# स्वच्छता अभियान

विगत कुछ समय से हम 'स्वच्छता' के संबंध में अधिक सुन और पढ़ रहे हैं, ऐसे में हमें यह बोध होता है कि 'स्वच्छता' एक नवीन विषय है। जिसके संबंध में जानकारी देने की चेष्टा की जा रही है, परन्तु हमारी यह सोच भ्रम मात्र है क्योंकि हमारे देश में 'स्वच्छता' की चर्चा हजारों वर्षों पूर्व तभी से की जा रही है जब से वेदों की रचना की गई। अगर हम यह सोचते हैं कि स्वच्छता मात्र कचरे को इधर–उधर नहीं फेंकना या खुले में शौच नहीं करना है तो यह स्वच्छता का पूर्ण अर्थ नहीं है। अब हमारे लिए यह आवश्यक होता है कि हम स्वच्छता के संदर्भ में विस्तार से चर्चा करें। स्वच्छता से तात्पर्य बाह्य एवं आंतरिक स्वच्छता है। बाह्य स्वच्छता संपूर्ण पर्यावरण की रक्षा से संबंधित है तो आंतरिक स्वच्छता, शारीरिक एवं आत्मिक आचरण की शुद्धता से। स्वच्छता, जीवन का तथा सभ्यता का अविभाज्य अंग है। विश्व के हर एक धर्म में सफाई की ओर निर्देश करने वाले आचार वर्णित हैं। पूजा–पाठ से पूर्व स्नानादि या नमाज के पहले वजू यही इंगित करते हैं। योगाभ्यास के वर्णन में ''शुचि देश में आसन लगाएँ'' तथा असुरों के वर्णन में गीता का कथन है कि ''उनमें शुचिता नहीं होती।'' शुचिता में स्वच्छता, निर्मलता सम्मिलित है। एक बाह्य तथा दूसरी आंतरिक। हमारी सौंदर्यप्रियता और सर्तकता के भाव का ज्ञान हमारे इस तथ्य से ज्ञात होता है कि हमें 'स्वच्छता' का बोध है या नहीं। पातंजल योग के नियमों में 'शौच' का वर्णन इसी संदर्भ में आता है। शौच का अर्थ है–स्वच्छता, न केवल मन और शरीर की, अपितु एक दूसरे के साथ व्यवहार में भी। पर हमारे मन में यह जिज्ञासा उत्पन्न होती है कि इस स्वच्छता आधार क्या है, साधारण शब्दों में 'सफाई कैसे होती है?' इस संबंध में कहा गया कि आत्मा, मन, बुद्धि और इंद्रियों की शुद्धि का नाम ही शौच है। आत्मा की शुद्धि ज्ञान और उपासना से, मन की सत्य और श्रेष्ठ विचारों से, बुद्धि की निश्चित ज्ञान से, शरीर की पवित्र अन्न सेवन और जल से, वाणी की सत्य और मधुर वचनों से, कानों की पवित्र वेद मंत्रों तथा अन्य श्रेष्ठ विचारों को सुनने से शुद्धि होती है। शरीर की भीतरी और बाहरी मलिनता को दूर करना ही शुद्धि यानी स्वच्छता है। गीता (16/1/13) में भी बाहर–भीतर की शुद्धता पर बहुत बल दिया गया है। हम अपने जीवन में अपने ज्ञान और बोध को लेकर जितने जागृत हैं क्या उतनी ही चेतनता अपने कार्य क्षेत्र और घर के दैनिक कार्यों के प्रति रहती है?यदि इस प्रश्न का उत्तर सकारात्मक है तो इससे हमारे एक ऐसे व्यक्तित्व के बारे में पता चलता है जिसे वैचारिक दृष्टि से परिपक्व समझा जाता है और जो स्वच्छ व सुरूचिपूर्ण जीवन जीने में विश्वास रखता हैं।

हम स्वच्छता के प्रति कैसे संवदेनशील बनें इसको समझने के लिए हमें पुनः 'स्वच्छता' के महत्त्व को समझना होगा। हम यह पूर्व में ही जान चुके हैं कि पर्यावरण का कण–कण स्वच्छ होना चाहिए। वेदों में जल, पृथ्वी, वायु, अग्नि, वनस्पति, अन्तरिक्ष, आकाश आदि के प्रति असीम श्रद्धा प्रकट करने पर अत्यधिक बल दिया गया है। तत्वदर्शी ऋषियों के निर्देशों के अनुसार स्वच्छ जीवन व्यतीत करने पर पर्यावरण–असन्तुलन की समस्या ही उत्पन्न नहीं हो सकती। इनमें हुए अवांछनीय परिवर्तनों के कारण आज मृदा–प्रदूषण, वायु–प्रदूषण तथा जल–प्रदूषण की समस्याएँ विकृत रूप लेती जा रही हैं। जल–जीवन का प्रमुख तत्व है। इसलिए वेदों में अनेक संदर्भों में उसके महत्त्व पर पर्याप्त प्रकाश डाला गया है। ऋग्वेद (1.2.248) में 'अप्सु अन्तः अमृतं, अप्सु भेषजं' के रूप में जल का वैशिष्ट्य बताया गया है। अर्थात्, जल में अमृत है, जल में औषधि–गुण विद्यमान रहते हैं। अतः आवश्यकता है जल की

शुद्धता–स्वच्छता को बनाए रखने की। अथर्ववेदीय पृथ्वीसूक्त में जलतत्व पर विचार करते हुए उसकी शुद्धता को स्वस्थ जीवन के लिए अत्यन्त आवश्यक माना गया है। 'शुद्धा न आपस्तन्वे क्षरन्तु' – (अथर्ववेद 12.1.30) जल–सन्तुलन से ही भूमि की सरसमता रहती है। ऋग्वेद (1.555.1976) के ऋषि का आशीर्वादात्मक उद्धार है : 'पृथ्वी : पू : च उर्वी भव' अर्थात् समग्र पृथ्वी, सम्पूर्ण परिवेश परिशुद्ध रहे, नदी, पर्वत, वन सब स्वच्छ रहें, गाँव, नगर सबको विस्तृत और उत्तम परिसर प्राप्त हो, तभी जीवन का सम्यक् विकास हो सकेगा। वेदों की व्याख्याएँ अगर हमने आत्मसात् कर ली होती तो आज 'अस्वच्छता' हमारे लिए चिंता का कारण नहीं बनी होती। स्वयं को श्रेष्ठ मानने वाली आज की पीढ़ी जिसका जीवन ध्येय मात्र धन अर्जित करने का है वह 'स्वच्छता' को जिस तरह नकार रही है, वह दुःख का विषय है। आपको यह जानकर सुखद अनुभूति होगी कि मोहनजोदड़ों की खुदाई से ज्ञात होता है कि ईसा से 2000 वर्ष पूर्व भी सफाई के लिए नालियां होती थीं। क्लोसास तथा ट्राय के पराजय से पूर्व ही मिश्र के पुराने शहरों में भी नालियों का उपयोग किया जाता था।

'स्वच्छता' एक मुद्दा नहीं हमारी संस्कृति होनी चाहिए और अगर हम यह समझते हैं कि जो देश आर्थिक रुप से सुदृढ़ है वह स्वच्छ भी है तो हम गलत हैं। विश्व अर्थव्यवस्था में तेजी से अपनी स्थिति मजबूत कर रहा भारत विश्व की शीर्ष 10 अर्थव्यवस्थाओं में शामिल है। परन्तु स्वच्छता में वह बहुत पिछड़ा हुआ है वहीं सिंगापुर जैसा छोटा देश, अपनी स्वच्छता को लेकर इतना सजग है विश्व भर में उसकी मिसाल दी जाती है। सिंगापुर दक्षिण पूर्व एशिया में सबसे छोटा देश है लेकिन एशिया में सबसे स्वच्छ है। यहाँ स्वच्छ जल, उचित जल संरक्षण, शुद्ध हवा और स्वच्छ ऊर्जा की आपूर्ति पर बल दिया जाता है। वर्ष 1967 में सरकार ने 'सिंगापुर स्वच्छ अभियान' शुरू किया था और यह जल्द ही सार्वजनिक स्वास्थ्य कानून में परिवर्तन कर दिया है। सिंगापुर की सरकार ने तीन 'आर' (R) पर जोर दिया Reduce, Reuse, Recycle अर्थात् वस्तुओं का उपयोग कम करो, उनका पुनः प्रयोग करो और उनका पुनःचक्रण करो। सिंगापुर को स्वच्छ रखने के लिए सरकार ने अनेक कदम उठाए जैसे 'क्लीन एंड ग्रीन सिंगापुर कॉर्निवल', 'ब्रिंग यॉर ओन बैग डे'। ये वे प्रयास हैं जिससे स्वच्छता की मुहिम को सफलता मिली। वहीं सिंगापुर की ही भाँति जापान अपनी 'स्वच्छता' को लेकर प्रसिद्ध है। जापानी नागरिकों के लिए साफ–सफाई उनके जीवन का अपरिहार्य हिस्सा है। यहाँ व्यक्ति के लिए स्वच्छता व्यक्तिगत मुद्दा नहीं है अपितु देश का हर नागरिक, देश को स्वच्छ रखना अपना दायित्व समझता है। जापान में यह विश्वास किया जाता है कि स्वच्छता का मूल 'आध्यात्म' है। स्वच्छता जापानियों के लिए जीवन उद्देश्य के समान है। यह एक राष्ट्रीय अभियान है, जिसका प्रारम्भ मीजी युग (1868–1912) से ही हो गया था और तभी से स्वच्छता को राष्ट्रवाद के साथ जोड़ कर देखा जाने लगा। स्वच्छता और सफाई को वह नैतिकता एवं राष्ट्र के नाम से जोड़ कर देखते हैं। जापानी छात्र एवं शिक्षक एक साथ मिल–जुल कर शौचालय की साफसफाई का ध्यान रखते हैं। आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि उन्होंने स्वच्छता को अपने जीवन में इस तरह से आत्मसात किया है कि सड़क पर आप अपने पालतू श्वान (कुत्ता) को शौच नहीं करा सकते और अगर वह ऐसा करता है तो आपको स्वयं उसके मल को उठाकर अपने घर ले जाना होता है।

भारत विश्व के उन देशों में से है जिसके पास स्वयं के प्राकृतिक संसाधन बहुतायत में हैं परन्तु हम उसका निरंतर दुरुपयोग कर रहे हैं। हमने हमारे जल संसाधनों को इतना दूषित कर दिया है कि आज 'स्वच्छ पेयजल' सरकार के लिए चिंता का विषय बन चुका है। हमारे देश में अस्वच्छता फैलाने पर, कड़े कानून नहीं हैं, और जो हैं उसकी 'अवहेलना' करना हम अपना अधिकार समझते हैं। विश्व के अनेक देशों में कूड़ा और गँदगी फैलाने वालों के लिए सख्त दंड का प्रावधान है। अमेरिका में राजमार्गों और पार्कों में कचरा फैलाने पर 1000 डॉलर का अर्थ दंड या एक साल की जेल की सजा होती है। वहीं ब्रिटेन में अगर आप गँदगी फैलाने के दोषी पाये जाते है तो अधिकतम 2500 पौण्ड का अर्थदण्ड लगाया जाता है। सिंगापुर, जिसके पास कोई प्राकृतिक संसाधन नहीं है (यहाँ तक कि वह पेयजल के लिए भी मलेशिया पर निर्भर है), वहाँ कहीं भी कूड़ा फैंकने पर 200 डॉलर का अर्थदण्ड लगाया जाता है और इस संबंध में कोई दलील नहीं सुनी जाती। वहाँ च्युंगम पर प्रतिबंध है और उसकी बिक्री पर भी सज़ा होती है।

आप यह समझ चुके है कि अस्वच्छता हमें शारीरिक क्षति पहुँचा सकती है अर्थात् बीमार कर सकती है। पर क्या आप यह जानते हैं कि आपकी फैलाई गई अस्वच्छता देश और समाज के विकास को भी अवरुद्ध करती है?

### अस्वच्छता के कारण देश का आर्थिक नुकसान –

अस्वच्छता देश के आर्थिक नुकसान का कारण बनती है। विश्व बैंक के एक अध्ययन के अनुसार अपर्याप्त साफ–सफाई और अस्वच्छता की हर साल देश को 54 अरब डॉलर कीमत चुकानी पड़ती है। यह राशि 2006 में भारत में सकल घरेलू उत्पाद दर (जीडीपी) की 6.4 प्रतिशत के बराबर है। यही नहीं यह क्षति देश के कई राज्यों की कुल आय से भी अधिक है। आपको यह समझना थोड़ा कठिन होगा कि अस्वच्छता से देश को इतना नुकसान कैसे?इसे समझने के लिए यह जानना होगा कि अगर किसी भी देश का नागरिक अस्वस्थ होता है तो उसके स्वास्थ्य लाभ के लिए सरकार को न केवल धन खर्च करना होता है बल्कि जब वह कार्य में संलग्न नहीं होता तो भी देश के विकास को क्षति पहुँच रही होती है। स्वच्छता के उचित तरीके अपना कर भारत 32.6 अरब डालर हर साल बचा सकता है यानि प्रति व्यक्ति 1321 रुपए का लाभ सुनिश्चित किया जा सकता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार जैसे माचिस की एक तीली संपूर्ण विश्व को स्वाहा

करने की ताकत रखती है ठीक उसी तरह बहुत सूक्ष्म मात्रा में गँदगी भी महामारी फैला सकती है। उदाहरण के लिए एक ग्राम मल में एक करोड़ विषाणु हो सकते हैं, दस लाख जीवाणु हो सकते हैं, एक हजार परजीवी हो सकते हैं और 100 परजीवियों के अंडे हो सकते हैं।

विश्व बैंक के शोध के अनुसार शौचालय के इस्तेमाल में वृद्धि की जाए, स्वच्छता और साफ–सफाई के तरीके अपनाएँ जाएँ तो स्वास्थ्य पर पड़ने वाले समग्र प्रभाव को 45 प्रतिशत तक कम किया जा सकता है। यानि, अगर स्वच्छता की वजह से स्वास्थ्य समस्याओं से मुक्ति के लिए खर्च किए गए पैसे का कुछ हिस्सा भी स्वच्छता सेवाओं को बेहतर बनाने और व्यवहार बदलने की ओर लगाया गया होता तो काफी अधिक लोग एक स्वस्थ्य जीवन का आनन्द ले रहे होते। एड्स, मलेरिया और खसरे तीनों से संयुक्त रूप से मारे जाने वाले बच्चों की तुलना में अधिक बच्चे डायरिया से मर जाते हैं जोकि एक रोकी जा सकने वाली स्थिति है। डायरिया जैसी घातक बीमारी, खुले मल के संपर्क में आने से प्रत्यक्ष रूप से जुड़ी है।

इसके विपरीत अगर हम 'स्वच्छता' को चुनते हैं तो न केवल देश को आर्थिक सुदृढ़ता देते हैं बल्कि एक मजबूत आधारशिला का भी निर्माण करते हैं। स्वस्थ नागरिक किसी देश की निधि होती है और स्वच्छता के प्रयास उस निधि का संरक्षण करते हैं। भारत स्वास्थ्य रिपोर्ट 2015 के अनुसार, उत्तर पूर्वी राज्य, मिजोरम में अविकसित (आयु से कम कद) बच्चों की संख्या में 13 प्रतिशत एवं कम वजन वाले बच्चों की संख्या 5 प्रतिशत की कमी हुई है। इस कमी का कारण स्वच्छता में सुधार होना है। मिजोरम में, 2001 की जनसंख्या के मुताबिक 82 प्रतिशत घर में स्वच्छता की पहुँच थी जो कि 2011 की जनगणना में बढ़कर 92 प्रतिशत हो गई। बच्चों के पोषण के संबंध में जिन राज्यों की स्थिति बेहतर है वहाँ स्वच्छता और बच्चे के पोषण के बीच एक मजबूत संबंध दिखाई देता है। इसका सबसे उत्कृष्ट उदाहरण मिजोरम है, जहाँ 2006 से 2014 के बीच अविकसित बच्चों की संख्या में कमी हुई। पोषण मानकों के संदर्भ में जिन राज्यों की स्थिति सबसे खराब है, उन राज्यों में ऐसे घरों की संख्या बहुत कम है जहाँ शौचालय हैं। पिछले दशकों में किए गए अध्ययनों में पोषण में सुधार के लिए साफ–सफाई रखने पर अधिक जोर दिया गया है। इस संबंध में बांग्लादेश का उदाहरण अतुलनीय है। अन्तरराष्ट्रीय खाद्य नीति अनुंसधान संस्थान (IFPRI), वांशिगटन स्थित थिंक टैंक की एक रिपोर्ट के अनुसार 1990 और 2012 के बीच, बांग्लादेश में कुपोषण में कमी होने के साथ खुले में शौच जाने के आंकड़े 34 प्रतिशत से गिरकर 2.5 प्रतिशत तक पहुँचे हैं।

इन अध्ययनों से यह बात तो स्पष्ट हो गई कि स्वच्छता, मानव निधि के संरक्षण में कितनी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाती है परन्तु इसके साथ ही एक महत्त्वपूर्ण प्रश्न यह उठता है कि खुले में शौच की प्रवृत्ति को त्यागने के अलावा, स्वच्छता के लिए हम क्या प्रयास कर सकते हैं? 'कचरे' का निस्तारण, सभी के लिए परेशानी का कारण होता है और इसका त्वरित निस्तारण का मार्ग इसको जलाना समझा जाता है पर क्या यह उचित है?क्या आप जानते हैं कि विश्व भर में प्रतिवर्ष करीब दो अरब टन कचरा पैदा होता है। अनेक वैधानिक नियमों के बावजूद भी इसका 40 प्रतिशत से ज्यादा जला दिया जाता है। भारत और चीन में यह प्रवृत्ति सबसे अधिक देखी गई है। जलते कूड़े का धुआँ न केवल हवा में ज़हर घोल रहा है, बल्कि बीमारियाँ भी बढ़ा रहा है। पहली बार इस संदर्भ में विस्तार से हुए शोध में बताया गया कि कूड़ा जलाये जाने के कारण कार्बन डाइऑक्साइड और कार्बन मोनो ऑक्साइड जैसी जहरीली गैस फैलती हैं। इस शोध में बताया गया है कि अलग–अलग तरह के सूक्ष्म कण जो

कि कचरा जलाने के पश्चात् हवा में फैल जाते हैं, का हमारी सेहत और पर्यावरण दोनों में विभिन्न तरह का दुष्प्रभाव होता है। सूक्ष्म कण वे जहरीले कण हैं जिनका आकार इतना छोटा होता है कि वे साँस के जरिए हमारे शरीर में प्रवेश कर सकते हैं और खास तौर से फेफड़ों को नुकसान पहुँचा सकते हैं। भारत में प्लास्टिक की बोतलों, इलेक्ट्रोनिक के सामान समेत हर तरह का कचरा जला दिया जाता है। देश की राजधानी में ओखला क्षेत्र में 1700 टन कूड़ा जलाकर 18 मेगावाट बिजली बनाई जा रही है, लेकिन स्थानीय लोग इससे नाराज है। कूड़ा जलाने से जहरीली गैसों का उत्सर्जन होता है। जहरीली राख उड़कर घरों पर गिरती है।

## कचरे का निस्तारण–

कचरे का निस्तारण स्वयं में एक चुनौती है। ऐसा नहीं है कि कूड़ा–करकट या कचरे की समस्या केवल विकासशील देशों से जुड़ी है विकसित देशों में भी यह एक गंभीर समस्या है। कुशल प्रबन्धन, संसाधन और स्वच्छता के प्रति लगाव के चलते वे अपने देश व पर्यावरण को साफ रखने में सक्षम है। भारत की सबसे बड़ी दुविधा यह है कि यहाँ गँदगी के निपटान वाले संसाधन नहीं हैं, परिणामस्वरूप जो लोग स्वच्छता रखना भी चाहते हैं उनके लिए संकट की स्थिति उत्पन्न हो जाती है कि वे कचरे का निस्तारण कैसे करें? हर वर्ष भारत में छह करोड़ टन कूड़ा पैदा होता है। चिंतकों का मानना है कि कम से कम 20 प्रतिशत बिना एकत्र किया कूड़ा बड़े शहरों और छोटे शहरों में यहाँ–वहाँ फैला रहता है जिन्हें एकत्र करके कूड़ाघर तक पहुँचाया भी जाता है लेकिन यह कूड़ा–कचरा अपने विषाक्त रसायनों से जल को और गैस से वायु को प्रदूषित करता हैं। स्वच्छता रखने के लिए हमें कचरा– निस्तारण प्रक्रिया में मूलभूत परिवर्तन करने होंगे। कचरे का कम होना ही कचरा प्रबन्धन की रीढ़ है।

कचरे के ढेर के बीच प्लास्टिक की थैलियों का अंबार, इस देश की स्वच्छता का मूल बाधक बन चुका है। सरकार द्वारा इसके उपयोग को कानूनी रूप निषेध कर दिया गया फिर भी इसकी सहज उपलब्धि ने, पर्यावरण को नुकसान पहुँचाया है। अगर हम प्लास्टिक थैलियों का इस्तेमाल बंद करके, जूट या कागज की थैलियों का इस्तेमाल करते हैं तो यह पर्यावरण के लिए हितकारी होगा। प्लास्टिक थैलियों का निपटान यदि सही ढंग से नहीं किया जाता है तो वे जल निकास (नाली) प्रणाली में अपना स्थान बना लेती हैं, जिसके कारण नालियाँ अवरुद्ध हो जाती हैं। इससे जलवाही बीमारियों के पैदा होने की संभावना बढ़ जाती है। रंगीन प्लाटिस्क थैलों में कतिपय ऐसे रसायन होते हैं तो निथर कर जमीन में पहुँच जाते हैं और इससे मिट्टी और भूगर्भीय जल विषाक्त बन सकता है। प्लास्टिक एक ऐसा पदार्थ है जो सहज रूप से मिट्टी में छोड़ दिया जाए तो भूगर्भीय जल की रिचार्जिंग को रोक सकता है। प्लास्टिक की थैलियों का प्रयोग जब अस्वच्छता और अस्वास्थ्यपरक स्थितियों का मुख्य घटक है तो क्या यह देशहित और मानव हित में नहीं होगा, कि हम उसका प्रयोग छोड़ दें?

**जानने योग्य बातें :–**

अभी तक हम यह समझ चुके हैं कि खुले में शौच करना हमारे स्वास्थ्य के लिए तो घातक है ही परन्तु इसके साथ ही अस्वस्थता के कारण देश को आर्थिक क्षति भी पहुँचती है। हमने यह भी जाना कि कचरे का निस्तारण एक बहुत बड़ी समस्या है। क्या हम यह जानते हैं कि इस कचरे के 'निस्तारण' को लेकर विश्व के सभी देश चिंतित हैं। सभी देशों की सरकारें देश के नागरिकों में स्वच्छता जागरण करने हेतु प्रयासरत हैं।

(i) दुनिया के सबसे साफ–सुथरे शहर में, अग्रणी कनाडा का कैलग्री है। कैलग्री को अपनी साफ–सफाई और स्वच्छ वातावरण की वजह से ग्रीन सिटी भी कहा जाता है। इसे वर्ष 2015 में धरती का सबसे साफ–सुथरा शहर माना गया है। वर्ष 2007 में कैलग्री प्रशासन ने सोशल कैंपेन चलाया जिसके जरिए लोगों को कम से कम कूड़े उत्पादन के लिए प्रेरित किया जाता है। कैलग्री में 80 प्रतिशत कूड़े को रिसाइकल (पुनः चक्रित) किया जाता है। इसके अलावा 'द ग्रीन कैलग्री कैंपेन' के जरिए लोगों को कूड़े से खाद बनाने और रिसाइकल करने के बारे में जागरूक किया जाता है।

(ii) 15 नवंबर को अमेरिका में 'अमेरिका रिसाइकल दिवस' मनाया जाता है, जिससे वहाँ के नागरिक कचरे के रिसाइकल के प्रति जागरूक हों तथा (रिसाइकल) पुनः चक्रित किये हुए सामान को खरीदें।

(iii) रिसाइक्लिंग कचरा प्रबन्धन का ही हिस्सा है। रिसाइक्लिंग की प्रक्रिया को सफल बनाने के लिए एक सुनियोजित बुनियादी तंत्र की आवश्यकता होती है, जैसे कि अलग–अलग रंगों के कचरा पात्रों से पहले ही पता चल जाता है कि कौन–सा कचरा किस कूड़ेदान में डालना है। इससे रिसाइक्लिंग योग्य कचरे को अलग से छांटने की जरूरत नहीं।

(iv) बाल स्वच्छता कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों में स्वच्छता के प्रति जागरूकता पैदा करना है। इस उद्देश्य की पूर्ति करने हेतु विद्यार्थियों के लिए निबंध प्रतियोगिता, स्वच्छता पर चर्चा, चार्ट बनाना, समूह चर्चा, चित्रकारी प्रतियोगिता अपने आस–पास के क्षेत्रों की साफ–सफाई, पर्यावरणीय स्वच्छता क्रिया–कलाप, व्यक्तिगत स्वास्थ्य विज्ञान पर पोस्टर बनाना है। इस कार्यक्रम का उद्देश्य, बच्चों के भीतर सफाई के मूल मंत्र को जागृत करना है

जिससे स्वच्छ भारत की प्राप्ति में, अधिक संभावना के साथ देश के विद्यार्थी स्वच्छता अभियान में अपनी भूमिका निभायेंगे।

## स्वच्छता के लिए विद्यार्थियों के प्रयास

स्वच्छता अभियान की सबसे बड़ी चुनौती कचरा निस्तारण की है। इसके लिए विद्यार्थी अपनी दिनचर्या में छोटे छोटे परिवर्तन कर महत्वपूर्ण भूमिका निर्वहन कर सकते है जैसे :–

1. स्वच्छता के लिए हमें जीवन में पुनःचक्रित हो सकने वाले पदार्थों से बने उत्पादों का उपयोग करना।

2. हमें प्लास्टिक की थैलियों का इस्तेमाल बंद करना होगा। जब हम बाजार जाएँ तो जूट का थैला या कपड़े का थैला लेकर जाए।

3. हमारा प्रयास यह होना चाहिए कि हम स्याही वाला पेन लिखने के लिए उपयोग करें। क्या आप जानते हैं कि तीन दशक पहले एक व्यक्ति वर्ष में एक पेन खरीदता था और आज औसतन प्रत्येक वर्ष एक दर्जन पेनों की प्लास्टिक प्रतिव्यक्ति बढ़ रही है।

4. पुनःचक्रित होने वाले अनुपयोगी सामान को नीले रंग के कचरे पात्र में डालें। अगर आपके स्कूल या घर के आस पास 'नीला डस्टबिन' नहीं है तो सामान को इकट्ठा करके, उस जगह डाल कर आएँ जहाँ नीला डस्टबिन है। आप जानते हैं ना कि पुनःचक्रित होने वाला सामान कौन सा है?प्लास्टिक के टूटे–फूटे सामान, काँच की बोतल, उपयोग किए गए प्लास्टिक पेन, शैंपू, तेल आदि की खाली प्लास्टिक की बोतल, एल्यूमिनियम का सामान आदि।

5. अपने आसपास के लोगों को शौचालय का प्रयोग करने के लिए प्रोत्साहित करें। अगर आपके गाँव में शौचालय नहीं है तो आप इस संबंध में जिलाधिकारी से संपर्क करें।

## अनुकरणीय

(1) हमारे मन में हमेशा यह प्रश्न उत्पन्न होता है कि हम, किसी को कैसे प्रेरित कर सकते हैं

स्वच्छता अभियान में योगदान करने का दृढ़ संकल्प है तो हमें इसमें सफलता अवश्य मिलेगी। ऐसे में दृढ़ संकल्पित बिहार के अनूप जैन को सफाई–जागरूकता करने और बड़े पैमाने पर परिवर्तन लाने के लिए 'वेसलिट्ज ग्लोबल सिटीजन' अवार्ड 8 अक्टूबर 2014 को दिया गया जिसमें उन्हें एक लाख डॉलर के नकद पुरस्कार से सम्मानित किया गया है। अनूप जैन ने बिहार में ह्यूमेन्यूर पावर संस्था की स्थापना न्यूनतम राशि में शौचालय बनाने के लिए की है। उन्होंने वर्ष 2011 में ह्यूमेन्यूर पावर की स्थापना करके ग्रामीण इलाकों में सामुदायिक स्वच्छता इकाइयों (शौचालय) का निर्माण करवाया जिसके लिए विभिन्न स्रोतों से धन इकट्ठा किया। अनूप जैन ना केवल लाखों लोगों को शौचालय के महत्त्व को समझाने में सफल रहे बल्कि उन्होंने सामाजिक दायित्व का निर्वाहन करते हुए, बहुत कम राशि में निर्माण में सहयोग दिया।

(2) सामूहिक प्रयास किसी भी देश, राज्य या गाँव की तस्वीर बदल सकते हैं और इसका जीवंत उदाहरण मेघालय का मावल्यान्नाव गाँव है। यह गाँव भारत ही नहीं अपितु पूरे एशिया का सबसे साफ–सुथरा गाँव है। इस गाँव को अन्तरराष्ट्रीय तौर पर एशिया के सबसे साफ गाँव के लिए पुरस्कार भी मिल चुका है। खासी हिल्स डिस्ट्रिक्ट का यह गाँव मेघालय के शिलॉन्ग और भारत बांग्लादेश बॉर्डर से 90 कि.मी. दूर है। यहाँ लोग घर से निकलने वाले कूड़े–कचरे को बाँस से बने डस्टबिन में जमा करते हैं।
हमें यह समझना होगा कि 'स्वच्छता' जो हमारी संस्कृति का हिस्सा है, उसे हम अपने आचरण में आत्मसात् करें और वैश्विक स्तर पर जब भारतीयों की बात हो तो उनकी 'स्वच्छता' और 'पर्यावरण' के प्रति जागरूकता के भी चर्चे हों। ये तभी संभव होगा, जब देश का हर बालक इस अभियान का हिस्सा बनेगा।

(3) मध्य प्रदेश के सिहोर जिले के बुधनी के 32 गाँवों के लोगों ने खुले में शौच करने की कुरीति को समाप्त करने का अनुकरणीय उदाहरण प्रस्तुत किया है। इन गाँवों में खुले में शौच करने वालों को रोकने और उन्हें शौचालय बनाने को प्रेरित करने के लिए महिलाओं व छात्रों ने मुहिम चलाई और इसे नाम दिया गया 'मर्यादा अभियान'। जब कोई गाँव वाला, अंधेरे में शौच के लिए जाता है तो बच्चे मौके पर जाकर सीटी बजा कर आगाह करते हैं। सीटी की आवाज़ सुनकर महिलाएँ पहुँचती हैं और टॉर्च से रोशनी करती हैं, ताकि शौच करने वालों को शर्म आए। उनके जाते ही पुरुष सदस्य वहाँ आकर गँदे किए गए स्थान पर राख डाल देते हैं। इसके बाद में गाँव में 'शर्म' यात्रा निकाली जाती। अब बुधनी जनपद के सभी 138 गाँव खुले में गँदगी से निजात मिलने पर 'मुक्ति' महोत्सव मनाने की तैयारी कर रहे हैं।

## अभ्यास प्रश्न

### वस्तुनिष्ठ प्रश्न

1. किस वर्ष में 'सिंगापुर स्वच्छ अभियान' आरम्भ हुआ था?
(अ) 1967 (ब) 1985
(स) 1948 (द) 1990 ( )
2. 'ब्रिंग यॉर ओन बैग डे' किस देश में मनाया जाता है?
(अ) अमेरिका (ब) भारत
(स) चीन (द) सिंगापुर ( )
3. भारत स्वास्थ्य रिपोर्ट 2015 के अनुसार किस राज्य में अविकसित बच्चों की संख्या में 13

प्रतिशत की गिरावट आई है?
(अ) बिहार (ब) पंजाब
(स) आसाम (द) मिजोरम ( )
4. दुनिया का सबसे साफ–सुथरा शहर, वर्ष 2015, में कौन–सा माना गया?
(अ) कैलग्री (ब) मैसूर
(स) काठमांडू (द) दिल्ली ( )
5. भारत के किस व्यक्ति को 8 अक्टूबर 2014 को 'वेसिलिट्स ग्लोबल सिटिजन' अवार्ड मिला।
(अ) अनूप जैन (ब) डॉ. विंदेश्वर पाठक
(स) मणिवाजिपे (द) राज मदनगोपाल ( )

## अति लघूत्तरात्मक प्रश्न

1. स्वच्छता में सुधार और मानव स्वास्थ्य का क्या सम्बंध है?
2. ओखला क्षेत्र में कचरा जलाकर कितनी बिजली प्राप्त हो रही?
3. एशिया के सबसे स्वच्छ गाँव का नाम लिखिये।
4. ह्यमेन्यूर पावर संस्था का उद्देश्य क्या है?

## लघूत्तरात्मक प्रश्न

1. अमेरिका और ब्रिटेन में गँदगी फैलाने की क्या सजा है?
2. कूड़ा जलाने से कौन–सी जहरीली गैस फैलती है?
3. पुनः चक्रित होने वाले अपशिष्ट कौन से हैं?
4. 'मर्यादा अभियान' क्यों चलाया गया?

## निबन्धात्मक प्रश्न

1. वेदों में स्वच्छता के संदर्भ में क्या कहा गया है?
2. प्लास्टिक की थैलियाँ कैसे पर्यावरण का नुकसान पहुँचाती हैं?
3. मध्यप्रदेश का 'बुधनी' गाँव कैसे खुले में शौच से मुक्त हुआ?

उत्तरमाला : (1) अ, (2) द, (3) द, (4) अ, (5) अ