

पुस्तक समीक्षा

अदृश्य संघर्षों का संबोधन- "अदृश्य दीवारें"

समीक्षक : अरुणा डोगरा शर्मा

साहिबजादा अजीत सिंह नगर,
जिला- मोहाली, 160062, पंजाब

एक अनुभवी मनोवैज्ञानिक के रूप में, डॉ. संजय रामन व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य की जटिलताओं को समझने के लिए अपनी कहानियों में अपनी विशेषज्ञता का उपयोग करते हैं, जिससे पाठकों को मनोवैज्ञानिक चुनौतियों का सामना करने और उन पर काबू पाने के बारे में एक अद्वितीय और व्यावहारिक दृष्टिकोण मिलता है।

डॉ. संजय रामन की मनोरम कहानियों की पुस्तक "अदृश्य दीवारें", मानव मन के भीतर जटिल रूप से नियमित आजीवन बुनी गई विद्रूपताओं का अनावरण करती है। मनोविज्ञान की गहन समझ के साथ लेखक अपनी कहानियों द्वारा मानव मानस के असंख्य पहलुओं की गहराई से पड़ताल करते हुए और सामान्य व्यक्तियों द्वारा अक्सर प्रतिदिन सामना किए जाने वाले सूक्ष्म और अदृश्य संघर्षों को संबोधित करते हुए प्रतीत होते हैं। उक्त कृति की कहानियाँ मार्मिक दर्पण के रूप में काम करती हैं जो मानवीय अनुभवों व उन अनदेखे धागों को खोलती हैं जिनसे हम सभी बंधे हैं। पुस्तक में मानसिक समस्याओं को सरल ढंग से उजागर करना और उनका निदान करना, वास्तविक रूप में अनुपम दृष्टांत है।

मैंने इस पुस्तक को जब पढ़ना आरंभ किया तो ऐसा लगा जैसे मैं किसी चिकित्सालय में चिकित्सक हूँ और भाँति-भाँति के अस्वस्थ व्यक्तियों से मिलकर उनके ऐसे मनोरोगों को दूर कर रही हूँ जिनका शायद आम ज़िंदगी में पता भी नहीं होता और उम्र भर मनोरोगी उनसे जूझता ही रह जाता है। यहाँ एक बात ज़रूर कहना चाहूँगी कि लेखक का मनोवैज्ञानिक होना इस पुस्तक के लिए मानो सोने पर सुहागा है। पुस्तक का शीर्षक भी पाठक को अपनी ओर खींचता है और कहानियों को पढ़ने के लिए प्रेरित करता है। लेखक ने बहुत ही सुंदर ढंग से हर कहानी में अलग-अलग प्रकार के मनोवैज्ञानिक विकारों को सुचारू ढंग से व सरलता के साथ पाठकों के सामने प्रस्तुत किया है। प्रत्येक कहानी शिक्षाप्रद कहानियाँ हैं जो विशेषकर युवाओं को प्रेरित और जागरूक करती हैं।

प्रथम कहानी "जीवित आकृतियाँ" में एक युवा महिला की ऐसी मानसिक अवस्था का वर्णन है जिससे वह गत आठ वर्षों से पीड़ित है। लेखक का ऐसा मानना है कि अवसाद काले बादल की तरह होता है जो कुछ पल के लिए अँधेरा तो करता है, किंतु जब हौसले बारिश बन जाते हैं तो धूल, गंदगी सब सरलता से धुल जाती है। जीवन रुका नहीं और न ही रुकेगा। हर कठिन परिस्थिति में निरंतर चलायमान रहने पर ही आगे के रास्ते अपने आप ही बनते जाते हैं।

उक्त कृति की प्रत्येक कहानी में लेखक द्वारा छोटी से लेकर बड़ी मानसिक समस्या के बारे में जानकारी साझा करने के साथ-साथ उसका निवारण भी सुझाया गया है। 'स्पॉटलाइट' कहानी में व्यक्ति को अपने सपनों को पाने के लिए मन के डर यानि फोबिया नाम के कीट को जड़ से मिटाने के लिए किस प्रकार परिस्थितियों का दृढ़ निश्चय से सामना किया जाना चाहिए, लेखक ने इस कहानी के माध्यम से बड़े ही रोचक ढंग से यह संदेश दिया है। जीवन में हर कठिनाई का समाधान ढूँढा जा सकता है। लेखक ने केवल यथार्थ आत्मभाव को ही पाठकों के सामने रखा है। कुछेक कहानियों के पात्रों का चुनाव भी कहीं-कहीं काल्पनिक नहीं लगता, प्रत्येक कहानी की संवाद शैली भी अति सराहनीय है।

"चो निगाहें" कहानी में यह पंक्तियाँ "आपको याद कर रही हूँ डैडी...! कितनी देर लगा रहे हो...?", पढ़कर कुछ क्षण के लिए तो स्तब्ध हो गई। कहानी में अस्पताल के चिकित्सक डॉ. रामन के अपने मरीज़ शेखर से बातचीत और शेखर का अपनी ज़िंदगी की सच्चाइयों से रूबरू होने के वे कुछ पल जिसमें याद रखना और फिर भूल जाना, एक विवश व्यक्ति की खुद की लड़ाई बयान करते हैं।

"लुकाछिपी" कहानी को पढ़ते-पढ़ते सच में सब्र टूट रहा था। जिज्ञासा हो रही थी जल्द से जल्द उस अद्भुत और विचित्र पात्र दुर्गा के बारे में जानने की। लेखक ने बड़े सुंदर ढंग से समझाया है कि व्यक्ति में अनावश्यक चिंता से अनिद्रा (इनसोमनिया) से,

कोई भी सामान्य व्यक्ति ग्रस्त हो सकता है। एक फिल्म की कहानी की तरह इसमें जैसे परत दर परत सच्चाई का सामना होता है, स्प्लिट पर्सनेलिटी डिसऑर्डर के बारे में समझाया गया है। कहानी में लेखक कहना चाहते हैं कि इलाज से इस तरह के गंभीर मनोविकारों को दूर करना कठिन तो होता है परंतु असंभव नहीं, सच में एक मनोरोगी को बहुत बल प्रदान करता है।

“अतार्किक भय”, फोबिया की अवस्था को परिभाषित करती कहानी, है जो अंतर्निहित हालात की वजह से पीड़ित व्यक्ति में दिखाई देने लग जाता है। अधिकांश व्यक्ति अंधविश्वास में पड़कर जादू टोना जैसे अप्रिय चक्करों में पड़ जाते हैं। लेखक द्वारा इन्हें साफ तौर पर नकारा जाना, उसकी आधुनिक सोच को सराहनीय बनाता है। इस कहानी की पात्र कविता कैसे सूझबूझ से अपनी समस्या का समाधान ढूँढती है। बेवजह बच्चों को डराना, धमकाना बच्चों में गंभीर मनोविकार पैदा कर सकता है और उनका जीवन कष्टदायी कर देता है। कहानी में लेखक ने भली भाँति समझाया है कि हमारी धरोहर योगासन, हमारे जीवन में कितना महत्व रखती है। लेखक ने बड़े ही सुचारू ढंग से इस कहानी के माध्यम से योग अभ्यास करने के लाभ आदि बताकर पाठकों को जागरूक किया है।

“अग्नि बौछार” कहानी का दृश्य जब आँखों के सामने आता है, बड़ा ही भयावह प्रतीत होता है। कहानी में घटक कैसे घटना को स्वयं अग्नि बौछार बनाने में जिम्मेदार होते हैं, बहुत ही सुंदर ढंग से चित्रित किया गया है। बाइपोलर डिसऑर्डर के मनोविकार से पीड़ित पलनी की माँ वैदेही द्वारा मनोचिकित्सा विभाग के एक सीनियर मनोरोग डॉक्टर की बात ना मानने का परिणाम क्या हो सकता है, बहुत सही ढंग से इस कहानी के माध्यम से लेखक ने समझाया है।

कहानी “विभ्रम” एक अलग प्रकार की कहानी है। भ्रांतियों में बहुत से लोग जीते हैं। लेखक ने सत्य और सत्य की अनुभूति को इस कहानी में गहरे शब्दों में चित्रित किया है। बिना जाने इस कहानी का पात्र शिवा कैसे अपनी ही कुछ असत्य बातों को सही समझकर आत्महत्या कर लेता है। यह कहानी एक बहुत बड़ी सीख देती है कि व्यक्ति को मन में कोई भ्रम न पालते हुए अपने मन की बात अपने माता-पिता से ज़रूर करनी चाहिए और हर वस्तु का जीवन में मिलना या ना मिलना यह निश्चित नहीं करता कि आप जीवन में चलना ही बंद कर दें। कहानी में लेखक ने मेजर डिप्रेसिव डिसऑर्डर मनोरोग को बड़ी ही गंभीरता से पाठकों के सामने रखा है जो आजकल की युवा पीढ़ी को आगाह करता है कि जीवन जीने के लिए है न कि मरने के लिए। इसी बात की पुष्टि करते हुए लेखक कहानी के माध्यम से गहरी सीख देते प्रतीत होते हैं।

“अति जीविता कौशल” कहानी में बताया गया है कि एक बीमार मन बीमार विचारों को ही उपजता है और उसका अंत इतना दर्दनाक होता है कि प्रायश्चित्त करने तक का भी समय नहीं मिलता। पीटीएसडी विकार से पीड़ित महिला मैथिली कानून को अपने हाथ में ले लेती है और दुर्भाग्यवश एक दर्दनाक घटना को अंजाम दे बैठती है। सच में लेखक ने मनोविकार के लिए इलाज की परम आवश्यकता की ओर गहरा संकेत किया है।

“खामोशियों का शोर” कहानी में किस तरह से परिवार के लोग समझदारी के साथ गंभीर मानसिक समस्याओं को मनोरोग विशेषज्ञों के साथ मिलकर निदान पा सकते हैं, लेखक ने बखूबी बताया है। कहानी में शब्दों का प्रयोग बड़े सुचारू ढंग से किया गया है, जो लेखक के भाषाविज्ञ होने का प्रमाण देता है। कहानी के अंत तक एक-एक शब्द स्पष्ट करता है कि विघटन दिमाग के उस भाग को एक तरह से बंद कर देता है जो अतीत के अनुभवों को संसाधित करने के लिए जिम्मेदार होता है। एक बच्चा सच्ची घटना को देख कर कैसे मनोरोगी बना और उसके परिवार का इस अभाग्यपूर्ण स्थिति से निकालने हेतु पात्र जगन का पूरा-पूरा साथ देना, लेखक के सामयिक ज़रूरत की तरफ ध्यान खींचता है। लेखक ने वर्तमान समय में बच्चों में बढ़ रहे अपराध को भी इंगित कर एक महत्वपूर्ण विषय पर पाठकों को सोचने के लिए मजबूर कर दिया है।

“माया” कहानी में लेखक ने डिमेंशिया प्रेकोक्स नामक मनोविकार का जिक्र किया है और इस मुश्किल घड़ी में जब घर पर इसका समाधान संभव नहीं था तो चिकित्सालय की मदद से इलाज संभव किया। पात्र पवित्रा के माता-पिता खामोशी से पवित्रा की यह लड़ाई जीतने के इंतज़ार के साथी बनते हैं।

“चंद्रवंश की चंद्रबाला” कहानी महत्वपूर्ण विषय पर आधारित है। बाल-अवस्था में कौनसी बात आपके मन पर असर कर रही है इसका कई बार पता नहीं रहता। किंतु जिनका ताउम्र उनके मस्तिष्क पर ऐसा प्रभाव बना रह जाता है कि कई बार किसी न किसी विकार का शिकार हो जाते हैं। कहानी, पात्र मयंक को अवचेतना में मिली लड़की के बारे में है जिससे आखिर में इयूथिनेसिया करने की ज़रूरत आन पड़ती है। ऐसी घटनाएँ जो समाज में घटती हैं, कई बार रोगी को कई-कई वर्षों तक बिस्तर पर मुर्दे की तरह पड़े रहने की स्थिति में डाल जाती हैं। ऐसे रोग जो लाइलाज होने की वजह से कई बार वेदना से तड़पता मरीज स्वयं इयूथिनेसिया के लिए सरकार से गुज़ारिश करता है, बहुत ही सही ढंग से शब्दों की बहती नदी की भाँति लेखक ने दुखित होकर

अपनी बात को स्पष्ट किया है कि कैसे, जिसे हम बहुत प्यार करते हैं उन्हें भी वहाँ भेजने पर विवश हो जाते हैं जहाँ से वे कभी लौटकर नहीं आते।

लगभग सभी कहानियों में दक्षिणी परिवेश, त्योहार, व्यंजन आदि के बारे में भी जानकारी मिलती है जो दक्षिण राज्य की सांस्कृति से पाठकों को अवगत कराती है। अंत में, डॉ. संजय रामन की कृति "अदृश्य दीवारें", मनुष्य के जीवन में व्याप्त अदृश्य दीवारों और विभिन्न अनदेखी बाधाओं की गहन खोज, सामाजिक मानदंडों की छिपी जटिलताओं आदि में एक गहन मंथन प्रदान करती है। "अदृश्य दीवारें" न केवल कहानियों के संग्रह के रूप में, बल्कि एक चिकित्सीय यात्रा के रूप में भी संगृहणीय है जो पाठकों को आत्म-खोज की कला में बहुमूल्य अंतर्दृष्टि प्रदान करती है। सम्मोहक आख्यानों के माध्यम से, डॉ. संजय रामन अक्सर अनदेखी की गई दीवारों का खुलासा करते प्रतीत होते हैं जो मनुष्य को सीमित और विभाजित करती हैं। यही विचारोत्तेजक कार्य, कहानियों के माध्यम से एक दर्पण के रूप में कार्य करता है और साथ ही पाठकों से उन सभी अदृश्य बाधाओं पर विचार करने का आग्रह करता है जो हमारे जीवन को आकार देते हैं।

शारदा सप्तऋषि फाउंडेशन, चेन्नई द्वारा प्रकाशित उक्त पुस्तक का आवरण व मुद्रण निःसंदेह सुन्दर व सटीक है। पुस्तक में विषयगत कहानियों से सम्बद्ध चित्र आदि, पाठकों को सम्बंधित मनोवैज्ञानिक विषय को और भी आसानी से समझाने के लिए उत्तम बन पड़े हैं। "अदृश्य दीवारें" सामाजिक जागरूकता और सहानुभूति के लिए लेखक का एक मूल्यवान योगदान है। इन अगोचर सीमाओं पर प्रकाश डालने और मानवीय अनुभवों की बेहतर समझ को बढ़ावा देने के प्रति समर्पण के लिए डॉ. संजय रामन को हार्दिक साधुवाद।

विषय – पुस्तक समीक्षा
पुस्तक का नाम – अदृश्य दीवारें (कहानी संग्रह)
ISBN 978-81-953635-2-0
मूल्य- रु 120/-
कहानीकार – डॉ. संजय रामन 'विद्यावाचस्पति'
प्रकाशक - शारदा सप्तऋषि फाउंडेशन, चेन्नई

