

પ્રતિ,



Trust Regn. No. E/4725/Rajkot

પ્રકાશન સ્થળ:

વસુંધરા ટ્રસ્ટ

૨૨૨, બેકબોલ શોપિંગ સેન્ટર,  
ચરિશનગર મેઈન રોડ, માયાણી ચોક,  
રાજકોટ-૩૬૦ ૦૦૪ (ગુજરાત)  
ફોન: ૨૩૬૦ ૭૬૮ ફેક્સ: ૦૨૮૧-૨૪૬૫૨૧૧

કૃષિ-આરોગ્ય-ગ્રામોત્થાન દ્વારા સમસ્ત ગુજરાતનો સર્વાંગી વિકાસ આલેખતુ માસિક મુખપત્ર

# વસુંધરા જ્યોત

R.N.I. Reg. No. GUJ.GUJ./2001/6714

વર્ષ : ૧૧ \* અંક : ૦૨ \* તા. ૧/૦૨/૨૦૧૨ કિંમત રૂ. ૪.૦૦

દ્રુષ્ટના હોરેદારો: પ્રમુખ: ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયા ❁ ઉપ પ્રમુખ: રમેશભાઈ ઘેટિયા ❁ મંત્રી: સ્વલ્લભાઈ લાઠિયા ❁ જન્મનચી : રમેશભાઈ વોરા

## રાજકોટ ખાતે ભવ્ય ગૌ-ઉપાસના મહોત્સવ અને મહા રક્તદાન શિબિર સંપન્ન

ગૌ સેવા આયોગ, ગુજરાતના અધ્યક્ષ ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયાના માર્ગદર્શન હેઠળ વિશાળ ગૌ-પ્રેમી સમુદાયની ઉપસ્થિતિમાં તેમનું ૧૧મું રક્તદાન



રાજકોટના આંગણે ભવ્યાભિભવ્ય એવા ગૌ-ઉપાસના મહોત્સવ અને મહા રક્તદાન શિબિરનો દબદબાભેર પ્રારંભ અનેક સંતો મહંતો, રાજકીય અને સામાજિક મહાનુભાવો, શિક્ષણ શાસ્ત્રીઓ, પર્યાવરણ શાસ્ત્રીઓ, ગૌ- સેવકો અને સરકારી અધિકારીઓની વિશાળ ઉપસ્થિતિમાં તા. ૧૩-૧-૨૦૧૨, શુક્રવારના રોજ કાલાવડ રોડ સ્થિય યોગીધામ ગુરુકુલના વિશાળ પ્રાંગણમાં દિપ પ્રાકટ્ય સાથે સંપન્ન થયો. સવારથી જ મહાનુભાવો સહિત પ્રજ્ઞાનો, યુવાનો, વિદ્યાર્થીઓ, વિદ્યાર્થીનીઓ અને ગ્રામ્ય સમાજનો પ્રવાહ વહેતો થઈ ગયેલ હતો. મેદાનમાં વિવેકાનંદ નગરમાં પૂજ્ય સંતશ્રી ત્યાગ વલ્લભસ્વામી તથા ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયાના વરદ્ હસ્તે ગૌમાતાઓના

પૂજન અને ઉદ્ઘાટન સાથે ગૌ-પ્રદર્શન શરૂ કરવામાં આવ્યું. ડો.વલ્લભભાઈ કથીરિયાના ૧૧૫મી વખતના રક્તદાન સાથે રક્તદાન શિબિરનું ઉદ્ઘાટન શ્રી મૌલેશભાઈ ઉકારી અને ડો.ગીરીશભાઈ ભીમાણીના હસ્તે કરવામાં આવ્યું.

આ પ્રસંગે સંતશ્રી ત્યાગ વલ્લભસ્વામી, ચીનુભાઈ પટેલ, ધનશ્યામજી મહારાજ, અંબુ દીદી, પ્રફુલ્લભાઈ સંજલિયા, ધારાસભ્યશ્રી ગાવિંદભાઈ પટેલ, પ્રવીણભાઈ માકડિયા, ભાનુબેન બાબરિયા, મેયર જનકભાઈ કોટક, નલીનભાઈ ઝવેરી, રામકુભાઈ ખાયર, ધનશ્યામભાઈ ઠક્કર તેમજ અનેક સંતો, મહંતો, ગૌ સેવકો અને ૨૦ હજારથી વધારે દર્શનાર્થીઓ ઉપસ્થિત રહ્યા.

સમગ્ર મહોત્સવની રૂપરેખા આપતા ગૌ-ઉપાસના મહોત્સવના અધ્યક્ષ ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયાએ જણાવ્યું હતું કે આ વર્ષ યુવાનોના આદર્શ પ્રેરણામૂર્તિ સ્વામી વિવેકાનંદજીની ૧૫૦મી જન્મ જયંતી વર્ષે ગુજરાત દ્વારા 'યુવાશક્તિ વર્ષ' તરીકે માનનીય મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્રભાઈ માદી દ્વારા ઘોષિત કરવામાં આવ્યું છે. તેમજ આ યુવા વર્ષમાં ૨૧મી સદીના બાળકો અને યુવા જગત શક્તિશાળી બની આગામી વર્ષોમાં સમાજ, રાષ્ટ્ર અને વિશ્વને યોગ્ય દિશામાં દોરવાગી આપે, તે હેતુથી તેમનું પ્રશિક્ષણ અતિ આવશ્યક છે. સમગ્ર વર્ષ દરમિયાન સમાજ ૨૧મી સદીના વૈજ્ઞાનિક અને ટેકનોલોજીના વિકાસ સાથે આવનારી કુદરતી અને માનવસર્જિત આપત્તીઓને અટકાવવા અને ખાળવા શક્તિમાન અને સમર્થ બને તે ખૂબ આવશ્યક છે. 'સર્વ જીવ હિતાવહ: અને વસુધૈવ કુટુંબકમ્' ના વિચારોને સાર્થક કરનારી 'ગૌ આધારિત સમાજ વધુ... પાના ૨ ઉપર

**કઠોર પરિશ્રમનો કોઈ વિકલ્પ નથી....**  
દૃઢ સંકલ્પ બળ, પરિશ્રમ અને દિલ દિમાગના સારા ગુણો કેળવ્યા વગર સિદ્ધિ મળતી નથી, સાથો સાથ નિષ્ફળતાના ભયથી ડરનારને સફળતા મળતી નથી. ઉલ્ટી દૂર ભાગે છે. આપણે જાણીએ છીએ કે કઠોર પરિશ્રમનો કોઈ વિકલ્પ નથી.. સિદ્ધિ હંમેશા તેને વરે છે, જેઓ પરસેવે નહાય છે. જીવનમાં જેમણે સફળતા પ્રાપ્ત કરી છે તેઓ બધા પુરૂષાર્થ વાદીઓ હતા.  
કોઈપણ ધ્યેય કે સફળતાની સિદ્ધિ હાંસલ કરવા પાછળ દૃઢ સંકલ્પ અને સાહસ છૂંપાયેલા છે. મંજીલને પાર કરવી હશે તો કાર્યરત રહેવું પડશે. મુશ્કેલીઓ કે અડચણો આવે તો પણ 'કરતા જાળ કરોળિયા'ની માફક નિષ્ફળતા મળે તો પણ નાસીપાસ થયા વગર વધુ... પાના ૨ ઉપર

સુધારી લેવા જેવી છે સ્વની ભૂલ, ભૂલી જવા જેવી છે પરની ભૂલ, આટલું માણસ કરે કબુલ, તો ગૃહાંગણે ઊગે સુખના ફૂલ.



## અનું. પાના ૧થી.....તંત્રી લેખ

દ્યેયને વળગી રહેવું જોઈએ. દરેક મહાન વ્યક્તિને જુઓ તો દરેકની પાસે સંકલ્પ બળ હતું તેથી તેઓ આગળ આવી શક્યા, પછી તે ગમે તે ક્ષેત્ર હોય રાજકારણ હોય, વિજ્ઞાન કે આધ્યાત્મિક હોય. દરેકને સિદ્ધિના સોપાન ચડવા પોતાના મનોબળ સાથે સાહસના ગુણો હોવા જરૂરી છે.

સક્રીયતા જીવન છે, નિષ્ક્રીયતા મોત છે. નિષ્ક્રીયતાથી આવેલ પ્રમાદ ઉદયની જેમ જીવનને કચડોલે છે. તેથી નિષ્ક્રીયતાથી દૂર રહીને સાર્થકતા - દ્યેય - સફળતા પ્રાપ્ત કરવા કઠોર પરિશ્રમ કરતા રહીએ... આયોજનબદ્ધ વિચાર શૈલી અપનાવી દ્યેય પ્રાપ્તિ સુધી વળગ્યા રહેશું તો સફળતા મળશે જ ! કઠોર પરિશ્રમથી મેળવેલ સફળતા જીવનને હંમેશા આનંદ આપે છે. તેથી જ નિષ્ફળતાના વિચારો દૂર હટાવવા પરિશ્રમ કરતા રહીએ. ‘ સાહસે શ્રી: પ્રતિ વસતિ ’ સાર્થક કરવા કઠોર પરિશ્રમ સાથે દૈનિક સંકલ્પ કરતા રહીએ...

— રવજીભાઈએન. લાઠિયા

## અનું. પાના ૧થી.....ગો ઉપાસના મહોત્સવ....

વ્યવસ્થા’ને ૨૧મી સદીનો આર્થિક વિકાસનો મંત્ર બનાવવો પડશે.

ગાય આધારિત સમાજ વ્યવસ્થા ભારતીય સંસ્કૃતિનું અભિન્ન અંગ છે. ગાય એ કુટુંબનું અવિભાજ્ય સભ્ય છે તે વિચારને કેન્દ્રમાં રાખી ગૌ સંસ્કૃતિના પુન: સ્થાપનનું કાર્ય આવનારા દિવસોમાં આપણા સૌ માટે પડકાર છે અને સમસ્યાનો ઉકેલ પણ એજ છે.

ગાય આધારિત કૃષિ, આરોગ્ય, પર્યાવરણ, ગ્રામ્ય વિકાસ, આર્થિક ઉપાર્જન દ્વારા કૌટુંબિક સુખ, સમૃદ્ધિ, શાંતિ, સમાજમાં સ્વાવલંબીપણું, સુરક્ષા, સમરસતા અને સંસ્કારિતાનો વ્યાપ એ જ આપણું સૌનું લક્ષ્ય હોઈ શકે. ડો.કથીરિયાએ વધુમાં જણાવ્યું કે ગાયને કેન્દ્રમાં રાખી ગૌ ચેતના જગાવવાનું મહત્વનું કાર્ય ગૌસેવા આયોગે મા.મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીની રાહબરી હેઠળ ઉપાડ્યું છે. આજના આ મહોત્સવમાં યુવાનોમાં ચેતના જગાવવા, ગાય પ્રત્યે સંવેદના જગાવવા, ગાયનું વૈજ્ઞાનિક અને આર્થિક મહત્વ સમજાવવા એક વૈજ્ઞાનિક આંદોલન - જન ચેતનાના ભાગરૂપે ગૌમાતાને પ્રત્યક્ષ દર્શન કરી પૂજા કરવામાં આવે, સાથે ગૌ-માતાના બધાંજ પાસાને વર્ણવતું વિશાળ પોષ્ટર પ્રદર્શન પણ ગોઠવવામાં આવ્યું હતું.

ઓડિયોવિડિયો અલ દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને ગાયની મહત્તા દર્શાવતું પ્રેઝન્ટેશન અને વિડિયો ક્લીપનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. પંચગવ્ય - ગૌ દૂધ, દહીં, ઘી, ગૌમૂત્ર અને ગોબરમાંથી ઉત્પાદિત વસ્તુઓ, દવાઓ, કોસ્મેટિક અને અન્ય ઉત્પાદનોના વેચાણની અને પ્રદર્શનની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી. શહેરી જનોએ ઉત્સાહ દર્શાવી પંચગવ્ય ઉત્પાદનો પ્રત્યે લાગણી દર્શાવી હતી. આ મહોત્સવમાં ગૌમાતા પ્રત્યે સંવેદના વ્યક્ત કરવા ‘મહા રક્તદાન શિબિર’નું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ડો. કથીરિયાએ જણાવ્યું હતું કે ગો-પાલન, ગો સંવર્ધન અને ગૌ આધારિત આર્થિક ઉપાર્જન ઉભું કરવાનો વિશિષ્ટ યજ્ઞ આરંભાયો છે. ત્યારે આવો, આપણે સૌ ગૌ ઉપાસના પર્વમાં જોડાઈને ગાય અને સમાજ અને રાષ્ટ્ર પ્રત્યેનું આપણું ઋણ અદા કરીએ... આ પ્રસંગે તેઓએ ગૌપ્રેમી અને સમગ્ર સમાજને ગાય આધારિત ઉત્પાદનો, દૂધ દહીંનો ઉપયોગ અને ગૌ સંવર્ધન કરવા થોડા સંકલ્પો લેવડાવ્યા હતા.

પૂર્વ સાંસદ અને કેન્દ્રીય મંત્રી ભાવનાબેન ચીખલિયા અને ગુજરાત

શિક્ષણ ખાતાના રાજ્ય મંત્રી વસુબેન ત્રિવેદીએ ગૌ ઉપાસના કાર્યક્રમ સાથે મહારક્તદાન શિબિરને સાંકળવા બદલ ગૌ સેવા આયોગના અધ્યક્ષ ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયા અને સમાજના દરેક ક્ષેત્રને અભિનંદન પાઠવી ગૌ સંસ્કૃતિના રખેવાળ બનવા અનુરોધ કર્યો હતો. ડો. કથીરિયાએ જાને ૧૧૫મી વાર રક્તદાન કરીને મહોત્સવનું ગૌરવ વધારી સૌને રક્તદાન કરવા પ્રેરણા આપી હતી.

સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાયના સ્વામી શ્રી કે.પી.શાસ્ત્રી સુરતવાળાએ નરેન્દ્રભાઈ મોદીને અભિનંદન આપતા કહ્યું કે ગૌ સેવા આયોગના ચેરમેન પદે એવી વ્યક્તિને સ્થાન આપ્યું છે, જે પ્રથમથી એક ખેડૂત, એક ગૌપાલક અને સનિષ્ટ સમાજ સેવક છે.

આ મહોત્સવમાં જે રક્તદાતાઓએ ૫૧ થી વધુ વખત રક્તદાન કરેલ હોય તેવા ૫૧ રક્તદાતાઓને મોમેન્ટો, પ્રમાણપત્ર આપી પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવ્યા હતા. પ્રથમ ત્રણ શ્રેષ્ઠ ગૌશાળા, પ્રથમ ત્રણ શ્રેષ્ઠ પાંજરાપોળ તેમજ પ્રથમ ત્રણ શ્રેષ્ઠ ગૌ રક્ષકો અને જગતસિંહ જાડેજા, ભારતભાઈ પરાસાણા, કિશોરભાઈ આંદીપરા, ચંદ્રેશપટેલ વિગેરે ગૌ સેવકોનું સન્માન કરાયું હતું.

પ્રસંગને અનુરૂપ ગૌ ઉપાસનાના ગીતોની સેવા નીલેષ પંડ્યા અને તેની ટીમના સાથીદારોએ આપી હતી. આ રક્તદાન શિબિરમાં ૭ લાખ ૬૧ હજાર શીશી રક્ત એકત્રિત થયું હતું. ૧૫૨૨ રક્તદાતાઓએ પ્રેરણાદાયી રક્તદાન કર્યું હતું.

ડાકોર, જૂનાગઢ, રાજકોટ સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાયના સંતો, રામકૃષ્ણ આશ્રમ રાજકોટના સ્વામીશ્રી, સત્તાધારના મહંતશ્રી, શંકર મહારાજ, આર્ષ વિદ્યામંદિરના સ્વામીશ્રી પરમાત્માનંદ સરસ્વતી, જૈન આચાર્ય મહારાજશ્રી, હવેલીના બાવાશ્રી તેમજ વિવિધ ધર્મના મઠ મંદિરના સંતો, મહંતોએ, હાજરી આપી સમગ્ર કાર્યક્રમને આશીર્વાદ પાઠવ્યા હતા. શિવલાલભાઈ વેકરિયા, ટી.ડી. પટેલ, પ્રવીણભાઈ મણિયાર, જ્યોતીન્દ્રમહેતા, ડાયાભાઈ ડેલાવાળા, ધનસુખભાઈ વોરા, ડો.સુરેશ જોષીપુરા, શૈક્ષણિક ક્ષેત્રના આગેવાનો, ઉદ્યોગપતિઓ, વેપારીઓ, સમાજ શ્રેષ્ઠીઓ, ગૌ સેવકો, ગૌ રક્ષકો, ગૌ પાલકો, અગ્રણી ખેડૂતો, ડોક્ટરો, વકીલો, જુદી જુદી જ્ઞાતિના આગેવાનો તેમજ સમગ્ર ગુજરાતમાંથી ગૌશાળા - પાંજરાપોળના સંચાલકો, વિદ્યાર્થીઓએ ઉપસ્થિત રહી ડો. કથીરિયાનું અભિવાદન કર્યું હતું સમગ્ર કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા, ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયાના માર્ગદર્શનમાં સર્વે કાર્યકર્તાઓ, વિવિધ સંગઠનોના પ્રતિનિધિઓ, ગૌ પ્રેમી ભાઈ બહેનો, તેમજ અન્ય મહાનુભાવો અને નામી અનામી સૌએ અથાગ મહેનત કરી કાર્યક્રમને સફળ બનાવ્યો.

## આબોલ જીવો માટે જીવદયાનું પ્રેરણાદાયી કાર્ય

મકરસંક્રાંતિ પર્વએ અબોલ જીવો માટે જીવદયા પ્રેમી કિશોરભાઈ કોરડિયાએ ૬૦ કલાકના ઉપવાસ કરીને રૂા- ૬, ૩૬, ૬૩૬/-નો ફાળો એકત્રિત કરી પાંજરાપોળને અર્પણ કર્યો. પ્રતિ વર્ષ કરતા આ વર્ષે રોકોડ જીવદયા ફાળો એકત્રિત કરવા બદલ ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયા ( અધ્યક્ષ: ગુજરાત ગૌ-સેવા આયોગ ) મેયર જનકભાઈ કોટક, જૈન સમાજના સાધુ - સાધ્વીજીશ્રીઓએ તેમને આશીર્વાચન સહ શ્રેષ્ઠ જીવદયા કાર્ય બદલ અભિનંદન પાઠવ્યા. આ પ્રસંગે જૈન સમાજના અગ્રણીઓ અને ગૌ-પ્રેમીઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

સત્યનો પ્રવાહ પોતાની ભૂલોની નીકો વાટે વહે છે. — ટાગોર



## સજન રે જૂઠ મત બોલો.....

સજન રે જૂઠ મત બોલો, ખૂદા કે પાસ જાના હે,  
 ન હાથી હે, ન ઘોડા હે, વહા પેદલ હી જાના હે..... સજન  
 તુમ્હારે મહેલ ચોબારે યહીં રહ જાયેગે સારે,  
 અકડ કિસ બાત કી પ્યારે (૨), ચે સર ફિર ભી ઝુકાના હે..... સજન  
 ભલા કીજે ભલા હોગા, બૂરા કીજે બૂરા હોગા,  
 બહી લિખ લિખ કે કયા હોગા (૨), યહીં સબ કુછ ચૂકાના હે..... સજન  
 લડકપન ખેલ મેં ખોયા, જવાની બિંદ ભર સોયા  
 બુઢાપા દેખ કર સોયા (૨) વહી કિસ્સા પુરાના હે... ..સજન  
 - 'તિસરી કસમ'

## સ્વામી વિવેકાનંદની ૧૫૦મી જન્મ જયંતિએ 'યુવાશક્તિ' જાગૃત કરીએ

લોહું ગરમ હોય ત્યારે તેના પર હથોડાના ઘા કરો. એ વખતે આળસ નહીં ચાલે. કામમને માટે ઈર્ષ્યા અને અહમ્ ભાવને ઊંડા દરિયામાં પધરાવી દો. અતૂટ શક્તિ સહિત કાર્યક્ષેત્ર પર આવો અને સમગ્ર બળ વાપરી કાર્ય કરો.

ધ્યાન એ બહુ અગત્યની વસ્તુ છે, ધ્યાન ધરો ! ધ્યાનમગ્ન મન એ આધ્યાત્મિક જીવનની બીલકુલ નજીક છે. આપણા દૈનિક જીવનની એવી ક્ષણે આપણે પૂરે પૂરા નિર્વિષયી હોઈએ છીએ.

રાજકારણનો ધર્મ સાથેનો નિકટનો સંબંધ ધર્મને અને ધર્મના આત્માને હાણી નાખે છે. પવિત્ર વિચારનું સદા મનન કરવું જોઈએ અને હલકા સંસ્કારોને દૂર કરવા મથવું જોઈએ.

કાર્ય કરવું એ ઘણું સાફ છે. તે વિચારમાંથી આવે છે એટલે મસ્તકને ઉન્નત વિચારોથી, સર્વોચ્ચ આદર્શોથી ભરી દો. તેમને રાત દિવસ તમારી દષ્ટિ સમક્ષ રાખશો તો તેમાંથી જ મહાન કાર્યોનો જન્મ થશે.

## પેય જળ-શુદ્ધિની સાદી રીતો

નાગપુરની નીરી સંસ્થાએ કેટલીક સાદી દેશી રીતોની ચકાસણી કરીને પેય જળ શુદ્ધિ માટે માન્યતા આપી છે. આપણા પૂર્વજે આવી રીતો અપનાવતા અને સદા તંદુરસ્ત રહેતા.

(૧) કપડાના ગરણે ગાળેલું, ઠારેલું (આછરેલું) પાણી માંજેલા તાંબાના વાસણમાં ૪૮ કલાક રાખવાથી તે શુદ્ધ બને છે. તે ૧૦૦ ટકા જંતુ રહીત છે. એવી જ રીતે પીત્તળના વાસણમાં ૪૮ કલાક પાણી ભરી રાખવાથી તે ૯૯ ટકા જંતુ રહીત બને છે.

(૨) પારદર્શક કાચના શીસામાં ગાળેલું પાણી ભરી, બૂચ દઈ સવારે ૧૦ થી સાંજે ૪ વાગ્યા સુધી સૂર્ય કિરણોમાં રાખવાથી તે પાણી વિશુદ્ધ બને છે. ૩૭થી ૪૦ ડિગ્રી સે. તાપમાન ઉત્તમ ગણાય છે.

(૩) સરગવાના બીનું ચૂર્ણ કરી પોટલી બાંધી પાણીમાં ઘડાની અંદર લટકાવી જળ શુદ્ધ કરી શકાય છે. આ રીતે કુવા/ બોરના પાણીને શુદ્ધ કરી પીવાના ઉપયોગમાં લઈ શકાય.

-સંકલન

## ફેબ્રુઆરી માસના યાદગાર દિવસો

૪ ફેબ્રુ	: વિશ્વ કેન્સર દિન	૨૮ ફેબ્રુ	: વર્લ્ડ સાયન્સ ડે
૧૨ ફેબ્રુ	: સર્વોદય દિન	૨૯ ફેબ્રુ	: શિવાજી જયંતિ
૨૦ ફેબ્રુ	: મહા શિવરાત્રી / સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતી જન્મ દિન		

## રાષ્ટ્રીય સેમીનાર

“વંદે ગૌમાતરમ્”



“ગૌ આધારિત કૃષિ, સ્વાસ્થ્ય એવં પર્યાવરણ” અંગે ૨૫ અને ૨૬ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૨ના રાષ્ટ્રીય સેમીનાર

સ્થળ : આણંદ કૃષિ યુનિવર્સિટી, આણંદ.

આયોજક : ગૌ સેવા આયોગ ગુજરાત, ગાંધીનગર.

અધ્યક્ષ : ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયા

આપશ્રી સુવિદીત ઈમે કે, લગાતાર કુદરતી અને ધૃત્તિમ માનવ સર્જીત આપદાઓથી આજે સમગ્ર વિશ્વ ક્ષુબ્ધ છે. ૨૧ મી સદી વિકાસની સદી બની રહેવાને બદલે વિશ્વ વિનાશની તરફ આગેફૂચ કરી રહ્યું હોય, એવું ભયાવહ ચિત્ર ઉપસી રહ્યું છે, શ્રી અલગોરેએ જોને "Inconvention Truth" કહ્યું છે કે, તે વૈશ્વિક પર્યાવરણની સમસ્યા આજે વૈવેકિય સૃષ્ટિ માટે પડકારરૂપ બની રહી છે. ત્યારે "Inconvention Truth" થી નિરાશ ન થતા, ફક્ત નિ:સહાય થઈ જોઈ ન રહેતા, માન. મુખ્યમંત્રીશ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીએ તેને "Convenient Action" માં પરિવર્તિત કરવા અને વિશ્વ જીવવા લાયક, સર્વ મંગલકારી બની રહે તે અર્થે અનેકવિધ આર્થિક, સામાજિક અને માનવીય કાર્યક્રમોનું મહા અભિયાન છેડ્યું છે.

આ મહા અભિયાનના ભાગરૂપે ગૌ-સેવા આયોગના માધ્યમથી ‘ચલો ગાય કી ઔર, ચલો પ્રકૃતિ કી ઔર’ વિભાવનાને સાકાર કરવાની દિશામાં નક્કર પ્રયાસો હાથ ધરાયા છે. આપણે સૌ ગાયની મહત્તાને વધતે ઓછું અંશે જાણીએ છીએ. ગાય આપણી આસ્થા છે, શ્રદ્ધા છે, ગાય માતા છે. ગાય ઈશ્વરનું સાક્ષાત સ્વરૂપ છે. તે સર્વસુખદાયિની, મંગલકારી અને કલ્યાણકારી છે. પરંતુ હજુ તેનું ખરા અર્થમાં ઉડાણથી આર્થિક, સામાજિક, સાંસ્કૃતિક અને આધ્યાત્મિક મહત્વ સમજ્યા નથી. ગાય આધારિત આરોગ્ય, કૃષિ, પર્યાવરણ અને સામાજિક આર્થિક ઉત્કર્ષ વૈશ્વિક સમસ્યાઓના સમાધાનનો મહત્વનો હિસ્સો છે. ગાય આંગણાની શોભા છે. કુટુંબનું અવિભાજ્ય અંગ છે. ગાયનો સ્પર્શ માત્ર પાવન છે. ૨૧મી સદીની બધી જ સમસ્યાઓનું સમાધાન ગૌરક્ષા, ગૌપાલન અને ગૌસંવર્ધનમાં સમાવિષ્ટ છે. જન્મથી મૃત્યુ સુધીની ગાયની જીવનયાત્રા સમગ્ર વિશ્વના તેમ જ જીવસૃષ્ટિના કલ્યાણ માટે છે. ગાયના ‘પંચગવ્ય’ દૂધ, દહીં, ઘી, ગૌમૂત્ર અને ગોબરની મહત્તા અપાર છે.

ગૌ સેવા આયોગના માધ્યમ દ્વારા ‘સર્વ જન સુખાય અને સર્વ જન હિતાય’ ને સાર્થક કરવા અને જન જાગૃત્તિ અર્થે ‘ગૌ આધારિત કૃષિ, સ્વાસ્થ્ય અને પર્યાવરણ’ વિષય ઉપર ગુજરાત કૃષિ યુનિ. આણંદ ખાતે તા. ૨૫-૨૬ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૨ એમ બે દિવસની આયોજિત ‘નેશનલ કોન્ફરન્સ’માં રજીસ્ટ્રેશન કરાવી ગૌ સેવાના આ મહાવિજ્ઞામાં સહભાગી થવા આગ્રહ ભરી વિનંતી છે.

● વધુ વિગત માટે સંપર્ક કરો ●

<b>ડો. એ. એમ. ઠક્કર</b> ઓર્ગ. સેક્રેટરી, ડીન અને પ્રીન્સીપાલ, વેટરનરી સાયન્સ એન્ડ એ.એચ. કોલેજ આણંદ એગ્રીકલ્ચર યુનિ. આણંદ, ફોન:(૦૨૬૯૨) ૩૮૮૦૦૧ મો.૦૮૯૯૮૧૦ ૦૮૯૯૭૦	<b>ડો. એમ.એન. બ્રહ્મભટ્ટ</b> ડો.ઓર્ગ. સેક્રેટરી વેટરનરી સાયન્સ એન્ડ એ.એચ. કોલેજ આણંદ એગ્રીકલ્ચર યુનિ. આણંદ, ફોન:(૦૨૬૯૨) ૩૮૮૦૦૧ મો.૦૮૯૯૨૫૬૩૮૯૩૬
---	---

- ડો. વલ્લભભાઈ કથીરિયા, અધ્યક્ષ : ગૌ સેવા આયોગ, ગાંધીનગર.



## ખજુર ખાઓ... તંદુરસ્ત રહો

સામાન્ય રીતે આપણે શિયાળામાં પાકો અને વસાણા ખાઈને વર્ષની શક્તિ મેળવી લઈએ છીએ. શિયાળામાં આપણે ખજુર પાક પાણ ખાઈએ છીએ. પરંતુ નિખળાતોના મને શિયાળામાં જ શા માટે? આપણે દરરોજ ખજુર ખાવો જોઈએ, ખજુરમાં પોષ્ટિક તત્વો ભરપુર માત્રામાં હોય છે અને આરોગ્યની ઘણી સમસ્યાઓ ખજુર ખાવાથી દૂર થાય છે.

**શક્તિમાં વધારો:** ખજુરમાં પુષ્કળ કેલેરીઝ હોય છે. અને અતિ શ્રમિત લોકોને ફરીથી હરતા ફરતા ઉર્જાવાન થવામાં તે મદદ કરે છે. ખજુરમાં ૭૨ થી ૮૦ ટકા શર્કરા ખાસ કરીને ગ્લુકોઝ અને ફ્રુક્ટોઝ હોય છે. એ ખજુરને કુહ બનાવે છે. ઉપવાસમાં પારાણ કરવા માટે ખજુર ઉત્તમ છે. સામાન્ય રીતે આપણે જ્યારે ઉપવાસ કરીએ છીએ ત્યારે આપણું બ્લડ શુગર લેવલ ઘટે છે. જે કુદરતી શર્કરા સમતોલ કરે છે. જ્યારે નોર્મલ બ્લડ શુગર લેવલ ફરીથી જમા થાય છે, ત્યારે ભૂખ સંતોષાય છે. ઉપવાસ પછી આપણને વધુ પડતુ ખાતા અટકાવે છે.

**એનિમિયા:** મોટા ભાગે એનિમિયા (સગભાં સ્ત્રી અને બાળકોને) આયર્નની ઉણપને લીધે થાય છે. ખજુરમાં સારી માત્રામાં નોન હિમ આયર્ન ૭.૩ મિ.વિ./૧૦૦ ગ્રામ ) હોય છે. જે આયર્નની ઉણપને સરભર કરે છે. જે કે શરીરમાં આયર્ન એક્સોર્બ કરવાનું મુશ્કેલ છે. એ સારી રીતે એક્સોર્બ થાય તે માટે પછી લેમન ઓરેન્જ ન્યુસ પીવો જોઈએ.

**નર્વસ સીસ્ટમને મજબુત કરે છે :** સ્નાયુઓના સંકોચનને જળવવા અને હૃદયના સ્નાયુઓ સરળતાથી કામ કરે એ માટે પોટેશિયમ જરૂરી ખનીજ છે. તે બ્લડ પ્રેશર ઘટાડે અને સોડિયમ વધારે છે. ખજુરમાં પોટેશિયમની માત્રા વધુ અને સોડિયમની માત્રા ઓછી હોવાથી હાઈ બી.પી. માટે ખજુર સારો વિકલ્પ છે.

-સંકલન

## બીલીના ઘરગથ્થુ ઉપચાર

- બીલીના પાનના રસનો કોગળા કરવાથી મોમાં પડેલ ચાંદા મટે છે.
- વારંવાર મેલેરિયા થઈ જતો હોય તેમણે બીલીના પાનનો રસ અને તુલસીના પાનનો રસ ભેગો કરીને પીવો.
- બીલીના પાનનો રસ અને તુલસીના પાનનો રસ દિવસમાં ત્રણ વખત લેવાથી કફ અને શરદી, ઉધરસમાં રાહત થાય છે.
- પરસેવાની દુર્ગંધમાં બીલીના પાનનો રસ શરીરે ચોળવાથી પરસેવાની દુર્ગંધ દૂર થાય છે.
- ગાયના દુધમાં બીલીની છાલનો રસ જીરૂ નાખી પીવાથી પુરૂષોને ધાતુ પુષ્ટિ થાય છે. પેશાબમાં જતી ધાતુ અટકે છે.
- કાચા બીલીના ગર્ભને સુકવી તેનું ચૂર્ણ બનાવી તેમાં સમભાગ ચૂર્ણ મીકસ કરી બેવાર ચૂર્ણ લેવાથી ઝાડા મટે છે.

### : વિજ્ઞાપ્તિ :

‘વસુંધરા જ્યોત’ માસિક મુખપત્ર આપ નીચે દર્શાવેલ ‘વેબ સાઈટ’ પર વાંચી શકશો. આપના પ્રતિભાવો આપેલ ઈ-મેઇલ ઉપર મોકલવા નમ્ર વિનંતી - તંત્રીશ્રી,

[www.vasundharatrust.org](http://www.vasundharatrust.org)  
E-mail: [vasundharaorg.raj@rediffmail.com](mailto:vasundharaorg.raj@rediffmail.com)

‘આપણી શાળાઓના વર્ગ ખંડોમાં ચાર દિવાલો વચ્ચે ભૂગોળનું શિક્ષણ અપાય છે, તેમાં વિશ્વની સાત અજાયબીઓની માહિતી બાળકોને આપીને એની આંખમાં રહેલી (બાળપણ અને નિર્દોષતાની) આઠમી અજાયબીનો નાશ કરવામાં આવે છે’.

## દૈવી પાંખો

દેશના એક રાષ્ટ્રીય ઉદ્યાનમાં એક વખત દાવાનળ ફાટી નીકળ્યો. સેંકડો કિલોમીટરમાં ફેલાયેલાં વૃક્ષો, છોડવાઓ તેમજ ઘાસ બળીને ભસ્મ થઈ ગયું. આગને ઠારતા પાણુ થોડાક દિવસો લાગી ગયા. આગ સંપૂર્ણ પાણુ ઠરી ગઈ. પછી એ વિસ્તારના રેન્જ ફોરેસ્ટ ઓફિસર પોતાના માણસો સાથે વન્ય જીવોની કેટલી ખુવારી થઈ છે તેનો અંદાજ લગાવવા માટે નીકળ્યા. એક પર્વત પર ચડતાં એમણે એક વિચિત્ર દૃશ્ય જોયું. બળીને સાવ ઢૂંઠા થઈ ગયેલા એક ઝાડ નીચે એક વિશાળ પક્ષી ઊભા ઊભા જ સળગી ગયું હતું. જાણે કોલસો જ બની ગયું હતું. ફોરેસ્ટ ઓફિસરે પોતાની લાકડીથી એ પંખીને આડું પાડ્યું. જેવું પંખી આડું પડ્યું કે તરત એની પાંખ નીચેથી ચીં..ચીં...કરતા ત્રણ નાનકડા અને થોડાક નબળા પડી ગયેલા બચ્ચા નીકળી આવ્યા. બધાના આશ્ચર્ય વચ્ચે આટલી ભીષણ આગ વચ્ચે પાણુ એ જીવતા રહ્યા હતા. એની માતાની દૈવી પાંખો નીચે એમને બરાબર રક્ષણ મળી શક્યું હતું. પેલી પક્ષી માતાને ખબર જ હતી કે આગ બધે ફેલાવાની જ છે. આમેય પક્ષીઓને તો આની આગોતરી જાણ થઈ જતી હોય છે ! એ ધારત તો ઊડીને દૂર પાણુ જઈ શકી હોત. પરંતુ પોતાના બચ્ચાને નોંધારા છોડી દેવાને બદલે એણે એમને પોતાની પાંખો નીચે ગોઠવી દીધા હશે. જ્યારે અગ્નિની જાળ એને અડકી હશે ત્યારે પાણુ એ જરાક પાણુ હલી નહીં હોય, કારણ કે જે એ હલી જાય તો પાંખ નીચેથી બચ્ચા બહાર આવી જાય. એ એમજ ઊભા ઊભા જ સળગી ગઈ હશે. એનો નિશ્ચય કેવો દૃઢ અને અડગ હશે ? એણે નક્કી જ કરી લીધું હશે કે એને મરવાનું જ છે, કારણ કે નાનકડી ત્રણ જિંદગીઓને હવું જીવવાનું બાકી હતું....

આપણા અનેક અવતારો, મહાન પુરૂષો તેમજ સરહદ પરના બહાદુર જવાનોએ આપણે શાંતિથી જિંદગી જીવી શકીએ એ માટે આવી જ રીતે અગન પીછોડી ઓઢી લીધી છે ને? એ દૈવી પાંખોના આપણે હંમેશા ઋણી રહીશું.....

- ‘પ્રેરણાનું પુષ્પ’માંથી સાભાર



વસુંધરા ટ્રસ્ટ રાજકોટ, ટી.આઈ.પ્રોજેક્ટ અંતર્ગત એફ.એસ. ડબલ્યુ. બહેનોના સશક્તિ કરણ માટે બંધારણ તેમજ એમના લગતા કાયદાઓ અને માનવ અધિકાર અંગેની તાલિમ આપવામાં આવી.