Journal of Current Research in Food Science 2024; 5(2): 178-182

JOURNAL OF CURRENT RESEARCH IN FOOD SCIENCE

E-ISSN: 2709-9385
P-ISSN: 2709-9377
JCRFS 2024; 5(2): 178-182
© 2024 JCRFS
www.foodresearchjournal.com
Received: 05-07-2024
Accepted: 16-08-2024

डॉ. उर्वशी कोइराला
नेट,पी.एचडी, गृह विज्ञान, विश्व दुर्गा भवन, ऑफिसर्स कॉलोनी, चकिया, बिहार, भारत

Correspondence
डॉ. उर्वशी कोइराला
नेट,पी.एचडी, गृह विज्ञान, विश्व दुर्गा भवन, ऑफिसर्स कॉलोनी, चकिया, बिहार, भारत

जल्दी और देर से शादी करने वाली महिलाओं में वैवाहिक समायोजन

डॉ. उर्वशी कोइराला

DOI: https://www.doi.org/10.22271/foodsci.2024.v5.i2c.246

सारांश
विवाह भारतीय समाज की सबसे महत्वपूर्ण सामाजिक संस्थाओं में से एक है। यह केवल एक व्यक्तिगत निर्णय नहीं बल्कि सामाजिक सांस्कृतिक और पारिवारिक संस्था का महत्वपूर्ण हिस्सा है। जो न केवल दो व्यक्तियों का बल्कि दो परिवारों और उनके सांस्कृतिक मूल्यों का भी मिलन है। महिलाओं के जीवन में विवाह का समय जल्दी या देर से उनके व्यक्तिगत, पारिवारिक, सामाजिक और आर्थिक जीवन को प्रभावित करता है। जल्दी विवाह करने वाली महिलाओं को अक्सर शिक्षा बीच में ही अधूरी छोड़नी पड़ती है। कम उम्र में ही पारिवारिक जिम्मेदारियां उठानी पड़ती है और पढ़ाई बीच में छूट जाने के कारण आर्थिक रूप से पति या परिवार के अन्य सदस्यों पर निर्भर रहना पड़ता है। दूसरी ओर देर से विवाह करने वाली महिलाएं आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर शिक्षित और आत्मविश्वासी होती हैं लेकिन जैविक सीमाओं, सामाजिक दबाव, परिवार नियोजन, पति-पत्नी के बीच मतभेद जैसी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। देर से शादी के फायदे और नुकसान दोनों हैं, हालांकि कुछ लोग अपने जीवन के अंतिम चरण में शादी करना पसंद करते हैं और कुछ लोगों को उपयुक्त उम्र में शादी करने का अवसर नहीं मिलता फिर भी दोनों को देर से शादी करने के दुष्परिणाम भुगतने पड़तें हैं। परिणाम बताते हैं कि विवाह की उम्र चाहे जल्दी हो या देर से सफल वैवाहिक जीवन के लिए संवाद, समझ और पारस्परिक सहयोग अत्यंत आवश्यक है।

कूटशब्द: विवाह, स्त्री जीवन, वैवाहिक समायोजन, प्रारंभिक विवाह, विलंबित विवाह

प्रस्तावना
भारत में विवाह को एक पवित्र बंधन और सामाजिक संस्था के रूप में देखा जाता है। यह केवल दो व्यक्तियों का मिलन नहीं बल्कि दो परिवारों और संस्कृतियों का भी संगम है। विवाह के बाद महिला का घर, परिवार, रिश्ते, जिम्मेदारियां और सामाजिक क्रम पूरी तरह से बदल जाते हैं। पहले चरण में महिलाएं पत्नी, बहू, मां आदि की भूमिका को स्वीकार करती हैं और स्वयं को नई जिम्मेदारियों के लिए तैयार करती हैं। विवाह से पहले और बाद में महिला की अपेक्षाएं बदलती हैं जिन्हें वास्तविक परिस्थितियों के अनुरूप ढलना पड़ता है। पति, सास, ससुर, बच्चों व समाज की अपेक्षाएं और व्यक्तिगत आकांक्षाओं का संतुलन बनाना पड़ता है। घर में सभी के साथ सामंजस्य सौहाद्र भावना–साझा और विश्वास स्थापित करने की प्रक्रिया निरंतर चलती रहती है। महिला को नए परिवार की रस्मों संस्कारों खान-पान जीवन शैली आदि से खुद को जोड़ना पड़ता है। जिससे पारिवारिक सामंजस्य सुधरता है। महिलाओं को पारिवारिक समस्याओं मतभेदों और

भावनात्मक उलझन के समाधान के लिए संवाद और समझदारी विकसित करनी पड़ती है। महिलाओं के जीवन में विवाह का समय जल्दी या देर से उनके करियर शिक्षा सामाजिक पहचान और मानसिक स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव डालता है। जल्दी शादी का अर्थ है कम उम्र में प्रायः 18 से 22 वर्ष के बीच विवाह कर लेना। यह भारत के कई ग्रामीण और पारंपरिक समाजों में सामान्य है। देर से शादी आमतौर पर 27 से 35 वर्ष या उससे अधिक आयु में होने वाले विवाह को कहते हैं। जो मुख्यतः शहरी, शिक्षित और कैरियर उन्मुख वर्ग में देखा जाता है। विवाह के आधार पर महिलाओं का वैवाहिक समायोजन अलग-अलग होता है। वैवाहिक समायोजन एक सतत प्रक्रिया है जिसमें महिलाएं अपने पति, ससुराल, परिवार, सामाजिक और व्यक्तिगत अपेक्षाओं तथा बदलती परिस्थितियों के अनुसार व्यवहार और सोच में लचीलापन लाती हैं। इसका उद्देश्य पारिवारिक सुख शांति आपसी समझ है। समायोजन को हम एक सुखी वैवाहिक जीवन का मूलाधार मानते हैं। यही वह मूल मंत्र है जो एक अच्छे और सुगम गृहस्थ जीवन का रास्ता खोलते हैं। पति-पत्नी का जीवन समायोजन का जीवन माना जाता है जो जोड़े इन समायोजनों को सफलता पूर्वक करते हैं वह सुखी समृद्ध और प्रसन्न रहते हैं। इसके विपरीत जो जोड़ा समायोजन करने में असफल होता है वह दुःखी, तनावों से घिरे हुए एवं और अप्रसन्न रहते हैं। समायोजित जोड़ा ना केवल स्वयं में सुखी रहता है, वरन् वे समाज को भी सुखी व प्रसन्न रखता है। आने वाली पीढ़ियों को भी समाज का उपयोगी सदस्य बनने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। विवाह को सर्वोच्च मानवीय संबंध माना गया है। जिसमें भौतिक, भावनात्मक, सामाजिक एवं आत्मिक जीवन के पहलू अंतर्निहित होते हैं। वैवाहिक समायोजन दो अलग-अलग. पृष्ठभूमियों से दो अलग-अलग सांस्कृतिक वातावरण से एवं दो अलग-अलग परिवारों से आने वाले व्यक्तियों का समायोजन होता है। दोनों को ही एक दूसरे के अलग-अलग स्वभाव से, व्यवहारों से, विचारों से, आदतों से, रुचियों आदि से समायोजन करना पड़ता है। इन्हीं वैवाहिक समायोजनों पर ही पारिवारिक जीवन की सफलता निर्भर करती है।

वैवाहिक समायोजन का अर्थ है पति पत्नी का एक दूसरे के साथ जीवन के विभिन्न पहलुओं में तालमेल बैठाना जिससे उनका दांपत्य जीवन संतुलित सुखी और स्थिर हो सके। इसमें मुख्य रूप से शामिल है:–

पारिवारिक और सामाजिक समायोजन: कामकाजी महिलाओं में नौकरी परिवार और बच्चों के दायित्व में संतुलन प्रमुख चुनौती होती है। देर से विवाह में महिलाएं स्वतंत्र विचारधारा के साथ आती हैं जिससे कभी-कभी परिवार में विचारों का टकराव हो सकता है।

जल्दी विवाह में महिलाएं परिवार की परंपराओं के अनुसार ढ़ल जाती हैं लेकिन अपनी पहचान बनाने में समय लगता है उन्हें घरेलू भूमिका और सामाजिक अपेक्षाओं के अनुरूप ढ़लना अहम होता है।

भावनात्मक समायोजन

- जल्दी विवाह में भावनात्मक परिपक्वता की कमी के कारण पति पत्नी में गलतफहमियां और झगड़ा अधिक हो सकते हैं। कम उम्र में जीवन का अनुभव कम होता है जिससे वैवाहिक जीवन में असहमति और तनाव बढ़ सकते हैं।
- देर से विवाह में भावनात्मक परिपक्वता अधिक होती है। अधिक जीवनानुभव के कारण रिश्तों को समझदारी से निभाती हैं।

आर्थिक समायोजन

- जल्दी विवाह करने वाली महिलाएं आर्थिक रूप से अपने पति तथा परिवार पर निर्भर रहती हैं।
- देर से विवाह करने वाली महिलाएं आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर होती हैं। वे अक्सर अपनी आय का योगदान परिवार में करती हैं जिससे आर्थिक निर्णय में समान भागीदारी होती है।

यौन व्यक्तिगत जीवन में समायोजन

- देर से विवाह में यौन जीवन परिपक्व होता है लेकिन जैविक सीमाएं जल्दी आ जाती हैं। जिसके कारण अधिक उम्र में गर्भधारण में कठिनाई हो सकती है और चिकित्सा हस्तक्षेप की आवश्यकता बढ़ जाती है।
- जल्दी विवाह में शारीरिक अनुकूलन जल्दी हो सकता है लेकिन भावनात्मक परिपक्वता का अभाव रहता है।

देर से शादी में केवल नुकसान या फायदे ही शामिल नहीं होते हैं। यह लोगों के जीवन में दोनों को एक साथ लाता है। आजकल पुरुष या महिलाएं दोनों ही देर से शादी करना पसंद

करते हैं क्योंकि वह अपने जीवन में आर्थिक सशक्तिकरण चाहते हैं। इसके अलावा अगर यह लोग विश्वविद्यालय में मास्टर डिग्री या पीएचडी की पढ़ाई कर रहे हैं तो उनकी शादी देर से होगी। दूसरी ओर करियर के लक्ष्यों के कारण जीवन में साथी होने पर भी शादी में देरी करने के लिए मजबूर होते हैं। जब वे अपनी शादी में देरी करते हैं तो उन्हें व्यक्तिगत विकास के लिए समय, शिक्षा और करियर के अवसर, अच्छा मानसिक स्वास्थ्य जैसे फायदे और जन्म दर, पति-पत्नी के बीच मतभेद और एचआईवी के जोखिम जैसे नुकसान का सामना करना पड़ सकता है।

देर से विवाह होने की विशेषताएं इस प्रकार हैं

सकारात्मक पक्ष

- **उच्च शिक्षा प्राप्त करना तथा करियर में स्थिरता पाना:–** देर से शादी करने वाले अधिकतर लोग शादी से पहले अपनी शिक्षा करियर और वित्तीय स्थिति को मजबूत करने पर ध्यान देते हैं। इससे वे अधिक आत्मनिर्भर और सुरक्षित हो जाते हैं। जिससे वैवाहिक जीवन में पैसों की चिंता कम रहती है और परिवार को बेहतर आर्थिक समर्थन मिलता है। देर से विवाह की प्रवृत्ति समाज में महिलाओं और पुरुषों दोनों के लिए उच्च शिक्षा और पेशेवर विकास को बढ़ावा देती है। शिक्षा के प्रसार आर्थिक स्वतंत्रता और करियर में आगे बढ़ने का समय मिलता है जिससे समाज में आत्मनिर्भरता व समानता की भावना बढ़ती है।
- **सही जीवनसाथी का चुनाव:–** उम्र बढ़ाने के साथ स्वयं को बेहतर समझने और अपनी प्राथमिकताओं को निर्धारित करने का मौका मिलता है। इसलिए शादी के लिए सही जीवनसाथी का चुनाव अधिक सोच समझकर किया जाता है जिससे रिश्तों में ईमानदारी और स्थायित्व आता है और विवाह सफल रहता है।
- **स्वतंत्रता और आत्म साक्षात्कार:–** देर से शादी करने वाले व्यक्ति अपने सपनों रुचियों और करियर को पूरा करने के लिए अधिक स्वतंत्र समय पाते हैं जो बाद के वैवाहिक जीवन में संतुलन बनाए रखने में मदद करता है।
- **तलाक की संभावना में कमी:–** विभिन्न अध्ययनों के अनुसार देर से विवाह करने से तलाक की संभावना कम होती है। विवाह के समय उम्र का अधिक होने के कारण तलाक को लगभग 11% तक कम कर देता है। इसका कारण यह है की उम्र के साथ व्यक्ति अधिक समझदार परिपक्व और जिम्मेदार हो जाता है जिससे वैवाहिक जीवन में स्थायित्व आता है।
- **भावनात्मक और मानसिक परिपक्वता:–** अधिक उम्र में शादी करने वाले व्यक्ति आमतौर पर अधिक मानसिक और भावनात्मक तौर पर परिपक्व होते हैं। इससे वे संबंधों को बेहतर ढंग से संभाल पाते हैं। संवाद और समझ में अधिक सफलता मिलती है जिसके कारण वैवाहिक जीवन सुखद होता है।
- **आर्थिक स्थिरता और आत्मनिर्भरता:–** विवाह में देरी होने पर व्यक्ति प्रायः आर्थिक रूप से मजबूत और आत्मनिर्भर हो जाता है। इससे वैवाहिक जीवन में आर्थिक तनाव कम होता है और बेहतर जीवन शैली सुनिश्चित होती है।
- **परिवार की भूमिका में परिवर्तन:–** समाज में संयुक्त परिवारों की भूमिका सिमटती जा रही है और एकल परिवारों की संख्या बढ़ रही है। देर से विवाह के चलते परिवार के सदस्यों में व्यक्तिगत पहचान निर्णय लेने की क्षमता और आत्मविश्वास मजबूत हो रहा है।
- **सामाजिक संरचना का नया स्वरूप:–** देर से विवाह से समाज में विवाह संस्था के स्वरूप में बड़ा बदलाव देखा जा रहा है इससे अंतर्जातीय, अंतरधार्मिक विवाह, लिव इन संबंध, प्रेम विवाह जैसे विकल्पों की सामाजिक स्वीकृति बढ़ी है। इसके कारण समाज में विविधता व समावेशिता को स्वीकार किया जा रहा है।
- **बच्चों के पालन पोषण पर असर:–** देर से विवाह और संतान प्राप्ति के चलते अभिभावक अधिक मैच्योर और आर्थिक रूप से स्थिर और शिक्षित होते हैं जिससे बच्चों का विकास बेहतर तरीके से होता है।

नकारात्मक पक्ष

- **संतान प्राप्ति में परेशानियां:–** देर से शादी करने पर मां विशेषकर महिलाओं के लिए प्रजनन संबंधी समस्याएं बढ़ जाती हैं और गर्भधारण करने में दिक्कतें आने लगते हैं।
- **परिवार तथा समाज का दबाव और अकेलापन:–** 'समय निकल गया' जैसी पारंपरिक सोच के कारण देर तक अविवाहित रहने वालों को सामाजिक दबाव, मानसिक तनाव और अकेलेपन जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।
- **साथी और ससुराल वालों के साथ समायोजन में कठिनाई:–** अधिक उम्र हो जाने पर जीवन शैली और सोंच में जड़ता आने के कारण पति-पत्नी में सामंजस्यता बैठाना

कठिन हो सकता है। जुड़ाव या लगाव कम महसूस हो सकती है। करियर, आत्मनिर्भरता और स्वतंत्र सोच की वजह से सिंगल जीवन शैली जिससे व्यावहारिक कठिनाइयां और रिश्ते बनने में बाधाएं आती हैं। अधिक उम्र में शादी करने पर 'ईगो', 'क्लेश' या अलग-अलग प्राथमिकताएं होती हैं जिससे झगड़े या दूरियां आ सकती हैं।

शारीरिक अंतरंगता:– उम्र बढ़ाने के साथ-साथ शारीरिक आकर्षण और इंटिमेसी में कमी महसूस हो सकती है जिससे दांपत्य जीवन पर असर पड़ता है।

हर चीज के दो पहलू होते हैं सकारात्मक और नकारात्मक यह बात शादी की उम्र के लिए भी लागू होती है। कम उम्र में शादी होने के कई नुकसान हो सकते हैं लेकिन इसके कुछ फायदे भी हैं जिनको अनदेखा नहीं किया जा सकता है। जल्दी शादी होना कई मायनों में बेहतरीन होता है। इसकी सबसे अच्छी बात तो यह है कि जल्दी शादी हो जाने पर लड़के और लड़की दोनों एक साथ ज्यादा से ज्यादा वक्त बिता पाते हैं जिसके कारण वह एक दूसरे के आदतों रुचियों और मूल्यों को बेहतर ढंग से जान पाते हैं। जो उनके रिश्तें को मजबूत बनाने में मदद करता है। इसके अलावा उनके बीच अंतरंग संबंध भी अच्छे रहते हैं।

जल्दी विवाह करने की विशेषताएं इस प्रकार है

सकारात्मक पक्ष

परिवार की परंपराओं में जल्दी घुलना मिलना:– जल्दी शादी करने वाली महिलाएं परिवार के रीति– रिवाज और संस्कारों को जल्दी अपना लेती हैं।

लंबा वैवाहिक जीवन:–कम उम्र में शादी होने पर दांपत्य जीवन लंबा होता है जिससे साथ बिताने के लिए अधिक समय मिलता है। वे एक दूसरे के पसंद ना पसंद को समझ पाते हैं। जिससे रिश्ते मजबूत बनाने में मदद मिलती है।

जल्दी मातृत्व का अनुभव:– कम उम्र में गर्भधारण में किसी भी प्रकार की समस्या नहीं होती है। मातृत्व सुख की प्राप्ति जल्दी होने के कारण बच्चों की परवरिश में अधिक ऊर्जा और समय मिलता है।

- **कम पीढ़ी अंतराल:–** जल्दी शादी हो जाने से माता-पिता और बच्चों में उम्र का अंतराल कम होता है जिससे आपसी तालमेल समझ और घनिष्ठता बढ़ता है।

नकारात्मक पक्ष

- **शिक्षा और करियर में रुकावट:–** जल्दी शादी से पढ़ाई पूरी नहीं हो पाती और उच्च शिक्षा तथा करियर के विकास में अवसर कम मिलता है या सीमित हो जाता है। जिससे उनमें आत्मविश्वास की कमी, चिड़चिड़ापन और भविष्य को लेकर असुरक्षा की भावना बढ़ जाती है।
- **आर्थिक निर्भरता:–** अधिकतर जल्दी शादी करने वाली महिलाएं आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर नहीं हो पाती जिसके कारण उन्हें पैसों के लिए पति या परिवार पर निर्भर रहना पड़ता है।
- **मानसिक और भावनात्मक अपरिपक्वता:–** कम उम्र में जीवन का अनुभव कम होता है। जिससे मानसिक रूप से परिपक्व ना होने के कारण वह रिश्तो में सामंजस्य बैठाने में संघर्ष करती हैं। जिससे पति पत्नी के बीच गलतफहमियां और विवाद हो सकते हैं। इसके कारण वैवाहिक जीवन में तनाव और असहमति बढ़ सकते हैं।
- **व्यक्तिगत स्वतंत्रता में कमी:–** शादी के बाद घरेलू जिम्मेदारियों के कारण अपने सपनों और व्यक्तिगत रुचियों को पूरा करने का समय कम मिलता है।
- **मानसिक तनाव व अवसाद:–** कम उम्र में विवाह करने वाली लड़कियां मानसिक तौर पर तैयार नहीं होती हैं जिससे उन्हें भावनात्मक उलझन, अवसाद और हीनभावना का सामना करना पड़ता है।

समाधान और सुझाव

- **विवाह से पहले परामर्श:–** विवाह करने से पहले परामर्शदाता से परामर्श ले लेने चाहिए जिससे दोनों पक्षों को एक दूसरे की अपेक्षाओं और जिम्मेदारियों को समझने में मदद करता है।
- **शिक्षा और आत्मनिर्भरता:–** महिलाओं को आर्थिक और सामाजिक रूप से सशक्त बनाना है तो शादी की उम्र चुनने में आजादी और परिवार का सहयोग मिलना चाहिए। उन्हें व्यक्तिगत विकास, शिक्षा और आर्थिक आत्मनिर्भरता को प्राथमिकता देनी चाहिए।
- **संवाद और पारस्परिक सहयोग:–** दोनों पार्टनर (पति-पत्नी) के बीच खुला संवाद, विश्वास और समानता के

साथ वैवाहिक जीवन में समायोजन का प्रयास करना चाहिए। पारंपरिक और आधुनिक सोच के संतुलन से वैवाहिक समायोजन और संतुष्टि प्राप्त की जा सकती है।

परिवार का सहयोग:– परिवार एवं समाज को महिलाओं के वैवाहिक निर्णय का सम्मान करना चाहिए।

निष्कर्ष

विवाह का समय चाहे जल्दी हो या देर से वैवाहिक जीवन में समायोजन की आवश्यकता समान रूप से होती है। जल्दी और देर से शादी करने वाली महिलाओं की वैवाहिक समायोजन यात्रा भिन्न-भिन्न है। दोनों परिस्थितियों में महिलाओं को अलग-अलग प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ता है जिसमें कई सामाजिक, मानसिक व पारिवारिक कारक प्रभाव डालते हैं। जल्दी विवाह में शिक्षा, करियर और आर्थिक स्वतंत्रता प्रभावित होती है जबकि देर से विवाह में परिवार नियोजन, सामाजिक आलोचना, समायोजन की चुनौतियां सामने आती हैं। इसलिए जल्दी विवाह करने वाली महिलाओं को परिपक्वता और शिक्षा पर अधिक ध्यान देने की आवश्यकता होती है जबकि देर से विवाह करने वाली महिलाओं को पारिवारिक और सामाजिक समायोजन पर काम करना होता है। आज की नारी दोनों भूमिकाओं में संतुलन स्थापित करने में सक्षम है किंतु इसके लिए समाज व परिवार का सहयोग शिक्षा, संवाद और आत्मबल अनिवार्य है। सही उम्र में सही निर्णय के साथ महिला अपने वैवाहिक जीवन को न केवल सफल बल्कि संतोषप्रद भी बना सकती है। समाज को चाहिए की विवाह की उम्र को लेकर कठोर धारणाओं को त्यागे और प्रत्येक महिला या पुरुष को अपने जीवन के निर्णय स्वयं लेने का अवसर प्रदान करें।

संदर्भ

1. कैरोल जे. (2017), विवाह में देरी: रुझान और परिणाम इन साइन, पेज नं. 24–27.
2. गुडो गड्डु, हैरिस ऐलना बुलुत सेफा, “देर से शादी के सकारात्मक और नकारात्मक प्रभाव”, ओपन जर्नल ऑफ डिप्रेशन, 4 नवंबर 2022.
3. डॉ. राजकुमार सिंह बोलिया, “आधुनिक भारतीय समाज और वैवाहिक समायोजन”, 11 नवंबर 2015.
4. भूमिका राय, “जल्दी शादी होने के चुनिंदा फायदे”, 28 अक्टूबर 2015.