

स्नेहंकिता विबंध स्पर्धा निकाल 2022-23

स्पर्धा आयोजक :- स्नेहसखी सी.के.पी. महिला मंडळ.

परिक्षक :- शीमली ^{दादलापूर.} रोहीणी जोशी.
शीमली चित्रा सांडरेकर

विजेते :-

प्रथम क्रमांक :- श्री. सांगला विलास नाम्हाणे

विषय :- सुसंवाद काळाची गरज

संस्था :- संस्कृत महिला मंडळ, कांदिवली बारिश

द्वितीय क्रमांक :- श्रीम. झालका दत्तात्रय

विषय :- झाडाची युवा पिढी स्वतःच
विचारी ठाई का?

संस्था :- स्नेहदा महिला मंडळ, ठाणे.

तृतीय क्रमांक :- श्रीम. निमा प्रधान

विषय :- सुसंवाद काळाची गरज.

संस्था :- विविधा महिला मंडळ, विरार.

उत्तेजनाथ प्रथम :- श्रीम. उषा कुळकर्णी

विषय :- काय शिकवणे करणे

संस्था :- शिक्षण महिला मंडळ, चेंबूर.

उत्तेजनाथ द्वितीय :- श्रीम. प्राची सुळे

विषय :- काय शिकवणे करणे

संस्था :- दादर सी.के.पी. महिला सभा

सुसंवाद - काळाची गरज

माणसान्या मूळभूत गरजा कोणत्या असं विचारलं तर एखादं शाळकरी मूल देखील उत्तर देईल - 'अन्न, वस्त्र, निवारा.' पण जगण्यासाठी हे पुरेसं असलं तरी सुरवी जीवनासाठी तेवढंच मिळून चालणार नाही. कारण मग भावनिक गरजांचं काय? अन्न, वस्त्र, निवारा या शारीरिक गरजा झाल्या पण देवाने आपल्याला मनही दिले आहे, त्याच्याही काही गरजा आहेत. प्रत्येकाचं एक भावनिक विश्व असतं ज्याच्याकडे अगदी दुर्लक्ष केलं जातं. त्या विश्वाला अजिबात महत्त्व न दिल्यामुळे अनेक समस्या निर्माण होतात. माणसान्या भावनिक गरजा हा आपल्या विचारांचा मोठा कप्पा असला पाहिजे.

मनुष्य हा मुळत सामाजिक प्राणी (social animal) आहे. समाजात राहण्यासाठी आपल्या भावना व्यक्त करणे आणि दुसऱ्यांच्या समजून घेणे याची गरज आहे. त्यासाठी आवश्यक आहे संवाद! हा संवाद जेव्हा सुसंवाद होतो तेव्हा त्याच्या जीवनात आनंद निर्माण होतो. सर्वसामान्य माणसाला त्याच्या घरात, कुटुंबात शांतता, तणावरहित वातावरण मिळालं तर तो आनंदी राहतो. त्यासाठी एकमेकांना समजून घेणे आवश्यक आहे.

आज लोकांचं जीवन इतकं धकाधकीचं झालं आहे की कोणाला कोणासाठी वेळ देता येत नाही. एक तर घड्याळाच्या काट्यावर ते धावंत आहे किंवा आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या कोषात ते गुरफटून गेलं आहे. चार नानेवार्क गेट डुगेदर ठरवतात आणि ब्रेटले की सभकेच मोबाईलमध्ये मना घालून बसतात. कोणी ऑफिसचं काम करत असतं, कोणी ऑनलाइन शॉपिंग करत असतं तर कोणी टाईमपास करत असतं. परिणाम काय तर संवादाचा पूर्णपणे अभाव!

'मन करा रे प्रसन्न, सर्व सिद्धीचे कारण'
हे मन प्रसन्न करण्यासाठी काय करायला हवे? तर पहिली गोष्ट म्हणजे एकमेकांशी संवाद साधला पाहिजे. मग तो संवाद नात्यात असो, मित्रमैत्रिणींमध्ये

असो, नोकरीच्या ठिकाणी असो किंवा राजकारणात - नेता आणि अनुयायी यांच्यात असो - तो जर साधला गेला नाही तर समस्यांचा आरंभ व्हायला वेळ लागणार नाही. कारण -

'शब्दांवाचून कळले सोरे शब्दांच्या पलीकडले' अशी परिस्थिती अगदी काहीत असते. संवाद हा आवश्यकच आहे.

भावाबहिणींच्या नात्यात, पाल्यपालक या नात्यात अशा कोणत्याही नात्यात संवादच शाला नाही तर त्यामुळे निर्माण होणाऱ्या समस्या आपण आजूबाजूला व्हातो. सरव्या भावाबहिणींमध्ये वर्षानुवर्षे अबोला असते. मुलांमध्ये आणि त्यांच्या पालकांमध्ये एक प्रकारची दुरी असते. त्याचे कारण काय ? तर संवादाचा अभाव !

अनेकदा भावाबहिणींच्या अबोला हा आईवडिलांच्या प्रॉपर्टीवरून असतो. वडिलांजित सर्व संपत्ती एकल्या भावाला हवी असते. पूर्वीच्या काळी ते तसंच होतं पण आता कायदा बदलला आहे. त्या संपत्तीत मुलांही तेवढीच अधिकारी असते. हे भावाला जेव्हा समजत नाही तेव्हा कोणीतरी त्याला ते समजावून सांगण्याची आवश्यकता असते, आणि ते वेळीच शाला नाही तर गोष्टी विकोपाला जाणारच. आणि हा अशा प्रकारचा विवाद फक्त भावाबहिणींमध्येच असतो असं नाही तर तो भावाभावांमध्ये, बहिणीबहिणींमध्येही असू शकतो. वृद्ध आईवडिलांना कोणी सांभाळायचे हाही एक वादाचा विषय होऊ शकतो. 'नेहमी मीच का?' असं म्हणण्याऐवजी सगळ्यांनी एकमेकांचे प्रॉब्लेम समजून घ्यावे. समोरचा mind reader नसतो.

त्याला आपले मन वाचता येत नाही. आपणच त्याला आयल्या अडचणी, कारणे सांगितली पाहिजेत, त्याच्या अडचणीत आपण मदतीसाठी पुढे शाले पाहिजे, घर झाडल्यानंतर जसे स्वच्छ दिसते तसेच मनही झाडले पाहिजे, त्याच्यातील कुविचारांची जळमट काढून टाकली पाहिजेत. मग ते स्वच्छ शालेलं मन संवाद साधतं आणि नाती जळलेली नसतात.

जसा भावंडांच्या नात्यात संवाद अपेक्षित आहे तसाच तो पाल्यपालक यांच्या नात्यातही अपेक्षित आहे. एखादं मूल आणि त्याचे पालक यांच्या नात्यात एका रात्रीत फरक होत नाही. ते लहान असते तेव्हापासून आपण त्यांच्या विश्वात रमण्याच्या प्रयत्न केला पाहिजे. ते मूल लहान असताना पालकांनी त्यांच्याशी संवाद साधला नाही तर ते मूल थोडे मोठे झाल्यावर संवाद साधणे अधिकच अवघड होऊन जाईल कारण तोपर्यंत ते मूल पालकांपासून लांब जायला सुरुवात झालेली असते. त्यांच्याभोवती एक वर्तुळ तयार होऊ लागलं असतं ज्यात कोणालाही प्रवेश नसतो.

मुलं ही कच्च्या मातीप्रमाणे असतात. त्यांना कसं घडवायचं ते आपल्यावर अवलंबून असतं. त्यांच्याविषयीच्या आपल्या अपेक्षा तेव्हाच पूर्ण होतील जेव्हा त्यांच्या संगोपनाकडे आपण चांगल्या प्रकारे लक्ष देऊ. आज मुलांचे आईवडील दोघेही नोकरी करणारे असतात. 12-15 तास सुद्धा वेगवेगळ्या क्षेत्रात आपले करियर घडवत असतात. अर्थात हा बदल पण कितीतरी वर्षे आधीच झाला आहे. आणि जेव्हा झाला तेव्हा बऱ्यापैकी एकत्र कुटुंब आसिन्नात होते. त्यामुळे तेव्हा झाला नाही तो प्रॉब्लेम आता विभक्त कुटुंबपद्धतीत येतो आहे. तेव्हा एका घरात दहा-पंधरा माणसे रेवकीमेकीत राहत होती. सरखी - लुलत सगळी भावंडं एकत्र रेवकत होती, एकत्र वाढत होती. त्या कुटुंबातली एखादी स्त्री नोकरीसाठी बाहेर पडली तरी बाकी वडीलधारी माणसे मुलांवर लक्ष ठेवू शकत. आजच्या विभक्त कुटुंबपद्धतीत ते होत नाही. त्यांच्या कुटुंबात तीन किंवा जास्तीत जास्त चार माणसे, ती जर एकमेकांना धरून राहिली नाहीत तर कुटुंब विस्कळीत व्हायला किती वेळ लागणार ? संवाद कोणी कोणाशी साधायचा ? त्यांच्यात आधी संवाद व्हायला पाहिजे, तो संवाद सुसंवाद झाला तर कुटुंब नकीच सुरवी होणार. मुलाला वेळ देणे ही आईबावांची समान जबाबदारी आहे. ते जर शक्य नसेलच तर एकाने तरी ते

जन्मवर्ष पाहिजे. त्यांचा अभ्यास बघणे, त्यांचा मित्रमैत्रीणीत इंटरेस्ट दाखवणे, त्यांच्याबरोबर खेळणे अशा गोष्टी पालकांनी केल्या तर ते मूल पण आनंदी राहतं, मोकळेपणाने वागतं, पालकांपासून काही लपवून ठेकत नाही, का गोष्टी त्यांच्या पौर्वाभावस्थेत (adolescence) मध्ये फार गरजेच्या आहेत. या जयान्त्या मुलांना जपणे फार कठीण असते पण तितकेच आवश्यक असते. दैनंदिन भावंडात तुलना करणे, मुलांना चारचौघात अपमानित करणे, त्यांचे दोष दाखवणे या चुका पालकांनी केल्या तर मुलांच्या मनात नकारात्मक भावना विकसित होतात. जेच जर त्यांचे कौतुक दुसऱ्यांसमोर केले तर त्यांच्या मनात अधिक प्रशंसा मिळवण्याची भावना जागृत होते. त्यांच्याबरोबर त्यांच्यात आत्मविश्वास (Self confidence) निर्माण होतो. माझ्यात पण काहीतरी आहे, मी पण काही करू शकतो ही भावना त्यांच्यात रुजायला लागते. हे साध्य होतं आईवडिलांनी केलेल्या कौतुकामुळे म्हणजेच संवादांमुळे! मुलांना त्यांचे निर्णय स्वतः घेऊ दिले तर त्यांच्या मनात तुमच्याबद्दल प्रेम, आपुलकी, जिद्दका निर्माण होईल. आपण त्यांना मानाने वागवले तर ते दुसऱ्यांना मान देणं शिकतील. म्हणजेच या सर्व गोष्टी नुसत्या संवादाने नाही तर सुसंवादानेच शक्य होतील.

असं म्हणतात की जेव्हा वडिलांचे बूट मुलांच्या पायात बरोबर बसतात तेव्हा त्यांच्यातले पितापुत्राचे नाते संपून मैत्रीचे नाते सुरु होते आणि त्यांच्यातल्या सुसंवादाची सुरुवात होते जी रूप समाधानाची गोष्ट आहे.

आजकालच्या तंत्रज्ञानाच्या युगात मनुष्य सोशल मीडियावर वेगळा आणि वैयक्तिक आयुष्यात वेगळा असतो. आयुष्यात अनेक समस्या येतात पण जास्तीत जास्त समस्यांचं मूळ 'संवादाचा अभाव' हेच असते. तो संवाद हरवला की नातं टिकवणे कठीण होऊन जातं. हे नातं मग ते पती-पत्नीचं असो की नणंदभावजथीचं असो किंवा पाल्य-पालक यांचं असो, एवढंच कशाला शिक्षक आणि विद्यार्थी यांच्यातलं असो, ते मित्रवाचं यजेच याची गजबगज...

(5)

असेल तर काही गोष्टींची काळजी घ्यावीच लागते. एकमेकांना समजून घेणे जरूरी असते. आपली एखादी इच्छा पूर्ण सली नाही तर त्याबद्दल नासजा व्यक्त करणे हा भाषणाचा स्वभाव आहे. पण नात्यामध्ये अवास्तव अपेक्षा बाळगणेही योग्य नाही. आपण जसा विचार करतो तसाच विचार समोरचा करेल असे समजणे अगदी चुकीचे आहे. कधीकधी एकमेकांना वेळ देणे गरजेचे असते. नेहमी सरकाराकडे विचार करणे आवश्यक आहे. तसा विचार करून नात्यात नक्की समस्या काय आहे ते बाधितले पाहिजे. न बोलून वाद-भोंडणे संपणार नाहीत तर अधिकच वाढतील. समोरासमोर बसून समाधानाचा तोडगा काढणे आवश्यक असते. नात्याला मोकळीक दिली पाहिजे. कधीकधी आपण स्वतःला बदलले पाहिजे. प्रत्येक वेळी दुसऱ्याने माझ्यासाठी बदलले पाहिजे हा अट्टहास आपण सोडला पाहिजे.

नात्यांमध्ये सुसंवाद असेल तर दुरावा निर्माण होणार नाही. एकमेकांच्या समस्या समजून घेतल्या, वेळीच त्यांना वाचा फोडली तर किततीही घटस्फोट टाळता येतील. भावंडांचे प्रेम वृद्धींगत होईल. कोणती तरी मोकळेपणाने बोलण्यावर मन हलके होतं. आपण एकटे पडलो आहोत ही भावना वाढीस लागते तेव्हा मनावरचा तणावही नाहू लागतो जो आत्महत्येस सुद्धा प्रवृत्त करतो.

दोन व्यक्तींमध्ये नुस्तानेच बोलणे आणी ऐकणे सार्ले म्हणजे तो संवाद होतो, सुसंवाद नाही. समोरच्याचे ऐकणे हृदयापासून व्हायला पाहिजे. बोलणाऱ्याशी ऐकणाऱ्याचे जोडले जाणे म्हणजे सुसंवाद! मनापासून साधलेला आणी मनापर्यंत जोडलेला तो सुसंवाद! न्यायकोलाजिस्टच्या ऑपिन हा संवाद असला पाहिजे. म्हणजे समोरच्या भाषणाच्या बोलण्यावर जाजमेंट पास करायला मनी बसले नाही. माझी भूमिका फक्त ऐवण्याची आहे, न्यायाधीशाची नाही हे प्रत्येकाने लक्षात घेतले पाहिजे. तसेच संवाद साधताना आपल्या मनात दुसऱ्या व्यक्तीविषयी कोणताही पूर्वग्रह (Prejudice)

6

नसला पाहिजे.

आपल्यापेक्षा वेगळ्या मतांचा आदर राहून एखाद्या गोट्टीची चर्चा करणे म्हणजे सुसंवाद साधणे जी कुंडबाची गरज असते. कधीतरी असं होतं की आपले विचार धरातल्या माणसांना पटणार नाहीत असं वाटू शकतं पण कोणाजवळ आपले मन मोकळे केले नाही, भावना दाबून ठेवल्या तर त्यांचे दुष्परिणाम होण्याची शक्यता जास्त असते. जर धरातल्या माणसांशी बोलणे अवघड वाटत असेल तर आपले समन्यस्क आपले मन मोकळे करू शकतो. आपले विचार ने अधिक चांगल्या प्रकारे समजू शकतात. पण कोणाशी तरी संवाद साधणे हे मात्र आवश्यक आहे. या सुसंवादातून प्रेरणा मिळते, नाती जुळतात, आयुष्य मागेवर राहत.

मानसशास्त्रज्ञ ज्याला I statements म्हणतात,

म्हणजेच 'मला असं वाटतं', अशी भाषा प्रत्येकाने वापरली पाहिजे. 'तू असं करतोस' असे आरोप आपण केलं तर समोरचा माणूस माझा पॉइंट काय आहे आणि तोच कसा बरोबर आहे अशी आपण सुरुवात केली तर तो कधी सुसंवाद होणार नाही. समोरच्याचं मला ऐकायचंय, समजून घ्यायचंय, त्याची पण काही प्रुमिका असू शकते असा विचार प्रत्येकाने केला तर कितीतरी नादक्रियाद टाळता येतील. तसेच हा संवाद शक्यतो मौखिक (Oral) असावा. आजकाल संगळे, विशेषतः मुले टेक्स्ट करण्यावर भर देतात. पण मोबाइलद्वारे केलेला संवाद हा संवादच राहतो. तो सुसंवाद नाही होऊ शकत.

आणखी एक महत्त्वाचे नाते म्हणजे मध्यमवयीन मुले आणि त्यांचे वृद्ध माता-पिता! वयान्च ठिकाणी असं दिसतं की परामध्ये वृद्ध फक्त असतात. त्यांचा कोणत्याही गोष्टीत सहभाग नसतो किंवा त्यांच्या सहभागाची मुलांना अपेक्षा, गरज नसते. आयुष्याच्या उतरणीवर आईवडिलांना मुलांकडून फक्त चार प्रेमाचे शब्द रवे

असतात. पण या पन्नास-बावन्न वर्षांच्या मुलांना
आईवटिलोशी बोलायला वेळ नसतो. संवादाचाही जिथे
अभाव असतो तेथे सुसंवादाची काय अपेक्षा करायची?
संघ्याकाळी, रात्री कामावरून आल्यावर चार प्रेमाचे शब्द
बोलून आईवटिलांची चौकशी केली तर त्या सुरुकुतलेल्या
चेरन्नावर समाधानाचं, आनंदाचं चांदणं पसरेल आणि
सारं घर त्या चांदण्यात ग्लान्न निघेल. कालच्या, आज
आणि उद्याच्याही काळाची गरज असणाऱ्या सुसंवादाचीच
असेल का ही किमया?