



अंक : 14

सहयोग शुल्क : रु.1

फरवरी 2018

# दिव्यांग सेतु

संपादक : - संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई

ॐकार फाउन्डेशन ट्रस्ट



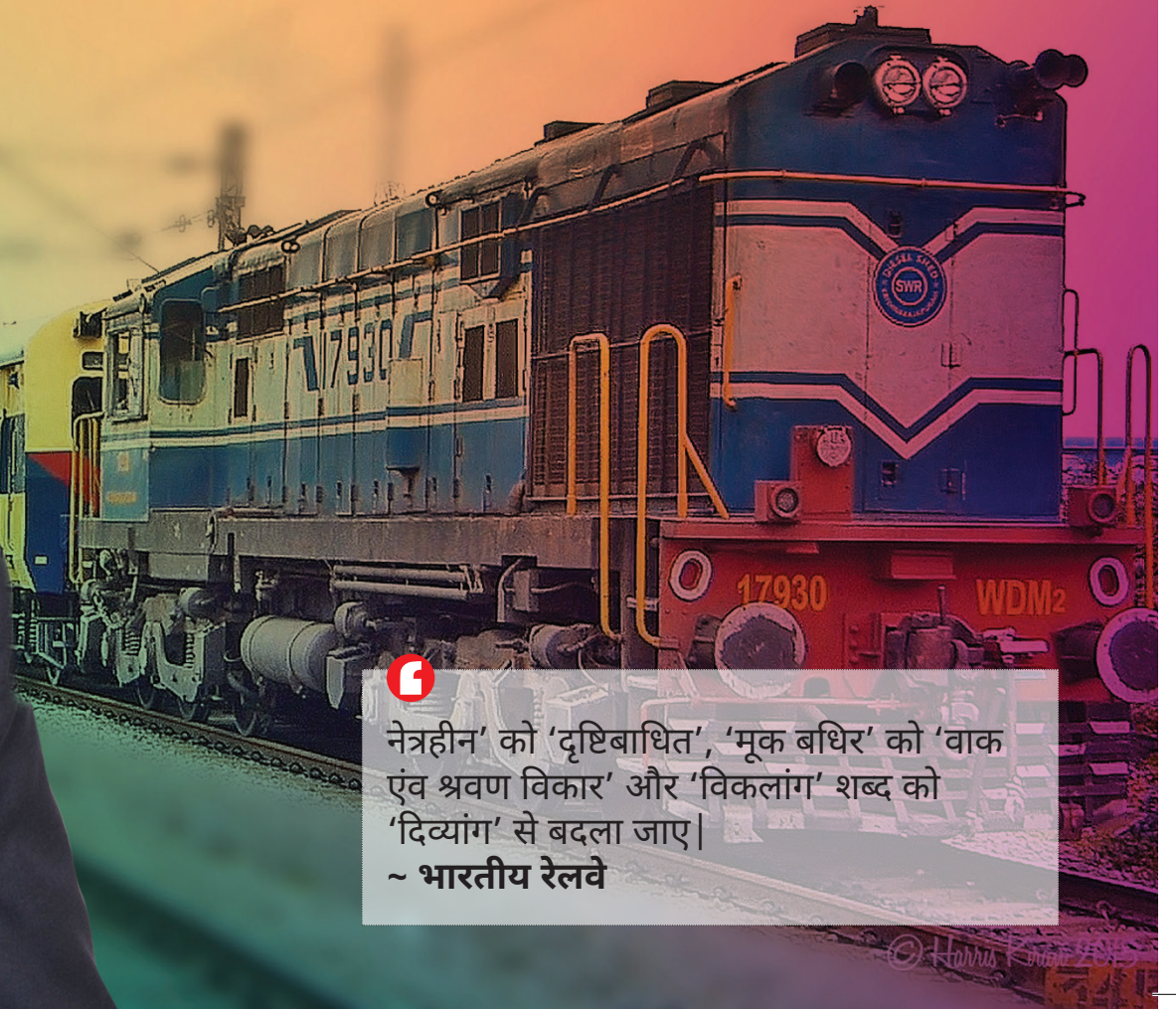
सरकार ने 'दिव्यांगजन अधिकार अधिनियम 2016' लागू किया है। दिव्यांगों के लिए सरकारी नौकरियों में 4 प्रतिशत और उच्च शिक्षा में 5 प्रतिशत आरक्षण का प्रावधान किया गया है।

~ राम नाथ कोविंद,  
राष्ट्रपति, भारतीय गणराज्य



जिंदगी में तकलीफ़ कितनी भी हो कभी हताश मत होना क्योंकि धुप कितनी भी तेज हो समंदर कभी नहीं सूखता।

~ संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई

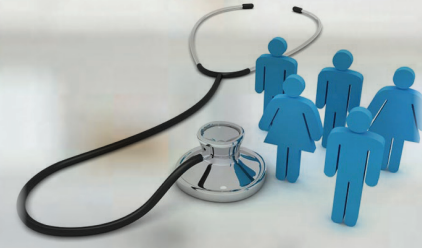


नेत्रहीन' को 'दृष्टिबाधित', 'मूक बधिर' को 'वाक एंव श्रवण विकार' और 'विकलांग' शब्द को 'दिव्यांग' से बदला जाए।

~ भारतीय रेलवे

© Harris Kumar 2018





## निरामय हेल्थ पॉलिसी

### पात्रता

- केन्द्र सरकार द्वारा चलाई जा रही यह पॉलिसी सेरेब्रल पाल्सी, ऑटिज्म, मेन्टल रिटार्डेशन, मल्टिपल डिसेबिलिटी से असरग्रस्त दिव्यांगों को मिल सकती है।
- ४०% अथवा उससे अधिक दिव्यांगता से असरग्रस्त व्यक्ति को इस पॉलिसी का लाभ मिल सकेगा।
- रू. २५०/- बी.पी.एल. एवं रू.५००/- ए.पी.एल. दिव्यांगों के लिए सिंगल प्रीमियम

### लाभ

रू. १,००,०००/- तक का इंश्योरेंस मिल सकता है।  
(निर्धारित किए हुए फंड के अनुसार)

## आवेदन-पत्र के साथ जमा किए जाने वाले प्रमाण-पत्र/दस्तावेज

### सिविल सर्जन का दिव्यांगता दर्शाता प्रमाण-पत्र

(ऊपर बताई गई चार बीमारियों में से किसी भी एक का उल्लेख प्रमाण-पत्र में जरूरी है)

- वर्तमान की पासपोर्ट साइज़ फोटो
- राशनकार्ड की प्रमाणित कोपी
- निवास स्थान का प्रमाण (राशनकार्ड अथवा वोटिंग कार्ड)
- बी.पी.एल. कार्ड (यदि बी.पी.एल. में आते हैं तो)
- बैंक पासबुक की फोटो कोपी (बैंक ISFC कोड के साथ)

यह  
प्रीमियम  
ॐकार  
फाउन्डेशन द्वारा  
भरा जाएगा



## संपादकीय

दोस्तों,

पिछले माह में कुदरत की ठंड भी महसूस की और वातावरण में विरोध की गर्माहट भी। खैर, सब अपनी अपनी जगह सही बने रहे और अंततः शांति फिर से लौटी। वैसे इस बार भारतीय रेलवे ने दिव्यांगों के हित में लिए गये निर्णय का स्वागत करता हूँ। बुजुर्गदिव्यांग कैदियों को रिहा करने पर भारत और पाकिस्तान के बीच हुई बातचीत और उसके बाद लिए गये प्रोडक्टिव फैसले का सम्मान करता हूँ। अब माहोल कुछ ऐसा बन चुका है की समाज में दिव्यांगों के प्रति जो दूरी बनाए रखने की मानसिकता थी वह कहीं न कहीं कम होती दिखाई दे रही है। लेकिन कुछ ऐसे भी महान व्यक्ति हो गए, मैं कहूँगा की अमर हो गए, जिनको समाज का आक्रोश, पीड़ा और दुःख सहन करना पड़ा था। किसी ने उनका साथ नहीं दिया था। फिर भी उन्होंने हार नहीं मानी और झूझते रहे, अपने आप को साबित किया और पीड़ा को पी गये।

इस माह के अंक में मैंने बीथोवन, दुनिया के महानतम संगीतकारों में से एक का जिक्र किया है। अपनी मेहनत व लगन से जल्दी ही बीथोवन जनता के बीच एक अच्छे संगीतकार के रूप में पहचाने जाने लगे, पर अट्ठाइस वर्ष की उम्र में उन्हें कानों से सुनाई देना बंद हो गया। एक संगीतकार के लिए इससे दर्दनाक बात कोई हो ही नहीं सकती कि उसे कानों से सुनाई न दे। बीथोवन ने इस पीड़ा व दुख का सामना साहस से किया। उन्होंने कई बेहतरीन किस्म की धुनें तैयार कीं। हालांकि वे इन्हें सुन नहीं सकते थे।

चलिए, आप भी जुड़े। साहस का परिचय दें। समाज को आपकी जरूरत है, आइए सबके साथ हाथ मिलाए और अपनी सफलता का रास्ता तैयार करें।

## दिव्यांग सेतु

मासिक पत्रिका

फरवरी : 2018, पृष्ठ संख्या : 16  
वर्ष : 02 अंक : 02

प्रेरणास्त्रोत और संपादक

संतश्री ॐऋषि प्रितेशभाई

सह-संपादक

मिहिरभाई शाह

मो. 97241 81999

संपर्क-सूत्र

ॐकार फाउन्डेशन ट्रस्ट (NGO)

Trust Reg. No. : E/20646/Ahmedabad

००१, ग्राउण्ड फ्लोर, आंगी एपार्टमेन्ट,

अन्नपूर्णा पार्टी प्लाट के सामने,

नया विकासगृह रोड, पालडी,

अहमदाबाद - ३८००९

मो. 99749 55365 9974955125

मुद्रक

प्रिन्ट विजन प्रा. लि.

आंबावाडी बजार, अहमदाबाद-6

079 26405200



## अब भारतीय रेलवे के रियायती फॉर्म में नहीं होगा 'विकलांग' शब्द का इस्तेमाल



**अ**ब भारतीय रेलवे भी विकलांग शब्द का इस्तेमाल नहीं करेगा। विकलांग की जगह दिव्यांग शब्द का इस्तेमाल करने की प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की अपील के लगभग दो साल बाद रेलवे ने ऐसे लोगों को जारी किए हुए रियायती प्रमाणपत्रों में बदलाव करने का निर्णय किया है।

रेल मंत्रालय की ओर से जारी एक आदेश के अनुसार नेत्रहीन को दृष्टिबाधित से, मूक बधिर को वाक एवं श्रवण विकार और विकलांग शब्द को दिव्यांग से बदला जाएगा।

मंत्रालय ने संबंधित विभागों से रियायती प्रमाणपत्रों के लिए परफॉर्मा में आवश्यक बदलाव करने को कहा है। एक अधिकारी ने कहा, 'ये शब्द अपमानजनक हैं और इनमें बदलाव की आवश्यकता है। परफॉर्मा में बदलाव किए जा रहे हैं।'

दिव्यांगों को ४ फ्रीसदी आरक्षण के बदले ५ फ्रीसदी आरक्षण देने का सरकार ने फैसला किया है।



## दिव्यांग बच्चों ने सुनी पी.एम. नरेन्द्र मोदी के मन की बात

**सू**चना एवं प्रसारण मंत्रालय भारत सरकार के क्षेत्रीय प्रचार निदेशालय की बाड़मेर-जैसलमेर इकाई द्वारा स्थानीय संस्था के सहयोग से सत्य साईं अंध एवं मूक बधिर स्कूल सोमाणियों की ढाणी में केंद्र सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं एवं प्रधानमंत्री के मन की बात कार्यक्रम को रेडियो पर बाड़मेर-जैसलमेर द्वारा प्रदर्शित किया गया।

इसे ग्रामीणों ने देखा तथा खुली चर्चा के दौरान बताया कि मन की बात में बच्चों, युवाओं, युवतियों सभी के लिए कुछ विशेष बताया गया, जो आम व्यक्ति के लिए कारगर साबित होंगे। इस अवसर पर परियोजना समन्वयक सत्यनारायण ने बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ, समाज, संस्कृति, पहचान, बाल विवाह जैसी कुरीतियों को मिटाकर नए भारत के निर्माण आदि पर मन की बात के बारे में दिव्यांग बच्चों को सुनने के साथ ही समझाया तथा मूक बधिर बच्चों को इशारों से भी समझाया।

इस अवसर पर स्कूल के परियोजना समन्वयक सत्यनारायण ने प्रधानमंत्री मन की बात कार्यक्रम को सुना तथा आज की युवा

पीढ़ी के लिए इस प्रकार के कार्यक्रम से एक नई उमंग के साथ लोगों व ग्रामीणों में उत्साह देखने को मिला।

साथ ही बताया कि स्वच्छता अभियान को जन आंदोलन के रूप में लेकर चलने की बात भी कही। कार्यक्रम का संचालन क्षेत्रीय प्रचार कार्यालय जैसलमेर के इकाई प्रमुख के आर सोनी ने करते हुए बताया कि युवाओं को जीवन में रोजगार प्राप्ति के लिए हुनर होना आवश्यक है। मानव श्रृंखला बनाकर दिया स्वच्छता का संदेश : बाड़मेर-जैसलमेर द्वारा स्कूल के विशेष शिक्षक कैलाशचंद महावर एवं परियोजना समन्वयक सत्यनारायण ने मन की बात कार्यक्रम के बाद स्वच्छता पखवाड़े के तहत स्वच्छता को जन आंदोलन बनाकर व्यक्ति अपने जीवन में उतारे तो कोई कार्य असंभव नहीं तथा साफ-सफाई करके गंदगी हटाने की बात की। कार्यक्रम के अंत में क्षेत्रीय प्रचार कार्यालय बाड़मेर के नरेंद्र कुमार ने कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए सभी आगंतुकों को विभाग की ओर से धन्यवाद ज्ञापित किया।

## इस वजह से दिव्यांग और बुजुर्ग कैदियों को रिहा करने पर सोच रहे भारत- पाकिस्तान



**पा**किस्तान और भारत दिव्यांग और बुजुर्ग कैदियों को रिहा करने के प्रस्ताव पर विचार कर रहे हैं।

पाकिस्तान और भारत मानवता के आधार पर दिव्यांग और बुजुर्ग कैदियों को रिहा करने के प्रस्ताव पर विचार कर रहे हैं। मीडिया में आई रिपोर्ट में कहा गया है कि दोनों तरफ के अधिकारियों के बीच हुई बैठक में इस पर चर्चा हुई।

डान अखबार ने आंतरिक मामलों के मंत्रालय के दस्तावेज के हवाले से अपनी रिपोर्ट में कहा है, 'पिछले सप्ताहों में दोनों

देशों के अधिकारियों के बीच हुई उच्च स्तरीय बैठकों के दौरान तीन श्रेणी के कैदियों को रिहा करने की योजना पर चर्चा हुई।'

रिपोर्ट में कहा गया है कि इसमें 70 साल से अधिक उम्र के कैदी, मानसिक रूप से दिव्यांग, मूक अथवा बधिर कैदी और महिला कैदी शामिल हैं। अखबार ने दस्तावेजों के हवाले से कहा है कि बेंगकोक में भारत और पाकिस्तान के राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकारों की 26 दिसंबर की बैठक में इन कैदियों को रिहा करने की योजना पर चर्चा हुई।



## देशवासियों के हृदय में चित्रकूट का विशेष स्थान

राष्ट्रपतिने संबोधन की शुरुआत करते हुए कहा कि देशवासियों के हृदय में चित्रकूट का विशेष स्थान है। राष्ट्रपतिने अपना संस्मरण सुनाते हुए कहा कि वे इससे पहले भी चित्रकूट आते रहे हैं परंतु राष्ट्रपति बनने के बाद ये उनका पहला आगमन है। उन्होंने कहा कि विकलांग विश्वविद्यालय आकर और यहां के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को देखकर अत्याधिक प्रसन्नता का अनुभव हो रहा है।

ये विश्वविद्यालय एक अनूठा विद्यामंदिर है। मानवता की सेवा का अभियान है यह विश्वविद्यालय राष्ट्रपति ने विश्वविद्यालय के कुलाधिपति जगद्गुरु रामभद्राचार्यजी की प्रशंसा करते हुए कहा कि उन्होंने अपनी दिव्यांगता को मात देते हुए विभिन्न क्षेत्रों में अपनी योग्यता सिद्ध की जो समाज के दिव्यांगों के लिए एक आदर्श हैं। ऐसे विश्वविद्यालय की स्थापना के लिए उनको कोटिशः बधाई व साधुवाद है।



## राष्ट्रपति बोले- दिव्यांग किसी से कम नहीं

समाज के प्रत्येक वर्ग की आकांक्षाओं के प्रति संवेदनशील सरकार ने 'राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग आयोग' को संवैधानिक दर्जा देने के लिए संविधान संशोधन विधेयक पेश किया है। हमारे देश में ढाई करोड़ से अधिक दिव्यांगजन हैं। सरकार ने 'दिव्यांगजन अधिकार अधिनियम 2016' लागू किया है। दिव्यांगों के लिए सरकारी नौकरियों में 4 प्रतिशत और उच्च शिक्षा में 5 प्रतिशत आरक्षण का प्रावधान किया गया है।

भले ही वे अपने विश्वविद्यालय के ऐतिहासिक दीक्षांत समारोह को देख न पाए हों लेकिन उन्होंने उस सुनहरे पल को पूरे आनंद के साथ जिया। जो उनके जीवन में शायद फिर कभी नहीं आएगा। दिव्यांगों के बीच खुद को पाकर देश के प्रथम नागरिक राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद भी अभिभूत नजर आए और अपने संक्षिप्त वक्तव्य के दौरान उन्होंने विकलांग विश्वविद्यालय की भूरि-भूरि प्रशंसा की।

भगवान राम की तपोस्थली चित्रकूट पहुंचे राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद ने जब दिव्यांग छात्र छात्राओं को अपने हाथों से उपाधियां प्रदान की तो उनकी खुशी का ठिकाना न रहा। कई दिव्यांग छात्र दृष्टिबाधित होते हुए भी राष्ट्रपति की उपस्थिति को अपने मन की आंखों से महसूस कर गए।



## बीथोवन, जिसने दिल से सुना और मन से रचा म्यूजिक

इस महान संगीतज्ञ ने सुरों से वह जादू रचा है, जो आज भी सुनने वालों के इर्द-गिर्द अद्भुत सा माहौल रच डालता है। सबसे खास बात यह कि बीथोवन ने संगीत के नोट्स पढ़कर रचने की बजाय अपनी कल्पनाशीलता पर ज्यादा ध्यान दिया।

यही नहीं एक समय ऐसा भी था जब बीथोवन की सुनने की शक्ति कम होते-होते एकदम खत्म हो गई, तब भी बीथोवन ने ऐसा संगीत रचा जिसने उनका नाम संगीत की दुनिया में हमेशा के लिए अमर कर दिया। इस महान संगीतज्ञ का जन्म दिसंबर में ही हुआ था, तो इनके बारे में और भी जानने का इससे अच्छा मौका और क्या होगा।

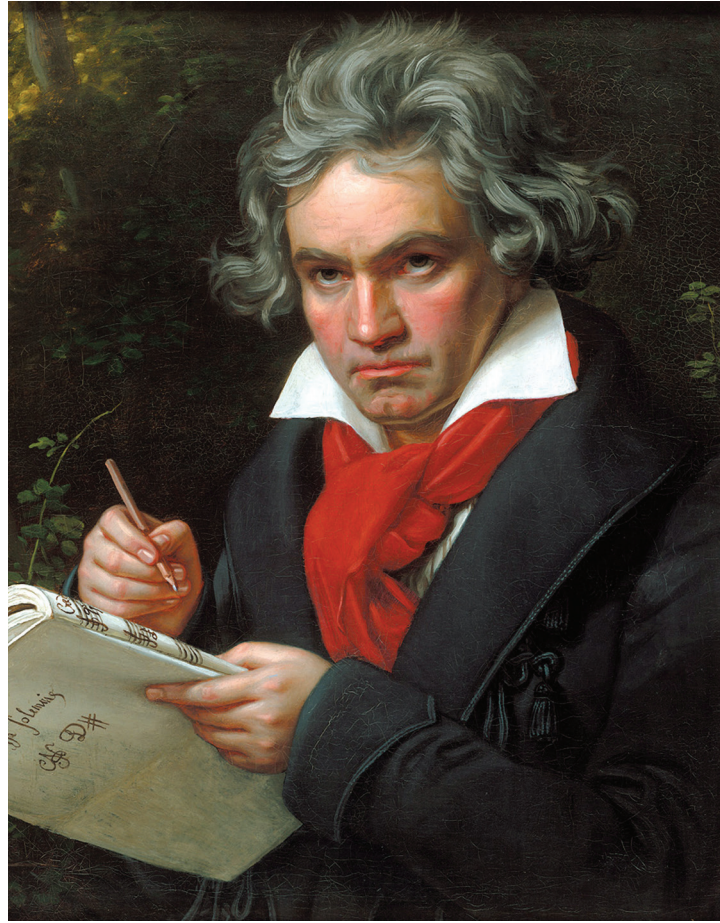
**जर्मनी में जन्मे थे**

दुनिया ने जिन्हें बीथोवन के नाम से जाना उनका पूरा नाम था 'ल्यूडविग वॉन बीथोवन।' जर्मनी की धरती पर जन्म लेने वाले इस म्यूजिशियन को बाद में पूरी दुनिया में सम्मान और नाम मिला। यहां एक मजेदार बात यह भी है कि बीथोवन की बर्थ डेट को लेकर लोगों में हमेशा से कन्फ्यूजन रहा है और खुद बीथोवन भी इस कन्फ्यूजन से बच नहीं पाए। वो भी कई सालों तक अपने पैदा होने के सन को गलत समझते रहे।

**कठोर थे पिता**

कठिनाइयां बचपन से ही बीथोवन के साथ चलती रहीं। उनके पिता बेहद कठोर व्यक्ति थे। हालांकि, बीथोवन के पहले संगीत गुरु भी उनके पिता ही थे लेकिन कहा जाता है कि वे





इतनी कठोरता से व्यवहार करते थे कि बीथोवन की आंखें ज्यादातर समय आंसुओं से भरी रहती थीं। 18 साल की उम्र में बीथोवन ने अपनी मां को खो दिया और पिता भी तमाम जिम्मेदारियों से पीछे हट गए। तब दो छोटे भाइयों की जिम्मेदारी भी बीथोवन के ऊपर आ गई। इस सबके बाद भी बीथोवन ने कभी भी न तो म्यूजिक का साथ छोड़ा न ही अपने हौसले को कम होने दिया।

### मन से बजाते थे वायलिन

बचपन में बीथोवन वायलिन बजाने की कोशिश करते थे। इसमें वे अपने मन से सुरों की कल्पना किया करते थे, बजाय म्यूजिकल नोट्स फॉलो करने के। इस बात को लेकर उनके पापा ने उन्हें टोका भी लेकिन असल में तो यही बीथोवन का यूनिक स्टाइल था जिसने उन्हें आइकॉन बनाया। बाद में पियानो ने उन्हें आकर्षित किया और एक महान पियानो वादक के रूप में उन्होंने बहुमूल्य कंपोजिशन संगीत जगत को दीं।

### बदल दी म्यूजिक की दुनिया

बीथोवन ने बहुत कम उम्र में ही पियानो पर जो धुनें बजाई वे उस जमाने के हिसाब से एकदम नई और बेहद डिफिकल्ट थीं। उनकी कुछ सिम्फनीज ने तो क्लासिकल म्यूजिक की दुनिया का रुख ही बदल कर रख दिया। बीथोवन की नाइंथ सिम्फनी इन्हीं में से एक है। लगभग 25 साल की उम्र में बीथोवन की सुनने की क्षमता कमजोर होने लगी थी। हालात ऐसे थे कि बीथोवन अपने दोस्तों या मिलने-जुलने वालों के लिए अपने साथ एक कॉपी रखा करते थे और उनसे कहते थे कि- जो भी कहना हो, लिखकर कहो। ताकि मैं समझ सकूं।

### जिंदादिल इंसान थे

एक शानदार म्यूजिशियन होने के साथ ही बीथोवन जिंदगी को खुले दिल से जीने वाले भी थे। यही नहीं उनका सेंस ऑफ ह्यूमर भी गजब था। वे अक्सर खुद के बीमार होने पर भी हंसी-मजाक से खुद का मन बहला लिया करते थे। बताया जाता है कि उनकी मृत्यु से कुछ ही दिन पहले जब एक पब्लिशर उनके लिए कुछ वाइन की बॉटल्स भेंट में लेकर पहुंचा तो बीथोवन के शब्द थे- 'पिटी, पिटी, टू लेट।'

विश्व के प्रसिद्ध संगीतकारों में से एक बीथोवन जहाँ अपने संगीत के लिए ख्यात थे, वहीं उनका जीवन रहस्यों से भरा हुआ था, यहाँ तक कि उनकी मौत भी। बीथोवन आजीवन अविवाहित रहे। उनकी रहस्यमय मृत्यु के पश्चात उनके घर से एक प्रेम-पत्र प्राप्त हुआ। यह पत्र एक काल्पनिक स्त्री के नाम था, जो सिर्फ बीथोवन के ख्यालों में थी।



## बीथोवन का पत्र

मेरे प्यारे फरिश्ते, मेरा सबकुछ, मेरे सबसे अंतरंग- आज केवल कुछ ही शब्द और वह भी तुम्हारी कलम से। कल तक भी मेरा ठहरना उस पर निर्भर नहीं करता। समय की यह फिजूल बर्बादी क्यों। जरूरत खुद बोलती है, फिर दुख की यह गहन अनुभूति क्यों। क्या इन बलिदानों के बीच भी हमारा प्यार जिंदा रह सकेगा। क्या, यह यथार्थ बदल नहीं सकता कि तुम पूरी तरह मेरी नहीं हो, कि मैं पूरी तरह तुम्हारा नहीं।

हे भगवान ! प्रकृति के उस सौंदर्य और सुविधाओं को आकर देख सकते हो, जो इतने जरूरी थे। प्यार सबकुछ माँगता है, जो कि न्यायपूर्ण भी है। जहाँ तक तुम्हें मेरी परवाह है, मैं तुम्हारे साथ हूँ और तुम मेरे साथ हो। जब हम पूरी तरह साथ थे तो उस दर्द का छोटा-सा हिस्सा तुमने महसूस किया, जो मैं महसूस करता था।

बाहरी संसार बहुत तेजी के साथ भीतरी दुनिया को भी बदल रहा है। हम जरूर एक-दूसरे को देख सकेंगे। पिछले कुछ दिनों में मैंने जीवन को जिस तरह छूकर देखा और महसूस किया है, वह मैं तुम्हें नहीं बता सकता। अगर हमारे हृदय एक होते तो इसकी जरूरत ही नहीं थी। लेकिन मेरा हृदय जाने कितनी चीजों से भरा हुआ है। बहुत से ऐसे क्षण आते हैं, जब मैं यह महसूस करता हूँ कि भाषा दरअसल कुछ भी नहीं है। तुम खुश रहो। सबसे परे सत्य सिर्फ एक ही है कि मैं तुम्हारा हूँ, पूरी तरह से। ईश्वर जरूर हमें वह सब देगा, जो हमारे जीवन को और सुखी बना सके।

तुम्हारा विश्वसनीय,  
बीथोवन, 6 जुलाई, 1806



# बधिरता

बधिरता या बहरापन एक आम बीमारी है। इस विकार की स्थिति में सुनने की शक्ति कम हो जाती है। इसके साथ ही साथ व्यक्ति की सामाजिक व मानसिक परेशानियां भी बढ़ जाती हैं।

जब कोई व्यक्ति बोलता है, तो वह ध्वनि तरंगों के द्वारा हवा में एक कंपन पैदा करता है। यह कंपन कान के पर्दे एवं सुनने से संबंधित तीन हड्डियों - मेलियस, इन्कस एवं स्टेपीज के द्वारा आंतरिक कान में पहुंचता है और सुनने की नस द्वारा आंतरिक कान से मस्तिष्क में संप्रेषित होता है। इस कारण हमें ध्वनि का एहसास होता है। यदि किसी कारण से ध्वनि की इन तरंगों में अवरोध पैदा हो जाए, तो बहरापन हो जाएगा। यदि अवरोध कान के पर्दे या सुनने की हड्डियों तक सीमित रहता है तो इसे कन्डक्टिव डेफनेस (बहरेपन का एक प्रकार) कहते हैं। यदि अवरोध कान के आंतरिक भाग में या सुनने से संबंधित नस में है, तो इसे सेन्सरी न्यूरल डेफनेस कहते हैं।

## कन्डक्टिव डेफनेस के कारण

- कान का मैल या फंगस।
- कान का बहना, जिसकी वजह से कान का पर्दा फट जाता है और उसमें छेद हो जाता है।
- ओटोस्क्रोसिस - इस शिकायत में कान की अत्यंत सूक्ष्म हड्डी स्टेपीज और भी सूक्ष्म हो जाती है। इस कारण कम्पन आन्तरिक कान तक नहीं पहुंचता है। इस तरह का बहरापन सामान्यतया युवाओं में कान बहे बगैर भी हो सकता है।
- कान पर जोर से चांटा मारना, चोट लगना, या तेज ध्वनि के धमाके के द्वारा कान का पर्दा फट सकता है। इस स्थिति में कान से खून आ सकता है। कान सुन्न हो जाता है अथवा उसमें सांय-सांय की आवाज आने लगती है। सिर भारी हो जाता है व चक्कर भी आ सकता है।

### सामान्य लक्षण

कान से सांय-सांय की आवाज अथवा तरह-तरह की आवाजें आना, कान का भारी होना, कान में दर्द होना, जो मोबाइल फोन के ज्यादा इस्तेमाल से बढ़ सकता है, चक्कर आना, व्यक्तित्व से संबंधित मानसिक परेशानियां।

# बधिरता या बहरेपन पर अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

## ■ कान की समस्या से पीड़ित होने पर, क्या मुझे पारंपरिक उपचारों का उपयोग करना चाहिए?

नहीं, ऐसा करने से कान के परदे को नुकसान पहुंच सकता है तथा कान में गंभीर संक्रमण भी हो सकता है।

## ■ मुझे कान में समस्या होने पर, कब चिकित्सक से परामर्श करना चाहिए?

आपको निम्नलिखित तथ्य महसूस होने पर, तुरंत चिकित्सक से परामर्श करना चाहिए।

## सेन्सरी न्यूरल बहरेपन होने के कारण

- पैदाइशी बहरापन, जो वंशानुगत अथवा पैदा होते समय बच्चे के देर से रोने पर खून में ऑक्सीजन की कमी के कारण कान के पूर्णतया विकसित न होने के कारण हो सकता है।
- ध्वनि प्रदूषण जैसे तेज आवाज के ज़नरेटर, प्रेसर हार्न, वाहनों द्वारा प्रदूषण से भी बहरापन हो सकता है।
- अधिक उम्र की वजह से कान में शिथिलता आ जाना।
- कभी-कभी कान में बहरापन एकदम से आ जाता है।

## ■ कान से स्राव बहना क्या होता है?

कान स्राव अर्थात कान से मैल, रक्त, मवाद, या कान से किसी भी तरह के तरल पदार्थ का बहना होता है।

## ■ मुझे कान से स्राव बहने की स्थिति में क्या करना चाहिए?

आपको कान बहने की स्थिति में निम्नलिखित का पालन करना चाहिए :

- कान में पानी न जाने दें।
- कान में तेल या अन्य किसी भी तरह के अन्य तरल पदार्थ न डालें।
- कान से बहने वाले स्राव को साफ़ मुलायम कपड़े से साफ़ करना चाहिए।
- कान से बहने वाले स्राव में रक्त या गंदी बदबू होना, गंभीर बीमारी का लक्षण हो सकता है।
- कान से निरंतर स्राव का बहना बहरेपन का कारण बन सकता है, इसलिए जितनी जल्दी संभव हो सके, उतनी जल्दी अपने चिकित्सक से परामर्श करें।

## ■ हमें अपने कानों का ध्यान क्यों रखना चाहिए?

कान संवेदी अंगों में से एक हैं तथा "सुनने की क्षमता" एक ऐसा माध्यम है, जो कि हमें विश्व के साथ जोड़ता है।

## ■ कोई व्यक्ति बधिरता विकार से पीड़ित है। यह संदेह आपको कब होता है?

जब कोई व्यक्ति ध्वनि उत्तेजनाओं पर प्रतिक्रिया नहीं करता है। वह दूसरों की बातचीत को समझने में सक्षम नहीं होता है तथा वह लोगों से ज़ोर से बोलने और उन्होंने क्या कहा है? इस बात को दोबारा बोलने का आग्रह करता है, तब व्यक्ति के बधिरता विकार से पीड़ित होने का संदेह मज़बूत हो जाता है।

## ■ मुझे अपना कान साफ़ रखने के लिए क्या करना चाहिए?

"कान" अपने आप साफ़ होने वाला अंग हैं। इस अंग को किसी भी तरह की अन्य सक्रिय सफ़ाई की आवश्यकता नहीं होती है, इसलिए इस अंग को केवल बाहर से ही साफ़ करने की सलाह दी जाती है। चिकित्सक द्वारा निर्धारित समाधान के बिना, अपने कान को साफ़ करने के लिए किसी भी तरह की वस्तु का उपयोग न करें।



## दिव्यांगजनों के साथ संतश्री अंक्रषिने मनाया पतंगोत्सव

अंकार फाउन्डेशन ट्रस्ट और अंकार सेवादल द्वारा आयोजित दिव्यांग पतंग महोत्सव मनाया गया, जिसमें ४०० से ज्यादा दिव्यांगजनों ने हिस्सा लिया। जिसमें पतंगे और गुब्बारे उड़ाये गए, दिव्यांग बच्चों ने खेल खेला, गीत-संगीत जैसी प्रवृत्तियाँ आयोजित हुईं। दिव्यांगजनों के लिए इस कार्यक्रम में सुबह का नाश्ता व मध्याह्न भोजन की व्यवस्था भी की गई थी।

अंकार



सेवादल



दिव्यांग पतंगोत्सव में दिव्यांग बच्चों का उत्साह बढ़ाने के लिए अहमदाबाद एलिसब्रिज के MLA राकेशभाई शाह की मुख्य उपस्थिति



बच्चों को गिफ्ट देते हुए दिव्यांग सेतु के सह संपादक मिहिरभाई शाह और बच्चों के उत्साह की कुछ झलकियाँ





# ज़रा सा हौसला

“पंख होते तो उड़ जाती रे...”

यह पंक्ति हर वह व्यक्ति के जहन में आती है जिन्होंने कभी भी किसी भी प्रकार का बंधन महसूस किया हो। वह बंधन शारीरिक रूप से असमर्थता का हो, आर्थिक या पारिवारिक मजबूरी हो, संयोग से वह व्यक्ति अपने आपको किसी भी प्रकार से बंधा हुआ मानता है।

यह ऐसा हि है के जैसे मानो तो ईश्वर सब जगह पर है, ना मानो तो कहीं नहीं।

आप जो भी महसूस करते हैं आपकी वह हर एक मान्यताएँ आपके व्यक्तिगत अनुभवों और औरों कि कहीं सूनी बातों के आधार पर या फिर पढी हुई लिखावट के आधारित होती है।

‘पंख’ एक प्रतीक है उन मनसूबों का जो किसी वजह से अधूरे रह गए। कुछ ऐसी इच्छाएँ जो सही वक्त पर ना ही पूरी हो पाई बल्कि उन्हे पूरी तरह से जाहिर भी होने का अवसर न मिला हो।

जैसे के किसी के शरीर का वजन ज्यादा हो तो उन्हे अपने मनपसंद खानपान में परहेज़ करना पडता है, या फिर कोई अपनी विकलांगता के कारण अपनी कोई प्रिय प्रवृत्ति नहीं कर पा रहा, या तो ऐसा भी हो सकता है कि किसी कौटुंबिक व्यक्तिने वो काम करने से मना किया हो जो उसे करने का बहुत मन हो।

हालांकि, जिस चीज पर सब से ज्यादा पाबंदी होती है वही बात दोहराने का मन करता है। मधुमेह के दर्दी को मिठाई और

मोटापे से परेशान व्यक्ति को बार बार खाना ही याद आया करता है। परहेज़ करना भी किसी तपस्या से कम नहीं, इस के लिए आपको सही में अपने आपसे अनुशासन और त्याग का महत्व समज कर अपनाना चाहिए। एक दफा आपको आदत पड जाएगी फिर आपको वो सारी चीज़े जिनसे आपको परहेज़ है, मना है उन चीज़ों की तलब कम होती जाएगी। और फिर एक दिन सहि में मुक्ति का अनुभव जरूर होगा। अगर कोई बात आपके भले के लिए हो, आपके स्वास्थ्य के लिए लाभकर्ता हो तो उसे जल्द से जल्द अपनाकर सुखद अनुभव करना आपका हक है और आपका आपके जीवन के प्रती यह फ़र्ज़ भी है। यह कहना भी उचित होगा की कुछ बंधन अच्छे होते है !

कभी कभी अनकही बातें हमें और भी घुटन का अहसास दिलाती है। ऐसी ही बातें अगर बयां हो जाए तो आधी मुश्किलें महज़ बात करने से ही खत्म हो जाएगी। मन की बात जाहिर कर देने से आपको हल्का भी महसूस होगा। ये भी एक तरीका है अपने आपको हर मुश्किलों से मुक्त महसूस करने का।

कभी कभी कोई मानसिक बोज भी आपको चैन से बैठने नहीं देता। जैसे की आपने किसी को खरीखोटी सूना दी हो, या फिर आपसे किसी की बहस हो गई हो, आपके मन में उस घटना का एक बोज़ बढ़ता चला जाता है। उस बोज़ में आपका अगर अहम् भी मिश्रित हो जाए तो वह बोज और भी भारी बन जाता है की मैं क्यों पहल करूँ? मैं क्यों पहले माफ़ी मांगु? या तो फिर मैं कैसे माफ़ कर दूँ? अगर आपको स्वतंत्र होना है, मुक्त हो कर

एक पंखी की तरह विहार करना है तो आपको सबको माफ़ करते रहने की आदत डालनी होगी और सब से माफी के अनुरोध की भी आदत पालनी पड़ेगी।

कई बार आपको अलगाता है की मैं आर्थिक रूप से असमर्थ हूँ, अपनी रोजाना जरूरतें भी पूरी नहीं कर पा रहा अपनी आमदनी से। इस वजह से भी लोगों को असहायता का अनुभव होता है। अपने आपमें खुद के लिए कुछ कमी लगती है। इस कारण हम औरों से अपनी जिन्दगी की तुलना औरों की जीवनशैली से कर बैठते हैं। कमाई के सरल उपाय खोजते रहते हैं। परंतु ये तो अपने आपसे आंख मिंचौली खेलने जैसा हो जाएगा। इस से ऊपर उठ कर आपको वों आमदनी कमाने में कठोर परिश्रम करना होगा जो आपके जीवन में आपने सोचा है। आपका लक्ष्य श्रेष्ठ जीवनशैली जीना होना चाहिए। जिस पर किसी भी व्यक्ति के साथ या उसकी आमदनी और होदे के साथ बराबरी करना नहीं बल्कि अपनी क्या इच्छाएँ है? क्या जरूरते है? यह सोच कर पूरी लगन के साथ महेनत करते रहना चाहिए। बिना रुके, बिना थके ! फिर आपको असफलता एवं असहायता का अनुभव होगा ही नहीं। यह तो ऐसा है की दुसरो की लकीर छोटी करने की बात नहीं, अपनी लकीर बड़ी करने का प्रयत्न करना ही सही अभिगम है। अपने आपको ऊपर लेजाने का दायित्व आपका खुदका है। कोई और मार्ग दिखा सकता है, पर उस मंजिल की तरफ कदम आपको खुद के हौसलों से ही बढ़ाने होंगे।

जैसे जैसे आप अपने विचारों से, अपने कार्यों से बंधे हुए नहीं हैं ऐसा अनुभव करते जाएगे आपकी आधी परेशानियाँ अपने आप सुलज़ती जायेगी, और फिर कभी भी आपको कोई शारीरिक, मानसिक, आर्थिक या तो व्यवहारिक बोज का अनुभव नहीं होगा।

- कुंजल प्रदीप छाया 'कुंजकलरव'



वॉइस टू  
**दिव्यांग**

# दिव्यांगो के साथ अंशुषि प्रितेशभाई ने मनाया रमतोत्सव

