वैवाहिक जीवन में बढ़ रही दुरियों से मानसिक तनाव का बढ़ना

सत्य बाला*

विवाह भारतीय जीवन का एक महत्वपूर्ण पक्ष है। विवाह से ही दाम्पत्य जीवन की शुरुआत होती है। डॉ. नीरजा राजकुमार के मतानुसार, "विवाह जीवन की शारीरिक तथा भावात्मक आवश्यकता है। यह एक सामाजिक संस्था है, जिसके द्वारा परिवार का विकास होता है। स्त्री–पुरुष के स्वाभाविक और सहज आकर्षण को संयमित और मर्यादित करने की रीति ही विवाह है।"

समाज द्वारा मान्यता प्राप्त तरीके से स्त्री–पुरुष की यौन–संबन्धी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए, उसे एक निश्चित ढंग से नियंत्रित करने तथा स्थित रखने और परिवार को स्थायी रूप देने के लिए विवाह रूपी संस्था का जन्म हुआ। शम्भूलाल दोषी के मतानुसार, "भारतीय समाज में यदि परिवार एक सबसे छोटी और महत्वपूर्ण इकाई है तो इसका अस्तित्व विवाह द्वारा ही रहता है। विवाह की संस्था सभी समाजों में होती है। इसका मूल है प्रजनन द्वारा मनुष्य जाति की बिरादरी को बनाये रखना।"

हिन्दु विवाह और विवाह विच्छेद अधिनियम 1955 के अनुसार विवाह की न्यूनतम आयु वर और कन्या के लिए क्रमशः 18 और 15 वर्ष निर्धारित की गयी थी जो अब बढ़ाकर 21 व 18 वर्ष बनायी गई हैं। आधुनिक जमाने में इस आयु में फिर परिवर्तन लाने का प्रयास हो रहा है।

भारत में विवाह को एक पवित्र धार्मिक बंधन माना गया है। भारतीय आदर्शों के अनुसार विवाह के अवसर पर होनेवाले सात फेरे दम्पति सात जन्मों तक साथ निभाने का प्रतीक है। आधुनिक जमाने में वैवाहिक संबन्धों में बदलाव आ गया है। आज विवाह–विच्छेद अधिक संख्या में होने के कारण जन्म–जन्मांतर का संबन्ध, स्त्री–पुरुष का स्थायी बन्धन आदि विवाह संबन्धी धारणाएँ निरर्थक होती जा रही हैं।

विवाह जो कि कभी अटूट बंधन समझा जाता था अब एक समझौता या एक प्रयोग बनकर रह गया है। यदि एक बार यह समझौता सफल नहीं हो पाता तो उसे समाप्त कर नये सिरे से प्रयोग करना आज स्त्री या पुरुषों के लिए आम बात है। तलाक पारिवारिक जीवन में एक दुखद घटना है। एस.आर. गुप्ता के विचारों में, "दाम्पत्य संबन्धों का वैधानिक अंत ही विवाह विच्छेद है।"

आधुनिक जमाने में विवाह विच्छेद के प्रति आकर्षण बढ़ा है। औद्योगीकरण एवं नगरीकरण के कारण घर में बढ़ती व्यस्तता, पति या पत्नी में विश्वास की कमी, विचारधाराओं में मेलजोल न होने पर भी विवाह विच्छेद हो रहा है। आधुनिक ज़माने में अधिकतर विवाह–विच्छेद अवैध संबन्ध के कारण ही हो रहे हैं। 1976 में हिन्दु विवाह अधिनिय में 'सहमति से तलाक' पारित किया है। पति–पत्नी लगभग 5–6 महीने की अवधि में सहमति से तलाक प्राप्त कर सकते हैं।

भारत मे पत्नी के रूप में नारी की प्रतिष्ठा रही है और उसे यहाँ गृह–लक्ष्मी की संज्ञा से सम्बोधित किया गया है। पत्नी को पुरुष की अर्धांगिनी. सहधर्मचारिणी, धर्मपत्नी भी कहा जाता हैं। यहाँ पत्नी के अभाव में पति द्वारा किए गए धार्मिक कार्यों को निष्फल भी कहा गया है, किन्तु यह तस्वीर का एक पहलू है, सामाजिक एवं कानूनी रूप से पति–पत्नी के विवाह सम्बन्धों की समाप्ति ही विवाह–विच्छेद कहलाता है। विवाह–विच्छेद पति–पत्नी के वैवाहिक एवं पारिवारिक जीवन में असमंजस्य एवं असफलता का सूचक है इसका अर्थ यह है कि जिन उद्देश्यों को लेकर विवाह किया गया वे पूर्ण नही हुए है। यह दुखःद घटना है, विश्वास की समाप्ति है, प्रतिज्ञा एवं मोह भंग की स्थिति है इसमें एक साथी दूसरे का मूल्यांकन कर लेता है और जिसे रद् कर दिया जाता है वह अपने आप को अपमानित एवं कुचला हुआ महसूस करता है, उसके आत्मभिमान को चोट पहुँचाती है, यह एक वैधानिक, पारिवारिक एवं सामाजिक समस्या है।

हिन्दूओ में स्त्री के लिए पतिव्रता तथा सतीत्व के पालन की बात कही गई है अतः स्त्री द्वारा पति को त्यागने की कल्पना नहीं की जा सकती और ऐसा करना उनके लिए सामाजिक एवं धार्मिक दृष्टि से अनुचित माना गया यद्यपि वैदिक काल में विवाह–विच्छेद के कुछ उदाहरण है। मनु, नारद, बृहस्पति तथा पाराशर आदि ने भी कुछ परिस्थितियों में विवाह–विच्छेद को स्वीकृति प्रदान की है किन्तु ईसाकाल के प्रारम्भ से ही नैतिकता की दुहाई देकर विवाह–विच्छेद मे अधार्मिक, अपवित्र एवं घृणित कार्य समझा जाने लगा और उसके बाद तो विवाह–विच्छेद लगभग समाप्त ही हो गया। विवाह–विच्छेद की समस्या का सम्बन्ध हिन्दूओं की उच्चजातियो से ही है। निम्नजातियों में तो आज भी विवाह–विच्छेद होते है। हिन्दूओ में पुरुषो को तो विवाह–विच्छेद की स्वीकृति दी गई है किन्तु, स्त्रियों को नही। इसका कारण समाज में पुरूषों की प्रधानता एवं स्त्रियों की निम्न सामाजिक स्थिति है।

आज विवाह का आदर्श उससे प्राप्त होने वाले भौतिक सुख हैं जिनके अभाव से वैवाहिक जीवन में विघटन आ जाता है। रुचि–वैभिन्य से भी दाम्पत्य सम्बन्धों में समस्याएं आती हैं। आज नारी आर्थिक रूप से स्वतंत्र है तथा अपने अधिकारों के प्रति जागरुक है। इसलिए वह पति का कोई भी अनुचित व्यवहार सहन नहीं करती तथा न ही वह अस्वस्थ दाम्पत्य सम्बन्धों को जीवन भर ढोना चाहती है जिसके परिणामस्वरूप तलाकों की संख्या दिन–प्रति–दिन बढ़ती जा रही है। दाम्पत्य सम्बन्धों में विघटन का एक अन्य कारण विवाह पूर्व या विवाहेतर सम्बन्ध भी है। परम्परागत मूल्यों में परिवर्तन आने से भी वैवाहिक सम्बन्धों में

***शोधार्थी गृह विज्ञान विभाग, बी0 एन0 एम0 यू0, मधेपुरा**

विघटन हुआ है। आज समाज में सहिष्णुता, सहनशीलता इत्यादि गुणों की कमी दिखाई देती है। त्याग के स्थान पर भोग को महत्त्व दिया जाने लगा है। इसके साथ ही अन्तरजातीय और अन्तरराष्ट्रीय विवाहों ने भी वैवाहिक सम्बन्धों की स्थिरता पर प्रतिकूल प्रभाव डाला है। वैवाहिक सम्बन्धों में विघटन आने से विवाह की सामाजिक संस्था पर प्रश्न चिन्ह लग गया है।

डॉ० अरुणा गुप्ता के अनुसार, "विवाह अब जीवन में मान्याश्रित आकस्मिक घटना न रहकर सोच समझकर किया गया स्वतंत्र निर्णय बन चुका है। जिसके भीतर आर्थिक स्वावलम्बिता, अधिकार चेतना, व्यक्ति की महत्ता, स्वतंत्र जीवन दृष्टि आदि तत्त्व प्रधान हो गए हैं, विशेषकर नारी के जीवन में इन नवीन मूल्य स्थितियों ने सर्वाधिक परिवर्तन किया, उसके लिए अब आजीबन विवश, बेवस, लाचार होकर किसी एक पुरुष के साथ जीवन–यापन करना न तो कर्त्तव्य हो रहा न विवशता हो। उसको जागरुक अधिकार चेतना और अहमन्यता पुरुष के लिए चुनौती बन गई। परिणामतः दो व्यक्तियों के प्रबल अहं की टकराहट से वैवाहिक सम्बन्धों में संघर्ष की विभिन्न मूल्य स्थितियां उत्पन्न हुई।"

मरियम, जारा–नेजाद, अली मोजामी–गुडारजी, लैला हसनेजाद एवं खदीजा रूशनी (2010) ने कार्यशील महिलाओं का व्यावसायिक तनाव एवं पारिवारिक कठिनाईयाँ विषय पर अध्ययन किया और बताया कि महिलाओं के जीवन में कार्य एवं परिवार दो अति महत्वपूर्ण पहलू होते हैं। कार्य संतुलन एवं परिवार की भूमिकाएँ कई समाजों के लिए मुख्य व्यक्तिगत एवं पारिवारिक मामले हो गये है। कार्यशील माता के जीवन में कई आयाम है जो तनाव का कारण बनते है। महिलाओं को घर एवं परिवार के बहुत से मामले निपटाने पड़ते हैं तथा दैनिक आधार पर कार्य तनाव का भी सामना करना पड़ता है। कार्य तथा पारिवारिक जीवन में असंतुलन कई कारकों के कारण उत्पन्न होता है। कई विविध प्रकार के कारक महिलाओं में तनाव को सुदृढ़ करते हुए प्रतीत होते हैं। यह प्रश्न उठा कि क्या ईरान की कार्यशील महिलाओं के व्यवसायिक तनाव तथा पारिवारिक कठिनाईयों के मध्य कोई संबंध है। इस अध्ययन का प्रयोजन था कार्यशील महिलाओं के व्यावसायिक तनाव तथा पारिवारिक कठिनाईयो के मध्य संबंध ज्ञात करना। सन् 2010 में दो बच्चों वाली ईरान के शहर अहवाज की 250 कार्यशील महिलाओं ने प्रस्तुत अध्ययन में भाग लिया। जनसंख्यात्मक प्रपत्र को प्रयोग करते हुए गैर–प्रायोगिक सर्वेक्षण का संचालन किया गया। इसी के साथ कार्य–तनाव स्रोत प्रश्नावली तथा पारिवारिक अनुकूलन शीलता तथा एक जुटता मूल्यांकन मापनी का भी उपयोग किया गया। सह संबंध तथा प्रत्यावर्तन विश्लेषण से निकाले गये परिणामों से पता चलता है कि कार्यशील महिलाओं के व्यावसायिक तनाव तथा पारिवारिक कठिनाईयों के मध्य सकारात्मक संबंध है। महिलाओं के गृहस्थी के कार्य तथा पारिवारिक उत्तरदायित्व को ध्यान में रखते हुए कार्यशील महिलाओं के

व्यावसायिक तनाव तथा पारिवारिक कठिनाईयों के स्तर का आकलन करना महत्वपूर्ण है ताकि इससे महिलाओं एवं उनके परिवारों के स्वास्थ्य की देखभाल संबंधी सुविधाओं की जानकारी प्राप्त हो सके।

एलन, एच.एस.चान, के.चेन एवं एलेन वाई. एल. चोंग (2011) द्वारा हॉगकॉग में प्राथमिक एवं माध्यमिक शालाओं के शिक्षकों में कार्य तनाव का अध्ययन किया गया। हॉग कॉग में प्राथमिक एंव माध्यमिक शालाओं की व्यावसायिक स्वास्थ्य समस्याओं को गहराई से अन्वेषण करने की दृष्टि से विकसित किया गया। हॉगकॉग के पेशेवर शिक्षक संघों के सदस्यों के डाटा–बेस से यादृच्छिक विधि से 6000 शिक्षकों का प्रतिचयन के रूप में चयन किया गया। एक स्व–प्रशासित प्रश्नावली तैयार की गई तथा हॉगकॉग में प्राथमिक एवं माध्यमिक शालाओं के शिक्षकों के पास डाक द्वारा प्रेषित की गई। इसके साथ एक पत्र तथा उत्तर हेतु टिकट लगा लिफाफा भी भेजे गये। कुल 1,710 प्रयोजनीय प्रश्नावलियाँ लौटी। परिणामों ने प्रकट किया कि 91.6 प्रतिशत तथा 97.3 प्रतिशत शिक्षकों के तनाव के स्तर में अभिवृद्धि हुई। कार्य का भारी बोझ, समय का दबाव, शिक्षा सुधार, विद्यालय की बाह्य समीक्षा, आगे की शिक्षा पाने का प्रयास तथा छात्रों के व्यवहार का प्रबंधन तथा अधिगम का प्रबंधन अधिकतर कार्य–तनाव के स्रोतों के रूप में सामने आये। तनाव प्रबंधन की चार क्रियायें भी– सोना, पड़ोसियों व मित्रों से बातें करना, विश्राम, दूरदर्शन देखना। जबकि अधिक व्यायाम करना या खेलना ऐसी क्रियायें थी जिनके बारे में रिपोर्ट कम की गई। प्रस्तुत अध्ययन के निष्कर्ष सरकारी तथा संबंधित संगठन जैसे– शिक्षा एवं मानव शक्ति ब्यूरो एवं पेशेवर शिक्षक संघों के लिए शिक्षकों को कार्य से संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं से निपटने में सहायता देने के लिए नीतियों का निर्धारण करते समय संदर्भ के रूप उपयोगी होंगे।

सन्दर्भ ग्रंथ सूची

1. ग्लिङ्यून, लाइन बी. (नवम्बर 1970); वायलेंस एंड अमेरिका डेमोक्रेसी', जनरल ऑफ सोशल इश्यूज, वाल्यूम–26, पृ. 165–167
2. रोनसाविल (1978), "थ्योरिज इन मेरिटल वॉयलेंस इन विक्टमोलॉजी, पृ 11–31
3. मासिक पत्रिका 'सरिता' (अप्रैल 2011), द्वितीय अंक "महिलाओं पर घरेलू हिंसा" पृ–127
4. Arya, Reena (2006) "Family Violence against Married Rural Women" Published Research Paper "Somajic Sahyog" A National Journal, Ujjain (M.P.), 15 (58) P- 34
5. Steinmentz, S.K. & Straus M.A. (1984); Violence in the Family, Harper & Raw Publishers, New York, P-69
6. सारस्वत, अक्षेन्द्रनाथ (2002), "सामाजिक न्याय मानवाधिकार और पुलिस", राधा पब्लिकेशन्स, नई दिल्ली. पृ. 248
7. मासिक पत्रिका 'समाज कल्याण' (2001), "वधू को भी चाहिए सम्मान और समर्पण नवम्बर, अंक : 4, पृ. 8