



મા નવીના જીવનમાં સંબંધો સૌથી નાજુક પણ સૌથી શક્તિશાળી તંતુઓ છે. પરિવાર એ વિશ્વાસ, પ્રેમ અને સુરક્ષાની એક એવી જગ્યા છે જ્યાં દરેક સભ્ય પોતાનું સ્થાન અનુભવે છે પરંતુ જ્યારે દાંપત્ય સંબંધોમાં તાણ આવે અથવા સિંગલ પેરન્ટીંગની પરિસ્થિતિ ઊભી થાય અને તેમાં કોઈ બાહ્ય વ્યક્તિનો પ્રવેશ થાય ત્યારે સંબંધોના તાણાવાણા ઘણી વાર જટિલ બની જાય છે. ખાસ કરીને ત્યારે, જ્યારે એ વ્યક્તિ ભાવનાત્મક રીતે હાવી થવાનો કે બળજબરીથી પોતાની અસર જમાવવાનો પ્રયાસ કરે. આવી પરિસ્થિતિ માત્ર બે વ્યક્તિઓ સુધી સીમિત નથી રહેતી. તેની અસર આખા પરિવાર પર પડે છે - ખાસ કરીને સંતાનો ઉપર.

ઘણાં ઘરોમાં જોવા મળે છે કે માતા કે પિતા જીવનની એકલતામાં કોઈ નજીકનો સંબંધ બનાવે છે. જો એ સંબંધ પારદર્શકતા, સન્માન અને સીમાઓ સાથે હોય તો ઘણી વાર તે જીવનમાં સંતુલન લાવી શકે છે પરંતુ જ્યારે તે સંબંધમાં ત્રીજી વ્યક્તિ ઘરમાં પોતાની દબલગીરી, વચ્ચે કે નિયંત્રણ જમાવવા લાગે ત્યારે સમસ્યાઓ શરૂ થાય છે. બાળકો માટે આ પરિસ્થિતિ ખૂબ ગૂંચવણભરી બની શકે છે. તેઓ સમજી શકતાં નથી કે આ નવી વ્યક્તિની તેમના જીવનમાં શું ભૂમિકા છે. જો તે વ્યક્તિ બાળકને મનાવવાનો, તેની લાગણીઓ સાથે રમવાનો અથવા માતા-પિતાની સામે તેને પ્રભાવિત કરવાનો પ્રયત્ન કરે તો બાળકની અંદર અસુરક્ષા, ગુસ્સો અને વિશ્વાસનો ભંગ ઊભો થાય છે. કિશોરાવસ્થામાં તો આ અસર વધુ ગાઢ બની શકે છે. આ ઉંમરે બાળકો પોતાની ઓળખ અને મૂલ્યો ઘડતાં હોય છે. જો તેઓ ઘરના સંબંધોમાં અસ્થિરતા અથવા દબાણ અનુભવતા હોય તો ઘણી વાર તેઓ બળવો કરે, એકલતા પસંદ કરે, મૌન થઈ જાય અથવા સંબંધો વિશે નકારાત્મક માન્યતાઓ વિકસાવે. માત્ર બાળકો જ નહીં, માતા કે પિતા પણ ઘણી વાર આવી પરિસ્થિતિમાં ભાવનાત્મક નિર્ભરતામાં ફસાઈ જાય છે. ક્યારેક તેઓ જ સમજી શકતાં નથી કે બાહ્ય વ્યક્તિનો પ્રભાવ ક્યાં સુધી યોગ્ય છે અને ક્યાંથી તે પરિવારના સંતુલનને તોડી રહ્યો છે. સમાજમાં આપણી આસપાસ બનતા આવા કેસો પર નજર કરીએ.

જ્યારે ત્રીજો છાંયો સંબંધો ઉપર હાવી થાય ત્યારે...

કેસ 1

સ્મિતાને તેના પતિ સાથે ન ફાવતું હોવાથી તેની 7 વર્ષની દીકરી સાથે એકલી રહેતી હતી. સ્વયંને પગભર અને સફળ બનાવવાની આંધળી દોડમાં તેની સાથે વ્યવસાયમાં જોડાયેલ વ્યક્તિ સાથે પાર્ટનરશીપમાં બિઝનેસ શરૂ કર્યો. અતિ મહત્વાકાંક્ષી સ્મિતાના ઝડપથી સફળ થવાના વિચારોને જાણી ગયેલ પરિણીત શ્રીકાંતે સ્મિતાની દીકરીની સાથે મેનિપ્યુલેશન શરૂ કર્યું. સ્મિતા પોતાની જરૂરત અને સુરક્ષિતતાના સ્વાર્થ સાથે શ્રીકાંત સાથે સંબંધમાં જોડાઈ ગઈ. પછી તો શ્રીકાંત પોતાની પત્ની અને દીકરીને ગામ મોકલી આપી સ્મિતાના ઘરે જ રહેવા લાગ્યો પરંતુ વચ્ચે વચ્ચે ગામ જઈ પોતાના પરિવારને પણ જાળવતો રહ્યો. આ સંબંધોના દશ વર્ષ પછી સ્મિતાને ધંધામાં ખોટ જતાં ધંધો બંધ કર્યો

પરિવાર સામે સત્ય રજૂ કરવું કદાચ મુશ્કેલ હોય પરંતુ સત્ય, સંવેદના અને જવાબદારી સાથે કરવામાં આવેલી વાતચીત ઘણી વાર નવા સંતુલનનો માર્ગ ખોલી શકે છે

પણ શ્રીકાંત તેના ઘરે હકદાવે આવતોજતો રહેતો. સ્મિતાની દીકરી જે હવે કોલેજમાં આવી હતી, તે સ્વભાવે ચીડિયણ, એકલી જ રહેતી, અભ્યાસમાં રસ ન લેતી, ગૂંચવણભરી સ્થિતિમાં રહેતી હતી, જેથી તે મિત્રો બનાવી શકતી નહોતી. એક દિવસ તેણે આત્મહત્યાનો પ્રયત્ન કરતાં સ્મિતાને કાઉન્સેલર દ્વારા જાણ થઈ કે તેની દીકરી સાથે નાની ઉંમરથી શ્રીકાંત શારીરિક શોષણ કરતો હતો, જેની ગંધ સુદ્ધાં સ્મિતાને આવવા દીધી ન હતી. દશ વર્ષથી આ પીડા સહેતી તેની દીકરી સાયકોલોજીકલ ટ્રોમામાં જીવતી હતી. સ્મિતાએ પોતાની દીકરીની ભલાઈ માટે ખૂબ કડક અને યોગ્ય નિર્ણય લીધો. તેણે દીકરીને પોલીસ

ફરિયાદ કરવા માટે પણ સહકાર આપવા કહ્યું પરંતુ દીકરી તે માટે તૈયાર નહોતી. પરંતુ તેણે એટલું જરૂર કર્યું કે શ્રીકાંતની માતા-પત્ની અને દીકરીને સંપૂર્ણ હકીકતો જણાવીને શ્રીકાંત સાથે સંબંધ તોડ્યો. જેથી શ્રીકાંતને તેના પરિવાર થકી પણ દબાણ રહ્યું.

કેસ 2

ગૌરી અને ગીરીશ પ્રેમલગ્ન કર્યા હતા. જે થકી તેમને બે સંતાન હતાં. ગીરીશને ધંધામાં ખોટ જવાથી તેમની ઝાકઝમાળવાળી લાઈફ મંદ થવા લાગી. બંને વચ્ચે ઝઘડા વધવા લાગ્યા. ગીરીશ ઘણી વાર લાંબા સમય માટે ઘરથી દૂર જતો રહેતો. ગૌરી પણ દાંપત્ય જીવનમાં આવેલ તણાવ, એકલતા, અવગણના અને ભાવનાત્મક ખાલીપાને કારણે અન્ય વ્યક્તિ સાથે લગ્નને સંબંધમાં જોડાઈ ગઈ.

શરૂઆતમાં નવો સંબંધ તેને સહારો અને સમજણ આપતો લાગ્યો પરંતુ સમય જતાં તે અનેક માનસિક, પારિવારિક અને સામાજિક મુશ્કેલીઓથી ઘેરાયેલી રહેવા લાગી. જેની સીધી અસર તેનાં સંતાનોના માનસિક સ્વાસ્થ્ય પર દેખાવા લાગી. કિશોર વયનાં સંતાનો ઘરમાં થતાં સંઘર્ષ સામે વિરોધી વલણ અપનાવવા લાગ્યા. એન્જાઈટી, ડીપ્રેશન, ગુસ્સાભર્યું વર્તન કરવા લાગ્યા. એક સંતાન ઘરથી દૂર ભણવાના બહાને જતો રહ્યો અને પછી તેણે પરિવાર સાથેના સંપર્ક ઓછા કરતાં કરતાં નજીવ કરી નાખ્યા. બીજું સંતાન ડ્રગ્સની લતે ચડી ગયું અને જાહેરમાં માતા વિશે બેફામ બોલવા લાગ્યું. હાલ રીહેબ સેન્ટરમાં તે

સારવાર હેઠળ છે અને દરમ્યાન ગીરીશનું મૃત્યુ થતાં હવે ગૌરી એકલા હાથે સંઘર્ષ કરી રહી છે. ગૌરીનો લગ્નને સંબંધ ક્ષણિક લાગણીમાંથી જન્મેલો પરંતુ તેનો પ્રભાવ લાંબા સમય સુધી તેને ઘેરીને રહ્યો.

કેસ 3

રીમા ત્રણ દીકરીઓની માતા છે. તેના પતિ ગંભીર બીમારીના કારણે ચીડિયા થઈ રીમા પર ખૂબ ત્રાસ ગુજારતા હતા. તેની દીકરીઓ હંમેશાં રીમાને અમાંથી બહાર નીકળવા સલાહ આપતી પણ રીમા ચૂપચાપ સહન કરતી રહી પરંતુ તેમના એક આધેડ વિધુર મિત્રે રીમાને મૌન સહારો આપવાનું શરૂ કર્યું અને બંને જણા સંબંધમાં જોડાઈ ગયાં. ક્યાંય સુધી રીમા પોતાને દોષિત ગણી કોસતી રહી. જે દરમ્યાન તેના પતિનું મૃત્યુ થયું અને તેની ત્રણેય દીકરીઓના લગ્ન સારા ઘરમાં થઈ ગયા. દીકરીના સાસરા પક્ષમાં રીમાના સંબંધો માટે ગણગણાટ થવા લાગ્યો. ફરીથી રીમા તૂટવા લાગી. કાઉન્સેલરની મદદથી તેણે ત્રણેય દીકરી-જમાઈને શાંતિપૂર્ણ વાતાવરણમાં ભેગા કરી સમજણભરી રીતે પોતાની વાત મૂકી. તેણે કોઈને પણ દોષ આપ્યા વિના 'મારી લાગણીઓ અને મારી પરિસ્થિતિ' પર રજૂઆત કરી અને પછી તેણે દીકરી-જમાઈની લાગણીઓ સાંભળવા માટેની તૈયારી બતાવી. તેઓને પણ આ સંબંધ વિશે સમજવા અને સ્વીકારવા માટે સમય લેવા કહ્યું. પરિવાર-સામે સત્ય રજૂ કરવું કદાચ મુશ્કેલ હોય પરંતુ સત્ય, સંવેદના અને જવાબદારી સાથે કરવામાં આવેલી વાતચીત ઘણી વાર નવા સંતુલનનો માર્ગ ખોલી શકે છે. આજે રીમાને વેવાઈ પક્ષમાં પણ આદર, સન્માન સાથે આમંત્રણ આપવામાં આવે છે.

આમ જોવા જઈએ તો, સ્વસ્થ સંબંધ તે જ છે જેમાં કોઈને છુપાવવાની જરૂર ન પડે અને દરેકની લાગણીઓનું માન રાખવામાં આવે. **આવા સંબંધોમાં શું કાળજી લેવી પડશે, તેનો વિચાર કરવો જરૂરી છે. જેમ કે -**

- » સંબંધમાં સીમાઓ (બાઉન્ડ્રીઝ) સ્પષ્ટ હોવી જોઈએ. બાહ્ય વ્યક્તિને નિર્ણયો અથવા સંતાનોના જીવન ઉપર અસર કરવાનો અધિકાર ન હોવો જોઈએ.
- » સંતાનોને અંધકારમાં રાખવા કરતાં તેમની ઉંમર પ્રમાણે સાચી સમજ સાથે ખુલ્લી અને સંવેદનશીલ વાતચીત કરવી જોઈએ.
- » તણાવ વધે તો પારિવારિક માર્ગદર્શન લેવું જોઈએ. કોઈ તટસ્થ માર્ગદર્શક ઘણી ગૂંચવણોને શાંતિથી ઉકેલી શકે છે.
- » દરેક સંબંધનો મૂળ આધાર સન્માન અને સ્વતંત્રતા છે. જ્યાં સન્માન છે ત્યાં દબાણ નથી અને જ્યાં સ્વતંત્રતા છે ત્યાં સંબંધો બંધન નહીં પણ સહયાત્રા બની જાય છે.
- » જો કોઈએ આવા લગ્નને સંબંધમાંથી બહાર આવવું હોય તો -
- » સૌ પ્રથમ વ્યક્તિએ સત્ય સ્વીકારવું કે આ સંબંધ જીવનમાં ગૂંચવણ ઊભી કરી રહ્યો છે. (નકારવાથી ઘા ઊંડા થાય છે.)
- » લગ્નને સંબંધ થયા પાછળનું કારણ સમજીને પછી જ સંબંધ તોડવો જોઈએ, નહીંતર આંતરિક ખાલીપો યથાવત રહે છે.
- » જો બહાર આવવાનો નિર્ણય લીધો હોય તો તે વ્યક્તિ સાથે સ્પષ્ટ અંતર રાખવું જરૂરી છે. વારંવારનો સંપર્ક ફરી ભાવનાત્મક બંધન ઊભું કરે છે.
- » પતિ-પત્ની વચ્ચે ખુલ્લી વાતચીતથી, એકમેકને સમજવાથી સમસ્યા ઉકેલી શકાય છે. જીવનમાં મૂળ મૂલ્યો-પરિવાર, વિશ્વાસ, સંતાનોનું હિત-ફરી યાદ કરવાથી વ્યક્તિને યોગ્ય નિર્ણય લેવામાં શક્તિ મળે છે.
- » 'સંબંધો તૂટવાથી કોઈ જીવનને નથી, સાચો વિજય ત્યારે છે જ્યારે સંબંધોમાં ફરી સમજણ અને સન્માન ઊભું થાય.'