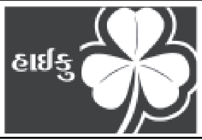
સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

શીલ સચવાયના સફર કરવા જેવું નથી!
ભય, અકસ્માતનો સફર કરવા જેવું નથી!
સફર કરવા જેવું નથી, ગોંધાઇ'ર્યો ઘરમાં -
બાંધીને પેટે પાટા, સફર કરવા જેવું નથી!
(રેલ્વે મુસાફરી મોંઘી)



હવે શાળામાં -
કેમેરા લગાડી ધો!
બેંચ વેંચીને..
(કા.પા.ના ઠેકાણાં નથી ત્યાં..)

ઇ'સસ્તુ પડે!
લોકચાહના નહીં -
સભ્યો ખરીદો!!
(પક્ષ પલટા વેપાર)

ચિંતન

નમ્રત્વેનોન્નમન્તઃ પરગુણકથનૈઃ સ્વાન્ગુણાન્ખ્યા સ્વાર્થાન્સંપાદયન્તો વિતતમૃથુતરારંભયત્નાં પમાર્થે પયંન્તઃ ।
ક્ષાન્ત્યૈવાત્રેપરૂક્ષાક્ષરમુખરમુખાન્દુર્જનાન્દું ષયન્તઃ,સન્તઃ સાશ્ચર્યચર્યા જગતિ બહુમતાઃ કસ્ય નાભ્યર્ચનીયાઃ ॥

ભતૃહરિના નીતિશતકના આ શ્લોકમાં સજ્જનોના લક્ષણો કહ્યાં છે :

'નમ્રતાથી જ ઉન્નતિની પ્રાપ્તિ કરનારા પારકાના ગુણોનાં કહેવાથી પોતાના ગુણોને પ્રસિધ્ધ કરનારા, બીજાના હેતુ માટે વ્યાપક તેમજ મહાન પ્રવૃત્તિમાં પ્રયત્નશીલ રહી પોતાનું પ્રયોજન સાધનારા, આક્ષેપના કડવા શબ્દોથી વાચાળ મુખવાળા દુર્જનોને ક્ષમાથી સંતાપ આપનારા અને આશ્ચર્યકારક આચરણવાળા બહુમાન્ય સત્પુરૂષો જગતમાં કોને માટે વંદનીય નથી?'

આ શ્લોકમાં કવિનો કહેવાનો ભાવ એ છે કે કોઇ પણ માણસ નમ્રતા-ઉદારતા-પરોપકાર અને ક્ષમા જેવા સદ્ગુણો વડે પૂજનીય-સન્માનીય અને આદરને પાત્ર થઇ શકે છે.

કોઇ પણ પરિસ્થિતિમાં નમ્રતા રાખવાથી સામેની વ્યક્તિ પર પ્રભાવ પડે છે. જે પ્રશંસનીય છે તેની યોગ્ય કદર કરી પ્રશંસા કરવાથી પ્રશંસકના કદરદાન સ્વભાવનું પણ યોગ્ય મૂલ્યાંકન થાય છે.

જનસેવા દ્વારા સમાજસેવામાં પ્રવૃત્ત રહી લોકોના આશીર્વાદ તો મળે જ છે સાથે ખૂદને પણ સદ્પ્રવૃત્તિ સાથે સંતોષનું સુખ મળે છે.

અપમાન અને કડવા શબ્દ સહન કરવાથી અને ક્ષમા આપવાથી પણ સામે પક્ષે આદરભાવ જન્મે છે.

સુવિચાર

- માણસ જેટલી ઓછી જરૂરિયાતમાં ચલાવી શકે તે એટલો જ વધારે ધનવાન સમજવો- **થોરો**
- જ્યારે સંતોષરૂપી ધન આવે છે ત્યારે બીજાં બધાં ધન ધૂળ સમાન થઇ જાય છે **- તુલસીદાસજી**
- જે ધન અત્યંત કષ્ટથી, ધર્મનું ઉલ્લંઘન કરીને કે શત્રુનાં પગ પકડીને મળતું હોય એવાં ધનની જરા પણ અપેક્ષા ન રાખવી **- વિદુરજી**
- બધું જ ધન ભગવાનનું જ છે એમ સમજી, તેના માલિક થઇને નહીં પણ માત્ર વાલી થઇ તેનો સદુપયોગ કરવો **- મહર્ષિ અરવિંદ**
- જે હંમેશા માત્ર ધન-સંપત્તિની અપેક્ષા રાખે છે તે અધમ છે **- ચાણક્ય**
- 'ધન' માત્ર ભોગ-ઉપભોગની જ બાબત નથી એનાથી યશ અને કીર્તિ પણ પ્રાપ્ત થઇ શકે છે **- પ્રેમચંદ**
- જેની પાસે ધનનો ભંડાર છે એ એનો જ નથી પણ જે તેનો ઉપયોગ કરી જાણે છે એનો છે **- બેન્જામીન ફ્રેંકલીન**

બોધ કથા

રમૂજી સ્વભાવના, કવિહૃદય માણસો ગમે ત્યાંથી, કોઇ પણ પરિસ્થિતિમાંથી 'રમૂજ' શોધી લેતાં હોય છે..

ઉર્દૂ શાયર અકબર ઇલાહાબાદી એ આંખનો મોતિયો ઉતરાવ્યો એ જમાનામાં 'ઓપરેશન થિએટર' ન હતાં. ડોકટર ઘરે આવી મોતિયો ઉતારી જતા અને આઠેક દિવસની 'પટ્ટી' પાળી જતા. કડક નિયમોનું પાલન કરવું પડતું હતું. ડોકટર બંને આંખોના મોતિયા ઉતારી પટ્ટી બાંધી બસો રૂપિયા - (એ જમાનાના) લઇ ગયા.

થોડીવારે સાહેબજાદા હસરત હુસેન (અકબરના પુત્ર) પિતાજીના ખબર અંતર પૂછવા આવ્યા.
અકબર તો રમૂજી સ્વભાવના કવિ હતા જ તરત જવાબમાં પુત્રને એક શેર સંભળાવ્યો -
રોશની આયે તો હમ દેખેં કહી અપના હિસાબ
વો તો દો સૌ લે ગયે, આંખે પે પટ્ટી બાંધ કે ॥

એક લૂખ્ખા સંબંધીને બાબરી, બાળમુવાડા, મૂંડનવિધિમાં જવાનું આમંત્રણ મળ્યું, કવિ હૃદયે વિચાર કર્યો. આ પ્રસંગ સારો, આમાં કંઇ ભેટ-સોગાદ-ચાંલ્લો તો આપવો નહીં પડે!

મૂંડન વિધિ પૂર્ણ થઇ. મંચ પરથી માઇકમાં જાહેરાત થઇ, હવે બધાં વડીલ-સ્નેહીજનો બાળકને આશીર્વાદ આપવા મંચ પર આવશે. બાજુમાં ભેટ-સોગાદ-ચાલ્લાંવાળા ટેબલ નાખી ગોઠવાઇ ગયા.
કવિશ્રી બાજુમાં બેઠેલાં સંબંધીને કહે -
લ્યો! હવે આપણી 'મૂંડન' વિધિ શરૂ..
- અને હસાહસ થઇ ગઇ.

જો આપણે કંઈ બનવું છે! કંઈક બતાવવું છે! આપણાં મન પાસેથી ધાર્યું કામ કરાવવા માટે પહેલાં તેને સજજ કરવું પડશે, અને તેની શરૂઆત સંકલ્પથી થાય છે

સખીને પત્ર

- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

આજે એક બહેન મળવા આવ્યાં છે. તેમની દિકરીની આરોગ્ય ચકાસણીમાં તેનામાં લોહીનું પ્રમાણ ઘણું જ ઓછું હોવાનું માલૂમ પડ્યું છે. એકદમ કૃશઃખસાય દીકરીની એવી જ કૃશઃકાય માતા મારી સામે ઊભાં છે. અને અમારો સંવાદ...

'તમારી દીકરીના શરીરમાં લોહી ખૂબ ઓછું છે તમને ખબર છે?'

'હા બહેન! એણે ઘરે આવીને મને કહ્યું હતું!'

'તો હવે તેની તબિયતનું ધ્યાન રાખો. નબળાઇને કારણે તે વ્યવસ્થિત ભણી પણ નહિ શકે!'

'તમારી વાત સાચી છે. હું તેમના માટે ઘણુંય કરૂં છું. મારા પતિનાં અવસાન પછી ભાઇ-ભાઇના ઘરે રહું છું. પણ લોકોના ઘરના કામ કરૂં છું. મારે માટે છોકરાંવને ખૂબ ભણાવવા છે. જેથી તેઓ અમારા જેવી મુશ્કેલીઓ ન વેઠે. હું ભાઇને દર મહિને પૈસા આપ્યા પછી એક કામનાં પૈસા છાના-માના મારા છોકરાઓના નાસ્તા પાછળ જ વાપરૂં છું. બહેન! હું યે ટી.વી.માં જોઉં છું મને ખબર છે તેઓ નબળાં હશે તો ભણી નહિ શકે. પણ તમે ચિંતા ના કરશો હું બે કામ વધારે કરીશ અને તેમની ફી તથા નાસ્તાનું ધ્યાન રાખીશ!' હજી કેટલાં કામ કરશો?' અને મને જે જવાબ મળ્યો... 'બેન! હું તો આ છોકરાઓને ભણાવવા અને તેમનું જીવન સુધારવા જ જીવું છું. બાકી, મારા માથામાં ગાંઠ છે. મને એક મહીનાથી તાવ આવે છે પણ મજબૂત થઇને બેઠા કામ કરૂં છું. મારા છોકરાઓને ભણાવવા છે. હું ડોક્ટરની ફીમાં, દવામાં પૈસા વેડકું તો મારા છોકરાઓને ભણતર અટકી પડે!' હું સ્તબ્ધ થઇને સાંભળી રહી. એક 'મા' સંકલ્પબધ્ધ હતી પોતાના બાળુડાઓને ભણાવવા માટે, બાળકોને ભણાવવાનો દ્દઢ સંકલ્પ જ તેના બિમાર શરીર અને જીવનનું ચાલકબળ બન્યો છે. તેની દીકરીના નાસ્તાની જવાબદારી તો અમે લઇ લીધી. તેમનાં ભણતર માટે પણ અમે ખાતરી આપી. સંકલ્પબળે ટટ્ટાર બનેલી માને અશ્રુ ભરી આંખે પણ સલામી અપાઇ ગઇ.

> **પ્રબળ ઇચ્છા શક્તિ આપણાં વિચારોને શક્તિશાળી બનાવે છે, શક્તિશાળી વિચારોમાં ચુંબકીય આકર્ષણ પેદા થાય છે જે બ્રહ્માંડની હકારાત્મક ઉર્જાને પોતાની તરફ આકર્ષે છે**

એક માના સંકલ્પ બાળકોના જીવનને ભણતરની પ્રગતિ આપે છે તો બાળકોનો દ્દઢ સંકલ્પ માતા-પિતાના સંતોષ અને સુખનો કારક બને છે. મનુસ્મૃતિમાં મનુષ્યની મનોરચના ત્રણ મૂળ તત્ત્વ બતાવ્યાં છે. સંકલ્પ - વિકલ્પ અને અહમ્ આ ત્રણેયના નિશ્ચિત અનુપાતના આધારે માણસની વિચારસરણી ઘડાય છે અને તેના જીવનનું સ્વરૂપ નિશ્ચિત થાય છે. માણસના મનમાં અનેક ઇચ્છાઓ પડેલી હોય છે. પરંતુ જ્યારે સંકલ્પ પેદા થાય છે. ત્યારે બાકીની ઇચ્છાઓ અટકી જાય છે. કારણ કે સંકલ્પનો અર્થ જ એ થાય છે કે કેવળ આ જ! અન્ય કશું જ નહિ! મન કોઇ એક ઇચ્છા પર કેન્દ્રીત થાય છે કે તરત સંકલ્પ જન્મે છે. મારી પાસે આવેલી માતાનું પણ કંઇ એવું જ હશે? પતિના મૃત્યુ પછી જીવનની હાડમારીએ તેની બધી જ ઇચ્છાઓ સંકેલી દીધી અને એક સંકલ્પ જન્મ્યો બાળકોને સારૂં ભવિષ્ય આપવાનો. જોવાની ખૂબી એ છે કે હાડમારીએ તેની બધી જ ઇચ્છાઓને સંકેલી દીધી અને એક સંકલ્પ જન્મ્યો બાળકોને સારૂં ભવિષ્ય આપવાનો. જોવાની ખૂબી એ છે કે માણસના મનમાં જો માત્ર સંકલ્પ જ રહે તો માયાનું અસ્તિત્વ જ ન રહે. તો તો જીવનમાં દ્વિધા પણ ન રહે કારણ કે દ્વિધા ત્યાં આવે છે. જ્યાં એકથી વધુની સંભાવના હોય અર્થાત્ જ્યાં વિકલ્પ છે ત્યાં દ્વિધા છે. આપણે દર નવા વર્ષે, જન્મદિવસે કે કોઇ ખાસ દિવસોએ સંકલ્પ લેતાં જ હોઇએ છીએ. તે આગળ જતાં તૂટી જાય છે. અરે ભૂલાઇ પણ જાય છે, કારણ કે લીધેલા સંકલ્પને પાળવામાં ધીરે ધીરે અડચણો આવતી જાય છે. આપણો સંકલ્પ આપણને બોજ લાગે છે કારણ કે તેને પાળવો કઠીન છે અને તેનાથીયે આગળ તેનો વિકલ્પ આપણી સામે છે. એટલે આપણે હળવા થવાના રસ્તા શોધીશું અને આપણી સામે છે. એટલે આપણે હળવા થવાના રસ્તા શોધીશું અને આપણી નજર જાય છે પેલાં વિકલ્પો તરફ. અમારાં એક ઓળખીતા ભાઇએ ચા છોડવાનો 'નીમ' લીધો. પણ ચા ન પીવાથી તેમની સવાર બગડી ગઇ. માથું દુઃખતું, ચક્કર આવતાં. સ્વભાવ ચીડિયો થઇ ગયો. છેવટે તેમણે ચા તો શરૂ કરી પણ કોફી છોડી દીધી જે તેમણે ક્યારેય અપનાવી જ નહોતી.

સંકલ્પ એટલે એક ઇચ્છા. અને વિકલ્પ એટલે ઘણી બધી ઇચ્છાઓ. હવે ઇચ્છાઓ ઇશ્વરીય દેન છે. તેના પર આપણો કાબુ ન હોઇ શકે. પરંતુ હા! આપણે તેને નિયંત્રિત અવશ્ય કરી શકીએ. ઇચ્છાઓનું નિયંત્રણ આપણી ચેતાને જગાડે છે. અને જાગ્રત થયેલી આપણી ચેતના આપણને ભગવત્તાના સ્તર સુધી લઇ શકે છે. ગાંધીજીનું ઉદાહરણ આપણી સામે છે, તો એટલે જ કહી શકાય કે, 'આપણી ઇચ્છા જેવી હશે તેવા આપણે હોઇશું.' બૃદદારણ્યકમાં સત્યની લખ્યું છે, 'તમે તે છો જે તમારી ગહન ઇચ્છા છે. જે તમારી ઇચ્છા છે તે જ તમારી આકાંક્ષા છે, તમારી આકાંક્ષા જેવાં જ તમારાં કર્મ હશે, અને જેવાં કર્મ હશે તેવું જ તમારૂં ભાગ્ય ઘડાશે.' - અહીં ઇચ્છા અને ગહન ઇચ્છા બંને શબ્દોમાં ફર્ક છે. ઇચ્છાઓ ઘણી બધી હોઇ શકે પણ ગહન ઇચ્છા માત્ર એક જ. અંગ્રેજીમાં જેને બર્નિંગ ડિઝાયર કહી શકાય. હમણાં હમણાં લાન્સ આર્મસ્ટ્રોંગ અને ઓસ્કાર પિસ્ટોરિયસ બંને પગે અપગં હોવા છતાં મજબૂત મનોબળના આધારે ઓલિમ્પિકમાં ભાગ લઇ, બીજા ક્રમનો વિજેતા ખેલાડી બન્યો. બંનેમાં સામ્ય એક જ છે કે બંનેએ દ્દઢ સંકલ્પ કર્યો હતો બંનેએ વિશ્વ ચેમ્પિટન બનાવની ગહન ઇચ્છા રાખી હતી. તેમનું પતન બીજી બાબત છે પણ તેમની સિધ્ધિ અને ઇચ્છાશક્તિઓ સરાહનીય જ છે. માણસ જ્યારે કોઇ બાબત માટે ગહન ઇચ્છા રાખે છે. ત્યારે તે તેને ચેનથી બેસવા દેતી નથી. બાકીની ઇચ્છાઓ આ કેન્દ્રવર્તી ગહન ઇચ્છાની આસપાસ ચકરાયા કરે છે. જ્યારે આવી એક ગહન ઇચ્છાઓને પણ પોતાનામાં સમાવી લે છે. ત્યારે તે 'ઇચ્છા શક્તિ' Will Power બની જાય છે. અને એ વીલ પાવરના બળે બિમાર માતા બાળકનાં વિકાસ માટે શારીરિક, તકલીફોને ભૂલીને વધુને વધુ શ્રમ કરવા પ્રેરાય છે.

આપણા મનોવૈજ્ઞાનિકો માને છે કે આપણી ઇચ્છાશક્તિ અને સામર્થ્ય આપણાં મનમાં જ છે. પરંતુ ચેતન મન પાસે એ શક્તિ અને સામર્થ્યનો માત્ર દસ ટકા હિસ્સો જ છે. નેવું ટકા તો અવચેતન મનમાં પડેલું છે. જેનાથી આપણે પણ અજાણ્યા છીએ. એટલે જ જ્યારે સામર્થ્યની વાત કરવામાં આવે ત્યારે આપણી પાછી પાની કરતાં હોઇએ છીએ. સીતાને શોધવા માટે જ્યારે લંકા જવાનું હતું ત્યારે દરિયો ઓળંગવાની વાત આવે છે. જામુંવન પહેલાં અંગદને દરિયો ઓળંગી લંકામાં જવા માટે અનુરોધ કરે છે. પરંતુ અંગદને શંકા છે કે તે એકવાર દરિયો પાર તો જઇ શકશે પરંતુ પાછો આવી શકશે કે કેમ? અને કામ કર્યું હનુમાનજીએ. ત્યાર બાદનાં જડીબુટ્ટી લાવવાથી માંડીને યુધ્ધના બધાં જ અગત્યના કામ હનુમાનજીને સોંપાયા. કારણ કે તેમને સિધધ કર્યું હતું કે 'હું કરી શકું છું.' પરિણામે તેઓ સ્વયં એક દેવ બની ગયાં. અંગદ ન બની શક્યા કારણ કે તાર્કિક રીતે જોઇએ તો જે એકવાર દરિયો ઓળંગી શકે તે બીજી વાર કેમ ન ઓળંગી શકે? પરંતુ તેમનામાં 'ઇચ્છાશક્તિ'નો અભાવ હતો. તે સંકલ્પબધ્ધ ન હતો. પ્રબળ ઇચ્છા શક્તિ આપણાં વિચારોને શક્તિશાળી બનાવે છે. શક્તિશાળી વિચારોમાં ચુંબકીય આકર્ષણ પેદા થાય છે જે બ્રહ્માંડની હકારાત્મક ઉર્જાને પોતાની તરફ આકર્ષે છે.

જો આપણે કંઇ બનવું છે! કંઇક બતાવવું છે! આપણાં મન પાસેથી ધાર્યું કામ કરાવવા માટે પહેલાં તેને સજજ કરવું પડશે. અને તેની શરૂઆત સંકલ્પથી થાય છે. આપણો ધર્મ પણ આ જ વાતને અનુમોદન આપે છે. આપણે નક્કી કરીએ કે, આપણે આજે કંઇ જ નહિ ખાઇએ એટલે કે ઉપવાસ કરીશું તો ભૂખ્યા રહેવાથી કંઇ કોઇ પુણ્ય મળી જતું નથી, તેનાથી કોઇ લાભ થતો નથી, લાભ થશે એ સંકલ્પથી જેને આપણે પૂરો કર્યો છે. ઉપવાસ કરવાનો નિર્ણય જ્યારે પૂરો થશે ત્યારે આપણો આત્મા એમ વિચારીને શક્તિશાળી થઇ જશે કે, 'હું આ કરી શકું છું.' સંકલ્પ લેવા વાળો વ્યક્તિ ધીરે ધીરે આત્મવાન બને છે.

બોર્ડની પરીક્ષાઓ નજીક છે ત્યારે પ્રત્યેક વિદ્યાર્થી સફળતાના સંકલ્પ સાથે મેદાનમાં ઉતરે તો પરીક્ષાનો ભય સમૂળગો દૂર થાય કારણ કે સંકલ્પ સાથે આત્મવિશ્વાસ આવે છે કે 'હું જીતીશ' એટલે જ તો કહ્યું છે કે -

"દ્દઢ નિશ્ચય ધરતીના જાયા કરે તો
એનું રક્ષણ એના પડછાયા કરે."

- તારી સ્વાતિ

સંગીત એ એક કલા છે, અને કોઇ પણ કલા એ વ્યક્તિની લાગણીઓને દર્શાવવાનું કે બદલવાનું ઉત્તમ માધ્યમ છે

સંગીત ચિકિત્સા (ભાગ-૧)

નિરામય

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

ધારો કે, મે મહિનાની કોઇ એક સાંજે સાતેક વાગ્યે, ઓફિસની ધમાલ, ઉપરી અધિકારીઓની ધાક-ધમકી તથા અત્યાચારરૂપ ગરમીથી કંટાળીને આખરે આપ ઘરે પહોંચો છો અને પ્રેશતાની સાથે જ આપનો સુપુત્ર મ્યુઝિક સિસ્ટમ પર ફૂલ વોલ્યુમ રાખીને હાર્ડરોક કે ડી.જે. મ્યુઝિક મુકે છે... આપનો શો રિસ્પોન્સ હશે...?

હવે આ જ સિકવન્સ ફરીથી... ફર્ક આટલો કે આ વખતે આપના ઘરમાં પ્રવેશવાની સાથે જ આપનો પુત્ર પંડિત શિવકુમાર શર્માનું સંતૂરવાદન કે જગજીતસિંઘની ગઝલ મુકે છે... આપનો શો રિસ્પોન્સ હશે?

બહુ સમજી શકાય એવી બાબત છે, બંને કેસમાં વ્યક્તિ, વ્યક્તિની શારીરિક તથા માનસિક હાલત, વાતાવરણ કે બીજા કોઇ ફેક્ટર્સ બદલાયા નથી. બદલ્યું છે તો ફક્ત સંગીત અને તેનાથી મન પપર કેવી જબરદસ્ત અસર પડે છે...

સંગીત એ એક કલા છે, અને કોઇ પણ કલા એ વ્યક્તિની લાગણીઓને દર્શાવવાનું કે બદલવાનું ઉત્તમ માધ્યમ છે. કોઇ પણ કલાકાર પોતાના સંગીત, ચિત્ર, નૃત્ય, શિલ્પ, કાવ્ય આદિ વડે પોતાની લાગણીઓને ઠાલવતો હોય છે અને કોઇ પણ ભાવક પોતાની લાગણીઓને આ કલાના માધ્યમોમાં પરોવીને જાણે પોતે પણ એ કલાનો એક ભાગ છે. એમ સમજતો, વર્તતો હોય છે. (એટલા માટે જ નાના બાળકોને ટોમ એન્ડ જેરી, અલાદ્દીન કે બાર્બી ડોલ વધુ ગમતા હોય છે. જ્યારે નવા નવા પ્રેમી યુગલોને લવસોંગ્સ વધુ ગમતા હોય છે) આમ, કોઇ પણ કલા વ્યક્તિના માનસિક સ્તર સાથે ગાઢ સંબંધ ધરાવે છે. અને જે વસ્તુને માનસિક સ્તર સાથે સંબંધ હોય તેને શારીરિક સ્તર પર પણ સંબંધ હોવાનો જ.

આમ તો, સંગીતની કોઇ સચોટ વ્યાખ્યા થઇ ન શકે. 'પ્રેમ' તથા 'જીવન'ની જેમ સંગીત પણ અતુલનીય છે, સરખામણી ન કરી શકાય. પરંતુ સમજવા ખાતર એમ કહી શકાય કે કોઇ પણ અવાજ ને (સાઉન્ડને) જો કોઇ રીતે ગોઠવવામાં આવે (ઓર્ગેનાઇઝેશન કરવામાં આવે) તો તેને સંગીત કહે છે. આમ તો, ડીકશનેરીઓએ પોતાની ફરજ બજાવવા માટે સંગીતની અનેક દુર્ગમ વ્યાખ્યાઓ કરી છે પણ સંગીતને સમજવું એટલું સહેલું છે કે નવજાત શીશું પણ હાલરડા સ્વરૂપે તેને સમજી જાય છે.

ઇતિહાસ પરથી એટલો ખ્યાલ આવે કે સંગીત અતિ-અતિ પ્રાચીન છે. (આમ તો સંગીત નાદ સ્વરૂપે અનાદિ તથા અનંત છે. પણ પ્રાચીનકાળમાં ય લોકો સંગીત તથા તેની અસરથી વાકેફ હતા.) દુનિયાની લગભગ દરેક સંસ્કૃતિમાં સંગીતનાં દેવી-દેવતાઓ છે. અને વર્ષોથી દેવી-દેવતાઓને રીઝવવા, યુધ્ધો વખતે લડવૈયાઓમાં જોમ ભરવાં, તહેવારો અને ઉત્સવો મનાવવા તથા લાગણીઓને વાચા આપવા સંગીતનો ઉપયોગ થયો આવ્યો છે. (આપણી ભારતી સંસ્કૃતિમાં તો જન્મથી મૃત્યુ સુધીના દરેક સંસ્કારો તથા પ્રસંગો સાથે સંગીત સંકળાયેલું છે) ભારતમાં સંગીતને આદિકાળથી ઉત્કૃષ્ટ સ્થાન અપાયું છે. ચાર વેદોમાંના સામવેદનું પઠન તો ગાઇને જ કરવામાં આવે છે. સર્વ પ્રકારનાં સંગીતના મૂળમાં નાદ રહેલ છે. જેના મુખ્યત્વે બે પ્રકાર છે. 'આહતનાદ' કે જે સામાન્ય રીતે વ્યક્તિ સંગીત આદિ સ્વરૂપે સાંભળે છે તથા 'અનાહતનાદ' કે જે વ્યક્તિની અંદર રહેલ, અંતરાત્માનો નાદ છે જે નાદયોગ દ્વારા સિધ્ધ થઇ શકે છે.

ભારતનું શાસ્ત્રીય સંગીત પણ ખૂબ સમૃધ્ધ છે. દરેક સ્વર (સા, રે, ગ, મ... આદિ)ને પોતાના આગવા શારીર દોષ, માનસિક દોષ, માનસિક ભાવ, સૂર્યરાશિ, અંગ, જાતિ, વર્ણ, ગ્રહ, દેવતા, રસ તથા ચક્ર છે. (હવેથી જ્યારે સા, રે, ગ, મ... ગાઇએ તો એટલો તો ચોક્કસથી વિચાર આવશે જ કે ગવાતા સ્વરો કેટલા ગહન છે) એ જ રીતે દરેક તાલ પણ સ્વરની જેમ જ અસરકારક છે. ભારતીય સંગીતશાસ્ત્રમાં વાદ્યોને ચાર ભાગમાં વહેચેલ છે. જેની શરીરના અલગ અલગ ભાગો પર અસર છે. જેમ કે, અવનધ્ધ વાદ્યો (તાલ વાદ્યો, તબલા, ઢોલ આદિ) શરીરના નીચેના ભાગ પર અસર કરે છે. (આથી જ ઢોલના ધબકારે લોકો નાચે છે, સીતાર વાગતી હોય ત્યારે પગ નથી થરકતા) સૌષિર વાદ્યો (હવાથી વાગતા વાદ્યો - વાંસળી આદિ) શરીરના મધ્ય ભાગ (મુખ્યત્વે પાચનતંત્ર, કીડની, લીવર) આદિ પર વધુ અસર કરે છે. તંતુ વાદ્યો (તારથી વાગતા વાદ્યો, ગીટાર, સીતાર આદિ) શરીરના ઉપરનાં ભાગ તરફ વધુ અસર કરે છે. (મગજ, આંખો, કાન આદિ પર) તથા ઘન વાદ્યો (ધાતુના વાદ્યો - ઘંટ, મંજીરા આદિ) સમગ્ર શરીર પર અસર કરે છે.

આ ઉપરાંત સંગીતશાસ્ત્રમાં દર્શાવેલ દરેક રાગને ગાવાનો ચોક્કસ સમય અપાયેલ છે. જેમાં એ રાગને ગાવા, વગાડવા કે સાંભળવાનો હોય છે. ભારતીય શાસ્ત્રીય સંગીતની આ ટાઇમ - થિયરી પર ખરેખર સાઇન્ટીફીક રિચર્સ કરવું જોઇએ.

ભારતની જેમ જ બીજા દેશોને પણ પોતાની આગવી સાંગીતિક પરંપરાઓ છે. પરંતુ મારા માતે ભારતીય સંગીત સૌથી વધુ શ્રેષ્ઠ, ગહન, વૈજ્ઞાનિક તથા સંપૂર્ણ છે. કમનશીબ એ છે કે હજુ સુધી લોકો ભારતીય સંગીતની ક્ષમતાથી વાકેફ નથી. આથી આ સંગીતને સાબિત કરવા માટે જે રિસર્ચ થવા જોઇએ તેના પ્રત્યે ઉદાસી ન વલણ છે. એટલા માટે પાશ્ચાત્ય શાસ્ત્રીય સંગીત (વેસ્ટર્ન - કલાસિકલ મ્યુઝિક), સંગીત ચિકિત્સાની બાબતમાં ભારતીય શાસ્ત્રીય સંગીતથી ઘણું આગળ છે. વિખ્યાત સંગીતકાર 'મોઝાર્ટ' દ્વારા રચાયેલ અનેક તર્જોના માણસો તથા રોગો પરનાં પ્રભાવ પરથી 'મોઝાર્ટ ઇફેક્ટ'નામની થિયરી અસ્તિત્વમાં આવી છે જે સંગીત ચિકિત્સાના એક માઇલસ્ટોન સ્વરૂપ છે.

મિત્રો, આ અંકમાં મુખ્યત્વે સંગીત વિષેની વાતો કરી આવતા અંકથી સંગીતની અસરો, તેના ઉદાહરણો, પ્રયોગો તથા ચિકિત્સા વિષેની વધુ માહિતી મેળવીશું...

NGO માટે નાણાંકીય સહાયના સ્ત્રોતો

નાણાંકીય માર્ગદર્શન

- અજીતસિંહ શેખાવત

વિશ્વના તમામ NGO લાખો લોકોને કુદરતી આફત તેમજ અન્ય આપત્તિઓ સમયે નિઃસ્વાર્થ અને ભેદભાવ વગર સ્વૈચ્છિક સેવાઓ પુરી પાડે છે. આવા NGO ગરીબ લોકોના કલ્યાણ માટે, વિકાસ કાર્યોમાં સહાયતા કરવા તેમજ લોકોમાં જાગૃતિ લાવવા અબજો રૂપિયા ખર્ચે છે. આવી સેવાઓ લોકો સુધી પુરી પાડવા માટે આ NGO સરકારી સહાયની જરૂર પડે છે. અલગ અલગ સ્ત્રોતોમાંથી અલગ અલગ રીતે નાણાંકીય સહાય વિવિધ NGO ને મલતી હોય છે.

NGO ને મળતી સહાય નાણાંકીય અથવા બીન નાણાંકીય હોઇ શકે છે જેવી કે શિક્ષણ, તાલીમ, વગેરે પ્રકારની સહાય. જો કે મુખ્ય પ્રશ્ન જે આપણા સૌનાં ધ્યાનમાં આવે છે તે એ કે સહાય કરવા ઇચ્છીત દાતા તેમનાં નાણાં શા માટે બીજી સંસ્થાઓને આપી દેવા માગે છે. આના પાછળ ઘણાં કારણો હોઇ શકે જેમ કે ફક્ત સમાજ પ્રત્યેની જવાબદારી નિભાવવા માટે અથવા જરૂરિયાતમંદ વ્યક્તિઓને મદદ પુરી પાડી વ્યક્તિગત સંતોષ મેળવવા માટે. આ સિવાય બીજા અમુક કારણો દાન કરવા માટે દાતાઓને પ્રેરિત કરતાં હોય છે, જેમ કે, કુટુંબની પરંપરા નિભાવવા માટે અથવા માત્ર આવકવેરામાંથી મુક્તિ મેળવવા માટે. જો કે સમાજમાં એક ચોક્કસ વર્ગ એવો છે કે જે ફક્ત પોતાની સમાજ પ્રત્યેની કર્તવ્ય ભાવના તેમજ વિશ્વાસના બળ ઉપર દાન કરવા પ્રેરાય છે. હવે જે એનજીઓની જવાબદારી બને છે કે પોતાના વિઝન અને મિશન ને દાતાઓ સમક્ષ કેવી જોરદાર રીતે મુકી શકે છે. આ હેતુ માટે એક અલગ સમિતિ રચવી જોઇએ જે દાતાઓનો સંપર્ક કરી શકે અને તેમનો પોતાના વિઝન અન મિશનની યોગ્ય પ્રસ્તુતિ કરી શકે. દાતાઓની વ્યક્તિગત અથવા તો વ્યક્તિગત પત્રો દ્વારા સંપર્ક કરી શકાય છે. ઘણી વખત જૂના દાતાઓ જ એનજીઓ માટે નવા દાતાઓના સ્ત્રોત તરીકે વર્તે છે. જો આપણે નાણાંકીય સહાયના મુખ્ય સ્ત્રોતો ઉપર નજર કરીએ તો નીચે પ્રમાણએ દર્શાવી શકાય.

(૧) આંતરીક સ્ત્રોતો
(૨) NGO ના પોતાના દેશમાં વસેલાં વ્યક્તિઓ તેમજ ખાનગી સંસ્થાઓ પાસેથી મળેલ દાન
(૩) પોતાના દેશની સરકાર તેમજ અન્ય સરકારી સંગઠનો પાસેથી મળેલી નાણાંકીય સહાય
(૪) વિદેશમાં આવેલા સરકારી સંગઠનો અથવા વિવિધ દેશોની સરકારો પાસેથી મળેલ ભંડોળ
(૫) વિવિધ આંતરરાષ્ટ્રીય એજન્સીઓ તરફથી મળેલી નાણાંકીય સહાય.

- એનજીઓ માટેનાં આંતરીક સ્ત્રોતોને નીચે પ્રમાણે વર્ણવી શકાય.

(૧) સંસ્થાઓ તેમના સભ્યો પાસેથી સભ્ય ફી રૂપે રોકડ અથવા અન્ય કોઇ પ્રકારે સહાયતા એકત્ર કરી છે.
(૨) વિવિધ NGO ઘણીવાર કંપની પાસેથી Sponsership દ્વારા નાણાં મેળવતી હોય છે.
(૩) વ્યક્તિગત અથવા અન્ય સંસ્થાઓ પાસેથી સ્વૈચ્છિક ફાળો લઇને એનજીઓ કામ કરી શકે છે.
(૪) ઘણીવાર NGO અમુક વસ્તુઓ જેવી કે કાર્ડ, પુસ્તકો ભેટ સોગાદો વગેરેનું વેચાણ કરીને તેમાંથી જરૂરી ભંડોળ ઊભું કરે છે, આવક ઉભી કરે છે.

દા.ત. Unicef અને CRY જેવી સંસ્થાઓ તેમના ઉત્પાદનોનાં વેચાણ કરીને આવક ઉભી કરે છે.

(૫) ઘણી વખત NGO પ્રાપ્ત થયેલા ભંડોળો સંપૂર્ણપણે માનવતાવાદી સહાય અથવા વિકાસ માટે ખર્ચમવામાંઆવતા તેનો એક ભાગ Corpus Fund તરીકે રાખી તેનું રોકાણ કરવામાં આવે છે. આવા રોકાણઓ પરથી પણ એનજીઓ વળતર મેળવે છે.

- NGO એટલે સરકારની સંડોવણીથી મુક્ત સંસ્થા કહી શકાય પરંતુ ઘણાં NGO સરકારી સહાય ઉપર નોંધપાત્ર પ્રમાણમાં આધાર રાખે છે. સરકાર પાસે જે તે વિભાગોની ચોક્કસ યોજનાઓમાં વિવિધ સ્કીમો દ્વારા NGO ને નાણાંકીય સહાય આપતી હોય છે. આપતી હોય છે. કેન્દ્ર સરકાર રાજ્ય સરકારો તેમની સામાજિક ક્ષેત્રેની વિવિધ યોજનાઓના અમલીકરણ દ્વારા Grant In AID ના સ્વરૂપમાં વિવિધ NGO ને અનુદાન આપે છે. ઘણીવાર આવા અનુદાન સરકાર દ્વારા બનાવેલ નોડલ એજન્સીઓ દ્વારા આપવામાં આવે છે. વિવિધ યોજનાઓમાં અનુદાન પ્રાપ્ત કરવા માટે સ્થાનિક NGO એ અમુક પ્રકારના ચોક્કસ કરેલા માપદંડ ઉપર ખરૂં ઉતરવું પડે છે. દરેક મંત્રાલય તથા Nodal Agency ઓની પોતાની માર્ગદર્શિકા અને નિયમો નક્કી કરેલા હોય છે. સામાન્ય રીતે સારૂં શાસન માળખું અને સારો ટ્રેક રેકોર્ડ ધરાવતી રજીસ્ટર્ડ થયેલી સંસ્થાઓ જ આવી સહાય માટે પાત્ર ઠરે છે.

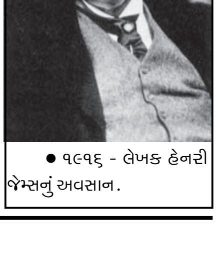
(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)

આજના દિવસનો મહિમા

- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે

૨૮મી ફેબ્રુઆરી

- ૩૭ વર્ષની યુવાન વયે તા. ૨૮-૨-૧૯૩૬માં અવસાન પામનારા વડાપ્રધાન જવાહરલાલ નહેરૂના ધર્મપત્ની કમલા નહેરૂની પુણ્યતિથિ.
- ૧૯૨૨ - બ્રિટનની ગુલામીમાંથી ઇજિપ્ત (મિસર) સ્વતંત્ર થયું. મદ્રાસ-મુંબઇ-કલકત્તા ખાતે ટેલિફોન સેવા શરૂ થઇ.
- ૧૪૦૭ - મહાજ્ઞાની બંગાળી સાહિત્યકાર - ચૈતન્યદેવનો જન્મ.
- ૧૮૯૩ - ભૌતિક વિજ્ઞાની ડો. આર.કે. રામનાથનનો જન્મ.
- ૧૮૭૫ - આણંદમાં 'પોલ્સન ડેરી'નાં સ્થાપક પેસ્તનજી એદલજી પોલ્સનનો જન્મ.
- ૧૯૬૩ - ભારતનાં પ્રથમ રાષ્ટ્ર પ્રમુખ ડો. રાજેન્દ્રપ્રસાદનું અવસાન.



- ૧૯૧૬ - લેખક હેનરી જેમ્સનું અવસાન.