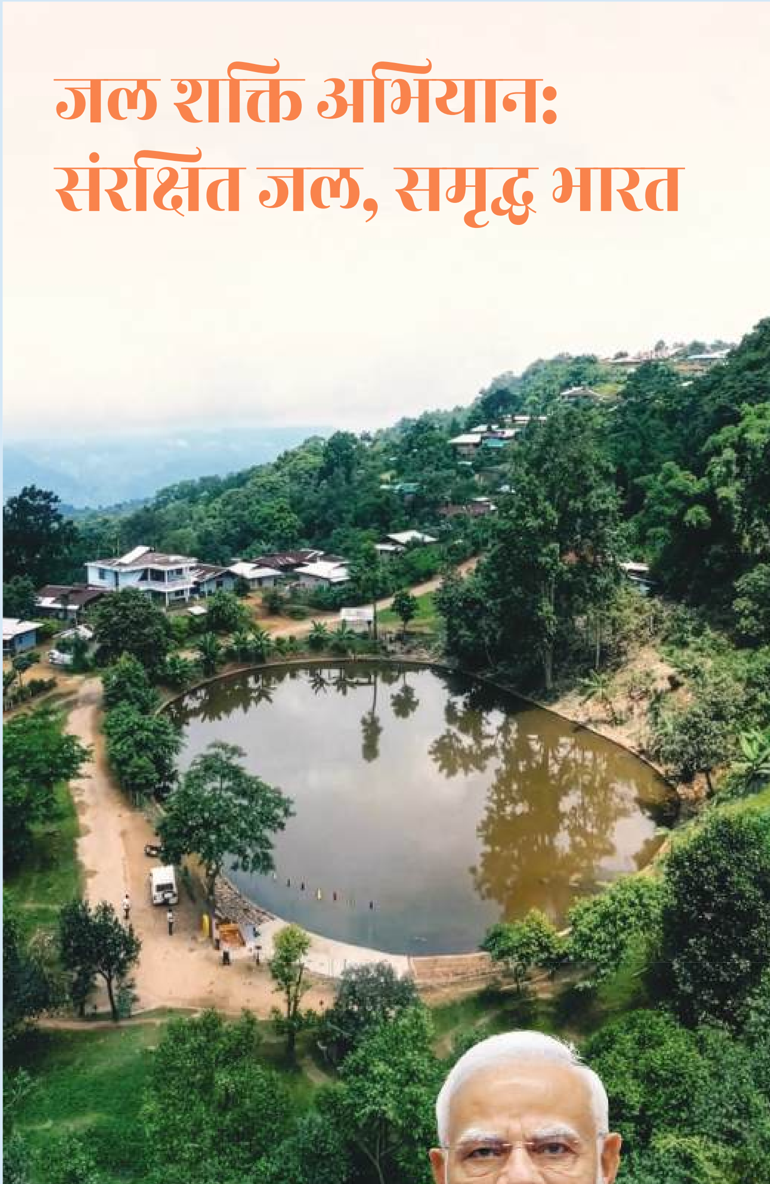
132वां संस्करण

मार्च 2026

मन की बात

जल शक्ति अभियान: संरक्षित जल, समृद्ध भारत



प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी का सम्बोधन

प्रधानमंत्री का सन्देश

सूची क्रम

मुख्य आलेख

20 **समय की हस्ताक्षर पांडुलिपियाँ**
भारतीय विरासत का डिजिटल मानचित्र

24 **नए भारत की कल्पना करते युवा मस्तिष्क**

46 **हर बूँद कीमती है** : देश भर में लोगों की अगुवाई में हुए जल-संरक्षण की कहानियाँ

54 **समुद्री योद्धा** : भारत की ब्लू इकोनॉमी का आधुनिकीकरण

66 **सौर ऊर्जा क्रांति** : उपभोक्ता से 'उद्यमी' बनते भारत के नए स्वर

संक्षेप में

36 **जो खेलेगा, वो खिलेगा**

44 नगालैंड की जीवंत पाठशाला **'मोरुँग विरासत'**

58 **परिवर्तन के बीज** : वाराणसी से नगालैंड तक सामूहिक अभियान की शक्ति

लेख

28 **MY भारत** : विकसित भारत के लिए युवाओं की मोदी-प्रेरित दृष्टि –डॉ. मनसुख मांडविया

32 **क्रिकेट की गौरव गाथा से खेलों में उत्कृष्टता का सफ़र** : जम्मू-कश्मीर की कामयाबी की कहानी –पारस डोगरा

40 **अन्वेषण** : क्यों व्यावहारिक विज्ञान ही स्कूलों का भविष्य है –डॉ. एच. एस. नागराजा

50 **जल सुरक्षा की दिशा में भारत का विशाल अभियान** –मोहन चन्द्र कांडपाल

71 प्रतिक्रियाएँ

मेरे प्यारे देशवासियो
नमस्कार

'मन की बात' में एक बार फिर आप सभी का स्वागत है। मार्च का ये महीना, वैश्विक-स्तर पर बहुत ही हलचल भरा रहा है। हम सबको याद है कि पूरा विश्व भूतकाल में कोविड के कारण एक लम्बे समय तक अनेक समस्याओं से गुज़रा था। हम सभी की अपेक्षा थी कि कोरोना के संकट से निकलने के बाद दुनिया नए सिरे से प्रगति की राह पर आगे बढ़ेगी। लेकिन, दुनिया के अलग-अलग क्षेत्रों में लगातार युद्ध और संघर्ष की परिस्थितियाँ बनती चली गईं। वर्तमान में हमारे पड़ोस में एक माह से भीषण युद्ध चल रहा है। हमारे लाखों परिवारों के सगे-सम्बंधी इन देशों में रहते हैं, खासतौर पर खाड़ी देशों में काम करते हैं। मैं Gulf Countries का बहुत आभारी हूँ, वे ऐसे एक करोड़ से ज़्यादा भारतीयों को वहाँ पर हर प्रकार की मदद दे रहे हैं।

साथियो, जिस क्षेत्र में अभी युद्ध चल रहा है, वह क्षेत्र हमारी ऊर्जा आवश्यकताओं का बड़ा केंद्र है। इसकी वजह से दुनिया भर में पेट्रोल और डीज़ल को लेकर संकट की स्थिति बनती जा रही है। हमारे वैश्विक सम्बंध, अलग-अलग देशों से मिल रहा सहयोग और पिछले एक दशक में देश का जो सामर्थ्य बना है, इनकी वजह से भारत इन परिस्थितियों का डटकर मुकाबला कर रहा है।

साथियो, निश्चित तौर पर यह चुनौतीपूर्ण समय है। मैं आज 'मन की बात' के माध्यम से सभी देशवासियों से फिर यह आग्रह करूँगा कि हमें एकजुट होकर इस चुनौती से बाहर निकलना है। जो लोग इस विषय पर भी राजनीति कर रहे हैं, उन्हें राजनीति नहीं करनी चाहिए। यह देश के 140 करोड़ देशवासियों के हित से जुड़ा विषय है, इसमें स्वार्थ भरी राजनीति का कोई स्थान नहीं है। ऐसे में जो भी लोग अफवाह फैला रहे हैं, वे देश का बहुत बड़ा नुकसान कर रहे हैं। मैं सभी देशवासियों से अपील भी करूँगा कि वो जागरूक रहें, अफवाहों के बहकावे में ना आएँ। सरकार की तरफ से जो आपको निरंतर जानकारी दी जा रही है, उस पर भरोसा करें और उसी पर विश्वास करके कोई कदम उठाएँ। मुझे हर बार की तरह इस बार भी विश्वास है कि जैसे हमने देश के 140 करोड़ देशवासियों के सामर्थ्य से पुराने संकटों को हराया था, इस बार भी हम सब मिलकर के इस कठिन हालत से बहुत ही अच्छी तरह बाहर निकल जाएँगे।

मेरे प्यारे देशवासियो, भारत की ताकत यहाँ के कोटि–कोटि लोगों में निहित है। आज 'मन की बात' में एक ऐसे प्रयास के बारे में बताना चाहता हूँ, जो देशवासियों की जनभागीदारी की भावना को दर्शाता है। ये प्रयास है - ज्ञान भारतम सर्वे, जिसका सम्बंध हमारी महान संस्कृति और समृद्ध विरासत से है। इसका उद्देश्य देशभर में मौजूद manuscripts यानी पांडुलिपियों के बारे में जानकारी जमा करना है। इस सर्वे से जुड़ने का एक माध्यम, *ज्ञान भारतम ऐप* है। आपके पास अगर कोई manuscript है, पांडुलिपि है या उसके बारे में जानकारी है, तो उसकी फोटो *'ज्ञान भारतम ऐप'* पर ज़रूर साझा करें। हर entry से जुड़ी जानकारी को दर्ज करने से पहले उसकी पुष्टि भी की जा रही है। मुझे इस बात की खुशी है कि अब तक हज़ारों manuscripts पांडुलिपि लोगों ने शेयर की हैं। उदाहरण के तौर पर अरुणाचल प्रदेश के नामसाई के चाओ नंतिसिन्ध लोकांग जी ने ताई लिपि में पांडुलिपियाँ साझा की हैं। अमृतसर के भाई अमित सिंह राणा ने गुरुमुखी लिपि में पांडुलिपि शेयर की हैं। यह हमारी महान सिख परम्परा और पंजाबी भाषा से जुड़ी लिपि है। कुछ संस्थाओं ने palm leaf यानी ताड़ के पत्तों पर लिखी manuscripts दी हैं। राजस्थान के अभय जैन ग्रंथालय ने copper plates पर लिखी बहुत पुरानी पांडुलिपियाँ share की हैं। वहीं, लद्दाख की Hamis Monastery ने तिब्बती में बहुमूल्य पांडुलिपियों के बारे में जानकारी दी है। यहाँ पर मैंने कुछ ही उदाहरण दिए हैं। यह survey, जून के मध्य तक जारी रहने वाला है। आप सभी से मेरा आग्रह है कि अपनी संस्कृति से जुड़े पहलुओं को सामने लाएँ और share करें।

मेरे प्यारे देशवासियो, भारत दुनिया का सबसे युवा देश है। देश के युवा की ताकत जब राष्ट्र निर्माण में जुड़ती है, तो बहुत बड़ी मदद मिलती है। राष्ट्र निर्माण के इस दायित्व को निभाने में बड़ी भूमिका

निभा रहा है, मेरा युवा भारत यानी MY भारत संगठन। ये संगठन देश के युवाओं को अलग-अलग positive गतिविधियों से जोड़ रहा है। हाल ही में MY भारत द्वारा Budget Quest का आयोजन किया गया। इसका मकसद था देशभर के युवाओं को budget प्रक्रिया और नीति निर्माण से जोड़ना। इससे जुड़ी quiz में देशभर से करीब 12 लाख युवाओं ने हिस्सा लिया। Quiz के बाद करीब एक लाख साठ हज़ार प्रतिभागियों को निबंध प्रतियोगिता के लिए चुना गया। मुझे इनमें से कुछ निबंध पढ़ने का अवसर भी मिला। इनसे पता चलता है कि मेरे युवा साथी देश के विकास में अपना योगदान देने के लिए कितना तत्पर हैं। तेलंगाना के सूर्यापेट से कोटला रघुवीर रेड्डी, उत्तर प्रदेश के बाराबंकी से सौरभ बैसवा और बिहार के गोपालगंज से सुमित कुमार ने किसान कल्याण से जुड़े topic पर लिखा है। पंजाब के मोहाली से आंचल और ओडिशा के केंद्रपाड़ा से ओम प्रकाश रथ ने women-led development को आगे बढ़ाने के तरीकों पर अपने विचार प्रकट किए हैं।

हरियाणा के यमुनानगर से प्रथम बरार ने लिखा है कि Green और Clean Bharat ही समृद्ध भारत का मार्ग है। इससे उनकी गहरी सोच का पता चलता है । दिल्ली के शंख गुप्ता का सुझाव है कि ग्रामीण क्षेत्रों में खेल प्रतिभाओं की पहचान के लिए और अधिक प्रयास होने चाहिए।

हमारे युवा साथियों ने skill development और ease of doing business पर भी अपने विचार साझा किए हैं। मैं उन सभी युवाओं की सराहना करता हूँ, जो अपने ideas share कर रहे हैं। ये विचार देश को आगे ले जाने में बहुत अहम हैं।

मेरे प्यारे देशवासियो, देशभर के cricket fans के लिए यह महीना जोश और उत्साह से भर देने वाला रहा है। जब भारत ने T20 World Cup में ऐतिहासिक जीत दर्ज की तो देश में हर तरफ खुशी की लहर दौड़ गई। अपनी team की इस शानदार सफलता पर हम सभी को बहुत गर्व है। पिछले महीने के आखिर में कर्नाटक के हुबली में एक बहुत ही रोचक मुकाबला देखने को मिला, इस मुकाबले को जीतकर जम्मू-कश्मीर की cricket team ने रणजी trophy को अपने नाम कर लिया। सबसे खुशी की बात है कि करीब 7 दशकों के लम्बे इंतज़ार के बाद इस team ने अपना पहला रणजी खिताब हासिल किया। यह अभूतपूर्व सफलता खिलाड़ियों के कई बरसों के निरंतर प्रयासों का परिणाम है। टीम के कप्तान पारस डोगरा ने अद्‌भुत कौशल दिखाया। अपने नेतृत्व से इस जीत में उन्होंने अहम योगदान दिया। आज देश में कश्मीर के युवा गेंदबाज़ आकिब नबी के प्रदर्शन की भी चर्चा हो रही है, जिन्होंने रणजी सीज़न में 60 विकेट लिए हैं। इस जीत से टीम के खिलाड़ी और coaching staff के साथ-साथ जम्मू-कश्मीर के लोग बहुत रोमांचित हैं। Cricket के मैदान में इस शानदार प्रदर्शन के बाद वहाँ के युवाओं में खेलों के प्रति उत्साह और बढ़ गया है। आने वाले समय में यह कई युवाओं को sports को अपनाने के लिए प्रेरित करेगा। जम्मू-कश्मीर के लोगों में खेलों को लेकर गज़ब का ज़ज़्बा रहा है। मुझे खुशी है कि अब यह बड़े खेल आयोजनों का हब भी बनता जा रहा है। Khelo India Winter Games के लिए गुलमर्ग तो पहले ही अपनी पहचान बना चुका है। Football जैसे sports भी यहाँ के युवाओं के बीच काफी लोकप्रिय हैं। मुझे आशा है कि आने वाले समय में

जम्मू-कश्मीर के खिलाड़ियों की जीत का यह सिलसिला यूँ ही जारी रहेगा।

मेरे प्यारे देशवासियो, मैं अक्सर कहता हूँ, जो खेलेगा, वो खिलेगा। मुझे ये देखकर अच्छा लगा कि हमारे देश के युवा, अब उन खेलों को भी खूब अपना रहे हैं, जो पहले उतने लोकप्रिय नहीं थे। उत्तर प्रदेश के प्रतिभाशाली Athlete गुलवीर सिंह ने ऐसे ही एक खेल में कमाल कर दिखाया है। उन्होंने कुछ ही हफ्ते पहले New York City Half Marathon में तीसरा स्थान हासिल कर इतिहास रच डाला। वे एक घंटे से कम समय में Half Marathon पूरा करने वाले पहले भारतीय Athlete बने। Squash खिलाड़ी बेटी अनाहत सिंह ने Squash on Fire Open का बड़ा अंतरराष्ट्रीय खिताब अपने नाम किया। सिर्फ 17 साल की उम्र में उन्होंने ये सफलता हासिल की। इसके साथ ही वे PSA World Ranking में Top-20 में जगह बनाने वाली सबसे कम उम्र की एशियाई महिला खिलाड़ी बन गई हैं। मुझे अस्मिता Athletics League की जानकारी भी मिली है। इसमें 8 मार्च को महिला दिवस के अवसर पर कई sporting events का शानदार आयोजन किया गया। League में करीब 02 लाख बेटियों ने भागीदारी की। ये देखकर अच्छा लगता है कि भारत की नारीशक्ति देश में हो रहे इस sporting transformation में अहम भूमिका निभा रही है।

साथियो, मेरा हमेशा से यह आग्रह रहा है कि आप सभी अपनी fitness पर ज़रूर ध्यान दें। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस में अब 100 दिनों से भी कम समय बचा है, पूरी दुनिया में योग के प्रति आकर्षण भी लगातार बढ़ रहा है। अफ्रीका के जिबूती में अल्मिस जी अपने अरविंद योग सेंटर के ज़रिए योग को बढ़ावा दे रहे हैं। वे यहाँ की कई और जगहों पर भी लोगों को योग सिखाते हैं। आपमें से कई लोगों ने Instagram Content Creator युवराज दुआ की post पर मेरे से reply

को लेकर comments किए हैं। उन्होंने मुझसे आग्रह किया था कि मैं उनके पिता से कहूँ कि वे sugar intake कम करें। मुझे खुशी है कि मेरे अनुरोध का उनके पिता पर सकारात्मक प्रभाव पड़ा है। मैं आप सभी से आग्रह करूँगा कि आप भी sugar intake को कम करें और जैसा मैंने पहले भी कहा है, हमें खाने के तेल में 10 प्रतिशत की कटौती भी करनी है। इन छोटे-छोटे प्रयासों से आप मोटापे और lifestyle से जुड़ी बीमारियों से दूर रहेंगे।

मेरे प्यारे देशवासियों, एक पुरानी कहावत है 'करत-करत अभ्यास के, जड़मत होत सुजान' यानी हम जब निरंतर अभ्यास करते हैं तो उतनी ही .ज्यादा बुद्धिमता हासिल करते जाते हैं। लोग भी सबसे बेहतर तब सीखते हैं, जब उनकी सक्रिय भागीदारी होती है। मुझे बेंगलुरु में शिक्षा से जुड़े एक unique प्रयास के बारे में जानकारी मिली है। यहाँ एक टीम Prayog Institute of Education Research चला रही है। इस टीम का Research Projects पर विशेष focus है। यह टीम school level पर science education को लोकप्रिय बनाने में जुटी है। उन्होंने 'अन्वेषण' नाम का एक प्रयोग किया है, इसके ज़रिए 9वीं से 12वीं class तक के students को Chemistry, Earth Science और Wellness जैसे क्षेत्रों में Innovation करने का मौका मिलता है- इससे Students को research का बहुत अच्छा अनुभव हासिल होता है। साथ ही, अपने Projects को publish करने का platform भी मिलता है।

साथियो, परीक्षा पर चर्चा के दौरान कुछ Students ने मुझे बताया था कि वह science पढ़ना तो चाहते हैं लेकिन उन्हें इससे डर भी लगता है। इस दिशा में Prayog की टीम का प्रयास बहुत

ही सराहनीय है, यह पहल Students को science के साथ जुडने और Practically कुछ करके दिखाने का मौका देती है। जब हम किसी चीज़ को खुद करके देखते हैं – जिज्ञासा और रुचि पैदा होती है। कौन जानता है कि मेरे इन युवा साथियों में ही कोई आने वाले समय का बेहतरीन scientist हो।

साथियो, शिक्षा के माध्यम से अतीत को संरक्षित करने और भविष्य को तैयार करने का एक प्रयास नगा समुदाय भी कर रहा है। इस समुदाय के लोग अपनी आदिवासी परम्पराओं का बहुत सम्मान करते हैं। वो इस पर गर्व तो करते ही हैं साथ ही, अपनी approach को आधुनिक भी रखते हैं। Naga tribes में मोरुँग लर्निंग की एक पारम्परिक व्यवस्था थी, इसमें बुजुर्ग लोग अपने अनुभवों से युवाओं को पारम्परिक ज्ञान, इतिहास और life skills के बारे में बताते थे। समय के साथ यह system अब मोरुँग concept of education में बदल गया है। इसके माध्यम से बच्चों में गणित और विज्ञान जैसे विषयों में रुचि पैदा की जाती है। इसमें समुदाय के बुजुर्ग उन्हें कहानियाँ, लोकगीत और पारम्परिक खेलों के साथ life skills सिखाते हैं। इस तरह, हमारा नगालैंड अपनी सांस्कृतिक विरासत को सुरक्षित रखते हुए बच्चों की शिक्षा को आगे ले जा रहा है। आपको भी अपने क्षेत्र में ऐसे प्रयासो के बारे में पता चले, तो मुझे ज़रूर share कीजिएगा।

मेरे प्यारे देशवासियो, देश के कई हिस्सों में गर्मियों की शुरुआत हो चुकी है यानी ये समय जल संरक्षण के अपने संकल्प को फिर से दोहराने का है। पिछले 11 वर्षों में 'जल संचय अभियान' ने लोगों को बहुत जागरूक बनाया है। इस अभियान के तहत देश-भर में करीब 50 लाख Artificial Water Harvesting Structure बनाए गए हैं। मुझे ये देखकर अच्छा लगता है कि अब जल संकट से निपटने के लिए गाँव-गाँव में सामुदायिक-स्तर पर प्रयास होने लगे

हैं। कहीं पुराने तालाबों की सफाई हो रही है, कहीं बरसात के जल को सहेजने के लिए प्रयास किया जा रहा है। अमृत सरोवर अभियान के तहत भी देशभर में करीब 70 हज़ार अमृत सरोवर बनाए गए हैं। बारिश का मौसम आने से पहले इन सरोवरों की साफ-सफाई भी शुरू हो गई है। आज मैं आपसे कुछ प्रेरक उदाहरण भी साझा करना चाहता हूँ। ये उदाहरण बताते हैं कि जनभागीदारी से जल संरक्षण का काम कितना व्यापक हो जाता है।

साथियो, त्रिपुरा की जम्पुई पहाड़ियों में बसा वांगमुन गाँव 3000 फीट की ऊँचाई पर बसा है। ये गाँव पानी के गम्भीर संकट का सामना कर रहा था। गर्मियों के दिनों में गाँव के लोग पानी के लिए लम्बी दूरी तय करते थे। आखिरकार गाँव के लोगों ने बारिश की हर बूँद को सहेजने का निर्णय किया। आज वांगमुन गाँव के लगभग हर घर में Rooftop Rainwater Harvesting System स्थापित हो गया है। जो गाँव कभी पानी की कमी से जूझ रहा था, वो जल संरक्षण की एक प्रेरक मिसाल बन गया है।

साथियो, इसी तरह छत्तीसगढ़ के कोरिया ज़िले में भी एक अनोखी पहल देखने को मिली। यहाँ के किसानों ने एक सरल लेकिन प्रभावशाली idea पर काम किया। यहाँ के किसानों ने अपने खेतों में छोटे-छोटे recharge तालाब और सोखता गड्ढे बनाएँ जिससे बारिश का पानी खेतों में ही रुकने लगा और धीरे-धीरे वह ज़मीन के अंदर जाने लगा। आज इस क्षेत्र के 1200 से अधिक किसान इस model को अपना चुके हैं और गाँव का ground water level बहुत बेहतर हो गया है। इसी तरह, तेलंगाना के मंचेरियाल ज़िले के मुधिगुंटा गाँव में भी लोगों ने

मिलकर पानी की समस्या दूर की है। गाँव के 400 परिवारों ने अपने घरों में soak pit बनाया और water conservation का जन-आंदोलन बना दिया। इससे गाँव का ground water level बेहतर हुआ है, साथ ही प्रदूषित पानी की वजह से होने वाली बीमारियाँ बहुत कम हो गई हैं।

मेरे प्यारे देशवासियो, हमारे मछुआरे भाई-बहन सिर्फ समुद्र के योद्धा नहीं हैं, बल्कि वे आत्मनिर्भर भारत की एक मज़बूत नींव भी हैं। वे सुबह होने से पहले समन्दर की लहरों से जूझते हुए, अपने परिवार के साथ-साथ देश की अर्थव्यवस्था को मज़बूती देने में जुट जाते हैं। ऐसे मेहनतकश मछुआरों का जीवन आज कई तरह से आसान बनाया जा रहा है। चाहे बंदरगाहों का विकास हो या मछुआरों के लिए बीमा, ऐसी कई पहल उनके बहुत काम आ रही हैं। हम जानते हैं कि समन्दर में उनकी गतिविधियों को मौसम का रुख़ बहुत प्रभावित करता है। इसे देखते हुए Technology के ज़रिए भी उनकी पूरी मदद की जा रही है। मुझे बेहद खुशी है कि ऐसे प्रयासों से हमारा fisheries sector न केवल समृद्ध हो रहा है, बल्कि कुछ नया करने का ज़ज़्बा भी भर रहा है। आज fisheries और seaweed के क्षेत्र में नए-नए innovation हो रहे हैं, और हमारे मछुआरे भाई-बहन आत्मनिर्भर बन रहे हैं। ओडिशा के सम्बलपुर की सुजाता भूयान जी एक गृहिणी थीं, लेकिन वो कुछ नया करके अपने परिवार की और मदद करना चाहती थीं। इसलिए कुछ वर्ष पहले उन्होंने हीराकुंड reservoir में Fish-Farming शुरू की। शुरुआती दिन उनके लिए आसान नहीं थे। मौसम में होने वाले बदलाव, मछलियों के खाने का प्रबंध और घर की ज़िम्मेदारियों के साथ संतुलन बनाने जैसी कई चुनौतियाँ थीं, लेकिन उनका हौसला अडिग था। केवल दो-तीन वर्ष के भीतर उन्होंने अपने प्रयास को एक फलते-फूलते business में बदल दिया। आज उनकी सफलता समुदाय की

महिलाओं के लिए उम्मीद की नई किरण बन गई।

साथियो, लक्षद्वीप में मिनीकॉय के हाव्वा गुलज़ार जी की कहानी हमारी माताओं-बहनों की अद्‌भुत संकल्प-शक्ति को सामने लाती है। दरअसल वे एक Fish Processing Unit चलाती थीं। लेकिन उन्हें लगा कि उनके पास एक अच्छा Cold Storage हो तो वे और बेहतर कर सकती हैं, इसलिए उन्होंने Cold Storage Unit लगाने का फैसला किया। आज यही उनकी ताकत बन चुका है। अब वे बेहतर Planning के साथ कारोबार कर पा रही हैं।

साथियो, देश में आज हर तरफ ऐसे प्रयास हो रहे हैं, जो प्रेरित करने वाले हैं। बेलगावी के शिवलिंग सतप्पा हुद्दार ने पारम्परिक खेती से अलग रास्ता चुना। इसके लिए उन्होंने एक Pond Farm बनाया। इस कारोबार के लिए उन्हें training भी मिली। अब अपने Pond से मछलियों की बिक्री कर वे अच्छी कमाई कर रहे हैं। वहीं Seaweed की मांग को देखते हुए कई लोगों ने Seaweed Cultivation को भी अपनाया है। इसका उन्हें बड़ा लाभ भी हो रहा है। मैं एक बार फिर Fisheries Sector से जुड़े सभी लोगों की सराहना करता हूँ। हमारी Economy को सशक्त बनाने के लिए उनका प्रयास बेहद प्रशंसनीय है।

मेरे प्यारे देशवासियो, जब समाज खुद आगे आता है, तो छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की नींव बन जाते हैं। हमारे देश के अलग-अलग हिस्सों में ऐसे कई उदाहरण सामने आ रहे हैं, जो हमें यही सिखाते हैं। हाल ही में उत्तर प्रदेश के वाराणसी में एक प्रेरक प्रयास देखने को मिला। वहाँ एक ही घंटे में 2 लाख 51 हज़ार से अधिक पौधे लगाए गए और एक नया Guinness World Record बना। इस प्रयास की सबसे खास बात ये रही कि इसमें हज़ारों लोग एक साथ जुड़े। छात्र, जवान, स्वयंसेवी संगठन, अलग-अलग संस्थाएँ, सबने मिलकर इस काम

को सम्भव बनाया। जनभागीदारी का यही स्वरूप 'एक पेड़ माँ के नाम' अभियान के दौरान भी दिखता है। इस अभियान के तहत देशभर में करोड़ों पेड़ लगाए गए हैं।

साथियो, नगालैंड के चिजामी गाँव से भी एक बहुत प्रेरक प्रयास सामने आया है। चिजामी गाँव की महिलाएँ मिलकर 150 से अधिक variety के पारम्परिक बीजों को सुरक्षित रख रही हैं। इन बीजों को एक community seed bank में संरक्षित किया जा रहा है, जिसे गाँव की महिलाएँ ही चलाती हैं। इनमें चावल, बाजरा, मक्का, दालें, सब्जियाँ और कई तरह की जड़ी-बूटियाँ शामिल हैं। यह एक ऐसा प्रयास है, जिसमें ज्ञान भी सुरक्षित है, परम्परा भी जीवित है और आने वाली पीढ़ियों के लिए एक मज़बूत आधार भी तैयार हो रहा है।

साथियो, आज जब दुनिया जलवायु परिवर्तन जैसी चुनौतियों का सामना कर रही है, तब ऐसे प्रयास हमें यह बताते हैं कि समाधान हमेशा कहीं दूर नहीं होता। कई बार हमारे अपने पारम्परिक ज्ञान और सामुदायिक प्रयास ही हमें सबसे मज़बूत रास्ता दिखाते हैं।

मेरे प्यारे देशवासियो, आज आप देश के किसी छोटे-बड़े शहर में जाएँगे तो एक बदलाव आप ज़रूर notice करेंगे। आपको बड़ी संख्या में घरों की छत पर solar panel लगे हुए दिखाई देंगे। कुछ साल पहले तक ये इक्का-दुक्का घरों पर ही दिखता था। लेकिन **आज 'पीएम सूर्य घर मुफ़्त बिजली योजना' का प्रभाव देश के कोने-कोने में दिखने लगा है।** इस योजना की वजह से गुजरात के सुरेंद्रनगर ज़िले की पायल मुंजपारा के जीवन में बहुत बड़ा बदलाव आया है। उन्होंने सूर्य पहल के माध्यम से solar power technology की training ली और 4 महीने का Solar PV technician का course पूरा किया। अब वो एक कुशल solar technician बन गई हैं। पायल एक सोलर उद्यमी के तौर पर अपनी पहचान बना रही हैं। वो

आसपास के ज़िलों में solar rooftop installation का काम करती हैं और इससे उन्हें हर महीने हज़ारों रुपये की आय होती है।

साथियो, मेरठ के अरुण कुमार भी अब अपने इलाके में ऊर्जा दाता बन गए हैं। हाल ही में, दिल्ली में हुए कार्यक्रम में अरुण कुमार ने हिस्सा लिया था और अपने अनुभव साझा किए थे। उन्होंने बताया था कि वो न केवल बिजली बिल की बचत कर रहे हैं, बल्कि अपनी अतिरिक्त बिजली बेच भी रहे हैं।

साथियो, जयपुर के मुरलीधर जी की सफलता भी कुछ ऐसी ही है। पहले उनकी खेती डीज़ल पम्प पर निर्भर थी, जिसमें हर साल हज़ारों रुपये खर्च होते थे। जब उन्होंने solar pump अपनाया, तो उनकी खेती का तरीका ही बदल गया। अब उन्हें ईंधन की चिंता नहीं रहती, सिंचाई समय पर होती है और उनकी सालाना आय भी बढ़ गई है। सबसे महत्त्वपूर्ण बात ये है कि अब उनका परिवार साफ ऊर्जा के साथ बेहतर जीवन जी रहा है।

साथियो, 'पीएम सूर्य घर मुफ़्त बिजली योजना' का फायदा North East के इलाकों में भी मिल रहा है। त्रिपुरा में रियांग जनजाति के कई गाँव ऐसे थे, जहाँ बिजली की समस्या थी। अब solar mini-grid के माध्यम से वहाँ के घरों में रोशनी रहती है। वहाँ बच्चे अब शाम के बाद भी पढ़ पा रहे हैं। लोग mobile charge कर पा रहे हैं और गाँव का सामाजिक जीवन भी बदल गया है।

साथियो, देश में solar ऊर्जा क्रांति के ऐसे न जाने कितने उदाहरण हैं। आप भी इस क्रांति से जुड़िए और दूसरों को भी जोड़िए।

मेरे प्यारे देशवासियो 'मन की बात' के लिए मुझे हर महीने देश के अलग-अलग हिस्सों से ढेरों संदेश मिलते हैं।

इन संदेशों से ये भी पता चलता है कि दूरदराज के क्षेत्रों में बैठे लोग कितने चाव से इस कार्यक्रम को सुनते हैं। जब मैं आपके सुझाव पढ़ता हूँ, तो मुझे लगता है कि ये सिर्फ एक कार्यक्रम नहीं है, ये हम सबका एक 'साझा संवाद' बन गया है। आपके विचार, आपके अनुभव, इस कार्यक्रम को लगातार बेहतर बनाने की प्रेरणा देते हैं। आप अपने आसपास की प्रेरक गाथाएँ यूं ही साझा करते रहिए। हो सकता है, आपकी एक छोटी-सी कोशिश, किसी और के जीवन में बड़ा बदलाव ले आए, किसी को आगे बढ़ने का नया हौसला दे दे – यही तो रेडियो की असली ताक़त है। ये देश के अलग-अलग कोने में बैठे लोगों को एक विचार, एक भावना और एक उद्देश्य जोड़ देता है। अगले महीने फिर मिलेंगे, कुछ नए प्रेरक व्यक्तित्वों के साथ; कुछ ऐसे प्रयासों के साथ, जो हमें आगे बढ़ने की नई ऊर्जा देंगे। तब तक, आप अपना और अपने परिवार का ध्यान रखें – स्वस्थ रहें, खुश रहें।

बहुत-बहुत धन्यवाद।

'मन की बात' सुनने के लिए QR कोड स्कैन करें।

मन की बात

प्रधानमंत्री द्वारा विशेष उल्लेख

समय की हस्ताक्षर पांडुलिपियाँ

भारतीय विरासत का डिजिटल मानचित्र

"भारत की ताक़त यहाँ के कोटि-कोटि लोगों में निहित है"। माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के ये शब्द भारत की महान संस्कृति और समृद्ध विरासत को सहेजने के एक नए महा-अभियान का आधार बन गए हैं। इस अभियान का नाम है- 'ज्ञान भारतम सर्वे'। आज देश भर में लाखों ऐसी अमूल्य पांडुलिपियाँ मौजूद हैं जो ताड़ के पत्तों, भोजपत्रों, ताम्रपत्रों और काग़ज़ों पर हमारे पूर्वजों के ज्ञान को समेटे हुए हैं। अब आधुनिक तकनीक और जनभागीदारी के अद्भुत संगम से 'ज्ञान भारतम ऐप' के ज़रिए इन्हें डिजिटल रूप में संरक्षित किया जा रहा है। देश के कोने-कोने से लोग इस ऐप पर पांडुलिपियों की तस्वीरें साझा कर भारत के ज्ञान का एक 'दृश्य मानचित्र' तैयार कर रहे हैं।

यह पहल पूरे देश की विविध लिपियों और प्राचीन ज्ञान को कैसे एक डिजिटल प्लेटफॉर्म पर ला रही है, आइए इसके कुछ प्रेरक उदाहरणों पर नज़र डालते हैं:

हिमालय की वादियों में सहेजा जा रहा बौद्ध दर्शन

लद्दाख का प्राचीन हेमिस मठ (Hemis Monastery) तिब्बती पांडुलिपियों का एक बहुत बड़ा और समृद्ध ख़ज़ाना है। यहाँ बौद्ध दर्शन से लेकर चिकित्सा और विज्ञान तक का

ज्ञान सुरक्षित है, लेकिन इन्हें प्रकृति की मार से बचाना एक बड़ी चुनौती रही है।

केंद्रीय बौद्ध अध्ययन संस्थान के सहायक प्रोफेसर स्टांज़िन मिंगुर इस चुनौती के बारे में बताते हैं:

"लद्दाख क्षेत्र में अधिकांश घरों की छतें कच्ची होती हैं, जिसके कारण वर्षा या नमी से ये प्राचीन दस्तावेज़ धीरे-धीरे नष्ट हो रहे हैं। ऐसे में 'ज्ञान भारतम' जैसी पहल इन धरोहरों के डिजिटलीकरण और संरक्षण के लिए अत्यंत महत्त्वपूर्ण सिद्ध हो रही है।"

आर्ट, कल्चर एंड लैंग्वेज अकादमी (लेह) के उप-सचिव त्सेवांग पल्ज़ोर इसके दूरगामी प्रभावों पर कहते हैं:

"इन पांडुलिपियों में विविध विषयों पर बहुमूल्य ज्ञान संचित है। 'ज्ञान भारतम' पहल के माध्यम से ये अमूल्य धरोहरें डिजिटल रूप में संरक्षित होंगी, जिससे यह सुनिश्चित होगा कि यह ऐतिहासिक ज्ञान सुरक्षित रहते हुए पीढ़ी-दर-पीढ़ी आगे बढ़ता रहे।"

ताम्रपत्रों पर उकेरा गया भारत का इतिहास

राजस्थान के बीकानेर स्थित अभय जैन ग्रंथालय ने इस ऐतिहासिक सर्वे में अपनी सक्रिय भागीदारी निभाते हुए 2 लाख से अधिक पांडुलिपियों का विवरण साझा किया है, जिनमें ऐतिहासिक दृष्टि से अत्यंत दुर्लभ ताम्रपत्र अभिलेख भी शामिल हैं।

अभय जैन ग्रंथालय के ऋषभ नाहटा इस विशाल संग्रह में तकनीक के महत्त्व को समझाते हुए कहते हैं:

"ताम्रपत्र अभिलेख अमूल्य प्राथमिक स्रोत हैं, जो शासन व्यवस्था, आर्थिक संरचना और समाज की जानकारी देते हैं। तकनीक इन दुर्लभ पांडुलिपियों के संरक्षण में परिवर्तनकारी भूमिका निभा रही है। यह 2 लाख से अधिक पांडुलिपियों का व्यवस्थित डेटा प्रबंधन सम्भव बनाती है और मूल दस्तावेज़ों को बिना नुक़सान पहुँचाए शोधकर्ताओं तक आसान पहुँच प्रदान करती है।"

पूर्वोत्तर की दुर्लभ ताई लिपि का डिजिटल अवतार

अरुणाचल प्रदेश के नामसाई से चाओ नंतिसिन्ध लोकांग जी ने दुर्लभ 'ताई' (Tai) लिपि की पांडुलिपियों को सहेजने का बीड़ा उठाया है। यह लिपि भारत के सांस्कृतिक परिदृश्य में अपने आप में बेहद अनूठी है।

अपनी इस पहल और युवा पीढ़ी के जुड़ाव पर बात करते हुए वे कहते हैं:

"ताई भाषा और पांडुलिपियाँ बहुत ही अनमोल और दुर्लभ हैं। पुरानी पीढ़ी के बक्सों में छिपे इस ज्ञान को खोजकर उसे डिजिटल करना बहुत ज़रूरी है। आज की युवा पीढ़ी तकनीकी युग में पली-बढ़ी है, ऐसे

में 'ज्ञान भारतम' ऐप इन प्राचीन लिपियों को लोकप्रिय बनाने और भावी पीढ़ी तक पहुँचाने का सबसे स्वाभाविक और आसान माध्यम है।"

वैज्ञानिक संरक्षण और गुरुमुखी लिपि

पंजाब के अमृतसर में शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के साथ मिलकर श्री स्वर्ण मंदिर में ऐतिहासिक धरोहरों और गुरुमुखी लिपि की पांडुलिपियों के वैज्ञानिक संरक्षण का कार्य कर रहे विशेषज्ञ अमित सिंह राणा भी इस राष्ट्रीय मिशन को ज़मीनी-स्तर पर मज़बूत कर रहे हैं। वे अपने कार्य के उद्देश्य को स्पष्ट करते हुए बताते हैं :

"मेरा मुख्य कार्य पांडुलिपियों को वैज्ञानिक तरीक़े से बचाना और सम्भालना है। हमारे ऋषि-मुनियों और विद्वानों ने जो ज्ञान-परम्परा पांडुलिपियों के रूप में लिपिबद्ध कर हमें सौंपी है, तकनीक के माध्यम से उसे सुरक्षित रखकर आने वाले भविष्य तक पहुँचाना ही हमारा लक्ष्य है।"

अतीत का डिजिटलीकरण, भविष्य का निर्माण

'ज्ञान भारतम सर्वे' केवल एक सरकारी अभियान नहीं है; यह भारत का एक 'सांस्कृतिक पुनर्जागरण' है। यह सर्वे हमें सिखाता है कि कैसे आधुनिक तकनीक का उपयोग हमारी सदियों पुरानी जड़ों को सहेजने के लिए किया जा सकता है। ऐप पर अपलोड की गई हर एक तस्वीर इस बात की गवाह बन रही है कि भारत अपने ज्ञान के ख़ज़ाने को सुरक्षित रखने के लिए प्रतिबद्ध है। जनभागीदारी और तकनीक की साझा शक्ति यह सुनिश्चित कर रही है कि समय की हस्ताक्षर ये लिपियाँ डिजिटल दुनिया में हमेशा के लिए अमर हो जाएँ।

नए भारत की कल्पना करते युवा मस्तिष्क

डेमोग्राफिक प्रोफाइल अर्थात जनसांख्यिकीय संरचना की दृष्टि से देखा जाए तो भारत विश्व के सबसे युवा देशों की श्रेणी में आता है तथा हमारी युवाशक्ति राष्ट्र की प्रगति में उल्लेखनीय भूमिका निभा रही है। खेल और युवा मामलों के मंत्रालय के तत्त्वावधान में मेरा युवा भारत (MY भारत) द्वारा आयोजित माय भारत बजट क्वेस्ट वाकई अनूठी पहल बनकर उभरा तथा इसके माध्यम से केंद्रीय बजट और युवाओं में निकटता बढ़ गई और वे प्राथमिकताओं को भली प्रकार जान समझकर देश की विकास यात्रा में अधिक सक्रिय योगदान देने की स्थिति में आ गए।

'बजट क्वेस्ट' कार्यक्रम के पहले चरण में सभी राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों के 12 लाख से ज़्यादा युवाओं ने भाग लिया। क्विज़ प्रतियोगिता के आधार पर एक लाख साठ हज़ार प्रतिभागी निबंध प्रतियोगिता के लिए चुने गए थे। इस पहल से यह तथ्य सामने आया कि यह सामान्य नीतिगत कार्यक्रम मात्र नहीं था बल्कि इससे यह स्पष्ट हुआ कि कृषि–आधारित क्षेत्रों से लेकर तेज़ी से विकसित हो रहे शहरों–कस्बों के युवा किस प्रकार अपने देश के भविष्य के बारे में सोचते हैं।

जो मुख्य विषय सबसे ज़्यादा प्रभावी ढंग से मुखरित हुआ, वह था – 'किसान कल्याण'; जो अनेक प्रतिभागियों की दृष्टि में अकादमिक रूप से ही महत्त्वपूर्ण न होकर, उनके नज़रिए

से, उनसे व्यक्तिगत तौर से जुड़ा विषय था।

तेलंगाना के जयशंकर कृषि विश्वविद्यालय के छात्र कोटला रघुवीर रेड्डी ने कृषि विकास की दिशा में सरकारी पहलों के बारे में लिखा। कपास की खेती करने में लगे किसानों की परेशानियों तथा किसानों की आत्महत्याओं पर गम्भीर चिंता व्यक्त करते हुए उन्होंने किसानों तक आधुनिक टेक्नोलॉजी पहुँचाने के उद्देश्य से कृषि केंद्र बनाए जाने की आवश्यकता बताई तथा उन्हें कार्बनिक (जैविक) खाद सीधे उपलब्ध कराने एवं ड्रोन की मदद से खेती करने पर भी जोर दिया। उनके विचार में इस नवाचार को अपनाने से महिला किसानों को आर्थिक दृष्टि से सशक्त बनाने के नए अवसर उपलब्ध होंगे।

उत्तर प्रदेश में बाराबंकी के सौरभ बैसवार अपने अनुभव के आधार पर लिखते हैं– "उन्होंने अपने परिवार और अपने गाँव में किसान की मेहनत और उसकी आमदनी के अंतर को बहुत करीब से देखा था।" उन्होंने लिखा, "हमारे

किसान जी–तोड़ मेहनत करते हैं लेकिन उसकी तुलना में उन्हें आमदनी बहुत कम मिल पाती है।" उनके विचारों में भविष्य की सोच थी – उन्होंने तहसील–स्तर पर एआई–आधारित खेती करने तथा कृषि टेक्नोलॉजी शिविर आयोजित किए जाने पर बल दिया। सौरभ के अनुसार कृषि को लाभकारी या मुनाफे का व्यवसाय बनाकर ही युवाओं को खेतीबाड़ी अपनाने के लिए आकर्षित किया जा सकता है।

बिहार के गोपालगंज के सुमित कुमार ने इसी विषय पर अलग तरह के विचार रखे। एक शोधकर्ता और एक नागरिक के रूप में उन्होंने बिहार की पुरानी परम्परागत जल संचयन प्रणालियों की ओर ध्यान आकृष्ट करते हुए लिखा– "ये तरीके सामुदायिक भागीदारी से चलते थे और इनमें बिजली की ज़रूरत नहीं पड़ती थी तथा इनसे दो उद्देश्य एक साथ पूरे होते थे, यानी बाढ़ की रोकथाम के साथ ही सिंचाई की व्यवस्था भी हो जाती थी। उनके निबंध के माध्यम से पाठकों को याद दिलाया गया कि पुराने ज्ञान और आधुनिक विज्ञान के बीच टकराव या मतभेद होना ज़रूरी नहीं है।"

महिलाओं की अगुवाई में 'विकास' विषय पर भी इतनी ही गम्भीरता से विचार रखे गए। ओडिशा में केंद्रपाड़ा में चंडोल के एच.एन.एस. महाविद्यालय में राजनीति शास्त्र के प्रथम वर्ष के छात्र ओम प्रकाश रथ ने अपने निबंध में अकादमिक अध्ययन और सामाजिक दृष्टिकोण – दोनों विषयों की विवेचना की। प्रशासन का विद्यार्थी होने के नाते विकास प्रक्रिया में महिलाओं की भागीदारी के प्रति उनके अनुभव में युवा भारतीयों तक यह व्यापक सोच पहुँचती है कि समग्र एवं समाहित विकास केवल नीतिगत विकल्प नहीं है बल्कि यह टिकाऊ विकास का अनिवार्य अंग है।

हरियाणा के यमुनानगर के प्रथम बराड़ के निबंध को सम्भवतः सबसे ज़्यादा पसंद किया गया। उन्होंने 'हरित एवं स्वच्छ भारत' विषय पर निबंध लिखा था। उनके निबंध में तर्क दिया गया था कि पर्यावरण को बनाए रखना और राष्ट्रीय संपन्नता एक-दूसरे के प्रतिद्वंद्वी लक्ष्य नहीं हैं बल्कि ये दोनों अलग-अलग नज़रिए से देखे जा रहे एक ही लक्ष्य हैं क्योंकि हरित भारत ही 'संपन्न भारत' बनाएगा तथा संपन्न भारत तभी बनेगा जब हर युवा शिक्षित होकर रोज़गार पा लेगा और देश निर्माण में योगदान करेगा। उन्होंने सुझाव दिया कि जन्मदिन अथवा वर्षगांठ जैसे पावन अवसरों पर वृक्षारोपण को सामाजिक चलन का रूप देकर इन व्यक्तिगत आयोजनों को पर्यावरण संरक्षण के कार्यों में सहायक बनाया जा सकता है। स्वच्छता के बारे में प्रथम ने युवाओं से आग्रह किया कि वे अपनी टीमें बनाकर स्वच्छता अभियानों में सहयोग करें तथा सार्वजनिक स्वच्छता के प्रति सभी के मन में गौरव की भावना पैदा करें। "जब हर युवा अपने गाँव या अपने शहर की सफाई में लग जाएगा तो हमारा 'हरित भारत' एवं 'विकसित भारत' का सपना भी साकार हो जाएगा।"

कुल मिलाकर इन निबंधों की विशेष खूबी इनके विषय ही नहीं हैं, इनका अंदाज़ और इनकी प्रस्तुति भी ढर्रे से एकदम हटकर हैं। ये युवा लेखक किसी प्रकार की नीरस विवेचना या टिप्पणी नहीं लिख रहे हैं बल्कि इन्होंने तो बिहार के गाँवों, बाराबंकी के खलिहानों और ओडिशा में किसी स्कूल की कक्षा के माहौल को देखभाल कर अपने अनुभवों को कागज़ पर उतारा है। कृषि कार्यों में एआई को अपनाने, जल संचयन के पराम्परागत स्त्रोतों के पुनरुद्धार,

वृक्षारोपण की संस्कृति को बढ़ावा देने तथा युवाओं के नेतृत्त्व में सफाई अभियान चलाने जैसे उनके सुझाव किसी के विचारों की नकल नहीं लगते और न ही वे एकदम हवा-हवाई दिखते हैं। उनकी पैठ कहीं गहराई तक है।

माय भारत बजट क्वेस्ट 2026 के शानदार समापन आयोजन में चुने हुए 750 युवाओं ने भाग लिया जिन्होंने विशेषज्ञों और नीति-निर्माताओं के साथ सक्रिय चर्चा की तथा विकसित भारत@2047 के विज़न को और सुदृढ़ बनाया तथा राष्ट्र निर्माण के महती कार्य में भारत की युवा पीढ़ी की ऊर्जा, सोच और संकल्प को दर्शाया। 2047 के लिए भारत का सफर निवेश, इंफ्रास्ट्रक्चर और शासनतंत्र पर निर्भर होगा। पर, जैसा बजट क्वेस्ट में दिखा, सार्वजनिक जीवन में युवा नागरिकों के विशेष योगदान का भी इस विकास-यात्रा का रूप संवारने में उतना ही महत्त्व होगा। सौरभ बैसवार, सुमित कुमार, ओम प्रकाश रथ और प्रथम बराड़ के निबंध इस यात्रा के बारे में छोटी-मोटी टिप्पणियाँ नहीं बल्कि इस यात्रा के आरम्भिक अध्याय हैं।

डॉ. मनसुख मांडविया

केंद्रीय श्रम एवं रोज़गार
तथा युवा मामले एवं
खेल मंत्री

MY भारत

विकसित भारत के लिए युवाओं की मोदी-प्रेरित दृष्टि

मेरा युवा भारत (MY भारत), एक राष्ट्र का अपने युवाओं से जुड़ने का एक परिवर्तनकारी बदलाव है। यह परिवर्तन इस सिद्धांत पर आधारित है कि नागरिकों को सशक्त करने से महान राष्ट्रों का निर्माण होता है, क्योंकि इससे उन्हें राष्ट्र निर्माण में भागीदारी और स्वामित्व दोनों मिलते हैं। सभ्यताएँ केवल नीतियों या संस्थाओं के माध्यम से आगे नहीं बढ़तीं, बल्कि अपने लोगों विशेषकर युवाओं की सक्रिय भागीदारी से प्रगति करती हैं क्योंकि युवाओं के पास वर्तमान की ऊर्जा और भविष्य की दृष्टि दोनों होती हैं।

यह दृष्टि, भारत के सभ्यतागत लोकाचार से बहुत गहरे तक जुड़ी है जिसमें संवाद और सामूहिक मेधा ने हमेशा प्रगति का मार्गदर्शन किया है। प्राचीन सूत्र 'वादे वादे जायते तत्त्वबोधः' हमें यह याद दिलाता है कि निरंतर संवाद और विचारों के आदान-प्रदान से गहरी समझ विकसित होती है। कई मायनों में, **मेरा युवा भारत (MY भारत)** यही भावना दर्शाता है, क्योंकि यह एक ऐसा मंच देता है जहाँ युवा जुड़ सकते हैं, अपने को अभिव्यक्त कर सकते हैं, योगदान दे सकते हैं, नेतृत्व कर सकते हैं, सेवा कर सकते हैं और स्वेच्छा से भाग ले सकते हैं। यह युवाओं में 'सेवा' की भावना विकसित करने के साथ-साथ उत्तरदायी नेतृत्व की भावना को भी प्रोत्साहित करता है।

भारत में यह इस विश्वास के अनुरूप है कि **युवा शक्ति ही राष्ट्र शक्ति है**, जिसमें अगली पीढ़ी की आकांक्षाएँ राष्ट्रीय उद्देश्य से जुड़ी होती हैं। आज भारत एक ऐतिहासिक जनसांख्यिकीय स्थिति में है, जहाँ दुनिया की सबसे बड़ी युवा आबादियों में से एक मौजूद है। इसमें 15 से 29 वर्ष की आयु के जेन-ज़ी (Gen-Z) और मिलेनियल्स शामिल हैं जो केवल विकास के लाभार्थी ही नहीं, देश के भविष्य के निर्माता भी हैं।

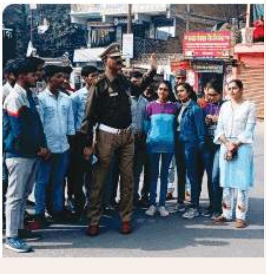
युवाओं की इस अपार क्षमता और उनकी आकांक्षाएँ पूरी करने के लिए एक एकीकृत मंच की आवश्यकता को पहचानते हुए, मेरा युवा भारत (MY भारत) की परिकल्पना की गई। मेरा युवा भारत (MY भारत) का शुभारम्भ 31 अक्तूबर, 2023 को राष्ट्रीय एकता दिवस के अवसर पर एक ऐसे राष्ट्रीय मंच के रूप में किया गया जो युवाओं की सहभागिता और

युवाओं से संचालित विकास को समर्पित है। इसे अगली पीढ़ी के एक फिजिटल (phygital) प्लेटफ़ॉर्म का रूप दिया गया है जो डिजिटल और भौतिक सहभागिता को ज़िला केंद्रों के माध्यम से एकीकृत करता है। यह एक सहज वातावरण तैयार करता है जिसमें युवा सीख सकते हैं, योगदान दे सकते हैं, आगे बढ़ सकते हैं और सार्थक अवसरों तक पहुँच के माध्यम से नीति-निर्माण में भाग ले सकते हैं।

मेरा युवा भारत (MY भारत) युवाओं की आकांक्षाओं के लिए एक व्यापक समाधान और एक समेकित मंच के रूप में कार्य करता है। यह युवाओं को सरकार से सीधे जुड़ने, राष्ट्रीय पहलों में भाग लेने और नीति-निर्माण की प्रक्रियाओं में सक्रिय रूप से शामिल होने का मार्ग प्रदान करता है। यह शासन और नागरिकों के बीच एक कारगर सेतु का कार्य करता है जिससे दो-तरफ़ा सार्थक संवाद सम्भव हो पाता है। इस तरह यह माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की उस व्यापक राष्ट्रीय दृष्टि में योगदान देता है जिसमें ऐसे एक लाख नए युवा नेता तैयार करने का लक्ष्य है जिनकी कोई राजनीतिक पृष्ठभूमि न हो और वे लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं और राष्ट्र-निर्माण में सक्रिय भाग ले सकें।

मेरा युवा भारत (MY भारत) की मूल भावना देखें तो यह सहभागिता, भागीदारी और क्षमता निर्माण का एक सशक्त मंच है। यह काम करके सीखने की अवधारणा का पर्याय है जो विभिन्न क्षेत्रों में हज़ारों अनुभवात्मक शिक्षण कार्यक्रमों के साथ-साथ, बड़ी संख्या में स्वैच्छिक सेवा के अवसर देता है। यह मंच युवाओं को विश्वसनीय प्रोफ़ाइल बनाने और अपने अनुभव और योगदान दर्ज करने की सुविधा देकर, एक-दूसरे से सीखने (peer learning) और आपस में जुड़ने (नेटवर्किंग) को भी प्रोत्साहित करता है।

मेरा युवा भारत (MY भारत) की सफलता, स्वेच्छा से सेवा करने के इच्छुकों की बढ़ती संख्या में स्पष्ट दिखती है, जिसके लिए देशभर में 2.15 करोड़ से



अधिक पंजीकरण हो चुके हैं। यह व्यापक स्तर पर इसकी पहुँच और भारत के युवाओं द्वारा इसे अपनाए जाने को दर्शाता है।

मेरा युवा भारत की एक प्रमुख विशेषता, इसकी किसी भी पहल में बड़े स्तर पर होने वाली सहभागिता है जो इसे राष्ट्रीय उद्देश्यों से जोड़ती है। राष्ट्रीय युवा महोत्सव, जो अब विकसित भारत 'यंग लीडर्स डायलॉग' नाम से जाना जाता है, इस दृष्टिकोण का उत्कृष्ट उदाहरण है। यह युवाओं को ऐसा मंच देता है जहाँ वे अपने विचार सीधे माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के समक्ष प्रस्तुत कर सकते हैं। चार चरणों वाली बहु-स्तरीय चयन प्रक्रिया में खेल, महिला-नेतृत्व वाला विकास, बुनियादी ढाँचा, कृषि और स्थिरता जैसे विभिन्न विषयों पर विचार एकत्र किए जाते हैं। लगभग पचास लाख प्रतिभागियों में से इस प्रक्रिया के तहत तीन हज़ार व्यक्तियों का चयन होता है जिनके विचारों का मूल्यांकन, विशेषज्ञ और नीति-निर्माता करते हैं, और फिर उन्हें सीधे प्रधानमंत्री के समक्ष प्रस्तुत किया जाता है।

यह पहल ऐसा जीवंत पारिस्थितिकी तंत्र बनाती है जहाँ विचार जन्म लेते हैं, परिष्कृत किए जाते हैं और फिर राष्ट्रीय प्राथमिकताओं के साथ समन्वित किए जाते हैं। केंद्रीय बजट प्रस्तुत करते समय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने युवाओं की भागीदारी का महत्त्व रेखांकित किया था। उन्होंने उल्लेख किया था कि विकसित भारत यंग लीडर्स डायलॉग के दौरान साझा किए गए विचारों से अनेक प्रस्तावों की प्रेरणा मिली जिससे यह सच में युवाओं से प्रेरित बजट बन गया।

इस दृष्टि को आगे बढ़ाते हुए मेरा युवा भारत बजट क्वेस्ट 2026, सहभागी शासन की दिशा में एक और महत्त्वपूर्ण क़दम है। इसका उद्देश्य, केंद्रीय बजट के प्रति जागरूकता बढ़ाना और सूचित संवाद प्रोत्साहित करना है। इसे एक बहु-स्तरीय प्रतियोगिता के रूप में तैयार किया गया है जिसकी शुरुआत एक राष्ट्रीय क्विज़ से होती है जिससे जागरूकता का आकलन किया जाता है। सफल प्रतिभागी अगले निबंध चरण में पहुँचते हैं जिसमें नौ विषयगत क्षेत्रों पर गहन विश्लेषण का अवसर दिया जाता है। चुने हुए प्रतिभागी अंतिम चरण में, केंद्रीय बजट पर राष्ट्रीय और राज्य-स्तर के विशिष्ट व्यक्तियों के

साथ संवाद करेंगे जिससे युवाओं और नेतृत्व के बीच सीधा सम्बंध स्थापित होगा।

बजट क्वेस्ट में जिस स्तर की भागीदारी हुई उससे पता चलता है कि भारत के युवाओं में कितना उत्साह है। क्विज़ में 12 लाख से अधिक प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया, और लगभग 1 लाख 60 हज़ार प्रतिभागी निबंध के चरण तक पहुँचे। सिर्फ़ छह दिन में 50 हज़ार से अधिक निबंध प्रस्तुत किए गए, जो युवाओं की उल्लेखनीय सहभागिता दर्शाते हैं।

इस पहल का समावेशी होना एक अन्य महत्त्वपूर्ण विशेषता है। प्रतिभागियों में लगभग आधी संख्या महिलाओं की रही जिससे राष्ट्रीय नीति-निर्माण में उनकी बढ़ती भूमिका देखने को मिलती है। देश के हर राज्य और केंद्रशासित प्रदेश से प्रतिनिधित्व के साथ-साथ 60 प्रतिशत शहरी और 40 प्रतिशत ग्रामीण भागीदारी का संतुलन, इस पहल की व्यापक और समावेशी पहुँच उजागर करता है।

इस स्तर की भागीदारी यह दर्शाती है कि 'युवा शक्ति' लोकतंत्र और निर्णय-निर्माण प्रक्रियाओं में सक्रिय भाग लेने को तैयार है। यह इस विचार को भी मज़बूती देता है कि युवा एक विकसित भारत के निर्माण की ज़िम्मेदारी उठाने को तैयार हैं। इस उत्साह का प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने अपने 'मन की बात' कार्यक्रम में भी उल्लेख किया जिसमें उन्होंने इन साझा किए गए विचारों की विविधता और गहराई की सराहना की। इन योगदानों में किसान कल्याण, स्थिरता, स्वच्छ ऊर्जा, उद्यमिता, कौशल विकास और कारोबार करने में सरलता (Ease of Doing Business) जैसे क्षेत्र शामिल किए गए जो जागरूकता के साथ-साथ ज़िम्मेदारी की मज़बूत भावना भी दर्शाते हैं।

मेरा युवा भारत दीर्घकाल में वास्तविक युवा भागीदारी को प्रोत्साहित करने में सक्षम है जिसमें 'राष्ट्र-निर्माण' नागरिकों और सरकार के बीच एक साझा उत्तरदायित्व बन जाता है। यह इस बात पर बल देता है कि महान राष्ट्र केवल सरकारों से नहीं बल्कि अपने नागरिकों की सक्रिय भागीदारी से भी बनते हैं।

ज्यों-ज्यों भारत 'विकसित भारत' के लक्ष्य की ओर अग्रसर होगा, युवाओं की भूमिका केंद्र में बनी रहेगी। मेरा युवा भारत यह सुनिश्चित करता है कि युवा नागरिक केवल मूक दर्शक न बनें, बल्कि इस परिवर्तन के सक्रिय भागीदार बनें। यह उन्हें ऐसे मंच, अवसर और आत्मविश्वास प्रदान करता है, जिनकी मदद से वे राष्ट्रीय विकास में सार्थक भागीदारी निभा सकते हैं।

युवा नागरिकों की ऊर्जा, आकांक्षाओं और विचारों को रचनात्मक दिशा में मोड़कर, मेरा युवा भारत एक ऐसी पीढ़ी तैयार कर रहा है जो जागरूक, ज़िम्मेदार, नवाचारी और देश के भविष्य से गहरे तक जुड़ी है। यह एक अधिक समावेशी, सहभागी और दूरदर्शी भारत के निर्माण में एक सशक्त साधन बन रहा है।

पारस डोगरा
क्रिकेटर

क्रिकेट की गौरव गाथा से खेलों में उत्कृष्टता का सफ़र

जम्मू-कश्मीर की कामयाबी की कहानी

रणजी ट्रॉफी में जम्मू-कश्मीर की जीत एक ऐतिहासिक मील का पत्थर है। यह न केवल टीम के लिए बल्कि इलाक़े की खेल यात्रा के लिए भी बेहद महत्त्वपूर्ण है। अपने क्रिकेट इतिहास में पहली बार जम्मू-कश्मीर घरेलू क्रिकेट में एक मज़बूत ताक़त के रूप में उभरा है। यह उपलब्धि सिर्फ़ एक ट्रॉफी जीतने तक सीमित नहीं है; यह वर्षों की दृढ़ता, परिवर्तन और संकल्प साकार होने का प्रतीक है। इस जीत का महत्त्व इस बात में है कि यह क्या दर्शाती है। जम्मू-कश्मीर में क्रिकेट के लिए लम्बे समय तक पहचान और अवसर सीमित रहे। लेकिन इस जीत ने धारणाएँ बदल डालीं और भारत के मानचित्र पर यह क्षेत्र भी मज़बूती से स्थापित हुआ है। यह उन खिलाड़ियों, प्रशासकों और क्रिकेट-प्रेमियों के लिए गर्व का पल है जिन्होंने कठिन समय में भी टीम का साथ नहीं छोड़ा।

सफलता का यह सफ़र आसान नहीं था। शुरुआती वर्षों में टीम को नाकाफ़ी बुनियादी ढाँचे और बढ़िया प्रशिक्षण सुविधाओं की कमी जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ा था। क्रिकेट के मुक़ाबले खेलने के अवसर कम होने से खिलाड़ियों के अनुभव और बेहतर होने में बाधाएँ आईं। आगे बढ़ने के लिए संस्थागत समर्थन की कमी के कारण खिलाड़ियों को प्रायः निज संकल्प के भरोसे रहना पड़ता था। साज़ो-सामान की चुनौतियाँ और असंगत व्यवस्थाएँ भी मैदान के भीतर और बाहर कठिनाइयाँ और बढ़ाती रहीं।

लेकिन प्रशासनिक-स्तर पर नई दृष्टि और प्रतिबद्धता के साथ काम शुरू होने पर स्थानीय क्रिकेट जगत में महत्त्वपूर्ण मोड़ आया। जय भाई जैसे प्रमुख व्यक्तियों की भागीदारी तथा मिठुन भाई और ब्रिगेडियर अनिल सर की नियुक्ति ने नई व्यवस्था क़ायम की जिससे अनुशासन बढ़ा और स्पष्ट दिशा मिली। उनके प्रयासों ने क्षेत्र में क्रिकेट की नींव मज़बूत करने में अहम भूमिका निभाई। बुनियादी ढाँचा बेहतर होने लगा और खिलाड़ियों को ऐसा समर्थन मिला जो पूरे आत्मविश्वास

के साथ खेलने के लिए ज़रूरी था।

क्रिकेट पटल पर जम्मू-कश्मीर के इस उदय में सबसे महत्त्वपूर्ण योगदान, उसके सुदृढ़ और निरन्तर सहयोगी तंत्र का रहा है। पिछले चार-पाँच वर्ष में टीम प्रबंधन, कोचिंग स्टाफ़ और प्रशासन ने आपस में पूरे तालमेल से काम किया जिससे एक स्थिर और उत्साहवर्धक वातावरण बना। इस निरंतरता ने खिलाड़ियों को पूरी तरह अपने खेल पर ध्यान केंद्रित करने का अवसर दिया। नियमित अभ्यास मैचों और बुचि बाबू इन्विटेशन टूर्नामेंट जैसे प्रतिष्ठित मुक़ाबलों में भाग लेने से खिलाड़ियों की मैच तैयारी विशेषकर रेड-बॉल क्रिकेट मुक़ाबलों के लिए बेहतर हुई।

खिलाड़ियों के अनुशासन और समर्पण की भावना भी उतनी ही महत्त्वपूर्ण रही। निरंतर सुधार के लिए उनकी कटिबद्धता मैदान पर उनके मज़बूत प्रदर्शन में दिखाई देती है। युवा और ऊर्जावान प्रतिभाएँ उभरने से टीम को और मज़बूती मिली है। सुनील कुमार, वंशज शर्मा, क़ामरान इक़बाल जैसे खिलाड़ियों का उल्लेखनीय योगदान रहा जिन्होंने अपने कौशल, धैर्य और दबाव में खेलने की क्षमता का शानदार प्रदर्शन किया। ऐसे खिलाड़ी सामने आने से पता चलता है कि जम्मू-कश्मीर में कितनी प्रतिभा है। प्रतिभा पहचानने सम्बंधी कार्यक्रमों और विभिन्न आयु वर्गों में प्रतिभाओं की तलाश के वार्षिक आयोजनों से युवा क्रिकेटरों को अपनी क्षमता दिखाने के अवसर मिले। इन पहलों से यह सुनिश्चित हुआ है कि उभरते खिलाड़ियों को सही मार्गदर्शन और प्रशिक्षण मिलना ज़रूरी है ताकि न केवल उच्चस्तरीय मुक़ाबलों की तैयारी हो सके बल्कि भविष्य के लिए भी प्रतिभाओं की एक मज़बूत श्रृंखला तैयार हो।

क्रिकेट के अलावा भी जम्मू-कश्मीर अब खेलों में उत्कृष्टता के एक केंद्र के रूप में भी उभर रहा है। क्षेत्र में टूर्नामेंटों के आयोजन और बहु-खेल सुविधाओं के

विकास में तेज़ी आई है। बेहतर बुनियादी ढाँचा और आयोजनों का सुव्यवस्थित संचालन देशभर का ध्यान खींच रहा है, जिससे जम्मू-कश्मीर एक बढ़िया खेल गंतव्य के रूप में सामने आ रहा है। इस परिवर्तन में बुनियादी ढाँचे के विकास की महत्त्वपूर्ण भूमिका है। स्टेडियम, प्रशिक्षण केंद्र, और अकादमियों का निर्माण और उन्हें बेहतर करने के निरंतर प्रयासों ने खिलाड़ियों को आधुनिक सुविधाओं तक पहुँच प्रदान की है। यही नहीं, नीतिगत समर्थन और प्रशासनिक पहलों ने खेलों का समूचा तंत्र और मज़बूत किया है।

ज़मीनी-स्तर पर हुए विकास की भी इस बदलाव में महत्त्वपूर्ण भूमिका रही है। प्रारम्भिक-स्तर पर प्रतिभा की पहचान और प्रशिक्षण पर ध्यान केंद्रित करके यह सुनिश्चित किया गया कि युवा खिलाड़ियों

X/@BCCI

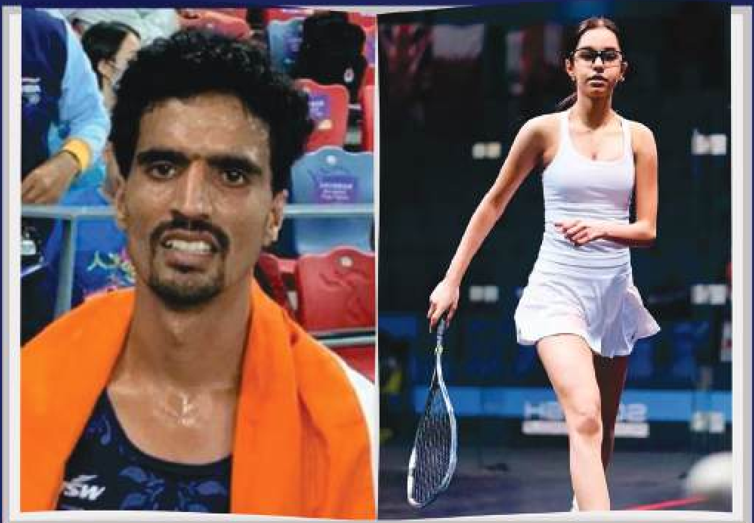
को सही समय पर सही मार्गदर्शन मिले। स्कूल और ज़िला–स्तर की प्रतियोगिताएँ अब अधिक व्यवस्थित हो रही हैं, जिससे व्यापक भागीदारी को बढ़ावा मिल रहा है और खेलों की एक मज़बूत संस्कृति विकसित हो रही है।

अंत में कहा जा सकता है कि जम्मू–कश्मीर की रणजी ट्रॉफी में जीत केवल एक खेल उपलब्धि नहीं है, यह एक पूरे क्षेत्र में आए बदलाव की कहानी है। चुनौतियों और सीमित साधनों से लेकर राष्ट्रीय पहचान तक की यह यात्रा दूरदृष्टि, धैर्य और सामूहिक प्रयास का प्रतीक है।

बुनियादी ढाँचा, प्रतिभा विकास और प्रशासन में निरंतर निवेश से, जम्मू–कश्मीर केवल एक गौरवपूर्ण पल का उत्सव नहीं मना रहा, अपितु खेल की दुनिया में उत्कृष्टता के भविष्य की इबारत लिख रहा है।

जो खेलेगा, वो खिलेगा

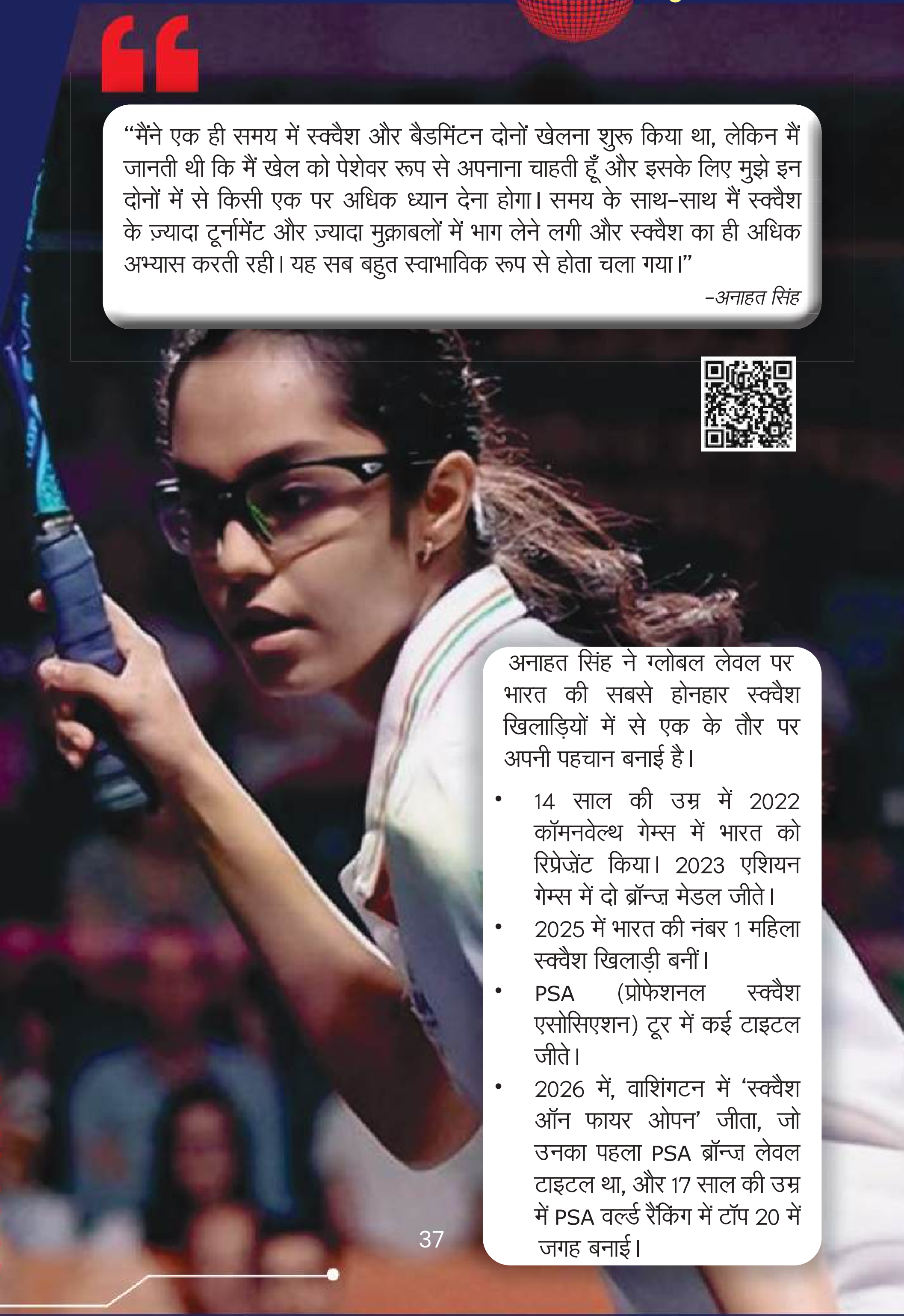
भारत की खेल संस्कृति एक शान्त किन्तु शक्तिशाली परिवर्तन अनुभव कर रही है। देश में युवा खिलाड़ी आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ रहे हैं। उन्हें बेहतर अवसर ही नहीं मिल रहे बल्कि खेलों के महत्त्व के प्रति बढ़ती जागरूकता भी उनके साथ है।



गुलवीर सिंह और अनाहत सिंह जैसे एथलीट अपनी प्रेरणादायक कामयाबियों से इस बदलाव को आगे बढ़ा रहे हैं।

गुलवीर सिंह लम्बी दूरी की दौड़ में लगातार आगे बढ़े हैं।

- 2023 एशियन गेम्स में ब्रॉन्ज़ मेडल जीता।
- 2025 एशियन एथलेटिक्स चैंपियनशिप में डबल गोल्ड मेडल जीते।
- 2026 में न्यूयॉर्क सिटी हाफ मैराथन में तीसरे स्थान पर रहे और एक घंटे से कम समय में हाफ मैराथन पूरी करने वाले पहले भारतीय एथलीट बने।



"मैंने एक ही समय में स्क्वैश और बैडमिंटन दोनों खेलना शुरू किया था, लेकिन मैं जानती थी कि मैं खेल को पेशेवर रूप से अपनाना चाहती हूँ और इसके लिए मुझे इन दोनों में से किसी एक पर अधिक ध्यान देना होगा। समय के साथ-साथ मैं स्क्वैश के ज़्यादा टूर्नामेंट और ज़्यादा मुक़ाबलों में भाग लेने लगी और स्क्वैश का ही अधिक अभ्यास करती रही। यह सब बहुत स्वाभाविक रूप से होता चला गया।"

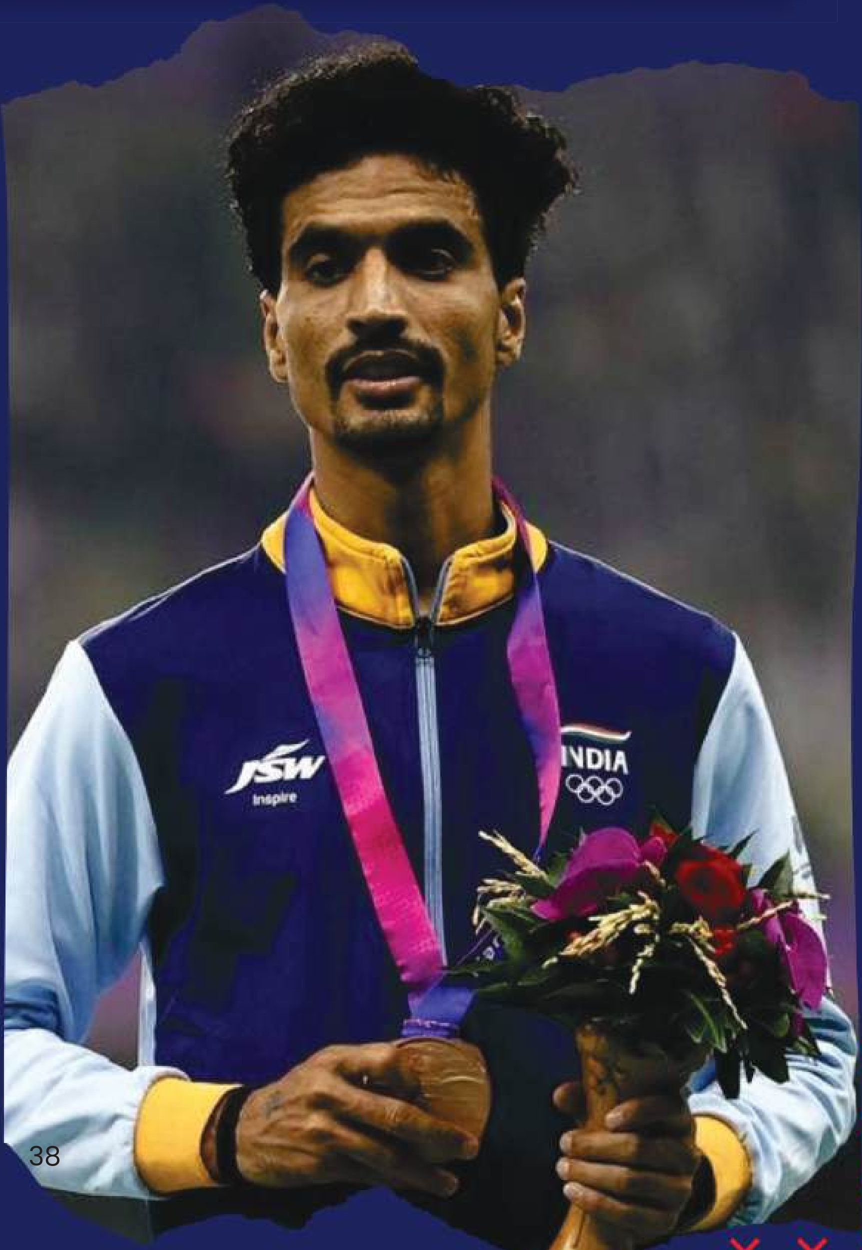
–अनाहत सिंह

अनाहत सिंह ने ग्लोबल लेवल पर भारत की सबसे होनहार स्क्वैश खिलाड़ियों में से एक के तौर पर अपनी पहचान बनाई है।

- 14 साल की उम्र में 2022 कॉमनवेल्थ गेम्स में भारत को रिप्रेज़ेंट किया। 2023 एशियन गेम्स में दो ब्रॉन्ज़ मेडल जीते।
- 2025 में भारत की नंबर 1 महिला स्क्वैश खिलाड़ी बनीं।
- PSA (प्रोफेशनल स्क्वैश एसोसिएशन) टूर में कई टाइटल जीते।
- 2026 में, वाशिंगटन में 'स्क्वैश ऑन फायर ओपन' जीता, जो उनका पहला PSA ब्रॉन्ज़ लेवल टाइटल था, और 17 साल की उम्र में PSA वर्ल्ड रैंकिंग में टॉप 20 में जगह बनाई।

"मैं उत्तर प्रदेश के अलीगढ़ ज़िले में बहुत ही सीमित संसाधनों के बीच बड़ा हुआ लेकिन मन में एक जुनून था। ऐसे पल भी आए जब मैंने अपनी योग्यता पर ही सवाल उठाया कि क्या मुझ में पर्याप्त योग्यता भी है। फिर भी मैं लगातार प्रयास करता रहा। इसने मुझे निश्चित रूप से मज़बूत किया और इसी मज़बूती की बदौलत मैं हर जगह आगे रहा।"

–गुलवीर सिंह



यह परिवर्तन, ज़मीनी-स्तर पर उतारने में अस्मिता ऐथलैटिक लीग (ASMITA) की महत्त्वपूर्ण भूमिका है, जो खेलों में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने की एक राष्ट्रव्यापी पहल है। अब तक, 33 खेल विधाओं में 2,600 से अधिक लीगों के माध्यम से लगभग 3 लाख महिलाओं ने इसमें भाग लिया है। अन्तरराष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर देशभर में 250 स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित किए गए, जिनमें लगभग 2 लाख लड़कियों ने हिस्सा लिया। इन प्रतिभागियों ने 100 मीटर, 200 मीटर और 400 मीटर जैसी ट्रैक स्पर्धाओं में भाग लिया, जो 13 वर्ष से कम, 13 से 18 वर्ष और 18 से ऊपर के आयु वर्गों में आयोजित की गईं थीं।

डॉ. एच. एस. नागराजा
संस्थापक एवं मुख्य परामर्शदाता
प्रयोग इंस्टीट्यूट ऑफ एजुकेशन रिसर्च

अन्वेषण

क्यों व्यावहारिक विज्ञान ही स्कूलों का भविष्य है

वर्ष 2015 की बात है जब एक-सी सोच वाले शिक्षाविदों के समूह ने शिक्षण प्रणालियों में मोटे तौर पर नवाचार लाने (अपनाने) और नीतियों को कार्यरूप देकर व्यावहारिक नतीजे हासिल करने के उद्देश्य से लगातार ज़ोरदार विचार-विमर्श किया। विशाल और विविध जनसंख्या वाले भारत देश में शिक्षा व्यवस्था का प्रारूप बदलने के लिए और अधिक शोध संस्थानों की आवश्यकता थी। इस ज़ोरदार और रचनात्मक चर्चा ने व्यापक रूप ले लिया क्योंकि विशेषज्ञ दल ने यह पहल शुरू करने का फैसला किया था। यह पहल थी शिक्षा अनुसंधान संस्थान- 'प्रयोग'। इन छोटे उपायों से ही शिक्षा क्षेत्र में काफी गम्भीर शोध कार्य सम्पन्न हुआ और 'प्रयोग' अब बड़े अहम शिक्षा अनुसंधान संगठन का रूप ले चुका है और यह लाभ कमाने का कोई कार्य नहीं करता।

देश के हर बच्चे को विज्ञान का केवल सैद्धांतिक अध्ययन ही न करके व्यावहारिक अध्ययन करने की सुविधा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से 'क्रिया' नामक परियोजना शुरू की गई। अभी तक हम देश के 112 स्कूलों के 11,800 विद्यार्थियों तक पहुँच पाए हैं जिनमें समाज के सामाजिक-सांस्कृतिक वर्ग शामिल हैं और ये बच्चे विज्ञान का व्यावहारिक अथवा अनुभवजन्य अध्ययन कर रहे हैं। इस प्रायोगिक अध्ययन के तहत यह खास ध्यान रखा जाता है कि बच्चों में क्षमता/योग्यता निर्माण किस प्रकार किया जाए तथा इन परियोजनाओं के आंकड़ों से नीति-निर्माताओं को बहुत मदद मिल सकती है।

अधिकांश शिक्षा संस्थानों में शिक्षण पूरी तरह सुनिश्चित प्रणालियों पर आधारित रहता है जिनमें पाठ्यक्रम (पाठ्य पुस्तकें), संदर्भ ग्रंथ और परीक्षा पद्धति आदि तय किए जाते हैं तथा विद्यार्थियों को अनिश्चितता की किसी स्थिति का सामना नहीं करना पड़ता। बल्कि इसके ठीक विपरीत शोध क्षमता बढ़ाने के लिए योग्यता बढ़ाना ज़रूरी है। इस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए हाई-स्कूल स्तर पर ही वैज्ञानिक शोध शामिल करना ज़रूरी है ताकि दुनिया की व्यावहारिक समस्याओं का सामधान किया जा सके। इसी विचार

के तहत 'प्रयोग' का अग्रणी कार्यक्रम 'अन्वेषण' शुरू किया गया जिसे माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के 'मन की बात' के माध्यम से राष्ट्रीय महत्त्व मिला।

'अन्वेषण' 9वीं से 12वीं कक्षा के विद्यार्थियों के लिए चलाया जा रहा ग्रीष्मकालीन शोध कार्यक्रम है जिसके लिए देशभर से ऐसे विद्यार्थी चुने जाते हैं जिनमें जिज्ञासा, विश्लेषणात्मक समझ, तर्कशक्ति, विज्ञान के प्रति गहरा लगाव हो। इसमें परीक्षा में प्राप्त अंकों को खास महत्त्व नहीं दिया जाता। ये बच्चे अनुभवी शोधकर्ताओं की देखरेख में शिक्षित होते हैं तथा छह विभिन्न क्षेत्रों में नवाचार आधारित वैज्ञानिक अनुसंधान परियोजनाएँ चलाते हैं। ये क्षेत्र हैं– हरित रसायन शास्त्र एवं प्रौद्योगिकियाँ, वेलनेस (स्वास्थ्य), खाद्य एवं कृषि, उन्नत एवं कार्यात्मक मैटिरियल्स (सामग्री), पृथ्वी विज्ञान तथा कम्प्यूटेशनल विज्ञान। इनमें टिकाऊ व्यवस्था पर विशेष ध्यान रहेगा।

इस कार्यक्रम में विद्यार्थियों को कोई अतिरिक्त खर्च नहीं करना पड़ता–चाहे आने–जाने की बात हो या रहने–खाने की अथवा प्रयोगशाला के लिए कोई शुल्क देना हो, सारे खर्चो का वहन 'प्रयोग' ही करता

है। शुरूआत पाठ्यक्रम पर आधारित शोध पद्धति और ज्ञान से होती है तथा फिर ‘प्रयोग’ की प्रयोगशालाओं और उपकरणों से अवगत कराया जाता है। इसके बाद विद्यार्थी दो महीने के लिए ‘प्रयोग कैम्पस’ में ही अपनी परियोजनाओं पर काम करते हैं तथा फिर तीन महीने तक अपने स्कूल से ही काम जारी रखते हैं। इस तरह यह कार्यक्रम अगस्त में पूरा हो जाता है।

2024 में शुरू की गई परियोजना ‘नेचर टू नैनोटेक’ अर्थात् प्रकृति से सूक्ष्म टेक तक के तहत देश में पहली बार पर्यावरणीय और बायोमेडिकल प्रयोगों के लिए कड़वे झागदार पदार्थ वाले हरित नैनो तत्वों का अध्ययन आरम्भ किया गया जिसमें ग्रामीण और जनजातीय पृष्ठभूमि वाली चार छात्राओं ने बारीकी से शोधकार्य किया तथा इसके निष्कर्षों को अपनी समकक्ष छात्राओं द्वारा अंतरराष्ट्रीय पत्रिका में प्रकाशित कराया। यह ‘अन्वेषण’ की सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण सफल गाथाओं में से एक है।

कई अन्य परियोजनाओं से पता चलता है कि जिज्ञासापूर्ण खोजबीन से किस प्रकार सार्थक नवाचार सामने आ जाते हैं। ‘प्राकृतिक और पर्यावरण–अनुकूल संस्थानों की मदद से चमड़े के टिकाऊ विकल्प तैयार करने’ की परियोजनाओं में कुदरती और भरपूर रेशों वाले नवीकरणीय मैटिरियल के इस्तेमाल से पशुओं के चमड़े के टिकाऊ विकल्प खोजे गए।

एक अन्य परियोजना में बायोडिग्रेडेबल पिएज़ोइलेक्ट्रिक उपकरणों के लिए नैनोकम्पोजिट्स विकसित करने पर विशेष बल दिया गया। उम्मीद है कि इन बायोकम्पेटिबल (जैव अनुकूल) और बायोडिग्रेडेबल पदार्थों में कहीं अधिक सेंसिंग (अनुभव) क्षमता होगी जिससे ये पर्यावरण अनुकूल अनुप्रयोगों जैसे बायोमेडिकल उपकरणों के लिए बेहतर साबित होंगे।

जीव विज्ञान के विषयों पर आधारित परियोजना– ‘आइसोलेशन एंड स्क्रीनिंग ऑफ बिलिरुबिन ऑक्सीडेज़’ (BOX) – यानी सड़ी हुई लकड़ी के सैम्पलों से उद्योगों में इस्तेमाल हो सकने वाले माइक्रोब्स तैयार करने की प्रक्रिया शुरू की गई जिसके माध्यम से बॉक्स उत्पादन

बढ़ाने के लिए UV (यूवी) प्रेरित म्यूटेशन की सम्भावना दर्शाई गई थी। इस तरह इनके उद्योगों में इस्तेमाल होने की सम्भावना का भी पता चला।

सामग्री विज्ञान के क्षेत्र में इलेक्ट्रोमैग्नेटिक आवरण सामग्री से जुड़ी परियोजना के तहत पोलीविनायल अल्कोहल (PVA) फिल्म में लगे लौह पदार्थों पर जिंक और कोबाल्ट की अलग-अलग मात्रा लगाने पर शोध किया गया। इससे विशेष फ्रीक्वेंसी रेंजों में इलेक्ट्रोमैग्नेटिक रेडिएशन रोकने की क्षमता दर्शाई गई थी।

'अन्वेषण' के पिछले चार सत्रों में 37 परियोजनाएँ पूरी की गईं जिनमें से 11 को शोध लेखों को अंतरराष्ट्रीय पत्रिकाओं में प्रकाशित किया जा चुका है। इससे विद्यार्थियों की अगुवाई में हो रहे अनुसंधान कार्यों की गहराई और विविधता का पता चलता है। अभी हाल में 'अन्वेषण' का पाँचवाँ संस्करण शुरू हुआ है जिसमें 16 राज्यों के कुल 900 विद्यार्थियों में से चुने गए 57 विद्यार्थी भाग ले रहे हैं तथा इनमें ही लद्दाख की एक लड़की भी है।

'अन्वेषण' के साथ ही 'प्रयोग' वैज्ञानिक जानकारी को उन्नत बनाने और विश्व की वास्तविक (व्यावहारिक) चुनौतियों से निपटने वाली शोध परियोजनाएँ भी चलाता है। इंजीरियरिंग नैनो-पार्टिकल्स के क्षेत्र में किए जा रहे कार्य से सुपरहाइड्रोफोबिक सतह विकसित की जा रही हैं जो ऊँचे पर्वतीय क्षेत्र और पानी के नीचे की परिस्थितियों में कामयाब हो सकती हैं तथा रक्षा क्षेत्र से जुड़ी एक कम्पनी इस बारे में परीक्षण कर रही है। इन प्रयासों से कड़ी चुनौतियों से निपटने के समग्र समाधान खोजने का दृष्टिकोण विकसित हो रहा है। कुल मिलाकर 'प्रयोग' राष्ट्रीय महत्त्व का प्रतिष्ठान बनने की दिशा में अग्रसर है।

'प्रयोग' की भागीदारी पहलों और सामाजिक नवाचार में क्रीड़ा भी शामिल है जिसका उद्देश्य खेलों के माध्यम से विज्ञान और गणित सीखना है। इनमें गणित की अवधारणाओं को सीखने के लिए धातु तथा उन्नत पृथ्वी विज्ञान को नए सिरे से समझने तथा युवा विद्यार्थियों में ग्रहों के प्रति उत्सुकता और जिज्ञासा जगाने के लिए 'युग' अवधारणा को विस्तार दिया जा रहा है।

'प्रयोग' माननीय प्रधानमंत्री के प्रति आभारी है कि उन्होंने 'मन की बात' में अपने सम्बोधन में हमारा उल्लेख किया। हमारी कामना है कि देशभर में ऐसे कई-सौ संस्थान की स्थापना हो जिनके माध्यम से युवा वैज्ञानिक मस्तिष्कों को राष्ट्र निर्माण के महती कार्य से जोड़ा जा सके। 'प्रयोग' इच्छुक व्यक्तियों और संगठनों से सहयोग करने में हर्ष का अनुभव करेगा।

नगालैंड की जीवंत पाठशाला

'मोरुँग विरासत'

नगालैंड की ऊँची पहाड़ियों पर स्थित 'मोरूंग' केवल बाँस और लकड़ी का ढांचा नहीं, बल्कि ज्ञान का वह प्राचीन केंद्र है जिसने नगा समुदाय की पहचान को सदियों से जीवित रखा है। माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 'मन की बात' में इस पारम्परिक व्यवस्था की सराहना करते हुए इसे सांस्कृतिक विरासत और आधुनिक शिक्षा के बीच एक अनूठा सेतु बताया है।

परम्परा और शिक्षा का संगम : 'मोरूँग' नगा जनजातियों का एक पारम्परिक सामाजिक संस्थान है, जहाँ युवाओं को उनके क़बीले के इतिहास, सामाजिक व्यवस्था और रीति-रिवाज़ों की बुनियादी शिक्षा दी जाती है।

अनुभवों से सीख : इस व्यवस्था में समुदाय के बुज़ुर्ग अपने जीवन के अनुभवों को साझा करते हैं, युवाओं को कहानियों और लोकगीतों के माध्यम से पारम्परिक ज्ञान और जीवन कौशल सिखाते हैं।

कला और हस्तशिल्प : मोरूँग में बौद्धिक ज्ञान के साथ व्यावहारिक शिक्षा भी दी जाती है। इसमें लकड़ी पर नक्काशी, बांस की बुनाई और पारम्परिक औज़ार बनाने की कला सिखाई जाती है।

एकता का प्रतीक 'लॉग ड्रम' : मोरूँग के बाहर स्थापित लकड़ी का विशाल ड्रम सूचना देने के साधन के साथ-साथ पूरे गाँव की एकता और सामूहिकता का प्रतीक माना जाता है।

आधुनिक विषयों में रुचि : बदलते समय के साथ मोरूँग अब 'मोरूँग कॉन्सेप्ट ऑफ एजुकेशन' में बदल गया है। अब यहाँ पारम्परिक कहानियों के ज़रिए बच्चों में गणित और विज्ञान जैसे विषयों के प्रति रुचि पैदा की जाती है।

जागरूकता का केंद्र : आधुनिक मोरूँग में अब सरकारी योजनाओं, स्वास्थ्य कार्यक्रमों और ग्राम विकास के महत्त्वपूर्ण पहलुओं पर चर्चा होती है। इससे युवा पीढ़ी अपनी नागरिक ज़िम्मेदारियों के प्रति जागरूक होती है।

चरित्र निर्माण और मानवीय मूल्य : पहले यहाँ आत्मरक्षा और युद्ध कौशल पर ज़ोर था, लेकिन आज का मोरूँग युवाओं को शांति, प्रेम और दूसरों के प्रति सम्मान जैसे मानवीय मूल्य सिखाने पर केंद्रित है।

सांस्कृतिक गौरव का संरक्षण : नगा समुदाय अपनी आदिवासी परम्पराओं पर गर्व करता है। मोरूँग के माध्यम से वे अपनी प्राचीन विरासत को सुरक्षित रखते हुए भविष्य की पीढ़ी को तैयार कर रहे हैं।

'मोरूँग' इस बात का श्रेष्ठ उदाहरण है कि कैसे हम अपनी सांस्कृतिक जड़ों से जुड़े रहते हुए आधुनिक भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार हो सकते हैं। यह प्राचीन ज्ञान और आधुनिक प्रगति के बीच सामंजस्य बिठाने वाला एक ऐसा जीवंत क्लासरूम है, जो नगालैंड की बौद्धिक और सांस्कृतिक गहराई को पूरी दुनिया के सामने गर्व से प्रदर्शित करता है।

हर बूँद कीमती है

देश भर में लोगों की अगुवाई में हुए जल संरक्षण की कहानियाँ

देश में पानी की कमी वाले इलाकों में जल संकट की स्थिति से निपटने के उद्देश्य से जल शक्ति मंत्रालय ने 2019 में जल शक्ति अभियान शुरू किया था। माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने "कैच द रेन – जहाँ भी हो, जब भी हो" शीर्षक से जल शक्ति अभियान का शुभारम्भ किया था। 2025 में यही जल शक्ति अभियान : कैच द रेन "जल संचय जन भागीदारी जन जागरूकता की ओर" शीर्षक से चलाया गया जिसमें जनभागीदारी पर विशेष ध्यान केंद्रित किया गया। इससे पहले, 2022 में देश के प्रत्येक ज़िले में और कुल 75 जल संचयन व्यवस्थाओं का निर्माण करने और मौजूदा जलस्त्रोतों का पुनरुद्धार करने के उद्देश्य से **अमृत सरोवर मिशन** भी शुरू किया गया, ताकि जल संचयन को बढ़ावा देने के साथ परम्परागत जल स्त्रोतों को भी मजबूत और टिकाऊ बनाने के लिए सामूहिक जन-भागीदारी पर खास ज़ोर दिया जा सके। नतीजा यह हुआ कि देश के विभिन्न भागों में 68000 से अधिक अमृत सरोवर बनाने में सफलता मिली। ये कार्यक्रम इसलिए ज़्यादा प्रभावी रहे क्योंकि इन्हें स्थानीय-स्तर पर अपनाया जा रहा था।

त्रिपुरा में जैम्पुई हिल्स के वेंघमुन में छतों पर वर्षाजल संचयन की व्यवस्था का निर्माण

त्रिपुरा का वेंघमुन गाँव इस बात का ज़बरदस्त उदाहरण है कि किस प्रकार सामूहिक प्रयासों से जल की कमी के संकट की स्थिति को जल सुरक्षा की स्थिति में बदला जा सकता

है। उत्तरी त्रिपुरा के आर.डी. विकास खंड में जैम्पुई हिल्स के खंड विकास अधिकारी श्री देबब्रत राय ने बताया कि वेंघमुन गाँव समूचे पूर्वोत्तर क्षेत्र का एकमात्र ऐसा गाँव है जिसके सभी शत-प्रतिशत घरों की छतों पर वर्षा के जल के संचयन की सुविधाएँ निर्मित की जा चुकी हैं। ऐसा ग्रामीणों की सक्रिय भागीदारी से ही सम्भव हो सका है। जल संचयन सुविधाओं के निर्माण से पहले

इन ग्रामीणों को रोज़मर्रा की ज़रूरतों के लिए पानी लाने हेतु चार-पाँच किलोमीटर पैदल चलकर स्थानीय जल संसाधनों तक जाना पड़ता था। इसके लिए महिलाओं और बच्चों को ही खासतौर पर जूझना पड़ता था। पर, अब यह 'पर्याप्त जल वाला गाँव' बन गया है। खंड विकास अधिकारी ने बताया – "वेंघमुन ग्राम समिति की मदद से किए गए सर्वेक्षण में हमने पाया कि गाँव के 58 प्रतिशत से ज़्यादा घरों की छतों पर बाकायदा जल संचयन सुविधाएँ बनी हुई थीं; 22 प्रतिशत मकानों की छतों पर ऐसी कोई सुविधा नहीं थी तथा शेष करीब 20 प्रतिशत मकानों की छतों पर बनी ये सुविधाएँ काफी खराब हालत में थीं। ग्रामीणों के साथ लगातार नियमित रूप से बैठकें करके हमने जागरूकता अभियान चलाए और जुलाई, 2025 के अंत तक हमने गाँव के सभी मकानों की छतों पर जलसंचयन व्यवस्थाएँ बनाने में शत-प्रतिशत कामयाबी हासिल कर ली।"

छत्तीसगढ़ के कोरिया ज़िले में 5 प्रतिशत वॉटर सोकपिट मॉडल

छत्तीसगढ़ के कोरिया ज़िले में स्थानीय तौर पर विकसित एक मॉडल गिरते भूजल-स्तर की समस्या के समाधान का व्यावहारिक हल बनकर उभरा है। इस मॉडल में किसानों को अपनी ज़मीन का थोड़ा-सा हिस्सा (5 प्रतिशत मात्र) इस उद्देश्य हेतु देने के लिए प्रोत्साहित करना पड़ता है ताकि उनके खेतों के भीतर ही वर्षा का जल संचयन किया जा सके। यह मॉडल दो कारणों से ज़्यादा कारगर है – एक तो यह एकदम आसान है और दूसरा यह कि

इस पर कोई खर्च भी नहीं आता। स्थानीय साज़-सामान से और किसानों की अपनी ही मेहनत से बनाए जाने वाले ये छोटे-छोटे खांचे कुल मिलाकर भूमिगत जल का स्तर बढ़ाने का उद्देश्य पूरा करते हैं। कोरिया की कलेक्टर और ज़िला मजिस्ट्रेट चंदन संजय त्रिपाठी के अनुसार, "कोरिया ज़िला पर्वतीय सतह वाला रिचार्ज क्षेत्र है। सबसे बड़ी कठिनाई यह है कि यहाँ सतह तेजी से छीजती है और इसलिए पानी सोखने के छोटे-छोटे खांचे बनाकर ही जल संचयन किया जा सकता है। इन बातों को ध्यान में रखते हुए किसानों ने समझ लिया कि खेतों में छोटे-छोटे खांचे (गड्ढे) बनाकर ही वे ज़्यादा जल संचयन कर सकते हैं। इस अभियान में ज़िला प्रशासन ने भी उनकी मदद की।" कलेक्टर महोदया ने यह भी बताया कि अभी तक लगभग 26 हज़ार जल संचयन सुविधाएँ बनाई जा चुकी हैं और हर दिन तीन सौ से चार सौ नई सुविधाओं का निर्माण किया जा रहा है। इन प्रयासों के परिणामस्वरूप इस इलाके में भूमिगत जल का स्तर करीब साढ़े पाँच मीटर बढ़ चुका है।

तेलंगाना का मुदिगुंटा : जल और साफ-सफाई की दिशा में सामूहिक पहल

तेलंगाना के मंचरियाल ज़िले में जयपुर मंडल के मुदिगुंटा गाँव में जल संचयन प्रयास वहाँ साफ-सफाई की व्यवस्था के साथ जुड़े हुए हैं। इस गाँव ने सामुदायिक पहल अपनाई जिसमें वहाँ के परिवारों ने अपजल प्रबंधन और पानी के भराव की समस्या से निपटने के लिए घरों के आसपास छोटे खांचे बनाने का अभियान अपनाया। गाँव के सभी 400 घरों में यह सुविधा बनाई जा चुकी है। ग्राम सरपंच रवि कुमार ने बताया, "पहले रास्तों में पानी भरने की वजह से गाँव में साफ-सफाई बनाए रखना बड़ी समस्या थी तथा इस कारण से वहाँ मलेरिया और टायफॉइड जैसी बीमारियाँ फैलती थीं; सोख-गड्ढे बन जाने के बाद यह समस्या पूरी तरह समाप्त हो गई है। हमने गाँव में जागरूकता अभियान चलाया और सभी 400 परिवारों ने सोख-गड्ढे बना लिए जिससे इस गाँव का भूमिगत जल-स्तर भी ऊँचा हो गया। सोख-गड्ढे बनने से पहले बोरवेल खोदने के लिए 70-80 फुट नीचे पानी मिलता था जबकि अब बस 30-40 फुट पर ही पानी आ जाता है। इसके लिए सभी अधिकारी और ग्रामीण प्रशंसा के पात्र हैं।

जन भागीदारी : परिवर्तन लाने वाली मुख्य शक्ति

सरकारी योजनाएँ तो दिशा और समर्थन उपलब्ध कराती हैं परंतु वास्तविक गति तो लोगों के सहयोग से ही मिलती है। जन-भागीदारी के सहारे ही जल संचयन अभियान को सरकारी कार्यक्रम की जगह सामूहिक दायित्व के कार्यक्रम का रूप दे दिया गया है। श्रमदान की बात हो, जागरूकता बढ़ाने का काम हो या टिकाऊ उपाय अपनाने की चुनौती हो– नागरिकों की भूमिका ही इस अभियान का असल केंद्र बिंदु रही है। इस सामूहिक प्रयास से लोगों में स्वामित्त्व की भावना भी आती जा रही है। वैसे भी, जब समुदाय के लोग अपने जल संसाधनों का ज़िम्मा सम्भाल लेते हैं तो नतीजे बेहद क्रांतिकारी और लम्बे समय तक चलने वाले होते हैं।

मोहन चन्द्र कांडपाल
संयोजक
'पानी बोओ, पानी उगाओ' अभियान
राष्ट्रीय जल पुरस्कार प्राप्तकर्ता, 2025

जल सुरक्षा की दिशा में भारत का विशाल अभियान

'जल ही जीवन है' यह केवल एक कथन नहीं, बल्कि मानव अस्तित्व का आधार है। आज जब देश के अनेक हिस्सों में गर्मी के साथ जल संकट भी गहराता जा रहा है, तब जल संरक्षण हमारी सामूहिक ज़िम्मेदारी बन चुका है। '50 लाख जल संचयन संरचनाएँ' भारत द्वारा जल सुरक्षा सुनिश्चित करने की महत्त्वाकांक्षी और प्रेरणादायी पहल है, जिसकी ओर राष्ट्र निरंतर अग्रसर है। विशेष रूप से गर्मियों का समय जल संरक्षण के प्रयासों को मज़बूत करने का सबसे महत्त्वपूर्ण काल होता है। इस दौरान जल स्रोतों का स्तर घटता है, भूजल पर निर्भरता बढ़ती है और हमें जल के महत्त्व का वास्तविक अनुभव होता है। यही वह समय है जब जल संरक्षण के प्रति जागरूकता को व्यवहार में बदलना आवश्यक हो जाता है। हज़ारों वर्षों से भारत में तालाबों, बावड़ियों, नौलों और धारों की समृद्ध परम्परा रही है। 'रामायण' और 'महाभारत' जैसे प्राचीन ग्रंथों में भी जल संरचनाओं के महत्त्व का उल्लेख मिलता है। इतिहासकारों ने वर्णन किया है कि राजाओं, महारानियों, साधुओं, बंजारों ने लोक-कल्याण के लिए तालाबों का निर्माण कराया। इन जल स्रोतों की सामूहिक रूप से उत्सवों के अवसर पर सफाई और संरक्षण की परम्परा भी रही है।

जल संरक्षण की चुनौती को समझते हुए देश में व्यापक-स्तर पर प्रयास किए गए हैं। माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी द्वारा निरंतर वर्षा जल के संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाई जा रही है। 'जल संचय अभियान' इसी दिशा में एक महत्त्वपूर्ण पहल है, जिसका उद्देश्य वर्षा जल का संचयन और भूजल पुनर्भरण को बढ़ावा देना है। यह अभियान वर्ष 2022 में प्रारम्भ किया गया, जिसका उद्देश्य देश में सरोवरों का निर्माण या उनका पुनरुद्धार करना था। आज इस लक्ष्य के तहत 68,000 से अधिक

अमृत सरोवर तैयार किए जा चुके हैं, जो वर्षा जल संचयन में सहायक सिद्ध हो रहे हैं। इन प्रयासों की सफलता का सबसे महत्त्वपूर्ण आधार जन भागीदारी है। जब तक समाज स्वयं जल संरक्षण को अपनी ज़िम्मेदारी नहीं मानता, तब तक कोई भी योजना स्थायी परिणाम नहीं दे सकती। देश के विभिन्न हिस्सों में लोग श्रमदान के माध्यम से तालाबों की सफाई, वर्षा जल संचयन और पारम्परिक जल स्रोतों के पुनर्जीवन में सक्रिय भूमिका निभा रहे हैं। यही सामूहिक प्रयास इन योजनाओं की दीर्घकालिक सफलता सुनिश्चित करते हैं।

मेरा व्यक्तिगत अनुभव भी इस बात का प्रमाण है कि जब जनभागीदारी और स्थानीय पहल एक साथ जुड़ते हैं, तो जल संरक्षण के क्षेत्र में परिवर्तन सम्भव

होता है। इसी उद्देश्य से मैंने वर्ष 2012 में उत्तराखंड के पर्वतीय क्षेत्रों में 'पानी बोओ, पानी उगाओ' अभियान चलाया, जिसका लक्ष्य खेत का पानी खेत में रोककर भूमिगत जल-स्तर को बढ़ाना था। इस अभियान का मूल विचार यह है कि वर्षा की हर बूँद को 'बीज' मानकर उसे ज़मीन में बोया जाए। इस अभियान के तहत बंजर पड़े खेतों में छोटे-छोटे तालाब बनाकर वर्षा जल को एकत्रित करने का प्रयास किया जाता है। पर्वतीय क्षेत्रों में जल स्त्रोतों के ऊपरी भाग में इन तालाबों के निर्माण से अनेक सूख चुके स्त्रोतों में पुनः जल प्रवाहित होने लगा है। अब तक इस अभियान के अंतर्गत हज़ारों छोटे तालाब, जिन्हें स्थानीय भाषा में 'खाव' कहा जाता है, बनाए जा चुके हैं। एक समय लगभग सूख चुकी रिस्कन नदी, जो वर्ष 2005 में मौसमी नदी बन गई थी, आज पुनः बहने लगी है, यह इस प्रयास की सफलता का प्रमाण है।

इस अभियान में बच्चों, युवाओं और महिलाओं की सक्रिय एवं उत्साहपूर्ण भागीदारी रही है। स्कूली बच्चों को पदयात्राओं और प्रयोगात्मक गतिविधियों के माध्यम से उनके आसपास के जल स्रोतों और छोटी–छोटी नदियों से जोड़ने का प्रयास किया गया है। इसके अतिरिक्त, जल संरक्षण में सहायक चौड़े पत्तीदार वृक्षों के हज़ारों पौधे ग्रामीणों के सहयोग से लगाए गए हैं। इन वनों के विकसित होने से निचले क्षेत्रों में स्थित जल स्रोतों में भी जल की मात्रा में वृद्धि देखी गई है।

जल संरक्षण के क्षेत्र में 'पानी बोओ, पानी उगाओ' अभियान के महत्त्व को देखते हुए वर्ष 2025 में जल शक्ति मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा मुझे 'राष्ट्रीय जल पुरस्कार' से सम्मानित किया गया। यह सम्मान महामहिम राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मु द्वारा प्रदान किया गया। मैं इस गौरवपूर्ण मान्यता के लिए जल शक्ति मंत्रालय और भारत सरकार का हृदय से आभार व्यक्त करता हूँ, जिन्होंने दूरदराज के पर्वतीय क्षेत्रों में ग्रामीणों के आर्थिक सहयोग से कार्य कर रहे एक शिक्षक के प्रयासों को राष्ट्रीय–स्तर पर सम्मानित किया।

आइए, हम सब मिलकर अमृत सरोवरों के निर्माण तथा अन्य जल संरक्षण उपायों को अपनाएँ और वर्षा की प्रत्येक बूँद को बीज मानकर धरती में बोने का संकल्प लें। यदि हम धरती को एक गुल्लक मानकर उसमें जल संचित करेंगे, तो यह भविष्य में अवश्य फलित होगा। इससे हमारे गाँव हरे–भरे बनेंगे और नदियाँ सदा नीर से परिपूर्ण रहेंगी। यही प्रयास माननीय प्रधानमंत्री की अमृत सरोवर योजना को एक नई दिशा प्रदान करेगा और देश को जल के क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनाने में सहायक सिद्ध होगा।

समुद्री योद्धा

भारत की ब्लू इकोनॉमी का आधुनिकीकरण

भारत के जल संसाधनों का अर्थव्यवस्था और संस्कृति के साथ हमेशा से ही निकट सम्बंध रहा है। अब इन संसाधनों पर नए सिरे से विचार किया जा रहा है जिसमें इन्हें बरकरार रखने पर तो ज़ोर दिया ही जाएगा; साथ ही, नीतिगत राष्ट्रीय महत्त्वाकांक्षा पर भी बल दिया जाएगा। जलाशयों, समुद्रतटों और अंतरदेशीय जलमार्गों में बिना किसी ज़्यादा हलचल के लेकिन स्पष्ट बदलाव चल रहा है जो नीति, प्रौद्योगिकी और निजी उद्यम पर आधारित है।

मत्स्यपालन की दृष्टि से भारत विश्व का दूसरा सबसे बड़ा उत्पादक देश है तथा इसकी गिनती शीर्ष के मछली निर्यातक देशों में की जाती है। जहाँ मछलीपालन और जलीय उत्पादनों के क्षेत्र में औसतन करीब 8 प्रतिशत की दर से वृद्धि हो रही है, वहीं जलीय उत्पादों की वार्षिक वृद्धि दर लगभग 11 प्रतिशत है जो कृषि के सकल घरेलू उत्पाद के 7.28 प्रतिशत के आसपास है। इस क्षेत्र में वृद्धि की सम्भावनाओं को देखते हुए भारत सरकार ने 2020 में **प्रधानमंत्री मत्स्य सम्पदा योजना** (PMMSY) शुरू की जो देश के मत्स्यपालन क्षेत्र की सबसे बड़ी योजना है। इस योजना के लिए 2020-21 से 2024-25 की पाँच वर्ष की अवधि के लिए कुल 20,050 करोड़ रुपये से भी अधिक का बजट आवंटित किया गया। इसका स्पष्ट उद्देश्य मत्स्यपालन क्षेत्रों को पर्यावरण की दृष्टि से सशक्त, आर्थिक दृष्टि से लाभकारी और सामाजिक दृष्टि से समग्र बनाना है। प्रधानमंत्री मत्स्य संपदा योजना से पाँच वर्ष में लक्ष्य को परिणाम में बदलकर मछली उत्पादन बढ़कर 195 लाख टन कर दिया गया जो रिकॉर्ड है तथा इस क्षेत्र में 58 लाख लोगों को आजीविका के साधन उपलब्ध कराए गए जिनमें 99,018 महिला लाभार्थी हैं।

बदलाव की इस समूची प्रक्रिया में उत्पादन तकनीकों के आधुनिकीकरण पर मुख्य रूप से ज़ोर दिया गया जिनमें मछली पकड़ने के लिए जालीदार पिंजरों का इस्तेमाल होता है जो असल में एक फ्लोटिंग सिस्टम या कहें कि तैरती तकनीक है; *रिसर्कुलेटरी एक्वाकल्चर सिस्टम* जो मछली पालन की उन्नत इनडोर तकनीक है जिसमें पानी को बार–बार फिल्टर किया जाता है; तथा समुद्री शैवाल (सी–बीड) का उत्पादन बढ़ाने की तकनीक शामिल होती है। इन सभी उन्नत प्रणालियों को अपनाने पर ज़ोर दिया जा रहा है। इनकी मदद से मछुआरों और उद्यमियों के लिए नए अवसर पैदा हो रहे हैं तथा मछलीपालन में लगे किसानों को भी लाभ पहुँच रहा है। साथ ही, बाद में होने वाले नुकसान को कम से कम करने तथा मछली पकड़ने से लेकर उसे उपभोक्ता तक पहुँचाने की वेल्यू चेन (श्रृंखला) को सशक्त बनाने में मदद मिलती है। इस योजना के तहत सरकार का जलीय उत्पादों को 3 टन प्रति हेक्टेयर से बढ़ाकर 5 टन प्रति हेक्टेयर करने का लक्ष्य है। साथ ही, सी–फूड (समुद्री खाद्य) का उत्पादन दुगुना करके एक लाख करोड़ रुपये मूल्य का करने का लक्ष्य है और इस तरह रोज़गार के 55 लाख अवसर भी उपलब्ध कराए जाने हैं।

इस राष्ट्रव्यापी प्रयास के अंतर्गत व्यक्तिगत सफलता और सफल उद्यमियों की कहानियों का भी बड़ा महत्त्व है। ओडिशा के सम्बलपुर की रहने वाली सुजाता भुयान की यही कहानी है जो पहले गृहिणी थीं लेकिन जालीदार पिंजरे बनाने का व्यवसाय अपनाकर सफल 'उद्यमी' बन गईं। इस तकनीक को उन्होंने पहली बार 2022 में देखा था, जब वे अपने परिवार के साथ हीराकुंड जलाशय घूमने गई थीं। वे बताती हैं, "वहाँ मैंने पहली बार मछली पकड़ने की केज कल्चर तकनीक देखी। मुझे उत्सुकता हुई और मैंने ध्यान से देखा कि यह कैसे किया जाता है। तभी यह भी मुझे समझ आया कि समुद्र के विशाल जलभंडार में असीम सम्भावनाएँ हैं।" इसी भाव से प्रेरित होकर वे मत्स्यपालन विभाग में गईं और वहाँ से तकनीकी प्रशिक्षण लेकर उन्होंने सरकारी सब्सिडी और बैंक ऋण लेकर अपना निजी व्यवसाय शुरू कर दिया। जलाशय के मौसम में उतार–चढ़ाव तथा मछलियों के भोजन के दामों और उपलब्धता से जुड़ी अनिश्चितता

जैसी चुनौतियों से उनका संकल्प और दृढ़ होता गया। वे बताती हैं कि अब वे चुनौतियों को बाधा नहीं समझतीं बल्कि उनसे सीख लेकर उन्हें अपनी तकनीक सुधारने का माध्यम मानती हैं। सम्बलपुर की महिलाओं के लिए उनका संदेश यही है, “उचित या अनुकूल अवसर की बाट मत देखो और बस काम शुरू कर दो।” समुद्री संसाधनों पर आधारित अर्थव्यवस्था में कोई भी शामिल हो सकता है, इसका आदर्श उदाहरण सुजाता की यह सफल यात्रा है।

उधर, सैंकड़ों मील दूर कर्नाटक के बेलगावी ज़िले में शिवलिंग सत्यप्पा हड्डर एक अलग राह अपनाते हुए मछली पालन के काम से जुड़ गए– अपना खुद का काम शुरू करने का फैसला लेने से पहले वे कई साल से रोज़गार की तलाश में भटक रहे थे। उन्होंने डेढ़ वर्ष तक विजयवाड़ा, हैदराबाद, तुमकुरू और मांड्या में प्रशिक्षण और अनुभव प्राप्त किया तथा अनुभवी किसानों से ज़रूरी बातें सीखीं। वे कहते हैं, “किसी भी काम के लिए उसे सीखना और बारीकियों को जानना-समझना ज़रूरी होता है तथा कारोबार शुरू करने के लिए सही प्रयास और अच्छी आदतें अपनाना भी ज़रूरी है।” इन उत्पादों की ज़बरदस्त माँग को देखकर, खासकर हैदराबाद में बड़ी सम्भावनाओं को भांपकर वे अपना मत्स्यपालन कारोबार चला रहे हैं जो जानकारी, अनुशासन और सीखने की ललक पर आधारित है।

लक्षद्वीप के दूरस्थ द्वीप मिनिकॉय से एक ऐसी ही प्रेरणादायक कहानी सामने आती है। हव्वा गुलज़ार एक मछली प्रसंस्करण इकाई चलाती थीं, लेकिन उन्होंने यह समझा कि विश्वसनीय कोल्ड स्टोरेज के बिना उनकी क्षमता सीमित है।

प्रधानमंत्री मत्स्य सम्पदा के तहत, उन्होंने एक कोल्ड स्टोरेज सुविधा स्थापित की – यह निर्णय उनके व्यवसाय के लिए पूरी तरह बदलाव लाने वाला साबित हुआ। पहले, प्रसंस्करण केवल ताज़ा मछली तक ही सीमित था। कोल्ड स्टोरेज शुरू होने के बाद, उनकी इकाई 'मिनमास' संग्रहीत मछली का उपयोग करके प्रतिदिन काम कर सकती थी, बिना किसी रुकावट के उत्पादों की आपूर्ति कर सकती थी, और स्वच्छ तरीके से मूल्यवर्धित टूना उत्पादों का निर्माण कर सकती थी। इस कोल्ड स्टोरेज ने मिनिकॉय में रोज़गार के अवसर भी बढ़ाए।

इन उदाहरणों में भारत के मत्स्यपालन उद्योग के क्रांतिकारी बदलावों का पता चलता है और यह भी स्पष्ट हो जाता है कि ऊपर से थोपी गई योजना से ही यह गारंटी नहीं मिल जाती कि कामयाबी हाथ आएगी। PMMSY के तहत मछुआरों, मत्स्यपालन से जुड़े किसानों, श्रमिकों, मछली विक्रेताओं, स्वयंसहायता समूहों, मत्स्यपालन सहकारी समितियों को आर्थिक सहायता उपलब्ध कराई जाती है, ताकि सामान्य अर्थव्यवस्था का दायरा बढ़ाकर उसमें इन सभी को शामिल किया जा सके। राष्ट्रीय मत्स्यपालन विकास कार्यक्रम के पोर्टल पर 2 लाख 70 हज़ार से ज़्यादा पंजीकरण हो चुके हैं तथा ये लाभार्थी संस्थागत ऋण, जलीय उत्पाद बीमा और सफलता पर आधारित प्रोत्साहन प्राप्त कर सकते हैं।

जल संसाधनों पर आधारित हमारी अर्थव्यवस्था का आधुनिकीकरण इस बात का व्यापक संकेत है कि इसमें कौन भाग ले सकता है और किन शर्तों पर भागीदारी कर सकता है। ओडिशा के तटवर्ती जलाशयों से लेकर कर्नाटक के खेतों तक पुरुष और महिलाएँ समान रूप से मछली पालन के कारोबार से जुड़ सकते हैं। वे इस दिशा में आगे भी बढ़ रहे हैं – एक पिंजरा, एक प्रशिक्षण कार्यक्रम और एक सोचा-समझा जोखिम – बस सफलता तो मिलेगी ही।

परिवर्तन के बीज

वाराणसी से नगालैंड तक सामूहिक अभियान की शक्ति

गंगा के तट से लेकर नगालैंड की पहाड़ियों तक, भारत का प्रकृति के साथ सम्बंध एक बार फिर से क़ायम हो रहा है और इस बार माध्यम है **एक पौध और एक बीज**। वाराणसी में, शहर ने एक ही घंटे में 2 लाख 51 हज़ार पौध लगाकर गिनीज़ वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाया, और नदी का तट एक भावी जंगल में बदल दिया गया। उधर चिज़ामी में, महिलाओं के एक समूह ने चुपचाप 200 से अधिक पारम्परिक बीजों की क़िस्मों का एक भंडार तैयार किया है जिससे यह सुनिश्चित किया गया है कि पुश्तैनी ज्ञान कहीं बाज़ार की भीड़ में खो न जाए। ये क़िस्से 'एक पेड़, माँ के नाम' की भावना दर्शाते हैं कि संरक्षण केवल सरकारों का काम नहीं बल्कि हर उस नागरिक की जिम्मेदारी है जो आगे बढ़कर पहल करता है।

काशी की हरित दीवार : 60 मिनट में विश्व रिकॉर्ड

01 2,51,000 पौध एक ही अभियान में रोपी गईं।

02 60 मिनट लगे यह विश्व रिकॉर्ड बनाने में। (वास्तव में पूरा हुआः 20–25 मिनट में)

03 कुल 350 बीघा ज़मीन पर लगाए गए।

04 400 स्प्रिंक्लर्स + 50 रेनगन पौधों की निरंतर सिंचाई के लिए।

05 3 विशाल तालाब जल संरक्षण के लिए बनाए गए।

06 2,000 रीचार्ज पिट्स भूमिगत जल का स्तर बढ़ाने के लिए निर्माणाधीन।

1 मार्च, 2026 को वाराणसी में गंगा के किनारे इतिहास रचा गया। मात्र एक घंटे में 350 बीघा भूमि पर 2 लाख 51 हज़ार पौधे लगाए गए और चीन का पिछला विश्व रिकॉर्ड टूट गया। इस उपलब्धि का उल्लेख प्रधानमंत्री ने अपने 'मन की बात' में भी किया।

आइए, जानते हैं ये सब कुछ उन्हीं लोगों की ज़ुबानी जिन्होंने यह सम्भव कर दिखाया।

"सीआरपीएफ़, नगर निगम, पुलिस विभाग, स्थानीय निकाय, वृक्ष प्रेमी, पर्यावरण प्रेमी संगठन, गाँव के लोगों और छात्रों ने 'एक पेड़ माँ के नाम' विषय पर पौधरोपण किया और 60 मिनट के भीतर 2 लाख 51 हज़ार पौधे लगाकर विश्व कीर्तिमान स्थापित किया। इस उपलब्धि का उल्लेख माननीय प्रधानमंत्री ने 'मन की बात' में भी किया।"

–कमांडेंट आर.एस. बालापुरकर 95 बटालियन, सीआरपीएफ़, वाराणसी

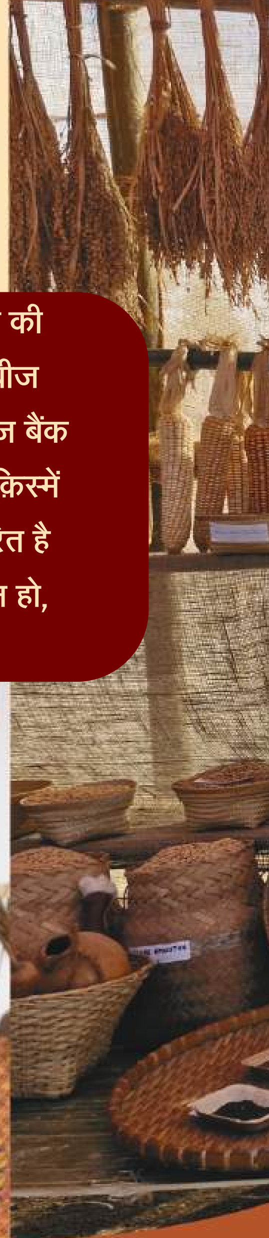
"केवल 20 से 25 मिनट में पौधरोपण का काम पूरा कर लिया गया। 350 बीघा का समूचा क्षेत्र 60 खंडों में बाँटा गया और हर खंड अलग-अलग संस्थानों को सौंपा गया था। अब उस क्षेत्र की रक्षा करना हमारी ज़िम्मेदारी है। लगभग 400 स्प्रिंक्लर और 50 रेन-गन लगातार पौधों की सिंचाई करते हैं। यह हरित क्षेत्र एक 'ग्रीन वॉल' का कार्य करेगा। शहर के भीतर विकसित होने वाला यह पहला वन है जो काशी के फेफड़ों और एक ऑक्सीजन बैंक की तरह काम करेगा। इसके फलों से नगर निगम को हर साल लगभग 7 करोड़ रुपये की आय, और कार्बन क्रेडिट से 3 से 4 करोड़ रुपये प्रति वर्ष की अतिरिक्त आमदनी होगी।"

-हिमांशु नागपाल, नगर निगम आयुक्त, वाराणसी

"मैंने उत्तर प्रदेश में गंगा के किनारे हरे-भरे करने का संकल्प लिया है। एक महीने पहले हम स्कूलों, कॉलेजों, सीआरपीएफ़ और एनडीआरएफ़ के पास गए और सभी को पौधरोपण करने का प्रशिक्षण दिया। यही कारण है कि यह काम इतनी कुशलतापूर्वक सम्पन्न हो सका।"

-अनिल कुमार सिंह, ब्रांड अम्बैसडर, गंगा हरितिमा अभियान

बीजों के रखवाले
चिज़ामी के जीते-जागते भंडार



नगालैंड के फेक ज़िले की धुंधली पहाड़ियों में, चिज़ामी गाँव की महिलाएँ चुपचाप एक अनमोल धरोहर – अपने पूर्वजों के बीज सहेज रही हैं। चिज़ामी महिला सोसाइटी, एक सामुदायिक बीज बैंक संचालित करती है जिसमें आज 200 से अधिक पारम्परिक क़िस्में सुरक्षित हैं। यह एक सरल लेकिन ठोस विश्वास पर आधारित है कि कोई भी समुदाय वह चीज़ फिर से ख़रीदने पर मजबूर न हो, जिसे वह कभी स्वयं उगाता था।

150+ क़िस्में स्थापना के समय दर्ज हुईं

200+ पारम्परिक बीजों की क़िस्में संरक्षित

1 सामुदायिक बीज बैंक समूचे नगालैंड और उसके बाहर भी किसानों की सेवा में

उधार दिए गए बीज के बदले दोगुना बीज वापस करने होते हैं (पुनर्भुगतान नियम)

"जब हमने अन्य राज्यों से यह ख़बर सुनी कि पारम्परिक क़िस्में पूरी तरह ख़त्म हो जाने के कारण लोगों को दुकानों से बीज ख़रीदने पड़ रहे हैं, तो हमें अपने बीजों के खोने का ख़तरा समझ में आया। ऐसी स्थिति आने से पहले ही हमने उन्हें एकत्र करके संरक्षित करने की पहल की।"

"देसी बीज स्वाभाविक रूप से स्थानीय परिस्थितियों के अनुकूल होते हैं और पर्यावरणीय तनाव झेलने में अधिक समर्थ होते हैं। पारम्परिक मक्के के बीज अधिक समय तक टिकते हैं, स्वाद में बेहतर होते हैं और उनकी ख़ुशबू भी अच्छी होती है। इसके विपरीत, व्यावसायिक मक्का आमतौर पर केवल 2-3 महीने ही टिकता है, क्योंकि उसे अक्सर मक्का के कीड़ों से नुकसान पहुँचता है।"

*-**केजुन्यिपिउ त्सुहाह**, अध्यक्ष, चिज़ामी महिला सोसाइटी*

बीज बैंक कैसे काम करता है?

"हमने 'उधार लेने और लौटाने' की प्रणाली अपनाई है। यदि कोई किसान 100 ग्राम धान लेता है, तो वह दोगुना यानी 200 ग्राम वापस करता है, और वह भी सबसे अच्छी गुणवत्ता और पूरी तरह परिपक्व बीज देकर। उधार और उसे लौटाने की यह प्रणाली किसान और बीज बैंक दोनों के लिए लाभकारी है।"

"हमारे प्रयास केवल युवा महिलाओं तक सीमित नहीं हैं। हम NEN फार्म स्कूल (NFS) और वार्षिक NEN जैव विविधता महोत्सव जैसी पहलों के माध्यम से युवाओं और छात्रों को भी जोड़ते हैं, जिनमें विभिन्न स्थानों से पुरुष और महिला दोनों शामिल होते हैं। इसके अलावा, पीएचडी कर रहे छात्र भी विभिन्न शोध कार्यों के लिए हमारे बीज बैंक का दौरा करते हैं।"

सौर ऊर्जा क्रांति

उपभोक्ता से 'उद्यमी' बनते भारत के नए स्वर

आज भारत के शहरों और गाँवों की छतों का नज़ारा बदल रहा है। जहाँ कभी केवल ख़ाली छतें होती थीं, आज वहाँ नीले-काले सोलर पैनल सूरज की किरणों को बिजली में बदल रहे हैं। माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 'मन की बात' में इस बदलाव को एक 'क्रांति' का नाम दिया है। 'पीएम सूर्य घर मुफ़्त बिजली योजना' केवल बिजली के बिल कम करने का माध्यम नहीं है, बल्कि यह देश के आम नागरिकों को 'ऊर्जा प्रदाता' और 'कुशल उद्यमी' बनाने का एक महा-अभियान बन गई है। यह कहानी उन तकनीशियनों और उद्यमियों की है जिन्होंने सूरज की रोशनी को अपनी आजीविका और पहचान का आधार बना लिया है।

पायल मुंजपारा : खेत की पगडंडियों से छतों की ऊँचाइयों तक

गुजरात के सुरेंद्रनगर ज़िले की पायल मुंजपारा की कहानी इस बात का जीवंत प्रमाण है कि कैसे सही प्रशिक्षण एक व्यक्ति की दुनिया बदल सकता है। एक समय था जब पायल खेतों में काम करती थीं, लेकिन तीन महीने की 'सोलर पीवी तकनीशियन-कम-हेल्पर' की ट्रेनिंग ने उन्हें एक नई राह दिखाई। आज पायल एक कुशल सोलर तकनीशियन और उद्यमी के रूप में अपनी पहचान बना चुकी हैं। पायल अपने संघर्ष और सफलता के अनुभव साझा करते हुए कहती हैं:

"अगर हमने सेवा संगठन के साथ जुड़कर ये तालीम नहीं ली होती, तो आज हम वहीं खेत पर काम कर रहे होते। तालीम लेकर आज हम इतना आगे आए हैं। शुरुआत में जब हम सोलर पैनल लगाने जाते थे, तो लोग विश्वास ही नहीं करते थे कि लड़कियाँ भी ऐसा काम कर सकती हैं! एक बार एक बहन ने तो हमें घर के अंदर आने से ही मना कर दिया था। उन्होंने हमें हैमर ड्रिल चलाते और पैनल इंस्टॉल करते देखा, तो वे आश्चर्यचकित रह गईं।"

आज पायल और उनका ग्रुप क़रीब 150 साइट्स पर सोलर सिस्टम इंस्टॉल कर चुका है। प्रधानमंत्री द्वारा 'मन की बात' में नाम लिए जाने पर वे गर्व से भर उठती हैं। वे बताती हैं कि उनके पिता ख़ुद एक इलेक्ट्रीशियन हैं और उनके सबसे बड़े सम्बल रहे हैं।

सेवा संगठन : नारी शक्ति और सूर्य शक्ति का संगम

पायल जैसी हज़ारों बहनों को तैयार करने के पीछे 'सेवा' (SEWA – Self Employed Women's Association) जैसे संगठनों का बड़ा हाथ है। सेवा की उपाध्यक्ष हिना बताती हैं कि संगठन का लक्ष्य असंगठित क्षेत्र की महिलाओं को

आत्मनिर्भर बनाना है। विशेषकर सुरेंद्रनगर और कच्छ के रण में काम करने वाली बहनों के लिए उन्होंने 'शांति सोलर पार्क' की परिकल्पना की है। हिना इस अनूठे प्रयास के बारे में बताती हैं :

"यह 2.7 मेगावॉट का 'शांति सोलर पार्क' पूरे विश्व में अपनी तरह का पहला पार्क होगा, जिसकी मालिक और मैनेजर ख़ुद हमारी बहनें होंगी और बिजली उत्पादन से होने वाली आय उनमें बाँटी जाएगी। हमने अब तक 1250 बहनों को सोलर पीवी तकनीशियन की ट्रेनिंग दी है। हम चाहते हैं कि पायल जैसी हज़ारों बहनें उद्यमी बनें और अपने पैरों पर खड़ी हों।"

हिना का मानना है कि बदलता वातावरण और सौर ऊर्जा का बढ़ता चलन इन महिलाओं के लिए एक नई आशा की किरण लेकर आया है, जिससे उन्हें अब किसी के सामने लाचारी का अनुभव नहीं करना पड़ेगा।

अरुण कुमार : मेरठ के एक साधारण किसान बने 'ऊर्जा प्रदाता'

सौर ऊर्जा क्रांति केवल तकनीकी नौकरियों तक सीमित नहीं है, यह मध्यमवर्गीय परिवारों के लिए आर्थिक आज़ादी का मार्ग भी है। मेरठ की तहसील सरधना के रहने वाले अरुण कुमार एक छोटे किसान हैं। कभी 2500 से 3000 रुपये महीने के बिजली बिल से परेशान रहने वाले अरुण आज अपने इलाक़े में 'ऊर्जा प्रदाता' के रूप में जाने जाते हैं। अरुण कुमार अपनी इस परिवर्तनकारी यात्रा के बारे में कहते हैं:

"मेरी पत्नी शिक्षिका हैं। उनके सहयोग से मैंने 'प्रधानमंत्री सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना' को अपनाया और अब मेरा बिल ज़ीरो आने लगा है। इसकी बचत से घर के दूसरे ख़र्चे आसानी से पूरे होने लगे हैं। अब मैं अपनी अतिरिक्त बिजली बेच भी रहा हूँ। अब तक मेरे पास 50 से ज़्यादा लोगों की फाइलें आ चुकी हैं जो इस योजना से जुड़ना चाहते हैं। लोग मेरी बात सुनते हैं और विश्वास करते हैं, यह देखकर मुझे बहुत अच्छा लगता है।"

अरुण आज अपने क्षेत्र में स्वच्छ ऊर्जा के एक बड़े पैरोकार बन चुके हैं। वे बताते हैं कि कैसे सोलर पैनल ने उन्हें बिजली के भारी बिलों के बोझ से मुक्त कर

एक सशक्त नागरिक बना दिया है।

त्रिपुरा के पहाड़ों में 'सौर उजाला' रियांग जनजाति की नई भोर

यह क्रांति केवल मैदानी इलाक़ों तक सीमित नहीं है, बल्कि पूर्वोत्तर के दुर्गम पहाड़ों तक पहुँच चुकी है। त्रिपुरा में जहाँ भौगोलिक कठिनाइयों के कारण ग्रिड पॉवर पहुँचाना मुश्किल था, वहाँ सोलर माइक्रो-ग्रिड ने अंधेरे को चीरकर नई रोशनी भरी है। TREDA (Tripura Renewable Energy Development Association) के महानिदेशक देबब्रत शुक्ला दास इस परियोजना के महत्त्व को समझाते हुए बताते हैं :

"त्रिपुरा के पहाड़ी क्षेत्रों में बिजली पहुँचाना आर्थिक रूप से चुनौतीपूर्ण था। हमने PM-DevINE स्कीम के तहत खबस्याकामी गाँव में 15 किलोवॉट का सोलर माइक्रो-ग्रिड लगाया, जिससे 45 परिवारों को निरंतर बिजली मिल रही है। पहले बच्चे अंधेरे के कारण पढ़ नहीं पाते

थे और बाँस से हैंडीक्राफ्ट बनाने वाले कारीगर रात में काम नहीं कर पाते थे। अब सोलर पॉवर से इनका जीवन आसान और पहले से अधिक स्वस्थ हो गया है। हम त्रिपुरा के हर कोने को इसी तरह रोशन करने का प्रयास कर रहे हैं।"

एक आत्मनिर्भर और हरित भविष्य की ओर

यह गाथा केवल मशीनों या सोलर पैनलों की नहीं, बल्कि उन सपनों की है जिन्हें तकनीक और सही प्रशिक्षण ने पंख दिए हैं। पायल मुंजपारा के अटूट साहस, हिना के मार्गदर्शन में 'सेवा' (SEWA) संगठन के सामूहिक संकल्प और अरुण कुमार की एक जागरूक ऊर्जा प्रदाता के रूप में नई पहचान, ये सभी इस बात के जीवंत प्रमाण हैं कि 'पीएम सूर्य घर मुफ़्त बिजली योजना' किस तरह आम नागरिकों को सशक्त उद्यमियों में बदलने की राह पर है।

प्रधानमंत्री के शब्दों में, यह सौर क्रांति अब सीमाओं और भूगोल को लाँघकर देश के अंतिम छोर तक अपनी चमक बिखेर रही है। जहाँ जयपुर के मुरलीधर जी की खेती अब सौर पम्प के भरोसे नई ऊँचाइयाँ छू रही है और डीज़ल के ख़र्च से मुक्त हुई है, वहीं त्रिपुरा में रियांग जनजाति के सुदूर गाँवों में सोलर मिनी-ग्रिड की रोशनी ने बच्चों के लिए शाम के बाद भी पढ़ाई के नए द्वार खोल दिए हैं। तकनीक, ट्रेनिंग और जनभागीदारी का यह संगम मेहनत, विश्वास और खुशहाली के ज़रिए एक आधुनिक, आत्मनिर्भर और हरित भारत की मज़बूत नींव रख रहा है।

HPV

मन की बात

प्रतिक्रियाएँ

कार्रवाई के लिए आह्वान

132वाँ संस्करण

आपके पास अगर कोई **manuscript** है, पांडुलिपि है, या उसके बारे में जानकारी है, तो उसकी फोटो 'ज्ञान भारतम ऐप' पर ज़रूर साझा करें।

देश में **solar** ऊर्जा क्रांति के ऐसे न जाने कितने उदाहरण हैं। आप भी इस क्रांति से जुड़िए और दूसरों को भी जोड़िए।

मैं आप सभी से आग्रह करूँगा कि आप भी **sugar intake** को कम करें और जैसा मैंने पहले भी कहा है, हमें खाने के तेल में 10 प्रतिशत की कटौती भी करनी है।

मैं सभी देशवासियों से अपील भी करूँगा कि वो जागरूक रहें, अफवाहों के बहकावे में ना आएँ।

Bandi Sanjay Kumar
@bandisanjay_bjp

Show translation

గౌరవ ప్రధానమంత్రి శ్రీ @narendramodi గారు ఈరోజ 'మన్ కీ బాత్' కార్యక్రమంలో తెలంగాణలోని మంచిర్యాల జిల్లా, ముదిగుంట గ్రామ ప్రజలు చేపట్టిన నీటి సంరక్షణ పద్ధతులను ప్రత్యేకంగా ప్రస్తావించడంతో పాటు అభినందించారు. గ్రామంలోని సుమారు 400 కుటుంబాలు ఏకమై, తమ ఇళ్ల వద్ద సొంతంగా ఇంకుడు గుంతలను నిర్మించుకోవడం ద్వారా భూగర్భ జలమట్టాన్ని పెంచిన విధానాన్ని ఆయన కొనియాడారు. నీటి సంరక్షణను ప్రజా ఉద్యమంగా మార్చిన ముదిగుంట గ్రామస్థుల కృషి దేశవ్యాప్తంగా అందరికీ స్ఫూర్తిదాయకం.
#MannKiBaat

R.I. Verma
@bivermaup

Show translation

PM श्री @narendramodi जी ने आज लोकप्रिय रेडियो कार्यक्रम मन की बात के 132 वें एपिसोड में कहा कि...

वर्तमान में हमारे पड़ोस में एक माह से भीषण युद्ध चल रहा है। हमारे लाखों परिवारों के सगे-संबंधी इन देशों में रहते हैं, खासतौर पर खाड़ी देशों में काम करते हैं। (1/2)
#MannKiBaat

Aditya Sahu
@AdityaPdSahu

Show translation

जिस क्षेत्र में अभी युद्ध चल रहा है, वह क्षेत्र हमारी ऊर्जा आवश्यकताओं का बड़ा केंद्र है। इसकी वजह से दुनिया भर में पेट्रोल और डीजल को लेकर संकट की स्थिति बनती जा रही है।

हमारे वैश्विक संबंध, अलग-अलग देशों से मिल रहा सहयोग और पिछले एक दशक में देश का जो सामर्थ्य बना है, इनकी वजह से भारत इन परिस्थितियों का डटकर मुकाबला कर रहा है।

निश्चित तौर पर यह चुनौतीपूर्ण समय है। मैं आज 'मन की बात' के माध्यम से सभी देशवासियों से फिर से यह आग्रह करूंगा, हमें एकजुट होकर इस चुनौती से बाहर निकलना है।

जो लोग इस विषय पर भी राजनीति कर रहे हैं, उन्हें राजनीति नहीं करनी चाहिए। यह देश के 140 करोड़ देशवासियों के हित से जुड़ा विषय है। इसमें स्वार्थ भरी राजनीति का कोई स्थान नहीं है। ऐसे में जो लोग भी अफवाह फैला रहे हैं, वे देश का बहुत बड़ा नुकसान कर रहे हैं।

मैं सभी देशवासियों से अपील करूंगा कि वो जागरूक रहें, अफवाहों के बहकावे में न आएं। सरकार की तरफ से जो आपको निरंतर जानकारी दी जा रही है, उस पर भरोसा करें।

- मा. प्रधानमंत्री श्री @narendramodi

#MannKiBaat

@BJP4India @NitinNabin @blsanthosh

Anurag Thakur
@anuragthakur

Show translation

वर्तमान में हमारे पड़ोस में एक माह से भीषण युद्ध चल रहा है। हमारे लाखों परिवारों के सगे-संबंधी इन देशों में रहते हैं, खासतौर पर खाड़ी देशों में काम करते हैं।

मैं Gulf Countries का बहुत आभारी हूँ, वे ऐसे एक करोड़ से ज्यादा भारतीयों को वहाँ पर हर प्रकार की मदद दे रहे हैं।

निश्चित तौर पर यह चुनौतीपूर्ण समय है। मैं आज 'मन की बात' के माध्यम से सभी देशवासियों से फिर से यह आग्रह करूंगा कि हमें एकजुट होकर इस चुनौती से बाहर निकलना है।

मैं सभी देशवासियों से अपील करूंगा कि वो जागरूक रहें, अफवाहों के बहकावे में न आएं।

#MannKiBaat में आदरणीय प्रधानमंत्री श्री @narendramodi जी

Dr.L.Murugan
@DrLMurugan

In today's Mann Ki Baat episode, our Hon'ble Prime Minister Shri @narendramodi ji shed light on the Mera Yuva Bharat initiative aimed at empowering the youth. Connecting the youth to nation's progress, the MY Bharat platform organized the Budget Quest 2026, engaging over 12 lakh youth in the process of budget and policy making. Among these, 16,00,00 youth were shortlisted to participate in essay-writing. Such initiatives showcase the contribution of the youth to strengthen the collective vision for Aatmanirbhar and Viksit Bharat.

#MannKiBaat

Bhajanlal Sharma
@BhajanlalBjp

Show translation

अन्नदाता सुखी भव:!

जयपुर के किसान मुरलीधर जी की सफलता की कहानी आज प्रधानमंत्री श्री @narendramodi जी ने मन की बात में साझा की। डीजल पंप से सोलर पंप तक का उनका सफर 'पीएम कुसुम योजना' की सफलता का जीवंत उदाहरण है।

राजस्थान के किसान अब ऊर्जा के क्षेत्र में तेजी से आत्मनिर्भर हो रहे हैं और स्वच्छ ऊर्जा के माध्यम से अपनी आय बढ़ा रहे हैं।

मुरलीधर जी को बहुत-बहुत बधाई।

#MannKiBaat

Biplab Kumar Deb
@BjpBiplab

The unique example of special water conservation measures taken after our government came to power in 2018, aimed at resolving the acute water crisis in Vanghmun village of Jampui Hills in Tripura was highlighted today by Hon'ble Prime Minister Shri @NarendraModi ji on '#MannKiBaat'.

Along with this, Modi ji also highlighted on today's 'Mann Ki Baat', the transformed lives of ordinary people in various remote areas of the state- particularly in tribal-dominated regions where electricity has been brought through solar mini-grids powered by solar energy.

C R Paatil
@CRPaatil

Show translation

माननीय प्रधानमंत्री श्री @narendramodi सर ने 'मन की बात' कार्यक्रम में तेलंगाना के मंचेरियल जिले के मुथ्युगुंटा गाँव के प्रेरणादायी प्रयास का उल्लेख किया।
गाँव के सैकड़ों परिवारों द्वारा सामूहिक रूप से किए गए जल संरक्षण के उपाय न केवल भूजल स्तर को बेहतर बना रहे हैं, बल्कि स्वच्छता और स्वास्थ्य के क्षेत्र में भी सकारात्मक परिवर्तन ला रहे हैं। इस सराहनीय पहल के लिए मुथ्युगुंटा गाँव के सभी नागरिक हार्दिक अभिनंदन के पात्र हैं, जिन्होंने सामूहिक प्रयास से जल संरक्षण को जन-आंदोलन का स्वरूप प्रदान किया है।

#ManKiBaat

Giriraj Singh
@girirajsinghbjp

Show translation

'मन की बात' में पीएम मोदी ने 'ज्ञान भारतम सर्वे' का जिक्र किया, लोगों से सांस्कृतिक पांडुलिपियां साझा करने की अपील
ddnews.gov.in/en/pm-modi-hig...

via NaMo App

'मन की बात' में पीएम मोदी ने 'ज्ञान भारतम सर्वे' का जिक्र किया, लोगों से सांस्कृतिक पांडुलिपियां साझा करने की अपील

DD NEWS MARCH 30, 2026

मन की बात प्रोग्राम के 132वें एडिशन के दौरान, प्रधानमंत्री मोदी ने भारत की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत को बचाकर रखने के महत्व पर जोर दिया और नागरिकों से 'ज्ञान भारतम सर्वे' में सक्रिय रूप से भाग लेने की अपील की। उन्होंने आगे कहा कि भारत की ताकत उसके लोगों के सामूहिक प्रयासों में है और सर्वे को लोगों की भागीदारी का एक मजबूत उदाहरण बताया।

D K Aruna
@Aruna_DK

Translated from Telugu Show original

As part of 'Mann Ki Baat', Prime Minister Modi praised the services of the MY Bharat organization. He expressed particular delight over the participation of 12 lakh youth in the Budget Quest quiz conducted to create awareness about the budget process. Prime Minister specially congratulated Kotala Raghuvir Reddy (Suryapet) from Telangana, Saurabh Balswar, and Sumit Kumar for writing wonderful essays on farmer welfare.
#MannKiBaat

Rate this translation

Dharmendra Pradhan
@dpradhanbjp

Can a conversation truly transform a nation?

With the 132nd edition of Mann Ki Baat, Hon'ble Prime Minister Shri @NarendraModi ji once again demonstrates how meaningful dialogue can shape national consciousness. Rooted in ground realities and powered by real stories, it bridges governance with lived experiences.

From farmers and entrepreneurs to artists and custodians of our cultural heritage, it brings forward voices that often go unheard—yet quietly shape India's growth journey. Each episode reflects the spirit of a nation in motion, where aspirations find direction and participation becomes purpose.

A conversation that continues to connect, inspire, and bind the nation together.

#MannKiBaat #ViksitBharat2047

Pankaj Chaudhary
@mppchaudhary

Show translation

उत्तर प्रदेश के वाराणसी में एक प्रेरक प्रयास देखने को मिला, जहाँ एक ही घंटे में 2 लाख 51 हजार से अधिक पौधे लगाकर एक नया Guinness World Record बनाया गया।

इस अभियान की सबसे विशेष बात यह रही कि इसमें हजारों लोग एक साथ जुड़े—छात्र, जवान, स्वयंसेवी संगठन और विभिन्न संस्थाओं ने मिलकर इसे सफल बनाया। जनभागीदारी का यही सशक्त स्वरूप 'एक पेड़ माँ के नाम' अभियान में भी देखने को मिल रहा है, जिसके तहत देशभर में करोड़ों पौधे लगाए जा चुके हैं।" -पीएम श्री नरेंद्र मोदी जी

आज 'मन की बात' कार्यक्रम में माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने इस अद्भुत जनभागीदारी की सराहना करते हुए पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाने का संदेश दिया।

#MannKiBaat
#NarendraModi
#Varanasi
#GuinnessWorldRecord

@narendramodi
@BJP4UP

પીએમ મોદીની 'મન કી બાત' @132

"વૈશ્વિક ઇંધણ સંકટ સામે ભારત અડીખમ, અફવાઓથી દૂર રહો"

પ્રધાનમંત્રી નરેન્દ્ર મોદીએ દેશવાસીઓને એક થઈને પડકારનો સામનો કરવા કરી અપીલ

પીએમ મોદીની અપીલ: અફવાઓ પર ન પડો

'ମନ କୀ ବାତ୍'ର ୧୩୨ତମ ଅଧ୍ୟାୟରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଅଭିଭାଷଣ

مغربی ایشیا کی جنگ سے پیدا بحران میں خود غرضی پر مبنی سیاست نہ کریں

पीएम मोदी ने 'मन की बात' में सोमनाथ के मछुआरों को बताया 'समुद्र का योद्धा', समुदाय में गर्व की लहर

पीएम द्वारा कार्यक्रम में बाराबंकी का जिक्र किये जाने से लोगों में उत्साह, कई बार जिले के नवाचार व प्रतिमाओं ने देश को चौंकाया

शिक्षक सौरभ को पीएम मोदी ने मन की बात में सराहा

खुशी

मन की बात में बाराबंकी की उपलब्धियां चार बार हुईं शामिल

शिक्षा के माध्यम से अतीत को संरक्षित कर रहा है नगा समुदाय : प्रधानमंत्री

'मन की बात'

नगालैंड की मोरुंग प्रणाली एक पारंपरिक सामुदायिक शिक्षा मॉडल है, जो सामाजिक, सांस्कृतिक और जीवन कौशल सीखने के केंद्र के रूप में कार्य करता है।

Modi hails Naga morung, links tradition to modern learning

New Delhi, Mar. 29 (PTI): Prime Minister Narendra Modi on Sunday lauded the traditional morung learning system of Nagaland, and said that through this custom, interest in subjects like mathematics and science can be instilled in children.

The morung system in Nagaland is a traditional community-based education model, often called a bachelor's dormitory, acting as a centre for social, cultural, and life-skills learning.

In his monthly radio broadcast 'Mann Ki Baat', Modi said the Naga community is making an effort to preserve the past and prepare for the future through education.

The people of this community deeply respect their tribal traditions while also maintaining a modern approach, he said.

The prime minister said the Naga tribes had a traditional system of morung learning in which elders would share traditional knowledge, history, and life skills with the youth through their experiences.

"Over time, this system has evolved into the morung concept of education. Through this system, interest in children in subjects like mathematics and science is instilled," he said.

Narendra Modi

Modi said that through this system, elders in the community teach them life skills through stories, folk songs and traditional games.

"In this way, our Nagaland is advancing children's education while preserving its cultural heritage. If you learn about such efforts in your area, please share them with me," he added.

The prime minister also shared a very inspiring effort that has come forth from the Chizami village in Nagaland.

He said the women of the village are collectively preserving more than 150 varieties of traditional seeds, and these seeds are being preserved in a community seed bank, run by the village women themselves.

These include rice, millet, maize, pulses, vegetables, and a variety of herbs, and this is an effort that preserves knowledge, keeps traditions alive, and lays a strong foundation for future generations, Modi said.

"Today, when the world is facing challenges like climate change, such efforts show us that solutions are not always far away. Sometimes, our own traditional knowledge and community efforts offer us the strongest path forward," he said.

PM Modi lauds Prayoga's Anveshana for promoting research in schools

NT Correspondent
BENGALURU

The flagship Anveshana programme of Bengaluru-based Prayoga Institute of Education Research has won praise from Prime Minister Narendra Modi, who highlighted it as a "model initiative" for making scientific research accessible to school students across backgrounds.

Commending the programme during his radio address, 'Mann Ki Baat', Modi underscored the importance of practice-led and experiential learning in building scientific temper among students.

"Practice makes a man perfect. More practice leads to more knowledge. Bengaluru-based Prayoga's unique education initiative focuses on research and the popularisation of science at the school level," he said.

"The initiative, Anveshana, engages students from classes 9 to 12 in areas such as chemistry, earth sciences, and wellness, providing opportunities for innovation," he added.

He further said the initiative offers students hands-on research experience and a platform to publish their work.

"Prayoga's initiative is commendable as it helps students connect with science and provides opportunities to demonstrate learning practically. When students do something on their own,

curiosity develops naturally. Who knows, someone from such initiatives could go on to become a great scientist in the future," he said.

Modi's recognition brings national attention to Anveshana's research-based pedagogy, which enables school students to engage in scientific inquiry beyond conventional classroom learning.

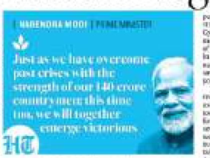
According to a statement, the programme allows students from classes 9 to 12 to work under the mentorship of experienced scientists, providing access to laboratory infrastructure and real-world scientific challenges.

Launched in 2022, Anveshana has supported multiple student-led research projects across disciplines, several of which have been published in internationally recognised peer-reviewed journals.

Expressing gratitude for the recognition, Prayoga founder and chief mentor Dr H S Nagaraja said the initiative currently reaches over 12,000 government school students, offering hands-on learning opportunities free of cost.

"At Prayoga, we focus on enabling over 12,000 government school students to learn science through experiential methods. These opportunities, once inaccessible at the school level, are now available free of cost.

PM on Iran crisis fallout: We'll overcome together



'मन की बात' में प्रधानमंत्री ने देशवासियों को किया संबोधित

हमारे पड़ोस में भीषण युद्ध चल रहा, लोग अफवाहों से बचें और संयम बनाए रखें

इस दौरान 'एक पेड़ मां के नाम' और प्रेरक प्रयासों का जिक्र भी किया

इस पर राजनीति नहीं करनी चाहिए

जल संरक्षण पर भी दिया जोर

प्रधानमंत्री मोदी ने पहली बार रणजी ट्राफी जीतने वाली जम्मू कश्मीर की टीम से कहा

खिलाड़ियों के बरसों के निरंतर प्रयास का नतीजा

नई दिल्ली, 29 मार्च (भाषा)।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पहली बार रणजी ट्राफी खिताब जीतने वाली जम्मू कश्मीर की क्रिकेट टीम की रविवार को तारीफ करते हुए उम्मीद जताई कि भविष्य में भी यहां के खिलाड़ियों की जीत का सिलसिला जारी रहेगा। रेडियो पर अपने मासिक कार्यक्रम 'मन की बात' में प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि देश के क्रिकेटप्रेमियों के लिए मार्च का महीना उत्साह और रोमांच से भरा रहा। उन्होंने कहा कि भारत ने जब टी20 विश्व कप जीता तो पूरे देश में खुशी की लहर दौड़ गई और सभी देशवासियों को टीम की शानदार सफलता पर गर्व है। उन्होंने कहा कि पिछले महीने के आखिर में कर्नाटक के हुबली में एक बहुत ही रोचक मैच में जम्मू कश्मीर क्रिकेट टीम ने रणजी ट्राफी जीती।

मोदी ने कहा, 'सबसे खुशी की बात है कि करीब सात दशक के लंबे इंतजार के बाद इस टीम ने अपना पहला रणजी खिताब हासिल किया। यह अभूतपूर्व सफलता खिलाड़ियों के कई बरसों के निरंतर प्रयासों का परिणाम है। जम्मू कश्मीर टीम के कप्तान पारस डोगरा ने अद्भुत कौशल का प्रदर्शन किया।'

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि आज देश में कश्मीर के युवा गेंदबाज आकिब नबी के प्रदर्शन की भी चर्चा हो रही है जिन्होंने रणजी सत्र में 60 विकेट लिए। इस जीत से टीम के खिलाड़ी और कोचिंग स्टाफ के साथ जम्मू कश्मीर के लोग बहुत रोमांचित हैं।

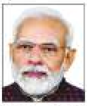
मन की बात

प्रधानमंत्री ने कहा, सबसे खुशी की बात है कि करीब सात दशक के लंबे इंतजार के बाद इस टीम ने अपना पहला रणजी खिताब हासिल किया। जम्मू कश्मीर टीम के कप्तान पारस डोगरा ने अद्भुत कौशल का प्रदर्शन किया। युवा गेंदबाज आकिब नबी के प्रदर्शन की भी चर्चा हो रही है जिन्होंने रणजी सत्र में 60 विकेट लिए।

ಸಕ್ಕರೆ, ತೈಲ ಸೇವನೆ ಕಮ್ಮಿ ಮಾಡಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಿ: ಮೋದಿ

ಅಡುಗೆ ಎಣ್ಣೆಯ ಬಳಕೆಯನ್ನು 10% ಕಡಿತಗೊಳಿಸಿ

ನವದೆಹಲಿ: ಸಕ್ಕರೆ ಸೇವನೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ಪ್ರಧಾನಿ ನರೇಂದ್ರ ಮೋದಿ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಮನವಿ ಮಾಡಿದರು.



ಮಾಸಿಕ ಮನ್ ಕೀ ಬಾತ್ ರೇಡಿಯೋ ಭಾಷಣ ಮಾಡಿದ ಅವರು, 'ಸಕ್ಕರೆ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ. ಅಡುಗೆ ಎಣ್ಣೆಯ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಶೇ.10ರಷ್ಟು ಕಡಿತ ಗೊಳಿಸಿ. ಇಂತಹ ಸಣ್ಣ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಬೊಜ್ಜು ಮತ್ತು ಜೀವನಶೈಲಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿಡುತ್ತವೆ' ಎಂದು ಕರೆ ನೀಡಿದರು.

70,000 ಕೆರೆ ನಿರ್ಮಾಣ: 'ಕಳೆದ 11 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಜಲ ಸಂಚಯ್ ಅಭಿಯಾನದಡಿಯಲ್ಲಿ ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಸುಮಾರು 50 ಲಕ್ಷ ಕೃತಕ ನೀರು ಕೊಯ್ಲು ರಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಮೃತ ಸರೋವರ ಅಭಿಯಾನದ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ 70,000 ಕೆರೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮಳೆಗಾಲ ಆರಂಭವಾಗುವ ಮೊದಲೇ ಈ ಕೆರೆಗಳ ಪುನರುಜ್ಜೀವನ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ. ನೀರಿನ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹರಿಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲೂ ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವುದು ಸಂತಸ ತಂದಿದೆ' ಎಂದರು.

ಸೌರಯೋಜನೆಯ ಯಶಸ್ಸು: ಇದಲ್ಲದೆ, 'ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ ಸೂರ್ಯಘರ್ ಯೋಜನೆಯಿಂದ ಇಂದು ಅನೇಕರು ತಮ್ಮ ಮನೆ ಮೇಲೆ ಹಾಗೂ ಜಮೀನಿನಲ್ಲಿ ಸೌರಫಲಕ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ವಿದ್ಯುತ್‌ನಲ್ಲಿ ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಆಗಿದ್ದಾರೆ. ಜತೆಗೆ ಇತರರಿಗೂ ವಿದ್ಯುತ್ ಮಾರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ' ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

Mann Ki Baat: PM lauds state's rainwater harvesting, solar mini-grid initiatives

Vangmun was facing a severe water crisis. During the summer season, the villagers had to travel long distances to collect water. Finally, the people of the village decided to conserve every drop of rainwater. Today, Rooftop Rainwater Harvesting Systems have been installed in nearly every household of Vangmun village.

Times News
Agartala, New Delhi Mar 29

Prime Minister Narendra Modi on Sunday praised two remarkable initiatives from Tripura during the 132nd episode of his monthly radio programme 'Mann Ki Baat,' highlighting the state's efforts in water conservation and renewable energy expansion. The Prime Minister appreciated the rainwater harvesting initiative adopted by the people of Vangmun village in Tripura's Jampui Hills and also lauded the electrification progress in Reang tribal areas through solar mini-grids under the PM Surya Ghar Muft Bijli Yojana. The developments were termed as a matter of pride for the entire state.

The Prime Minister said the benefits of the solar power initiative are being obtained in areas of the distant Northeast.

"There are countless examples of the solar energy revolution

P-5

Governor tunes in to Modi's 'Mann Ki Baat'

Times News
Agartala, Mar 29

Governor Indra Sena Reddy Nallu on Sunday morning tuned in to the 132nd episode of Prime Minister Narendra Modi's radio programme 'Mann Ki Baat' at Lok Bhavan.

Speaking on the occasion, the Governor highlighted how the Prime Minister has consistently used the programme to raise awareness among citizens on vital issues and to showcase development initiatives across the nation. He noted that for the past 132 months, the Prime Minister has been addressing the nation through this unique platform. The Governor further pointed out that in the latest episode,

P-5

وزیر اعظم کی من کی بات

جموں و کشمیر کرکٹ ٹیم کی جیت سے ملک کا سر فخر سے بلند ہوا

عظمیٰ نیوز سروس

سرینگر//وزیر اعظم نریندر مودی نے اتوار کو جموں و کشمیر کرکٹ ٹیم کی رانجی ٹرافی میں تاریخی جیت کے لیے ان کی تعریف کرتے ہوئے کہا کہ اس کامیابی نے پورے ملک کو سر فخر سے بلند کر دیا ہے۔ اپنے ماہانہ ریڈیو پروگرام من کی بات کے دوران مودی نے ٹیم کی کامیابی کو جموں اور ہندوستانی ڈومیسٹک کرکٹ کے لیے ایک تاریخی لمحہ قرار دیا اور کہا۔ وزیر اعظم نے کہا کہ یہ جیت محض [illegible] سے زیادہ اہمیت رکھتی ہے۔ نوٹ کرتے ہوئے کہ جموں و کشمیر کے نوجوانوں پر اس کا مثبت اثر پڑے گا۔ مودی نے کہا، 'بھارت کو جموں اور کشمیر کی ٹیم پر اپنی تاریخی رنجی ٹرافی جیتنے پر فخر ہے۔ اس کا جموں و کشمیر میں بہت مثبت اثر پڑے گا اور بہت سے لوگوں کو کھیلوں کو آگے بڑھانے کی ترغیب ملے گی۔' رانجی ٹرافی، ہندوستان کا سب سے بڑا ڈومیسٹک کرکٹ ٹورنامنٹ، ابھرتے ہوئے ٹیلنٹ کے لیے ایک اہم پلیٹ فارم سمجھا جاتا ہے، اور یہ ٹیم کی فتح اس کی کرکٹ کی تاریخ میں ایک اہم سنگ میل ہے۔ وزیر اعظم کے تبصروں کو خطے میں کھیلوں کی بڑھتی ہوئی صلاحیت کے اعتراف کے طور پر بھی دیکھا جا رہا ہے۔ (بقیہ صفحہ 8 پر من کی بات)

Mann ki Baat: Modi hails Bengaluru-based educational institute for popularising science education

The Hindu Bureau
BENGALURU/BELAGAVI

Prime Minister Narendra Modi made a reference to Bengaluru-based Prayoga Institute of Education Research and a Belagavi-based fish farmer during his Mann ki Baat address on Sunday.

Mr. Modi spoke about Prayoga's efforts in popularising science education at the school level and its education research project Anveshana.

"I have come to know about an unique initiative related to education in Bengaluru. A team here is running Prayoga Institute of Education Research. This team has a special focus on research projects. This team is engaged in popularising science education at the school level. They have launched an experiment called Anveshana, which provides students from classes 9 to 12 the opportunity to innovate in areas like chemistry, earth science, and wellness," Mr Modi said.

Fish farmers Raju Shivalingappa Huddar and Shivalingappa Satappa Huddar of Belagavi district whose success story was mentioned by Prime Minister Narendra Modi. PK. BADIGER

He added that this initiative provides students with a very good research experience and a platform to publish their projects.

"Friends, during our Pareeksha Pe Charcha, some students told me that they wanted to study science but were also intimidated by it. The efforts of the Prayoga team in this direction are commendable. This initiative gives students the opportunity to engage with science and demonstrate practical experience. When we try something firsthand, curiosity and interest are generated. Who knows, perhaps one of these young friends of mine might be a great scientist of the future," he added.

Fish farmers

Young Raju Shivalingappa Huddar and his father Shivalingappa Satappa Huddar of Bodkyanatti village in Belagavi district have achieved significant success in inland farming.

Residents of Bodkyanatti village were happy to listen to Mr. Modi mention the success story of Mr. Raju during Mann Ki Baat.

Mr. Raju and his father have been farming fish since 2024. With an initial investment of ₹30 lakh, they are earning around ₹20 lakh every 10 months.

PM Modi lauds sporting achievements by Indian athletes, Jammu and Kashmir team

[illegible]

Business Standard

Mann Ki Baat: PM Modi urges people to reduce sugar intake to avoid obesity

daily Excelsior

PM hails J&K's maiden Ranji triumph in 'Mann Ki Baat'

ETV بھارت

من کی بات: دنیا بھر میں ایندھن کا بحران، بھارت چیلنجز کا ڈٹ کر سامنا کر رہا ہے، پی ایم مودی

THE FREE PRESS JOURNAL

Mann Ki Baat's 132nd Episode: PM Modi Invites Citizens To Join 'Gyan Bharatam App', Bring Forward Aspects Of Indian Cultures

हरिभूमि

समाचार ही नहीं, विचार भी

पीएम मोदी के 'मन की बात' में कोरिया मॉडल की गूंज : खेतों में छोटे-छोटे रिचार्ज तालाब और सोखता गड्ढों की सराहना

ਜਗ ਬਾਣੀ

'ਮਨ ਕੀ ਬਾਤ' 'ਚ PM ਮੋਦੀ ਨੇ ਜਲ ਸੰਚੈ ਅਭਿਆਨ ਦੀ ਕੀਤੀ ਸ਼ਲਾਘਾ, ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬਚਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸੱਦਾ

LATESTLY

Mann Ki Baat: PM Narendra Modi Praises T20 World Cup Victory, Athletes Gulveer Singh and Anahat Singh in 132nd Episode

NDTV

प्राचीन ज्ञान को डिजिटल भविष्य से जोड़ रहा बीकानेर का अभय जैन ग्रंथालय, 'मन की बात' में पीएम मोदी ने किया जिक्र

PRAGATIVADI

PM 'ಮನ್ ಕಿ ಬಾತ್': ಬೆಳಗಾವಿ ಬೋಡಕ್ಯಾನಟ್ಟಿ ರೈತನ ಸಾಧನೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ ಮೋದಿ

THE NEW INDIAN EXPRESS

PM Modi lauds Bengaluru-based Prayoga Institute in Mann Ki Baat

TRIPURA TIMES

Mann Ki Baat: PM lauds Tripura's rainwater harvesting model, solar mini-grid

मन की बात

के सभी संस्करणों को पढ़ने के लिए
QR कोड को स्कैन करें।

आपकी प्रतिक्रिया और सुझाव हमारे लिए महत्त्वपूर्ण हैं! हमें इस ईमेल एड्रेस पर लिखें : mkb-mib@gov.in

मुझे ये देखकर अच्छा लगता है कि अब जल संकट से निपटने के लिए गाँव-गाँव में सामुदायिक स्तर पर प्रयास होने लगे हैं। कहीं पुराने तालाबों की सफाई हो रही है, कहीं बरसात के जल को सहेजने के लिए प्रयास किया जा रहा है।

– माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी

सत्यमेव जयते

सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय
भारत सरकार

के. सं. ब./ हिन्दी/ अप्रैल 2026

केंद्रीय संचार ब्यूरो
द्वारा मुद्रित

मै. जेके ऑफसेट ग्राफिक्स, नई दिल्ली द्वारा मुद्रित