

आज गरज आहे ती उलट्या प्रवासाची

कारण समाजाशी संबंध प्रस्थापित करता करता माणूस आपल्या कुटूंबातूनच तुटला. आज मुलांना आई-वडिलांसाठी वेळ नाही व आई-वडिलांना मुलांसाठी वेळ नाही. आजी-आजोबा तर कुटूंबातून कधीच हद्दपार झालेत. भावाला स्वतःच्या भावासाठी वेळ नाही, पण मित्रांसाठी तसेच त्यांच्या आई-वडिलांसाठी वेळ आहे, कारण ते समाजात मोडतात. म्हणून कुटूंबव्यवस्था मोडकळीला आली आहे आणि स्वतःचा स्वतःशी संबंध ? ही तर संकल्पना पण रुजली नाही. तेव्हा गरज आहे ती “सामाजिक संबंध ते कौटूंबिक संबंध व स्वतःशी संबंध अशा उलट्या प्रवासाची”.

सोशल कॉन्टॅक्ट्स ठेवता ठेवता फॅमिली कॉन्टॅक्ट्स तुटले व सेल्फशी संबंध म्हणजे स्वतःचीच ओळख, ही काय नविनच संकल्पना मांडली ? अस कस म्हणता आम्ही स्वतःला ओळखत नाही ? अहो, रोज आरशासमोर तर खूप वेळ जातो स्वतःला निरखण्यात, तरुण म्हणतील, जातो नं, रोज जिममध्ये जातो. ब्युटी पार्लर्स हाऊसफूल सुरु आहेत. हे अस वरवरचं निरखण म्हणजे ओळखणं नव्हेच. सामाजिक संबंध ठेवले तेव्हा स्पष्टीकरण मिळतं, लग्नसमारंभांना जावच लागतं, नाहीतर नातेवाईकांशी, समाजाशी संबंध कसे टिकतील ? म्हणून बळी गेला तो कौटूंबिक आपसातील संबंधाचा व कुटूंबच संपल, आणि तरुणांच्या आत्महत्या नित्याच्याच बाबी ठरल्या. कुटूंबात थोडातरी दिखावूपणा कमी झाला असता व स्वतःची आठवण झाली असती व स्वतःचीच स्वतःशी ओळख झाली असती पण हा सगळाच च्हास अत्यंत दुःखदायक रितीने, उघड्या डोळ्यांनी, तोंडातून ब्र ही न काढता बघावा लागतो. तेव्हा अस दिसतं की सामाजिक संबंधाच्या ह्या भूलभूलैयात माणूस स्वतःच हरवून बसला.

स्वतःची ओळख देण्यासाठी कोणीतरी द्रष्टा लागतो, पण आपण आजच्या शिक्षकांनाच गुरु समजू लागलो, खूप माहितीमुळे ज्ञानेंद्रियांवर अती ताण पडतो असं मनो वैज्ञानिक सुध्दा म्हणतात. ‘स्व’ चा शोध हा तर खूप लांबचा पल्ला झाला पण किमान मन, दारोज चालणाऱ्या पचन, रक्तभिसरण या क्रिया, किडनी

हृदय, हार्मोनल ग्लॅंडस् यांचे कार्य व त्याचं अव्याहतपणे कार्य कसे चालेल, ही नुसती माहितीसुध्दा 'स्व' शी संबंध प्रस्थापित करू शकेल. ही सगळी माहितीसुध्दा आज तरुणांना नाही. मग त्यांच्याकडून आचरण कसे अपेक्षित करता येईल ? तुम्ही म्हणाल पुस्तकात ही सगळी प्रकरणं आहेत अस कस म्हणता आम्हाला माहिती नाही ? हार्मोनल बिघाड पुस्तकातून कळेल पण तो होऊ नये म्हणून खबरदारी तर स्वतःलाच घ्यावी लागेल. तेव्हाच म्हणता येईल, स्वतःशी ओळख व्हायला सुरुवात झाली. ताण तणाव येऊ नयेत म्हणून सिनेमा, नाटक बघणे हा उपाय नाही. त्यानी ताण तणाव अजून वाढतील. थोडक्यात एवढच सांगता येईल - स्वतःसाठी व फक्त स्वतःसाठीच थोडा वेळ काढा. शांतपणे डोळे मिटून श्वासावर लक्ष केंद्रित करा. बरीच मनःशांती लाभेल, पुढची स्वतःची ओळख करून घ्यायला ट्यूटरच लागेल शेजाऱ्यांशी ओळख मी स्वतः जाऊन करू शकते पण स्वतःशी ओळख करण्यासाठी मला मार्गदर्शकाची गरज का भासावी ? अहो तेवढाच खडतर आहे हा मार्ग कारण रोजच स्वतःशी नवीन ओळख होते. करून तर बघा.

पण घडलयं मात्र विपरितच. स्व, स्वधर्म, स्वदेशाची जागा परधर्म, परदेश व परकीय धनानी घेतली आणि आमच्यातला 'स्व' च आम्ही हरवून बसलो.

स्वतःत स्थित झालात, तरच कुटूंबातील इतर घटकांशी संबंध प्रस्थापित होतील, जर व्यक्ती स्वतःला नीट ओळखेल तरच ती कुटूंबातील इतर व्यक्तींना नीट ओळखू शकेल व त्यांच्या सुख दुःखात खरी साथीदार बनेल, इतका कठीण नाही हा प्रवास. किंबहुना मी म्हणेन अतिशय रम्य, ओढ वाटेल असा हा प्रवास आहे खोट नाही सांगत "चाललेय मी ह्या रस्त्यावर आणि अनमोल अशा आनंदाचा ठेवा मला गवसला" अस प्रामाणिकपणे मला आपल्याला सांगावस वाटत. आयुष्य खूप सोपे झाले, खाच-खळग्यांवर चालतांना सुध्दा, अवीट गोडी लाभली आणि खाच-खळगे अलगदपणे पार झाले.

पण जी व्यक्ती स्वतःच्याच दोन पायांवर व्यवस्थित उभी नाही ती कुटूंबाला कशी साथ देईल व तीचा समाजात पण उपयोग किती ? हे ज्याचं त्यानं स्वतःच

ठरवायचं आहे. पटतय का उलट्या प्रवासाच महत्व ? कारण सरळ रेषेत पुढेच पुढे जाणं हे शिकलो आपण. अजून कोडं न घालता शेवटच आवर्जून सांगते ध्यान करायला शिका, स्वतःला ओळखण्यासाठी तरी. सोशल कॉन्टॅक्टस् ठेवून जो आनंद मिळतो त्यापेक्षा कितीतरी वरच्या दर्जाचा आनंद मिळेल. सुखी समाधानी व्हाल, कुटूंबाला उपयोगी ठराल आणि समाजात स्वतःचं स्थान निर्माण करू शकाल.



दिनांक : २ फेब्रुवारी २०१०