વૈદ્ય પ્રેરક શાહના વારસદાર મોતીઓ

Pearls of Legacy

શિષ્યોના ગુરુ સાથેના સંસ્મરણો

(1988 - 2018)

સંકલનકર્તા : વૈદ્ય ધૃતિ કગરાણા

વૈદ્ય પ્રેરક શાહ ના
વારસદાર મોતીઓ

સંપાદન: વૈદ્ય ધૃતિ કગરાણા

:પ્રકાશક:
આયુર્લીંક આયુર્વેદ,
સિલ્વર સ્પ્રિંગ, ઝેવિયર્સ લેડીઝ હોસ્ટેલ પાછળ, નવરંગપુરા, અમદાવાદ
ફોન: ૦૭૯-૨૬૪૪૬૦૨૫
ઈ મેલ: ayulink@gmail.com

વૈદ્ય પ્રેરક શાહ ના વારસદાર મોતીઓ

સંપાદન: વૈદ્ય ધૃતિ કગરાણા

પ્રકાશક:
આયુલીંક આયુર્વેદ,
સિલ્વર સ્પ્રિંગ, ઝેવિયર્સ લેડીઝ હોસ્ટેલ પાછળ, નવરંગપુરા, અમદાવાદ
ફોન: ૦૭૯-૨૬૪૪૬૦૨૫
ઈ મેલ: ayulink@gmail.com

પ્રથમ આવૃત્તિ: ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯

કિંમત: પ્રાર્થના

મુદ્રક: આયુલીંક, અમદાવાદ

પ્રસ્તાવના

અમારા ગુરુ એવા વૈધ પ્રેરક શાહ અને આયુલીંક ઇન્ટરનેશનલ જયારે વર્લ્ડ આયુર્વેદ કોન્ફરન્સ, અમદાવાદ (વાકા ૨૦૧૯) નું તારીખ ૧૫-૧૬-૧૭ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯ ના રોજ જબરદસ્ત આયોજન કરી રહ્યું છે ત્યારે આવા અદ્ભુત કાર્યક્રમના આયોજન દરમ્યાન અમે એમની ૩૧ વર્ષની પ્રેક્ટીસ દરમ્યાન એમની પાસેથી કશુંક પામેલા એમના વિધાર્થીઓ અને અત્યારના સમાજમાં માનભેર જીવી રહેલા વૈધો એમના માટે શું કરી શકીએ, એવો સવાલ મને થયો. સાહેબના આયોજનમાં કશું કહેવાપણું કે કરવા લાયક હોય જ નહિ. એમના કાર્યક્રમનું આયોજન ભવ્ય તો હોય જ. એક એક નાની વાતોનું પ્લાનીંગ તો હોય જ. ત્યારે માત્ર કહેવા ખાતર 'સાહેબ, અમારે લાયક કામ કાજ કહેશો ' એવી ફોર્માલીટી કરવાને બદલે, અમે બધા સાથે મળીને અમારા તેમની સાથેના અનુભવો શેર કરતી આ નાની પુસ્તિકા આજે તેમને અર્પણ કરીએ છીએ.

આ સમગ્ર પુસ્તકમાં મારા વિચાર બીજને એક પુસ્તકનું સ્વરૂપ આપવા માટે ઘણા બધા લોકોએ મને સાથ અને સહકાર આપ્યો છે તે તમામનો હું આભાર માનું છુ.

વૈધ કિરણભાઈ (હાલમાં યુએસએ), વૈધ તનુજાબેન અને બીજા કેટલાક સાહેબના વારસદાર એવા વૈધોના અનુભવો આ પુસ્તકમાં સમયના અભાવે અમને ટાઈમસર મળી શક્યા નથી, અને કેટલાક વારસદાર વૈધોનો અમે સંપર્ક કરી શક્યા નથી તેનો અફસોસ છે.

- વૈધ ધૃતિ કગરાણા

અમદાવાદ

તારીખ: ૧૭.૨.૨૦૧૯

અમારી ભાવનાઓ- લાગણીઓને શબ્દ રૂપે તમારી સામે રજુ કરવામાં મદદરૂપ થવા બદલ વૈધ ગૌરાંગભાઈ દરજીનો અમે હ્દયપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ.

અનુક્રમણિકા

- **અને વૈદ્ય પ્રેરક શાહ જોડે શીખવાનું સ્વપ્ન થયું સાકાર...**
  - વૈદ્ય મનહર પ્રજાપતિ, એમ.ડી
- **ડાઉન ટુ અર્થ ગુરુ એટલે વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય અજય પીઠીયા, એમ.ડી., પંચકર્મ
- **આયુર્વેદમાં સ્કીલ ડેવલોપમેન્ટની પ્રેરણા આપનાર : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય હાર્દિક ભટ્ટ
- **મનેપંચકર્મની પરિચયથી પહેચાન સુધી સફર કરાવનાર – વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય તુષાર ત્રિવેદી
- **નીચે પડવાનો ડર નહિ પણ ઉડવાની પ્રેરણા આપનાર : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય જીગ્નેશ બેલાણી
- **પંચકર્મ ક્રાંતિના પ્રણેતા : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય પૂર્વા રાવલ
- **રજૂઆતના માણીગર : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય ચિતલ ગાલિયા
- **વણિક અને બ્રાહ્મણનું કોમ્બો : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય જયકૃષ્ણ જાની
- **લાઈફસ્ટાઈલ ડીસીઝમાં ઠાવકા : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય રીનલ
- **ફેઈલ થઇ અને મને આધુનિક ઋષિ મળી ગયા....**
  - વૈદ્ય પ્રીતિ પરીખ..
- **વાડા વગરના વૈદ્ય...છેક અમદાવાદ મળ્યા....**
  - વૈદ્ય જતીન ત્રિવેદી

- **હું રાકેશ શાહ, સાહેબની શિષ્યમાળાનો ૧૯૯૬ નો મણકો...**
  - વૈદ્ય રાકેશ શાહ
- **મનસી એકં, વચસી એકં, કર્મણી એકં મહાત્માન .. *મેં સાક્ષાત જોયું...***
  - વૈદ્ય હિમાંશુ જોશી
- **મારી કોસ્મિક એનર્જી નું પાવર હાઉસ : પી કે શાહ**
  - વૈદ્ય ચિરાગ ઝીન્ઝુવાડીયા
- **મારા જીવન ઘડતરનો પાયો : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - ડો. હિમાંશુ રૂપારેલ
- **સમય થી બે કદમ આગળ ... વૈદ્ય પ્રેરક શાહ...**
  - ડો. શરદ જોષી...
- **પૂર્વગ્રહ મુક્ત પ્રથમ પંક્તિના વૈદ્યરાજ...**
  - વૈદ્ય વિક્રમ શાહ
- **સાત સમંદર પાર નું મોતી.....**
  - Beata Horvath (Malaga, Spain)
- **આયુર્વેદના ગુગલ જેવું સર્ચ એન્જીન એટલે વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય હેતા પરીખ
- **પ્રેરણાનું વહેતું ઝરણું એટલે વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - શ્રી પરાગભાઇ શાહ (Father of Late Malhar Shah)
- **પ્રેક્ટીકલ પંચકર્મનો ખજાનો ખોલી આપનાર મારા માટે પહેલા આયુર્વેદ ડોક્ટર**
  - ડો. વિજય જૈન, ફ્લોરીડા, અમેરિકા
- **ઇનોવેશનની દુનિયા સાથેની મુલાકાત કરાવનાર વૈદ્ય પ્રેરક શાહ**
  - વૈદ્ય ધૃતિ કગારાણા

અને વૈદ્ય પ્રેરક શાહ જોડે શીખવાનું સ્વપ્ન થયું સાકાર....

મને એ પ્રેરક સર જોડેની પ્રથમ મુલાકાત બરાબર યાદ છે, સેમીનાર પત્યા પછી સાહેબ જોડે મળવું અને શરમાતાં શરમાતાં ઉભા રહેવું. મારો મિત્ર સ્વ. મલ્હાર શાહ ફર્સ્ટ યરથી જ સાહેબ જોડે શીખવા જતો અને એની વાતો આયુર્વેદ માટે અમને પરીકથાઓ જેવી લાગતી.મલ્હાર કહેતો સાહેબ જોડે ભૂરીયાવ શીખવા આવે છે, પલાંઠી વાળી નીચે બેસે અને કકડાટ શ્લોકો બોલે છે. સાહેબ એક સાથે ૮-૧૦ દેશમાં આયુર્વેદ ના પ્રચાર-પ્રસાર માટે જાય છે. આ બધું સાંભળી મારી સાહેબ ને મળવાની તાલાવેલી વધતી જ ગઈ.ને એક દિવસે મલ્હાર સાહેબ ના એક સેમીનાર માં મને લઇ ગયો અને મારી એ ઈચ્છા પૂર્ણ થઇ.મલ્હાર અકસ્માતે સ્વર્ગસ્થ થયો અને પરાગકાકા એ પ્રેરક સર ને મને સોંપ્યો.બસ એ દિવસ થી આજ દિન સુધી એમના દ્વારા રોજ કૈક નવું ને નવું શીખતો રહું છું.

સાચું કહું તો એમને મળતા પહેલા મને અનેક શંકા-કુશંકાઓ હતી કે આયુર્વેદ સાચું કોણ શીખવાડે? અને શીખવાડે તોય પ્રેક્ટીસ ચાલે ખરી? અને સાહેબે હાથ પકડ્યો પછી યુ.જી અને પી.જી ક્યારે પૂરું થઇ ગયું ખબર જ ના પડી.પ્રેક્ટીસ કરવા મોટા મોટા શ્લોકો કે નિદાનોના

ફકરાઓ આવડવા જરૂરી નથી પણ હા મનમાં વાયુ-પિત્ત-કફ ક્લીયર હોવા જોઈએ બસ બેઝીક ક્લીયર એનું નિદાન સાચું.પછી તો સાહેબ રસોડાની નાની એવી દવા થી પણ રોગ કાબુમાં કરતા, દરેક વખતે ભારેખમ પ્રિસ્ક્રીપ્શન કે બીલો બનાવવા જરૂરી તો નથી જ ને...

એક વાર સાહેબ શ્રેયા ઘોષાલ નો લાઈવ કોન્સેટ જોવા લઇ ગયેલા, શિષ્ય સાથે મિત્ર ની જેમ ફરનાર મિત્ર ની જેમ ફિલ્મો બતાવનાર અને દીકરા ની જેમ ટકોરનાર સાહેબ ધીરે ધીરે મારા કુટુંબીજન બનતા ગયા.મારા પિતાજી પછી આજે એમનું સ્થાન ચોક્કસ છે એમાં નવાઈ નહિ, અરે લગ્ન માં હાજરી ના આપી શક્યા તો સજોડે સરપ્રાઈઝ આશીર્વાદ આપવા આવી જમીને ગયા...સાહેબનાય આવા એક મિત્ર સમાન ગુરુ વૈદ્ય કિરીટ દાદા હતા એય મજાના માનવી, સાવ લીક્વીડ જેવા જે આકાર માં ઢાળો ઢળી જાય એવા.એ કેતા પ્રેરક એકવાર નક્કી કરે એટલે ખૂન-પસીનો એક કરે પણ કામ તો પૂરું કરીને જ ઝંપે.

એક વાર એવું બન્યું કે સાહેબે એક ગેસ્ટ્રોસર્જન ને ચિત્રકાદી વટી આપવા મને મોકલ્યો ત્યારે બોસ કોલર ઊંચા કરી હું ફરેલો, સાહેબે કીધેલું કે આપણે પણ એક મહાન પદ્ધતિ ના ભાગ છીએ આપણે કોઈ થી દબાવાનું નહિ, વૈદ્ય બિચારો કે બાપડો હોવો જ ના જોઈએ. દર્દી સાથે ની વાતચીત નો ટોન,દર્દી ની ગરિમા હું સાહેબ ને ઓબ્ઝર્વ કરી

કરીને શીખ્યો. દર્દી વૈદ્ય ની રહેણીકરણી,કપડાં,બોલચાલ ની ઢબ વગેરે નું બારીક અવલોકન કરતા હોય છે, તમે એનું નિદાન કરો ત્યાં સુધી એ તમારું નિદાન કરી નાંખતા હોય છે. એક ડોકટર ને છાજે તેવા કપડાં પહેરતાં હું સાહેબ જોડેથી શીખ્યો.

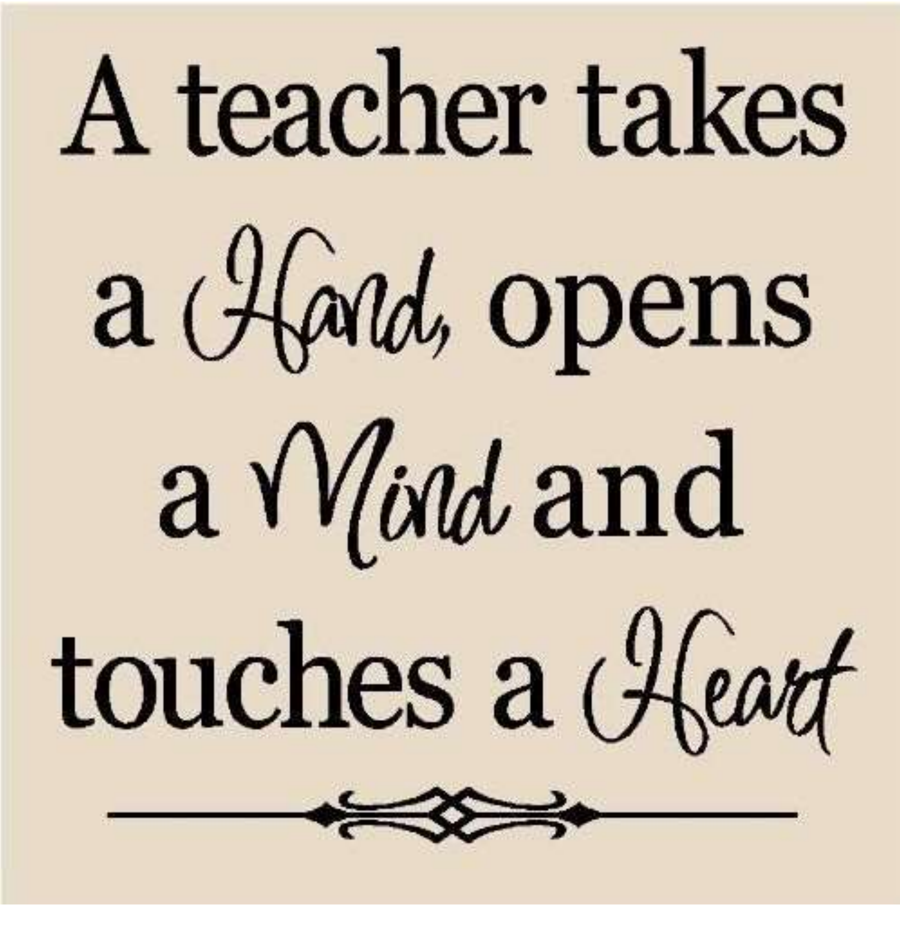
આયુર્વેદ સિવાય કોઇપણ બીઝનેસ કેમ કરવો,એક સાથે અનેક કામ કેમ હેન્ડલ કરવા, કામ માં ચોકસાઈ અને ટાઈમિંગ હું સાહેબ થી શીખ્યો.વિદેશ જતા પહેલા મગ-ભાત નું લાંઘણ કરતા કેમકે ત્યાં તો સાહેબ નું એટલું બીઝી શીડ્યુલ હોય કે દિવસ આખો આઈસક્રીમ માં પણ પસાર થઇ જાય.આયુર્વેદિક દિનચર્યા ના સાહેબ ભારે આગ્રહી હતા, સવારે ૫ વાગે ઉઠી જીમ-સ્વીમીંગ પુરા કરીને ૯ પહેલા હોસ્પિટલ ચોક્કસ પહોંચવાનું ને રાત્રે ૧૦ પહેલા ઊંઘી પણ જવાનું.ક્યારેય દંભ ના કરવો કે આપણે એલોપેથી થી મોટા,ક્યારેય ખોટી સ્પર્ધા માં ન ઉતરવું, ઉતરતું કે ઘસાતું પણ ન બોલવું.કોઈ રીફર કરે તો થેન્કસ નો પત્ર કે ફોન તરત જ કરી દેવો.

બરાબર યાદ છે વિધાનગર કોલેજ માંથી લેકચરરશીપ છોડી પછી સાહેબે કિરીટદાદા નું કલીનીક ચલાવવા ગોઠવણ કરી આપેલી, સાહેબ ગાડું ગબડાવી આપશે એ ચોક્કસ ખ્યાલ હતો પણ એકદિવસ સાહેબે બોલાવી કીધું મનહર, તું પ્રેકટીસ ના કરીશ, તું જીપીએસસી આપી સરકાર ની સેવા

માં લાગી જા.સાહેબે મારા મધ્યમવર્ગીય કુટુંબ ને ધ્યાને લઇ સાચી રાહ બતાવી, આજે હું સરકારી આયુર્વેદ હોસ્પિટલ-હિંમતનગર માં મેડીકલ ઓફિસર તરીકે સેવાઓ આપું છું અને સાહેબ ના આ દિશાનિર્દેશ થી ખુબ સુખી છું.એક નિખાલસ કબુલાત કરું કે હું ખુબ આળસુ છું, નવું કામ તુરંત કરવામાં આળસ આવે ત્યારે હું સાહેબ ને યાદ કરી પ્રેરણા લઉં છું.

ડીયર પ્રેરક સર, આજે તમારા થકી જ અમે ઉજળા છીએ "જહાંપનાહ તુસ્સી ગ્રેટ હો, તોહફા કુબૂલ કરો..."

- વૈદ્ય મનહર પ્રજાપતિ



ડાઉન ટુ અર્થ ગુરુ એટલે વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

મેં ૨૦૦૫ માં બી.એ.એમ.એસ. પાસ કરીને ૨૦૦૭ માં અમદાવાદ ખાતે એમ.ડી. (પંચકર્મ) માં પ્રવેશ લીધો ત્યારે અખંડાનંદ ખાતેના મારા સીનીયર મિત્રશ્રી વૈદ્ય મનહર પ્રજાપતિ ના કારણે પ્રેરક સર ના સંપર્ક માં આવેલ.અને વર્ષ ૨૦૦૮ થી ૨૦૧૦ સુધી પ્રેરક સર સાથે રહેલ.

તમામ વર્ષો નું વલોણું કહું તો....પ્રેરક સર નું આયુર્વેદ સમજવાનું અનોખું વલણ, આયુર્વેદ પરની એમની દૃઢ શ્રદ્ધા, પંચકર્મ માં તેમની કુશળતા, દર્દી પ્રત્યે નું વર્તન અને દર્દીને આયુર્વેદ અને પંચકર્મ સમજાવાની તેમની આવડત વિશે ખૂબ શીખવા અને જાણવા મળ્યું.

આયુર્વેદ ક્ષેત્રમાં નવી કેડી કંડારીને આગળ વધવાની તેમની ખાસીયત રહેલ છે – ૧૯૮૫ આસપાસ આયુર્વેદ પ્રેક્ટીસની માત્ર પંચકર્મ સ્પેશ્યાલીટી સાથે પ્રેક્ટીસ ની શરૂઆત તેમણે કરી, કોમ્પ્યુટર હજુ ભારતમાં શરૂઆતના તબક્કામાં હતા ત્યારથી તેઓ કોમ્પ્યુટર નો નિયમિત વપરાશ કરતા, ઇંટરનેટ ની પા પા પગલી થતી હતી ત્યારથી તેઓ નેટસેવી બન્યા, વિદેશની ધરતીમાં આયુર્વેદ ને સાચા સ્વરૂપે પ્રસ્તુત કરવામાં તેઓ મોખરે રહ્યા છે. આ બધી બાબતો જાણીને એવું લાગે કે તેઓ આજના ભાગતા યુગથી પણ બે ડગલાં આગળ ચાલતા હતા. અને આ જ બાબતો તેઓના વાણી વ્યવહાર અને વર્તનમાં સતત દેખાતા હતા.

ક્લીનીકમાં પ્રેક્ટીસ ચાલુ હોય, પંચકર્મ ની પ્રક્રિયાઓ પર ધ્યાન આપતા હોય, કોમ્પ્યુટર અને મોબાઇલ માં દેશ વિદેશના લોકો ને જવાબ આપતા હોય અને સામે બેઠેલ

વ્યક્તિ ને (વિદ્યાર્થી – ચાહે એ ભારતીય હોય કે વિદેશી) પૂરેપરો ન્યાય આપતા હોય બધું એક સાથે, વન મેન આર્મી ની જેમ... અને આવું માત્ર પ્રેરક સર જ કરી શકે એ જોયું અને જાણ્યું....

હું તેમની પાસેથી શું શું શીખ્યો એ ટૂંકમાં કહું તો...

- આયુર્વેદ નું એપ્લાઇડ નોલેજ,
- આયુર્વેદ ને સમજવાનો અભિગમ આ બેય એક સાથે શીખ્યો.

સાહેબ અમને સમજાવતા કે ; દરેક રોગ કે દરેક પરિસ્થિતિ ને દોષ ધાતુ ના સાપેક્ષ સ્વરૂપે જુઓ પછી અન્ય વિજ્ઞાન સાથે સરખાવો,સરળતા થી સુલભ, સારી ગુણવત્તાના ઔષધો વાપરો,દર્દીને સાચું કહેવાની હિમ્મત કેળવો...દર્દીને અંધારા માં રાખતા અને ફૂટબોલ ની જેમ ફેરવતા તબીબો પર સાહેબ ને ખુબ ચીડ રહેતી. સાહેબ કહેતા કે દર્દીને પણ એક ગ્રાહક છે અને પોતાને થયેલા રોગ અને પરિણામો વિષે એને એની ભાષા માં જાણવાનો સંપૂર્ણ હક છે.

જો તમને ના સમજાય તો “ના” પાડતા શીખો, દરેક રોગ તમે મટાડી જ શકો એવા વહેમમાં ન રહેવું અને દર્દીને ઠાલા આશ્વાસનો ના આપવા..દર્દીને “ના” પાડવા છતાં તમારી આવક માં ફેર પડતો નથી જ...દવાઓ અને વિવિધ સારવારની પ્રક્રિયાની પાછળ નું વિજ્ઞાન સમજી તે મુજબ જ એપ્લાય કરો

વિશ્વાસ રાખો. તમે જે ભણ્યા છો તેના પર, તમારા દર્દી પર, તમારી દવા પર. અને ખાસ તમારી જાત પર.. આ ખાસ શીખવા જેવું

આયુર્વેદ સિવાય પણ પ્રેરક સર પાસેથી ઘણું શીખવા જેવું છે :લોકો સાથે સંબંધ કેમ કેળવવો, આયુર્વેદ સિવાય અન્ય પથી તરફ પણ હકારાત્મકતા રાખી સૌના સદ્ગુણો કેમ જીવનમાં ઉતારવા, અન્ય વિદ્વાન લોકો સાથે નિયમિત સંપર્ક માં કેમ કરીને રહેવું , સમર્પણ ભાવ, ગુરૂ પ્રત્યે પોતાની ફરજો કેવી રીતે અદા કરવી તે શીખ્યા, ધોળીયાઓથી (ફોરેનર્સ) ક્યારેય અંજાવું નહિ તે શીખ્યા .
વિદેશમાં આયુર્વેદ ની વાત કરીએ તો પ્રેરક શાહ એમાં પહેલી હરોળ ના વૈદ્ય કહેવાય. સાહેબ જેના લીધે પ્રસિધ્ધ છે અને ખાસ વિદેશમાં આયુર્વેદ નો ધરખમ પ્રચાર કરે છે, તે બાબતને મેં નજીકથી જોઇ છે અને અનુભવી છે. કદાચ એટલું જ કહી શકાય કે આંતરરાષ્ટ્રીય ક્ષેત્રે પ્રસિધ્ધિ માટે એમણે શબ્દોમાં ન વર્ણવી શકાય એટલી મહેનત કરી છે અને ભોગ આપ્યો છે. સતત એક જ ધ્યેય પર નજર રાખીને, પ્લાનીંગ ની સાથે કેમ મહેનત કરવી એ સાહેબ પાસે પહેલું શીખ્યું છે.

વર્ષ માં બે વાર વિદેશ ખાતે પ્રવાસે જવુ અને એ પણ એક કે બે દેશો નહિ, પણ એક ટ્રીપ માં એકીસાથે ૮-૧૫ દેશોનો પ્રવાસ હોય, ત્યાં હરવા ફરવા કે મોજમજા કરવા નહિ પણ સતત બીઝી શિડયુલ સાથે જવું અને એ પણ આખુંય શિડયુલ વિદેશ જતાં પહેલાં ગોઠવેલ હોઇ.. પ્લાનીંગ, સમયનો સંપૂર્ણ સદુપયોગ એ સાહેબ પાસે ખાસ શીખવા જેવું છે.

આયુર્વેદના વિદ્યાર્થીઓ ગુરૂ પાસે જાય ત્યારે એક વાત મનમાં લઇને જતા હોય – સાહેબ શું દવાઓ આપે, ક્યા રોગીને કઇ દવાથી ફાયદો થાય છે... એ જાણીને બીજા દર્દીમાં એ જ સારવાર આપવી.. એ ઉદ્દેશ ની જરા પણ પૂર્તિ પ્રેરક સર પાસે ના થઇ હોય તેવું શરૂઆતના તબક્કામાં લાગે પણ પછી ખ્યાલ આવે કે જરૂરી જ્ઞાન સાહેબ આપે જ છે. વધુ સારી રીતે કહેવું હોય તો તમારી પાસે રહેલ જ્ઞાન ને કેવી રીતે પ્રેક્ટીકલી સમજવું એ સાહેબ પહેલા શીખવે છે, પછી કદાચ દવા અને પ્રીસ્ક્રીપ્શન ગૌણ બની જાય છે. અપેક્ષાઓ પૂર્ણ થાય પણ ક્યારે કેવી રીતે થાય એ સમય જ સમજાવી શકે છે.
જો હું પ્રેરક શાહ સાહેબ પાસે ના ગયો હોત તો – મારા સદભાગ્યે મારે આવું વિચારવું ના જ પડ્યું અને નિયતિ એ દિશા માં ન જ લઇ ગઈ એ મારું સદભાગ્ય છે. હાલ હું જુનાગઢ ખાતે સરકારી આયુર્વેદ હોસ્પિટલ માં મેડીકલ ઓફિસર તરીકે મારી સેવાઓ આપું છું. આયુર્વેદ ના વિદ્યાર્થીઓને સાહેબે આપેલ સંસ્કાર મુજબ કહીએ તો – સમર્પણ, મહેનત અને આયોજન આ ત્રણ આયુર્વેદ પ્રેકટીસ માં મહત્વની વસ્તુઓ છે. હું સાહેબ સાથેના મારા શિષ્ય તરીકેના કાર્યકાળથી ખુબ જ સંતુષ્ટ છું અને આજે આ પ્લેટફોર્મ ના પાયામાં સાહેબે અમારી પાછળ આપેલો ભોગ ચોક્કસ જોઉં છું...આભાર

વૈદ્ય અજય પીઠીયા
એમ.ડી.(પંચકર્મ)
મેડીકલ ઓફિસર – જુનાગઢ

આયુર્વેદમાં સ્કીલ ડેવલોપમેન્ટની પ્રેરણા આપનાર : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

એક શનિવારે ચોમાસાની હેલીભરી સાંજે પ્રેરકસાહેબના કલીનીકમાં એક દુબળો – પાતળો ૫૦-૫૫ કિલોનો શ્યામ છોકરો આયુર્વેદ ભણવા એક સાહેબની ભલામણ ચિઠ્ઠી લઇ જઇ ચડ્યો. હજુ આયુર્વેદમાં પ્રથમ વર્ષના શ્રીગણેશ કરતા છોકરાને **તને અહી ભણવામાં શું ખબર પડશે...?** એમ પૂછ્યું ને છોકરાંએ સાહેબ તમે ભણાવશો એ ભણીશ પણ આયુર્વેદ તો તમારી જોડે જ શીખીશ એવો દ્રઢ સમર્પિત જવાબ આપ્યો... આ છોકરો એટલે આજનો મણીબેન આયુર્વેદ હોસ્પિટલનો મેડીકલ ઓફિસર એવો હું વૈદ્ય હાર્દિક ભટ્ટ... ભલું થાજો ભલામણ ચિઠ્ઠી લખનાર વૈદ્ય ધીરુભાઈ પરીખનું , પરીખ સાહેબના વિઝન મુજબ આયુર્વેદમાં એ વખતે ઉગતી સ્પેશીયાલીટી એટલે પંચકર્મ અને એ પંચકર્મ અહી બાલા હનુમાન કોલેજમાં ખાસ ન શીખાય એ શીખવા તો અમદાવાદ પ્રેરક શાહ જોડે જ જવું જોઈએ એવો ખાસ આગ્રહ.પરીખ સાહેબનું વિઝન અને પ્રેરક સર ની મહેનત મુજ અબુધ સમર્પિતની જિંદગી બનાવવામાં કામ કરી ગયા...

ધીરે ધીરે શીખતો ગયો, રોજ સાહેબ નવા નવા રેફરન્સ માટે શાસ્ત્ર વાંચન માંગે. હું વાંચતો રહું, પંચકર્મ શીખી જાતે

કરાવતો રહું, સાહેબના સ્ટાફના હીરાબેન અને મધુભાઈ મદદ કરતા રહે, ત્યાંથી કોલેજમાં જઈ હું વમન, વિરેચનની પ્રોસીઝરની વાતો કરું તો શિક્ષકો પણ મોમાં આંગળા નાંખી જતા. એ વખતે ડૉ ચિત્તલ ગાલિયા ત્યાં શીખવા આવતા. વૈદ્ય કિરીટ દાદાનો ચોળાફળી –કોકાકોલાનો નાસ્તો, વૈદ્ય ઉષાબેનના સ્ત્રીરોગના કેસ સ્ટડી, વૈદ્ય મધુકાંત દાદાના વૈદ્ય-દર્દીના ટુચકાઓ, વૈદ્ય દિલીપ પંડ્યા સરનું શાસ્ત્રીય જ્ઞાન બધું હું પ્રેરક સર ના કલીનીક પર શીખ્યો, બધાને ઓળખતો ગયો અને એલોપેથીના ડૉ. સુધીર શાહ અને ડૉ. પુરોહિત સાહેબ જોડે થતી બેય પેથીઓની **સમન્વય** મીટીંગોમાં વૈદ્ય તપનભાઇ જોડે અડીંગો જમાવતો ગયો. વિદ્યા કોર્સ, રસોઈ કોર્સ, ફોરેન વિઝીટના પેપર્સ, વિઝીટના માળખાં તમામ બાબતોમાં ઊંડાણપૂર્વક હું ભાગ લેતો અને શીખતો ગયો. સાહેબ વિદેશ જાય ત્યારે કલીનીક મને સોંપતા જાય અને એ જ અનુભવ આખી જિંદગી કામ લાગ્યો સાહેબના જ આગ્રહી પેશન્ટને સમજાવી દવા કરી વિશ્વાસમાં લેતા આવડતું ગયું એમ જાણે મારી પ્રેકટીસમાં પકડ આવતી ગઈ.

એક વાર સાહેબે કેટલાક ફોરેનર્સ વિદ્યાર્થીઓ જોડે ઈન્ટરેકશન કરી આયુર્વેદની સૈદ્ધાંતિક ચર્ચા કરવા કહ્યું, જર્મનીથી આવેલી મારિયા અને લક્ષ્મી અને બ્રાઝીલથી આવેલ પાઉલો અને અર્જુન. હું ખચકાયો કે સાહેબ મારું અંગ્રેજી કાચું છે. સાહેબે ધરપત આપી કે એ લોકોને પણ સ્પેનીશ કે પોર્ટુગીઝ જ આવડે છે, ભાંગ્યું તૂટ્યું અંગ્રેજી તમે બોલો એમ એ પણ બોલશે...

બસ આમ ધીરે ધીરે હિમત કેળવતા. મારી અંગ્રેજીમાં વાકછટા ખુલતી ગઈ એ માટે સાહેબનો હું ખાસ આભારી છું. સાહેબે મારા કલીનીક માટે ફર્નીચરથી લઇ દવાઓની એક એક બાબતમાં ખુબ મદદ કરેલી એમ સાહેબના કલીનીકના રીનોવેશન વખતે મેં પણ મારા કલીનીકની જેમ આખું કલીનીક ગોઠવેલ, આજે પણ સાહેબની લાઈબ્રેરીમાં મારા અક્ષરથી લખેલા સ્ટીકર ચોંટાડેલી ચોપડીઓ જોઈ આનંદ આવે છે. અરે મારા કલીનીકના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે સાહેબે પરિવારની નાની બાળાઓ દ્વારા રીબીન કપાવી પોતાની મહાનતાનો પરિચય આપેલો. સાહેબના લીધે જ હું સહજતાથી એમડી ની પ્રવેશ પરીક્ષા પાસ કરી શક્યો.

મને વૈદ્ય બનાવવામાં પ્રેરકસર .... તમે મને કરેલી સારી કે ખરાબ દરેક વાત ... મને આજીવન યાદ રહેશે. મારા ‘મા બાપ ’ ના ચેહરા પછી હું સતત કોઈ નો ચેહરો જોતો હોવ તો એ આપનો છે. તમારી વાતો, ધના સુથારની પોળના નાસ્તાઓ, આપની બ્લેક કોફી-કોલ્ડ કોફી, ઢળતી સાંજ ની ઓનેસ્ટ ની ચણાપૂરી આજેય યાદ છે, એ દિવસો ભલે હવે પાછા નહિ આવે પણ આજે પણ હું એ જ હક થી આપના કલીનીકમાં પ્રવેશી શકું છું એ મારા માટે ગર્વ ની વાત છે...

સાહેબ આપનો ખુબ ખુબ આભાર...

વૈદ્ય હાર્દિક ભટ્ટ

મને પંચકર્મની પરિચય થી પહેચાન સુધી સફર કરાવનાર : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

એક વાર બી.એ.એમ.એસના બીજા વર્ષમાં એક સેમીનાર મેં પ્રેરક સાહેબ નો ભરેલો એ દિવસથી જ આયુર્વેદ શીખવાની દ્રઢ ઈચ્છા થઇ, કોલેજમાં આયુર્વેદનું ખાસ વાતાવરણ ન હતું, મોટા ભાગના લોકો જાણે જનરલ પ્રેક્ટીસ કરવાના આશય માત્ર થી આયુર્વેદમાં સર્ટીફીકેટ લેવા ભણતા હોય એવો માહોલ હતો, શીખવું હતું પણ શીખવનાર કોઈ ન હતું. એમાય પ્રાઈવેટ વૈદ્યોમાં હું કોઈને ઓળખતો ન હતો, સાહેબનો કોઈ નંબર પણ ન'તો. એવામાં મેં ફેસબુક પર સાહેબનો સંપર્ક કર્યો, સાહેબ કહે કાલેજ આવી જાવ...હું ગયો..સાહેબે બેઝીક ૫-૬ પ્રશ્નો પુછેલા. એમાં ત્રિદોષના પ્રકારોમાં હું ભૂલથી ગોથું ખાઈ ગયો સાહેબે મારી સાહજિકતા જોઈને બીજા દિવસથી શીખવા બોલાવી લીધો. બસ પછી બે વરસ સુધી સતત શીખ્યો હોઈશ અને આજ દિન સુધી શીખતો જ રહ્યો છું...

મને બરાબર યાદ છે સાહેબ બીજા રૂમમાં પેશન્ટની હિસ્ટ્રી મારી જોડે લેવડાવતા અને પછી સાહેબ તપાસી દર્દીના ગયા પછી એક એક મુદ્દા પર ઝીણવટ ભરી ચર્ચા કરી સમજણ પાડતા. સાહેબ જોડેથી સિધ્ધાંત આધારિત નિદાન અને સારવાર ખાસ શીખ્યો, પંચકર્મ માટે આજના ધમાલિયા યુગમાં દર્દીને કેવી રીતે તૈયાર કરવો, કેમ વિશ્વાસમાં લેવો એ સાહેબ

જોડેથી ધીરજપૂર્વકનું વર્તન ખાસ ઓબ્ઝર્વ કરીને શીખવા જેવું છે. સાહેબ કહે "તમે બસ પ્રેકટીસ કરો, ચિંતા છોડો, ને વૈધ નબળો હોય એ કેમ ચાલે, સક્ષમ અને ધનવાન બની વૈધે સમાજ પર છાપ છોડવી જોઈએ..."

એમ.ડી પંચકર્મ કરી પેઈન મેનેજમેન્ટ પર મે પાલનપુરમાં મારી સ્પેશીયાલીટી ઓપીડી ચાલુ કરી, સાહેબના આશીર્વાદથી દર્દીઓમાં પરિણામ મળતા ગયા, યશ-માન-ધન મળવા લાગ્યા, એ જ અરસામાં આયુર્વેદ મેડીકલ ઓફિસરની પરીક્ષા આપી મેં નોકરીનો ઓર્ડર મેળવ્યો, શું કરવું એ અસમંજસમાં સાહેબને ફોન જોડ્યો, સાહેબે સીધું જ કહી દીધું, જો ભાઈ તુષાર આપણે પ્રેકટીસ જ કરવાની, નોકરી નહિ ને આ એક વાણીયા વૈધનું વિઝન છે ઓર્ડર મનમાંથી ખંખેરી પ્રેકટીસમાં વળગ ... આજે હું આ નિર્ણય પર ખુશ છું...સંતુષ્ટ છું...

ગુરુ વગર આયુર્વેદ ના જ શીખી શકાય એવું મારું દ્રઢપણે માનવું છે. હા, સંહિતાઓ વાંચીને કોલેજ પાસ તો કરી દેવાય પણ સંહિતાઓ પચાવવા તો ગુરુ જ જોઈએ. ચોક્કસ ઘસાયા વગર અને જુનો મેલ ઉતાર્યા વગર કપડાને નવો રંગ ચઢતો નથી એમ કેટલીક ગેર માન્યતાઓ ત્યાગીને ગુરુને સમર્પિત થવાથી ચોક્કસ જ્ઞાન મળેછે એ વાતમાં કોઈ જ બેમત નથી, આજે હું સર ના કારણે કાઈક સ્થાને પહોંચ્યો છું એ માટે સાહેબનો ખુબ ખુબ આભારી છું...

વૈધતુષારત્રિવેદી

પાલનપુર

નીચે પડવાનો ડર નહિ પણ ઉડવાની પ્રેરણા આપનાર : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

મે પ્રેરક શાહને કેમ પસંદ કર્યા એનું કારણ જાણવું હોય તો ૧૯૯૪ના પ્રાઈવેટ પ્રેક્ટીસ કરતા વૈદ્ય સમૂહોને તપાસવા પડે. વૈદ્યો મુઠ્ઠી વૈદ્ય તરીકે ખાસ બદનામ અને એમાંય શીખવાડવામાં પ્રેક્ટીસ નહિ ચાલવાનો ડર પહેલા બતાવાતો. મેં આવું પરિણામ આપ્યું મેં આ રોગ મટાડ્યો તમે શું કરશો વૈદ્ય બની એવા ટોણા લેક્ચર્સમાં ખાસ સાંભળતો... ત્યારે અનાયસે જ એક વાર અદભુત વાકછટાના સ્વામી એવા પ્રેરક શાહ મળી ગયા.

વૈદ્યની મુઠ્ઠી ક્યારેય બંધ નથી હોતી કારણકે તેણે કશું જ લેવાનું નથી હોતું . ફક્ત આપવાનું હોય છે. ખુલ્લી હથેળીઓ વાળો હાથ જ વૈદ્યનો હોઈ શકે. નિ:સ્વાર્થ પરોપકાર ની ભાવના લઇ ને તમે જનમ્યા હશો , અને ખરેખર ભાગ્યશાળી હશો ...... તો જ વૈદ્ય હશો ...... કારણ કે સમાજ માટે એક વૈદ્ય ઈશ્વર છે. ઈશ્વર પોતાની પદવી બહુ આસાનીથી કોઈને આપતો નથી. વૈદ્ય બન્યા છો તો નક્કી ભાગ્યશાળી જ હશો. મને ઉડવા આકાશ બતાવનાર વૈદ્ય પ્રેરક શાહ હતા. મુક્ત ચર્ચાઓ અને કાર્યક્રમ કરવા તેમણે આદર નામની સંસ્થાની શરૂઆત કરી અને એ જ અરસામાં અમે એવા નસીબદાર કે એ સંસ્થાની ગવર્નીંગ કાઉન્સિલના અમને પ્રથમ સભ્ય પણ બનાવ્યા. પછી તો જાણે મોકળું મેદાન મળ્યું. એક પ્રાઈવેટ પ્રેક્ટિસનર પોતાના દવાખાને

પોતાના શિષ્યને સ્વતંત્ર વિચાર થી પંચકર્મ કરવા દે એવું એ અરસામાં ક્યારેય બન્યું ન હતું, આજે પણ યાદ છે એ વખતે વિશાળ હૃદયથી સાહેબે મને મન ફાવે એમ પંચકર્મ કરવા દીધું હતું.

હું સાહેબ પાસે શીખતો શીખતો એમડી (કાયચીકીત્સા) થયો, પ્રાઈવેટ પ્રેક્ટીસ પણ કરી અને શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજમાં પંચકર્મ વિભાગમાં સેવાઓ પણ આપી, ત્યાર બાદ સરકારના ESIS વિભાગમાં હું પોતાની સેવાઓ આપી રહ્યો છું. સાહેબની આયુર્વેદમાં સંપૂર્ણ વિશ્વાસ રાખવાની સલાહ અને આત્મવિશ્વાસની પ્રેરણાથી જ હું અર્થોપાર્જન સાથે માનપાન પણ મેળવી શક્યો છું.

જો ૧૮ વર્ષની ઉંમર પછી પુખ્ત થયેલા લોકો (શારીરિક પુખ્તતાની વાત કરું છું ... માનસિક નહિ) ને મત આપી સરકાર ચુંટવાનો અધિકાર છે ...... તો પછી વિધાર્થીઓને પોતાની પસંદના ગુરુ ચુંટવાનો ચોક્કસ અધિકાર છે.આજની મારી વિધાર્થીઓ ને સલાહ છે કોલેજના બીજા વર્ષ થી એક ચોક્કસ ગુરુ પકડી એમને સમર્પિત થઇ જાવ આયુર્વેદ ચોક્કસ આવડશે જ એ વાત માં કોઈ જ શંકા નથી...

છેલ્લે પ્રેરક એટલે મારા મતે....

P* = *Positive*R* = *Realistic*E* = *Energetic

***R* = *Resourceful*A* = *Advance Technocrat*K* =**
Kin to knowledge

આભારસર...

વૈદ્યજીગ્નેશબેલાણી

પંચકર્મ ક્રાંતિના પ્રણેતા : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

હું વૈદ્ય પૂર્વા રાવલ એક વાર વૈદ્ય શોભનભાઈ ના આયુ ટ્રસ્ટના સેમીનારમાં વૈદ્ય પ્રેરકસરને મળી, આયુર્વેદ અને પંચકર્મમાં કઈક નવું કરવાની ચાહના અને દુનિયાભરમાં આયુર્વેદના પ્રચાર પ્રસાર માટે ફરવાનો તેમનો અભિગમ અમને તેમની જોડે શીખવા માટે આકર્ષિત કરીને જ રહ્યો. પછી હું, રીનલ, કિરણ અને જયકૃષ્ણ સાહેબ જોડે પંચકર્મ શીખવા પહોંચી ગયા. ત્યાંથી શરુ થયેલી ગુરુ શિષ્ય પરંપરા આજેય અમારા વચ્ચે એટલી જ ઉજાગર છે...

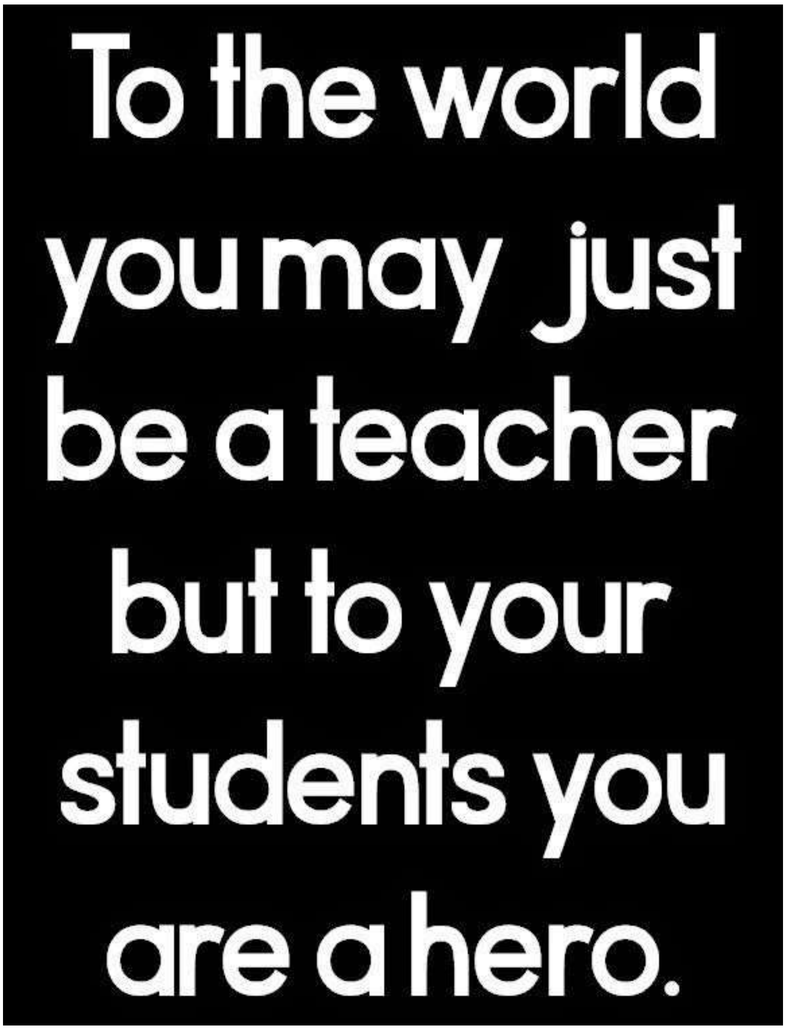
જે આજનું શિક્ષણ છે, એ હકીકતમાં કેવળ માહિતી જ્ઞાન છે. એ થિયોરેટિકલ છે, માહિતી જ્ઞાનનું વધારે પડતું વજન આવવાથી કેળવણીનો અંત આવે છે અને આપણને ધીમે ધીમે જડતા તરફ ધકેલે છે. અંતે, પ્રેકટીસમાંથી ચેતનાના, સ્ફૂર્તિના અંશોની બાદબાકી થાય છે.પેશન્ટ સાથે એકદમ ઉમળકાભેર હસીને લાગણી ભરી ઉષ્મામય વાત કરતા હું સાહેબ જોડેથી શીખી. સાહેબ અમને મિત્ર ભાવે શીખવતા સાથે કડક પણ એટલા જ રહેતા. એક એક રેફરન્સ માટે થાકી જવાય ત્યાં સુધી સંહિતાઓ ઉથલાવતાં, એક એક પેશન્ટના થાકી જવાય એટલા માલીશ-શેક-બસ્તી-શિરોધારા ઈત્યાદી કરાવતા, આજે એ થાક ના લીધે પંચકર્મ માં કઈક વ્યવસ્થિતતા આવી છે, આજે મારા દર્દીઓ “પૂર્વાબેન જેવું પંચકર્મ કોઈ ના કરે” એવો શાબ્દિક એવોર્ડ આપે છે તો એ માટે માત્ર ને માત્ર સાહેબ ને જ જશ જાય છે.

૧૯૯૩-૧૯૯૬ સુધી સાહેબ સાથે અનેક કાર્યક્રમો અને કેમ્પો કર્યાં પણ એમાં વલસાડ નો કેમ્પ બરાબર યાદ રહી ગયો. અમે એક જૈન સાધના કેન્દ્ર માં દસ દિવસ સુધી સતત દર્દીઓ ને દવા અને સારવાર કરેલા, દિવસે કેમ્પમાં દર્દીઓને જાતે મસાજ કરવાના – તમામ પંચકર્મની સારવાર આપવાની, શારીરિક ઘણો થાક લાગે, એમ કહેવાય કે પુરેપુરા નિચોવાઈ જવાય – જમવાના પણ હોશકોશ ના હોય, ત્યારે પ્રેરક સાહેબે સગા મમ્મી પપ્પા ની જેમ મોં માં કોળિયા ભરાવીને જમાડ્યા છે એ કેવી રીતે ભૂલાય? અને સાંજે સાહેબ અમને મેટાડોર માં સેલવાસ, દાદરા અને ખાનવેલ ફરવા લઇ જતા, મિત્ર ની જેમ અહીની ડ્રીમલેન્ડ ટોકીઝ માં અમને **બોમ્બે** ફિલ્મ બતાવેલી એ બરાબર યાદ છે. જે મુક્ત કરે એ સાચું શિક્ષણ, જીવનમાંથી યોગ્ય રીતે, પ્રામાણિક રીતે સૌની સાથે મિત્ર-પ્રેમભાવે વ્યવહાર, કર્તા બનવાનું અભિમાન કર્યા વિના વ્યવહાર કરવો, એને સાચું શિક્ષણ કહેવાય.કેમ્પ પૂરો થતા ત્યાના મહારાજ સાહેબ ખુબ જ ખુશ થયા આજેય એ મને દીકરી ની જેમ રાખે છે, અને સદનસીબે હું પરણીને વલસાડ જ સ્થાયી થઇ ત્યારે આ કેમ્પ મને ખુબ જ લાભદાયી નીવડ્યો, ટૂંકા ગાળા માં હું અહી પ્રખ્યાત થઇ અને મહારાજ સાહેબે ખુદ આવીને મારી પંચકર્મ હોસ્પિટલનું ઉદ્ઘાટન કર્યું.

આજેય સાહેબ ની જેમ મારા પેશન્ટ્સ મારા માં વિશ્વાસ રાખે છે કે અમે ચોક્કસ અહી થી ૧૦૦% શુધ્ધ આયુર્વેદ સારવાર મેળવીશું જ... સાહેબ આજે પણ મારા આદર્શ છે, એમના જેવી લગન અને પૂરી નિષ્ઠા થી હું કામ કરવાનો

પ્રયત્ન કરી રહી છું અને કરતી રહીશ, એમના જેવી આગવી પંચકર્મની શૈલી હું પણ અપનાવી રહી છું, વલસાડ નો આયુર્વેદ પ્રેમી સમાજ મારા આયુર્વેદ અને પંચકર્મ ના અનુભવ થી ખુશ અને સંતુષ્ઠ છે એ માટે સાહેબ હું આપની ઋણી છું, આપના હમેશા મારા માટે પ્રેરક હતા..છો અને રહેશો જ... જય આયુર્વેદ

વૈદ્ય પૂર્વા રાવલ
વલસાડ



રજૂઆત ના માણીગર...વૈદ્ય પ્રેરક શાહ...

મેં ફર્સ્ટ યરમાં એક વાર ગુરુના ગુણો જોયેલા બસ ત્યારથી નક્કી કરેલું કે ગુરુની પરીક્ષા હું કરીશ પછી જ શીખવા જઈશ, એ દિવસોમાં એલોપેથીક હોસ્પિટલમાં શીખવા જવું કે નાઈટજોબ કરવા જવું આમ બાબત હતી.અમારા ગ્રુપ ના બધાની જેમ હું પણ સાહેબને એક સેમીનારમાં મળી. એક પ્રેક્ટીકલ વૈદ્યના ગુણો મેં સાહેબમાં શ્લોકના ભાષાંતરની જેમ જોયા બસ તે દિવસ થી મેં સાહેબ જોડે શીખવા જવા માટેનું નક્કી કરી લીધું.

મેં ૧૯૯૮ માં બીએએમએસ પાસ કર્યું ત્યાં સુધી લગભગ ૧.૫ વર્ષ સુધી સાહેબ જોડે શીખી હોઈશ. એક પ્રોફેશનલ ડોકટરની વ્યાખ્યામાં સાહેબ પૂરેપુરા ફીટ બેસે છે. સાચું કહું તો Beyond Ayurveda હું ઘણું સાહેબ જોડે શીખી... સાહેબના વિચારોનું, સાહેબના વ્યક્તિત્વનું, સાહેબની શૈલી નું, સાહેબની હાવભાવની ઢબનું હું જાણે ડીસેક્શન કરતી ગઈ ને સાહેબની ફીજીઓલોજી આત્મસાત કરતી ગઈ. લેટેસ્ટ ટેકનોલોજીનો ભરપુર નિચોવાઈને ઉપયોગ કરતા સાહેબ જોડે શીખી, તમામ ઇન્વેસ્ટીગેશન અને પદ્ધતિઓ બેજીજક વાપરતા શીખી, જ્યારે જીવંત વ્યક્તિ સાથે ડોકટરનો પનારો પડે ત્યારે નાનામાં નાની ભૂલ ક્યારે મોટું

સ્વરૂપ આપી દે એ કહેવાય નહિ એ ઝીણવટ એ કાળજી મેં સાહેબમાં જોઈ...

સાહેબ દર્દીને તપાસતા અને એ સમગ્ર પ્રક્રિયા અમે ડ્રોનની જેમ રેકોર્ડ કરતા, વૈદ્યે દર્દીને કેવી રીતે વિશ્વાસમાં લેવું, કેવો સંવાદ સાધવો, તાદાત્મ્ય સુધી કેવી રીતે દર્દીને લઇ જવું, રીઝલ્ટ ઓરીએન્ટેડ સાચી વાતો અને પ્રમાણો કેવી રીતે રજુ કરવા, વૈદ્યે પોતાની જાતને જાણે દર્દી પરીક્ષા લેતો હોય એમ કેવી રીતે પ્રેઝન્ટ કરવી એ તમામ બાબતો મેં નજીક થી જોઈ અને હું શીખી...

રેકોર્ડ સાચવણીમાં સાહેબ નો જોટો જડે એમ નથી, હું આજે સરકારી મેડીકલ ઓફિસર છું, રેકોર્ડ સાચવણી અને દફતર વર્ગીકરણ ની અહી તાલીમો અપાય છે પણ એની ગળથૂથી તો મેં સાહેબ જોડે જ પી લીધી હતી.આજે પણ સાહેબ જોડે એમના પ્રથમ દર્દી ના કેસ પેપર ની ફાઈલ હયાત છે.પરિણામ મળેલ દર્દીના ઓડિયો, વિડીઓ રેકોર્ડીગ, દર્દીના સ્વયં અનુભવો અને કલર ફોટોગ્રાફ્સના આલ્બમો બનાવી સાહેબ વેઇટીગ રૂમમાં મુકાવતા, ત્યાં પોતાના વારા ની રાહ જોતું દર્દી આલ્બમ જોતા જોતા કાઉન્સેલિંગના પ્રથમ તબક્કામાંથી ગળાઈ ને કન્સલ્ટીંગરૂમમાં આવે પછી ચિકિત્સા ખુબ સરળ બની જાય એવું સાહેબ કહેતા...

હું આજે પણ દર ગુરુપૂર્ણિમા એ સાહેબ ને ચોક્કસ યાદ કરું છું, સારું કલીનીક કરવા માત્રથી કલીનીક ચાલતા નથી પણ ચોક્કસ સમયાંતરે અપડેટેડ રહેવું જરૂરી છે એવું હું ખાસ આજના વિદ્યાર્થીઓને કહું છું...સાહેબ ક્યારેય કોઈ વાડાઓમાં ફસાયા નથી, સાહેબ બંધિયાર બન્યા નથી એ સતત ઝરણાંની જેમ વહેતાં રહ્યા છે એટલે નિર્મળબન્યા છે, ચોક્કસ વિચારો ના કેદી એવા મન માં ગંધાઈ ઉઠે એવા વિચારો આવે એ માટે હું સતત વહેતા રહેવા સૌને સૂચન કરું છું

... વૈદ્ય ચિતલ ગાલિયા

વણિક અને બ્રાહ્મણ નું કોમ્બો – વૈદ્ય પ્રેરક શાહ...

હું ઇન્ટર્નશિપમાં હતો ત્યારથી વૈદ્ય શોભન વસાણી પાસે વૈદક શીખવા જતો, એ જમાનામાં શોભનભાઈ પંચકર્મ કરતા નહિ અને એના માટે પ્રેરક સરનું જ નામ સજેસ્ટ કરતા, શોભન સાહેબ ને પ્રેરકસર ના પંચકર્મમાં એવો વિશ્વાસ. એ કહેતા કે જો વાણીયા અને બ્રાહ્મણનું મિશ્રણ જોવું હોય તો પ્રેરક શાહ ને જોઈ લ્યો, વણિક જેવા પ્રોફેશનલ ને જ્ઞાન માં બ્રાહ્મણ જેવું શાસ્ત્રીય જ્ઞાન. આ સાંભળી ને હું સાહેબ જોડે શીખવા જવા પ્રેરાયો.

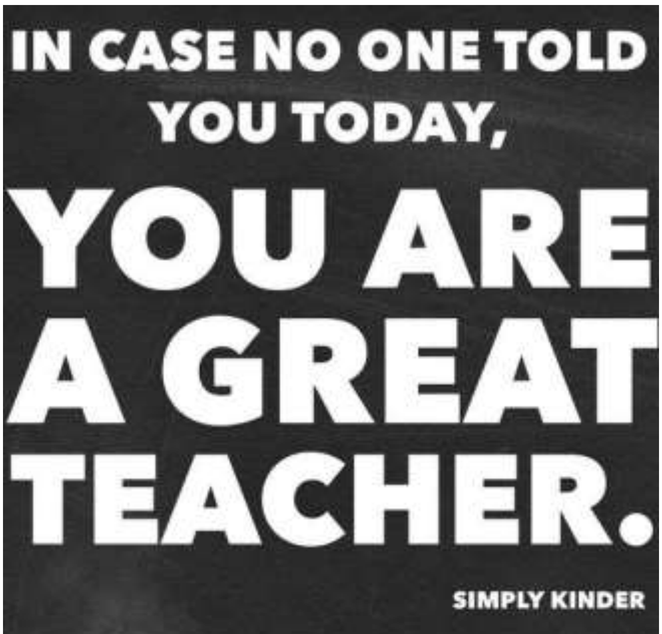
એક વાર બંધુ ત્રિપુટી નામે સંસ્થાના વલસાડ ખાતેના કેમ્પમાં સાહેબ સાથે ગયેલો, ત્યારથી સાહેબ માં શ્રદ્ધા વધી.એ કેમ્પમાં લગભગ ૧૫-૧૭ જેટલા પરદેશ ના થેરાપીસ્ટો આવેલા તેમની સાથે સાહેબ ના માધ્યમથી જ્ઞાન અને અનુભવો ની આપલે ની ખુબ મજા આવેલી. સાહેબ ની યાદશક્તિ ખુબ જ તેજ છે- સાહેબ સામે બેઠેલા ને વાયુના આવરણો સમજાવતા હોય તો મન ક્યાંક જર્મનીમાં કોઈ ભુરીયાને આપેલા લેસનના ઈ મેઈલ ચેક કરતું હોય..."ભીતર કી રામ જાને..." એક સાથે હરડે અને કુટજ જેવી વિરોધાભાસી પ્રવૃત્તિઓ સાહેબ કરી શકતા, ને આમાં એમનું પ્રાવીણ્ય હતું એમ પણ કહી શકું...

હું તમામ પંચકર્મો ની કક્કો બારાખડી અહી થી જ શીખ્યો,મારા શાસ્ત્રીય વિચારો ને મેં પ્રોફેશનલ બીબા માં અહીંથી ઢાળતા શીખવ્યું, રિલેશનશિપ વિકસાવવાની કળા અને એના ફળ હું પ્રત્યક્ષ જોઈ શીખ્યો, હું ઘડાતો ગયો કે સાહેબ ઘડતા ગયા પણ સરવાળે હું એક ચોક્કસ સ્વરૂપ પકડતો ગયો...કોલેજ પછી સીધો ત્યાં જતો અને માલીશથી લઇ બસ્તી સુધીના તમામ પંચકર્મ જાતે કરતો, સાહેબ કહેતા જ્યાં સુધી જાતે અનુભવ નહિ કરો ત્યાં સુધી ટેકનીશીયન ક્યાં ક્યાં ભૂલ કરે છે એ કેવી રીતે સમજશો... સાહેબ ના કહેવાથી જાતે મારી પર પંચકર્મ કરી અનુભવ કરી જોયો, સ્નેહપાનમાં ઘી ના ઓડકાર, ચામડી પર તેલનું આવવું, જાનુબસ્તીમાં પગ ભેગા કરી ૪૫ મિનીટ બેસી રહેવું કે શિરોધારા માં ટેબલ પર ધ્યાનમગ્ન થઇ નિંદ્રા માં સરી જવું તમામ મેં અનુભવ્યું-એક દર્દી ના દ્રષ્ટિકોણ થી. અને હું દર્દી પ્રત્યે સહાનુભુતિ ધરાવતો થયો...

મારે આજના વિદ્યાર્થીઓ ને ખાસ કહેવું છે કે NO PAIN NO GAIN જ્યાં સુધી તમે સખતમહેનત નહિ કરો ત્યાં સુધી કદાપી સફળ નહિ બનો.પાર્કિંગ માં બેસી રમાતી પબ્જી, લેકચર બંક કરી બતાવાતી બહાદુરીઓ, સોશિયલ મીડિયા કે ઈન્સ્ટા ના સ્ટેટ્સ અપડેટ કરવાથી એક વૈદ્ય સ્ટેટ્સ ભરી જિંદગી જીવી શકતો નથી એના માટે જાતને ઘસવી પડે છે. આયુર્વેદ પ્રત્યે ભક્તિ ખરી પણ વેવલાવેડા

પણ શોભતા નથી, અન્ય પેથીઓ માટે ઝનુન નહિ પણ સહોભાવ ની ભાવનાથી વૈચારિક સીમાડાઓ ખુલે છે. જ્યારે દર્દી ના હિતની વાત આવે ત્યારે જડતા એક પ્રાણાભિસર વૈદ્ય ને નાં શોભે એ સાહેબે શીખવાડ્યું, વિદ્યા ખરી પણ ગર્વ વૈદ્યને ના શોભે, તત્વ ચિંતક ખરા પણ આસ્તિક પણ ખરા. ખોટા ચહેરા મહોરા પહેર્યા વગર શુધ્ધ દિલ અને શુધ્ધ આયુર્વેદથી દર્દી સામે આવતા સાહેબે શીખવ્યું...આજે હું સ્ટેટ મોડેલ કોલેજ કોલવડામાં રોગ નિદાન વિષય નો એશોસીયેટ પ્રોફેસર છું, નિદાનમાં સાહેબ ને ચોક્કસ યાદ કરું છું...મારા ગુરુ બનવા બદલ સાહેબ નો ઋણી છું

.... વૈદ્ય જયકૃષ્ણ જાની



લાઈફસ્ટાઈલ ડીસીઝમાં ઠાવકા – વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

એક સીનીયર દ્વારા મેં સાહેબ વિષે જાણ્યું, એક સીનીયર નું ગ્રુપ ત્યાં શીખવા જતું અને હું પણ ત્યાં શીખવા ગઈ. લગભગ હું બે વર્ષ ત્યાં શીખી હોઈશ.વલસાડના એક કેમ્પમાં સાહેબ અમને લઇ ગયેલા ત્યારબાદ સાહેબ સાથે સતત કેમ્પમાં અમે સેવાઓ આપવા જતા. આમ હું સાહેબ જોડે શીખતી ગઈ. સાહેબ ને પોતાનો વિધાર્થી આગળ વધે એમાં ખાસ ઉત્સાહ હતો, સાહેબ ક્યારેય કોઈ સ્ટુડન્ટના ઘરે ગયા નથી પણ મારા લગ્ન બાદ વડોદરા ખાતે મારા ઘરે ચોક્કસ આવેલા એ હજુય યાદ છે...

આજે મોટી મોટી ફાઈવ સ્ટાર હોટલ્સ જેવી કેન્સર અને હાર્ટ ની હોસ્પિટલો ખુલી રહી છે, એમાં લોકો વિકાસ જોઈ રહ્યા છે પરંતુ આયુર્વેદના મતે આ વિકાસ નહિ પણ વિનાશ છે,એ કથળતી તબિયતનો ચિતાર છે.આ તમામ રોગો નું મૂળ લોકોની બદલાતી જતી દિનચર્યા અને ઋતુચર્યા છે એ મેં સાહેબની પ્રેકટીસમાં જોયું. લાઈફસ્ટાઈલ જન્ય રોગોમાં ચોક્કસ સ્પેશિયાલિટી ઉભી કરી શકાય અને ચમત્કારિક પરિણામો મેળવી શકાય છે એ મેં સાહેબના કલીનીકમાં જોયું.

ઘણા વૈદ્યોમાં મેં જડતા જોઈ છે, જડ બની લંઘન કરાવવા, જડ બની પરેજી પળાવવી, જડ બની પંચકર્મો કરાવવા, દર્દી ની દવાઓ ફેંકી દેવી વગેરે મેં વૈદ્યો માં જોયું છે. કડક હોવું જરૂરી છે પણ સાલસ બનવું પણ એટલું જ જરૂરી છે. સાહેબ પરેજીમાં સરસ ઓપ્શન આપતા, લંઘન કરવાની સુંદર રીતો બતાવતા, સ્નેહન સાહેબ દર્દી હોંશે હોંશે કરે એવું ગોઠવી આપતા, તો પંચકર્મ કરાવવા દર્દી રાહ જોવે એવી આતુરતા પેદા કરતા. આ આજના બદલાતા ઢાળમાં આયુર્વેદ ને દોડાવતા હું સાહેબ જોડેથી શીખી. આ બધું કરવા છતાં આયુર્વેદ ના મૂળભૂત સિદ્ધાંતોથી ક્યાય પણ દુર ના નીકળી જવાય એની સાહેબ ખાસ કાળજી લેતાં.

સમાજ ને રોગમુક્ત રાખવો હોય તો તેની શરૂઆત ગૃહિણીથી થાય છે, સમાજનું પ્રિવેન્શાન કલીનીક એટલે આજનું રસોડું. આમ જોવા જઈએ તો ઘરના સભ્ય ને રોગીસ્ટ બનાવવો કે રોગમુક્ત કરવો એ આજની ગૃહિણીના હાથમાં છે, રસોડાંના ઔષધથી નાના નાના રોગો ને કેમ કાબુમાં લેવા એ સાહેબે શીખવ્યું. અતિશય મરીમસાલા, ચીઝ-પનીર વગેરે વાપરવા, ઠંડો ખોરાક ઓવનમાં ગરમ કરી ખાવો કે ફ્રીજ માં મૂકી રાખેલું ખાવું, કટાણે નાસ્તા ખાવા કે વગર સીઝન ની વસ્તુઓ ખાવા માં લગાવ રાખવો, સાચી રસોઈ ની પદ્ધતિઓ અને જમવાના સાચા સમય નું સમાજ ને ભાન કરાવવું તમામ બાબત સાહેબ ભાર પૂર્વક

દર્દીને સમજાવતા, દર્દીને સાજો ને સાજો જ રાખવો એજ એકમાત્ર આયુર્વેદ નું પ્રયોજન છે અને એક વૈદ્ય ની એ પ્રાથમિક ફરજ છે એ ભૂલવું ન જોઈએ...

એક બીજ ગમે તેટલું ફળદ્રુપ હોવા છતાં એ યોગ્ય જમીનમાં ન રોપવામાં આવે તો તે ઉગી નીકળતું નથી એમ શિષ્ય ને કઈ દિશા માં વાળવો અને કયું કેરિયર પસંદ કરાવવું એ સાહેબ નક્કી કરવામાં ખાસ પાવરધા છે.હું એલોપેથીક ડોકટરને પરણી છું અને એમને જ મદદરૂપ કરવા એમના વ્યવસાયમાં જોડાઈ છું, હું ઘણીવાર આયુર્વેદની બાબતો તેમાં પ્રાયોજિત કરતી હોઉં છું અને સાહેબ ને યાદ પણ કરતી હોઉં છું, ત્યાંથી શીખી ને નીકળ્યા બાદ કોઈ બીજા સારા વૈદ્ય મળ્યા નથી, જાણે આયુર્વેદનું જ્ઞાન હવે અટક્યું હોય એમ લાગે છે સાહેબ જોડે હવે ફરી શીખવા મળે એવો અવકાશ શોધું છું. કાશ એ દિવસો પાછા આવે...વી મિસ યુ સર...

વૈદ્ય રીનલ

A good **teacher** can inspire hope,
ignite the imagination,
and instill a love of learning. ...

ફેઈલ થઇ અને મને આધુનિક ઋષિ મળી ગયા....

હું ફાઈનલવર્ષમાં ફેઈલ થઇ....ઘરવાળા સહુ ટેન્શન માં, હું પણ અવઢવ માં શું કરું? શું કરું ? ક્યા જાઉં? કોલેજમાં પ્રેરક સર વારંવાર આવતા.. શૂટ બુટ ને ટાઈધારી આધુનિક વૈધરાજ, અવાર નવાર લેકચર આપતા. મેં નક્કી કર્યું કે હું સર જોડે શીખવા જઈશ. સાહેબને મળી. સાહેબ ક્યે કાલથી આવી જાવ, તમે ફેઈલ થયા છો એ મગજમાંથી ભૂંસીને આવજો. ઘોડાસર મારું ઘર,બે બસ બદલી હું સાહેબ ને ત્યાં પહોંચતી, ટીફીન લઇને જાઉં અને છેક રાત્રે ૮ વાગે ઘરે જાઉં. આ મારી આયુર્વેદમાં સાધના લગાતાર છ માસ ચાલી, ઘણા વૈદ્યો એમડી કરેલ હોય કે રેન્કર હોય એને જ શીખવાડતા, એક ફેઈલ વિદ્યાર્થીને શીખવવા બેસાડનાર સાહેબ કદાચ પ્રથમ હશે.

સાહેબ સાહિત્ય રસિક વૈજ્ઞાનિક વૈદ્ય હતા. આયુર્વેદમાં ઘણી વાર અલંકારિક રીતે ઉપમાઓ વાળી વાતો ચિકિત્સામાં બતાવેલી છે, સાહેબ એનું સમાધાન કરતા સમજાવતા કે પહેલા કાગળની શોધ નહોતી થઇ એટલે ગ્રંથો સાચવવા સ્મૃતિ જ એકમાત્ર આધાર હતો જેથી રસિક ભાષા વાપરી હોય, થોડી મોડર્ન ફીજીઓલોજીથી પણ શીખશો તો આયુર્વેદમાં ઊંડા ઉતરાશે. સાહેબ આયુર્વેદ પંચકર્મમાં જ્ઞાન નો દરિયો, તમે ધારો એટલું ઉલેચી શકો, જેવી તમારી પાચનશક્તિ જેટલું પચાવી શકો અને જ્યાં તમારું પાચનતંત્ર નબળું પડે ત્યાં સાહેબ ટેકનીકની ચિત્રકાદી આપી જ દે.

અમારી કોલેજમાં એ વખતે વમન ન થતું ને સાહેબને ત્યાં પંચકર્મની વણજાર લાંબી હોય, સર હાથમાં દર્દી આપે, જાતે ઉભા રહી પંચકર્મ કરાવતા, અને હું ઘડાતી ગઈ.

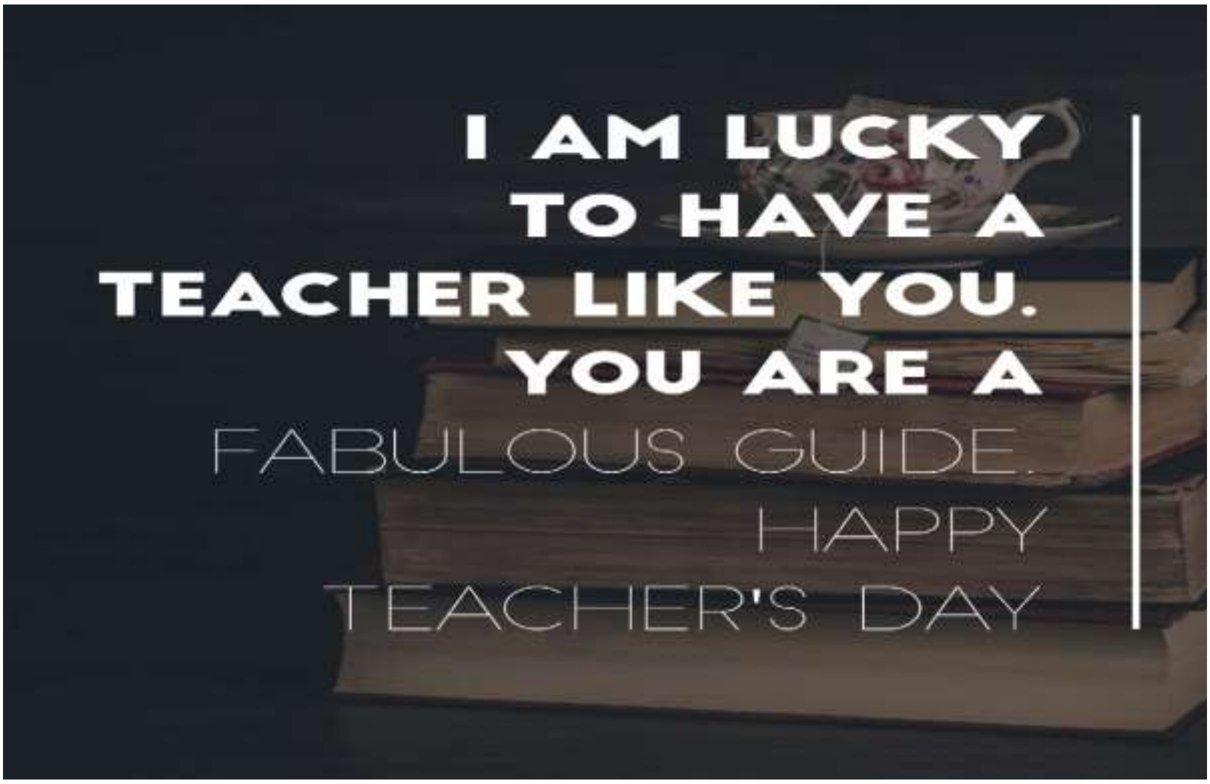
આયુર્વેદ પ્રેક્ટીસ કરવાવાળા ને ઘણા ચૂરણવાળા કહી ખીજવતા, ઘણા ખરલ બત્તાની હાથ થી અદા કરીને ટીખળ કરતા, કોલેજમાં તમે શું કરશો એવું કહી ઉતારી પાડવાવાળા લેકચરરો વધારે હતા...પણ સાહેબે અમને યોગ્ય દિશા બતાવી. દરેક વ્યક્તિમાં ખાસ શક્તિ રહેલી હોય જ છે, અમને અમારૂ સાચું સ્વરૂપ દર્શન જાણે સાહેબે કરાવ્યું. માત્ર આયુર્વેદ નહિ પણ અન્ય પ્રેકટીસની ટેકનીકલ બાબતો હું અને વૈદ્ય હિમાંશુ, સાહેબ જોડે સાથે રહીને શીખ્યા .ચાહે તમે કોઈ પણ ખૂણામાં પ્રેક્ટીસ કરતા હોવ કોઈ પણ નિરાશાના ખાડામાં હોવ સર્વાઇવલ ફોર ધ ફીટેસ્ટનો સિધ્ધાંત અમે અહી જ શીખ્યા.

સાહેબ નું વ્યક્તિત્વ, શૈલી એવી કે કોઈ પણ વાત પૂછીએ ચોખ્ખો ને ચટ જવાબ, કોઈ જ ખોટી ગોળ ગોળ કે ફાલતું વાત નઈ કે વિચાર ને અવકાશ નહિ. સાચા અર્થ માં પંચકર્મને જીવંત અને પ્રગતિશીલ કરીને એમણે બતાવ્યું છે. હું તમામ પંચકર્મ ત્યાં શીખી પછી મેં મારી જાત પર પ્રયોગ કરેલ. મારું પ્રથમ દર્દી આજેય યાદ છે બોયઝ હોસ્ટેલમાં ભણતા એક છોકરા ને ખીલ મટાડવા મેં જાતે વમન કરાવેલ અને એને સુંવાળી ચામડી આવી ગયેલ એ પરિણામથી સાહેબ અમારી પર ખુબ ખુશ થયેલાં.

આજના છોકરાઓ ને મારી સલાહ છે કે આવા ઋષિ મળે, તો આયુર્વેદ પાસે બેસી પલાંઠી વાળીને શીખી લેજો, જેમ મમ્મી પપ્પા દુનિયા બતાવે એમ એ તમને તમારી ક્ષમતાઓ બતાવે તો આંખ મીંચી વિશ્વાસ રાખજો, આવા અવસર વારંવાર જીવનમાં આવતા નથી.અને આવા જ્ઞાન અવસર

પામવાને ઈશ્વર પણ એકાદ વાર જ અવકાશ આપતો હોય છે, આવો ચાન્સ પકડીને આયુર્વેદ ની નૈયા પર સવાર થઇ જજો તો આ દરિયો પાર થયો સમજો, શાસ્ત્ર તો ગોખાઈ જશે પણ એનું ઇમ્પ્લીમેન્ટેશન ક્યાંથી શીખશો?? બંદુક લાવી શકશો પણ ચલાવવાની જીગર આવા જ વૈદ્યો આપશે એ ભૂલતા નહિ...હનુમાનજી ને પણ જ્યારે શક્તિ નો પરિચય કરાવ્યો ત્યારે પરચા આપી શકેલા તો આપણને શક્તિ પિછાણતા કરવા કોક તો જોઇશે ને???

વૈદ્ય પ્રીતિ પરીખ..



વાડા વગરના વૈદ્ય...છેક અમદાવાદ મળ્યા....

૧૯૯૮ માં મેં જામનગર થી આયુર્વેદ સ્નાતક ની ડીગ્રી હાંસલ કરી, જામનગર તો અલગ અલગ ગુરુઓ સાથે ડીગ્રી દરમિયાન ખુબ શીખ્યો હતો, પણ અમદાવાદના વૈદ્યોનું નામ ખુબ સાંભળ્યું હતું એમાય પંચકર્મમાં પ્રેરક શાહનું નામ ખુબ સાંભળ્યું હતું, તેથી મેં ૬ મહિના ઇન્ટર્નશિપ હાથે કરીને અમદાવાદ લીધી. ત્યાં શોભન વસાણી સાહેબનો પણ સંપર્ક કરેલો તેમની પાસે પ્રેરક શાહની છાપ સારી હતી એટલે હું સીધો જ મળવા પહોચી ગયેલો, બહુ બહુ તો સાહેબ ના પાડી દેશે પણ મુલાકાત તો થશે એમ ધારી ડાયરેક્ટ જ પહોંચેલો, સાહેબે આશ્ચર્યજનક રીતે સીધી હા જ પાડી અને મેં ત્યાં શીખવા જવાનું શરૂ કર્યું...

તેઓ નિયમિતતામાં માને છે, ક્યારેય મેં નવરા બેઠેલા જોયા નથી, સતત દરેક કાર્યો માં જાતને વ્યસ્ત રાખવી તેમનો આ સ્વભાવ છે, તે ઘડિયાળના કાંટે જિંદગી જીવે છે અને તેમને મળેલી સિદ્ધિ- આ ઊંચાઈ તેમની નિયમિતતાને કારણે જ છે. એ વખતે ફ્રેશર વૈદ્યો આયુર્વેદ પ્રેક્ટીસમાં ઓછા બેસતા, લોકોનો કોન્ફિડેન્સ ખુબ ઓછો રહેતો, જીવન નિર્વાહની ગાડી ગબડશે કે કેમ એ હમેશા સંશય રહેતો ત્યારે સાહેબ અમને ધરપત આપતા, ઉદાહરણો આપી આપીને સમજાવતાં. હું આયુર્વેદ અને મોડર્ન બન્ને દ્રષ્ટિકોણથી રોગોની ચિકિત્સા અને નિદાન વિચારતા શીખ્યો, રોગની ફીજીઓલોજી સમજ્યા વગર ચિકિત્સામાં

ક્યારેય ન પડવું એ સિધ્ધાંત મેં પકડી લીધો. સાહેબ પંચકર્મમાં નાનામાં નાની બાબત પર ખાસ ભાર આપતા, સ્નેહપાનમાં પીધેલું ઘી ક્યાં ક્યાં કેવી રીતે પહોંચે એ વિગતવાર આકૃતિસહ સમજાવતા. સમ્યક સ્નેહપાનના લક્ષણો ન મળે તો પંચકર્મ કરવાની ના જ પાડી દે, જેથી ક્યારેય પંચકર્મની આડ અસરો અમે ત્યાં જોઈ નથી, શાસ્ત્ર સાથે બાંધછોડ કરવાથી ઘણી વાર વૈદ્યો ને માઠા પરિણામો ભોગવવા પડતા હોય છે.

સાહેબે મોટા ભાઈની જેમ મારી સાથે માહિતીનું આદાનપ્રદાન કરેલ છે, છ માસ થી વધુ હું શીખી ન શક્યો એ મારી મજબુરી હતી, પણ આજેપણ મારી વ્યક્તિગત બાબતો માં એમની સલાહ લઉં છું. જે જ્ઞાન ભણ્યા એના કરતા ફિલ્ડ માં કઈક જુદું જ હોય જેથી એ જોવાનો અભિગમ બદલાઈ ગયો. એમની સાથે રહી કેરાલા પણ ગયો, નવી દિશાઓ ખુલતી ગઈ. ત્યાર બાદ મેં આયુર્વેદ અને પંચકર્મ પ્રેકટીસનો રસ્તો પકડ્યો, આજે હું ખુશ છું સફળ છું.

આજના વિદ્યાર્થીઓ ને ખાસ કહેવા માંગીશ કે તમે ભણવા ના સમયે ચોક્કસ ભણી લ્યો, આયુર્વેદમાં એમડી કરવાનો મોકો મળે તો ચોક્કસ કરો, સાહેબ જેટલું એક જ ક્ષેત્રમાં એટલું ઊંડું જ્ઞાન અને વિચારવાની દ્રષ્ટિ આપણે ન કેળવી શકીએ ત્યારે એમડી કરવાથી વિચારવાની એક નવી દિશા ખુલે છે, આજના જમાનાની માંગ મુજબ દર્દીઓ ડોકટરની ડીગ્રી પણ જોતા હોય છે, છતાં જો એમડી કરવાનો મોકો ન મળે તો આ બેઝીક ડીગ્રી તો છે જ દરેક

બાબત માં વ્યુ ક્લીયર રાખજો...સફળતા આપો આપ કદમ ચૂમશે...

આયુર્વેદ માં આજે રાજકારણ ઘુસી ગયું છે, વિવિધ આયુર્વેદના વિકાસને લગતી પદવીઓ પર લાયકાત વગરના લોકોને જતા જોયા છે, ત્રિદોષ ન બોલી શકનાર આયુર્વેદ ના કોર્સ અને વિકાસની લાંબી લાંબી બાંગો ફૂંકે છે, સાહેબ આ વ્હેતિયાં નેતાઓના રાજકરણમાં ક્યારેય પડ્યા નહિ....

વૈદ્ય જતીન ત્રિવેદી

હું રાકેશ શાહ, સાહેબની શિષ્યમાળાનો ૧૯૯૬ નો મણકો...

દરેક મણકો સાહેબે પોલીસ કરી ઉજળો કરેલો છે, યોગ્ય પાસા પાડી યોગ્ય દિશા બનાવી પથ્થર ને એમની આયુર્વેદ વિરાસતનો મણકો બનાવવા બદલ અમે એમના આભારી છીએ.

આમ તો સાહેબ માટે કહીએ એ ઓછું,નિરીક્ષણ શક્તિ એમની ગજ્જબ ની હતી, આપણા ઋષીઓમાં જાણે રોગને પારખવાની એક ત્રીજી જ આંખ હતી, પણ ધીમે ધીમે આપણે ટેકનોલોજી ને આધીન થતા જઈએ છીએ, મોટાભાગે પ્રેક્ટીસ રીપોર્ટસ પર આધારિત થઇ ગઈ છે, પણ રીપોર્ટસના નિદાન અને આયુર્વેદના નિદાન ઘણી વાર વિરુધ્ધ દિશાના હોય છે, આમતો ત્રિદોષના કોઈ રીપોર્ટસ હોતા નથી તો આપણે આપણી જ દ્રષ્ટિ કેળવવી રહી એ હું સાહેબથી શીખ્યો...સાચો વૈદ્ય પ્રજાના આરોગ્યનો નિરીક્ષક, પરીક્ષક, વિવેચક અને રક્ષક છે, સાહેબ ગુજરાતીઓની અને એમાય અમદાવાદીઓની નાડ સારી રીતે પારખે છે, ગુજ્જુ પ્રજાની આરામપ્રિયતા, આળસ, ફાસ્ટ ફૂડપ્રેમથી એ સંપૂર્ણ વાકેફ છે, એ દર્દીને આ બાબતે ટોક્યા કે વખોડ્યા વગર રહેતા નથી. સાહેબ,અણગમતું પણ સ્વાસ્થ્યહિતકારી હોય એ બોલ્યા વગર ના જ રહે.

સાહેબનો હમેશા ઇનોવેટીવ નેચર, કોઈ પણ કામ ન થઇ શકે એવી લોકોની માન્યતા એ તરત ખોટી પાડે. સાહસિક,આયુર્વેદને સન્માન અપાવવામાં અગ્રગણ્ય વૈદ્યો

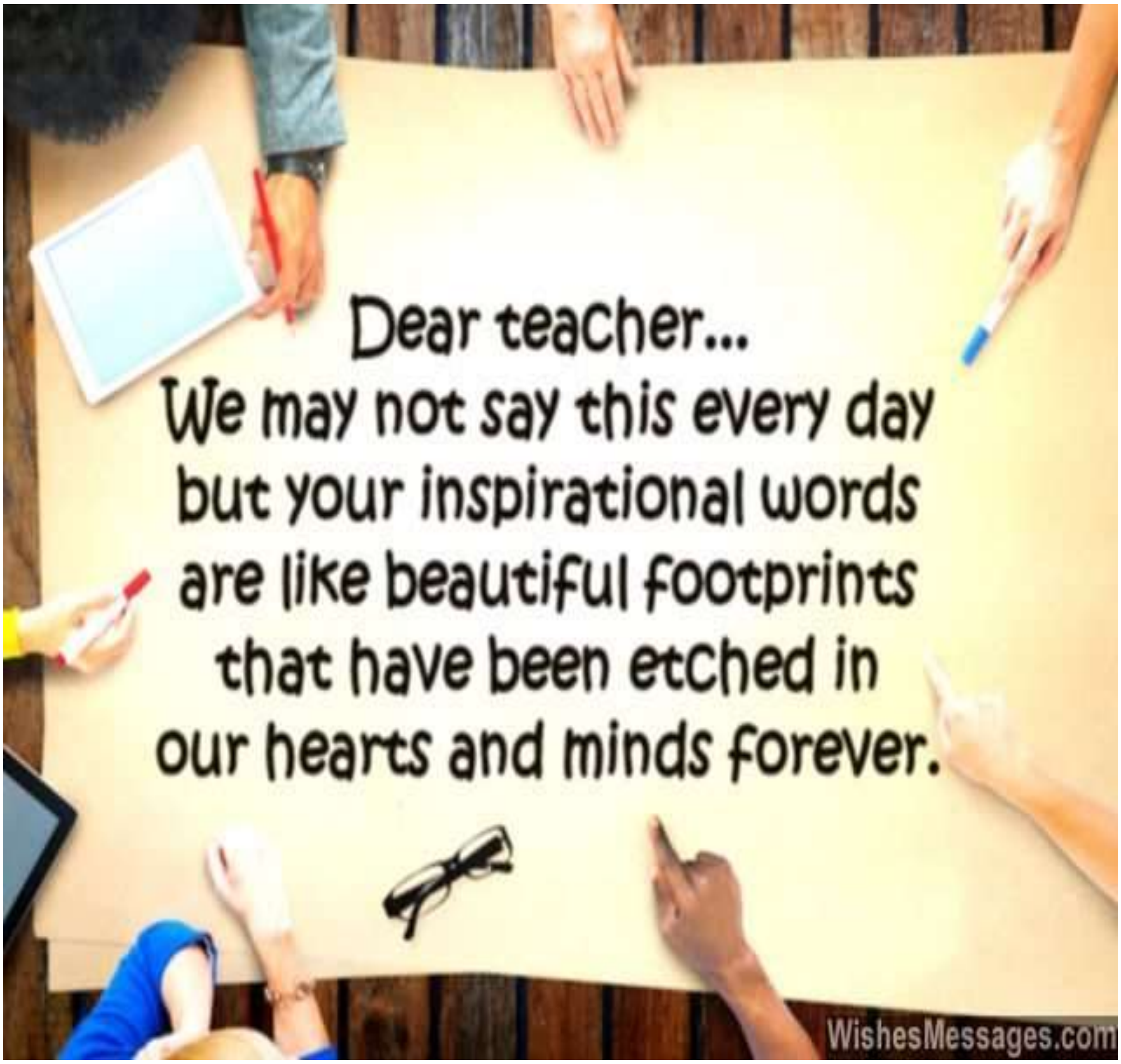
પૈકી સાહેબનો ફાળો અગત્યનો છે. ફિલ્ડ ની બધી ફેકલ્ટીઓમાં એ આગળ પડતું સ્થાન ભોગવે છે, નવું શોધવાની ધગશ હમેશા અમને પ્રેરણાદાયી રહી છે.આયુર્વેદના ફિલ્ડ માં લોકો રોગ અને દવા માં આગળ વધશે, આયુર્વેદ અને એસ્ટ્રોલોજીની પ્રેકટીસની એમણે પહેલ કરી, એ જમાનામાં કોઈએ એ વિષે વિચાર્યું જ નહતું. આ ઘણો જ અઘરો વિષય હતો અને એને પાર પાડવા સાહેબે સખ્ત મહેનત કરી, આદર સંસ્થામાં એના સ્નાતક કોર્સ ચલાવ્યા, આજે પણ આ કોર્સથી શીખી દર્દીને લાભ મળે એ રીતે પ્રેકટીસ કરું છું, એસ્ટ્રોલોજીની આખી બેચ ના દરેક મિત્રો આજે સમાજ ને મદદરૂપ થાય છે, એ સાહેબ ની દેન છે.

સર હમેશા પ્રોડકટમાં ઇનોવેશન લાવે, સારા ટેસ્ટ વાળા ઓષધ બનાવે, દર્દીના કઠેડામાં પોતાની જાતને મૂકી દર્દીના મંતવ્યથી વિચારે, એ શૈલી અમને ખાસ પ્રેરણા આપતી.સમાજના વૈદ્યો ને એક મંચ પર ભેગા કરવા જેવું વિષ પીવા જેવું કામ સાહેબે પાર પાડ્યું, વૈદ્યો ક્યારેય એક થતા નહોતા અને આપણા આ દુર્ગુણનો લાભ અનેક લોકો લેતા, આદર સંસ્થાનો પાયો નાંખી આ આયુ જગત સાથે સંકળાયેલા તમામ ને એક છત્ર નીચે ભેગા કરીને એક બનાવ્યા. આજે અમે તમામ મણકાઓ પોતપોતાના ક્ષેત્રમાં આગળ છીએ ખુશ છીએ, આજે પણ અમારામાંથી કોઇપણ ક્યારેય પણ ગુંચવાય સવાલ કરે તો નિખાલસતા થી જવાબ આપે છે.

પોતાના મનોગત ભાવો વ્યક્ત કરવામાં એ નીડર છે, નિખાલસ છે, ભલે કેટલાંક ને એ તીખા લાગે પણ એમનું

દિલ હમેશા સાફ ને કોમળ છે, ચાવવાના જુદા અને બતાવવાના જુદા , તેવું એમની પાસે નથી. પરમાત્મા એમનું કલ્યાણ કરો, હમેશા એમના પરિવાર નું શુભ કરો એવું મારું હદવચન છે...

વૈદ્ય રાકેશ શાહ



મનસી એકં, વચસી એકં, કર્મણી એકં મહાત્માન .. *મેં સાક્ષાત જોયું...*

હું અને મારા સીનીયર મનહર પ્રજાપતિ એક સાથે ફ્લેટ માં રહેતા. મનહરભાઈ સાહેબના પરિવારિક સભ્ય જેવા પ્રેમથી સાહેબ મન્નુદાદા કહી બોલાવે,હું બાઈક રાખતો અને ધણીવાર બાઈક પર મનહરભાઈ ને સાહેબના ક્લીનીકે મુકવા જતો, હું રાહ જોઈ બેસતો કે ક્યારે આ રીતે કલીનીક સાથે જવા મળે, થોડો ટાઇમ બહાર બેસી મેં ઓબ્જર્વ કર્યું, પછી ધીરે ધીરે હું ત્યાં શીખવા જતો થયો. એ એમ એ માં કાર્યક્રમમાં સાહેબ અવારનવાર મળતા. ને આશરે ૨.૫ વરસ હું ત્યાં શીખ્યો હોઈશ.
મનસી એકં, વચસી એકં, કર્મણી એકં મહાત્માન...સાહેબ આયુર્વેદ ના હિતમાં વિચારે છે, બોલે છે, લખે છે અને વર્તન પણ એવું જ રાખે છે. કેવી રીતે કામ કરવું, દર્દી સામે શું બોલવું શું વાત કરવી, દવાખાનામાં કેવી રીતે કામ કરાવવું તમામ બાબત એમનું નિરીક્ષણ કરી શીખ્યા. જ્ઞાન શાશ્વત છે, શુધ્ધ છે એના સીમાડા હોતા નથી, સાહેબના દરેક ફેકલ્ટીમાં મિત્રો હતા, પણ દરેક પાસે આયુર્વેદનું જ કામ કરાવવું એ સાહેબની નિપુણતા હતી. દેશ પરદેશમાં બહોળો શિષ્યસમુદાય, સમૃધ્ધ કટારલેખન, સદ વાંચન-વિચાર અને દેશ વિદેશમાં પડ્યો બોલ ઝીલનાર દર્દીઓ સાહેબ ને મળ્યા છે, સાહેબને પ્રવાહી ની જેમ દરેક આકારમાં ઢળતા જોયા છે.

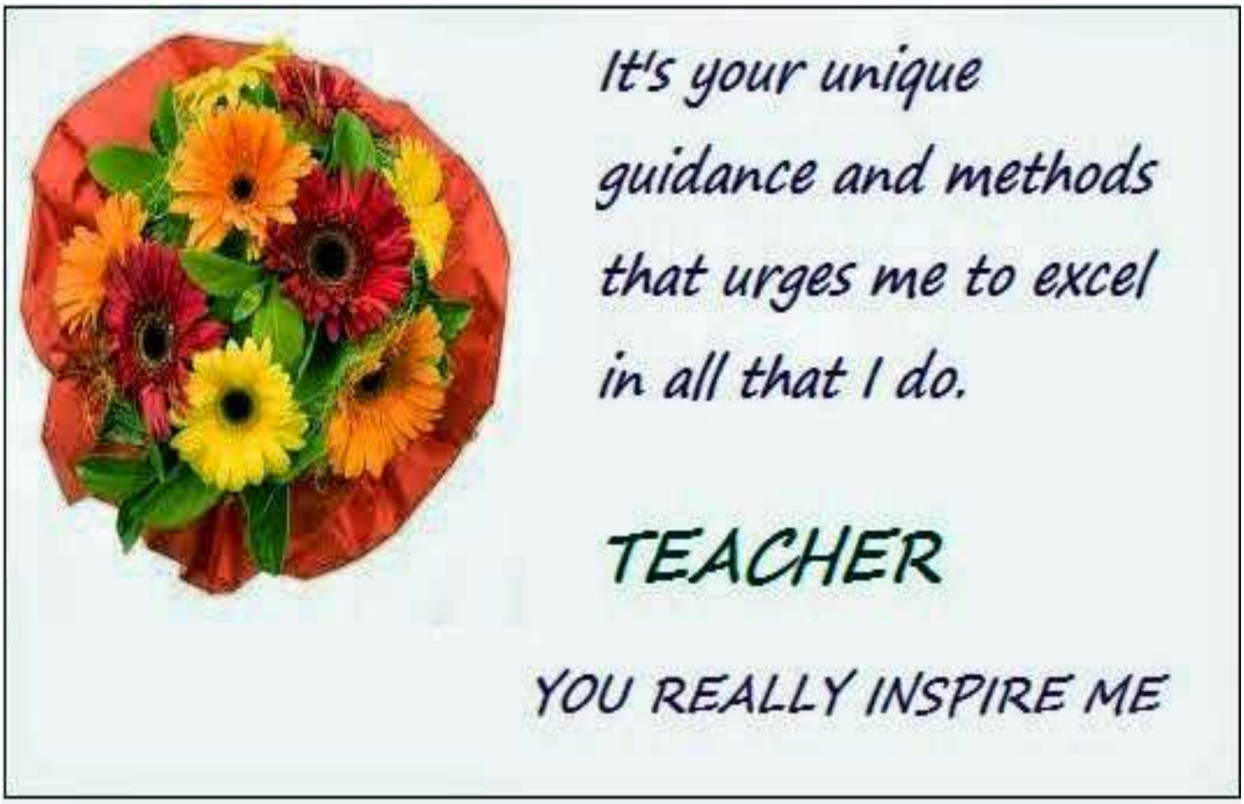
મારું કોન્ફિડેન્સ લેવલ પહેલેથી જ ખુબ ઓછું, છુપો ડર હમેશા રહે અને એમાય થોડો હું આળસુ પણ ખરો. પ્રેક્ટીસમાં અર્થોપાર્જન કેવી રીતે કરીશ એ સંશય સાહેબે દુર કર્યો, ડર સાહેબ ને જોઈ જોઈ નજીક ફરકતો જ જાણેબંધ થયો, આળસ હજુય છે પણ સાહેબ ને જોઈ બેટરી ચાર્જ ચોક્કસ થઇ જાય છે. કોઇપણ વિધાર્થીની પ્રતિભા સાહેબ જોડે ખીલી જાય એમાં કોઈ મત નથી, આયુર્વેદ ઇન્ફીરીયર નથી, આયુર્વેદમાં સુપર સ્પેશીયાલીટી કેમ કરવી એ સાહેબ જોડેથી ખાસ શીખવા જેવું છે, અત્યારે હું પ્રાઈવેટ પ્રેક્ટીસ કરું છું, હું એની રજેરજ સાહેબ જોડે શીખ્યો સાહેબના સૂચનથી વિદેશ પણ જઈ આવ્યો, ત્યાં દર્દી જોવા, પંચકર્મ કરવા, ત્યાના વિધાર્થીઓ ને ભણાવવું વગેરે પણ સાહેબના માર્ગદર્શન થી સમું પાર ઉતર્યું.

એક વાર સાહેબને ભારે તાવ, માથું દુખે અને શરદી થયેલા, આવા પ્રસંગે આપણે સુઈને આરામ કરીએ જ્યારે મેં એમને, આવામાં ફૂલ ટાઈમ કામ કરતા જોયા છે. એમના દિમાગ માં ૨-૩ વસ્તુ એક સાથે કરતા જોયા છે, એકવાર અમે ચાણોદ ગયેલા એ અનુભવ અદભુત હતો, હું, મનહરભાઈ, કિરીટદાદા, સર ગયેલા...એ રમણીય અનુભવ હતો, સાહેબને નર્મદાકિનારો બહુ ગમતો, એ પાવન ભૂમિ પર સાહેબે અનેક કેમ્પો કર્યા. હું કોઈ પેન્ડીંગ વર્કમાં ગૂંચાઈ જાઉં તો સાહેબને યાદ કરું, આમતો સાહેબના ભાગમાંથી ૧% પણ કામ આપણે નથી કરી રહ્યા...કોક વાર અમદાવાદ જાઉં તો ચાર્જ થઇ જાઉં પણ પાછો આળસુ થઇ જાઉં...

મારી જોડે અત્યારે ઘણાં વિધાર્થી શીખવા આવે ત્યારે હું ના પાડું કે પ્રેરક સર છે ત્યાં સુધી અમારી પાસે શીખવા લાયક કશું જ નથી, ત્યાં શીખી લો પછી અહી આવવા માટે કશું જ બાકી નહિ રહે. કોલેજ ના વિધાર્થીઓ ઘણી વાર ન્યુસન્સ લાગતું વર્તન કરી બેસે છે, વળી કોઈને હમેશા માનઆપે તેવું શક્ય બનતું પણ નથી.

આવી બાબતોમાં સરને ક્યારેય કોઈએ માઠું લગાડ્યું હોય એવું બન્યું નથી. આજે આયુર્વેદ શીખવું ખાંડાની ધાર પર ચાલવા જેવું થઇ પડ્યું છે, ક્યાંક પૂરું શીખવાડતું નથી, ઓ ક્યાંક “ડીજે વાલે બાબુ મેરા ગાના બજા દે” એમ જી હજુરી કરવી પડે છે, ગુરુ ને ગમતું બોલવું –વર્તવું પડે છે, આ માર્ગ પહેલા જેવો સાલસ અને પવિત્ર રહ્યો નથી, સાહેબે કોઇપણ જાતની આશા અપેક્ષા વગર અમને પારિવારિક સભ્ય ની જેમ તૈયાર કર્યા છે.એ બાબતે અમો એમના ઋણીહતા..છીએ અને રહીશું....

વૈદ્ય હિમાંશુ જોશી



મારી કોસ્મિક એનર્જી નું પાવર હાઉસ : પી કે શાહ

હું ૧૯૯૮ માં કોલેજના ફાઈનલ યરમાં એક દોસ્ત સાથે સાહેબ ના ક્લીનીકે આવેલો, શરૂઆતમાં શીખવાની મારી પીક અપ ધીરી રહી, હું જિજ્ઞાસુ ખુબ, શિક્ષક ગુસ્સે થઇ જાય એટલી હદે આડાઅવળા સવાલ પૂછવાનો મારો સ્વભાવ, કુતુહલવૃત્તિ એવી કે ક્યારેય સંતોષાય જ નહિ, ને પાછો બોલકો એટલે ઘણા શિક્ષકને ન પણ ગમે. પણ મારા બધા જવાબો આપવામાં સાહેબને ક્યારેય મેં ઇરીટેટ થતા જોયા નથી.

તીથલ કેમ્પ માટે અમે સાવ કોરી પાટી જેવા અને સાહેબે જાતે પોતાના પર અભ્યંગ કરાવી કરાવીને અમને તૈયાર કરેલા, એ કેમ્પ મારો ટર્નીંગ પોઈન્ટ બની રહ્યો. આદર સંસ્થામાં લેકચર ભરતા અને વેકેશન માં ખુબ કેમ્પ કરતા. દસેક દિવસમાં થઇ શકે એટલા પંચકર્મ દર્દીઓ પર કરતા. સુરત, વલસાડ, નર્મદા કાંઠે અને અમદાવાદમાં જાત જાતના દર્દીઓનો અનુભવ મને મળતો ગયો. સાહેબની કૃપાથી હું દિલ્હી પણ વિઝીટ કરવા જતો, વીવીઆઈપી મીનીસ્ટર જેવા દર્દીઓને પણ ટેકલ કરતા હું શીખ્યો.

મારી પ્રેકટીસ જામતી ગઈ, ૨૨-૨૫ દેશોમાં ફરી સતત હું દર્દીઓ ને પરિણામો આપતો રહ્યો, એક વાર સાહેબે કીધું તું તન ના રોગો તો મટાડે છે પણ મન ના રોગો નું શું? આત્મા કેટલાક રોગો પૂર્વજન્મથી જ લઈને આવે છે એને કેમ મટાડવા? એ માટે એસ્ટ્રોલોજી શીખ...અને હું મેન્ટલ

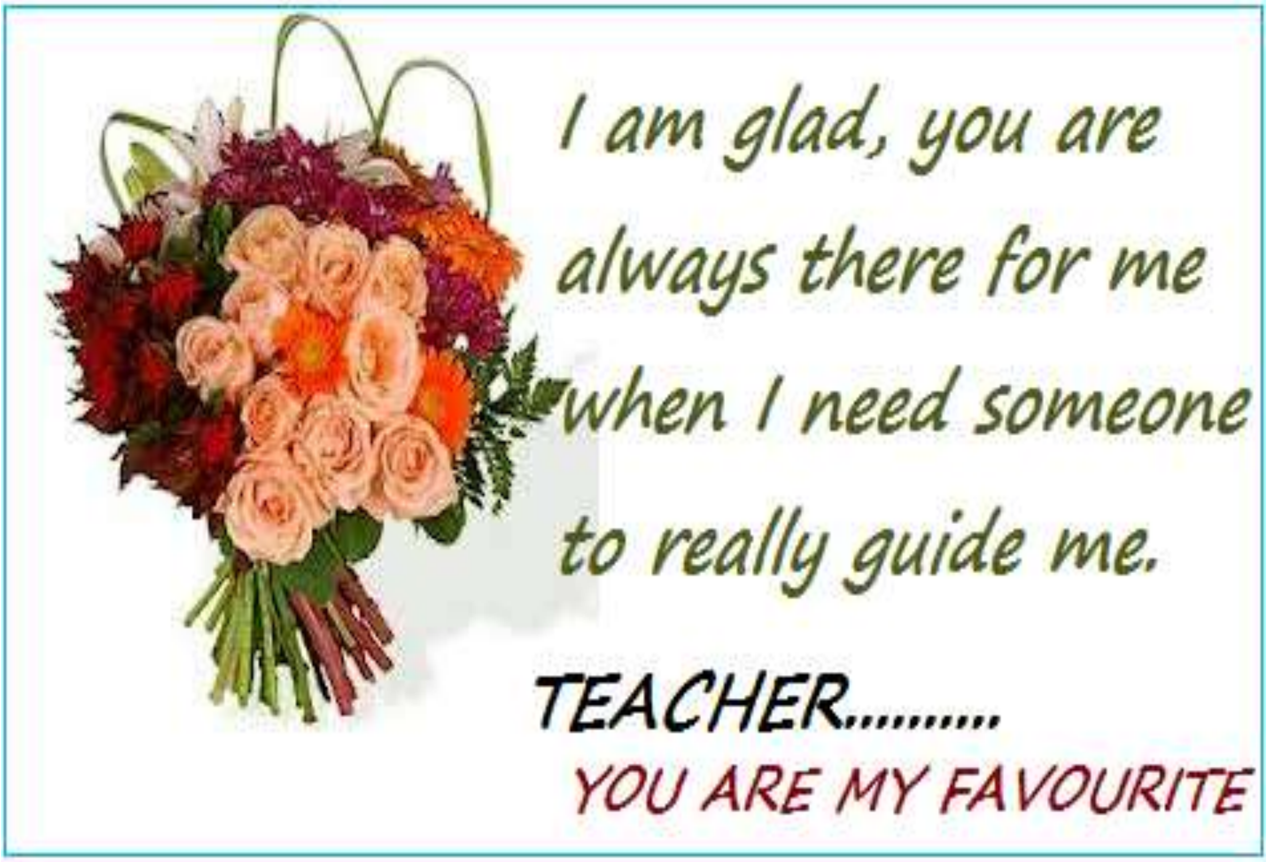
મેડીટેશન, એસ્ટ્રોલોજી, વાસ્તુ વગેરે શીખ્યો. સાહેબ ની જેમ મેં પણ નક્કી કરેલું કે શીખવાની કોઈ ઉમર હોતી નથી. આજે કરોડો નું ટર્નઓવર ધરાવતી મલ્ટીનેશનલ કંપનીઓ ને તેમના કર્મચારીઓ માટે હિલીંગ ના પ્રોજેક્ટ લઉં છું,કોસ્મિક એનર્જી પર મારું ઊંડું રીસર્ચ છે, દવા વગર માત્ર કોસ્મિક હિલીંગ થી રોગો મટી શકે એ દિશા માં હું આગળ વધ્યો છું.

એકવાર એક દર્દીને તપાસવા હું અને સાહેબ ગયા, મેં એનાં ઓરા અને ચક્રોની ગતિના આધારે આ દર્દી હવે ટૂંક સમય માં ગુજરી જશે એવું નિદાન કર્યું , એજ નિદાન સાહેબે નાડી જોઈ એના પ્રાણ અને ઉદાન વાયુ ની ગતિ,અવરોધ અને આવરણ જોઈ કર્યું...ત્યારે હું ચકિત થઇ ગયો કે કોઈ વ્યક્તિ આટલી પણ નિદાનમાં ઊંડી ઉતરી હોઈ શકે!!! જીવા આયુર્વેદના વૈદ્ય પ્રતાપ ચૌહાણ આવી જ રીતે એક વાર સાહેબ દ્વારા મને એરપોર્ટ મળી ગયેલા અને મનોવહ સ્રોતસ પર એમને એમના ગુરુ દ્વારા મળેલી ગુજરાત આવવાની પ્રેરણા નું પણ વર્ણન કરેલું...

સાહેબ મને ખુબ પ્રેમ થી રાખતા અભ્યંગ કરી થાકું તો સેન્ડવિચ મારી રાહ જોતી હોય, ચાલુ શિરોધારા એ જ્યુસના ઘૂંટડા પીવડાવે તો મોડી રાત્રે પીઝા પાર્ટી આપે...સાહેબે હમેશા પુત્રવત અમને શીખવ્યું. એકવાર મારું વાસ્તુજ્ઞાન ચેક કરવા એમના ઘરે લઇ ગયેલા અને બેએક કલાક ચર્ચાઓ કરેલી, ફોન પર આજેય નવા નવા મુદ્દે અમારે કલાકેક ચર્ચાઓ ચાલવી સામાન્ય છે. મેં મનથી સાહેબ જોડે ઘણી વાર ટેલીપેથી જેવું અનુભવ્યું છે, ક્યારેક મન હોય ને સાહેબ નો ફોન આવી જાય , કોક વાર સાહેબ યાદ કરે તો મેં

અમદાવાદ જવાનો પ્રોગ્રામ બનાવી જ દીધો હોય...આ અંત:કરણ ના સંબંધો છેલ્લા શ્વાસ સુધી ચાલે, જયારે એ હાકલ પાડે ને હું ઉભો થઇ જાઉં, યાદ કરે અને હું એમની નજરું સામે જ હોઉં બસ પરમાત્મા એટલી શક્તિ આપે અને સાહેબ ને હમેશા અમારા જેવા મણકાઓ ને પોલિશ કરવા સાજા-નરવા રાખે એવી જગતનિયંતા ના ચરણો માં પ્રાર્થના...

વૈદ્ય ચિરાગ ઝીન્ઝુવાડીયા



મારા જીવન ઘડતરનો પાયો : વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

મેં ૧૯૯૧ની બેચ માં આયુર્વેદ પાસ કર્યું ત્યારે અમદાવાદમાં પ્રેરક ભાઈ શાહ પંચકર્મના કિંગ હતા એટલે એમની પાસે શીખવા જવાનું નક્કી કર્યું ઇન્ટર્નશિપના છ મહિના દરમિયાન તેમની પાસે તાલીમ લીધી પણ સમય બહુ ઓછો મળ્યો એનો આજે હજુ પણ અફસોસ થાય છે. મેં કોલેજમાં દેશપાંડે સાહેબના હાથ નીચે પંચકર્મનુ રિઝલ્ટ જોયું હતું એટલે પંચકર્મમાં રસ પડ્યો અને આગળ પ્રેકટીકલ નોલેજ માટે પ્રેરક ભાઈ પાસે જવાનું નક્કી કર્યું

અમારી પહેલી મુલાકાત સાચું કહું તો બહુ કંટાળાજનક રહી હતી. કેવી રીતે એ જણાવું તો સાહેબ પાસે દુનિયાદારીનો બહોળો અનુભવ હતો અને મારી પાટી સાવ કોરી હતી....પહેલી મુલાકાત વખતે સાહેબે દુનિયાદારી વિશે જોરદાર ભાષણ આપેલ અને મને બીજે દિવસે ફરી મળવા આવવા કહ્યું. કેબિનમાંથી બહાર નીકળીને અમે તો માથું પકડીને બેસી ગયા. બીજે દિવસે ફરી આવવું છે કે કેમ એ સવાલ હતો, હિંમત કરીને બીજે દિવસે ગયા અને પછી તો છ મહિના ગાડી જે સડસડાટ ઉપડી છે.

હું અને મારી ક્લાસમેટ પ્રીતિ દેસાઈ અમે પ્રેરક ભાઈ પાસે પંચકર્મ તો શીખ્યા જ પણ પ્રેક્ટિસમાં અવનવા અનુભવો અહીંથી જ જાણ્યા. કોલેજની ચાર દીવાલ વચ્ચેની થીયરી અને પ્રેકટીકલ પ્રેકટીસ માં કેટલો ફરક છે એ અહીં સમજાણું. અત્યારે તો હું પ્યોર એલોપેથી પ્રેક્ટિસ કરું છું.

અમારી પહેલી મુલાકાતમાં સાહેબ એ જે વિષય પર ભાષણ આપેલો તે આજ બાબત હતી કે વિદ્યાર્થી આયુર્વેદ શીખીને પ્રેક્ટિસ તો એલોપેથીની જ કરે છે. Boss is always Right, મારે પણ કેટલીક સમસ્યાઓ સાથે સમાધાન કરીને એલોપેથીક પ્રેક્ટીસ કરવી જ પડી...

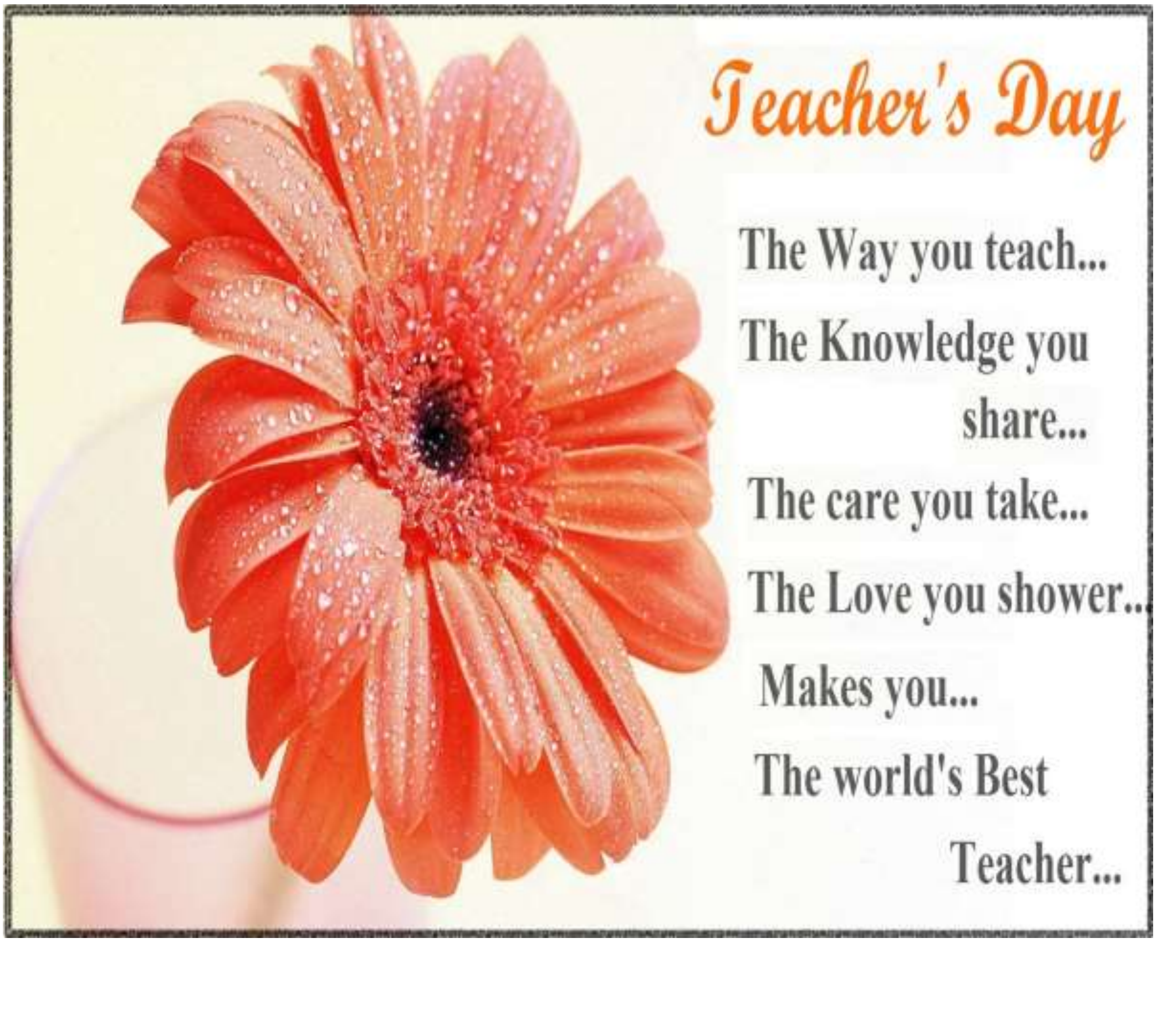
જ્યારે જ્યારે કોલેજ લાઈફ યાદ આવે ત્યારે પ્રેરકભાઈ નું સ્મરણ થઈ આવે કેમકે મારી કોલેજ લાઈફ સાથે જ તેમનું પંચકર્મ સેન્ટર સંકળાયેલું છે. Internship ના ફક્ત છ જ મહિના પ્રેરક ભાઈ સાથે કામ કર્યું એટલે અનુભવોનું લાંબુ લિસ્ટ મારી પાસે નથી પણ it was quality time we spent together અમે નાના નાના બહાના શોધીને choice ના પીઝાની પાર્ટી વારંવાર કરી છે. સારા માણસો પાસેથી અનુભવો પણ હંમેશા સારા જ થાય છે એટલે પ્રેરક ભાઈ પાસેથી ખરાબ અનુભવ થવાનો સવાલ જ નથી

એ વખતે સદભાગ્યે કે દુર્ભાગ્યે મોબાઈલ હતા નહિ એટલે મારી પાસે કોઈ ફોટોગ્રાફિક કે વિડીયોની યાદો નથી એનો અફસોસ છે. થિયરી અને પ્રેક્ટિકલ બંને તદ્દન અલગ વસ્તુ છે કોલેજ તમને થિયોરેટિકલ નોલેજ અને ડિગ્રી આપશે પણ પ્રેક્ટિકલ નોલેજ માટે તો તમારે કોઈ ગુરુની જરૂર પડવાની જ. આજકાલ સિદ્ધગુરુ કરતા ગુરુઘંટાલ મળવાની શક્યતા વધારે છે. કરણ જોહરના આજના જમાનામાં ફક્ત વિદ્યાર્થીની જ નહીં વિદ્યાર્થી પણ સુરક્ષિત નથી so friends બી કેરફૂલ યાદ રાખો સફળતાનો કોઈ શોર્ટકટ નથી

કોઈપણ building તેના પાયાના દમ પર ઉભી હોય છે. મારા જીવન ઘડતર નું પાયાનું કામ પ્રેરક ભાઈને ત્યાં થયું છે.

સાહેબનો આભાર તો શું માનુ ફક્ત એટલું જ કહીશ પ્રેરક ભાઈ ફરી એકવાર અખંડ આનંદમાં અભ્યાસ કરવો છે અને તમારા હાથ નીચે ફરી એક વખત કામ કરવું છે.

ડો. હિમાંશુ રૂપારેલ



સમય થી બે કદમ આગળ ... વૈદ્ય પ્રેરક શાહ...

૧૯૯૯ માં મેં બીએએમએસ પાસ કર્યું, હાલ વિમાયોજના માં કેન્દ્રસરકાર માં મેડીકલ ઓફિસર ની ફરજ બજાવતા મારા દોસ્ત વિનોદ રસાલા એ એક વાર એક વૈદ્યના સેમીનારમાં ગાંધીઆશ્રમ જવા મને સૂચવ્યું, એ પ્રેરક શાહ સાહેબનો સેમીનાર હતો, એ દિવસે સાહેબ ની વાકછટા જોઈ હું મંત્ર મુગ્ધ થઇ ગયો.આખું ય ફાઈનલ યર હું સાહેબ જોડે શીખવા ગયો હોઈશ, સાહેબની પંચકર્મ પ્રેકટીસની પણ એ વખતે શરૂઆતના વર્ષો હતા અને આદર સંસ્થા નો જન્મ પણ આ જ વર્ષો માં થયેલો...સાચું કહું તો એ વખતે સાહેબે મને બહુ લાગણી થી રાખેલો...

આયુર્વેદ માં સ્પેશીયાલીટી કલીનીક હોઈ શકે એવું એ વર્ષો માં કોઈ એ વિચાર્યું પણ નહોતું, એ વખતે કોઈ ના ગળે આ વાત ઉતારવી પણ મુશ્કેલ હતી, પણ સાહેબ સમય થી બે કદમ આગળ વિચારી રહ્યા હતા, સતત પોતાની જાતને એક જ સ્પેશીયાલીટી પુરતી માર્યાદિત બનાવી તેમાં ઊંડા ઉતરી રહ્યા હતા, સાહેબ મુઠ્ઠીવૈદ્ય નહોતા અને એજ બાબત એમને એ જમાનાના બીજા વૈદ્યોથી અલગ પાડતી હતી.એ વખતના તમામ વૈદ્યો પંચકર્મ માટે સાહેબ ને દર્દી રીફર કરી સંતોષી પરિણામ મેળવી રહ્યા હતા...

સાહેબ ઓપીડી પતાવી બપોરે એક વાગે સ્કુટર લઇ સાયબર કાફે માં જતાં, આજથી ૨૦ વરસ પહેલા ઈન્ટરનેટ અને ઈ મેઈલ શબ્દો કોઈએ સાંભળ્યા પણ ન હોય. સાહેબ

સાયબર કાફેમાંથી ફોરેન ના પેશન્ટ્સનો સંપર્ક કરી ઈ ઓપીડી ચલાવતા, સાથે સાથે વિદેશમાં આદર સંસ્થાના પ્રચાર પ્રસારનું કામ કરતા. કદાચ સંસ્થા અને સાહેબ એના ફળ આજે ચાખી રહ્યા છે.

મને પ્રેરક સરનો ઇનોવેટીવ એપ્રોચ ખુબ ગમતો, એ હમેશા દર્દીનું મન કળી લેતા, દર્દી નો વિચાર કરીને યોજના ગોઠવતા, દર્દી ને સહેલું પડે એવા ખાન પાન દવા પરેજી વગેરે ગોઠવી આપતા. રૂઢીચુસ્ત એ જમાનાના પંચકર્મ સમાજમાં સદ્યસ્નેહન કોઈ કરાવતું નહિ, અમદાવાદી ફાસ્ટ લાઈફમાં પ-૭ દિવસ સ્નેહન માટે કોઈ ફાળવી શકતું નહિ ત્યારે સાહેબ બટરથી સ્નેહન કરાવતા, દર્દી રાજી - પરિણામ પણ મળે અને શાસ્ત્ર પણ સચવાઈ જાય, એ રસોડાના ઔષધ સુચવી ઈમરજન્સી સારવારમાં ચિકિત્સા કરતા, દાઢી ની દાઢી અને સાવરણી ની સાવરણી... એ ન્યાય મેં આંખે એમના કલીનીક માં જોયો...

મને એ કહેતા અફસોસ થાય છે કે મારે મારી કૌટુબીક સમસ્યાઓ ના કારણે સાહેબ જોડે શીખવાનું છોડવું પડ્યું, મેં આયુર્વેદ સાથે જનરલ પ્રેકટીસની શરૂઆત કરી, ત્યાર બાદ ડેવલોપમેન્ટ અને કન્સ્ટ્રકશનના ધંધામાં ઝુકાવ્યું, હું સાહેબના ઇનોવેટીવ નેચરથી પ્રેરિત છું અને આજે પણ ધંધામાં સમયથી બે કદમ આગળ રહેવા પ્રયત્ન કરું છું. સાહેબ એક માઇગ્રેઇન જેવો એક જ વિષય લઈને ચેઇન કલીનીક ચલાવી શકે એ મહત્વની વાત છે, આજના વિદ્યાર્થીઓને મારું ખાસ સૂચન છે

જ્યારે સાહેબ જેવા ગાઈડ મળે પૂરી નિષ્ઠાથી શીખી લેજો, સમય ફરી પાછો આવતો નથી અને કાળચક્ર ઘણું જ ઝડપથી ચાલે છે ત્યારે શીખવા માટે મળતા બે ચાર વર્ષ ખોટી બાબતો પાછળ ન બગાડતા જેથી આ જ શીખેલું ઝીંદગી નું ભાતું બની જાય....

ડો. શરદ જોષી...

પૂર્વગ્રહ મુક્ત પ્રથમ પંક્તિના વૈધરાજ...

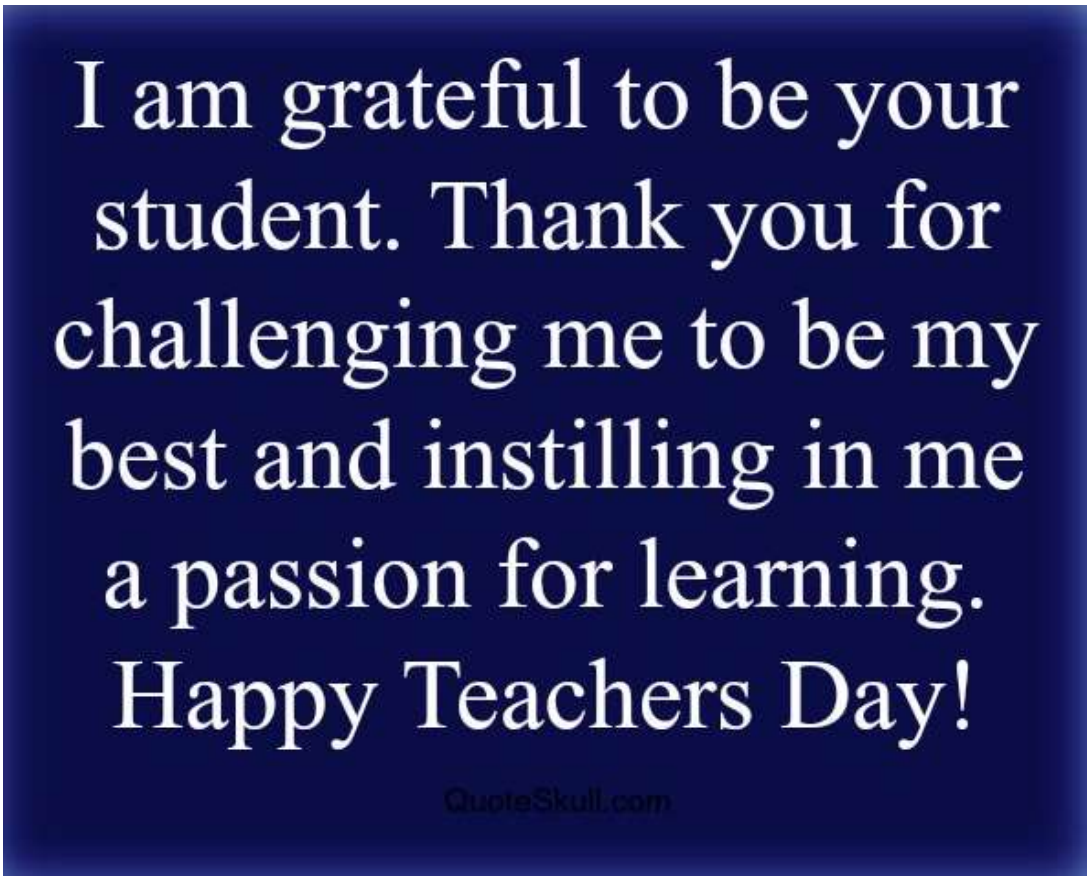
હું વૈધ વિક્રમ શાહ, ભાવનગરમાં જ્યારે કોલેજમાં અભ્યાસ કરતો ત્યારે અમારા એક લેકચરર જોષીસાહેબે વમન કર્મ અને મીંઢળ વિષે વિસ્તૃત છણાવટ ભર્યું લેકચર આપેલું, તે દિવસથી મનમાં ગાંઠ વાળી કે કરીશ તો આયુર્વેદ પ્રેક્ટીસ જ. અને અમદાવાદ આવીને વૈદક શીખવા માટે મેં પંચકર્મ સ્પેશીયાલીસ્ટનું સર્ચ ઓપરેશન આદર્યું, મને જાત જાતના વૈદો મળ્યા, બોલવાનું કૈક ને કરવાનું કૈક...અલોપેથી માટે સખ્ખત પૂર્વગ્રહ, સતત દર્દીઓ ને બીજા માટે ઘસાતું બોલતા વૈદ, પરેજી માં પહેલવાની કરી ગુસ્સે થતા વૈદ...મોટેભાગે દર્દીઓમાં વૈદ માટે નું ચિત્ર સ્પષ્ટ હોય, ઉમરલાયક, પરેજીના જડઆગ્રહીઓ અને દુર્વાસાના અવતારો... પણ પ્રેરક શાહ ને મળી આ બધું જ ખોટું પડતું લાગ્યું, દર્દી પણ એક ક્લાયન્ટ જ છે, એને અનુકુળ તમામ પરેજીઓ કે સગવડો ઉભી કરવી એ આપણી ફરજ છે.અને સાહેબ એ વખતે પણ તમામ પ્રકારના પૂર્વગ્રહોથી મુક્ત હતા. ક્યારેય કોઈ વૈદ કે પેથી માટે ઘસાતું બોલતા ન હતા...માન આપવાથી મળે એમ જેટલું સાહેબ એલોપેથીના સુપર સ્પેશીયાલીસ્ટને માન આપતા,એટલું જ માન સાહેબ ભોગવતા...

નિર્ભયતા એમનામાં મેં ખાસ જોયેલી, જે કહેવું એ સ્પષ્ટ કહેવું અને એમના વિચારો પણ ઝંઝાવાતી હતા, ધીરે ધીરે એ એમણે લેખકકાર્ય શરુ કરેલું, સાહેબ અલગ વિચારતા એ ઘણા ને વિરેચક લાગતું, સ્ફોટક લખતા તો ગળે પણ ન ઉતરતું. પણ ખેર સચ તો સચ હૈ એ ન્યાયે સાહેબ લોકો દ્વારા વાંચતા ગયા, વખણાતા ગયા...સાહેબ અગ્રણી અખબારો સાથે કોલમ લખે છે એ જાણી ખુબ રાજીપો થાય છે. સાહેબની દિવ્યભાસ્કર માં પાંચમો વેદ – કોલમ ખુબ જ લોકપ્રિય થયેલી, એના પર વિડીઓ ચેનલ પણ પ્રસારિત કરવામાં આવેલી. બીજા વૈદ્યો ની જેમ કોલમમાં ચોક્કસ ફાર્મસીઓ કે ચોક્કસ દવાઓનો પ્રચાર કરવો એ સાહેબનો ઉદ્દેશ્ય નતો, તેમણે સમાજ ને આયુર્વેદના મૂળભૂત સિધ્ધાંતોથી અવગત કરવાનું કાર્ય શરુ કર્યું, એક અલગ જ શૈલી માં વારતા સ્વરૂપે સમાજની દિનચર્યા ઋતુચર્યાની કુટેવો તેમણે ઉઘાડી પાડી એને એના યુગાનુરૂપ સૂચનો લોકભોગ્ય આપ્યા.

હું એમડીની ડીગ્રી મેળવી ચરક કંપની સાથે ચેઈન કલીનીક ચલાવું છું, મલ્ટીનેશનલ કંપનીઓમાં આયુર્વેદ ચલાવવા સાહેબ જેવા વિચારો એપ્લાય આજે પણ કરું છું. સાહેબની પંચકર્મમાં મેળવેલી સિધ્ધિઓ હાંસલ કરવા પ્રયત્નશીલ છું. સાહેબના મળતાવડા, હસમુખા સ્વભાવ અને કોમળ વ્યક્તિત્વને આજે પણ દર્દીઓ સમક્ષ મારામાં

ઉતારવા પ્રયત્ન કરું છું, હું આજે પણ સાહેબમાંથી પ્રેરણા મેળવું છું, હું ખુશ છું અને સફળ છું એના એક મેન્ટર તરીકે સાહેબ ને ચોક્કસ જોઉં છું અને સાહેબ નો આભારી છું...

વૈદ્ય વિક્રમ શાહ

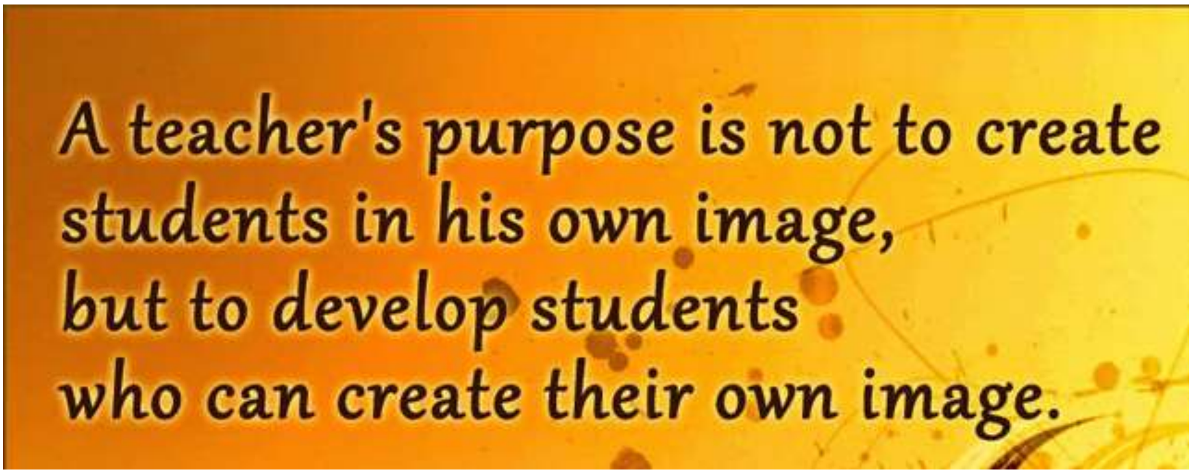


સાત સમંદર પાર નું મોતી.....

My name is Beata Horvath originally from Hungary but living in Spain since 2008. I am an intuitive energy healer and yoga practitioner since 2001 and I was and still am a holistic healthy lifestyle fun. With the years I have developed more and more interest to ayurveda so I was researching where can I study it and Dr. Prerak's website came up on the internet...that time I had very low income so I was just thinking how can I save more money to go to India and learn from him.. and as I am a meditator I started to meditate on my wish and prayed with clear intention...and the miracle happened, Dr Prerak was holding a panchakarma - abhyanga class in Spain near my town! The school which was advertising it just poped up on my social media page...so I registered immediately as I took it like a sign. On the first day we had a deep connection and I fall in love with ayurveda. The doctor was so passionate about what he was teaching and it was so clear and logical that I decided to deepen my knowledge and continue my study with him. It also helped as he treated as more like a friend not a student with a bit of western humor!...that was in 2010. From that time

as I became more and more spiritual and same time logical and practical I opened up myself for ayurveda and yoga with the love and compassion to help more and more people. Dr. Prerak gave me full support in many level from the first day.. with care and patience. I am still studying with him and proudly (without the ego) become his European Representative. ..I believe in him 100% as he and his knowledge never failed in my cases! Dr. Prerak is my guru if I may say! I look up on him as I never saw someone so humbled and knowledgeable about ayurveda. His all day is ayurveda and he is continually expanding his passion about it all over the world! All I can say Thank you Dr. Prerak from my heart to be yours pearl of Legacy.

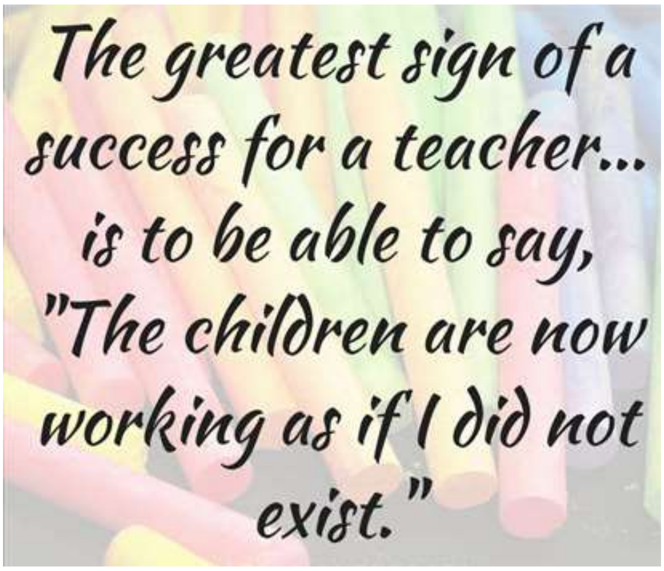
Beata Horvath (Malaga, Spain)



આયુર્વેદના ગુગલ જેવું સર્ચ એન્જીન એટલે વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

મેં 1993માં એક સેમીનાર મારફતે સાહેબનો પરિચય કેળવેલ. ત્યારબાદ ત્યાં શીખવા પહોંચી ગઈ. મેં લગભગ 1995 થી 1997 સુધી સાહેબ સાથે કામ કરેલ. આ ચાર વર્ષનો સમયગાળો મારા માટે જીવનભરની પ્રેક્ટિસનો ઇનપુટ બની રહ્યો. આજે પંચકર્મ અને આયુર્વેદ બંને શબ્દો હું વૈદ્ય પ્રેરક શાહ વગર કલ્પી જ ન શકું. દર્દીને તપાસવાની શૈલી હોય કે સમજાવવાની રીત, દવાનું આયોજન હોય કે પંચકર્મની ગોઠવણી તમામ તબ્બકે સાહેબનું પંચકર્મ મેં જોયું છે. આજે હું આયુર્વેદ અને પંચકર્મની પ્રેક્ટિસ કરું છું. હું આજે જે કંઈ છું તેમાં સાહેબનો ફાળો અનમોલ છે.

- વૈદ્ય હેતા પરીખ



પ્રેરણાનું વહેતું ઝરણું એટલે વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

વૈદ્યશ્રી પ્રેરકભાઈ ખરેખર આયુર્વેદ ભણતા અને ભણી રહ્યા પછી શુધ્ધ આયુર્વેદ પ્રેક્ટીસ કરતા વૈદ્યો માટે પ્રેરણાનું સતત વહેતું ઝરણું છે. અમારો દીકરો મલ્હાર પણ ભણતા - ભણતા તેમની સાથે તેમના ક્લિનિક પર થયો અને પુસ્તકના જ્ઞાન સાથે વ્યવહારું જ્ઞાન પણ શીખતો ગયો. શુધ્ધ આયુર્વેદ પ્રત્યેની તેની અને અમારી બધાની શ્રધ્ધા વધુ દ્રઢ બની.

શ્રી પ્રેરકભાઈએ અન્ય વૈદ્યો તથા અમુક નામાંકિત ડોક્ટરો સાથે એક સમન્વય નામનું સંગઠન બનાવેલું. તેઓ નિયમિત મીટીંગો કરતાં અને આયુર્વેદ અત્યારે આધુનિક જમાનામાં કેવી રીતે માનવજીવનને ઉપયોગી બની રહે તેનો વિચાર-વિમર્શ થતો. આ મીટીંગોમાં ઉપરોક્ત નિષ્ણાત વૈદ્યો તથા ડોક્ટરો ઉપરાંત પ્રેરકભાઈ મલ્હારને પણ સાથે રાખતાં. તેઓની ચર્ચાનું રિપોર્ટિંગનું કામ મલ્હાર સંભાળતો તેનાથી તેના જ્ઞાનમાં ખૂબજ વૃધ્ધિ થઇ હતી તે શ્રીપ્રેરકભાઈ ને આભારી.

શ્રી પરાગભાઇ શાહ (Father of Late Malhar Shah)

પ્રેક્ટીકલ પંચકર્મનો ખજાનો ખોલી આપનાર મારા માટે પહેલા આયુર્વેદ ડોક્ટર

I was introduced to Prerak Bhai in 1999 by my dear friend and a GI surgeon Dr. Hasmukh bhai. I was looking for a mentor to learn Ayurveda from. What impressed me most about Prerak was his willingness to teach and his passion about Ayurveda. He is different that he does not have secrets like many other Vaidyas. Not only did he offer to mentor me on one to one basis, but he also introduced me to Dr. Chandola and Dr. Notani at Jamnagar Ayurved University. His ability to organize impromptu meetings with other Vaidyas and his willingness to cross over to modern medicine physicians is his great asset. I have met more Vaidyas in Ahmedabad than any other place through Prerak. I not only got to meet Vaidyas like Dr. Pandey, Dr. Jani and Dr. Barot, but also became a family friend. I have learnt from him and his colleagues and have hosted him and his family in USA few times.

Prerak loves Gujrati food and he loves people. I remember that one time we ate junk but tasty Gujrati food whole day. I commented to Prerak that we are not following Ayurvedic Life style. His response was hilarious that we are paid to advise people what not to eat, and that we are not paid to follow that advice ourselves.

His love for Ayurveda is infectious and inspires others to learn Ayurveda. He travels worldwide spreading this knowledge. I am yet to meet a person who is not positively affected by Prerak. I wish him all the success in future years and continue to collaborate with him on a personal and professional basis.

- Dr.Vijay Jain (U.S.A.)

ઇનોવેશનની દુનિયા સાથેની મુલાકાત કરાવનાર વૈદ્ય પ્રેરક શાહ

2010માં બી.એ.એમ.એસ.માં પ્રવેશ મેળવ્યા પછી સેકન્ડ યરમાં પહોંચી ત્યારે એવું લાગ્યું કે ખરેખર આયુર્વેદ શીખવું હશે તો કોલેજની સાથે પ્રેક્ટિકલ જ્ઞાન પણ મેળવવું એટલુંજ જરૂરી છે. પરંતુ કોની પાસેથી એ ખબર નહોતી। એવામાં એક સેમિનારમાં સરને બોલતા સાંભળેલા ત્યારે મનમાં થયું કે મને આમની પાસેથી શીખવાનો ચાન્સ મળે તો કેટલું સારું .. પછી થોડા સમય પછી સરની ફેસબુક પર ઇનોવેટીવ આઇડિયા કોમ્પિટિશન નામની પોસ્ટ જોઈ ત્યારે તેમાં ભાગ લેવાની ઇરછા સાથે સરને મળવા શનિવારની બપોરે પહોંચી ગઈ. આ હતી મારી સર સાથેની પ્રથમ મુલાકાત. ત્યારે એક સ્ટુડન્ટ તરીકે એક ડોકટરને મળવાનો ખુબ જ ડર લાગતો હતો પણ સરે મારી જોડે એટલી સોફ્ટલી વાત કરી કે એ ડર પણ ઉડી ગયો. ત્યાર પછી તો સર જોડે એ દરમિયાનની મુલાકાતમાં તેઓ સ્ટુડન્ટ – ડૉકટર ઈન્ટરેક્શન માટે સંવાદ નામના કાર્યક્રમનું આયોજન કરે છે તે ખબર પડી અને અમારો ક્લાસ તેમાં ભાગ લેશે તેમ નક્કી કર્યા પછી સર સાથે સંવાદ માટે મુલાકાત થતી ત્યારે એક વખત હિંમત કરી સરને તમારી પાસે શીખવા આવું એમ પૂછી જ લીધું અને સરે હા પાડી ત્યારથી આજ દિન સુધી સર સાથે કાર્યરત છું.

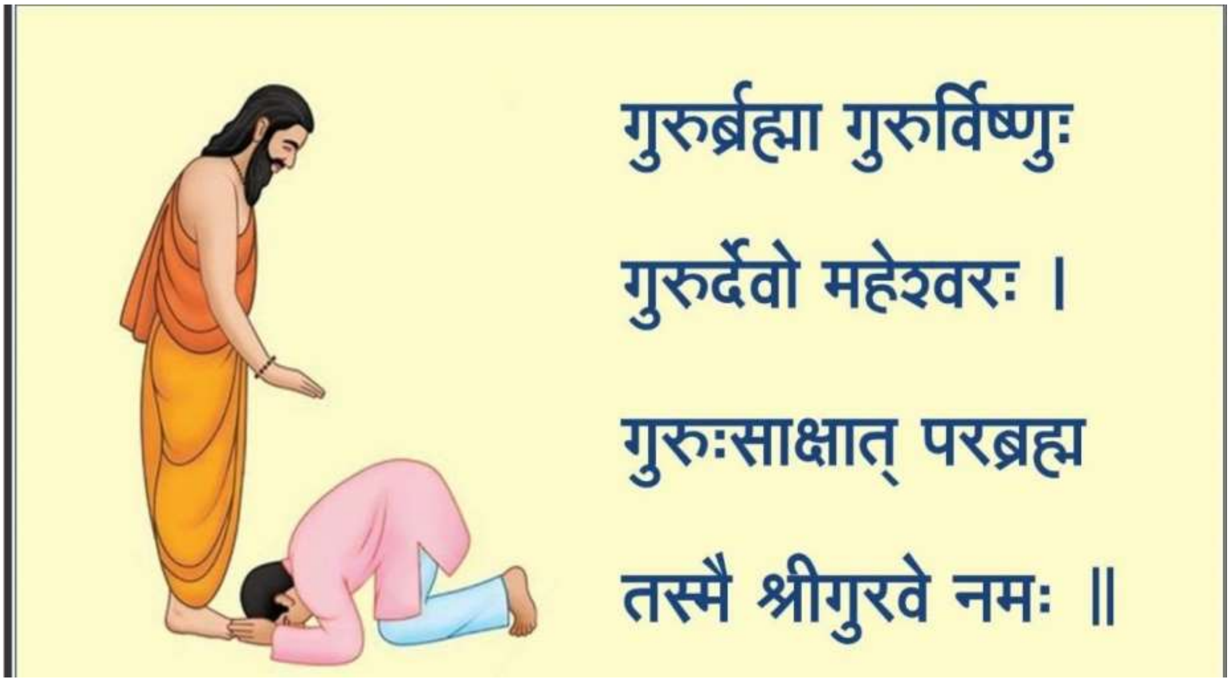
સર પાસેથી શું શીખ્યા? એ પ્રશ્નનો જવાબ આપવો બહુ જ અઘરું કામ છે એનું લિસ્ટ બનાવવા બેસું તો પૂરું જ ન થાય, શબ્દો ખૂટે મારા માટે તો કારણકે સર પાસેથી એટલું શીખી છું કે બધી વસ્તુને શબ્દોમાં વર્ણવી મારા માટે શક્ય નથી છતાં પણ થોડાક અંશો અહીં વ્યક્ત કરું છું. સર જોડેથી આયુર્વેદ પણ શીખી અને આયુર્વેદ સિવાય આજની ટેક્નોલોજીનો કઈ રીતે સારો ઉપયોગ કરવો તે પણ શીખી છું. બી.એ.એમ.એસ. કમ્પ્લીટ કર્યાં પછી પ્રાઇવેટ પ્રેક્ટિશનર તરીકે જ આગળ વધવું છે એવું મનોબળ સર પાસેથી મળ્યું। એક ડોકટર તરીકે ફક્ત પુસ્તકિયું જ્ઞાન જ હોય તેટલું પૂરતું નથી. આ ઉપરાંત બીજી ઘણી બધી વસ્તુઓ ઉપર પૂરતું ધ્યાન આપવું પડતું હોય છે. એવું સતત નિરીક્ષણ કરીને જાણવા મળ્યું। સૌથી પહેલા તો તમારી પર્સનાલિટી- પેશન્ટ તમારી પાસે આવે ત્યારે વૈધ તરીકેનો તમારો આત્મવિશ્વાસ પૂરતો હોવો જરૂરી છે. તે જ રીતે પેશન્ટ જોડે તમારો ફ્રેન્ડ્લી નેચર રાખવા છતાં તમારે જરૂરી સારવાર માટેના બધા રૂલ્સ હસતા હસતા કઈ રીતે ફોલો કરાવવા – ક્લિનિક મેનેજમેન્ટ કઈ રીતે કરવું આ બધું સર પાસેથી જાણવા મળ્યું છે. ઉપરાંત એક સફળ વૈધ બનવા માટે આજ ના યુગના નવા ફેરફાર સાથે કઇ રીતે તાલમેલ બેસાડી દર્દીમાં આયુર્વેદ પ્રત્યેનો વિશ્વાસ ઊભો કરવો એ સર સાથે રહી સતત શીખ્યું છે.

સરનું સતત કામ કર્યા કરવું – 24 કલાક તમારું મગજ સતત કામ કર્યા જ કરતુ હોવું જોઈએ। સફળતા મેળવવા પાછળ કેવી મહેનત કરવી પડે તે પણ જોયું છે. માઈગ્રેનની ફ્રેન્ચાઈઝ, આર્થ્રોથર્મીયા પાછળની તેમની મહેનત- કોઈ પણ કામ કરવા માટે સતત રાખવું પડતું ધ્યાન, નિયમિતતા, સમય સૂચકતાનું પાલન બધું સર સાથે રહી નિરીક્ષણ કર્યું છે આ વસ્તુ મને આજીવન મદદરૂપ બનવાની છે. તમારે આગળ વધવા માટે કઈક યુનિક વસ્તુ કરવી પડે કે જે દુનિયામાં કોઈની પણ પાસે ના હોય તેવું નવું કરવું પડે કે જે ઇનોવેશન કહેવાય એ વસ્તુ સર પાસેથી સમજી છું.

ટૂંકમાં અત્યાર સુધી એમણે મને ઘણું બધું શીખવાડ્યું છે એમ કહું તો પણ ચાલે કે તેઓ મારા પિતાતુલ્ય બની મારી ઘણી બધી ખામીઓ પણ દૂર કરી છે. સફળ પ્રેક્ટિશનર બનવા માટેના ઘણા બધા ચેન્જીસ લાવ્યા છે. ઇન શોર્ટ સર પાસેથી જે મેળવ્યું છે તેનું ગુરૂ-ઋણ ક્યારે અને કઇ રીતે ચુકવીશ તેની તો મને પણ ખબર નથી. જીવનમાં સારા ગુરુ મળવા એ નસીબ ની વાત છે અને આ માટે Thanks to god and also thanks to sir કે મને તમારા જ્ઞાનનો લાભ મળ્યો. I feel lucky to myself…

- વૈદ્ય ધૃતિ કગરાણા

~: The End:~


गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः
गुरुर्देवो महेश्वरः ।
गुरुःसाक्षात् परब्रह्म
तस्मै श्रीगुरवे नमः ॥