

संपादकीय

नुकतीच बॉलिवूडमधील एका अभिनेत्याची पिता झाल्याबद्दल अभिनंदनाची बातमी सर्व माध्यमांतून प्रसिद्ध झाली होती. सरोगसी या माध्यमातून त्याने हे पितृत्व मिळवले. इथपर्यंत सगळं ठीक आहे. कुठल्याही स्त्रीला माता होण्याचा व पुरुषाला पिता होण्याचा निसर्गदत्त अधिकार आहे. मात्र खरी बातमी पुढे आहे. हे पितृत्व त्याने विवाह न करता मिळवले होते. हल्ली हॉलिवूड पाठोपाठ बॉलिवूडमध्ये हे 'एकल पालकत्वाचे' (Single Parenting) फॅड जोर धरू लागले आहे. बॉलिवूडकर बहुतेक कोट्याधीश असतात त्यामुळे पैशाच्या जोरावर सगळे काही मिळवता येते या कल्पनेत असतात व अशा गोष्टी त्यांना निभावणे फार कठीण नसते. मात्र एकल पालकत्वाच्या दुहेरी जबाबदाऱ्या पार पाडणे ही कठीण गोष्ट असते. त्यातही पुरुषाकरता हे जास्तच कठीण. कारण तान्ह्या व लहान वयांत बाळांना पित्यापेक्षा मातेची गरज जास्त असते. एकल पालकत्वात त्या बाळाला दुसऱ्या पालकाच्या (पिता वा माता) प्रेम, सहवास व नैसर्गिक जवळीकीचे सुख यांपासून बऱ्याच अंशी वंचित ठेवले जाते. एकप्रकारे दोन्ही पालक असण्याचा त्याचा नैसर्गिक अधिकार जन्मतःच हिरावून घेतला जातो, हे कितपत योग्य आहे? भावनिक, नैतिकतेच्या पातळीवर याचे मोजमाप करता येईल का? त्या बाळाच्या भावनिक विश्वावर, त्याच्या मानसिक विकासावर या एकल पालकत्वाचा कसा परिणाम होईल याचा विचार होणे गरजेचे आहे.

ह्या बातमीतल्याच उदाहरणामध्ये त्या बाळाला जन्मतःच आईपासून तोडले गेले आहे. त्या नैसर्गिक आईचे प्रेम, वात्सल्य त्याला कसे मिळणार? शक्य आहे त्या आईला मातृत्वाची आस नसेल. तिने केवळ व्यवहार म्हणून, पैसे मिळवण्याचा एक मार्ग म्हणून किंवा अगदी उदात्त विचाराने दुसऱ्याला मदत म्हणून याला मान्यता दिली असली व सर्व कायदेशीर बाबी पूर्ण करून ह्या मुलावरील आई म्हणून आपला अधिकार सोडला असला तरी उद्या ते मूल आई म्हणून कोणाकडे बघणार? एकल पालकत्व असण्याने आईचे नाते, ते भावविश्व यापासून ते मूल वंचितच राहणार आहे. हल्ली जन्म दाखल्यावरही

(पान ४ वर)



आयुः धर्मार्थकाममोक्षाय ।
'आयुर्हित' आयुर्हिताय ॥

आयुर्हित

आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व
संशोधन केंद्राचे वार्तापत्र

वर्ष १३ • अंक ७ • भारतीय सौर श्रावण १, शके १९३८ • २३ जुलै २०१६

संपादक : वैद्य प्रसन्न केळकर

: सल्लागार मंडळ :

डॉ. गुरुनाथ म्हापसेकर, वैद्य राजन पाटणकर, वैद्य नरेंद्र कढे
श्री. प्रकाश मोडक, डॉ. प्रज्ञा आपटीकर, सौ. प्रिया घैसास

आता 'आयुर्हित' वाचा www.ayurlink.com / Ayurhit_magazine वर सुद्धा

पूजाविधींमधील औषधी वनस्पती

वैद्य प्रसन्न माधव केळकर

बी.ए.एम्.एस्.(मुंबई), टी.टी.सी.(योग), एम्.ए.(संस्कृत)

माका

पावसाळ्यात सर्वत्र उगवणारी व पूजेमध्ये विशेषतः तर्पण, पक्ष आदि अंत्यविधींमध्ये अत्यावश्यक मानली गेलेली वनस्पती म्हणजे माका. हिलाच संस्कृतमध्ये भृंगराज असे म्हणतात. सर्वसामान्यांमध्ये केसांसाठी अत्यंत गुणकारी म्हणून प्रसिद्ध असलेले माक्याचे तेल किंवा भृंगराज तेल याच वनस्पतीपासून बनवतात. पावसाळ्यात जमिनीलगत सर्वत्र वाढताना दिसते. याच्या पानांना देठ नसतो. पाने मध्यभागी रुंद व दोन्ही टोकांना निमुळती होत जाणारी असतात. पानांवर हलकीशी लव असते. फुले गुच्छांत येतात व छोटी असतात. पिवळट पांढऱ्या रंगाची असतात. शरीरावर गोंदवल्यानंतर तेथे माक्याचा रस चोळला तर तो रंग पक्का होतो.

जन्मतः बाळाला कफ दाटला असेल व तो बाहेर पडत नसेल तर माक्याचा रस दोन थेंब व मध सात आठ थेंब घेऊन एकत्र करून बाळाच्या टाळूवर चोळल्यास कफ मोकळा होऊन बाहेर पडतो.

शरीरावर सूज आली असल्यास माक्याच्या रसात मिरपूड घालून चोळल्यास सूज कमी होते.

माक्याचा रस आणि मिरपूड एकत्र करून आठवडाभर पोट्यात घेतल्यास कावीळ कमी होते. भाजलेल्या टिकाणी माक्याचा रस व काळ्या तुळशीच्या रस एकत्र करून लावल्यास डाग राहात नाही. केसांची वाढ होण्यास व केस काळे राहण्यास माक्याचे तेल उत्तम आहे.

माक्याच्या रसात मिरी वाटून कपाळावर लेप लावल्यास अर्धशिशी बरी होते. माक्याचा रस व बकरीचे दूध समप्रमाणात घेऊन उन्हामध्ये गरम करून दोन दोन थेंब नाकात टाकल्यास अर्धशिशीचे डोके दुखणे

(पान ४ वर)

स्त्रियांचे आरोग्य

वैद्य अरुणा टिळक

बी. ए. एम्. एस् (मुंबई)

तारुण्यातल्या समस्या - तारुण्यपीटिका

प्राप्ते तु षोडशे वर्षे.... वयात आलेली गर्दभीसुद्धा सुंदर दिसते, इथे तर सुंदर, सुकोमल अशा मुग्ध बालिकेचे नवयौवनेत रुपांतर झालेले असते. तिचे सौंदर्य चेहऱ्यापासून झळकू लागते. पण..... या सुंदर चेहऱ्यावर मुरुमांचे डाग व खड्डे पडले तर तिचा चेहरा काळजीने आणखीनच काळवंडून जातो.

छोट्याशा दिसणाऱ्या या तारुण्यपीटिका, पण योग्य काळजी न घेतल्यास उग्र स्वरूप धारण करू शकतात. तिला हैराण करून सोडतात व तिच्यात न्यूनगंडत्वची भावना निर्माण करतात. जाहिरातींचे प्रलोभनाला बळी पडून बाजारातील विविध प्रकारचे लेप, लोशन गोळ्या वापरतात, अव्वाच्या सव्वा किमती देऊनसुद्धा मिळणाऱ्या अल्प फायद्याने हताश होतात व शेवटी वैद्याकडे वळतात.

किशोरावस्थेत या पीटिका येतात, म्हणून याना तारुण्यपीटिका / युवानपिडका म्हणतात. साधारणपणे १५ ते २० वर्षे वयोगटातील मुला-मुलींत या निर्माण होतात. या मुख्यतः चेहऱ्यावर अधिक असतात. तसेच काहीवेळा छातीवर व पाठीवरसुद्धा येतात. स्वरूपतः छोट्या छोट्या दाण्यांप्रमाणे चेहऱ्यावर पसरतात. कालांतराने फोडांत पूयनिर्मिती व काळे तोंड निर्माण होते. कधी-कधी तेथे खाज सुद्धा येते. अशा वेळी मुली त्या फोड नखाने बाहेर काढतात व मग तेथे कायमस्वरूपी खड्डा तयार होतो व डाग पडतात. त्यामुळे मुरुमे हातानी कधीच फोडू नयेत.

कारणे : किशोरावस्थेत Androgen हे हार्मोन अधिक तयार होत असल्याने तैलीय ग्रंथी - Sebaceous gland या अधिक संवदेनशील होतात. त्याने तैलस्राव अधिक होतो. व त्यामुळे ज्यांची Oily skin आहे त्यांना तारुण्यपीटिका निर्माण होतात. तर काहीवेळा तैलग्रंथीच्या नलिका बंद होतात. त्यात जीवाणु संक्रमण होते. त्वचेत खोलवर संक्रमित होते व पीटिका निर्माण होतात.

आधुनिक मीमांसेनुसार :

- १) आहारात जस्ताची मात्रा कमी असणे,
- २) अनुवांशिक,
- ३) मासिक पाळीची अनियमितता,
- ४) गर्भनिरोधक गोळ्यांचा अधिक वापर इ. कारणांमुळे होतात.

आयुर्वेदानुसार : आहारात मधुर, अम्ल, लवण रसाचे अत्याधिक सेवन, आहारातील अनियमितता, भूक नसताना जेवणे, उन्हात फिरणे, इडली, डोसा, बर्गर, दही, तेलकट, तुपकट पदार्थांचे अतिरिक्त मात्रेत

सेवन, मलावष्टंभ, आर्तवदुष्टी, प्रतिश्याय, अम्लपित्त, इ कारणे आहेत.

या ठिकाणी बाह्य तसेच अभ्यंतर उपचारही आवश्यक असतो. तसेच निदानपरिवर्जन म्हणजेच वरील कारणांचे सेवन बंद करणे आवश्यक आहे.

पोटात घेण्याची औषधे ही प्रत्येक रुग्णानुसार तपासणी करून ठरवतात.

घ्यावयाची काळजी

- १) रासायनिक प्रसाधनांचा चेहऱ्यावरील वापर बंद करावा.
- २) चेहरा स्वच्छ राहिल याची काळजी घ्यावी.
- ३) चेहरा किमान ३-४ वेळा थंड पाण्याने धुवावा.
- ४) चेहऱ्यावरील पीटिका हाताने फोडू नयेत.
- ५) धूळ - धुरापासून चेहऱ्याचे रक्षण करावे.
- ६) तणावमुक्त, प्रसन्नचित्त रहावे.
- ७) चेहऱ्याला आठवड्यातून किमान एकवेळ तरी वाफ घ्यावी.

त्याने रोमरंध्रे मोकळी होतील.

८) पाळीच्या तक्रारी, पोट साफ न होणे, आम्लपित्त याने हे फोड वाढतात त्यामुळे या लक्षणांवर योग्य उपचार करावेत.

प्रभावी लेप : चेहऱ्यावर कोणताही लेप लावताना तो वाळल्यावर ताबडतोब धुवून टाकावा. धुताना प्रथम तो थोडासा पाण्याने ओला करावा. नंतर तो चोळून चोळून काढावा. खूप वेळ लेप वाळून तसाच राहिल्यास चेहऱ्याची त्वचा ताणली जाते. वारंवार असे झाल्यास चेहऱ्यावर सुरकुत्या पडू शकतात. चेहऱ्यावरील डाग व खड्डे घालवण्यासाठी जायफळाचा लेप उपयोगी पडतो. सहाणेवर दुधात जायफळ उगाळून घ्यावे. त्याचा चेहऱ्यावर पातळ लेप द्यावा.

खड्डे कमी करण्यासाठी मसूर पीठ + कोथिंबीरीचा रस + मध असे मिश्रण वापरावे.

चेहरा तेलकट असेल व केसात कोंडा असल्यास कोंडा चेहऱ्यावर पाठीवर उडून फोड वाढतात. अशावेळी चेहरा स्वच्छ करणे गरजेचे असते. या ठिकाणी साबण, Face wash अशा मृदु माध्यमांपेक्षा खरखरीतपणाची गरज असते. त्रिफळाचूर्ण चेहरा धुण्यासाठी वापरावे. कधीकधी त्रिफळा व हळद वापरावी. त्रिफळा + नागरमोथा + हळद यांचे मिश्रण चेहरा धुण्यासाठी वापरावे. केस शिकेकाईने धुवावेत.

पोटात गरजेनुसार औषधे द्यावीत.

पंचकर्मातील वमन, विरेचन, रक्तमोक्षण रुग्णाच्या आवश्यकतेनुसार करावे. यांचा दीर्घकालीन तारुण्यपीटिकांत उपयोग चांगला होतो.

एकूणच या आजाराची उपेक्षा केल्यास कायमस्वरूपी चेहऱ्यावर व्रण (Scar -डाग) रहाण्याचा संभव असतो. म्हणून योग्य वेळी योग्य काळजी घ्या. चंद्रमुखी चेहऱ्यावर चंद्रासारखे डाग राहू देऊ नका.

काय किती व का घ्यावे? आयुर्वेदानुसार शंका समाधान

वैद्य आनंद कुलकर्णी

M.D. (Med. Ayu), CYEd, DYA, MA (Sanskrit)

भाजी (Vegetables) - भाग ३ पालेभाज्या -

मागे उरलेल्या पालेभाज्याचे खालीलप्रमाणे वर्णन केले आहे.

चुका : आतड्यांची शक्ती वाढवणारी व त्यांची शोषणक्षमता वाढवणारी अशी ही भाजी होय. पित्ताचा त्रास असणाऱ्यांनी काळजीपूर्वक या भाजीचा वापर करावा किंवा तुपासह खावी.

माठ : भूक अनियमित झाल्यास (कधी कमी- कधी जास्त भूक) काटे माठाची भाजी खावी. पोटाला वायू व लघवीच्या तक्रारी असणाऱ्याने वैद्याच्या सल्ल्याने घ्यावी.

शेपू : एकाच वेळी जास्त प्रमाणात व जास्त दिवसपर्यंत ही भाजी खाऊ नये. याने पित्ताचा प्रकोप होतो म्हणून पित्ताचा त्रास असणाऱ्यांनी ही भाजी टाळावी.

शेवगा : वातरोगांसाठी अत्यंत उपयुक्त भाजी होय. मात्र ही भाजी पित्ताचा त्रास वाढवणारी भाजी ठरते. शेंगांचा वापर आहारात करावा. पाने, मूळ, डिक यांचा वापर वैद्याच्या सल्ल्याने करावा.

तांदुळजा : ही एक पथ्यकर अशी भाजी आहे. शरीरातील विषारी द्रव्ये शरीराबाहेर टाकण्याचे काम करते. ही भाजी ताजीच तव्यावर परतून घ्यावी म्हणजे चांगले परिणाम दिसतात.

अजमोदा (ओवा) : भाजीसाठी पाने, बी, मूळ यांचा वापर करतात. पोटाला वायूची तक्रार असणाऱ्यांनी ही भाजी अवश्य खावी. फक्त उष्ण, तीक्ष्ण असल्याने पित्ताचा त्रास असलेल्यांनी जपून वापर करावा. उन्हाळ्यात वापरू नये.

अंबाडी : आंबट चवीची ही अंबाडीची भाजी व भात यांचे मिश्रण उत्तम चव देऊन जाते. तेलकट खाल्यानंतर होणाऱ्या त्रासावर ही भाजी उपयोगी पडते. यकृत व हृदयाला चांगली होय. अम्लपित्ताच्या रुग्णांनी घेऊ नये. उन्हाळ्यात जास्त वापरू नये. तसेच नित्य खाण्याजोगी ही भाजी नव्हे.

करडई : करडईची भाजी करण्यासाठी कोवळी पानेच वापरावीत. पोटाला जंतासाठी ही भाजी खावी. ही मूळव्याधीत उपयोगी आहे. पित्त असणाऱ्यांनी जपून वापरावी. ही भाजी पचायला जड असते. शक्यतो रात्रीच्या वेळी ही भाजी खाऊ नये.

टाकळा : त्वचाविकारामध्ये ही भाजी हितकर होय. जंत झाले असल्यास ही भाजी खावी. मेद वाढलेल्यांनी हिचा वापर अवश्य करावा. त्वचेसाठी ही भाजी कान्तीदायक अशी ठरते. जुनी भाजी वापरू नये. अतिवापर टाळावा.

हादगा : याच्या फुलांची, पानांची, शेंगांची भाजी करतात. पूर्वी प्रत्येकाच्या शेतात हादगा असायचाच. सर्दी - कफ - खोकल्यामध्ये ही भाजी चांगली. डोळ्यांनाही हितकर अशी आहे. शेंगा पित्ताचा त्रास असणाऱ्यांनी कमी वापराव्यात.

पुनर्नवा : वसूची भाजी असेही नाव या भाजीला आहे. ही पावसाळ्यात भरपूर उगवते. अत्यंत गुणकारी भाजी होय. यकृताची शक्ती वाढवण्यास मदत करते. हिच्या मुळीचा वापर आयुर्वेदीय वैद्याच्या सल्ल्यानेच करावा.

अळू : अळूची पाने, कांड व कंद यांची भाजी करतात. भाजीपेक्षा आता अळूवड्या जास्त वापरात दिसतात. काही वर्षापूर्वी लग्नसमारंभात अळूची भाजी असायची. बाळन्तिणीस दूध येण्यास ही भाजी हितकर होय. हृदय रोग, गॅसेस असणाऱ्यांनी ही भाजी जपून खावी. अळूच्या कंदाचा नेहमी वापर करू नये.

वरील पालेभाज्यांमध्ये आजकाल काही भाज्या नावालासुद्धा बघायला मिळत नाहीत, पण आरोग्याच्या हितासाठी प्रयत्न केल्यास आपण त्या उपलब्ध करून घेऊ शकतो.

प्रयत्ने वाळूचे कण रगडीता तेलही गळे

इच्छा असेल तर सर्व काही मिळू शकते. प्रयत्न करून बघावे की कुणा शेतकऱ्याकडे अश्या भाज्या उपलब्ध होतात का. विदेशी भाज्या खाण्यापेक्षा असे प्रयत्न नक्कीच फायदेशीर ठरतात.

कडधान्य भाज्या

कडधान्याचा वापर भारतीय आहारात रोज केला जातो. त्याच्यातही विविध पद्धतींनी यांचा वापर होतो. यांचा उसळ, आमटी, डाळ, मोड आलेले इ. प्रकारांनी उपयोग केला जातो. या आहारीय पदार्थांचा वापर आयुर्वेदाने अत्यंत चपखलपणे केला आहे. ही कडधान्ये कशी खावी, कशाबरोबर खावी, कधी खावी व किती खावी याबद्दल काही सूचना केल्या आहेत त्या खालीलप्रमाणे -

- कडधान्ये पचायला अत्यंत जड असतात. त्यामुळे भूक चांगली असतांनाच यांचा वापर केलेला बरा.
- उसळ ही आमटीपेक्षा पचायला जड होय. म्हणून भूक कमी असलेल्यांनी आमटीचा वापर करावा.
- कडधान्ये ही रुक्ष म्हणजे कोरड आणणारी असतात म्हणून यांच्याबरोबर नेहमी तेल किंवा तूप यांचा वापर जरूर करावा.
- गॅसेस, अॅसिडीटी इ.च्या तक्रारी असणाऱ्यांनी कडधान्ये नेहमी वापरू नयेत. किंवा आयुर्वेदीय वैद्याच्या सल्ल्यानेच वापरावीत.
- मलावरोधाची तक्रार असणाऱ्यांनीही खाऊ नये.
- डोळ्यांसाठी हानिकारक म्हणून चश्मा किंवा डोळ्यांचे इतर त्रास असणाऱ्यांनी कमी वापरावीत.
- नुसती किंवा कच्ची कडधान्ये खाऊ नयेत. त्यामुळे पोटाला दुखणे, गॅसेस अशा तक्रारी दिसतात.
- मूग, मसूर, मटकी सोडून इतरांचा वापर दररोज करू नये. (उदा. तूर, हरभरा, चणे, छोले इ.) किंवा कमी वापर करावा. त्यामुळे

पोटात दुखणे, गॅसेस/ पोटात वायू धरण्याची शक्यता असते. जी मूग इ. हलक्या कडधान्यांच्या वापराने इतकी दिसत नाही.

- बैठे काम, व्यायामाचा अभाव इ. असतांना कडधान्ये कमी खावीत.
- पोटाच्या, पचनाच्या तक्रारी असतांना कडधान्ये ही पातळ करून व त्यात तूप घालून खावीत. (वैद्याच्या सल्ल्याने)
- सामान्यपणे निरोगी माणसांनी मूग-मसूर यांचा वापर रोजच्या आहारात आलटून पालटून करण्यास हरकत नाही.
- रोगी माणसांनी आपल्याला काय योग्य ते ठरवून मगच खावे. (आयुर्वेदीय वैद्याच्या सल्ल्याने)

यासारख्या असंख्य सूचना ज्या नेहमी प्रत्यक्ष व्यवहारात उपयोगी ठरतात अशा आयुर्वेदीय ग्रंथांमध्ये वर्णन केलेल्या आढळतात.

भाज्यांबद्दल आणखी माहिती आपण पुढील लेखात जाणून घेवूयात.

क्रमशः



(पान १ वरून)

ताबडतोब थांबते. माक्याचा रस नियमित हिरड्यांना चोळल्यास हिरड्या मजबूत होतात. अजीर्ण, अग्निमांद्य, यकृतवृद्धि, कावीळ, मूळव्याध आदि व्याधींमध्ये लाभदायक आहे. एरंडेलाबरोबर माक्याचा रस घेतल्यास पोटातील कृमि बाहेर पडतात.

रक्तदाब कमी करण्यासाठी अत्यंत उपयुक्त. माक्याचा रस दोन दोन थेंब नाकात टाकणे किंवा अर्धा चमचा पोटात घेणे, याने रक्तदाब कमी होतो.

माक्याच्या बिया कामशक्ती वाढवण्यास उपयुक्त आहेत. सामान्यतः माका हा शक्तीवर्धक, दुर्बळता कमी करणारा आहे. मात्र उकळल्यावर यातील गुण नष्ट होतात यामुळे ताज्या रसाचाच प्रयोग करावा.



आपण आपली वर्गणी रोख, धनादेशाद्वारे किंवा इलेक्ट्रॉनिक पद्धतीनेही भरू शकता. आपल्या बँकेतून “आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्र, बचत खाते क्र.१६३८७”, दि. ठाणे जनता सहकारी बँक, पांचपाखाडी शाखा, ठाणे या खात्यात
RTGS/NEFT/IFSC CODE : TJSB0000008 द्वारे भरू शकता.
वार्षिक वर्गणी : रु. ३००/-

कार्यकारी विश्वस्त, संपादक व प्रकाशक **वैद्य प्रसन्न केळकर** यांनी 'आयुर्हित' हे मासिक श्रीगणेश प्रिंटर्स, अमरग्यान इंडस्ट्रीयल इस्टेट, ठाणे येथे मुद्रित करून **आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट व संशोधन केंद्र - ५, दीनदयाळ सोसायटी, गुरुकुल सोसायटीजवळ, पांचपाखाडी, ठाणे (५)** येथून प्रसिद्ध केले.
● दूरध्वनि : ०२२-२५३३ २४ २६ ● Email : ayurhit@ayurlink.com

या अंकातील लेखांत व्यक्त केलेल्या मतांशी संपादक व आयुर्वेद हितैषणी ट्रस्ट सहमत असतीलच असे नाही. ती त्या लेखकांची वैयक्तिक मते समजावीत.

(पान १ वरून)

आईचे नाव असते. दहावी, बारावी या पुढच्या दाखल्यांवर-सुद्धा आई-वडील दोघांची नावे असतात. मग ही अशी एकल पालक असणारी मुले दुसरे नाव कोणाचे लावणार ? भले कायद्याने त्यांना एकच नाव लावायची परवानगी दिली तरी दैनंदिन व्यवहारात आई-वडील म्हणून कोणाकडे बोट दाखवणार ? खरं तर ज्यांना विवाहबंधन व त्याच्या जबाबदाऱ्या नको आहेत पण पालकत्वही हवे आहे अशांनी आईवडिलांचे छत्र हरवलेल्या किंवा जन्मतःच नसलेल्या अशा अनाथ बालकांना दत्तक घेऊन समाजापुढे एक आदर्श ठेवायला हवा. बॉलिवूडमधीलच एका प्रख्यात नटीने विवाह न करता माता होण्यासाठी दोन अनाथ मुलींना दत्तक घेतले आहे हे उदाहरण पुरेसे बोलके आहे. परंतु एकंदरच उथळ असणाऱ्या चित्रपटसृष्टीकडून अशी अपेक्षा ठेवणे म्हणजे खूपच आहे.

सध्या तरी हे फॅड फक्त बॉलिवूडपर्यंतच सीमित असले तरी बॉलिवूडचा जनमानसावर असणारा प्रभाव लक्षात घेतला तर हे उच्च वर्ग, उच्च मध्यम वर्ग, सामान्य जन असे झिरपत यायला वेळ लागणार नाही. आधीच विभक्त होण्याऱ्या पतिपत्नींच्या मुलांच्यात दुभंगलेल्या मानसिकतेचे प्रमाण वाढताना दिसत आहे. त्यात हे एकल पालकत्वाचे खूळ आले तर काय परिस्थिती होईल सांगता येत नाही. मात्र याचा मोठा आघात हा विवाहसंस्थेवर होईल हे निर्विवाद आहे. आजही विवाहबंधनातून येणारी बंधने व जबाबदाऱ्या नकोत पण पालकत्वाचे सुख हवे या भावनेतून मुख्यतः हे एकल पालकत्वाचे खूळ सुरू झाले आहे. मात्र हे जर सामान्य समाजापर्यंत आले तर विवाह-संस्था खिळखिळी होऊन नष्ट होण्यास वेळ लागणार नाही. यामुळे या गोष्टीकडे गांभीर्याने बघण्याची गरज आहे.

