★ लघु साक्षात्कार ★

आर.एस.डी. कालोनी

सिरसा (हरियाणा)

व्यवस्थापक

20, आर.एस.डी. कालोनी,
सिरसा (हरियाणा)
दूरभाष : 20757, 28757, 27757

रमेश गोयल

कला, वाणिज्य एवं विधि स्नातक
आयकर बिक्रीकर सलाहकार

आत्म विश्लेषण

प्रियवर,

21वीं शताब्दी के शुभारम्भ पर हार्दिक शुभकामनाएं ।

चण्डीगढ़ के निर्माता ला काबूर्जिए ने नगर की तुलना मानव शरीर से की है । स्कूल, कालिज अथवा विश्व-विद्यालय नगर का मस्तिष्क होते हैं, कारखाने, व्यापार उसके हाथ, पार्क-बगीचे उसके फेफड़े और सड़के उसकी धमनियां है । मूल रूप से सरस्वती नदी के तट पर सदियों पूर्व बसे सिरसा नगर का ऐतिहासिक महत्व है और जल के प्रकोप से किसी समय यह शहर थेड़ में बदल गया । 1838 में कैप्टन थार्सले ने वर्तमान सिरसा की नींव रखी थी । हरियाणा के श्रेष्ठ नगर सिरसा में आर.एस.डी. कालोनी नगर के मध्य में ऐसे स्थान पर स्थित है जहां से चिकित्सीय, व्यापारिक, शैक्षणिक, पुस्तकालय, बैंक, बीमा संस्थान, धर्मशाला, मन्दिर, रेलवे, बस, खानपान, राशन व अन्य सभी सुविधाएं चन्द कदमों पर उपलब्ध हैं । कालोनी निवासी इस विषय में सौभाग्यशाली हैं जो नगर की सुविधाओं की दृष्टि से सर्वश्रेष्ठ कही जाने वाली कालोनी में रह रहे हैं । कालोनी के मध्य में एक आर.एस.डी. म्यूनिसिपल पार्क है । जिसकी सुचारू व्यवस्था के लिए एक माली है तथा कालोनी वासी पार्क की पूर्ण व्यवस्था करते हैं । कुछ व्यक्ति अज्ञानतावश पार्क का नाम जाति या व्यक्ति से जोड़ने की भूल भी कभी-कभी कर देते हैं ।

'स्वच्छता में भगवान निवास करते हैं । स्वास्थ्य के लिए स्वच्छता का महत्व हर व्यक्ति जानता है परन्तु इस तथ्य से हम न जाने क्यों आँखें मुंदे हुए हैं । इस कालोनी में हर तरह की सुचारू व्यवस्था सम्भव है क्योंकि वर्गाकार क्षेत्र में चारों ओर से बन्द हो सकने वाली इस कालोनी में आपसी प्यार व भाईचारा बहुत अधिक है । आवश्यकता केवल थोड़े से ध्यान देने की व सद् कार्य करने वालों को सदयोग देने की है ।

अन्य सब सामाजिक विषयों पर चिन्तन से पूर्व कालोनी को पूर्ण रूपेण स्वच्छ व साफ सुथरा रखने के निर्णय के लिए हमें काई अलग से परिश्रम नहीं करना है बल्कि केवल ''निज पर शासन फिर अनुशासन'' की कहावत को चरितार्थ करते हुए स्वयं निर्णय करना है कि हम अपने घर का कूड़ा (सफाई कर्मचारी की रेहड़ी के अतिरिक्त) गली में नहीं डालेंगे, अपनी छत से कचरा या पानी नीचे नहीं फैंकेंगें, कालोनी में खुले में पशुओं को चारा नहीं खिलायेंगे, आदि आदि क्योंकि इतने भर से ही अपनी यह कालोनी बहुत-बहुत सुन्दर लगने लगेगी । नगर की प्रमुख सामाजिक संस्था ''जागृति'' ने भी कुछ समय पूर्व इस कालोनी को स्वच्छ बनाने के लिए हमें प्रेरित किया था ।

आइये स्वच्छता अभियान से अपनी कालोनी को नगर की सर्वाधिक स्वच्छ कालोनी बनाकर नगर में एक उदाहरण प्रस्तुत करें और पूरे नगर को स्वच्छ बनाने में अग्रणी बनकर, सुन्दर सिरसा स्वच्छ सिरसा, की ओर बढ़ें।

कालोनी वासियों की अन्य समस्याओं (मुख्यतः लोहे वाली) पर चिन्तन मनन कर उन्हें भी दूर करें तथा भ्रातृत्व व प्यार बढ़ायें । केवल अपनी नहीं समाज की भलाई के लिए भी कुछ क्षण लगायें ।

इस प्रकाशन को पूर्ण करने में सहयोगियों का मैं धन्यवाद करता हूं । प्रकाशन में किसी भी त्रुटि व अशुद्धि के लिए क्षमाप्रार्थी हूं ।

— रमेश गोयल

लघु साक्षात्कार-2

आर.एस.डी. कालोनी

सिरसा (हरियाणा)

रमेश गोयल
बी.ए., बी.कॉम., एल एल.बी.

मनीश गोयल
सी.ए., सी.एस., एल एल. बी.

आयकर, धनकर, ट्रस्ट, सोसायटी, पेटेंट, ट्रेडमार्क व वैट सलाहकार

20 आर.एस.डी. कालोनी, सिरसा-125055 (हरियाणा)
दूरभाष / फैक्स : 01666-220757
मो. 94160-49757, 92152-20707

आत्म विश्लेषण

आदरणीय,

21वीं शताब्दी के शुभारम्भ पर आर.एस.डी. कालोनी के निवासियों की एक निदेशिका 'लघु साक्षात्कार' प्रकाशित किया था जिसमें कुछ अन्य महत्वपूर्ण व दैनिक उपयोगी जानकारियों का समावेश था। पुनः यह एक प्रयास किया है आर एस डी कालोनी वासियों के साथ-साथ प्रबुद्धजनों को नगर के विषय में बताने का परन्तु एकाकी प्रयास होने के कारण बहुत अधिक नहीं कर पाया हालांकि विषय व रूचि बहुत है। किसी अधुरी जानकारी व प्रकाशन में त्रुटि के लिए क्षमाप्रार्थी हूं। जिन लोगों ने आर्थिक सहयोग किया है उनका हृदय से आभारी हूं। इस प्रयास के माध्यम से सामाजिक व राष्ट्रीय कुछ विषयों पर चर्चा की है और अपने विचारों को अभिव्यक्ति दी है जिन्हें आपके समर्थन व सहयोग की आवश्यकता है।

चण्डीगढ़ के निर्माता ला काबूर्जिए ने नगर की तुलना मानव शरीर से की है। स्कूल, कालिज अथवा विश्व-विद्यालय नगर का मस्तिष्क होते हैं, कारखाने व्यापार उसके हाथ, पार्क-बगीचे उसके फेफड़े और सड़कें उसकी धमनियां हैं। मूल रूप से सरस्वती नदी के तट पर सदियों पूर्व बसे सिरसा नगर का ऐतिहासिक महत्व है जो जल के प्रकोप से किसी समय थेड़ में बदल गया। 1837-38 में कैप्टन थार्सले ने वर्तमान सिरसा की नींव रखी थी। हरियाणा के श्रेष्ठ नगर सिरसा में आर एस डी कालोनी नगर के मध्य में ऐसे स्थान पर स्थित है जहां से चिकित्सीय, व्यापारिक, शैक्षणिक, पुस्तकालय, बैंक, बीमा स्ंस्थान, धर्मशाला, मन्दिर, रेलवे, बस, खानपान, राशन व अन्य सभी सुविधाएं चन्द कदमों पर उपलब्ध हैं। कालोनी के मध्य में एक आर एस डी म्यूनिसिपल पार्क है जिसकी सुचारू वयवस्था के लिए एक माली है तथा कालोनीवासी पार्क की पूर्ण व्यवस्था करते हैं। इस कालोनी में हर तरह की सुचारू व्यवस्था सम्भव है क्योंकि वर्गाकार क्षेत्र में चारों ओर से बन्द हो सकने वाली इस कालोनी में आपसी प्यार व भाईचारा बहुत है। आवश्यकता केवल थोड़े से ध्यान देने की व सद् कार्य करने वालों को सहयोग देने की है, तभी जो दैनिक सामुहिक समस्याएं, प्रबद्ध व सक्षम लोगों की इस कालोनी में रहकर भी आप भुगत रहे हैं, उनसे छुटकारा पा सकेंगे। कालोनी को पूर्ण रूपेण स्वच्छ व साफ़ सुथरा रखने के लिए हमें कोई अलग से परिश्रम नहीं करना है बल्कि केवल "निज पर शासन फिर अनुशासन" की कहावत को चरितार्थ करते हुए स्वयं निर्णय करना है कि हम अपने घर का कूड़ा केवल सफाई कमचारी की रेहड़ी में डालेंगे गली में नहीं, अपनी छत से कचरा या पानी नीचे नहीं फैंकेगे, कालोनी में खुले में पशुओं को चारा नहीं खिलायेंगे आदि आदि क्योंकि इतने भर से ही यह कालोनी बहुत-बहुत सुन्दर लगने लगेगी जिसे दिखकर आप व आपके अतिथि प्रफुल्लित हो उठेंगे।

आवारा या बेसहारा पशुओं द्वारा गन्दगी व असुरक्षा फैलाने से रोकने के लिए माननीय पुलिस अधीक्षक श्री विकास अरोड़ा के नेतृत्व व उपायुक्त श्री वी. उमाशंकर के संरक्षण में गौरक्षा सेवा समिति का 2007 में गठन होने के बाद हजारों गाय-बैल विभिन्न गौशालाओं में भेजे जा चुके हैं। अपने घर का बासी राशन, सब्जीयों के छिलके आदि गली में डालकर न केवल हम गन्दगी फैलाते हैं बल्कि मूक जीवों के प्रति अन्याय करते हैं क्योंकि थैली सहित वे उसे खा लेते हैं जो उनकी जानलेवा सिद्ध होती है। गौरक्षा समिति को सहयोग करें। हमें संकल्प करना है कि हम कालोनी में किसी को भी गन्दगी नहीं फैलाने देंगे। फल, सब्जी या अन्य वस्तु बेचने वाले, जो कालोनी में आते हैं, उन्हें भी कहीं भी कूड़ा न डालने के लिए प्रेरित/बाध्य करेंगे। अच्छा कार्य करते हुए यह न सोचें कि कोई साथ देगा या नहीं बल्कि ध्यान रखें :-

आंधियों के डगर में जलाओ दिये, रोशनी की पहचान हो जायेगी।
तुम भले ही अकेले चले तो सही, राह खुद व खुद आसान हो जायेगी।।

आइये अपनी कालोनी को नगर की सर्वाधिक स्वच्छ व व्यवस्थित कालोनी बनाकर नगर में एक उदाहरण प्रस्तुत करें और पूरे नगर को स्वच्छ बनाने में अग्रणी बनकर 'सुन्दर सिरसा स्वच्छ सिरसा' की ओर बढ़ें।

-रमेश गोयल

ईश हमें देते हैं सब कुछ हम भी तो कुछ देना सीखें।
अपने हित तो पशु जीते हैं, औरों के हित जीना सीखें।

विषय सूचि

विषय	पृष्ठ संख्या
आत्म विश्लेषण	1
शुभ शुकुन	2
उज्ज्वल भविष्य उपयोगी मन्त्र	3
1600 वर्ष कलैण्डर	4
सिरसा परिचय	5-8
नेत्रदान - महादान	9
अपना दीपक जलाना सीखो	10
सड़क सुरक्षा सावधानी	11
विवरण म.न. 1 से 10	12
विवरण म.न. 10 ए से 18	14
विवरण म.न. 19 से 29	16
विवरण म.न. 30 से 39	18
विवरण म.न. 40 से 47	20
विवरण म.न. 48 से 55	22
विवरण म.न. 55 ए से 67	24
विवरण म.न. 68 से 85	26
विवरण म.न. 86 से 96	28
विवरण म.न. 97 से 105	30
विवरण म.न. 106 से 114	32
विवरण म.न. 114 ए से 125	34
विवरण म.न. 126 से 136 ए	36
विवरण म.न. 136 से 149	38
विवरण म.न. 150 - 151	40
चरित्र निर्माण या पतन	13
सिरसा के रोचक तथ्य	15
पुनर्वासित नगर के प्रमुख व्यक्तित्व	17,19,21,23,25
सफलता के सूत्र	25
चण्डीगढ़ - लुधियाना के नम्बर	27
राष्ट्रीय राजधानी+हिसार	29
शिक्षण संस्थान	31
रक्तदान	33
बिन पानी सब सून	35
विज्ञापन	37,39,42,44
उपभोक्ता संरक्षण	40
चिकित्सकों के मोबाईल	41,43
अनूठा न्याय	43
दैनिक आवश्यक दूरभाष	45,46
मृत्यु उपरान्त परम्पराऐं	47
रेल बस समय सारणी	48

शुभ शुकुन

* अरे ! ईश्वर क्या खरीद रहे हो ? * आज सतीश के लड़के का जन्मदिन है कोई उपहार खरीद रहा हूं ।

* और कृष्ण तुम ! * मैं तो नकद ही ग्याहरह रू. भेंट दे कर बिल चुका आऊंगा ।

* यानि * यानि क्या । जब भोजन करने जाऐंगे तो किसी न किसी रूप में बिल तो चुकाना ही होगा । जाना जरूर हैं क्योंकि सतीश अपना मित्र है ।

* हां ! आप क्या खरीद रहे हो ? * भईया ! हमें न कुछ खरीदना है और न बिल चुकाना ।

* तो क्या आप वहां नहीं जाओगे ? * क्यों नहीं ! अवश्य जाऊंगा ।

* तो फिर ! * फिर क्या ! मैं लड़के की शादी, पुत्र जन्म, मुंडन संस्कार आदि के उपलक्ष्य में आयोजित प्रीतिभोज आदि पर नकद अथवा उपहार इस रूप में नहीं देता बल्कि * बल्कि क्या ।

* मैं देता हूं - लड़के की शादी पर वर-वधु के सुखी दाम्पत्य जीवन के लिए 'शुभकामनाएं' और पुत्र-जन्म अथवा मुंडन आदि पर शिशु के 'समृद्ध एवं उज्जवल भविष्य के लिए आशीर्वाद'

* तो अपने यहां किसी ऐसे आयोजन में उपहार अथवा भेंट स्वीकार करते आपको लज्जा नहीं आएगी !

* नहीं ! कदाचित नहीं ! * तो आप शुकुन नहीं मानेंगे ? * क्यों नहीं ! हमारा विश्वास है .....

* 'आपकी उपस्थिति ही शुभ शगुन है' । 'प्रेम ही उपहार है ।' और स्वीकार करेंगे अमुल्य उपहार 'शुभकामनाएं' व 'आशीर्वाद'

* और लड़कियों की * लड़कियों की शादी में अवश्य शगुन/उपहार देता हूं और देना भी चाहिए क्योंकि वह कन्यादान करने वाले को प्रोत्साहन है ।

रमेश गोयल * 1980-81 में रचित

प्रेरणा

नेत्रदान-महादान

मृत्यु उपरांत नेत्र दान मे दिए जाने का अर्थ नेत्रदान है । दान में प्राप्त नेत्र दो दृष्टिहीनों को एक-एक लगाया जाता है जिससे उनका जीवन रोशन होता है ।

नेत्रदान क्या है ?

अपने जीवन में नेत्रदान शपथ-पत्र भर कर मरणोंपरांत नेत्रदान की इच्छा प्रकट करना नेत्रदान घोषणा है । बिना घोषणा पत्र के भी परिजन नेत्रदान कर सकते हैं ।

दान में प्राप्त नेत्रों से कार्निया (cornea) निकाल कर दृष्टिहीनों की आंख के क्षतिग्रस्त कार्निया से बदल (cornea Transplant) दिया जाता है । पूरी आंख नहीं बदली जाती इसलिए नेत्रदान से केवल उन दृष्टिहीनों को लाभ हो सकता है जिनका कार्निया क्षतिग्रस्त हो (corneal Blindness)

कार्निया आंख की पुतली के उपर एक शीशे की तरह पतली सी झिल्ली होती है जो प्रायः आंख में संक्रमण (Infection) या चोट (तीर कमान, गुल्ली डंडा आदि), आतिशबाजी या चेचक या विटामिन 'ए' की कमी से क्षतिग्रस्त हो सकता है ।

(cornea) कार्निया के स्थान पर लगाए जा सकने वाला कोई कृत्रिम विकल्प अभी तक तैयार नहीं किया जा सका है ।

नेत्रदान कौन कर सकता है ।

1. किसी भी आयु का कोई भी स्त्री पुरूष नेत्रदान कर सकता है ।
2. नेत्रदान करने वाला व्यक्ति चश्मा लगाता हो तो भी नेत्रदान कर सकता है ।
3. यदि उसका सफेद मोतिया का आप्रेशन हुआ है तब भी नेत्रदान कर सकता है ।
4. चाहे वह मधुमेह (शुगर), रक्तचाप (ब्लड प्रैशर) या तपेदिक (टी.बी.) का मरीज हो ।
5. परन्तु एडस व काकन, रेबीज या सांप काटने से यदि मृत्यु हुई हो तो नेत्रदान नहीं लिए जाते ।

कब और कहां कर सकता है

- मृत्यु के 6-8 घंटे तक नेत्रदान दिया जा सकता है ।
- मृत शरीर को कहीं ले जाना नहीं होता बल्कि नेत्र बैंक की टीम मृतक के घर जाकर नेत्रदान प्राप्त करते हैं और इसके लिए आपका किसी भी रूप से कोई खर्च नहीं होगा ।

विशेष : नेत्रदान के बाद चेहरे पर कोई घाव या विकृति नहीं दिखती ।

नेत्रदान के लिए आपको क्या करना है ।

अगर आपके परिवार में या आसपास कोई मृत्यु हुई है तो मृतक के परिजनों को नेत्रदान के लिए प्रेरित करें तथा फोन द्वारा सूचना देने का कष्ट करें । ध्यान रहे आपकी थोड़ी सी जागरूकता से किन्हीं दो दृष्टिहीनों का जीवन जगमगा उठेगा और आपको अद्भुत संतुष्टी व आशीर्वाद प्राप्त होगा जिससे आपके जीवन में भी खुशियां बढेंगी ।

ध्यान रखें सूचना तुरंत करें क्योंकि नेत्रदान मृत्यु के 6-8 घंटों के भीतर ही किया जा सकता है । मृतक की आंखों पर गीली रूई/रूमाल रख दें । उपर चल रहा पंखा बन्द कर दें ताकि आंखों की नमी बनी रहे ।

मृत्यु उपरांत हो नेत्रदान, अमर होने का साधन महान ।

रहिमन धागा प्रेम का मत तोड़ो चिटकाय, टूटे से फिर ना जुड़े, जुड़े पर गांठ पड़ जाए।

चरित्र निर्माण या पतन

यदि सामाजिक परिवेश को ध्यान में रखते हुए टेलीविजन के प्रसारण पर नियन्त्रण रखा जाये तो यह ज्ञान और विज्ञान को प्रचारित करने का सर्वोतम साधन है । परन्तु टी.वी. धारावाहिकों से हर घर में कोई न कोई अपवाद खड़ा हो रहा है । पसन्दीदा धारावाहिक के समय घर के सदस्यों को यदि भोजन देना पड़े तो ग्रहणी उसे अपना शत्रु समझती है । एक कवि के शब्दों में रात्रि 8 बजे से 11 बजे के बीच यदि वह अपने घर पहुंच जाता है तो उसे 'सीरियल कीलर' की संज्ञा दी जाती है । धारावाहिकों में एक भी धारावाहिक ऐसा नहीं है जिसमें एक आदमी की एक ही औरत हो और एक औरत का एक ही पति हो । सीरियल चाहे वह ' स्टार प्लस' का हो या 'सहारा वन' का या 'जी टी वी' का या हर सीरियल में किसी की दो औरते हैं, तो किसी के दो पति हैं । एक मर गया, तो चार-छः माह में दूसरा । फिर पहला मरा हुआ वापिस जिंदा होकर आ गया । कोई 'कुमकुम' देवर के साथ विवाह करती है, तो कोई 'प्रेरणा' विवाह से पहले ही बच्चा पैदा करती है, तो कोई 'मोहिनी' जैसी बहू अपनी ससुराल वालों को बर्बाद करती है, तो कोई 'तुलसी' जैसी अपने पेट के बेटे का खून ही नहीं करती है बल्कि 20 वर्ष बाद इतिहास दोहराने चलती है । 'महलों की रानी' अपने पति के हत्यारे से शादी करती है तो 'श्यामली' के पेट में छोटे भाई का बच्चा है और शादी बड़े भाई के साथ करती है । किसी की पत्नी कोमा में चली गई तो उसकी सहेली से विवाह कर लिया । पत्नी ठीक हो गई तो दोनों को रख लिया । जतीन मर कर जिन्दा हो गया तो 'कुमकुम' ने अपनी सास से पूछा कि मैं किसके बैडरूम में जाऊँ । अब बोलो, इनमें कोई परिवार में बैठ कर देखने वाला धारावाहिक है । ऐसे कार्यक्रमों के सहारे हम स्वच्छ समाज तथा चरित्रवान व शालीन, ज्ञानवान व उत्साही बहु-बेटीयों की अपेक्षा कैसे कर सकते हैं ।

हमारे देश से बहुत पहले टी.वी. का प्रचार व प्रभाव पश्चिम देशों में रहा है ओर उसका प्रभाव अमेरिका की तत्कालीन प्रथम महिला हिलेरी क्लिंटन (जो वर्तमान में राष्ट्रपति प्रत्याशी की दौड़ में है) के उस लेख से स्पष्ट है जिसमें उन्होंने कहा था कि अमेरिका में चरित्र पतन के लिए टी.वी. चैनल मुख्य रूप से उत्तरदायी हैं । दिन भर सड़ान्ध से परिपूर्ण कार्यक्रम परोस कर ये चैनल न जाने किस कर्त्तव्य का पालन करते हैं और तो और समाचार चैनल भी ऐसे विज्ञापन सामान्यतः दिखाते हैं जो ए श्रेणी में आते हैं और उन्हें टी.वी. चैनल पर बिल्कुल भी नहीं दिखाया जाना चाहिए । तत्कालीन सूचना प्रसारण मन्त्री श्रीमती सुषमा स्वराज ने संसद में कहा था कि नग्नता में शरीर प्रदर्शन तो है परन्तु फैशन तो कपड़ों से ही हो सकता है और हमारे चैनल फैशन के नाम पर नग्नता प्रदर्शित कर रहे हैं । सरकार, समाज व जनता चिन्तन करें और इन पर अंकुश लगाएं । समाज सेवी संस्थाएं विशेषकर महिला संगठन इसे एक अभियान/आन्दोलन बनाकर समाज व देश को सांस्कृतिक प्रदुषण से बचाएं ।

स्वस्थ मनोरंजन व ज्ञान वर्धन के लिए दूरदर्शन एक उत्तम व प्रभावी स्तरीय साधन हो सकता है जो विषय की गहराई तक छाप छोड़ता है । आस्था चैनल योग का प्रयाय बन गया है तथा संस्कार, साधना, श्रद्धा, चैनल धार्मिक जानकारी का । डिस्कवरी व खेल आदि के लिए विशेष चैनल है उन्हें यदि हम देखना पसन्द करें तो परिवार, समाज व राष्ट्र के लिए कुछ करने की प्रेरणा मिलेगी ।

रक्तदान-जीवनदान

प्राणी मात्र के लिए रक्त/खून शरीर की आवश्यक आवश्यकता है। रक्त का 45 प्रतिशत भाग कोशिकाओं से बना होता है तथा शेष 55 प्रतिशत तरल होता है जिसे प्लाजमा कहते हैं। प्लाजमा 92 प्रतिशत पानी का बना होता है तथा शेष 8 प्रतिशत प्रोटीन आदि होते हैं।

आवश्यकता

सड़क पर या फैक्ट्री में दुर्घटनाओं के कारण, प्राकृतिक आपदाओं के कारण तथा युद्ध व हिंसा की स्थितियों में अतिरिक्त रक्त की आवश्यकता पड़ती है। कुछ बीमारियों जैसे थैलासीमिया, हीमोफिलिया, रक्त कैंसर या एनीमिया (हीमोग्लोबिन/एचबी कम होना) या शल्य चिकित्सा (बड़ा आप्रेशन) आदि के रोगियों को अतिरिक्त रक्त की आवश्यकता रहती है।

रक्त का कोई विकल्प नहीं है।

ध्यान रहे रक्त का किसी फैक्ट्री में निर्माण/उत्पादन नहीं किया जा सकता है और केवल मनुष्य का रक्त ही मनुष्य को दिया जा सकता है किसी अन्य प्राणी का नहीं। इसलिए रक्तदान करके किसी के जीवन में सहयोगी बनें।

ब्लड ग्रुप को चार भागों में बांटा गया है -ए,बी, एबी, व ओ। इनमें पाजिटव व नैगेटिव भी होता है। खून की आवश्यकता पर उसी ग्रुप का खून दिया जा सकता है।

ब्लड बैंक के अतिरिक्त किसी लैबोरेट्री या नर्सिंग होम में रक्तदान नहीं किया जा सकता। आवश्यकता होने पर भारत सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त ब्लड बैंकों से ही (ब्लड) रक्त लेना चाहिए।

रक्तदान कौन करें

रक्तदान 18 वर्ष से 65 वर्ष के बीच आयु का कोई स्त्री पुरूष कर सकता है यदि उस समय वह स्वस्थ हो। उपवास-व्रत रखकर या भूखे पेट रक्तदान नहीं करना चाहिए।

रक्त बेचने वालों से रक्त नहीं लेना चाहिये क्योंकि ऐसे लोग नशे के अभ्यस्त होते हैं तथा सामान्यतः टीबी या एड्स जैसे रोगों से पीड़ित होते हैं। ऐसा रक्त लेना खतरनाक भी है और कानून विरोधी भी।

रक्तदान प्रक्रिया

रक्तदान में केवल 4-5 मिनट का ही समय लगता है। बाजू की नस मे एक टीके जैसी सुई डालकर खून को प्लास्टिक की थैली में इक्ट्ठा करते हैं। रक्तदान के बाद 10 मिनट वहीं आराम करने के बाद आप घर जा सकते हैं तथा सामान्य रूप से अपना काम-काज कर सकते हैं। एक बार में केवल 350 मि.ली. खून ही लिया जाता है। रक्तदान में दिए हुए रक्त की पूर्ति कुछ घंटों में ही स्वतः हो जाती है तथा किसी प्रकार की कोई कमजोरी आदि महसूस नहीं होती। रक्तदान के बाद आपको वही भोजन करना होता है जो आप सामान्य रूप से करते हैं। कुछ तरल पदार्थ अधिक लें जैसे पानी, लस्सी आदि। हमारे रक्त में पुरानी कोशिकाएं मरती रहती हैं तथा उसके बदले में नया खून बनता रहता है। रक्तदान के समय प्रयोग की जाने वाली सूई व थैली एक ही बार प्रयोग की जा सकती है इसलिए रक्त दान में किसी बीमारी का खतरा नहीं होता।

रक्तदान 3 महीने में एक बार ही किया जा सकता है और बार-बार यदि वर्ष में चार बार निरन्तर रक्तदान भी आप करें तब भी आपको किसी प्रकार की कोई कमजोरी, तकलीफ या रक्त की कमी नहीं होगी बल्कि आपको एक विशेष आनन्द व प्रसन्नता की अनुभूति होगी जो आपके जीवन व भविष्य को उज्ज्वल व दीप्तीमान बनायेगी। आप अपना अपने परिजनों व मित्रों के जन्मदिन, वैवाहिक वर्षगांठ या अन्य ऐसे आयोजन रक्तदान करके मनाएं।

ब्लड बैंक में आकर रक्तदान करें और करायें।

❊ रक्त दान-सुखद अनुभव ❊ जीते जी रक्तदान - मरणोतपरांत नेत्रदान

ईश हमें देते हैं सब कुछ, हम भी तो कुछ देना सीखें।
अपने हित तो पशु जीते हैं, औरों के हित जीना सीखें।।

'बिन पानी सब सून'

'जल ही जीवन है' यह बात जानते हुए भी हम पानी को बहुत बरबाद करते हैं । विश्व स्वास्थ्य संगठन के 2004 के एक सर्वेक्षण के अनुसार पूरी दूनिया के एक अरब से अधिक लोगों को पीने का साफ पानी नहीं मिलता है । भू व जल वैज्ञानिकों की भविष्यवाणियों के अनुसार भारत, चीन और अमेरिका जैसे देशों में अधिक जल दोहन से भू-जलस्तर में तेजी से आ रही गिरावट इस खतरे के संकेत हैं कि आने वाले समय में पानी के लिए लड़ाईयां हो सकती हैं । पानी के महत्व को न समझ पाने और इसके अनियमित व अधिक दोहन एवं प्रदूषण के चलते ही आज सभी देशों को पानी के संकट का सामना करना पड़ रहा है । बहुत से लोग यह नहीं जानते कि वे अनजाने में बहुत पानी बरबाद करते हैं । अगर हम पानी की बचत नहीं करेंगे तो एक दिन ऐसा आएगा कि पानी के बिना हम तड़पने लगेंगे । आओ यह सुनिश्चित करें कि पानी को बरबाद नहीं करेंगे ।

निम्नलिखित अनुसार आप पानी की बचत कर सकते हैं :-

- आप कभी भी नल को बिना आवश्यकता खुला न छोड़ें ।
- शेविंग ब्रुश या टूथ ब्रुश या हाथ मुंह धोते समय पानी का प्रयोग न करते समय नल बन्द कर दें । मग में पानी प्रयोग करें । यदि सम्भव हो तो वाश्वेश्न में पुश बटन वाली टूंटी लगवायें ।
- नहाते समय पानी बाल्टी मग द्वारा प्रयोग करें । ★ कपड़ों को मशीन में नहीं बाल्टी में खंगालें ।
- पानी की टंकी /कूलर आदि में गुबारा लगवायें ताकि टंकी भर जाने पर पानी बाहर न निकले अन्यथा विशेष ध्यान रखें कि पानी बाहर न गिरे ★ किसी पाईप में रिसाव हो तो उसे तुरन्त ठीक करायें ।
- बर्तन साफ किये हुए टब के पानी व कपड़े खंगाले हुए पानी को सफाई या अन्य काम लें ।
- मिट्टी पड़े सामान को पहले झाड़-पोंछ लें फिर गीले कपड़े से साफ करें ।
- घरों में फर्श धोने की वजाय केवल झाड़ू पोचा लगाकर ही साफ करें । पाईप से फर्श बिलकुल न धोएं ।
- यदि कहीं कोई सार्वजनिक नल खुला देखें तो उसे तुरन्त बन्द कर दें । यह हमारा कर्तव्य है ।
- लान व पौधों में आवश्यकतानुसार ही पानी दें ।
- आर.ओ. से पानी स्वच्छ करते समय बड़ी मात्रा में बेकार जा रहे पानी को सुविधानुसार काम में लाएं ।
- अपने वाहनों को प्रतिदिन न धोएं तथा पाईप से न धोएं । ★ छिड़काव न करें ।

स्वयं चिन्तन करें कि आप पानी कैसे बचा सकते हैं ।

स्वयं करें, परिवार के सदस्यों व काम वाली/नौकर को समझाएं
समाज को जगाएं देश बचाएं ।

- बल्ब की जगह सी.एफ.एल. लगाएं ★ बिना प्रयोग वाले कमरे/स्थान की लाईट पंखा आदि बन्द कर दें।
- बिजली की कमी को कम करने में सहयोग दें और बिजली बचत द्वारा बिल कम करने का संकल्प लें ।
- पखाना व स्नान घर में न्यूनतम वाट का उपकरण लगाएं व सारा दिन न जलाएं ।
- स्वयं चिन्तन करें कि आप बिजली कैसे बचा सकते हैं ।

पानी बचेगा, बिजली बचेगी-बिजली बिल कम होगा- धन बचेगा ।

मृत्यु उपरांत परम्पराएं-परिवर्तन आवश्यकता

समाज में किसी प्रियजन की मृत्यु उपरांत बहुत सी रूढ़ी व आसामयिक परम्पराएं/कुरीतियां हैं जिन्हें दूर करने के लिए बहुत से नगरों / गांवों में प्रयास किए जा रहे हैं । मैं खारिया गांव के हरी सिंह नैन परिवार को बधाई दूंगा जिन्होंने बहुत वर्ष पूर्व इस विषय में पहल की । हरी सिंह नैन स्वयं ही सरपंच नहीं रहे बल्कि उनकी पत्नी व पुत्र भी सरपंच रहे । श्री हरी सिंह की मृत्यु पर परिवार ने निर्णय किया कि वे सामूहिक भोजन का आयोजन नहीं करेंगे और 25 हजार रूपये एक समिति बनाकर गांव के विकास के लिए दिए । उनके बड़े भाई, जो उस समय जीवित थे, ने भी अपनी मृत्यु उपरांत इस प्रकार के आयोजन न करने व ग्राम विकास के लिए 25 हजार रूपये दिए । यह 50 हजार वहां के स्कूल में दिए गए जिस पर सरकार ने एक लाख मैचिंग ग्रांट दी और इस प्रकार थोड़ी सी समझ से न केवल एक कुरीती दूर हुई बल्कि दूसरों के लिए प्रेरणा बनी और विद्यालय में नए कमरे व फर्नीचर बना जो क्षेत्र के बच्चों के लिए वरदान बना ।

सर्वोच्च सत्य मृत्यु के बाद की प्रक्रियाओं में फैली ऐसी असामयिक परम्पराओं में सुधार के लिए सिरसा नगर के सभी वर्गों के प्रतिनिधियों की एक बैठक विवेकानन्द स्कूल, सिरसा में दिनांक 18 जून 2006 को प्रतिष्ठित समाजसेवी व आर्य समाज के प्रान्तीय अधिकारी डा. आर. एस. सागवान की अध्यक्षता में आयोजित की गई जिसमें नगर के गणमान्य व्यक्तियों ने सर्वसम्मति से निर्णय किया कि :-

1 दिवंगत के अन्तिम संस्कार से पूर्व या बाद में, पाठ भोग या रस्म पगड़ी के समय मिलनी या अन्य किसी भी रूप में रिश्तेदारों से लेना-देना नहीं किया जायेगा ।

2 ऐसे अवसर पर कोई भी रंग या गुलाल आदि नहीं डालेगा ।

3 संस्कार उपरांत शोक संतप्त परिवार के यहां जो भी रिश्तेदार भोजन भेजे वह साधारण भोजन ही भिजवायेगा, मिठाई आदि नहीं, चाहे मृतक की आयु कुछ भी हो । चाय के साथ भी बिस्कुट बगैरा ही होंगे मिठाई नहीं ।

4 तीव्र गति से चल रहे समय चक्र, व्यस्तताओं व आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए निर्ण किया गया कि स्थानीय लोग शोक संतप्त परिवार के यहां निर्धारित समय पर ही संवेदना प्रकट करने जाएं :-

गर्मी	प्रातः 9 से 12 बजे तक	सायं 5 से 8 बजे तक
सर्दी	प्रातः 9 से 12 बजे तक	सायं 4 से 7 बजे तक

इसमें शोक संतप्त परिवार अपनी सुविधानुसार परिवर्तन भी कर सकता है ।

5 शोक संतप्त परिवार के लोग दुख की उस वेला में संवेदना प्रकट करने आए स्थानीय लोगों को जलपान, चाय, ठण्डा पेय या मिठाई आदि पेश नहीं करेंगे चाहे मृतक कितना भी बुजुर्ग क्यों न हो।

6 प्रगतिशील समाज में पगड़ी या उठाले वाले दिन खाने में मिठाई बनाना, खिलाना, लेना-देना बहुत ही अनुचित है । सभी परिवार बाहर से आए परिजनों के लिए केवल सादा भोजन ही बनवाएंगे, स्पेशल लंच नहीं । स्थानीय व्यक्तियों के लिए भोजन व्यवस्था नहीं की जाएगी और न ही स्थानीय व्यक्ति ऐसे अवसर पर भोजन करेगा ।

सभी ने एक स्वर में समाज के लोगों से अपील की वे उपरोक्त निर्णयों को समाजहित में मान्यता प्रदान करें और कोई सुझाव इस विषय में हो तो कार्यक्रम संयोजक श्री रमेश गोयल, आयकर सलाहकार, 20 आर एस डी कालोनी, सिरसा मों. 94160-49757 या 92152-20757 से सम्पर्क करें अथवा लिखकर भेजें ।