आई.. जरा जपून...!

काही दिवसांपूर्वी एक स्त्री , वय वर्षे ५२ माझ्या क्लिनिक मध्ये आली. चेहेऱ्यावर नाराजी स्पष्ट दिसत होती. अतिशय अनिच्छेने त्यांना समुपदेशका कडे यावं लागतंय हे सहज कळत होतं. त्या माझ्याकडे आल्या होत्या, ते फक्त त्यांच्या अत्यंत लाडक्या लेकीने त्यांना गळ घातली होती म्हणून. त्यांच्या मुलीचं तीन एक वर्षांपूर्वीच लग्न झालं होतं. आणि लग्ना नंतर लगेचच तिच्या सासरी छोटया छोटया गोष्टिंवरून वाद चालू झाले होते. तिच्या मते तिच्या आईचा तिच्या संसारातला अतिरेकी हस्तक्षेप हे त्या वादाचं मूळ होतं. आई वरील प्रेमा खातर ती हे तिच्याशी बोलू शकत नव्हती. म्हणून तिने तिच्या आईशी बोलण्याची मला विनंती केली होती. हल्लीच्या काळात अशा बऱ्याच केसेस येवू लागल्या आहेत. त्यामुळे काही गोष्टींवर प्रकाश टाकण्याची मला गरज वाटली. आणि म्हणून हा लेख लिहिण्याचा विचार केला.

प्रत्येक लग्न जरी वेगळं असलं तरी एक गोष्ट प्रत्येक लग्नांमध्ये समान असते, . ती गोष्ट म्हणजे त्या लग्नामुळे दोन्ही कुटुंबात आणि नात्यात होणारे बदल !

ज्या दोघांचा विवाह होतो, त्या दोघांवरच नाही तर त्या दोघांच्याही घरातील प्रत्येक व्यक्तीवर हया विवाहाचा परिणाम हा होत असतो. नात्यातला बदल हा कायमचा असतो त्यामुळे परिणामांची तीव्रताही कमी अधिक प्रमाणात तशीच असते. आजकाल लग्नाआधीच जोडप्याच्या सुखी आणि स्वतंत्र संसारा करता, नवीन वास्तूचा विचार केला जातो. यामुळे कदाचित वादाचं प्रमाण कमी होत असेल, पण एकमेकांकडून अपेक्षा या असतातच.

आजकाल मुली शिकलेल्या असतात. त्यांच्या स्वतःच्या आवडी निवडी, विचार, आणि मतं असतात. खरं तर लेकीला वाढवतांना आपणच तिला विचारांची बैठक आणि संस्कार देतो. जस जशी ती मोठी होते, तशी ती या वैचारिक स्वातंत्र्याचा उपभोग घ्यायला लागते. आपल्या मुलीला स्वतःची मतं आहेत म्हणून पालकांना त्यांचं कौतुकही वाटत असतं. अतिशय लाडात आपल्या संस्कारात आणि विचारात वाढवलेल्या लेकीला दुसऱ्याच्या घरी पाठवतांना पालकांना निश्चित दुःख होत असतं. पण तरीही तिला सासरी पाठवतांना “ सासरच्या माणसांना आपलंसं कर, त्यांना सांभाळून घे.” असा मोलाचा सल्ला दिला जातो. आणि मग ती या सल्ल्याबर हुकुम वागायला जाते तेंव्हा या आईचा हस्तक्षेप मुलीच्या घरी विचारांच्या ठिणग्या उडवतो. मग भलेही तो हस्तक्षेप मुलीच्या अती काळजी आणि प्रेमापोटी होत असेल! आपल्या लेकीचे विचार प्रवाह

पृष्ठ क्रमांक...२ वर...

तिच्या नवऱ्याच्या म्हणजेच अंतिमतः तिच्या सासरच्या विचारप्रवाहात मिसळतात तेंव्हा ही आई आश्चर्यचकित होते. आणि तिचे विचार मुलीवर लादू पहाते.त्यामुळे गोंधळलेली मुलगी आईला दुखवायचं नाही म्हणून त्या विचारांच्या अंमलाखाली येते. आणि मग मुलीच्या घरात छोटे मोठे वाद होतात.

जेंव्हा आपण म्हणतो, की सासरच्या माणसांनी येणाऱ्या नवीन सुनेला समजून घ्यायला हवं कारण ती एका पूर्णपणे वेगळया विचारांमधून, संस्कारांमधून आलेली असते. त्यामुळे नवीन घरात तिला सामावून घेण्यासाठी पहिलं पाउल हे सासरच्या मंडळींनी उचलायला हवं. त्याच प्रमाणे मंडळी मला सांगा, मुलाचं कुटुंबही सर्वस्वी वेगळं असतं तिथल्या विचारधारा संस्कार आणि परिस्थिती देखिल पूर्णपणे वेगळी असते. हे मुलींनी आणि तिच्या पालकांनी ही समजून घ्यायला नको का ? आणि नेमकं हेच ही अकारण हस्तक्षेप करणारी आई विसरून जाते. तिचा उद्देश चांगलाच असतो. की आपल्या मुलीला कुठलाही त्रास होवू नये. पण तरीही अजाणतेपणामुळे मुलीला आणि पर्यायाने तिच्या सासरच्या माणसांना नाहक त्रास होत असतो. माझं असं म्हणणं अजिबात नाही की आईने तिची मतं प्रदर्शितच करू नयेत, माझं ऐवढंच म्हणणं आहे की आपली मतं किंवा विचार स्वीकारायची सक्ती होवू नये. आणि मतं स्वीकारली नाहीत म्हणून नाराज होवून त्याचा संबंध आत्मसन्मानाशी लावू नये.

आपल्या लेकीवर चांगले संस्कार करण्यासाठी धडपडणारी आई, तिला जराही त्रास होवू नये म्हणून रात्र रात्र जागणारी आई अचानक असमंजस का वाटायला लागते ? हे असं का बरं होत असावं ? याची कारणं शोधण्यासाठी जरा आईच्या मानसिकतेचा विचार करूया.

मुलीचं लग्न म्हणजे आनंदाचा उत्सव ! पण या आनंदातही मुलीचे पालक आणि मुख्यत्वे मुलीची आई काही अनाहुत भावनांचा अनुभव घेत असते. जसे ताण तणाव, उदासीनता, दुःख , राग, आणि बऱ्याचशा न स्वीकारता येणाऱ्या नकारात्मक भावना. ज्यांचा निचरा कधीच होत नाही. किंबहुना त्या भावनांना कधीच वाट करून दिली जात नाही. या भीतीने की लोक काय म्हणतील ! आणि मग या दबलेल्या भावना पुढे कधीतरी आगंतुका सारख्या नात्यांमध्ये मध्यस्थी करतात. आणि मग नात्यांचा बाज बिघडून कटूता यायला लागते.

पृष्ठ क्र. ३ वर...

या भावना नक्की काय आहेत? त्या का आणि कशा निर्माण होतात ? यावर एक मनोचिकित्सक म्हणून, अभ्यास करण्यासाठी मी काही लग्न ठरलेल्या, व लग्न झालेल्या मुलींच्या मातांच्या मुलाखती घेतल्या तेव्हा या बाबतीत महत्वाचे मुद्दे समोर आले.

अ) बऱ्याचशा माता मुलीच्या विवाहात आपली नक्की भूमिका काय असावी या बाबत संभ्रमात असतात.

ब) विवाह ही घटना मातांना त्यांच्या मुलीबरोबरच्या नात्यातील अचानक होणाऱ्या संक्रमणाचा अनुभव देते. त्यामुळे त्यांची भावनिक अवस्था अत्यंत नाजूक असते.

क) मुलीचे लग्न हे त्यांना स्वतःच्या लग्नाचं स्मरण करून देतं ज्यात त्यांच्या स्वतःच्या बऱ्याचशा कडू गोड आठवणी असतात. आणि मग नकळत त्या आठवणी , त्यातील अनुभव मुलीच्या लग्नाशी जोडले जातात.

जेव्हा या सर्व मातांना अत्यंत सुरक्षित आणि ' नॉन जजमेन्टल' वातावरणात त्यांच्या स्वतःच्या लग्नाभोवती गुंफलेल्या कथा सांगण्यासाठी प्रोत्साहित केलं गेलं तेंव्हा त्यांना स्वतःलाच काही आश्चर्यकारक गोष्टी समोर आल्या. ज्यामुळे त्यांना स्वतःच्या भावना समजायला तर मदत झालीच परंतु त्या बरोबरच त्यांचा त्यांचा मुलीच्या लग्नाकडे बघण्याचा दृष्टिकोन ही अधिक निकोप आणि तटस्थ झाला.

या निष्कर्षावरून असं म्हणावंसं वाटतं, ज्या प्रमाणे विवाहपूर्व समुपदेशन विवाह ठरलेल्या जोडप्यांनी घ्यायला हवं त्याच प्रमाणे दोघांच्या पालकांनीही अशा समुपदेशनाचा लाभ घ्यायला हवा. परंतु दुर्दैवाने ही जागरूकता अजुनही आपल्या भारतात दिसत नाही. आणि म्हणुनच या लेखा व्दारे मी सर्व लग्न ठरलेल्या व लग्न झालेल्या मुलींच्या मातांसाठी मार्गदर्शक चतुःसूत्री सादर करत आहे.

पृष्ठ क्र. ४ वर...

१) आईने आपल्या मुलीच्या विवाहातील आपल्या भूमिकेबाबत सजग आणि स्पष्ट असावं.

२) आपल्या भावना दाबून टाकण्यापेक्षा आपल्या जवळच्या माणसा समोर (समुपदेशक असल्यास अधिक उत्तम) त्या व्यक्त कराव्यात.

३) मुलीबरोबर होणाऱ्या नात्यातील संक्रमणाला सकारात्मकतेची जोड दया.

४) विवाहातून निर्माण होणारी नवीन नाती अगदीच सकारात्मकतेने नाही, तरी तटस्थपणे स्वीकारायचा प्रयत्न करा.

ही चारही सूत्र आईच्या मानसिकतेचा विचार करूनच मांडली आहेत. ज्या मुळे एकमेकांबद्दलचे गैरसमज कमी होवून नात्यांचे बंध अधिक घटट व्हावेत हाच प्रामाणिक उद्देश !

आता प्रत्येक सूत्र विस्ताराने जाणून घेउया.

पहिल्या सूत्रात म्हटल्याप्रमाणे प्रत्येक आईने आपल्या मुलीच्या विवाहात आपली नक्की भूमिका काय असावी या बाबत खूप स्पष्ट असलं पाहिजे. म्हणजे लग्नाचं कर्तव्य पार पाडतांना हे नक्की लक्षात ठेवावं की आपली स्वप्नं, भावना आणि अनुभव हे आपले स्वतःचे वैयक्तिक आहेत. तेच किंवा तसेच आपल्या मुलीचेही असतील असे मानू नये. मुलीची स्वतःच्या लग्नाबद्दलची स्वप्न , मतं आणि अपेक्षा असतात. त्यात आपली स्वप्नं आणि अपेक्षा यांची सरमिसळ करू नये. आणि हे टाळण्याकरता दोघींमध्ये एक सारासार विवेकी संवाद असावा.

दुसऱ्या सूत्रात म्हटल्या प्रमाणे आपल्या भावनांना वाट करून दयायला हवी . मनाच्या तळाशी असलेल्या काही नकारात्मक भावना विवाहाच्या वेळी आठवणींच्या रूपात जाग्या होतात. त्यांना मनातच दाबून टाकलं तर कदाचित त्या चुकिच्या वेळी चुकिच्या पध्दतीने किंवा चुकिच्या माणसांसमोर बाहेर पडू शकतात. हे टाळण्याकरता आपल्या अत्यंत जवळच्या माणसासमोर , जे आपल्याला समजून घेउ शकतात त्यांच्या समोर त्या व्यक्त व्हायला हव्यात.

पृष्ठ क्र.. ५ वर..

तिसरं सूत्र सांगतं की विवाहाच्या वेळी, मुलीशी असलेलं नातं संक्रमणाच्या अवस्थेत असतं म्हणजे मुलीचा विवाह ही एक ट्रान्झिशनल फेज जशी मुलीच्या आयुष्यात असते तशीच ती तिच्या आईच्या आयुष्यात असते. कारण या एका घटनेमुळे त्या दोघींमधील नात्यांची परिभाषा बदलते. त्यांच्या एकमेकांकडून असलेल्या अपेक्षा बदलतात. मुलीची बांधिलकी ही सासरच्या लोकांबरोबर वाढते हा सगळा बदल प्रत्येक आईने सकारात्मकतेने घ्यायला हवा. असं झाल्यास दोघींच्या नात्यातील समजुतदारपणा निश्चित वाढेल.

चौथं आणि अतिमहत्वाचं सूत्र म्हणजे विवाहामुळे निर्माण होणारी नविन नाती अतिशय तटस्थपणे स्विकारावीत. म्हणजेच या नात्यांना सामोरं जाताना कुठलाही पूर्वग्रह किंवा कोणतीही गृहितकं नसावित. याचा परिणाम असा होतो की नात्यांमध्ये एक मोकळीक निर्माण होते. ज्या मुळे नात्याचा बंध घटट व्हायला वाव मिळतो.

वाचक हो , मला खात्री आहे प्रत्येक आई जर या चतु:सूत्रीचा सखोल विचार करून विवाहाच्या तयारीला लागली तर विवाह सुखकारक होईलच पण मुलीचं वैवाहिक आयुष्यही अत्यंत आनंददायी होईल.

सौ. सुलभा माणकेश्वर

(मनोचिकित्सक आणि समुपदेशक)
sulbhamankeshvar@gmail.com
मोबाईल नं. ९८९२८३०८६८