જય આદ્યશક્તિ: સોળ કડી, સોળ સંબંધ અને સોળ જીવનપાઠ

ભાગ: 2

આરતીની એકમથી સાતમ સુધીની દરેક કડીને પરિવારના અલગ અલગ સંબંધો સાથે જોડી અને દરેકમાંથી એક સામાજિક તથા મનોવૈજ્ઞાનિક જીવનપાઠ મેળવ્યા. આજે આઠમથી સોળમ વિશે વાત કરીએ. મારો વિચાર સ્પષ્ટ છે કે આ લેખ માત્ર ધાર્મિક અર્થઘટન ન બને પરંતુ તમને પોતાના ઘરની કોઈ ઘટના યાદ આવે, પોતાના વર્તન વિશે વિચારવાની પ્રેરણા મળે અને સંબંધોમાં સુધારો કરવાની દિશા પણ મળે.

આઠમ - અષ્ટભુજા: પરિવારની જવાબદારીઓ

એક કામકાજી મહિલા સવારે ઘર સંભાળે છે, પછી ઓફિસ જાય છે, સાંજે બાળકોનું ભણતર જુએ છે અને વૃદ્ધોની દવાઓનું ધ્યાન રાખે છે.

તે થાકી જાય ત્યારે ઘરમાંથી અવાજ આવે છે, "તું પહેલાં તો બધું કરી લેતી હતી!"

અષ્ટભુજા માતાજીના આઠ હાથ શક્તિનું પ્રતીક છે. પરંતુ ઘરની સ્ત્રી પાસે પણ આઠ હાથ હોય એવી અપેક્ષા રાખવી યોગ્ય નથી.

આજના પરિવારમાં ઘરકામ, બાળકોની સંભાળ અને વૃદ્ધોની જવાબદારી બધાંએ પોતાની ક્ષમતા પ્રમાણે વહેંચવી જોઈએ.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

સતત જવાબદારીઓ અને માનસિક ભાર વ્યક્તિને થકવી શકે છે. જવાબદારીઓની ન્યાયસંગત વહેંચણી જરૂરી છે.

સંબંધનો સંદેશ:

ઘરની સ્ત્રીને દેવી કહીને પૂજવા કરતાં તેને માનવી તરીકે આરામ, સહયોગ અને સન્માન આપવું વધારે મહત્ત્વનું છે.

નોમ - નવદુર્ગા: બદલાતી ભૂમિકાઓ અને સંબંધો

એક જ વ્યક્તિ જીવનમાં અનેક ભૂમિકાઓ ભજવે છે.

એક પુત્રી લગ્ન પછી પત્ની બને છે, પછી માતા બને છે. વર્ષો પછી તે પોતાની વૃદ્ધ માતાની સંભાળ પણ લે છે.

એ જ રીતે પુત્ર, પતિ, પિતા અને દાદા બનતાં પુરુષની જવાબદારીઓ પણ બદલાય છે. દરેક ભૂમિકામાં એકસરખું વર્તન યોગ્ય નથી. બાળકને માર્ગદર્શન જોઈએ, યુવાન સંતાનને સ્વતંત્રતા જોઈએ અને વૃદ્ધ માતા-પિતાને સન્માન સાથે સહયોગ જોઈએ.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

સંબંધોમાં પરિસ્થિતિ અનુસાર વર્તન બદલવાની ક્ષમતા એટલે ભાવનાત્મક લવચીકતા.

સંબંધનો સંદેશ:

સંબંધો બદલાય ત્યારે પ્રેમ ઓછો કરવાની નહીં, પ્રેમ વ્યક્ત કરવાની રીત બદલવાની જરૂર પડે છે.

દશમ - વિજયા દશમી: અહંકાર સામે સંબંધોની જીત

એક ભાઈ અને બહેન વચ્ચે મિલકતના મુદ્દે ઝઘડો થયો. વર્ષો સુધી બંનેએ એકબીજા સાથે વાત ન કરી. બંનેને લાગતું હતું કે પહેલ કોણ કરે? હું શા માટે ફોન કરું? એક દિવસ પરિવારના પ્રસંગે બંને મળ્યાં. બહેને માત્ર એટલું કહ્યું, "આપણી વચ્ચે મતભેદ છે, પણ એટલે શું આપણો સંબંધ પૂરો થઈ જવો જોઈએ?" આ વાક્યથી વાતચીતની શરૂઆત થઈ.

વિજયા દશમીનો વિજય આપણે અહંકાર પર વિજય તરીકે પણ સમજી શકીએ.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

સંબંધોમાં સમાધાન માટે પોતાની લાગણી વ્યક્ત કરવી, ભૂલ સ્વીકારવી અને બીજાની વાત સાંભળવી જરૂરી છે.

સંબંધનો સંદેશ:

સંબંધમાં દરેક દલીલ જીતવી જરૂરી નથી. ક્યારેક સંબંધને તક આપવી વધારે મહત્ત્વની હોય છે.

અગિયારસ - કાત્યાયની: અપેક્ષા અને આત્મનિયંત્રણ-

એક માતા પોતાના પુત્રને રોજ ફોન કરે છે. પુત્ર વ્યસ્ત હોવાથી ક્યારેક ફોન ઉપાડી શકતો નથી. માતાને લાગે છે કે પુત્રને હવે મારી ચિંતા નથી. પુત્રને લાગે છે કે મમ્મી મને સમજતી નથી. અહીં બંને વચ્ચે પ્રેમ છે પરંતુ અપેક્ષાઓનો ભેદ છે.

દરેક સંબંધમાં અપેક્ષાઓ હોય છે. પરંતુ સામેવાળી વ્યક્તિ આપણી દરેક અપેક્ષા પૂરી કરે જ, એવો આગ્રહ સંબંધમાં તણાવ પેદા કરી શકે છે.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

પોતાની લાગણીઓ અને અપેક્ષાઓને ઓળખીને સ્પષ્ટ રીતે વ્યક્ત કરવી એ ભાવનાત્મક નિયંત્રણનો એક ભાગ છે.

સંબંધનો સંદેશ:

પ્રેમનો અર્થ સતત ઉપલબ્ધ રહેવું નહીં પરંતુ એકબીજાની પરિસ્થિતિ સમજવી પણ છે.

બારસ - બાળા સ્વરૂપ: બાળકો

અને તેમની સુરક્ષા

એક બાળક શાળામાંથી ઘરે આવે છે અને માતાને કહે છે કે આજે શિક્ષકે તેને બધાંની સામે અપમાનિત કર્યો.

માતા તરત કહે છે, "તેં કંઈક કર્યું હશે એટલે શિક્ષકે કહ્યું હશે."

બાળક ચૂપ થઈ જાય છે.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

આવી નાની ઘટનાઓ બાળકને શીખવી શકે છે કે તેની વાત સાંભળવામાં આવતી નથી. બાળકોને શિસ્ત સાથે પોતાની વાત કહેવાની સુરક્ષિત જગ્યા પણ જોઈએ.

બાળકોની લાગણીઓને માન્યતા આપવાથી તેમની ભાવનાત્મક અભિવ્યક્તિ અને વિશ્વાસને ટેકો મળે છે.

સંબંધનો સંદેશ:

બાળકોને માત્ર આજ્ઞાકારી બનાવવાના બદલે નિર્ભયપણે સાચી વાત કહી શકે એવા બનાવીએ.

તેરસ - તારણી: વૃદ્ધ માતા-પિતા અને સંતાનો

એક વૃદ્ધ પિતા પોતાના પુત્રને વારંવાર એક જ વાત પૂછે છે. પુત્ર અકળાઈને કહે છે, "પપ્પા, કેટલી વાર સમજાવું?" પિતા ચૂપ થઈ જાય છે.

કદાચ વર્ષો પહેલાં એ જ પિતાએ બાળકના સો પ્રશ્નોના જવાબ ધીરજથી આપ્યા હશે. **તારણીના ભાવને આપણે મુશ્કેલીમાં એકબીજાને સહારો આપવાની શક્તિ તરીકે સમજી શકીએ પરંતુ વૃદ્ધોની સેવા માત્ર ફરજ બની ન રહેવી જોઈએ. તેમાં તેમની પસંદગી, સ્વતંત્રતા અને ગૌરવનો પણ સ્વીકાર હોવો જોઈએ.**

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

વૃદ્ધાવસ્થામાં સામાજિક જોડાણ, સ્વાયત્તતા અને ભાવનાત્મક સન્માનનું મહત્ત્વ રહે છે.

સંબંધનો સંદેશ:

વૃદ્ધોને માત્ર સુવિધા નહીં, સમય અને નિર્ણયોમાં સ્થાન પણ આપીએ.

ચૌદસ - ચંડી ચામુંડા: ક્રોધ અને સંબંધોની મર્યાદા

એક પતિ ઓફિસના તણાવમાં ઘરે આવે છે અને નાની વાતમાં પત્ની ઉપર ગુસ્સો કરે છે.

પત્ની એ જ ગુસ્સો બાળક ઉપર કાઢે છે. બાળક પછી નાના ભાઈને ધક્કો મારે છે. આ રીતે એક વ્યક્તિનો ક્રોધ આખા પરિવારના વાતાવરણને અસર કરે છે.

ચંડીના સ્વરૂપને આપણે ક્રોધની શક્તિ અને તેના વિવેકપૂર્ણ ઉપયોગ સાથે જોડીએ.

ક્રોધ અનુભવવો માનવીય છે પરંતુ ક્રોધના નામે અપમાન, ધમકી કે હિંસા યોગ્ય નથી.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

લાગણીઓનું નિયંત્રણ, વિરામ લેવાની ટેવ અને શાંતિથી વાત કરવાની ક્ષમતા સંબંધોમાં સંઘર્ષ ઘટાડે છે.

સંબંધનો સંદેશ:

ગુસ્સો આવવો સ્વાભાવિક છે પરંતુ ગુસ્સામાં કોઈનું સન્માન તોડવાનો અધિકાર નથી.

પૂનમ - પૂર્ણતા: ક્ષમા અને સ્વીકાર

લગ્નને ત્રીસ વર્ષ થયેલાં દંપતીને કોઈ પૂછે છે, "તમારા સુખી લગ્નજીવનનું રહસ્ય શું છે?"

પત્ની હસીને કહે છે, "અમે બંને સંપૂર્ણ નથી પરંતુ અમે એકબીજાને સમજવાનું બંધ નથી કર્યું." આ વાતમાં સંબંધોની ખૂબ મોટી સમજણ છુપાયેલી છે.

પૂનમની પૂર્ણતાને આપણે સ્વીકારના પ્રતીક તરીકે લઈ શકીએ. કોઈ વ્યક્તિમાં તમામ ગુણો નથી હોતા પરંતુ જ્યાં ગુણોની કદર, ભૂલો સુધારવાની તૈયારી અને પરસ્પર વિશ્વાસ હોય ત્યાં સંબંધ પરિપક્વ બને છે.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

સહાનુભૂતિ, કૃતજ્ઞતા અને સુધારાની તૈયારી સંબંધોમાં સંતોષ વધારવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે.

સંબંધનો સંદેશ:

સંપૂર્ણ વ્યક્તિ શોધવા કરતાં એકબીજા સાથે વધુ સારા માણસ બનવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

સોળમ - ક્ષમા અને દયા: સમગ્ર સમાજ સાથેનો સંબંધ

આરતીના અંતિમ ભાગમાં ક્ષમા અને દયાની પ્રાર્થનાનો ભાવ આવે છે. આપણે માતાજી પાસે પોતાની ભૂલો માટે ક્ષમા માગીએ છીએ પરંતુ શું આપણે બીજાની ભૂલોને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ? ઘરમાં કામ કરનાર વ્યક્તિ, પાડોશી, મિત્ર, સહકર્મચારી કે અજાણી વ્યક્તિ–દરેક સાથેનો આપણો વ્યવહાર આપણા સંસ્કાર દર્શાવે છે.

ઘરમાં સૌજન્યથી બોલતો માણસ બહાર નબળા માણસનું અપમાન કરે તો તેની કરુણા અધૂરી છે.

મનોવૈજ્ઞાનિક પાઠ:

સહાનુભૂતિ અને કરુણા માત્ર નજીકના સંબંધોમાં નહીં, સામાજિક સંબંધોમાં પણ મહત્ત્વ ધરાવે છે.

સંબંધનો સંદેશ:

સાચી શક્તિ માત્ર પોતાના પરિવારને સાચવવામાં નહીં પરંતુ સમાજમાં અન્ય લોકોની ગરિમાનું સન્માન કરવામાં પણ છે. માતાજીની આરતીમાં આપણે એકમથી સોળમ સુધીની કડીઓ ગાઈએ છીએ પરંતુ જો દરેક કડીમાંથી એક જીવનમૂલ્ય લઈને આપણા સંબંધોમાં ઉતારીએ તો કદાચ આપણી આરતી માત્ર પૂજાનો ભાગ નહીં રહે પરંતુ જીવન જીવવાની એક સુંદર પ્રેરણા બની શકે. માતાજીને મહાલક્ષ્મી તરીકે પૂજીએ છીએ તેમ ઘરની સ્ત્રીના યોગદાનની કદર કરીએ. માતાજીને અષ્ટભુજા તરીકે પૂજીએ છીએ તેમ ઘરની જવાબદારીઓ વહેંચીએ. માતાજીને ચંડી તરીકે પૂજીએ છીએ તેમ અન્યાય સામે ઊભી રહેતી સ્ત્રીનો અવાજ સ્વીકારીએ. માતાજી પાસે ક્ષમા માગીએ છીએ તેમ આપણાં માતા-પિતા, સંતાનો કે જીવનસાથીની માફી માગવાની હિંમત રાખીએ.

આરતીમાં શક્તિની સ્તુતિ કરવી એ ભક્તિ છે અને સંબંધોમાં એ શક્તિનો સદુપયોગ કરવો એ જીવનની સાધના છે. દીવો માતાજીની સામે પ્રગટાવીએ છીએ પરંતુ તેનો પ્રકાશ આપણા વર્તનમાં પણ દેખાય એ જ આ અર્થઘટનનો સાર છે.

એકમથી સોળમ સુધીની આરતી આપણને માત્ર માતાજીનાં સ્વરૂપો યાદ ન અપાવે પરંતુ આપણા જીવનમાં રહેલા દરેક સંબંધનું મૂલ્ય પણ સમજાવે કારણ કે સંબંધો સાચવવા માટે માત્ર પ્રેમ પૂરતો નથી; પ્રેમ સાથે વિવેક, સન્માન, ધીરજ, સંવાદ, સ્વાભિમાન અને ક્ષમા પણ જરૂરી છે.

- Instagram@gita.shroff