સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

પ્યાસા-ગુરુદત્ત, અભિનય એની કાંખમાં હતો,
સાહિત્યકાર કર્નાડ 'મંચ' એની આંખમાં હતો.
સાખમાં છે ઉદ્યોગ એની ઉમદા અદાકારીનાં
શ્રેષ્ઠ ઉડાનનો ઉત્સાહ એમની પાંખોમાં હતો...

હાઈકુ

ખૂબ ઝળક્યા -
થઈ ગયા સિતારા -
ફિલ્મ આકાશે..

આ અભિનેતા -
સદા રહેશે હૃદયમાં
અભિનતથી...

ચિંતન

અષ્ટૌ ગુણાઃ પુરુષં દીપયન્તિ પ્રજ્ઞા ચ કૌલ્યં ચ શ્રુતં દમશ્ચ ।
પરાક્રમશ્ચાऽબહુભાષિતા ચ દાનં યથાશક્તિ કૃતજ્ઞતા ચ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ડીવાઈન સંસ્કૃત સુભાષિતમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

બુદ્ધિ (પ્રજ્ઞા), કુલીનતા (કૌલ્ય,), વિદ્યા (શ્રુત), ઈન્દ્રિય સંયમ (દમ), પરાકર્મ, માપસરનું બોલવું (અબહુભાષિતા), યથાશક્તિ દાન તથા ઉપકારને માનવો (કૃતજ્ઞતા) - આ આઠ ગુણ પુરુષને શોભાવે છે. માણસ ધનથી નહિં, પણ ગુણોથી શોભે છે.

આજકાલ સત્તા-પદ-ધનનું મહત્ત્વ વધતું જાય છે. બાહ્ય રીતે એ સામાન્ય લોકોને મહત્ત્વનું પણ દેખાય છે. પરંતુ એ ક્ષણિક અને મર્યાદિત સમય માટે જ રહે છે પણ કુલીનતા - અને સદ્‌ગુણોથી પ્રાપ્ત થતો વિવેક કાયમી છે. અને માનવીનું કાયમી 'વ્યક્તિત્વ' એ ગુણો દ્વારા જ નિખરે છે.

સુવિચાર

- સમય તમારા પર સર થાય તેની પહેલા તમે સમયસર થઈ જાઓ - **ઈશિતા**
- જિંદગી મેં ઈતની તેજી સે આગે દૌડો કિ લોગોં કે બુરાઈ કે ધાગે આપ સે પૈસો મેં હી આકર ટૂટ જાયે - **સુરેશ પાલીવાલ**
- ખરાબમાં ખરાબ સમયમાં શ્રદ્ધા જ વિશ્વાસપાત્ર માર્ગદર્શન છે - **શ્રીમાતાજી**
- વિવેકનું પહેલું લક્ષણ છે - અસત્યને જાણવું અને બીજું લક્ષણ છે સત્ય શું એ જાણવું - **જહોન રસ્કીન**
- કર્તવ્યને નિભાવવું એ સદ્‌ગુણ છે. કર્તવ્યને ભૂલી જવું એ અવગુણ છે, કર્તવ્ય નિભાવવા ન દેવું એને કુસંસ્કાર કહેવા બરાબર છે - **ડોંગરેજી મહારાજ**
- માનવ દેહમાં બેઠેલો આત્મા વિવેકથી વર્તે તો નર પોતે નારાયણ બની શકે, અને બીજાને નારાયણ બનાવી શકે - **વિનોબા ભાવે**
- આજનું ઔષધ : સંતરાની છાલ પાણીમાં ખૂબ ઉકાળીન પાળી નવશેકુ ગરમ હોય ત્યારે અડધો ગ્લાસ પીવાથી માઈગ્રેનમાં રાહત થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

વર્તનમાં નકલ - અનુકરણ એટલા માટે થાય છે કે લોકો શું કહેશે? તેની ચિંતા વધારે સતાવે છે. અકબર અને બીરબલ વચ્ચે ચર્ચા ચાલી. બીરબલે બાદશાહને કહ્યું, 'લોકો મોટા ભાગે આંધળું અનુકરણ કરવા વાળા હોય છે અને પરિસ્થિતિ તેમને સાચું બોલતાં પણ ડરાવે છે.' બીરબરે મહેલના એક મોટા ઓરડામાં ગધેડો બાંધ્યો અને દરબારીઓને કહ્યું, 'આ ઓરડામાં ભગવાન દર્શન દેવાના છે, પણ જે ખરેખર પાક (પવિત્ર) અને પુણ્યશાળી હશે તેને જ ભગવાનના દ્રશન થશે. બધા દરબારીઓ વારાફરતી ઓરડામાં જાય છે. અને સૌ બહાર નીકળી ને એક જ રટણ કરે છે. 'અમને ભગવાને દર્શન આપ્યા છે.' બાદશાર ઓરડામાં ગયા, મનમાં વિચાર્યું કે બધાને દર્શન થયા અને હું જો કહીશ કે મને ના થયા તો મારી મજાક બની જશે. છેલ્લે બીરબલ જાય છે અને બહાર આવીને પોક મૂકીને રડવા લાગે છે. 'હું એકલો ના પાક. મને ભગવાન દેખાયા નથી.' ત્યારે બાદશાહ તેની પાસે આવીને કહે છે કે, મને પણ ગધેડો જ દેખાયો હતો. બીરબલ કહે છે. મેં જ આ ઓરડામાં ગધેડો મૂક્યો હતો. પણ 'જહાંપનાહ, આપ કેમ સાચું ન બોલ્યા.' બાદશાહનો જવાબ, 'હું પણ બધાની જેમ ખોટું બોલ્યો. કેમ કે કાલે મને આપણી પ્રજા નાપાક ના સમજે એથી હું પણ દરબારીઓને અનુસરીનો ખોટું બોલ્યો હોત.'

અમેરિકાની દાદાગીરી સામે વિશ્વમત કેળવીએ

તંત્રીસ્થાનેથી...

ઈરાને એની સરહદમાં ઘૂસી ગયેલ અમેરિકન જાસૂસી ડ્રોન તોડી પાડ્યું એ એની સાર્વભૌમ અસ્મિતા સૂચવતું પગલું હતું. એથી અમેરિકાના રાષ્ટ્ર પ્રમુખ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પને ગુસ્સો આવે તો એથી ડરી જઈ શરણાગતિ સ્વીકારે એ ઈરાન નહીં! ઈરાન ઘણો પ્રાચીન દેશ છે. એની સંસ્કૃતિ સામે અમેરિકાની સમૃદ્ધિ કોઈ વિસાતમાં ન લેખાય. પરંતુ અમેરિકા તો દુનિયા આખીની જમાદારી કરવા ટેવાયેલી મહાસત્તા છે. પોતે જાણે જગત આખાનું માલિક હોય એમ અણુશસ્ત્રોનો ગંજ ખડકીને બેઠું છે પણ બેશરમ થઈને ટ્રમ્પ જાહેરમાં કહી શકે છે કે ઈરાનને અમે અણુશસ્ત્રો રાખવાની પરવાનગી કયારેય નહીં આપીએ. એમની આવી ગીદડ ધમકીને ચીન લશ્કરી તાકાત, ભારત કે પાકિસ્તાને ન ગણકારી તો એ કોઈ જ દેશનો વાળ સુધ્ધાં વાંકો નથી કરી શક્યું. એની ઈચ્છા વિરુદ્ધ ચીન લશ્કરી તાકાતમાં એની લગોલગ પહોંચી ચૂક્યું છે અને ભારતે પણ એની તમામ ધમકીઓને ગળી જઈ પોખરણમાં અણુ ધડાકા કરી અણુ શસ્ત્રો ધરાવતા દેશોની પંગતમાં બેઠક જમાવી દીધી છે. અંતરિક્ષ સર કરવામાં રશિયા અમેરિકા કરતાં પણ એક કદમ આગળ હતું. અમેરિકાએ એની વ્યૂહાત્મક કૂટનીતિ અજમાવી રશિયાને વિભાજિત કરી નાખ્યું અને એને નાણાંકીય સંદર્ભે દેવાળિયું બનાવી દીધું. પરંતુ એ જ રશિયા ગોર્બાચોવ અને યેલ્તસીનની નેતાગીરીનો અંત આણી પુનિતના હાથોમાં ફરી પાછું બેઠું થઈ ગયું છે અને અમેરિકાને આંખો બતાવી રહ્યું છે. સિરિયાના ગૃહયુદ્ધ મામલે રશિયાએ અમેરિકાની વિરુદ્ધ સ્ટેન્ડ લીધું હતું તે સર્વવિદિત છે. ઈરાન સામે યુદ્ધની ધમકી આપતા ટ્રમ્પને પણ રશિયાએ સ્પષ્ટ શબ્દોમાં સંભળાવી દીધું છે કે આવું નકારાત્મક વલણ મોટી ખુવારીને નોતરશે. વિશ્વયુદ્ધ થશે તો દેખીતી રીતે જ ચીન અને રશિયા જેવી લશ્કરી મહાસત્તાઓ અમેરિકાની વિરુદ્ધ હશે. ઈરાન સ્વાભિમાની રાષ્ટ્ર છે. ઈસ્લામિક રાષ્ટ્રોમાં એનું કદ સૌથી મોટું છે અને એની પાસે એટલી જ આર્થિક તથા લશ્કરી તાકાત પણ છે. ઈરાનની સરહદમાં ઘૂસી ગયેલા પોતાના જાસૂસી ડ્રોનને તોડી પાડવામાં આવ્યું ત્યારે જણાવ્યું કે આ આંતરરાષ્ટ્રીય સીમામાં જ ઊડી રહ્યું હતું. આથી ઈરાને નાછૂટકે એનો ભંગાર દર્શાવતી તસવીરો અને વીડિયો જાહેર કર્યા છતાં અમેરિકા લાજવાને બદલે ગાજે છે. ટ્રમ્પે ગુસ્સે થઈને ઈરાન પર હુમલો કરવાના હુકમો છોડી દીધા અને એનાં લશ્કરી વિમાનો તથા યુદ્ધ જહાજો મિસાઈલો સાથે ઈરાન પર ત્રાટકવાની તૈયારીમાં પડી ગયાં. જો દસ જ મિનિટ મોડું થયું હોત તો ઈરાન પર ઈમેરિકાની મિસાઈલોનો વરસાદવ વરસ્યો હોત. ટ્રમ્પના શાણા સલાહકારોએ હુમલો કરવાનો આદેશ પાછો ખેંચાવીને ખરેખર તો અમેરિકાને જ દુનિયાની આંખોમાં નીચે ઉતરી જતું બચાવ્યું છે. આવા હુમલાથી દોઢસો જેટલા નિર્દોષ જીવ ગુમાવશે એવા બહાના હેઠળ ટ્રમ્પે એમનો આદેશ માનવતાના મુદ્દે પાછો ખેંચવા અને છતાં કહ્યું તો ખરું જ કે સમય આવ્યે બદલો તો લેવાશે જ! અમેરિકામાં રાષ્ટ્રપતિની ચૂંટણી આવી રહી છે. ટ્રમ્પ 'અમેરિકા ફર્સ્ટ' નીતિના કડક અમલ ઉપરાંત આવું યુદ્ધનું ગતકડું કાઢીને રાષ્ટ્રવાદનું મોજું સર્જવાની ફિરાકમાં છે. જો એવી કોઈ ભૂલ કરી બેસસે તો એથી અમેરિકાનું જ પાણી મપાઈ જશે તે નક્કી છે.

ધર્મ ક્ષમાથી સ્થિર થાય

રંગ-ઉમંગ

કાનન ઓઝા

ધર્મ પ્રાગટ્યની વાત પણ સુપેરે સમજવી છે. જેમ લાકડામાં અગ્નિ છે ખરો પણ તે દિવાસળીથી, ઘર્ષણથી પ્રગટે છે. બીજમાં વૃક્ષ તો છે. પણ તે વાવવાથી પ્રગટે છે, એમ આત્મામાં ધર્મ તો છે પણ સત્યથી પ્રગટે છે. જો સત્ય ન હોય તે રીતે ધર્મ થતો હોય તો તે સાર્થક નથી, નિરર્થક છે. આ વાતને વેદો, ઉપનિષદો, રામાયણ, મહાભારત, ગીતા અને આગમોનો આધાર છે. સત્ય એટલે જે વાસ્તવિક હોય તેને જોવું, જાણવું અને કહેવું, માત્ર માહિતી હોવી તે વાસ્તવિક નથી. માણસ તેની પાસે જે માહિતી હોય તેને વાસ્તવિકતા માને છે, તેથી તેના જ્ઞાન અને સમજણ દૂષિત થાય છે. ખરેખર તો મન, વિચાર, વાણી, શરીર અને પ્રક્રિયા એક જ હોય અને તે શુભ આધારિત હોય ત્યાં ધર્મ પ્રગટે છે. એ રીતે પ્રગટેલો ધર્મ, દયા અને દાનથી વધે છે.

એટલા માટે જ ચાણક્ય કહે છે. ધર્મમય જીવન જીવવા ઈચ્છતો માણસ કોઈને દુઃખ ન આપે, પીડિત વ્યક્તિને યથાશક્તિ મદદ કરે, તેનું દુઃખ દૂર કરવા પ્રયાસ કરે તો તેનામાં ધર્મ પ્રગટશે. વિચારીને જીવન જીવવાનું પશુ માટે શક્ય નથી. માણસ માટે છે. માણસ એવો નિર્ણય કરી શકે છે. પોતે દુઃખી થયા વિના, બીજાને દુઃખી કર્યા સિવાય આનંદથી જીવવું છે. જો એમ કરે તો માણસ સુખી થાય. જે પતિ વિચારે કે પત્નીને દુઃખી કર્યા સિવાય જ જીવવું છે. અને પત્ની નિર્ણય કરે કે પતિને કયારે દુઃખી કરવો નથી, તો એ દાંપત્ય મધુર થાય છે.

માણસ એ નિર્ણય કરે કે હું બીજાને સુખ ન આપી શકું તો ભલે પણ દુઃખ તો નહિ જ આપું. કોઈ દુઃખીનું દુઃખ મારા ગજા પ્રમાણે હળવું કરવા પ્રયાશ કરીશ, પછી ભલે એ માણસ મારા દુઃખમાં, ભાગીદાર ન થાય. આ રીતે જીવવું તેને 'દયા' કહે છે. દયા એ ક્ષણિક ઊભરો નથી પણ જીવન જીવવાની શૈલી છે. ભગવાન બુદ્ધ કહે છે કે કોઈને દુઃખ આપવાનો વિચાર કરશો નહિ. કોઈને દુઃખ થાય તેવું બોલશો નહિ કે તેવો વ્યવહાર પણ કરશો નહિ. માત્ર દયા નહિ પણ તમારી પાસે જે કાંઈ છે તેમાંથી થોડું પણ જરૂરવાળાને આપો.

પાસે ધન હોય અને દાન કરવું જરૂરી નથી. તમે જમતા હો, ત્યારે કોઈ ભૂખ્યો તમારા આંગણે આવે તેને તમે એક રોટલી આપે તે દાન છે. પરિચય ન હોય તેવાને કાંઈ આપો તે દાન છે. દાન એ હૃદયની ઉદારતા છે. હૃદયનો એક ઉત્કૃષ્ઠ ભાવ છે. સત્યથી પ્રગટેલો ધર્મ દાનથી વધે છે. એવા ધર્મ સ્થિર કરવો જોઈએ. માણસની સલામતી માટે ધરતી સ્થિર હોવી જોઈએ. જો ક્ષણ માટે પણ ધરતી અસ્થિર થાય તો ભયંકર ખુવારી થાય એ જ રીતે ધર્મ પણ સ્થિર કરવો જોઈએ. એ સ્થિરતા 'ક્ષમા' થી આવે છે. ક્ષમા આપવી, ક્ષમા માગવી અને ક્ષમા માગવી જ ન પડે તેવી જીવન શૈલી રાખવાથી ક્ષમા દઢ થાય છે.

કોઈનો અપરાધ ભૂલથી પણ થયો હોય તો સામે ચાલીને ક્ષમા માગવી. કોઈ ક્ષમા માગવા આવે તો ઉદારતાથી, મોટું મન રાખીને તત્ ક્ષણ ક્ષમા આપવી. પરંતુ આવું કરીને પછી ફરીથી ક્ષમા માંગવી પડે તેવું વર્તન કરાય નહિ. ક્ષમા તો જીવનની સ્થિરતા છે. ક્ષમા માગ્યા કે આપ્યા પછી તેની પીડા ત્યારે જ ન રહે જો અંદર હિંમત કેળવી હોય, હૃદય ઉદાર હોય અગ્નિ કોઈને માફ કરતો નથી. તેમાં જે નાખો તે બાળી નાખે, માણસ અગ્નિ પ્રગટ કરે છે, ઈંધણ નાખે છે. એ જ રીતે ક્રોધ એવો અગ્નિ છે જે કરનારને બાળે છે, સામાને પણ બાળે છે. જો સામો માણસ ક્રોધ કરનારાના ક્રોધને ધ્યાનમાં જ ન લે તો તેને ન બાળે પણ ક્રોધ કરનારને ક્રોધ બાળે છે. ક્રોધથી સંમોહ ઉત્પન્ન થાય છે. તેનાથી આત્મ વિસ્મરણ થાય છે. તેથી ઉન્માદ અને અવિવેક આવે છે. પરિણામે એકાદ વ્યક્તિનો ક્રોધ સમગ્ર ઘરની પ્રસન્નતાનો નાશ કરે છે. ગીતામાં કહ્યું છે કે, નર્કના ત્રણ દ્વાર છે. 'કામ, ક્રોધ અને લોભ.' રાવણના કામને લીધે, ધૃતરાષ્ટ્રના લોભને લીધે તેમનો સર્વનાશ થયો. સાથે ધર્મનાશ પણ થયો. જો માણસે ક્રોધથી બચવું હોય તો તે ક્ષમા રૂપી નદીમાં સ્નાન કરીને ક્રોધને મિટાવે, સદાચારના સરોવરમાં નાહીને કામને નષ્ટ કરે, સંતોષની વર્ષામાં ભીંજાઈને લોભ વહેવડાવે છે.

વૉટ્સએપ ગ્રુપ અને ફોરવર્ડ મેસેજ : એક માનસિક ત્રાસ

મોરપીંછના રંગ

ડો. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

જેમ જેમ દેશમાં કે સમાજમાં સોશિયલ મીડિયાનો પ્રભાવ વધતો જાય છે તેમ તેમ દેશમાં બેકારી, ગરીબી, અરાજકતા, આતંકવાદ, જ્ઞાતિ જાતિના ભેદભાવો, માનસિક તાણ અને વિકૃતિઓની ટકાવારી વધતી જાય છે. એ સિદ્ધ થયેલી બાબત છે. ઈન્ટરનેટ, ગુગલથી લઈને વૉટસપ અને ટીક ટૉક સુધીના માધ્યમો જ્ઞાન, કલા અને માહિતીના આવિર્ભાવો માટે ઉદભવ્યા છે. પરંતુ આપણે એને આપણા જીવનનો એક અનિવાર્ય ભાગ બનાવી બેઠા છીએ, જો સોશિયલ મીડિયા યોગ્ય રીતે, જરૂર પડ્યે જ ઉપયોગમાં લેવામાં આવે તો ખૂબ સારું છે. પરંતુ એની પાછળ ૨૪ કલાક લાગ્યા રહીએ તો એ આપણને અને આપણી પેઢીઓને બરબાદ કરવા માટે પણ સક્ષમ છે. પણ આપણો સ્વભાવ છે કે જીવનમાં ઠોકર ખાધા પહેલા આપણે કશું શીખતા નથી.

અત્યારે સોશિયલ મીડિયામાં સૌથી વધુ તંગ કરતું માધ્યમ હોય તો તે છે ''વૉટસપ''. કેમ કે આમાં આપણે સીધા જ ઈચ્છીત વ્યક્તિને ગમે તેવા, ગમે તેટલા મેસેજ, ફોટા કે વિડીઓ મોકલી શકીએ છીએ.

આ વૉટસપ નામનો મહાવિનાશક વાયરસ ધીમે ધીમે આપણને, આપણા પરિવારને, આપણી સંવેદનાને, સંબંધોને અને છેલ્લે આપણી બુદ્ધિને ભરખી જાય છે. આ વૉટસપ પાછળ આપણે જેટલો સમય બરબાદ કરીએ છીએ તેટલો જ સમય જો કોઈ રચનાત્મક કાર્ય પાછળ ઉપયોગ કરીએ તો આપણી આર્થિક અને પારિવારિક સ્થિતિ મજબૂત બની શકે છે. પરંતુ આપણે આપણો કિંમતી સમય ગુમાવીને આ વૉટસપની મોહમાયાની માયાજાળમાં ફસાયેલા રહીએ છીએ. જે આપણી કરૂણતા છે.

આજે તો શિક્ષકો, મોટા લેખકો, વિદ્વાનો, જ્ઞાની, સંતો અને સમાજમાં પ્રબુદ્ધ ગણાતા લોકો પણ આ વૉટસપની મોહમાયામાં ફસાયેલા છે. ઘણા મહાનુભાવો તો એવા છે કે જેઓ પોતાના વૉટસપમાં અનેક ગ્રુપો ચલાવે છે. વળી આપણને પૂછ્યા વિના, મંજૂરી લીધા વિના સીધા જ ગ્રુપમાં જોડી દેતા હોય છે. અને વળી પાછું ગ્રુપ એવું બનાવે કે એમાં પોસ્ટ માત્ર એડમીન જ કરી શકે. અન્ય કોઈ કશું ય પોસ્ટ ના કરી શકે. આજે સાહિત્યના અનેકાનેક ગ્રુપ્સ વૉટસપ માર્કેટમાં ચાલી રહ્યા છે. જેમાંથી મોટાભાગના ગ્રુપ એડમીનો એવા છે કે જેમને સાહિત્ય સાથે સ્નાનસૂતકનો ય સંબંધ નથી. અથવા બે ચાર કવિતાઓ કે લેખો કે નાની નાની લઘુકથાઓ લખીને પોતે જ પોતાને સાહિત્યકાર તરીકે પ્રસ્થાપિત કરી દીધા હોય છે. અથવા પોતે હજી '' સાહિત્ય જેવું '' લખવાનું શરું કર્યું છે. એવા મિત્રો વૉટસપમાં સાહિત્યના ગ્રુપ ચલાવીને સાહિત્યની સેવા (કે કુસેવા) કર્યાનું ગૌરવ અનુભવે ત્યારે ઊંડે ઊંડે કંઈક વાગે છે. આવા ગ્રુપ એડમીનો પોતાની સાથોસાથ ગ્રુપના તમામ સભ્યોનો કિંમતી સમય નષ્ટ કરે છે. વળી આવા ગ્રુપ્સમાં નિયમો પણ એવા કે કોઈએ કોઈની ટીકા – ટિપ્પણી કરવી નહીં. એટલે સાવ કચરા જેવું જોડકણું પોસ્ટ થાય તો પણ એને કવિતા માનીને એની વાહ વાહ કરવાની? હું માનું છું કે પ્રોત્સાહન જરુરી છે. પણ સારા ક્રિકેટર થવું હોય તો સોસાયટીના ગ્રાઉન્ડમાં રમાતા ક્રિકેટમેચમાં એક ઑવરમાં છ છક્કા મારીએ તો ય ઈન્ડિયાની ટીમમાં પસંદગી નથી થતી. એની પદ્ધતિસરની તાલીમ લેવી પડે છે. સારા શિક્ષક કે અધ્યાપક બનવા માટે ખૂબ જ વાંચન, સંશોધન જોઈએ. ખૂબ મહેનત કરવી પડે છે. સારું મકાન બનાવવા માટે પાયા ખોદીને છેક નીચેથી ચણતરકામ કરવું પડે છે. ત્યારે આ બધુ નિર્માણ પામે છે. ભવ્ય બને છે. મહાન બને છે. પ્રોત્સાહનના નામે ખોટા વખાણ કે નબળી રચનાની વાહ વાહ કરવાથી તો તેનું ભાવિ બગાડીએ છીએ. એમને જો આજે સાચું નહીં કહીએ તો ક્યારે કહીશું? એટલે હું તો કહું છું કે જે નવોદિત મિત્રો આવા વૉટસપ ગ્રુપમાં ફસાયા છે તેઓ વિચારે કે આખી જિંદગી નવોદિત રહીને વૉટસપની વાહ વાહ લૂંટવી છે કે તમારું રચેલું સાહિત્ય વાંચીને સદીઓ સુધી લોકો વાહ વાહ કરતા રહે. એવું કરવું છે? વૉટસપ ગ્રુપનો નશો મારા ઘણા ઉચ્ચ કૉટિના મિત્રોને લાગેલો છે જેના સંચાલનમાં તેઓ પોતાની સર્જકતા ધીરે ધીરે ગુમાવી રહ્યા છે. સૌ ગ્રુપ એડમીનો મને માફ કરે પણ સત્ય એ સત્ય જ છે. આપણે અનેક નવા ભાવિ સર્જકોની કલમને ખોટી વાહવાહિના વ્યસને ચડાવી દઈએ છીએ. અને પછી આવા નવસર્જક ક્યારેય પોતાની કવિતાની કે સર્જનની સાચી ટીકા પણ સહન કરી શકતા નથી હોતા.

કવિતાના ઘણા ગ્રુપમાં નિયત દિવસે કોઈ કવિની પંક્તિઓ આપીને કાવ્યપૂર્તિ કરવાનું પણ સૂચવવામાં આવે છે. આને કારણે આપણા અનેક જાણીતા કવિઓની, ગઝલકારોની ઉત્તમ પંક્તિઓ એમના નામોલ્લેખ વિના જ નવોદિતોની નબળી રચનાઓમાં પ્રયુક્ત થઈ જતી જોવા મળે છે. આ બાબતે ઘણા કવિ મિત્રો જ્યારે પોતાની ગઝલનો શેર બીજાની ગઝલમાં વાંચે છે ત્યારે આઘાત અનુભવે છે. અને ગ્રુપ એડમીનોને આની ગંભીરતાનો સહેજેય ખ્યાલ હોતો નથી. કોઈપણ કવિની કાવ્યપંક્તિ ગમે ત્યાંથી ઉઠાવીને મૂળ કવિના નામનો ઉલ્લેખ કર્યા વિના ગ્રુપમાં મૂકી દેતા હોય છે. આવા અણઘડ, અજ્ઞાની એડમીનો કવિતાની સેવા કરવાને બદલે કુસેવા જ કરતા હોય છે.

વૉટસપમાં ''બ્રોડકાસ્ટ ગ્રુપ '' પણ માનસિક ત્રાસનું એક સૌથી મોટું માધ્યમ છે. અન્ય ગ્રુપમાં તો આપણને ખ્યાલ પણ આવે કે કોઈએ આપણને ગ્રુપમાં જોડ્યા છે અને આપણે એમાંથી લેફ્ટ પણ થઈ શકીએ. પરંતુ '' બ્રોડકાસ્ટ ગ્રુપ '' એવું છે કે જેમાં આપણને કોઈ જોડી દે તો આપણને ખબર પણ નથી પડતી. અને એડમીન જે મેસેજ મૂકે તે એક સાથે ગ્રુપના તમામને સભ્યોને મળે છે. અને દરેકને એમ લાગે કે આપણને વ્યક્તિગત મેસેજ મોકલવામાં આવ્યો છે. આ પ્રકારની સુવિધાઓને કારણે ઘણા મહાનુભાવો પોતાના મોબાઈલમાં આવા '' બ્રોડકાસ્ટ ગ્રુપ '' બનાવીને એમાં વધુમાં વધુ ૨૫૬ વ્યક્તિને જોડીને રોજ સવારે ''ગુડ મૉર્નિંગ, રાત્રે ''ગુડ નાઈટ'' ના મેસેજ મોકલી મોકલીને એક સાથે ૨૫૬ મિત્રોને પરેશાન કરતા રહે છે. ખરેખર તો આવા મહાનુભાવો ગ્રુપ બનાવીને પછી ભૂલી ગયા હોય છે કે પોતાના એ ગ્રુપમાં કોણ કોણ મિત્રો છે? કેમ કે જે મિત્રના મહિને કે છ મહિને કે વર્ષે પણ કદી ફોન આવતો ના હોય, ખબર અંતર પૂછતા ના હોય, એ મિત્ર રોજ સવારે ગુડ મૉર્નિંગના ફોરવર્ડ મેસેજ મોકલે તો એ આપણને યાદ કરે છે એ કેવી રીતે માની લેવાય? મિત્રો, આવા બ્રોડકાસ્ટ ગ્રુપ્સ બનાવીને રોજ ૨૫૬ મિત્રોની પાસે મેસેજ મોકલીને હાજરી પુરાવતા હોય તો એ હાજરી નથી પણ તમારા દ્વારા અપાતો માનસિક ત્રાસ છે. તમે જો સાચા મિત્ર છો તો મહિને એકાદ ફોન કરો, વર્ષમાં બે ચાર વખત એ મિત્રના ઘેર જઈને મળો, ખબર અંતર પૂછો, તો એ મિત્રતા સાચી, પણ આજે તો મોબાઈલ કૉલ બિલકુલ ફ્રી હોવા છતાંય વર્ષમાં મિત્રોને એકાદ ફોન પણ કરતા ના હોય અને રોજ સવારે કોઈના આવેલા ગાઢ દોસ્તીના, પ્રેમના, સંબંધોના, સચ્ચાઈના કે આદર્શના રોજે રોજ મેસેજ ફોરવર્ડ કરીએ તો એ દોસ્તી નથી પણ દોસ્તીના નામે છળકપટ છે. દંભ છે. માનસિક ત્રાસ છે.

મિત્રો, વૉટસપમાં એક બાબત એ પણ નોંધીને રાખશો કે તમે દરરોજ સવારે કોઈને ગુડ મૉર્નિંગના મેસેજ ફોરવર્ડ કરો છો અને સામેની વ્યક્તિ તમને બે ચાર દિવસે પણ રિપ્લાય નથી આપતી તો સમજી લેજો કે એને તમારા ગુડ મૉર્નિંગના કે કોઈના ફોરવર્ડ કરેલા સુવિચારો નથી ગમતા. પણ સંબંધોને કારણે એ તમને ના મોકલવાનું કહી શકતા નથી પણ વાંચ્યા કે જોયા વિના જ ચૂપચાપ ડિલિટ કરી નાખે છે. મિત્રો, આજે લગભગ મોટાભાગની વ્યક્તિના મોબાઈલમાં હજાર બે હજાર વૉટસપ નંબર હોવાના, હવે બધાય જો રોજ સવારે તમને ગુડ મૉર્નિંગ ના મેસેજ મોકલ્યા કરે તો કેટલા ને જવાબ આપવા ? આજે અસંખ્ય નવા કવિઓ ફૂટી નીકળ્યા છે રોજ અસંખ્ય કવિતાઓ, લેખો, વિડીઓ, લીંક, આપણને મોકલ્યા કરે ને આ બધુ જોયા કરીએ તો ૨૪ કલાક પણ ઓછા પડે. પરિણામે મિત્ર હોવા છતાંય આ બધુ જોયા વિના જ ડિલિટ કરવું પડે છે. અને આપણે કરતા હોઈએ છીએ.

ઘણા જ્ઞાની, પ્રબુદ્ધ લોકો પણ રોજ સવારે પોતાની કે કોઈ સંત મહાત્માની, બાપુઓની પ્રશસ્તિ ગાતા ગીતો, લેખો કે વિચારોની લિંક, ફોટો કે વિડીઓ મોકલીને સામેનાને ત્રાસ આપતા હોય છે. જે કોઈ જોતું હોતું નથી. જો આપણે કોઈનું વાચતા કે સાંભળતા ના હોય તો આપણું કોઈ શા માટે વાંચે કે સાંભળે? મિત્રો, વૉટસપ એ કાંઈ રોજે રોજની હાજરી પુરાવા માટેનું માધ્યમ નથી. પણ જરૂર પડ્યે ક્ષણમાં સંદેશો પહોંચાડવાનું માધ્યમ છે. પરંતુ આપણે દુનિયાભરની સજ્જનતા, આદર્શ અને સંસ્કારની વાતો બીજાને પીરસતા જ રહીએ છીએ. પોતાના જીવનમાં અમલ કરતા નથી.

બાકી વૉટસપ રિલેશન બનાવવામાં, ડેવલોપ કરવામાં ખૂબ જ સબળ માધ્યમ છે. પણ એ સૌ નો અંગત મામલો છે, એની ઉપયોગિતા વ્યક્તિએ જાતે નક્કી કરવાની છે. જીવનની નિરાશા, હતાશા, પીડા ઘણી વખત ગમતી વ્યક્તિ સાથે વૉટસપમાં શેર કરવાથી, વાતો કરવાથી હળવી થતી હોય છે. સંબધના, લાગણીના નવા અંકુરો ફૂટતા હોય છે. એકબીજાને મળ્યા વિના એકબીજાનો પરિચય કેળવી, સ્વભાવ ઓળખીને નવા સંબંધો પણ બનતા હોય છે. પરંતુ આજકાલ આવા સંબંધોમાં ય છળ કપટ કે ચિટીંગ થતું હોય છે. એ બાબતનું યે ધ્યાન રાખવું જોઈએ. વૉટસપ એ બે ધારી તલવાર જેવું માધ્યમ છે. જો ધ્યાન ના રાખીએ તો આપણને જ નુકશાન કરે છે. અસ્તુ.

- 9426060601.india@gmail.com

સંગીત : મજા પણ છે અને દવા પણ ...!!!

રઝળપાટ

અજય ઉપાધ્યાય

હમણા જ 'અબુઝાદા બુમ બુમ' સોંગ વિશ્વભરમાં હીટ થયેલું અને મજાની વાત એ છે કે શબ્દોમાં ખાસ ટપ્પા ના પડતા હોવા છતાં પણ અનેકો દેશોના સંગીતપ્રેમીઓની પહેલી પસંદગી બની ગયેલું, એના કેટલા તો રીમીક્સ થી લઈને જુદા જુદા ડાંસ વર્ઝન અને લીરીકલ વર્જન પણ બન્યા. અબુઝાદા ની આ સફળતા કઈ પહેલી પણ નથી કે છેલ્લી પણ નથી, યાદ હોય તો થોડા વર્ષો પહેલા '' વ્હાય ધીસ કોલાવરી ડી '' એ અખ્ખા ઈન્ડિયાને આમ જ ઘેલું ઘેલું કરી મુકેલું તો એ સિવાય પણ ' લોલીપોપ લાગેલું ' જેવ ભોજપુરી ગીતે પણ ગામ ગાંડું કરેલું ..!!! આ તો માત્ર ઉદાહરણ માટેના અડસટ્ટે યાદ આવેલા નમુનામાત્ર જ છે બાકી તો ભોજપુરી હોય, સ્પેનીશ હોય, તમિલ હોય, અરબી હોય કે પછી કોઈ પણ ભાષામાં - કોઈ પણ દેશનું ગીત હોય સંગીતનો જાદુ જ એવો છે કે એને કોઈ સીમાડા નડે જ નહિ, હા શરત એટલી કે સંગીતમાં થોડો ઘણો દમ હોવો તો જોઈએ જ ...!!!!

આ લેખ વાંચતા હશો એના બે દિવસ પહેલા ૨૧ મી જુને વિશ્વ યોગ દિવસ ની ઉજવણી રંગેચંગે થઈ ચુકી હશે પણ બિલકુલ એ જ દિવસે 'વર્લ્ડ મ્યુઝીક ડે' યાની કી 'વિશ્વ સંગીત દિવસ' પણ હતો અને મજાની વાત એ છે કે જે યોગ ને લીધે શરીર અને મનને ચુસ્ત-દુરસ્ત રાખી શકાય છે બિલકુલ એવો જ કઈક લાભાલાભ સંગીત બાબતે પણ છે જ. ચોંકી ના ઉઠશો ..કેમકે વિજ્ઞાને પણ સ્વીકાર્યું છે કે રોગ ની સારવારમાં દવાની જેમ જ સંગીત પણ ભાગ ભજવે છે. અસલમાં એ સિદ્ધ થઈ ચૂકેલું છે કે સંગીત એ એક એવી કળા છે કે જેનું જોડાણ સીધું જ ઈન્સાનના દિલ સાથે-આત્મા સાથે છે. યોગ અને સંગીત નું કનેક્શન ચેક કરીએ તો યોગથી ઈન્દ્રિયો જાગૃત થાય છે જે તંદુરસ્તી માટે કામ કરે છે બિલકુલ એમ જ સંગીતમાં પણ એવા રાગ છે કે જેનાથી અનેક બીમારીઓના ઈલાજ થઈ શકે છે એટલે આમ જોવા જાવ તો સંગીત પણ એક પ્રકારે યોગ જ થયું .અને એનો પુરાવો એ છે કે આધુનિક વિજ્ઞાન પણ એવું સ્વીકારતું થયું છે કે દરરોજ ૨૦ મિનીટ મનપસંદ સંગીત સાંભળો તો ઘણાબધા રોગો ભગાડી શકો એટલું જ નહિ પણ મનપસંદ .સંગીત સાંભળવાથી માનસિક સ્વસ્થતા પણ મેળવી શકો. ડીપ્રેશન અને પ્રસવપીડામાં સંગીતથી હિલીન્ગના અનેકો કિસ્સા નોંધાયા છે કે જેને જનરલી મ્યુઝીક થેરેપી ના નામે ઓળખાવાય છે. ઘણી બધી વાર એ સાબિત થયું છે કે કોઈ સર્જરી પછી સંગીત સાંભળવાથી દર્દી ને જલ્દી સારું થવામાં મદદ થાય છે. તબેલામાં સંગીત વગાડવાથી દુધમાં વધારો કે વાડીમાં સંગીત વગાડવાથી પાકમાં વધારો થયાનું પણ નોંધાયું છે.

સંગીત ક્યાં નથી? આમ જુવો તો જગતના અણુ એ અણુ માં સંગીતનો વાસ છે. વરસાદના છાંટામાં, દરિયાના ઘુઘવાટમાં, પવનની લહેરખીઓમાં, પંખીઓના કલરવમાં, ઝરણાંના કલકલાટમાં થી લઈને જ્યાં જ્યાં નજર મારી પડે ની જેમ હર જગહ સંગીત હી સંગીત હૈ ...! અને સંગીત અને માનવજીવને જબરો સંબંધ પણ છે. બોલતા ના શીખ્યું હોય ત્યાં રડવાનું સંગીત સંભળાવા માંડે. ગમ હોય કે ખુશી સંગીત હરેક મોડ પર - હરેક પ્રસંગે આપણો સાથ આપે છે. ફ્રાન્સના ગીતકાર વિક્ટર હ્યુગો એ કહેલું કે 'જે આપણે શબ્દોમાં વ્યક્ત કરી શકીએ નહિ તે સંગીત દ્વારા વ્યક્ત કરી શકાય છે'. વિક્ટરભાઈની વાત ખોટી નથી જ. આજે ઈઝીલી અવેલેબલ અને અફાટ ઈન્ટરનેટ ની દુનિયામાં વિશ્વભરનું શ્રેષ્ઠ મ્યુઝીક દુનિયાના ખૂણે ખૂણે આસાનીથી પહોચી પણ જાય છે અને ભાષાના અજ્ઞાનની સીમા હોવા છતાં વખણાય છે - સંભળાય છે - એન્જોય કરાય છે. આ જ તો છે સંગીત ની સફળતા અને એની વેલ્યુ ...! હ અને હવે તો ડીજીટલ જમાનો છે, હવે ક્યા ૬ કે ૧૦ ગીતોની લોંગપ્લે રેકોર્ડ કે ૧૦-૧૨ ગીતોની કેસેટ સંઘરવી પડે એમ છે. જગતભરનું મ્યુઝીક મોબાઈલ કે લેપ્પીના કી-બોર્ડના ટેરવે છે. ૪ કે ૮ જીબી ની પેનડ્રાઈવમાં તો અમેરિકન-યુરોપીયન-અરબી કે ઈન્ડિયન મ્યુઝીક ના અધધધ આલ્બમો સમાય જાય છે, ૧૨૮ જીબી ના મોબાઈલમાં દુનિયાભરનું મ્યુઝીક ડાઉનલોડ કરી શકાય છે, યુટ્યુબ હાજરાહજૂર છે દુનિયાભરના સંગીતનો રસાસ્વાદ કરાવવા તો અનેકો ગાના - સાવન જેવી અનેકો મ્યુઝીક એપ્સ તમારા દિલોદિમાગને તરબતર કરવા સતત તત્પર છે, એવામાં સારા સંગીત ની અસર કોઈ એક ક્ષેત્ર પુરતી નહિ પણ વૈશ્વિક બની ગઈ છે.

સંગીતના ભલે ને પ્રકારો અલગ અલગ હોય પણ સંગીતનો જાદુ, એની અસરો દરેક પ્રકારો માટે એક સરખી જ છે. સમયે સમયે સંગીતના પ્રકારો બદલાતા રહે છે છતાં પણ ક્લાસિકલ હોય કે નોન-ક્લાસિકલ સંગીત તો સંગીત જ રહે છે. અને એમાયે આપણા ભારત પાસે તો સંગીત ની અખૂટ વિવિધતા અને ખજાનો છે. શાસ્ત્રીય સંગીત હોય કે પછી ઘરાના સંગીત, ડિસ્કો હોય કે રેપ મ્યુઝીક સંગીત ક્ષેત્રે કશુક નવું નવું આવતું જ રહે છે. ભક્તિ સંગીત, કવ્વાલી, મુજરો, દેશભક્તિ, ગમ ના ગીતો કે પ્રેમના ગીતો વગેરે વગેરે વાગતા જ રહે છે. અને શું છે કે સંગીત નું પણ ફિલ્મ જેવું જ છે, માણહે માણહે પસંદગી જુદી જુદી હોયુ શકે છે પણ ફિલ્મોની જેમ જ મજાની વાત એ છે કે હાથી ને મણ અને કીડીને કણ ની જેમ દરેક કાનને એનું ગમતું સંગીત મળી રહે છે. ડીજીટલી એડવાન્સ જમાનામાં તો હવે મનગમતું સંગીત શોધવું અને સાંભળવું કોઈ અઘરું કામ નથી રહ્યું. સંગીતના સાત સુરો સકલ બ્રહ્માંડને એકસૂરે બાંધી રાખે છે એનું એક કારણ ઈઝીલી અવેલેબલ મ્યુઝીક ની સાથે કોઈ પણ ભાષા કે શબ્દોની બાઉન્ડ્રીમાં બંધાયા વગર સંભળાતું સંગીત જ છે એમાં કોઈ શક નથી.

રોતા બાળકના હાથમાં મુકેલા મોબાઈલમાં વાગતી રીંગટોન, કાનમાં ભરાવેલા ઈયરપ્લગમાં થી વહેતું સંગીત, ધાર્મિક કથાઓમાં વચ્ચે વચ્ચે લહેરાતું સંગીત, હિન્દી ફિલ્મોનું અભિન્ન અંગ એવા ગીતો, સવારે સવારે ઘરના પુજાખંડમાંથી ગવાતી આરતી-સ્તુતિઓ,ડિસ્કોથેકમાં વાગતું ધમાલિયું સંગીત,સવારે શાળાઓમાં ગવાતી પ્રાથના, શેરીમાં પરોઢિયે સંભળાતા પ્રભાતિયા, બાળકને સુવડાવવા ગવાતું હાલરડું, ભાગતી રાત્રે સંભળાતા ભજનો, પાર્ટીપ્લોટમાં થી હથોડાની જેમ જીંકાતા કર્કશ ગીતડાઓ, ક્યાય પણ ગવાતું રાષ્ટ્રગીત, કોરસ-સોલો કે પછી માત્ર વાદ્યસંગીત રૂપે વહેતું સંગીત, મરસીયાનું - લગ્નનું - પ્રસંગોનું સંગીત... પ્રકારો કેટકેટલા અને વૈવિધ્યસભર છે પણ બધાનો લ.સા.અ. એક જ છે અને એ છે અત્ર તત્ર સર્વત્ર સંગીતની હાજરી. માનવજીવન સાથે સંગીત એટલું અભિન્ન રીતે જોડાઈ ગયું છે કે યેહ ભાગદૌડ ભરી જીંદગીમાં ભલે ઘણીવાર એ સંગીતને સાંભળવાનો સમય ના મળતો હોય તો પણ સંગીત ઈઝ એ પાર્ટ ઓફ અવર લાઈફ છે એમાં કોઈ બેમત નથી જ.

વિસામો :

સંગીતમાં સાત સ્વર હોય છે સારેગમપધનિ. આ સાત સ્વરના ઉપયોગથી જ વિવિધ રાગો તૈયાર થાય છે. આપણા શરીરમાં પણ આવાં સાત ચક્રો રહેલાં છે જે ભલે દેખાતાં નથી, પણ એ આપણા જીવિત હોવા માટે જરૂરી છે. સંગીતના સાત સૂરોની આ સાત ચક્રો પર સીધી અસર થાય છે એટલે કે જુદા- જુદા રાગો દ્વારા તમે આ ચક્રોને ગતિમાન કરી શકો છો