

घुटती सांसों से कम होती औसत आयु की चिन्ता



ललित गग

निश्चित ही वायु
प्रदूषण से उत्पन्न
दमधोटू माहौल का
संकट जीवन का
संकट बनता जा रहा
है। वायु प्रदूषण का
ऐसा विकराल जाल
है जिसमें मनुष्य
सहित सारे जीव-जंतु
फँसकर छटपटा रहे
हैं, जीवन सांसों पर
छाये संकट से जूँझ
रहे हैं। यह समस्या
साल-दर-साल गंभीर
होती जा रही है।

ज वायु प्रदूषण का संकट भारत की राष्ट्रव्यापी समस्या है। युनिवर्सिटी ऑफ शिकागो की हाल ही में जारी रिपोर्ट इस चिन्ता को बढ़ाती है जिसमें कहा गया कि वायु प्रदूषण के चलते भारत में जीवन प्रत्याशा में गिरावट आ रही है। जिसमें फेफड़ों को नुकसान पहुंचने वाले पी.एम. 2.5 कण की बड़ी भूमिका है। रिपोर्ट बताती है कि वैश्विक मानकों से कहीं अधिक प्रदूषण भारत में लोगों की औसत आयु तीन से पांच वर्ष एवं दिल्ली में दस से बाहर वर्ष कम कर रहा है। बहरहाल प्रदूषण के खिलाफ योजनाबद्ध ढंग से मुहिम छेड़ने की जरूरत है। अध्ययन कहता है कि देश की एक अरब से अधिक आबादी ऐसी जगहों पर रहती है जहां प्रवृष्ण डब्ल्यूएचओ के मानकों से कहीं अधिक है। दरअसल, देश के बड़े शहर आबादी के बोझ से त्रस्त हैं। बढ़ती आबादी के लिये रोजगार बढ़ाने व अर्थव्यवस्था को गति देने के लिए जो औद्योगिक इकाइयां लगायी गईं, उनकी भी प्रदूषण बढ़ाने में भूमिका रही है। डीजल-पेट्रोल के निजी वाहनों को बढ़ता कार्पिला, निमाण कारों में लापरवाही, कचरे का निस्तारण न होना और जीवाशम ईंधन ने प्रदूषण बढ़ाया है। यह बढ़ता वायु प्रदूषण हमारी जीवन शैली से उपजे प्रदूषण की देन भी है।

यह निराशजनक खबरों के बीच उत्साहवर्धक खबर यह भी है कि भारत में सूक्ष्म कर्णों से पैदा होने वाले जानलेवा प्रदूषण में गिरावट आई है। लेकिन अभी जीवन प्रत्याशा घटाने वाले प्रदूषण को लेकर जारी लड़ाई खत्म नहीं हुई है। यूनिवर्सिटी ऑफ शिकागो के एनर्जी पॉलिसी इंस्टीट्यूट की रिपोर्ट 'वायु गुणवत्ता जीवन सूचकांक-2024' बताती है कि भारत में साल 2021 की तुलना में 2022 के वायु प्रदूषण में 19.3 फीसदी की कमी आई है। हालांकि, यह उपलब्ध मौजूदा हालात में बहुत बड़ी तो नहीं कही जा सकती है, लेकिन यह बात उत्साहवर्धक है कि प्रत्येक भारतीय की जीवन प्रत्याशा में इक्वावन दिन की वृद्धि हुई है। हालांकि, हम अभी विश्व स्वास्थ्य संगठन के मानकों की कसौटी पर खरे नहीं उतरे हैं, लेकिन एक विश्वास जगा है कि युद्ध स्तर पर प्रयासों से भयावह प्रदूषण के खिलाफ किसी हद तक जंग जीती भी जा सकती है। लेकिन इसके साथ ही सूचकांक-2024 में यह चेतावा भी है कि यदि भारत में डब्ल्यूएचओ के वार्षिक पीएम 2.5 के सांदर्भ मानक के लक्ष्य पूरे नहीं होते तो भारतीयों की जीवन प्रत्याशा में करीब साढ़े तीन साल की कमी आने की आशंका पैदा हो सकती है। पीएम 2.5 श्वसन प्रणाली में गहराई तक प्रवेश कर सकता है और सांस सबधी समस्याओं को जन्म देता है। यह स्वास्थ्य को एक बड़ा खतरा है और वायु प्रदूषण का एक प्रमुख कारक है।

हालांकि, राजधानी समेत कई अन्य राज्यों में मेट्रो ट्रेन शुरू

A woman with dark hair tied back, wearing a blue surgical mask over her nose and mouth, and dark sunglasses, is looking down at her smartphone. She is wearing a black and white patterned dress with a purple strap across her shoulder. She has several colorful beaded bracelets on her wrists. The background is a hazy, overexposed scene of a city street with other people, vehicles, and a large building, possibly the Taj Mahal, visible through the haze.

होने के बाद प्रदूषण में काफी कमी आई है। इस दिशा में हमें दीर्घकालीन नीतियों के बारे में सोचना होगा। हमारी कोशिश हो कि घरी आबादी के बीच चलायी जा रही औद्योगिक इकाइयों को शहरों से दूर स्थापित किया जाए। हमारे उद्यमियों को भी जिम्मेदार नागरिक के रूप में प्रदूषण नियंत्रण में योगदान देना चाहिए। नीति-नियंत्रणों को सोचना चाहिए कि प्रदूषण में अप्रत्याशित वृद्धि के बाद दिल्ली आदि महानगरों में चलाये जाने वाले ग्रेडेड रेसोर्स्स एक्शन प्लान यानी ग्रेप जैसी व्यवस्था को नियमित रूप से लागू कर्यों नहीं किया जा सकता? ताजा कुछ अध्ययनों में बताया गया है कि बढ़ता प्रदूषण नवजात शिशुओं तथा बच्चों की जीवन प्रत्याशा पर बुरा प्रभाव डाल रहा है। ऐसे में हमें अध्ययनों के नियमन तथा कार्बन उत्सर्जन करने वाले इंधन पर रोक लगाने जैसे फौरी उपाय तुरंत करने चाहिए। ऐसे तमाम प्रदूषण स्रोतों को नियन्त्रित करने की जरूरत है जो हमारे जीवन पर संकट पैदा कर रहे हैं।

अध्ययन कहता है कि भारत के सबसे कम प्रदूषित शहर भी डब्ल्यूएचओ के निर्धारित मानकों से सात गुना अधिक प्रदूषित हैं। हम न भूलें कि देश की राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली की गिनती लगातार दुनिया की सबसे प्रदूषित राजधानियों में होती रही है। दोवाली के बाद जब दिल्ली गहरे प्रदूषण के आगेश में होती है तो कोर्ट से लेकर सरकार तक अति सक्रियता दर्शाते हैं। लेकिन थोड़ी स्थिति सामान्य होने पर परिणाम वही 'दाक के तीन पात'। कभी पेट्रोल-डीजल देने नये मानक तय होते हैं तो कभी जीवाशम इंधन पर रोक लगती है। केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड ने वर्ष 2019 प्रदूषण कम करने को राष्ट्रीय स्वच्छ वायु कार्यक्रम देश के सौ से अधिक शहरों में शुरू किया था। चार साल बाद पर चला कि किसी भी शहर ने अपने लक्ष्य को पूरा नहीं किया विकासशील देश पहले ही निर्धारित वायु गुणवत्ता के मानकों पूरा नहीं कर पा रहे हैं, वहाँ डब्ल्यूएचओ ने मानकों व और कठोर बना दिया है। सभी सरकारों व नागरिकों व दायित्व बनता है कि अपने-अपने स्तर पर प्रदूषण को करने वाली जीवन शैली अपनाएं। हमें यह भी ध्यान रखना होगा कि पूरी दुनिया में सतर लाख मौतें हर साल प्रदूषण वायु के चलते हो रही हैं।

उल्लेखनीय है कि भारत के राष्ट्रीय परिवेशी वायु गुणवत्ता मानक के अनुसार हवा में पीएम 2.5 और पीएम 10 व वार्षिक स्तर की सुरक्षित सीमा क्रमशः चालीस माइक्रोग्राम प्रति घन मीटर और साठ माइक्रोग्राम प्रति घन मीटर हो चाहिए। हालांकि, ये मानक विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा दिशानिर्देशों के अनुसार निर्धारित मानकों से कहीं ज्यादा है दरअसल, हमारे नीति-नियंत्रण प्रदूषण कम करने के लिए नागरिकों को जागरूक करने में भी विफल रहे हैं। हमारी सुख-सुविधा की लालसा एवं भौतिकतावादी जीवनशैली की चमक ने भी वायु प्रदूषण बढ़ाया है। अब चाहे गांधी बगाहे होने वाली आतिशबाजी हो, प्रतिबंध के बावजू-

पराली जलाना हो, या फिर सार्वजनिक परिवहन सेवा से परहेज हो, तमाम कारण प्रदूषण बढ़ाने वाले हैं। कल्पना कीजिए वच्चों और दमा, एलर्जी व अन्य सांस के रोगों से जुँड़ने वाले लोगों पर इस प्रदूषण का कितना घातक असर होगा?

अनुकूल मौसम संबंधी प्रतिस्थितियां बतायी गई हैं। हालांकि, हकीकत यह भी है कि प्रदूषण नियंत्रण के लिये चलायी जा रही कई योजनाओं के सकारात्मक परिणामों का भी इसमें योगदान रहा है। खासकर भारत सरकार द्वारा चलाये जा रहे राष्ट्रीय स्वच्छ वायु कार्यक्रम के तहत जिन शहरों को शामिल किया गया था, वहां भी पीएम-2.5 सांद्रता में गिरावट देखी गई है। वहाँ स्वच्छ ईंधन कार्यक्रम का सकारात्मक प्रभाव प्रदूषण नियंत्रण पर नजर आया है। इससे भारत के रिहाइशी इलाकों में कार्बन उत्सर्जन कम करने में मदद मिली है। ऐसी योजनाओं को पूरे देश में लागू करने का सुझाव भी दिया गया है। बहरहाल, हमें वर्ष 2022 के उत्सहजनक परिणामों के सामने आने के बाद व्यापक लक्ष्यों के प्रति उदासीन नहीं होना है। यह एक लंबी लडाई है और इसमें सरकार व समाज की सक्रिय भागीदारी जरूरी है। हमें इस भ्रम में नहीं रहना चाहिए कि सरकारों के भरोसे ही लगातार गहराते पर्यावरण प्रदूषण पर नियंत्रण किया जा सकता है।

निश्चित ही वायु प्रदूषण से उत्पन्न दमघोटू माहौल का संकट जीवन का संकट बनता जा रहा है। वायु प्रदूषण का ऐसा विकार जाल है जिसमें मनुष्य सहित सारे जीव-जंतु फंसकर छप्पटा रहे हैं, जीवन सांसों पर छाये संकट से जड़ रहे हैं। यह समस्या साल-दर-साल गंभीर होती जा रही है। सरकारों अनेक लुभावने तर्क एवं तथ्य देकर समस्या को कमतर दिखाने को कोशिशें करती है। लेकिन हकीकत यही है कि लोगों का दम घुट रहा है। अगर वे सचमुच इससे पार पाने को लेकर गंभीर हैं, तो वह व्यावहारिक धरातल पर दिखना चाहिए। प्रश्न है कि पिछले कुछ सालों से लगातार इस महासंकट से जु़झ रहे राष्ट्र को कोई समाधान की रोशनी ब्यां नहीं मिलती? वास्तव में यह विभिन्न राज्य सरकारों का गैर जिम्मेदाराना व्यवहार है, जिसने सबको जहरीले वायुमंडल में रहने को विवश किया है। इस विषम एवं ज्वलातं समस्या से मुक्ति के लिये हर राजनीतिक दल एवं सरकारों को संवेदनशील एवं अन्तर्दृष्टि-सम्पन्न बनना होगा। प्रदूषण से ठीक उसी प्रकार लड़ना होगा जैसे एक नहान-सा दीपक गहन अंधेरे से लड़ता है। छोटी औकात, पर अंधेरे को पास नहीं आने देता। क्षण-क्षण अग्नि-परीक्षा देता है। पर हाँ! अग्नि परीक्षा से कोई अपने शरीर पर फूस लपेट कर नहीं निकल सकता।

व्यक्ति को पार्टी टिकट भी दिला सकता है? साथ ही ऐसे अपराधी का 'करम फरमाँ' जेलर चुनाव मैदान में आकर महिला सुरक्षा के विषय में अपने क्या विचार रखेगा? यह सब सवाल ओलम्पियन विनेश फोगट अगामी चुनाव में केवल हरियाणा ही नहीं बल्कि कांग्रेस की स्टार प्रचारक के रूप में भाजपा से देश भर में पूछने जा रही है। भाजपा स्वयं को उन अरोपियों से भी दूर नहीं रख सकती जो उसपर बिल्कुल बानो के सजायाफ्ता अपराधियों की रिहाई को लेकर लगे थे। व्यक्ति गुजरात की भाजपा सरकार ने तो उन सामूहिक बलात्कारियों व हत्यारों को रिहा कर दिया था परन्तु सर्वोच्च न्यायलय ने गुजरात सरकार के इस फैसले को निरस्त हये उन्हें पुनः जेल की सलाखों के पीछे धकेला। तब कहाँ चला गया था भाजपा का महिला सुरक्षा का दावा? बेटी बच्चाओं योजना का उस समय ध्यान क्यों नहीं आया? जब भाजपा सरकार के मंत्री विधायक व कार्यकर्ता कटुआ की 8 वर्षीय आसिफा के बलात्कार व उसकी हत्या के अरोपियों के पक्ष में जुलूस निकाल रहे थे। जब उनके पक्ष में तिरंगा यात्रा निकल कर तिरगे को भी बदनाम करने की कोशिश कर रहे थे उस समय कहाँ था था भाजपा का नारी न्याय और बेटी बच्चाओं का उद्घोष? ऐसे और अनेक सवाल जो भाजपा में महिला बाल विकास मंत्री रही स्मृति ईरानी नहीं पूछ सकतीं उस तरह के सवाल अब विपक्षी इडिया गठबंधन की तरफ से विनेश फोगट यानी एक ऐसी ओलम्पियन देश में धूम धूम कर पूछेगी जोकि स्वयं नारी शोषण शिकार रही है वह भी कथित रूप से भाजपा के दबंग सांसद के द्वारा? इसलिये विनेश फोगट का कांग्रेस में आना केवल किसी ओलम्पियन का किसी पार्टी में शामिल होना मात्र नहीं है बल्कि विनेश फोगट के रूप में महिला सुरक्षा भी वर्तमान में हो रहे व भविष्य में होने वाले चानायों में एक बड़ा मदा होगा।

महिला सुरक्षा भी होगा चुनावों में बड़ा मुद्दा

महिला उत्पीड़न, बलात्कार व हत्या जैसे धृति अपराधों में यह भी देखा गया है कि ऐसे कई भाजपा शासित राज्यों में होने वाली ऐसी सनसनीखेज वारदातों में भाजपा की ओर से खामोशी बरती गयी जबकि किसी गैर भाजपा शासित राज्य खासकर बंगाल में यदि कोई घटना घटी तो उसे भाजपा द्वारा इस हद तक उछाला गया कि बंगाल में राष्ट्रपति शासन लगाये जाने की चर्चा तक छिड़ गयी? जबकि मणिपुर में महिलाओं के साथ जैसे जुल्म हुये वह स्वतंत्र भारत के इतिहास में आज तक कहीं भी नहीं हुये। परन्तु चौंक मणिपुर भाजपा शासित राज्य है इसलिये इन घटनाओं के लिये न तो वहां के मुख्यमंत्री को जिम्मेदार ठराया गया न ही किसी से ताग पत्र माँगा गया? उत्तरांचल में भी ऊचे रसुख रखने वाले भाजपा नेता के पुत्र बलात्कार, हत्या जैसे मामलों में शामिल पाए गये। भाजपा शासित राज्यों में घटी ऐसे अनेक घटनायें सरकार की 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' की मुनाफ़ी पर सवाल खड़ा कर रही हैं। इसी बीच ओलंपियन विनेश फोगाट का कांग्रेस का दामन थामना भी भाजपा के लिये बड़ा सिर दर्द सावित हो सकता है। विनेश फोगाट उन विश्वस्तरीय ओलंपिक पदक विजेता पहलवानों में एक है जिसने उत्तर प्रदेश के पूर्व भाजपा सांसद व भारतीय कुश्ती महासंघ के पूर्व अध्यक्ष बृज भूषण सिंह द्वारा कुछ महिला पहलवानों के साथ कथित रूप से किये गये दुर्व्ववाहर के विरुद्ध मोर्चा खोलते हुये जंतर मंतर पर धरना दिया था। यह धरना गत वर्ष 28 मई 2023 को उस समय और भी सुरुखियों में छा गया था जबकि उस दिन नये संसद भवन के उद्घाटन के अवसर पर बृज भूषण सिंह के विरुद्ध धरनारत इन पहलवानों को दिल्ली पुलिस ने बलपूर्वक जंतर मंतर से घसीट कर धरना समाप्त करा दिया था। उस दिन देश ने 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' का नाम देने वाली भाजपा

के दो चरित्र व चेहे देखे थे। एक तरफ तो उत्पीड़न शिकार देश का मान सम्मान विश्व में बढ़ने वाली बे पुलिस जुल्म का शिकार हो रही थीं उन्हें सङ्कटे घसीटा जा रहा था। जबकि ठीक उसी समय उत्पीड़न का आरोपी बृज भूषण सिंह मुस्कुराता नवर्निमित संसद भवन के उद्घाटन समारोह की बढ़ा रहा था। इन्हीं धरनारत पहलवानों में दिल्ली पुलिस की ज्यादितयों का शिकार एक खिलाड़ी विनेश फोगांवी थी जो अब कांग्रेस में शामिल होकर पूरे देश को भाग्य देने वाली बोली के बीच बैठा। उसके बाद वे के 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' के खोखले दावों इसकी हकीकत में अंतर से परिचय कराएगी। महिला सम्मान के सवाल को लेकर एक और 'राम गोल' करते हुये भाजपा द्वारा हरियाणा विधानसभा चुनाव में चरखी दादरी से पूर्व जेलर सुनील सांगवान को विद्या दिया गया है। सुनील सांगवान की विशेषता यह है कि वह रोहतक की सुनारिया जेल में उनके जेल अधीक्षक कार्यकाल के दौरान रेप व हत्या के दोषी गुरमीत रहीम को 6 बार पैरोल मिली थी। इस पैरोल को दिया गया में सहायता करने जेलर सुनील सांगवान की विभिन्न भूमिकाएँ। राम रहीम को मिली पिछली पैरोल के दौरान ही यह स्क्रिप्ट लिखी जा चुकी थी। तभी जिसे ही रहीम अपनी पैरोल खत्म कर जेल पहुंचा उसके पांच बाद ही सुनील सांगवान ने जेलर पद से त्याग पत्र जिसे फैरन स्वीकार भी कर लिया गया। उसके 3 ही दिन उन्होंने सार्वजनिक मंच पर आकर भाजपा की ओर दो दिन बाद ही भाजपा की पहली अपग्रेडी की इनती प्राप्त है कि वह अपनी पसंदीदा प्रत्याशी के रूप में सामन आ गया। योगे 'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' का नाश देने वाली भाजपा में गुरमीत रहीम जिसे रेप और हत्या के दोषी व सजा काटा अपग्रेडी की इनती प्राप्त है कि वह अपनी पसंदीदा

पैरालंपिक में भारत: सोच में आए बदलाव का नतीजा

है। वैसे भी युवाओं को प्रेरित करने के लिए एक नायक की जरूरत होती है। पर अब देश ने इन खेलों में ढेरों नायक खड़े कर दिए हैं, इसलिए युवा भी अपनी अपेक्षा का दुख मनाने के बजाय खेलों में हाथ आजमाने को आगे आने लगे हैं। वह दिन भी दूर नहीं, जब भारत इन खेलों के टॉप दस देशों में नजर आ सकता है। हम पेरिस पैरालिंपिक खेलों की बात करें तो भारत ने 29 में से 13 पदक एथ्लेटिक्स में हासिल किए हैं। भारत द्वारा जीते सात स्वर्ण पदकों में से चार और नौ रजत पदकों में से छह पदक एथ्लेटिक्स में आए हैं। भारत ने बैडमिंटन और निशानेबाजी में भी अच्छा प्रदर्शन किया है। पर तीरंदाजी, जूडो, टेबल टेनिस सहित कई अन्य खेलों में भी बेहतर प्रदर्शन करने की संभावनाएं हैं। भारतीय प्रदर्शन पर हम नजर डालें तो साफ दिखता है कि खिलाड़ियों के प्रदर्शन में सुधार आ रहा है। इसके लिए प्रवीण कुमार का ऊंची कूद में टोक्यो के रजत को स्वर्ण में बदलना, हरविंदर का तीरंदाजी कांस्य को स्वर्ण में बदलने के अलावा हाईंजंपर शरद कुमार और निषाद कुमार, शटलर सुहास यथिराज, डिस्कस थ्रोअर योगेश का पदक का रंग बदलने को देखा जा सकता है। पैरालिंपिक खेल पहले विश्व स्तर पर ही बहुत लोकप्रिय नहीं थे और भारत में तो इन खेलों की लोकप्रियता का सवाल ही कहां उठता है? यही वजह है कि भारत शुरूआत में इन खेलों में नियमित तौर पर भाग ही नहीं लता था। 1984 से जब इन खेलों में भाग लेना नियमित तौर पर शुरू हुआ, तब भी उसके भाग लेने में गंभीरता का एकदम से अभाव दिखता था। यही वजह है कि ज्यादातर खेलों में भाग लेने वालों की संख्या 4-6 ही हुआ करती थी। भारत ने 1984 से लेकर 2012 तक आठ

खेलों में सिर्फ सात पदक ही जीते। सही मायने भारत में पैरा एथलीटों को सही दिशा मिलने शुरूआत 2016 के रियो पैरालंपिक से हुई और वह सरकारी सहयोग के साथ देश की पैरालंपिक समिति की बागड़ोर पैरा एथलीटों के हाथों में आने ने अभी भी मिला निर्भाव। 2016 के रियो खेलों में रजत पदक जीतने वाली दीपा मलिक 2020 में इस समिति प्रमुख बनीं तो आजकल इन खेलों की समिति के द्वारा स्वर्ण पदक विजेता देवेंद्र झाझरिया अध्यक्ष हैं। अब में यह लोग अच्छे से जानते थे कि इन खिलाड़ियों किस तरह ट्रेनिंग की जरूरत है और उनको मिशन व्हार्ड मुहैया कराइ जाएं। इसी का परिणाम पैरालंपिक 2020 के टोक्यो पैरालंपिक और पेरिस खेलों में देश को मिला है। यह सही है कि 2016 में भारत ने स्वर्ण सहित चार ही पदक जीते। पर इन खेलों से भारतीय पैरा एथलीटों में यह भावना बनी कि वह इस स्तर पर सुर्खियां बटोर सकते हैं। यह सही है। भारत ने 2020 के टोक्यो पैरालंपिक के 19 पदक मुकाबले सात स्वर्ण सहित 29 पदक जीतकर 38 प्रदर्शन को सुधारा है। वह अंक तालिका में भी 20 से 18वें स्थान पर आकर पहली बार टॉप 20 देश शामिल हुआ है। पर भारतीय क्षमता का पूरा उपरांभ भी नहीं हो सका है। इन खेलों में भारत ने एक स्वर्ण और दो रजत पदक और जीत लिए होने तो वह ईरान से ऊपर रहकर 14वें स्थान पर रह सकता था। भारत को टॉप दस देशों में शामिल होने प्रयास करना चाहिए। यह काम बहुत आसान तो नहीं पहुंच गया है। भारत इस मुकाबला तक ऐसे इसके लिए पैरालंपिक समिति ने भारत सरकार के



卷之三

मा रत अब पैरालीपिक खेलों में एक ताकत के रूप में उभर रहा है। उन्होंने पेरिस पैरालीपिक खेलों में सात स्वर्ण पदक सहित 29 पदक जीतकर इतिहास रच दिया है। अब यह कहा जाने लगा है कि भारत के अब सामान्य खिलाड़ियों को पैरा एथलीटों से प्रेरणा लेने की ज़रूरत है, क्योंकि पिछले दिनों भारत पेरिस ओलंपिक में एक भी स्वर्ण पदक नहीं जीत सका था और उसके पदकों की संख्या भी छह थी। अब सोचने वाली बात यह है कि तमाम मुश्किलों को पार करके जब ऐसा एथलीट बुलदियों को छू सकते हैं तो हमारे सामान्य खिलाड़ियों को क्या दिक्कत है। सही मायनों में पैरा एथलीटों के इस धमाल की वजह पिछले कुछ समय में सोच में आए बदलाव का यह नतीजा है। भारत के लिए स्वर्ण जीतने वाले नीतेश कुमार, अवनि लेखरा, सुमित अर्तिल, हरविंदर सिंह, धरमबीर सिंह, प्रवीन कुमार और नवदीप सिंह में कई भी ऐसा नहीं है, जिसने पहले अपनी शारीरिक अपंगता से उड़रने के लिए संघर्ष नहीं किया हो। इन सभी ने पैरा खेलों में हाथ आजमाकर देशवासियों के सामने मिसाल पेश की



मिलकर तमाम प्रयास किए और वह इन सभी का परिणाम है। इस समिति की पूर्व अध्यक्ष दीपा मलिक कहती है कि मैंने इन खेलों को मुख्य धारा में लाने का प्रयास किया। इसके लिए इस खेल के आंकड़ों को इंटरनेट पर पड़वाया। प्रतिभाओं की तलाश के लिए देश में जूनियर और सब जूनियर चैंपियनशिपों का आयोजन कराया। हम सभी जानते हैं कि पैरा एथलीट किन परिस्थितियों से उभरकर सामने आते हैं, इसलिए सबसे जरूरी मनोदेशा को तैयार करना होता है। आधुनिक खेलों में खिलाड़ी की प्रतिभा के साथ मनोवैज्ञानिक तैयारी का महत्व बहुत बढ़दूर गया है। भारत को ओलंपिक खेलों में प्रदर्शन सुधारना हो मानसिक मजबूती पर खासतौर से काम करने की जरूरत है।



नैनीताल जा रहे
तो ये 5 जगहें
देखना न भूलें

बर्फ से ढके पहाड़ों के बीच झीलों से धिरा नैनीताल उत्तराखण्ड का राज्य का प्रसिद्ध हनीमून स्पॉट है। नैनी शब्द का अर्थ है आंखें और 'ताल' का अर्थ है झील। यहाँ आकर आपके शांत और प्रकृति के पास होने जैसा महसूस होगा। यहाँ चारों ओर खूबसूरती बिखरी है। सैर-सपाटे के लिए दर्जनों जगहें हैं, जहाँ जाकर पर्यटक हैरान रह जाते हैं और प्राकृतिक नजारों को बस देखते ही रहते हैं। आओ जानते हैं यहाँ के प्रमुख स्पॉट।

नैनीताल घूमने का सबसे अच्छा समय मार्च से जून

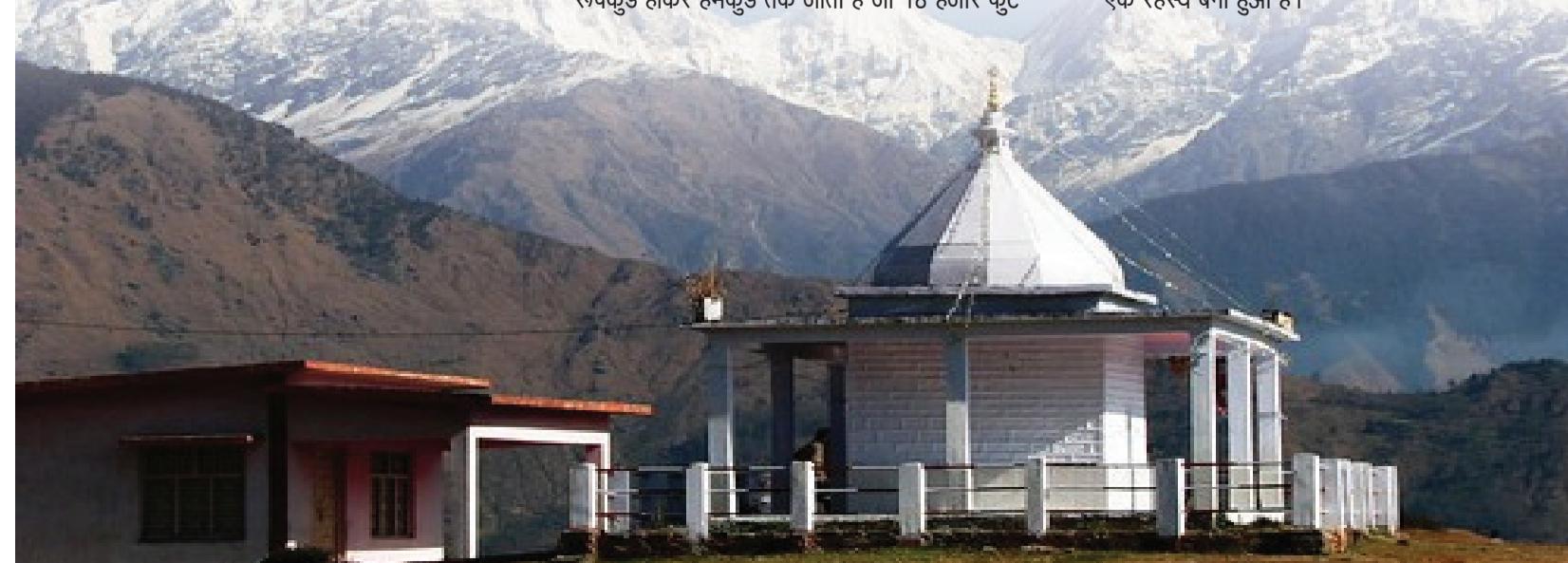
1. नैनिताल नैना झील :
यहां कि प्रसिद्ध झील नैना झील है जिसे ताल भी कहा जाता है। ताल में बतखों के झुंड, रंग-बिरंगी नावें और ऊपर से बहती ठंडी हवा यहां एक अद्भुत नजारा पेश करते हैं। ताल का पानी गर्मियों में हरा, बरसात में मटमैला और सर्दियों में हल्का नीला दिखाई देता है। एक समय में नैनिताल जिले में 60 से ज्यादा झीलें हुआ करती थीं।
 2. नैना देवी मंदिर :
इसे नैनिताल इसलिए भी कहा जाता है क्योंकि यहां पर ऊँचे पहाड़ पर नैना देवी का एक मंदिर है।
 3. हिल स्टेशन :
बर्फ से ढके पहाड़ों के बीच झीलों से घिरा नैनिताल उत्तराखण्ड राज्य का प्रसिद्ध हनीमून स्पॉट है। यहां टॉप पर नैना चोटी, स्नो व्यू और टिफिन टॉप है। स्नो व्यूप पर आप रोपवे से जा सकते हैं।
 4. प्राणी उद्यान नैनिताल :
पंडित जीबी पंत प्राणी उद्यान यहां के प्रसिद्ध स्थल है। गोविंद बलभ वंश उच्च स्थलीय प्राणी उद्यान नैनिताल बस स्टेशन से लगभग 1 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है।
 5. हनुमानगढ़ी नैनिताल :
यह यहां का धार्मिक स्थल है जो मुख्य शहर से करीब 4 किलोमीटर दूर पहाड़ी पर है। इसके अलावा गर्वनर हाउस है और शॉपिंग के लिए आप मार्केट मॉलरोड जा सकते हैं।

रोमांच और खतरों से भरी मां नंदादेवी की अद्भुत यात्रा

उत्तराखण्ड के चमोली जिले में जौशीमठ के तपोवन क्षेत्र में नंदा देवी का सबसे ऊँचा पहाड़ है। नंदादेवी के दोनों ओर ग्लेशियर यानी हिमनद हैं। इन हिमनदों की बर्फ पिघलकर एक नदी का रूप ले लेती है। यहां दो बड़े ग्लेशियर हैं- नंदादेवी नॉर्थ और नंदा देवी साउथ। दोनों की लंबाई 19 किलोमीटर है। इनकी शुरुआत नंदा देवी की छोटी से ही हो जाती है जो नीचे घाटी तक आती है। आओ जानते हैं नंदा देवी की ऐतिहासिक यात्रा की 10 खास बातें।

- नंदा देवी का इतिहासिक यात्रा का 10 दिना यात्रा।**

 - माता पार्वती है नंदा देवी :** उत्तराखण्ड के लोग नंदादेवी को अपनी अधिष्ठात्री देवी मानते हैं और यहां की लोककथाओं में उन्हें हिमालय की पुत्री कहा गया है, अर्थात् वे माता पार्वती हैं।
 - गढ़वाल-कुमाऊँ का मिलन :** नंदा देवी गढ़वाल के साथ साथ कुमाऊँ कत्युरी राजवंश की ईष्टदेवी थीं और वे उत्तराखण्ड की बेटी हैं, वह इस यात्रा के माध्यम से अपने



अल्मोड़ा एक बहुत ही सुंदर नगर

अल्मोड़ा जाना चाहते हैं तो पहले इसे पढ़ें।

6. अल्मोड़ा का बिनसर अभ्यारण्य भी बहुत ही रोमांच से भरा है। अल्मोड़ा हिल स्टेशन से लगभग 33 किलोमीटर की दूरी पर स्थित बिनसर पर्यटन स्थल एक छोटा सा गांव हैं। जोकि देवदार के पेड़ों के हरे-भरे जंगल, घास के मैदान और खूबसूरत मंदिरों के लिए जाना जाता हैं।
 7. अल्मोड़ा का डियर पार्क अल्मोड़ा से लगभग 3 किलोमीटर की दूरी पर स्थित हैं। डियर पार्क प्रकृति और वन्यजीव प्रेमियों के लिए शानदार डेस्टिनेशन है। डियर पार्क का सबसे प्रमुख आकर्षण देवदार के हरे-भरे वृक्ष हैं और उनके बीच घुमते हुए हिरण, तेंदुआ और काले भालू जैसे जानवर इसकी खूबसूरती को देखने लायक बना देते हैं।
 8. अल्मोड़ा भारत में कुछ बेहतरीन हस्तशिल्प और सजावटी वस्तुओं के संग्रह के लिए प्रसिद्ध है। यहां पर द्वाराहाट, रानीखेत, चौखुटिया और शीतलाखेत भी घूमने लायक बहुत ही सुंदर स्थान हैं।
 9. अल्मोड़ा से करीब 53 किलोमीटर उत्तर दिशा में स्थित है कौसानी नामक हिल स्टेशन जो प्राकृतिक छटा से भरपूर है। यहां देवदार के सघन वन हैं जिनके एक ओर सामैश्वर घाटी और दूसरी ओर गरुड़ व बैजनाथ घाटी स्थित है।
 10. अल्मोड़ा तो किसी भी मौसम में जा सकते हैं लेकिन सबसे अच्छा समय मार्च से अप्रैल का महीना होता है क्योंकि यहां पर शांत वातावरण मिलता है। पंतनगर निकटतम हवाई अड्डा है जहां से अल्मोड़ा 120 किलोमीटर दूर है, काठगोदाम रेलवे स्टेशन यहां से 80 किलोमीटर दूर है। हरिद्वार, नैनीताल, देहरादूर और लखनऊ के सड़कमार्ग से अल्मोड़ा जुड़ा हुआ है।

की ऊंचाई पर स्थित है।

- 8. रोमांचक और खतरों से भरी होती है ये यात्रा :** इस 280 किमी की धार्मिक यात्रा के दौरान रास्ते में घने जंगल, पथरीले मार्गों व दुर्गम चोटियों और बर्फीले पहाड़ों को पार करना पड़ता है। नंदादेवी चोटी के नीचे पूर्वी तरफ नंदा देवी अभ्यारण्य है। यहां कई प्रजातियों के जीव-जंतु रहते हैं। इसकी सीमाएं चमोली, पिथौरागढ़ और बागेश्वर जिलों से जुड़ती हैं।

9. 19 दिन लगते हैं यात्रा पूर्ण होने में : इस यात्रा को पूरा करने में 19 दिन का समय लग जाता है। इस यात्रा के 19 पड़ाव हैं। रास्ते में विभिन्न पड़ावों से होकर गुजरने वाली यह यात्रा में भिन्न-भिन्न पड़ावों पर लोग इस यात्रा में मिलकर इस यात्रा का हिस्सा बनते हैं। इस यात्रा का आयोजन नंदादेवी राजजात समिति द्वारा किया जाता है।

10. यात्रा का आकर्षण चौसिंगा खाड़ : इस यात्रा का मुख्य आकर्षण चौसिंगा खाड़ (चार सींगों वाला भेड़) होता है, जो कि स्थानीय क्षेत्र में राजजात यात्रा शुरू होने से पहले पैदा हो जाता है। उसकी पीठ में दो तरफ थैले में श्रद्धालु गहने, श्रृंगार सामग्री व अन्य भेंट देवी के लिए रखते हैं, जो कि हैमकुंड में पूजा होने के बाद आगे हिमालय की ओर प्रस्थान करता है। यात्रा में जाने वाले लोगों का मानना है कि यह चौसिंगा खाड़ आगे विकट हिमालय में जाकर विलुप्त हो जाता है। माना जाता है कि यह नंदादेवी के क्षेत्र कैलाश में प्रवेश कर जाता है, जो आज भी अपने आप में एक उद्यम बना डूँगा।



देश की 10 रोमांटिक जगह जरूर जाना चाहिए

रोमांटिक जगह पर घूमने जाना चाहते हैं तो भारत में ऐसी सैकड़ों रोमांटिक जगहें हैं जहां पर आप जाकर अपने पार्टनर के साथ संबंधों की नई ऊंचाइयों को छू सकते हो। इसके लिए हम लाएं हैं भारत के टॉप 10 रोमांटिक और ब्यूटीफुल जगहों की जानकारी।

भारत की टॉप 10 रोमांटिक जगहें

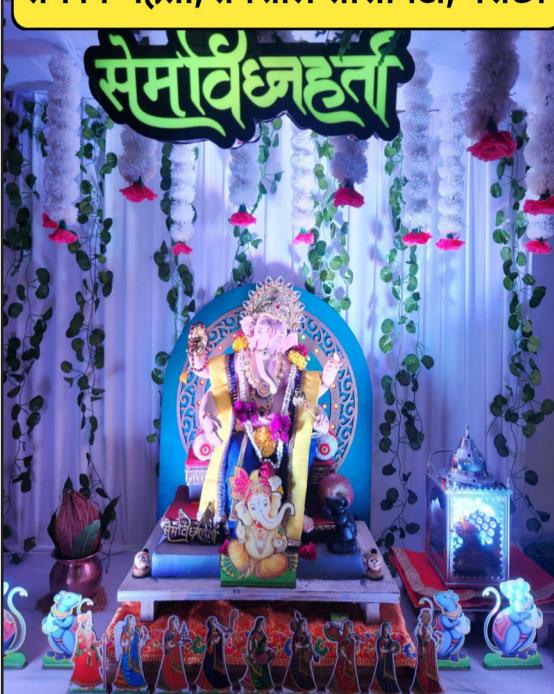
1. गोवा : समुद्र के किनारे बसा गोवा बहुत ही रोमांटिक जगह है। हनीमून मनाने वालों को भी खूब आकर्षित करता है। रोमांटिक स्थलों में यह सबसे टॉप पर माना जाता है।
 2. चंबा : उत्तराखण्ड के मसूरी से मात्र 13 घंटे की दूरी पर बसा है चंबा। चंबा की सीढ़ीनुमा सड़कें और ऊचे-ऊचे वृक्षों से लदी घुमावदार घाटियां, झुरुमों में छुपे छोटे-छोटे घर आपके मन को मोह लेंगे।
 3. दार्जिलिंग : 'क्रीन ऑफ हिल्स' के नाम से मशहूर दार्जिलिंग हमेशा से एक बेहतरीन हनीमून डेस्टिनेशन रहा है। यह बहुत ही रोमांटिक स्थल है। दूर-दूर तक फैले हरी चाय के खेत मानो धरती पर हरी चादर बिछी ही। सिर्फ चाय बागान नहीं हैं बल्कि यहां की वादियां भी बेहद मनोहारी हैं। बर्फ से ढंके सुंदर पहाड़, देवदार के जंगल, प्राकृतिक सुंदरता, कलकल करते झारने सबका मन मोह लेते हैं।
 4. शिमला : शिमला जाएं या मनाली दोनों ही हिमाचल में स्थित है। दोनों ही हनीमून के लिए सबसे प्रसिद्ध स्थल है। यहां घाटी और चारों ओर हिमालय पर्वत की चोटियों का सुंदर दृश्य दिखाई देता है। चारों ओर से पहाड़ों से घिरे शिमला और मनाली की देखकर रोमांच और रोमांस का अनुभव होता है।
 5. ऊटी : तमिलनाडु का विश्व प्रसिद्ध शहर ऊटी हनीमून के लिए सबसे उपयुक्त स्थान है। इसे पहाड़ों की रानी कहा जाता है। यहां दूर-दूर तक फैली हरियाली, चाय के बागान, तरह-तरह की वनस्पतियां आपको मंत्रमुग्ध कर देंगी।
 6. लक्ष्मीपुर : २२ किलोमीटर लंबी गणि २६ गो २धिक प्लोट, और टाप्पना टीएं में लंटी



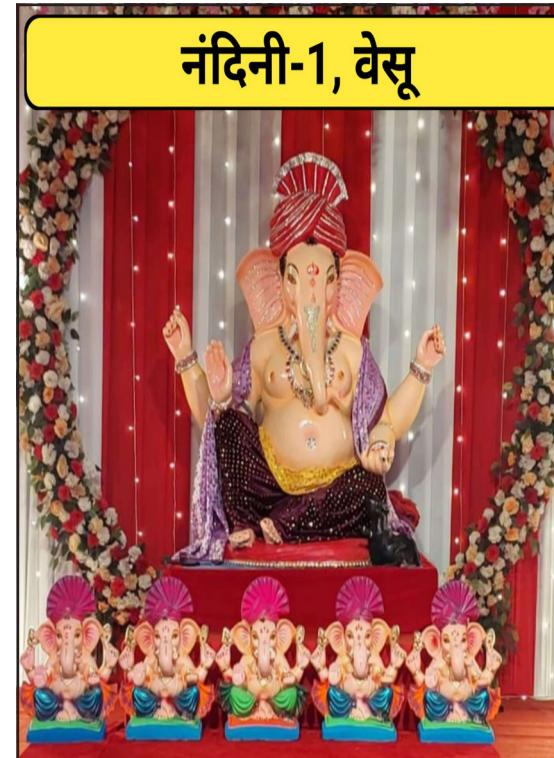
आराध्य गणेश मंडल, वाडीफलिया, भागल



सेम विघ्नहर्ता, तपशील सोसायटी, वराछा



नंदिनी-1, वेसू



रूपम युवक मंडल, नवापुरा, सूरत

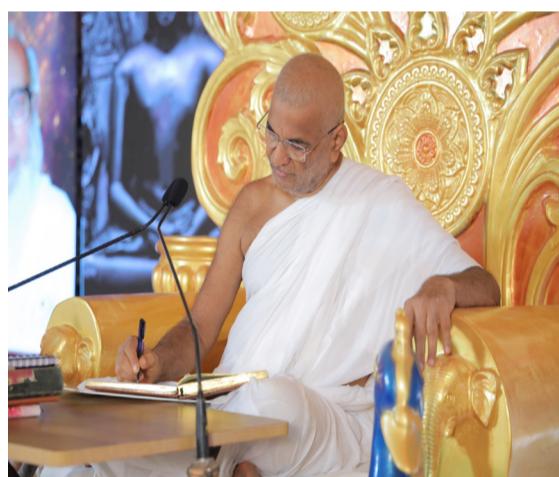


ओरेंज BRTS ड्राइवरों की समस्याओं के समाधान का आश्वासन, हड्डताल समाप्त

क्रांति समय | सूरत, सूरत नगर पालिका मास ट्रांसपोर्टेशन को लेकर बहुत गंभीरता से काम कर रही है. लेकिन दूसरी तरफ BRTS बस सेवा को लेकर जो कंपनियां काम कर रही हैं, उनकी संतोषजनक कार्यक्षमता नजर नहीं आ रही है, जिसके कारण लोगों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा है. आज ओरेंज बस के ड्राइवरों द्वारा हड्डताल किए जाने से रुट प्रभावित हुआ. हालांकि, ड्राइवरों की

परमात्मा की वाणी से मिलता है सभी दुःखों से छूटकारा :
आचार्य श्री जिनमणिप्रभसूरीश्वरजी

क्रांति समय | सूरत, शहर के पाल में श्री कुशल क्रांति खरतरगच्छ जैन श्री संघ पाल स्थित श्री कुशल क्रांति खरतरगच्छ भवन में युग दिवाकर खरतरगच्छाधिपति आचार्य श्री जिनमणिप्रभसूरीश्वरजी म.सा. ने बुधवार 11 सितंबर को प्रवचन में कहा कि सभी दुःखों से छूटकारा देनेवाली कोई वाणी है तो वह परमात्मा की वाणी है. दो प्रकार के दुःख हैं. एक जो क्षणिक लगता है, दुःख कभी कभी सुख में भी बदल सकता है. जो दुःख सुख में बदल जाए वह दुःख खराब नहीं है. सबसे बड़ा दुःख है जन्म - मरण का. दुःख का कारण में हमें पता चल जाए तो वह दुःख हमारे लिए उपहार बन जाता है. पुण्य करते करते हमारे अंदर दूराचार नहीं आने चाहिए. मनुष्य द्वारा श्रद्धा के द्वारा कुछ न कुछ पुरुषार्थ जरूरत होता है. परमात्मा का चौथा अध्ययन 13 गाथा का है. उन्होंने कहा कि जीवन असंस्कृत है. संस्कार शब्द का अर्थ होता है जिसे संस्कारित किया जाए. जीवन कभी बढ़ाया नहीं जा सकता. कारणवश घट सकता है लेकिन बढ़ नहीं सकता.



पर्युषण प्रश्नावली और नियमावली का आज परिणाम घोषित किया गया. पर्युषण प्रश्नावली में दो सौ से ढाई सौ लोगों ने भाग लिया. इसमें प्रथम नंबर पर भटार नंबर पर उदयाजी मुथा गंगावती (कनार्टक) और तीसरे स्थान पर अक्कलकुवा निवासी शोभादेवी प्रवीणकुमार भंसाली रहे. इसी प्रकार नियमाली में पहले स्थान पर वीरप्रताप रमेश बोहरा, दूसरे पर अतुल चोपड़ा और तीसरे स्थान पर दीपक सेठिया बालोतरा रहे.

सभी समस्याओं को सुलझाने का आश्वासन देने के बाद हड्डताल समाप्त कर दी गई.

सूरत के भेस्तान BRTS डिपो में आज ड्राइवरों द्वारा हड्डताल पर उत्तरने का निर्णय लिया गया था. ड्राइवरों की मांग है कि 1 से 10 तारीख तक उनका वेतन दिया जाए. लेकिन कंपनी द्वारा बार-बार वेतन देने में काफी देरी की जा रही है. पिछले महीने भी 22 तारीख को वेतन