

मुलांच्या पोटात शिरायचंय?

नीलिमा किराणे

मला स्वयंपाक करायला आजिवात आवडत नाही. गरजेपुरता (म्हणजे पोटापुरता) येतो. काही पदार्थ उत्तम, काही चांगले, काही बरे होतात. न येणारे पदार्थ खूप असले तरी ते येतच नसल्यामुळे करीतच नाही, त्यामुळे पदार्थ विघडायचा प्रश्न नसतो. होस्टेलाईट असल्यामुळे कॉलेजपासून मेसशीच संबंध. पुढे सतत कामाला प्राधान्य त्यामुळे स्वयंपाक नेहमीच दुय्यम. लग्नानंतरही हे गृहीतच होतं. “ही स्वयंपाक उत्तम करते (फक्त केला तर)” असं घरचेही जाहीरपणे सांगत. मीही ते कधी फारसं मनाला लावून घेतलं नव्हतं. अशा छोट्याछोट्या गोष्टींत गुंतून मोठी कामं कशी होणार?

पण माझी लेक सहा सात वर्षांची झाल्यावर सगळा प्रॉब्लेम सुरू झाला. ‘माझ्या आईला बेसनाचे लाडूसुद्धा करता येत नाहीत’ असं तिनं भर वर्गात खणखणीत आवाजात सांगितलं, मला लाजल्यासारखं झालं.

‘मला पिइझा खूप आवडतो पण आमच्या घरी सहा महिन्यांतून एकदा पिइझा होतो’ असं निबंधात लिहिलं, मी कळवळले.

एके दिवशी तर कहर झाला. शाळेतून आल्याआल्या लेक म्हणाली, ‘आई, आमच्या टीचर सगळ्या मुलांच्या घरी एकेकदा येणार आहेत. त्या आपल्याकडे येतील तेव्हा तू पुलाव कर वरं का. . .’ ‘आपला पुलाव तरी चांगला होतो म्हणतेय बया.’ म्हणून मला हायसं वाटेपर्यंत ती पुढे म्हणाली, ‘मला पुलाव आवडत नाही, पण आपल्या घरी कुणी आलं की तू नेहमी तोच करतेस म्हणून म्हटलं.’ मी पुरती विझले. वीस वर्षांनंतरचं एक कल्पनाचित्र डोळ्यांसमोर एकदम उभं राहिलं. पोरगी मोठी झालीय, तिला काहीतरी पुरस्कार मिळालाय आणि मुलाखतीत भर टीव्हीवर ती सांगतेय,

“माझी आई स्वयंपाक चांगला करायची, पण तो मला फार कमी वेळा खायला मिळाला. मी आईचे काही ठरावीक पदार्थ आणि नूडल्स, भेळ, मिल्कशेक अशा मला बनवता येऊ शकणाऱ्या पदार्थांवरच वाढले.”

या कल्पनाचित्रातून सावरल्यावर मात्र मी एकदम पेटले. ‘बासच झालं आता हे स्वयंपाकाचं नाटक. अत्यावश्यक तेवढंच करण्याचा आपला स्वभाव सोडायचा. आता एकदम सुगरणच बनायचं. त्यात एवढं काय अवघड आहे?’

‘आपल्याला ठरावीक पदार्थच येतात’ हे एकदा समस्या म्हणून स्वीकारल्यावर मी तिचं पद्धतशीर विश्लेषण केलं. म्हणजे आणखी बरेच पदार्थ यायला हवेत. पुरणपोळीपासून पेंसारडू डोशापर्यंतचे अनंत पदार्थ डोळ्यासमोरून तरळून गेले. क्षणभर भीतीच वाटली. आणि त्या भीतीसोबत आठवले, माझ्याकडे अभ्यासविषयक समस्या घेऊन समुपदेशनासाठी येणाऱ्या मुलांचे चेहरे. पुस्तकातल्या शब्दांकडे अतिशय सुन्नपणे पाहणारे. मला एकदम जाणवलं, त्यांच्या आणि माझ्या मनातल्या भीतीची जातकुळी एकच होती. म्हणजे मुलांना जशी नावडत्या विषयाबाबत समस्या असते तशीच ही आपली समस्या झाली की. आपणही एका नावडत्या विषयाचाच अभ्यास करायचं ठरवतोय. मग सोप्यं आहे. त्यांना आपण जे उपाय करायला सांगतो तेच आपणही करायचे. एखादी गोष्ट ‘घडण्याची’ जी कारणं मी पालकांना सांगत होते त्यातली दोन कारणं- निकड आणि उमजणं (Urgency & Realization) ही माझ्याही बाबतीत घडलीच होती. आणखी पदार्थ तावडतोब शिकायला हवेत आणि जमायलाच हवेत हे मला फारच नीट समजलं होतं.

‘समस्या नेमकी करा’, सोप्याकडून अवघडाकडे जा’ आणि ‘टप्प्याटप्प्याने जा’ ही ‘नावडत्या विषयाच्या’ बाबतीतली आमची पहिली तीन तत्त्वं. त्याप्रमाणे माझं टारगेट नेमकं करण्यासाठी मुलीच्या आवडीच्या किमान ३०

पदार्थाची यादी केली . त्यांचा सोप्याकडून अवघडाकडे क्रम लावला आणि सुरुवात केली . काही पदार्थ एकदोनदा केल्यावर जमले . माझी उमेद वाढली . मात्र स्वयंपाकाचा 'सेन्स' उत्तम होता, पदार्थाची चव जमत होती तरी प्रगतीची गती धीमीच होती . या दरम्यान माझ्याकडे येणाऱ्या बहुसंख्य आयांची 'त्याला सगळं येत असतं हो, पण लिहायचा आळस...' अशी मुलांबाबतची तक्रार ऐकली की मलाच चोरटयासारखं व्हायचं .

तर म्हणजे माझ्याकडून महत्त्वाचं काहीतरी सुटत होतं . 'नावडत्या विषयाचा अभ्यास' या माझ्या कार्यशाळेत 'नावडत्या विषयाबद्दल आपलं मन काय म्हणतंय?' हे मुलांसोबत शोधताना मला ते सापडलं . माझी समस्या होती ती माझ्या 'सेल्फटॉक'ची . म्हणजे हात स्वयंपाकाला लागल्यावर मन जे अखंड पुटपुटत असायचं त्या स्वगताची .

"हे करणं एवढं महत्त्वाचं आहे का? त्यापेक्षा उद्याच्या कार्यशाळेची तयारी कर ."

"स्वयंपाकात किती जीव घालायचा? त्यापेक्षा काल आणलेलं पुस्तक वाच ."

"आजचा पेपरसुथ्छु वाचायचा राहिलाय ."

स्वयंपाकात जरा जास्त वेळ गेला की लगेच वर येणारी ही स्वतःची स्वगतं पकडली तेव्हा माझ्या लक्षात आलं की आपल्याला एखादाच पदार्थ केला तरी एवढं दमायला का होतं? नकोसं का वाटतं? कंटाळा का येतो? तर मन 'नाही नाही' म्हणत असतं आणि त्याच्याशी लढत शरीर काम करत असतं . म्हणजे आता हे 'स्वगत' बदलायला हवं .

"माझी लेक प्रेमानं जेवली पाहिजे . सुट्टे झाली पाहिजे आणि 'रोज तेचतेच' म्हणून जेवणाला कंटाळायला नको . मुलगी आनंदी असणं सर्वात महत्त्वाचं आहे ."

असं स्वगत मी ठरवलं .

"जे करायचं ते १०० टक्के करायचं असं तूच मुलांना सांगतेस ना? मग हे जे चाललयं ते १०० टक्के आहे का?" अशीपण स्वगतं कधीकधी अचानक यायला लागली .

स्वगत बदलल्यावर आतला विरोध थोडासा कमी झाला, तरी काहीतरी पुटपुट चालू होतीच . 'यात फाऽर वेळ जातोय असं वाटतंय .'

अशी ती पुटपुट होती . मग मी घडयाळ लावून एकेका पदार्थाचा वेळ काढायला सुरुवात केली . तेव्हा लक्षात आलं की अगदीच थोडा वेळ लागतोय आणि तोच पदार्थ दुसऱ्या-तिसऱ्यांदा करताना आणखी पाचेक मिनिटं कमीच होतायत . वेळाचा कॉप्लेक्स कमी झाल्यावर मनातलं 'नकोच करायला'ही खूप कमी झालं . उलट खरोखर वेळ नसतानाही काही पदार्थ पटकन होतात म्हणून मी हौसेनं करायला लागले .

मुलांना येणारा अभ्यासाचा कंटाळा, अंतर्विरोध याच्याशी प्रत्येक टप्प्याला मी आणखी आणखी रिलेट होत गेले .मुलांची मानसिकता, जी पूर्वी समजत होती ती आता स्वतःतून उमगत गेली .

'पहिल्या वाचनाला तुम्हाला पाऊण तास लागला तरी तिसऱ्या वेळी दहाच मिनिटं पुरतात . पुढेपुढे नुसती नजर टाकली तरी समजतं .' हे मुलांना सांगताना मलाही स्वयंपाकाबाबत उमजायला लागलं . सोपे आहेत म्हणून फार लक्ष न दिलेले काही पदार्थ बऱ्याच दिवसांनी पुन्हा केले तेव्हा ते विसरलेत हे जाणवलं आणि 'नोटस काढणे' आणि 'सराव करणे' याचं महत्त्व मला माझ्यापुरतं आणखी नीट समजलं . शिकण्याची तत्त्व अशी दोन्हीकडे वापरली जाताना मी त्या सगळ्याकडेच कुतूहलानं पाहायला लागले आणि मज्जाच यायला लागली . "आवडत नाही असं काही नसतं . यायला लागलं की आवडायला लागतं आणि आवडायला लागलं की यायला लागतं" हे तर पटलंच .

आता माझं स्वयंपाकासोबत वरं चाललंय . अजून पुष्कळ टप्पे गाठायचेत, कधीकधी कंटाळापण येतो . तरीही हा नावडता विषय हळूहळू आटोक्यात येतोय . माझ्या मुलीची 'तू सारखं तेच तेच करतेस' ची कुरकुर कमी झालीय . हे सगळं वाचून काही पालक माझ्याशी रिलेट झाले असतील पण काही (सुप्रण) आयांच्या मनात 'बाई असून स्वयंपाक या विषयावर इतका विचार आणि धडपड लागतेच कशाला? सरळ उठायचं आणि कामाला लागायचं .'असं स्वगत उमटलंच असणार .

मुलांवद्दलही आपल्याला सगळ्यांना नेहमी असंच वाटतं. 'जे ज्याचं काम आहे ते त्याला यायलाच पाहिजे.' हे गृहीत धरून जेव्हा आपण पुढे जातो तेव्हा 'नावडत नसेल तर?'च्या समस्यांपर्यंत आपण मनानं पोहोचूच शकत नाही. 'आनंदादायी स्वयंपाक' ही माझ्यासाठी अचीव्हमेंट होती. तो अनुभव सगळीकडेच झिरपला. (हल्ली 'नावडत्या विषयाचा अभ्यास'च्या कार्यशाळांमधली माझी गुंतवणूक आणि मुलांच्या समस्यांपर्यंत पोहोचणं वाढलंय असं सहकारी म्हणतात.)

तुम्हालाही मुलांशी रीलेट व्हायला शिकायचंय ना? तर मित्रहो, (म्हणजे आईबाबा, आजीआजोबा आणि सर-मॅडम सगळे) स्वतःला कॉप्लेक्स असणारी, खूप दिवस टाळलेली एखादी गोष्ट अगदी क्लास लावून शिकायला घ्या. तुम्हाला मुलांची मनं, त्यांची स्वगतं अगदी लखव दिसायला लागतील. समस्या कॉमन झाल्यामुळे तुम्ही स्वतःसाठी शोधलेले उपाय मुलांशी शेअर करता येतील. मग मुलंही तुमच्याशी त्यांचं काहीतरी शेअर करतील आणि तुमची मैत्रीच व्हायला लागेल. तर शुभस्य शीघ्रम. नियोजन करूनच टाका एखाद्या नावडत्या विषयाच्या क्लासचं . . . !

• • •

पूर्वप्रकाशन : लोकसत्ता-चतुरंग-विकसन : ९ एप्रिल २०११