3

मरीज़ के साथ मिलकर उसे ठीक करने का जुनून

किरन देवेंद्र*

प्रत्येक बच्चे के लिए समय निकालना और उसके बारे में सोचना उसके संघर्ष में साथ देना, उसके सम्मान और भावनाओं की कद्र करना, हर जूझते हुए बच्चे के पास तुरंत पहुँचना, यह सब करना हर शिक्षक के लिए ज़रूरी है। यह सब हर शिक्षक कर भी सकता है! अगर उसके मन में भी अपने काम के लिए उसी तरह का जुनून हो जैसे कि हर मरीज़ के लिए डॉ. मुलर के मन में!

मुझे 12 वर्षों से रीढ़ की हड्डी की तकलीफ़ है। झुकना असंभव, अधिक समय तक बैठना व खड़े रहना बहुत मुश्किल, करवट लेने में कठिनाई व बेहद थकावट के साथ मैं कुछ सहायता लेते हुए अपना काम चला रही थी छः महीने तक। परंतु अब ऐसा नहीं है। बहुत-सी मुश्किलें आसान हो गईं, जब मेरी छोटी भाभी क्वीनी ने डॉ. गर्ड मुलर के बारे में बताया व मुझे वहाँ जाने की सलाह दी, मुझे यह सुनकर अच्छा नहीं लगा, क्योंकि मैं डॉ. मुलर के पास जाना ही नहीं चाहती थी। डॉ. तुली की मदद और लगातार व्यायाम करने की सलाह से मैंने अपने लिए एक तरीका अपना लिया था। छोटे-छोटे कार्य करने के लिए सहायता माँग लेना, लगातार सैर व व्यायाम करना, थकते ही (जहाँ भी कोई दुकान होती, ख़ासतौर पर किताबों की दुकान पर जहाँ मैं बहुत समय बिता लेती हूँ) बार-बार कुर्सी माँग लेने का संकोच मैंने कभी नहीं किया। बहुत अधिक दर्द बर्दाश्त कर पाना मेरी आदत हो गई थी। न चाहते हुए भी मैं डॉ. मुलर के पास गई। इसलिये नहीं कि जब क्वीनी अपनी रीढ़ की हड्डी की तकलीफ के लिए एक्टिवऑर्थो में गई, तो उसने मेरे इलाज के लिए भी पैसे जमा करवा दिए थे। मैं इसलिए

* *प्रोफ़ेसर और अध्यक्ष,* प्रारंभिक शिक्षा विभाग, एन.सी.ई.आर.टी., नयी दिल्ली-110016

गई क्योंकि मुझे महसूस हुआ कि क्वीनी चाहती थी कि मुझे दर्द व थकावट से राहत मिले।

डॉ. मुलर को मिलते ही लगा कि वे एक समझदार व अच्छे डॉक्टर हैं जिन्होंने जर्मनी में सालों तक हड्डियों की सर्जरी करने के बाद उसे छोड़ा। खेलों में लगने वाली चोटों का इलाज तथा व्यायाम, गर्म सिकाई व अन्य प्रकार के इलाज के तरीकों से हड्डियों व अन्य बीमारियों की रोक-थाम में महारत हासिल की। अपने अनुभवों से अपने प्रोग्रामों के ज़रिए एक ईमानदार सलाह देने में नहीं हिचकिचाए, उन मरीज़ों को जिनके लिए आपरेशन कराना ज़रूरी हो। आपरेशन के बाद भी एक्टिवऑर्थो के प्रोग्राम इन मरीजों को जल्दी ठीक होने में मदद करते हैं।

डॉ. मुलर जर्मनी के हैम्बर्ग के 1500 मरीज़ों वाले अस्पताल के डिप्टीचेयर रहे और यूरोपियन कमीशन फॉर बैक पेन के चेयर के रूप में कार्य किया। यह इसलिए संभव था क्योंकि डॉ. मुलर हड्डियों के विशेषज्ञ के रूप में अपना एक स्थान बना चुके थे तथा सभी को विश्वास था कि यह सभी डॉक्टरों को साथ लेकर सुलझी हुई सलाहें दे पाएँगे, जो रीढ़ की हड्डी व कमर से संबंधित समस्याओं के इलाज में मरीज़ों को मदद करेंगी व अन्य डॉक्टरों की समझ को और बेहतर बना पाएँगी।

एक महीने के अंदर ही मुझे डॉ. मुलर के इलाज से फर्क महसूस हुआ। मेरी थकावट में, चलने के तरीके में, कमर के सीधे होने में फर्क पड़ने लगा। मुझे अच्छा लगने लगा कि जिन क्रियाओं को मैं कर ही नहीं पाती थी, वे मैं धीरे-धीरे करने लगी। इसी बीच मेरा ब्लड प्रेशर बहुत ऊपर-नीचे जाने लगा जिससे दिल की धड़कन और घबराहट बहुत बढ़ जाती थी। एक्टिवऑर्थो में ऐसा चार बार हुआ। डॉ. मुलर और उनकी फिज़ियोथेरेपिस्ट क्रिस्टीना ने बहुत ही शांतिपूर्वक, बिना किसी हड़बड़ाहट के मुझे ठीक होने में मदद की। यह डॉ. मुलर की एक बहुत बड़ी हिम्मत और जोखिम लेने की शक्ति, अपने पर विश्वास व इंसानियत का बड़ा सबूत था। हमारे यहाँ का कोई भी डॉक्टर लगातार चार बार इतना जोखिम नहीं लेता। डॉ. मुलर ने पहली ही बार के बाद मुझसे कहा- 'मैं यहाँ नया हूँ और मुझे दिल व ब्लड प्रेशर के बारे में कम ज्ञान है फिर भी जब भी तुम्हें कष्ट हो, मेरे मोबाइल पर फोन करना, मैं अपने जानने वाले विशेषज्ञों से मिलकर तुम्हें कष्ट से बाहर लाने में पूरा प्रयास करूँगा।' डॉ. मुलर का यह विश्वास दिलाना मुझे कैसा लगा, इसे बयान करने के लिए शब्द ही नहीं हैं। मैं आभारी हूँ, उनकी इंसानियत व इच्छाशक्ति की। मैं अपने पति देवेंद्र को खो देने के बाद अपनी इच्छाशक्ति और विश्वास सब गवाँ चुकी थी। डॉ. मुलर व उनकी पत्नी ग्रैब्रियल ने मुझे हर कमज़ोर पल में प्यार व सम्मान दिया। मुझे विश्वास दिलाया कि जब मैं अपने को कष्ट में पाऊँ तो मैं उनसे बात कर सकती हूँ।

एक्टिवऑर्थो के प्रोग्राम ने गॉलब्लेडर के ऑपरेशन के बाद मेरी कभी न खत्म होने वाली थकावट से भी मुझे राहत दिलाई। जब तक मैं दर्द व थकावट से अधिक परेशान थी वे बार-बार समझाते रहे कि जिगर बहुत गहराई पर होता है जिससे बड़ी नली से गॉलब्लेडर को

अलग किया जाता है। इसे पूरी तरह ठीक होने में अधिक समय लगता है, इसलिए मुझे चिंता नहीं करनी चाहिए। डॉ. मुलर को अपने क्षेत्र के अलावा और भी क्षेत्रों की अच्छी जानकारी है। वे साहित्य, दर्शन तथा अन्य विषयों की पुस्तकें बहुत पढ़ते हैं। किताबें पढ़ने की आदत उन्हें विरासत में मिली है अपनी माँ गर्टरुड मुलर से, जिन्हें वे बहुत प्यार करते हैं। वे आज भी बहुत किताबें पढ़ती हैं। डॉ. मुलर में कड़ी मेहनत का गुण अपने पिता वुल्फगैंग मुलर से आया है, जो कि बहुत मेहनती थे। डॉ. मुलर अपने पिता का बहुत आदर करते हैं। डॉ. मुलर भी अपने बच्चों को किताबें पढ़कर सुनाते हैं। डॉ. मुलर ने मुझे राष्ट्रीय पाठ्यचर्चा-2005 की याद दिलाई कि शिक्षक को पुस्तकों के भी आगे जाना चाहिए।

जैसे यह मरीज़ों की गंभीर स्थिति देखते हुए अक्सर ज़रूरी बैठक या नये मरीज़ को देखते हुए गंभीर मरीज के पास भागते हैं, ऐसा शिक्षक भी कर सकते हैं जिससे हर उस बच्चे को यह विश्वास रहेगा कि उसका शिक्षक उसकी परवाह करता है। जैसे डॉ. मुलर हर मरीज़ के इलाज की योजना फिजियोथेरेपिस्ट के साथ मिलकर

मरीज़ की ज़रूरत के मुताबिक बनाते हैं। मरीज़ भी अपने इलाज में अपनी भागीदारी निभाता है। जैसा माहौल वे अपने मरीज़ों को देते हैं, शिक्षक भी अपनी कक्षाओं में बच्चों को दे सकते हैं।

इलाज की योजना बनाते समय वह सभी फिज़ियोथेरेपिस्ट की सलाह लेते हैं चाहे वह नया हो या अनुभवी। मरीज़ हर समय प्रश्न पूछने का अधिकार रखते हैं। यदि शिक्षक भी ऐसा कर लें तो हर बच्चे को यह अच्छा लगेगा कि शिक्षक उसे बोलने के और कक्षा में पूरी तरह भाग लेने के मौके दे रहे हैं। राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा-2005 ने कक्षाओं में बच्चों की शिक्षा में भागीदारी पर ज़ोर दिया है, हर बच्चा अपनी गति, सीमा, रुचि व समझ से शिक्षक के सहयोग से शिक्षा पा सकेगा।

डॉ. मुलर, ग्रैब्रियल और उनके छः और चार साल के बच्चे चार्ली और आवा भारत की राजधानी दिल्ली में अपना घर व एक्टिवऑर्थो के साथ-साथ बच्चों के स्कूल के दाखिले, गर्मी व लू और फिर बरसात की बढ़ती हुई उमस, इन सबके बीच लगातार संघर्ष करते रहे लेकिन इन सबका असर मरीजों पर कभी नहीं पड़ा। हर मरीज़ बेहतर होता नज़र आ रहा था। मैं यहाँ दीपिका का ज़िक्र करना चाहूँगी जो लंदन से 34 वर्ष की आयु में सायटिका के इलाज के लिए आई थी। उसने और मैंने साथ ही आना शुरू किया। दीपिका दो महीने के अंदर ही अपने दर्द व दवाईयों से छुटकारा पा चुकी थी। उसकी सालों की थकावट गायब हो गई और उसने मुझे कहा-'अब मैं अपनी नौकरी व छोटे बच्चों का ख्याल अच्छी तरह रख पाऊँगी,

अपने पति के साथ अच्छा समय बिता पाऊँगी'। मैं दीपिका के लिये बहुत खुश हूँ।

श्री छाबड़ा बड़े सुलझे हुए हैं। लकवे के बाद उन्हें शारीरिक संतुलन बनाए रखने की समस्या हो गई थी। एक्टिवऑर्थो में आने के 3-4 महीनों में वे काफी ठीक हो रहे हैं। अधिकतर मरीज़ों को मुस्कुराते देखकर मुझे बहुत अच्छा लगता है। काफी मरीज़ एक-दूसरे के दोस्त बन गए हैं। हैल्थबार में मरीज़ों व उनके साथ आये व्यक्तियों के लिए चाय, कॉफी तथा जूस की व्यवस्था है। डॉ. मुलर हर मरीज़ को उसकी सुविधा अनुसार ही देखते हैं-किसी को हैल्थबार में मिल लेते हैं, तो किसी को 'एक्टिव' रूम में। जब भी किसी मरीज़ की परेशानी बढ़ जाती है तो ये वहीं भागते हुए देखे जाते हैं।

अक्सर मैं एक्टिवऑर्थो से वापस आती हुई उन बच्चों के बारे में सोचती हूँ जो पढ़ाई में अच्छे नहीं हैं या फिर किसी-न-किसी प्रकार की शारीरिक, मानसिक या भावनात्मक समस्याओं से जूझ रहे हैं। सालों के एन.सी.ई.आर.टी. के अनुभव जो मुझे मिल पाए, सभी राज्यों के स्कूलों में जाने के, मैं अक्सर उदास ही लौटी। अधिकतर शिक्षक पढ़ने में अच्छे विद्यार्थियों का ही हौसला बढ़ाते हैं। कोई नहीं रुकता स्कूलों में उन बच्चों के लिए, जो एक संघर्ष से गुज़र रहे होते हैं। इतने वर्षों में बहुत कम शिक्षक मिले जिन्होंने मेरे मस्तिष्क पर छाप छोड़ी है, जिनके पास शारीरिक व मानसिक समस्या से जूझते हुए बच्चों के प्रति संवेदना, सकारात्मक सोच तथा समय था। पटियाला की एक 25-26 वर्ष की शिक्षक मुझे याद है, जो आँखों से बेहद कम देखने वाले बच्चों के लिए हर प्रयास करती थीं जिससे कि वह बच्चे खुशी से पढ़ पाएँ। ऐसे ही शिक्षकों से मेरी पहचान हुई, जब कलकत्ता के 24 परगना के एक विद्यालय में एक ऐसी बच्ची से मिली जिसका पूरा स्कूल ध्यान रखता था। उस बच्ची की आँखें व हृदय बहुत कमज़ोर थे। विद्यालय के हर क्रियाकलाप में भाग लेने के लिए इस बच्ची को प्रोत्साहित किया जाता। शिक्षकों ने बच्चों को संवेदनशील बनाया जिससे इस बच्ची को कभी अकेलापन महसूस नहीं हुआ।

हाल ही में साऊथ अंडमान के दो स्कूलों में अच्छा अनुभव रहा। एक स्कूल में मुख्य अध्यापक और सारे अध्यापक हर उस बच्चे के लिए प्रयास कर रहे थे, जो संघर्ष कर रहे थे। यह सरकारी प्राथमिक विद्यालय, गारचरमा का था। दूसरे माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक विद्यालय कन्यापुरम, विमबरली गंज में नागराजन नामक शिक्षक में ऐसे सभी बच्चों के लिए कुछ करने की लगन थी। खासतौर पर सुधीर के लिए जो दिमागी एवं शारीरिक बीमारी से पीड़ित बच्चा है। इस शिक्षक को चिंता थी उसकी, क्योंकि बच्चा अपनी माँ की मौत के बाद से स्कूल नहीं आ सकता था। उसका कमज़ोर पिता मज़दूरी करता

है। उसे चिंता है कि सुधीर का क्या होगा, जब उसके पिता नहीं रहेंगे? सुधीर को स्कूल आना अच्छा लगता है। नागराजन ने उसकी कक्षा के सभी बच्चों को संवेदनशील बनाया है। कुछ बच्चे हर रोज़ ही सुधीर से मिलने जाते हैं। नागराजन एक परवाह न करने वाले मुख्य अध्यापक व अन्य अध्यापकों के बावजूद अपने जुनून को ज़िंदा रखते हैं, इन बच्चों का हाथ पकड़ने के लिए। डॉ. मुलर से हर शिक्षक सीख पायेगा हर बच्चे के लिए समय निकालना व उसके बारे में सोचना, उसके संघर्ष में उसका साथ देना तथा उसके सम्मान व भावनाओं की कद्र कर पाना, हर जूझते हुए बच्चे के पास भागकर पहुँचना।

तभी सभी बच्चों के छोटे-छोटे सपने साकार हो सकेंगे। उसकी छोटी-छोटी इच्छाएँ पूरी हो पाएंगी। यह करना शिक्षक के लिए आवश्यक है। हर बच्चा कुछ कर पायेगा। कठिन कुछ भी नहीं है। उसे अपनी मानसिकता बदलनी होगी और अपने को सही मायने में सक्षम बनाना होगा।

मेरा भी एक सपना है कि इन सभी बच्चों को एक डॉ. मुलर जैसा डॉक्टर व व्यक्ति मिले जो इनका हाथ थामकर इन्हें विश्वास व हिम्मत दे और इनके लिये समाधान ढूँढे ताकि ये बच्चे भी शिक्षा पाएँ और आत्मविश्वास के साथ जी पाएँ।

❑❑❑