दृष्टिहीन
और
समाज आधारित पुनर्वास

स्वर्ण अहूजा

ऑल इण्डिया कन्फेडरेशन ऑफ दि ब्लाइंड

प्रथमावृत्ति ई.स. 2001

© सर्वाधिकार सुरक्षित

स्वर्ण अहूजा
व ऑल इण्डिया कन्फेडरेशन ऑफ दि ब्लाइंड

प्रकाशक:
ऑल इण्डिया कन्फेडरेशन ऑफ दि ब्लाइंड
ब्रेल भवन,
प्लॉट न.-3, इंस्टिट्यूशनल एरिया,
सैक्टर-5, रोहिणी, दिल्ली-110085.
फोन : 7054082, टेलीफैक्स : 7050915

प्राक्कथन

पुनर्वास व सामाजिक एकात्मता सहगामी प्रक्रियाएँ है। पुनर्वास संबंधी प्रक्रियाओं से यह अपेक्षित है कि दृष्टिहीन व्यक्ति समाज में अपना स्थान ले सके व समाज का अभिन्न अंग बन सके। 'दृष्टिहीन और समाज आधारित पुनर्वास' पुस्तक में दृष्टिहीनों के पुनर्वास हेतु विभिन्न कार्यक्रमों का उल्लेख बखूबी किया गया है। इस पुस्तक की रचना कर विकलांगों के जीवन को विविध आयाम देकर जागरूक बनाने की चेष्टा की गई है। अपने ढंग की यह अनूठी पुस्तक है।

श्रीमती स्वर्ण अहुजा जो दृष्टिहीनता के क्षेत्र में 30 वर्षों से कार्यरत हैं, इस पुस्तक में पुनर्वास प्रक्रिया, स्वावलम्बन, सामाजिक समर्थता व एकात्मता पर बखूबी प्रकाश डाला है। इस पुस्तक से दृष्टिहीनों के बारे में ज्ञान प्राप्त कर, उनमें संकल्प-शक्ति को बढ़ाने में सहायता प्राप्त होगी जिससे वह अपनी दैहिक असमर्थताओं पर विजय पाकर अपने जीवन को सशक्त बना सकेंगे।

समाज आधारित पुनर्वास कार्यक्रमों पर आधारित यह पुस्तक दृष्टिहीनों के चहुँमुखी विकास पर प्रकाश डालती है। पुस्तक की भाषा सरल और शैली सहज है जो गाँवों में बसे पुनर्वास कार्यकर्ताओं के लिए अत्यन्त सहायक सिद्ध हो सकेगी।

हमारी हार्दिक इच्छा है कि इस पुस्तक का उपयोग ज्यादा से ज्यादा व्यक्ति कर सकें और दृष्टिहीनों के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करें ताकि उनको स्वावलम्बी बनाने में सहायता कर सकें। हमें विश्वास है कि लेखिका का यह अनूठा योगदान दृष्टिहीनों के पुनर्वास में भरपूर सहायक सिद्ध होगा।

(मेजर एच.पी.एस. अहलूवालिया)
अध्यक्ष,
भारतीय पुनर्वास परिषद्,
नई दिल्ली।

20-3-2001

भूमिका

कुछ समय पहले दिल्ली में जब श्री जवाहर लाल कौल ने मुझसे ऑल इण्डिया कन्फेडरेशन ऑफ दि ब्लांइड (AICB) के लिए इस पुस्तक को लिखने के लिए कहा तो मेरी तात्कालिक प्रतिक्रिया थी, ''नहीं, कौल साहब! अच्छा होगा, यह काम आप किसी और को दें''। उनके आग्रह पर मैंने ''हाँ'' तो कह दी, परन्तु बड़े संकोच के साथ। यद्यपि मैंने तमिलनाडु, गुजरात और कर्नाटक में समाज आधारित पुनर्वास (CBR) कार्यक्रमों का अवलोकन किया है, परन्तु स्वयं किसी समाज आधारित पुनर्वास कार्यक्रम में काम नहीं किया—इसलिए संकोच।

इस पुस्तक के लिए, लेखन की पूर्व तैयारी में मैंने इस विषय की कुछ पुस्तकों को पढ़ना आवश्यक समझा। इन पुस्तकों से मुझे बहुत मात्रा में सूचनात्मक ज्ञान की प्राप्ति हुई है। अतएव, इनके लेखकों को मेरा हार्दिक धन्यवाद।

मेरा विशेष आभार है डा. भूषण पुनानी, नन्दिनी रावल और प्रो. रमणीक हलारी को, जिनकी पुस्तकों से (Community Based Rehabilitation, Visual Impairment -Handbook तथा सामुदायिक पुनर्वास) मुझे बहुत कुछ सूचनात्मक ज्ञान मिला है, जिसका प्रयोग मैंने इस पुस्तक में किया है।

'संदर्भ साहित्य' की सब पुस्तकें शायद मैं न पढ़ पाती, यदि NAB-LBMRC पुस्तकालय की कार्यकारी, वीना रांगनेकर ने मेरी सहायता न की होती। जब भी मैंने उनसे किसी पुस्तक की माँग की, उन्होंने तुरन्त मुझे भिजवा दी। इसके लिए मैं उनकी आभारी हूँ।

चित्रों के लिए जवाहर लाल कौल तथा अन्य सामग्री और सहायता के लिए मधुकर चौधरी, आनन्द आथलेकर तथा शिव अहूजा को मेरा धन्यवाद।

इस पुस्तक का संपादन शायद सम्भव ही न होता, यदि सुरेश मुझे अभिप्रेरित न करते। इसके लेखन में इन्होंने मुझे केवल प्रेरित तथा प्रोत्साहित ही नहीं किया, संपादित करते हुए अमूल्य सुझाव भी दिए हैं। अतएव, सुरेश अहूजा के प्रति मन से आभार प्रकट किए बिना तो मेरा आभार अधूरा ही रह जाएगा।

मैंने प्रयत्न किया है कि पुस्तक की भाषा सरल और शैली सहज-साधारण रहे। आशा करती हूँ कि दूर-सुदूर गाँवों में बसे मेरे साथी मित्रों के लिए, पुनर्वास काम करते हुए यह पुस्तक कुछ सहायक होगी।

11, ओवल व्यु
चर्चगेट रेक्लेमेशन
मुंबई - 400020

स्वर्ण अहूजा
दिसम्बर, 2000

अनुक्रमणिका

भूमिका

1. पुनर्वसन अर्थात् क्या ? 1
2. पुनर्वसन तथा समायोजन में प्रभावी कारक 9
3. पुनर्वसन कार्य की पार्श्वभूमिका 14
4. समाज आधारित पुनर्वास 19
5. समाज आधारित पुनर्वास को कार्यान्वित तथा प्रसारित करने की आवश्यकता 25
6. समाज आधारित पुनर्वास की कार्यप्रणाली 33
7. दैनिक जीवन की क्रियाएँ 48
8. वातावरण से परिचय तथा गतिशीलता 53
9. आर्थिक पुनर्वास 63
10. पालकों तथा परिवार का मार्गदर्शन 68
11. दृष्टिहीन बालकों का शिक्षण 73
12. ब्रेल 79
13. एॅबेकस व टेलर गणित पाटी 88
14. आँखों के सामान्य रोग व आँखों की उचित देखभाल 107
15. दृष्टिहीनों के लिए रियायतें/छूटें व सुविधाएँ 113

संदर्भ साहित्य 117

पुनर्वसन अर्थात् क्या ?

पुनर्वसन अर्थात् क्या ? शब्दकोष में यदि इसका अर्थ ढूंढने जाएँ तो ''जैसी पूर्व स्थिति थी, उस तक पहुँच जाना'' अर्थात् 'पुनर्वसन'। दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए दृष्टि की प्राप्ति को छोड़कर, इस शब्द का यही अर्थ होगा। दृष्टिहीनता से पूर्व परिवार और समाज में जो उसका स्थान था, उसकी पुन: प्राप्ति करा देना—उसकी खोयी हुई कार्यक्षमता—उसका खोया हुआ स्वावलम्बन—खो गया आत्मविश्वास—खोया हुआ स्वाभिमान—कहीं खो गयी जीवन के प्रति आशाभरी उमंग और विशेष कर के उसकी खो गई सामाजिक एकात्मता—इन सबकी पुन: प्राप्ति ही 'पुनर्वसन' शब्द को सार्थक बनाती है।

पुनर्वसन व सामाजिक एकात्मता सहगामी प्रक्रियाएँ हैं। पुनर्वसन का अंतिम उद्दिष्ट अथवा पुनर्वसन का अंतिम परिणाम सामाजिक एकात्मता ही है। दृष्टिहीन व्यक्ति का समाज में अपना योग्य स्थान ले सकना—अपनी सामाजिक जिम्मेदारियाँ निभा सकना—समाज का एक अभिन्न अंग बन जाना ही सामाजिक एकात्मता है और यही पुनर्वसन संबंधी प्रक्रियाओं की अपेक्षा है। जैसे-जैसे व्यक्ति का पुनर्वसन होता चला जाता है, वैसे ही वैसे, धीरे-धीरे उस व्यक्ति में सामाजिक एकात्मता आने लगती है, अर्थात् वह समाज का अभिन्न अंग बनने लगता है। और, सामाजिक एकात्मता उसकी पुनर्वसन प्रक्रिया में गति लाती है।

यहाँ दो प्रश्न उपस्थित होते हैं। पहला प्रश्न—पुनर्वसन की आवश्यकता क्यों और यह पुनर्वसन कैसे किया जा सकता है? दूसरा प्रश्न—क्या दृष्टिहीनता व्यक्ति को समाज से विलग कर देती है—भिन्न कर देती है, जो एकात्मता की आवश्यकता पड़ती है?

पुनर्वसन की आवश्यकता क्यों?

दृष्टिहीनता के प्रति समाज की गलतफहमियाँ और परिणामस्वरूप जो दृष्टिकोण निर्माण होते हैं, वे दृष्टिहीन व्यक्ति में सामाजिक असमर्थता की भावना का निर्माण करते हैं। समाज ने युगांतर से दृष्टिहीन व्यक्ति को बेकार, अयोग्य और दयनीय व्यक्ति समझा है। एक लाचार, असहाय और बेचारे व्यक्ति के रूप में उसका चित्र अंकित किया है। दृष्टिहीनता के इस आवरण में उस व्यक्ति का व्यक्तिगत अस्तित्व, व्यक्तित्व, गुण विशेष सब पर पर्दा डाल दिया जाता है। यह गृहीत कर लिया जाता है कि दृष्टिहीनता के कारण अब वह अपनी कोई भी जिम्मेदारी नहीं निभा सकता। सब प्रकार से उसे असमर्थ मान लिया जाता है। दूसरे शब्दों

में उसे समाज का उपयोगी सदस्य न मान कर समाज का बोझ समझा जाता है।

इन सामाजिक दृष्टिकोणों के परिणाम दृष्टिहीन व्यक्ति के अपने अंधत्व के प्रति दृष्टिकोण में दिखाई देने लगते हैं। दृष्टिहीनता से पूर्व समाज का एक अभिन्न अंग, सक्रिय और सहभागी सदस्य होने के नाते उसमें स्वयं इन सामाजिक भ्रांत धारणाओं और अनुचित दृष्टिकोणों की झलक दिखाई देने लगती है। दृष्टिहीनता की तात्कालिक हानियाँ, मूलभूत मर्यादाएँ, घर का उदास और निरुत्साही वातावरण व पारिवारिक दृष्टिकोण, उसके अपने अनपेक्षित दृष्टिकोण को और दृढ़ करते हैं। समाज के अनुचित दृष्टिकोण और दृष्टिहीन व्यक्ति की अपनी मन:स्थिति अवश्य इस भावना का निर्माण करने लगती है कि अब वह समाज का सहभागी व उपयोगी सदस्य नहीं रहा, अपितु समाज आश्रित व्यक्ति बन गया है।

उसकी यह असमर्थता व बेबसी की भावना उसके आत्म-विश्वास और स्वाभिमान पर गहरे आघात करती है। दृष्टिहीनता विषयक गलत धारणाएँ इस भावना की जनक हैं। जब तक ये भ्रांत धारणाएँ दूर नहीं होतीं—स्वावलम्बन का आरम्भ नहीं होता—तब तक दृष्टिहीन व्यक्ति उदासीनता और निष्क्रियता की गहरी खाई में पड़ा रहता है। यह बात सच है कि विभिन्न प्रकार की मिथ्या धारणाएँ दृष्टिहीन व्यक्ति को समाज में रहते हुए भी समाज से विलग कर देती हैं—दैहिक दृष्टि से नहीं, परन्तु वैचारिक दृष्टि से, हाँ। इसलिए, पुनर्वसन की आवश्यकता पड़ती है ताकि पूर्व उपलब्ध जो स्वावलम्बन व सामाजिक एकरूपता तथा एकात्मता थी, वह वापिस लाई जा सके। अतएव, पुनर्वसन और समाजिक एकात्मता को सहगामी प्रक्रियाएँ कहा है। सामाजिक एकात्मता के लिए पुनर्वसन अनिवार्य है और पुनर्वसन की वास्तविकता सामाजिक एकात्मता में है।

परन्तु बहुत से दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए 'दृष्टिहीनता' जीवन की एक सहज अवस्था होती है, क्योंकि अंधत्व जन्म से अथवा शैशवावस्था में ही आ गया होता है। शैशवावस्था के उन प्रारम्भिक वर्षों की कोई स्मृति शेष नहीं रहती, इसलिए 'दृष्टि' शब्द अर्थहीन होकर रह जाता है और दृष्टिविहीनता एक सहज अवस्था बन जाती है।

अतएव, शैशवावस्था में दृष्टिहीन हुए बालक के लिए हमें 'पुनर्वसन' का अर्थ शाब्दिक नहीं, किन्तु व्यापक भावार्थ लेना होगा। ऐसे बालक के लिए अंधत्व सहज अवस्था है, इसलिए किसी भी प्रकार की पुर्नप्राप्ति का कोई प्रश्न ही नहीं उठता। बालक के लिए पुनर्वसन से अभिप्राय अंधत्व के साथ समायोजन से है, जिससे वह आत्म-विश्वास के साथ दृष्टिवान समाज

में अपना स्थान ले सके। बालक का अंधत्व के साथ समायोजन शिक्षण के द्वारा सहज ही हो जाना चाहिए। शिक्षा के अंतिम उद्दिष्ट, पुर्नवसन के उद्दिष्टों से अलग नहीं। शिक्षण से भी यही अपेक्षा की जाती है कि बालक में स्वावलम्बन, आत्म-विश्वास और स्वाभिमान की भावनाओं का विकास हो और वह समाज में अपना उचित स्थान लेने के लिए तैयार हो जाए। समाज की मुख्य धारा में एकरूप हो जाए।

तरुणावस्था में दृष्टिहीन हुए व्यक्ति के लिए पुनर्वसन की प्रक्रिया दृष्टि जाने के बाद जितनी जल्दी शुरू हो सके उतनी ही अच्छी—उतना ही अधिक प्रभावी व परिणामकारक हो सकेगा पुर्नवसन। परन्तु **यह पुनर्वसन कैसे होता है? क्योंकर होता है?**

यदि एक ही वाक्य में इस प्रश्न का उत्तर देना चाहें तो हम कह सकते हैं कि **दृष्टिहीनता के साथ समझौता करके—समायोजन करके।** 'पुनर्वसन' और 'समायोजन' एक ही सिक्के के दो पल्ले हैं - एक दूसरे का अस्तित्व हैं। दृष्टिहीनता के साथ **समायोजन अथवा समझौता** किए बिना पुनर्वसन संभव नहीं और पुनर्वसन समायोजन की अंतिम परिणति है।

पुनर्वसन प्रक्रिया

पुनर्वसन प्रक्रिया में एक प्रमुख उद्दिष्ट **दृष्टिहीनता की स्वीकृति** है। जब तक दृष्टिहीनता की स्वीकृति नहीं आती, तब तक दृष्टिहीनता के साथ समायोजन अथवा समझौता शुरू नहीं हो सकता। दृष्टिहीनता की स्वीकृति अर्थात् जो यथास्थिति है उसे मान्य कर लेना। स्वीकृति आ जाने पर दृष्टिहीन व्यक्ति अपनी मर्यादाओं और योग्यताओं, दोनों को अच्छी तरह से जानता है। जहाँ वह यह जानता है कि दृष्टिहीनता उस पर कुछ मूलभूत मर्यादाएँ डालती है, उदाहरणार्थ उसकी गतिशीलता पर और वातावरण के ऊपर नियंत्रण पर, वहाँ वह यह भी अच्छी तरह से समझता है कि दृष्टि के अभाव में भी वह अपनी शेष इन्द्रियों के द्वारा बहुत कुछ कर सकता है। इस प्रकार की स्वीकृति आशावादी दृष्टिकोण का विकास करती है और दृष्टिहीन व्यक्ति समझने लगता है कि उसका सभी कुछ नहीं खो गया—बहुत कुछ शेष है, जिसके आधार पर वह नव-निर्माण कर सकता है। यह बात कहने में जितनी आसान है, करने में उतनी ही कठिन। इसे दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए समझना और पुनर्वसन अधिकारी को उसे समझाना सरल काम नहीं। यहाँ पर पुनर्वसन अधिकारी को अपनी पूर्ण कुशलता, समझदारी और सहानुभूति से कदम उठाने होंगे।

दृष्टि खो जाने पर व्यक्ति को एक भारी धक्का पहुँचता है। उसका दु:ख असीम होता है—जीवन अंधकारमय और भविष्य निराशापूर्ण दिखाई देता है। विशेषज्ञों के मतानुसार यह समय दु:ख और शोक का समय है। यह सब स्वाभाविक है, क्योंकि दृष्टि की हानि कोई सामान्य हानि नहीं। इस अवधि के पूरे होने पर ही समायोजन की ओर ले जाने वाले पहले कदम उठाए जा सकते हैं। **दृष्टिहीनता की स्वीकृति पुनर्वसन प्रवास का पहला परन्तु महत्वपूर्ण पड़ाव है।**

दृष्टिहीनता की यथार्थ स्वीकृति ही अच्छे समायोजन और पुर्नवसन का रहस्य है। यथार्थ स्वीकृति अर्थात् जिसमें भावनाओं की कोई कटुता नहीं—भाग्य को कोस कर अंधत्व को नहीं स्वीकारा गया, अपितु जैसी वस्तुस्थिति है, उसे वैसे का वैसे मान्य कर लिया गया है। दृष्टिहीन व्यक्ति में अंधत्व की स्वीकृति लाने का सबसे प्रभावी तरीका, ऐसे दृष्टिहीन व्यक्तियों से उसे मिलवाना है, जिनका अपना समायोजन दृष्टिहीनता के साथ बढ़िया हो चुका है। जिन्होंने दृष्टिहीनता की बाधाओं को मुंहतोड़ जवाब दिया है—उनके साथ सामना करके उनका परिणाम नहीं सा कर दिया है। दृष्टिहीनता के बावजूद जीवन में सफलता प्राप्त की है। ऐसे व्यक्ति जो समाज के आश्रित नहीं, अपितु समाज के विकास में अपना पूर्ण योगदान दे रहे हैं। ऐसे व्यंक्तियों का जीवन नवीन दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए आदर्श बनता है—साहस का स्रोत और दृष्टिहीनता की स्वीकृति लाने में सहायक होता है। सुसमायोजित दृष्टिहीन व्यक्ति आत्मीयता प्रदर्शित करके नवीन दृष्टिहीन व्यक्ति को आश्वासन दिला सकते हैं कि जीवन जीने योग्य है। वह अकेला नहीं है इस संसार में—और भी बहुत सारे साथी हैं उसके। इस तरह अंन्य दृष्टिहीन व्यक्तियों से मिलवाकर नव-दृष्टिहीन व्यक्ति की विचार-प्रक्रिया में अंतर लाया जा सकता है और अंधत्व की स्वीकृति—पुनर्वसन की आधारशिला तैयार की जा सकती है। 'अंधत्व की स्वीकृति' इन शब्दों में सार्थकता तब आती है, जब उस व्यक्ति का खोया हुआ स्वावलम्बन और आत्म-विश्वास धीरे-धीरे वापिस लौटने लगता है।

स्वावलम्बन की प्राप्ति

स्वावलम्बन की प्राप्ति पुनर्वसन का दूसरा मुख्य उद्दिष्ट है। **दृष्टिहीनता अपने साथ तात्कालिक परावलम्बन लेकर आती है।** दृष्टिहीन व्यक्ति महसूस करने लगता है कि अब वह कुछ नहीं कर सकता। दैनिक जीवन की सामान्य से सामान्य क्रिया करना भी केवल कठिन ही नहीं, बिना किसी और की सहायता के असंभव लगता है। दूसरे के सहारे बिना दो कदम

उठाने भी मुश्किल प्रतीत होते हैं। यदि दृष्टि शैक्षिक वर्षों में शिक्षा लेते हुए गई है तो उसे जारी कैसे रखा जाए—एक बहुत बड़ा प्रश्न बन जाता है। और, यदि नौकरी कर रहे होते हैं तो नौकरी छूट जाती है, नहीं तो नौकरी करना अपने बस के बाहर की बात लगती है। भविष्य संबंधी अनेक प्रकार की आशंकाएँ घर करने लगती हैं। शिक्षण, व्यवसाय, पारिवारिक संबंध और अपनी अनेकानेक जिम्मेवारियाँ—सभी दिशाओं में उसे अपनी असमर्थता ही दिखाई देती है। ये परावलम्बन और असमर्थता की भावनाएँ अनेक प्रकार की मनोवैज्ञानिक तथा अन्य समस्याओं का कारण बनती हैं। अतएव, यह बहुत आवश्यक है कि **परावलम्बन को स्वावलम्बन** में और **असमर्थता को समर्थता** में परिवर्तित कर दिया जाए। पुनर्वसन प्रक्रिया में इनका अत्यन्त महत्त्वपूर्ण स्थान है।

दैनिक जीवन की क्रियाओं में स्वावलम्बन व कौशल्य

स्वावलम्बन का प्रारम्भ निजी जीवन की दैनिक क्रियाओं में खोई हुई कुशलता वापिस लाने से होता है। दृष्टिहीन व्यक्ति अपनी शेष इन्द्रियों की सहायता से धीरे-धीरे सीखता है कि प्रयत्न करने पर वह सब कुछ, जो वह दृष्टि की सहायता से करता था, अब दृष्टि के बिना स्पर्श और श्रवण की सहायता से कर सकता है। उदाहरण: नहाना-धोना, खाना-पीना, पहनना-सजना-संवरना, अपनी चीजों का रखना-उठाना, बाल बनाना, दाढ़ी बनाना अथवा साड़ी पहनना और कुमकुम लगाना भी—ऐसी क्रियाएँ जो दर्पण के बिना पहले असंभव सी लगती थीं।

दैनिक जीवन की क्रियाओं में कौशल प्राप्त करते हुए **पारस्परिक व्यवहार की कुशलताओं** (Skills of Communication) और **गतिशीलता कौशल** (Mobility skills) की ओर विशेष ध्यान दिया जाता है। पारस्परिक व्यवहार की कुशलताओं में **ब्रेल द्वारा वाचन-लेखन, हस्तलेखन, टाइपिंग, टेलीफोन का प्रयोग, वातावरण के प्रति सचेतता रखना** आदि सिखाया जाता है।

विशेष गतिशीलता प्रशिक्षक दृष्टिहीन व्यक्ति की **गतिशीलता में सहजता, सुरक्षितता और स्वावलम्बन** लाने का प्रयत्न करते हैं। इस प्रकार इन्द्रिय-शिक्षण के द्वारा धीरे-धीरे यह प्रत्यक्ष होने लगता है कि **स्पर्श और श्रवण भी बहुत कुशल इन्द्रियाँ हैं।** दृष्टिहीन व्यक्ति अनुभव करने लगता है कि उसे अपने दैनिक जीवन की छोटी-छोटी परन्तु अनिवार्य और महत्वपूर्ण आवश्यकताएँ पूर्ण करने के लिए अब किसी और की आवश्यकता नहीं। **जैसे-जैसे स्वावलम्बन आने लगता है, वैसे ही वैसे उसका खोया हुआ आत्म-विश्वास लौटने लगता**

है और पुनर्वसन की प्रक्रिया मूर्त रूप लेने लगती है।

आर्थिक स्वावलम्बन

दैनिक जीवन की क्रियाओं में स्वावलम्बन व कौशल्य-विकास, गतिशीलता में सामर्थ्य और पारस्परिक व्यवहार की कुशलताएँ व्यवसाय प्राप्ति की पूर्व तैयारी हैं। जब तक व्यक्ति आर्थिक दृष्टि से स्वावलम्बी नहीं हो जाता, तब तक उसे पूर्ण रूप से स्वावलम्बी नहीं कहा जा सकता। **आर्थिक स्वावलम्बन ही पूर्ण स्वावलम्बन की वास्तविकता है।** इसके बिना पुनर्वसन अधूरा है अथवा कहना चाहिए कि अर्थहीन है। पुनर्वसन प्रक्रिया में इस बात की ओर पूरा ध्यान दिया जाना चाहिए कि दृष्टिहीन व्यक्ति को पूर्व-व्यवसायी प्रशिक्षण दिया जाए और उसकी योग्यता और अभिरुचि के अनुसार व्यवसाय प्राप्त कराया जाए। इतना ही नहीं, नौकरी में आने वाली कठिनाइयों को भी दूर करने का प्रयत्न किया जाना चाहिए, ताकि वह अपनी नौकरी कुशलता और संतुष्टि से कर सके।

सामाजिक समर्थता

सामाजिक समर्थता अर्थात् दृष्टिहीन व्यक्ति को समाज में अपना उचित स्थान लेने के लिए समर्थ बना देना। दूसरे शब्दों में जो उसकी जिम्मेवारियाँ हैं, उन्हें निभाने के लिए उसे योग्य बना देना। यह जिम्मेवारी एक विद्यार्थी के रूप में, कर्मचारी के रूप में, भाई-बहिन के रूप में, पति-पत्नी के रूप में, माता-पिता के रूप में, मित्र-मैत्रिणी के रूप में, किसी भी रूप में अथवा सभी रूपों में हो सकती है। पुनर्वसन प्रक्रिया के द्वारा दृष्टिहीन व्यक्ति में यह भावना आ जानी चाहिए कि समाज में उसका जो भी स्थान है, उसकी पूरी जिम्मेवारी वह कुशलता से निभा सकता है। ऐसी स्थिति पर पहुँच जाना ही दृष्टिहीनता के साथ ठीक-ठीक समायोजन अथवा समझौता कहा जा सकता है। यही पुनर्वसन का वास्तविक स्वरूप है तथा अंतिम उद्दिष्ट है। यदि पहले तीन उद्दिष्टों की पूर्ति पुनर्वसन प्रक्रिया द्वारा हो रही है, अर्थात् दृष्टिहीन व्यक्ति में **अंधत्व की स्वीकृति, दैनिक जीवन की क्रियाओं में कौशल्य-विकास व स्वावलम्बन** तथा **आर्थिक स्वावलम्बन** लाया जा सका है, तो **सामाजिक समर्थता** अपने आप ही आ जाती है। अधिकाधिक स्वावलम्बन व्यक्ति में आत्म-विश्वास और स्वाभिमान का विकास करता है, जिससे व्यक्ति को समाज में अपना स्थान लेने में किसी प्रकार की विशेष अड़चन नहीं आती। अड़चन अथवा दुविधा यदि आती है तो सामाजिक दृष्टिकोणों के कारण। परन्तु, दृष्टिहीनता के साथ

समझौता हो जाने पर समाज के अनुचित दृष्टिकोणों के साथ सामना करने की समर्थता भी दृष्टिहीन व्यक्ति में आ जाती है। जब ऐसा होता है, तब हम कह सकते हैं कि दृष्टिहीन व्यक्ति का पुनर्वसन सच्चे अर्थों में हो गया है।

सामाजिक एकात्मता

सामाजिक एकात्मता पुनर्वसन का वास्तविक स्वरूप है। पुनर्वसन संबंधी सभी प्रयासों की अन्तिम अपेक्षा है। सामाजिक एकात्मता के बिना पुनर्वसन अधूरा है—अर्थहीन है—शून्य है। परन्तु यह तभी संभव है जब दृष्टिहीन व्यक्ति एक स्वावलम्बी, आत्म-विश्वासी और स्वाभिमानी व्यक्ति के रूप में अपनी जिम्मेवारियाँ संभालने के लिए तैयार हो जाता है। जैसे ही दृष्टिहीन व्यक्ति में स्वावलम्बन के साथ आत्म-विश्वास और स्वाभिमान झलकने लगता है, वैसे ही उसे समाज में अपना उचित स्थान मिलने लगता है, सामाजिक एकात्मता आने लगती है। दृष्टिहीनता के प्रति समाज के अनुचित दृष्टिकोण नहीं-से होने लगते हैं। दृष्टिहीनों के प्रति समाज का कर्त्तव्य और **समाज के प्रति दृष्टिहीन व्यक्ति का कर्त्तव्य क्या है**, इसकी सचेतना आती है। सामाजिक एकात्मता आ जाने पर दृष्टिहीन व्यक्ति का समुचित विकास होता है और वह समाज के विकास में अपना योगदान देने लगता है। जब ऐसा होने लगता है, तब हम कह सकते हैं कि पुनर्वसन पूर्ण हो गया।

——————————

ध्यान दीजिए

अन्तर्राष्ट्रीय श्रम संगठन (ILO) के अनुसार 'पुनर्वसन' की परिभाषा:

"Rehabilitation involves the combined and coordinated use of medical, Social, educational and vocational measures for training and re-training the individual to the highest possible level of functional ability"

अर्थात: '' किसी भी व्यक्ति को प्रशिक्षण अथवा पुन: प्रशिक्षण द्वारा अधिक से अधिक कार्यक्षम बनाने के लिए पुनर्वसन में वैद्यकीय, सामाजिक, शैक्षिक व व्यवसायी प्रयासों का संयुक्त तथा समन्वित योगदान रहता है।''

श्री ई. हिलैण्डर (E. Helander) के मतानुसार 'पुनर्वसन' की परिभाषा :

"Rehabilitation includes all measures aimed at reducing the impact of disability for an individual, enabling him or her to achieve independence,

Social integration, a better quality of life and self actualization"

अर्थात् :

''पुनर्वसन में वे सब प्रयास सम्मिलित हैं जिनके द्वारा अपंगता के प्रभाव व परिणाम कम करते हुए व्यक्ति में स्वावलम्बन, सामाजिक एकात्मता, जीवन का अच्छा स्तर तथा स्वाभिमान प्राप्ति की योग्यता लाई जाती है।''

श्री सुरेश अहूजा के विचारानुसार 'पुनर्वसन' की परिभाषा:

"The term rehabilitation implies a process of restoration to normalcy and adjustment which is necessitated by a break in the normal and useful routine of life to which a person has been accustomed to"

अर्थात्:

''दृष्टिहीनता जब व्यक्ति के सामान्य उपयोगी जीवन में बाधा का निमित्त कारण बन जाती है, तब समायोजन की प्रक्रिया द्वारा सामान्य जीवन की पुर्नप्राप्ति ही पुनर्वसन है।''

'' भगवान जब एक द्वार बंद करता है तो दूसरा द्वार खोल देता है। भगवान की सबसे बड़ी देन संकल्प-शक्ति है। इसके बल पर अपनी दैहिक असमर्थताओं पर विजय पाकर, जीवन-सौध के नए द्वारों का उद्घाटन करने वालों को, जीवन-दीप में नई शिखा जलाने वालों को ही सच्चा वीर कहा जा सकता है''

--हेलन केलर

पुनर्वसन तथा समायोजन में प्रभावी कारक

समायोजन तो हमें आजीवन करना पड़ता है। जैसे-जैसे वातावरण और परिस्थितियों में परिवर्तन होता है, वैसे ही वैसे हमें स्वयं को परिस्थितियों के अनुकूल ढालने की आवश्यकता का अहसास होने लगता है। यदि हम सुखी-संतुष्ट जीवन की चाहना रखते हैं तो परिवर्तित परिस्थिति के साथ समायोजन करना आवश्यक हो जाता है।

दृष्टि का खो जाना, दृष्टिहीन हो जाना, व्यक्ति के जीवन की परिस्थिति में कोई साधारण परिवर्तन नहीं। अंधत्व का कारण कुछ भी हो—दुर्घटना से अकस्मात् दृष्टि खो गई हो अथवा कोई ऐसा दृष्टि-रोग, जिससे अंधत्व धीरे-धीरे आया हो यह परिवर्तित परिस्थिति व्यक्ति को झकझोर कर रख देती है। अंधत्व के प्रारम्भ में शारीरिक, भावनिक, मानसिक व आर्थिक जो बदलाव आता है, उसका दबाव और तनाव कभी-कभी असह्य हो जाता है। दृष्टि प्राप्ति की कम होती आशा, अस्पताल का उदासीन वातावरण व्यक्ति में और अधिक निराशा का संचार कर देता है। घर वापिस आने पर, घर के वातावरण में भी खिंचाव और तनाव का अनुभव होता है।

दृष्टिविहीन व्यक्ति को किसी प्रकार का कष्ट न हो, इस प्रयास में परिवार के लोग उसकी जरूरत से ज्यादा सहायता करने लगते हैं। यह अत्यधिक सुरक्षा की भावना उसे नयी परिवर्तित परिस्थिति के साथ समायोजन प्रारम्भ करने का अवसर ही नहीं देती। चलिष्णुता का पूर्ण अभाव और दैनिक जीवन की साधारण से साधारण आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए परिवार और मित्रों पर अवलम्बन उसे खिन्न-मन कर देता है। कभी-कभी तो इतना हताश हो जाता है व्यक्ति, और सोचने लगता है कि यदि जीवन का ही अंत हो जाए ता अच्छा। भविष्य अंधकारमय दिखाई देता है और दृष्टि के बिना जीवन एक बोझ।

वह इस समय एक चोट खाया हुआ दु:खी व्यक्ति है। विचारों में कटुता है। भगवान के प्रति रोष है। कितना भी प्रयत्न करे, तो भी उसे भविष्य आशाहीन ही लगता है। ऐसी अवस्था में बहुत जरूरी हो जाता है कि उसके लिए किसी प्रकार की पुनर्वसन व्यवस्था की जाए, ताकि कुछ हद तक उसका आत्म-विश्वास वापिस आ जाए और अंधत्व के साथ समायोजन का प्रारम्भ हो सके—दृष्टिहीनता के साथ समझौता हो सके।

ऐसा देखा जाता है कि विभिन्न अंध व्यक्तियों का समायोजन अलग-अलग रूप से

होता है। कुछ दृष्टिहीन व्यक्ति ऐसे मिलेंगे जिनका समायोजन अंधत्व के साथ बहुत अच्छा हो चुका है, और कुछ जिनका इतना अच्छा नहीं। ऐसा क्यों?

कारण यह है कि ऐसे अनेक कारक घटक हैं, जिनका प्रभाव व्यक्ति की समायोजन प्रक्रिया पर पड़ता है:--

अंधत्व के समय आयु

किस आयु में अंधत्व आया है? यदि शिशु-अवस्था से ही व्यक्ति दृष्टिविहीन हुआ है तो एक ओर उसके पास किसी प्रकार की दृष्टिमय कल्पना-शक्ति और पार्श्वभूमिका नहीं होती, जिसका आधार समायोजन में लिया जा सके। परन्तु, दूसरी ओर दृष्टि की हानि का भान न होने के कारण अंधत्व उसके लिए सहज अवस्था है। अतएव, अंधत्व के प्रति दृष्टिकोण एक सहज स्वीकृति का होता है। ऐसा दृष्टिकोण समायोजन में सहायक सिद्ध होता है।

और यदि अंधत्व ऐसी अवस्था में आया है जिसमें दृष्टि की स्मृति शेष है, तो दृष्टिपूर्ण अनुभव समायोजन में सहायक हो सकते हैं—वातावरण तथा भौतिक परिस्थितियों की यथारूप कल्पना की जा सकती है। परन्तु, ऐसी अवस्था में आए अंधत्व के मनोवैज्ञानिक परिणाम अधिक गहन और गंभीर होते हैं। अतएव, अंधत्व के प्रति स्वीकृति का दृष्टिकोण निर्माण करने में कठिनाई होती है।

अंधत्व का कारण

अंधत्व के विभिन्न कारणों के परिणाम अलग-अलग होते हैं। कुछ दृष्टि रोग ऐसे हैं जिनका प्रभाव समायोजन प्रक्रिया पर पड़ सकता है। उदाहरण—**Glucoma** (सबलबाई) अंधत्व के बाद भी सताता रहता है। **Retinitis Pigmentosa**(रेटीनाइटस पिगमैन्टोसा) में दृष्टि धीरे-धीरे जाती है और परिणामस्वरूप एक प्रकार से असुरक्षा की भावना का निर्माण हो जाता है—न इधर के, न उधर के। दिन में दिखाई देता है, रात में नहीं। **Brain Tumor** के कारण केवल अंधत्व ही आया हो, ऐसा नहीं। हो सकता है अन्य इन्द्रियों तथा बुद्धिमता पर भी प्रभाव हुआ हो। यदि ऐसा है तो विचार करने की और कार्य करने की गति कम हो सकती है। **Diabetes** (मधुमेह) के कारण निरन्तर इलाज-उपचार की आवश्यकता होती है, थकावट हो

जाती है, खाने पीने का बंधन रहता है इत्यादि। इन सब परिणामों के कारण मानसिक अस्थिरता आती है, जो अंधत्व के साथ समायोजन पर भारी पड़ सकती है।

अंधत्व की मात्रा

अंधत्व की मात्रा अर्थात् दृष्टि का पूर्ण अभाव है अथवा कुछ दृष्टि शेष है। यदि अंधत्व की स्वीकृति आ जाए तो समायोजन में शेष दृष्टि बहुत सहायक हो सकती है विशेषकर चलने-फिरने में, रंग-रूप-आकार देखने में, प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्ति में।

अंधत्व विषयी डॉक्टरी मत

अंधत्व विषयी डॉक्टरी मत अर्थात् डॉक्टर क्या कहते हैं? क्या भविष्य में दृष्टि में कुछ सुधार होने की संभावना है अथवा नहीं। यदि पूरी तरह से इलाज हो चुका है तो ऐसा कम ही होता है कि दृष्टि वापिस आ जाए। डॉक्टर का दृष्टिहीन व्यक्ति को साफ-साफ बता देना आवश्यक है और ठीक भी। यद्यपि उस समय काफी दु:खद होती है यह बात—यह कहना कि "अब उसकी दृष्टि वापिस नहीं आएगी, वह दृष्टिहीन हो गया है,"-फिर भी **झूठी आशाएँ बांधने से यह कहना अच्छा है। झूठी आशाएँ अंधत्व के साथ समायोजन में बाधा बन कर आती हैं।** झूठी आशाएँ उसे एक डॉक्टर से दूसरे डॉक्टर के पास ले जाती हैं—नीम हकीम-वैद्यों के पीछे भगाती हैं—साधू-संतों के द्वार खटखटाती हैं—मंत्र-पूजा के चक्कर में फंसाती हैं और अंतिम परिणाम? अंधत्व के साथ समायोजन में एक बहुत बड़ी अड़चन बन जाती हैं—इसलिए अच्छा यही रहता है कि डॉक्टर उसकी दृष्टि संबंधित वास्तविकता उसे बता दें, ताकि वह नई परिस्थिति का सामना कर सके।

सामाजिक व आर्थिक परिस्थिति

प्राय: दृष्टिहीनता आने पर व्यक्ति की नौकरी छूट जाती है। नौकरी का छूट जाना अर्थात् हर प्रकार से आर्थिक कठिनाइयों का आगमन। कभी-कभी इन कठिनाइयों के कारण अंध व्यक्ति की बीबी को घर चलाने के लिए नौकरी करनी पड़ती है। इससे दृष्टिहीन व्यक्ति के स्वाभिमान को गहरा धक्का पहुँचता है। उसे ऐसे महसूस होने लगता है कि अब वह अपने परिवार और समाज पर बोझ बन गया है।

यदि परिवार की आर्थिक व सामाजिक स्थिति अच्छी हो तो उसे स्वयं को संभालने

का समय मिल जाता है। परिवार की सहकारिता और आर्थिक सहारा, उसके पुनर्वसित होने तक उसके समायोजन में सहयोग देता है।

पारिवारिक दृष्टिकोण

परिवार का दृष्टिकोण दृष्टिहीनता के प्रति और व्यक्ति विशेष के प्रति कैसा है, उसका गहरा प्रभाव पड़ता है अंधत्व के साथ समायोजन पर। दृष्टिहीनता के उपरान्त यदि परिवार के सभी सदस्य उसे बेचारा, लाचार, अयोग्य, किस्मत का मारा, भाग्यहीन समझने लगते हैं, तो दृष्टिहीन व्यक्ति भी स्वयं को वैसा ही समझने लगेगा और भाग्य को दोष देकर, हाथ पर हाथ रख कर दूसरों की दया का शिकार बन कर रह जाएगा।

यदि ऐसा नहीं तो हो सकता है कि अधिक लाड़-प्यार और अंधत्व के विषय में अज्ञानता के कारण उसकी आवश्यकता से अधिक सहायता करने लगें और उससे किसी भी प्रकार के कार्य की अपेक्षा न करें। यह **अत्यधिक सुरक्षा** का दृष्टिकोण दृष्टिहीन व्यक्ति को स्वयं क्रियाशील और स्वावलम्बी बनाने की अपेक्षा उसे निष्क्रिय और परावलम्बी बना देगा।

परिवार की ओर से आवश्यकता होती है एक समुचित, सकारात्मक दृष्टिकोण की— अंधत्व की यथारूप स्वीकृति की। स्वीकृति के दृष्टिकोण में तरस, करुणा, दया, अत्यधिक सुरक्षा जैसी भावनाओं का कोई स्थान नहीं। करुणा-दया के स्थान पर सहानुभूति होती है। अत्यधिक सुरक्षा के स्थान पर अंध व्यक्ति को प्रोत्साहित करते हुए स्वावलम्बी बनाने के प्रयास किए जाते हैं। यदि परिवार में इस प्रकार की स्वीकृति का दृष्टिकोण निर्मित हो जाए तो दृष्टिहीन व्यक्ति में भी अंधत्व की स्वीकृति ले आना कुछ आसान हो जाता है। स्वीकृति ही अच्छे समायोजन का आधार है।

चारित्रिक गुण विशेष

समायोजन में सबसे अधिक प्रभाव डालते हैं व्यक्ति के अपने चारित्रिक गुण विशेष—उसका संपूर्ण व्यक्तित्व। यदि व्यक्ति के व्यक्तित्व की विशेषता है उसका आत्म-बल—ऐसा व्यक्ति है जिसने जीवन में कठिनाइयों का सामना करना सीखा है न कि उनसे हार मानना, तो वह इस कठिन परिस्थिति में से भी निकल जाएगा और जल्दी ही अंधत्व के साथ अपेक्षित समायोजन कर लेगा। परन्तु इसके विपरीत यदि ऐसा व्यक्ति है, जिसकी आत्मशक्ति दुर्बल है—

दूसरे के विचारों से जल्दी प्रभावित हो जाता है, तो फिर उसके लिए अंधत्व के साथ समायोजन का प्रश्न एक बहुत ही कठिन और गंभीर प्रश्न बन जाता है।

दृष्टिहीनता की बाधाओं से ऊपर उठने के लिए, उन्हें नहीं-सा कर देने के लिए, उसके पास सर्वोपरि शस्त्र है—उसकी दृढ़ संकल्प शक्ति।

समायोजन को प्रभावित करने वाले इन कारक घटकों को ध्यान में रखते हुए सहानुभूति और समझदारी के साथ यदि दृष्टिहीन व्यक्ति के साथ काम किया जाए तो अवश्य ही धीरे-धीरे पुनर्वसन के उद्दिष्ट—अंधत्व की स्वीकृति—स्वावलम्बन, आर्थिक क्षमता—सामाजिक समर्थता तथा सामाजिक एकात्मता तक पहुँचा जा सकता है।

मानव परिस्थितियों के अधीन होते हुए
भी साहसी और महान बन सकता है।

पुनर्वसन कार्य की पार्श्वभूमिका

दो सौ साल से भी अधिक हो गए इस कार्य का आरम्भ हुए। कहाँ से शुरू हुए और कहाँ तक पहुँचे हैं हम।

दृष्टिहीन व्यक्तियों के पुनर्वसन संबंधी कार्य का प्रारम्भ संस्थाई कार्यक्रमों के रूप में हुआ। यह आरम्भ अंध-बालकों के लिए विशेष निवासी-पाठशालाओं और शैक्षणिक संस्थाओं की स्थापना में दिखाई देता है। इसका विकास औद्योगिक गृह, पुनर्वसन केन्द्र, विशेष व्यवसायी प्रशिक्षण केन्द्र व अन्य सुविधाओं के रूप में।

अंध व्यक्ति को पुनर्वसित करने के लिए—समाज में उसका खोया हुआ स्थान वापिस दिलवाने की इच्छा ने ही वैलन्टाइन हाउई को आज से 200 साल पहले दृष्टिहीनों के लिए संसार की सर्वप्रथम पाठशाला की स्थापना के लिए प्रेरित किया था। बालक का पुनर्वसन शिक्षण द्वारा और तरुण व्यक्ति का पुनर्वसन संस्थाई कार्यक्रमों द्वारा, विविध प्रकार की निश्चित गतिविधियों की आयोजना करके, करने का प्रयत्न किया जाने लगा। अंध-पाठशालाओं की स्थापना के बाद औद्योगिक गृहों, पुनर्वसन केन्द्रों तथा व्यवसायी प्रशिक्षण केन्द्रों का विकास जो हुआ तो दृष्टिहीन व्यक्ति को पुनर्वसित करने के लिए ही। केवल यही नहीं, अंध-कल्याण क्षेत्र में प्रत्येक कदम दृष्टिहीन व्यक्ति को पुनर्वसित करने की दिशा में ही उठाए गए हैं।

स्कूलों में सामान्य अभ्यासक्रम अपनाकर बालकों को शिक्षित करने का प्रयत्न किया जाता है। परन्तु, ऐसा करते हुए अंध-बालक की विशेष आवश्यकताओं तथा शिक्षण के अंतिम उद्दिष्टों की ओर लगभग दुर्लक्ष्य हो रहा है। इस प्रकार के प्रयत्न करने आवश्यक हैं, जिनसे अंध बालक के पुनर्वसन को ध्यान में रखते हुए अभ्यासक्रम को समृद्ध बनाया जाए। औद्योगिक गृह, उद्योगशालाएँ व व्यवसायी प्रशिक्षण केन्द्रों में दृष्टिहीन व्यक्ति को विविध प्रकार की मशीनों पर विविध काम करने का प्रशिक्षण अवश्य दिया जाता है, परन्तु वर्षों के प्रशिक्षण के बाद भी नौकरी नहीं मिलती—आर्थिक स्वावलम्बन प्राप्त नहीं होता।

विशेष पुनर्वसन केन्द्रों में प्राय: पुनर्वसन के उद्दिष्टों को ध्यान में रखकर कार्यक्रमों की आयोजना अवश्य की जाती है, परन्तु उन्हें कार्यान्वित करते हुए प्रत्येक व्यक्ति की व्यक्तिगत आवश्यकता की ओर दुर्लक्ष्य होता है। एक प्रकार से सभी को एक ही ढांचे में ढाल दिया जाता

है। अर्थात् इन संस्थाओं में जो कार्यक्रम अथवा योजनाएँ बनाई जाती हैं, उनके द्वारा पुनर्वसन के उद्दिष्ट पूर्ण हो पाते हैं या नहीं, कहना कठिन है। प्राय: देखा जाता है कि अंध व्यक्ति पाठशाला से औद्योगिक गृह, औद्योगिक गृह से पुनर्वसन केन्द्र, पुनर्वसन केन्द्र से व्यवसायी प्रशिक्षण केन्द्र इत्यादि—एक संस्था से दूसरी संस्था में भटकते रहते हैं और पुनर्वसन के अंतिम उद्दिष्ट आर्थिक स्वावलम्बन तथा सामाजिक एकात्मता से कहीं दूर दिखाई देते हैं।

ऐसी परिस्थिति में अवश्य कुछ प्रश्न उठते हैं:—

- ऐसे पुनर्वसन कार्यक्रमों का क्या फायदा जिनकी परिणति वास्तविक पुनर्वसन में होती ही नहीं?
- क्या पुनर्वसन कार्यक्रमों को कार्यान्वित करते हुए अधिकारी वर्ग अपने सन्मुख पुनर्वसन के उद्दिष्टों को स्पष्ट रखते हैं?
- क्या वे स्वयं अच्छी तरह से जानते और पहचानते हैं कि वे विशिष्ट प्रकार के पुनर्वसन कार्यक्रमों की आयोजना किस अभिप्राय से कर रहे हैं?
- क्या दृष्टिहीन व्यक्ति स्वयं अच्छी तरह से यह जानते हैं कि उनकी पुनर्वसन संबंधी कार्यक्रमों से क्या अपेक्षाएँ हैं?
- वे इन विविध प्रकार की संस्थाओं में क्यों आते हैं?

अंध कार्यक्षेत्र में पिछले कुछ वर्षों से विचारधाराओं में, दृष्टिकोणों में परिवर्तन आ रहे हैं। आज यह कहा जा रहा है कि दृष्टिहीनों के लिए सुविधाएँ उपलब्ध कराने के लिए केवल संस्थाओं की ही आवश्यकता नहीं है, प्रभावी प्रशासन और व्यवस्था की भी आवश्यकता है। ऐसी व्यवस्था जिसके द्वारा दृष्टिहीन व्यक्ति की अंधत्व के कारण जो विशेष आवश्यकताएँ हैं, वे उनके घर में, उनके अपने सामाजिक वातावरण में ही पुरी की जाएँ। संस्थाओं का वातावरण, इनकी पूर्व-नियोजित गतिविधियाँ व्यक्ति की व्यक्तिगत आवश्यकताओं की उपेक्षा करती हैं, अथवा कहना चाहिए कि लक्ष नहीं देतीं। पूर्व-नियोजित निश्चित स्वरूप के पुनर्वसन कार्यक्रम सभी के लिए ठीक हैं—ऐसा मानकर सभी पर थोप दिए जाते हैं, चाहे उस कार्यक्रम के सभी पहलू प्रत्येक दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए उपयोगी हों अथवा नहीं। कहने का अभिप्राय यह नहीं कि ये बड़े ध्यान और परिश्रम से संजोए और रचे हुए कार्यक्रम बेकार होते हैं—बिल्कुल नहीं। कहने का

अभिप्राय इतना ही है कि इन कार्यक्रमों को कार्यान्वित करते हुए, पुनर्वसन केन्द्र में आए प्रत्येक दृष्टिहीन व्यक्ति की अपनी व्यक्तिगत आवश्यकताएँ क्या हैं—उनकी ओर पूरा ध्यान दिया जाना चाहिए, नहीं तो ये कार्यक्रम परिणामकारक सिद्ध नहीं होते। इनकी निष्फलता हमें दिखाई देती है, दृष्टिहीन व्यक्तियों के एक संस्था से दूसरी संस्था जाने में। इतना ही नहीं तो पुनर्वसन और सामाजिक एकात्मता सहगामी प्रक्रियाएँ होने की अपेक्षा पृथक्गामी क्रियाएँ बन जाती हैं। दृष्टिहीन व्यक्ति अपने परिवार, अपने समुदाय, अपने सामाजिक वातावरण से अलग होकर संस्थावासी व्यक्ति बन जाता है। इसी कारण यह नवीन विचारधारा कि दृष्टिहीन व्यक्ति का पुनर्वसन उसके अपने पारिवारिक और सामाजिक वातावरण में किया जाए, प्रबल होती चली जा रही है।

अतएव, अब हमारे देश में धीरे-धीरे समाज आधारित पुनर्वसन कार्यक्रमों का विकास किया जा रहा है। इन कार्यक्रमों में सामाजिक एकात्मता कपड़े में ताने-बाने की तरह समाई हुई है। ऐसे पुनर्वसन कार्यक्रमों में दृष्टिहीन व्यक्ति को उसके परिवार और समुदाय से अलग करके संस्था में नहीं लाया जाता, अपितु उसके अपने गाँव में, अपने घर में ही पुनर्वसन कर्मचारी जाकर उसकी आवश्यकतानुसार सहायता करते हैं। इस तरह पुनर्वसन और सामाजिक एकात्मता अपने आप ही सहगामी प्रक्रियाएँ बन जाती हैं।

बहुत वर्ष पहले एक प्रयोग के रूप में इस प्रकार का समाज आधारित पुनर्वसन कार्यक्रम दक्षिण भारत में, मदुरई के आस-पास के गाँवों में पहली बार शुरू किया गया था। इस कार्यक्रम को काफी सफलता मिली। आज इस प्रकार के कार्यक्रम लगभग सभी घटक राज्यों में प्रारम्भ करने के प्रयत्न किए जा रहे हैं।

इन कार्यक्रमों (CBR) की मर्यादा यह है कि इनके द्वारा प्रायः दृष्टिहीन व्यक्ति का अन्य दृष्टिहीन व्यक्तियों से मेल नही होता। एक ही परिस्थिति के अन्य लोगों से मिलकर जो आश्वासन और प्रेरणा मिलती है, वह नहीं मिल पाती। यह संस्थाई कार्यक्रमों की विशेषता है। यहाँ एक ही स्थान पर बहुत से दृष्टिहीन व्यक्ति थोड़े समय के लिए एक साथ रह कर एक-दूसरे को आश्वासन और प्रोत्साहन देते हैं।

हमारे देश मे दोनों ही प्रकार की पुनर्वसन सुविधाओं की आवश्यकता है और उनका अपना स्थान है। यद्यपि समाज आधारित कार्यक्रम अधिकांश दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए काफी

प्रभावी हो सकते हैं, कुछ लोगों के लिए संस्थाई सुविधाएँ आवश्यक होंगी। ऐसे भी व्यक्ति पाए जाते हैं, जिनके पुनर्वसन कार्यारम्भ के लिए, **कुछ समय के लिए घर के उदासीन और निरुत्साही वातावरण से बाहर निकलना जरूरी हो जाता है।**

इसके अतिरिक्त इन संस्थाओं के द्वारा आदर्श पुनर्वसन कार्यक्रम आयोजित किए जा सकते हैं, जिनका लाभ केवल कुछ दृष्टिहीन व्यक्तियों को पुनर्वसित करने में ही नहीं, कार्यकर्त्ताओं के प्रशिक्षण के लिए भी लिया जा सकता है। अर्थात् ये **पुनर्वसन केन्द्र प्रशिक्षण स्थल** बन सकते हैं। संस्थाई कार्यक्रमों द्वारा पुनर्वसन **पद्धतियों में संशोधन** किए जा सकते हैं और परिणामस्वरूप उनमें सुधार लाए जा सकते हैं।

इन कार्यक्रमों को अधिक प्रभावी बनाने के लिए दी जाने वाली सुविधाओं का अधिक विकास किया जा सकता है। एक तो समाज में उपलब्ध जो सामान्य सुविधाएँ हैं उनका पूरा लाभ उठाकर। उदाहरण--टाइपिंग क्लास, टेलीफोन ट्रेनिंग केंद्र, तकनीकी प्रशिक्षण केन्द्र, कृषि-प्रशिक्षण इत्यादि। अर्थात् ऐसी संस्थाओं के साथ संपर्क जोड़कर दृष्टिहीन व्यक्तियों को इन सामान्य प्रशिक्षण केन्द्रों में प्रशिक्षित किया जा सकता है—प्रशिक्षण में एकात्मता लाई जा सकती है। ऐसा करने से धन की भी बचत होगी और दूसरा, पुनर्वसन सुविधाएँ बाहर से आने वाले दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए तो निवासी संस्था में ही रहेंगी, परन्तु कुछ दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए उनके घर में भी पहुँचाई जा सकती हैं अर्थात्, जिन शहरों में यह संस्थाएँ हैं, उन शहरों में रहने वाले दृष्टिहीन व्यक्तियों को संस्था में न लाकर, उनके घर में ही उनके पुनर्वसन के लिए कार्यक्रम रचे जा सकते हैं। अर्थात् वर्तमान संस्थाएँ 'सुविधा केन्द्र' के रूप में भी कार्य कर सकती हैं।

यदि हम अपने देश की विशालता की ओर ध्यान दें, जहाँ की 80% जनता ग्रामवासी है, जहाँ अंधत्व का प्रमाण बहुत अधिक है, तो निःसंदेह 'समाज आधारित पुनर्वसन' कार्यक्रम ही समस्या को सुलझाने का, अधिकाधिक दृष्टिहीन व्यक्तियों तक पहुँचने का प्रभावी माध्यम हो सकते हैं। युगों तक भी यदि प्रयत्न करते रहें, तो भी इतनी संस्थाओं की स्थापना नहीं कर पाएँगे, जिनके द्वारा सभी दृष्टिहीन व्यक्तियों को सुविधा दी जा सके। समाज आधारित पुनर्वसन योजनाओं द्वारा समाज में उपलब्ध सामान्य सुविधाओं का भी पूरा लाभ उठाया जा सकता है—उदाहरणार्थ, दृष्टिहीन बालक गाँव की पाठशाला में अन्य बालकों की तरह शिक्षण पा सकते हैं। खादी ग्रामोद्योगों तथा अन्य कुटीर उद्योगों में दृष्टिहीन व्यक्ति को भी सम्मिलित किया जा सकता

है। इस प्रकार से ये कार्यक्रम आर्थिक दृष्टि से कम महँगे रहेंगे और सामाजिक एकात्मता की दृष्टि से अधिक प्रभावी।

जैसे परमाणु में अथाह शक्ति है, उसी तरह प्रत्येक व्यक्ति में असीम संभावना व समृद्धि है। मानव की संभाव्य शक्ति का अस्तित्व उसके उपयोग में है, जिसका कभी अंत नहीं होता।

Within each individual is infinite possibility and abundance, like the energy of the atom, man's potential exists to be used, it is never used up.

Paul J. Mayer

समाज आधारित पुनर्वास

"समाज आधारित पुनर्वास एक सपना है। एक ऐसे समाज की कल्पना है जो विकलांग व्यक्तियों के अधिकार और गरिमा का आदर करता है। उन्हें अन्य लोगों के साथ अपनी क्षमता और सामर्थ्य के अनुसार काम करने का भरपूर अवसर देता है—संतुष्ट जीवन जीने का पूरा अधिकार देता है।" यह सपना अब साकार होता दिखाई दे रहा है।

'समाज आधारित पुनर्वास' अर्थात् क्या?

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ने इसकी परिभाषा इस प्रकार दी है:—

"Community based rehabilitation is a strategy within community development for the rehabilitation, equalisation of opportunities and social integration of all people with disabilities. CBR is implemented through the combined efforts of disabled people themselves, their families and communities and the appropriate health, eduction, vocational and social services"

अर्थात्:

"सब विकलांग व्यक्तियों के पुनर्वसन, उन्हें समानावसर तथा सामाजिक एकात्मता प्राप्त कराने के लिए समाज आधारित पुनर्वास (CBR) एक उपाय है। समाज आधारित पुनर्वास योजना को कार्यान्वित करते हुए विकलांग व्यक्तियों के अपने, उनके परिवार और उनके समुदाय—इन सबके प्रयास सम्मिलित होते हैं तथा समुचित स्वास्थ्य, शिक्षण, व्यवसायिक तथा समाज-सेवी संस्थाओं का पूरा योगदान होता है।"

एक विशेषज्ञ श्री ई. हिलैण्डर (E.Helander) समाज आधारित पुनर्वास (CBR) का स्पष्टीकरण करते हुए कहते हैं:-

"CBR is a strategy for enhancing the quality of life of disabled people by improving service, by providing more equitable opportunities and by promoting and protecting their human rights"

अर्थात्,

"विकलांग व्यक्तियों तक सुविधाओं की प्रभावी पहुँच कराकर, अधिक समानावसर देकर, उनके मानव अधिकारों की रक्षा करते हुए, उनके जीवन की गुणवत्ता बढ़ाने के लिए, समाज आधारित

पुनर्वास एक प्रभावी साधन है।''

सीधे-सादे शब्दों में समाज आधारित पुनर्वास विकलांगों के लिए एक ऐसी योजना है, जिसके द्वारा विकलांग व्यक्ति का पुनर्वास कार्यक्रम उसके अपने घर में, परिवार के बीच, परिवार और पड़ोसियों के सहकार से, उसके अपने गाँव में उपलब्ध विविध सुविधाओं पर आधारित किया जाता है।

समाज आधारित पुनर्वास की संकल्पना स्पष्ट करने के लिए आवश्यक है कि 'समाज', 'आधारित' और 'पुनर्वास', इन तीन शब्दों का सही अर्थ क्या है, समझ लिया जाए।

समाज

व्यक्ति-समुदाय को ही समाज कहा जाता है। समुदाय किसी खास अंचल और भूमि पर बसने वाले लोगों का समूह होता है, जिनकी धार्मिक, सामाजिक, आर्थिक और राजनैतिक धारणाएँ समान होती हैं। यह समुदाय प्राय: गाँवों से समन्वित होता है। उनकी परम्पराएँ और सांस्कृतिक आधारशिला भी एक होती हैं। आय के साधन सीमित, शिक्षा और साक्षरता अपने-अपने विकास की दृष्टि से देखी जा सकती है। वस्तुत: समुदाय/समाज शब्द बड़ा ही प्रवाही और सापेक्ष है अत: उसे निश्चित परिभाषा में बांधना कठिन है। व्यक्ति-समुदाय समाज़ का ही छोटा स्वरूप है, परन्तु परिवार से बड़ा होता है।

व्यक्ति समुदाय में प्राय: परिवार, पड़ोस, मित्र, सह-कर्मचारी, विविध स्थानिक अधिकारी, डाकिया, विद्यालय शिक्षक, दुकानदार, ग्राम-मुखिया, स्थानिक विकासशील व समाजसेवी संस्थाएँ इत्यादि सम्मिलित होते हैं। व्यक्तियों का यह समुदाय, उस समुदाय में रहने वाले व्यक्ति के जीवन को प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करता है। इस समुदाय/समाज का अस्तित्व, पारस्परिक क्रिया, सहकार, रुचि, दृष्टिकोण व्यक्तिगत विकास पर प्रभाव डालते हैं, परन्तु यह निश्चित है कि व्यक्ति और परिवार अपने समुदाय/समाज के अभिन्न अंग होते हैं। उनका विकास और पिछड़ापन बहुत कुछ समाज के विकास व पिछड़ेपन पर अवलम्बित होता है। इसलिए, दृष्टिहीन व्यक्ति का उत्कर्ष करने के लिए समाज पर अवलम्बित होकर, उसके विकास का प्रयास किया जाता है।

आधारित

यह शब्द इस बात की ओर संकेत करता है कि दृष्टिहीन व्यक्ति के पुनर्वसन और सामाजिक एकात्मता की जिम्मेवारी परिवार और समाज की है। समाज के लिए यह समझना बहुत जरूरी है कि सभी मनुष्य एक जैसे हैं। अतएव वे समानाधिकार, समानावसर और समान जिम्मेवारियों के अधिकारी हैं। यह समाज की जिम्मेवारी है कि दृष्टिहीन व्यक्ति को यथोचित अवसर मिलें, जिनसे उनका प्रभावी पुनर्वसन हो और वे अपने समुदाय की मुख्य धारा में एकरूप हो जाएँ।

पुनर्वास

पुनर्वास का तात्पर्य है—व्यक्ति का स्वावलम्बी होना। दृष्टिहीन व्यक्ति को जब तक आत्मविश्वास, शिक्षा, जागृति, प्रशिक्षण एवं आर्थिक पराधीनता से मुक्ति दिलाई नहीं जाती, तब तक उसका पुनर्वास संभव नहीं। संक्षेप में, दृष्टिहीन व्यक्ति का वैयक्तिक, शैक्षिक, आर्थिक एवं सामाजिक उत्कर्ष होने से ही उसका 'पुनर्वास' होता है।

समाज आधारित पुनर्वास का लक्ष्य

दृष्टिहीन व्यक्ति के जीवन को उसके अपने समाज की जीवन-धारा के साथ एकरूप कर देना, समाज आधारित पुनर्वास का अन्तिम लक्ष्य है। इस योजना द्वारा प्रत्येक दृष्टिहीन व्यक्ति को—बच्चा हो या वयस्क—पुरूष हो या महिला, को जागृति प्रदान कर स्वावलम्बी व आत्मविश्वासी बनाने का प्रयास किया जाता है। उन्हें अपने ही सामाजिक वातावरण में, अपने ही समुदाय पर आधारित उपयोगी शिक्षा एवं व्यवसायी प्रशिक्षण देकर आत्म-निर्भर बनाते हुए, समाज का एक उपयोगी व सहभागी सदस्य बनाने का प्रयत्न किया जाता है। यही इस योजना का प्रमुख लक्ष्य है।

आत्म-निर्भर और दृढ़ संकल्पी बनाते हुए दृष्टिहीन व्यक्ति को आत्मसम्मान और स्वाभिमान के साथ जीवन जीने के योग्य बनाना—इस प्रकल्प का मुख्य कार्य है।

समाज आधारित पुनर्वास योजना के निष्ठापूर्ण प्रयास एक ऐसे सामाजिक और सांस्कृतिक वातावरण का निर्माण करने का प्रयत्न करते हैं, जिसमें विकलांग व्यक्तियों को मैत्री और सहकार की भावना के साथ-साथ समानावसर प्राप्त कराए जाते हैं।

दृष्टिहीन व्यक्ति के उत्कर्ष का प्रभाव उससे संबंधित समग्र समुदाय पर पड़ता है। समाज में चेतना प्रस्फुटित होती है, जिसके कारण परोक्ष रूप से दृष्टिहीन व्यक्तियों को आत्म-सम्मान

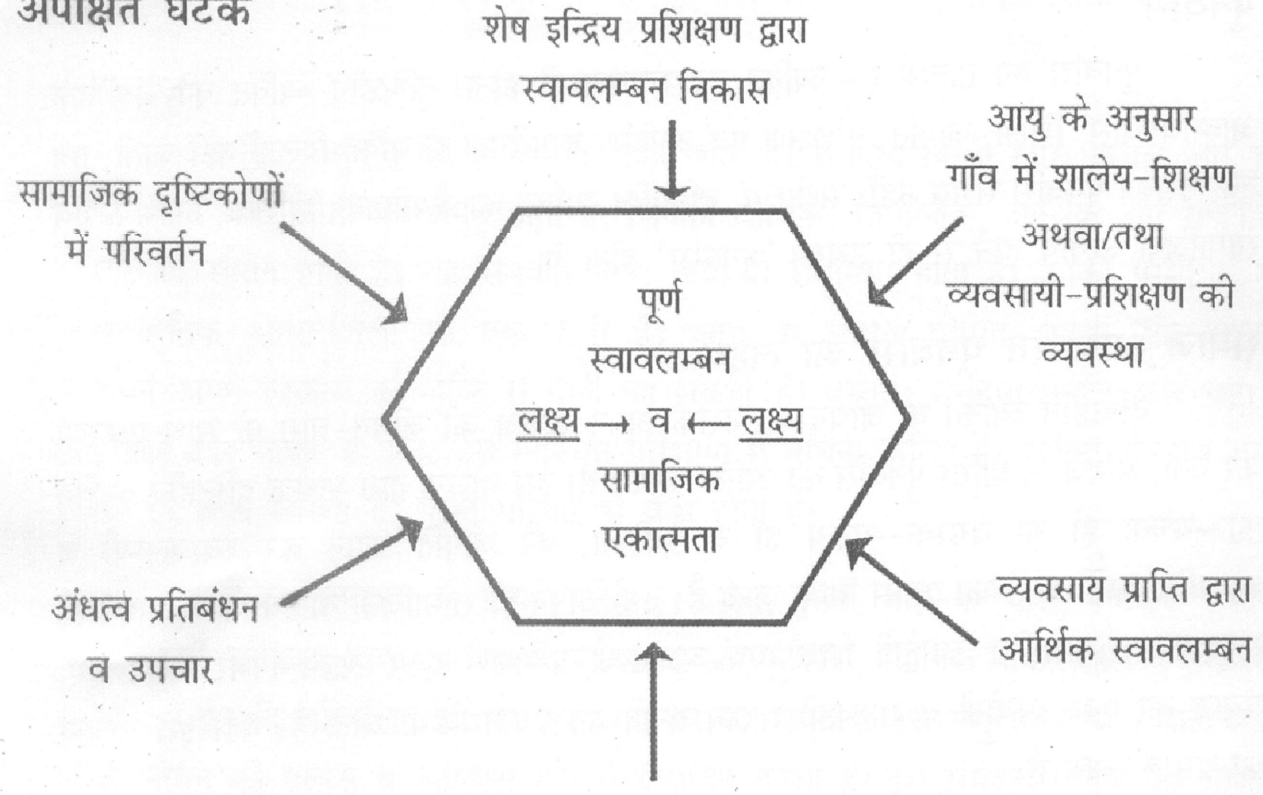
के साथ जीवन जीने का केवल अवसर ही नहीं मिलता, अपितु उनमें नूतन चेतना का संचार भी होता है।

इन सब प्रयासों की सफलता ही समाज आधारित पुनर्वास के लक्ष्य को पाना है।

समाज आधारित पुनर्वास योजना में सम्मिलित घटक

समाज आधारित पुनर्वास के लक्ष्य तक पहुँचने के लिए इस योजना में ऐसे घटक सम्मिलित करने होंगे, जो मंजिल तक पहुँचाने में केवल सहायक ही नहीं, प्रभावी भी सिद्ध हों।

अपेक्षित घटक



समाज आधारित पुनर्वास कार्यक्रम के ये सब घटक समाज पर आधारित होने चाहिएँ। अर्थात, पुनर्वसन कार्यक्रम व्यक्ति के अपने घर और अपने गाँव में आरम्भ किया जाता है और यह करते हुए परिवार, पड़ोस और गाँव में उपलब्ध सुविधाओं का पूरा सहयोग और सहकार होता है। जब

ऐसा होता है तो दृष्टिहीन व्यक्ति की विशेष आवश्यकताएँ क्या हैं—समाज को पता लगने लगता है। साथ ही साथ दृष्टिहीनता के बावजूद उसकी क्षमताएँ और योग्यताएँ भी स्पष्ट होने लगती हैं।

विशेष संस्थाएँ तो केवल कुछ समय के लिए, विशेष आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए बीच में आती हैं—सदा के लिए नहीं। स्थायी रूप से तो परिवार और समाज ही जिम्मेवारी लेते हैं, क्योंकि पुनर्वसन एक अविरत प्रक्रिया है और उसके लिए समाज में उपलब्ध सुविधाओं का उपयोग किया जाता है। लक्ष्य प्राप्ति की दृष्टि से समाज आधारित पुनर्वास योजना के लिए कुछ सिद्धान्त अपनाए गए हैं, जिन्हें ध्यान में रखना आवश्यक है।

योजना के सिद्धान्त

- दृष्टिहीन व्यक्ति का अपना व्यक्तिगत अस्तित्व है। प्रत्येक व्यक्ति की समस्याएँ, आवश्यकताएँ, अभिरुचियाँ, रुचियाँ, अरुचियाँ, शैक्षिक स्तर, विकलांगता की मात्रा अलग-अलग होती हैं।
- प्रत्येक दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए व्यक्तिगत ध्यान देने की आवश्यकता होती है।
- दृष्टिहीन व्यक्ति की आयु, लिंग (स्त्री-पुरुष), पारिवारिक भूमिका, अनुभव आदि को ध्यान में रखते हुए, उसकी शैक्षिक, व्यवसायी-प्रशिक्षण, आर्थिक पुर्नस्थापन, सामाजिक क्षेम और सामाजिक एकात्मता की आवश्यकताओं के अनुरूप उसके लिए पुनर्वसन कार्यक्रम की रचना की जाती है।
- गाँव में उपलब्ध सुविधाओं के अनुसार दृष्टिहीन व्यक्ति के शिक्षण और व्यवसायी-प्रशिक्षण की व्यवस्था की जाती है। उसकी योग्यताओं और कुशलताओं का प्रदर्शन किया जाता है। ऐसा करते हुए उसका घर पुनर्वसन केन्द्र और समाज पुनर्वसन मंच बन जाता है।
- यह योजना संस्थाई नहीं, साधारण जन के लिए व्यक्तिगत आवश्यकताओं पर आधारित है।
- प्रशिक्षण पर विशेष जोर दिया जाता है। प्रशिक्षण के लिए यथोचित व्यवसाय चयन, सही प्रशिक्षण, नियमित निरीक्षण तथा अविरत अभिप्रेरणा इस योजना के महत्त्वपूर्ण अंश हैं।
- दृष्टिहीन व्यक्ति का आर्थिक पुनर्वसन उसके घर में, पारिवारिक व्यवसाय अथवा ग्राम आधारित व्यवसाय में करने का प्रयत्न किया जाता है।

- दृष्टिहीन बच्चे को गाँव की पाठशाला में प्रवेश दिलाकर शिक्षण की मुख्य धारा में उसे एकरूप कर दिया जाता है। ऐसा करने से उसके व्यक्तित्व विकास और सामाजिक एकात्मता में सहायता होती है।
- दृष्टिहीन व्यक्ति की योग्यताएँ, पुनर्वसन की आवश्यकता, उपलब्ध सुविधाओं के बारे में जन-साधारण को जानकारी प्राप्त होती है।
- इस योजना के कार्यान्वयन में माता-पिता, परिवार, मित्रवर्ग, सम-वयस्क, स्थानीय प्रतिष्ठित व्यक्ति, स्थानीय प्रशासन, ग्रामीण विकास संस्थाएँ अर्थात् प्रत्येक स्तर पर समाज के सहभागी होने की अपेक्षा की जाती है।
- दृष्टिहीन व्यक्ति में अपने **अधिकारों** तथा **जिम्मेवारियों** के प्रति जागृति का निर्माण करती है।
- आर्थिक पुनर्वसन संबंधी सुविधाओं में नवीनता तथा अभीष्ट परिवर्तन लाने के लिए समाज को प्रेरित व प्रोत्साहित करती है।
- आर्थिक दृष्टि से सस्ती होती है।
- पुनर्वसन के अपेक्षित परिणामों को ध्यान में रखा जाता है।

इन सिद्धान्तों को ध्यान में रखते हुए समाज आधारित पुनर्वास योजनाओं द्वारा पुर्नस्थापन के लक्ष्य तक पहुँचा जा सकता है।

"पुनर्वसन एक सेतु है जिसके द्वारा
निरुपयोगिता और उपयोगिता,
निराशा और आशा,
उदासीनता और प्रसन्नता
के बीच का अंतर लांघा जा सकता है"

"Rehabilitation is bridge spanning a gap
between uselessness & usefulness,
between hopelessness & hopefulness,
between despair and happiness"

समाज आधारित पुनर्वास को कार्यान्वित तथा प्रसारित करने की आवश्यकता

बात सन् 1973 की है। पुनर्वसन की मंजिल तक पहुँचने के लिए एक नई दिशा में कदम उठाया गया। भारत में ही नहीं, विश्व में पहली बार ग्रामीण दृष्टिहीन व्यक्ति का पुनर्वास उसके घर और गाँव में करने का प्रयत्न किया गया। यह एक नई संकल्पना थी। दृष्टिहीन व्यक्ति को संस्था में न लाकर, सुविधाओं को दृष्टिहीन व्यक्ति के घर में ले जाया गया। पुनर्वसन कर्मचारी उसके घर जाकर, उसकी शेष इन्द्रियों की क्षमताओं का विकास करते हुए गतिशीलता आदि का प्रशिक्षण देने लगे। इस प्रकार की नवीन शैली से काम शुरू किया AFOB (HKI) के एशियाई प्रतिनिधि मेजर रॉन ब्रिजेस् (Maj. Ron Bridges) और रॉबर्ट जेकल (Robert Jackle) ने दक्षिण भारत के नगर मदुरई में—एक प्रयोग के रूप में।

मन में एक प्रश्न उठता है। पुनर्वसन को दृष्टि में रखते हुए, जिस संस्थाई मार्ग पर सदियों से चल रहे थे कार्यकर्त्ता, उसे छोड़कर रॉन ब्रिजेस् और रॉबर्ट जेकल को एक नए पुनर्वसन-पथ की आवश्यकता क्यों महसूस हुई?

- ❖ कहीं ऐसा तो नहीं था कि दृष्टिहीन व्यक्ति के पुनर्वसन के लिए जिस मार्ग को अपनाया गया था, वह मंजिल के अन्तिम छोर तक पहुँचता ही नहीं था?
- ❖ या फिर, इतना संकीर्ण था वह मार्ग कि उस पर सभी दृष्टिहीन व्यक्ति समा नहीं पाते थे?
- ❖ अथवा, दृष्टिहीन व्यक्ति की पहुँच से बहुत दूर था?
- ❖ या शायद अधिकांश दृष्टिहीन व्यक्तियों को स्वयं पुनर्वास की वास्तविक संकल्पना ही नहीं थी?

यह भी हो सकता है कि ये सभी कारण रहे हों, जिन्होंने रॉन ब्रिजेस् और रॉबर्ट जेकल को इस नए पथ पर चलने के लिए प्रेरित किया। इस नई संकल्पना—समाज आधारित पुनर्वास—को योजना का रूप दिया—उसके साथ प्रयोग किया। इसमें इन्हें पूर्ण सफलता मिली।

इन प्रश्नों के साथ-साथ हमारा ध्यान एक और वास्तविकता की ओर भी संकेत करता है। दृष्टिहीनता की विशाल समस्या और हमारे देश की परिस्थितियाँ ऐसी हैं, जिनका सामना करने के लिए समाज आधारित पुनर्वास (CBR) को कार्यान्वित करने की आवश्यकता स्पष्ट होती है।

समस्या का स्वरूप

भारत में दृष्टिहीनों की संख्या कितनी है, किसी को निश्चित पता नहीं। अंधत्व का प्रमाण मिस्र देश, चीन तथा अफ्रीका के कुछ देशों को छोड़कर, सबसे अधिक भारत का माना जाता है। सर्वेक्षणों के आधार पर अंधत्व का प्रमाण कहीं 0.25% तो विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार 1.5% माना गया है। 1991 में हुए राष्ट्रीय सर्वेक्षण के परिणामों के अनुसार अंधत्व का प्रमाण 0.44% है। वास्तविकता क्या है—पता नहीं। परन्तु इतना निश्चित है कि दृष्टिहीन व्यक्तियों की संख्या लाखों में है। भारत में अंधत्व का प्रमाण 1% है, ऐसा भी प्राय: माना जाता है।

1% प्रमाण के आधार पर भारत में आज की जनसंख्या (100 कोटि) के अनुसार लगभग 100 लाख व्यक्ति दृष्टिहीन/दृष्टिबाधित होंगे—ऐसा अनुमान है। यदि प्रमाण 0.25% मान लें, तो भी अंध जनसंख्या लगभग 25 लाख तक जाती है और यदि हम 1991 की जनगणना के परिणाम को अपना आधार बनाएँ—अर्थात् अंधत्व का प्रमाण 0.44% मान लें, तो भारत में दृष्टिहीनों की संख्या 44 लाख होगी।

खेद की बात यह है कि भारत में लगभग 80% अंधत्व रोका जा सकता है। 5-10% अंधत्व ऐसा है जिसका यदि समय से उपचार किया जाए तो अंधत्व आने की आवश्यकता नहीं। अर्थात्, अधिकांश अंधत्व रोका जा सकता है और उपचारनीय है।

अंधत्व का प्रमाण इतना अधिक होने के अनेक कारण हैं। बहुत से कारण ऐसे हैं जिनकी रोकथाम की जा सकती है, उपचार किया जा सकता है, उदाहरणार्थ कुकुरे (Trachoma), ऑफथैलमिया नियोनैटोरम, मोतिया (Cataract), अपौष्टिक आहार, आँखे आना (Conjunctivitis), माता-पिता का अज्ञान, गुप्तरोग, डॉक्टरी सुविधाओं की कमी।

दृष्टिहीन जनसंख्या की अनुमानित अभिरचना

भारत की जनसंख्या 100 कोटि
1991 की जनगणना पर आधारित अंधत्व का प्रमाण 0.44%
तद्नुसार 44 लाख दृष्टिहीन व्यक्ति

ग्रामीण 83%	शहरी 17%	स्त्री 54%	पुरुष 46%	अंधत्व के समय आयु	योग/जोड़
				वर्ष %	
36,52,000	7,48,000	23,76,000	20,24,000	0- 4 ⟶ 1%	44,000
				5- 9 ⟶ 1.1%	48,400
				10-14 ⟶ 0.8%	35,200
				15-19 ⟶ 0.25%	11,000
				20-34 ⟶ 1.3%	57,200
				35-44 ⟶ 1.8%	79,200
				45-59 ⟶ 24.75%	10,89,000
				60+ ⟶ 69%	30,36,000
				सर्वयोग	44,00,000

इस अभिरचना से यह स्पष्ट होता है कि अधिकांश में दृष्टिहीनता की समस्या वृद्धावस्था की है और ग्रामीण है। परन्तु समस्या का स्वरूप इतना विशाल है कि सभी आयु के दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए सुविधाएँ उपलब्ध कराने की आवश्यकता है, और अधिक आवश्यकता गाँवों में है।

शिक्षणीय आयु के 1,38,600 बालक और युवक हैं। हमारी वर्तमान सुविधाएँ अधिक से अधिक 20-25 हजार तक ही पहुँच रही हैं। एक लाख से भी अधिक बालक शिक्षा से बहुत दूर हैं, बिल्कुल अछूते हैं।

इसी प्रकार 20-44 वर्ष के 1,36,400 प्रशिक्षण और व्यवसाय के आकांक्षी नवयुवक और वयस्क दृष्टिहीन, 45-59 वर्ष के लगभग 11 लाख कार्यक्षम दृष्टिहीन व्यक्ति जो किसी न किसी व्यवसाय में कार्यरत होने चाहिएँ, बेकार बैठे हैं। व्यवसायी प्रशिक्षण और कार्य के अवसर केवल शायद अधिक से अधिक 10,000 को ही मिल पा रहे हैं। शेष?

30 लाख से भी ऊपर वृद्ध दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए दो-चार वृद्धाश्रमों के अतिरिक्त कोई सुविधा नहीं।

1) यह **सांख्यिक चित्र** हमें यह **मान्य करने के लिए बाध्य करता है** कि यदि 44 लाख दृष्टिहीन व्यक्तियों में से 36 लाख से अधिक दृष्टिहीन गाँवों में बसे हुए हैं तो हमें अधिकाँश पुनर्वास कार्यक्रम गाँवों में ही कार्यान्वित करने होंगे।

2) यदि हम चाहें तो भी इतनी अंध-पाठशालाओं, पुनर्वसन तथा व्यवसायी प्रशिक्षण संस्थाओं की स्थापना नहीं कर सकते जिनके द्वारा सभी दृष्टिहीन व्यक्तियों को शिक्षित, प्रशिक्षित और पुनर्वसित किया जा सके।

3) **आवासिक संस्थाई** सुविधाओं में दृष्टिहीन व्यक्ति की व्यक्तिगत आवश्यकताओं की ओर लगभग दुर्लक्ष हो जाता है—सच्चे अर्थों में पुनर्वसन हो ही नहीं पाता। समाज आधारित पुनर्वास योजना के अन्तर्गत व्यक्तिगत भेद को समझते हुए, प्रत्येक व्यक्ति के लिए उसकी अपनी **निजी आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर** उसके लिए **पुनर्वसन कार्यक्रम रचा जाता है**— सभी को एक ही ढांचे में नहीं ढाला जाता।

4) सर्वांगीण पुनर्वसन के लिए कुछ ऐसी शासकीय और स्वैच्छिक संस्थाएँ हैं, जिनमें विविध विकलांगता के व्यक्तियों का समावेश किया जाता है। **दृष्टिहीन व्यक्तियों को इन संस्थाओं का लाभ बहुत कम मात्रा में मिल रहा है।**

5) हमारे देश में ऐसी कोई सामाजिक सुरक्षा की व्यवस्था नहीं जिससे विकलांग व्यक्ति न्यूनतम स्तर पर ही सही, परन्तु आत्म-सम्मान के साथ जीवन जी सके। कुछ राज्यों में वृद्धावस्था अनुवृत्ति तथा विकलांगता अनुवृत्ति देनी प्रारम्भ की गई है, परन्तु इतनी कम है कि उससे जीवन का न्यूनतम स्तर पर जीना भी कठिन है।

6) खर्चे की दृष्टि से 'समाज आधारित पुनर्वास' कार्यक्रम संस्थायी पुनर्वसन कार्यक्रमों की अपेक्षा कम खर्चे के होते हैं।

देश की इन सब परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए निःसंकोच इस निर्णय पर पहुँचा जा सकता है, कि, अधिक से अधिक दृष्टिहीन व्यक्तियों तक पहुँचने के लिए समाज आधारित पुनर्वास कार्यक्रम ही एकमात्र उपाय है। इन्हें कार्यान्वित तथा प्रसारित करने की अनिवार्य आवश्यकता है।

समस्या की विशालता, सामाजिक धारणाएँ और धार्मिक आस्थाओं ने भारत में कार्य की गति पर अवरोध लगाया है। फिर भी समस्या को सुलझाने के प्रयास में विभिन्न पहलुओं में काम हो रहा है और प्रगति भी हो रही है, यद्यपि धीरे। इन सब प्रयासों में 'समाज आधारित पुनर्वास' अपनी प्रभाविकता के कारण गति ले रहा है। इसके प्रसार के लिए भरपूर प्रयत्न किए गए और किए जा रहे हैं:—

- 1973 में इस दिशा में पहला कदम उठा था मदुरई में। जाने-माने विशेषज्ञ रॉन ब्रिजेस् और रॉबर्ट जेकल द्वारा योजना को नाम दिया गया था—**A Rural Rehabilitation Centre for the Blind.**
- CBM (Christoffel Blinden Mission) के सहकार से रॉबर्ट जेकल ने **तिरुचिरापल्ली में समाज आधारित पुनर्वास (CBR)** कार्यक्रम का प्रारम्भ किया। ग्राम कर्मचारियों के लिए इन्होंने मुसिरी (Musiri) में प्रशिक्षण केन्द्र की भी स्थापना की।
- 1983 में NAB ने 'ग्राम्य कार्य समिति' (RAC) की रचना की। RCSB/Sight Savers के सहकार और सहयोग से राष्ट्रीय स्तर पर एक योजना का प्रारम्भ किया—'ग्रामीण दृष्टिहीनों का सामाजिक व आर्थिक पुनर्वसन'।

इस योजना को कार्यान्वित करने में बहुत सारी राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय संस्थाओं का योगदान रहा है:

- SIGHT SAVERS INTERNATIONAL
- DANIDA
- NORAD
- OXFAM
- WBU - World Blind Union विश्व दृष्टिहीन संघ
- Helpage International
- Govt. of India भारत सरकार
- NIVH राष्ट्रीय, दृष्टिबाधितार्थ संस्थान
- श्री मानव कल्याण ट्रस्ट

- 1985 में भारत सरकार ने District Rehabilitation Centre Scheme की आयोजना की। इस योजना में अमरीकी सरकार और UNICEF का योगदान रहा।
- 1992 में NORAD के सौजन्य से समाज आधारित पुनर्वास से संबंधित एक कार्य गोष्ठी की आयोजना की गई, जिसमें समाज आधारित पुनर्वास तंत्र (CBR Network) उभर कर आया। 1997 में इसे कानूनी अस्तित्व दिया गया। समाज आधारित पुनर्वास तंत्र का उद्देश्य विकलांगों के लिए समाज आधारित पुनर्वास का प्रचार करना है।

- 1993 में एक विधेयक के द्वारा भारतीय पुनर्वास परिषद् (Rehabilitation Council of India—RCI) की संरचना की गई। विकलांगो के शिक्षण, प्रशिक्षण, सामाजिक व आर्थिक पुनर्वास सुविधाओं में सुधार और विकास करने की दृष्टि से RCI का सृजन किया गया। समाज आधारित पुनर्वास को बढ़ावा देने के लिए RCI इस क्षेत्र के कार्यकर्ताओं को तैयार कर रही है।

- 1993 में **भारत सरकार** ने विकलांग व्यक्तियों के लिए एक **राष्ट्रीय नीति** विकसित करने के उद्देश्य से राष्ट्रीय सम्मेलन की आयोजना की। इस सम्मेलन में इस बात पर जोर दिया गया कि एक **प्रभावी और सर्वांगी समाज आधारित पुनर्वास योजना का विकास किया जाए।**

- 1995 में भारत सरकार ने चिकित्सीय पुनर्वास के लिए मार्गदर्शी परियोजना (Pilot Project on Medical Rehabilitaion का उद्घाटन किया और इसका कार्यभार अखिल भारतीय भौतिक चिकित्सा एवम् पुनर्वास संस्थान (All India Institute of Physical Medicine & Rehabilitation) को सौंप दिया। इस परियोजना के मुख्य उद्देश्य हैं:—

    - विकलांगता पर प्रतिबंध लगाना
    - विकलांगता का जल्दी से जल्दी पता करना
    - विकलांगता का जल्दी से जल्दी उपचार करना
    - जल्दी से जल्दी पुनर्वसन की ओर ले जाने वाले कदम उठाना

- 1995 में भारत के राष्ट्रपति ने विकलांग व्यक्ति अधिनियम (Persons with Disabilities Act) पारित करके विकलांग व्यक्तियों को समानावसर, समानाधिकार और पूर्ण सहभागी होने का पूर्ण अधिकार दे दिया है। साथ ही साथ विकलांगता निवारण, विकलांगों का शिक्षण, प्रशिक्षण, पुनर्वसन, व्यवसाय आदि व्यवस्था की जिम्मेवारी सरकार पर डाल दी है। इन जिम्मेवारियों में समाज आधारित पुनर्वास का विशेष स्थान है।

- CAPART— The Council for People's Action & Rural Technology— एक ऐसी संस्था है जो ग्रामीण विकास के लिए गाँवों में काम करती

है। अब यह संस्था समाज आधारित पुनर्वास को बढ़ावा देने के लिए अन्य स्वैच्छिक संस्थाओं को भी सहकार और सहयोग देने लगी है।

- 1996 में एक जर्मन संस्था Miseoreor ने विकलांग व्यक्तियों के लिए समाज आधारित पुनर्वास मंच (CBR Forum) की स्थापना की। समाज आधारित पुनर्वास मंच स्वयं पुनर्वास योजना नहीं चलाते, परन्तु इस क्षेत्र में कार्य करने वाली स्वैच्छिक संस्थाओं को आर्थिक सहायता देकर प्रोत्साहन देते हैं। समाज आधारित पुनर्वास के उद्देश्य ही इस मंच के भी उद्देश्य हैं।

- 1998 में भारत सरकार ने समाज आधारित पुनर्वास परियोजना (CBR Scheme) का विकास किया। ग्रामीण कार्यक्षेत्रों में काम करने वाले विविध व्यक्ति—ग्राम्य पुनर्वास स्वयंसेवक, समाज सेवक, विशेष शिक्षक, सहयोजक आदि को आर्थिक सहायता और प्रोत्साहन देकर समाज आधारित पुनर्वास को बढ़ावा दिया है।

- RCI ने समाज आधारित पुनर्वास कार्यकर्ताओं को कार्य-कुशल और प्रभावी बनाने के लिए प्रशिक्षण की व्यवस्था की है।

इस प्रकार के विविध प्रयासों द्वारा समाज आधारित पुनर्वास योजना को प्रसारित करने के प्रयत्न किए जा रहे हैं।

यद्यपि प्रारम्भ में इस निराली कार्यशैली की ओर किसी ने विशेष ध्यान नहीं दिया तथापि धीरे-धीरे इसकी प्रभाविकता प्रत्यक्ष होने लगी है। आज लगभग पूरे भारत में विभिन्न शासकीय और स्वैच्छिक संस्थाओं द्वारा ऐसे कार्यक्रमों को कार्यान्वित किया गया है और इनका अधिक प्रसार करने के भरसक प्रयत्न हो रहे हैं। समाज आधारित पुनर्वास कार्यक्रमों में सम्पूर्णता भी लाई गई है। केवल दृष्टिहीन व्यक्ति का पुनर्वास ही नहीं, बल्कि इनके द्वारा अंधत्व निवारण व उपचार तथा अंध बच्चों के लिए शिक्षा की व्यवस्था भी की जाती है।

समाज आधारित पुनर्वास अब केवल एक प्रायोगिक योजना ही नहीं रही, जिसके द्वारा पहुँच से बाहर दृष्टिहीन व्यक्तियों तक पुनर्वास सुविधाओं को पहुँचाया जाता है। धीरे-धीरे यह अब एक विशेष योजना का, एक विशेष गतिविधि का रूप लेती जा रही है। एक ऐसी गतिविधि जिसमें दृष्टिहीनों के पुनर्वसन को गति दी जाती है और दृष्टिबाधितों की शेष दृष्टि की देख-रेख की जाती है। अनुभव ने यह सिद्ध किया है कि दूर-सुदूर बसे गाँवों में दृष्टिहीन व्यक्तियों तक

पहुँचने का यही एकमात्र मार्ग है, एकमात्र उपाय है। विकासशील देशों के लिए समाज आधारित पुनर्वास (CBR) कोई विकल्प नहीं अपितु एक बाध्यता है, एक अनिवार्यता है।

अधिकांश दृष्टिहीन व्यक्तियों तक पहुँचने का
एकमात्र उपाय—
सामाजिक एकात्मता का प्रभावी माध्यम—
समाज आधारित पुनर्वास

समाज आधारित पुनर्वास की कार्यप्रणाली

समाज आधारित पुनर्वास की सफलता के लिए प्रभावी कार्यप्रणाली अपनाना आवश्यक है। योजना को कार्यान्वित करने के लिए सर्वप्रथम **किसी संस्था को चुनकर इसका कार्यभार सौंपना होगा।**

संस्था कैसी हो?

संस्था स्वैच्छिक हो सकती है—सरकार द्वारा मान्य हो सकती है—समाज कल्याण अथवा विशेष रूप से अंधकार्य से संबंधित हो सकती है—ग्राम-विकास से जुड़ी हो सकती है—नेत्र चिकित्सालय हो सकता है—नहीं तो अभिप्रेरित व्यक्तियों का समूह भी संस्था का रूप ले सकता है।

यदि संभव हो तो संस्था ऐसी हो जिसे पुनर्वास कार्य का कुछ अनुभव हो, ग्राम-विकास से परिचय हो, अन्य ग्राम्य संस्थाओं के साथ अच्छे संपर्क हों, कार्यकारी सदस्य दूरदर्शक और नवीन विचारधाराओं के साथ तालमेल रखते हों, नवीन पद्धतियों और संकल्पनाओं के साथ प्रयोग करने के लिए तैयार हों।

समाज आधारित पुनर्वास योजना की सुव्यवस्था और सफलता के लिए नियुक्त संस्था को क्रमानुसार ये कदम उठाने होंगे:—

(1) कार्यक्षेत्र का चयन

कार्यक्षेत्र ग्राम्य होना चाहिए। जनसंख्या 40-50 हजार से अधिक न हो।

(2) ग्राम समूह की रचना

कार्यक्षेत्र के मानचित्र की सहायता से पास-पास के एक ही पंचायत के अन्तर्गत आने वाले 8-10 गाँवों का एक-एक समूह तैयार करिए। इस प्रकार से पूरे कार्यक्षेत्र को विभाजित करते हुए समाज आधारित पुनर्वास की योजना बनाइए। एक समय में 8 ग्राम समूह में काम करने की परियोजना बनाना ठीक रहेगा।

(3) कार्य-क्षेत्र में एक मुख्य गाँव का चयन

प्रत्येक ग्राम-समूह में एक मुख्य केन्द्रीय गाँव को संस्था-कार्यालय की स्थापना के लिए चुनिए, जिसमें निम्नलिखित सुविधाएँ हों:

- ❖ 5-7 हजार की जनसंख्या
- ❖ डाकखाना

- रेलवे लाइन
- बस सुविधा
- माध्यमिक पाठशाला
- ग्रामीण स्वास्थ्य केन्द्र
- बैंक
- सहकारी भण्डार

(4) कार्यकर्त्ताओं का चयन व नियुक्ति

यह बहुत ही महत्वपूर्ण कार्य है, क्योंकि योजना की सफलता इन कार्यकर्त्ताओं पर आधारित है। आवश्यकता होगी:--

अधिकारी पद	संख्या	आवश्यक योग्यताएँ
योजना निर्देशक	1	योजना कार्यान्वित करने वाली संस्था के मानद प्रतिनिधि
सह-निर्देशक	1	योजना कार्यान्वित करने वाली संस्था के वेतन भोगी प्रतिनिधि
निरीक्षक	1	स्नातक उपाधि, यथोचित अनुभव व प्रशिक्षण, ग्राम्य कार्यक्षेत्र के निवासी, आयु 30-35 वर्ष
ग्राम्य कार्यकर्त्ता	16	मैट्रिक पास/मैट्रिक पर्यन्त शिक्षित उत्साही जरूरतमंद नवयुवक कार्य-कुशल व प्रभावी व्यक्तित्व, कार्यक्षेत्र के निवासी, आयु 20-30 वर्ष
परिभ्रामी शिक्षक	2	संभवत: स्नातक उपाधि दृष्टिहीन बालकों के प्रशिक्षित शिक्षक, कार्यक्षेत्र के निवासी

8-10 गाँवों के एक समूह के लिए दो ग्राम्य कार्यकर्त्ताओं को जिम्मेवार बनाइए, ताकि दो व्यक्ति एक साथ काम कर सकें। किसी भी काम में अकेलापन अच्छा नहीं लगता। यदि दो साथ होंगे तो एक-दूसरे की सलाह ले सकते हैं, एक-दूसरे को प्रोत्साहन दे सकते हैं, विचारों का आदान-प्रदान कर सकते हैं। दो व्यक्तियों को साथी बनाते हुए भी एक-एक को 4-5 गाँव के दृष्टिहीन व्यक्तियों के पुनर्वास की जिम्मेवारी दीजिए।

(5) कार्यकर्त्ताओं का प्रशिक्षण

प्रत्येक कार्यकर्त्ता—योजना निर्देशक, सह-निर्देशक, निरीक्षक, ग्राम्य कार्यकर्त्ता, प्रवासी शिक्षक—इन सबको कार्यानुरूप प्रशिक्षित करना आवश्यक होगा। प्रशिक्षण की व्यवस्था व जिम्मेवारी कार्यकारी संस्था की होगी।

(6) विभिन्न कार्यकर्त्ताओं का कार्य निर्धारित करना:

योजना निर्देशक का कार्य:—

- ❋ योजना को कार्यान्वित करना
- ❋ योजना का निर्देशन करना
- ❋ योजना का मूल्यांकन करना

इस कार्य के लिए:—

- ❖ गाँव के मुखिया, सरपंच, मुख्याध्यापक, शिक्षक तथा अन्य प्रतिष्ठित व्यक्तियों से मिलकर समाज आधारित पुनर्वास (CBR) की सफलता के लिए समाज में अनुकूल सहकारी वातावरण का निर्माण करना।
- ❖ कार्यकर्त्ताओं की बैठक बुलाकर उन्हें उनके कार्य का महत्त्व बताना, उनकी जिम्मेवारियों के प्रति सचेत करना, उनसे क्या अपेक्षाएँ हैं अहसास कराना।
- ❖ प्रश्नोत्तर द्वारा शंकाओं का निवारण करना।
- ❖ सह-निर्देशक और निरीक्षक के साथ नियमित बैठकों में कार्य की प्रगति का अवलोकन करना।
- ❖ ग्राम्य कार्यकर्त्ताओं के साथ नियमित रूप से मासिक/द्विमासिक बैठकों की व्यवस्था करना, प्रत्येक गाँव के कार्य का परिचय लेना, कार्यकर्त्ताओं की प्रतिक्रियाओं से हो रहे कार्य का मूल्यांकन करना।
- ❖ समय-समय पर गाँवों में जाकर हो रहे कार्य का प्रत्यक्ष अनुभव लेना, गाँव के जन साधारण से संपर्क बनाए रखना।
- ❖ कार्यकर्त्ताओं को आवश्यक सुविधाएँ मिलती रहें और समय पर वेतन मिलता रहे इसका ध्यान रखना।

- ❖ खर्च हो रही धनराशि का हिसाब रखना/रखवाना।
- ❖ प्रत्येक दृष्टिहीन व्यक्ति का पुनर्वसन कार्यक्रम समाप्त होने पर मूल्यांकन करना।
- ❖ व्यक्ति प्रकरण की समाप्ति करना।
- ❖ एक वर्ष में पुनर्वसित हुए व्यक्तियों का अभिलेख तैयार करना।

अभिलेख (प्रारूप):

वर्ष:

क्र.	दृष्टिहीन व्यक्ति का नाम व पता	आयु	पु./ स्त्री	पु. प्रारम्भ तारीख	पु. समाप्ति तारीख	वर्तमान स्थिति	टिप्पणी ✓	ग्राम्य कार्यकर्त्ता का नाम
1.								
2.							अत्युत्तम	
3.							उत्तम	
4.							साधारण	
5.							असंतोष-जनक	
6.								
7.								
8.								

योजना निर्देशक के हस्ताक्षर

- ❖ आदर्श स्थापित करने के लिए प्रभावात्मक व्यक्ति वृत्त तैयार करना।
- ❖ चुने हुए कार्यक्षेत्र की योजना समाप्ति विवरण (रिपोर्ट) तैयार करना।

योजना समाप्ति विवरण (प्रारूप)

योजना समाप्ति विवरण									
कार्यक्षेत्र: ग्राम संख्या: जनसंख्या: दृष्टिहीन संख्या:									
क्र.	गाँव का नाम व जनसंख्या	दृष्टिहीन जनसंख्या				पुनर्वसित दृष्टिहीन संख्या			
1		पुरुष	स्त्री	वयस्क	बालक	पुरुष	स्त्री	वयस्क	बालक
2									
3									
4									

योजना निर्देशक के हस्ताक्षर

सह-निर्देशक का कार्य

- ❖ योजना निर्देशक के कार्य में सहायता करना।
- ❖ दृष्टिहीनता के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण निर्माण करने के लिए प्रभावी कदम उठाना—उदाहरणार्थ, लधु चल-चित्र दिखाना, सफल दृष्टिहीन व्यक्ति द्वारा गाँव में भेंट तथा भाषण, चित्रों द्वारा दृष्टिहीन व्यक्ति की योग्यताओं का प्रदर्शन इत्यादि।
- ❖ बैठकों की सूचना देना और उनका ब्यौरा रखना।
- ❖ निरीक्षक और ग्राम्य कार्यकर्त्ताओं के साथ संपर्क बनाए रखना।
- ❖ ग्राम्य कार्यकर्त्ताओं का अपना-अपना कार्यक्षेत्र निर्धारित करना।
- ❖ 'दृष्टिहीनता प्रमाणपत्र' देना/दिलवाना।
- ❖ आर्थिक सहायता, बैंक से कर्जा आदि प्राप्त करवाने के लिए व्यवस्था करना।
- ❖ विशेष साधन, उदाहरणार्थ सफेद छड़ी, ब्रेल घड़ी, ब्रेल पुस्तकें, ब्रेल-लेखन साधन आदि की व्यवस्था करना।
- ❖ रेल, बस तथा अन्य रियायतें प्राप्त करने में मार्गदर्शन करना।
- ❖ निरीक्षक और ग्राम्य कार्यकर्त्ताओं के साथ नियमित रूप से मिलकर हो रहे कार्य से निरन्तर परिचित रहना।
- ❖ पुनर्वास कार्यक्रम का 'प्रगति चित्र' तैयार करना।

निरीक्षक का कार्य

- ग्राम्य कार्यकर्त्ताओं के साथ साप्ताहिक बैठकों की योजना करना।
- नियमित निरीक्षण करते हुए ग्राम्य कार्यकर्त्ताओं का मार्गदर्शन करना।
- प्रत्येक ग्राम्य कार्यकर्त्ता के काम का अभिलेख (Record) रखना।
- दृष्टिहीन व्यक्तियों के पुनर्वसन कार्यक्रम का व्यक्तिगत मूल्यांकन करते हुए 'प्रकरण संचिका' (Case file) तैयार करना।
- नियमित रूप से गाँवों में जाकर हो रहे काम का प्रत्यक्ष निरीक्षण करना।

ग्राम्य कार्यकर्त्ता का कार्य

इस योजना में सबसे अधिक महत्त्वपूर्ण भूमिका ग्राम्य-कार्यकर्त्ता की है। इनका संपर्क दृष्टिहीन व्यक्ति, उसके परिवार, पड़ोस, समुदाय के साथ दिन-प्रतिदिन का होता है। इनके प्रभावी कार्य पर ही इस पुनर्वास योजना की सफलता आधारित है और इनके कार्य एक नहीं अनेक हैं:—

1. दृष्टिहीन व्यक्तियों का पता लगाना

निम्नोक्त व्यक्तियों से मिलकर पता लगाया जा सकता है कि दृष्टिहीन व्यक्ति गाँव में कहाँ हैं—

- गाँव का मुखिया - सरपंच,
- पाठशाला के शिक्षक, डाकिया,
- मंदिर-मस्जिद-चर्च के पुजारी,
- डॉक्टर, वैद्य, अस्पताल,
- गाँव के अन्य प्रतिष्ठित व्यक्ति,

परन्तु इस काम के लिए सबसे प्रभावी तरीका है—घर-घर जाना। गाँव के प्रत्येक घर में जाकर पता लगाना कि क्या उनके घर में कोई दृष्टिहीन अथवा दृष्टिबाधित व्यक्ति है?

2. व्यक्ति वृत्त तैयार करना

दृष्टिहीन/दृष्टिबाधित व्यक्ति मिल जाने पर नीचे दिए प्रारूप के अनुसार प्रत्येक दृष्टिहीन व्यक्ति की पूर्ण व्यक्तिगत जानकारी प्राप्त करनी होगी। इस व्यक्ति वृत्त के आधार पर, व्यक्तिगत आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए, व्यक्ति विशेष के पुनर्वास कार्यक्रम की संयोजना की जा सकती है।

व्यक्ति वृत्त

ग्राम्य कार्यकर्त्ता का नाम:

गाँव :

दिनांक :

दृष्टिहीन व्यक्ति का नाम व पता	स्त्री/पुरुष	आयु जन्म ता0	अंधत्व के समय आयु	अंधत्व की मात्रा पूर्ण/आंशिक	अंधत्व संबंधी भावी वैधकीय मत	अन्य कोई विकलांगता अथवा रोग	अंधत्व का कारण	स्वावलम्बन का वर्तमान स्तर

परिवार:

	पिता	माता	भाई	बहिन	पति/पत्नी	अन्य सदस्य	धर्म/जाति	परिवार की मासिक आय
नाम: आयु शिक्षण व्यवसाय								

सामाजिक स्तर	घर (✓)	पड़ोस
	कच्चा ☐ पक्का ☐ शौचालय—हॉ नहीं बिजली—हॉ नहीं पानी—हॉ नहीं	

सामान्यावलोकन

3. व्यक्ति वृत्त के आधार पर व्यक्तिगत पुनर्वास कार्यक्रम आयोजित करना: पुनर्वसन रूपरेखा

- पालकों के साथ मित्रता करते हुए मार्गदर्शन।
- स्वास्थ्य व दृष्टि परीक्षण/उपचार।
- दृष्टिहीनता का प्रमाणपत्र दिलवाना।
- दैनिक जीवन की क्रिया-कौशल्यों का विकास/स्वावलम्बन विकास।
- गतिशीलता प्रशिक्षण/स्वावलम्बन विकास:
  - घर से स्कूल—स्कूल से घर
  - घर से कार्यस्थल—कार्यस्थल से घर
  - गाँव के मुख्य स्थान
- शालेय शिक्षण व्यवस्था—शालेय प्रवेश-प्रवासी शिक्षक से संपर्क।
- व्यवसायी प्रशिक्षण
  - पारिवारिक धंधे में
  - कुटीर उद्योग में
  - गाँव में उपलब्ध व्यवसायी अवसरों में
- नौकरी दिलवाना—नौकरी में आने वाली कठिनाइयों को दूर करना—व्यवसायी वातावरण में स्वावलम्बन का विकास।
- धंधा स्थापित करने के लिए आवश्यक आर्थिक सहायता/बैंक कर्जा आदि का प्रबन्ध करना।
- शिक्षण, प्रशिक्षण व स्वावलम्बन के लिए आवश्यक साहित्य-सामग्री की व्यवस्था करना—उदाहरणार्थ ब्रेल पुस्तकें, ब्रेल-लेखन साधन, गणितीय साधन टेलर फ्रेम मानचित्र (नक्शे), सफेद छड़ी, ब्रेल घड़ी आदि।
- रियायतें व सुविधाओं से परिचित कराना, उपलब्ध कराना और कैसे प्राप्त की जा सकती हैं—सिखाना।
- विशेष कुशलताओं के विकास में प्रोत्साहन—उदाहरणार्थ संगीत, हस्तकला आदि।
- सामाजिक समारोहों में सक्रिय भाग लेने के लिए प्रोत्साहन—उदाहरणार्थ मंदिर में कीर्तन करना।
- समाज सेवी वृत्ति का विकास—समाज सेवा करवाना—उदाहरणार्थ रोगी, गरीब, दु:खी, वृद्ध की सहायता।

संक्षिप्त में

- **यदि दृष्टिहीन व्यक्ति एक पाठशालेय आयु का बालक है** तो पालकों का मार्गदर्शन करते हुए उसके लिए शिक्षण की व्यवस्था करनी होगी। अपने क्षेत्र की 'समेकित शिक्षा योजना' के अन्तर्गत काम कर रहे प्रवासी शिक्षक से संपर्क जोड़कर **गाँव की पाठशाला** में बालक को **प्रवेश दिलाना** होगा। उसके बाद बालक के शिक्षण की जिम्मेवारी प्रवासी शिक्षक को दे दी जानी चाहिए। ध्यान रहे, शालेय प्रवेश के लिए **पूर्व-तैयारी** आवश्यक है—अर्थात् आयुनुसार बालक अपने दैनिक जीवन की निजी आवश्यकताओं को पूरा करने में आत्म-निर्भर हो—उदाहरणार्थ शौच क्रिया, खाना-पीना, चलना-फिरना, अपनी आवश्यकताओं की अभिव्यक्ति कर सकता हो, अन्य बच्चों के साथ हिल-मिल सकता हो।

- **दृष्टिहीन व्यक्ति यदि वयस्क है** तो उसमें दैनिक जीवन की क्रिया-कौशल्यों का विकास और गतिशीलता प्रशिक्षण देकर नौकरी/धंधे के लिए तैयार करना होगा। ध्यान रखें कि नौकरी/धंधा उसके अपने ही **गाँव में** उसकी **योग्यता और रुचि के अनुसार हो।** इसके लिए **व्यवसायी प्रशिक्षण** की आवश्यकता होगी। इस कार्य में माता-पिता, पत्नी, पूरे परिवार का सहयोग आवश्यक है।

- **दृष्टिहीन महिला** विवाहित है या अविवाहित—परिस्थिति के अनुसार और उसकी जिम्मेवारियों के अनुरूप उसके लिए पुनर्वास कार्यक्रम की रचना करनी होगी। दैनिक जीवन की अनेकानेक कुशलताओं का विकास करते हुए, घर की देख-रेख, खाना बनाना और बच्चों के पालन-पोषण में भी वह अधिकधिक आत्म-निर्भर हो जाए—इस ओर विशेष ध्यान देना होगा।

- **दृष्टिहीनता यदि वृद्धावस्था की समस्या है** तो पुनर्वास कार्यक्रम कुछ हद तक सीमित करना होगा। यह करते हुए भी ध्यान रहे कि **दैनिक-जीवन की निजी आवश्यकताएँ** पूरा करने में वह **स्वावलम्बी** हो। नौकरी नहीं कर सकता तो कुछ ऐसा **ग्रामीण काम** सिखा दें, जिससे वह घर बैठे ही अपने **जेबखर्च** के लिए कुछ पैसे कमा सके—उदाहरणार्थ रस्सी बनाना, टोकरियाँ बनाना, रस्सी के थैले बनाना इत्यादि।

घर में रहते हुए छोटे बच्चों को संभालना, कथा-कहानी सुनाकर उनमें अच्छे संस्कार डालना, गाय, भैंस, बकरी की देख-रेख करना, दूध दुहना, घर की जरूरत के लिए पानी भरकर रखना इत्यादि काम करने से परिवार को उनकी उपयोगिता का अहसास होगा और वे परिवार पर बोझ नहीं बनेंगे। उन्हें स्वयं भी आत्म-संतुष्टि के आनन्द का अनुभव होगा।

4. पुनर्वास कार्यक्रम का मूल्यांकन

व्यक्तिगत स्तर पर पुनर्वसन का मूल्यांकन आवश्यक है।

मूल्यांकन के मापदंड

- **स्वावलम्बन का विकास**
  - दैनिक जीवन की क्रियाओं में
  - आर्थिक दृष्टि से
  - सामाजिक समर्थता में।
- **आत्म-विश्वास का विकास**—पूर्ण स्वावलम्बन का विकास व्यक्ति को आत्म-विश्वासी बनाता है।
- **स्वाभिमान का विकास**—स्वावलम्बन और आत्म-विश्वास स्वाभिमान का सृजन करते हैं।
- **सकारात्मक दृष्टिकोण**
  - अपनी दृष्टिहीनता के प्रति।
  - समाज के प्रति।

  आशावादी दृष्टिकोण ही जीवन-पथ पर आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करते हैं।

मूल्यांकन के लिया दिया गया प्रारूप (Proforma-I) सहायक होगा।

5. प्रगति वृत्त तैयार करना

मूल्यांकन के आधार पर 'प्रगति वृत्त' तैयार किया जाना चाहिए। इसके लिए दिए गए प्रारूप की सहायता ली जा सकती है।

घर में रहते हुए छोटे बच्चों को संभालना, कथा-कहानी सुनाकर उनमें अच्छे संस्कार डालना, गाय, भैंस, बकरी की देख-रेख करना, दूध दुहना, घर की जरूरत के लिए पानी भरकर रखना इत्यादि काम करने से परिवार को उनकी उपयोगिता का अहसास होगा और वे परिवार पर बोझ नहीं बनेंगे। उन्हें स्वयं भी आत्म-संतुष्टि के आनन्द का अनुभव होगा।

4. पुनर्वास कार्यक्रम का मूल्यांकन

व्यक्तिगत स्तर पर पुनर्वसन का मूल्यांकन आवश्यक है।

मूल्यांकन के मापदंड

- **स्वावलम्बन का विकास**
  - दैनिक जीवन की क्रियाओं में
  - आर्थिक दृष्टि से
  - सामाजिक समर्थता में।
- **आत्म-विश्वास का विकास**—पूर्ण स्वावलम्बन का विकास व्यक्ति को आत्म-विश्वासी बनाता है।
- **स्वाभिमान का विकास**—स्वावलम्बन और आत्म-विश्वास स्वाभिमान का सृजन करते हैं।
- **सकारात्मक दृष्टिकोण**
  - अपनी दृष्टिहीनता के प्रति।
  - समाज के प्रति।

  आशावादी दृष्टिकोण ही जीवन-पथ पर आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करते हैं।

मूल्यांकन के लिया दिया गया प्रारूप (Proforma-I) सहायक होगा।

5. प्रगति वृत्त तैयार करना

मूल्यांकन के आधार पर 'प्रगति वृत्त' तैयार किया जाना चाहिए।
इसके लिए दिए गए प्रारूप की सहायता ली जा सकती है।

प्रारूप

दृष्टीहीन व्यक्ति का नाम :
आयु:
पता:

मूल्यांकन चित्र

ग्रा. कार्यकर्त्ता का नाम:
पुनर्वास प्रारम्भ दि:
पुनर्वास समाप्ति दि:

→ स्वावलम्बन ←

दैनिक-जीवन कौशल्य	(✓) ↓ करिए: पूर्ण	बहुत कुछ	नही सा	आर्थिक स्वावलम्बन	सामाजिकता(✓)	(✓) आत्म विश्वास	(✓) स्वाधिमान	दृष्टिकोण (✓) करिए	
शाचाक्रया नहाना-धोना कपडे पहनना कपडों की संभाल सजना-संवरना बिंदी-काजल लगाना बाल बनाना दाढ़ी बनाना खाना-पीना **गतिशीलता:** घर से नल तक घर से स्कूल तक घर से नौकरी तक घर से खेत तक घर से निकट दुकान तक खाना बनाना पानी भरकर लाना घर की देख-रेख				व्यवसाय: मासिक वेतन: रु. जीवन-यापन के लिए पर्याप्त? हॉ/नहीं	**परिवार तथा पड़ोस के साथ संबंध:—** प्रेमल मैत्री साधारण मैत्री सहकारी तटस्थ उपेक्षित अनुबनी **शालेय/व्यवसायी अनुस्थिति में पारस्परिक व्यवहार:** अच्छा साधारण नहीं सा **गाँव के सांस्कृतिक समारोहों में सहभाग:** हॉ/नहीं यदि हॉ तो उदा.	पूर्ण: आवश्यकता से अधिक: सामान्य: न्यून:	उत्तम: साधारण:	दृष्टिहीनता के प्रति स्वीकृति: आंशिक स्वीकृति: अस्वीकृति:	समाज के प्रति विश्वासी: अविश्वासी उग्र: अभियाचकी: उपेक्षित:
						ग्रा. कार्यकर्त्ता के विचार		हस्ताक्षर:	

प्रारूप

दृष्टिहीन व्यक्ति का नाम:
आयु :
पता :
पुनर्वास प्रारम्भ दि.:
पुनर्वास समाप्ति दि. :

प्रगति चित्र

ग्राम्य कार्यकर्त्ता का नाम:

पता:

स्वावलम्बन (✓) करिए					आत्म विश्वास ←	स्वाभिमान (✓) करिए	दृष्टिकोण →
	अति उत्तम	उत्तम	साधारण	साधारण से कम	उत्तम	उत्तम	अपनी दृष्टिहीनता के प्रति:
दैनिक-जीवन क्रिया कौशल्य					साधारण:	साधारण:	सकारात्मक स्वीकृति
वातावरण के प्रति सचेतता					सा. से कम:	सा. से कम:	आशावादी:
गतिशीलता							निराशावादी:
आर्थिक							समाज के प्रति:
सामाजिक							विश्वासी:
अनुभव →	विशाल - साधारण - मर्यादित						साशंक:
							उग्र:
							अभियाचिकी:
							उपेक्षित:

ग्राम्य कार्यकर्त्ता के विचार:

हस्ताक्षर

6. व्यक्तिगत पुनर्वास प्रकरण समाप्ति

यदि व्यक्तिगत पुनर्वास में सफलता मिल चुकी है अथवा जहाँ तक संभव था दृष्टिहीन व्यक्ति में स्वावलम्बन, आत्म-विश्वास, स्वाभिमान तथा सकारात्मक आशावादी दृष्टिकोणों का विकास किया जा चुका है, तो 'प्रगति चित्र' के आधार पर 'व्यक्ति प्रकरण समाप्ति (Case Closing) की जा सकती है।

7. अनुगामी कार्यवाही

पुनर्वास प्रक्रिया समाप्त हो जाने पर, समय-समय पर पुनर्वसित दृष्टिहीन व्यक्ति से मिलते रहना चाहिए। प्रारम्भ में 4-6 सप्ताह में एक बार, फिर 2-3 मास में एक बार, फिर 4-6 महीने में एक बार और फिर शायद साल में एक बार (दिवाली के समय) केवल संपर्क बनाए रखने के लिए मिलना पर्याप्त होगा। हो सकता है उसकी कुछ कठिनाइयाँ हों, जिन्हें दूर करने के लिए उसे सहायता की आवश्यकता हो।

प्रवासी शिक्षक का कार्य

बालक को स्कूल में प्रवेश दिलवाने से पूर्व अपने काम की सफलता के लिए विशेष प्रवासी शिक्षक को कुछ **पूर्व तैयारी** करनी होगी। स्कूल में सकारात्मक दृष्टिकोण का वातावरण निर्मित करना होगा, ताकि शिक्षकों तथा अन्य कर्मचारियों से पूर्ण सहकार मिल सके तथा अन्य सामान्य बालकों की तरह दृष्टिहीन बालक को भी स्कूल में सामान्य स्वीकृति मिल जाए।

पूर्व तैयारी

- ❖ मुख्याध्यापक तथा शिक्षकों की बैठक बुलाकर दृष्टिहीनता का परिचय देना।
- ❖ दृष्टिहीन बालक के बालकत्व का महत्व समझाना।
- ❖ बालक के लिए समानावसर और समानाधिकार की ओर ध्यान लक्षित करना।
- ❖ शिक्षकों के सहकार की महत्त्वपूर्ण भूमिका स्पष्ट करना।
- ❖ प्रश्नोत्तर द्वारा शंकाओं का निवारण करना।

अन्य जिम्मेवरियाँ

- ❖ ब्रेल के माध्यम से वाचन-लेखन सिखाना।
- ❖ गणित के नए नियम समझाना।

- विशेष साधनों का (गणित पाटी, भूमिति साधन, स्पर्श चित्र इत्यादि) प्रयोग सिखाना।
- विशेष कुशलताएँ सिखाना।
- परीक्षाओं के समय प्रश्न पत्रों का ब्रेल में रूपान्तर तथा उत्तर पत्रिकाओं का सामान्य लिपि में रूपान्तर करना।
- ब्रेल पुस्तकें, विशेष साहित्य-सामग्री, टेलर गणित पाटी, लेखन-पाटी आदि की व्यवस्था करना।
- वर्ग-शिक्षक के साथ निरन्तर संपर्क रखते हुए विशेष आवश्यकताओं की पूर्ति करना—उदाहरणार्थ: ब्रेल मानचित्र तैयार करना, गृहकार्य का सामान्य लिपि में रूपान्तर करना इत्यादि।
- बालक को स्कूल के वातावरण से परिचित कराना, ताकि वह पाठशाला के प्रांगण में स्वतंत्रता के साथ गतिशील हो सके।
- गतिशीलता प्रशिक्षण देना—विशेष रूप से घर से स्कूल-स्कूल से घर तक आने जाने में बालक स्वतंत्र हो।
- सांस्कृतिक कार्यक्रमों तथा अन्य गतिविधियों में दृष्टिहीन बालक को सहभागी बनाना।
- बालक को स्कूल का अभिन्न अंग बनाना।
- स्वयं भी स्कूल के अन्य शिक्षकों की तरह पाठशाला के जीवन में रुचि लेना।

संक्षेप में विशेष शिक्षक स्कूल और बालक के बीच मध्यस्थ का काम करते हैं। मुख्याध्यापक, शिक्षक तथा अन्य कर्मचारियों के साथ मैत्री संबध स्थापित करते हुए स्कूल के सहभागी आदरणीय सदस्य बनकर काम करते हैं।

(7) योजना के लिए आवश्यक धनोपार्जन करना

योजना को कार्यान्वित करने के लिए आवश्यक धनराशि का प्रबन्ध करना कार्यकारी संस्था की मूलभूत जिम्मेवारी है। धनोपार्जन के लिए विविध तरीके अपनाए जा सकते है :—

- सरकार द्वारा अनुदान
- स्वैच्छिक संस्थाओं द्वारा अनुदान

- ❖ दत्तक प्रकल्प
- ❖ चल-चित्र/नाटक/संगीत समारोह आदि की आयोजना द्वारा
- ❖ वैयक्तिक दान

(8) मूल्यांकन व अभिलेख

चुने हुए कार्य-क्षेत्र में जब सभी दृष्टिहीन व्यक्तियों का पुनर्वास पूरा हो जाए तो योजना निर्देशक के अभिलेखानुसार योजना का मूल्याँकन करना केवल अपेक्षित ही नहीं, आवश्यक भी है।

एक ही नजर में कार्यावलोकन के लिए नक्शे का प्रयोग बड़ा प्रभावी हो सकता है। इस प्रकार से:—

- ❖ चयनित कार्य-क्षेत्र का नक्शा तैयार करिए
- ❖ उसमें प्रत्येक कार्य-गाँव निर्देशित करिए
- ❖ प्रत्येक गाँव के साथ पुनर्वसित दृष्टिहीन संख्या निर्देशित करिए
- ❖ नक्शे पर लिखिए:
  - ❋ कार्यक्षेत्र का नाम
  - ❋ कार्य ग्राम संख्या
  - ❋ सर्वजनसंख्या
  - ❋ दृष्टिहीन जनसंख्या
  - ❋ पुनर्वसित दृष्टिहीन संख्या
    - ★ स्त्री
    - ★ पुरुष
    - ★ बालक
    - ★ वयस्क

योजना कार्यान्वित करने की प्रभाविकता ही समाज आधारित पुनर्वास (CBR) की सफलता का आधार है। अधिकारी संस्था, योजना निर्देशक, सह-निर्देशक, निरीक्षक, ग्राम्य कार्यकर्त्ता, प्ररिभ्रामी शिक्षक तथा अन्य कर्मचारी जिनका पुनर्वास प्रक्रिया से संबंध है, मूल्यांकन में सक्रिय भाग लेंगे तो अच्छा होगा। इन सब कार्यकर्त्ताओं का परस्पर सहकार व योगदान तथा समाज का सहयोग ही समाज आधारित पुनर्वास योजना को प्रभावी बना सकता है।

अच्छा प्रशासन तथा सुव्यवस्था ही
समाज आधारित पुनर्वास की
प्रभाविकता प्रकट कर सकती है।

दैनिक जीवन की क्रियाएँ

दैनिक जीवन की क्रियाओं में कौशल्य और आत्म-निर्भरता का विकास पूर्ण स्वावलम्बन के पथ पर पहला पड़ाव है। हम अपने दिन-प्रतिदिन के जीवन में प्रात: उठने से रात सोने तक अनेक क्रियाएँ करते हैं। जीवन की ये क्रियाएँ यद्यपि साधारण, परन्तु महत्त्वपूर्ण हैं। इन क्रियाओं में कौशल्य विकास आवश्यक है।

दृष्टि के अभाव में **सहज अवलोकन** और **अनुकरण संभव नहीं**। इसलिए, इन्हें सीखने और सिखाने की आवश्यकता पड़ती है।

दृष्टिहीनता जब तरुणावस्था में आती है तो दृष्टि की हानि के साथ-साथ आत्मविश्वास की हानि व्यक्ति की सीखी हुई कुशलताओं में बाधा बनकर व्यक्ति को अकुशल बना देती है। अतएव, सीखी हुई सामान्य सी क्रियाओं को भी फिर से सीखने की आवश्यकता हो जाती है। पहले जो कुछ दृष्टि द्वारा किया जाता था, वह सब अब शेष इन्द्रियों की सहायता से **करना-सीखना** पड़ता है—मुख्यत: स्पर्श और श्रवण की सहायता से।

दैनिक जीवन की क्रियाएँ

निजी स्तर पर:

- शौच क्रिया व सफाई
- दाँत साफ करना (दातुन/ब्रुश से)
- नहाना-धोना
- कपड़े पहनना
- बाल बनाना
- सजना-संवरना
- दाढ़ी बनाना
- कपड़े धोना
- कपड़ो तथा अन्य वस्तुओं की संभाल, निश्चित स्थान पर व्यवस्थित ढंग से रखने का महत्व
- व्यायाम करना
- ईश्वर प्रार्थना/पूजा करना आदि

सामाजिक शालीनता

- सामाजिक शिष्टाचार—उदाहरणार्थ ठीक तरह से 'नमस्ते', 'नमस्कार', 'आदाब', 'चरण स्पर्श' आदि करना।
- बोल-चाल में विनम्रता व गरिमा रखना।
- संभाषण में स्पष्ट उच्चारण व आवाज—संभाषित व्यक्ति की ओर मुख करके बोलना आवश्यक है।

- ठीक ढंग से खाना खाना, उंगलियों से/चम्मच से।
- ठीक ढंग से कपड़े आदि पहनना, सजना, संवरना।
- ठीक ढंग से उठना, बैठना, खड़े होना, चलना।
- आकर्षक भाव-भंगिमा।
- मित्रता विकास।
- अतिथि सत्कार।
- निजी सुविधा तथा सामाजिकता के लिए सामान्य व विशेष योग्यताओं का विकास—उदाहरणार्थ संगीत, हस्तकला आदि।
- सामान्य व विशेष उपकरणों का प्रयोग करना—उदाहरणार्थ ब्रेल घड़ी, बोलती पुस्तक, टेलीफोन आदि।

पाक कला-कौशल्य

- रसोई घर के बर्तन—पतीले, देगची, कढ़ाई, परात, थाली, कटोरी, ग्लास, चम्मच आदि से परिचय।
- अन्य आवश्यक उपकरणों साधनों से परिचय व उनका प्रयोग--उदाहरणार्थ चूल्हा, अंगीठी, स्टोव, माचिस आदि।
- विभिन्न प्रकार की दालें, चावल, मसाले, गेहूँ, आटा, सब्जियाँ आदि से परिचय।
- रसोई घर की सभी वस्तुओं को निश्चित स्थान पर व्यवस्थित रखना।
- सब्जी आदि धोना, छीलना, काटना, कीसना।
- मसाला पीसना, आटा गूंधना।
- उबालना, तलना, भूनना।
- चपाती बनाना, दही तैयार करना आदि।
- **सादा खाना बनाना**—दाल, सब्जी, चटनी, चावल, चपाती सलाद आदि।
  (विशेषता लाने के लिए खीर).
- बर्तन माँजना।
- **खाना परोसना:**
  - रसोइघर के फर्श पर अथवा मेज पर थाली, कटोरी, ग्लास आदि ठीक ढंग से लगाना।
  - घड़ी के अंक-पट के अनुसार खाना परोसना--उदाहरणार्थ 6 के स्थान पर चावल, 8-9 के स्थान पर दाल, 4-5 के स्थन पर चपाती, 10-11 के

स्थान पर सब्जी-भाजी इत्यादि।

- ❋ पानी परोसना।
- ❋ झूठे बर्तन उठाना, फर्श/मेज साफ करना।

गृह-व्यवस्था कौशल्य:

- ❖ घर की सफाई—झाड़ू-पोचा लगाना, प्रत्येक वस्तु पर से धूल-मिट्टी हटाना।
- ❖ घर की साज-सामग्री—कुर्सी-मेज, पलंग-बिस्तर को सुंदरता से निश्चित स्थान पर रखना।
- ❖ पूजा-स्थान निश्चित करना।
- ❖ कपड़े धोना, सुखाना, तह लगाना, इस्तरी करना, व्यवस्थित पद्धति से रखना ताकि ढूँढने में कठिनाई न हो।
- ❖ घर की जरूरतों के लिए खरीददारी करना।

गृह-आर्थिक व्यवस्था:

- ❖ स्पर्श द्वारा सिक्के और नोटों की पहचान।
- ❖ वेतन अथवा आय अनुसार बजट बनाना।
- ❖ खर्च का हिसाब रखना।
- ❖ बचत करना व उसकी संभाल करना।
- ❖ बैंक में पैसा डालना।
- ❖ बैंक से पैसा निकालना, संभव हो तो चैक पर हस्ताक्षर करना।
- ❖ ब्याज के बारे में साधारण जानकारी।

प्राथमिक उपचार/सहायता:

अकस्मात् रोग आने पर अथवा चोट लगनें पर व्यक्ति को डॉक्टर के पास अथवा अस्पताल ले जाने से पहले जो तात्कालिक सहायता दी जाती है, उसे 'प्राथमिक उपचार/सहायता' कहा जाता है। इसका उद्देश्य है—

- ❖ जीवन बचाना
- ❖ चोट को अधिक गंभीर होने से रोकना
- ❖ ठीक होने में सहायता करना

इसलिए घर में प्राथमिक उपचार के लिए सहायक वस्तुओं का रखना आवश्यक है।

प्राथमिक उपचार बॉक्स

- रुई, पट्टी, कैंची
- औषधि युक्त पट्टी (Band Aids)।
- डेटॉल, टिंक्चर, बर्नाल।
- कैलनड्युला (होमियोपैथिक मरहम–चोट आदि के लिए बहुत प्रभावी)।
- ऍस्प्रो, क्रोसिन, मैटासिन (सिर दर्द, ज्वर के लिए)।
- पुदीन हरा (पेट में वायु भर जाने की तकलीफ के लिए)।
- इलास्टिक पट्टी (मोच के लिए)।

यदि संभव हो तो किसी नर्स अथवा डॉक्टर द्वारा 'प्राथमिक उपचार' का मार्गदर्शन कराना चाहिए।

गतिशीलता कौशल्य

गतिशीलता कौशल्य दैनिक जीवन की मूलभूत आवश्यकता है। बिना चले-फिरे, एक जगह से दूसरी जगह जाए बिना तो दैनिक जीवन की कोई भी क्रिया करना संभव नहीं। अतएव, स्वावलंबन के लिए यह अति महत्त्वपूर्ण है। इस महत्त्वपूर्ण विषय की विस्तारपूर्ण जानकारी के लिए "वातावरण से परिचय तथा गतिशीलता" यह लेख पढ़िए।

ध्यान दीजिए

इन सब क्रियाओं को सीखने और सिखाने के लिए यद्यपि सामान्य पद्धतियाँ ही अपनाई जाती हैं, तथापि विशेष रूप से आवश्यकता पड़ती है:–

- शेष इन्द्रियों को अधिक कार्य-कुशल बनाने की
- व्यक्तिगत ध्यान देने की
- प्रत्यक्ष सीख की
- पुनरावर्तन की
- जीवन में व्यवस्था लाने की

और इन सबके लिए **धीरज रखना** बहुत आवश्यक हो जाता है। **उदाहरण के लिए दाँत साफ करने** की सामान्य सी क्रिया ले लीजिए। उसके लिए कितनी बारीकी में जाना होगा और कितनी अगल-अलग क्रियाएँ करनी होंगी:–

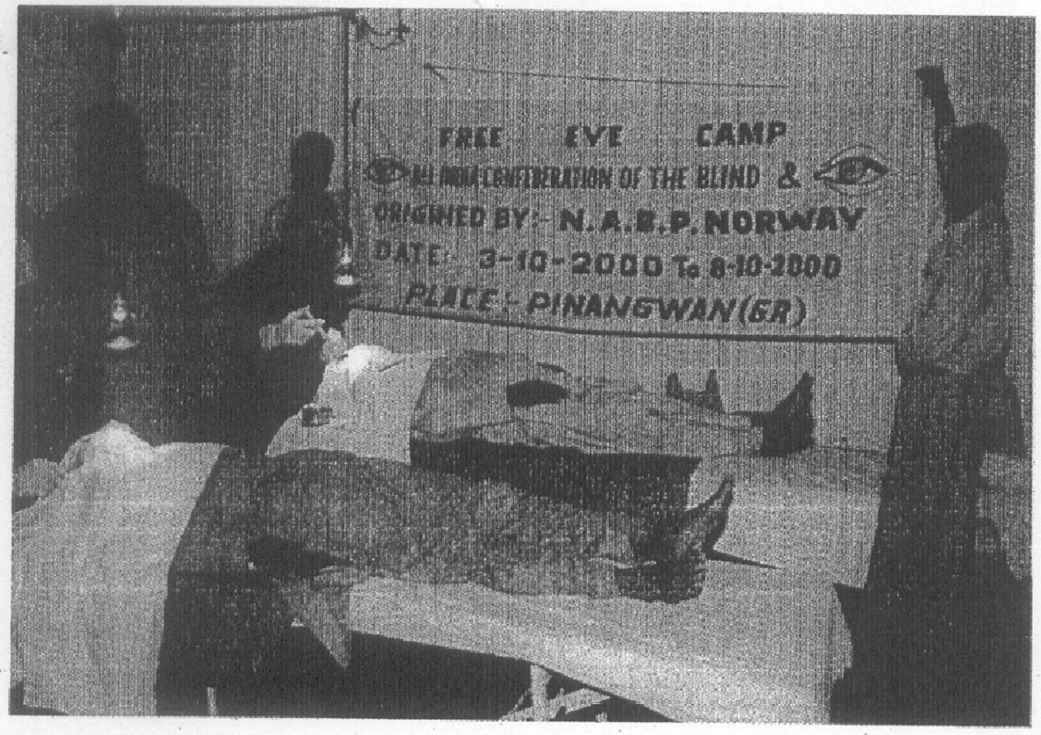
- दातुन/ब्रुश, दंत मंजन/पेस्ट हाथ में देकर परिचय कराना।

- ❖ दातुन/ब्रुश को धोना।
- ❖ दाँए हाथ में ब्रश और हथेली पर दंत मंजन रखकर ब्रुश पर लगवाना।
- ❖ दाँए हाथ से दंत पेस्ट की ट्यूब दबाकर, बाँए हाथ में पकड़े ब्रुश पर लगवाना, **अथवा** दातुन को दाँत में लेकर चबाना ।
- ❖ दाँत साफ करने के लिए बच्चे का हाथ अपने हाथ में रखकर उसे दातुन/ब्रुश को ऊपर-नीचे, दाँए-बाँए की क्रिया महसूस करने देना।
- ❖ बच्चे के हाथ में दातुन/ब्रुश देकर, अपना हाथ उसके हाथ पर रख कर दाँत साफ करवाना। (ऐसा करने से दो-चार दिन में बच्चा स्वयं दाँत साफ करना सीख लेगा।)

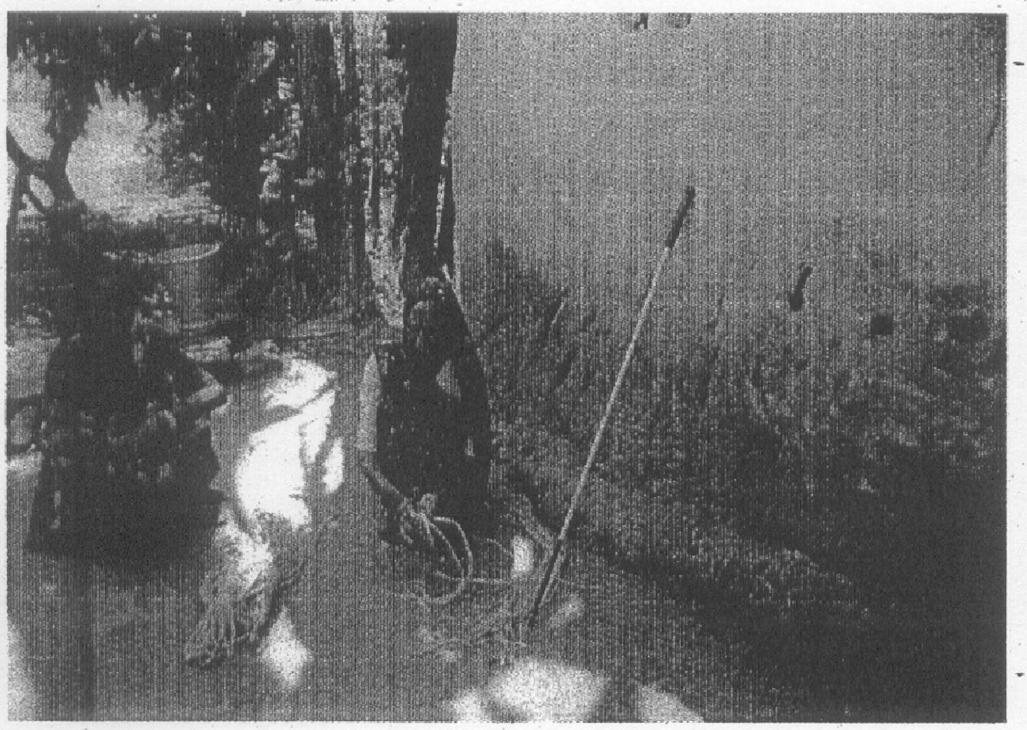
कुछ दिनों के लिए शायद यह सामान्य-सी क्रिया आपको बार-बार अपने हाथों से करवानी होगी। बार-बार बताना पड़ेगा अथवा सिखाना पड़ेगा। परन्तु इससे यह न समझिए कि बालक की सीखने की क्षमता कम है या वह मंदगति का बालक है—बिल्कुल भी नहीं। प्रत्येक बालक को, वह दृष्टिवान हो अथवा दृष्टिहीन, कुछ भी सीखने के लिए **पुनरावर्तन की निरन्तर आवश्यकता** पड़ती है। दृष्टि रहते हुए यह पुनरावर्तन अनुकरण के कारण स्वयं और सहज ही हो जाता है, जब वह घर में माता-पिता, भाई-बहिन आदि को वही क्रिया करते हुए देखता है। इसी **सहज अनुकरण का स्थान पुनरावर्तन** है दृष्टिहीन बालक के लिए। इसके लिए **समय और धीरज** दोनों चाहिए।

दैनिक जीवन की सब क्रियाओं में कुशलता लाने के लिए परिवार की केवल आवश्यकता ही नहीं, इसमें इनका महत्त्वपूर्ण योगदान होता है—विशेषत: माता-पिता, भाई-बहिन, पति-पत्नी का। दृष्टिहीन बालक/व्यक्ति के साथ निकटतम संबंध होने के कारण वे नि:संकोच होकर ये सब क्रियाएँ सिखा सकते हैं। और, दृष्टिहीन व्यक्ति भी बिना किसी झिझक अथवा संकोच के सीख सकता है। व्यक्ति की आयु, पूर्व अनुभव, अंधत्व की मात्रा, बुद्धिमता आदि दैनिक जीवन-कौशल्यों की विकास प्रक्रिया में प्रभावी ठहरते हैं।

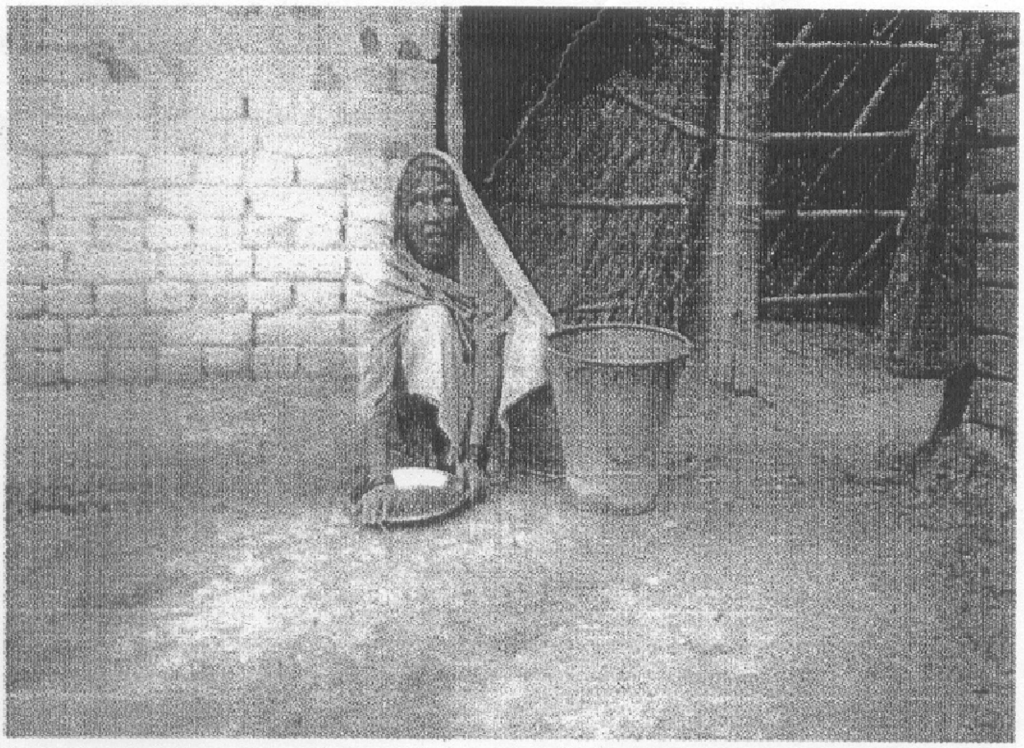
दैनिक जीवन की क्रियाएँ सीखने-सिखाने में सफलता का रहस्य है—
प्रत्यक्ष सीख—पुनरावर्तन—धीरज



नेत्र चिकित्सा शिविर में चिकित्सकों द्वारा निरीक्षण ।

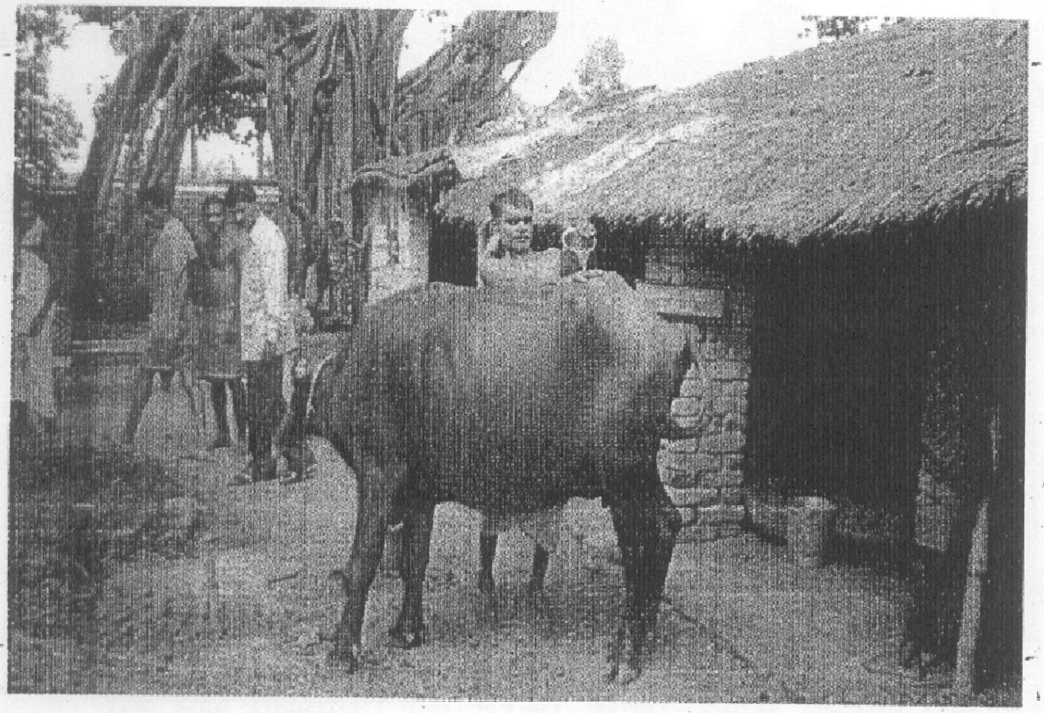


दृष्टिबाधित महिला रस्सी बुनती हुई ।

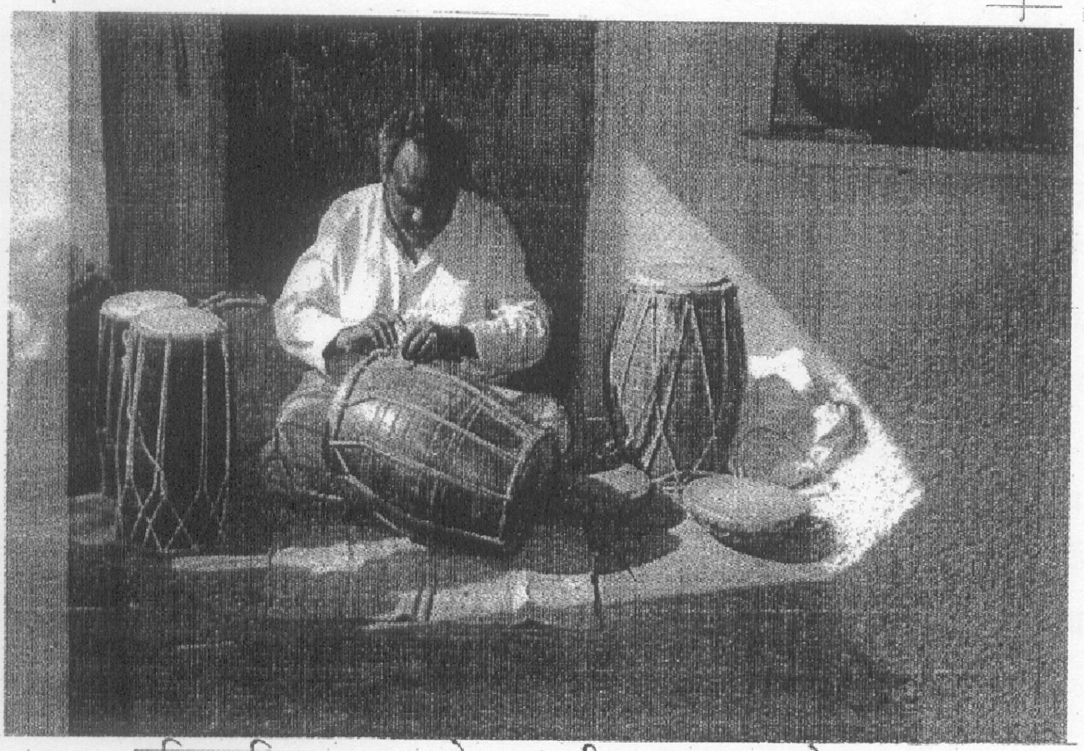


दृष्टिबाधित महिला बर्तन धोते हुए ।

दृष्टिबाधित महिला पायदान बनाते हुए ।



दृष्टिबाधित पुरूष भैंस को नहलाते हुए ।



दृष्टिबाधित पुरूष ढोलक की मरम्मत करते हुए ।

दृष्टिबाधित पुरूष चलने-फिरने का प्रशिक्षण लेते हुए ।

दृष्टिबाधित महिला दूकान चलाती हुई ।

वातावरण से परिचय (अनुस्थिति ज्ञान) तथा गतिशीलता

चलने-फिरने में स्वातंत्र्य–नि:संकोच होकर, बिना किसी की सहायता लिए निडरता के साथ एक जगह से दूसरी जगह जा सकने की सहज योग्यता भगवान का दिया वरदान है, जो समर्थ दृष्टियुक्त व्यक्तियों को मिला हुआ है। प्राय: इसे सामान्य योग्यता समझकर, इसे मूल अधिकार मान लिया जाता है। परन्तु, विकलांग व्यक्ति के लिए चलना-फिरना अर्थात् गतिशीलता एक गंभीर समस्या बन जाती है। समस्या की गंभीरता विकलांगता के स्वरूप और मात्रा के अनुरूप होती है।

दृष्टिहीनता व्यक्ति की गतिशीलता पर जबरदस्त अवरोध लगाती है–उसके लिए गतिशीलता एक बहुत बड़ी समस्या बन जाती है। कभी-कभी तो अपने जीवन की सामान्य से सामान्य आवश्यकताओं के लिए भी दृष्टिहीन व्यक्ति को दूसरों की सहायता लेनी पड़ती है। गतिशीलता की इस अक्षमता के कारण उसकी नौकरी छूट सकती है अथवा नौकरी मिलने में कठिनाई हो सकती है। मानसिक दृष्टि से ऐसा परावलम्बन व्यक्ति के व्यक्तित्व पर गहरी और हानिपूर्ण चोट कर सकता है। अतएव, यह बहुत आवश्यक है कि दृष्टिहीनों के लिए किसी भी प्रकार के पुर्नवसन कार्यक्रम में गतिशीलता प्रशिक्षण को महत्त्वपूर्ण स्थान दिया जाए।

गतिशीलता अपने आपमें कोई लक्ष्य नहीं। यह तो लक्ष्य साधने का माध्यम है। लक्ष्य सामान्य सा हो सकता है, जैसे कि प्यास लगने पर मटके के पास जाकर पानी पीना–कमरे के दूसरे कोने में रखे रेडियो को चलाना–पड़ोस की दुकान से बीड़ी लाना अथवा बहुत महत्त्वपूर्ण हो सकता है, जैसे कि नौकरी के स्थान पर जाना। गतिशीलता प्रशिक्षण का मुख्य उद्दिष्ट है:–आत्म-विश्वास का विकास करना। परन्तु इसका अर्थ यह नहीं कि विशेष साधनों का प्रयोग नहीं किया जाए अथवा मानवीय सहायता न ली जाए। एक दृष्टिहीन व्यक्ति सफेद छड़ी की सहायता से बस स्टॉप तक चलकर जाता है, बस पकड़कर अपने कार्यालय पहुँचता है। और, दूसरा दृष्टिहीन व्यक्ति जिसके पास अपनी मोटरगाड़ी है, मोटर में बैठकर अपने कार्यालय जाता है अथवा अन्य किसी वाहन से ऑफिस पहुँचता है–दोनो ही एक बराबरी के गतिशील हैं। महत्त्व है उस आत्म-विश्वास का, जिसके बल पर दृष्टिहीन व्यक्ति आवश्यकतानुसार एक जगह से दूसरी जगह आ-जा सकने की क्षमता और योग्यता रखता है, न कि वहाँ जाने के लिए अपनाए साधन का।

गतिशीलता में आत्म=विश्वास का विकास करने के लिए आवश्यक है कि दृष्टिहीन व्यक्ति अपने वातावरण से पूरी तरह परिचित हो और वातावरण में घट रही घटनाओं के प्रति सचेत रहे।

वातावरण से परिचय

(अनुस्थिति ज्ञान)

अपने वातावरण में अपना स्थान कहाँ है और वातावरण के साथ अपना संबंध क्या है, यह पहचानने की योग्यता ही अनुस्थिति ज्ञान है।

दृष्टि के अभाव में वातावरण से परिचित और गतिशील होने के लिए दृष्टिहीन व्यक्ति को अपनी शेष इन्द्रियों का कुशल प्रयोग करना सीखना होगा। स्पर्श, श्रवण, गंध और Kinesthetic इन्द्रियों द्वारा मिलने वाले ज्ञान और सूचनाओं का गतिशीलता प्रशिक्षण में विशेष स्थान है। ये संकेत और सूचनाएँ केवल पथ-निर्देशन ही नहीं, पथ निर्धारित करने में भी सहायक होती हैं।

दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए अकेले भ्रमण करना एक अविरत चुनौती है। यद्यपि अपंग व्यक्ति की तरह दृष्टिहीन व्यक्ति की कोई शारीरिक कठिनाई नहीं होती, न ही उसे किसी बैसाखी का सहारा चाहिए, फिर भी उसका प्रत्येक कदम अज्ञात में एक साहसी कर्म होता है। जीवन एक सबाध दौड़ बन जाता है। घर के अंदर खटिया, पाटला, कुर्सी, मेज आदि वस्तुओं का हमेशा निश्चित स्थान पर न रहना, अधखुला दरवाजा इत्यादि दृष्टिहीन व्यक्ति की गतिशीलता में रुकावटें बन कर आते हैं। घर के बाहर--बत्ती का खम्बा, पोस्ट बॉक्स, किसी घर का बाहर की ओर खुला हुआ मुख्य द्वार, वृक्ष की नीची झुकी टहनी, अपने ही ख्यालों में डूबता हुआ पथिक, रास्ते में बैठे भिखारी–ये सब अपने आपमें अड़चनें हैं। बड़े शहरों में तो दृष्टिहीन व्यक्ति की गतिशीलता में अन्य भी बहुत सी रुकावटें आती हैं, उदाहरणार्थ खुला हुआ गटर, खुदाई की हुई असुरक्षित जगह, बेघर कुत्ते, स्टेशन पर सिर पर सामान लादे कुली इत्यादि। जहाँ सड़क पार करना दृष्टियुक्त व्यक्ति के लिए भी कठिन काम होता है, वहाँ दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए उस कठिनाई की गंभीरता का क्या कहना।

अड़चनों और रुकावटों की सूची तो बेअन्त हो सकती है, परन्तु सौभाग्य से दृष्टिहीन व्यक्ति इन बाधाओं और खतरों से न घबराते हुए हमेशा इस चुनौती का सामना करते आए हैं।

दृष्टिहीन पुरुषों और महिलाओं ने समय-समय पर अपने ढंग से इस चुनौती का सामना किया है—समस्या को सुलझाया है। कुछ ने **मानवीय सहायता** ली तो कुछ ने **छड़ी की।**

शोध द्वारा छड़ी के प्रयोग के **प्रभावी तरीके** ढूंढे गए हैं। **विद्युत साधनों** का विकास किया जा रहा है। **कुत्तों को प्रशिक्षण** देकर उन्हें मार्गदर्शक बनाया जा रहा है। इन सब प्रयासों का **एक ही उद्दिष्ट** है—दृष्टिहीन व्यक्ति की गतिशीलता में **अधिकाधिक कुशलता** और **स्वावलम्बन लाना।**

इस उद्दिष्ट की प्राप्ति के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रमों की आयोजना की गई है। प्रशिक्षण द्वारा **छड़ी के उचित प्रयोग के तरीके** सिखाए जाते हैं। साथ ही **शेष इन्द्रियों द्वारा मिल रहे संकेतों और सूचनाओं** में **समन्वय साधकर** गतिशीलता में उनकी सहायता कैसे ली जा सकती है—सिखाया जाता है। पारम्परिक लम्बी-मोटी लाठी की जगह अब नाजुक **सफेद छड़ी** ने ले ली है। **छड़ी का उपयोग मानो हाथ को लंबा करना है**, जिससे रास्ते में आने वाली बाधाओं और अड़चनों का पता लगता रहता है।

अन्य इन्द्रियों द्वारा मिल रहे **संकेतों और सूचनाओं को पहचानना और ग्रहण करना** बहुत महत्ता रखता है। गतिशीलता कौशल्यों के विकास में **स्पर्श, श्रवण और गंध** से बहुत सहायता मिलती है। मार्ग पर चलते हुए दृष्टिहीन व्यक्ति को अनुभव से, पाँव के स्पर्श से, सड़क और पथिक पथ (फुटपाथ) के कच्चे-पक्के रास्ते की सतह में अंतर पता लगने लगता है। सड़क के दोनों ओर के उतार से यह भी पता लगता है कि वह सड़क के दाँयी ओर है या बाँई ओर। पद-चापों की प्रतिध्वनि, पार्श्वभूमिका में विभिन्न आवाजों का शोर, चलते वाहनों की विभिन्न आवाजें—सब संकेतक बनते हैं। लहलहाते खेत की खुशबू, कुएँ से रहट की आवाज, मंदिर की घंटी, पानवाले के चम्मच की टनटन, फूलवाले के पुष्पों की सुगन्ध—ये सब दृष्टिहीन व्यक्ति को अपने वातावरण से परिचित कराते हुए उसमें अपनी स्थिति बताते हैं और अपने मुकाम तक पहुँचने में सहायता करते हैं।

अपने समीपी वातावरण का **भौगोलिक ज्ञान** और प्रतिदिन के आने-जाने वाले स्थानों के **रास्तों की जानकारी** भी जरूरी है। प्रायः दृष्टिहीन व्यक्ति अपने प्रतिदिन के भ्रमण के रास्ते का **मानसिक चित्र बना** लेते हैं, जिससे उन्हें गतिशील होने में सहायता मिलती है। गतिशीलता में सुगमता लाने के लिए दृष्टिहीन व्यक्ति को **ठीक-ठीक मार्ग निर्देशन** लेना सीखना चाहिए।

इसकी कभी भी आवश्यकता पड़ सकती है। किसी का इतना ही बता देना पर्याप्त नहीं, कि, बस से उतरने के बाद उसका कार्यालय केवल दो मिनट के रास्ते पर है। उसके लिए विस्तार में यह जानना बहुत आवश्यक है कि उसको रास्ते में क्या कोई रास्ता पार करना पड़ेगा अथवा दाँई-बाँई ओर मुड़ना होगा इत्यादि। सड़क पार करते हुए विशेष सावधानी से काम लेना चाहिए। संभव हो तो किसी दृष्टियुक्त व्यक्ति की सहायता ले लें।

समाज में ऐसी एक भ्रान्ति है कि भगवान ने दृष्टिहीन व्यक्ति को छठी ज्ञानेन्द्रिय दी है, और इसके बारे में बहुत कुछ कहा जाता है। वास्तव में ऐसा कुछ भी नहीं। कई बार दर्शक स्तब्ध रह जाते हैं, जब वे देखते हैं कि दृष्टिहीन व्यक्ति उसके सामने आने वाली रुकावट—पेड़, दिवार, मोटरकार आदि से किंचित् पहले रुक जाते हैं, ताकि उन्हें टक्कर न लगे। यह कोई आन्तरिक प्रज्ञा-शक्ति नहीं जो उन्हें सामने आने वाली बाधा से अवगत करा देती है। अपितु, उनके वातावरण में हवा के दाब में अंतर और प्रतिध्वनि में भिन्नता उन्हें सन्मुख खड़ी किसी अड़चन का संकेत देती है। बाधा, अड़चन, रुकावट पहचानने की इस क्षमता को बहुत बार 'चेहरे की दृष्टि' (Facial Vision) कहा जाता है।

गतिशीलता में प्रशिक्षित दृष्टिहीन व्यक्ति स्वतंत्रता के साथ और बिना किसी खतरे के एक जगह से दूसरी जगह आ-जा सकते हैं। बहुत से लोग दृष्टिहीन व्यक्ति को अकेले जाते देख आश्चर्यचकित रह जाते हैं। इसकी कोई आवश्यकता नहीं। आज जब अधिकाधिक दृष्टिहीन व्यक्ति नौकरी पर जाने लगे हैं और स्वावलम्बी हो रहे हैं, यह आवश्यक हो गया है कि समाज के दृष्टिकोणों में परिवर्तन लाया जाए।

दृष्टिहीन व्यक्ति को भी निडर होकर, आत्म-विश्वास के साथ बाहर निकलने का साहस करने की आवश्यकता है। देशभर में **गतिशीलता-प्रशिक्षण केन्द्रों** की स्थापना की जानी चाहिए, जिनमें **छड़ी की प्रयोग विधि** पर विशेष महत्त्व हो। भारत में सफेद छड़ी का प्रयोग लगभग 50 साल पहले शुरू हुआ। आज यह दृष्टिहीनता का प्रतीक बन गई है।

गतिशीलता प्रविधि:

अपने वातावरण में सहजता और सुरक्षितता के साथ चलने-फिरने के लिए दृष्टिहीन व्यक्ति मुख्यत: दो तरीके अपना सकते हैं:—

1. दृष्टियुक्त साथी के साथ (मानवीय सहायता)

2. छड़ी की सहायता से स्वतंत्रतापूर्ण

चाहें तो वे इनका प्रयोग अलग-अलग कर सकते हैं और चाहें तो दोनों का सम्मिश्रण भी कर सकते हैं।

दृष्टियुक्त साथी के साथ:

यद्यपि गतिशीलता प्रशिक्षण का मूलभूत उद्दिष्ट चलिष्णुता में स्वावलम्बन का विकास करना है, तथापि कुछ परिस्थितियों में दृष्टियुक्त व्यक्ति की सहायता लेना आवश्यक हो जाता है—उदाहरणार्थ सड़क पार करते समय, भीड़ में चलते हुए अथवा अपरिचित वातावरण में।

दृष्टिवान और दृष्टिहीन दोनों व्यक्ति आराम से सुरक्षित चल सकें, इसके लिए कुछ बातों पर विशेष ध्यान देना जरूरी है। क्योंकि, चलते समय दोनों के बीच एक प्रकार की मौन बातचीत होती रहती है, जिससे दृष्टिहीन व्यक्ति को संकेत/सूचनाएँ मिलती रहती हैं।

साधारण परन्तु प्रभावी विधि:

- दृष्टिवान साथी की बाँह **कोहनी से ज़रा ऊपर** इस प्रकार पकड़नी चाहिए कि अंगूठा बाहर की ओर हो। पकड़ निश्चित होते हुए भी साथी पर किसी प्रकार का बोझ अथवा कष्ट पहुँचाने वाली नहीं होनी चाहिए।
- अपने मार्गदर्शक साथी से **केवल आधा ही कदम पीछे** रहना चाहिए। पीछे रहने से साथी की चाल और **हाथ के ऊपर-नीचे होने से** दृष्टिहीन व्यक्ति को **उतार-चढ़ाव, दाँए-बाँए मोड़** आदि का बिना बताए ही पता लगता रहेगा।
- संकरी जगह आने पर साथी को अपना मार्गदर्शक हाथ थोड़ा पीठ के पीछे कर लेना चाहिए, ताकि दृष्टिहीन व्यक्ति उसके पीछे चल सके। संकरी जगह समाप्त हो जाने पर, वापिस आधा कदम आगे होते हुए, साथ-साथ हो जाना चाहिए।
- रास्ते में आने वाली अड़चनों की सूचना देना आवश्यक है, ताकि दृष्टिहीन व्यक्ति अनुकूल प्रतिक्रिया कर सके—उदाहरणार्थ रास्ते में नाली लांघने के लिए लंबा कदम लेना होगा, वृक्ष की नीचे लटकती टहनी आई तो सिर झुकाने की आवश्यकता होग, इत्यादि।
- सीढ़ी के पास पहुँचने पर यह बताना आवश्यक है कि सीढ़ी पर चढ़ने/उतरने वाले

हैं, ताकि दृष्टिहीन व्यक्ति सुविधा से चढ़/उतर सके। सीढ़ी के साथ यदि रेलिंग है तो उसका हाथ रेलिंग पर रखने से उसे सीढ़ियों का मुड़ना, समाप्त होना अपने-आप ही पता लगता रहेगा।

- बस/गाड़ी में चढ़ते समय अनुकूलतानुसार उसका बाँया/दाँया हाथ दरवाजे की रेलिंग पर रख दीजिए और बताइए कि ऊपर चढ़ जाने पर उसे दाँए जाना है अथवा बाँए।
- मोटरगाड़ी अथवा टैक्सी में बैठने के लिए दृष्टिहीन व्यक्ति का एक हाथ खुले दरवाजे के ऊपरी भाग पर और दूसरा हाथ छत पर रखने से वह बिना किसी की सहायता के आसानी से अंदर बैठ जाएगा।
- कुर्सी पर बैठने के लिए उसका निर्देशित हाथ कुर्सी की पीठ पर रखिए। ऐसा करने से उसे स्वयं ही पता लग जाएगा कि उसे कैसे बैठना है।
- किसी मकान, कमरे अथवा शौचालय जाते समय बताइए कि दरवाजा अंदर की ओर खुलता है या बाहर की ओर। दरवाजा खुला रखने के लिए उसका हाथ दरवाजे के हैंडल पर रखिए ताकि साथी मार्गदर्शक पहले अंदर जा सके।
- दृष्टिहीन व्यक्ति को कभी भी पीछे से धक्का देते हुए आगे मत करिए और न ही उसकी बाँह खींचिए।
- रास्ते में यदि कोई गड्ढा पार करना जरूरी हो तो उसे गड्ढे की चौड़ाई और गहराई से अवगत करिए, ताकि उसे कितना कूदना होगा पता लग जाए।
- अपरिचित दृष्टिवान व्यक्ति से सहायता लेते हुए दृष्टिहीन व्यक्ति को स्वंय उससे ठीक तरह मार्गदर्शन करवाना चाहिए। इससे पहले कि दृष्टियुक्त व्यक्ति उसका हाथ खींचने लगे, उसे स्वयं मार्गदर्शक की कोहनी के ऊपर अपना हाथ रख लेना चाहिए।

स्वतंत्र चलने के लिए छड़ी की प्रयोग विधि:

गतिशीलता में स्वावलम्बन लाने के लिए छड़ी का प्रयोग अत्यावश्यक है। प्राय: छड़ी का प्रयोग घर के बाहर किया जाता है। यदि घर अपरिचित हो तो घर के अंदर भी छड़ी का प्रयोग किया जा सकता है। छड़ी एक प्रकार से दृष्टिहीन व्यक्ति के हाथ को लम्बा करती है, जिसकी

सहायता से उसे:—

- ❖ दैनिक जीवन की क्रियाएँ करने में सहायता मिलती है।
- ❖ रास्ते में आने वाली अड़चनों/बाधाओं का पता लगता है।
- ❖ सीमा-चिन्ह, महत्त्वपूर्ण स्थान, दरवाजे, रास्ते की सतह आदि का ज्ञान होता है।
- ❖ स्पर्श सूचनाएँ मिलती रहती हैं।
- ❖ नीचे गिरी वस्तु ढूँढी जा सकती है।

छड़ी के प्रकार:

- ❖ लम्बी सफेद छड़ी
- ❖ फोल्डिंग छड़ी

यह लोकप्रिय छड़ी है। यह लकड़ी अथवा एल्यूमीनियम ट्यूब की बनी होती है। इसमें हस्त पकड़ होती है और नीचे नायलॉन/रबर की टोक होती है।

छड़ी की लम्बाई:

- ❖ व्यक्ति की ऊँचाई के अनुसार छाती तक आनी चाहिए।
- ❖ प्राय: 90 सेंटीमीटर।
- ❖ व्यक्ति के सामने लगभग एक मीटर की दूरी पर धरती को छूनी चाहिए।

अच्छी छड़ी के गुण:

गाँवों में प्राय: लोग बाँस अथवा पेड़ की मोटी टहनी से छड़ी बना लेते हैं। छड़ी चाहे कैसी भी हो, ध्यान रहे वह:--

- ❖ टिकाऊ हो
- ❖ हल्की हो
- ❖ स्पर्श-सूचनाएँ दे सकती हो
- ❖ सस्ती हो
- ❖ आसानी से मिल सकती हो
- ❖ छड़ी की लम्बाई व्यक्ति की ऊँचाई के अनुरूप हो।

छड़ी पकड़ने का तरीका:

जैसा कि चित्र में दिखाया गया है:—

- ❖ छड़ी को पकड़ते हुए अंगूठा ऊपरी भाग में सामने हो।
- ❖ निर्देशिका उंगली पूरी तरह से सीधी नीचे आती हो।
- ❖ शेष उंगलियाँ पीछे से आकर छड़ी को पकड़ती हों।

प्रयोग विधि:

- ❖ **कलाई क्रिया:** छड़ी को बाँए से दाँए, दाँए से बाँए कलाई की चलन-क्रिया करते हुए घुमाया जाता है। घुमाते हुए छड़ी की टोक हल्के से धरती को छूनी चाहिए। बाँह को नहीं चलाना चाहिए।
- ❖ **वृतांश/कमान:** व्यक्ति के शरीर की चौड़ाई से थोड़ा अधिक वृत्तांश/कमान बनाते हुए छड़ी को थोडा सा वृतांश के कोनों को छूने दो। बाकी समय छड़ी को धरती से थोडा ऊपर रहना चाहिए।
- ❖ **कदम के अुनरूप (Instep) :** अर्थात्, जैसे ही दाँया पैर आगे बढ़े, छड़ी को बाँई ओर और जब बाँया पैर आगे बढ़े, छड़ी को दाँई ओर जाना चाहिए।
- ❖ आवर्तन गति **(Rhythm) :** दृष्टिहीन व्यक्ति की चाल के अनुसार छड़ी भी एक नियमित गति से दाँए से बाएँ, बाँए से दाँए जानी चाहिए।

परिस्थिति अनुसार छड़ी की प्रयोग विधि में बदलाव:

- ❖ ग्राम्य वातावरण में जहाँ कोई खास पथिक-पथ नहीं होता, और रास्ते भी अधि कतर कच्चे होते हैं, छड़ी की प्रभावी लंबाई और वृत्तांश को बढ़ा देना चाहिए।
- ❖ कीचड़ वाली जगह में प्रभावी लंबाई और वृत्तांश/कमान कम कर देनी चाहिए।
- ❖ शहरी वातावरण में फुटपाथ के बीच चलना ठीक रहता है, क्योंकि प्राय: किनारों पर कुछ-न-कुछ अड़चन रहती है।
- ❖ भीड़ वाले स्थानों में छड़ी पर अपना हाथ नीचे लाकर प्रभावी लंबाई कम कर देनी चाहिए, ताकि किसी को लगे नहीं।

साधारण सावधानियाँ:

- ❖ यदि छड़ी द्वारा किसी अड़चन/बाधा तथा गड्ढे का ज्ञान हो तो, आगे बढ़ने से पहले उस जगह को अच्छी तरह से सावधानी बरतते हुए परख लेना चाहिए।

- ❖ छड़ी को हमेशा नीचे की ठीक स्थिति में पकड़ना चाहिए--धरती से ऊपर सामने नहीं हिलाना चाहिए।
- ❖ यदि वातावरण में अपना स्थान और दिशा ढूंढने में कोई कठिनाई हो रही हो तो किसी दृष्टियुक्त व्यक्ति की सहायता ले लेनी चाहिए।
- ❖ छड़ी की लम्बाई हमेशा व्यक्ति की ऊँचाई के अनुरूप हो अर्थात् उसकी छाती तक हो।

महत्त्वपूर्ण स्थान:

स्पर्श, गंध और श्रवण द्वारा निम्न स्थानों को पहचानना और वहाँ तक आ-जा सकना जरूरी है:—

- ❖ स्कूल, नौकरी का स्थान, कार्यालय
- ❖ डाकघर, बैंक
- ❖ परिवार का खेत
- ❖ मंदिर, मस्जिद, चर्च
- ❖ पंचायत/नगरपालिका का कार्यालय
- ❖ नदी, तालाब, कूआँ, पानी का नल
- ❖ बस स्टाप, रिक्शा स्थल, रेलवे स्टेशन
- ❖ बाजार, व्यापार-व्यवहार केन्द्र
- ❖ मित्रों के घर

गतिशीलता प्रशिक्षण की आयोजना करते हुए दृष्टिहीन व्यक्ति के वातावरण तथा उसकी अपनी आवश्यकताओं को विशेष रूप से ध्यान में रखना चाहिए। प्रशिक्षण परिवार तथा समुदाय का सक्रिय सहकार लेते हुए दिया जाए तो बहुत अच्छा होगा। प्रशिक्षण किस स्वरूप का हो, किस प्रकार से दिया जाए, यह तय करते हुए दृष्टिहीन व्यक्ति की आयु और शारीरिक क्षमता को ध्यान में रखना बहुत जरूरी है।

दृष्टिहीन व्यक्ति सहजता से स्वतंत्र चल-फिर सकते हैं और उन्हें ऐसा करना भी चाहिए। आज तो गतिशीलता प्रशिक्षण की व्यवस्था व सुविधा है। दृष्टिहीन व्यक्ति उसका लाभ ले सकते हैं। परन्तु, उस जमाने में जब किसी प्रकार के प्रशिक्षण की व्यवस्था नहीं थी, तब भी कुछ साहसी

दृष्टिहीन व्यक्ति आत्मविश्वास के साथ बाहर निकल पड़ते थे। स्वयं घूमने-फिरने का आनन्द लेते हुए, समाज के दृष्टिकोणों में भी परिवर्तन लाने का प्रयत्न करते थे।

विविध कौशल्य विकास व
गतिशीलता स्वावलम्बन–
पुनर्वसन की आधारशिला हैं।

आर्थिक पुनर्वास

नौकरी अथवा किसी प्रकार का धंधा या व्यापार करके धन कमाना और अपने पाँव पर खड़ा होना, पुनर्वास प्रक्रिया का अन्तिम और महत्त्वपूर्ण पड़ाव है। आर्थिक स्वावलम्बन के बिना पुनर्वसन अधूरा है, ऐसा कह सकते हैं।

दैनिक जीवन की क्रियाएँ करने में दृष्टिहीन व्यक्ति को कुशल और स्वावलम्बी बनाकर–शेष इन्द्रियों का उचित प्रयोग सिखाकर–आत्मविश्वास का विकास करके–उज्ज्वल भविष्य की आशा दिलाकर–पुनर्वसन प्रक्रिया का अति महत्त्वपूर्ण पहलू जो शेष रह जाता है, वह है आर्थिक स्वावलम्बन। इस ओर पूरा ध्यान देना आवश्यक है।

आर्थिक पुनर्वसन का विचार आते ही कुछ प्रश्न सामने आते हैं:

- **कौन सी नौकरी** ढूंढी जाए अथवा किस प्रकार का **धंधा या व्यापार** किया जा सकता है?
- दृष्टिहीन व्यक्ति में किस प्रकार की नौकरी करने की अथवा धंधा करने की **योग्यता** है?
- कैसे काम में उसकी **रुचि** है?
- **रुचि** और **योग्यतानुसार** यदि **नौकरी** मिल जाए अथवा कोई **धंधा** शुरू कर लिया जाए, तो क्या वह उसे **कर पाएगा**?
- **गतिशीलता** की दृष्टि से क्या वह आने-जाने में **सक्षम** है? अर्थात् सुरक्षा के साथ **स्वतंत्र** आ-जा सकता है?

नौकरी कौन सी? धंधा कैसा?

इसका विचार करते हुए सबसे पहले यह देखना चाहिए कि दृष्टिहीनता आने से पहले वह क्या करता था। जहाँ तक संभव हो, उसे उसी नौकरी पर अथवा उसी धंधे पर पुनर्स्थापित करने का प्रयत्न करना चाहिए। उसकी पहले की हुई नौकरी/धंधे में रुचि, योग्यता,

जानकारी और अनुभव, उसे फिर से वही नौकरी / धंधा करने में सहायता देंगे। केवल इतना ही नहीं, वातावरण से पूर्व-परिचय, कार्यालय के भीतर उसे स्वतंत्रता से गतिशील होने में प्रेरणा देगा और कार्यसाथियों का सहकार प्रोत्साहन। परिचित साथियों और मित्रों से मिलकर उसका आत्म-विश्वास बढ़ेगा। इससे उसके लिए आर्थिक स्वावलम्बन के पथ पर आगे बढ़ना आसान हो जाएगा।

यदि किसी कारण से वही नौकरी अथवा धंधा करना संभव नहीं, या वही नौकरी मिल नहीं सकती, तो उसी कार्यालय में कोई दूसरी नौकरी दिलवाने का प्रयत्न किया जाना चाहिए अथवा उसी प्रकार का कोई धंधा शुरू करें, जैसा कि वह पहले करता था।

पूर्व-तैयारी:

नौकरी अथवा धंधा कोई भी हो, उसकी सफलता के लिए पूरी पूर्व-तैयारी करना आवश्यक है:

- ❖ व्यवसाय के प्रति स्वस्थ दृष्टिकोण का निर्माण।
- ❖ व्यवसाय के लिए आवश्यक प्रशिक्षण।
- ❖ धंधे-व्यापार की पूरी जानकारी।
- ❖ गतिशीलता में स्वावलम्बन।
- ❖ बनने-संवरने की सचेतता अर्थात् ठीक ढंग से कपड़े पहनना, बाल बनाना आदि।
- ❖ परिवार का पूर्ण सहकार।
- ❖ सामाजिक समर्थता।

समाज का सहकार:

दूसरी कोई नौकरी ढूंढते समय ग्राम्य कार्यकर्त्ता को लगन, निष्ठा और विश्वास से काम करना होगा। गाँव में उपलब्ध सुविधाओं का उदा0—ग्राम उद्योगी संस्था, सहकारी भण्डार आदि का लाभ उठाना चाहिए। गाँव के नामी प्रभावी व्यक्तियों का सहकार लेकर काम करने से स्थायी सफलता की आशा की जा सकती है।

गाँव में प्राय: आर्थिक पुनर्वास के अवसर इन क्षेत्रों में मिल सकेंगे:

- ❖ खेती-बाड़ी का काम
- ❖ बाग बगीचे का काम

- ❖ पशु-पालन—गाय, भैंस, बकरी पालन
- ❖ मुर्गी पालन
- ❖ पारम्परिक हस्त-कलाएँ—हाथकरघे पर कपड़ा बुनना, टोकरियाँ बनाना, रस्सी बनाना, चटाई बनाना, पत्तल बनाना इत्यादि।
- ❖ छोटी दुकान चलाना
- ❖ सब्जी-भाजी बेचना, मिट्टी के बर्तन बेचना
- ❖ सहकारी भण्डार में काम करना

कार्य-चयन:

काम चुनते समय दृष्टिहीन व्यक्ति की रुचि, योग्यता और पार्श्वभूमिका को ध्यान में रखना बहुत आवश्यक है। यह भी देखना चाहिए कि परिवार के अन्य सदस्य क्या काम करते हैं और चुनी हुई हस्तक्रियाएँ व धंधे की वस्तुएँ बाजार में बिक सकेंगी या नहीं, उदाहरणार्थ टोकरियाँ, पत्तलें इत्यादि।

गाँवों में काम करने के बाद अनुभव से पता लगा है कि दृष्टिहीन व्यक्ति एक नहीं, अनेक प्रकार के काम कर सकते हैं और कर रहें हैं। नीचे दी गई सूची इसका प्रमाण है:

- ❖ बढ़ई काम
- ❖ कृषि काम
- ❖ मुर्गी पालन
- ❖ वानिकी
- ❖ कुम्हार का काम
- ❖ रस्सी बनाना
- ❖ उपदेशक
- ❖ बायसिकल ठीक करना
- ❖ मोची का काम
- ❖ धान कूटना
- ❖ चमड़ा ठीक करना
- ❖ सब्जी बेचना
- ❖ मोमबत्ती बनाना
- ❖ झाड़ू और टोकरी बनाना
- ❖ बुनना
- ❖ गाय-भैंस पालन
- ❖ ईंटें बनाना
- ❖ पत्तलें बनाना
- ❖ भेड़-बकरी पालना
- ❖ पशु-पालन
- ❖ पम्प ठीक करना
- ❖ मच्छी-जाल बनाना
- ❖ छोटी दुकान चलाना
- ❖ पापड़ बनाना
- ❖ ज्योतें बनाना
- ❖ अगरबत्ती बनाना

- चटाई बनाना
- बीड़ी बनाना
- बाड़ा बनाना
- करघे पर कपड़ा बनाना

प्रशिक्षण:

चुने हुए व्यवसाय में आवश्यक प्रशिक्षण सफलता का आधार है। अतएव, इस ओर पूरा ध्यान देना चाहिए। गाँव में उपलब्ध व्यवसायी सुविधाओं में ही प्रशिक्षण की ठीक-ठीक व्यवस्था की जानी चाहिए, ताकि निराशा न मिले। यदि संभव हो तो परिवार को भी व्यवसायी प्रशिक्षण में सक्रिय भाग लेना चाहिए।

दृष्टिहीन महिलाओं को गृहकार्य और गृह-व्यवस्था का प्रशिक्षण देकर उन्हें परिवार का यदि एक उपयोगी सदस्य बना दिया जाए, तो इसे भी एक प्रकार का आर्थिक पुनर्वास ही कहा जाएगा। घर की अन्य स्त्रियों की तरह वह भी जब जिम्मेवारी के साथ घर का पूरा काम-काज कुशलता से करेगी, तो वह किसी को बोझ नहीं लगेगी।

आर्थिक सहायता:

यदि दृष्टिहीन व्यक्ति किसी प्रकार का धंधा-व्यापार शुरू करता है—उदाहरणार्थ छोटी सी दुकान खोली जा रही है अथवा गाय-भैंस रखकर दूध बिक्री करना चाहते हैं, तो हो सकता है प्रारम्भ में उसे आर्थिक सहायता की आवश्यकता हो। इसके लिए बैंक से ऋण अथवा किसी संस्था से अनुदान की व्यवस्था करनी होगी।

सरकार मान्य प्राप्त बैंकों से यह कर्जा कम ब्याज पर मिल सकता है। बहुत सी स्वैच्छिक और अर्ध-सरकारी संस्थाओं द्वारा अनुदान भी प्राप्त किया जा सकता है, जैसे ए.आई.सी.बी., एन.ए.बी., एन.आई.वी.एच. आदि।

अनुगामी कार्यवाही:

नौकरी मिल जाने पर और बाद में भी आवश्यक है कि ग्राम्य कार्यकर्त्ता समय-समय पर दृष्टिहीन व्यक्ति से संपर्क बनाए रखें ताकि नौकरी/धंधा करने में यदि कोई कठिनाई आ रही हो तो उसे दूर किया जा सके।

शुरू में एक मास में एक बार भेंट हो जाए तो ठीक है। बाद में धीरे-धीरे समय का अंतर

बढ़ाते हुए 2-3 महीनों में एक बार और फिर छः मास में एक भेंट, कुछ वर्षों तक जारी रखनी चाहिए। इस प्रकार की मुलाकातों द्वारा दृष्टिहीन व्यक्ति और उसके परिवार के साथ मैत्री-संबंध बनाए रखने से पुनर्वास की स्थायी सफलता सुनिश्चित की जा सकती है।

इस प्रकार के प्रयास करते हुए जब दृष्टिहीन व्यक्ति आर्थिक स्वावलम्बन प्राप्त कर लेता है तो समझ सकते हैं कि उसकी पुनर्वास प्रक्रिया पूरी हो गई है—व्यक्ति पुर्नवसित हो गया है।

आर्थिक स्वावलम्बन पुनर्वास प्रक्रिया का
केन्द्र-बिंदु है।
सम्मान और स्वाभिमान की ओर ले जाने वाला
सरल मार्ग है।

पालकों तथा परिवार का मार्गदर्शन

किसी भी परिवार में बच्चे अथवा तरुण व्यक्ति का दृष्टिहीन हो जाना कोई साधारण बात नहीं। दृष्टिहीनता की चोट केवल दृष्टिहीन व्यक्ति को ही नहीं पहुँचती, माता-पिता और परिवार को भी जबरदस्त धक्का लगता है। रिश्तों की नजदीकी के अनुरूप भावनाओं पर आघात होता है। सबसे गहरी चोट लगती है माता-पिता के हृदय को। जीवन में घटी इस घटना का दर्द उनका अपना दर्द होता है। इस पीड़ा का अहसास शायद दूसरा कोई भी नहीं कर सकता।

दृष्टिहीनता के साथ उनका परिचय और अनुभव नहीं सा होने के कारण उन्हें पता नहीं लगता कि अब वे इस बच्चे का पालन-पोषण कैसे करें? बच्चा यदि किशोर है तो उसके भविष्य के बारे में अनेक प्रकार की आशंकाएँ मन को घेर लेती हैं। यह सब स्वाभाविक है क्योंकि दृष्टिहीनता प्राय: परावलम्बन, बेबसी, लाचारी और करुणा से भरा चित्र अंकित करती है। इसलिए, माता-पिता अथवा अन्य निकटतम सम्बन्धियों के साथ बड़ा संभलकर, सहानुभूति के साथ, उनका मित्र बनकर काम करना होगा। उनके निराशामयी और दु:खी मन में आशा की किरण लानी होगी। बेबसी और लाचारी के अंधेरे भविष्य में सक्षमता के दिये जलाने होंगे। तभी पुनर्वसन की प्रक्रिया का प्रारम्भ किया जा सकता है।

दृष्टिहीन व्यक्ति को पुनर्वसित करना साझेदारी की योजना है, जिसमें पालक/परिवार तथा पुनर्वास कार्यकर्त्ता बराबर के साझीदार होते हैं–एक दूसरे के पूरक होते हैं।

पुनर्वसन की मंजिल तक पहुँचने के लिए पालकों तथा परिवार का सहकार व सहभाग केवल अपेक्षित ही नहीं, नितान्त आवश्यक भी है। इसलिए, आवश्यक हो जाता है कि उनके साथ **मैत्री-संबंध** बनाते हुए उनको उचित सलाह दी जाए और उनका मार्गदर्शन किया जाए।

परिवार/पालकों के मन में आशा का संचार करने के लिए सबसे प्रभावी माध्यम है किसी ऐसे सम्पूर्ण स्वावलम्बी, आत्म-विश्वासी, स्वाभिमानी, सुयोग्य दृष्टिहीन व्यक्ति से उनकी भेंट करवा देना, जिनसे मिलकर–बातचीत करके–प्रश्नोत्तर करके वे अपनी आशंकाओं का निवारण

कर सकें। ऐसे दृष्टिहीन व्यक्ति के साथ मिलाप, उन्हें अपने दृष्टिहीन संबंधी के उज्ज्वल भविष्य की संभावना का संकेत देगा। और फिर, वे पुनर्वास प्रक्रिया में सक्रिय सहकार देने के लिए स्वयं ही तैयार हो जाएँगे—उत्साह दिखाँएगे—केवल मार्गदर्शन की आवश्यकता होगी।

उनका ध्यान आकर्षित करिए कि:

1) दृष्टिहीनता बालक के बालपन में—व्यक्ति की वैयक्तिकता में कोई अंतर नहीं लाती। उसके साथ सामान्य बालक—सामान्य व्यक्ति की तरह ही व्यवहार करें। उसको उनके प्यार की, ममत्व की, वात्सल्य की, अपनेपन की, मैत्री की उतनी ही आवश्यकता है, जितनी किसी अन्य बच्चे को अथवा व्यक्ति को। दृष्टिहीनता मानव की इस मूलभूत आवश्यकता में किसी प्रकार का अंतर नहीं लाती, अपितु अब शायद उसे उनकी पहले से भी अधिक आवश्यकता है। भरपूर प्यार देकर—मैत्रीपूर्ण प्रोत्साहन देकर उसे कार्यकुशल बनाएँ—विकास के अधिक से अधिक अवसर दें। उससे भी सामान्य व्यक्तियों की तरह अपेक्षाएँ रखें।

2) बालक/व्यक्ति का विकास, ज्ञान की वृद्धि अब दृष्टि के द्वारा नहीं शेष इन्द्रियों के द्वारा होगी—मुख्यतः स्पर्श और श्रवण द्वारा। स्पर्श द्वारा ज्ञान प्राप्ति के लिए प्रत्यक्ष सम्पर्क की आवश्यकता होती है। इसलिए, उसे प्रत्येक वस्तु हाथों से देखने दें। ऐसा कहा जाता है कि दृष्टिहीन व्यक्ति की उंगलियों में उनकी आँखें समाई होती हैं। स्पर्श द्वारा रूप, आकार और संरचना की पहचान होती है—खुरखुरा-मुलायम, कोमल-कठोर, ठंडा-गरम छोटा-बड़ा आदि का ज्ञान होता है।

श्रवण दूरगामी इन्द्री है। वस्तुनिष्ठ ज्ञान के लिए स्पर्श और श्रवण का संबंध जोड़ना आवश्यक है—उदाहरणार्थ झुनझुने की आवाज। झुनझुने हाथ में देकर, उसकी आवाज करने से ही ज्ञान होगा कि यह विशिष्ट आवाज झुनझुने की है। इसी प्रकार अन्य आवाजें—रेडियो, टेलीफोन आदि। विविध प्रकार की क्रियाओं द्वारा स्पर्श, श्रवण आदि इन्द्रियों का विकास करना आवश्यक है।

3) अधिक से अधिक और तरह-तरह के प्रत्यक्ष अनुभव देने की आवश्यकता है। दृष्टि न रहने पर यदि प्रयत्न न किए जाएँ तो अनुभव सीमित रह जाते हैं—संख्या और गुणवत्ता दोनों में। कभी भी ऐसा नहीं सोचना चाहिए, यह देख नहीं सकता तो इसका क्या फ़ायदा होगा। प्रत्येक छोटे-बड़े, सामान्य-असामान्य अनुभवों का दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए भी उतना ही मूल्य है, जितना कि दृष्टिवान व्यक्ति के लिए। सभी प्रकार के अनुभव दृष्टि न होते हुए भी भरपूर आनन्द देते हैं।

जीवन के विभिन्न अनुभव देते हुए ध्यान रखें कि ये अनुभव उसे स्पर्श, श्रवण और अन्य इन्द्रियों के माध्यम से मिल सकें। साथ ही अर्थपूर्ण हों और रोचक भी—उदाहरणार्थ बच्चे को घुमाने के लिए यदि बगीचे में ले जाएँ तो उसे ठंडी-ठंडी घास पर दौड़ने-कूदने दें, फूलों की कोमलता और सुंदरता हाथों से छूकर देखने दें, पेड़—पत्ते, पौधे और फूलों की सुगंध की ओर उसका ध्यान आकर्षित करें—अर्थात् बगीचे के संपूर्ण वातावरण से बच्चे को सचेत करें। अपनी उम्र के मित्रों के साथ खेलने दें। भाई-बहिनों के साथ बाहर जाने दें। स्वयं भी उसे खेत, बाजार, मंदिर आदि अलग-अलग वातावरण में ले जाएँ और बताएँ कि उसके वातावरण में क्या-क्या हो रहा है। जितने अधिक उसे अनुभव मिलेंगे उतना ही समृद्ध उसका जीवन बनेगा—आत्म विश्वास बढ़ेगा—भावी जीवन के लिए तैयारी होगी।

4) कुछ भी नया सीखने के लिए प्रत्यक्ष सीख तथा पुनरावर्तन की आवश्यकता होगी और पुनरावर्तन के लिए समय और धीरज की। जीवन में हम बहुत कुछ अनुकरण और सामान्य अनुभवों द्वारा सीखते हैं। दृष्टि न रहने पर अनुकरण करना संभव नहीं। उसके स्थान पर प्रत्यक्ष हाथ से करके दिखाना पड़ता है। इतना ही नहीं तो बार-बार हाथों द्वारा सिखाने की आवश्यकता पड़ेगी। एक ही क्रिया का अनेक बार पुनरावर्तन करना होगा—समय लगेगा और धीरज के साथ काम करना होगा।

5) आयुनुसार अपना काम उसे स्वंय ही करने दीजिए। स्पर्श, श्रवण तथा अन्य इन्द्रियों की सहायता से उसके लिए लगभग सब कुछ कर सकना संभव है। केवल अपना ही काम नहीं, घर में अन्य काम तथा घर में दूसरों के लिए भी कुछ काम करने की अपेक्षा कीजिए। घर

में उसके साथ विशेष नहीं, परन्तु सामान्य व्यवहार करें। कभी भी उस पर तरस खाकर विशेष व्यवहार न करें। प्यार करें पर तरस न खाएँ। **प्यार, सुअवसर, सामान्य व्यवहार, उचित मार्गदर्शन** उसे **स्वावलम्बन** और **आत्म-विश्वास** के **ऊँचे शिखर** तक पहुँचा देगा।

6) दृष्टिहीन बालक/व्यक्ति को गतिशील करने के लिए विशेष प्रयत्न करने होंगे—प्रोत्साहन देना होगा। बच्चे के साथ बैठ कर ऐसे खेल रचाने होंगे—ऐसी क्रियाएँ करनी होंगी जिनसे उसे यहाँ-वहाँ जाने के, भागने-दौडने के मौके मिलें। समय पाकर वह निडर होकर एक जगह से दूसरी जगह जाने लगे।

वयस्क दृष्टिहीन व्यक्ति को सफेद छड़ी के साथ विशेष रूप से गतिशीलता प्रशिक्षण दिलवाएँ। इस बात पर ध्यान देना होगा कि घर में सामान हमेशा निश्चित स्थान पर रखा रहे जिससे उसका परिचय हो। उसके रास्ते में चीजें मत छोड़िए जिनसे उसे टक्कर लग जाए। उसके खिलौने व अन्य आवश्यक वस्तुएँ भी सदा एक ही जगह पर रखी रहें। कहीं ऐसा न हो जाए कि प्रोत्साहन के अभाव में बच्चा/व्यक्ति घंटों एक ही जगह पर बैठा रह जाए। दूसरे बच्चों व मित्रों के साथ खेलनें दें, बाहर जाने दें। चिंता न करें कि खेलते हुए धक्का लग जाएगा—गिर जाएगा—चोट लग जाएगी—कोई कुछ कह देगा, आदि-आदि। इस प्रकार की अत्यधिक सुरक्षा—जरूरत से ज्यादा सुरक्षा की भावना उसके विकास के मार्ग में बाधा बन सकती है, ऐसा न होने दें।
7) दृष्टिहीन बालक/व्यक्ति के जीवन में भी शिक्षण का वही महत्त्वपूर्ण स्थान है, जैसा कि दृष्टियुक्त बालक/व्यक्ति के जीवन में। अतएव, उसे शिक्षण प्राप्ति के पूर्ण अवसर दें। पाठशाला में भेजने की व्यवस्था करें, सहयोग दें, शिक्षण में सक्रिय रुचि लें।

8) आर्थिक समर्थता स्वावलम्बन का केन्द्र बिंदु है। इसके बिना स्वावलम्बन अधूरा है। दृष्टिहीन व्यक्ति को उसकी योग्यता और रुचि के अनुसार व्यवसायी प्रशिक्षण के अवसर दें और नौकरी करने के लिए प्रोत्साहित करें। इससे उसे जीवन की उपयोगिता का अहसास होगा।

9) जितना अधिक बालक/व्यक्ति कार्य-कुशल और स्वावलम्बी होगा, उतना ही अधिक आत्मविश्वासी और स्वाभिमानी भी। इसलिए, उसे कार्य-कुशल होने के लिए सदैव प्रोत्साहन देतें रहें—मार्गदर्शन करते रहें।

पालकों और परिवार के साथ इस प्रकार काम करते हुए आप अनुभव करेंगे कि बहुत ही

जल्दी दृष्टिहीनता के प्रति पालकों व परिवार का दृष्टिकोण बदलने लगेगा। अंधत्व की यथोचित स्वीकृति आने लगेगी। ऐसा होने पर वे अपनी पूर्ण लगन और उत्साह के साथ पुनर्वास कार्यक्रम में सहयोग देने लगेंगे।

प्यार, सुअवसर, सामान्य व्यवहार व उचित मार्गदर्शन
दृष्टिहीन बालक/व्यक्ति को
स्वावलम्बन और आत्म-विश्वास
के ऊँचे शिखर तक पहुँचा सकता है।

''जब प्यार और प्रवीणता का संगम होता है,
श्रेष्ठतम कृति की आशा की जा सकती है''
"When Love and skill work together,
Expect a masterpiece"

दृष्टिहीन बालकों का शिक्षण

शिक्षा के लिए आज भारत में लगभग 250 **विशेष आवासी अंध-पाठशालाएँ हैं**, जहाँ अंध बच्चों को शिक्षित करने का प्रयत्न किया जा रहा है। ये पाठशालाएँ कुछ शासकीय हैं तो बहुत सी स्वैच्छिक। कुछ माध्यमिक हैं तो बहुत सी प्राथमिक। दो-चार पूर्व शिक्षा विद्यालय हैं। इनमें अधिकाँश का प्रारम्भ और विकास स्वतंत्रता के बाद हुआ है। यद्यपि अंध-शिक्षण का प्रारम्भ 1887 में हो गया था, परन्तु 1950 तक अधिकांश पाठशालाएँ आश्रम, अनाथालय के रूप में ही रहीं, जहाँ पर बच्चों को खाना, कपड़ा और आश्रय दिया जाता था। शिक्षण और प्रशिक्षण की विशेष सुविधा नहीं थी। आज जनता में जागृति आ रही है और सामाजिक दृष्टिकोणों में परिवर्तन आ रहे हैं। बहुत से पालक यह अहसास करने लगे हैं कि उन्हें अपने अंध-बालकों को शिक्षित करना चाहिए। परिणामस्वरूप इन स्कूलों का स्वरूप बदल रहा है। शासन द्वारा अनुदान भी मिल रहा है। अब अन्य पाठशालाओं की तरह इन स्कूलों में शिक्षा विभाग द्वारा निर्धारित पाठ्यक्रम का अनुसरण किया जाता है और सामान्य पाठशालांत परीक्षाओं में भी भाग लिया जा रहा है। नि:संदेह गत 30-35 वर्षों में अंध-शिक्षण का स्तर कुछ ऊँचा उठा है। आज अनेक दृष्टिहीन व्यक्ति ऐसे मिलेंगे जो बी.ए., एम.ए., एल.एल.बी., पी.एच.डी. इत्यादि पास कर चुके हैं और शिक्षा के उच्चतम शिखर पर पहुँच रहे हैं।

निवासी पाठशालाओं के अतिरिक्त **समेकित शिक्षा प्रणाली** के अन्तर्गत कुछ दृष्टिहीन बच्चों की शिक्षा दृष्टिवान बच्चों के साथ सामान्य स्कूलों में भी हो रही है। यद्यपि समेकित शिक्षा पद्धति दृष्टिहीन बालकों के लिए युगों पुरानी है, भारत में पहली बार वैज्ञानिक धरती पर इसके साथ प्रयोग किया गया 1958 में मुंबई की एक पाठशाला में। इन बच्चों ने अपनी योग्यता और कुशलता से सिद्ध कर दिया कि दृष्टिहीन बच्चे दृष्टिवान बच्चों के साथ बैठकर शिक्षा पा सकते हैं और शिक्षण की ऊँचाइयों पर पहुँच सकते हैं। पहली टोली के ये बालक आज समाज में अपनी जिम्मेदारियाँ निभाते हुए अच्छे नागरिकों का जीवन जी रहे हैं।

गाँवों में समेकित शिक्षा

भारतीय दृष्टिहीनों की शिक्षा के इतिहास में पहली बार अंध बच्चों के लिए शिक्षण की व्यवस्था उनके गाँवों में ही, गाँव की पाठशालाओं में की गई। गाँव के अन्य

बच्चों की तरह दृष्टिहीन बालक भी अपने भाई-बहिन व पड़ोसी मित्रों के साथ गाँव की पाठशाला में जाने लगे। यह समेकित शिक्षा का आदर्श रूप है।

अभी तक समेकित शिक्षा के प्रयोग शहरों में किए जा रहे थे, जबकि अधिकांश अंध बच्चे गाँवों में बसे हुए हैं। इनमें से कुछ बच्चे शहरों में जाकर शिक्षण पाते हैं, परन्तु शिक्षण के बाद वापस गाँवों में नहीं जाना चाहते। यदि वापस चले जाते हैं तो स्वयं को अपने सामाजिक वातावरण से अलग-सा महसूस करते हैं। परिणामस्वरूप समाज का अभिन्न अंग बनने की जगह समाज का विभिन्न अंग बन जाते हैं। इस दुविधा को पहचानते हुए गुजरात राज्य के मेहसाना जिले में अंध बच्चों को शिक्षित करने का कार्य गाँवों में शुरू किया गया।

इस कार्यक्रम का प्रारम्भ 1981 में 11 बच्चों के साथ हुआ जो अपने घरों में रहते हुए 10 गाँवों की 10 सामान्य पाठशालाओं में शिक्षा पाने लगे थे। अंध बच्चों की विशेष आवश्यकताओं को (ब्रेल, गतिशीलता अदि) पूरा करने के लिए विशेष परिभ्रामी शिक्षक नियुक्त किए गए। ये शिक्षक गाँव-गाँव जाकर अंध बच्चों के शिक्षण में सहायता करते थे। इस कार्यक्रम के द्वारा मेहसाना जिले के लगभग 1000 दृष्टिहीन बच्चे अब तक इस सुविधा का लाभ उठा चुके हैं।

आज यह ग्रामीण स्तर का समेकित शिक्षा कार्यक्रम देश के अन्य राज्यों के लिए पथ-प्रदर्शक बन रहा है और विशेष शिक्षकों के लिए प्रशिक्षण स्थल।

समेकित शिक्षा योजना की सफलता का आधार विशेष शिक्षक हैं—इनकी विशेष भूमिका है। यद्यपि दृष्टिहीन बच्चे सामान्य पाठशालाओं में दृष्टियुक्त बच्चों के साथ कक्षा-शिक्षक की जिम्मेवारी में ही शिक्षण पाते हैं, तथापि उनकी विशेष आवश्यकताओं को पूरा करना विशेष शिक्षक का काम होता है—उदाहरणार्थ ब्रेल वाचन-लेखन सिखाना, टेलर गणित पाटी आदि विशेष उपकरणों का प्रयोग सिखाना, विशेष साधन तथा ब्रेल साहित्य उपलब्ध कराना, गतिशीलता प्रशिक्षण देकर स्वावलम्बी बनाना। विशेष शिक्षक दृष्टिहीन बालक और स्कूल के बीच एक सहकारी और सहायक मध्यस्थ बनकर काम करते हैं, ताकि दृष्टिहीन बालक शालेय-जीवन का अभिन्न अंग बन जाएँ और विशेष शिक्षक स्कूल के मित्र।

विशेष शिक्षकों का कार्यक्षेत्र परिस्थिति अनुसार निश्चित किया जाता है। शहरों में स्कूलों का स्वरूप बड़ा होने के कारण, दृष्टिहीन जनसंख्या अधिक होने के कारण, एक ही स्कूल में

8-10 दृष्टिहीन विद्यार्थी हो सकते हैं। ऐसी स्थिति में उस स्कूल के लिए एक विशेष शिक्षक की नियुक्ति कर दी जाती है। यह शिक्षक अन्य शिक्षकों की तरह नियमित रूप से प्रतिदिन उस स्कूल में जाते हैं और दृष्टिहीन बालकों की विशेष आवश्यकताओं की ओर ध्यान देते हैं। इन्हें **विशेष शिक्षक (Resource Teacher)** कहा जाता है।

ग्रामीण इलाकों के एक गाँव में 1-2 दृष्टिहीन बालक ही पाए जाते हैं। इसलिए, आस-पास के चार-पाँच गाँवों के दृष्टिहीन बालकों के लिए एक विशेष शिक्षक नियुक्त किए जाते हैं। अर्थात् एक विशेष शिक्षक 4-5 गाँवो की पाठशालाओं में बारी-बारी जाते हैं और वहाँ के दृष्टिहीन विद्यार्थियों की कठिनाइयों को सुलझाते हैं। क्योंकि इन शिक्षकों को अपने काम के लिए एक गाँव से दूसरे गाँव जाना पड़ता है—निरन्तर भ्रमण करना पड़ता है—इसलिए इन्हें 'परिभ्रामी शिक्षक' (Itinerant Teacher) कहा जाता है। प्राय: एक परिभ्रामी शिक्षक को 6-7 विद्यार्थियों की जिम्मेवारी दी जाती है।

गत् 30-35 वर्षों में दृष्टिकोणों में इतने परिवर्तन आ गए हैं, कि अंध बालक के लिए भी शिक्षा पाना उसका मूलभूत अधिकार माना जाने लगा है। परिणामत: आज पूरे भारत में सहस्त्रों दृष्टिहीन बालक समेकित शिक्षा के अन्तर्गत शिक्षा पाने लगे हैं। आशा है कि इसका अधिक से अधिक प्रसार हो सकेगा। अधिकांश अंध बालकों तक शिक्षण की पहुँच कराने का यही एकमात्र उपाय है। केवल इतना ही नहीं, विशेष आवासी पाठशालाओं की अपेक्षा सस्ती है। अतएव आर्थिक दृष्टि से भारत के लिए अनुकूल है। दृष्टिहीनता के प्रति समाज के प्रतिकूल दृष्टिकोणों में परिवर्तन लाने में अधिक प्रभावी ठहरती है। अंध बालक को पारिवारिक जीवन का आनन्द देते हुए उसे अपनी जिम्मेवारियों का भी अहसास दिलाती है—समाज का अभिन्न घटक बनाने में सहायक होती है।

विशेष पाठशालाओं और समेकित शिक्षा द्वारा लगभग 20-25 हजार बच्चे ही शिक्षित हो रहे हैं, जबकि उनकी संख्या लाखों में है—निराशा सी होने लगती है यह जानकर। आशा की किरण दिखाई देती है यह सोचकर कि दृष्टिहीन बच्चों को शिक्षित करने की दिशा में ऐसी भावी आकांक्षाएँ की जा रही हैं कि कुछ ही वर्षों में 'सर्व शिक्षा अभियान' (Education for all) के अन्तर्गत अधिकाधिक दृष्टिहीन बच्चों के लिए शिक्षा संभव हो सकेगी। कैसे? केवल समय ही बता पाएगा।

ब्रेल साहित्य

शिक्षण में ब्रेल साहित्य तथा विशेष शैक्षणिक साधनों का महत्त्व पहचानते हुए कुछ प्रभावी कदम ठीक दिशा में उठाए गए हैं। बहुभाषी देश होते हुए भी एकरूप **'भारती ब्रेल'** का विकास हो चुका है। भारत की सभी भाषाओं में **ब्रेल-साहित्य का उत्पादन** हो रहा है। आज भारत में **केन्द्रीय ब्रेल प्रेस**, देहरादून के अतिरिक्त अन्य राज्यों में **१२-१४ ब्रेल प्रेस हैं।** इनके द्वारा पाठ्य पुस्तकों और अन्य साहित्य का ब्रेल में रूपान्तरण किया जा रहा है। ब्रेल पुस्तकालयों में देहरादून का केन्द्रीय ब्रेल पुस्तकालय है। इसके अतिरिक्त केवल 10-12 ही ब्रेल पुस्तकालय हैं, जबकि प्रत्येक अंध पाठशाला और समेकित शिक्षा कार्यक्रम में पुस्तकालयों की बहुत आवश्यकता है।

पिछले दो-तीन वर्षों से 'नेशनल बुक ट्रस्ट' ने अपनी कार्यविधियों में ब्रेल प्रकाशन का भी समावेश किया है। जन साधारण की साहित्यिक सुविधा में दृष्टिहीनों को सम्मिलित करना समाज के स्वस्थ दृष्टिकोण का द्योतक है।

एमवे (Amway), जो भारत में एक अमरीकी व्यापारिक संस्था है, इन्होंने अपनी एक योजना के द्वारा प्रत्येक शालेय बालक को पाठ्य-पुस्तकें उपलब्ध करवाने का निर्णय लिया है। इस योजना को कार्यान्वित करने के लिए सक्रिय कदम उठाए जा रहे हैं।

ए.आई.सी.बी., एन.ए.बी., एन.आई.वी.एच., बी.पी.ए. तथा अन्य कुछ संस्थाओं द्वारा **बोलती पुस्तक योजनाएँ** संचालित की जा रही हैं। बोलती पुस्तकों के पुस्तकालय हैं। विद्यार्थियों के उच्च-शिक्षण के लिए भी पाठ्य और संदर्भ पुस्तकें बोलती पुस्तकों के रूप में उपलब्ध कराई जाती हैं। आवश्यकता हो तो कैसट रैकॉर्डरस् भी उधार दिए जाते हैं।

विशेष साधन-सामग्री

शिक्षण में उपयोगी और आवश्यक शैक्षणिक उपकरणों व साधनों का उत्पादन भारत में पाँच-छः स्थानों (देहरादून, हैदराबाद, कानपुर, अहमदाबाद, मेरठ) में हो रहा है। पर्किन्स ब्रेलर भी यहाँ तैयार किया जा रहा है। नितान्त आवश्यक शैक्षणिक साधन—ब्रेल-लेखन पाटी, गणित पाटी, रेखा गणित साधन इत्यादि उपलब्ध कराने में भारत अब आत्म-निर्भर है।

दृष्टिहीन व्यक्तियों को आत्म-निर्भर बनाने के लिए भारत सरकार की एक योजना के अन्तर्गत दृष्टिहीन व्यक्ति किसी भी प्रकार के विशेष साधन पाने के लिए सरकार से आर्थिक सहायता प्राप्त कर सकते हैं।

शिक्षक-प्रशिक्षण

विशेष साधन-सामग्री, ब्रेल-साहित्य उत्पादन इत्यादि बहुत कुछ मात्रा में प्रभावहीन हो जाते हैं, यदि शिक्षक प्रशिक्षित न हों। परन्तु, आश्चर्य होता है यह जानकर कि भारतीय अंध-शिक्षण के पहले लगभग 75 वर्षों तक शिक्षण की इस मूलभूत आवश्यकता की ओर ध्यान नही दिया गया। 1960 तक भारत में अंध बालकों के शिक्षकों के लिए प्रशिक्षण की कोई व्यवस्था नहीं थी। 1960 में पूरे भारत में शायद मुश्किल से 10-12 प्रशिक्षित शिक्षक थे, जो अपनी इच्छा से विदेशों से प्रशिक्षण पाकर आए थे और अंध-शिक्षण में सक्रिय रुचि ले रहे थे। आज (सन् 2000) दृश्य बिल्कुल अलग है। सब मिलाकर 20-25 शिक्षक प्रशिक्षण केन्द्र हैं, जिनके द्वारा लगभग 200-250 शिक्षकों को प्रतिवर्ष तैयार किया जा रहा है। इनके अतिरिक्त समय-समय पर एन.आई.वी.एच. और एन.ए.बी. द्वारा अल्प अवधि के शिक्षक-प्रशिक्षण कार्यक्रमों की आयोजना भी की जाती है। ऐसी आशा की जा रही है कि निकट भविष्य में शिक्षक-प्रशिक्षण कार्यक्रमों की आयोजना प्रत्येक घटक राज्य में हो जाएगी। परन्तु इन्हें प्रभावी बनाने के लिए आवश्यक है कि हिन्दी और अन्य भारतीय भाषाओं में इस विषय से संबंधित साहित्य उपलब्ध कराया जाए, जो आज नहीं के बराबर है। इस अभाव की पूर्ति की ओर गंभीर ध्यान देना होगा। प्रशिक्षण कार्यक्रमों का स्तर ऊँचा उठाने के लिए यह आवश्यक है।

इन सबके अतिरिक्त प्रतिवर्ष दृष्टिहीन बालकों के कुछ शिक्षकों को उच्च-स्तरीय प्रशिक्षण के लिए अमरीका और इंग्लैण्ड भेजने की व्यवस्था भी की जाती है।

अन्य सुविधाएँ

- सरकार और स्वैच्छिक संस्थाओं द्वारा अंध-विद्यार्थियों के लिए विविध छात्रवृत्तियाँ उपलब्ध हैं।
- विश्वविद्यालयों द्वारा परीक्षा-शुल्क में छूट है।
- परीक्षाओं के समय श्रुत लेखकों की व्यवस्था नि:शुल्क की जाती है।
- बहुत सारे महाविद्यालयों द्वारा फीस माफ है।
- वाचक भत्ता दिया जाता है।
- अधिकांश छात्रालयों में नि:शुल्क रहने की व्यवस्था है।
- ब्रेल कागज, कैसट रैकार्डर आदि खरीदने के लिए अनुदान मिलता है।
- विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (U.G.C.) द्वारा महाविद्यालयों को पुस्तकालय कोष

में से ब्रेलर, कैसट रैकार्डरस्,
कैसटस्, वाचन मशीन आदि खरीदने की अनुमति है।

अंध-शिक्षण को प्रगति पथ पर रखने के लिए ए.आई.सी.बी., एन.ए.बी., एन.आई.वी.एच, बी.पी.ए. तथा अन्य संस्थाओं द्वारा शिक्षण से संबधित विषयों में **शोध-कार्य** किए जा रहे हैं। **पुस्तकों तथा पत्रिकाओं का प्रकाशन** हो रहा है। **सम्मेलनों, विचार-गोष्ठियों** और **कार्यशिविरों** का आयोजन किया जाता है, साथ ही साथ **दृष्टिकोणों में परिवर्तन** लाने के लिए निरन्तर प्रयत्न किए जाते हैं।

आशा की जाती है कि ये सब प्रयास निकट भविष्य में शिक्षण का स्तर ऊँचा उठाने में प्रभावी सफलता का आगमन करेंगे।

वैलन्टाइन हाउई ने दृष्टिहीन व्यक्ति को
शिक्षा का अवसर देकर, उनके लिए
समानावसर, समानाधिकार और स्वाभिमान
का मार्ग खोल दिया--
उपेक्षित से अपेक्षित व्यक्ति बना दिया—

ब्रेल

लुई ब्रेल
1809-1852

'ब्रेल' उभरी हुई छः बिंदियों की एक ऐसी लिपि है, जिसके द्वारा पढ़ने-लिखने के लिए दृष्टि की आवश्यकता नहीं, इसे स्पर्श से पढ़ा और लिखा जा सकता है। इसका आविष्कार ही इसलिए किया गया कि स्पर्श द्वारा पढ़ना-लिखना संभव हो सके, उनके लिए जो दृष्टिविहीन हैं। इस लिपि के आविष्कारक श्री लुई ब्रेल स्वयं दृष्टिहीन थे।

लुई ब्रेल उस समय प्रचलित दृष्टिहीनों के शिक्षा माध्यम—उभरे हुए समान्य अक्षरों की लिपियाँ—हाउई टाइप, फ्राय टाइप, गॉल टाइप, बॉस्टन लाइन टाइप आदि उभरे हुए सामान्य अक्षर से संतुष्ट नहीं थे। शिक्षा का यह माध्यम अपने आप में सीमित था। इस माध्यम द्वारा यद्यपि पढ़ना संभव हो चुका था, किन्तु लिखने के लिए, भावाभिव्यक्ति को मूर्त रूप देने के लिए दृष्टिहीनों के पास कोई साधन नहीं था। ये उभरे हुए अक्षर स्पर्श से पढ़ने में इतने सुलभ भी नहीं थे।

(आकृति 1)

(आकृति 2)

उन्हीं दिनों लुई ब्रेल फ्राँसीसी सेना के एक अधिकारी श्री चार्ल्स बारबियर ड ला सॅर (Charles Barbier de la Serre), जिन्होंने सेना में गुप्त संदेश भेजने के लिए बिंदु-पद्धति का विकास किया था, के संपर्क में आए। उन्होंने चार्ल्स बारबियर की 14 बिंदियों (आकृति 1) की पद्धति का अध्ययन किया और उनमें से छः बिंदियों (आकृति 2) की सहायता से एक ऐसी लिपि का विकास किया जिसने दृष्टिहीनों के लिए शताब्दियों से बंद ज्ञान के द्वार खोल दिए। आविष्कारक के नाम से यह लिपि 'ब्रेल' नाम से प्रसिद्ध हुई।

लुई ब्रेल की यह पद्धति बहुत ही सरल है और वैज्ञानिक धरती पर बनाई गई है। इसका विकास करते हुए लुई ने निम्नलिखित दो बातों पर विशेष महत्त्व दिया और उन पर अपना ध्यान सतत केन्द्रित रखा:

- ❖ लिपि ऐसी हो जो स्पर्श द्वारा सुगमता और सहजता से पढ़ी जा सके, ताकि वाचन में गति आए और दृष्टिहीन व्यक्ति की पहुँच पुस्तक रूपी ज्ञान के भंडार तक हो जाए।
- ❖ इस लिपि के द्वारा दृष्टिहीन व्यक्ति स्वयं लिख सकें, ताकि वे अपने विचारों और भावनाओं की अभिव्यक्ति कर सकें, पत्र-व्यवहार आदि कर सकें।

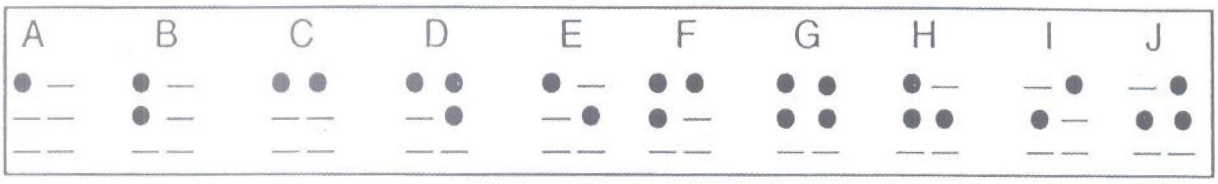
इन दो उद्दिष्टों को समक्ष रखते हुए लुई ने कार्य का प्रारम्भ किया। स्पर्श सुविधा, सुगमता और सहजता के लिए लुई ने चार्ल्स बारबियर की केवल छः बिंदियों का ही प्रयोग किया। उनके मतानुसार 14 बिंदियाँ केवल अनावश्यक ही नहीं थीं, बल्कि स्पर्श की सुगमता में बाधा भी बन रही थीं। उन्हें लिपि ऐसी चाहिए थी, जिसका प्रत्येक अक्षर उंगली के अग्रभाग के नीचे आते ही आसानी से पहचाना जा सके, पढ़ा जा सके। एक अक्षर के बाद दूसरे अक्षर—तीसरे अक्षर,—चौथे अक्षर पर उंगली सहज ही प्रवास करती हुई एक संतोषपूर्ण गति से पढ़ने लगे। चार्ल्स बारबियर की 14 बिंदियों की पद्धति द्वारा, वाचन में उंगली को प्रत्येक चिन्ह के बोध के लिए ऊपर-नीचे जाते हुए आगे बढ़ना होता था। उंगली की इस प्रकार की चाल वाचन के वेग पर अवरोध लगाती थी। अतएव, उन्होंने केवल छः बिंदियों पर अपनी पद्धति को आधारित किया। कार्य सुविधा के लिए उन्हें 1● ●4 2● ●5 3● ●6 नंबर दे दिए।

इस लिपि के विकास में उन्होंने अपने मार्गदर्शन के लिए दो प्रभावी सिद्धान्त भी अपनाए, ताकि दृष्टिहीन व्यक्ति इस लिपि को आसानी से सीख सकें:

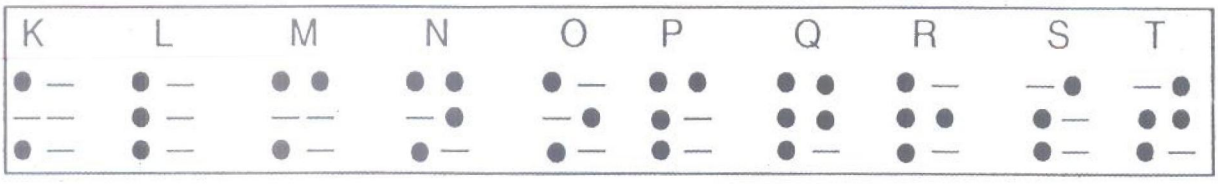
- ❖ 'तर्कनिष्ठ क्रम' अपनाया।
- ❖ 'सुगम से कठिन की ओर' का सूत्र ध्यान में रखा।

'सुगम से कठिन की ओर' का सूत्र और 'तर्कनिष्ठ क्रम' के सिद्धान्त के अनुसार लुई ब्रेल ने अपनी मातृभाषा फ्राँसीसी के पहले दस अक्षरों के लिए केवल ऊपर की 4 बिंदियों (बिंदु 1, 2, 4, 5) का ही प्रयोग किया। नीचे दिए दस अक्षरों को यदि आप ध्यान से देखेंगे

तो आप जान जाएँगे कि इन अक्षरों का आकार छोटा है और स्वरूप एक-दूसरे से बिल्कुल भिन्न, ताकि स्पर्श द्वारा पहचानने में कठिनाई न हो। **ये पहले दस अक्षर पूरी वर्णमाला, विराम चिन्ह** आदि के आधार हैं और एक **तर्कनिष्ठ क्रम** से इनका विकास किया गया है।



ऊपर दिए गए प्रत्येक अक्षर के साथ बिंदु नम्बर 3 जोड कर अगले दस अक्षर बनाए गए, जैसे--



इन ऊपर दिए गए प्रत्येक अक्षर के साथ बिंदु नं. 6 जोड़ कर लुई ब्रेल ने अगले दस चिन्ह तैयार किए। इस प्रकार उन्होंने 63 चिन्ह बनाकर फ्राँसीसी भाषा की पूरी वर्णमाला, विराम चिन्ह, अंक, उच्चारण-चिन्ह आदि तैयार किए। इतना ही नहीं बल्कि संगीत लेखन के लिए भी चिन्ह बनाए।

इन छः बिंदियों के विभिन्न संयोगों से संसार की सभी भाषाओं की वर्णमालाएँ, विराम-चिन्ह, संक्षिप्त चिन्ह, संगीत चिन्ह, गणित चिन्ह आदि तैयार किए गए हैं। ''भारती ब्रेल'' भी इन्हीं छः बिंदियों पर आधारित है। हमारे देश की सभी भाषाएँ—हिंदी, संस्कृत, मराठी, गुजराती, बंगाली, तमिल, तेलुगु, उर्दू इत्यादि इस लिपि के माध्यम से पढ़ी-लिखी जा सकती हैं।

ब्रेल-चिन्ह मोटे कागज पर लेखन-पाटी तथा स्टाइलस अथवा ब्रेल लेखन मशीनों की सहायता से उभारे जाते हैं। लेखन-पाटी पर लिखते समय स्टाइलस दबाकर एक-एक बिंदु कागज पर बनाया जाता है, जो दूसरी ओर उभर कर आता है। क्योंकि बिंदियाँ कागज के दूसरी ओर उभरती हैं, इसलिए लेखन-पाटी पर दाँए-से-बाँए लिखना होता है। लेखन-पाटी पर कागज के दोनों ओर लिखा जा सकता है। दूसरी ओर लिखते समय दो पंक्तियों के बीच नई ब्रेल पंक्ति लिखी जाती है।

ब्रेल-लेखन मशीनों पर एक पूर्ण अक्षर की अपेक्षित बिंदु-तालिकाएँ एक साथ दबाई

जाती हैं—उदाहरणार्थ 'र' लिखते समय ब्रेल-लेखन मशीन पर 1, 2, 3 व 5 नम्बर की बिंदु तालिकाएँ एक साथ दबाई जाएँगी।

ब्रेल लेखन मशीनों पर कागज के एक ही ओर लिखा जा सकता है, परन्तु ब्रेल पंक्तियाँ एक दूसरे के बहुत समीप होती हैं। इन मशीनों की विशेषता यह है कि अक्षर उभर कर ऊपर ही लिखे जाते हैं न कि कागज़ के दूसरी ओर, उदाहरणत: 'पर्किन्स' (Perkins), मारबुर्ग (Marburg) ब्रेल लेखन मशीन। ऐसी मशीनों पर लिखते समय बाँए-से-दाँए लिखा जाता है। आवश्यकता हो तो जो कुछ लिखा जा रहा है, उसे साथ ही साथ पढ़ा भी जा सकता है। जबकि, लेखन-पाटी पर लिखा हुआ पढ़ने के लिए कागज़ उलटा कर पढ़ना पड़ता है।

पढ़ते समय दृष्टिहीन व्यक्ति दोनों हाथ की दर्शनिका उंगली (अंगूठे के साथ वाली) के अग्रभाग का प्रयोग करते हैं। उंगली का अग्रभाग अक्षर पर हल्केपन से रखकर स्पर्श द्वारा उस अक्षर को पहचाना जाता है। अक्षर की विशेष आकृति अथवा स्वरूप को ध्यान में रखा जाता है, न कि उसमें सम्मिलित बिंदियों की संख्या को।

इस उभरी हुई बिंदियों की लिपि का विकास लुई ब्रेल ने 23 वर्ष की छोटी सी अवस्था में सन् 1832 में कर लिया था। 1837 में 'फ्रान्स का संक्षिप्त इतिहास' नामक पुस्तक भी ब्रेल-लिपि में छापी गई थी। परन्तु, संसार ने इसे मान्यता देने में बहुत समय लगाया। इस लिपि में इतनी नवीनता और वैचित्र्य था कि स्वयं लुई ब्रेल को भी इसका प्रचार करने में संकोच हुआ। प्रयोग के रूप में उन्होंने अपने स्कूल के विद्यार्थियों तथा दृष्टिहीन शिक्षकों को इससे परिचित किया, जिससे सिद्ध हुआ कि यह नवीन लिपि प्रचलित उभरे हुए अक्षरों की अपेक्षा पढ़ने में कहीं ज्यादा सुलभ तथा लिखने में सक्षय थी। परन्तु, फिर भी पाठशाला के अधिकारी इसे शिक्षा-माध्यम के रूप में मान्य करने के लिए तैयार नहीं थे।

1854 में लुई ब्रेल की मृत्यु के दो वर्ष पश्चात् पैरिस की अंध-पाठशाला के विद्यार्थियों तथा दृष्टिहीन शिक्षकों के आग्रह पर ब्रेल लिपि को इस पाठशाला में अपनाया गया। धीरे-धीरे यह स्पष्ट होने लगा कि 'ब्रेल' ही दृष्टिविहीनों के शिक्षण के लिए एकमात्र उत्कृष्ट माध्यम है। समय पाकर केवल फ्रांस ने ही नहीं सम्पूर्ण जगत ने इस लिपि को मान्यता दी। ब्रेल लिपि की असीम क्षमता और प्रबल प्रभाविकता के कारण 1950 के विश्व ब्रेल सम्मेलन में 'ब्रेल' को 'विश्व ब्रेल' का स्थान मिल गया। परिणामत: विश्व की कोई ऐसी भाषा नहीं, जो स्वर-

साम्यता के आधार पर ब्रेल में न लिखी जा सकती हो। आज संसार के प्रत्येक दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए यह ज्ञान प्राप्ति का मुख्य माध्यम है।

अंध-कार्यक्षेत्र में काम कर रहे शिक्षकों और पुनर्वास कर्मकारियों के लिए ब्रेल-लिपि का ज्ञान अत्यावश्यक है। ये कार्यकर्त्ता स्वयं ब्रेल-लेखन-वाचन आसानी से सीख सकें, उनके लिए 'भारती ब्रेल-शिक्षक' की रचना स्वयं-शिक्षक के रूप में की गई है। ब्रेल सीखने के इच्छुक व्यक्ति यदि प्रत्येक पाठ में दी गई सूचनाओं का अनुसरण करते हुए सीखेंगे, तो बिना किसी कठिनाई के जल्दी ही भारती ब्रेल सीख सकेंगे। ब्रेल वाचन-लेखन में दक्षता पाने के लिए आवश्यक है कि शिक्षण अवधि में ब्रेल पुस्तकालय से रोचक पुस्तकें लेकर अधिक से अधिक वाचन किया जाए। **लेखन के लिए**, बच्चों के लिए उपयुक्त छोटी-छोटी पुस्तकों का ब्रेल में रूपान्तर करने से ब्रेल-लेखन में निपुणता पाई जा सकती है।

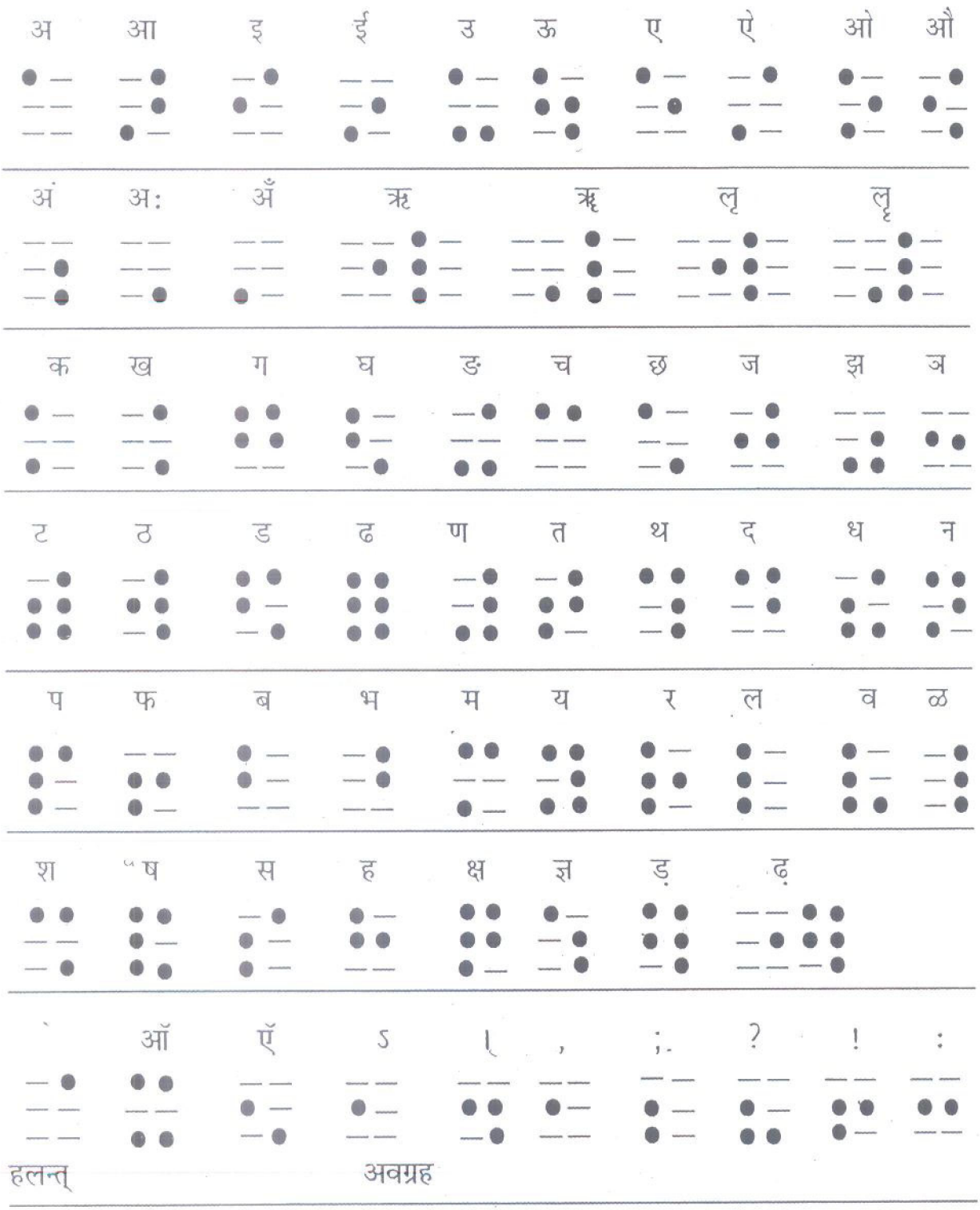
तरुण दृष्टिहीन व्यक्तियों को ब्रेल सिखाने के लिए भी 'भारती ब्रेल शिक्षक' बहुत उपयोगी होगी। इसकी सहायता से दृष्टिहीन व्यक्ति जल्दी ही ब्रेल के माध्यम से, फिर से वाचन-लेखन कर सकेंगे। परन्तु, दृष्टिहीन बालकों को वाचन-लेखन सिखाने के लिए 'भारती ब्रेल शिक्षक' का उपयोग कृपया न किया जाए, क्योंकि इसमें अपनाई गई शिक्षण पद्धति बच्चों के लिए उपयोगी और प्रभावी नहीं होगी। बच्चों को वाचन-लेखन सिखाने का काम प्रशिक्षित शिक्षकों को सौंप दिया जाना चाहिए। उनके मार्गदर्शन के लिए ''छोटे दृष्टिबाधित बच्चों के लिए ब्रेल-अध्यापन पद्धति'' का प्रयोग किया जाए।

※ 'भारती ब्रेल शिक्षक'
लेखिका: स्वर्ण अहूजा

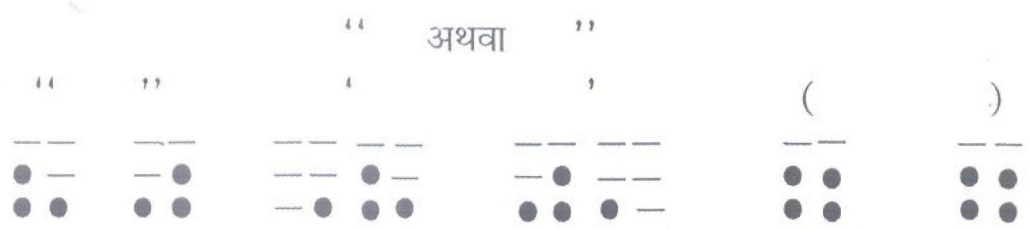
※ 'छोटे दृष्टिबाधित बच्चों के लिए ब्रेल-अध्यापन पद्धति'
लेखक: आनन्द आथलेकर

प्रकाशक:
नैशनल ऐसोसियेशन फॉर दि ब्लाइन्ड,
11, खान अब्दुल गफ्फार खान रोड, वरली सागर तट, मुबई - 400025.

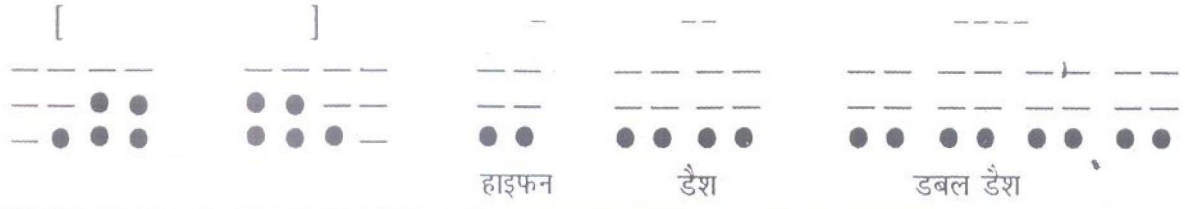
हिन्दी व संस्कृत

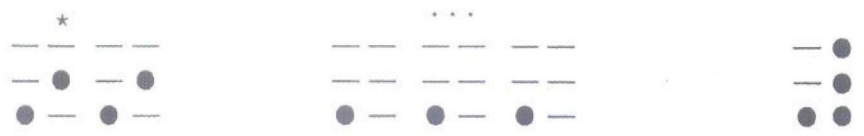


अ आ इ ई उ ऊ ए ऐ ओ औ
अं अः अँ ऋ ॠ लृ लॄ
क ख ग घ ङ च छ ज झ ञ
ट ठ ड ढ ण त थ द ध न
प फ ब भ म य र ल व ळ
श ष स ह क्ष ज्ञ ड़ ढ़
ॅ ऑ ऍ ऽ । , ; ? ! :
हलन्त्
अवग्रह



आंतरीय अवतरण चिन्ह

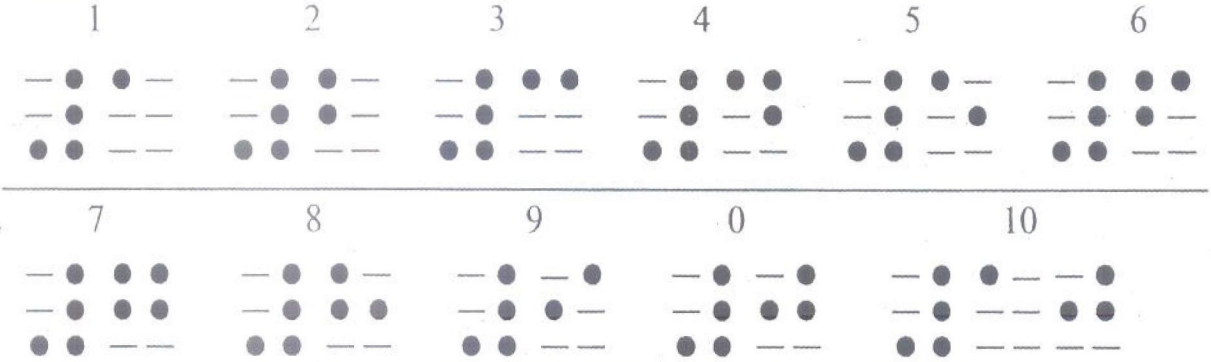




संख्या सूचक चिन्ह

तारकार चिन्ह (Asterisk)

लोपालङ्कार (Ellipsis)

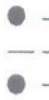
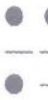
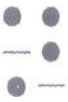


वैदिक स्वरों के चिन्ह:--

प्लुत	ग्वं	स्वरित	अनुदात्त	उदात्त
Sign for Vowel concerned Twice				किसी चिन्ह की आवश्यकता नहीं

(सूचना : विराम-चिन्ह, अवतरण चिन्ह, कोष्ठक, लोपालङ्कार, तारकार चिन्ह तथा संख्या लेखन के लिए सभी भाषाओं में एक ही प्रकार के चिन्ह हैं।)

ENGLISH (इंग्लिश)

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1st Line										
	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T
2nd Line										
	U	V	W	X	Y	Z	and	for	of	the
3rd Line										
	ch	gh	sh	th	wh	ed	er	ou	ow	with
4th Line										
	,	;	:	.		!	()	"		"
	ea	be bb	con cc	dis dd	en	ff	gg	?	in	
5th Line										
		st	ing	Numeral Sign ble	Poetry Sign ar	Apostrophe	hyphen com			
6th Line										
	Accent sign	Italic sign	Letter sign	Capital sign						
7th Line										

Used in forming Contractions:

	*	Dash	Square Brackets [	]	Inner quotes '	'
Compound Signs						

छोटी सी उभरी हुई छः बिंदियाँ
कितनी प्रबल-कितनी प्रभावी।

दृष्टिहीनों के जीवन में—उनके एकाकी क्षणों में आनन्द
तथा ज्ञान का स्रोत बनी रहेंगी—युगों तक उनकी
राहों पर दीप जलाती रहेंगी।

ऍबेकस व टेलर गणित-पाटी

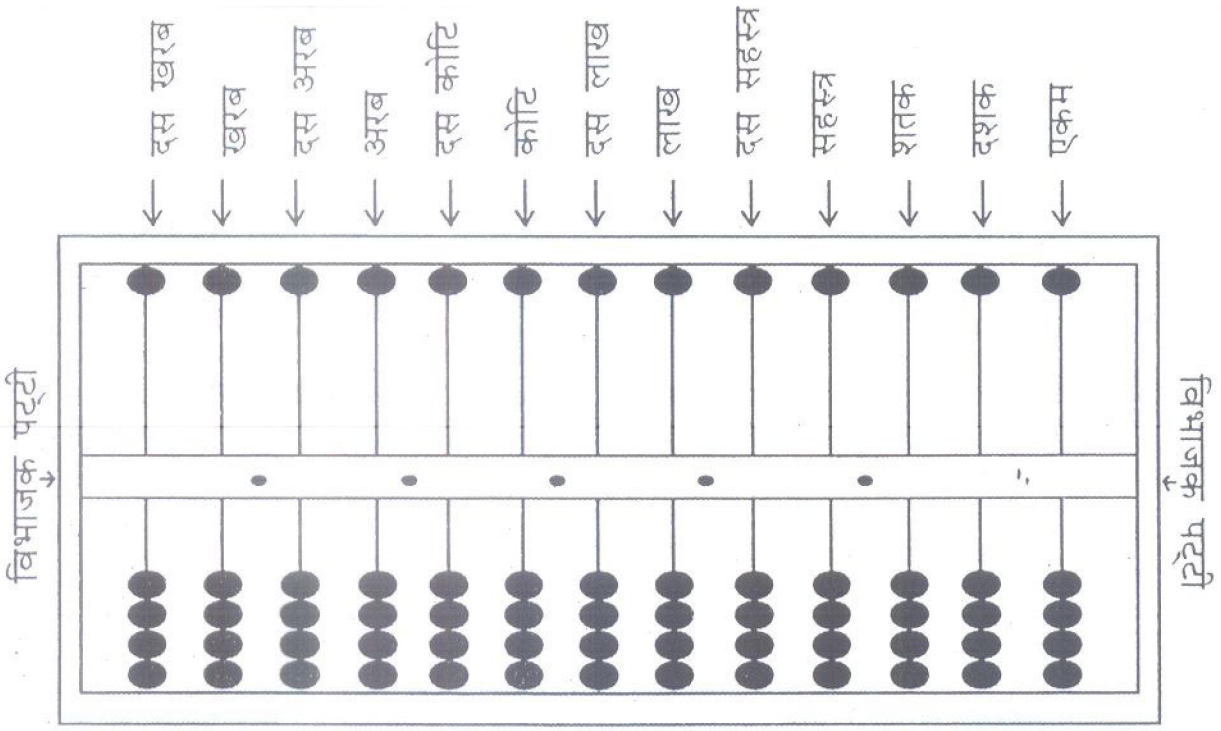
प्रयोग विधि

दृष्टिहीन व्यक्ति की पुनर्वास प्रक्रिया में उसे ब्रेल के माध्यम से पुन: वाचन-लेखन सिखाया जाता है। गणना तथा गणित-कृत्य के लिए भी किसी साधन का प्रयोग सिखाना आवश्यक है। यद्यपि आजकल बोलते विद्युत गणक उपलब्ध हैं, जिनके द्वारा कठिन से कठिन गणित कृत्य किए जा सकते हैं, परन्तु ग्राम्य व्यक्तियों को यह पुरवाना कठिन होगा, क्योंकि इस प्रकार के साधन बहुत महँगे होते हैं। इसलिए, **ऍबेकस** जो **एक प्रकार का हस्तगणक है**, इसका प्रयोग सिखा दिया जाए तो तरुण दृष्टिहीन व्यक्ति के लिए बहुत उपयोगी होगा। जहाँ तक पाठशालेय बच्चों का प्रश्न है, उन्हें गणित सिखाने के लिए ऍबेकस के साथ-साथ टेलर गणित पाटी सिखाना अधिक उपयोगी होगा।

इस प्रकरण में केवल एबेकस की साधारण प्रयोग विधि बताई जा रही है। ऍबेकस में भी केवल + जोड़, - घटाना, X गुणा, ÷ भाग गणित की चार मूलभूत क्रियाएँ ही बताई गई हैं।

ऍबेकस से परिचय तथा प्रयोग विधि

ऍबेकस



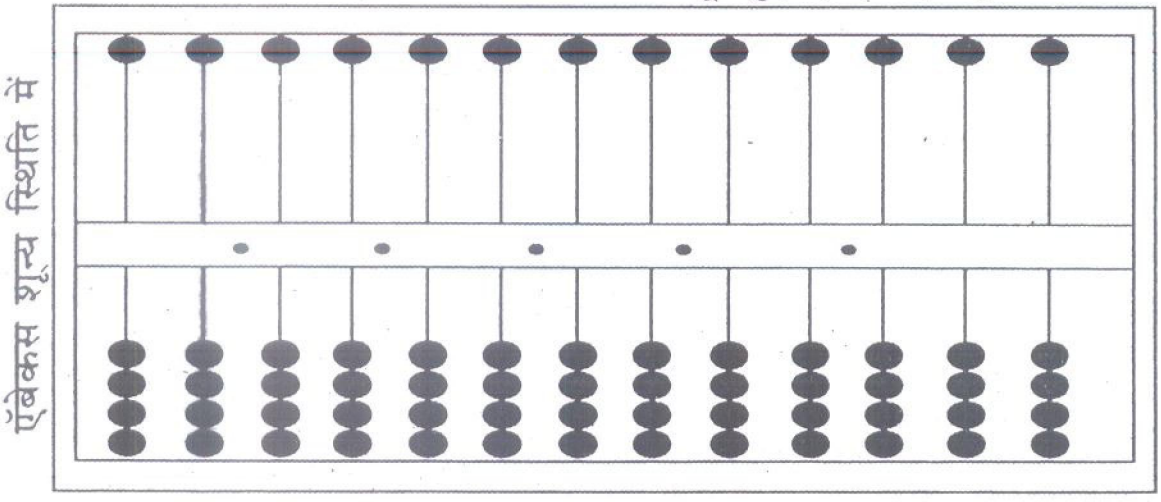
एॅबेकस से परिचय:

यह एक ऐसा जापानी साधन है, जिसकी सहायता से विविध प्रकार की गणितीय समस्याएँ सुलझाई जा सकती हैं।

1. एॅबेकस को अपने सामने **समानान्तर रखिए**। समानान्तर रखते हुए एक-एक मोती वाला भाग ऊपर और चार-चार मोती वाला भाग नीचे होना चाहिए।
2. इस साधन में एक समानान्तर पट्टी है, जिसे **विभाजक पट्टी** कहते हैं।
3. विभाजक पट्टी के आर-पार जाती हुई **लंब तारें** हैं, जिनका मूल्य उनके स्थानानुसार है। दाँए से बाँए जाते हुए (पहली तार) **एकम**, (दूसरी तार) **दशक**, (तीसरी तार) **शतक**, (चौथी तार) **सहस्त्र**, फिर **दस सहस्त्र, लाख, दस लाख.....।**
4. प्रत्येक तार में मोती हैं। विभाजक पट्टी के ऊपरी भाग की प्रत्येक तार में एक-एक मोती है। इस मोती का मूल्य **5** है। नीचे की तारों में चार-चार मोती हैं। प्रत्येक का मूल्य **1** (एक) है।
5. जब ये मोती विभाजक पट्टी के पास, उसे छूकर रखे जाते हैं, तभी ये अपना मूल्य लेते हैं। जब ये विभाजक पट्टी को न छूते हुए, ऊपरी मोती ऊपर और नीचे के मोती नीचे रहते हैं, तब इनका मूल्य शून्य (0) हो जाता है।
6. विभाजक-पट्टी के ऊपर दिखाई गई बिंदियाँ अल्पविराम का संकेत हैं।

प्रयोग विधि:

सूचनाएँ : (1) किसी भी प्रकार की गणना/गणित कृत्य करने से पहले एॅबेकस **शून्य स्थिति** में होना चाहिए, अर्थात् ऊपरी मोती एबेकस के ऊपरी छोर पर और नीचे के मोती नीचे के छोर को छूते हुए। (चित्र देखिए)



(2) संख्याएँ लिखते समय ऊपरी मोतियों के लिए दर्शनिका उंगली का (अंगूठे के साथ वाली) और नीचे के मोतियों के लिए अंगूठे का प्रयोग करिए।

(3) बाँए हाथ की ये उंगलियाँ हमेशा साथ वाली बाँई तार पर काम करने के लिए तत्पर रहनी चाहिएँ।

(4) याद रखिए कि ऍबेकस पर गणित करते हुए ऍबेकस पर केवल अंतिम संख्या ही लिखी रह जाती है, बाकी सब अपने आप मिट जाता है—केवल उत्तर रह जाता है।

अंक लेखन: (0 से 9 तक)

ये सब अंक दाँई ओर की पहली तार—**एकम स्थान** पर लिखे जाएँगे:

0 ——→ विभाजक पट्टी के पास कोई मोती नहीं

1 ——→ नीचे से एक मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास—उसे छूते हुए

2 ——→ नीचे से दो मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास—उसे छूते हुए

3 ——→ नीचे से तीन मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास—उसे छूते हुए

4 ——→ नीचे से चार मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास—उसे छूते हुए

5 ——→ ऊपर वाला मोती नीचे विभाजक पट्टी के पास (इस मोती का मूल्य 5 है)नीचे के चार मोती निकाल दीजिए

6 ——→ ऊपर वाला मोती नीचे विभाजक पट्टी के पास और नीचे से एक मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास

7 ——→ ऊपर वाला मोती नीचे विभाजक पट्टी के पास और नीचे से दो मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास

8 ——→ ऊपर वाला मोती नीचे विभाजक पट्टी के पास और नीचे से तीन मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास

9 ——→ ऊपर वाला मोती नीचे विभाजक पट्टी के पास और नीचे से चार मोती ऊपर—विभाजक पट्टी के पास

इस प्रकार प्रत्येक तार में 0-9 अंक लिखे जा सकते हैं, किन्तु उनका मूल्य स्थान के अनुसार अलग-अलग है। उदाहरण:—

(दाँई ओर से दूसरी तार) दशक की तार में 1-9 का मूल्य 10-90 है

(दाँई ओर से तीसरी तार) शतक की तार में 1-9 का मूल्य 100-900 है

(दाँई ओर से चौथी तार) सहस्त्र की तार में 1-9 का मूल्य 1000-9000 है

(दाँई ओर से पाँचवीं तार) दस सहस्त्र की तार में 1-9 का मूल्य 10,000-90,000 है

(दाँई ओर से छठी तार) लाख की तार में 1-9 का मूल्य 1,00,000-9,00,000 है

(दाँई ओर से सातवीं तार) दस लाख की तार में 1-9 का मूल्य 10,00,000-90,00,000 है

इस प्रकार से आगे बढ़ते हुए 1 से 9 का मूल्य उसके स्थानानुसार बढ़ता जाएगा।

इन नियमों के आधार पर कोई भी संख्या लिखी जा सकती है।

संख्या लेखन:

12 ⟶ **दशक** की तार में 1 तथा **एकम** की तार में 2 लिखिए
15 ⟶ **दशक** की तार में 1 तथा **एकम** की तार में 5 लिखिए
17 ⟶ **दशक** की तार में 1 तथा **एकम** की तार में 7 लिखिए
19 ⟶ **दशक** की तार में 1 तथा **एकम** की तार में 9 लिखिए
20 ⟶ **दशक** की तार में 2 तथा **एकम** की तार में 0 लिखिए
104 ⟶ **शतक** की तार में 1, **दशक** की तार में 0 तथा **एकम** की तार में 4 लिखिए
6,708 ⟶ **सहस्त्र** की तार में 6, **शतक** की तार में 7, **दशक** की तार में 0 तथा **एकम** की तार में 8 लिखिए

इसी प्रकार कुछ और संख्याएँ देखिए:

संख्या	लाख की तार में	दस सहस्त्र की तार में	सहस्त्र की तार में	शतक की तार में	दशक की तार में	एकम की तार में
8	0	0	0	0	0	8
30	0	0	0	0	3	0
125	0	0	0	1	2	5
4,791	0	0	4	7	9	1
10,234	0	1	0	2	3	4
5,67,890	5	6	7	8	9	0

अभ्यास:

नीचे लिखी संख्याएँ लिखिए:

15,723	408
6,912	300
54	6,12,978
30,57,460	76,54,321

संख्याएँ लिखने का भरपूर अभ्यास कीजिए। आगे का काम आसान हो जाएगा।

ध्यान दीजिए : विद्युत गणक की तरह एॅबेकस पर भी जब संख्याएँ लिखते हैं तो पहले लिखी हुई संख्या अपने-आप मिट जाती है। केवल अंतिम संख्या ही लिखी हुई रह जाती है।

जोड़ (+):

1+1 एकम की तार में 1 लिखिए, अब + 1 कीजिए, अर्थात् नीचे से 1 मोती ऊपर ले आइए–लिखा गया 2, यही उत्तर है। ठीक उत्तर 2 ही है।
(अगले गणित करने से पहले हर बार ऍबेकस को 0 की स्थिति पर ले आइए)

1+2 एकम की तार में 1 लिखिए, अब +2 कीजिए, अर्थात् नीचे से 2 मोती ऊपर ले आइए –3 लिखा गया। यही उत्तर है, अर्थात् 3.

1+3 एकम की तार में 1 लिखिए, अब +3 कीजिए अर्थात् नीचे से 3 मोती ऊपर ले आइए– 4 लिखा गया, यही उत्तर है, अर्थात् 4.

1+4 एकम की तार में 1 लिखिए,
अब +4 कीजिए, परन्तु नीचे तो केवल 3 ही मोती हैं। क्या करें?
अधिक 5 कर लीजिए (अर्थात्, एकम की तार का ऊपरी मोती विभाजक पट्टी के पास ले आइए)
किन्तु 4 ही अधिक करने थे, कर दिए 5 अधिक, 1 जरूरत से ज्यादा,
अत: नीचे से 1 मोती निकाल दीजिए, रह गया उत्तर 5

1+5 एकम की तार में 1 लिखिए,
अब+5 करिए, अर्थात् ऊपर का मोती विभाजक पट्टी के पास, 6 लिखा गया, यही उत्तर है।

1+6 एकम की तार में 1 लिखिए, अब + 6 अर्थात् ऊपर का मोती (5) विभाजक पट्टी के पास तथा नीचे का 1 और मोती ऊपर।
लिखा गया 7, यही उत्तर है।

(इसी प्रकार 1+7 तथा 1+8 का जोड़ भी किया जा सकता है।)

1+9 एकम की तार में 1 लिखिए, अब +9 करिए, किन्तु एकम की तार में तो 8 ही और लिखे जा सकते हैं। क्या करें?
+ 10 कर लीजिए, अर्थात् दशक की तार में 1 लिखिए
केवल 9 ही अधिक करने थ–कर दिए अधिक 10, 1 जरूरत से ज्यादा। इसलिए, एकम की तार में लिखा 1 निकाल दीजिए।
लिखा गया 10, यही उत्तर है।

4+3 एकम की तार में 4 लिखिए, अब +3 करिए, किन्तु नीचे तो कोई मोती बाकी नहीं–3

नहीं लिखा जा सकता। क्या करें?
5 अधिक कर लीजिए, अर्थात ऊपर का मोती विभाजक पट्टी के पास
केवल 3 अधिक करने थे, कर दिए अधिक 5, 2 जरूरत से ज्यादा, इसलिए
नीचे से 2 मोती निकाल दीजिए।
रह गया उत्तर 7

(इसी प्रकार किन्हीं भी **दो** अथवा **दो से अधिक** संख्याओं का जोड़ किया जा सकता है)

उदाहरण:

3+5+8+7

- 3 लिखिए।
- +5 करिए, अर्थात् ऊपर का मोती विभाजक पट्टी के पास।
- +8 करिए, किन्तु एकम की तार में तो केवल एक की बाकी है–8 नहीं लिखा जा सकता। क्या करें?
- +10 कर लीजिए (दशक की तार में 1 लिखकर)। केवल 8 अधिक करने थे, कर दिए अधिक 10, 2 जरूरत से ज्यादा, अतएव
- एकम में से 2 मोती निकाल दीजिए। अभी एॅबेकस पर 16 लिखा रह जाएगा।
- +7 करिए, किन्तु एकम की तार में तो केवल 3 ही बाकी है–7 नहीं लिखा जा सकता। क्या करें?
- +10 कर लें (दशक की तार में नीचे का एक और मोती ऊपर कर दीजिए)
- केवल 7 अधिक करने थे–कर दिए अधिक 10, 3 जरूरत से ज्यादा, अतएव
- एकम की तार में से 3 निकाल दीजिए, किन्तु यहाँ नीचे 1 और ऊपर 5 लिखा है। सीधे-सीधे 3 नहीं निकाल सकते। क्या करें?
- 5 निकाल देते हैं–निकालने थे 3, 2 जरूरत से ज्यादा।
- एकम की तार में नीचे से 2 मोती ऊपर कर दीजिए।
- **23** लिखा गया - यही ठीक उत्तर है।

ध्यान दीजिए: एॅबेकस पर गणित करते हुए **बाँए से दाँए** जाते हैं। उदाहरणत: 907+152 का जोड़ करते हुए, पहले **शतक** फिर **दशक** और फिर **एकम** संख्या का जोड़ किया जाएगा।

23+25 23 लिखिए (दशक में 2 और एकम में 3)
+25 करिए (दशक में 2 और जोड़िए तथा एकम में 5)
48 लिखा गया, यही उत्तर है।

907+152 907 लिखिए (शतक में 9, दशक में 0, एकम में 7)
अब + करिए शतक की तार में 1, किन्तु इधर तो कुछ जोड़ा ही नहीं जा सकता, अतएव, सहस्त्र की तार में 1 लिखकर, शतक के 9 निकाल दें—दशक में 5 तथा एकम में 2 और मोती जोड़िए।
1059 लिखा गया, यही उत्तर है।

अभ्यास:

769+25
473+192
892+502
1234+5678
4560+732+89

घटाना (-):

जोड़ की तरह ही घटाने की प्रक्रिया करनी होगी। उदाहरणत:

4-3
- ❖ 4 लिखिए, 3 घटाइए अर्थात् 4 मोतियों में से तीन मोती निकाल दीजिए
- ❖ 1 रह गया, यही उत्तर है।

5-2
- ❖ 5 लिखिए,
- ❖ 2 निकालिए, परन्तु सीधे-सीधे नहीं निकाल सकते। क्या करें?
- ❖ 5 निकाल दीजिए, परन्तु निकालने थे केवल 2, निकाल दिए 5, 3 ज्यादा निकाल दिए, अतएव
- ❖ नीचे से 3 मोती ऊपर चढ़ा दीजिए,
- ❖ 3 रहा गया, यही उत्तर है।

76-35
- ❖ 76 लिखिए (दशक में 7 एकम में 6)
- ❖ 35 घटाइए अर्थात् दशक के 7 में से 3 दशक निकालने के लिए 5 निकाल कर, नीचे से 2 लगाइए
- ❖ अब एकम में से 5 निकाल दीजिए। रह गया दशक में 4 और एकम में 1 अर्थात्, 41, यही उत्तर है।

अभ्यास:

82-19	500-9
97-68	378-179
124-93	328-29
275-184	

याद रखिए: गणित बाँए से दाँए किए जाएँगे।

गुणाकार (x):

गुणाकार के गणित में तीन संख्याएँ होती हैं। प्रत्येक का अपना नाम हैं:—गुणक, गुण्य, गुणाकार। एॅबेकस पर इनका अपना विशेष स्थान है।

उदाहरण: 4X6 इसमें 4 गुणक है, 6 गुण्य है और जो उत्तर होगा (अर्थात् 24) उसे गुणाकार कहते हैं।

नियम:

1) गुणक संख्या एॅबेकस पर हमेशा बाँए किनारे की पहली तार/तारों पर लिखी जाती है और गुण्य संख्या दाँई ओर की तारों में।
2) गुण्य संख्या का स्थान निर्धारित करने के लिए देखना होगा कि उसे लिखने के लिए कितनी तारों की जरूरत होगी।
3) **सूत्र** : गुणक तारें + गुण्य तारें + एबेकस की एक तार—गुण्य संख्या का स्थान।
4) गुणाकार के गणित करते हुए 0-9 तक जब भी लिखेंगे तो 0 (शून्य) पहले लगाएँगे। उदाहरणत: 08, 04, 09, 03, 00, 01 इत्यादि।

उदाहरण:

4X6
- (गुणक) 4 बाँई ओर से पहली तार में लिखिए
- (गुण्य) 6 दाँई ओर से तीसरी तार में लिखिए
- [गुणक की 1 तार + गुण्य की 1 तार + एॅबेकस की 1 तार इसलिए 6 (गुण्य संख्या) दाँई ओर से तीसरी तार में लिखी जाएगी]
- दाँई उंगली 6 पर और बाँई उंगली 6 के बाँई ओर की पहली तार पर अर्थात् सहस्त्र की तार पर
- अब कहेंगे 4X6=24 और इसे 6 के दाँई ओर लिखेंगे।
- अब गुण्य संख्या 6 को हटा दीजिए
- 24 रह गया, यही उत्तर है।

(याद रखिए कि **दाँई उंगली संख्याएँ लिखेगी** और बाँई उंगली हमेशा उसके तत्काल बाँई ओर सहायता के लिए रहेगी। आगे दिए कुछ कठिन गणित के सवालों में इसका अभिप्राय समझ में आ जाएगा)

(गुणक) (गुण्य)

7 X 43

- बाँई ओर की पहली तार में 7 लिखिए
- दाँई ओर से चौथी तार में 43 लिखिए (गुणक 1 तार + गुण्य 2 तारें + एँबेकस 1 तार अतएव 43 गुण्य सख्या चौथी तार से लिखी गई)
- दाँई उंगली 3 पर और बाँई 4 पर--कहिए 7X3=21
- 21 को 3 के दाँई ओर लिख कर 3 हटा दीजिए
- दाँई उंगली 4 पर--कहिए 7X4=28
- 28 को 4 के दाँई ओर लिख कर 4 हटा दीजिए
- **301** रह गया, यही उत्तर है।

(ध्यान दीजिए: जैसा कि ऊपर के उदाहरण से स्पष्ट है, गुणाकार करते हुए, धीरे-धीरे पूरी गुण्य संख्या हटा दी जाती है। केवल उत्तर शेष रह जाता है)

अभ्यास:

17X4	25X5
37X6	43X7
9X49	7X82
8X56	3X95
63X5	71X6

(इन सब सवालों में **गुण्य संख्या** दाँई ओर से **चौथी** तार से लिखी जाएगी, क्योंकि **गुणक** और **गुण्य** मिलाकर **तीन तारें** और **एक** अधिक एँबेकस की–इसलिए **चौथी तार**)

गुणाकार गणित--शून्य युक्त संख्या के साथ:

उदाहरण:

405X4

- ❖ बाँई ओर 405 लिखिए।
- ❖ दाँई ओर से पांचवी तार में 4 लिखिए।
- ❖ दाँई उंगली 4 पर (405 से गुणा करते हुए पहले **शतक** फिर **दशक** और फिर **एकम** संख्या से गुणा किया जाएगा)।
- ❖ 4X4=16–गुण्य संख्या 4 के दाँई ओर लिखिए (दाँई उंगली 16 के 6 पर)
- ❖ 0X4=00–पहला शून्य 6 वाली तार में और दूसरा शून्य उसकी अगली तार पर (दशक की तार), (उंगली उधर ही रहने दें)।
- ❖ 5X4=20–जहाँ दाँई उंगली है वहाँ 2 और उसके आगे 0 लिखा जाएगा।
- ❖ अब गुण्य संख्या 4 हटा दीजिए।
- ❖ **1620** लिखा गया, यही ठीक उत्तर है।

6X204

- ❖ बाँई ओर की पहली तार में 6 लिखिए।
- ❖ दाँई ओर की पॉचवीं तार में 204 लिखिए।
- ❖ दाँई उंगली 4 पर रखते हुए, कहिए 6X4=24, 24 को 4 के दाँई ओर लिखिए।
- ❖ गुण्य का 4 हटा दीजिए।
- ❖ दाँई उंगली 0 पर,
- ❖ 6X0=00–पहला 0 दाँई ओर की तार में और दूसरा 0 उसके आगे।
- ❖ दाँई उंगली 2 पर, कहिए 6X2=12,
- ❖ 12 को 2 के आगे लिखिए और गुण्य का 2 हटा दीजिए।
- ❖ **1224** लिखा गया, यही उत्तर है।

342X58

- ❖ 342 (गुणक) बाँई ओर लिखिए।
- ❖ 58 (गुण्य) दाँई ओर की छठी तार से लिखिए।
- ❖ दाँई उंगली 8 पर–3X8=24 (8 के दाँई ओर लिखिए)।
- ❖ दाँई उंगली 24 के 4 पर--4X8=32,

- 32 का 3 दाँई उंगली वाली तार पर (शतक की तार) और 2 उसके आगे (दाँई उंगली 32 के 2 पर)
- 2X8=16 का 1 दाँई उंगली वाली तार पर (दशक की तार) और 6 उसके आगे।
- अब 58 का 8 हटा दीजिए, क्योंकि इसके साथ पूरी गुणा हो गई है।
- दाँई उंगली गुण्य के 5 पर,
- 3X5=15 (5 के आगे वाली दो तारों पर लिखिए)
- दाँई उंगली 15 के 5 वाली तार पर,
- 4X5=20 का 2 दाँई उंगली वाली तार में और 0 उसके आगे (शतक की तार)
- 2X5=10 का 1 दाँई उंगली वाली तार पर और 0 उसके आगे।
- अब गुण्य संख्या का 5 हटा दीजिए,
- **19,836** लिखा गया, यही उत्तर है।

अभ्यास:

34X29	98X56
103X42	235X74
206X18	104X36
87X45	246X125
2345X67	

भागाकार (÷):

भागाकार के गणित में भी तीन प्रकार की संख्याएँ होती हैं--भाज्य, भाजक, भागाकार।

	भाज्य ↓		भाजक ↓		भागाकार ↓	
उदाहरण: 1)	255	÷	5	=	51	(उत्तर)
2)	3016	÷	45	=	67 शेष 1	(उत्तर)

नियम:1) भाजक संख्या एॅबेकस की बाँई तार/तारों पर लिखी जाती है।

2) भाज्य संख्या एॅबेकस की दाँई तारों पर लिखी जाती है।

3) भागाकार संख्या भाज्य संख्या के बाँई ओर लिखी जाती है।

4) उत्तर/उत्तरांश लिखते समय यदि भाजक संख्या का पहला अंक, भाज्य संख्या के पहले अंक के समान अथवा छोटा है तो उत्तर/उत्तरांश एक तार छोड़ कर लिखा जाएगा। यदि भाजक संख्या, भाज्य संख्या के पहले अंक से बड़ी है तो साथ वाली तार में लिखी जाएगी। उदाहरण से यह बात स्पष्ट हो जाएगी।

5) 'भागाकार' अर्थात उत्तर दाँई ओर से कितनी तारें छोड़कर पढ़ा जाएगा, यह प्रत्येक गणित में अलग-अलग होगा।
[सूत्र है: भाजक संख्या की तारें + एॅबेकस की एक तार छोड़कर→भागाकार (उत्तर)]
ऊपर दिए उदाहरण 1 में : भाजक 5 एक अंक की संख्या है, अत: 1 तार भाजक की + 1 तार एॅबेकस की-अर्थात 2 तारें छोड़कर उत्तर पढ़ा जाएगा।
उदाहरण 2 में : भाजक 45 दो अंक की संख्या है, अत: 2 तारें भाजक की +1 तार एॅबेकस की--अर्थात् उत्तर दाँई ओर से 3 तारें छोड़कर पढ़ा जाएगा।

6) यदि भाजक दो अंक का हो और पहाड़ा न आता हो तो अनुमान के लिए अगली दशक संख्या ले लीजिए। परन्तु, यदि दो अंक की भाजक संख्या का एकम अंक 3 अथवा 3 से कम हो तो अनुमान के लिए वही दशक ले लेना चाहिए।

उदाहरण:

255÷ 5 ❖ 255 दाँई ओर लिखिए

❖ 5 बाँई ओर की पहली तार में लिखिए

- ❖ 5 (भाजक) भाज्य संख्या के 25 में 5 बार जाता है
- ❖ 5 उत्तरांश 255 के बाँई ओर की साथ वाली तार में लिखा जाएगा, क्योंकि भाजक 5 भाज्य के 2 से बड़ा है।
- ❖ 25 में से 25 गए रह गया 0 इसलिए 255 का 2 और 5 निकाल दीजिए, भाज्य संख्या में केवल 5 रह गया।
- ❖ भाजक 5 भाज्य 5 में 1 बार जाता है।
- ❖ 1 उत्तरांश भाज्य संख्या 5 के बाँई ओर एक तार छोड़ कर लिखा जाएगा, क्योंकि नियमानुसार यदि भाजक संख्या भाज्य संख्या के समान अथवा छोटी हो तो एक तार छोड़कर लिखी जाती है।
- ❖ 5 में से 5 गए तो रह गया 0, अतएव भाज्य का 5 हटा दीजिए
- ❖ दाँयी ओर से **दो तारें** छोड़कर उत्तर पढ़िए,
- ❖ **51** लिखा हुआ है, यही उत्तर है।

3016÷ 45

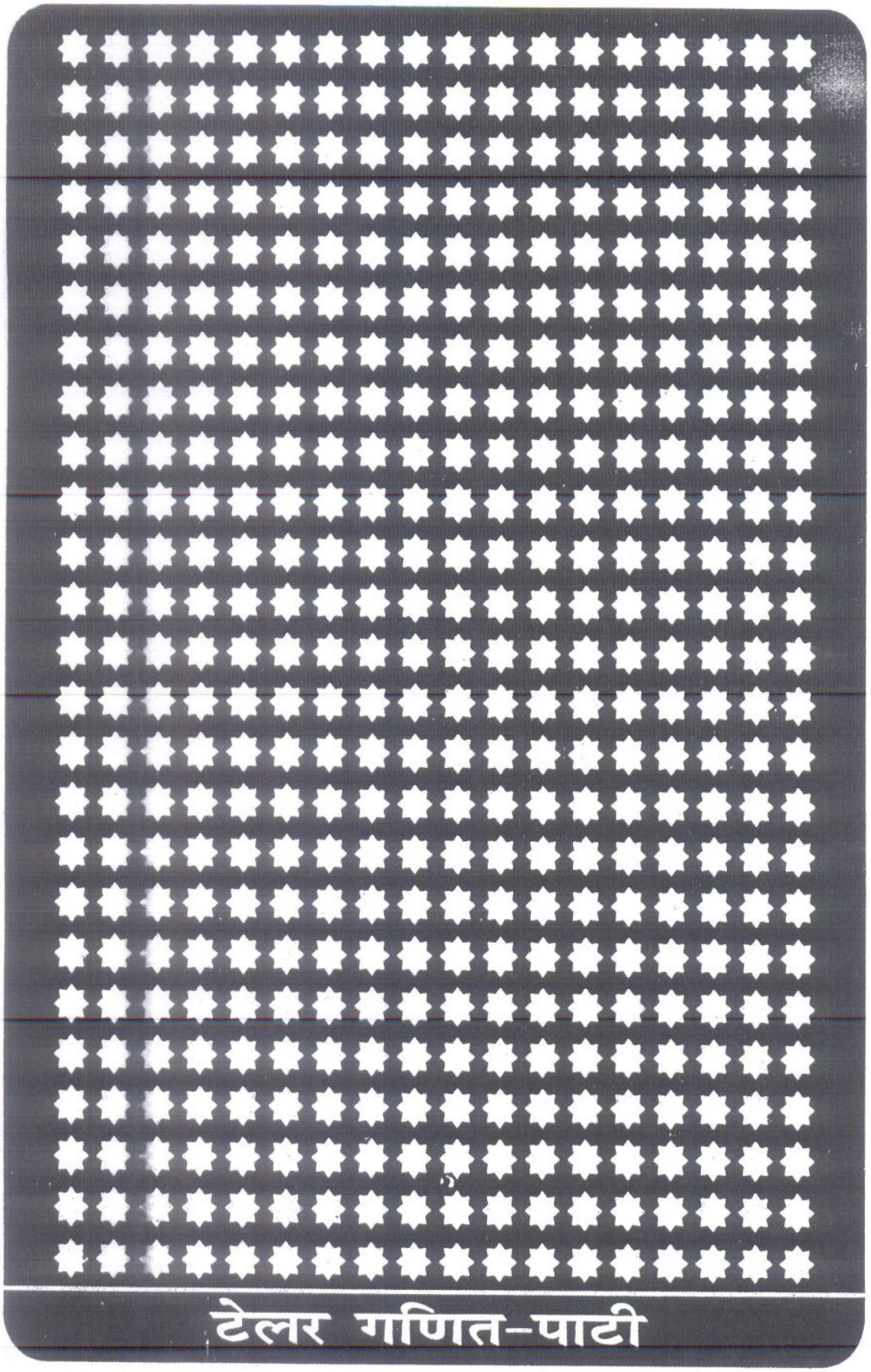
- ❖ 3016 दाँई ओर लिखिए
- ❖ 45 बाँई ओर लिखिए (45 का पहाड़ा नही आता, अत: अगली संख्या 50 से अनुमान लगाइए)
- ❖ 50, 301 में 6 बार जाता है (अथवा 5, 30 में 6 बार जाता है) अत: अनुमान लगाते हैं कि 45, 301 में 6 बार जाएगा।
- ❖ उत्तरांश 6 को 3016 के बाँई ओर की साथ वाली तार पर लिखिए, क्योंकि 45 का 4, 3016 के 3 से बड़ा है।
- ❖ अब 6 को 45 से गुणा कीजिए और 301 में से घटा दीजिए (गुणा करते हुए प्रत्येक कदम पर घटाते जाइए अर्थात् 270 घटाने होंगे)
- ❖ अब भाज्य संख्या रह जाएगी 316,
- ❖ फिर अनुमान लगाते हैं कि 45, 316 में 6 बार जाएगा।
- ❖ अब उत्तरांश 6 को 316 के बाँई ओर की साथ वाली तार में लिखिए।
- ❖ अब 6 को 45 से गुणा कीजिए और 316 में से घटा दीजिए।
  (गुणा करते हुए प्रत्येक कदम पर घटाते जाइए अर्थात् 270 घटा दीजिए।)

- ❖ अब भाज्य संख्या रह गई 46, अर्थात् 45 (भाजक) 1 बार और 46 में जा सकता है।
- ❖ उत्तरांश 1 को 46 के बाँई ओर एक तार छोड़ कर लिखिए क्योंकि भाजक का 4 और भाज्य का 4 समान संख्याएँ हैं। (नियम 4)
- ❖ अब 1 को 45 से गुणा कीजिए और 46 में से घटा दीजिए। (उत्तरांश 66 अब 67 हो गया और शेष रहा गया 1)
- ❖ दाँई ओर से **तीन तारें** छोड़कर उत्तर पढ़िए।
- ❖ उत्तर **67 शेष 1**

अभ्यास

357÷ 7	444÷ 12	9734÷ 18
2112÷ 3	56,883÷ 38	73983÷ 72
3936÷ 8	25,025÷ 25	33456÷ 272
2348÷ 9	4933÷ 11	63345÷ 123

गणित में 0 का मूल्य नहीं लगाया जा सकता-0 अमूल्य है।
0 एक ऐसा अंक है, जिस पर गणितशास्त्र की असीमता आधारित है।
इसके आविष्कारक थे-**आर्यभट्ट**-एक भारतीय



103

टाइप-प्रकार I

(अ)	(ब)
1	9
2	0
3	+
4	–
5	X
6	÷ and Ratio और अनुपात चिन्ह
7	Decimal Point दशमलव चिन्ह
8	= and व Recurring Period आवर्त दशमलव चिन्ह

टाइप-प्रकार II

(अ)	(ब)
अ A	(
ब B	[
क C	Index Sign घातांक चिन्ह
ड D	]
क्ष X	)
य Y	}
झ Z	Radical Sign वर्गमूल चिन्ह
For occasional purposes प्रासंगिक चिन्ह	{

सूचना : इन चिन्हों का प्रयोग त्रिकोणमिति (Trignometry) के लिए भी किया जा सकता है। टाइप-प्रकार II (ब) के पहले छः चिन्ह क्रमानुसार Sine (साइन), Cosine (कोसाइन), Tan (टैन), Cosec (कोसॅक), Sec. (सैक), Cotan (कोटैन) के लिए प्रयोग किए जा सकते हैं।

परिचय

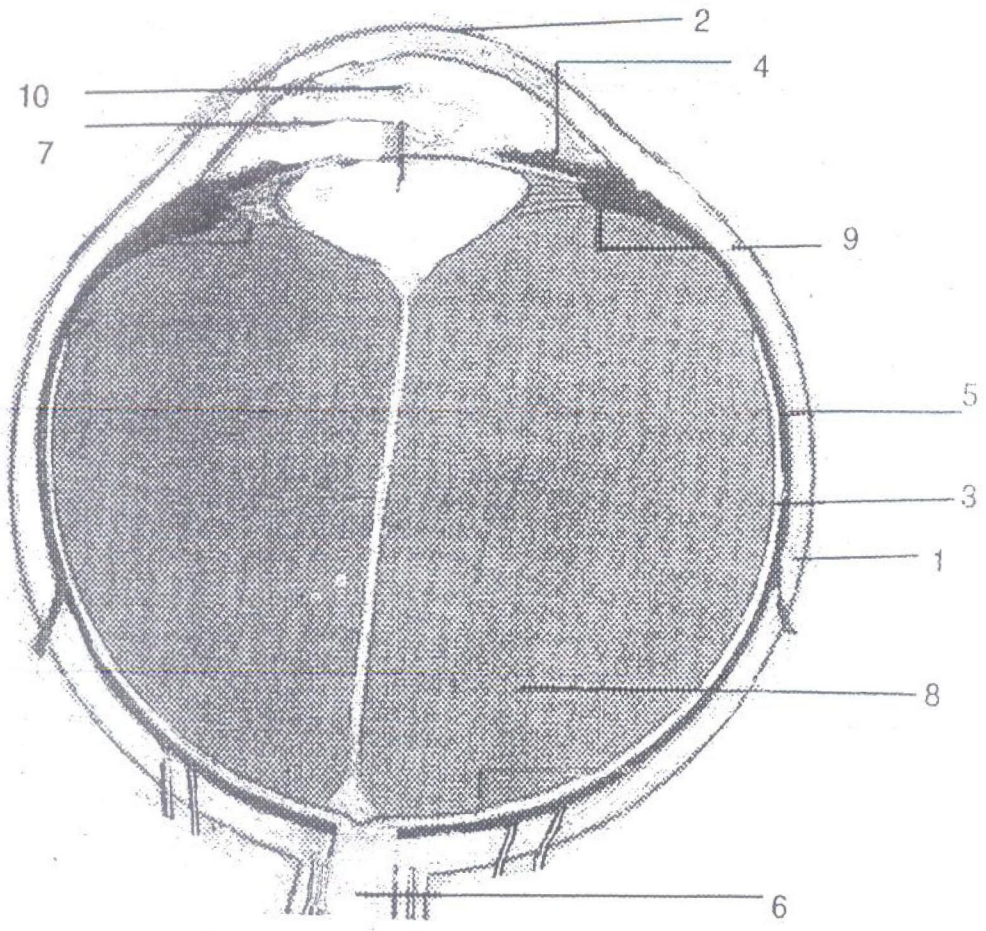
दृष्टिहीन बालकों के शिक्षण में 'टेलर फ्रेम' (गणित पाटी) एक आवश्यक साधन है, जो लोहे की बनी हुई है। इसमें अष्टकोणी ताराकार छिद्र बने हुए हैं। इन छिद्रों के अलग-अलग कोनों में दो प्रकार के विशिष्ट टाइप्स बिठाकर अंक और विभिन्न प्रकार की संख्याएँ लिखी जा सकती हैं और गणित की समस्याएँ सुलझाई जा सकती हैं।

ऍबेकस तथा टेलर गणित पाटी पाठशालेय दृष्टिहीन बालकों तथा उन दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए विशेष रूप से उपयोगी हैं, जिन्हें अपने धंधे में हिसाब-किताब रखने के लिए गणित कृत्य करने की आवश्यकता है।

निकोलस सांडरसन पाश्चात्य जगत् के एक प्रतिभाशाली गणितज्ञ हुए हैं। आइजैक न्यूटन ने इनकी गणितीय विद्वता और प्रतिभा को पहचानते हुए, इन्हें केंब्रिज विश्वविद्यालय के गणितशास्त्र विभाग के मुख्य पद पर आसीन करवाया। सांडरसन ने वर्षों अपनी इस जिम्मेवारी को बड़ी कुशलता से निभाया।

सांडरसन दृष्टिहीन थे। गणित और बीजगणित की जटिल समस्याएँ सुलझाने के लिए इन्होंने एक गणित पाटी बनाई। आज की टेलर गणित पाटी इसी पाटी का सुधारित स्वरूप है। इनकी गणित पाटी पर षट्कोणी छिद्र थे, जबकि टेलर गणित पाटी पर अष्टकोणी छिद्र हैं।

आँख की रचना



1. बाह्यपटल (Sclera)
2. पारदर्शक पर्दा (Cornea)
3. आंतर पटल-प्रकाशग्राहक (Retina)
4. कृष्ण मंडल (Iris)
5. मध्य पटल (Choroid)
6. दृष्टिज्ञान तंतु (Optic nerve)
7. नेत्रमणि (Lens)
8. पारदर्शक रस (Vitreous)
9. लोमश काया (Ciliary body)
10. परसंपुट (Anterior chamber)

आँखों के सामान्य रोग
व
आँखों की देखभाल

भारत में अंधत्व के अनेक कारण हैं। उनमें से कुछ की सामान्य जानकारी नीचे दी गई है।

ऑफथैलमिया नियोनैटोरम (Ophthalmia Neonatorum):

कई बार प्रसव के समय किसी संदूषण से नवजात शिशु की आँखें लाल हो जाती हैं और उनमें सूजन भी आ जाती है। बच्चे के पैदा होते ही दाई या माँ को उसकी आँखों की जाँच अच्छी तरह से कर लेनी चाहिए। यदि किसी प्रकार की ललाई अथवा स्राव हो तो तत्काल आँख के डॉक्टर से परामर्श लेना चाहिए। प्रत्येक नवजात शिशु की आँखों में एक-एक बूँद सिल्वर नाइट्रेट (1%) डालने से इस रोग को रोका जा सकता है। नहीं तो यह रोग अंधत्व का कारण बन सकता है।

दुखती आँखें/आँखें आना (Conjunctivitis) :

लक्षण :
- ❖ नेत्रकला में ललाई तथा अपारदर्शिता आ जाती है।
- ❖ आँसुओं के साथ मवाद तथा गंदगी आती है।
- ❖ कॉर्निया साफ और पारदर्शक रहता है।
- ❖ दृष्टि की गहराई स्वस्थ अवस्था के समान होती है।
- ❖ विशेष पीड़ा नहीं किन्तु आँख में बालू के पड़ने जैसी चुभन होती है।
- ❖ सुबह उठने पर आँख मवाद के कारण चिपक जाती है, इसलिए खोलने में कठिनाई होती है।
- ❖ दृष्टि में कोई कमी नहीं होती, जब तक कॉर्निया में रोग न फैल जाए।
- ❖ लक्षण एकदम प्रारम्भ होते हैं।

यह रोग एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति को जल्दी लग जाता है, इसलिए बहुत ही जल्दी फैल जाता है। रोगी को काला चश्मा पहनाना चाहिए। इस रोग में सफाई रखना बहुत जरूरी होता है। उबलते पानी में बोरिक पाउडर (Boric Powder) डाल कर ठंडा कर लेना चाहिए और दिन

में चार-पाँच बार इस पानी से रुई गीली करके आँख को साफ रखना चाहिए। सुबह यदि आँख खोलने में कठिनाई हो तो इसी प्रकार गुनगुने पानी से धीरे-धीरे आँख साफ कर लें तो आँख आसानी से खुल जाएगी। डॉक्टर को दिखाएँ और उनकी बताई हुई मरहम आँखों में डालें।

यदि इस प्रकार से दुखती आँख का ध्यान रखेंगे तो कोई कारण नहीं कि यह रोग अंधत्व का कारण बने, परन्तु यदि इसकी ओर दुर्लक्ष किया तो दुखती आँख अंधत्व का कारण बन सकती है।

आँखों में सूखापन/सफेद धब्बे (Keratomalacia):

जिन बच्चों को दस्त लगे हों या खसरा निकला हो, उनके शरीर में कभी-कभी 'जीवन सत्व अ' की कमी हो जाती है। शरीर में 'जीवन सत्व अ' की कमी के कारण छोटे बच्चों में अंधत्व आ सकता है।

लक्षण :
- ❖ आँखों में सूखापन आ जाता है।
- ❖ आँखों की चमक समाप्त हो जाती है।
- ❖ आँखों में सलेटी रंग के धब्बे उभर सकते हैं।
- ❖ बाद में आँखें बिल्कुल सूख जाती हैं।
- ❖ आँखों में सिलवटें और झुर्रियाँ आ जाती हैं।
- ❖ रातौंधी की शिकायत भी हो सकती है।

जब ये लक्षण दिखाई देने लगें तो बच्चे को जीवन सत्व 'अ' की दवा दें और डॉक्टर को दिखाएँ।

बच्चे को हरी पत्तेदार सब्जियाँ, गाजर, अण्डे और पीले या संतरी रंग के फल जैसे—पपीता आदि खिलाने चाहिएँ, क्योंकि इनमें जीवन सत्व 'अ' भरपूर मात्रा में होता है।

जब तक संभव हो, माताओं को अपने बच्चे को स्तनपान कराना चाहिए—डेढ़-दो वर्ष तक। स्तनपान जन्म के तुरन्त बाद; चार घंटे के अंदर शुरू कर देने से बच्चे को आन्तरिक सुरक्षा और शक्ति प्राप्त होती है, जिससे बच्चे को बहुत से रोगों से बचाया जा सकता है।

मोतियाबिंद (Cataract) :

हमारे देश में सामान्यत: मोतयाबिंद का रोग बुढ़ापे में आता है—50 वर्ष की आयु के बाद। आँख के अंदर पारदर्शक पर्दे (कॉर्निया) के पीछे नेत्रमणि (लैन्स) होता है। किसी कारण से

इसकी पारदर्शकता कम होने लगती है और धीरे-धीरे पूर्णत अपारदर्शक हो जाती है। ज्यों-ज्यों पारदर्शकता कम होती जाती है, त्यों-त्यों दृष्टि कम होती जाती है। अंत में रोगी को केवल प्रकाश की चमक दिखाई देती है। रोग इतना बढ़ जाए, उससे पहले इलाज करवा लेना चाहिए।

मोतियाबिंद का एकमात्र इलाज ऑपरेशन है। आपरेशन का अर्थ है—अपारदर्शक नेत्रमणि को आँख से बाहर निकाल कर, उसकी जगह कृत्रिम पारदर्शक नेत्रमणि लगा देना।

कुछ वर्ष पहले तक जब आँख के अंदर नेत्रमणि नहीं लगाया जाता था, आपरेशन के बाद विशेष चश्मा दिया जाता था, जो अंदर की नेत्रमणि का काम करता था, परन्तु अब अधिकतर आँख के अंदर ही नेत्रमणि लगा दी जाती है।

सबलबाई (Glaucoma):

सामान्यत: किसी कारण से आँख के अंदर का चाप/दाब (tension) का बढ़ना ही सबलबाई का प्रारम्भ होना है। कई बार जब हम ज्यादा काम कर लें या चिंतित हों तो हमें धुंधला दिखाई देने लगता है, सिर में दर्द होने लगता है। रोशनी की तरफ देखने से उसके आस-पास गोल दायरे दिखाई देते हैं। यदि ऐसा आमतौर पर होने लगे तो आँख दाब की जाँच कराएँ।

अन्य लक्षण:
- ❖ नेत्रकला सूजी हुई, आँख कम लाल होती है।
- ❖ कॉर्निया धुंधला होता है।
- ❖ गहराई बहुत कम होती है।
- ❖ काली पुतली फैली हुई, प्रकाश की प्रतिक्रिया मंद होती है।
- ❖ दृष्टिक्षेत्र में नाक की ओर दृष्टि की कमी होती है।
- ❖ आँख में, आँख के चारों ओर एवं सिर में तीव्र पीड़ा होती है।
- ❖ लक्षणों का प्रारम्भ एकदम होता है।

यदि इस रोग की समुचित चिकित्सा न की जाए तो दृष्टिनाश का भय रहता है। प्राय: लोग इसे साधारण 'दुखती आँख' समझकर घरेलू दवाइयाँ करते हैं। इसके इलाज के लिए नेत्र विशेषज्ञ (डॉक्टर) के पास जाना बहुत आवश्यक है।

रोहे (Trachoma) :

लक्षण ❖ यह रोग आँखों के लाल होने और उनमें से पानी बहने के साथ शुरू होता है।

- ❖ एक महीने के बाद छोटे-छोटे गुलाबी-सलेटी रंग के दाने ऊपर की पलक के अंदर उभर कर आते हैं।
- ❖ आँख का सफेद हिस्सा कुछ-कुछ सूज जाता है।
- ❖ आँख के काले हिस्से का ऊपरी भाग सलेटी रंग का हो जाता है।
- ❖ कुछ वर्षों के बाद ये दाने अपने-आप खत्म होने शुरू हो जाते हैं और उनकी जगह केवल सफेद धब्बे रह जाते हैं।
- ❖ इन सफेद धब्बों के कारण आँखों की पलकें मोटी और सख्त हो जाती हैं, जिसके कारण आँखें पूरी नहीं खुल पातीं।
- ❖ आँख की पलकें नीचे झुककर आँख के अंदर भी घुस सकती हैं और आँख के काले भाग पर खरोंचें आ सकती हैं, जिसके कारण अंधत्व आ जाता है।

अंधत्व से बचने के लिए तुरन्त नेत्र विशेषज्ञ के पास जाकर इलाज करवाना चाहिए।

गुंछजनी/आँखजनी (Stye) :

यह आँख की पलक में हुई एक छोटी सी फुंसी जैसी लगती है। कई बार एक से ज्यादा गुछजनीं भी हो जाती हैं। आँख सूज जाती है और उनमें दर्द भी होता है।

गुंछजनी का इलाज: दिन में दो-तीन बार गर्म पानी का सेक करें। साफ कपड़े के कुछ छोटे-छोटे टुकड़े (तह किए हुए) गर्म पानी में गीले करके बारी-बारी से गुंछजनी पर रखें। दो-तीन दिन में गुंछजनी ठीक हो जानी चाहिए। यदि तीन दिन में ठीक न हो तो डॉक्टर के पास जाएँ।

मधुमेह (Diabetes):

मधुमेह अनेक रोगों का कारण है। इसका परिणाम आँखों पर भी हो सकता है, अंधत्व आ सकता है। मधुमेह का पता लगने पर तुरन्त डॉक्टरी सलाह लेनी चाहिए, ताकि इसे नियंत्रण में रखा जा सके। रक्त में मधु की अधिकता के कारण आँख के प्रकाशग्राहक-आंतर पटल की रक्त-वाहिकाओं में रक्त स्राव होने की संभावना होती है। यदि ऐसा हो जाए तो रक्त स्राव पीतबिंदु को प्रभावित करते हुए प्रत्यक्ष दृष्टि पर दुष्परिणामकारक हो जाता है। कभी-कभी रक्त-स्राव पारदर्शक रस में होने के कारण इसकी पारदर्शकता धुंधली पड़ जाती है, देखने में कठिनाई होती है, दृष्टि नहीं के बराबर हो जाती है।

इसलिए, आवश्यक है कि नियमित रूप से डॉक्टरी इलाज किया जाए। प्राय: इसके इलाज में इनस्युलिन (Insulin) के इन्जैकशन दिए जाते हैं तथा आहार में पथ्य को महत्त्व दिया जाता है।

आँख में चोट लगना:

कई बार बच्चों की आँखों में किसी प्रकार की चोट लग जाने से या बाहरी वस्तु जैसे पत्थर या इंजन का कोयला पड़ जाने से आँख की रोशनी समाप्त हो जाती है। आँख में रबर की गेंद लगने से, सिर के बल गिरने से तथा मुक्के की चोट लगने से आँख से रक्त निकलने लगता है और आँख काली पड़ जाती है। यदि चोट आँख के अन्दर किसी भाग में लगी है तो दृष्टि कम होकर बच्चा दृष्टिहीन हो सकता है।

ऐसे खेलों से बचना चाहिए जिनसे आँखों में चोट लग सकती हो, जैसे तीर-कमान, गुल्ली-डंडा, दिवाली के समय पटाखे इत्यादि। पेड़ की नीची झुकी टहनियाँ भी कभी-कभी आँखों के लिए बड़ी खतरनाक हो सकती हैं। झुकी हुई टहनियों को काट देना चाहिए।

आँख में किसी प्रकार की, चाहे साधारण ही क्यों न हो, चोट लगने पर तुरन्त आँख के डॉक्टर के पास जाना चाहिए।

आँखों की देखभाल के नियम:

- बच्चों की आँखों की रक्षा की जिम्मेदारी सबसे अधिक माँ पर है। जब तक संभव हो अपने बच्चे को स्तनपान कराएँ।
- बच्चे को काफी मात्रा में हरी पत्तेदार सब्जियाँ और पीले फल दें।
- दस्त लगने पर साधारण आहार के साथ-साथ तरल चीजें दें।
- आँखों को साफ रखें, रोज उन्हें साफ पानी से धोएँ।
- आँख को पोंछने के लिए हमेशा साफ कपड़े का प्रयोग करें।
- ध्यान रखें कि पढ़ते समय वहाँ काफी रोशनी हो।
- पढ़ते समय आँखों को बीच-बीच में आराम दें।

- ❖ यदि आँखें सूजी हों तो बचाव के लिए गहरे रंग के शीशे वाला चश्मा पहनें।
- ❖ आँखों पर मक्खियाँ न बैठने दें।
- ❖ पाठशालेय उम्र के बच्चों की आँखों की जाँच नियमित रूप से होनी चाहिए।
- ❖ ठीक ढंग से बैठकर पढ़ने की आदत डालनी चाहिए।
- ❖ आँख के दाब या खिंचाव की उपेक्षा न करें।
- ❖ रोग आने पर उचित उपाय बरतें और नेत्र विशेषज्ञ के पास जाएँ।

आँखों के विषय में अधिक जानकारी के लिए निम्नलिखित पुस्तकें पढ़ें:-

1) 'आँखों के सामान्य रोग'
लेखक : डॉ. एच. एल. पटनी तथा डॉ. गुरू प्रसाद तिवारी
प्रकाशक: आँखों का अस्पताल, सीतापुर।

2) 'आँखों की उचित देखभाल'
प्रकाशक : Voluntary Health Association of India,
40, Institutional Area,
South of IIT Campus,
New Delhi - 110016

दृष्टि भगवान की अनमोल देन है,
इसकी रक्षा करिए।

दृष्टिहीनों के लिए रियायतें/छूटें व सुविधाएँ

भारतीय स्वतन्त्रता के बाद केन्द्रीय और राज्य सरकारों ने दृष्टिहीन व्यक्तियों के लिए समय-समय पर अनेक प्रकार की रियायतें/छूटें दी हैं:

रेल-किराए में छूट:

इस रियायत के नियमानुसार दृष्टिहीन व्यक्ति और उसके साथी दोनों के लिए रेल-किराये में 75% की छूट है, अर्थात् भारत में कहीं भी, किसी भी दर्जे में (वातानुकूलित छोड़कर) वे 25% किराए पर आ-जा सकते हैं। वातानुकूलित दर्जे में यात्रा करने के लिए दृष्टिहीन व्यक्ति को 'वातानुकूलित शुल्क' पूरा देना पड़ता है। कुछ गाड़ियों में यह रियायत/छूट उपलब्ध नहीं है, जैसे--'राजधानी' और 'शताब्दी'। इस छूट को प्राप्त करने के लिए दृष्टिहीन व्यक्ति को टिकट लेते समय 'दृष्टिहीनता का प्रमाण पत्र' प्रस्तुत करना होता है। यह प्रमाण पत्र अंध-कार्यकारी संस्था अथवा नेत्र विशेषज्ञ दे सकते हैं।

विमान-शुल्क में छूट:

इंडियन एयरलाइन्स (Indian Air Lines) तथा अन्य कुछ एयरलाइन्स द्वारा भारत में कहीं भी विमान-यात्रा करते हुए दृष्टिहीन व्यक्ति को किराए में 50% की छूट दी गई है। इस छूट की प्राप्ति के लिए नेत्र विशेषज्ञ अथवा किसी अंध-कार्यकारी संस्था के उच्च अधिकारी द्वारा दिए गए 'दृष्टिहीनता प्रमाण पत्र' (Certificate of blindness) की आवश्यकता होती है।

50% की यह छूट केवल भारतीय यात्रा के लिए है, विदेशी यात्रा के लिए नहीं। उसके लिए दृष्टिहीन व्यक्ति को पूरा किराया देना पड़ता है।

बस-किराए में छूट:

लगभग सभी घटक राज्यों में दृष्टिहीन व्यक्ति को बस-यात्रा के किराए में छूट दी गई है। स्थानीय और अन्तर्नगरीय बस-यात्रा दोनों में यह छूट उपलब्ध है। इस छूट का स्वरूप प्रत्येक राज्य में अलग-अलग है। कहीं 50% की छूट है तो कहीं उससे अधिक, कहीं बिल्कुल नि:शुल्क और कहीं नाममात्र के लिए एक निश्चित राशि की टिकट, जिससे दृष्टिहीन व्यक्ति शहर में कहीं भी आ-जा सकते है। उदा0- मुंबई में केवल एक रुपये की टिकट ही लेनी होती है।

इस छूट के लिए दृष्टिहीन व्यक्ति के पास 'पहचान पत्र' (Identity Card) होना

आवश्यक है। किसी भी अंध-कार्यकारी संस्था द्वारा यह 'पहचान पत्र' बनवाया जा सकता है।

डाक-शुल्क में छूट:

दृष्टिहीनों के लिए शायद यह सबसे पुरानी सुविधा है। ब्रेल-साहित्य, ब्रेल-पत्र, बोलती पुस्तकें आदि सभी कुछ डाक द्वारा नि:शुल्क भेजे जा सकते हैं। विदेश भेजे जाने वाली ब्रेल-पुस्तकें आदि समुद्री मार्ग से तो नि:शुल्क जा सकती हैं, परन्तु हवाई मार्ग द्वारा भेजने के लिए पूरी टिकट लगानी होती है।

इस सुविधा के लिए ब्रेल पत्र व पार्सल अथवा बोलती पुस्तक पैकेट पर ''दृष्टिहीनों के लिए साहित्य'', ''पोस्ट फ्री'', ''कृपया इस पर दाब मत डालिए''— केवल इतना लिखना ही पर्याप्त है।

आयात कर में छूट:

भारत सरकार के वित्त मंत्रालय ने दृष्टिहीन व्यक्तियों, पाठशालाओं व संस्थाओं के लिए विदेश से मंगवाए जाने वाले शैक्षणिक तथा अन्य सहायक साधनों पर से आयात कर हटा दिया है, अर्थात् अब इन साधनों पर आयात कर नहीं देना पड़ता।

आय कर में छूट:

सन् 1968 से भारत सरकार ने दृष्टिहीनों को आय कर में कुछ छूट देनी शुरू की। आय कर के सामान्य नियमों और छूटों के अतिरिक्त, प्रारम्भ में दृष्टिहीन व्यक्ति को उसकी वार्षिक आय में से 2000 रु. की छूट दी गई। समय-समय पर इस छूट की राशि को बढ़ाया गया। आज इस राशि को बढ़ाकर 40,000 रु. कर दिया गया है।

इस छूट का लाभ लेने के लिए दृष्टिहीन आय कर दाता को 'दृष्टिहीनता प्रमाण पत्र' प्रस्तुत करना होता है।

टेलीफोन के किराए में छूट:

पिछले कुछ वर्षों से दृष्टिहीन व्यक्तियों को टेलीफोन के किराए में 50% की छूट दी गई है। अन्य रियायतों की तरह इस रियायत को पाने के लिए भी दृष्टिहीनता का प्रमाण पत्र देना आवश्यक है।

आर्थिक सहायता–कम ब्याज दर पर ऋण प्राप्ति:

राष्ट्रीय विकलांग वित्त एवं विकास निगम (NHFDC) द्वारा व्यक्तिगत स्तर पर स्वरोजगार के लिए 2.5 लाख रुपये तक का ऋण मिल सकता है। यदि स्वरोजगार कृषि से संबंधित हो तो ऋण की राशि 5 लाख रुपये तक भी हो सकती है। इस ऋण पर ब्याज की दर सामान्य दर से बहुत कम होती है। ऋण की राशि के अनुसार ब्याज की दर 5% से 10% तक हो सकती है।

सरकारी बैंकों की एक योजना के अनुसार दृष्टिहीन व्यक्ति अपनी आर्थिक स्थिति में सुधार लाने के लिए यदि कोई धंधा-व्यापार शुरू करना चाहें तो 7500 रु. तक का ऋण ले सकते हैं। इस कर्जे पर ब्याज की दर केवल 4.5% ही होती है, जो सामान्य ब्याज-दर से बहुत कम है।

अंध-कार्यकारी संस्थाएँ भी इन योजनाओं के अन्तर्गत आर्थिक सहायता के रूप में ऋण ले सकती हैं।

अपंगों के लिए 3% नौकरियों का आरक्षण:

अपंगों की व्यवसायी समस्या सुलझाने के लिए भारत सरकार ने विकलांगता अधिनियम (Disability Act) के द्वारा प्रत्येक सरकारी कार्यालय में 3% नौकरियाँ (वर्ग सी., डी. में) अपंगों के लिए आरक्षित कर दी हैं। इस 3% के आरक्षण में 1% स्थान दृष्टिहीनों के लिए रखा गया है।

अनुवृति/पेंशन:

बहुत सारे घटक राज्यों में दृष्टिहीन व्यक्तियों को राज्य सरकार द्वारा 90 रु. से 130 रु. तक पेंशन दी जाती है। इसके लिए प्रत्येक राज्य के अलग-अलग नियम हैं—आयु, पेंशन की राशि आदि।

शिक्षा संबंधी:

सरकार और स्वैच्छिक संस्थाओं द्वारा दृष्टिहीन विद्यार्थियों को अनेक प्रकार की सुविधाएँ उपलब्ध हैं:

- समेकित शिक्षा व उच्च शिक्षण के लिए छात्रवृत्तियाँ।
- विश्व-विद्यालयों द्वारा परीक्षा-शुल्क में छूट।

- परीक्षाओं के समय श्रुत लेखकों की नि:शुल्क व्यवस्था।
- अनेक महाविद्यालयों द्वारा फीस माफ।
- वाचक भत्ता।
- अनेक छात्रालयों में रहने की नि:शुल्क व्यवस्था।
- शैक्षणिक साधन खरीदने के लिए सरकारी अनुदान।
- यू.जी.सी. द्वारा महाविद्यालयों को विशेष साधन—ब्रेलर, बोलती पुस्तकें, वाचन मशीनें आदि खरीदने की अनुमति।

अन्य सुविधाएँ

विभिन्न राज्यों में कुछ अन्य सुविधाएँ भी प्राप्त हैं:—

- रहने के लिए मकानों में आरक्षण।
- ग्राम्य-विकास की योजनाओं में संरक्षण।
- व्यवसाय कर में छूट।
- वैद्यकीय उपचार नि:शुल्क।
- सवारी भत्ता।
- स्वरोजगार के लिए स्थान प्राप्ति।
- बेकारी भत्ता।
- सार्वजनिक टेलीफोन पाने में पूर्वाधिकार।
- निजी टेलीफोन की प्राप्ति में पूर्वाधिकार।

भारत में दृष्टिहीन व्यक्तियों को मिल रही रियायतें और सुविधाएँ अन्य देशों में उपलब्ध सुविधाओं और रियायतों के समान-तुल्य हैं।

विविध रियायतें व सुविधाएँ दृष्टिहीन व्यक्ति को दृष्टियुक्त समाज में समान स्तर पर लाने का एक प्रयास है।

संदर्भ साहित्य

- Community Based Rehabilitation by Dr. Bhushan Punani & Nandini Rawal
- Visual Impairment —Handbook by Dr. Bhushan Punani & Nandini Rawal
- Community Based Rehabilitation : Existing Approach-A Case study of Rural CBR of Bangladesh—Published by SARPV, Bangladesh.
- CBR News Published by Amar Jyoti.
- सामुदायिक पुनर्वास NAB Mehsana District Branch Publication.
- Mobility of the Blind by Suresh C. Ahuja.
- Rehabilitation of the Blind by Suresh C. Ahuja.
- Concessions for the Blind—Published by National Association for the Blind India, Mumbai.
- The Abacus Made Fasy by Mac E. Davidow
- आँखों के सामान्य रोग—लेखक: डॉ0 एच. एल. पटनी तथा डॉ. गुरूप्रसाद तिवारी।
- नेत्र सुरक्षा पुस्तिका—लेखक: डा. स. न. उपाध्याय।
- आँखों की उचित देख-भाल—Published by Voluntary Health Association of India, New Delhi.
- डोळेयाचे आरोग्य—लेखक: डॉ. अे. देशपांडे।
- आपले डोळे—लेखक: डॉ. दतात्रय गोपाल पटवर्धन।
- भारती ब्रेल शिक्षक—लेखिका: स्वर्ण अहूजा।
- दृष्टिहीनों का शिक्षण व पुनर्वसन—प्रारम्भ व विकास—लेखिका: स्वर्ण अहूजा।
- हमारे बच्चे—दृष्टिहीन—लेखिका: स्वर्ण अहूजा।
- टेलर फ्रेम, गणित पाटी व बॉनहम भूमिति साधन—लेखिका: अल्का जपे व स्वर्ण अहूजा।

"समाज आधारित पुनर्वास (CBR) एक सपना है। एक ऐसे समाज की कल्पना है जो विकलांग व्यक्तियों के अधिकार और गरिमा का आदर करता है। उन्हें अन्य लोगों के साथ अपनी क्षमता और सामर्थ्य के अनुसार काम करने का भरपूर अवसर देता है--संतुष्ट जीवन जीने का पूरा अधिकार देता है।"