સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

જ્ઞાતિ-સમાજો ને ચઢાવી આકાશે અપાયા પતંગ!
એક જ ધાબે, અંદરોઅંદર જ કપાયા પતંગ
મારે ઠૂમકા, ખાય ગૂલાંટો છતાં ચગે છે પતંગ -
પકડાવી દીધી છે ફીરકી જાતે ચગાવ્યા પતંગ
(પ્રધાનપદ પતંગોત્સવ)

હાઈકુ

કિન્ના તો બાંધ્યા,
પડી ગયો પવન -
થયા નિરાશ
(મોટો થા, પરણાવશું)

ચગ્યા પ્હેલાં જ
કૂદતા કનકવા -
કપાઈ ગયા!
(અમીત છાપ શાહનીશ દોરીની કમાલ)

ચિંતન

સાધુરેવાર્થિમિર્યાચ્યઃ ક્ષીણવિત્તોઽપિ સર્વદા ।
શુષ્કેપિ હિ નદીમાર્ગે ખન્યતે સલિલાર્થિમિઃ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક સુભાષિત રત્નભાંડાગારમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

નદીનો માર્ગ સુકાઈ ગયો હોય તો પણ જળની ઈચ્છાવાળા માણસો નદીમાં ખાડા ખોદે છે, તે રીતે યાચકજનોએ સાધુપુરુષ પાસે ધનની માગણી કરવી, ભલે તેનું ધન ક્ષીણ થયું હોય.

સજ્જન-ઉદાર લોકોની પાસે, દાન દેતા દેતા ધન લગભગ ખલાસ થઈ ગયું હોય તો પણ એમના મુખે 'ના' - 'નથી' 'નહીં મળે' એવા શબ્દો નિકળતા નથી, છેવટે 'કંઈક' તો આપે જ છે.

તરત સૂકાઈ ગયેલીમાં 'વીરડા' બોદીને પણ પાણીની અપેક્ષા રાખનારને નદી પાણી જરૂર આપે જ છે.

સુવિચાર

- શાંતિનો વિજય યુદ્ધના વિજયથી ઓછો મહત્ત્વપૂર્ણ નથી - **મિલ્ટન**
- માંદગી આવે ને જાય, પણ અવિશ્વાસી આત્મા હંમેશા અસુખમાં હોય છે - **દાદા ભગવાન**
- જે લોકો પરોપકારમાં વ્યસ્ત છે, ઈશ્વર પ્રત્યે આસ્થા ધરાવે છે, અને સત્યનું આચરણ કરે છે એના માટે પૃથ્વી સ્વર્ગ છે - **સંત ફ્રાન્સીસ**
- પૂજાવાના અને ધનના લોભે સાધુ સંતોમાં પણ પાખંડ પ્રવર્તે છે - **વલ્લભાચાર્ય**
- કર્તવ્યમાં ઉપેક્ષા કરવા બદલ પોતે પોતાને ઠપકો આપવો એનું નામ પશ્ચાતાપ - **માર્ક ઓરલેસિયસ**
- ઈર્ષ્યા એ એવો દુશ્મન છે કે જેનો દરેક ભાગ્યશાળીએ સામનો કરવો પડે છે - **જનકલ્યાણ**
- આજનું ઔષધ : વાઢિયા પર ગૌમૂત્ર ચોપડવાથી ધીમે ધીમે રાહત થાય છે.

(સંકલન : દિપક વી. આશરા)

બોધકથા

પરેશાની દૂર થશે ત્યારે જીવનમાં સુખ આવશે એવી લ્હાયમાં દિવસો ખરાબ કરવા કરતાં સમસ્યાનો સામી છાતીએ સામનો કરી જીવન સાર્થક બનાવવું વધુ બહેતર છે.

એક માણસ આખો દિવસ મજૂરી કરે, જે કમાય તેમાંથી માંડ ગુજરાન ચાલે, એટલી તકલીફો કે એક સમસ્યામાંથી બહાર આવે ને બીજી સમસ્યા તૈયાર જ હોય. એક વાર સંતને મળી પરેશાની જણાવી. સંતે કહ્યું, 'મારી સાથે ચાલ નદી કિનારે તને ઉપાય બતાવું.' નદીએ બેય પહોંચ્યા. 'સંતે કહ્યું,' 'નદીના સામે કાંઠે પહોંચીને તારી સમસ્યાનું સમાધાન આપીશ.' આટલું કહી સંત નદી કાંઠે ઊભા રહી ગયા. પેલો માણસ કહે, 'મહારાજ, આપણે તો નદી પાર કરવાની છે.' સંત કહે 'ભાઈ હું તો નદીનું પાણી સુકાઈ જાય એની રાહ જોઉં છું, પાણી સુકાઈ જાય પછી આપણે બેવ ચાલીને નદી પાર કરી દઈશું.' સંતની વાત સાંભળી પેલો માણસ બોલ્યો, 'તમે કેવી વાત કરો છો ?' એમ તે કંઈ નદીનું પાણી સુકાતું હશે ? સંતે કહ્યું, 'ભાઈ હું તને એ જ સમજાવવા માંગુ છું, જીવન એક નદી છે અને સમસ્યા જાણે પાણી છે, નદીનું પાણી સુકાવાનું જ નથી એ તને ખબર છે એટલે તારે જાતે પ્રયાસ કરીને નદી પાર કરવાની છે, એ જ રીતે જીવનમાં સમસ્યાઓ તો આવતી જ રહેશે, તારે ખુદ પ્રયાસ કરીને એ પરેશાની પાર કરવાની છે. એનો સામનો તારે કરી જીત મેળવવાની છે.' સંતની સરળ વાત માણસ ને સમજાઈ.

અંતઃકરણને અજવાળતું પર્વ

તંત્રીસ્થાનેથી...

સૂર્યના મકર પ્રવેશનો આપણાં શાસ્ત્રો અને સંસ્કૃતિમાં ઘણો મહિમા છે. મકર સંક્રાતિના આ પર્વને સૂર્ય આધારિત પંચાંગ મુજબ ૧૪ જાન્યુઆરીએ ઊજવવાની શરુઆત કરનાર પણ કેવા મેધાવી હશે ! ભારતીય પંચાંગ અને ગ્રેગેરિયન કેલેન્ડર વચ્ચેનું સામંજસ્ય એટલે આપણું આ ઉત્તરાયણ પર્વ. ઉત્તર તરફ ગતિ કરતા સૂર્યદેવ એ આપણા જાગતા જોગંદર છે. પંચદેવની સંકલ્પનામાં સૂર્યનો પણ સમાવેશ થાય છે. પ્રકૃતિપૂજક આર્યો માટે સૂર્ય એ પ્રત્યક્ષ દેવતા છે. તેથી ઈરાનથી માંડી ભારત સુધી સૂર્યમંદિરો અને સૂર્યની પ્રતિમાઓ જોવા મળે છે. ગુજરાતમાં મોઢેરા ઉપરાંત પણ સૂર્ય મંદિરો છે. કાઠી દરબારો સૂર્યપૂજક છે તો મેવાડના રાણાથી લઈ ભગવાન રામચંદ્ર પર્યંત 'સૂર્યવંશ' નો વ્યાપ છે. ભગવાન કૃષ્ણ ગીતામાં અર્જુનને જે ઉપદેશ આપે છે તે જ્ઞાન એમણે સૌ પ્રથમ સૂર્યને આપ્યું હોવાનું કહે છે. સૂર્ય જન્મકુંડળીમાં આત્માનો કારક મનાયો છે. તે વિજ્ઞાનની નજરે ધગધગતો અગનગોળો છે, જેમાંથી કરોડો વર્ષ પૂર્વે વિસ્ફોટ થતાં પૃથ્વી સહીતના ગ્રહો છૂટા પડેલ છે. આથી તે ગ્રહોનો રાજા ગણાય છે. બ્રહ્માંડ પર સૂર્યનું એકચક્રી શાસન ચાલે છે. એ જીવનનો દાતા છે. એના પ્રકાશ અને ઉષ્મા થકી જ સૃષ્ટિમાં જીવન શક્ય બન્યું છે. આવા સૂર્યના ભ્રમણમાં વિવિધ સંક્રાન્તિઓ આવે છે જેમાં મકર સંક્રાંતિ એ સૌથી મહત્ત્વની ઘટના છે. આ પવિત્ર પર્વ ચેતનના ઊર્ધ્વારોહણનું પર્વ છે. ભીષ્મ પિતામહને ઈચ્છા મૃત્યુનું વરદાન હતું. મહાભારતના યુદ્ધમાં ઘાયલ થઈ તેઓએ પ્રાણના મહાપ્રયાણ માટે બાણશૈયા પર સૂતાં સૂતાં મકર સંક્રાતિની પ્રતિક્ષા કરી હતી. મકરસંક્રાતિએ વણજોયું શુભમુર્હૂત છે. એ નવાં સાહસો અને ઉપક્રમોના આરંભ માટેનું શ્રેષ્ઠ મુહૂર્ત ગણાયું છે. વળી એ પતંગોત્સવનું પર્વ પણ છે. 'પતંગ' શબ્દ પણ સૂર્યનો જ સમાનાર્થી છે. પતંગ જેમ આકાશમાં ઊંચે ને ઊંચે ઊડે છે, તેમ માનવીની ચેતના પણ ઊર્ધ્વારોહી બની પરમ શક્તિ - પરમેશ્વર તરફ ગતિ કરે એવા શુભ સંકેત સાથે આરંભાયેલ આ પ્રતીકાત્મક પર્વ આજે તો ગુજરાતની આગવી ઓળખ બની ચૂક્યું છે. નવરાત્રી અને મકરસંક્રાતિ એ ગરવી ગુજરાતના બ્રાન્ડ એમ્બેસેડર મહોત્સવ બની રહ્યા છે. પતંગ ઉડાડતાં નિર્દોષ પંખીઓને જાણ્યે અજાણ્યે હાનિ પહોંચાડીએ છીએ ત્યારે પુણ્ય પર્વ લોહીથી રંગાઈ જતું હોય છે. મુખ્યમંત્રી વિજયભાઈ રૂપાણીએ પતંગોત્સવને કરુણા પર્વ લેખે ઊજવવાનો સંકેત કરીને આપણા હૃદયમાં પડેલી સંવેદનાને જ સ્પર્શ કર્યો છે. આ કરુણા અભિયાનમાં ઘાયલ પક્ષીઓના જીવ બચાવવા માટે યત્કિંચિત્ કરી છૂટી આપણા અંગત આનંદનો ભોગ પર્યાવરણ ન બને એની કાળજી લેવાનો શુભાશય રહેલો છે. સૌને મકર સંક્રાન્તિની અઢળક શુભકામનાઓ. સૂર્ય દેવને નમસ્કાર. આકાશને અને બ્રહ્માંડને અજવાળતા સૂર્યદેવ આપણાં અંતઃકરણને પણ અજવાળે એવી પ્રાર્થના કરીએ.

ઠંડીની આડ અસરો

તન દુરસ્તી

મહેન્દ્ર ગજ્જર
ડૉ. દિનેશ રાઠોડ

વર્ષોથી આ સમગ્ર પૃથ્વી પર અને આપણા રાજ્યમાં ઠંડી, ગરમી અને વરસાદની ઋતુ આવે છે. એમાં કંઈ નવું નથી. એ ભગવાને આપણા ઉપર ઉપકાર કર્યો છે કે શ્રાપ છે એ ખબર નથી. પણ એવું કહી શકાય કે જેને પણ આ પૃથ્વીનું સર્જન કર્યું હશે તેણે પહેલા ગરમી જેનાથી પૃથ્વી પર રહેલું વાતાવરણ પાણી વગેરેનો વરાળમાં રૂપાંતર થઈ ધીમે ધીમે આકાશમાં વાદળ સ્વરૂપે જામતું રહે છે. પૃથ્વી પર ભલે ગરમીનો હાહાકાર હોય પણ આસમાનમાં પાણીના બિંદુઓ વાદળ સ્વરૂપે આપણા માટે બંધાતા રહે છે. અસહ્ય ગરમી પછી તરત જ વરસાદ આવે. વરસાદના હિસાબે ઘણું બધું નુકસાન થાય, જાનહાની થાય અને પછી એ વરસાદની ઋતુ પછી શિયાળાનો સમય આવે. દરેક ઋતુમાં જુદા જુદા તાપમાનને લીધે નવા નવા બેક્ટેરીયા, વાયરસ, ફંગસ વગેરેનો ઉદ્ભવ થાય છે. અને તેના હિસાબે દરેક ઋતુમાં જુદા જુદા પ્રકારના રોગ મનુષ્યને થતાં હોય છે. એવી જ અસર પશુ-પંખીઓને પણ થતી હોય છે. અત્યારે આપણે શિયાળાની વાત લઈએ.

શિયાળામાં ક્યા ક્યા રોગ થવાની શક્યતા રહેલી છે. સામાન્ય રીતે શિયાળામાં એમ કહેવાય છે કે હેલ્ધી સિઝન. એટલે કે ઓછામાં ઓછા રોગ થાય. ત્યારે સવાલ એ થાય કે કેમ ભાઈ. ઉનાળો અને ચોમાસાની સરખામણીમાં શિયાળામાં રોગ થતાં હોય છે ? દરેક માણસ એકી અવાજે જવાબ આપશે કે શિયાળામાં તાપમાન ખૂબ જ ઓછું હોવાથી રોગચાળો ખૂબ ઓછો હોય એનું કારણ બેક્ટેરીયાને ઉગવા માટે જરૂરી તાપમાન મળતું નથી અને તેને લીધે માનવજાત વધારે પ્રમાણમાં રોગરહિત હોય છે. છતાં પણ શિયાળામાં લોકોને અમુક પ્રકારની બિમારીઓ થતી હોય છે. જેમ કે, વધારે પડતાં ઉંમર લાયક માણસોને છાતીમાં કફ ભરાઈ જવો. જેમ કે, સ્વાઈન ફ્લુ. સ્વાઈન ફ્લુ આમતો દરેક ઋતુમાં દેખાય છે પણ શિયાળામાં વધારે પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. એટલે કે બેક્ટેરીયા કરતાં વાયરલ ઈન્ફેક્શન વધારે પ્રમાણમાં જોવા મળે છે.

એટલે કે જે મનુષ્યમાં રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઓછી હોય તેમાં વાયરસ બહુ સહેલાઈથી પોતાનો પગપેસારો કરતાં હોય છે અને તેને લીધે બાળકો અને વૃદ્ધોને વધારે પ્રમાણમાં વાયરલ ઈન્ફેક્શન થતાં હોય છે. એવી રીતે નબળા રોગપ્રતિકારક શક્તિ ધરાવતા યુવાનોને પણ વાયરલ ઈન્ફેક્શન થાય છે. પણ એનું પ્રમાણ માપસરનું હોય છે. સામાન્ય રીતે વાયરલ ઈન્ફેક્શનની રજૂઆત એટલે કે પ્રેઝન્ટેશન શરદી, ઉધરસ જેવી બીમારીઓથી થતી હોય છે. શરદી બહુ સામાન્ય કહી શકાય એવો રોગ છે. જેમાં મનુષ્યજાતિને મરવાની શક્યતા બહુ ઓછી હોય છે. પણ શરદી, ઉધરસને લીધે મનુષ્ય જાતિ બહુ દુઃખી હોય છે. જેને શરદી થઈ હોય એને જ ખબર પડે કે કેવી રીતે દિવસો પસાર થાય છે. જ્યારે બાળકો ને વૃદ્ધોમાં વાયરલની ઉપર સેકન્ડરી બેક્ટેરીયા ઈન્ફેક્શન થાય છે ત્યારે ખરાબ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય છે.એ નિર્માણને આપણે બીજો રોગ એટલે કે ન્યુમોનિયા કહી શકાય. જેમાં શરીરના ફેફસાંમાં કફ જમા થઈ જાય છે.

શરીરમાં કફ જમા થવું એટલે શું? સવાલ વ્યાજબી છે. શરીર ઉપરના વાયરલ અને બેક્ટેરીયાના ઈન્ફેક્શનને લીધે શરીર એની રોગપ્રતિકારક શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે. પણ રોગપ્રતિકારક શક્તિ કરતાં બેક્ટેરીયા અને વાયરસ વધારે મજબુત પરિસ્થિતિમાં હોય ત્યારે શરીરના કોષ વધારે પ્રમાણમાં મરવા માંડે.

જેને લ્યુકોસાઈડ એટલે કે ન્યુટ્રોફીલ કહેવામાં આવે છે. જે કફના સ્વરૂપમાં શરીરમાં જમા થતાં જાય છે. જેની ઉપર વાયરસ અને બેક્ટેરીયાનું પ્રભુત્વ પણ વધારે હોય છે. એ છાતીનો કફ માણસને અથવા બાળકને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ ઉભી કરે છે જેને લીધે ફેફસાં બરાબર કામ કરી શકતા નથી અને તેને લીધે શરીરમાં બધી જગ્યા પર પ્રાણવાયુ એટલે કે ઓક્સિજન પહોંચતો નથી અને ઓક્સિજન ન પહોંચવાને લીધે ધીમે ધીમે શરીરના અવયવો કામ કરતાં અટકી જાય છે. અને ઘણી વખત બાળક અથવા વૃદ્ધોના મોતનું પ્રમાણ આવી પરિસ્થિતિમાં વધારે છે. આવા ઘણાં રોગ બીજા પણ છે એ બધા વિશે ચર્ચા થઈ શકે તેમ છે. પણ વાત ફેફસાંની જ હોય છે. વાચક મિતોને જો કોઈ પ્રશ્ન હોય તો આ કોલમમાં પૂછવામાં આવશે તો તેનો ઉત્તર ચોક્કસ આપવામાં આવશે.

- sgpathlab@gmail.com

ફેસબૂક : ફેક એકાઉન્ટના કારનામા અને જોખમો

મોરપીંછના રંગ

ડૉ. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

ફેસબૂક અસ્તિત્વમાં આવ્યાને આજે આઠ દસ વર્ષ થઈ ગયા છે. આમ છતાંય તે સોશિયલ મિડીયામાં હજીયે એટલું જ લોકપ્રિય માધ્યમ રહ્યું છે. કારણ કે આ માધ્યમમાં મુકેલો એક ફોટો કે કવિતા કે લેખ કે કોઈ વાત કે વિચાર ક્ષણ માત્રમાં આખા વિશ્વમાં ફેલાઈ જાય છે. અને તાત્કાલિક તેના પ્રતિભાવો પણ આપણી પાસે આવવા લાગે છે. પોસ્ટકાર્ડ, ટેલિફોન, એસ.ટી.ડી અને છેલ્લે મોબાઈલ .. આ બધામાં ફેસબૂક સૌથી ઝડપી પ્રસરતું માધ્યમ છે.

જો કે આરંભથી ફેસબૂક પર અનેક ગેરરીતિઓ ચાલી રહી છે. અનેક જૂઠાણા અને સ્ટીંગ ઓપરેશનો પણ ચાલી રહ્યા છે. આ માધ્યમમાં સૌથી મોટો ખતરો ''ફેક એકાઉન્ટ'' નો છે. અનેક લોકો અનેક કારણોસર બીજા ખોટા નામે પોતાના એકાઉન્ટ ખોલીને સ્ત્રી હોય તો પુરુષના નામે અને પુરુષ હોય તો સ્ત્રીના નામે સામેની વ્યક્તિ સાથે ચેટિંગ કરે છે. નોર્મલ રીતે ચેટિંગ કરે તો તો ઠીક છે પણ પોતાની મનોવિકૃતિઓને અહીં રજુ કરે ત્યારે પ્રશ્નો સર્જાય છે. આવી રીતે ખાસ જે ઘરમાં યુવાન છોકરા કે છોકરીને માતાપિતાના બિનજરૂરી બંધનો હોય કે પતિ પત્ની વચ્ચે શંકાના સંબંધો હોય ત્યારે તેઓ આવા ૧૬ થી ૬૦ વર્ષ સુધીના સ્ત્રી કે પુરુષો ખોટા ફેક આઈ.ડી બનાવીને પોતાની ઈચ્છાઓની પૂર્તિ કરતા હોય છે. નામ બદલીને પોતાની તમામ વિગતો છૂપાવીને અથવા ખોટી આપીને મોડી રાત સુધી અન્ય જાણીતા કે અજાણ્યા માણસો સાથે ચેટિંગ કરે છે. અને ઘણી વખત આમાં ઘણી ઘટના—દૂર્ઘટનાઓ પણ બનતી હોય છે. ખાસ કરીને મોટી ઉંમરના આધેડ સ્ત્રી પુરુષો મોડી રાત સુધી પોતાના શિકાર શોધતા હોવાનું જણાયું છે.

ફેસબૂક જો ખરેખર સોશિયલ મિડીયા હોય તો એમાં બધી જ વસ્તુ અને માહિતી જાહેર હોવી જોઈએ. પણ એમાં સેટિંગમાં ''પ્રાયવસી''ની કૉલમમાં કોઈપણ વ્યક્તિ ઘણુબધુ છૂપાવી શકે છે. વ્યક્તિ ધારે તે પોતાની ઓળખ, વિગતો છૂપાવી શકે છે અને ફેસબૂક એને માન્ય રાખે છે. આમ કરવાથી ફેસબૂક પોતાની વિશ્વસનીયતા ગુમાવી દે છે. ખરેખર તો નવું એકાઉન્ટ ખોલનાર દરેકની તમામ સાચી ઓળખ ફેસબૂકે રાખીને સાચું નામ, ગામ, અભ્યાસ, વ્યવસાય, જન્મ તારીખ કે જાતિ—આટલી માહિતી તો ફેસબૂક પર જાહેરમાં મૂકવી જ જોઈએ. જેથી સામેની વ્યક્તિને ખ્યાલ રહે કે તે કોની સાથે ચેટિંગ કરી રહયા છે. જો તમે ફેસબૂકનો ખુબ જ નિયમિત ઉપયોગ કરો છે. તો તમારે ખાસ ચેતવા જેવું છે. કેમ કે અતિશય ઉપયોગને કારણે આપણે ઘણીવખત સામેની વ્યક્તિ કોણ છે ? સાચી છે કે ખોટી છે ? સ્ત્રીના રૂપમાં કોઈ પુરુષ છે કે નહી ? એવી કોઈપણ વાત જાણ્યા વિના આપણે એની સાથે ચેટિંગમાં લાગી પડીએ છીએ. અને પછી ફસાઈ જઈએ છીએ. આવો એક કિસ્સો મારા એક મિત્રને બનેલો. પ્રિયા નામની એક છોકરીએ એ મિત્રની સાથે એકદમ જાતીય ખુલ્લી વાતો કરીને એ મિત્રને લલચાવેલો. થોડા સમય પછી એ જ છોકરીની ફ્રેંડ રિકવેસ્ટ મને આવેલી મેં એ રિકવેસ્ટ સ્વીકારી તો તરત જ '' થેક્યું, આપ સારા રાઈટર છો તેથી હું આપની સાથે ફ્રેંડશીપ કરવા ઈચ્છું છું. વગેરે.... '' થી શરુઆત કરી. પછી તો મિત્રની જેમ મારી સાથે પણ એવી વાતો લખી કે અહીં લખી પણ ના શકાય. ૨૧/૨૨ વર્ષની દર્શાવેલી આ છોકરીનું નામ, ગામ, અભ્યાસ અને જન્મ તારીખ બધુ જ હતું પણ.... ફેક... હું છેલ્લા પચીસેક વર્ષથી પત્રકારિત્વ ક્ષેત્રે કાર્યરત છું. મને ખ્યાલ તો હતો જ કે આ ફેક છે પણ મારે આના મૂળ સુધી જવું હતું તેથી વાત થોડી આગળ વધારી આ છોકરી વડોદરાની હોવાથી ત્યા મારા એક પત્રકાર મિત્રને આ આઈ.ડીનું નામ આપીને તપાસ કરવાનું કહ્યું મેં વાતચીત ચાલું રાખી. એનો મોબાઈલ નંબર માગતા કહ્યું કે '' હું મારા પપ્પાના મોબાઈલથી ચેટિંગ કરું છું. હું આપની સાથે વાત નહીં કરી શકું પણ મોડી રાત્રે હું આપને ફેસબૂક કોલ કરીશ. તમે બોલજો હું માત્ર વાત સાંભળીશ. '' એમ કહીને મોડી રાત્રે ફેસબૂક કોલ પણ આવ્યો. જેમાં કોઈ નંબર હોતો નથી. અને અવાજ પણ આરંભે એક શબ્દ પુરુષનો અને પછી તરત જ અવાજ સ્ત્રીનો સંભળાય. આજકાલ ઈન્ટરનેટ ઉપર ''વૉઇસ ચેઇન્જ'' નામના અનેક સોફ્ટવેરો ધૂમ મચાવે છે. જેને મોબાઈલમાં ડાઉનલોડ કરીને સ્ત્રી—પુરુષનો અને પુરુષ સ્ત્રીનો અવાજ કાઢીને સામેની વ્યક્તિને છેતરી શકે છે. જો આપણે અજાણ્યા હોય તો આપણને એમ જ લાગે કે આપણે કોઈ સ્ત્રી સાથે વાત કરી રહ્યા છીએ. અને આ રીતે આવા કોલ રેકૉર્ડિંગ કરીને તમને બ્લેકમેલ પણ કરી શકે છે. ફેસબૂક આવા આઈ.ડી.ની કોઈ ઓળખ કરી શકતું નથી. પરંતુ તમારા ચેટિંગ ઉપર ફેસબૂકનું સતત ધ્યાન હોય છે. જો તરત જ સામેની વ્યક્તિ તમારી પાસે કોઈ ગેર બંધારણીય માગણી કરે કે એવા ફોટા અપલોડ કરે તો ફેસબૂકના કર્મચારીઓ જ તમને જાણ કરે છે કે આ આઈ.ડી. ફેક છે જેની સાથે ચેટ ના કરો અને પછી એ આઈ.ડી. ફેસબૂક જ લોક કરી દે છે. પરંતુ ઘણી વખત ઘણા લોકો આમાં ફસાઈ ચૂક્યા હોય છે. કારણ કે આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે ફેસબૂક એ કાંઈ ભજન કીર્તન કે ભક્તિ કરવા માટે તો બનાવ્યું નથી. વિશ્વ આખાના કોઈપણ દેશના લોકો એકબીજાની નજીક આવે. ઓળખે કે મળે કે સંબંધ સ્થાપિત કરે. પણ આ બધુ સચ્ચાઈના આધારે થવું જોઈએ. અહીં પ્રગટ થતી માહિતી અને લાગણી કે ભાવનાઓ સાચી હોવી જોઈએ. ફેસબૂકે જુદી જુદી સંસ્કૃતિના, દેશોના, સમાજના અનેક લોકોને લગ્નગ્રંથિથી પણ જોડ્યા છે. પરંતુ જ્યારે ફેક આઈ.ડી. થી પોતાની વિકૃતિના છાંટા બીજાને ઉડાડવામાં આવે છે ત્યારે પ્રશ્નો સર્જાય છે. અખબારી જગતમાં પીળા પત્રકારત્વ માટે તો આ ફેસબૂક ''સ્ટીંગ ઓપરેશન'' નું સૌથી ઉપયોગી માધ્યમ બની શકે છે. કેમ કે સ્ત્રીના નામે કોઈપણ સાથે ચેટિંગ કરીને કોઈપણને ફસાવી શકાય છે. અને હજીયે મોટાભાગના લોકો ફેસબૂકના જોખમોથી સાવ અજાણ હોય છે તેથી આવી જાળમાં ફસાઈ પણ જાય છે.

મિત્રો, ફેસબૂક ખરેખર તો વૈશ્વિક સંસ્કૃતિને જોડતું સોશિયલ મિડીયાનું સબળ માધ્યમ છે. એના જેટલા સકારાત્મક લાભો છે એટલા જ નકારાત્મક ગેરલાભો પણ છે. માટે જો તમે સતત ફેસબૂક વાપરો છો તો કેટલીક બાબતોનું ખાસ ધ્યાન રાખો. ક્યાંક ખોટા આઈ.ડી.થી તમારી જ પત્ની કે પતિ તમારી સાથે ખોટા નામે ચેટિંગ કરીને તમને, અથવા તમારો જ દીકરો કે દીકરી કે કોઈ મિત્ર અન્ય નામે ફેસબૂકમાં તમારી સાથે તમારી લાગણી (ઈચ્છાઓ) સાથે ખેલી શકે છે. અને તમને અંદરથી જાણી પણ શકે છે. ક્યારેક ઘડીભરની મોજ માટે કે ટાઈમપાસ માટે કરેલું ચેટિંગ તમને જિંદગીભર રડાવી શકે છે કે તમારી વર્ષોની ઈજ્જત પર કાદવ ઉછાળી શકે છે. કેમ કે તમે જાણતા નથી કે તમારી આસપાસ તમારા દુશ્મનો કોણ કોણ છે અને તેઓ શું કરી રહ્યા છે. ફેસબૂકમાં શક્ય હોય તો અંગત ક્ષણના ફોટાઓ, પારિવારિક ફોટાઓ કે ઘરના ફોટાઓ અપલોડ કરવાનું ટાળવું જોઈએ. આવા ફોટાઓનો પણ દૂરઉપયોગ થઈ શકે છે. તમને ફસાવી શકે છે. બદનામ કરી શકે છે. બાકી આજે હનુમાનજીના મંદિરના પગથિયે બેસીને કે અંબાજી પગપાળા યાત્રા કરતા મોટાભાગના ભક્તજનો પણ ઈન્ટરનેટ ઉપર કે ફેસબૂક ઉપર શું કરતા હોય છે. શું જોતા હોય છે તે આપણે સૌ જાણીએ જ છીએ. પણ આ તો કહે છે ને કે છીંડે ચડ્યો તે ચોર.

- 9426060601.india@gmail.com

સ્ત્રી એક, ભૂમિકા અનેક

જીવન દર્શન

પી.એમ. પરમાર

યત્ર નાર્યસ્તુ પૂજ્યન્તે રમન્તે તત્ર દેવતા : - જયાં નારીનું સન્માન થાય છે ત્યાં દેવતાઓ હાજરાહજૂર હોય છે - આ એક ઉક્તિનો જ જો પરિવારમાં અમલ કરવામાં આવે તો પરિવારમાં સુખ અને શાંતિ સદાકાળ રહે છે. ભારતમાં ભારતીય નારીનું સ્થાન ઊંચું રહ્યું છે. એના અનેક ઉદાહરણ છે : દ્રૌપદી, સીતા, તારા, મંદોદરી, અહલ્યા, ગાર્ગી, સાવિત્રી, શબરી, જશોદા, દેવકી, મીરાંબાઈ, જીજાભાઈ, રાણી લક્ષ્મીબાઈ, ગંગા સતી, સતી અનસૂયા વગેરે વગેરે...

સ્ત્રી એક છે સ્ત્રીની ભૂમિકા અનેક છે. સૌ પ્રથમ એ કોઈની લાડકવાયી દીકરી છે જે મા-બાપની સેવા કરે છે. એ કોઈની અર્ધાંગિની છે જે અગ્નિની સાક્ષીએ સાત ફેરા સપ્તપદી સાથે ફરી જીવનપર્યંત પતિ એ જ મારો પરમેશ્વર માની જિંદગી પૂરી કરે છે. સાસરીયામાં એ પુત્રવધુ બની સાવ અજાણ્યા ઘરમાં સાસુ-સસરાની સરભરા કરે છે, નણંદની મિત્ર બની રહે છે તો દિયર સાથે ભાઈની પવિત્રતા જાળવી ભાઈબંધની ગરજ સારે છે.

એ ખુદ મા બને છે તો સંતાનોની જવાબદારી ઉઠાવી લે છે એ શાકભાજી લેવા જાય છે, દૂધવાળાનો હિસાબ રાખે છે, પડોશણ સાથે વાટકીવ્યવહાર કરતાં શીખી જાય છે, બાળકોને નિશાળે મૂકવા જવું - લેવા જવું એ રોજીંદી ક્રમ બની જાય છે. વહેલા ઊઠી મોડા સૂવાનો મંત્ર મોંઢે થઈ જાય છે. કોઈ આંગળી ચીંધી ન જાય એ માટે સતત જાગૃત રહેવું પડે છે. પતિની તમામ સગવડો એ પોતે અગવડો વેઠી સાચવી લે છે અથવા સાચવવી પડતી હોય છે, ઘરમાં એ ઓલ ઈન વન અને વન ઈન ઑલ હોય છે.

પતિ દારૂડિયો હોય તો પણ એ નિભાવી લે છે, પતિની આવક ઓછી હોય તો પણ નાના બજેટમાં પણ મોટા બજેટ જેવી સગવડો ઊભી કરવાની ત્રેવડ શીખી લે છે, ઘરનો હિસાબ રાખી બધાનો બોજો એ હળવો કરવામાં પારવધી બની જાય છે. પતિ કંઈ ન કમાતો હોય તો એ કચરાં-પોતાં-વાસણ કે નબળી પાતળી નોકરી કરી સિલાઈ મશીન કે પાપડ મઠિયા વણી વણી પણ ગુજરાન કરી લે છે. કોઈ મોટા શો રૂમની સોનાનાં ઘરેણાંના હાઈકલ્ચર દુકાનમાં માંડ પાંચસો રૂપિયા પાકીટમાં હોય ત્યારે જે મુંઝવણ અનુભવાય એવી મુંઝવણ સતત એક સ્ત્રી અનુભવે છે.

આટલું બધું કર્યા પછી પણ એને જશ નથી હોતો. હથેળીમાં ધનરેખા - જશરેખા ટૂંકી હોય છે, આયુષ્ય રેખા લાંબી હોય છે ત્યારે ઘણીવાર કેરોસીન છાંટી એ જાતે ટૂંકી કરવાનો વારો પણ કવચિત્ આવી જાય છે. દહેજ અમીર-ગરીબને બંનેને આખી જિંદગી નડી જાય છે. વર ઓછો ઉતરે છે ને કરિયાવર ઓછો પડે છે. આંસુઓની જુગલબંધીનું બીજું નામ સ્ત્રી છે :

અબલા નારી હાય ! તેરી યહી કહાની ;
આંચલ મેં હૈ દૂધ ઔર આંખો મેં હૈ પાની !

મહાભારતમાં દ્રૌપદીનાં વસ્ત્રો ભરી સભામાં ખેંચાયાં એ તો સૌ જાણે છે : દમયંતી અર્ધા વસ્ત્રે વનમાં ભટકે કે રાજવી જેવા રાજવી મીરાબાંઈને ઝેરનો કટોરો પીવા મજબૂર કરે એવી સ્થિતિ લગ્ન કર્યા પછી ઝેર તો પીધાં છે જાણી જાણી - નો અનુભવ સ્ત્રીને એકવીસમી સદીમાં પણ થાય ત્યારે બહુ હરખાવા જેવું નથી. આજની સ્ત્રીને મોકળાશ જરૂર મળી છે પણ સ્વતંત્રતા નથી મળી. ઊંબરો ઓળંગતા પહેલા આજે પણ એને પતિને પૂછવું પડે છે. શું રસોઈ બનાવવી એ સાસુને પૂછવું પડે છે.

આપણે પુરુષ સમોવડી કહીએ છીએ પણ શું એ પુરુષથી ય આગળ નીકળે એવું વિચાર્યું ખરું ? સો પુરુષો ભેગા મળે તો એક પડાવ જરૂર ઊભો કરી શકે પણ ઘર તો સ્ત્રી જ ચલાવી શકે. સ્ત્રી વગરના ઘરની કલ્પના તો કરી જુઓ ! ઘર અને ગૃહિણી સાપેક્ષ છે - એને કદી અલગ ન કરી શકાય. દરેક પુરુષની પ્રગતિ પાછળ એક સ્ત્રીનો હાથ હોય છે અમથું નથી કહેવાયું ! પોતાનું પાકીટ, રૂમાલ, મોજા, ટાઈ - સુધ્ધાંની ખબરનું જ્ઞાન પત્ની પાસેથી ઊછીનું લેવું પડે એ પુરુષને પણ હોંશે હોંશે નિભાવી લે ત્યારે અનાયાસે એ સ્ત્રી સૌનાં વંદનની અધિકારીણી બની જાય છે. પુરુષપ્રધાન સાજે સ્ત્રી પાસે અપેક્ષા રાખી :

કાર્યમાં મંત્રી, દોસી જેવી નમ્રતા, પીરસવામાં માતા, શયનમાં રંભા, ધર્માનુકૂળ, ક્ષમાશીલ, ગુણઓની કદર કરે તેવી પત્ની જોઈએ પણ પત્નીને કેવો પુરુષ જોઈએ એની કોઈ વ્યાખ્યા ન થઈ. અપેક્ષાઓ સંતોષે છતાં ધરાર એની ઉપેક્ષા થઈ. એને સારી રસોઈ આવડવી જોઈએ ; એ રૂપાળી હોવી જોઈએ. સંસ્કારી, ગુણિયલ પણ, પુરુષ બબૂચક હોય તો પણ ચાલે - આ ન્યાય કયાંનો ?

બાલ્યાવસ્થામાં પિતા રક્ષણ કરે : યુવાવસ્થામાં પતિ રક્ષણ કરે, પ્રૌઢાવસ્થામાં પુત્ર જાળવણી કરે ત્યાં સ્ત્રીની પોતાની સ્વતંત્રતાનાં કયાંક દર્શન થતાં જ નથી. કૈકેયી, મંથરા કે રાણી પિંગલા જેવા અપવાદો બાદ કરતાં સમર્પણ, સહનશક્તિ, સ્નેહનો પર્યાય સ્ત્રી બની છે. વેદકાલીન યુગમાં ભાગ્યે કોઈ ઋષિમુનિ કુંવારા રહ્યા છે. તમામ ઋષિ મુનિઓ સાથે ઋષિ પત્નીઓએ ખભેખભા મિલાવી કામ કર્યું છે એ ભારતીય સંસ્કૃતિ સ્ત્રીઓની ઉજળિયાત છે. સ્ત્રી હારીને જીતી જાય છે અને પુરુષ જીતીને પણ હારી જાય છે. ત્યારે ઘરને મહત્ત્વ આપો છો તેટલું ઘરવાળીને પણ આપો. કીર્તિ, લક્ષ્મી, વાણી, સ્મૃતિ, બુદ્ધિ અને ધીરજ અને ક્ષમા સ્ત્રીવાચક નામોમાં સ્વયં હું પોતે છું એવું ગીતામાં પણ શ્રીકૃષ્ણ કબૂલે છે.

ગૃહિણી ઘરનો થંભ છે, ગૃહિણી ઘર આધાર;
ગૃહિણી ગુણિયલ નીવડે, તો થાય જયજયકાર.