भारतीय परिवार

जीवन और काम में संतुलन का प्रयास

दीपांजली काकाती

भारत में दोहरी आमदनी वाले युगलों की संख्या बढ़ने से जीवन स्तर में सुधार भले ही हुआ हो, लेकिन इसने इस तरह के मुद्दे भी बढ़ा दिए हैं कि घर और काम में संतुलन कैसे बनाया जाए और बच्चों को पर्याप्त समय कैसे दिया जाए।

न्यू यॉर्क स्थित मार्केट रिसर्च फर्म एसी नीलसन द्वारा 2006 में किए गए एक अंतरराष्ट्रीय ऑनलाइन सर्वेक्षण से पता चला कि जिन भारतीयों ने जवाब दिया, उनमें से 74 प्रतिशत घर और काम के बीच बेहतर संतुलन चाहते हैं। सर्वे में शामिल आधे भारतीयों का कहना था कि वे अपने परिवारों के साथ ज़्यादा समय गुजारना चाहते हैं।

ऊपर: शंकर नाथ अपनी पुत्री जिया को पढ़ना सिखा रहे हैं जबकि उनकी पत्नी घर पर ही काम में व्यस्त है।

रेमंड भटनागर

दाएं: नाथ रसोईघर में भी मदद करते हैं।

साभार: संगीता सैकिया गुप्ता

साभार: बिंदु मेनन

युगलों में यह मान्यता बढ़ती जा रही है कि किसी भी तरह का संतुलन तभी बनाया जा सकता है, जब दोनों पार्टनर सहयोग दें। हर युगल के लिए सवाल सिर्फ यह जानने का है कि उनके लिए क्या सबसे उपयोगी है।

काम के वक्त में लचीलापन

अहमदाबाद में इंडियन एक्सप्रेस की कॉपी एडिटर बिंदु मेनन को अक्सर आधी रात के बद तक काम करना पड़ता है। ऐसे समय ही उनके पति के काम का लचीला समय उपयोगी साबित होता है। आर्टिस्ट नरेंद्र रघुनाथ अपने घर के स्टूडियो में ही काम करते हैं और मेनन का कहना है कि उनके पति ने उनकी बेटी साढ़े चार साल की अंजलि को पालने में बड़ी भूमिका निभाई। मेनन का कहना है, ''वह उसे डॉक्टर के पास ले जाते हैं, शाम को बाहर घुमाने ले जाते हैं, खाने के वक्त उसकी मदद करते हैं।'' ज़्यादातर महिलाओं के लिए कॅरिअर होने का मतलब है आत्मनिर्भर होने का मौका और अपने परिवार को ज़्यादा आरामदेह जीवन शैली प्रदान करना। हालांकि मेनन को अपने परिवार के साथ पर्याप्त वक्त न गुजार पाने पर अक्सर अपराध-बोध होता है, उनका कहना है कि वह अपने पति के समझदारी भरे स्वभाव के कारण दबाव का सामना करने में सफल रही हैं। लेकिन यह कोई आसान सफर नहीं है।

मेनन का कहना है, ''अंजलि के लिए यह कुछ कठिन है, क्योंकि जब वह दोपहर में 2 बजे स्कूल से लौटती हैं तो वह मेरे दफ़्तर जाने का वक्त होता है। नरेंद्र उसे पार्क में या जहां कहीं भी वह ले जा सकते हैं, वहां ले जाकर इसकी भरपाई करने की कोशिश करते हैं। अपनी छुट्टी के दिनों में मैं सिर्फ अंजलि के साथ वक्त गुजार कर, उसके साथ खेल कर, कहानियां सुना कर या उसे एम्यूजमेंट पार्क में ले जाकर इस कमी को पूरा करने की कोशिश करती हूं।''

चीजें उस समय कठिन हो जाती हैं, जब हर दो महीने बाद प्रोजेक्ट और नुमाइशें नरेंद्र को दो से तीन सप्ताह तक घर से दूर ले जाती हैं। मेनन कहती हैं, ''ऐसे मौके आते हैं, जब अंजलि मेरे दफ़्तर जाते वक्त रोती है, खासकर जब उसके पिता बाहर होते हैं। शनिवार और रविवार को मैं सुबह उसके पास होती हूं, लेकिन ऐसे भी मौके होते हैं, जब मैं उसके साथ खेलना ही नहीं चाहती क्योंकि मैं बहुत थकी होती हूं और उससे समस्याएं खड़ी होती हैं।''

हालांकि अब दोहरी आमदनी वाले युगल आम हो गए हैं, लेकिन मेनन का कहना है, ''मेरा अब भी मानना है कि यह बच्चे के लिए कठिन है। बच्चों के साथ अच्छा समय गुजारने की सारी बातें ठीक हैं, लेकिन वास्तव में यह पर्याप्त नहीं है। इसीलिए मेरा मानना है कि घर पर दादा-दादी होने जैसी मददगार व्यवस्था महत्वपूर्ण है।''

मदद

भारतीय युगलों को विभिन्न तरह की मदद मिल रही हैं। चाहे वह पारंपरिक बड़ा परिवार हो या पिर पड़ौस में शिशुगृह। समीर गुप्ता और संगीता सैकिया गुप्ता का संयुक्त परिवार नहीं है और उनकी ढाई साल की बच्ची प्रज्ञा इस साल प्ले स्कूल जाना शुरू कर रही है, इसलिए दोनों को काफी माथापच्ची करनी पड़ रही है।

गुप्ता इंडिया टुडे में ब्रांड मैनेजर हैं। वह सुबह उस समय घर को ठीक-ठाक करते हैं, जब उनकी पत्नी प्रज्ञा का नाश्ता तैयार कर रही होती है। फिर वह अपनी बेटी को जगाते हैं और स्कूल के लिए तैयार करते हैं। फिर पत्नी सैकिया गुप्ता दफ़्तर जाने के लिए तैयार होती है। वह प्रज्ञा को दरवाजे तक छोड़ते हैं, जहां वह प्ले स्कूल की वैन में बैठती है। वह कहते हैं, ''यह सब काम में हाथ बंटाने और यह सुनिश्चित करने की बात है कि घर ठीक तरह से चलता रहे।'' शाम को प्रज्ञा को उसकी मां घर लौटते वक्त शिशुगृह से ले लेती है। नई दिल्ली में न्यू इंडिया एश्योरेंस कंपनी में प्रशासनिक अधिकारी सैकिया गुप्ता कहती हैं कि हालांकि दोहरी आमदनी ज़्यादा अच्छा रिश्ता तैयार कर सकती है, लेकिन इसमें काफी मेहनत और प्रयास की ज़रूरत होती है। उनका कहना है, ''हालांकि साथ बिताया गया समय कम होता है, लेकिन ज़्यादा महत्वपूर्ण यह है कि हम जो भी समय साथ गुजारें, वह अच्छी तरह गुजारें। घर पहुंचने के बाद मैं अधिकांश समय प्रज्ञा को देने की कोशिश करती हूं। उससे उसकी दिन भर की गतिविधियों के बारे में पूछती हूं।''

साथ समय बिताना

अपनी सारी ऊर्जा काम अथवा अपने बच्चों पर खर्च करने के बाद युगलों को एक-दूसरे के साथ कितना समय गुजारने को मिलता है?

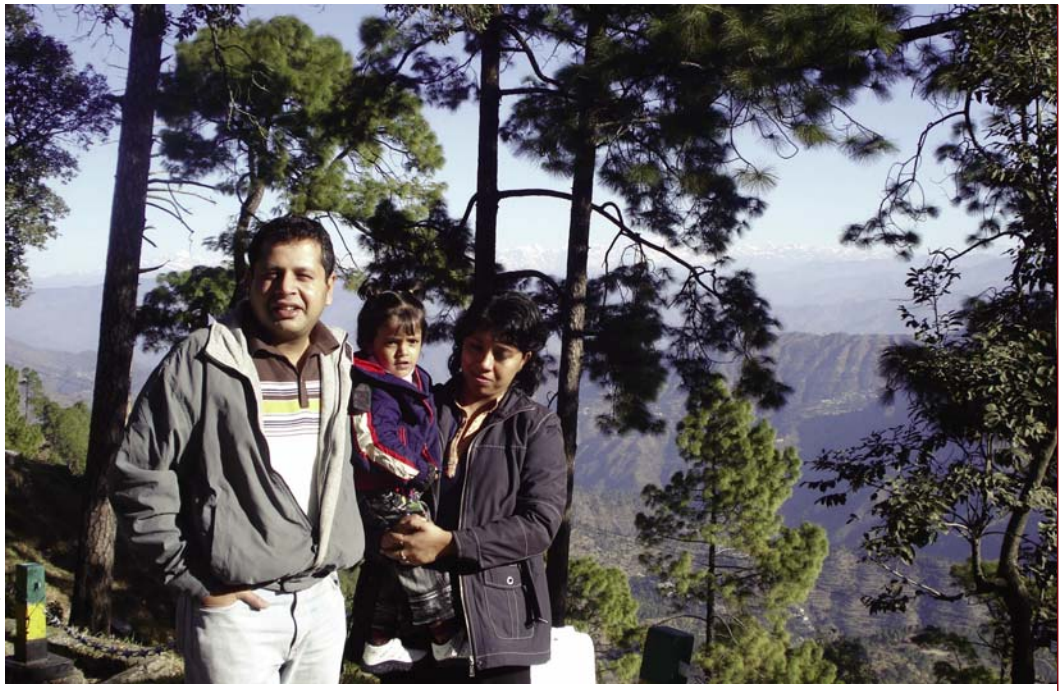
दिल्ली पब्लिक स्कूल में पढ़ाने वाली मृदुस्मिता शर्मा कहती हैं कि हालांकि जब युगल काम और बच्चे में संतुलन बनाने की कोशिश करते हैं तो शुरुआती दौर में कठिनाई होती है, लेकिन लोग सीख जाते हैं कि इसे किस तरह किया जाए।

वह कहती हैं, ''अब हम बच्चा होने के बाद एक साथ काफी गतिविधियां करते हैं और साथ मिल कर ज़्यादा मजेदार समय बिताते हैं। यह सच है कि बच्चे को अधिकांश समय आपका ध्यान चाहिए। आपको

बिल्कुल बाएं: संगीता सैकिया गुप्ता और समीर गुप्ता अपनी बेटी प्रज्ञा का पहला जन्मदिन मनाते हुए।

बाएं: नरेंद्र रघुनाथ और बिंदु मेनन अपनी बेटी अंजलि के साथ अपने घर में।

दाएं: अमूल्य सिन्हा और जयिता बंदोपाध्याय लैंसडाउन, उत्तराखंड में अपनी बेटी इशीका के साथ छुट्टियां मना रहे हैं।



साभार: जयिता बंदोपाध्याय

उस तरह का अच्छा समय नहीं मिलता जो आप बच्चा होने से पहले एक दूसरे के साथ गुजारते थे।'

इसलिए कई बार वे सिर्फ अपने लिए योजनाएं बनाते हैं, लेकिन तब उन्हें अपने बच्चे की कमी अखरने लगती है।

हालांकि पति शंकर नाथ को एक हफ़्ते का पितृत्व अवकाश मिला, जो भारतीय परिदृश्य में सामान्य बात नहीं है, शर्मा का मानना है कि ''एक नवजात बच्चे की मां को अपने आसपास अपने पति की जरूरत होती है और सिर्फ कुछ दिनों के लिए नहीं।''

इस साल उनकी चार साल की बेटी जिया ने उसी स्कूल से शुरुआत की, जहां शर्मा काम करती हैं। पहले नाथ घर से ही काम करते थे ताकि जिया को को माता-पिता की निगरानी के बगैर ज़्यादा समय न गुजारना पड़े। नाथ कहते हैं, ''मुझे यह जान कर राहत मिलती है कि मृदुस्मिता अधिकांश समय तक घर पर ही हैं। जहां तक मेरा सवाल है, मेरा काम करने का समय लचीला है। हम दोनों को अपने बच्चे के साथ पर्याप्त समय बिताने को मिल जाता है।'' नाथ माइंडफायर सोल्यूशंस नामक फर्म चलाते हैं।

लेकिन जैसा कि अन्य युगलों के साथ है, उनका समीकरण आपसी तालमेल पर निर्भर करता है। शर्मा कहती हैं, ''हमारे बीच यह समझ है कि बच्चे की देखभाल के जिन क्षेत्रों में मैं बेहतर हूं, उनमें मैं पहल करती हूं और जिन्हें वह संभाल सकते हैं, मुझे आराम देने के लिए उन्हें वह देखते हैं।''

सतत प्रक्रिया

काम और जीवन में संतुलन की चुनौती का मुकाबला करने की कुंजी वास्तव में लचीलापन है। जिस तरीके से लोग काम और माता-पिता की जिम्मेदारी को निभाते हैं, वह एक सतत प्रक्रिया है और लगातार चलती रहती है। द पायनियर की सहायक संपादक जयिता बंदोपाध्याय की बेटी इशीका तीन साल की है। वह कहती हैं, ''इसने हमें एक- दूसरे के साथ बेहतर तालमेल बनाना सिखाया है। हमें एक दूसरे की कई नई विशेषताओं का पता चला है, जैसे कि मैंने कभी नहीं सोचा था कि मेरे पति इतने धैर्य वाले पिता हो सकते हैं। हालांकि कई बार दबाव बौखला देने वाला हो सकता है।'' वह कहती हैं कि उनके पति अमूल्य सिन्हा, जो एक मीडिया मॉनिटरिंग फर्म टीपीएस मीडिया सर्विसेज चलाते हैं, घर में हमेशा मदद के लिए तैयार रहते हैं। सुबह वह इशीका को स्कूल छोड़ते हैं और घर लौटने के बाद देखते हैं कि उसका होमवर्क पूरा हो जाए। अगर बंदोपाध्याय काम में व्यस्त होती हैं तो वह बच्चे को रात का खाना भी खिलाते हैं। वह कहती हैं, ''वह आमतौर पर दफ्तर नहीं छोड़ सकते, लेकिन मेरे पास अपनी जरूरत के हिसाब से घर से काम करने या फिर अपने दफ्तर का समय बदलने का विकल्प होता है। और कई बार मैं ऐसा करती हूं, खासकर उस समय जब मेरे पति दफ़्तर के काम से शहर से बाहर जाते हैं।''

कृपया इस लेख के बारे में अपने विचारों से हमें अवगत कराएं। अपनी राय editorspan@state.gov पर भेजें।

परिवारों की मदद

आज की तेज़ी से बदलती दुनिया में उन मूल्यों और गुणों की ज़रूरत है जो परिवार के द्वारा प्रदान किए जा सकते हैं। मजबूत परिवार हमारे बच्चों को ज़िम्मेदार और चरित्रवान बनाते हैं और उन्हें ऐसे आदर्श सिखाते हैं जो हमें एक महान देश बनाते हैं। अपने प्यार और बलिदान के जरिये अमेरिका के माता-पिता, दादा-दादी, नाना-नानी, चाचा-चाची, मामा-मामी, भाई-बहिन और परिवार के अन्य सदस्य हमारे युवाओं को इस वास्तविकता से रूबरू कराते हैं कि अमेरिका में हर बच्चे के लिए उज्जवल भविष्य है।

मेरा प्रशासन इस बात के लिए प्रतिबद्ध है कि हमारे बच्चे ऐसे घरों में रहें जहां प्यार और स्थायित्व हो। इस साल मैं पहले ही ऐसे कानून पर हस्ताक्षर कर चुका हूं जिससे ऐसे धार्मिक और सामुदायिक संगठनों को नए अनुदान मिल सकेंगे जो बेहतर वैवाहिक जीवन और ज़िम्मेदार पिता के विचार को आगे बढ़ाएं। विवाह कर में कमी और बाल कर क्रेडिट को दो गुना कर हमने महत्वपूर्ण कर राहत भी दी है जो माता-पिता को अपने परिवार को चलाने में मदद करेगी।

- राष्ट्रपति जॉर्ज बुश द्वारा 16 नवंबर 2006 को राष्ट्रीय परिवार सप्ताह उद्घोषणा।

जॉन फ्रांसिस © क्रिएटिव गेटी इमेजेज