

શાકાહારીઓ આટલા ઝનુની કેમ છે?

--વર્ષા પાઠક

“મારે નોન-વેજ ખાઈ જોવું છે.” શાકાહારી પરીવારની ૧૪ વરસની દીકરીએ અચાનક એક દીવસ જાહેર કર્યું. માતાપીતા સહીત બધાંને સહેજ નવાઈ તો લાગી; પણ એમાં આઘાત પામવા જેવું કોઈને લાગ્યું નહીં. આપણી સામાન્ય ભાષામાં ‘વેજટેરીયન’ જ ગણાય એવા આ પરીવારમાં કોઈ કોઈ વાર ઈંડાં આવે છે. એમના ઘણા મીત્રો માંસાહારી છે અને એમની સાથે બહાર જવાનું થાય ત્યારે એક જ ટેબલ પર વેજ અને નોન-વેજ બન્ને પ્રકારની વાનગી પીરસાય તો પણ એમને સુગ ચડતી નથી. એટલે સ્કૂલમાં ભણતી દીકરીએ નોન-વેજ વાનગી ટ્રાય કરી જોવાની ઈચ્છા દર્શાવી તો એમણે વીરોધ કર્યો નહીં.

ભણવા ઉપરાંત સ્પોર્ટ્સ અને આર્ટ્સમાં પણ મોખરે રહેતી છોકરીએ અત્યાર સુધી ફીશ અને ચીકન, એક વાર ખાઈ જોવું છે. મટન બાકી છે. એમાંથી એને માત્ર એક ફેમીલી ફ્રેન્ડના ઘરમાં બનાવેલી પ્રોન્સ ભાવી. આજની તારીખમાં એને લાગે છે કે નોન-વેજ કરતાં વેજ-ફ્રુડ વધુ ટેસ્ટી છે. બસ, ટેસ્ટ કરીને જોઈ લીધું!

ઘરના લોકોએ છોકરીના આ અખતરાને બહુ મહત્ત્વ નથી આપ્યું; પણ થોડાં દુરનાં એક આન્ટીજીને આ વાતની ખબર પડી, તો એ તો ભડકી જ ગયાં! “હાય, હાય! આપણા ઘરમાં માંસમચ્છી?” એમણે ગૃહીણી સામે આઘાત વ્યક્ત કર્યો.

“ઘરમાં નથી બનતાં. એણે એક ફેમીલી ફ્રેન્ડના ઘરમાં અને રેસ્ટોરાંમાં ખાધેલું.” મમ્મીએ જાણ કરી.

“પણ એવું નોન-વેજ ખાધા વીના શું રહી જતી હતી?” આન્ટીજીએ મોરચો પેલી બાળકી તરફ ફેરવ્યો.

“રહી તો નહોતી ગઈ; પણ એને જોવું હતું કે આટલા બધા લોકો ખાય છે એ વાનગીઓ કેવી હશે! જો કે એણે અમારી પરમીશન તો લીધી હતી.” પપ્પાએ દીકરીનો બચાવ કર્યો.

“અને તમે પરમીશન આપી પણ દીધી!”

“હા.”

“કાલે ઉઠીને સીગરેટ પીવાની પરમીશન માગશે, ત્યારે?”

“તો હું ચોખ્ખી ના પાડી દઈશ. મને ખબર છે અને મારી દીકરીને પણ સમજાવીશ કે સીગરેટ પીવાથી કેટલું નુકસાન થાય. બાકી કોઈ કોઈ વાર નોન-વેજ ખાવાથી એની તબીયત બગડી નથી જવાની,” પપ્પાએ સ્પષ્ટીકરણ કરી દીધું.

“તબીયત બગડે કે ન બગડે; પણ આપણા સંસ્કાર...” આન્ટીએ નવી લાઈન પકડી; પણ સામેવાળાએ એટલામાં જ રસ્તો બંધ કરી દીધો, એવું કહીને કે, “નોન-વેજ ખાવાથી કોઈ અસંસ્કારી નથી થઈ જતું.”

આ દલીલબાજી ચાલતી રહી અને કદાચ ભવીષ્યમાંય ચાલશે. દરેકને પોતપોતાનો અભીપ્રાય દર્શાવવાની છુટ છે; પરંતુ અહીં એક પ્રશ્ન જરૂર થાય કે, ‘મને ગમે તે સારું અને બીજાને ગમે કે બીજા કરે તે ખરાબ,’ આવું નક્કી કરી નાખવાનો અધીકાર આપણને આપ્યો કોણે?

લોકો પોતાની મરજીથી શાકાહારી બનીને રહે, શાકાહારથી થતા ફાયદાનો પ્રચાર કરે ત્યાં સુધી ઠીક છે; પણ માંસાહારથી થતા ગેરફાયદા વીશે ઢંગધડા વીનાની વાતો કરે, એમાં સંસ્કાર અને સંસ્કૃતિની ભેળસેળ કરે ત્યારે એમને ‘શટ અપ’ કહેવાનું મન થાય.

હમણાં કોઈ છાપામાં એવો એક અભ્યાસ થયાનું છપાયું કે શાકાહારીઓ વધુ બુદ્ધીશાળી હોય છે. બસ, પત્ની ગયું ! શાકાહારના ઝુંબેશકર્તા મંડી પડ્યા. શાકાહારીઓને વધુ ઈન્ટેલીજન્ટ ગણાવતા આ તારણ માટે કેટલા, કેવા પ્રકારના લોકોનો અભ્યાસ કરાયો, કયાં માપદંડ વપરાયાં... એવા સવાલો પુછવાને બદલે બસ, એક જ વાત, જોયું ને, અમે ન'તા કહેતા? વળી, વીદેશમાંથી વાત આવી હોય ત્યારે તો આપણા લોકો વધુ રાજી થાય અને કહે કે, 'જોયું ? પશ્ચીમના દેશો પણ હવે આવું માનતા થયા છે.'

સાચું પુછો તો આ સ્ટડીને હોંશે હોંશે સ્વીકારી લેવાને બદલે, તેનાં તારણ ભણી શંકાની નજરે જોવું જોઈએ. શાકાહારીઓ જો વધુ ઈન્ટેલીજન્ટ, હોશીયાર હોય તો અત્યાર સુધીમાં નોબેલથી માંડીને બીજાં બધાં દેશીવીદેશી પારીતોષીકો એમને જ મળવાં જોઈતાં હતાં. એક-બે નોબેલવીનર વેજીટેરીયન હોય, એનો પ્રચાર કરતી વખતે એ પણ યાદ રાખવું પડે કે બીજા સેંકડો વીધવીખ્યાત વૈજ્ઞાનીકો, લેખકો, સંગીતકારો અને ફીલોસોફરો પણ માંસાહારી હતા. ચાઈના, થાઈલેન્ડ, સાઉથ આફ્રીકા જેવા દેશોમાં લગભગ તમામ લોકો માંસાહારી છે. એ બધા બુદ્ધી વગરના છે?

આપણા દેશની વાત કરીએ તો જ્યાં સાક્ષરતાનો દર સૌથી ઉંચો છે એ કેરળમાં બહુમતી પ્રજા માંસાહારી છે. માછલી વીના જેમને ચાલે જ નહીં, એ બંગાળીઓએ કલા અને સાહિત્યનાં ક્ષેત્રમાં ઉત્તમ પ્રદાન કર્યું છે. અત્યાર સુધીમાં આપણને મળેલા લગભગ દરેક વડાપ્રધાન અને રાષ્ટ્રપતી માંસાહારી રહ્યા છે. ગાંધીજી શાકાહારી હતા, એવા છુટાછવાયાં ઉદાહરણ આપીને શાકાહાર ચડીયાતો હોવાના દાવા કરાય નહીં. માંસાહારના વીરોધીઓમાં એવું કહેનારા પણ છે કે માંસાહારીઓની પ્રકૃતી તામસી હોય છે. તો એનો અર્થ એવો ગણવો કે સરખામણીમાં બધા શાકાહારીઓ શાંત અને શાંતીપ્રીય હોય છે, ક્યારેય ઝઘડા કરતા નથી?

થોડા વખત પહેલાં એક ધર્મગુરુએ એમના ભાષણમાં કહ્યું કે, 'માંસાહારને કારણે સમાજમાં ભ્રષ્ટાચાર વધતો જાય છે.' આવું તારણ એમણે કેવી રીતે કાઢ્યું એ તો એ જ જાણે; પણ પોતાને શુદ્ધ શાકાહારી ગણાવતા કેટલાક વેપારીઓ બીઠનેસમાં ગફલા નથી કરતા? કરચોરી નથી કરતા? સરકારી અધીકારીઓને લાંચ નથી આપતા? હરીફના ધંધાને ચોપટ કરી નાખવા છેલ્લે પાટલે નથી બેસતા? ગેન્ગસ્ટરો સાથે સંબંધ નથી રાખતા?

બીજા એક પ્રવચનમાં માંસાહારથી સંસ્કાર અને સંસ્કૃતીનું પતન થતું હોવાની બુમાબુમ હતી. અહીં એ યાદ દેવડાવવાનું કે હજી આજે પણ દુનીયાની બહુમતી પ્રજા માંસાહારી છે. બે-ચાર જાણીતા લોકો વેજીટેરીયન થઈ ગયાનો પ્રચાર થાય એના પરથી એવા ભ્રમમાં રહેવાની જરૂર નથી કે દુનીયામાં વધુમાં વધુ લોકો શાકાહાર તરફ વળતા જાય છે. એન્ડ બાય ધ વે, ઘણી જગ્યાએ સી-ફુડ એટલે કે માછલી અને બીજા જળચરમાંથી બનતી ડીશ વેજ ગણાવાય છે એ તમને ખબર જ હશે.

તો પછી એવું ધારી લેવાનું કે દુનીયાની પોણાભાગની વસ્તી અસંસ્કારી-અસંસ્કૃત છે?

દીલગીરી સાથે કહેવાનું કે આપણે વેજ-નોનવેજવાળા ઈશ્યુને અમસ્તો જ ધર્મ સાથે સાંકળી લીધો છે. ધર્મ અને ખોરાક વચ્ચે શો સંબંધ હોઈ શકે? આપણે જેને પુજનીય વ્યક્તી કે દેવ તરીકે સ્થાપ્યા છે એ લોકો-દેવો શુદ્ધ શાકાહારી હતા?

આ બધું કહેવા પાછળ માંસાહારનો પ્રચાર કરવાનો કોઈ હેતુ નથી જ. હું પોતે શાકાહારી જ છું. ચાઈના, સાઉથ આફ્રીકા અને ઈઝરાયલ જેવા મુળ માંસાહારીઓના દેશોમાં વેજીટેરીયનોને પડતી તકલીફો ભોગવી ચુકી છું. પણ એવું ક્યારેય નહીં કહું કે માંસાહારીઓ શાકાહારીથી ઉતરતા છે. હું એમ માનું છું કે લોકોને જે ભાવતું હોય, ફાવતું હોય એ ખાવાની સ્વતંત્રતા હોવી જોઈએ. એ ખોરાક સારો કે ખરાબ એવું કહેવાનો અધીકાર બીજાઓને નથી. હા, સ્વાસ્થ્યને નજરમાં રાખો તો વધુ પડતા તળેલા, ગળ્યા, ભારે ખોરાકથી નુકસાન થાય એવું કહી શકાય. આ અભીપ્રાય પાછળ વૈજ્ઞાનીક

આધાર છે; પરંતુ શાકાહાર વીરુદ્ધ માંસાહાર એટલે સારા વીરુદ્ધ ખરાબનો જંગ, એવા ઉત્પટાંગ વીધાન કરવામાં શાણપણ નથી. અહીં જોવાનું એ કે માંસાહારીઓ ક્યારેય શાકાહારીઓને બુદ્ધી વગરના, અસંસ્કારી કે ઉતરતી કક્ષાના પુરવાર કરવાની મહેનત નથી કરતા. એનો અર્થ તો એ છે કે માંસાહારીઓ વધુ સહનશીલ, ઉદારમતવાદી છે. રાઈટ? (જો કે આવાં તારણો સાથે સહમત થવાની મુખર્ષિ કોઈ માસાહારી નહીં કરે.)

માંસાહારીઓ બીજા ખોરાકની ટેવમાં ચંચુપાત કરતા નથી, તો આપણે શાકાહારીઓ શું કામ આ બાબતે આટલી બુમાબુમ કરીએ છીએ, રીતસર ઝનુનમાં આવીને માંસાહારના દુષણો(!)નો પ્રચાર કરતા ફરીએ છીએ? આખરે આપણે શું પુરવાર કરવા મથીએ છીએ અને છેવટે એનાથી શો ફાયદો થવાનો છે? અમે શાકાહારી એટલે અમે વધુ સારા એવું કહેવાથી આપણો અહમ્ સંતોષાય છે અને બીજા ખામીઓ ઢંકાઈ જાય છે એમ જ ને?

ક્યારેક ખુદમાં શંકા હોય ત્યારે પણ માણસ સામેવાળાને ઉતારી પાડવાની કોશીષ કરે છે; જેમ કે ભારતીય સંસ્કૃતી મહાન છે, એવું કહેનારા આટલેથી અટકી જતા નથી. એલોકો પશ્ચીમી સંસ્કૃતીને ઉતરતી કક્ષાની ગણાવીને જ પોતાનાં ભાષણો પુરાં કરે છે. અરે ભાઈ, તમારી જ વાત કરો ને ! વાતે વાતે અમેરીકા અને ઈંગ્લેંડનું પતન થઈ રહ્યાના બરાડા શું કામ પાડો છો? એ લોકોને એમની પોતાની ચીંતા કરવા દો. આપણા કેટલાક ધર્મગુરુઓ એમના દરેક પ્રવચનમાં પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતીને ગાળો (સારા શબ્દોમાં) આપે છે. કદાચ એમને ડર છે કે પોતાની સંસ્કૃતી નબળી છે કે પછી ખુદની સંસ્કૃતી વીશે એમની પાસે કહેવા જેટલું જ્ઞાન નથી. માંસાહાર-શાકાહારની બાબતમાં પણ કદાચ આવું જ થઈ રહ્યું છે. અને હા, છેલ્લે એ પુછવાનું કે તમે ખરેખર શુદ્ધ શાકાહારી છો?

સમાજનો એક વર્ગ દુધને પણ માંસહાર ગણે છે. અંગ્રેજીમાં 'વીગન' તરીકે ઓળખાતા આ લોકો માને છે કે દુધ, દહીં ખાનારા ખુદને વેજીટેરીયન કહી ન શકે. આ વ્યાખ્યાને સ્વીકારો તો આપણા શાકાહારી ભાઈ-બહેનોમાંથી કેટલા જણની બાદબાકી થઈ જાય? રાતોરાત આપણે જ બુદ્ધીહીન, અસંસ્કારી, અધાર્મિક, અસંસ્કૃત માંસાહારીઓના વર્ગમાં આવી જઈએ ને?

કહેવાનું એટલું જ કે દુનિયામાં શાકાહારી અને માંસાહારી બન્ને પ્રકારના લોકો વસે છે. આહારને આધારે એમની બુદ્ધીવત્તા અને સંસ્કાર માપવાનું બંધ કરો. એક વાર નોન-વેજ ટ્રાય કરવાનું નક્કી કરનાર પેલી ૧૪ વરસની છોકરીના જ શબ્દોમાં કહીએ તો : 'ખાવું હોય તો ખાવ. બસ, બીજાનું દીમાગ નહીં ખાવ.' ('મુંબઈ સમાચાર')

-વર્ષા પાઠક

(રાજકોટથી ડૉ. યાસીન દલાલ સંપાદીત 'સૌજન્યમાધુરી'ના માર્ચ ૨૦૦૭ના અંકમાંથી સાભાર..)

'ઉંઝાજોડણી'માં અને 'વીજયા' ફે-ટમાં અક્ષરાંકન : uttamgajjar@hotmail.com

'સન્ડે ઈ-મહેફીલ' -- વર્ષ:બે -- અંક: 101 -- મે 13, 2007



માત્ર પંદર માસના ગાળામાં **2,85,000** જેટલા ભાષાપ્રેમીઓએ અત્યાર સુધીમાં

<http://www.gujaratilexicon.com> લેક્સીકોનની મુલાકાત લીધી. આપને

પણ લેક્સીકોનની આ નવી **interface**ની મુલાકાત લેવાનું નીમંત્રણ છે.

આપ સૌના સહયોગ થકી **સન્ડે ઈ-મહેફીલ**ના **5000** જેટલા વાચકો થયા અને રોજરોજ નવાં નામો ઉમેરાતાં

જાય છે એ પુરવાર કરે છે કે, દેશવીદેશમાં ગુજરાતી વાચનના રસીયા બહુ મોટી સંખ્યામાં છે જ...

સૌનો આભાર..અમારી **સન્ડે ઈ-મહેફીલ**ની અત્યાર સુધીની જુની સઘળી પીડીએફ ફાઈલો અમારી વેબસાઈટ

<http://gujaratilexicon.com/index.php?action=downloadSeM>

પરથી સરળતાથી ડાઉનલોડ થઈ શકશે. આ જ વેબ સાઈટ પરથી **લેક્સીકોન** અને **શ્રી વીપુલ કલ્યાણી** તરફથી લંડનથી પ્રકાશીત થતા **ઓપીનીયન**ની અને **શ્રી. પ્રવીણ વાઘાણી** (મેલ્બોર્ન-ઓસ્ટ્રેલીયા) તરફથી પ્રકાશીત થતા **‘માતૃભાષા’** માસિકોની મુલાકાતે પણ જઈ શકાશે..

◆◆◆
છે તેટલું તો વાપરો !

--રવીશંકર (મહારાજ) વ્યાસ

એક દીવસ ચાર-પાંચ જુવાનીયા મારી પાસે આવ્યા. વાતવાતમાં તેમણે પુછ્યું : “મહારાજ, અમે ઈંડાં ખાઈએ તે અંગે તમારો શો અભીપ્રાય છે?”

મને થયું : એમને શો જવાબ આપું? પણ તરત જ મારાથી કહેવાઈ ગયું : “અલ્યા, તમારે ઈંડાં ખાવા કે નહીં એમાં મને શું પુછો છો? - એ ઈંડાંની મુકનાર માને જ પુછી જુઓ ને !”

“પણ દાદા, નીર્જીવ ઈંડાં ખાઈએ તો?”

“પણ, મને એ તો કહો કે તમારે ઈંડાં ખાવા છે શું કામ?”

“કેમ ? ઈંડાંમાં પુષ્કળ વીટામીન અને પ્રોટીન હોય છે.” યુવાનોમાંના એકે કહ્યું.

“તમારી પાસે છે એટલું વીટામીન તો વાપરો !-પછી ખુટે તો વીચારજો.”

અને એના અનુસંધાનમાં ગાંધીજીની એક વાત મને યાદ આવી તે મેં જુવાનોને કહી સંભળાવી:

ગાંધીજી તો પ્રયોગવીર હતા. અનેક જાતના પ્રયોગો કરતા. એમનું જીવન એટલે પ્રયોગ. એક દીવસ ગાંધીજીને વીચાર આવ્યો કે માણસ જો કાર્યું જ અનાજ ખાવાની ટેવ પાડે, તો એની કેટલીય શક્તિ બચે અને ઓછી વસ્તુમાંથી પણ વધારે તાકાત મેળવી શકે.

ગાંધીજીને વીચાર આવ્યો એટલે જોઈએ શું ? પોતાની જાતથી જ શરુઆત કરે. એ જ એમના જીવનની વીશેષતા હતી. મને તેમની આ વાત ગમી અને હું તેમના આ પ્રયોગમાં જોડાયો. ત્રણ-ચાર દીવસ તો બાપુને આ પ્રયોગથી ખુબ સ્ફુર્તી રહી; પણ પછી તેમને ઝાડા થઈ ગયા.

એક દીવસ તેમના ઓરડામાં મારે કંઈક લેવા જવાનું થયું. બાપુએ મને બોલાવ્યો.

“તારો પ્રયોગ ચાલે છે?” એમણે પુછ્યું.

“હા.” મેં ટુંકો જવાબ આપ્યો.

“વજન ઘટ્યું?”

“પોણો શેર ઘટ્યું છે.”

“પણ શક્તિ ?”

“થોડી ઘટી હોય એમ લાગે.”

“તું શું કામ કરે છે?”

મેં મારે ભાગે આવતાં બધાં જ કામો ગણાવ્યાં.

“આ બધું કામ થઈ શકે છે?”

“હા, એમાં વાંધો નથી આવતો.”

“તો પછી શક્તિ થોડી ઘટી છે એમ શા ઉપરથી કહે છે?”

એ વાણીયાને હું શો જવાબ આપું ! અને પછી બાપુએ જે ભાષ્ય કર્યું તે હું હદી ભુલી શકું તેમ નથી :

“તને ખબર છે ? ખપની શક્તિ કરતાં વધારે શક્તિ શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય તો એમાંથી વીકાર જન્મે. આ બહુ સમજવા જેવી વાત છે. એટલે જેટલું કામ કરવાનું હોય એટલી જ શક્તિ ઉત્પન્ન કરવી જોઈએ. વધારાની શક્તિથી લાભ નથી; ઉલટાની વધારાની શક્તિ ચીત અને ઈન્દ્રીયોમાં વીકાર પેદા કરે છે.”

--રવીશંકર (મહારાજ) વ્યાસ

◆◆◆

‘ગાંધી-ગંગા’-ભાગ-એક (સંપાદક : **મહેન્દ્ર મેઘાણી**, પ્રકાશક : ગોપાલ મેઘાણી, લોકમીલાપ ટ્રસ્ટ, પો.બો. 23, ભાવનગર-364 001, પૃષ્ઠ : 244, મુલ્ય : 30 રુપીયા, વીદેશમાં : \$ 5 વીમાન-ટપાલખર્ચ સાથે)ના પાન નં. 234 પરથી સાભાર-- **સંપર્ક : lokmilaptrust2000@yahoo.com**

‘સન્ડે ઈન્ડેક્સલ’ -- વર્ષ : બે -- અંક : 101 -- મે 13, 2007

‘ઉત્તામગજારી’માં અને **‘વીજયા’** ફેન્ટમાં અક્ષરાંકન : **uttamgajjar@hotmail.com** ◆◆◆