

आत्ता आणि इथे

- डॉ. मनोज भाटवडेकर

आपल्या दुःखाचं कारण आपल्या आत आहे हे कळण्यासारखा दुसरा आनंद नाही. आपल्या मनःस्थितीला आपलेच अवाजवी आग्रह, आपल्याच अवास्तव अपेक्षा जबाबदार आहेत ही चांगली बातमी असते कारण त्याचा अर्थ- ते बदलणं आपल्या हातात असतं.

“तिला खरंच नैराश्य आलंय असं आम्हाला वाटतंय. ती नीट झोपत नाही. नीट जेवत नाही. विचारलेल्या प्रश्नांची नीट उत्तरं देत नाही. मधून मधून रडते. आम्ही तिला सांगतो तू अशी राहिलीस तर लग्न कसं होणार तुझं? मध्ये एक दिवस मला म्हणाली की मला आता जगावंसंच वाटत नाहीए. तेव्हा मात्र आम्ही घाबरलो. तिच्या नैराश्याचं कारण मी थोडक्यात सांगू तुम्हाला? तिचं लग्न जमत नाहीए. तिचं वय आता तीस आहे. मी बसते बाहेर. तुम्ही बोला तिच्याशी.”

तिचा चेहरा दुःखी दिसत होता. बोलायला सुरुवात करण्याआधीच तिला रडू कोसळलं. दोन तीन मिनिटं रडून झाल्यावर तिने स्वतःला सावरलं. “तुला काय त्रास होतोय सध्या?”

“मला सतत वाईट वाटत राहतं. काही करू नये असं वाटतं. रडावंसं वाटतं. कुणी आस्थेने चौकशी केली की जास्तच येतं रडू. हे असं डिप्रेशन नकोय मला.”

“अर्थातच. डिप्रेशन हवं कुणाला असतं? दुःखी राहायला कुणाला आवडतं? पण सध्या तू दुःखी आहेस. त्याची पार्श्वभूमी आणि कारणमीमांसा जर कळली तर आपल्याला त्यावर उपायही करणं सोपं जाईल, बरोबर?”

“मलाच माहीत नाही एवढी निराश मी का होतेय ते. मी इंजिनिअर आहे. मला चांगली नोकरी आहे. चांगला पगार आहे. घरी म्हणाल तर सगळं व्यवस्थित आहे.”

“याचा अर्थ असा की वरवर तरी तू निराश व्हावंस असं तुझ्या वातावरणात किंवा परिस्थितीत काही नाही. तुझ्या आईच्या मते तुझं लग्न होत नाही हे तुझ्या नैराश्याचं कारण आहे.”

“ते नेहमीचंच आहे. माझं लग्न जमत नाही हेही तिनेच ठरवलं आणि माझ्या नैराश्याचं ते कारण आहे हेही तिनेच ठरवलं.” तिच्या बोलण्यातून आता राग डोकावू लागला होता.

“तुझ्या मनात याविषयी राग दिसतो.”

“मग? येणारच ना राग? तुम्ही मला अमुकच मुलाशी लग्न कर अशी सक्ती कशी करू शकता? त्यांच्या मते म्हणे मी चांगली चांगली स्थळं नाकारते . त्यांच्या मते ती चांगली असतील माझ्या मते नाहीएत ती चांगली . मला नकोय कमी शिकलेला मुलगा . किंवा कमी कमावणारा . नुसतं त्याचं कुटुंब चांगलं आहे या नावाखाली मी का म्हणून एखाद्या मुलाशी लग्न करू? लग्न काय कुटुंबाशी करायचंय?” आता राग स्पष्टपणे व्यक्त होत होता .

“एकूणच हा विषय तुझ्यासाठी खूप नाजूक दिसतोय . या विषयावरून तुमच्या घरात बरेच वादविवाद होतात असं दिसतं .”

“मी कंटाळले आता त्यांना सांगून सांगून . माझी आई एक आणि दुसरी माझी मावशी आगीत तेल ओतणारी . ती सारखी स्थळं सुचवत असते माझ्यासाठी आणि मी नाकारलं की म्हणते याहून चांगलं काय मिळणार आता या वयात? मी म्हणते का नाही मिळणार? आणि नाही मिळालं तर नाही मिळालं . मी बघेन काय करायचं ते . मी तर हल्ली मावशीचे फोन घेतच नाही . ती आईपेक्षा मोठी आहे . आणि चांगल्यापैकी वर्चस्व गाजवणारी आहे . आई तिच्या बोलण्याला बळी पडते . आईचा स्वभाव त्रास ओढवून घेणारा आहे . माझ्या मनासारखा मुलगा मला मिळेपर्यंत मी लग्न करणार नाही असं मी तिला समजावून सांगते तेव्हा तिला ते पटतं . पण मावशीचा एक फोन येऊन गेला की सगळ्यावर पाणी . मग तिचं चालू होतं . आता तू लग्न नाही केलंस तर तू पुढे एकटी दिवस कसे काढणार? आमच्यानंतर तुझं काय? आणि काय झालं मुलात थोडंसं काही कमी असलं तर? थोडं अँडजस्ट करायचं आपण . ही भाषा आई बोलायला लागली की समजावं मावशीचा फोन येऊन गेला असणार म्हणून .”

“मला एक सांग . एकीकडे लग्नाविषयीची तुझी भूमिका स्पष्ट आहे . मग तू एवढी निराश का होते आहेस?”

पुन्हा तिच्या डोळ्यांत पाणी जमा होऊ लागलं . “मला कंटाळा आलाय याचा . मला हल्ली असं वाटायला लागलंय की माझ्यामुळे आईला त्रास होतो . माझं लग्न झालं तर ती सुखी होईल . पण ती विचारी काही करू शकत नाही . मला तिला खूप ठेवायचंय . मी नाही तिला खूप ठेवू शकत याचंय मला दुःख होतं . तिला असं दुःखी कष्टी बघितलं की मला खूप वार्डट वाटतं .”

“हे बघ . तू बुद्धिमान आहेस . संवेदनशील आहेस . एक प्रामाणिक निरीक्षण कर . स्वतःच्या आत डोकाव आणि मला एका प्रश्नाचं सरळ सरळ उत्तर दे . आता आणि इथे तुझ्या आयुष्यात काय समस्या आहे? यातला प्रत्येक शब्द महत्त्वाचा आहे . आता म्हणजे या क्षणाला . इथे म्हणजे तू तुझ्या आयुष्यात जिथे आहेस तिथे . तुझ्या आयुष्यात म्हणजे फक्त तुझ्या आयुष्यात . समस्या म्हणजे मोठी अडचण .”

एका मिनिटभर तिने डोळे मिटले . डोळे उघडले तेव्हा चेह-यावर स्मित होतं . रडण्याची जागा आता हसण्याने घेतली होती . “नाही . खरंच काही नाही . शीः मीच ओढवून घेतेय हे दुःख .”

आपल्या दुःखाचं कारण आपल्या आत आहे हे कळण्यासारखा दुसरा आनंद नाही . आपल्या मनःस्थितीला आपलेच अवाजवी आग्रह, आपल्याच अवास्तव अपेक्षा जबाबदार आहेत ही चांगली बातमी असते कारण त्याचा अर्थ- ते बदलणं आपल्या हातात असतं . ‘मला खूप राहायचंय’ ही अपेक्षा एकवेळ वास्तव असू शकेल पण ‘मला माझ्या आईला खूप ठेवायचंय’ या आग्रहातून तिची पंचाईतच झाली आहे . मनासारखं स्थळ मिळेपर्यंत मुलगी लग्न करणार नाही, मुलीचं लग्न झाल्याशिवाय आई खूप होणार नाही (लग्न झाल्यावर नक्की होईलच अशी शाश्वती कुणी द्यावी? नंतर लग्न झाल्यानंतरचे दुःखाचे वेगळे विषय मिळू शकतील हा वेगळाच मुद्दा!) आणि आई जोपर्यंत खूप होत नाही तोपर्यंत मुलगी निराश मनःस्थितीत राहणार हा तिढा कोण सोडवणार? हा तिढा ज्यांनी निर्माण केला तेच!

अशा त-हेच्या नैराश्याला ‘न्युरॉटिक डिप्रेशन’ म्हणतात . दोन परस्परविरोधी गोष्टींचा दुराग्रह धरण्यातून ते निर्माण होतं . या मुलीच्या बाबतीत बोलायचं तर- लग्नाविषयीचे तिचे विचार ठाम आणि स्पष्ट आहेत . ‘आई दुःखी म्हणून मी दुःखी’ या समर्थनाच्या वेळी मात्र ही स्पष्टता गायब होते . ‘मावशीमुळे आई दुःखी आणि आईमुळे मी दुःखी, म्हणून शेवटी मावशीमुळे मी दुःखी’ या विसंगत समीकरणाला ती चिकटून राहिल्यामुळे ती खरोखरच दुःखी होते आहे . तिच्या मनाने मावशीची या नाटयात (की मालिकेत म्हणू या?!!!) खलनायिका केली आहे . वास्तविक पाहता मावशीचा स्थळं सुचवण्यामागचा हेतू खलनायकी निश्चितच नाही . तिच्या आग्रही स्वभावाला आई बळी पडते आहे हा आईचा कमकुवतपणा आहे . आणि आईच्या सततच्या काळजी करण्याला मुलगी बळी पडते आहे याचं उत्तरदायित्व मुलीकडे आहे .

‘आत्ता आणि इथे’ आपल्या आयुष्यात काही अडचण नाही हे जर खरोखरच या मुलीला पटलं तर ती एका वेगळ्या ताकदीने उभी राहू शकेल . ती आपल्या सध्याच्या बंधनमुक्त आयुष्यातला पूर्ण आनंद घेऊ शकेल . लग्न जमत नाही हे म्हणण्याऐवजी ‘मी मला हवा तो जोडीदार मिळाल्यावरच लग्न करणार आहे आणि तोपर्यंत मी आनंदात आहे’ हा संदेश ती आपल्या वागण्यातून आईला देऊ शकेल आणि तो आनंद आपल्या आई पर्यंतदेखील पोचवू शकेल . (आणि तिच्या अहंकाराने परवानगी दिली तर कदाचित स्थळं सुचवण्याच्या कामात मदत केल्याबद्दल मावशीचे आभारसुद्धा मानेल!)

समस्या उभी राहिल्यानंतर ‘आत्ता आणि इथे’ नेमकी काय समस्या आहे ते शोधणं फक्त महत्त्वाचं असतं . या लहानशा चावीने मोठे मोठे दरवाजे उघडतात यात आश्चर्य कसलं? दरवाजाच्या आकाराच्या मानाने चावी नेहमीच खूप लहान असते!

