સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૨૨૫૫

ગતમાં છે પોલીસતંત્ર, મોટા ખર્ચમાં છે,
ગિરવે છે ફરજ, સુરક્ષા ફડચામાં છે,
કહ્યાગરો છે કાયદો, ને ન્યાય છે કેદમાં -
આખાય દેશની પોલીસ આજે ચર્ચામાં છે..

હાઈકુ

ભરખે રોજ
ભ્રષ્ટાચારની જેમ -
સ્વાઇન ફ્લુ!

શું કરે અન્ના!!
છે બધી કચેરીમાં -
વિનોદ તન્ના..

ચિંતન

યદપથ્યવતામાયુર્યદનીતિમતાં શ્રિયઃ ।
તદેત્કાકતાલીયં તદેતચ્ચ ઘુણાક્ષરમ્ ॥

'કેટલાક લોકો ખાવાનું કે ન ખાવાનું - જંકફૂડ (હોટલો-લારીઓ)માં ખાય છે છતાં તેઓ લાંબુ જીવી જાય છે અર્થાત તેમનાં આરોગ્ય-તંદુરસ્તીને કંઇ જ થતું નથી; વળી કેટલાક લોકો અનિયમિત (લાંચ-રૂશ્વત-કૌભાંડ-ખાયકી) જીવન જીવે છે છતાં તેને લક્ષ્મી મળ્યા જ કરે છે. આને 'કાકતાલીય' ન્યાય કહેવાય તેને જ ઘુણાક્ષર નો ન્યાય (એટલે કે કીડો લાકડાંની છાલ કોતરતો કોતરતો આગળ વધે અને નામ કે અક્ષર આપોઆપ કોતરાઇ જાય) એવો ન્યાય કહેવાય છે. અર્થાત આ એક અકસ્માત જ છે, એ કુદરતનો કોઇ નીતિ-નિયમ નથી.'

ઘણીવાર ખૂબ સાવચેતીથી આરોગ્યને સાચવનારા બિમાર પડે છે અને કેટલીક વાર મનફાવે એમ જીવનારાને કંઇ થતું નથી. અનીતિથી જીવનારા સુખમાં આળોટતાં હોય છે, અને નીતિમય જીવન જીવનારા ગરીબીમાં સબળે છે.

આમ, વાસ્તવિકતા તો એ છે કે સૌ પોતાના પૂર્વજન્મોનાં સારાં-માઠાં કર્મો ભોગવે છે અને નવાં સારા-ખરાબ કર્મો દ્વારા આવતાં જન્મોનું ભાથું બાંધતા હોય છે. પણ અહીં દેખીતા વિરોધાભાસને પૂર્વજન્મોમાં ન માનનારા માટે 'કાકતાલીય' ન્યાય કહી કવિએ માત્ર એક 'અકસ્માત'નો યોગાનું યોગ કહ્યો છે.

ઘણીવાર બટેટા-પપૈયાંમાં 'ગણપતિ' દેખાવા, વાદળમાં ૐ ની આકૃતિ જોવી વગેરે જેવો એક અકસ્માત જેવી જ આ ઘટના છે.

સુવિચાર

- પ્રસન્નતા અને શોક વાસ્તવમાં તો મનની જ સ્થિતિ છે, અને મનને વશમાં રાખવું એ તમારાં હાથની વાત છે - **માર્કસ આરેલિયસ**
- ખૂશ મિજાજ, આનંદમાં રહેવામાં અને હસવામાં ગાળેલો સમય છે ઇશ્વર સાથે ગાળેલો જ સમય છે - **નીકો કાકાનીકો**
- ખૂશખૂશાલ રહેવું એ તંદુરસ્તીની નિશાની છે અને ઉદાસ રહેવું એ માનસિક બિમારીની નિશાની છે - **હેલી બર્ટન**
- આપણું કર્તવ્ય છે કે આનંદમાં રહેવું, આપણી પ્રસન્નતા પણ સમાજની એક સેવા જ છે - **સ્ટીવેન્સન**
- પ્રસન્ન રહેનાર અને ફેલાવનાર સદાય સુખમાં જ રહે છે - **વિલિયમ્સ**
- વાસ્તવિક આનંદનો આધાર આપણું અંતઃકરણ જ છે - **જેન ઓસ્ટીન**
- તમારી ઇચ્છાઓ, અપેક્ષાઓ અને આશાઓ જ તમારી પ્રસન્નતામાં અડચણ ઊભી કરે છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**

બોધ કથા

આમ આપણે પાઠ-પૂજા, દર્શનયાત્રા કરી 'ભગવાન' પર ભરોસો અને શ્રધ્ધા દર્શાવીએ છીએ પણ જ્યારે નાની-મોટી આફત આવી જાય ત્યારે ગભરાટમાં 'ભગવાન'ને ભૂલી ચિંતા અને ગભરાટમાં ન કરવાનું કરી નાખીએ. ઇશ્વર પર જેને સંપૂર્ણ શ્રધ્ધા હોય એ 'નિશ્ચિંત' હોય..

એક ઇશ્વર પરાયણ અંગ્રેજી દંપતિ હતું. એક પુત્ર-પુત્રીનું સુખી કુટુંબ દર રવિવારે નિયમિત ચર્ચ જાય. બાઇબલ-ઇશુ પર ખૂબ જ શ્રધ્ધા - વાત વાતમાં 'માય ગોડ' બોલે.

એકવાર પતિને ધંધામાં મોટી ખોટ ગઇ. પતિ ચિંતામાં પડી ગયો. આત્મહત્યાના વિચારો કરવા લાગ્યો. પત્ની તેની માનસિક સ્થિતિ અને ગડમથલને પામી ગઇ.

એક રવિવારે પત્ની અને બાળકોએ કાળાં કપડાં પહેર્યાં અને ચર્ચમાં આવવાની પતિને 'ના' પાડી. નિકટનાં કોઇના મૃત્યુ પછી કાળાં કપડાં પહેરવાનો રિવાજ હતો. તેથી પતિએ પૂછ્યું - કેમ! કોણ મરી ગયું? કાળાં કપડાં પહેર્યાં? અને ચર્ચમાં આવવાની 'ના' કેમ પાડે છે?

પત્ની બોલી - ઇશ્વરનું મૃત્યુ થયું છે!

પતિ કહે - અરે ઇશ્વરનું મૃત્યુ થયું હશે! ગાંડી થઇ કે શું?

સ્ત્રીએ તક ઝડપી લીધી, તો તમે શા માટે ચિંતા કરો છો?

સૌની ચિંતા કરનારો, હજુ ઉપરવાળો બેઠો જ છે ને?!

- પતિને પોતાની ભૂલ સમજાઇ - હિંમત આવી ગઇ.

જે જાતિ જેટલી વધારે મુક્ત હોય છે, એટલી વિકાસમાન હોય છે, જે અતીતથી બહુ જ દબાયેલી હોય છે અને પરંપરાવાદી હોય છે, તે વિકાસમાન નથી હોતી

સખીને પત્ર
- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

હમણાં જ કાંતા માસી આવીને ગયાં. તેમણે પંદર મિનિટ સુધી બળાપો કાઢ્યો.

"હાશ! લગ્ન મૂરત હવે પૂરાં થયાં. કંટાળી ગયા બાપા! રોજ રોજ જમણવારોનું જમીને કંટાળો આવી ગયો! તું માનીશ? ચારથી પાંચ હજાર રૂપિયા જુદા જુદા લગ્નોમાં આપવાનાં ચાંદલાની રકમમાં વપરાઇ ગયાં. આ લગ્નો તો ઘરનું બજેટ ખોરવી નાંખે છે! ને હવે તો ક્યાંક પણ જઇએ એકસો એક થી ઓછો ચાંદલો તો કરાય નહિ! પાછાં રિસેપ્શન તો ઊભાં જ! એમાંય કાંઇ ખાલી હાથે થોડા જ જવાય..."

માસીની વાતો સાંભળીને થોડું હસવું આવી ગયું કે આ કેવી પરંપરાનું પાલન આપણે કરી રહ્યાં છીએ? જ્યારે લગ્નોમાં ચાંદલાનો રિવાજ શરૂ થયો હશે ત્યારે લગ્નો આટલાં ખર્ચાળ ન હતાં. વળી લોકો મોટા ભાગે વ્યવસાતે ખેડૂત. એટલે ગામની દીકરીના કે દીકરાના લગ્ન હોય ત્યારે સંબંધીઓ અને મિત્રો પોતાનાથી બનતી મદદ કરવાના હેતુથી રોકડ કે વાસણ ભેટ રૂપે પરણનાર કે તેના વડીલોનો આપતાં. જેથી પ્રસંગ સૌના સહકારથી સાંગોપાંગ પાર પડે. હવે તો લોકો ઘણું કમાવા લાગ્યાં છે, પોતાનાં સંતાનોને અનેક લકઝરી વસ્તુઓ આપે છે ત્યારે આ ચાંદલાની પરંપરા અસ્થાને લાગે છે.

આપણું સમાજ જીવન જ કદાચ પરંપરાઓનાં તાણાવાણાથી ગુંથાયેલું છે. જીવવાના બહાને, વ્યવહાર બહાને આપણે કેટલીયે મૃત એ મૃતઃપ્રાય પરંપરાઓને વેંઢારીને ચાલતાં રહીએ છીએ. કુમારિકાઓ ગૌરીવ્રત કરે છે. તેની પૂજામાં જારનાં સાંઠા વડે ખેતર ખેડવાની પૂજા વિધિ આવે છે. અને કુંવારિકાઓ પાંચ દિવસનાં અલૂણા ઉપવાસ આરાખે છે. આ વ્રત તો મૂળે ખેતીપ્રધાન સમાજ હતો ત્યારે ખેતર ખેડવાના મૂર્હૂત રૂપે શરૂ થયું. જ્યારે ભણતરનો કોઇ બોજો નહોતો. આજની દીકરીઓ આમેય કુપોષણની શિકાર છે. તેમાંય અલૂણા કરે ત્યારે તો લાતરીને ઘોળી પૂણી જેવી થઇ જાય છે. હવે ક્યાં તેમનાં પપ્પાઓને હળ જોડવાનાં છે? સવારની સ્કૂલ, હોમવર્ક, ઘરનું કામ અને બધાની ઉપર ઉપવાસનો માર! આવી તો કેટલીયે પરંપરાઓ છે જે શરૂ થઇ ક્યાં ઉદ્દેશ્યથી અને હવે ક્યાં ઉદ્દેશ્યથી નિભાવવામાં આવે છે તે કોઇ સમજાતું જ નથી. હોસ્પિટલમાં બિમાર પડેલા વ્યક્તિની ખબર પૂછવાના બહાને - 'લ્યો! અમારી બાજુમાં કોલેજ એક ભાઇ ગુજરી ગયા, એમને તમારા જેવું જ હતું!' કહીને લોકોને ગભરાવી મારવાની પરંપરા હોય કે વૃક્ષો એ નદીઓની પૂજાને બહાને તેમનું જતન અને સંવર્ધન કરવાના ઉદ્દેશ્યથી શરૂ થયેલાં વટ સાવિત્રી જેવાં વ્રતોનો પર્યાવરણીય કટોકટીના સમયમાં પણ માત્ર ધાર્મિક રીતરિવાજને કારણે પાળવાની પરંપરા હોય! તમને નથી લાગતું? કે શાસ્ત્રાર્થને છોડી પરંપરાને સમજણથી નિભાવવાનો સમય પાકી ગયો છે?

જે જાતિ જેટલી વધારે મુક્ત હોય છે. એટલી વિકાસમાન હોય છે. જે અતીતથી બહુ જ દબાયેલી હોય છે અને પરંપરાવાદી હોય છે. તે વિકાસમાન નથી હોતી. અતીતથી દબાયેલી જાતિઓ વહેલી મોડી મરી જાય છે. પારસી કોમમાં અલગ્નના રિવાજો અને માન્યતાઓ થોડી વિચિત્ર છે. પર ધર્મમાં લગ્ન કરનાર વ્યક્તિ પારસી નથી રહેતો. પોતાની આ પરંપરાગત માન્યતામાં બાંધછોડ ન કરવાને કારણે પારસીઓ ઓછાં થતાં જાય છે. તેમની વસ્તી એટલી ચિંતાજનક રીતે ઘટી રહી છે કે તેમનામાંના બુધ્ધિજીવી લોકો મોટી ઉંમરે લગ્ન કરવાની પરંપરા, મૃતદેહને ન દફનાવવાની પરંપરા, લગ્ન સંસ્થાના નિયમો અંગે વધારે વિશાળ દૃષ્ટિ રાખી ફરીથી નિયમો ઘટવાની તરફેણ કરી રહ્યાં છે. અતીતથી દબાયેલા હોવાનો એક અર્થ એવો પણ થાય છે કે એમની પાસે એવાં પ્રશ્નોનાં જવાબો છે કે જે પ્રશ્નો જ હવે રહ્યાં નથી. પહેલાંના વખતમાં વરસાદ ન થતો ત્યારે ઋષિઓ યજ્ઞો કરતાં. ત્યારે વિજ્ઞાન ધર્મ સાથે સંકળાયેલું હતું. હવે જ્યારે વરસાદ નથી થતો ત્યારે યજ્ઞો કરવા અર્થહીન છે. હવે વરસાદ વરસાવવાનાં બહેતર વૈજ્ઞાનિક ઉપાયો આપણી પાસે છે. પરંતુ આજેય વરસાદ મોડો થાક કે તરત કરોડો રૂપિયાનો ધુમાડો કરી પર્જન્ય યજ્ઞ કરવામાં આવે છે. જો સમાજ સડી રહ્યો કે, મરી રહ્યો છે તેનું કુલ કારણ એટલું જ છે કે વાતો ક્યારનીયે છોડી દેવાની હતી તેને આપણે છોડી નથી શક્યાં. લગ્નની વાત આવે ત્યારે હજીયે જન્મકુંડળીના ગુણ મિલાવીએ છીએ જ્યારે જરૂરિયાત છે ખરેખર તો જુદાં જુદાં જીનેટીક્સ ટેસ્ટ મીલાવવાની. રશિયા કે ઇઝરાયેલમાં રણ હરિયાળીથી લહેરાઇ રહ્યાં છે અને ભારતમાં લહેરાતા બગીચા ધીરે ધીરે રણ થતાં જાય છે. યજ્ઞો કરવાની મજાની વાત તો એ છે કે તેનથી વરસાદ વરસીને વધારે ઘઉં તો પેદા નથી થતાં પરંતુ જે હોય તેય યજ્ઞમાં હોમાઇ જાયછે. બોલો.... ઓમ... સ્વાહા... યજ્ઞથી ગાયનું દૂધ નથી વધતું પરંતુ ગાય પાસે જે દૂધ હતું, ઘી હતું તે પણ યજ્ઞમાં ચાલ્યું જાય છે. બોલો... ઓમ... સ્વાહા...

સંસ્કૃતના એક વિદ્વાન પ્રોફેસર કોઇ વિશ્વવિદ્યાલયમાં પંડિત હતાં. તેઓ કોઇક શાસ્ત્રોની શોધ માટે તિબેટ ગયાં. ત્યાં રહેવું તેમને માટે મુશ્કેલ થઇ ગયું કેમ? કારણ કે તેમને સવારે પાંચ વાગ્યે ઉઠીને ઠંડા પાણીથી ન્હાવાનો બાપ-દાદાના વખતનો ક્રમ હતો. ક્રમ તોડી ન શકાય! ને તિબેટમાં સવારે પાંચ વાગ્યે ઠંડા પાણીથી ન્હાવ તો શું થાય? હવે વિદ્વાન પ્રોફેસર એ તો જાણે છે કે બાપ-દાદાએ બ્રાહ્મ મૂરતમાં સ્નાનની પરંપરા કદી તોડી નથી પરંતુ તે સમજતાં નથી કે બાપ-દાદાને ગામ છોડી કદિ તિબેટ જવાનું પણ નહોતું થયું. ભારતમાં જે સવારે પાંચ વાગે ઊઠીને સ્નાન નથી કરતાં તે પાગલ છે. અને તિબેટમાં જે કરે છે તે પાગલ છે.

જે જાતિઓ પરંપરાઓથી સ્વતંત્ર થઇ તેઓ વિકાસનાં શિખર પર પહોંચી ગઇ. આ દેશે તો સેંકડો વર્ષ એ રીતે ગુમાવ્યા કે આપણે સમુદ્ર પાર ન જવું કારણ કે શાસ્ત્રોમાં તેની મનાઇ છે. પરિણામે જે સમુદ્ર યાત્રા કરી શક્તાં હતાં તે આપણા માલિક બની ગયાં.

પરંપરાવાદી વ્યક્તિમાં થોડી પશુતા શેષ રહે છે. એટલે જ સાચી ધાર્મિક વ્યક્તિ પરંપરાવાદી નથી. (સાચો ધાર્મિક જાણે છે કે કૃષ્ણ પણ સાંદિપ્નીના પુત્રને લાવવા માટે નાગલોક એટલે કે આજનું આફ્રિકા ગયાં હતા) તે વિદ્રોહી હોય છે અને પોતાની સમજણથી જીવે છે. સમજણ અને શાસ્ત્ર વચ્ચે વિરોધાભાસ હોય તો તે સમજણની પાછળ જાય છે. શ્રાવણ મહિનામાં કૃષ્ણનું નામ લઇ જુગાર રમતાં પત્તાધારીઓએ સમજણ વાપરવી જોઇએ કે ગિરિધરે તો સોળ વર્ષે જન્મભૂમિનો ત્યાગ કરીને જે જુગાર ખેલ્યો, સોળ હજાર સ્ત્રીઓને ચવનરાજથી બચાવીને જે જુગાર ખેલ્યો, મથુરાની પ્રજાને યાદવોને છેક દ્વારકા સુધી સ્થળાંતર કરાવવાનો જે જુગાર ખેલ્યો તે જુગાર જીવનમાં ખેલી બતાવવાનો છે. શાસ્ત્રો દસ હજાર વર્ષ પહેલાં લખાયાં તે પરિસ્થિતિ અને આજની પરિસ્થિતિમાં આભ-જમીનનો ફર્ક છે. દસ હજાર વર્ષમાં માનવજાતિએ ઘણી યાત્રા કરી છે. દસ હજાર વર્ષનાં અનુભવો અને સમજણ ઉમેરાયાં છે તો માનવજાત શાસ્ત્ર કરતાં સમજણનાં મામલે એક જગલું આગળ છે. જો સાચી સમજણ કેળવો તો શાસ્ત્રોમાં જોવાની જરૂર નથી.

તો સખી! બોર્ડની પરીક્ષા આપતાં વિદ્યાર્થીઓને શુભેચ્છા આપવા જવાની પરંપરા પણ તોડીએ. તેમની શાંતિ અને મગ્નતામાં આડખીલી બન્યા વગર દૂરથી જ તમારા-મારાં અંતરની દુઆ અને પ્રાર્થનાઓ તેમને સુધી પહોંચતી થાય તેવો કારસો કરીશું ને?

- તારી સ્વાતિ

સંગીતમાં ગજબ તાકાત રહેલી છે જે રોગોને દૂર કરવાથી લઇ મોક્ષપ્રાપ્તિના દરવાજા ખોલી શકે છે, જયારે રોગો દૂર કરવાની વાત આવે ત્યારે અમુક ફેકટર્સને અચૂક ધ્યાનમાં લેવા જોઇએ જેથી સંગીતની ધારી અસર થઇ શકે

સંગીત ચિકિત્સા-૨
નિરામય
- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

વર્ષ ૧૯૩૩નું, દેશ - ઇટાલી, સરમુખ્યાતર મુસોલીની આ સમયે ખુબ ચિંચિંત અને વ્યગ્ર રહેતો. તેઓ દિવસો સુધી સુઇ નહોતા શકતા. અનિંદ્રાની આ બિમારીનો ઇલાજ કરવામાં બધી જ ચિકિત્સાઓ નિષ્ફળ ગઇ હતી. આ સમય દરમિયાન ભારતીય શાસ્ત્રીય સંગીતના મહાનત્તમ ગાયક પંડિત ઓમકારનાથ ઠાકુર યુરોપના પ્રવાસે હતા. તેઓએ મુસોલિનીની અનિંદ્રાની બિમારી વિષે જાણ્યું અને તેઓ માટે એક ખાસ 'સેશન' ગોઠવ્યું. રાત્રિનો સમય, પંડિત ઓમકારનાથે મુસોલિની સમક્ષ 'યુરીયા' રાગ ગાવાનું શરૂ કર્યું. અને ફક્ત અર્ધી કલાકમાં મુસોલિનીઘસઘસાટ ઊંઘી ગયાં. જયાં બધી ચિકિત્સાઓ -નિષ્ફળ ગયેલી ત્યાં માત્ર અર્ધી કલાકની સંગીત ચિકિત્સાએ કરામત બતાવી. આ બાદ ઇટાલી તેમજ જર્મનીમાં (મુસોલીની તેમજ જર્મન સરમુખ્યાર હિટલર બંને પાક્કા દોસ્તારો હતા) સંગીત ચિકિસ્તાને લઇને લોકોનું કુતૂહલ અને શીખવા માટેની તાલાવેલી વધવા લાગી. જર્મનીની જ બર્લિન યુનિવર્સિટીમાં થયેલ એક અદ્‌ભૂત સંશોધન પ્રમાણે જો શંખને મોં વડે એવી રીતે ફૂંકવામાં આવે કે ૨૭ ક્યુબીક સે.મી. જેટલી હવા દર સેકન્ડે શંખમાં પ્રવેશે તો તેના દ્વારા ઉત્પન્ન થતો નાદ અમુક જ મિનિટોમાં આજુબાજુના ૨૨૦૦ સ્કવેર ફીટ જેટલા વિસ્તારમાં રહેલા સમગ્ર બેકટેરીયાનો નાશ કરે છે.

આવા તો હજારો - લાખો સંશોધનો એ સંગીત ચિતિત્સાની મહત્તા અને અસરકારકતાને પુરવાર કરી બતાવી છે.

તો... આ સંગીત ચિકિત્સા કામ કઇ રીતે કરે છે? કયા રોગો માટે કયો રાગ વગાડવો?

મોર્ડન સાઇન્સ દ્વારા સંગીત ચિકિત્સાની કામ કરવાની પધ્ધતિ પર સંશોધનો હજુ ચાલુ છે. સંપૂર્ણ પ્રક્રિયા હજુ સમજમાં નથી આવી પણ એટલું જરૂર જાણવા મળ્યું છે કે સંગીત 'ઓડીટરી નર્વ' દ્વારા મગજમાં પહોંચીને માનસિક સ્તર પર મહત્તમ પ્રભાવ પાડે છે. જેના કારણે શરીરના અમુક અંતઃસ્ત્રાવો પર તેની અસર થાય છે.

આયુર્વેદની જેમ જ સંગીત ચિકિત્સાની અસરકારિતા પણ બે ભાગોમાં વહેંચાય છે.

(૧) સામાન્ય અસરકારીતા

(૨) વ્યક્તિ વિશેષ અસરકારીતા

આપણે ગતાંકમાં જોયું તેમ વાંસળી કે સંતૂર આદિનું શાંત સંગીત કે ધીમી ગઝલ કે કોઇ પણ શાંત, મધુર, ધીમું સંગીત મનને શાંતિ આપે છે, આરામ આપે છે, ટેન્શન હળવું કરે છે, હાલરડાં ભલે દુનિયાની કોઇ પણ ભાષામાં ગવાતાં હોય. શિશુ ઊંઘી જાય છે. દુનિયાના કોઇ પણ ડિસ્કોથેકમાં વાગતું સંગીત ઉત્સાહ, જોમ ભરે છે, નાચવા-કુદવા પ્રેરે છે. આ છે સંગીતની સામાન્ય અસર કે જે દરેક વ્યક્તિ માટે સરખી હોય છે અને મને મન-શરીર પર સરખો પ્રભાવ પાડે છે.

આથી વધુ ઊંડી, ગહન અને વિચારવા પ્રેરે તેવી અસર છે. વ્યક્તિવિશેષ અસર, કે જેમાં વ્યક્તિ પ્રમાણે સંગીતની અલગ-અલગ અસર હોય છે. આથી કોઇ રોગ માટે સંગીત દ્વારા ચિકિત્સા કરવાની હોય તો એ ચિકિત્સામાં વાપરવામાં આવતું સંગીત દરેક વ્યક્તિ માટે અલગ અલગ હોઇ શકે. વ્યક્તિ વિશેષ અસરને બહુ જૂજ સંગીત ચિકિત્સકો પ્રેક્ટિસમાં લે છે. મોટા ભાગે સંગીત ચિકિત્સા નામે એવાં ભ્રમ ઊભાં કરવામાં આવે છે કે ફલાણા રાગથી ઢીકણો રોગ મટે છે આદિ આદિ આદિ... સંપૂર્ણ તથ્યહીન જણાય છે. હા, અમુક રાગની સામાન્ય અસરનાં ભાગરૂપે એ શક્ય છે કે મોટા ભાગનાં લોકોને સરખી અનુભૂતિ થાય (જેમ કે વાંસળીમાં પહાડી રાગ સાંભળવાથી આપણે ખરેખર પહાડો, જંગલો, ઝરણાઓ વચ્ચે હોઇએ તેવું લાગે) પણ કોઇ એક XYZ રાગથી દરેક વ્યક્તિનો કોઇ ABC રોગ મટે એ વાત સાથે હું સમંત નથી.

સંગીતમાં ગજબ તાકાત રહેલી છે જે રોગોને દૂર કરવાથી લઇ મોક્ષપ્રાપ્તિના દરવાજા ખોલી શકે છે. જયારે રોગો દૂર કરવાની વાત આવે ત્યારે અમુક ફેક્ટર્સને અચૂક ધ્યાનમાં લેવા જોઇએ જેથી સંગીતની ધારી અસર થઇ શકે જેમ કે...

જેમ કે, દરેક સૂરોને પોતાની પ્રકૃતિ છે. દરેક વ્યક્તિને પોતાની પ્રકૃતિ છે. દરેક તાલ, દરેક લય તથા દરેક વાદ્યને પોતાની પ્રકૃતિ છે કે જે મન તથા શરીર પર અમુક યા તમુક રીતે અસર કરે છે. જયારે પણ કોઇ વ્યક્તિના જે તે રોગ માટેની સંગીત ચિકિત્સા કરવાની હોય ત્યારે તે વ્યક્તિની પ્રકૃતિ પ્રમાણેનાં સ્વરોયુક્ત રાગ તે પ્રકૃતિને અનુકૂળ તાલ, લય તથા વાદ્ય આદિ પસંદ કરવા જોઇએ. રોગની તીવ્રતાને આધારે એ સંગીત સાંભળવાનો 'ડોઝ' નક્કી કરવો જોઇએ. આમ, આ સંગીતની વ્યક્તિ વિશેષ કે અસર કે "ટેઇલર મેઇડ અપ્રોચ" છે. કે જેના દ્વારા ધાર્યા પરિણામો મેળવી શકાય છે. લખનારે આ જ 'ટેઇલર મેઇડ એપ્રોચ' દ્વારા અનેક રોગોમાં ખુબ સારા પરિણામો મેળવેલ છે.

આ ઉપરાંત અનેક રોગો જેવા કે વૃંદાવની - સારંગ, દેશ, દરબારી આદિની 'સામાન્ય અસર'ને જાણવા માટે રિસર્ચ કરેલ છે. આ પરથી એટલું તો કહી જ શકાય કે જો યોગ્ય ઉપયોગ કરવામાં આવે તો સંગીત એક શ્રેષ્ઠ ચિકિત્સા સાબિત થઇ શકે, બસ, જરૂર છે તો સંગીત ચિકિત્સા પ્રત્યેના હકારાત્મક અભિગમની, તથા વધુને વધુ સંશોધનોની.

ડૉકટરને નવાઇ લાગી પણ બંનેનાં લોહીની તપાસ કરી કહ્યું, બાપ-દીકરાનું લોહી મળતું આવે છે, એમાં જરાકે શંકાને સ્થાન નથી

કપૂત સં-વેદના
- જય ગજ્જર

'સાલા, કપૂત!' કહી ટોનીએ કેમને તમાચો મારવા હાથ ઊંચો કર્યો.

કેમને જોતાં જ મનનો ઉકળાટ વધી જતાં મનનો ઊભરો ઠાલવતો. એનું લોહી ધકધકતા કડા જેમ ઊકળી ઊઠતાં શંકાનું બીજ જાણે ખીલી ઊઠતું. કેમને એ જન્મ્યો ત્યારથી ધિક્કારતો હતો એટલે કદી વહાલના બે શબ્દો બોલી એને પ્રેમથી આવકારતો નહિ અન વાતવાતમાં ગુસ્સે થઇ જતો. જાણે કોઇ દુશ્મનનો દીકરો ન હોય!

ડેલા રોજેરોજ એવાં દૃશ્યો જોઇ હેબતાઇ ગઇ હતી. પણ આજ દોડીને એનો હાથ પકડી ઊંચા સાદે બોલી, 'નાના બાળક પર આમ હાથ ઉપાડતાં શરમ નથી આવતી?'

'છોકરાં ખોટી જીદ કરે તો એમનો ઠપકો આપી ઠેકાણે લાવવાં પડે...' અને ઊંચા કરેલા એ હાથે તમાચો ડેલાના ગાલ પર મારી બોલ્યો, 'તે જ બગાડી મૂક્યો છે! એક દિવસ તારો એ દીકરો તારા વસમાં નહી રહે ત્યારે તને ખબર પડશે!'

'એટલે તું શું કહેવા માગે છે? એ મારો દીકરો છે અને તારો કોઇ નથી?' ઉશ્કેરાયેલી ડેલા ટોનીનો હાથ પકડી એના મનને જાણવા ડેલા બોલી.

'એ મારો દીકરો હોય તો આવો ઉધ્ધત ને અસંસ્કારી ના હોય! કોણ જાણે કોનું બીજ છે!' મનાં ઘાળાયેલ શંકાના શબ્દો બહાર આવ્યાં!

ડેલા મન પર કાબૂ ન રાખી શકી એટલે સામો સવાલ કર્યો. "એટલે તું શું કહેવા માગે છે?"

"એ સવાલ મને નહિ તારી જાતને પૂછ!"

ડેલા ચોંકી ઊઠી. દલીલ કરવાનો કોઇ અર્થ નહોતો. જેને ખૂબ પ્રેમ કરતી હતી. જેને દશ દશ વર્ષથી પતિ તરીકે સ્વીકારી જેના પર પ્રેમનો ઘોધ વર્ષાવ્યો હતો અને સદા પ્રેમ ન્યૌચ્છાવર કરતી રહી હતી એ પતિનાં મનમાં પોતાની વફાદારી પર શંકાનું બીજ ઘર ઘાલી બેઠું હતું એ વિચાર માત્રથી એ ડગી ગઇ. પોતાની બેડરૂમમાં દોડી જઇ ચોધરા આંસુએ રડવા લાગી. પણ એનો પતિ એ આંસુ લૂછવા ઉપર ન આવ્યો. "સોરી" કહીને પસ્તાવના બે શબ્દોને બદલે ન કહેવાનાં વેણ ઉચ્ચારવા લાગ્યો.

અપમાનિત શબ્દો સહન ન થતાં એ મન પરનો કાબૂ ગુમાવી બેઠી.

"ચાલ, મારી સાથે.... આજે તારી શંકાનું નિવારણ લાવીએ. હા હું માઇકને પ્રેમ કરતી હતી પણ અમારો પ્રેમ પ્લેટોનિક લવ હતો, મારા ડેડીની બળજબરી અને એમને ખુશ રાખવા હું તને પરણી એ મારી ભયંકર ભૂલ હતી. આજ તારી શંકાનો અંત લાવવો છે!" ડેલા દશ વર્ષના કેમને ઊંચકી બીજા હાથે ટોનીને ભીસમાં લઇ બંનેને એની કારની પાછલી સીટ પર ધકલેતી એના ફેમિલી ડોકટર પાસે પહોંચી ગઇ, બંનેનાં ડીએનએ ટેસ્ટ માટે ડોકટરને આગ્રહ કર્યો. ડોકટરને નવાઇ લાગી પણ બંનેનાં લોહીની તપાસ કરી કહ્યું. "બાપ-દીકરાનું લોહી મળતું આવે છે. એમાં જરાકે શંકાને સ્થાન નથી. આજ આમ કેમ સૂરૂરૂયું?"

"આ સત્ય એના બાપને ગળે ઉતારો. મારી અને મારા દીકરાની જિંદગી હરામ કરી દીધી છે!"

"હું નથી માનતો ડોકટર સાહેબ... જેની સાથે પાંચ પાંચ વર્ષ પ્રેમાલાપમાં ગાળ્યાં હોય એ સ્ત્રી પવિત્ર હોય એ મારાં માન્યામાં નથી આવતું. તમારી ભૂલ થતી લાગે છે!"

"મારી કોઇ ભૂલ નથી થતી!" ડોકટરે સમજાવવા પ્રયત્ન કર્યો. પણ ટોની પર કોઇ અસર ન થઇ.

"શંકાનો કીડો મનમાં લઇ જીવતા પુરૂષ સાથે હું હવે એક દિવસ પણ ન રહી શકું. ડેલા એના દશ વર્ષના કેમ સાથે ટોનીને, એનું ઘર અને એ ગામ છોડી એની કાર એના જૂના બોયફ્રેન્ડના મિલન માટે જે વર્ષોથી સાચા પ્રેમથી તડપી રહેલ માઇકના ઘર તરફ હંકારી મૂકી. જાણે દિવ્ય પ્રેમ ખેંચી રહ્યો હતો."

આજના દિવસનો મહિમા

- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે

૭મી માર્ચ

- આયુર્વેદ શાસ્ત્રના લેખક, સંશોધક, વૈદ્યરાજ જાદવજીનો જન્મ. ૭-૩-૧૮૮૨. દિપીકા સંહિતા, ચરકસંહિતાનું પણ નિર્માણ કર્યું. આયુર્વેદના વિષયવાર પાઠ્યપુસ્તકોનું લેખન કર્યું.

- ૧૬૦૬ - કેપ્ટન કુકે ઓસ્ટ્રેલિયા ખંડની શોધ કરી.
- ૧૮૧૨ - અંગ્રેજ નવલકથાકાર ચાર્લ્સ ડિકન્સનો જન્મ.
- ૧૯૧૬ - કવિ બાલમુકુન્દ દવેનો જન્મ.
- ૧૬૪૭ - શિવાજીના ઘડતરમાં ફાળો આપનાર દાદા કોડદેવનું અવસાન.

- ૧૯૭૪ - નાણાંપ્રધાન ટી.ટી. કૃષ્ણામાચારીનું અવસાન.