



योजना

जून 2021

विकास को समर्पित मासिक

स्वास्थ्य एवं पर्यावरण

प्रमुख आलेख
बदलनी होगी जीवन-शैली
सुनीता नारायण

फोकस
प्रकृति और मानवता के बीच संबंध
बाल्मीकि प्रसाद सिंह

विशेष आलेख
चिरंतन आरोग्य
ऋजुता दिवेकर

नीति और व्यवहार
डॉ सुभाष शर्मा



बन धन योजना: जनजातीय लोगों को आजीविका



“सं”

कल्प से सिद्धि” - ग्रामीण और डिजिटल जुड़ाव अभियान से जुड़ी टीम (टीआरआईएफईडी-ट्राइफेड के अधिकारी और राज्य स्तर पर संबंधित एजेंसियां) नियमित तौर पर गांवों का दौरा कर रही है, ताकि बन धन विकास केंद्रों पर तेजी से काम हो सके और निगरानी रखी जा सके। टीम द्वारा देशभर में दौरा किया जा रहा है और इससे ट्राइफेड को जमीनी स्तर पर बन धन विकास योजना केंद्रों को लेकर हो रहे कार्यों के बारे में समझने में मदद मिली है।

ओडिशा एक ऐसा राज्य है जहां बन धन योजना को काफी तेजी से लागू किया जा रहा है। राज्य में बन धन विकास के कुल 660 केंद्रों के आधार पर बन धन विकास के कुल 22 क्लस्टर तैयार किए गए हैं और यहां जनजातीय समुदाय के 6,300 से भी ज्यादा लोगों को इसका फायदा मिला है। इन क्लस्टरों में पिछले कुछ महीनों से प्रशिक्षण का काम चल रहा है। साथ ही, प्रसंस्करण, पैकेजिंग आदि के लिए जरूरी मशीन की खरीद भी की जा रही है। ये क्लस्टर मयूरभंज, क्योंझर, रायगढ़, सुंदरगढ़ और कोरापुट जिलों में हैं। हाल ही में जनजातीय समुदाय के लोगों द्वारा कच्चे माल का उत्पादन और प्रसंस्करण भी शुरू कर दिया गया है।

मयूरभंज जिले के तीन क्लस्टरों- लुग्बुरु वीडीवीकेसी, माधारित्री वीडीवीकेसी और भीमकुंड वीडीवीकेसी में जनजातीय समुदाय के लोग शाल के पत्ते, शाल के बीज, कुसुम बीज, जंगली शाहद जैसे कच्चे माल से प्लेट, कप, कुसुम बीज और शाहद तैयार करेंगे। क्योंझर

जिले में अंचलिका खंडाधार वीडीवीकेसी में जनजातीय समुदाय के लोग कच्चे आम, सरसों और हल्दी से आम का पापड़, आम का अचार, हल्दी पाउडर और सरसों तेल तैयार करेंगे। बन दुर्गा क्लस्टर वीडीवीकेसी क्लस्टर में इमली, शाल के बीज आदि से शाल शैंपू, इमली वाले अलग-अलग उत्पाद तैयार किए जाएंगे। कोरापुट, रायगढ़ और सुंदरगढ़ जिलों के वीडीवीके क्लस्टरों में भी प्रसंस्करण के जरिये कई तरह के उत्पाद तैयार किए जाएंगे, जैसे कि इमली से जुड़े उत्पाद, महुआ का तेल, जैविक चावल, नीम का तेल, नीम केक, गूदे वाली चिरौंजी और हल्दी पाउडर।

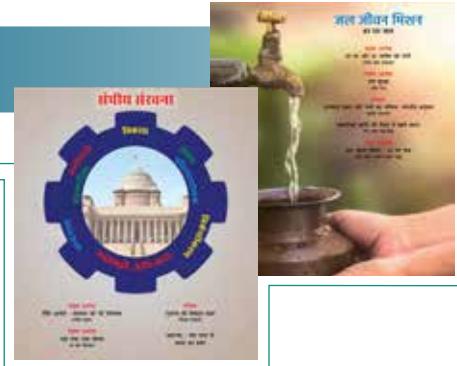
जनजातीय लोगों के लिए रोज़गार और आय बढ़ाने के मकसद से ट्राइफेड, जनजातीय मामलों के मंत्रालय ने कई तरह की पहल की है, मसलन बन धन जनजाति स्टार्टअप कार्यक्रम। इसका मकसद जंगलों में रहने वाले जनजातीय लोगों के लिए बन धन केंद्र स्थापित कर जंगल से जुड़े छोटे-छोटे उत्पादों को बेहतर बनाकर उनकी ब्रांडिंग और मार्केटिंग करना है। इससे इन लोगों के लिए आजीविका का इंतजाम हो सकेगा। पिछले 18 महीनों में बन धन विकास योजना पर तेजी से काम हुआ है और इसमें राज्यों की एजेंसियों ने भी अहम भूमिका निभाई है। वीडीवीकेसी के रफ्तार पकड़ने और ओडिशा के इन क्लस्टरों में उत्पादन शुरू होने के साथ ही, इस कार्यक्रम का फायदा राज्य के जनजातीय समुदाय को मिलेगा और उन्हें आजीविका का साधन मुहैया कराकर उनके जीवन को बेहतर बनाने में मदद मिलेगी।





आपकी राय

yojanahindi-dpd@gov.in



जल है तो कल है

योजना अप्रैल 2021 'जल जीवन मिशन-हर घर जल' में पानी के महत्व पर अच्छा विश्लेषण किया गया है। विश्व की समस्त सभ्यताएं पानी के किनारे ही फली-फूली है। पानी एक मूलभूत आवश्यकता है। सभी नागरिकों को शुद्ध जल मिलना ही चाहिए। शुद्ध जल का संबंध नागरिकों के स्वास्थ्य से भी जुड़ा हुआ है। यह दुर्भाग्य की बात है कि आबादी का एक बड़ा हिस्सा शुद्ध पेय जल से वंचित है। यह सौभाग्य की बात है कि अब इस ओर तेजी से कार्य हो रहा है। अधिक से अधिक लोगों की पहुंच शुद्ध जल के जल तक हो रही है।

सरकार ने अपनी नीतियों और फैसलों में जल प्रशासन को महत्व दिया है। प्रधानमंत्री कृषि सिंचाई योजना, हर खेत को पानी अभियान, प्रति बूंद अधिक फसल अभियान, नमामि गंगे मिशन, जल जीवन मिशन, अटल भूजल योजना, महत्वपूर्ण योजनाएं हैं। इन योजनाओं की सफलता पर ही देश का आर्थिक सामाजिक विकास निर्भर करता है।

इन योजनाओं में स्थानीय समुदाय को अधिक से अधिक जोड़ा जाए ताकि इन योजनाओं के क्रियान्वयन पर और इन पर हो रहे व्यय पर निगरानी रहे और लोगों को विकास की अनुभूति हो।

भारत सरकार के जल शक्ति मंत्री श्री गजेन्द्र सिंह शेखावत ने अपने आलेख में सिर्फ एक बार इस्तेमाल किया जाने वाले प्लास्टिक की मात्रा में कमी लाने की बात की है। सिर्फ एक बार इस्तेमाल किये जाने वाले प्लास्टिक के उत्पादन पर प्रतिबंध लगाया ही जाना चाहिए।

— विश्वनाथ सिंहानिया
जयपुर, राजस्थान

संग्रहणीय अंक

योजना का 'हर घर जल' विशेषांक में स्वच्छ पेय जल, भूजल का अंधाधुंध दोहन, जैव अपघटनशील ठोस अपशिष्ट प्रबंधन, अवजल प्रबंधन जैसे ज्वलंत मुद्राओं पर विचार किया गया है, इससे यह संग्रहणीय और दुर्लभ अंक बन गया है।

सम्पादकीय में जल से संबंधित सभी मुद्राओं पर प्रकाश डाला गया है। आज पूरी दुनिया में पानी की भारी किललत है, अतः जरूरी है कि प्रत्येक नागरिक को स्वच्छ जल सहज रूप से उपलब्ध हो। देश के महानगरों में बोतल बंद पानी का जो रिवाज चल पड़ा है, हमें इसे रोकना होगा। प्रधानमंत्री ने सभी घरों को स्वच्छ पेय जल उपलब्ध कराने का संकल्प लिया है, इस संबंध में उन्होंने कई योजनाओं की शुरुआत की है। अगस्त 2019 का जल जीवन मिशन के तहत पाइप लाइनों के जरिए घरों तक पानी की आपूर्ति प्रारंभ की गई थी। इसके तहत 2024 तक प्रत्येक नागरिकों तक पाइप वाले कनेक्शन देने का लक्ष्य रखा गया है।

सम्पादकीय में विचारणीय प्रश्न रखा

गया है, वह यह कि जल स्रोतों का पुनर्भरण और अवजल प्रबंधन के जरिए गंदे पानी को फिर से उपयोग में लाने योग्य बनाना, जल संरक्षण और रेन हार्वेस्टिंग, जैसे अधिक वैज्ञानिक उपायों से ही देश को मौजूदा जल संकट से उबारा जा सकता है।

'जलवायु संकट और पानी का भविष्य: भारतीय अनुभव' में सुप्रसिद्ध पर्यावरणविद् सुनीता नारायण जी ने ग्लोबल वार्मिंग और इससे पड़ने वाले पर्यावरणीय प्रभाव (विशेषकर भारतीय कृषि) पर अपने आलेख में कई महत्वपूर्ण बिन्दुओं पर अपने विचार साझा किये हैं। देश में 50 प्रतिशत या इससे अधिक कृषि मॉनसून (वर्षा) पर आधारित है। जलवायु संकट का सामना कर रही पूरी दुनिया और विशेष रूप से भारत, हमें जल प्रणालियों में निवेश बढ़ा कर उन्हें ज्यादा टिकाऊ बनाना है। बेकार बह रहे पानी का संग्रहण करने के साथ ही पानी की हर बूंद का किफायती इस्तेमाल करना होगा।

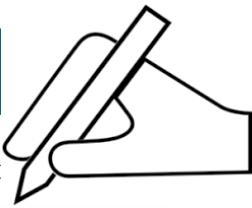
— शैलेन्द्र कुमार पांडेय
सुहिया, शाहपुर,
जिला-भोजपुर, बिहार

योजना के आगामी अंक

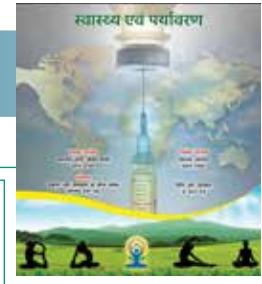
जुलाई 2021-'पूर्वोत्तर भारत'

आज ही अपनी प्रति निकटतम पुस्तक विक्रेता के पास सुरक्षित कराएं।

शीघ्र आ रहा है - लोक प्रशासन पर केंद्रित अंक



संपादकीय



सर्वे भवन्तु सुखिनः

अभूतपूर्व विपत्ति के इस काल में हमारे चारों ओर कष्ट, वेदना, दुःख, मृत्यु और स्वजनों के बिछोह की कालिमा छाई है। इस विपदा का अंत कहां और कितना भयावह होगा, यह अब भी स्पष्ट नहीं है। एक ओर महामारी की विशाल दूसरी लहर ने हमारी स्वास्थ्य-व्यवस्था को झकझोर कर रख दिया है, दूसरी ओर तीसरी लहर की आशंका भी व्यक्त की जा रही है, जिसका प्रकोप कब और कितना होगा, कोई नहीं जानता। तमाम मानवीय गतिविधियों पर इस महामारी का असर पड़ा है। इस महामारी ने व्यापार और काम-धंधों को भी व्यापक रूप से प्रभावित किया है। वायरस का फैलाव रोकने के लिए ज़रूरी हो चुके लॉकडाउन से कइयों को नौकरी भी गंवानी पड़ी। जीवन और आजीविका में से क्या बचाया जा सकता है, यह प्रश्न विकट होता जा रहा है। मानव सभ्यता के समकालीन इतिहास की बड़ी घटना के रूप में सामने आई इस महामारी के साथ फिलहाल सबको जीने की आदत डालनी होगी और इस महाविपत्ति से लड़ने और इसे हराने के लिए अपनी स्वास्थ्य-प्रणाली को मजबूत बनाने और ज्यादा से ज्यादा लोगों को टीका लगाने के अलावा हमारे पास कोई विकल्प नहीं है।

स्वास्थ्य देखभाल कर्मी, अग्रिम पर्कित के कार्यकर्ता, डॉक्टरों, शोधकर्ताओं को एक के बाद एक नई और व्यापक चुनौतियों का सामना करना पड़ रहा है। इन सभी को लम्बी कार्य अवधि और कठिन तथा जीवन के खतरे वाली परिस्थितियों में काम करना पड़ रहा है। अनिश्चितता तथा जीवन की क्षति ने काफी हद तक समाज के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित किया है।

इस महामारी ने हमारी दुनिया को बड़े विचित्र तरीके से नए सिरे से जोड़ भी दिया है और अलगाव भी पैदा कर दिया है। लोग अपनी-अपनी जगहों पर अटक गए हैं तो दूसरी ओर देश, एक-दूसरे की टीकों और चिकित्सा सामग्री जुटा कर मदद भी कर रहे हैं। इस समय समूची मानवता का एक ही शत्रु है। यह अभूतपूर्व, क्रूर और निरंतर फैलता संकट है और दुनिया भर की सभी सरकारों और देशों द्वारा समता और समानता के व्यवहार और सामूहिक इच्छा-शक्ति के बल पर ही इस बड़ी आपदा से पार पाया जा सकता है।

इस विपत्ति में हम सब साथ हैं और सभी उम्मीद की किरण तलाश रहे हैं। प्रश्न यह भी है कि इस स्वास्थ्य-आपदा के समाप्त होने के बाद हमारा जीवन और व्यवस्था कैसी होगी? क्या ये अनुभव समाज के सभी जनों के लिए बेहतर वातावरण बनाने के लिए हमारे तंत्र, संसाधनों और संकल्प को मजबूत करेगा? क्या हम ज्यादा आत्मीयता से एक-दूसरे से और प्रकृति से जुड़ेंगे? क्या यह आपदा हमारी वैज्ञानिक चेतना, विवेक और सद्भाव को बेहतर बनाएगी? क्या यह अनुभव हमें न्यायपूर्ण, समतामूलक और जन-कल्याणकारी समाज बनाने को प्रेरित करेगा?

हमें उन बच्चों की अपेक्षाओं-आवश्यकताओं को पूरा करना होगा जो कक्षा में साथ पढ़ने वाले अपने साथियों को लगभग साल भर से नहीं देख पाए हैं और जो इस विपत्ति के कारण अपनी चारदीवारों में फंस कर रह गए हैं। क्या हम उन्हें बेहतर जीवन-स्थितियां, स्वास्थ्य और अच्छा भविष्य दे सकेंगे? चुनौतियां बड़ी हैं और स्थितियां सामान्य होने तक हमारे संसाधन चुक रहे होंगे, उन पर भारी बोझ होगा।

स्वास्थ्य का अर्थ रोग या अक्षमता का ना होना मात्र नहीं है, यह तो पूर्ण शारीरिक, मानसिक और सामाजिक आरोग्य है। हमें अब पर्यावरण के साथ अपने महत्वपूर्ण संबंधों की पड़ताल करनी होगी और उन्हें फिर से जोड़ कर ऐसा बेहतर विश्व बनाना होगा जिसमें सबके प्रति अपनापन हो, करुणा और सद्भाव हो। यह कठिन समय तो एक दिन समाप्त होगा ही। हमें उम्मीद है, आपदा का यह अनुभव हमें तन-मन से ज्यादा स्वस्थ, जिम्मेदार और बेहतर मनुष्य बना सकेगा। ■

बदलनी होगी जीवन-शैली

सुनीता नारायण

स्वास्थ्य पर्यावरण के प्रति हमें सचेत करने वाला सूचक है। जीवन-शैली से जुड़े संकटों को दूर रखने के लिए अपने स्वास्थ्य और पर्यावरण के स्वास्थ्य के बीच सामंजस्य बनाना ही होगा।



न 2017 में ब्रिटेन की एक मेडिकल पत्रिका - 'दि लांसेट' ने भारत के 15 राज्यों में मधुमेह की स्थिति के अनुसंधान परिषद (आईसीएमआर) द्वारा वित्तपोषित यह अध्ययन कुछ डॉक्टरों ने किया था। इसके निष्कर्ष चिंताजनक थे। इसके अनुसार, (15 राज्यों के आंकड़ों के आधार पर) भारत के 7 प्रतिशत लोग मधुमेह-ग्रस्त थे। मधुमेह-पूर्व के लक्षणों (प्रारम्भिक संकेतों में बढ़ी हुई रक्त-शर्करा वाले) वाले लोग (विभिन्न मानदंडों के अनुसार) तो 10-15 प्रतिशत थे। किसी विकासशील देश के लिए यह एक बड़ा बोझ था।

उनके निष्कर्ष के अनुसार हम एक महामारी के दौर में प्रवेश कर रहे हैं। अधिक सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) वाले - गुजरात, महाराष्ट्र, तमिलनाडु और चंडीगढ़ जैसे राज्यों/केंद्र-शासित प्रदेशों में, बिहार और झारखण्ड जैसे राज्यों की तुलना में यह प्रतिशत अधिक था। अधिक आमदनी वाले दिल्ली और गोवा में अभी नमूने नहीं लिए गये हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में, शहरी इलाकों की तुलना में मधुमेह का प्रकोप कम है। लेकिन ज्यादा चिंताजनक निष्कर्ष यह था कि ज्यादा आमदनी वाले शहरों में, वहां रहने वाले धनवान लोगों की तुलना में, गरीबों में मधुमेह का प्रतिशत ज्यादा था। दूसरे शब्दों में, समृद्ध शहरों के अमीर लोगों ने खान-पान की अच्छी आदतें अपना ली हैं।

लेकिन गरीब लोग अब अस्वास्थ्यप्रद खान-पान के जाल में फँसते जा रहे हैं। अध्ययन के अनुसार, गांवों में भी सामाजिक-आर्थिक दृष्टि से ज्यादा बेहतर हालत वाले लोग मधुमेह की चपेट में आ रहे हैं। अध्ययन में कहा गया कि "यह महामारी का संक्रमण काल है।" इतनी बढ़ी संख्या में शहरी गरीबों और गांवों में गरीबी से ऊपर उठ रहे लोगों में बीमारी के फैलाव से कभी भी स्थिति काबू से बाहर हो सकती है। अब हम भोजन के अभाव अथवा कुपोषण की बजाय गलत और अनावश्यक खानपान के दौर में पहुंच रहे हैं। हमें इस प्रवृत्ति को रोकना ही होगा।

सच्चाई यह है कि भारत को दोहरी बीमारियों की मार झेलनी पड़ रही है। हम गरीबों की बीमारियां- कुपोषण से हैंजा तक - झेल रहे हैं। लेकिन हम अमीरों की बीमारियां - जैसे कैंसर और मधुमेह भी झेल रहे हैं। इससे भी बुरी बात यह है कि, जैसे आईसीएमआर के अध्ययन से पता चलता है - गरीबों के लिए अमीरों की बीमारियां झेलना कठिन है लेकिन वे इनसे ग्रस्त हो रहे हैं।

ऐसी स्थिति में बीमारी की रोकथाम की नीति अपनाने की जरूरत है। हम जानते हैं कि चिकित्साकर्मी इन बीमारियों को असंक्रामक बीमारियां (एनसीडी) कहते हैं। ये हमारी जीवन-शैली से जुड़ी हैं। हम क्या खाते हैं? कैसी हवा में सांस लेते हैं? कैसे पर्यावरण में रहते हैं? ये 'विषेले' विकास के घटक हैं। यह विकास का ऐसा मॉडल है जिसमें हम पहले प्रदूषण फैलाते हैं और फिर उसे दूर करने की सोचते हैं। यह ऐसा मॉडल है जिसमें हम अपने भोजन को औद्योगीकृत-रासायनिक बनाते हैं, अस्वास्थ्यप्रद 'जंक' खाते हैं और फिर कसरत करने जिम में जाने या जैविक तरीके से उपजाया भोजन खाने के बारे में सोचते हैं। लेकिन प्रश्न यह है कि क्या हम इस बदलाव से बच नहीं सकते? क्या हम गरीब और अस्वास्थ्यप्रद जीवन-शैली वाले नहीं हो सकते? हम ऐसी बीमारियों वाली जीवन-शैली क्यों अपनाएं जिससे हम आसानी से बच सकते हैं?

इसीलिए बदलाव आवश्यक हो जाता है। यहीं हमें अपने स्वास्थ्य और पर्यावरण के स्वास्थ्य के बीच महत्वपूर्ण कड़ी को जोड़ना है। हमारी नदियों की मौत के साथ हमें प्रदूषित पानी नज़र आ रहा है। यही पानी देश में बच्चों की मृत्यु के लिए सबसे ज्यादा जिम्मेदार है। आज घरों में स्वच्छ ईंधन न होने से महिलाओं को लकड़ी-उपलों के धुएं में खाना बनाना पड़ता है जिससे सांस की बीमारियां होती हैं। इसी धुएं से जो प्रदूषण फैलता है वह हमारे वातावरण में हवा को जहरीली बना रहा है। इस तरह, स्वास्थ्य पर्यावरण की स्थिति का सूचक है।





इसी स्थिति को देखते हुए, संयुक्त राष्ट्र ने वर्ष 2030 तक के लिए जो सतत विकास लक्ष्य (एसडीजी) रखे हैं, उनके केंद्र में बच्चों को रखा जाना चाहिए। इनमें से हर लक्ष्य बच्चों और उनके स्वास्थ्य से जुड़ा है और इस तरह हर लक्ष्य इस धरती के स्वास्थ्य से जुड़ा है। सतत विकास लक्ष्यों के इस मानवीय चहरे से ही हमारी प्रगति परिभाषित होनी चाहिए। लेकिन अब भी हम बहुत कम ही इन बातों को जोड़ कर देख पा रहे हैं।

कई वर्ष के विचार-विमर्श के बाद, विश्व स्वास्थ्य संगठन ने सतत विकास लक्ष्यों की राह में इन चार प्रमुख खतरों की पहचान की है - शराब और तंबाकू का सेवन तथा पोषक आहार और शारीरिक व्यायाम का अभाव। अब हमें ज्यादा नमक, चीनी और चर्बी वाले तथा कम पोषक तत्वों वाली खाद्य-सामग्री पर रोक लगाने के लिए कड़ी कार्रवाई करनी होगी।

हम यह भी जानते हैं कि अर्थव्यवस्थाओं का निर्माण ही विषये पदार्थों की बुनियाद पर होता है। जितने ज्यादा आप धनवान होते हैं, स्वास्थ्य सेवाओं पर उतना ही ज्यादा बोझ पड़ता है और इन सेवाओं की कीमत उतनी ही बढ़ती जाती है। याद रखें कि गरीबों की बीमारियों का उपचार हमेशा सरल और सस्ता होता है। उदाहरण के लिए, हैजा पानी में रोगाण्यों की वजह से होता है और पानी को इनसे मुक्त करना आसान है। दूसरी ओर, कैंसर भी उसी पानी में कुछ रसायनों की थोड़ी सी मात्रा की वजह से हो सकता है लेकिन इनसे पानी को मुक्त करना काफी महंगा है।

इसी तरह, जलवायु परिवर्तन, जो जीवन-शैली से जुड़ी सबसे भीषण आपदा है, और स्वास्थ्य को सतत विकास लक्ष्यों से जोड़ना अब बहुत ज़रूरी हो गया है। शहरों में रह रहे लोग अब जानने लगे हैं कि मौसमों में बदलाव की वजह से संक्रामक रोग बढ़ने लगे हैं। मौसमों में गर्मी और सर्दी बढ़ने से गरीबों पर ज्यादा मार पड़ती है।

लेकिन, इसके लिए मात्र विश्व स्वास्थ्य संगठन के निर्देशों की ज़रूरत नहीं है। हमारी संस्थाओं को इस सच्चाई को समझना होगा। खराब पर्यावरण - यानी वायु तथा जल प्रदूषण, कूड़े के ढेर और खाद्य-सामग्री में विषये तत्वों का होना - और स्वास्थ्य के बीच संबंध एकदम स्पष्ट है और इसका समाधान

ज़रूरी है। हम इस ज़िम्मेदारी से अब बच नहीं सकते।

अच्छी बात यह है कि पर्यावरण के प्रति हमें सचेत करने वाला एकमात्र सूचक भी हमारा स्वास्थ्य ही है। हम पर्यावरण को बेहतर बनाने के लिए तब खड़े होंगे जब हमें पता चलेगा कि इसके बिंदुने का असर सीधे हम पर पड़ रहा है। उदाहरण के लिए, अब दिल्ली में वायु प्रदूषण के खिलाफ जन-चेतना बढ़ी है। ऐसा इसलिए हुआ है कि जब प्रदूषण के बेकाबू हो जाने से जाड़ों में सर्वजनिक स्वास्थ्य की स्थिति बेहद खराब हो जाती है, और तब हवा में विषये तत्वों और हमारे शरीर का संबंध लोगों को समझ में आने लगता है। लोग बदलाव इसलिए चाहने लगते हैं क्योंकि उन्हें उनके स्वास्थ्य और पर्यावरण के बीच संबंध समझ में आने लगता है। प्रदूषण की यह समझ महत्वपूर्ण भी है और उस स्थिति से भिन्न भी है जब कीटनाशकों के घुलने से हमारा पानी प्रदूषित होता है। अपने स्वास्थ्य से इस प्रदूषण का संबंध समझना लोगों के लिए थोड़ा कठिन होता है। इसी तरह, जल प्रदूषण की तुलना में, सूखती-प्रदूषित होती नदियों का अपने घर के नल के पानी से संबंध को समझना हमारे लिए ज्यादा कठिन होता है। अगर हमें थोड़ा समझ आता भी है तो हमारे पास तो घर में वाटर फिल्टर लगा लेना अथवा बाजार से पीने के पानी की बोतलें खरीदने का विकल्प होता है।

लेकिन वायु प्रदूषण समाज के सभी वर्गों को एक ही स्तर पर ले आता है। अपने घरों में एयर प्यूरिफायर लगा लेने के बावजूद, दिल्ली और अन्य शहरों के अमीर लोग प्रदूषित हवा से बच नहीं सकते। साथ ही, वायु को प्रदूषित करने वाले कारों का स्वरूप

इतनी तेजी से बदल रहा है कि हमारे घरों के एयर प्यूरिफायर इन मारक प्रदूषकों का मुकाबला करने के लिए इतनी तेजी से बदले नहीं जा सकते।

इसलिए, हमें बदलाव लाना ही होगा। अगर वायु प्रदूषण कम करने के लिए हमें अपनी डीजल वाली कार को छोड़ कर किफायती और सुविधाजनक बस या मेट्रो में जाना पड़ेगा तो हम ऐसा करेंगे। क्योंकि यह हमारे हित में है। हम अपना व्यवहार इसलिए नहीं बदलेंगे कि वह इस धरती के हित में है, बल्कि इसलिए बदलेंगे कि यह हमारे भी हित में है। अच्छी बात यह है कि जो हमारे हित में है, वह धरती के हित में भी है। यह सब के हित में है। ■

भारत को दोहरी बीमारियों की मार झेलनी पड़ रही है। हम गरीबों की बीमारियां-कुपोषण से हैजा तक झेल रहे हैं। लेकिन हम अमीरों की बीमारियां-जैसे कैंसर और मधुमेह भी झेल रहे हैं। इससे भी बुरी बात यह है कि, जैसे आईसीएमआर के अध्ययन से पता चलता है-गरीबों के लिए अमीरों की बीमारियां झेलना कठिन है लेकिन वे इनसे ग्रस्त हो रहे हैं।

प्रकृति और मानवता के बीच संबंध

बाल्मीकि प्रसाद सिंह

हज़ारों सालों से मानवता प्रकृति के साथ समरसतापूर्ण तरीके से रहती आई है। लेकिन आज प्रकृति और विश्व शांति दोनों ही खतरे में है जिसने मानव सभ्यता को भी खतरे में डाल दिया है। हमें पारिस्थितिकीय सभ्यता के निर्माण की ओर बढ़ना होगा और शांतिपूर्ण जीवन तथा समावेशी विकास के साथ-साथ प्रकृति का पूरा सम्मान करना होगा।

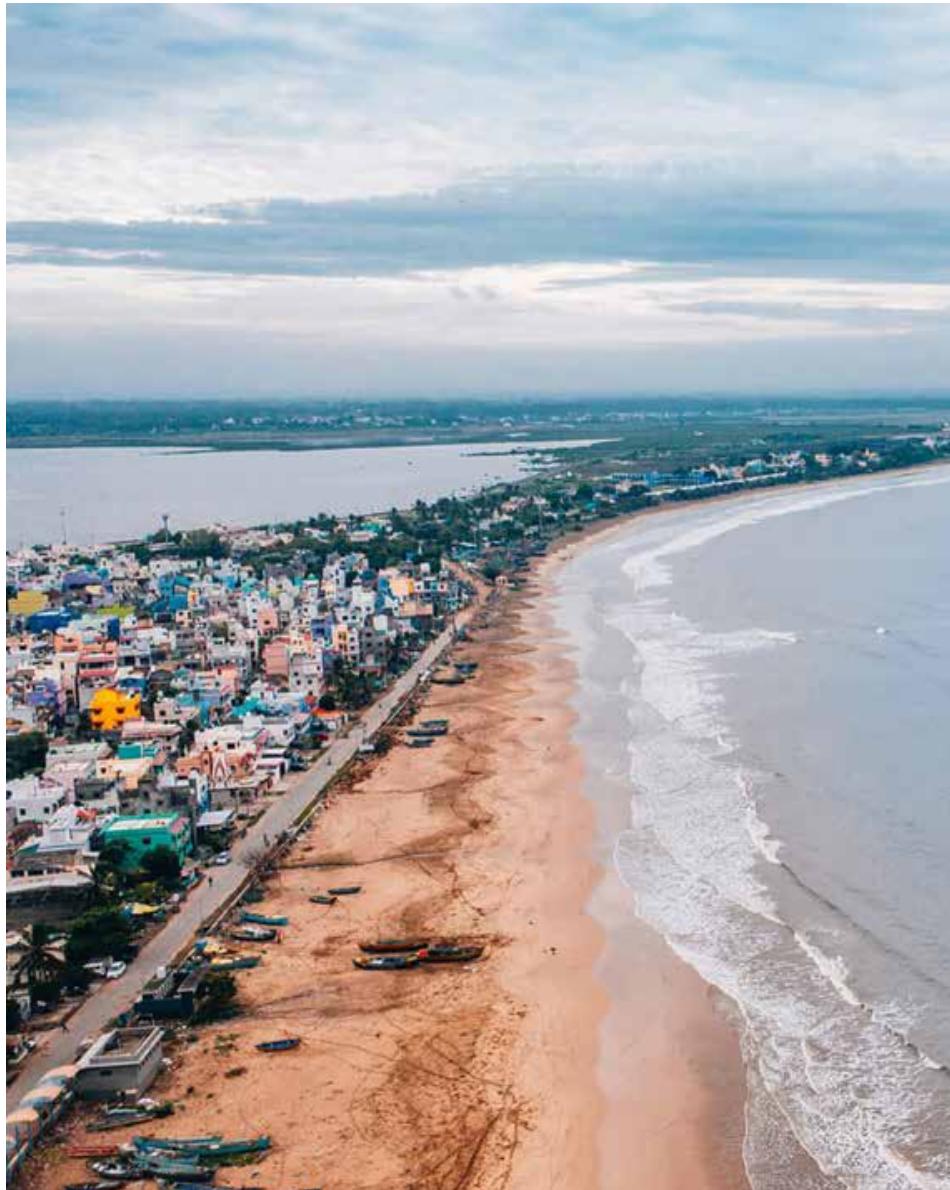
वै

शिवक महामारी, संघर्ष और प्राकृतिक आपदा के बीच पूरा विश्व अवसाद से गुजर रहा है।

उत्तराखण्ड का चमोली जिला जो चिपको आंदोलन के लिए प्रसिद्ध है, यहाँ हाल ही में हमने प्राकृतिक आपदा को देखा। प्राकृतिक चेतावनियों से यह स्पष्ट है कि प्रकृति के साथ मानवता के पुराने मैत्रीपूर्ण संबंधों में दरार आ गई है।

औद्योगिक क्रांति की लहर के कारण पृथ्वी की पारिस्थितिकी और इंसानों के पर्यावरण के साथ संबंधों में एक नया और उल्लेखनीय मोड़ आया। करीब पांच हजार वर्ष पहले हुए कृषि क्रांति ने समाज को भोजन और स्थायित्व प्रदान किया था। पहली औद्योगिक क्रांति 250 साल पहले हुई थी जो मुख्यतया कोयले और भाप के साथ हुई थी; दूसरी औद्योगिक क्रांति बिजली और तेल के साथ; तथा तीसरी कम्प्यूटर और सहायक सामग्रियों (एक्सेसरीज) के साथ; और अब चौथी औद्योगिक क्रांति में भौतिक, डिजिटल और तकनीकी दुनिया में प्रैद्योगिकी का सम्मिश्रण है। 20वीं शताब्दी के दौरान परमाणु बमों के विस्फोट के साथ मानवता ने नये युग में प्रवेश किया। हमने स्वयं को विनाश करने की शक्ति पा ली यह सुनिश्चित किये बिना कि हम ऐसा होने से रोक सकते थे।

लेखक सिक्किम के पूर्व राज्यपाल हैं। वे भारत सरकार में पूर्व सांस्कृतिक सचिव तथा गृह सचिव तथा वर्ल्ड बैंक, वाशिंगटन डीसी में कार्यकारी निदेशक और राजदूत भी रह चुके हैं। ईमेल: bpsias@gmail.com



एक ऐसी दुनिया की कल्पना करना भी मुश्किल है जहां देश शक्ति और प्रभुत्व के लिए प्रतिस्पर्धा नहीं करेंगे। मेरे हिसाब से 21वीं शताब्दी में भविष्य की शांति और सौहार्द वर्तमान जीवन की कुछ मौलिक वास्तविकताओं से संबंधित है : (1) पारिस्थितिकी, ग्लोबल वार्मिंग (भूमंडलीय तापक्रम वृद्धि) और जलवायु परिवर्तन (2) नाभिकीय अस्त्र, युद्ध के लिए नयी तकनीक और राष्ट्रों के बीच हथियारों की स्पर्धा (3) भूराजनीति और राष्ट्रवाद (4) धार्मिक चरमपंथ और (5) गरीबी तथा असमानता।

विस्तृत औद्योगिकीकरण, कारखानों के प्रसार, सड़कों के निर्माण के लिए जंगलों के कटाव, विशाल बांधों और विद्युत उत्पादन

गृह के निर्माण के लिए नदियों को रोकने, यातायात के साधनों की गतिविधियों और लोगों के पलायन ने पारिस्थितिकी में गंभीर गड़बड़ी पैदा की है। जिसके फलस्वरूप पर्यावरण परिवर्तन और भूमंडलीय ताप में वृद्धि को नकारा नहीं जा सकता है। पर्यावरण परिवर्तन और भूमंडलीय ताप में वृद्धि के संदर्भ में विशेषज्ञों ने भविष्यवाणी की है कि इसके कारण कई विनाशकारी परिणाम होंगे जिसमें विश्व भर के अरबों लोगों का विस्थापन भी शामिल है।

आज प्रकृति और विश्व शांति दोनों ही खतरे में हैं। इन सारे विकास ने भू-राजनीति के साथ मिलकर मानवता को खतरे में डाल दिया है और हमें यह नहीं पता कि वर्तमान

की संकटमय परिस्थिति के आत्मघाती तरीकों से कैसे उबरा जाए। इसे त्रिस्तरीय दृष्टिकोण से बढ़ाने की जरूरत है : (1) प्रकृति (2) विज्ञान (3) बुद्धिमत्ता।

प्रकृति

आज मानव अस्तित्व को ग्लोबल वार्मिंग और जलवायु परिवर्तन से खतरा हो रहा है और इसमें इतनी क्षमता है कि दुनिया के विभिन्न हिस्सों के अरबों लोगों के जीवन और निवास स्थान को नुकसान पहुंचा सकता है। पारिस्थितिकी संरक्षण की चुनौतियों की भयावहता और जलवायु परिवर्तन दहला देने वाला है और अब इस बात की आवश्यकता है कि हमारी सोच और व्यवहार में बदलाव लाया जाए। इस मुद्दे का केंद्र बिंदु यह है कि हम हमारी सभ्यता की प्रक्रिया के संरक्षण के लिए किस प्रकार नये और संवेदनशील निर्माण की ओर बढ़ सकते हैं।

इस संदर्भ में हाल की पांच घटनाओं को उल्लेख किया जा सकता है : (1) वर्ष 2019 में ब्राजील और ऑस्ट्रेलिया के जंगलों में लगी आग (2) विलुप्त होती प्रजातियां (3) वर्ष 2002-03 में हांगकांग में सार्स (सीवियर एक्यूट रेस्पीरेटरी सिंड्रोम) महामारी (4) कैलीफोर्निया के जंगलों में लगी आग (5) वर्ष 2020 में कोविड-19 महामारी।

ऑस्ट्रेलिया के जंगलों में लगी व्यापक आग को बुझाना काफी कठिन था। इस आग से 6.3 मिलियन हेक्टेयर से भी ज्यादा क्षेत्र प्रभावित हुआ था। वर्ष 2019 में एमोज़ोन के वर्षा जंगलों ने आग की भीषणता को देखा था।

यह वर्णित किया जा सकता है कि बड़ी संख्या में प्रजातियां विलुप्त हो चुकी हैं। पुनर्गणना के लिए सिर्फ वर्ष 2019 में ही हमने पक्षियों की तीन प्रजातियां, दो मेंढकों की, एक शार्क की, एक घोंघा और एक प्रसिद्ध स्वच्छ जल मछली को विलुप्त घोषित किया गया था।

वर्ष 2002 -03 में हांगकांग में सार्स के प्रकोप के कारण लगभग 800 लोगों की मृत्यु हो गई थी, और इसे विश्व स्तर पर महामारी घोषित किया गया था।

हम कोरोना वायरस की महामारी कोविड-19 का सामना कर रहे हैं, जिसने पूरे विश्व को अपनी चपेट में ले रखा है,

**21वीं शताब्दी में भविष्य की शांति
और सौहार्द वर्तमान जीवन की
कुछ मौलिक वास्तविकताओं से
संबंधित है : (1) पारिस्थितिकी,
ग्लोबल वार्मिंग (भूमंडलीय
तापक्रम वृद्धि) और जलवायु
परिवर्तन (2) नाभिकीय अस्त्र,
युद्ध के लिए नयी तकनीक और
राष्ट्रों के बीच हथियारों की स्पर्धा
(3) भूराजनीति और राष्ट्रवाद
(4) धार्मिक चरमपंथ और (5)
गरीबी तथा असमानता।**



और इसने यात्रा और व्यापार पर प्रतिकूल रूप से असर डाला है, जिसका परिणाम यह हुआ कि विश्व स्तर पर मंदी आ गई, यहां तक कि अर्थव्यवस्था में भी मंदी आ गई। इन सबका परिणाम यह हुआ कि निम्न और मध्यम आय वर्ग के लोगों को काफी नुकसान का सामना करना पड़ रहा है, साथ ही दिहाड़ी मजदूरी करने वालों के लिए जीविका का साधन जुटाना बड़ी चुनौती बन गया।

वर्ष 2020 में कैलिफोर्निया के जंगलों में लगी आग में करीब एक सौ मिलियन एकड़ जमीन जल गई थी। यह आग बड़ी संख्या में लोगों के पलायन और मृत्यु का कारण बनी थी। अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनल्ड ट्रंप को इसकी अनदेखी के लिए बड़ी आलोचना का सामना करना पड़ा था। उन्होंने इसे जलवायु परिवर्तन से जोड़कर न देखकर सिर्फ वन प्रबंधन से जोड़कर देखा। पहले अमेरिका ने जलवायु परिवर्तन समझौता जो पेरिस समझौते के नाम से विख्यात है, से स्वयं को बाहर कर लिया था। खैर! राष्ट्रपति बाइडेन ने उस निर्णय को बदला और उन्होंने चार वर्षों में दो ट्रिलियन डॉलर खर्च करने का वादा किया ताकि स्वच्छ ऊर्जा के प्रयोग को बढ़ाया जाए और अंततः तेल, गैस और कोयले के प्रज्ज्वलन को हटाया जाए। ये पांचों घटनाएं हमें यह संकेत देती हैं कि अगर पारिस्थितिकी संबंधी समस्याओं को शीघ्रता से नहीं सुलझाया गया तो विश्व को स्वयं को बर्बाद करने के लिए विश्व युद्ध की आवश्यकता नहीं होगी।

विज्ञान

20वीं शताब्दी के अंतिम दशक में परिचमी और विकासशील देशों में समाज का ध्यान विज्ञान और तकनीकी में केंद्रित हो गया। इसने धन, राजनीतिक सहयोग और जन समर्थन के आधार पर प्रमुखता दी, इसने अर्थव्यवस्था को बड़े पैमाने पर प्रभावित किया जो उद्योगों और सेवाओं पर आधारित है। वर्तमान समय में प्रौद्योगिकी व्यापक और शक्तिशाली होती जा रही है, और यह आने वाले दशकों में भी जारी रहेगी। सूचना और संचार क्रांति बड़ी ही शीघ्रता से हमारे सम्प्रेषण की शैली को परिवर्तित करती जा रही है। इसने उत्पादों, सांस्कृतिक मूल्यों और सूचना के वैश्वीकरण

वर्तमान समय में प्रौद्योगिकी व्यापक और शक्तिशाली होती जा रही है, और यह आने वाले दशकों में भी जारी रहेगी। सूचना और संचार क्रांति बड़ी ही शीघ्रता से हमारे सम्प्रेषण की शैली को परिवर्तित करती जा रही है। इसने उत्पादों, सांस्कृतिक मूल्यों और सूचना के वैश्वीकरण को प्रेरित किया। यह बाजार और व्यापार को एकीकृत कर रही है। लेकिन इस परिदृश्य में पर्यावरण और प्रकृति का क्या हो रहा है, यह एक बड़ी चिंता का विषय है।

को प्रेरित किया। यह बाजार और व्यापार को एकीकृत कर रही है। लेकिन इस परिदृश्य में पर्यावरण और प्रकृति का क्या हो रहा है, यह एक बड़ी चिंता का विषय है।

अत्यधिक लालसा, दोषपूर्ण योजनाएं, असंवेदनशील राजनीति और कल्पना के अभाव में हमने भयप्रद स्थिति को निमंत्रण दिया है। मूल्य-विहीन तकनीकी ने नीचे की ओर जाते मार्ग की गति को और भी तीव्र कर दिया है। जलवायु परिवर्तन और भूमंडलीय तापक्रम वृद्धि गंभीर समस्या उत्पन्न कर रहे हैं। सबसे बड़ा प्रदूषक कार्बन डाइऑक्साइड का उत्सर्जन है। इसे तीव्र गति से बदलने के लिए हमें बाजार की शर्तों को बदलना होगा। यह लाभ के सिद्धांत पर आधारित है। इस बदलाव से तात्पर्य बाजार में लेन-देन की आम प्रक्रिया का अस्वीकरण है ताकि मानवीय सरोकार लंबे समय तक चले। क्या हम इस प्रमुख बदलाव के लिए तैयार हैं? और अब बुद्धिमत्ता की बारी आती है।

बुद्धिमत्ता

कैब्रिज एडवांस लर्निंग डिक्शनरी में विसडम (बुद्धिमत्ता) को - बेहतर निर्णय और न्याय के लिए व्यक्ति के ज्ञान और अनुभव के प्रयोग की क्षमता के रूप में परिभाषित किया गया है। बुद्धिमत्ता अनुभव से उत्पन्न एक चीज है, और इसका प्रतिबिंब न सिर्फ वर्तमान पीढ़ी में दिखता है बल्कि देश के साथ विश्व भर की सभ्यता की प्रक्रिया में भी दिखता है। बुद्धिमत्ता लोगों को इस बात के लिए सक्षम बनाती है कि वे धरती को ध्यान में रखते हुए विकास

नीति और व्यवहार

डॉ सुभाष शर्मा

भारत समेत तमाम विकासशील देशों को 'सबके लिए स्वास्थ्य' का लक्ष्य प्राथमिकता सूची में सबसे ऊपर रखने की जरूरत है। यह न सिर्फ मानव संसाधन का विकास सुनिश्चित करता है, बल्कि हमारी आगामी पीढ़ियों के लिए भी इसका काफी महत्व है। विकासशील देशों को अपने सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) में स्वास्थ्य बजट का हिस्सा बढ़ाना होगा। साथ ही, स्वास्थ्य पर प्रति व्यक्ति कुल खर्च में सरकारी खर्च की हिस्सेदारी को भी बढ़ाने की आवश्यकता है।

सं

युक्त राष्ट्र ने 1978 के अल्मा आटा (अब अल्माटी) घोषणा पत्र में सभी के लिए प्राथमिक स्वास्थ्य सुविधाओं का प्रारूप पेश किया था। सबके लिए स्वास्थ्य सुविधाओं को लेकर पहली बार इस तरह की पहल की गई थी। इसका मकसद स्वास्थ्य सुविधाओं के मामले में समानता को बढ़ावा देना और सभी समुदायों की स्वास्थ्य जरूरतों को पूरा करना था। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के संविधान के मुताबिक, सभी के लिए स्वास्थ्य सुविधा के संर्वधन में बेहतर स्वास्थ्य, जीवन स्तर, मेडिकल संबंधी देखभाल, माताओं और बच्चों की विशेष देखभाल और सहायता जैसे

पहलू उल्लेखनीय हैं। इसके अलावा, यूडीएचआर (मानवाधिकारों की सार्वभौम घोषणा) के अनुच्छेद 3 में साफ तौर पर सभी को जीवन, स्वतंत्रता और सुरक्षा का अधिकार होने की बात कही गई है। जाहिर तौर पर, जीवन के अधिकार के तहत भोजन और स्वास्थ्य का अधिकार (सुप्रीम कोर्ट की व्याख्या के मुताबिक) भी शामिल है। लिहाजा, 1978 का अल्मा आटा घोषणा पत्र यूडीएचआर और विश्व स्वास्थ्य संगठन के संविधान को ध्यान में रखकर बनाया गया गया था। दरअसल, कजाकिस्तान के अल्मा आटा (अब अल्माटी) शहर में 'प्राथमिक स्वास्थ्य सुविधा' पर हुए इस अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में सभी देशों की



महामारी और अंतर्राष्ट्रीय सहयोग

डॉ गौरी शंकर नाग
आयुष मजूमदार

भारत की वैक्सीन मैत्री से लोकतान्त्रिक आदर्शों, सहयोग, मानवीयता, विकास और करुणा से भरे सांस्कृतिक मूल्यों वाले भारत के दृष्टिकोण को पुनरेखांकित करने का अवसर मिला है। साथ ही स्वयं को विश्व के एक जिम्मेदार देश के रूप में प्रस्तुत करने का भी अवसर मिला है जो संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद की स्थायी सदस्यता का हकदार है।

पू

री दुनिया को हिला देने वाली कोविड-19 महामारी का विश्वव्यापी प्रकोप अब भी बना हुआ है। मूलतः जीवविज्ञान के क्षेत्र की इस परिघटना ने वैशिक स्वास्थ्य आपदा बन गई महामारी का रूप ले लिया। इस महामारी का असर मानव जीवन के अनेक अन्य क्षेत्रों – सामाजिक-सांस्कृतिक, आर्थिक और राजनीतिक क्षेत्रों – में साफ नज़र आया। विभिन्न देशों के लोगों और स्थानों के परस्पर संपर्क का इस बीमारी के फैलने में योगदान रहा। इस अंतर्संबंध को समझना ‘विश्वग्राम’ की बलवती धारणा के औचित्य के लिए आवश्यक है।

राष्ट्र-राज्य मूलभूत संप्रभु इकाइयां हैं। इस दौर में विभिन्न राष्ट्रों की भूमिका की समझ और दायरा- दोनों ही काफी बढ़ गए। इसकी वजह से, इनको विभिन्न स्तरों पर राजनैतिक निर्णय लेने का ज्यादा अवसर मिले। विभिन्न टीकों (वैक्सीन) के विकास, उपलब्धता और वितरण में ये अवसर सबसे ज्यादा नज़र आए। अच्छे स्वस्थ शरीर के साथ सभी लोगों के स्वस्थ होने की गरिमा बने रहना निश्चय ही महत्वपूर्ण है। व्यक्ति से लेकर समाज तक, स्वास्थ्य-व्यवस्था जन-कल्याण का केंद्रीय पक्ष है। इस व्यवस्था पर संकट आने से सभी ओर से तुरंत मदद की गुहार आने लगती है। इस बार आए संकट को दूर करने के लिए भी टीका तैयार करने के प्रयास शुरू हुए।

ऐसी चुनौतियों का मुकाबला करने की बुनियादी इकाई राष्ट्र ही है। इसलिए टीकों के विकास का काम भी राष्ट्रों के स्तरों पर ही हुआ। इसके साथ ही, राष्ट्रीय सीमाओं को पार



डॉ गौरी शंकर नाग एसकेबी विश्वविद्यालय, पश्चिम बंगाल में राजनीति विज्ञान विभाग के प्रोफेसर और विभागाध्यक्ष हैं। ईमेल: gouri.s.nag@gmail.com
आयुष मजूमदार इसी विश्वविद्यालय के आतिश दीपकर सृजन सेंटर ऑफ साउथ एशियन स्टडी में विद्यार्थी हैं।



भी वांछित परिणाम मिल सकते हैं।” यह ‘शक्ति का दूसरा चेहरा’ है और कोई देश विश्व-राजनीति में वांछित परिणाम इसलिए पा लेता है क्योंकि अन्य देश इसके आदर्शों की सराहना करते हैं, इसके उदाहरण से सीखते हैं, इसके जैसी समृद्धि और खुलापन पाना चाहते हैं और इस तरह इसकी दिखाई गई राह पर चलना चाहते हैं। वैक्सीन डिप्लोमेसी’ शब्द ऐसी ही नीति के लिए दिया गया है जिससे देश की असामरिक, मानवीय ‘सॉफ्ट’ शक्ति का पता चलता है। ऐसी मानवीय शक्ति दूसरे देशों की प्राथमिकताओं को निर्धारित करती है। नाइ तीन संसाधनों पर ज़ोर देते हैं: किसी देश की संस्कृति (जहां वह दूसरों को आकर्षित करती है), उस देश के राजनैतिक आदर्श (जिन्हें वह देश के अंदर और दूसरे देशों के संदर्भ में अपनाता है), और इसकी विदेश नीति (जब वह वैध और नैतिक दृष्टि से उचित नज़र आती है)। (जोसेफ एस. नाइ (2012)

भारत की वैक्सीन मैत्री से लोकतान्त्रिक आदर्शों, सहयोग, मानवीयता, विकास और करुणा से भरे सांस्कृतिक मूल्यों वाले भारत के दृष्टिकोण को पुनरेखित करने का अवसर मिला है। साथ ही स्वयं को विश्व के एक जिम्मेदार देश के रूप में प्रस्तुत करने का भी अवसर मिला है जो संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद की स्थायी सदस्यता का हकदार है। करुणा और उदासता भारतीय मेधा की विशिष्ट पहचान हैं जो हमारे लोकतन्त्र और हमारी संस्थाओं में स्पष्ट रूप से परिलक्षित होती हैं।

यह सही है कि आज के विश्व में सामरिक और साधन-संपन्नता वाली ‘हार्ड पावर’ का ही सिक्का चलता है और ‘सॉफ्ट पावर’ के रूप में हमारी क्षमता से ही सब कुछ नहीं होता। लेकिन अपनी वैश्विक वैक्सीन नीति के साथ भारत जिस राह पर चल रहा है, वैश्विक राजनीति में सफलता में उससे विशिष्ट लाभ होंगे। उदाहरण के तौर पर, वैक्सीन-उत्पादन में हमारी क्षमता को कनाडा के प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो ने सराहा है। भारत के सकारात्मक रुख को देश की राजनैतिक मेधा में अंतर्निहित गहन मानवीय और लोकतान्त्रिक जीवन-मूल्यों का परिचायक माना जा रहा है।

भारत की दोनों अग्रणी कोविड-19 वैक्सीन दुनिया की सबसे सस्ती हैं। कोविशील्ड को सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया ने विकसित किया है और कोवैक्सीन भारत बायोटेक द्वारा, आईसीएमआर और राष्ट्रीय वायरोलोजी संस्थान (एनआईवी) के सहयोग से तैयार किया गया है (मण्डल, 2021)। वैज्ञानिक प्रयोगों का सिलसिला जारी है लेकिन भारत की कई मायनों में बेजोड़ उत्पादन-क्षमता को देखते हुए वैश्विक वैक्सीन नीति का रुझान भारत के पक्ष में है।

भारत ने भूटान, मालदीव, बांग्लादेश, नेपाल, म्यांमार, मॉरिशस, सेसेल्स, श्रीलंका, यूएई, ब्राज़ील, मोरक्को, बहरीन, ओमान, मिस्र, अल्जीरिया, कुवैत और दक्षिण अफ्रीका सहित अनेक देशों को वैक्सीन दी है। अफगानिस्तान को 56 लाख टीके अनुदान के रूप में और एक करोड़ टीके व्यावसायिक आधार पर दिए गए हैं। कैरिबियाई, प्रशांत महासागरीय देशों और निकारागुआ आदि को भी टीके पहुंचाए जा रहे हैं। विश्व के सभी भागों में टीके देने का यह कार्य ‘वैक्सीन मैत्री’ नीति के अंतर्गत किया जा रहा है। यह भारत की ‘सागर’ (सेक्यूरिटी एंड ग्रोथ फॉर ऑल इन दि रीज़न - एसएजीएआर) नीति के भी अनुरूप है। ऑक्सफोर्ड-एस्ट्रा ज़ेनेका द्वारा विकसित वैक्सीन को विभिन्न देशों में इस्तेमाल के लिए विश्व स्वास्थ्य संगठन

की मंजूरी मिल गई है और सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया ने उत्पाद-भागीदार के रूप में ऑक्सफोर्ड-एस्ट्रा ज़ेनेका के साथ समझौता किया है (मोरदानी, 2021)। इससे भारत के वैक्सीन प्रयासों को वैधता मिली है।

जुड़ाव और सहयोग के विभिन्न मानदंडों के आधार पर अन्य देशों के साथ अंतर्राष्ट्रीय सम्बन्धों को कुशलता के साथ निभाना ही राजनय है। यह उल्लेखनीय है कि भारत ने टीकों की पहली खेप भूटान और मालदीव को भेजी जो दक्षिण एशिया क्षेत्र में भारत के सबसे घनिष्ठ पड़ोसी हैं। सार्क देशों में भूटान ही ऐसा एकमात्र देश है जो चीन के ‘बेल्ट एंड रोड’ कार्यक्रम (बीआरआई) के प्रलोभन में नहीं आया। वैक्सीन देने के मामले में भारत को विवेकशील और कुछ देशों को प्राथमिकता देने वाली नीति अपनानी होगी।

जुड़ाव और सहयोग के विभिन्न मानदंडों के आधार पर अन्य देशों के साथ अंतर्राष्ट्रीय सम्बन्धों को कुशलता के साथ निभाना ही राजनय है। यह उल्लेखनीय है कि भारत ने टीकों की पहली खेप भूटान और मालदीव को भेजी जो दक्षिण एशिया क्षेत्र में भारत के सबसे घनिष्ठ पड़ोसी हैं। सार्क देशों में भूटान ही ऐसा एकमात्र देश है जो चीन के ‘बेल्ट एंड रोड’ कार्यक्रम (बीआरआई) के प्रलोभन में नहीं आया। वैक्सीन देने के मामले में भारत को विवेकशील और कुछ देशों को प्राथमिकता देने वाली नीति अपनानी होगी।



उदार होना महान गुण है लेकिन उदारता के साथ सोच-समझ के निर्णय लेना भी उचित है। स्वतन्त्रता के बाद से ही भारत को अपने पड़ोस में भी दुर्भाग्य का सामना करना पड़ा है। विश्लेषण करने से पता चलता है कि भारत के ज्यादातर पड़ोसी देश उसे दोहरे मानदंडों से देखते हैं। वे भारत से सहायता भी लेते हैं और उसे अपना दबदबा कायम करने वाला बड़ा देश भी समझते हैं। लेकिन शीत युद्ध के बाद की बदलती परिस्थितियों और दक्षिण एशिया क्षेत्र में चीन की दखल की वजह से हो रहे निरंतर समायोजनों को देखते हुए इस नजरिए को नए सिरे से समझने की ज़रूरत है।

पारंपरिक राजनय तो राजनीयिक सम्बन्धों के बारे में 1961 के विचारा समझौते के अंतर्गत सुपरिभाषित है। लेकिन वैश्वीकरण के इस दौर में वैश्विक सम्बन्धों में जटिलताएं आई हैं। इससे वैश्विक राजनय के नए आयाम खुले हैं जिसमें देशों के अलावा अन्य प्रतिभागी भी शामिल हो गए हैं। इनमें बहुराष्ट्रीय निगम, सामाजिक संगठन और गैर-सरकारी संस्थान शामिल हैं। लेकिन ये संप्रभु संस्थान नहीं हैं और इन्हें जनता की इच्छा का प्रतिनिधित्व करने वाली संप्रभु सरकारों की अनुमति से ही काम करने दिया जाना चाहिए। इसलिए ऐसी

जटिलताओं का नियमन किया जाना ज़रूरी है क्योंकि 21वीं शताब्दी के दूसरे दशक के दौरान जो राजनीतिक बेचैनी जन्मी थी, उसकी अब कोई गुंजाइश नहीं है। यह जटिलता ही तो लोकतान्त्रिक जीवन-मूल्यों को उत्साह से अपनाने का अवसर देती है। वैश्विक चुनौतियों से निपटने का एकमात्र मार्ग ठोस संयुक्त वैश्विक प्रयास ही है। यहाँ 'ठोस संयुक्त' प्रयासों का तात्पर्य संप्रभु, लोकतान्त्रिक राष्ट्र-राज्यों द्वारा दिए गए दिशा-निर्देशों से है। ये राष्ट्र ही संप्रभु, जिम्मेदार इकाइयाँ हैं। इमेनुअल कार्टियन द्वारा प्रस्तुत लोकतान्त्रिक शांति का विचार ही हमें सही दिशा दिखा सकता है। ■

संदर्भ

- जोसेफ एस. नाइ, जे. (2012), सॉफ्ट पावर: दि मीन्स ऑफ सक्सेज़ इन वर्ल्ड पॉलिटिक्स, नई दिल्ली: के डब्ल्यू पब्लिशर्स प्राइवेट लिमिटेड
- मण्डल, डी. (9 जनवरी, 2021), <https://www.sundayguardianlive.com/>. Retrieved from [https://www.sundayguardianlive.com/news/indian-vaccines-covid-19-cheapest-world](https://www.sundayguardianlive.com/news:https://www.sundayguardianlive.com/news/indian-vaccines-covid-19-cheapest-world)
- मोदीनी, एस. (21 फरवरी, 2021), <https://www.indiatoday.in/coronavirus-outbreak/story: https://www.indiatoday.in/coronavirus-outbreak/story/serum-institute-who-emergency-use-listing-oxford-covid-vaccine-1769586-2021-02-15>.

प्रकाशन विभाग के विक्रय केंद्र

नई दिल्ली	पुस्तक दीर्घा, सूचना भवन, सीजीओ कॉम्प्लेक्स, लोधी रोड	110003	011-24367260
नवी मुंबई	701, सी- विंग, सातवीं मंजिल, केंद्रीय सदन, बेलापुर	400614	022-27570686
कोलकाता	8, एसप्लानेड ईस्ट	700069	033-22488030
चेन्नई	'ए' विंग, राजाजी भवन, बसंत नगर	600090	044-24917673
तिरुअनंतपुरम	प्रेस रोड, नयी गवर्नरमेंट प्रेस के निकट	695001	0471-2330650
हैदराबाद	कमरा सं- 204, दूसरा तल, सीजीओ टावर, कवाड़ीगुड़ा, सिकंदराबाद	500080	040-27535383
बैंगलुरु	फर्स्ट फ्लोर, 'एफ' विंग, केंद्रीय सदन, कोरामगला	560034	080-25537244
पटना	बिहार राज्य कोऑपरेटिव बैंक भवन, अशोक राजपथ	800004	0612-2683407
लखनऊ	हॉल सं-1, दूसरा तल, केंद्रीय भवन, क्षेत्र-एच, अलीगंज	226024	0522-2325455
अहमदाबाद	4-सी, नेप्यून टॉवर, चौथी मंजिल, नेहरू ब्रिज कॉर्नर, आश्रम रोड	380009	079-26588669

घरेलू अगरबत्ती उद्योग को सशक्त बनाने के लिए राष्ट्रीय बांस मिशन का एमआईएस मॉड्यूल



राष्ट्रीय बांस मिशन ने हाल में प्रबंधन सूचना प्रणाली (एमआईएस) का शुभारंभ किया, जो अगरबत्ती उत्पादन से जुड़ी सभी सूचनाओं का एक मंच होगा। इस पर अगरबत्ती उत्पादन इकाइयों के बारे में सूचना उपलब्ध रहेगी। साथ ही अगरबत्ती बनाने के लिए कच्चे माल की उपलब्धता की सूचना, इकाइयों की कार्यप्रणाली, उत्पादन क्षमता, विपणन इत्यादि की जानकारियां भी उपलब्ध रहेंगी। इस मॉड्यूल की मदद से अगरबत्ती क्षेत्र को उद्योगों से जोड़ा जा सकेगा और इससे उत्पादन इकाइयों से निर्बाध खरीद की व्यवस्था बनेगी और जानकारी के अभाव की जो स्थिति थी उसमें सुधार होगा। राष्ट्रीय बांस मिशन से जुड़े सभी राज्य अगरबत्ती उत्पादन इकाइयों का दस्तावेजीकरण करने की प्रक्रिया में हैं ताकि 'वोकल फॉर लोकल' और 'मेक फॉर द वर्ल्ड' अभियानों के तहत इन इकाइयों को मदद देने के तौर तरीकों का आकलन हो सके और भारतीय अगरबत्ती की वैश्विक लोकप्रियता का लाभ उठाते हुए इस क्षेत्र को और सशक्त किया जा सके।

राष्ट्रीय बांस मिशन (एनबीएस), सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यम मंत्रालय, खादी एवं ग्रामोद्योग आयोग (केवीआईसी), राज्य सरकारें और उद्योग जगत एक साथ आए हैं ताकि भारत को अगरबत्ती क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनाकर स्थानीय समुदायों की आजीविका को बेहतर किया जा सके। साथ ही इस क्षेत्र का आधुनिकीकरण किया जा सके। अगरबत्ती क्षेत्र आमतौर पर स्थानीय लोगों को बड़े स्तर पर रोज़गार उपलब्ध कराता है। हालांकि यह क्षेत्र विभिन्न बाधाओं के चलते सिकुड़ता जा रहा था, जिसमें सस्ते दर पर अगरबत्ती के लिए गोल तीलियों और कच्चे माल की आयात प्रमुखता से शामिल है। राष्ट्रीय बांस मिशन द्वारा 2019 में अगरबत्ती क्षेत्र पर एक वृहद अध्ययन किया गया जिसके उपरांत सरकार द्वारा कई नीतिगत बदलाव किए गए। अगरबत्ती के लिए किए जाने वाले कच्चे माल के आयात को आयात शुल्क मुक्त श्रेणी से हटाकर प्रतिबंधित श्रेणी

में अगस्त 2019 में डाला गया और जून 2020 में इस पर आयात शुल्क बढ़ाकर 25 प्रतिशत कर दिया गया, जिससे घरेलू अगरबत्ती उद्योग को बल मिला।

राष्ट्रीय बांस मिशन (एनबीएस) की पृष्ठभूमि

बांस क्षेत्र के समग्र विकास के लिए राष्ट्रीय बांस मिशन को 2018-19 में नए स्वरूप में शुरू किया गया, यह हब (उद्योग) और स्पोक मॉडल पर क्लस्टर आधारित व्यवस्था थी। इसके अंतर्गत सभी पक्षों को किसानों और बाजारों से जोड़ा जाना था। बांस से बने भारतीय उत्पादों के लिए न सिर्फ घरेलू बल्कि वैश्विक बाजार में अपनी पहचान बनाने के लिए प्रबल संभावनाएं हैं। इसके लिए नवीनतम प्रैदौरिकी, आधुनिक प्रणाली और निर्यात किए जाने वाले देशों के मानदंडों पर खरा उत्तरने के लिए जागरूकता ज़रूरी है। राष्ट्रीय बांस मिशन घरेलू उद्योग गतिविधियों को बढ़ाने के साथ-साथ तकनीकी एजेंसियों के माध्यम से समर्थन और सुविधाजनक कृदमों के द्वारा किसानों की आय बढ़ाने के लिए अपनी सक्रियता को व्यवस्थित कर रहा है। विभिन्न उत्पादों से जुड़ी इकाइयां इत्यादि स्थापित करने के लिए किसानों को प्रति हेक्टेयर 50 प्रतिशत की सीधी सब्सिडी दी गई जो कि 1 लाख रुपये है। सरकारी एजेंसियों और उद्यमियों द्वारा ऐसी इकाइयों को स्थापित करने पर छूट शत प्रतिशत दी गई। यह मिशन इस समय 21 राज्यों में संचालित किया जा रहा है जिसमें पूर्वोत्तर भारत के सभी 9 राज्य अपने अपने बांस मिशन के द्वारा इससे जुड़े हैं। राष्ट्रीय बांस मिशन राज्यों को यह भी सुझाव दे रहा है कि वाणिज्य क्षमता वाली प्रजातियों की खेती के लिए अपेक्षित और गुणवत्तापूर्ण पौधारोपण सामग्री उपलब्ध कराए जाने चाहिए, कॉमन फैसिलिटी सेंटर और अन्य पोस्ट हार्डेस्ट इकाइयों की स्थापना की जानी चाहिए, जो पहले से स्थापित और नए उद्योगों के साथ पूरी तरह जुड़ा हुआ हो। यह किसानों और भारतीय बांस उद्योग दोनों के लिए फायदे का सौदा होगा। ■

महामारी और गांधीवादी परिप्रेक्ष्य

डॉ सुचिता कृष्णप्रसाद

कोविड-19 ने मानव जीवन के हर पहलू को जकड़ते हुए समूचे विश्व को व्यापक संकट की ओर धकेल दिया है। गुजरते समय के साथ जीवन रक्षा और जीविका की रक्षा के बीच की सामंजस्य कायम करना कठिन हो चुका है। परिस्थितियों की यह विकटता मानवीय सरोकारों का प्रबंध करने के वैकल्पिक तरीके और गांधी जी के दृष्टिकोण पर फिर से विचार करने का आह्वान करती है। यह आलेख मौजूदा संकट को गांधीवादी चिंतन से जोड़ने का प्रयास करता है, ताकि किसी ठोस नीति पर पहुंचा जा सके।

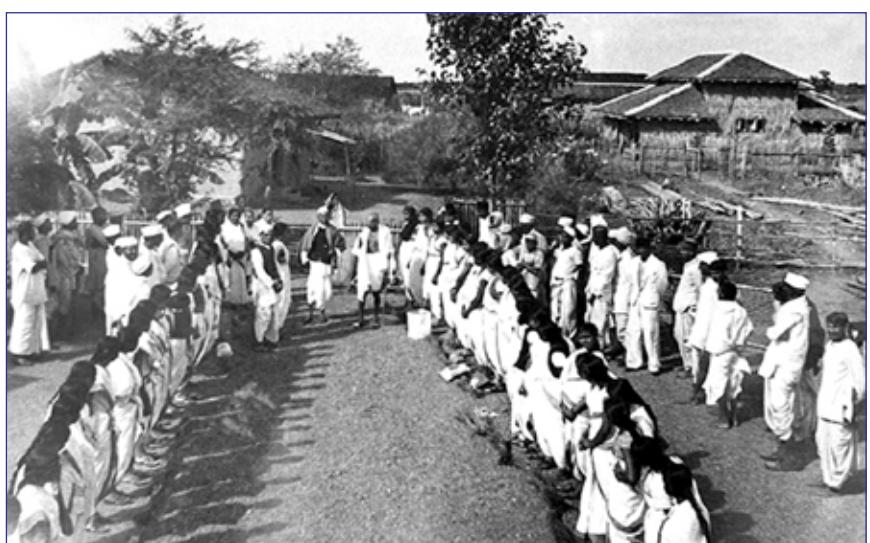
को

विड-19 ने मानव जीवन के हर पहलू को जकड़ते हुए समूचे विश्व को व्यापक संकट की ओर धकेल दिया है। इसने हमारे उपभोग के स्वरूप को बदल दिया है, हमारी स्मार्ट उत्पादन प्रणालियों को स्तब्ध कर दिया है, शिक्षा और मनोरंजन के माध्यमों को बदल दिया है तथा हमें अपने ‘सामाजिक प्राणी’ होने की परिभाषा के बारे में नए सिरे से गंभीरतापूर्वक विचार करने पर विवश कर दिया है, जिसने एक प्रजाति के तौर पर उत्तरोत्तर रूप से इस ग्रह पर प्रभुत्व कायम करना सीखा है। संभवतः इस महामारी का सबसे भयानक लक्षण इसकी अनिश्चितता है: इसके लक्षणों और उनकी अनुपस्थिति से लेकर प्रतिशोध की भावना के साथ इसकी वापसी की आशंका तक, तथा रोगियों के शारीर के महत्वपूर्ण अंगों पर इसके संभावित दीर्घकालिक नुकसानों के संदर्भ में ‘इससे उबर चुके’ लोगों में इसके गंभीर प्रभावों तक, संक्रमण के समाप्त होने के लम्बे अरसे बाद के लगातार चिकित्सकीय परीक्षणों तथा उचित हस्तक्षेपों की आवश्यकता तक। अब समय आ चुका है कि हम इस बारे आत्मविश्लेषण करें कि पृथ्वी के ‘सभ्यक’ बाणियों के रूप में हमसे ऐसी कौन सी गलतियां हुई हैं, जिनकी वजह से आज हमारी जीवन पद्धति इतनी

संकटपूर्ण, असंतुलित और अरक्षणीय बन चुकी है। इच्छाओं पर नियंत्रण से शुरुआत करते हुए अहिंसा, सत्य और अलिप्सा के सिद्धांतों पर आधारित गांधीवादी अर्थशास्त्री सीधे तौर पर मुख्यधारा के अर्थशास्त्र के विपरीत है। श्रम की गरिमा, आत्मनिर्भर एवं सशक्त ग्रामीण अर्थव्यवस्था तथा संरक्षण (या ट्रस्टीशिप) के सिद्धांत इस चिंतन प्रणाली के तर्कसंगत परिणामों के तौर पर उभरे हैं, जिनमें नैतिकता का सूत्र अंतर्निहित है, जो अर्थव्यवस्था, राज्य व्यवस्था तथा समाज के सद्भावपूर्वक प्रबंधन का समेकित दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है। आत्मविश्लेषण के इस अभ्यास के दौरान गांधीवादी

विचारधारा कुछ महत्वपूर्ण अंतर्दृष्टि प्रदान कर सकती है।

जब यह सुनिश्चित करने के लिए लॉक डाउन लगाया कि लोग - घर में रहें और सुरक्षित रहें - तो गरीबी के हालात में जीवन यापन करने वाले लोगों ने पलायन करने का फैसला किया, क्योंकि उनकी बचत समाप्त हो चुकी थी और साझा शौचालयों वाली तंग बस्तियों में उनकी बसावट शायद ही ‘सुरक्षित घर’ थी। और यह लाखों लोगों की भीषण कठिनाइयों से भरी दास्तान थी, जो केवल इतना जानते थे कि यदि उन्हें अपना बजूद बचाना है, तो उन्हें यहां से जाना होगा, लेकिन वे यह नहीं जानते थे कि वह अपनी



लेखिका स्वतंत्र शोधकर्ता हैं, वे एल्फिन्स्टन महाविद्यालय, मुम्बई में प्राध्यापक और अंतर्राष्ट्रीय श्रम संगठन (आईएलओ) में एक्स्टर्नल कोलेजेटर एंड कंसल्टेंट रह चुकी हैं।
ईमेल: drsuchk@gmail.com



मजिल तक कैसे पहुंच पाएंगे तथा क्या वह अपने गंतव्य पर पहुंचने तक जीवित भी बचेंगे या नहीं।

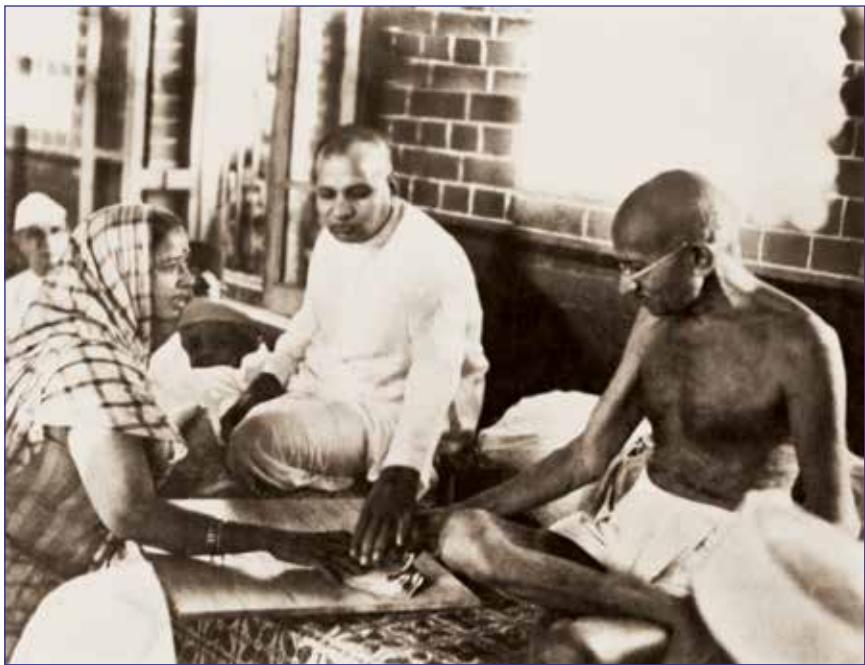
अर्थशास्त्र की पाठ्यपुस्तक उर्फ सकारात्मक अर्थशास्त्र का आरंभ इसी आधार वाक्य से होता है कि इच्छाएं सामान्यतः अतृप्त होती हैं और संसाधन सीमित होते हैं। नियामक चिंतन से ओत-प्रोत गांधीवादी प्रणाली¹ की शुरुआत इच्छाओं पर नियंत्रण के विचार से होती है, क्योंकि गांधीजी के अनुसार पृथक् पर प्रत्येक व्यक्ति की जरूरतों के लिए तो पर्याप्त संसाधन मौजूद है, लेकिन किसी व्यक्ति के लालच के लिए पर्याप्त संसाधन नहीं है। लालच हिंसा को जन्म देता है और अन्य लोगों का शोषण करने की आवश्यकता उत्पन्न करता है, जो गांधीवादी व्यवस्था के प्रथम मौलिक सिद्धांतः अहिंसा के विपरीत है। अल्प वेतन और कामगारों का शोषण भी हिंसा के समान ही है। भूमि के स्वामित्व में असमानता लालच की अभिव्यक्ति है, जिसे गांधीजी के प्रख्यात अनुयायी विनोबा भावे ने भूदान आंदोलन के माध्यम से सुधारने का प्रयास किया। गांधीजी ग्रामीण समुदायों को सशक्त और आत्मनिर्भर बनाना चाहते थे। उनका विचार था कि उदार जजमानी व्यवस्था के माध्यम से गांवों को सशक्त बनाया जाए और इस

तरह भारत की जड़ों का पोषण किया जाए, जो अधिकांशतः गांवों में बसती है। ग्रामीण भारत का कल्याण उनके लिए सर्वाधिक

महत्वपूर्ण था और इसके हासिल हो जाने के बाद जो लोग पलायन करेंगे, वे ऐसा अपनी पसंद से करेंगे।

इच्छाओं पर नियंत्रण से शुरुआत करते हुए अहिंसा, सत्य और अलिप्सा के सिद्धांतों पर आधारित गांधीवादी अर्थशास्त्री सीधे तौर पर मुख्यधारा के अर्थशास्त्र के विपरीत है। श्रम की गरिमा, आत्मनिर्भर एवं सशक्त ग्रामीण अर्थव्यवस्था तथा संरक्षण (या ट्रस्टीशिप) के सिद्धांत इस चिंतन प्रणाली के तर्कसंगत परिणामों के तौर पर उभरे हैं, जिनमें नैतिकता का सूत्र अंतर्निहित है, जो अर्थव्यवस्था, राज्य व्यवस्था तथा समाज के सद्भावपूर्वक प्रबंधन का समेकित दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है। आत्मविश्लेषण के इस अभ्यास के दौरान गांधीवादी विचारधारा कुछ महत्वपूर्ण अंतर्दृष्टि प्रदान कर सकती है।

प्रौद्योगिकी के चयन के बारे में गांधीजी के विचारों पर काफी चर्चा की जा चुकी है, लेकिन स्थानीय संसाधनों और कौशल का सर्वोत्तम उपयोग करने का विचार, व्यापार की पद्धतियों की व्याख्या करने वाली किसी भी पाठ्यपुस्तक के बुनियादी सिद्धांत हैं। मशीनें उपयोगी हैं, लेकिन उन्हें श्रम की गरिमा को प्रभावित नहीं करना चाहिए। गांधीजी की श्रम की गरिमा की अवधारणा के कई आयाम हैं² सर्वप्रथम, इसका आशय है कि कोई भी श्रम छोटा नहीं होता। वास्तव में, उन्होंने प्रतिदिन कुछ घंटों के शारीरिक श्रम की पुरजोर सिफारिश की। यह शारीरिक श्रम करने वाले कामगारों के नियोक्ताओं को उपयुक्त रूप से संवेदनशील बनाने के अलावा शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य भी सुनिश्चित करेगा। श्रम की गरिमा का आशय यह भी है कि मशीन के पीछे काम करने वाले व्यक्ति को अधिक महत्व दिया जाए। इसका आशय है कि उस व्यक्ति के साथ शालीनतापूर्वक व्यवहार करने की आवश्यकता है। शालीनता में काम करने की स्वस्थ और स्वच्छ स्थितियां तथा उचित मजदूरी शामिल होंगी। अहमदाबाद



के कपड़ा श्रमिकों की हड्डताल में उनके हस्तक्षेप को सम्मानजनक कार्य सुनिश्चित करने के प्रयास के रूप में देखा जा सकता है। वह उद्योगों के खिलाफ नहीं थे। प्रगति के लिए उद्योगों की आवश्यकता होगी, और उन्हें अस्तित्व बचाए रखने के लिए लाभ कमाना होगा, लेकिन आखिरकार लाभ समाज से जुड़े हैं, जिसने किसी उद्योगपति को हर संभव संसाधन प्रदान किया है, जो इस धन का एक ट्रस्टी मात्र है। ऐसे में यह उसका दायित्व हो जाता है कि समाज की आवश्यकताओं का ध्यान रखें। लाभ का उपयोग बड़े पैमाने पर सामाजिक भलाई के लिए करना, जो कि कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व का केंद्र बिंदु है, जिसकी जड़े गांधीजी के ट्रस्टीशिप के विचार में देखी जा सकती है। यद्यपि उनके विचारों में सदैव उच्च चेतना का ही आग्रह रहा है, उन्हें किंवर्दितियों के रूप में सराहे जाने की ही प्रथा है, जिनकी केवल दूर से ही प्रशंसा की जा सकती है।³ यह उन्हें लागू करने की जिम्मेदारी अथवा उनके साथ प्रयोग करने से बचने का एक आसान तरीका भी है।

हालांकि, मौजूदा महामारी ने इस तरह के प्रयोग की संभावनाओं का मार्ग प्रशस्त किया है, और इस स्थिति को सही ठहराने के लिए अनेक आधार हैं।

क) उपभोग का बदलता स्वरूप

उपभोग के स्वरूप में विशेषकर

लॉकडाउन की अवधि के दौरान महत्वपूर्ण बदलाव आया है। अध्ययनों में इस बात पर गौर किया गया है कि 'विवेकगत' (सुस्पष्ट तौर पर देखा जाए) उपभोग में महत्वपूर्ण कमी आयी है। उपभोक्ता अब 'ब्रांड-वेल्यू' के द्वारा अपना विवेक ज्यादा नहीं खो रहे हैं तथा ब्रांड का चयन करने के बावजूद जरूरी और गैर-जरूरी उपभोग के बीच फर्क करने में तेजी से चौकस हो रहे हैं।⁴ यह 'इच्छाओं पर नियंत्रण' का स्वरूप है, हालांकि ऐसा हालात से विवश होकर किया गया है। बेशक कोविड-19 के कारण परिवार प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए स्वस्थ जीवन शैली

**उपभोग के स्वरूप में विशेषकर
लॉकडाउन की अवधि के दौरान
महत्वपूर्ण बदलाव आया है।
अध्ययनों में इस बात पर गौर
किया गया है कि 'विवेकगत'
(सुस्पष्ट तौर पर देखा जाए)**

**उपभोग में महत्वपूर्ण कमी आयी
है। उपभोक्ता अब 'ब्रांड-वेल्यू' के
द्वारा अपना विवेक ज्यादा नहीं खो
रहे हैं तथा ब्रांड का चयन करने
के बावजूद जरूरी और गैर-जरूरी
उपभोग के बीच फर्क करने में
तेजी से चौकस हो रहे हैं।**

अपनाने को विवश हुए हैं, लेकिन इसके बावजूद यह अप्रत्यक्ष रूप से वरदान भी है। प्राकृतिक और हर्बल उपचार अब उनकी प्राथमिकता बन रहे हैं और वे उनके गुणों और स्थायी प्रभावों के बारे में सीख रहे हैं। लोगों का बड़ी संख्या में एक जगह जमा होना खतरनाक हो जाने के कारण अब आयोजन सादगी से हो रहे हैं। ज्यादा समय घर पर बिताना तलवार की धार जैसा हो गया है। जहां एक और अध्ययनों से मादक पदार्थों के इस्तेमाल, शराब की लत, चिंता और अवसाद के संकेत मिले हैं, वहाँ दूसरी और घर में ठहरने को ज्यादा अनुकूल बनाने के लिए नवोन्मेषी और रचनात्मक तरीके ईजाद किए जा रहे हैं। इनमें ऑनलाइन शिक्षण कार्यक्रम शामिल हैं, जिनका उद्देश्य आत्म-चिकित्सा के लिए अप्रयुक्त कौशलों का इस्तेमाल करना और आंतरिक शांति की तलाश करना है। यह सच है कि आर्थिक तनाव के साथ-साथ महामारी से जुड़ी मौतों और रुग्णता और बड़े पैमाने पर घरों में कैद होने के कारण अवसाद और चिंता के अधिक मामलों का सामना करना पड़ रहा है, लेकिन यह भी सच है कि हमारे समाज में अधिक से अधिक लोग इन्हें 'सामान्य' मामलों के रूप में स्वीकार करने को तैयार हैं और कम से कम सोशल मीडिया के माध्यम से ही सही, सहायता देने को तैयार हैं।

वास्तव में सब्जेक्टिव वेल-बीइंग (एसडब्ल्यूबी) किसी भी दिशा का रुख कर सकती है, जैसा कि चीन में सभी वर्गों के 1000 से अधिक प्रतिभागियों पर किए गए सर्वेक्षण⁵ पर आधारित एक विस्तृत अध्ययन द्वारा सामने लाया गया है, और अब हम एक स्वस्थ जीवन शैली चुनने की दिशा में समर्थन प्रणालियों को कैसे सुधार सकते हैं, जिनका आने वाले समय के लिए महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ सकता है।

ख) उत्पादन का बदलता स्वरूप

ऐसे में जबकि दुनिया आपूर्ति शृंखला के टूट जाने की समस्या से जूझ रही है, जैसे भी संभव हो उसे फिर से शुरू करने की आवश्यकता है, उत्पादकों को अपने आपूर्ति स्रोतों को नयी जगह स्थानांतरित करने के लिए मजबूर किया जा सकता है। यूएनसीटीएडी के एक अर्थशास्त्री, पी. फोर्ट्नैटो ने अपने अध्ययन 'हाउ कोविड-19

चौंजिंग ग्लोबल वैल्यू चेन (सितंबर 2, 2020)’ में स्थानीय कौशलों और सामग्री के अधिक उपयोग के पक्ष में जीवीसी (ग्लोबल वैल्यू चेन) को नयी जगह स्थानांतरित करने के चलन पर गौर किया है। परिस्थिति के दबावों से विवश होकर हम संभवतः उसी तरह की उत्पादन प्रणालियों का पुनर्विकास कर सकते हैं, जिनकी पुरजोर वकालत गांधीजी ने आत्मनिर्भरता को बढ़ावा देने के लिए की थी।

इसके अलावा, विशेषज्ञों ने हरित प्रौद्योगिकी⁷ का रुख करने की विवशताओं को रेखांकित किया है। उदाहरण के लिए, कन्फेडरेशन ऑफ ब्रिटिश इंडस्ट्री ने सरकार से हरित प्रौद्योगिकी और नौकरियों में निवेश करने का अनुरोध किया है⁸ यहां तक कि ब्रिटिश सरकार ने कोविड के बाद के परिदृश्य में निरंतरता सुनिश्चित करने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए ग्रीन रिकवरी चैलेंज फंड⁹ की भी घोषणा की है। दिलचस्प बात यह है कि आईएलओ के अनुसार, हरित प्रौद्योगिकी में निवेश रोज़गार की व्यापक संभावनाओं सहित महत्वपूर्ण गुणक प्रभाव प्रदान कर सकता है।¹⁰

अधिक निरंतरता लाने में संलग्न
किसी भी प्रयास की भावना
गांधीवादी है, क्योंकि यह केवल
लालच, हिंसा और क्षुद्र आत्म-
महत्व पर आधारित वृत्तियों से
ऊपर उठकर ही प्राप्त किया जा
सकता है। वास्तविक गांधीवादी
परिप्रेक्ष्य में, 17 सतत विकास
लक्ष्यों को एक एकीकृत दृष्टि
के रूप में देखा जा सकता है,
जो मानव के - एक दूसरे के
साथ, प्रकृति द्वारा समर्थित अन्य
प्रणियों के साथ शांतिपूर्ण और
सामंजस्यपूर्ण सह-अस्तित्व से जुड़ा
है, जिसका संभवतः गांधीजी को
इंतजार था।

ग) वंचितों के प्रति सहानुभूति

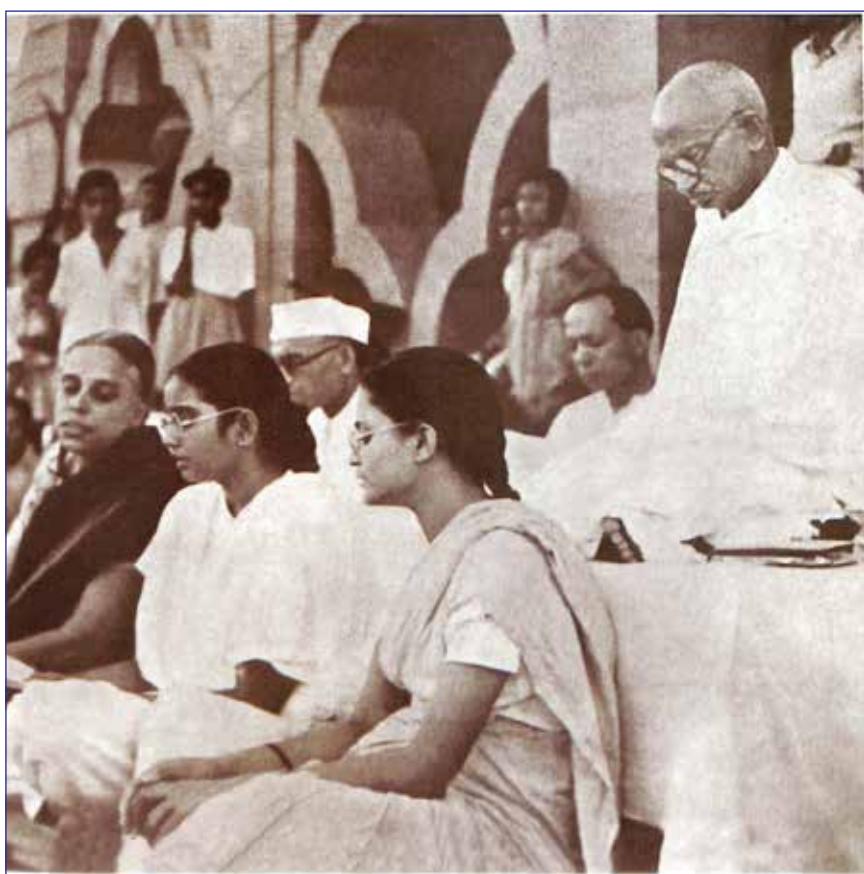
वैध या अवैध तरीके¹¹ से पैदल चलकर अपने गृह राज्य पहुंचने वाले प्रवासियों को

कहानी दिल दहला देने वाली है।¹² लेकिन इसने व्यक्तियों और गैर-सरकारी संगठनों को यह अवसर भी प्रदान किया कि वे भोजन के पैकेटों और अन्य सामग्रियों की आपूर्ति के माध्यम से इन बदकिस्मत लोगों के कष्ट मिटाने में उनकी सहायता करें। राज्यों और केंद्र की सरकारों ने इनकी सुरक्षित वापसी सुनिश्चित करने के लिए श्रमिक ट्रेनों की व्यवस्था की, लेकिन बहुत ही स्वाभाविक तरीके से मदद का हाथ बढ़ाने वाले व्यक्तियों¹³, गैर सरकारी संगठनों¹⁴ और धार्मिक संस्थानों¹⁵ की भूमिका को महत्व दिया जाना बहुत महत्वपूर्ण है। यदि प्रवासियों की वापसी की मुहिम विभाजन के समान है, तो समाज के विभिन्न वर्गों से उन्हें सहायता और समर्थन उसी हद तक का मिला है। गांधीजी ने सहानुभूति की इस भावना की न केवल सराहना की होती, बल्कि संभवतः इसे लंबे समय तक बनाए रखने के लिए संस्थागत निर्माण करने में कामयाबी हासिल कर ली होती।

जब सामाजिक-आर्थिक प्रणालियों की मौजूदा परिपाठियां डगमगा जाएं, तो वे बदलाव की गुंजाइश तैयार करती हैं। यह व्यवस्था की पिछली खराबियों को दुरुस्त करने के लिए भी उपयुक्त समय है। उदाहरण के लिए—

ग्रामीण-शहरी असंतुलन को कम करना: हमारी आबादी की कृषि पर व्यापक निर्भरता, गैर-कृषि रोज़गारों की अनुपलब्धता की ओर इंगित करती है। गैर-कृषि क्षेत्र में तथा उससे भी बढ़कर विनिर्माण क्षेत्र में और अधिक रोज़गार प्रदान करना समय की आवश्यकता है।¹⁶ मछली पालन और खाद्य प्रसंस्करण जैसी कृषि आधारित और संबंधित व्यावसायिक गतिविधियों को बढ़ावा देना ग्रामीण क्षेत्र में लाभकारी रोज़गार के अधिक अवसर प्रदान करने की दिशा में महत्वपूर्ण हो सकता है, जो गांधीवादी दिशा में उठाया गया कदम होगा।

घरेलू हिंसा और महिलाओं से जुड़ा मामला : यह एक प्रमाणित तथ्य है कि आर्थिक कठिनाइयों के दौरान महिलाओं के साथ हिंसक, अपमानजनक, आवेगपूर्ण, जबरदस्ती और नियंत्रण में रखने वाले व्यवहार और आक्रामकता में वृद्धि होती है। अध्ययनों से पता चलता है कि बंद दरवाजों के



कोविड-19 और मनोस्वास्थ्य

डॉ कृष्ण चन्द्र चौधरी

कोविड-19 विषाणु को लेकर पूरी दुनिया में चिंताएं बढ़ी हैं और वे इसे गंभीर खतरे के रूप में देख रहे हैं। भारत में दूसरी लहर में इस विषाणु का नया रूप ज्यादा लोगों को अप्रत्याशित रूप से प्रभावित कर रहा है। इस महामारी ने हमें सामाजिक, मनोवैज्ञानिक, भावनात्मक, चिकित्सकीय, मनोस्वास्थ्य और आर्थिक तौर पर बुरी तरह से प्रभावित किया है। भय और चिंता की अवस्था में व्यक्ति में प्रायः सांवेदिक अनुक्रिया मनोसामाजिक डर, आशंका और घबराहट उत्पन्न होती है, जिसे नैसर्गिक रूप से भावनाओं के आदान-प्रदान से कम किया जा सकता है। इसके साथ ही विचारों का आदान-प्रदान मनोभावों की शानदार अभिव्यक्ति है जो हमें हर परिस्थिति में प्रेरित करती है। इससे परिस्थिति के अनुरूप स्वयं को ढालने की क्षमता बढ़ती है। सकारात्मक सोच और रचनात्मक क्रियाकलापों को अपना कर तनावपूर्ण स्थिति से बाहर निकला जा सकता है। महामारी के प्रकोप से उत्पन्न स्थिति से निपटने के लिए वर्तमान में कोविड प्रोटोकॉल का पालन सुनिश्चित करके और टीका लगवा कर विषाणु के फैलाव को रोका जा सकता है।

को

विड-19 विषाणु की महामारी बाकी महामारियों से अलग है क्योंकि ये असल मायनों में वैश्विक है। इसका

असर लोगों के भावनात्मक स्वास्थ्य पर पड़ रहा है। आम जीवन में तनाव सामान्य बात है, परंतु इस महामारी ने करोड़ों लोगों को भौतिक रूप से शेष दुनिया से अलग-थलग कर दिया है। लोगों में भविष्य के प्रति अज्ञात भय के कारण यह बहुत बड़ी समस्या खड़ी कर सकता है।

आज दुनिया के सबसे महत्वपूर्ण जोखिमों में से एक अकेलापन है। अब जबकि लोगों की आजादी से घूमने फिरने की गतिविधियों पर अंकुश लग गया है तो समस्या और बिगड़ गई है। भारतीय समाज में सामूहिकता अधिक देखने को मिलती है, तो ऐसे में हमारी विशिष्ट संस्कृति के संदर्भ में साझा अनुभव की अहमियत और बढ़ जाती है। हमारे समाज में सामूहिक आयोजन, हमारे सामाजिक मेलजोल के ताने-बाने का केंद्रीय आधार बिंदु रहा है।

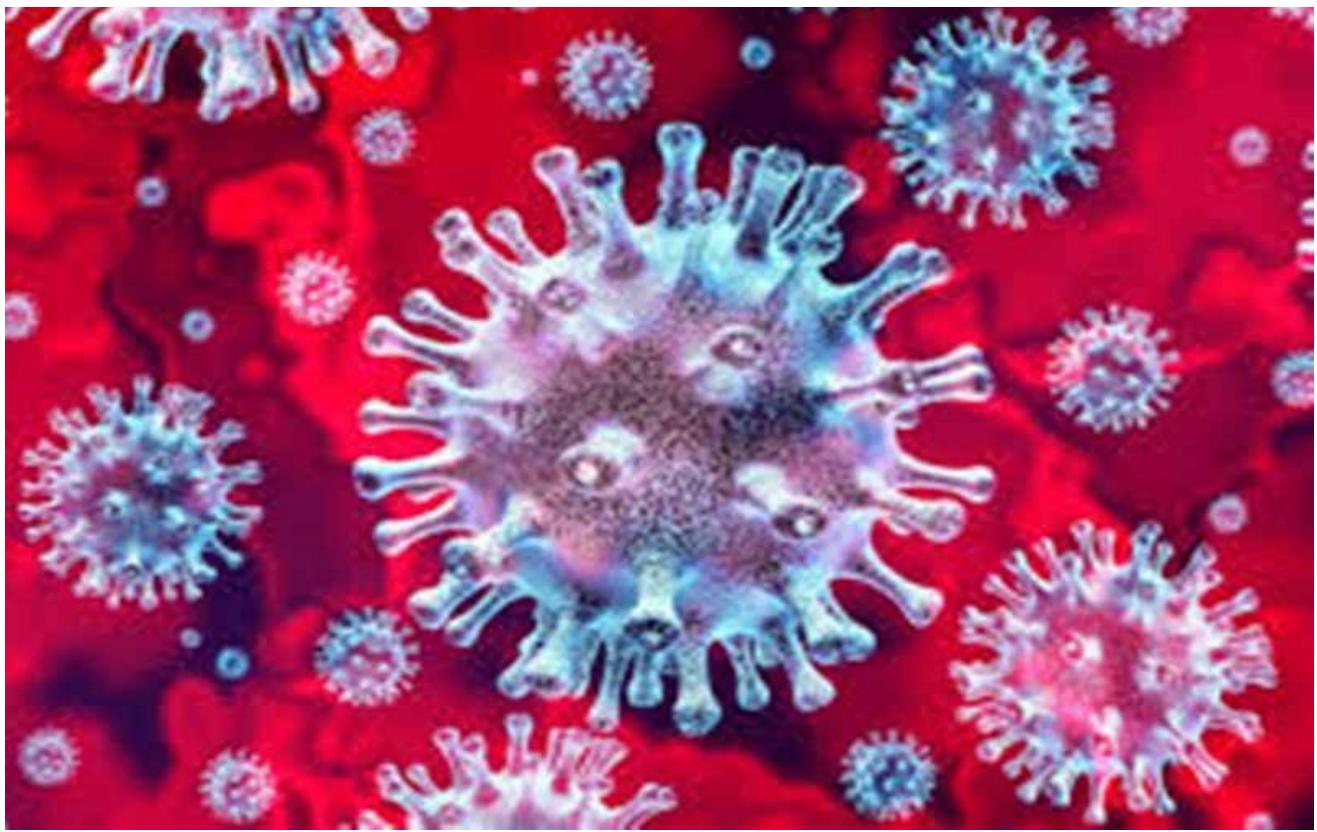
मानसिक स्वास्थ्य पर असर

कोरोना महासंकट लोगों की मनःस्थिति पर गहरा प्रभाव डाल रहा है। घरों में बंद जीवन, वित्तीय संकट की आशंका, सामान्य जीवन नहीं जी पाने की छटपटाहट और इन सबसे ऊपर कोरोना का डर, इन सभी भावनाओं ने नकारात्मकता को उत्पन्न कर दिया है। आज हर कोई भयभीत और भयाक्रांत है।

व्यक्तिगत दूरी, मास्क का उपयोग व सामाजिक व्यवहारात्मक अनुशासन

सामाजिक एकांतवास एक व्यवहारवादी परिवर्तन है और सम्पूर्ण टीकाकरण से कोरोना विषाणु को फैलने से रोका जा सकता है। कोविड-19 महामारी के दौरान “घर पर रहें, सुक्षित रहें” यह अति महत्वपूर्ण है। अतः कोरोना महामारी के दौर में मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान देना भी जरूरी है। संक्रामक रोगों का सभी पर गहरा





मनोवैज्ञानिक प्रभाव पड़ता है, उन पर भी जो विषणु से प्रभावित नहीं हैं। इन बीमारियों को लेकर हमारी प्रतिक्रिया चिकित्सकीय ज्ञान पर आधारित न होकर हमारी मनोसामाजिक समझ से भी संचालित होती है। किसी वैश्विक महामारी का मनोवैज्ञानिक परिणाम हमारे सामाजिक ताने-बाने पर भी असर डालता है।

मनोस्वास्थ्य का प्रभाव

मनोवैज्ञानिकों ने कोरोना महामारी को तनाव का मुख्य कारण बताया है। क्योंकि यह संक्रमित बीमारी है इसलिए कोई व्यक्ति इसके बारे में सुनकर ही तनाव में आ जाता है। इस महामारी के संक्रमण से बचने और अन्य लोगों में इस बीमारी के फैलने, मनोस्वास्थ्य की देखभाल करने और मृत्यु के कारण लोगों के अपने कार्य से मनोसामाजिक दूरियां बढ़ गयी हैं। सर्वविदित है कि यह महामारी एक दूसरे के छूने से फैलती है और एक अदृश्य दुश्मन जिसने सब कुछ उथल-पुथल कर रख दिया जिससे हम लोगों का जीवन तनावपूर्ण हो गया है। इस कारण से, सभी लोग इस बीमारी से और भी ज्यादा डर रहे हैं और अकेलापन व अवसाद के शिकार हो रहे हैं। इन समस्याओं के अलावा मनोवैज्ञानिकों ने कोरोना के बढ़ते संक्रमण की वजह से अपनी प्रतिक्रिया में कहा कि इस बीमारी के कारण आज लोगों में अन्य बीमारी के बढ़ने का खतरा ज्यादा बढ़ता जा रहा है। मनोस्वास्थ्य पर बुरा असर न पड़े, इसके लिए विशेषज्ञों का मानना है कि सभी की भावनाओं को व्यक्त करने के लिए सकारात्मक तरीके खोजने चाहिए। जितना हो सके नियमित दिनचर्या को अपनाये, रुचि का कार्य करें और प्रियजनों के संपर्क में रहें।

मनोस्वास्थ्य पर बुरा असर न पड़े, इसके लिए विशेषज्ञों का मानना है कि सभी की भावनाओं को व्यक्त करने के लिए सकारात्मक तरीके खोजने चाहिए। जितना हो सके नियमित दिनचर्या को अपनाये, रुचि का कार्य करें और प्रियजनों के संपर्क में रहें।

सके नियमित दिनचर्या को अपनाये, रुचि का कार्य करें और प्रियजनों के संपर्क में रहें।

मनोसामाजिक दशा व दिशा

वर्तमान परिवेश में इस परिस्थितिजन्य घटनाओं से उत्पन्न डर अनुभव व महसूस होने वाली प्रतिक्रियाएं; जैसे नकारात्मक सोच, उदास रहना, रुचि और खुशी की कमी, असुरक्षा का भाव और अकेलापन, तनाव एवं कुठा, हताशा, असामान्य व्यवहार, एकाग्रता की कमी, पारिवारिक समायोजन में कठिनाइयां, लाचारी, निःसहायता, अत्यधिक सोचना, चिड़चिड़ापन, गुस्सा आना, आत्मविश्वास की कमी, सामाजिकता का अभाव और सोने में परेशानी, रोजर्मरा की नई दिनचर्या के कारण दबाव, आहारचर्या संबंधी विकार, प्रियजनों को खोने का डर, संक्रमण का भय, अतिसंवेदनशीलता, उन्माद, अवसाद, मृत्यु का भय, अनेकानेक मनोविकारों की उत्पत्ति, मनोदैहिक विकृतियां, शारीरिक लक्षण जैसे अपच, थकान, मांसपेशियों में दर्द, अचानक शरीर में गर्मी या ठंडा महसूस होना, नींद से जग जाना, डर से पसीना आना आदि।

कोविड-19 आपकी शारीरिक स्थिति के साथ-साथ आपकी मनोस्थिति को भी प्रभावित कर सकता है। संक्रमण के मनोवैज्ञानिक प्रभाव में कुछ तत्कालिक नतीजे हो सकते हैं जैसे अपने प्रियजनों की सेहत, वित्तीय स्थिति या जिन सहयोग सेवाओं पर आप भरोसा करते हैं उन्हें लेकर डर व चिंता। अतः तनाव, भय और उत्तेजना का सामना करने के लिए आप ऑडियो या वीडियो कॉल पर अपने प्रियजनों



के साथ जुड़े रहें और कोविड-19 से जो लोग ठीक हुए हैं उनकी सकारात्मक कहानियां साझा करें। वर्तमान प्ररिषेक्ष्य में मानसिक स्वास्थ्य से जुड़ी कई तरह की दिक्कतें होना स्वाभाविक है। इसलिए जन सामान्य को दबाव तथा चिंता का सामना करने, संभालने एवं राहत देने में मदद और समायोजन करने के लिए रचनात्मक कार्रवाई करना महत्वपूर्ण है। सकारात्मक सोच और रचनात्मक क्रियाकलापों को अपना कर इस दबावपूर्ण स्थिति से बाहर निकला जा सकता है। सभी को धैर्य व पूरी समझदारी के साथ कार्य करना है। सकारात्मक रहें-स्वस्थ रहें।

ऐसी परिस्थिति में मानसिक बीमारियों से आक्रान्त होने की संभावनायें बढ़ जाती है। कुछ समाचार एवं सूचनाएं मानसिक आघात का कारण बन सकती है। कोरोना से बचने की पर्याप्त सूचनाएं सरकार द्वारा समय रहते पहले से ही जन मानस में प्रेषित कर चुकी है। सभी लोग आवश्यक जानकारियों से परिचित हैं। अतः अपना ध्यान सकारात्मक और रुचि के कार्य में जैसे चित्रकारी, पेंटिंग, संगीत, खेल, बागवानी, भोजन पकाने के प्रति द्युकाव और भोजन पकाना, प्रेरक पुस्तकें, आध्यात्मिक पुस्तकें एवं महापुरुषों की प्रेरणादायी जीवनी, कहानियां, पढ़ने-लिखने की आदत विकसित करना और अपने रुचि में व्यस्त रखना आदि क्रियाकलापों का सहारा ले सकते हैं।

मानसिक स्वास्थ्य संवर्धन

मानसिक स्वास्थ्य वर्तमान समय की बड़ी चुनौती है। अच्छा स्वास्थ्य शरीर एवं मन की स्थिति पर निर्भर करता है। दोनों का मनुष्य के स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव पड़ता है। स्वस्थ व्यक्ति केवल शारीरिक रूप से ही नहीं, बल्कि मानसिक रूप से भी स्वस्थ होता है। स्वास्थ्य का अर्थ है कि शरीर व मन दोनों कुशलतापूर्वक एवं संतुलित रूप से काम करे। मानसिक स्वास्थ्य मनुष्य के शारीरिक तथा सामाजिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण योगदान प्रदान करता है। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति अपने व्यक्तित्व की विभिन्न इच्छाओं, आवश्यकताओं, शीलगुणों आदि के बीच एक ऐसा सामंजस्य रखता है और जिंदगी के सभी क्षेत्रों में एक संतोषजनक समायोजी व्यवहार करने में समर्थ हो पाता है।

यह रोग आपकी शारीरिक स्थिति के साथ-साथ आपकी मनोस्थिति को भी प्रभावित कर सकता है।
संक्रमण के मनोवैज्ञानिक प्रभाव में कुछ तत्कालिक नतीजे हो सकते हैं जैसे अपने प्रियजनों की सेहत, वित्तीय स्थिति या जिन सहयोग सेवाओं पर आप भरोसा करते हैं उन्हें लेकर डर व चिंता।
अतः तनाव, भय और उत्तेजना का सामना करने के लिए आप ऑडियो या वीडियो कॉल पर अपने प्रियजनों के साथ जुड़े रहें और कोविड-19 से जो लोग ठीक हुए हैं उनकी सकारात्मक कहानियां साझा करें।

हमें जीवन में अनुशासन लाने की जरूरत है। इससे आपका दबाव एवं चिंता कम होगा और समस्या का समाधान में मदद मिलेगी।
मनोवैज्ञानिकों और परामर्शदाताओं की भूमिका

कोविड-19 के काल में मानसिक स्वास्थ्य, दुःख, भय, डर, अकेलेपन, चिंता, अनिश्चितता, निराशा, दबाव, तनाव प्रबंधन, मनोसामाजिक सरोकार और जरूरतमंद लोगों के लिए परामर्श दिया जा रहा है। इस विकट परिस्थिति से उत्पन्न मानसिक दबाव से बाहर निकलने में मनोवैज्ञानिक सहायता सहायक सिद्ध होती है। सकारात्मक सोच व रचनात्मक क्रियाकलापों को अपना कर दबावपूर्ण स्थिति से बाहर निकला जा सकता है। केवल

कोविड प्रोटोकॉल का पालन सुनिश्चित रूप से करें। इस विकट परिस्थिति से उत्पन्न मानसिक दबाव से बाहर निकलने में मनोवैज्ञानिक सहायता सहायक सिद्ध होता है। सकारात्मक सोच व रचनात्मक क्रियाकलापों को अपना कर दबावपूर्ण स्थिति से बाहर निकला जा सकता है। केवल दृढ़ इच्छाशक्ति और हम की भावना के साथ प्रयासरत रहने की आवश्यकता है।

भारत सरकार के राष्ट्रीय हेल्पलाइन

(टोल फ्री) नम्बर - 1075, नेशनल सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल (एन सी डी सी), आरोग्य सेन्ट्र ऐप, कोविन टीकाकरण ऐप, और विश्व स्वास्थ्य संगठन जैसे भरोसेमंद स्रोतों से सही जानकारी लें। अगर आपको लगता है कि आप कोरोना वायरस के संपर्क में आए हैं। साथ ही, आपको इसके लक्षण (बुखार, खांसी या सांस लेने में तकलीफ आदि) दिख रहे हैं, तो मदद के लिए भारत सरकार की हेल्पलाइन 1075 या राज्य सरकार के हेल्पलाइन नंबर पर कॉल करें।

वर्तमान स्थिति में मानसिक स्वास्थ्य को उन्नत बनाये रखने के लिये आधुनिकतम तकनीकि संसाधनों के साथ ही साथ महामारियों

से निपटने के परम्परागत उपायों, बड़े के अनुभव आदि का सम्मिलित इस्तेमाल काफी लाभप्रद साबित हो सकता है। अपने घरों में रहकर भी अपने प्रियजनों से जुड़े रहना परम आवश्यक है। सामान्यतः व्यक्ति किस प्रकार चिंतन, व्यवहार तथा प्रत्यक्षण करता है और उसके भीतर किसी तरह की भावनाएं उत्पन्न होती हैं, इसके संयोग के रूप में मस्तिष्क एवं तंत्रिका तंत्र की कार्य प्रणाली काम करती है। शारीरिक एवं मानसिक रूप से क्रियाशील रहने में सकारात्मक सोच और रचनात्मक क्रियाकलापों को अपनाना बहुत जरूरी है। अपने आत्मविश्वास और मनोबल को बनाये रखें। महामारियां आती-जाती रहती हैं; लेकिन अंतिम विजय मानव की दृढ़ इच्छाशक्ति और जिजीविषा की ही होती है। ■

कोरोना-19 कोई अंतिम महामारी नहीं है; निकट भविष्य में इस पर विजय हमारी ही होगी।

संदर्भ

1. भाटिया, एम. एस. (2004), मनोरोग, नेशनल बुक ट्रस्ट, नई दिल्ली।
2. मिश्र, भास्कर (2001), वैदिक शिक्षा पद्धति, महर्षि सन्दीपनि राष्ट्रीय वेद-विद्या प्रतिष्ठान, उज्जैन।
3. मिश्र, उमाशंकर “दुनिया में बढ़ती जंतु-जनित रोगों की दहशत” विज्ञान प्रगति, अप्रैल 2020, नई दिल्ली, पृष्ठ सं. 28 व 29।
4. चौधरी, के.सी. (2020) “कोरोना काल में तनाव प्रबंधन”, हाशिये की आवाज, नई दिल्ली, अंक 7, जुलाई 2020, पृष्ठ सं. 28-30।

कृपया ध्यान दें

पत्रिकाओं की सदस्यता के संबंध में नोटिस

कोविड-19 महामारी से उत्पन्न स्थितियों के कारण साधारण डाक से भेजी गई हमारी पत्रिकाओं की डिलिवरी न हो पाने से संबंधित शिकायतें प्राप्त हो रही हैं। हमारे माननीय उपभोक्ताओं को योजना, कुरुक्षेत्र, बाल भारती और आजकल पत्रिका की समय पर डिलिवरी सुनिश्चित करने के लिए यह निर्णय लिया गया है कि नए उपभोक्ताओं को साधारण डाक से पत्रिकाओं का प्रेषण तत्काल प्रभाव से रोक दिया जाए। यह केवल नए उपभोक्ताओं के लिए लागू होगा तथा मौजूदा उपभोक्ताओं को उनकी सदस्यता दरों के अनुसार पत्रिकाएं भेजी जाती रहेंगी।

हमारी पत्रिकाओं के लिए नई सदस्यता दरें जिनमें रजिस्टर्ड डाक से पत्रिका भेजने का शुल्क भी शामिल है, निम्नलिखित हैं-

सदस्यता प्लान	योजना, कुरुक्षेत्र तथा आजकल (सभी भाषाएं)	बाल भारती
1 वर्ष	₹. 434	₹. 364
2 वर्ष	₹. 838	₹. 708
3 वर्ष	₹. 1222	₹. 1032

वर्तमान परिस्थितियों में यह एक अस्थायी व्यवस्था है क्योंकि डाक विभाग साधारण डाक के वितरण में कठिनाइयों का सामना कर रहा है। अतः जैसे ही देश में सामान्य स्थितियां बहाल हो जाएंगी पत्रिकाओं को पुनः साधारण डाक से भेजना आरंभ कर दिया जाएगा।

चिरंतन आरोग्य

ऋजुता दिवेकर

स्वास्थ्य एक प्राथमिक अधिकार है, वस्तुतः मानव अधिकारों का मुद्दा है। शिक्षा, गरीबी, जेंडर इन सब कारकों का हमारी सेहत से सीधा संबंध है। हमारा निवास स्थान, स्वास्थ्य सेवा की सुलभता, स्वच्छ हवा और ताजे उत्पाद तथा कई अन्य कारक भी हमारे स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं। ब्रिटेन में न्यूकैसल बहुत ही सुंदर विश्वविद्यालय शहर है। वहां किए गए बहुत ही रोचक अध्ययन में पाया गया कि जैसमॉन्ड में रहने वालों के मुकाबले बाइक नाम के क्षेत्र में रहने वाले लोगों का प्रदर्शन, स्वास्थ्य पैमानों पर बेहद खराब है। बाइक एक मलिन इलाका है जबकि पड़ोसी जैसमॉन्ड इलाके में अमीर लोग रहते हैं। आपका पोस्ट कोड यानी पिन कोड भी अब हमारे स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले एक बहुत ही महत्वपूर्ण पहलू के रूप में उभर रहा है। और इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप किस देश में रह रहे हैं। शहरों में यह और भी ज्यादा महत्वपूर्ण है क्योंकि हर शहर की निर्धन बस्तियां या मलिन इलाकों में खराब स्वास्थ्य के ज्यादा मामले देखने को मिलते हैं।

आ

धुनिक इतिहास में केवल एक देश ऐसा है जिसमें सामूहिक रूप से लोगों का बज़न घटा था (औसतन सभी वयस्कों का) और वह है क्यूबा। यह 90 के दशक की शुरू की बात है, सोवियत संघ टूट चुका था और क्यूबा के लोगों का औसत कैलोरी सेवन 3000-3200 से गिरकर 2400 रह गया था। अमेरिका के प्रतिबंध के कारण भोजन और ईंधन की कमी होने लगी तथा सार्वजनिक परिवहन की बसें तक चलनी बंद हो गई

थीं। क्यूबा के राष्ट्रपति श्री फिदेल कास्त्रो ने इसे पिरोयोदो एस्पैनशल (विशेष काल अवधि) घोषित किया था। इसमें राशन व्यवस्था लागू की गई, छोटे स्तर पर बागवानी को बढ़ावा दिया गया और 10 लाख से अधिक साइकिलों का वितरण किया गया। कोई आश्चर्य नहीं कि लोगों का बज़न घट गया (औसत 5.5 किलो) और मधुमेह तथा हृदय रोग के राष्ट्रीय औसत में गिरावट आ गई। ब्रिटिश मेडिकल जर्नल (बीएमजे) में भी यह घटना प्रकाशित हुई जिसमें कहा गया कि कैसे



चयापचयी (मेटाबॉलिक) रूप से स्वस्थ मोटापा

वज़न घटाने को ही अच्छे स्वास्थ्य का एकमात्र पैमाना मानने में एक समस्या यह है कि इसमें चयापचय (मेटाबॉलिक) रूप से स्वस्थ मोटापे की अवधारणा की पूरी तरह से अनदेखी हो जाती है। ऐसा जरूरी नहीं है कि हर वह व्यक्ति जिसका वज़न ज्यादा है या जो मोटा है अस्वस्थ है या बीमारियों की जकड़ में आ सकता है। वास्तव में लगभग 25 से 30 प्रतिशत मोटे लोग वैसे पूरी तरह तंदुरुस्त और स्वस्थ रहते हैं। उनके किसी असंचारी रोग से ग्रस्त होने की आशंका केवल लगभग 20 प्रतिशत होती है। हालांकि उन्हें सबसे आम सलाह यह दी जाती है कि अपना वज़न

घटाएं और जल्दी घटाएं। जब वह उपरोक्त आहार शैलियां अपनाकर अपना वज़न जल्दी घटाते हैं तो न केवल दोबारा मोटे हो जाते हैं (वज़न घटाने की कोशिशों के 80 प्रतिशत मामलों में वज़न फिर बढ़ जाता है) बल्कि सबसे महत्वपूर्ण परिणाम यह होता है कि अब वह चयापचयी (मेटाबॉलिक) रूप से स्वस्थ मोटे भी नहीं रह जाते (एमएचओ)। अब उनके मधुमेह, कैंसर, हृदय रोग, हार्मोनल असंतुलन, मानसिक स्वास्थ्य जैसी स्वास्थ्य समस्याओं से ग्रसित होने की संभावनाएं डेढ़ सौ प्रतिशत बढ़ जाती हैं। अब वे चयापचयी रूप से अस्वस्थ मोटे होते हैं (एमयूएचओ)।

कम खाने और अधिक चलने को जनहित स्वास्थ्य कार्यक्रम के रूप में इस्तेमाल में किया जा सकता है।

लेकिन 2000 के दशक में क्यूबा की अर्थव्यवस्था जैसे-जैसे पटरी पर आने लगी मोटापे की दर भी 1995 से 2011 में तिगुनी हो गई। खाना और ईंधन मिलने लगा, उसके साथ ही मधुमेह और हृदय रोगों की भी वापसी होने लगी। पर क्यूबा के किसी भी नागरिक से पूछें कि क्या वह 90 के दशक में वापस जाना चाहेंगे, तो वो जिंदगी के उस दौर में कभी लौटना नहीं चाहेंगे। यहां तक कि बीएमजे में जिन लेखकों ने इस बारे में लिखा था उनका भी यही निष्कर्ष था कि 90 के दशक की त्रासदी मानव निर्मित थी (अंतर्राष्ट्रीय राजनीति द्वारा) और फिर कभी किसी भी आबादी के साथ ऐसा नहीं होना चाहिए। क्यूबा के लोगों ने विशेष काल अवधि की सामाजिक और आर्थिक चुनौतियों का जिस गरिमा और साहस के साथ सामना किया था उसके लिए भी पत्रिका में उनकी सराहना की गई।

सौ बातों की एक बात यह है कि आर्थिक या सुरक्षा संकट में उलझे बिना स्वास्थ्य सुधारने का केवल एक उपाय है कि उसके लिए और अधिक समझ-बूझ के साथ टिकाऊ रास्ता अपनाया जाए। जैसे-शिक्षा, स्वास्थ्य संबंधी सहायता/समर्थन, आत्मसंयम। यह केवल वज़न घटाने की बात नहीं है बल्कि सही तरीके, लगातार अपनाने की बात है।

हमेशा स्वस्थ रहने के लिए तीन आसान और व्यावहारिक नियम इस प्रकार हैं-

योग और आयुर्वेद के अनुसार स्वास्थ्य

स्वास्थ्य का अर्थ केवल बीमारी का न होना ही नहीं है बल्कि उसमें यौवन के जोश के साथ जीवन की हर अवस्था में सीखने की क्षमता भी होनी चाहिए। यह व्यक्ति को सदा खुशी और संतुष्टि के रास्ते अपनाने और उन पर चलने के लिए प्रेरित करता है। उपनिषद में सुख या प्रसन्नता को ऐसी अवस्था बताया गया है जब हमारी सभी इंद्रियों- दृष्टि, भ्राण, स्पर्श, श्रवण और स्वाद के बीच परस्पर तालमेल हो। दुःख वह स्थिति है जिसमें इंद्रियों के बीच कोई तालमेल नहीं होता और जिसके कारण प्रसन्नता का अभाव होना स्वाभाविक है। हम सबने इसका अनुभव किया है, हमारा शरीर कहीं होता है और चित्त कहीं और

तथा इंद्रियां विक्षिप्त रहती हैं। तालमेल के इस अभाव को ही आधुनिक युग में ‘तनाव’ कहा जाता है। आयुर्वेद में अंग्रेजी शब्द ‘हेल्थ’ का अर्थ स्वास्थ्य माना जाता है यानी वह अवस्था जब स्व (स्वयं) ही स्थान (केंद्रित) होता है। अर्थात् स्वास्थ्य वह केंद्रित अवस्था है जिसमें सभी इंद्रियों में पूर्ण सामन्जस्य रहता है – या जैसा महात्मा गांधी ने लिखा है स्वास्थ्य चिंतन, वाणी और कर्म का संगम है और उनके बीच कोई द्वंद्व नहीं होता। योग हमें शांति के मार्ग के जरिए स्वस्थ रहने की दिशा देता है और योग के ग्रन्थ हमें सिखाते हैं कि स्वास्थ्य, भीतरी और बाहरी शांति दोनों के लिए पहला कदम है।

स्थानीय खाएं, वैश्विक सोचें

वि

श्व में मात्र 10 साल पहले के मुकाबले आज ज्यादा शुगर (मधुमेह) नियंत्रित है, इत्यादि इत्यादि। दूसरे शब्दों में कहा जाए तो यह बताते हैं कि आपके लिए मधुमेह, कैंसर, पीसीओडी, थायरॉएड की स्थितियाँ, हृदय व मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं जैसे असंचारी रोगों (एनसीडी) का शिकार होने की आशंका कितनी है। याद रखें विश्व भर में कम आयु में होने वाली लगभग 75 प्रतिशत मौतों के कारण असंचारी रोग हैं। हमें अब यह भी पता है कि व्यक्ति के अन्य रोगों से ग्रस्त होने पर कोविड-19 संक्रमण कैसे भयावह रूप ले लेता है।

तमाम आहार शैलियों के चलन के बावजूद बिगड़ते जन स्वास्थ्य का सबसे बड़ा कारण चयापचयी (मेटाबॉलिक) स्वास्थ्य की कीमत पर भी सिर्फ वज़न घटाने की सोच है। अच्छे स्वास्थ्य की पहली आवश्यकता वज़न घटाने के बजाय चयापचयी (मेटाबॉलिक) स्वास्थ्य होनी चाहिए।

समग्र बनाम एकल-आयामी दृष्टिकोण

जब हम वज़न घटाने की सोच को छोड़ कर आगे बढ़ते हैं तो पाते हैं कि तंदुरुस्त शरीर के और भी अनेक पहलू हैं- हार्मोन, अंग, हड्डियाँ, मांसपेशियाँ, लिंगामेंट, तंतु, जोड़, त्वचा, केश इत्यादि। यह अकेले काम नहीं करते बल्कि एक दूसरे पर निर्भर होते हैं। इस बात से स्पष्ट हो जाता है कि पूरे शरीर का स्वस्थ रखने के लिए समग्र दृष्टिकोण अपनाना जरूरी है। ऐसा उपाय जो न केवल एक पहलू पर काम करे बल्कि उपरोक्त सभी पहलुओं पर ध्यान दे। तो ऐसा कोई आहार न लें जिसका मंत्र हो- कोई व्यायाम न करें, केवल पैदल चलें; ऐसा कोई व्यायाम व्यवस्था नहीं अपनाएं जो कहे- कुछ भी खाएं, बस व्यायाम से घटाएं, ऐसी कोई जीवनशैली नहीं अपनाएं जो

नींद और स्वस्थ रहने की जरूरत पर बल न दे। आहार, व्यायाम, क्रियाएं और नींद मिलकर ही, सदैव स्वस्थ रहने के लिए समग्र दृष्टिकोण बनाती है। इतना ही नहीं इनमें से प्रत्येक पहलू के बारे में भी समग्र दृष्टिकोण अपनाना चाहिए- आहार को कार्बोहाइड्रेट्स, प्रोटीन और वसा में न बाटें; क्रियाओं और व्यायाम को केवल पैदल चलने और या कार्डियो कसरत तक ही सीमित न रखें; नींद और स्वस्थ रहने को सप्ताहांत पर न टालें बल्कि रोजाना ध्यान दें।

साथ ही, जीवन की दैनिक अपरिहार्य गतिविधियाँ, अर्थात् आपका काम, यात्रा, पारिवारिक दायित्व आदि सब इस समाधान के अंग होने चाहिए और कोई भी आहार या व्यायाम शैली जब तक इनके साथ तात्प्रेरण नहीं बैठा पाती है तो सफल नहीं हो सकती। ऐसे पेशे या व्यवसाय इसके आदर्श उदाहरण हैं जिनमें दिनभर मानसिक या शारीरिक मेहनत करनी पड़ती है और कम कैलरी सेवन या आहार न लेने पर उनका प्रदर्शन खराब हो जाता है।





दीर्घकालिक बनाम अल्पकालिक समाधान

टिकाऊ स्वास्थ्य का एक अन्य पहलू है लाखे समय तक स्वस्थ रहना, जो टिकाऊ शब्द के अर्थ में ही निहित है। आप जब भी कुछ खाने लगें या कोई आहार या जीवन शैली अपनाने का फैसला लें तो अपने आप से पहला सवाल यहीं पूछें कि क्या मैं शेष जीवन में भी ऐसा करता रह सकता हूं? क्या यह मेरे पर्यावरण, मेरी पृथ्वी को भावी पीढ़ियों के लिए बेहतर दशा में छोड़ेगा अथवा बुरी दशा में? अगर यह सवाल समझने में बहुत कठिन लग रहा हो तो यह सोचें कि अगले 15 साल या 5 साल में इसका असर क्या होगा? अगर नहीं, तो फिर सोचें कि आप यह क्यों करना चाहते हैं? क्या जल्दी वज़न घटाने के लिए? हम जानते हैं कि यह कितना नुकसानदायक है, तो और क्यों करें? और अगर आपको अल्पकालिक आहार शैली या दिनचर्या अपनाने का कोई उपयुक्त कारण दिखाई नहीं देता तो बिल्कुल न अपनाएं।

यद्यपि मानव शरीर की संरचना अल्पकालिक उपायों पर अच्छी प्रतिक्रिया देने के लिए उपयुक्त नहीं है, किंतु हमारे दिमाग को दीर्घकालिक उपाय समझने में काफी परेशानी होती है और उसमें तुरंत परिणाम पाने की इच्छा प्रबल होती है। वज़न घटाओ उद्योग इसी प्रवृत्ति का फायदा उठाता है और इससे बचने का केवल यहीं तरीका है कि अपने आपको निरंतर याद दिलाते रहे हैं कि इस जाल में नहीं फँसना है। त्वरित परिणाम की आड़ में आमतौर पर जल्दी वज़न घटाने के नुस्खे प्रचारित किए जाते हैं जबकि उनके कारण धीरे-धीरे शरीर का क्षय हो सकता है और अधिकतर होता भी है कि जिससे कभी-कभी उबरना संभव नहीं होता। आमतौर पर हम समझ ही नहीं पाते कि 5 साल पहले महीने भर लिए गए तरल आहार और अब गुर्दे को हुए नुकसान के बीच क्या संबंध है।

वास्तव में इस मुद्दे पर सरकारों को ध्यान देने, नीतिगत बदलाव को गंभीरता से लेने और सबसे जरूरी स्थानीय भोजन और खाद्य प्रणालियों को समर्थन देने की जरूरत है। इसमें हम सभी व्यक्तिगत रूप से योगदान दे सकते हैं। अगर आप अक्सर यात्रा करते हैं तो आपने देखा होगा कि कश्मीर से कन्याकुमारी तक, बैंगलुरु से बॉस्टन तक, और प्रत्येक हवाई अड्डे पर, हर जगह उन्हीं बड़ी आहार शृंखलाओं (फूड चेन) का एक-जैसा खाना मिलता है। बर्गर, पिज्जा, कॉफी कंपनियों का वर्चस्व है और अगर आप ढूँढ़ने जाएं तो बड़ी मुश्किल से ही कोई ऐसा रेस्ट्रां दिखता है जहां स्थानीय खाना या स्थानीय पेय पदार्थ मिलता हो। औद्योगीकरण काल के बाद विश्व भर में भोजन की यह एकरसता ही वास्तव में मोटापे का प्रमुख कारण है और अब वैज्ञानिकों को यह लगने लगा है कि जलवायु परिवर्तन का भी यहीं कारण है।

स्थानीय भोजन स्थानीय जलवायु के अनुसार ढलता रहता है। यह स्थानीय खाद्य प्रणालियों में रचा-बसा होता है और अपने साथ-साथ अन्य फसलों तथा अपने आसपास के फलों, फूलों, कीटों, मधुमक्खियों आदि को भी फलने-फूलने देता है। इसमें भरपूर पोषक तत्व होते हैं और कुदरती उस स्थान के निवासियों के लिए पूरी तरह से उपयुक्त होता है। यह आर्थिक रूप से भी लाभप्रद होता है क्योंकि इससे छोटे किसान जैव प्रौद्योगिकी, संवर्धित बीजों और ज्यादा मजदूरी में भी भारी निवेश (और अनिश्चित लाभ) के फेर में फंसे बिना स्थानीय फसलें उगा सकते हैं। कुल मिलाकर यह स्थानीय निवासियों, उनकी भूमि और उनके जंगलों को स्वस्थ रखने में मदद करता है। असल में इसका सीधा सा अर्थ अपने पुरुखों का यह चलन अपनाना है कि स्थानीय, मौसमी और पारंपरिक भोजन ही खाना चाहिए। ■

ई-कबाड़ प्रबंधन

ऋचा रश्मि

ई-कबाड़ प्रबंधन एक जटिल प्रक्रिया है। इस प्रक्रिया में अनेक पक्ष शामिल रहते हैं। भारत में ई-कबाड़ प्रबंधन से संबंधित नीतियां 2011 से ही मौजूद हैं। लेकिन इन नीतियों पर अमल कमज़ोर रहा है। देश में मौजूदा समय में लगभग 95 प्रतिशत ई-कबाड़ का प्रबंधन अनौपचारिक क्षेत्र में किया जा रहा है। खराब कार्य स्थितियों में काम करने वाला यह क्षेत्र विखंडन और रीसाइकिलिंग के लिये अपरिष्कृत तकनीकों पर निर्भर है।

उ

पयोगिता पूरी कर चुके कंप्यूटर और मोबाइल फोन जैसे इलेक्ट्रॉनिक उत्पादों से पैदा होने वाले कचरे को ई-कबाड़ कहते हैं। इस तरह का कबाड़ वर्तमान में दुनिया में सबसे तेजी से बढ़ रहा कचरा है। वर्ष 2019 में विश्व भर में रिकॉर्ड 53.6 मिलियन टन ई-कबाड़ पैदा हुआ। इसमें से सिर्फ 17.4 प्रतिशत ई-कबाड़ की रीसाइकिलिंग की गयी (ग्लोबल ई-वेस्ट मॉनिटर, 2020)।

भारत में ई-कबाड़ प्रबंधन नीति 2011 से ही मौजूद है। इसके दायरे का 2016 और 2018 में विस्तार किया गया है। लेकिन इस पर अमल की रफ्तार संतोषजनक नहीं है। देश में सिर्फ 5 प्रतिशत ई-कबाड़ का औपचारिक रीसाइकिलिंग केन्द्रों के जरिये प्रसंस्करण किया जाता है। बाकी ई-कबाड़ का निस्तारण अनौपचारिक क्षेत्र के हवाले है। इस क्षेत्र में पर्यावरण और सुरक्षा से जुड़े मानदंडों का पालन बहुत कम किया जाता है (भारत सरकार, 2019)।

ई-कबाड़ प्रबंधन को मांग और आपूर्ति, दोनों से संबंधित कारक प्रभावित करते हैं और इसके गहराई से विश्लेषण की जरूरत है। इस आलेख में भारत में रीसाइकिलिंग क्षमता को बाजार आधारित प्रणालियों के जरिये सुधारने से संबंधित महत्वपूर्ण नीतिगत उपायों की रूपरेखा प्रस्तुत करने की कोशिश की गयी है। इसमें खास तौर से भारत सरकार की तरफ से निर्धारित विस्तारित उत्पादक जिम्मेदारी (ईपीआर) लक्ष्यों के अनुरूप मोबाइल निर्माताओं के लिये व्यावसायिक समाधान सुझाये गये हैं।

ई-कबाड़ मूल्य शृंखला

ई-कबाड़ प्रबंधन एक जटिल प्रक्रिया है। इस प्रक्रिया में अनेक पक्ष शामिल रहते हैं। मूल्य शृंखला के महत्वपूर्ण हितधारकों में आयातक, उत्पादक या निर्माता, खुदरा कारोबारी, उपभोक्ता, व्यापारी, कबाड़ी, विखंडनकर्ता और रीसाइकिलकर्ता शामिल हैं (यूएनईपी, 2007)। खुदरा कारोबारी और उपभोक्ता में व्यक्ति, व्यवसायी, सरकार और अन्य शामिल हैं। प्रसंस्करण के विभिन्न चरणों में इनमें से हरेक के गहराई से आकलन के लिये ई-कबाड़ मूल्य शृंखला को समझना अहम है। इस प्रक्रिया के चार चरण हैं - उत्पादन, संग्रह, पृथकीकरण और प्रशोधन

या निस्तारण (द इलेक्ट्रॉनिक्स रीसाइकिलिंग लैंडस्केप, 2016)।

ई-कबाड़ तब पैदा होता है जब किसी उत्पाद का उपयोगकर्ता यह तय करे कि इस सामान का अब उसके लिये कोई इस्तेमाल नहीं रह गया। इस उत्पाद का फिर उपयोग करने का कोई इरादा नहीं रहने के कारण वह इसे दान में देता या बेचता है। इस ई-कबाड़ का प्रबंधन संग्रह के जरिये औपचारिक ढंग से, कूड़ेदान में फेंके जाने या एक विकसित तंत्र के माध्यम से अनौपचारिक तौर-तरीकों से किया जाता है (ग्लोबल ई-वेस्ट मॉनिटर, 2020)।

औपचारिक संग्रह

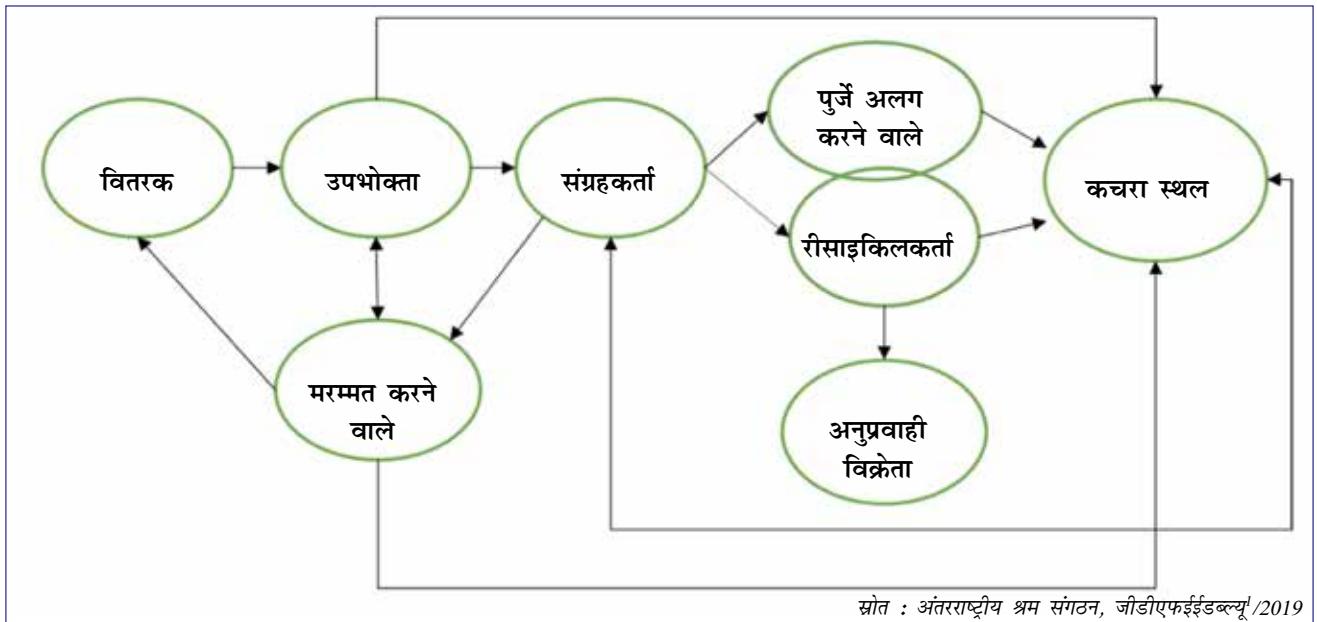
राष्ट्रीय ई-कबाड़ कानून के तहत इलेक्ट्रॉनिक वस्तुओं का प्रबंधन औपचारिक संग्रह के जरिये किया जाना चाहिये। इस तरह के संग्रह में ई-कबाड़ को संबंधित संगठन, उत्पादक और सरकार (मसलन, नगरपालिकाओं के संग्रह केन्द्र) एकत्र करते हैं। इसके अलावा खुदरा व्यापारी और उत्पादक भी उपयोग किये गये सामान को वापस ले सकते हैं। इस तरह एकत्र ई-कबाड़ को विशेष प्रसंस्करण केन्द्र में ले जाया जाता है। वहां इस कबाड़ से कीमती सामग्री को निकाले जाने के बाद जहरीले पदार्थों का प्रबंधन पर्यावरण के लिहाज से नियंत्रित ढंग से किया जाता है। इसके बाद बाकी बची सामग्री को जलाया या सुरक्षित ढंग से जमीन में दफना दिया जाता है।

कूड़ेदान के जरिये संग्रह

उपयोगकर्ता अक्सर इलेक्ट्रॉनिक सामान की उपयोगिता खत्म हो जाने के बाद उसे घर के बाकी कचरे के साथ कूड़ेदान में डाल देता है। आम तौर पर इस तरह के कचरे का पृथकीकरण नहीं किया जाता है। इसलिये ई-कबाड़ भी अन्य घरेलू कचरे की तरह ही जला या जमीन में दबा दिया जाता है। इसके परिणामस्वरूप संसाधन के मूल्य का नुकसान होने के साथ ही पर्यावरण को भी क्षति पहुंचती है।

अनौपचारिक संग्रह

कुछ देशों में कबाड़ का कारोबार करने वाले व्यक्तियों और कंपनियों का एक स्थापित नेटवर्क है। वे विभिन्न माध्यमों से ई-कबाड़ को एकत्र कर उसका व्यापार करते हैं। ऐसी व्यवस्था में ई-कबाड़ से धातु की रीसाइकिलिंग संभव है। इसके अलावा घरों से ई-कबाड़ को



स्रोत : अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन, जीडीएफईडब्ल्यू/2019

चार्ट 1 : अनौपचारिक मूल्य शृंखला

एकत्र कर इसे अनौपचारिक कारोबारियों को बेचा जाता है। ये कारोबारी या तो इसकी मरम्मत करते अथवा इसे किसी रीसाइकिलकर्ता को बेच देते हैं। रीसाइकिलकर्ता इस उत्पाद का ज्वलन या निकालन के जरिये अथवा पिघला कर विखंडन करता है। इस तरह उत्पाद एक द्वितीयक कच्चे माल में तब्दील हो जाता है। इन दोनों प्रक्रियाओं में ई-कबाड़ का निस्तारण किसी भी तरह किया जाये इसके पर्यावरण के लिये अनुकूल ढंग से नहीं होने का जोखिम बना रहता है। एक अनौपचारिक मूल्य शृंखला के सामान्य ढांचे को चार्ट-1 में दिखाया गया है।

भारत की नियामक व्यवस्था

भारतीय इलेक्ट्रॉनिक्स क्षेत्र ने पिछले दशक में जबर्दस्त प्रगति की है। यह 2004-05 में 11.5 अरब अमेरिकी डॉलर से बढ़ कर 2009-10 में 32 अरब अमेरिकी डॉलर का हो गया (संसद की कार्यवाही, 2010)। इलेक्ट्रॉनिक्स वस्तुओं के स्वदेश में उत्पादन और आयात में वृद्धि के साथ ही ई-कबाड़ उत्पर्जन में भी तेजी आयी। इससे इस क्षेत्र पर नियामक नियंत्रण की आवश्यकता महसूस की जाने लगी। विकसित देशों में अक्सर ई-कबाड़ की रीसाइकिलिंग का खर्च बहुत ज्यादा होता है। इन देशों में टूटे और खराब उपकरणों के निस्तारण के लिये कंपनियों को भुगतान करना पड़ता है। इसलिये विकसित राष्ट्रों की कई कंपनियां अपने ई-कबाड़ को विकासशील देशों में भेजने के अपेक्षाकृत किफायती विकल्प को अपनाती हैं।

इस स्थिति ने गैर-सरकारी संगठनों को जागरूकता अधियान चलाने के लिये प्रेरित किया। बहुराष्ट्रीय संस्थाओं ने भी इस ओर ज्यादा ध्यान देना शुरू कर दिया। सरकार ने

2008 में सामान्य कबाड़ प्रबंधन नियम लागू किये। इन नियमों में ई-कबाड़ का प्रबंधन जिम्मेदार ढंग से करने की बात कही गयी थी। इसके अलावा सरकार ने सूचना प्रौद्योगिकी निर्माता संघ (एमएआईटी) और अन्य औद्योगिक संगठनों के सुझाव पर पंजीकरण और ई-कबाड़ प्रबंधन दिशा-निर्देश जारी कर इलेक्ट्रॉनिक्स रीसाइकिलिंग उद्योग को औपचारिक रूप देने की ओर ध्यान दिया। सरकार ने ई-कबाड़ प्रबंधन को सुचारू बनाने के लिये इलेक्ट्रॉनिक कचरा (प्रबंधन और संभाल) नियम, 2011 अधिसूचित किये। इन नियमों में एक्सटेंडिड प्रोड्यूसर रिसपासिबिलिटी (ईपीआर) यानी विस्तारित उत्पादक जिम्मेदारी का भी

प्रावधान किया गया था। इसके तहत उपयोग की जा चुकी इलेक्ट्रॉनिक वस्तुओं को एकत्र और रीसाइकिल करने की जिम्मेदारी उत्पादक को सौंपी गयी। ईपीआर के तहत कबाड़ प्रबंधन का भार निर्माताओं पर डाले जाने से सैद्धांतिक रूप से पर्यावरण के ज्यादा अनुकूल उत्पादों की डिजाइन के लिये माहौल तैयार हुआ। माना गया कि चूंकि निस्तारण का खर्च निर्माताओं को उठाना है इसलिये वे अपने उत्पादों में कम जहरीली और आसानी से रीसाइकिल होने वाली सामग्री का उपयोग करेंगे। इस बीच भारत में इलेक्ट्रॉनिक कबाड़ का उत्पादन 2014 में 1.7 मिलियन टन से बढ़ कर 2015 में 1.9 मिलियन टन हो गया (संयुक्तराष्ट्र, 2015 और 2016)।

क्रियान्वयन के बेहतर ढांचे और प्रणालियों वाले देशों के विपरीत भारत के ईपीआर नियमों में संग्रह और रीसाइकिलिंग के लक्ष्य तय नहीं किये गये थे। लक्ष्य के अभाव और ढाले नियामक परिवेश के कारण उत्पादक उपयोग किये जा चुके अपने सामान का संग्रह

प्राकृतिक गैस के इस्तेमाल को प्रोत्साहन

डॉ दीपक कोहली

ऊर्जा बास्केट में जीवाशम ईंधन की औसत वैश्विक हिस्सेदारी 84 प्रतिशत है जो भारत के लिये और भी अधिक है। अंतर्राष्ट्रीय ऊर्जा एजेंसी के अनुसार, भारत दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा तेल उपभोक्ता है। कोयले और तेल पर निर्भरता को कम किये जाने की आवश्यकता है तथा इसके लिये कोयले और तेल के स्थान पर गैर पारंपरिक ऊर्जा स्रोतों जैसे सौर तथा पवन ऊर्जा के अलावा प्राकृतिक गैस को अधिक-से-अधिक उपयोग में लाना अच्छा विकल्प होगा।

भा

रत के विभिन्न बुद्धिजीवी और विशेषज्ञ, जलवायु वार्ताकार, कॉर्पोरेट और पर्यावरण संबंधी एजेंसियां एवं संगठन 'शुद्ध शून्य कार्बन डिसर्जन' की अवधारणा और इसे प्राप्त करने के उपयुक्त लक्ष्य वर्ष पर विचार कर रहे हैं। इस लक्ष्य की प्राप्ति के संदर्भ में वैश्विक सर्वसम्मिति प्राप्त करने हेतु किये जा रहे प्रयासों के क्रम में भारत को सबसे पहले अपने जीवाशम ईंधन बास्केट को 'हरित ईंधन बास्केट' के रूप में परिवर्तित करना होगा। ऊर्जा उपयोग में प्राकृतिक गैस की हिस्सेदारी को बढ़ाकर यह कार्य किया जा सकता है। यद्यपि प्राकृतिक गैस अर्थव्यवस्था में प्राकृतिक गैस मूल्य शृंखला के सभी क्षेत्रों-उत्पादन (घरेलू एवं अंतर्राष्ट्रीय) से बाजारों (वर्तमान

एवं उभरते हुए) तक परिवहन (पाइपलाइन एवं एलएनजी) और वाणिज्यिक (मूल्य निर्धारण, कराधान) तथा विनियामक मुद्दों के संदर्भ में नीतिगत सुधार किये जाने की आवश्यकता है।

प्राकृतिक गैस: एक बेहतर विकल्प के रूप में

वैविध्यपूर्ण और प्रचुरता: प्राकृतिक गैस के कई उपयोग हैं और यह सभी जीवाशम ईंधनों में 'सबसे नया' है। इसके अलावा, यह भारतीय उपमहाद्वीप में प्रचुर मात्रा में उपलब्ध है।

सरल संक्रमण ऊर्जा विकल्प: प्राकृतिक गैस का उपयोग एक व्यवहार्य संभावना है क्योंकि यह कोयला खदानों को बंद करने पर विपरीत परिस्थितियां उत्पन्न नहीं होने देगी। इसके अलावा, उद्योगों





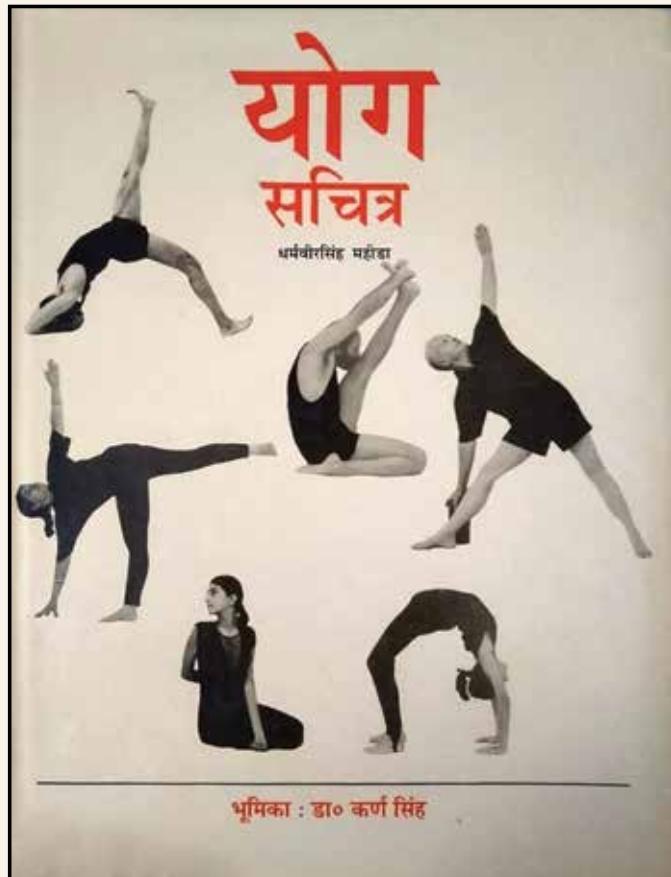
पुस्तक चर्चा

योग (सचित्र)

लेखक : धर्मवीर सिंह महीडा

प्रकाशन विभाग की पुस्तक योगा इलस्ट्रेटेड का हिंदी संस्करण

अनुवादक : अरुण प्रकाश



तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोधिकः।

कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन॥

योगी तपस्वियों से श्रेष्ठ है। वह परम सत्य को पा लेने वालों से भी श्रेष्ठ है। धर्मश्रियों को कर्म में ढालने वालों से भी वह श्रेष्ठ है। अतः हे अर्जुन, तुम योगी के मार्ग का ही अनुसरण करो।

— भगवद्‌गीता, छठा अध्याय, 46

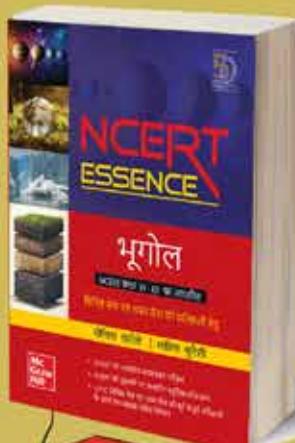
योग भारतीय सभ्यता की अनुपम उपलब्धि है। अब इसका प्रचार विश्व के कोने-कोने में हो चला है। योग का शाब्दिक अर्थ संयोग है। आम तौर पर इस शब्द का उपयोग आत्मा और ब्रह्म के मिलन, उनके संयोग को दर्शने के लिए किया जाता है। जब यह संयोग हो जाता है तो उसे ही ईश्वर का प्रत्यक्षीकरण कहा जाता है। लेकिन यह कर्म योग, ज्ञान योग, भक्ति योग और राज योग के सम्मिलित अभ्यास से ही प्राप्त किया जा सकता है। अतः योग व्यापक अर्थों में आत्मिक अनुशासन ही है।

राज योग पर लिखा गया सुव्यवस्थित और आधिकारिक ग्रंथ पतंजलि का 'योग सूत्र' ही है। पतंजलि की विधि सांख्य पर आधारित है। 'योग सूत्र' का महत्व इतना रहा है कि महर्षि व्यास ने इसकी टीका को लिखना जरूरी समझा। वेदांत में संपूर्ण भक्ति है तो सांख्य में सौंदर्य की तरफ झुकाव है। 'योग सूत्र' दोनों के बीच की शाखा है। न्याय और वैशेषिक शाखा में योग साधना का जिक्र आता है। प्रसिद्ध ग्रंथ 'योग वाशिष्ठ' में महर्षि वशिष्ठ योग के बारे में भगवान राम को विस्तार से बतलाते हैं। उपनिषद और वेदों में भी सांख्य योग की

यू.पी.एस.सी सिविल सेवा परीक्षा

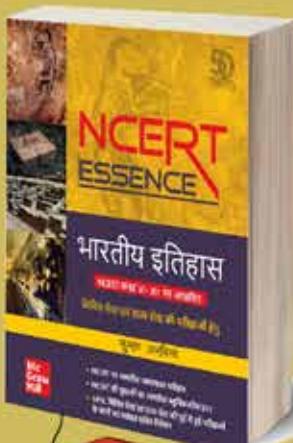
आपके तैयारी हेतु सर्वश्रृष्ट पुस्तकें

संघ एवं राज्य लोक सेवा आयोग के पाठ्यक्रम को समाविष्ट करती हुई अभूतपूर्व पुस्तकें



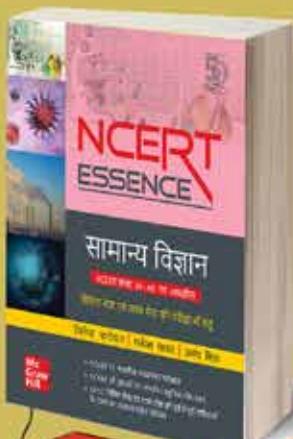
ISBN: 9789390185184

₹245



ISBN: 9789390185351

₹315



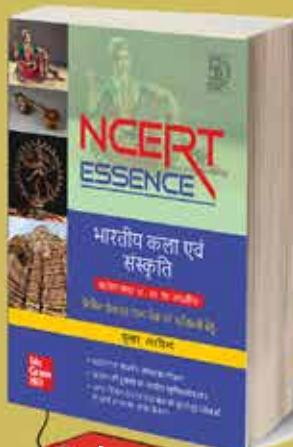
ISBN: 9789390185955

₹315



ISBN: 9789390185931

₹230



₹240

ISBN: 9789390219025

Scan QR code to purchase-



Toll free number: 18001035875 | support.india@mheducation.com | www.mheducation.co.in

