सेवा समर्पण

वर्ष-38, अंक-8, कुल पृष्ठ-36, वैशाख-ज्येष्ठ, विक्रम सम्वत् 2078, मई, 2021

स्वयंसेवक बने सेवादूत

स्वयंसेवक बने सेवादूत

सेवा समर्पण

वर्ष-38, अंक-8 मई, 2021

कुल पृष्ठ-18

परामर्शदाता
आचार्य मायाराम पतंग
डॉ. राम कुमार

●

प्रबन्धक
श्री बिशनदास चावला

●

सम्पादक
श्रीमती इन्दिरा मोहन

सहसम्पादक
शिवाली अग्रवाल

पृष्ठ सज्जा
मणिशंकर

●

कार्यालय

सेवाकुंज, 13, भाई वीर सिंह मार्ग, गोल मार्केट, नई दिल्ली-110001
दूरभाष: 23345014/15
E-mail: info@sewabhartidelhi.org
Website: www.sewabhartidelhi.org

●

एक प्रति : 10/-रुपये
वार्षिक शुल्क : 100/-रुपये

विषय-सूची

शीर्षक	लेखक	पृ.
सम्पादकीय		04
स्वयंसेवक बने सेवादूत	प्रतिनिधि	05
सेवा है यज्ञ कुंड, समिधा सम हम जलें	अंजू पांडेय	08
देशव्यापी सेवा कार्य		09
85 वर्षीय एक स्वयंसेवक का त्याग	अरुण कुमार सिंह	10
एक स्वयंसेवक का आंखों देखा विवरण	विशाल	12
कोरोना महामारी : सावधानी ही औषधि	ब्रि. (डॉ.) सुरेन्द्र मोहन शर्मा	14
तुम अस्पताल के लिये लड़े कब?	प्रतिनिधि	16

स्वामी श्रीरामसुखदास जी महाराज की शिक्षाप्रद बातें

- आज तक जितने भी महात्मा हुए हैं, वे भगवत्कृपा से ही जीवन्मुक्त, तत्वज्ञ और भगवत्प्रेमी हुए हैं, अपने उद्योग से नहीं।
- व्यापार में तो लाभ और नुकसान दोनों होते हैं, पर सत्संग में लाभ-ही-लाभ होता है, नुकसान होता ही नहीं।
- तत्वज्ञान होने पर काम-क्रोधादि विकारों का अत्यंत अभाव हो जाता है।
- जो दूसरों का अनिष्ट करता है, वह वास्तव में अपना ही महान् अनिष्ट करता है और जो दूसरों को सुख पहुंचाता है, वास्तव में अपने को ही सुखी बनाता है।
- जिसका स्वभाव शुद्ध बन जाता है, वह अधोगति में नहीं जा सकता।
- लोग हमें अच्छा मानें या न मानें, अच्छा जानें या न जानें, अच्छा कहें या न कहें, पर हमारे भाव अगर अच्छे हैं तो हमारे चित्त में हर समय प्रसन्नता रहेगी और मरने पर सद्गति होगी।

पाठकों से अनुरोध

सेवा समर्पण के सुधी पाठकों से अनुरोध है कि वे हर अंक में प्रकाशित लेखों और महापुरुषों के विचारों पर अपनी राय अवश्य भेजें।

पता : संपादक, सेवा समर्पण,
13, भाई वीर सिंह मार्ग, गोल मार्केट, नई दिल्ली-110001
दूरभाष: 23345014/15, E-mail: info@sewabhartidelhi.org

अंधेरा छटेगा, सूरज निकलेगा

चाहे समय कितना ही विपरीत हो, धैर्य और साहस के साथ उसका सामना करने से सब ठीक हो जाता है। इसी सोच के साथ के साथ आज हमें इस महामारी से लड़ना होगा। यह सही बात है कि वर्तमान समय में अपना देश जिस परिस्थिति का सामना कर रहा है, इसकी कल्पना तो किसी ने सपने में भी नहीं की थी। हालात ऐसे हैं कि शब्दों में बयां कर पाना मुश्किल ही नहीं नामुमकिन है। कहीं पल-पल तड़पते लोग अपनी सांसें गिन रहे हैं, तो कहीं श्मशान में अनगिनत जलती हुई लाशों के उठते धुयें को देखकर रूह कांप जाती है, कहीं अपनों की जिंदगी बचाने के लिए अपने ही मजबूर हैं। तो कहीं सांसों की भीख मांगते लोग सबके सामने हाथ जोड़ रहे हैं। हर तरफ डर और नकारात्मक वातावरण ही दिखाई देता है।

चारों तरफ खौफ का सन्नाटा पसरा हुआ है और शहर की सूनी गलियों में दौड़ती हुई एंबुलेंस का सायरन कानों में चुभने लगा है। हालात ऐसे हैं कि फोन बजते ही डर लगने लगता है कि कहीं कोई बुरी खबर न मिल जाए। हर दूसरे घर में कोई न कोई महामारी से ग्रसित है। न तो कोई किसी का हाल-चाल पूछ सकता है, न जाकर किसी को सांत्वना दे सकता है, क्योंकि बीमारी से खुद को बचाना भी एक बहुत बड़ा युद्ध लड़ने जैसा है।

पर दुख-सुख, आशा-निराशा, यह सब भी तो जीवन का एक अहम हिस्सा है और रात कितनी भी काली क्यों न हो सवेरा तो होता ही है, बस यही एक सकारात्मक सोच ही हमें इस विपत्ति से उबार सकती है। और जब भी ऐसी परिस्थितियाँ जन्म लेती हैं तो समाज के कुछ लोग आगे आकर दूसरों की सहायता करने में तत्पर हो जाते हैं और जिससे जो बन पड़ता है वह अपनी सामर्थ्य और क्षमता के अनुसार कुछ न कुछ करता ही है।

सेवा भारती ने भी समय की गंभीरता को समझते हुए लोगों को किसी भी प्रकार से मदद पहुंचाने का कार्य प्रारंभ कर दिया है। जहाँ लोगों के पास अपनी सांसें भी कम पड़ रही हैं, वहीं प्राणवायु खरीदने पर भी नहीं मिल रही। वहीं सेवा भारती ने लोगों को ऑक्सीजन सिलेंडर उपलब्ध करवाने का निर्णय लिया। समाज के कुछ गणमान्य व्यक्तियों ने मिलकर इस गंभीर परिस्थिति में अपना योगदान दिया। संघ, सेवा भारती व अन्य स्वयंसेवी संगठनों के सभी कार्यकर्ताओं ने मिलकर दानदाताओं के सहयोग से एक हेल्पलाइन प्रारंभ की जिसके माध्यम से आवश्यकतानुसार लोगों को ऑक्सीजन सिलेंडर के अलावा मास्क, काढ़ा, राशन किट, फूड पैकेट, पानी, दवाइयां, प्लाज्मा, रक्तदान ऐसी बहुत सी अन्य उपयोगी वस्तुएं समाज तक पहुंचाने का कार्य किया और यह कार्य अभी निरंतर चल रहा है।

किसी भी आपातकालीन स्थिति में सेवा भारती व संघ के स्वयंसेवक सदैव तत्पर रहते हैं। इसी प्रकार संकट की इस काल अवधि में भी लोग खुद को संभालते हुए दूसरों की सहायता करने में दिन-रात जुटे हैं। लोगों को मानसिक अवसाद से निकालने के लिए संचार संपर्क (ऑनलाइन) द्वारा जागरूकता अभियान भी चलाया जा रहा है।

महामारी के साथ कार्य करना इतना आसान नहीं है, लेकिन फिर भी स्वयंसेवी कार्यकर्ता बिना किसी डर और झिझक के लोगों तक हर संभव सहायता पहुंचाने का असंभव कार्य कर रहे हैं।

ये कार्यकर्ता इस भावना के साथ कार्य कर रहे हैं कि चाहे अंधेरा कितना ही गहरा हो, सूरज निकलता ही है। इसलिए विश्वास रखिए कि आज नहीं तो कल यह अंधेरा छंटेगा और सूरज अपने समय पर निकलेगा ही।

ईश्वर से प्रार्थना है कि वे महामारी के दौरान दूसरे की सेवा में लगे सभी कार्यकर्ताओं को स्वस्थ रखें और इसी प्रकार समाज की सेवा करने के लिए उन्हें प्रेरणा दें। ❐

स्वयंसेवक बने सेवादूत

❍ प्रतिनिधि

इन दिनों पूरे देश में महामारी रौद्र रूप दिखा रही है। अस्पतालों में जगह नहीं बची है। इन सबको देखते हुए रराष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के स्वयंसेवक और सेवा भारती के कार्यकर्ता लोगों की सेवा करने में लगे हैं, ताकि उनकी दिक्कतें कुछ कम हों और महामारी को परास्त किया जा सके। यहां भारत भर में कार्यकर्ताओं के द्वारा किए जा रहे कार्यों को बताने का प्रयास किया जा रहा है-

उत्तर प्रदेश

उत्तर प्रदेश के काशी, कानपुर, मेरठ, लखनऊ, प्रयागराज आदि शहरों में संघ और सेवा भारती के कार्यकर्ता कोरोना पीड़ितों की मदद कर रहे हैं। कायाी में तो कार्यकर्ता घर-घर दवाई भी बांट रहे हैं। वहीं कानपुर के कार्यकर्ताओं ने एम्बुलेंस सेवा शुरू की है। इससके मरीजों को अस्पताल पहुंचाया जा रहा है।

महाराष्ट्र

पुणे में 'जन कल्याण समिति' द्वारा चलाए जा रहे 'कोविड केयर सेंटर' में एक मरीज की प्रारंभिक जांच करते स्वास्थ्यकर्मी

पुणे में सामाजिक संस्था 'जन कल्याण समिति' ने 450 बिस्तर वाले एक 'कोविड केयर सेंटर' का शुभारंभ किया है। यहां मरीजों को 25-25 की संख्या में कई गटों में बांटकर उनकी सेवा की जा रही है। एक गट के मरीजों के लिए एक नर्स और एक सहायक दिन-रात काम कर रहे हैं। इनमें अधिकतर संघ के स्वयंसेवक हैं, जिन्हें आवश्यक प्रशिक्षण देकर इस काम में लगाया गया है। स्वयंसेवक आठ दिन के लिए इस केंद्र में सेवा करने के लिए आते हैं। आठ दिन के बाद ये स्वयंसेवक केंद्र में ही एक सप्ताह के लिए अपने को अलग-थलग कर लेते हैं। इसके बाद सब कुछ ठीक रहता है तो ये अपने घर चले जाते हैं। उनकी जगह दूसरे स्वयंसेवक काम करते हैं। यह क्रम चलता रहता है। इस केंद्र में रह रहे मरीजों की जांच के लिए पुणे के सह्याद्रि अस्पताल के चार डॉक्टर प्रतिदिन आते हैं। रोगियों के मनोबल को बढ़ाने के लिए यहां कई तरह के कार्य हो रहे हैं और उनसे किसी तरह का शुल्क नहीं लिया जाता है। यदि किसी मरीज को कुछ ज्यादा तकलीफ होती है, तो उसे किसी अस्पताल में भेजा जाता है। समिति ने नासिक, सांगली, सोलापुर और मुम्बई में भी इस तरह के केंद्र खोले हैं।

इसके अलावा पुणे महानगर के कार्यकर्ता जरूरतमंद लोगों के लिए 'प्लाज्मा' की व्यवस्था कर रहे हैं। नागपुर के कैंसर अस्पताल में कोरोना पीड़ितों के इलाज की व्यवस्था की गई है। इस अस्पताल में 100 बिस्तर का 'कोरोना केयर सेंटर' चालू हो गया है। संभाजी नगर में स्वयंसेवकों ने कोरोना का टीका लगवाने के लिए जनजागरण अभियान शुरू किया है। मुम्बई के कांदिवली स्थित पावन धाम जैन मंदिर को 'कोविड केयर सेंटर' में तब्दील कर दिया गया है। यहां 100 मरीजों की देखभाल हो रही है। मंदिर के

सेवक प्रदीप मेहता ने बताया, ''महामारी को देखते हुए पांच तल वाले इस मंदिर को पूरी तरह 'कोविड केयर सेंटर' में बदल दिया गया है, ताकि लोगों की जान बचाई जा सके।''

बुलढाणा जिले में शेगांव के संत गजानन महाराज मंदिर में कोरोना संदिग्धों और रोगियों के लिए 500 बिस्तर के अलग-अलग 'आइसोलेशन केंद्र' बनाए गए हैं। यहां स्थित सामुदायिक रसोई में 2,000 लोगों के लिए दोपहर और रात का भोजन तैयार किया जाता है। अधिकतर प्रवासी श्रमिक बुलढाणा के विभिन्न शिक्षण संस्थानों में रुके हुए हैं। उनके लिए भोजन की व्यवस्था की गई है।

गुजरात

सौराष्ट्र प्रांत के कार्यकर्ताओं ने कोरोना पीड़ितों की मदद के लिए अनेक कार्यक्रम शुरू किए हैं। ये कार्यकर्ता जरूरतमंदों तक ऑक्सीजन पहुंचाने से लेकर औषधि और काढ़ा बांटने का भी कार्य कर रहे हैं। वहीं गुजरात में संघ के स्वयंसेवकों ने एक अनूठा अभियान शुरू किया है। कर्णावती, राजकोट, वडोदरा, मोडासा, आणंद, कच्छ, पाटन, जूनागढ़, गांधी नगर, महेसाणा आदि शहरों में आयुर्वेद के विशेषज्ञों के जरिए लोगों को बताया जा रहा है कि किस तरह की जीवनशैली हो और कोरोना से पीड़ित लोग कैसी सावधानियां रखें।

मध्य प्रदेश

मध्य प्रदेश के इंदौर, ग्वालियर, भोपाल आदि शहरों में संघ के स्वयंसेवक अपनी परवाह न करते हुए कोरोना पीड़ितों की मदद कर रहे हैं। इंदौर में राधा स्वामी सत्संग व्यास के विशाल प्रांगण को 'कोविड सेंटर' में बदल दिया गया है। यहां रोगियों की देखभाल के लिए संघ के स्वयंसेवक लगे हुए हैं। इस केंद्र में उन कोरोना पीड़ितों को रखा गया है, जिनके घर में अलग से रहने के लिए कोई जगह नहीं है। केंद्र में 1,000 रोगियों के रहने की व्यवस्था है। वहीं विद्या भारती भी इस महामारी का मुकाबला करने के लिए मध्य प्रदेश सरकार का सहयोग कर रही है। विद्या भारती ने ग्वालियर स्थित अपने सभी विद्यालयों को सरकार को सौंप दिए हैं। उन विद्यालयों में कोरोना पीड़ितों को रखा गया है। भोपाल में भी संघ के कार्यकर्ताओं ने चार 'क्वारंटाइन सेंटर' शुरू किए हैं। गांधी नगर के सेवा भारती आश्रम, नारियल खेड़ा और कोटरा के शिशु मंदिरों में ये केंद्र चल रहे हैं। इनमें 70 मरीजों की देखभाल करने की क्षमता है। भोपाल स्थित जैन समाज की चार धर्मशालाओं के दरवाजे भी कोरोना के मरीजों के लिए खोल दिए गए हैं। भोपाल के गुजराती समाज ने भी 'गुजराती भवन' को कोरोना पीड़ितों के लिए दे दिया है।

उज्जैन में सेवा भारती और माधव सेवा न्यास के बैनर पर जारी चार 'हेल्पलाइन नंबर' के माध्यम से

भोपाल में टीकाकरण अभियान चलाते स्वयंसेवक

'केशव क्लब' की अनूठी योजना

जनकपुरी (दिल्ली) में 'केशव क्लब' के कार्यकर्ता भी कोरोना के मरीजों की सेवा कर रहे हैं। ये कार्यकर्ता उन कोरोना पीड़ितों तक शुद्ध शाकाहारी भोजन पहुंचा रहे हैं, जिनके घर में बीमारी की वजह से खाना नहीं बन पा रहा है। बीमार रहने वाले उन बुजुर्गों तक भी खाना पहुंचाया जा रहा है, जिनके बच्चे उनसे दूर रहते हैं। 'केशव क्लब' के संस्थापक सर्वेश महाजन ने बताया कि 18 अप्रैल को सोशल मीडिया के जरिए इसकी सूचना लोगों को दी गई। कुछ देर में ही 150 लोगों ने खाना भेजने का निवेदन किया। अब प्रतिदिन लगभग 400 लोगों को खाना दिया जा रहा है। मरीज फोन पर खाना भेजने का निवेदन करते हैं, साथ में कोरोना की रिपोर्ट भी भेजते हैं। इसके बाद क्लब के कार्यकर्ता तथ्य की जानकारी लेकर उस मरीज के आसपास रहने वाले किसी कार्यकर्ता को उन तक खाना पहुंचाने का निर्देश देते हैं। इस काम में कार्यकर्ताओं के 500 परिवार सहयोग कर रहे हैं। कार्यकर्ता दोपहर एक बजे से लेकर शाम के छह बजे तक जरूरतमंदों तक खाना पहुंचा रहे हैं। इसके लिए किसी से कोई शुल्क नहीं लिया जाता है।

कार्यकर्ता अस्पताल में खाली बिस्तर और आक्सीजन की जानकारी दे रहे हैं।

भोपाल सहित राज्य के अन्य स्थानों पर स्वयंसेवकों ने टीकाकरण के प्रति जागरूकता अभियान चलाया है। स्वयंसेवक लोगों से कह रहे हैं कि 45 वर्ष तक के जिन लोगों ने अब तक कोरोना का टीका नहीं लगवाया है, वे अवश्य लगवाएं। इसमें किसी को कोई दिक्कत होती है, तो स्वयंसेवक उसे दूर भी करते हैं। इससे टीकाकरण अभियान को गति मिल रही है।

विदिशा में संघ के स्वयंसेवक घर में रहने वाले कोरोना मरीजों तक हर आवश्यक वस्तु पहुंचा रहे हैं। इसके साथ ही मास्क वितरण का कार्य करते हैं। संघ के स्वयंसेवक इंदौर में 'देवी अहिल्या कोविड केयर सेंटर' के लिए भी काम कर रहे हैं।

साधु-संतों की अनूठी सेवा

महामारी के इस दौर में देश भर के विविध संप्रदायों के साधु-संत, आध्यात्मिक गुरु, कथावाचक अपने-अपने स्तर पर पीड़ितों की सेवा करने में लगे हैं। विश्व प्रसिद्ध कथावाचक स्वामी श्री रामभद्राचार्य जी महाराज ने चित्रकूट से लेकर राजकोट तक अपने साधकों और संसाधनों को जनसेवा में लगा दिया है। महाराज जी स्वयं जरूरतमंदों के बीच खाना बांट रहे हैं। उनके द्वारा स्थापित अस्पतालों में नि:शुल्क चिकित्सा की जा रही है। इसी तरह स्वामी नारायण संप्रदाय के साधु गुजरात और महाराष्ट्र में दिन-रात पीड़ितों की सेवा कर रहे हैं। गुजरात में रहने वाले इस संप्रदाय के 1200 साधू किसी-न-किसी सेवा कार्य में लगे हैं। स्वामी नारायण संप्रदाय के द्वारा संचालित 12 अस्पतालों में कोरोना मरीजों का ईलाज नि:स्वार्थ भाव से किया जा रहा है। ऐसे ही जूना अखाड़ा के साधू महात्मा अनेक स्थानों पर सेवा कार्य कर रहे हैं। हरिद्वार स्थित गायत्री परिवार के साधक भी पूरे देश में यथासंभव मरीजों की सेवा में लगे हैं। हरिद्वार और मुंबई के गायत्री साधना केंद्रों को कोविड सेंटर में बदल दिया गया है।

वडताल (गुजरात) स्थित स्वामिनारायण संप्रदाय के मंदिर में स्थापित 'कोविड केयर सेंटर' में रोगियों का हालचाल पूछते साधु-महात्मा

सेवा है यज्ञ कुंड, समिधा सम हम जलें

❍ अंजू पांडेय

इन्हीं पंक्तियों को चरितार्थ करते सेवा भारती के अनेक कार्यकर्ता बिना किसी भय के इस विकट परिस्थिति में भी धरातल पर डटे हुए हैं और निसंकोच निस्वार्थ अपने सेवा कार्य में लगे हैं।

दिल्ली सेवा भारती के 8 विभाग और 30 जिलों में किसी न किसी प्रकार का सेवा कार्य चल रहा है। प्रत्येक जिले में इस महामारी से ग्रसित लोगों के घर पर भोजन बनाकर अपने कार्यकर्ता पहुंचा रहे हैं। इसके अलावा मास्क बनाकर वितरण करना हो या फिर हेल्पलाइन के माध्यम से दिन-रात बैठकर फोन सुनना, कार्यकर्ता लोगों की मदद कर रहे हैं। नेशनल मेडिकोज ऑर्गेनाइजेशन (एनएमओ) के कार्यकर्ता तथा 100 से अधिक डॉक्टर्स भी लोगों को परामर्श दे रहे हैं।

किसी को राशन किट पहुंचानी हो या फिर कोरोना से ग्रसित लोगों को दवाइयां, यह सब कार्य पूरे युद्ध स्तर पर चल रहा है।

इस भयावह स्थिति में सबसे ज्यादा जरूरत है ऑक्सीजन की जिसके लिए पूरे देश में हाहाकार मचा हुआ है, वहीं सेवा भारती ने निःशुल्क ऑक्सीजन सिलेंडर लोगों को उपलब्ध कराए। इसके अलावा इस बीमारी से ग्रसित लोगों की मृत्यु हो जाने पर पूरे विधि विधान के साथ दाह संस्कार कराने में भी कार्यकर्ता अपना योगदान दे रहे हैं।

दिन रात पॉलिथीन में पैक होकर (पीपीई किट पहनकर) आइसोलेशन सेंटर में मरीजों की सेवा में भी अपने कार्यकर्ता तत्पर हैं।

एक कार्यकर्ता ने बताया कि जब हम ऑक्सीजन सिलेंडर लेकर किसी मरीज के लिए अस्पताल पहुंचे तो वहां मरीजों के परिजनों ने हमें घेर लिया और हाथ जोड़कर हमारे सामने गिड़ागिड़ाने लगे कृपया हमें दे दीजिए, कोई कहता यह सिलेंडर हमें दे दीजिए, उनकी डबडबाई आंखों को देखकर यह फैसला कर पाना बहुत मुश्किल था कि हम किसे दें और किसे न दें।

स्थिति इतनी भयानक है कि चारों तरफ से हर समय नकारात्मक ऊर्जा का संचार हो रहा है। सबको बस एक ही डर सताता है कि कहीं हम भी इस बीमारी से ग्रसित न हो जाएं।

ऐसे में सेवा भारती ने लोगों को मानसिक अवसाद से दूर रखने के लिए ऑनलाइन जागरूकता अभियान भी प्रारंभ किए हैं जिससे लोगों को सकारात्मक रहने के बारे में बताया जा सके। डॉक्टर से भी उनकी बात कराई जाती है। इसके अलावा सेवा भारती द्वारा आयुर्वेदिक काढ़े का वितरण भी किया जा रहा है। अब तक सेवा भारती द्वारा पिछले 15 दिन में ही लगभग 52,000 काढ़े का वितरण किया जा चुका है।

परिस्थिति कैसी भी हो सेवा भारती के कार्यकर्ता निरंतर सेवा में लगे हुए हैं। सर्वे भवंतु सुखिनः सर्वे संतु निरामया सर्वे भद्राणि पश्यंतु मां कश्चित् दुख भाग भवेत्। इस मंत्र को आत्मसात करते हुए संघ, सेवा भारती और अनेक स्वयंसेवी संगठन के स्वयंसेवक अपने सेवा कार्यों को गति दे रहे हैं। ऐसे सभी कार्यकर्ताओं का आभार और नमन! ईश्वर उन्हें और शक्ति तथा सामर्थ्य प्रदान करें! ❐

परिस्थिति कैसी भी हो सेवा भारती के कार्यकर्ता निरंतर सेवा में लगे हुए हैं। सर्वे भवंतु सुखिनः सर्वे संतु निरामया सर्वे भद्राणि पश्यंतु मां कश्चित् दुख भाग भवेत्। इस मंत्र को आत्मसात करते हुए संघ, सेवा भारती और अनेक स्वयंसेवी संगठन के स्वयंसेवक अपने सेवा कार्यों को गति दे रहे हैं। ऐसे सभी कार्यकर्ताओं का आभार और नमन! ईश्वर उन्हें और शक्ति तथा सामर्थ्य प्रदान करें!

देशव्यापी सेवा कार्य

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के अखिल भारतीय प्रचार प्रमुख श्री सुनील आंबेकर ने 29 अप्रैल को महामारी के दौरान संघ और सेवा भारती द्वारा किए जा रहे सेवा कार्यों की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि हमेशा की तरह राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ, सेवा भारती सहित अन्य संगठन व संस्थाएं प्रभावित क्षेत्रों व परिवारों में राहत पहुंचाने के काम में जुटी हैं। संघ की पहल पर आवश्यकता के अनुसार अभी बारह प्रकार के कार्य प्राथमिकता से प्रारंभ हुए हैं। उन्होंने कहा कि कोविड के संभावित लोगों हेतु आइसोलेशन केंद्र व पॉजिटिव रोगियों हेतु कोविड केयर (सेवा) केंद्र, सरकारी कोविड केंद्र व अस्पतालों में सहायता, सहायता हेतु दूरभाष (हेल्पलाइन नंबर), रक्तदान, प्लाज्मा दान, अंतिम संस्कार के कार्य, आयुर्वेदिक काढ़ा वितरण, समुपदेशन (काउंसलिंग), ऑक्सीजन आपूर्ति व एम्बुलेंस सेवा, भोजन, राशन व मास्क तथा टीकाकरण अभियान व जागरूकता जैसे आवश्यक कार्यों को प्राथमिकता के आधार पर तत्काल कई प्रांतों में स्वयंसेवकों द्वारा प्रारंभ किया गया है। स्थानीय प्रशासन की भी हर संभव सहायता की जा रही है, ताकि सभी मिलकर इस चुनौती पर विजय प्राप्त कर सकें। इंदौर में संघ की पहल पर शासन, निजी अस्पताल, राधा स्वामी सत्संग आदि के सहयोग से 2,000 बिस्तर का कोविड केंद्र शासन व समाज के समन्वित कार्य का उत्कृष्ट उदाहरण बन गया है।

219 स्थानों पर स्वयंसेवकों द्वारा कोविड अस्पतालों में प्रशासन का सहयोग। स्वयंसेवकों ने 43 प्रमुख शहरों में कोविड सेवा केंद्र, 2442 टीकाकरण केंद्र, 10000 टीकाकरण जागरूकता अभियान शुरू किए।

इंदौर में कोविड सेंटर तैयार करते संघ के स्वयंसेवक

उन्होंने कहा कि स्वयंसेवकों द्वारा अभी 43 प्रमुख शहरों में कोविड सेवा केंद्र चलाए जा रहे हैं तथा अन्य 219 स्थानों पर कोविड अस्पतालों में प्रशासन का सहयोग किया जा रहा है। टीकाकरण हेतु 10,000 से अधिक स्थानों पर जागरूकता अभियान के साथ 2442 टीकाकरण केंद्र अभी तक प्रारंभ किए गए हैं।

एक प्रश्न के उत्तर में उन्होंने बताया कि आवश्यकता के अनुसार प्लाज्मा व रक्तदान में सहयोग किया जा रहा है। कुछ स्थानों पर संभावितों की सूची भी बनी है। दिल्ली में रक्तदाताओं की सूची उपलब्ध है। पुणे में जनजागरण अभियान के माध्यम से 600 लोगों ने प्लाज्मा दान किया, जिससे 1500 लोगों का जीवन बचाने में सहायता मिली।

उन्होंने कहा कि विभिन्न शहरों में बुजुर्गों व अकेले रहने वालों को ध्यान में रखते हुए हेल्पलाइन नंबर जारी किए गए हैं। इनके माध्यम से जरूरतमंदों को आवश्यक सहायता उपलब्ध करवाई जा रही है। ❐

85 वर्षीय एक स्वयंसेवक का त्याग

❍ **अरुण कुमार सिंह**

नागपुर स्थित इंदिरा गांधी अस्पताल में भर्ती कोरोना पीड़ित 85 वर्षीय एक स्वयंसेवक नारायण भाऊराव दाभाडकर ने अपना बिस्तर इसलिए खाली कर दिया कि वह किसी युवा मरीज को मिल जाए और उसकी जान बच जाए। हालांकि अब वे भी इस दुनिया में नहीं रहे। उनके इस त्याग से प्रेरणा लेने की जरूरत है...

आजकल अस्पतालों में एक बिस्तर पाने के लिए लोग न जाने कितने तिकड़म लगा रहे हैं, फिर भी उन्हें बिस्तर नहीं मिल रहा है। पर नागपुर (महाराष्ट्र) में रहने वाले 85 वर्षीय नारायण भाऊराव दाभाडकर ने अस्पताल में मिले हुए बिस्तर को छोड़ दिया। ऐसा उन्होंने इसलिए किया कि किसी जरूरतमंद युवा मरीज को उनका बिस्तर मिल जाए जाए और उसकी जान बच जाए। श्री दाभाडकर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के स्वयंसेवक थे। उल्लेखनीय है कि कुछ दिन पहले वे और उनके घर वाले सभी कोरोना से पीड़ित हुए। डॉक्टर की देखरेख में घर पर ही उनका इलाज चल रहा था। 21 अप्रैल को श्री नारायण का ऑक्सीजन स्तर कम होने लगा तो परिजन परेशान हो गए। कहीं अस्पताल में जगह नहीं मिल रही थी। काफी प्रयास करने के बाद नागपुर के गांधी नगर स्थित इंदिरा गांधी अस्पताल में एक बिस्तर मिला। चूंकि उनके साथ परिवार का कोई सदस्य जा नहीं सकता था, इसलिए एम्बुलेंस से उन्हें अस्पताल पहुंचाया गया। वहां उनकी छोटी पुत्री और दामाद ने कागजी कार्रवाई पूरी करने के बाद उन्हें भर्ती करवा दिया और उनका इलाज शुरू हो गया। इलाज के दौरान श्री नारायण को अहसास हुआ कि सैकड़ों लोग अपने किसी परिजन को भर्ती करने के लिए अस्पताल वालों से बिस्तर की भीख मांग रहे हैं। इसी बीच उन्होंने एक महिला को चिकित्सक के सामने गिड़गिड़ाते हुए देखा। वह महिला गंभीर हो चुके अपने पति को अस्पताल में भर्ती करने की गुहार लगा रही थी। लेकिन बिस्तर खाली नहीं रहने से उसे मना कर दिया गया। इसके बाद वह रोने लगी। उस

''मैंने अपनी जिंदगी जी ली है। अब मैं इस दुनिया में न भी रहूं तो कोई दिक्कत नहीं है। युवाओं का जिंदा रहना जरूरी है। इसलिए मैं अपना बिस्तर एक युवा मरीज के लिए छोड़कर घर वापस आना चाहता हूं। जो होगा, तुम लोगों के सामने होगा।''

– ***नारायण भाऊराव दाभाडकर***

महिला का रोना श्री नारायण को अच्छा नहीं लगा और सोचा कि यदि मैं इस बिस्तर को खाली कर दूं, तो शायद उसके पति को यह मिल जाएगा। फिर उन्होंने अपनी छोटी बेटी, जो अस्पताल के बाहर थी, को फोन किया और कहा कि मुझे यहां नहीं रहना है। पूछने पर उन्होंने बताया कि मेरे खाली करने से यह बिस्तर गंभीर रूप से बीमार एक युवा को मिल जाएगा और उसकी जान बच जाएगी। इसके बाद उन्होंने घर जाने की जिद कर दी, लेकिन उनकी बेटी नहीं मानी। फिर उन्होंने अपनी बड़ी बेटी आसावरी अतुल काठीवान को फोन कर कहा, ''मैंने अपनी जिंदगी जी ली है। अब मैं इस दुनिया में न भी रहूं तो कोई दिक्कत नहीं है। युवाओं का जिंदा रहना जरूरी है। इसलिए मैं अपना बिस्तर एक युवा मरीज के लिए छोड़कर घर वापस आना चाहता हूं। जो होगा, तुम लोगों के सामने होगा।'' आसावरी कहती हैं, ''पिताजी की इस बात से मैं भी परेशान हो गई। मैंने अपने पति और ससुर से इसकी चर्चा की, तो वे लोग दंग रह गए। लेकिन सबको उनके स्वभाव के बारे में पता था कि किसी की मदद के लिए वे कुछ भी कर सकते हैं। आखिर में उनकी सेवा भावना को देखते हुए सभी उनको घर आने देने के लिए तैयार हो गए।''

इसके बाद अस्पताल के चिकित्सकों को यह बात बताई गई। चिकित्सकों ने साफ मना कर दिया कि ऐसा नहीं हो सकता। यदि मरीज को कुछ हो गया तो उसकी जिम्मेदारी कौन लेगा? डॉक्टरों ने नहीं माना तो श्री नारायण ने इलाज कराने से मना कर दिया। विवश होकर अस्पताल वाले भी एक शर्त के साथ उन्हें घर भेजने के लिए तैयार हो गए। शर्त थी कि यदि अस्पताल से ले जाने के बाद मरीज को कुछ होता है, तो उसके लिए अस्पताल जिम्मेदार नहीं होगा, यह लिखित में देना होगा।

जब सारी कागजी कार्रवाई पूरी हो गई तब श्री नारायण 22 अप्रैल की रात को 9॰30 बजे घर लौटे। घर पर ही वे लगभग 17 घंटे कोरोना से संघर्ष करते रहे। अंततः 23 अप्रैल को दोपहर दो बजे वे इस संघर्ष में हार गए। बचपन से ही स्वयंसेवक रहे श्री नारायण जब तक शरीर में ताकत रही, तब तक समाज की मदद के लिए सदैव तत्पर रहते थे। उनको दो पुत्रियां ही हैं। दोनों का घर बसाने के बाद वे अकेले ही नागपुर के सावित्री विहार में रहते थे। पत्नी का निधन पहले ही हो चुका है। सांख्यिकी विभाग से सेवानिवृत्त होने के बाद वे पूरी तरह शाखा और सेवा कार्य में लगे रहते थे। पांच वर्ष पहले बीमार हुए तो बेटी के घर (मनीष नगर, नागपुर) रहने लगे थे। संघ के संस्कारों ने उन्हें ऐसा बना दिया था कि अपने हित से ज्यादा वे दूसरे के हितों की रक्षा करते थे। अंतिम समय में भी उन्होंने ऐसा ही किया।

उन्हें सरकार से मासिक 20,000 रु॰ पेंशन मिलती थी। इस राशि को वे अपने लिए कभी खर्च नहीं करते थे। बेटियों को भी उनकी इस राशि की जरूरत नहीं थी। इसलिए वे इस पैसे को गरीब परिवारों के बच्चों की पढ़ाई और शादी में खर्च करते थे। यही नहीं, यदि कोई किसी बीमारी के कारण अस्पताल में भर्ती होता था और उसके घर वाले उसके साथ नहीं रह पाते थे श्री नारायण अस्पताल में उसके साथ रहा करते थे। घर से बनाकर उसके लिए खाना भी ले जाते थे। ऐसा उन्होंने बरसों तक अनेक मरीजों के साथ किया। आसावरी बताती हैं, ''कुछ साल पहले उन्होंने बिना किसी को बताए एक गरीब परिवार की लड़की की शादी के लिए किसी से कर्ज ले लिया और अपनी पेंशन से उसे काफी दिनों तक लौटाते रहे। जब मुझे पता चला तो मैंने कहा कि कर्ज लेकर सेवा करना ठीक नहीं है। इस पर वे बोले मरने से पहले तक सारा कर्ज खत्म कर दूंगा और उन्होंने ऐसा ही किया। किसी का एक पैसा नहीं रखा।''

अब उनके इस त्याग की कहानी पूरे भारत में सुनी और पढ़ी जा रही है। वे वास्तव में 'नारायण' थे।

(पांचजन्य की वेबसाइट से साभार) ❐

एक स्वयंसेवक का आंखों देखा विवरण

❍ **विशाल**

इस लेख के लेखक इन दिनों ग्रेटर नोएडा के एक श्मशान घाट पर सेवा कर रहे हैं। इस लेख का उद्देश्य आपको डराना नहीं है, बल्कि यह अहसास कराना है कि इस महामारी के प्रति लाप. रवाही न बरतें। बचाव ही सुरक्षा है। इसलिए अपने भी सतर्क रहें और दूसरों को भी सजग करें।

वहां का तापमान बाहर के तापमान से कई गुना ज्यादा था। शव वाहन की लंबी कतार थी। लकड़ियों का टीला सा बना हुआ था। पूछने पर पता चला कि यह लकड़ियां शाम तक समाप्त हो जाएंगी। पुनः रात में लकड़ियों वाला ट्रक आएगा। लोगों का तांता लगा हुआ था। वहां कार्य करने वाले लोगों को छोड़ दें तो और लोगों के चेहरे का भाव शून्य था।

प्रत्येक शव के साथ अधिकतम दो या तीन लोग ही थे तथा किसी-किसी शव के साथ तो कोई नहीं था। मैं बहुत चकित था कि श्मशान इतना शांत क्यों है कहीं से भी रोने की आवाज नहीं आ रही थी सिसकियां भी गुम हो गई थीं।

सनातनी परंपरा के अनुसार महिलाओं का शमशान जाना वर्जित है और गर्भवती महिलाओं के लिए तो कल्पना भी नहीं की जा सकती परंतु वहां तो बहन भाई की लाश लेकर आई थी, मां बेटे की लाश लेकर आई थी, गर्भवती पत्नी पति के साथ अपनी सांस को लेकर आई थी, कोई मित्र को लेकर आया था, कोई रिश्तेदार को लेकर आया था, पुलिस वाले लावारिस लाश लेकर आए थे।

वह समय मेरे जीवन का अब तक का सबसे कठिन समय था। जब एक ग्यारह वर्ष की बेटी अपनी मां का शव लेकर शाम के 5:30 बजे श्मशान पहुंची। देखने में सामान्यतः प्राइवेट स्कूल में पढ़ने वाले मासूम बच्चों की तरह दिख रही थी। संयोग से मैं उस समय वापस आने की योजना बना रहा था और श्मशान के निकास द्वार पर आ गया था। उसी समय गुड़िया ने पूछा, "भैया डेड बॉडी कैसे जलाई जाएगी?" उसके यह पूछने पर मैंने उससे जानना चाहा कि आपके साथ के लोग कहाँ हैं, तो उसने जवाब दिया कोई नहीं है ड्राइवर अंकल उधर एंबुलेंस में हैं। मन को विश्वास नहीं हुआ तो मैं उसको लेकर ड्राइवर के पास गया तथा ड्राइवर से बात की तो पता चला कि एंबुलेंस में लड़की की मां का पार्थिव शरीर है। लड़की से बात करने पर पता चला कि पापा चार वर्ष पहले मर गए थे और मम्मी परसों कोरोना के कारण मर गई। दो दिन बाद आज डेड बॉडी मिली है, चाचा लोग घर पर हैं, उन लोगों को कोरोना ना हो जाए इसलिए वो लोग नहीं आए। उस लड़की की बात सुनकर मेरे मन मस्तिष्क में वेदना की सुनामी दौड़ रही थी। मेरे लिए जीवन का सबसे कठिन पल था। मैं बार-बार गुड़िया के चेहरे पर देख रहा था। वह शून्य भाव से मेरे बोलने का इंतजार कर रही थी। मैं खुद को संभालते हुए उससे पूछा आपने कुछ खाया है कि नहीं

उसने बोला "परसों से कुछ नहीं खाया, बस बीच-बीच में पानी पी लेती हूँ, तीन दिन से अस्पताल में ही हूँ अस्पताल वाले मम्मी को नहीं दे रहे थे।"

मैं स्वयं भी एक अस्पताल में अपने एक मित्र के मामा जी का पार्थिव शरीर लेने गया था। हम सभी प्रात: 10:00 बजे से प्रयास कर रहे थे, समाज के कई प्रभावशाली लोगों से फोन भी करवाया, अस्पताल के मालिक मुझे व्यक्तिगत रूप से जानते हैं, इस सबके उपरांत भी पांच घंटे लग गए थे। अपने इस अनुभव के आधार पर मैंने गुड़िया की इस विपदा और कठिन संघर्ष का अनुमान लगा लिया था। मैंने गुड़िया को खाने के लिए बिस्कुट और पानी दिया। बहुत आग्रह पर उसने बिस्कुट मुंह में लिया। आधा टुकड़ा खाते ही गुड़िया ने पूछा, "भैया मम्मी की डेड बॉडी को आज ही जलाना है। तीन दिन हो गए मरे हुए।" मैं उसको पानी पिलाते हुए बोला आप बैठो सब हो जाएगा। मैंने संघ और सेवा भारती के कार्यकर्ताओं की सहायता से लकड़ी की व्यवस्था की। ये सभी कार्यकर्ता इस संकट के काल में लगातार 20 दिन से श्मशान की व्यवस्था को संभाल रखे थे। नित्य प्रतिदिन आना और वहां के सभी कार्यों को सुचारू रूप से चलाने का बीड़ा संघ के कार्यकर्ता ही उठा रहे थे। हालांकि उस माहौल में कोई भी व्यक्ति 2 घंटे से ज्यादा नहीं रह सकता तब भी अनवरत राष्ट्र की चिंता करने वाले लोगों ने इस संकट काल में श्मशान को भी राष्ट्र साधना का स्थान बना लिया।

लकड़ी की व्यवस्था के उपरांत पंडित जी की सहायता से आगे की क्रिया संपन्न हुई। उस समय भी मेरे मन मस्तिष्क का तूफान तेज गति से चल रहा था कि धरती के इस विपत्ति काल के लिए दोषी किसको कहूं! कभी लग रहा था कि इस श्मशान की भूख शांत नहीं हो रही है। जलती चिता की लकड़ियों की ध्वनि मानो चिल्ला-चिल्ला कर कह रही थी कि "याद रखना लौट के आओगे। किसी को कंधे में लेकर या किसी के कंधे पर।" फिर दूसरे पल मन में आता था कि भगवान शंकर नाराज हैं और शिव तांडव के साथ सृष्टि को समेट रहे हैं। बनारस में मणिकर्णिका घाट पर विशेष होली श्मशान की राख से खेली जाती है और प्रचलित गीत जो होली के समय गाया जाता है, "ना साजन ना गोरी दिगंबर खेले मसाने में होली"। इसी विचार के साथ मुझे यह भी लग रहा था कि संभवत: भगवान् शंकर की होली के लिए श्मशान की राख कम पड़ रही है, इस कारण से भी यह सब हो रहा है।

इस सभी विचारों के साथ मेरा मन वहीं आकर रुकता कि जो गलतियां मानव प्रकृति के साथ कर रहा है यह सब उसी का परिणाम है। भौतिकता के युग में हम सभी ने प्रकृति के अनुसार चलना छोड़ दिया है, अपनी असीमित भौतिक आवश्यकताओं को पूरा करने हेतु हम सभी प्राकृतिक संसाधनों का दोहन करने में लगे हैं। सर्वशक्तिमान परमपिता परमेश्वर से झूठ बोलने लगे और यह भूल गए कि ऊपरवाला (ईश्वर) सबकुछ देख रहा है। सोचिये आपकी बनायी हुई किसी भी संपत्ति को कोई क्षति पहुंचाता है तो आपको कैसा लगता है। ऐसे ही ईश्वर द्वारा बनायी गई प्राकृतिक संपत्तियों को हम सभी क्षति पहुंचाते हैं, ईश्वर द्वारा रची गई रचनाओं के साथ छेड़छाड़ करते हैं, जानवरों को मारना, पेड़-पौधों को काटना उनको कष्ट पहुंचाना आदि।

अब सर्वशक्तिमान परमपिता परमेश्वर के द्वारा रचित व्यवस्था को नष्ट करने का प्रयास किया है, कष्ट दिया है, मानवता का चिंतन छोड़ दिया। अपने वर्चस्व और प्रभाव की लड़ाई में सब कुछ भूल कर अपने हित के लिए कुछ भी करने को तैयार हैं, अपना स्वार्थ और भोग के लिए इस दुनिया को किस संकट में डाल दिया है।

अब प्रकृति रुष्ट है और प्रतिकार कर रही है। मनुष्य को इस समय चिंतन करना पड़ेगा कि उससे गलतियां कहां-कहां हुई हैं, उन सभी गलतियों के लिए प्रकृति से क्षमा मांगना पड़ेगा और इस संकटकाल में एक दूसरे का साथ देते हुए निकलने का प्रयास करना है।

(फेसबुक वॉल से) ❐

कोरोना महामारी : सावधानी ही औषधि

❍ ब्रिगेडियर (डॉ.) सुरेन्द्र मोहन शर्मा (सेनि)

कोरोना वायरस-19 द्वारा निरन्तर फैलाई जा रही महामारी को कोविड-19 का नाम दिया गया है। यह बीमारी वस्तुत एक ऐसे अति सूक्ष्म वायरस के कारण समस्त संसार में अचानक ही आ गई जिसने न केवल सर्वत्र जीवन को अस्त-व्यस्त कर दिया है, अपितु मानव जाति के जीवन के अस्तित्व को ही खतरे में डाल दिया है। इस बीमारी ने करोड़ों को संक्रमित किया है और लाखों लोगों की जान ली है।

यह वायरस चीन के वुहान नगर की समुद्री जीव-जन्तुओं के बाजार से दिसम्बर, 2019 में निकला है। कोविड वायरस की लगभग आधी दर्जन प्रजातियाँ हैं, जिनमे कोविड-19 सबसे अधिक घातक है। यह वायरस चमगादड़ से निकला हुआ प्रतीत होता है तथा अन्य जीवों में भी पाया जाता है। इन जीव-जन्तुओं में वायरस का होना तथा मानव से इनके क्रय-विक्रय के कारण सम्पर्क या निकटता होना भी संक्रमण का कारण है। यह बीमारी विश्व के सामने उस समय आई जब एक चीनी चिकित्सक इस रोग से ग्रसित हुए तथा उन्होंने चीख-चीख कर दुनिया से कहा कि यह वायरस वुहान के जानवरों के बाजार से निकला है। दुर्भाग्यवश विश्व स्वास्थय संगठन तथा अंतर्राष्ट्रीय समुदाय तथा सरकारों द्वारा इसकी रोकथाम के लिए शीघ्र उचित कदम नही उठाए गए। भारत में यह वायरस तब फैला जब चीन स्थित एक संक्रमित छात्रा भारत आई। इसके अतिरिक्त ईरान गए कुछ भारतीय नागरिक वहाँ से संक्रमित होकर वापस आए।

क्यों और कैसे फैलता है यह वायरस

कोविड-19 वायरस की बाहरी परत में सिर पर पहनने वाले ताज की तरह उभार होते हैं जिसमें 'गलाईको प्रोटीन' के तत्व होते हैं, जो मानव शरीर में घुल-मिल जाते हैं तथा शरीर की कोशिकाओं तथा हमारी रोग प्रतिरोधक क्षमता को नष्ट कर सकने की क्षमता रखते हैं। यह वायरस अपनी प्रजाति को नया रूप तथा प्रणाली को बदलकर शरीर की रक्षा क्षमता को कमजोर तथा नष्ट कर देता है। कोविड-19 वायरस ज्यादातर नाक से शरीर के अंदर प्रवेश करता है। यह वायरस संक्रमित लोगों से ही फैलता है। नाक में यह वायरस अपनी अपार संख्या को बढ़ाता है और तत्पश्चात् गले में दो या तीन दिन में ही करोड़ों की संख्या तक पहुँच जाते हैं। उसके उपरांत ये श्वास नली, फेफड़ों की कोशिकाओं तथा रक्त की धमनियों पर आघात करते हैं। ये रक्त की सफेद कोशिकाओं को ध्वसत

करने की क्षमता रखते हैं। तत्पश्चात् रक्त की धमनियों से प्लाज्मा, फेफड़ों तथा फेफड़ों की कोशिकाओं में भर जाते हैं। फेफड़ों और रक्त की धमनियों में सूजन आ जाती है तथा फेफड़े भारी हो जाते हैं और श्वास लेने में कठिनाई होने लगती है। रक्त की धमनियाँ जम जाती हैं। कुछ समय पश्चात् ये वायरस पूरे शरीर में फैल जाते हैं। तदुपरांत ये शरीर के बाकी अंगों, जैसे जिगर, मस्तिष्क, हृदय, गुरदों तथा पाचन तंत्र पर भी दुष्प्रभाव डालते हैं।

यह बीमारी वृद्ध तथा ऐसे लोग जिन्हें मधुमेय, गुरदों की बीमारी, हृदय रोग, फेफड़ों की बीमारी, कैंसर और रक्तचाप की बीमारी हो या वे लोग, जो सटिरोइड आदि औषधि ले रहे हैं, उन्हें भयंकर रूप से अपनी चपेट में ले सकती है।

कोविड-19 के लक्षण

कोविड-19 से संक्रमित लगभग 85 प्रतिशत लोगों में किसी प्रकार के लक्षण नहीं होते। ऐसे लोग दूसरों को संक्रमित कर सकते हैं। लगभग 80 प्रतिशत संक्रमित लोगों मे ज्वर, बुखार का होना, खांसी-जुखाम, नजला से परेशानी, गले मे दर्द या खराश का होना। भूख न लगना, मांसपेशियों शरीर में दर्द, उल्टी और दस्त लगना। श्वास लेने मे कठिनाई होना। सर्दी लगना, शरीर में तड़पन और निढ़ाल अवस्था में होना। शरीर में दुर्बलता तथा हृदय गति में अनियमितता, सिर तथा छाती मे दर्द होना इत्यादि लक्षण हो सकते हैं।

गंभीर रूप से बीमार रोगी को, जिन्हें श्वास लेने में कठिनाई हो रही हो या ऐसे रोगी जिन्हें आक्सीजन की कमी हो और जिनका रक्त में आक्सीजन स्तर 92 प्रतिशत से नीचे जा रहा हो अर्थात् एसपीओ-2 कम हो रहा हो तथा वह अन्य रोगों से भी जूझ रहा हो तो उन्हें अस्पताल में भर्ती कराना ही होगा। जो रोगी श्वास लेने में असमर्थ हों उन्हे वेंटिलेटर पर निर्भर रहना पड़ सकता है जब तक तक रोगी की स्थिति में सुधार न हो जाए। अभिप्राय यह कि वेंटिलेटर एक स्वचालित यंत्र है जिसके द्वारा यह रोगी की श्वास प्रक्रिया को निश्चित निर्धारित दर पर तथा उपयुक्त मात्रा में और फेफड़ों को निर्धारित दबाव में आक्सीजन देनी होती है।

वेंटिलेटर पर आश्रित रोगी की देखरेख केवल गहन चिकित्सा इकाई में ही हो सकती है जहाँ पर उसका जीवन वेंटिलेटर के सकुशल संचालन तथा चिकित्सक, नर्स तथा स्टाफ पर निर्भर होता है। वेंटिलेटर की आक्सीजन देने की मात्रा तथा शरीर में आक्सीजन देने के दबाव के लिए लगातार निगरानी की आवश्यकता होती है। यंत्र द्वारा अधिक या कम दबाव तथा मात्रा में आक्सीजन की कमी के कारण जीवन खतरे में पड़ सकता है तथा अधिक दबाव के कारण फेफड़े फट सकते हैं।

इस बीमारी का अभी कोई ठोस या निश्चित उपचार नहीं है। हाँ, कुछ ऐसी औषधियाँ हैं, जो वायरस के फैलने या बढ़ने मे रुकावट ला सकती हैं, किन्तु निश्चित रूप से इस वायरस को निर्मूल जड़ से समाप्त करने की कोई विशेष औषधि नहीं है।

निवारण तथा सावधानी

कोरोना को समाप्त करने के लिए इसके प्रसार को रोकना होगा। महामारी के चलते सावधानी, अनुशासन तथा निगरानी की आवश्यकता है। हम सभी के लिए व्यक्तिगत तथा सामूहिक रूप में मिलना-जुलना या भ्रमण करना उचित नहीं है। आपस में अधिक बातचीत भी नहीं करनी चाहिए। बहुत ही जरूरी हो तभी घर से मास्क लगाकर निकलें। घर वापस आने पर वस्त्रों को बदलें तथा स्नान करें। दिन में कम से कम तीन बार नमक के पानी के साथ गरारे करें। नाक में नारियल का तेल लगाएं। चाहकर भी अपने चेहरे तथा नाक को न छुएं। बार-बार हाथों को साबुन से धोएं। एक दिन में कम से कम ढ़ाई लीटर पानी पियें। निवास स्थान पर ही व्यायाम निश्चित करें। यत्न कीजिए शरीर को निरोग रखें तथा वजन कम करें। जिन लोगों ने अभी तक कोरोना का टीका नहीं लगवाया है, वे टीका अवश्य लगवा लें। टीका लगवाने के बाद भी संक्रमण का डर रहता है, सावधान रहें। ❐

तुम अस्पताल के लिये लड़े कब?

■ प्रतिनिधि

आजकल कोरोना महामारी से पूरा देश परेशान है। कुछ लोग कह रहे हैं कि सरकारों ने देश में अस्पताल नहीं बनवाए, इस कारण लोग बिना इलाज मर रहे हैं। इस पर सोशल मीडिया में एक जबर्दस्त टिप्पणी मिली, जिसे यहाँ प्रकाशित की जा रही है-

तुम अस्पताल के लिये लड़े कब? तुम तो नक्सलियों के साथ देश के विरुद्ध ही लड़ते रहे! तुम तो पुलिस, सीआपीएफ और पैरामिलिट्री फोर्स से आरडीएक्स बिछाकर, बम से उड़ाकर और घात लगाकर लड़ते रहे! तुम अस्पताल के लिये लड़े कब? तुम तो कभी नॉर्थईस्ट, तो कभी पंजाब, तो कभी कश्मीर को भारत से अलग करने के लिये लड़ते रहे! तुम अस्पताल के लिये लड़े कब? तुम तो भारत को सिर्फ बाबर, औरंगजेब, खिलजी, टीपू की विरासत साबित करने के लिये लड़ते रहे! प्राचीन इतिहास को मिटाने के लिये लड़ते रहे! तुम अस्पताल के लिये लड़े कब? तुम तो 60 साल तक हथियारों की खरीददारी में कमीशन खाने के लिये लड़ते रहे! तुम तो घोटालों की मलाई चाटने के लिये लड़ते रहे! तुम अस्पताल के लिये लड़ते कब? तुम्हें एनजीओ बना-बनाकर लूट मचाने से फुर्सत मिलती तब तो तुम लड़ते! तुम अस्पताल के लिये लड़ते कब? तुम्हें जातियों में जहर घोलकर, अलगाववाद को बढ़ावा देकर विदेशी एर्जेंसियो को खुश करके अवार्ड लेने से फुर्सत मिलती तब तो तुम लड़ते? तुम अस्पताल के लिये लड़ते कब? तुम्हें पर्यावरण के नाम पर सड़क पर लेटकर बाँध, हाईवे, उद्योगों के काम बंद करवाने से फुर्सत मिलती तब तो तुम लड़ते! तुम अस्पताल के लिये लड़ते कब? तुम्हें टाटा-बिड़ला, अडानी-अंबानी को कोसने से फुर्सत मिलती तब तो तुम लड़ते! तुम अस्पताल के लिये लड़ते कब? तुम्हें अर्बन नक्सल और अलगाववादियों के लिये प्लानिंग करने और उनके कोर्ट केस लड़ने से फुर्सत मिलती तब तो तुम लड़ते! कोई अकेला आदमी राजस्थान के रेगिस्तान में 20 सालों में हजारों पेड़ लगाकर पर्यावरण बचाने के लिये लड़ता है और कोई एक्टिविस्ट घर में चार प्लेकाड्र्स बनाकर 'अर्थ डे' पर उनके साथ फोटो खिंचवा कर पर्यावरण बचाने के लिये लड़ता है ... तुम्हारी औकात सिर्फ प्लेकाड्र्स बनाने, मेमे और मैसेज फारवर्ड करने तक ही है ... तुम क्या लड़ोगे अस्पताल के लिये। ❐

BANSAL INDUSTRIES
BANSAL
Stainless Steel Wires - High/Medium Carbon Steel Wires
(Black and Galvonised)
Mfrs. : Low Carbon Steel Wires, Profile/Shaped Wires
(Black and Galvonised)
H.B. HHB & G.I. WIRES
Bansal Wire Industries Ltd.
F-3, Shastri Nagar, Delhi-110052 (India)
Tel. : +91-11-23648401, 23651891-92-93, Fax : +91-11-23651890
Email : info@bansalwire.com, www.bansalwire.com

स्वयंसेवक बने सेवादूत

स्वयंसेवक बने सेवादूत

मुद्रक/संपादक/प्रकाशक: इन्दिरा मोहन द्वारा सेवा प्रकाशन न्यास के लिए 13, भाई वीर सिंह मार्ग, गोल मार्केट, नई दिल्ली-110001 से प्रकाशित तथा शक्ति प्रिन्टर्स 1/3001, गली न.-16, रामनगर, मंडोली रोड, शाहदरा, दिल्ली-32, से मुद्रित।