

पारंपरिक ज्ञान और सीख

इस मॉड्यूल में शामिल विषय हैं:

- खेल और खुद ही करें
- जल के बारे में गायन और प्रस्तुति
- एनआईएच जल स्तुति

मॉड्यूल के उद्देश्य

जब प्रशिक्षण को विशेष के लिए बनाने और प्रतिभागी का ध्यान आकृष्ट करने के बारे में चिंतन किया जाता है तो हमेशा दिमाग में आइसब्रेकर, प्रश्नोत्तरी, पहेली, करने के लिए गतिविधियां, खेल आदि जैसी चीजें ही आती हैं।

इस मॉड्यूल में दी गई गतिविधियों को आप अपने प्रशिक्षण कार्यक्रम में दिए गए तरीकों से जोड़ सकते हैं –

- आपसी संवाद वाले प्रशिक्षण सत्र
- अपने प्रशिक्षुओं के ज्ञान के स्तर का आकलन
- उन्हें 'करके सीखने' के महत्व से अवगत कराएं जिससे प्रशिक्षण कार्यक्रम में उनकी लगातार अभिरुचि के साथ-साथ भागीदारी बनी रहे।
- गतिविधियां, गीत, कविताएं और इस मॉड्यूल में दी गई कहानियों को प्रशिक्षण के दौरान किसी भी समय बताया जा सकता है, यह अन्य मॉड्यूल से संबंधित विषय पर निर्भर करता है।

खेल और खुद ही करें गतिविधियां

जल विज्ञान

प्रशिक्षक का नोट – इस क्विज का मौखिक रूप से या प्रतिभागियों के बीच प्रश्न पत्र की कॉपी वितरित करके आयोजन किया जा सकता है। प्रत्येक प्रश्न पर चर्चा के बाद या सभी प्रतिभागियों को दिए गए पत्रक पर प्रश्नोत्तरी का उनका जवाब आ जाने के बाद सही जवाब दोहराएं।

प्रश्न

1. पृथ्वी के जल संसाधन का कितना प्रतिशत स्वच्छ पानी है?
ए) 3 प्रतिशत
बी) 15 प्रतिशत
सी) 30 प्रतिशत
2. पृथ्वी का अधिकांश स्वच्छ पानी किसमें है?
ए) झील
बी) मानव निर्मित जलाशयों
सी) भूमिगत जलभृतों
3. दुनिया की आबादी के कितने प्रतिशत तक साफ पानी की पहुँच नहीं है?
ए) 2 प्रतिशत
बी) 17 प्रतिशत
सी) 38 प्रतिशत
4. पानी चक्र के किस चरण में तरल पानी गैस में बदल जाता है?
ए) वाष्पीकरण
बी) संघनन
सी) अवक्षेपण
5. भारत की सबसे लंबी नदी कौन है?
ए) गंगा
बी) यमुना
सी) कृष्णा
डी) नर्मदा
6. गंगा नदी कहां से उत्पन्न होती है ?
ए) मानसरोवर
बी) गोमुख
सी) औली
डी) केदारनाथ
7. इनमें से कौन सी नदी अरब सागर में प्रवाहित होती है?
ए) कृष्णा
बी) कावेरी
सी) महानदी
डी) नर्मदा

8. कौन सी नदी सबसे बड़ी नदी बेसिन बनाती है?

- ए) सिंधु
- बी) गंगा
- सी) नर्मदा
- डी) ब्रह्मपुत्र

9. कौन सी नदी है जो असम राज्य से होकर बहती है और अपनी धारा अक्सर बदलने के लिए जानी जाती है?

- ए) ब्रह्मपुत्र
- बी) गंगा
- सी) गोदावरी
- डी) चंबल

10. इन नदियों में से कौन सी हिमालय के माध्यम से प्रवाहित होती है?

- ए) सिंधु
- बी) गोदावरी
- सी) अलकनंदा
- डी) भागीरथी

11. किस नदी के नाम से भारत का नाम है?

- ए) गंगा
- बी) सिंधु
- सी) भागीरथी
- डी) कृष्णा

12. एक नदी घाटी के आसपास की उच्चभूमि क्षेत्र का क्या नाम है?

- ए) वाटरशेड
- बी) वी के आकार की घाटी
- सी) चौनल
- डी) सहायक नदी

13. नदी जो असम में जबरदस्त बाढ़ का कारण बनती है?

- ए) गोमती
- बी) गंगा
- सी) ब्रह्मपुत्र
- डी) यमुना

14. बाढ़ चेतावनी की जानकारी इसके द्वारा प्रचारित की जाती है?

- ए) ऑल इंडिया रेडियो
- बी) दूरदर्शन
- सी) अखबार
- डी) उपर्युक्त सभी

15. भारत की कुल भूमि के कितने प्रतिशत पर बाढ़ का खतरा है?

- ए) 10
- बी) 12
- सी) 11
- डी) 13

16. सूखा क्या है?

- ए) लंबे समय तक, असामान्य रूप से आर्द्र अवधि जब लोगों के सामान्य जरूरतों के लिए पानी, पर्याप्त पानी की तुलना में अधिक होता है।
- बी) लंबे समय तक, असामान्य रूप से सूखे की अवधि है जब लोगों को सामान्य जरूरतों के लिए पर्याप्त पानी नहीं मिलता है।
- सी) एक छोटी सूखे की अवधि, जब लोगों को उनकी सामान्य जरूरतों के लिए पर्याप्त पानी नहीं मिलता है।
- डी) लंबी, ठंड की अवधि जब लोगों को सामान्य जरूरतों के लिए पर्याप्त पानी नहीं मिलता है।

17. जल प्रदूषण आज दुनिया में एक बड़ी समस्या बन गई है। यह पर्यावरण और स्वास्थ्य दोनों पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है। भारत में जल प्रदूषण के मुख्य स्रोत क्या हैं?

- ए) नगर निगम के सीवेज
- बी) स्नान
- सी) औद्योगिक स्त्राव
- डी) दोनों ए और सी

18. कृषि भूमि से आने वाले अपवाह में कौन सा खनिज पाया जाता है और उपचारित व अनुपचारित गंदे नाले के अपशिष्ट, जो जल निकायों की यूट्रोफिकेशन के लिए अत्यधिक जिम्मेदार हैं?

- ए) फॉस्फोरस और कार्बन
- बी) नाइट्रोजन और फास्फोरस
- सी) पोटेशियम और आर्सेनिक
- डी) लोहा और मैंगनीज

19. गैप (गंगा एक्शन प्लान) – गंगा के प्रदूषित पानी को साफ करने की एक परियोजना – तीन राज्यों के 25 बड़े शहरी कंपनियों से नदी में गिरने वाले नगर निगम के गंदे पानी को रोकने और मोड़ने की योजना है। इसके नाम बताएं।

- ए) उत्तर प्रदेश, हरियाणा और पंजाब
- बी) उत्तर प्रदेश, बिहार और पश्चिम बंगाल
- सी) हिमाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश और हरियाणा
- डी) उड़ीसा, बिहार और पश्चिम बंगाल

20. जल निकाय के निम्नलिखित स्वास्थ्य सूचक में से कौन सबसे अधिक व्यापक रूप से प्रवाह के प्रदूषण के रूप में स्वीकार किया जाता है ?

- ए) सीओडी (रासायनिक ऑक्सीजन की मांग)
- बी) बीओडी (बायोलॉजिकल ऑक्सीजन की मांग)
- सी) क्लोरोफॉर्म सामग्री

उत्तर

- | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1. ए | 2. सी | 3. बी | 4. ए | 5. ए |
| 6. बी | 7. डी | 8. बी | 9. ए | 10. बी |
| 11. बी | 12. ए | 13. सी | 14. डी | 15. बी |
| 16. बी | 17. डी | 18. बी | 19. बी | 20. बी |

जल विज्ञान

1. हाइड्रोलॉजी एक विज्ञान है —

- (क) हवा तथा मृदा का
- (ख) सड़क एवं नगरों का
- (ग) जल का
- (घ) वायुमंडल का

2. ग्रीन हाउस प्रभाव, वायुमंडल में किस गैस के बढ़ जाने के कारण होता है?

- (क) नाइट्रोजन
- (ख) आक्सीजन
- (ग) हाइड्रोजन
- (घ) कार्बन डाइआक्साइड

3. ब्राइन क्या है?

- (क) एक गैस
- (ख) एक द्रव
- (ग) तीव्र खारा जल
- (घ) सामान्य जल

4. ग्रीष्म ऋतु में झीलों के सूखने का मुख्य कारण क्या है?

- (क) वर्षा
- (ख) हिमपात
- (ग) अपरोधन
- (घ) वाष्पन

5. वर्षण प्राप्त होता है —

- (क) वर्षा के रूप में
- (ख) हिमपात के रूप में
- (ग) अपरोधन के रूप में
- (घ) उपरोक्त सभी रूपों में

6. जल ऊर्जा के लिए नदियों पर बांध बनाने हेतु उपयुक्त स्थल मैदानी भाग में नहीं होने का कारण है —

- (क) पानी की कमी
- (ख) मैदानों में कम वर्षा का होना
- (ग) अधिक वाष्पन
- (घ) कम विभवान्तर का होना

7. जल ऊर्जा उत्पादन में जल की आवश्यकता पड़ती है –

- (क) टरबाइन्स को ठंडा करने के लिए
- (ख) टरबाइन्स को घुमाने के लिए
- (ग) भाप उत्पन्न करने के लिए
- (घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

8. नदी की उपनदी (ट्रिब्यूटरी) –

- (क) नदी से निकलती है
- (ख) नदी से जुड़ती है
- (ग) कभी नदी से निकलती है, कभी नदी से जुड़ती है
- (घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

9. भाखड़ा नांगल बांध किस राज्य में स्थित है–

- (क) पंजाब में
- (ख) हरियाणा में
- (ग) जम्मू तथा कश्मीर से
- (घ) हिमाचल प्रदेश में

10. भारत की औसत वर्षा है –

- (क) 90 से. मी.
- (ख) 99६ से. मी
- (ग) 9३६ से. मी.
- (घ) 9५३ से. मी.

11. भूमण्डलीय तापमान में वृद्धि से –

- (क) समुद्र का जल स्तर बढ़ जाएगा
- (ख) समुद्र का जल स्तर कम हो जाएगा
- (ग) समुद्र जल स्तर पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा
- (घ) उपरोक्त कोई भी नहीं

12. जलाशयों में वाष्पन कम करने में सबसे अधिक प्रभावी है –

- (क) इथाइल एल्कोहल
- (ख) मिथाइल एल्कोहल
- (ग) सीटाइल एल्कोहल
- (घ) ब्यूटाइल एल्कोहल

13. वनों को काटने से –

- (क) नदियों में बहाव बढ़ेगा
- (ख) नदियों में बहाव कम हो जाएगा
- (ग) भूजल बढ़ेगा
- (घ) अवसाद वहन कम होगा

14. सामान्यतः बांध बनाए जाते हैं –

- (क) बाढ़ नियन्त्रण हेतु
- (ख) जल ऊर्जा उत्पादन हेतु
- (ग) सिंचाई हेतु
- (घ) उपरोक्त सभी कार्यों हेतु

15. वह क्षेत्र जहाँ षि कार्यों हेतु पर्याप्त जल उपलब्ध नहीं होता है, उसे कहते हैं—

- (क) शुष्क क्षेत्र
- (ख) आर्द्र क्षेत्र
- (ग) अर्ध आर्द्र क्षेत्र
- (घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

16. वृक्षारोपण की एक उपयोगिता है –

- (क) यह मृदा कटाव को कम करता है
- (ख) यह मृदा कटाव को बढ़ाता है
- (ग) इसका मृदा कटाव पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा
- (घ) यह हवा का तापमान बढ़ता है

17. विश्व में सर्वाधिक वर्षा होती है –

- (क) मोस्यनराम, मेघालय, भारत में
- (ख) सोन बिलक, आस्ट्रिया में
- (ग) चेरापूंजी, असम, भारत में
- (घ) वाशिंगटन डी. सी., अमेरिका में

18. वर्षा मापन यंत्र का सर्वप्रथम आविष्कार तथा प्रयोग हुआ था –

- (क) चीन में
- (ख) कोरिया में
- (ग) भारत में
- (घ) अमेरिका में

19. निस्सरण की इकाई है –

- (क) घन. मीटर/सेकंड
- (ख) वर्ग मीटर/सेकंड

-
- (ग) मीटर/सेकंड
 - (घ) वर्ग मीटर/वर्ग सेकंड

20. वर्षा की गणना की जाती है –

- (क) वर्षा अनुकारक से
- (ख) वर्षा संवेदक से
- (ग) हुक प्रमापी से
- (घ) वर्षण प्रमापी से

21. वर्षा मापन की इकाई है –

- (क) लीटर
- (ख) मि. मी.
- (ग) वर्ग मि. मी.
- (घ) मि. मी./सेकंड

22. कटाव कहते हैं –

- (क) मृदा के अपरदन को
- (ख) जलाशयों से वाष्पन को
- (ग) बालू के बहाव को
- (घ) वृक्षों के जल अवषोषण को

23. नदी का मीएनडरिंग कहते हैं –

- (क) नदी का ऊपर तथा नीचे जाना
- (ख) नदी के बहाव की दिशा का बारबार बदलना
- (ग) नदी की वर्टेक्स
- (घ) नदी की हाइड्रोलिक उछाल

24. पश्चिमी राजस्थान में कम वर्षा होती है क्योंकि –

- (क) मानसून लाने वाली वायु अरावली पर्वत से बाधित हो जाती है
- (ख) मानसून लाने वाली वायु अरावली पर्वत से बाधित नहीं होती है
- (ग) यह प्रान्त गर्त में स्थित है
- (घ) यह प्रान्त वर्षा की छाया क्षेत्र में स्थित है

25. समुद्र का पानी नीला प्रतीत होता है –

- (क) पानी के नीले रंग के कारण
- (ख) समुद्र बहुत गहरा होने के कारण
- (ग) आकाश तथा जल परमाणु से प्रकाश का परावर्तन तथा छितरण होने के कारण
- (घ) आकाश के नीला होने के कारण

26. उत्तर प्रदेश की मृदा मुख्यतः –

- (क) लाल है
- (ख) उत्पादन न करने वाली रेतीली है
- (ग) जलोढ़ है
- (घ) लैटेराइट है

27. पौधों के विकास के लिए उपयोगी मृदा आर्द्रता प्राप्त होती है –

- (क) गुरुत्व जल से
- (ख) कोशिकीय जल से
- (ग) रासायनिक विधि द्वारा व्यावहारिक जल से
- (घ) वायु में उपलब्ध आर्द्रता से

28. मौसम अनुमान के लिए टी. वी. पर दिखायी जाने वाली तस्वीर लिए जाने का समय है–

- (क) 12 दोपहर
- (ख) 5:30 प्रातः
- (ग) 2:30 दोपहर
- (घ) 4:30 सायं

29. भारत के किस राज्य में भूगर्भ जल में आर्सेनिक प्रदूषण से सबसे अधिक गंभीर समस्या है?

- (क) पश्चिमी बंगाल
- (ख) आसाम
- (ग) तमिलनाडू
- (घ) महाराष्ट्र

30. दिन के समय में जल स्रोतों (जैसे झील, तालाब इत्यादि) का तापमान भूमि के तापमान से –

- (क) अधिक होता है
- (ख) कम होता है
- (ग) बराबर होता है
- (घ) ऋतु पर निर्भर करता है

31. पानी है एक –

- (क) पूर्ण विसारक
- (ख) पूर्ण अवशोषक
- (ग) परावर्तक
- (घ) कोई नहीं

32. भारत में सैटेलाइट डाटा प्राप्त किए जाते हैं

- (क) श्रीहरीकोटा में
- (ख) पोखरन में
- (ग) जम्मू में
- (घ) हैदराबाद में

33. प्रकाश की किरण हवा से पानी में जाने पर थोड़ा झुक जाती है –

- (क) अवशोषण के कारण
- (ख) अपवर्तन के कारण
- (ग) प्रकीर्णन के कारण
- (घ) कोई नहीं

34. संसार में उपलब्ध कुल जल की मात्रा में से लवण जल का प्रतिशत है –

- (क) ६१ प्रतिशत
- (ख) ३३ प्रतिशत
- (ग) ६७ प्रतिशत
- (घ) ६७ प्रतिशत

35. उष्ण कटिबंधीय चक्रवात का कारण है—

- (क) कम दाब
- (ख) उच्च दाब
- (ग) कम तापमान
- (घ) उच्च तापमान

36. भारत में वर्षा मुख्यतः होती है –

- (क) मानसून से
- (ख) फ्रंटल से
- (ग) पर्वतों के कारण
- (घ) उपयुक्त में से कोई नहीं

37. वर्षण के लिए वायुमंडल में केवल नमी की उचित मात्रा जरूरी है –

- (क) हाँ
- (ख) नहीं

38. धूल के कण वर्षण के लिए अनिवार्य है—

- (क) हाँ
- (ख) नहीं

39. वर्षा की बूँद का आकार होता है –

- (क) गोलीय
- (ख) बेलनीय
- (ग) अर्धगोलीय
- (घ) उपर्युक्त में से कोई नहीं

40. वर्षा की गणना करते हैं –

- (क) आयतन से
- (ख) ऊंचाई से
- (ग) क्षेत्रफल से
- (घ) उपर्युक्त में से कोई नहीं

41. सामान्य: भूजल स्तर मानसून (वर्षा) ऋतु में

- (क) ऊपर उठता है
- (ख) नीचे गिरता है
- (ग) स्थिर रहता है
- (घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

42. पानी का घनत्व अधिकतम होता है –

- (क) ४ डिग्री सेंटीग्रेट पर
- (ख) ४ डिग्री से अधिक ताप पर
- (ग) ४ डिग्री से कम ताप पर
- (घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

43. अच्छी गुणवत्ता का जल सीधे प्राप्त किया जा सकता है –

- (क) समुद्र से
- (ख) नदियों से
- (ग) झीलों से
- (घ) वर्षा एवं भूगर्भ जल से

44. जल का स्रोत (वर्षा, हिमगलन अथवा भूगर्भ जल) पहचाना जा सकता है –

- (क) समस्थानिक हस्ताक्षर से
- (ख) जियोमॉर्फोलॉजिकल लक्षणों से
- (ग) जलविज्ञानीय सीमाओं से
- (घ) भौतिक आकार से

45. नदियों में प्रवाह होता है –

- (क) जल विद्युत बल द्वारा
- (ख) वायुबल द्वारा
- (ग) गुरुत्वीय बल द्वारा
- (घ) उपरोक्त में से कोई नहीं

46. जल विद्युत उत्पन्न की जाती है, जहाँ होती है –

- (क) पानी में तरंग
- (ख) पानी का मोड़ या झुकाव
- (ग) पानी में उंचाई
- (घ) दो नदियों में मिलन

47. वर्षा जल, भूमि में अंतः स्यंदित होता है –

- (क) अलग स्थानों पर अलग गति से
- (ख) सभी स्थानों पर समान गति से
- (ग) बिल्कुल अंतः स्यंदित नहीं होता
- (घ) कभी-कभी अंतः स्यंदित होता है

48. गंगा का उदगम है –

- (क) ऋषिकेश
- (ख) गढ़मुक्तेश्वर
- (ग) गंगोत्री
- (घ) भीमगोडा

49. भूगर्भ जल भूमि के नीचे अलग-अलग गहराइयों पर पाया जाता है –

- (क) हाँ
- (ख) नहीं

50. दिल्ली में पेयजल का मुख्य साधन है–

- (क) गंगा
- (ख) सतलुज
- (ग) यमुना
- (घ) झेलम

उत्तर

1. ग	11. क	21. ख	31. ग	41. क
2. घ	12. ग	22. क	32. घ	42. ग
3. ग	13. क	23. ख	33. ख	43. घ
4. घ	14. घ	24. ख	34. घ	44. क
5. घ	15. क	25. ग	35. क	45. ग
6. घ	16. क	26. ग	36. क	46. ग
7. ख	17. क	27. ख	37. ख	47. क
8. ख	18. ग	28. ग	38. क	48. ग
9. क	19. क	29. क	39. क	49. क
10. ख	20. घ	30. ख	40. ख	50. ग

अव्यवस्थित जल शब्द

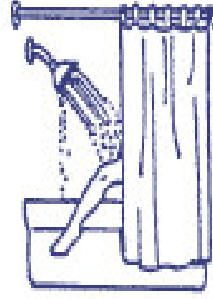
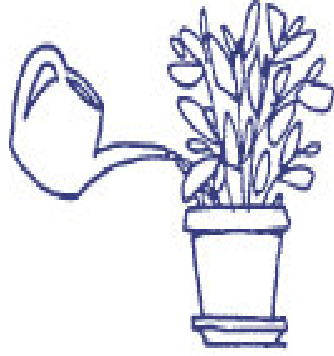
प्रशिक्षक के नोट – प्रशिक्षक बोर्ड पर अव्यवस्थित मिश्रण के शब्दों को लिखने के बाद प्रतिभागियों से एक के बाद एक सही शब्द का अनुमान लगाने के लिए कह सकते हैं।

1. ALEK _____
2. PVORAU _____
3. NDKIR _____
4. EURSE _____
5. VERIR _____
6. VOESNCRE _____
7. TRASEMS _____
8. DISLO _____
9. USN _____
10. EWRAT _____
11. ECRELCY _____
12. ILDIUQ _____
13. LUDCOS _____
14. SGA _____
15. AEVS _____

उत्तर — 1- Lake 2- Vapour 3- Drink 4- Reuse 5- River 6- Conserve 7- Streams
8- Solid 9- Sun 10- Water 11- Recycle 12- Liquid 13- Cloud 14- Gas
15- Save

जल के कई अलग अलग नाम हैं

और कई अलग-अलग तरीकों से प्रयोग भी किए जाते हैं!



इसके बारे में सोचें कि आपने कल क्या किया था? क्या आप पूरे दिन घर पर थे? क्या आप स्कूल गए थे? क्या आप अपने एक दोस्त के घर गए थे? आप मॉल गए थे? आपने जल का इस्तेमाल जिन अलग-अलग तरीकों से किया है सभी की एक सूची तैयार करें। क्या आप कर चुके हैं? आपने कल जिन अलग-अलग तरीकों से जल का इस्तेमाल किया था उसकी गणना करें और कुल यहां रखें।

जल का गाना और गुणगान

गीत

जल व्यापक है

‘जल व्यापक है’ (जिसे ‘ओ वैली, वैली’ भी कहा जाता है) अंग्रेजी मूल का एक लोकगीत है, जो आंशिक रूप से 1600 के दशक पर आधारित है। इसकी 21वीं सदी से काफी लोकप्रियता देखी जा रही है। सेसिल शार्प ने इस गीत को लोकगीतों के रूप में समरसेट (1906) में प्रकाशित किया।

जल व्यापक है, मैं ओशएर नहीं पा सकता है
न तो मेरे पास उड़ान भरने के लिए पंख हैं,
मुझे एक ऐसा नाव दो जो दोनों को ले जा सकता है
और दोनों नाव की सैर करेंगे, मेरा प्यार और मैं

एक जहाज है और वह समुद्र में शांत रूप से जा रहा है
वह भार के साथ गहरा और गहरा जा सकता है,
लेकिन इतना नहीं जितना प्यार में मैं हूँ
मैं नहीं जानता कि मैं डूबूंगा या तैरूंगा

मैं अपनी पीठ ओक से टेकता हूँ
इस सोच के साथ कि यह भरोसेमंद पेड़ था
लेकिन पहले यह झुका और फिर टूटा
इसलिए मेरे प्यार ने मुझे झूठा साबित किया।

मैंने अपनी उंगली कुछ नरम झाड़ी में डाली
खूबसूरत फूल को पाने की सोच के साथ
मेरी उंगली की हड्डी में कुछ चुभन हुई
और खूबसूरत फूल वहीं छोड़ दिया।

ओह प्रेम सुंदर और प्रेम दयालु हो सकता है
समलैंगिक एक गहना के रूप हो सकता है जब पहली बार यह नया
नया होता है
लेकिन प्यार जैसे जैसे बढ़ता है और मोमबत्ती ठंडी होती है
और मुरझा कर सुबह की ओस की तरह दूर हो जाता है

मुझे बांधा जाना चाहिए, जबकि आप स्वतंत्र होते हैं
मुझे उस आदमी से प्यार करना चाहिए, जो मुझे प्यार नहीं करता
मुझे कम से कम इतने कला के साथ पैदा होना चाहिए
कि उस आदमी से भी प्यार कर सकूँ जिसने मेरा दिल तोड़ा।

जब कौड़ी चांदी की घंटी में तब्दील हो जाता है
तो मेरा प्यार मेरे पास वापस आ जाएगा,
जब गुलाब के फूल सर्दियों की उदासी में खिलते हैं
तो मेरा प्यार मेरे पास लौट आता है

कविता

जल, जल है
पर जल का नाम बदल जाता है।
हिम नग से झरने
झरनों से नदियाँ
नदियों से सागर
तक चल कर
कितना भी आकाश उड़े
गिरे, बहे, सूखे
पर वेष बदल कर
रूप बदल कर
नाम बदल कर
जल जल ही रहता है।

श्रम का सीकर
दुख के आँसू
हंसती आँखों में सपने जल!
कितने जाल डाल मछुआरे
जल से जीवन छीनेंगे
कितने सूरज लू बरसा कर
नदियों के तन मन सोखेंगे
उन्हें स्वयं ही
पिघले हिम के
जल—प्लावन में घिरना होगा
फिर—फिर जल के
घाट—घाट पर
ठाठ—बाट तज

तिरना होगा
महाप्रलय में
एक नाम ही शेष रहेगा
जल, जल,
जल ही जल।

रचनाकर—कविता वाचकनवी
www.kavitakosh.org

जल ही जीवन है !!!

जल पर कविता

कितना निर्मल-तरल मन चाहिए
लिखने के लिए पानी पर कविता
कवि के भीतर

पानी भी होना चाहिए पूरम्पूर

पानी पर कविता लिखने के लिए
पानी की हर हलचल पर
लगाना होता है पूरा आँख-कान
जुबान को पथरा (द्वनेत्र) नहीं
देना
कवि के लिए सतत चुनौती है

प्यास के भूगोल से तय होती है
पानी की कविता की गहराई
पानी से ही पता चलता है
कि पानी कविता
कहाँ महीन-तरल है
और कहाँ है पानी की ही तरह
दुर्धर्ष!

पानी की कविता
एक खास तरह के
जबान-ए-आब से बनती है!

लेखक— प्रेमशंकरशुक्ल
www.hindi.indiawaterportal.org

अमृत और दूसरा क्या है

अमृत और दूसरा क्या है
यह जल ही तो अमृत है।

जल है तो, सचमुच कल है
आशान्वित अपना, हर पल है।

जल का जो, समझे ना मोल
उसे बताओ, यह कितना अनमोल।

जल स्रोतों से प्राप्त जल से, प्राणों का संचार
जल ही से तो सक्षम हमारे, यह समग्र संसार।

अपव्यय खुद, जल का रोको
कोई और करे तो, उसे भी टोको।

नल खुले छोड़ना, घोर पाप है
यह भी जैसे, एक अपराध है।

सब मिलकर, बचाओ बूंद बूंद जल
वरना नजर आएंगे, कुओं के तल
खेतों में नहीं, चल पाएंगे हल।

बिना वजह मत काटों जंगल,
नभ में लहराएंगे बादल, बरसाएंगे जल।
अमृत और दूसरा क्या है,
यह जल ही तो अमृत है।

जल की कमी न होने पाए,
वर्षा का जल यदि व्यर्थ न जाये।

अपना कर्तव्य सभी निभाएं,
संरक्षण जल का हो जाये।

नदियों में पशुओं को नहलाना,
वाहन, कपड़े इनमें न धोना,
स्वास्थ्य की दृष्टि से उचित नहीं है,
रोगों को न्योता देना।

प्रदूषित न हों अपने ये जल स्रोत,
गंदगी इनमें न घुलने पाए,
जल से सृष्टि का स्वरूप है,
बर्बादी जल की न होने पाए।

रचनाकर— श्री हुकम चंद्र सोगानी

स्रोत— जल चेतना, तनीकी पत्रिका, राष्ट्रीय जल
विज्ञान संस्थान (खंड 2, अंक 1, जनवरी: 2013)

बिन पानी सब सून

इस धरती पर है पानी की मारामार।
तभी तो लोग करते पानी का ब्यापार।।

क्या है ये गन्दा कोका कोला।
दिखने में लगता है काला-काला।।

गरीबो को लूटने वाला।
ये है लोगों की मौत का प्याला।।

फिर भी लोग इसी को पीते।
मना करो तो सीना तान के अड़ जाते।।

कहते मेरा पैसा हम कुछ भी पीएं।
जीना हमें है हम कैसे भी जिएं?

पानी है धरतीवासियों का जीवन।
लोग सोचते हैं रुपए ही है जीवन।।

भला पानी न हो इस धरती पर।
रुपया ही रुपया हो सबके घर।

किसी ने नहीं ये सोचा होगा।
की बिन पानी तब क्या होगा।।

बिन पानी न उगता अन्न न बनता भोजन।
तब असंभव हो जायेगा जीना सबका जीवन।

पानी है तो ये धरती है जीवन सबको देती है।
बिन पानी के रहने वालो की संख्या घटती है।

अप्रैल, जुलाई, सितम्बर हो चाहे दिसंबर और जून।
क्या होगा इन का मतलब जब बिन पानी सब सून।

लेखक— आशीष कुमार
www.hindi.indiawaterportal.org

कहीं पपीहा प्यासा है

बादल अब तो बरस पड़ो,
यहाँ चारों ओर निराशा है।
बरखा की बूंदों के बिन,
कहीं पपीहा प्यासा है ॥

ताल-तलैया, नदियाँ-नाले,
सूख रहे, हौले-हौले।
प्यासी धरती, तड़प-तड़पकर,
मांग रही जल, मुंह खोले ॥

जीव-जंतु, मानव का तन,
भीषण गर्मी से झुलस रहा।
बादल की गर्जन सुनने को,
प्राणी-प्राणी किलस रहा ॥

पर हम क्यूँ न समझ सके,
क्या जीवन की परिभषा है?
सीपी के खुलते मुख को भी,
कुछ बूंदों की आशा है।
काट दिए हमने वन-उपवन,
जो वर्षा बुलवाते थे।

जंगल को धधकाया हमने,
जो वर्षा को लाते थे।
स्वार्थ सिद्धि की खातिर हमने,
हरियाली ही खो दी।
मिट्टी की पड़ती वर्षा की,
खुशबू सोंधी खो दी।
अधिकाधिक वृक्षारोपण से,
करें आओ दूर हताशा।
बदल फिर लिखने आयेंगे,
जीवन की मृदुभाषा ॥

रचनाकार— श्रीमती रमा सिंघल

स्रोत—जलचेतना, तकनीकी पत्रिका, राष्ट्रीय जल विज्ञान संस्थान
(खंड 2, अंक 1, जनवरी : 2013)

प्राचीन मेरिनर की कविता

(कविता से प्रसिद्ध पंक्तियां)

दिन के बाद दिन, दिन के बाद दिन,
हम अटक गए हैं, न ही सांस और न ही गति
एक रंग बिरंगे जहाज के रूप में हाथ पर हाथ धरे
एक रंग बिरंगे सागर पर।

पानी, पानी, हर जगह है,
और सभी फलक डूब गए
पानी, पानी, हर जगह है,
न ही कोई बूंद पीने के लिए

— शमूएल टेलर कोलेरिज

पानी



पानी शुद्ध है,
पानी प्राकृतिक है
पानी स्वस्थ है,
पानी सभी की मदद कर सकता है

पानी, सरल है
पानी स्वतंत्र है,
पानी जीवों की मदद कर सकता है,
आपके और मेरे जीवन की भी

— ओलिविया टेलर

कोई जगह नहीं है



कोई जगह नहीं है
जहां पानी नहीं है
पानी पानी और पानी
यहाँ हम मर रहे हैं
पानी के बिना।

आकाश पानी
पृथ्वी पानी
हम सब यहां हैं
हमारे ही हाथों में मौत के साथ
पानी से भरा हुआ।

जल आश्चर्य है
पानी ऊपर है पानी नीचे है
हर जगह पानी है
और हम पानी में मर रहे हैं
पानी के बिना।

— गजानन मिश्रा

दरारयुक्त बर्तन



भारत में एक जल वाहक के पास दो बड़े बर्तन थे, प्रत्येक बर्तन को वह उस लंबे डंडे के दोनों सिरे पर लटका देता था जिसे अपने गर्दन पर ढोता था। उनमें से एक बर्तन में दरार थी, जबकि दूसरा बर्तन एकदम सही था और यह हमेशा पूरे जल को जल धारा से लेकर मास्टर के घर तक लंबी दूरी तय कर पहुंचाता था, दरारयुक्त बर्तन केवल आधा भरा ही पहुंचता था। पूरे दो साल तक यह प्रतिदिन चलता रहा, वाहक अपने मास्टर के घर केवल डेढ़ बर्तन जल ही पहुंचाता रहा। बेशक, सही बर्तन को अपनी उपलब्धियों पर गर्व हुआ था, जो अंत तक रहा जिसके लिए वह बना था, लेकिन कमजोर दरारयुक्त बर्तन को स्वयं के दोष पर शर्म आ रही थी, और दुखी भी था कि वह जितने के लिए बना है उसके केवल आधा ही पानी पहुंचाने में सक्षम था।

दो साल बाद उसे कड़वी विफलता का एहसास हुआ, उसने एक दिन जल धारा के सामने जल वाहक से कहा, मैं अपने आप पर शर्मिंदा हूँ और मैं आपसे माफी चाहता हूँ। “क्यों?” वाहक ने पूछा।

‘क्यों तुम शर्मिंदा हो?’ ‘मैं इन पिछले दो साल में अपनी क्षमता का केवल आधा ही पहुंचा सका, क्योंकि इस दरार के कारण आपके मास्टर के घर जाने के रास्ते में रिसाव होता था। मेरी खामी के कारण, सब काम करते हुए भी आप अपने प्रयासों का पूरा मूल्य नहीं प्राप्त कर सके,’ बर्तन ने कहा।

जल वाहक ने पुराने दरारयुक्त बर्तन के लिए खेद महसूस किया और उसकी सहानुभूति के लिए उन्होंने कहा, “जैसे ही हम मास्टर के घर लौटने लगेंगे, मैं चाहूंगा कि मार्ग के किनारे के सुंदर फूलों को ध्यान से देखें।” वास्तव में, जैसे ही वे पहाड़ी के ऊपर गए, पुराने दरारयुक्त बर्तन ने ध्यान किया कि दिन जैसे जैसे चढ़ रहा है पथ के किनारे पर सुंदर जंगली फूल खिले हैं, इसने कुछ हद तक खुशी प्रदान की। लेकिन पगडंडी के अंत में, उसे अभी भी बुरा लगा क्योंकि इसने अपनी क्षमता के आधे पानी को बाहर बहा दिया था और इसलिए इसने फिर से अपनी विफलता के लिए वाहक से माफी मांगी। वाहक ने बर्तन से कहा, “क्या तुमने ध्यान दिया कि वहाँ केवल तुम्हारे पथ की ओर ही फूल थे, लेकिन दूसरे बर्तन की ओर नहीं था?” ऐसा इसलिए है क्योंकि मैं हमेशा तुम्हारी खामी के बारे में जाना जाता है, और मैंने इसका लाभ लिया। मैंने तुम्हारी ओर के रास्ते में फूल के बीज बो दिए, और हर दिन जब हम जल धारा से जल लेकर वापस जाते तो तुमने उसे सिंचा। इन दो सालों में मैं अपने मास्टर की मेज सजाने के लिए इन सुंदर फूलों को लेकर गया। जिस भी रूप में तुम हो बिना तुम्हारे, उन्हें अपने घर को इतने सुंदर ढंग से सजाने के लिए यह सुंदरता उपलब्ध नहीं हो पाता।

सीख : हम में से प्रत्येक की अपनी अद्वितीय खामियां होती हैं। हम सभी दरारयुक्त बर्तन हैं। इस दुनिया में, कुछ भी नहीं बर्बाद चला जाता है। आप दरारयुक्त बर्तन की तरह सोच सकते हैं कि आप अपने जीवन के कुछ क्षेत्रों में अक्षम या बेकार हैं, लेकिन किस तरह ये खामियां आशीर्वाद में बदल सकती हैं।

प्यासा कौवा



गर्मी में एक दिन, एक प्यासा कौवा पानी की तलाश में खेतों के ऊपर उड़ान भर रहा था। लंबे समय तक उसे कुछ भी नहीं मिल सका। वह बहुत थका हुआ महसूस कर रहा था, लगभग सभी उम्मीदें खो चुका था। अचानक, उसने पेड़ के नीचे एक पानी की सुराही देखी। उसके अंदर पानी है या नहीं, यह देखने के लिए उसने सीधे नीचे उड़ान भरी। हाँ, उसने सुराही के अंदर कुछ पानी देखा !

कौवा ने सुराही में अपना सिर डालने की कोशिश की। अफसोसनाक ढंग से उसने पाया कि सुराही की गर्दन बहुत संकीर्ण थी। फिर उसने सुराही को धक्का देकर झुकाने की कोशिश की ताकि पानी बह कर बाहर आ सके, लेकिन सुराही बहुत भारी थी।

कौवा थोड़ी देर के लिए मुश्किल में पड़ गया। फिर उसने चारों ओर देखा, उसने कुछ कंकड़ देखे। अचानक उसको एक अच्छा विचार आया। उसने एक-एक करके कंकड़ उठाना शुरू कर दिया, प्रत्येक को सुराही में गिराने लगा। जब अधिक से अधिक कंकड़ सुराही में भरा तो पानी का स्तर ऊपर आने लगा। जल्द ही कौवा के पीने के लिए पानी पर्याप्त ऊंचा हो गया। उसकी योजना काम कर गई !

सीख : सोचो और कड़ी मेहनत करो, आपको किसी भी समस्या का हल मिल सकता है।

नारे

(जल संसाधन मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा)

जल जीवन की अमृत धरा, संरक्षण कर्तव्य हमारा।

करें जल का संरक्षण, रखें कल का ध्यान
देश के जन-जन का हो यही अभियान।

आओ बनाएं बेहतर कल, बूँद बूँद बचाएँ जल।

जल जीवन का आधार, जाने न पाए बेकार।
बूँद बूँद पानी बचाओ, अपनी मुश्किल खुद सुलझाओ।

फसल की ऐसी करो सिंचाई, पानी व्यर्थ न जाए भाई।

पानी का उचित देखभाल करें, इससे पहले कि यह दुर्लभ हो जाए।

पानी को बचाना ही पानी का उत्पादन है
ताजा और पर्याप्त पानी – सभी के लिए

पानी संरक्षण, सुरक्षित भविष्य

पानी पानी हर जगह

हम साझा और देखभाल करें तभी

जल संरक्षण – हमारा लक्ष्य

राष्ट्रीय जल विज्ञान संस्थान “जल स्तुति”

जग-जीवन का आधार है जल!
जल बिना नहीं जीवन-संबल!!

हैं रूप अनेक यहाँ जल के,
द्रव रूप में जीवन सा बरसे!
हिम रूप बना जल जमने से,
बन गया वाष्प जल जलने से!!

जलता है जल जब, वाष्प बने,
ठंडक जो मिले, बरसात बने!
बढ़ जाए ठण्ड जब और अधिक,
बरसात स्वयं हिमपात बने!!

करता है कैसे खेल यह जल!
जग-जीवन का आधार है जल!
फिर ताप बढ़ा गर्मी आई,
हिम से जलधर बनी भई!
फिर घिरी घटा, चमकी चपला,
रिमझिम-रिमझिम वर्षा आई !!

जल प्यास बुझाने जब आया,
धरती का कण-कण हर्षाया!
धरती के भीतर पहुँचा जल,
अंकुर बन जीवन मुसकाया!!

यों जीवन बन जाता है जल!
जल बिना नहीं जीवन-संबल!!

जल फैला धरती कण में,
रुक गया शिलाओं के बीच कहीं!
फिर निकला जल निर्झर बनकर,
पाताल फोड़ कर कुँआ कहीं !!

जब धरती रसमय हो आई,
जल ऊपर ही तब बह निकला!
एकत्र हुआ फिर यहाँ- वहाँ,
सरिताओं, झीलों में जल बदला!!

नित रूप बदलता है यूँ जल!
जग-जीवन का आधार है जल!!
नदियों पर बाँध बांध कर फिर,
मानव ने जल को रोक लिया!
जग-जीवन हो मंगलकारी,
यों जल का नित उपयोग किया!!

पनचक्की चलीं इसी जल से,
बिजली घर-घर में पहुँचाई !
बुद्धि से जल बन गया स्वर्ण,
उद्योगों में नवगति आई!!

बहुमुखी विकास करता है जल!
जल बिना नहीं जीवन-संबल!!

खेतों को हरियाली देकर,
जल ने ही जग को प्राण दिए!
नदियों को गति दी है जल ने,
तीर्थों को पावन नाम दिए!!

नदियों से विद्युत-शक्ति मिली,
जल से ही खुशहाली आई!
भारी लकड़ी के लट्टों को,
जल-धार बहा कर ले आई!!

यों शक्ति बना है शीतल जल!
जग-जीवन का आधार है जल!!

जल-तल नीचा, तो फसल सूखी,
ऊँचा तल हुआ, तो फसल सड़ी!
जल का उपयोग किया ढंग से,
मानव को मिली समृद्धि बड़ी!!

नल बना-बना कर शहरों में,
मानव की प्यास बुझाता जल!
रोगों से मुक्ति दिलाने का,
सुन्दर साधन बन जाता जल!!

ईश्वर का है वरदान यह जल!
जल बिना नहीं जीवन—संबल!!

जल का रिश्ता तो मानव से,
उल्टे अनुपात में होता है!
जनसंख्या ज्यों—ज्यों बढ़ती है,
जल का अभाव त्यों होता है!!

जल का उपयोग करे मानव,
तो जीवन में रस धार बहे!
जल को बेकार गंवाया तो,
मानव सचमुच लाचार रहे !!

सच्ची प्रगति का सार है जल!
जग—जीवन का आधार है जल!!

जल को नहीं व्यर्थ करे कोई,
जल का संरक्षण धर्म बने !
जल की महिमा समझाना ही,
मानव का सुन्दर कर्म बने!!

जल है पूजा, जल है भक्ति,
जल ईश्वर का वरदान सदा!

मानव—जीवन का मूल तत्व,
जल है शक्ति का नाम सदा!!
धरती का प्राणाधार है जल!

मानव—जीवन में इस जल का,
ऊँचा ही रहा स्थान सदा!
हरपल, हरक्षण, इस जल से ही,
मानव पाता सम्मान सदा!!
इस जल की पूजा करनी है,
इस जल से जीवन पाना है!
शक्ति के स्रोत 'ब्रह्म—जल'से,
पीड़ित को त्राण दिलाना है!!
जल बिना नहीं जीवन—संबल!!
परमेश्वर का ही सार है जल!
जल बिना नहीं जीवन—संबल!!

(साभार : राष्ट्रीय जल विज्ञान संस्थान)

नोट्स



प्रशिक्षक महत्वपूर्ण बिंदुओं को नीचे लिख सकते हैं और प्रशिक्षण कार्यक्रम के अंत में चर्चा कर सकते हैं।
