Athmaraksha.org

ലേഖനം - കുടുംബം,സമാധാനം,സന്തോഷം, കരുണ

കുടുംബജീവിതം മനോഹരമാക്കാം

വിവാഹം അവിവാഹിതരെ ഏറെ മോഹിപ്പിക്കുകയും വിവാഹിതരെ കുറേയേറെ നിരാശരാക്കുകയും ചെയ്യുന്ന പ്രതിഭാസമാണെന്ന് ഹാസ്യരൂപേണ പറയാറുണ്ട്. തമാശയാണെങ്കിലും ചില സത്യങ്ങൾ ഇല്ലാതെയില്ല. വിവാഹിതരായ ആളുകളോട് ചോദിച്ചാൽ ഒരു ചെറിയ ശതമാനം ആൾക്കാരെങ്കിലും പറയും, വിവാഹം ചെയ്യണ്ടായിരുന്നുവെന്ന്. എന്തുകൊണ്ട് ഇത് സംഭവിക്കുന്നു?

കാത്തുകാത്തിരുന്ന് പ്രതീക്ഷകളോടെ വിവാഹജീവിതത്തിലേക്ക് കടക്കുന്ന ദമ്പതിമാർക്കിടയിൽ അസ്വസ്ഥതകളും അസ്വാരസ്യങ്ങളും മുളപൊട്ടുന്നത് എന്തുകൊണ്ട്? മാനസികവും കുടുംബപരവും സാമൂഹ്യവുമായ കാരണങ്ങൾ ഇതിനു ഹേതുവാകുന്നുണ്ട്.

ഒത്തൊരുമയിലൂടെ ജീവിതത്തിലേക്ക്

രണ്ടു ദമ്പതികൾ വിവാഹ ഉടമ്പടിയിൽ ഏർപ്പെടുമ്പോൾ അവരോടൊപ്പം രണ്ടു കുടുംബങ്ങളും കൂടി ബന്ധുക്കളാകുകയാണ്. ഓരോ വ്യക്തിയും ജനിച്ചു വളരുന്ന കുടുംബം ഒരു െ്രെപമറി ഫാമിലിയാണെന്നു പറയാം. രണ്ടു വ്യത്യസ്തമായ െ്രെപമറി ഫാമിലികളിൽ ജീവിച്ച ഒരു പുരുഷനും സ്ത്രീയും പിന്നീട് ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കേണ്ടത് തങ്ങളുടേതായ ഒരു െ്രെപമറി ഫാമിലിയാണ്. അങ്ങനെ പുതുതായി ഒരു െ്രെപമറി ഫാമിലി രൂപം കൊള്ളുമ്പോൾ നേരത്തെ അവരുൾപ്പെട്ടിരുന്ന ്രെപമറി ഫാമിലി വലിയ കുടുംബം ആകേണ്ടതുണ്ട്.

ഓരോ കുടുംബവും ശക്തിമത്തായ ഒത്തൊരുമയിലേക്കും സ്നേഹ വിശ്വാസങ്ങളുടെ ഉറപ്പിലേക്കും വരണ്ടേതിന് ഇത് അത്യാവശ്യമാണ്. ചുരുക്കത്തിൽ കല്യാണം കഴിയുന്ന പുരുഷനും സ്ത്രീയും തങ്ങൾ ജനിച്ചു വളർന്ന കുടുംബത്തിന്റെ സ്വാധീനങ്ങളിൽ നിന്ന് പുറത്തുവരികയും തങ്ങൾ പുതുതായി രൂപം കൊടുക്കുന്ന കുടുംബത്തിന് പ്രസക്തി കൊടുക്കുകയും ചെയ്യണം. ഇതിന് കടകവിരുദ്ധമായി പലപ്പോഴും സമൂഹത്തിൽ കാണുന്ന ഒരു പ്രവണത ഭർത്താവ് ഒരു മകന്റെ റോൾ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിക്കുന്നതോ ഭാര്യ ഒരു മകളായി മാത്രം ഇരിക്കുന്നതോ ഒക്കെയാണ്.

ഭാര്യക്കും സ്ഥാനമുണ്ട്

നമ്മുടെ സംസ്കാരത്തോട് ഇടകലർന്നിരിക്കുന്ന അലിഖിതമായ ഒരു സാമൂഹ്യവ്യവസ്ഥിതിയാണ് പെൺകുട്ടി വിവാഹിതയായാൽ അവളുടെ മാതാപിതാക്കളെയും വീട്ടുകാരെയും പൂർണമായും മാറ്റി നിർത്തണമെന്നും ആൺകുട്ടി, സ്വന്തം വീട്ടുകാരുടെ (െ◌്രപമറി ഫാമിലി) നിയന്ത്രണത്തിൽ വരണമെന്നുള്ളതും.

കുടുംബകോടതികളിൽ വേർപിരിയാൻ, എത്തിച്ചേരുന്ന പല കേസുകളിലും ഈ കുടുംബക്കളി കാണാറുണ്ട്. ഭർത്താവിന് ഭാര്യയെ കൂട്ടി ഒരു സിനിമയ്ക്കോ ഒന്ന് കറങ്ങാനോ പോകണമെങ്കിൽ ആദ്യം ഭർത്താവ് സ്വന്തം മാതാപിതാക്കളോട് അനുവാദം ചോദിക്കുന്നു.

ഇത് പൊട്ടലും ചീറ്റലും ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മാതാപിതാക്കൾ, രണ്ടു കൂട്ടരുടെയും വിലപ്പെട്ട ആൾക്കാർ തന്നെയാണ്. വിവാഹത്തിന്റെ പുതുമോടിയിൽ അവരെ പൂർണമായും മറന്നു തള്ളിപ്പറഞ്ഞ് ഏഷണികൂട്ടി കുടുംബം കലക്കാൻ പാടില്ല. എങ്കിലും ഒരു നിയന്ത്രണരേഖ ആവശ്യമാണ്. ദൂരക്കാഴ്ചയുള്ള പല മാതാപിതാക്കളും ഇതു മനസിലാക്കി മകന്റെ വിവാഹം കഴിഞ്ഞാൽ അവനൊരു പുതിയ കുടുംബം ഉണ്ടാകണമെന്നും അദൃശ്യമായ ഒരു ലക്ഷ്മണ രേഖ തങ്ങളിനി സൂക്ഷിക്കേണ്ടി വരുമെന്നും തിരിച്ചറിയുകയും മാറ്റങ്ങൾക്കനുസൃതമായി പ്രവൃത്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ആ കുടുംബങ്ങളിൽ, അവരെത്രനാൾ കൂട്ടുകുടുംബമായിരുന്നാലും സംഘർഷങ്ങൾ ഉണ്ടാവുകയില്ല.

നേരേമറിച്ച്, ഭാര്യയ്ക്ക് രണ്ടാംസ്ഥാനമാണെന്നും എന്റെ മകൻ ഞാൻ പറഞ്ഞതുമാത്രം വള്ളിപുള്ളി വിടാതെ അനുസരിക്കണമെന്നും വിചാരിക്കുന്നവരും ഇല്ലാതെയില്ല. ഭർത്താവിന്റെ മാതാപിതാക്കളുടേത് മാത്രമല്ല സഹോദരന്റെയും സഹോദരിയുടെയും കൂടി മൂഡുനോക്കി ജീവിക്കേണ്ടിവരുന്ന ഭാര്യമാർ വളരെ പെട്ടന്ന് ◌ിരാശരാകുകയും ഭാര്യ – ഭർതൃബന്ധത്തിൽ തികഞ്ഞ പൊരുത്തക്കേടുകൾ ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യുന്നു. അവർ എത്രയായാലും എന്റെ അച്ഛനമമ്മയുമല്ലേ നീ കുറേ അഡ്ജസ്റ്റ് ചെയ്യണം എന്നതുവരെ നമുക്ക് സാധൂകരിക്കാം, പക്ഷേ 'എന്റെ വീട്ടുകാർ പറയുന്നതു പോലെ ജീവിക്കാൻ സമ്മതമാണെങ്കിൽ മാത്രം നീ എന്റെ കൂടെ ജീവിച്ചാൽ മതി' എന്ന് ഒരു ഭർത്താവ് പറയുമ്പോൾ അവിടെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭർത്താവ് എന്നുള്ള പദവി നഷ്ടപ്പെടുകയും പ്രത്യുത, ഒരു മകൻ മാത്രം ആയി മാറുകയും ചെയ്യുന്നു. മകന്റെ സാമീപ്യത്തിൽ മരുമകളോട് വളരെയേറെ സ്നേഹത്തോടു പെരുമാറുകയും മറിച്ച് മകൻ മാറുമ്പോൾ തനിസ്വഭാവം എടുക്കുകയും ചെയ്യുന്ന അമ്മമാരും ഉണ്ട്.

സ്വാർഥത വേണ്ട

വിവാഹജീവിതം തുടങ്ങിയാൽ പിന്നെ ഞാനും എന്റെ ഭർത്താവും മാത്രം മതി, അച്ഛനും അമ്മയും ഒക്കെ പോയി തുലയട്ടെയെന്ന് പെൺകുട്ടികളും കരുതാൻ പാടില്ല. ഒത്തൊരുമയോടെയും പരസ്പര ബഹുമാനത്തോടെയും പ്രധാന റോളുകൾക്ക് അനുസൃതമായി

വീട്ടുവീഴ്ചകളോടെയും നീങ്ങുകയാണെങ്കിൽ സംഘർഷ ഭരിതമല്ലാതെ തന്നെ കുടുംബജീവിതം മുന്നോട്ട് കൊണ്ടുപോകാം.

മരുമകളോട്

* ഭർത്താവിന്റെ മാതാപിതാക്കളെ സ്വന്തം മാതാപിതാക്കന്മാരെ 'പോലെ' കാണുന്നതിനു പകരം അവരുടെ സ്ഥാനത്തിനനുസരിച്ച് ബഹുമാനത്തോടെ ഇടപെട്ടാൽ ഒട്ടനവധി വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാം.
* കല്യാണം കഴിഞ്ഞാൽ ഭർത്താവിനുമേൽ പൂർണമായ ആധിപത്യം സ്ഥാപിച്ചെടുക്കുന്നതിനുള്ള ശ്രമം പാടില്ല. ഇതു കുടുംബാംഗങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളോടുള്ള അകൽച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകും.
* സ്വന്തം മാതാപിതാക്കൾ എന്ന സ്കെയിൽ വച്ച് ഭർത്താവിന്റെ മാതാപിതാക്കളെ അളക്കാതിരിക്കുക. ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും വ്യക്തിത്വം അനന്യമാണ്.
* നിസാരമായി കളയാവുന്ന കാര്യങ്ങൾ ഊതിവീർപ്പിച്ച് കാണാതിരിക്കുക.
* പല കാര്യങ്ങളും വികാരപരമായി ചിന്തിക്കാതെ ബുദ്ധിപരമായി ചിന്തിച്ചാൽ ബന്ധങ്ങളിലെ വിള്ളലുകൾ കുറയ്ക്കാം.
* ഭർത്താവിന്റെയും ഭാര്യയുടെയും കുടുബാംഗങ്ങളെ തമ്മിൽ യോജിപ്പിക്കുന്ന സുപ്രധാന കണ്ണിയാകാൻ ശ്രമിക്കാം.

ഇതു ശ്രദ്ധിക്കാം

* സ്വന്തം മാതാപിതാക്കൾക്കോ ഭാര്യയ്ക്കോ ഇടപെടലുകളിലോ സംസാരത്തിലോ വിലക്കുകൾ ഏർപ്പെടുത്തേണ്ടി വരുമ്പോൾ അത് അവരോടു മാത്രം സ്വകാര്യമായി സംസാരിച്ചിരിക്കണം. പരസ്യവിചാരണകൾ ഒഴിവാക്കാം.
* ആരോഗ്യപരവും അന്തസുറ്റതുമായ തിരുത്തലുകൾ ഇരുകൂട്ടർക്കും കൊടുക്കാം.
* ഭാര്യമാർക്ക് പെട്ടെന്ന് മടുപ്പുണ്ടാക്കുന്ന ഒരു അധ്യാപകന്റെ റോൾ എടുക്കരുത്. മറിച്ച് അവർക്കു വേണ്ട തിരുത്തലുകൾ ഒരു സുഹൃത്തിന്റെ സ്ഥാനത്തു നിന്ന് നൽകാം.
* ഭാര്യാ-ഭർത്താക്കന്മാർക്ക് ഇടയിലെ നിസാര പിണക്കങ്ങളിലേക്ക് വീട്ടിലെ മറ്റംഗങ്ങൾ കടന്നുകയറുകയാണെങ്കിൽ തന്ത്രപരമായി അത്തരം ഇടപെടലുകളെ അതിജീവിക്കാൻ വിവാഹജീവിതത്തിന്റെ തുടക്കം മുതൽക്കേ ശ്രദ്ധിക്കുക.
* സ്വന്തം മാതാപിതാക്കന്മാരുടെയോ സഹോദരങ്ങളുടെയോ ബന്ധുക്കളുടെയോ കുറ്റവും കുറവും കല്യാണം കഴിഞ്ഞുള്ള പുതുമോടിയിൽ ഭാര്യയുടെ മുന്നിൽ പറയാതിരിക്കുക. നിങ്ങൾ അത് ഉൾക്കൊള്ളുന്നതുപോലെ മറ്റൊരാൾ അത് മനസിലാക്കണം എന്നില്ല.
* ഭാര്യയ്ക്കും ഭർത്താവിനും പരസ്പരം ബഹുമാനവും വീട്ടുവീഴ്ചയും പെരുത്തപ്പെടലുകളും വേണം. ഏതു ബന്ധങ്ങളിലായാലും അമിത വിധേയത്വം ഭാവിയിൽ പ്രശ്നങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കും.

ഡോ.സിന്ധു അജിത്ത്
കൺസൽട്ടിംഗ് സൈക്കോളജിസ്റ്റ് മുത്തൂറ്റ് ഇൻസ്റ്റിറ്റിയൂട്ട് ഓഫ് ടെക്നോളജി ആൻഡ് സയൻസ്,
വരിക്കോലി, എറണാകുളം

കടപ്പാട്: www.deepika.com