

તમારું જીવન કઈ રીતે જીવવું તે નક્કી કરવાનો અધિકાર તમારો છે

પોતાની મૂળભૂત રસરુચિથી વિરુદ્ધ જઈ અંશુમાન ઑટોમોબાઈલ એન્જિનિયરિંગ જેવી 'જડ' અને શુષ્ક લાઇનમાં દાખલ થઈ ગયો. માંડ માંડ ત્રણ સેમેસ્ટર પાસ પણ કર્યા, પણ ચોથા સેમેસ્ટરમાં તે અટકી પડ્યો. આ લાઇન પ્રત્યેનો તેનો અણગમો ઉગ્ર બન્યો. તે ક્લાસમાં ગેરહાજર રહી મિત્રો સાથે વ્યસનના રવાડે ચડ્યો. મોટા ભાઈએ તેને ખૂબ સમજાવ્યો. કૅનબિસના વ્યસનની સારવાર પણ કરાવી, પરંતુ સારવાર પછી તેણે સ્પષ્ટપણે કહી દીધું કે તે હવે એન્જિનિયરિંગમાં ક્યારેય નહીં જાય. આખરે એચ.એસ.સી.નાં બે વર્ષ પછી તેણે પર્ફોર્મિંગ આર્ટ્સમાં એડમિશન લીધું.

અંશુમાનના પિતા મૃત્યુ પામ્યા હતા એટલે તેના પાલનપોષણ, અભ્યાસ વગેરેનો સઘળો ખર્ચ તેના મોટા ભાઈએ ઉપાડવાનો શરૂ કર્યો. અંશુમાન બારમા ધોરણમાં પાસ થયો એટલે તેને કઈ લાઈનમાં જવું તે નક્કી કરવાનું આવ્યું.

અંશુમાનને સંગીત, કળા, સાહિત્ય વગેરેમાં ઘણી રુચિ હતી એટલે તે ‘પર્ફોર્મિંગ આર્ટ્સ’માં જવા માગતો હતો. સાથે સાથે તેને ક્રિકેટનો પણ ભારે શોખ હતો એટલે પૂરતું કોચિંગ મેળવી આઈપીએલ રમવાનું પણ તેનું સ્વપ્ન હતું.

મોટા ભાઈનો ઓટોમોબાઈલનો ધંધો હતો એટલે આ વિષયની તેમને ઘણી જાણકારી હતી. તેમની ઈચ્છા હતી કે સંગીત અને ક્રિકેટ જેવા પાર્ટ-ટાઈમ કોર્સમાં જવાથી પેટિયું રળાવું શક્ય નથી. ભણવાની લાઈન તો એવી લેવાય કે જે ભવિષ્યમાં નોકરી-ધંધો મેળવવામાં કામ આવે. સંગીત અને ક્રિકેટ જેવા શોખ તો પછીથી પણ સંતોષી શકાય.

અંશુમાન શાસ્ત્રીય સંગીતમાં તથા ડાન્સમાં સારું નામ કાઢી ચૂક્યો હતો. અને ક્રિકેટમાં પણ આંતર-શાળાકીય સ્પર્ધામાં તેનો રેકોર્ડ સારો હતો. તે અન્ડર-નાઈન્ટીન ટીમમાં સિલેક્ટ થવા માટે ફેવરિટ ગણાતો. નેશનલ ક્રિકેટ એકેડેમીમાં તેનું સિલેકશન પણ થઈ ચૂક્યું હતું.

પરંતુ આર્થિક રીતે તે મોટા ભાઈ પર આધારિત હોવાને કારણે મોટા ભાઈએ પોતાનો વીટો વાપરી ઓટોમોબાઈલ્સ એન્જિનિયરિંગમાં તેને દાખલ કરાવી દીધો. મોટો ભાઈ પોતાનો પાલક હોઈ તેની આજ્ઞા અંશુમાન ઉઠાપી શક્યો નહીં એટલું જ નહીં, તેમની ઈચ્છાને સર-આંખો પર ચડાવી તે ઓટોમોબાઈલ એન્જિનિયરિંગના કોર્સમાં દાખલ થઈ ગયો.

પોતાની મૂળભૂત રસરુચિથી વિરુદ્ધ જઈ અંશુમાન ઓટોમોબાઈલ એન્જિનિયરિંગ જેવી ‘જડ’ અને શુષ્ક લાઈનમાં દાખલ થઈ ગયો. માંડ માંડ ત્રણ સેમેસ્ટર પાસ પણ કર્યા, પણ ચોથા સેમેસ્ટરમાં તે અટકી પડ્યો. આ લાઈન પ્રત્યેનો તેનો આજ્ઞામો ઉગ્ર બન્યો. તે કલાસમાં ગેરહાજર રહી મિત્રો સાથે વ્યસનના રવાડે ચડ્યો.

મોટા ભાઈએ તેને ખૂબ સમજાવ્યો. કેનાબિસના વ્યસનની સારવાર

પણ કરાવી, પરંતુ સારવાર પછી તેણે સ્પષ્ટપણે કહી દીધું કે તે હવે એન્જિનિયરિંગમાં ક્યારેય નહીં જાય. આખરે એચ.એસ.સી.નાં બે વર્ષ પછી તેણે પર્ફોર્મિંગ આર્ટ્સમાં એડમિશન લીધું. ક્રિકેટની પ્રેક્ટિસ કરી, પણ આઈપીએલમાં જવાનું તેને લગભગ અશક્ય લાગ્યું. એટલે તેણે પૂરા દિલથી પર્ફોર્મિંગ આર્ટ્સમાં ઝંપલાવ્યું.

‘આર્ટ્સમાં જઈને ભૂખે મરીશ, નાચણિયા થવાથી પેટ નહીં ભરાય’ તેવી ચેતવણી મોટા ભાઈએ આપી, એટલું જ નહીં, મીઠો ઠપકો પણ આપ્યો કે મેં બે વરસના પૈસાનું પાણી કર્યું. તું મોટી ભૂલ કરે છે. હવે ભવિષ્યમાં તને કોઈ પ્રકારનો નોકરી-ધંધો શરૂ કરાવવામાં પાઈની પણ મદદ નહીં કરું.

અંશુમાને મોટા ભાઈને સ્વસ્થતા અને દૃઢતાથી જવાબ આપ્યા કે ‘મારે પરફોર્મિંગ આર્ટ્સ’માં જવું જ હતું. હું ગમે તેવી ભૂલ કરતો હોઉં તો પણ મારા ભવિષ્યની જવાબદારી હવે માત્ર મારી જ છે. મારા જીવનને ક્યા પ્રકારનો વળાંક આપવો તેનો નિર્ણય મારો અને માત્ર મારો જ છે. આ નિર્ણય સાવ ખોટો સાબિત થાય તો પણ તે અંગેની જવાબદારી મારી અને માત્ર મારી જ ગણાશે.’

અંશુમાને પોતાનો અભિપ્રાય સ્પષ્ટપણે સ્વસ્થતાથી અને સ્વાગ્રહીપણે રજૂ કર્યો અને મોટા ભાઈએ તેની વાત માનવી પડી.

પોતાની મનવાંછિત લાઈનમાં તેની કુદરતી શક્તિ વધારે ખીલી ઊઠી અને તે સફળ ડાન્સર થયો. આજે તેના ડાન્સ અને રેપ ક્લાસ ભરવા લાંબી લાઈન લાગે છે અને તે સ્ટેજ પર્ફોર્મન્સના મોંમાગ્યા પૈસા લે છે.

આમ બીજાઓને હાનિ ન પહોંચતી હોય તો તમને મનગમતી કોઈ પણ બાબત કરવા તમે સ્વતંત્ર છો... હા... પછી તમારા નિર્ણયનું જે કંઈ પણ પરિણામ આવે તેને સ્વીકારી લેવાની તમારી સંપૂર્ણ જવાબદારી હોવી જોઈએ.

દરેક વ્યક્તિ પોતાના જ કર્મની કર્તા અને પોતાની નિર્ણાયક હોવી જોઈએ. તમે તમારી જાતનો ભાર તમારા ઉપર રાખતા હોવ પછી શા માટે કોઈને અકળામણ થવી જોઈએ?

તમારું જીવન કઈ રીતે જીવવું એ નક્કી કરવાનો અધિકાર તમારો જ છે

એ સમજાવવા બીજું ઉદાહરણ એક યુવતીનું આપું છું. પુખ્ત વયે પહોંચેલી શ્રીમંત માતા-પિતાને ત્યાં ઊછરેલી એક યુવતી પોતાના કરતાં નીચી જાતિના ગરીબ યુવક સાથે લગ્ન કરવા ઇચ્છતી હતી, પરંતુ માતા-પિતાની આ માટે સંમતિ નહોતી. એ યુવતી માતા-પિતા તૈયાર થાય ત્યાં સુધી રાહ જોવા તૈયાર હતી. ત્રણ વર્ષ રાહ જોયા પછી માતા-પિતાને સમજાયું કે દીકરીનો નિર્ણય મોહાંધ અવસ્થામાં લેવાયેલો નિર્ણય નથી, પરંતુ એના નિર્ણયથી નીપજનારાં પરિણામોથી તે પૂરેપૂરી વાકેફ છે અને નિર્ણયની સંપૂર્ણ જવાબદારી પોતાના માથે લેવા તૈયાર છે.

માતા-પિતાને સમજાયું કે પોતાની જાતનો ભાર પોતાના માથે પુત્રી રાખતી હોય તો વધારે વાદ-વિવાદની જરૂર નથી. પુખ્ત વયની શ્રીમંત ઘરની યુવતી નાત-જાતની પરવા કર્યા વગર ગરીબ ઘરના યુવક સાથે લગ્ન કરવા માગતી હોય જેની કોઈ જવાબદારી માતા-પિતાની ના હોય તો એ લગ્નનાં સંભવિત ભયસ્થાનો પ્રત્યે માતા-પિતા અંગુલિનિર્દેશ ચોક્કસ કરી શકે, પણ આખરી નિર્ણય માતા-પિતા પોતે જ લેવા માગે તો એ યુવતીના વ્યક્તિગત હક્ક પર તરાપ છે.

વ્યક્તિએ પોતાનું જીવન કઈ રીતે ઘડવું તે નક્કી કરવાનો તેનો પોતાનો અબાધિત અધિકાર છે. વ્યક્તિ પોતે જે કંઈ વિચારે છે અને જે કંઈ વર્તન કરે છે તેનાં પરિણામો અંગેની જવાબદારી તે પોતે સભાનપણે સંપૂર્ણ રીતે સ્વીકારતી હોય તો તમારી લાગણી, વર્તન કે વિચારોને કંઈ દિશામાં વાળવાં તેનો નિર્ણય કરવાનો તેને પૂરેપૂરો અધિકાર છે. આ અધિકારનો વ્યક્તિ સ્વીકાર કરી લે એટલે તેનાં વાણી અને વર્તનમાં જવાબદારી દેખાશે.

જો વ્યક્તિ બિનસ્વાગ્રહી હશે તો પોતે અમુક સંજોગોમાં શું નિર્ણય લેવો તે માટે બીજા તરફ પ્રશ્નાર્થસૂચક જોયા કરશે. આવી વ્યક્તિઓ નિર્ણય લેવામાં આનાકાની કરે છે. કારણ પોતે ભાવિ પરિણામોની જવાબદારી લેતાં ડરે છે. તેથી પોતાના અંગત નિર્ણયો પણ બીજી વ્યક્તિ લઈ આપે તેવી અપેક્ષા રાખે છે.

એથી વિરુદ્ધ સ્વાગ્રહી વ્યક્તિ પોતાના આ હક્ક પર બીજાને તરાપ મારવા દેતી નથી. પોતે અન્યના અભિપ્રાયો મેળવી સંજોગોને વિવિધ દૃષ્ટિકોણથી નિહાળવાની જરૂરિયાત સમજે છે, પણ આખરી નિર્ણય પોતાનો જ રાખે

છે અને એનાં પરિણામો સ્વીકારવાની તેની પૂરેપૂરી જવાબદારી પોતાના માથે જ રાખવા માગે છે.

ન્યુરોગ્રાફ :

બીજાઓ પાસે તમારી જિંદગીના નિર્ણયો લેવડાવી, એનાં પરિણામો માટે પણ બીજાઓને જવાબદાર ઠેરવવાની વૃત્તિથી દૂર રહો.

તમારા વ્યાજબી અવાજને દબાવી દેવા વપરાતું સરખામણીનું શસ્ત્ર

આપણા સૌમાં કમભાગ્યે સરખામણીની વૃત્તિનાં બીજ છેક બાલ્યાવસ્થાથી જ રોપવામા આવે છે. પોતાના સંતાનને 'જો પેલો પિન્ડુ કેટલો ડાહ્યો છે? તું એના જેવો થા, એની પાસેથી કંઈક શીખ, એ કરે છે તેમ કર'. આમ તમને દરેક બાબતમાં તમારી સરખામણીની આદત પડી જાય છે. તમારી આસપાસના લોકો તેમની ખામી છુપાવવા તમારી સામે આ સરખામણીનું શસ્ત્ર ઉગામે છે અને તમારી ન્યાયી માગણી કરતાં તમને ચુપ કરી દે છે. બીજાઓ સાથે તમારી સરખામણી કરી તમારી પાસે કામ કઢાવવા માગતા તથા તમને હીન ભાવનાનો અહેસાસ કરાવડાવી તમારી ન્યાયી માગણીને ફગાવી દેવા માગતા લોકોથી ચેતી જાવ. તેમની તરકીબોને કારગત ન થવા દો.

તમે કોઈ એક પ્રતિષ્ઠિત હોટેલમાં રવિવારે સહકુટુંબ ડિનર માટે જાવ છો. રવિવાર હોવાને કારણે હોટેલમાં ખૂબ જ ભીડ છે. એટલે તમને માંડ માંડ બેસવાની જગ્યા મળે છે.

ડિનર માટે સૂપ, સ્ટાર્ટર અને મેઇન કોર્સનો ઓર્ડર આપ્યા પછી તમારે લાંબા સમય સુધી રાહ જોવી પડે છે, પણ તમે તે ચલાવી લો છો.

લાંબી રાહ જોયા પછી તમારો ઓર્ડર આવે છે પણ તેમાં તમારી રોટલી અને સબ્જી કાચાં-પાકાં આવે છે. સ્ટાર્ટર મેઇન કોર્સ પછી આવે છે. તમે આ બધાથી અપસેટ થઈ જાવ છો. એટલે હેડ-વેઇટરને બોલાવી ફરિયાદ કરો છો. હેડ-વેઇટર તમારી ફરિયાદ વિનમ્રતાથી સાંભળીને દબતાથી જવાબ આપતાં કહે છે,

‘સાહબ... હર હફ્તે સેંકડો લોગ યહાં આતે હૈ, યે રેસ્ટોરન્ટ પાંચ સાલ સે ચલ રહા હૈ લેકીન હમારે રેસ્ટોરન્ટ કે ફૂડકી ક્વોલિટી કે બારે મેં એસા કહનેવાલે આપ સબસે પહેલે હૈ.’

આ કથન દ્વારા હોટેલ સ્ટાફ તેની ખામી અને કાચા-પાકા ફૂડને સર્વ કરવાની ગંભીર ભૂલ છાવરવા માટે તમારા પર સરખામણીનું શસ્ત્ર ઉગામી એવું ઠસાવવા માગે છે કે આટલા બધા લોકો વર્ષોથી તેમના ફૂડને વખાણે છે એટલે તેઓ ખોટા હોઈ શકે જ નહીં. માત્ર તમે એ બધાથી જુદો અભિપ્રાય ધરાવો છો એટલે તમે સાચા હોઈ શકો જ નહીં.

આમ પોતાના સ્વાર્થ ખાતર હોટેલનો સ્ટાફ સરખામણીનું શસ્ત્ર તમારા પર ઉગામે છે અને તમે બીજાઓ જેવાં નહીં, પણ કંઈક વિચિત્ર છો તેવો આભાસ ઊભો કરી તમને ભોંઠા પાડવાના પ્રયત્નો કરે છે.

શક્ય છે કે એની દલીલ સાંભળીને તમે પણ બીજા જેવા શાણા અને સભ્ય છો તેવું બતાવવા એમની જાળમાં ફસાઈ જાવ અને મૂંગા મોઢે બધું ખાઈ લો. એટલું જ નહીં, થેન્ક યુ કહી તગડી ટીપ આપી રુઆબભેર હોટેલની બહાર પણ નીકળી જાવ.

એટલે તમારો વ્યાજબી અવાજ દબાઈ ગયો હોય તેમ તમે બધું ચલાવી લીધું. રોજબરોજના જીવનમાં તમારો વ્યાજબી અવાજ દબાવી દઈ તમારા પર સરખામણીનું શસ્ત્ર ઉગામી તમે હીનભાવનાનો અહેસાસ કરો અને તેઓ પોતાની મનમાની કર્યા કરે એવું બનવાનું.

તમારો વ્યાજબી અવાજ કે ન્યાયી માગણી દબાવી દેવા માટે ચાલાક લોકો અવનવી તરકીબ અજમાવી પોતાનું કામ કઢાવી લેશે. તેનો ભોગ બનતાં અટકવા તમારે શું કરવું?

બીજાઓ સાથે તમારી સરખામણી કરી તમારો વ્યાજબી અવાજ દબાવી દેવા માટે તમને નીચે જણાવ્યા મુજબનાં વાક્યો સાંભળવા મળી શકે છે. આવાં વાક્યો કાને પડે તો સાવચેત રહેશો. તમારો એજન્ડા બાજુએ મૂકી સામેનાની જાળમાં ફસાશો નહીં.

કેમિસ્ટ્રીમાં ઓછા માર્ક્સ આવતાં પિતાએ પુત્રનો ઊંધડો લીધો. પુત્ર કહ્યું કે ‘પંડ્યાસર સરખું કેમિસ્ટ્રી જ ભણાવતા નથી.’

એટલે પિતાએ કહ્યું, ‘તારા જેવી ફરિયાદ કોઈએ કરી નથી... તારું ભણાવામાં ધ્યાન જ હોતું નથી. બાકી પંડ્યાસર જેવું કેમિસ્ટ્રી તો કોઈ ભણાવતું જ નથી.’

અહીં પિતાએ પુત્રનો ન્યાયી અવાજ દબાવી દીધો. કારણ હકીકત સાવ જુદી હતી. પંડ્યાસર પાંચ જણાનું ગ્રુપ ટ્યુશન તેમના ઘરના સોફામાં પડ્યા પડ્યા લેતા હતા. તેઓ એક છોકરાને મોટેથી વાંચવાનું કહેતા. બીજાને પહેલાએ શું વાંચ્યું એ સમજાવવાનું કહેતા. ત્રીજાને કહેતા કે ખબર ન પડે તો નોંધ કરી રાખજે પછી સમજાવીશ. જ્યારે ચોથા અને પાંચમાને કહેતા, ‘મને સમજાતું નથી કે તમારાં માતા-પિતા શા માટે તમારી પાછળ આટલા પૈસા બગાડે છે? તમે કંઈ ઉકાળી શકવાના નથી.’

બસ આટલો વહીવટ કરવામાં કલાક પૂરો કરી નાખતા. એ દરમિયાન પંડ્યાસાહેબ વચ્ચે વચ્ચે ઝોકાં ખાઈ મીઠી નીંદર પણ માણી લેતા અને પછી પત્નીને કહેતા, ‘છોકરાઓને પેપર લખવા આપું છું. કોપી કર્યા વગર પૂરા બે કલાક લખે તેનું ધ્યાન રાખજે.’ બસ આટલી સૂચના આપી પોતાના બેડરૂમમાં કપડાં બદલી આરામથી સૂતાં સૂતાં સોશિયલ નેટવર્કિંગ સાઈટ પર પોતાની યુવાન વયના સ્ટાઈલિશ ફોટાઓ મૂકી રોજરોજ મિત્રો વધાર્યા કરતા.

માતા-પિતા પંડ્યાસાહેબને તેમનાં સંતાનોના પર્ફોર્મન્સ વિશે પૂછે તો પંડ્યાસાહેબ કહેતા ‘મારી પાંત્રીસ વર્ષની કેરીઅરમાં આવી બોગસ બેચ

ક્યારેય નથી આવી. મેં ભણાવેલા સંખ્યાબંધ છોકરાઓ ડોક્ટર, એન્જિનિયર થયા છે. મારો એક વિદ્યાર્થી પંચાણું ટકાથી નીચે નથી લાવ્યો.’

કોઈ મા-બાપ કંઈ જ કહી શકતાં નહીં. છોકરાં ફરિયાદ કરતાં, પણ અડધા સેમેસ્ટર દરમિયાન ટ્યુશન બદલવાનો પણ કોઈ અર્થ ન હોવાથી માતા-પિતા પણ લાચાર થઈ જતાં. આમાંથી શશાંક નામના એક વિદ્યાર્થીની મમ્મી નમ્ર પણ મક્કમ સ્વરમાં પંડ્યાસાહેબને પૂછી લે છે.

‘સાહેબ, તમે તો તમારી ટાઈમલાઈન પર સદાય એક્ટિવ રહો છો. છોકરાઓને ફેસબુકના માધ્યમથી ભણાવો છો કે શું?’

પંડ્યાસાહેબ પણ ગાજ્યા જાય તેવા નહોતા. શશાંકની મમ્મીને સીધેસીધું ચોપડાવતાં કહે છે ‘શશાંક જેવો ડફોળ છોકરો મેં મારી જિંદગીમાં જોયો નથી. તેની ભણવાની કોઈ દાનત જ નથી.’

શશાંકની મમ્મી સિવાય બીજાં માતા-પિતા તેમનાં સંતાનોને પડતી અગવડ કે તેને થતા અન્યાય માટે ફરિયાદ નથી કરતાં, કારણ એ બીકણ હતાં. પંડ્યાસર નારાજ થઈને ભણાવવાની ના પાડશે તો શું કરીશું એવો તેમને ડર હતો, પણ શશાંકની મમ્મી પંડ્યાસરને ચોખ્ખેચોખ્ખું સંભળાવે છે કે ‘મારો દીકરો ડફોળ હતો નહીં, પણ તમે બનાવ્યો છે. કારણ તમને ટ્યુશનમાં છોકરાઓને ભણાવવા કરતાં ફેસબુકનાં નોટિફિકેશન્સ અને ફેન્ડ રિક્વેસ્ટમાં વધારે રસ હોય છે.’

આમ પોતાના પાયાના હક્ક માટે શશાંકની મમ્મી બોબડી બંધ રાખવા કરતાં ચોખ્ખેચોખ્ખું સંભળાવવાનું વધારે પસંદ કરે છે.

આમ પંડ્યાસાહેબે ઉગામેલું સરખામણીનું શસ્ત્ર શશાંકની મમ્મી ચાલવા દેતી નથી.

બીજાઓ સાથે તમારી સરખામણી કરી તમારા વ્યાજબી અવાજને દબાવી દેવાની કોશિશ કરનાર વ્યક્તિનો પ્રતિકાર કરવા નીચેના મુદ્દા ધ્યાનમાં રાખો :

૧. કોઈ વ્યક્તિએ તમારી પહેલાં પચીસ જણા પર સરખામણીનું શસ્ત્ર વાપરી તેમની પાસે તેની વાતનો સ્વીકાર કરાવડાવ્યો હોય તેવાં દૃષ્ટાંતો આપે તો તમે તેના છવ્વીસમા ભોગ ન બનશો.

૨. તમે કોઈક કામ કરવા માગતા નથી, પણ સામેની વ્યક્તિ ‘અ’ ‘બ’ ‘ક’નું દષ્ટાંત આપી તમને તે મુજબ કરવાની સલાહ આપે ત્યારે તમે એનો દઢતાથી પ્રતિકાર કરો. ‘એમણે જે કર્યું તે એ લોકો માટે બરાબર હોઈ શકે, મારાથી આ નહીં થાય’ એવું સ્પષ્ટ જણાવી દો.
૩. સામેની વ્યક્તિ તેને ફાવતું તમે કરો એ ગણતરીથી જ તમારા પર સરખામણીનું શસ્ત્ર ઉગામે છે. તમારે એની અનુકૂળતાને મહત્ત્વ આપી ખોટું કામ કે તમારું હિત જોખમાય તેવું કામ કરવું જરૂરી નથી. આવા સમયે તેને સ્પષ્ટ કહી દો કે, ‘બીજાઓની નકલ કરવી મને વ્યાજબી લાગતી નથી. તમે જેવું ઇચ્છો એવું હું કરું એ જરૂરી નથી.’
૪. ક્યારેક સામેની વ્યક્તિને પ્રશ્ન પૂછો કે મારી અંગત માન્યતા મુજબ વર્તન કરવાનો મને હક્ક ખરો કે નહીં? શું મારે બીજા લોકો સાચું ખોટું જે કરતા ગયા તેમ જ કરવાનું.
૫. સરખામણીનું શસ્ત્ર ઉગામી તમારી પાસે કામ કઢાવવા માગતી વ્યક્તિ સાથે યોગ્ય ચર્ચા કરી લો.

ન્યુરોગ્રાફ :

તમારે શું જોઈએ છે તે નક્કી કરવામાં તમારી પોતાની આગવી સૂઝ જ ઉપયોગી નીવડે છે. અન્ય કોઈ વ્યક્તિ કે તેના અભિપ્રાયો નહીં. કારણ તમે ‘અન્ય વ્યક્તિ’ થઈ શકવાના નથી. એટલે તમને બાલ્યાવસ્થામાં મળેલાં સૂચનો અનુસાર જીવન જીવવાની તમારે કોઈ જરૂર નથી. તમને જે લાગે એ તમારો અભિપ્રાય તમારે માટે મહત્ત્વનો છે, તેને વળગી રહો.



તમારા હિતની રક્ષાની આડે આવતા કેટલાક છૂપા ડરને ઓળખો

તમારી ભ્રામક વિચારસરણી અને છૂપો ડર તમારું રોજબરોજનું વર્તન ઘડે છે. તમારો અભિપ્રાય વ્યક્ત કરવામાં તમે પાછા પડો ત્યારે, છ પ્રકારના ડર તમને સ્વાગ્રહી થતાં અટકાવે છે. આ પ્રકરણમાં અસ્વીકૃતિના ડર અને વળતા પ્રતિકારના ડરની ચર્ચા કરી છે. અસ્વીકૃતિનો ડર મૃત્યુના ડરથી પણ વધારે ઘાતક છે.

પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાની વ્યાજબી વાત દઢપણે બીજાઓ સમક્ષ રજૂ કરવા માગે છે. તે મનમાં વિચારે છે કે ‘મારી વાત વ્યાજબી છે તો સામેની વ્યક્તિએ તેને શા માટે સ્વીકારવી ન જોઈએ?’

તમે ભલે એવું માનતા હોવ, પણ શક્ય છે કે તમારી માન્યતાઓને યોગ્ય સ્વરૂપે તમે કદી પ્રગટ નહીં કરી શકતા હોવ, તે કારણે તમે સ્વાગ્રહી બની શકતા નથી એટલે જ એના વ્યાજબી લાભથી તમે વંચિત રહી જાવ છો.

આનું શું કારણ?

તમારી કેટલીક ભ્રામક વિચારસરણી અને ધૂપો ડર.

આ ભ્રામક વિચારસરણી અને ધૂપો ડર તમારું રોજબરોજનું વર્તન ઘડે છે. તમારું આ વર્તન એ પ્રકારનું હોય છે કે જે તમને સ્વાગ્રહી થવામાં હંમેશાં આડે આવે છે. એ ભ્રામક વિચારસરણી આપણે સમજી શકીએ તો આપણા વર્તનને નવી દિશા આપવાની સૂઝ આપણે કેળવી શકીએ.

તમારો અભિપ્રાય વ્યક્ત કરવામાં તમે પાછા પડો ત્યારે, છ પ્રકારના ડર તમને સ્વાગ્રહી થતા અટકાવે છે, જે નીચે મુજબ છે :

૧. અસ્વીકૃતિનો ડર
૨. વળતા પ્રતિકારનો ડર
૩. પરિણામોનો ડર
૪. સંયમ ગુમાવી બેસવાનો ડર
૫. છોભીલા પડી જવાનો ડર
૬. બડેખાંનો ડર

તમે તમારો અભિપ્રાય રજૂ કરવામાં પાછા પડો ત્યારે એમાંથી જ એકાદું કારણ હોવાનું. આવી વિચારસરણીની ભ્રામકતાઓને આપણે સ્પષ્ટ રૂપમાં જોઈ શકીએ. આ છએ ડર વિશે ઊંડાણમાં ઊતરીશું :

૧. અસ્વીકૃતિનો ડર :

લગભગ પ્રત્યેક વ્યક્તિ સામેની વ્યક્તિની Approval અર્થાત્ સ્વીકૃતિ અને અનુમોદન ઝંખે છે. આનાથી જ તેનો આત્મવિશ્વાસ અને આત્મસન્માન

વધે છે. અસ્વીકૃતિનો ડર ક્યારેક મૃત્યુના ડરથી પણ વધારે ભયાનક પુરવાર થાય છે.

અસ્વીકૃતિનો ડર બે રીતે વિચાર કરવાથી ઉદ્ભવે છે :

(૧) હું તેને ના પાડીશ તો એને એ પસંદ નહીં પડે.

તમે બધાની વાતમાં હંમેશાં 'હા' જ પાડી શકો તે શક્ય નથી. તમે બધા લોકોને ક્યારેય સંતોષી શકતા નથી, સિવાય કે તમારું આગવું 'વ્યક્તિત્વ' અને 'અસ્તિત્વ' તદ્દન લુપ્ત થઈ જવા દેવા માગતા હોવ. એટલે કેટલીક વાર સામેની વ્યક્તિની માગણીનો અસ્વીકાર કરતાં કે તેને ના પાડતાં શીખવું જ પડે.

તમારી જિંદગીમાં આજ સુધી આવા અનેક પ્રસંગો બન્યા હશે. તમે સામેની વ્યક્તિની માગણીનો અસ્વીકાર કર્યો હશે, ના પાડી હશે.

- પછી શું થયું?
- એ વ્યક્તિએ તમારી સાથે વાત કરવાનું બંધ કર્યું?
- તમારી સાથેનો સંબંધ તોડી નાખ્યો?

મોટા ભાગે આમાંનું કંઈક બન્યું હોય તે શક્ય નથી, પણ ધારો કે તમારી એકાદ 'ના'ને કારણે તમારો સંબંધ ખરાબ થઈ ગયો હોય કે તૂટી ગયો હોય તો પછી એવો સંબંધ શું કામનો? આવા મૈત્રીસંબંધમાંથી તમે શું મેળવી લેવાના છો? આવા છટકણા અને બટકણા લોકોને તો એક યા બીજી વાતમાં તમારી સાથે વાંકું પડ્યા વગર રહેવાનું જ નહીં. જે સંબંધોમાં ખેલદિલીનો અભાવ હોય તે લાંબું ટકતા નથી. આવા સંબંધો સામેવાળાની સગવડ સચવાય ફક્ત તેટલો જ સમય ટકી રહે છે.

જે સંબંધ બે-ચાર વારની 'ના' છતાં ટકી રહેતા હોય તે સંબંધ આગળ વધારવામાં જ સાર છે.

શક્ય છે કે તમારી 'ના'ને તમારું બિનસહકારભરેલું વલણ ગણી સામેની વ્યક્તિ નારાજ થાય, તેને ખોટું લાગે, ક્યારેક ગુસ્સો પણ આવી જાય, પણ શક્ય છે કે આ નારાજી કે ગુસ્સો લાંબું ટકવાને બદલે બે-ચાર દિવસમાં ભુલાઈ જાય અને સંબંધો પાછા પૂર્વવત્ ધબકતા થઈ જાય. તમે તમારા

હિતની રક્ષા ખાતર સ્વાગ્રહીતાના સિદ્ધાંતને અનુસરીને સામેનાને નનૈયો ભણ્યો હશે તો સંબંધોમાં તિરાડ નહીં પડે, પણ સામેની વ્યક્તિને તમારી સ્વતંત્ર વિચારસરણી પર આદરભાવ પેદા થશે.

એટલે જ તમારા સંજોગોને આધીન તમે ‘ના’ પાડો તો તમારો ધંધાકીય સંબંધ, મૈત્રીસંબંધ, પિતા-પુત્રનો સંબંધ, પાડોશીઓ સાથેનો સંબંધ બગડી જશે અને તમે જીવનમાં એકલાઅટૂલા પડી જશો તેવો ડર અસ્થાને છે.

‘ના’ પાડવાથી તમને કોઈનો પ્રેમ નહીં મળે, તમારો કોઈ ભાવ નહીં પૂછે, તમને બધા ઘમંડી માની બેસશે એ તમામ ભયો વાહિયાત છે.

આટલી અમથી નાની બાબતમાં તમારા સંબંધો વણસી જવાના હોય તો તમે એવા સંબંધો સાચવવા માટે ગમે તેટલા ઘસાવ તો પણ એવા સંબંધો આ જગતમાં ક્યારેય નભવાના નથી.

જેમ તમને ‘ના’ પાડવાનો અધિકાર છે તેમ સામેવાળાને પણ ‘ના’ પાડવાનો અધિકાર છે. આ સત્યનો પારસ્પરિક સ્વીકાર તંદુરસ્ત મૈત્રીસંબંધનો પાયો નાખવા માટે જરૂરી છે.

(૨) હું તેને આ વાત કહીશ તો તેને કદાચ તે નહીં ગમે.

તમને જો લાગતું હોય કે તમારી વાત વ્યાજબી છે તો પછી તેને વ્યક્ત કરવામાં ખચકાટ શા માટે અનુભવવો જોઈએ? સામેનાને તે ગમે કે ન ગમે, એ તમારી વાત ન સ્વીકારે એ ડરથી તમે તમારું વ્યાજબી મંતવ્ય ક્યારેય કોઈને કહેશો જ નહીં?

આવું વિચારી તમે તમારા વ્યક્તિત્વને ગૌણ ગણો છો? સામેની વ્યક્તિને ઘણું વધારે પડતું મહત્ત્વ આપી દો છો?

શક્ય છે કે તમારી વાતથી સામેની વ્યક્તિને અણગમો પણ થાય, પણ એ વાત ન કરીને તમે કેટલો બધો અણગમો તમારી જાત પ્રત્યે વહોરી લો છો? તમારી વાત તમને વ્યાજબી લાગતી હોય પછી સામેની વ્યક્તિને ગેરવ્યાજબી લાગે તેનાથી શું ફરક પડે છે? તમારું દૃષ્ટિબિંદુ રજૂ કરવાનો તમને હક્ક છે.

૨. વળતા પ્રતિકારનો ડર :

તમારી વ્યાજબી વાત વ્યક્ત કરવામાં તમે પાછા પડો ત્યારે તમારા મનમાં છુપાયેલા કેટલાક ડર કારણભૂત હોય છે, જેમાંનો પહેલો ડર 'અસ્વીકૃતિનો ડર' એ વિષયક આપણે ચર્ચા કરી ગયા.

બીજો ડર છે વળતા પ્રતિકારનો ડર. આ પ્રકારના ડર પાછળ ચોક્કસ પ્રકારના વિચારો કામ કરે છે. દા.ત.

૧. હું મારા ઉપરી અધિકારી/પતિ/પિતા સાથે સહમત નહીં થાઉં તો તેઓ મારા પર ગુસ્સે થઈ જશે. મારે તેમની ખફગી વહોરવી પડશે. હું તેમની આંખે ચડી જઈશ.

આનો અર્થ એવો થયો કે તમે જે વ્યક્તિથી ડરો છો તે વ્યક્તિ એટલી બધી જોહુકમીભરી, હઠીલી અને દુરાગ્રહી છે કે તમે દરેક બાબતમાં તેની સાથે સંમત થવાના તો નથી જ.

તમે સામેની વ્યક્તિ સાથે અસહમત થાઓ છો એ બાબત કયા પ્રકારની છે? તમે તમારો જુદા પ્રકારનો અભિપ્રાય રજૂ કરશો તો એ એકાદ બે દિવસ ધૂઆંપૂઆં થશે પછી કદાચ એ ધૂંધવાટ શમી જશે.

સામેની વ્યક્તિ ધૂંધવાય એનો અર્થ એવો નથી કે તમે એની આંખે ચડી જશો કે એની ખફગી વહોરી લેશો. શું તે તમારા આદરની કે પ્રેમની કોઈ કિંમત જ નહીં કરી શકે? બે-ચાર વારની અસહમતીથી સંબંધો પર પૂર્ણવિરામ આવી જશે? જો તમારો સંબંધ છીછરો હોય તો જ આવું બની શકે. અને આવો સંબંધ નિભાવવા જતાં તમારા નાકે દમ આવી જશે. એટલે જ સંબંધોમાં પ્રામાણિકપણે અસહમત થવાનું જોખમ ઉઠાવો. અહીં એક વાતનું ધ્યાન રાખો કે લાંબી દલીલોમાં કે આક્રમક શૈલીમાં રજૂઆત ન કરશો. જે માનતા હો તે સ્વાગ્રહીતાથી રજૂ કરો. થોડા પ્રયત્નો પછી તમને સમજાશે કે તમારો ડર ખોટો હતો.

૨. હું સાહેબ પાસેથી પગારવધારો માગીશ તો મને ધમકાવશે અને બીજી નોકરી ન મળે તો મારું શું થશે?

આ ભયને પણ કોઈ સબળ પાયો નથી. તમે પગારવધારો માગો તો કોઈ તમને શા માટે ધમકાવે?

- તમને કોઈ ત્યારે જ ધમકાવે જો તમે સારું કામ કરતા ન હો.
- નિષ્ઠાપૂર્વક નોકરી કરતા ન હો.
- તમારી જવાબદારી બરાબર ઉઠાવતા ન હો.

ઉપરોક્તમાંથી કોઈ એકનો જવાબ 'હા' હોય અને તમે પગારવધારો માગો તો તમારા સાહેબ તમને ધમકાવવાના જ છે.

તમે તમારું કામ પ્રામાણિકપણે, જવાબદારી સાથે, નિયમિતતાથી કરતા હો તો તમારા પગારવધારાની, માગણીને ઉપરી અધિકારી ગંભીરતાથી લેવાના જ છે. કારણ કુશળ માણસોને નારાજ કરવાનું કોઈનેય પરવડતું નથી.

અને આજે તમને પગારવધારો ભલે ન આપે, પણ તમે ઉપરી અધિકારીના મગજમાં આ વિચારબીજ રોપ્યું એટલે આજે કે કાલે તેના પર અમલ કર્યે જ છૂટકો. તમારી લાયકાત સિદ્ધ કરો, તમારી માગણીનો અનાદર નહીં થાય.

ન્યુરોગ્રાફ :

સંબંધોની સાપસીડીની રમતમાં બીજાને જ ગમે તેવા પાસા નાખી ક્યાં સુધી નીચે જ ઊતરતા રહેશો?

મનગમતી કારકિર્દી બનાવવાની કે જીવનસાથી મેળવવાની ઇચ્છા રાખનારે પરિણામથી ડરવું નહીં

આજનાં યુવક-યુવતીઓની સૌથી મહત્વની સમસ્યા એ હોય છે કે તેમને તેમની ઇચ્છા મુજબ પોતાની કેરીઅર અને જીવનસાથી પસંદ કરવા કે વડીલોની? કેરીઅર અને સંબંધોના વિષયમાં તેમની પાસેથી દુનિયા કંઈક કરાવવા માગે છે અને તેમને કંઈક કરવું છે. તમને મનગમતી લાઇનમાં જવાનો નિર્ણય તમારે લેવો હોય તો તેનાં પરિણામો ભોગવવાની જવાબદારી તમારી છે. સ્વાગ્રહી બની તમારા હિતની રક્ષા કરવાની આડે તમારે પરિણામનો ડર, સંયમ ગુમાવવાનો ડર, છોભીલા પડી જવાનો ડર કે મોટા માણસોનો ડર રાખવાની પણ જરૂર નથી.

તમને તમારા હિતની રક્ષા કરતાં કોણ રોકે છે? તમારા જ મનમાં રહેલા કેટલાક પ્રગટ કે અપ્રગટ ભયો અને તમારા સ્વાગ્રહી વિચારને તોડી પાડતી તમારી જ ડરપોક વિચારસરણી.

તમારામાં રહેલો અસ્વીકૃતિનો ડર તથા વળતા પ્રતિકારનો ડર તમને તમારા હિતની રક્ષા કરતાં કઈ રીતે અટકાવે છે તે આપણે આગળના પ્રકરણમાં જોઈ ગયા. હવે તમારી અન્ય ભ્રામક વિચારસરણીનો ઉલ્લેખ કરીએ.

૩. પરિણામનો ડર.

યુવક-યુવતીઓની આ સૌથી મહત્ત્વની સમસ્યા હોય છે. કારણ કેરીઅર અને સંબંધોના વિષયમાં તેઓ ઘણી મૂંઝવણ અનુભવે છે. તેમની પાસેથી દુનિયા કંઈક કરાવવા માગે છે અને તેમને કંઈક અલગ કરવું હોય છે.

દા. ત., તમારાં માતા-પિતા ઇચ્છે છે મેડિકલ કે એન્જિનિયરિંગમાં જાવ. તમે ઇચ્છો છો ફેશન ડિઝાઇનિંગમાં જાઉં. માતા-પિતા વારંવાર દબાણ કરે છે કોટા જાવ, આઇ.આઇ.ટી. કરો, જ્યારે તમે ફેશન ડિઝાઇનિંગમાં જવા માગો છો.

પરંતુ તમને ડર છે પરિણામોનો.

ફેશન ડિઝાઇનિંગમાં જઈને સફળતા મળે તેની ગેરન્ટી કેટલી? પહેલે જ વર્ષે તમે ફેલ થઈ જાવ તો? બીજા વર્ષે પણ ફેલ થઈ ગયા તો?

માની લો કે ગમે તેમ કરીને તમે પાસ તો થયા, પણ પછી તમારો ધંધો ન ચાલ્યો કે પછી તમને સારું પ્લેસમેન્ટ ના મળ્યું તો જવાબદારી કોની?

જ્યારે આઇ.આઇ.ટી. માં તો કેમ્પસ ઇન્ટરવ્યૂમાં જ સારું પ્લેસમેન્ટ મળી જાય છે. કુટુંબમાં જ આની સફળતાના ઘણા દાખલા છે.

તમને મનગમતી લાઇનમાં જવાનો નિર્ણય તમારે લેવો હોય તો તેનાં પરિણામો ભોગવવાની જવાબદારી તમારી છે. તેમાં નિષ્ફળતાની સલાહ જો કોઈ આપે અને જો તમને ખરેખર નિષ્ફળતા મળે તો તે સ્વીકારવાની પણ હિંમત તમારે જ દાખવવી પડે. તેની જવાબદારી બીજા પર ન ઢોળાય.

અને નિષ્ફળતાથી ડરવાની જરૂર નથી, કારણ આનાથી જ તમે જીવનમાં વિકાસ સાધી શકશો.

બાકી તમે કોઈ પણ ઓફિસમાં જઈને ૯૦% કર્મચારીને પૂછશો તો તેમને તેમના કામથી સંતોષ નહીં હોય. એટલું જ નહીં, એ લોકો એવું કહેશે મારે બનવું હતું કંઈક અને બની ગયા કંઈક, હવે જીવન ઢસડાયા કરે છે.

તમારી મનગમતી કારકિર્દી બનાવવા માગતા હોવ, મનગમતી જીવનસાથી પસંદ કરવા માગતા હોવ તો પરિણામથી ડરશો નહીં. તમારા હિતની રક્ષા માટે તમારા લાભમાં તમે નિર્ણય લો.

૪. સંયમ ગુમાવવાનો ડર

પોતાના હિતની રક્ષા કરવા માટે ઘણા લોકો એવું માને છે કે કોઈ પણ વાતમાં ખોટા વિવાદમાં ન પડવું અને મૌન ધારણ કરવું.

આવા લોકોને એવા ભ્રામક ખ્યાલ હોય છે કે હું કંઈ જ બોલું નહીં તો સામેવાળો પણ ગુસ્સે નહીં થાય અને મારે પણ ગુસ્સે નહીં થવું પડે. મૌન એ સલામત માર્ગ છે.

તમને સતત મનમાં એવી જ ફડક રહે કે એક વાર હું બોલવા બેસીશ તો મારાથી એલફેલ બોલાઈ જશે. મારી જીભ પર મારો કોઈ કાબૂ છે જ નહીં. આવી માન્યતા ધરાવશો તો તમારી જાત પરનો કાબૂ તમે કોઈ પણ સંજોગોમાં ગુમાવી બેસશો.

તમારી આવી માન્યતા અને આવું વલણ તમારા હિતને નુકસાન પહોંચાડનારું છે. કારણ આ રીતે કોઈ પણ વાતમાં તમારું મંતવ્ય વ્યક્ત કરવાનો તમારો હક્ક તમે કચડી નાખો છો. આ રીતે સામેની વ્યક્તિ તમારો ગેરલાભ લઈ જાય છે. તેમાં કોઈ જ શાણપણ નથી.

સ્વાગ્રહીતાની તાલીમથી તમે ઘાંટાઘાંટી ને ચીસાચીસ વગર તમારો મુદ્દો રજૂ કરી શકો છો. કારણ કોઈ પણ વાત ઘાંટાઘાંટી કરીને રજૂ કરવાથી તમારા લાગણીતંત્ર પર સામેની વ્યક્તિનો કાબૂ થઈ જાય છે. તમારી લાગણી, વિચાર, વાણી કે વર્તન પર તમારો કોઈ અંકુશ રહેતો નથી.

તમે જેમ જેમ સ્વાગ્રહી બનતા જશો તેમ તેમ સામેની વ્યક્તિની અણગમતી દલીલોને પહોંચી વળવામાં પણ તમે ક્યારેય તમારી સ્વસ્થતા અને સ્થિરતા નહીં ગુમાવો.