এই লেখাটি "দি ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিষ্ট" এর ষষ্ঠ সংখ্যায় প্রকাশিত হয়েছিল।

"কি করে বলি আমি HIV পজিটিভ???"

অরুন্ধিয়া জায়দী উর্মি
কাউন্সেলর
জাগরী, আই সি ডি ডি আর.বি

রাজু ঢাকা শহরের একটি বিখ্যাত রেস্টুরেন্টে চাকরী করে, বয়স ৩০ বছর। একই ধরনের কাজ করতে করতে রাজুকে একঘেয়েমীতে পেয়ে বসে, তাই সে একটি ট্রাভেল এজেন্সীর মাধ্যমে বিদেশ যাওয়ার চেষ্টা করে। প্রয়োজনীয় রক্ত পরীক্ষার সময় ধরা পড়ে যে রাজু এইচ আই ভি আক্রান্ত। রাজু বিশ্বাসই করতে পারেনা যে সে এইচ আই ভি পজিটিভ। পর্যায়ক্রমে সে শহরের নামকরা সব ডায়াগনোস্টিক সেন্টারে পরীক্ষা করায় এবং সব খানেই একই ফলাফল আসে। রাজু অনেক চিন্তা করার পর খুঁজে পায় যে, পাঁচ বছর আগে সে যখন ভারত এর মুম্বাইতে একটি রেস্টুরেন্টে কাজ করত তখন কিছু অসাবধানতার কারণে হয়ত সে এই রোগে আক্রান্ত হয়েছে!

কাউকে বলতে পারেনা রাজু, কি মনে করবে সবাই, ছিছি করবে, ঘৃণা করবে তাকে। পারু হয়ত তাকে ছেড়েই চলে যাবে... পারু তার সুন্দরী স্ত্রী, যাকে সে বিয়ে করেছিল ভারত থেকে বাংলাদেশে ফেরার পর। তিন বছরের একটি ফুলের মত মেয়ে তাদের। কে জানে হয়ত ওরা দুজনও

> পারু যেহেতু তাকে অসম্ভব ভালবাসে, অতীতের অনেক ঘটনাই তার প্রমাণ, তাই যতই মন খারাপ করুক না কেন, রাজু যে এইচ আই ভি আক্রান্ত এ কথা অন্য কারো মুখ থেকে শোনার আগে যদি রাজুর মুখ থেকে শোনে, তাহলে অন্ততঃ রাজুকে সে বিশ্বাসঘাতক মনে করবে না

এতদিনে এইচ আই ভি আক্রান্ত হয়ে গেছে। একটা বোবা কষ্ট নিয়ে রাজুর দিন অতিবাহিত হতে থাকে। কাউকে সে কিছু বলতে পারে না।

এক বছর পর রাজুর শরীরে নানা রকম অসুস্থতা দেখা দেয় ঃ ঘন ঘন জ্বর, পাতলা পায়খানা, মুখে অরুচি, কিছু খেতে পারে না; দিনে দিনে ওজনটাও কমে যাচ্ছে মনে হয়।

অনেক চিন্তাভাবনার পর সে স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়ে যায়। সেখানে তার এক দূর সম্পর্কের আত্মীয় চাকুরী করেন, তাঁকে শরীরের অবস্থার কথা খুলে বলে রাজু। তিনি রাজুকে পাঠান একটি এইচআইভি কাউন্সেলিং ও টেস্টিং সেন্টারে। সেখানে রাজুর এইচআইভি নিশ্চিতকরণ পরীক্ষা করানো হয় এবং সে যে আসলেই এইচআইভি পজিটিভ সেটা নিশ্চিত করা হয়। একজন মনোবিজ্ঞানী তাকে কাউন্সেলিং এর মাধ্যমে সবকিছু বুঝিয়ে বলেন এবং সে কিছুটা আশ্বস্ত বোধ করে। এতদিনকার চাপ ধরা কষ্ট কিছুটা হলেও যেন হাল্কা হয়।

কিন্তু সমস্যা হচ্ছে স্ত্রী পারু আর মেয়ে ঐথিকে নিয়ে। ওরা এইচ আই ভি আক্রান্ত কিনা তা কি করে বুঝা যায়? রাজু চায় তার স্ত্রীকে এইচ আই ভি'র কথা না বলে জন্ডিস আছে কিনা সে সংক্রান্ত রক্ত পরীক্ষার কথা বলে ওই সেন্টারে নিয়ে আসতে। কিন্তু কাউন্সেলর তাকে বুঝায় যে, মিথ্যা বলে এইচ আই ভি পরীক্ষা করানো সম্ভব নয়। কেউ এইচ আই ভি পরীক্ষা করাবে কি করাবে না সেটা সম্পূর্ণ তার নিজের সিদ্ধান্ত ও অধিকার। সেই অধিকার খর্ব করা সম্পূর্ণ অনুচিত এবং পেশাগত দিক থেকে একটি অনৈতিক কাজ এবং গর্হিত অপরাধ।

রাজু তখন তার ভয়ের কথা উল্লেখ করে বলে যে পারুকে সে ভীষণ ভালবাসে, তাই পারু তাকে ছেড়ে চলে গেলে সে বাঁচবেনা। আর তাদের মেয়ে ঐথির'ই বা কি হবে? রাজু খুব মুষড়ে পড়ে।

এরপরে কাউন্সেলর তাকে পরবর্তী কয়েকটি সেশনে এই বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনার আহ্বান জানান। কাউন্সেলর তার সঙ্গে যে বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করেন তা হল ঃ স্ত্রীর কাছে নিজের এইআইভি অবস্থা প্রকাশ করার অসুবিধা ও সুবিধাগুলো কি কি। সুবিধা- অসুবিধাগুলো রাজুর মুখ থেকে শোনার পর সেগুলোকে দুইটি সারিতে লিপিবদ্ধ করেন কাউন্সেলর। এরপর প্রত্যেকটি পয়েন্ট ধরে ধরে আলোচনা করা হয়। পরিশেষে দেখা যায় যে,.যদিও প্রাথমিক অবস্থায় স্ত্রীর জন্য এটা একটি বড় ধরনের আঘাত এবং সে কান্নাকাটি থেকে শুরু করে বকাঝকা/ রাগারাগি ইত্যাদি করতে পারে, তবে পরবর্তীতে সুবিধার পরিমাণটাই বেশী।

আলোচনার মাধ্যমে রাজু এটাও উপলব্ধি করল যে, পারু যেহেতু তাকে অসম্ভব ভালবাসে, অতীতের অনেক ঘটনাই তার প্রমাণ, তাই যতই মন খারাপ করুক না কেন, রাজু যে এইচ আই ভি আক্রান্ত এ কথা অন্য কারো মুখ থেকে শোনার আগে যদি রাজুর মুখ থেকে শোনে, তাহলে অন্ততঃ রাজুকে সে বিশ্বাসঘাতক মনে করবে না এবং ছেড়েও যেতে পারবেনা।

এছাড়া পারু যে আজকাল প্রায়ই আরেকটি বাচ্চা নেয়ার জন্য জোরাজুরি শুরু করেছে, সেটাও তাহলে আর করবেনা সবকিছু জানার পর। সবচেয়ে বড় কথা, তার এখনকার এই শারীরিক অবস্থায় পরিবারের যত্ন তার সব থেকে বেশী প্রয়োজন। তার স্ত্রী যদি নাই জানতে পারে তাহলে তার খাওয়া দাওয়া, ওষুধ, পথ্য এসবের ব্যাপারে যত্নশীল হবে কিভাবে।

পরিশেষে রাজু সিদ্ধান্ত নেয় যে সে পারুকে ,শুধুমাত্র পারুকেই, সব খুলে বলবে। কিন্তু কিভাবে বলবে ভেবে পায়না। এ ব্যাপারে সে আবারো কাউন্সেলরের সঙ্গে কথা বলে এবং কাউন্সেলিং এর সময় রোল প্লে'র মাধ্যমে নিজেকে স্ত্রীর কাছে প্রকাশ করার ধাপগুলো বের হয়ে আসে।

শেষে একদিন একটি সুন্দর পরিবেশে ঘনিষ্ঠ সময় কাটানোর সময় সে নিজের অবস্থার কথা খুলে বলে। যদিও এর আগে সে বিভিন্ন সময়ে এইচ আই ভি এইডস নিয়ে পারুর সঙ্গে কথা বলেছে, নিজের একজন বন্ধু এই রোগে আক্রান্ত হয়েছে বলে পারুকে জানিয়েছে। কিন্তু যেদিন নিজের কথা প্রকাশ করল, সেদিন পারু কান্নায় ভেঙ্গে পড়ল। রাজু তখন কাউন্সেলরকে ফোন করল, কাউন্সেলর পারু'র সঙ্গে কথা বললেন এবং তাকে শান্ত করার চেষ্টা করলেন টেলিফোনের মাধ্যমে।

পরবর্তীতে পারুকে পরীক্ষা করে দেখা যায় যে, সে এইচআইভি আক্রান্ত হয়নি। রাজু ও পারু দুইজনেই খুশী হয়ে যায়।

যেহেতু পারু নেগেটিভ তাই আর ঐথিকে পরীক্ষা করানোর প্রয়োজন হয় না।

কাউন্সেলরের সাথে পরামর্শ করে রাজু পারুর জন্য একটি আয়ের উৎস তৈরী করে দেয় যাতে করে যখন রাজু একেবারেই অসুস্থ হয়ে পড়বে বা পৃথিবী থেকেই বিদায় নিবে, তখন তার পরিবার অসহায় অবস্থার না পড়ে, মেয়ে ঐথির লেখাপড়া যেন বন্ধ না হয়, মেয়েকে নিয়ে যে তার অনেক স্বপ্ন।

আজ পারু একটি ফোন ফ্যাক্সের দোকান দেখাশোনা করে। ঐথি স্কুলে ভর্তি হয়েছে। আর রাজু? বুকের কষ্ট থেকে মুক্ত হয়ে, হাল্কা মন নিয়ে সে, রেস্টুরেন্টের চাকুরী ছেড়ে অন্য একটি এনজিওতে চাকুরী করছে। কাউন্সেলরের মাধ্যমেই সে একটি এইচ আই ভি পজিটিভ গ্রুপ এর সন্ধান পেয়েছিল, যারা শুধু যে তাকে বিনা পয়সায় ঔষধপত্র দিয়ে সহযোগিতা করেছে তা না, পাশাপাশি তাকে এই এনজিও তে চাকুরীর ব্যবস্থা করে দিয়েছে, একটি সাংস্কৃতিক গ্রুপের সদস্য করে দিয়েছে যেখানে আজ কোরাসে গান করে রাজুঃ "ও আমার দেশের মাটি, তোমার পায়ে ঠেকাই মাথা ..."

বিঃ দ্রঃ সবগুলো নামই কাল্পনিক, গল্পটি সত্য।

লেখক পরিচিতি

অরুন্থিয়া জায়দী উর্মি, ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের চিকিৎসা মনোবিজ্ঞান বিভাগ হতে এম, এস,সি, ডিগ্রী অর্জন করেছেন। তিনি বর্তমানে আই সি ডি ডি আর.বি-এর জাগরী, ভলান্টারী কাউন্সেলিং ও টেস্টিং ইউনিট-এ কাউন্সেলর ও সেন্ট্রাল কো-অর্ডিনেটর পদে নিযুক্ত।

সুস্থ মা ও শিশু একটি সুস্থ এবং উন্নত সমাজ ও জাতির মূলভিত্তি।