सक्सेस एंड एबिलिटी

Success & ABILITY

25 वां संस्करण

विकलांगों के प्रतिभा की दिशा में

Sept-Oct 2019

समावेशी सिनेमा

CavinKare

16 வகை
அனைத்தும் சிறந்த சுவை

உங்கள் உணவை மேலும் சிறப்பாக்க,
நாங்கள் ஆவக்காய், தொக்கு, எலுமிச்சம்,
பூண்டு, தக்காளி, இஞ்சி போன்ற 16
சிறந்த ஊறுகாய் வகைகள் தருகிறோம்.
அத்தனையும் ருசித்திடுங்கள்.

R.NO. 66062/96

इस अंक में

04

समाचार और टिप्पणियाँ

नया अभिगम्य सॉफ्टवेर और बोर्ड गेम, वर्ल्ड ऐम्प्युटी फिटनेस उत्सव, स्वास्थ्य अद्यतनीकरण और बाकि समाचार जिन्हे आप उपयोग कर सकते हैं।

09

आवरण कथा

परिवर्तनकारी फिल्में, याद रखने के लिए अनुभव, अभिगम्य सिनेमा में नए विस्तार के लिए मंथन ...हाल ही में संपन्न एबिलिटीफेस्ट 2019 : इंडिया इंटरनेशनल डिसेबिलिटी फिल्म फेस्टिवल के बारे में जानिये।

21

बाधाओं को तोड़ना

डिस्क्रिबबिलिटी : एबिलिटी फाउंडेशन की ट्रेंड-सेटिंग ऑडियो वर्णन कार्यशाला ने मीडिया पेशेवरों को अपने काम में ए.डी को शामिल करने के लिए प्रेरित किया: लिखती हैं हेमा विजय।

33

मार्ग में अग्रसर

पत्रकार, लेखक और कॉर्पोरेट संचार पेशेवर सुंदरी शिवसुब्बू के लिए सेरेब्रल पाल्सी सिर्फ एक उत्प्रेरक है, कोई बाधा नहीं । वह अपनी मनोरंजक यात्रा साझा करती है।

43

सामाजिक नैतिकता

नागरिक भावना एक सामाजिक नैतिकता है। अपने घरों को स्वच्छ रखने के साथ-साथ हमें अपने परिवेश को भी स्वच्छ रखन है, कहती हैं डॉ. केतन एल मेहता, फाउंडर ट्रस्टी, नीना फाउंडेशन।

हम आपसे सुनना चाहते हैं

चाहे आप विकलांग व्यक्ति हों, या माता-पिता या मित्र या कोई भी जो परवाह करता हो, हम आपके विचारों को जानने के लिए तत्पर हैं।

आप बस एक **क्लिक की दूरी** पर हैं!

संपादक — जयश्री रवींद्रन
प्रबंध संपादक — जानकी पिल्लई
उप संपादक — हेमा विजय
सहायक संपादक & डिज़ाइनर — श्रुति .एस. राघवन
हिंदी अनुवाद — मालिनी. क

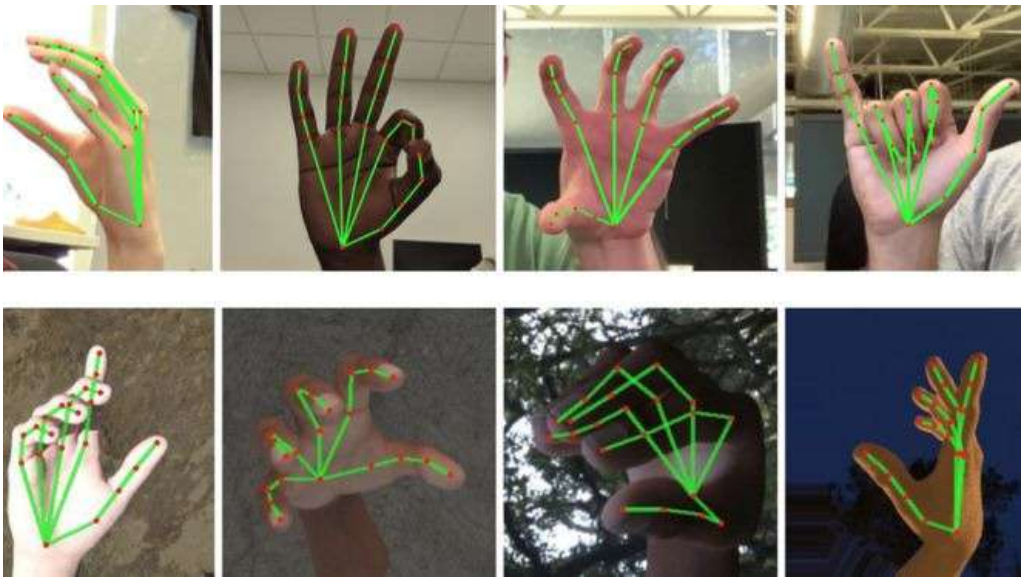
संवाददाता

अनंतनाग: जावेद अहमद तक +911936 211363
हैदराबाद : साई प्रसाद विश्वनाथ +91810685503
भुवनेश्वर : डॉ. श्रुति मोहपात्रा +916742313311
दुर्गापुर : अग्शु जजोडिया +919775876431
गुरुग्राम : सिद्धार्थ तनेजा +919654329466
पुणे : साज़ अगरवाल +919823144189 संदीप कनाबा र +919790924905
बैंगलोर : गायत्री किरण +919844525045 अली ख्वाजा +9180 23330200
यु.इस.ऐ : डॉ. मदन वसिष्ठा +1(443)764-9006

प्रकाशक : एबिलिटी फाउंडेशन संपादकीय कार्या लय : नया न. 23, 3rd क्रॉस स्ट्रीट , राधाकृष्णन नगर, तिरुवान्मयूर, चेन्नई , इंडिया फ़ोन/फैक्स : 91 44 2452 0016 / 2440 1303. ऐबिलिटी फाउंडेशन की ओर से जयश्री रवींद्रन द्वा रा प्रकाशि त, इ- मेल: magazine@abilityfoundation.org

Rights and permissions: No part of this work may be reproduced or transmitted in any form or by any means, without the prior written permission of Ability Foundation. Ability Foundation reserves the right to make any changes or corrections without changing the meaning, to submitted articles, as it sees fit and in order to uphold the standard of the magazine. The views expressed are, however, solely those of the authors.

समाचार और टिप्पणियाँ



गूगल ने एक सॉफ्टवेयर विकसित किया है जो हाथ के इशारों को भाषण में बदल सकता है। इस सॉफ्टवेर का उपयोग स्मार्टफोन के लिए ऐसे एक ऐप बनाने में किया जाएगा, जिससे सांकेतिक भाषा (वर्तमान में अमेरिकन सांकेतिक भाषा पर केंद्रित) के हाथ के इशारे की व्याख्या करेगा और उसे भाषण में बदलेगा। गूगल ने ऐसे ऐप के लिए आवश्यक एल्गोरिदम को सार्वजनिक किया है।

गूगल ने लाइव ट्रांसक्राईब (Live Transcribe), एंड्रॉइड के लिए एक भाषण मान्यता और प्रतिलेखन उपकरण के लिए भाषण इंजन, ओपन सोर्स सॉफ़्टवेर के रूप में प्रक्षेपित किया है , जो मोबाइल उपकरणों पर वास्तविक समय के ध्वनि को कैप्शन में बदलने के लिए मशीन लर्निंग एल्गोरिदम का उपयोग करता है। ट्रांसक्राईब के सोर्स कोड को गिटहब (GitHub) डाउनलोड किया जा सकता है। यह नया सॉफ्टवेयर हाथों की गति और आकार को पहचान सकता है। गूगल ने इस एल्गोरिथम को स्थिर और बेहतर बनाने का काम जारी रखा है।

गुड वाइब्स ऐप

सैमसंग गुड वाइब्स (Samsung Good Vibes) एक दो-तरफ़ा संचार ऐप है जो बधिरों को अपने स्मार्टफोन के माध्यम से दोस्तों, परिवार या किसी अन्य के साथ संदेश भेजने और प्राप्त करने की अनुमति देता है। यह मोर्स कोड इनपुट का पाठ या आवाज में अनुवाद करता है और इसके विलोमक्रम में भी काम करता है। ऐप में दो इंटरफेस हैं। बधिरान्ध लोगों के इंटरफ़ेस से, मोर्स कोड का उपयोग करके स्क्रीन पर संदेश भेजा जा सकता है - जिसमे अंग्रेजी वर्णमाला के सभी अक्षर डॉट्स और डैश के संयोजन हैं। डॉट के लिए लघु टैप और डैश के लिए लंबे प्रेस के रूप में अक्षरों को इनपुट किया जा सकता है। इसी तरह, आने वाले संदेशों को बधिरान्ध, कंपन के अवधि से समझ सकते हैं, जहाँ छोटे कंपन का मतलब डॉट है और लंबे कंपन का मतलब डैश है। ऐप के अन्य इंटरफ़ेस के माध्यम से, कोई भी संदेश लिखकर या बोलकर भेज सकता है। इसमें एक मानक चैट / वॉयस

इंटरफ़ेस है जो बहरे व्यक्ति को मोर्स कोड कंपन के रूप में संदेश भेजता है।अधिक जानकारी के लिए, https://www.samsung.com/in/microsite/good-vibes/ पर लॉग ऑन करें।

सीआरपीडी "दिव्यांगजन" शब्द विवादास्पद है

सितंबर में संपन्न हुए 22 वें सत्र में विकलांग व्यक्तियों के अधिकारों पर संयुक्त राष्ट्र की समिति (United Nations' Committee on the Rights of Persons with Disabilities सी.आर.पी.डी) ने कहा है कि विकलांग लोगों के लिए 'दिव्यांग जन' शब्द का उपयोग विवादास्पद है। प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी के सुझाव कि 'विकलांग' या 'अक्षम' के बजाय 'दिव्यांग' अथार्त 'दिव्य शरीर' शब्द का प्रयोग किया जाय, के बाद इस विभाग को नया नाम 'दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग' दिया गया।

सी.आर.पी.डी ने भारत के अपने प्रारंभिक रिपोर्ट में अपने निष्कर्षों का उल्लेख में कहा है "विधायिका, सार्वजनिक नीतियां और व्यवहार जो विकलांग व्यक्तियों के रुद्ध भेदभाव दिखाता है, विशेषकर विकलांगता के आधार पर संरक्षकता, संस्थागतकरण, मनोरोग उपचार और अलग सामुदायिक सेवाएं, विकलांग व्यक्तियों के जीवन के परीत" सामान्य जीवन" सहित, नकारात्मक धारणाएं, "मानसिक रूप से बीमार" या "दिव्यांगजन" जैसी अपमानजनक शब्दावली अभी भी विवादास्पद है।

नॉन-कार्डियक सर्जरी से वृद्ध लोगों में साइलेंट स्ट्रोक का खतरा बढ़ता है

वृद्ध लोगों में स्ट्रोक विकलांगता और मृत्यु का एक प्रमुख कारण है। विज्ञान पत्रिका द लांसेट(The lancet) में हाल ही में किए गए एक अध्ययन में कहा गया है कि वृद्ध लोगों में, नॉन-कार्डियक सर्जरी के बाद प्रच्छन्न या मौन आघात (बिना किसी पूर्व चेतावनी या लक्षण के) का जोखिम बढ़ जाता है।

अध्ययन, "प्रीऑपरेटिव कोवर्ट स्ट्रोक इन पेशेंट्स अंडरगोइंग नॉन-कार्डिएक सर्जरी (न्यूरोविज़न): ए प्रोस्पेक्टिव कोहोर्ट कोर्ट स्टडी"('Perioperative covert stroke in patients undergoing non-cardiac surgery (NeuroVISION): a prospective cohort study') में 65 वर्ष या उससे अधिक उम्र के 1,114 रोगियों की प्रगति का अध्ययन किया गया, जिनकी हृदय संबंधी सर्जरी हुई थी। अध्ययन 24 मार्च 2014 और 21 जुलाई 2017 के बीच आयोजित किया गया था।

शोधकर्ताओं ने परिणामों की तुलना करने के लिए सर्जरी के तुरंत बाद के और एक

साल की अनुवर्ती परीक्षा के समय दोनों समय के मस्तिष्क एमआरआई का अध्ययन किया और पाया कि लगभग 7% रोगियों में पेरिऑपरेटिव (ऑपरेशन के समय या आसपास) प्रच्छन्न स्ट्रोक था। जब 69 में से 29 रोगियों, जिन्हें पेरिऑपरेटिव प्रच्छन्न स्ट्रोक हुआ था एक साल की अनुवर्ती परीक्षा के लिए आये, पाया गया कि सर्जरी के बाद उनमे एक संज्ञानात्मक गिरावट थी। एक वर्ष के बाद शोधकर्ताओं ने पाया कि 29% (932 के 274) प्रतिभागियों में, जिन्हें पेरिऑपरेटिव प्रच्छन्न स्ट्रोक नहीं हुआ था, संज्ञानात्मक गिरावट थी।

नींद की कमी से डिमेन्शिअ और अल्जाइमर हो सकता है

यह अच्छी तरह से स्थापित है कि नींद की कमी हमारे संज्ञानात्मक कामकाज और निर्णय लेने की काबिलियत , ध्यान केंद्रित करने की और पुनरावृत्तीय काम करने की क्षमता, सड़क और औद्योगिक दुर्घटनाओं तक पहुंचने वाली चुनौतीपूर्ण स्थितियों के लिए उचित रूप से प्रतिक्रिया करने की हमारी क्षमता आदी में असंतुलन पैदा कर सकता है और जोखिम लेने वाले व्यवहार को बढ़ा सकती है। न्यूरोसाइंटिस्ट और मास्टरींग स्लीप 'के लेखक, डॉ. स्वामी सुब्रमण्यम, के अनुसार, पर्याप्त नींद की कमी भी मस्तिष्क में चयापचय अपशिष्ट उत्पादों के संचय का कारण बन सकती है, जिससे डिमेंशिया और अल्जाइमर हो सकता है, क्योंकि नींद के दौरान ही, दिमाग में चयापचय की समाशोधन उत्पन्न होती।

वर्ल्ड ऐम्प्युटी फिटनेस उत्सव

वर्ल्ड एंप्यूटी फिटनेस फेस्टिवल (World Amputee Fitness Festival डब्ल्यू.ए.ऍफ़.ऍफ़) एक मुफ्त कम्युनिटी फिटनेस फेस्टिवल है जो दुनिया भर से सभी कौशल के फिटनेस उत्साही लोगों को फिटनेस की विभिन्न गतिविधियों का मेज़बान करने और भाग लेने के लिए एक साथ लाता है। एक समावेशी खेल और फिटनेस कार्यक्रम, डब्ल्यू ए ऍफ़ ऍफ़ 2019 थाईलैंड के चियांग माई में 01 दिसंबर से 15 दिसंबर तक होने वाला है। इस उत्सव के तीन शासी सिद्धांत भागीदारी और सहयोग, आत्मनिर्भरता और आत्म अभिव्यक्ति, और सामुदायिक सहयोग और नागरिक जिम्मेदारी हैं। त्यौहार में, एम्प्यूट और गैर विकलांग व्यक्ति एक साथ आते हैं और

एक-दूसरे से शारीरिक फिटनेस, भावनात्मक भलाई और व्यक्तिगत विकास के सर्वोत्तम तरीकों को साझा करते हैं और सीखते हैं। अधिक जानकारी के लिए https://worldamputeefitnessfestival.org पर लॉग इन करें और पंजीकरण करने के लिए, Google Form पर लॉग ऑन करें

रोसेस कैफे

अब नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ मेंटल हेल्थ एंड न्यूरोसाइंसेस (National Institute of Mental Health and Neurosciences Nimhans - निमहंस) के अंदर मानसिक विकलागता वाले लोगों द्वारा संचालित एक कैफे है। रिकवरी ओरिएंटेड सर्विसेज (Recovery Oriented Services - ROSes- रॉसेस) कफ़े, नामक इस कफे का प्रक्षेपण 16 अगस्त को हुआ। यह पहले निमहन्स के पुनर्वास सेवा खंड का एक हिस्सा था, जो मानसिक रोग के लिए इलाज के दौर से गुजर रहे लोगों को प्रशिक्षण देता था। यह कफे अब प्रति दिन 100 से अधिक व्यक्तियों और संकाय के लिए खाना प्रदान कर सकता है और निमहन्स में आयोजित सम्मेलनों के लिए भी खाना प्रदान करता है। निमहन्स के दिन देखभाल केन्द्र के मरीज़ भी खाना परोसने में मदद करते हैं।

लूडो और सांपसीढ़ी खेल के अभिगम्य प्रारूप

सिद्धांत शाह, एक्सेस फॉर ऑल के संस्थापक और हेरिटेज आर्किटेक्ट और अभिगम्यता के सलाहकार, ने दृष्टिहीन या कम दृष्टि वाले बच्चों के लिए अभिगम्य लूडो और सांपसीढ़ी खेल का प्रारूप विकसित की है। दृष्टीहीन क्रिकेट से प्रेरित होकर, उन्होंने दृश्यबाधित बच्चों के लिए बोर्डगेम के अभिगम्य प्रारूप बनाने विचार किया और इस विचार को लायंस क्लब, जुहू के साथ साझा किया । इसके फलस्वरूप, इन खेलों को मुंबई के कमला मेहता ब्लाइंड स्कूल में प्रचलित किया गया, और इससे छात्र बहुत उत्साहित हैं। इन बोर्ड गेम्स को अभिगम्य बनाने के लिए, सिद्धांत और उनकी टीम ने स्कूल के शिक्षकों के साथ काम करते हुए बोर्ड गेम्स तक की पहुँच में आने वाली चुनौतियों को समझा और इन बोर्ड गेम्स को अभिगम्य बनाने के लिए सुविधाओं का विकास किया।

मजेदार होने के साथ-साथ यह खेल छात्रों को बढ़िया और सकल मोटर कौशल विकसित करने में भी मदद करता है और इसके अलावा बच्चों में सखापन और बेहतर पारस्परिक कौशल भी विक्सित होता है क्योंकि यह एक सामूहिक खेल है। तो फिर, उम्मीद है कि भारत का हर दृष्टिहीन स्कूल में ये अभिगम्य बोर्ड खेल प्रचलित होंगे।

RANKED AMONG INDIA'S TOP 50 UNIVERSITIES IN THE NIRF RANKING

FOR THE 4th CONSECUTIVE YEAR

B.E. / B.Tech. / B.Arch. / B.Des. / B. Pharm

Aeronautical | Automobile | BioMedical | BioTechnology | Chemical | Civil | Computer Science | Electronics and Communication |Electronics and Telecommunication | Electrical and Electronics | Electronics and Instrumentation | Information Technology | Mechatronics | Mechanical | Architecture | Interior Design | Pharmacy

ARTS AND SCIENCE

- B.B.A
- B.COM
- B.A - ENGLISH
- B.SC - FASHION DESIGN
- B.SC - COMPUTER SCIENCE
- B.SC - PHYSICS
- B.SC - CHEMISTRY
- B.SC - MATHEMATICS
- B.SC - BIOCHEMISTRY
- B.SC - PSYCHOLOGY
- B.SC - MICROBIOLOGY
- B.SC - BIOTECHNOLOGY
- B.SC - VISUAL COMMUNICATION
- M.A - ENGLISH
- M.SC - PHYSICS
- M.SC - MATHEMATICS
- M.SC - CHEMISTRY
- M.SC - MEDICAL BIOTECH & CLINICAL RESEARCH
- M.SC - VISUAL COMMUNICATION

PG COURSES (M.E/M.TECH/M.ARCH/M.B.A)

- Computer Science and Engineering
- Applied Electronics
- Computer Aided Design
- Embedded Systems and Iot
- VLSI Design
- Power Electronics And Industrial Drives
- Structural Engineering
- Biotechnology
- Medical Instrumentation
- Bio Pharmaceutical Technology
- Sustainable Architecture
- Building Management
- Master of Business Administration

LAW

- LL.B.
- B.A. LL.B. (Hons.)
- B.Com.LL.B. (Hons.)
- B.B.A. LL.B. (Hons.)

PHARMACY

- B. PHARM (4 YEARS)
- D.PHARM (2 YEARS)

NURSING

- B.SC NURSING (4 YEARS)

Ph.D (Full/Part Time)
Applications are Invited

Admissions Open for Lateral Entry Candidates

Jeppiaar Nagar, Rajiv Gandhi Salai, Chennai - 600 119. Tamilnadu, India.

TOLL FREE Number - 1800 425 1770

ADMISSION CONTACT:
99400 58263 / 99400 69538 / 044-2450 3150/ 51/52/54/55

www.sathyabama.ac.in

द्विवार्षिक एबिलिटीफेस्ट 2019: इंडिया इंटरनेशनल डिसेबिलिटी फिल्म फेस्टिवल बेहद सफल थी, जिसने दुनिया भर के समझदार फिल्म निर्माताओं के साथ-साथ गैरविकलाँग दर्शकों को भी आकर्षित किया, जिसने विकलांगता के प्रति हमारे दृष्टिकोण को एक गहरी आत्मनिरीक्षण करने के लिए विवश किया और मुख्यधारा के सिनेमा को अभिगम्य बनाने के लिए बीज बोया, एक व्यापक वास्तविकता। यहाँ उत्सव से छापों की एक बहुरूपदर्शक दिया गया है ...

एबिलिटीफेस्ट 2019

विकलांग लोगों के द्वारा, उनके साथ और उनके बारे में

एक स्थायी प्रभाव

“जब मैंने 9 सितंबर को एबिलिटीफेस्ट 2019 के लिए पहली बार सत्यम सिनेमा में प्रवेश किया, तो मुझे इसके बारे में कुछ भी पता नहीं था। मुझे उत्सव के लिए आमंत्रण मिला और मैं फिल्म फेस्टिवल के बारे में जानने की विशुद्ध जिज्ञासा और उत्सुकता के कारण गयी। एक छोटा उद्घाटन समारोह था जिसमें इस उत्सव के बारे में और इसमें प्रदर्शित किये जाने वाले फिल्मों के बारे में जानकारी दी गयी।

औपचारिक उद्घाटन के बाद मैंने पहले-पहल अर्जेंटीना की एक फिल्म इयान (Ian) देखा, जो सेरेब्रल पाल्सी युक्त लड़के - जो बदमाशी और भेदभाव का सामना कर रहा है - के बारे में है। हालांकि यह एक लघु फिल्म है, लेकिन इसमें मजबूत संदेश था कि समाज में समावेशित होना कितना महत्वपूर्ण है। इस फिल्म के देखने के बाद, मैं खुद को फेस्ट में शामिल होने से रोक नहीं पायी, और मैंने फेस्ट में हर दिन भाग लिया और आखिरी फिल्म "स्टिल ऐलिस" (Still Alice) तक सभी फ़िल्में देखा

एक उत्कट अनुभव

लोगों के प्रति सहानुभूति बहुत अच्छी बात है। हालाँकि, जब वी. अपर्णा जयचंद्रन, जो दो दशक से ज़्यादा शिक्षण पेशे में पूर्व-किंडरगार्टन बच्चों से लेकर वयस्कों तक पढ़ा रहीं हैं, ने एबिलिटीफेस्ट 2019 - भारत अंतर्राष्ट्रीय विकलांगता फिल्म महोत्सव - विकलांग लोगों के द्वारा, उनके साथ और उनके बारे में फिल्मों की श्रृंखला - में भाग लिया यह एक अविस्तीर्ण जागरूकता पैदा करने वाला और आँख खोलने वाला मंच था। उन्ही के शब्दों में:

भारतीय फिल्म "चुस्किट" (Chuskit) एक और फिल्म है जिसने मेरे दिल को छू लिया। उस फिल्म में, लड़की ने अपने न चल पाने के और दूसरों पर निर्भर होने के भावनाओं और निराशाओं को इतनी अच्छी तरह से व्यक्त किया कि मैं उसके दर्द को महसूस कर सकी। समाज के सदस्य के रूप में, विकलांग लोगों की भावनाओं का हमे ज़्यादा एहसास नहीं होता है। वास्तव में, दिखाए गए सभी फिल्मों में इस बात पर ज़ोर दिया गया है कि यह आवश्यक है कि दुनिया के हर समाज में उन्हें समाज के हिस्से के रूप में देखा जाए न कि विकलांग या असमर्थ के रूप में। फिल्म, "लर्निंग टू ड्रइव" (Learning to Drive) एक और ऐसी फिल्म है जो एक मजबूत संदेश देती है कि विकलांग लोग वह सब काम कर सकते हैं जो गैर-विकलांग लोग करते हैं।

अच्छी बात यह है कि इस तरह के फिल्म फेस्टिवल का उद्देश्य समाज से सहानुभूति हासिल करना नहीं है, बल्कि समाज के तथाकथित "सामान्य" लोगों के बीच जागरूकता पैदा करना है - लोगों में प्रचलित विभिन्न विकलांगताओं के बारे में जागरूकता और यह दिखाने

था कि उनके आसपास नगण्य सहायता प्रणाली के बावजूत अपना जीवन जीने के लिए उन्हें किस तरह के प्रयास करने पड़ते हैं। फिल्म "डाउनसाइड अप" (Downside Up) एक ऐसी फिल्म है, जो एक विकलांग व्यक्ति के जीवन के घटनाओं के बारे में बताती है। यह फिल्म दर्शकों को गहरे विचार करने में विवश करता है।

मुझे शारीरिक और मानसिक रूप से विकलांगों के साथ हमेशा सहानुभूति रही है, लेकिन उनके दिन- प्रतिदिन के जीवन के बारे में जानने का कभी भी मौका नहीं मिला। इस फिल्म फेस्टिवल ने पूर्ण रूप से यह दिखाया कि विकलांग लोगों को उनके परिसीमांओं को तोड़ते हुए जीवन व्यतीत करना भावनात्मक और शारीरिक रूप से कितना मुश्किल है। यह भी दिखाया गया कि परिवार द्वारा विकलांगता की स्वीकृति और उनके निरंतर नैतिक समर्थन से उन्हें जीवन की चुनौतियों का बेहतर ढंग से सामना करने में मदद मिलती है। डॉक्यूमेंट्री फिल्म "बइ स्टेनली फॉर स्टेनली" (By Stanley for Stanley) और फिल्म, "स्टिल ऐलिस" (Still Alice) इसका उत्कृष्ट उदाहरण हैं।

इस तरह के फिल्म फेस्टिवल का उद्देश्य समाज से सहानुभूति हासिल करना नहीं है, बल्कि समाज के तथाकथित "सामान्य" लोगों के बीच जागरूकता पैदा करना है।

हर फिल्म दर्शकों के दिमाग पर बहुत प्रभाव डालता है। मैं चाहती हूँ कि इन फिल्मों को अधिक से अधिक स्थानों पर प्रदर्शित किया जाए, ताकि यह संदेश फैल सके कि विकलांग लोग भी "इंसान" हैं (जैसा कि फिल्म "आंद्रे द एंटी जायंट" - Andre the Anti Giant में आंद्रे (Andre) ने कहा है) और इस दुनिया में बाकी लोगों की तरह स्वीकृति और सम्मान के साथ जीवन जीने का उन्हें भी समान अधिकार है।

चार दिन की एबिलिटीफेस्ट 2019 का अनुभव न केवल दिल छू लेने वाला था, साथ ही साथ मेरे लिए आँख खोलने वाला अनुभव भी रहा है। इस उत्कट फिल्म समारोह के लिए एबिलिटी फाउंडेशन को बधाई और मैं उनके भविष्य के प्रयासों में सफलता की कामना करती हूँ।

एबिलिटीफेस्ट: इंडिया इंटरनेशनल डिसएबिलिटी फिल्म फेस्टिवल में दिखाए गए धैर्य और बेपरवाही के फिल्मों से प्रभावित, शालिनी भट, ईएलटी पेशेवर, जो विकलांग लोगों की गहरी समझ के लिए प्रयास करती है का कहना हैं, "विकलांग लोगों के लिए दुनिया को अधिक समावेशी और अभिगम्य बनाने में गैर-विकलांग लोगों को और सक्रिय होने की जरूरत है"।

हमे और अधिक सक्रिय होना है

उत्साहित, शोर-मुक्त बातचीत ...

संयोगवश एक सुबह समाचार पत्र में मैंने एक लेख पढ़ा कि न्यू जर्सी के कुछ पशु चिकित्सकों ने एक दुर्लभ प्रजाति के युवा रैटलस्नेक पकड़ा जिसके दो सिर था। दो वैज्ञानिकों (दोनों का नाम डेव था) के (Double Dev) नाम पर इस सांप का नाम डबल-डेव रखा गया। जैसे ही मैंने समाचार पत्र में इसके बारे में पढ़ा, एक पशु प्रेमी के रूप में, मैं यह सोचने लगी कि यदि कोई जानवर पैदा होते समय, या किसी दुर्घटना से विकलांग हो जाता, तो वह जंगलों में कैसे रहेगा? क्या उन्हें अपने गैर विकलांग समकक्षों के साथ अस्तित्व के लिए संघर्ष करना होगा? मेरे खोज से पता चला कि ऐसे जानवर शायद ही जंगल में परिपक्वता तक जीवित रहते हैं।

इसमें संयोग की बात यह थी कि मैंने यह लेख तब पढ़ा जब चेन्नई में एबिलिटीफेस्ट हो रहा था। 2013 से, मैं लोगों को प्रभावित करने वाले विकलांगता के कई पहलुओं को समझने के लिए इस उत्सव में भाग ले रही हूँ। जब लोगों को पता चला कि इस उत्सव में भाग लेने के लिए मैंने अपने कई प्रतिबद्धताओं को स्थगित किया है, वे यह जानने के लिए उत्सुक थे कि क्या मेरे परिवार में विकलांग सदस्य है। यह मेरे लिए विचित्र रवैया लगा! मैं आपको बताना चाहती हूँ ... यह उत्सव क्यों सभी लोगों के लिए है!

एबिलिटीफेस्ट के फिल्मों में सुस्पष्ट

और आँखें खोलने वाले कहानियाँ देखने को मिली जो हमे बताता है कि कैसे विकलांग लोगों को बुनियादी सुविधाओं तक की पहुँच के लिए भी संघर्ष करना पड़ता है, भेदभाव से निपटना पड़ता है और असहाय सहानुभूति की कमी को सहन करना होता है। अक्सर, गैर-विकलांग लोग ही व्यथित लोगों को और प्रवृत्त करते हैं। "द साइलेंट चाइल्ड" (The Silent Child) में एक बधिर बेटी की माँ के निर्दय व्यवहार, "आंद्रे द एंटी-जायंट"; (Andre the Anti-giant) द्वारा सामना किये गए उपहास , और "हेल" (Hale) के प्रति समुदाय की उदासीनता, यह सब देखकर मुझे बड़ी परेशानी हुयी।

चित्रित कई धैर्य की कहानियाँ काफी प्रेरणादायक रहे। चाहे यह फिल्म "चुस्किट "(Chuskit) हो, जिसमे एक पूरा गाँव एक व्हीलचेयर में बैठे लड़की को स्कूल पहुँचाने के लिए पूरा प्रयास उठता है या फिर "टाइम फॉर ड्रंकन हॉर्सेस" (Time for Drunken Horses') जिसमे संगर्ष क्षेत्र में रहने वाले एक किशोर का अपने भाई को सीमापार अस्पताल ले जाने का अथक प्रयास हो, विकलांग लोगों को सशक्त बनाने के लिए भावनाओं से प्रेरित गैर-विकलांग की अटल दृढ़ता असाधारण है।

एबिलिटी फाउंडेशन द्वारा आयोजन स्थल पर किये गए व्यवस्था उनके संवेदनशीलता को परिलक्षित करती है, जिससे हम बहुत कुछ सीख सकते हैं। सांकेतिक भाषा में घोषणाएँ, लगभग हर प्रदर्शित फिल्म में उपशीर्षक, व्हीलचेयर लोगों को समायोजित करने के प्रावधान और मदद करने के लिए स्वयंसेवकों का एक समर्पित समूह उनमें से कुछ थे।

हम में से जो लोग दूसरों पर निर्भर नहीं हैं, इसका सही मूल्य नहीं जानते हैं। उम्र के साथ जुडी दुर्बलता के परिणामस्वरूप भी कुछ प्रकार के विकलांगता हो सकती है, और इसलिए समावेशन के प्रति एक सक्रिय दृष्टिकोण अनिवार्य है। वैसे, भाग्यशाली डबल-डेव ने डेविस की सहानुभूति जीत ली और अपने कार्यालय में ही रहने लगा, जहाँ वह गैर-खतरे वाले वातावरण में आराम से पल रहा है।

एबिलिटी फाउंडेशन द्वारा आयोजन स्थल पर किये गए व्यवस्था उनके संवेदनशीलता को परिलक्षित करती है, जिससे हम बहुत कुछ सीख सकते हैं। सांकेतिक भाषा में घोषणाएँ, लगभग हर प्रदर्शित फिल्म में उपशीर्षक, व्हीलचेयर लोगों को समायोजित करने के प्रावधान और मदद करने के लिए स्वयंसेवकों का एक समर्पित समूह उनमें से कुछ हैं।

"मुझे एबिलिटीफेस्ट बहुत पसंद है"

"यह भारत की मेरी पहली यात्रा थी, और एबिलिटीफेस्ट का मेरा पहला अनुभव। मुझे इस फिल्म के लिए दर्शकों की प्रतिक्रिया के बारे में डर था। मेरा विचार था कि भारत में सब कुछ पोलैंड से बिल्कुल अलग होगा। लेकिन मैं आश्चर्यचकित हुयी! लोग हर जगह एक जैसे ही हैं। दुनिया भर लोगों के सपने और भावनाएँ एक समान हैं। और भारत के लोग महान हैं! वे दयालु, खुश और हंसमुख हैं! मुझे एबिलिटीफेस्ट बहुत पसंद है। मुझे लगता है कि यह एक शानदार पहल है और वास्तव में लोगों को इसकी आवश्यकता है। हमें सफलता और कौशलता के बारे में फिल्में देखने की जरूरत है! हमें अच्छी चीजें देखने की जरूरत है। बाधाएं सिर्फ हमारे दिमाग में मौजूद हैं। हमारे दिलों के गहराई में, हम सब कुछ कर सकते हैं! मुझे उम्मीद है कि मैं अगले साल इस शानदार त्योहार के लिए वापस आउंगी! "

- **मोनिका मेलन**, **निर्देशक**, फिल्म डला स्टेशिया (बाइ स्टेनली फॉर स्टेनली) (Dla Stasia (By Stanley For Stanley) , पोलैंड।

Monika Melen, Director
Film Dla Stasia (By Stanley For Stanley), Poland.

समावेशन का गहरा अनुभव

एबिलिटीफेस्ट 2019 न केवल समावेशीता पर एक आँख खोलने वाला अनुभव था, बल्कि अपने दिल और दिमाग के लिए एक असंदिग्ध दावत भी, लिखती हैं भुवनेश्वरी महालिंगम

एबिलिटीफेस्ट 2019: इंडिया इंटरनेशनल डिसेबिलिटी फिल्म फेस्टिवल में विकलांग व्यक्तियों और गैर विकलांग व्यक्तियों के बीच की दूरी को काम करने की एबिलिटी फाउंडेशन के इरादे की मिसाल है। एबिलिटीफेस्ट विकलांग लोगों के बारे में, उनके द्वारा, और उनके लिए एक उत्सव है। यह उत्सव इस दूरी को कम करने में सफल रहा। संवेदनशीलता के साथ साथ अधिक सहानुभूति, अधिक समझ, अधिक धैर्य और कई विभिन्न तरीकों से अधिक समर्थन का संदेश लाता है। मेरे लिए, यह समावेश का विसर्जन लगा क्योंकि मैंने इसे फेस्ट के 16 में से 14 शो देखे।

प्रायोजकों और सह-प्रायोजकों की एक श्रृंखला, चार दिन के लिए सत्यम सिनेमा में जगह, लाइव-शेड्यूल-संशोधन, सोशल मीडिया में लगातार अपडेट और अच्छी प्रेस कवरेज के साथ उत्सव बहुत सफलता से सम्पन्न हुआ! ऊत्सव में, प्रदर्शनी, पंजीकरण काउंटर, दर्शकों को मार्गदर्शन करने और उनसे प्रतिकिर्या एकत्र करने के लिए स्वयंसेवकों की उपस्थिति,घटनाओं के लिए मंच-स्थापना, पेम्फलेट्स और पुस्तिकाओं, उद्घाटन, पहली बार ब्लॉकबस्टर विश्वसम के ऑडियो वर्णन के साथ स्क्रीनिंग और इसके निदेशक शिवा के साथ वार्तालाप शामिल था। ब्रैड बेली और मोनिका मेलन क्रमशः यू.एस.ए और पोलैंड के फिल्म निर्देशकों के साथ बातचीत, स्कूलों और कॉलेजों से दर्शक, विभिन्न समुदायों और विकलांग लोगों का प्रतिनिधित्व, सांकेतिक भाषा में फिल्म की घोषणाओं और व्याख्या , इन फिल्मों को दुनिया के हर कोने से संग्रह करके आवश्यक मंजूरी के साथ भारत लाना….. इसके पीछे की काम की मात्रा की कल्पना कीजिये!

उत्सव के हर शो के दौरान समय की पाबंदी बनी रही। यह बहुत प्रशंसनीय है।

निष्ठावान विकलांगता अधिकार कार्यकर्ता हेल सुकस (Hale Zukas) जो अपनी इच्छा शक्ति के बल पर दुनिया के साथ अंत:क्रिया करते है, को 'हेल' (Hale) फिल्म में देखना और उत्प्रेरित होना सौभाग्य की बात है। कुरदीश फिल्म 'ए टाइम फॉर ड्रंकन हॉर्सेस' (A Time for Drunken Horses) में बच्चों के बीच की अनुकम्पा को देखना एक दुर्लभ अवसर है। 'शेक्सपियर इन टोक्यो'(Shakespeare in Tokyo) में जापान की सुंदरता और इस फिल्म के नायक बेन के सुन्दर दिल देखने को मिलती है, जो दर्शकों के मन को बहलाने के साथ साथ उन्हें गहरी सीख, खुशी के आँसू और मुस्कान के साथ छोड़ देते हैं। 'शेक्सपियर इन टोक्यो' देखने के बाद, मैंने जापान में अपने दोस्त नाना को लिखा, "आपका देश कितना सुंदर है"। नाना ने जवाब दिया, "कितना बढ़िया उत्सव था? मैं इससे बहुत प्रभावित हूँ! क्या यही चेन्नई की संस्कृति है?"

'कोडा'(CODA) में एलेक्स के पिता उसके 'प्लीज डेड़ी' के अनुरोघ सुनकर ढोल पीटना जारी रखते हुए अपने बड़ी मुस्कुराहट से सबका दिल चुरा लेते हैं। कोडा का मतलब न जानने से लेकर अलेक्स का कहीं का भी न महसूस करने तक की यह फिल्म 'वास्तविक बने रहें' सन्देश के साथ आता है! कोरियोग्राफी, संगीत, गीत और जिस तरह फिल्म बनाया गया है ये सब 'कोड़ा' को विश्व स्तर की फिल्म बनाता है। सत्य को व्यक्त करने के माध्यम के रूप में नृत्य में कलाकार और दर्शक दोनों को स्वस्थ करने की शक्ति है। चुस्किट,(Chuskit) उसके गाँव, दोस्तों,

एबिलिटीफेस्ट सभी के लिए एक उपहार और दावत था।

फिजियोथेरेपिस्ट, भाई, जिद्दी दादा और उसको प्यार करने वाले माता-पिता सबका आकर्षण गहरा है। चुस्किट स्कूल न ही छोड़ना चाहती ही और न ही अपने घर या अपने दादा को पीछे छोड़ना चाहती है। लोगों की शक्ति और चुस्किट के लिए उनका प्यार 'चुस्किट' फिल्म का संदेश है। आंद्रे, एक दिल-खुश सामाजिक तितली, जैसा कि उनके पिता ने उपयुक्त रूप से उनका वर्णन करते हैं, हमें 'आंद्रे द एंटी-जायंट' ('Andre the anti-giant) में आँसू में छोड़ देता है। 'इयान, ए मूविंग स्टोरी' (Ian, a moving story) समावेश के लिए बाधाओं को तोड़ने का एक शक्तिशाली चित्रण है, जिसमे समावेश को सहजता से दो-तरफ़ा प्रक्रिया के रूप में चित्रित किया गया है। यदि 'पेरेंट्स इंक'('Parents Inc) एक वाणिज्यिक था, तो शायद हर बच्चा रिमोट की मांग करेंगे! बधिर संस्कृति में गर्व 'द एंड' (The End) में स्वीकार्यता को दर्शाता है।

विविधता का जश्न हर पहचान के समावेश के साथ शुरू होता है। सत्यम में सांकेतिक भाषा की बातचीत एक उत्सव की भावना लाई और यह स्थान प्रकाश और फूलों के रंगों से जगमगाता हुआ जंगल जैसा दिखने लगा। संकेत भाषा की बातचीत ने दूरियों को कम कर दिया; प्रवेश द्वार से लेकर अंतिम पंक्ति तक संदेशों का संचार हो रहा था। शोर-मुक्त बातचीत बहुत प्यारी थी और 'शोर-मुक्त दुनिया एक अच्छी दुनिया जैसी महसूस हो रही थी।'

सांकेतिक भाषा की सार्वभौमिकता इसे सभी के लिए सीखने लायक बनाती है, विशेषकर शिक्षकों के लिए। 'द साइलेंट चाइल्ड' (The Silent Child) में जोएन - सांकेतिक भाषा कौशल वाली सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका - एक क्लासिक चरित्र है। एक संवेदनशील, प्रगतिशील और पूर्णतावादी पेशेवर जो बच्चे की चुप्पी को तोड़ने और उस बच्चे के ज़िद्दी माता-पिता को समझाने के लिए बहुत प्रयत्न करती है। जोएन ने लिबी की कक्षा में एक सांकेतिक भाषा दुभाषिया की उपस्थिति की की वकालत की और उसके लिए अपने रुचि को व्यक्त करती है। यदि यह हुआ होता, तो लिबी सबसे खुशहाल बच्चा होती और उसके सीखने का माहौल शायद हर सांकेतिक भाषा सीखाने वाले शिक्षक और इसे सीखने वाले हर बच्चे के लिए आदर्श होता। जब लिबी सांकेतिक भाषा में 'ऑरेंज' बोलती है तब, सूयू की अहंकार और बच्चे के हितों के बजाय समाज में उसकी अपनी छवि पर जुनून, अवसर की एक खिड़की को बंद कर देता है । अंत में, लिबी का जोएन को सांकेतिक भाषा में 'आई लव यू' बोलना, जोएन और हमे रोते हुए छोड़ देता है।

हर प्रस्तुति के साथ सांकेतिक भाषा में व्याख्या थी ...

संकेत भाषा की बातचीत ने दूरियों को कम कर दिया; प्रवेश द्वार से लेकर अंतिम पंक्ति तक संदेशों का संचार हो रहा था। शोर-मुक्त बातचीत बहुत प्यारी थी और 'शोर-मुक्त दुनिया एक अच्छी दुनिया जैसी महसूस हो रही थी।'

कड़ुआ वास्तविकता और संघर्षों को 'जुनहस प्लेनेट '(Junha's Planet)', नार्मल ऑटिस्टिकी' (Normal Autisticky), 'द गर्ल,द मदर एंड द डीमनंस' (The girl, the mother and the demons), स्टिल ऐलिस' (Still Alice) और 'अनस्टक' (Unstuck) में वास्तविक रूप से सामने लाया गया है। जिस तरह अल्जाइमर के साथ रहने वाले व्यक्ति के दर्द की व्याख्या 'स्टिल ऐलिस' में देखने को मिलती है, उसे कितना भी पढ़ने से महसूस नहीं कर सकते है । एक बहुत ही स्पष्ट और बुद्धिमान प्रोफेसर की पहले और स्मृति खोने के कारण खुद को खोने के बाद की दशा के बीच के अंतर देखने में बहुत दर्दनिया है।

मेरी दोस्त कविता, एक डिजाइनर, उत्सव के दो दिन मौजूद थी और उन्होंने इसका भरपूर आनंद लिया। उसने मुझे बाद में सन्देश भेजा: 'मैडी (अ टाइम फॉर ड्रंकन हॉर्सेस' से) मेरे दिमाग में है। फिल्म बहुत प्रेरणादायक थी। उन बच्चों को देखकर, मैं अब से अपने घरेलू काम के बारे में शिकायत नहीं करूंगी!

अगर मैं इस उत्सव के दौरान ऑडियो-वर्णित 'विश्वसम' को नहीं देखती (मैं इस फिल्म को दूसरी बार देख रही थी), तो मुझे महसूस नहीं हुआ होगा कि स्क्रीन पर ऐसा बहुत कुछ हो रहा है जिसका ऑडियो वर्णन करना आवश्यक है। सिनेमैटोग्राफी के साथ ऑडियो वर्णन का तालमेल ने मुझे आश्चर्यचकित कर दिया ... फिल्म के डबिंग के साथ हर फिल्म के लिए ऑडियो वर्णित क्यों नहीं किया जा सकता है?

विदाई समारोह के दौरान रेवती की प्राकृतिक व्याख्या (चमकदार नीले उपहार आवरणों के बारे मे उनके वर्णन को मत भूलिए) एक सच्ची श्रद्धांजलि और स्मरणपत्र थी कि हम कितना भूल जाते हैं या चीजों के सही मूल्य नहीं जान पाते।

विविधता का जश्न हर पहचान के समावेश के साथ शुरू होता है।

एबिलिटीफेस्ट सभी के लिए एक उपहार और दावत था। मुझे लगता है कि फिल्म-स्क्रीनिंग के 40 घंटे की लागत कम से कम 10,000 रुपये प्रति व्यक्ति (250 रुपये प्रति घंटे) होगा । एक अंतरराष्ट्रीय त्योहार होने के नाते, लागत कई गुना अधिक हो सकती है! उत्सव ने मझे यह दावत को मुफ्त में पेश किया!

धन्यवाद

विशबेरी पर हमारे क्राउडफंडिंग अभियान में योगदान देने और एबिलिटीफेस्ट 2019 को संभव बनाने के लिए हमारा हार्दिक आभार!

Taste that cannot be explained, And cannot be forgotten

Blended after tasting **25,000** cups.

ABILITY® FOUNDATION
Looking Beyond Disabilities & Breaking Barriers Together
celebrating 25 years

डिस्क्रिबबिलिटी

A trendsetting workshop on audio description

कल्पना कीजिए...

एक मनोरंजक एक्शन सीक्वेंस, मार्मिक फ्लैशबैक या शानदार सिनेमैटोग्राफी स्क्रीनपर आती हो, और ये ऑनस्क्रीन घटनाएं पृष्ठभूमि संगीत और गैर-मौखिक ध्वनियों द्वारा चित्रित हों। दृष्टिवाले दर्शकों के लिए, फिल्म अब बहुत मनोरंजक होगी।

हालांकि दृष्टिहीन दर्शकों लिए, फिल्म अब अप्राप्य हो जाती है, क्योंकि वह अब वे यह समझ नहीं सकते हैं कि फिल्म में हो क्या रहा है।

मनोरंजन के लिए इस अवरोध को ध्वस्त करने वाला अभिगमयता मंत्र ऑडियो वर्णन (ए.डी) है। ए.डी ट्रैक मूल रूप से फिल्म में मौखिक संवादों के बीच अंतराल में, फिल्म के दृश्य घटना को परदे पर बताता है। ए.डी जहाँ भी दृश्य छवि को समझना महत्वपूर्ण है उसे मौखिक बनाने के बारे में है - वह चाहे घटना, फिल्म, परेड, या समारोह हो। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रशंसित अग्रणी ऑडियो वर्णनकर्ता डॉ. जोएल स्नाइडर कहते हैं 'ऑडियो वर्णन दृश्य तत्वों - कार्रवाई, वेशभूषा, सेटिंग्स, इशारों, चेहरे के भाव और अन्य दृष्टिगत रूप से आकर्षक छवि तक पहुँच प्रदान करता है"। यह फिल्म के मूक भागों को मौखिक रूप से वर्णन करके किया जाता है। ऑडियो वर्णनकर्ता डॉ. जोएल स्नाइडर (Dr. Joel Snyder) की उपलब्धता को बढ़ावा देने और आगे बढ़ने के लिए 2014 में उन्हें वर्नोन हेनली मीडिया अवार्ड दिया गया।

डॉ. जोएल स्नाइडर

आई.आई.टी-मद्रास के रिसर्च पार्क में एबिलिटी फाउंडेशन की दो दिवसीय ऑडियो डिस्क्रिप्शन वर्कशॉप के दौरान उन्होंने कहा "एक विकलांग व्यक्ति को सांस्कृतिक रूप से भी विकलांग होने की ज़रुरत नहीं है। "ऑडियो डिस्क्रिप्शन एसोसिएट्स के अध्यक्ष (President of Audio Description Associates) और अमेरिकन काउंसिल ऑफ द ब्लाइंड के ऑडियो डिस्क्रिप्शन प्रोजेक्ट के निदेशक (Director of the American Council of the Blind's Audio Description Project) डॉ. स्नाइडर, दुनिया भर में ऑडियो वर्णन को बढ़ावा दे रहे है। फिल्म निर्माताओं और दर्शकों को ऑडियो वर्णन के बारे में जानकारी देने और पढ़ाने के लिए उन्होंने कई देशों का दौरा किया है।

जब कोई नहीं देख सकता है, तो वह अपने सभी दृश्य तत्वों जैसे क्रिया, भाव, सेटिंग आदि के साथ फिल्मों का आनंद कैसे लेता है? या, दृश्यों से भरी कार्यक्रम एक आनंद कैसे लेता है? इसका समाधान है ऑडियो वर्णन। एबिलिटी फाउंडेशन द्वारा आयोजित डिस्क्रिबबिलिटी, एडी पर दो दिवसीय कार्यशाला के प्रतिभागियों ने यह जाना कि ऑडियो वर्णन (ए.डी) दृष्टिहीन या कम दृष्टि वाले व्यक्तियों को इन खूबसूरत दृश्य क्षणों का आनंद उठाने में मदद करता है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रशंसित ऑडियो वर्णनकर्ता डॉ. जोएल स्नाइडर द्वारा संचालित इस कार्यशाला पर हेमा विजय की रिपोर्ट।

वैसे तो , एक ए.डी ट्रैक केवल दृष्टिहीनों के लिए नहीं है। यह फिल्म के हर महत्वपूर्ण संकेत या बारीकियों के वर्णन सुनाकर हर दर्शक को बेहतर तरीके से फिल्म का आनंद लेने में मदद कर सकता है, जिसे दर्शक ने देखा होगा लेकिन उसपर गौर नहीं किया होगा। यह दूसरे कमरे में बैठे प्रसारण को सुन रहे दृष्टिवाले दर्शकों लिए भी है। फिल्म के ए.डी ट्रैक की लागत फिल्म के समग्र बजट को देखते हुए नगण्य है। वास्तव में, यह फिल्मों का ऑडियो वर्णन करने काफी लाभदायक है।

दुनिया भर में, लगभग 285 मिलियन लोगों को दृष्टिहानि हैं, 39 मिलियन दृष्टिहीन है और 246 मिलियन लोगों को कम दृष्टि हैं। एक ऑडियो वर्णित फिल्म मूल रूप से आबादी के इस हिस्से को संबोधित करती है, जो फिल्म के दर्शकों के दायरे का प्रभावी ढंग से विस्तृत करती है। जैसा कि अभिनेता और फिल्म निर्माता रेवथी ने कार्यशाला के दौरान कहा, "जब आप फिल्मों का कैप्शन और ऑडियो वर्णन करते हैं, तो सिनेमाघरों में चलने वालों की संख्या बढ़ जाएगी"।

लेकिन फिर, यह केवल संख्या और लाभप्रदता के बारे में नहीं है। एबिलिटी फाउंडेशन के संस्थापक निदेशक, जयश्री रवींद्रन कहते हैं, “यह अभिगम्य मनोरंजन तक विकलांग लोगों के पहुँच के अधिकार के बारे में है। हर एक व्यक्ति मायने रखता है। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि यह एक दर्शक के लिए हैया एक हजार दर्शकों के लिए”।

मौलिक बेरकाना, सांस्कृतिक मामलों के अधिकारी, संयुक्त राज्य अमेरिका, चेन्नई के काउंसलेट-जनरल,(Moulik Berkana, cultural affairs officer, Counsulate-General of the USA, Chennai) जिन्होंने एडी कार्यशाला का उद्घाटन किया ने कहा कि “यदि आप अमेरिका भर के सिनेमाघरों में रैंप देखते हैं, तो यह अमेरिकन्स विथ डिसेबिलिटी अधिनियम (Americans with Disabilities Act ए.डी.ए) के कारण है। गैर सरकारी संगठन अधिनियम का सुदृढ़ अधिनियमित होना सुनिश्चित करते हैं”। 1990 में अधिनियमित ए.डी.ए, एक नागरिक अधिकार कानून, सार्वजनिक जीवन के सभी क्षेत्रों में विकलांग व्यक्तियों के साथ भेदभाव को प्रतिबंधित करता है। अपनी 25 वीं वर्षगांठ पर एबिलिटी फाउंडेशन को बधाई देते हुए, मौलिक ने कहा, "विकलांगता अधिकार सार्वभौमिक मानव अधिकार हैं जिसे दुनिया भर में बढ़ावा मिलना चाहिए"। एडीए के नतीजों में से एक अमेरिका में फिल्मों का व्यापक ऑडियो वर्णन है। हमारी अपनी आरपीडी अधिनियम 2016, को भी शायद इस तरह की व्याख्या के लिए विस्तृत करना होगा।

डॉ. स्नाइडर ने विचार व्यक्त किया “हर दर्शक को समायोजित करना फिल्म निर्माता की ज़िम्मेदारी

टीम एबिलिटी और कार्यशाला के प्रतिभागियों के साथ डॉ. स्नाइडर

डिस्क्रिबबिलिटी के कुछ झलकियां

है। आखिरकार, आप फिल्म को जनता के लिए बना रहे हैं, और दृष्टिहीन भी उस "सार्वजनिक" का हिस्सा हैं। समावेशन प्रत्येक फिल्म निर्माता का कर्तव्य है "। कार्यशाला के दौरान पैनल चर्चा में हिस्सा लेते हुए क्यूब सिनेमा के सह-संस्थापक, सेंथिल कुमार, ने आशा व्यक्त की कि "ए.डी एक दिन फिल्म निर्माण प्रक्रिया का अहम हिस्सा बननी चाहिए। डिजिटल सिनेमा इसे पूरी तरह से संभव बनाता है। "जिस तरह जैसे बिना प्रमाणन के कोई फिल्म कैसे रिलीज़ नहीं कर सकता, उसी तरह ए.डी को अनिवार्य बनाने के लिए एक कानून होना चाहिए। सेंथिल कुमार ने कहा कि सरकार को मानकों को अधिसूचित करना चाहिए।

मुख्य रूप से उत्पादकों की आशंकाओं के कारण कई चुनौतियां हैं, जैसे कि ऑडियो वर्णन के लिए दिए जाने पर फिल्म रिसाव हो सकती हैं, और एडी ट्रैक में अंतिम मिनट के बदलाव को समायोजित करने की चुनौती है। "हालांकि, पहले मज़बूत इरादे की ज़रुरत है। इसके बाद निष्पादन", एंटरटेनमेंट नेटवर्क इंडिया लिमिटेड (Entertainment Network India Limited Radio Mirchi - रेडियो मिर्ची) में कॉरपोरेट सोशल रिस्पॉन्सिबिलिटी के राष्ट्रीय प्रमुख, सुष्मिता चककुंगल ने साझा किया। क्योंकि आजकल एक फिल्म की शेल्फ लाइफ सिर्फ तीन दिन है हमें रिलीज़ के दिन

> ए.डी, जहाँ भी दृश्य छवि को समझना महत्वपूर्ण है उसे मौखिक बनाने के बारे में है - वह चाहे घटना, फिल्म, परेड, या समारोह हो।

ही फिल्मों की ऑडियो वर्णित प्रारूप भी मिलनी चाहिए, उन्होंने टिप्पणी की।

डिस्क्रिबबिलिटी के दो-दिवसीय कार्यशाला के प्रतिभागियों के लिए ऑडियो वर्णन के कई बारीकियों पर एक ललचाने वाला प्राइमर अनियंत्रित किया, जिसमें छात्रों, मीडिया और फिल्म उद्योगों के पेशेवरों और अन्य कई लोग शामिल थे। स्क्रीन पर चित्रित मूक घटनाओं के वर्णन से लेकर स्क्रीन पर चित्रित वाक्यों या लोगो (Logo) के प्रभावी ऑडियो वर्णन की बारीकियों के बारे में डॉ. स्नाइडर ने प्रतिभागियों को सिखाया। दिलचस्प ए.डी कार्यशाला ने प्रतिभागियों ने खुद के शब्दावली, दृश्य साक्षरता

और प्रअभिमूल्यन के कौशल की आत्मनिरीक्षण और अवलोकन की, जो शिक्षाप्रद अनुभव के अलावा मनोरम भी थी। किसी भी कला की तरह ही ए.डी दृश्य के सार को प्राप्त करने की कोशिश करताहै, जब भाषा और कला सिखाने की बात आती है तो ए.डी को पाठ्यक्रम में शामिल किया जा सकता है।

एम. गुनशेखरन, एक दृष्टिहीन व्यक्ति और कार्यशाला के पैनल चर्चा में भाग लेने वाले प्रतिभागी के अनुसार "ऑडियो वर्णित फिल्म देखना एक शानदार अनुभव है। अगर हर फिल्म ऑडियो वर्णित आती है, तो हम में से अधिक सिनेमाघरों में जाएँगे। यह एक अद्भुत दिन होगा जब हर भारतीय फिल्म एडी ट्रैक के साथ ही रिलीज़ होती है "।

हर दर्शक को समायोजित करना फिल्म निर्माता की ज़िम्मेदारी है। आखिरकार, आप फिल्म को जनता के लिए बना रहे हैं, और दृष्टिहीन भी उस "सार्वजनिक" का हिस्सा हैं। समावेशन प्रत्येक फिल्म निर्माता का कर्तव्य है।

उस दिन की कल्पना करें जब आपके दृष्टिहीन या दृष्टिबाधित दोस्त, एक थिएटर में आपके पास बैठ सकता है और पूरी तरह से एक फिल्म का अनुभव कर सकते हैं! या, आपका दोस्त आपके साथ एक आर्ट गैलरी चित्रों और मूर्तियों को उनकी सभी समृद्धि और गहराई के साथ अनुभव कर सकते हैं! ऑडियो वर्णन हमारे जीवन में अपने दोस्तों के साथ पूरी तरह से एक साथ चीजों का आनंद लेने का मौका ले आता है।

सीधे शब्दों में कहें, तो ऑडियो विवरण 'विशुअल मेड वर्बल' (Visual made Verbal) है। दो-दिवसीय कार्यशाला में, इस क्षेत्र में अग्रणी डॉ. जोएल स्नाइडर ने हमें फिल्म, छवि या एक घटना के दृश्य तत्वों का ऑडियो वर्णन प्रदान करने की प्रक्रिया और तत्वों के बारे में बताया। ऑडियो वर्णन दृष्टिहीन लोगों के लिए इन विषयों पर जानकारी लाता है और उन्हें दूसरों के साथ एक साझा अनुभव रखने के लिए अवसर प्रदान करता है।

मैंने कार्यशाला से बहुत कुछ सीखा। इस कार्यशाला का बहुत बड़ा सीख अवलोकन था। एक सफल ऑडियो विवरणक होने के लिए महत्वपूर्ण लक्षण व्यक्तिपरक हुए बिना अवलोकन की रिपोर्टिंग है। जोएल ने वीडियो, सिद्धांत और ऑडियो के माध्यम कार्यशाला को संचालित किया! हर दिन हमारे अवलोकन, संपादन, भाषा और मुखर कौशल को बढ़ाने के लिए कई परस्पर संवादात्मक अभ्यासों थी। कार्यशाला में हम में से कुछ को एक प्रतीक दिया गया था और इसका वर्णन करने के लिए कहा गया था। यह मेरा पसंदीदा हिस्सा था। हमे अपने विचारों को एकत्र करने में कुछ मिनट लगे, और फिर, विशद और कल्पनाशील शब्दों का उपयोग करते हुए, हमने प्रत्येक दृश्य छवि को सही ढंग से व्यक्त करने की कोशिश की। कमरे के अन्य प्रतिभागियों ने हमारे विवरण के आधार पर प्रतीक का चित्र बनाया।

मैं चेतना, चेन्नई में स्थित एक पुस्तकालय में काम करती हूँ, जहाँ हम प्रिंट विकलांग बच्चों के लिए स्पर्श कहानी की किताबें बनाते र उधार देते हैं। ऑडियो विवरण हमारी पुस्तकों के निर्माण में संभावित रूप से क्या भूमिका निभा सकता है, यह जानने की उत्सुकता से मैंने कार्यशाला में भाग लिया।

जिस तरह तस्वीरें एक दृष्टिवान बच्चे के साक्षरता के लिए पहला कदम प्रदान करते हैं।उसी तरह, स्पर्शनीया तत्वों, वस्तुओं और छवियों के प्रति दृष्टिहीन बच्चे प्रतिक्रिया व्यक्त करते हैं। लेकिन, कई स्पर्शनीय तत्वों से भरे एक पृष्ठ की कल्पना करें - आप क्या चाहेंगे हैं कि बच्चा किसके बारे में पहले का पता लगाएं? या साइड प्रोफाइल में प्रस्तुत हाथी के स्पर्शनीय चित्रण वाला पृष्ठ। यदि बच्चे में स्थानिक अवधारणाओं और अन्वेषण तकनीकों का अभाव है, तो छवि को समझना आसान नहीं होगा। पढ़ने के कौशल को बढ़ाव देने की प्रक्रिया से दूर किए बिना, शायद, ऑडियोवर्णन बच्चों को स्पर्शानीय तत्वों और पृष्ठ पर उनकी स्थिति को समझाने का एक शानदार तरीका है।

मेरे लिए इस कार्यशाला में भाग लेना एक अद्भुत अनुभव था। ऑडियो वर्णन के साथ संभावनाएं अंतहीन लगती हैं और मैं इसका अन्वेषण करने के लिए उत्साहित हूँ!

- टेरेसा अलपट्ट

ऑडियो वर्णन (ए.डी) एक प्रकार से कविता है!

ऑडियो वर्णन एक प्रकार की साहित्यिक कला है। यह एक प्रकार की कविता है - एक '**हाइकु**'। यह दृश्यों का एक मौखिक संस्करण प्रदान करता है; दृश्य को मौखिक, श्रव्य और जबानी बनाया जाता है। रसीले, विशद और कल्पनाशील शब्दों का उपयोग करके हम उस दृश्य छवि को व्यक्त करते हैं जो आबादी के एक हिस्से के लिए अभिगम्य नहीं है - अमेरिकन फाउंडेशन फॉर द ब्लाइंड (American Foundation for the Blind) के नए अनुमानों के अनुसार 21 मिलियन से अधिक अमेरिकी लोग या तो दृष्टिहीन हैं या सुधार के बावजूद भी देखने में कठिनाई का सामना करते हैं - जिसे दृष्टि वाले लोग ज़्यादातर महसूस नहीं करते - या फिर देखते हैं लेकिन उसपर ध्यान नहीं देते। ए.डी उन लोगों के लिए उपयोगी होगा जो दृशा घटनाओं पर सही मायने में ध्यान देना चाहता है और उसकी सराहना करना चाहता है, और यह दृष्टिहीन या दृष्टिहानी लोगों के लिए विशेष अभिगम्य साधन के रूप में मददगार है। दृष्टिवान दर्शक अक्सर ऑडियो विवरण का उपयोग करते हैं: यह दृष्टिहीन और काम दृष्टी लोगों को टेलीविजन देखने के लिए पहुंच प्रदान करता है, साथ ही दृष्टिवान लोगों के लिए जो शो के दौरान रसोई के बर्तन धोने या अन्य काम कर रहें हों उनके लिए भी यह मददगार होगा।

कुछ दोस्तों के साथ संग्रहालय गए एक दृष्टिहीन, से एक बार पूछा गया था, “माफ कीजिये, लेकिन आप एक संग्रहालय में क्या कर रहें हैं? आप कोई भी प्रदर्शन नहीं देख सकते।” उसकी प्रतिक्रिया? "मैं यहाँ उसी कारण से आया हूँ जिसके लिए सब संग्रहालय आते हैं। मैं सीखना चाहता हूँ, जानना चाहता हूँ, और हमारी संस्कृति का हिस्सा बनना चाहता हूँ।” मेरा मानना है कि देख न पाने के कारण उसे हमारी संस्कृति तक पहुँच से वंचित नहीं होना चाहिए और यह हमारी कला संस्थानों की जिम्मेदारी है कि जितना संभव हो उतना समावेशी हों। विकलांगता किसी को सांस्कृतिक रूप से वंचित रहने का कारण नहीं होना चाहिए।

साक्षरता निर्माण में ऑडियो वर्णन भी सहायक हो सकता है। बच्चों के लिए चित्र पुस्तकों पर विचार करें। ऑडियो वर्णन तकनीकों में प्रशिक्षित एक शिक्षक कभी भी लाल गेंद की तस्वीर पकड़कर नहीं कहेगा: "गेंद को देखें। "वे कहेंगे:"गेंद लाल है - एक फ़ायर-इंजन की तरह। मुझे लगता है कि गेंद आप जैसे बड़ा है! यह सूर्य के समान गोल है - एक चमकदार लाल घेरा या गोलाकार।" शिक्षक ने नन्हे बच्चों को नई शब्दावली पेश की है, तुलनाओं को आमंत्रित किया है, और रूपक और उपमा का उपयोग किया है! ऑडियो वर्णन का उपयोग करके, दृष्टिहीन या दृष्टिहानी बच्चों के पुस्तकों को अभिगम्य बनाते हैं और सभी बच्चों को अधिक परिष्कृत भाषा कौशल विकसित करने में मदद करते हैं। एक तस्वीर हजार शब्दों के बराबर होती है। है ना? शायद। लेकिन ऑडियो वर्णन करने वाला चुने शब्दों के उपयोग से ज्वलंत और स्थायी छवियों जोड़ सकते हैं।

इसके अलावा, संयुक्त राज्य अमेरिका में, ऑडियो विवरण के प्रमुख सदस्य - दृष्टिहीन - लोगों में बेरोजगारी दर लगभग 70% है। मुझे यकीन है कि हमारी संस्कृति और इसके संसाधनों तक अधिक सार्थक अभिगम्यता के साथ, लोग अधिक सूचित, समाज के साथ अधिक व्यस्त और अधिक आकर्षक व्यक्ति बन पाएंगे - और इस प्रकार, अधिक रोजगार योग्य।

एबिलिटी फाउंडेशन के निमंत्रण पर हाल ही में चेन्नई जाना मेरे लिए बहुत सम्मान की बात थी। फाउंडेशन द्वारा आयोजित दो दिवसीय कार्यशाला में मैंने ऑडियो वर्णन के बुनियादी बातों में प्रशिक्षण प्रदान किया और मेरे इन धारणाओं को साझा कर पाया। दृष्टिहीन और काम दृष्टीहानि लोगों के लिए कला को अभिगम्य बनाने की एबिलिटी फाउंडेशन के प्रतिबद्धता और पहल को शाबाशी देनी पड़ेगी।

- जोएल स्नाइडर

पी एच डीं, विजुअल मेड वर्बल ए कम्प्रेहैन्सिव ट्रेनिंग मैन्युअल एंड गाइड टू द हिस्ट्री एंड एप्लीकेशन ऑफ़ ऑडियो डिस्क्रिप्शन के लेखक और ऑडियो डिस्क्रिप्शन एसोसिएट्स के अध्यक्ष।

(Joel Snyder, Ph.D., Author of The Visual Made Verbal: A Comprehensive Training Manual and Guide to the History and Applications of Audio Description, and President, Audio Description Associates.)

इस अंक के प्रकाशन के समय, भारत सरकार के सूचना और प्रसारण मंत्रालय ने केंद्रीय फिल्म प्रमाणन ब्यूरो (सीबीएफसी) ने सिनेमाघरों को निर्देश जारी किया कि वे फिल्मों में ऑडियो वर्णन और बंद कैप्शन का उपयोग करें। 1 अक्टूबर, 2019 को लिखे गए अपने पत्र में, जिसकी एक प्रति विकलांगता क्षेत्र के प्रतिनिधियों और मल्टीप्लेक्स चेन को मुहैया कराई गई है, एमआईबी ने कहा है कि विकलांग व्यक्तियों के अधिकार (RPWD) अधिनियम, 2016 को ध्यान में रखते हुए, "सी.बी.ऍफ़.सी (CBFC) से जुड़े सदस्यों को ऑडियो वर्णन को फिल्म के निर्माण और वितरण का एक हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित करने और मनाने के लिए अनुरोध किया जाता है।"

Thank you for making AbilityFEST 2019 happen

Gold Sponsors

SATHYABAMA INSTITUTE OF SCIENCE AND TECHNOLOGY (DEEMED TO BE UNIVERSITY)

AVT GOLD cup PREMIUM dust tea

CavinKare Making Lives Happier

Silver Sponsors

REDINGTON FOUNDATION

HDFC HOME LOANS create your space

SUPER AUTO FORGE Forging Ahead into the Future

Norton LifeLock

Technical Partner

MOVIEBUFF

CONTENT MANAGEMENT PARTNER

QUBEWIRE

Online KDM & DCP Delivery Service

Gift Partner

Kesar GIFT MART For all Reasons & Seasons www.kesar.in

Logistics Partner

BLUE DART

Supported by

eParamparā Technologies

jfW JUST FOR WOMEN

94.3 RADIO ONE STYLE-A MASS-A GETH-A

THE HINDU

THE RAINTREE HOTELS

SUPERFEST DISABILITY FILM FESTIVAL

Culture House of Islamic Republic of Iran

InKo centre

DEPARTMENT OF STATE UNITED STATES OF AMERICA

BRITISH COUNCIL

Honorary Consulate of Ireland Chennai

READ YOUR FAVOURITE MAGAZINE ON THE GO!

SUBSCRIBE TO YOUR E-COPY AT **WWW.JFWONLINE.COM/SHOP**

jfw jfwmagofficial jfwmagazine JFW **www.jfwonline.com**

SOUTH INDIA'S LEADING MAGAZINE AND DIGITAL BRAND FOR WOMEN

Kesar 14 Years of Gifting Happiness Since - 2002
Widest Range of Corporate Gifts
Trophies & Awards in India
Trophies starting from ₹50 to ₹50000
Logo Here
Awarded as The Best Gifts & Recognition Store by Times of India
Gifts Starting from ₹5 to ₹5 Lakhs
Compare Our Prices, Quality & Services.
Kesar® • GIFT MART •
For all Reasons & Seasons
www.kesar.in
Divine Gifts I Trophies & Awards I Corporate & Personalized Gifts I Souvenirs I Stationery I Bags & Apparels I Houseware I Toys
Our Showrooms
Cathedral Road, Chennai
M : +91 9383 9383 78
Avinashi Road, Coimbatore
M : +91 9383 9383 91
Hyundai Factory, Sriperumbudur
M : +91 9383 9383 95
Corporate Office : Kesar Gift Mart (P) Ltd. 11, Lake Area, 7th Cross Street, Behind Valluvar Kottam
Nungambakkam, Chennai - 600034, India. P : 044 - 2817 0231. E : vishal@kesar.in
Bengaluru : +91 9383 9383 91 I Delhi : +91 9383 9383 95 I Mumbai : +91 9383 9383 97 I Hyderabad : +91 9383 9383 99
Company Owned Brands
Kesar DIVINE EXPRESSIONS
ovation INSPIRING EXCELLENCE
Glee TOUCH HEARTS
P2P PEN TO PAPER
It's a SMALL WORLD
KRIA LET'S INSPIRE
Members of
GJF
rai RETAILERS ASSOCIATION OF INDIA
AWARDS and PERSONALIZATION ASSOCIATION
Ample Car Parking Available.
Customer Care: +91 9383 9383 93
Shop Online@www.kesar.in

Visit HDFC.com

HDFC HOME LOANS
create your space

BEST-IN-CLASS PRODUCTS
FOR A VARIETY OF HOUSING NEEDS

Lease Rental Discounting
Rental Income can be a key to your professional dream

Home Loan
Attractive interest rates for a home of your own

Commercial Premises Loan
Own a workplace of your choice with Commercial Premises Loans

Other HDFC Products

Plot Loans | Self Construction Loans | Top-Up Loans | Loan Against Property | Reach Loans
Home Improvement Loans | Home Extension Loans | Rural Housing Finance | NRI Loans

Call: 044 - 28599300/ 23739400

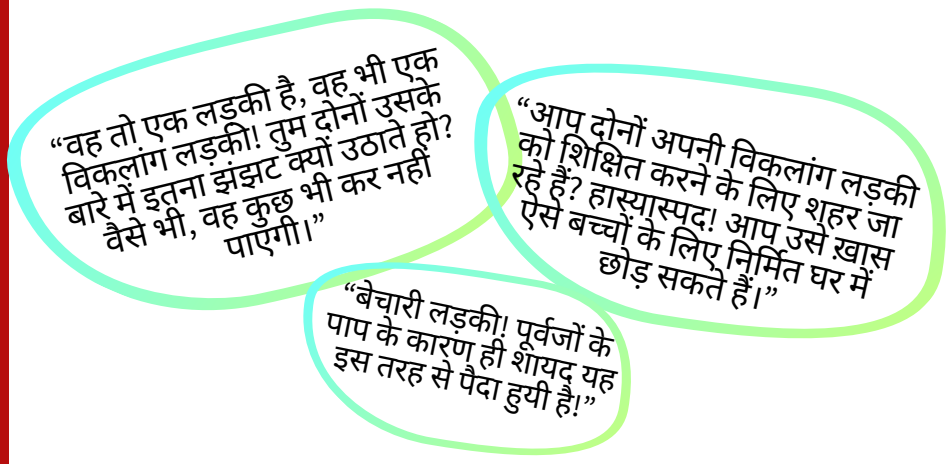
HDFC Ltd., 1st Floor, ITC Centre, 760, Anna Salai, Chennai 600 002

*All loans at the sole discretion of HDFC Ltd. For detailed terms and conditions, visit www.hdfc.com CIN:L70100MH1977PLC019916

सुंदरी शिवसुब्बू

अपने जीवन की दिशा खुद तय करें

ज्यादातर समय, हम अपने कौशलता पर विश्वास करने के बजाय मिथकों जैसे मान्यताएं, गलत धारणाएं और गलत विश्वास पर विश्वास करते हैं। ऐसा क्यों है कि हम अपने सपनों का पीछा करने में प्रतिभाशाली नहीं होते हैं? तेजतर्रार लेखक, पत्रकार और कॉरपोरेट पेशेवर सुंदरी शिवसुब्बू का कहना है कि मैं विशवास करती हूँ कि मैं मजबूत, योग्य और सुंदर हूँ। सितारों तक पहुँचने की उनकी दिलचस्प यात्रा का वर्णन के बारे में पढ़िए।



मेरे माता-पिता जो दक्षिणी तमिलनाडु के एक छोटे से गाँव से थे, को ऐसे ही कुछ आलोचनाएं सुननी पड़ी।

मेरे जन्म के तुरंत बाद लगभग एक घंटे तक मैं सांस लेने के लिए संघर्ष कर रही थी। यह एक छोटा सरकारी अस्पताल था और डाक्टरों का ध्यान दे पाने तक बहुत नुकसान हो चुका था। मेरे सेरिबैलम (cerebellum) में अधिकांश कोशिकाएं उस महत्वपूर्ण घंटे के भीतर मर गईं, जिसके परिणामस्वरूप मुझे स्थायी न्यूरो-मस्कुलोस्केलेटल (neuro-musculoskeletal) विकलांगता हो गई। मेरी शुरुआती यादें अस्पतालों, आर्थोपेडिक क्लीनिकों, स्वदेशी चिकित्सा चिकित्सकों, नीमहकीम, मंदिरों, चर्चों, ज्योतिषियों, योग केंद्रों, एक्यूप्रेशर क्लीनिकों की यात्राओं के बारे में ही थी! मेरे माता-पिता ने मेरा इलाज करने में कोई कसर नहीं छोड़ी, लेकिन यह उनके लिए एक अंधेरा जंगल में आंखों पर पट्टी बांध मैराथन दौड़ जैसे था। कोई स्पष्टता, कोई मार्गदर्शन नहीं था, और भविष्य अनिश्चित लग रहा था।

जब मैं नौ साल की थी, इलाज के लिए चेन्नई की यात्रा के दौरान मेरे माता-पिता को मेरी सही स्थिति के बारे में पता चला - सेरेब्रल पाल्सी अटैक्सिया (Cerebral Palsy Ataxia) हालाँकि शुरुआती हस्तक्षेप के लिए पहले ही बहुत देर हो चुकी थी, उन्होंने गाँव में अपने बड़े घर, परिवार और एक सुरक्षित और आरामदायक जीवन को छोड़कर, मुझे बेहतर शिक्षा और अनुकूल वातावरण प्रदान करने के लिए चेन्नई स्थानांतरित होने की एक महत्वपूर्ण निर्णय लिया।

चेन्नई में मेरी यात्रा एक विशेष स्कूल स्पास्टन (SPASTN) में शुरू हुई, जहाँ मुझे हर दिन फिजियोथेरेपी मिलती थी। यह मेरे जीवन का सबसे आकर्षक और परिवर्तनकारी चरण था। पहली बार, मैंने खुद को एक ऐसी जगह पर पाया जहाँ अलग होना सामान्य था। हमें अपनी इच्छानुसार चलने की स्वतंत्रता थी, और अगर हम सिर्फ रेंग पाते तो वो भी मंज़ूर था। अगर हम नीचे गिर जाते तो भी कोई हमे घूरते नहीं थे। इसके अलावा, सीखने के लिए बहुत सारे नए कौशल थे। अगले दो वर्षों के दौरान, मैंने विशेष नृत्य कार्यक्रमों, संगीत, नाटक, खेल और भाषण प्रतियोगिताओं में भाग लिया और उत्कृष्ट प्रदर्शन किया। लेकिन मेरा पहला प्यार हमेशा शिक्षावाद था। मैं हमारे गाँव के स्कूल में लगातार अव्वल ती थी। स्पास्टन के मेरे शिक्षकों और मेरे माता-पिता के प्रयासों की बदौलत, मैंने वाना वाणी स्कूल आईआईटी मद्रास कैंपस के अंदर स्थित

मुख्यधारा स्कूल - में एक बाहरी छात्र के रूप में अपनी कक्षा 3 और 4 की परीक्षा दी, और फिर बाद में मैं 1995-2003 तक पूर्णकालिक छात्र बनी। अपने माता-पिता, भाई, दोस्तों और शिक्षकों के अद्भुत समर्थन के बदौलत, मैंने लगातार अच्छा प्रदर्शन किया। जब मैं 12 वीं कक्षा में थी स्कूल ने मुझे "बेस्ट रोल मॉडल" पुरस्कार से सम्मानित किया।

चुनौतियाँ

बड़े होने के दौरान बहुत सी बाधाएँ थीं - शारीरिक, अभिगम्यता, भावनात्मक, वित्तीय, सामाजिक- मनोवैज्ञानिक ... मेरी शारीरिक क्षमता अप्रत्याशित और क्षणिक थी। सेरेब्रल पाल्सी ने खड़े होने, चलने, संतुलन, समन्वय, श्रवण, दृष्टि, मांसपेशियों की शक्ति, मांसपेशियों की टोन और यहाँ तक कि संवेदी धारणाओं सहित मेरी सभी शारीरिक गतिविधियों को प्रभावित किया। जब मैं छोटी थी, मैं सहारे के साथ चलने और सीढ़ियों पर चढ़ पायी। लेकिन मैं बार-बार गिरती थी और इसके कारण सिर पर चोट, चीरा, रक्तस्राव, फ्रैक्चर, मोच या सूजन हो जाती थी। मुझे चिरकारी चरम थकान भी थी।

जब मैं अभिगम्यता के आभाव या शारीरिक परेशानी के वजह से कुछ काम नहीं कर पाती तो बहुत परेशान हो जाती। अपने किशोरावस्था के दौरान जब सेरिब्रल पाल्सी के कारण मेरे शरीर और दिमाग पर पड रहे बढ़ती चुनौतियों को समझ नहीं पायी, तब मैं अवसाद में पड़ गयी। मेरे आँसू, भय, दर्द और चिंता के बीच मेरे परिवार ने सहनशीलता से मेरा समर्थन किया और मुझे बाधाओं के बावजूद अपनी स्कूली शिक्षा और कॉलेज पूरा करने के लिए प्रेरित किया। मेरी माँ ने मुझे समझाया कि मुझे अपना ध्यान मेरे पास जो चीज़ है उसपर केंद्रित करना है, न कि जो चीज़ मेरे पास नहीं है। पिछले कुछ वर्षों में, ताकत, कौशल और सभी सकारात्मक चीजों पर ध्यान केंद्रित करना और नकारात्मक को अनदेखा करना मेरी आदत बन गयी है।

इस बीच, किशोरावस्था के बाद, मेरे लिए चलना-फिरना बहुत मुश्किल हो गया था, और मैंने बहुत सारी शारीरिक कौशलता खो दी। जब मैं छोटी थी, व्हीलचेयर से मुझे नफरत होता था और बहुत दिनों तक मैंने इसका इस्तेमाल करने का विरोध किया। हालांकि, जब मुझे 2006 में मुझे पहली नौकरी मिली, तो मुझे लगा कि अगर मेरे पास व्हीलचेयर होता तो मैं और अधिक स्वतंत्र हो सकती हूँ और अधिक योगगदान दे सकती हूँ। मुझे अपना पहला व्हीलचेयर 2007 में मिला, जो जॉय-स्टिक संचालित थी। इसी तरह, मैंने अपने प्रगतिशील दृष्टि हानि के लिए कांटेक्ट लेन्सेस और मेरी सुनवाई हानि के लिए हियरिंग एड्स को पूरे दिल से अपनाया। जरूरत पड़ने पर सहायक उपकरणों का उपयोग करने में किसी को बुरा नहीं लगना चाहिए। इन उपकरणों ने मुझे निश्चित रूप से विमुक्त किया और मुझे अधिक सक्रिय तरीके से जीवन का अन्वेषण करने में मदद किया !

अनगिनत उपलब्धियां!

लिखाई

जब मैं नौ साल की थी, तो मैंने अपनी माँ से गुरुत्वाकर्षण की अवधारणा के बारे में कई सवाल पूछे, जो मैंने उस दिन स्कूल में सीखे थे ... “अगर गुरुत्वाकर्षण सबके लिए समान है, तो यह मुझे अधिक प्रभावित क्यों करता है? जब हर कोई खड़ा होता है तो मैं क्यों नीचे गिरती हूँ? मेरे हाथ हर समय क्यों कंपते रहते हैं? जब मेरे दोस्त अपने दम पर चल सकते हैं तो मुझे चलने के लिए समर्थन की आवश्यकता क्यों है? जब मेरा शरीर और लोगों के शरीर जैसे ही दिखता है तो वह अलग तरह से व्यवहार क्यों कर रहा है ...?"

मेरी माँ ने मुस्कुराते हुए मुझे अपने सभी प्रश्न को लिखने को कहा तो हमने बैठकर वाक्यों को जोड़ा। जल्द ही, यह एक कविता की तरह लगने लगा। उसी दौरान मैंने स्कूल में कविता पढ़ना शुरू किया और यह मुझे बहुत अच्छा लगने लगा। मेरी खुशी की कोई सीमा नहीं थी जब मुझे पता चला कि मैं भी कविता लिख सकती हूँ। तब मैं सिर्फ दस साल की थी। अम्मा ने मेरे स्कूल के समाचार पत्र को यह कविता दिया और मेरी पहली कविता प्रकाशित हुई।

एक बार जब मुझे लिखने की मेरे प्यार का पता चला, गुरुत्वाकर्षण मुझे अधिक प्रभावित क्यों करता है जैसे प्रश्न परेशान नहीं कर रहे थे। इसके बजाय, मुझे लिखने की कला से प्यार हो गया, और इसने मुझे भीतर और बाहर दोने से से मजबूत बनाया और आगे जाकर, मेरी पहचान को काफी हद तक आकार देता था।

कैरियर और कार्यस्थल

बी.कॉम पूरा करने के तुरंत बाद ही मैंने काम करना शुरू कर दिया। मेरे कई दोस्तों की तरह, मैंने कैंपस रिक्रूटमेंट ड्राइव में भाग लिया, एप्टीट्यूड टेस्ट लिखे और इंटरव्यू में भाग लिया। मुझे बैंक द्वारा आयोजित साक्षात्कारों के सभी दौरों में उत्तीर्ण होने की उम्मीद नहीं थी, इसलिए मैं नौकरी करने की योजना पर अनिर्णीत थी। फिर भी, मैंने इसे नौकरी को स्वीकार किया क्योंकि बैंक बहुत सहायक था, और मैं खुद को यह साबित करना चाहती थी कि मैं एक नियमित काम के माहौल में पूरा समय काम कर सकती हूँ। लेकिन जैसा कि मैंने हमेशा जाना था, बैंकिंग मेरा जुनून नहीं था। मुझे हमेशा शब्दों से मोह था और अपने खाली समय में मैं अपने लिखियी पर ध्यान देती थी। कॉलेज के दिनों में मेरी कुछ लेख प्रकाशित हुयी। जब मैं व्यापार वित्तपोषण विभाग (trade financing) में थी, मेरे बॉस ने मुझे दैनिक आंतरिक व्यापार समाचार पत्र के संपादन और प्रकाशन का काम सौंपा। लिखना मुझे वह आनंद देता है जो बैंकिंग में मुझे नहीं मिलता। इसलिए अंततः मैंने अपना मास्टर्स इन कम्युनिकेशन (Masters in Communication) करने के लिए अपनी नौकरी छोड़ दिया, जिसके बाद मैंने एक दैनिक अखबार 'द न्यू इंडियन एक्सप्रेस’ (The New Indian Express) में काम किया। दैनिक के साथ अपने साक्षात्कार के दौरान, कार्यकारी संपादक ने मुझे चेतावनी दी: 'पत्रकारिता बैंकिंग की तरह भुगतान नहीं करती है'। मैंने जवाब दिया कि लिखना मुझे दिल से एक अमीर व्यक्ति बना देगा, क्योंकि लिखने से मैं खुशी रहूँगी ।

मुझे लिखने की कला से प्यार हो गया, और इसने मुझे भीतर और बाहर दोने से से मजबूत बनाया और आगे जाकर, मेरी पहचान को काफी हद तक आकार दिया।

मुझे इस पारी पर कोई पछतावा नहीं है। अब भी, मैं खुद को बताती हूँ कि मैं अपने पेशे के रूप में अपने जुनून पाने के लिए कितना भाग्यशाली हूँ!

पिछले छह वर्षों से, मैं आई.टी(IT) प्रमुख एच.सी.एल(HCL) के सी.एस.आर(CSR) प्रभाग एच.सी.एल फाउंडेशन,(HCL Foundation) के साथ काम कर रहि हूँ। मेरा बहुत ही डिमांडिंग प्रोफ़ाइल (Demanding profile) है जिसे मैं एक अद्वितीय कार्य व्यवस्था, और एक ईमानदार, सुसंगत और निरंतर संचार और प्रतिक्रिया अभ्यास, जिसे हम अपनी टीम में अपनाते हैं, के कारण बिना किसी अवरोध के निभा पाती हूँ।

सुंदरी अपने परिवार के साथ

मेरे पास फ्लेक्सिटाइम (Flexi time) और रिमोट काम करने का विकल्प है, जो मुझे दैनिक आवागमन से बचने में मदद करता है। यह सब बहुत मायने रखता है, क्योंकि मेरे लिए व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए परिवहन अभी भी एक बड़ी चुनौती है और बहुत महंगा है। मेरा काम बहुत व्यस्त है और जिम्मेदारियां बहुत बड़ी हैं, लेकिन मेरी टीम मेरी विशेष जरूरतों के लिए बहुत मददगार है। मुझे यात्रा करने का भरपूर अवसर मिलता है और मेरी कंपनी यह सुनिश्चित करती है कि मुझे अभिगम्य आवास और यात्रा सहायता मिले। यह सब मुझे अच्छा प्रदर्शन करने और काम में अपना सर्वश्रेष्ठ देने में मदद करता है। मेरे बॉस असाधारण नेता हैं जो समानता और समावेशन अपनाते हैं। मैं चाहती हूँ कि अन्य कंपनियों और टीमों भी विकलांग-अनुकूल रवैया अपनाएं।

व्यक्तिगत रूप से, मुझे सार्वजनिक या कार्यस्थलों पर अधिक भेदभाव या स्पष्ट नकारात्मक अनुभवों का सामना नहीं करना पड़ा एक कारण मेरे माता-पिता द्वारा दिए गए आत्म-सम्मान और गौरव के लिए मजबूत आधार हो सकता है, जिसने भेदभाव दिखते समय या संरक्षण करते वक्त मुझे खुद को व्यक्त करने के लिए प्रेरित किया। हालांकि मैं हमेशा एक शांत व्यक्ति रही हूँ, मैं इस बात को लेकर बहुत मुखर रही हूँ कि लोग स्कूल, कॉलेज, कार्यस्थलों या बाहर मेरे साथ कैसे व्यवहार करें। मैं झगड़ालू नहीं हूँ और न ही लड़ाई या बहस करना चाहती हूँ, लेकिन मैं अपने गरिमा या आत्मसम्मान के सातह समझौता नहीं कर सकती।

लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि भेदभाव या पूर्वाग्रह मौजूद नहीं हैं। सिर्फ सीढ़ियां ही समावेश और समानता को चुनौती नहीं देता है। चुनौतियां अक्सर सूक्ष्म होते हैं। हमे अभी भी अपने सार्वजनिक स्थानों और कार्यस्थलों को समावेशी और विकलांग लोगों की पूर्ण भागीदारी सुनिश्चित करने के लिए लंबा रास्ता तय करना है। सिर्फ काम पर रखने के लिए विविधता नीति के कारण विकलांग लोगों को

काम पर रखना पर्याप्त नहीं है। विकलांग लोगों को अपने दैनिक कार्य में सम्मिलित करने के लिए टीम को प्रशिक्षित और सशक्त बनाना महत्वपूर्ण है।

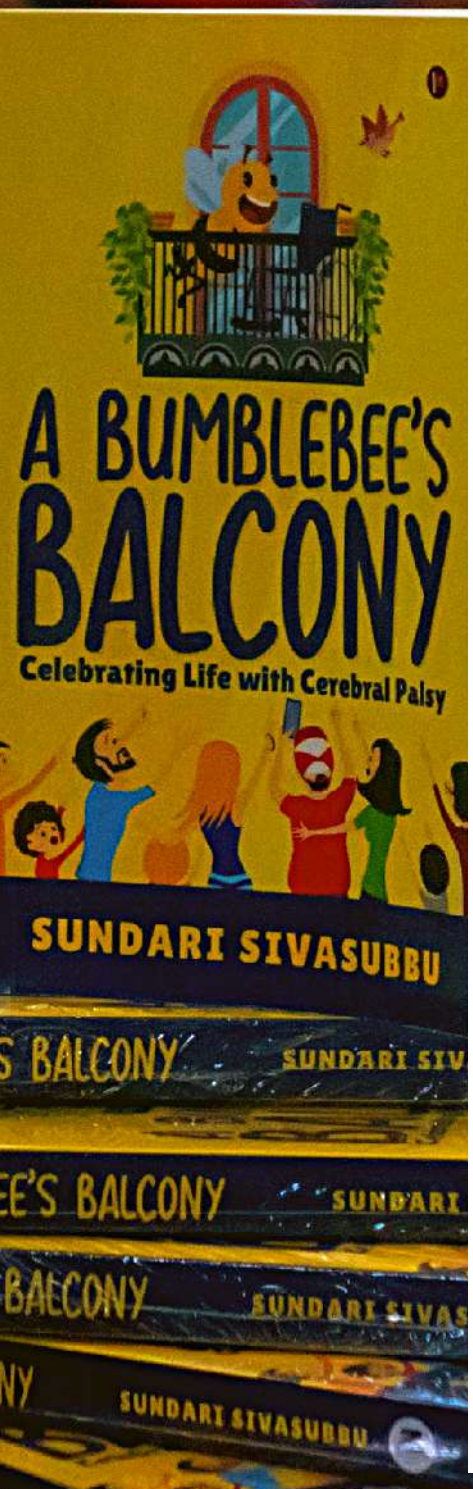
प्रतीकवाद और रहमत भी भेदभाव के रूप हैं! जरूरतों और अपेक्षाओं को बेहतर ढंग से समझने के लिए, कलंक और बाधाओं को मिटाने के लिए, और इसमें शामिल सब लोगों को स्थिति का लाभ मिलने के लिए हमें विश्वास और पारस्परिक समझ के बुनियादी आधार पर स्पष्ट, संक्षिप्त संचार द्वारा समर्थित, काम करने की आवश्यकता है।

विकलांग लोगों को अपने दैनिक कार्य में सम्मिलित करने के लिए टीम को प्रशिक्षित और सशक्त बनाना महत्वपूर्ण है। प्रतीकवाद और रहमत भी भेदभाव के रूप हैं!

सुंदरी शिवसुब्बू एचसीएल फाउंडेशन के वरिष्ठ संचार विशेषज्ञ और "ए बमबलबी'स बालकनी" के लेखक हैं। सुंदरी ने 22 साल की उम्र में एक बहुराष्ट्रीय बैंक में ट्रेड फाइनेंस में अपना करियर शुरू किया, लेकिन स्वर, व्यंजन और छवियों की ओर उनका खींचाव इतना मजबूत था कि उन्होंने लेखन और संचार में अपना कैरियर बनाने के लिए बैंकिंग छोड़ दी। संचार में स्नातकोत्तर उपाधि प्राप्त करने के बाद, उन्होंने न्यू इंडियन एक्सप्रेस में उप-संपादक के रूप में काम किया और नियमित रूप से पुस्तक समीक्षा, कला, शिक्षा, सिनेमा, पर्यावरण और स्वास्थ्य के तहत लेख और साक्षात्कार लिखे। अब, एचसीएल फाउंडेशन के साथ एक संचार विशेषज्ञ के रूप में, वे संचार के लिए अपने जुनून और कमजोर समुदायों का समर्थन करने की इच्छा दोनों क्षेत्रों में काम करती हैं।

सुंदरी को जन्म से ही सेरेब्रल पाल्सी, एक न्यूरो-मस्कुलोस्केलेटल स्थिति था, जो अधिकांश शारीरिक गतिविधियों को सीमित करता है और रोज़मर्रा के कई कामों में चुनौतियां पैदा करता है, जिसमें खड़े होने, चलने, संतुलन, समन्वय, श्रवण, दृष्टि, मांसपेशियों की शक्ति शामिल हैं। वह इन चुनौतियों को प्रेरक शक्ति के रूप में देखती हैं जो उनकी व्यक्तिगत, पेशेवर और रचनात्मक यात्रा को प्रेरित करती हैं।

लेखक बनना



लगभग 11 साल पहले, मैं अपने चचेरे भाई-बहनों के साथ कलाक्षेत्र, बेसेंट नगर के समुद्र तट के पास एक मंदिर में गयी। मैं 23 साल की थी, हाल ही में मैं व्हीलचेयर उपयोग करने लगी थी और आज़ादी से घूमने की स्वतंत्रता से आनन्दित थी। मैंने देखा कि मुझसे कुछ दूर खड़ी एक वृद्ध महिला मुझे देख रही थी। जब मैंने उसे देखकर मुस्कुराया, तो वह मेरी ओर चलने लगी और हम बात-चीत करने लगे। उसने कहा कि उसकी बेटी भी एक दुर्घटना के बाद नहीं चल सकती है, और हालांकि उसके सहायक थे और उनका घर समुद्र तट के करीब, उसकी बेटी कभी भी अपने घर से बाहर नहीं निकलती। वह महिला यह कहते हुयी चल पड़ी, "काश मेरी बेटी बाहर आती और दुनिया देखती। काश वह आपकी तरह सकारात्मक और मुस्कुरा रही होती। मैं उसे तुम्हारे बारे में बताऊंगी और अपनी पूरी कोशिश करूंगी"।

उनकी बेटी 50 साल की थी और अभी भी अपनी विकलांगता से निपटने में असमर्थ थी। मैं हमेशा एक संस्मरण लिखना चाहती थी। मैंने सचेत रूप से इस घटना के बाद इसे लिखने का प्रतिबद्ध किया। मैं अपनी कहानी साझा करना चाहती थी और लोगों को इस बूढ़ी औरत की बेटी जैसे लोगों के बारे में बताना चाहती थी कि यह असुरक्षित महसूस करना, गुस्सा करना, डरना सब स्वाभाविक है; मैं हमेशा मुस्कुराती या सकारात्मक नहीं थी। मैं साझा करना चाहती थी कि हम कमजोर महसूस करते हुए भी मजबूत हो सकते हैं।

जब आप व्हीलचेयर पर बैठे होते हैं, तो आप इसे पसंद करते हैं या नहीं, लोग आपको लगातार घूरते रहेंगे। और अक्सर आपके बारे में अपना राय बनाएंगे। आप या तो अग्रणी उत्पादक जीवन के लिए, नाकाबिल माने जाएंगे, या एक रोल मॉडल और प्रेरणा कहे जाएंगे। आपको कभी भी सामान्य जीवन वाला "सामान्य" व्यक्ति माना नहीं जाएगा।

इस सोच को बदलने के लिए, अंदरूनी कहानियों जानना महत्वपूर्ण है - भय, दर्द, संदेह, भ्रम, क्रोध, और अंदरूनी स्वीकृति की कहानियाँ। मेरी किताब "ए बमबलबी'स बालकनी" यही अंदरूनी कहानी है। यह उन छोटे-छोटे क्षणों से निपटने के बारे में है जो आपको सब कुछ छोड़ देने के लिए लुभाता है, खुद की बेड़ियों को तोड़ने और ताकत और आशा के साथ उन पलों को को गले लगाने के लिए प्रोत्साहित करता है। और परिस्थितियों के बावजूद खुशी चुनने के बारे में है! यह परिवार और दोस्तों के अप्रतिबन्ध प्यार के लिए एक श्रद्धांजलि भी है। और एक रोल मॉडल के रूप में पारगमन के बारे में है। शुरुआत में, यह पुस्तक एक व्यक्ति की या एक परिवार की यात्रा के बारे में लिखे बहुत ही व्यक्तिगत कहानी प्रतीत होती है। मेरा मानना है कि यह अनगिनत व्यक्तियों और उनके परिवारों की यात्रा, उनके संघर्ष, शक्ति, आशा और हार न मानने की अदम्य भावना के बारे में है। कई बार हम, "सामान्य" "एकरूपता" समाज, द्वारा थोपे गए शारीरिक, वित्तीय, सामाजिक- मनोवैज्ञानिक बाधाओं के कारण अवसरों को गवां देते हैं। मुझे उम्मीद है कि मेरी पुस्तक समावेशन पर बातचीत का अवसर खोलेगी और लोगों समावेशन की ओर प्रेरित करेगी।

अक्सर हमारे साथ होने वाली बड़ी-बड़ी बातों में हमारा कोई कहा नहीं होता - अच्छे और मुश्किल दोनों। लेकिन अभी भी हमारे छोटे-छोटे फैसलों, हमारे रोजमर्रा के रवैये, हमारे काम करने के तरीके, दूसरों के प्रति हमारे व्यवहार पर, और हमारे साथ जो होता है उसका सामना हम कैसे करते हैं, आदि पर हमारा नियंत्रण है। मैं अपने जीवन के लिए एक कथा चाप को अपनाना चाहती हूँ जो सकारात्मकता, संभावना और उद्देश्य से प्रेरित है।

एक कथा चाप

हम सभी को अपने जीवन गाथा का वर्णन आवश्यक है। मेरा मानना है कि जब हम हमारी कहानियाँ, यात्रा, काम और जीवन के उद्देश्य के बारे में बताते हैं, यह हमारी सफलता को काफी हद तक प्रभावित करता है। इसकी शुरुआत खुद पर विश्वास रखने से शुरू होती है। ज्यादातर समय, हम अपने कौशलता पर विश्वास करने के बजाय मिथकों जैसे मान्यताओं, गलत धारणाएं और गलत विश्वास पर विश्वास करते हैं। ऐसा क्यों है कि हम अपने सपनों का पीछा करने में प्रतिभाशाली नहीं होते हैं?

अक्सर हमारे साथ होने वाली बड़ी-बड़ी बातों में हमारा कोई कहा नहीं होता - अच्छे और मुश्किल दोनों। लेकिन अभी भी हमारे छोटे-छोटे फैसलों, हमारे रोजमर्रा के रवैये, हमारे काम करने के तरीके, दूसरों के प्रति हमारे व्यवहार पर, और हमारे साथ जो होता है उसका सामना हम कैसे

करते हैं, आदि पर हमारा नियंत्रण है। मैं अपने जीवन के लिए एक कथा चाप को अपनाना चाहती हूँ जो सकारात्मकता, संभावना और उद्देश्य से प्रेरित है। मैं अपनी खामियों,दोषारोपण, कटुता, निर्णय, पूर्वाग्रहों को त्यागकर और खुद के जीवन को उसके सुंदरता और त्रुटियों समेत अपनाना चाहती हूँ । मैं यह विश्वास करना चुनती हूँ कि मैं मजबूत, सक्षम और सुंदर हूँ!

और मैं इसे पढ़ने वाले हर व्यक्ति के लिए भी यही कामना करती हूँ: आइए हम भौंरा के समान हों और अपने बारे में मिथकों पर विश्वास न करें। चलिए सपनों पर विश्वास करें, अपने पंख फैलाएं और उड़ान भरें!!

With Best Compliments From

SUPER AUTO FORGE PRIVATE LIMITED

Forging the head into future

Specialists in:
Cold / Warm Forged and Precision Machined
Steel & Aluminum Components

ISO 14001: 2015
Certified by IRQS

MGMT. SYS.
RvA C 071

OHSAS 18001:2007
Certified by IRQS

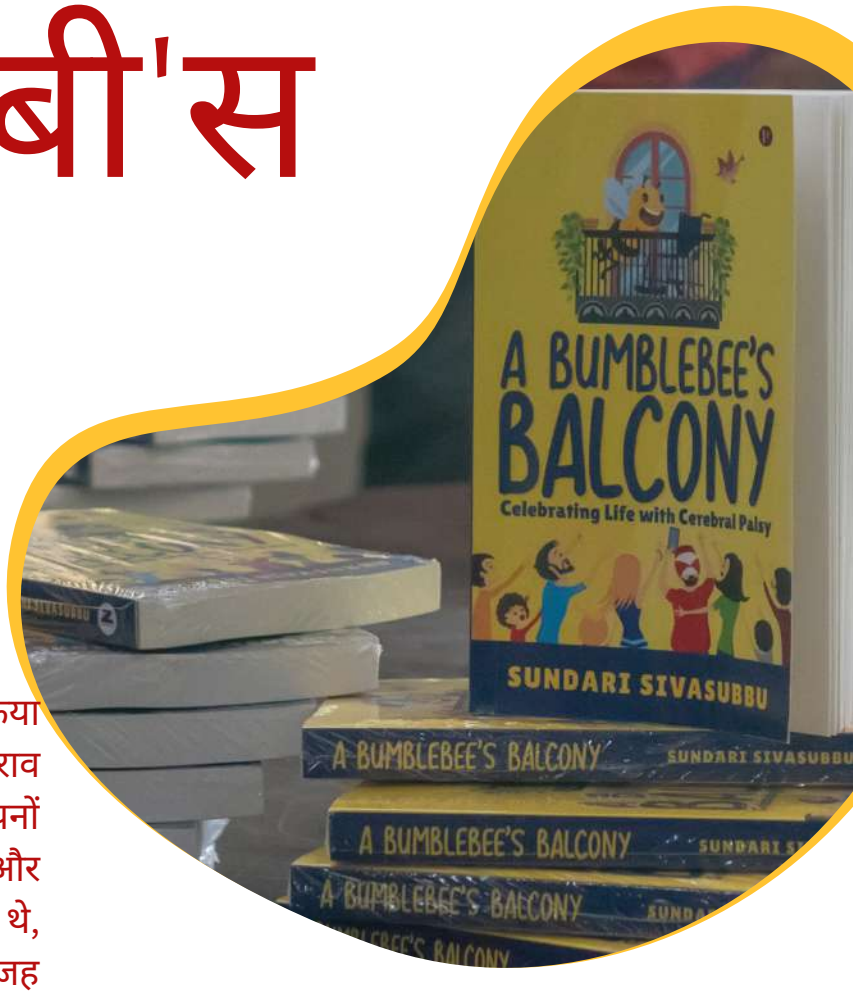
MGMT. SYS.
RvA C 071

IATF 16949:2016
Certified by IRQS

Website: www.superautoforge.net

ए बमबलबी'स बालकनी

लेखक: सुंदरी शिवसुब्बू
प्रकाशक: नोशन प्रेस
पृष्ठों की संख्या: 275
हेमा विजय द्वारा



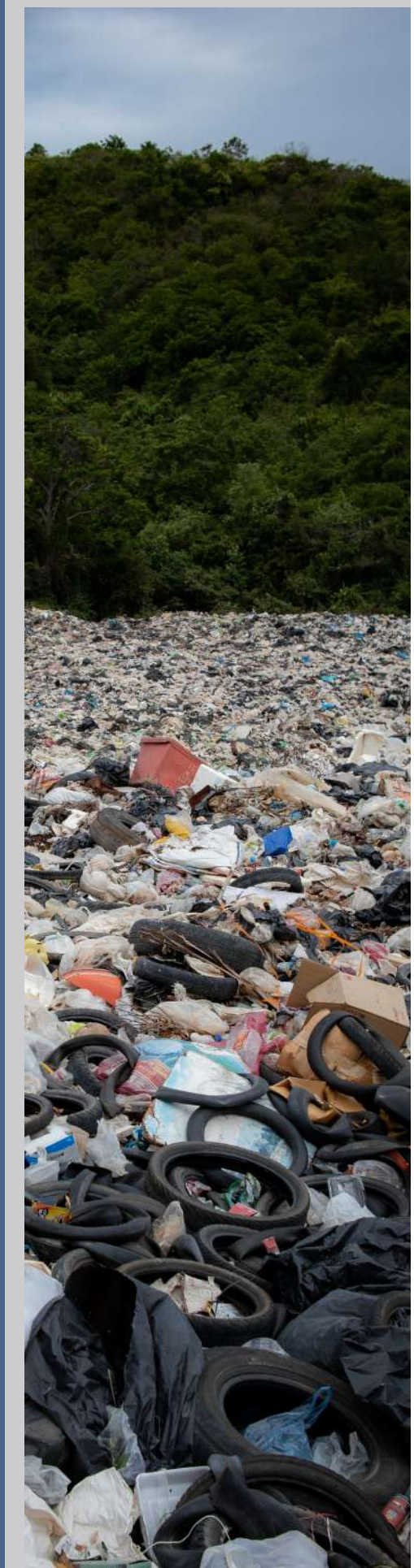
हम में से कई लोगों ने कई ऐसे क्षण का अनुभव किया होगा ... जीवन की भाग-दौड़ के दौरान बिखरे हुए ठहराव के चंद पल , खासकर जब हम अपने युवावस्ता के सपनों के बारे में याद करते हैं ... उन शानदार जुनून और महत्वाकांक्षाओं जिन्हे हम हासिल करना चाहते थे, लेकिन आत्म-संदेह और अपर्याप्तता की भावना के वजह से जिन्हे हमने साकार करने की कोशिश नहीं किया। खैर, "ए बमबलबी' स बालकनी" एड्रिनलिन का वह घूँट है जो हमें अपने लक्ष्यों को खोजने के लिए प्रेरित करता है - हालांकि यह बहुत बड़े या अवास्तविक या असंभव क्यों न लगे। यह एक सच्चा जीवन गाथा है जो नकारात्मकता और निराशा के लिए प्रतिकार है। यह न केवल सफलता के लिए नियमावली है, बल्कि सफल जीवन के लिए भी नियमावली है।

सुश्री सुंदरी शिवसुब्बू, जो खुद एक पेशेवर लेखिका हैं, की यह लेख, दोषरहित और ज्वलंत है और आपके मन में लीन रहता है। लेख का कथन स्वाभाविक है, और आपको कहानी की सेटिंग का एहसास दिलाता है। श्रीविकुंठम नामक एक छोटी सी गाँव में पली-बढ़ी सुंदरी के शब्दों में उनके जीवन के ख़ुशी और गहन क्षणों के बारे में, उनके परिवार, उनकी जीवन और रोजमर्रा के साधारण और असाधारण अनुभवों के बारे में पड़ना आनंदमय है। अपने स्कूली जीवन और चेन्नई शहर में अपने कॉर्पोरेट जीवन के बारे में उनका वर्णन दोनों ही प्रभावी है।

अपने जीवन के शुरुआती वर्षों, जन्म (विचारशील पुनर्निर्माण और ज्वलंत यादों का संयोजन), और उनके जन्म के पूर्व उसके माता-पिता के साथ उनकी पारस्परिक विचार-विमर्श इन सबका उनका वर्णन बहुत ही आश्चर्यजनक है ! इससे आपको पता चलता है कि वह सिर्फ एक प्रतिभाशाली लेखक नहीं है, बल्कि एक सहजज्ञ भी हैं।

पुस्तक में वे सेरेब्रल पाल्सी युक्त बच्चे और उनके माता-पिता के अनगिनत कठिनाईयों के बारे में बताते हैं - और इसके बाकि विकलांगताओं के लिए भी कैसे वाग्विस्तार किया जा सकता है। कथा पाठक में समानुभूति पैदा करता है, सहानुभूति नहीं। अपने जीवन के सबसे कठिन क्षणों के बारे में बताते समय भी सुंदरी के कथन में एक कण भी कड़वाहट और नकारात्मकता नहीं है, जो पाठकों पर सबसे शक्तिशाली प्रभाव छोड़ती है। मैं आशा करती हूँ कि यह मेरे साथ बने रहे और मेरे मनोभाव और व्यवहार को प्रभावित करें।

नागरिकता की भावना और अतुल्य भारत!



शिक्षित हो या अशिक्षित, लोगों में वर्तमान समय में नागरिकता की भावना एक सर्वकालिक निम्न स्तर तक गिर गई है। डॉ. केतना एल मेहता फाउंडर ट्रस्टी, नीना फाउंडेशन पूछती हैं कि जिस तरह हम अपने घरों को स्वच्छ रखते हैं, क्या हमे अपने आसपास के वातावरण को भी स्वच्छ रखने का संकल्प नहीं लेना होगा?

भले ही भारत की शिक्षित आबादी काफी अधिक है, लेकिन सामान्य रूप से जनता की नागरिकता की भावना भयावह है। यदि नागरिकता की भावना की कमी के लिए श्रेणी सूचकांक है, तो भारत निश्चित रूप से इस सूची में अग्रणी होगा!

अधिकांश पश्चिमी देशों में प्रशासन द्वारा नागरिक भावना को नियंत्रित किया जाता है। उदाहरण के लिए, यदि कुत्ते के मालिक अपने कुत्तों के मलमूत्र को नहीं उठाते हैं, तो उनकी पहचान की जाती है और पालतू जानवरों को रखने का उनका लाइसेंस रद्द कर दिया जाता है।

आम तौर पर, भारतीयों को सार्वजनिक स्थानों में कूड़ा डालने और थूकने की आदत है, सड़कों पर सिगरेट के टुकड़े फेंकना और दिन के उजाले में सड़क के कोने में पेशाब करना। घरों को बेदाग साफ रखा जाता है, लेकिन गलियों, सड़कों, फ्लाईओवर के नीचे, सभी जगह कचरा होता है। अधिकांश शहरों के पतन के हद पर विश्वास करने के लिए वहाँ के बदबू का अनुभव किया जाना चाहिए। हर जगह यह एक आम दृश्य बन गया है: छत के पानी के टैंक का बह निकलना, पुरानी नलों से टपकती पानी, टूटी हुई पाइपलाइनें, टूटी हुई सड़कें, दिन के समय भी जलते हुए सड़क की बत्तियाँ, सड़क / पुल निर्माण के अवशेष जो पैदल चलने वालों के आसपास असुविधाजनक रूप से पड़ा हो। मूवी थिएटर, जहाँ टिकटों की कीमत 800 रुपये से अधिक है, सीटों और फर्श पर पड़े पॉपकॉर्न, नीचे गिरे भोजन, डिब्बे, पेपर पैकेट आदि के साथ कचरे के ढेर में बदल जाते हैं। एक ऐसा देश जहाँ लोग भोजन का सम्मान करते हैं, लेकिन वास्तव में थिएटर के अंदर, उसी पर पाँव रकते हैं! क्या हम अपने घरों में भी ऐसे ही खाते हैं?

आवासीय भवन परिसर में चारों ओर कागज, केले के छिलके, भोजन के पैकेट, टेट्रा पैक और यहाँ तक कि बाल बिखरे हुए हैं। इस बात के बावजूद कि इनमें से कुछ शानदार गटेड सोसायटी हैं, जहाँ सामूहिक आय काफी अधिक होगी। औसतन, महिलाओं (और कुछ पुरुष भी!) के लंबे बाल होते हैं और लोगों का आदत है कि वे बालों को कंघी करने और खिड़की के बाहर बाल फेंकने की होती है, जो कभी-कभी नीचे (पड़ोसी की) रसोई में पकाया जा रहे गर्म सांभर में जा गिरता हो। यह बहुत ही अस्वास्थ्यकर है।

अधिकांश भारतीय शहरों में स्ट्रीट फूड बहुत लोकप्रिय है, और उपयोग किये गए पेपर कप, टिशयू और बाकी चीज़ों को विक्रेता के ठीक बगल में फेंका जाता है। मक्खियों और अन्य कीड़े इन खाद्य पदार्थों और गाड़ी के खाद्य पदार्थों पर बैठते हैं। उपेक्षित बह निकलता हुआ नाली मच्छरों के प्रजनन का केंद्र बन जाता है, जिससे गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं होती हैं।

राहगीरों की परवाह किए बिना, घर की खिड़कियों के बाहर अवांछित सामान फेंकना, कूड़े से निपटने का सबसे सरल तरीका है। चलती कारों / बस / ट्रेनों के बाहर फेंकना या थूकना भी आम व्यवहार है। पान चबाना कई लोगों के लिए एक पुरानी आदत है, और लाल लार गाड़ियों, बसों, प्लेटफार्मों, इमारतों और सड़कों की सीढ़ियों में थूका जाता है। बहुत जल्द, हम मुंबई जैसे शहरों का नाम बदलकर "लाल शहर" रख सकते हैं। जैसे कि जयपुर को गुलाबी शहर कहा जाता है!

मूवी थिएटर,जहाँ टिकटों की कीमत 800 रुपये से अधिक है, सीटों और फर्श पर पड़े पॉपकॉर्न, नीचे गिरे भोजन, डिब्बे, पेपर पैकेट आदि के साथ कचरे के ढेर में बदल जाते हैं।
क्या हम अपने घरों में भी ऐसे ही खाते हैं?

दूसरों के व्यक्तिगत स्थान का सम्मान किये बिना भीड़-भाड़ वाली सड़कों पर चलते हुए लोगों को धकेलना और स्पर्श करना, सार्वजनिक रूप से अपने निजी भागों को खरोंचने और महिलाओं के शारीरिक रचना को घूरना,कई पुरुषों द्वारा उनका जन्मसिद्ध अधिकार माना जाता है। टैक्सी ड्राइवरों अपने पीछे-देखने के दर्पण को समायोजित करते हैं ताकि वे महिला यात्रियों को देख सकें और उनके साथ अश्लील व्यवहार कर सकें, उन्हें असहज और संदिग्ध बना सकें; बस या ट्रेन में बैठे महिला यात्रियों की कोहनी या जांघों को जानबूझकर और अनुचित तरीके से छूना , और किसी भी तरह की तीक्ष्ण दृष्टि या डांट-फटकार उनके विकृत व्यवहार को सही नहीं करती है। भीड़-भाड़ वाली बस में चढ़ने के लिए बुजुर्ग, बच्चों और महिलाओं को धक्का देकर बस की कतार तोड़ना; रेस्तरां और पार्कों में जोर-जोर से बातें करना, अपने मोबाइलों पर जोर-जोर से बातें करना और वृद्धों या विकलांगों के लिए आरक्षित सीटों पर बैठना और उन सीटों से उठने से इनकार करना - बुनियादी मूल्यों और नागरिकता की भावना के पूर्ण अभाव को प्रस्तुत करता है। स्थानीय ट्रेनों को कभी-कभी शौचालय और वॉशरूम के रूप में उपयोग किया जाता है, जिससे गंदगी और बदबू फैलती है और दूसरों के लिए उनमें बैठना असंभव बना देती है।

भारत के गौरव को पुनः प्राप्त करने के लिए सामाजिक नैतिकता शैक्षिक मॉड्यूल के रूप में विकसित किया जाना चाहिए और नागरिकता की भावना को एक स्थायी सर्वश्रेष्ठ अभ्यास के रूप में, बच्चों से लेकर वरिष्ठ नागरिकों तक सभी को सिखाया जाना चाहिए।

क्या हमे अन्य मनुष्यों के लिए सम्मान नहीं दिखाना चाहिए और सदियों पुराने संस्कृत श्लोकों ने हमें क्या सिखाया है - वसुधैव कुटुम्बकम - जिसका अर्थ है "दुनिया एक परिवार है"

भारत के गौरव को पुनः प्राप्त करने के लिए सामाजिक नैतिकता क्षिक मॉड्यूल के रूप में विकसित किया जाना चाहिए और नागरिकता की भावना को एक स्थायी सर्वश्रेष्ठ अभ्यास के रूप में, बच्चों से लेकर वरिष्ठ नागरिकों तक सभी को सिखाया जाना चाहिए।

ABILITYFEST® 2019

एबिलिटीफेस्ट 2019

दर्शकों के राय

ये ऐसी फिल्में हैं जिन्हें हम जीवन भर याद रखेंगे। इनको हमारे पास लाने के लिए एबिलिटी फाउंडेशन को धन्यवाद! - अनाम

"बहुत अच्छी फिल्में। यह फिल्म हर किसी को एक अलग ऊर्जा लाती है। बहुत अच्छी बातें। आपको बहुत बहुत धन्यवाद"

- के.एस. शास्त्री

दिखाए गए सभी फिल्में प्रेरणादायक हैं। हर किसी को थोड़ा बहुत मूल्यवान समर्थन की आवश्यकता होती है। इन फिल्मों ने मेरा दिन बना दिया।

- विद्या

ऐसे महत्वपूर्ण और शक्तिशाली मुद्दे वाले फिल्मों का अविश्वसनीय चयन। हमें इस तरह के त्योहारों की अधिक आवश्यकता है! सच में मन को छूने वाला काम।

– क्रेग जेनकिंस

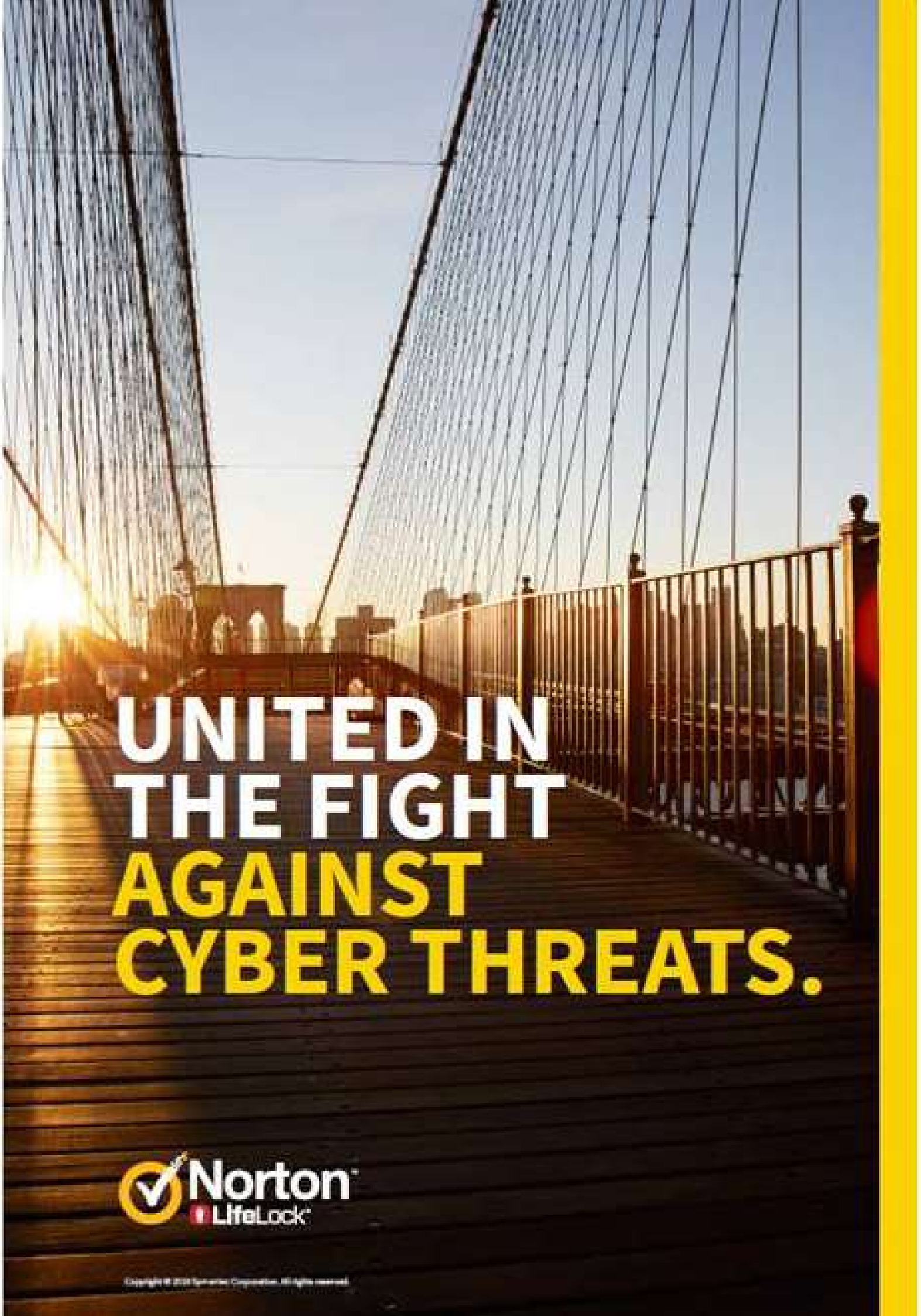
ऐसे महत्वपूर्ण और शक्तिशाली मुद्दे वाले फिल्मों का अविश्वसनीय चयन। हमें इस तरह के त्योहारों की अधिक आवश्यकता है! सच में मन को छूने वाला काम। उत्कृष्ट चित्रण, वास्तव में समाज के लिए अच्छा संदेश है कि वे समावेशी हों और विकलांगों के प्रति सहानुभूति रखें और उनमें छिपी प्रतिभा को बाहर लाएं। बहुत बढ़िया।

- जयचंद्रन के

ऑडियो वर्णन के साथ 'विश्वसम' की स्क्रीनिंग पर:
यह एक बहुत अच्छा समावेशी प्रयास था। बहुत ही साफ सुथरा, संक्षिप्तता के साथ किया जाता है। यह आसानी से सभी फिल्मों का हिस्सा हो सकता है।

– भुवनेश्वरी

आपका बहुत बहुत धन्यवाद। पिछले 3 दिनों से मैं सबसे सशक्त माध्यम 'फिल्मों' का आनंद ले रहा हूं। कुछ फिल्में वास्तव में हमे परेशान करती हैं और त्योहार के वास्तविक उद्देश्य को पूरा करती हैं।यह 8 वां संस्करण एक बार फिर से समाज को हमे अपने लक्ष्य प्राप्त करने और विकास की ओर बढ़ने के लिए याद दिलाता है। एक वृत्तचित्र निर्माता के रूप में, मुझे यकीन है कि कुछ फिल्में कई जीवन को प्रभावित करेंगी और चुनौतियों के साथ बदल सकती हैं। - ज़ायद



Copyright © 2019 Symantec Corporation. All rights reserved.