Say No to Drugs, Say Yes to Your Dreams”
“Drugs Are Not Cool: Protect Your Mind, Body and Future
नशे को ना कहो, अपने सपनों को हाँ कहो
नशा कोई स्टाइल नहीं: अपने मन, शरीर और भविष्य की रक्षा करो

RAJASTHAN STATE LEGAL SERVICES AUTHORITY

न्यायाधिपति संजीव प्रकाश शर्मा

कार्यवाहक मुख्य न्यायाधिपति
राजस्थान उच्च न्यायालय
एवं
कार्यकारी अध्यक्ष
राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण

संदेश

राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण (RSLSA) द्वारा बच्चों के अधिकारों और जागरूकता अभियान से संबंधित विभिन्न विषयों पर पुस्तिकाओं की एक श्रृंखला प्रकाशित की जा रही है। इन पुस्तिकाओं का उद्देश्य बाल अधिकारों, सुरक्षा, संरक्षण तथा विधिक सहायता के विषय में सरल, स्पष्ट और व्यावहारिक जानकारी प्रदान करना है, ताकि बच्चे स्वयं को सुरक्षित रखने और आवश्यकता पड़ने पर सहायता प्राप्त करने के प्रति जागरूक हो सकें।

आज के तीव्र परिवर्तनशील सामाजिक और डिजिटल परिवेश में यह अत्यंत आवश्यक है कि बच्चों को स्नेहपूर्ण मार्गदर्शन के साथ—साथ ऐसी बुनियादी जानकारी भी दी जाए जो उन्हें सजग, आत्मविश्वासी और जिम्मेदार नागरिक बनने की दिशा में प्रेरित करे। जागरूकता ही सुरक्षा का प्रथम और सबसे सशक्त आधार है। जब बच्चे अपने अधिकारों और उपलब्ध सहायता तंत्रों के बारे में जानते हैं, तो वे भय या संकोच के बिना सही निर्णय लेने में सक्षम होते हैं।

यह पुस्तिकाएँ बाल—केंद्रित दृष्टिकोण को ध्यान में रखकर सरल और सहज भाषा में तैयार की गई हैं। इनमें बच्चों की सुरक्षा, उचित आचरण, डिजिटल सावधानियाँ, कानूनी संरक्षण तथा सहायता प्राप्त करने की प्रक्रियाओं का स्पष्ट उल्लेख किया गया है। उद्देश्य यह है कि जानकारी केवल पढ़ी ही न जाए, बल्कि समझी भी जाए और आवश्यकता पड़ने पर व्यवहार में लाई जा सके।

राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण ने सदैव बच्चों के कल्याण और संरक्षण को सर्वोच्च प्राथमिकता दी है। यह प्रकाशन उसी सतत प्रयास का एक महत्वपूर्ण चरण है, जो विधिक साक्षरता को समाज के प्रत्येक वर्ग तक पहुँचाने और बच्चों के लिए अधिक सुरक्षित एवं सहयोगपूर्ण वातावरण के निर्माण की दिशा में समर्पित है।

मैं इस श्रृंखला की तैयारी में जुड़े सभी अधिकारियों और सहयोगियों के समर्पित प्रयासों की सराहना करता हूँ। मुझे विश्वास है कि यह पुस्तिकाएँ बच्चों के साथ—साथ अभिभावकों, शिक्षकों और संरक्षकों के लिए भी उपयोगी मार्गदर्शिका सिद्ध होंगी। आशा है कि यह पहल राज्य भर में बच्चों के अधिकारों के प्रति जागरूकता बढ़ाने तथा उनके लिए सुरक्षित, संवेदनशील और समर्थ वातावरण के निर्माण में महत्वपूर्ण योगदान देगी।

(न्यायाधिपति संजीव प्रकाश शर्मा)

हरि ओम अत्री

सदस्य सचिव

राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण

संदेश

बच्चे एक सुरक्षित और न्यायपूर्ण समाज की आधारशिला हैं, और उनके अधिकारों तथा सुरक्षा के प्रति जागरूकता उनके समग्र विकास और कल्याण के लिए अत्यंत आवश्यक है। यह पुस्तिका विशेष रूप से बच्चों के लिए तैयार की गई है, जिसका उद्देश्य उन्हें उनके अधिकारों, व्यक्तिगत सुरक्षा और विधिक संरक्षण के विषय में सरल एवं स्पष्ट जानकारी प्रदान करना है। आयु–उपयुक्त और आश्वस्तकारी ढंग से बच्चों को संवेदनशील बनाना उन्हें आत्मविश्वास, गरिमा और विधि द्वारा उपलब्ध सुरक्षा उपायों के प्रति स्पष्ट समझ के साथ आगे बढ़ने में सहायक होता है।

इस पुस्तिका को सावधानीपूर्वक इस प्रकार रूपांकित किया गया है कि आवश्यक विधिक अवधारणाओं को सरल, सुगम और बाल–मैत्रीपूर्ण रूप में प्रस्तुत किया जा सके, जिससे बाल–पाठक इसकी विषयवस्तु से सहज रूप से जुड़ सकें। बच्चों के हितों को प्रभावित करने वाले विषयों से उन्हें परिचित कराते हुए यह प्रकाशन सजगता, उत्तरदायित्वपूर्ण आचरण तथा आवश्यकता पड़ने पर उपयुक्त सहायता तंत्र का समय पर उपयोग करने की प्रेरणा देता है।

यह पुस्तिका माननीय न्यायाधिपति श्री संजीव प्रकाश शर्मा, कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश, राजस्थान उच्च न्यायालय एवं कार्यकारी अध्यक्ष, राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण के मार्गदर्शन एवं पर्यवेक्षण में तैयार की गई है, जिनकी दूरदृष्टि विधिक जागरूकता और न्याय तक पहुँच को सुदृढ़ करने, विशेषतः बच्चों तथा अन्य वंचित वर्गों के लिए, निरंतर प्रेरणा प्रदान करती रही है।

तत्पश्चात् इस सामग्री को सुव्यवस्थित एवं परिष्कृत रूप प्रदान करने में सुश्री अनुभूति मिश्रा, उप सचिव, सुश्री कोमल मोटियार, उप सचिव तथा सुश्री रश्मि नवल, उप सचिव, राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। उनके सूक्ष्म परिश्रम, उत्कृष्ट समन्वय और संस्थागत प्रतिबद्धता विशेष प्रशंसा के पात्र हैं।

मैं इस पहल से जुड़े सभी अधिकारियों एवं सहयोगियों के समर्पित प्रयासों की सराहना करता हूँ तथा राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण में वर्तमान में सेवारत सभी अधिकारियों एवं कर्मियों के प्रति अपनी हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त करता हूँ। उनके सतत् समर्पण, निष्ठा और कर्तव्यनिष्ठ सेवा के कारण ही ऐसी जनोन्मुखी पहलें साकार रूप लेती हैं। मुझे पूर्ण विश्वास है कि उनके सामूहिक प्रयासों से यह पुस्तिका बच्चों, अभिभावकों, शिक्षकों एवं संरक्षकों के लिए एक उपयोगी मार्गदर्शिका सिद्ध होगी और उन्हें अधिक सुरक्षित एवं जागरूक भविष्य की दिशा में अग्रसर करेगी।

(हरि ओम अत्री)

INTRODUCTION

Imagine playing cricket in your neighbourhood or enjoying sweets during festivals. Suddenly, a friend offers you something dangerous like gutkha, a cigarette, a small pill, or a strange packet, saying it will make you feel brave, relaxed, or help you perform better in exams. At first, it may look exciting, but such substances are not fun. They harm your body, damage your mind, ruin your studies, disturb your family life, and can also bring you into serious trouble with the police and the law.

Today, many school-going children become victims of drugs not because they want to, but because of curiosity, peer pressure, online influence, wrong friendships, or stress. Many children believe that "trying once" is harmless. But the truth is that even one attempt can lead to addiction, and addiction can destroy a child's future.

India has an important law called the **NDPS Act, 1985 (Narcotic Drugs and Psychotropic Substances Act, 1985).** This law protects society, especially young people, from the dangers of drugs. It clearly states what substances are illegal, who is allowed to use them for medical purposes, and what punishment is given to those who sell, buy, store, supply, or consume illegal drugs.

Most importantly, for children under 18 years of age, the law focuses more on correction, rehabilitation, and counselling rather than harsh punishment. This means the law cares about the future of children and aims to bring them back to a safe and healthy life.

RSLSA stands for the **Rajasthan State Legal Services Authority.** This organization provides free legal aid to children and families across Rajasthan. It spreads awareness about drug abuse, supports victims, and helps children stay safe from addiction. This chapter explains drug-related offences in simple language so that school students can understand the danger and stay protected.

परिचय

कल्पना कीजिए कि आप अपने मोहल्ले में क्रिकेट खेल रहे हैं या त्योहारों के दौरान मिठाइयों का आनंद ले रहे हैं। तभी अचानक कोई मित्र आपको गुटखा, सिगरेट, कोई गोली या कोई अजीब पैकेट देने की पेशकश करे और कहे कि इससे आप बहादुर महसूस करेंगे, तनाव कम होगा या परीक्षा में बेहतर प्रदर्शन करेंगे। शुरू में यह रोमांचक लग सकता है, लेकिन ऐसे पदार्थ मज़ा नहीं हैं। ये आपके शरीर को नुकसान पहुँचाते हैं, दिमाग को कमजोर करते हैं, पढ़ाई बिगाड़ते हैं, परिवार का सुख-चैन छीन लेते हैं और आपको पुलिस तथा कानून की गंभीर परेशानी में डाल सकते हैं।

आज कई स्कूल के बच्चे नशे का शिकार अपनी इच्छा से नहीं, बल्कि जिज्ञासा, गलत संगत, साथियों के दबाव, ऑनलाइन प्रभाव, तनाव या सोशल मीडिया के कारण हो जाते हैं। बहुत से बच्चे यह सोचते हैं कि "एक बार आज़माने से कुछ नहीं होगा।" लेकिन सच यह है कि एक बार का प्रयोग भी आदत बन सकता है और आदत जीवन भर का नुकसान बन जाती है।

भारत में एनडीपीएस अधिनियम, 1985 **(NDPS Act, 1985)** नामक एक महत्वपूर्ण कानून है। यह कानून समाज, विशेष रूप से युवाओं को नशे के खतरे से बचाने के लिए बनाया गया है। यह स्पष्ट करता है कि कौन से नशीले पदार्थ अवैध हैं और जो लोग नशीले पदार्थ बेचते, खरीदते, रखते, सप्लाई करते या सेवन करते हैं, उन्हें दंडित किया जाएगा।

सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि 18 वर्ष से कम आयु के बच्चों के मामले में कानून सुधार, परामर्श और पुनर्वास पर अधिक ध्यान देता है ताकि बच्चा सुरक्षित भविष्य की ओर लौट सके।

RSLSA का अर्थ है **राजस्थान राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण।** यह संस्था राजस्थान में बच्चों और परिवारों को निःशुल्क कानूनी सहायता प्रदान करती है, नशे के प्रति जागरूकता फैलाती है तथा बच्चों को सुरक्षित रखने में मदद करती है। यह अध्याय सरल भाषा में बताता है कि नशीले पदार्थ कितने खतरनाक हैं और बच्चों को उनसे कैसे बचना चाहिए।

WHAT ARE DRUGS AND WHY DO PEOPLE FALL INTO THEIR TRAP?

Drugs are substances that affect the brain and nervous system. Some drugs make a person feel excited, some make a person feel sleepy, and some create hallucinations where a person sees or hears things that are not real. Some drugs are used as medicines under a doctor's supervision. However, when these substances are misused, they become dangerous and illegal.

Drugs come in many forms. Some appear as plants like cannabis grown secretly in fields. Others are powders such as brown sugar or cocaine sold illegally. Some drugs are hidden in pan masala packets, tobacco products, or in cough syrup bottles from medical stores. Some come in the form of tablets or injections.

Many children fall into drugs because of the following reasons:

- Peer pressure and wrong friendships.
- Curiosity and the desire to "try once."
- Stress due to studies, exams, or family problems.
- Influence of movies, social media, and online content.
- Misuse of medicines without medical advice.
- Easy availability of tobacco, gutkha, and inhalants.

Children often do not realize that drug addiction is not a game. It is a trap that destroys health, studies, relationships, and future.

TYPES OF DRUGS AND ALCOHOL AND THEIR IMPACT

A. Tobacco Products

Examples: Cigarettes, bidi, gutkha, khaini, tobacco pan masala, hookah, vaping/e-cigarettes.

Impact on Students:

Tobacco is often the first addiction among school students because it is easily available and wrongly considered normal. Tobacco damages the lungs, reduces stamina, causes bad breath,

नशीले पदार्थ क्या हैं और लोग इनके जाल में क्यों फँस जाते हैं?

नशीले पदार्थ वे पदार्थ हैं जो मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र को प्रभावित करते हैं। कुछ पदार्थ व्यक्ति को उत्तेजित करते हैं, कुछ नींद लाते हैं और कुछ भ्रम पैदा करते हैं जिससे व्यक्ति को ऐसी चीजें दिखाई देती हैं जो वास्तविक नहीं होतीं। कुछ नशीले पदार्थ डॉक्टर की निगरानी में दवाओं के रूप में उपयोग किए जाते हैं, लेकिन जब इनका गलत उपयोग होता है, तब ये अवैध और खतरनाक बन जाते हैं।

नशीले पदार्थ कई रूपों में मिलते हैं। कुछ गांजा जैसे पौधों के रूप में होते हैं। कुछ ब्राउन शुगर या कोकीन जैसे पाउडर के रूप में होते हैं। कुछ पान मसाला के पैकेट, तंबाकू उत्पाद, या खांसी की दवा की बोतल में छिपे हो सकते हैं। कुछ गोलियों या इंजेक्शन के रूप में भी होते हैं।

बहुत से बच्चे निम्न कारणों से नशे में फँस जाते हैं:

- गलत दोस्ती और साथियों का दबाव
- "एक बार आज़माने" की जिज्ञासा
- परीक्षा, पढ़ाई या पारिवारिक तनाव
- फिल्मों और सोशल मीडिया का गलत प्रभाव
- डॉक्टर की सलाह के बिना दवाओं का सेवन
- तंबाकू, गुटखा और सूंघने वाले नशों की आसान उपलब्धता

नशा कोई खेल नहीं है। यह एक जाल है जो स्वास्थ्य, पढ़ाई, संबंध और भविष्य नष्ट कर देता है।

नशीले पदार्थ और शराब के प्रकार तथा उनका प्रभाव

A. तंबाकू उत्पाद

उदाहरण: सिगरेट, बीड़ी, गुटखा, खैनी, तंबाकू युक्त पान मसाला, हुक्का, वेपिंग/ई-सिगरेट।

बच्चों पर प्रभाव:

तंबाकू अक्सर स्कूल के बच्चों में पहली लत बनता है क्योंकि यह आसानी से उपलब्ध होता है। यह फेफड़ों को नुकसान पहुँचाता है, ताकत घटाता है, दांत खराब करता है,

tooth decay, and weakens the immune system. It reduces concentration and creates dependency. Many students who start with tobacco later shift to stronger drugs.

B. Alcohol

Examples: Beer, wine, whisky, rum, vodka, local liquor, mixed alcoholic drinks.

Impact on Students:

Alcohol affects the brain and slows down thinking and decision-making. It increases aggression, reduces self-control, and may lead to fights, accidents, and unsafe behavior. Regular alcohol use damages the liver and heart. It harms academic performance and destroys discipline, respect, and family trust.

C. Cannabis / Marijuana Group

Examples: Ganja, charas, hashish, marijuana, weed.

Impact on Students:

Cannabis reduces memory and focus. Students may lose interest in studies, sports, and family life. It causes laziness, anxiety, and confusion. Long-term use affects the developing teenage brain and may create serious mental health issues.

D. Opioids (Most Addictive and Life-Threatening Drugs)

Examples: Heroin (smack), brown sugar, opium, morphine, misuse of codeine syrups.

Impact on Students:

Opioids create strong addiction quickly. Students may feel sleepy and weak. Addiction forces children to steal money, lie to parents, or fall into criminal networks. Overdose can stop breathing and cause death. It destroys a child's health and future within a short time.

बदबू पैदा करता है और रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर करता है। इससे एकाग्रता घटती है और धीरे-धीरे गंभीर नशों की ओर बच्चा बढ़ सकता है।

B. शराब (बच्चों के लिए अत्यंत खतरनाक)

उदाहरण: बीयर, वाइन, व्हिस्की, रम, वोडका, देसी शराब, मिक्स ड्रिंक्स।

बच्चों पर प्रभाव:

शराब सोचने-समझने की शक्ति कमजोर करती है। इससे गुस्सा बढ़ सकता है, नियंत्रण कम हो जाता है और दुर्घटना तथा गलत निर्णय की संभावना बढ़ जाती है। लगातार सेवन से लीवर और हृदय को नुकसान होता है और पढ़ाई पर गंभीर असर पड़ता है।

C. गांजा/कैनाबिस समूह

उदाहरण: गांजा, चरस, हशीश, मारिजुआना, वीड।

बच्चों पर प्रभाव:

गांजा याददाश्त और एकाग्रता को कमजोर करता है। बच्चा पढ़ाई और खेल से दूर होने लगता है। सुस्ती, डर, घबराहट और मानसिक समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। लंबे समय तक सेवन से किशोरों का मानसिक विकास प्रभावित हो सकता है।

D. अफीम वर्ग

उदाहरण: स्मैक/हेरोइन, ब्राउन शुगर, अफीम, मॉर्फिन, कोडीन युक्त सिरप का दुरुपयोग।

बच्चों पर प्रभाव:

यह नशा बहुत तेजी से लत बनाता है। बच्चा कमजोर हो जाता है और वास्तविकता से कटने लगता है। यह लत बच्चे को चोरी, झूठ और अपराध की ओर धकेल सकती है। अधिक मात्रा में सेवन से सांस रुक सकती है और मृत्यु तक हो सकती है।

E. Sedatives and Sleeping Pills (Medicine Misuse)

Examples: Alprazolam, diazepam, sleeping tablets, anti-anxiety pills, strong painkillers.

Impact on Students:

Many students misuse tablets thinking they reduce exam stress. These drugs slow the nervous system and cause dizziness, weak memory, and poor attention. Long-term misuse can lead to depression, dependence, and mental instability.

F. Cough Syrup and Pharmaceutical Drug Abuse

Examples: Codeine cough syrups, painkillers, injections used illegally.

Impact on Students:

Some cough syrups contain addictive substances. Misuse harms the liver and kidneys, weakens the brain, and may cause vomiting, unconsciousness, and long-term addiction. It is dangerous because children wrongly believe medicines are always safe.

G. Stimulants (Fake Energy Drugs)

Examples: Cocaine, amphetamines, methamphetamine (crystal meth), "speed."

Impact on Students:

Stimulants make the body feel energetic for a short time but later cause extreme weakness. They increase heartbeat and blood pressure and may cause panic, hallucinations, and violent behavior. Long-term use leads to brain damage.

H. Club Drugs / Party Drugs

Examples: MDMA (Ecstasy), LSD, magic mushrooms.

Impact on Students:

These drugs cause hallucinations and mental confusion. Students may behave dangerously or harm themselves. They can cause sudden mental breakdown, depression, and long-term psychological disorders.

E. नींद की गोलियां और सिडेटिव दवाओं का दुरुपयोग

उदाहरण: अल्प्राजोलम, डायजेपाम, नींद की गोलियां, चिंता कम करने वाली दवाएं, दर्द निवारक दवाओं का गलत उपयोग।

बच्चों पर प्रभाव:

इन दवाओं से दिमाग सुस्त हो जाता है, याददाश्त कमजोर होती है और चक्कर आते हैं। लगातार सेवन से आदत बन जाती है और अवसाद जैसी समस्या हो सकती है।

F. खांसी की दवाओं और मेडिकल नशे का दुरुपयोग

उदाहरण: कोडीन युक्त कफ सिरप, दर्द निवारक सिरप, इंजेक्शन का अवैध उपयोग।

बच्चों पर प्रभाव:

गलत उपयोग से लीवर और किडनी को नुकसान होता है, उल्टी, बेहोशी और गंभीर लत लग सकती है। यह इसलिए भी खतरनाक है क्योंकि बच्चा इसे दवा समझकर सुरक्षित मान लेता है।

G. उत्तेजक नशे (झूठी ऊर्जा देने वाले नशे)

उदाहरण: कोकीन, एम्फेटामीन, मेथाम्फेटामीन (क्रिस्टल मेथ), स्पीड।

बच्चों पर प्रभाव:

ये नशे थोड़े समय के लिए ऊर्जा देते हैं लेकिन बाद में अत्यधिक कमजोरी और मानसिक असंतुलन पैदा करते हैं। हृदय गति बढ़ जाती है और भ्रम, डर तथा हिंसक व्यवहार हो सकता है।

H. पार्टी/क्लब ड्रग्स

उदाहरण: एमडीएमए (एक्स्टसी), एलएसडी, मैजिक मशरूम।

बच्चों पर प्रभाव:

ये नशे भ्रम और मतिभ्रम पैदा करते हैं। बच्चा असामान्य व्यवहार कर सकता है या स्वयं को नुकसान पहुँचा सकता है। इससे अचानक मानसिक टूटन और अवसाद हो सकता है।

I. Inhalants (Most Common Among School Children)

Examples: Glue, whitener, paint thinner, petrol, nail polish remover, spray cans, correction fluid.

Impact on Students:

Inhalants are cheap and easily available. Students inhale them for quick excitement. They damage the lungs and brain immediately. Even one-time use can cause unconsciousness, brain damage, or sudden death. Inhalants reduce intelligence and destroy memory power.

J. Synthetic Drugs

Examples: Designer drugs, synthetic cannabis, chemical powders sold as "new drugs."

Impact on Students:

Synthetic drugs are unpredictable. They can cause seizures, heart failure, violent behavior, and death. Many are mixed with poisonous chemicals, and children may not even know what they are consuming.

HOW DO DRUGS HARM THE MIND?

When a student uses drugs for the first time, damage can begin immediately. The mind may feel confused and unstable. Thinking becomes foggy, like trying to solve maths problems in thick winter mist. A child may lose the ability to understand what is right and wrong. Fear, anxiety, and strange thoughts may enter the mind even during normal school life.

Some drugs create hallucinations where a child may see unreal things. Some children become aggressive, and some become silent and depressed. Many children stop trusting their family and teachers. They feel lonely and trapped. This mental

I. सूंघने वाले नशे (स्कूल बच्चों में आम और बेहद खतरनाक)

उदाहरण: गोंद, व्हाइटनर, पेंट थिनर, पेट्रोल, नेल पॉलिश रिमूवर, स्प्रे, करेक्शन फ्लूइड।

बच्चों पर प्रभाव:

यह नशा सस्ता और आसानी से मिलने वाला होता है। यह तुरंत दिमाग और फेफड़ों को नुकसान पहुँचाता है। कई बार पहली बार में ही बेहोशी या मृत्यु हो सकती है। इससे बुद्धि और स्मरण शक्ति कमजोर हो जाती है।

J. सिंथेटिक ड्रग्स

उदाहरण: डिजाइनर ड्रग्स, सिंथेटिक गांजा, रासायनिक पाउडर।

बच्चों पर प्रभाव:

इनका असर अनिश्चित होता है। इनमें जहरीले रसायन मिलाए जाते हैं। इससे दौरे, दिल का दौरा, मानसिक बीमारी और मृत्यु तक हो सकती है।

नशा दिमाग को कैसे नुकसान पहुँचाता है ?

पहली बार नशा करने पर भी दिमाग पर असर तुरंत हो सकता है। सोच धुंधली हो जाती है और बच्चा सही-गलत का निर्णय नहीं कर पाता। डर, बेचैनी और अजीब विचार आने लगते हैं। कुछ नशे भ्रम पैदा करते हैं जिससे बच्चा ऐसी चीजें देखने लगता है जो वास्तविक नहीं होतीं। यह स्थिति खतरनाक है क्योंकि बचपन में मस्तिष्क का विकास हो रहा होता है।

damage is serious because childhood is the stage where the brain grows and develops.

HOW DO DRUGS HARM THE BODY?

As weeks and months pass, drug use begins to destroy the body. The stomach may suffer pain and burning. The heart may beat abnormally fast. The body becomes weak, tired, and unhealthy. Appetite decreases, and weight may drop suddenly.

The skin becomes dull, and eyes may remain red. A child's energy for sports, running, and school activities reduces. The immune system becomes weak, meaning the child becomes sick frequently. Long-term drug use can permanently damage organs like the liver, kidneys, lungs, and brain.

HOW DOES IT AFFECT FAMILY AND SOCIETY?

Drug addiction does not harm only the child. It harms the entire family. Parents become worried, stressed, and emotionally broken. Money saved for education, festivals, and future plans gets spent on medicines, hospital treatment, or recovery programs.

Family peace is disturbed. Arguments increase at home. Brothers and sisters may feel unsafe. The child may start lying, stealing, or becoming violent. Teachers may become concerned. Friends may stop inviting the child to play. Slowly, the child becomes isolated and loses confidence.

The neighbourhood also suffers. Drug addiction increases crime, theft, and unsafe activities. People lose trust. Police visits may become common. This creates fear and insecurity in society.

नशा शरीर को कैसे नुकसान पहुँचाता है?

समय के साथ शरीर कमजोर होने लगता है। पेट में दर्द, जलन, भूख कम होना और वजन घटने जैसी समस्याएं हो सकती हैं। हृदय गति असामान्य हो सकती है। आंखें लाल रहती हैं और त्वचा फीकी हो जाती है। शरीर की ताकत कम हो जाती है और बच्चा बार-बार बीमार पड़ने लगता है। लंबे समय तक नशा करने से लीवर, किडनी, फेफड़े और मस्तिष्क को स्थायी नुकसान हो सकता है।

परिवार और समाज पर इसका क्या प्रभाव पड़ता है?

नशा केवल बच्चे को नहीं, पूरे परिवार को दुख देता है। माता-पिता तनाव में रहते हैं, घर का माहौल बिगड़ता है और पैसे इलाज में खर्च होने लगते हैं। भाई-बहन डर और चिंता में रहते हैं। बच्चा झूठ बोलने, चोरी करने या हिंसक व्यवहार करने लग सकता है। स्कूल में पढ़ाई प्रभावित होती है और दोस्त भी दूरी बनाने लगते हैं।

समाज में अपराध बढ़ सकता है और मोहल्ले में असुरक्षा का माहौल बन जाता है। पुलिस की गतिविधि बढ़ सकती है जिससे सामाजिक प्रतिष्ठा भी प्रभावित होती है।

HOW DO DRUGS DESTROY A CHILD'S FUTURE?

A child's future is built through education, discipline, and healthy habits. Drugs destroy these foundations. School becomes difficult because the brain cannot focus. Homework remains incomplete. Attendance becomes irregular. Test scores drop. Many children fail exams and lose interest in studies.

Dreams of becoming a doctor, police officer, judge, teacher, sportsperson, or successful professional begin to fade away. Drug addiction can also lead to school dropout. Many children then fall into criminal groups and illegal activities.

What starts as a small experiment to look "cool" or brave can take away childhood, respect, and the bright future a student deserves.

LONG-TERM EFFECTS OF DRUGS AND ALCOHOL ON STUDENTS

1. **Brain and Mental Development Damage**

   The brain of a child is still developing. Drugs and alcohol reduce learning power, memory, emotional control, and decision-making. Many children become anxious, depressed, angry, or mentally unstable.

2. **Poor Academic Performance**

   A student under addiction cannot concentrate. Grades fall, attendance drops, and many students fail. Some children leave school completely.

3. **Personality and Behaviour Change**

   Drugs change the personality of a child. The child may become aggressive, disrespectful, secretive, or emotionally disconnected. Trust in relationships breaks.

नशा बच्चे का भविष्य कैसे बर्बाद करता है?

बच्चे का भविष्य पढ़ाई, अनुशासन और अच्छे संस्कारों से बनता है। नशा इन सबको नष्ट कर देता है। बच्चा ध्यान नहीं लगा पाता, उपस्थिति घटती है और परीक्षा परिणाम खराब हो जाते हैं। कई बच्चे स्कूल छोड़ देते हैं। डॉक्टर, शिक्षक, पुलिस अधिकारी, खिलाड़ी या किसी अच्छे पेशे का सपना धीरे-धीरे खत्म हो जाता है। नशा बच्चे को अपराध और गलत संगत की ओर ले जा सकता है।

नशा और शराब के लंबे समय के प्रभाव

1. **मस्तिष्क और मानसिक विकास पर नुकसान**

   नशा स्मरण शक्ति, सीखने की क्षमता, निर्णय शक्ति और भावनात्मक नियंत्रण को कमजोर कर देता है।

2. **पढ़ाई में गिरावट**

   बच्चा ध्यान नहीं लगा पाता, ग्रेड गिर जाते हैं और स्कूल छोड़ने की संभावना बढ़ जाती है।

3. **व्यवहार और व्यक्तित्व में बदलाव**

   बच्चा गुस्सैल, चिड़चिड़ा, झूठ बोलने वाला और परिवार से दूर हो सकता है।

4. **Physical Health Destruction**

Drugs weaken the heart, lungs, liver, kidneys, and immune system. Growth and stamina reduce. Serious illnesses may develop.

5. **Social Media Influence and Online Drug Trap**

Many children get influenced by social media trends and wrong online content. Some drug sellers contact students through online platforms. Children may unknowingly fall into illegal drug networks.

6. **Crime and Exploitation Risk**

Drug addiction pushes children towards theft, violence, illegal supply, and exploitation. Many children become victims of criminal gangs.

7. **Risk of Child Pornography and Sexual Exploitation**

Addiction reduces self-control. Many children get trapped into harmful online content, blackmail, exploitation, and unsafe relationships. This can cause lifelong trauma and also serious legal consequences.

WHY DO DRUGS LOOK ATTRACTIVE BUT TURN DANGEROUS?

Many drugs are shown as stylish or cool in movies, social media, and online videos. Some people claim drugs reduce stress or increase confidence. Some children believe drugs will help them study longer or perform better in sports. These are all lies.

Drugs may create temporary excitement, but they destroy health, discipline, and future. Addiction makes a person lose control. A child may no longer be able to stop even if they want to.

4. **शरीर का स्वास्थ्य नष्ट होना**

हृदय, फेफड़े, लीवर, किडनी और प्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो जाती है।

5. **सोशल मीडिया और ऑनलाइन प्रभाव**

सोशल मीडिया के गलत ट्रेंड्स और ऑनलाइन दोस्ती बच्चों को नशे की ओर धकेल सकती है।

6. **अपराध और शोषण का खतरा**

नशा बच्चे को चोरी, अपराध और अवैध गतिविधियों की ओर ले जा सकता है।

7. **बाल अश्लीलता और यौन शोषण का जोखिम**

नशा आत्म-नियंत्रण कमजोर करता है और कई बच्चे ऑनलाइन ब्लैकमेलिंग, अश्लील सामग्री और शोषण के जाल में फँस सकते हैं।

नशीले पदार्थ आकर्षक क्यों लगते हैं लेकिन खतरनाक क्यों बन जाते हैं?

कई फिल्मों और सोशल मीडिया में नशे को स्टाइलिश और कूल दिखाया जाता है। दोस्त कहते हैं कि इससे तनाव कम होता है। लेकिन यह सब झूठ है। नशा थोड़ी देर खुशी देता है लेकिन जीवन भर का नुकसान बन जाता है। लत लगने के बाद व्यक्ति चाहकर भी छोड़ नहीं पाता।

EARLY WARNING SIGNS OF DRUG USE IN STUDENTS

Drug problems can be identified early if adults and students stay alert. Some warning signs are:

- Sudden anger, fear, silence, or depression.
- Loss of interest in studies and hobbies.
- Red eyes, tiredness, weak health, poor hygiene.
- Asking for extra money or stealing money.
- Change in friend circle and increased secrecy.
- Avoiding family, teachers, and school activities.
- Falling grades and irregular attendance.

These signs must never be ignored. Early action can save a child's life.

WHAT SHOULD A STUDENT DO IF SOMEONE OFFERS DRUGS?

If someone offers you drugs, gutkha, cigarettes, alcohol, pills, or any strange substance, you must take the following steps:

- Say a clear "NO" without fear.
- Move away immediately.
- Do not touch or taste anything.
- Inform your parents, teacher, school principal, or counsellor.
- Avoid staying alone with such people.
- Do not accept gifts, packets, or unknown drinks.
- Stay with good friends and safe groups.

A brave student is not the one who tries drugs. A brave student is the one who refuses and protects others.

नशे की समस्या को समय रहते कैसे पहचानें?

प्रारंभिक चेतावनी संकेत:

- व्यवहार में अचानक बदलाव
- पढ़ाई में रुचि कम होना
- लाल आंखें, थकान, सफाई की कमी
- अतिरिक्त पैसे मांगना या चोरी करना
- दोस्त बदलना और अधिक गोपनीयता रखना

इन संकेतों को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।

यदि कोई नशा ऑफर करे तो छात्र क्या करें?

- साफ शब्दों में "ना" कहें
- तुरंत वहां से हट जाएं
- किसी पैकेट, गोली या ड्रिंक को हाथ न लगाएं
- माता-पिता, शिक्षक या प्रधानाचार्य को बताएं
- गलत संगत से दूरी रखें
- सुरक्षित मित्रों के साथ रहें

बहादुरी नशा करने में नहीं, नशा ठुकराने में है।

WHAT TO DO IF A STUDENT IS ALREADY TRAPPED IN DRUGS?

- Stay calm and talk peacefully.
- Listen carefully and do not insult the child.
- Inform parents and school authorities.
- Seek medical help and professional counselling immediately.
- Contact the District Legal Services Authority (DLSA) for guidance.
- Call the RSLSA Helpline: 15100, 9928900900 for free legal aid.
- Encourage the child to return to school and healthy life.

A child can recover if the family and school support them at the right time.

LEGAL PROTECTION AND THE NDPS ACT, 1985

The NDPS Act, 1985 is a strict law. It punishes those who illegally sell, supply, store, transport, or consume drugs. It also punishes those who involve children in drug trafficking.

Children are often targeted by drug sellers because they think children can be easily trapped. Therefore, the law is strict against anyone who uses children for drug crimes.

If any person forces, threatens, or traps a child into drugs, it is a serious offence and must be reported.

A STUDENT'S PROMISE FOR A SAFE FUTURE

Every child has the right to education, safety, health, and dignity. Drugs are not a shortcut to happiness. They are a shortcut to destruction.

A strong student chooses discipline over addiction. A smart student chooses health over harmful habits. A brave student protects their future and helps others stay safe.

Choose a healthy life, not drugs.

Say NO to drugs, YES to your dreams.

यदि कोई बच्चा पहले से नशे में फँस गया हो तो क्या करें?

- शांत रहें और प्यार से बात करें
- बच्चे की बात ध्यान से सुनें
- माता-पिता और स्कूल प्रशासन को सूचित करें
- तुरंत चिकित्सकीय सहायता और काउंसलिंग लें
- जिला विधिक सेवा प्राधिकरण (DLSA) से संपर्क करें
- निःशुल्क कानूनी सहायता हेतु RSLSA हेल्पलाइन: 15100, 9928900900 पर कॉल करें
- बच्चों को पुनः स्कूल से जुड़ने और स्वस्थ जीवन जीने हेतु प्रोत्साहित करे।

बच्चा सही समय पर सहायता मिले तो ठीक हो सकता है।

कानूनी सुरक्षा और NDPS अधिनियम, 1985

NDPS अधिनियम एक कठोर कानून है। यह अवैध रूप से नशीले पदार्थ बेचने, खरीदने, रखने, सप्लाई करने या सेवन करने वालों को दंडित करता है। यह कानून बच्चों को नशे के अपराध में शामिल करने वालों के खिलाफ विशेष रूप से सख्त है।

यदि कोई व्यक्ति किसी बच्चे को धमकाकर, बहलाकर या मजबूर करके नशे में फँसाता है, तो यह गंभीर अपराध है और इसकी सूचना तुरंत देनी चाहिए।

एक छात्र का संकल्प

हर बच्चे को शिक्षा, सुरक्षा, स्वास्थ्य और सम्मान का अधिकार है। नशा खुशी का रास्ता नहीं है, यह विनाश का रास्ता है। समझदार बच्चा अपने सपनों को चुनता है, नशे को नहीं।

नशा नहीं, स्वस्थ जीवन चुनें।

ड्रग्स को ना कहें, अपने सपनों को हाँ कहें।

Notes

RAJASTHAN STATE LEGAL SERVICES AUTHORITY
Rajasthan High Court Campus, Jaipur Bench
Vidhik Seva Sadan, Vidhik Seva Marg, C-Scheme, Jaipur
Phone No. : 0141-2227481, FAX: 2227602
Toll Free Help Line 15100/9928900900
Email: rslsajp@gmail.com, website: http://rajasthan.nalsa.gov.in