विचार बिन्दु

नम्रता और खुदा के खौफ से इज्जत और जिन्दगी मिलती है। –सुलेमान

सामाजिक संबंध और प्रसन्नता

सामाजिक संबंध और प्रसन्नता के बीच की कड़ी पर बहुत शोध है: खुश लोग दूसरों के साथ अधिक समय बिताते हैं, साथ ही, लोग सामाजिक रूप से जुड़े व व्यस्त लोग अधिक खुशी का अनुभव करते हैं। लेकिन, लोगों के सामाजिक संपर्क की कुल मात्रा के अलावा किस प्रकार के लोगों के साथ रिश्ते हों (परिवार के सदस्य, करीबी दोस्त, परिचित, अजनबी), और इनमें से प्रत्येक प्रकार के रिश्तों के साथ कितनी बातचीत या समय बिताया जाए? इन सब पर अभी तक कोई स्पष्ट और ठोस जानकारी उपलब्ध नहीं थी। अब हुई शोध यह सिद्ध करती है कि कल्याण (खुशी, प्रसन्नता, वेल-बीइंग) के लिए गतिविधियों, अनुभवों और भावनाओं में विविधता होना उपयोगी है। लगभग 50,000 से अधिक लोगों के सामाजिक पोर्टफोलियो और कल्याण के मध्य संबंध अर्थात् सामाजिक बातचीत और खुशी का आकलन करने से पता चलता है कि संबंधों की विविधता जितने अधिक प्रकार के लोगों के साथ होगी कल्याण का स्तर उतना ही बेहतर रहता है (देखें एच.के. कॉलिंस इत्यादि प्रोसीडिंग्स ऑफ़ द नेशनल अकैडमी ऑफ़ साइंसेज यूनाइटेड स्टेट्स ऑफ़ अमेरिका, 119 (43) ई 2120668119, 2022)।

दिन में औसतन बातचीत का कौन सा पोर्टफोलियो सबसे अधिक मन प्रसन्न करता है? दो-चार करीबी दोस्तों के साथ बातचीत करना, या एक खास करीबी दोस्त, परिवार के एक सदस्य या सहकर्मी के साथ बातचीत करना? सामाजिक संपर्क की तलाश, संबंध, और मानवीय जुड़ाव, अपनेपन और साझा वास्तविकता की भावना का अनुभव करने की जन्मजात मानवीय आवश्यकता पर बड़ी शोध हो चुकी है। दरअसल, किसी व्यक्ति के दैनिक जीवन में सामाजिक संपर्क की मात्रा मनोवैज्ञानिक कल्याण के सबसे सुसंगत कारणों में से एक है। सामाजिक संबंध और भलाई के बीच की कड़ी अच्छी तरह से ज्ञात है: एक पक्की विशेषता यह देखी गई है कि खुश लोग दूसरों के साथ अधिक समय बिताते पाएगए हैं। सामाजिक रूप से व्यस्त और लोगों के साथ निकटता की गहराई वाले लोग भी प्राय: उच्चस्तर का आनंद और प्रसन्नता प्राप्त करते हैं।

यह समझने के लिए हुई शोध कि विभिन्न प्रकार के साथियों में से किसके साथ सबसे अधिक आनंद और प्रसन्नता मिलती है, से पता चलता है कि सामाजिक तंत्र का दायरा जिसमें विविध प्रकार के साथी होते हैं, सकारात्मक परिणाम से जुड़े होते हैं। अच्छी मित्रता मृत्यु दर के जोखिम में कमी लाती है, व्यक्तिपरक भलाई में बेहतरी होती है और बेहतर सामाजिक सीख मिलती है। लेकिन नेटवर्क का दायरा सिर्फ विभिन्न संबंध प्रकारों के अस्तित्व या अनुपस्थिति को तो समझ पाता है, परन्तु उन संबंध श्रेणियों में इंटरैक्शन की सापेक्ष आवृत्ति को नहीं समझ पाता। उदाहरण के लिए, भाई-बहन का होना एक बात है परन्तु सिर्फ होना ही पर्याप्त नहीं है बल्कि भाई-बहन के साथ बातचीत और मेल-जोल की आवृत्ति भी मायने रखती है।

शोध अब यह बिलकुल स्पष्ट कर चुकी है कि किसी के सामाजिक संबंधों में विविध प्रकार के संबंध होना भलाई, प्रसन्नता और कल्याण के लिए लाभप्रद है। इसमें विभिन्न प्रकार के रिश्ते और उनके बीच परस्पर मेल-जोल क्रियाओं का समान वितरण भी शामिल है। शोध से पता चला है कि गतिविधियों, अनुभवों और भावनाओं की विविधता होने से बेहतर कल्याण, प्रसन्नता और भलाई प्राप्त होती है। और इस विविधता में भी अधिक नियमित और गहरा सामाजिक संपर्क अधिक प्रसन्नता देने वाला व कल्याणकारी होता है (जे. सन इत्यादि, जर्नल ऑफ़ पर्सनालिटी एंड सोशलसाइकोलॉजी, 119(6): 1478-1496, 2020)।

अब मूल प्रश्न यह रहता है कि कैसे लोगों के साथ मित्रता अधिक आनंददायक होती है। इस विषय पर शोध कम है किंतु आयुर्वेद की संहिताओं में बड़ा रोचक सन्देश मिलता है। सामाजिक विविधता बढ़ाने के साथ यह ध्यान रखना चाहिए कि गलत लोगों के साथ मित्रता नहीं की जाए (च.सू.7.56-57): पापवृत्तवच: सत्त्वा: सूचका: कलहप्रिया:। मर्मोपहासिनोलुब्धा: परवृद्धिद्विष: शठा:।। परापवादरतयश्च पलारिपुसेविन:। निर्घृणास्त्यक्तधर्माण: परिवर्ज्यानराधमा:।। मन, बातचीत और अपने कार्यों से गलत रास्ते में धकेलने वाले, चुगलखोर, झगड़ालू, मर्मप्रहारक उपहास करने वाले, लालची, दूसरे की उन्नति से जलने वाले, धूर्त, दूसरे की निंदा में आनंद लेने वाले, चपल, दुश्मनों का साथ देने वाले, निर्दयी, और अपने नियत कार्यों को छोड़ने वाले लोगों के साथ दोस्ती नहीं करना चाहिये। ऐसे लोग आपका जीवन बर्बाद कर सकते हैं। तब कैसे लोगों से मेलजोल बढ़ाएं? मित्रता उन्ही लोगों के साथ करें जो आपकी सामाजिक पूंजी को बढ़ाने में सक्षम हों (च.सू.7.58-59): बुद्धिविद्यावय: शीलधैर्यस्मृतिसमाधिभि:। वृद्धोपसेविनोवृद्धा: स्वभावज्ञागतव्यथा:।। सुमुखा: सर्वभूतानांप्रशान्ता: शंसितव्रता:। सेव्या: सन्मार्गवक्तार: पुण्यश्रवणदर्शना:।। बुद्धि, विद्या, आयु, शील, धैर्य, स्मरणशक्ति और समाधि (असंभव या असाध्य कार्य करने के लिये कठिनाइयों में भी धैर्य के साथ लगे रहना) में कुशल, बड़ों की सेवा करने वाले, लोगों के स्वभाव को समझने की क्षमता रखने वाले, शारीरिक एवं मानसिक व्यथा से मुक्त, प्रसन्न मुख वाले, सबको शांत करने वाले, कहना मानने वाले, सही रास्ते में चलने की सलाह देने वाले, सुनने और देखना में कल्याणकारी लोगों का साथ करना ही उचित है।

यह जान लेने के बाद कि मित्रों के प्रकार में विविधता होनी चाहिए और उस विविधता में कैसे लोग होना चाहिए और कैसे नहीं होना चाहिए, अगला मूल प्रश्न यह उठता है कि इन लोगों के साथ ऐसा क्या किया जाए या कैसा इंटरेक्शन किया जाए कि आनंद और प्रसन्नता में वृद्धि हो? इस प्रश्न का उत्तर भी आयुर्वेद में अधिक सुसंगत और प्रभावी है। मूल रूप से ऐसे लोगों के प्रति हमारे जो भी उचित कर्तव्य हैं, उनका पालन प्रसन्नता देने वाला महत्वपूर्ण कारक है (च.शा.2.41): धर्म्या: क्रिया हर्षनिमित्तमुक्ता: - कत्तर्व्यसंगत, कानूनी रूप से वैध या नियत कर्तव्यों के पालन को हर्ष का निमित्त कहा गया है। व्यक्ति के स्वयं के प्रति, परिवार के प्रति, परिवार में विभिन्न रिश्तों के प्रति और समाज और देश के प्रति कुछ कर्तव्य निर्धारित होते हैं। इन सबका यथार्थ-बोध होना, और तदनुसार आत्म-नियंत्रित रहकर भली-भांति निभाना प्रसन्नता देता है। व्यक्ति का अपने शरीर को स्वस्थ और प्राणवान रखने हेतु निहित कर्तव्यों का निर्वाह प्रसन्नता देता है। परिवार में पत्नी, पति, पिता, माता, भाई, बहन, पुत्र, पुत्री होने और कार्य में कर्मचारी-अधिकारी या स्वयं मालिक होने के कत्तर्व्य का सफल और सम्यक निर्वाह प्रसन्नता देता है। इसी प्रकार समाज के प्रति कत्तर्व्य निर्वाह में सामाजिक सद्वृत्तों का पालन प्रसन्नता देता है। कर्तव्य-विमुख व्यक्ति प्रसन्न नहीं रह सकता। विश्व की सर्वाधिक महत्वपूर्ण जर्नल्स में 1998 से 2023 के बीच प्रकाशित 88 शोधपत्र भी यही सिद्ध करते हैं कि प्रसन्नता देने वाले कारकों में दूसरों के प्रति सद्भावनापूर्ण कत्तर्व्य निर्वहन, उन्हें समय देना, उनकी मदद में धन खर्च करना और समाजोपयोगी कार्य करना जिसे शोध में प्रोसोशियालिटी शब्द द्वारा स्पष्ट किया गया है, प्रसन्नता देने वाला महत्वपूर्ण कारक है। दीर्घकालीन खुशी सिर्फ विश्व के साथ सार्थक संबंध में निहित है। यहाँ सार्थक का मतलब स्वार्थ नहीं है (उदाहरण के लिये देखें, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ एनवायर्नमेंटल रिसर्च एंड पब्लिक हेल्थ, 17: 1-12, 2020; साइंस, 319:1687-1688, 2008; जर्नल ऑफ़ हैप्पीनेस स्टडीज, 13:347-355, 2012; करेंटडायरेक्शन्स इन साइकोलॉजिकल साइंस, 23:41-47, 2014)। इस रणनीति में बढ़िया शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य, लोगों का कल्याण, लचीलापन, जीवन का सार्थक उद्देश्य, जीवन में स्वास्थ्य संबंधी गुणवत्ता और सामाजिक भागीदारी जैसे कारक समाहित हो जाते हैं जिन्हें शोध में प्रसन्नता के लिये उपयोगी पाया गया है।

जिन लोगों के साथ मेलजोल अधिक प्रसन्नता देता है, यह जान लेने के बाद अब अंत में यह समझना भी आवश्यक है कि आप उन लोगों के जीवन में बेहतरी लाने के लिए क्या कर सकते हैं ताकि प्रसन्नता पारस्परिक हो? स्वयं के लिये सुखकारी और समाज और मित्रों के लिये हितकारी जीवन जीने की साझा युक्ति ही प्रसन्नता देती है

जिन लोगों के साथ मेलजोल अधिक प्रसन्नता देता है, यह जान लेने के बाद अब अंत में यह समझना भी आवश्यक है कि आप उन लोगों के जीवन में बेहतरी लाने के लिए क्या कर सकते हैं ताकि प्रसन्नता पारस्परिक हो? स्वयं के लिये सुखकारी और समाज और मित्रों के लिये हितकारी जीवन जीने की साझा युक्ति ही प्रसन्नता देती है (च.सू.30.24): तत्रशारीर मानसाभ्यां रोगाभ्याम नभिद्रुतस्य विशेषेण यौवनवत: समर्थानुगत बलवीर्ययश: पौरुषपराक्रम स्यज्ञानविज्ञानेन्द्रियेन्द्रियार्थ बल समुदये वर्तमानस्य परमर्द्धिरुचिर विविधोपभोगस्य समृद्धसर्वारम्भस्य यथेष्टिवचारिण: सुखमायुरुच्यते; असुखमतोविपर्ययेण; हितैषिण: पुनर्भूतानांपर स्वादुपरतस्य सत्यवादिन: शमपरस्य परीक्ष्यकारिणोऽप्रमत्तस्यत्रिवर्गं परस्परेणानुपहतमुपसेवमानस्यपूजार्हं सम्पूजकस्यज्ञानविज्ञानो पशमशीलस्य वृद्धोपसेविन: सुनियत रागरोषेर्ष्या मदमानवेगस्यसततं विविधप्रदान परस्यत पोज्ञानप्रश मनित्यस्याध्यात्मविद स्तत्परस्यलोकमिमंचामुंचावेक्षमाणस्यस्मृतिमतिमतोहितमायुरुच्यते; अहितमतोविपर्ययेण।। शारीरिक और मानसिक रोगों से पूरी तरह मुक्त, विशेष रूप से युवावस्था, हर कार्य करने का सामर्थ्य और उसके अनुरूप बल, वीर्य, यश, पराक्रम, ज्ञान, कौशल, इंद्रियों और इंद्रियों के विषयों के बल के समुदाय से युक्त, उत्तम धन-सम्पदा एवं विविध प्रकार के उपभोग में सक्षम, जो कार्य प्रारम्भ किये वे सभी कार्य पूर्ण हो गये हों और स्वयं की इच्छा अनुसार चलने-फिरने वाले व्यक्ति का जीवन सुखी जीवन होता है। इसके उलट दु:खी जीवन होता है। समकालीन शोध के अनुसार भी बढ़िया स्वास्थ्य, उत्तम शारीरिक-मानसिक सामर्थ्य, नियमित व्यायाम, प्राकृतिक स्थलों और बाग़-बगीचों में घूमना-फिरना, उत्तम मित्रों और परिवार के साथ समय बिताना, शिक्षा, कौशल, धन-संपत्ति अर्जित करना, कार्यों में सफलता तथा इच्छा अनुसार आने-जाने के लिये समय, सामर्थ्य और स्वतंत्रता बड़ी प्रसन्नता देते हैं। (देखें, प्रोसीडिंग्स ऑफ़ द नेशनल अकैडमी ऑफ़ साइंसेज ऑफ़ यूएसए, 100:11176-11183, 2003; 107:22463-22468, 2010; 114:8523-8527, 2017; 116:1207-1212, 2019; 117:6463-6468, 2020)।

अपना कल्याण सुनिश्चित करते हुये, सभी प्राणियों के हितचिंतक, दूसरे का धन छीनने से बचने वाले, सत्य बोलने वाले, शांतिप्रिय, कार्यों को सोच विचार कर करने वाले, सावधान, अर्थ, धर्म, काम का सम्यक सेवन करने वाले, श्रेष्ठ व्यक्तियों का सम्मान करने वाले, ज्ञानशील, विज्ञानशील, शांतिशील, बड़े-बूढ़ों की सेवा करने वाले, राग, क्रोध, ईर्ष्या, मद, मान के वेगों पर उच्चकोटि का नियंत्रण रखने वाले, निरंतर दानशील, नित्य आत्म-नियंत्रित, ज्ञान, शांति, विनम्रता, आध्यात्म के जानकार और प्रयोग में लेने वाले, लोक-परलोक का विचार करने वाले, स्मरण-शक्ति और बुद्धि से युक्त व्यक्ति की आयु हितायु कही जाती है। समकालीन शोध में प्रोसोशियालिटी के विविध आयाम यही हैं। सुखायु स्वयं के लिये है और हितायु समाज के लिये है। शोध में भी यही स्थिति स्पष्ट होती है (उदाहरण के लिये देखें, एनुअलरिव्यू ऑफ़ पब्लिक हेल्थ, 40:339-359, 2019)।

उत्तम मित्रों का साथ ठीक है लेकिन आयुर्वेद यह भी चेतावनी देता है कि अकेले खुश मत होइये, हितायु का ध्यान रखते हुये प्रसन्नता साझा कीजिये (च.सू.8.26) नैक: सुखी। अकेले सुखी न हों, सुख को समाज के साथ बांटिये। दीर्घकालिक अध्ययन स्पष्ट करते हैं कि हमारी खुशी उन सबकी खुशी पर निर्भर करती है जिनके साथ हम जुड़े हुये हैं (देखें, ब्रिटिश मेडिकल जर्नल, 338:23-26, 2009)।

निष्कर्ष रूप में, लोगों का समय कीमती और सीमित है, जिससे उनके जीवन में अधिक सामाजिक संपर्क जोड़ना मुश्किल हो जाता है। शोध के निष्कर्षों से संकेत मिलता है कि एक विविध सामाजिक पोर्टफोलियो रहने से किसी का बहुत अधिक समय न लेते हुए भी भलाई में सुधार करने का एक प्रभावी तरीका मिलता है। विभिन्न प्रकार के लोगों के साथ मेल-जोल बनाकर, व्यक्ति अपने समय का कुशलतापूर्वक प्रबंधन करते हुए भी सामाजिक समर्थन का लाभ उठा सकते हैं। ऐसा करने के लिए हमें अपने नियत कर्तव्यों का पालन और अपने जीवन को समर्थ और लोगों के लिए कल्याणकारी बनाना भी आवश्यक है।

–अतिथि सम्पादक,
डॉ. दीप नारायण पाण्डेय
(इंडियन फारेस्ट सर्विस से सेवानिवृत्त, वर्तमान में राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान में विजिटिंग प्रोफेसर)
(यह लेखक के निजी विचार हैं और 'सार्वभौमिक कल्याण के सिद्धांत' से प्रेरित हैं।)

स्वच्छ भारत मिशन अभियान बन रहा है देश के नागरिकों का अभिमान

के.के. गुप्ता

राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने आजादी के आंदोलन के साथ सामाजिक कुरीतियों एवं रूढ़ियों के अन्मूलन के अलावा सबसे अधिक जोर स्वच्छता पर ही दिया था। आजादी के 75 वर्षों के बाद राष्ट्रिपता के इस सपने को सही अर्थों में साकार करने के लिए सच्चे अर्थों में प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी ने ही पहल की तथा 15 अगस्त 2014 को नई दिल्ली के ऐतिहासिक लाल किला से देश में स्वच्छ भारत मिशन लागू करने की घोषणा की। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा है कि स्वच्छता आजादी से भी बड़ी लड़ाई हैं। विकसित भारत, समृद्ध भारत और सुदृढ़ भारत की संकल्पना स्वच्छता से ही संभव हैं। स्वच्छता एक सेवा है। जब हम सब मिलकर इस दिशा में एकजुट होकर काम करेंगे तो हम एक स्वच्छ और सशक्त भारत का निर्माण कर पायेंगे तथा हमारी जीवन यात्रा सफल होगी। उनकी इस अपील का यह करिश्मा हुआ कि पूरे देश में यह मिशन एक जन आन्दोलन बन गया।

देश के विभिन्न शहरों में स्वच्छता की होड़ सी लग गई। इस प्रतिस्पर्धा में शहरों की तस्वीर बदलने लगी और देखते ही देखते ये नगर न केवल सुन्दरता से निखर गये हैं वरन पूरे देश के लिए आदर्श मॉडल भी बन गये। मध्य प्रदेश का इन्दौर शहर और आदिवासी बहुल दक्षिणी राजस्थान के डूँगरपुर जैसे छोटे से नगर का उदाहरण आज सबके सामने हैं। इन दोनों ऐतिहासिक नगरों ने पूरे देश के सामने ऐसी नजीर पेश की कि इनकी ख्याति देश की सीमाओं के बाहर अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर भी बुलन्दियों को छूने में सफल रही।

भारत में स्वच्छ भारत मिशन को आज दस साल हो गये हैं और इस एक दशक में स्वच्छता प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी के सपनों का ताज बन गई है। यह आन्दोलन दुनिया का सबसे बड़ा और क्रांतिकारी कदम साबित हो रहा हैं जिसमें देश का हर नागरिक जागरूक होकर प्रधानमन्त्री के विजन के प्रति नतमस्तक है। स्वच्छता आंदोलन से जन मानसिकता में व्यापक और क्रांतिकारी परिवर्तन हुए हैं। स्वच्छ भारत मिशन महिला सशक्तिकरण के साथ ही उनकी आत्म निर्भरता और आजीविका सृजन का शक्तिशाली साधन बन रहा है।

डूंगरपुर बना स्वच्छता का मॉडल :-भारत में स्वच्छ भारत मिशन की एक दशक की उपलब्धियाँ अपने आपमें न केवल बेजोड़ हैं वरन् उसकी गौरव गाथायें मिशन की उपलब्धियों को रेखांकित करने वाली है। मुझे भी दक्षिणी राजस्थान के महाराणा प्रताप के वंश मेवाड़ वागड़ अंचल से जुड़े 766 वर्ष पुराने ऐतिहासिक नगर डूँगरपुर की नगर परिषद का सभापति बनने का अवसर उस वक्त मिला जब प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने देश में स्वच्छ भारत मिशन की अलख जगाई थी। प्रधानमंत्रीजी की प्रेरणा और राज्य सरकार एवं अपनी पार्टी भारतीय जनता पार्टी के सहयोग से मैंने हिल सिटी डूँगरपुर के नागरिकों, अपने पार्षद साथियों और नगर परिषद के अधिकारियों एवं कर्मचारियों के सहयोग से डूँगरपुर नगर की ऐसी काया पलट दी कि इस छोटे से नगर की ख़ूबसूरती की चर्चा देश ही नहीं सात समुन्दर पार विदेशों में भी होने लगी तथा प्रदेश राष्ट्रीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर डूँगरपुर को कई अवॉर्ड्स तथा पुरस्कारों से नवाजा गया।

स्वच्छता के क्षेत्र में बेजोड़ काम कर डूंगरपुर ने जो पहचान बनाई उसकी स्वयं प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी ने आदिवासियों के कुम्भ और प्रयाग राज माने जाने वाले त्रिवेणी संगम पर स्थित बेणेश्वर धाम, डूंगरपुर पर 26 नवम्बर 2018 को आयोजित एक सभा को सम्बोधित करते हुए कहा कि मैं एक बात गर्व से कहना चाहूंगा, देश में जो स्वच्छता अभियान चला है, उस स्वच्छता अभियान में डूंगरपुर ने कमाल कर दिखाया है, डूंगरपुर आज देश में स्वच्छता की मिसाल बन गया है। देश कैसा होता है, उसका नमूना पैदा करने की ताकत आज डूंगरपुर के लोगों में है। इसी प्रकार केन्द्रीय गृह मत्री अमित भाई शाह, राष्ट्रीय हरित प्राधिकरण, दिल्ली द्वारा गठित राजस्थान राज्य स्तरीय समिति के पूर्व अध्यक्ष और पूर्व न्यायाधिपति राजस्थान उच्च न्यायालय दीपक माहेश्वरी, सुप्रीम कोर्ट के न्यायाधिपति जे.बी. पारड़ीवाला, राजस्थान हाई कोर्ट की जयपुर पीठ के न्यायाधिपति पंकज भण्डारी, राजस्थान उच्च न्यायालय के पूर्व न्यायाधिपति के. एस. अहलूवालिया, राजस्थान हाईकोर्ट के पूर्व न्यायाधिपति विजय व्यास, रामचन्द सिंह झाला पूर्व न्यायाधिपति राजस्थान उच्च न्यायालय आदि ने स्वच्छता मॉडल को सराहनीय बताया और प्रसंसा की है।

मुझे डूंगरपुर नगर परिषद के सभापति पद का दायित्व वर्ष 2015 से 2020 तक निर्वहन करने का अवसर प्राप्त हुआ। इन 5 वर्षों के छोटे से कार्यकाल के दौरान नगर परिषद डूंगरपुर ने स्वच्छता के क्षेत्र सहित कई नवाचार अपनाकर देश दुनिया में अपना नाम रोशन किया। नगर निकाय डूंगरपुर ने भारत सरकार द्वारा आयोजित निकायों के राष्ट्रीय स्वच्छता सर्वेक्षण में लगातार 3 वर्ष तक अपनी श्रेणी में अव्वल स्थान प्राप्त किया। नगर परिषद डूंगरपुर को एक बार राष्ट्रपति के कर कमलों द्वारा पुरस्कार प्राप्त हुआ। साथ ही भारत सरकार और राजस्थान सरकार द्वारा भी स्वच्छता, खुले में शौच मुक्त तथा पर्यावरण संरक्षण के लिए अनेकों पुरस्कार तथा प्रमाण पत्र प्राप्त हुए हैं। सभापति पद पर मैरी कार्यशैली से प्रभावित होकर तत्कालीन वसुंधरा राजे सरकार द्वारा राजस्थान राज्य का स्वच्छता ब्रांड एंबेसडर नियुक्त किया गया। वर्ष 2019 में निवर्तमान गहलोत सरकार द्वारा भी मुझे प्रदेश स्वच्छता ब्रांड एंबेसडर के पद पर पुन: नियुक्ति देते हुए फिर से प्रदेश भर के निकायों को स्वच्छ बनाने का दायित्व सौंपा गया।

वर्ष 2022 में स्थाई एवं अनवरत लोक अदालत जिला एवं सत्र न्यायालय द्वारा मुझे न्याय मित्र के पद पर नियुक्ति देते हुए मुझे शेखावटी क्षेत्र के झुंझुनू जिले में स्थित नगर परिषद झुंझुनू तथा नगर पालिका मंडावा और नवलगढ़ में स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण, जल संरक्षण, ट्राफिक से निजात, आवारा पशु रोकथाम सहित इस क्षेत्र में पर्यटन के दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण स्थान रखने वाली पुरानी हवेलियों के सौंदर्यकरण और जीर्णोद्धार कराने का दायित्व सौंपा गया। इसी प्रकार वर्तमान में मुझे भारत सरकार के स्वच्छ भारत मिशन ग्रामीण (एनएसएससी) के गैर सरकारी सदस्य और राजस्थान सरकार समन्वयक और भाजपा का स्वच्छ भारत मिशन का प्रदेश संयोजक बनाया गया है। डूंगरपुर निकाय को जल संचय के इन बेहतरीन कार्यों के लिए तत्कालीन केन्द्रीय जल शक्ति मंत्री गजेन्द्र सिंह शेखावत की मौजूदगी में दिल्ली में आयोजित एक समारोह में प्रतिष्ठित वाटर हीरोज का सम्मान से सम्मानित किया गया। अमेरिका के बिल गेट्स एंड मिलिंडा संस्था ने देश की चुनिंदा निकायों में डूंगरपुर का चयन किया। डूंगरपुर के जल संचय अभियान के बेहतरीन कार्य से दिल्ली सरकार भी डूंगरपुर मॉडल की मुरीद हो गई और इससे प्रेरित होकर तत्कालीन मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने अपने जल मंत्री को डूंगरपुर के वाटर हार्वेस्टिंग सिस्टम का अवलोकन के लिए भेजा।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की परिकल्पनाओं के अनुरूप स्वच्छ भारत होने पर हमारे देश के पर्यटन में कई गुणा वृद्धि होगी और इससे देश प्रदेश की राजस्व आमदनी भी बढ़ेगी। इस दृष्टिकोण को ध्यान में रखते हुए मैंने सुझाव दिया है कि स्वच्छता का पालन नहीं करने वालों के विरुद्ध अर्थ दंड लगाने तथा पर्यटन सेस लागू करने के लिए केन्द्र सरकार को एक क़ानून बनाना चाहिए।

इसके साथ ही स्वच्छता के झूठे आंकड़े देकर दिखाने वालों के विरुद्ध उचित कार्यवाही की आवश्यकता है अन्यथा स्वच्छता कागजों एवं फोटो खिंचवाने तक ही सीमित रह जाएगी तथा प्रधानमंत्री एवं राजस्थान के यशस्वी मुख्यमंत्री का सपना सिर्फ सपना ही बनकर रह जाएगा। प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी की प्रेरणा से आज भारत में स्वच्छ भारत मिशन अभियान देश के नागरिकों का अभिमान बन रहा है। इस अभिमान को बनाये रखने की ज़िम्मेदारी देश के हर नागरिक की है । यदि हम सभी मिल कर इस आंदोलन की गति को थमने नहीं देंगें तो वह दिन दूर नहीं जब विदेशों की स्वच्छता की दुहाई देने वाले भारत की स्वच्छता का उदाहरण सबसे पहले देने से नहीं चूकेंगे।

–के. के. गुप्ता
भाजपा के स्वच्छ भारत मिशन के राजस्थान संयोजक और झुंझुनूं, नवलगढ़ और मण्डवा (स्थाई एवं अनवरत लोक अदालत, झुंझुनूं) के न्याय मित्र हैं।

आकाश में मंडराते मौत के बादल

डॉ. रामावतार शर्मा

एलोपैथिक चिकित्सा के क्षेत्र में लांसेट विश्व की सर्व प्रतिष्ठित पत्रिका है। हर चिकित्सक द्वारा इस पत्रिका में प्रकाशित प्रत्येक लेख को तथ्यात्मक सत्य माना जाता है। हाल ही में इस पत्रिका में एक लेख छपा है जिसके अनुसार भारत में हर वर्ष 17 लाख लोग प्रदूषण के कारण समय पूर्व मर जाते हैं। देश की राजधानी नई दिल्ली और उसके आस पास के इलाकों में इन मृतकों की संख्या सर्वाधिक है। इसके अलावा भारत और पाकिस्तान के पंजाब में लाखों बच्चों का स्वास्थ्य भी यहां के वायु प्रदूषण के कारण गंभीर रूप से प्रभावित होता है, कितने ही बच्चे अपना जीवन काल पूरा नहीं कर पाते और असंख्य बच्चे जीवन भर निम्न स्तरीय स्वास्थ्य की स्थिति में रहते हैं। यह देश है वीर जवानों का गीत गाने वाले क्षेत्रों में सांस के लिए इन्हेलर इस्तेमाल करते युवकों के समूह नजर आने लगे हैं। ताजा वायु के अभाव में इन इलाकों के लोगों का व्यवहार बदल रहा है, लोग आक्रामक, गुस्सैल और झगड़ालू हो रहे हैं तथा उनका बौद्धिक एवं रचनात्मक विकास बाधित हो रहा है। परिवर्तित होते स्वभाव के साक्षी होने के बाद भी सब लोग असहाय तथा मैनू की लेना वाले विचार से ग्रसित नजर आ रहे हैं।

2014 में प्रधानमंत्री बनने से पहले नरेंद्र मोदी और दिल्ली तथा पंजाब की सत्ता पर अधिकार जमाने से पहले दिल्ली के निवर्तमान मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल दोनों ही दिल्ली और राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र (एनसीआर) के प्रदूषण नियंत्रण तथा पराली को खाद में बदलने के चमत्कारी वैज्ञानिक शोध लागू करने की बातें किया करते थे परंतु सत्ता प्राप्ति के बाद दोनों महानुभावों की चुप्पी और निष्क्रियता एक निराशा का भाव पैदा करती है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार भारत की राजधानी दिल्ली और पाकिस्तान की सांस्कृतिक राजधानी लाहौर विश्व के सर्वाधिक प्रदूषित शहर हैं जहां वायु गुणवत्ता सूचकांक खतरे के स्तर को तकरीबन हर समय पार किए रहता है परंतु सर्दी के दिनों में तो यह चिंता के एक बड़े स्तर को छूने लगता है। रिपोर्ट के अनुसार दक्षिण और दक्षिणपूर्व एशिया के कई अन्य शहर भी इस खतरे के शिकार हो रहे हैं जिनमें वियतनाम का हनोई, थाईलैंड का बैंकॉक आदि शहर भी वाहनों के धुएं, कोयले के बिजली प्लांट्स, घास फूस और कटी फसल जलने, डीजल जनरेटर तथा औद्योगिक इकाइयों आदि के प्रभावों से प्रदूषित हो रहे है और हजारों समय पूर्व मौतों के कारण बन रहे हैं।

घने स्लेटी रंग के बादल जैसी धुंध और आंखों और नाक में चुभती हवा इन शहरों की सर्दी में ठंड की वजह से दूषित कणों को ऊपर आकाश में नहीं बिखरने देती जिसके फलस्वरूप ये कण लोगों के सांस में शामिल होने लगते हैं। 'सफर' भारत की मुख्य पर्यावरण निगरानी संस्था है। 'सफर' के अनुसार वायु प्रदूषण के फलस्वरूप लोगों के फेफड़ों में असंख्य कण जमा हो जाते है जो एलर्जी, अस्थमा, फाइब्रोसिस आदि रोग पैदा कर सकते हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार दिल्ली और लाहौर की हवा में दूषित कण सामान्य की तुलना में 50 गुना अधिक हैं जो एक अत्यंत गंभीर समस्या है।

इसका प्रमाण पाकिस्तान के पंजाब प्रांत में हाल ही में घोषित किया स्वास्थ्य आपातकाल है। लाहौर सहित कई अन्य शहर और कस्बों में प्रशासन 3 दिन का कोरोना जैसा लॉक डाउन लगाने की सोच रहा है क्योंकि पिछले चंद दिनों में वहां 40 हजार रोगी फेफड़ों के रोगों की वजह से अस्पतालों में भर्ती हुए है तथा उन इलाकों की 600 मस्जिदों में बारिश के लिए विशेष नमाज पढ़ी जा रही है ताकि बारिश के प्रभाव से वायु प्रदूषण कम हो सके। लोग भूल जाते हैं कि मानव निर्मित सांसारिक समस्या का समाधान मानव को ही खोजना पड़ेगा। यहां ईश्वरीय शक्तियों को पुकारने से कुछ नहीं होने वाला है। विज्ञान के पास समाधान है और आज का सामान्य नागरिक भी जानता है कि प्रदूषण क्यों हो रहा है और वह स्वयं उसके लिए कितना जिम्मेदार है परंतु कोई बड़ा प्रशासनिक या व्यक्तिगत प्रयास नजर नहीं आ रहा है।

नवंबर से जनवरी तक चिंता जताई जाती है, घबराहट होती है, वादे किए जाते हैं और फरवरी आते ही वही ढाक के तीन पात। दूसरी तरफ लोगों लोग समय पूर्व मरते रहेंगे और उनकी मृत आत्माओं की शांति की कामना सामाजिक मीडिया पर डिजिटल हाथ जोड़ कर डिजिटल पुष्प समर्पित करते हुए की जाती रहेगी।

–डॉ. रामावतार शर्मा,
(चिकित्सक एवं लेखक)

भारत विकास परिषद की प्रेरणा से देहदान किया

ब्यावर, (निसं)। भारत विकास परिषद, मुख्य शाखा, ब्यावर की प्रेरणा एवं परिषद सदस्य अशोक मेवाड़ा के प्रयास से मांगीलाल कलवार पुत्र स्व. छोगालाल कलवार का मृत्युपरांत देहदान करवाया गया। मांगीलाल कलवार का पार्थिव शरीर अशोक मेवाड़ा के नेतृत्व में जेएलएन मेडिकल कॉलेज, अजमेर के शरीर विज्ञान विभाग को सौंपा गया, जिसका उपयोग मेडिकल कॉलेज के छात्रों की शिक्षा के लिये व अनुसंधान में होगा।

भारत विकास परिषद द्वारा इससे पूर्व भी कई परिषद सदस्यों एवं देहदानियों से स्वैच्छिक देहदान संकल्प पत्र भी भरवाकर इस पुनीत कार्य में भागीदारिता निभाई है और भविष्य में भी इस प्रकार का सेवा कार्य हेतु जन साधारण को प्रेरित करती रहेगी। इस पुनीत कार्य के लिए कलवार परिवार का भारत विकास परिषद पदाधिकारियों द्वारा आभार व्यक्त किया गया। बेटे अशोक कलवार ने बताया कि उनके पिता एडवोकेट थे, जिनके तीन बेटे और दो लड़कियां हैं। दो साल पहले पिता ने मकर संक्रांति पर अपनी बॉडी दान करने की घोषणा की थी। उनकी आखिरी इच्छा पूरी करते हुए मेडिकल कॉलेज को यह बॉडी डोनेट की गई है। पिता की इच्छा थी कि उनके मरने के बाद भी उनकी बॉडी काम में आ सके। अब पिता की बॉडी पर मेडिकल स्टूडेंट अपनी पढ़ाई कर सकेंगे।

- **मांगीलाल कलवार का पार्थिव शरीर अशोक मेवाड़ा के नेतृत्व में जेएलएन मेडिकल कॉलेज, अजमेर के शरीर विज्ञान विभाग को सौंपा गया**

जेएलएन मेडिकल कॉलेज प्रिंसिपल अनिल सामरिया ने बताया कि कलवार परिवार ने बॉडी डोनेट की है। मेडिकल स्टूडेंट और शिक्षा जगत में बॉडी बहुत कम आती है। देहदान से चिकित्सा जगत में नए आयाम स्थापित होंगे। इसके साथ स्टूडेंट्स को ऑर्गन्स के बारे में पता चल पाएगा। ऐसे स्टूडेंट्स का उज्जवल भविष्य होगा।

राशिफल रविवार 24 नवम्बर, 2024

पंडित अनिल