नईदुनिया

संपादकीय

चारधाम यात्रा के इंतजाम

राजग उत्तराखंड में चारधाम यात्रा शुरू होते ही श्रद्धालुओं के सैलाब से जिस तरह प्रशासनिक व्यवस्थाएं चरमराई हैं, उसने कई सवालों को जन्म दिया है। तीखी गर्मी के बीच लगे कई किलोमीटर लंबे जाम कष्टकारी और जानलेवा साबित हुए हैं। दरअसल, अक्षय तृतीया के दिन दस मई को केदारनाथ, यमनोत्री और गंगोत्री के कपाट खुले थे। उसके ठीक बाद बारह मई को बद्रीनाथ के कपाट खुलने के बाद तो श्रद्धालुओं का तांता लग गया। स्थिति इतनी विकट हो गई कि पहले पांच दिनों में ढाई लाख से अधिक श्रद्धालु तीर्थों के दर्शन कर चुके थे। इसके अलावा सत्ताईस लाख से अधिक श्रद्धालु अपना पंजीकरण करा चुके थे। बताया जाता है कि पिछले साल के मुकाबले इन दिनों में करीब पांच गुना अधिक श्रद्धालु तीर्थस्थलों तक पहुंचे। स्थिति का अनुमान न लगा पाने के कारण व्यवस्था व सुविधाएं अस्त-व्यस्त होकर रह गई। गर्मी के दौरान कई किलोमीटर लंबे जाम में फंसे होने के कारण कुछ लोगों के रास्ते में मरने की खबरें आ रही हैं। जो साफ बताता है कि उत्तराखंड का शासन-प्रशासन तीर्थ यात्रियों की संभावित संख्या का सही अनुमान नहीं लगा सका। दरअसल, पारिस्थितिकीय रूप से बेहद संवेदनशील इस हिमालयी क्षेत्र की संरचनाएं बड़ी संख्या में तीर्थयात्रियों के दबाव झेलने में सक्षम नहीं हैं। हमारे नीति-नियंताओं ने इस क्षेत्र में भारी-भरकम विकास के नाम पर जो कुछ भी किया वह हिमालयी क्षेत्र की संवेदनशीलता को नजरअंदाज करते हुए ही किया। चारधाम ऑल वेदर रोड बनाने के प्रयास तो हुए लेकिन यात्रा को सहज-सुगम बनाने के लक्ष्य हासिल नहीं किये जा सके। दरअसल, देश के मध्यम वर्ग में आई संपन्नता व बैंकिंग सुविधाओं के चलते वाहनों की खरीद में अप्रत्याशित वृद्धि हुई है। लोग बसों आदि के बजाय अपने वाहन लेकर इन तीर्थ स्थलों पर पहुंच रहे हैं। सरकारें भी सार्वजनिक परिवहन व्यवस्था को सुगम नहीं बना सकी। जिसके चलते दर्जनों किलोमीटर लंबी वाहनों की कतारें जानलेवा साबित हो रही हैं।

हकीकत यह भी है कि उत्तराखंड का शासन-प्रशासन आने वाले तीर्थयात्रियों की संख्या का ठीक-ठीक अनुमान नहीं लगा सका है। जिसके चलते तीर्थयात्रियों के लिये सुविधाएं भी कम पड़ गई। अफरा-तफरी और कुछ श्रद्धालुओं की मौत के बात शासन-प्रशासन जागा है। फिर आनन-फानन में दर्शन के इच्छुक तीर्थयात्रियों की संख्या को सीमित किया गया। दरअसल, तीर्थयात्रियों का दबाव कम करने हेतु यात्रा के लिये होने वाले नामांकन को भी फिलहाल टाला गया है। लेकिन इस नियमन का असर ये हुआ कि मैदानी इलाकों से चारधाम यात्रा के लिये निकले यात्री बीच के पहाड़ी इलाकों में फंस गये, जहां उनके ठहरने के लिये पर्याप्त व गुणवत्ता की सुविधाए नहीं हैं। जिससे यात्रियों के कष्टों में इजाफा ही हुआ है। दरअसल, वर्ष 2013 की केदारनाथ त्रासदी से सबक लेकर तीर्थयात्रियों के नियमन के लिये जो कदम उठाये जाने चाहिए थे, उनको लेकर गंभीरता नजर नहीं आयी है। वहीं दूसरी ओर गर्मी शुरू होते ही लोगों में पहाड़ों की तरफ निकलने का चलन आम हो गया है। बच्चों की स्कूलों में छुट्टियां होने के चलते तमाम लोग पहाड़ी इलाकों के सैर सपाटों के लिये भी निकलते हैं। लेकिन पहाड़ी इलाकों की अपनी सीमाएं हैं। जो सड़कें कभी सीमित वाहनों के लिये बनी थी, वे कारों का सैलाब नहीं झेल पा रही हैं। एक समय इन इलाकों में ऐसी व्यवस्था होती थी कि जब ऊपर से वाहन निकल जाते थे तब नीचे के वाहनों को ऊपर जाने की अनुमति मिलती थी। मौजूदा समय में भी यात्रियों व वाहनों की संख्या का नियमन व संतुलन करना होगा। तीर्थयात्रियों को भी ध्यान रखना चाहिए कि इन तीर्थस्थलों के कपाट नवंबर माह तक खुले रहेंगे। यात्रियों के दबाव को देखते हुए आने वाले महीनों में भी यात्रा का कार्यक्रम बनाया जा सकता है। साथ ही स्थानीय प्रशासन को भी युद्धस्तर पर यात्रा कार्यक्रम को संचालित करना होगा ताकि तीर्थयात्रियों को परेशानी का सामना न करना पड़े। उत्तराखंड सरकार को भी सोचना होगा कि राज्य की अर्थव्यवस्था में योगदान देने वाले तीर्थाटन को सुनियोजित ढंग से संचालित करने में संवेदनशील दृष्टि दिखाए।

बढ़ते जनसंख्या दबाव के बीच रोजगार देने में सफल मोदी सरकार

दृष्टिकोण

डॉ. मयंक चतुर्वेदी

पिछले दस सालों में 12 करोड़ अनुमानित जनसंख्या बढ़ी है। यह नवीनतम आंकड़ा भारत की जनसंख्या (लाइव) वर्ल्डोमीटर के अनुसार है। यानी कि देश में एक ओर जनसंख्या का दबाव बढ़ रहा था तो दूसरी ओर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और उनका मंत्रीमण्डल अपने प्रयासों से आर्थिक क्षेत्र में नवाचार करते हुए रोजगार बढ़ाने के कार्य में जुटे हुए थे । देखा जाए तो मनमोहन सिंह के कांग्रेस कार्यकाल की 4.7 प्रतिशत, भारत की आर्थिक विकास दर निराश करती है। 2012-13 में औद्योगिक विकास दर घटकर 20 साल के निचले स्तर एक प्रतिशत पर आ गई थी। बैंकों के नॉन परफॉर्मिंग एसेट्स 2013 में 50 प्रतिशत बढ़ गए थे, जिसकी रिपोर्ट भी मौजूद है। रुपया विश्व की सबसे खराब प्रदर्शन करने वाली मुद्राओं में से एक हो गया था । लेकिन आज ऐसा बिल्कुल नहीं है। वर्तमान में भारत की अर्थव्यवस्था 8.4 प्रतिशत की वृद्धि दर के साथ अपेक्षा से अच्छा प्रदर्शन कर रही है। सीएजीआर मुद्रास्फीति पर 2004-14 के बीच यह 8.7 प्रतिशत थी, जो अब 2014-24 के बीते दस सालों के बीच 4.8 प्रतिशत हो गई है।

केन्द्र में देश की जनता किसे चुनने जा रही है यह कुछ दिनों में साफ हो जाएगा, किंतु जिस तरह से कांग्रेस समेत समूचे विपक्ष ने भाजपा की केंद्र सरकार और पीएम मोदी को आर्थिक क्षेत्र को आधार बनाकर घेरना जारी रखा है उसने आज पिछली मनमोहन सरकार और मोदी सरकार के कार्यकाल के तुलनात्मक अध्ययन के लिए प्रेरित जरूर किया है। कांग्रेस का आरोप है कि मोदी सरकार के कार्यकाल में देश में बेरोजगारी की दर बढ़ी है और जनता परेशान है। किंतु हकीकत में यह लगता नहीं है, क्योंकि सरकारी स्तर पर या निजी संस्थाओं के इस संबंध में अब तक किए गए सभी सर्वे एवं अध्ययन मोदी सरकार के पक्ष में जाते हुए दिखाई दे रहे हैं।

वस्तुत: देश की जनता ने अटल सरकार के बाद दस साल कांग्रेस को भी दिए थे, लेकिन आंकड़े यही बता रहे हैं कि एनडीए की सत्ता में जिस गति से अटल बिहारी वाजपेयी की सरकार कार्य कर रही थी, वह गति कांग्रेस की मनमोहन सरकार आते ही धीमी पड़ गई थी। इस स्थिति में भारत की आम जनता ने फिर से भाजपा की ओर आशा भरी नजरों से देखा। उसके बाद की स्थिति पूरी दुनिया के सामने मौजूद है। भारत कहां था और अब कहां से कहां पहुंच गया है! यह विश्व देख रहा है, कहना होगा कि दुनिया की सबसे अधिक जनसंख्या वाला देश भारत विकास के सभी आंकड़े तोड़ रहा है।

मोदी सरकार और पिछली मनमोहन सरकार के बीच भारत की जनसंख्या और उसके दबाव के बीच संतुलन को यदि देखें तो जब मनमोहन सरकार 2004 में सत्ता में आई तब देश की जनसंख्या 1.136 बिलियन थी जो दस वर्ष के कार्यकाल में बढ़कर 2014 की स्थिति में 1.307 बिलियन पर जा पहुंची थी। जब प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी बने, तब यही जनसंख्या का ग्राफ बढ़कर 2015 में 1,322,866,505 हो गया और 2024 आते-आते यह जनसंख्या का आंकड़ा 1,441,719,852 को पार कर गया। पिछले दस सालों में 12 करोड़ अनुमानित जनसंख्या बढ़ी है। यह नवीनतम आंकड़ा भारत की जनसंख्या (लाइव) वर्ल्डोमीटर के अनुसार है। यानी कि देश में एक ओर जनसंख्या का दबाव बढ़ रहा था तो दूसरी ओर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और उनका मंत्रीमण्डल अपने प्रयासों से आर्थिक क्षेत्र में नवाचार करते हुए रोजगार बढ़ाने के कार्य में जुटे हुए थे । देखा जाए तो मनमोहन सिंह के कांग्रेस कार्यकाल की 4.7 प्रतिशत, भारत की आर्थिक विकास दर निराश करती है। 2012-13 में औद्योगिक विकास दर घटकर 20 साल के निचले स्तर एक प्रतिशत पर आ गई थी। बैंकों के नॉन परफॉर्मिंग एसेट्स 2013 में 50 प्रतिशत बढ़ गए थे, जिसकी रिपोर्ट भी मौजूद है। रुपया विश्व की सबसे खराब प्रदर्शन करने वाली मुद्राओं में से एक हो गया था । लेकिन आज ऐसा बिल्कुल नहीं है। वर्तमान में भारत की अर्थव्यवस्था 8.4 प्रतिशत की वृद्धि दर के साथ अपेक्षा से अच्छा प्रदर्शन कर रही है। सीएजीआर मुद्रास्फीति पर 2004-14 के बीच यह 8.7 प्रतिशत थी, जो अब 2014-24 के बीते दस सालों के बीच 4.8 प्रतिशत हो गई है। इसी तरह से भारत का विनिर्माण पीएमआई 2008 के बाद से उच्चतम स्कोर पर मार्च में 59.1, वित्त वर्ष 24 के अंत तक बैंक एनपीए दशक के सबसे निचले स्तर 3.8 प्रतिशत पर पहुंच जाने की उम्मीद जताई जा रही है। अन्य विदेशी मुद्राओं के मुकाबले रुपया सबसे बेहतर स्थिति में है। अभी भारत तेजी से बढ़ती प्रमुख अर्थव्यवस्था बना रहेगा, यही अनुमान दुनिया की हर एजेंसी का है।

मोदी शासन के दौरान 51.40 करोड़ रोजगार पैदा हुए : देश में मोदी सरकार के दस साल के कार्यकाल में 51.40 करोड़ रोजगार पैदा हुए हैं। घरेलू शोध संस्थान स्कॉच की एक रिपोर्ट जो हाल ही में 'मोदीनॉमिक्स का रोजगार सृजनात्मक प्रभाव: प्रतिमान में बदलाव' शीर्षक से सामने आई है। पूरी केस स्टडी पर आधारित है, जिसमें मुख्यतौर पर 80 अध्ययनों को शामिल किया गया है, जिसमें सरकारी योजनाओं के आंकड़े भी शामिल हैं। यहां ये सामाजिक-आर्थिक मुद्दों पर समावेशी विकास के उद्देश्य से काम कर रहा ये घरेलू शोध संस्थान स्कॉच ग्रुप 2014 से 2024 के बीच सालाना कम से कम 5.14 करोड़ पर्सन-ईयर्स रोजगार पैदा करने का डेटा प्रस्तुत करता है । वस्तुत: पर्सन-ईयर इस बात का पैमाना है कि किसी व्यक्ति ने पूरे साल कितने घंटे काम किया। यह रिपोर्ट बता रही है कि गत दस साल में 19.79 करोड़ रोजगार सरकारी योजनाओं के जरिए इनडायरेक्ट रोल की वजह से पैदा हुए हैं, जबकि 31.61 करोड़ रोजगार सरकार की लोन-आधारित योजनाओं के कारण संभव हो सके हैं। इस संबंध में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने मीडिया द्वारा पूछे गए एक प्रश्न के उत्तर में जो कहा है वह भी समझने योग्य है। पीएम मोदी ने बताया है कि पिछले 10 साल में जो माइक्रो फाइनेंस हुआ है, इस माइक्रो फाइनेंस के कारण देश में बहुत रोजगार उपलब्ध हुआ है।

वे कह रहे हैं कि ''केंद्र की 10-12 योजनाएं ऐसी हैं, जिसके आधार पर उन्होंने एनालिसिस किया है कि एक घर बनता है तो कितने पर्सन आवर्स को रोजगार मिलता होगा। इस आधार पर भारत में पांच करोड़ पर्सन आवर्स वार्षिक नौकरी जेनरेट हुई हैं। देश में चार करोड़ गरीबों के घर बने हैं। 11 करोड़ टॉयलेट बने हैं। दुनिया में सबसे तेज गति से 5जी रोलआउट हुआ, इसके लिए इन्फास्ट्रक्चर लगता है। पीएलएफएस के मुताबिक 6-7 साल में 6 करोड़ नए जॉब ऑन रिकॉर्ड दर्ज हुए हैं। ईपीएफओ में 10 साल में कवर होने वाले लोगों में 167 परसेंट बढ़ोतरी हुई है। मुद्रा लोन के तहत करीब 43 करोड़ लोन्स दिए गए, इसमें 70 परसेंट ऐसे हैं, जो पहली बार रोजगार कर रहे हैं। वे भी दूसरों को रोजगार दे रहे हैं।''

इस आधार पर कहना होगा कि किसी भी सरकार की मंशा ठीक हो तो वह अपने कार्यकाल में क्या कुछ कर सकती है और विकास के स्तर पर कितना बड़ा परिवर्तन ला सकती है, इसका सबसे अच्छा दुनिया में कोई उदाहरण वर्तमान में है तो वह भारत की मोदी सरकार का आज आपको दिखाई देता है। यदि आगे भी विकास की गति इसी प्रकार की बनी रही तो निश्चित मानिए, भारत की वैभव, सम्पन्नता के साथ आत्मिक सुख में दुनिया का कोई देश बराबरी नहीं कर पाएगा।

लू के थपेड़ों से जिंदगी की जंग हार जाते हैं डेढ़ लाख से अधिक लोग

नजरिया

डॉ. राजेन्द्र प्रसाद शर्मा

बात भले ही अजीब लगे पर यह सच्चाई है कि लू के थपेड़ों से डेढ़ लाख से अधिक लोग जिंदगी की जंग हार जाते हैं। वैसे तो दुनिया के सभी देश इससे प्रभावित हैं पर भारत, रूस और चीन इससे सर्वाधिक प्रभावित हैं। प्रकृति के अत्यधिक और अंधाधुंध दोहन का परिणाम सामने आने लगे हैं। ऐसा नहीं है कि धरती के बढ़ते तापमान से दुनिया के देश चिंतित ना हो या इससे बेखबर हो पर इसे संतुलित करने के प्रयासों में जो लक्ष्य हासिल किया जाना था वह अभी दूर की कौड़ी सिद्ध हो रहा है। हालात बेहद चिंतनीय और गंभीर है। भारत के साथ-साथ दुनिया के देश अब जलवायु परिवर्तन के दुष्परिणामों से दो चार होने लगे हैं। बेमौसम बरसात, तेज गर्मी, तेज सर्दी, आए दिन तूफानों का सिलसिला, भू-स्खलन, सुनामी, ग्लेशियरों से बर्फ का तेजी से पिघलना, भूकंपन, जंगलों में आए दिन दावानल और ना जाने क्या-क्या दुष्परिणाम सामने आते जा रहे हैं। हालात तो यहां तक होते जा रहे हैं कि मौसम के समय व अवधि में भी तेजी से बदलाव होता जा रहा है। कब बरसात आ जाए तो कब तेज गर्मी और कब सर्दी के तेवर तेज या कम हो जाते हैं यह पता ही नहीं चल रहा है। सबसे चिंतनीय बात यह है कि हीटवेव की चपेट में आने से लोगों की मौतों में तेजी से इजाफा होने लगा है। देखा जाए तो यह हीटवेव मौत का कारण बनने लगी है।

हीटवेव और उसकी अवधि अब संकट का नया कारण बनती जा रही है। आस्ट्रेलिया के मोनाश विश्वविद्यालय के एक अध्ययन में सामने आया है कि भारत के साथ ही चीन और रुस में हीटवेव के कारण सर्वाधिक मौत हो रही है। एक रिपोर्ट के अनुसार दुनिया के देशों में केवल लू के थपेड़ों की लपेट में आने से एक लाख 54 हजार से अधिक व्यक्ति अपनी जान गंवा देते हैं। प्रति दस लाख में से 236 व्यक्तियों की मौत हीटवेव के कारण हो रही है। रिपोर्ट की मानें तो इनमें से हर पांचवां जान गंवाने वाला व्यक्ति भारतीय है। यह अपने आप में चिंतनीय और गंभीर है। यह अध्ययन भी 43 देशों के 750 स्थानों के तापमान के अध्ययन के आधार पर है। अध्ययन कर्ताओं के अनुसार पिछले 30 सालों में हीटवेव के कारण मौत के आंकड़ें में लगातार बढ़ोतरी हो रही है।

भारतीय मौसम विभाग की मानें तो पूर्वी भारत में 1901 के बाद सर्वाधिक गर्मी इस साल अप्रैल में रिकार्ड की गई है। प. बंगाल में 2015 के बाद अप्रैल में सर्वाधिक लू के थपेड़ों को झेलना पड़ा है। इस तरह के कमोबेस हालात दुनिया के अधिकांश देशों में देखे जा सकते हैं। हालात तो यहां तक होते जा रहे हैं कि समुद्र का जल स्तर बढ़ता जा रहा है और उसके परिणाम स्वरुप समुद्र के किनारे बसे शहरों का अस्तित्व तक संकट में आने लगा है। दरअसल यह सारी समस्या मानव जनित समस्या है। अधांधुंध शहरीकरण, पेड़-पौधों के जंगलों के जगह लोह कंक्रिट के खड़े होते जंगल, जन संख्या में अप्रत्याशित बढ़ोतरी और कार्बन उत्सर्जन में लगाम लगाने में विफलता के परिणाम सामने आते जा रहे हैं। जैविक विविधता प्रभावित होती जा रही है। आधुनिकीकरण के नाम पर नित नए प्रयोग होने लगे हैं। जलवायु को प्रभावित करने वाले उत्पादों का उपयोग बेतहासा बढ़ा है। दुर्भाग्यजनक हालात यह है कि जिस उत्पाद को हम आज उपादेय बता रहे हैं एक समय बाद वहीं उत्पाद से होने वाले नुकसान गिनाने लगते हैं। दूसरी और वातावरण की नमी को समाप्त कर तापमान बढ़ाने में इन उत्पादों की खास भूमिका हो रही है। इन सबके साथ ही इंसानी गतिविधियों में बदलाव होने के साथ ही दखल बड़ा है। एक समय था जब बड़े जोर शोर के साथ पोलिथीन को उतारा गया और आज दुनिया के देश पालिथीन से मुक्ति चाहने लगे है। इसका कारण भी साफ है लोगों को पोलिथीन से होने वाले नुकसान का पता चलने लगा है। आज एसी, फ्रीज, ओवन आदि की घर घर उपलब्धता आसान हो गई है। अब ऐसी, फ्रीज या इस तरह के अन्य उत्पाद किस तरह से वातावरण को गर्म कर रहे हैं यह किसी से छुपा नहीं है। एक समय थर्मल पॉवर के प्लांट आवश्यकता थी पर आज कोयले के धुएं के कारण किस तरह से वातावरण दूषित हो रहा है यह समझने लगे हैं। घर में जलने वाले बल्व की बात करें तो सामान्य बल्व से सीफएल और उसके बाद एलईडी और सोलर का युग आ गया। कई बार तो ऐसा लगता है जैसे मार्केट फोर्सेज भी बहुत कुछ प्रभावित करती है। आज आरओ का सेचुरेशन आ गया तो इसका उपयोग हानिकारक बताया जाने लगा है। उसी तरह से जापान में ओवन को स्वास्थ्य के लिए हानिकारक बताया जाने लगा है। ईंधन के जितने भी साधन हैं वे सभी वातावरण को दूषित करने में आगे हैं। इसी तरह से सुविधाजनक इलक्ट्रोनिक उत्पाद वातावरण को बिगाड़ने में कोई कमी नहीं छोड़ रहे।

देखा जाए तो प्रकृति के साथ खिलवाड़ करने का नजीजा सामने आने लगा है। वातावरण दूषित होने के साथ ही कभी सावन बिन बरसात रह जाता है तो कभी अप्रैल-मई में भी बरसात के कारण सर्दी से दो-चार होना पड़ जाता है। समय आ गया है जब इस समस्या के निराकरण के लिए विशेषज्ञों को खासतौर से ध्यान देना होगा नहीं तो हालात दिन प्रतिदिन बद से बदतर होते जाएंगे। इसे भले ही चेतावनी समझा जाएं या कुछ और पर सबकुछ शीशे की तरह साफ है। अब समय आ गया है कि धरती के बढ़ते तापमान के स्तर को कम करने के उपायों पर गंभीरता से प्रयास किये जाएं।

आजकल

पंजाब-हरियाणा में तपती ज़िंदगी

हर साल मई-जून आते ही पारा बढ़ने पर अखबारों और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया की सुर्खियां डराने लगती हैं। इस डर को बढ़ाने में बाजार के उत्पादों का खेल भी शामिल होता है। निस्संदेह गुरुवार को हरियाणा में पारा 47 डिग्री और पंजाब में 44 पार रहा। आने वाले दिनों में तापमान बढ़ने व ऑरेंज अलर्ट की चेतावनी लू को लेकर मौसम विज्ञान ने दी है। हर रोज एक नई खबर होती है कि फलां दिन अब तक सबसे गर्म रहा। इतने सालों का रिकॉर्ड टूटा। निश्चित रूप से खेत में काम करते किसान, खुले में जीविका के लिए पसीना बहाते कामगार व आम नागरिकों के लिये यह चुनौतीपूर्ण समय होता है। बच्चों के लिये यह समय विकट जरूर होता है, जिसके चलते पंजाब व अन्य राज्यों में जून माह में बच्चों की छुट्टियां घोषित हुई हैं। यह समय खासकर बुजुर्गों व पहले ही कई रोगों से पीड़ित लोगों के लिये खास सावधानी की मांग करता है। ऐसे में यदि बिजली की कटौती सामने आए तो और कष्टदायक होता है। यह भी सत्य है कि इस मौसम में बिजली की खपत अचानक बढ़ने और जल प्रवाह में कमी से बिजली आपूर्ति प्रभावित होती है। जाहिर है बिजली की कटौती परिस्थितिजन्य भी होती है। इस बीच एक अच्छी खबर यह भी है कि मानसून देश में एक दिन पहले आ जाएगा और इस बार भरपूर मानसून बरसने की भविष्यवाणी भी की जा रही है। लेकिन हमें मानकर चलना चाहिए कि ग्लोबल वार्मिंग से मौसम के मिजाज में तल्खी आ रही है।

अफगानिस्तान, ब्राजील समेत कई देश अप्रत्याशित बाढ़ का सामना कर रहे हैं। हिमालय के आंगन उत्तराखंड में वन सुलग रहे हैं। जाहिर है पूरे देश को प्राणवायु देने वाले जंगलों के जलने का असर पूरे देश के तापमान पर पड़ेगा। ऐसे में हर नागरिक मान ले कि हमने प्राणवायु देने वाले जंगलों को जिस बेरहमी से काटकर कंक्रीट के जंगल उगाए हैं, उसका असर तापमान में अप्रत्याशित वृद्धि के रूप में तो सामने आएगा ही। हमें और अधिक गर्मी के लिये तैयार रहना होगा। सच कहें तो हमारे पूर्वजों ने प्रकृति के अनुरूप जैसी जीवन शैली विकसित की थी, वह हमें कुदरत के चरम से बचाती थी। हम महसूस करें कि बढ़ती जनसंख्या का संसाधनों में बढ़ता दबाव भी तापमान की वृद्धि का कारण है। बड़ी विकास परियोजनाओं व खनन के लिये जिस तरह जंगलों को उजाड़ा गया, उसका खमियाजा हमें और आने वाली पीढ़ियों को भुगतना पड़ेगा। विलासिता के साधनों, वातानुकूलन के मोह और कार्बन उगलते वाहनों की होड़ भी हमारे वातावरण में तापमान में वृद्धि कर रही है।

पौष्टिक खुराक की निर्देशावली का हो पालन

मुद्दा

दिनेश सी. शर्मा

पिछले सप्ताह हैदराबाद स्थित राष्ट्रीय पौष्टिकता संस्थान -जो कि भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएमआर) के तत्वावधान तले देश में सबसे पुरानी अनुसंधान प्रयोगशालाओं में एक है, ने 'भारतीयों के लिए खान-पान दिशा निर्देश' जारी किये हैं। यह दस्तावेज़ हजारों स्वयंभू और तथाकथित विशेषज्ञों द्वारा सोशल मीडिया पर पौष्टिकता, भोजन एवं खुराक को लेकर मचाई जाने वाली चिल्ल-पों के बीच ताज़ी हवा का झोंका बनकर आया है क्योंकि उक्त लोगों की भोजन और पौष्टिकता पर कही अधिकांश बातें भ्रामक और झूठी होती हैं। आलम यह है कि एक ओर खाद्य पदार्थ उत्पादक कंपनियां और घर तक व्यंजन पहुंचाने वाले एप्प आधारित सेवा प्रदाता उपभोक्ता को यकीन दिलवा रहे हैं कि घर का खाना एक पाप है। वहीं फूड-ब्लॉगर हर ऐरे-गैरे रेहड़ी-ढाबे वाले के चीनी, नमक और वसा से भरे ऊलजलूल व्यंजनों को 'असली स्वाद' और 'स्वर्गिक' बताकर महिमामंडित कर रहे हैं। स्वयंभू पौष्टिकता विशेषज्ञ और मशहूर चेहरे अंजान उपभोक्ता को खान-पान का नया चलन बताकर उलझा रहे हैं। फैक्ट्री में बने खाद्य उत्पादों पर 'स्वास्थ्यकर' व 'ताजा' का ठप्पा लगाकर बेचा जा रहा है जबकि सेहत- ताजगी से दूर-दूर तक वास्ता नहीं है।

नि:संदेह, एक सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रम द्वारा विभिन्न उम्र वर्ग और अंचल के लोगों के लिए प्रमाण-आधारित और तथ्यात्मक खुराक निर्देशावली जारी करना स्वागत योग्य है। लगभग एक सदी से एनआईएन (नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ न्यूट्रिशन) भारत में पौष्टिकता और खाद्य संबंधी अनुसंधान कार्य में लगा है और इस विषय में ज्ञान का भंडार है। पौष्टिकता संबंधी लगभग सभी राष्ट्रीय कार्यक्रम जैसे कि एकीकृत बाल विकास योजना, मिड-डे मील योजना और साल्ट आयोडाइज़ेशन के अलावा पौष्टिकता की कमी के उत्पन्न रोगों का निदान करने वाली योजनाएं एनआईएन द्वारा दिए वैज्ञानिक शोध आधारित परामर्श पर आधारित है। खुराक संबंधी नवीनतम निर्देशावली इस समृद्ध विरासत का एक हिस्सा है।

सरसरी तौर पर देखने पर 17 निर्देशों वाला यह परामर्श पुरानी बातें और साधारण सा लगता है, मसलन, विभिन्न भोज्य पदार्थों से युक्त खुराक स्वास्थ्यकर होती है, फल और सब्जियों का सेवन अधिक मात्रा में करें और वसा का उपयोग न कम, न ज्यादा मात्रा में करें। लेकिन इस निर्देशावली की असली ताकत है प्रत्येक निर्देश भारत के संदर्भ में प्रमाण आधारित है। इस संहिता में प्रत्येक आयु-वर्ग के स्वास्थ्य को प्रोत्साहन और बीमारियों की पूर्व-रोकथाम पर जोर दिया गया है, इसमें जहां एक ओर विशेष ध्यान शिशुओं, स्तनपान करवाने वाली महिलाओं और बुजुर्गों पर है तो वहीं अन्य अवयवों की भूमिका जैसे कि शारीरिक गतिविधियां, सुरक्षित पेयजल, साफ-सफाई और पर्यावरणीय पहलुओं पर भी है।

इस खुराक परामर्श को भोजन वर्ग और आम भारतीय की खुराक एवं खाद्य अवयवों को आधार बनाकर तैयार किया गया है, जैसे कि, अनाज, दालें, दूध, सब्जियां और फलों का समुचित मात्रा में समावेश कर खुराक तय करना। इस दस्तावेज़ का एक अहम हिस्सा है खाद्य उत्पादों पर लगे लेबल को सही ढंग से पढ़ना और समझना सिखाना। इसमें प्रचलित भ्रामक दावों की असलियत समझाई गई है, जैसे कि पूर्ण प्राकृतिक, असली फल या रस युक्त, पूर्ण अनाज (मिल्लेट), चीनी-मुक्त, कॉलेस्ट्रॉल रहित, स्वास्थ्य-मित्र, जैविक, कम-वसा युक्त इत्यादि अर्धसत्य शब्दों का प्रयोग करना। अतएव लोगों के मन में बैठायी गई गलत धारणा के आलोक में एनआईएन जैसे प्रमाणिक संस्थान द्वारा लेबल को सही अर्थों में समझाना बहुत महत्वपूर्ण बन जाता है। इन दिशा-निर्देशों का बृहद संदर्भ है भारत में इन दिनों बीमारियों द्वारा नया रूप धरने की प्रक्रिया। देश के समक्ष जहां कुपोषण और अल्पपोषण रूपी समस्या है तो दूसरी ओर मोटापा और अति-मोटापा। अनुमान है कि भारत में बीमारियों के कुल बोझ के पीछे 56.5 फीसदी कारक गलत खुराक है।

व्याधियों में अधिकतर हिस्सा मधुमेह, उच्च रक्तचाप और हृदय रोग का है। शारीरिक गतिविधियों में बढ़ोतरी के साथ स्वास्थ्यकर भोजन लेने से हृदय संबंधी अवस्था, रक्तचाप और मधुमेह टाइप-2 जैसी बीमारी को काफी हद तक घटाया जा सकता है। एनआईएन का सर्वेक्षण बताता है कि 1-19 साल आयु-वर्ग में काफी संख्या अब उनकी है जिनमें उम्र से पहले गैर-संक्रमित रोग जैसे कि मधुमेह और उच्च-रक्तचाप देखने को मिल रहे हैं।