

रुचि चिंतनना सांनिध्यमां

समाजने  
व्यसनमुक्त करवा  
शुं करवुं ?

गायत्री मंत्र अमारी साथे साथे

ॐ लूर्लुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं लर्गो- ।  
देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

अभिल विश्व गायत्री परिवार

<http://awgp.org>

<http://rushichintan.com>

### સમાજને વ્યસનમુક્ત કરવા શું કરવું ?

દેવીઓ અને ભાઈઓ,

લોકોની ધનસંપત્તિ, ચારિત્ર્ય, તંદુરસ્તી અને મર્યાદાઓનો નાશ કરીને સમાજને અધઃપતનની ઊંડી ખાઈ તરફ ધકેલનારો વ્યસનરૂપી રાક્ષસ પોતાના સંપૂર્ણ પ્રભાવ સાથે આજે ચોતરફ ફૂલીફાલી રહ્યો છે. આજે તો ઘેર ઘેર, ગલીએ ગલીએ, સ્કૂલ, કોલેજો તથા બીજા સાર્વજનિક સ્થળો પર તથા બસો અને ટ્રેનોમાં પણ આ વ્યસનરૂપી રાક્ષસ ધૂમ્રપાન, તમાકુ, પાનમસાલા, ગુટખા, શરાબ, ગાંજો, ભાંગ વગેરેનો રૂપમાં જ્યાં જુઓ ત્યાં સર્વત્ર નજરે પડે છે. ઓફિસો અને સાર્વજનિક મકાનોની દીવાલો અને ખૂણા પાનમસાલા અને તમાકુની પિચકારીઓથી ચીતરેલા જોઈને સખત ધૂણા ઉત્પન્ન થાય છે, પરંતુ ગંદકી ફેલાવનારાઓને તો આનાથી કોઈ ફરક પડતો નથી.

એક યુગસૈનિક આ રાક્ષસ સામે કેવી રીતે ઝઝૂમે ? તેના માટે અહીંયા કેટલાક રચનાત્મક ઉકેલ આપવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યા છીએ. આ પ્રયત્નોથી કેટલી સફળતા મળશે તેની ચિંતા કરવી છોડી દો. આપણો પ્રયત્ન યોગ્ય દિશામાં, પવિત્ર ઉદ્દેશથી આપણી પૂરી શક્તિ અને તાકાત સાથે થઈ રહ્યો છે તેને જ પરિણામ ગણો. યુદ્ધમાં જીત કોની થઈ ને હાર કોની થઈ તે વાત અગત્યની નથી, પણ વીરતાપૂર્વક કોણ લડ્યું તે જ વાત અગત્યની છે. આપણને વિજય જ મળશે એવી આશા સાથે છેક છેવટ સુધી ઝઝૂમતા રહેવું તે જ યુગસૈનિકનો ધર્મ છે. સફળતા, નિષ્ફળતાનો વિચાર યુગસૈનિકે કરવાનો હોય જ નહીં.

દરેક યુગસૈનિક પોતાની અંદર આત્મવિશ્વાસ અને આત્મબળ પેદા કરે. સાથે સાથે એ પણ વિચારે કે યુગપરિવર્તન માટે સમાજને સભ્ય અને સંસ્કારી બનાવવાના પ્રયત્નમાં આપણે એકલા નથી. આપણને મદદ કરવા માટે, સહયોગ આપવા માટે વિરાટ ગાયત્રી પરિવારની છત્રછાયા, મા ગાયત્રીની કૃપા અને ઋષિયુગ્મના આશીર્વાદ સતત આપણી સાથે જ છે. જેનું કામ આપણે કરી રહ્યાં છીએ તે આપણું ધ્યાન કેમ ન રાખે ?

## ऋषि चिंतनना सांनिध्यमां

दरेक युगसैनिके पूरता प्रमाणमां व्यसनमुक्तिनी नानी नानी चोपडीओ पोतानी पासे राखवी ज जोधये. आ उपरांत व्यसनमुक्तिने लगता आकर्षक अने सस्ता झेल्डरो तथा पत्रको पण छपावी शकय. तेने मइतमां वईयवा जोधये. आ पत्रकोमां व्यसनमुक्ति आंदोलन संबंघित नानी नानी पुस्तिकाओना प्रेरणादायी अवतरणो पुस्तिकाना नाम साथे आपवाथी लोको ते पुस्तिका पूरेपूरी वांचवा माटे प्रेराशे अने तेनुं वेंयाण पण करी शकशे.

ज्यारे पण युगसैनिक कोई व्यक्तिने धूम्रपान करती अथवा तमाकु गुटणा भाती जुये तो तेने तरत ज नम्र विनंती करो के भाई ! तमे आ बीडी, सिगारेट पीवानुं छोडीने मारी वात ध्यानथी सांभणो. पछी तेने भूष ज विनम्रताथी आ व्यसनोथी थनारा नुकसानथी अने तेनी भयानकताथी वाकेइ करो. युगसैनिके तेने लगता साहित्यनुं वांचन करी तेमांथी प्रभावशाणी अने प्रेरणादायक इकीकतो याद राखी लेवी जोधये. कदाय सामेनी व्यक्ति आपनी सामे दलील करे तो तमे सामी दलील न करो, परंतु प्रामाणिक इकीकतो अने आंकडाना आधारे तेने पोतानी वात समजववा प्रयत्न करो, सामेवाणो कदाय ऐम पण कहे के हुं मारा पैसाथी पीवुं छुं तेमां कोईनुं शुं जाय छे ? तो तेने विनम्रताथी समजवो के नावमां बेठेल माणसोमांथी कोई ऐक समजवो के नावमां बेठेल माणसोमांथी कोई ऐक माणस पोतानी जग्या पर काणुं पाडीने बीजाओने कहे ते मारुं शुं जाय छे ? तो शुं ते योग्य छे ? नावमां काणुं तेणे पाडयुं होय, पण तेनुं भराब परिणाम तो बघांने भोगववुं पडे छे.

आम कोईपण व्यसनथी थतुं नुकसान व्यक्तिगत नहीं, परंतु सामाजिक नुकसान छे. तेना भराब परिणामो आभा समाजने भोगववा पडे छे. ऐक रीते जोता आप व्यसनी बनीने व्यसननो प्रचार ज करी रह्या छे. जेना कारणे बीजाओ पण व्यसनी बने छे. तमारा द्वारा छोडवामां आवेल जेरी धुमाडो, दुर्गध अने गंदकीने कारणे बीजा बघाने हालाकी भोगववी पडे छे अने नुकसान बेठवुं पडे छे. आवुं करवानो कोईने पण अधिकार नथी. आटलुं समजवी तेमने इरीथी नम्र विनंती करवी जोधये के आ राक्षस पर विजय मेणववा माटे तमारुं मनोबल तथा आत्मबल द्रढ बनावो.

## ઋષિ ચિંતનના સાંનિધ્યમાં

ક્યારેક કોઈ વ્યક્તિ આપની ફાંસી ઉડાવીને આપનો તિરસ્કાર પણ કરે, પરંતુ તેના માટે આપ પહેલેથી જ તૈયાર રહો. આ તો લોકસેવકોની મળતી ભેટ છે અને સફળતાનું પ્રથમ પગથિયું છે. માટે તેનાથી તમે સહેજ પણ ચલિત થશો નહીં.

કેટલાક લોકો તમારી વાતો સાંભળી પ્રભાવિત થઈ તમને વ્યસન છોડવા માટેના ઉપાય પણ પૂછશે. તો તમે તેને વ્યસનમુક્તિ આંદોલનની ચોપડીઓ વાંચવા માટે આપો. પોતાના મનોબળ અને આત્મબલને મજબૂત કરીને ઇષ્ટદેવ સમક્ષ તેને છોડવા માટેનો સંકલ્પ કરવાનું કહો. તેમનું નામ-સરનામું નોંધી લઈને પત્ર દ્વારા કે વ્યક્તિગત રીતે તેમનો સંપર્ક કરી વારંવાર તેમને સમજાવતા રહો. તમારી આત્મીયતા, સદ્વ્યવહાર અને તેમના પ્રત્યેની તમારી શુભકામના જરૂર કોઈક ચમત્કારી પરિણામ લાવશે. જે ભાઈ વ્યસન છોડી દે તેની પ્રશંસા કરો. યજ્ઞ, સત્સંગ અને ગોષ્ઠિ જેવા કાર્યક્રમોમાં તેમને બોલાવીને તેમને અભિનંદન આપો. તેમના વિચારો વ્યક્ત કરવાની તક આપો. જે લોકો ધીરે ધીરે વ્યસનને છોડવાનો પ્રયત્ન કરતા હોય તેમને પણ પ્રોત્સાહિત કરવાથી તેમનું આત્મબળ વધશે અને બહુ જલદી તેઓ વ્યસનથી મુક્ત બની જશે. આ રીતે યુગસૈનિકો દ્વારા વારંવાર ટોકવાથી અને પ્રેરણા આપવાથી વ્યસન કરવું એને એક સામાજિક ગુનો માનવામાં આવશે. જ્યારે મોટાભાગના લોકો વ્યસનને સામાજિક અપરાધ માનશે. તો વ્યસન કરવાની પ્રવૃત્તિ ઓછી થતી જશે તો ધીમે ધીમે એક દિવસ સંપૂર્ણપણે તે સમાજમાંથી નાબૂદ થઈ જશે.

સમાજમાં જાગૃતિ આવવાને કારણે નશીલા પદાર્થોની માંગ આપોઆપ ઓછી થઈ જશે, તેના કારણે તેના વેચાણમાં પણ ઓટ આવશે. આવી પરિસ્થિતિમાં વેપારીઓ પોતાનું વેચાણ વધારવા મો જાતજાતના ઉપાયો અપનાવશે. નશીલા પદાર્થોના વેપારીઓ અને ઉત્પાદકોને નમ્ર વિનંતી કરો કે તમે આ પદાર્થોનું ઉત્પાદન અને વેચાણ સંપૂર્ણપણે બંધ કરી દેશો તો સમાજ પર એક બહુ મોટો ઉપકાર કર્યો ગણાશે. વેપારના વિકલ્પ રૂપે 'તમાકુ તમોગુણી' પુસ્તક-૧૭ માં પાના પર આપેલ નુકસાનરહિત સોપારી, ફરડેની સાથે સંચળ વગેરેના મિશ્રણના સ્વાદિષ્ટ ટુકડાઓ પાઉચના રૂપમાં વેચો તો આપ લાભ અને શ્રેય બનેની કમાણી કરી શકો છો

## ઋષિ ચિંતનના સાંનિધ્યમાં

અને એમના મગજમાં ઠસાવવું જોઈએ.

આવા પ્રયત્નો કરવાથી સમજૂ માણસો તો પોતાનો રસ્તો અચૂક બદલી નાખશે અને સારા માર્ગે ચાલશે, પરંતુ અમુક અણસમજૂ મનુષ્યો તમારી આ વાત માનશે નહિ, તેમની સાથે થોડીક કડકાઈથી કામ લેવું પડશે, પણ એ તો અંતિમ ઉપાય છે. વ્યસનવિરોધીઓની સંખ્યા વધતાં બીડી, સિગારેટ પીનારા પાસેથી તેને આંચકી લઈને ફેંકી દેવા જેવી સ્થિતિ પણ જરૂર આવશે. પહેલા સમજાવટથી કામ લેવું અને ન માને તો અંતે થોડોક ચમત્કાર બતાવવો પડે છે. સીધી આંગળીથી ધી ન નીકળે તો આંગળીને થોડીક વાંકી કરવી પડે છે. લાતોનાં ભૂત વાતોથી માનતા નથી. મનુષ્યની અંદર રહેલા દેવત્વને બહાર લાવી સમાજને વ્યસનમુક્ત બનાવી એક સભ્ય સમાજની સ્થાપના કરવાનો પ્રયત્ન હંમેશા આપણે સહુએ કરવો જોઈએ.

આજે તો વ્યસનપ્રવૃત્તિના સખત વિરોધની તાતી જરૂરિયાત છે. તે માટે લોકોને ઉપરોક્ત હકીકતો અને જાણકારીઓથી માહિતગાર કરી તેમને સમજાવવું જોઈએ કે વ્યસન કરવું એ કોઈ ફેશન કે શોખની ચીજ નથી. પોતાને સુધરેલા બતાવવા માટે વ્યસન જરૂરી નથી. જ્યારે લોકોની માન્યતાઓ અને વિચારધારાઓ બદલાશે તો આ રોગ પોતાની મેળે જ દૂર થઈ જશે.

વ્યસનમુક્તિ માટે સમાજસેવા કરનારી બધી સંસ્થાઓને નીચે મુજબના કાર્યક્રમ વ્યસનરૂપી દાનવ પર વિજય મેળવવા માટે અપનાવવા જોઈએ.

(૧). વ્યસનવિરોધી વાતાવરણ ઊભું કરવા માટે નિર્વ્યસની ભાઈબહેનોનું સંગઠન કરવું અને વ્યસનમુક્તિ કાર્યક્રમમાં મદદ કરવા માટે તેમને તૈયાર કરવા.

(૨). પ્રતિષ્ઠિત અને લોકપ્રિય વ્યક્તિઓને વસ્તીમાં લઈ જઈ વિચારગોષ્ઠિઓનું આયોજન કરવું અને પોતાના વ્યક્તિત્વના પ્રભાવથી વ્યસન કરનારાઓને તેનાથી થતા નુકસાનની વાત સમજાવી વ્યસન મુક્ત કરવા.

## ऋषि चिंतनना सांनिध्यमां

(३). जयां जयां कथा, यज्ञ, सत्संग, संस्कार के तहेवार उजवाता होय त्यां अेकठा थयेला लोकोने व्यसन छोडीने सुभी जुवन जुववा माटे प्रेरणा आपवी. देवीशक्तिओनी हाजरीमां, भावनाप्रधान वातावरणमां तेमने आ भराब प्रवृत्तिमांथी छूटवा माटेनो संकल्प कराववो.

(४). संत, साधु के महात्माओना प्रवचनोमां पण आ प्रवृत्ति उपर भार मूकवो के मुकाववो. व्यसनने कारणे थता नुकसाननी वात जुदा जुदा दाभला दलीलो सहीत तेने समजाववी.

(५). समाजसेवानी भावनावाणा डॉक्टर के वैद्यो मारइते विचारगोच्छिथी मांडीने शिबिरो गोठववी, तेमां आ भराब प्रवृत्तिने कारणे थता नुकसाननी तेमने जाण करवी अने दवाओनी मददथी व्यसनमुक्ति कार्यक्रममां सहकार आपवो.

(६). कुटुंबना सभ्यो, भाणको, पत्नी अने अंगत मित्रो जो व्यसन छोडवा माटे सतत दबाण करता रहे तो कदाय सङ्गता मणी शके.

(७). व्यसनमुक्तिना आंदोलकोअे बेनर अने जंडा लईने सरघस काढवा, मादक द्रव्योना उत्पादन अने सेवन पर सरकार द्वारा प्रतिबंध मूकाय तेवी कार्यवाही करवी अने लोक प्रतिनिधियो द्वारा आ माटे सरकार पर दबाण लाववुं.

(८). व्यसनोने कारणे समाजमां बनती हृदयद्रावक घटनाओनुं संकलन करी तेने पत्रपत्रिकाओना माध्यम द्वारा मोटा अक्षरोमां प्रकाशित करवी जोछये.

(९). स्थानिक परिस्थिति अने संगठन मुजब दाडुना पीठां, शराबनी दुकानो अने अन्य नशीला पदार्थोनी दुकानो पर उपवास, धरणा के अेवा बीजा कार्यक्रमो द्वारा पण सङ्गता प्राप्त करी शकाय.

## ऋषि चिंतनना सांनिध्यमां

(१०). युग निर्माण योजना, मथुरा द्वारा प्रकाशित -व्यसनमुक्ति आंदोलन-ना सेट ओला पुस्तकालय, ज्ञानमंदिर द्वारा अथवा तो वेयाण द्वारा लोको सुधी पहोंयाडीने व्यसनीओना विचारोमां परिवर्तन करवानो प्रयत्न करवो जोछये. इवे १५ पानावाणी १० पॉकेट बुकना सेट भूब ज नञुवी किंमते अेक पुस्तकना ३० पैसा लेभे) मणी शके, जयां पण व्यसनमुक्ति आंदोलननी रेलीओ, सरघसो के यात्राओ नीकणे त्यां त्यां आ पुस्तक सेट बहु मोटी संभ्यांमां वहेंचवा जोछये. व्यसनमुक्तिना केलेन्डर तथा दवाओ पण तैयार करवामां आवी छे. रेलीओ माटे बेनर्स, स्टीकर्स तथा पेम्प्लेट पण तैयार कर्या छे. आ बधांनो उपयोग करवो जोछये.

अमने संपूर्ण विश्वास छे के उपरोक्त कार्यक्रमोना माध्यम द्वारा जो साथी ईमानदारी निष्ठा, लगन अने महेनत साथे प्रयत्न करवामां आवे तो समाजने व्यसनमुक्त करवामां आपणे संपूर्ण सङ्गता हांसल करी शकीशुं.

### ज्ञानयज्ञमां तमे पण आहुती आपो

समस्त संकटोनुं अेकमात्र कारण छे - मानवीय दुर्बुद्धि. जे उपायथी दुर्बुद्धिने दूर करी सद्बुद्धी स्थपाय, ते ज मानवकल्याणनो तथा विश्वशांतिनो समाधानकारक मार्ग छे.

युगऋषि परमपूज्य पं. श्रीराम शर्मा आचार्यज्ये वर्तमान युगनी समस्याना समाधान माटे इजरो पुस्तको लभ्यां छे. आ पुस्तकोने जन जनने वंचाववा ते आजनो युगधर्म छे. पुस्तक सूचि नीयेना सरनामे पत्र लभीने निःशुल्क मंगावो.

प्राप्तिस्थान : गायत्री ज्ञानपीठ, जूना वाडज, अमदावाड टे.नं. ०७६ २७५५७२५२

प्रकाशन : युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट, गायत्री तपोभूमि, मथुरा-३

फ़ोन : ०५५५-२५३०१२८, फ़ेक्स : ०५५५-२५३०२००

E-Mail : yugnirman@awgp.org.