સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

પડ્યો બોલ ઝિલાતો, હવે કોઈ સાંભળતું નથી,
બ્હેરો હું, પણ જાણે, હવે કોઈ સાંભળતું નથી.
સાંભળતું ન કોઈ હવે મૌન-આક્રોશની ચીખો -
સલાહ-સૂચન-આજ્ઞા, હવે કોઈ સાંભળતું નથી.
(એક બહેરાની બહેરી વ્યથા)

હાઈકુ

ન દેખો-સૂણો,
છે ઈશ્વરી આશિષ -
વૃદ્ધાવસ્થા ના...

રહેવુ શાંતિથી,
સુખી થવું હોય તો -
રહેવું મૌન...

ચિંતન

કુભોજયેન દિનં નષ્ટં કુકલત્રેણ શર્વરી ।
કુપુત્રેણ કુલં નષ્ટં તન્નષ્ટં યન્ન દીયતે ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક સુભાષિત રત્નભાંડાગારમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

ખરાબ ભોજનથી દિવસને બગડેલો જાણવો, ખરાબ સ્ત્રીથી રાત્રી બગડેલી જાણવી, ખરાબ પુત્રથી કુળને હાનિ પહોંચેલી જાણવી અને જેનો દાન આપવામાં ઉપયોગ ન થયો હોય તેને નષ્ટ થયેલું જાણવું.

ભોજન ઉદર તૃપ્તિ કરતાં પણ એક માનસિક તૃષ્ટિ માટે છે ગુણિયલ સ્ત્રી એ કર્તવ્ય - સેવા ભાવના ને પ્રેમથી સીંચી બનાવેલી રસોઈ સુખ-શાંતિ આપે છે; પછી ભલેને માત્ર ખીચડી-શાક કેમ ન હોય!

સ્ત્રીનો ખરાબ સ્વભાવ માત્ર રાત્રિ જ નહીં કયારેક જિંદગી આખી બગાડે છે. સદ્‌ગુણી પુત્ર કુળને અજવાળે છે.

ધનનો સદ્‌પયોગ જ એનું સાચું મહત્ત્વ છે. ફિક્સમાં કે દાટેલું ધન અન્ય માટે જ બચાવેલું છે.

સુવિચાર

- હૃદય હૃદય વચ્ચેના સેતુનું સર્જન એ જ માનવતાનું સાર્થક્ય છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- શબ્દો મૌનની ભઠ્ઠીમાં તપે તો સૌનું બને - **કાંતિ ભટ્ટ**
- છલકાયા વિના સભર રહેવું એ ઐશ્વર્ય જાળવી રાખવાનો રસ્તો છે - **બૌધિ વૃક્ષ**
- સુધારો ઠોકી બેસાડવા કરતો તેને માટે આત્મપ્રેરણા ઊભી કરવી બહેતર છે - **મુંબઈ સમાચાર**
- પરમાત્માની વાણી સાંભળવી છે?
  તો પહેલાં તમારા આત્માને આદેશ આપો કે તે મૌન ધારણ કરે - **ડો. ચંદ્રકાન્ત મહેતા**
- કરણી વગરના 'કથાકારો' એટલે શબ્દમંદિરના બહારવટિયાઓ, મૌનના મહાસાગરમાં ડૂબકી મારનારાઓ જ સંસારને અમૃતવાણીની લ્હાણી કરી શકે છે - **ભૂપત વડોદરિયા**
- આજનું ઔષધ : મૂળાના પાનનો રસ ખીલ પર ચોપડવાથી ચાર દિવસમાં ખીલ મટી જાય છે.

(સંકલન : દિપક વી. આશરા)

બોધકથા

કાવીઠા ગામના યુવકો શ્રીમંદ રાજચંદ્રજીનો બોધ સાંભળવા આવ્યા. રાજચંદ્રજીએ યુવાનોને પુછ્યું, 'તમારા એક હાથમાં છાશનો ભરેલો લોટો હોય, અને બીજા હાથમાં ઘી ભરેલો લોટો હોત. અને તમને રસ્તામાં ઠોકર વાગે તો તે વખતે તમે કયા હાથના લોટાને જાળવશો ?' એક યુવાને જવાબ આપ્યો, 'ઘીનો લોટો સાચવીશું.' રાજચંદ્રએ પૂછ્યું, 'કેમ ?' ઘી અને છાશ તો એકમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે ને' યુવાન કહે, 'છાસ ઢોળાઈ જાય તો ઘણાય ભરી આપશે, પણ જો ઘીનો લોટો કોઈ ભરી આપે નહીં...' રાજચંદ્રજીએ સાર સમજાવતા કહ્યું, 'છાસ ના જેવો આ દેહ છે તેને જીવ સાચવે છે અને ઘીની માફક આત્મા છે તેને જતો કરે છે, એવી અવળી સમજણવાળો આ જીવ છે. પણ જો આત્માને ઘીની તુલ્ય મૂલ્યવાન જાણે તો આત્માને પણ સાચવે અને આંખ આવે ત્યારે છાશની માફક દેહ ને જતો કરે, કારણે કે દેહ તો એની મેળે જ મળવાનો છે. કર્મ ઉપાર્જન થયાં એટલે તે ભોગવવા રૂપે દેહ તો મફતનો જ મળવાનો છે.'

યુવાનેને ઉદાહરણ પરથી દેહ અને આત્માની વાત સમજાઈ.

સ્કૂલપ્રવાસને નડતા અકસ્માતો નિવારીએ

સ્કૂલનાં બાળકોને લઈને પ્રવાસે જઈ રહેલી એક ખાનગી બસ ડાંગ જિલ્લામાં અકસ્માતનો ભોગ બની હોવાના સમાચારો આજે અખબારોમાં છે. આવા સમાચારો વાંચીને અરેરાટી થાય, આપણી સંવેદનાઓ જાગી ઊઠે એ સ્વાભાવિક છે પરંતુ હકીકત એ પણ છે કે આવા સમાચારોની આપણને કોઈ નવાઈ નથી રહી. છાશવારે આવા સમાચારો આપણને મળતા રહે છે. એમાંય ઑગષ્ટથી ફેબ્રુઆરી સુધીનો સમયગાળો એ વિવિધ સ્કૂલ્સ માટે પ્રવાસનો સમયગાળો ગણાય છે ને મોટાભાગની સ્કૂલ્સ આ સમયગાળામાં વાર્ષિક પ્રવાસનાં આયોજનો કરે છે. આ જ સમયગાળા દરમિયાન આવા સમાચારો સૌથી વધુ પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. આ વર્ષે જાન્યુઆરી માસમાં, ફેબ્રુઆરી માસમાં ને જૂન માસમાં પણ આવા સમાચારો પ્રાપ્ત થયા છે ને હવે આ ઑગષ્ટ માસમાં પણ આવા જ સમાચાર પ્રાપ્ત થયા.

સવાલ એ છે કે આવી દુર્ઘટનાઓ કેમ થાય છે અથવા તો આવી દુર્ઘટનાઓને નિવારી કેમ નથી શકાતી ? પ્રવાસ સ્કૂલનો હોય અને બસમાં સવાર મુસાફરો એ વિદ્યાર્થીઓ જ હોય ત્યારે બસ દ્વારા કે શાળા સંચાલકો દ્વારા કોઈ વિશેષ કાળજી લેવાવી જોઈએ કે નહીં ?

વિશેષ કાળજીની વાત તો દૂર રહી, પણ જ્યારે જ્યારે સ્કૂલના પ્રવાસની વાત આવે છે ત્યારે ત્યારે સ્કૂલ સંચાલકો દ્વારા ભયંકર બેકાળજી દાખવવામાં આવે છે. થાય છે એવું કે સ્કૂલ પ્રવાસ માટે બધા ટ્રાવેલર્સ તૈયાર નથી હોતા. એવા જ ટ્રાવેલર્સ સ્કૂલ પ્રવાસ માટે પસંદ કરવામાં આવે છે, જેમને આવા પ્રવાસનો અનુભવ હોય અને જેઓ રેગ્યુલર આવાં સ્થળોએ ટ્રીપ લઈને જતા હોય. આમ કરવા

તંત્રીસ્થાનેથી...

માટેનાં બે કારણો : પહેલું એ કે એનાથી સ્કૂલ માટે રસ્તો સરળ બની જાય અને બીજું એ કે ટ્રાવેલર એ વિસ્તારના જાણીતા હોવાથી મોટાભાગની જવાબદારીઓ એમના માથે નાખીને સ્કૂલ સંચાલકો પોતાની જવાબદારીમાંથી છૂટા થઈ જાય. પરંતુ, આમ કરવાથી વિદ્યાર્થીઓ માથે જોખમ ઊભું થઈ જાય છે એ સ્કૂલ સંચાલકો ક્યારેય વિચારતા જ નથી.

થાય છે એવું કે સ્કૂલના પ્રવાસ માટે સતત ફરતી રહેતી ટ્રાવેલર્સની બસના ચાલક મોટાભાગે સતત પ્રવાસને કારણે થાકેલા હોય છે અને ટ્રાવેલર્સને તો એમનો પગાર પૂરો વસૂલ કરવાનો હોય છે એટલે એમને સતત કામમાં વ્યસ્ત જ રાખવાના હોય છે. મોડી રાત્રે એક ટ્રીપ પતાવીને આવેલા ડ્રાઈવરને વહેલી સવારે બીજી સ્કૂલની ટ્રીપ પકડાવી દેવામાં આવે છે. વળી, પોતાનું ખર્ચ બચાવવા માટે ટ્રાવેલર્સ પ્રવાસનું શિડ્યુલ એવું રાખે છે કે રાત્રે બસ દોડતી રહે અને દિવસે વિદ્યાર્થીઓ નવાં સ્થળો જોતા રહે. સ્કૂલ સંચાલકોને પણ એવો રસ હોય છે કે ઓછા દિવસોમાં વધુ સ્થળો જોવાઈ જાય એટલે એ લોકો પણ રાત્રિ દરમિયાન બસ દોડતી રહે એ વાતનો વાંધો નથી લેતા. પરંતુ, રાત્રિ દરમિયાન કરવામાં આવતા પ્રવાસો કેટલા જોખમી છે એ રાત્રે ડ્રાઈવિંગ કરનાર સારી પેઠે જાણે છે. મામલો બાળકોનો હોય તો આ બાબત ટાળવી જોઈએ, એના બદલે આ બાબત જ પ્રવાસમાં અપનાવી લેવાય છે. આ બાબતે ન માત્ર શાળા સંચાલકોએ, પરંતુ વાલીઓએ પણ જાગવાની જરૂર છે. અકસ્માત પછી રડવા કરતાં અકસ્માત થાય જ નહીં એવી તકેદારી લેવી શું ખોટી ?

અપેક્ષા જ સૌના દુઃખની કાળોતરી છે

અપેક્ષાથી કરેલા કામમાં કોઈ ભલીવાર નથી હોતો, ભલા થાવ અને ભલું કરો એમાં આપણું જ ભલુ છે, મલાઈ વગરનું દૂધ, ભલાઈ વિના જીવન વ્યર્થ છે

શ્રીમદ્ ભગવદ્‌ગીતામાં એક સુંદર શ્લોક છે : કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે મા ફલેષુ કદાચન. તારો કર્મમાં જ અધિકાર છે, ફળમાં નહીં, ફળની અપેક્ષાએ જે કર્મ થાય છે તે સ્વાર્થ છે. મંદિરના પ્રવેશદ્વારે મોટા અક્ષરે પોતાની તકતી લાગે માટે દાન અપાય છે. સારું દહેજ મળશે એ અપેક્ષાએ છોકરાને ભણાવાય છે. વ્યાજ માટે ધીરધાર થાય છે. અહીં તો એવાય છે જે કર્મ કર્યા વગર જ સીધું ફળ માગી લે છે. આવા માણસને આળસુનો પીર કહેવાનો રિવાજ હજુ સુધી શરૂ થયો નથી.

એક પણ અપેક્ષા વગર કામ કરવામાં મા-નો પ્રથમ નંબર આવે. અપેક્ષાનું બીજું નામ આસક્તિ છે. જયાં આસક્તિ છે ત્યાં લોભ, લાલચને આમંત્રણ આપવું પડતું નથી, ગળપણ ભાળી કીડીઓની જેમ તે દોડી દોડીને આવે છે. વર્ષોના અનુભવે એટલું તો સમજાયું છે કે આ અપેક્ષા જ સૌના દુઃખની કાળોત્રી છે અને જેને આ નથી સમજાયું તેને દુઃખી થવાની પૂરી સ્વતંત્રતા છે. અપેક્ષા વગર તો કાગડો ય ઘર આંગણે નથી બેસતો.

ઈચ્છાઓ, અપેક્ષાઓ, નિરાશાઓ, વ્યથાઓ - આ શ્વાસની એક પૂતળીને કેટલી બહેનપણીઓ છે! હંમેશાં લીલા ઉપર જ માખી બેસે છે. જે બગીચામાં પુષ્પો નથી તેને મધમાખી છોડી દે છે, જે વૃક્ષ સૂકાઈ ગયું છે તેનો પક્ષીઓ ત્યા કરી દે છે, જે કમાતા નથી કે જેની પાસે પૈસો નથી તેને કુટુંબમાં માન મળતું નથી અને જે ઘરડા થયા છે તેને પરિવાર છોડી દે છે.

બધા જ સ્વાર્થમાં એક જ હિસાબ લાગે છે;
ન આપે સુખ તો ખુદા પણ ખરાબ લાગે છે!

મંદિરમાં એક શ્રીફળ વધેરી માણસ ફળોની આખી વાડી માગી લે છે. જયાં અપેક્ષાઓ હોય છે ત્યાં લાગણીઓ દુષ્કાળ હોય છે. અપેક્ષાઓ સંતોષો તો તમે સારા, નહિ તો નઠારા. અપેક્ષા બહુ નઠારી ચીજ છે જે તમને ભિખારી બનાવી દે છે. અપેક્ષાથી કરેલા કામમાં કોઈ ભલીવાર નથી હોતો. ભલા થાવ અને ભલું કરો એમાં આપણું જ ભલુ છે. મલાઈ વગરનું દૂધ, ભલાઈ વિના જીવન વ્યર્થ છે.

પી.એમ. પરમાર

કોઈ દવાખાનામાં જઈ દર્દીઓને તમે જાતે ખરીદી સફરજન વહેંચો છો ત્યારે સામે ચાલીને સુખ તમારા બારણે ટકોરા મારતું આવી પહોંચે છે. કોઈ ભૂખ્યાને જમાડો છો ત્યારે મા અન્નપૂર્ણા તમારા ભંડાર ભરેલા રાખે છે. જે દિવસે કોઈ રડતા બાળકને હસાવો છો તે દિવસે મંદિર જવાની જરૂર નથી. કોઈ વૃદ્ધ માજીનો હાથ પકડી રસ્તો ઓળંગાવો છો ત્યારે તમારા બધા રસ્તા મંઝીલ બની જાય છે. કોઈ વિધવાનાં આંસુ લૂછશો તો ઉપરવાળો તમારી આંખમાં કદી આંસુ નહીં આવવા દે, શ્રીકૃષ્ણ આવા કર્મો કરવાનું કહે છે જેમાં ફળની અપેક્ષા નથી, બાકી કર્મ કરો એટલે ફળ મળે જ છે પણ જેમાં ફળની આશા નથી રાખી એ જ સાચો ધર્મ છે. ખેતરમાં વાવેલું બી સીધું પડે કે ઊંધું ફણગો ફૂટે છે - બસ કર્મનું પણ કંઈક આવું જ છે - એ ફળ આપે જ.

વોટ્સઅપ : ૨૧મી સદીનો સૌથી મોટો "ઈ-શ્રાપ"

આજકાલ ઘર ઘરમાં કદાચ એક જ રામાયણ છે. ઈન્ટરનેટ, ફેસબૂક અને વોટ્સપની.... આ ત્રણ સુવિધાએ આખા માનવજીવનને બદલી નાખ્યું છે. ઈન્ટરનેટ એ ૨૧મી સદીની ક્રાંતિકારી શોધ કહી શકાય કેમ કે એણે ૨૦મી સદીની અનેક પરંપરાઓને તોડી નાખી છે. નામશેષ કરી દીધી છે. અને આ ક્રાંતિને કારણે સૌથી મોટું નુકશાન ભારતને ગયું છે કે જવાનું છે. જો કે મારે આજે ઈન્ટરનેટ કે ફેસબૂકની વધુ વાત નથી કરવી કેમ કે એના લાભ અને ગેરલાભ આપણે સૌ જાણીએ છીએ. અને ખુબ ચર્ચાયા પણ છે. મારે વાત કરવી છે " વોટ્સપ "ની. આ વોટ્સપ એ ફેસબૂકનું બગડી ગયેલું સંતાન છે. જે હવે કોઈના કંટ્રોલમાં નથી. ફેસબૂકમાં સારું છે કે એ સાર્વજનિક હોવાથી એમાં એક પ્રકારનું બંધન રહે છે. થોડો ડર પણ રહે છે. પણ આ વૉટ્સપમાં તો એ પ્રકારે કોઈ જોખમ નથી રહ્યું. ૨૧મી સદીની આ શોધ આપણા ભારતીય સંસ્કારના મૂળિયા હચમચાવી રહ્યું છે. અનેક અનેક પરિવારો આજે આ વોટ્સપને કારણે બરબાદ થઈ રહ્યા છે. જેની જાણ આજે નહી થાય પણ આવતા પાંચ દસ વર્ષ પછી થશે. ત્યારે સમય હાથમાંથી જતો રહ્યો હશે. આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે વોટ્સપ એ વ્યક્તિગત ખાનગી સંબંધો બાંધવા માટેનું આજે સૌથી ઉત્તમ માધ્યમ છે. પહેલા તો કૉલેજમાં આવ્યા પછી જ છોકરો કે છોકરી વિજાતીય આકર્ષણને સમજી/અનુભવી શકતા હતા. જ્યારે આજે જે બાળકની ઉંમર લખોટીએ રમવાની છે એ રાત્રે સૂતું સૂતું પોતાના મોબાઈલમાં ઈન્ટરનેટ પર પોર્ન વિડીયો જોતું હોય છે. અને આઠ નવ વર્ષની ઉંમરે તો એના માનસમાં સ્ત્રી આકર્ષણના ભાવો જાગી ઊઠે છે. મનમાં જન્મેલી કેટલીયે જૂગુપ્સાઓ પૂરી કરવાની માનસિકતા ધરાવતું થઈ જાય છે. અને આને કારણે બાળકનો અભ્યાસ બગડે છે, સ્વાસ્થ્ય બગડે છે. અને માતા પિતાની પણ ચિંતા વધે છે. જો કે સૌથી મોટું નુકશાન આપણા ભારતીય "ચારિત્ય"ને થયું છે. આજે ચારિત્યની વ્યાખ્યા જ બદલાઈ ગઈ છે. કદાચ આવતા દશકમાં આ " ચારિત્ર્ય " શબ્દ જ આપણા સમાજ, પરિવાર, અને માનસમાંથી લૂપ્ત થઈને માત્ર શબ્દકોશમાં રહી જશે. હું તો માનું છું કે આવતા દસ વર્ષ પછી આપણી લગ્ન પરંપરાના અસ્તિત્વને પણ મોટું જોખમ છે. કેમ કે આજે આ વોટ્સપને કારણે લગભગ દરેક વ્યક્તિના કોઈને કોઈ સાથે અંગત સંબંધો બંધાઈ જ ગયા હોય છે. અને આ લગ્નેત્તર સંબંધો એટલી સાહજિકતાથી નિભાવાય છે કે એકબીજાને ઘેર આવતા જતા પણ પતિ કે પત્નીને ખબર પડતી હોતી નથી. કેમ કે વોટ્સપને કારણે અગાઉથી બધું જ ગોઠવાઈ જતું હોય છે. આજે વૉટ્સપ આવતા અનેકના દામ્પત્યજીવનમાં પ્રશ્નો સર્જાઈ રહ્યા છે. એક જ બેડરૂમમાં એક જ બેડ પર સુતેલા પતિ પત્ની બીજા સ્ત્રી – પુરુષ સાથે " આઈ મિસ યુ " કે " આઈ લવ યુ " ની આપ લે કરી રહ્યા હોય છે. પોતાના પતિ કે પત્નીમાં ખૂટતી બાબતો સામે અન્યની પત્ની કે પતિમાં પામીને આજે અસંખ્ય પતિ પત્નીઓ પોતાના જ સુમધુર દામ્પત્યજીવનને ખાટું અને કડવું ઝેર બનાવી રહ્યા છે. પતિ પત્ની વચ્ચેની આટલી દૂરતા આ ૨૧મી સદીનો સૌથી મોટો અભિશાપ છે. જે આવતી પેઢીઓને તો ભરખી જવાનો છે. આમાંથી બચવા માટેના ઉપાયો હવે બહુ ઓછા રહ્યા છે. એક તો જે ઘરમાં સ્ત્રીઓ મોબાઈલ જ નથી વાપરતી ત્યાં તો બહું પ્રશ્ન નથી. પણ જે ઘરમાં સંતાનને જન્મતાર્વેત હાથમાં મોબાઈલ પકડાવી દેવામાં આવે ત્યા બધા પ્રશ્નો ઊભા થાય છે. અને એમાંય છોકરી હશે અને જો આ વોટ્સપના રવાડે ચડી જાય છે અને બે ચાર બોયફ્રેન્ડસ બની જાય છે તો પછી એ પ્રશ્નોને ઉકેલતા માતા પિતાને પોતાની બધી જ ઈજ્જત દાવ પર લગાવવી પડે છે. અને આમ છતાંય આવા પ્રશ્નોના હલ આવતા નથી. માત્ર અમુક સમયે દૂષ્પરિણામો આવે છે.

આમ જોઈએ તો આ વૉટ્સપ એ એક પ્રકારનું સૌથી ખતરનાક વ્યસન છે. હું તો માનું છું કે ડ્રગ્સ કે દારુંનું વ્યસન છોડાવી શકાય પણ એક વખત જેને વૉટ્સપનો ચસકો લાગે છે એને આ દલદલમાંથી બહાર કાઢવા લગભગ અસંભવ હોય છે. કેમ કે માતા પિતા કાંઈ સંતાનો પાછળ ૨૪ કલાક ધ્યાન આપી શકવાના નથી અને સંતાનોને અપાવેલો મોબાઈલ એમના હાથમાં ૨૪ કલાક રહેવાનો છે. કોઈપણ સમયે કોઈપણ ઘટના (કે દૂર્ઘટના) ઘટી શકે છે. જે ટીનએજ છોકરા - છોકરીનું જીવન બરબાદ કરી શકે છે. આના પૂરાવારૂપે આપણે સૌએ જોયું છે કે બહાર બસ સ્ટેશન કે રેલ્વે સ્ટેશન કે માર્કેટ કે મૉલ કે સ્કૂલ – કૉલેજ બહાર મોટાભાગના છોકરા – છોકરીઓના હાથનો મોબાઈલ કાન પર જ હશે. અથવા વૉટ્સપમાં જ વ્યસ્ત હશે. આજના માતા પિતા જો કે પોતાના સંતાનોની આ વોટ્સપ પ્રવૃતિથી અજાણ હોય છે અથવા આંખ આડા કાન કરે છે કેમ કે પોતે પણ વૉટ્સપમાં ક્યાંક ને ક્યાંક જોડાયેલા જ હોય છે. જ્યારે આવી રીતે બે ય પક્ષે આંખ આડા કાન કરાય છે ત્યારે આપણી સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારનું હનન થાય છે. આ દૂષણ આજે પ્રત્યેક ઘરનું છે. જેને પ્રતિબંધથી નહી પણ પ્રેમથી, સમજદારીથી અને શાંતિથી દૂર કરી શકાય છે. જે ઘરમાં પતિ – પત્નીના મોબાઈલ એકબીજા ગમે ત્યારે વાપરી શકતા હોય કે એકબીજાના વોટ્સપ પરથી કોઈને પણ મેસેજ મોકલી શકતા હોય તો ત્યા બહું વાંધો નથી પણ જે ઘરમાં પતિનો મોબાઈલ પત્ની કે પત્નીનો મોબાઈલ પતિ જોઈ ના શકે કે સંતાનોના મોબાઈલ પણ તપાસી કે જોઈ ના શકાય ત્યાં આ દૂષણ પ્રવેશી ગયું છે એમ સમજી શકાય. અથવા એક જ ઘરમાં બધાના મોબાઈલ લૉક કરેલા હોય તો પણ શંકાને સ્થાન રહે છે. અહીં વ્યક્તિગત પ્રાઈવસી કરતા એક જ ઘરના સભ્યોને છેતરવાનો ભાવ વધુ હોય છે. ઘણીવખત માતા પિતાના વિશ્વાસને સંતાનો અવિશ્વાસમાં ફેરવીને વૉટ્સપની માયાજાળમાં પોતાની જાળ પણ ગૂંથતા હોય છે. કેમ કે આ સંતાનો પણ પોતાના ઘરમાં જોતા હોય છે કે પપ્પા ઓફિસથી આવીને કે મમ્મી સ્કૂલે કે નોકરીએથી આવીને એકબીજાના ખબર-અંતર પૂછવાને બદલે કે ચા પાણીનું પૂછવાને બદલે રૂમમાં કે સોફામાં બેસીને વૉટ્સપમાં લાગી જાય છે. ઘણી વખત તો મમ્મી રસોડામાં પણ રસોઈ બનાવવા બનાવતા વૉટ્સપ પર ચેટિંગ કરતી હોય છે અને પપ્પા બાથરૂમમાં પણ મોબાઈલ સાથે લઈ જઈને કલાકે બહાર આવે છે. આવા માતા પિતા પોતાના સંતાનોને વૉટ્સપ નહી વાપરવાની કોઈ સલાહ આપી શકતા નથી. અને આપે તો સંતાનો માનવાના પણ નથી. કેમ કે કુદરતનો અને સંસારનો એક નિયમ છે કે " આપણે આપણા સંતાનો પાસેથી જે કામ કરાવવું છે તે કામ આપણે પોતે આપણા માતા પિતા સાથે કરવું જોઈએ અથવા પહેલા આપણે જાતે કરવું જોઈએ'

મોરપીંછના રંગ
ડો. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

હું માનું છું કે આજે દુનિયા બદલાઈ રહી છે. બધુ જ જેટ ગતિએ આગળ વધી રહ્યું છે. પણ આ વિકાસ જો પોતાના પરિવારના કે સંતાનોના સંસ્કાર કે ચારિત્ર્યના ભોગે હોય તો હું નથી માનતો કે કોઈપણ ભારતીય માતા પિતા આ વિકાસનો સ્વીકાર કરશે. હું સ્વીકારું છું કે વોટ્સપના બીજા ઘણા બધા પોઝીટીવ ઉપયોગો પણ છે. અને એ આપણને બધાને ઉપયોગી પણ બની રહ્યું છે. પરંતુ આ સુવિધા અને સંશાધનો આપણા મનને પણ નબળું કરી રહ્યા છે. આપણી સંયમશક્તિ આપણે સૌ ગુમાવી રહ્યા છીએ.

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

બીવેર : આ 'રમત' જોખમી અને જીવલેણ છે...!

એક જમાનો હતો કે નોકિયાની ટચુકડી બ્લેક-વ્હાઈટ સ્ક્રીન પર ટપકાને પકડીને ખાવા ધસી જતા કે દોડાદોડી કરતા વર્ચુયલ નાગ પાછળ મોબાઈલ ગેમ્સના આશીકો ફિદા હતા. મોબાઈલ વર્લ્ડની આ પહેલી અને એકમાત્ર ઓફીશીયલ હીટ ગેમ ગણી શકાય. ટપકા ગળી ગળીને લાંબા થતા જતા સાપ પાછળ ઓલમોસ્ટ અબાલવૃદ્ધ બધા જ પાગલ થઈ ગયેલા. આજે લગભગ એકાદ દાયકાથી વધુ સમય પછી પાગલ કરી મુકતી મોબાઈલ ગેમ્સ ની જગ્યાએ જીવ લઈ લેતી મોબાઈલ ગેમ્સનો હાહાકાર છે. પેલી સ્નેક્સવાળી ગેમ તો નિર્દોષ હતી કે જે ખાલી સમયની જ ભોગ લેતી હતી પણ આજકાલની અમુક ગેમ્સ તો સમયની સાથે સાથે રમ્નારનો જીવ પણ લેતી થઈ ગઈ છે. ટેકનોલોજીનો આ પણ એક ખતરનાક પ્રભાવ છે એમ કહી શકાય. વાત 'બ્લુ વ્હેલ ' નામની જીવલેણ ગેમની છે. નિર્દોષ લાગતી અને માત્ર ને માત્ર મનોરંજન માટે રમાતી મોબાઈલ ગેમ્સ આટલી ખતરનાક બની શકે છે એનો ખ્યાલ તો કદાચ એના ડેવલોપર ને પણ નહિ હોય. જો કે ' બ્લુ વ્હેલ ' ગેમની તો શોધ જ કરનારે આવા ખતરનાક ઈરાદોથી કરેલી એ હવે જગજાહેર વાત છે...!

પ્લે સ્ટેશન જેવી મોંઘી અને પીસી ગેમ્સ જેવી સસ્તી ગેમ્સની દુનિયાની વચ્ચે મોબાઈલ ગેમ્સે મોબાઈલ વાપરનારાઓમાં પોતાની આગવી જગ્યા બનાવી છે. આજે જેને જુઓ એને બસમાં , ટ્રેનમાં , કોલેજમાં કે કોઈ પણ સ્થળે મોબાઈલ પર ગેમ્સ રમતા જોવા મળે છે અને મજાની વાત પણ એ છે કે સમયાંતરે નવી નવી અને રસપ્રદ ગેમ્સ મોબાઈલના મીની માર્કેટમાં ઠલવાતી જ રહેતી હોય છે. અને મોબાઈલ ગેમ્સ બનાવનારાઓ અને એ જેમાંથી ડાઉનલોડ થયા કરે છે એ મોબાઈલ સ્ટોર પણ નીતનવી રીતે ગેમ્સ રમનારાઓને આકર્ષી રહ્યા છે એટલું જ નહિ પણ એમાંથી કમાણી પણ કરી રહ્યા છે. આજે સ્માર્ટ ફોન ઈનથીંગ છે એટલું જ નહિ પણ ઓલમોસ્ટ પર્સનલ ગેજેટ બનતા જાય છે એવામાં મોબાઈલમાં માથું ઘુસાડીને ગેમ્સ રમતા રમતવીરોની સંખ્યા વધતી જાય છે. નો ડાઉટ મોબાઈલ ગેમ્સ એ એક સારો ટાઈમપાસ અને મનોરંજક બની શકે છે પણ ખતરો ત્યાં છે કે જ્યારે આ જ મનોરંજક લાગતી મોબાઈલ ગેમ આદત – લત બની જાય છે અને વધુ એર્લામિંગ છે બાળકોમાં આવી લતનું લાગવું..!

દિલ્હીમાં હમણાં જ એક વિચિત્ર બનાવ સામે આવ્યો કે જેમાં ૧૬ વર્ષના એક બાળકને મોબાઈલ ગેમ્સની એવી લત લાગેલી કે રમવામાંને રમવામાં એણે ઘર બહાર જવાનું બંધ કરી દીધેલું, સ્કુલમાં પણ ઠોઠ થતો જતો હતો એટલું જ નહિ પણ બહાર રમવા ના જવાને લીધે અને ઘરે જ પડ્યા પાથર્યા રહેવાને લીધે એનું ૧૦ કિલો વજન પણ વધી ગયેલું અંતે એને હોસ્પિટલમા દાખલ કરવો પડ્યો. બાળકો પર મોબાઈલ ગેમ્સની અસરો પુખ્તો કરતા વધુ વિઘાતક થતી હોય છે. આ સમસ્યા ખાલી ભારતમાં જ નથી પણ દુનિયાભરમાં ફેલાયેલી છે અને દરેક દેશોએ એના માટે અમુક નિયમો બનાવેલા છે જેમ કે દક્ષીણ કોરિયામાં રાત્રે ૧૨ થી સવારે ૬ સુધી ૧૬ વર્ષથી નીચેના બાળકોને ઓનલાઈન રમવા પર પ્રતિબંધ છે અને આ પ્રતિબંધ છેક ૨૦૧૧થી લાદેલો છે. અહી એ યાદ અપાવી દઉં કે કોરિયા મોબાઈલ હેન્ડસેટ અને એપ્સનો એક અગ્રણી ઉત્પાદક દેશ છે. જાપાનમાં બાળકો જો કોમ્પ્યુટર પર ગેમ રમવામાં અમુક હદથી વધુ સમય વિતાવે તો ચેતવણીનો સંદેશો કોમ્પ્યુટર સ્ક્રીન પર જ આવી જાય છે. પણ અફસોસ કે ભારતમાં હજુ આપણે આ ક્ષેત્રે અને આ ખતરાને ઓળખવામાં ઘણા પાછળ છીએ. જો કે હવે રહીરહીને સરકાર જાગી છે અને ' બ્લુ વ્હેલ ' જેવી જીવલેણ ગેમને જુદા જુદા ઓએસ પરથી હટાવવાની સૂચનનો આપી દેવામાં આવી છે પણ સવાલ એ છે કે મોબાઈલ ગેમ્સની લત ખુદ પોતે જ એક પ્રકારની જીવલેણ ઉપાધિઓ ઉત્પન્ન કરી શકે છે એ બાબતથી તો મારે ને તમારે બધાએ જાતે જ અવગત અને હોશિયાર રહેતા થવું પડશે.

રગળપાટ
અજય ઉપાધ્યાય

'બ્લુ વ્હેલ' જેવી જીવલેણ ગેમ વિષે ઘણું લખાઈ ગયું છે એટલે ડીટેલમા પડવા કરતા એના જેવી ગેમ્સોની લાગતી લતોના ભયસ્થાનો વિષે વધુ ચર્ચા થાય એ વ્યાજબી અને આવનારી પેઢીને ઉપયોગી સાબિત થશે. આ પહેલા પણ ' પોકેમોન ગો ' નામની આવી જ જોખમી ગેમે ઉપાડો લીધેલો જો કે ભગવાનનો આભાર કે આ ગેમથી કોઈ જાન ગયાના સમાચાર બહુ સાંભળેલા નહોતા છતાં પણ રમનારાઓ એમાંથી પણ કશું શીખ્યા નહિ એ હકીકત છે જો કે આમાં રમનારનો વાંક એટલા માટે ઓછો ગણાય કેમકે એકવાર મોબાઈલ ગેમ રમવાની લત કે એડીકશન લાગે પછી સ્થળ કે સમયનું ભાન નથી રહેતું એ હકીકત છે અને એમાયે હવે તો સ્માર્ટફોનની એપ્પ બજારમાં રોજજેરોજ નીતનવી ગેમ્સ ઠલવાતી રહે છે અને જીઓ જેવા સસ્તા નેટ પ્રોવાઈડરના પ્રતાપે લગભગ દરેક હાથમાં ફુલ્લી લોડેડ સ્માર્ટફોન રમતો થઈ ગયો છે એવામાં ગેમ્સને ટેપ કરીને ડાઉનલોડ કરવાની લાલચ ભલા કોણ રોકી શકે?

પણ આ લાલચ શારીરિક , માનસિક અને આર્થિક રીતે કેટલી હાનીકારક છે એ તો 'બ્લુ વ્હેલ' જેવો કિસ્સો બને પછી જ ખબર પડે. મનોચિકિત્સકોનું કહેવું છે કે ૧૦ માંથી ૬ કેસ મોબાઈલ ગેમ્સની લત છોડાવવા માટેના આવતા થઈ ગયા છે. બાળકો પર આની બહુ ખરાબ અસર પડે છે. પીડીયાટ્રીક ડોકટરોનું કહેવું છે કે સતત મોબાઈલ ગેમ્સ રમવાથી કે એની આદત પાડવાથી બોડી કલોક ડીસ્ટર્બ થઈ જાય છે યાની કી ફીઝીકલ અને મેન્ટલ ગ્રોથમાં રુકાવટ કે એની ઝડપ ઓછી થઈ શકે છે. બાળકનું એની સરખી ઉમરવાળા બાળકો સાથે બહાર રમવાનું ઓછું થઈ જવાથી એના વર્તન અને વિકાસમાં ફેર પડી શકે છે.વધુ મોબાઈલ ગેમ્સ રમનાર બાળક અભ્યાસમાં પાછળ પડી શકે છે તો એડલ્ટ વ્યક્તિ સામાજિક કે નોકરી ધંધામાં ધ્યાન ખોઈ બેસે છે. ' બ્લુ વ્હેલ ' ગેમ્સના બહાર આવતા

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર