

समाज को जानना जरूरी

- कल्पना

इस दौर ने हमें सिखाया कि बिना अपने समाज को ठीक से जाने हम भला किस सामाजिक बदलाव की बात करेंगे। हमारे तमाम सवालों के जवाब वहीं और उसी समुदाय में थे बस हमें उन तक पहुंचना था।

लॉकडाउन के दौरान मैंने अपने भीतर न जाने कितने ही तालों को खुलते हुए महसूस किया। यह समय मेरे जीवन के बेहद महत्वपूर्ण अध्यायों में से एक रहा। जो पहली बात मैंने इस दौरान महसूस की वो यह कि शायद इस समय से पहले मैं आसपास के लोगों के दुखों, परेशानियों से खुद को इस तरह जोड़कर नहीं देख पाती थी। उनके दर्द को शायद उस गहराई तक ठीक-ठीक समझ नहीं पाती थी। जब भारत में लॉकडाउन हुआ और सब कुछ अचानक बंद होने लगा तब महसूस हुआ कि अब तक समूची दुनिया किस तरह की तकलीफ से गुजर रही थी। मुझे ज्यादा अखबार पढ़ने या न्यूज चैनल देखने की आदत नहीं है, कभी-कभार देख लेती हूँ। यह बात उन दिनों की है जब मैं होली की छुट्टी में अपने घर गयी हुई थी। मेरे पापा नियमित रूप से अखबार पढ़ते हैं और न्यूज चैनल देखते हैं। इसलिए घर पर सब लोग मिलकर खबरें देखते और उस पर चर्चा भी करते हैं। उन दिनों चीन, इटली और भारत में कोरोना के बढ़ते केंस को लेकर हम काफी बात करते थे। दिल्ली में 1 मार्च से स्कूल बंद हो गए थे तो होली के बाद जब मैं वापस काम पर आने को हुई तो पापा ने कहा कि मत जाओ क्योंकि जल्द ही वहां भी, यानि दिनेशपुर, जहां मैं काम करती हूँ स्कूल बंद हो जायेंगे। लेकिन मैं नहीं मानी यह इसलिए नहीं कि मुझे वायरस के खतरे का अंदेशा कम था बल्कि इसलिए कि मैं काम पर लौटना चाहती थी। अभी मैं रास्ते में ही थी कि मुझे मेरे संस्थान से फोन आया कि आप घर पर ही रुकिए लेकिन मैं तो लगभग पहुंचने वाली थी, इसलिए मैंने वापस घर लौटने के बारे में सोचना ठीक नहीं समझा। अभी भी मैं पूरी दुनिया पर जो खतरा मंडरा रहा था उसकी गम्भीरता को शायद उस तरह से समझ नहीं पा रही थी।

जैसे ही मैं यहां पहुंची, स्कूल बंद हो चुके थे। मुझे लगा यह कुछ दिन की बात है। अभी भी स्कूल बंद जरूर हुआ



फोटो: पुरुषोत्तम ठाकुर

था, लेकिन लॉकडाउन नहीं हुआ था। 22 मार्च का दिन था जब टोटल लॉकडाउन हो गया, मुझे लगा शायद यही ठीक होगा क्योंकि ऐसा हर जगह कहा जा रहा था कि वायरस की चेन को तोड़ने के लिए लोगों का एक-दूसरे से मिलने से बचना जरूरी है। अब मैंने इस वायरस के बारे में पढ़ना और जानना शुरू किया। डब्ल्यूएचओ की वेबसाइट हो या अन्य सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म न्यूज चैनल में इसके बारे में ज्यादा से ज्यादा जानना चाहती थी। मेरे पास मेरे एक सहयोगी का फोन आया कि खाने पीने की जरूरी चीजें लेकर रख लो। लॉकडाउन लम्बा खिंच सकता है। शुरुआत के कुछ दिन तो ठीक गुजरे लेकिन हफ्ता बीतते-बीतते जाने कैसी उदासी सी छाने लगी। एक छोटे से कमरे में 24 घंटे अकेले एक किरम की घबराहट भर रहा था। जो लोग घर में अपने परिवार के साथ थे वो कम से कम आपस में तो बात कर ही रहे थे लेकिन मैं किससे बात करती। मेरे पास बात करने का एक विकल्प फोन ही था। उस समय फोन पर भी सब लोग इसी सब के बारे में बात करते थे तो जल्द ही फोन से भी मन उचट गया। इन दिनों मैंने सिर्फ अपने पापा, मम्मी और बहन से बात की। उन्हें मेरी बहुत चिंता थी कि कैसे मैं अकेले सब मैनेज कर रही हूंगी। घरवाले हमेशा

चिंता से भरे होते और लगभग बार-बार वही सवाल करते तुम ठीक तो हो? सामान तो है न खाने पीने का? सैनिटाइजर तो है, सामान लाने पर सैनिटाइज करती हो न? हाथ धोती हो न? ये ऐसे सवाल थे जो बार-बार पूछे जा रहे थे और मैं इन सवालों से परेशान होने लगी थी। मैं उनसे कभी गुस्से में कह भी देती कि मैं ठीक हूँ, सब है मेरे पास, आप लोग परेशान न हों, लेकिन ऐसा कहते ही मुझे जोर से रोना आ जाता...क्योंकि सब कुछ होना ठीक होना नहीं होता और माता-पिता के लिए यह कितना मुश्किल होगा समझना कि उनका बच्चा उनसे दूर है और हालात ऐसे हैं। उनकी चिंता और फिक्र को मैं समझ पा रही थी। मेरे मन में यही ख्याल आता रहा कि क्यों मैंने पापा की बात नहीं मानी, क्यों मैं उनके कहने पर घर पर रुकी नहीं? क्यों चली आई और शायद इसीलिए जीवन के सबसे बड़े अकेलेपन से जूझने को अभिशप्त हुई। यह एक बहुत मुश्किल वक्त था, जिन्दगी एक कमरे में ठहर कर रह गयी थी। मैं डिप्रेस होने लगी थी। मैंने न्यूज देखना, सोशल मीडिया पर जाना कम कर दिया। फोन पर बात करना बंद कर दिया। मैं सिर्फ गाने सुनती, फिल्में देखती और घर के काम करती। मैं जिस तरह की लड़की हूँ मुझे दोस्तों से मिलना, घूमने जाना गप्पें लगाना अच्छा लगता है। यही नहीं मैं इतवार को भी दोस्तों के साथ कुछ न कुछ प्लान जरूर करती हूँ, लेकिन अब हालत बदल चुके थे और जिन्दगी एक कमरे भर की रह गयी थी। बात करना बस फोन करने पर बचा था, जिसमें डॉक्टर, चिंता और घबराहट ही होती थी। मुझे 31 मार्च का इंतजार रहने लगा कि कब 31 मार्च आये और लॉकडाउन में कुछ राहत मिले तब शायद किसी की शक्ल देखने को मिले। मैं दिन गिनने लगी थी, योजना बनाने लगी थी 31 मार्च आते ही कैसे करके मैं घर पहुंच जाऊंगी। मैंने दोस्तों और अपने भाई बहनों से बात की इस बाबत तो उन्होंने कहा कि अभी कुछ मत प्लान करो क्योंकि यह बढ़ेगा।

यह पहली बार था जब लोग इस कदर डरे हुए नजर आ रहे थे। सड़कें एकदम वीरान नजर आती थीं। जब भी मैं टेरेस पर जाती ऐसा लगता किसी हॉरर फिल्म के दृश्य में हूँ। सब एकदम खामोश और पूरी दुनिया एकदम वीरान। सिर्फ चमगादड़ों की आवाजें, कुत्तों के भौंकने की आवाजें। एक-एक सेकेंड एक-एक घंटे सा गुजरता और एक-एक दिन एक-एक बरस जैसा। मैं खुद को व्यस्त रखने के लिए कुछ न कुछ कर रही थी लेकिन सच यह

था कि वह करना कुछ भी नहीं था। पूरी दुनिया एक दहशत से गुजर रही थी। इस महामारी ने बच्चे बूढ़े जवान सबको डरा रखा था।

हर तरफ सिर्फ कोरोना की बातें, नसीहतें, सहानुभूति। कोई भी एक दूसरे से मिलकर बात ही नहीं कर पा रहा था। लोग डर से बचने के उपाय बताते हुए और डरा रहे थे। मैंने सबसे कह दिया मुझे किसी से बात नहीं करनी। अगर मुझसे किसी को बात करनी है तो कोरोना के बारे में बात न ही करें। मैं आमतौर पर अपनी समस्याओं को किसी के साथ साझा नहीं करती हूँ सिवाय एक दो करीब के लोगों के जो मुझे समझते हैं और सुनते हैं। मैंने चीजों से बातों से खुद को अलग करना सीखा और सोचना शुरू किया कि क्या बात है जो मुझे इस कदर बेचैन कर रही है? इस तरह सोचने ने मेरी काफी मदद की। धीरे-धीरे यह खुद से बात करने का खुद को समझ पाने का समय बना। मैं अपनी उदासी अपने आंसुओं से खुद डील करना, उनसे बातें करना सीख रही थी। मेरे भीतर का दर्द तो आंसुओं से निकल जाता था और फिर किसी उम्मीद की राह बनती थी।

मैंने सोचा मेरे पास सब कुछ तो है फिर क्या है जो मुझे उदास कर रहा है? मेरे पास खाना है, मनोरंजन के साधन हैं, चिंता करने वाले लोग हैं बस मैं बाहर नहीं जा सकती, लोगों से मिल नहीं सकती और इस बात से मैं इतनी परेशान हूँ। उनका क्या जिनके पास खाने जैसी मूलभूत जरूरत की चीजें भी नहीं हैं। मैं तो बीमार भी नहीं हूँ मेरे घर परिवार में भी सब ठीक है। तब मुझे समझ में आया कि मुझे खाने और सोने के अलावा भी कुछ चाहिए वो हैं लोग। मैं लोगों से संवाद किये बिने उनसे मिले-जुले बिना नहीं रह सकती। हम इन्सान हैं कोई मशीन नहीं कि एक कमरे में अकेले ही काम करते हुए जीवन गुजार लें। फिर मैंने दोस्तों से बात करना शुरू किया और उन्हें भी कहा कि कोरोना के बारे में बात न करें कुछ ऐसी बातें करें जिससे मुझे सकारात्मक ऊर्जा मिले, अच्छा लगे। मैंने सकारात्मकता को दूढ़ना शुरू किया। मैंने बच्चों से बात करना शुरू किया जो असल में मुझे खुशी देता है। मैं अपने स्कूल के बच्चों को बहुत ज्यादा मिस कर रही थी। उनसे मिलने वाली खुशी और ऊर्जा को मिस कर रही थी। वो हम बड़ों की तरह के पूर्वाग्रही और जजमेंटल नहीं होते। मैंने बच्चों को कॉल करना शुरू किया और जाना कि वो अपने घरों में सुरक्षित हैं। जब मैंने बच्चों से बात की तो

जाना कि हर बच्चा कोरोना के आतंक से भयभीत है। वो लम्बी-लम्बी बातें करते और एक ही सवाल पूछते 'स्कूल कब खुलेंगे?' और मेरे पास इस बात का कोई जवाब नहीं होता।

जब मैंने पहली बार बच्चों को फोन किया तो उन्हें लगा शायद मैंने उन्हें स्कूल खुलने की सूचना देने के लिए फोन किया है। लेकिन बच्चों में एक विश्वास जरूर था कि जल्दी ही सब ठीक हो जायेगा। इस तरह वो दिन बीते और मैं 3 मई का इंतजार करने लगी कि शायद जिन्दगी में थोड़ा सकारात्मक परिवर्तन आये कम से कम स्कूल जा सकूंगी लोगों से मिलूंगी, बात करूंगी।

शुरू-शुरू में मैं इस ऑनलाइन होती दुनिया से चिढ़ती थी। वाट्सएप मैसेज, मेल्ल्स, टीम कॉल्ल्स, ऑनलाईन होमवर्क, सेशंस। मेरा फोन ऑफिस के काम में इस कदर इंगेज रहने लगा कि मेरे लिए निजी और प्रोफेशनल जीवन सब गड्डमगड्ड हो रहा था। अप्रैल से जब प्रोफिशियेंसी सेशंस शुरू हुए तो लगा कि जीवन में थोड़ी सी खुशी आई है। हम एक-दूसरे से बात कर रहे थे मिल रहे थे सेशंस अच्छे लग रहे थे। इस दौरान हम न सिर्फ अंग्रेजी प्रोफिशियेंसी सीख रहे थे बाकी एक-दूसरे को करीब से जान भी रहे थे। हम एक रिश्ते में बंधने लगे थे। हम सेशंस प्लान करते, तैयारी करते असाइनमेंट करते. उस उदास अकेली दुनिया में यह सुखद बदलाव था। इन सेशंस के दौरान मैंने यह भी सीखा कि किस तरह किसी को बुरा महसूस कराये बगैर कैसे उन्हें बेहतर सीखने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है, उनकी सहमति ली जा सकती है।

लेकिन लगातार फोन पर रहना भी एक किस्म का दर्द ही था। फोन पर होमवर्क देना, फोन पर आशंकाओं का निवारण करना, घंटों फोन पर रहना इससे अब नयी उलझन होने लगी थी। कभी भी फोन की घंटी बजती और डिस्टर्ब करने लगती। मैंने फोन को साइलेंट पर रखना शुरू किया। अब मेरी एक ही इच्छा बची थी कि किसी तरह स्कूल खुलें और मैं स्कूल जाना शुरू करूं ताकि यह ऑनलाइन का मामला खत्म हो। ज्यादा ऑनलाइन होने के कारण शारीरिक और भावनात्मक स्वास्थ्य पर भी असर पड़ने लगा था। एक ही चीज थी जो मुझे सकारात्मक बनाये हुए थी वो थी भरोसा। जो, मुझे लगातार बता रही थी किसी भी तस्वीर के एक पहलू को देखकर उसे जज नहीं किया जाना चाहिए।

इस तरह ढेर सारी चुनौतियों और अवसरों के साथ ये दिन बीते। मैंने इन दिनों में बहुत कुछ सीखा। सबसे बड़ी बात यह सीखी कि जिन्दगी में सबसे महत्वपूर्ण चीज है स्वास्थ्य और भरोसा। इन्हें पैसे से नहीं सावधानी से बचाया जा सकता है, खरीदा नहीं जा सकता। जिन्दगी को जो चीजें सजीवता प्रदान करती हैं वो हैं रिश्ते, लोग और उन पर भरोसा। रिश्ते, जिनमें अहंकार न हो, ईश्या न हो। जो व्यक्ति जैसा है उसे वैसा स्वीकार करने की बात। इस दौरान कुछ रिश्ते छूटे, कुछ पर धुंध पड़ी और कुछ अपनी चमक के साथ उभरकर आये। हमारे जीवन में इस सबका एक ही मतलब था खुशी।

धीरे-धीरे वह समय आया जब हमने सावधानी के साथ समुदाय में जाना शुरू किया। अब तक शरीर एक अलग किस्म की जड़ता का आदी हो चुका था तो समुदाय में जाने की शुरुआत के दिनों में जहां खुशी थी वहीं शरीर का साथ न देना दर्द भी दे रहा था। हम बाहर निकलते और अगर अपने साथ लाई हुई बॉटल का पानी जो कि अक्सर घंटे भर में खत्म हो जाता था के बाद हमारे पास प्यासे रहने के अलावा कोई चारा नहीं था। समुदाय में हमें देखकर वहां के लोग बहुत खुश हुए। मैं बच्चों के चेहरे पर आई खुशी के बारे में बयां नहीं कर सकती। एक बच्ची दिशा जो दौड़कर मेरे पास आई और जोर से चिपक गयी। करीब 5 मिनट तक वह यूं ही चिपककर खड़ी रही। मुझे उससे दूर रहना था, दूरी बनाकर लेकिन मैं उसके प्यार को दूर कर नहीं पा रही थी. अर्पिता, रेशव, तनिश के चेहरे भी खिल उठे थे। उनकी कीमती मुस्कुराहट को मैं बहुत मिस कर रही थी। बच्चों के अभिभावक भी हमें वहां देखकर बहुत खुश हुए। वो हमें अपनी जिन्दगी की हर छोटी-बड़ी बात बताते। लेकिन मई के उन तपते हुए दिनों में यह प्रक्रिया काफी थकाने वाली थी. मैं पते और रास्ते याद रखने में काफी कमजोर हूं लेकिन इन दिनों मुझे अपने स्कूल के बच्चों के घर के पते, गलियां, मोहल्ले सब अच्छे से पता हैं।

इस दौर ने हमें यह भी सिखाया कि बिना अपने समाज को ठीक से जाने हम भला किस सामाजिक बदलाव की बात करेंगे। हमारे तमाम सवालों के जवाब वहीं उसी समुदाय में थे बस हमें उन तक पहुंचना था।

(लेखिका अजीम प्रेमजी स्कूल ऊधमसिंह नगर, उत्तराखण्ड से जुड़ी हैं)
अंग्रेजी से अनुवाद-प्रतिभा