સંબંધોમાં અધિક માસ

ગુજરાતીમાં એક કહેવત છે- 'દુકાળમાં અધિક માસ'. સામાન્ય રીતે તેનો અર્થ એ રીતે લેવાય છે કે મુશ્કેલીઓ વચ્ચે એક વધુ ભાર આવી પડ્યો પરંતુ જો આપણે આ કહેવતને સંબંધોના પરિપ્રેક્ષ્યમાં જોઈએ, તો તેનો એક અત્યંત સુંદર અને જીવનદાયી અર્થ પણ થઈ શકે. અધિક માસ હિંદુ પંચાગમાં એવો સમય છે જે સંતુલન જાળવવા માટે ઉમેરવામાં આવે છે. વર્ષના ગતિચક્રને સમતોલ કરવા માટે કુદરત જાણે એક વધારાનો મહિનો આપે છે. એ જ રીતે આપણા સંબંધોમાં પણ ક્યારેક એક 'અધિક માસ'ની જરૂર પડે છે. એક વધારાનો સમય, જે આપણે ખાસ કરીને સંબંધોને આપીએ, જ્યાં કોઈ ઉતાવળ ન હોય, કોઈ અપેક્ષા ન હોય, માત્ર સમજણ-સંવાદ અને સ્નેહ હોય. અગાઉ તો વર્ષમાં એક માસ 'મોસાળ માસ' રહેતો જ્યારે તમામ મોસાળ રહેવા જતાં અને ભવિષ્ય માટે સંબંધોને મજબૂત રાખવાનો પાયો ચણાઈ જતો. આજના સમયમાં સંબંધોનો સૌથી મોટો દુકાળ છે સમયનો દુકાળ, ધ્યાનનો દુકાળ અને સાંભળવાના અભાવનો દુકાળ. આપણે એક જ ઘરમાં રહીએ, સાથે હરવા-ફરવા જઈએ છીએ, પાર્ટી-પિકનિક કરીએ છીએ પરંતુ એકબીજા સાથે ઓછા જીવીએ છીએ. મોબાઈલ, કામ, જવાબદારીઓ અને દોડધામનાં બહાનાં સાથે સંબંધોને માત્ર ફરજ બનાવી રાખીએ છીએ.

એવા સમયે સંબંધોમાં 'અધિક માસ' એટલે શું?

એટલે કે, થોડો વધારાનો સમય કાઢવો. કોઈ ખાસ કારણ કે કારણ વગર માતા-પિતા, ભાઈ-બહેન, જીવનસાથી, સંતાન, મિત્રને ફોન કરવો. સંતાનને કોઈ ઉપદેશ આપ્યા વગર તેની વાતો સાંભળવી. મિત્રને માત્ર પૂછવું કે ''તું ખરેખર કેમ છે?'' માતા-પિતા જીવનસાથીને 'ખાસ'હોવાનો અનુભવ કરાવવો. એક સાંજ માત્ર વાતોમાં પસાર કરવી. કોઈ પણ પ્રકારના દેખાવ, આડંબર બતાવ્યા વિના લાગણીઓ માટેનો વધારાનો અવકાશ એટલે જ, 'સંબંધોમાં અધિક માસ'. જેમ અધિક માસમાં ધાર્મિક રીતે આત્મચિંતન, ઉપાસના અને પુનઃસંવાદ પર ભાર મૂકવામાં આવે છે, તેમ સંબંધોમાં પણ આ સમય આપણને સંબંધોની અંદર ઝાંખી કરવાની તક આપે છે. ક્યાંક કોઈ દુઃખી તો નથી? કોઈ અવગણાયેલું તો નથી? વર્ષોથી મનદુઃખ સાથે જીવતું તો નથી? કોઈ ઈચ્છા દબાવી તો નથી રાખી?

કેસઃ

એક દિવસ અન્ય શહેરમાં એક પ્રેમાળ પરિવારમાં રોકાવાનું થયું. સમગ્ર પરિવારમાં ખૂબ પ્રેમ-આદર અને સંપ ભારેભાર દેખાય. વૃધ્ધ માતા-પિતા, ત્રણ ભાઈઓનો સમૃધ્ધ પરિવાર રોજ રાત્રે સાથે ભોજન લે. તમામ વ્યક્તિ એકમેકનો ખૂબ આદર કરે. ત્યારે રાત્રે ભોજન બાદ 'સંબંધોમાં હજી અધિક શું હોઈ શકે?' એ વિષય પર હળવી ચર્ચા થઈ. ત્રણેય ભાઈઓએ ગર્વથી કહ્યું,''જે અમે આપીએ અને જીવીએ છીએ, તેમાં આનાથી અધિક કશું હોઈ જ ન શકે.'' વાતચીતમાં દરેક વ્યક્તિને પોતાની અધૂરી ઈચ્છા જણાવવા કહેતાં, દરેક જણ વિચારવા લાગ્યા. ત્રણ ભાઈઓએ વારાફરતી જણાવ્યું,''વિદેશમાં બિઝનેસની એક બ્રાન્ચ ખોલવી હતી,'' બીજાએ કહ્યું, ''બાળકો માટે રેસ્ટોરન્ટનો નવો બિઝનેસ સેટ કરવો હતો'', ત્રીજા ભાઈએ કહ્યું, ''ધંધામાંથી છુટ્ટી લઈને વિપાસનામાં જવું હતું.'' આ તમામ ઈચ્છાઓ પૂરી કરવા તેઓ પ્રયત્નશીલ હતા. જ્યારે તેમની પત્નીઓનો વારો આવ્યો, તો તેમણે કહ્યું, ''એમની સાથે એકલા ગોવા જવું છે.'' **બીજીએ કહ્યું, ''કાર ચલાવતાં શીખવી છે અને જાતે કાર ચલાવીને પરિવારને ફરવા લઈ જવાની ઈચ્છા છે.'' ત્રીજીએ કહ્યું,''મારું ગ્રેજ્યુએશન અધૂરું રહી ગયું હતું, મારી તેને પૂરું કરવાની ઈચ્છા 15 વર્ષથી ધરબીને બેઠી છું.'' બાનો વારો આવ્યો તો અચકાતાં અચકાતાં કહ્યું, ''એક વાર પ્લેનમાં ઊડવું છે.''** બાપુજીએ કહ્યું,''સમગ્ર પરિવાર અને કુટુંબીઓને દ્વારકા દર્શને લઈ જવાની ઈચ્છા અધૂરી રહી ગઈ.''

પરિવાર સભામાં સોપો પડી ગયો. હવે મેં વારાફરતી તમામની ઈચ્છાઓને કઈ રીતે રીતે પૂરી કરી શકાય? અને તેનાથી ફાયદો કે નુકસાન શું?, ઈચ્છાઓ પૂરી કરવા યોગ્ય છે ખરી? જેવા પ્રશ્નો રમતા મૂક્યા. જે ભાઈની પત્નીને ગોવા જવાની ઈચ્છા હતી, તે કપલની ટિકિટ અને હોટલ ત્યારે જ બુક થઈ ગઈ. જેમની પત્નીને કાર ચલાવતા શીખવું હતું, તેનું નામ ડ્રાઈવીંગ સ્કૂલમાં લખાવવાનું નક્કી થઈ ગયું. જેમને ભણવું હતું તેમને અનેક વિકલ્પો સાથે એડમિશન અપાવવાનું નક્કી થયું. બાપુજીની ઈચ્છા મુજબ પરિવાર અને કુટુંબીઓ માટે દ્વારકા યાત્રાનું આયોજન શરૂ થઈ ગયું. છેલ્લે ત્રણેય ભાઈઓએ ગળગળા થઈ બાને કહ્યું,''અ રે રે બા! જો આજે આ વિષય ન છેડાયો હોત તો તારી આટલી નાનકડી ઈચ્છા પણ અમે પૂરી શક્યા ન હોત. અમે રોજ તારી પાસે આવીને બેસતા છતાં તે ક્યારેય તારા મનની વાત ન મૂકી. અમને અમસ્તું જ અભિમાન હતું કે અમે તો પારિવારિક સંબંધોમાં દરેકને દરેક વસ્તુઓ પૂરી પાડીએ છીએ પણ ક્યારેય વસ્તુઓથી ઉપર ઊઠીને અધૂરી ઈચ્છા કે લાગણીઓ વિશે તો વિચાર્યું જ નહીં. સારું થયું, આજે આ ચર્ચા થઈ તો જાણવા મળ્યું કે દરેકની અધૂરી ઈચ્છાઓ હતી જે સૌ કોઈ ને કોઈ કારણે દબાવીને બેઠાં હતાં. બાકી કોઈની ઈચ્છા એવી હતી જ નહીં કે, જે પૂરી ન કરી શકાય. ચાલો! જે થયું તે સારું થયું.''

બીજા વર્ષે તેઓએ મને ખાસ આમંત્રણ આપી બોલાવી અને જે વહુએ ગાડી શીખવા- ચલાવવાની ઈચ્છા બતાવેલ, તે જ વહુ મને એરપોર્ટ પર લેવા આવી અને ડ્રાઈવ કરીને લઈ.

સંબંધોમાં અધિક માસના અનેક ફાયદા છે. જેમ કે,

» વિશ્વાસનું પુનઃનિર્માણઃ ઘણી વાર સંબંધો કોઈ મોટી ઘટનાના કારણે નહીં પરંતુ નાની-નાની અવગણનાના કારણે નબળા પડે છે. જ્યારે આપણે વધારાનો સમય અને ધ્યાન આપીએ છીએ, ત્યારે વિશ્વાસ ફરી મજબૂત બને છે.

» ભાવનાત્મક સુરક્ષાઃ દરેક વ્યક્તિને જીવનમાં એવી જગ્યા જોઈએ છે જ્યાં તે નિર્ભય બની શકે, જ્યાં તેને જજ ન કરવામાં આવે. અધિક માસ જેવા વધારાના સ્નેહભર્યા સમયથી આ સુરક્ષા જન્મે છે.

» સંબંધોની નવીનીકરણ પ્રક્રિયાઃ જેમ સુકાઈ ગયેલી ધરતીને વરસાદ નવજીવન આપે છે, તેમ સૂકાઈ રહેલા સંબંધોને થોડો પ્રેમ, થોડું ધ્યાન અને થોડું સાંભળવું, ફરી જીવંત બનાવી શકે છે.

પરંતુ અહીં એક કાળજી રાખવાની પણ જરૂર છે. સંબંધોમાં અધિક માસનો અર્થ અતિશય હસ્તક્ષેપ નથી. પ્રેમના નામે કોઈના જીવનમાં સતત દખલ કરવું, દરેક નિર્ણયમાં હાજરી આપવી કે પોતાની અપેક્ષાઓનો બોજો વધારવો- આ અધિક માસ નહીં, અધિક ભાર બની જાય છે. સંબંધોને વધારાનો સમય આપવો અને સંબંધો પર વધારાનો કબજો જમાવવો- બંનેમાં ખૂબ ફરક છે.

અધિક માસનો સાચો અર્થ માલિકી નહીં, ઉપસ્થિતિ; નિયંત્રણ નહીં, સમજણ.

દરરોજ થોડો સમય કોઈ એક પ્રિયજન માટે અનામત રાખવો. ક્યારેક માફી માંગવી, ભલે આપણી ભૂલ ન હોય. ક્યારેક આભાર માનવો, ભલે તે વ્યક્તિએ માત્ર પોતાની ફરજ જ નિભાવી હોય. ક્યારેક કોઈને માત્ર સાંભળવું. ક્યારેક કોઈના દુઃખને સુધારવાનો પ્રયત્ન કર્યા વગર તેની સાથે બેસી રહેવું.

સાચા અર્થમાં સંબંધોમાં અધિક માસ એટલે હાજરીનો મહિનો-જ્યાં આપણે લોકો સાથે માત્ર રહીએ છીએ ત્યાં સ્વયં હાજર રહેવું.

આપણા પૂર્વજો અધિક માસને આધ્યાત્મિક સમૃધ્ધિનો સમય માનતા હતા. કદાચ આજે આપણને તેને સંબંધોની સમૃધ્ધિનો સમય બનાવવાની જરૂર છે કારણ કે જીવનના અંતે માણસ પાસે સંપત્તિ, હોદ્દો કે સફળતાઓ કરતાં વધુ મૂલ્યવાન જે કાંઈ રહે છે, તે તેના સંબંધો જ હોય છે.

> **''આજના સમયમાં સંબંધોનો સૌથી મોટો દુકાળ છે સમયનો દુકાળ, ધ્યાનનો દુકાળ અને સાંભળવાના અભાવનો દુકાળ. આપણે એક જ ઘરમાં રહીએ, સાથે હરવા-ફરવા જઈએ છીએ, પાર્ટી-પિકનિક કરીએ છીએ પરંતુ એકબીજા સાથે ઓછા જીવીએ છીએ''**

ચાલો! આપણે સૌ આપણા સંબંધોમાં એક અધિક માસ ઉમેરીએ- કેલેન્ડરમાં નહીં, હૃદયમાં. ત્યાં કદાચ કોઈ આપણું, આપણી રાહ જોઈ રહ્યું છે, માત્ર થોડા વધારાના સમય અને થોડા વધારાના સ્નેહ માટે.

-Instagram@gita.shroff