહાર સિધ્ધ થતાં ઈન્દ્રિયો કાબૂમાં આવે છે. મન અને ઈન્દ્રિયો પોતાની ચંચળતા અને બહારની રસવૃત્તિનો ત્યાગ કરીને પોતાની અંદરની દુનિયામાં પ્રવેશ કરે ત્યારે પ્રત્યાહારની સાધના પૂર્ણ થઈ ગણાય. રસવૃત્તિ ઓછી કરવાની અને એકદમ નિર્મળ કરવા માટે વિવેક અને વૈરાગ્યની જરૂર પડે છે. વિવેક અને વૈરાગ્ય પ્રબળ બનતાં પ્રત્યાહાર સહજ થઈ જાય છે. આ અવસ્થાએ સાધક ઈન્દ્રિયોની ગુલામીમાંથી મુક્તિ મેળવે છે. યોગસાધકનું મન અને તેની ઈન્દ્રિયો પોતાની મરજી મુજબ વર્તે છે. પ્રત્યાહારની પરિપક્વતા સધાય છે. જો કે, પ્રત્યાહારની સાધના આ લખાય છે અને વંચાય છે તેટલું સરળ નથી. પ્રત્યાહારને સિધ્ધ કરવા માટે દિવસોના દિવસો અને વર્ષો પણ લાગે છે. પણ યોગસાધકે તો હિંમત હાર્યા વગર સતત પુરુષાર્થ કરતા રહેવું જોઈએ... પ્રત્યાહારની સાધના કરતા કરતાં સાધક એક દિવસે મન અને ઈન્દ્રિયો પર જીત મેળવે છે અને જિતેન્દ્રિય બને છે. જેણે મન અને ઈન્દ્રિયોને જીતી એ સાધકે આખા જગતને જીત્યું ! પ્રત્યાહાર સધાતા સાચું શાંતિસુખ પ્રાપ્ત થાય છે અને સાધનાના છઠ્ઠા સોપાન ધારણાનો પાયો સબળ બને છે... ધારણા અંગે હવે પછી વાત કરીશું... ઓમ....

પ્રત્યાહારની સાધના આ લખાય છે અને વંચાય છે તેટલું સરળ નથી. પ્રત્યાહારને સિધ્ધ કરવા માટે દિવસોના દિવસો અને વર્ષો પણ લાગે છે. પણ યોગસાધકે તો હિંમત હાર્યા વગર સતત પુરુષાર્થ કરતા રહેવું જોઈએ... પ્રત્યાહારની સાધના કરતા કરતાં સાધક એક દિવસે મન અને ઈન્દ્રિયો પર જીત મેળવે છે અને જિતેન્દ્રિય બને છે. જેણે મન અને ઈન્દ્રિયોને જીતી એ સાધકે આખા જગતને જીત્યું !

આધ્યાત્મ

ગિરનારના બે રૂખડ સંતોની સમાધિ

ગિરનાર એ જૂનાગઢનો ઐતિહાસિક અને આધ્યાત્મિક ધારા વહેવડાવતો સંત-સાધુઓ માટેનો સાધના-પર્વત છે. ગિરનારમાં ૧૦ કરોડ દેવી-દેવતાઓ અને સાધુ-સંતો-યોગીઓ વસતા હોવાનું શાસ્ત્રો કહે છે.

ગિરનારના સાધુઓ અને ગામ-શહેરોમાં ફરતા કે આશ્રમ-મંદિરો બાંધીને બેઠેલા સાધુઓમાં મોટો ફરક છે. જયારે ગિરનારની ગુફાઓમાં બેસી તમ-સાધના કરી રહેલા મહાત્માઓનું જીવન વિરક્ત હોય છે. તેમને ફંડ ફાળાની જરૂર પડતી જ નથી. ગુફા એ જ તેમનું નિવાસસ્થાન હોય છે.

ગિરનારમાં અઘોરી, નાથ, ખાખી, કાપડી, ઓઘડ, અતીત, રૂખડ, ગોદડ, ભૂખડ, ઉખડ, ફકડ, આદિ સંપ્રદાયના સાધુઓ થઇ ગયા છે તેમાં નાથ, ઓઘડ, અઘોરી વગેરે સાધુઓની સંખ્યા વધારે છે.

ચંદ્રકાન્ત પટેલ 'સરલ'
C/O,"સંસ્કૃતિ દર્શન" કાર્યાલય
'અનુરાગ' રતનપરા શેરી નં-૦૧,
બાગદરવાજા, માણાવદર-૩૬૨૬૩૦
જિ. જૂનાગઢ મો. ૮૭૩૫૯૦૨૪૨૪

રૂખડ સાધુએ ઓઘડ સાધુની પરંપરાના સાધુ ગણાય છે. ગિરનારમાં જે સૂરજકુંડની જગ્યા છે તે જગ્યા અગાઉ રૂખડ પરંપરાના સાધુઓની હતી. રૂખડ સાધુ ઉગ્ર ઓઘડ ઉપાસકો છે તેઓ ભૈરવ અને કાલીના ઉપાસકો હોય છે.

ગિરનારમાં થઇ ગયેલા 'રૂખડ' સાધુઓમાં રખડ મહેરનાથગિરિ મહા સિધ્ધ સાધુ થઇ ગયા છે. ગિરનારના પાટવકોઠાથી આગળ જંગલ રસ્તે સૂરજકુંડ આવે છે, તે જગ્યામાં તેઓ તપ-સાધના કરી ગયાં છે.

ઝીણાબાવા, વેલનાથ અને મહેરનાથ એ ત્રણે સમકાલીન હતા. જૂનાગઢના નવાબ હામદેખાન (પહેલા) ના કાર્યકાળમાં થઇ ગયા છે. આમાં સિધ્ધ ઝીણાબાવીની સાધુ પરંપરા ઓઘડ પરંપરાના પેટા વિભાગ 'સુખડ' સંન્યાસી પરંપરાની હતી. સુખડ સાધુઓને શિષ્યો નથી હોતાં. છતાં ઝીણાબાવાને કેટલાક શિષ્યો હતા.

સંત વેલનાથ રૂખડ એ નાથ સંપ્રાદાયના સાધુ હતાં અને જાતે ચુંવાળિયા કોળી હતા. તેઓ નાથ સંપ્રદાયના દીક્ષિત હતા. પરંતુ રૂખડ પરંપરાના સંત હતા. રૂખડ સાધુઓમાં

પ્યાલો પીવાની પ્રથા ચાલી આવે છે. ને તેઓ અર્ધા નાથ અને અર્ધા દશનામ ગણાય છે.

રૂખડ મહેરનાથ અતીત બાવા હતા. તેઓ ઉત્તર ગુજરાતના દેવદરબાર મઠ, દિયોદરથી ગિરનારમાં આવ્યા હતા. અને સૂર કુંડ નામના સ્થાને ધૂણી ધખાવી હતી. આજે પણ એ સ્થાન પર તેમની સમાધિ છે. ઝીણાબાવા તથા મહેરનાથે પોતપોતાના આશ્રમો પાસે આંબાનાં ઝાડ વાવ્યા હતા.

કેરીની સીઝનમાં આંબા પર મસમોટી અને સ્વાદિષ્ટ કેરીઓનો ફાલ લાગ્યો અને આંબા કેરીના ભારથી લચી પડ્યા. આ સમયે નવાબ હામેખદખાન બાબાના માણસો કાયમ ગિરનાર અને ગિરજંગલમાં રખપટ્ટી કરતા અને તેની માહિતી નવાબને પહોંચાડતા હતાં.

આ લોકો સંવત ૧૮૪૫ના વૈશાખ શુકલપક્ષની પૂર્ણિમાને મંગળવારના દિવસે રખડતા રખડતા આ માણસો રૂખડ મહેરનાથગિરિની જગ્યામાં આવ્યા. ત્યાં તેમણે આંબા ઉપર પુષ્કળ કેરીઓ જોઇ એ લોકોએ બધી કરીઓ વેડી લીધીને નવાબને મોકલી આપી.

આ સમયે સંત વેલનાથની ઉંમર ૮૪ વર્ષની હતી. તેમને કેરી ખાવાની ઇચ્છા થઇને તેમણે મહેરનાથજીને કેરીઓ મોકલી આપવા સંદેશો પાઠવ્યો પરંતુ આંબા પર એક પણ કેરી ન દેખાઇ આ કૃત્ય નવાબના માણસોનું છે એવી જાણ થતાં. મહેરનાથગિરિએ કેરી ચોરને કોઇ શિક્ષા ન કરી, પરંતુ પોતાની મંત્રશક્તિથી તમામ આંબાઓને આંબલીના રૂપમાં ફેરવી નાખ્યા.

સંવત ૧૭૬૧માં જન્મેલા રૂખડ સાધુ વેલનાથ પણ આવા જ ચમત્કારી સંત હતા. ૧૩ વર્ષની ઉંમરે માવતરનું મૃત્યુ થતાં. વેલનાથ (વેલો) શેરગઢ નામના ગામમાં પટેલ જસમત લીંબા સેંજળિયાને ત્યાં સાથપણું સ્વીકારે છે. જસમત પટેલ નિઃસંતાન હોવાથી વેલાને દત્તક દીકરા તરીકે રાખે છે. વેલાના પગલા પડતાંની સાથે જ જસમત પટેલને ઘેર રિધ્ધિ-સિધ્ધિનાં બેસણાં થાય છે અને તેને ત્યાં સાત દીકરા અવતરે છે. ગામધણીએ લઈ લીધેલ ખેતીની ખેડવાણ જમીન પણ પાછી મળે છે.

સંવત ૧૭૮૯ના જેઠ સુદ-૧૩ને શનિવારે પાલક પટલાણી માતા કંકુબાને સર્પે દંશ દેતાં મૃત્યું થાય છે ત્યારે વેલો તેને જીવંતિ કરે છે. આ પછી વેલનાથ ગિરનારમાં જઇ વાઘનાથબાપુને ગુરુપદે બેસાડે છે.

વાઘનાથ નાથ સંપ્રદાયના સિધ્ધ સંત -

મહાત્મા હતા. તેમનું નામ તો બીજું હતું. પરંતુ તેની પાસે ગિરનારની રહસ્યમય જડીબુટ્ટીઓ પારખવાની સૂક્ષ્મ શક્તિ અને જ્ઞાન હતા. તેઓ કલ્પ સાધેલી અમૂક જડીબુટ્ટી સૂંઘી વાઘનું સ્વરૂપ ધારણ કરી શકતા અને જે તે જડીબુટ્ટીને ફરી સૂંઘી માનવદેહમાં આવી જતાં. આને કારણે તે 'વાઘનાથ' એવા નામથી ઓળખાતા હતા.

ભવનાથમાં વેલાબાવાના 'વેલાવડ' નામનું સ્થાનક વાઘનાથે જ ચેતાવેલું હતું. ગિરનારમાં ચડાતાં ૨૦૦૦ પગથિયાથી ડાબે હાથે આગળ વધતા વાઘબાપુની ગુફા આવે છે. ત્યાં વેલનાથની સમાધિ પણ છે.

વેલનાથને દયાનાથ અને ઠાકરસી નામે બે પુત્રો હતા. બંને પુત્રો અપરીણિત હતા અને દેહબલિદાન આપી પછીના જન્મમાં પરમાર શાખાના પહેરને ત્યાં જન્મ્યા હતા. જેમાં એકનું નામ રાણો હતો. જે પાછળથી રાણીગંનાથ કહેવાયો તે ચુંવાળિયા કોળીની કન્યા સાથે પરણ્યો હતો અને તેની પેઢી આગળ ચાલી હતી.

વેલનાથને ઘણા શિષ્યો હતા. તેમાં પૂંજીબાઇ અને રાજીબાઇ નામની બે સ્ત્રીશિષ્યાઓ પણ હતી જે વેલનાથની બે પત્નીઓ મીણબાઈ તથા જોશોબાઇની સાથે રહી પ્રભુ ભક્તિ તથા ઘરના કામ કરતી હતી. વેલનાથે બે ગ્રંથો લખ્યા છે. જેમાં એક "ગિરનાર કલ્પ" નામે છે તેમાં ગિરિનાર વિશે અદ્‌ભૂત માહિતીઓ ઠાંસોઠાંસ ભરી છે.

વેલનાથના પુરૂષ શિષ્યોમાં નારણ, માંડણિયો, રામ ઢાંગડ, ભગવાનજી, જસમત પટેલ, જસમત પટેલનો દીકરો કુરજી, શામગરજતિ, રામદાસમૌની વગેરેનાં નામ મળે છે.

વિ.સંવત ૧૮૬૯માં જયારે વેલનાથે છેલ્લી સમાધિ લીધી ત્યારે શિષ્ય રામઢાંગડને જાણ થતાં તે ગુરુના નામનો પોકાર કરતો કરતો ગિરનાર ખૂંદવા લાગ્યો અને રામ ઢાંગડને જયારે સમાધિસ્થ ગુરુ ન મળ્યા ત્યારે રામ ઢાંગડે વિ.સંવત ૧૮૭૦માં જીવતાં સમાધિ લીધી.

ભવનાથમાં વેલાબાવાના 'વેલાવડ' નામનું સ્થાનક વાઘનાથે જ ચેતાવેલું હતું. ગિરનારમાં ચડાતાં ૨૦૦૦ પગથિયાથી ડાબે હાથે આગળ વધતા વાઘબાપુની ગુફા આવે છે. ત્યાં વેલનાથની સમાધિ પણ છે.

બોધકથા

ઉપદેશ

ગૌતમ બુદ્ધ ચાલતાં-ચાલતાં એક ગામમાં આવી પહોંચ્યાં. ગૌતમ બુદ્ધે લોકોને ઉપદેશ આપ્યો. પરંતુ એક વિરોધીએ આવીને ગૌતમ બુદ્ધને ખરાબ વચનો કહ્યાં. બુદ્ધે શાંતિથી બધું જ સાંભળી લીધું. પછી તેણે પેલા વિરોધીને પ્રશ્ન પૂછયોઃ "તમારે ત્યાં કોઈ મહેમાન આવે છે ?"

"હા, આવે છે"

"તેના માટે તમે સારું જમવાનું પણ બનાવતાં હશોને ?"

"હા, બનાવીએ છીએ."

"અને આ રસોઇ મહેમાન ન જમે તો રસોઈ કોની રહે ?"

"તે રસોઇ અમારી જ રહે."

ગૌતમ બુદ્ધે વાત આગળ ચલાવીને કહ્યુંઃ "જેમ મહેમાન તમારી રસોઈ ન ખાય તો તે રસોઈ તમારી જ રહે છે તેમ હું પણ તમારા ખરાબ વચનોનો સ્વીકાર કરતો નથી.

તે વિરોધીને પોતાની ભૂલ સમજાઈ ગઈ. તેણે બુદ્ધની માફી માગતાં કહ્યુંઃ "હવે હું કોઇને ખરાબ વચનો નહી કહું. અપશબ્દો નહી બોલું. મને માફ કરો."

ગૌતમ બુદ્ધે તેના વિરોધીને માફી આપી. તેની વાણીને પવિત્ર કરી.

હસમુખ રામદેપુત્રા
અવધ, બ્લોક નં. ૭૬ સેટેલાઈટ પાર્ક સોસાયટી,
સાધુ વાસવાણી રોડ, પાટીદાર ચોક પાસે,
યુનિવર્સિટી રોડ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૫
મો. ૯૮૭૯૪૮૫૬૬૭

માનવીની પરખ

ચાણકય બુદ્ધિશાળી હતાં. પરંતુ તે કદરૂપા હતાં. ચંદ્રગુપ્તે એકવાર ચાણકયની મશ્કરી કરતાં કહ્યુંઃ "તમે ગુણવાન છો પણ રૂપવાન નથી તમારામાં રૂપ હોત તો વધારે શોભી ઉઠત !"

આ સાંભળી ચાણકયને થયું કે મારે ચંદ્રગુપ્તને બોધપાઠ આપવો પડશે. તેણે પાણીથી ભરેલા બે વાસણ ચંદ્રગુપ્ત સામે ધરીને કહ્યું : "આ બંને વાસણોનું પાણી પીઓ."

ચંદ્રગુપ્તે બંને વાસણનું પાણી પીધું. પછી ચાણકયે તેને પુછયુંઃ "પહેલા વાસણમાં સોનાના ઘડાનું પાણી હતુ અને બીજા વાસણમાં માટીના ઘડાનું પાણી હતું. હવે આપ કહો કે તમને કયા ઘડાનું પાણી મીઠું લાગ્યું ?"

ચંદ્રગુપ્તે કહ્યુંઃ "માટીના ઘડાનું પાણી શીતળ, મીઠું હતું. તે પીવાની મજા આવી. સોનાના ઘડાનું પાણી પીવા લાયક ન હતું."

આ સાંભળી ચાણકય હસતાં-હસતાં બોલ્યાઃ "માટીનો ઘડો દેખાવમાં કદરૂપો છે છતાં તેનું પાણી શીતળ, ઠંડુ પીવાલાયક છે. તેવી રીતે માણસ કદરૂપો હોય કે રૂપાળો હોય પરંતુ તેની ઓળખ તેના ગુણો પરથી થાય છે. તેના રૂપ પરથી ઓળખાતો નથી."

ચંદ્રગુપ્તને પોતાની ભૂલ સમજાઈ ગઈ. ચાણકયને વધારે માન આપવાં લાગ્યાં.

ખેતીવાડી

કેળાના ઉપઉત્પાદનોનું મૂલ્યવર્ધન

કેળા વિશ્વમાં સૌથી મહત્વપૂર્ણ ફળ છે. કેળ એ બાગાયતી કૃષિ પાકમાં મહત્વનો રોકડિયો પાક છે. જે ટ્રોપિકલ અને સબ-ટ્રોપિકલ પ્રદેશોમાં વ્યાપકપણે ઉગાડવામાં આવે છે અને લાખો લોકો માટે મુખ્ય આહારનો સ્ત્રોત છે. પોષણાત્મક મહત્વ સિવાય, કેળાની ખેતી મોટી માત્રામાં બાયોમાસ ઉત્પન્ન કરે છે, જેમાં આશરે ૮૦% છોડમાં મુખ્યત્વે છાલ, પાંદડા અને ફૂલ વગેરેનો વેસ્ટ (કચરા) તરીકે નિકાલ કરવામાં આવે છે. આ ગ્રીન બાયોમાસ ટકાઉ વિકાસ અને સંસાધન પુનઃપ્રાપ્તિ માટે વિશાળ સંભાવના પણ પ્રદાન કરે છે.

કેળાના ઉપઉત્પાદનોમાં ડાયેટરી ફાઈબર, રેઝિસ્ટન્ટ સ્ટાર્ચ, જરૂરી ખનિજ અને બાયોએક્ટિવ ઘટકો જેવાં કે પોલિફીનોલ, ફ્લેવોનોઇડ અને એન્ટીઓક્સિડન્ટ્સ સમૃદ્ધ હોય છે. ખાદ્ય ઉદ્યોગમાં, કેળાની છાલ અને પ્રકાંડ ના લોટને પેક્ટિન અને ફાઇબર સપ્લીમેન્ટ જેવા ફંક્શનલ ઘટકોમાં પ્રક્રિયા કરી બેકરી ઉત્પાદનો, પાસ્તા તેમજ નાસ્તામાં ઉમેરતા પોષકતત્વોની ગુણવત્તામાં વધારો થાય છે. આ ઘટકો ન્યૂટ્રાસ્યુટિકલ વિકાસમાં (પૌષ્ટિક ઔષધ) પણ મદદરૂપ થાય છે, હૃદય આરોગ્ય અને રોગ નિર્વાહને પ્રોત્સાહિત કરે છે. વધુમાં, કાચા કેળાની છાલ એ રેઝિસ્ટન્ટ સ્ટાર્ચનો મુખ્ય સ્ત્રોત છે, જે પાચનતંત્ર અને ડાયાબિટીસ મેનેજમેન્ટ માટે લાભદાયી છે.

ડૉ. ફાલ્ગુની આર. પટેલ
(અધ્યાપક)
ગુજરાત કો-ઓપરેટિવ મેનેજમેન્ટ સેન્ટર,
અમદાવાદ

કેળાના પાંદડામાં રહેલ એન્ટિબાયોટિકના લીધે તેનો ઉપયોગ બાયોડિગ્રેડેબલ ફૂડ પેકેજિંગમાં થાય છે. કેળાના પ્રકાંડમાં ભરપૂર માત્રમાં સેલ્યુલોઝ, હેમિસેલ્યુલોઝ અને લિગ્નિન જેવા તત્વો રહેલા છે જેનો ઉપયોગ કુદરતી ફાઈબર, કાપડ, દોરા, હેન્ડીક્રાફ્ટ, કાગળ અને બાયોડિગ્રેડેબલ કમ્પોઝટ્સ બનાવવા માટે થાય છે, જે કૃત્રિમ પ્લાસ્ટિકનો પર્યાવરણીય વિકલ્પ પ્રદાન કરે છે. વધુમાં, કેળાના વેસ્ટનો ઉપયોગ બાયોફ્યુઅલ (બાયોઈથેનોલ, બાયોગેસ),

બાયોફર્ટિલાઈઝર અને બાયોચાર ઉત્પન્ન કરવા માટે વધતો જાય છે, જે નવિનીકર્તા ઊર્જા ઉત્પાદન વધારવામાં અને કાર્બન સિક્વેસ્ટ્રેશન (કાર્બન ડાયોક્સાઈડ (CO)ને હવામાનમાંથી શોષી સંગ્રહ કરે છે, જેથી ગ્રીનહાઉસ ગેસ ઘટે છે અને હવામાં કાર્બન ઘટાડી પર્યાવરણને બચાવે છે અને વાતાવરણ શુદ્ધ કરે છે) એટલે, વૃક્ષો, છોડ, માટી અને મહાસાગરોમાં રહેલ COને ઘટાડી પર્યાવરણને બચાવે છે.

કેળાના છોડ વિશાળ બાયોમાસ ઉત્પન્ન કરે છે અને પ્રકાંડ ખાસ કરીને ગાય, ભેંસ અને બકરાં જેવા લીલો ઘાસચારો ખાનાર પશુ માટે ખોરાક તરીકે મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે, જ્યાં તે પરંપરાગત ખોરાકમાં મહત્વપૂર્ણ ભાગ ભજવી પશુના વિકાસને અસર કર્યા વગર ખર્ચ ઘટાડે છે. તેમાં રહેલ પોષક તત્વોથી ભરપૂર સંયોજન ટકાઉ ખેતી પ્રણાલીઓને સમર્થન આપે છે. વધુમાં, કેળાના વેસ્ટ કમ્પોઝટ્સ એ માઈક્રોબિયલ ફર્મેન્ટેશન માટે અત્યંત યોગ્ય છે, માટીની ગુણવત્તા સુધારે છે અને પ્રાકૃતિક કૃષિ પ્રથાઓને પ્રોત્સાહિત કરે છે.

કેળાના પ્રકાંડનું પોષણ મૂલ્ય

કેળાના છોડના પ્રકાંડમાં ઉચ્ચ ભેજ, નીચું પ્રોટીન સ્તર અને ટેનિન સાથે ન્યૂટ્રિયન્ટ સપ્લીમેન્ટેશન (પૂરક આહાર) નાઈટ્રોજન (N), સલ્ફર (S) અને ફોસ્ફરસ (P) એનારોબિક ફર્મેન્ટેશનનો (આથો) અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે. એનારોબિક ફર્મેન્ટેશન(આથો) દરમિયાન નાઈટ્રોજન (N), સલ્ફર (S) અને ફોસ્ફરસ (P) ઉમેરવાથી ક્રૂડ પ્રોટીન સ્તરોમાં નોંધપાત્ર વધારો થયો છે. ફર્મેન્ટેશન (આથો) દરમિયાન, પ્રોટીનમાં વધારો માઈક્રોબિયલ પ્રવૃત્તિમાં વધારો થયો હોવાને લીધે છે, જ્યાં નાઈટ્રોજન (વિશેષ કરીને યુરિયા) માઈક્રોબિયલ પ્રોટીન સંશ્લેષણને ટેકો આપે છે, જ્યારે સલ્ફર અને ફોસ્ફરસ એમિનો એસિડની રચનામાં અને ઊર્જા મેટાબોલિઝમમાં (ચયાપચયન) મદદ કરે છે. વધુમાં, ફર્મેન્ટેશન (આથો) ટેનિન ઘટાડવામાં અને લેક્ટિક એસિડ ઉત્પાદન દ્વારા પોષક તત્વો જાળવવામાં મદદ કરે છે. કેળાનાં ઉપઉત્પાદનો એ બાયોઆધારિત અર્થવ્યવસ્થામાં કિંમતી સંસાધન તરીકે કાર્ય કરે છે, જે કૃષિ વેસ્ટને ઉચ્ચ મૂલ્યવાળી વસ્તુઓમાં પરિવર્તિત કરે છે. સંશોધન, નવીનતા સાથે, તેનો ઉપયોગ ટકાઉ કૃષિ વધારવા, પર્યાવરણમાં પ્રદૂષણ ઘટાડવા, ગ્રામ્ય આવક ઊભી કરવા અને વૈશ્વિક પર્યાવરણ પરિવર્તન નિવારણના લક્ષ્યોમાં

યોગદાન આપે છે. કેળાના પ્રકાંડ તેની જૈવિક રચના અને વિવિધ ઉપયોગોને કારણે કાર્બન ફૂટપ્રિન્ટ (કોઈપણ વ્યક્તિ, સંસ્થા અથવા તેમની પ્રવૃત્તિ દ્વારા વાતાવરણમાં છોડવામાં આવતા ગ્રીનહાઉસ વાયુઓ જેવાં કે કાર્બન ડાયોક્સાઈડ અને મિથેનનું કુલ પ્રમાણ) ઘટાડવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે.

કેળાના પ્રકાંડમાં સેલ્યુલોઝ અને હેમિસેલ્યુલોઝ વધુ પ્રમાણમાં હોય છે, જે સૂક્ષ્મજીવો દ્વારા એનારોબિક પાચન પ્રક્રિયા દ્વારા તૂટીને બાયોગેસ ઉત્પન્ન કરે છે. આ બાયોગેસ નવીનીકૃત ઊર્જા સ્ત્રોત છે, જે ફોસિલ ઇંધણનો વિકલ્પ બની કાર્બન ડાયોક્સાઈડ ઉત્સર્જન ઘટાડે છે. જો કેળાના પ્રકાંડને ખુલ્લામાં સડવા દેવામાં આવે અથવા તેને સળગાવવામાં આવે, તો તેમાંથી મીથેન અને CO_2 જેવા હાનિકારક ગ્રીનહાઉસ ગેસ ઉત્સર્જિત થાય છે; પરંતુ નિયંત્રિત રીતે તેનો ઉપયોગ કરવાથી આ ઉત્સર્જન ટાળી શકાય છે. વધુમાં, કેળાના પ્રકાંડને બાયોચારમાં પરિવર્તિત કરી શકાય છે, જે માટીમાં લાંબા સમય સુધી કાર્બન સંગ્રહ કરે છે, જેને કાર્બન સિક્વેસ્ટ્રેશન કહેવામાં આવે છે. ફર્મેન્ટેડ પ્રકાંડ અથવા તેના અવશેષને સજીવ ખાતર તરીકે ઉપયોગ કરવાથી રાસાયણિક ખાતરોની જરૂરિયાત ઘટે છે, જેના ઉત્પાદન દરમિયાન વધુ કાર્બન ઉત્સર્જન થાય છે. ઉપરાંત, કેળાના પ્રકાંડમાંથી મળતા તંતુઓનો ઉપયોગ પર્યાવરણમૈત્રી સામગ્રી તરીકે થઈ શકે છે, જે પ્લાસ્ટિકના ઉપયોગને ઘટાડે છે.

કાચા કેળાની છાલ એ રેઝિસ્ટન્ટ સ્ટાર્ચનો મૂખ્ય સ્ત્રોત છે, જે પાચનતંત્ર અને ડાયાબિટીસ મેનેજમેન્ટ માટે લાભદાયી છે.

કેળાના પાંદડામાં રહેલ એન્ટિબાયોટિકના લીધે તેનો ઉપયોગ બાયોડિગ્રેડેબલ ફૂડ પેકેજિંગમાં થાય છે. કેળાના પ્રકાંડમાં ભરપૂર માત્રામાં સેલ્યુલોઝ, હેમિસેલ્યુલોઝ અને લિગ્નિન જેવા તત્વો રહેલા છે જેનો ઉપયોગ કુદરતી ફાઈબર, કાપડ, દોરા, હેન્ડીક્રાફ્ટ, કાગળ અને બાયોડિગ્રેડેબલ કમ્પોઝટ્સ બનાવવા માટે થાય છે, જે કૃત્રિમ પ્લાસ્ટિકનો પર્યાવરણીય વિકલ્પ પ્રદાન કરે છે.

નારી ઉત્કર્ષ

મહિલા સશક્તિકરણ
સમગ્ર માનવ સમાજના વિકાસનો આધાર સ્તંભ છે

મહિલા સશક્તિકરણ આજના યુગની મહત્વપૂર્ણ સામાજિક, આર્થિક અને રાજકીય માંગ છે. કોઈપણ દેશની પ્રગતિનું મૂલ્યાંકન ત્યાંની મહિલાઓની સ્થિતિના આધારે કરવામાં આવે છે. જો મહિલાઓ શિક્ષિત, સ્વાવલંબી, સુરક્ષિત અને નિર્ણય લેવામાં સક્ષમ હોય તો તે સમાજને પ્રગતિશીલ ગણવામાં આવે છે. મહિલા સશક્તિકરણનો અર્થ માત્ર મહિલાઓને અધિકારો આપવાનો નથી, પરંતુ તેમને એવી તકો અને પરિસ્થિતિઓ પૂરી પાડવાનો છે; જેમાં તેઓ પોતાના જીવનના નિર્ણયો સ્વતંત્ર રીતે લઈ શકે, પોતાની ક્ષમતાનો સંપૂર્ણ વિકાસ કરી શકે અને સમાજના દરેક ક્ષેત્રમાં સમાન ભાગીદારી નોંધાવી શકે.

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં નારીને શક્તિ, જ્ઞાન અને સમૃદ્ધિનું પ્રતિક માનવામાં આવે છે. આપણા દેશમાં દેવી સરસ્વતી, લક્ષ્મી અને દુર્ગાની પૂજા કરવામાં આવે છે. છતાં ઇતિહાસના કેટલાક સમયગાળામાં મહિલાઓને અનેક પ્રકારના ભેદભાવ અને અન્યાયનો સામનો કરવો પડ્યો હતો.

ફાલ્ગુની પટેલ
મહિલા સી.ઈ.આઈ.,
મહેસાણા જિલ્લા સહકારી સંઘ

સ્વતંત્રતા પછી ભારતીય બંધારણે મહિલાઓને પુરુષો સમાન અધિકારો આપ્યા, પરંતુ વાસ્તવિક જીવનમાં સમાનતા સ્થાપિત કરવા માટે હજુ પણ સતત પ્રયત્નોની જરૂર છે.

આજે મહિલા સશક્તિકરણ માત્ર મહિલાઓના વિકાસનો વિષય નથી પરંતુ તે સમગ્ર સમાજ અને રાષ્ટ્રના સર્વાંગી વિકાસ સાથે જોડાયેલ છે. મહિલાઓને સમાન તક અને સન્માન આપ્યા વિના કોઈપણ દેશ વિકાસના શિખરો સર કરી શકતો નથી.

મહિલા સશક્તિકરણનો અર્થ અને સંકલ્પનાઃ-

મહિલા સશક્તિકરણ એટલે સ્ત્રીઓને તેમના જીવન સાથે જોડાયેલા નિર્ણયો લેવાની સંપૂર્ણ સ્વતંત્રતા અને અધિકાર આપવો.

મહિલા સશક્તિકરણ એક બહુમુખી (Multi-dimensional) પ્રક્રિયા છે, જેમાં મહિલાઓને શિક્ષણ, આરોગ્ય, રોજગાર, સંપત્તિ પરનો અધિકાર, કાનૂની સુરક્ષા,

રાજકીય પ્રતિનિધિત્વ અને સામાજિક સમાનતા જેવા ક્ષેત્રોમાં સમાન તક અને અધિકારો આપવામાં આવે છે. તેનો મુખ્ય હેતુ મહિલાઓને આત્મનિર્ભર, આત્મવિશ્વાસી અને નિર્ણયક્ષમ બનાવવાનો છે. સશક્તિકરણનો અર્થ માત્ર શક્તિ આપવાનો નથી, પરંતુ મહિલાઓમાં રહેલી ક્ષમતાઓને ઓળખી તેમને વિકસાવવાનો છે. જ્યારે કોઈ મહિલા શિક્ષિત બને છે, આર્થિક રીતે સ્વતંત્ર બને છે અને પોતાના અધિકારો વિશે જાગૃત બને છે ત્યારે તે સાચા અર્થમાં સશક્ત બને છે.

મહિલા સશક્તિકરણ માત્ર વ્યક્તિગત વિકાસ પૂરતું મર્યાદિત નથી. તે પરિવાર, સમાજ અને રાષ્ટ્રના વિકાસ સાથે સીધું જોડાયેલું છે. મહિલાઓને સમાન તક આપવાથી સમાજમાં ન્યાય, સમાનતા અને વિકાસને પ્રોત્સાહન મળે છે.

મહિલા સશક્તિકરણનું મહત્વ

મહિલા સશક્તિકરણનું મહત્વ અત્યંત વ્યાપક છે. મહિલાઓને સશક્ત બનાવવાથી માત્ર તેમનો જ નહીં પરંતુ સમગ્ર સમાજનો વિકાસ થાય છે. એક શિક્ષિત અને આત્મનિર્ભર મહિલા પોતાના પરિવારના વિકાસમાં મહત્વપૂર્ણ યોગદાન આપે છે. તે પોતાના બાળકોને ઉત્તમ શિક્ષણ અને સારા સંસ્કારો આપી શકે છે, જેના પરિણામે ભવિષ્યની પેઢી વધુ જવાબદાર અને સજાગ બને છે.

મહિલાઓની આર્થિક ભાગીદારી વધવાથી દેશની અર્થવ્યવસ્થા મજબૂત બને છે. જ્યારે મહિલાઓ રોજગાર, ઉદ્યોગ અને વિવિધ વ્યવસાયોમાં જોડાય છે ત્યારે ઉત્પાદન અને આવકમાં વધારો થાય છે. વિશ્વભરના સંશોધનો દર્શાવે છે કે મહિલાઓની વધતી ભાગીદારી દેશના વિકાસને ગતિ આપે છે. મહિલા સશક્તિકરણ સામાજિક કુરિવાજો અને ભેદભાવ સામે લડવામાં પણ મદદરૂપ બને છે. સશક્ત મહિલાઓ બાળવિવાહ, દહેજ પ્રથા, ઘરેલુ હિંસા અને લિંગભેદ જેવી સમસ્યાઓ સામે અવાજ ઉઠાવી શકે છે.

ભારતીય સમાજમાં મહિલાઓની સ્થિતિ

ભારતીય સમાજમાં મહિલાઓની સ્થિતિ સમયાંતરે બદલાતી રહી છે. વૈદિક કાળમાં મહિલાઓને શિક્ષણ, ધર્મ અને સમાજમાં મહત્વપૂર્ણ સ્થાન પ્રાપ્ત હતું. ગાર્ગી, મૈત્રેયી અરુંધતી, લોપમુદ્રા અને અપાલા જેવી વિદુષીઓએ જ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં મહત્વનું યોગદાન આપ્યું હતું.

મધ્યકાલ દરમિયાન મહિલાઓની સ્થિતિમાં ઘટાડો થયો. પડદા પ્રથા, બાળવિવાહ અને શિક્ષણ પરના પ્રતિબંધો

જેવી કુરિવાજોએ મહિલાઓના વિકાસમાં અવરોધ ઊભા કર્યા.

આધુનિક યુગમાં અનેક સમાજ સુધારકોએ મહિલાઓના અધિકારો માટે કાર્ય કર્યું. રાજા રામમોહન રાયે સતી પ્રથાનો વિરોધ કર્યો. જ્યારે ઈશ્વરચંદ્ર વિદ્યાસાગરે વિધવા પુનર્વિવાહને પ્રોત્સાહન આપ્યું. મહાત્મા ગાંધીજીએ સ્વતંત્રતા આંદોલનમાં મહિલાઓને જોડી આજે મહિલાઓ શિક્ષણ, વિજ્ઞાન, ટેક્નોલોજી, રમતગમત, રાજકારણ, પ્રશાસન અને ઉદ્યોગ સહિત દરેક ક્ષેત્રમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી રહી છે. તેમ છતાં હજુ પણ કેટલીક જગ્યાએ મહિલાઓને ભેદભાવ અને અસમાનતાનો સામનો કરવો પડે છે.

શિક્ષણ અને મહિલા સશક્તિકરણ

શિક્ષણ મહિલા સશક્તિકરણનું સૌથી શક્તિશાળી સાધન છે. શિક્ષણ દ્વારા મહિલાઓ જ્ઞાન, સમજણ અને આત્મવિશ્વાસ પ્રાપ્ત કરે છે. શિક્ષિત મહિલા પોતાના અધિકારો વિશે જાગૃત બને છે અને પોતાના જીવનના મહત્વપૂર્ણ નિર્ણયો સ્વતંત્ર રીતે લઈ શકે છે.

શિક્ષણ મહિલાઓને રોજગાર અને સ્વરોજગારની નવી તકો પૂરી પાડે છે. તે તેમને આર્થિક રીતે મજબૂત બનાવે છે. શિક્ષિત મહિલાઓ આરોગ્ય, સ્વચ્છતા અને પરિવાર કલ્યાણ વિશે વધુ જાગૃત હોય છે. સરકાર દ્વારા બાલિકા શિક્ષણને પ્રોત્સાહન આપવા માટે અનેક યોજનાઓ અમલમાં મૂકવામાં આવી છે. “બેટી બચાવો, બેટી ભણાવો” જેવી યોજનાઓએ સમાજમાં શિક્ષણ પ્રત્યે જાગૃતિ વધારી છે. તેમ છતાં ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં હજુ વધુ પ્રયત્નોની જરૂર છે.

આર્થિક સશક્તિકરણ

આર્થિક સ્વતંત્રતા મહિલા સશક્તિકરણનો એક મહત્વપૂર્ણ આધાર છે. જ્યારે મહિલાઓ રોજગાર મેળવી કમાવા સક્ષમ બને છે ત્યારે તેઓ આત્મનિર્ભર બને છે અને પોતાના જીવન અંગે સ્વતંત્ર નિર્ણયો લઈ શકે છે.

આજે મહિલાઓ કૃષિ, ઉદ્યોગ, શિક્ષણ, આરોગ્ય, બેન્કિંગ, રમત-ગમત, માહિતી ટેક્નોલોજી અને ઉદ્યોગસાહસિકતા જેવા અનેક ક્ષેત્રોમાં કાર્યરત છે. સરકારની સ્વસહાય જૂથો અને માઇક્રોફાઇનાન્સ યોજનાઓએ ખાસ કરીને ગ્રામ્ય મહિલાઓને રોજગાર અને સ્વરોજગારની તક પૂરી પાડી છે. મહિલાઓની આર્થિક ભાગીદારી વધવાથી પરિવારની આવકમાં

વધારો થાય છે અને દેશની અર્થવ્યવસ્થા વધુ મજબૂત બને છે. તેથી મહિલાઓમાં કૌશલ્ય વિકાસ કરી રોજગારીની તકો વધારવી જરૂરી છે.

રાજકીય સશક્તિકરણ

રાજકીય સશક્તિકરણ મહિલાઓને નિર્ણય પ્રક્રિયામાં ભાગ લેવાની તક આપે છે. લોકશાહી વ્યવસ્થામાં મહિલાઓની ભાગીદારી અત્યંત જરૂરી છે. ભારત સરકારે પંચાયતો અને સ્થાનિક સ્વરાજ સંસ્થાઓમાં મહિલાઓ માટે આરક્ષણની વ્યવસ્થા કરી છે, જેના કારણે લાખો મહિલાઓ રાજકીય ક્ષેત્રમાં આગળ આવી છે. મહિલાઓની રાજકીય ભાગીદારી વધવાથી તેમની સમસ્યાઓ અને જરૂરિયાતોને નીતિ નિર્માણમાં યોગ્ય સ્થાન મળે છે. રાજકીય સશક્તિકરણ મહિલાઓમાં નેતૃત્વ ક્ષમતા અને આત્મવિશ્વાસનો વિકાસ કરે છે.

ટેક્નોલોજી અને મહિલા સશક્તિકરણ

ડિજિટલ યુગમાં ટેક્નોલોજી મહિલા સશક્તિકરણનું અસરકારક સાધન બની છે. ઈન્ટરનેટ અને સ્માર્ટફોન દ્વારા મહિલાઓને શિક્ષણ, માહિતી અને રોજગારની નવી તકો મળી રહી છે. ઓનલાઈન શિક્ષણ મહિલાઓને ઘરે બેઠાં જ જ્ઞાન અને કૌશલ્ય પ્રાપ્ત કરવાની તક આપે છે. ઈ-કોમર્સ પ્લેટફોર્મ દ્વારા મહિલાઓ પોતાના ઉત્પાદનોનું વેચાણ કરી શકે છે. ડિજિટલ બેન્કિંગ અને ઓનલાઈન પેમેન્ટ સિસ્ટમથી મહિલાઓને નાણાકીય સેવાઓ સુધી સરળ પહોંચ મળી છે. ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં ડિજિટલ સાક્ષરતા કાર્યક્રમો મહિલાઓને આધુનિક ટેક્નોલોજી સાથે જોડવામાં મદદરૂપ બની રહ્યા છે.

મહિલા સશક્તિકરણ માટે સરકારના પ્રયાસો

ભારત સરકાર મહિલાઓના કલ્યાણ અને વિકાસ માટે અનેક યોજનાઓ ચલાવે છે. "બેટી બચાવો, બેટી ભણાવો", "સુકન્યા સમૃદ્ધિ યોજના", "ઉજ્જવલા યોજના", "મિશન શક્તિ" ડ્રોન દીદી નારીવંદના શક્તિ વિધયક-૨૦૨૩, મુદ્રા લોન, પી.એમ. આવાસ યોજના અને "મહિલા હેલ્પલાઈન" જેવી યોજનાઓ મહિલાઓના શિક્ષણ, આરોગ્ય અને સુરક્ષાને પ્રોત્સાહન આપે છે. આ યોજનાઓના કારણે લાખો મહિલાઓને લાભ મળ્યો છે. તેમ છતાં આ યોજનાઓનો લાભ સમાજના દરેક વર્ગ સુધી પહોંચાડવો જરૂરી છે.

સમાજની ભૂમિકા

મહિલા સશક્તિકરણ માત્ર સરકારની જવાબદારી નથી. સમાજ અને પરિવારની

ભૂમિકા પણ એટલી જ મહત્વપૂર્ણ છે. માતા-પિતાએ દીકરી અને દીકરા વચ્ચે કોઈ ભેદભાવ રાખવો જોઈએ નહીં. બંનેને સમાન શિક્ષણ અને તકો મળવી જોઈએ. સમાજમાં મહિલાઓ પ્રત્યે સન્માન અને સમાનતાની ભાવના વિકસાવવી જરૂરી છે. મીડિયા, શૈક્ષણિક સંસ્થાઓ અને સામાજિક સંગઠનો મહિલાઓના અધિકારો વિશે જાગૃતિ ફેલાવવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવી શકે છે.

મહિલા સશક્તિકરણ સામેના પડકારો

મહિલાઓની સ્થિતિમાં નોંધપાત્ર સુધારો થયો હોવા છતાં હજુ પણ અનેક પડકારો છે. લિંગભેદ આજે પણ સમાજની એક ગંભીર સમસ્યા છે. ઘણા પરિવારોમાં છોકરાઓને છોકરીઓ કરતાં વધુ મહત્વ આપવામાં આવે છે. બાળવિવાહ, દહેજ પ્રથા, કન્યા ભ્રૂણહત્યા અને ઘરેલુ હિંસા જેવી સમસ્યાઓ હજુ પણ જોવા મળે છે. મહિલાઓ સામેના સાયબર ગુનાઓ અને કાર્યસ્થળે થતી હેરાનગતિ પણ ચિંતાનો વિષય છે. સમાન કાર્ય માટે અસમાન વેતન, મર્યાદિત રોજગાર તકો અને શિક્ષણની અછત જેવી સમસ્યાઓ મહિલાઓના વિકાસમાં અવરોધરૂપ બને છે.

નિષ્કર્ષ

મહિલા સશક્તિકરણ એક સતત ચાલતી પ્રક્રિયા છે જે સમાજમાં સમાનતા, ન્યાય અને વિકાસ સ્થાપિત કરવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. મહિલાઓને શિક્ષણ, રોજગાર, સુરક્ષા અને સમાન અધિકારો આપીને જ સાચા અર્થમાં સશક્ત બનાવી શકાય છે.

જ્યારે મહિલાઓ આત્મનિર્ભર, શિક્ષિત અને સશક્ત બનશે ત્યારે પરિવાર મજબૂત બનશે, સમાજ પ્રગતિ કરશે અને રાષ્ટ્ર વિકાસના નવા શિખરો સર કરશે. તેથી મહિલા સશક્તિકરણ માત્ર મહિલાઓનો મુદ્દો નથી પરંતુ સમગ્ર માનવ સમાજના વિકાસનો આધારસ્તંભ છે.

મહિલા સશક્તિકરણ એક સતત ચાલતી પ્રક્રિયા છે જે સમાજમાં સમાનતા, ન્યાય અને વિકાસ સ્થાપિત કરવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. મહિલાઓને શિક્ષણ, રોજગાર, સુરક્ષા અને સમાન અધિકારો આપીને જ સાચા અર્થમાં સશક્ત બનાવી શકાય છે.

‘સહકાર’ પાક્ષિક અને ‘ગ્રામસ્વરાજ’ માસિકના જાહેરાતના દર

તા. ૧-૧૦-૨૦૨૪ થી

સહકાર પાક્ષિક	એકવાર	ત્રિમાસિક	છ માસિક	વાર્ષિક
૧. આખું પાન	૬,૦૦૦/–	૩૦,૦૦૦/–	૬૦,૦૦૦/–	૧,૦૦,૦૦૦/–
૨. અડધું પાન	૪,૦૦૦/–	૨૦,૦૦૦/–	૪૦,૦૦૦/–	૯૦,૦૦૦/–
૩. પા પાના	૩,૦૦૦/–	૧૫,૦૦૦/–	૩૦,૦૦૦/–	૬૫,૦૦૦/–
૪. શુભેચ્છા	૨,૦૦૦/–	૧૦,૦૦૦/–	૧૮,૦૦૦/–	૪૦,૦૦૦/–

સહકાર પાક્ષિકમાં જાહેરાતના છુટક ભાવ : એક કોલમ સે.મી. રૂા. ૧૨૫/–

‘સહકાર’ વિશેષાંક : ૨૦૨૫ થી

૧.	ટાઈટલ પાન – ૪	૪૦,૦૦૦/–
૨.	ટાઈટલ પાન – ૨ / ૩	૨૫,૦૦૦/–
૩.	આર્ટ પેપર ફોર કલર	૧૫,૦૦૦/–
૪.	અંદરનું આખું પાન	૭,૫૦૦/–
૫.	અંદરનું અડધું પાન	૫,૦૦૦/–
૬.	અંદરનું પા પાન	૩,૦૦૦/–

જાહેરાતોમાં બેંકોના સરવૈયાં - બેલેન્સશીટ્સનો દર પાના દીઠ રૂા. ૧૦,૦૦૦/-

‘ગ્રામસ્વરાજ’ માસિક	એકવાર	વાર્ષિક
૧. ટાઈટલ પાન – ૪	૫,૦૦૦/–	૫૦,૦૦૦/–
૨. ટાઈટલ પાન – ૨ / ૩	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/–

GRAMSWARAJ GUJ. MONTHLY RNI No. 1799/57 Permitted to post at Ahmedabad Unaccountable L1 on tenth of every month under postal Regd. No. GAMC 38/2024-26 issued by S.S.P. Ahmedabad valid upto 31-12-2026, Licence to Post without prepayment No. PMG/NG/049/2024-26 valid upto 31-12-2026 (Published on : 10-07-2026)

સ્વામી વિવેકાનંદના પ્રેણાત્મક વાક્ય અને વિચારો

સ્વામી વિવેકાનંદ માત્ર ૩૯ વર્ષ જીવ્યા હતા. પણ તેમના પ્રેણાત્મક વાક્ય અને વિચારોથી આજે પણ લોકમાનસમાં જીવિત છે. તેમનો જન્મ ૧૨ જાન્યુઆરી, ૧૮૬૩ના રોજ પશ્ચિમ બંગાળના કલકત્તામાં થયો હતો. તેમના જન્મદિનને ભારતમાં યુવા દિવસ તરીકે ઉજવાય છે. ૪ જુલાઇ, ૧૯૦૨ના રોજ બેલૂર મઠમાં તેમનું નિધન થયું હતું. નાની ઉંમરમાં જ તેમણે ઘણી આધ્યાત્મિક અને વૈચારિક પ્રગતિ કરી હતી. તેમણે ઘણા પુસ્તકો પણ લખ્યા હતા. સ્વામી વિવેકાનંદના સુવિચારો યુવાથી લઇ વૃદ્ધોને પ્રેરણા આપતા રહે છે. તેમની ૧૨૪મી પુણ્યતિથિ પર સ્વામી વિવેકાનંદના પ્રેરણાત્મક વિચારો સૌને જીવન અને કારકિર્દી ઘડતરમાં લક્ષ્ય પ્રાપ્તિ માટે સતત આગળ વધવા તેમજ નિરાશામાંથી બહાર નીકળવાની પ્રેરણા આપતા રહે છે.

૧. ઉઠો, જાગો અને ધ્યેય પ્રાપ્તિ સુધી મંડ્યા રહો. જો તમારે સફળતા પ્રાપ્ત કરવી હોય તો પ્રચંડ ખંત અને દ્રઢ ઇચ્છાશક્તિ હોવા જોઇએ.

૨. જેની પાસે શ્રેષ્ઠ વિચાર હોય છે તે ક્યારેય એકલો રહી શકતો નથી.

૩. ઇચ્છાશક્તિનું મુળ છે ઈશ્વર, સ્વયંમ પરમાત્મા... સમુદ્ર તરવો હોય તો તમારામાં લોખંડી ઇચ્છાશકિત જોઇશે. પહાડો વિંધી નાખવા જેટલું બળ જોઇશે. તમે કમર કશીને તૈયાર રહો, કશાની પણ ચિંતા ન કરશો.

૪. પ્રયત્ન કરતા રહો, જ્યારે તમને ચારેકોર અંધકાર જ અંધકાર દેખાય તો પણ પ્રયત્ન કરતા રહો! કોઈ પણ સંજોગોમાં હિંમત હારશો નહીં, બસ પ્રયત્ન કરતા રહો! તમને તમારું લક્ષ્ય જરૂર મળશે, તેમાં કોઈ શંકાને સ્થાન નથી.

૫. દિવસમાં એકવાર પોતાની જાત સાથે વાત કરો નહીં તો દુનિયાના સૌથી મહત્વપૂર્ણ વ્યક્તિ સાથે વાત કરવાનો અવસર જતો રહેશે.

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 Unino, 'SAHYOG', Relief Road, Ahmedbad-380 001
Printed at : Reliable Art Preintery (Ahmedabad) Pvt. Ltd., 301, 3rd Floor, Punit Plaza, B/h. Navgujarat College, Off. Ashram Road, Ahmedabad-380014. Gujarat