डॉ. स्वतन्त्र जैन
मनोवैज्ञानिक परामर्शदाता

आपकी उलझनें-हमारे प्रयास-39

वो नन्हे-मुन्ने जिन्होंने मेरे भीतर के शिक्षक से साक्षात्कार करा मेरे जीवन को दिशा दी

प्रत्येक व्यक्ति को अपने जीवन के विभिन्न पड़ावों में कई तरह की समस्याओं एवं मानसिक परेशानियों का सामना करना पड़ता है। आर्थिक व स्वास्थ्य से संबंधित समस्याओं के अलावा मनुष्य के जीवन में कुछेक ऐसी समस्याएं भी आती हैं, जिन्हें हम अपने भाई-बहन, माता-पिता अथवा यार दोस्तों से सांझा नहीं करना चाहते या कर नहीं सकते। ऐसे में हमें एक ऐसे राहगीर की तलाश रहती है, जिसके सामने हम अपने मन को खोलकर रख सकें। आपको यह जानकर प्रसन्नता होगी कि अपने प्रिय पाठकों की ऐसी समस्याओं के समाधान हेतु अर्थ प्रकाश में **'आपकी उलझने-हमारे प्रयास'** नाम से एक कालम प्रारंभ किया गया है। इस कॉलम में कुरूक्षेत्र विश्वविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग से **सेवानिवृत्त प्रोफेसर व एक अनुभवी एवं व्यापक दृष्टिकोण वाली मनोवैज्ञानिक परामर्शदाता-डॉ. स्वतंत्र जैन** हर मंगलवार किसी महत्वपूर्ण मनोवैज्ञानिक एवं सामयिक विषय पर एक आलेख देंगी तथा इसके साथ-साथ पाठकों के प्रश्नों/समस्याओं का समाधान बताते हुए उत्तर भी देंगी। पाठकों से अनुरोध है कि अपने प्रश्न/समस्याएं अर्थ प्रकाश कार्यालय में भेज दें।

-सम्पादक

वो भी क्या दिन थे बचपन और जवानी के जब हम सखी-सहेलियों, भाई-बहिनों से समय निकाल कर बच्चों, किशोरों, समाज व देश के लिये ही कुछ ना कुछ करने की सोचते रहते थे। उसी ध्येय के लिये पढ़ते, सोते-जागते सपने बुनते-उधेड़ते और फिर बुनते। शायद कुछ गलत कह गई क्योंकि बचपन की तो ख़ास कुछ बातें याद नहीं, परंतु मैट्रिक, हायर-सैकेंडरी की बोर्ड-परीक्षा और कालेज में बी.ए. की वार्षिक परीक्षा के बाद रिज़ल्ट निकलने तक लगभग दो-दो माह की छुट्टियों में अपने बाबूजी की लाईब्रेरी से लगभग सभी स्वतंत्रता सेनानियों, जैसे गांधी, नेहरु, बाल, पाल, लाल, सरोजनी नायडु, रानी लक्ष्मी बाई, सुभाष चन्द्र बोस, शहीदे आज़म भगत सिंह, संत विनोबा भावे, और आगे चलकर अमरीका के राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन, स्वामी विवेकानंद, स्वामी दयानंद, भगवान गौतम बुद्ध व भगवान महावीर, विश्व-विख्यात जूडो कृष्णामूर्ति, सुश्री विमला ठकार एवं महान रूसी लेखक टॉलस्टॉय एवं शिक्षक सुखोमिलन्सकी आदि की जीवनियां पढ़ डाली थी।

इन सभी को पढ़कर देशभक्ति व समाज-सेवा की भावना से ओत-प्रोत हो जाता था मन। किंतु मेरे मन पर सबसे ज्यादा प्रभाव गांधीजी की आत्मकथा 'सत्य के साथ मेरे प्रयोग' और समाज-सेवी व आध्यात्मिक्ता के शिखर पर खड़ी सुश्री विमला ठकार और रूसी महान शिक्षक सुखोमिलन्सकी का पड़ा। अतः ये तीनों ही मेरे जीवन के आदर्श हो गये।

इन सभी की जीवनियों, कार्यों और लेखों को पढ़कर बार-बार ऐसा लगता था कि हमारा जीवन अगर देश के काम ना आए तो क्या फायदा? हालांकि वीर भगत सिंह और सुभाष चन्द्र बोस की शहादत और जज्बे को मैं सलाम करती हूं, परंतु अपने पूज्य बाबूजी की तरह ही बापू के सत्याग्रह और अहिंसावादी नीतियों की मैं कायल रही हूं। देश-सेवा करनी है, यह तय था, किंतु आज़ादी के बाद देश-सेवा कैसे करनी है - इसकी कोई रूप-रेखा मन में स्पष्ट नहीं थी।

मेरे बाबूजी गांधीवादी स्वतन्त्रता सेनानी, सच्चे देशभक्त और मानवतावादी रहे हैं। सो, गांधीजी और बाबूजी दोनों ही मेरे प्रेरणा-स्त्रोत रहे। परंतु बाबूजी की तरह वकालत करना और राजनीति में सक्रियता कभी नहीं भाई मुझे। क्योंकि मैं देखती-समझती और दिल से महसूस करती थी कि बाबूजी जैसे सच्चे, ईमानदार, मानवीय मूल्यों के प्रहरी और गरीबों व हर तरह से सताए लोगों के हमदर्द लोगों की किसी भी पार्टी को

इक-दूजे को तिलक लगा कर होली खेलते हीरो क्लब के नन्हे-मुन्ने

ज़रूरत नहीं, बल्कि ऐसे लोगों की ज़रूरत है जो, धर्म, जात-बिरादरी, क्षेत्र, भाषा या किसी ऐसे ही नाम पर दबाव बनाकर पार्टी और मासूम जनता के हीरो बन कर वोट बटोर सकते हों। बाबूजी को तो इन सबसे ऊपर उठकर मुजारों, छोटे-छोटे किसानों, दलितों और बड़े-बड़े रईस साहूकारों द्वारा सताए व रोते-बिलखते लोगों के लिये अपने ही सरकार के बड़े-बड़े ओहदों पर आसीन लोगों और बड़े जमींदारों व साहूकारों के ख़िलाफ लड़ाई लड़नी थी। ऐसे असरदार लोग सभी पार्टियों में अग्रिम पंक्ति पर होने की वजह से सभी चीफ मिनिस्टर मेरे बाबूजी और उनके जैसे लोगों को हराने की कोशिश में रहते थे। फिर भी बाबूजी एक बहादुर व अनथक यौद्धा की तरह इन सब ताकतों के ख़िलाफ जीवन-पर्यंत लड़ते रहे क्योंकि उन्हें लगता था कि अगर वे भी इस सब से डरकर राजनीति छोड़ देंगे तो ऐसे भ्रष्ट लोगों की लगाम कौन कसेगा?

परंतु मेरे में यह हिम्मत-साहस नहीं था। मैं तो देश एवं समाज-सेवा के लिये अपनी ही कोई राह तलाशने में लगी थी। मैं देखती थी कि हमारे सहपाठी, आस-पड़ौस के लोग और दूसरे बच्चों और जवानों के संस्कार, उनका अपने देश व समाज के लिये नज़रिया, गरीबों व सताए लोगों के प्रति उनका दृष्टिकोण सकारात्मक नहीं है। यही सोचती रहती थी कि कैसे हम इन्हें सही राह पर ला सकते हैं? इसी सोच के चलते हमने पड़ौस के ही साथी सुभाष के साथ मिलकर पढ़ाई के साथ-साथ अपनी ही कालोनी के बच्चों की क्लब बनाई जिसमें तीन से दस साल तक के बच्चे शामिल थे। हर सांझ अपने घर की छत पर हम बच्चों को पंचतन्त्र, देशभक्तों व समाज-सेवकों की कहानियां सुनाते-सुनते, रचनात्मक खेल खिलाते और अच्छी आदतें सिखाते हर बच्चे के जन्म-दिवस पर मैं उसके लिये खुद की रची छोटी सी कविता भी सुनाती और एक सुंदर से कार्ड पर लिखकर भेंट करती। जितने साल का वह बच्चा होता, उतनी ही बुरी आदतें छोड़ने और एक अच्छी आदत अपनाने की प्रेरणा देते।

इक-दूजे को तिलक लगा कर होली खेलते हीरो क्लब के नन्हे-मुन्ने : हर रक्षा-बंधन पर वे प्यारे बच्चे भैया और मुझको राखी बांधते, दीवाली पर हम सब इकट्ठे होकर दीपक सजाते और फुलझड़ियां जलाते और हर होली पर हम एक-दूसरे को तिलक लगाकर मिठाई खिलाते। नए साल के पहले दिन सभी बच्चे, पेरेंट्स और हम मिलकर एक-साथ नए वर्ष में करने वाली गतिविधियों की रूपरेखा बनाते। यह सिलसिला तब-तलक चलता रहा जब अपनी ग्रेजुएशन के बाद मुझे करनाल छोड़कर पटियाला बीएड करने जाना पड़ा।

बच्चों के संग बिताए ये चंद वर्ष मैं कभी नहीं भूल सकती क्योंकि इन्ही लम्हों में मुझे अपने भीतर के 'अध्यापक' के दर्शन हुए और अहसास हुआ कि मेरे लिये देश-सेवा का माध्यम 'बच्चों को अच्छे संस्कार और सही शिक्षा देना' होगा। क्योंकि बच्चे ही भावी भारत की तस्वीर और तकदीर हैं।

बीएड करने के बाद तो इस पर पक्की मुहर ही लग गयी। जहां-जहां और जिस-जिस स्तर पर भी मैंने पढ़ाया, मुझे यही सुनने को मिला कि 'ये जन्म-जात टीचर है' (She is a born teacher)। सचमुच अध्यापन हमेशा मेरा पहला प्यार रहा और मोटिवेशनल स्पीकर व कॉंसलिंग के ज़रिये बच्चो-बड़ों सबके जीवन में खुशियां लौटाना दूसरा!