

ક્ષણ ક્ષણમાં સુખ

—ડૉ. પ્રજ્ઞા પૈ

‘ખરેખર હું બહુ સુખી છું, હોં.’ સામેના બીલ્ડીંગમાં રહેતાં શારદામાસીએ મને કહ્યું. પછી ઉમેર્યું, ‘તમને ખબર છે ? અમારે ઘરે કામ કરનારી કાશીબાઈ વાસણો ઘસી, વીંછળી, લુછીને એની જગ્યા પર ગોઠવી દે છે. મારે વાસણ ગોઠવવાં નથી પડતાં. હા, બાકી અમારા બીલ્ડીંગમાં બધાંનાં કામવાળાં વીંછળેલાં વાસણ ઉંધાં પાડીને નીકળી જાય છે. કોઈ કરતાં કોઈને મારા જેટલું સુખ નથી.’ આ હતી શારદામાસીના સુખની વ્યાખ્યા. મેં ક્યાંક વાંચ્યું છે કે પ્રાચીન જાપાનની પ્રજા માનતી હતી કે સવારે ઉઠીને સહેલાઈથી પેટ સાફ આવી જાય અને તેને લીધે જે હળવાશ અનુભવાય તે જ મોટામાં મોટું સુખ. જો નવજાત બાળક બોલી શકતું હોત તો એ કહેત કે, ‘મારું સુખ એટલે કોરી લંગોટ, ભરેલું પેટ અને માતાના ખોળામાં કે હુંફાળા પડખામાં ઢબુરાઈને નીન્દર કે સ્તનપાન કરવું.’

મારી દૃષ્ટીએ સુખ એટલે ભુતકાળની ભુલો અને ભવિષ્યની સમ્ભાળ કે કપોળકલ્પીત મુશ્કેલીઓના વીચારોને હડસેલી – ડીલીટ કરી વર્તમાન ક્ષણ માણી લેવાની ક્ષમતા. આમાં બીજાના સહવાસમાં આનંદ માણવાનો અને હસવાનો, દુઃખ કે ઝુરાપો અનુભવાય તો એકાન્તમાં મોકળે મને રડી લેવાનો, કોઈ રચનાત્મક કે દેખીતી રીતે બીનઉપયોગી લાગે તેવી પ્રવૃત્તિ કરવાનો, નીસર્ગે પીરસેલો રસથાળ આરોગવાનો કે કંઈ જ ન કરવાનો સમાવેશ થાય છે. મુક્તમને આપણી મરજી મુજબ વર્તન કરવાનો લહાવો અને વર્તમાન પરીસ્થિતિ અપનાવી લેવાનું સામર્થ્ય એટલે સુખ. ભલે પછી ગમતી કે અણગમતી વ્યક્તિઓનું વાચાળ સાન્નીધ્ય હોય કે શાન્ત એકાન્ત હોય. બહારગામ જતી વખતે ફ્લાઈટનો બોર્ડીંગ પાસ લેતી વખતે ‘વીન્ડો સીટ એન્ડ નો બડી નેક્સ્ટ ટુ મી, પ્લીઝ’ એવું મેં કોઈ વાર કહ્યું છે. તો વળી કોઈ વાર ‘વી આર ફોર પર્સન્સ. વુડ લાઈક ટુ સીટ ટુગેધર એન્ડ એન્જોય’ પણ કહ્યું છે. ઘણી વાર આવી વીનન્તી માન્ય ન થઈ હોય તો તેનો વસવસો પણ નથી કર્યો.

એક વાર એક પ્રતીષ્ઠિત વ્યક્તિના પુત્રનાં લગ્નનાં રીસેપ્શનમાં જવાનું થયું. સ્ટેજ પર ઢીંગલા-ઢીંગલીની જેમ ઉભેલા યુગલને તો જાણે ઠીક; પરન્તુ વરના પીતાને ‘વીશ’ કરવા માટે અર્ધોએક કીલોમીટરની લમ્બાઈવાળી વાંકીચુંકી લાઈન હતી. હું મારા પતી સાથે આ કતારમાં ઉભી રહી ગઈ. આવા પ્રસંગોમાં બધી ઔપચારીકતા પહેલાં પતાવી પછી નીરાંતે જમવા જવું અને પછી તરત જ ઘરે જવા નીકળી જવું એવો અમ બન્નેનો અભીગમ હતો. કતાર ધીમે ધીમે આગળ વધતી હતી. એટલામાં હાંફાળાં ફાંફાળાં દેખાતા એક ભાઈ પ્રવેશ્યા. કતારમાં ઉભા રહેવાનું એમને નાનમભર્યું લાગ્યું. ‘તમે જાણો છો હું કોણ છું ? મને નથી ઓળખતાં ? હું ફ્લાણીફ્લાણી હોસ્પિટલનો સુરીન્ટેન્ડન્ટ છું. એકચ્યુઅલી વી.આઈ.પી.ઓને સીધા સ્ટેજ પર લઈ જવાની

સગવડ હોવી જોઈએ. મારી જીન્દગીમાં હું કોઈ વાર લાઈનમાં ઉભો નથી રહ્યો...' આસપાસ દેખાતી બેત્રણ વ્યક્તીઓને તેમણે આમ કહ્યું. એટલામાં એમની નજરે હું પડી. તે બોલ્યા, 'ડીસ્ગાસ્ટીંગ ! આમ ઉભા રહેવાને બદલે કોઈને કહો તો ખરાં કે તમે કોણ છો ! 'ડાયરેક્ટર ઓફ મેડીકલ એજ્યુકેશન' છો. એ લોકોએ તમને નથી ઓળખ્યાં. એક વાર તમે કોણ છો એટલું જણાવશો તો જરા વજન પડશે. તમને સીધાં સ્ટેજ પર લઈ જશે. હું પણ, ભેગાભેગો આવી જઈશ. આ રીતે ઝુંપડપટ્ટીના લોકોની જેમ લાઈનમાં શા માટે ઉભાં રહેવું ?' મેં હસીને કહ્યું, 'આ અનુભવ પણ લેવા જેવો તો ખરો. લીફ્ટ વાપરવી હોય ત્યારે હું અમારી હોસ્પિટલમાં પણ લાઈનમાં જ ઉભી રહું છું. સીવાય કે કટોકટીવાળી પરિસ્થિતી નીર્માણ થઈ હોય અને તત્કાળ પહોંચવાનું હોય.' પોઝીશન્સ અને પઝેશન્સનાં આવરણ ઉતારી નાખી પોતાના સર્વસાધારણપણાને, બીનશરતીપણે સહજતાથી અપનાવી શકું એ પણ મારા સુખની વ્યાખ્યાનો એક હીસો છે. આને લીધે જ કંઈક 'બનવાની' ઘેલછાનો બોજો માત્ર 'હોવાની' હળવાશમાં પરીવર્તીત થઈ જાય છે.

લોકોની ભીડમાં, એકાન્તમાં, નીસર્ગના સાન્નીધ્યમાં, સાહિત્ય કે સંગીત જેવી માનવીય કલાકૃતીઓમાં કે કોઈ પણ વાતાવરણમાં નીર્ભયતા સાથે, નીખાલસપણે, ની:સંકોચપણે અને નીરપેક્ષપણે – નીરસપણે નહીં – રાચી શકવું એને હું મારું સુખ સમજું છું. સુખી થવું એ નીષ્પત્તી નથી; પ્રક્રિયા છે. સુખી હોવું એ ઘટના નથી; મન:સ્થિતી છે. સુખી રહેવું એ યાત્રા છે; ગન્તવ્યસ્થાનનું અન્તીમ લક્ષ્યબીન્દુ નથી. સુખ આપણા મન દ્વારા કરવામાં આવતું અર્થઘટન હોવાથી એને બહાર શોધવા જવું નથી પડતું; કારણ કે એ તો આપણા અસ્તિત્વમાં જ વણાઈ ગયું છે.

–ડૉ.પ્રજ્ઞા પૈ

સુરેશ દલાલ (sdalal@imagepublications.com) સમ્પાદીત અને ઈમેજ પ્રકાશન (info@imagepublications.com) પ્રકાશીત, વીવીધક્ષેત્રની વ્યક્તીઓએ 'સુખ' વીશે લખેલા લેખોના સંચય 'મારું સુખ' (મુલ્ય : રૂપીયા 500)માંથી લેખીકાની પરવાનગીથી સાભાર..

(આ લેખ અમે 'નયા માર્ગ' પાક્ષીકના તા. ૧૬-૧૨-૨૦૧૦ના અંકના પાન ક્રમાંક ૬-૭ પરથી લીધો છે. તંત્રી શ્રી ઈન્દુકુમાર જાનીનો આભાર.. 'નયા માર્ગ' પાક્ષીક વાંચવા તમે આ લીંકનો ઉપયોગ કરી શકો છો.. દર પંદર દીવસે નવો અંક ત્યાં અપલોડ થાય છે..

<http://sites.google.com/site/vachanyatra/home/nayaa-maarg>)

–ડૉ.પ્રજ્ઞા પૈ

લેખીકા-સમ્પર્ક:

Dr. Pragna Pai,

11 /135, Prabhu Niwas, 2nd floor, Road no. 9 / A,
Wadala, Mumbai - 400 031 Phone : 022-2414 9072
eMail: pai.pragna@gmail.com

‘સન્ડે ઈ-મહેફીલ’ – વર્ષ: સાતમું – અંક: 226 –September 11, 2011

‘ઉંઝાજોડણી’માં અને ‘શ્રુતી’ ફોન્ટમાં અક્ષરાંકન: ઉત્તમ ગજજર- uttamgajjar@gmail.com



આપને અને આપ મારફત આપના મીત્રોને પણ લેક્સીકોનની આ નવી **interface**ની મુલાકાત લેવાનું નીમંત્રણ છે. વીશ્વનાં કરોડો ગુજરાતી ભાઈ-બહેનો સુધી આ સંદેશો પહોંચાડવામાં સહાય કરી, આપને પણ ગુજરાતી ભાષાની અમુલ્ય સેવાના પુણ્યના અધીકારી બનવા વીનંતી.

વીશ્વના **95,00,000** જેટલા ગુજરાતી ભાષાપ્રેમીઓએ

<http://www.gujaratilexicon.com/> ની અત્યાર સુધીમાં મુલાકાત લીધી છે.

આપ સૌના સહયોગ થકી ‘સન્ડે ઈ-મહેફીલ’ના દેશ-વીદેશમાં હજારો વાચકો થયા અને રોજરોજ નવાં નામો ઉમેરાતાં જાય છે એ પુરવાર કરે છે કે, દેશવીદેશમાં ગુજરાતી વાચનના રસીયા બહુ મોટી સંખ્યામાં છે.

સૌનો આભાર...અમારી ‘સન્ડે ઈ-મહેફીલ’ની અત્યાર સુધીની જુની સઘળી પીડીએફ ફાઈલો સરળતાથી ડાઉનલોડ કરવા, અમારી વેબસાઈટ

<http://gujaratilexicon.com/index.php?action=downloadSeM> પર ક્લિક કરવા વીનંતી.

Kindly send your suggestions to:

Ratilal Chandaria, e-mail: rpchandaria@comcraft.com

Ashok Karania, e-mail: ashok@gujaratilexicon.com



કરજદાર છીએ !

ન બોલે તેને બોલાવજો, જે ન આવે તેને ઘેર જજો, જે રીસાય તેને રીઝવજો..

ને આ બધું તેમના ભલાને માટે નહીં; પણ તમારા ભલાને સાકું કરજો !

જગત લેણદાર છે, આપણે તેના કરજદાર છીએ.

-મો. ક. ગાંધી

