

## विचार बिन्दु

जीवन एक फूल है और प्रेम उसका मधु। -ह्यूगो

# वसंत में वनानुभव - वसन्तेऽनुभवेत् कानानां यौवनम्

ए काय मन से ज्ञानेन्द्रियों और कर्मेन्द्रियों का प्रयोग कर वनों की समग्रता का अनुभव (देखना, सुनना, सूंघना, स्पर्श करना, स्वाद लेना) वनानुभव कहलाता है। चरकसंहिता में वसंत की आरोग्यदायी ऋतुचर्या का वर्णन करते समय भगवान् आत्रेय ने वसंत में वनानुभव का महत्त्व स्पष्ट किया है (च.सू.6.22-26, अंश )। वसन्तेऽनुभवेत् कानानां यौवनम्। तात्पर्य यह है कि उद्यानों एवं वनों में घूमना, पैदल चलना, पुष्पित पत्तलवित वनों का अनुभव लेना चाहिए। प्रकृति-अनुभव और वनानुभव चिकित्सा का इतिहास बहुत प्राचीन है। यह आयुर्वेद की एक श्रेष्ठ गैर-औषधीय चिकित्सा है जिस पर समकालीन शोध भी बहुत समृद्ध है। हरियाली, प्राकृतिक वातावरण, वनों और उपवनों में प्रकृति-अनुभव या दीर्घकालिक जुड़ाव का प्रसन्नता में योगदान पर पूर्व में यहाँ प्रमाण-आधारित टोस विश्लेषण प्रस्तुत किया गया था। परन्तु क्या यह हरियाली में किया गया व्यायाम और योग तुलनात्मक रूप से बेहतर स्वास्थ्य भी प्रदान करता है? वर्ष 2023 के प्रारंभ में आज तक प्रकाशित शोध को समाहित कर आज की चर्चा पुनः इसी विषय पर है।

संहिताओं में स्वास्थ्य-रक्षण और रोगोपचार दोनों के लिये ऐसे अनेक सन्दर्भ हैं (देखें, च.चि.3.260-266; च.चि.2/3, 26-30, च.चि.4.106-109; च.चि.6.17, सु.उ.47.55-57 आदि)। उक्त सभी सन्दर्भ केवल उदाहरणार्थ और प्राचीनता दर्शित करने के उद्देश्य से उद्धृत किये गये हैं। समकालीन शोध में पिछले कई दशकों से विभिन्न विषयों के विद्वानों ने अपनी विधा के अनुसार इस बात की ओर ध्यान खींचा है कि प्रकृति से जुड़ने और मानव स्वास्थ्य में सुधार के बीच सकारात्मक संबंध है। यह आम समझ की बात है कि प्रकृति और पर्यावरण के सान्निध्य में समय बिताना हमारे लिये स्वाभाविक रूप से अच्छा हो सकता है। प्राचीन सभ्यताओं के अवशेषों, प्राचीनकाल से कहीं आ रही सांस्कृतिक परम्पराओं और चिकित्सा पद्धतियों में इस बात के प्रमाण मिलते हैं कि मानव सभ्यता का अपने स्वास्थ्य, चिकित्सा और आध्यात्मिकता के लिये प्रकृति के साथ अन्यान्योन्नत जुड़ाव रहा है।

जहाँ तक हरियाली का शारीरिक और मनोरोगों को रोकने में योगदान है उस पर बहुत शोध है और उसका सम्पूर्ण विश्लेषण यहाँ देना संभव नहीं है। इस विषय में एक बेहतर उपयोगी पुस्तक द एक्सपीरियंस ऑफ़ नेचर-अ साइकोलॉजिकल पर्सपेक्टिव वर्ष 1989 में प्रकाशित हुई थी। राचेल कपलान और स्टेफन कपलान की यह पुस्तक इस विषय में विश्व की सर्वोत्कृष्ट संदर्भित पुस्तक है जिसे लगभग 8000 प्रकाशनों में संदर्भित किया गया है। प्राकृतिक वातावरण, लोगों और उनके बीच के संबंधों का एक प्रमाण-आधारित लेखा जोखा इस पुस्तक में है। लेखकों ने यह समझने की कोशिश की है कि लोग प्रकृति का अनुभव कैसे करते हैं और वे किस प्रकार के प्राकृतिक वातावरण परस्र करते हैं, वे जंगल के अनुभवों से क्या मनोवैज्ञानिक लाभ उठाते हैं, और हमारे आसपास के उद्यान लोगों के लिये क्यों महत्वपूर्ण हैं। इस विषय में अद्यतन स्थिति को 832 अध्ययनों के आधार पर की गई 16 मेटा-एनालिसिस को मिलाकर की गई। इस कार्य में भारी मेटा-एनालिसिस विश्व में अस्त तक का श्रेष्ठ प्रमाण भी यही निष्कर्ष देती है (देखें, सी. बरगन-जैसन इत्यादि, बायोलॉजिकल कंसर्वेशन, 277, 109842, 2023)। वर्ष 2022 में 8 मेटा-एनालिसिस अतिरिक्त प्रमाण प्रदान करती हैं कि वनानुभव शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर करता है। बच्चों के कल्याण के लिए भी वनानुभव व प्रकृति-अनुभव आवश्यक हैं (देखें, टी. अरोला इत्यादि, जर्नल ऑफ़ एनवायर्नमेंटल साइकोलॉजी, 85, 101913, 2023)।

यहाँ यह बातना आवश्यक है कि ऐसा नहीं है कि प्रकृति के सभी आयाम स्वास्थ्यवर्धक और सुरक्षित ही हों। कई प्राकृतिक स्थल मानव में अकेले डर पैदा कर सकते हैं। जो हवा, पानी और मिट्टी स्वास्थ्य के लिये संख्या उपयुक्त होती है, वही प्रदूषित होने या प्राकृतिक आपदाओं के स्वरूप में आने पर स्वास्थ्य के लिये हानिकारक हो सकती है। प्राकृतिक वातावरण के जो प्राणी बहुत सुन्दर लगते हैं उनमें से बहुत हिंसक भी हो सकते हैं। इन बातों को ध्यान में रखते हुये प्रकृति-अनुभव अपने अन्य रूपों में हमारे स्वास्थ्य की स्थिति को निर्धारित करते हैं। इस दृष्टिकोण से प्रकृति और पर्यावरण को निहारना, प्राकृतिक वातावरण में घूमना-फिरना स्वास्थ्यकर होता है।

प्रकृति-अनुभव किन कारणों से हमारे स्वास्थ्य पर प्रभाव डालता है? या अन्य शब्दों में कहें तो प्रकृति से जुड़ाव के स्वास्थ्यकर होने की मैकेनिज्म ऑफ़ एक्शन क्या है? अनेक अध्ययनों के प्रमाण स्पष्ट करते हैं कि प्रकृति का मानव शरीर और मन पर स्वास्थ्यकर प्रभाव स्वास्थ्य के विविध आयामों को बेहतर करने में प्राकृतिक वातावरणों की भूमिका के कारण होता है। उदाहरण के लिये प्रकृति-अनुभव से स्वास्थ्य में सुधार की मैकेनिज्म ऑफ़ एक्शन को मानसिक तनाव, चिंता और अवसाद में कमी, मन की प्रसन्नता में बढ़ोत्तरी, अच्छी निद्रा, मनोहारी अनुभूति, दर्द-निर्माण, बेहतर सामाजिक संर्भ, व्यायाम में बढ़ोत्तरी, हृदय रोगों में कमी, प्रतिरक्षा तंत्र में सुधार आदि के प्रकाश में देखा जा सकता है। वनानुभव-चिकित्सा (वनों में घूम-फिर कर प्रकृति का अनुभव करना) इन्फ्यूनिटी भी बढती है (देखें, वाय, चे इत्यादि, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ एनवायर्नमेंटल रिसर्च एंड पब्लिक हेल्थ, 18(16), 2021)।

शहरों में हरियाली से स्वास्थ्य लाभ के बारे में वर्ष 1800 के बाद से कई छिटपुट अध्ययन मिलते हैं और शहरी विकास में इन्हें शामिल करने के प्रयास भी दुनिया भर में हुये हैं। इन सब अध्ययनों में एक सन्देश मिल

**हरियाली से जुड़ाव बच्चों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए परम आवश्यक है। जीवन के प्रारम्भिक काल में प्रकृति से जुड़ाव मानव और प्रकृति के मध्य आजीवन सार्थक रिश्ता बनाने हेतु आवश्यक है। प्रकृति के साथ जुड़े रहिये। योग और व्यायाम कीजिये। आनंदित रहिये। स्वस्थ रहिये। बच्चों को भी वनानुभव और प्रकृति-अनुभव कराइये।**

रहा था कि हरियाली को अनुभूत करना या हरियाली का एक्सपोजर स्वास्थ्य के लिये लाभकारी है, परन्तु व्यवस्थित समीक्षा और मेटा-एनालिसिस अब नया शुरु हुये हैं। हाल ही में हरियाली से मिलाने वाले लगभग 100 प्रकार के स्वास्थ्य-लाभ के निष्कर्षों वाले 143 अध्ययनों को शामिल कर एक मेटा-एनालिसिस की गयी। इससे कई रोचक परिणाम मिले। जैसे जैसे हरियाली के साथ जुड़ाव बढ़ा वैसे वैसे लार के कोर्टिसोल, हृदय गति, व डायस्टोलिक रक्तचाप में कमी पायी गयी।

एचडीएल कोलेस्ट्रॉल व हृदय गति की परिवर्तनशीलता में बेहतरि हुई। समय-पूर्व प्रसव-जोखिम, मधुमेह, तथा समस्त-कारण मृत्यु दर (आल-कॉज मोर्टैलिटी) और हृदय रोग मृत्यु दर में भी कमी पाई गयी। स्ट्रोक, उच्च रक्तचाप, डिप्रेशन, डिप्रेशन, अस्थमा, और कोरोनरी हृदय रोग की घटनाओं में भी कमी होती गयी। अलग अलग अध्ययनों को देखने पर यह भी स्पष्ट हुआ कि स्वास्थ्य परिणामों में 66.7 प्रतिशत से 100 प्रतिशत तक बेहतरि हुई है। इनमें न्यूरोलॉजिकल, कैन्सर, व रक्तन रोगों से मृत्यु दर में कमी भी पाई गयी (देखें, सी. डोहिंग-बेनेट, ए. जोन्स, एनवायर्नमेंटल रिसर्च, 166: 628-637, 2018)।

इस विषय में सबसे भारी अध्ययन जिसका विवरण-पोषण विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा किया गया था, वह वर्ष 2019 में दुनिया के एक अनुआ जर्नल में प्रकाशित हुई। हरियाली को स्वास्थ्य-निर्धारक, स्वास्थ्य में सुधार, और विभिन्न प्रसन्नता के लिये उपयोगी माना जाता रहा है। इस व्यवस्थित अध्ययन में विश्व भर के अनुद्देश्य अध्ययनों से प्राप्त प्रमाणों को इस बात के लिये समीक्षा की गयी कि हरियाली, पार्क्स, गार्डन्स आदि की उपलब्धता का सकल मृत्यु दर में प्रभाव क्या है। इस मेटा- एनालिसिस में प्रारम्भ में 9298 अध्ययन और 13 अन्य अध्ययनों की पहचान की गयी। इनमें से 9234 (99 प्रतिशत) अध्ययनों को शीर्षक और सारांश जांचने के बाद आण करके हुये शेष 77 अध्ययनों में से 68 (88 प्रतिशत) को सम्मिलित किया गया। उक्त के साथ ही मात्रात्मक व्यवकन हेतु नौ (12 प्रतिशत) अध्ययनों को शामिल किया। इनमें सात देशों के 8.32 लाख व्यक्ति शामिल थे। कुल मिलाकर निष्कर्ष स्पष्ट करते हैं कि आसपास की हरियाली और सकल-कारण मृत्यु दर के बीच एक व्युत्क्रम रिश्ते का प्रमाण पाया गया। कहने का तात्पर्य यह कि जैसे जैसे हरियाली की उपस्थिति बढ़ती जाती है वैसे वैसे सभी कारणों से मृत्यु दर में कमी आती जाती है। सन्देश यह है कि मानव समाज जहाँ रहता और काम करता है वहाँ हरियाली बढ़ाने और जैव-विविधता संरक्षण को बढ़ावा देना मानव स्वास्थ्य के लिये बहुत उपयोगी है (देखें, डी. रोस रूडज आदि, द लैसेट प्लेनेटरी हेल्थ, 3, 11:ई 469-ई477, 2019)।

एक अन्य महत्वपूर्ण मेटा-एनालिसिस में बहुत महत्वपूर्ण प्रश्न पर जांच की गयी कि गर्भावस्था में प्रतिकूल परिणामों पर आवासीय हरियाली का क्या प्रभाव रहता है। इसमें कुल 36 अध्ययन शामिल थे और कुल मिलाकर 1.19 करोड़ (11.9 मिलियन) प्रतिभागी थे। परिणाम स्पष्ट करते हैं कि हरियाली वाले स्थलों में जन्म के समय न्यूनतम वजन का जोखिम उच्च स्तर की हरियाली वाले समूह में काफी कम था। गर्भावधि उन्नत कम रहने की संभावना भी उच्च हरियाली वाले क्षेत्रों में घटी पायी गयी। इसके अलावा अधिक हरियाली वाले क्षेत्रों में मातृ-जोखिम कम पाया गया और मानसिक विकारों में भी कमी पायी गयी। यह समीक्षा आवासीय हरियाली और गर्भावस्था के प्रतिकूल परिणामों के बीच एक उल्टे रिश्ते को पुष्टि करती है। अध्ययन के निष्कर्ष स्पष्ट कर देते हैं कि हरियाली गर्भवती महिलाओं के लिये जोखिम घटाती है (वाह, झान आदि, साइंस ऑफ़ द टोटल एनवायर्नमेंट, 718: आर्ट. 137420, 2020)। हाल ही में वनानुभव को मानसिक स्वास्थ्य में बेहतरि लाने के टोस प्रमाण मेटा-एनालिसिस से प्राप्त हुए हैं (देखें, वाई. कोटर इत्यादि, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ मेटल हेल्थ एंड एडिप्शन, 20(1): 337-361, 2022)। एक अन्य मेटा-एनालिसिस से सिद्ध होता है कि वनानुभव अवसाद व चिंता से बचाने हेतु श्रेष्ठ गैर-औषधीय युक्ति है (पी.एच. वेओन इत्यादि, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ एनवायर्नमेंटल रिसर्च एंड पब्लिक हेल्थ, 18(23): 2021)।

इस तमाम चर्चा का मूल संदेश यह है कि पर्यावरण के साथ हमारे संबंध हमारे शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य में सुधार करते हैं। वनानुभव और प्रकृति-अनुभव अनेक रूपों में हो सकता है। हमारे आसपास हरियाली को बढ़ावा देना, वनों उपवनों में घूमना, प्राकृतिक स्थलों में सैर-सपाटा, प्रतिदिन समीपवर्ती बाग-बगीचों में जाकर कम से कम एक घंटे का समय बिताना, कार्य-स्थलों में हरियाली बढ़ाने के लिये छोटे-छोटे गार्डन या बगीची विकसित करना, बैठने के स्थान में खिड़की से दिखने वाला हरा-भरा दृश्य, कार्यालय में पांच मिनट का ब्रेक लेकर हरियाली में टहल कर आना आदि सब छोटे-छोटे ऐसे कार्य हैं, जिनके माध्यम से हमारा प्रकृति के साथ जुड़ाव बना रहता है। इन सबमें सबसे महत्वपूर्ण तथ्य यह याद रखने योग्य है कि चूँकि प्रतिदिन व्यायाम और योग करना स्वास्थ्य के लिये आवश्यक है अतः व्यायाम और योग वनों, हरे-भरे स्थलों, बाग-बगीचों, नदी या झील के समीप किया जाये तो शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य के लिये अधिक उपयोगी है। बच्चों को भी वनानुभव और प्रकृति-अनुभव कराइये। हरियाली से जुड़ाव बच्चों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए परम आवश्यक है। जीवन के प्रारम्भिक काल में प्रकृति से जुड़ाव योग और प्रकृति के मध्य आजीवन सार्थक रिश्ता बनाने हेतु आवश्यक है। प्रकृति के साथ जुड़े रहिये। योग और व्यायाम कीजिये। आनंदित रहिये। स्वस्थ रहिये।

-अतिथि सम्पादक, डॉ. दीप नारायण पाण्डेय (इंडियन फारेस्ट सर्विस में वरिष्ठ अधिकारी) (यह लेखक के निजी विचार हैं और 'सार्वभौमिक कल्याण के सिद्धांत' से प्रेरित हैं।)



सुचित्रा आर्य

वैक ऋण की अनिवार्यता लागू करके बड़ी चतुराई से किसानों को लाभ लेने से अलग कर दिया गया है गांव का मुख्य धंधा खेती है और उसकी आज यह दुर्दशा है कि बड़े मध्यम और छोटे सभी किसान खेती में दिलचस्पी नहीं रखते हैं। थोड़े बहुत जो अभी अपनी हैसियत बनाए हुए हैं उन्होंने सामान्य खेती छोड़कर फल, साग-सब्जी, दूध इत्यादि के उत्पादन पर अपना ध्यान केंद्रित किया है और जिनके लिए उनके पास पर्याप्त जानकारी और पूंजी है परंतु ऐसे किसानों की संख्या नगण्य है। अधिकांश किसानों के पास है न तो जानकारी है न ही पूंजी है और न ही पूंजी लगाकर

प्रतिफल के लिए लंबे अरसे तक प्रतीक्षा करने की क्षमता है। छोटे किसान कृषि मात्र के भरोसे हैं आजीविका चलाने की आशा छोड़ चुके हैं।

बेरोजगारी का एक मात्र तत्कालिक निदान कृषि का आधुनिकरण है, आधुनिकरण से तात्पर्य बड़े पैमाने की खेती से नहीं है जैसे संयुक्त राज्य अमेरिका या सोवियत यूनियन। यहां आधुनिकरण से तात्पर्य कृषि भूमि से नवीनतम प्रौद्योगिकी का प्रयोग करते हुए अधिक से अधिक उत्पादन लेने से है, खेत का छोटा आकार कृषि के आधुनिकरण में बाधक नहीं है। जब तक ऐसी परिस्थितियां नहीं बनाई जाती की खेती एक लाभप्रद धंधा बन सके तब तक खेती के उन्ततिशील होने की कल्पना नहीं की जा सकती है।

राहुल गांधी कृषकों को उद्यमिता से जोड़ने खेतों के नजदीक कृषि प्रसंस्करण इकाइयों और फूड पार्क विकसित करके किसानों की अतिरिक्त आमदनी में इजाफा करने की आवश्यकता को जरूरी मानकर चल रहे हैं जो खेती किसानों के प्रति उनकी गम्भीरता को दर्शाता है। इसी परिपेक्ष में उन्हीं के निदेशानुसार प्रदेश सरकार द्वारा राजस्थान कृषि प्रसंस्करण, कृषि व्यवसाय एवं कृषि निर्यात प्रोत्साहन नीति 2019 लाई गई है लेकिन नीति में कुछ बाध्यातं हैं जो राहुल गांधी की मूल भावना को अवतरित नहीं होने दे

रही है। इसी नीति के तहत 21 जनवरी 2021 को राजस्थान स्टेट एग्री इण्डस्ट्रीज डेवलपमेंट बोर्ड का गठन किया गया था जिसका उद्देश्य किसानों की अतिरिक्त आय में इजाफा करने के लिए कृषकों एवं कृषि व्यवसायियों के बीच जाकर उनकी समस्याएं सुनकर बेहतर सुझाव संकलित करके सरकार को परामर्श स्वरूप दें ताकि कृषि उद्यमिता को बढ़ावा देकर प्रदेश में कृषि उद्योगविकसित किये जा सकें तथा कृषि उत्पादों के निर्यात को बढ़ावा मिल सके।

राहुल गांधी की सोच को पूर्णरूप से यदि लागू करना है तो इस नीति की बुनियादी संरचना में संशोधन की आवश्यकता अनिवार्य रूप से पड़ेगी, क्योंकि नवीन नीति के तहत पूंजीगत लागत पर किसानों को अधिकतम 50 प्रतिशत अनुदान राशी (अधिकतम 1 करोड़) एवं अन्य व्यवसायी/फर्म को 25 प्रतिशत अनुदान राशी सरकार की तरफ से देय है। नीति के तहत बैंक से ऋण लेने की अनिवार्यता रद्दी गई है, व्यक्ति/किसान जो अपना उद्योग या प्रसंस्करण इकाई शुरू करना चाहता उसे पहले अपने प्रोजेक्ट की पूंजीगत लागत को बैंक से ऋण के रूप स्वीकृत करवाना होगा उसके बाद बैंक जो भी ऋण प्राप्त स्वीकृत करेगा उसका 50 प्रतिशत भुगतान प्रदेश सरकार अनुदान राशि के रूप में सीधा किसान के खाते में स्थानांतरण की बजाय संबंधित बैंक को भुगतान करेगी। सरकार अनुदान दे रही है यहां तक तो ठीक है लेकिन किसान के लिए सबसे बड़ी मूल परेशानी बैंको से ऋण स्वीकृत कराने की है। ऋण लेने पूर्व जो किसान/व्यक्ति सुरक्षा गारंटी डिमांड करवाने तथा अन्य बैंकिंग शर्तें पूर्ण करने में सक्षम नहीं है तो बैंक ऋण स्वीकृत नहीं करेगा उस स्थिति में वह स्वतः ही अनुदान के लिए अपात्र माना जाएगा। नीति और नीयती की विडंबना देखिए यदि कोई व्यक्ति/किसान अपनी नकदी लगाकर या अपने स्तर पर प्रोजेक्ट शुरू करता है तथा सरकार से अनुदान की अपेक्षा रखता है तो भी बैंकिंग ऋण की अनिवार्यता के चलते इस नीति से सरकारी अनुदान से वंचित ही रहेगा। बैंक ऋण की अनिवार्यता लागू करके बैंक

चतुराई से किसानों को अलग कर दिया गया है जबकि व्यवसायियों, कारोबारियों को बैंक ऋण देने में प्राथमिकता देना जिसका सीधा लाभ किसानों की बजाय व्यापारिक व्यक्तियों को होगा।

किसानों के प्रति जकड़न की नीति है तथा व्यवसायियों के प्रति उदारता की नीति, यह दौहरे मापदंड एक साथ नहीं चल सकते। कृषक महज स्लोपान या नारों से उद्यमी नहीं बनेगा बल्कि उसे समतायुक्त माहौल देना होगा, 2019 की कृषि नीति में संशोधन करके किसानों की खुशहाली का मार्ग प्रशस्त किया जा सकता है। राजनीतिक शक्ति का खोत आम आदमी है और जब तक आम आदमी को उदारतावादी नीतियों में अपनी खुशहाली नजर नहीं आएगी तब तक वह उसमें दिलचस्पी नहीं लेगा। यदि किसान को वास्तविक रूप से लाभान्वित करना है तो बैंकिंग ऋण अनिवार्यता को समाप्त करना होगा अन्यथा किसानों को बैंकों से ऋण दिलाने की व्यवस्था सरकार को करनी होगी। अब तक तो यह नीति औद्योगिक और वाणिज्य क्षेत्र से जुड़े लोगों तक ही सीमित है जिनके फलस्वरूप संपन्न वर्ग ही लाभान्वित हो रहा है। साधारण किसानों को किसी भी प्रकार की सरकारी रियायतें नहीं मिल पा रही है।

सुचित्रा आर्य, उपाध्यक्ष, राजस्थान कृषि उद्योग विकास बोर्ड, जयपुर।

## ढोल की थाप पर नाचते ऊंटों ने पर्यटकों का मन मोहा

बीकानेर, (कासं)। अंतर्राष्ट्रीय ऊंट उत्सव का दूसरा दिन ऊंटों की प्रतियोगिताओं के नाम रहा। ढोल की थाप पर ड्रमक-ड्रमक नाचते ऊंटों ने देशी-विदेशी पर्यटकों का मन मोहा। वही ऊंट की कमर पर कैंची के माध्यम से की गई आकर्षक कर कटिंग भी विशेष रही। ऊंट पालकों द्वारा ऊंट की कमर पर लोक देवी-देवताओं, परंपराओं और यहां की स्थानीय कला पर आधारित चित्र उकेरे, जिन्हें देखकर दर्शक मंत्रमुग्ध रह गए।

राष्ट्रीय उच्च अनुसंधान केंद्र में आयोजित विभिन्न प्रतियोगिताओं को देखने के लिए बड़ी संख्या में आमजन पहुंचे। वहां मौजूद लोगों में ऊंटों के नृत्य को मोबाइल में कैद करने की होड़ दिखाई। नृत्य के दौरान ऊंटों ने हैरत अंगेज करवा दिया। आमजन ने कैमल सफारी का आनंद भी उठाया। इस दौरान कृषि और पशुविज्ञान



ऊंट महोत्सव में नृत्य दिखाता ऊंट व मौके पर जमा दर्शक।

विश्वविद्यालय के अलावा आर.सी.ए.आर के संस्थानों द्वारा स्टाल्स लगाए गए। ऊंटनी के दृष्ट से बनी आइस क्रीम, लस्सी, छाछ और

अन्य उत्पाद विशेष आकर्षण का केंद्र रहे। ऊंट नृत्य प्रतियोगिता में बजरंग ने प्रथम, जितेंद्र सिंह ने द्वितीय तथा करणी सिंह ने तीसरा स्थान प्राप्त

किया। इसी प्रकार ऊंट फर कटिंग प्रतियोगिता में मोहन सिंह ने प्रथम, बंशीधर ने द्वितीय तथा जापान की मेधूमी ने तीसरा स्थान हासिल किया।

■ ऊंटों पर लोक देवी-देवताओं, परंपराओं और स्थानीय कला के चित्र दिखे

ऊंट सजा प्रतियोगिता में लक्ष्मण राम सियाग, इमरान खान तथा मगाराम कुमार क्रमशः पहले, दूसरे और तीसरे स्थान पर रहे।

जिला कलेक्टर भगवती प्रसाद कलाल, राष्ट्रीय उच्च अनुसंधान केंद्र के निदेशक डॉ आर्तबन्धु साहू तथा एसबीआई के उप महाप्रबन्धक सुरेशील कुमार ने विजेताओं को पुरस्कार प्रदान किए। इस दौरान महामंत्री कृष्ण आंम प्रकाश, एडोएम प्रकाशन आंम प्रकाश, एडोएम सिटी प्रकाश जामी, राजस्थानी भाषा साहित्य एवं संस्कृति अकादमी के कोषाध्यक्ष राजेंद्र जोशी सहित अनेक लोग मौजूद रहे।

## कार्यस्थल पर उत्पीड़न से शर्मसार होती मानवता



डॉ. राजेन्द्र प्रसाद शर्मा

हम चाहे अपने आप को कितने ही आधुनिक, संवेदनशील और मानवतावादी माने पर जो आंकड़ें सामने आ रहे हैं वह अत्यंत दुर्भाग्यजनक होने के साथ ही मानवता के लिए शर्मनाक हैं। अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन द्वारा जारी हालिया रिपोर्ट के अनुसार दुनिया के देशों में हर पांच में से एक नौकरपेशा किसी ना किसी रूप से कार्यस्थल पर उत्पीड़न का शिकार हो रहा है। मजे की बात यह है कि इसमें भी अपनेआप को सबसे अधिक सच्चे और अत्याधुनिक

मानने वाला अमेरिका दुनिया के देशों में अग्रणी है। दूसरी मजे की बात यह भी है कि उत्पीड़न नौकरपेशा में कोई अधिक लैंगिक भेदभाव भी नहीं है। इसमें महिला और पुरुष दोनों शामिल हैं। 2021 के आंकड़ों के आधार पर जारि रिपोर्ट में 4 करोड़ 30 लाख लोग उत्पीड़न के शिकार पाये गये हैं। यह नौकरपेशा लोगों के प्राप्त आंकड़ों के अनुसार करीब 22 फीसदी से कुछ अधिक ही होते हैं। नौकरपेशा लोगों के उत्पीड़न में शारीरिक, मानसिक और यौन हिंसा शामिल है। कार्यस्थल पर नौकरपेशा लोगों को किसी ना किसी एक हिंसा का शिकार होना देखा गया है। यहां तक कि कुछ मामलों में तो शारीरिक, मानसिक के साथ ही यौन उत्पीड़न के मामलों में भी सामने आये हैं। तस्वीर का एक पहलू यह भी है कि लैंगिक उत्पीड़न की दृष्टि से देखें तो महिलाओं के साथ उत्पीड़न के मामलों में भी अमेरिका आगे है।

दरअसल कार्यस्थल पर सबसे ज्यादा उत्पीड़न के मामले मानसिक उत्पीड़न के सामने आते हैं। इसे हम साइकोलॉजिकल टार्चर भी कह सकते हैं। इसमें सार्वजनिक रूप से बारबार अपमान करना, धमकी देना या डराना आदि शामिल हैं। मानसिक उत्पीड़न के और तरीकों में लोगों को दूसरों को सामने नीचा दिखाना, ताने कसने, उराहों का कार्यक्षमता पर बार बार प्रश्नचिन्ह लगाना आदि आदि हो सकते हैं। इससे व्यक्ति कुंठाग्रस्त तो होता ही है साथ ही डिप्रेशन में जाने या हीनभावना से ग्रसित होने की संभावनाएं अधिक हो जाती हैं। इसी तरह से शारीरिक उत्पीड़न में फाईल फेंकना, फेंक कर माना, धूकना, रोकना या कुछ इसी तरह के उत्पीड़न के तरीके होते हैं तो यौन उत्पीड़न के तरीकों के खुलासा करने की आवश्यकता नहीं है। इस तरह से उत्पीड़न के शिकार व्यक्ति के दिमाग पर गंभीर असर साफ दिखाई

■ कार्यस्थल पर उत्पीड़न के मामलों में भी अमेरिका दुनिया के देशों में अग्रणी है

■ किसी को जलील करते समय हम हमारी कुंठाओं को ही उजागर करते हैं

देने लगता है। अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन द्वारा जारी आंकड़ों का विश्लेषण करें तो साफ हो जाता है कि अरब देशों की तुलना में अमेरिका की स्थिति अधिक खराब है। अमेरिका में 34.3 प्रतिशत, अफ्रीका में 25.7 प्रतिशत, यूरोप व मध्य एशिया में 25.5 प्रतिशत, एशिया व पैसिफिक में 19.2 प्रतिशत और अरब देशों में 13. प्रतिशत लोग कार्यस्थल पर उत्पीड़न का शिकार हो रहे हैं। मजे की बात यह है कि इसमें भी शॉफ्ट टारगेट महिलाएँ, प्रवासी नागरिक और युवा अधिक होते हैं। अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन की माने तो उत्पीड़न के मामलों में लगातार बढ़ोतरी ही देखी जा रही है। कहा यह भी जा रहा है कि इस तरह का यह पहला सर्वेक्षण जो श्रम संगठन द्वारा करवाया गया है। इसे सत्य समाज के लिए किसी भी स्तर पर उचित नहीं ठहराया जा सकता है।

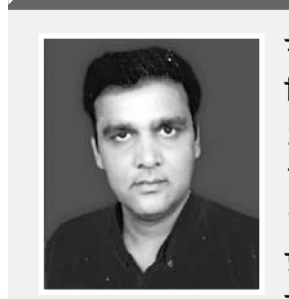
हम यह भूल जाते हैं कि हमारे साथ काम करने वाला चाहे पुरुष हो या महिला इसी संसार का प्राणी है। उसमें और हममें कोई भेद नहीं है। भेद है तो केवल यह कि एक सुपरवाइजर पर पर है तो दूसरा अधीनस्थ। समझाइश के माध्यम से भी किसी को राह पर लाया जा सकता है। केवल जलील करने से

ही कुछ प्राप्त नहीं हो जाता। उल्टा देखा जाए तो किसी को जलील करते समय हम हमारी कुंठाओं को ही उजागर करते हैं। आखिर हम क्या कहें रहे हैं। मानवीय संवेदनशीलता को हमें नकारना नहीं चाहिए। बल्कि एक और हम छोटे बड़े में भेद नहीं करने की बात करते हैं तो दूसरी ओर यह आंकड़े कुछ और ही कहानी बर्बा कर रहे हैं।

श्रम संगठन में जैसे आंकड़े कमोबेश सत्यता की पास अवश्य हैं। ऐसों में नियोजकों, गैरसरकारी संकठनों और मनोवैज्ञानिकों के साथ ही प्रबंधन का पाठ पढ़ाने वाले गुरुओं को आगे आना होगा और इस तरह के मानवता को कलंकित करने वाले हालातों को सुधारने के प्रयास करने ही होंगे। नहीं तो जो आंकड़े सामने हैं उससे तो यही लगता है कि हमारा व्यवहार किसी गुलामी युग से कमतर नहीं है। अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन जैसे वैश्विक संगठनों को भी अवैयनस कार्यक्रम चलाकर हालात सुधारने के टोस प्रयास करने ही होंगे। नहीं तो आने वाला समय हमें माफ करने वाला नहीं है।

डॉ. राजेन्द्र प्रसाद शर्मा, (वरिष्ठ लेखक)

## राशिफल रविवार 15 जनवरी, 2023



पंडित अनिल शर्मा

माघ मास, कृष्ण पक्ष, अष्टमी तिथि, रविवार, विक्रम संवत् 2079, चित्रा नक्षत्र सांय 7:12 तक, सुकर्मा योग दिन 11:50 तक, बालव करण प्रातः 7:34 तक, चन्द्रमातुला राशि में संचार करेगा। ग्रह स्थिति: सूर्य-मकर, चन्द्रमा-तुला, मंगल-वृष, बुध-धनु, गुरू-मीन, शुक्र-मकर, शनि-मकर, राहु-मेघ, केतु-तुला राशि में। आज मकर संक्रांति पुण्य काल दिन 12:45 तक है। आज गंगा सागर मुख्य स्नान प्रातःकाल से है। आज कालाष्टमी, पौंगल दक्षिण भारत में है। सर्वश्रेष्ठ चौघड़िया: चर 8:40 से 9:59 तक, लाभ-अमृत 9:59 से 12:36 तक, शुभ 1:35 से 3:13 तक। राहूकाल: 4:30 से 6:00 तक। सूर्योदय 7:21, सूर्यास्त 5:50

**मेघ** परिवार में आपसी सहयोग-समन्वय बना रहेगा। परिवार में मनोरंजन के कार्यक्रम बन सकते हैं। परिवार के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी।

**वृष** विवाहित मामलों से उराह मिल सकती है। अस्व-व्यस्त दिनचर्या में सुधार होगा। अटके हुए कार्य बनने लगेगे। शुभ कार्य के लिए बाहर जाने का कार्यक्रम बन सकता है।

**मिथुन** परिवारों के व्यवहार के कारण दुःख हो सकता है। मन खिन्न रहेगा। घर-परिवार के कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। आर्थिक मामलों में परेशानी का सामना करना पड़े सकता है।

**कर्क** घर-परिवार में अतिथियों का आगमन बना रहेगा। परिवार में धार्मिक-सांजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं। परिवार में सुख-सुविधाएं बढ़ेंगी। धार्मिक स्थान की यात्रा का कार्यक्रम बन सकता है।

**सिंह** परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्त होंगे। नये-पुराने मित्रों से मुलाकात हो सकती है। मित्रों के साथ मनोरंजन के कार्यक्रम बन सकते हैं। परिवार में सुख-सुविधाएं बढ़ेंगी।

**कन्या** आर्थिक कार्यों से अटके हुए कार्य बनने लगेगे। संपातित खेत से धन प्राप्त होगा। आय में वृद्धि होगी। परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। परिवार में धार्मिक-सांजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं।

**तुला** मानसिक तनाव से राहत मिलेगी। मन:स्थिति में सुधार होगा। आवश्यक और महत्वपूर्ण कार्य योजनानुसार बनने लगेगे। परिवार में अतिथियों के आगमन से उत्सव जैसा माहौल बन सकता है।

**वृश्चिक** घर-परिवार के कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। परिवार में अनावश्यक धन खर्च होगा। मन में असंतोष रहेगा और अर्गल कार्यों में समय खराब हो सकता है।

**धनु** आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। महत्वपूर्ण कार्यों में व्यस्तता अभी याथावत बनी रहेगी। घर-परिवार में धार्मिक-सांजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं।

**मकर** अपने अति आवश्यक और महत्वपूर्ण कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। प्रयासों में उचित सफलता मिलेगी। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। शुभ कार्य के लिए यात्रा संभव है।

**कुंभ** नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आस्थासना प्राप्त होगी। अटके हुए कार्य बनने लगेगे। महत्वपूर्ण कार्य के लिए बाहर जाने का कार्यक्रम बन सकता है। मनोरंजन के कार्यक्रम बन सकते हैं।

**मीन** चन्द्रमा अष्टम भाव में शुभ नहीं है। नवीन कार्यों को टालना ठीक रहेगा। बनेते काम विफलता का भय बना रहेगा। आवश्यक कार्यों में विलम्ब हो सकता है। यात्रा टालना ठीक रहेगा।