4

टूटते जीवन मूल्यों में मार्गदर्शन एवं परामर्श की प्रासंगिकता

*राघवेंद्र पति त्रिपाठी**
*प्रभात कुमार मिश्र***

वर्तमान हालात पर नज़र डालने पर समाज की जो तसवीर उभर कर सामने आती है, उसमें विरोधाभास है। वह दिग्भ्रमित करती है। सत्य से बिल्कुल परे। यह सर्वविदित तथ्य है कि मानव सभ्यता के ऊषाकाल से लेकर अब तक मानव-विकास की एक सुनहरी गाथा इतिहास के पन्नों में सिमटी पड़ी है जिसे पढ़कर, हम सब अपने आपको गौरवान्वित महसूस कर सकते हैं। परंतु वर्तमान समय में चतुर्दिक हिंसा, भ्रष्टाचार एवं बेईमानी का तांडव-नृत्य देखकर भयभीत एवं स्तब्ध होना लाज़मी ही है। यह स्थिति अनेक सवालों को जन्म देती है।

सच्चाई यह है कि व्यक्ति को वर्तमान में जीना पड़ता है। यह समय उसके सभी क्रियाकलापों का साक्षी बनता है, इसलिए इस समय को सार्थक बनाना उसका कर्तव्य होता है। यही वजह है कि व्यक्ति अपनी वर्तमान स्थिति को अधिक से अधिक बेहतर बनाने हेतु प्रयासरत रहता है। वैसे देखा जाए तो आज लोग किंकर्तव्यविमूढ़ होकर एक-दूसरे की तरफ देख रहे हैं। आक्रोश, तनाव एवं असुरक्षा के माहौल से निकलने को छटपटा रहे हैं। प्रश्न उठता है कि आखिर ऐसे हालात क्यों हैं? इसका समाधान क्या है? क्योंकि जब व्यक्ति अपने परिवेश से संतुष्ट नहीं होता है तो उसको जीवन सारहीन लगने लगता है और जीवन में उसकी दिलचस्पी नहीं रह जाती है।

हमारे कहने का तात्पर्य यह नहीं है कि सारा संसार घोर अंधकार से व्याप्त है और आशा की कोई भी किरण दिखाई नहीं दे रही है बल्कि हमारा अभिप्राय टूटते जीवन मूल्यों को पुन: स्थापित करने से है और इसके लिए गहन आत्म-चिंतन एवं विश्लेषण की नितांत आवश्यकता है।

समाज में कथनी और करनी में इतना ज़्यादा अंतर मिलता है कि आश्चर्यचकित होना लाज़मी ही है। विश्वास की डोर कब तक झूठ और फरेब के साथ बँधी रह सकती है, उसका टूटना निश्चित ही होता है और समय की माँग भी है। आखिर समाज में जो कुछ घटित हो रहा है, वह किसी अदृश्य

* *अध्यापक परामर्शदाता,* शिक्षा निदेशालय, दिल्ली सरकार, दिल्ली
** *सहायक प्रोफ़ेसर,* शैक्षिक मनोविज्ञान एवं शिक्षा आधार विभाग, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नयी दिल्ली

0- + 2015.indd 24 5/26/2017 9:14:53 AM

शक्ति का काम तो है नहीं, उसके कर्ता-धर्ता समाज के ताने-बाने के ही हिस्से हैं। यह सब देखकर बड़ा आश्चर्य होता है।

क्या ईश्वर ने इनसान को इसलिए बनाया है कि वह अपने जीवन को निजी स्वार्थ में बर्बाद कर दे और इसकी प्राप्ति हेतु जीवन मूल्यों को तिलांजलि दे दे। निश्चित रूप से यह ईश्वर की परिकल्पना नहीं है बल्कि यह तो व्यक्ति के संकीर्ण दिमाग की उपज है जो कि परिस्थितिजन्य है।

प्रेम, दया, करुणा, संवेदना, ईमानदारी, अहिंसा आदि जीवन मूल्य व्यक्ति के जीवन के अपरिहार्य अंग रहे हैं जो व्यक्ति के व्यक्तित्व का हिस्सा बनकर हमेशा साथ-साथ चलते हैं। व्यक्ति का व्यवहार इन्हीं जीवन मूल्यों से संचालित होता है लेकिन वर्तमान समय में अधिकांश लोगों के द्वारा इन्हें जीवन में अपनाना अप्रासंगिक लगता है।

समय के साथ-साथ समाज भी बदला है। आखिर बदले क्यों ना? यह कोई स्वयं में स्वतंत्र तो है नहीं। यह उन तथाकथित लोगों के द्वारा बनाया जाता है जो अपना वर्चस्व अन्य लोगों पर स्थापित करना चाहते हैं। सत्ता और धन को जब समाज मान-सम्मान का पर्याय मानेगा तब मानवीय मूल्यों के समक्ष स्वत: प्रश्नचिह्न लग जाएगा और ऐसे हालातों में जीवन मूल्यों का अस्तित्व खतरे में पड़ जाना स्वाभाविक भी है।

पर ऐसा क्यों हो रहा है? जीवन मूल्यों को लोग निरर्थक क्यों समझ रहे हैं? क्या जीवन मूल्यों की जड़ें इतनी कमज़ोर हैं जो मानव सभ्यता के पटल पर से उखाड़कर फेंक दी जाएँगी? इन सब प्रश्नों का उत्तर है 'नहीं' और इसका समाधान हमें मार्गदर्शन एवं परामर्श की तरफ़ लेकर जाता है जिसकी वर्तमान परिस्थितियों में अत्यंत आवश्यकता है।

मार्गदर्शन एवं परामर्श सेवाएँ व्यक्ति के जीवन में वांछनीय परिवर्तन ला सकती हैं क्योंकि इन सेवाओं का उद्देश्य व्यक्ति में अंतर्निहित नकारात्मक विचारों को हटाकर उनमें आत्मविश्वास पैदा करना और जीवन में सकारात्मक दृष्टिकोण के साथ आगे बढ़ने हेतु सक्षम बनाना होता है। मार्गदर्शन एवं परामर्श की प्रक्रिया इस विश्वास पर आधारित है कि कुछ विशेष प्रकार की सहायता के द्वारा व्यक्ति की क्षमताओं को उसके अधिकतम स्तर पर विकसित करके उनका उपयोग व्यक्ति, समाज एवं राष्ट्र के लिए किया जा सकता है। इसके माध्यम से व्यक्तित्व का सर्वांगीण विकास किया जा सकता है तथा जीवन मूल्यों के विघटन हेतु उत्तरदायी प्रमुख घटकों–चिंता, तनाव, दबाव, आक्रोश, आदि का सफ़लतापूर्वक सामना करते हुए एक स्वस्थ, एवं सार्थक जीवन व्यतीत किया जा सकता है। तो आइए, देखते हैं कि व्यक्ति के जीवन में मार्गदर्शन एवं परामर्श की क्या प्रासंगिकता है।

"परामर्श, परामर्शदाता और सेवार्थी के बीच होने वाली अन्योन्यक्रिया की एक प्रक्रिया है जो सेवार्थी को अपनी आवश्यकताओं के अनुरूप अपने व्यवहार को संतोषजनक रूप में परिवर्तित करने की सहायता के उद्देश्य पर आधारित है।" पेपिस्की और पेपिस्की (1954)

मार्गदर्शन एवं परामर्श की परिभाषा

"सही निर्णय लेने, समायोजन करने एवं समस्या के समाधान हेतु एक व्यक्ति के द्वारा दूसरे व्यक्ति को दी जाने वाली सहायता को मार्गदर्शन कहते हैं" जोंस (1951)।

0- + 2015.indd 25 5/26/2017 9:14:53 AM

यह सर्वमान्य सत्य है कि हर व्यक्ति में कुछ विशेष गुण होते हैं और वह अपने इन गुणों के बल पर अपने व्यक्तित्व का विकास कर सकता है। जीवन में कभी-कभी ऐसा अवसर आता है जब व्यक्ति प्रतिकूल परिस्थितियों का सामना करने में स्वयं को असहाय एवं बेबस महसूस करता है। इसका मतलब यह नहीं है कि उसके अंदर काबिलियत नहीं है बल्कि इसकी मुख्य वजह उसकी घबराहट एवं चिंता होती है। ऐसी स्थिति में उचित मार्गदर्शन के माध्यम से वह इन समस्याओं का समाधान करने में स्वत: सक्षम हो जाता है। इस प्रकार के अनेक उदाहरण – घर, विद्यालय एवं समाज में मिलते रहते हैं जिसमें निराशा के अंधकार में घिरे व्यक्ति को सही दिशा दिखाने पर वह जीवन में अप्रत्याशित विकास करने में सफ़ल होता है।

मार्गदर्शन एवं परामर्श की भूमिका

हर व्यक्ति अपने आप में अनोखा एवं अद्वितीय होता है। वह समाज का एक छोटा-सा ही सही परंतु आवश्यक हिस्सा होता है। हर व्यक्ति एक जैसा नहीं हो सकता है, उसमें व्यक्तिगत भिन्नता होती है जो समाज के उत्थान के लिए अत्यंत आवश्यक है। किसी भी समाज या राष्ट्र का विकास केवल चंद लोगों पर ही आधारित नहीं होता है, उसमें हर एक व्यक्ति का खून-पसीना मिला होता है, सभी के श्रम का अर्घ्य चढ़ा होता है और वह जन-जन के ख्वाबों का यथार्थ प्रतिबिंब होता है। परंतु विडम्बना यह है कि जब-जब समाज एवं राष्ट्र के विकास में योगदान देने वालों की चर्चा होती है तब नींव की ईंट के समान असंख्य लोगों के योगदान को विस्मृत कर दिया जाता है और यही विसंगति व्यक्ति में निराशा का संचार करती है। यहाँ पर प्रश्न व्यक्ति को एवं उसके कार्य को उसके हिस्से का सम्मान एवं महत्त्व मिलने का है तथा उसे यह समझाने का है कि वह अपनी जगह असाधारण है और उसके अंतर्मन में यह भाव मार्गदर्शन के द्वारा अंकुरित किया जा सकता है।

यह कहना अतिशयोक्तिपूर्ण नहीं है कि किसी भी व्यक्ति की व्यक्तिगत समस्याएँ आगे चलकर काफी घातक सिद्ध होती हैं जिनका दूरगामी परिणाम भयानक रूप में सामने आता है। वर्तमान समय में तेज़ी से फ़ैलती हुई नशे की आदत, बच्चों का यौन शोषण, आत्महत्या की घटनाएँ, जेंडर-भेद के आधार पर असमानता, अपराध, हिंसा, बेरोज़गारी की समस्या तथा जीवन मूल्यों को ना अपनाना,आदि पूरे विश्व को अपनी चपेट में ले रही हैं। इन समस्याओं से छुटकारा पाना नितांत आवश्यक है। दवाओं से किया जाने वाला उपचार अस्थायी होता है। इसका असली उपचार है – इसके विषय में जानकारी देना जिससे वे इसके दुष्परिणामों के विषय में जानकर और समझकर इससे विमुख हो सकें। मार्गदर्शन एवं परामर्श सेवाएँ इस दिशा में प्रभावी ढंग से कार्य कर सकती हैं।

व्यक्ति के लिए परेशानी की सबसे बड़ी वजह स्वयं को ठीक से ना समझ पाना है। यह मानव स्वभाव है कि वह हमेशा अपनी तुलना दूसरों से करता है। तुलना करने पर दिखाई देने वाला अंतर परेशानी का कारण बनता है। उसे अपने मन में चल रहे अंतर्द्वंद्व से निकलना आवश्यक हो जाता है क्योंकि इससे उसके अंदर नकारात्मक भावनाएँ जन्म लेती हैं और वह व्यथित रहता है। परामर्श व्यक्ति को इन सब

0- + 2015.indd 26 5/26/2017 9:14:53 AM

परेशानियों से बाहर निकलने में सहायता करता है। उसमें यह भावना विकसित की जाती है कि वह इन परेशानियों का सामना करने में पूर्णतया समर्थ है। इससे उसमें आत्मविश्वास उत्पन्न होता है। उसका नज़रिया बदलता है और जीवन में आशा का संचार होता है। व्यक्तिगत कमज़ोरियों के कारण ही व्यक्ति समाज में स्वयं को ठीक प्रकार से समायोजित नहीं कर पाता है। परामर्श की सहायता से वह इन पर काबू पाता है और आत्मीयपूर्ण व्यवहार, सब के साथ अपने विचारों को स्पष्ट रूप से अभिव्यक्त करना, आपसी सौहार्द्र, आदि गुणों को विकसित करके जीवन में सकारात्मक दृष्टिकोण अपनाकर समाज में अपना यथोचित योगदान देता है।

इस संदर्भ में जीवन कौशलों की भूमिका बहुत महत्वपूर्ण है जिनका उपयोग असामान्य परिस्थितियों को अनुकूल बनाकर स्वस्थ एवं खुशहाल जीवन जीने के लिए किया जाता है। यह हम सबके अंदर निहित व्यक्तिगत सक्षमता है जो उचित मार्गदर्शन से विकसित की जा सकती है और इससे जीवन में उत्पन्न होने वाली चुनौतियों का सामना किया जा सकता है। कुछ मूलभूत जीवन कौशल हैं –

- सकारात्मक अभिव्यक्ति
- समालोचनात्मक चिंतन
- सही निर्णय लेना
- समस्या-समाधान
- तदानुभूति
- प्रभावशाली संप्रेषण कौशल
- संबंधों में आत्मीयता का विकास करना
- भावनाओं पर नियंत्रण रखना

सकारात्मक अभिवृत्ति व्यक्ति को निराशा के अंधकार से निकालकर प्रकाश की तरफ़ ले जाती है। जीवन की किसी संकटपूर्ण स्थिति में जब व्यक्ति इस सोच के साथ उस स्थिति का सामना करता है कि यह जीवन का एक हिस्सा है जो कुछ समय के लिए अस्थायी रूप से है। उसे विश्वास होता है कि संकट के बादल धीरे-धीरे छट जाएँगे और खुशियों के प्रकाश से जीवन प्रकाशित हो जाएगा। इससे वह प्रतिकूल परिस्थितियों में भी धैर्यपूर्वक हँसते-मुस्कराते अपने कर्तव्य को पूरा करने में लगा रहता है।

मार्गदर्शन एवं परामर्श की उपयोगिता

वर्तमान समय में सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक एवं सांस्कृतिक परिदृश्य पर दृष्टि डालने पर सर्वत्र समस्याओं में जूझते हुए व्यक्ति दिखाई पड़ते हैं। मानव जीवन में विसंगतियाँ इतनी अधिक हैं कि इन्हें दूर करना लगभग नामुमकिन है। इसलिए इन विसंगतियों पर ध्यान देने के बजाय यह आवश्यक है कि व्यक्ति जहाँ, जिस माहौल में रह रहा है, वहीं से जीवन स्तर को सुधारने की कोशिश शुरू की जाए। इसमें सबसे आवश्यक यह है कि सभी को समझाया जाए कि वह समाज एवं राष्ट्र के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। उनमें यह भावना विकसित करनी चाहिए कि वे हर परिस्थिति का सामना करने में सक्षम हैं। इस प्रकार वे अपनी सामर्थ्य को समझ सकेंगे और सकारात्मक सोच के साथ जीवन में आगे बढ़ सकेंगे। इस उद्देश्य को हासिल करने में जीवन कौशलों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है।

यह सर्वमान्य सत्य है कि मूल्यों पर आधारित जीवन ही सच्चा एवं सार्थक जीवन है। जीवन मूल्यों

0- + 2015.indd 27 5/26/2017 9:14:53 AM

को अपनाए बिना उद्देश्यपरक जीवन की कल्पना ही नहीं की जा सकती है। हिंसा, भ्रष्टाचार एवं बेईमानी के स्थापित होते हुए साम्राज्य की जड़ों को हिलाने एवं समूल नष्ट करने के लिए हर व्यक्ति को अपने जीवन में जीवन मूल्यों को अपनाना ही होगा।

जीवन की एक अबाध गति है। वह निरंतर आगे बढ़ता रहता है। कितनी भी परेशानियाँ आएँ, बस एक ही लक्ष्य होता है– चलते जाना। प्रकृति की तरह मानव जीवन भी परिवर्तनशील है। अत: प्रत्येक व्यक्ति के अंतर्मन में यह धारणा रहती है कि अगर आज जीवन में अंधकार है तो कल उजाला ज़रूर होगा। यह विश्वास व्यक्ति को जीवन में निरंतर आगे बढ़ने को प्रेरित करता रहता है। जीवन और समस्याएँ एक-दूसरे का पर्याय हैं। इसलिए परेशानियों को जड़ से समाप्त नहीं किया जा सकता है। व्यक्ति को इनका सामना करने हेतु स्वयं को समर्थ बनाना होता है और इस कार्य के लिए मार्गदर्शन एवं परामर्श की उपयोगिता सर्वविदित एवं सर्वमान्य है।

0- + 2015.indd 28 5/26/2017 9:14:53 AM