हिम तेंदुओं के संरक्षण में मददगार हो सकती है सामुदायिक भागीदारी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

हिम तेंदुओं के संरक्षण में स्थानीय समुदायों को शामिल करना और उनकी आजीविका सुनिश्चित करना एक बेहतर रणनीति हो सकती है। भारतीय शोधकर्ताओं के एक ताजा अध्ययन में यह बात उभरकर आयी है। हिम तेंदुओं के प्रमुख आवास स्थल लद्दाख में यह अध्ययन किया गया है। शोधकर्ताओं का कहना है कि स्थानीय लोगों को यदि इस जीव के संरक्षण के महत्व का अहसास दिलाया जाए और हिम तेंदुओं द्वारा पशुओं के शिकार से होने वाले नुकसान की भरपाई कर दी जाए, तो हिम तेंदुओं को बदले की भावना से मारने की घटनाओं पर लगाम लगायी जा सकती है। हिम तेंदुए अल्पाइन पारिस्थितिकी तंत्र में पाए जाने वाले प्रमुख शिकारी जीव होते हैं। एशियाई जंगली बकरा आइबेक्स, पर्वतीय तिब्बती भेड़, लद्दाख की उरियल भेड़, चिरु मृग, तिब्बती बकरी ताकिन, सीरो बकरी और कस्तूरी मृग को बचाने के लिए हिम तेंदुए का संरक्षण महत्वपूर्ण हो सकता है। इन जानवरोंकी घटती आबादी और हिम तेंदुओं की खाल के लिए किए जाने वाले अवैध शिकार से इनकी संख्या कम हो रही है।

गांवों में हिम तेंदुए द्वारा पालतू जानवरों को शिकार बनाने पर बदले की भावना से ग्रामीण उसे मार डालते हैं। वन्यजीव संरक्षण अधिनियम, 1972 में हिम तेंदुए की रक्षा का प्रावधान तो है, लेकिन इसके आवास और संरक्षण के लिए दीर्घकालिक रणनीति में स्थानीय लोगों की भागीदारी से संबंधित निश्चित जानकारी नहीं है। इस अध्ययन में शोधकर्ताओं ने हिम तेंदुओं के अनुकूल आवास क्षेत्रों की पहचान करने के लिए प्रत्यक्ष और कैमरा आधारित प्रेक्षणों के साथ-साथ मैक्सएंट नामक प्रजाति वितरण मॉडल का उपयोग किया है। हिम तेंदुए की मौजूदगी और अनुपस्थिति के आंकड़ों की तुलना अध्ययन क्षेत्र में छह मापदंडों जैसे ऊंचाई, स्वरूप, ऊबड़-खाबड़ क्षेत्र, पानी से दूरी, भूमि कवर और शिकार हेतु आवासीय अनुकूलता के साथ की गई है, जिससे संभावित क्षेत्र का परिसीमन हो सके। इन मापदंडों में ऊंचाई को सबसे महत्वपूर्ण कारक पाया गया है। इसके बाद भू-भाग का ऊबड़-खाबड़ होना और वहां की भूमि भी काफी मायने रखती है। हिम तेंदुओं के रहने के अनुकूल आवास में 2,800 से 4,600 मीटर की ऊंचाई और 450 से 1,800 मीटर के ऊबड़-खाबड़ क्षेत्र हो सकते हैं। लद्दाख में लगभग 12 प्रतिशत क्षेत्र हिम तेंदुओं के रहने के लिए सर्वाधिक उपयुक्त पाया गया है।

इस अध्ययन में हिम तेंदुओं द्वारा मारे जाने वाले स्थानीय पालतू पशुओं और वहां आने वाले पर्यटकों की संख्या संबंधी आंकड़े स्नो लेपर्ड कन्जर्वेंसी इंडिया ट्रस्ट और पैंथेरा फाउंडेशन से प्राप्त किए गए हैं। ये दोनों ही गतिविधियां हिम तेंदुओं के 60 प्रतिशत से अधिक अनुमानित आवास क्षेत्रों में होती हैं। हिम तेंदुए के आवास के आसपास के गांवों में स्थानीय लोगों के साथ मिलकर होम-स्टे पर्यटन को सुविधाजनक बनाने का काम शुरू किया गया है। 40 से अधिक गांवों में 200 से अधिक घरों को पर्यटकों के रहने के लिए तैयार करने में सहयोग दिया जा रहा है। इससे लगभग 90 प्रतिशत आय सीधे स्थानीय परिवारों को हो रही है, जबकि शेष राशि का उपयोग वृक्षारोपण, सांस्कृतिक स्थलों के रखरखाव, कचरा प्रबंधन जैसी गतिविधियों के लिए किया गया है। शोधकर्ताओं का कहना है कि आवासीय पर्यटन से होने वाली आय से हिम तेंदुओं के हमले से पालतू पशुओं के नुकसान की भरपाई भी हो सकती है। स्नो लेपर्ड कन्जर्वेंसी इंडिया ट्रस्ट के निदेशक डॉ. त्सेवांग नमगेल ने बताया कि हिम तेंदुए या किसी अन्य वन्यजीव के संरक्षण के लिए स्थानीय लोग महत्वपूर्ण कड़ी होते हैं। होम-स्टे पर्यटन शुरू करने से पहले अपने पालतू पशुओं के मारे जाने से आक्रोशित किसान हिम तेंदुओं को मार डालते थे। लेकिन, अब परियोजना क्षेत्र में इस तरह के बदले की प्रतिक्रिया बंद हो गई हैं। त्सेवांग नमगेल के अलावा शोधकर्ताओं में सोफी एम. वॉट्स, थॉमस एम. मैक्कार्थी (पेंथेरा, न्यूयॉर्क) शामिल थे। यह अध्ययन प्लॉस वन जर्नल में प्रकाशित किया गया है।

मधुमेह रोगियों से लेकर माइग्रेन तक का उपचार करते हैं

अंगूर

अंगूर खाने में भलेही मीठे हो लेकिन फिर भी मधुमेह पीड़ित व्यक्ति बेफ्रिक्र होकर इनका सेवन कर सकते हैं। इतना ही नहीं, अंगूर मधुमेह को रोकने में भी मददगार हैं। अंगूर में एक ऐसा तत्व पाया जाता है, जो रक्त में शर्करा के स्तर को काम करता है, जिससे मधुमेह रोगियों को लाभ होता है। अंगूर एक ऐसा फल है, जिसे खाने के लिए बिल्कुल भी मेहनत नहीं करनी पड़ती। बस जब भी मन किया, तुरंत खा लिया। वैसे यह खाने में जितना लाजवाब होता है, इसकी न्यूटिशन वैल्यू भी उतनी ही अधिक होती है। हालांकि बहुत से लोग इससे अनजान होते हैं। तो चलिए आज हम आपको अंगूर से होने वाले कुछ बेहतरीन फायदों के बारे में बता रहे हैं-

अल्जाइमर का इलाज

आपको शायद पता न हो लेकिन अंगूर ब्रेन हेल्थ के लिए काफी अच्छा माना जाता है। यह अल्जाइमर जैसे न्यूरोडीजेनेरेटिव रोगों को शुरूआत में ही रोकने में सक्षम है। ऐसा इसमें मौजूद पॉलीफेनोल्स के कारण होता है। इसलिए अगर आपको स्वयं को मस्तिष्क विकारों से बचाना है जो अंगूर का सेवन करना शुरू कर दीजिए।

अपच का उपचार

आज के समय में लोग जिस तरह किसी भी वक्त कुछ भी खा लेते हैं, उसके कारण पाचन संबंधी परेशानियां उत्पन्न होती है। अंगूर पेट की गर्मी को कम करता है और अपच को ठीक करता है। इसके लिए आप एक गिलास अंगूर के रस का सेवन करें। यह अपच के साथ-साथ पेट में सूजन व जलन को भी कम करेगा।

माइग्रेन से राहत

अगर आपको सिर में बहुत तेज दर्द हो रहा हो तो एक गिलास अंगूर के रस का सेवन कीजिए। वहीं जिन लोगों को माइग्रेन की शिकायत रहती है, वे हर सुबह ताजे अंगूर के रस का सेवन करें। दरअसल, अंगूर में पाए जाने वाले एंटी-ऑक्सीडेंट्स सिरदर्द व माइग्रेन के उपचार के लिए बेहद प्रभावी तरीके से काम करते हैं।

लड़े स्तन कैंसर से

भारत में स्तन कैंसर के मामलों में हर दिन बढ़ोतरी होती जा रही है। इससे लड़ने में अंगूर आपकी मदद कर सकता है। इसके लिए आप बैंगनी रंग के अंगूर के रस का सेवन नियमित रूप से करें। दरअसल, अंगूर में एंटीमुटाजेनिक और एंटी-ऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो हर तरह के कैंसर खासतौर से स्तन कैंसर से निपटने में प्रभावी माने गए हैं।

मधुमेह का इलाज

अंगूर खाने में भले ही मीठे हो लेकिन फिर भी मधुमेह पीड़ित व्यक्ति बेफ्रिक्र होकर इनका सेवन कर सकते हैं। इतना ही नहीं, अंगूर मधुमेह को रोकने में भी मददगार हैं। अंगूर में एक ऐसा तत्व पाया जाता है, जो रक्त में शर्करा के स्तर को काम करता है, जिससे मधुमेह रोगियों को लाभ होता है।

दूर करे किडनी विकार

अंगूर गुर्दे संबंधी बीमारियों को दूर करने में बेहद लाभदायक होता है। दरअसल, यह यूरिक एसिड की अम्लता को कम करते हैं। साथ ही वह सिस्टम से ही एसिड को भी कम करते हैं, जिसके कारण गुर्दे पर दबाव कम हो जाता है और व्यक्ति को गुर्दे संबंधी विकार होने की संभावना न के बराबर होती है।

लोकतंत्र का स्वादिष्ट हलवा और रंगीन जलवा (व्यंग्य)

बाबा नागार्जुन की प्रसिद्ध कविता है, 'लोकतंत्र के मुंह पर ताला, बैठ गया है अफसर आला, पगलों से पड़ता था पाला, कहीं दाल में पानी पानी, कहीं दाल में काला काला'। इस कविता को बार बार दफनाने की कोशिश होती है लेकिन इसमें इतनी खरी सच्चाई की ताकत है कि जीवित रहती है। नौकरशाही का जलवा हसीनों के जलवे की तरह है, कोई इससे बच नहीं सकता। वैसे तो गूगल, फेकबुक माफ कीजिए फेसबुक और व्हत्सएप व इनके यारों दोस्तों से भी बचना संभव नहीं। पहले एक बार में ही सैंकड़ों को जलवा दिखा दिया जाता था अब सिर्फ पांच को दिखा सकते हैं। लेकिन इससे जलवे की कीमत कम नहीं हुई बस थोड़ी मेहनत ज्यादा करनी पड़ेगी। मेहनती तो हम खूब हैं ही। जलवा अनेक बार हलवे की तरह स्वाद देता है। नेता चुनाव जीत जाए और मंत्री बन जाए तो उनका जलवा चहुं ओर बरसात के पानी की तरह फैल जाता है। उन्हें पाँच साल बाद विपक्ष में बैठना पड़ जाए तो किसी और का फैला हुआ जलवा उन्हें बेस्वाद रायता लगने लगता है। अपनी आँखों के सामने वही गुस्ताखियाँ हो रही होती हैं जो उन्होंने की होती हैं मगर अब सुहाती नहीं मन ही मन कुढ़ते रहते हैं काश अपने पावरफुल जमाने में थोड़ी ज्यादा कर ली होती।

खबरों में रहने के लिए इन्हें बहुत स्वादिष्ट पकाना पड़ता है। पूर्व सरकार के दौरान अपने नेताओं के खिलाफ जांच में अनियमितताएं सामने आने पर विजिलेंस विभाग चालान तैयार कर कोर्ट में पेश कर चुका होता है लेकिन सत्ता बदलने पर इन मामलों को राजनीतिक से प्रेरित बताकर वापिस लेना पड़ता है। इस तरह कितनी गहन व महंगी जांचें कुर्बान कर दी जाती हैं। जांच, चलन, रिकार्ड जुटाने में कितने लोगों का समय व सरकार के लाखों रुपए व्यर्थ जाते हैं। नेता को पता है कि अफसर ही उनसे सरकार चलवाते हैं वे भी तो इन अफसरों से क्या क्या करवाते हैं। नेताओं के काम करते करते खुद अफसरों पर पार्टी की मुहर लग जाती है। अगली सरकार फिर इन्हीं सांस्कृतिक रास्तों पर जलवा दिखाती चलती है। सरकार बदलने पर दिमाग में कितना हलवा हुआ होता है। जिन पर केस चले होते हैं, स्टोरनुमा विभाग में बिठाए हुए होते हैं वे इंतजार में होते हैं कब सूरज निकले और वे प्रतिभा का जलवा दिखाएं। नेताजी इस बात को दिमाग से मानते हैं कि जब सरकार उनकी थी तो मनमानी करना उनका अधिकार था लेकिन अब जो सरकार में मंत्री और संतरी हैं वे इतनी या उनसे ज्यादा मनमानी न करें। उन्हें भूल जाता है कि बड़ी मुश्किल से सरकार बनती है।

कई दशकों से कितना कुछ दांव पर लगाकर मंत्री बनने का सपना पूरा होता है तो उनका ब्यान जरूर आता है, जबसे नई सरकार बनी है अफसरशाही की मनमानी बढ़ गई है। अफसर सवैंधानिक पदों का ख्याल नहीं रख रहे जैसे उनके जमाने में तो रख रहे थे। ऐसा बयान उन्हें लोकतंत्र की इज्जत बचाने के लिए देना पड़ता है। वैसे सभी नेता संविधान का बहुत ख्याल रखते हैं। हर निवृत सरकार के नुमाइंदे मौजूदा सरकार से परेशान होते हैं। वे हमेशा यही कहेंगे कि इन्हें सरकार चलानी नहीं आती, यह गलत हैं, इनके नेता, मंत्री और अफसर भ्रष्ट हैं, हर मामले में राजनीति है, जनता को उपेक्षित कर रखा है, इनके भाषण झूठ के पुलिंदे हैं। राजनीतिक विपदाओं को प्राकृतिक विपदा बना दिया जाता है। पहले ऐसा बिलकुल नहीं होता था। इन नेताओं ने जब अपना लोकतंत्र चलाया तो अपनी पसंद के अफसर चुनते थे तब ईमानदारी के अच्छे दिन थे। अब क्या हो गया। कहीं दाल में पानी पानी, कहीं दाल में काला काला।