કાશ, વાત કરી શકાય એવો કોઈ માણસ હોત

ચિંતનની પળે કૃષ્ણકાંત ઉનડકટ

ડંખે છે દિલને કેવી એક અક્ષર કહ્યા વિના,રહી જાય છે જે વાત સમયસર કહ્યા વિના.

-મરીઝ

તમારી જિંદગીમાં એવી કોઈ વ્યક્તિ છે જેને તમારા વિશેની બધી જ ખબર હોય? જેને તમે કોઈ ડર, કોઈ શંકા, કોઈ સંશય કે કોઈ ભૂમિકા બાંધ્યા વગર બધી જ વાત કરી શકો? બીજો સવાલ, તમે કોઈ માટે એવી વ્યક્તિ છો કે કોઈ તમારા પર પૂરેપૂરો ભરોસો મૂકી શકે? દરેક પાસે પોતાનું અંગત સિક્રેટ હોય છે. દુનિયાની દરેક વ્યક્તિને કંઈક કહેવું હોય છે પણ સૌથી મોટો સવાલ એ જ હોય છે કે કોને કહેવું? મારી વાત સાંભળીને એ મારા વિશે શું માનશે? એ મને સમજી શકશે? મારી વાતનો અલગ મતલબ તો નહીં કાઢેને ? મારી વાત કોઈને કહી નહીં દેને?

તમારા મનમાં એવી કઈ વાત છે જે તમારે કોઈને કહેવી છે? કોઈની સાથેનો પ્રેમ, કોઈની સાથેની નફરત, જિંદગીમાં જાણેઅજાણે થઈ ગયેલી કોઈ ભૂલ, દિલમાં રમતી કોઇ તમન્ના, થોડાક ચિત્રવિચિત્ર વિચારો અને બીજું ઘણું બધું આપણા દિલમાં રમતું હોય છે પણ આપણે કોઈને કહી શકતા નથી. માણસને ઘણું બધું કબૂલવું હોય છે પણ કબૂલવું ક્યાં? આપણે તો જેને વાત કરવી હોય એને પણ કહી શકતા નથી. વાત કરતાં પહેલાં કેટલા બધા વિચારો આવી જતાં હોય છે કે એને આ વાત હું કરું કે નહીં? આપણે એનું રિએક્શન પણ વિચારી લઈએ છીએ. ઘણી વખત જોખમ લઈ લઈએ છીએ અને ઘણી વખત વાત ટાળી દઈએ છીએ.

ક્રિશ્ચિયન ધર્મમાં એક સરસ સિસ્ટમ છે. દરેક ચર્ચમાં કન્ફેશન બોક્સ હોય છે. કોઈ પણ માણસ ત્યાં જઈને કબૂલાત કરી શકે છે. વાત કહીને હળવા થઈ જવાની આ એક અદ્ભુત રીત છે. એક વ્યક્તિએ ચર્ચમાં જઈને એવી પ્રેયર કરી કે ઓ જિસસ, દરેક વ્યક્તિની લાઈફમાં એક એવો માણસ દેજે જે કન્ફેશન બોક્સ જેવો હોય.જ્યાં કોઈ વાત કરતાં પહેલાં વિચાર ન કરવો પડે.

કોઈ તમારા પર ભરોસો કરે તો માનજો કે તમે મહત્ત્વના છો. એટલીસ્ટ, એક વ્યક્તિ એવી છે જેને તમારા પર શ્રદ્ધા છે. દરેકને ફેવર નથી જોઈતી, દરેકને સાંત્વન નથી જોઈતું, દરેકને તમારી સલાહ કે અભિપ્રાય નથી જોઈતાં, એને તો બસ એક એવી વ્યક્તિ જોઈતી હોય છે જેને એ ખુલ્લા દિલે બધી વાત કરી શકે. તમારા પર કોઈ વિશ્વાસ કરે ત્યારે તમારી જવાબદારી વધી જાય છે. બે મિત્રો હતા. બચપણથી બંને એકબીજાને બધી વાત કરતા. મોટા થયા પછી એક મિત્રએ તેની અંગત વાત બીજા મિત્રને કરી. બીજા મિત્રએ આ વાત જાહેર કરી દીધી. આ ઘટના પછી એ મિત્રએ કહ્યું કે તેં વાત જાહેર કરી એનાથી મને જે નુકસાન થયું તેની મને કોઈ પરવા કે ચિંતા નથી, દુઃખ એટલું જ છે કે તેં મારો વિશ્વાસ તોડયો. તેં એવું પાપ કર્યું છે કે હવે પછી હું કોઈને પણ મારી અંગત વાત કહેતાં અચકાઈશ, હું કોઈ ઉપર ભરોસો નહીં મૂકી શકું. મને તરત એ જ વિચાર આવશે કે એ પણ તારા જેવું કરશે તો?

તમારા ઉપર કોઈ ભરોસો કરે તો એની વાત તમારા પૂરતી સીમિત રાખવાની તાકાત તમારામાં હોવી જોઈએ. ગોસિપ એક વસ્તુ છે અને ગુપ્તતા બીજી વસ્તુ છે. ઘણાં લોકોને વાત કરતાં પહેલાં આપણે શરત મૂકવી પડે છે કે પહેલાં તું મને પ્રોમિસ આપ કે આ વાત તું કોઈને કરીશ નહીં ? જો તમારી પાસે કોઈ આવી શરત મૂકે તો માનજો કે તમારામાં કંઈક ખૂટે છે. કંઈક એવું છે જે કોઈને તમારી પાસે વ્યક્ત થતાં રોકે છે. સાચો સંબંધ, સાચી દોસ્તી અને સાચો પ્રેમ એ છે જ્યાં કોઈ પ્રોમિસ, કોઈ શરત કે કોઈ ખાતરીની જરૂર ન પડે. એક મિત્રએ આવી શરત મૂકી ત્યારે બીજા મિત્રએ કહ્યું કે જો તને જરા સરખો પણ ડાઉટ હોય તો પ્લીઝ તું મને તારી અંગત વાત નહીં કરતો, કારણ કે જો તું ડાઉટ સાથે કોઈ વાત કરશે તો પછી તને સતત એવો ભય લાગ્યા કરશે કે મેં કહેલી વાત લીક થઈ જશે તો? કાં તો તું મારા પર પૂરતી શ્રદ્ધા રાખ અને નહીંતર તું મને વાત જ ન કર.

જિંદગીમાં મિત્રોનું એટલે જ મહત્ત્વ છે કે તેને આપણે દરેક વાત કહી શકીએ છીએ. એટલે જ પેલું જિંગલ બહુ ચાલ્યું કે હર એક દોસ્ત જરૂરી હોતા હૈ. યંગ લોકો કદાચ એટલે જ વધુ ખુશ હોય છે કે એ બધી વાત શેર કરી શકે છે. મોટા થતાં જઈએ એમ ફ્રેન્ડસ ઘટતા જાય છે. પછી માત્ર ઓળખીતાઓ જ રહેતા હોય છે. એવા સંબંધો જે માત્ર કામ પૂરતા હોય છે. મોટા હોઈએ ત્યારે જ એવી વ્યક્તિની જરૂર હોય છે જેને બધી વાત કહી શકાય.

એક સાઈકિયાટ્રિસ્ટે હમણાં પ્રેમીઓ અને યુગલો વચ્ચે વધતા તનાવ વિશે એક સરસ વાત કહી. તેણે કહ્યું કે પ્રેમીઓ અને યુગલોમાં તનાવ એટલે વધતો જાય છે કે એ એકબીજાંને બધી વાત કહી શકતાં નથી. બંને એકબીજાંથી કંઈક છુપાવે છે. આ વાત એને ખબર પડશે તો એ ભડકશે એમ કહીને પોતાની વ્યક્તિથી જ વાત છુપાવે છે. એક્સ્ટ્રા મેરિટલ અફેર

વધવાનું એક કારણ એ જ છે કે દરેકને પોતાની અંગત વાત કોઈને કહેવી હોય છે. પોતાની વ્યક્તિને ન કહી શકે એટલે એ પારકી વ્યક્તિને કહે છે. જ્યાં મોકળાશ મળે ત્યાં એ પોતાની જગ્યા બનાવી લે છે. જે દંપતી એકબીજાંને બધી જ વાત કરી શકે છે તેને ત્રીજી વ્યક્તિની જરૂર પડતી નથી.

દરેક માણસ દિલમાં કેટલું બધું લઈને ફરતો હોય છે. ભાર લાગવા માંડે છતાં એ કોઈને કહેતો નથી કે કહી શકતો નથી. એક માણસ સંત પાસે ગયો. સંતને કહ્યું કે મારે કોઈ મિત્ર જ નથી. સંતે કહ્યું કે તારે જો કોઈ મિત્ર ન હોય તો નક્કી એમાં વાંક તારો જ હશે. તું કોઈના ઉપર ભરોસો મૂકી જ નથી શકતો. તમે કોઈને અંગત વાત નહીં કરો તો કોઈ તમને અંગત વાત કહી શકશે નહીં. દરેક વાત મનમાં ધરબી રાખવાનો પણ કોઈ મતલબ હોતો નથી. અમુક વાત કહીએ અને એ જાહેર થઈ જાય તો પણ કંઈ આભ ફાટી પડતું નથી. છતાં આપણે કોઈને કહી શકતા નથી. હા, દરેકના મોંઢે અંગત વાત કરવાનો કોઈ મતલબ નથી હોતો પણ કોઈક તો એવું હોવું જોઈએ જેને વાત કરી શકાય.

એક મિત્રએ એવો એસએમએસ કર્યો કે બહુ દૂર જવું પડે છે, ફક્ત એટલું જ જાણવા કે કોણ નજીક છે. કહેવાવાળા એમ પણ કહે છે કે તમારે કોઈ વાત ખાનગી રાખવી છે તો એ કોઈને ન કહો. દરેક વ્યક્તિને એક અંગત વ્યક્તિ હોય છે. તમે તમારા અંગતને કોઈ વાત કરશો તો એ એના અંગતને કરશે અને ધીમે ધીમે આખી વાત જાહેર થઈ જશે. કેટલાંક તો પોતાના મિત્રોની સચ્ચાઈ તપાસવા અત્યંત ખાનગી છે એમ કહીને ખોટી વાત કરે છે પછી તપાસે છે કે એ બીજા કોઈને વાત કરે છે કે નહીં? આવું કરવું એના કરતાં તો તેને કોઈ વાત ન કરવી એ વધુ બહેતર છે.

તમને જો કોઈ માણસો તેની અંગત વાત કરતા હોય તો સમજજો કે તમારામાં એક ખૂબી છે કે લોકો તમને બધી વાત કરી શકે છે. જો તમને કોઈ માણસ ખાનગી વાત કરતો ન હોય તો સમજજો કે તમારામાં કંઈક એવી ખામી છે કે કોઈ તમને એની અંગત વાત નથી કરતું. ખાનગી વાત ખાનગી રાખી શકતા ન હોય એની પાસે ખાનગી વાતો આવવાની બંધ થઇ જતી હોય છે. પછી એવી જ વાતો આવતી હોય છે જે જાહેર જ કરવાની હોય છે. આપણે એવું જ કહેતા હોઈએ છીએ કે એને એકને કહી દોને એટલે આખા ગામને ખબર પડી જશે.

દરેક વાત મનમાં સંઘરી ન રાખો. કહી દો. એનાથી હળવાશ લાગશે અને તમે કોઈના અંગત પણ બની શકશો. નજીક જવા માટે ખુલ્લું દિલ હોવું જરૂરી છે અને હા, કોઈ જો તેની અંગત વાત તમને કહે તો તેની આમન્યા જાળવો. તમે એ માણસ માટે એટલા મહત્ત્વના છો કે એ તમારા પર ભરોસો મૂકી શકે છે. આદરપાત્ર બનવાનો એક અર્થ એ પણ છે કે કોઈના વિશ્વાસપાત્ર બનવું! દરેકને કંઈક કહેવું છે પણ કોઈની વાત સાંભળવાની અને

સાચવવાની તમારી તૈયારી છે?

છેલ્લો સીન :

અનેક લોકો મૌન રહે છે, તેનું કારણ એ નથી કે એમને કંઈ કહેવાનું નથી, પરંતુ ઘણું બધું કહેવાનું હોય છે. અજ્ઞાત