



ભોજન-સંબંધોનો મજબૂત પુલ

ને

ટફલીક્સ પ્લેટફોર્મ પર હાલ રજૂ થયેલ 'ડાયનીંગ વીથ ધ કપૂર્સ' જોવાનું થયું. ખરું પૂછો તો નામથી જ આકર્ષણ જાગ્યું. આમ જોઈએ તો સીદાસાધા પારિવારિક ભોજનની વાત છે છતાં તેમાં આકર્ષણ એટલે થયું કે આજની પેઢીને પણ પારિવારિક ભોજનમાં ગ્લેમર દેખાય છે અને એમાં પણ 'ધ કપૂર્સ'માં ભારોભાર કપૂર હોવાનો ગર્વ દેખાય છે. નવી પેઢી કારકિર્દી અને વ્યસ્તતાને કારણે વિખરાઈ, ઓનલાઈન મીટિંગો, ઓર્ડર કરેલું ખાવાનું પણ મનમાં સાવ એકાંત...તેમને તહેવારની કિંમત તો છે પરંતુ સમય મર્યાદિત છે. આ બદલાવ વચ્ચે પણ નવી પેઢી પરિવાર સાથેના સમયને વધુ વિશેષ બનાવે છે. ઓછો સમય પણ વધુ ગુણવત્તાવાળો...જ્યાં ભોજન માત્ર ખાવાનું નહીં 'કુટુંબ' છે એવું નવી પેઢીને જ્ઞાત થયું એ બહુ મોટી વાત છે. જો આપણે પણ આંખ બંધ કરીને અતીતમાં જોઈએ તો આપણાં દાદા-દાદી-નાના-નાની કે અન્ય વડીલોની સ્મૃતિ થતાં જ કંઈ ને કંઈ ખાવાની વાનગી યાદ આવી જાય અને મોઢામાં તેનો સ્વાદ પણ સળવળી ઊઠે. એવું નથી કે તેઓએ આપણને કોઈ નાની-મોટી-કિંમતી ગિફ્ટ નથી આપી પરંતુ યાદ તો તે ખાવાની વસ્તુ જ આવે છે. દાદીની સુખડી, નાનીના લાડુ, ફોઈનું અથાણું, કાકીના રોટલા- શાક, માસીની કઢી, મામીની ઢેબરી, દાદાની પીપરમીટ, પપ્પાના એ બુઢીના વાળ, ફુઆની ચોકલેટ ને કેટલી બધી સ્મૃતિઓ ધરબીને રાખી હોય છે. જે સ્મરણ કરવા માત્રથી આંખ સામે, માનસપટ પર અને મોઢામાં હલચલ મચાવી દે છે. વળી તેમની સાથેના ભોજન વખતની તેમની નાની-મોટી વાર્તા, ગીતો, ઉપાણાં, રમૂજ, ટપકો પણ યાદ આવી જાય. આવી તમામ સ્મૃતિઓ જ્યારે ચોથી અને પાંચમી પેઢીના મોઢે સાંભળીએ ત્યારે જાણ થાય કે બાળમાનસ પર આવી નાની વાતોની કેટલી ઊંડી અસર આજીવન સ્મૃતિમાં અંકાર જતી હોય છે. છતાં વચ્ચેની પેઢીઓએ અહંકાર, ઈર્ષા, મદમાં છકી જઈને આ પરંપરાને મોડર્નાઈઝેશનના નામે તોડી નાંખી. તેના પછીની પેઢીઓએ પાર્ટી, ફેશન, કામ ન કરવાની વૃત્તિ (આળસ-પ્રમાદ) જેવાં કારણોથી આ પારિવારિક ભોજન પરંપરાને પ્રાધાન્ય ન આપ્યું પણ સમયનું ચક્ર ફરતું ફરતું ત્યાં પરત જરૂર પહોંચે છે. આ સાથે જ મને પણ પાછલાં 25 વર્ષમાં તૂટતા પરિવારોના કેસીસ સ્મૃતિમાં ઝબક્યા.

કેસ 1:

પીયૂષભાઈ અને આભાબેનના લગ્નને 4-5 વર્ષ થયાં હતાં. તેઓ માતા-પિતા-ભાઈ-ભાભી-ભત્રીજા-પોતાનાં બે સંતાનો સાથેના સંયુક્ત પરિવારમાં રહેતાં હતાં. ધંધામાં અણધારી સફળતાએ તેમને ઝાકઝમાળ તરફ આકર્ષ્યા. તેઓ પરિવારથી છૂટા પડી મહેલ જેવા ઘરમાં રહેવા ગયાં. વર્ષો વીતવા લાગ્યાં અને ધીમે ધીમે તેઓ ચારમાંથી પણ ક્યારે એકલા-એકલા થઈ ગયાં તેની જાણ સુદ્ધાં ન રહી. પીયૂષભાઈ દારૂની મહેફિલમાં ઓતપ્રોત રહેતા. આભાબેન તેમની સાથે જતાં પણ પોતાનાં બંને સંતાનોને ખોટા વ્યસને જતાં જોઈ ગુમસુમ રહેવા લાગે છે. દીકરા-દીકરીને રી-હેબમાં મૂક્યાં જ્યાં તેઓએ ઘરે પરત ન ફરવાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. કારણ પૂછતાં તેમના 23 વર્ષના દીકરાએ જણાવ્યું કે તેને દાદીની ખૂબ યાદ આવે છે. બાળપણની ઘણી બધી સ્મૃતિઓમાં દાદા-દાદી-કાકા-કાકી વણાયેલાં છે. મમ્મીપપ્પાએ અમારો એ આનંદ અને સાથ છીનવી તો લીધો પણ તેઓએ અમને સમય કદી ન આપ્યો. અમારા રૂમમાં સ્વીગી-ઝોમેટોને બોલાવી લઈએ છીએ પણ ખાવામાં સ્વાદ નથી આવતો અને એકલતા અમને તોડી નાંખે છે. જેથી અમે ભાઈ-બહેન ક્યારે ડ્રગ્સ લેતાં થઈ ગયાં તે ભાન જ ન રહ્યું. રી-હેબમાંથી તેઓ સીધા દાદી-કાકા-કાકીના ઘરે જતાં રહ્યાં. પીયૂષભાઈ તેમના નશામાં અને આભાબેન એકલતાના વમળમાં ખૂંપી રહ્યાં છે. સંયુક્ત પરિવારમાં જ્યારે પરિવારના થોડા-ઘણાં લોકો સાથે જમે છે ત્યારે માનસિક રીતે તેઓ સ્વયંને સુરક્ષિત માનતા હોય છે. જે આભાબેનને હવે જરૂરથી સમજાયું હશે. પરિવારમાં સારા-માઠા દિવસો તો આવતા જ હોય છે પણ ભોજન સમયે સાથે હોવાથી 'તમે એકલા નથી'નો અહેસાસ થાય,

સમસ્યાઓનો રસ્તો મળે. આ કૌટુંબિક ભોજન એક સંદેશ આપે છે. 'અમે ક્યાંય પણ હોઈએ આપણો હિસ્સો એકમેકમાં છે.'

કેસ-2

ઊર્વીનાં સાસુ રક્ષાબેનના પિયર તરફ અને સાસરા તરફ ચાર-ચાર ભાઈબહેનોનો પરિવાર એટલે વાર-તહેવારે તેઓ વારાફરતી બધાંને ઘરે જમવા જતાં. રક્ષાબેન રસોઈમાં કુશળ અને ઝડપી, વળી ઉત્સાહી પણ એટલે તેમના ઘરે તેઓ વારંવાર બધાંને બોલવતાં રહેતાં. તમામ કઝીન્સમાં જોડાણ સારું હતું. ઊર્વી લગ્ન કરીને આવી પછી તેણે કોઈને કોઈ કારણથી પારિવારિક ઉજવણીમાં ન જવાનું શરૂ કર્યું. ધીમે ધીમે તેણે રક્ષાબેનને પણ આવા અતિ ઉમળકાભર્યા વ્યવહાર માટે બોલવાનું શરૂ કર્યું. ધીમે ધીમે પારિવારિક મેળાવડો મંદ મંદ થતાં બંધ જ થઈ ગયો. લગ્નનાં થોડાં વર્ષો બાદ ઊર્વી અને તેના પતિ આશિષ વચ્ચે ઝઘડાઓનું પ્રમાણ વધતાં-વધતાં છૂટાછેડા સુધી પહોંચ્યું. ઊર્વીને પશ્ચાત્તાપ થવા લાગ્યો પણ તેણે સાસરીમાં કોઈ સાથે એવા સંબંધ બાંધ્યા જ નહોતા કે કોઈની મદદ માંગી શકે. આજના ઝડપી જીવનમાં નોકરી, શિક્ષણ અને જીવનશૈલીની જરૂરિયાતો બદલાતી હોવાથી ઘણા પરિવારો અલગ અલગ શહેરોમાં અથવા એક જ શહેરમાં પણ અલગ-અલગ રહેવા મજબૂર હોય છે પરંતુ આ જુદાઈની વચ્ચે વાર-તહેવાર આવે ત્યારે એક જ ટેબલ પર ભોજન કરવા મળવું એ માત્ર પરંપરા નથી પરંતુ એ પ્રેમ, સંબંધ, સંસ્કાર અને સંવેદનાનું પ્રતીક છે. જે હૃદયથી હૃદયને જોડી સંબંધ મજબૂત બનાવે છે. સ્મિત, વાતો, છુપાયેલો પ્રેમ, રમૂજ, તોફાન, મસ્તી-બધું જ એક થાળીમાં પીરસાય છે. દાદા-દાદી, મા-બાપ, બાળકો સાથે બેસે

ત્યારે વાનગીઓ માત્ર સ્વાદ નથી આપતી મૂલ્યો વાવે છે. કોણે શું બનાવ્યું? શું મદદ કરી? એનાથી વાનગી વારસો બની જાય છે. અભ્યાસ, કાર્ય અને ટેન્શન વચ્ચે આવો ભોજનમેળો તાજગી, હાસ્ય અને આનંદની નવી શરૂઆત કરે છે.

પરિવારો સાથે ભેગા થાય તો સમાજમાં પણ જોડાણ વધે છે. પાડોશીની મુલાકાત, મિત્રમંડળનો સમાવેશ ભોજન સમારંભ આ બધું સાથે મળે છે. જે મળેલા દિલોનો સમાજ બને છે. જ્યાં આધાર અને સહકારની ભાવના વિકસે છે. કોઈ એક તૂટે તો અનેક તેને સાંધવા, સાચવવા આગળ આવે છે. જ્યાં અહમ નામનો કીરો નથી નડતો. ભોજનમાં દરેક હાથનો સ્વાદ ઉમેરાય છે.

અલગ રહેતા પરિવારો માટે ખાસ પ્રિસ્ક્રિપ્શન

- » વાર-તહેવાર-ઉત્સવની ઉજવણીની જવાબદારીની વહેંચણી કરી લો. પછી ભલે અન્ય તેને મદદ કરવા જાય.
- » ભોજન સાથે સ્મૃતિઓ સર્જો: જૂની વાતોને યાદ કરો, કોઈના વખાણ કરો, કોઈકની ગેરહાજરીની નોંધ લો અને વીડિયો કોલથી તેને જોડો.
- » મૂલ્યો આગળ ધપાવો: દાદા-દાદીને મહત્ત્વનું સ્થાન આપો. તેમના સમયની વાતો ઉત્સુકતાથી સાંભળો. બાળકોને પણ તેમાં જોડાવા પ્રોત્સાહિત કરો.
- » મનની શાંતિ આપો: ક્યારેક ભજન-કીર્તન, મંત્રોચ્ચાર, પાઠ, પુરાણકથા કરો. ક્યારેક મેડિટેશન, યોગ, ધ્યાન કરો. અવનવી પ્રવૃત્તિથી પરિવાર મેળાને જીવંત બનાવો.
- » સંબંધો જીવંત રાખવા: જેણે પરિવારમાંથી વિદાય લીધી છે એ તમામનું સ્મરણ કરી તેમના વિશે વાતો કરો. જે આવ્યા હોય તે તમામની નોંધ લો અને દરેકની ખાસિયત વિશે થોડું બોલી તેને બિરદાવો. જે ન આવ્યા હોય તેમની નોંધ લો અને વીડિયો કલિપ મોકલી તેમને મીસ કર્યાની લાગણી પહોંચાડો.
- » ભોજન નાનું હોય કે શાહી મેળાવડાને મહત્ત્વ આપો.
- » ક્યારેક ઘરેથી દરેક જણ વાનગી બનાવીને લઈ જાઓ, ખૂબ રમો, હસો અને જીવો. (ખરા અર્થમાં)