

ಬಾಳು ದುಸ್ಸರವೆನಿಸಿ ಪರಸ್ಸರರು ಕುಳಿತು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದಕ್ಕೇ ಸಮಯ ಸಿಗದಂತೆ ಆಗುವುದಿದೆ. ಮಾತಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕರೂ ಜಗಳವೇ ಶುರುವಾಗಬಹುದು. ಈ ಮಾನಸಿಕ ಅಂತರ, ಕ್ರಮೇಣ ದೈಹಿಕ ಅಂತರಕ್ಕೂ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದಿದೆ.

ಅತಿಯಾದ ಟಿ.ವಿ. ವೀಕ್ಷಣೆ: ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಟಿ.ವಿ ಪರಸ್ಸರರ ಮಧ್ಯೆ ಅಂತರ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಿದೆ. ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಬೆರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಸದಾ ಕಾಲ ಮೊಬೈಲ್‌ನಲ್ಲಿ ತಲ್ಲಿನರಾಗುವುದೂ ಗಂಡ- ಹೆಂಡತಿ ನಡುವಣ ಅಂತರವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಜೀವನ ಶೈಲಿ: ಇಬ್ಬರ ಅಭಿರುಚಿಗಳು ತದ್ವಿರುದ್ಧವಾಗಿದ್ದಾಗ ಒಂಟಿತನ ಕಾಡಬಹುದು. ಕೈ ಹಿಡಿದವರ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು. ಒಬ್ಬರು ವಾಚಾಳಿ, ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಮೌನಿ ಎಂಬ ಸ್ವಭಾವ ಇದ್ದಾಗಲೂ ಹೀಗೆ ಕಂದರ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗಬಹುದು.

ಕ್ಯುಲ್ಟಕ ಕಾರಣ: ತಮ್ಮ ಮಾತೇ ನಡೆಯಬೇಕೆಂಬ ಮೊಂಡುವಾದ ಸಂಸಾರವನ್ನು ತಳಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ನಡೆಯಿಂದಲೇ ವಿಚ್ಛೇದನ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು.

ಈ ಪಟ್ಟಿ ಇಷ್ಟಕ್ಕೆ ಮುಗಿಯಿತು ಅಂತಲ್ಲ. ಇನ್ನೂ ಹತ್ತಾರು ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಬಹುದು. 'ಮಾತು ಮನೆ ಕೆಡಿಸಿತು' ಅನ್ನುವಂತೆ, ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಮಾತುಗಳು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬಿರುಗಾಳಿಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಬಹುದು. ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಇಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆ ಕಾಪಾಡುವುದು ಒಂದು ಕಲೆ. ಅದನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕೆಂದರೆ, ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಬಾಳ ಸಂಗಾತಿಯ ಮನೋಭಿಲಾಷೆಗಳನ್ನು ಅರಿತು ಅವರಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ನಡೆದುಕೊಂಡರೆ ಖುಷಿಯಾಗುತ್ತೆ, ಇದಕ್ಕೆ ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕೆಲಸವೇನು? ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ಹೆತ್ತವರನ್ನು ಮತ್ತು ಒಡಹುಟ್ಟಿದವರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ತನ್ನನ್ನೇ ನಂಬಿ ಬಂದ ಸಂಗಾತಿಯನ್ನು ಯಾವುದೇ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೂ ಬಿಟ್ಟುಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ದೃಢ ನಿಶ್ಚಯ ಇರಬೇಕು.

ಸಂಸಾರವೆಂಬ ಬಂಡಿಯ ಎರಡೂ ಚಕ್ರಗಳು ಭಾರವನ್ನು ಸಮನಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡರೆ ಪರ್ಯಾಯ ಸುಲಭ. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿವೆ ಕೆಲವು ಕಿವಿಮಾತುಗಳು:

### ಮನೆ ಒಡತಿಯ ಗಮನಕ್ಕೆ

ಒಹಳ ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಸಾಗಿ ಬಂದ ಪದ್ಧತಿಯಂತೆ ಸತಿಯಾದವಳು ಗಂಡನನ್ನು ದೈವವೆಂದೇ ಭಾವಿಸಿದ ಸಮಾಜ ನಮ್ಮದು. ಈಗ ಕಾಲ ಬದಲಾದ ಕೂಡಲೇ ನಾವು ನಮ್ಮ ಅನುಸರಣೆಗಳನ್ನು ಬಿಡಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಕೋನದಲ್ಲಿ ಇನ್ನು ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆ ಮುಂದೆ ಹೋಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ, ಗಂಡನಾದವನು ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯನಾಗಿರುವಾಗ ಆತನಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಗೌರವ ನೀಡುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ತಪ್ಪೂ ಇಲ್ಲ. ಹೊರಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಬರುವ ಅವನು ಸಮಾಜದ ಎಲ್ಲಾ ತರಹದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೊಂದಿಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ಪ್ರಮೇಯ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಟೆನ್ಯನ್‌ಗಳೊಟ್ಟಿಗೆ ಮನೆಗೆ ಬಂದಿರುತ್ತಾನೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಬಿಟ್ಟು ಅವನ ಬೇಕು ಬೇಡಗಳನ್ನು ಅರಿತು ನಡೆಯುವುದು ಅಕೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿ. ಬರುವ ಅತಿಥಿಗಳ ಸತ್ಕಾರ, ಮನೆ ನಿರ್ವಹಣೆ, ಮಕ್ಕಳ ಪಾಲನೆ ಕಡೆಗೆ ತಿರಸ್ಕಾರ ಕೂಡದು. ಅದು ನನ್ನ ಕೆಲಸವಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳುವಂತೆಯೂ ಇಲ್ಲ.

ತವರು ಮನೆ ಅಂದರೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಹೆಣ್ಣು ಮಗಳಿಗೂ ಹೋಗುವ ಆಸೆ ಇದ್ದೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಹೋಗಬೇಕೆನ್ನುವುದಾದರೆ ಸಮಯ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನೋಡಿ. ವಿಪರೀತವಾಗುವುದಕ್ಕಿಂತ, ಅಪರೂಪಕ್ಕೂ ಹೋದಾಗ ಮರ್ಯಾದೆಯೂ ಹೆಚ್ಚು: ಗಂಡನಿಗೆ ಅಡುಗೆ ಕೆಲಸ ಅಥವಾ ಹೊಟೆಲ್ ಊಟವೂ ತಪ್ಪುತ್ತದೆ.

ಮಡದಿಯೂ ಉದ್ಯೋಗದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಒಬ್ಬ ಮನೆಕೆಲಸದವರನ್ನು ನೇಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿಲ್ಲವೆಂದರೆ ಮನೆ ಮತ್ತು ಕೆಲಸ ಎರಡು ಒಟ್ಟಿಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಕಷ್ಟಕರವಾಗಬಹುದು. ಇದು ಅವರ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿರುತ್ತದೆ. 'ನಾನೂ ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ, ಇದು ನನ್ನ ದುಡಿಮೆ' ಎಂದು ಹಕ್ಕು ಮಂಡಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಇಬ್ಬರೂ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು

ಹಣ ಬಳಸಿ ಉಳಿಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಇಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಬಾಂಧವ್ಯ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಆದಾಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಮನೆ ಖರ್ಚುಗಳನ್ನು ಬ್ಯಾಲೆನ್ಸ್ ಮಾಡುವ ಜಾಣ್ಮೆ ಹೆಣ್ಣಾದವಳಿಗಿದ್ದರೆ ಉತ್ತಮ. ಗಂಡನಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಹೆಣ್ಣು ಇದನ್ನು ಅರಿತು ಗಂಡನ ಖರ್ಚುಗಳನ್ನೂ ಜಾಣ್ಮೆಯಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಕಲಿಯಬೇಕು.

### ಮನೆ ಯಜಮಾನನ ಗಮನಕ್ಕೆ

ಹೆಣ್ಣಾದವಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ತಂದೆ ತಾಯಿಯ ಆಶ್ರಯ ತೊರೆದು, ಮದುವೆಯ ನಂತರ ಗಂಡನ ಆಶ್ರಯಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುತ್ತಾಳೆ. ಗಂಡನ ಸ್ನೇಹ, ಸಂಗ ಅವಳಿಗೆ ತುಂಬ ಮುಖ್ಯ. ಅವಳನ್ನು ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಗಂಡನದ್ದು.

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವೊಬ್ಬರೇ ದುಡಿಯುವವರಾಗಿದ್ದರೆ ಪತ್ನಿಯ ಜತೆಗೆ ಇನ್ನಷ್ಟು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ವರ್ತಿಸಬೇಕು. ದುಡಿಯುವುದರಿಂದ ಬರುವ ಸೊಕ್ಕು, ಪತ್ನಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಮಾತುಕತೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೂ ಸುಳಿಯದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮನೆಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ನಾಚಿಕೆ ಬೇಡ. ಹೆಣ್ಣಿನ ದೇಹಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆಕೆಗೆ ಕೆಲವು ತಾಪತ್ರಯಗಳು ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತವೆ. ಅಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪತ್ನಿಗೆ ನೆರವಾಗುವುದು ನಿಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ. ಬೇರೆ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲೂ ಮನೆಕೆಲಸಕ್ಕೆ ನೆರವಾದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬಗೆಗಿನ ಪ್ರೀತಿ, ಗೌರವವೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಹೆಂಡತಿ ಅಂದಾಕ್ಷಣ ಅವಳು ದಾಸಿಯೂ ಅಲ್ಲ, ಮನೆ ಕೆಲಸದವಳೂ ಅಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ನೈತಿಕ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿರಲಿ. ನಿಮ್ಮಂತೆ ಆಕೆಗೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಸ್ವಾಭಿಮಾನ ಇದೆ. ಸಮಾಜದ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅವಳು ಒಬ್ಬ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ಮಹಿಳೆ; ಸಮಾನ ಹಕ್ಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ನಾಗರಿಕಳು. ಅವಳಿಗೂ ಅವಳದ್ದೇ ಆದ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆಯದಿರಿ.

ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡ ಎಷ್ಟೇ ಇದ್ದರೂ ಹೆಂಡತಿ, ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆ ಇರಲು ಸಮಯ ನೀಡಿ. ರಜಾ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪರವೂರಿನ ಪ್ರವಾಸವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಬದುಕಿಗೆ ಹೊಸ ಹುಮ್ಮಸ್ಸು ದೊರಕುತ್ತದೆ.

ಹೊರಗೆ ಓಡಾಡುವ ನಿಮಗೆ ಚಟಗಳು ಬೇಗ ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಚಟಗಳಿಂದ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರಿ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆಯದಿರಿ. ಚಟಗಳ ದಾಸನಾದರೆ, ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳ ಕಣ್ಣಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ ಕೀಳಾಗುವುದು ಸಹಜ ಎನ್ನುವುದು ಗಮನದಲ್ಲಿ ಇರಲಿ.

ಸ್ನೇಹಿತರು ಬೇಕು ನಿಜ. ಆದರೆ ಸ್ನೇಹಿತರೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ತಡರಾತ್ರಿ ಮನೆಗೆ ಬರುವುದು ರೂಢಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.

ಕೆಲವು ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಾದ ವಿವಾದ ನಡೆಯಬಹುದು. ಅದು ವಿಕೋಪಕ್ಕೆ ಹೋಗದಂತೆ ತಾಳ್ಮೆ ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆಯೇ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

ಪ್ರತಿ ಹೆಣ್ಣಿಗೂ ತಾನು ಸುಂದರವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ಊಟ ತಿಂಡಿ ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಆಸೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗೃಹಿಣಿ ಆದವಳು ತನ್ನ ಆಸೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲ ಸಲವೂ ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಮಡದಿಯ ಆಸೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಅವಲೋಕಿಸುವ ಗುಣ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಎಲ್ಲ ಆಸೆಗಳನ್ನೂ ಪೂರೈಸಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಇತಿಮಿತಿಗಳನ್ನು ಹೆಂಡತಿಯ ಜೊತೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡು, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಆಸೆಯ ಆಸೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿ. ಸಭೆ ಸಮಾರಂಭಗಳಿಗೆ ಜತೆಯಾಗಿ ಹೋಗಿ, ಸಾಂಸಾರಿಕ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಸುಸೂತ್ರವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ.

ಸಂಸಾರಕ್ಕೆ, ವೃತ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿ ಯಾವುದೇ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವಾಗ ಪತ್ನಿಯ ಜತೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಅಪಮಾನದ ಸಂಗತಿ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ. ಎಷ್ಟೋ ಸಲ ಆಕೆ ನೀಡುವ ಸಲಹೆಗಳು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ.

ಇಬ್ಬರೂ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಗತಿ ಒಂದಿದೆ. ಪತಿ ಪತ್ನಿಯರಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಹೆಚ್ಚಲ್ಲ, ಕಡಿಮೆಯಲ್ಲ. ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಸಮಾಜ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳಿವೆ. ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಮಾತನಾಡಿಕೊಂಡು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಿ. ಜೀವನಪೂರ್ತಿ ಅನ್ಯೋನ್ಯತೆಯಿಂದ ಬಾಳಿ.