ડરથી નહીં! સંવાદથી સંસ્કાર આવે...

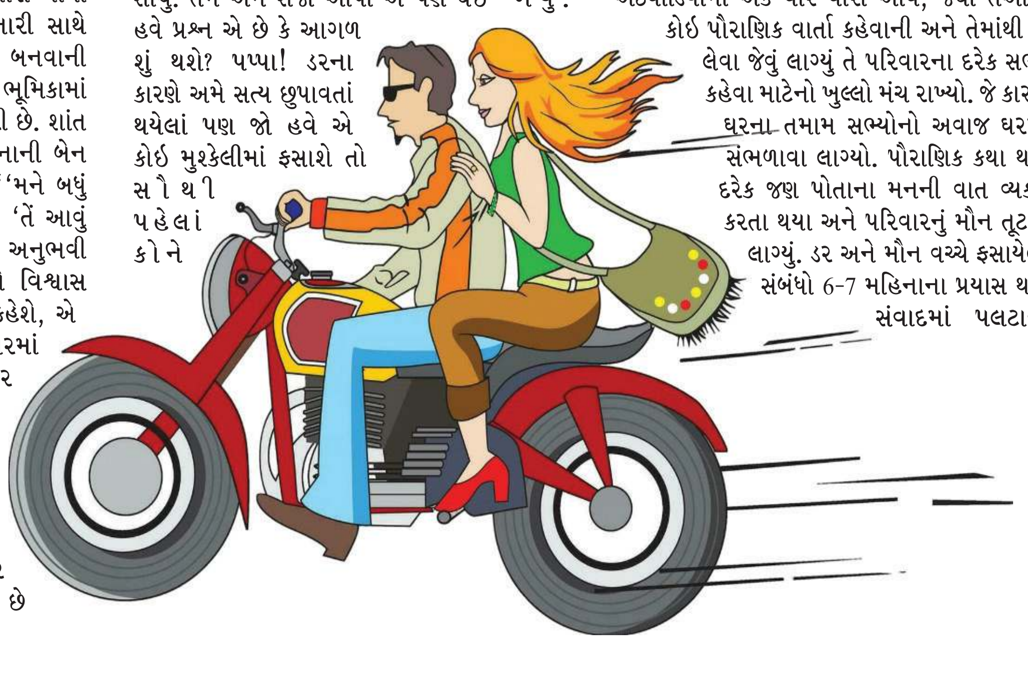
સંબંધોના તાણાવાણા
ગીતા શ્રોફ

આજના સમાજમાં સંબંધો તૂટે છે એવું નથી- સંબંધો ચૂપચાપ ખેંચાઈ રહ્યા છે. બહારથી બધું સ્વાભાવિક દેખાય છે, ઘર ચાલે છે, સંસ્કાર ચાલે છે, નિયમો છે પણ અંદર કયાંક સંવાદ સુકાઈ રહ્યો છે. ઘણાં ઘરોમાં પ્રેમ બોલતો નથી, સંભાળ સમજાતી નથી અને ડર સંસ્કાર તરીકે વપરાય છે. અમારી પાસે માર્ગદર્શન લેવા આવતાં દીકરા-દીકરીને ખોટું કરતા જોઈને ચોંકી જઈએ છીએ પણ એમ પૂછતાં નથી કે તેઓ કોની પાસે સાચું બોલી શકે છે? ઘરમાં શિસ્ત હોય, નિયમ હોય, ધાર્મિકતા હોય- પણ જો ‘કહેવાની હિંમત’ ન હોય તો એ ઘર સુરક્ષિત નથી રહેતું. આજની પેઢી બગડી ગઈ છે- આ વાકય બોલતા પહેલાં એક પ્રશ્ન પૂછવો જરૂરી છેઃ આ પેઢી આપણાથી દૂરી કેમ અનુભવે છે? કારણ કે સંબંધો તૂટે ત્યારે અવાજ થાય છે પણ સંબંધો ગળે પડતા જાય ત્યારે ઘર મૌન થઈ જાય છે. આ લેખ સંબંધમાં એક એવી જ ચૂપચાપ ખેંચાતી વ્યકિતને શબ્દ આપવા માટે છે જયાં ખોટું વર્તન મુદ્દો નથી, સંવાદનો અભાવ મૂળ કારણ છે.’

કેસ:

એક અતિ મધ્યમવર્ગની ધાર્મિક પરિવારની 14 વર્ષની દીકરી સ્કૂલમાંથી ગુલ્લી મારી તેની બીજી ફ્રેન્ડ સાથે શાળાના સીનિયર છોકરાઓ સાથે બાઈક પર ફરવા જાય. તેની મોટી બેન (21 વર્ષ) ને જાણ થતાં તેણે નાની બેનને ડરાવી ધમકાવીને તેમ ન કરવા જણાવ્યું. તેમનાં માતા-પિતાએ છૂટાછેડા લઈ લીધેલ હોય, તેઓ પિતા સાથે રહેતાં હતાં. પિતા, દાદા, દાદી ખૂબ જ કડક શિસ્ત આગ્રહી હતા એટલે દીકરીઓને ખૂબ જ અંકુશમાં રહેવું પડતું. એક દિવસ મોટા ભાઈ (23 વર્ષ)એ નાની બેનને સ્કૂલસમયમાં બાઈક પર અન્ય સાથે જોઈ લેતાં ઘરમાં જણાવ્યું. જેથી બંને બહેનોને પિતાએ ખૂબ કડક સજા કરી. બંને દીકરીઓ પિતા સાથે વાત કરતાં ડરતી હોવાથી મોટી બેને મારો સંપર્ક કર્યો અને માર્ગદર્શન માંગ્યું. ખરું કહીએ તો, આ પરિસ્થિતિ બહુ સંવેદનશીલ છે- ‘નાની બહેન બગડી ગઈ’ જેવી વાત નથી પણ ડરના કારણે સંવાદ તૂટયો છે. મોટી બેન નાનીને સમજાવવા માંગે છે પણ નાની બેન તેને સાંભળવાની તૈયારીમાં નથી. ગુસ્સામાં મોટી બેને નાની બેન પર એક-બે વાર હાથ પણ ઉગામી દીધો હતો છતાં નાની બેન મોટી બેનને ગાંઠતી નહોતી. મોટી બેનમાં હિંમત નહોતી કે તે તેનાં પિતા-દાદા-દાદી કે ભાઈની સાથે વાત કરી શકે. મોટી બેનના મત મુજબ તેઓનો કાઉન્સેલર દ્વારા મેળાપ કરાવવો પણ કઠીન છે. તે જો તેમ કરશે તો તેને ખૂબ ઠપકો મળશે અને તેના પર ઘર બહાર નીકળવા પર પ્રતિબંધ પણ આવી શકે. આથી મોટી બેનને જ નાની બેન સાથે તાદાત્મ્ય જાળવવાની માર્ગદર્શિકા જણાવી. તેને સમજાવ્યું કે તારી નાની બેનને એવો અહેસાસ કરાવ કે ‘હું તારી સાથે છું.’ પોલીસ, જજ કે પિતાના પ્રતિનિધિ બનવાની ભૂમિકા કરતાં મોટી બેનની વિશ્વાસપાત્ર ભૂમિકામાં તેને સુરક્ષિતતાનો અનુભવ કરાવવો જરૂરી છે. શાંત જગ્યાએ, એકાંતમાં (મોબાઈલ વગર) નાની બેન સાથે આત્મીયતાથી વાત કર અને કહે,‘‘મને બધું ખબર છે પણ હું તને સમજવા માંગું છું. ‘તેં આવું કેમ કર્યું?’ એમ નહીં પણ ‘તું ત્યારે શું અનુભવી રહી હતી?’ એવું પૂછવું. નાની બેનને વિશ્વાસ આપવો ખૂબ જરૂરી છે કે, ‘તું મને જે કહેશે, એ હું તારા વિરુદ્ધ વાપરવાની નથી કે ઘરમાં કોઈને કહેવાની નથી.(પરંતુ જો ખરેખર કોઈ જોખમ ન હોય તો જ આવું વચન આપવું.) ‘બહાર જવું ખોટું નથી, પણ જુઠું બોલીને તું જાય છે એટલે એકલી પડી જાય છે. હવેથી પહેલાં મને કહેજે.’’ આ રીતે તેને માટે સાચું બોલવાનો રસ્તો ખુલ્લો કરવો. નાની બેનને પિતાના ડર વિશે સરસ શબ્દોમાં કહેવું, ‘‘પપ્પા કડક છે પણ આપણને નુકસાન કરવા નથી માંગતા. આપણી સુરક્ષા માટે ચિંતિત છે એટલે હવે હું તારા અને પપ્પા વચ્ચે સેતુ બનવા પ્રયત્ન કરીશ.’’ ખાસ કરીને નાની બેનને વારંવાર ટોકવી, પિતાને બધું રીપોર્ટીંગ કરવું, મેં તો કીધું જ હતું એવા શબ્દોનો ઉપયોગ ન કરવો કારણ આનાથી નાની બેનનો વિશ્વાસ તૂટી જશે. એની સાથે રોજ ચાલવા જવું, ગીતો સાંભળવાં, રસોઈમાં જઈ સાથે કંઈક બનાવવું, જૂની વાતો યાદ કરવી, રમતો રમવી, એમ કરીને સંબંધ ગાઢ અને વિશ્વસનીય બનાવવો.

આમ કરવાથી નાની બેન ખોટું કરવાનું બંધ કરી જ દેશે એવું ન પણ થાય પરંતુ તેની સાથે મોટી બેન છે એમ સમજીને તે વાત કહેતી થશે એવી શકયતા વધશે. આવું સમજયા બાદ મોટી બેન થકી 2-3 મહિનાના પ્રયાસ બાદ વાત સરળ બનવા લાગી. જેથી હવે મોટી બેન થકી પિતાને સમજાવવાની તૈયારી શરૂ કરી. પિતા સાથે સંવાદ શરૂ કરાવ્યોઃ ‘‘પપ્પા, હું જાણું છું કે તમે અમારું ભલું જ વિચારો છો. તમારી કડકાઈની પાછળ ભય નથી- જવાબદારી છે. એ વાત હું સમજવા લાગી છું પણ આજે એક વાત બહુ શાંતિથી કહું છું-નાનીએ ભૂલ કરી છે એ સાચું. તમે એને સજા આપી એ પણ થઈ ગયું. હવે પ્રશ્ન એ છે કે આગળ શું થશે? પપ્પા! ડરના કારણે અમે સત્ય છુપાવતાં થયેલાં પણ જો હવે એ કોઈ મુશ્કેલીમાં ફસાશે તો સૌથી પહેલાં કોને



કહેશે- બહારનાને કે ઘરનાને? એ વાત મને ડરાવે છે. આપણો પરિવાર ધાર્મિક છે પણ ધર્મનો અર્થ નિયંત્રણ નથી- સહારો છે. બસ! તમે એક વાર નાની સાથે બેસીને સંવાદ કરો અને એને કહો કે, ‘ભૂલ થાય તો પણ આ તમારું ઘર છે. હવેથી તું મને કહેજે હું તને સાંભળવા અને સમજવા તૈયાર છું.’ મને વિશ્વાસ છે કે હવેથી સૌથી પહેલાં તમારી સાથે વાત કરીને હળવા થઈ શકીશું. પપ્પા! તમારા કડક નિયમો સાથે મારું સમર્થન છે પણ સાથે એટલું કહો કે, સાચું કહેવાથી સજા પહેલાં સમજ મળશે. હું તમને બદલાવા નથી કહેતી, ફકત એટલું કહેવા માંગું છું કે આ ઉંમરે ડર નહીં વિશ્વાસ અમને વધારે બચાવે છે. તમે અમારા પિતા છો અને અમને આજે પણ તમારા હાથની છાયાની જરૂર છે - લાઠીની નહીં.’’ આ મુજબ મોટી બેને પપ્પા પાસે નમ્રતાપૂર્વક રજૂઆત કરી. પહેલાં તો પપ્પા અકળાયા પણ ચૂપચાપ સાંભળતા રહ્યા. થોડા દિવસ પછી પપ્પામાં થોડી નરમાશ ઝલકાવા લાગી. જેથી મોટી બેન થકી ઘરના વાતાવરણમાં હળવાશ લાવવાના પ્રયત્નો શરૂ કર્યા. મોટી બેને ઘરમાં પુરાણ કથા વાંચન પરિવાર સભામાં શરૂ કરી. જેમાં પરિવારના દરેક સભ્યોનો અઠવાડિયામાં એક વાર વારો આવે, જેથી તેઓએ કોઈ પૌરાણિક વાર્તા કહેવાની અને તેમાંથી શું લેવા જેવું લાગ્યું તે પરિવારના દરેક સભ્યે કહેવા માટેનો ખુલ્લો મંચ રાખ્યો. જે કારણ ઘરના તમામ સભ્યોનો અવાજ ઘરમાં સંભળાવા લાગ્યો. પૌરાણિક કથા થકી દરેક જણ પોતાના મનની વાત વ્યક્ત કરતા થયા અને પરિવારનું મૌન તૂટવા લાગ્યું. ડર અને મૌન વચ્ચે ફસાયેલા સંબંધો 6-7 મહિનાના પ્રયાસ થકી સંવાદમાં પલટાવા લાગ્યા. હવે સંતાનો બોલતાં થયાં અને વડીલો મૌન થઈને સાંભળતા તથા સમજતા થયા. આમ, કેટલાંક ઘરોમાં વડીલોને બોલતાં કરવા જરૂરી હોય છે. ત્યાં વડીલોને સાંભળવા અને સમજવાની શરૂઆત કરવી જોઈએ. ખરા અર્થમાં તો, પરિવારના તમામ સભ્યોને માન-સન્માન સાથે પોતાની વાત રજૂ કરવા દેવા માટેના નિયમ હોઈ શકે પરંતુ તે નિયમોથી સંસ્કાર બનશે જ એવું માનવાને જરૂર નથી. પરિવારના સભ્યની રજૂઆતને શાંતિથી સમજપૂર્વક સાંભળીને સંવાદ કરવાથી સંસ્કાર જરૂર બની શકે. ટૂંકમાં ‘ડર નહીં, સંવાદ બચાવે છે.’

પરિવાર માટેનું પ્રિસ્ક્રિપ્શન:

» સૌ પ્રથમ દોષારોપણ બંધ કરોઃ ભૂલ કરનાર વ્યક્તિ ખરાબ નથી હોતો, તેનો નિર્ણય યોગ્ય નહોતો, આમ વ્યક્તિ અને વર્તન વચ્ચે ભેદ રાખો.

» પરિવાર સંવાદ બેઠક રાખોઃ શાંતિથી ગુસ્સો-રોફ વિના, દરેકને બોલવાની તક આપો. (આબાલ-વૃદ્ધ દરેકને)

»માનવીય નિયમો બનાવોઃ જેમ કે, બહાર જવાની જાણ, સમયમર્યાદા, ફોન પર સંપર્ક, મિત્રવર્તુળ અંગેની માહિતી.

» સજાનું મોડલ-માર, અપમાન, તુલનાથી બદલીને. ચર્ચા-ઘરકામની જવાબદારી, સમયસર મર્યાદા(સજા એવી હોવી જોઈએ કે સંબંધ તૂટે નહીં પણ નિકટતા અને વિશ્વાસ વધે.)

» માતા-પિતા જુદા હોય તો-બંને તરફથી સંતાનોને સમાન સંદેશ, કોઈ પણ પક્ષ પસંદ કરાવવો નહીં.

» ઘરની ધાર્મિકતા દિશા બતાવવા બનાવવી, દબાણ નહીંઃ જે થકી સંયમ, સત્ય બોલવા-સાંભળવા-પચાવવાની ક્ષમતા, આત્મનિયંત્રણ શીખાય એવા સત્ર યોજવા.

» વિશ્વાસ બનાવી રાખવા અઠવાડિયામાં એક વાર ખુલ્લી ચર્ચા રાખવી.

» બાળકોને સુધારવા પહેલાં પરિવારમાં સંબંધ સુધારવા પડે.

- ઘર એવું બનાવવું કે જયારે કંઈ ખોટું થાય ત્યારે સૌ પ્રથમ ઘરે આવવાની ઈચ્છા થાય.

Instagram@gita.shroff