বাংলাদেশ শিক্ষা তথ্য ও পরিসংখ্যান ব্যুরো
ডকুমেন্টেশন কেন্দ্র

দৈনিক ইনকিলাব

তারিখ 23 JUL 1989
পৃষ্ঠা 5 কলাম 3

গ্রন্থগত চিকিৎসায় গ্রন্থের প্রয়োগ

।। আ ফ ম জুবায়ের ।।

বিজ্ঞানসম্মত উপায়ে প্রতিষ্ঠিত গ্রন্থাগার সম্পর্কে যাদের ধারণা আছে তারা জানেন গ্রন্থাগারের বই দিয়ে পাঠকের চাহিদা মেটানো হয়ে থাকে। চিকিৎসার ক্ষেত্রেও বই দিয়ে রোগীর চিকিৎসা অনেক দূর এগিয়ে নেয়া যায়। গ্রন্থের মাধ্যমে রোগীকে ভালো করতে পারাকেই সংক্ষিপ্তভাবে গ্রন্থগত চিকিৎসা বলা হয়। যেমন ধর্মগ্রন্থ, বিশেষ করে, কোরান শরীফ পাঠ করলে বা অন্যান্য ধর্মীয় বই পাঠ করলে অনেক রোগীর মানসিক ও দৈহিক উপশম হয়। এরমধ্যে নেয়ামুল কোরানকে উদাহরণ হিসেবে ধরা যেতে পারে। এই বইয়ে মানুষের নানা রকম সমস্যায় বিভিন্ন সূরা বা পংক্তির ব্যবহার করে সমস্যার সমাধানের বিষয় প্রতিপাদন করা হয়েছে। ধর্মীয় বই ছাড়া অন্যান্য বইও, বিশেষ করে দর্শন, উপন্যাস, সংগীত বিষয়ক বিভিন্ন বই গ্রন্থগত চিকিৎসায় রোগের উপশমে, বিশেষ করে মানসিক রোগের উপশমে, বিশেষ ভূমিকা পালন করতে পারে। গ্রন্থের মাধ্যমে রোগীকে উপশম করার এই মাধ্যমকেই গ্রন্থগত চিকিৎসা বলা হয়– ইংরেজীতে যাকে 'বিবলিওথেরাপী'বলে।

গ্রন্থগত চিকিৎসায় রোগীকে নিরাময় করার ক্ষেত্রে সঠিকভাবে গ্রন্থ প্রয়োগ চাট্টিখানি কথা নয়। একটি নিদিষ্ট বই এক একজন পাঠকের ক্ষেত্রে এক একরকমের প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করতে পারে। গ্রন্থগত চিকিৎসার সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপার হলো ব্যক্তিগত ও গোষ্ঠীগত উপদেশকে সমর্থন করা ও জোরালো করা। সর্বাধিক জরুরী হলো রোগীর পাঠ– মানসিকতা ও চহিদা বিশ্লেষণ করে সে অনুযায়ী তাকে বই সরবরাহ করা এবং প্রয়োজনীয় উপদেশ ও নির্দেশ প্রদান করা। আর এ কাজ চিকিৎসা গ্রন্থাগারের গ্রন্থাগারিক উপযুক্তভাবে করতে পারেন। কারণ রোগীর চিকিৎসার দিকটার প্রতি লক্ষ্য রেখে এই গ্রন্থাগার তৈরী করা হয়। আর এখানকার গ্রন্থাগারিক নিরাময়ের দিকে লক্ষ্য রেখেই রোগীকে উপদেশ ও নির্দেশ দান করতে পারেন– রোগীর চিকিৎসকের মাধ্যমে, কখনো সরাসরি। গ্রন্থগত চিকিৎসা দেহগত রোগীর চাইতে মানসিক রোগীর ক্ষেত্রেই বেশি প্রযোজ্য হয়ে থাকে।

কোন্ রোগীকে কোন্ বই দিতে হবে তা নির্ধারণ করার পূর্বে রোগীর (মানসিক) ব্যক্তিত্ব, শিক্ষা, রোগ ও তার গ্রন্থগত চিকিৎসায় তার হাসপাতালের সম্ভাব্য অবস্থানকাল সম্পর্কে জানতে হবে। অস্বাভাবিক বা স্বাভাবিকতাচ্যুত ব্যক্তিরাই ব্যক্তিত্বের ক্ষেত্রে বিপর্যস্ত হয়ে পড়ে। গ্রন্থের মাধ্যমে তাদের চিকিৎসা করা তাদের সমাজে প্রতিষ্ঠিত করারই নামান্তর। এখন প্রশ্ন হচ্ছে রোগীকে নিরাময় করার উদ্দেশ্যে গ্রন্থের সংযোগ কিভাবে প্রতিষ্ঠিত করা যায়? যদি প্রতিষ্ঠিত না–ই করা গেল তাহলে নিরাময়ে গ্রন্থের প্রয়োগ উলুবনে মুক্তো ছড়ানোর মতই হবে। অতএব, গ্রন্থগত চিকিৎসায় সংযোগ রোগীর মানসিক বিপর্যস্ততার সাথে সম্পর্ক রেখে) প্রতিষ্ঠিত করতে হবে। পুস্তকের মাধ্যমে পুস্তকের বিষয়বস্তুগত বার্তা প্রচারিত হয়। রোগী যখন পুস্তক পড়েন তখন তিনি এক ধরণের পাঠক হয়ে যান। অতএব, রোগী নামক পাঠকদের নির্দেশদানে ও সাহিত্যিক বিশ্লেষণে অভিজ্ঞ গ্রন্থাগারিক সংযোগ প্রতিষ্ঠা করার জন্য গ্রন্থাগার–সম্পদের সাহায্য নিয়ে থাকেন। সংযোগের মাধ্যম হিসেবে গ্রন্থের প্রয়োগ গ্রন্থগত চিকিৎসায় নাটকীয় পরিবর্তন আনতে পারে। তাই সংযোগ প্রতিষ্ঠা করতে গেলেই প্রশ্ন ওঠে কি ধরনের বইয়ের মাধ্যমে এটা করা যেতে পারে অর্থাৎ রোগী কি রকমের বইয়ের সংযোগে নিজের আত্মসত্তার প্রকাশ ঘটাতে পারে?

রোগী, বিশেষ করে মানসিক রোগী কি কাল্পনিক কাহিনী না অন্য কোন বিষয় পছন্দ করে? এ ধরনের প্রশ্নের উত্তর পাওয়া দরকার। এসব প্রশ্নের উত্তর আর সংযোগ গ্রন্থাগারিকই করতে পারেন। অবশ্যি গভীর বিশ্লেষণ এর আওতাভুক্ত। গ্রন্থাগারিক সুগভীরভাবে চিন্তা করবেন, কোন্ রোগীকে কোন্ ধরনের বই দিতে হবে। রোগীর মননশীলতা, মানসিকতা ও চিত্তের গভীরতা বিশ্লেষণ করতে হবে। তাকে স্থির করতে হবে সংশ্লিষ্ট রোগীকে কোন্ উপন্যাসটি বা ধর্মগ্রন্থটি বা অভিযানের বইটি বা অন্য বিষয়ের বইটি দিলে তা রোগীর মানসিক কাজে লাগবে। এ প্রসংগে কয়েকটি শর্তের প্রতি গুরুত্ব আরোপ করা দরকার:

১। গ্রন্থগত চিকিৎসার হাসপাতাল থাকতে পারে। এখানকার গ্রন্থসমূহের বিতরণে ও রোগীর সেবায় বেশিরভাগ সময়েই পরামর্শের প্রয়োজন হয়। এই পরামর্শের ভিত্তিতেই সংশ্লিষ্ট রোগীকে পুস্তক দেয়ার জন্য সংযোগ রক্ষা করতে হবে। এ দায়িত্ব শুধু গ্রন্থাগারিকের একলার হবে না, হাসপাতালের প্রশাসক ও অন্যান্য কর্মীদেরও হবে।

২। রোগীর উপশমের জন্য গ্রন্থগত চিকিৎসায় বিজ্ঞান ও কলা (আর্ট) হলো সময় ও পুস্তকসূচির সংযোগ। কখনো কখনো কোন পুস্তক কোন রোগীর ক্ষেত্রে অন্য রোগী অপেক্ষা বেশি ক্রিয়াশীল হচ্ছে কিনা দেখতে হবে।

৩। হাসপাতাল ও প্রতিষ্ঠানে অসুস্থতা ও অভিজ্ঞতা ব্যক্তিকে মানসিক দিক থেকে বিশেষভাবে আক্রান্ত করে। রোগীর উপর পুস্তক পাঠের প্রভাব যেমন প্রকাশ্যভাবে বিস্তার করতে পারে তেমনি সুপ্তভাবেও বিস্তার করতে পারে। তাই তার মানসিক উপাদান খুঁজে বের করতে হবে।

৪। প্রয়াস ও সহযোগিতার মাধ্যমে রোগী ও গ্রন্থাগারিক বা উপশমকারী গোষ্ঠীর মধ্যে বিশ্বাস ও সমঝোতা সৃষ্টি করে এবং তার সমন্বয় করে, রোগীর মূল রোগ নির্ণয় করতে হবে ও পুস্তকের ব্যবস্থাপত্র দিতে হবে।

এইসব শর্তাবলীর মাধ্যমে কোন্ রোগীকে কোন্ বই দিতে হবে তা নির্ভর করবে। রোগী যদি ধর্মপ্রাণ বা ধর্ম পরায়ণ হন তাহলে নির্ণিত রোগের (মানসিক) প্রেক্ষিতে তাকে ধর্মীয় পুস্তক দেয়াই সংগত হবে। আবার কিশোর রোগীদের রূপকথা, অভিযান, ক্ষেত্রবিশেষে গোয়েন্দা কাহিনীর বই দেয়াই সংগত হবে। কেননা, এরা এ ধরনের বইয়েই বেশি ডুবে থাকতে চায়। ভাবাবেগ ব্যক্তি বা মহিলাদের রোমান্টিক কাহিনী বা পারিবারিক উপন্যাসের বই দেয়া যেতে পারে। যাদের দৃষ্টিশক্তি কম তাদের সচিত্র পুস্তক দেয়া যেতে পারে। বৃদ্ধদের নতুন বা চটকদারী উপন্যাস দিলে কোন লাভ হবে না। তাদের দর্শন ও উঁচু চিন্তার প্রবন্ধের বই দেয়াই বেশি যুক্তিসংগত হবে। শিশুদের কাছে পশু–পাখীর ছবিসম্বলিত বই অধিক প্রিয়। এসব বই পেলে তারা খুশি হয়, তাই তাদের ক্ষেত্রে মানসিক অবসাদ দূরকরণে এসব যথেষ্ট ভূমিকা পালন করতে পারে।

আগেই বলেছি, গ্রন্থগত চিকিৎসায় সঠিক পুস্তক প্রয়োগে সংযোগই বড় জিনিস। মানসিকতার সংগে যদি পুস্তকের সংযোগ না ঘটে তাহলে নিরাময়ের কথা ভাবা অবান্তর। ধর্মীয় গ্রন্থগুলো মনের খোরাক যোগায়। মনোবল ও আত্মবিশ্বাস সৃষ্টি করে এবং সংযোগ সৃষ্টি করে। ধর্মবিষয়ক বিভিন্ন বই পাঠে বিশেষ করে 'পবিত্র গ্রন্থ' (যেমন কোরান শরীফ) পাঠে চিত্ত শান্তি পায়। মুসলমানদের ক্ষেত্রে যেমন কোরান শরীফ তেমনি অন্যান্য ধর্মের ক্ষেত্রে বাইবেল, গীতা, পুরান ইত্যাদি পাঠেও তাদের চিত্ত শান্তি পায়। তাই গ্রন্থগত চিকিৎসায় অতি সহজেই মনের সাথে এসব গ্রন্থ সংযোগ সৃষ্টি করতে পারে। এসব গ্রন্থের মাধ্যমে রোগীর ভালো হওয়া কল্যাণেরই প্রতীক। কোরান শরীফের পরে নেয়ামুল কোরআন এর প্রকৃষ্ট উদাহরণ। মানুষের প্রাত্যাহিক জীবনের বিভিন্ন কার্যকলাপ, চলাফেরা, গতিবিধি, মানসিক কর্মকুশলতা, আপদ–বিপদ, পরলোকের শান্তি প্রয়াস– এসবের উপর এই বইয়ে ফলিত ব্যবস্থা রোগীর কল্যাণই করছে, অনেক ক্ষেত্রে উপশমও করছে। এ ছাড়াও কোরান শরীফের বিভিন্ন সূরা বা অন্যান্য পংক্তির অংশবিশেষ ব্যবহার করে তাবিজ তৈরী করে শরীরে ব্যবহার করেও নিরাময়ের পথ প্রশস্ত হয়েছে। অনেকে মানসিকভাবে প্রশান্তিও লাভ করছে। আমাদের দেশে যদিও গ্রন্থগত চিকিৎসা নেই তবু বলা যায় এগুলোই মনের মধ্যে সংযোগ প্রতিষ্ঠিত করতে পারে। এই সংযোগ প্রতিষ্ঠার ফলেই রোগী অনেকাংশে উপশমিত হয়ে উঠতে পারে।

অন্য পর্যায়ে নজরুল ইসলামের কবিতা মানসিকভাবে নির্জীব রোগীর মনে শিহরণ এনে তাকে সজীব করতে পারে। যেমন 'বল বীর, আমি চির উন্নত শির' অথবা 'আজ সৃষ্টি সুখের উল্লাসে মোর বুক হাসে মোর মুখ হাসে মোর টগবগিয়ে খুন হাসে', অথবা 'দাখি মেরে ভাঙরে তালা, যতসব বন্দী শালায় আগুন জ্বালা, আগুন জ্বালা', এই সমস্ত কবিতা বা কবিতার গ্রন্থগুলি নির্জীব মনকে জাগরণী শক্তিতে ভরে তোলে। এগুলো শুধু মনের শক্তিকেই জাগরুক করে না সেই সংগে 'উন্নত শির' হতেও শেখায়। এসব বই মানসিক বন্দীশালা থেকে জরাগ্রস্ত ব্যক্তিকে (রোগীকে) শক্তিময় হওয়ার জন্য মনের মধ্যে সুযোগ সৃষ্টি করে। ফলে সে মানসিকভাবে শক্তি পেয়ে ঘরের বাইরে এসে মানুষের সংস্পর্শে এসে বিপ্লব ঘটাতে পারে– দেশকে স্বাধীন করতে পারে– এতো আমরা নিজ চক্ষেই দেখেছি। কার্লমার্কসের 'দাস ক্যাপিটাল' বই পড়ে সলজ্জ ও ভীরু জর্জ বার্নার্ড শ' জীবনে উন্নতি সাধন করেছিলেন। তার মানসিক জড়তা কেটে গিয়েছিল। এই বই পড়ার আগে তিনি কোথায়ও বক্তৃতা দিতে পারতেন না, ভয়ে জর্জরিত হয়ে যেতেন। এই বই তাঁকে মানসিক রোগের (জড়তার) উপশম ঘটাতে সমর্থ হয়েছে। তিনি বলেছেন, 'রিডিং দাস ক্যাপিটাল ওয়াজ দি টার্নিং পয়েন্ট ইন মাই ক্যারিয়ার। মার্কস ওয়াজ এ রেভ্যুলেশন (দাস ক্যাপিটাল পাঠ আমার জীবনের মোড় ঘুরিয়ে দিয়েছিল, মার্কস আমার প্রেরণা, আমার উদ্দীপনা)। তাই এসব বই গ্রন্থগত চিকিৎসা তথা মানসিক রোগীর উপশমের ক্ষেত্রে বিরাট ভূমিকা পালন করতে পারে। উপরে উদাহরণ থেকে বোঝা যায় রোগী (পাঠক)–এর মনে সংযোগ স্থাপন করতে পারলেই সেই বই তার জন্য কাজ করে (মানসিকভাবে)। আমাদের দেশে গ্রন্থগত চিকিৎসালয় বা কেন্দ্র নেই বলেই বই পুস্তক প্রয়োগের মাধ্যমে যে রোগী, বিশেষ করে মানসিক রোগী ভালো করা যেতে পারে, তা বোঝা যায় না। তবে পীর–ফকিরদের বাড়ী বা খানকা শরীফ, যেখানে মানুষ উপশমের জন্য এখানকার আধ্যাত্মিক ব্যক্তিদের কাছে যান, তাকেও এক ধরনের গ্রন্থগত চিকিৎসালয় ও আত্মাধিক ব্যক্তিদের এক ধরনের চিকিৎসক বলা যেতে পারে

এটাও এক ধরনের গ্রন্থগত উপশমের চিকিৎসা বা বিবলিওথেরাপিউটিক ট্রিটমেন্ট– যার মূল ভিত্তিই হচ্ছে সংযোগের মাধ্যমে বিভিন্ন বিষয়ের প্রত্যক্ষ প্রয়োগ।