R.N.I. No.: UTTHIN/2015/63078

डाक पंजीयन :- UA/DO/DDN/25/2015-2017

श्रमयोग पत्र

सेवा में

.....

.....

.....

.....

वर्ष : 03 अंक : 05 (हिन्दी मासिक) देहरादून, 1-31 अगस्त 2017 मूल्य - 5.00 रूपये प्रति पृष्ठ-8 वार्षिक मूल्य -100 रूपये

किस कीमत पर है पंचेश्वर बांध

श्रमयोग ब्यूरो

महाकाली (भारत में शारदा नदी के नाम से जानी जाती है) व सरयू नदी के संगम से 2.5 किलोमीटर नीचे बनने वाले पंचेश्वर बांध के निर्माण की दिशा मे तेजी आते ही बांध का विरोध भी तेज हो गया है। 5400 मेगावाट बिजली उत्पादन के लक्ष्य के साथ प्रस्तावित पंचेश्वर बांध की ऊंचाई 315 मीटर होगी जो टिहरी बांध से लगभग 55 मीटर अधिक है। बांध के बनने से 11600 हेक्टेयर क्षेत्र (जिसमें 7600 हेक्टेयर भारत मे व 4000 हेक्टेयर नेपाल मे होगा) डूब जायेगा। बांध के बनने से पिथोरागढ़, अल्मोड़ा व चम्पावत जिले के 130 गॉव व नेपाल में दारचूला व बैतड़ी जिले के 50 गॉव डूब जायेंगे। जिसकी वजह से 50000 लोग विस्थापित होंगे। बांध के बनने से 1051 हेक्टेयर रिजर्व वन क्षेत्र, 980 हेक्टेयर संरक्षित वन, 2195 हेक्टेयर कृषि भूमी, 2616 हेक्टेयर चारागाह व 754 हेक्टेयर फैलो लेण्ड डूबेगी जिसमे रहने वाले जानवरों, चिड़ियांओं व रेंगने वाले जानवरो का निवास स्थान खत्म हो जायेगा। पंचेश्वर बांध के बनने से 116 वर्ग किमी की झील बनेगी जो टिहरी डैम की झील की तुलना में 2 गुनी होगी। टिहरी बांध के संदर्भ में किये गये अनेक अध्ययन यह बताते हैं कि बांध की वजह से वहां स्थानीय जलवायु मे होने वाला परिवर्तन कई तरह से इस हिमालय क्षेत्र को नुकसान पहुंचाते है। पंचेश्वर बांध के निर्माण से ऐसा नहीं होगा नहीं कहा जा सकता।

इस तरह से आज जब दुनिया के अधिकतर देश बड़े बांधो से होने वाले नुकसानों से अवगत होते हुए इस तरफसे मुंह मोड़ रहे हैं तब हमारी सरकार किसके दवाब में इतने भारी नुकसान के होने पर भी पंचेश्वर जैसा विशालकाय बांध बना रही है यह प्रश्न स्थानीय जनता पूछ रही है। पिछले दिनों जन सुनवाई की खानापूरी करने के लिए पिथोरागढ़, अल्मोड़ा व चम्पावत जिला मुख्यालयों में जन सुनवाई का आयोजन किया गया। पहाड़ो में भारी बरसाात के मौसम में प्रभावित गांवो से दूर जिला मुख्यालयों में की गयी जन सुनवाई हास्यादपद तो है ही शासन सत्ता के चरित्र को भी उजागर करती है। जन सुनवाई के दौरान साशक दल के गुण्डो की भूमिका भी जले में नमक छिडकने वाली रही।

आज के इस दौर में जब बड़े बांध पूरी तरह अप्रासंगिक हो गये हैं और दुनिया के कई देश उन्हें नष्ट कर रहे हैं तब हमारी सरकारो का यह कृत्य संदेह पैदा करता है। हिमालयी क्षेत्र के पर्यावरण व सामाजिक ताने-बाने को हाने वाले भारी नुकसान की वजह से पहाड की जनता बांध का विरोध कर रही है और किसी भी हद तह जाने को तैयार है।

हमारे बारे में.....

प्रिय साथियो,

श्रमयोग पत्र का नया अंक लेकर हम आपके बीच है। हम आम जन की आजीविका, स्वास्थ्य, हिमालयी क्षेत्रों की खान-पान, रहन-सहन की पद्धति, खेती-किसानी, संस्कृति, साहित्य, पर्यावरण, बच्चों के विषयों के साथ-साथ श्रमयोग द्वारा किये जाने वाले कार्यो पर लिख रहे हैं। आपके द्वारा भेजे गये पत्रों से श्रमयोग पत्र निरन्तर लाभान्वित हो रहा है। आपके द्वारा दिये गये सुझावों से हम श्रमयोग पत्र की गुणवत्ता सुधारने का प्रयास कर रहे हैं। आशा है भविष्य में भी आपके सुझाव हमें प्राप्त होते रहेंगे। पत्र का प्रसार भी निरन्तर बढ़ रहा है।

आज के इस दौर में जब अधिकतर पत्र व पत्रकार पूंजी धारको की जेब में समाये हुए है। तब सिर्फपाठकों द्वारा अदा किये जाने वाले मूल्य से अखबार चलाना चुनौतीपूर्ण कार्य है। श्रमयोग पत्र आप सभी के सहयोग से सिर्फ आपके द्वारा अदा किये जाने वाले सदस्यता शुल्क व मूल्य से अपना संचालन कर रहा है। आशा ही नहीं हमें पूर्ण विश्वास है कि यह सहयोग भविष्य में भी बना रहेगा।

अनुभव यह बताता है कि श्रमयोग समुदाय के विस्तार में श्रमयोग पत्र के प्रसार के सूत्र छिपे है। जैसे-जैसे श्रमयोग समुदाय में नये-नये समुदाय आधारित संगठन जुड़े रहे है वैसे-वैसे पत्र की प्रसार संख्या भी बढ़ रही है। पत्र के प्रसार को बढ़ाने के लिये आने वाला समय बेहद महत्वपूर्ण रहेगा। हमारी टीम को चाहिये कि वह श्रमयोग समुदाय के प्रत्येक सदस्य तक इस पत्र का पहुंचना सुनिश्चित करे तभी श्रमयोग पत्र समुदाय के सभी सदस्यों के बीच संवाद का सशक्त माध्यम बन सकेगा।

श्रमयोग पत्र के नियमित प्रकाशन में सहयोग करने के लिये श्रमयोग समुदाय के प्रत्येक सदस्य का आभार।

शुभ कामनाओं सहित

सम्पादक

महत्वपूर्ण है निजता का अधिकार

गीता, श्रमयोग

किसी भी व्यक्ति की निजता उसके स्वतंत्रता से जीने के अधिकार जितनी ही महत्वपूर्ण है। परंतु आज के युग में जहां इंटरनेट, डिजीटीकरण एंव संचार माध्यम तेजी से अपने पैर पसार रहे हैं वहां निजता पर खतरा लगातार बढ़ रहा है। कोई भी सरकारी या गैर-सरकारी संस्थान किसी भी व्यक्ति की सूचना बिना उसकी जानकारी को प्राप्त कर सकता है। कुल मिलाकर निजता संकट में है।

निजता के अधिकार की लड़ाई 2015 में तब शुरू हुई, जब कर्नाटक उच्च न्यायालय के पूर्व न्यायधीश के. एस. पुट्टास्वामी द्वारा केंद्र सरकार के खिलाफ आधार की सवैंधानिक वैधता के मामले में सुप्रीम कोर्ट में याचिका दायर की गयी। 744 दिनों की ये लड़ाई, 24 अगस्त 2017 को तब समाप्त हुई जब सुप्रीम कोर्ट के नौ जजों की पीठ ने भारतीय नागरिकों के लिए ऐतिहासिक फैसला लिया। जिसमें निजता के अधिकार को हमारा मौलिक अधिकार घोषित किया गया। इस पीठ ने 1954 और 1962 में कोर्ट के दिये गये फैसलों को पलटते हुए कहा कि निजता का अधिकार मौलिक अधिकारों के अंतर्गत प्रदश्र जीवन के अधिकार का हिस्सा है। जिसमें किसी भी नागरिक की निजी जानकारी सार्वजनिक नहीं की जा सकती। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि निजता

....शेष पृष्ठ 3 पर

चतुर्थ सल्ट महिला महोत्सव - 2017

आपसे सहयोग की अपेक्षा है

रचनात्मक महिला मंच

साथियो! यह पत्र सल्ट महिला महोत्सव 2017 के आयोजन हेतु आर्थिक सहयोग के संदर्भ में है। सल्ट क्षेत्र अल्मोड़ा जिले का एक सीमांत ब्लाक है। यहां 138 पंचायतों में लगभग 450 छोटे-बड़े गॉव हैं। पिछले कुछ वर्षो से आजीविका एंव जीवन की मूलभूत आवश्यकताओं के अभाव मे यहां के ग्रामीण बड़ी संख्या में पलायन करने को मजबूर हैं। लगभग 90 प्रतिशत परिवारों से युवा पुरूष शहरों में हैं। अब घरों में महिलांए, बुजुर्ग और बच्चे हैं। यहां की आर्थिकी की नींव कृषि और पशु पालन भी कम हो रहा है। इन परिस्थितियों में क्षेत्र में रह रहे परिवारों और पूरे समाज की जिममेदारी महिलाओं पर है। यहां की विषम भोगोलिक परिस्थितियों में आर्थिक और सामाजिक जिम्मेदारी को निभाते हुये जीवन यापन करना महिलाओं के लिए अपने आप में एक चुनौती है।

श्रमयोग संस्थान स्थानीय लोगों को समुदाय आधारित संगठनों में संगठित होने हेतु प्रेरित कर इन परिस्थितियों का सामना करने के लिए एक सामूहिक प्रयास कर रहा है। अब तक करीब 60 गांवों में लगभग 1000 महिलाएं स्वयं सहायता समूहो में संगठित होकर एक-दूसरे की आर्थिक मदद के साथ-साथ गॉव के विकास में सक्रिय भागीदारी कर रही हैं। गॉव स्तर के सामुदायिक संगठनों के अलावा इन सभी समूहों की सदस्याओं ने मिलकर ब्लॉक स्तर पर भी अपना एक संगठन ''रचनात्मक महिला मंच'' बनाया है। यह मंच स्थानीय महिलाओं को सामूहिक चर्चा करने एंव अपनी बात कहने का मंच प्रदान करता है। रचनात्मक महिला मंच विगत तीन वर्षों से पूरे क्षेत्र मे सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, राजनीतिक व वैज्ञानिक चेतना के विकास हेतु रचनात्मक गतिविधियां कर रहा है। संगठन सामूहिक चेतना के साथ आगे बढ़ रहा है और मजबूत हो रहा है।

रचनात्मक महिला मंच विगत तीन वर्षों से लगातार नवम्बर माह के अंतिम रविवार को सल्ट महिला महोत्सव का आयोजन कर रहा हैं। इस महोत्सव का उद्देश्य अपने-अपने क्षेत्रो में हो रहे कार्यो से प्राप्त अनुभवों को सामूहिक रूप से साझा कर नए संकल्प के साथ आगे बढ़ना है। अपने अनुभव साझा करने के अतिरिक्त महिलाएं इस महोत्सव मे अपनी सांस्कृतिक विरासत, हस्तशिल्प, कृषि उत्पाद एंव स्थानीय खान-पान का प्रदर्शन भी करती हैं। महोत्सव में प्रतिभाग कर रहे स्थानीय एंव बहार से आये लोग प्रदर्शन में लगे सामान की खरीददारी करते हैं। क्योंकि महोत्सव के दौरान स्थानीय सामान बिकने से महिलाओ कि नकद आय बढ़ती है इसलिए इन गतिविधियों से महिलाओं को आर्थिक मजबूती भी मिलती है।

सल्ट महिला महोत्सव की शुरुआत रचनात्मक महिला मंच की 50 सदस्याओं ने वर्ष 2015 में की थी। आज इस मंच मे लगभग 60 गांव के 1000 से अधिक सदस्य हैं। पिछले तीन वर्षों के सफ्ल आयोजन से क्षेत्रवासी उत्साहित हैं। हमारा मानना है कि पहाड की दम तोड़ती संस्कृतिक एवं आर्थिक व्यवस्था को बचाने के लिए महिला महोत्सव जैसे प्रयास आवश्यक है। अभी तक इस महोत्सव का आयोजन श्रमयोग समुदाय के सहयोग से होता रहा है। जो बहुत ही सीमित है। पिछले महोत्सव मे हमें आर्थिक संसाधनों की कमी के रहते कार्यकम के स्तर में कटोती करनी पड़ी। हम रचनात्मक महिला मंच के सदस्य इस महोत्सव को एक मिसाल बनाना चाहते है। हम चाहते हैं कि यह कार्यकम पहाड के दूसरे क्षेत्रो मे रह रही महिलाओं के लिए एक प्रेरणा बने। अत: इस कार्यकम के सफल आयोजन हेतु हम आपसे आर्थिक सहयोग का अनुरोध करते है। आपका सहयोग रचनात्मक महिला मंच को उत्साह एंव मजबूती देगा।

भीतर के पृष्ठों में

- श्रम उत्पाद : शोषण के विरुद्ध, स्वाभिमान की ओर – 3
- संकट मे महाशीर – 3
- महिला स्वास्थ्य और गर्भावस्था – 5
- ऐपण प्रशिक्षण की तैयारियां – 6
- हिमालय में कैटरपिलर कवक (कीड़ा जड़ी) के सरंक्षण की जरुरत – 7

सितम्बर माह : मौसम पूर्वानुमान

सितम्बर माह में सामान्य से भारी बारिश होने की सम्भावना है। 01 जून से 29 अगस्त, 2017 तक पूरे देश में 673.9 मी.मी. वर्षा रिकॉर्ड की गयी। जो सामान्य (700.4 मी.मी.) से कम है।

सावधानियां

बरसात जारी है। जल स्रोतों में गन्दगी बह कर आ रही है। पेयजल की स्वच्छता सुनिश्चित कर लें। पानी को उबाल कर पीना हितकर है। पर्याप्त पानी पियें। धूप में सर ढककर बाहर निकलें। पर्वतीय क्षेत्रों में छुट-पुट पत्थर गिरने या मिट्टी खिसकने की घटनाओं को नजर अन्दाज न करें।

अगस्त माह में विशेष दिवस

02 सितम्बर	–	ईद-उल-जुहा
05 सितम्बर	–	शिक्षक दिवस
08 सितम्बर	–	अन्तर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस
16 सितम्बर	–	ओजोन दिवस
15 सितम्बर	–	अन्तर्राष्ट्रीय लोकतन्त्र दिवस
27 सितम्बर	–	विश्व पर्यटन दिवस
30 सितम्बर	–	श्रमयोग प्लानिंग एवं रिपोर्टिंग दिवस

सम्पादकीय

न्यायालयों की सक्रीयता

अगस्त महिने में कुछ बड़े निर्णय आये। पहले उच्चतम न्यायालय में पांच न्यायाधीशों की बेन्च ने तुरन्त तीन तलाक पर फैसला दिया। फिर नौ न्यायाधीशों की बेन्च ने निजता के अधिकार पर अपना निर्णय दिया। इसके अतिरिक्त गुरमीत सिंह (राम रहीम) व रामपाल के मामलों पर भी निर्णय आये। कुल मिलाकर न्यायालय सक्रीय दिखे। लोकतन्त्र मे विधायिका, न्यायपालिका व कार्यपालिका तीन महत्वपूर्ण स्तम्भ हैं। मीडिया चौथे स्तम्भ के रूप में पहरेदार है। लोकतन्त्र के प्रभावपूर्ण संचालन में प्रत्येक स्तम्भ को अपनी जिम्मेदारी निभानी होती है। किसी भी स्तम्भ की अति सक्रीयता तन्त्र को असन्तुलित कर सकती है। अपराधी को सजा देना और संवैधनिक मामलों की व्याख्या करना तो न्यायालयों का ही काम है लेकिन उपर लिखे गये सभी मामलों में विधायिका की भूमिका संदेह के घेरे में रही। तीन तलाक वाले मामले को विधायिका के सत्ताधारी धड़े नें अपनी जीत की तरह दिखाया और निजता के अधिकार वाले मसले को विधायिका के विपक्षी धड़े ने अपनी जीत के रूप में। राम रहीम के मुद्दे पर भी विधायिका किंकर्तव्यविमूढ़ ही बनी रही। मूल बात यह है कि तीन तलाक व निजता का अधिकार जैसे मसलों पर न्यायालय का फैसला आने बाद विधायिका व कार्यपालिका को अपनी अपनी भूमिका निभानी है। हमारी लोकतन्त्रात्मक व्यवस्था मे जहां एक और विधायिका को कानूनों की मजबूती के लिए अपनी भूमिका निभानी होती है वहीं कार्यपालिका को उन कानूनों को धरातल पर उतारते हुए आम जन की जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बनाने के लिए काम करना होता है। न्यायालय ने तो अपना काम कर दिया है पर विधायिका शोरगुल में मुख्य मुददों को ढकना चाहती है यह बात भी कम महत्तवपूर्ण नहीं है कि लोकतन्त्र में सक्रीय विधायिका ही जनता की प्रत्यक्ष ताकत को दिखाती है। न्यायपालिका और कार्यपालिका उसके पीछे चलते हुए ही ठीक हैं क्योंकि विधायिका पर जनता का सीधा नियन्त्रण है और हर पांच साल में उसका पुन: चुनाव होता है। जबकि कार्यपालिका व न्याय पालिका के संदर्भ में ऐसा नही है। उनकी सक्रीयता अच्छी तो लगती है परन्तु यह सक्रीयता निरंकुशता में कब बदल जाये कहा नही जा सकता। अत: विधायिका को अपनी जिम्मेवारी समझनी चाहिए और सक्रीयता के साथ काम करना चाहिए।

श्रमयोग समुदाय की सदस्यता ग्रहण करें।

साथियों श्रमयोग आपके द्वारा दिये गये आर्थिक सहयोग से ही गतिविधियों का संचालन करता है। हम किसी भी सरकारी या गैर सरकारी संस्थान से किसी तरह की आर्थिक मदद प्राप्त नही करते है। अत: अपने अन्य साथियों को भी श्रमयोग समुदाय की सदस्यता लेने हेतु प्रेरित करें। सदस्यता शुल्क रू0 200/- वार्षिक है। प्रत्येक सदस्य तक ''श्रमयोग पत्र'' डाक द्वारा निशुल्क भेजा जायेगा। सदस्यता आवेदन पत्र के लिये आप shramyogcommunity@ gmail.com पर पत्र भेज सकते है। श्रमयोग की गतिविधियों को जानने के लिये www.shramyog.org को देखें।

पाठकों के लिए

श्रमयोग पत्र में अपने प्रिय पाठकों की अधिक से अधिक भागीदारी सुनिश्चित करने के लिये **'जनवाणी'** नाम से स्तम्भ प्रकाशित किया जाता है। आप समाज, देश, राजनीति, मानव मूल्य आदि किसी भी विषय पर अपनी बेबाक राय हमें भेजें। हमें इसे प्रकाशित करने में प्रसन्नता अनुभव करेंगे। विचार कभी भी दबाए नहीं जाने चाहिये, इन्हें शब्द रूप दें।

-सम्पादक

जनवाणी

चांच में कार्यरत श्री धर्म सेवा सोसाइटी

-बाला दत्त जोशी, सचिव

सामाजिक संस्थायें समाज की जरूरत हैं। इसके माध्यम से समाज में सेवादान करने का मौका मिलता है। हर व्यक्ति को अपने से ज्यादा जरूरतमंद व्यक्ति की सहायता करनी चाहिए। यही मानव धर्म है। यही सेवा धर्म है। इसी विचार से शुरूआत होती है सेवा धर्म सोसाइटी की जो की एक सामाजिक संगठन है। इसकी स्थापना राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली में पहाड़ से जाकर दिल्ली में रह रहे लोगों द्वारा सन 1946 में की गयी। इस संस्था का गठन आपसी भाई-चारे को बढ़ाने, गॉव के सभी नागरिको को एक जुट रखने और अपने पडोसी गॉव तक मूलभूत सुविधायें पहुॅचाने के उद्देश्य से की गयी। इसका मुख्य ध्येय है गॉव व देश के लोगो को आपसी प्रेम और सौहार्द से जोड़ना तथा लोगो के दुख सुख में मदद करना।

संस्था का गठन स्व श्री तारा दत्त जुकन्डिया, स्व श्री चिन्तमणी कैनी व स्व श्री देवी दत्त कैनी तीनों ने मिलकर किया। उन्होंने इस विचार को दिल्ली में रहने वाले अपने गॉव तथा कुछ अन्य अल्मोड़ा निवासियों के बीच रखा तथा सन 1946 में कुल नौ लोगों ने मिलकर दिल्ली के राजघाट में इसका गठन किया । शुरुआत में श्री धर्म सेवा सोसाइटी का मुख्य उद्देश्य दिल्ली में रहने वाले सभी उत्तराखण्ड के गॉवो के लोगों के बीच आपसी सहयोग बढ़ाना तथा गॉव के लोगों के समूहिक कार्य जैसे शादी विवाह के लिए टेन्ट एंव खाना पकाने के बर्तनों की व्यवस्था करना था। जैसे जैसे समय बीतता गया संस्था मजबूत होती गयी। संस्था ने अपने कार्यो को बढ़ावा दिया तथा सल्ट ब्लॉक के चांच गांव में पानी के प्राकृतिक स्त्रोंतो नोले, धारे का निर्माण एंव मरम्मत, जरूरत मंद बच्चों की पढ़ाई के लिए मदद, आपसी भाई चारे को बढ़ाने के लिए समय समय पर सांस्कृतिक तथा धार्मिक कार्यक्रमों का आयोजन आदि किया जाने लगा।

संस्था में सदस्यता शुल्क की शुरूवात 1946 में 1 रूपया प्रति माह से हुई थी और इसके गठन के कुछ ही सालों बाद रू 1.10 किया गया आज भी यह शुल्क मात्र रू 10 प्रतिमाह है।

संस्था शुरु से गॉव में शादी ब्याह के लिए तरह तरह के बर्तन जैसे कि पानी का कुन्ड, खाना पकाने व बांटने के बर्तन, दरियां, चानडी आदि की व्यवस्था करती है। आपसी भाई चारे की मिसाल को कायम रखते हुए सन 1950-60 के दशक तक इन बर्तनों को पड़ोसी गॉव वालो को निशुल्क दिया जाता था। इसके अतिरिक्त गॉव की सभी बाखली में सीढ़ी नुमा नोले का निर्माण, गॉव के जरूरत मंद बच्चों को स्कूली फीस, बस्ता, किताबे प्रदान करना, इण्टर कॉलेज नैकणा पैंसिया में एक लोहे की अल्मारी का दान, सन 1971 में भारत पाकिस्तान युद्व के समय प्रधान मंत्री राहत कोष में 501 रू का सहयोग, सन 1983 में चांच ग्राम में रामलीला का आयोजन, गॉव से दिल्ली आये व्यक्तियों की शुरू-शुरू में मदद करना उनके रहने, खाने, व काम की व्यवस्था करना जैसे काम भी संस्था ने किये।

सन 2000 से पहले सभी गॉव वालों तथा अन्य मित्रगणों के साथ होली की शाम को एकत्रित होकर त्योहार मनाना ,आपसी प्रेम व एक दूसरे की आर्थिक मदद भी संस्था द्वारा की जाती रही। 24 मार्च 2013 को दिल्ली गढ़वाल भवन में होली मिलन का आयोजन किया गया जिसमें बहनों बेटियों सहित मित्रगण सम्मलित हुये और यह अपने आप में एक अनोखा कार्यक्रम था। इसके अलावा भी गॉव में अन्य कार्य जैसे कि वृक्षारोपड़ करना, एक गॉव से दूसरे गॉव को जाने के रास्तों की मरम्मत करना ,पशुओं के लिए पानी के कुएॅ खुदवाना आदि करवाये गये। जून 2016 मे गॉव से बाहर रहने वाले लोगो को गॉव से जुड़ने का मौका प्रदान करने के लिए राम चरित मानस पाठ एंव भण्डारे का आयोजन किया गया, जिसमें लगभग 400 लोग शामिल हुए ।

भारत सरकार द्वारा चलाये जा रहे स्वच्छ भारत अभियान की तर्ज पर गॉव को खुले में शौच से मुक्त करने के लिए संस्था ने मुहिम छेड़ी है, जिसके पहले चरण में तीन जरूरत मंद परिवारों के लिए शौचालय बनाये गये हैं। कुछ अन्य परिवारों को भी संस्था शौचालय निर्माण हेतु सहायता प्रदान कर रही है। आज भी संस्था अपने कार्यो की और अग्रसर है और जरूरतमंद लोगो को शिक्षा ,स्वास्थ्य सम्बधित मदद के लिए भरसक प्रयास कर रही है।

औंलेथ गांव की चिट्ठी

नौनीडांडा विकास खण्ड के औंलेथ गांव से हम बच्चे आपको पहला पत्र लिख रहे हैं। हमने अपना रचनात्मक बाल मंच का गठन कर लिया है। हम हर महीने इसकी बैठक भी करते हैं। बैठक में श्रमयोग पत्र भी पढ़ा जाता है। हम बच्चों ने तापमान रिकोर्ड करना भी शुरु कर दिया है। हम प्राकृतिक धरोहर बचाओ अभियान के तहत यह काम कर रहे हैं। हम अपने गांव का सुबह व शाम का तापमान भेज रहे हैं आशा है आप इसे छाप देंगे।

सदस्य, रचनात्मक बाल मंच,
औंलेथ

निजता अब मौलिक अधिकार

-ओम सिंह

24 अगस्त को सुप्रीम कोर्ट के 9 जजों की संविधान पीठ ने एक एतिहासिक फैसला सुनते हुए निजता का अधिकार मौलिक अधिकार घोषित कर दिया। संविधान के भाग 3 में आर्टिकल 12 से लेकर 35 तक मौलिक अधिकारों का जिक्र है। ये हर नागरिक को प्राप्त बुनियादी अधिकार हैं। इन अधिकारों में निजता का अधिकार लिखित तौर पर नही है। निजता का अधिकार आर्टिकल 21 के जीवन और शारीरिक स्वतन्त्रता के अधिकार के अर्न्तगत आता है।

मेरी समझ में अब हम अपने धर में कैसे रहते है, क्या खाते है, किस के साथ आर्थिक-राजनैतिक-सामाजिक संबध रखते हैं, क्या पहनते हैं, किस धर्म या जाति की स्त्री या पुरूष से शादी करते है को लेकर कोई टोका-टाकी नहीं होगी। अब हम अपनी निजी जिन्दगी के बारे में किसी को कुछ भी बताने हेतु बाध्य नही हैं, किन्तु हमारे कृत्य से किसी की भावनाओं को ठेस न पहुॅचती हो तथा हमारे द्वारा किये जा रहे कार्य संविधान और कानून के दायरे से बाहर न हों इसका ध्यान हमें रखना होगा। अब किसी भी सरकारी या गैर सरकारी एजेंसी के द्वारा आप के बारे में सूचना मांगने पर आप मना कर सकते है। वह संस्था आप को सूचनाओं के लिए बाध्य नही कर सकती जब तक उसके पास कोई विशेष कानूनी आदेश न हो। इसके बावजूद यदि सरकार या कोई व्यक्ति आपकी निजता का उलंघन करता है तो आप अनुच्छेद 226 और 32 के तहत हाई कोर्ट तथा सुप्रीम कोर्ट में याचिका दायर कर सकते है।

हमारे देश में इस सम्बन्ध में आधार कार्ड को लेकर भी काफी बहस चल रही है। सरकार द्वारा प्रत्येक योजना में, बैक खातों में तथा अन्य सेवाओं में आधार को अनिवार्य कर दिया गया है। कर्नाटक उच्च न्यायालय के पूर्व न्यायाधीश के0 एस0 पुटटास्वामी, राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग की पहली अध्यक्षा और मैग्सेसे अवार्ड विजेता शांता सिन्हा और नारीवादी शोधकर्ता कल्याणी सेन मेनन ने यह तर्क देकर याचिका दायर की थी कि आधार में व्यक्ति की बायोग्राफी हाती है। याचिका में कहा गया है कि आधार योजना से नागरिकों के मौलिक अधिकार का हनन होता है। आधार बनवाने में ऑखों का स्केन किया जाता है साथ ही फिंगर प्रिंट लिया जाता है। इनके जरिए लोगों का सर्विलांस किया जा सकता है। जो व्यक्ति की निजता को खत्म करता है। देखना है इस पर क्या निर्णय होता है।

श्रम उत्पाद: शोषण के विरुद्ध, स्वाभिमान की ओर

प्रकाश काण्डपाल

श्रमयोग संस्थान पिछले पांच वर्षों से उत्तराखण्ड राज्य में अल्मोडा जिले के सल्ट ब्लाक एंव दो वर्षो से पौड़ी जिले के नैनीडांडा ब्लाक में महिला सशक्तिकरण एंव किसानों को कृषि से स्वाभिमान की दिशा में निरन्तर प्रयासरत है। उत्तराखण्ड भारत का एक पर्वतीय राज्य है जो कि प्राकृतिक धरोहर की दृष्टि से धनी है। राज्य दो मण्डलों गढ़वाल और कुमांऊ में विभक्त है। अल्मोडा जिला कुमांऊ मण्डल में है तो पौड़ी जिला गढ़वाल मण्डल में है। प्राचीन काल से ही उत्तराखण्ड रीती रिवाजों का धनी रहा है। राज्य की अपनी खान-पान की परम्परा है। उत्तराखण्ड के अधिकतर त्योहार भी खेती किसानी से जुड़े हुए हैं। यहां के त्योहारों में पहाड के लोगों का प्रकृति प्रेम व सम्पन्न खाद्यान परम्परा की झलक मिलती है।

पहाड़ में किसान प्राचीन काल से ही पारम्परिक खेती करता रहा है। बिना किसी आधुनिक तकनीक व रसायनों का उपयोग किये पूर्ण रूप से जैविक उत्पादन करता है। किन्तु सरकारों का सहयोग उसे कभी नहीं मिला। कृषि के लिये उसे न तो कभी प्रोत्साहन मिला न उत्पाद को बेचने के लिये उचित बाजार मिला। कठिन परिश्रम के बाद जो उत्पाद प्राप्त भी हुआ उसे बिचोलियों की फौज ने हड़प लिया। किसानों का शोषण ही होता रहा। किसान चिल्लाते रहे और सरकारें सोती रही। कोई चारा न देख लोगों ने आजीविका हेतु अन्य विकल्प तलाशने प्रारम्भ कर दिये जिसका परिणाम खाली होते गांव व बंजर होती भूमि है।

पहाड़ में पुराने समय से खान-पान का हिस्सा रहीं कई प्रमुख फसलें जैसे झुंगरा, कौणी, मंडुआ, चौलाई, धान, राई प्रमुख दालें भटट, सोयाबीन, तोर इत्यादि धीरे-धीरे विलुप्तता की और बढ़ रही हैं। किन्तु सल्ट में अभी भी कई किसानों नें उम्मीदें नही छोड़ी हैं। आज भी किसान असिंचित जमीन पर प्राकृतिक आपदा, जंगली जानवरों के आतंक इत्यादी चुनौतियो से लड़कर कुछ उत्पादन कर रहे हैं। अब वक्त आ गया है कि समाज इस कृषि को बचाने में अपना योगदान दे। किसानों को उनके उत्पाद का उचित मूल्य दे। उन्हे शोषण से मुक्त करे। समाज का यह कृत्य किसान को कृषि को ओर उन्मुख करेगा और वे स्वाभिमान से अपना जीवन यापन कर पायेंगे।

श्रम उत्पाद इस और एक कदम है जो किसानों को उनके उत्पादों का उचित दाम प्रदान कर रहा है। श्रम उत्पाद सल्ट की महिला किसानों का सामाजिक उपक्रम है। यह महिला किसानों द्वारा उत्पादित जैविक उत्पाद हैं। इनका उत्पादन महिला किसान अपने समूहों में आपसी ज्ञान एवं जानकारियों के आदान-प्रदान के साथ सत्त तौर तरीकों का इस्तेमाल करते हुए करती हैं। इनके उत्पादन में बीज के चयन से लेकर, खेतों को तैयार करना, जैविक खाद का प्रयोग, फसल कटाई, फसल को इकट्ठा करना, उसकी ग्रेडिंग, पैकेजिंग प्रत्येक चरण में जैव-विविधता मित्रवत तकनीकों का ही उपयोग होता है। सल्ट की महिला किसान अपने खेतों में उपजाए स्वयं के कृषि उत्पादों जैसे हल्दी, मिर्च, मडुआ, तिल, गहत, पिसी लूण इत्यादि को अपने समूहों में संग्रह करती हैं, उसका दाम तय करती है व बेचती हैं। श्रमयोग इस उत्पादन को बाजार तक पहुंचाने में उनकी मदद करता है। श्रम उत्पाद सल्ट की महिला किसानों का कृषि से स्वाभिमान प्राप्त करने की दिशा में एक कदम कहा जा सकता है।

श्रम उत्पादों के साथ जुड़े नैतिक मूल्य

- श्रम उत्पाद सभी तरह के शोषण के विरुद्ध महिला किसानों का एक संगठित प्रयास है।
- श्रम उत्पाद पूर्णत: जैविक उत्पाद हैं।
- श्रम उत्पाद जैव-विविधता मित्रवत उत्पाद हैं।
- श्रम उत्पादों के उत्पादन के किसी भी चरण में बाल श्रम का प्रयोग निषिद्ध है।
- श्रम उत्पादों को तैयार करने में स्वच्छता के उच्च मानदण्डों का पालन किया जाता है।
- श्रम उत्पादों से प्राप्त लाभ का एक अंश महिला किसानों की सामाजिक सुरक्षा के लिये समर्पित है।

संकट मे महाशीर

-शंकर दत्त

रफर्ड फाउंडेशन के सहयोग से रामगंगा नदी में संकटग्रस्त महाशीर मछली के संरक्षण हेतु चल रहे प्रयास धीरे-धीरे आगे बढ़ रहे हैं। अगस्त माह में नदी किनारे बसे गॉवों जैसे बल्यूली, जमरिया सांकरा, मटवांस, बंद्रांण एंव झड़गांव के ग्रामीणों से इस विषय में विस्तार से चर्चा हुई। श्रमयोग की टीम ने रामगंगा नदी के दस किलोमीटर क्षेत्र का स्वयं मुआयना भी किया।

ग्रामीणों से चर्चा में यह बात निकल कर आयी कि पहले भारी बारिश में मछलियां नदियों को छोड़ कर गधेरों में चली जाती थी व नदी में पानी कम होने पर वापस आ जाती थी परंन्तु अब गधेरों की स्थिति खराब होने से मछलियों का पारम्परिक निवास संकट में पड़ गया ह। दूसरी बात ग्रामीणों ने बताई कि राम गंगा नदी में पायी जाने वाली काली, लाल व स्वर्णिम महाशीर की संख्या अब बहुत कम हो गयी है। काली महाशीर तो लगभग समाप्त हो गयी है। मत्सय विभाग द्वारा महाशीर के संरक्षण के नाम पर डाले गये बीजों का भी सकारात्मक परिणाम नही है। इन बीजों के डाले जाने से नदी में अन्य मछलियों की संख्या तो बढ़ी है परंन्तु महाशीर मछली की संख्या मे कोई इजाफा नही हुआ है। ग्रामीणों ने यह भी बताया कि क्षेत्र में जैसे-जैसे खेती के ट्रेंड मे बदलाव आया वैसे-वैसे नदियों में मछलियों की प्रजातियां भी बदलती चली गयी। ग्रामीणों ने कहा कि इस विषय पर शोध होना चाहिए। इस दौरान श्रमयोग टीम ने ग्रामीणों के साथ मिलकर नदी में महाशीर के निवास के सात स्थान भी चिंहित किये। वहां पर शीघ्र ही सामाजिक बाड़ बंदी लागू की जायेगी। राम गंगा नदी में महाशीर की प्रजाती की संख्या को बढ़ाने के लिए हर सम्भव प्रयास किये जायेंगे।

The Rufford Foundation

उत्तराखण्ड के विकास में स्थानीय स्वशासन की भूमिका

डॉ. चारूचन्द्र ढौंडियाल,
रा. स्ना. महाविद्यालय, उत्तरकाशी

उत्तराखण्ड की विशिष्ट भौगोलिक परिस्थितियों की वजह से यहां आज भी गांव तक पहुंचने के लिए कई किमी. पैदल चलना पड़ता है, यहां अक्सर गांव से निकटतम सडक तक पंहुचते- पंहुचते बीमार दम तोड़ देते हैं, अस्पताल पंहुचने से पहले गर्भवती महिलाएं रास्ते में ही बच्चे को जन्म दे देती हैं। इन जैसी कई समस्याओं से निपटने हेतु मजबूत स्थानीय शासन व्यवस्था एक बेहतर विकल्प हो सकती है, क्योंकि कोई स्थानीय व्यक्ति या शासन व्यवस्था क्षेत्र की समस्याओं व वहां की विकास की संभावनाओं से जितनी बेहतर तरीके से परिचित होती है, उतना दूरस्थ दिल्ली में बैठकर नीति निर्धारण करने वाले विशेषज्ञ, राजनीतिज्ञ व नोकरशाह नहीं हो सकते। यही देखते हुए सत्ता का विकेन्द्रीकरण कर पंचायती राज तंत्र को मजबूत बनाने की आवश्यकता का अनुभव किया गया। 73 वें संविधान संशोधन के बाद पंचायत का जो त्रिस्तरीय ढांचा (ग्राम पंचायत, क्षेत्र पंचायत व जिला पंचायत) अस्तित्व में आया उसमें लगभग 28.1 लाख लोगों को स्थानीय शासन व्यवस्था को चलाने के लिये जनप्रतिनिधि के रूप में चुना जाता है। परन्तु जिस उददेश्य से इतना वृहत ढांचागत परिवर्तन किया गया था व इन पंचायतों की स्थापना की गई थी वह धरातल पर दृष्टिगत नहीं हो सकी है।

उत्तराखण्ड जैसे राज्य के लिए जहां मानव संसाधन व प्राकृतिक संसाधनों की कोई कमी नहीं है, इन संसाधनों के प्रबन्धन एवं विवेकपूर्ण दोहन में स्थानीय शासन व्यवस्था की भूमिका से यह राज्य विकास की नई उचाइयों को छू सकता है। परन्तु कुछ हद तक वैज्ञानिक चेतना की कमी, सामाजिक ढांचा, और समाज के अधिकांश वर्ग पर वैचारिक, आर्थिक व सामाजिक प्रभुत्व रखने वाले कुछ लोगों का नियंत्रण स्थानीय स्वशासन की कल्पना को विकसित नही होने देना चाहते।

प्रदेश के ग्रामीण क्षेत्रों की प्रमुख समस्या बलात् पलायन है। अस्मिता, शिक्षा, स्वास्थ्य व बेरोजगारी जैसी बुनियादी समस्याओं से निजात पाने के लिये बेहतर जीवन स्तर की लालसा में युवा वर्ग शहरों की ओर पलायन कर रहा है। जिससे एक ओर जहां गांव के गांव खाली हो रहे हैं वहीं जनसंख्या का दबाव शहरों पर बढता जा रहा है। सत्ता के विकेन्द्रीकरण के द्वारा शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार जैसी बुनियादी सुविधाओं का स्थानीय शासन व्यवस्था के द्वारा क्षेत्रीय स्तर पर बेहतर प्रबंधन कर जहां एक ओर पलायन की समस्या पर काबू पाया जा सकता है वहीं ग्रामीण जीवन स्तर में उल्लेखनीय सुधार भी लाया जा सकता है। पंचायती राज व्यवस्था में महिलाओं को आरक्षण देकर महिला सशक्तिकरण की दिशा में भी प्रयास किया गया है। पंचायती राज व्यवस्था में स्थानीय शासन व्यवस्था को चलाने वाले जनप्रतिनिधियों को चुनने का पूरा जिम्मा ग्राम सभा का होता है और अगर यह चयन विवेकपूर्ण होगा तो व्यवस्था बेहतर ढंग से कार्य करेगी, परन्तु गडबडी यह है कि ग्राम स्तर पर जो भी राजनीतिक व आर्थिक प्रभुसत्ता वाला वर्ग है वह या तो माफिया गतिविधियों में संलग्न है या अपने अधिकारों का स्वहित में प्रयोग करता है। इसके विरोध का तंत्र शिक्षित युवा शक्ति बुन सकती है।

क्षेत्र में कार्य कर रहे महिला मंगल दल, युवा मंगल दल, स्वयं सहायता समूहों की भूमिका इस दिशा में महत्वपूर्ण हो सकती है कि वो ग्रामीण क्षेत्र के लोगों को नीचे से उपर की ओर किये जाने वाले नियोजन, सरकारी योजनाओं व विकास नीतियों के बारे में अवगत कराऐं और उनके समुचित क्रियान्वयन की दिशा में प्रयास करें ताकि वे स्थानीय स्तर पर उत्पादन को बढा सकें व आजीविका संवर्धन कर सकें। महिला शक्ति, युवा शक्ति, व अनुभवी बुजुर्गों की भूमिका से मजबूत स्थानीय शासन व्यवस्था के माध्यम से न केवल क्षेत्र विशेष अपितु संपूर्ण प्रदेश चहुंमुखी विकास की ओर अग्रसर हो सकता है।

(श्रम संदेश से)

पृष्ठ 1 का शेष....

मानव गरिमा का संवैधानिक मूल तत्व और संरक्षित अधिकार है जो संविधान के अनुच्छेद 21 में प्रदश्र जीवन और व्यक्तिगत स्वतंत्रता की गारन्टी के अधिकार से ही उत्पन्न होता है।

निजता के दायरे में व्यक्तिगत संबंध एंव पारिवारिक जीवन की मान्यताएं इत्यादि शामिल है। निजता के अधिकार के विपक्ष में सरकार का यह कहना था कि राज्य, कल्याणकारी योजनाओं के तहत जो लाभ देता है उसके हित में निजता का अधिकार छोड़ा जा सकता है। निजता का अधिकार अमीरों की कल्पना है जो बहुसंख्यक जनता की अकांक्षाओ और जरूरतों से काफी अलग है। सरकार का यह कहना गलत है क्योंकि संविधान के सामने प्रत्येक व्यक्ति सामान है एक गरीब के लिए उसकी निजता, नागरिक और राजनैतिक अधिकार उतने ही महत्वपूर्ण है जितना की उसकी आर्थिक उन्नति। सुप्रीम कोर्ट के द्वारा लिया गया फैसला लोकतांत्रिक व्यवस्था में सरकार के फैसलो पर सवाल पूछने और उनसे अहसमत होने के अधिकारों को भी संरक्षित करता है।

हमारी लोकतांत्रिक व्यवस्था में यह अधिकार लोगों को राजनैतिक तौर पर सशक्त करेगा। यह अधिकार नागरिकों को यह बताता है कि सरकार जनता की सेवक है ना कि उसकी मालिक। भारतीय लोकतांत्रिक व्यवस्था के एक स्तम्भ माने जाने वाली न्यायपालिका ने इस अधिकार को परिभाषित करके नागरिको के प्रति अपनी जिम्मेदारी को सुनिश्चित किया है। जनता यही आशा कार्यपालिका व विधायिका से रखती है। इस अधिकार के लागू होने के बाद कई नई चुनौतियां व कई व्यवस्थाओं में सुधार आने की संभावनाएं है जिसके परिणाम समय के साथ देखने को मिलेगें।

शिक्षा-साहित्य-संस्कृति

हिन्दी और उर्दू के प्रसिद्ध साहित्यकार कृश्नचंदर द्वारा लिखित जामुन का पेड़ कहानी न सिर्फ हमारे मुल्क के अनावश्यक कार्यालयी तौर तरीकों पर कटाक्ष करती है बल्कि इस व्यवस्था की सवेंदनशून्यता व अमानवीयता को भी उघाड़ती है। दो किश्तों में प्रकाशित होने वाली कहानी की अन्तिम किश्त प्रस्तुत है। – सम्पादक

जामुन का पेड़

अब फाईल को मेड़िकल डिपार्टमेंट में भेज दिया गया है। मेडिकल डिपार्टमेंट ने फौरन इस पर एक्शन लिया और जिस दिन फाईल मिली उसी दिन डिपार्टमेंट के सबसे काबिल प्लास्टिक सर्जन को जांच के लिए मौके पर भेज दिया गया। सर्जन ने दबे हुए आदमी को अच्छी तरह टटोल कर, उसकी सेहत देख कर, खून का दवाब, सांस की गति, दिल और फैफड़ों की जांच करके रिपोर्ट भेज दी कि, ''इस आदमी का प्लास्टिक ऑपरेशन तो हो सकता है, और ऑपरेशन कामयाब भी हो सकता है, मगर आदमी मर जायेगा।'' लिहाजा यह सुझाव भी रद्द कर दिया गया।

रात को माली ने दबे हुए आदमी के मुंह में खिचड़ी डालते हुए उसे बताया, ''अब मामला उपर चला गया। सुना है कि सेक्रेटेरियट में सारे सेक्रेटरी की मीटिंग होगी। उसमें तुम्हारा केस रखा जायेगा। उम्मीद है सब ठीक हो जायेगा ।''

दबा हुआ आदमीं एक आह भर कर आहिस्ते से बोला-

''ये तो माना की तगाफुल न करोगे लेकिन

खाक हो जायेगें हम तुम्हें खबर होने तक।''

माली ने अचंभे से दांत में उंगली दबाई। हैरत से बोला-''क्या तुम शायर हो ?''

दबे आदमीं ने आहिस्ते से सर हिला दिया ।

दूसरे दिन माली ने चपरासी को बताया और चपरासी नें क्लर्क और क्लर्क ने हैड क्लर्क को। थोड़ी ही देर में सेक्रेटेरिएट में यह बात फैल गयी की दबा हुआ आदमीं शायर है। बस फिर क्या था। लोग बड़ी संख्या में शायर को देखने आने लगे। इसकी खबर शहर में फैल गयी और मुहल्ले-मुहल्ले से शायर जमा होना शुरू हो गये। सेक्रेटेरिएट लान भांती भांती के शायरो से भर गया। सेक्रेटेरिएट के कई क्लर्क और अंडर-सेक्रेटरी तक, जिन्हें अदब और शायर से लगाब था ,रूक गए। कुछ शायर देबे हुए आदमीं को अपनी गजलें सुनाने लगे, कई कलर्क उससे अपनी गजलों पर सलाह मशविरा मांगने लगे।

जब यह पता चला कि दबा हुआ आदमीं शायर है, तो सेक्रेटेरिएट की सब कमेटी ने फैसला किया कि चुंकि दबा हुआ आदमी शायर है लिहाजा इस फाईल का ताल्लुक न तो कृषि विभाग से है और नही हार्टिकल्चर विभाग से बल्कि सिर्फसंस्कृति विभाग से है। अब संस्कृति विभाग से गुजारिश की गयी की वह इस पर जल्द से जल्द फैसला करे और इस बदनसीब शायर को पेड़ के नीचे से रिहाई दिलवाई जाए।

फाईल सांस्कृतिक विभाग के अलग-अलग सेक्शन से होती हुई साहित्यिक विभाग के सचिव के पास पहुँची। बेचारा सचिव उसी वक्त अपनी गाड़ी में सवार होकर सेक्रेटेरिएट पहुंचा और दबे हुए आदमीं का इंटरव्यू लेने लगा।

''तुम शायर हो उसने पूछा।''

''जी हां '' दबे हुए आदमी नें जबाव दिया।

''क्या तखल्लुस रखते हो।''

''ओस''

''ओस'' सचिव जोर से चीखा। क्या तुम वही हो जिसका मजमुआ-ए-कलाम अक्स के फूल हाल ही में प्रकाशित हुआ है।

दबे हुए शायर नें इस बात पर सिर हिला दिया।

''क्या तुम हमारी अकादमी के मेंम्बर हो ?'' सचिव ने पूछा।

''नही''।

''हैरत है'' सचिव जोर से चीखा। इतना बड़ा शयर अक्स के फूल का लेखक!! और हमारी अकादमी का मेंम्बर नही है। उफ कैसी गलती हो गयी हमसे! कितना बड़ा शायर और कैसी गुमनामी के अंधेरे में दबा पड़ा है।

''गुमनामी के अंधेरे में नही बल्कि एक पेड़ के नीचे दबा हुआ। भगवान के लिए मुझे इस पेड़ के नीचे से निकालिए।''

''अभी बंदोबस्त करता हूं।'' सचिव फौरन बोला और फौरन जाकर उसने अपने विभाग में रिपोर्ट पेश की।

दूसरे दिन सचिव भागा भागा शायर के पास आया और बोला ''मुबारक हो मिठाई खिलाओ, हमारी सरकारी अकादमी नें तुम्हें अपनी साहित्य समिति का सदस्य चुन लिया है। ये लो आर्डर की कापी।''

''मगर मुझे पेड़ के नीचे से तो निकालो'' दबे हुए आदमी नें कराह कर कहा। उसकी सांस बहुत ही मुश्किल से चल रही थी और उसकी आंखो से लग रहा था कि वह बहुत ही कष्ट में है।

''हम यह नही कर सकते'' सचिव ने कहा हम ''जो कर सकते थे वह हमने कर दिया है। बल्कि हम तो यहां तक कर सकते हैं कि अगर तुम मर जाओ तो तुम्हारी बीवी को पेंशन दिला सकते हैं अगर तुम आवेदन दो तो हम यह भी कर सकते हैं।''

''मै अभी जिंदा हूँ'' शायर रूक रूक कर बोला ''मुझे जिंदा रखो।''

''मुसीबत यह है।'' सरकारी अकादमी का सचिव हाथ मलते हुए बोला। ''हमारा विभाग सिर्फ संस्कृति से ताल्लुक रखता है। आपके लिए हमने वन विभाग को लिख दिया है अर्जेंट लिखा है।''

शाम को आकर माली ने दबे हुए आदमी को बताया कि वन विभाग के आदमी आकर इस पेड़ को काट देंगे और तुम्हारी जान बच जायेगी।

माली बहुत खुश था। हालांकि दबे हुए आदमी की सेहत जबाव दे रही थी। मगर वह किसी न किसी तरह अपनी जिन्दगी के लिए लड़े जा रहा था। कल तक.... सुबह तक... किसी न किसी तरह उसे जिंदा रहना है।

दूसरे दिन जब वन विभाग के आदमी आरी कुल्हाड़ी लेकर पहुँचे तो उन्हें पेड़ काटने से रोक दिया गया। मालूम हुआ कि विदेश मंत्राल्य से हुक्म आया है कि पेड़ को न काटा जाए। वजह यह थी की इस पेड़ को दस साल पहले पिटोनिया के प्रधान मंत्री ने सेक्रेटेरिएट के लांज मे लगाया था। अब यह पेड़ अगर काटा गया तो इस बात का पूरा अंदेशा था की पिटोनिया सरकार से हमारे संबंध हमेशा के लिए बिगड़ जाएंगे।

''मगर एक आदमी की जान का सबाल है।'' एक कर्ल्क गुस्से से चिल्लाया।

''दूसरी तरफ दो हुकूमतो के ताल्लुक का सवाल है।'' दूसरे कर्ल्क ने पहले को समझाया। और यह भी तो समझ लो पिटोनिया सरकार हमारी सरकार को कितनी मदद देती है। क्या हम इनकी दोस्ती की खातिर एक आदमीं की जिन्दगी को भी कुरबान नही कर सकते।

''शायर को मर जाना चाहिए ?''

''बिल्कुल ''

अंडर सेक्रेटरी ने सुपरिंटेंडेंट को बताया। आज सुबह प्रधानमंत्री दौरे से वापस आ गये हैं। आज शाम चार बजे विदेश मंत्रालय इस पेड़ की फाईल उनके सामने पेश करेगा। वो जो फैसला देंगे वही सब को मंजूर होगा।

शाम चार बजे खुद सुपरिंटेंडेंट शायर की फाईल लेकर उसके पास आया। ''सुनते हो'' आते ही खुशी से फाईल लहराते हुए चिल्लाया ''प्रधानमंत्री ने पेड़ काटने का हुक्म दे दिया है। और इस मामले की सारी अंतर्राष्ट्रीय जिम्मेदारी अपने सिर ले ली है। कल यह पेड़ काट दिया जायेगा और तुम इस मुसीबत से छुटकारा पा लोगे।''

''सुनते हो आज तुम्हारी फाईल मुकम्मल हो गई।'' सुपरिंटेंडेंट ने शायर के बाजू को हिला कर कहा। मगर शायर का हाथ सर्द था। आंखो की पुतलियां बेजान थीं और चींटियों की एक लम्बी कतार उनके मुंह में जा रही थी।

उनकी जिंदगी की फाइल मुकम्मल हो चुकी थी।

कविता

श्रम संदेश से.....

उलझन

जैसे-जैसे बढ़ते गए,
देखे कई बंधन।
कभी लिगं, कभी जाति
तो कभी आड़े आ गया रंग।
आरोही या अवरोही ?
जाने कहां को बढ़ रहे है हम।
एक बंधन की बदिशों से निकल,
दूसरे मे जा रहे हैं उलझ।
कहां मिलूं ? कहां घुलुं ?
कहां से लाऊं अपनापन
कौन है तू ? तेरा नाम है क्या ?
किसको क्या है मतलब।
क्या है तू, तेरी जात है क्या ?
इसी में उलझा सारा जीवन।
उलझी जाऊं, उलझती जांऊ,
कब पाउंगी वो मधुबन।
होंगे जहां सब अपने,
महक उठेंगे सबके जीवन।

चंद्रा, प्रशिक्षु, श्रमयोग

हमारा सपना

एक चातक और दूजा कृषक
एक चातक और दूजा कृषक।
दोनों की व्यथा है एक,
दोनों की कथा है एक,
जीवन से लड़ते हैं दोनों,
बिन वर्षा मरते हैं दोनों,
विधाता की क्रूरता पर
रोते हुए हंसते हैं दोनों,
स्वाति की बूँद की प्यास
और एक बूँद बारिश की आस,
अपने श्रम की परिणति को
आसमान को तकते हैं दोनों,
पीड़ा है समान
वे फिर भी हैं पृथक,
प्रतीक्षारत.....
एक चातक
और दूजा कृषक।

-गार्गी जोशी

मुक्ति अकेले की नहीं होती।
अलग से अपना भला नही हो सकता।
मनुष्य की छटपटाहट है मुक्ति के लिए,
सुख के लिए, न्याय के लिए।
पर यह बड़ी लड़ाई अकेले नही लड़ी जा सकती।
अकले वही सुखी हैं जिन्हें कोई लड़ाई नही लड़नी।

हरीशंकर परसाई

श्रमयोग SHRAMYOG
Build harmony between human and nature

श्रम-उत्पाद SHRAM-UTPAD
Promoting rural wisdom

डा० प्रेमा चौधरी के शोध आलेख के सहयोग से

कुमाऊँ की समृद्ध परम्परा:ऐपण

अल्पना को अलग-अलग क्षेत्रों में विभिन्न नामों से जाना जाता है। जैसे उत्तर प्रदेश में चौकपूरना कला, गुजरात में रंगोली, राजस्थान में मरहना, बंगाल में अल्पना, चेन्नइ में कोलम इत्यादि। उत्तराखण्ड के कुमाऊँ मण्डल में अल्पना के लिए ''ऐपण'' शब्द का प्रयोग किया जाता है। कुमाऊँ के सांस्कृतिक जीवन में ऐपण व ऐपण-चौकियों का महत्वपूर्ण स्थान है। कुमाऊँ में शादी-विवाह, नामकरण, यज्ञोपवीत संस्कार व तीज त्यौहारों जैसे शुभ अवसरों पर घरों को पारम्परिक कला ''ऐपण'' द्वारा सजाया जाता है। प्रत्येक त्यौहार या शुभ अवसरों पर अलग-अलग ऐपण-चौकियों का निर्माण किया जाता है। उत्तराखण्ड के कुमाऊँ क्षेत्र में ऐपण के धरातलीय आलेखन तथा भित्ति चित्रांकन के विशिष्ट नमूने सम्पूर्ण भारतवर्ष में अपने स्वरूप एवं अलंकरण में अद्वितीय हैं। परम्परागत रुप से ऐपण आलेखन गेरू-बिस्वार (चावल को पीसकर बना पाउडर) द्वारा किया जाता जाता हैं। अब पेन्ट का प्रयोग भी होने लगा है।

आज के बदलते परिवेश में जब हमारी जीवन शैली में (विशेष कर शहरी जीवन में) कई बदलाव हुए है तब ऐपण परम्परा भी उससे अछूती नहीं हैं। अब आमतौर पर बाजार से बने बनाये ऐपण लाकर उनको यथा स्थान लगा दिया जाता है। आमतौर पर यह ऐपण पर्यावरण को नुकसान पहुंचाने वाली पॉलीथीन की शीट पर बने होते हैं। इनमें विविधता का भी अभाव होता है व जानकारी के अभाव में किसी भी तरह के ऐपण को अवसर विशेष का ध्यान दिये बगैर लगा दिया जाता है। जबकि कुमाऊँ में मंगल कार्यों में अवसर के अनुकूल ऐपण का आलेखन होता आया हैं।

सांस्कृतिक जागरुकता हेतु पर्यावरणीय पक्षों को ध्यान में रखते हुए हमारी स्वयं सहायता समूह की सदस्याएं ऐपण बनाने का कार्य व्यावसायिक रुप से कर रही है। आपके द्वारा की गयी ऐपण की खरीद महिलाओं के जीवन की गुणवत्ता को सुनिश्चित करने में सहयोग करेगी।

रचनात्मक महिला मंच, सल्ट, जिला-अल्मोड़ा, उत्तराखण्ड
info@shramyog 09759131832

हमारा स्वास्थ्य

महिला स्वास्थ्य और गर्भावस्था

-डॉ0 वन्दना

मॉ बनना स्त्री की सबसे बड़ी खुशी होती है। गर्भावस्था के दौरान एक स्त्री के शरीर में कई बदलाव आते हैं। होने वाली मॉ को कई चीजों का ध्यान रखना होता है। मॉ बनने से पूर्व स्त्री का शारीरिक रूप से तैयार होने के साथ साथ मानसिक तौर पर भी तैयार होना अति आवश्यक और महत्तवपूर्ण है। एक स्वस्थ बच्चे को जन्म देना बड़ी जिम्मेदारी है। तो आइये जानते हैं कि आपको गर्भ अवस्था में क्या क्या करना चाहिए और क्या नही।

हमारे समाज में गर्भावस्था से जुड़ी कई कल्पित मान्यताएं हैं जैसे -

दर्द असहनीय होता है।

ये धारणा गलत है। असहनीय दर्द में प्राकृतिक सुरक्षा युक्ति इससे बचाव करती है। दर्द के दौरान महिला दवाओं के असर से बेहोश होती है दर्द से नही। दर्द के प्रति सही मानसिकता, हिम्मत और सही तरीके से जोर लगाने की विधि इत्यादि मिलकर इस पड़ाव को आसान बना देते हैं।

एक चम्मच घी रोजाना खाना या पीना चाहिए अपनी नस को चिकना रखने के लिए।

पहले ज्यादातर महिलांए खेतो में काम करती थी और पशुपालन के काम में समय बीताती थी। व्यायाम भी खूब रहता था तो उस समय वह घी उन्हें पच जाता था। अपनी नस को और मांसपेशियों को मजबूत और चिकना करने के लिए व्यायाम की जरूरत है न कि एक चम्मच घी की। घी से सिर्फ मोटापा बढ़ेगा, पूरी गर्भ अवस्था के दौरान चुस्त और फुर्तिला रहना महत्तवपूर्ण है जिससे जोड़ खुले रहे जाम न हों।

गर्भनाल मां की नाभी से जुड़ी होती है।

यह भी गलत धारणा है। गर्भनाल मां की नाभी नही बल्कि बच्चेदानी में गर्भ अवस्था के दौरान एक अंग बनता है जिसे खेड़ी कहते हैं उससे जुड़ी होती है। इसके द्वारा बच्चे को मॉ से पोषण और खाना मिलता है। गर्भनाल का दूसरा सिरा बच्चे की नाभी से जुड़ा होता है।

दर्द के दौरान नीचे को जोर देने से सम्बंधित।

हर उठते दर्द में जोर नही देना होता है। दर्द उठना मतलब हर बार जोर लगाना नही होता। जब दर्द में हो तो तभी जोर दें जब डॉक्टर या नर्स ऐसा करने को कहें। अगर शुरूआती दर्द मे ही जोर लगाना शुरू कर दिया जब बच्चेदानी का मुंह पूरा नही खुला होता है आधा ही खुला होता है उस दौरान बच्चे के सिर पर बन्द मुंह के टकराने से चोट पहुंच सकती है और बच्चे दानी के मुंह पर भी चोट और सूजन आ सकती है जो प्रसव की क्रिया को और ज्यादा कष्टदायी बना सकती है। दर्द के दोरान डांक्टर और नर्स बार-बार बच्चे दानी का मुंह कितना खुला है उसकी जांच करते हैं और सही समय पर जोर लगाने को कहते हैं।

गर्भावस्था में मां को दो लोगो के बराबर खाना चाहिए।

यह बिल्कुल गलत धारणा है। गर्भावस्था में दो लोगो के बराबर खाने की कोई आवशकता नही बल्कि उस समय बहुत सूझ-बूझ कर खानें का चयन करना चाहिए। बच्चा अपनी पूर्ति मॉ के खून से लेकर कर लेता है चाहे मॉ के पास पूर्ण मात्रा मे खून हो या न हो। इसलिए अपने स्वास्थ के लिए पूर्ण रूप से सारे पौष्टिक

तत्व एक मॉ के अन्दर होने आवश्यक हैं। क्योकि यदि मॉ के अन्दर पूर्ण रूप से पौषक तत्व नही हैं तो बच्चा तो अपना हिस्सा खून से ले लेगा परन्तु मॉ के शरीर में कमजोरी हो जायेगी जो उसे बाद में थकान, कमजोरी, बेहोशी आदि के रूप में दिखायी देती है।

प्रसव के दौरान पेट को बांधना जरूरी है।

प्रसव के बाद बच्चेदानी और मांसपेशियां भी बहुत ढीली रहती हैं तो उन्हे बांधने से कोई फायदा नही है वह दोबारा लटक या बाहर आ जाऐगी। कपड़ा बांधना इसका उपाय नही है बल्कि हल्का व्यायाम करें। पहले 40 दिन और बाद में तीन माह तक हल्का तथा उसके बाद कठोर व्यायाम करना मांसपेशियों को सख्त और मजबूत बनाता है। व्यायाम के लिए डॉक्टर से सलाह जरूर लें।

ऐसी कई कल्पित मान्यताऐं हमारे समाज में पीढ़ी दर पीढ़ी चली आ रही है, इसलिए मॉ बनने से पहले या इसकी सोच आते ही डांक्टर से सलाह लेना अति आवश्यक है। एक और सामान्य बात है कि लोग गर्भ धारण करने से पहले तथा तीन महीने बाद तक डॉक्टर से सलाह नही लेते। यह बहुत ही गलत धारणा है, इससे शुरूआती समय पर जो भी कमियां पता चल सकती है उसके सारे रास्ते बंद हो जाते हैं और मजबूरन एक मॉ को अस्वस्थ बच्चे को जन्म देना पड़ता है जो उसके खुद के लिए, परिवार के लिए, समाज के लिए पीड़ा का कारण बन जाता है।

यदि पति-पत्नी अपना परिवार आगे बढाना चाहते हैं तो उन्हें डॉक्टर से मिल कर इस बारे में सलाह लेनी चाहिए। मॉ की आयु और स्वास्थ्य का निरीक्षण गर्भ धारण करने से पहले करना अति आवश्यक है। यह जानना बहुत जरूरी है कि गर्भ धारण करने वाली मां का शरीर गर्भ धारण करने के लिए तैयार है, कहीं वह खून की कमी से पीड़ीत तो नही या उसका वजन तो कम नही आदि। शरीर के साथ-साथ वह मन से भी मॉ बनने के लिए और बच्चे की जिम्मेदारी लेने के लिए पूर्णतय तैयार होनी चाहिए। मां के मन का सीधा प्रभाव बच्चे के मन पर पड़ता है।

महीना रूकते ही जांच होना आवश्यक है ना कि 3 माह के बाद। शुरू के तीन महीने गर्भावस्था के महत्वपूर्ण महीने हैं। तीन महीनों के अंत तक बच्चा लगभग तीन इंच तक लंबा हो जाता है उसके सारे महत्वपूर्ण अंग और हाथ, पैर बन जाते हैं और धड़कन भी बन जाती है। ज्यादा तर लोग इन तीन महीनों तक किसी से जांच कराते ही नही हैं और इस बीच बच्चे में कोई कमी आती है तो वह पता नही लग पाती। इन्हीं तीन महीनों में बच्चे के मस्तिष्क के विकास के लिए फॉलिक एसिड 400 एमजी नामक पदार्थ की शरीर को आवश्यकता होती है। इसकी सही मात्रा में सेवन करने से हम बच्चे में जन्म से उत्पन्न होने वाली मस्तिष्क तथा मेरूदण्ड सम्बंधित खामियों को जान कर सही समय पर उपचार कर सकते हैं। पर हम यह तब ही जान पायेंगे जब हम गर्भ से पहले और गर्भ के पहले तीन माह में डॉक्टर से मिलेंगे। गर्भ से पूर्व और उसके तीन माह तक रोजाना 400 एमजी फॉलिक ऐसिड की एक गोली लेना आवश्यक है।

डॉक्टर की सलाह के अनुसार आपको विटामिन और आयरन की गोलियां नियमित रूप से खानी चाहिए। गर्भ के दौरान बहुत ज्यादा मीठी चीजें नही खानी चाहिए। धीमा मधुर और अच्छा संगीत सुने यह मॉ को तनाव मुक्त रखेगा और मन को तरो ताजा रखेगा घर में अच्छा सौहार्द पूर्ण वातावरण बनाऐ। घर के काम करें लेकिन सारा बोझ अपने उपर न लें। डॉक्टर से काम से जुड़ी सलाह लें। गर्भावस्था में मॉ जैसे वातावरण मे रहेगी बच्चे पर भी उसका सीधा असर होगा। घर पर यह सबकी जिम्मेवारी है कि घर का वातावरण सकारात्मक बनाए रखें। मॉ जो देखेगी, सुनेगी, पढ़ेगी उसका प्रभाव बच्चे पर पड़ेगा। हर दिन 11-12 गिलास पानी का सेवन होने वाली मॉ के लिए आवश्यक है।

गर्भावस्था में पैरो में ऐंठन होना साधारण बात है। ऐंठन को कम करने के लिए केला खाना चाहिए इससे दर्द कम होगा। रोजाना 8-9 घंटा सोना चाहिए। आरामदायक जूती या चप्पल पहननी चाहिए। गर्भवती महिला को उपवास नही करनें चाहिए, बल्कि हर 3-4 घंटे में कुछ न कुछ खाना चाहिए। किसी भी प्रकार का नसा न करें यह बच्चे के लिए घातक साबित हो सकता है ।

इस भाग में हमने जाना- गर्भावस्था के बारे में समाज में चली आ रही भ्रांतियां के बारे में और एक गर्भ धारण करनें वाली मॉ को गर्भ धारण करने से पहले और उसके बाद क्या करना चाहिए और क्या नहीं। अगले भाग में हम खान-पान और व्यायाम जो इस दौरान महत्वपूर्ण है के बारे में जानेंगे।

हर तरह के संक्रमण से नवजात की रक्षा करता है मां का दूध

हाल ही में सामने आई एक रिसर्च में अनुसंधानकर्ताओं ने कहा कि मां के दूध में पाया जाने वाला एक खास किस्म का शक्कर नवजात की कई हानिकारक जीवाणुओं से रक्षा करता है। दुनियाभर में गर्भवती महिलाओं में आम तौर पर पाया जाने वाला ग्रुप बी स्ट्रेप जीवाणु नवजातों में संक्रमण पैदा कर सकता है जिससे शिशु को सेप्सिस या निमोनिया जैसी गंभीर बीमारी होने का खतरा रहता है।

संक्रमण के गंभीर होने के कारण कई बार शिशु की मौत तक हो जाती है। ऐसा इसलिए क्योंकि नवजातों में प्रतिरक्षातंत्र पूरी तरह से विकसित नहीं हो पाता है। इस अध्ययन में यह बात सामने आयी है कि मां के दूध से मिलने वाला शक्कर एक ऐंटीबायोफिल्म की तरह काम करता है। मां के दूध में पाए जाने वाले कार्बोहाइड्रेट के इस गुण को सामने लाने वाला यह पहला उदाहरण है।

अमेरिका के टेनिसी में स्थित वैंडरबिल्ट यूनिवर्सिटी के सहायक प्रफेसर स्टीवन टाउनसेंड के अनुसार, मां के दूध में पाए जाने वाले इस तत्व की सबसे अविश्वसनीय खासियत है कि इसमें विषाक्तता बिल्कुल नहीं होती, जैसा कि अन्य ऐंटीबायॉटिक्स में होता है। अध्ययन के नतीजे वॉशिंगटन में हुए 254वीं अमेरिकन केमिकल सोसायटी की राष्ट्रीय बैठक में प्रदर्शित किए गए।

करीब 10 साल पहले अनुसंधानकर्ताओं ने एक अध्ययन में पाया था कि गर्भवती महिलाओं में ग्रुप बी स्ट्रेप जीवाणु होते हैं और ये रोगाणु स्तनपान के जरिए नवजातों में चले जाते हैं। लेकिन अधिकांश नवजात इस जीवाणु की चपेट में आने से बच जाते हैं। लिहाजा अनुसंधानकर्ता यह देखना चाहते थे कि मां के दूध में ऐसे कौन से तत्व पाए जाते हैं जो इन जीवाणुओं से लड़ने का काम करते हैं।

खबरें कार्य क्षेत्र से

श्रमयोग संस्थान सोसायटी पंजीकरण एक्ट के तहत पंजीकृत एक जन संस्थान है। श्रमयोग के द्वारा उत्तराखण्ड राज्य व देश के अलग-अलग हिस्सों में जन समुदायों के साथ मिलकर विकासात्मक गतिविधियों को अन्जाम दिया जाता है। यहाँ श्रमयोग के कार्य क्षेत्र की खबरें दी जा रही है। बच्चे अपने क्षेत्र में बदलते तापमान पर नजर रख रहे हैं। यहां उनकी अभिव्यक्ति को स्थान दिया जा रहा है।

- सम्पादक

बाल मंच के पर्यावरण चेतना केन्द्रों की रिपोर्ट

दिनाँक	प्रात: 06:00 बजे का तापमान (सेन्टीग्रेड में)			सांय 06:00 बजे का तापमान (सेन्टीग्रेड में)		
	गिगड़े	औलेंथ	काठगोदाम	गिगड़े	औलेंथ	काठगोदाम
1 अगस्त	23	-	27	26	-	27
2 अगस्त	24	-	27	25	-	27
3 अगस्त	23.8	-	26	24.5	-	26
4 अगस्त	23	-	26	25	-	25
5 अगस्त	22.4	-	27	26.4	-	27
6 अगस्त	23.8	-	28	26.5	-	27
7 अगस्त	24.4	-	28	26.3	-	27
8 अगस्त	24.5	-	27	26	-	28
9 अगस्त	24	-	27	25.5	-	29
10 अगस्त	23.5	-	27	24	-	27
11 अगस्त	23	-	26	24	-	25
12 अगस्त	23.5	-	26	24	-	27
13 अगस्त	23	-	27	24.5	29	25
14 अगस्त	23	23	26	25.5	25	22
15 अगस्त	28.6	23	26	25.5	27	27
16 अगस्त	23.7	24	27	26	26	28
17 अगस्त	23.8	30	27	25	26	29
18 अगस्त	24.5	24	28	23.7	29	29
19 अगस्त	23.8	29	23	25.5	29	28
20 अगस्त	23	30	26	25	26	27
21 अगस्त	23.5	24	26	25	28	27
22 अगस्त	24	25	25	26	21	25
23 अगस्त	24	26	26	24.7	20	26
24 अगस्त	23	29	26	26.5	30	27
25 अगस्त	23.8	25	26	26.5	27	26

वर्षा (पर्यावरण चेतना केन्द्र, गिगड़े)

दिनाँक	वर्षा	दिनाँक	वर्षा
2 अगस्त	0.3 मीमी	3 अगस्त	35.8 मीमी
4 अगस्त	29.4 मीमी	5 अगस्त	17.3 मीमी
6 अगस्त	0.3 मीमी	7 अगस्त	2.4 मीमी
9 अगस्त	9.4 मीमी	10 अगस्त	15.3 मीमी
11 अगस्त	0.8 मीमी	13 अगस्त	5.6 मीमी
17 अगस्त	0.4 मीमी	18 अगस्त	0.4 मीमी
19 अगस्त	4.5 मीमी	22 अगस्त	1 मीमी
23 अगस्त	6 मीमी		

ऐपण प्रशिक्षण की तैयारियां

टीम श्रमयोग

श्रमयोग अपने कार्यक्षेत्र में महिलाओं के स्वंय सहायता समूह बनाकर उनकी क्षमता वृद्धि व आजीविका संवर्धन के लिए कार्य करता है। श्रमयोग द्वारा समय-समय पर महिलाओं के लिए अभिमुखी कार्यशाला व प्रशिक्षण कार्यक्रम चलाये जाते है जिसमें उन्हें अलग-अलग विषयों से संबंधित कार्य के लिए प्रशिक्षित किया जाता है और महिलाओं की आजीविका की बेहतरी के लिए कार्य किया जाता है। ऐपण कुमांऊ की एक पारंपरिक लोक कला है जिसे विशेष तौर पर महिलाओं द्वारा बनाया जाता है। इस कला को जमीन पर गेहुंए रंग के पृष्ठ पर सफेद रंग से बनाया जाता है जो चावल के आटे का बनता है।

उत्तराखण्ड में ऐपण कला की एक विशिष्ट पहचान है इस विशिष्ट कला को खास अवसरो, पारिवारिक समारोह व संस्कारो पर बनाया जाता है। इसे घरों में दिवारों व पूजा स्थल को सजाने के लिए बनाया जाता है। ऐपण के चित्रों में बहुत से शुभ चिन्ह होते है। लोक मान्यता है कि यह चिन्ह सम्पन्नता का प्रतीक होते है और शुभ कार्य से बुराई को दूर रखते है। अब महिलाएं इस पांरपरिक कला को कपड़े व चौकियों पर बना कर आय भी अर्जित कर रही है। कपड़े व चौकियों पर बनाए गये एपणों की मांग शहरों में दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। यह महिलाओं के लिए नकद आय का बेहतर जरिया बन रहा है। इसलिए श्रमयोग द्वारा स्वंय सहायता समूह की महिलाओं के लिये ऐपण प्रशिक्षण की श्रखंला शुरु की है। इस क्रम में सिंतबर माह में ऐपण प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किये जा रहे हैं। जिसके लिए एक सुनिश्चित योजना बनायी जा चुकी है। योजना के तहत प्रशिक्षण कार्यक्रम कल्टर लेवल पर दिया जायेगा, जिससे महिलाओं के समय का सदुपयोग होगा। प्रशिक्षण के लिए महिलाओं व बच्चों का चयन किया जा चुका है। महिला कार्यकर्ताओं द्वारा बनाये गये ऐपणों को सही दामों दिलाने के लिए श्रमयोग द्वारा बाजार उपलब्ध कराया जायेगा। यह कार्यक्रम सिंतबर माह की पहली तारीख से शुरू किया जायेगा।

एक्शन रिपोर्ट .....

सल्ट में मनाया गया वृक्षारोपण सप्ताह

दिपिका, सल्ट

उत्तराखण्ड राज्य जैव-विविधता की दृष्टि से सम्पन्न हिमालयी क्षेत्र है। उश्राखण्ड के लोग एंव उनकी संस्कृति यहां के प्राकृतिक धरोहर पर हमेशा से निर्भर है। प्राकृतिक सम्पदा व जैव विविधता से सम्पन्न होने पर भी इस राज्य की वर्तमान स्थिति कई मायनों में सन्तोष देने वाली नहीं है। पहाड़ो में असिचिंत कृषि क्षेत्र की वजह से खेती के प्रति उदानसीनता, पलायन व वनों के अधांधुध कटान ने क्षेत्र में परिस्थितिकी तंत्र को खासा नुकसान पहुंचाया है। वर्तमान समय में 64.7 प्रतिशत भाग वनों से आच्छिदत है परन्तु घना जंगल निंरतर कम होता जा रहा है।

श्रमयोग पिछले सात सालों से उत्तराखण्ड के हिमालयी क्षेत्र के अल्मोड़ा व पौड़ी जिलों में कार्यरत है। इस दौरान इन क्षेत्रों में की गयी विभिन्न अध्ययन यात्राओं से यह ज्ञात हुआ कि जिस प्राकृतिक धरोहर पर यहां का जीवन निर्भर करता है, उसे संम्भालने के लिए एक अभियान की जरूरत है। अत: प्राकृतिक धरोहर बचाओ अभियान संचालित किया जा रहा है। इसके अन्तर्गत श्रमयोग द्वारा जल, जंगल, जमीन और जैव-विविधता के संवर्धन व संरक्षण हेतु निरंतर कार्य किया जा रहा है। इसके तहत पूरे क्षेत्र में महिलाओं के स्वयं सहायता समूह एंव बच्चों के रचनात्मक बाल मंच बनाकर उन्हें इस मुहिम से जोड़ा गया है। जिसका प्रमुख उद्देश्य क्षेत्र में प्रकृति वह इंसान के बीच में सामंजस्य स्थापित करना है। अभियान के अन्तर्गत रचनात्मक बाल मंच विभिन्न गांव में मौसम से संबंधित सूक्ष्म स्तरीय आंकड़े एकत्रित करता है। जिसमें मुख्यत: वर्षा, तापमान व आद्रता के आंकड़े शामिल है। आंकड़ों के विश्लेषण से ग्रामीणों को मौसम के बदलावों को समझने में मदद मिली है। इस सन्दर्भ में उन्होंने वृक्षारोपण के महत्व को गंभीर रूप से समझा है। इस क्रम में इस वर्ष प्रत्येक महिला समूह द्वारा वृक्षारोपण करने का निर्णय लिया गया। इस पर श्रमयोग द्वारा महिलाओं को राज्य के हार्टीकल्चर विभाग की विभिन्न योजनाओं से अवगत कराया गया। महिलाओं ने विभाग की मुख्यमंत्री फ्ल-पौध योजना से जुड़ने का फैसला किया, जिसके तहत प्रत्येक परिवार को इच्छानुसार तीन-तीन फ्ल-पौध दिये जाते हैं। यह चर्चा हुई कि यदि समूह की 15 महिलाएं आवेदन करती है तो उनके गांव में 45 पौधो का रोपण होगा जिसे संरक्षित करने पर किसी भी गांव के लिए बहुत बड़ी संपदा होगी। अप्रैल माह में प्रत्येक समूह से प्रस्ताव बनाया गया जिसे जिला उद्यान अधिकारी अल्मोड़ा, ए.डी.ओ उद्यान विभाग मौलेखाल, सल्ट के नाम से प्रस्तावित किया गया। इसमें इच्छुक आवेदनकर्ताओं की सूची थी। 300 परिवारों के द्वारा बनाये गये प्रस्ताव के अनुसार महिलाओं को 900 पेड़ विभाग द्वारा उपलब्ध कराये जाने थे। प्रस्ताव बनने के बाद से ही श्रमयोग के कार्यकर्ताओं द्वारा निंरतर उद्यान विभाग से संपर्क किया जा रहा था। विभाग ने जुलाई माह के अंत तक वृक्ष प्राप्त करने की सूचना दी। 30 जुलाई केा विभाग के कार्यकर्ता ने फोन पर वृक्षों के पहुंचने की सूचना दी। जिसके तदुपरांत श्रमयोग के कार्यकर्ताओ ने समूहों को सूचना दी व प्रत्येक सदस्या को पौधों की उपलब्धता सुनिश्चित की गयी। महिलाओं व बच्चों में वृक्षो के मिलने पर हर्षोल्लास का माहौल देखा गया एंव महिलाएं द्वारा उत्सुकता के साथ वृक्षारोपण सप्ताह मनाया जा रहा है।

चॉच गॉव में वृक्षारोपण

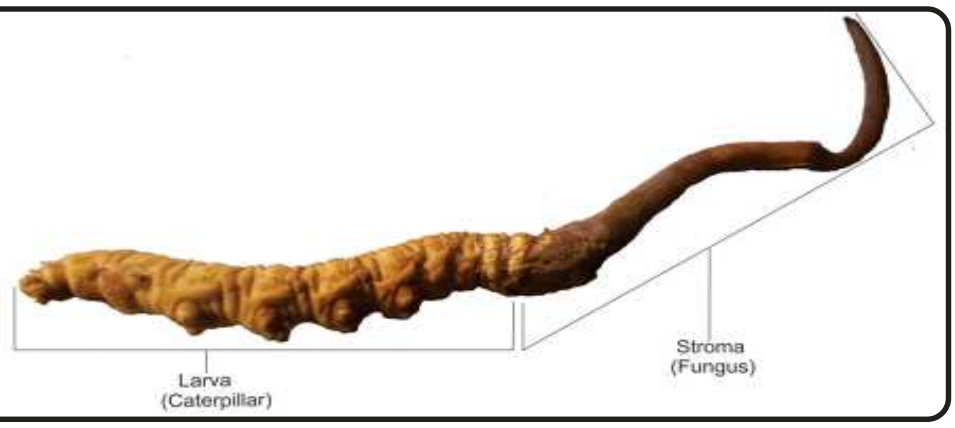
बाला दत्त जोशी

श्री धर्म सेवा सोसाइटी, नई दिल्ली द्वारा 12 अगस्त 2017 को सल्ट ब्लाक के चॉच गॉव में वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में संस्था के कार्यकर्ताओं के अलावा ग्रामीणों ने भी बड़ी संख्या में भाग लिया। कार्यक्रम का उदघाटन देवी दत्त शर्मा द्वारा गॉव में स्थित भगवती मन्दिर प्रांगण में तेजपत्ता एंव देवदार के पेड़ लगा कर किया गया। इस अवसर पर संस्था के महासचिव बाला दत्त जोशी ने तिमिल तथा सह सचिव रवि इजराल ने बॉज का पेड लगाया। गॉव के सभी नागरिकों ने मिल कर मंदिरों एंव नौलो में 35 वृक्ष लगाये जिनमे तेजपात, देवदार, तिमिल, बौड, मोर पंखी तथा रीठा के पेड शामिल थे। वृक्षों की सुरक्षा के लिए कुछ वृक्षों के लिये सुरक्षा जाल भी बनाये गये है। एक वर्ष तक वृक्षो को पानी और खाद देने के लिए माली की व्यवस्था भी की गयी है। इस अवसर पर संस्था के महासचिव बाला दत्त जोशी ने कहा कि तेजपत्ता का वृक्ष ऐसा है जिसे की जंगली जानवर ज्यादा नुकसान नही पहुँचाते। यह वृक्ष हरियाली देने के साथ-साथ मसाले के रूप मे प्रयोग किये जाने वाले पत्ते एंव छाल जिसे दाल चीनी कहते हैं देता है। यदि यह वृक्ष बड़ी संख्या में उगाये जायें तो यह ग्रामीणों की आय का साधन भी बन सकता है। इस अवसर पर सभी नागरिको ने मिल कर झिन्टी जंगल में 100 से अधिक बॉझ तथा रीठा के पौंधे लगाये। कार्यक्रम में ग्राम वासियों ने बढ़-चढ़ कर भागीदारी की। इस अवसर पर पौधों की कमी के कारण लोगों में मायूसी भी देखी गयी। ग्राम वासियों ने अगली बार कम से कम 500 पोंधों की मांग सोसाइटी से की है।

दया नन्द जोशी जो की श्री धर्म सेवा सोसाइटी के 22 वर्षो तक व्यवस्थापक रहे ने बीते दिनो को याद करते हुए बताया कि उन्होनें और उनके साथियों ने गांव में बहुत वृक्ष लगाये हैं। उनकी देख भाल अपने बच्चों की तरह करनी पड़ती है। वृक्षारोपण की सराहना करते हुए उन्होने इसकी देख भाल पर जोर दिया। कौशला देवी ने वृक्षारोपण को एक अच्छी पहल बताया तथा अगले साल उनकी बाखली में थी पेड़ लगाने की मांग की । श्रीमति सरी देवी गडकोटी ने कहा की पेड़ लगाना तो अच्छी बात है लेकिन पानी की समस्या है इनके लिए पानी कहां से आयेगा। निर्वतमान अध्यापक श्री भैरव इजराल जिन्होंने कि पूरे परिवार सहित कार्यक्रम में भाग लिया तथा तरह तरह के फूलों के वृक्ष भी लेकर आये इस पहल की सराहना की । बी आर शर्मा जो की एक उद्यमी हैं हल्द्वानी से कार्यक्रम में भाग लेने चॉच पहुचे। उन्होने संस्था के इस कार्यक्रम की सराहना करते हुए कहा कि देर से ही सही एक सराहनीय शुरूवात है। उन्होंने हर साल वृक्षारोपण कराने की आवश्यक्ता बताई।

हिमालय में कैटरपिलर कवक (कीड़ा जड़ी) के सरंक्षण की जरुरत

CONSERVATION LEADERSHIP PROGRAMME



प्रमोद कुमार,
कन्जर्वेशन लीडरशिप कार्यक्रम

कैटरपिलर कवक की एक परजीवी प्रजाति है। यह हिमालय तथा तिब्बत पठार से लगे हुए क्षेत्र में समुद्र सतह से लगभग 3200 से 4500 मीटर की उंचाई में पाया जाता है। दस्तावेजों मे दर्ज है कि यह प्रजाति पश्चिमी हिमालय के सरंक्षित क्षेत्रो जैसे नदां देवी बायोस्फीयर रिजर्व व अस्कोट वाइल्ड लाइफ सेंचुरी के उच्च स्तरीय घास के मैदानों में पायी जाती है। सदियों से कैटरपिलर कवक तिब्बत और चाइना में पांरपरिक औषधियों में फेफडे, लीवर और किडनी की राहत औषधि के रूप में इस्तेमाल की जाती हैं। इसका व्यापार कामोत्तेजक और शाक्तिशाली टॉनिक 'हिमालयन वायग्रा' के रूप में भी किया जाता है। कैटरपिलर कवक का वैश्विक व्यापार 1993 में जर्मनी में आयोजित वर्ल्ड एथलेटिक चैपियनशिप के बाद तेजी से बढ़ा जब चाइनीज एथलीटस ने बहुत सारे रिकार्ड लंबी दौड़ में बनाये जो आहार में कैटरपिलर कवक और कछुए का रक्त लेते थे।

कैटरपिलर कवक के औषधीय गुण

कैटरपिलर कवक प्रकृति की एक बहुकिमती देन है जिसका परम्परागत प्राचीन औषधि में उपयोग होता है। इसकी खोज 1500 साल पहले तिब्बत चारवाहों द्वारा की गयी जिन्होंने यह अवलोकन किया कि कुछ कवक खाकर उनके पशु ज्यादा क्रियाशील हो जाते है। उन्हीं दिनों मिंग साम्राज्य के राज्य चिकित्सक एक शक्तिशाली और प्रबल औषधी को बनाने के लिए खोज कर रहे थे। उन्होंने इसका उपयोग बूढ़ी बतख के साथ पकाकर कैंसर के मरीज व शक्तिहीनता के उपचार हेतु किया। मुर्गी के मांस के साथ पकाये जाने पर अल्पकामुकता और नर नंपुसकता का ईलाज किया जाता था। इसके अलावा इसे सुंअर, गौरेया, कछुए के मांस के साथ थकावट के उपचार के लिए उपयोग किया जाता था। नेपाल के कुछ भाग में कैटरपिलर कवक को पीस कर और सलमपंजा के साथ मिलाकर इसका सेवन किया जाता है। सलमपंज, शहद और गाय के दूध का मिश्रण टॉनिक और कामोत्तेजक में इस्तेमाल किया जाता है। कैटरपिलर कवक में विभिन्न उपचरात्मक विषेषताएं भी पायी जाती है जैसे अस्थमा, गुर्दा से संबंधित बिमारी, रोगप्रतिरोधक क्षमता को संतुलित करना, विभिन्न मानवीय कैंसर कोशिकाओं में प्रबल साइटोटाक्सिक प्रभाव को कम करना, अनियमित महावारी को ठीक करना शामिल है।

दोहन और व्यापार

इसे इकट्ठा करने का सही समय मई की शुरूआत से जून अंत तक रहता है। इसे एकत्र करने का समय विभिन्न कारकों पर निर्भर करता है जैसे स्थानीय मौसम, चारगाहों पर बर्फ की स्थिति, एकत्र करने वाले स्थानों की उंचाई। स्थानीय लोग इसे उंचाई वाले खुले मैदानों में खोजते है। वास्तव में कैटरपिलर कवक की उंचाई व चौड़ाई बहुत कम होती है। लगभग सेब के डण्ठल के बराबर जिसे आसानी से नहीं देखा जा सकता है। बसन्त के दौरान मैदान छोटी-छोटी घांसो व लकड़ी जो कैटरपिलर कवक जैसे ही भूरे होते है से पटा होता है लेकिन पहाड़ी क्षेत्र के लोग कठिन परिश्रम करते है। इसको खोजने का कार्य काफी कठिन है साथ ही यह लाभदायी उद्यम भी है। कैटरपिलर कवक को सबसे पहले जमीन से खोद के निकाला जाता है। यह धूल व मिट्टी से ढका होता है जिसे साफकरने का सही तरीका टूथबुश से होता है। इसकी सफाई के दौरान सावधानी व एतिहात बरतना पड़ता है ताकि कवक टूटे ना व इसे नुकसान न हो। इसे छाया में सुखाने के बाद यह प्रजाति बिकने के लिए तैयार होती है। इसे नमी से बचाने के लिए जमीन से कुछ उंचाई पर संरक्षित किया जाता है। संसाधन की कमी व उच्च प्रचारता के कारण कैटरपिलर कवक का मूल्य काफी ज्यादा होता है। जिससे एकत्र करने वाले व व्यापारी के बीच बहुत प्रतिस्पर्धा होती है।

पिछले दशक से हिमालय के ग्रामीण कैटरपिलर कवक के व्यवसायी हो गए है। इसके एकत्रीकरण के पश्चात् उत्पाद को व्यापारी को बेचा जाता है। ये व्यापारी एशिया में शहरी केद्रों के साथ-साथ पश्चिमी देशों में इसकी बढ़ती मांग को पूरा करते है। भारत मे ये एक कवक 4 से 7 यू.एस. डॉलर में बिकता है। व्यापारी कवक की स्थिति व आकार के अनुसार इसे निर्यातकर्ताओं व थोक विक्रेताओंता को 12,365 से 18,307 यू.एस. डॉलर प्रति किलो बेचते है। 5 से 6 साल पहले लोग 55 से 60 के लगभग कवक एक दिन में एकत्रित कर लेते है परंतु इस व्यवसाय में ज्यादा लोगों की भागीदारी से अब ग्रामीण एक दिन में 15 से 20 कवक ही एकत्रित कर पाते है। इसने हिमालय को सोने की खान बना दिया है। पिछले दशक मे उपभोक्ताओं द्वारा बढ़ती मांग के कारण ग्रामीण कैटरपिलर कवक को एकत्र कर रहे है और उपरी हिमालयी क्षेत्रों में यह गतिविधि समृद्ध आय का जरिया बन गयी है।

अवसर और समुदाय के लिए चुनौतियां

स्थानीय ग्रामीण जिस नंदा देवी बायोस्फीयर रिजर्व व अस्कोट वाइल्ड लाइफ सेंचुरी क्षेत्र से कवक एकत्र करते है वह भूमि पुरातन समुदायों, ऐतिहासिक गढ़ेरियों, कुम्हार व व्यापारियों की है। स्थानीय पहाड़ी निवासियों के द्वारा कवक के व्यापार से पिछले 12 से 15 सालों में काफी लाभ कमाया गया है। इससे उनके सामाजिक-आर्थिक परिस्थितियों में क्रातिकारी बदलाव आया है।

इस कीमती कवक को एकत्रित करने और इसके व्यापार से अर्जित आय द्वारा यहां के सुदूर इलाके में रहने वाले समुदायों का सशक्तीकरण हुआ है। जो समुदाय कभी चरावाही और कृषि गतिविधियों द्वारा अपना जीवन सुनिश्चित करते थे वे आज इस आय को अपने बच्चों की शिक्षा, पारिवारिक स्वास्थ्य और साल भर के गुजारे में खर्च करते हैं। इसके अतिरिक्त वे अब पूरी तरह कृषि पर निर्भर नहीं है जोकि वर्षा और जंगली जानवरों के विध्वंस के अधीन है। साथ ही इस नकद आय के प्रवाह से स्थानीय अर्थव्यवस्था मजबूत हुई है। अत: कैटरपिलर कवक से प्राप्त लाभ ने उपरी हिमालयी क्षेत्र के ग्रामीणों को स्थानीय, राष्ट्रीय और अंतराष्ट्रीय अर्थव्यस्था से नकद आय मुहैया करायी है।

कैटरपिलर कवक को एकत्र करने के अन्य पहलू भी है। कैटरपिलर कवक को प्रतिकूल जलवायु में एकत्र करना पड़ता है। यहां इसकी बहुत कम मात्रा में प्राप्यता के कारण इस बात की कोई गारण्टी नहीं होती की एकत्रित करने वाले को कुछ मिलेगा या नहीं। कुछ ग्रामीणों को खाली हाथ लौटना पड़ता है। बर्फ के उंचे मैदानों में निवास करने से बहुत ग्रामीण बीमार पड़ जाते है। अक्सर लोग गांव में बर्फसे अंधेपन, जोड़ो में दर्द और सांस में दिक्कत के साथ वापस लौटते है। Conservation Leadership Programme और Rufford Small Grant के सहयोग से किये गये शोध से यह ज्ञात हुआ है कि कैटरपिलर कवक की संख्या व प्रति व्यक्ति एकत्रीकरण की मात्रा में निरंतर कमी आ रही है। इसे शोधक्षेत्र में एकत्र करने का तरीका पिछले पांच सालों से काफी कठिन होता जा रहा है। कैटरपिलर कवक के एकत्रीकरण से आसानी से मिलने वाले पैसे के लालच में इसकी प्रजाति को एक बड़ा पर्यावरणीय खतरा और इसके प्राकृतिक आवास में तेजी से कमी हो रही है। अंतत: इसके बढ़ते व्यापार, जरूरत से ज्यादा बढ़ते एकत्रीकरण के कारण इसकी मात्रा में कमी हो रही है। यह आंशका है कि उपरोक्त खतरे इस प्रजाति को विलुप्ति की कगार पर ले आयेगें।

जागरूकता की जरूरत और उपयुक्त नीति

उच्च हिमालयी क्षेत्रों में कैटरपिलर कवक के संरक्षण हेतु इसके एकत्रीकरण व व्यापार से संबंधित मुद्दों पर संवेदनशीलता की आवश्यक्ता है। अनियंत्रित दोहन पर रोक, उचित वैज्ञानिक तकनीकी का इस्तेमाल,एकत्र करने के दीर्घकालीन साधनों का इस्तेमाल इस प्रजाति के संरक्षण के लिए आवश्यक है। इस प्रजाति के संरक्षण के लिए लिए सरकारी नीतियां एकीकृत आजीविका व सरंक्षण को ध्यान में रखते हुए बनानी चाहिए ताकि कैटरपिलर कवक के सपूंर्ण प्रबंधन में न केवल इसका संरक्षण हो बल्कि यहां के मूल निवासी आर्थिक रूप से सम्प्रभु हों।

भारत वर्ष में प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण से संबंधित कई कानून है परंतु इनके कार्यन्वयन में बहुत बड़ा फासला देखा जाता है। कई वैधानिक मुद्दो के कारण कैटरपिलर कवक का व्यापार खतरों से भरा हुआ है। बहुत बार स्थानीय प्रशासन और जंगलात के साथ टकराव के साथ-साथ इसे एकत्र करने वालों और व्यापारियों के लिए कारावास जाने जैसी स्थिति बन जाती थी। एकत्र करने वालों और व्यापारियों के बीच पैसो के भुगतान को लेकर भी झगड़े होते है। स्थानीय स्तर पर वैकल्पिक आजीविका के अवसरों की कमी स्थानीय समुदाय की कैटरपिलर कवक के व्यवसाय में निर्भरता को बढ़ावा रही है। कैटरपिलर कवक का सत्त प्रबंधन स्थानीय समुदाय के शिक्षा में निवेश, खाद्य सुरक्षा व गरीबी को घटाने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

(मूल रुप से अग्रेजी भाषा में लिखित आलेख का अनुवाद दिपिका व गीता ने किया है)

चारधाम यात्रा मार्ग पर खाद्य पदार्थों में मिलावट

स्पेक्स, देहरादून

25 मई से 20 जुलाई 2017 तक चार धाम यात्रा मार्गों पर स्पेक्स द्वारा खाद्य पदार्थों के नमूने एकत्र कर प्रयोगशाला में किये गये परीक्षणों से यह तथ्य निकल कर आया है कि चारधाम यात्रा मार्ग पर मिलावटी खाद्य पदार्थ बेचे जा रहे हैं। राष्ट्रीय विज्ञान प्रौद्योगिकी एवं संचार परिषद (विज्ञान एवं तकनीकी मन्त्रालय, भारत सरकार) के सहयोग से स्पेक्स द्वारा विकसित 'रसोई कसौटी' किट द्वारा तथा स्पैक्स की प्रयोगशाला में किये गये परीक्षण ऑख खोलने वाले हैं। स्पेक्स की रिपोर्ट के अनुसार चार धाम यात्रा मार्गों पर कुल 1143 नमूने 47 स्थानों से एकत्र किये गये जिसमें 983 नमूनों में मिलावट पायी गयी। जिसमें कोडियाला, गंगोरी, भटवाड़ी, गंगनानी में 100 प्रतिशत नमूनों में मिलावट पायी गयी। सरसों के तेल व रोली के नमूनों में 100 प्रतिशत मिलावट पायी गयी।

इस अभियान से यह तथ्य उभर कर आता है कि अपने राज्य की आर्थिक नींव कहे जाने वाले पर्यटन में अपने यात्रियों को हम क्या परोस रहे हैं यह न सिर्फ चिंताजनक है बल्कि पर्यटन में सर्वाधिक महत्वपूर्ण पक्ष आहार को नजरअंदाज किया जा रहा है।

इस अभियान में विशेषकर उन जगहों से खाद्य पदार्थों के नमूने लिए गए जहां यात्रा के दौरान अधिकतम यात्री रूकते व ठहरते हैं। लगभग 22 खाद्य पदार्थों के लिए गए नमूनों में एक भी ऐसा नहीं पाया गया जो शत-प्रतिशत शुद्ध हो। गौर करने की बात है कि ये सभी जगहें छोटी है, जहां बाजार छोटे ही हैं। छोटी जगहों में इतना अधिक अपमिश्रण पाया जाना इसलिए भी चिंतानजक है कि आसपास के सभी गांव अपनी दैनिक जरूरतों के लिए इन्हीं छोटे बाजारों पर पूरी तरह आश्रित रहते हैं और ये बाजार अपनी लेन-देन में अधिकतर उधार पर ही चलते हैं। ऐसे में ना ही उपभोक्ता खाद्य पदार्थों में गुणवत्ता की मांग कर सकता है न ही दुकानदार उसे सुनिश्चित करता है।

इस बात में कोई दो राय नही है कि पहाड़ का स्थानीय उत्पाद पूर्णत: शुद्ध होता है और उसी रूप में बाहर जाता है, परन्तु बाहर से आने वाले पदार्थ में अत्यधिक मिलावट होती है। यहां तक कि पहाड़ के कई उत्पाद अपने मूलरूप में शुद्ध बाहर जाते हैं - जैस कच्ची हल्दी, अदरक, लाल मिर्च आदि मगर जब ये प्रसंस्कृत जैसे पिसी हुई हल्दी, सौंठ, पिसी हुई मिर्च के रुप में वापस पहाड़ आते हैं तो अशुद्ध या मिलावट भरे होते हैं। जनता के जागरुक होने का वक्त है क्योंकि सरकार सोई हुई है।

बाल मंच का पृष्ठ

इस पृष्ठ में बाल मंच की गतिविधियों एवं बाल मंच के सदस्यों की अभिव्यक्ति को स्थान दिया जाता है। श्रमयोग के कार्य क्षेत्र में बाल मंचों द्वारा निरन्तर बाल सभाओं का आयोजन हो रहा है। नये गांवों में बाल मंचों का गठन हो रहा है। इस अंक में प्रेरक कहानी, जानकारियों व अन्य गतिविधियों को स्थान दिया गया है।

-सम्पादक

सी.वी. रमन एवं रमन प्रभाव

प्रभा बर्थवाल, प्रवक्ता, रसायन विज्ञान

हमारे देश ने विज्ञान एंव प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में अनेक अविष्कारों द्वारा महत्वपूर्ण योगदान दिया है। विज्ञान हमारे जीवन का अभिन्न हिस्सा है। हमारी जीवन शैली में प्राचीन काल से ही विज्ञान की महत्ता रही है। आइए इस लेख द्वारा प्रसिद्ध भारतीय वैज्ञानिक सी. वी. रमन तथा उनके योगदान के बारे में जानते है।

सर सी. वी. रमन का जन्म 7 नंवबर 1888 को तमिलनाडु में हुआ था। अपनी शिक्षा पूरी करने के पश्चात उन्होनें कलकश्रा यूनिवर्सिटी में भौतिकी के प्रोफेसर के पद पर कार्य करते हुए रमन इफैक्ट तथा अन्य महत्वपूर्ण खोजें की। वे पहले भारतीय वैज्ञानिक थे जिन्हें विज्ञान के क्षेत्र में सन् 1980 में नोबेल पुरस्कार से सम्मानित किया गया। यह सम्मान उन्हें अपने एक महत्वपूर्ण अविष्कार, रमन प्रभाव के लिए दिया गया। उन्होनें कठोर परिश्रम तथा प्रयोगो से पाया कि प्रकाश किरणों को नये पदार्थ में से गुजारने पर स्पेक्ट्रम में कुछ नई रेखांए प्राप्त होती है। यही रमन प्रभाव का आधार था।

प्रकाश विद्युत प्रभाव के बाद जिस खोज ने प्लांक की क्वाण्टम परिकल्पना की सर्वाधिक पुष्टि की वह खोज रमन प्रभाव के नाम से जानी जाती है। इस खोज के लिए उन्होनें किसी मंहगे उपकरण का सहारा नहीं लिया बल्कि उनके पास था एक मामूली सा स्पेक्ट्रोमीटर।

रमन प्रभाव - प्राय: इन्द्रधनुष बनते हुए सभी ने देखा है। सूर्य से आने वाली सफेद किरणें जब वायुमण्डल में मौजूद पानी के कणों से गुजरती है तो प्रकाश में मौजूद विभिन्न रंगो की किरणें अलग-अलग हो जाती है इसे विज्ञान की भाषा में अपवर्तन कहते है। दरअसल सफेद प्रकाश कई रंग की किरणों का मिश्रण होता है और यही किरण इद्रधनुष में अलग होकर दिखने लगती है। इसी तरह सफेद प्रकाश को किसी प्रिज्म से गुजारने पर अलग-अलग रंगो का अपवर्तन अलग-अलग दिशाओं में होने के

कारण वहां भी प्रकाश का स्पेक्ट्रम यानि रंगो की अलग-अलग पटिट्यां दिखाई देने लगती हैं। अब प्रश्न उठता है कि अगर एक ही रंग की प्रकाश किरण प्रिज्म से गुजारी जाये तो क्या होगा? इसका जवाब आसान है- कि वही रंग अपवर्तन के बाद भी दिखेगा यानि कोई स्पेक्ट्रम नहीं दिखेगा लेकिन रमन प्रभाव ने इस मान्यता को गलत सिद्ध कर दिया। सी.वी.रमन ने एक वर्णीय प्रकाश का अध्ययन करते हुए पाया कि जब इसे किसी गैसीय या पारदर्शी माध्यम से गुजारा जाता है तो बहुत कम तीव्रता की कुछ किरणें पैदा हो जाती है जिनकी तंरगदैर्ध्य मूल प्रकाश से थोड़ी अलग होती है यानि एक छोटा सा स्पैक्ट्रम प्राप्त हो जाता है यही है रमन प्रभाव।

इस तरह प्रकाश के एक रंग का दूसरे कई रंगो में विभिक्त हो जाना प्रकाश प्रकीर्णन कहलाता है। आसमान या समुद्र का नीला दिखना इसी प्रकीर्णन का प्रमाण है। वैज्ञानिक प्लांक ने प्रकाश के बारे में परिकल्पना की थी कि वह उर्जा के छोटे-छोटे बण्डलों के रूप में चलता है जिन्हें फोटोन कहते है लेकिन इसका कोई प्रयोगात्मक आधार नहीं है। रमन प्रभाव से स्पष्ट हुआ कि प्रकाश न सिर्फ उर्जा के बण्डलों यानि फोटानो के रूप में चलता है बल्कि किसी पदार्थ से टकराने पर उसकी उर्जा आंशिक रूप से पदार्थ के अणु में ट्रांसफर भी हो जाती है। कम उर्जा का बचा हुआ फोटान नई प्रकाश तंरगो को पैदा करता है। शक्तिशाली प्रकाश विकिरण वाले लेजर की खोज के बाद रमन प्रभाव का महत्व अधिक हो गया। तनी डोरियों के कम्पन से पैदा होने वाली अनुप्रस्थ तंरगो का रमन ने अध्ययन किया और भारतीय वाद्य यंत्रो तबला इत्यादि में पैदा होने वाली हार्मोनिक तंरगो पर अनेक प्रयोग कर निष्कर्ष निकालें की मधुर ध्वनि में किस तरह की फ्रीक्वैन्सी शामिल होती है और कम म्यूजिक शोर में बदल जाती है। इसके अलावा इन्होनें अल्ट्रासोनिक तंरगो और अनुनाद आदि के संबंध में उल्लेखनीय खोजें की। पांच सौ के लगभग शोध पत्र उनके नाम विज्ञान की खोज में दर्ज हैं। रमन स्कैटरिगं का उपयोग रमन लेसर किरणें बनाने में होता है। एकवर्णीय प्रकाश जब पदार्थ के परमाणुओं से टकराता है तो कम उर्जा का प्रकाश मिलता है। इन्हीं तंरगो की व्रीवता बढ़ाकर रमन लेसर किरणें मिलती है। इन्ही किरणों को आधुनिक इलैक्ट्रानिकी तथा ऑपटिकल कम्प्यूटिगं जैसे क्षेत्रों में अत्यंत उपयोगी पाया गया है। उन्होनें बंगलुरू में रमन शोध सस्थांन की स्थापना की और इसी संस्थान मे शोधरत रहे। भारत सरकार उन्हें भारत रत्न से विभूषित कर चुकी है। इसके अलावा उन्हें लेनिन शांति पुरस्कार से भी नवाजा जा चुका है। 28 फरवरी 1928 को रमन प्रभाव की खोज हुई थी। जिसकी याद में प्रतिवर्ष 28 फरवरी विज्ञान दिवस के रूप में मनाया जाता है। रमन का मानना था कि हमें प्रश्न पूछने में कोई हिचक या भय नहीं होना चाहिए। वे कहते थे- 'Ask the right questions and nature will open the doors to her secerets'

स्वयम् की सोच का इस्तेमाल

बाल कहानियां से साभार

एक मकड़ी थी। उसने आराम से रहने के लिए एक शानदार जाला बनाने का निर्णय लिया और सोचा कि इस जाले में बहुत सारे कीड़े ,मक्खियां फसेंगी और मै उससे आहार बनाउंगी और मजे से रहूँगी। उसने कमरे के एक कोने को पसंद किया और जाला बुनना शुरू किया कुछ देर बाद आधा जाला बुन कर तैयार हो गया। यह देख कर वह बहुत खुश हुई। तभी अचानक उसकी नजर एक बिल्ली पर पड़ी जो उसे देख कर हंस रही थी मकड़ी को गुस्सा आ गया और बह बिल्ली से बोली, 'हंस क्यों रही हो ?' 'हंसू नही तो क्या करू' बिल्ली ने जबाव दिया, 'यहॉ मक्खियां नही हैं, यह जगह तो बिल्कुल साफ सुथरी है। यहां कौन आयेगा तेरे जाल में।' यह बात मकड़ी के गले उतर गयी और उसने सही सलाह के लिए बिल्ली को धन्यवाद दिया और जाला अधूरा छोड़ कर दूसरी जगह तलाश करने लगी।

उसने इधर उधर देखा तो उसे एक खिड़की दिखाई दी। उसमें जाला बुनना शुरू किया कुछ देर तक वह जाला बुनती रही, तभी एक चिड़िया आई और मकडी का मजाक उड़ाते हुए बोली, 'अरे मकड़ी तू भी कितनी बेवकूफहै।' 'क्यो' मकड़ी ने पूछा। चिड़िया उसे समझाने लगी- अरे यहां तो खिड़की से तेज हवा आती है यहां तो तू अपने जाले के साथ ही उड़ जायेगी मकड़ी को चिड़िया की बात ठीक लगी और जाला बीच में छोड़कर सोचने लगी कि अब जाला कहां बनाया जाये।

समय काफी बीत चुका था और अब उसे भूख भी लगने लगी थी, अब उसे एक अलमारी का दरवाजा दिखा उसने उसमे जाला बनाना शुरू कर दिया। कुछ जाला बुना ही था कि उसे एक कॉक्ररोच नजर आया जो जाले को अचरज भरी नजर से देख रहा था। 'मकड़ी ने पूछा ?' इस तरह से किया देख रहे हो ? काक्ररोच बोला, अरे यहां कहां जाला बुनने चली आयी। ये तो बेकार की अलमारी है अभी ये यहां पड़ी है। कुछ दिन बाद इसे बेच दिया जायेगा और तुम्हारी सारी मेहनत बेकार चली जायेगी, यह सुन कर मकड़ी ने वहां से हट जाना बेहतर समझा।

बर-बार प्रयास करनें से वह काफी थक चुकी थी और उसके अन्दर जाला बुनने की ताकत ही नही बची थी। भूख की वजह से वह परेशान थी और उसे पछतावा हो रहा था कि पहले ही जाला बुन लेती तो अच्छा होता पर अब वह कुछ नही कर सकती थी उसी हाल में पड़ी रही । मकड़ी को लगा की अब कुछ नही हो सकता तो उसने अपने पास से गुजरती हुई चींटी से मदद का आग्रह किया। चींटी बोली 'मै बहुत देर से तुम्हे देख रही हूँ' तुम बार-बार अपना काम शुरू करती हो और दूसरों के कहने पर अधूरा छोड़ देती हो। जो लोग ऐसा करते हैं उनकी यही हालत होती है और ऐसा कहते हुए वह अपने रास्ते चली गई और मकड़ी पछताती हुई निढ़ाल पड़ी रही।

शिक्षा-हमारी जिन्दगी में भी कई बार ऐसा ही होता है। जब हम कोई काम शुरू करते हैं शुरू-शुरू में तो हम उस काम के लिए बड़े उत्साहित रहते हैं, पर लोगो के कहने की वजह से उत्साह कम होने लगता है और हम अपना काम बीच में ही छोड़ देते हैं, और जब बाद में पता चलता है कि हम अपनी सफलता के कितने नजदीक थे तो बाद में पछतावे के अलावा कुछ नही बचता।

नहीं काटना मुझको भाई

नहीं काटना मुझको भाई।
मैनें तुम्हें छाह पहुंचाई।।
सूरज जब उपर चढ़ जाता
राही वहां बैठ सुसताता
मीठे फल वह मेरे खाता
बदले में क्या कुछ दे जाता
सेवा की है की भलाई
नहीं काटना मुझको भाई।।
मेरी जड़ी-बूटी लेकर
बनती दवा हकीमों के घर
खाकर उसे ठीक हो जाते
बूढ़े, बच्चे सब सुख पाते
हमसे सब में खुशियां आई
नहीं काटना मुझको भाई।।
ठण्डी हवा हमी से चलती
जन-जन में जीवन रस भरती
मुझे उगाओ अपने पास
पूरीत हो जीवन की आस
हमसें सब में खुशियां आई
नहीं काटना मुझको भाई।।

(अपनी पुस्तक से)

सुभम मौलेखी,
कक्षा:-5, भव्य बाल मंच, खलपाटी

सूचना

विज्ञान ओलम्पियाड फाउण्डेशन द्वारा प्रत्येक वर्ष कक्षा 1 से 12 तक के विद्यार्थियों के लिये नवम्बर माह में राष्ट्रीय विज्ञान ओलम्पियाड का आयोजन किया जाता है। इच्छुक विद्यार्थी अपने विद्यालय में सम्पर्क करें। आप फोन नम्बर 0124-4951200 एव ईमेल - info@sofworld.org पर भी सम्पर्क कर सकते हैं।

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक शंकर दत्त ने नौटियाल प्रिंटर्स ग्राम माजरी माफी, मोहकमपुर, देहरादून (उत्तराखण्ड) से मुद्रित कर ग्राम श्यामपुर, पो0 अम्बीवाला, प्रेमनगर, देहरादून (उत्तराखण्ड) से प्रकाशित किया।

सम्पादक-अजय कुमार

सभी पद अवैतनिक हैं।

(सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून न्यायालय ही मान्य होगा)