સૌરાષ્ટ્ર આસપાસ

એ આઈ કરતા ભારતીય શિક્ષણ પ્રણાલી સર્વોત્તમ

આજના એઆઈ અને ડિજિટલ યુગમાં, જ્યાં ટેક્નોલોજી આધારિત શિક્ષણ ઝડપથી ફેલાઈ રહ્યું છે, ત્યા પરંપરાગત ભારતીય શિક્ષણ પદ્ધતિ વિશ્વકક્ષાએ પ્રશંસા પાત્ર બની છે માત્ર મોબાઇલ અને સ્ક્રીન આધારિત શિક્ષણમાં બાળકો ધીમે ધીમે ટેક્નોલોજીના ગુલામ બની જાય છે અને અનેક દૂષણો તેમના કુમળા માનસમાં પ્રવેશ કરે છે. હજારો વર્ષ પહેલાની તપોવન સંસ્કૃતિના ભાગરૂપ શિક્ષણ પદ્ધતિ ધીમે ધીમે નવો અવતાર લઈ રહી છે

ભાવનગરની ધરતી પર જન્મેલા ગીજુભાઈ બધેકા, હરભાઈ ત્રિવેદી અને શિશુવિહારના સ્થાપક માનભાઈ ભટ્ટ જેવા એકથી એક ચડિયાતા કેળવણીકારોએ વર્ષો પહેલાં જ આ સત્ય પર ભાર મૂક્યો હતો કે બાળકને ભણાવવું હોય તો તેને સહજ ભાવથી, આનંદ સાથે શીખવવું જોઈએ. ભણતર બાળક પર લાદવાનું નહીં, પરંતુ તેની અંદરથી વિકસવા દેવાનું હોયલઆ વિચારધારાને તેમણે જીવનભર સાબિત કરી બતાવી.આ કેળવણીકારોની વિચારસરણી માત્ર પુસ્તકોમાં સીમિત રહી નથી. આજે પણ શિશુવિહારમાં એ જ વિચારધારા સાથે શૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓ અવિરત ચાલી રહી છે, જે આપણાં માટે ગૌરવની વાત છે. રમતો, સંવાદ, અનુભવ અને જીવનલક્ષી પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા બાળકના સર્વાંગી વિકાસ પર ભાર મૂકાતો રહ્યો છે, જેને ખરેખર અસરકારક શિક્ષણ કહી શકાય.ભાવનગર મા સ્મોલ વંડર દ્વારા શેરી રમતોને પ્રોત્સાહન આપવા સ્ટ્રીટ જલસો નામનો જબરો કાર્યક્રમ કરવામાં આવ્યો હતો તેમાં એક સાથે હજારો બાળકો યુવાનો અને વાલીઓએ ભાગ લીધો હતો આ એક નવો પ્રારંભ છે એક નવો કોન્સેપ્ટ છે જે સૌ કોઈ અપનાવે તો શિક્ષણ જગતમાં ક્રાંતિ થઈ શકે.એની સાથે ગીજુભાઈની વિચારધારાથી પ્રેરિત જીવનલક્ષી શિક્ષણ બાળકને વિચારશીલ, સંવેદનશીલ અને સ્વતંત્ર બનાવે છે. આજના સમયમાં આ પદ્ધતિ સો ટકા સફળ પુરવાર થઈ છેલકારણ કે તે બાળકને ફક્ત ભણાવતી નથી, પરંતુ જીવન જીવવાનું પણ શીખવાડે છે.વર્લ્ડ બેન્કે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં કહ્યું છે કે દુનિયાની સર્વોત્તમ અને ખર્ચ અસરકારક શિક્ષણ પદ્ધતિ આજે ભારતમાં વિકસી છે અને આખી દુનિયા તેમાંથી શીખી શકે છે. આ કોઈ ભાવનાત્મક દાવો નથી, પરંતુ સંશોધન, આંકડા અને આંતરરાષ્ટ્રીય મૂલ્યાંકન પરથી નીકળેલો નિષ્કર્ષ છે. ભારતનું 'બાલસખી મોડેલ' એ સાબિત કરી રહ્યું છે કે શિક્ષણમાં ગુણવત્તા લાવવા માટે અઢળક ખર્ચ જરૂરી નથી, પરંતુ યોગ્ય અભિગમ, સ્થાનિક જોડાણ અને બાળકકેન્દ્રિત વિચારધારા જરૂરી છે.ભારતમાં પ્રાથમિક શિક્ષણની સૌથી મોટી સમસ્યા એ હતી કે ઘણા બાળકો શાળામાં તો આવતા હતા, પરંતુ વાચન, લેખન અને ગણિતની મૂળભૂત સમજમાં પાછળ રહી જતા હતા. આ ખામી દૂર કરવા માટે 'ટીચિંગ એટ ધ રાઇટ લેવલ' એટલે કે છઇન પદ્ધતિ વિકસાવવામાં આવી. આ પદ્ધતિમાં બાળકને તેની ઉંમર મુજબ નહીં, પરંતુ તેની ક્ષમતા મુજબ ભણાવવામાં આવે છે. 'બાલસખી મોડેલ' આ વિચારધારાનું સૌથી સફળ સ્વરૂપ બન્યું છે.બાલસખી એટલે સ્થાનિક સ્તરે પસંદ કરેલી અને પ્રશિક્ષિત યુવતીઓ, જે રોજના બે કલાક પાછળ રહી ગયેલા બાળકો સાથે કામ કરે છે. ભણતર રમતો, વાતચીત, વાર્તાઓ અને સરળ કસરતો દ્વારા આપવામાં આવે છે. પરિણામે બાળકો પર શાળાનો ભાર નહીં પડે અને તેઓ ભણતર સાથે સહજ રીતે જોડાઈ જાય છે. આ મોડેલમાં શિક્ષણ ભય નહીં, પરંતુ આનંદ બની જાય છે.વર્લ્ડ બેન્કના બે વર્ષના અભ્યાસ મુજબ પ્રથમ વર્ષે ૦.૧૪ અને બીજા વર્ષે ૦.૨૮ પ્રમાણભૂત વિચલનોનો સુધારો નોંધાયો છે, જે શિક્ષણ સંશોધનમાં ખૂબ જ મજબૂત અસર માનવામાં આવે છે. સૌથી નોંધપાત્ર બાબત એ છે કે પ્રતિ બાળક વાર્ષિક ખર્ચ માત્ર ૪.૫ ડોલર, એટલે કે આશરે ૩૭૫ રૂપિયા જેટલો જ છે. જ્યાં વૈશ્વિક સરેરાશ શિક્ષણ ખર્ચ ૪,૦૦૦ રૂપિયા જેટલો છે, ત્યાં ભારતનું આ મોડેલ બહુ ઓછા ખર્ચે અસરકારક પરિણામ આપે છે.

દીકરીના આટલાં ભણતરનો શો અર્થ...

સારું ભણેલી દીકરીને સંજોગો વશાત્ ગામડાના ખેડૂતપુત્ર સાથે લગ્નથી જોડાયા પછી એક સુશીલ,સમજું અને કહ્યાગરી વહુ બનવાની સાથે જે પરિસ્થિતિમાં જીવન ગુજારો કરવો પડે તે કેટલું અઘરું હોય છે ?

અલપ ઝલપ -ડો. મનહર ઠાકર

રાકેશને ચૂપ રહેવા સિવાય કોઈ બીજો માર્ગ હતો નહી. મમ્મીનું મોંઢું તોડી લેવાનું મન થતું પણ એ કશું કરી શકતો નહી અને મનમાં ને મનમાં મૂંઝાયા કરતો. જો કે એને ઊંડે ઊંડે થતું કે, વેવિશાળ નક્કી કરી દીધાં પછી રીટાએ ક્યાંય બહાર પગ મૂક્યો નથી. એ પહેલાં કેટકેટલું ફરી હશે પોતે ? યુથ હોસ્ટેલના છેલ્લા પ્રવાસમાં તો અમે સાવ અજાણ્યા પણ સાથે છેક કૂલુ મનાલી ગયેલાં. ત્યાંના હિમગિરિ શિખરો તો આજે પણ રાત્રે સ્વપ્નમાં પજવે છે. શ્વેત ચાદર બિછાવીને ફરી પાછાં ત્યાં બોલાવે છે. એ બરફમઢ્યા પર્વતોની યાદ તો કદાપિ વિસરાય તેમ નથી. સૌને ખૂબ મજા આવતી હતી. ઘણી વાર મજાકમાં રીટાની ફ્રેન્ડ કહેતીય ખરી, ' આટલે દૂર ફરવા નીકળી છો તે પરણ્યા પછી એવું ઘર અને વર નહી મળે તો બિચારી દૂબળી થઈ જશે. '

' એટલા માટે તો અત્યારે ફરવા આવું છું, કે જેથી કરીને ભવિષ્યમાં આ બાબતનો કોઈ વસવસો ન રહી જાય. ' રીટા તરતજ આવો પ્રત્યુત્તર આપી દેતી.

એ દૂબળી તો નહોતી થઈ ગઈ. ગામડામાં રહેવાનોય એને અફસોસ નહોતો.પણ મોડી રાતે થાકી-પાકી એ ખાટલે આડી પડતી ત્યારે એને વસવસો ચોક્કસ થતો હતો. આટલા ભણતરનો શો અર્થ ?

વૈચારિક દલીલ કરવાથી હવે કોઈ પરિણામ આવવાનું નથી એવું પોતે જાણતી હતી. વહેલી સવારે તે રાકેશ જોડે વાડીએ ઉપડી ગઈ. એણે ખેતીના ક્યારામાં નીદામણ શરૂ કર્યું. એમ કરવા જતાં એક કાંટો અંગુઠા પર લાગ્યો. એના મોઢામાંથી હળવી ચીસ સરી પડી. સારું થયું રાકેશનું વળી એ તરફ ધ્યાન નહોતું ગયું. નહી તો વળી એની રામાયણ પાછી ચાલુ થઈ જાત. રીટા અંગુઠો મોંઢામાં મૂકી ચૂસવા લાગી. વાડીનું છીંડું પૂરાઈ ગયું ત્યાં સુધી રાકેશ વાડ પર આમતેમ બાવળનાં ડાળખાં ગોઠવતો રહ્યો.

બપોર થયું રીટાને માથે ખડનો ભારો ચડાવી રાકેશ તેની પાછળ ચાલવા લાગ્યો. રીટાના આડાઅવળા પડતા પગ રેતીમાં ખૂંપી જતા હતા. શરીર બરાબરનું થાક્યું હતું. અને ઓછામાં પૂરો બે મણનો ભારો. ચાલતાં ચાલતાં એને અચાનક સાંભરી આવ્યું.. હવે ચોમાસું આવશે. ગામને પાદર લીલોતરી ઊગી નીકળશે. ઢોરઢાંખર માટે ચરવાનું થાશે એટલે આ વાડીએથી ખડનો ભારો લાવવાની ઝંઝટમાંથી છૂટકારો..!

ચોમાસું બેસી ગયું. વાવણીનો વખત છે ને મજૂરેય મળતાં નથી. સાસુએ નિર્ણય જાહેર કર્યો, ' મજૂરની ક્યાં જરૂર છે, રાકેશ અને રીટા, હું અને એના પપ્પા, ચાર જણાં થઈને વાવણીને પહોંચી વળીએ. '

તેણે રાકેશ કે રીટાને પૂછવાની તસ્દી પણ લીધી નહોતી. બસ, સીધો પોતાનો ફેંસલો સંભળાવી દીધો હતો. દરેક વખતે આમ જ બનતું આવ્યું છે. બીજી કોઈ બાબતની માથાકૂટ નહી પણ ક્યાંય અભિપ્રાય લેવાની કે ચર્ચા કરવાની વાત જ નહી. સૌને શું ગમે છે અને શું નહી તેની દરકાર સુદ્ધાં નહી કરવાની. બસ, બધાં અભણ માણસોની જેમ પોતે નિર્ણય જાતે જ લઈ લેવાનો. પછી એ નિર્ણયમાં રીટાએ તો મૂક સંમતિ જ દર્શાવવાની.

ચારેય જણા વહેલી સવારે વાડીએ પહોંચે. રીટાને ખેતીનું કામ આકરું પડતું. થોડો થાક ખાઈ લેવાની ઈચ્છા થઈ આવતી. પણ એનાથી કામમાં ખાસ્સા આગળ નીકળી ગયેલા ત્રણેયને જોઈને એ વિચાર માંડી વાળતી. સાંજે ઘેર પહોંચતાં-પહોંચતાં તો એ થાકીને લોથ થઈ જતી.આખું શરીર પરસેવે રેબઝેબ થઈ જતું. એક સાંજે વાડીએથી તેના માથે ચડાવેલો ખડનો ભારો આંગણામાં નાખીને તે ઓસરીની કોર પર બેસી પડી. આંગણામાં અંધારું ઊતરી આવ્યું હતું. હજી તો તેણે રાંધવાનું પણ હતું. ફળિયે રાખેલી ડોલમાંથી પાણી લઈ ઝટપટ હાથ-પગ ધોયા. પછી રસોડામાં પ્રવેશી. હજી તો કથરોટમાં લોટ કાઢે ત્યાં તો સાસુ રસોડામાં પહોંચ્યા.રીટાએ માથે ધસી આવેલા વાળ સરખા કરી રોટલાનો લોટ મસળવા માંડ્યો. સાસુની મારકણી આંખો એ લોટના પિંડા પર એવી મંડાણી કે જાણે તેમાંથી તિખારા ઝરતાં હોય ! પણ તિખારા તો તેની જીભેથી વછૂટ્યા....

' શું ધૂળ અને ઢેફાં મસળવા બેઠી ? '

' કેમ આમ બોલો છે, મમ્મી ? '

' મારો રાંધવાનો અનુભવ બોલે છે, હું નહી. '

' એટલે મારે રાંધવામાં કાંઈ ફેરફાર કરવાનો છે ? '

' એ, હા...! આ ઝંડા ઝુલણ માથાના વાળ સરખા કરતાં જવું ને રાંધતા જવું એ તે કેવું ? કથરોટમાં વાળ પડે એનું ભાન છે ? '

' સોરી મમ્મી. '

' મને એવું અંગ્રેજી ના આવડે હો ! કામમાં સુધારો કરો. ભણતરમાં કાંઈ ભલીવાર નથી થ્યો તે આ મારે તીખાં લેવા પડે છે.'રીટાએ સાસુનું આ બેહૂદુ વર્તન ખમી ખાધું. તોય જીવ ઉચાટ અનુભવે છે. એમને રાત-દિવસ અનુભવાતાં આવાં બેહૂદા વર્તનો ઘણી વખત અકળાવી દે છે. તેની જોડે બેસી-સુખ-દુ:ખની વાત કરવાનો રાકેશને પણ ટાઈમ નથી મળતો કે તે મમ્મીના કર્કશ સ્વભાવથી ડરે છે !!!આવું થાય ત્યારે રાકેશ તો નમાલો થઈને બાપ સામે લમણે હાથ દઈને બેસી જતો. એને મનમાં થતું કે પપ્પા કાંઈક કહેશે. તેની ધીરજની કસોટી પછી પપ્પા એટલું જ બોલતાં, ' ટાઢ વાય સૌને, ન વાય વહુંને ; તાવ આવે સૌને, ન આવે વહુંને... '

જગપ્રસિદ્ધ મંદિરની તરફ જહાજ કેમ ખેંચાઈ આવતા હતા?

વિશેષ

ભારતના પૂર્વ કિનારે આવેલા ઓડિશા રાજ્યને કયો ભારતવાસી નહીં જાણતો હોય? ઓડિશા જેટલું ભગવાન જગન્નાથ માટે જાણીતું છે, તેટલું જ પુરી જિલ્લામાં આવેલા કોણાર્ક અને ત્યાંના સૂર્યમંદિર માટે જાણીતું છે. આ સૂર્ય મંદિર એ ૧૩મી સદી (૧૨૫૦ સીઈ) નું મંદિર છે જે પૂર્વના ગંગ વંશના રાજા નરસિંહ દેવ પ્રથમ દ્વારા સ્થાપિત મનાય છે.પુરાણો અનુસાર, શ્રીકૃષ્ણના પુત્ર સાંબને તેમના શ્રાપને કારણે કુષ્ઠ રોગ થયો હતો. સાંબે કોણાર્કના મિત્રવનમાં ચંદ્રભાગા નદીના સંગમ પર બાર વર્ષ સુધી તપસ્યા કરી અને સૂર્યદેવને પ્રસન્ન કર્યા. બધા રોગોના નાશ કરનાર સૂર્ય દેવે તેમની બીમારી પણ મટાડી દીધી. તે મુજબ, સાંબે સૂર્યદેવનું મંદિર બનાવવાનું નક્કી કર્યું.

રોગમાંથી સ્વસ્થ થયા પછી, ચંદ્રભાગા નદીમાં સ્નાન કરતી વખતે, તેમને સૂર્ય ભગવાનની મૂર્તિ મળી. આ મૂર્તિ સૂર્યદેવના શરીરના એક ભાગમાંથી દિવ્ય શિલ્પી શ્રી વિશ્વકર્માએ કોતરેલી હતી. સાંબે આ મૂર્તિને મિત્રવનમાં તેમણે બનાવેલા મંદિરમાં સ્થાપિત કરી હતી, અને ત્યારથી, આ સ્થળને પવિત્ર માનવામાં આવે છે.

કોણાર્કના સૂર્યમંદિરની રચના વિશે તો વધુ શું વાત કરવી? તેના વિશે તો બધા જાણે જ છે. પણ આપણે તેની ચમત્કૃતિ વિશે જરૂર વાત કરીશું. કોણાર્ક શબ્દ કોણ અને અર્ક શબ્દો પરથી આવ્યો છે. અર્કનો અર્થ સૂર્ય થાય છે, જ્યારે કોણનો અર્થ ખૂણો અથવા કિનાર હોઈ શકે છે. એવું કહેવાય છે કે કોણાર્ક સૂર્ય મંદિર મૂળરૂપે દરિયા કિનારે બનાવવાનું હતું, પરંતુ દરિયો ધીમે ધીમે ઓછો થતો ગયો અને તેથી મંદિર કિનારાથી થોડું દૂર થઈ ગયું. મંદિરના ઘેરા રંગને કારણે તેને કાળો પેગોડા કહેવામાં આવ્યું.સૂર્ય મંદિર સૂર્યદેવ દ્વારા સંચાલિત સમયના પ્રવાહનું પણ પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. રથ આકારના મંદિરમાં પૂર્વ દિશામાં જોડાયેલા સાત ઘોડા, અઠવાડિયાના સાત દિવસોનું પ્રતીક છે. ૧૨ જોડી પૈડા દિવસના ૨૪ કલાકનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે, જ્યારે તેમની સાથે જોડાયેલા ૮ આરા દિવસના આઠ પ્રહરનું પ્રતીક છે. કેટલાક લોકો માને છે કે ૧૨ જોડી પૈડા વર્ષના બાર મહિનાનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. એક માન્યતા એવી પણ છે કે સાત અશ્વો એ સૂર્યના કિરણમાં રહેલા મેઘધનુષના ૭ રંગોનું પણ પ્રતિનિધિત્વ કરે છે.આ મંદિરમાં ભગવાન સૂર્યની ત્રણ મૂર્તિઓ હતી, બાલ્યાવસ્થા એટલે ઉગતા સૂર્ય, જેની ઊંચાઈ ૮ ફૂટ. યુવાની, જેને મધ્યાહન સૂર્ય તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે, તે ૯.૫ ફૂટ ઊંચી, જ્યારે ત્રીજો તબક્કો પુખ્તાવસ્થા છે, જેને અસ્ત થતા સૂર્ય તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે, તે ૩.૫ ફૂટ ઊંચી છે.

આ મંદિરની ચમત્કૃતિ એવી છે કે આ મંદિરના શિખરના આધારે સમુદ્રમાં નાવિકો દિશા નક્કી કરતા હતા. પણ આ વિશિષ્ટતા જ નાવિકો માટે જોખમી બની ગઈ. કારણકે એવું કહેવાય છે કે, આ મંદિરના શિખરમાં ૫૨ ટન વજનનો વિશાળકાય ચુંબકીય પથ્થર વપરાયો હતો.જોકે, મંદિરના શક્તિશાળી ચુંબકીય ક્ષેત્રો સમસ્યાઓ ઊભી કરવાનું શરૂ કર્યું. ચુંબકીય ક્ષેત્ર એટલું મજબૂત હતું કે જહાજો મંદિર તરફ ખેંચાતા હતા. આ પથ્થરના કારણે નાવિકોનું હોકાયંત્ર ખરોવાઈ પણ જતું હતું અને અનેક જહાજો કિનારા નજીક છીછરા પાણી તરફ આવી જતા અને પથ્થરો સાથે ટકરાઈને તૂટી પડતા હતા.બીજું એ પણ કહેવાય છે કે આ ચુંબકીય પથ્થર સાથે મંદિરમાં અનેક નાના ચુંબકીય પથ્થરો પણ વપરાયા હતા, જે મંદિરના સ્થાપત્યને એકબીજા સાથે જોડી રાખતા હતા. આ ચુંબકીય રચનાના કારણે કહેવાય છે કે, મંદિરની મુખ્ય મૂર્તિ હવામાં તરતી હતી. જોકે આ વાતના પ્રમાણ આજે મળતા નથી.

ચુંબકીય પથ્થરના કારણે જહાજોને થતા નુકસાનને ધ્યાનમાં રાખીને તેને હટાવી લેવામાં આવ્યો (મહદંશે મુસ્લિમ આક્રમણખોરો દ્વારા) તેવી માન્યતા છે પરિણામે મંદિરના સ્થાપત્યને ભારે અસર થઈ અને કાળક્રમે પથ્થરો ખરવા લાગ્યા અને મંદિર તૂટવા લાગ્યું.

આક્રમણખોરોથી બચાવવા આ મંદિરની મૂર્તિને પૂજારીઓએ હટાવી દીધી હતી અને માટીમાં દાટીને છુપાવી દીધી હતી. પછીના કોઈક સમયે તેને બહાર કાઢવામાં આવી હતી એવું કહેવાય છે.

જોકે, આ બાબતે મતાંતરો છે. કેટલાક ઈતિહાસકારોનું કહેવું છે કે આજે પુરીના જગન્નાથ મંદિરના પરિસરમાં જે મૂર્તિ છે તે મૂળ મૂર્તિ છે, તો કેટલાકનું કહેવું છે કે દિલ્હીના રાષ્ટ્રીય સંગ્રહાલયમાં રાખવામાં આવેલી મૂર્તિ મૂળ છે. કેટલાક તો એવું પણ કહે છે કે મૂળ મૂર્તિ દાટી દીધા પછી ફરીથી શોધાઈ નથી. ૧૯૮૪માં યુનેસ્કો દ્વારા તેને વિશ્વ ધરોહર સ્થળ જાહેર કરવામાં આવ્યું હતું.

મધરાતની ડિજિટલ માયાજાળને સમજવી આવશ્યક

આસપાસ ચોપાસ સુરેશ ભટ્ટ

મધરાતે જ્યારે આખું ઘર ઊંઘમાં હોય છે અને બહારની દુનિયા શાંત થઈ જાય છે, ત્યારે મોબાઇલની સ્ક્રીન પર એક અલગ જ રમત શરૂ થાય છે. અડધી

થાકેલું મગજ, ઘટતી તર્કશક્તિ અને તરત આનંદ મેળવવાની ઈચ્છા – આ ત્રણે મળીને મધરાતે ખરીદી માટે પરફેક્ટ માહોલ બનાવે છે.

ઊંઘમાં સ્ક્રોલ કરતા આપણે એવું માની લઈએ છીએ કે આપણે ફક્ત સમય પસાર કરી રહ્યા છીએ, પરંતુ વાસ્તવમાં ઈ-કોમર્સ પ્લેટફોર્મ્સ આપણને નાજુક માનસિક સ્થિતિમાં ઝડપી લે છે. થાકેલું મગજ, ઘટતી તર્કશક્તિ અને તરત આનંદ મેળવવાની ઈચ્છા – આ ત્રણે મળીને મધરાતે ખરીદી માટે પરફેક્ટ માહોલ બનાવે છે. "માત્ર હવે", "મિડનાઈટ ડીલ", "છેલ્લા થોડા મિનિટ" જેવા શબ્દો મનમાં તાકીદ ઊભી કરે છે અને લાગે છે કે જો હવે ક્લિક નહી કરીએ તો મોટું નુકસાન થઈ જશે. એ ક્ષણે જરૂરિયાત અને લાલચ વચ્ચેની રેખા મટી જાય છે. કાર્ટમાં વસ્તુ ઉમેરવી સહેલી લાગે છે, પરંતુ તેના પરિણામો વિશે વિચારવાનું મન તૈયાર નથી. જ્યારે વહેલી સવારે ઊંઘ પૂરી થાય છે, ત્યારે તર્ક પાછું આવે છે અને સ્ક્રીન પર દેખાતી ઓર્ડર હિસ્ટ્રી એક કડવી હકીકત બનીને સામે આવે છે. ત્યારે સમજાય છે કે આ સસ્તી ખરીદી નહોતી, પરંતુ મધરાતની માયાજાળમાં ફસાઈને કરેલું એક ભાવનાત્મક ખર્ચ હતું, જેનો ભાવ હવે પસ્તાવામાં ચૂકવવો પડે છે.રાત્રે દુનિયા ધીમે ધીમે શાંત થઈ જાય છે. રસ્તાઓ ખાલી થવા લાગે છે, અવાજો ઓસરવા લાગે છે અને શરીર ઊંઘ તરફ સરકતું જાય છે. પરંતુ એ જ સમયે મોબાઇલની સ્ક્રીન પર એક અલગ જ દુનિયા જાગતી હોય છે. અડધી ઊંઘમાં, થાકેલા મગજ સાથે આપણે સોશિયલ મીડિયા કે શોપિંગ એપ્સ સ્ક્રોલ કરતા હોઈએ છીએ. ત્યારે આપણને લાગે છે કે આપણે ફક્ત સમય પસાર કરી રહ્યા છીએ, પરંતુ હકીકતમાં ત્યાંથી એક એવી પ્રક્રિયા શરૂ થાય છે, જે સવારે ઉઠ્યા પછી પસ્તાવામાં ફેરવાય છે. આ સ્થિતિને આજે મનોવૈજ્ઞાનિકો "ડાર્ક શોપિંગ કાર્ટ સિન્ડ્રોમ" તરીકે ઓળખાવે છે.મોડી રાત્રે ખરીદી કરવાનો અનુભવ ઘણાને ઓળખીતો હશે. "માત્ર આજે", "મિડનાઈટ ડીલ", "છેલ્લા થોડા મિનિટ", "માત્ર એક જ પીસ બાકી" જેવા શબ્દો આંખ સામે ઝળહળતા રહે છે. એ ક્ષણે આપણું મગજ એવું માને છે કે આ એક સોનાની તક છે, જો હવે નહી લીધું તો મોટું નુકસાન થઈ જશે. આ ભાવના એટલી તીવ્ર હોય છે કે જરૂરિયાત અને લાલચ વચ્ચેનો ભેદ જ મટી જાય છે. જે વસ્તુની આપણે આખો દિવસ જરૂર નથી લાગતી, તે જ વસ્તુ રાત્રે એક વાગ્યે અતિઆવશ્યક લાગે છે.આનું મુખ્ય કારણ માનવ મગજની કાર્યપદ્ધતિ છે. દિવસ દરમિયાન આપણો પ્રી-ફ્રન્ટલ કોર્ટેક્સ સક્રિય હોય છે. આ મગજનો એ ભાગ છે જે વિચાર, આયોજન, નિયંત્રણ અને યોગ્ય-અયોગ્યનો ભેદ કરાવવામાં મદદ કરે છે. પરંતુ જેમ જેમ રાત્રે ઊંઘનું દબાણ વધે છે, તેમ આ ભાગ ધીમો પડવા લાગે છે. થાકના કારણે તર્કશક્તિ નબળી પડે છે અને ભાવનાઓ વધુ પ્રબળ બને છે. આવી સ્થિતિમાં મગજ તરત મળતા આનંદ તરફ વધારે આકર્ષાય છે. પરિણામે "હવે જ ખરીદી કરો" જેવી ઓફર આપણને અતિઆકર્ષક લાગે છે.

ઈ-કોમર્સ પ્લેટફોર્મ્સ આ માનસિક સ્થિતિને સારી રીતે સમજે છે. તેઓ જાણે છે કે રાત્રે ગ્રાહક વધુ ભાવનાત્મક અને ઓછો તર્કશીલ હોય છે. એટલે જ મોડી રાત્રે ફોમો આધારિત મેસેજિંગ વધુ તેજ થઈ જાય છે. સ્ક્રીન પર દેખાતી લાઈવ નોટિફિકેશન, "આ પ્રોડક્ટને અત્યારે ૨૦ લોકો જોઈ રહ્યા છે", "૧૫ મિનિટમાં ઓફર સમાપ્ત" જેવા સંદેશા મગજમાં એક પ્રકારની તાકીદ ઊભી કરે છે. આ તાકીદ આપણને વિચારવાનો સમય આપતી નથી, ફક્ત ક્લિક કરાવવાનું કામ કરે છે.આ પ્રકારની ખરીદી ઘણી વખત આયોજન વગરની હોય છે. લોકો પછી સ્વીકારે છે કે તેમણે ફક્ત ઓફર જોઈને વસ્તુ ખરીદી, વાસ્તવિક જરૂરિયાતને આધારે નહી. કેટલાકને લાગે છે કે ભાવ બહુ સસ્તો હતો, તો કેટલાકને લાગે છે કે ફરી આવી ઓફર નહી મળે. પરંતુ જ્યારે સવાર થાય છે, ત્યારે દૃષ્ટિકોણ બદલાઈ જાય છે. ઊંઘ પૂરી થયા પછી તર્કશક્તિ પાછી આવે છે અને ત્યારે પ્રશ્ન ઊભો થાય છે કે "આ મેં શા માટે ખરીદ્યું?" ઘણી વાર વસ્તુની ગુણવત્તા અપેક્ષા કરતાં નબળી નીકળે છે અથવા તે વસ્તુ ખરેખર જરૂરી જ નથી લાગતી.અહેવાલો દર્શાવે છે કે મોડી રાત્રે કરાયેલી ખરીદીમાં પસ્તાવાનું પ્રમાણ વધારે હોય છે. રિટર્ન રિક્વેસ્ટમાં મોટો હિસ્સો એવા ઓર્ડર્સનો હોય છે, જે મધ્યરાત્રિ પછી મૂકવામાં આવ્યા હોય છે. ઘણા ગ્રાહકો માને છે કે તેમણે બજેટ બગાડ્યું, ભાવનામાં આવીને ખર્ચ કર્યો અથવા લાલચમાં આવીને ખોટો નિર્ણય લીધો. આ બધું વ્યક્તિગત નબળાઈ નથી, પરંતુ એક વ્યવસ્થિત રીતે રચાયેલ ડિજિટલ જાળ છે.

મનોવૈજ્ઞાનિકો કહે છે કે રાત્રે મગજ વધુ ડોપામાઈન આધારિત થઈ જાય છે. ડોપામાઈન એ એવો રસાયણ છે, જે આપણને ઉત્સાહ અને તરત મળતા આનંદ સાથે જોડે છે. જ્યારે ડોપામાઈનનું પ્રભાવ વધારે હોય છે, ત્યારે આપણે લાંબા ગાળાના પરિણામો વિશે ઓછું વિચારીએ છીએ. ઈ-કોમર્સ કંપનીઓ આ પરિસ્થિતિનો લાભ લે છે. તેઓ જાણે છે કે ગ્રાહક આ સમયે "પુરસ્કાર મેળવવાની સ્થિતિમાં" હોય છે, એટલે તરત આનંદ આપતી ખરીદી સરળ બને છે.આ પરિસ્થિતિનો એક મોટો સામાજિક પાસું પણ છે. ડિજિટલ યુગમાં મોબાઈલ હંમેશા હાથમાં હોય છે. રાત્રે ઊંઘ પહેલાં સ્ક્રીન જોવાની આદત સામાન્ય બની ગઈ છે. એ સમયે મગજ પહેલેથી જ થાકેલું હોય છે, અને તેના પર આવી માર્કેટિંગ રણનીતિઓ વધુ અસર કરે છે. પરિણામે ખર્ચ વધે છે, પસ્તાવો વધે છે અને માનસિક અસંતોષ પણ વધે છે.

ડાર્ક શોપિંગ કાર્ટ સિન્ડ્રોમ આપણને એક મહત્વનો પ્રશ્ન પૂછે છે. શું આપણે ખરેખર સ્વતંત્ર નિર્ણય લઈ રહ્યા છીએ કે પછી ડિજિટલ ડિઝાઈન આપણને ધકેલી રહી છે? જ્યારે ઓફર, સમયમર્યાદા અને સામાજિક દબાણ એક સાથે આવે છે, ત્યારે પસંદગીનો સ્વતંત્રપણો ધીમે ધીમે ઓસરતો જાય છે. આપણે વિચારીએ છીએ કે નિર્ણય આપણો છે, પરંતુ ઘણી વખત તે પૂર્વનિયોજિત માર્ગ પર લઈ જવામાં આવે છે.

આ સમસ્યાનો ઉકેલ સંપૂર્ણપણે ટેક્નોલોજીને દોષ આપવાથી નહીં આવે. વ્યક્તિગત જાગૃતિ પણ એટલી જ જરૂરી છે. જો આપણે જાણીએ કે રાત્રે આપણું મગજ નબળું પડે છે, તો આપણે પોતાને થોડું રોકી શકીએ. ખરીદી કરતાં પહેલાં એક રાત રાહ જોવી, કાર્ટમાં વસ્તુ ઉમેરીને તરત પેમેન્ટ ન કરવું, અથવા મોડી રાત્રે શોપિંગ એપ્સથી દૂર રહેવું, આવા નાના પગલાં મદદરૂપ બની શકે છે. સાથે સાથે પ્લેટફોર્મ્સ માટે પણ નૈતિક જવાબદારીનો પ્રશ્ન ઊભો થાય છે કે શું તેઓ જાણબૂઝીને માનસિક નબળાઈનો લાભ લઈ રહ્યા છે?

અંતે, ડાર્ક શોપિંગ કાર્ટ ફક્ત એક ખરીદીની ઘટના નથી, પરંતુ આપણા સમયની એક પ્રતીકાત્મક સમસ્યા છે. તે બતાવે છે કે કેવી રીતે ડિજિટલ અર્થતંત્ર માનવ મનની નબળાઈઓ સાથે રમે છે. મધ્યરાત્રિની ખરીદીમાં આપણે ઘણી વાર વસ્તુ નથી ખરીદતા, આપણે એક ક્ષણિક ભાવના ખરીદીએ છીએ. અને જ્યારે સવાર થાય છે, ત્યારે એ ભાવના ઓસરતી જાય છે અને હાથમાં ફક્ત પસ્તાવો રહી જાય છે. આ પસ્તાવો આપણને ચેતવે છે કે ટેક્નોલોજી જેટલી સ્માર્ટ બની રહી છે, એટલું જ આપણું સ્વ-જ્ઞાન અને સંયમ પણ સ્માર્ટ બનવું જરૂરી છે.