֍ માસિક ધર્મ વિશે મારા વિચારો ֍

આત્મીય બહેનો,

પ્રથમ તો માસિક ધર્મ એટલે શું ? તેના વિશે થોડું લખું કે માસિક એટલે દર મહિને અને ધર્મ એટલે કર્તવ્ય. દરેક મહિનાનું કરવાનું કર્તવ્ય કે થતુ કર્તવ્ય અને આ ક્રિયા એકદમ કુદરતી છે. પ્રકૃતિગત હોવાથી 'થતુ કર્તવ્ય' (ક્રિયા) કહીશું. તે પછી બહેનોને જે ક્રિયા કરવાની છે. તેના માટે કરવાનું કર્તવ્યનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. ટુંકમાં સ્ત્રીઓમાં દર મહિને કુદરતી રીતે થતી ક્રિયા તેમજ પછી સ્ત્રીએ કરવાનું કર્તવ્ય તે જ 'માસિક ધર્મ'.

સામાન્ય રીતે બહેનોમાં બાર વર્ષે આ ક્રિયાશરૂ થાય છે. કોઈવાર અગિયાર કે કોઈવાર કોઈને બે ત્રણ વર્ષ મોડુ પણ ચક... રજોદર્શન શરૂ થતુ હોય છે. હવે એ સમજીએ કે કેમ આવુ ચક (ક્રિયા) થાય છે.હવે એ સમજીએ કે કેમ આવુ ચક્ર (ક્રિયા) થાય છે. કુદરતી છે. સામાન્ય રીતે ચક્ર ૨૮ દિવસનું હોય છે. પુરુષોમાં આવી માસિક કોઈ ક્રિયા થતી નથી. હવે વિજ્ઞાનની દ્રષ્ટિથી અહીં વિચાર કરીએ કે સ્ત્રીઓમાં પ્રજનનતંત્રમાં અંડાશયની અંદર દર મહિને એક અંડાણું પરિપકવ થઈ ને છૂટુ પડે છે. જો કે શુક્રકોષો તો લાખોની સંખ્યામાં હોય છે. પણ પરિપકવ એક જ થાય છે. કોઈ કિસ્સામાં બે શુક્રકોષ સામે બે અંડાણુંનું મિલન થાય તો ટવીન્સ (જોડકા બાળકો)ની શકયતા રહે છે. દર મહિને અંડાશયમાંનું પરિપકવ અંડાણું ગર્ભાશય તરફ જાય છે. ત્યાં ગર્ભધારણ ન થાય ત્યારે રકતવાહિનીઓનું વિઘટન થાય છે. કેટલીક રકતવાહિનીઓ ટુટે છે. જો કે દર મહિને નવી તૈયાર પણ થાય છે. રકતવાહિની ટુટવાથી લોહી નીકળી બહાર આવે છે. આ ક્રિયા સામાન્ય રીતે ત્રણેક દિવસ ચાલે છે. ૩ થી ૫ દિવસ સુધીનો પિરીયડ પણ જોવા મળે છે. આ ક્રિયા દરમિયાન સ્ત્રીના પ્રજનન અવયવ માંથી લોહીનો વિકાર થાય છે. તે વિકાર દરેક સ્ત્રીઓમાં સરખો ન રહેતા વધ ઘટ જોવા મળે છે. આ સંપૂર્ણ ક્રિયા ને 'માસિક ચક્ર' (રજોદર્શન) કહેવાય છે.

માસિક ક્રિયાથી સ્ત્રીઓની શારીરિક અને માનસિક સ્થિતિ પર કેવી અસર થાય છે ? તે વિશે જોઈએ તો ઘણી બધી સ્ત્રીઓને કમર/ કેડ નો અસહ્ય દુખાવો થાય છે. દરેક સ્ત્રીઓને એક સરખો હોતો નથી. દુઃખાવાના લીધે આરામની જરૂર પડે છે. કામ કરવામાં મન લાગી શકતું નથી બેચેની રહે, કંટાળો આવે કોઈ બોલે તોય ન ગમે. કોઈની સારી ખોટી વાત સાંભળવી પણ ન ગમે મનમાં ઉચાટ રહે સ્વભાવ કોધિત થઈ જાય. સામેનો પક્ષ આ વાતને લક્ષમાં ન રાખે તો કંકાશ-કજીયો થવાનો સંભવ રહે થાય પણ ખરો. આમ સ્ત્રીઓને આ સમય દરમિયાન શારીરીક- માનસિક બન્ને રીતે તકલીફ વેઠવી પડતી હોય છે. મોટે ભાગે દરેક સ્ત્રીઓને આ પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થવાનું હોય છે. ત્યારે તેમણે શું કરવું જોઈએ. તેમજ તેમણે આ બાબતે કંઈક વિચારવુ રહયુ તે જોઈશું. જુના જમાનામાં માસિક ધર્મમાં આવેલી સ્ત્રીઓ શુ કરતી હતી ? તેવુ શા માટે કરતી હતી? તે યોગ્ય હતું કે અયોગ્ય તે દરેક પાસાનો હવે રીતસરનો વિચાર કરશું.

પ્રથમ તો હાલની દષ્ટિએ સ્ત્રીઓને કહેવું ઘટે કે શરીરના કોઈપણ ભાગમાંથી રુધિર નીકળે... કોઈપણ કારણસર અને તે હવાના સંપર્કમાં આવે એટલે તેનો બગાડ થાય. તે રુધિર બગડી જાય. શરીરની અંદર છુટુ પડેલું રુધિર પણ જો અંદર જ રહે તો પણ બગડી જાય. તો આ બગડેલું રુધિર સ્વાસ્થની દૃષ્ટિએ નુકસાનકારક છે કે નહિ તે હવે દરેકે વિચારવું જ ર હ્યું. આપણા જ રુધિરમાં રહેલા કોઈ રોગના જીવાણુંઓ અથવા હવામાં રહેલા પ્રદુષિત જીવાણુઓ રુધિરમાં ભળે અને એ રુધિરનો સંપર્ક બીજાને થાય તો તે હાનિકારક છે. નાના બાળકો અને વૃધ્ધોને તેવા જીવાણુઓ વધારે અસર (ઈફેકટ) કરતા હોય છે. જો આ વાત સમજાય તો દરેક સ્ત્રીઓએ આ પિરિયડ (૩ કે ૫ દિવસ) દરમિયાન ચોખ્ખાઈ અને ચોકકસાઈ રાખવાની જરૂર લાગે છે. આજના સમયમાં વિજ્ઞાનના લીધે પેડ-રૂમાલ વગેરે એટલા બધા વ્યવસ્થિત રીતે બજારમાં ઉપલબ્ધ છે કે સ્ત્રીઓ તે સમય દરમિયાન દરેક કામ આસાનીથી કરી શકે છે.પરંતું તે વપરાયેલ પેડ-રૂમાલનો નિકાલ વ્યવસ્થિત રીતે કરવો તે ખૂબજ અગત્યનું છે. ગમે ત્યાં ફેકી દેવા, ઘરમાં પડી રહેવા દેવાથી આરોગ્યની દૃષ્ટીએ, પ્રદૂષણની દ્રષ્ટીએ સારું ન કહેવાય. તે વેસ્ટેજ મ્યુનિસિપાલીટીના કચરામાં જ જાય તે જોવું જોઈએ. અથવા ગામડામાં માટીમાં દાટી દેવા જોઈએ. અને કપડાનો ઉપયોગ કરીએ તો વ્યવસ્થિત જગ્યાએ ડેટોલ વગેરેથી સાફ કરવા જોઈએ. જેથી કોઈનું આરોગ્ય જોખમાય નહી. આ વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટી થઈ. ઘરમાં તે સમય દરમિયાન સ્નાન કરીને પોતાના કપડાં અલગ રહે તે જરૂરી છે. બીજા કપડાંથી અલગ ધોવાય તે પણ અત્યંત જરૂરી છે તે પણ આરોગ્યની દષ્ટીએ વિચારવું રહ્યું.

આત્મીય બહેનો, આપણા પૂર્વજોએ સ્ત્રીઓની આ રજસ્વલ્લાપણાની ક્રિયાને ધર્મની સાથે શું કામ જોડી દીધી? તે વાત વિચારીએ સ્ત્રીઓ આ બાબતે આળસ કે બેદરકાર ન બને તે માટે જ આ ક્રિયાને ધર્મની સાથે વણી લીધી. માસિકધર્મ એવુ નામ આપ્યું અને કાર્યને અતુટ બનાવ્યું. જયારે કોઈ ક્રિયાને ધર્મની સાથે જોડાણ કરવાનું બને છે ત્યારે તે ક્રિયા મજબુત અને લાંબા સમય સુધી વ્યવસ્થિત થતી હોય છે. દા.ત. રાત્રે કચરો વાળવો નહિ, નહિ તો તમારી ધનલક્ષ્મી ઘરમાં નહી રહે, જતી રહેશે. આવી ઉકિત ધાર્મિકતા સાથે જોડાઈ ગઈ. એટલે કોઈ રાત્રે કચરો ન જ વાળે, લોકો એમ કરતાં થયા, રાત્રે કચરો ન વાળવાનું કારણ પહેલા આજના જેવી કુલ લાઈટો ન હતી. દિવા હતા. આથી ઘરમાં પડેલી કોઈ કિંમતી કે જરૂરી વસ્તુ રાત્રે કચરો વાળવાની સાથે-ઉકરડામાં ન જાય તે માટે લક્ષ્મીજી જવાની વાતને સાથે વણી લીધી. આજે હજારો વર્ષો થયા છતા હજું મોટા ભાગની સ્ત્રીઓ રાત્રે કચરો વાળતી નથી. ભલે ટયુબલાઈટો આવી ગઈ હોય તો પણ... કારણ ધર્મના તાંતણે - તાંતણે ક્રિયાને જોડવામાં આવી. કેટલીક વાર કેટલાક ધર્મધુરંધરોએ એવી ખરાબ અયોગ્ય ક્રિયાઓ પણ આપણા સનાતન ધર્મમાં જોડેલી હતી કે જે જેનાથી સ્થાપિત હિતોને લાભ થાય તેમ હતું. એવા કેટલાક સ્થાપિત હિતો કે જે ધર્મના ઠેકેદાર બનેલા તેમણે આડુ-અવળું ઘુસાડી દીધું. જેને દૂર કરતાં વરસોના વરસ લાગે છે. દા.ત. હવન-યજ્ઞની ક્રિયામાં પશુબલી તેમજ માંસ ભક્ષણ તે -કાઢવામાં કેટલાય વરસો લાગ્યા હતા!! હજુય કોઈ કોઈ જગ્યાએ આવા હિન અને નિંદનીય કૃત્યો થાય છે પણ ખરા.

આત્મીય, આપણા પૂર્વજોએ બહેનો-દિકરીઓના લાભમાં જ માસિકને ધર્મ સાથે જોડી દીધું, જેવી સ્ત્રીઓને ત્રણ દિવસ આરામ મળે. કામ કરવું ન પડે, ને શારીરિક આરામ થાય, માનસિક પણ ખરો જ. બહેનો, વચ્ચેના સમયમાં આજના જેવા વૈજ્ઞાનિક સાધનો હતા નહી, સુવિધા ન હતી કે પેડ - રૂમાલ રાખે, તે વખતે કપડું રાખવુ પડતુ.આજે પણ ગામડામાં ઘણી ખરી સ્ત્રીઓ તે જ ઉપયોગ લે છે. અસગવડને કારણે સ્ત્રીઓ બહાર નીકાળી ન શકે. એક જગ્યાએ બેસી રહેવું જ પડે. શરૂઆતનાં જમાનામાં સ્ત્રીઓ લંગોટ તે દિવસમાં પહેરતી હતી. પછી તો લંગોટ પુરુષોના એકલા માટે જ રહ્યો. તે પણ જે અખાડામાં કસરત કરે તે પુરુષો જ લંગોટ પહેરતા. હજુય ઘણાને લંગોટ વિશે ખબર પણ નહી હોય.

આત્મીય, સ્ત્રીઓ પણ તે દિવસોમાં સુતરાઉ કપડાની સાથે લંગોટ પહેરતી અને આમ કરવાથી આજના પેડની જગ્યાએ કામ આપે. પણ એવું શિક્ષણ રહયુ નહી. શિક્ષણ ખતમ થતા અંધવિશ્વાસ અને વહેમો ઘુસી ગયા. સ્ત્રી શિક્ષિકાઓએ પોતાની અંગત જવાબદારી સમજીને એવુ શિક્ષણ ન આપ્યું. માત્ર અભ્યાસક્રમ પુરો કરી કર્તવ્ય બજાવ્યાનો સંતોષ માન્યો. કારણ અભ્યાસક્રમમાં જ દિકરીઓને આ શિક્ષણની જરૂરીયાત શિક્ષિકાઓને સમજાણી નહી. પ્રથમ સરકાર કે સમાજને જણાઈ નહી. દિકરા- દિકરીઓને ભગવાનના ભરોસે છોડી દીધા, સરકાર જાગી પણ પશ્ચિમની રીતે. જેથી પ્રશ્નના ઉકેલની સાથે બીજા પ્રશ્નો ઉભા થવા લાગે છે. મને હજુય બિલકુલ યાદ છે કે સાતમાં ધોરણમાં હું ભણતો ત્યારે પ્રજનન અંગોનો પાઠ મારા ગુરુબેને ચલાવ્યો ન હતો. અમને વાંચી દેવા આવ્યો હતો. સાતમા ધોરણમાં અમારી સાથે ભણતી એક અપંગ છોકરી જે સ્કુલ સમયમાં પ્રથમવાર માસિક ધર્મમાં આવી હતી. તેને મારા ગુરુબેન ખૂબ જ લડયા હતા એ મને હજુય યાદ છે. તે દ્રશ્ય હું ભૂલી શકતો નથી. એક બીજુ દ્રશ્ય પણ મને યાદ છે કે આઠમા ધોરણમાં એક છોકરીને આવુ બન્યુ. ત્યારે અમારા સમાજવિધાના શિક્ષક જે.એ. પટેલ ખૂબ જ પ્રેમાળ ભાવે વર્તાવ કરી, બે દિકરીઓને પેલી છોકરી સાથે ઘરે મોકલી હતી. આ બે પ્રસંગોના લીધે આજે મને શિક્ષક તરીકેની ભૂમિકા કેવી હોય તેની ખબર રહી.!!

સૌરાષ્ટ્રમાં હું સાતમા ધોરણનો પ્રજનનતંત્રનો પાઠ ભણાવવા માટે મારી સાથી શિક્ષિકાબેનને મારા વર્ગની તમામ છોકરીઓને તેમના કલાસમાં મોકલી દેતો. તેમના વર્ગના છોકરાઓને મારા વર્ગમાં લાવતો છોકરાઓને તે પાઠ મેં ભણાવેલો. અને છોકરીઓને તે પાઠ તે શિક્ષિકાબેનને ભણાવવા આપતો. જરૂરી સુચનાઓ સાથે જ. આત્મીય, પ્રસંગોપાત ઉપરોક્ત વાત લખી હું વાત લખતો હતો કે તેવુ શિક્ષણ બંધ થયું. દરેક ક્ષેત્રમાં કચરો દાખલ થયો... ત્રણ દિવસ ઘરની બહાર નીકળાય નહી. સ્નાન કરાય નહી. ખૂણામાં બેસી રહેવાનું , પુરુષનું મોટું જોવાય નહીં, પતિ-સંગ કરાય નહિ. દૂર રહેવાનું, અલગ વાસણમાં જમવું, પાણી અલગ રાખી પીવું, ઘરમાં ક્યાય કોઈને અડવું નહીં. દિવાબતી, પ્રાર્થના -આરતી કરવા નહીં, પોતાને તો નહિ કરવાની પણ સાથે આખા ઘરને દિવા-અગરબત્તી પ્રાર્થના આરતી પર પાબંધી, તે દિવસોમાં ભગવાનને ભૂલી જવાના!! ભગવાનના મંદિરમાં જવું નહીં, જવું તો અંદર પ્રવેશ કરવો નહી, પોતાના બાળકોનેય અડવું નહી.

ભૂતકાળમાં અમુક ગામડાઓમાં સવર્ણો જેમ દલિતોની સાથે જેવો વહેવાર રાખતા. તેવો વહેવાર રજસ્વાલ્લા સ્ત્રી સાથે રાખવામાં આવ્યો કે આવતો હતો કે હજુય રાખવામાં આવે છે. સ્ત્રીઓને અસ્પૃશ્ય બનાવી દીધી. બનાવવામાં આવી. તેનું મુખ્ય કારણ સમાજમાંથી શિક્ષણ લોપ થયુ હતું. આપણા વડવાઓએ સ્ત્રીઓના માટે તે દિવસો પુરતી સારી વ્યવસ્થા રાખી હતી. બેનોને આરામ મળતો, ઘરનું કામ બીજી સ્ત્રીઓ કે ઘણા ઘરોમાં પુરુષોને ભાગે ઘરના કામ કરવાના આવતા. પણ સમય જતા આ રિવાજ કુરિવાજ બન્યો, સ્ત્રીઓને આભડછેટી ગણવામાં આવી. ઘરમાં કોઈ પરાયુ હોય તેવું

વર્તન કરવામાં આવતું. જાણે કે સ્ત્રીઓએ કોઈ ગંભીર ગુનો ના કર્યો હોય ? સ્ત્રીઓને માટે સૌથી દુઃખની વાત એ છે કે અજ્ઞાની મા- દિકરીને સાચું જ્ઞાન ના આપી શકી. "આગે સે ચલી આઈ' રીતથી સ્ત્રી દ્વારા સ્ત્રીને આભડછેટી કરવામાં આવી. ને કોઈ જગ્યાએ મેણાં સાંભળવા પડે કે, "વહુ તમને ભાન બાન છે કે નહીં. તમારી મા એ તમને આટલુંય શિખવ્યું નથી. ઉઠવા-બેસવા કે અડવા ના અડવાની ખબર પડે છે કે નહી" વગેરે વગેરે.

આત્મીય, આભડછેટ ખરેખર શું છે તે મને હજુ સમજાતુ નથી. સમજો કે અડવાથી કે કોઈને અડી જવાથી આભડછેટ લાગવાથી આપણા શરીરમાં કોઈ ફેરવાર થાય તો માનીએ કે કંઈક બન્યુ છે?? આપણને એલર્જીની જેમ ખંજવાળ કે ફોલ્લી-ફોલ્લા નીકળે એવુ કંઈક બનવું જોઈએ. પણ એમાનું કશું જ થતુ નથી. તે વિચારવું રહ્યું. એટલે આ ગ્રંથિ આભડછેટની દુર થવી જોઈએ. પહેલા હું મારા ઘરમાં જ આ બાબતે પ્રશ્ન કરતો કે એવુ શા માટે ? ત્યારે વડીલો પાસે સાચો જવાબ હતો નહિ. અને પોતે પોતાને ડાહ્યા ડમરા સમજતા હતા. તો મને ધમકાવી દેતા. કહે તને શું ખબર પડે. ત્યારે હું કહેતો સાચી વાત છે મને ખબર નથી પડતી તો મને સમજાઓ. તો વધુ ગુસ્સે થઈને વાતને ઉડાવી દેતા, ને ભણેલાઓએ ધર્મભ્રષ્ટ કર્યો છે. ઘરમાંથી ધરમ બરમ જતા રહ્યા છે. વગેરે વગેરે જોરથી કહેવા લાગે. છતાં હું પૂછુ કે ઘરમાં દિવાબત્તી શું કામ ન કરાય ? તો કહેતા બસ ના કરાય, બહું મોટા ભણેસરી ન જોયા હોય તો. આ બધા પાળે છે તે ખોટું કરતા હશે. એ સિવાય તેમની પાસે બીજો મને સંતોષ થાય તેવો જવાબ ન હતો. મને તેમનું અજ્ઞાન તે વખતે પણ દેખાતું સાથે અમારા માટે તે સમયે તેમનો અણગમો પણ દેખાતો.

આત્મીય, મંદિરમાં જવાય કે ન જવાય એ વાતને હું તમારા પર છોડુ છું પણ આ બાબતે હું એટલો સ્પષ્ટ છું કે મંદિર એટલે સૌનું નાના -મોટા, સ્ત્રી-પુરૂષો, અબાલ-વૃધ્ધો, રોગી, ભોગી, જોગી, યોગી સૌ દર્શન કરવા આવે. આપણે આગળ જેમ વાત કરી તેમ સ્ત્રીઓ જો સ્વચ્છતા બરાબર ન રાખી શકે તો મંદિરમાં ચેપી-જંતુઓ, વિષાણુંઓ, જીવાણુઓ જે કહો તે મંદિરમાં પ્રવેશે. બાળકો અને ઘરડા માણસોના આરોગ્યની દ્રષ્ટીના કારણે આપણા પૂર્વજો એ સમજી વિચારીને તે દિવસો પુરતું સ્ત્રીઓને મંદિરમાં કે મંદિરના ગર્ભગૃહમાં પ્રવેશની મનાઈ કરી. દરેક સ્ત્રીઓ જાગૃતિ કે કાળજી વાળી ન હોય. તે બેઠા હોય તે જગ્યાએ બીજા કોઈ બેસેને કોઈને ચેપ લાગવાનો ભય રહે. એટલે આરોગ્યની દૃષ્ટિએ મંદિરમાં ન જવું. તેમ રાખ્યુ. કોઈ સ્ત્રી ચોખ્ખાઈ અને ચોકસાઈ રાખે તેને માટે મંદિરમાં જવાનો બાધ ન જ હોય એ મારી દૃષ્ટિએ હું સમજું છું.

આત્મીય, આ વાતમાં સમય જતાં ઉઝરડા થઈ ગયા. એટલે સુધી કે માસિકધર્મમાં ન હોય તેવી સ્ત્રીઓને પણ મંદિરના ગર્ભગૃહમાં જવા માટે પણ ઘણા મોટાભાગના મંદિરોમાં મનાઈ ફરમાવે છે. આ બિલકુલ વ્યાજબી ન કહેવાય. હા એવું બોર્ડ ચોક્કસ મરાય કે માસિકધર્મ સિવાયની તમામ સ્ત્રીઓ મંદિરના ગર્ભગૃહમાં પ્રવેશ મળશે. પણ જેમ દરેક ક્ષેત્રમાં કચરો લાગ્યો તેમ અહીંયા પણ લાગ્યો કે ઘરમાં દિવાબત્તી, આરતી, પ્રાર્થના પણ કોઈ ન કરે !! એવો તો કયો ગુનો સ્ત્રીઓએ કર્યો છે કે પરમાત્મા ને યાદ ન કરવા !!! ખરેખર સ્ત્રીઓએ તે દિવસોમાં પ્રભુને વધુ યાદ કરવા જોઈએ ને !! ઘરમાં કોઈ મોટું દુઃખ આવે તો ભગવાન યાદ આવે અહીં તો એક નાનું દુઃખ (તકલીફ) (જો કે દુઃખ ન કહેવાય સુખ કહેવાય પણ શારીરિક તકલીફના હેતુએ નાનુ દુઃખ લખુ છુ.) આવ્યુ. તેમાં આખા ઘરે ભગવાનને ભૂલી જવાનું, તે દિવસોમાં ખાસ યાદ કરવા અને એ રીતે યાદ કરવા કે પરમાત્માએ અમને (મનુષ્યોને) સૃષ્ટિના સેવક બનાવ્યા છે. સાથે-સાથે અમને (સ્ત્રીઓને) સૌથી મોટી જવાબદારી પણ સોંપી છે. સ્ત્રીઓને માતા બનાવવાની પ્રક્રિયા શરૂઆતનો આ સમય છે. સ્ત્રીઓને પ્રભુએ મસમોટી જવાબદારી આપી છે. સ્ત્રી તરીકે અને માતા બનાવીને કેટલી મહાન કામગીરી સોંપી છે.!! કેટલો બધો વિશ્વાસ મનુષ્યોમાં ખાસ સ્ત્રી ઉપર મુક્યો. તો એવી પ્રાર્થના કરવી કે હે પ્રભુ, 'તે અમારા પર વધુ વિશ્વાસ મુકયો છે. તારી સુંદર સૃષ્ટિને વધુ સુંદર બનાવવા તારા સર્જનની પ્રક્રિયાનો મોટો ભાગ ભજવવા અમે કટિબધ્ધ થઈશું. તેના વચ્ચે આવનારા તમામ અજ્ઞાનને દૂર કરશું."

આત્મીય, વરસનો એક પણ દિવસ એવો ન જવો જોઈએ કે ઘરમાં પ્રાર્થના વગરનો પ્રસાર થાય. દિવા અને અગરબત્તી કરવાથી તો ઘર પવિત્ર સુગંધી અને શુધ્ધ બનશે. તે દિવસોમાં જ શુધ્ધ વાતાવરણની ખાસ જરૂર છે. આનંદ પ્રિય વાતાવરણની ખાસ જરૂર છે. તેવુ કરવાથી સ્ત્રીઓના મનને વધુ શાંતિ મળશે. તેમની અકળામણ ઓછી થશે. મન પ્રફુલ્લિત બનશે. પરમાત્માથી નજીક જવાનું વાતાવરણ સારુ મળી રહેશે. તે દિવસોમાં જ પરમાત્માના ધ્યાનમાં વધુ સમય આપી શકાય. આપવો જોઈએ જ. છેલ્લે એ પણ કહેવાનું કે જો તમો આરોગ્યની દ્રષ્ટિને જર સમક્ષ રાખીને ચોકસાઈ અને ચોખ્ખાઈ રાખો તો તમને કોઈપણ કામ કરવાની ના ન હોય, હા... તે દિવસોમાં શરીરની તકલીફ હોય અને ઘરના અન્ય સભ્યો તમારા કામનો બોજો હળવો કરે તેના જેવું રૂડું બીજુ શું હોઈ શકે! પણ આભડછેટ રાખીને નહીં, અલગ દુર્વ્યવહાર રાખીને તો કદાપિ નહિ. હજુય ઘરોમાં ભણેલી ગણેલી સ્ત્રીઓને પણ સમજવાની તાતી જરૂર છે.

મિત્રો હવે તો વિજ્ઞાન આ કાર્યને સરળ બનાવવાના પ્રયોગો કરી રહ્યું છે.માસિક ધર્મ બંધ થઈ જાય છતાં સ્ત્રી માતા બની શકે કોઈ પણ પ્રકારની આડઅસર ન થાય તે રીતે માતૃત્વ મળે તે માટે હાલમાં વૈજ્ઞાનિકો મહેનત કરી રહ્યા છે.(પણ એ શોધની શક્યતા ઓછી લાગે છે.) હાલમાં એક શોધની તો આપણ સૌને કદાચ ખબર જ હશે કે ટેબ્લેટથી માસિકધર્મના દિવસોને (બે-ત્રણ) લંબાવી શકાય છે અને તેથી આગળ વધીને કુદરતી ક્રિયાને અવરોધ લાવ્યા વિના યોગ્ય દિશા મળશે. તો સ્ત્રીઓ માટે તે દિવસ આનંદની ઘડી હશે. કોઈપણ પ્રકારની શારિરીક માનસિક તકલીફ જ નહી હોય અને સ્ત્રી માતૃત્વ ધારણ કરી શકે તેવી શોધ વિજ્ઞાન કરી રહ્યું છે. સ્ત્રીઓની શાંતિ માટે જલ્દી કોઈ વિચાર મળી જાય તે માટે પ્રભુને અમારી અલગથી પ્રાર્થના છે કે પ્રભુ લાખો અબજો વર્ષોથી સ્ત્રીઓ તમારા સૃષ્ટિ સર્જનમાં ભાગીદારીનું કામ ઘણું વધારે કર્યું છે. પુરુષોની સરખામણીથી વધુ કર્યું છે. તો હવે તેમને થોડી રાહત પેકેજ મળે તેવું કંઈક કરજો.

વૈજ્ઞાનિકોને તેવી બુધ્ધિ - સમજ - જ્ઞાન આપજો એવી પ્રાર્થના અમારા અંતરની છે.હા પણ શોધ એવી હોય કે સ્ત્રીને કોઈ બીજી આડઅસર ન કરે તેવી હોય તેવુ તો ચોક્કસ કહેવાનું જ હોય. આત્મીય, આ બધુ તો ભાવિ ઉપર જ છોડવાનું છે. હાલમાં તો જે છે તે નિભાવવાનું . હાલની નવી જનરેશન તો આભડછેટની વાતોને વાહિયાત ગણે છે. તે સારું છે પણ દરેક કુટુંબમાં આ જોવા મળતું નથી. આપણો દેશ ગામડાઓનો બનેલો દેશ છે. શહેરમાં આ બાબતે ખૂબ ઓછુ માનનારો વર્ગ છે. તો ગામડાઓમાં હજુય માનનારો વર્ગ છે. સમય સંજોગો મુજબ (કુરિવાજ) ધર્મના તાતણાં ઢીલા પડયા છે પણ જો સહુનો સહિયારો પ્રયત્ન થાય તો કાર્યને વધુ વેગ મળશે. રથને એક ઘોડો જોડેલો હોય તો તેની ગતિ અને સાત ઘોડા જોડયા હોય તો તેની ગતિમાં ચોક્કસ ફેર પડશે.

કુરિવાજોમાંથી સમાજને બહાર લાવવા માટે રથને સાત ઘોડા જોડવા પડશે. આગળ કહ્યુ કે નવી જનરેશન આવી વાતો ને વાહિયાત ગણે તે સારુ છે પણ જો વૈજ્ઞાનિક અભિગમને ભૂલીને ચોકસાઈ-ચોખ્ખાઈ નહી રહે તો આપણા પૂર્વજોની ચિંતાં હતી કે હવા દ્વારા ચેપ-બિમારી વધી શકવાની શકયતા છે તે સાચી પડશે. ઘણીવાર બેનો દિકરીઓ બેદરકારી થી ગમે ત્યાં વેસ્ટ પેડ જોવા મળે છે.તેનું કારણ આપણે આભડછેટને તો ઉડાવી દીધો તેની સાથે જોડાયેલા વૈજ્ઞાનિક અભિગમ ને પણ ઉડી ગયેલો દેખાય તે ન થવું જોઈએ.

અંતમાં સૌને કહેવું કે આપણે સૌ સૃષ્ટિના સેવક છીએ. વિજ્ઞાનનો સદુપયોગ કરીને સૃષ્ટિની સેવા કરીએ. સેવા કરવાના રસ્તાઓ લાખો છે. કોઈ એક નાનો સેવાનો રસ્તો હાથમાં લઈએ તોય ઘણું છે. દા.ત. કોઈ બેનને મનમાં થાય કે મારે મારી અડોશ પડોશમાં રહેતી, પાંચ સાત બહેનો કે યુવિતીઓને કે સાથે આ વિષયમાં ચર્ચા કરીને કઈક સારા વિચારો આપવા છે તો તે પણ સૃષ્ટિની સેવા કરી જ ગણાશે. સ્ત્રીઓને લગતા પ્રશ્નોમાં કે સમસ્યાઓ સ્ત્રીઓ જ ઉકેલ લાવે. સ્ત્રીને સ્ત્રી જ શિક્ષણ સમજ આપે તે વધારે હિતાવહ છે.. ખૂબ પૈસાનું દાન કરવું તે મંદિરો બંધાવવા એ જ માત્ર મહાન કે મોટું પુણ્ય કાર્ય નથી. કોઈના શરીરરૂપી મંદિરમાં સારી વાત કરવી તે પણ મહાન કાર્ય છે જ. તેના માટે આપણે એકપણ રૂપિયાનો ખર્ચ કરવો પડે તેમ નથી. બસ માત્ર થોડો સમય કાઢીને થોડી મૈત્રી કેળવીને વાતો કરવી. કયાંય કોઈની વાત ઉડાવી ન દેવાય ને નકારાત્મક અભિગમ ન આવે તેનું ધ્યાન રાખીને ચોસ ઘણુ બધુ કરી શકાય. એથી વિશેષ ન લખતાં અંતમાં પ્રભુના સૃષ્ટિ સર્જનના કાર્ય ની મોટી હિસ્સેદાર જવાબદાર બહેનોને પ્રભુની કૃપાથી તેમની જવાબદારી યાદ આવે તે જ અભ્યર્થના સાથે

આજા માનવના જય ભગવાન જય પરમાત્મા.
(વૈશ્વિક જીવન દર્શની)
" અંતરની એરણ થી "