

Let's work for Mother Nature

पर्सिप्रेज़न्ट PERSPECTIVE

May 2021 # 8
Not For Sale

आसमान से अमृत बुरसे
फिर क्यों हम बूद-बूद को तरसे

05 कल को सुरक्षित करना है तो
बारिश के पानी को संभालना होगा

किसानी और बागवानी से
सालाना 5 लाख रुपए की आय
08 नौकरी छोड़ किसानी और बागवानी
को अपनाया

अपने ही घर में
पौधे लगाएँ इम्फूनिटी बढ़ाएँ

07 कोरोना काल में कैसे स्वयं
और परिवार को स्वस्थ रखें

यमुना बाबा :
नदी की जीवन रेखा

12 68 वर्षीय अशोक उपाध्याए जी
का सराहनीय कार्य

CONTENTS

आसमान से अमृत बरसे, फिर क्यों हम बूंद-बूंद को तरसे	05
भूमि प्रदूषण के प्रति सचेत होने का समय	06
अपने घर पौधे लगाएँ, इम्युनिटी बढ़ाएँ	07
किसानी और बागवानी में सालाना 5 लाख रुपए की आय	08
2050 में सागर में मछलियों से ज्यादा प्लास्टिक होगा	09
स्वच्छता के प्रति विशालाक्षी फाउंडेशन कर रही जागरूक	10
चमकौर सिंह: एक प्रेरणा स्रोत	11
यमुना बाबा: नदी की जीवन-रेखा	12
पॉलिथीन मुक्त, पर्यावरण-युक्त कुंभ	13
Eco-Bricks: एक सराहनीय अभियान	14
14 वर्षीय सृजा का प्लास्टिक वेस्ट प्रति उपाए	15

09



06



13





EDITOR-IN-CHIEF

Rajesh K Rajan

CONSULTING EDITOR

Dr Atanu Mohapatra

EDITOR ENGLISH

Dr Subhash Kumar

EDITOR HINDI

Ankur Vijaivargiya

EDITORIAL TEAM

Lokendra Singh
Dipti Sharma
Niyati Sharma
Kavita Mishra

CREATIVE & GRAPHICS

Partap Rajput
Alekhya S. Nayak



संपादकीय

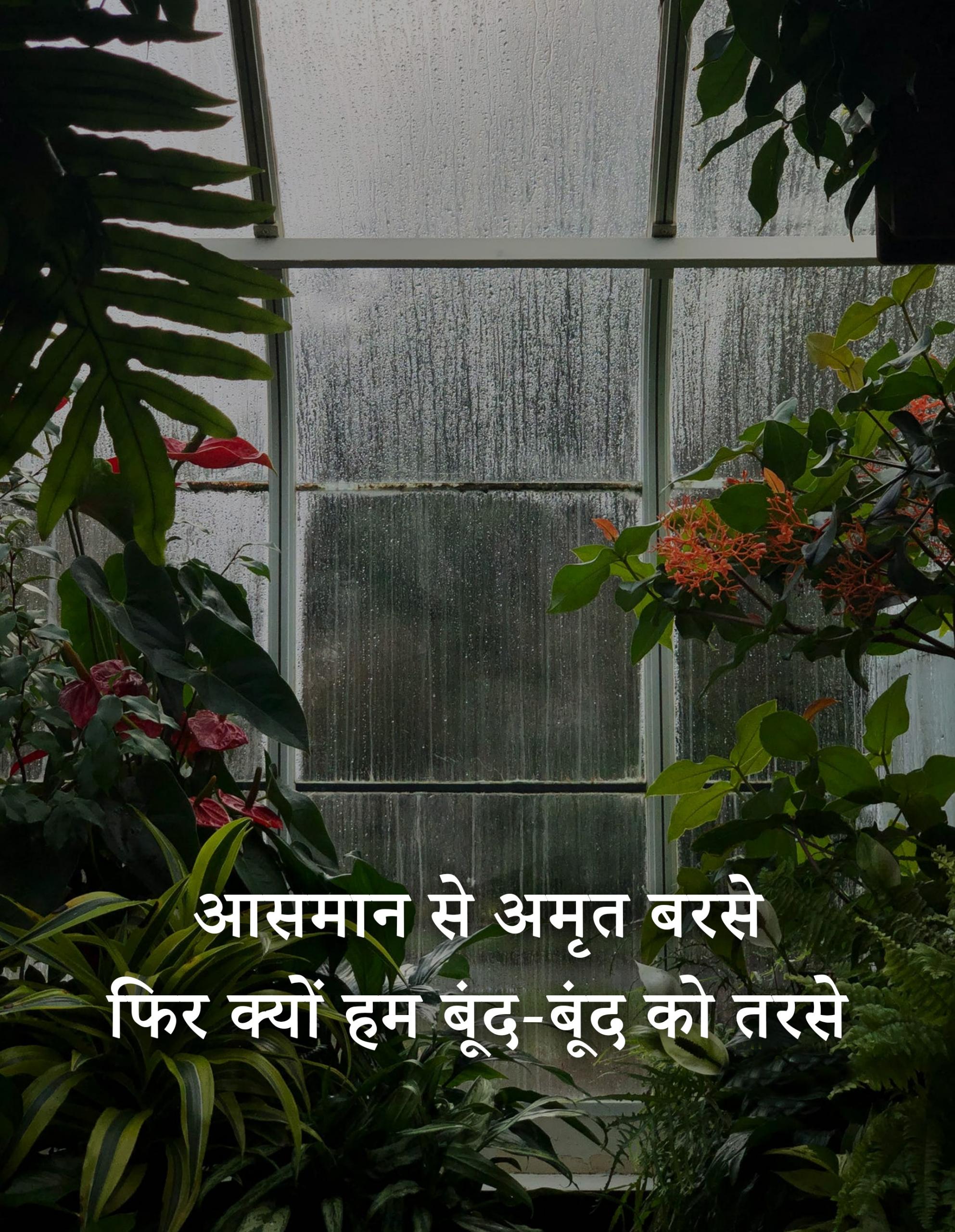
कोरोना आपदा: ठोस रणनीति की जरूरत

हम कोरोना की पहली लहर से उबरे भी नहीं थे कि दूसरी लहर सुनामी बन कर आ गयी और हमें एक बार पुनः घरों में कैद कर दिया। दूसरी लहर ने हेत्यकेर इन्फ्रास्ट्रक्चर की कलई भी खोल कर रख दी और बड़े-बड़े दावे धेरे के धेरे रह गये। हमारी स्वास्थ्य व्यवस्था इस अभूतपूर्व संकट से निपटने में बिल्कुल ही लाचार दिखी। चौतरफा मौत और बर्बादी का मंजर, खासकर अपने कई प्रियजनों की मौत ने मुझे अंदर तक हिला कर रख दिया। ऐसे में कुछ भी लिख पाना असंभव प्रतीत हो रहा था पर मैंने किसी तरह साहस संजोकर संपादकीय के माध्यम से अपने दुख तथा मर्मांतक पीड़ा को व्यक्त करने का फैसला लिया।

भारत रोजाना 24 घंटों में कोरोना के 4 लाख नए मामले दर्ज कराने वाला पहला देश बन गया। देश के कोने कोने में निरंतर दुःखद घटनाओं का सिलसिला जारी है। चारों तरफ बदहाली और बेबसी का आलम है। कोरोना वायरस की दूसरी लहर को ठोस और व्यवस्थित रूप से निपटने के लिए हमारे नीति निर्माताओं, नौकरशाही, शिक्षाविदों, मेडिकल और वैज्ञानिक समुदाय को इसका गहराई से अध्ययन करने की जरूरत है।

हम एक जिम्मेदार नागरिक होने के उत्तरादायित्व से बच नहीं सकते। इस अभूतपूर्व मानवीय विपदा की बड़ा कारण यह रहा कि हम बेपरवाह हो गए, धार्मिक-सांस्कृतिक समारोह, राजनैतिक- चुनावी रैलियां, मॉल तथा बाजारों में भीड़ लगने से संबंधित सारी पाबंदियां हटा दी, जिसका परिणाम सर्वविदित है: महामारी का संक्रमण तेजी से फैल गया। अभी आवश्यकता है कि आरोप-प्रत्यारोप मैं समय व्यर्थ न करते हुए, एक जुट होकर सरकार को बड़े पैमाने पर आवश्यक और गुणवत्तापूर्ण मेडिकल सुविधाओं की स्थापना, ऑक्सीजन की निर्बोध आपूर्ति, आईसीयू बेडों, वेटिलेटरों की आपूर्ति करने में सहयोग करें जिससे कि कोरोना के रोजाना बढ़ते संक्रमण पर अंकुश लगाया जा सके और वो तब ही संभव है जब हम दल-सप्रदाय और आरोप-प्रत्यारोप से ऊपर उठें। फिलहाल समय की यही मांग है कि हम इस अभूतपूर्व मानवीय आपदा से निपटने के लिए वास्तविकता को स्वीकार करके एक साथ आँए और वास्तविक, समेकित और पेशेवर नजरिया अखिलयार करें।

-राजेश कुमार राजन



आसमान से अमृत बरसे
फिर क्यों हम बूँद-बूँद को तरसे

प्रधानमंत्री मोदी ने 22 मार्च को 'अंतरराष्ट्रीय जल दिवस' के अवसर पर वर्षा जल संरक्षण के लिए 'कैच द रेन' यानी वर्षा की बैंदों को सहेजने का नारा दिया, जो आज देश और दुनिया की पहली आवश्यकता है। भारत भू-जल पर आश्रित देश है। यह 250 अरब घनमीटर वार्षिक दोहन के साथ विश्व का सबसे बड़ा भूजल उपभोक्ता है। भूजल का दोहन एक बड़ी चिंता है। अभी देश में पूर्प वाले कुएँ दो करोड़ से अधिक हैं। इस कारण भू जलस्तर तेजी से गिर रहा है। देश में प्रतिवर्ष भूजल स्तर 0.4 मीटर हर वर्ष की दर से घट रहा है। देश में पानी की उपलब्धता और सही गुणवत्ता की समस्या बढ़ती जा रही है। 2001 में देश में प्रति व्यक्ति पानी की उपलब्धता 1816 घनमीटर थी, जो 2021 में घटकर 1486 घन मीटर रह गई। प्रति व्यक्ति पानी की उपलब्धता में हम विश्व में 133वें स्थान पर हैं। इस समय देश जल संकट के दौर से गुजर रहा है।



प्रकृति ने हर तरह का जल हमें विभिन्न रूपों में उपलब्ध कराया है। प्रकृति की असीम कपा वर्षा के रूप में हम पर भरपूर रूप में बरसती है। जब आसमान से अमृत बरसे, तो क्यों हम बूंद-बूंद को तरसे? इसका उत्तर स्पष्ट है कि हम वर्षा जल को सहेज नहीं पाते। विश्व में वर्षा जल ही सब तरह के जल का स्रोत है। जहाँ कहीं भी पानी है वह कहीं न कहीं वर्षा जल से संबंधित है। चाहे तालाब हों, झील या कुएँ हों, पहाड़ी धाराएँ हों, या फिर हिमखंड अथवा नदियां, सबका मूल मानसन है। मानसून में वर्षभर की 80 प्रतिशत वर्षा हो जाती है, जिसका हम 12 प्रतिशत ही संभाल पाते हैं, बाकी सब व्यर्थ बह जाता है।

हमारे पूर्वज सदियों से पहले वर्षा के आने की बाट जोहते और फिर वर्षाजिल हो संरक्षित करते आए हैं। लेकिन उन्होंने कभी भी पानी पर अब अपना अधिकार नहीं जताया था। उनमें प्रकृति के प्रति कृतज्ञता थी कि जल प्रकृति का अनमोल उपहार है, जिसे हमें सहेजकर और संभालकर आदर से उपयोग में लाना चाहिए। सारा पानी सागर का है जो बादलों के रूप में इसे सब जगह हमारे लिए भेजता है। घटाओं में हमारे पूर्वजों ने सागर का संदेश देखा था। उन्होंने बादलों से बरसा अमृत सहेजने के लिए तालाब तथा कुएँ-कुंड बनवाए। केवल बस्तियों के आसपास ही नहीं, घने जंगल के बीच में वन्य प्राणियों के लिए तालाब बनाना पृथ्य का कार्य माना जाता था। हरसंभव प्रयास किया जाता था कि बादलों से बरसने वाले पानी को एकत्रित किया जाए। लेकिन धीरे-धीरे धर्म और समाज से जुड़ी दृष्टि बदली। अब विकास की राह पर चलते हुए हम स्वयं को प्रकृति से बड़ा मानने लगे और उसका दोहन करने लगे। जिसका परिणाम हुआ कि भूजलस्तर घटने लगा। ताल-तलैया और जंगल सब विकास की बलि चढ़ गए। 1950 में भारत में 24 लाख तालाब थे, जिनमें से अब केवल 5 लाख ही शेष बचे हैं। जो शेष हैं, वे भी दयनीय हालत में हैं। वर्षाजिनित नदियाँ या तो पूरी तरह सूखकर खो चुकी हैं या खोने की कगार

पर खड़ी हैं।

देश में एक तरफ पानी की मांग बढ़ रही है, दूसरी तरफ हम वर्षा जल का संग्रह भी नहीं कर पा रहे हैं। जलवायु परिवर्तन के कारण वैसे भी वर्षा कम हो रही है। वर्षा की तीव्रता और वितरण पर भी जलवायु परिवर्तन का प्रभाव पड़ा है। जैसे कहीं अतिवृष्टि है तो कहीं सूखा पड़ रहा है। साथ ही मानसन में बाढ़ और अन्य समय सखे जैसी घटनाएँ भी बढ़ रही हैं। ऐसे में समझदारी इसी में है कि हम वर्षा जल को सहेजें। आज हमारे सामने सबसे बड़ी चुनौती है कि वर्षाजिल जैसे अनमोल संसाधन को हम निजी और सामूहिक रूप से कैसे सहेजें? मौजूदा अधिकतर तकनीकों में से वर्षा जल संग्रहण तकनीक सबसे सरल और प्रभावी है। तभी प्रधानमंत्री मोदी ने देशवासियों को यह मंत्र दिया कि वर्षा बैंदों को सहेज लो, जहाँ भी गिरें और जब भी गिरें। वर्षा जल को संरक्षित करने में प्रमुख हैं- छत पर गिरी वर्षा के जल का संग्रह अर्थात रेन वाटर हार्वेस्टिंग। तमिलनाडु देश का पहला राज्य बना, जिसने वर्षा जल संग्रहण को हर भवन के लिए अनिवार्य कर दिया। गिरते भूजल स्तर से चिंतित राज्य में वर्षा जल संग्रहण योजना 2011 में शुरू की गई। इस योजना को ग्रामीण क्षेत्रों में भी लागू किया गया। बाद में सभी राज्यों में यह योजना अपनाई गई। इस योजना के जरिए चेन्नई का जलस्तर केवल पांच वर्ष में 50 प्रतिशत बढ़ गया और गुणवत्ता में भी उल्लेखनीय सुधार हुआ।

वर्षा की बैंदों को सहेजने के अभियान को प्रभावी तरीके से लागू करने की दिशा में गांव और कस्बों के तालाबों को भी पुनर्जीवित करने की आवश्यकता है। देश के कई हिस्सों में तालाब आज भी अपना खरापन साबित कर रहे हैं। तालाब बाढ़ की विभीषिका को कम करने के साथ भू-जलस्तर को बढ़ाने वाली संरचनाएँ हैं। वर्षा का जल ताल-तलैया जैसे जलस्रोतों में जमा होता है। इससे भूजल स्तर ठीक बना रहता है। तालाब उस गांव की जल

सुरक्षा को सुधारते हैं। तालाब स्थानीय समाज का सामाजिक और सांस्कृतिक केंद्र होते हैं। लोगों के जुड़ने से सामुदायिकता बढ़ती है। तालाब रोजगार के भी बड़े स्रोत होते हैं। तालाब पारिस्थितिकी से लेकर संस्कृति तक में आई विकृतियों का भी सही समाधान साबित होंगे। वैसे तो जल वैश्विक और राष्ट्रीय चिंता का विषय है। लेकिन इसका विकास और प्रबंधन नितांत स्थानीय मामला है।

जल के प्रति चेतना जगाने, सक्रियता को अति रूप देने और जागरूकता को चरम तक पहुंचाने के लिए ही मोदी सरकार ने देश व्यापी महाअभियान 'वर्षा की बैंदों को सहेजो' चलाने का निर्णय लिया। लक्ष्य है कि वर्षा की हर बूंद को धरती के गर्भ में पहुंचाकर गिरते भूजल स्तर को सुधारा जाए। सरकार का यह प्रयास सराहनीय है। मोदी सरकार के इस अभियान के उद्देश्य की प्रशंसा अधिकांश योजनाकारों, विशेषज्ञों, किसानों और आम जनता ने की है। लेकिन वास्तविक चुनौती इसके प्रभावकारी क्रियान्वयन और टिकाऊ परिणाम लाने की है। क्योंकि किसी भी अभियान के द्वारा जल के सिर्फ महत्व को बताया जा सकता है। किंतु इसे सफल उसके व्यवहारिक पक्ष को समझ कर ही बनाया जा सकता है। बिना आम आदमी के सहयोग के कोई भी अभियान सफल नहीं हो सकता। मोदी सरकार की इस पहल में आइए हम सब सहयोग करें, दांव पर हमारा भविष्य है। इसलिए अतीत से सबक लेते हुए वर्तमान का उपयोग हम भविष्य को संवारने में करें। जल संरक्षण लोगों की आदत बन जाए, जल का सही उपयोग उनकी दिनचर्या में शामिल हो जाए, यही हमारा और हमारी पर्यावरण संरक्षण गतिविधियों का प्रयास है। हमारा प्रयास यह भी है कि लोग जल को भारतीय स्वरूप में स्वीकार करने लगें। भारत ही है जहाँ नीर को नारायण माना जाता है। भारत में मान्यता है कि जल ही जीवन है, जल जिजीविषा है और आत्मा है।

मोदी सरकार की इस प्रशंसनीय पहल की सफलता के लिए पानी के मूल दर्शन समझना होगा। पानी को भारतीय नज़रिए से देखना होगा। भूजल को रिचार्ज करने के लिए वर्षा जल का संग्रहण, उपलब्ध जल का तार्किक, समुचित ढंग और मितव्ययता से उपयोग होना चाहिए। जल के संरक्षण के लिए सामुदायिक सहभागिता की भावना को प्रोत्साहित करना होगा। जलसंकट के स्थायी समाधान के लिए स्थानीयता, प्राकृतिक आधार और समुचित चरणबद्ध तरीके से ऊर्जा नीतियां बनाने होंगी। बड़े डैम के बजाय छोटे चैकडैम बनाना अधिक उपयोगी साबित हो सकते हैं। तो आइए हम सब मिलकर अपने-अपने स्तर पर जल बचाने और वर्षा जल को संग्रह करने का प्रयास करें। क्योंकि जल ही जीवन है, जल के अभाव में न सभ्यता बचेगी न संस्कृति। हम स्वयं भी समय रहते चेत जाएँ और दूसरों को भी जागरूक करें।

- सुरभी तोमर

भूमि प्रदूषण के प्रति सचेत होने का समय



प्रकृति का सबसे महत्वपूर्ण अंग भूमि है, यह भूमि ही हमारा पोषण करती है। इसके बावजूद हम भूमि के प्रति अत्यधिक लापरवाह हैं। परिणामस्वरूप भूमि प्रदूषण एक बड़ा संकट बनता जा रहा है। अगर हम अभी नहीं चेते तो बहुत देर हो जाएगी। देश के प्रत्येक व्यक्ति को भूमि को प्रदृष्टण से बचाने के लिए आगे आना चाहिए। हमें भूमि के प्रति अपनी उस दायित्व का बोध होना ही चाहिए, जो शास्त्रों में उल्लेखित है- 'माता भूमि: पुत्रो अहं पृथिव्या'।

वनों की कटाई, कृषि गतिविधियाँ, रासायनिक अपशिष्ट और ठोस अवशेष भूमि प्रदूषण के मुख्य कारणों में से हैं। इनकी वजह से भूमि की उपयोगिता नष्ट हो रही है। रासायनिक खाद और अत्यधिक कीटनाशक दवाइयों के इस्तेमाल से न केवल मिट्टी की गुणवत्ता में कमी आ रही है, अपितु भूमि जहरीली और बंजर भी होती जा रही है। भूमि प्रदूषण के कई नकारात्मक प्रभाव हैं, जो पौधों, पशुओं और सूक्ष्मजीवों के साथ मनुष्यों पर प्रभाव डालते हैं। प्रदूषित खेतों से कटी हुई फसलें खाने से कई स्वास्थ्य जटिलताएं सामने आ रही हैं। कैंसर जैसे रोग आजकल बड़ी तेजी से अपना पांव पसार रहा है।

शहरीकरण और आधुनिकीकरण के इस दौड़ में बड़ा प्रश्न यह है कि "मैं पृथकी को अधिक रहने योग्य कैसे बना सकता हूं?"। भूमि संरक्षण का मुद्दा हमारी दैनिक गतिविधियों का हिस्सा हीना चाहिए। यह एक घटना नहीं है जो एक बार होती है बल्कि यह एक सतत प्रक्रिया होनी चाहिए। गैर-बायोडिग्रेडेबल उत्पादों के बजाय बायोडिग्रेडेबल उत्पादों का उपयोग करें। ऐसा इसलिए है क्योंकि बायोडिग्रेडेबल कचरे का निपटान करना आसान है। पाँली बैग के उपयोग से बचें। कई राज्यों की सरकारों ने प्लास्टिक बैग के उपयोग पर प्रतिबंध लगा दिया है, हालांकि लोग अभी भी इनका उपयोग करते हैं।

भूमि प्रदूषण को कम करने के लिए व्यक्तिगत स्तर पर जो भी प्रयास किये जा सकते हैं, उन्हें हमें अपने कर्तव्य के रूप में लेना चाहिए। जैसे- पेपर वाइप्स या टिश्यू के बजाय कपड़े या पुनः उपयोग योग्य डस्टर और झाड़ का उपयोग करें। रासायनिक खाद का उपयोग कम से कम करें। जैविक खेती को प्रोत्साहित करें। प्लास्टिक के उपयोग को यथासंभव नकारें।

-राहुल कुमार गौरव

अपने घर पौधे लगाएँ

इम्युनिटी बढ़ाएँ

आज विश्वभर में कोरोना वायरस जैसी घातक महामारी अपने पैर पसार चुकी है। किसी भी व्यक्ति के शरीर का 'इम्युनिटी सिस्टम' उसकी हर रोग से रक्षा करता है। यदि प्रतिरक्षा प्रणाली कमज़ोर होगी तो कोई भी बीमारी बहुत जल्दी व्यक्ति के शरीर पर अपना कब्जा जमा लेती है। इम्युनिटी सिस्टम को स्ट्रोंग बनाने के लिए भारत के वैदिक-ऋषि-मूनियों की बातों पर गौर फरमाएं। प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने वाले इन औषधीय पौधों को आप अपनी बालकनी या छत में, गमलों में ही लगा सकते हैं।

गिलोय - गिलोय का वानस्पतिक नाम टीनोस्पोरा कार्डियोफेलिया है, जिसे आयुर्वेद में गिलोय के नाम से जाना जाता है। संस्कृत में इसे अमृता कहा जाता है, क्योंकि यह कभी नहीं मरता है। गिलोय भारतीय मूल की बहुवर्षीय बेल है। इसके बीज काली मिर्च की तरह होते हैं। इसे मई और जून में बीज या कटिंग के रूप में बोया जा सकता है। मॉनसून के वक्त यह तेजी से बढ़ता है। इसे बहुत धूप की जरूरत भी नहीं होती।

लैमनग्रास - एक साधारण-सी दिखने वाली घास, जो कि घास से लंबी होती है, वह लैमनग्रास है। इसके अनेक स्वास्थ लाभ हैं। लेमनग्रास आयरन, विटामिन ए, विटामिन सी, फोलेट एसिड, फास्फोरस आदि महत्वपूर्ण तत्वों से भरपूर एक औषधि है। साथ ही, लोग अपने घरों से मच्छरों को भगाने के लिए भी लेमनग्रास का पौधा लगाते हैं।

अश्वगंधा - अश्वगंधा में एंटीइंफ्लेमेटरी गुण पाए जाते हैं, जिस कारण इसका इस्तेमाल हृदय रोग, मधुमेह, एनीमिया से लेकर कैंसर तक की रोकथाम में किया जाता है। अगर आप बाजार से अश्वगंधा खरीदेंगे तो आपको यह काफी महंगा मिलेगा। लेकिन, अगर आप बागवानी करते हैं तो खुद भी इसे घर में उगा सकते हैं। अश्वगंधा के बीज आप बाजार से खरीद कर, आसानी से अपने घर में लगा सकते हैं।

तुलसी - तुलसी को औषधीय पौधों की रानी कहा जाता है। यह ऐसा पौधा है जो आपके घर में होना जरूरी है। यह पौधा हिंदू धर्म में काफी महत्व रखता है। लेकिन यह सिर्फ धार्मिक महत्व ही नहीं सेहत से जुड़े लाभ भी देता है। तुलसी की मजबूत सुगंध बैक्टीरिया के विकास को रोकने के लिए पर्याप्त है। यह अपने चिकित्सा गुणों के लिए जाना जाता है।

अजवाइन - यह एक एंटीऑक्सीडेंट और एंटीसेइक है। इसे सुखी और हल्की मिट्टी में और सूर्य की रोशनी में उगाएँ। यह एक पावरफुल एंटीऑक्सीडेंट और एक अच्छा एंटीसेइक है। जुकाम के इलाज के लिए सोने से पहले अजवाइन से बनी चाय पीनी चाहिए। अजवाइन के बारे में एक आम कहावत है कि अकेली अजवाइन हीं सैकड़ों प्रकार के अन्न को हजम करने में सहायता करती है।

-कविता मिश्रा

“

नौकरी छोड़ किसानी और बागवानी को अपनाया

बागवानी और किसानी से हो रही सालाना पाँच लाख रुपये तक की आय

हमने आपने जाप-पाप खेती-किसानी के लिए उत्तर प्रदेश के लिए एक विकास परियोजना की शुरूआत की। इसका उद्देश्य यह है कि लैकिन कुछ ऐसे लोग भी हैं, जिन्होंने सरकारी नौकरी छोड़ खेती-किसानी और बागवानी की ओर रुख किया है। हम आपको ऐसे ही व्यक्ति की कहानी बताने जा रहे हैं जिन्होंने उत्तर प्रदेश सरकार के शिक्षा विभाग की नौकरी से सेवानिवृत्ति लेकर किसानी और बागवानी शुरू कर एक सकारात्मक सन्देश देने का काम किया है।

यह कहानी है उत्तर प्रदेश के फिरोजाबाद जिले के बवाइन गाँव के रविंद्र प्रताप सिंह की, जिन्होंने राज्य सरकार के बेसिक शिक्षा विभाग की नौकरी से 2017 में स्वैच्छिक सेवानिवृत्ति लेकर बागवानी और किसानी को अपनी आजीविका के लिए चुना। रविंद्र ने ग्रीन स्यूजियम नाम से एक बाग विकसित किया है, जो लगभग 10 हजार वर्ग फीट में फैला हुआ है। उनका बाग फल-फूल से लेकर तमाम औषधीय पौधों से भरपूर है। रविंद्र के बगीचे में आम, अमरुद, चीकू और जामुन के 40 पेड़ हैं।

इनके बाग में सबसे खास 'कैक्टस' है। इस बाग में कैक्टस की तमाम प्रजाति के पौधों की भरमार है। बाग में खास तौर पर सीरियस पेरूविआनस, इच्नोफेसिस, हावर्धिया कैक्टस जिबरा, फेयरी कैसल, बॉल कैक्टस आदि समेत लगभग एक हजार प्रकार के कैक्टस उगाए हुए हैं। बाग में विदेशी प्रजाति के कैक्टस भी हैं, जो कि हंगरी और हांगकांग से मंगाए गए हैं।

कैक्टस में हैं अनेक औषधीय गुण :

रविंद्र का मानना है कि बहुत सारे लोगों को ऐसा लगता है कि कैक्टस किसी काम के नहीं होते; "जबकि कैक्टस में अनेक औषधीय गुण हैं। यह शक्तिवर्धक दवाओं के साथ-साथ डायबिटीज समेत कई रोगों की दवा बनाने में इस्तेमाल किया जाता है। इसकी एलोवेरा प्रजाति चेहरे की चमक बढ़ाने, मुलायम त्वचा के लिए, रक्त संचार और पाचन दुर्स्त करने में मददगार है। यह बहुत कम पानी का पौधा है। साथ ही साथ लोग घरों में रेनबो और बॉल कैक्टस जैसे डेकोरेटिव पौधों की तरह इस्तेमाल करते हैं। बाजार में इनकी अधिक मांग भी रहती है। दुर्गम इलाकों में खेती को जंगली जानवरों जैसे नीलगाय, सुअर, बन्दर आदि से बचाने के लिए खेत की मेढ़ बनाने में भी कैक्टस के पौधों को उपयोग में लिया जाता है।

बागवानी के लिये पिता बने प्रेरणा स्रोत :

रविंद्र बताते हैं कि उनके पिताजी पहले से ही बागवानी के शौकीन हैं। वे पहले सेना में थे और रिटायरमेंट के बाद उन्होंने बड़े पैमाने पर गार्डनिंग करना शुरू किया। पिताजी को देखकर ही मैंने बागवानी और खेती-किसानी करने का मन बनाया और खासतौर से बागवानी के लिए 'मेरे पिता ही मेरी प्रेरणा का स्रोत रहे हैं'। उन्होंने बताया कि वे 2016 से बागवानी कर रहे हैं। उन्होंने अपने बागीचे में एवोकैटो, अंजीर, लौंग इलायची तक उगाया है। फूल और फल के पौधे के अलावा करीब 20 तरह के औषधीय पौधे भी लगाए हैं, जिसमें गुड़मार, ब्राह्मी, भृंगराज, स्टीविया, इंसुलिन आदि शामिल हैं। बागवानी के अलावा रविंद्र एक एकड़ भूमि में नींबू और आँवले की खेती करते हैं। उनका कहना है कि नींबू और आँवले की खेती करना बेहद आसान है। इन दोनों ही फसलों में नुकसान की गुंजाइश बहुत कम होती है। नींबू और आँवला विटामिन-सी के प्रमुख स्रोत हैं, इसलिए कोरोना महामारी के कारण इनकी मांग भी बहुत अधिक है। रविंद्र अपनी बागवानी और नींबू-आँवले की खेती से करीब पाँच लाख रुपए सालाना कमाते हैं।

होमगार्डन नामक यूट्यूब चैनल के ज़रिए दे रहे हैं गार्डनिंग टिप्स :

रविंद्र बागवानी और किसानी करने के साथ-साथ एक यूट्यूब चैनल का भी संचालन कर रहे हैं, जिसके ज़रिए वे तमाम लोगों को बागवानी के टिप्स दे रहे हैं। आज रविंद्र के यूट्यूब चैनल पर तकरीबन 15 लाख सब्सक्राइबर हैं। वे अपने यूट्यूब चैनल के माध्यम से आसान तरीके से घर पर ही लोगों को लाभदायक पौधे उगाने की जानकारी देने का काम कर रहे। वे कहते हैं कि मेरी हमेशा यही कोशिश रहती है कि मैं सरल शब्दों में बागवानी की बारीकियों के बारे में लोगों को बता सकूँ।

खेती-बागवानी, दोनों धैर्य का काम है :

"खेती और बागवानी में रातों-रात कुछ नहीं होता। कई बार तो मनमाफिक परिणाम भी नहीं मिलते। यह दोनों ही बहुत धैर्य का काम हैं", रविंद्र प्रताप सिंह

- हिमांशु गोयल



साल 2050

महासागरों में मछलियों से ज्यादा होगा प्लास्टिक

“

नहीं चेते हम
तो घातक होंगे
परिणाम

कहा जाता है कि महासागरों की दुनिया विशाल है और इनमें अथाह समुद्री जीवों का वास होता है। लेकिन, अगर मैं आपसे कहूँ कि 2050 तक महासागरों में मछलियों से ज्यादा प्लास्टिक कचरा होगा तो क्या आप मानेंगे? आपको भले ही विश्वास ना हो लेकिन आंकड़े यही कहते हैं। एक अनुमान के मुताबिक इंसान जिस गति से प्लास्टिक का उत्पादन कर रहा है और उसके अपशिष्टों को महासागरों में गिरा रहा है, उस हिसाब से 2050 तक महासागरों में मछलियों से ज्यादा प्लास्टिक कचरा हो जायेगा।

वर्ष 1856 में मानवों द्वारा निर्मित प्लास्टिक एक ऐसा पदार्थ है, जिसे किसी भी आकार में ढाला जा सकता है। प्लास्टिक शब्द यूनानी 'प्लैटिकोस' शब्द से बना है जिसका अर्थ ही है कि किसी भी आकार में ढाल देना। 1856 में पहला मानव निर्मित प्लास्टिक ब्रिटिश रसायनज्ञ अलेकजेंडर पाक्स द्वारा बनाया गया था। आधुनिक समय में उपयोग होने वाले प्लास्टिक बैकेलाइट का आविष्कार 1907 में हुआ था। कागज, भोजन के छिलके, पत्तियों आदि जैसे अन्य तत्वों के विपरीत

प्लास्टिक अपनी जैव अनिम्नीकरणीय प्रकृति के कारण हजारों सालों तक पर्यावरण में बना रहता है।

प्लास्टिक कचरा प्रकृति, मानव तथा जैव तंत्रों पर अत्यधिक प्रतिकूल प्रभाव डालता है। प्लास्टिक कचरे के साथ सबसे बड़ी समस्या इसके निष्पादन में आती है। इनको अगर जलाया जाए तो उससे वायुमंडल में गंभीर प्रदूषण की समस्या उत्पन्न होती है। प्लास्टिक कचरे को महासागरों में डालने से जलीय जीव-जंतुओं तथा महासागरों के पारिस्थितिकी तंत्र पर भी बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है।

अगर हम प्लास्टिक कचरे को जमीन में गढ़ कर निष्पादित करने का प्रयास करते हैं तो भी यह पर्यावरण को अत्यंत गंभीर नुकसान पहुँचाता है। प्लास्टिक अपने जैव अनिम्नीकरणीय प्रकृति के कारण हजारों सालों तक वातावरण में विद्यमान रह जाता है। हम कह सकते हैं कि प्लास्टिक एक ऐसी चीज है जो नश्वर है अथवा इसका नाश करना अत्यंत मुश्किल है।

खतरनाक लेकिन लगातार बढ़ रहा है उत्पादन :

प्लास्टिक कचरा हमारे लिए एक चुनौती बन गया है, लेकिन इसके बाद भी हम लगातार इसका उत्पादन करते जा रहे हैं। अंकड़ों के मुताबिक 1950 के बाद से 8.3 बिलियन टन प्लास्टिक का उत्पादन किया गया है। सबसे डराने वाली बात यह है कि इतनी भारी मात्रा में प्लास्टिक उत्पन्न करने के बाद अभी तक सिर्फ 9 प्रतिशत प्लास्टिक कचरे का चक्रण किया गया है और लगभग 12 प्रतिशत का क्षरण हुआ है। जबकि शेष 79 प्रतिशत किसी न किसी रूप में वातावरण में मौजूद है।

भारत में भी प्लास्टिक का उत्पादन बहुत भारी पैमाने पर किया जा रहा है। एक हालिया अध्ययन से यह पता चलता है कि भारत में प्रत्येक वर्ष लगभग 9.46 मिलियन टन प्लास्टिक कचरे का उत्पादन होता है। भारत में उत्पादित होने वाले प्लास्टिक के साथ सबसे बड़ी समस्या यह है कि इनमें से लगभग 50 प्रतिशत एकल उपयोग प्लास्टिक है।

इस समस्या का निदान है जरूरी :

प्लास्टिक कचरों के रूप में सबसे ज्यादा समस्या एकल उपयोग प्लास्टिक के साथ आती है। एकल उपयोग प्लास्टिक के सस्ता होने के कारण लोग इसका धड़ल्ले से उपयोग कर रहे हैं। हालांकि भारत सरकार ने 2018 के विश्व पर्यावरण दिवस की मेजबानी करते हुए घोषणा की है कि वह 2022 तक एकल उपयोग प्लास्टिक के उपयोग को शून्य कर देगा। भारत के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी भी कई मंचों से एकल उपयोग प्लास्टिक के उपयोग को शून्य करने की वकालत करते हुए नजर आते हैं।

- प्रिंस कुमार

स्वच्छता के लिए देशभर में 3000 युवा कार्यकर्ता सक्रिय

आज देशभर में जिस तरह प्रदूषण का प्रभाव बढ़ता जा रहा है, उस पर नियंत्रण पाने के लिए पर्यावरण संरक्षण की दिशा में सक्रिय भागीदारी निभाना बहुत जरूरी है। इस प्रक्रिया को सफल बनाने के लिए हर उम्र एवं हर क्षेत्र के लोगों को आगे आना होगा। इसमें कोई दोराय नहीं है कि पर्यावरण संरक्षण की मुहिम को सफल बनाने में युवाओं की भूमिका महत्वपूर्ण है। प्रदूषण मुक्त वातावरण के लिए युवा पीढ़ी को सार्थक प्रयास करने होंगे। पर्यावरण के प्रति अपने दायित्व को समझकर ऐसा ही प्रयास करें रही है विशालाक्षी फाउंडेशन का युवा टोली।

विशालाक्षी फाउंडेशन की युवाओं की टोली देश के विभिन्न प्रमुख शहरों में स्वच्छता अभियान चला रही है। इस फाउंडेशन से जुड़े युवा केवल अभियान ही नहीं चला रहे हैं बल्कि अपनी युवाओं की टोली के साथ गंदगी वाले स्थान को साफ करने का भी काम कर रहे हैं। विशालाक्षी फाउंडेशन के अलिंद अग्रवाल ने हमें बताया कि उनकी लोगों से इतनी-सी अपील है कि पर्यावरण हमारा है, हमारे ही कारण यह इस कदर प्रदूषित है कि सांस लेना तक मुश्किल हो गया है। इसलिए इसे संवारने की कोशिश भी हम सबको ही करनी होगी। हफ्ते का एक दिन तय कर लीजिए और उस दिन अपना हम अपना आसपास खुद स्वच्छता कार्य करें।

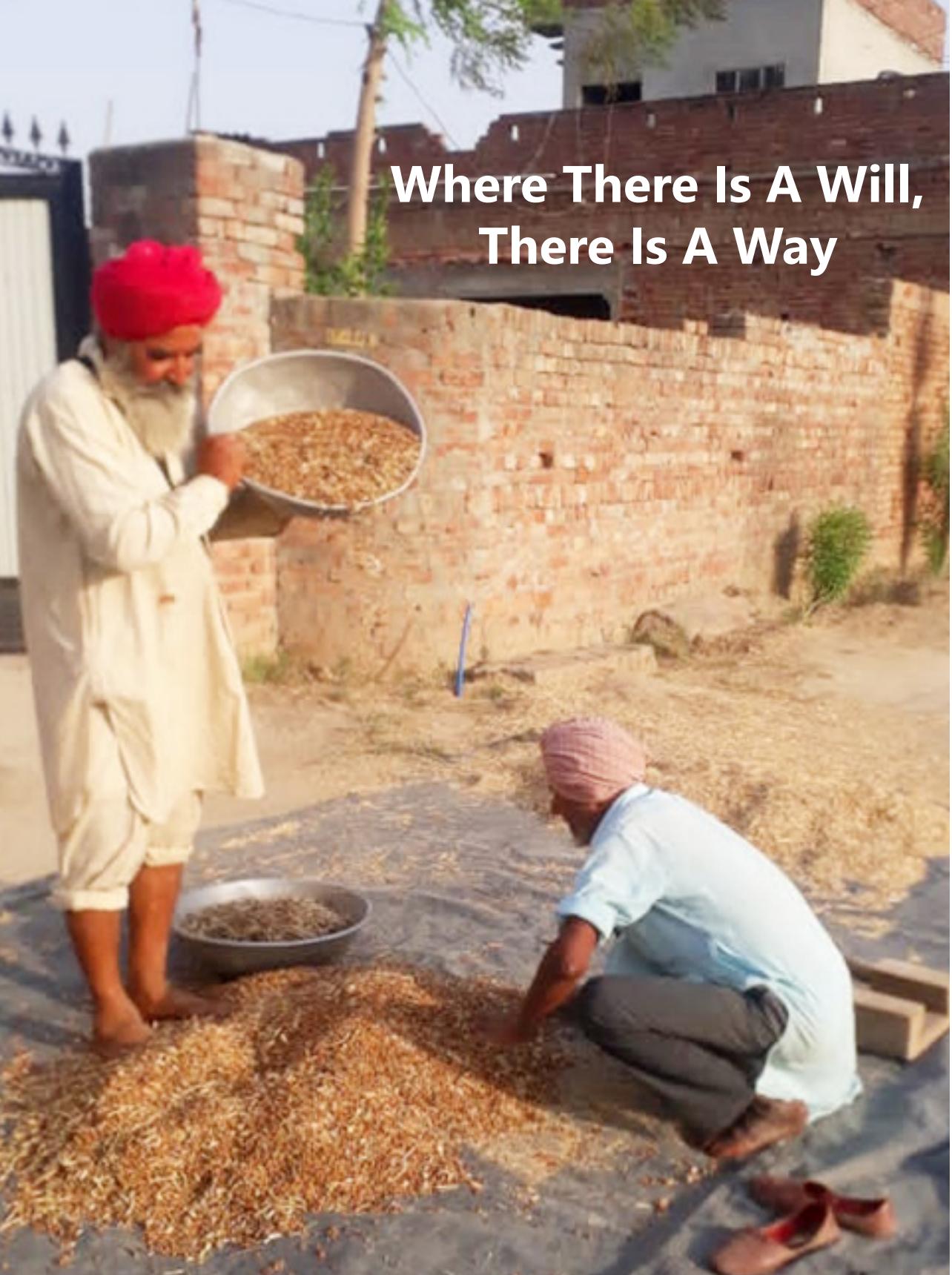
उन्होंने बताया कि लॉकडाउन ने सभी को सोचने को मजबूर किया। उसी दौरान हमें लगा कि समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारी को पूरा करना होगा। हमने पहले प्रोजेक्ट हंगर के तहत खाने की व्यवस्था की, अब हमारा लक्ष्य साफ-सफाई और हमारे पर्यावरण की देखभाल है। हफ्ते में एक दिन, शहर के अलग-अलग इलाकों को चुनते हैं, वहां सफाई करके कूड़ा इकट्ठा करके उसे कचराघर तक पहुंचाते हैं। युवाओं की यह टोली झगड़ी-झोपड़ी के आसपास फैली गंदगी को हटाकर वहां बच्चों के लिए पढ़ाई की व्यवस्था भी करती है। प्रोजेक्ट क्लीन एंड ग्रीन यानी सीएनजी के तहत लखनऊ में 150 युवा काम कर रहे हैं। आठ शहरों में इनके करीब 3000 कार्यकर्ता काम करते हैं।

“

विशालाक्षी फाउंडेशन
की युवा टोली कर रही
है स्वच्छता के लिए
जागरूक



Where There Is A Will, There Is A Way



“

**The Story of
Chamkaur Singh
has been a real
inspiration**

A person who has pledged four acres of land to deliver what is essentially natural. This is the age when one can hardly think of eating anything pure anymore, produced without using pesticides and fertilizers. But a 57-year-old farmer, Mr. Chamkaur Singh from Moga who has pledged four acres of land to deliver what is essentially natural.

Meet a progressive farmer from Moga Mr. Chamkaur Singh, a man who has started his rollercoaster ride in 2010, the story begins from Pune, he moved to the Pune and underwent a training in Horticulture Training Centre, Talegaon,

Pune. Later in his life, he participated in various training programs promoting Greenhouse management and climate control. Though his journey wasn't easy but the valour kept him going, in 2016-2019 he committed himself totally for plants protection and enrolled himself in a course at KVK, MOGA for the same. He was adamant to spread the information and knowledge he had gained so far and hence gave various radio and TV talks on organic natural farming at DD Jalandhar and Air Jalandhar. While interacting with Paryavaran Sanrakshan reporter, he said, "We are extracting nutrients from our land with minimum reciprocation. It is high time that we adopt a sustainable and healthy approach in farming so that the forthcoming generation eats disease-free food."

Moreover, he has eliminated middlemen from his supply chain to preserve the authenticity of his produce. He works as a single chain from being a producer and seller both. This step has made sure the food received is pure and unadulterated. Furthermore, with the elimination of middlemen and their profits, the produce is less expensive which boosts the demand for their products. His efforts and contributions have been recognised by various organisations. He has been awarded Pandit Deen Dayal Upadhyay Antyodayay Krishi Puraskar, 2019 by the Society for conservation of natural resources, (January, 2019).

We as a whole should guarantee ourselves that we will protect our mother Earth. It's hard to be like Chamkor Singh, but it's not difficult to be a helping hand in need. We should be one of his partners and do our bit.

Simply a little exertion is needed to change the world. It's an ideal opportunity to track down our internal Chamkor Singh, the one who is committed to the existing supplier. It's an ideal opportunity to meet up and guarantee that, independent of how long and consideration it looks for.

SAY it together while arriving at the end
WE ARE THERE FOR YOU.

-Mallika Gandhi

"YAMUNA BABA"

A lifeline for river



Ashok Upadhyay, a Delhi's Laxmi Nagar based Social Activist, popularly known as Yamuna Baba for his tireless work toward the upliftment of the Yamuna.

While bathing in the Holy Water it is said:
“गंगा च यमुने चैव गोदावरी सरस्वती।
नर्मदे सिंधु कावेरी जलेस्मिन् संनिधिम् कुरु॥”

(O rivers Ganga, Yamuna, Godavari, Saraswati, Narmada, Sindhu and Kaveri, please enrich the water I am bathing with, with your presence.)

Everyone is concerned about the severe condition of Ma Yamuna. During such crisis few are toiling day and night, years after years by their faith and strong determination to bring it alive again. Ashok Upadhyay, is former Electronic Engineer and one of the renowned Environmentalist. His tireless work toward the upliftment of the Yamuna. Every day, for the past 30 years, 68 years old, He gathered an army of volunteers and started to clean the bank of the Yamuna river- 600 km stretch. In October 2005. Ashok Upadhyay decided to take Deeksha from Ayodhya based Saint Maharaj Tribhuvan Das and in return, he promised his Guru to take care of Ma Yamuna.

Yamuna baba started to teach local people as well as prominent personalities like doctors, engineers and bureaucrats and many more regarding the importance of cleaning the river, enlisting more volunteers, and raising funds. In collaboration with Pradeep Bansal founder of the Yamuna mission, which is currently led by Ashok Upadhyay and Mathura Nagar Nigam's, they purchased equipment required for cleaning the river. Together they segregated the hyacinth and silt from the river bed as well as plastic waste materials. In addition to this, the team worked on the beautification of trees planting and they have planted more than 1500 sapling as of now.

Yamuna Baba said, "people usually take a prayer bath as they believe that by dipping into the holy river, they can clean their soul spiritually, unfortunately, more than performing prayers, they polluted the Ma Yamuna by washing clothes, throwing unwanted plastic waste and non-recyclable items. The Yamuna pumps up more than 800 million litres of untreated sewage each day."

-Lovely Kumari

पॉलिथीन-मुक्त, पर्यावरण-युक्त कुंभ



“

Distribution of Cloth Bags at Kumbh has been extremely inspiring for everyone.



Manoj Garg always has been making immense effort for curbing the menace of plastic and applying several measures of getting rid of plastic. He decided to make it a mass movement and he did in the Kumbh Mela of 2021.

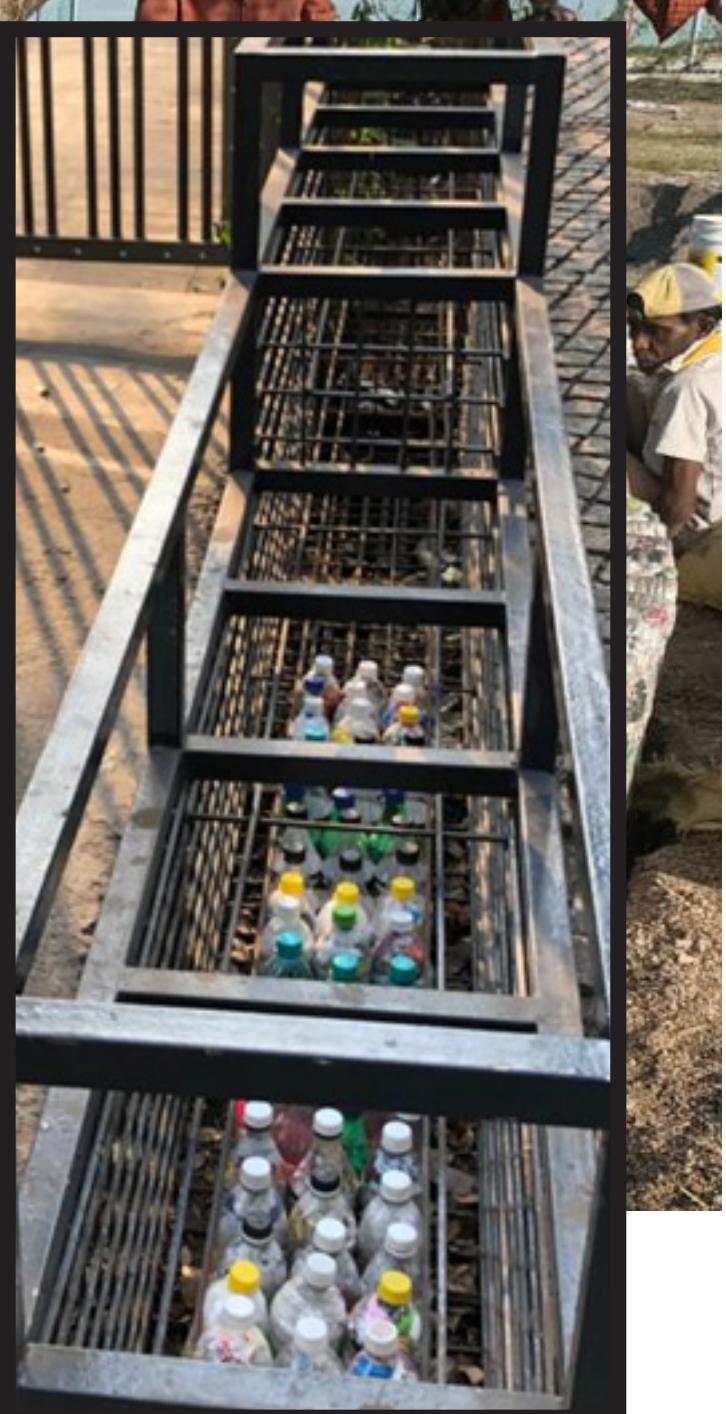
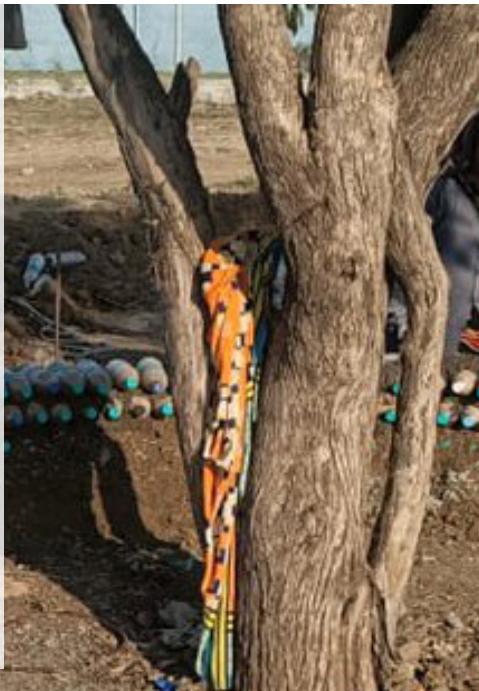
He along with his companions visited homes and spread awareness amongst people about plastic and its negative impact. In this year's Haridwar Kumbh, 2021 Manoj Garg along with his team members distributed cloth bags to travellers who came to see Kumbh Mela from different cities of India. The motto of this year's Kumbh was "Polythene Mukt, Paryavaran Yukta Kumbh", in order to reciprocate this to the ground level volunteers distributed cloth bags amongst the visitors.

Manoj Garg , while talking to the team of Paryavaran perspective put forth his views on this initiative. He highlighted that Single plastics are easily available everywhere and as a result, it is frequently used and thrown on streets randomly. But it has a severe and harmful effects on the environment. To stop and keep a tab on this, they started an initiative where the members of their team from different cities collected One Eco-Brick from each home and in turn the team gave them back a Cloth Bag as token of appreciation. Many women from all over India participated in this initiative and helped the team in making cloth bags. The volunteers made sure that each traveller gets a cloth bag. This initiative was started to raise awareness regarding the harmful effects of plastics among the masses. The people like Manoj Garg and his team members are a real inspiration who motivate us to do something for our environment and take eco friendly steps to save our Mother Earth.

- Kumari Swati

“

She urged people to fill the non-recyclable plastic into a bottle or if not to be used can be given to her.



Practise What You Preach

Meet Anushka Kajbaje who is a professor of environmental science at Bhartiya Vidyapeeth University, Pune. She is a Paryavaran Prahari which means she is not only dedicated to save the environment alone but encourages many others to do the same. Last year on 15 August, she enlightened her society members about the concept of eco-bricks and how it is made. Till then people were not aware of the Eco Brick formation, resulting in plenty of non-recyclable plastic in society. She urged people to fill the non-recyclable plastic into a bottle or if not to be used can be given to her. This urge spread not only across her society members but received eco-bricks from her friends and family. She even got eco-bricks as a Diwali gift. If anyone asked her what to do with the eco-bricks, she used to guide them how to use or keep it with herself for further usage.

As there is sufficient information in her society about plastic segregation, e-waste segregation and the biodegradable one for composting, the non-recyclable plastic is separated at the source level itself. The society is also planned and established few composting units in the society so that the waste other than plastic gets utilised there only. As the society is still under construction, Anshuhka proposed an innovative idea to construct the compound wall using Eco Bricks. She along with her volunteers begun the collection and construction of the wall. The society members also tried to use it in repairing a sepoy in their clubhouse.

Anushka told us with pride and joy that from now on anyone who visits society asks the staff about what eco brick is and how to use it.

People like Anushka are doing their bit by not only participating in environment friendly activities but are also motivating others. People of her society are so aware of waste management that they have even stopped bringing non-recyclable plastic in their homes.

-Shashank Kumar Dwivedi

A 14-year-old girl from Telangana is setting an example of how the younger ones can take on the charge of saving our mother nature from here on. Meet Srija of Gadwal District, Telangana who participated in the plantation drive of a high school of Zila Parishad, Chintalkunta. Her school conducts a plantation drive where students are taught the importance of plantation. In one of the drives, Srija was digging the soil for her sapling and while doing so she found a plastic bag embedded into the soil, this shook her as she knew that this plastic is going to ruin the crust. She decided that she would not let this plastic get into the soil. She went on to the expedition for a biodegradable solution and after some research accompanied by her mentor, she found the Groundnut Pulp was the solution. The groundnut pulp is used as manure in various districts, it purifies water and is also a solution against the plastic planter used for keeping the tiny saplings.

As groundnut and its farming is prevalent in Gadwal, she knew what she was required to do the next. This agro side waste was the main raw material. She decided to test it and for that, she got some groundnut shells from a mill near her home and grinded it into the mixer, added some water and moulded it into a mould of a plastic bottle. However, her first attempt wasn't successful as the planter was quite fragile. So she went to her mentor professor Augustine and he helped her by adding few other natural ingredients without disclosing their names, she told: "It worked out.."

She was now up with her degradable solution for the planters. People need not to hold the tiny saplings into a plastic wrapper. Well, for her sustainable solutions Srija was awarded the CSIR Innovation award by the school students category.

These little hands are the safest for our nature they can and will surely look after its wellbeing. Professor Augustine confirmed that after Srija's innovation the school uses only pots made by her method and they have said no to the plastic planter's.

Every mind has a solution to the problems around us, it just needs a fire as Srija had and a guiding light like Professor Augustine. Let's collectively applaud for their exceptional efforts and also present the same to the little one's around us, if they can we can...!!

Shubhi Vishwakarma

“
Srija, a 14-year-old girl is showing the way that a Groundnut Pulp Solution for Plastic Waste



**Let The Young India
Take Charge**



पर्यावरण PERSPECTIVE

www.paryavaransperspective.com