

# HARIT SANKALP

# हरित संकल्प

“अवसर की प्रतीक्षा में मत बैठो ।

आज का अवसर ही सर्वोत्तम है ।”

हर छोटा बदलाव बड़ी कामयाबी का हिस्सा होता है  
मासिक न्यूज़लेटर | Monthly Newsletter

दिसंबर 2025 | December 2025

विशेषांक : जलवायु परिवर्तन और हमारे प्रयास





# SAVE ENERGY, SAVE FUTURE!

## Simple Ways to Conserve Energy at Home

### ELECTRICITY



Turn off lights & fans when not in use

Use LED bulbs

Unplug devices after charging

Add a little bit of body text

### COOLING & HEATING



Set AC to 24-26°C

Clean filters

Use fans or natural air

### KITCHEN & APPLIANCES



Use pressure cookers & induction stoves

Close refrigerator door properly

Choose 5-star rated appliances

### GO GREEN



Install solar panels

Plant trees around your home

Insulate walls and windows

***"Energy Saved is Energy Generated!"***



Let's build a cleaner, brighter tomorrow  
— starting from home!

Shivani, PSG, Punjab



**Message from the Editors**  
**Harit Sankalp – Monthly E-Newsletter on Environment**

Paryavaran (Environment) is a vast and multidimensional subject, encompassing both horizontal and vertical aspects. While most people relate to one or more parts of it, a deeper understanding reveals its true vastness and interconnectedness with every aspect of life.

The responsibility of protecting the environment does not rest solely with the Government, rather it is a shared duty of every individual. As one of the fastest-growing developing nations, our path demands strong economic and industrial growth. However, such progress must never come at the cost of environmental degradation.

In line with this vision, Paryavaran Sanrakshan Group has initiated “Harit Sankalp”, a monthly, environment-friendly E-Newsletter. This platform will bring together experts on core environmental issues from both national and international arenas, translating their knowledge into simple, practical insights for the common citizen.

Through this, we aim to bridge the gap between awareness and action, empowering every reader to contribute meaningfully to a sustainable future.

***Dr. Pardeep Kumar, Dr. Suman Mor***  
***Editorial Team, Harit Sankalp***  
***E Mail: [myharitpunjab@gmail.com](mailto:myharitpunjab@gmail.com)***

## Sacred Earth: Exploring Environmental Responsibility in Christian Thought



**Dr. Devinder Pal Singh** Professor of Religious Studies, Arihanta Institute, San Jose, CA, USA  
<https://www.arihantainstitute.org/faculty/20433-devinder-pal-singh-phd>

### Abstract

*Christianity offers a profound and often misunderstood perspective on the environment and nature, emphasizing stewardship, moral responsibility, and reverence for creation. Contrary to the common misconception that Christian theology promotes exploitation of the natural world, biblical texts portray humans as caretakers rather than conquerors. Genesis 1–2 emphasizes tending to and caring for creation, while Romans 1:20 and other passages highlight nature as a revelation of divine wisdom. The teachings of figures such as Saint Francis of Assisi further exemplify ethical engagement with all living beings. Integrating modern scientific insights from ecology, conservation biology, and climate science, the Christian ethic of care aligns with sustainable practices and recognizes the interdependence of human and ecological well-being. By bridging scripture and science, Christianity provides a morally grounded framework for addressing contemporary environmental challenges, encouraging both spiritual reflection and practical action to preserve biodiversity, ecosystems, and the planet for current and future generations.*

### Introduction

The relationship between Christianity and the natural world is complex, historically rich, and often misunderstood. Popular narratives have sometimes framed Christian theology as promoting human dominion over nature, suggesting that environmental exploitation is sanctioned by scripture. However, a closer reading of biblical texts reveals a far more nuanced and ecologically sensitive worldview. From the opening chapters of Genesis, where humans are placed in the garden of Eden to “tend and take care of it” (Genesis 2:15), to Pauline reflections in Romans 1:20, the natural world is portrayed as both sacred and instructive, offering insights into the divine order. This understanding is complemented by the ethical and spiritual example of figures such as Saint Francis of Assisi, who recognized the interconnectedness and the intrinsic value of all creatures.



Modern science reinforces these insights, highlighting the interdependence of ecosystems, the consequences of biodiversity loss, and the importance of sustainable resource management. By integrating theological reflection with ecological science, Christianity offers a framework for environmental stewardship that is both spiritually meaningful and practically necessary. This article explores how Christian teachings, when understood in their full ethical and historical context, can inform responsible interaction with the natural world and challenge misconceptions about faith and environmental care.

### **Creation as Sacred**

From the outset, the Judeo-Christian worldview situates humanity within the broader framework of creation. Genesis 1:1–31 recounts the divine act of creation, culminating in humans being made in the “image of God” (Genesis 1:27). While this has sometimes been interpreted as granting humans absolute authority over the earth, the text also emphasizes stewardship: God entrusts humans with the responsibility to “tend and take care of” the garden (Genesis 2:15). This language implies guardianship rather than domination, suggesting that human flourishing is interlinked with ecological well-being. Modern ecological studies reinforce this idea, demonstrating that sustainable human societies thrive when natural systems are preserved, echoing the biblical ethic of care.

### **Nature as a Revelation of God**

In Christian thought, the natural world is considered a “book of God,” revealing divine wisdom through its order, beauty, and complexity. Romans 1:20 asserts that God’s “eternal power and divine nature” are perceived in creation, implying that observing ecosystems and species can lead to spiritual insight. This perspective aligns with contemporary scientific appreciation of biodiversity: the intricate interdependence of species, ecosystems, and biochemical cycles mirrors the harmony celebrated in Scripture. Ecological research further validates this interconnectedness, showing that even small disruptions, like the loss of pollinators or deforestation, have cascading effects, underscoring the moral and spiritual significance of environmental stewardship.

### **Ethical Stewardship and Responsibility**

Christianity emphasizes moral responsibility toward creation. The concept of stewardship is not limited to humans’ interaction with fellow humans but extends to the non-human world. Saint Francis of Assisi (1181–1226) famously expressed this ethos, viewing all creatures as part of a divine family. His Cantic of the Sun celebrates elements like “Brother Sun” and “Sister Moon,” reflecting a spiritual appreciation for natural cycles. This ethical framework aligns with modern environmental ethics, including sustainability principles and conservation biology. Scientific studies, such as those on climate change and species extinction, underscore that neglecting our ecological duties has tangible consequences for both humanity and the biosphere.

### **Misconceptions and Modern Challenges**

A common misconception is that Christian theology inherently encourages the exploitation of nature. Critics often cite Genesis 1:28, interpreting the command to “subdue” the earth as a license for unchecked resource use. Yet, contextual analysis reveals that “subdue” (Hebrew: *kabash*) implies responsible management, not wanton destruction. The New Testament reinforces this ethic, with teachings emphasizing humility, love, and respect for all creation (Matthew 25:31–46), suggesting that ethical treatment of nature is inseparable from moral life.

Modern scientific perspectives, including climate science, ecology, and conservation biology, highlight that human actions can profoundly alter ecosystems. Integrating these findings with Christian ethics suggests a theology of care: humans are stewards, not conquerors, and ethical living requires sustainable practices. Christianity, therefore, offers both spiritual motivation and moral obligation for ecological responsibility.

### **Science and Faith in Dialogue**

Christianity’s engagement with science enhances its environmental ethic rather than diminishes it. Scientific insights into planetary boundaries, biodiversity loss, and ecosystem dynamics complement the scriptural call to stewardship. For example, the recognition of Earth’s finite resources mirrors biblical warnings against greed and short-sighted exploitation (Proverbs 12:10; Luke 12:15). By framing ecological action as both a moral and spiritual duty, Christianity provides a framework for addressing contemporary environmental crises.

### **Conclusion**

Christianity’s engagement with the natural world offers a vision of stewardship, reverence, and ethical responsibility that is both spiritually profound and practically relevant. Far from endorsing exploitation, biblical texts and Christian teachings emphasize care, guardianship, and the recognition of creation as a revelation of divine wisdom. From Genesis’ injunction to “tend and take care of” the earth (Genesis 2:15) to Saint Francis of Assisi’s celebration of all creatures, the faith consistently underscores the interconnectedness of life and the moral duty to protect it. Modern ecological science, including studies on biodiversity, climate change, and ecosystem interdependence, reinforces these principles, demonstrating that sustainable human flourishing is inseparable from the health of the natural world.

By integrating scriptural insights with scientific understanding, Christianity provides both moral motivation and practical guidance for environmental action. Misconceptions about dominion over nature can be replaced with a theology of care that honours the sacredness of creation while addressing contemporary ecological challenges. Ultimately, the Christian ethic encourages humans to act as responsible stewards, fostering harmony between spiritual values and environmental sustainability, and ensuring that the gifts of creation are preserved for present and future generations.

### **References**



1. The Holy Bible, New International Version (2011). Genesis 1–2; Romans 1:20; Matthew 25:31–46.
2. White, L. (1967). *The Historical Roots of Our Ecological Crisis*. Science, 155(3767), 1203–1207.
3. Berry, T. (2009). *The Sacred Universe: Earth, Spirituality, and Religion in the Twenty-First Century*. New York: Columbia University Press.
4. McFague, S. (2008). *A New Climate for Theology: God, the World, and Global Warming*. Fortress Press.
5. Hessel, D. T., & Ruether, R. R. (2000). *Christianity and Ecology: Seeking the Well-Being of Earth and Humans*. Harvard University Press.

\*\*\*\*\*



Dr. Devinder Pal Singh, Ph.D., is a teacher-researcher and an author. He specializes in writing on science, religion and the environment. Currently, he is Professor of Religious Studies at Arihanta Institute, San Jose, California, USA.

<https://www.arihantainstitute.org/faculty/20433-devinder-pal-singh-phd>

## Chrysanthemums Unveiled: An Interwoven Story of Aesthetics, Tradition, and Environmental Relevance



*Ms. Sunita Kumari, Dept. of Environment Studies, PGGCG, Sector 42, Chandigarh,  
Email Id: [aryasunita@yahoo.in](mailto:aryasunita@yahoo.in)*

**Chrysanthemums**—affectionately known as “mums”—stand among the most cherished flowers in the world. Their radiant blooms and remarkable diversity have captivated civilizations for centuries, weaving a story that blends beauty, spirituality, and ecological value. From ancient Asian empires to contemporary global landscapes, chrysanthemums symbolize the enduring bond between humanity and nature.

Chrysanthemums belong to the family Asteraceae, with the scientific name *Dendranthema grandiflora*, locally known as Chrysanthemum and called Guldaudi in Hindi. In India, large-flowered varieties are primarily cultivated for exhibition purposes, while small-flowered varieties are widely used as cut flowers for making garlands, wreaths, veni, and religious offerings.

There are about 40 species of chrysanthemums, predominantly distributed in the subtropical and temperate regions of the Old World. Chrysanthemums are considered positive and meaningful flowers with a rich history and symbolism associated with longevity, friendship, joy, fidelity, optimism, honesty, good wishes, and vitality.

### **A Legacy Rooted in History**

Chrysanthemums are native to the northern hemisphere chiefly Europe and Asia. In England, the popularity of the chrysanthemum as an exhibition flower is at its peak. It has second ranks as a commercial crop. In the United States, it is the number one-dollar earner flower and the most reliable. It is difficult to say with certainty when its culture began in India. Shant Gyanehsvar has mentioned it in his famous Marathi exposition of Gita “Gyaneshwari” written in AD 1290. The



Hindi name guldaudi (meaning flower of Daud) suggests that it must have been grown during the Moghul period in this country.

Historically, Chrysanthemums have a rich history in China and Japan, and it is interesting to learn that they were originally cultivated in China and later made their way to Japan through Buddhist monks. It is also nice to know that chrysanthemums hold such significance in Japanese culture, even being adopted as the emperor's crest and having a National Chrysanthemum Day, which is a Festival of Happiness.

## **Environmental and Ecological Significance**

Beyond symbolism, chrysanthemums play a vital ecological role. As late-blooming flowers, they provide essential nectar and pollen for bees, butterflies, and other pollinators during autumn when floral resources are scarce. Additionally, certain species produce **pyrethrins**, natural insect-repellent compounds widely used in organic farming and eco-friendly pest control, reducing reliance on chemical pesticides.

## **Types of Chrysanthemums You Should Know**

### **1. Anemone Chrysanthemums:**

These chrysanthemums are named after the anemone flower due to their resemblance. They have a cushion-like center surrounded by long, tubular petals. Anemone chrysanthemums are available in various colors, including shades of pink, red, and purple.

### **2. Pompon Chrysanthemums:**

These are miniature chrysanthemums that feature perfectly spherical blooms with tightly packed petals. They come in a wide range of colors, making them a favorite for floral arrangements and gardens.

### **3. Spider Chrysanthemums:**

Spider chrysanthemums are known for their elongated, spiky petals that resemble the legs of a spider. These exotic-looking flowers are a captivating addition to any garden and come in a variety of colors.



#### 4. Spoon Chrysanthemums:

These chrysanthemums have unique spoon-shaped petals that add a distinctive touch to the blooms. They often have a two-tone appearance, with the inner petals being a different color from the outer ones.

#### 5. Button Chrysanthemums:

Button chrysanthemums have compact, globe-shaped blooms with a button-like center. They are popular for their simplicity and can be found in a range of vibrant colors.

#### 6. Cushion Chrysanthemums:

Cushion chrysanthemums are characterized by their dense, cushion-like appearance. They have a full center and can be found in a variety of warm, inviting colors.



### **7. Decorative Chrysanthemums:**

These chrysanthemums are known for their large, double blooms with layers of petals. They are often used for exhibition purposes and can create a truly show-stopping display in gardens.

### **Modern Cultivation: A Fusion of Science and Art**

Advancements in horticulture have expanded what chrysanthemums can offer. Selective breeding and improved cultivation techniques have resulted in vibrant hybrids with enhanced disease resistance, greater aesthetic appeal, and longer blooming seasons. Flower festivals and competitions around the world highlight these innovations, turning each bloom into a living art form.

### **Diseases and Pest insects of Chrysanthemum**

Chrysanthemums, like many plants, can be susceptible to various diseases and pests. Here are some common issues to watch out for Powdery Mildew (white, powdery substance on leaves and stems) Botrytis Blight ( brown, water-soaked spots on flowers and leaves) Leaf Spot ( dark spots on leaves) Root Rot ( Excessive moisture can lead to root rot, causing wilting and yellowing of leaves) Chrysanthemum Stunt (stunts plant growth and reduces flower size) And pest insects are Aphids: ( feed on plant sap, causing wilting and distortion of leaves) Spider Mites (can create fine webbing) Whiteflies ) Thrips ( scraping and puncturing plant tissue) Leafhoppers ( feed on plant sap and can transmit diseases)

### **Caring for Chrysanthemums**

Cultivating vibrant chrysanthemums, whether in your garden or as potted plants, involves a few key considerations. These resilient flowers flourish in well-drained soil and bask in a minimum of 6 hours of direct sunlight daily. To ensure optimal growth and abundant blooms, regular pruning is essential. Simply pinch back the tips of the stems during the growing season to promote branching. Enhance their nutrition with a balanced fertilizer during the growing season.

Vigilance is key in the garden; keep an eye out for common pests like aphids and spider mites that may take a liking to your chrysanthemums. Lastly, to safeguard against fungal diseases, ensure good air circulation around the plants. With these simple steps, you can nurture healthy and vibrant chrysanthemums that add beauty to your outdoor space.

## Benefits of Chrysanthemum

Chrysanthemums, beyond their aesthetic appeal, boast a range of benefits that extend from cultural traditions to health and well-being. Let us explore some of the notable advantages associated with these captivating flowers;

1. **Potential Health Benefits:** Early research indicates promising health benefits of Chinese chrysanthemum in combination with chromium for lowering blood sugar in type 2 diabetes. Another study suggests a combination of chrysanthemum, licorice, and Panax pseudoginseng may potentially reverse precancerous stomach sores.

Chrysanthemum has also been traditionally used for addressing various health concerns such as chest pain (angina), high blood pressure, fevers, headaches, dizziness, and even in the context of prostate cancer. However, it is important to note that further research is needed to establish the efficacy and safety of these applications. Always consult with a healthcare professional before considering chrysanthemum or any herbal remedy for specific health issues.

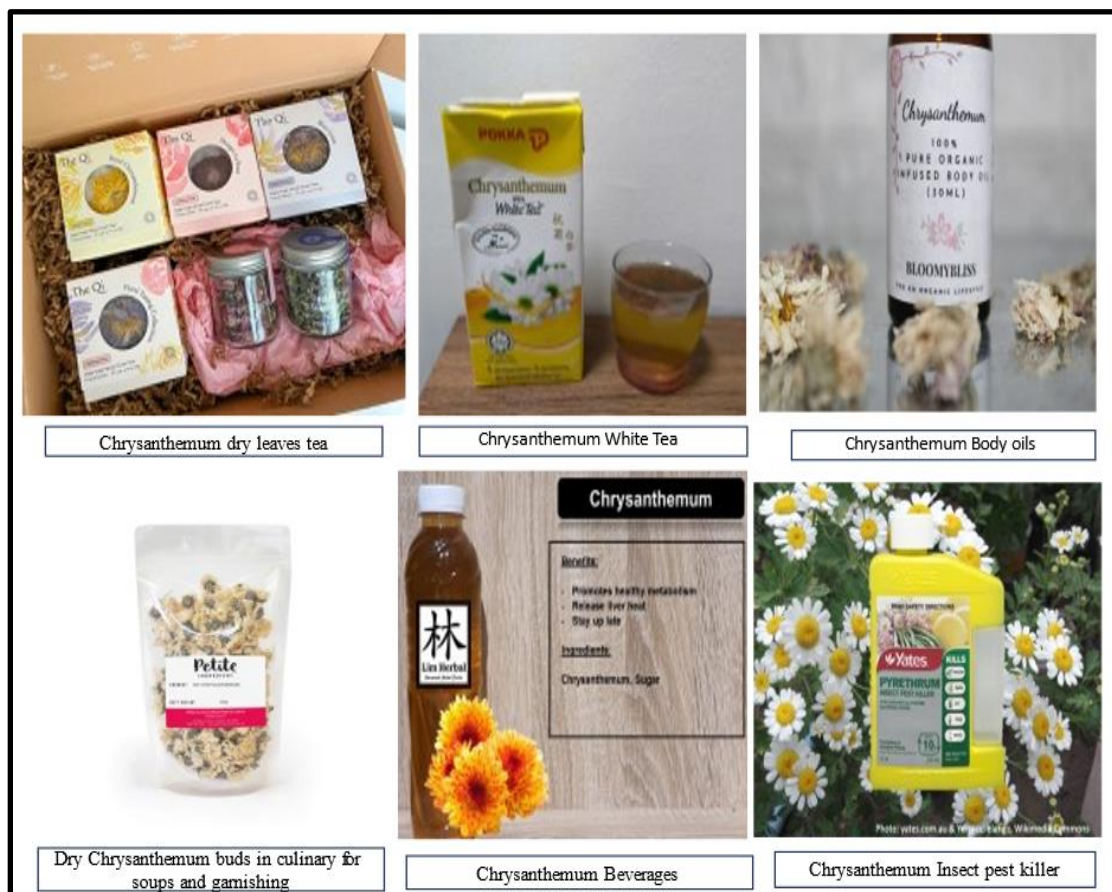
2. **Medicinal Uses:** Chrysanthemum tea, made from dried flowers, is a traditional remedy in some cultures. It is believed to have various health benefits, including calming properties, improved vision, and relief from cold symptoms.

3. **Insect Repellent:** The pyrethrin compound found in chrysanthemums is used in some insect repellent products and as a natural insecticide in agriculture.

4. **Air Purification:** Some studies suggest that chrysanthemums may help improve indoor air quality by filtering out certain pollutants.

5. **Culinary Uses:** In some regions, chrysanthemum petals are used in cooking and as a garnish in dishes and teas.

It is important to note that while chrysanthemums have potential benefits, some individuals may have allergies to these flowers, and certain species may be toxic if ingested. It is advisable always to consult with a healthcare professional or expert for specific uses and potential side effects.

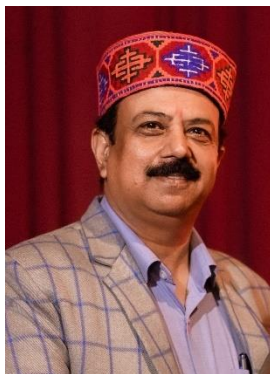


## A Symbol for a Sustainable Future

As society shifts toward ecological awareness, chrysanthemums symbolize harmony between cultural heritage and environmental responsibility. Planting and celebrating chrysanthemums not only preserves tradition but also supports pollinators, green landscaping, and sustainable lifestyles.

**Conclusion:** Chrysanthemums are more than ornamental flowers—they are cultural storytellers and environmental allies. Their petals carry centuries of human admiration, evolving meanings, and enduring beauty. As we continue to cherish them, chrysanthemums remind us of the delicate yet powerful connection between aesthetic pleasure, ancestral wisdom, and ecological well-being.

## Water Management Practices in Our life



*Dr. Rajeev Bansal, SDG Specialist with German Technical, Editor in Chief of Journal of Administrative Development, Review ISSN Journal, Email: [rajeev.bansal14610@gmail.com](mailto:rajeev.bansal14610@gmail.com)*

Management of freshwater has multi-dimensional views. These dimensions include: ecology and natural resource conservation; economic policy and budgeting; social practices; beliefs and values; health and health related matters; rights of and equity among various stakeholder groups; political will and interests; business and profit making activities, etc

- Freshwater ecosystems include lakes, ponds, rivers, streams; and wetlands—natural areas periodically occurring under water.
- Freshwater biodiversity and habitats are collapsing due to pollution. This is threatening the life-support systems.
- Over the last 50 years, there has been a decline of 83 per cent in freshwater species, and 30 per cent of the freshwater habitats have been destroyed.<sup>1</sup>
- Deforestation, dam construction, engineered river diversions and excessive drainage of wetlands are the key threats to freshwater ecosystems.

**Some efforts initiated in India, to ensure that all its citizens have access to safe drinking water and sanitation, are:**

- India has a dedicated department of Drinking Water & Sanitation within the Ministry of Jal Shakti;
- The Government has launched Rural Water Supply (Jal Jeevan) Mission. This mission aims to provide safe and adequate drinking water through individual household tap connections to all households in rural India.
- To accelerate the efforts for achieving universal sanitation coverage and to put focus on sanitation, the Prime Minister of India had launched the Swachh Bharat Mission

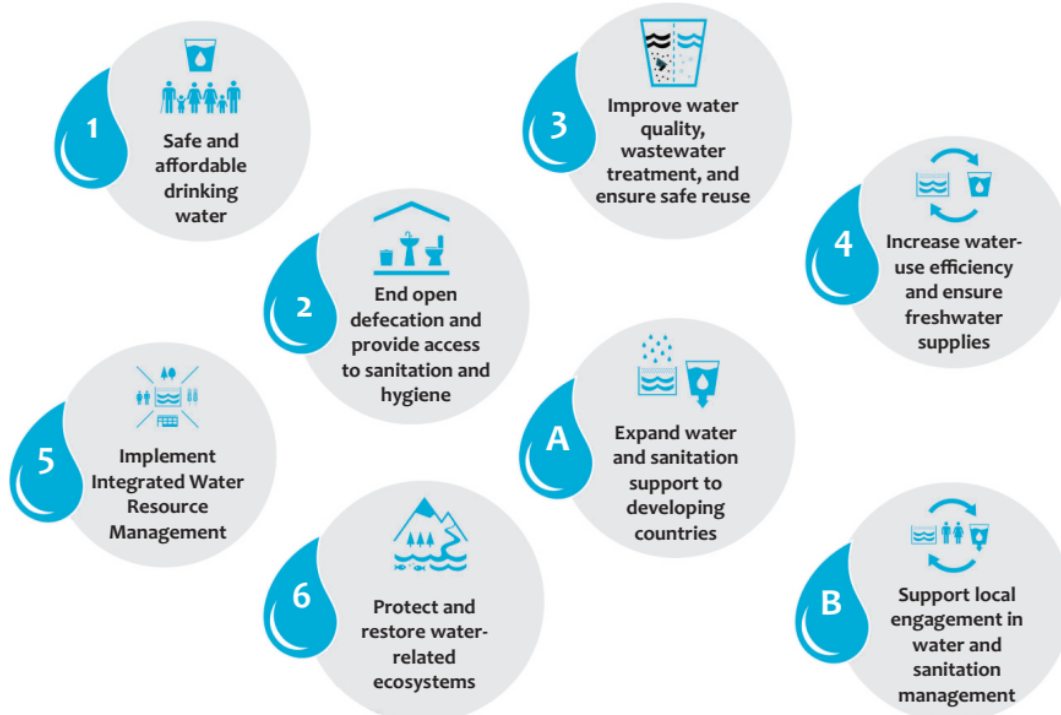
**Why worry about water?**

- **Healthy living for all:** UN recommends that each person needs about 20-50 litres of good quality water per day to meet drinking, cooking & cleaning needs.
- **Reduce deaths and diseases:** About 30,000 deaths occur every week from unsafe water and/or unhygienic living conditions.



- **Reduce Pollution:** In the developing countries, about 90 per cent of waste water is discharged untreated into lakes, rivers & oceans.
- **Protect Biodiversity:** Between 1970 and 2000, the population of freshwater species declined by about 55 per cent;
- **More girls in schools:** Close to 54 per cent of rural women, as well as some adolescent girls, spend an estimated 35 minutes getting water every day, equivalent to a loss of 27 days of school or wages every year.
- **Climate Change:** Since the year 1900, more than 11 million people have died as a result of drought.
- **Healthy food for all:** Globally, agriculture alone accounts for about 70 per cent of freshwater withdrawals;

### Targets under SDG 6



### How small interventions can make a difference-

In Pune, 7,000 school children are empowered to save and conserve water. What they do is simple: they collect leftover water from their water bottles in large drums / buckets kept at multiple exit locations of their schools. This water replaces the fresh water used to water the plants and clean the school premise. The campaign is the brainchild of entrepreneurs Vedant Goel and Yusuf Soni. So far, their efforts have reached out to 7000 school children in Pune. “Our aim is to reach 10,000 children. Our campaign aims to educate kids about the importance of water and also make sustainable use of the available resources,” said Vedant. Currently, Pune schools such as Dada Gujar High School, Sadhana High School and Vidya Niketan High School have been inducted as

part of the campaign. The leftover water collection drive also extends to the staff working at schools, to encourage students.

**What teachers & Parents can educate children about:**

It is believed that the overall rainfall as received by the country in most years is adequate to provide freshwater supply to different parts of the country, if the freshwater resources are managed well. One of the big challenges to fulfilling this reality is the improper and wasteful use of water, which affects the quality of freshwater available, leading to water pollution. Planned and sensible use of freshwater can ensure good quality as well as adequate quantity of freshwater for all.

Freshwater is the elixir of life. Improved management of freshwater resources and clarifying priorities of use of freshwater can go a long way in ensuring the all humans have access to freshwater for not just their survival but also livelihoods. Such an approach is required to ensure that the most fundamental right of access to clean and safe water is achievable for all in the society.

The teachers and parents can engage the children in water conservation with-

- Let them be motivated to become champions of save water campaigns.
- Involve them in decision-making about save water practices in school and/or at home.
- Make them aware of where do they get water from—could be an underground source, a river or a mixed supply from the panchayat or municipality, etc.
- Guide them on not wasting water & conserving water.
- Tell them about power of small actions; encourage them to be water conservation ambassadors to their school, friends, families and neighbours.

**What we can do for Water conservation on daily basis:**



**Engage communities in different activities on these days:**

**World Water Day** is an annual United Nations observance day held on **22 March** that highlights the importance of freshwater. The day is used to advocate for the sustainable management of freshwater resources.

**World Toilet Day** is an official United Nations international observance day on **19 November** to inspire action to tackle the global sanitation crisis. Worldwide, 4.2 billion people live without safely managed sanitation and around 673 million people practice open defecation.

*Source: SDGs: A book of action for educators & young learners; 2023; UNDP India*

## “Living on Broken Slopes: What Development Forgot in the Mountains”



*Dolly, Student, PGGCG, Sector 42, Chandigarh, Email: [dolma209ed@gmail.com](mailto:dolma209ed@gmail.com)*

I come from one of the most beautiful corners of Himachal Pradesh and I can finally say that with full heart, because I once lived far away from it. It took me years of sweating through heatwaves, walking past garbage heaps, and drowning in the noise of cities- to realize how much I took my hometown for granted. A place where sunsets and sunrises are just part of the rhythm, where sightings of rare birds and wildflowers are as casual as spotting traffic on city roads. I didn't know then how deeply it all mattered. Now, after a long time, I'm back home and the monsoon has arrived. It's been raining heavily for three days straight. This morning, a massive landslide occurred just near a local school, not far from my house soil came crashing down from the hilltop. We're lucky it's a Sunday. If it had been a school day, I don't even want to imagine the outcome. And yet, I can't stop thinking: **Why does this keep happening?**

I spoke with a few villagers today. They told me they haven't slept for three nights neither have I. As soon as the sky darkens, **the rain turns relentless, thunder roars like explosions above our heads, and lightning strikes without pause.** The fear grips silently. **In the stillness of the night, the sound feels like a warning.** This sleeplessness isn't poetic. It's real. It's part of monsoon life in the hills especially after the traumatic 2023 disaster in Himachal Pradesh. People are haunted by memories of landslides, flash floods, broken homes, and lost lives. It's like every drop of rain reopens the wounds we buried.

As I look around my hometown now, I see something that wasn't this visible a few years ago- **a sudden surge in infrastructure projects** in the name of development. Roads are being widened,



mountains are being cut, and four-lane highways are being carved deep into the hills. Let me be clear it's not that we, the people of the hills, don't want development.

We absolutely do. We also want better roads, stronger healthcare systems, and quality education close to home. We want a future where a patient doesn't have to give up hope just because a hospital is too far away, or a child doesn't have to migrate to a city just to pursue a basic college degree. We want **less travel time, better facilities, more opportunities just like any citizen living in a city.**

When roads built in the name of "progress" ignore the very **geography and fragility** of the hills. It is not development, it is destruction disguised as growth. The idea of copying four-lane highways made for plains and pasting them onto mountains without slope studies, drainage planning, or ecological respect is not wisdom. **It is careless and dangerous.** The people of the hills have always been wise in their simplicity they know how to live with less, make the most of resources, and still protect life and land. No one here is asking for four-lane highways **at the cost of human lives.**

And now, the same mountains we once worshipped as gods are turning into disaster zones every monsoon. Landslides, flash floods, broken homes, and lost lives have become a **seasonal headline.** But is that all we are **a yearly death toll, a monsoon tragedy for newspapers?**

Will we keep waking up to grief every year with people losing families, land, and livelihoods — while no one asks **why these disasters are increasing?**

Why is it that in mountain regions with such delicate and unique geography, **roads remain the only accepted face of development?** In 75 years since Independence, not **an inch of railway track has been added** to what the British left behind in many hill areas. **Rail infrastructure**, if thoughtfully planned, could have offered a safer, climate-resilient, and scenic alternative one that reduces the **vehicular tsunami** during peak tourism seasons, and gives visitors a **novel experience** rather than traffic jams and smog.

Yet, year after year, news floods in: **"60 to 70 lakh vehicles enter this or that hill station in just 48 hours.** "This isn't new it's **predictable, regular**, and yet every time, **our systems fail** to manage it. Every year, we increase tolls or pollution taxes as if that's the solution.

But where is the **capping policy**? Where is the courage to say: “We welcome you — but not your vehicles.”

Is tourism only about revenue? Is the cost of this unchecked tourism only to be counted in **toll collections and disaster reports**? We don’t see **disaster preparedness**, only **disaster reaction**. NDRF and SDRF arrive after the damage. But **where are the local teams trained beforehand**?

Why aren’t **local workers, youth, and panchayats** involved in rescue planning or even in early-stage approvals of development projects? Why aren’t **local workers, youth, and panchayats** involved in rescue planning or even in early-stage approvals of development projects?

Why is every major project **fast-tracked from cities**, approved by engineers who’ve **never walked on a landslide-prone slope** or **seen a mountain crack after heavy rain**? Mountains are being cut at **90-degree angles** any student of geology could tell you such slopes can’t hold.

So when landslides bury homes, it’s not a surprise it’s a **failure we chose**. And then comes the familiar headline: Flash floods cause ₹300 crore loss to the state.” But what does that really mean?

That’s **our tax money**, that could have gone into better hospitals, schools, or climate resilient planning. Instead, it’s used to clean up **disasters caused by poor judgment**.

**Development in the hills cannot be a copy-paste of what works in the plains.** We need **intelligent, sensitive, and locally-informed infrastructure** not just more roads. We need **railways, ropeways, footbridge restoration, early-warning systems, and climate-aware policies** that include local communities, not bypass them. Because if we don’t change direction now, **we’re not just losing roads or money we’re losing lives, identity, and the soul of the mountains.**

## Freedom From Plastic Begins with Us



*Dr N D Sharma Devshali , IPRO (Punjab Government)*

Freedom from plastic bags is not just an environmental issue; it is deeply connected to our lifestyle, habits, and priorities. We all know how harmful plastic is for nature, It does not degrade for hundreds of years, it pollutes land and water, it causes the deaths of countless animals, and eventually reaches our own bodies in the form of microplastics. Yet we continue to use it because we find it convenient, cheap, and easily available, or because we lack the awareness and willingness to change. The truth is that the very first and most important step in breaking this cycle of plastic is one that we must take personally.

Governments may create laws, impose penalties, and launch awareness campaigns, but none of these efforts can succeed unless ordinary citizens themselves accept responsibility. Building a plastic-free society is not the job of any single institution, law, or movement. It requires transformation at both the collective and individual levels. Every person must realize that even a single plastic bag they use today will damage nature for years to come. And if we continue to prioritize convenience over environmental responsibility, it is the future generations who will suffer the consequences of our choices.

We must begin introducing small but meaningful changes in our everyday lives. Carrying cloth, jute, or other reusable bags while going to the market; refusing plastic bags from shopkeepers and encouraging them to adopt eco-friendly packaging; completely avoiding single-use plastic; replacing plastic decorations during celebrations with paper-based or natural alternatives; and choosing durable, reusable items instead of plastic bottles, cutlery, straws, and packaging—these steps may appear small, but when adopted by millions, they lay the foundation for a major transformation.

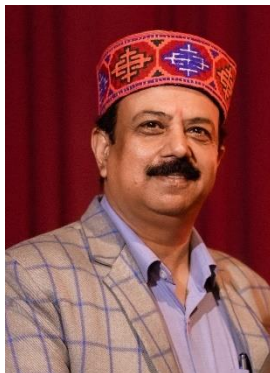
Awareness in society takes root when individuals begin change at home. When parents adopt a plastic-free lifestyle, children naturally follow. When a few families in a neighbourhood change their habits, others feel encouraged to do the same. Gradually, this movement can expand to cities, states, and eventually the entire nation. We must also understand that giving up plastic is not merely an environmental gesture, it is a moral responsibility towards life and nature. We take so much from the environment like water, air, food, shelter, yet often forget that the waste we create pushes nature closer to its limits.

Becoming plastic-free does not mean embracing discomfort; it means stepping toward a cleaner, safer, and healthier future. Maintaining balance with nature is the true essence of human civilization. If we continue to ignore these signs, the day is not far when survival on this planet will become increasingly difficult. Therefore, this is the time for every individual to resolve to change themselves, evaluate their habits, and accept that the journey toward reducing plastic must begin not with others but with themselves.

In the end, the path to freedom from plastic lies before us—awareness, responsibility, and consistency. If we adopt these three principles, we can give our cities, rivers, forests, and the Earth the relief they have long awaited. The solution does not lie outside; it lies within us. We only need to change our mindset, and transformation will naturally follow.



## Protecting Our Planet: A Call to Action on Environmental SDGs



*Dr. Rajeev Bansal, SDG Specialist with German Technical, Editor in Chief of Journal of Administrative Development, Review ISSN Journal, Email: [rajeev.bansal14610@gmail.com](mailto:rajeev.bansal14610@gmail.com)*

The United Nations Sustainable Development Goals (SDGs) are a global blueprint for a better future, Transforming Our World. Among the 17 goals, several focus directly on protecting our environment—because a healthy planet means a healthy life for all. These goals promote the preservation of natural resources, mitigation of climate change, protection of ecosystems, and enhancement of human health and well-being, ensuring a healthy planet and prosperity for current and future generations. The importance of the environmental goals within the Sustainable Development Goals (SDGs) lies in their ability to provide a global framework for addressing interconnected environmental, social, and economic challenges. By emphasizing environmental sustainability as a core component, the SDGs offer a roadmap for nations and communities to adopt sustainable practices, cooperate on global issues, and build a more resilient world.

We all can educate ourselves about the environmental goals and contribute to the generous cause by making our significant contribution by adapting small practices in our daily life routines. A few are suggested hereunder:

### Key Environmental SDGs:

- **SDG 6 - Clean Water and Sanitation:**

Focuses on ensuring universal access to safe and affordable drinking water and sanitation, improving water quality, and implementing integrated water resource management.

### What We Can Do:

1. Support organisations that give water to areas in need.

2. Conserve, conserve, conserve. When ice-cubes are left over from a drink, don't throw them away. Put them into plants.
3. Donate to projects that require funds for digging boreholes, installing pipes and pumps, maintenance training to communities etc.
4. Fix leaks at home. A leaky faucet can waste more than 11'000 litres per year.
5. Never flush toxic chemicals such as paints, chemicals or medication down the toilet. It pollutes lakes and rivers and causes health problems in marine life and humans.
6. Wash your car at commercial car washers who recycle water.
7. Turn off the tap when brushing your teeth and while soaping in the shower
8. Hire a "Green Plumber" to reduce your water, energy and chemical use.
9. Hold fundraising days on World Water Day and Toilet Day and donate the money to your chosen project
10. Read a book on water. It will increase your understanding of the impact water has in societies, economies and our planet.

- **SDG 7 -Affordable and Clean Energy:**

Promotes universal access to affordable, reliable, and sustainable energy services and increasing the share of renewable energy.

#### **What We Can Do:**

1. Cover the pan with a lid. It reduces the amount of energy required to boil water by 75%.
2. Turn off electronic equipment such as TVs and computers when going on holiday.
3. Turn lights off in rooms that aren't being used. When you switch your lights off, even for a few seconds, it saves more energy than it takes for the light to start up, regardless of the bulb type.
4. Efficient home designs also combine constructions, appliances and lighting, such as solar water heating and solar electricity.
5. Use lightbulbs and set your household appliances on low-energy settings
6. Support solar power projects for schools, homes and offices
7. Turn down the thermostat and fill the house with carpets to keep the warmth inside.
8. Only fill the kettle to the amount of water needed.
9. Installing air conditioning? Ask for solar air conditioning.
10. Seek advice and guidance on energy efficiency in historic buildings.

- **SDG 11 -Sustainable Cities and Communities:**

Addresses building sustainable urban environments and ensuring that cities are inclusive, safe, and resilient.

#### **What We Can Do:**

1. Start a car-pooling system online, internally in the office or in the area that don't have access to reliable public transport.
2. Generate awareness about your city's carbon footprint and ways to improve it.
3. Advocate and support the development of sport and recreational spaces. They help build stronger, healthier, happier and safer communities.
4. Use public transport, city bikes and other modes of environmentally friendly transport.
5. Research, encourage and raise awareness for greater information transparency within your community.
6. Reach out to underprivileged areas. Integrate people of different class and ethnicity and include them in decision-making processes that involve them, including their living conditions, pollution and so on.
7. Provide reduced fees on public transport in cities that face the challenge of congestion.
8. Educate yourself on the cultural and natural heritage of your area. Visit heritage sites and post about these in a positive light.
9. Gather in small community groups to brainstorm ways to ensure safe and accessible public spaces especially for women, children, elderly people and people with disabilities.
10. As a company, offer reduced fees on city bicycle hire

- **SDG 12 -Responsible Consumption and Production:**

Emphasizes sustainable consumption and production patterns, including reducing waste and managing chemicals and waste.

### **What We Can Do:**

1. Don't keep clothes or other items you are not using. Donate them.
2. Arrange school groups to spend one hour a week along lake or in parks to pick up the litter and to raise awareness on water pollution.
3. Buy fruit that is in funny shapes and overripe, and make smoothies out of them.
4. Partner with hotels and restaurants to fast track leftover foods to charities that would otherwise be thrown away.
5. Recycle!
6. Keep showers short. Don't fill the bathtub to the top. Excessive use of water contributes to global water stress.
7. Buy sustainable products including electronics, toys, shampoo or seafood and organic groceries.
8. Eat local. And support fair trade associations that support and promote businesses committed to the principles of fair trade.
9. Do a cold wash. Warm water uses more energy.
10. Drink tap water when it is safe.

- **SDG 13 -Climate Action:**

Aims to take urgent action on climate change and its impacts, including strengthening resilience and adaptive capacity to climate-related hazards and integrating climate change measures into policies.

#### **What We Can Do:**

1. Compost food scraps.
2. Drive less. Walk, cycle, take public transport or car pool.
3. Take re-useable bags to the store.
4. Air dry. Let your hair and clothes dry naturally.
5. Avoid driving in peak hour traffic.
6. Maintain your car. A well-maintained car emits fewer toxic fumes.
7. Organise for your school or company to plant new trees every year. Trees give oxygen and take in carbon dioxide.
8. Unplug TVs, computers and other electronics when not in use.
9. Spread awareness about ways to stop global warming.
10. Only buy what you need. 20-50% of the food we buy ends up in land fill.

#### **• SDG 14 - Life Below Water:**

Seeks to conserve and sustainably use the oceans, seas, and marine resources for sustainable development, including reducing marine pollution and protecting marine ecosystems.

#### **What We Can Do:**

1. Start regularly volunteering in community groups to clean up a portion of the beach from litter if living nearby.
2. Don't buy jewellery and other items made from coral, tortoise shells or other marine life.
3. Eat local sustainable food.
4. Support organisations that protect the oceans, lakes and water bodies.
5. Use fewer plastic products, which often ends up in oceans or water bodies causing the death of marine animals or life under water.
6. Respect laws related to over fishing and contamination of water sources.
7. Inform yourself on life under water by watching educational DVDs and documentaries.
8. Avoid buying wild-caught, salt water fish for your home aquarium.
9. Only use the dishwasher and laundry machine when full.
10. Practice responsible recreational activities like boating, fishing, snorkelling and kayaking.

#### **• SDG 15 -Life on Land:**

Targets protecting, restoring, and promoting sustainable use of terrestrial ecosystems, sustainably managing forests, combating desertification, and halting biodiversity loss.

#### **What We Can Do:**



1. Avoid using pesticides that end up in rivers and lakes, as they are harmful to wildlife.
2. Eat seasonal produce. It tastes better, it is cheaper and it is environmentally friendly.
3. Help fund projects to rehabilitate lands.
4. Never buy products made from threatened or endangered species.
5. Recycle used paper and go paperless where possible.
6. When you go into stores, or when you participate in market places, make environmentally friendly choices that are in favour of our planet
7. Eat less meat. The production and distribution of meat has a huge impact on greenhouse gas emissions.
8. Make your own compost. It supports biodiversity, enriches the soil, and reduces the need for chemical fertilizers.
9. Participate in local urban farming.
10. Buy recycled products.

### **Conclusion: A Greener Future Starts Now**

The environmental goals of the SDGs remind us that protecting our planet is not optional—it's essential. Clean water, renewable energy, responsible consumption, climate action, and biodiversity conservation are all interconnected threads in the fabric of sustainable development. By embracing these goals, we commit to safeguarding nature, ensuring equity, and securing a liveable future for generations to come. Every action—big or small—brings us closer to a healthier, more resilient Earth.

Individuals play a powerful role in advancing environmental goals—every small action adds up to global impact. Even the smallest shift in daily behaviour can ripple outward.

Let's act today, because tomorrow depends on it.

### **Reference:**

170 Daily Action to Transform Our World, Perception Change Project, United Nations, Geneva

## पर्यावरण संरक्षण में तकनीक की भूमिका



**डॉ. राजेंद्र सिंह, वरिष्ठ वैज्ञानिक अधिकारी, पंजाब विश्वविद्यालय, चंडीगढ़, E mail: [rajenderphysics@gmail.com](mailto:rajenderphysics@gmail.com)**

विकास और तकनीक आज मानव जीवन का अभिन्न हिस्सा बन चुके हैं। परंतु जिस तकनीकी प्रगति ने हमें सुविधा और समृद्धि दी, उसी ने पर्यावरण पर गहरा प्रभाव भी डाला है। औद्योगिकीकरण, शहरीकरण और बढ़ती जनसंख्या ने प्रकृति के संतुलन को बिगाड़ दिया है। प्रदूषण, जलवायु परिवर्तन, और संसाधनों की कमी जैसी समस्याएँ मानव अस्तित्व के लिए चुनौती बन चुकी हैं। ऐसे में, अब समय आ गया है कि तकनीक को केवल विकास के साधन के रूप में नहीं, बल्कि पर्यावरण संरक्षण के माध्यम के रूप में भी देखा जाए।

### हरित तकनीक का महत्व (Importance of Green Technology)

“ग्रीन टेक्नोलॉजी” या हरित तकनीक का अर्थ है - ऐसी तकनीक जो पर्यावरण को क्षति पहुँचाए बिना विकास को बढ़ावा दे। यह तकनीक न केवल प्रदूषण को कम करती है बल्कि संसाधनों के पुनः उपयोग और ऊर्जा की बचत को भी प्रोत्साहित करती है। सौर ऊर्जा, पवन ऊर्जा, जल विद्युत, और जैव ईंधन इसके उत्कृष्ट उदाहरण हैं। इन तकनीकों से न केवल कार्बन उत्सर्जन घटता है बल्कि यह दीर्घकालीन रूप से सस्ती और टिकाऊ भी होती हैं। आज विकसित और विकासशील देश - दोनों ही, जीवाश्म ईंधनों की जगह नवीकरणीय ऊर्जा स्रोतों को अपनाने की दिशा में तेजी से बढ़ रहे हैं।

### कचरा प्रबंधन और पुनर्चक्रण में तकनीक की भूमिका

कचरा प्रबंधन (Waste Management) आज की सबसे बड़ी पर्यावरणीय चुनौतियों में से एक है। Modern तकनीक ने इस क्षेत्र में भी कई समाधान प्रदान किए हैं — जैसे *Waste to Energy Plants*, *Composting Units*

और *Recycling Systems*। इलेक्ट्रॉनिक कचरे (E-waste) के पुनर्चक्रण के लिए विकसित मशीनें धातुओं और रसायनों को सुरक्षित रूप से अलग कर पुनः उपयोग योग्य बनाती हैं। इसके अलावा, कई नगर निगम अब *स्मार्ट डस्टबिन्स आधारित कचरा संग्रह प्रणाली* अपना रहे हैं, जिससे सफाई व्यवस्था अधिक कुशल बन रही है। यह तकनीक न केवल पर्यावरण को स्वच्छ रखने में मदद कर रही है, बल्कि ऊर्जा और संसाधनों की बचत भी कर रही है।

## जल और वायु संरक्षण में तकनीकी योगदान

स्वच्छ पानी और स्वच्छ वायु मानव जीवन की आधारभूत आवश्यकताएँ हैं। आज प्रदूषण के बढ़ते स्तर ने इन्हें गंभीर खतरे में डाल दिया है। सौभाग्य से, तकनीक ने इस दिशा में भी नई उम्मीदें जगाई हैं।

- **जल शुद्धिकरण तकनीकें (Water Purification Technologies):** आधुनिक RO, UV, और नैनोफिल्ट्रेशन तकनीकें दूषित जल को पीने योग्य बना रही हैं।
- **वायु शोधन प्रणालियाँ (Air Purification Systems):** बड़े शहरों में एयर मॉनिटरिंग सेंसर और क्लीन एयर टावर्स लगाए जा रहे हैं जो प्रदूषण के स्तर को नियंत्रित करने में सहायक हैं।
- **स्मार्ट सिंचाई प्रणालियाँ (Smart Irrigation Systems):** कृषि क्षेत्र में IoT आधारित तकनीकें पानी की बचत करते हुए फसलों की उत्पादकता बढ़ा रही हैं।

इन तकनीकों से स्पष्ट है कि विज्ञान और पर्यावरण साथ-साथ चल सकते हैं, बशर्ते मानव इन्हें जिम्मेदारी से उपयोग करे।

## स्मार्ट सिटी और सतत विकास में तकनीक की भूमिका

“स्मार्ट सिटी” की अवधारणा तकनीक और पर्यावरण के संतुलित उपयोग पर आधारित है। स्मार्ट परिवहन प्रणाली, ऊर्जा दक्ष भवन (Green Buildings), सौर ऊर्जा से चलने वाली स्ट्रीट लाइटें, और स्मार्ट अपशिष्ट प्रबंधन जैसे उपाय आधुनिक शहरों को अधिक स्वच्छ और पर्यावरण-अनुकूल बना रहे हैं। इनके माध्यम से ऊर्जा की खपत घटती है, प्रदूषण नियंत्रित होता है, और नागरिकों को बेहतर जीवन गुणवत्ता मिलती है। भारत के कई शहर, जैसे — पुणे, इंदौर, और सूरत, अब “स्मार्ट और ग्रीन सिटी” के रूप में उभर रहे हैं।

## डिजिटल मॉनिटरिंग और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की भूमिका

आज उपग्रह चित्र (Satellite Images) और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) का प्रयोग वनों की निगरानी, वायु प्रदूषण मापन, और ग्लेशियरों के पिघलने की दर का अध्ययन करने के लिए किया जा रहा है। AI-आधारित डेटा विश्लेषण से जलवायु परिवर्तन के भविष्य के रुझानों का पूर्वानुमान लगाया जा सकता है, जिससे समय रहते नीतिगत निर्णय लिए जा सकें।

ड्रोन तकनीक का उपयोग वनों के सर्वेक्षण, अवैध कटाई की पहचान, और पर्यावरणीय आपदाओं की निगरानी के लिए भी किया जा रहा है।

## तकनीक का जिम्मेदार उपयोग

जहाँ तकनीक समाधान प्रदान करती है, वहीं उसका गलत या अत्यधिक उपयोग नई समस्याएँ भी जन्म दे सकता है। इसलिए “स्मार्ट यूज़ ऑफ टेक्नोलॉजी” की आवश्यकता है -यानी तकनीक का उपयोग ऐसे किया जाए जिससे विकास हो, पर प्रकृति का नुकसान न हो।

हमें यह समझना होगा कि तकनीक केवल साधन है; उसे दिशा मनुष्य देता है। यदि दिशा पर्यावरण संरक्षण की होगी, तो परिणाम भी सकारात्मक होंगे।

## निष्कर्ष

पर्यावरण संरक्षण और तकनीक एक-दूसरे के विरोधी नहीं, बल्कि पूरक हैं। जब तकनीक का उपयोग मानवता और प्रकृति के हित में किया जाता है, तो वह सच्चे अर्थों में प्रगति कहलाती है। आज हमें ऐसी तकनीकें विकसित करने और अपनाने की आवश्यकता है जो धरती को स्वच्छ, हरित और जीवंत बनाए रखें। *“तकनीक तब ही सार्थक है जब वह प्रकृति के साथ चलना सीखे, उसके विरुद्ध नहीं।”*

**Dr. Rajender Singh**  
**Senior Scientific Officer**  
**Panjab University, Chandigarh**  
**Mobile no-9501239960**

## Whispers of a Dying Earth



*Harshita, harshita080309@gmail.com*

The lovable raindrops,  
That fall from the rain,  
The calmness that soothes the brain.  
The admirable, beautiful spots of the moon.  
The summertime highness,  
In the month of June.  
But little do we know

The price to be paid, is our own empire. Lost in the ash of the forest fires.  
The rose-tinted fragrance of the motherland. The soft and smooth texture of the sand.

The cold and slow breeze,  
That makes my heart believe,  
That there is still a little love left,  
That the motherland has left.

The slow symphony of the trees swaying,  
This beauty should be preserved is all I'm praying.

But little do we know,  
The price to be paid, is our own empire.  
Lost in the ash of the forest fires.



The rivers that flow ragingly.  
Taking my pain away with them.  
Building dams over their natural rage?  
I highly condemn.  
The subtle shadows of the ancient greens,  
Who created fondness for innocent dreams.  
Have lost their charm in the heat of these democratic deeds.  
Seized have the humans,  
Their gift of the universe  
But little do we know,  
The price to be paid is our own empire.  
Lost in the ash of the forest fires.  
In every whisper of the wind's gentle call,  
And in the dance of sunlight as evening falls,  
In the laughter of waves upon the shore,  
And the symphony of birds as they soar.  
In the whisper of leaves, a plea to behold,  
In the purity of rivers, stories untold.  
Let us preserve this beauty, this love,  
For it is a precious gift we hold,  
In the embrace of nature's wonders, we find solace,  
we find gold.

## हरियाली तीज पर स्वरचित कविता



हर्षमाला, बीएसएनएल, चंडीगढ़, ईमेल: [hvpooja@gmail.com](mailto:hvpooja@gmail.com)

हरियाली तीज प्रेम स्वभाव है प्रकृति का जैसे, खुद में समाए हुए है हम सभी को।  
वही रूप है धरती पर नारी का, अपने प्रेम में समेटे है पूरी सृष्टि को।  
उसके प्रण के आगे झुकता खुदा है, अपने प्यार की खातिर  
खुद को मिटा देने की ललक उसमें सबसे जुदा है।  
उसके समर्पण की मिसाल नहीं दे सकता कोई,  
जो वो ठान ले उसे वो मिलता सदा है।  
उस के प्रेम की ऐसी ही इक गाथा के नाम तीज का त्योहार है,  
अपने आराध्य को पाने के लिए किए कठोर तप और समर्पण की ये पुकार है।  
देवी पार्वती जो हर नारी की आत्मा का शिंगार हैं,  
अपने जीवन के आधार महादेव शिव के लिए उनके प्रेम ने की जो पुकार है,  
उस पुकार को शिव तक पहुंचाने हेतु उनके संकल्प एवं समर्पण के व्रत से हुआ  
वो सपना साकार है, उनकी श्रद्धा और प्रेम को याद करते  
हम हर वर्ष मनाते तीज का त्योहार हैं।  
हरी हरी चूड़ियां, सावन के महीने में छनछनाती हैं जब कोमल कलाइयों पर,  
चांद सा सुंदर मुखड़ा लेकर हर पत्नी जब करती है तीज का व्रत।

प्रेम की मधुर गूंज फैल जाती है चारों दिशाओं में,  
गौरान्वित पति न्योछावर करते हैं सारा प्रेम अपनी अर्धांगिनी पर।  
प्रेम का प्रतीक ये तीज का त्योहार हमें यही याद कराता है,  
सभी का कोमल हृदय जब महसूस इस अथाह प्रेम को कर पाता है।  
ये दुनिया हर ओर सावन की तरह झूमती नज़र आती है,  
ईश्वर के दिये उपहार इस सुंदर जीवन की सुंदरता और भी बढ़ जाती है।

धन्यवाद।

## The Earth We Borrow (Poem)



*Dr. Saubia Hareem, Email Id: saubiahareem@gmail.com*

We walk on borrowed ground each day,  
Paths shaped by winds we cannot see;  
The sky remembers all we do,  
The rivers carry our history.  
A leaf that trembles in our palm  
Is proof the world still trusts our care;  
But trust is fragile, like the dawn—  
It fades if we are unaware.  
So let us choose a gentler step,  
A kinder thought in what we use;  
For every act becomes a seed—  
And saves the world we stand to lose.

**\*Guardians of the Green\***



Soham kaushal ,Bcom ( Hons )Third year , PGGC 11 Chandigarh ,E Mail: [kaushalsoham06@gmail.com](mailto:kaushalsoham06@gmail.com)

The earth is not a place we own,  
but a heartbeat we are given—  
a soft, steady rhythm beneath our feet  
that trusts us to listen.

The trees are silent soldiers,  
cleaning every breath we take.  
The rivers write our future  
with every ripple they make.

But smoke has dimmed the sunshine,  
and plastic chokes the sea.  
Nature whispers gently,  
“Protect what’s left of me.”

So plant a hope, plant a tree,  
let kindness grow like rain.  
Pick up what doesn’t belong,  
give the soil life again.

For when we save the planet,  
we save ourselves too—  
because every shade of green that lives  
keeps the world alive for you.



## पर्यावरण की रखवाली

धरती कोई वस्तु नहीं,  
एक धड़कन है पवित्र सी—  
हमारे पांवों के नीचे छिपी,  
जो हम पर करती है भरोसा अभी भी।

पेड़ हमारे रक्षक सैनिक,  
हर सांस को शुद्ध बनाते।  
नदियाँ भविष्य की पंक्तियाँ लिखती,  
बहते-बहते हमें समझाते।

पर धुँएँ ने सूरज ढक डाला,  
प्लास्टिक ने सागर रोका है।  
प्रकृति धीमे स्वर में कहती—  
“जो बचा है, उसे भी बचा लो अब।”

तो बोओ आशा, बोओ पौधे,  
मेघ सा कर दो मन दयालु।  
कचरा उठाकर साफ करो धरती,  
फिर से बनाओ इसे हरियालु।

क्योंकि जब हम प्रकृति को बचाते,  
तो खुद को भी बचाते हैं—  
धरती का हर हरा रंग  
हम सबके कल को जगमगाते हैं।

.....

## सच्ची सफलता की कहानियाँ

### बंजर ज़मीन को हरित धरोहर में बदलने वाले पर्यावरण प्रहरी

डॉ. खेताराम कुमावत

A zero waste living advocate



Ex-DGM, ONGC  
पूर्व - उप महाप्रबंधक, ओएनजीसी



Progressive Farmer  
प्रगतिशील किसान



Environmentalist  
पर्यावरणविद्



**डॉ. खेताराम कुमावत: ONGC के पूर्व DGM से जीरो वेस्ट लिविंग के अग्रदूत बनने तक का प्रेरणादायक सफर**

आज जब दुनिया जलवायु परिवर्तन, जल संकट और प्राकृतिक संसाधनों की कमी जैसी गंभीर चुनौतियों से जूझ रही है, ऐसे समय में प्रकृति संरक्षण को अपना जीवन समर्पित करने वाले लोग आशा की किरण बनकर उभरते हैं। डॉ. खेताराम कुमावत ऐसी ही एक प्रेरणादायक शख्सियत हैं जो ONGC में डिप्टी जनरल मैनेजर जैसी प्रतिष्ठित भूमिका में सफल करियर के बाद अपने गांव लौटे और बंजर धरती पर हरियाली उगाकर एक नया इतिहास रच दिया।

Harit Sankalp के इस अंक में डॉ. कुमावत की इस सफल और प्रेरणादायक कहानी को शामिल करना हमारे लिए गर्व की बात है एक ऐसी कहानी जो बताती है कि अगर संकल्प मजबूत हो, तो प्रकृति भी अपना स्वरूप बदल देती है।

**कॉर्पोरेट सफलता से ग्रामीण परिवर्तन की ओर एक साहसी कदम:**

ONGC में उत्कृष्ट सेवा के बाद, डॉ. कुमावत ने वह रास्ता चुना जिसे आमतौर पर लोग नहीं चुनते। रिटायरमेंट के बाद आरामदायक जीवन को प्राथमिकता देने की बजाय उन्होंने अपने मूल गांवग्राम दांता, सीकर, राजस्थान लौटने का निर्णय लिया। राजस्थान का यह क्षेत्र, विशेषकर सीकर, बेहद सूखा, पथरीला और भूजल से लगभग खाली माना जाता है। खेती को यहां जोखिम भरा कार्य समझा जाता है। परंतु, डॉ. कुमावत जैसे दूरदर्शी व्यक्ति के लिए यही चुनौती अवसर बन गई।

उनके वैज्ञानिक दृष्टिकोण और अथक प्रयासों ने इस बंजर भूमि को एक हरित मॉडल, एक सस्टेनेबल फार्म, और ज्ञान का केंद्र बना दिया। आज यह स्थान देशभर के किसानों, पर्यावरणविदों और शोधकर्ताओं के लिए एक सीखने योग्य उदाहरण है।

## भूमि का पुनर्जीवन: टिकाऊ कृषि का जीवंत मॉडल:

जब डॉ. कुमावत सीकर पहुंचे, भूमि पूरी तरह उजाड़ थी, सूखी, कठोर और कहीं भी जलाशय का नामोनिशान नहीं। फिर भी उन्होंने हार नहीं मानी, बल्कि समाधान तलाशे।

### 1. वर्षा जल संचयन - उनके मॉडल की पहली नींव

पानी की कमी सबसे बड़ी बाधा थी, जिसे उन्होंने अपनी योजना और दृढ़ता से हल किया।

उन्होंने बंजर भूमि पर लगभग 15 लाख लीटर क्षमता वाला वर्षा जल संचयन तालाब तैयार किया।

यही पानी उनके खेतों की जीवनरेखा बना। इसी पानी से पूरे खेत में ड्रिप सिंचाई व्यवस्था चलती है, जिससे—

- \* पानी की कोई बर्बादी नहीं
- \* आवश्यक मात्रा में नमी बनी रहती है
- \* कम संसाधनों में अधिक उत्पादन संभव होता है



## 2. सौर ऊर्जा का प्रभावी उपयोग:

डॉ. कुमावत ने अपने फार्म को ऊर्जा आत्मनिर्भर बनाने के लिए सौर ऊर्जा का शानदार उपयोग किया। उन्होंने सोलर पैनल लगाए, जिनसे उत्पन्न ऊर्जा का उपयोग होता है:

- \* ड्रिप सिंचाई
- \* मोटर और पंप
- \* घरेलू उपयोग
- \* कृषि उपकरणों के संचालन में

इस प्रकार उनका संपूर्ण फार्म ग्रीन एनर्जी पर आधारित है और किसी भी परंपरागत बिजली पर निर्भर नहीं।

### 3. बंजर भूमि पर हरा-भरा जंगल:

लगभग 10,000 वर्ग मीटर बंजर भूमि पर उन्होंने जोजोबा का रोपण किया—एक ऐसी फसल जो गर्मी और सूखे में भी बढ़ती है। आज यही बंजर क्षेत्र एक उभरता हुआ हरी-भरी जैव विविधता का क्षेत्र, एक मिनी फॉरेस्ट बन चुका है। यह प्रयास सिद्ध करता है कि बदली हुई सोच और निरंतर प्रयास असंभव को भी संभव बना देता है।

### 4. जैविक खेती का उत्कृष्ट उदाहरण

डॉ. कुमावत के फार्म हाउस में आज विविध जैविक फसलें फल-फूल रही हैं। इनमें शामिल हैं:

- \* खीरा
- \* विभिन्न प्रकार की शिमला मिर्च
- \* जैविक अनाज
- \* मौसमी सब्जियाँ
- \* पशुओं के लिए हरा चारा
- \* सरसों

इनकी पूरी खेती बिना रसायनों के, प्राकृतिक तरीकों से की जाती है। यह न केवल स्वास्थ्य के लिए बेहतर है, बल्कि भूमि की उर्वरता को भी बढ़ाती है।

#### 1. पशु प्रेम और गो-आधारित प्राकृतिक चक्र

पर्यावरण की रक्षा करने वाला व्यक्ति पशुओं को भी उसी प्रेम से अपनाता है। फार्म पर डॉ. कुमावत कई देशी नस्ल की गायें पालते हैं, जिनका दूध घरेलू उपयोग के साथ-साथ गोबर और गौमूत्र प्राकृतिक खेती में उपयोग किया जाता है। उन्होंने गोबर गैस प्लांट भी स्थापित किया है, जिससे—

- \* घरेलू उपयोग के लिए गैस
- \* खेतों के लिए जैविक खाद
- \* प्राकृतिक उर्वरक

नियमित रूप से तैयार होता है। यह एक पूर्ण सर्कुलर इकोनॉमी मॉडल है जिसमें कुछ भी बेकार नहीं जाता।

## 2. घर में भी जल संरक्षण: एक अनुकरणीय व्यवस्था

फार्म से आगे बढ़कर उन्होंने अपने घर में भी छत से वर्षा जल संग्रहण प्रणाली विकसित की है।

इससे लगभग 1,25,000 लीटर वर्षा जल विशेष टैंकों में संग्रहित किया जाता है। यह पानी—

- \* दैनिक घरेलू उपयोग
- \* पुनर्चक्रण
- \* बगीचे की सिंचाई

जैसी कई आवश्यकताओं के लिए इस्तेमाल होता है। उनका यह घर ग्रामीण क्षेत्रों के लिए एक पर्यावरण-हितैषी आवास मॉडल की उत्कृष्ट मिसाल है। ज़ीरो वेस्ट लिविंग: उनकी जीवनशैली, उनका सिद्धांत: डॉ. कुमावत मानते हैं कि \*प्रकृति में कुछ भी वेस्ट नहीं होता—सब कुछ पुनर्चक्रित होता है। इसी सिद्धांत पर उनका पूरा फार्म काम करता है:

- \* पानी: संग्रह, पुनः उपयोग, रिसाइक्लिंग
- \* ऊर्जा: सौर ऊर्जा से सभी कार्य
- \* कृषि अवशेष: खाद और जैविक सामग्री
- \* पशु अपशिष्ट: गैस और उर्वरक
- \* घरेलू अपशिष्ट: कम्पोस्ट के रूप में उपयोग

यह वास्तविक ज़ीरो वेस्ट लिविंग का प्रेरणादायक मॉडल है।

**भारत के लिए प्रेरणा: डॉ. कुमावत की हरित विरासत:**



डॉ. कुमावत की उपलब्धियाँ केवल कृषि उत्पादन तक सीमित नहीं हैं। वे एक ऐसे नागरिक का आदर्श रूप हैं जो—

- \* सोच में वैज्ञानिक
- \* दृष्टि में पर्यावरणीय
- \* कार्य में समर्पित
- \* समाज के प्रति जिम्मेदार हैं।

उनकी कहानी हमें याद दिलाती है कि परिवर्तन व्यक्तिगत स्तर से शुरू होता है—एक निर्णय, एक कदम, एक संकल्प।

#### हर भारतीय के लिए अनुकरणीय उदाहरण:

उनका कार्य न केवल प्रशंसनीय है बल्कि दोहराने योग्य और बड़े स्तर पर लागू करने योग्य भी है। Harit Sankalp गर्व के साथ इस सफलता की कहानी को प्रकाशित कर रहा है, इस आशा के साथ कि यह देशभर में नई हरित पहल को प्रेरित करेगी। उनका जीवन संदेश है: “जहां संकल्प है, वहां हरियाली है। दृढ़ इच्छा शक्ति से रेगिस्तान भी हरा हो सकता है।” हम डॉ. खेताराम कुमावत के अद्भुत योगदान को नमन करते हैं और पर्यावरण संरक्षण की दिशा में उनके प्रयासों से प्रेरित होने का संकल्प लेते हैं।

धन्यवाद एवं सादर।



संकलनकर्ता: डॉ. प्रदीप कुमार,  
पर्यावरण संरक्षण गतिविधि पंजाब,  
ईमेल: [Sharmaashupk@gmail.com](mailto:Sharmaashupk@gmail.com)

## पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान (अनुच्छेद)

योगदानकर्ता: रिग्स इंटरनेशनल स्कूल, लुधियाना।

प्रकृति से सीखी गई जीवन की अनमोल विद्या :

*आर्यन, कक्षा नौवीं, रिग्स इंटरनेशनल स्कूल, लुधियाना।*

प्रस्तावना: प्रकृति मानव जीवन की आधारशिला है। जल, वायु, मिट्टी, वन, वन्यजीव – ये सभी हमारे अस्तित्व के लिए अनिवार्य हैं। आधुनिक विज्ञान और तकनीक ने हमें अनेक सुविधाएँ दी हैं, लेकिन इसके साथ-साथ प्रकृति का अत्यधिक दोहन भी किया गया है। आज दुनिया जलवायु परिवर्तन, ग्लोबल वार्मिंग, जंगलों की कटाई और जैव-विविधता के विनाश जैसी गंभीर समस्याओं से जूझ रही है। ऐसे समय में हमें एक बार फिर पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान (Traditional Ecological Knowledge –TEK) की ओर लौटने की आवश्यकता है, जो हमें सिखाता है कि प्रकृति के साथ कैसे संतुलन बनाकर जीवन जिया जाए।

### पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान क्या है?

पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान वह ज्ञान है, जो सदियों से स्थानीय समुदायों, आदिवासी समार्यों और ग्रामीण लोगों द्वारा प्रकृति के साथ निरंतर संपर्क के माध्यम से विकसित हुआ है। यह ज्ञान लिखित पुस्तकों में नहीं, बल्कि अनुभव, परंपरा, लोककथाओं, रीति-रिवाजों और जीवनशैली में छिपा होता है। यह ज्ञान हमें यह सिखाता है कि: फसलों की सही बुआई कब करनी चाहिए? वर्षा का अनुमान कैसे लगाया जाए? जंगलों का संरक्षण कैसे किया जाए? जल स्रोतों को कैसे सुरक्षित रखा जाए? औषधीय पौधों का सही उपयोग कैसे किया जाए?

### भारत में पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान की गहरी जड़ें:

भारत एक विविधताओं से भरा देश है, जहाँ हर क्षेत्र की अपनी जलवायु, मिट्टी, वनस्पति और परंपराएँ हैं। भारत के आदिवासी समुदाय जैसे भील, गोंड, संथाल, खासी, नागा, मीणा आदि प्रकृति के साथ गहरा संबंध रखते हैं।

कुछ प्रमुख उदाहरण:

राजस्थानी परंपरा में वर्षा जल संचयन, केरल में कुट्टनाड की जैविक खेती, उत्तराखंड में चौमासा खेती प्रणाली, पूर्वोत्तर भारत में झूम खेती, आयुर्वेद में औषधीय पौधों का ज्ञान,

ये सभी पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान के उत्कृष्ट उदाहरण हैं।

### **जल संरक्षण में पारंपरिक ज्ञान:**

हमारे पूर्वज जानते थे कि पानी कितना कीमती है। इसलिए उन्होंने वर्षा जल को संचित करने के अद्भुत तरीके विकसित किए:

जोहड़ (राजस्थान), बावड़ियाँ, तालाब और कुएँ, आहर-पाइन प्रणाली (बिहार)

ये सभी प्रणालियाँ बिना बिजली और मशीनों के पानी को संचित और सुरक्षित रखती थीं। आज जब जल संकट गहराता जा रहा है, तब यही प्रणालियाँ फिर से अपनाने की आवश्यकता है।

### **वनों की रक्षा में पारंपरिक सोच:**

पारंपरिक समाजों में जंगलों को केवल लकड़ी का स्रोत नहीं माना जाता था, बल्कि वे उन्हें देवता का रूप मानते थे।

उदाहरण: देव वन (सैंक्रेड ग्रोव्स) - केरल, हिमाचल, मेघालय

बिश्नोई समुदाय (राजस्थान) - जो पेड़ों और जीवों की रक्षा के लिए प्रसिद्ध है

चिपको आंदोलन (उत्तराखंड) - जहाँ महिलाओं ने पेड़ों से चिपककर उन्हें कटने से बचाया।

ये सभी उदाहरण बताते हैं कि हमारे पूर्वजों के लिए प्रकृति केवल संसाधन नहीं, बल्कि परिवार का सदस्य थी।

### **पारंपरिक खेती और जैविक कृषि:**

पहले किसान रासायनिक खाद और कीटनाशकों का उपयोग नहीं करते थे। वे: गोबर खाद, हरी खाद, फसल चक्र मिश्रित खेती, जैसी विधियों से खेती करते थे। इससे मिट्टी की उर्वरता बनी रहती थी और पर्यावरण को कोई नुकसान नहीं होता था। आज “जैविक खेती” उसी पुराने ज्ञान का आधुनिक रूप है।

### **औषधीय पौधों का पारंपरिक ज्ञान:**

भारत को “औषधियों का भंडार” कहा जाता है। नीम, हल्दी, तुलसी, आंवला, अश्वगंधा, गिलोय – ये सभी पौधे पारंपरिक उपचार में उपयोग किए जाते हैं।

आयुर्वेद, सिद्ध और यूनानी चिकित्सा पद्धति इसी पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान पर आधारित हैं।

### **आधुनिक विज्ञान और पारंपरिक ज्ञान का मेल:**

आज वैज्ञानिक भी मानते हैं कि केवल आधुनिक तकनीक से पर्यावरण की सभी समस्याओं का समाधान संभव नहीं है। जब आधुनिक विज्ञान और पारंपरिक ज्ञान मिलकर काम करते हैं, तो स्थायी विकास संभव होता है।

उदाहरण के रूप में:

जल संरक्षण में पारंपरिक तकनीक + आधुनिक फिल्टर सिस्टम

जैविक खेती + आधुनिक सिंचाई

औषधीय पौधों का ज्ञान + आधुनिक मेडिकल रिसर्च

### **पारंपरिक ज्ञान के लुप्त होने का खतरा:**

दुर्भाग्यवश, शहरीकरण, औद्योगीकरण और पाश्चात्य सोच के कारण यह अमूल्य ज्ञान धीरे-धीरे समाप्त हो रहा है। नई पीढ़ी अपने पूर्वजों की परंपराओं से दूर होती जा रही है। यदि यह ज्ञान नष्ट हो गया, तो हम प्राकृतिक संतुलन को फिर कभी वापस नहीं ला पाएंगे।

### **युवा पीढ़ी की भूमिका:**

आज के युवा अगर चाहें, तो इस ज्ञान को बचा सकते हैं। वे:

स्थानीय परंपराओं को अपनाएँ, जल, बिजली और कागज़ की बचत करें, पेड़ लगाएँ, प्लास्टिक का कम उपयोग करें, जैविक उत्पाद अपनाएँ, बुजुर्गों से उनके अनुभव सुनें

### **पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान के लाभ:**

1. पर्यावरण संरक्षण

2. जलवायु संतुलन
3. प्राकृतिक संसाधनों की सुरक्षा
4. स्वास्थ्य लाभ
5. जैव विविधता का संरक्षण
6. सतत विकास

**निष्कर्ष:**

पारंपरिक पारिस्थितिक ज्ञान हमारे पूर्वजों की अमूल्य धरोहर है। यह हमें सिखाता है कि प्रकृति को जीतना नहीं है, बल्कि उसके साथ मिलकर चलना है। आज जब पूरी दुनिया पर्यावरणीय संकट से जूझ रही है, तब यही ज्ञान मानवता के लिए एक नई उम्मीद की किरण बन सकता है।

यदि हम इस ज्ञान को अपनाएँ, समझें और आने वाली पीढ़ियों तक पहुँचाएँ, तो हम एक स्वच्छ, हरा-भरा और सुरक्षित भविष्य सुनिश्चित कर सकते हैं।

.....



## कचरे का प्रबंधन (कविता)

नैसी, कक्षा दसवीं, ऋग्म इंटरनेशनल स्कूल, लुधियाना

कचरा प्रबंधन के महत्व को हम समझेंगे,  
गांव जैसे ही शहरों में खुशहाली का जीवन हम जीएंगे।

पर्यावरण के प्रदूषण से हम बचें  
अपने जीवन को नए ढंग से जीएं ।

शहरों को हम स्वच्छ रखेंगे,  
इस और हम जागरूक रहेंगे,  
जीवन में आगे बढ़ते रहेंगे,  
कचरा प्रबंधन के महत्व को समझते रहेंगे।

हम सब प्रदूषण से बचेंगे,  
खुशियों का जीवन हम जीएंगे,  
कचरा प्रबंधन के महत्व को समझेंगे।  
गांव जैसे ही शहरों में खुशहाली का जीवन जीएंगे।

.....

## वृक्षारोपण

नैना, कक्षा दसवीं, ऋग्म इंटरनेशनल स्कूल, लुधियाना

1. पेड़ पर्यावरण का एक अनिवार्य हिस्सा है
2. धरती पर पेड़ों और पौधों के अस्तित्व के बिना मनुष्य को जानवरों की अन्य प्रजातियों का अस्तित्व या संभव नहीं है
3. वृक्षारोपण के बुनियादी लाभों में से एक यह है कि यह हमें ऑक्सीजन देता है
4. यह कार्बन डाइऑक्साइड को अवशोषित कर पर्यावरण को शुद्ध और स्वच्छ बनाने का कार्य करती है
5. इसके अलावा फल, लकड़ी फाइबर, रबर आदि और भी बहुत कुछ प्रदान करते हैं
6. लोगों को अपने लम्हों को बोल देते हुए अधिक पेड़ों के रोपण के महत्व के बारे में संवेदनशील होना चाहिए
7. इसका प्रसार रेडियो टेलीविजन, समाचार पत्र सोशल मीडिया,होर्डिंग और पत्रक के माध्यम से किया जा सकता है
8. वृक्षारोपण पहाड़ी इलाकों में वह मिट्टी को पकड़ उसे खिसकने से भी रोकते हैं
9. पेड़ को अनेक चिकित्सा गुणों के लिए भी जाना जाता है
10. पेड़ फाइबर,रेसिन,रबर टैनिन,शहद ,और बहुत सी चीजे प्रदान करती हैं।

.....

## प्रकृति...

अनुष्का सिंह, कक्षा आठवीं, रिग्स इंटरनेशनल स्कूल, लुधियाना।

जैसे प्रकृति प्रफुल्लित हो उठी हो,  
मोरों के जैसे नाच रही हो।  
सुहाना सा लगे मौसम आज,  
लगे मनमोहक पंछियों की आवाज़।  
हरी भरी वादियां, सुंदर नजारे,  
शांत मन और खुले दिल सारे।  
चहकते परिंदे, बल खाती हवाएं,  
धरती की गोद में जीवन मुस्काए।  
जैसे प्रकृति प्रफुल्लित हो उठी हो...  
फलों की खुशबू, नदियां को कल-कल,  
हरियाली से महकती दुनियां पल-पल  
प्रकृति की प्रसन्नता तो देखो,  
इसके बदले सब झगड़े बेचो।  
बहुत ही मासूम सी वो,  
जैसे खुद ही में झूम रही हो।  
आओ मिलकर इसे सुरक्षित बनाएं,  
इसको रंग दें और उसके रंग में रंग जाएं।

.....

## वट सावित्री व्रत का प्रकृति से रिश्ता...(अनुच्छेद)

*दिव्यांश मिश्रा, कक्षा आठवीं, रिग्स इंटरनेशनल स्कूल, लुधियाना।*

पुराने समय में लोग वृक्षों की महत्ता और महानता के बारे में अच्छे से जानते और समझते थे। पेड़ों के साथ उनका गहरा रिश्ता था। बेशक उस समय का जमाना बहुत अधिक विकसित नहीं था। लोग वृक्षों को पूजते थे, उन्हें इनकी अहमियत का बखूबी ज्ञान था। हमारे हिंदू वेदों में ऐसी बहुत सारी कहानियां हैं जिनसे हमें पेड़ों के साथ लोगों, यहां तक कि देवी देवताओं के रिश्तों के बारे में ज्ञान मिलता है। बहुत सारी पौराणिक कथाएं पेड़ों के महत्व के साथ जुड़ी हुई हैं। इनमें से एक कहानी वट वृक्ष से संबंधित है:

वट सावित्री व्रत का हिंदू धर्म में विशेष महत्व है। यह व्रत मुख्य रूप से विवाहित महिलाओं द्वारा अपने पति की लंबी आयु, अच्छे स्वास्थ्य, सुख-समृद्धि और अखंड सौभाग्य के लिए रखा जाता है। इस व्रत का महत्व पौराणिक कथा पर आधारित है, जिसमें: सावित्री का समर्पण: राजकुमारी सावित्री ने मृत्यु के देवता यमराज से अपने पति सत्यवान के प्राणों को वापस लाने के लिए अपनी अटूट भक्ति, दृढ़ संकल्प और बुद्धिमानी का प्रदर्शन किया था।

वट वृक्ष की पूजा: वट (बरगद) के पेड़ की पूजा की जाती है क्योंकि इसी पेड़ के नीचे सत्यवान ने अपने प्राण त्यागे थे और सावित्री को अपने पति का जीवन वापस मिला था। वट वृक्ष दीर्घायु और अमरता का प्रतीक माना जाता है, जिसमें त्रिदेव ब्रह्मा, विष्णु और महेश - का वास माना जाता है। पारिवारिक सुख: माना जाता है कि इस व्रत को रखने से वैवाहिक जीवन में खुशहाली आती है और परिवार में सुख-शांति बनी रहती है।

महिलाएं इस दिन निर्जला या फलाहार व्रत रखती हैं, वट वृक्ष की परिक्रमा करती हैं और उसकी पूजा के दौरान वट सावित्री की कथा सुनती हैं। यह व्रत वैवाहिक प्रेम, निष्ठा और लचीलेपन का प्रतीक है, जो यह दर्शाता है कि सच्ची भक्ति और दृढ़ता से भाग्य को भी बदला जा सकता है।

ये कथा से हमें अपने अंदर की ताकत के साथ आगे बढ़ने की शिक्षा के साथ पेड़ों की महत्ता के बारे में बहुत जानकारी मिलती है। इस लिए आइए संकल्प लेते हैं कि आज के बाद पेड़ काटने की बजाय ज्यादा से ज्यादा पेड़ लगाएं।

## पेड़ लगाएं...

मनजीत कौर धीमान, रिंग्स इंटरनेशनल स्कूल, लुधियाना, ई मेल: [manjeetkaur82877@gmail.com](mailto:manjeetkaur82877@gmail.com)

आओ मिल जुल पेड़ लगाएं,  
धरती मां को खूब सजाएं।  
तरह-तरह के फल, फूल लगाकर,  
हरा भरा इसको कर जाएं।  
आओ मिल जुल....  
जन्म दिवस पर नन्हें पौधे,  
नन्हें मुन्ने बच्चों को दें।  
केक मिठाई छोड़ के सारे,  
फलों के खूब फायदे लें।  
दिल को दें मजबूती और,  
दिमाग को तंदुरुस्त बनाएं।  
आओ मिल जुल...  
अपने हाथों से लगाकर देखो,  
एक पेड़ के सौ हैं सुख।  
इनको पक्का मित्र बना लो,  
जीवन के मिट जाएंगे दुःख।  
खुशियों के संग चलो आज,

हाथ बढ़ाकर दोस्ती निभाएं।

आओ मिल जुल...

जमीं के कितने टुकड़े करके,

घर बनाकर बैठ गए हैं।

मां की छाती चीर के हम,

खून के आंसू रो रहे हैं।

अधिकार चाहते हैं अगर,

पूरे करके फ़र्ज़ दिखाएं।

आओ मिल जुल....

टूटे न किसी की सासें,

आक्सीजन की कमी से।

भूख प्यास न ज़्यादा इनकी,

खुश रहते हैं थोड़ी सी नमी से।

मंजीत का ये संदेश प्यारा,

आओ दुनियां में फैलाएं।

आओ मिल जुल....



START SAVING WATER AT YOUR HOME WITH

Dated:07-09-2025

# 6 SIMPLE HABITS

Small daily habits, when practiced collectively, make a huge difference.



## 1. Use a bucket when washing vehicles

Switch from a continuously flowing water hose to a water-filled bucket when washing your car or bike



## 2 Turn off taps when not in use

In your daily routine, always turn off taps when not in use, such as when brushing your teeth or washing dishes



## 3 Use toilets wisely

When using the toilet, use partial flush for urination or light use and full flush only for heavier use.



## 4 Collect rainwater

Make the habit of collecting rainwater by placing containers outside your house, and use this water to irrigate plants.



## 5 Shorten shower time

Cutting shower time by even 2 minutes can save dozens of liters daily.



## 6 Use efficient garden sprinklers

Use sprinklers wisely: water early morning or late evening, adjust settings to avoid overwatering, and maintain the system to prevent leaks.

**“Every drop saved at home is a river preserved for tomorrow.”**

By: Harmanjot Kaur (M.A Sociology)

College: PGGCG-72, Chandigarh



