











## भारत के लिए ऑस्कर जीतना चाहते हैं बाबिल

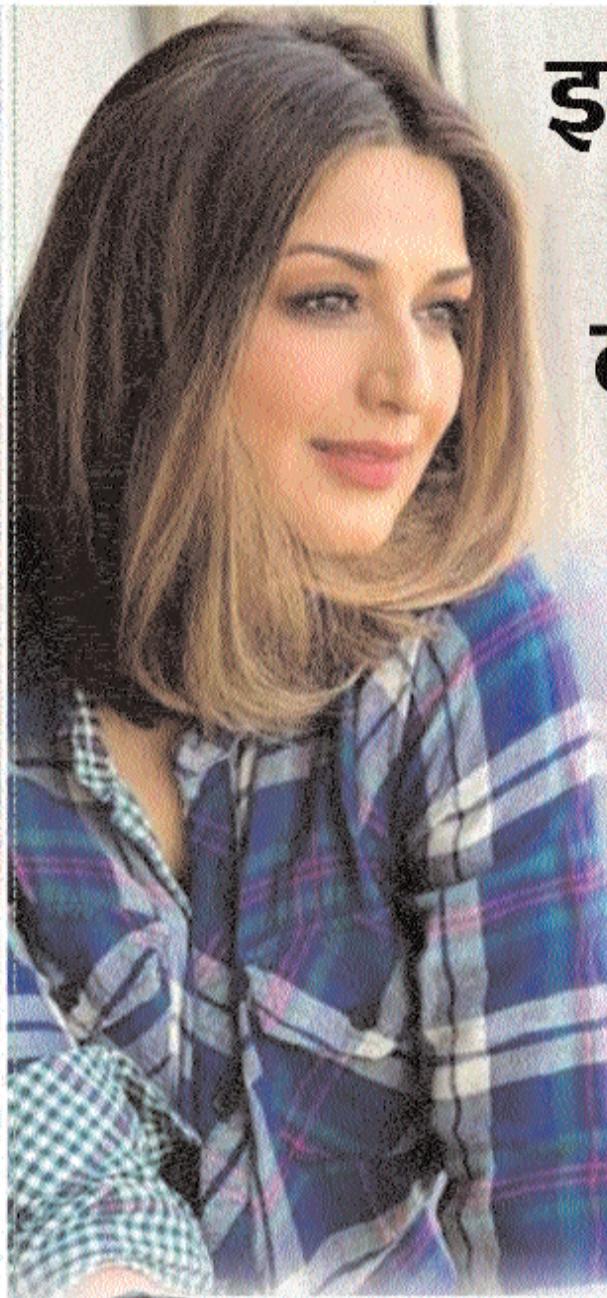
बाबिल खान अपने पिता और दिग्गज

अभिनेता इराकन खान के नवशोकदम पर चलते हुए बॉलीवुड में अपना एक अलग मुकाम बनाने की राह पर हैं। हालांकि, बाबिल आपने पिता इराकन खान को ये बताने से भी दूर रहे थे कि वो प्रिलिंग्स में जाना चाहते हैं।

दरत था कि वा एकिंग में जाना चाहत हा।  
वयोंकि बाबिल को डर था कि उनके पिता  
इतने महान और बड़े कलाकार हैं और कहीं  
अगर बाबिल असफल हो गए, तो क्या कहेंगे।  
जबकि इरफान खान भी अपने बेटे के एकिंग  
डेब्यू को लेकर डरे हुए थे। बाबिल ने एक  
इंटरव्यू में अपने करियर और अपने पिता  
इरफान खान को लेकर काफी बातें की।  
बाबिल ने यूंक से सिनेमेटोग्राफी का कोर्स  
किया है। उन्होंने बताया, मैं यूनिवर्सिटी से  
वापस आकर बाबा के साथ समय बिताने  
वाला था। मुझे वाकई नहीं लगा कि वह  
जाएंगे, माँ को भी लगा कि वह 100 प्रतिशत  
ठीक हो जाएंगे। उन्होंने अपने कैंसर को  
हराया और पिर चले गए। उन्हें इस दुनिया  
को छोड़ना पड़ा यद्योंकि कीमो ने उनके शरीर  
को नष्ट कर दिया था। उन्होंने कैंसर को  
हराया, इसलिए यह भी एक खुबसूरत बात है  
कि उन्होंने अपनी आखिरी तुनीती पूरी की।  
पिता के अलावा बाबिल ने अपने एकिंग और  
अपने सपने को लेकर भी बात की। बाबिल ने

कहा, मैं भारत में सर्वथेष्ठ अभिनेता का औरंकर ट्रॉफी लाना चाहता हूँ। मैं खुद को एक अभिनेता के तौर पर साधित करना चाहता हूँ। तब मैं अभिनय से एक कदम पीछे हटकर संगीत की खोज कर पाऊंगा। हालांकि, उन्होंने ये भी कहा कि वो किसी भी एक ही पेशे में नहीं बधे रहना चाहते हैं। उन्होंने कहा, कभी-कभी हम पहले से ही तय कर लेते हैं कि हमें जीवन में बया करना है। मैं सिर्फ 26 साल का हूँ, मैं यह कहकर खुद पर दबाव नहीं डालना चाहता कि मैं अपने जीवन के बाकी हिस्सों में यही करूँगा।

जापन के बाकी हस्ता में वहाँ कलना।  
**लॉग आउट में नजर आएंगे बाबिल**  
बाबिल जल्द ही जी5 की फिल्म 'लॉग आउट' में नजर आएंगे। इसमें वह एक सोशल मीडिया इन्फलेंसर की भूमिका में हैं, जिसका जीवन तब असत-व्यस्त हो जाता है जब वह अपना फोन खो देता है, ये युवा दयरक क्षेत्र में अधिक हैं। बाबिल ने कहा कि असल में वह 'लॉगआउट' के अपने किरदार से बिल्कुल अलग हैं। जिसका जीवन सोशल मीडिया और उसके फोन के इर्द-गिर्द घूमता है, वह अब दोस्तों के साथ ॲफलाइन कनेक्शन के द्वारे में अधिक सोचता है।



**मुझे गर्व है कि मैं वर्सेटाइल अभिनेत्री हूं**

फिल्म के साथ टैलीविजन  
और म्यूजिक वीडियो के  
लिए काम करने वाली  
अभिनेत्री इशा मालवीय हर  
भूमिका को जुनून के साथ  
निभाती हैं। अभिनेत्री ने बात  
की। उन्होंने बताया कि रकीन  
कोई भी किरदार निभाने में  
उन्हें खुशी मिलती है। इशा ने  
कहा कि उन्हें गर्व है कि  
वह वर्सेटाइल  
अभिनेत्री है।  
इस बारे में  
पूछे जाने  
पर कि

उन्हें काम के दौरान या मुश्किल लगता है, खुद  
रो बिल्कुल अलग किरदार निभाना या अभिनेत्री  
से मिलता - जुलता किरदार निभाना, इशा ने  
बताया, मुझे काम से एक अलग तरह की खुशी  
मिलती है और इससे मेरा आन्विषास बढ़ता है।  
मुझे गर्व महसूस होता है कि मैं एक वर्सेटाइल  
अभिनेत्री हूं, जो कोई भी भूमिका निभा सकती  
है। इशा ने कहा, इमानदारी से कहूं तो, किसी  
भी किरदार का निभाते समय मेरे मन में कभी  
दूसरे विचार नहीं आए। मैं वस काम पर  
फोकस करती हूं। 21 वर्षीय अभिनेत्री ने कहा  
कि इडस्ट्री में उनसे बेहतर काम की अपेक्षाएं  
की जाती है। हालांकि, यह उनके लिए अच्छा है।  
और वह इससे दबाव महसूस नहीं करती है।  
उन्होंने कहा, मैं काम को लेकर जट प्रेरण

उन्हें काम के दौरान क्या मुश्किल लगती है, खुद से बिल्कुल अलग किरदार निभाना या अभिनेत्री से मिलता-जुलता किरदार निभाना, इशा ने बताया, मुझे काम से एक अलग तरह की खुशी मिलती है और इससे मेरा आत्मविश्वास बढ़ता है।  
मुझे गर्भ महसूस होता है कि मैं एक वर्सटाइल अभिनेत्री हूं, जो कोई भी भूमिका निभा सकती है। इशा ने कहा, ईमानदारी से कहूं तो, किसी भी किरदार को निभाते समय मेरे मन में कभी दूसरे विचार नहीं आए। मैं बस काम पर फोकस करती हूं। 21 वर्षीय अभिनेत्री ने कहा कि इडस्ट्री में उनसे बेहतर काम की अपेक्षाएँ की जाती है। हालांकि, यह उनके लिए अच्छा है और वह इससे दबाव महसूस नहीं करती है। उन्होंने कहा मैं काम को लेकर जट परोपर

नहीं लेती क्योंकि मेरा मानना है कि हम सभी को खुशी नहीं कर सकते। इसलिए दूसरों के सामने कुछ साबित करने के लिए काम करना मेरा तरीका नहीं है। मैं अपने लिए काम करती हूं। मेरे लिए, एक स्पष्ट लक्ष्य होना बहुत जरूरी है। इसके बिना, कोई दिशा नहीं है। मैं हमेशा ध्यान में रखती हूं कि मैं क्या हासिल करना चाहती हूं, चाहे वह अगले 30 दिनों में हो, 30 महीनों में या पिंर 30 सालों में। यही स्पष्टता मुझे आगे बढ़ने में मदद करती है। इशा ने साल 2021 में टेलीविजन शो उड़ारियां से अभिनय की शुरुआत की थी, जिसमें उनके किरदार का नाम जैसीन रहता है। शो में उनके साथ अभिनेता अंकित गुप्ता और प्रियंका चाहर चौधरी भी मश्या भूमिकाओं में थे।

नहीं लेती क्योंकि मेरा मानना है कि हम सभी को खुश नहीं कर सकते। इसलिए दूसरों के सामने कुछ साबित करने के लिए काम करना नेरा तरीका नहीं है। मैं अपने लिए काम करती हूँ। मेरे लिए, एक स्पष्ट लक्ष्य होना बहुत जरूरी है। इसके बिना, कोई दिशा नहीं है। मैं हमेशा ध्यान में रखती हूँ कि मैं क्या हासिल करना चाहती हूँ, चाहे वह 3गले 30 दिनों में हो, 30 महीनों में या फिर 30 सालों में। यही स्पष्टता मुझे आगे बढ़ने में मदद करती है। इशा ने साल 2021 में टेलीविजन शो उड़ारियां से अभिनय की शुरुआत की थी, जिसमें उनके किरदार का नाम जैस्मीन रहता है। शो में उनके साथ अभिनेता अंकित गुजारी और प्रियंका चाहर चौधरी भी मात्रा अभिनेत्री थीं।



# सोहेल खान की नई फिल्म में नजर आएंगे संजय दत्त और आयुष शर्मा

पिछले कुछ वर्षों सोहेल स्थान ने  
ओजार, प्यार किया तो उड़ना क्या,  
हैलो ब्रटर, मैंने दिल तुझको दिया,  
त्या हो गये प्यारी तर्जी हैरी कर्कि

जय हो आए फ़िकां अला जसा कइ  
फिल्मों का निर्देशन किया है।  
पिछले एक दशक से फिल्म निर्माता  
शेर खान पर काम कर रहे हैं,  
जिसका नेतृत्व उनके भाई सलमान  
खान कर्दैगे। हालांकि, अब सोहेल  
एक और फिल्म की ओर बढ़ रहे हैं,  
जो कॉमेडी जॉनर की बताइ जा रही  
है। ताजा रिपोर्ट्स के मुताबिक़,  
सोहेल ने इस फिल्म में संजय दत्त  
और आयुष शर्मा को लिया है।

कॉमेडी फिल्म का

निमाण कर रह साहूल  
संजय दत्त और आयुष शर्मा, सोहेल  
खान द्वारा निर्देशित एक नई कॉमेडी  
फिल्म में नजर आएगी। इस अनाम  
प्रोजेक्ट संजय दत्त एक बड़े किरदार में  
प्रबोच आयुष शर्मा अभिनेता संजय दत्त के  
साथ स्टर्किन साझा करेंगे। संजय और  
सोहेल के बीच पहले ही कई मीटिंग हो  
चुकी हैं और दोनों इस कहानी पर  
सहयोग करने के लिए उत्साहित हैं।  
कब शुरू होगी फिल्म की शृण्टि  
इस फिल्म के जरिए संजय और सोहेल  
दूसरी बार साथ काम करेंगे। इससे

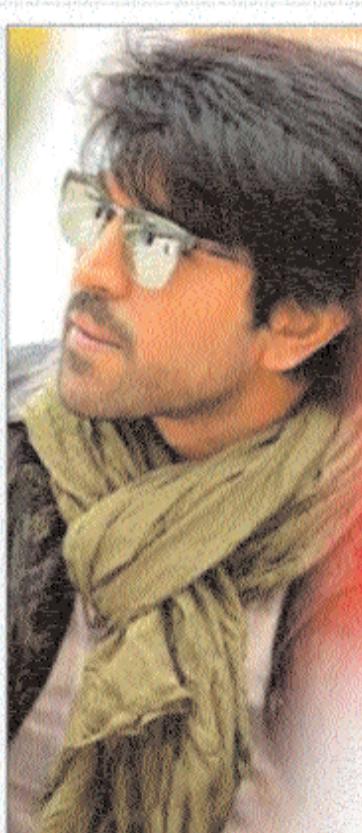


पहले दोनों ने मैंने दिल तुझको दिया के लिए हाथ मिलाया था। फिल्म अभी भी प्री-प्रोडक्शन में है और संभवतः 2025 की दूसरी छमाही में पलोर पर आएगी। रिपोर्ट्स के अनुसार, यह आज की

रावेदनाओं के अनुसार बनाई गई फिल्म है। फिल्म में गैगस्टर शौली की झलक है और यह पंजाब में सेट है। जल्द ही एक स्टूडियो भी बनने की संभावना है। सोहेल खान अपने भाई सलमान खान के लिए अपने ड्रीम प्रोजेक्ट शेर खान पर काम कर रहे हैं, लेकिन यह प्रोजेक्ट अभी तक शुरू नहीं हुआ है।

**रणबीर कपूर की  
इमेज बदलने वाले  
डायरेक्टर संग फिल्म  
करेंगे राम चरण**

साउथ के मशहूर एक्टर राम चरण इन दिनों अपनी आने वाली फिल्म 'पेटी' को लेकर चर्चा में हैं। 'पेटी' के अलावा वह एक और फिल्म करने वाले हैं। कुछ मीडिया रिपोर्ट्स में कहा गया है कि वह एक नामी डायरेक्टर के साथ अपनी अगली फिल्म करेंगे। फिल्म 'एनिमल', 'आर्जुन रेट्टी' और 'कवीर सिंह' जैसी फिल्म बनाने वाले निर्देशक के साथ राम चरण फिल्म करने वाले हैं। राम चरण के फैंस यह जानकर खुश हैं कि वह निर्देशक सदीप रेत्ती वांगा के साथ फिल्म करेंगे। सदीप रेत्ती वांगा अपनी फिल्मों में हीरो को अलग अदाज में दिखाने के लिए जाने जाते हैं। रणबीर कपूर को 'एनिमल' में सदीप ने एक अल्फा मेल के रोल में दिखाया। इन दिनों सदीप रेत्ती वांगा प्रभास के साथ एक साउथ इंडियन फिल्म (ट्रिलर) में जूनर रोल में दिखाया जा रहा है।





# कृषि महाविद्यालय जोबनेर में ग्राफिटिंग तकनीकी पर एक विशेष कार्यशाला का आयोजन किया गया

**ग्राफिटिंग तकनीकः मृदा  
जनित समस्याओं से निपटने  
का रसायन मुक्त समाधान -  
कुलपति डॉ. बलराज सिंह**

**ग्राफिटिंग तकनीक से होणी  
रोगमुक्त खेती और बढ़ेगा  
उत्पादन- डॉ बलराज सिंह**

**पर्यावरण अनुकूल खेती की  
ओर एक कदम ग्राफिटंग - डॉ  
बलराज सिंह**

श्री कर्ण नरेंद्र कृष्ण महाविद्यालय, जोबनेर में विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. बलराज सिंह द्वारा एक विशेष व्याख्यान में फलों और सब्जियों में ग्राफिटंग तकनीक की महत्ता पर एक कार्यशाला का आयोजन किया गया। यह कार्यशाला स्नातक और स्नातकोत्तर विद्यार्थियों के लिए आयोजित किया गया जिसमें उन्होंने ग्राफिटंग तकनीक के विविध पहलुओं, वैज्ञानिक दृष्टिकोण, और इसके लाभों पर गहन जानकारी साझा की। उन्होंने बताया कि परंपरागत खेतों में लगातार बढ़ते रोगों और कीटों के प्रकोप से जहां किसान परेशान हैं, वहाँ सब्जियों में अब ग्राफिटंग (कलमबद्दी) तकनीक से रोगमुक्त पौधों के उत्पादन का सशक्त माध्यम बनती जा रही है। विशेष रूप से सोलेनेसी (जैसे टमाटर, बैंगन, मिर्च) और कुकुर्बिटेसी (जैसे खीरा, तरबूज, ककड़ी) कुल की सब्जियों में यह तकनीक काफी कारगर सिद्ध हो रही है।

मुख्यरूप से संरक्षित खेती के अंतर्गत कीट व्याधियों के प्रभावी नियन्त्रण और उत्पादन में आशातीत लाभ प्राप्त नहीं हो पा रहा है इसलिए सब्जियों में ग्राफिटंग तकनीक अधिक प्रभावी सिद्ध हो रही है।

ग्राफिटंग -कुलपति डॉ बलराज सिंह ने बताया कि ग्राफिटंग तकनीकी फल और सब्जियों में मृदा जनित समस्याओं से निपटने के लिए सफल और रसायन मुक्त उपाय हैं। विशेष रूप से यह सोलनेसी और कुकुरबिटेसी फैमिली में बैक्टीरियल विल्ट, फ्यूजेरियम विल्ट, वर्टिसिलियम विल्ट तथा जड़ गाँठ सूक्रकूमि (निमेडोड) जैसे मिट्टी जनित रोगों के प्रति प्रतिरोधी होती हैं। साथ ही, ये पौधे खारे पानी, सूखा, तापमान में उत्तर-चढ़ाव जैसी प्रतिकूल परिस्थितियों को भी सहन करने में सक्षम होते हैं। उन्होंने बताया कि इन सभी के मुकाबले ग्राफिटंग एक प्रभावी और पर्यावरण के अनकूल तकनीक के रूप में उभरी है।

ग्राफिटंग की प्रक्रिया में दो मुख्य घटक हों - रुटस्टॉक और सायन। डॉ. सिंह ने बताया कि रुटस्टॉक का चयन करते समय निम्नलिखित मापदंडों का ध्यान रखना आवश्यक है:

1. रुटस्टॉक उसी फैमिली का हो, जिसकी प्रतिरोधीता उत्तर्गत जारी हो,
2. उसे मृदा जनित रोगों जैसे फंगस, नेमा और लवणता के प्रति प्रतिरोधक होना चाहिए,
3. रुटस्टॉक और सायन में आपसी अनुवर्ती होनी चाहिए,
4. दोनों का समान विकास आवश्यक है, और सबसे महत्वपूर्ण, यह तकनीक फल बुनियादी पर नकारात्मक प्रभाव न डाले।

डॉ. बलराज सिंह ने बताया कि ग्राफिटंग अनेक लाभ हैं, जिनमें शामिल हैं -

- \*फसलों की रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि
- \*उत्पादन में स्थिरांश्।

\*जल और पोषक तत्वों का कुशल उपयोग और  
\*मृदा की जैविक गुणवत्ता में वृद्धि।

इस अवसर पर उन्होंने विद्यार्थियों को ग्राफिटंग किए गए कुछ सेमिलिन्झ भी दिखाए, जैसे टमाटर, मिर्च और बैंगन, ताकि वे इस तकनीक को व्यवहारिक रूप से समझ सकें।

कार्यशाला के अंत में कुलपति डॉ बलराज सिंह ने कहा, "आज की कृषि को रसायन मुक्त और पर्यावरण अनुकूल दिशा में ले जाने के लिए ग्राफिटंग सबसे सशक्त समाधान है। यह तकनीक न केवल मृदा जनित समस्याओं को नियंत्रित करती है, बल्कि किसानों की आय और उत्पादकता बढ़ाने में भी सहायक सिद्ध हो रही है। इस कार्यक्रम में डॉ ओपी गढ़वाल, डॉ बी एस बधाला, डॉ संतोष समोता, डॉ हीना सहिवाला, डॉ दीक्षा शर्मा मौजूद रहे तथा स्नातक और स्नातकोत्तर के 134 विद्यार्थियों ने भाग लिया।

# **आपकी सुरक्षा आपके हाथ**

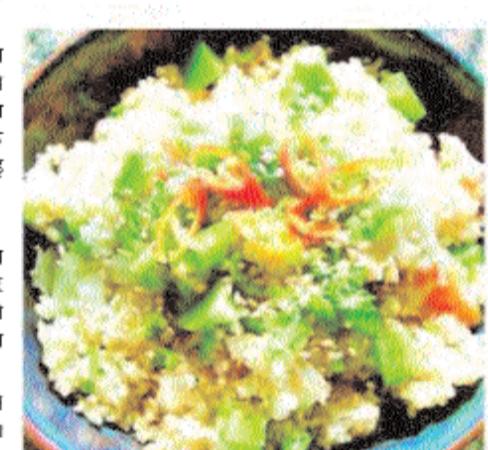
शहर छोटे हों या बड़े अपराध की दर सभी में बढ़ रही है। यही कारण है कि आजकल शहरों में सिक्युरिटी का धंधा तेजी से बढ़ रहा है। लेकिन हर कोई तो अपने घर के बाहर हाथियारधारी सिक्युरिटी गार्ड नहीं खड़ा कर सकता। सवाल है ऐसे में अपनी सुरक्षा, विशेषकर घरें में रहने वाली महिलाएँ कैसे करें?

- अगर आप रहती हैं फ्लैट्स में :  
फ्लैट के बाहरी दरवाजों की मजबूती की जाँच कर लें। दरवाजे अच्छी क्रॉलिटी के गटीरियल से बने हों यह सुनिश्चित करें। दरवाजे में अच्छी कंपनी का आंटोमेटिक लॉकिंग सिस्टम लगा हो।
  - कुछ लोग अपने घर को स्टाइलिश लुक देने के लिए बिन घिल वाली खिड़कियाँ भी लगवाते हैं, लेकिन सुरक्षा का दृष्टि से यह अनुचित है क्योंकि इससे बच्चों के नीचे गिरने का खतरा रहता ही है, साथ ही खिड़की से कोई भी आपके घर के भीतर आसानी से पहुँचने भी सकता है।
  - सुनिश्चित करें कि फ्लैट के बाहर हमेशा अच्छी प्रकाश व्यवस्था हो। दरवाजे और सीढ़ियों के पास लाइट रात भर जलती हुई छोड़ दें। घर के बाहर की लाइट का स्विच आपके घर के भीतर होना चाहिए।
  - अपने दरवाजे में मैंजिक आई और चेन लॉक जरूर लगवाएँ ताकि कॉलेबल बजने पर आप आगंतुक के भीतर से पहचानने के बाद ही दरवाजा खोलें।
  - रात को ऐसे जैसे में जीरो वर्ट का बल्ब या सीएफएल

जरूर जलाने दें। अगर आप घर बंद करके कहीं बाहर जा रही हैं तो ड्राइंग रूम की लाइट जलती छोड़ दें। अगर लंबी छुट्टियों में कहीं बाहर जा रही हैं तो अपने निकटतम पढ़ाई सी और अपार्टमेंट के सिक्युरिटी गार्ड को इस बात की जानकारी जरूर दें कि आप कहाँ और कितने दिनों के लिए जा रही हैं, साथ ही उनसे अपने घर का विशेष रूप से ध्यान रखने को कहें।

बाहर जाते वक्त अपनी बालकनी में कुछ पुराने कपड़े इस तरह फैला दें कि लगे कि वे सूखने के लिए फैलाए गए हैं, ताकि यह देखकर किसी अजनबी को इस बात की भनक न लगे कि आपके घर में कोई नहीं है।

दलिया पुलाव



**सामग्री :** दलिया 1 कटोरी, अंकुरित मूँग 1 कटोरी, चींकोर टुकड़ों में कटा पनीर 50 ग्राम, बीस कटी 1 छोटी कटोरी, गाजर कटी 2, कटी हरीभिंच 2, कटा टमाटर 1, कटी पालक 1 छोटी कटोरी, कटा फूलतगोभी 1 कटोरी, तेल 1 दी सूख, जीरा 1/4 चम्पच, हल्दी पावड़ 1/2 चम्पच

**विधि :** सुखी कड़ाही में दलिया भूनें। प्रेशर कूकर में तेल गरम करें, जीरा चटकाकर हल्दी पावडर डालें। अब सभी संबियाँ व नमक छालकर अच्छी तरह चलाएँ। पानी छालकर कूकर में दो सीटी आने तक पकाएँ। गरमा-गरम दलिया अचार के साथ सर्व करें।

# जहाँ इंसानी रिश्ते सहेजे जाते हैं

हम चाहे जितना रुपया कमा लें, संपत्ति बना लें, दौड़ में थकने के बाद रिश्तों की गरमाहट का संबल सभी के लिए जरूरी हो जाता है। आखिर हमारी समृद्धि कोई देखने वाला तो हो, हमारी प्रसिद्धि की कोई तारीफ करने वाला तो हो... और ये

सब हमें तभी मिलेगा, जब हम स्वयं हाथ बढ़ाएँगे छोटे-बड़े दिशों को सहेजने को।

आज जहाँ आर्थिक विकास की अंधी दौड़ में लोग रिश्तों की अल्पियत भूलते जा रहे हैं, रिश्ते अपना महत्व खोते जा रहे हैं, केवल फायदों की राजनीति देखते हुए रिश्ते बनाए या बिगाड़े जा रहे हैं, वहाँ कुछ परिवर्तन न केवल रिश्तों को बनाए रखने में यकीन करते हैं, वरन् अपने स्वेच्छ ल्याग व अनश्वक प्रयासों से भरसक रिश्तों की गणमान्त्र को सालों सहेजते रहते हैं।

माँ की करीबी सहेली जो अविवाहित थी। उसने विभिन्न हंसा को गोद ले लिया और अपने बच्चे से भी बढ़कर देखभाल की उसकी। आज हंसा के दिमाग में माँ की स्मृति तक धूमिल हो चुकी है - उसे याद है उसकी नई माँ...

प्रणव के विवाह को पाँच वर्ष हो गए थे। पली की अकाल मूल्य हो गई। प्रणव के जीवन का एकमात्र सहाया था उसका बेटा 'पांशु'। 'सीतेली माँ' की भयावह कल्पना

का गरमाहट का साला सहजत रहत है। हंसा आठ वर्ष की एक प्यारी-सी बच्ची है। नार वर्ष पहले उसकी माँ की लुर्धना में मौत हो गई। माँ की मौत के सदये से एक वर्ष बाद ही उसके पिता भी चल बसे—‘लड़की की जात है—कौन सम्भाले कहकर करीबी रिश्तेदारों ने हाथ झटक लिए—ऐसे में आगे आई हंसा की था उसका बाटा ‘प्राणु’। ‘सातला मा’ का भयवह कल्पना के चलते प्रणव कई वर्षों तक दूसरे चिक्का के बारे में सोच भी न पाया। फिर अचानक उसे मीठा परसंद आ गई—हालांकि ‘प्राणु’ को लेकर डर अभी भी था। ऐसे में मीठा ने सारी परिस्थिति को सहदेखता से समझा, प्राणु को अपनापन दिया। प्राणु को ही बेटा मानकर अपनी सतान को जन्म देने का

ज जात ह  
गरमाहट का संबल सभी के लिए जरूरी  
कोई तारीफ करने वाला तो हो... और ये  
इत्तों को सहेजने को।  
विचार भी उसने त्याग दिया... आज 'प्रांशु' कालेज में है  
और मीठा... उसके लिए दुनिया में सबसे अच्छी माँ है।  
जैन साहब का दुनिया को देखने का तरीका और भी  
निराला है। वे इस दुनिया में अकेले हैं, विश्वर की दिया से  
रूपवा और स्वास्थ्य दोनों ही वरदान के रूप में साथ हैं।  
उनके यहाँ पढ़ने आने वाले बच्चों का 'मेला' लगा रहता है।  
जैन साहब की सभी रिस्टेंडार्टों से प्रार्थना रहती है कि उनके  
शहर में पढ़ने के लिए आने वाले बच्चे उनके घर में ही रहें।  
रिस्टेंडार्टों को भला कर्यों आपत्ति हो, उनके बच्चों को जैन  
साहब का खेल व अनुशासन भरा मार्गदर्शन मिलता है और  
जैन साहब का अकेलापन दूर हो जाता है। 'दुनिया में आए,  
हैं, तो इतना प्यार बाँटना चाहिए कि आपके जाने के बाद

कुछ लोगों की आँखें आपको याद कर व्यरसती रहेंगी। जैन साहब के जीवन का ये सोचा-सा समीकरण है, जो उसे बढ़ावे में भी ऊर्जावान बनाता है।

बासात में मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है और रिश्तों की उसे सतत आवश्यकता होती है। चाहे ये रिश्ते दोस्ती के हों, फहचान के हों या खूब के। आजकल नौकरी व्यापार के मिलासिले में परिवार एक छोर से दूसरे छोर तक बिखरते जा रहे हैं, आपसी संपर्क भी लगभग समाप्त होते जा रहे हैं ऐसे में अगली पोढ़ी के बच्चे तो शायद अपने रिश्तेदारों-भाई बहनों से पहचान भी न बना पाएँ.. हम चाहे जितना रुपया कमा लें, संपाति बना लें, दौड़ में थकने के बाद रिश्तों की गरमाइट का संबल सभी के लिए जरूरी हो जाता है आखिर हमारी समृद्धि कोई देखने वाला तो हो, हमारी प्रसिद्धि की कोई तारीफ करने वाला तो हो... और ये सब हमें तभी मिलेगा, जब हम स्वयं हाथ बढ़ाएँगे छोटे-बड़े रिश्तों को सहजेने का, उनमें से हर विश्वास को स्थिरित करने का... और बड़ा सरल सा उपाय है इन्हें सहेजेने का। वह है संपर्क। फिर आज को संचार क्रांति ने तो संपर्क इतनापास बना दिया है। तो क्यों न हम भी अपनाएँ इसे और ले आएँ रिश्तों में प्रगाढ़ता...।









# कार्यालय अधिशाषी अभियन्ता जन स्वास्थ्य अभियान्त्रिकी विभाग ग्रामीण खण्ड- प्रथम (एनसीआर) अलवर

जिला अलवर आगामी ग्रीष्म ऋतु 2025 में आमजन की पेयजल की समस्याओं के निवारण हेतु अलवर में कंट्रोल रूम स्थापित किया गया है। जिसका दूरभाष नं. 0144-2337900 है। यह समय प्रातः 6:00 बजे से रात्रि 10:00 बजे तक कार्यरत रहेगा राज्य सरकार के निर्देशानुसार ग्रीष्मकाल में PHED का जिला स्तरीय कंट्रोल रूम स्थापित जो दिनांक 31.07.2025 तक चालू रहेगा।

**रहिमन पानी राखिये, बिन पानी सब सून।  
पानी बिना ना उबरे, मोती मानस चून ॥**

बदलती जीवनशैली और बदलते शहरीकरण के कारण पानी की मांग लगातार बढ़ रही है।

भू-जल अतिदोहन के कारण पानी की कमी निरन्तर बढ़ रही है। अतः जीवन को सुरक्षित रखना है तो वर्षा एवं भूमिगत जल को संरक्षित रखना होगा। के दूरुपयोग को रोकना होगा वरना जीवन खतरे में पड़ जायेगा।

आओ हम दैनिक कार्यों में जल उपयोग के निम्नांकित तरीकों को अपनाकर जल की बचत कर आने वाली पीढ़ी के जीवन को सुरक्षित रखने में सहयोग प्रदान कर सकते हैं-



## जल बिन सब सून



'जल ही जीवन है' जल के बिना जीवन सुरक्षित नहीं है इस बाबत महान कवि रहिमनजी ने भी अपने निम्नांकित दोहे के मार्फत जीवन पर जल की उपयोगिता का चित्रण किया है।

बचे हर बूँद, पले जीवन, हमने किये हैं वो सारे जतन। अब आगे आये एक-एक जन, जल संचय में लगा दे तन मन ॥

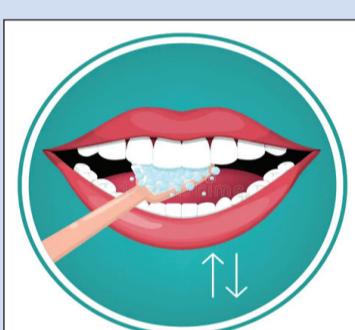
क्र. सं.	दैनिक किया का नाम	खर्च पानी की मात्रा लीटर में	जल उपयोग करने के तरीके	पानी बचत की मात्रा लीटर में
1.	ज्ञान करने में	फलवारे से - 180 लीटर	बाल्टी से 18 लीटर	162 लीटर
2.	शैक्षालय जाने में	फलवास टैंक से 13 लीटर	छोटी बाल्टी से 4 लीटर	9 लीटर
3.	शैव करने में	बल खोलकर करने से 11 लीटर	मग से पानी लेकर 1 लीटर	10 लीटर
4.	दंत मंजन	बल खोलकर करने में 33 लीटर	मग या छोटे लोटे से पानी लेकर 1 लीटर	32 लीटर
5.	कपड़ों की धूलाई	बल खोलकर करने में 166 लीटर	बाल्टी के उपयोग से 18 लीटर	148 लीटर
6.	एक लॉन / कोटर गार्ड में 10,000 से 12,000 लीटर उपयोग किये जल से एक छोटे परिवार हेतु एक माह का जल उपलब्ध हो सकता है।			
7.	प्रति सैकड़ नल से टपकती जल बूँद से एक दिन में 17 लीटर जल का अपव्यय होता है।			
8.	इलेक्ट्रिक अलावा उपयोग अपनी सर्विस लाईंगों की मरम्मत कर पानी के रिसाव को रोककर भी सहयोग प्रदान कर सकते हैं।			
9.	जलदाय विभाग की पाईप लाईंगों में यदि कहीं लीकेज हो तो उसकी सूचना भी विभाग को समय पर देकर सहयोग कर सकते हैं।			



हाथ धोते समय कम से कम पानी का उपयोग करें।



शेविंग या बर्टन धोते समय जब प्रयोग में न हो, नल बंद कर दें



अपने दाँत ब्रश करते समय एक कप या गिलास का उपयोग करें



नहाते समय शॉवर की बजाय बाल्टी का इस्तेमाल करें



सब्जियों को धोने के लिए नल के पानी को चलाने से बचें, इसके बजाय एक कटोरी का उपयोग करें, पानी डालें और फिर इन्हें धो ले



कार्यालय अधिशाषी अभियन्ता जन स्वास्थ्य अभियान्त्रिकी  
विभाग ग्रामीण खण्ड- प्रथम (एनसीआर) अलवर