

मूल्य ₹20/-

खोजी एनसीआर

जनवरी-फरवरी 2021

राष्ट्रीय द्विमासिक पत्रिका

खतरनाक

राह पर आंदोलन



खोजी एनसीआर

दैनिक हिन्दी समाचार पत्र

Email : khojincr@gmail.com

Website : www.khojincr.com

समाचार पत्र, न्यूज़ ऐप

Available on Google Play Store



समाचार एवं विज्ञापनों
के लिए संपर्क करें



आप सभी को नववर्ष 2021
की हार्दिक शुभकामनाएं

धर्मपाल आर्य
संपादक
M. 9416254840

खोजी एनसीआर

द्विमासिक पत्रिका

अंक-03, वर्ष-01, जनवरी-फरवरी 2021
पृष्ठ-32, मूल्य-20 रुपए

RNI No : HARHAIN/2015/62918



Editorial Department

Editor Dharampal Arya
Sub Editor Naresh Arora
Edu Reporter D.k.Gupta
Crime Reporter Naresh Garg

Our Writer

Dr. Yatender Garg F.P.Jhirka
Brij Bhushan Gupta Faridabad

Advisor

Meena Arya Female
Naresh Singla Education
Rajesh Chhokar Media

Legal Advisor

Rajesh Chhokar Advocate Nuh
(Haryana)
Manoj Kumar Firozpur Jhirka Nuh
(Haryana)

Layout Designer

Manish Tomar

Phone NO 01268-277129,9416254840,
9518002332

E-Mail khoincr@gmail.com

Editorial Office Ward NO 4 Firozpur Jhirka
Distt. Nuh Haryana

मुद्रक तथा प्रकाशक धर्मपाल आर्य
द्वारा स्वास्तिका फ़ाउण्डेशन, 19
डीएसआईडीसी शेड, स्कीम-3,
ओखला फेस-II, नई दिल्ली-110020
से मुद्रित करवाकर, फ़िरोज़पुर
ज़िरका, वार्ड नं. 4, जिला मेवात,
हरियाणा से प्रकाशित किया। सभी
विवादों का निपटारा फ़िरोज़पुर
ज़िरका न्यायालय होगा।
संपादक धर्मपाल आर्य

संपादकीय
विवाद और विलंब

अक्सर यह देखा जाता है कि किसी सरकारी महकमे की ओर से एक योजना पर काम शुरू करने की घोषणा तो हो जाती है, लेकिन उसे अमल में लाने के क्रम में जमीनी स्तर पर कोई विवाद खड़ा हो जाता है। इसके बाद अगर वह मामला कानूनी प्रक्रिया के दायरे में चला जाता है तब उसके निपटारे में सालों-साल लग जाते हैं। यह किसी से छिपा नहीं है कि देश की अदालतें पहले ही मुकदमों के बोझ से दबी हैं और बहुत सारे मुकदमे सिर्फ इस वजह से



कई-कई साल तक खिंचते रहते हैं। ऐसे में किसी परियोजना के कार्यान्वयन के दौरान अगर किसी विवाद की वजह से काम रुकता है और मामला अदालत में पहुंचता है तो उस पर अमल में आने वाली बाधाओं के बारे में अंदाजा लगाया जा सकता है। यही वजह है कि केंद्र सरकार ने अब बुनियादी ढांचे से जुड़ी परियोजनाओं को पूरा करने के रास्ते में खड़ी होने वाली बाधा को दूर करने की पहल की है। विधि मंत्रालय ने राज्य सरकारों को यह सुझाव दिया है कि वे ऐसी परियोजना से जुड़े विवादों के जल्द निपटारे के लिए विशेष अदालतें गठित करें। इस संदर्भ में इलाहाबाद, कर्नाटक और मध्यप्रदेश के उदाहरणों के मद्देनजर विधि मंत्रालय ने अन्य उच्च न्यायालयों को सुझाव दिए हैं कि वे आधारभूत संरचना परियोजना के मुकदमे की पहले से सुनवाई कर रही विशेष अदालतों के लिए किसी एक दिन को विशेष दिवस के रूप में तय करें। करीब दो साल पहले बुनियादी ढांचे से जुड़ी परियोजनाओं से संबंधित कानून में संशोधन के दौरान

कहा गया था कि देश और राज्यों में कारोबारी सुगमता की रैंकिंग सुधारना बेहद महत्वपूर्ण है। इसकी मुख्य वजह यह थी कि किसी योजना को मंजूरी मिलने और उस पर काम शुरू होने के बाद कोई अड़चन खड़ी होती है तो ऐसे में निवेशकर्ताओं का उत्साह टंडा पड़ता है। फिर ऐसे मामले दूसरे निवेशकर्ताओं के लिए उदाहरण का काम भी करते हैं। स्वाभाविक ही इसका असर विकास पर पड़ता है। ऐसे तमाम उदाहरण देखे जा सकते हैं जिनमें किसी सड़क के निर्माण के बीच में कुछ खास जगह को लेकर विवाद खड़ा हो जाता है। फिर उस विवाद का अंतिम निपटारा होने तक सिर्फ उस कुछ जगह के लिए वह पूरा काम सालों अधूरा पड़ा रहता है। इससे न केवल उस योजना का असर अपने मूल रूप में सामने नहीं आ पाता, बल्कि उसकी लागत में भी काफी बढ़ोतरी हो जाती है। ऐसी स्थिति में वे परियोजनाएं भी अधर में लटक जाती हैं, जो विकास के बुनियादी पहलुओं से जुड़ी होती हैं। जाहिर है, इसका खमियाजा अंतिम तौर पर आम जनता को ही उठाना पड़ता है। यों आधारभूत ढांचे के विकास और शहरों के आधुनिकीकरण में तेजी लाने के मकसद से कई ऐसी व्यवस्थाएं की गई हैं, जिससे कारोबारी सुगमता की राह में बाधाओं को कम किया जा सके। मगर आज भी देश भर में भूमि और संसाधन से जुड़े विवादों की वजह से कई औद्योगिक और विकास परियोजनाएं लंबित पड़ी हैं। हालांकि बुनियादी ढांचे से जुड़ी ज्यादातर परियोजनाएं चूकित स्थायी निर्माण की प्रकृति की होती हैं, इसलिए उन पर काम शुरू होने से पहले ही कुछ सावधानी जरूर बरती जा सकती है। अब्वल तो किसी भी परियोजना की शुरुआत के पहले ही सभी तरह की आशंकाओं और सवालियों का समाधान कर लिया जाना चाहिए,



स्वास्थ्य क्षेत्र की खराब हालत ... पेज 10-11 पर



तेजब का देश... पेज 15 पर



'लव जिहाद' मुद्दे के पीछे आखिर ... पेज 19 पर



भेदभाव का रोग ... पेज 24 पर

एतएनाक

एह पर आंदोलन



ती न नए कृषि कानूनों के खिलाफ दिल्ली की सीमाओं पर चल रहा किसानों का आंदोलन अब जो रूप ले चुका है उससे यह नहीं लगता कि किसान संगठन अपनी मांगों को लेकर गंभीर हैं। अब तो उनकी अगंभीरता का परिचय इससे भी मिल रहा है कि कुछ संगठन भीमा-कोरेगांव में हिंसा के साथ-साथ दिल्ली दंगों के आरोपितों के बचाव में उतर आए हैं और वह भी यह जानते हुए कि इन सब पर इतने गंभीर आरोप हैं कि अदालतों ने उन्हें जमानत देने से भी परहेज किया है। आखिर इस तरह के लोगों का समर्थन कर या समर्थन लेकर किसान संगठन क्या हासिल करना चाहते हैं और देश को क्या संदेश देना चाहते हैं? खेती-किसानी का दंगों और हिंसा के आरोपितों से क्या संबंध है? क्या लोकतंत्र और विरोध के अधिकार का यही अर्थ है? यह उचित है कि केंद्रीय कृषि मंत्री ने जित पर अड़े किसान संगठनों को यह नसीहत दी कि वे असामाजिक तत्वों को अपने आंदोलन का हिस्सा

▶ नए कृषि कानूनों के विरोध में किसान संगठन और उनका साथ दे रहे लोग किस तरह मनमानी पर आमादा हैं, इसका प्रमाण पांच दौर की बातचीत की नाकामी तो है ही, किसानों की अतार्किक मांगें भी हैं। पहले उनका विरोध केवल नए कानूनों पर केंद्रित था, लेकिन अब उन्होंने प्रदूषण की रोकथाम के लिए प्रस्तावित कानून में पराली जलाने पर दंड के प्रावधान को वापस लेने और बिजली सब्सिडी में सुधार के खिलाफ भी जित पकड़ ली है। किसान संगठन यह भी समझने के लिए तैयार नहीं कि मंडी कानून पर राज्य अपना फैसला लेने के लिए स्वतंत्र हैं।

बनने का अवसर न दें, लेकिन यह मानने के अच्छे-भले कारण हैं कि अब यह किसानों का आंदोलन मात्र नहीं रह गया है। चूंकि इसमें वे लोग हवी हो गए हैं जिनका लोकतंत्र और संवाद में विश्वास संदिग्ध है

इसलिए आंदोलन की आड़ में एक अलग एजेंडे को पूरा करने की कोशिश की जा रही है। इसकी पुष्टि इससे भी होती है कि गतिरोध दूर करने के लिए सरकार के हर प्रस्ताव को न केवल खारिज किया जा रहा है, बल्कि विरोध के नाम पर ऐसे तौर-तरीके अपनाने की धमकी भी दी जा रही है जो अलोकतांत्रिक और व्यवस्था भंग करने वाले हैं। ऐसे तौर-तरीके वैचारिक अतिवाद की निशानी हैं। यह अतिवाद एक चुनी हुई सरकार के शासन करने के अधिकार को भी स्वीकार नहीं कर पा रहा है। अब यह साफ है कि इस आंदोलन के जरिये राजनीतिक दल भी अपने संकीर्ण हितों को पूरा करने की फिराक में हैं और वामपंथी अतिवाद-नक्सलवाद से प्रेरित किस्म-किस्म के संगठन भी।

इस आंदोलन को लेकर पंजाब के किसानों का रुख विचित्र भी है और विरोधाभासी भी। यह वह राज्य है जिसने हरित क्रांति में सबसे अधिक योगदान दिया और आज राजनीतिक उकसावे पर यहीं के किसान

एक और हरित क्रांति में बाधक बन रहे हैं। पंजाब की कांग्रेस सरकार और अकाली दल ने न केवल राजनीतिक लाभ के लिए किसानों को सड़कों पर उतारा, बल्कि वे उन्हें हरसंभव तरीके से उकसा भी रहे हैं। पंजाब में काट्टिकट फार्मिंग 2006 से ही लागू है। काट्टिकट फार्मिंग से यहां के किसान लाभान्वित भी हुए हैं और अब जब इसी व्यवस्था को नए कानूनों का अंग बनाया गया है तो केवल यह डर दिखाकर उसका विरोध किया जा रहा है कि कॉरपोरेट जगत किसानों की जमीन हथिया लेगा। यह हौवा तब खड़ा किया जा रहा है जब ऐसा एक भी मामला

निवेश की भागीदारी मात्र दो प्रतिशत है और यह क्षेत्र तब तक प्रगति नहीं कर सकता जब तक इसमें नए निवेशक नहीं आएंगे। यह स्पष्ट है कि किसान संगठनों को उकसाने और भड़काने का काम वे संगठन कर रहे हैं जो विचारधारा के स्तर पर निजी निवेश के खिलाफ हैं और यह मानते हैं कि सब कुछ सरकार के स्तर पर ही किया जाना चाहिए। मुक्त बाजार वाली अर्थव्यवस्था उन्हें स्वीकार नहीं। ऐसी विचारधारा किसी भी देश का भला नहीं कर सकती। विपक्षी दलों का यह तर्क आधारहीन है कि नए कृषि कानूनों पर संसद में बहस नहीं



सामने नहीं आया जब किसी किसान की जमीन कॉरपोरेट जगत ने हथिया ली हो। हैरत की बात है कि जो किसान आदितियों के चंगुल में फंसे रहते हैं वे उन्हें ही अपना खेवनहार मान रहे हैं। इससे भी अधिक आश्चर्यजनक है कि किसान एक तरफ कॉरपोरेट जगत का हौवा खड़ा कर रहे हैं और दूसरी तरफ उन आदितियों के हितों की चिंता करके सड़कों पर उतरे हुए हैं जो खुद भी व्यापारी ही हैं। कुछ किसान संगठन यह भी देखने-समझने से इन्कार कर रहे हैं कि वे उन लोगों के हाथों का खिलौना बनने का काम कर रहे हैं जो इस मामले का अंतरराष्ट्रीयकरण करने पर तुले हुए हैं।

नए कृषि कानूनों के विरोध में किसान संगठन और उनका साथ दे रहे लोग किस तरह मनमानी पर आमादा हैं, इसका प्रमाण पांच दौर की बातचीत की नाकामी तो है ही, किसानों की अतार्किक मांगें भी हैं। पहले उनका विरोध केवल नए कानूनों पर केंद्रित था, लेकिन अब उन्होंने प्रदूषण की रोकथाम के लिए प्रस्तावित कानून में पराली जलाने पर दंड के प्रावधान को वापस लेने और बिजली सप्लाय में सुधार के खिलाफ भी जिद पकड़ ली है। किसान संगठन यह भी समझने के लिए तैयार नहीं कि मंडी कानून पर राज्य अपना फैसला लेने के लिए स्वतंत्र हैं। अपने देश की लगभग 70 प्रतिशत आबादी इस समय कृषि से जुड़ी हुई है। अगर इतनी बड़ी आबादी की आय नहीं बढ़ेगी और वह सशक्त नहीं होगी तो क्या देश का विकास संभव है? क्या सिर्फ कृषि के परंपरागत तौर-तरीकों से इस आबादी की आय बढ़ाई जा सकती है? क्या कृषि में पूंजी निवेश, नई तकनीक और उद्योगीकरण समय की मांग नहीं है? क्या निजी निवेशक इस आश्वासन के बिना निवेश के लिए राजी होंगे कि वे अपने हिसाब से कृषि में उत्पादन करा सकें? किसान संगठनों को यह समझना चाहिए कि कृषि में निजी

हुई। तथ्य यह है कि मानसून सत्र में जब इनसे संबंधित विधेयक संसद में लाए गए थे तब उन पर 12 घंटे बहस हुई थी। यह बात अलग है कि विपक्षी दलों की दिलचस्पी मोदी सरकार को कोसने में थी। न्यूनतम समर्थन मूल्य यानी एमएसपी समाप्त होने का डर दिखाने में हर विपक्षी दल आगे था। विपक्षी दलों ने यह रुख तब अपनाया जब वे अच्छी तरह जानते हैं कि एमएसपी को कानूनी रूप नहीं दिया जा सकता, क्योंकि केंद्र सरकार देश भर का खाद्यान्न नहीं खरीद सकती। अगर एमएसपी को कानूनी रूप दिया जाता है तो केंद्र सरकार को पूरा खाद्यान्न खरीदना होगा। क्या देश की अर्थव्यवस्था इतना बोझ सह सकती है? किसान आंदोलन के नाम पर जो कुछ हो रहा है और जैसे तत्वों की इस कथित विरोध प्रदर्शन में घुसपैठ हो चुकी है उसके बाद मोदी सरकार के लिए यह और अधिक आवश्यक हो जाता है कि वह न तो किसी दबाव को स्वीकार करे और न ही ऐसे कोई संकेत दे कि वह मुट्ठी भर लोगों की मनमानी के आगे झुकने के लिए तैयार है। यह इसलिए आवश्यक है, क्योंकि कोई भी न तो एक बहुमत वाली सरकार को संवैधानिक दायरे के भीतर फैसले करने से रोक सकता है और न ही दिल्ली में एक और शाहीन बाग बनाने की इजाजत दी जा सकती है। यह स्वीकार नहीं किया जा सकता कि जो दल अथवा संगठन भाजपा और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का राजनीतिक रूप से सामना नहीं कर पा रहे हैं वे अराजकता के सहारे अपने मंसूबे पूरे करने की कोशिश करें और ऐसा करते हुए लोकतंत्र की दुहाई भी दें। रेलवे ट्रैक रोकना, सड़कें बाधित करना और किसी प्रतिष्ठान पर तोड़फोड़ की अपील करना विरोध के लोकतांत्रिक तौर-तरीके नहीं हैं। ऐसे तौर-तरीकों को न तो जनता की सहानुभूति और समर्थन मिल सकता है और न ही सरकार की हमदर्दी।

मेरी रसोई मेरा औषधालय

रसोई में ईस्तेमाल होने वाले मसालों के प्रकार व नाम आपको पिछले अंक में रसोई में ईस्तेमाल होने वाले कुछ मसालों के नाम बताए गए थे उसके बाद भी बहुत से मसाले हैं जिनके बारे में आपको बताया जाएगा इस अंक में।

सफेद मिर्च – सफेद मिर्च और काली मिर्च दोनों एक ही पौधे के फल हैं, बस अपने रंग के कारण उनका उपयोग अलग हो जाता है। सफेद मिर्च का प्रयोग आमतौर हल्के रंग के व्यंजनों जैसे कि सूप, सलाद, टंडाई, बे1ड रेसिपी इत्यादि में किया जाता है।

जीरा – हर भारतीय रसोई में मिलने वाला एक आवश्यक मसाला है। जीरे का उपयोग दालों, करी, अचारों इत्यादि में होता है। जीरे को भून कर और पीस कर दही के व्यंजनों में भी डालते हैं।

भुना जीरा – भुने जीरे का प्रयोग भी भारतीय खाने में बहुतायत में होता है। जीरे को भून कर और पीस कर दही के व्यंजनों, देसी पेय, चटनी, गलका, चाट इत्यादि में भी डालते हैं।

भुना हुआ जीरा पाउडर – जीरे को भूनकर के दरदरा पिसे हुए इस मसाले का उपयोग मुख्य रूप से दही से बनने वाली डिशेज में किया जाता है। जीरे को भून और पीस कर डिब्बे में रख सकते हैं जिससे इसका इस्तेमाल आसान हो जाता है।

काला जीरा, रोज इस्तेमाल में आने वाले जीरे से अलग है। काला जीरा आमतौर पर उत्तर भारत में अधिक प्रयोग किया जाता है। इसका प्रयोग गरम मसाला बनाने में भी किया जाता है।

अमचूर पाउडर (खटाई) खटाई का प्रयोग आमतौर पर उत्तर भारत में होता है। इसका प्रयोग सूखी सफ़ाईज्यों को थोड़ा खट्टा स्वाद देने के लिए किया जाता है। खाने में खट्टा स्वाद लाने के लिए खटाई की जगह नींबू का रस भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

हींग की महक बहुत तेज होती है और खाने में भी यह थोड़ी कड़वी होती है। आमतौर पर बाजार में मिलने वाली पिंसी हींग में चावल का आटा मिलाया जाता है जिससे की उसकी कड़वाहट को थोड़ा कम किया जा सके। हींग को आमतौर पर तेज गरम घी / तेल में भूना जाता है। हींग बहुत लाभकारी पाचक है। छोटे बच्चों को जब पेट में हवा की शिकायत होती है तो हींग को पानी में घोल कर पेट पर बाहर से लगाने से राहत आती है। शुद्ध हींग पानी में घोलने पर सफेद हो जाती है।

हड़ एक खड़ा मसाला है और इसका प्रयोग आमतौर पर चूरन, अचार, इत्यादि में होता है। यह पेट के लिए भी बहुत अच्छा माना जाता है।

मेथी के दानों का प्रयोग मसाले के रूप में होता है तथा मेथी की पतियों का प्रयोग पराठ, सब्जी, करी, नाश्ते इत्यादि में होता है। मेथी का पौधा वार्षिक होता है जिसे आसानी से घर की बगिया में भी उगाया जा सकता है। यह एक औषधीय पौधा है और इसका उपयोग पेट की बीमारियों से लेकर मधुमेह तक के बचाव में होता है। हरी इलायची को छोटी इलायची भी कहते हैं। इसकी सुगन्ध बहुत मीठी सी होती है। यह एक बहुउपयोगी मसाला है और इसका प्रयोग, गरम मसाले, करी, चावल की डिश, नमकीन, देशी पेय और इसके साथ ही साथ मिठाइयों में भी होता है।

सूखा पुदीना – पुदीना स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता है और गर्मियों में ठंडक भी पहुँचाता है। पुदीने का पाउडर बहुत ही आसानी से घर पर बनाया जा सकता है और बोतल में लंबे समय तक रख सकते हैं। कभी जब पुदीने की ताजी पत्तियाँ घर पर नहीं होती हैं तब पुदीने का पाउडर बहुत काम आता है, खासतौर पर दही से बनने वाली डिशेज में।

तेज पत्ते का प्रयोग मुख्यतः करी, और चावल के व्यंजनों में होता है। तेज पत्ता, सीधे पत्ते के रूप में भी डाला जाता है और इसको गरम मसाले में पीसा भी जाता है। तेज पत्ते की महक बहुत अच्छी होती है और इसे छोले, राजमा इत्यादि में भी डालते हैं।

अजवाइन को एक अच्छा पाचक माना जाता है और इसका प्रयोग सदियों से

आयुर्वेद में होता आ रहा है। अजवाइन के दाने बहुत खुशबुदार होते हैं। इसका प्रयोग छींक के अलावा, चूरन, चाट मसाला, अचार, करी और बहुत सारी चीजों में किया जाता है।

चाट मसाला कई प्रकार के मसालों को मिलाकर बनाया जाता है, जैसे नमक, काला नमक, अमचूर पाउडर, अनारदाना, काली मिर्च, पुदीना, सोंठ, इत्यादि। चाट मसाले का प्रयोग फलों की चाट, अंकुरित चाट, पकोड़ी आदि का स्वाद बढ़ाने के लिए करते हैं।

गरम मसाला कई प्रकार के खड़े मसालों को मिलाकर बनाया जाता है। भारत के अलग-अलग प्रांतों में गरम मसाले को बनाने की विधि अलग-अलग हो सकती है। इस मसाले की खुशबू बहुत अच्छी होती है और इससे खाने का स्वाद भी बढ़ जाता है।



मंगौड़ी, मारवाड़ी खाने की जान होती हैं। मंगौड़ी को मूंगदाल के पेस्ट से बनाया जाता है। बनाने के बाद मंगौड़ी को धूप में सुखते हैं और फिर इसे डि4बे में भण्डारित कर सकते हैं। मंगौड़ी से कई व्यंजन बनाए जाते हैं जैसे कि मंगौड़ी की तहरी, मंगौड़ी की कढ़ी, मंगौड़ी आलू इत्यादि।

सरसों का पौधा बहुउपयोगी होता है। सरसों कई रंग की होती हैं, लेकिन काली सरसों आसानी से मिल जाती है। सरसों की पत्तियाँ का साग, भुजी, इत्यादि बनाए जाते हैं, और सरसों के दानों का प्रयोग, तड़के में, अचारों में, और बहुत सारी चीजों में होता है। पश्चिम में सरसों का इस्तेमाल सॉस बनाने में भी किया जाता है।

जायफल गोल या अंडाकार होता है। यह बीज है और लाल रंग की छाल से ढका रहता है जिसे जावित्री के नाम से जानते हैं। जायफल और जावित्री दोनों ही मसाले हजारों वर्षों से इस्तेमाल होते आ रहे हैं। गरम मसाला बनाने के लिए यह मसाला अत्यंत आवश्यक है। इनका उपयोग आयुर्वेदिक दवाई बनाने में भी किया जाता है। भारत में घरेलू इलाज में, जायफल को ठंड लग जाने पर घिस कर दूध के साथ बच्चों को दिया जाता है।

अनारदाना अनार के दानों से तैयार किया गया मसाला है। अनार के दानों को सुखा कर पीसे गये इस मसाले का प्रयोग खाने में खट्टा स्वाद लाने के लिए किया जाता है। अनारदाने से नाना प्रकार के स्वादिष्ट चूरन भी बनते हैं।

केसर को जाफरान के नाम से भी जाना जाता है। केसर शायद सबसे महंगा मसाला है लेकिन बहुत कम मात्रा में इस्तेमाल करने पर भी यह खाने में बहुत स्वाद और खुशबू देता है। इसका प्रयोग मिठाइयों, पुलाव, करी, इत्यादि में होता है। केसर के धागे दूध या पानी में भिगोने पर केसरिया रंग (पीला) देता है।

मकर संक्रांति के मौके पर इन कामों से होंगे लाभ



मकर संक्रांति के दिन गंगा नदी में स्नान का खास महत्व है। लोग इस दिन गंगा नदी या अन्य पवित्र नदियों में स्नान अवश्य करते हैं। लेकिन अगर आप नदी में स्नान नहीं कर पा रहे हैं तो गंगा जल को घर में नहाने के पानी में मिला लें और उससे स्नान करें इससे आपको लाभ मिलेगा।

हिन्दू धर्म में मकर संक्रांति का खास महत्व है। इस दिन सूर्य देवता मकर राशि में प्रवेश करते हैं तथा उत्तरायण होते हैं। इसलिए हिन्दू धर्म में मकर संक्रांति का दान-पुण्य के दृष्टिकोण से खास महत्व होता है। तो आइए हम आपको उन कार्यों के बारे में बताते हैं जिससे आपको न केवल पुण्य मिलेगा बल्कि भविष्य के लिए भी लाभदायी होगा।

मकर संक्रांति का पौराणिक महत्व

हिन्दू धर्म में मकर संक्रांति का कई कारणों से विशेष महत्व है। ऐसी मान्यता है कि मकर संक्रांति के दिन ही भगवान आशुतोष ने श्री विष्णु को आत्मज्ञान दिया था। इसके अलावा मकर संक्रांति के दिन सूर्य जब उत्तरायण होते हैं तब देवताओं का दिन शुरू होता है उससे पहले रात रहती है। साथ ही भीष्म पितामह ने मकर संक्रांति के दिन ही अपनी देह त्यागी थी। साथ ही मकर संक्रांति के दिन ही गंगा जी भगीरथ के पीछे चलते हुए सागर में जाकर मिल गयी थीं। इसलिए इस दिन तीर्थ स्थलों पर स्नान का खास महत्व है। इन्हीं कारणों से हिन्दू धर्म में इस दिन गंगा स्नान या पवित्र नदियों में स्नान तथा दान का खास महत्व है।

मकर संक्रांति पर इन कार्यों से होगा लाभ

मकर संक्रांति के दिन गंगा नदी में स्नान का खास महत्व है। लोग इस दिन गंगा नदी या अन्य पवित्र नदियों में स्नान अवश्य करते हैं। लेकिन अगर आप नदी में

स्नान नहीं कर पा रहे हैं तो गंगा जल को घर में नहाने के पानी में मिला लें और उससे स्नान करें इससे आपको लाभ मिलेगा। स्नान करने के पश्चात पवित्र मन से भगवान सूर्य को जल अर्पित करें इससे सूर्य देव आपको आशीर्वाद देंगे। इसके बाद अपने घर का मंदिर साफ कर शिव जी, विष्णु भगवान और माता लक्ष्मी की पूजा करें। अपनी शक्ति अनुसार गरीबों को दान दें। दान में तिल और गुड़ से बने सामान, कपड़े और अन्न जरूरतमंद लोगों को दे सकते हैं। मकर संक्रांति के दिन झाड़ू खरीदें इससे घर में लक्ष्मी का वास होता है। घर के बड़े लोगों का आशीर्वाद लें। तिजोरी में रखें आभूषणों को बाहर निकाल गंगा जल से धोएं और उन पर हल्दी लगाकर रखें। इसके अलावा घर में खिचड़ी बनाएं और ब्राह्मणों को भोजन कराएं। इन कार्यों से आपके जीवन में सुख तथा समृद्धि आएगी।

इन कामों से करें परहेज

मकर संक्रांति का दिन बहुत खास होता है इसलिए किसी प्रकार के अनुचित कार्य आपके भविष्य में आने वाली सुख-समृद्धि पर प्रभाव डाल सकते हैं। इस दिन आपने तन को स्वच्छ रखने के साथ मन को साफ रखें। किसी के प्रति भेदभाव न रखें और किसी का बुरा न करने का संकल्प करें। इसके अलावा फूलों तथा पत्तों को नुकसान न पहुंचाएं। तुलसी के पत्तों को बिल्कुल न तोड़ें। घर के बुजुर्ग लोगों का अपमान न करें इससे सूर्य तथा शनि देव नाराज हो सकते हैं।

इसके अलावा मकर संक्रांति के दिन काले कपड़े न पहनें। घर में तामसिक भोजन न बनाएं और खाने में लहसुन, प्याज या मांसाहार का प्रयोग न करें। यददि शराब पीते हों तो मकर संक्रांति के दिन इससे परहेज करें। किसी गरीब के मन को दुखी न करें तथा उन्हें बासी भोजन न खिलाएं।

मकर संक्रांति के दिन झाड़ू खरीदें इससे घर में लक्ष्मी का वास होता है। घर के बड़े लोगों का आशीर्वाद लें। तिजोरी में रखें आभूषणों को बाहर निकाल गंगा जल से धोएं और उन पर हल्दी लगाकर रखें।

नवीकरणीय ऊर्जा से चमकने के लिए तैयार हो रहा है नया भारत



प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने आत्मनिर्भरता के मोर्चे पर भी बड़े बुनियादी कदम उठाए हैं क्योंकि यह तथ्य है कि नवीकरणीय ऊर्जा के 80 फीसदी उपकरण हमें चीन से मंगाने पड़ते हैं। सौर ऊर्जा के सस्ते मॉड्यूल से भारतीय बाजार पटे हुए हैं।

मोदी सरकार के छह वर्षीय कार्यकाल ने भारत में नवीकरणीय ऊर्जा के क्षेत्र में ऐतिहासिक उपलब्धि हासिल की है। भारत इस क्षेत्र का सबसे बड़ा और पसंदीदा देश बनकर निवेशकों को आकर्षित कर रहा है। प्रधानमंत्री मोदी के आत्मनिर्भर भारत के सपने को साकार करने में नवीकरणीय ऊर्जा क्षेत्र अहम आधार के रूप में भी स्थापित हो रहा है। 26 नवम्बर को भारत तीसरे 'वैश्विक नवीकरणीय ऊर्जा निवेश बैठक और एक्सपो' (रीइन्वेस्ट 2020) का आयोजन करने जा रहा है जिसका शुभारंभ प्रधानमंत्री मोदी करेंगे। इस वर्चुअल समिट में 80 से अधिक देशों के नवीकरणीय पणधारक (स्टेकहोल्डर्स) भाग ले रहे हैं। 2014 में मोदी सरकार आने के बाद से नवीकरणीय ऊर्जा को जीवाश्मीय ऊर्जा स्रोतों का विकल्प बनाने पर उच्च प्राथमिकता से काम हो रहा है। आज भारत की कुल ऊर्जा उत्पादन क्षमता में 36 प्रतिशत अक्षय ऊर्जा की हिस्सेदारी है। बीते छह वर्षों में यह ढाई गुना बढ़ी है और इसमें सोलर की हिस्सेदारी तो 13 गुना तक बढ़ी है। ऊर्जा मंत्री आरके सिंह ने दावा किया है कि 2030 तक भारत में अक्षय ऊर्जा की भागीदारी 40 प्रतिशत और 2035 तक 60 फीसदी होगी। यह आंकड़ा भारत

में स्वच्छ ऊर्जा की एक नई क्रांति जैसा ही होगा।

31 अक्टूबर 2020 के आंकड़े अनुसार 373436 मेगावाट के कुल राष्ट्रीय बिजली उत्पादन में नवीकरणीय स्रोतों की भागीदारी 89636 मेगावाट है। मोदी सरकार ने 2022 तक 175 गीगावाट और 2035 तक 450 गीगावाट नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन करने का लक्ष्य निर्धारित किया है (एक गीगावाट मतलब 1000 मेगावाट)। सरकार के मिशन मोड़ वाले प्रयासों से छह

साल में आया 4.7 लाख करोड़ का निवेश भविष्य के भारत की झलक भी दिखलाता है। गुजरात, मप्र, उत्तर प्रदेश, राजस्थान, तमिलनाडु, हिमाचल प्रदेश जैसे राज्य अगले कुछ वर्षों में नवीकरणीय ऊर्जा क्षेत्र के अग्रणी राज्यों में होंगे क्योंकि इन राज्यों में सोलर क्रांति की जमीन राज्य और निजी निवेशकों के जरिये बहुत ही सुव्यवस्थित तरीके से निर्मित की जा रही है। मप्र के रीवा में बनाये गए अल्ट्रा मेगा पार्क में 700 मेगावाट बिजली का उत्पादन हो रहा है यह एशिया का सबसे बड़ा एकल सोलर पार्क है जिसे दो साल से कम में तैयार किया गया है। रीवा

सोलर परियोजना की 26 फीसदी बिजली दिल्ली मेट्रो को दी जाती है। इसी तरह यूपी के मिर्जापुर, गुजरात की कच्छ, धोलेरा, तमिलनाडु की कामुती, राजस्थान की मथानिया, खींवसर और हिमाचल की ऊना, बिलासपुर, कांगड़ा जैसी महत्वपूर्ण सोलर परियोजनाओं के जरिये देश भर में सौर ऊर्जा उत्पादन की स्वर्णिम कहानी इस समय लिखी जा रही है।

मोदी की पहल पर ही फ्रांस के सहयोग से 'अंतर्राष्ट्रीय सौर गठबंधन' की नींव रखी गई है जिसके साथ 121 देश एकजुट होकर गैर जीवाश्मीय ऊर्जा स्रोतों के उपयोग पर सजते हैं।

अक्षय ऊर्जा के अन्य घटक पवन, बायो, पनबिजली की परियोजनाओं पर मोदी सरकार की प्रामाणिक प्रतिबद्धता से यह स्पष्ट है कि 2035 से पहले भारत नवीकरणीय ऊर्जा के सभी लक्ष्य हासिल कर लेगा।

अक्षय ऊर्जा के जरिये भारत वैश्विक पर्यावरणीय संकट के समाधान में भी निर्णायक भूमिका निभा रहा है। नजीर के तौर पर अकेले रीवा अल्ट्रा मेगा सोलर परियोजना से 15.7 लाख टन कार्बन डाईऑक्साइड का उत्सर्जन रोका गया है। यह धरती पर 2.60 करोड़ पेड़ लगाने के बराबर है। भारत में नवीकरणीय और नवीन ऊर्जा की अपरिमित संभावनाएँ हैं और अगर सब कुछ इसी गति से अमल में लाया जाता है तो भारत 2035 में 450 गीगावाट बिजली उत्पादन के लक्ष्य को समय से पूर्व ही प्राप्त करके पूरी दुनिया में एक मिसाल कायम करेगा। सतत विकास लक्ष्य और पैरिस समझौते के उद्देश्यों को पूरा करने की दिशा में आने वाले समय में भारत विश्व का नेतृत्व करने के लिए टोस कार्ययोजना पर समयबद्ध तरीके से आगे बढ़ रहा है इसका श्रेय निःसन्देह प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को जाता है। मोदी की पहल पर ही फ्रांस के सहयोग से 'अंतर्राष्ट्रीय सौर गठबंधन' की नींव रखी गई है जिसके साथ 121 देश एकजुट होकर गैर जीवाश्मीय ऊर्जा स्रोतों के उपयोग पर समवेत हैं।

सौर गठबंधन का उद्देश्य 2030 तक विश्व में 1 ट्रिलियन वाट यानी 1000 गीगावाट उत्पादन का लक्ष्य रखा गया है। वस्तुतः जलवायु परिवर्तन के अवश्यंभावी संकट से निबटने के लिए जो प्रतिबद्धता भारत ने व्यक्त की है वह भारत की विश्व दृष्टि की उद्घोषणा का हिस्सा ही है। भारतीय दृष्टि प्रकृति के शोषण के स्थान पर दोहन की हामी है और प्रधानमंत्री मोदी ने जिस प्रभावशाली तरीके से दुनिया के सामने सौर गठबंधन का प्रकल्प खड़ा किया है वह पैरिस समझौते के समानन्तर सही मायनों में भारतीय लोकमंगल की परिकल्पना का ही साकार है। 'अंतरराष्ट्रीय सौर गठबंधन' और इसके उद्देश्य भारत की आत्मनिर्भर अवधारणा का ब्ल्यू प्रिंट भी हैं क्योंकि हमारी अर्थव्यवस्था का जिस अनुपात में आकार बढ़ रहा है उसकी बुनियाद ऊर्जा केंद्रित ही है ऐसे में अक्षय ऊर्जा पर निर्भरता आत्मनिर्भरता की राह भी बनायेगी। भारत में औसतन 300 दिन सूरज प्रखरता के साथ आसमान पर रहता है और हमारे भूभाग पर पांच हजार लाख किलोवाट घण्टा प्रति वर्ग मीटर के बराबर सौर ऊर्जा आती है। एक मेगावाट सौर ऊर्जा के लिए तीन हैक्टेयर समतल भूमि की आवश्यकता होती है। इस लिहाज से भारत के पास इस क्षेत्र में अपरिमित संभावनाओं का खजाना है।

मोदी सरकार ने इस शाश्वत ऊर्जा भंडार को देश की ऊर्जा आवश्यकताओं से जोड़कर जो लक्ष्य तय किये हैं वह एक सपने को साकार करने जैसा ही है। प्रधानमंत्री इसे श्योर, प्योर और सिक्वोर कहते हैं क्योंकि सूरज सदैव चमकना है, इससे उत्पादित ऊर्जा पूरी तरह स्वच्छ है, यह हमारी जरूरतों को पूरी करने में सुरक्षित है। इस त्रिसूत्रीय फार्मूले पर केवल भाषणों में काम नहीं हुआ बल्कि पहली बार धरातल पर परिवर्तन की इबारत लिखी जा रही है। 2016 में पवन ऊर्जा की प्रति यूनिट लागत 4.18 रुपए थी जो 2019 में 2.43 हो गई। 4.43 की दर वाली सौर यूनिट 2.24 रुपये पर आ गई है। 2013 में नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन 34000 मेगावाट था जो आज 89636 पर आ चुका है। पूरी दुनिया में भारत तीसरा शीर्ष नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादक देश है। 2030 तक भारत में जीवाश्मीय ऊर्जा खपत काफी कम होने का अनुमान है जो जलवायु परिवर्तन के लिए कार्बन उत्सर्जन की बुनियादी आवश्यकता को पूरा करने वाला सबसे बड़ा कारक है।

प्रधानमंत्री मोदी ने आत्मनिर्भरता के मोर्चे पर भी बड़े बुनियादी कदम उठाए हैं क्योंकि यह तथ्य है कि नवीकरणीय ऊर्जा के 80 फीसदी उपकरण हमें चीन से

मंगाने पड़ते हैं। सौर ऊर्जा के सस्ते मॉड्यूल से भारतीय बाजार पटे हुए हैं। चीन में विभिन्न उपकरण निर्माता कम्पनियों ने 39 हजार 784 आइटम के पेटेंट करा रखे हैं वहीं भारत में इनकी संख्या केवल 246 ही है। मोदी सरकार ने राष्ट्रीय सोलर मिशन लागू कर स्वदेशी कम्पनियों को आगे बढ़ाने वाले आर्थिक एवं नीतिगत पैकेज पर काम आरम्भ किया है। सरकार का दावा है कि उसकी नीतियों के चलते सोलर मॉड्यूल और पैनल विनिर्माण क्षेत्र में 2030 तक भारत



◀ सौर गठबंधन का उद्देश्य 2030 तक विश्व में 1 ट्रिलियन वाट यानी 1000 गीगावाट उत्पादन का लक्ष्य रखा गया है। वस्तुतः जलवायु परिवर्तन के अवश्यंभावी संकट से निबटने के लिए जो प्रतिबद्धता भारत ने व्यक्त की है वह भारत की विश्व दृष्टि की उद्घोषणा का हिस्सा ही है। भारतीय दृष्टि प्रकृति के शोषण के स्थान पर दोहन की हामी है और प्रधानमंत्री मोदी ने जिस प्रभावशाली तरीके से दुनिया के सामने सौर गठबंधन का प्रकल्प खड़ा किया है वह पैरिस समझौते के समानन्तर सही मायनों में भारतीय लोकमंगल की परिकल्पना का ही साकार है।

आत्मनिर्भरता को हासिल कर लेगा और इस दौरान 42 अरब डॉलर के आयात चीन से नहीं करने पड़ेंगे। भारत का अब तक का सबसे बड़ा सोलर सेल परियोजना ठेका हासिल करने वाले गौतम अडानी का कहना है कि अगले 4 से 5 साल में भारत के नवीकरणीय ऊर्जा बाजार से हम चीन को बाहर कर देंगे। यह स्थिति समेकित रूप से भारतीयों को रोजगार से जोड़ने के साथ ऊर्जा आत्मनिर्भरता के बड़े लक्ष्य को प्राप्त करने में सहायक है। एक अनुमान के अनुसार 2035 तक भारत में ऊर्जा की मांग 4.2 प्रति वर्ष की दर से बढ़ेगी जो पूरी दुनिया में सबसे तेज होगी। विश्व के ऊर्जा बाजार में 2016 में भारत की मांग पांच प्रतिशत थी जो 2040 में 11 फीसदी होने का अनुमान है। इन तथ्यों से समझा जा सकता है कि मोदी सरकार ने दूरदर्शिता के साथ भारत की आर्थिकी को मजबूत धरातल देने का कितना महत्वपूर्ण काम अपने हाथ में ले रखा है।

जनवरी व फरवरी माह में पडने वाले त्योहार

- 11 जनवरी मिशनरी दिवस
- 12 जनवरी स्वामी विवेकानन्द जयंती
- 13 जनवरी लोहड़ी
- 14 जनवरी मकर संक्रान्ति
- 15 जनवरी माघ बिहु , कनुमाउत्सव,
- 16 जनवरी तिरुवल्लुवर दिवस
- 20 जनवरी गुरु गोविंद सिंह जयंती

- 23 जनवरी नेताजी सुभाष चन्द्र बोस जयंती
- 25 जनवरी राज्यत्व दिवस
- 26 जनवरी गणतंत्र दिवस
- 16 फरवरी बसंत पंचमी
- 19 फरवरी शिवाजी जयंती
- 26 फरवरी हजरत अली जयंती
- 27 फरवरी गुरु रवीदास जयंती

स्वास्थ्य क्षेत्र

की खराब सेहत

भारत में डॉक्टरों की उपलब्धता की स्थिति वियतनाम और अल्जीरिया जैसे देशों से भी बदतर है। देश में इस समय लगभग साढ़े सात लाख सक्रिय डॉक्टर हैं। डॉक्टरों की कमी के कारण गरीब लोगों को स्वास्थ्य सुविधाएं मिलने में देरी होती है। यह स्थिति अंततः पूरे देश के स्वास्थ्य को प्रभावित करती है।



नीति आयोग ने स्वास्थ्य सेवाओं के लिए खर्च बढ़ाने की जरूरत बताई है। आयोग के सदस्य वीके पॉल का मानना है कि स्वास्थ्य सेवाओं को बेहतर बनाने और देश के हर व्यक्ति तक पहुंचाने के लिए केंद्र और राज्यों को मिल कर स्वास्थ्य सेवाओं की मद में खर्च को बढ़ाना होगा। यह कटु सत्य है कि हमारे देश में आबादी के हिसाब से स्वास्थ्य सेवाएं दयनीय स्थिति में हैं। भारत में स्वास्थ्य सेवाओं में सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) का मात्र डेढ़ फीसद ही खर्च होता है। हालांकि अब सरकार ने अगले पांच साल में इसे तीन फीसद तक करने का लक्ष्य रखा है। लेकिन भारत जैसी विशाल आबादी के हिसाब से यह भी कम है। दुनिया के कई देश स्वास्थ्य सेवाओं की मद में आठ से नौ फीसद तक खर्च कर रहे हैं।

कोरोना काल ने एक बार फिर हमारे देश की लचर स्वास्थ्य सेवाओं की पोल खोल दी है। यदि देश का स्वास्थ्य ढांचा बेहतर होता तो कोरोना काल में जनता को ज्यादा सुविधाएं दी जा सकती थीं। कोरोना काल में जहां एक ओर अनेक डॉक्टरों ने कई तरह के खतरे उठा कर अपने कर्तव्यों का निर्वहन किया, वहीं दूसरी ओर निजी अस्पतालों का जोर आर्थिक लाभ प्राप्त करने पर ही रहा। यह सही है कि धीरे-धीरे हमारे देश की स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार हो रहा है,

इस रिपोर्ट के अनुसार सन 2012 से 2030 के बीच इन बीमारियों के इलाज पर करीब 6.2 खरब डॉलर (41 लाख करोड़ रुपये से अधिक) खर्च होने का अनुमान है। इन बीमारियों के भारत और चीन के शहरी इलाकों में तेजी से फैलने का खतरा बताया गया है। रिपोर्ट कहती है कि असंक्रामक रोग शहरों में रहने वाली मानव आबादी के स्वास्थ्य के लिए ही खतरा नहीं है, बल्कि इसके चलते अर्थव्यवस्था भी प्रभावित होने का अनुमान है।

लेकिन जब इस दौर में भी गंभीर रोगों से पीड़ित मरीजों के लिए अस्पतालों में स्ट्रेचर जैसी बुनियादी सुविधा भी न मिल पाए, तो देश की स्वास्थ्य सेवाओं पर सवाल उठाना स्वाभाविक है। इस प्रगतिशील दौर में भी ऐसी खबरें प्रकाश में आती रही हैं जब अस्पतालों ने मरीज के शव को घर पहुंचाने के लिए एंबुलेंस तक मुहैया करा पाने में लापरवाही और लाचारी जाहिर की।

इस समय पूरा विश्व कोरोना विषाणु को लेकर चिंतित है, तो दूसरी तरफ हमारी चिंता यह है कि भारत जैसे देश में इसका संक्रमण कैसे रोका जाए। यह दुर्भाग्यपूर्ण ही है भारत जैसे देश में संक्रामक रोगों को रोकने की कोई कारगर नीति नहीं बन पाई है। 1940 के बाद से संक्रामक रोगों से प्रभावित होने वाले लोगों की संख्या बढ़ी है। तब से अब तक कई तरह की बीमारियां सामने आई हैं। भविष्य में और नए-नए

रोग आने की आशंका से भी इंकार नहीं किया जा सकता। विज्ञान पत्रिका 'नेचर' में प्रकाशित एक अध्ययन के अनुसार संक्रामक रोगों के बढ़ने की बड़ी वजह मानवशास्त्रीय और जनसांख्यिकीय बदलाव हैं।

पिछले दिनों अमेरिका के सेंटर फॉर डिजीज डायनामिक्स, इकोनॉमिक्स एंड पॉलिसी (सीडीडीईपी) द्वारा जारी एक रिपोर्ट में बताया गया था कि भारत में

लगभग छह लाख डॉक्टरों और बीस लाख नर्सों की कमी है। भारत में दस हजार एक सौ नवासी लोगों पर एक सरकारी डॉक्टर है, जबकि विश्व स्वास्थ्य संगठन ने एक हजार लोगों पर एक डॉक्टर की सिफारिश की है। इसी तरह चार सौ तिरासी लोगों पर एक नर्स है। रिपोर्ट के अनुसार भारत में एंटीबायोटिक दवाइयां देने के लिए उचित तरीके से प्रशिक्षित स्टाफ की भी भारी कमी है, जिससे जीवन बचाने वाली दवाइयां मरीजों को नहीं मिल पाती हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक रिपोर्ट के मुताबिक आने वाले समय में हृदय रोग, मधुमेह और कैंसर जैसी बीमारियां भारत की अर्थव्यवस्था को प्रभावित करेंगी। इस रिपोर्ट के अनुसार सन 2012 से 2030 के बीच इन बीमारियों के इलाज पर करीब 6.2 खरब डॉलर (41 लाख करोड़ रुपए से अधिक) खर्च होने का अनुमान है। इन बीमारियों के भारत और चीन के शहरी इलाकों में तेजी से फैलने का खतरा बताया गया है। रिपोर्ट कहती है कि असंक्रामक रोग शहरों में रहने वाली मानव आबादी के स्वास्थ्य के लिए ही खतरा नहीं हैं, बल्कि इसके चलते अर्थव्यवस्था भी प्रभावित होने का अनुमान है। बढ़ता शहरीकरण और वहां पर काम और जीवनशैली की स्थितियां असंक्रामक रोगों के बढ़ने का मुख्य कारण है। सन 2014 से 2050 के बीच में भारत में चालीस करोड़ चालीस लाख आबादी शहरों का हिस्सा बनेगी। इसके चलते शहरों में अनियोजित विकास होने से स्थिति बदतर होगी। हमारे देश में व्यवस्था की नाकामी और विभिन्न वातावरणीय कारकों के कारण बीमारियों का प्रकोप ज्यादा होता है। भारत में डॉक्टरों की उपलब्धता की स्थिति वियतनाम और अल्जीरिया जैसे देशों से भी बदतर है। देश में इस समय लगभग साढ़े सात लाख सक्रिय डॉक्टर हैं। डॉक्टरों की कमी के कारण गरीब लोगों को स्वास्थ्य सुविधाएं मिलने में देरी होती है। यह स्थिति अंततः पूरे देश के स्वास्थ्य को प्रभावित करती है। स्वास्थ्य और परिवार कल्याण पर गठित संसदीय समिति ने अपनी रिपोर्ट में यह माना है कि हमारे देश में आम लोगों को समय पर स्वास्थ्य सुविधाएं न मिलने के अनेक कारण हैं। इसलिए स्वास्थ्य सुविधाओं के ढांचे को और दुरुस्त बनाने की जरूरत है। दरअसल स्वास्थ्य सेवाओं के मुद्दे पर भारत अनेक चुनौतियों से जूझ रहा है। जनसंख्या वृद्धि के कारण बीमार लोगों की संख्या बढ़ती जा रही है। गरीबी और गंदगी के कारण विभिन्न संक्रामक रोगों से पीड़ित लोग इलाज के लिए तरस रहे हैं। गौरतलब है कि चीन, ब्राजील और श्रीलंका जैसे देश भी स्वास्थ्य के क्षेत्र में हमसे ज्यादा खर्च करते हैं। जबकि पिछले दो दशक में भारत की

आर्थिक वृद्धि दर चीन के बाद सबसे अधिक रही है। इसलिए पिछले दिनों योजना आयोग की एक विशेषज्ञ समिति ने भी यह सिफारिश की थी कि सार्वजनिक चिकित्सा सेवाओं के लिए आबंटन बढ़ाया जाए।

विडंबना यह है कि भारत में दूसरी सरकारी योजनाओं की तरह स्वास्थ्य योजनाएं भी लूट-खसोट की शिकार हैं। निजी अस्पताल शोषण का बड़ा जरिया बन गए हैं। डॉक्टरों द्वारा दवा कंपनियों से लेने वाली विभिन्न सुविधाओं को देखते हुए पिछले दिनों भारतीय चिकित्सा परिषद ने एक आचार संहिता के तहत डॉक्टरों को सजा की रूपरेखा तय की थी। यह कोई छिपी बात नहीं है कि दवा कंपनियों अपनी दवाइयां लिखवाने के लिए डॉक्टरों को मंहंगे-मंहंगे उपहार देती हैं। इसलिए डॉक्टर इन कंपनियों की दवाइयां बिकवाने की कोशिश करते हैं। हद तो तब हो जाती है जब कुछ डॉक्टर अनावश्यक दवाइयां लिख कर दवा कंपनियों को दिया वचन निभाते हैं। इस व्यवस्था में डॉक्टर के लिए दवा कंपनियों का हित रोगी के हित से ऊपर हो जाता है।

दलाली के युग में संवेदना के लिए कोई जगह नहीं है। यही कारण है कि आज भी बड़ी संख्या में डॉक्टर गांवों की तरफ रुख नहीं करते हैं। दरअसल इस दौर में स्वास्थ्य सेवाओं की बदहाली का खमियाजा ज्यादातर बच्चों, महिलाओं और बुजुर्ग आबादी को उठाना पड़ रहा है। इसी वजह से देश के अनेक राज्यों में जहां एक ओर बच्चे विभिन्न गंभीर बीमारियों के कारण काल के गाल में समा रहे हैं तो दूसरी ओर महिलाओं को भी बुनियादी स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध नहीं हो पा रही हैं। वृद्धों का हाल तो और भी दयनीय है। अनेक परिवारों में वृद्धों को मानसिक संबल नहीं मिल पाता है। साथ ही उनकी रोगप्रतिरोधक क्षमता भी कम हो जाती है। ऐसी स्थिति में उन्हें जरूरी स्वास्थ्य सेवाएं भी मुहैया न हों तो उनका जीवन नरक बन जाता है। इसलिए स्वास्थ्य सेवाओं का चुस्त-दुरुस्त और ईमानदार होना न केवल स्वास्थ्य की दृष्टि से, बल्कि सामाजिक दृष्टि से भी जरूरी है। दुर्भाग्यपूर्ण यह है कि अभी तक ऐसा नहीं हो पाया है। देश के आर्थिक एवं सामाजिक विकास हेतु बदहाल स्वास्थ्य सेवाओं को पटरी पर लाने के लिए एक गंभीर पहल की जरूरत है। इस कोराना काल में कोरोना विषाणु से डरने की नहीं लड़ने की जरूरत नहीं है। अब समय आ गया है कि सरकार बदहाल स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार करने और संक्रामक रोगों की रोकथाम के लिए एक दीर्घकालिक नीति बनए।



हृदय-रोग की मार



से सेहत के मामले में सामान्य रोगों से बचाव को लेकर बढ़ती जागरूकता के बावजूद कुछ ऐसी बीमारियां चुपचाप अपना पांव पसारती जा रही हैं, जिनका समय पर इलाज नहीं हो पाने की वजह से बहुत सारे लोग मारे जा रहे हैं। डब्ल्यूएचओ यानी विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक ताजा रिपोर्ट में हृदय से संबंधित रोगों से मरने वालों का जो आंकड़ा सामने आया है, वह बेहद चिंताजनक है। इसके मुताबिक हृदय की बीमारियों के चलते पहले के मुकाबले अब काफी ज्यादा लोगों की मौत हो रही है और पिछले दो दशकों के दौरान विश्व स्तर पर होने वाली मौतों की संख्या में इस रोग का सबसे बड़ा हाथ है।

सन् 2000 में जहां हृदय रोग की चपेट में आकर दुनिया भर में बीस लाख लोग जान गंवा बैठे, वहीं 2019 में यह आंकड़ा बढ़ कर नब्बे लाख हो गया। यों मधुमेह और मनोभ्रंश भी दुनिया की शीर्ष दस बीमारियों की सूची में शामिल हैं, जिससे बहुत ज्यादा लोगों की मौत होती है, लेकिन बाकी सभी कारकों से होने वाली मृत्यु के मामलों में से सोलह फीसद मौत अकेले हृदय रोगों से होती है।

अंदाजा लगाया जा सकता है कि जिस बीमारी को लेकर समाज में प्रत्यक्ष तौर पर उतनी चिंता नहीं जताई जाती, वह आज इतनी बड़ी तादाद में लोगों को अपना शिकार बना रही है। डब्ल्यूएचओ की बुधवार को जारी 2019 वैश्विक स्वास्थ्य आकलन रिपोर्ट में बताया गया है कि जिन दस बीमारियों से विश्व में सबसे ज्यादा लोगों की मौतें होती हैं, उनमें से सात गैर-संचारी बीमारियां हैं। फेफड़ों और किडनी से जुड़ी बीमारियों के अलावा कुछ अन्य रोगों की स्थिति में भी भारी तादाद में लोगों की जान जा रही है।

आमतौर पर ये जीवनशैली और खानपान से जुड़ी ऐसी बीमारियां हैं, जिनका बहुत थोड़ा ध्यान रख कर बचा जा सकता है। लेकिन लोगों के आलस्य और लापरवाही

की वजह से कोई बीमारी उनके भीतर घर बनाती है और पलते-बढ़ते हुए आखिरकार उनकी जान ले लेती है। मसलन, ज्यादातर लोगों को इस बात के बारे में जानकारी है कि धूम्रपान से किस तरह के नुकसान हो सकते हैं। खुद डब्ल्यूएचओ की ओर से भी अपनी एक रिपोर्ट में यह बताया जा चुका है कि फेफड़ों के जुड़ी बीमारियां होने के अलावा तंबाकू के कारण होने वाले हृदय रोगों से हर साल दुनिया में करीब बीस लाख लोगों की मौत हो रही है; हृदय रोगों से होने वाली हर पांचवीं मौत की वजह तंबाकू या धूम्रपान है।

विडंबना यह है कि इन तथ्यों के बावजूद लोग बेफिक्र होकर खुद को धुएं में गुम कर राहत की तलाश करते हैं। एक समय था जब मामूली बीमारियों का सही समय पर उचित इलाज नहीं होने की वजह से मरीजों की मौत हो जाती थी। लेकिन वक्त के साथ वैज्ञानिक उपलब्धियों के बीच चिकित्सा विज्ञान ने काफी उन्नति की और रोगों के इलाज के नए तरीके सामने आए, किसी रोग से मृत्यु के दरवाजे पर पहुंचे मरीजों के फिर से स्वस्थ होने की दर बढ़ी और इस तरह लोगों के जीवन की औसत आयु में भी इजाफा हुआ। लेकिन हृदय रोग सहित जीवनशैली और खानपान में तेजी से आते बदलाव की वजह से होने वाली कई बीमारियों की वजह से मौतों के आंकड़े भी तेजी से बढ़े।

मसलन, ज्यादातर लोगों को इस बात के बारे में जानकारी है कि धूम्रपान से किस तरह के नुकसान हो सकते हैं। खुद डब्ल्यूएचओ की ओर से भी अपनी एक रिपोर्ट में यह बताया जा चुका है कि फेफड़ों के जुड़ी बीमारियां होने के अलावा तंबाकू के कारण होने वाले हृदय रोगों से हर साल दुनिया में करीब बीस लाख लोगों की मौत हो रही है;

ज्यादातर मामलों में अपनी सेहत को व्यक्ति खुद ही दुरुस्त रख सकता है या फिर दांव पर लगा सकता है। जीवनशैली में थोड़ी नियमितता लाई जाए तो जानलेवा रोगों की चपेट में आने से बचा जा सकता है। सवाल है कि जीवनशैली में थुली ऐसी लापरवाहियां या आदतें किस काम की, जो तात्कालिक तौर पर राहत की तरह लगती हैं, लेकिन सेहत को दीर्घकालिक और गंभीर नुकसान पहुंचाती हैं।

लोहड़ी क्या है, लोहड़ी कैसे मनायी जाती है, लोहड़ी के गीत का अर्थ क्या है

पंजाब में नई बहू और नवजात बच्चे के लिए तो लोहड़ी का विशेष महत्व होता है। इस दिन रेवड़ी और मूंगफली वितरण के साथ ही मक्के की रोटी और सरसों के साग का भोज भी आयोजित किया जाता है। आइए आपको बताते हैं लोहड़ी के विशेष गीत के बारे में।

खुशहाली का प्रतीक पर्व लोहड़ी हर साल पौष माह के अंतिम दिन मनाया जाता है। मकर संक्रांति से एक दिन पहले पड़ने वाला यह त्योहार आमतौर पर 13 जनवरी को ही आता है। माना जाता है इस दिन धरती सूर्य से अपने सुदूर बिन्दु से फिर दोबारा सूर्य की ओर मुख करना प्रारम्भ कर देता है। यह पर्व खुशहाली के आगमन का प्रतीक भी है। साल के पहले मास जनवरी में जब यह पर्व मनाया जाता है उस समय सर्दी का मौसम जाने को होता है। इस पर्व की धूम उत्तर भारत खासकर पंजाब, हरियाणा और दिल्ली में ज्यादा होती है।

किसानों में होता है खुशी का संचार

कृषक समुदाय में यह पर्व उत्साह और उमंग का संचार करता है क्योंकि इस पर्व तक उनकी वह फसल पक कर तैयार हो चुकी होती है जिसको उन्होंने अथक मेहनत से बोया और सींचा था। पर्व के दिन रात को जब लोहड़ी जलाई जाती है तो उसकी पूजा गेहूँ की नयी फसल की बालों से ही की जाती है। समय के साथ-साथ इस पर्व को मनाने के तरीके भी बदले हैं। पंजाब में आज भी जहाँ यह पर्व परम्परागत तरीके से मनाया जाता है वहीं दिल्ली में इसने आधुनिक रूप ले लिया है। पंजाब में इस दिन सभी गली मोहल्लों में यह दृश्य आम होता है कि बहुतों लोकगीत गाते हुए घर घर जाती हैं और लोहड़ी मांगती हैं।

दुल्ला भट्टी के लोकगीत क्या हैं

महिलाएं जो दुल्ला भट्टी के लोकगीत गाती हैं उसके पीछे मान्यता है कि महाराजा अकबर के शासन काल में दुल्ला भट्टी एक लुटेरा था लेकिन वह हिंदू लड़कियों को गुलाम के तौर पर बेचे जाने का विरोधी था। उन्हें बचा कर वह उनकी हिंदू लड़कों से शादी करा देता था। गीतों के माध्यम से उसके प्रति आभार व्यक्त किया जाता है। यह गीत इस प्रकार है-

सुंदर मुंदरिये हो, तेरा कौन विचारा हो,
दुल्ला भट्टी वाला हो, दुल्ले दी धी व्याही हो,
सर शक्कर पाई हो, कुड़ी दे जेबे पाई हो,
कुड़ी दा लाल पटाका हो, कुड़ी दा सालू पाटा हो,
सालू कौन समेटे हो, चाचे चूरी कुट्टी हो,
जमीदार लुट्टी हो, जमीदार सदाए हो,
गिन-गिन पाले लाए हो, इक पोला घट गया,
जमीदार वोहटी ले के नस गया, इक पोला होर आया,
जमीदार वोहटी ले के दौड़ आया,
सिपाही फेर के लै गया, सिपाही नूं मारी इट्ट,
भावें रो ते भावें पिट्ट,
साहनूं दे लोहड़ी, तेरी जीवे जोड़ी

लोहड़ी कैसे मनायी जाती है ?

इस दिन सूर्य ढलते ही खेतों में बड़े-बड़े अलाव जलाए जाते हैं। घरों के सामने भी इसी प्रकार का दृश्य होता है। लोग ऊंची उठती अग्नि शिखाओं के चारों ओर एकत्रित होकर, अलाव की परिक्रमा करते हैं तथा अग्नि को पके हुए चावल, मक्का के दाने तथा अन्य चबाने वाले भोज्य पदार्थ अर्पित करते हैं। आदर आए, दिलिदर जाए इस प्रकार के गीत व लोकगीत इस पर्व पर गाए जाते हैं। यह एक प्रकार से अग्नि को समर्पित प्रार्थना है। जिसमें अग्नि भगवान से प्रचुरता व समृद्धि की कामना की जाती है। प्रसाद में पाँच मुख्य वस्तुएँ होती हैं- तिल, गजक, गुड़, मूंगफली तथा मक्का के दाने। इस दिन जगह-जगह युवक एकत्रित होकर ढोल की थाप पर भांगड़ा करते हैं और एक दूसरे को लोहड़ी की बधाइयाँ देते हैं। महिलाएं भी खेतों की हरियाली के बीच अपनी चुनरी लहराते हुए उमंगों को नयी उड़ान देती हुई प्रतीत होती हैं। महिलाएं इस पर्व की तैयारी कुछ दिन पहले से ही शुरू कर

देती हैं और समूहों में एकत्रित होकर एक दूसरे के हाथों में विभिन्न आकृतियों वाली मेहंदी रचाती हैं। पंजाब में नई बहू और नवजात बच्चे के लिए तो लोहड़ी का विशेष महत्व होता है। इस दिन रेवड़ी और मूंगफली वितरण के साथ ही मक्के की रोटी और सरसों के साग का भोज भी आयोजित किया जाता है।



कृषक समुदाय में यह पर्व उत्साह और उमंग का संचार करता है क्योंकि इस पर्व तक उनकी वह फसल पक कर तैयार हो चुकी होती है जिसको उन्होंने अथक मेहनत से बोया और सींचा था। पर्व के दिन रात को जब लोहड़ी जलाई जाती है तो उसकी पूजा गेहूँ की नयी फसल की बालों से ही की जाती है। समय के साथ-साथ इस पर्व को मनाने के तरीके भी बदले हैं। पंजाब में आज भी जहाँ यह पर्व परम्परागत तरीके से मनाया जाता है वहीं दिल्ली में इसने आधुनिक रूप ले लिया है। पंजाब में इस दिन सभी गली मोहल्लों में यह दृश्य आम होता है कि बहुतों लोकगीत गाते हुए घर घर जाती हैं और लोहड़ी मांगती हैं।



उत्तर भारत में दिखती है लोहड़ी की विशेष धूम

पंजाब ही नहीं बल्कि जम्मू-कश्मीर, हरियाणा, दिल्ली आदि में भी इस पर्व की खूब धूम रहती है। इस दिन सुबह से ही गुरुद्वारों में श्रद्धालु एकत्रित होना शुरू हो जाते हैं। शाम को कहीं डीजे पार्टी का आयोजन कर तो कहीं भांगड़ा आदि का आयोजन कर जमकर मस्ती की जाती है। दिल्ली में अधिकतर स्थानों पर पंजाबी पॉप गायकों के कार्यक्रम आयोजित किये जाते हैं। बाजारों में भी लोहड़ी की तैयारी करीब सप्ताह भर शुरू हो जाती है। मूंगफली, तिल के लड्डू, रेवड़ी के अलावा तरह तरह की गजक की बिक्री शुरू हो जाती है। यह सभी सामग्री प्रसाद के रूप में रात को अलाव में डाली जाती है। इस सामग्री को तिलचौली कहा जाता है। आग में इस सामग्री को डाल कर ईश्वर से धनधान्य से भरपूर होने का आशीर्वाद मांगा जाता है।

चुटकलें

- ▶ एक पति ने अपने गुरु से पूछा - स्वामी जी, पिछले कुछ समय से एक चमत्कारिक घटना घट रही है।
आधी रात को जब मेरी नींद खुलती है, तो देखता हूँ कि मेरी पत्नी सिर तक चादर से ढक कर सोई रहती है और एक प्रकाश पुंज उसके सिर के पास फैला रहता है।
वया मेरी पत्नी के पास कोई दैवीय शक्ति है...?
गुरु जी - बेटा अपनी बुद्धि लगाओ, तुम्हारी पत्नी चादर के अंदर तुम्हारा मोबाइल चेक कर रही होगी।
दैवीय शक्ति के चक्कर में ना पड़कर, जल्दी से अपने मोबाइल का पासवर्ड बदल दो नहीं, तो भविष्य में तलाक के योग बन जाएंगे....!!!
- ▶ 2000 का नोट और एक्स-रे की रिपोर्ट
बन्दा भले ही उसके विषय में कुछ भी ना जानता हो
पर हाथ में आते ही ऊंचा करके देखता जरूर है।

- ▶ परीक्षा में एक छात्र कॉपी पर फूल बना रहा था...
टीचर - यह क्या कर रहे हो?
फूल क्यों बना रहे हो?
छात्र - सर, यह फूल मेरी यादशत को समर्पित है, जो अभी-अभी गुजर गई...!!
- ▶ एक बार एक पति को उसकी पत्नी ने पूछा - अगर मैं 2-4 दिन नहीं दिखूँ तो आपको कैसा लगेगा...?
पति मन ही मन बहुत खुश हुआ। उससे रहा नहीं गया और उसने तपाक से बोल दिया - मुझे बहुत अच्छा लगेगा...!
- फिर क्या था...
पत्नी सोमवार को नहीं दिखी...
मंगलवार को नहीं दिखी...
बुधवार को नहीं दिखी...
गुरुवार को भी नहीं दिखी...
शुक्रवार को जब आंखों की सूजन कम हुई, तब जाकर थोड़ी-थोड़ी दिखी...!!!

काकुरो पहेली - 1966

	3	6		16	30	
4				17		
		5			17	
7			22			
			23		10	
	12			21		
			17			
			24		3	
			16			
	11	23			4	
				3	14	
	24			7		
3			17	13		
				11		
					16	14
			23			
					14	
			16			
					17	

खाली वर्गों में 1 से 9 तक के अंक लिखकर नीचे से ऊपर व दाएं से बाएं की जोड़ हलके रंग के आधे वर्ग की संख्या से मेल खानी चाहिए, किसी भी अंक का उस जोड़ में पुनः उपयोग नहीं किया जा सकता।

उदाहरणतः

1	2	3	4	6
6				
8				
9				

5+6+7+8+9=35
4+6+7+8+9=34
5+7+8+9=29
6+7+8+9=30

काकुरो - 1965 का हल

11	20	9	7	16	9	12	5	11	5
11	3	1	2	5	7	2	3	1	4
11	9	2	12	8	4	3	4	3	1
11	7	1	8	3	2	1	7		
11	3	8	9	13	10	8	4	9	7
11	3	8	9	13	10	8	4	9	7
11	1	5	2	7	30	8	9	7	6
11									
11									
11	1	3		4	2				

हंसी के फुत्वारें

दो दोस्त आपस में बातें कर रहे थे.
एक ने कहा - 'जब मैं जंगल से होकर जा रहा था, एकाएक मुझे डाकुओं ने घेर लिया. उन्होंने मेरा सब रुपया-पैसा छीन लिया.'
'मगर तुम्हारे पास तो रिवाल्वर थी?'
दोस्त ने चकित होते हुए पूछा.
'था तो!'
'फिर?'
'उस पर डाकुओं की नजर नहीं पड़ी. दोस्त ने भोलेपन से कहा.
□ □ □
दो अफ्रीमची बातें कर रहे थे.
एक बोला - 'मेरे पिता का मकान इतना ऊंचा था कि एक बार एक बच्चा छत पर से गिरा तो जमीन तक आते-आते वह आदमी बन गया.'
दूसरा अफ्रीमची उससे भी दो कदम आगे था. वह बोला - 'मगर मेरे पिता का मकान तुम्हारे पिता के मकान से भी ऊंचा था. उसकी छत से एक बार एक बन्दर गिरा तो नीचे आते-आते वह आदमी बन गया.'
□ □ □
मालिक - 'सारे मजदूर दो-दो बोरियाँ उठा कर ला रहे हैं, पर तुम एक-एक बोरी ही क्यों ला रहे हो ?'
मजदूर - 'साहब वो सब आलसी हैं इसलिए दूसरा चक्कर लगाने से डरते हैं.'
□ □ □

फिल्म वर्ग पहेली- 1966

1															
		6		7				8							
9					10										
				11				12			13				
14	15										16				
				17			18				19				
							22							23	
20		21													
				24							25	26		27	
							28				29				
30														32	

बायें से दायें:-

- 'तेरे बिना तेरे बिना' गीत वाली फरदैन, करीना को फिल्म-२
 - 'ये प्यार याद क्या है' गीत वाली मोरिया, विद्या की फिल्म-२
 - 'ओ सजना बरखा बहार आई' गीत जिस फिल्म का है? - ३
 - अमिताभ, अजय, अक्षय, ऐश्वर्या की फिल्म-२
 - 'घर आजा परदेसी' गीत वाली सनी, अमीषा की फिल्म-३
 - अक्षय, करीना को 'तुने कहा जबसे ही' गीत वाली फिल्म-३
 - 'रुटे सैया हमारे सैया' गीत वाली धर्मद, शर्मिला की फिल्म-३
 - रणधीर कार्पूर, रेखा की फिल्म-३
 - 'तेरे गलियारे में ना खेंगे कदम' गीत जिस फिल्म का है? - ३
 - बाँबी, मनीषा, काजोल की फिल्म-२
 - 'पन्ने लटके' गीत वाली फिल्म-३
 - दिल में खुपाके' गीत वाली फिल्म-२
 - 'जो भी कसमें' गीत वाली डीनो मौरिया, विद्या की फिल्म-२
 - धर्मद, हेमा को 'राजा ना जा' गीत वाली फिल्म-३
 - 'रुकी रुकी सी जिंदगी' गीत वाली फिल्म-२
 - राजकुमार, प्रिया राजवंश की फिल्म-३
 - 'संडे की रात थी' गीत वाली गोविंदा, रवीना की फिल्म-३
 - हनुल, दीपक, पूजा भट्ट को 'मेरे दिल का पता' गीत वाली फिल्म-३
 - 'जिंदगी आ रहा' गीत वाली की फिल्म-३
 - 'तेरे गलियारे में ना खेंगे कदम' गीत जिस फिल्म का है? - ३
 - विनोद, डैनी, मौसी को 'संसार है एक नदिया' गीत वाली फिल्म-३
 - 'तू मेरे सामने' गीत वाली फिल्म-२
- ऊपर से नीचे:-
- अमिताभ, श्रीदेवी को 'मैं तुझे कबूल' गीत वाली फिल्म-२,३
 - 'जीवन चलने का नाम' गीत वाली मनोज, जया की फिल्म-२
 - फिल्म 'आनंद' में आनंद को शोषक भूमिका किसने की थी? - ३,२
 - शशिकार, शबाना को 'दिल में तुझे बिठाके' गीत वाली फिल्म-३
 - अमरीशपुरी पर फिल्मवाले 'ये दुनिया एक दुल्हन' गीत वाली फिल्म-४
 - 'मंदिर में ना मस्जिद' गीत वाली फिल्म-५
 - धर्मद, वहीदा, जया को 'कब माने हो दिल के दोबाने' गीत वाली फिल्म-३
 - 'हम जब सिमट' गीत वाली शशि, साधना, शर्मिला टैगोर की फिल्म-२
 - देवानंद, गीत वाली को 'उड़ी हवाएं लहर के आए' गीत वाली फिल्म-४
 - नायक के रूप में अनिल कार्पूर की पहली फिल्म-३
 - 'नींद कभी रहती थी' गीत वाली विश्वजीत, माला सिन्हा की फिल्म-३
 - मनोजकुमार, नंदा को 'काले हैं तो क्या हुआ' गीत वाली फिल्म-४
 - 'किताने बहुत सी' गीत वाली फिल्म-४
 - सर्वश्रेष्ठ फिल्म का राष्ट्रीय पुस्कार प्राप्त एक हिंदी फिल्म-३
 - तन्व, रीमा सेन को 'जो प्यार तुमने' गीत वाली फिल्म-२
 - 'खोया है तूने' गीत वाली लकी अली, गोरी कार्णिक की फिल्म-२

डिफ्रेंस वर्ग पहेली- 1965

के	ड	ख	जे	ख	र	त
के	अ	कस	फ	र	ज	ल
ख	कु	द	र	त	के	जे
अ	न	म	द	द	जं	ग
द	म	न	जा	म	जे	न
मी	ख	श्री	म	द	र	ल
	वि	मै	अ	ख	म	जू
ही	र	रू	ल	ली	जे	का
	स	नी	ल	फ	की	व
जी	त	सो	त	न	जा	ल

तेजाब का देश

▶ तेजाब से हमले की त्रासदी झेलने वाली पीड़ित लड़कियों के लिए शासकीय स्तर पर मुआवजे की राहत के लिए जो व्यवस्था की भी गई है, अगर उसमें भी लापरवाही या फिर बेईमानी की जा रही हो तो इसके लिए किसे जिम्मेदार ठहराया जा सकता है! राष्ट्रीय महिला आयोग के मुताबिक देश भर में तेजाब से हमले के एक हजार दो सौ तिहतर मामलों में करीब आठ सौ पीड़िताओं को अब तक मुआवजा नहीं मिला है। आयोग ने ऐसी घटनाओं पर चिंता जताते हुए राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को तुरंत संज्ञान लेने को कहा है।



तेजाब से हमले की मार झेलती युवतियों या महिलाओं के जीवन के बारे में सोचना जब किसी अन्य संवेदनशील व्यक्ति के लिए बेहद तकलीफदेह होता है, तो पीड़िता के दुख और उनकी चुनौतियों का महज अंदाजा ही लगाया जा सकता है। विडंबना यह है कि लंबे समय से चिंता जताए जाने के बावजूद अब तक शासन के स्तर पर ऐसी कोई ठोस व्यवस्था अमल में नहीं आई है कि इस तरह के अपराध रोके जा सकें। तेजाब से हमले की त्रासदी झेलने वाली पीड़ित लड़कियों के लिए शासकीय स्तर पर मुआवजे की राहत के लिए जो व्यवस्था की भी गई है, अगर उसमें भी लापरवाही या फिर बेईमानी की जा रही हो तो इसके लिए किसे जिम्मेदार ठहराया जा सकता है! राष्ट्रीय महिला आयोग के मुताबिक देश भर में तेजाब से हमले के एक हजार दो सौ तिहतर मामलों में करीब आठ सौ पीड़िताओं को अब तक मुआवजा नहीं मिला है। आयोग ने ऐसी घटनाओं पर चिंता जताते हुए राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को तुरंत संज्ञान लेने को कहा है। यानी जो काम सरकारों को अपनी ओर से बिना किसी के याद दिलाए खुद करना चाहिए था, उसके लिए महिला आयोग को याद दिलाना पड़ रहा है। दरअसल, तेजाब के हमले से उपजी यह समस्या कई परतों के साथ हमारे आसपास पलती-बढ़ती रही है। उसमें एक ओर जहां समाज में स्त्री विरोधी कुंठाओं से लैस लोगों के प्रति अनदेखी या उसे आम जीवन का सहज हिस्सा मानना एक

यह एक तरह से मामूली राहत भर है, जो उनके जीवन को हुए स्थायी नुकसान की भरपाई नहीं कर सकती है। मगर इसे देने में भी अगर सरकारें आनाकानी करें तो इससे अफसोसजनक और क्या हो सकता है! अव्वल तो हमारे यहां अब तक सरकार या समाज की ओर से इस तरह के सामाजिक प्रशिक्षण पर ध्यान देना जरूरी नहीं समझा गया है

बड़ा कारण रहा है तो दूसरी ओर सरकार या संबंधित महकमों की ओर से इसकी जड़ों से संचालित अपराधों पर रोक लगा पाने में नाकामी दूसरी बड़ी वजह है। विडंबना यह है कि घटना के हो जाने के बाद भी सरकार के हिस्से पीड़ित महिला को राहत, मुआवजा मुहैया कराने और दोषियों को सख्त सजा दिलाने का काम बचता है। लेकिन सरकार का रवैया ऐसा होता है, जिसमें संवेदनशीलता की झलक नहीं मिलती है। सवाल है कि तेजाबी हमलों को रोक पाने में नाकामी के बाद आखिर किन वजहों से इतनी बड़ी तादाद में इस अपराध की पीड़ित कुल महिलाओं में से आधे को भी समय पर मुआवजा तक देना जरूरी नहीं समझा गया? जब सरकार ने किसी नियम के तहत ये प्रावधान किए हुए हैं, तो उस

पर अमल सुनिश्चित करना किसकी जिम्मेदारी है? खुद महिला आयोग के मुताबिक हालत यह है कि कुछ राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में कई मामलों में पीड़ित महिलाओं को नियमित रूप से इलाज तक की सुविधा मुहैया नहीं कराई जाती। गौरतलब है कि तेजाब से हमले की त्रासदी झेलने वाली पीड़िताओं को जितनी चोट पहुंची होती है, उसके आधार पर उनके लिए तीन लाख रुपए से आठ लाख रुपए तक का मुआवजा दिया जाता है। यह एक तरह से मामूली राहत भर है, जो उनके जीवन को हुए स्थायी नुकसान की भरपाई नहीं कर सकती है। मगर इसे देने में भी अगर सरकारें आनाकानी करें तो इससे अफसोसजनक और क्या हो सकता है! अव्वल तो हमारे यहां अब तक सरकार या समाज की ओर से इस तरह के सामाजिक प्रशिक्षण पर ध्यान देना जरूरी नहीं समझा गया है जिसमें लड़कों या पुरुषों को स्त्रियों के व्यक्तित्व, अधिकारों के प्रति संवेदनशील बनाया जा सके, उनकी इच्छा का सम्मान करना मानसिकता और विचार का हिस्सा हो। नतीजतन, कई तरह कुंठाओं से घिरे युवक किसी लड़की के सिर्फ मना करने पर तेजाब से हमला कर देते हैं। फिर ऐसे अपराधों के बाद भी सरकार और समाज का रवैया बहुत सकारात्मक नहीं होता है। यह बेवजह नहीं है कि अब ज्यादा सख्त सजा के प्रावधान के बावजूद ऐसे अपराधों को रोक पाना एक मुश्किल काम बना हुआ है।

जरा भी असावधानी बरती तो कोरोना की तीसरी लहर की चपेट में आ जाएँगे

योगी सरकार प्रदेश को कोरोना की मार से बचाने के लिए जब पूरा जतन कर रही है तो हमें भी एक जागरूक नागरिक होने के नाते सरकार का सहयोग करना चाहिए। यह सहयोग कोई पैसे-कौड़ी से नहीं किया जाना है। बस मास्क लगा कर रहें, शारीरिक दूरी बना कर रखें।

कोरोना का संकट फिर से गहराने लगा है। वजह मौसम में बदलाव और तीज-त्योहार एवं शादी-ब्याह के मौके पर लोगों द्वारा बरती जा रही लापरवाही दोनों ही हैं। करीब 90 प्रतिशत आबादी द्वारा न तो दो गज की दूरी का ख्याल रखा जा रहा है न मास्क है जरूरी यह बात समझी जा रही है। दिल्ली के हाल सबसे बुरे हैं तो अन्य राज्यों की भी स्थिति बिगड़ती जा रही है। खासकर पंजाब, हिमाचल प्रदेश, राजस्थान और विशेष तौर पर उत्तर प्रदेश में हालत कुछ ज्यादा ही खराब हैं। पहले कोरोना पॉजिटिव होने वालों से अधिक कोरोना निगेटिव हो रहे थे, लेकिन पिछले करीब 10-12 दिनों से सक्रिय मामले जिस अनुपात में बढ़ रहे हैं, उस अनुपात में लोग ठीक नहीं हो रहे हैं। बात उत्तर प्रदेश की कि जाए तो प्रदेश हालात बेकाबू होते देख प्रदेश की योगी सरकार एलर्ट हो गई है। योगी की टीम-11 के कंधों पर एक बार फिर से जिम्मेदारी बढ़ गई है। इसी जिम्मेदारी का निर्वहन करते हुए सबसे पहले शादी समारोह में मेहमानों की अधिकतम संख्या एक बार फिर दो सौ से कम करके सौ तक सीमित कर दी गई है, वहीं दिल्ली से आने वाले सभी लोगों की कोरोना जांच पर भी बल दिया जा रहा है। मास्क नहीं लगाने वालों के खिलाफ भी सख्ती की जा रही है। चालान काटे जा रहे हैं, लेकिन सबसे बड़ी समस्या यह है कि आम नागरिक कोरोना के खिलाफ जंग में अपनी भूमिका ही नहीं समझ पा रहा है। कुछ लोग तो अज्ञानतावश मास्क और दो गज दूरी की महत्ता को नहीं समझ पाते हैं तो समाज का एक धड़ा ऐसा भी है जो कोरोना की गंभीरता को जानते-समझते हुए भी कोरोना के खिलाफ जरूरी सुरक्षा उपायों की अनदेखी कर रहा है।

योगी सरकार प्रदेश को कोरोना की मार से बचाने के लिए जब पूरा जतन कर रही है तो हमें भी एक जागरूक नागरिक होने के नाते सरकार का सहयोग करना चाहिए। यह सहयोग कोई पैसे-कौड़ी से नहीं किया जाना है। बस मास्क लगा कर रहें, शारीरिक दूरी बना कर रखें। अन्यथा सरकार को कोरोना महामारी से बचाव के लिए पूर्व की भांति एक बार फिर सख्त कदम उठाने को मजबूर होना पड़ जाएगा, जो कोई नहीं चाहेगा। क्योंकि ऐसा होता है तो इससे लोगों की रोजी-रोटी छिन जाने से लेकर उद्योग-धंधों, किसानों, व्यापारियों सबको ठेस लगेगी। पिछली बार लॉकडाउन के चलते प्रदेश के हालात कितने खराब हो गए थे, यह किसी से छिपा नहीं है। इसीलिए कोरोना की दूसरी लहर के दौर में योगी सरकार किसी तरह की सख्त पाबंदियां शायद ही लगाए। सरकार को जनता को जितना जागरूक करना था, उतना कर चुकी है। अब वह जिस तरह से बच्चों के पीछे दूध की बोतल लेकर भागा जाता है, उस तरह से वह हमारे-आपके पीछे नहीं भागेगी। सब कुछ खुल चुकने के बाद अब स्कूल-कालेज भी खुलने लगे हैं। हालांकि इसके लिए एक अनिवार्य शर्त भी रखी गई है। इसके मुताबिक, शिक्षण संस्थानों में छात्रों की उपस्थिति किसी भी सूरत में 50 फीसदी से अधिक नहीं होगी। यानि सिर्फ आधे छात्र ही अपने-अपने कैम्पस जाकर क्लास में शामिल हो सकेंगे। वहीं बाकी छात्र पहले की तरह ही ऑनलाइन क्लासेज के जरिए पढ़ाई करते रहेंगे। इसी प्रकार से सभी बंद संस्थानों में 50 फीसदी क्षमता एवं अधिकतम 200 व्यक्तियों की अनुमति का भी नियम बनाया गया है। फेस मास्क, सोशल डिस्टेंसिंग, थर्मल स्कैनिंग, सैनिटाइजर और हैंडवॉश की उपलब्धता अनिवार्य होगी।

योगी सरकार की ओर से जारी दिशा-निर्देशों के मुताबिक स्कूलों को सैनिटाइजर, हैंडवॉश, थर्मल स्कैनिंग व प्राथमिक उपचार की व्यवस्था करनी होगी। अगर किसी विद्यार्थी, शिक्षक या अन्य कर्मचारी को खांसी-जुकाम या बुखार के लक्षण होंगे तो उसे प्राथमिक उपचार देकर तत्काल घर भेज दिया जाएगा। स्कूल में प्रवेश करने से पहले विद्यार्थियों को हैंडवॉश या सैनिटाइजर से हाथ साफ करने होंगे। स्कूल प्रशासन को बच्चों के स्कूल में प्रवेश और छुट्टी के

समय मुख्य गेट पर सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करवाना होगा। स्टूडेंट्स को एक साथ स्कूल से बाहर नहीं निकाला जाएगा। अगर विद्यालयों में एक से अधिक प्रवेश द्वार हैं तो उनका प्रयोग किया जाना बेहतर होगा।

उधर, कोरोना वायरस की सेकंड वेव को लेकर लोग डरे हुए हैं। दिल्ली के बाद यूपी में भी मामले बढ़ने लगे हैं। ऐसे में अब शिक्षण संस्थान खुलने को लेकर अभिभावकों ने विरोध शुरू कर दिया है। अभिभावकों का कहना है कि शिक्षण संस्थानों के खुलने से कोरोना वायरस के मामले बढ़ सकते हैं। क्योंकि बच्चों से यह उम्मीद नहीं की जा सकती है कि वह सभी तरह की गाइडलाइन का पालन करेंगे। अभिभावकों की चिंता गलत भी नहीं है। उत्तर प्रदेश में कोरोना मरीजों की संख्या में लगातार बढ़ोत्तरी हो रही है। प्रदेश में कोरोना के नए मरीज अधिक मिले,



जबकि मरीजों के ठीक होने की संख्या कम रही। 21 नवंबर को प्रदेश में कोरोना के 2,326 नए मरीज मिले, वहीं 2,097 मरीज ठीक हुए हैं। इसके साथ ही प्रदेश में बीते तीन दिनों में 36 मरीजों की मौत हुई है। कोरोना महामारी की दूसरी लहर आने के बाद लाख टके का सवाल यही है कि हम यह कैसे भूल सकते हैं कि जहां हमारा संविधान हमें कई तरह की आजादी देता है तो वही संविधान यह भी बताता है कि हमें-आपको कुछ कर्तव्यों का पालन भी करना ही पड़ेगा। अनुच्छेद 51 (क) में हमारा मूल कर्तव्य है कि 'प्राकृतिक पर्यावरण की रक्षा करें। वन, झील, नदी और वन्य जीवों की भी रक्षा करें।' किसी महामारी या आपदा के समय भी हमारी कुछ जिम्मेदारियां तय हैं। परंतु इन बातों की निरंतर अवहेलना हो रही है, जो न तो देश हित में है, न समाज हित में।

बहरहाल, बात पूरे देश की कि जाए तो पिछले 24 घंटों में हालात कुछ बेहतर होते दिख रहे हैं। भारत में कोरोना वायरस का संक्रमण कम होता दिख रहा है। स्वास्थ्य मंत्रालय के आंकड़ों के मुताबिक, पिछले 24 घंटों में संक्रमण के 44,059 नए मामले आए। इस दौरान कोरोना से 511 लोगों की मौत हुई है। स्वास्थ्य मंत्रालय रोजाना सुबह 8 बजे कोरोना के ताजा आंकड़े जारी करता है। देश में अभी कोरोना के एक्टिव मामलों की संख्या 4,43,486 पर है। स्वास्थ्य मंत्रालय के आंकड़ों के मुताबिक, कोरोना से कुल मौतों की संख्या 1,33,738 हो गई है। देश में संक्रमण के मामले 91,39,866 तक पहुंच गए हैं। कुल मिलाकर यह तय है कि कोरोना की दूसरी लहर अभी थम सकती है, जब हम इसके खतरे के प्रति सचेत रहेंगे।

गांवों में विकास की रफ्तार तेज हो तो दौड़ने लगेगी भारतीय अर्थव्यवस्था



देश में 60 प्रतिशत से अधिक आबादी ग्रामों में निवास करती है और अपने रोजगार के लिए मुख्य रूप से कृषि क्षेत्र पर ही निर्भर है। भारत अभी भी कृषि प्रधान देश ही कहा जाता है परंतु फिर भी भारतीय अर्थव्यवस्था में कृषि क्षेत्र का हिस्सा लगभग मात्र 16-18 प्रतिशत ही है।

अर्थ की महत्ता आदि काल से चली आ रही है। आचार्य चाणक्य ने भी कहा है कि राष्ट्र जीवन में समाज के सर्वांगीण उन्नति का विचार करते समय अर्थ आयाम का चिंतन अपरिहार्य बनता है। इस दृष्टि से जब हम इतिहास पर नजर डालते हैं तो पता चलता है कि भारतीय अर्थव्यवस्था का गौरवशाली इतिहास रहा है एवं जो भारतीय संस्कृति हजारों सालों से सम्पन्न रही है, उसका पालन करते हुए ही उस समय पर अर्थव्यवस्था चलाई जाती थी। भारत को उस समय सोने की चिड़िया कहा जाता था। वैश्विक व्यापार एवं निर्यात में भारत का वर्चस्व था। पिछले लगभग 5000 सालों के बीच में ज्यादातर समय भारत विश्व की सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था रहा है। उस समय भारत में कृषि क्षेत्र में उत्पादकता अपने चरम पर थी एवं कृषि उत्पाद विशेष रूप से मसाले आदि भारत से लगभग पूरे विश्व में पहुंचाए जाते थे। मौर्य शासन काल, चोला शासन काल, चालुक्य शासन काल, अहोम राजवंश, पल्लव शासन काल, पण्ड्या शासन काल, छेरा शासन काल, गुप्त शासन काल, हर्ष शासन काल, मराठा शासन काल आदि अन्य कई शासन कालों में भारत आर्थिक दृष्टि से बहुत ही सम्पन्न देश रहा है। धार्मिक नगर- प्रयागराज, बनारस, पुरी, नासिक आदि जो नदियों के आसपास बसे हुए थे, वे उस समय पर व्यापार एवं व्यवसाय की दृष्टि से बहुत सम्पन्न नगर थे। भारत में ब्रिटिश एंपायर के आने के बाद (ईस्ट इंडिया कम्पनी- 1764 से 1857 तक एवं उसके बाद ब्रिटिश राज- 1858 से 1947 तक) विदेशी व्यापार में भारत का पराभव का दौर शुरू हुआ एवं स्वतंत्रता प्राप्ति तक एवं कुछ हद तक इसके बाद भी यह दौर जारी रहा है।

अंतरराष्ट्रीय स्तर पर आर्थिक दृष्टि से भारत का दबदबा इसलिए था क्योंकि उस समय पर भारतीय संस्कृति का पालन करते हुए ही आर्थिक गतिविधियाँ चलाई जाती थीं। परंतु, जबसे भारतीय संस्कृति के पालन में कुछ भटकाव आया,

तब से ही भारत का वैश्विक अर्थव्यवस्था पर से वर्चस्व कम होता चला गया। दूसरे, आक्रांताओं ने भी भारत, जिसे सोने की चिड़िया कहा जाता था, को बहुत ही दरिंदगी से लूटा था। इस सबका असर यह हुआ कि ब्रिटिश राज के बाद तो भारत कृषि उत्पादन में भी अपनी आत्मनिर्भरता खो बैठा।

आज भी देश में 60 प्रतिशत से अधिक आबादी ग्रामों में निवास करती है और अपने रोजगार के लिए मुख्य रूप से कृषि क्षेत्र पर ही निर्भर है। भारत अभी भी कृषि प्रधान देश ही कहा जाता है परंतु फिर भी भारतीय अर्थव्यवस्था में कृषि क्षेत्र का हिस्सा लगभग मात्र 16-18 प्रतिशत ही है। कृषि जनगणना 2015-16 के अनुसार, भारत में लघु एवं सीमांत किसानों की संख्या 12.563 करोड़ है। देश में 35 प्रतिशत किसानों के पास 0.4 हेक्टेयर से कम जमीन है। जबकि, 69 प्रतिशत किसानों के पास 1 हेक्टेयर से कम जमीन है और 87 प्रतिशत किसानों के पास 2 हेक्टेयर से कम जमीन है। आमदनी के लिहाज से 0.4 हेक्टेयर से कम जमीन वाले किसान औसतन सालाना रुपए 8,000 कमाते हैं और 1 से 2 हेक्टेयर के बीच जमीन वाले किसान औसतन सालाना रुपए 50,000 कमाते हैं। देश में लघु और सीमांत किसानों की न केवल आय कम है, बल्कि इनके लिए कृषि एक जोखिम भरा कार्य भी है। इसके चलते ग्रामों में प्रति व्यक्ति आय बहुत ही कम है अतः गरीबी की मात्रा भी शहरों की तुलना में ग्रामों में अधिक दिखाई देती है। इस तरह से यदि यह कहा जाये कि भारत की आत्मा ग्रामों में निवास करती है तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी।

आज जब देश में आत्म-निर्भर भारत की बात की जा रही है, तो सबसे पहले हमें देश की ग्रामीण अर्थव्यवस्था को आत्म-निर्भर बनाए जाने की ज्यादा महती आवश्यकता दिखती है। भारतीय आर्थिक चिंतन में भी इस बात का वर्णन किया गया है कि आर्थिक विकास एक तो मनुष्य केंद्रित हो और दूसरे यह सर्वसमावेशी हो। यदि आर्थिक विकास के दौरान आर्थिक विषमता की खाई बढ़ती जाये तो ऐसी व्यवस्था राष्ट्र के लिए घातक सिद्ध हो सकती है। शोषण मुक्त और समतायुक्त समाज को साकार करने वाला सर्व समावेशी विकास ही सामाजिक जीवन को स्वस्थ और निरोगी बना सकता है। पंडित दीनदयाल उपाध्याय जी भी कहते थे

कि पंक्ति में अंतिम छोर पर खड़े व्यक्ति का जब तक विकास नहीं हो जाता तब तक देश का आर्थिक विकास एक तरह से बेमानी है। इस दृष्टि से आज भारत के ग्रामों में जब गरीबी रेखा से नीचे जीवन यापन करने वाले व्यक्तियों की एक अच्छी खासी संख्या विद्यमान हो तो देश के आर्थिक विकास को बेमानी ही कहा जाएगा। ग्राम, जिले, प्रांत एवं देश को इसी क्रम में आत्मनिर्भर बनाया जाना चाहिए।

अतः आज आवश्यकता इस बात की है कि अब पुनः भारतीय संस्कृति को केंद्र में रखकर ही आर्थिक विकास किया जाना चाहिए। भारतीय संस्कृति में भौतिकवाद एवं अध्यात्मवाद दोनों में समन्वय स्थापित करना सिखाया जाता है एवं भारतीय जीवन पद्धति में मानवीय पहलुओं को प्राथमिकता दी जाती है। देश में आर्थिक विकास को आंकने के पैमाने में, ग्रामीण इलाकों में निवास कर रहे लोगों द्वारा प्राप्त किये गए स्वावलम्बन की मात्रा, रोजगार के नए अवसरों का सृजन, नागरिकों में आनंद की मात्रा, आदि मानदंडों को शामिल किया जाना चाहिए। साथ ही ऊर्जा दक्षता, पर्यावरण की अनुकूलता, प्रकृति से साथ तालमेल, विज्ञान का अधिकतम उपयोग, विकेंद्रीकरण को बढ़ावा आदि मानदंडों पर भी ध्यान दिए जाने की आवश्यकता है। सृष्टि ने जो नियम बनाए हैं उनका पालन करते हुए ही देश में आर्थिक विकास होना चाहिए। अतः आज भी देश की संस्कृति, जो इसका प्राण है, को अनदेखा करके यदि आर्थिक रूप से आगे बढ़ेंगे तो केवल शरीर ही आगे बढ़ेगा प्राण तो पीछे ही छूट जाएंगे। इसलिए भारत की जो अस्मिता, उसकी पहचान है उसे साथ में लेकर ही आगे बढ़ने की ज़रूरत है। पिछले छह से अधिक महीनों से पूरे विश्व पर जो कोरोना वायरस महामारी की परा पड़ रही है उसके कारण आज सारी दुनिया भी विचार करने लगी है और पर्यावरण का मित्र बनकर मनुष्य और सृष्टि का एक साथ विकास साधने वाले भारतीय विचार के मूल तत्वों की ओर पूरी दुनिया लौटती दिख रही है एवं भारत की ओर आशा भरी नज़रों से देख रही है।

भारत में ग्रामों से पलायन की समस्या भी विकराल रूप धारण किए हुए है। अभी तक उद्योग धंधे सामान्यतः उन इलाकों में अधिक स्थापित किए गए जहां कच्चा माल उपलब्ध था अथवा उन इलाकों में जहां उत्पाद का बाजार उपलब्ध था। महाराष्ट्र, गुजरात, तमिलनाडु आदि प्रदेशों में इन्हीं कारणों के चलते अधिक मात्रा में उद्योग पनपे हैं। हालांकि, मांग एवं आपूर्ति का सिद्धांत भी तो लागू होता है। महाराष्ट्र एवं गुजरात में बहुत अधिक औद्योगिक इकाइयां होने के कारण श्रमिकों की मांग अधिक है जबकि इन प्रदेशों में श्रमिकों की उपलब्धता कम है। इन प्रदेशों में पढ़ाई लिखाई का स्तर बहुत अच्छा है एवं लोग पढ़ लिखकर विदेशों की ओर चले जाते हैं अथवा ब्लू-कॉलर रोजगार प्राप्त कर लेते हैं। अतः इन राज्यों में श्रमिकों की कमी महसूस की जाती रही है। श्रमिकों की आपूर्ति उन राज्यों से हो रही है जहां शिक्षा का स्तर कम है एवं इन प्रदेश के लोगों को ब्लू कॉलर रोजगार नहीं मिल पाते हैं अतः इन प्रदेशों के लोग अपनी आजीविका के लिए केवल खेती पर निर्भर हो जाते हैं। साथ ही, गांवों में जो लोग उत्पाही हैं एवं अपने जीवन में कुछ कर दिखाना चाहते हैं वे भी शहरों की ओर पलायन करते हैं क्योंकि उद्योगों की स्थापना भी इन प्रदेशों में बहुत ही कम मात्रा में हुई है। उक्त कारण से आज पलायन का दबाव उन राज्यों में अधिक महसूस किया जा रहा है जहां जनसंख्या का दबाव ज्यादा है एवं जहां उद्योग धंधों का सर्वथा अभाव है, यथा उत्तर प्रदेश, बिहार, राजस्थान आदि।

इसलिए आज देश के आर्थिक विकास को गति देने के लिए कुटीर उद्योग तथा सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्योगों को ग्राम स्तर पर ही चालू करने की सख्त ज़रूरत है। इसके चलते इन गांवों में निवास करने वाले लोगों को ग्रामीण स्तर पर ही रोजगार के अवसर उपलब्ध होंगे एवं गांवों से लोगों के शहरों की ओर पलायन को रोका जा सकेगा। देश में अमूल डेयरी के सफलता की कहानी का भी एक सफल मॉडल के तौर पर यहां उदाहरण दिया जा सकता है। अमूल डेयरी आज 27 लाख लोगों को रोजगार दे रही है। यह शुद्ध रूप से एक भारतीय मॉडल है। देश में आज एक अमूल डेयरी जैसे संस्थान की नहीं बल्कि इस तरह के हज़ारों संस्थानों की आवश्यकता है।

वास्तव में, कुटीर एवं लघु उद्योगों के सामने सबसे बड़ी समस्या अपने उत्पाद को बेचने की रहती है। इस समस्या का समाधान करने हेतु एक मॉडल विकसित किया जा सकता है, जिसके अंतर्गत लगभग 100 ग्रामों को शामिल कर एक क्लस्टर (इकाई) का गठन किया जाये। 100 ग्रामों की इस इकाई में कुटीर एवं लघु उद्योगों की स्थापना की जाये एवं उत्पादित वस्तुओं को इन 100 ग्रामों में सबसे पहले बेचा जाये। सरपंचों पर यह ज़िम्मेदारी डाली जाये कि वे इस प्रकार

का माहौल पैदा करें कि इन ग्रामों में निवास कर रहे नागरिकों द्वारा इन कुटीर एवं लघु उद्योगों में निर्मित वस्तुओं का ही उपयोग किया जाये ताकि इन उद्योगों द्वारा निर्मित वस्तुओं को आसानी से बेचा जा सके। तात्पर्य यह है कि स्थानीय स्तर पर निर्मित वस्तुओं को स्थानीय स्तर पर ही बेचा जाना चाहिए। ग्रामीण स्तर पर इस प्रकार के उद्योगों में शामिल हो सकते हैं- हर्बल सामान जैसे साबुन, तेल आदि का निर्माण करने वाले उद्योग, चाकलेट का निर्माण करने वाले उद्योग, कुकी और बिस्कुट का निर्माण करने वाले उद्योग, देशी मक्खन, घी व पनीर का निर्माण करने वाले उद्योग, मोमबत्ती तथा अगरबत्ती का निर्माण करने वाले उद्योग, पीने के सोडा का निर्माण करने वाले उद्योग, फलों का गूदा निकालने वाले उद्योग, डिसपोजेबल कप-प्लेट का निर्माण करने वाले उद्योग, टोकरी का निर्माण करने वाले उद्योग, कपड़े व चमड़े के बैग का निर्माण करने वाले उद्योग आदि इस तरह के सैंकड़ों प्रकार के लघु स्तर के उद्योग हो सकते हैं, जिनकी स्थापना ग्रामीण स्तर पर की जा सकती है। इस तरह के उद्योगों में अधिक राशि के निवेश की आवश्यकता भी

भारत में ग्रामों से पलायन की समस्या भी विकराल रूप धारण किए हुए है। अभी तक उद्योग धंधे सामान्यतः उन इलाकों में अधिक स्थापित किए गए जहां कच्चा माल उपलब्ध था अथवा उन इलाकों में जहां उत्पाद का बाजार उपलब्ध था। महाराष्ट्र, गुजरात, तमिलनाडु आदि प्रदेशों में इन्हीं कारणों के चलते अधिक मात्रा में उद्योग पनपे हैं। हालांकि, मांग एवं आपूर्ति का सिद्धांत भी तो लागू होता है। महाराष्ट्र एवं गुजरात में बहुत अधिक औद्योगिक इकाइयां होने के कारण श्रमिकों की मांग अधिक है जबकि इन प्रदेशों में श्रमिकों की उपलब्धता कम है। इन प्रदेशों में पढ़ाई लिखाई का स्तर बहुत अच्छा है एवं लोग पढ़ लिखकर विदेशों की ओर चले जाते हैं अथवा ब्लू-कॉलर रोजगार प्राप्त कर लेते हैं। अतः इन राज्यों में श्रमिकों की कमी महसूस की जाती रही है। श्रमिकों की आपूर्ति उन राज्यों से हो रही है जहां शिक्षा का स्तर कम है एवं इन प्रदेश के लोगों को ब्लू कॉलर रोजगार नहीं मिल पाते हैं अतः इन प्रदेशों के लोग अपनी आजीविका के लिए केवल खेती पर निर्भर हो जाते हैं।

नहीं होती है एवं घर के सदस्य ही मिलकर इस कार्य को आसानी सम्पादित कर सकते हैं। परंतु हां, उन 100 ग्रामों की इकाई में निवास कर रहे समस्त नागरिकों को उनके आसपास इन कुटीर एवं लघु उद्योग इकाइयों द्वारा निर्मित की जा रही वस्तुओं के उपयोग को प्राथमिकता ज़रूर देनी होगी। इससे इन उद्योगों की एक सबसे बड़ी समस्या अर्थात् उनके द्वारा निर्मित वस्तुओं को बेचने सम्बंधी समस्या का समाधान आसानी से किया जा सकेगा। देश में स्थापित की जाने वाली 100 ग्रामों की इकाइयों की आपस में प्रतिस्पर्धा भी करायी जा सकती है जिससे इन इकाइयों में अधिक से अधिक कुटीर एवं लघु उद्योग स्थापित किए जा सकें एवं अधिक से अधिक रोजगार के अवसर निर्मित किए जा सकें। इन दोनों क्षेत्रों में राज्यवार सबसे अधिक अच्छा कार्य करने वाली इकाइयों को राष्ट्रीय स्तर पर पुरस्कार प्रदान किए जा सकते हैं। इस मॉडल की सफलता सरपंचों एवं इन ग्रामों में निवास कर रहे निवासियों की भागीदारी पर अधिक निर्भर रहेगी।

भारत आज कृषि उत्पादन के मामले में आत्मनिर्भर हो चुका है अतः अब इस क्षेत्र से निर्यात बढ़ाने के प्रयास भी किए जाने चाहिए। इसके लिए किसानों को न केवल अपने उत्पाद की गुणवत्ता में सुधार करना होगा बल्कि अपनी उत्पादकता में भी वृद्धि करनी होगी। शीघ्र खराब होने वाले कृषि उत्पादों का स्टोरेज करने के लिए कोल्ड स्टोरेज की चैन को ग्रामीण स्तर पर देश के कोने-कोने में फैलाना होगा एवं ग्रामीण स्तर पर ही खाद्य प्रसंस्करण इकाइयों की स्थापना करनी होगी। ग्रामों में आधुनिक संरचना का विकास भी करना होगा ताकि कृषि उत्पादों को शीघ्र ही ग्रामों से उपभोग स्थल तक पहुंचाया जा सके। देश में किसानों को भी अब समझना पड़ेगा कि कृषि क्षेत्र से निर्यात बढ़ाने के लिए ऑर्गेनिक खेती की ओर मुड़ना ज़रूरी है एवं अंतरराष्ट्रीय मानदंडों के अनुरूप ही कृषि उत्पादन करने की ज़रूरत है।

‘लव जिहाद’ मुद्दे के पीछे आखिर क्या है राजनीति ?

भारतीय संविधान के अनुच्छेद 25 में धार्मिक स्वतंत्रता का अधिकार देश के हर नागरिक को प्रदान किया गया है। यह अधिकार अंतर्धार्मिक विवाहों का पथ भी प्रशस्त करता है। ऐसे में ‘लव जिहाद’ को गलत ढंग से परिभाषित करना समस्या की जड़ में है।



वैसे ‘लव जिहाद’ के विरोधियों को समता भाव भी स्थापित करना चाहिए। उत्तर प्रदेश की सरकार इसके खिलाफ अध्यादेश ले ही आयी है और मध्य प्रदेश, हरियाणा जैसे कुछ राज्यों की सरकारों इस दिशा में तैयारी कर रही हैं। संयोग है कि इन राज्यों में भारतीय जनता पार्टी की सरकार है और भाजपा के शीर्ष दो मुस्लिम नेताओं ने हिन्दू बेटियों से ब्याह किया है। अब वे इसे ‘लव जिहाद’ के रूप में स्वीकार करते हैं या नहीं, यह भी देखना होगा। भाजपा में ही इश्क और विवाह के लिए धर्म परिवर्तन के बड़े उदाहरण के रूप में धर्मेंद्र व हेमामालिनी की जोड़ी है। धर्मेंद्र पहले से विवाहित थे और हिन्दू धर्मावलंबी होने के कारण पहली पत्नी होते हुए दूसरी शादी नहीं कर सकते थे।

उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा गैरकानूनी धर्म परिवर्तन अध्यादेश लाए जाने के साथ ही ‘लव जिहाद’ को लेकर चर्चा और तेज हो गयी है। सामान्य रूप से हिन्दू संगठन पहले भी ‘लव जिहाद’ को लेकर तमाम सवाल उठाते रहते थे, किन्तु पिछले कुछ महीनों में कई राज्यों की सरकारों के बीच ‘लव जिहाद’ को लेकर कानून बनाने की होड़ सी लगी थी। कई राज्यों ने इस संबंध में घोषणाएं भी कीं और इसी बीच उत्तर प्रदेश सरकार ने इस दिशा में अध्यादेश लाकर पहल भी कर दी। दरअसल ‘लव जिहाद’ का मौजूदा रूप अलग-अलग ढंग से परिभाषित हो रहा है।

‘लव जिहाद’ को सच मानने वाले हैं या इसे कपोल कल्पना करार देने वाले हैं, सभी का एजेंडा विचारधारा केंद्रित है। कहा जाए तो हर किसी का अपना-अपना ‘लव’ है, और विचारधारा जनित प्यार में हर कोई अपना-अपना ‘जिहाद’ यानी विचारधारा जनित युद्ध कर रहा है। इस इश्क और संघर्ष के परिणाम कुछ भी हों, पर यह पूरी प्रक्रिया भारतीय समाज में विभाजन की रेखाएं गहरी करने वाली है।

‘लव जिहाद’ की परिकल्पना के साथ ही हमें इस शब्द को समझना होगा।

‘लव’ एक अंग्रेजी शब्द है, जिसका सीधा अर्थ प्यार सबको समझ में आता है, वहीं ‘जिहाद’ एक अरबी शब्द है, जिसे अलग-अलग रूप में परिभाषित किया गया है। ‘जिहाद’ का अर्थ है अल्लाह के लिए स्वार्थ व अहंकार जैसी बुराइयों से संघर्ष है। इसके आशय धार्मिक युद्ध कतई नहीं है। इसके बावजूद लगातार ‘लव जिहाद’ को प्यार की राह पर चलकर धर्मयुद्ध के रूप में परिभाषित किया जाता रहा है। ‘लव जिहाद’ को खारिज करने वाले प्यार को धर्म से जोड़ने का विरोध करते हैं। वे पूरी तरह गलत भी नहीं कहे जा सकते।

भारतीय संविधान के अनुच्छेद 25 में धार्मिक स्वतंत्रता का अधिकार देश के हर नागरिक को प्रदान किया गया है। यह अधिकार अंतर्धार्मिक विवाहों का पथ भी प्रशस्त करता है। ऐसे में ‘लव जिहाद’ को गलत ढंग से परिभाषित करना समस्या की जड़ में है। वैसे भी भारत में अंतर्धार्मिक विवाहों की संख्या बहुत कम है। नेशनल फैमिली हेल्थ सर्वे के मुताबिक भारत में अंतर्धार्मिक विवाह महज दो फीसद हैं। इन्हें सभी हिन्दू-मुस्लिम हों, ऐसा नहीं है और जो हिन्दू-मुस्लिम अंतर्धार्मिक विवाह हों, उनमें भी सभी लड़के मुस्लिम व लड़कियां हिन्दू हों ऐसा नहीं है।

भारत में केरल से ‘लव जिहाद’ की स्वीकार्यता की शुरुआत हुई, जो बाद में कर्नाटक के रास्ते देश के अन्य हिस्सों में विस्तार पाई। ‘लव जिहाद’ को लेकर इसके विरोधियों की सभी आशंकाएं निमूल हों, ऐसा पूरे तौर पर नहीं कहा जा सकता। उत्तर प्रदेश में कानून बनाने की यात्रा में हाल ही में कानपुर के कुछ मामले बड़ा कारण बने हैं। इसे महज संयोग नहीं कहा जा सकता कि एक ही मोहल्ले की आधा दर्जन लड़कियों को पास के एक ही मोहल्ले के दूसरे धर्म के आधा दर्जन लड़कों से प्यार हो जाए। यदि ऐसा हुआ भी हो, तो सामाजिक विद्वेष के इस दौर में इसे स्वीकार करना कठिन होता है।

कानपुर में ऐसा हुआ है, कुछ माह के भीतर हुए 14 अंतर्धार्मिक विवाहों में लड़कियां हिन्दू धर्म की थीं। यह मामला सामने आने के बाद गठित विशेष जांच टीम ने पाया कि तीन लड़कों ने नाम बदलकर हिन्दू लड़कियों से संबंध बनाए। ऐसी स्थितियां शक पैदा करती हैं और इसके लिए सामाजिक रूप से मिलकर समस्याओं के समाधान की जरूरत है। इनमें आठ लड़कियां नाबालिग भी थीं, जिनके साथ संबंध बनाना पहले से ही अपराध की श्रेणी में आता है। ये स्थितियां ही कानून बनाने का आधार बनती हैं।

वैसे ‘लव जिहाद’ के विरोधियों को समता भाव भी स्थापित करना चाहिए। उत्तर प्रदेश की सरकार इसके खिलाफ अध्यादेश ले ही आयी है और मध्य प्रदेश, हरियाणा जैसे कुछ राज्यों की सरकारों इस दिशा में तैयारी कर रही हैं। संयोग है कि इन राज्यों में भारतीय जनता पार्टी की सरकार है और भाजपा के शीर्ष दो मुस्लिम नेताओं ने हिन्दू बेटियों से ब्याह किया है। अब वे इसे ‘लव जिहाद’ के रूप में स्वीकार करते हैं या नहीं, यह भी देखना होगा। भाजपा में ही इश्क और विवाह के लिए धर्म परिवर्तन के बड़े उदाहरण के रूप में धर्मेंद्र व हेमामालिनी की जोड़ी है। धर्मेंद्र पहले से विवाहित थे और हिन्दू धर्मावलंबी होने के कारण पहली पत्नी होते हुए दूसरी शादी नहीं कर सकते थे।

ऐसे में हेमामालिनी से विवाह के लिए उन्होंने धर्मांतरण कर निकाह किया था। कानून के मुताबिक यह धर्मांतरण तो पूरी तरह महज विवाह के लिए ही था। ऐसी स्थितियां निश्चित रूप से दुर्भाग्यपूर्ण हैं और इन पर अंकुश लगाना ही चाहिए। वैसे इलाहाबाद उच्च न्यायालय सहित कई अदालतें विवाह के लिए धर्म परिवर्तन को गलत ठहरा चुकी हैं। इस पर अंकुश लगाने व न्यायालय के फैसलों के अनुपालन में कोई दोष नहीं निकाला जा सकता। इन सबके बीच ‘लव जिहाद’ जैसे मसलों से सामाजिक मनभेद उत्पन्न करने वालों को भी चिह्नित किया जाना चाहिए।

प्यार और धर्म के नाम पर किसी को भी अपना राजनीतिक एजेंडा लागू करने का मौका भी नहीं मिलना चाहिए। इससे समाज विभाजित होता है और देश की एकता-अखंडता पर संकट के बादल छाते हैं। इसे रोकना ही होगा।

प्रदूषण से लेकर कोरोना तक लापरवाही के लिए कौन है जिम्मेदार ?

उत्तर प्रदेश सरकार में मंत्री रहें प्रयागराज की सांसद रीता बहुगुणा जोशी के लिए यह दिवाली अधियारों की सौगात लाई है। उनकी इकलौती पौत्री को रोक के बावजूद चले पटाखों का शिकार होना पड़ा। छह साल की बच्ची की जान पटाखों के कारण चली गयी। कोरोना के इस दौर में प्रदूषण की भयावहता को देखते हुए दिल्ली सहित देश के कई प्रमुख शहरों में पटाखों पर पाबंदी लगी थी।

सरकारी पाबंदी के अलावा कोरोना के दौर में श्वसन संबंधी समस्याओं के मद्देनजर डॉक्टर भी पटाखे न चलाने की अपील लगातार कर रहे थे। इसके बावजूद दिवाली पर धड़ल्ले से पटाखे चलाए गए। इससे हजारों लोग अत्यधिक बीमार हुए, वहीं रीता बहुगुणा जोशी की पौत्री की मौत जैसी तमाम घटनाओं ने भी हिला कर रख दिया। दरअसल यह स्थितियां जनता के अराजक मनोभावों के कारण उत्पन्न हुई हैं। लोगों ने सरकार को ठेंगे पर रखकर मनमानी करने की ठान रखी है, जिससे संकट लगातार बढ़ रहा है और जनमानस की मनमानी जानलेवा साबित हो रही है। जिस तरह देश में कोरोना पर नियंत्रण कठिन हो रहा है, भारी संख्या में लोगों की जान जा रही है, उसके लिए सिर्फ सरकार को जिम्मेदार नहीं ठहराया जा सकता है। सरकार लॉकडाउन की बात करती है, तो आर्थिक संकट मुंह बाए खड़ा हो जाता है। लॉकडाउन खत्म होता है तो लोग सड़कों पर इस तरह निकलते हैं, मानो बीमारी ही खत्म हो गयी हो। मास्क लगाने से लेकर दो गज दूरी बनाने तक की तमाम घोषणाओं को दरकिनार कर लोग अराजक ढंग से सड़क पर जगह-जगह भीड़ लगाए दिख जायेंगे।

सरकारी रोक उसी तरह निष्प्रभावी है, जिस तरह देश के ज्यादातर हिस्सों में यातायात नियम निष्प्रभावी रहते हैं। सरकारी नियमों के अलावा समाजिक वर्जनाएं भी टूटने से समस्या हो रही है। दिवाली पर कोरोना के बावजूद जिस तरह से मनमाने ढंग से पटाखे चले और आतिशबाजी हुई, वह भारतीय संस्कृति के आचरण के अनुरूप तो कतई नहीं कही जा सकती।

कुछ दशक पहले तक यदि गांव या मोहल्ले में किसी की मृत्यु हो जाती थी, तो उस गांव या मोहल्ले में दीपक प्रज्वलित कर दीपावली मनाने का शगुन भर कर लिया जाता था, और पूरा मोहल्ला शोकग्रस्त वातावरण में पटाखे नहीं चलाता था। पिछले आठ महीनों से अधिक समय से देश कोरोना का दंश झेल रहा है। दिल्ली हो या देश के तमाम अन्य बड़े शहर, शायद ही कोई मोहल्ला होगा, जहां कोरोना या ऐसी ही किसी बीमारी के कारण मौतें न हुई हों। किन्तु अब लोगों को दूसरों के दुख की परवाह ही नहीं है और अपनी खुशियों के नाम पर पड़ोसी की मौत की परवाह किये बिना आतिशबाजी करने में पीछे नहीं रहते।

यदि भारतीय सांस्कृतिक विरासत ही संजोई गयी होती, तो सरकारी रोक जैसी जरूरतें नहीं पड़तीं और पटाखों के कारण उत्पन्न संकट से बचा जा सकता था। वैसे जनता सरकार की रोक भी नहीं मानना चाहती है। यही कारण है कि पटाखों पर रोक के बावजूद दिल्ली से लखनऊ तक हर जगह मनमाने ढंग से पटाखे चलाए गए। इसके परिणाम स्वरूप प्रदूषण में अनपेक्षित वृद्धि दर्ज की गयी।

दिवाली की रात वायु गुणवत्ता सूचकांक सरकारी रोक संबंधी आदेशों को चिढ़ाता नजर आ रहा था। सामान्य स्थितियों में मानक के अनुरूप वायु गुणवत्ता सूचकांक पचास के आंकड़े को पार नहीं करना चाहिए। सौ के ऊपर वायु गुणवत्ता सूचकांक खतरनाक माना जाता है। इसके बावजूद जौद में दिवाली की रात वायु गुणवत्ता सूचकांक 457 पहुंच गया था। दिल्ली समेत राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र की हालत भी बहुत खराब रही। गाजियाबाद में वायु गुणवत्ता सूचकांक 448 तो

नोएडा में 441 दर्ज किया गया।

देश की राजधानी दिल्ली वाले सरकारी आदेश न मानने के लिए कितने बेताब हैं, यह बात भी दिवाली की रात साबित हुई। दिल्ली का वायु गुणवत्ता सूचकांक 435 दर्ज किया गया। यह आंकड़ा दिल्ली का औसत आंकड़ा था। दिल्ली के अंदर



कुछ स्थानों पर तो वायु गुणवत्ता सूचकांक 500 तक पहुंच गया था। गुरुग्राम व फरीदाबाद भी इस मामले में पीछे नहीं रहे और दिवाली की रात हुई जमकर आतिशबाजी के चलते वहां वायु गुणवत्ता सूचकांक 425 व 414 तक पहुंच गया। यह स्थिति प्रदूषण को जानलेवा बना रही है। दिल्ली व आसपास जिस तेजी से तीसरी बार कोरोना पांव पसार रहा है, उस दृष्टि से यह प्रदूषण बेहत खतरनाक साबित होने वाला है।

ये स्थितियां बताती हैं कि आम जनमानस में सरकारों की बातें मानने की जिजीविषा ही समाप्त हो चुकी है। लोग मनमाने ढंग से हर पाबंदी को परिभाषित करते हैं। कई बार तो धार्मिक आधार पर भी पाबंदियों का समर्थन या विरोध शुरू हो जाता है। इसका कष्ट वही समझ पाता है, जिसके घर के किसी व्यक्ति की जान जाती है। अराजकता व मनमानी का परिणाम जाति, धर्म, सामाजिक ओहदा या स्थिति देखकर सामने नहीं आता।

पटाखे हों या अन्य पाबंदियां, इन पर अमल जनता को ही सुनिश्चित करना होगा। ऐसा न होने पर पूरे समाज को बड़े कष्ट व संकटों के लिए तैयार रहना होगा। जिस तरह पर्यावरण की चिंता न कर हमने पूरे मौसम चक्र व वातावरण को खतरे में डाल दिया है, अब अन्य स्तरों पर अराजकता सामाजिक संकट का कारण बन रही है। इससे मुक्ति का पथ भी जनता को ही खोजना होगा।

मौत के अस्पताल

राजकोट के उदय शिवानंद अस्पताल को सितंबर महीने में ही कोविड सेंटर के रूप में मंजूरी मिली थी। अस्पताल में फिलहाल कोरोना के तैतीस मरीजों का इलाज चल रहा था, जहां आइसीयू वार्ड में अचानक आग लग गई। किसी तरह कई मरीजों को बचाया गया, लेकिन पांच लोगों की मौत हो गई।



गुजरात में राजकोट के उदय शिवानंद अस्पताल में आग लगने से पांच मरीजों की मौत ने एक बार फिर लापरवाही के सिलसिले को ही उजागर किया है। हैरानी की बात यह है कि इस तरह की घटनाएं पहले भी सामने आईं और बेहद त्रासद नतीजों के साथ कई लोगों की जान चली गई। तब अफसोस और दुख के बावजूद हर बार लोगों को यह लगा था कि कम से कम आगे ध्यान रखा जाएगा और आने वाले समय में ऐसे हादसे नहीं देखने पड़ेंगे। लेकिन ऐसा लगता है कि अस्पताल प्रबंधनों की नजर में हादसों से बचाव के इंतजाम कोई गैर-प्राथमिकता के काम हैं और उसके खतरे की गंभीरता की उन्हें कोई परवाह नहीं है।

गौरतलब है कि राजकोट के उदय शिवानंद अस्पताल को सितंबर महीने में ही कोविड सेंटर के रूप में मंजूरी मिली थी। अस्पताल में फिलहाल कोरोना के तैतीस मरीजों का इलाज चल रहा था, जहां आइसीयू वार्ड में अचानक आग लग गई। किसी तरह कई मरीजों को बचाया गया, लेकिन पांच लोग आग और धुएं की चपेट में आ गए और उनकी जान चली गई। फिलहाल शॉर्ट सर्किट को वजह बताया गया है। इमारतों में आग लगने की ज्यादातर घटनाओं में इसी को प्रमुख वजह बताया जाता है।

सवाल है कि आग लगने के लिए शॉर्ट सर्किट अगर कारण है भी तो यह कोई चमत्कार नहीं है कि अपने आप हो जाता है। यह निश्चित रूप से बिजली के प्रबंधन से जुड़ी खामी है, रखरखाव में लापरवाही का मामला है। अगर समय-समय पर बिजली के तारों या समूचे कनेक्शन के सही होने और ठीक से काम करने की जांच होती रहे तो उसमें खराबी की वजह से कोई हादसा होने की आशंका को कम या खत्म किया जा सकता है। इसके अलावा, आग से सुरक्षा के इंतजाम के पुख्ता होने की जांच और निगरानी हादसों से बचा सकता है। लेकिन अस्पतालों

के प्रबंधनों को यह समझना जरूरी नहीं लगता कि किसी मामूली लापरवाही या चूक के नतीजे में कोई बड़ा हादसा हो सकता है और नाहक ही लोगों की जान जा सकती है।

अफसोसनाक यह है कि अकेले गुजरात में ही इससे पहले पिछले सिर्फ तीन महीनों के दौरान चार अस्पतालों और खासतौर पर कोविड सेंटरों में आग लगने की कई घटनाएं सामने आ चुकी हैं, जिनमें कई लोग मारे गए। जबकि मौजूदा दौर में आम लोगों के बीच यह उम्मीद होती है कि अस्पतालों के प्रबंधन और वहां की सुरक्षा व्यवस्था को लेकर कोई समझौता नहीं किया जा रहा होगा, क्योंकि इस तरह के सारे अस्पताल एक तरह से बेहद संवेदनशील जगह के रूप में काम कर रहे हैं।

बहरहाल, राजकोट के अस्पताल में हुए ताजा हादसे की जांच के आदेश दे दिए गए हैं। अमूमन हर ऐसी घटना के बाद जांच के आदेश जारी होते हैं, लेकिन उसके बाद उसकी रिपोर्ट पर क्या कार्रवाई होती है, भविष्य में बचाव के इंतजामों के लिए क्या उपाय किए जाते हैं, यह कभी पता नहीं चल पाता। किसी एक हादसे का सबक यह होना चाहिए कि भविष्य में ऐसी घटनाएं न हों, इसके लिए हर स्तर पर सावधानी बरती जाए और उससे भी ज्यादा जरूरी यह है कि ऐसे हादसों के होने की आशंकाओं को खत्म किया जाए। लेकिन ऐसा लगता है कि बार-बार अस्पतालों में होने वाले हादसों के बावजूद बाकी जगहों पर उसके बारे में सोचना या सावधानी बरतना एक गैरजरूरी काम समझा जा रहा है।

नतीजतन, जो मरीज अस्पताल में स्वस्थ होने या अपनी जान बचाने की भूख में जाते हैं और आगे बेहतर जीवन जी सकते हैं, उनमें से कई महज अस्पताल प्रबंधन की लापरवाही की वजह से मौत के मुंह में चले जाते हैं।



संतरे का छिलका भी

त्वचा के लिए बेहद फायदेमंद साबित हो सकता है। इसमें मौजूद कैल्शियम, पोटेशियम, मैग्नीशियम और एंटी-बैक्टीरियल गुण त्वचा की कई समस्या को दूर करने में मददगार साबित हो सकता है। सर्दियों में होने वाली त्वचा संबंधित समस्या को संतरे के छिलके से सही किया जा सकता है।

सर्दियों में संतरे के छिलके से ऐसे करें त्वचा की देखभाल !



संतरे के छिलके का पाउडर बनाने के लिए आपको दो से चार संतरों की जरूरत होगी। सबसे पहले इसके छिलके को छीलकर धूप में सूखाने के लिए रख दें। जब ये काफी ज्यादा सूख जाए तो इसे मिक्सी में पीस लें। बरीक पीसे संतरे के छिलके के पाउडर का एक चम्मच खाली कटोरी में डालें।

सर्दी के मौसम में त्वचा की खास देखभाल करना बेहद जरूरी है। इस मौसम में त्वचा रूखी और बेजान हो जाती है। इसके अलावा चेहरे की चमक और खूबसूरती भी कम होने लगती है। ऐसे में लोग तरह-तरह के तरकों को भी अपनाते हैं। जहां कुछ लोग मंहगे-मंहगे प्रॉडक्ट्स का प्रयोग करते हैं तो कुछ ऐसे भी हैं जिन्हें सर्जरी का सहारा लेना पड़ता है। हालांकि, खूबसूरती को बरकार बनाए रखने के लिए विटामिन सी को बेहतर माना गया है।

त्वचा विशेषज्ञों का कहना है कि संतरे में भरपूर्ण मात्रा में विटामिन सी मौजूद होता है। इसलिए ये त्वचा के लिए काफी लाभदायक हो सकता है। वहीं, संतरे का छिलका भी त्वचा के लिए बेहद फायदेमंद साबित हो सकता है। इसमें मौजूद कैल्शियम, पोटैशियम, मैग्नीशियम और एंटी-बैक्टीरियल गुण त्वचा की कई समस्या को दूर करने में मददगार साबित हो सकता है। सर्दियों में होने वाली त्वचा संबंधित समस्या को संतरे के छिलके से सही किया जा सकता है। आज हम आपको बताने जा रहे हैं कि कैसे संतरे के छिलके की मदद से सर्दियों में त्वचा का इलाज किया जा सकता है, साथ ही इसकी मदद से किस-किस समस्याओं को खत्म किया जा सकता है, आइए आपको बताते हैं

ऐसे में बनाएं संतरे का छिलकों का पाउडर

संतरे के छिलके का पाउडर बनाने के लिए आपको दो से चार संतरों की जरूरत होगी। सबसे पहले इसके छिलके को छीलकर धूप में सूखाने के लिए रख दें। जब ये काफी ज्यादा सूख जाए तो इसे मिक्सी में पीस लें। बरीक पीसे संतरे के छिलके के पाउडर का एक चम्मच खाली कटोरी में डालें। अब इसमें थोड़ा गुलाब जल और 2 बड़ा चम्मच हल्दी भी मिला जें। इन सबको अच्छे से मिला लें, इस तरह से एक पेस्ट तैयार हो जाएगा।

ऐसे करें पाउडर का चेहरे पर इस्तेमाल

संतरे के छिलके से बने पाउडर का चेहरे पर इस्तेमाल करने के लिए पहले फेस को पानी से धोएं। इसके बाद इसे आंखों और होठों से थोड़ा बचाकर पूरे चेहरे पर लगा लें। इसे 15 मिनट तक ऐसे ही लगाकर छोड़ दें। इसके बाद हल्के गुनगुन पानी से फेस को धो लें और साफ कपड़े से फेस को साफ कर लें। इससे आपके चेहरे पर निखार नजर आने लगेगा।

ऑयली स्किन के लिए ऐसे बनाएं पैक

त्वचा विशेषज्ञों का कहना है कि ऑयली स्किन से कई तरह की समस्या हो सकती हैं। इससे चेहरे की खूबसूरती भी कम हो जाती है। ऐसे में संतरे के छिलके का बना पाउडर काफी लाभदायक साबित हो सकता है। इसके लिए एक कटोरी में 1 बड़ा चम्मच संतरे का पाउडर और एक चम्मच दूध या दही मिलाकर पैक तैयार कर लें। अब अपने चेहरे पर इसे अच्छे से लगा लें। जब ये सूख जाए तो गुनगुने पानी की मदद से अपना चेहरा धो लें। इस तरह से सप्ताह में दो से तीन बार करने पर आपको अपने चेहरे पर बदलाव नजर आने लगेगा। कुछ ही महीनों में आप दाग-धब्बों मुक्त चेहरा पा लेंगे।

डल स्किन पर लाएं ऐसे निखार

कई तरह की समस्या होने के कारण चेहरे की दमक कहीं खो जाती है। चेहरे पर निखार लाने के लिए जरूरी है कि हम संतरे का सेवन करने के साथ-साथ उसका चेहरा पर भी इस्तेमाल करें। इसके लिए आपको संतरे के छिलके का एक बड़ा चम्मच पाउडर और दो बड़े चम्मच शहद की जरूरत होगी। अब इन दोनों को लेकर एकसाथ मिला लें। इस पेस्ट को चेहरे और गर्द पर सूखने तक लगाएं। इसके बाद गुनगुने पानी से चेहरा और गर्दन धो लें। इससे आपके चेहरे पर निखार आएगा और आपकी खूबसूरती और ज्यादा बढ़ सकती है। संतरों के छिलकों से चेहरे पर होने वाली कई अन्य समस्या जैसे- दाग-धब्बे, टैनिंग, और पिंपल्स को भी दूर किया जा सकता है। चेहरे पर निखार लाने के लिए एक कटोरी में एक बड़ा चम्मच संतरे के छिलके का पाउडर, एक चम्मच बेसन और गुलाब जल या दूध को मिलाकर मिश्रण तैयार कर लें। अब इसे अपने चेहरे पर 10 से 15 मिनट तक लगाकर रखें। इसके बाद हल्के गुनगुने पानी से चेहरे को साफ कर लें।

भेदभाव का रोग

संक्रमण से बचाव के लिए उचित कदम जरूर उठाए जाने चाहिए, लेकिन इसके लिए मरीज के घर को चिह्नित करके उसके घर के बाहर पोस्टर के जरिए उसके संक्रमित होने की सूचना सार्वजनिक करना एक विचित्र कोशिश थी।



यह अपने आप में एक अमानवीय विचार है कि एक व्यक्ति को सिर्फ इसलिए अछूतों की तरह देखा जाए कि वह किसी बीमारी की चपेट में आ गया है। लेकिन जब से कोविड-19 महामारी का खतरा आया है, इसका बहाना लेकर कई राज्यों में इससे पीड़ित लोगों को एक तरह से ऐसी स्थिति में डाल दिया गया जिसमें उन्हें कई तरह के भेदभाव का शिकार होना पड़ा है। गौरतलब है कि अगर किसी व्यक्ति को कोरोना से संक्रमित पाया जाता है और उसे घर में एकांतवास में रखा जाता है तो उसके दरवाजे के बाहर एक पोस्टर चिपका दिया जाता था। इस पोस्टर में कोविड-19 का मरीज होने सहित बाकी सूचनाएं लिखी रहती थीं। इसमें बाकी लोगों के लिए यह अघोषित संदेश होता था कि वे उस घर और उसमें रहने वाले व्यक्ति या परिवार से दूर रहें। यह प्रथम दृष्टया ही एक अमानवीय व्यवस्था थी, जिस पर अमल कराने वालों ने यह नहीं सोचा कि सावधानी बरतने के नाम पर ऐसे पोस्टर लगाने के नतीजे क्या हो सकते हैं। अब इस मसले पर सुप्रीम कोर्ट ने साफ कहा है कि आपदा प्रबंधन अधिनियम के तहत सक्षम अधिकारी के विशिष्ट निर्देश के बिना राज्य सरकार के अधिकारियों के पास मरीजों के घरों के बाहर कोविड पोस्टर चिपकाने का कोई कारण नहीं है। हालांकि अदालत में महाधिवक्ता ने कहा कि केंद्र सरकार की ओर से ऐसा कोई दिशा-निर्देश नहीं है; कुछ राज्यों ने ऐसा इसलिए किया कि कोई अनजान व्यक्ति घर में दाखिल न हो पाए। इससे पहले दिल्ली सरकार ने भी हाईकोर्ट में कहा था कि ऐसा करने के लिए अधिकारियों को निर्देश नहीं है। सवाल है कि अगर कहीं कोविड-19 के मरीजों के घर के बाहर पोस्टर चिपकाए जा रहे थे, तो ऐसा किसके निर्देश पर हो रहा था! यों अब दिल्ली, पंजाब और ओड़ीशा की सरकारों ने ऐसा करने पर रोक लगा दी है।

संक्रमण से बचाव के लिए उचित कदम जरूर उठाए जाने चाहिए, लेकिन

इसके लिए मरीज के घर को चिह्नित करके उसके घर के बाहर पोस्टर के जरिए उसके संक्रमित होने की सूचना सार्वजनिक करना एक विचित्र कोशिश थी। मरीज या पीड़ित व्यक्ति सहित उसके आसपास के लोगों को कम से कम इतना जागरूक माना जा सकता है और उन पर विश्वास किया जा सकता है कि वे अपने स्तर पर भी सावधानी बरतेंगे। लेकिन उसके लिए किसी पीड़ित को अछूत जैसे हालात में डाल देना किसी लिहाज से उचित नहीं कहा जा सकता।

सच यह है कि हमारे समाज में पहले से ही लोग कई तरह के भेदभाव की मानसिकता के शिकार रहते आए हैं। अछूत समस्या का दंश समाज में निचली कही जाने वाली जातियों-वर्गों को किस तरह झेलना पड़ा है, यह किसी से छिपा नहीं है। इसके बावजूद बीमारी एक ऐसी स्थिति होती है, जिसमें लोगों की कोशिश होती है कि वे जरूरत पड़ने पर अपनी सीमा में पीड़ित या उसके परिवार की मदद करें। लेकिन कोविड-19 के मरीज को लेकर खुद सरकारी अधिकारियों की ओर से ही इसके पीड़ितों से दूर रहने के संदेश सार्वजनिक किए गए।

यह न केवल एक व्यक्ति की निजता का हनन था, बल्कि सामाजिक स्तर पर उसे अछूत की तरह बर्ताव होने और इससे उपजी असहायता की हालत में डाल देना था। किसी भी संवेदनशील व्यक्ति के लिए यह स्थिति स्वीकार्य नहीं हो सकती थी। रोग चाहे कितना भी खतरनाक क्यों

न हो, उसके इलाज के लिए उचित व्यवस्था करना सरकार की जिम्मेदारी है। लेकिन साथ ही सरकार को वैसी तमाम स्थितियों को रोकना चाहिए, जिससे समाज में ईंसानी संवेदनाएं बाधित हों या फिर किसी भी व्यक्ति को किसी भी वजह से अछूत समझा जाए!

निरक्षरता मिटाने की राह में

शिक्षा पर खर्च के मामले में भारत दुनिया में एक सौ छत्तीसवें स्थान पर है। जापान और क्यूबा जैसे देश अपने बजट का दस फीसद हिस्सा शिक्षा पर खर्च करते हैं, जबकि नार्वे, न्यूजीलैंड, ब्रिटेन और अमेरिका में जीडीपी का छह फीसद से अधिक हिस्सा शिक्षा पर लगाया जाता है।

केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय ने पिछले दिनों निरक्षरता उन्मूलन के लिए 'पढ़ना-लिखना अभियान' की शुरुआत की। इस अभियान का मकसद 2030 तक देश में साक्षरता दर को सौ फीसद तक हासिल करना, महिला साक्षरता को बढ़ावा देना और अनुसूचित जाति व जनजाति सहित दूसरे वंचित समूहों के बीच शिक्षा को लेकर अलख जगाना है। खास बात यह है कि इस अभियान के जरिए लोगों को साक्षर बनाने के साथ-साथ उनके कौशल विकास पर भी ध्यान दिया जाएगा।

यह अभियान 'साक्षर भारत-आत्मनिर्भर भारत' के ध्येय को भी चरितार्थ करेगा। संपूर्ण साक्षरता के लक्ष्य को हासिल करने के लिए वर्ष 2009 में 'साक्षर भारत कार्यक्रम' शुरू किया गया था, जिसके तहत राष्ट्रीय स्तर पर साक्षरता दर को अस्सी फीसद तक पहुंचाने का लक्ष्य रखा गया था। वर्ष 2011 की जनगणना के अनुसार देश में साक्षरता दर चौहत्तर फीसदी थी। राष्ट्रीय सांख्यिकी कार्यालय (एनएसओ) के हाल के सर्वेक्षण में वर्तमान में देश की औसत साक्षरता दर करीब 77.7 प्रतिशत आंकी गई। यह अब तक की सर्वाधिक साक्षरता दर है और आजादी के समय की साक्षरता दर के मुकाबले चार गुना अधिक भी। हालांकि तमाम सरकारी व गैर-सरकारी प्रयासों के बावजूद देश में संपूर्ण साक्षरता का लक्ष्य अभी भी अधूरा है।

निरक्षरता से बड़ा अभिशाप कोई नहीं है। गरिमायु और उद्देश्यपूर्ण जीवन जीने के लिए व्यक्ति को साक्षर होना बहुत जरूरी है। साक्षरता के अभाव में व्यक्ति अपनी क्षमताओं से भी अनभिज्ञ रहता है, जिससे एक कुशल मानव संसाधन के रूप में वह स्वयं को समाज में स्थापित नहीं कर पाता। वह अपने कर्तव्य और अधिकारों के प्रति भी सचेत नहीं हो पाता। इस तरह वह समाज में उपेक्षित जीवन जीने को विवश रहता है।

चूंकि साक्षर व जागरूक समाज ही देश को उन्नति की राह पर अग्रसर रखता है। इसलिए यह आवश्यक है कि शिक्षा तक सबकी समान पहुंच हो। साक्षरता दर के मामले में केरल, दिल्ली, उत्तराखंड, हिमाचल प्रदेश और असम जैसे राज्यों के आंकड़े जहां उत्साहित करते हैं, वहीं आंध्र प्रदेश, राजस्थान, बिहार, तेलंगना और उत्तर प्रदेश के आंकड़े निराश करने वाले हैं। दरअसल साक्षरता दर में कमी के पीछे कई कारण उत्तरदायी रहे हैं।

आबादी के हिसाब से स्कूल व शिक्षकों की कमी, शौचालय का अभाव, गरीबी की समस्या, ग्रामीण अंचलों में शिक्षा को लेकर जागरूकता का अभाव आदि ऐसी परंपरागत समस्याएं हैं, जिनके समाधान के बिना संपूर्ण साक्षरता का लक्ष्य हासिल करना आसान नहीं होगा। संयुक्त राष्ट्र शैक्षिक, वैज्ञानिक और सांस्कृतिक संगठन (यूनेस्को) के मुताबिक दुनिया में सबसे ज्यादा अनपढ़ लोग भारत में हैं। भारत की मौजूदा साक्षरता दर विश्व की साक्षरता दर जो चौरासी फीसद है, से कम है। ऐसे में भारत का नया साक्षरता अभियान निरक्षरता के उन्मूलन की दिशा में मील का पत्थर साबित हो सकता है। पिछले दिनों स्कूली शिक्षा की गुणवत्ता पर केंद्रित वार्षिक रिपोर्ट- एनुअल स्टेटस ऑफ एजुकेशन रिपोर्ट (असर)-2020 के प्रथम चरण के रिपोर्ट जारी की गई थी। इसके नतीजे बताते हैं कि ग्रामीण भारत में इस वर्ष भी शिक्षा की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसमें कोई संदेह नहीं कि कोरोना के कारण सभी स्तरों पर शिक्षा प्रभावित हुई है। असर के सर्वेक्षण में शामिल बच्चों में से करीब चालीस फीसद बच्चों के पास स्मार्टफोन की सुविधा नहीं है। निजी स्कूलों द्वारा इस दौरान नियमित ऑनलाइन कक्षाओं का संचालन किया जा रहा है, लेकिन यह सुविधा सरकारी स्कूलों के बच्चों को नसीब नहीं हुई! जो अभिभावक शिक्षित और जागरूक हैं, वे बच्चों को पढ़ाई में खुद भी मदद कर रहे हैं। लेकिन ऐसे छात्र जिनके अभिभावक निरक्षर हैं, जाहिर है उन्हें पढ़ाई से मोह भंग होने में देर नहीं लगी होगी। आदिवासी बहुल इलाकों में जहां दोपहर का भोजना योजना ही बच्चों को स्कूल की ओर खींचने

का काम करती है, वहां के बच्चों का यह पूरा साल बर्बाद हो गया। इस दौरान खेती-बाड़ी अथवा घरेलू कार्यों में ध्यान लगाने से पढ़ाई से ध्यान हटना स्वाभाविक है। स्कूल कब खुलेंगे और खुलने के बाद इनमें से कितने बच्चे पुनः स्कूल परिसर में कदम रखेंगे, यह बड़ा सवाल है।

साक्षरता दर हासिल नहीं कर पाने का एक बड़ा कारण शिक्षकों की कमी रहा है। इसलिए स्कूलों में नामांकित बच्चे गुणवत्तापूर्ण शिक्षा से महरूम हैं। सरकार के मुताबिक देश में दस लाख से ज्यादा स्कूली शिक्षकों के पद खाली हैं। शिक्षक शिक्षा व्यवस्था की रीढ़ होते हैं। ऐसे में बिना शिक्षकों के शिक्षा व्यवस्था कैसे आगे बढ़ेगी? बिहार में शिक्षकों के पौने तीन लाख पद और यूपी में सवा दो लाख पद खाली हैं।

आंध्रप्रदेश, झारखंड, कर्नाटक, मध्य प्रदेश, राजस्थान और पश्चिम बंगाल जैसे राज्यों में भी शिक्षकों की भारी कमी है। शिक्षकों के पदों की रिक्तता का ही परिणाम है कि देश के अधिकांश विद्यालयों में छात्र और शिक्षक का अनुपात बेमेल है। यों तो सरकार ने छात्र व शिक्षक के अनुपात 40:1 आदर्श माना है, लेकिन शिक्षकों की कमी से जूझते अधिकांश विद्यालयों में यह अधूरा है।

कई स्कूलों में बच्चों की कमी के कारण भी यह स्थिति विषम बनी हुई है। अगर दुनिया के दूसरे देशों पर नजर डालें तो छात्र-शिक्षक अनुपात के मामले में हम बहुत पीछे हैं। पोलैंड, आइसलैंड और स्वीडन में जहां केवल दस छात्रों पर ही एक शिक्षक की व्यवस्था है, वहीं क्यूबा, एंडोरा और लक्जमबर्ग में यह अनुपात 9:1 है। कुवैत, बरमूडा और सेंट मैरिनो में केवल छह विद्यार्थियों पर एक शिक्षक है।

शिक्षा पर खर्च के मामले में भारत की स्थिति काफी खराब है। शिक्षा पर खर्च के मामले में भारत का दुनिया में एक सौ छत्तीसवें स्थान पर है। जापान और क्यूबा जैसे देश अपने बजट का दस फीसद हिस्सा शिक्षा पर खर्च करते हैं, जबकि नार्वे, न्यूजीलैंड, ब्रिटेन और अमेरिका में जीडीपी का छह फीसद से अधिक हिस्सा शिक्षा पर लगाया जाता है। नई शिक्षा नीति के तहत केंद्र सरकार ने शिक्षा में जीडीपी का छह फीसद हिस्सा खर्च करने का लक्ष्य रखा है। मालूम हो कि 1964 में शिक्षा सुधार के लिए गठित कोठारी आयोग ने भी सकल घरेलू उत्पाद के छह फीसद हिस्से को शिक्षा पर व्यय की सिफारिश की थी। साढ़े पांच दशक बाद भी सरकारों शिक्षा में पर्याप्त निवेश को लेकर गंभीर नहीं हुई हैं।

राष्ट्रीय साक्षरता दर को सौ फीसद तक ले जाने के अलावा भारत के समक्ष स्त्री-पुरुष साक्षरता के अंतर को कम करना भी एक चुनौती बनी हुई है। शिक्षा में लैंगिक समानता स्थापित करने के लिए इस अंतर को मिटाना बहुत जरूरी है। संयुक्त राष्ट्र ने अगले दस साल में पूरी दुनिया से सभी क्षेत्रों में लैंगिक भेदभाव को समाप्त करने का संकल्प लिया है। भारत में पिछले तीस सालों में स्त्री-पुरुष साक्षरता दर का अंतर दस फीसदी तक तो घटा है, लेकिन पिछली जनगणना के अनुसार अभी भी स्त्री-पुरुष साक्षरता दर में सत्रह फीसद का अंतर है।

पिछली जनगणना रिपोर्ट के अनुसार देश में पुरुषों की साक्षरता दर 82.14 है, वहीं महिलाओं में इसका प्रतिशत केवल 65.46 है। शिक्षा के क्षेत्र में लैंगिक विषमता बढ़ने के कई कारण हैं। बालिकाओं की शिक्षा के प्रति आज भी समाज का एक हिस्सा जागरूक नहीं हुआ है। ग्रामीण समाज में अभिभावक बालिका शिक्षा पर पर्याप्त जोर नहीं देते हैं। इसी का परिणाम है कि बेटियां दसवीं और बारहवीं की बोर्ड परीक्षा भी ढंग से पास नहीं कर पाती हैं और उनका विवाह कर दिया जाता है। रूढ़िवादी सोच के कारण लोग बेटियों की शिक्षा को महत्व नहीं देते। इसलिए साक्षरता के प्रसार के साथ महिलाओं और पुरुषों के बीच साक्षरता के लैंगिक अंतर को पाटना भी अत्यंत आवश्यक है। यह अंतर जितना कम होगा, सामाजिक तौर पर देश उतना ही मजबूत बनेगा।

देश को भ्रष्टाचार मुक्त बनाने की मुहिम अभी अपना रंग नहीं दिखा पायी है

विश्व भर में हर साल खरबों डॉलर की रकम या तो रिश्वतखोरी या फिर भ्रष्ट तरीकों की भेंट चढ़ जाती है जिससे कानून के शासन की अहमियत तो कम होती ही है, साथ ही मादक पदार्थों, हथियारों और लोगों की अवैध तस्करी, हिंसा एवं आतंकवाद को भी बढ़ावा मिलता है। अन्तर्राष्ट्रीय भ्रष्टाचार निरोध दिवस प्रतिवर्ष 9 दिसम्बर को पूरे विश्व में मनाया जाता है। 31 अक्टूबर 2003 को संयुक्त राष्ट्र ने एक भ्रष्टाचार-निरोधी समझौता पारित किया था और तभी से यह दिवस मनाया जाता है। पूरे विश्व में एक समृद्ध, मूल्याधारित समाज को बनाए रखने के लिए भ्रष्टाचार को खत्म करना इस दिन का मुख्य उद्देश्य है। इस दिन सम्मेलन, भाषण, रैलियाँ, प्रदर्शिनियाँ, नाटक आदि कई गतिविधियाँ संयुक्त राष्ट्र और संबंधित सदस्य राज्यों के द्वारा भ्रष्टाचार से लड़ने की भावना के साथ आयोजित की जाती हैं। तेजी से पांव पसार रहा भ्रष्टाचार किसी एक समाज, प्रांत या देश की समस्या नहीं है। इसने हर व्यक्ति एवं व्यवस्था को दूषित किया है, इसे रोकने के लिये प्रतीक्षा नहीं प्रक्रिया आवश्यक है। सत्ता एवं स्वार्थ ने भ्रष्टाचारमुक्ति को पूर्णता देने में नैतिक कारगरता दिखाई है। इसकी वजह से लोगों में विश्वास इस कदर उठ गया कि चौराहे पर खड़े आदमी को सही रास्ता दिखाने वाला भी झूठा-सा, भ्रष्ट एवं अनैतिक लगता है। आंखें उस चेहरे पर सच्चाई की साक्षी ढूँढ़ती हैं। भ्रष्टाचार एक गंभीर अपराध है जो सभी समाजों में नैतिक, सामाजिक और आर्थिक विकास को कमजोर करता है। आज के समय में भ्रष्टाचार से कोई देश, क्षेत्र या समुदाय बचा नहीं है। यह दुनिया के सभी हिस्सों में फैल गया है चाहे वो राजनीतिक, सामाजिक या आर्थिक हो और साथ ही लोकतांत्रिक संस्थानों को भी कमजोर करता है, सरकारी अस्थिरता में योगदान देता है और आर्थिक विकास को भी धीमा करता है, तभी इस विकराल होती समस्या पर नियंत्रण पाने के लिये संयुक्त राष्ट्र ने भ्रष्टाचार निरोध दिवस को आयोजित करने का निश्चय किया।

प्रश्न है कि अखिर भ्रष्टाचार है क्या?

आसान शब्दों में कहें तो भ्रष्टाचार उन लोगों के द्वारा जिनमें पॉवर होती है एक प्रकार का बेईमान या धोखेबाज आचरण को दर्शाता है। यह समाज की बनावट को भी खराब करता है। यह लोगों से उनकी आजादी, स्वास्थ्य, धन और कभी-कभी उनके जीवन को ही खत्म कर देता है। किसी ने सही कहा है कि भ्रष्टाचार एक मीठा जहर है। विश्व भर में हर साल खरबों डॉलर की रकम या तो रिश्वतखोरी या फिर भ्रष्ट तरीकों की भेंट चढ़ जाती है जिससे कानून के शासन की अहमियत तो कम होती ही है, साथ ही मादक पदार्थों, हथियारों और लोगों की अवैध तस्करी, हिंसा एवं आतंकवाद को भी बढ़ावा मिलता है। हर साल भ्रष्टाचार की भेंट चढ़ने वाली खरबों डॉलर की ये रकम वैश्विक घरेलू उत्पाद (जीडीपी) के लगभग 5 फीसदी के बराबर है। इसके कारण राष्ट्रों की समृद्धि से ज्यादा साख खतरे में पड़ी है। आज हमारे कंधे भी इसीलिये झुक गये कि भ्रष्टाचार का बोझ सहना हमारी आदत हो गयी है। भ्रष्टाचार के नशीले अहसास में रास्ते गलत पकड़ लिये और इसीलिये भ्रष्टाचार की भीड़ में हमारे साथ गलत साथी, संस्कार, सलाह, सहयोग जुड़ते गये। जब सभी कुछ गलत हो तो भला उसका जोड़, बाकी, गुणा या भाग का फल सही कैसे आएगा? तभी भ्रष्टाचार से एक बेहतर दुनिया बनाने के प्रयासों के रास्ते में भारी रुकावट पैदा हो रही है।

भ्रष्टाचार निरोध दिवस मनाते हुए दुनिया के कतिपय राष्ट्रों ने ईमानदार शासन व्यवस्था देने का उदाहरण प्रस्तुत किया है, जिनमें भारत में नरेन्द्र मोदी सरकार ने देश में एक नयी चुस्त-दुरूस्त, पारदर्शी, जवाबदेह और भ्रष्टाचार मुक्त कार्यसंस्कृति को जन्म दिया है, इस तथ्य से चाह कर भी मुंह नहीं मोड़ा जा सकता। न खाऊंगा का प्रधानमंत्री का दावा अपनी जगह कायम है लेकिन न खाने दूंगा वाली हुंकार अभी अपना असर नहीं दिखा पा रही है। सरकार को भ्रष्टाचार को समाप्त करने के लिये सख्ती के साथ-साथ व्यावहारिक कदम उठाने की अपेक्षा है। पिछले सत्तर वर्षों की भ्रष्ट कार्यसंस्कृति ने देश के विकास को अवरूद्ध किया। आजादी के बाद से अब तक देश में हुये भ्रष्टाचार और घोटालों का हिसाब जोड़ा जाए तो देश में विकास की गंगा बहायी जा सकती थी। दूषित राजनीतिक

व्यवस्था, कमजोर विपक्ष और क्षेत्रीय दलों की बढ़ती ताकत ने पूरी व्यवस्था को भ्रष्टाचार के अंधेरे कुएं में धकेलने का काम किया। देखा यह है कि क्या वास्तव में हमारा देश भ्रष्टाचार मुक्त होगा? यह प्रश्न आज देश के हर नागरिक के दिमाग में बार-बार उठ रहा है कि किस प्रकार देश की रगों में बह रहे भ्रष्टाचार के दूषित रक्त से मुक्ति मिलेगी। वर्तमान सरकार की नीति और नियत दोनों देश को भ्रष्टाचार मुक्त बनाने की है, लेकिन उसका असर दिखना चाहिए। विभिन्न राजनीतिक दल जनता के सेवक बनने की बजाय स्वामी बन बैठे। मोदी ने इस सड़ी-गली और भ्रष्ट व्यवस्था को बदलने का बोझ उठाया और उसके परिणाम भी देखने को मिले। प्रधानमंत्री का स्वयं को प्रधानसेवक कहना विपक्ष के लिये जुमलेबाजी का विषय



हो सकता है। लोकतंत्र में लोक विश्वास, लोक सम्मान जब ऊर्जा से भर जाए तो लोकतंत्र की सच्ची संकल्पना आकार लेने लगती है। मोदी ने लोकतंत्र में लोक को स्वामी होने का एहसास बखूबी कराया है। लेकिन प्रश्न यह है कि यही लोक अब तक भ्रष्टाचार के खिलाफ जागृत क्यों नहीं हो रहा है? जन-जागृति के बिना भ्रष्टाचार को समाप्त नहीं किया जा सकता। यह एक बड़ा यथार्थ है कि सरकार की काम करने की नीयत में कोई खोत नहीं है। देखा जाए तो नीति, नीयत और निर्णय यह तीन गुण किसी भी सफल लोकतंत्र व राष्ट्र के उत्तरोत्तर विकास एवं प्रगति के लिये आवश्यक होते हैं। मोदी सरकार की नीतियों में जन कल्याण, जन सम्मान, राष्ट्र गौरव की नीयत और निर्णय स्पष्ट दिखाई देते हैं। देश के सम्मान, समृद्धि और सुरक्षा के संकल्प को हकीकत में बदलने का काम मोदी सरकार कर रही है। लेकिन एक प्रश्न यहां यह भी खड़ा है कि भाजपा की प्रांत सरकारें एवं भाजपा के नेता भ्रष्टाचार मुक्ति के लिये उदाहरण क्यों नहीं बन पा रहे हैं? देखा जाए तो भ्रष्टाचार किसी भी राज्य को कई स्तर पर कमजोर करता है। इसके कारण कामकाज में देर होती है। इसका असर उत्पादन से लेकर अन्य परिणामों पर पड़ता है। योग्य लोग नजरअंदाज कर दिये जाते हैं और अयोग्य लोगों के हाथों में कमान आ जाती है। भ्रष्टाचार के कारण ही देश में प्राकृतिक संपदा एवं जनधन की लूट होने के आरोप भी लगते रहते हैं। इन त्रासद स्थितियों से सरकार के प्रति नकारात्मक सोच तो बनती ही है, साथ ही आम लोग मानसिक तौर पर कुंठित एवं निराश भी होने लगते हैं। भ्रष्टाचार और काले धन के खिलाफ जो माहौल बना वह निश्चित ही एक शुभ संकेत है देश को शुद्ध सांस देने का। क्योंकि हम गिरते गिरते इतने गिर गये कि भ्रष्टाचार ही शिष्टाचार बन गया। राष्ट्रीय चरित्र निर्माण, नैतिकता, पारदर्शिता की कहीं कोई आवाज उठती भी थी तो ऐसा लगने लगता है कि यह विजातीय तत्व है जो हमारे जीवन में घुस रहा है। लेकिन देर आये दुरस्त आये कि भाति अब कुछ संभावनाएं मोदी ने जगाई हैं, इस जागृति से कुछ सबक भी मिले हैं और कुछ सबक भी है। इसका पहला सबक तो यही है कि भ्रष्टाचार की लड़ाई चले से नहीं, आत्मा से ही लड़ी जा सकती है। दूसरा सबक है कि कोई गांधी या कोई गांधी बन कर ही इस लड़ाई को वास्तविक मजिल दे सकता है।

डेनमार्क में एक कदम आगे

डेनमार्क में पिछले हफ्ते एक नया कानून पास हुआ, जिसके तहत बलात्कार की परिभाषा बदल दी गई है। कानून में अब तक यौन हिंसा पर ही ध्यान दिया जाता था, जबकि नए कानून के तहत सहमति पर जोर दिया जाएगा। यानी अगर कोई अपने पार्टनर के साथ बिना सहमति के यौन करता है, तो उसे बलात्कार माना जाएगा। लेकिन जानकारों के मुताबिक कानून के बदल जाने से भी सभी महिलाओं को फायदा नहीं मिलेगा। 1999 से डेनमार्क में देह व्यापार को कानूनी अनुमति है, लेकिन इसे किसी पेशे के रूप में नहीं देखा जाता। ऐसे में बीमा कंपनियां भी इनकी मदद नहीं करतीं। यौन हिंसा होने पर ये अपने साथ हुई ज्यादाती को रिपोर्ट भी नहीं करती हैं। कोरोना महामारी के दौरान इन लोगों के हालात और खराब हुए हैं। सोशल डिस्टेंसिंग के नियमों के चलते देह व्यापार पर रोक लगी हुई है। सरकार ने इनके लिए एक हेल्थ पैकेज जारी किया, ताकि इन्हें हो रहे आर्थिक नुकसान की भरपाई हो सके। लेकिन सभी सेक्स वर्कर्स को इसका फायदा नहीं मिल पाया। वजह यह रही कि ज्यादातर सेक्स वर्कर नाइजीरिया, थाईलैंड और पूर्वी यूरोप के देशों से आई महिलाएं हैं, जिनके पास वैध कागज भी नहीं हैं। ऐसे में इन्हें डर रहता है कि अगर ये पुलिस के पास बलात्कार की रिपोर्ट करने जाएंगी तो कहीं पुलिस इन्हें डिपोर्ट ही ना कर दे। रेडन इंटरनेशनल नाम के एनजीओ के मुताबिक ऐसी ज्यादातर लड़कियां तस्करी के कारण यहां पहुंचती हैं। एनजीओ कार्यकर्ताओं का कहना है कि लॉकडाउन के दौरान हिंसा के मामले काफी बढ़े हैं। दूसरे देशों में भी यही अनुभव है। मसलन, स्वीडन की क्राइम प्रिवेंशन काउंसिल के 2018 के आंकड़ों के अनुसार उस वर्ष 6,700 से अधिक महिलाएं यौन हिंसा का शिकार हुईं लेकिन पुलिस के पास केवल 1,300 मामले ही दर्ज किए गए। इनमें से सिर्फ 69 मामलों में दोषी को सजा हो सकी। ज्यादातर मामलों में बलात्कार इसलिए रिपोर्ट नहीं की जाती, क्योंकि महिलाओं को डर होता है कि इसे उन पर झकलंकल लग जाएगा। उन्हें इस बात का डर रहता है कि उनके अपने परिचित और अधिकारी ही उन्हें बुरी नजर से देखेंगे। एमनेस्टी इंटरनेशन की एक रिपोर्ट के अनुसार 50 फीसदी पीड़ितों ने कहा कि वे पुलिस के रवैये से खुश नहीं हैं। जाहिर है, ऐसे हाल में परिभाषा बदलना काफी नहीं है। फिर यह सही दिशा में एक कदम है।

►► वजह यह रही कि ज्यादातर सेक्स वर्कर नाइजीरिया, थाईलैंड और पूर्वी यूरोप के देशों से आई महिलाएं हैं, जिनके पास वैध कागज भी नहीं हैं। ऐसे में इन्हें डर रहता है कि अगर ये पुलिस के पास बलात्कार की रिपोर्ट करने जाएंगी तो कहीं पुलिस इन्हें डिपोर्ट ही ना कर दे।

अस्थमा (दमा)

जाने ये जरूरी बातें

यह अस्थमा लोगों को व्यायाम की शुरुआत में कुछ मिनटों तक और व्यायाम समाप्त होने के 10-15 मिनट बाद तक रहता है। मेडिकल साइंस में इस कंडीशन को एक्सरसाइज इन्ड्यूस्ड अस्थमा या ईआईए कहते हैं। अस्थमा के 90 प्रतिशत मरीज ईआईबी महसूस करते हैं लेकिन ईआईबी महसूस करने वाला प्रत्येक व्यक्ति अस्थमा के किसी अन्य प्रकार से पीड़ित हो ऐसा जरूरी नहीं।



अस्थमा या दमा एक ऐसी बीमारी है जिसमें सांस या श्वसन तंत्र की नलियों में सूजन, सिकुड़न या ज्यादा बलगम बनने से सांस लेते समय घरघराहट, घुटन, खांसी और सीने में दर्द होता है। हमारे देश में हर साल अस्थमा के एक करोड़ से ज्यादा मामले दर्ज होते हैं। इनमें से कुछ दवाओं और लाइफस्टाइल बदलने से ठीक हो जाते हैं लेकिन कुछ का समूचा जीवन दवाओं व इन्हेलर के सहारे बीतता है। जब हम सांस लेते हैं तो प्रत्येक सांस के साथ हवा, नाक या मुंह से गले में होती हुयी श्वसन नलिका के जरिये फेफड़ों तक जाती है। फेफड़ों में मौजूद छोटे-छोटे वायु मार्ग (एयरवेज) हवा से ऑक्सीजन को रक्त प्रवाह (ब्लड स्ट्रीम) में पहुंचाते हैं। जब किसी संक्रमण या एलर्जी से श्वसन वायुमार्ग (एयरवेज) की परत (लाइनिंग) सूजती है तो आसपास की मांसपेशियां अकड़ (टाइट) जाती हैं। कुछ केसों में संक्रमण या एलर्जी से बना म्यूकस (बलगम) श्वसन वायुमार्ग में भरने लगता है जिससे फेफड़ों में कम हवा पहुंचने से अस्थमा का अटैक होता है।

क्या लक्षण हैं अस्थमा के?

आमतौर पर अस्थमा में सांस लेने में घरघराहट व चीख जैसी सीटी बजने की आवाज आती है। इसके अलावा रात को सोते समय और हंसते या व्यायाम करते समय खांसी, सीने में जकड़न, सांस लेने में कठिनाई, बात करने में दिक्कत, थकान, बैक (पीठ) में दर्द, घरघराहट व थकान महसूस होती है। ऐसा नहीं है कि अस्थमा के मरीजों को ये सभी लक्षण एक साथ महसूस हों, इनमें से कुछ अस्थमा की अत्यन्त गम्भीर स्थिति में ही उभरते हैं।

कितनी तरह का होता है अस्थमा?

मेडिकल साइंस में अस्थमा के कई टाइप हैं इनमें सबसे कॉमन है ब्रोन्कियल अस्थमा। यह फेफड़ों में ब्रोन्ची (ट्रेकिया का एक्सेटेन्डेड भाग) को प्रभावित करता है। अस्थमा के अन्य रूपों में चाइल्डहुड (बचपन का) अस्थमा और वयस्क अस्थमा शामिल हैं। एडल्ट ऑनसेट अस्थमा में कम से कम 20 वर्ष की उम्र तक कोई लक्षण ही नहीं उभरते। इनके अलावा अस्थमा के ये टाइप हैं- एलर्जिक या एक्सट्रिनसिक अस्थमा- बहुत से लोग एलर्जी से अस्थमा का शिकार हो जाते हैं। ऐसे लोगों को कई चीजों से एलर्जी होती है जैसेकि- कुत्ते या बिल्ली जैसे पालतू जानवर, विशेष खाद्य-पदार्थ, किसी पेड़-पौधे और फूल के पराग,

धूल, कोई विशेष गंध या रसायन।

अभी तक हुए शोध के अनुसार अस्थमा का यह प्रकार सीजनल है। जैसे ही सीजन या कारण परिवर्तित होता है अस्थमा ठीक हो जाता है और यदि भविष्य में वही कंडीशन बनें तो फिर से हो जाता है।

नॉन-एलर्जिक या इन्ट्रीसिक अस्थमा- इस टाइप का अस्थमा हवा में मौजूद कुछ तत्व ट्रिगर करते हैं। इन तत्वों में लकड़ी और सिगरेट का धुआ, ठंडी हवा, वायु प्रदूषण, वायरल संक्रमण, एयर फ़ेशनर्स, घर की साफ सफाई में प्रयोग किये जाने वाले उत्पाद (जैसेकि फिनाइल, डेटॉल, लाइजॉल इत्यादि) और परफ्यूम्स शामिल हैं।

आंक्वूपेशनल अस्थमा- यह वर्क-प्लेस से ट्रिगर होता है, इसे ट्रिगर करने वाले कारकों (इरीटेन्ट) में धूल, डाइ, गैसों और बदबू, इंडस्ट्रियल कैमिकल, एनीमल प्रोटीन और रबर लेटेक्स शामिल होते हैं। फार्मिंग (खेती), टेक्सटाइल, लकड़ी के कारखाने और मैनुफैक्चरिंग यूनिट्स में काम करने वाले लोग इससे सबसे ज्यादा पीड़ित होते हैं।

एक्सरसाइज इन्ड्यूस्ड ब्रोन्कोकॉन्स्ट्रिक्सन या ईआईबी- यह अस्थमा लोगों को व्यायाम की शुरुआत में कुछ मिनटों तक और व्यायाम समाप्त होने के 10-15 मिनट बाद तक रहता है। मेडिकल साइंस में इस कंडीशन को एक्सरसाइज इन्ड्यूस्ड अस्थमा या ईआईए कहते हैं। अस्थमा के 90 प्रतिशत मरीज ईआईबी महसूस करते हैं लेकिन ईआईबी महसूस करने वाला प्रत्येक व्यक्ति अस्थमा के किसी अन्य प्रकार से पीड़ित हो ऐसा जरूरी नहीं।

एस्पिरिन इन्ड्यूस्ड अस्थमा- मेडिकल साइंस में इसे एस्पिरिन एक्झासबेटेड रेस्पिरेटरी डिसेस या ईआरडी कहते हैं। इसे गम्भीर अस्थमा माना जाता है। यह व्यक्ति के एस्पिरिन या अन्य एनएसएआईडी (नॉनस्टैरॉइडल एंटी इन्फ्लेमेटरी ड्रग) दवायें, जैसेकि नेप्रोक्सिन (एलिव) या आईबूफेन (एडविल) लेने से शुरू (ट्रिगर) होता है। इसके लक्षण दवा लेने के कुछ मिनटों या घंटों में उभर आते हैं। ऐसा दवा से एलर्जी के कारण नाक में मांस (नेजल पॉलिप्स) बढ़ने से होता है। इससे सांस लेने और सूंघने में दिक्कत होती है और नाक बहने के साथ चेहरे, सिर या ऊपरी दांतों में दर्द होता है तथा व्यक्ति खरोंटे लेने लगता है। अस्थमा के कुल मरीजों में 9 प्रतिशत, एस्पिरिन एक्झासबेटेड रेस्पिरेटरी डिसेस से पीड़ित होते हैं।

यह 20 से 50 वर्ष की उम्र वाले लोगों में होता है।

नॉक्टर्नल अस्थमा-यह पेट में जलन, पालतू जानवरों की रूसी व धूल के कणों से ट्रिगर होता है और इसके लक्षण एक रात में ही गम्भीर हो जाते हैं। कुछ लोगों में यह शरीर की नेचुरल स्लीप साइकल बिगड़ने से भी ट्रिगर हो जाता है।

कफ वैरियन्ट अस्थमा- इस टाइप के अस्थमा में सामान्य लक्षणों से ज्यादा लगातार सूखी खांसी आती है। यदि इसका जल्द इलाज न कराया जाये तो यह गम्भीर हो जाता है और व्यक्ति ढंग से सो भी नहीं पाता।

लक्षणों की गम्भीरता के हिसाब से भी अस्थमा का वर्गीकरण किया गया है, इससे बीमारी के इलाज में मदद मिलती है। इसके अनुसार अस्थमा के चार टाइप हैं-

इंटरमिटेंट-अस्थमा के ज्यादातर मरीज इसी वर्ग में आते हैं। यह टाइप रोज-मर्रा के कामों में हस्तक्षेप नहीं करता। इसके लक्षण मामूली और सप्ताह में एक-दो दिन या पूरे महीने में एक-दो रात ही रहते हैं।

माइल्ड परसिस्टेंट- इसके लक्षण सप्ताह में दो बार से ज्यादा (लेकिन रोजाना नहीं) और माह में लगभग चार रात उभरते हैं।

मॉडरेट परसिस्टेंट-इसके लक्षण दिन में एक बार और सप्ताह में एक रात उभरते हैं। इससे रोज-मर्रा की गतिविधियां प्रभावित होती हैं।

सिवियर परसिस्टेंट-इसके लक्षण डेली कई बार उभरते हैं और ज्यादातर रात को। यह रोज-मर्रा की गतिविधियों को सीमित कर देता है।

क्यों होता है अस्थमा?

अस्थमा के लिये कोई एक कारण जिम्मेदार नहीं है, इस सम्बन्ध हुए शोध के मुताबिक ये फैक्टर अस्थमा का रिस्क बढ़ाते हैं-

जेनेटिक-यदि माता-पिता और भाई बहनों को अस्थमा है तो इसके चांस बढ़ जाते हैं।

हिस्ट्री ऑफ वायरल इन्फेक्शन-बचपन में वायरल इन्फेक्शन के शिकार लोगों में अस्थमा होने के चांस ज्यादा होते हैं।

हाइजीन हाइपोथिसिस-अत्यन्त शुद्ध (हाई हाइजीन) वातावरण में पले बढ़े लोगों को अस्थमा का रिस्क ज्यादा होता है।

अस्थमा अटैक या एक्झासबेशन

जब अस्थमा धीरे-धीरे बढ़ता हुआ गम्भीर हो जाता है तो इसे अस्थमा अटैक या एक्झासबेशन कहते हैं। इसमें सूजन से श्वसन नलिका के सिकुड़ने से सांस लेने में कठिनाई, हाइपरवेन्टीलेशन, खांसी, घरघराहट, हार्ट रेट में बढ़ोत्तरी और व्याकुलता जैसे लक्षण उभरते हैं। इस तरह का अस्थमा अटैक यदि कुछ सेकेंडों या मिनटों में अपने आप बिना किसी दवा के समाप्त हो जाये तो भी इसे हल्के में न लें, तुरन्त डाक्टर से मिलें, क्योंकि दोबारा ऐसा अटैक ज्यादा खतरनाक होता है और फेफड़ों की सांस लेने की क्षमता घटा देता है।

अस्थमा और सीओपीडी

सीओपीडी या क्रोनिक ऑब्सट्रक्टिव पुलमोनरी डिसेस को लोग गलती से अस्थमा समझ लेते हैं जबकि यह अस्थमा से एकदम अलग है। हालांकि इसके कुछ लक्षण अस्थमा की तरह होते हैं जैसेकि खांसी, घरघराहट और सांस लेने में तकलीफ।

सीओपीडी एक अम्ब्रेला टर्म है जिसे प्रोग्रेसिव रेस्पिरैटरी डिसेस के लिये प्रयोग किया जाता है इसके अंतर्गत क्रोनिक ब्रोन्काइटिस और एम्पसीमा जैसी बीमारियां आती हैं। ये बीमारियां श्वसन तन्त्र में वायु मार्ग पर ही अटैक करती हैं और इसका परिणाम सूजन से वायुमार्ग के सिकुड़ने के रूप में सामने आता है। अस्थमा में भी लगभग ऐसा ही होता है लेकिन अस्थमा के ज्यादातर केस बचपन में ही सामने आ जाते हैं जबकि सीओपीडी के ज्यादातर केस 45 साल के बाद ही सामने आते हैं। एक शोध से यह भी सामने आया है कि सीओपीडी के 40 प्रतिशत मरीजों को अस्थमा भी होता है।

अस्थमा के ज्यादातर केस जेनेटिक और एलर्जी से होते हैं जबकि सीओपीडी का सबसे बड़ा कारण धूम्रपान है। सीओपीडी से होने वाली दस मौतों में 9 धूम्रपान से होती हैं।

कैसे पुष्टि होती है अस्थमा की?

अस्थमा की पुष्टि के लिये हेल्थ हिस्ट्री जानने के साथ फिजिकल जांच की जाती है। इसमें डॉक्टर स्थेथोस्कोप से सांस की जांच करते हैं। इसके साथ ही स्किन पर किसी तरह के एलर्जिक रियेक्शन जैसेकि एक्जिमा या हाइव इत्यादि की जांच भी की जाती है क्योंकि एलर्जी हमेशा ही अस्थमा का रिस्क बढ़ाती है।

इन जांचों के बाद ब्रीदिंग टेस्ट (पीएफटी या पुलमोनरी फंक्शन टेस्ट) होता है। इसमें स्पाइरोमीटर से फेफड़ों के एयर फ्लो की जांच होती है। इससे फेफड़ों से बाहर निकलने वाली हवा का दबाव पता चलता है। यह टेस्ट 5 वर्ष से कम उम्र के बच्चों पर नहीं किया जाता।

अस्थमा का इलाज

अस्थमा का इलाज मरीज की उम्र और ट्रिगर होने के कारणों के अनुसार होता है। इसे तीन कैटागरी में बांटा गया है-

ब्रीदिंग एक्सरसाइजेज- अस्थमा के उपचार का यह सबसे सरल और कारगर तरीका है। इसमें गहरी सांस लेकर फेफड़ों में अधिक से अधिक हवा को अंदर बाहर करते हैं जिससे फेफड़ों की कार्य-क्षमता बढ़ती है और अस्थमा के लक्षण धीरे-धीरे कम होने लगते हैं।

क्रिक रिलीफ अस्थमा ट्रीटमेंट- इसके अंतर्गत मरीज को तुरन्त राहत देने के लिये दवायें और इन्हेलर दिये जाते हैं। जैसेकि ब्रोन्कोडाइलेटर्स, ये मरीज के श्वसन तन्त्र की अकड़ी मांसपेशियों को कुछ मिनटों में रिलेक्स कर देते हैं और उसे सांस लेने में आराम हो जाता है। इन्हेलर और नेबुलाइजर इसी कैटागरी में आते हैं।

लांग टर्म अस्थमा कंट्रोल मेडीकेशन्स- इस कैटागरी की दवाओं का सेवन डेली करना पड़ता है इनसे अस्थमा की गम्भीरता कंट्रोल होती है लेकिन ये तुरन्त प्रभावी नहीं होती हैं। इन दवाओं के अंतर्गत एंटी इन्फ्लेमेटरीस, एंटी-कोलिनरजीज और लांग एक्टिंग ब्रोन्कोडाइलेटर्स दिये जाते हैं। जब अस्थमा अत्यन्त गम्भीर श्रेणी में पहुंच जाता है तो बॉयोलाजी थेरेपी ड्रग्स प्रयोग किये जाते हैं।

ब्रोन्शियल थर्मोप्लास्टी- इलाज के इस तरीके में इलेक्ट्रोड के जरिये गर्म वायु-तरंगों फेफड़ों में प्रवाहित करते हैं जिससे मांसपेशियों की अकड़न घटती है और मरीज को सांस लेने में आसानी हो जाती है। इस विधि का प्रयोग अस्थमा के गम्भीर केसों में ही होता है और यह सुविधा अभी केवल बड़े अस्पतालों में ही उपलब्ध है।

कैसे करें अस्थमा की रोकथाम?

अस्थमा किसी एक कारण से नहीं होता बल्कि कई भिन्न-भिन्न फैक्टर इसे ट्रिगर करते हैं इसलिए इनसे बचकर ही अस्थमा से बचा जा सकता है। ऐसे में इन बातों का ध्यान रखना चाहिये-

ट्रिगर कारकों से बचें-उन तत्वों या कारकों से दूर रहें जिनसे अस्थमा ट्रिगर होता है जैसेकि रसायन, गंध, धूल और एक्सट्रीम वातावरण (बहुत सर्दी या बहुत गर्मी)।

एलर्जिक तत्वों से दूर रहें- मरीज को उन सभी तत्वों से दूर रहना चाहिये जिससे उसे एलर्जी है चाहे वे खाद्य पदार्थ हों या वातावरण में मौजूद गंध और धूल जैसे तत्व।

एम्प्यून सिस्टम मजबूत करें- एलर्जी का असर कम करने के लिये इम्प्यून सिस्टम को मजबूत करें और एलर्जी शॉट लें। इनसे शरीर की एलर्जिक तत्वों के प्रति संवेदनशीलता घटती है और ये तत्व अस्थमा को ट्रिगर करने में असमर्थ हो जाते हैं।

प्रवैन्टिव मेडीकेशन प्रयोग करें-हमेशा अपने पास प्रवैन्टिव मेडीशन रखें जिससे आपातकालीन स्थिति में अस्थमा का अटैक रोका जा सके।

पौष्टिक भोजन लें-हमेशा पोषक तत्वों से भरपूर भोजन करें जिससे ओवरआल हेल्थ ठीक रहे और इम्प्यून सिस्टम, अस्थमा का मुकाबला करने में समर्थ बनें।

मोटापा कम करें-मोटापा अस्थमा में घातक सिद्ध होता है ऐसे में अपना वजन न बढ़ने दें। मोटापा घटने से हृदय, फेफड़ों और शरीर के जोड़ ठीक रहते हैं और अस्थमा का दुष्प्रभाव भी कम हो जाता है।

धूम्रपान छोड़ें-अस्थमा की पुष्टि होते ही धूम्रपान हमेशा के लिये छोड़ दें, इससे जहां अस्थमा ट्रिगर होता है वहीं सीओपीडी का रिस्क भी बढ़ जाता है।

नियमित व्यायाम करें-कभी-कभार किया गया व्यायाम अस्थमा का रिस्क बढ़ाता है लेकिन नियमित व्यायाम से फेफड़े मजबूत होते हैं और अस्थमा का रिस्क घटता है। व्यायाम के साथ रोजाना 30 मिनट की डीप ब्रीदिंग (गहरी सांस लेना) अस्थमा रोकने में कारगर है।

स्ट्रेस मैनेजमेंट-बहुत से लोगों में स्ट्रेस से अस्थमा ट्रिगर होता है इसलिए उन परिस्थितियों से बचें जो स्ट्रेस (तनाव) बढ़ाती हैं।

घाटी से संकेत



अभी तक राजनीतिक दलों पर पाबंदी और नेताओं के नजरबंदी में होने की वजह से वहां राजनीतिक गतिविधियां लगभग रुकी हुई थीं। अनुच्छेद तीन सौ सत्तर को समाप्त हुए करीब सवा साल हो गए। हालांकि इस बीच वहां पंचायत के चुनाव हुए, पर उसमें सभी राजनीतिक दलों ने हिस्सा नहीं लिया था। स्थानीय लोगों में भी ज्यादातर विरोध का ही रुख दिखाई दिया था।

मगर इस चुनाव में उत्साहजनक शिरकत नजर आई। केंद्र सरकार चाहती थी कि घाटी में जल्दी लोकतांत्रिक प्रक्रिया बहाल हो और विकास कार्यों को गति मिल सके। स्थानीय निकायों के चुनाव इस मायने में महत्वपूर्ण हैं कि उनके माध्यम से ही केंद्र की अनेक योजनाओं का क्रियान्वयन होता है। यानी अब रुकी हुई योजनाएं गति पा सकेंगी और नई योजनाओं के लिए रास्ता खुलेगा। यह चुनाव इस बात का भी संकेत है कि घाटी के लोग अब सामान्य लोकतांत्रिक व्यवस्था को स्वीकार कर चुके हैं। लोकतांत्रिक व्यवस्था में राजनीतिक दलों की ताकत तभी बनती है, जब वे चुनाव के जरिए पक्ष या विपक्ष में रहते हैं। मगर घाटी में अलगाववादी ताकतें लंबे समय से लोकतांत्रिक व्यवस्था को मानने से इनकार और चुनावों का बहिष्कार करती रही हैं।

हलांकि वहां के राजनीतिक दल चुनाव के जरिए अपनी हैसियत हासिल करने का प्रयास करते रहे हैं, पर पीडीपी और नेशनल कान्फ्रेंस का ध्यान मुख्य रूप से घाटी पर ही केंद्रित रहा है। इस चुनाव में जम्मू-कश्मीर के सभी क्षेत्रीय दलों और कुछ भाजपा विरोधी दलों ने मिल कर एक गठबंधन बनाया था। गुपकर गठबंधन। इन दलों ने दावा किया था कि वे एकजुट होकर जनादेश हासिल करेंगे और केंद्र

सरकार के फैसलों को पलटने में कामयाब होंगे। मगर डीडीसी चुनाव नतीजे इस गठबंधन के लिए उत्साहजनक नहीं कहे जा सकते। इनसे घाटी के मिजाज का पता चलता है। चुनाव में मुख्य मुकाबला भाजपा और गुपकर गठबंधन के बीच ही देखा गया।

कांग्रेस तीसरे स्थान पर नजर आई। इसमें निर्दलीय उम्मीदवारों ने भी अच्छी-खासी कामयाबी हासिल की है। गठबंधन दलों के लिए यह कम बड़ी चेतावनी नहीं है कि घाटी के उनके गढ़ में घुस कर भाजपा ने अपना परचम लहराया है। यानी वहां के लोगों ने गुपकर गठबंधन दलों की तरफ से फैलाए जा रहे भ्रमों पर कान नहीं दिया और विकास की उम्मीद के पक्ष में मतदान किया।

घाटी में अनुच्छेद तीन सौ सत्तर हटने के बाद स्थानीय दल लोगों को यह समझाने में जुटे थे कि केंद्र की भाजपा सरकार उनके प्रति दुराग्रह रख कर काम कर रही है। मगर डीडीसी चुनाव नतीजों ने यह साबित किया है कि लोगों को केंद्र पर भरोसा है।

दूसरे राज्यों की अपेक्षा जम्मू-कश्मीर की स्थिति भिन्न है। वहां मुख्यधारा राजनीति से अलग ही धारा प्रभावी रहती आई है। इस लिहाज से घाटी में पीडीपी और नेशनल कान्फ्रेंस की अगुआई वाले गुपकर गठबंधन के बजाय भाजपा, कांग्रेस और निर्दलीय उम्मीदवारों पर लोगों का भरोसा अधिक दिखा है, तो यह इस बात का संकेत है कि लोग मुख्यधारा के साथ रहना चाहते हैं।

खोजी एनसीआर पत्रिका

में विज्ञापनों एवं अपने सुझावों के लिए संपर्क करें

Phone NO 01268-277129,9416254840, 9518002332

E-Mail khojincr@gmail.com



Apni
UDAAN
IT SOLUTION

Web Designing

Software Development

Web Development

Digital Marketing

Happy New Year
2021

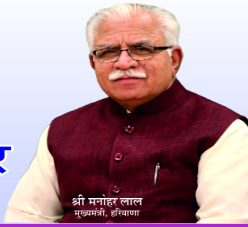


☐ +919953181154, +91-9953402819

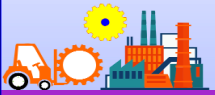
☐ info@apniudaan.com, apniudaan17@gmail.com

☐ www.apniudaan.com

☐ MCF 599/1, Street No 13, Parvatiya Colony, NIT Faridabad 121005



उद्योग एवं व्यापार
प्रगति की रफ्तार



हरियाणे का बढ़िया हाल
चौखटा बित्या पहला साल



स्टार्टअप इण्डिया कार्यक्रम में हरियाणा अधिम पंक्ति में 4,000 से अधिक युवा स्टार्टअप्स का पंजीकरण

गत एक वर्ष में 2409.38 करोड़ रुपये का निवेश



सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्योगों को बढ़ावा देने के लिए 'एम.एस.एम.ई. विभाग' गठित

53 बड़े ग माल्यम तथा 14,804 सूक्ष्म एवं लघु उद्योग स्थापित, 97,623 लोगों को मिला रोजगार



मुद्रा लोन की 'शिबु योजना' के तहत 80,000 रुपये तक ऋण के कुल व्यय में से 2 अरबियन व्यय हरियाणा सरकार करेगी वहन

औद्योगिक क्षेत्र को बढ़ावा देने के लिए 5,500 करोड़ रुपये की हरियाणा ऑर्बिटल रेल कॉरिडोर परियोजना को मंजूरी



दो गज की दूरी, मास्क है जरूरी

सूचना, जन सम्पर्क एवं भाषा विभाग, हरियाणा

www.prharyana.gov.in
@Omohry @DiprHaryana

ग्राम पंचायत देव नंगली से कर्मठ, ईमानदार,
शिक्षित सरपंच पद के भावी उम्मीदवार
मौहम्मद युसुफ की तरफ से

घोषणा पत्र

1. गरीब लड़की की शादी में 51,000 रु कन्यादान।
2. गरीब व्यक्ति के ईलाज के लिए 10,000 रु दिया जायेगा।
3. आपातकालीन स्थिति में बिमारी के लिए गाड़ी फ्री।
4. किसी भी बुजुर्ग का इंतकाल के समय मेहमानों के लिए खाना सरपंच के घर होगा।
5. गांव के लिए आया पैसा गांव की कमेटी के परामर्श पर खर्च किया जायेगा।

आप सभी को
नववर्ष 2021
की हार्दिक शुभकामनाएं

मौहम्मद युसुफ

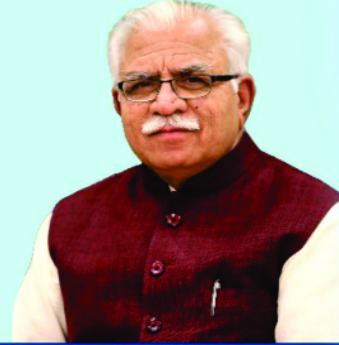
मो. : 9050117152





हरियाणा सरकार

जल जीवन मिशन योजना के तहत हरियाणा में हर घर नल से जल



आप सभी को नववर्ष 2021 की हार्दिक शुभकामनाएं

घर के पानी के नियमित कनेक्शन का जिलेवार विवरण 6-1-2020 तक

जिला	कनेक्शन	जिला	कनेक्शन
बल्लभगढ़	6,644	फतेहगढ़	5,037
अनूपशहा	15,331	कुरुक्षेत्र	7,899
करनाल	20,857	रोनी/नल	7,200
महेंद्रगढ़	16,614	फरीदगढ़	1,410
रोहतक	17,164	सिरसा	15,365
पानीपत	9,331	भियानी	7,908
कैथल	10,788	गुरुग्राम	3,173
रेवाड़ी	19,401	जौड़	8,963
झज्जर	12,589	दिसा	3,853
नूंह	3,801	फतेहाबाद	3,366
यमुनानगर	12,263	बस्ती/ददरी	1,121
कुल - 2,10,077			

“हमारी सरकार ने जल जीवन मिशन के तहत जून 2022 तक प्रदेश के शत-प्रतिशत घरों को नल से जल देने का लक्ष्य निर्धारित किया है। यह हमारा Dream Project है। हरियाणा पूरे देश में नल से जल उपलब्ध करवाने में चौथे स्थान पर है। मेरी सभी नागरिकों से अपील है कि वे अपने पानी का निजी कनेक्शन जरूर सुनिश्चित करवाएं।”

मनोहर लाल, मुख्यमंत्री, हरियाणा



योजना का मुख्य बिन्दु

- ग्रामीण क्षेत्रों में प्रतिदिन प्रति व्यक्ति 55 लीटर पानी उपलब्ध करवाना।
- 54% कनेक्शन पैव, जबकि 70% से अधिक घरों में नल से जल दिया जा रहा है।
- शत-प्रतिशत घरों को 2022 तक नल से स्वच्छ जल पहुंचाना।
- ग्रामीण क्षेत्र में पानी के कनेक्शन के लिए रोड फट चार्ज माफ।
- पानी के नए व नियमित कनेक्शन घर-घर जाकर मीके पर दिए जा रहे हैं।
- अब तक 2.10 लाख उपभोक्ताओं को नियमित कनेक्शन हुए जारी, अन्य के लिए कार्य प्रगति पर।

सेवाओं से सम्बंधित शिकायतों के निवारण तथा पंजीकरण हेतु

टोल फ्री नंबर 1800-180-5657

रविवार व राष्ट्रीय अवकाश को छोड़कर रोजाना प्रातः 6:00 बजे से सायं 8:00 बजे तक
जन-स्वास्थ्य अभियंत्रिका विभाग, हरियाणा

R K FILLING STATION

आप सभी को नववर्ष, मकरसंक्रान्ति एवं



गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं

राजकुमार चुटानी

फिरोजपुर झिरका, फोन नम्बर 9050276139

