बदलती राहें

Gunjan

वर्ष 01, अंक 21

धर्मशाला, सोमवार, 20 जूलाई 2015

अमृत लाल शर्मा के निधन से समाजिक क्षेत्र को हुई अपार क्षति

- प्रशासनिक अधिकारी के पद से सेवानिवृत्ति के बाद सामाजिक क्षेत्र में हुए थे सक्रिय
- बेटी को एयरपोर्ट छोड़ कर लौटते समय आनंदपुर साहिब में हुआ हादसा

समाजसेवी एवं सेवानिवृत्त प्रशासनिक अधिकारी अमृत लाल शर्मा का एक सड़क दुर्घटना में निधन हो गया। सोमवार 20 जुलाई की शाम को धर्मशाला वापिस लौटते समय पंजाब के आनंदपुर साहिब के समीप उनका वाहन सड़क दुर्घटना का शिकार हो गया। उन्होने हादसे के स्थल से अस्पताल तक जाते जाते रास्ते में दम तोड़ दिया। उनकी पत्नी रेणु, भाई नरेश तथा

भाभी अंजू को गंभीर हालत में मैक्स चंड़ीगढ ले जाया गया जहां उनकी पत्नी का उपचार आंरभ कर दिया तथा भाई और भाभी को आर्मी अस्पताल चंड़ीगढ में अगामी उपचार के लिये

भेज दिया गया। उनकी पत्नी को अस्पताल से छुट्टी दे दी गई है तथा भाई और भाभी की हालत अभी गम्भीर लेकिन स्थिर बनी हुई है। जानकारी के अनुसार अमृत लाल शर्मा चंडीगढ़ से अपनी बेटी को इग्लैंड के लिए रवाना करने के बाद धर्मशाला वापिस आ रहे थे।

स्वर्गीय शर्मा जी अपने पीछे पत्नी रेणु , बेटा अखिल, और बेटी अदिति को छोड़ गए हैं।

वे मंडी जिला के अहजू के पास स्थित चक्का (त्रामट) गांव के रहने वाले थे। रिटायरमेंट के बाद वे धर्मशाला में ही रह रहे थे। उनका अंतिम संस्कार बुधवार 22 जुलाई को उनके पैतृक गांव में किया गया। इस अवसर पर भारी संख्या में लोगों ने उनकी अंतिम यात्रा में पहुंच कर उन्हें अश्रुपूर्ण विदाई दी।

अमृत लाल शर्मा 31 मई, 2011 हिमाचल प्रशासनिक सेवा से बतौर एडीएम कांगड़ा सेवानिवृत्त हुए थे। उन्होंने वर्ष 1979 से एचएएस की परीक्षा पास करने के बाद कोषाधिकारी के रुप में अपने करियर की शुरुआत की। उन्होंने उप निदेशक कोष तथा उपनिदेशक स्टेट लाटरी के रुप में 1997 तक कार्य किया, उनको हि० प्र० प्रशासनिक सेवा में प्रवेश मिला। तदनन्तर 1997 में हि० प्र० प्रशासनिक सेवा में आने के बाद उन्होंने चुवाड़ी, धर्मशाला, अंब और कांगड़ा में विभिन्न पदों पर कार्य किया।

इस दौरान वह एनआईटी हमीरपुर में रजिस्ट्रार के पद भी तैनात रहे। साथ ही अधीनस्थ सेवाएं चयन बोर्ड हमीरपुर के सचिव के तौर पर भी उन्होंने कार्य किया। सेवापरायणता, कर्तव्यनिष्ठा, निष्पक्षता, ईमानदारी आदि गुणों से पूर्ण शर्मा ने सेवा के दौरान कभी समझौता नहीं किया।

8 मई, 1953 – 20 जुलाई, 2015

भगवान दिवंगत आत्मां को शांति प्रदान करे।

अमृत लाल शर्मा का जन्म 8 मई, 1953 को हुआ था। सरल, सहज एवं मृदु स्वभाव के मालिक अमृत लाल शर्मा ग्रामीण पृष्ठभूमि से संबद्ध थे और उन्हे अपने ग्रामीण होने का गर्व था। ग्रामीण लोगों के साथ उनकी सहानुभूति जग जाहिर है।

सेवानिवृत्ति के पश्चात् भी उन्होंने धर्मशाला में दो वर्ष तक बतौर मनरेगा लोकपाल के तौर पर अपनी सेवाएं उपलब्ध करवाई। इस दौरान वह गैर सरकारी संगठन, रैम्पस के संस्थापक मण्डल के सदस्य एवं उपाध्यक्ष बने तथा प्राकृतिक आपदाओं के प्रति लोगों को संवेदनशील बनाने में तत्पर रहे। उन्होंने एक अन्य स्वयंसेवी संस्था गुंजन के साथ मिल कर वरिष्ठ नागरिकों के कल्याण तथा समाज में एच.आई.वी., कन्या भ्रूण हत्या, नशा निवारण तथा महिला सशक्तिकरण पर कार्य किया। रैम्पस संस्था के अध्यक्ष पीपी रैणा के अनुसार उनके बिना संस्था के काम काज अपूर्णीय क्षति हुई है।

रैम्प की गतिविधियों तो अमृत लाल शर्मा का एक विशेष योगदान रहा है, जिसकी कमी हमेशा महसूस की जाती रहेगी। कचरा प्रबंधन तथा ग्रामीण स्वच्छता जैसे विषय उनके मनपसन्द विषय रहे हैं। इन क्षेत्रों में इनका सराहनीय योगदान रहा है। पीपी रैणा के अनुसार उनकी अकाल मृत्यु के साथ ही रैंम्पस के रथ का एक पहिया टूट गया है, जिसे जोड़ पाना लगभग अंसभव सा प्रतीत होता है।

अमृत लाल शर्मा के अचानक चले जाने से सामाजिक क्षेत्र में कार्यरत संस्था गुंजन को भी अपार क्षति हुई है। शर्मा जी सेवानिवृत्ति के बाद सामाजिक क्षेत्र से जुड़ कर समाजसेवा के कार्य में जुट गए थे। गुंजन को अपना अनुभवी परामर्श देते रहे हैं। उन्होंने गुंजन के सहयोग से चल रहे बच्चों व वरिष्ठ नागरिकों के उत्थान के कार्यक्रमों में भी भरपूर योगदान दिया था। संस्था के निदेशक संदीप परमार ने बताया कि शर्मा जी के अचानक इस तरह ले जाने से उन्हें भी अपार क्षति हुई है।

उजली किरण

शराब के नशे की विषाक्तता के इलाज के लिए चिकित्सीय प्रबंधन जरूरी

● शराब की लत के इलाज के दौरान रोगी होता है गंभीर लक्षणों का शिकार ● इमरजेंसी से निपटने के लिए स्थानीय चिकित्सक के जरिए रिकार्ड रखना जरूरी

डिटाक्सिफिकेशन या निर्विषिकरण नशे के लक्षण की वापसी सुनिश्चित करने के लिए एक चिकित्सा प्रबंधन की प्रक्रिया है। इसे सुरक्षित और आरामदायक तरीके से नियंत्रित किया जाता है। गैस्ट्रिटिस, न्युरैटिस और अत्याधिक शराब पीने से जुड़ी अन्य बिमारियों जैसी आम शारीरिक समस्याओं से निपटने के लिए और लक्षण वापसी पर काबू रखने में मदद करने के लिए चिकित्सा प्रबंधन की जरूरत होती है।

स्थानीय चिकित्सक द्वारा कैंप से पूर्व मैडिकल चैकअप करना

नशानिवारण कैंप के आयोजन से पूर्व स्थानीय डाक्टर द्वारा मरीज का चैकअप करना जरूरी होता है। इसके तहत निम्न जानकारी जुटाई जाती है:-

क. संक्षिप्त जानकारी:- इसके तहत मरीज से पूछा जाता है कि वह कितने सालों से नशा कर रहा है और कितनी मात्रा व आवृत्ति में शराब पीता है। संयम का कोई समय है। शराब न पीने पर वह नींद की कमी, भूख न लगना, झटके लगना, दौरे पड़ना, मतिभ्रम जैसी समस्याओं का सामना करता है कि नहीं।

ख. पहले करवाए गए इलाज की जानकारी:- मरीज से पूर्व में करवाए गए इलाज की जानकारी मांगी जाती है। उसे पूछा जाता है कि कहीं उसे पूर्व में टीवी, उच्च रक्तचाप या मधुमेह की बीमारी तो नहीं हुई थी।

ग. पूर्व की दिमागी समस्याएं:- ऐसे मरीज से यह भी जानकारी ली जाती है कि कहीं वह पूर्व में डिप्रेशन, आत्महत्या की कोशिश करने, मतिभ्रम या पागलपन का शिकार तो नहीं हो चुका है।

इस दौरान सावधानी पूर्वक मरीज की शारीरिक जांच भी की जाती है। इसके तहत उसकी नाड़ी, रक्तचाप व मूत्र में शूगर की जांच करना अनिवार्य होता है। अगर वह हाल ही में दौरे पड़ने की समस्या से बाहर आया है, तो चिकित्सक को उसे दवाई लिखनी चाहिए ताकि उसे दोबारा ऐसा न हो। साथ ही उसे दो या तीन दिन बाद दोबारा चैकअप करवाने की सलाह दी जानी चाहिए।

जिन मरीजों में नशा छुड़ाने के दौरान धक्के लगने के साथ ही भारी पसीना आने, चेहरा लाल होने और मतिभ्रम जैसे गंभीर लक्षण पैदा हो सकते हैं। उन्हें कैंप में इलाज के लिए नहीं चुना जाना चाहिए। इसके अलावा उन मरीजों को भी नशानिवारण कैंप से दूर रखा जाता है, जिन्हें अनियंत्रित

मधुमेह, बहुत उच्च रक्तचाप, दिल की बीमारी और क्षयरोग जैसी पेचिदी बीमारियां हों या हो चुकी हों।

यह सारी प्रक्रिया नशानिवारण कैंप शुरू होने से 15 दिन पूर्व ही निपट जानी चाहिए। इसके साथ ही मरीज की होम डिटाक्सिफिकेशन शुरू कर दी जानी चाहिए।

लक्षणों का प्रबंधन

शराब उत्पादों का सेवन बंद करने से गंभीर लक्षण उत्पन्न हो जाते हैं। सेवन बंद करने के लक्षण सामान्यत: अंतिम बार शराब पीने के छह से 48 घंटों के बाद शुरू हो जाते हैं। जिन मरीजों का चुनाव कैंप के लिए किया जाता है, उनमें शराब छोड़ने के चार से पांच दिनों तक ऐसे लक्षण हो सकते हैं। इन लक्षणों को कम करने और मरीज को इलाज से पूर्व चिंतामुक्त करने के लिए क्लोरडाइजिपोक्साइड दवा की मात्रा कैंप शुरू होने के दस दिन पूर्व से दी जाती है। यह दवा डाक्टर की सलाह के अनुसार रात को खाने के बाद सोते समय दस से 50 मिलीग्राम की मात्रा में ली जाती है। यह मरीज को सोने में भी मदद करती है। इसके अलावा विटामिन की खुराक व लिवर सप्लिमेंट्स भी दिए जाते हैं। साथ ही मरीज को ज्यादा मात्रा में तरल लेने की सलाह ली जाती है। इसमें निंबू जूस या मक्खन दूध शामिल होता है।

शराब विषाक्तता से उत्पन्न तीव्र उन्माद (डिलिरिअम ट्रिमेन्स)

शराब की लत के कारण उत्पन्न तीव्र उन्माद या प्रलाप इसे छुड़ाने की प्रक्रिया का एक गंभीर रूप होता है। डिलिरिअम ट्रिमेन्स (डीटी) अवस्था पांच फीसदी शराबियों में हो सकती है। इसके लक्षण इस प्रकार से होते हैं:-

भ्रम की स्थिति

समय, स्थान व व्यक्तियों को लेकर भटकाव

अधिक पसीना आना

भ्रम विपरित करने का साक्ष्य होने के बावजूद अड़िग विश्वास

ज्वलंत मतिभ्रम जो नहीं है वे दिखाई देना और आवाजें सुनना

सामान्यीकृत झटके

स्वायत्त तंत्रिका तंत्र की अत्याधिक गतिविधि

डीटी को एक मेडिकल इमरजेंसी के तौर पर देखा जाता है। ऐसे मरीज को 24 घंटे की चिकित्सीय देखभाल की जरूरत होती है। यह समस्या दस फीसदी मामलों मे गंभीर हो सकती है। इसका इलाज जल्द किया जाना चाहिए। इलाज की विभिन्न प्रक्रियाओं द्वारा शराब की विषाक्तता को रोका जा सकता है। ऐसे मरीजों को उन नजदीकी अस्पतालों तक ले जाया जाना चाहिए, जो 24 घंटे सेवाएं प्रदान करते हों। इमरजेंसी के दौरान ऐसे मरीजों को तुरंत उपचार की व्यवस्था मुहैया करवाने के लिए ऐसे नर्सिंग होम्स या अस्पताल की पहचान करके रखनी चाहिए, जहां आईसीयू की व्यवस्था हो।

विड्राल सिजर्स

शराब छोड़ने पर कुछ मरीजों में विड्राल सिजर्स (ऐंठन/दौरे पड़ना) की समस्या पैदा होती है। इसके लिए मरीज को इस समस्या के लिए दी जाने वाली दवाओं की डोज दी जानी चाहिए। इनमें इंट्राविनस डायजीपाम 10 एमजी तुरंत देनी चाहिए। साथ ही फिलाइटोइन सोडियम की मात्रा 200एमजी प्रति दिन के हिसाब से बीस से तीस दिन तक दी जानी चाहिए।

डिसुलफिरम

शराब की लत के शिकार मरीजों को शराब के नशे से दूर रखने के लिए डिसुलफिरम दवा लंबे समय तक दी जाती है। जब मरीज इस दवा पर होता है और वह शराब पीता है, तो शरीर इसका बुरे तरीके से प्रतिरोध करता है। मरीज को एक गोली प्रति दिन के हिसाब से एक या दो साल तक खाने की सलाह दी जाती है। अगर वह एक या दो साल बिना पीए पार कर लेता है, तो भविष्य में उसके ठीक होने का रास्ता तैयार हो चुका होता है।

इलेक्ट्रानिक मीडिया में हैं नौकरी की आपार संभावनाएं

युवा आज के समय में कोई भी प्रोपेशनल कोर्स चुनने से पहले उसमें रोजगार की संभावनाएं तलाशते हैं। हो भी क्यों ना, हर कोई अच्छी नौकरी पाने के लिये ही किसी कोर्स में एडमिशन लेता है। ब्रॉडकास्ट जर्नलिज्म में करियर की अपार संभावनाएं हैं। ग्लैमर से भरी इस फील्ड में अच्छे वेतन के साथ साथ एक्सपोजर भी मिलता है। आज के समय में प्रोफेशन के तौर पर चुना जाने वाला युवाओं की सबसे पहली पंसद बन गई है। ग्लैमर की दुनिया युवाओं को अपनी और खींच रही है। इस क्षेत्र में युवा रोजगार तलाश रहे हैं। हर कोई टीवी सक्रीन पर कवरेज करता दिखना चाहता है।

चंकाचौंध से भरी इस दुनिया का रास्ता इतना आसान नहीं है। अगर आपके अंदर घंटो बिना आराम के काम करने की शक्ति है तो आप इस फील्ड में ऊंचे मुकाम तक पहुंच सकते हैं। बस जरुरत है तो आपकी इच्छा शक्ति व काम करने की लग्न की। अगर आप के पास करंट अफेयर्स की नालेज व अपनी जानकारी को मौखिक रूप में सबके सामने रखने का स्किल है तो आप के लिये जॉब की कमी नहीं है। इस क्षेत्र में आपको टैलेंट के साथ साथ धैर्य की भी आवश्यकता की जरुरत होती है। इस ग्लैमर के पीछे सालों का प्रयास चाहियें। अगर आप को इस क्षेत्र में सफलता का मुकाम हासिल करना है आप की कम्युनिकेशन स्किल अच्छी होनी चाहिये।

आज भारत में कई क्षेत्रीय और राष्ट्रीय चैनल कार्यरत हैं या फिर नए खुल रहे हैं। यहां बेहतरीन टैलेंट वाले लोगों की जरुरत हमेशा रहती है। आज का समय बदल गया है। पहले युवा मेडिमेडिकल, इंजीनयरिंग कोर्स की तरफ भागते थे, लेकिन ब्रॉडकास्ट जर्नलिज्म ने युवाओं के लिये बेहतरीन रोजगार के दरवाजें खोले हैं।

शैक्षणिक योग्यता

इलैक्ट्रानिक मीडिया में कोर्स के हिसाब से भिन्न-भिन्न शैक्षणिक योग्यता वाला स्टाफ रखा जाता है। रिपोर्टिंग साइड में अलग तो टैक्निकल साइड में अलग शैक्षणिक योग्यता चाहिए होती है। रिपोर्टिंग व एंकर के लिए ब्रॉडकास्ट जर्नलिज्म में बैचलर डिग्री को प्राथमिकता दी जाती है। अगर आप यह डिग्री हासिल करना चाहते हैं, तो इसके लिये 12 वीं पास होना जरुरी है। कई यूनिवर्सिटीज इस विषय में पीजी लेवल डिप्लोमा और डिग्री दोनों करवाती हैं। यूजी लेवल के कोर्स तीन साल के हैं और पीजी लेवल के कोर्स दो साल के हैं। कुछ डिप्लोमा कोर्स की अवधि एक साल की होती है।

पैसा और गलैमर

हर किसी को टीवी स्क्रीन पर दिखने की चाह होती है। कई छात्र तो इस ख्वाब को पाले इस चकाचौंध से भरी दुनिया में चले आते हैं। लेकिन कई बार उन्हें एसे लोगों को निराशा हाथ लगती है। क्योंकि एसे छात्र केवल गलैमर को देखते हैं वो परदे के पीछे का सच नहीं जानते। टीवी पर दिखने के लिये काफी एक्सपीरियंस चाहिए। आपकी भाषा के साथ साथ शब्दों का उच्चारण भी ठीक होना चाहिए।

प्रशिक्षण के लिए यहां कर सकते हैं एप्लाई
आईआई एम सी (इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ मास कम्यूनिकेशन
माखन लाल चतुर्वेदी पत्रकारिता विश्वविद्यालय
जामिया इस्लामिया, नई दिल्ली
दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली
भारतीय विद्या भवन
बनारस हिंदू विश्वविद्यालय
इलाहाबाद विश्वविद्यालय

नाम के साथ साथ पैसा भी

अगर आप को पैसा और अपनी पहचान बनानी है तो ब्रॉडकास्ट जर्नलिज्म से अच्छी कोई फील्ड नहीं हो सकती। इस क्षेत्र में पैसा और नाम दोनों हैं। बस शुरुआत में थोड़ा परिश्रम करना पड़ता है। आज न्यूज चैनलों की पहुंच गांवों तक हो गई है। भविष्य में इसकी पहुंच और भी बढ़ने की सभावनाएं हैं। इसमें पर्दे के आगे और पीछे भी करियर है। इस फील्ड से अनजान कुछ लोग टीवी पर दिखने वाले लोंगों को ही जानते हैं, लेकिन वे पर्दे के पीछे काम करने वाले लोगों को नहीं जानते, जिनकी सहायता से न्यूज को दिखाने के लिये कान्टेंट्स तैयार किए जाते हैं। आप अपनी रुचि के अनुरुप करियर चुन सकते हैं। बेहतर करियर के लिये आप बेहतर संस्थान से कोर्स करें। जरूरी नहीं है आपको रिपोर्टिंग लाइन में ही जाना है, आप डैस्क जाब या फिर टैक्निकल जाब भी कर सकते हैं।

कौन कौन से कोर्स होते हैं मददगार

आप बाहरवी के बाद किसी भी यूनिवर्सिटी से बैचलर इन जर्नलिज्म एंड मास कम्युनिकेशन (बीजेएमसी), बीएससी विजुअल कम्युनिकेशन, एमए (ब्रॉड कास्ट जर्नलिज्म), एमएससी (विजुअल कम्युनिकेश)आदि कोर्स इस फील्ड में नौकरी दिला सकते हैं। इसके अलावा कई प्राइवेट मीडिया संस्थान भी डिप्लोमा कोर्स करवा रहे हैं। यहां से कोर्स करने के बाद आप किसी भी मीडिया संस्थान के साथ जुड़ कर अपना करियर की शुरुआत कर सकते हैं।

इसके अलावा आपकी इंटरनल स्किल की आवश्यकता है।

पर्सनल स्कील

इलैक्ट्रानिक मीडिया में रिपोर्ट्स को इवेंट की जानकारी एकत्रित करके इसे ब्राडकास्ट करना होता है। इसके लिए भाषा व विषय में पकड़ के अलावा संयम की भी जरूरत होती है। इसके लिए आप में घंटों बिना आराम किए काम करने का जज्बा भी जरूरी है। कम समय में ज्यादा तेजी और बिना गलती किए काम करने की शक्ति इस फील्ड की विशेषता है। समय का ख्याल रखते हुए खबरों को पूरे तथ्यों के साथ बिना गलती किए बोलना या पढ़ना होता है। यहां हर काम बड़ी जल्दी में होता है। आप को टीम के साथ काम करना होता है। आपको अच्छी योग्यता के साथ साथ टीम के साथ पूरे कोआर्डिनेशन के साथ काम करना भी आना चाहिए। आज कल न्यूज चैनलों की भरमार है और इस सेक्टर में कंपटीशन बहुत ज्यादा है। ऐसे में गलती की गुंजाइश कम होती है। सभी न्यूज चैनलों को बेहतर टीआरपी के लिए सबसे पहले और तथ्यों से परिपूर्ण न्यूज दिखाने की होड़ लगी रहती है। इस बात को ध्यान में रखते हुए गलती करने के आसार बढ़ जाते हैं। लेकिन इस फील्ड में एक छोटी सी गलती आपकी नौकरी छीन सकती है।

सीरिंज से नशा करने की लत ले आई मौत के करीब

★ रिश्तेदार को खून देने लगा तो एचआईवी पाजिटिव होने का पता चला

★ सही इलाज व परामर्श ने हौसला बढ़ाया, अब है पूरी तरह तंदरूस्त

दोस्तों समय कभी एक सा नहीं रहता है। वह घड़ी की सुईयों की तरह ही घुमता रहता है। मेरा नाम राजन है। मैं 31 साल का हूं। मैं हमीरपुर जिला के एक गांव का रहने वाला हूं। मेरा जीवन सहज नहीं है। मैं अपने जीवन की कुछ ऐसी ही कठिनाइयों से रुबरु करवाने जा रहा हूं, जिन्होंने मेरी जिंदगी बदल कर रख दी है। राजन बताता है कि मुसिबतों से डरकर भागना इसका हल कतई नहीं होता। उसने बताया कि करीब सात साल पहले उसे अपने एचआईवी पॉजटीव होने का पता चला। जब उसे इस बात का पता चला तो मानो उसकी हसती खेलती जिंदगी नर्क में तब्दील हो चुकी थी। राजन बताता है कि जब वह एचआईवी की जद में आकर जिंदगी की जंग हारने लगा था तो सामाजिक संस्था गुंजन के कम्युनिटी केयर सेंटर का सहारा मिला। राजन के अनुसार इस सेंटर से जुड़ने के बाद उसकी जिंदगी पहले से कहीं ज्यादा बेहतर हो गई है।

राजन ने अपने जीवन की कहानी बयान करते हुए बताया कि करीब सात साल पहले अचानक उसका करीबी रिश्तेदार बिमार हो गया। उसे अचानक रक्त की आवश्कता पड़ी। अपना करीबी रिश्तेदार होने के नाते वह उसे रक्त दान करने अस्पताल पहुंच गया। वहां पर मौजूद नर्स को अपने रिश्तेदार को रक्तदान करने की बात कही। जिस समय वह रक्त दान करने जैसा महान कार्य करके पूण्य कमाने जा रहा था, उसे समय उसे एक ऐसी जानकारी मिलने जा रही थी जो शायद ही कोई सुनना चाहेगा। उसे तब इस बात का अंदाजा तक नहीं था कि कुछ पल में ही उसकी जिंदगी बदलने वाली थी। नर्स ने उसे बताया कि रक्तदान करने से पहले उसका ब्लड टैस्ट करना जुरुरी है। तभी उसका रक्त उसके रिश्तेदार को चढ़ाया जा सकता था।

इस पर वह टैस्ट करवाने के लिए राजी हो गया। डाक्टर ने उसके खून का नमूना लिया और जरूरी जांच के लिए लैब में भेज दिया। थोड़ी देर बाद जब नर्स उसकी ब्लड टैस्ट की रिपार्ट लेकर आई तो इसमें चौकाने वाले जानकारी थी। जांच में उसका खून एचआईवी से ग्रसित पाया गया। नर्स ने उसे एचआईवी होने की बात बताई और कहा कि आप अपने रिश्तेदार को रक्त नहीं दे सकते।

वह नर्स की बात सुनकर हक्का-बक्का रह गया। एक जानलेवा वायरस के खून में प्रवेश करने की खबर से वह बिलकुल टूट गया था। कुछ समझ नहीं आ रहा था कि अब वह क्या करे और कहां जाए। राजन बताता है कि वह अपनी इस हालत का जिम्मेवार खुद ही था। उसे नशे की लत थी। वह नशा लेने के लिए सीरिंज का प्रयोग करता था। उसी के कारण उसे एचआईवी इन्फेक्शन हो गया और आज ये दिन देखने पड़ रहे हैं।

राजन बताता है कि वह इसके लिए खुद के साथ साथ अपने उन दोस्तों की गलत संगत को भी जिम्मेवार मानता है, जिनके कारण व जिनके साथ वह नशा करता था। उसके अनुसार उसे अब पता चल चुका था कि नशा एक ऐसा रास्ता है जो सिर्फ मौत के घर जाता है। फिर उसने जैसे तैसे हिम्मत जुटाकर अपनी मां को अपने एचआईवी होने की बात बताई। उसकी मां बिना कोई देरी किए उसे आईसीटीसी सेंटर में लेकर गई। वहां मौजूद कांउसलर ने उसे विश्ववास दिलाया कि वह एचआईवी से इतना ज्यादा भयभीत होकर हौसला न हारे, वह सही इलाज व परामर्श से बिलकुल ठीक हो जाएगा। कांउसलर ने उसे यह भी कहा कि उसको अब अधिक चिंता करने की जरुरत नहीं है। वहां से उसे आशा की किरण नजर आई।

आईसीटीसी में उसका इलाज शुरु हुआ और उसका सीएस 4 टैस्ट भी करवाया गया। राजन बताता है कि आज उसने फिर से अपने खुशहाल जीवन की शुरुआत कर दी है। आज वह अपनी चाइनीज फूड की दुकान चला रहा है। हालांकि राजन का कहना है कि आज भी वह अपने उस डरावने पल को याद करता है तो भयभीत हो जाता है। लेकिन वह यह बात भी समझ चुका है कि अब उसे डरने की कोई जरुरत नहीं है, क्योंकि वह खुद को काफी स्वस्थ महसूस कर रहा है। वह अब उस दौर को काफी पीछे छोड़ आया है, जिसने उसे इस हालत तक पहुंचाया था।

राजन ने बताया कि अगर उसे गुंजन संस्था का साथ ना मिला होता तो शायद ही वह जिंदा होता। उसाकी मां ने भी मुश्किल की घड़ी में संभाला, उसके हालात को समझा और उसे हौसला दिया। आज वह अपने जीवन को अच्छे से जी रहा है। साथ ही लगातार अपनी बिमारी का इलाज करवा रहा है। राजन अब उन दोस्तों को यहीं सलाह देता है, जो नशा करते हैं और असुरक्षित तरीके अपनाकर एड्स जैसे लाइलाज बीमारी की चपेट में आ जाते हैं। राजन ने कहा कि ऐसे लोग अब उसकी कहानी से सीख लें और इस बुराई से कौसों दूर रहें। अब वह लोगों को ड्रग्स के कारण होने वाली एचआईवी जैसी बिमारियों के खिलाफ जागरुक करने का काम भी कर रहा है। यहीं नहीं वह सीएससी द्वारा गठित कम्युनिटी एडवाइजरी कमेटी का सदस्य भी है।

आई.ई.सी. मेटिरियल डवेलप्मेंट - पोस्टर श्रृंखला

Recovery Bingo

Self Inventory	Supportive to My Recovery	Danger Zones-Relapse Warning Signs	Planning for Recovery	Recovery Slogans
How my sleeping was affected	My job	Self-Pity	Going to meetings or support groups	Live and _ _ _ _ _
How my thinking was affected	Neighbors and neighborhood	Thinking "I can do this alone"	Exercising	Let it _ _
How my spiritual beliefs were affected	Clubs or organizations	Free Space	Acknowledging what I can and cannot change	Slow but _ _ _ _
How my job and co-workers were affected	Children and / or grandchildren	Stop seeing my sponsor or counselor	Focusing on today	Supports; have them, use _ _ _ _
How my ability to care for myself was affected	Sponsor or counselor	Feeling entitled or self-righteous	Avoiding 'dangerous' people, places and things	No time like the _ _ _ _ _ _ _

Ministry of Social Justice & Empowerment

Gunjan

सत्यमेव जयते
Ministry of Social Justice & Empowerment

Gunjan
Organisation for Community Development

National Institute of Social Defence
NISD

Gunjan Organisation for Community Development° Regional Resource & Training Centre North - II, Tapovan Road, Tehsil-Dharamshala, Distt. Kangra (H.P.) - 176057
Phone : 91-1892-235315, 208255, 9459082624, Email: rrtcnorth.hp@gmail.com, Website: www.gunjanindia.org