

अहंकाराचा तुरूंग

-डॉ. मनोज भाटवडेकर

तिच्या प्रश्नांपुढे ती स्वतःही निरुत्तर होत असणार . तिचा अहंकार तिच्या नात्यांच्या आड येतो आहे हे निश्चित . अहंकाराची एक गंमत अशी असते की ती व्यक्ती सोडून इतरांच्या तो चटकन लक्षात येतो .

समोर बसलेलं जोडपं तरूण होतं ; तो सुमारे अठ्ठावीस आणि ती सुमारे सव्वीस . दोघांचे चेहरे संत्रस्त . त्याच्या आवाजातली कळकळ स्पष्टपणे जाणवत होती .

“तिच्यासमोरच सांगतो . ती तुमच्याकडे यायला मुळीच तयार नव्हती . हल्ली तिचं वरचेवर डोकं दुखतं . रात्रीची नीट झोप लागत नाही . पोटात ॲसिडिटी होते . आमच्या फॅमिली डॉक्टरांकडून सारखी औषधं आणत असते . ते म्हणाले हे सर्व मानसिक ताणामुळे होतंय . ते म्हणाले हे डिप्रेसनही असेल . त्यांनीच आम्हाला तुमच्याकडे येण्याचा सल्ला दिला . तिच्या मते मानसोपचार करून काय साधणार आहे? ते डॉक्टर आपल्या घरी येऊन आपले प्रश्न सोडवणार आहेत का? गेले दोन दिवस तिने अक्षरशः मला भंडावून सोडलंय- नाही जायचं म्हणून . मी मात्र आग्रह धरला की जायचं . डॉक्टरांना ठरवू देत आपल्याला सल्ल्याची गरज आहे की नाही ते . हल्ली आमच्या घरातलं वातावरण बिघडलेलं आहे . तिची सारखी चिडचिड होत असते . रोज आमची कशावरून ना कशावरून तरी भांडणं होत असतात . मी मुळात शांत स्वभावाचा आहे . मी बहुतेककरून प्रश्न मिटवण्याच्या मागे असतो . मला भांडण टिकवायला आवडत नाही . पण सध्या खूप कठीण जातंय मलाही हे सांभाळून घेणं .

“ऐकलंत ना तुम्ही?” तिच्या आवाजाला धार होती . चेहरा रागाने लाललाल झाला होता .

“ म्हणजे थोडक्यात काय, सगळे प्रश्न माझ्यामुळे निर्माण होतात . हा मुळात शांत . मीच काय ती चिडकी . आमच्या घरातलं वातावरण माझ्यामुळे बिघडतं . मीच जबाबदार आहे सगळ्याला . म्हणून तर मी सांगत होते त्याला... दे एकदाचा घटस्फोट आणि हो मोकळा . मीही सुटले आणि तुम्हीही सगळे सुटलात माझ्या त्रासातून . नाहीतरी चूक माझीच आहे ना . मी तुम्हाला स्पष्टच सांगते डॉक्टर . तुम्ही जर याचं फक्त ऐकलंत तर तुम्हाला असंच वाटेल की त्याचं बरोबर आहे . पूर्ण दुसरी बाजू ऐकल्याशिवाय तुम्ही जर न्यायनिवाडा करणार असाल तर...”

“सॉरी, मी तुझं बोलणं मध्येच तोडतोय... पण मी सुरुवातीलाच सांगतो . मी इथे न्यायाधीश किंवा पोलीस म्हणून बसलेलो नाही . उलट मी शक्य तितक्या खुलेपणाने तुमचं दोघांचं ऐकतोय . हे ऐकत असताना मी तुमच्या दोघांबद्दल मत बनवण्याची अजिबात घाई करत नाहीए . किंबहुना त्याची गरजही नाही . प्रत्येक व्यक्ती वेगळी असते . प्रत्येक व्यक्तीचा कुठल्याही घटनेकडे बघण्याचा दृष्टिकोन वेगळा असतो . तसे तुमचे दोघांचे एकाच घटनेकडे बघण्याचे दृष्टिकोन वेगळे असू शकतात . मला त्या दोन्ही दृष्टिकोनांबद्दल आदर आहे . आपापल्या दृष्टिकोनांचा तुम्हाला दोघांनाही फायदा होतोय की नाही एवढाच फक्त प्रश्न आहे . मला एक नक्की दिसतंय की तुमच्यात कशावरून तरी मतभेद आहेत .”

“मी सांगते ना . आमच्या दोघांत तसं फारसं मतभेद वगैरे काहीच नाहीए . माझ्या सासूची सारखी मध्ये मध्ये ढवळाढवळ चालू असते . ती मला अजिबात खपत नाही . मी पूर्व म्हटलं की त्या पश्चिम म्हणणारच हे नक्की . असा प्रत्येक ठिकाणी मला विरोध नाही आवडत . मग मी स्पष्टपणे बोलते . मी नाही गप्प बसत . आणि मी बोलले की मी रागावले म्हणून सगळे कावकाव करतात . त्या बोलतात ते चालतं . मी बोलते ते नाही चालत . हा तर सरळसरळ पार्श्यालिटी करतो . तो मला सांगतो तू तिच्याकडे दुर्लक्ष कर . असं कसं दुर्लक्ष करता येईल? मी त्याला काही सांगायला गेले की तोच माझ्याकडे दुर्लक्ष करतो . तुमची मीठ मिरची मसाल्याची कसली भांडणं म्हणतो . मला भयंकर त्रास होतो सगळ्याचा . रोज माझं डोकं दुखतं . पोटात जळजळतं . आता यात तुम्ही काय करणार सांगा . माझी सासूही तुम्हाला सांगेल की आमच्या घरी असंच लागतं आणि तसंच लागतं . ही अशीच आहे आणि तशीच आहे . मीच शेवटी दोषी!” ती पुन्हा पुन्हा स्वतःला आरोपीच्या पिंज-यात उभं करत होती .

“तुमचं लग्न कधी झालं? कसं ठरलं? लग्नात काही अडचणी आल्या का? त्या बाबतीतले आणखी काही तपशील?”

“सांगतो . आमचा प्रेमविवाह आहे . आम्ही गेली चार वर्ष एकमेकांना ओळखतो . दोन वर्षापूर्वी आमचं लग्न झालं . दोन्ही घरी पसंती वगैरे होती . काही अडचण नव्हती . माझ्या आईच्या स्वभावाबद्दलही तिला अगदी कल्पना नव्हती असंही नाही . आईचा स्वभाव आहे स्वतःला हवं तसं करण्याचा . तिच्याशी कसं वागल्यावर ती शांत राहते ते मी हिला अनेकदा सांगितलंय .”

“हो ना . म्हणजे मी सल्ले घ्यायचे . शेवटी मीच माझ्या वागण्यात बदल करायचा . हेच मला आवडत नाही . तिला सांग ना काही गोष्टी . मीच का म्हणून ऐकायचं?”

“या प्रश्नाचं एक सरळ सोपं उत्तर डॉक्टर म्हणून माझ्याकडे आहे . तू तुझ्या दृष्टिकोनात बदल अशासाठी करायचास की तुला त्रास होतोय . माझा आक्षेप तुझ्या मुद्यांना नाहीए, तुझ्या त्रासाला आहे . आणि तुला होणा-या त्रासाला तूही आक्षेप घ्यायला काही हरकत नसावी . काय?”

या वाक्यावर तो खळखळून हसला . तिच्याही चेह-यावर एक बारीकशी स्मितरेषा उमटली . “मला खरंच त्रास होतो हो .”

“तेच तर मी म्हणतोय . तो त्रास नेमका का होतोय हे तुला नीट जाणून घ्यावं लागेल . मला एक सांग : तुला मानसिक ताणामुळे हा त्रास होतो हे मान्य आहे?”

“अं...हो...पण तो त्रास मला दुसरं कुणीतरी देतंय .” आता युक्तिवाद सुरू झाला होता .

“सॉरी मी मध्ये बोलतोय .” त्याने थोडं स्पष्टीकरण द्यायचा प्रयत्न केला . “पण मी तिला त्यावर हाही उपाय सांगितला की आपण वेगळे राहू . तर त्यावर तिचं म्हणणं- म्हणजे पुन्हा माझ्या नावाने सगळेजण बोटं मोडतील की मुलाला आईवडिलांपासून वेगळं केलं . आणि ती दुसरं जे म्हणाली ते विधान तर अशक्य कोटीतलंच आहे- काय तर म्हणे वेगळे झालो तरी माझ्या आयुष्यातली ही दोन वर्षं कोण भरून देणार आहे? ती गेलीच ना वाया? यापुढे मी अक्षरशः निरूत्तर झालो .”

तिच्या असल्या प्रश्नांपुढे ती स्वतःही निरूत्तर होत असणार! तिच्या अहंकाराचा तुरूंग तिनेच नकळत स्वतःभोवती निर्माण केला आहे . तिचा अहंकार तिच्या नात्यांच्या आड येतो आहे हे निश्चित . तोच अहंकार तिच्या उपचार घेण्याच्या आडही येतो आहे . अहंकाराची एक गंमत अशी असते की ती व्यक्ती सोडून इतरांच्या तो चटकन लक्षात येतो . तिच्या अहंकाराला वेगवेगळे पदर आहेत . आपण कुठेतरी चुकतो आहोत ही अपराधभावना, कौटुंबिक नात्यांमध्ये जाणवणारी भीती आणि असुरक्षितता, ती झाकण्यासाठी निर्माण केलेल्या विचारशक्तीच्या बचावात्मक ढाली, इतरजण स्वतःला दोष देतील या भीतीतून स्वतःच आक्रमकपणे त्यांना दोष देणं, बरोबर आणि चूक या वर्ग वारीत अडकणं आणि सतत एका आत्मकेंद्रित विचारसरणीतून नात्यांकडे बघणं यांमधून प्रचंड

मानसिक संघर्ष तिला भेडसावतो आहे . त्यांतून शारीरिक त्रास निर्माण होताहेत . या त्रासांवर वरवरचे शारीरिक उपाय करून उपयोग होणार नाही .

तिला काही प्रमाणात नैराश्यविरोधी आणि चिंताविरोधी औषधांची थोडीफार मदत होईल . पण तिच्यासमोर खरा आरसा धरावा लागेल तो मानसोपचाराचा . हा मानसोपचार अत्यंत कौशल्यपूर्ण पद्धतीने आयोजित करावा लागेल . तिच्या अहंकाराला न दुखावता हळूहळू तिला आत्मभानाकडे नेणं हे या मानसोपचाराचं उद्दिष्ट असेल . तिने उपचाराच्या मार्गावर राहणं हे तिच्या आणि तिच्या वैवाहिक – कौटुंबिक सौख्याच्या दृष्टीने फार महत्त्वाचं आहे . जेव्हा तिच्या बचावात्मक ढाली गळून पडतील आणि तिला जेव्हा हे कळेल की हे दुःख आपण ओढवून घेतलेलं आहे तेव्हा ती दुःखमुक्त होईल . सर्वात महत्त्वाचं म्हणजे तो तिचा पराभव नसेल . तो तिचा विजय असेल- स्वतःच स्वतःच्या अहंकारावर मिळवलेला!
