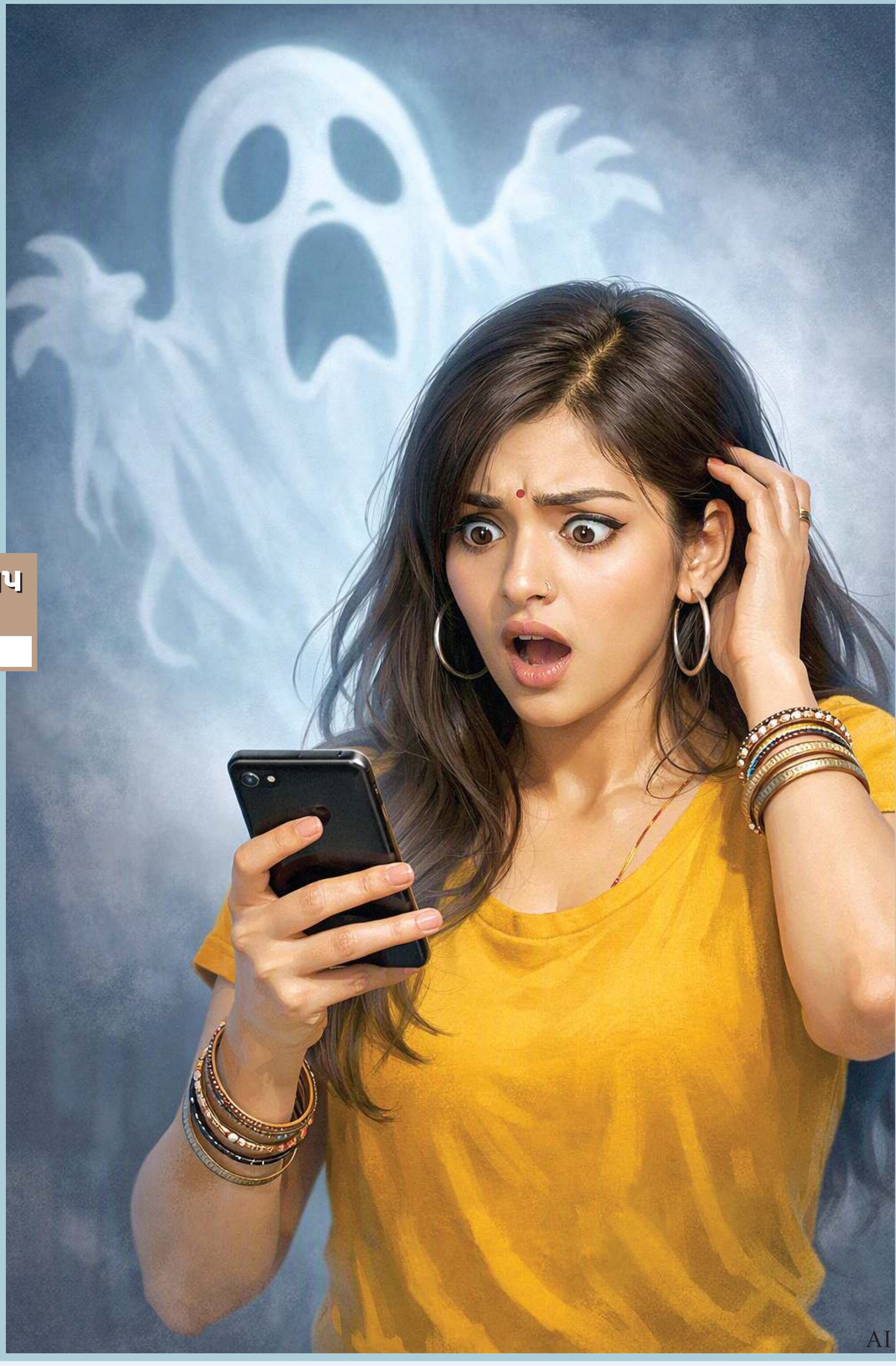

આ 'ઘોસ્ટિંગ' વળી શું નવું તૂત છે...?

આજના ડિજિટલ યુગમાં જેટલા ઝડપથી નવા સંબંધ બાંધી શકાય તેથી વધુ ત્વરાએ તોડી શકાય છે. એમાં હવે આ 'ઘોસ્ટિંગ'ની નવી ભૂત-ભૂતાવળ ભળી છે એ શું છે?

ક્લોઝ-અપ જિંદગી

★ ભરત ઘેલાણી

આજકાલ જે નવી પેઢી 'જનરેશન - ઝેડ' સમાચારોમાં ગાજી રહી છે એમની ડિજિટલ દુનિયામાં ડગલે ને પગલે નવા નવા શબ્દો એવી ઝડપથી ઉમેરાતાં જાય છે કે આપણા વડીલોની દુનિયાવાળા ચકરાવે ચઢી જાય.

'ગેસલાઈટિંગ' અને 'મૂનલાઈટિંગ' આ બે શબ્દ થોડા જૂના હોવા છતાં આજકાલ ફરી વપરાશમાં આવી ગયા છે. એમાંથી 'ગેસલાઈટિંગ' એટલે કે એક એવી ભ્રામક સ્થિતિનું ઈરાદાપૂર્વકનું સર્જન, જેમાં સામેની વ્યક્તિને ઠસાવી દેવામાં આવે કે એ માનસિક રીતે એવી નબળી પડી ગઈ છે કે એ સાચા નિર્ણય લઈ શકે એવી સ્થિતિમાં નથી. આવો માનસિક માહોલ સિફતથી તૈયાર કરીને પેલી વ્યક્તિ પાસેથી જોઈતું કામ કઢાવી લેવામાં આવે છે. આવા 'ઈમોશનલ ઍબ્યૂઝ' - માનસિક અત્યાચાર પર આધારિત વર્ષો પહેલાં ઑસ્કર વિજેતા એક ફિલ્મ આવી હતી, જેનું નામ જ હતું : 'ગેસલાઈટિંગ'!

હવે બીજો શબ્દ છે : 'મૂનલાઈટિંગ' અર્થાત્ 'ચન્દ્રપ્રકાશ' નહીં પણ મૂળ નોકરી - જોબ ઉપરાંત મૂળ માલિકને ખબર-જાણ ન હોય - એને અંધારામાં રાખીને કરવામાં આવતું વધારાનું કામ 'મૂનલાઈટિંગ ' તરીકે ઓળખાય છે. જે તમને વધારાની આવક રળી આપે. આ બન્ને સાથે હવે ત્રીજો નવો શબ્દ ઉમેરાયો છે. એ છે 'ઘોસ્ટિંગ'. પહેલી નજરે આ શબ્દ પરથી એટલું તો સમજાય કે આમાં 'ઘોસ્ટ' એટલે ભૂત-પ્રેતને લગતું કંઈક હોવું જોઈએ. વાત અમુક અંશે એવી પણ છે.

આમેય માનવીય સંબંધ 'મન-મોતી ને કાચ' જેવાં છે. એમાં તિરાડ પડે પછી ભાગ્યે જ ફરી જોડી શકાય. એમાંય કોઈ સાથે તમે રોમેન્ટિક સંબંધ ધરાવતા હો - રોજિંદા સંપર્કમાં હો અને અચાનક સામેની વ્યક્તિ કોઈ અજાણ્યા કારણસર તમારી સાથેનો સંપર્ક કાપી નાખે- તમારા મેસેજ-સંદેશના જવાબ આપવાનું ટાળે- ફોન પર વાત કરવાનું પણ ટાળે એવી વર્તણૂક માટે 'ઘોસ્ટિંગ' શબ્દ વપરાય છે. પણ શા માટે એને'ઘોસ્ટિંગ' કહેવામાં આવે છે? વેલ, કહે છે ને કે જેમ ભૂત અચાનક ગાયબ થઈ જાય-અદ્રશ્ય થઈ જાય અને સન્નાટો છવાઈ જાય તેમ કોઈ સાથેના આવા અચાનક સમાપ્ત થઈ ગયેલા સંબંધ માટે આ શબ્દ- આજે ખાસ કરીને ઓનલાઈન ડેટિંગના જમાનામાં વિશેષ પ્રચલિત થયો છે. હકીકતમાં આ શબ્દ સૌથી પહેલી વાર ૧૯૯૦ એટલે કે ૩૫ વર્ષ પહેલાં વપરાશમાં આવ્યો. એ પછી 'મરિયમ - વેબસ્ટર' ડિક્ષનરીએ ૨૦૧૭માં એને સત્તાવાર સ્થાન આપ્યું. જોગાનુજોગ, આ શબ્દની સાથે એક બીજો શબ્દ પણ આજે પ્રચલિત થઈ રહ્યો છે. એ છે 'સૉફ્ટ ઘોસ્ટિંગ' અર્થાત સામેવાળી વ્યક્તિ સાથે એક ઝાટકે સંપર્ક કાપી નાખવાને બદલે સંબંધ ધીરે ધીરે- ક્રમશ: ઓછા કરવાની નીતિ-રીતિને 'સૉફ્ટ ઘોસ્ટિંગ' કહે છે. પહેલાં મળવાનું ઓછું કરી નાખવું- મેસેજના જવાબ જલ્દી આપવા નહીં - આપો તો ઓછા આપવા- સામેથી સતત ફોન આવે તો એકાદ વાર જ ફોન ઊંચકવો. સોશિયલ મીડિયા પર એની પોસ્ટની ભાગ્યે જ કોઈ પ્રતિક્રિયા આપવી, ઈત્યાદિ. 'ઘોસ્ટિંગ' જેવા બીજા પણ કેટલાક શબ્દ છે, જેમ કે પેલો ચિત્રપટ્ટીનો કાલ્પનિક સુપર હીરો ફેન્ટમના પુત્ર 'કાસ્પર' પરથી આવેલો એક શબ્દ છે 'કાસ્પરિંગ.' કાસ્પરની ગણના એક ભલા-માયાળુ ભૂત તરીકે થાય છે. કોઈ સંબંધ પૂરો કરવાનો હોય તો આ મળતાવડા ભૂતની જેમ સામી વ્યક્તિ સાથે પ્રેમથી છૂટા પડવાની પ્રક્રિયા 'કાસ્પરિંગ' તરીકે ઓળખાય છે! 'ઘોસ્ટિંગ'ની ભૂતાવળ તોડવા માટે એના વિરોધાભાસી બીજા કેટલાક શબ્દો પણ આજની યુવા પેઢીમાં જાણીતા છે. ઉદાહરણ તરીકે,'બ્રેડક્રમબિંગ' સંબંધ આગળ વધારવામાં ખાસ રસ ન હોય છતાં સામેની વ્યક્તિનું ધ્યાન ખેંચવા રોમેન્ટિક- ફલર્ટિંગ મેસેજ મોકલીને એવી આડકતરી છાપ પાડે કે 'મને તો તમારી સાથે સંબંધ બાંધવામાં રસ છે' ને પાછળથી વસ્ત્રો પરથી જાણે ધૂળ ખંખેરતાં હોય એવી સહજતાથી ભૂલી પણ જાય. 'સંબંધ' આવી કામચલાઉ ચેષ્ટા પછી એને તોડી નાખવાની આવી ચેષ્ટા 'બ્રેડક્રમબિંગ' તરીકે જાણીતી છે. આ શ્રેણીમાં હજુ એક રસપ્રદ શબ્દ પણ છે : 'સબમરિનીંગ' અર્થાત તમારી સાથે કોઈએ ઘોસ્ટિંગ કર્યું હોય એ પછી તમારા પક્ષે પણ વાત વિસરાઈ ગઈ હોય ત્યાં અચાનક તમારી સાથે ઘોસ્ટિંગ કરનારી પેલી વ્યક્તિ સામેથી મેસેજ - ફોન દ્વારા તમારો એ રીતે સંપર્ક કરવાનો શરૂ કરી દે જાણે ભૂતકાળમાં એના તરફથી કંઈ થયું જ ન હોય. બીજા શબ્દોમાં કહો તો પહેલાં સંબંધના સમુદ્રમાં સબમરિનની જેમ ડૂબકી મારીને અદશ્ય થઈ જાય અને પાછળથી ફરી પ્રગટે સબમરિનની જેમ!

ઓનલાઈન ડેટિંગ એપ પર 'ઘોસ્ટિંગ'નો વધુ પડતો ઉપયોગ થાય છે એને કારણે ઘણા સંબંધમાં ન જોઈતી તિરાડ પડી જાય છે. એને અટકાવવા 'ટેમ' - 'ટિન્ડર'- 'બમ્બલ' કે 'ઓકે ક્યુપિડ' જેવી કેટલીક લોકપ્રિય ડેટિંગ એપ એના વપરાશકર્તાને વિશેષ માર્ગદર્શન પણ આપે છે. જેની સાથે સંબંધ કાપી નાખવાના હોય એની સાથે 'ઘોસ્ટિંગ' કરવાને બદલે કઈ રીતે સામેવાળાની લાગણી ઘવાય નહીં એની રીત આવી એપ્સ બતાવતી હોય છે. એની સાથે કેવાં લખાણ સાથે સંબંધ પર પૂર્ણવિરામ મૂકવું એના કાચા ડ્રાફ્ટ- મુસદ્દા સુદ્ધાં પણ તૈયાર કરી આપે છે! હવે ધારી લો કે તમે (કે તમારો કોઈ મિત્ર) આવા ઘોસ્ટિંગનો શિકાર બને તો શું કરવું? આજના યુવાનોની ભાષામાં જવાબ નંબર એક : 'NBD અર્થાત નો બીગ ડીલ. કોઈ બડી બાત નહીં આવું તો ચાલ્યા કરે. ભૂલી જાવ!'

આમ છતાં કોઈ કારણ કહ્યા વગર તમારી સાથે કોઈ સંબંધ તોડી નાખે એનો વસવસો તો રહે- મન પર એક છૂપો ઘા નહીં તો ઉઝરડો જરૂર રહી જાય. આવા સંજોગોમાં ઘોસ્ટિંગના ઘા હળવા કરવા વિશે મનોચિકિત્સક શું કહે છે?

આવું ઘોસ્ટિંગ પ્રેમ- મિત્રતા અથવા તો કામ-વ્યવસાયમાં થતું હોય છે. ડિજિટલ યુગમાં કોઈના જીવનમાંથી અચાનક અલોપ થઈ જવાની વાત વધુ સરળ થઈ ગઈ છે અને આવી ક્રિયામાં ઘોસ્ટિંગ કરનાર વધુ જવાબદાર હોય છે અને એ જ એકલો જાણતો હોય છે એણે આમ શા માટે કર્યું. સામે પક્ષે ઘોસ્ટિંગનો ભોગ બનનારાને તો કારણની જાણ સુદ્ધાં નથી હોતી. એટલે મનોવિજ્ઞાનીઓ એને સહજતાથી લઈ ભૂલી જવાની સલાહ આપે છે.

'આવું થાય પછી ભોગ બનનારાએ ઘોસ્ટિંગી કરનારાનો સામેથી સંપર્ક કરવો જોઈએ?' જવાબમાં મનોચિકિત્સક કહે છે: 'હા, જો તમારા વચ્ચે લાંબા સમયથી સંબંધ હોય તો એને મળીને કે બીજી રીતે સંપર્ક કરીને કારણ પૂછી લેવું જોઈએ નહીંતર પછી મનની પાટી પરથી એ સંબંધને લૂછી નાખો- ભૂંસી નાખો. એ એને રસ્તે. તમે તમારે!'

જો કે આ બધા વચ્ચે એક મૂળ પ્રશ્ન બધાના મનમાં સળવળતો રહે છે : 'અચાનક સંબંધ પર પૂર્ણવિરામ મૂકીને ઘોસ્ટિંગ કરનારાનાં મનમાં- હકીકતમાં શું હોય છે?' 'ઘણું બધું.' મનોચિકિત્સક ઉમેરે છે : 'એક કારણ : ઘોસ્ટિંગ કરનાર ખુદ નથી જાણતો કે એ આ સંબંધ શું કામ કાપી નાખે છે. બીજું કારણ : મોટા ભાગના આવા નિર્ણય ક્ષણિક આવેશ અને ઉતાવળે લેવામાં આવ્યા હોય છે અને ત્રીજું કારણ : કોઈ પાસે એણે આ વિશે ખુલાસો કરવાનો નથી હોતો અને એટલે આજના ડિજિટલ યુગમાં ઘોસ્ટિંગ કરવું ઝડપી અને બહુ સરળ છે!' ટૂંકમાં 'ઘોસ્ટિંગ'ના ચક્કરમાં તમે જો સપડાયા હો તો એમાંથી બહાર આવવાનો એક સરળ ને સચોટ ઉપાય છે : 'બધું ભૂલી જાવ. રાત ગઈ-બાત ગઈ. ડૉન્ટ વરી, બી હેપી!'