મેનોડિવોર્સ શું છે?!

લગ્નનાં બંધનને તોડવું ખરેખર મુશ્કેલ છે. કોઈ વ્યક્તિ સાથે લાંબો સમય રહેવું અને તેની સાથે શેર કરેલી બધી યાદો, ઈતિહાસ અને ભાવનાઓ પાછળ છોડીને અલગ થઈ જવું સહેજ પણ આસાન નથી.

ઘણી વાર ડિવોર્સ-છૂટાછેડા સૌથી સારો વિકલ્પ હોય શકે પરંતુ આ શબ્દ સાથે ઘણી નેગેટિવ વાતો જોડાયેલી છે. ઝડપથી બદલાતા ટ્રેન્ડ્સના આ યુગમાં છૂટાછેડા માટે પણ ઘણા નવા નવા શબ્દો આવી ગયા છે. ‘ગ્રે ડિવોર્સ’, ‘સ્લીપ ડિવોર્સ’, ‘સાયલન્ટ ડિવોર્સ’, ‘એરપોર્ટ ડિવોર્સ અને બીજા અનેક... હવે આ લિસ્ટમાં એક નવો શબ્દ જોડાયો છે ‘મેનોડિવોર્સ.’

મેનોડિવોર્સ શું છે?

ઈન્ટરનેટે બનાવેલો એક વધારાનો શબ્દ ‘મેનોડિવોર્સ’ એ વાત તરફ ઈશારો કરે છે કે મેનોપોઝ કે પ્રીમેનોપોઝને કારણે ઘણી મહિલાઓ પોતાના લગ્નજીવન વિશે ફરીથી વિચારી રહી છે અને ઘણાં તો પાર્ટનર સાથે છેડો પણ ફાડી નાખે છે.

મીડલ એજની મહિલાઓને સશક્ત બનાવતાં એક પ્લેટફોર્મે હમણાં જ કરેલા એક સર્વે પરથી માલૂમ પડે છે કે 45-60 વર્ષની ઉંમરની દર ત્રણમાંથી એક મહિલા લગ્નવિચ્છેદ કરવા તૈયાર છે. UKમાં 2000થી વધુ મહિલાઓના જવાબના આધાર પર સર્વેમાં એ પણ જણાવાયું છે કે 46% ડિવોર્સમાં મહિલાઓ દ્વારા ઉશ્કેરણી કરવામાં આવે છે.

મિડલાઈફમાં મહિલાઓમાં શું બદલાવ આવે છે?

લગ્નનાં વર્ષો બાદ કપલ મોટા ભાગે ઘરની જવાબદારી અને પોતપોતાની ભૂમિકા નિભાવવાની ઘરેડમાં ફસાતાં જાય છે અને ધીરે ધીરે સંબંધનો મૂળ અર્થ,આત્મીયતા નાશ પામતાં જાય છે.

રીલેશનશિપ કાઉન્સેલરના મતે મિડલાઈફમાં ડિવોર્સ મોટા ભાગે ઘણી મહિલાઓ માટે સ્વતંત્રતા, આઝાદીની ભાવના લાવે છે કારણ કે પહેલી વાર તેઓ પોતાની જરૂરતોને પ્રાથમિકતા આપવાને મહત્ત્વ આપે છે. છેવટે તેમને ‘હું શું ઈચ્છું છું? એ પૂછવા માટે સમય અને જગ્યા મળે છે.

નિષ્ણાતોએ મેનોપોઝ અને મહિલાઓમાં મિડલાઈફમાં આઝાદીની વધતી જતી ભાવના વચ્ચે કનેકશન હોવાનો ઈનકાર નથી કર્યો પરંતુ બદલાતાં હોર્મોન્સ મોટા ભાગે ભાગ ભજવે છે. ઘણી મહિલાઓ મેનોપોઝનાં શારીરિક લક્ષણોનો અંદાજ લગાવે છે પરંતુ તેઓ મોટા ભાગે એની સાથે થતાં ઈમોશનલ ઉતારચઢાવથી અજાણ હોય છે.

નિષ્ણાતોના મતાનુસાર સ્ટ્રેસ સહન કરવાની ક્ષમતામાં ઘટાડો, નિદ્રામાં ખલેલ, ચીડિયાપણું અને સેક્સની ઈચ્છામાં ઘટાડો જેવાં મેનોપોઝના શારીરિક અને ભાવનાત્મક લક્ષણો લગ્નમાં અધૂરપને સ્પષ્ટતાથી બતાવી શકે છે. જેમ જેમ હોર્મોનલ બદલાવ ઈમોશનલ સેન્સિટિવિટી વધારે છે અને નર્વસ સિસ્ટમને વધુ રીએક્ટિવ બનાવે છે તેમ તેમ વણઉકેલ્યા ઝઘડા વધારે સ્પષ્ટ થઈ જાય છે. આ કારણે આ સમયમાં મહિલા ઈમોશનલ નજદિકી અને વધારે આત્મીયતા ઈચ્છે છે.

અલબત્ત મેનોપોઝ અને છૂટાછેડાને સંબંધ હોવાનો કોઈ અભ્યાસ કે પુરાવો નથી પરંતુ નિષ્ણાતોના મતે હોર્મોનલ ઉતારચઢાવ સંબંધમાં પહેલાંથી મોજૂદ તિરાડોને વધારી શકે છે અને સહન કરવાની વૃત્તિ ઘટાડી શકે છે.

કેટલાંકને મતે આ ફેઝ કપલ્સને સંબંધ વધારે મજબૂત બનાવવામાં મદદ પણ કરી શકે છે. એક મજબૂત પાયો હોય એવા લગ્નમાં કપલ્સ પહેલાંથી જ આ બદલાવો માટે તૈયાર હોય છે અને કેટલીક બહારની મદદથી આ તબક્કો પાર પણ કરી લે છે. જે લગ્નમાં પહેલાંથી જ સમસ્યા અને તકલીફ હોય ત્યાં સ્થિતિ વણસી શકે છે. મેનોપોઝ મહિલાનાં શરીરને બદલી શકે છે પરંતુ કપલ આ બદલાવ પર કેવી પ્રતિક્રિયા આપે છે એ તેમના બોન્ડ અને ઈમોશનલ કનેકશન પર આધાર રાખે છે.