



ललित ग्रंथ
पुरस्कार :
विरंगी मी,
विमुक्त मी
अंजली जोशी

संवादक : संध्या टाकसाळे

महाराष्ट्रात आणि एकूणच मराठी साहित्य संस्कृतीच्या क्षेत्रात ऐहिक व उदार विचारांचे वारे अधूनमधून घोंघावत असतात. त्याच प्रक्रियेचा भाग म्हणून स्त्रियांचे प्रश्न, स्त्री-स्वातंत्र्य, स्त्री-पुरुष समता, स्त्रियांचे शोषण यांची चर्चा सतत या ना त्या स्वरूपात होत असते. तरीही अनेक विषय असे असतात, ज्याला हात घालायला 'पुरोगामी' म्हणवणारेही भितात किंवा संकोच करतात. कारण ते विषय हाताळण्यासाठी आवश्यक असणारा आवाका किंवा निर्भीडता त्यांच्याकडे नसते. असा आवाका आणि निर्भीडता, शिवाय त्याच्या जोडीला भाषेची व विचारप्रतिपादनाची हातोटी असणारी ही लेखिका आहे. वरील सर्व गुणांचा आविष्कार 'विरंगी मी, विमुक्त मी' या कादंबरीत आहे.

anjaleejoshi@gmail.com
Mob. : 9820437851



अंजली जोशी म्हणजे अनेक विषयांत रस, गती आणि आवाका असलेलं व्यक्तिमत्त्व. मानसशास्त्र आणि मनोचिकित्सा हा त्यांचा अभ्यासाचा विषय. त्यात त्या डॉक्टरेट आहेत. मुंबईच्या वेलिंगकर शिक्षणसंस्थेत त्या पूर्णवेळ प्राध्यापक असून तिथे एच.आर. म्हणजे मनुष्यबळ विकास व्यवस्थापन हा विषय शिकवतात. त्यासंबंधी अनेक प्रकल्प, कार्यशाळा, विविध कंपन्यांमध्ये प्रशिक्षण कार्यक्रम हे सतत चालू असतं. मानसशास्त्रविषयक एका आंतरराष्ट्रीय जर्नलच्या संपादक मंडळावर त्या आहेत. अनेक शोधनिबंध त्यांनी सादर केले आहेत. याशिवाय मानसिक अस्वास्थ्य आणि समस्या असलेल्या व्यक्तींना त्या समुपदेशन करतात. याला जोडूनच REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) म्हणजे विवेकनिष्ठ मानसोपचाराशास्त्र यावर कार्यशाळा घेतात. एवढं सगळं करूनही त्या भरपूर लेखन करतात. चकित व्हावं एवढा हा कामाचा झपाटा आणि उरक आहे. शिवाय लेखनही मनापासून केलेलं आणि कसदार! ‘अल्बर्ट एलिस’ या त्यांच्या चरित्रात्मक कादंबरीच्या गेल्या चार वर्षांत तब्बल दहा आवृत्त्या प्रसिद्ध झाल्या, एवढं पुरावा म्हणून मी सांगितलं तरी पुरे! डॉ.कि.मो. फडके हे अंजलीचे गुरू आणि थेट अल्बर्ट एलिस यांच्याशी पत्रव्यवहार असलेले मानसशास्त्रज्ञ. त्यांच्याबरोबर ‘अल्बर्ट एलिस : विचार-दर्शन’ हे पुस्तकही अंजली जोशी यांनी लिहिलं आहे. शिवाय, अनेक आई-बाबांचा जो जिव्हाळ्याचा विषय आहे, त्यावरचं ‘विवेकी पालकत्व’ हेही त्यांचं आणखी एक पुस्तक!

माझी आणि अंजली जोशींची ओळख झाली ती या विवेकी पालकत्वामुळेच. त्या वेळी मी ‘साप्ताहिक सकाळ’ची सहसंपादक होते आणि अंजली जोशी नुकत्याच लिहू लागल्या होत्या. पालकत्व या विषयावर दोन-तीन लेख त्यांनी आमच्याकडे पाठवले. लेखनात नक्कीच चमक होती आणि मानसशास्त्राच्या गाढ्या अभ्यासामुळे विषयावरची पकड मजबूत होती. पण ते लेख जसेच्या तसे छापानेच असे परिपूर्णही नव्हते. वाचकांसाठी लिहिताना कशा पद्धतीनं लिहावं लागेल, वाचकांना नेमकं काय हवं असतं, विषयाची मांडणी रोचक कशी करता येईल यावर आम्ही सविस्तर बोललो. आणि थोड्याच दिवसांत आश्चर्य वाटावं इतका सुंदर, नेटका आणि नेमका हवा तसा लेख

समोर हजर झाला. अंजली जोशींचं वेगळेपण तिथेच लक्षात आलं. काय हवं आणि कसं हवं, हे सांगितल्यावर ते तंतोतंत उतरवण्याची, लेख अर्थपूर्ण आणि शिवाय रंजक करण्याची हातोटी त्यांच्यात आहे. खूप कमी लोकांना एवढ्या झटकन ते जमतं. लेखनाचं मर्मच त्यांना कळल्याचं ते लक्षण होतं. मग आधी लेख, त्यानंतर सदर असा सिलसिला सुरू झाला. वेगवेगळ्या क्षेत्रांतील लोकांशी भेटीगाठी आणि चर्चा करायला मिळणं, हा पत्रकारितेत काम करण्याचा एक मोठा फायदा असतो. त्यातल्या काहींशी तर मस्त सूर जुळतात. अंजली जोशींच्या

लेखकानं निर्भीड आणि ठाम असायलाच हवं!

मला या कादंबरीची नायिका उथळ किंवा सनसनाटी रंगवायची नव्हती. मग तिच्या जीवनातले दोन महत्त्वाचे प्रवाह मी शोधायला सुरुवात केली. चित्रकलेचं तिचं शिक्षण आणि स्त्री-चळवळ. माझ्या मनात अशी नायिका साकार होऊ लागली जिचं बेटीशी साधर्म्य आहे, पण तिचं जीवन तंतोतंत बेटीसारखं नाही. मग मी बेटीच्या जीवनातल्या काही घटना घेतल्या आणि तिचा वैचारिक, भावनिक प्रवास मात्र कल्पनेनं रंगवला.



बाबतीत असंच घडलं. फोन, प्रत्यक्ष भेटी यातून संवाद फुलत गेला. (आणि आजही, म्हणजे ते सदर केव्हाच संपून गेल्यानंतर आणि मी साप्ताहिक सकाळमधून बाहेर पडून सात वर्षे झाल्यावरही तो सुरू आहे.) त्यांचं प्रसन्न व्यक्तिमत्त्व, मृदू भाषा, त्यांचं लेखन याचा त्यात मोठा वाटा आहे, हे निश्चित!

‘विवेकी पालकत्व’ हे सदर त्या वेळी प्रचंड गाजलं. वाचकांचा मोठा प्रतिसाद मिळाला. विषय जिव्हाळ्याचा होता हे तर एक कारण आहेच, पण त्याचबरोबर अंजली जोशींनी मांडलेला आशय आणि तो लिहिण्याची पद्धत, शैली यामुळेही ते घडलं. विषयच असा होता की, उपदेशपर लेखात त्याचं रूपांतर होणं सहज शक्य होतं; मात्र त्यांनी विविध घाट हाताळून ते होऊ दिलं नाही. उदाहरणार्थ- काही लेख त्यांनी संवादातून पुढे नेले, कधी विक्रम-वेताळाच्या गोष्टीसारखी गोष्ट सांगितली, कधी अकबर-बिर्बल संवादातून लेख उलगडत गेला तर कधी जंगलातली अनोखी गोष्ट वाचकांच्या पुढे आली. चांगला लेखकच हे करू शकतो.

त्यानंतरही त्या लिहीत असलेलं सगळं मी वाचत होतेच आणि मग गेल्या वर्षी दोन दिवाळी अंकांत आताच्या या ‘विरंगी मी...’चे दोन भाग आले. वाचताक्षणीच ‘अरे व्वा!’ आणि ‘अरे बापरे!’ अशा दोन्ही प्रतिक्रिया एकाच वेळी तोंडून बाहेर आल्या. एकाच श्वासात या दोन प्रतिक्रिया मिळवणारी पुस्तकं दुर्मिळ!

ही कादंबरी आहे ‘लैंगिक मुक्ती हा स्त्रियांच्या मुक्तीचा केंद्रबिंदू आहे’ असं धाडसानं मांडणाऱ्या बेटी डॉडसन हिच्या जीवनावर. बेटी ही अमेरिकेतील चित्रकार आणि स्त्रीमुक्तीच्या चळवळीतली एक कार्यकर्ती. आपल्याकडल्या र.धों. यांच्या विवेकवादाशी थेट नातं सांगणारी. तिच्यावरील कादंबरीचा विषय स्त्रियांच्या हस्तमैथुनाचा पुरस्कार करणारा. त्यामुळेच या संपूर्ण लिखाणाची प्रक्रिया काय होती, अवघड वळणं काय आली, हे जाणून घेण्याची खूप उत्सुकता होती.

प्रश्न : ‘विरंगी मी...’मध्ये मांडलेला विषय महत्त्वाचा नकीच आहे; मात्र स्त्रियांची लैंगिकता आणि हस्तमैथुन अशा विषयावर बोलणं-लिहिणं आपल्याकडे शिष्टसंमत मानलं जात नाही. जरूरीचं तर असतं, पण ‘अळीमिळी गुपचिळी’ असा कारभार! लिहिताना काय भावना होती तुमच्या मनात? भीती, की अशा विषयावर लिहू की नको

असं द्वन्द्व?

– खरंच सांगते, लिहू की नको असं नाही वाटलं एकाही क्षणी. या विषयावर लिहिलंच पाहिजे, या धारणेतून लेखन झालं. असे विषय हाताळण्यातले धोके आणि अवघड वळणे माहीत होती पण लिहिण्याची धारणा इतकी प्रबळ होती की, तिने लिहिण्याचं धैर्य दिलं. या लेखनाद्वारे आपण या विषयाला न्याय देत आहोत, ही समाधानाची भावना होती. त्याबद्दल आत्मविश्वास होता. लेखकानं असं निर्भीड आणि ठाम असलंच पाहिजे; नाही का?

समुपदेशन करताना ज्या केसेस मी हाताळत होते, त्यातून अशा विषयाची गरज तीव्रपणे वाटत होती. लैंगिकतेचा नीतिनिरपेक्ष भूमिकेतून विचार केला पाहिजे, असं मला प्रकर्षानं वाटू लागलं. अल्बर्ट एलिस यांनी कामप्रेरणेवर बरंच लिखाण केलं आहे. त्यांचं एक पुस्तक वाचताना बेटी डॉडसनचा संदर्भ माझ्या वाचनात आला. तिचे विचार जेव्हा ऐकले तेव्हा वाटलं- आपल्याकडे स्त्रियांचा जो लैंगिक कोंडमारा होतो, त्यांच्यापर्यंत हे पोचायला हवं. काहींची लग्न उशिरा होतात, काही घटस्फोटित असतात, विधवा असतात. जोडीदार नसताना स्त्रिया कामपूती कशी करत असतील, याचा फारच क्वचित विचार केला जातो. लग्न झालेल्या काही जोडप्यांमध्ये लैंगिक अनुरूपता नसते. पण अनेक कारणांमुळे एकमेकांना सोडायचंही नसतं. काही जण पन्नाशीनंतर लैंगिक जीवनाला राम राम ठोकतात. त्या वेळी अपराधमुक्त हस्तमैथुन हा पर्याय असू शकतो. पण लक्षात घ्या- ‘पुरुष नकोच’ अशी ही विचारासरणी नाही. केवळ या कारणासाठी विजोड पुरुषाच्या मागे फरपटत जायची गरज नाही, हा त्यातला भाग आहे. नैसर्गिक उर्मी तुम्ही मारल्यात, तर त्याचे मनावर घातक परिणाम होऊ शकतात. पुढचा महत्त्वाचा भाग असा की, दुसरीकडे संबंध ठेवायची इच्छा नसलेल्यांना हा मार्ग हिताचा ठरू शकतो. लैंगिक भावनांचं दमन केल्यामुळे, त्या दडपल्यामुळे paranoia सारखे विकार होतात, हे मी बघितलेलं आहे.

र. धों. कर्व्यांचा माझ्यावर बराच प्रभाव आहे. त्यांच्या संपादित खंडांची मी अक्षरशः पारायणं केली आहेत. एवढ्या वर्षांपूर्वी ज्या पद्धतीनं ते लिहीत होते, ते हादरवून टाकणारं आहे. पण दुदैवाची गोष्ट अशी की, अजूनही परिस्थिती तशीच आहे. त्यामुळे लिहायला तर हवंच, असं वाटलं.

प्रश्न : लिहू की नको असं नाही वाटलं, त्या बाबतीत

तुम्ही ठाम होतात. पण जे लिहिलंय ते वाचक कसं स्वीकारतील, काय म्हणतील- याचं दडपण आलं होतं का?

- आपण काय लिहिलं म्हणजे वाचक स्वीकारतील याचं उत्तर कुठलाही लेखक देऊ शकत नाही. ती आपल्या नियंत्रणाबाहेरची गोष्ट आहे. त्यामुळे मग मला काय म्हणायचं आहे (म्हणजे जे माझ्या नियंत्रणात आहे) ते जास्तीत जास्त प्रभावीपणे मांडण्यावर मी लक्ष केंद्रित केले. हे लिखाण जे स्वीकारणार नाहीत, त्यांना ते न स्वीकारण्याचं स्वातंत्र्य आहे; हे एकदा मान्य केले की, मग दडपण कमी होतं. शिवाय वाचकांच्या प्रगल्भतेवर माझा विश्वास आहे. त्यातूनही काही लोक वेडं-वाकडं म्हणाले, तर ती त्या वाचकांची अपरिपक्वता असेल. त्याचं ओझं मी का घेऊ?

आणखी काही धोके जरूर जाणवत होते. ते असे की- तुमच्यावर शिका बसतो की, 'ही लेखिका म्हणजे असलंच' लिहिणारी. किंवा काही जण तर थेट तुमच्या व्यक्तिगत जीवनाशीच संबंध जोडायला बघतात. म्हणजे यांच्याही वैयक्तिक जीवनात हेच आहे की काय?

प्रश्न : मग आता लिहिल्यावर काय प्रकारचा प्रतिसाद मिळतो आहे? स्त्रियांच्या प्रतिक्रिया वेगळ्या, पुरुषांच्या वेगळ्या- असा काही फरक जाणवला?

- प्रतिसाद चांगला आहे. पण स्त्री-पुरुष असा काही फरक नाही जाणवला. वाचकांच्या मते याला सामाजिक मूल्य आहे. काहींनी २०-२५ प्रती घेऊन त्या भेट दिल्या, तर काहींनी हे पुस्तक वाचून आमच्या कामजीवनात सुधारणा झाली, असंही सांगितलं.

पण काही प्रतिक्रिया मात्र गमतीदार म्हणा किंवा वास्तवाची जाणीव करून देणाऱ्या होत्या. आम्हाला पुस्तक आवडलं, पण हे कुणाला भेट म्हणून द्यायला मात्र आम्हाला संकोच वाटेल.

प्रश्न : स्वतःबद्दलची इतकी खात्री- जे सांगायचं आहे त्याबद्दल ठाम असणं, लोक काय म्हणतील याचं ओझं न बाळगणं- या गोष्टी सुरुवातीपासूनच आहेत का तुमच्या व्यक्तिमत्त्वात?

- छे-छे, मुळीच नाही. कोण काय म्हणेल या गोष्टीचा पूर्वी खूप त्रास करून घ्यायची मी. पण मानसशास्त्राच्या शिक्षणामुळे स्वतःवर उपाय करू शकतो आपण. त्या अभ्यासानं मला एन्लायटन झाल्यासारखं वाटलं. मुख्य म्हणजे मोकळेपणा आला. मला स्वतःला चळवळ, बंडखोरी अशी काहीही पार्श्वभूमी नाही. एका मध्यमवर्गीय,

धार्मिक कुटुंबात मी जन्मले. पूर्वी छोट्या-छोट्या गोष्टीतून गिल्ट यायचा. भाजी बरी नाही झाली, आता गिल्ट. अरेच्चा! करपलं वाटतं काही तरी, लागली टोचणी. आता मात्र स्वतःला माफ करायला शिकले आहे. 'सुपर वुमन' ही संकल्पना मानसिक स्वास्थ्यासाठी मुळीच चांगली नव्हे. पण याचा अर्थ मी कधीच अस्वस्थ होत नाही असा मात्र नाही. मी संवेदनाक्षम आहे. त्रास होतोच. मात्र पूर्वी मूळ पदावर यायला वेळ लागायचा, आता तो अस्वस्थतेचा कालावधी कमी झाला आहे.

प्रश्न : या पुस्तकाचा जो घाट तुम्ही निवडला आहे, तो वेगळा आहे. म्हणजे बेटीचं जगणं आणि कल्पित घटना यांची सरमिसळ करून ही कादंबरी आकार घेते. तो निवडण्यामागचं कारण काय होतं?

- ख्रिश्चनिटीचा कट्टर प्रभाव असलेल्या त्या काळात 'हस्तमैथुन' हा शब्द उच्चारणही जिथे पाप समजलं जायचं, तिथे त्याचा प्रचार करण्याचं धैर्य बेटीनं कुठून गोळा केलं असेल, हे जाणून घेण्याची कमालीची उत्सुकता मला होती. तिच्या या कृतीमागे काही वैचारिक अधिष्ठान असेल, असा माझा कयास होता. मात्र मी जे तिच्याविषयी वाचलं, संशोधन केलं त्यातून तिची वैचारिक भूमिका, सुस्पष्ट विचारधारा, तिची तात्त्विक भूमिका काहीच हाती लागलं नाही. मला या कादंबरीची नायिका उथळ किंवा सनसनाटी रंगवायची नव्हती. मग तिच्या जीवनातले दोन महत्त्वाचे प्रवाह मी शोधायला सुरुवात केली. चित्रकलेचं तिचं शिक्षण आणि स्त्री-चळवळ. माझ्या मनात अशी नायिका साकार होऊ लागली जिचं बेटीशी साधर्म्य आहे, पण तिचं जीवन तंतोतंत बेटीसारखं नाही. मग मी बेटीच्या जीवनातल्या काही घटना घेतल्या आणि तिचा वैचारिक, भावनिक प्रवास मात्र कल्पनेनं रंगवला. चरित्रात्मक कादंबरी न लिहिता, वास्तव आणि कल्पना याची सरमिसळ करणारी कादंबरी हा घाट निवडल्यानं मी बरंच सर्जनशील स्वातंत्र्य घेऊ शकले आणि मला हवी तशी साहित्यकृती साकार झाली.

प्रश्न : ही कादंबरी वाचल्यावर एक गोष्ट लक्षात येते की, हे लिखाण म्हणजे एखाद्या ताणलेल्या दोरीवर चालण्यासारखे आव्हान होते. तोल जरा एका बाजूला गेला तर लिखाण अश्लील आणि सवंगतेकडे झुकू शकले असते. दुसऱ्या बाजूनं अगदी तटस्थपणे वर्णन करायचं ठरवलं असतं तर ते नीरस, गंभीर आणि पाठ्यपुस्तकी होऊ शकलं असतं. हे दोन्ही टाळून पुस्तक रसपूर्ण आणि वाचनीय झालं आहे. कसा सांभाळला हा तोल?

– लेखन आव्हानात्मक होतं, हे तर खरंच. मला कामुक कादंबरी बनवायची नव्हती, त्यामुळे मी उघड-उघड वर्णन टाळली. कल्पिताचा फॉर्म वापरल्यानं काही गोष्टी चांगल्या पद्धतीनं उतरवणं शक्य झालं. पण त्यापलीकडे वेगळे असे काही प्रयत्न केले नाहीत. मला जे काही म्हणायचं होतं, ते पक्कं होतं आणि ते योग्य पद्धतीनेच वाचकांपर्यंत पोचलं आहे, असं दिसतंय.

प्रश्न : शिवाय काही चांगले मराठी शब्दही तुम्ही तयार केलेले आहेत. उदाहरणार्थ- पाकळी, गुदगुली. प्रचलित अर्थपेक्षा वेगळ्या अर्थानं ते तिथे येतात.

– भाषा समृद्ध व्हायची असेल तर आपण मराठी शब्द शोधून काढले पाहिजेत, रूढ केले पाहिजेत. माझ्या पुस्तकात काही इंग्रजी शब्दही आहेत, पण ते मराठी गंध आणि वळण घेऊन येतात. उमाताई कुलकर्णी यांनीही भाषेविषयी खूप चांगल्या सूचना मला केल्या.

प्रश्न : ‘मी अल्बर्ट एलिस’ या पुस्तकाची चार वर्षांत दहावी आवृत्ती निघाली. विवेकनिष्ठ मानसोपचारशास्त्र म्हणजे ‘आरईबीटी’ हे शास्त्र अल्बर्ट एलिस यांनी प्रवर्तित केलं. मानसिक आरोग्य संतुलित ठेवण्यासाठी ते जगभर वापरलं जातं. काय आहे या संकल्पनेतला मध्यवर्ती विचार?

– यातला गाभा असा आहे की, माणसाच्या भावनिक अस्वास्थ्याचं कारण त्याच्या मनातील तर्कदुष्ट, अविवेकी आणि अवास्तव विचारसरणीत असतं. आपण अस्वस्थ का होतो? तर आपला असा समज असतो की, बाह्य जीवनात काही घटना घडतात आणि त्या घटनांमुळे आपण अस्वस्थ होतो. मात्र ही पद्धती असं सांगते की- निव्वळ घटना हे कारण नाही, तर त्या घटेकडे आपण कोणत्या नजरेनं-दृष्टिकोनातून बघतो, त्यातून अस्वस्थ भावना निर्माण होतात. म्हणजे अमुक एक घटना घडली म्हणूनच माझा तोल गेला, राग आला, त्रास झाला- असं आपल्याला वाटतं. असा विचार केला की, सगळी जबाबदारी त्या घटेवर टाकून आपण थांबतो, passive होतो. हे अविवेकी आणि तर्कदुष्ट विचार ओळखायला, त्यांच्याशी सामना करायला ‘आरईबीटी’ शिकवते. विवेकनिष्ठ विचारानं हा सामना करता येतो. ‘आरईबीटी’ हे जीवन-तत्त्वज्ञान आहे. ते समजून घेऊन माणूस स्वतःच स्वतःवर उपाय करू शकतो.

प्रश्न : पालक आणि मुलं हा तुमच्या अभ्यासाचा विषय

आहे. असं दिसतं की- सध्याचे पालक जागरूक आहेत- मुलांकडे खूप लक्ष देतात. त्यांच्यासाठी वाढले ते करायला आणि हव्या त्या गोष्टी आणून द्यायला तयार असतात. त्यांच्या भावनिक गरजांकडे लक्ष पुरवतात. संवाद साधण्याचा प्रयत्न करतात. तरी या नात्यात आणि संगोपनात काही तरी बिनसत जातंय. तुम्हाला सगळ्यात मोठी उणीव कुठे दिसते?

– आजचे पालक नुसते जागरूक नव्हे, तर अतिजागरूक झालेत. मुलांच्या आयुष्याचं प्रत्येक मिनिट ते नियंत्रित करायला बघतात, त्यावर ताबा मिळवण्याचा प्रयत्न करतात आणि इथेच मग गाडं फसतं. एक लक्षात ठेवायला हवं की, प्रत्येक मूल स्वतंत्र असतं. ते सतत तुमच्या मनाप्रमाणे, तुम्हाला हवं तसंच नाही वागणार. मुलांच्या समुपदेशनाच्या केसेस हाताळताना लक्षात येतं की, अनेक बाबतीत पालकांच्याच डोक्यात घोळ आहेत.

अलीकडे ‘हेलिकॉप्टर मॉम’ अशी एक संज्ञा वापरली जाते. याचा अर्थ मुलांवर सतत, २४ तास लक्ष! मुलं जराही चुकू नयेत म्हणून जीवाचा आटापिटा करायचा. असं केलं तर आपण उत्तम पालक, असं त्यांना वाटतं. पण अशानं मुलांची वैचारिक वाढ खुंटते. सगळ्याच गोष्टी मुलांना जर आखून दिल्या, तर स्वतंत्र विचार करायला कशी शिकतील ती? त्यांचं त्यांना करून बघू देत, चुकू देत. शिकतील त्यांची ती आणि मग नीट विचारही करायला लागतील. बर्ट्रँड रसेलचं एक चांगलं वाक्य आहे. तो म्हणतो, ‘तुम्ही मुलांना फक्त एकच गोष्ट सांगा- ती म्हणजे, एक माणूस म्हणून तू खूप चांगला/चांगली आहेस!’ पण पालक ते करत नाहीत. ती एक चांगली व्यक्ती आहे, अशा भावना मुलांपर्यंत कधी पोचवत नाहीत. उलट, सतत तक्रार करत राहतात. मुलांकडे इतकं लक्ष देतात किंवा इतकं लक्ष ठेवतात की, मुलं मग बंडखोर होतात. तुमचं अजिबात ऐकेनाशी होतात.

मुलांवर पोलीसगिरी करू नका. संशय घेऊ नका. अनेक पालकांना धास्ती वाटते, पण मुलांवर विश्वास ठेवा. याचा अर्थ मुलांना वाऱ्यावर सोडा आणि शिस्त लावू नका, असा नाही. मुद्दा एवढाच की, हे सगळं भान ठेवून करा. कोणत्याही अर्थानं त्यांच्या व्यक्तिस्वातंत्र्यावर घाला घालू नका. मुलं नीट वागायला हवी असतील, तर पहिल्यांदा तुम्हाला बदलायला लागेल.

प्रश्न : सगळ्यात महत्वाचा प्रश्न- तुमच्याकडे बघितलं

की अनेक वेळा तो माझ्या मनात येतो. तो म्हणजे, एवढ्या कामासाठी तुम्ही वेळ कसा काढता? म्हणजे एक पूर्ण वेळ नोकरी आहे. संध्याकाळी क्लिनिकवर जाऊन समुपदेशन, शनिवार-रविवारच्या कार्यशाळा, वाचन, शोधनिबंध... आणि ठरवून झपाझप पूर्ण केलेले ललित लेखनाचे प्रकल्प! काय रहस्य आहे या सगळ्यांचं?

– टाइम मॅनेजमेंट असा शब्द वापरतो आपण, तो चुकीचा आहे. कारण दिवसाचे २४ तास तर ठरलेले असतात, त्यात बदल नाही करू शकत आपण. म्हणजे वेळेचं व्यवस्थापन कसं करणार? व्यवस्थापन तर आपल्या स्वतःचं करायला हवं. उदाहरणार्थ– कुठल्या वेळेला कुठली कामं करायची, हे मी ठरवलेलं असतं आणि ती नियमितपणे मी ती करते. शिवाय सलग असा वेळ मिळण्याची वाट बघितली, तर तो कधीच मिळत नाही. कारण सतत काही ना काही व्यवधानं असतातच. वेळाचे जे मधे-मधे तुकडे मिळतात, त्यात कामं करायची सवय लावून घेतली आहे मी! समजा, मला दोन लेक्चरमध्ये २० मिनिटे वेळ आहे, तर त्या वेळात मी काही तरी लिहिते, वाचते. एरवी एवढ्याश्या वेळात काय करायचं म्हणून तो वेळ तसाच वाया जाण्याची शक्यता जास्त! मी टीव्ही बघत नाही, कारण काही मिळवण्यासाठी काही गोष्टी सोडायच्या लागतात.

विचारांनाही मी शिस्त लावते. उदाहरणार्थ– घरून कामाच्या ठिकाणी जाईपर्यंत मला एक तास लागतो. तर मी ठरवलेलं असतं की, अमुक एक ठिकाण येईपर्यंत कादंबरीच्या या भागाचा विचार करायचा. त्या ठिकाणाच्या पुढे– आज जे लेक्चर द्यायचे आहे, त्याचा विचार करायचा. किंवा असंच काही तरी. अर्थात हे जमण्यासाठी विचारांना शिस्त लावावी लागते, पण जमतं ते! सवयीनं अनेक गोष्टी आपोआप होतात. नाही तर असला वेळ काही तरी निरर्थक विचार करण्यात घालवतो आपण किंवा बेशिस्त वाहतुकीवर चिडचीड करतो. अर्थात, प्रत्येक वेळी शंभर टक्के हे जमेल असं नाही. कधी मूड जातो. दुसरंच काही तरी डोक्यात ठाण मांडून बसतं. अशा वेळी– ‘ठीक आहे, होतं कधी कधी’ असं म्हणून ते सोडून द्यायचं!

प्रश्न : नवीन काय लिहिताय?

– जगभरातल्या मानसशास्त्रज्ञांची गेल्या १०० वर्षांतली उत्कृष्ट ५० पुस्तकं निवडून त्यावर मी लिहिलं आहे. ते प्रकाशनाच्या वाटेवर आहे. ‘आरईबीटी.’ या

विवेकनिष्ठ उपचारपद्धतीवर इंग्रजीत एक सविस्तर हँडबुक करायचं आहे, त्यावर काम चालू आहे.

प्रश्न : कोणताही पुरस्कार मिळाल्याचा आनंद तर असतोच. या कादंबरीला तो मिळाल्यावर काय वाटलं?

– पुरस्कार या कादंबरीला मिळाल्याचा आनंद विशेष अशासाठी की, त्यामुळे या विषयाकडे लक्ष जाईल, त्यावर चर्चा होईल. जो शब्दही उच्चारायला संकोच वाटतो, त्याबाबत संवादाची शक्यता निर्माण होणं ही जमेची बाजू म्हणता येईल.

संध्या टाकसाळे

sandhyataksale@gmail.com

